



見自己、見天地、見眾生

醫學系四年級 蕭卓倫

最近，我會想起一些事，那些事斷斷續續的。那個面目，從可愛到可憎、從模糊到清晰，記憶是如此暴力地襲捲著我。相遇時曾有深邃的交疊成為別離後永遠的曾經，那麼當時好的時光中是否藏匿著凹折過的謊言？所有相遇時的深刻，是否終究會化為一陣午後陣雨？這些疑惑，流成命運予我的一道題，而我，一直沒能解開。

王家衛的電影「一代宗師」中，宮森寶是這麼對他的徒弟馬三說的：「老猿掛印回首望，關隘不在掛印，而是回頭。」這句話就像水塘中讓人玩味不已的漣漪，朦朧間忽有忽滅，似乎在說武術、又似乎是勸馬三歸正、又似乎暗指人生。而「回頭」真正的深意，到電影的後半才恍若突然調好焦距的影像，清晰而筆直地在我面前延展開來。宮森寶的女兒宮若梅，從小看父親與人交手長大，她眼中只有勝負，也因此心中有著解不開的掛念。為了解開掛念，她選擇奉了道，終身不嫁、不傳武術，宮家的六十四手斷在她手中，也同時斷了她父親一輩子的心血。這樣的選擇，使她向葉問表明愛慕時，也只能含笑含淚地說著浪漫的想像。一生一直回頭看的她，流年輪轉間失去了許多眼前能把握住的東西，她的背影是落寞的，心中是有缺憾的。而宮森寶的弟子馬三，只相信自己眼前所看見的事，眼中是藏不住的閃動鋒芒。他一生不回頭，每當面對師父的勸誡，因著他不允許自己的光束裡容

一粒塵埃，所以他從不願回頭看看自己、改變自己。對他而言，以一種不講理的架式生活就是做自己，最終卻也敗在自己的自負中。他們的人生，就如電影裡葉問的一句「可惜，就差個轉身而已。」。

每當心中有著不知其來又不知其去的困惑，其實往往是不自覺間我們忘了回頭、忘了轉身。所以為過不去的悔恨也不過是勇猛活過的證據、所以為對的信念亦不過會在四季的遞嬗間無足輕重。於是，仔細想想近日困擾我的不安，我發現那個不安，正反映出我內在本質的弱點——有時候我會對自己沒有信心。

我忘了回頭檢視自己思考的盲點，我一直覺得相遇與別離是相反的事情；我忘了回身向前，相遇時曾一起共享的時光無法否認地令人眷戀，而別離後留下空白的痛楚，也該讓它與好的時光拼湊起來成為同一件事。相遇與別離並不相對，在綿延不止的歲月中，它們同為過往的一份記憶。那些事、那個人，不過是一份帶有相遇與別離的經驗而已，時間會沖散不適合相處下去的人，而緣分會自然羈絆住適合相處的人。並不是世上所有的相遇都要別離，也並不是世上所有的深刻都將成為遺憾。

練太極拳也是如此。這學期修了太極拳這門課後，原以為是學一套拳路而已，沒想到不知不覺間，我學到更多的是生活。每周持續不斷地練拳、打拳中，我發現連最細微的動作都是人生。膝蓋要彎、重心要低一點，哪個動作該放哪樣的重心，我想那是提醒自負的自己隨時注意腳下的變化；每踩出的任何一步都要有步寬，我想那是最簡單的一種向前看、思考未來。記得有一次，老師示範單手被同學的雙手用力抓住卻能輕鬆掙脫的方法。當時老師的手一鬆就脫開束縛了，老師用了體內內氣流動、放鬆就會讓同學的手無處借力等說法解釋，對

於專業與醫學、科學相關的我而言，原本無法接受這樣的說法。後來老師又說，「這就像時間的概念是人所定義出來的，我說的放鬆與內氣並不是你們定義的那種，只是用了相同的語言。」那一瞬間，我緊閉的心扉突然打開了，眼前有片縱谷綠意正欣然地拓展開來，是我太習慣用慣用的方式思考了。學習太極拳的過程中，就像一次次在裂開我思考的模式，但是越是打破，我越是覺得完整。

長大的過程中，想要被理解的傷心、想要被安慰的時刻漸漸變少了，以為自己越來越破碎的同時，卻也驚覺是自己越來越完整了。完整，而所以能夠用自屬的想法生活，而不必常常依賴於媒介的慰藉。有了自屬的想法後，開始會見到一些荒唐的故事、一些嫣紅姹紫的謊言、一些頓挫跌宕的憂喜。每天與我們擦身而過的世界，是那麼美麗又醜陋。一些窸窣窸窣的想法在這樣的成長中悄然形成，或許關乎改變自身的、或許關乎想要影響大眾的、或許關乎關愛自己所愛的，於是這樣的人成為懷揣夢想的人類。最終，我們發現我們的價值似乎困在一生的限制裡，「不知江月待何人，但見長江送流水。」與不消逝的天地相比，我們的浮生渺小又短促。這時，有些人選擇搭蓋雕梁畫棟的樓閣，享受當下的美好，有些人選擇搭棚疊架，願他人也能夠享受那底下的綠蔭清風。往往世界的樣子是由我們的看法塑造出來的，而我們的看法多半是接觸過的教育與重要他人形塑而成，於是，世界的形狀往往並不是我們自己的形狀。真正世界的形狀，是在見過真正自己、並且定位自己價值之後形成的。

習武之人有三階段，見自己、見天地、見眾生。拳如此，生活亦如是。一生之中，我們迷惑又清晰，反覆遇到令自己不悅的事情時，其實正是不斷與自己的弱點相遇。那些不易察覺的弱點從未被揭發、

改變，也因此總是能觸發不愉悅的感受。一生之中，無論荒蕪或豐盈，那也只是眼中世界的樣子，而真正的樣子，在於體會過自身於宇宙中的價值後，所選擇的生活方式。我只願，時時刻刻做摯愛這個世界的人，感受生命最真、最純之處，盡己之力，在生命的盡頭能夠沒有遺憾。