

老人院探訪 小草

老有所依

來到老人院，法師對著圍坐的老人家道：「各位公公婆婆，生老病死是每個人必經過的人生階段。年老了，自然需要人幫助，需要依靠，這是每個人都渴望，籌謀的，因此有養兒防老，積穀防飢之說。老有所依，依靠什麼呢？不外色身與心靈兩方面，色身在老人院內已有好的伙食，各方面的照顧，毋須擔心，只有心靈方面才最重要，亦是根本之道。心靈方面，需要別人的關懷，需要確立自我，肯定生存的價值，人生的目標。因此，如何活得有意義，如何在老年積極開展人生，乃至貢獻社會，是我們應該努力的。別認為年老便無所作為，將自我設限，應抱著能做一分，就是一分的貢獻，能做多少就是多少，不必計較，做就是對，能奉獻多少就是多少。

那麼，我們依靠什麼呢？我們能做些什麼呢？我們如何才活得有意義呢？

我們能依靠子女嗎？現今年輕人負擔特別重，他們要養妻活兒，照顧生活、工作，且要不斷學習各種技能，社會上日新月異的規則，小心各種合法、不合法的陷阱，才能生存，還要教導子女成長，謀生，如何做人等，忙得不亦樂乎！如何有暇照顧我們呢？我確信他們一定有心，只惜無力！我們能依靠老人院嗎？我們的起居，日常生活已得到妥善照顧，已令他們疲於奔命，如何能照顧我們心靈方面呢？這也不是他們的專才，亦無這方面的相應！我們能依靠政府嗎？政府是一個很抽象的名詞，無從入手，無從交託，無法落實，如何可以依靠呢？但是他們亦有多方面的政策幫助、照顧老人家，只是在心靈方面太遙遠了！可以肯定社會上及個人方面，大家都很關懷年老者，只是有心無力，障礙重重。

那麼，什麼是我們可以依靠，應該依靠的呢？三寶，三寶是我們究竟的皈依處。三寶就是佛法僧。為何三寶可以依靠呢？因為三寶是過來人，經歷了生老病死，修行，並找出離苦得樂之道，更發願普渡每一個受苦之人。他們的經歷，發心，當然值得我們信賴，依靠，如果我們不跟著他們的步履，在人生路上走，還可以跟從什麼呢？

當我們老弱時，要懸念三寶；當病痛難堪時，要懸念三寶；當快要離世時，更要懸念三寶；孤寂時，也要懸念三寶。可以說，無時無刻，任何環境下，你們都要懸念三寶，三寶是你們真正皈依處。因此，未皈依者要趕快皈依，更要積極依循。修持方面，每天該定時做早晚課，讓每天皆有目標落實，讓每天有意義。此外，更要隨自己的環境專修，專修最好的方法應是念佛法門，可以口念，亦可以心念，無時無刻的念，念而無念，無念而念。可以什麼念頭都不起的念，亦可以觀想佛的功德而念。佛誕，齋期等，可以選擇相關的方式修持，如拜懺、普賢十大願等。

當你們找到皈依處，人生積極有意義時，別忘發菩提心，幫忙其他人。首先，你們要關懷，慰問，照顧其他院友，他們如同你的親人，朝夕相對，如何能不相親相愛。其次是老人院內的工作人員，他們每天面對繁忙的工作，實需要我們在精神上的鼓勵，此外，能力所及，應好好照料自己，別讓他人為自己操勞，最好能多幫忙其他人，發揮自己存在的價值。這些這些，皆是『消極』，不究竟。最積極莫如努力修行，才是自利利他的最佳方法。或者以自己所知所學，為他人說，亦會功德無量。