

## 日日是好日 — 聖嚴法師

一個人修行到相當的程度時，其身心狀況是如何呢？可用「日日是好日」來形容。我們平常人在一星期中，情緒大概三天下雨，二天刮風，另外二天則是晴時多雲。日日是好日，怎麼可能？這句話是雲門禪師問他的弟子：「十五日以前的事不問你們，請把十五日以後的情況告訴我。」弟子們無一個人能回答他，結果他自己回答說：「日日是好日。」

我們平常見面的時候都會問一句：「你好嗎？」「近來好嗎？」這是問候的習慣語，關心著彼此是不是每天都過得很好？但是，真有可能每天都很好嗎？傷風感冒都沒有嗎？不會頭痛、或走路不小心碰到石頭嗎？搬東西時從來不會去掉一塊皮嗎？應該會有，那既然有，怎麼可能天天是好天呢？

我曾經遇到一位四十多歲的法師，有一次我看到他劈柴的時候，劈到了手指，血流了很多。我就問他：「你要緊嗎？」，他說：「很好，很好。」，我說：「你已經砍掉一半手指了怎麼還好啊？要不要幫忙？」他說：「很好，我在消業，可能我過去殺了一條豬或一頭牛，現在砍了半根手指消業，以後就沒有事了。」

遇到災難算不算好日呢？當然是了。因為身體雖受了苦，或受人家批評、攻擊，但只要心裡面的狀態天天是正常的、平靜的，不就是日日是好日嗎？

摘錄自法鼓文化《禪與悟》