

老人與宗教信仰

蔡漢賢

——寧靜與喜悅人生的品享

壹、老自退閒非世棄、

喜猶强健得天幸

貳、體認宗教幽而能明、

柔而能剛的力量

這一代老人大多曾飽受戰亂之痛，親嚐飢寒之苦，憂患餘生，尚須面對鰥寡獨貧的不幸，也悵憾崇老敬長風氣日漸疏淡的無奈，擋也擋不住「老色日上面，歡惊日去心，今既不如昔，後當不如今」的失落，於是有無可奈何認命過日子的；有憤慨造化不分而抱怨不已的，當然也有秉慧心、具信仰而自得其樂的，不問那一類午夜夢迴，或多或少總有時不自我、去日無多的感傷，是以一方面要有活著就是勝利的喜悅；另一方面也要有化淒風苦雨為和煦春風的奮勵，那怕是夕陽黃昏，也要有一抹彩霞。這個目標，繫於當事人能不能將人生意境看得深遠，俗世名利看得淡泊；尋覓哲學的認同、抉擇宗教信仰便成為能否擁有喜悅人生關鍵的所在。

人們本著探索奧秘，尋獲了心有寄、性有屬、情有歸的體悟，就是信仰宗教的開始。在心安理得的情況下，心靈不空虛，情懷有喜悅，那怕是不幸受到挫折、打擊時，也能接受神的安排，樂天安命，定以處變。

從不同哲學家的觀點來分析宗教，唯有「遠看成嶺側成峰」之說，但大體來講，對生命的追求，對自然的讚嘆，仍是「萬法同源、百揆一道」有其相近處，如：

孔子有：「子不語怪力亂神」、「敬鬼神而遠之」，但還是不得不敬。

Joseph f. Laflam 有「宗教共同原始點是拜物教」(Fetishism)。

Friedrich Muller 有「宗教因信賴、仰賴而有一神教」(Henotheism)·但 Edward Taylo 曾著書闡揚泛靈信仰 (Animism)。

Xenophanes 有「人神同形同性論」之說，那個地方的神，多被繪成像那個地方的人的模樣。

Enhemerisin 有英傑即神論，如 Imhotep 建金字塔而被祭拜，中國禮記禮法篇有「以勞定國，以死殉事」者可為行神，如魯班、神農、扁鵲等是。

G. Vico 認為：「生育、結婚、死亡，構成了宗教」。

這些說明了不同的價值觀和交往法則形成了不同宗教；他蘊涵了認知、情感與信仰，也可說各種宗教異中有同，必須具有教主、經典、儀式、殿堂、信徒，在神職人員的宣揚下，展開教義的運作和活動。

經過了接觸、認知、奉行證驗人信仰了宗教，就可品享「有所宗以教民」、「有所本以化民」的，形成「道無常名、聖無常體、隨方設教、普濟群生」的功能，雖然不同宗教各有所本，但虔誠之餘，就孕育出信徒風格，在艱危之時，無畏橫逆，擁有雖柔但韌，似弱實強的精神力量。

參、化出世思想作入世之用

宗教對信徒以父子、兄弟，合而為一；採愛與關懷，將信徒結

合，冀各履教義，來從事世間慈愛事業，要求信徒輕財重義，「寧靜淡泊以養性，屈伸吐納以歸體」來做修己善群的福利工作。譬如佛教以「無緣大慈」（及人之（幼）老）、同體大悲「人飢己飢」來恤貧濟困，並且大多以惜福、感恩、報恩來激發動力，以服務當前、上天國、修來世等做入世事業，形成修己則獨善其身，善群則兼善天下，只是運作與重點略有不同，大別之：

「儒」是依仁抱義，行於博施濟眾，而專注現在；

「佛」是明心見性，行於慈悲為懷，多回顧過去；

「道」是養性存真，行於常善救物，每忘懷時空；

天主、基督是博愛利他，行於憐貧恤殘，常指望將來。

至其他宗教回、理、天理、軒轅、大同、天帝、一貫、天德、摩門等亦頗有類似處，且大體上都擁有寬容、自律、慈愛、節儉、服務等美德，歸納來講，雖方式各有不同，但各本之天理、根於人心、用之為倫常、與道德哲學互為表裡，不時以佈薩懺悔、告解、自省、檢討等自律，使人性收放自如，或彌之六合，或退藏於密。

肆、在志慮神清中發揮 修己善群的功能

老人因為體力弱、收入少、親朋故、疾病多而生恐懼，故須有「戒之在得」的警惕，但社會上也應給長者「老者安之」的保障，楊朱認為老者之所以未能廣受尊敬，害在「為壽、為名、為位、為

貨」的貪，於是會產生「畏鬼、畏人、畏威、畏刑」的心態，見之實際有見風轉舵、言不由衷者；有奴容婢膝、苟且偷生者；打恭作揖，惡行惡狀，不一而足，孔子雖曾有四十不惑、五十知天命、六十而耳順、七十從心所欲，不踰矩之說，果有能如此者，還須假之此時日的學養、教養、修養方克以致。否則仍然會徘徊在迷惘的無知、受制於物慾苦悶的無能、缺乏利他服務熱忱的無力，以及恐懼死亡威脅的無助，克服的方法便是找出一種自己既信且愛的信仰，在篤信中不疑，容或馬克斯曾偏激的說，「宗教是精神的麻醉劑」，但是要真的能減少痛苦，忘卻憂傷，又何妨一用，讓人們在心有寄、情有托中，排除身心壓力、增添生命喜悅，從事利他奉獻，無懼死亡威脅中致力心理建設，把自尋煩惱的身心煎熬，轉作悅樂人生的擁有，茲再引申如後：

一、淡泊名利來排除身心壓力

人間煩惱每多來自本身有己無人的私、有取不予的貪，惟有宗教的潛移默化，始足以化解。儒家孟子有「養心，莫善於寡慾」；道家有「清虛以自守，卑弱以自持」；佛教有「念有一切有，念無一切無，有無惟一念，念無有無無」；基督教聖若望說：「不想占有，無所不有；沒有物慾，事事滿足」，俗語也有「人能知足心常恆，事到無求品自高」之說，這些不是排斥柴米油鹽醬醋茶日常生活可以不要，同樣也沒有說「琴棋書畫詩酒花」不可擁有，但取捨要有道，布衣可以傲王侯，菜根可勝珍饈，人縱是贏得世界，但迷

失了自己，仍是得不償失。白居易曾寫「蝸牛角上爭何事，石火光中見此生，隨分安貧自安樂，不開口笑是癡人」，是以必須藉宗教來滅物慾，佛家要人眼耳鼻舌身意六根清淨來杜絕色香味觸法六賊，因為縱是人生不可避免的七情，逾越了仍有不妥，喜會傷心、怒會傷肝、哀會傷肺、懼會傷膽、愛會傷神、惡會傷情、慾會傷脾，心理影響生理，宗教教人把名利看得淡，只要盡其在我，有「謀事在人，成事在天」的準備，那怕是不如人意，「內省不疚，何憂何懼」，如果能視「文名當科第、儉德當財貨、清閒當壽攷」，用精神價值來替代物質的怡然自樂，壓力的消除，心中必然的會有鳥飛魚躍的舒暢。

二、愛好自然來增添心中樂趣

宗教不諱言人生有生老病死離憂的苦惱，不問是看綠水因風而皺面，青山因雪而白頭的見境傷情，卻可在暮鼓晨鐘、梵音聖歌中悟出「靜觀萬物皆自得，四時佳興與人同」的機趣。採菊東籬下，不是人人見得到南山，宗教讓人們氣度恢弘，同樣是「耳得之而有聲，目過之而成色」的樂山樂水，有修養、有靈慧的才能體會出「風定花猶落，鳥鳴山更幽」的意境。心以為樂則是境皆樂，緊張中的鬆弛、沮喪中的奮發，都可源自內心的感受，對四時萬物感到更可愛，而萌生「春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪，若無閒事掛心頭，一年都是好時節」的歡欣。

三、追求善美投入志願服務

宗教教人不止爲己，還要爲人。所有宗教都是以「愛」爲中心，願對不幸予援手，長者們不妨放下身段，各本教義，不問是「博施濟衆」、「慈悲佈施」、「施比受更有福」都是服務動力的源泉，那怕是日常中舉手之勞、開口之惠或是參加機構、團體服務，只要是「存好心、說好話、讀好書、學好樣、作好事」發揚及人之愛，都可在過程中結交良朋益友，教育自己，在「正來煩惱除」中忙得你忘了生病，使你生趣蓬勃、生機盎然。

四、勘破生死樹立新的生死觀

「人生不滿百，常懷千歲憂」，不少人會坐以待斃的苦悶和恐懼，能夠透過對生命的認知與轉化，來無懼死亡，是宗教的重要功能之一。唯有接受「生者死之徒，死者生之始」的自然法則，佛教的「諸苦解脫，輪迴往生」，基督天主的「蒙主榮召」以及其他視死亡爲長眠、隱化、遷形、別離的說法才能存在，果能樂觀的有「人見白髮憂，我見白髮喜，多少少年人，不見白髮死」的心存感恩，就可以有「安時而處順，哀樂不能入」的灑脫，在愛生不懼死，慧福長喜悅中更珍惜生命，從而做些利己濟世的事，來積極的證明不虛此生。

伍、結語——

遇境吟唱情自逸

逢人話道意無偏

人有時要安靜自處，有時要和衆合群，靜時要內心悅樂，動時要關懷互敬，這種情懷最根本就是謙遜恕諒，宗教提供了淡化、喜捨、轉移、昇華的諸般功能，莊子就曾言，「古之得道者窮亦樂、通亦樂，所樂非窮通也」。他們認爲官能的快樂是表面的、一時的，有靈修的人可化逆境爲順境，在得意時不忘形，在失意時不懊惱，每能表現出「寵辱不驚，閒看庭前花開花謝；去留無意，漫隨天外雲舒雲捲」的飄逸自在。

各位長者務請銘記，黃昏歲月要靠自己去發掘；快樂人生更須自己去體會，道可並行不悖，何不選你所愛，愛你所選的去開拓自己的悅樂人生。

（本文作者現任內政部參事）