一饭之恩

2017-2-5

想起纪伯伦的名著《先知》，其中先知曾这样教导弟子：“ 当你们宰杀一只畜禽，你们应在心中对它说：‘ 现在屠宰你的力量也将屠宰我，我同样也会被吞食 ’：‘ 因为把你送到我手中的那一规律也将把我送到更强者的手中 ’；‘ 你的血和我的血都不过是滋养天国之树的汁液 ’。 ”

当你们用牙齿咀嚼一只苹果，你们应在心中对它说：‘ 你的种子将在我的体内生存 ’，‘ 你明日的花蕾将在我心中开放 ’，‘ 你的芬芳融入我的气息 ’，‘ 你我将带着喜悦共度每一个季节 ’。 ”

虽然纪伯伦是个20世纪的人，但他却写出了最古老的道理，所有的食物都是生命。鸡鸭牛羊、稻米大麦，甚至酒，它们本来都是鲜活的，直到被我吸收转化。它们死了吗？你可以这么说。但是你也可以换个角度去看这条食物链的关系：它们其实没死，它们只是成了我的一部分，而我活着，这一切食物、这一切生物，都在我的体内与我共同存活下去。直到有一天，尘归尘、土归土，我的肉身也将变成大地的一部分，变成其他生物的食物，其他微生物、植物与动物的生命养料。

——自然如是循环，生与死的秘密，俱在普通的一顿饭里

名满天下的南海高僧一行禅师喜欢用橘子说法：吃一颗橘子，你应该先闻一闻它表皮散发出来的气味，观赏它的色泽，然后才用手指剥开它，感受那溅射出来的细雨般的汁液。吃的时候，你也应当慢慢地吃，以对待最昂贵食物的方式对待一只普通的橘子，专注而集中，仔细品味由酸至甜之间那最微妙的变化；此时，你或许会看见这只橘子的过去：它还悬在枝上的样子，它还是一朵花的样子，它还是一株树的样子，它还在泥土里等待抽芽的样子。万事万物皆有来处有去处，变动不居，生生不息，缘起性空。

——用心进食，这本是佛家最基本的修行方法之一

有一支北美印第安部落，他们甚至连烧饭用的木枝柴火也不放过。捡拾树枝的时候，他们会用一种特别的方法询问木枝的意愿，假如它不愿意成为煮食用的柴火，他们就会把它放回原地，只有那些心甘情愿的木枝才会被它们带回营地。

几乎所有的文化所有的宗教，都发现了食物的不简单，味道以外，它们首先是人类的生命来源；而生命，永远不只是物质而已。因此，所有的文化所有的宗教都存在着某种饭前饭后的祈祷，这些祈祷一先一后地把整个进食过程框了起来，使它成为冥思的对象，修炼的过程，感恩的时候。于是，最能体现动物本能的进食行为变成了人类超脱的神圣转机。

（文章摘自，《意林》2013.7期）