

汲法潤澤 清流滌塵

文／吳瑞祥

「悟達國師誤撞沉香椅，以我們醫學的角度來看，應該是意外的傷害產生了蜂窩性組織炎，生出很多肉芽組織，結果造成了骨髓炎，非常非常的痛苦，而當時又沒有抗生素……」

懺悔法門 醫心良方

曾於歲末祝福場合上，扮演過兩次悟達國師的慈濟大學校長、同時也是小兒科醫師的王本榮，始終秉持著大醫王的專業來檢視悟達國師的病狀。然而透過讀書會的參與帶動，深入研讀《法譬如水：慈悲三昧水懺講記》，讓他進入了悟累世

業力果報牽引的可怕與不可思議！

「眾生垢重，何人無罪？何者無愆？」在「來不及」的意念推使下，證嚴上人於慈濟四十五週年之際，倡導大眾大懺悔、誠齋戒、入經藏、滌心垢、去習氣，推動「法譬如水」經藏演繹活動，期待人人透過音樂手語劇演繹方式，為弘揚佛法、淨化人心而努力。

然而《水懺》經文有許多法益、法相，想要深入鑽研，卻礙於義理艱深而難以理解，更遑論要將深奧的佛法義理，經由手語、唱誦、隊形變化等形式，轉化自我心念，進而啟發他人向上、向善的動能。

誠如上人所言：「佛法是治人心

之病、解人心結的良方，本應讓人容易讀懂，而能落實於生活。」

經藏演繹總企畫呂秀英也說，唯有先融會貫通經文的真實義，搭配上手語及妙音的肢體動作，三者合一方能很有道氣地完美呈現。尤其是入經藏菩薩，扮演的「說法者」，一定要先將整部經典的法入心、法入行，才能將經中的意涵透過演繹淋漓盡致地傳達給會眾。

為了深入了解《水懺》義理，力行並帶動齋戒、大懺悔，花蓮慈濟靜思精舍自二〇一一年二月十六日起，舉辦《法譬如水：慈悲三昧水懺講記》讀書會，連續十週廣邀各志業體同仁參加讀書會共修，透過



何日生(左二)
領悟，沒有懺
悔生命就沒有
轉變。(簡宏正攝)

常住師父、資深主管的導讀分享，點悟個人對於佛典義理的參透，同時藉由團隊的力量，激盪起討論的漣漪，從而破解佛典總是高深難以親近的迷思。

慈濟人文志業發展處主任何日生，二〇〇二年受上人點名歸隊，投入花蓮志業體奉獻所長，九年來跟隨著上人的腳步，參與慈濟基金會各項事務，從工作中深刻領悟上人教法，「這一部《法譬如水》，其實要把懺悔當作我們生命轉變的、也是最重要的基礎，沒有懺悔，我們生命就無法轉變。」

菩薩道上勇猛精進

佛法應與世間法相呼應，真正落實在生活中，透過實踐才能真正悟

入生命底層，深化人格的修持，提升心靈的境地，何主任分享兩個慈濟志工「行入經藏」的生命故事。

花蓮慈濟醫院駐點志工蘇足，她的先生日日向外尋歡，口裡卻說最愛的還是她。她朝朝暮暮期盼著能獲得先生全部的愛，卻總是落空，讓她痛苦萬分，甚而想要尋短。後經上人提點，是先生沒有福氣，鼓勵蘇足到醫院當志工，用她滿滿的愛去愛病人，成為病患的心靈導師，解除他們的憂苦。如今蘇足懺悔自己以前的無明，不懂得當自己的主人，苦求小愛；現在總算覺悟，付出大愛得自在。

北區環保志工陳阿桃師姊，從事美容業的她，一心追求物質上的享受，因而沉迷於大家樂的賭博遊戲之中。上人勸導她從事環保工作，

林俊龍指出，貪欲若不節制將造成物種的滅絕。(張進和攝)



在環保站中，阿桃經由物資分類、回收再利用的過程中，懂得惜福愛物，了悟昨非今是，從力行中懺悔覺悟，從而享受簡樸生活的自在。

「知懺是以自我為中心，轉以因果為中心。」何主任透過慈濟志工的生命故事，說明「滅障七心」的次第，並以生活化的方式，將七心——慚愧心、恐怖心、厭離心、發菩提心、怨親平等、念報佛恩、觀罪性空，對應成是非觀、因緣觀、清淨觀、智慧精進觀、慈悲觀、大捨觀、畢竟空觀，鼓勵同仁在菩薩道上更要勇猛精進。

當知因果 起懺悔心

慈濟志業脈動的脚步不停歇，以靜思精舍為核心起點，不斷向外擴

散。在慈濟教育志業發展處嚴玉真校長的籌畫下，花蓮靜思堂也在隔週開始舉辦《法譬如水：慈悲三昧水懺講記》讀書會，讓慈濟醫院、慈濟大學、慈濟中、小學的同仁能在靜心中思考，回想起過去的種種，不只懺悔已過，在讀書會中所聽到的每一位勇於發露懺悔者的分享，都可以作為借鏡，引以自惕。

「『水』，無色、無味，沸點是一百度C，冰點是零度C，這個大家都知道；但水最重要的是，它的滋味是『如人飲水，冷暖自知』，所以為什麼叫法水？這就是法譬如水的道理。」慈濟醫療志業執行長林俊龍透過水的物理現象，開宗明義地說明《法譬如水》一書中，上人不斷告誡大家的兩件事：知因果、起懺悔心。

林俊龍執行長以全球各地天災人禍的照片，搭配著科學家的數據，指出若不節制人心無盡的貪欲，將造成物種的滅絕；並透過上人開示與《生命的吶喊》影片觀賞，呼籲大家從這一刻開始齋戒。以「齋」長養慈悲清淨心，以「戒」守護己心、防非止惡。

「往昔所造諸惡業，皆由無始貪瞋癡，從身語意之所生，一切我今皆懺悔。」一燈能破千年暗，一善能消萬千災，林執行長呼籲大家齊做須彌山下的小螞蟻，莫讓上人聲聲喚，共同淨化人心、改善世界。

航行在浩瀚佛海中，需要明燈引航，才能始終行在正確的軌道上。《法譬如水：慈悲三昧水懺講記》讀書會，除了志業體主管以其自身經驗與大家分享，精舍常住師父更

將自己修行悟道的方法導以一二。

德宣師父將《法譬如水：慈悲三昧水懺講記》一頁頁重點式導讀細說，由行懺法應生二心：「無常心、悔悟心」，智者先覺便能悔改，愚者知道如何滅罪興善，能捨盛欲，收攝諸根，自我調伏己心？

心口齋戒靜思弟子

宣師父舉例，有一主管想罵人，但想到自己已齋戒，就不發脾氣了，所以不止口齋戒，心也要一起齋戒。學佛需要守規戒，「身持戒無犯錯，行好事施盡力，口無過說好話，結好緣導正向，心念純尊佛法，無怨尤淨煩惱」。持戒，才能防非不犯錯，行好事也要懂得選擇，是非要分清楚，好事就盡心力



嚴玉真(左)策畫花蓮靜思堂讀書會，推廣讀經。(郭乃禎攝)

去做。不論對人、對事、對物，都要內起敬意，懇切待人，心無欺無偽，才是表裡一致的靜思弟子。

而在「業起貪瞋癡煩惱」中，宣師父闡述「五利使」是精神的癌症，不可不慎，惡念很容易入侵心地，障礙智慧心眼，六根貪著六塵成為六識煩惱即生。在水懺歌詞「願耕三十七品田，自淨其意修正念」中闡述三十七助道品「八正道」、「四念處」、「四正勤」等，告訴大家學佛要有一分智慧，思想要正確，別讓外表景象迷惑我們的心，如何克己，訓練自己成為耐勞、耐怨、精進的人？如何才能打開心門，不讓人我是非動搖道心，不讓煩惱遮蔽智慧，這都是佛陀的教育。佛的教法一定要用心接受，自然內心無怨尤，才能夠滌淨

煩惱。行懺法應有四種觀行，觀因緣、觀果報、觀自身、觀如來身，懺己前愆，悔不復作，以四種觀行，以為滅罪方便。

能行忍辱 最是堅強

讀書會中一次次的帶領，就是一次次的懺悔，每一次的懺悔都有著洗鍊過後的清淨。「經典原文都看不懂，可是上人講的很容易，深入淺出，而且還可以讓我一直回想，每一次看上人的法語，都會讓自己再洗滌一次。」花蓮慈濟醫學中心護理部主任章淑娟隨著導讀，回想起自己年輕時交往的男朋友，有一次說她很任性，讓她很不服氣，直到章淑娟進入慈濟任職，才發現自己的任性是不自知的。

◎章淑娟感恩與她不合的人，讓她解惡緣結好緣。（梁緯民攝）



章淑娟一九九〇年回到花蓮慈濟醫院工作，開始為了工作、家庭，以及許多大大小小的事情不如意而心生煩惱，種種的負面思考讓她的情緒轉變成「怨」。有一次在開車的途中，無意間聽到上人的錄音帶，開示的內容彷彿都在挑剔著章淑娟的各種習慣，讓她得以沉靜下來思考。爾後，只要心情不好，她就會開車出門，在路上聽著上人的法語，逐漸地改變她的想法，也才醒悟自己原來是個很有福報的人。

「能行忍辱的人，就是一個最堅強的人。」上人曾經說過，忍字的上面是一把刀，不能忍要如何呢？這句話一直放在章淑娟的心中，她感恩每個與她不合的人，讓她有機會解惡緣、結好緣。

慈濟四十五年，眾多法船業已啟

航，艘艘法船如何齊進而不紊亂，舵手的引領愈顯重要。在主管的激盪下，許多擁有專業背景同仁，也起而對眾發憤、發願。

種因得果 善惡由人

「您們看過狗咬自己的尾巴嗎？」慈濟基金會祕書處高專簡東源用此說明「業力」的纏縛，永遠無法跳脫的困境。何謂「業」？造作、纏縛如是；上人也說：「業如一畝田，即是業田」、「俱善惡種子——藏識」。

在媒體界工作二十年的簡東源，自述自己就像在阿修羅道，好鬥成性，下筆時經常看自己的心情，所以先自我懺悔。再從「三業」談起，煩惱就在「現在」這一刻，而

煩惱的Driver（驅動程式）就是「意業」，其中有三：慳貪、瞋恚、癡闇，其中以「貪」為首，例如許多人都希望聽到越多好聽的話，也為了貪吃山珍海味起了殺心。

簡東源分享幾個自己曾在花蓮採訪的故事為例，對應書中的道理。先以兩萬支羽毛糾纏在漁網上、交織成一大片漩渦的照片，宛如欲念綿延不斷，讓大家體會「煩惱如瀑河」；再談到十多年前花蓮「公墓之狼」的報導，犯案的三兄弟兒時曾遭父親家暴，加上常看性愛影片，酒後無法控制心性，而犯下多起命案，後來看守所的管理員轉述，哥哥心臟病發，在臨死前失控哀號，令人心驚！

唐朝知玄大師（即後來的悟達國師）曾寫下一首詩：「花開滿樹

紅，花落萬枝空；唯餘一朵花，明日定隨風。」花代表「因」，開花會結「果」，簡東源期盼大家能保持「善念」的因，持續跟著上人的腳步前進，結出善果。

志業同仁求法若渴

而作為人文弘法的火車頭，關渡人文志業中心兩百多位同仁也急起跟進，把握難得的午休時間，舉辦《法譬如水：慈悲三昧水懺講記》讀書會，在執行長王端正、總監湯健明的帶領下，同仁們深入法髓，將正確的人生道理，融入日常生活，從自我淨化起步，進一步減少天下災禍，以及人我之間的對立和衝突。

《慈悲三昧水懺》是悟達國師所

作，文中有很多佛教的一些觀念、術語、理念，如果沒有佛學基礎的話，是很難理解的，王端正執行長將《慈悲三昧水懺》寫成淺顯易懂的歌詞，「我跟上人說不容易啊！因為歌詞要讓不同信仰的人都可以朗朗上口，實在是很不容易，但是來不及的事情還是要做，我沒有辦法從經文中逐一的摘錄，《水懺》裡頭完全是示現，身、口、意，所以要摘出來就不太容易了，需經過一番的整理，也要經過一番的選擇，這是一種抉擇的功夫，所以不管如何，水懺還是主要在懺悔法門——大時代有大時代的懺悔。」

王端正執行長表示，「懺」就是一種寬容，「悔」就是要把自己的過錯當眾講出來，請求大家的寬容，這就是懺悔，知道自己的過錯這才有救，酒醉的人知道自己喝醉了，才是有救的。

「剛回到慈濟時覺得佛經很深奧，不太了解也背不起來，這次用比較多時間閱讀，上人深入淺出的解說，就像小時候讀故事書，會很想一直讀下去。每個人都從不同的角度來分享，有很多人生的遭遇都可以印證佛法。」臺北慈院在趙有誠院長號召下，跟隨社區腳步一起動起來，同步參與靜思精舍連線讀書會，由研讀經藏開始一起精進。

為了讓更多志業體同仁把握因緣深入經藏，開放「只要有人願意讀書」的志業體，都能以視訊的方式與本會同步研讀，陸續有臺北慈濟醫院、臺中慈濟醫院、關山慈濟醫院等志業體同仁跟著本會的脚步一起讀經。但醫療志業體的讀書會，

穿梭在生死交關處的大醫王們總是進進出出、零零落落，從來沒有一次是從頭到尾全員到齊。

改往修來 映照真我

把握在急診交班後，簡永瑋醫師脫下白袍匆匆趕到讀書會場；外科的吳伯剛醫師也是剛開完刀，手上抱著厚厚的《法譬如水：慈悲三昧水懺講記》，未及用餐就急急地快步進來；心臟內科張恆嘉醫師看完門診才來，不一會兒工夫，接到急救的電話又衝了出去；產科李裕祥主任雖然耳朵聽得不是很清楚，但認真閱讀《慈悲三昧水懺講記》，用心讀上人的法。大醫王們求法若渴，把握繁重工作的空檔，珍惜每一次讀書共修的機會。

原無閱讀習慣、任職臺中慈院的呂浩，在參加讀書會共修中，由閱讀《慈悲三昧水懺講記》讓自己的心沉靜下來，也藉此時間懺悔。

「小時候常拿小生命開玩笑，殘害牠們的生命，拔完左腳、再拔掉右腳。」想起自己發生車禍或運動傷害的部位都在四肢，當碰到這些事情時，呂浩也甘願接受這樣的懲罰，他很懺悔以前懵懂無知，造下殺生罪業。此次入經藏彩排中，因為要比手語，歌詞中有述及水懺經文，呂浩藉此調適自己的心念，慢慢回復到自我本性。他去年受證後，吃素到現在；加入慈濟後，才發現長期茹素並不困難。

人文志業發展處廣音組同仁古春葦感恩辦公室的同仁鼓勵她來參加讀書會，平時沒有時間聞法來洗



簡東源懺悔過往習氣，期盼大家把持善念的因。(吳榮洋攝)

滌心垢，講記中上人提到該懺悔的地方，讓自己醒悟到有很多無明未改，內心雖然有懺悔，但未確實改正，上人說：「懺悔，是改正過去的錯誤，才有懺過的機會」。

古春葦本未茹素，但身邊常有善知識提醒她素食，以前會裝傻走開，本身雖不愛吃肉，卻無決心茹素。直到日本發生大地震，感受到災難愈離愈近，從那天起就齋戒到現在，發現齋戒並沒有想像中難。

參與讀書會不只懺悔，古春葦也從書中找到一股堅強的力量，更知道要把握當下，愛要及时給家人，也懺悔二十六年來未曾向父親說過：「我愛你！」透過讀書會讓她有勇氣向父親說：「我愛你！」然而父親卻回應：「妳不會是要向我借錢吧！」由此知道以後要更用心

懺悔改進。

大圓鏡智 清靜無染

慈濟小學蘇秋碧主任從懺悔煩惱障、業障及果報障來分享入經藏心得。蘇秋碧自覺《水懺》經文好似一面鏡子，往事歷歷如繪，映照出最真實的自己。以前以為名利應該在職場上求；而在慈濟，大家都是志工，位置只是名相，不該執著與追逐，所以自以為辭去公職來到花蓮慈小，已經捨去一切。

直至讀到〈懺悔煩惱障〉時突然驚覺，自己其實並未真正放下，內心深處仍貪著於他人對自己「放下一切的名」、執著於「主任的相」，未省悟慈小是慈濟道場而非一般職場，主任只是個名相，應該

放下一切，本著志工的精神用心去做，因此當演繹到「貪名、貪財、貪權力」，猶如說到自己內心深處，體悟特別深刻。

在懺悔業障時，因為親人迭生意外，蘇秋碧深刻感受到因緣果報之可怕。春假回家時，聽聞兩位叔叔家中連遭意外，一位叔叔的兒子發生工安意外成為植物人，叔叔與嬸嬸趕往醫院途中不幸發生車禍，導致嬸嬸雙腳被截肢，一連串的不幸，讓嬸嬸怨聲載道、至今仍自卑得足不出戶。另一位叔叔，則因年前抽菸，不慎引爆打火機，導致嚴重灼傷不治死亡。驚聞噩耗，她心中非常難過，究竟是何種業力，讓兩位叔叔遭遇如此不幸？她記得幼時家中養雞，曾因雞瘟死了很多雞，母親談到家中發生了很多事，



蘇秋碧自覺，
經文好似鏡子，可以映照真我。（許榮輝攝）

那時不解母親的話，現在深入經藏，才真正了解業力之可怕。

「每個人的心，都要像大圓鏡智般，要保持清淨，時時反觀自性。」現在每遇煩惱時，上人的這句話總提醒她要把心中的鏡子擦乾淨，不要讓它蒙塵。此次入經藏，不僅讓她的心更透徹，了解因果業力之可怕，更體悟到人生無常，一切皆是幻化而成，無須執著，把握當下用心去做就對了。

法的分享 善的循環

經由靜思精舍、慈濟志業體同仁的率先帶動，進而引導各社區的讀書會，如雨後春筍般不斷組成，聞法若渴的志工、會眾們，把握因緣共讀、彼此分享，場地規模由大到

小，包括分支會所、聯絡處、環保站、師兄師姊家，甚至是提著電腦到府導讀；人數從個位數、幾十人到兩、三百人，甚至曾有高達七、八百人的場次。透過法喜的分享，很快形成一股善循環的讀書風氣。

與此同時，為經藏演繹的演練在全臺慈濟的每個會所熱烈展開。然而，經藏演繹是道場，而非劇場，唯有深入經文，全力以赴，才有自信 and 道氣引領大眾進入經典。

慈濟人萬眾一心，如同佛陀所說：「一手動時千手動。」真正將佛法「真空妙有」的精神體現出來。「法」是真空，經由《水懺講記》讀書會的共讀與分享，讓法能入人心，讓人起了正向的改變就是「妙有」，而經藏演繹就是驗證真空妙有最好的成果表現。