

興善、止惡、大懺悔

二〇一一年三月以來，臺灣的慈濟社區道場常看到聽到——「法譬如水潤蒼生・廣行環保弘人文」的法語。

《慈悲三昧水懺》共三卷。唐代悟達國師述作。已收於《大正藏》第四十五冊。

悟達國師，生於唐朝，四川涪州人，俗姓陳，七歲出家法名知玄，十四歲即入宮為皇帝、大臣等說法，人稱「陳菩薩」。

知玄和尚因為德行高深，故贏得唐懿宗的尊崇，在咸通十年（公元八六九年）懿宗皇帝親臨安國寺，求教佛法，賜給知玄和尚座高二丈，以檀香為材的講經寶座，並封

其為悟達國師。

《慈悲三昧水懺》簡稱《水懺》，乃唐懿宗咸通年間，悟達國師在大徹大悟之後，結廬自修所撰寫懺文。

二〇〇三年四月十七日，上人在早課靜思晨語時間正式開講《水懺》；上人叮嚀在場的二眾弟子：「希望開啟懺悔法門，以懺悔心，用心面對日常生活。」「佛陀說法，無不是要我們往清淨光明的道路，淨化人人本性。一分淨化就消除一分無明，更接近清淨佛性。所以，修行不能缺少懺悔的心。」

上人講述《法譬如水》的宗旨，即是希望大家能夠興善、止惡、大

懺悔；上人一直期待佛法能人間化，更期待透過佛法生活化，吸引更多的人間菩薩。這是慈濟以音樂手語劇的方式，生動活潑呈現《法譬如水》內文的精神重心，讓佛法義理深入淺出。之所以用《法譬如水》演繹經藏，是為了讓經文內容更容易被一般人所了解。《法譬如水》中的偈誦歌詞，是由慈濟基金會的王端正副總執行長，依當今社會型態與人心百態，把《水懺》懺文內容重新整理，成為與現代生活息息相關的雋永偈誦文辭。

慈悲道場已立，懺悔法門已開

這部《水懺》，上人曾因慈濟會務繁忙而中斷，二〇〇五年九月五日再度正式續講，直到二〇〇八年三月十二日才圓滿完成。上人也曾經對弟子叮嚀：「我不僅說給你們聽，我還做給你們看！」

二〇〇八年三月十二日《水懺》講經圓滿。而三月十四日，上人開始講《無量義經》！二眾弟子都深深領受上人精進的典範身教。

上人曾說，這輩子要做到最後一口氣，快去快回，回來歸隊，還是「為佛教，為眾生」。

上人給所有的靜思弟子也是兩句話：「以佛心為己心，以師志為己志」，相信佛心師志深藏在弟子們心中；我們何其有幸，能躬臨此世，成為靜思法脈，慈濟宗門第一代靜思弟子。

師公上人上印下順導師曾於

一九八五年上人的第一本書《慈濟叮嚀語》出版，題字勉勵慈濟人要「淨心第一，利他為上」，叮嚀慈濟人要內修外弘。「淨心第一」即是目前全臺慈濟人一場場懺悔法門的精進共修，而「利他為上」則是慈濟宗門的日日脈動的四大八法印。也就是說修福是利他，修慧是淨心。而當代慈濟人每天都追隨上人行在福慧雙修的慈濟菩薩道上。

大時代需明大是非——

知因果、植淨因、行善道

佛法不離世間法，縱觀四十多年來，慈濟史一直與社會脈動息息相關，上人教我們做人要包容善解，做事要分辨是非，佛門談因果，如

是因，如是果；上人教我們生長在大時代中要明大是非；要懂得因緣果報，是非、善惡因果都是自造自受。

上人曾經在主管會報上叮嚀，四大志業都要俱足「苦集滅道」，就是要大家知因識果。

「苦集滅道」是二千五百多年前，釋迦牟尼佛悟得正道，離開菩提樹下，對當初跟隨他離開王宮修行的五比丘第一次說法，這是佛教史上第一次佛法僧三寶俱足。世間之「苦」由「集」而來，若要「滅」苦必得行「道」；不思修道而望苦滅，如緣木求魚了不可得。

這就是佛陀說的「苦集滅道」，也稱為「四聖諦」。「諦」就是心不顛倒。所以，「此心常在圓滿處，天下就無缺憾事」，心中有法

●德宣師父開示
只有人，才有
因緣可以大懺
悔、大齋戒、大
精進。(黃莉美攝)



就無缺憾。

大劫難需養大慈悲——

見苦知福發宏願

二〇一一年，宗教處同仁曾彙整出一份全球天災統計的簡表，截至五月底，就有逾七十例的重大災難，如地震、海嘯、水災、火山爆發、森林大火、風災等。很多人覺得澳洲、紐西蘭是人間天堂，但今年以來也是災難頻繁；這都是地水火風四大不調，正應證佛經所言：「世間無常，國土危脆。」

今年七月間，慈濟賑災團從北朝鮮勘災回來，領隊師兄向上人報告，走了十多戶。當地人一人一天接到政府發放的一百公克的米糧，人人和著野草煮成草粥，即是個人

一天的糧食。一百公克有多少？靜思人文流通的香積泡飯一餐一包九十公克。

師兄又說：十多年前曾去北朝鮮勘災，當時就是這樣，家家戶戶只吃草粥，慈濟當時是發放種子與防霜雪的塑膠布。而十多年後家家戶戶仍草粥一碗。而走了十多戶，可以肯定的是，每個家庭沒有一滴油可食用。

另外，網路一直在流傳，非洲的兒童，不僅缺水缺糧，甚至是喝馬尿，真是於心何忍！處在同樣一個地球，文明社會物質如此充裕；而暗角眾生，每天卻有二萬五千人因飢餓死亡，平均每四秒就有一人往生。真如上人曾開示：「富人一餐飯，窮人半年糧。」

二〇一一年三月，大家也曾從電

視新聞上看到日本「三一一大地震的複合式災難，含地震、海嘯、核災。試想，如果下一個災難就發生在你我身邊，我們還能在這裡發大心立大願嗎？所以上人說，做一切好事都要把握時機、把握因緣，因緣消逝才想做，就「來不及」了！

在這大劫難的時代，需要更多人以大慈悲心來發心立願，共同承擔。上人說，只要耳朵聽得到，眼睛看得到，腳走得到，手摸得到，慈濟的愛心就到。一九九一年慈濟人的愛心走出臺灣，踏上大陸神州至今，這二十年來，慈濟從勘災到賑災，都是以直接、重點、尊重的方式進行。

我們何其有幸追隨上人，做一個手心向下的人，即使沒有親自前

去災區，但我們可以付出愛心，隨緣、隨喜、隨分、隨力共襄盛舉；又何其有福，能相輔相成互相成就慧命！

大無明需要大智慧——
棄擔能擔化為良能

智慧與知識不同，靜思語說：「知識愈高的人，愈要放下身段。如此，才能將知識的功能，轉化為智慧良能。」

曾在《大智度論》裡看到四個字「棄擔能擔」，很感動、也很受用，我解釋為：「捨棄五蘊六塵粗重擔，能擔佛心師志清淨壇。」五蘊指的就是色、受、想、行、識，「蘊」是積集的意思，五蘊積集運作就會產生粗重的煩惱。簡單的

說，五蘊就是苦源。

古德言：「一念無明生三細，境界為緣長六粗」，三細是貪、瞋、癡，六粗就是眼、耳、鼻、舌、身、意。六根對應六塵（色、身、香、味、觸、法），形成六識（眼、耳、鼻、舌、身、意識），讓我們內心起了種種分別，造作出種種煩惱。

五蘊六塵都是煩惱的來源，人如果時時自淨其心，捨棄個人煩惱重擔，才有能力承擔眾生苦難、成就佛心師志，遍灑大愛種籽。

「靜思勤行道，慈濟人間路」，慈濟就是慈悲，靜思是禪定、是智慧。期待在慈濟四大志業體，從職工到志工，能成就更多「棄擔能擔」的人間菩薩。

二〇一〇年慈濟海外幹部回來參

加全球四合一精進研習，上人第一次開示「合和互協」，回顧二〇〇三年SARS期間，上人交代宗教處整合委員組、慈誠隊，以「合心、和氣、互愛、協力」作為主軸，演進成目前「四門四法四合一」，做為慈濟志工體系的架構。

當年下半年十月間，上人行腳全臺各社區道場開示以下法語：

合心：總持門——總一切法、持一切善。

和氣：和合門——和聖賢心、合菩薩道。

互愛：觀懷門——內觀自在心、懷抱眾生苦。

協力：力行門——力持諸善法、行遍人間道。

合和互協根深遠，法髓同源道心堅。上人說，人人都是四合一，人人都是合心，人人都是和氣，人人都是互愛，人人都是協力；這是一個立體琉璃同心圓，所有的志工，不論有沒有受證，只要走進慈濟，追隨上人，最大的使命感就是「力持諸善法，行遍人間道」。

在慈濟團體中，往往越資深的慈濟人，越肯定別人、愛護別人，成就別人。《無量義經》云：「是諸眾生不請之師」，資深的師姊們常常在活動中隨時補位，謙稱自己是「不請之友」，甚至是「不請之僕」。

有一年，上人對臺中的慈濟幹部說，不論資深、資淺，在慈濟圈裡面溝通要慎防「人事中風」，身體中風需要就醫，人事中風就要用

法水醫了。心中有法，就會互相溝通，就不會有斷層，就不會起無明煩惱，要慎防「人事中風」不二法門，還是要心中有法，境界現前就不會起煩惱。

「十方三世重此生，一切有情尊人類。」上人教我們要珍惜「時間」，把握「空間」，守護在「人與人之間」，並感恩大家在此把握時間，擴展空間，掌握在人與人之間；隨時隨地以虔誠感恩的心，來面對種種人事困難，讓我們的人生，分分秒秒都得以滋長慧命。

大動亂需要大懺悔——
環保與齋戒

這半年多來，國內各社區一直在推動大懺悔、大齋戒，上人曾開

示：「懺是洗淨內心，悔是不再做惡。齋是身心清淨，戒是防非止惡。」

上人還教我們要「戒慎心淨無染垢，虔誠念純能省思，慚愧自愛不犯過，懺悔靜慮不染塵。」以懺悔齋戒而言，必須從最基本的素食說起。迦葉菩薩曾經問佛說：「為何如來不敢吃肉？」佛說：「夫食肉者，斷大悲種。」素食是長養慈悲心。慈誠委員理所當然要素食，如果連素食的習慣都沒有，如何力行慈悲呢？

上人說，人人有敬天愛地的敬畏心，期許世間崩壞速度減緩；有護愛國土草木之心，希望大地能有更多生機展現。多年前，聯合國「跨政府氣候變遷小組」早已指出：「遏止氣候變遷的最好方法之

一，就是不吃肉。」大家都知道，畜牧是造成嚴重環境危機主要元凶之一，其排放的二氧化碳，比全世界所有交通工具還要多！所以，相較而言，素食是乾淨料理、低碳料理，更是健康料理；環保素、低碳素，素食救地球；已經跳脫宗教的色彩，成為時尚指標。

我們要感恩這輩子有幸生而為人，因為只有人，才有因緣可以大懺悔、大齋戒、大精進；也只有人，才可以改往修來。懺悔心、慚愧心是來自深度的柔軟心；而培養深度的柔軟心之餘，應更上一層，心無雜念，永不退轉的修善斷惡普渡眾生。

心要入法，法要入心，

法要入心化髓

上人曾在志工早會開示：

悲從不忍中包容得願力，智從喜捨中感恩得信行，
福從人群中知足得歡喜，慧從變數中善解得自在。

祝福大家在知足、感恩、善解、包容中，悲智雙運、福慧雙修。

恭錄德宣師父二〇一一年十月八日開示