

流宣書法

證上人嚴證 錄恭豆德釋

放下比較，喜歡又自在

諸位同修：
佛陀教弟子：「人生有苦，是因有『比較』之心。」

前日，在台北上會報導「一位醫學界人士到蘭陽考察，看見一位體格健康、頗有書卷氣的人，拿著一本書喃喃自語：仔細觀察，他手上雖然拿著書，口中卻不斷地唸著：『無聊！無聊！』而且眼神呆滯茫然……」

原本人們在小島上，生活是苦悶的，吃的、穿的、住的、用的，都一樣，所以心性樸實、純真。

迷失自我的瘋車
台灣呢？以青少年為例，青少年學子之間也常有「比較」心態。

證上人贈送自編西蘭來的《靜思語》二本(情愛大師·證嚴)。

「《靜思語》讓在覺悟道路上的我，找到生命的真理。」

要你接近它，就會被它感染美化。
風趣的詹姆士，今年六十九歲，出生在那個破碎的家庭。

靈驗，他並主動向人介紹《靜思語》。
許多不同國族的人，詹姆士知道這將是他心靈旅程的開始。

天未破曉，三點五十分板聲敲醒夢中人。
這些孩子們好動快活，如蜻蜓點水，動作輕盈，片刻間已行行列列。

從「精神」到「心靈」
在「精神」到「心靈」的轉變中，我們需要一個過程。

用心挖寶，收穫滿行囊
這一次的師生營活動，讓我學到很多東西。



師姑，您在笑什麼呀！
九月三日，雙和區環保志工精舍尋根之旅。

被愛是幸福，愛人會快樂
人生際遇各有不同，若能掌握機緣，將有不平凡體驗。

重新認識自己
能參加此次的尋根是幸運，大台北地區只有我們學校參加。

學習上人精神，愈挫愈勇
難得的因緣來到花蓮靜思精舍學習，原以為是來玩的。

去面對任何事，不要畏懼。
生如朝露，死如秋風，我們應如何面對？

關心我。現在的父母真是難為啊！
到警察局丟雞蛋、石頭抗議，還聲言要搗毀警察局。

當孩子逐漸成長，有些父母就不知該如何教養了。
許多青少年問題多出自於父母親的過度寵愛。

「無常性」能時時把心定下來。
天下父母心，看這多麼多父母，為了養育子女費盡心思。

十方菩薩雲來集
活動第一日。
來自全省各地高中師約八十人參加這個營隊。

法喜充滿伴我歸
曾漢榮教授談「表達與溝通」，針對師生間的溝通。

珍惜擁有一切
在精舍走路，必須注意不能走在用石塊鋪排的水溝蓋上。

重新認識自己
能參加此次的尋根是幸運，大台北地區只有我們學校參加。

想感得心營生師中高



南山高中白湖華老師帶領班上四位同學，一同參加慈濟首次舉辦的高中師生營。

最後一夜舉行燭光晚會，上人親自為每位學員點燃心燈。

德宣師父講述菩薩法要，諸菩薩特德，如何辨別……