

流宣音法

錄恭豆德釋 講人上嚴證

行八正道，除貪瞋癡

諸位同修：諸佛要學習正確的思想，亦即「正思維」。在日常生活中心，思想若不正確，行為就會偏差，所以修行最重要是：調整我們的思想。

梵志向阿難尊者請法

佛陀在世時，也是教育弟子們要有正思維。當時有一些外道梵志也會來請法。有一天，一位梵志來到阿難尊者的寮房請法，問道：「尊者，我看您容貌端正、年輕力壯、智慧又高，而且王族子弟，為何不在家享受安逸快樂，而隨佛陀出家呢？」

阿難尊者說：「為了去捨貪慾、瞋、癡，所以我出家修行，希望在這一生中能把一切不善的行為去除，並且努力從事善法。」

梵志又問：「為什麼要去捨貪、瞋、癡呢？這些對人有什麼好處嗎？」

阿難尊者說：「若執著貪慾，不但今生受害，也耽誤到未來。若有貪慾和瞋、癡，不但傷害自己，也會傷到別人的心。不論是此生或來生，自己或他人的煩惱都和貪、瞋、癡有關。為了保護自己，利益他人，所以我要修行。」

梵志接著問道：「要用什麼方法去除貪、瞋、癡呢？」阿難尊者說：「用八種方法——正見、正思維、正語、正業、正命、正精進、正念、正定，即「八正道」。」

尋根的方向

「多用心」包含了一切真理

今年四月，能回花蓮靜思精舍參加全球慈濟精神研討會，對我來說真是一項殊勝的緣。慈濟師姊的鼓勵、慈濟師姊的大力促成、母親的體諒關懷，以及丈夫的全力支持，成就了此「緣」，為此心中有著無限的感恩。

緣而往找到歸屬

猶記出發當天，台北氣溫突然下降，白雲密布，婉拒母親強塞的漂亮外套，行囊輕便地離開家門。在往車站途中，意識到天氣確實涼了，若因此感冒，非但麻煩煩人，母親必心疼罪，況且重感冒才初癒，大意不得，故轉往百貨公司，找尋合適的外衣禦寒。無奈當時多衣已收，正感苦惱之際，忽見角落一件藍色套衫，正是我要的；走出百貨公司，心中泛起無限感慨，與身後五彩繽紛、俏麗的衣服相較，身上這件不起眼的普通衣服反倒使我有如獲至寶的喜悅，穿得既舒服又溫暖。

遊子見母

向來都只在月刊、道侶等刊物上「見」到上人，在「慈濟世界」廣播中聽上人開示，雖然一樣能體會上人的慈悲為懷的精神，但總不若近在咫尺。

善法要起而行之

這段話聽起來好像很簡單，其實已具足善法，教我們如何消除心中的污染；這八種方法，引導我們行向正道，使我們的人生絲毫無差、不偏不倚，可說是人生最穩當的正道。最重要的是：我們做到了嗎？

世間總有很多無奈，道理聽得懂卻放著不用，只是覺得無奈，這即是可憐的人生！人生有三種無奈，一種是「心的無奈」；一種是「身的無奈」；另一種是「身心的無奈」。

醫院裡，有很多病重或殘廢的人，他們真的是「身」的無奈，心裡雖然想行動，但身體卻是動不了。昨天我去加護病房探望病人，不論是內科或外科加護病房，都有許多無奈的病患！有的神識不清；有的意識清楚身體卻不能自主，因此身心皆無奈！

志工去居家關懷時，常常看到一些青腫損傷的人，他們動不了，可以料理自己的生活，甚至靠自己的能力謀生養家。有的雖然雙手殘廢，卻用殘缺的胳膊夾著畫筆，而且畫得栩栩如生。畫鳥、鳥就像會飛一樣；畫草樹木，都有風在吹動的形態；畫花草樹木，都有風在吹動的形態；雖然他們殘障了，但是意志堅強，不輸給健康人，這就是因為他們的思想很正確，而內心不健康的人感到痛苦，是因為思想有了錯誤。

總之，我們要有正確的思想，要知道人生的幸福與否，都掌握在自己的一念心。有正確的思想方向，自己就會快樂、滿足、幸福。其實，今天能擁有健康的身體，行動很自由，應感到無比的幸福，因為人生的福分在此！失去健康和行動自由的人必定深有同感。

「心無奈」的人生

不過，病房中也有很樂觀的人，雖然身體殘缺，但他們的心卻很樂觀。可是也有人身體很好，卻整天嘆苦，這是心的無奈，因為他的心不健康。上回到台北，來了一位太太，她到我就淚汪汪地一直哭，我問她：「發生了什麼事？」她一開口就說：「師父，我很多命，雖然不缺錢用，生活也過得去，但我覺得自己一生都活不過去，那裡會發命呢？」她也說不出所以然，還問說：「我要如何做，子女才不會和我一樣多命？」我

付出如取井中水——不增不減

◎ 濟毅

佛後聽得到一句話：「逆境乃增上緣」。雖然由字面稍懂其義，但一直無法深刻體認。直至接獲公司人事開辦事宜，真如晴天霹靂，無法置信！因為一家新營事業單位，業務從零開始，必須在短期內創造快速的成長與利潤，才能在競爭激烈的市場中生存。我調派籌備新店，等於白領一切耕種移交別人，而從頭開始。

四年多前，由母親及內子引進「慈濟世界」，加入「慈誠隊」皈依上人座下。在投入慈濟濟貧救苦四大志業志行列之中，感受頗深，因而將把慈濟人應具備的特質：「知足、善解、感恩、包容」掛在心上，警惕自己；接到調動命令後，內心一時難以平伏，一直想辭職，解脫自我心理建設。內子理解善解，是我最近近善知識，她以「逆境乃增上緣」來鼓勵我。她說：「很多人想用心努力成就事業，坐享收租成果，絕未料到，公司在短時間內連開三家新店，此時將我調派籌備新店，等於白領一切耕種移交別人，而從頭開始。

又說：「多數的機會都是一種『責任的承擔』，如果不能勇於承擔，那待成事業，你向誰取負責，如果期歡喜把握，不也淪於庸俗？」簡單幾句話，令我茅塞頓開。

上人曾告誡我們：「平時要結好緣，別人成就好事業，要歡喜助之，成就之；當你要成就好事業時，自然會有很多人來成就你，這就是佛陀所說的『雲來集菩薩』。」

到新單位報到後，主管雖然來自外地，人地生疏，卻很有智慧與毅力。平時我處事皆一本真誠、盡力而為，開拓業務亦然，但成就大事，仍需信心、毅力與勇氣，而自己最缺乏的正是奮戰不懈的毅力與勇氣。新主管始終冷靜地帶領我們面對初期的苦戰與挫折，扛起業績重擔，就像武俠小說所形容的：「以力的雙手，灌輸源源不絕的內力，支持，使我力不足的自己與勇氣；更難得的是全公司員工上下一心，自動自發，全力以赴，大家都能以共事為喜。

不覺中恍忽一年，終獲上面肯定，自主管以下，多人亦獲晉升，我亦多稱許、肯定。人生如此，能得幾回！回顧調動至今，感恩之心油然而起。感恩長官們給我機會，並予以提攜與肯定；感恩客戶熱忱支持；感恩同仁善意的指導教誨；感恩部屬們真摯的配合；感恩這一群「雲來集菩薩」。

在「工作中布施『良能』」上人常說：「學佛就要行菩薩道」，「菩薩道不離人間」，所以在眾生中能來證菩提。

又有一次，上人意欲對我開示：「的印證，人生旅程中，沒有一次又收獲呢？六度波羅蜜以布施為首，布施又分財施、法施、無畏施，我們在工作職上盡本分地「捨」，為工作崗位做好良能與職責的布施，不正是「良能」嗎？

付出之後，自問我們可曾因此少了一分？其實就像井中取水一般，井中之水始終「不增不減」，而我們卻因有一「捨」，才能得到今日大家的稱許與肯定，而大家也能結好緣而滿心歡喜。

我沒有小看自己
敬愛的師公：
您好！我是四年一班盧春安老師的學生，班上的同學都很喜歡您。師公！您的好話，盧老師每天都抄給我，並解釋給我們聽。

師公，您的好話，我有做到一句！「不要小看自己，因為人有無限的可能」。媽媽常說我的頭腦不好，反應比較差，但我沒有小看自己，加倍的用心讀書，所以我的成績排到中等；我想用功讀書，一定可以排到前幾名的。

從以前的小故事裡，知道成功的偉人，都沒有小看自己，像宋元璋他沒有小看他自己，所以他長大以後當了皇帝，我要學習他的精神，將來長大也要當個有用的人。

師公，您的心地很好，創辦慈濟醫院幫助窮困的人，使他們生病時可以到醫院看醫生，不必付很多錢。我希望長大以後，也像師公一樣慈悲、有愛心。祝身體健康。
大鵬國小四年一班李慧珠敬上

沒有小看我

敬愛的師公：
您好！我是四年一班盧春安老師的學生，班上的同學都很喜歡您。師公！您的好話，盧老師每天都抄給我，並解釋給我們聽。

師公，您的好話，我有做到一句！「不要小看自己，因為人有無限的可能」。媽媽常說我的頭腦不好，反應比較差，但我沒有小看自己，加倍的用心讀書，所以我的成績排到中等；我想用功讀書，一定可以排到前幾名的。

從以前的小故事裡，知道成功的偉人，都沒有小看自己，像宋元璋他沒有小看他自己，所以他長大以後當了皇帝，我要學習他的精神，將來長大也要當個有用的人。

師公，您的心地很好，創辦慈濟醫院幫助窮困的人，使他們生病時可以到醫院看醫生，不必付很多錢。我希望長大以後，也像師公一樣慈悲、有愛心。祝身體健康。
大鵬國小四年一班李慧珠敬上

沒關係，下次再努力一點！
慈悲的師公：
您好！我是大鵬國小的一位小學生，叫做吳佳玲，我上次寫給您的信，您有念給大家聽，我好高興呀！

我做到了一句話，就是「笑比皺眉好看」，所以每當我不愉快皺眉時想到這句話，我就趕緊笑笑。上次我考第六名，很想哭，但是想到那句話，就在心裡說：「沒關係！下次再努力。」

師公，我告訴您一個秘密，我媽媽看了「靜思語」以後，脾氣改變了很多。這次考試進步本來是要接受獎勵的，可是，這次媽媽不但沒打我，還說我，反而鼓勵我：「下次再努力一點。」我想媽媽做到了「原諒別人是美德，原諒自己是損德」。

有一次，媽媽看到一句好話，問我：「你是快樂的學生，還是痛苦的學生呢？」我說：「快樂的學生，還是媽媽又問：「你是為父母而學，還是為求知而學呢？」我回答：「為求知而學。」

媽媽又問：「你是為父母而學，還是為求知而學呢？」我回答：「為求知而學。」

每天媽媽有時間，就看「靜思語」，並重複的看，現在媽媽記起來很多好話，也做得比我好呢！祝您健康快樂。
大鵬國小四年一班敬愛的吳佳玲敬上

靜思語……等等），參加慈濟的所有活動。例如：慈濟列車花蓮尋根之旅、幸福人生講座、國內外賑災義舉、骨髄捐輸宣傳、教師聯誼會、慈濟茶會、淨山、以及為往生者助念；等等活動。就這樣在潛移默化中，我的太深了慈濟精神！慈悲喜捨，喝足了慈濟四神湯，知足、感恩、善解、包容；天天抹慈濟面靨，微笑、溫顏歡語。自此聲色調柔，身心健康；令人百看不厭，越見越歡喜。

我們每天說的都是「慈言善語」，思想觀念相同一致，不再為孩子的教育理念、理財觀念……等的不同而煩惱。
大鵬國小四年一班敬愛的吳佳玲敬上

百足蜈蚣——來囉！

◎ 林昭雄 文／曾欽瑞

七月二十五日，兩百零八位小朋友在台中分會進行第九梯次兒童學佛營。

下午三點鐘，突然下起傾盆大雨，到了沐浴時間，五點十分，雨勢滂沱，看情形短時間內是不會停了。老天似乎有意考驗工作人員的智慧，因為浴室位於分會東側，約需走五十公尺的路，為了不讓小朋友被雨淋濕，大家靈機一動想到「火車過山洞」的團康遊戲。

即刻上街買了五條（四×四十尺）白色透明塑膠布，交給慈誠隊師兄，一人在前抓著布頭，一人在後抓著布尾，小朋友十二、三位一組躲在中間，走起路來，宛如一條一條百足蜈蚣；不明就理的，還以為是在玩遊戲。這樣來回接連兩百多位小朋友，沒有一位被淋濕，但師兄們卻已汗水淋漓；在嘻嘻哈哈的笑聲中，小朋友們顯露出沐浴之外的另一份新鮮感。

有些師兄則拿著毛巾守在大門玄關，幫洗好澡的小朋友擦乾腳。小朋友的眼中流露出被「謝謝」可感受到他們已學會如何去「愛人」。

沐浴完，雨也停了，正好是結束沐浴的預定時間，大家不但沒有被老天考驗，反而增加了一分適應能力。

兒們懷著莊嚴肅穆的心，虔誠地禮拜懺悔；尤以繞佛，在宏亮的佛號聲中，無限感恩的心油然而起。

無畏感的心油然而起，上上人人生之途，若行深淵、如履薄冰，必須小心、步步平穩踏實，才不致走錯、步步踏實。不知何時，上人已繞佛行列當中，心想：不悔的慈濟行，亦是這般亦步亦趨，生生世世且道上人。

有 位教授已屆不惑之年尚未娶妻，同學們很感興趣地問道：「老師，您什麼時候請我們喝喜酒？」教授不要太高興！標準放低一點。教授回答道：「我的條件不高，只要具備下列幾點即可：第一、身體健康，不能太矮；第二、要長得漂亮而且溫柔體貼；第三、要懂得煮飯而且溫文體貼；第四、要有正當的職業；第五、有藝術修養；第六、與我有相同的宗教信念。同學們聽罷，群情嘩然：「老師，您要的是仙女嗎！到天上去找！」

直到有一天因緣巧合，我們聽了一卷慈濟「渡」的錄音帶後，深受感動，想不到人間真有如此清淨的蓮花國土，於是相偕回到心靈的故鄉——花蓮靜思精舍。

從那日起，我天天聆聽慈濟世界的廣播，聽慈濟的有聲書籍（錄音帶），看慈濟的書籍（月刊、道侶、

靜思語……等等），參加慈濟的所有活動。例如：慈濟列車花蓮尋根之旅、幸福人生講座、國內外賑災義舉、骨髄捐輸宣傳、教師聯誼會、慈濟茶會、淨山、以及為往生者助念；等等活動。就這樣在潛移默化中，我的太深了慈濟精神！慈悲喜捨，喝足了慈濟四神湯，知足、感恩、善解、包容；天天抹慈濟面靨，微笑、溫顏歡語。自此聲色調柔，身心健康；令人百看不厭，越見越歡喜。

我們每天說的都是「慈言善語」，思想觀念相同一致，不再為孩子的教育理念、理財觀念……等的不同而煩惱。
大鵬國小四年一班敬愛的吳佳玲敬上