

觀音山導覽多重化身 阿修羅入法變成環保菩薩

劉瑞香

選文觀點——

在新北市觀音山為遊客導覽二十年，響應生態保護的沈雲瑛爾後加入慈濟，收斂脾氣和睦家庭，放下病苦身心自在。

TZU CHI FOUNDATION

「這是觀音山的標誌，一年有四次活動，四月有一次賞鷹，若天氣好時又有三級風，就會聽到老鷹啾啾叫！老鷹的眼力是人的九倍至十倍，所以從遠方就可以看到蛇、小鳥。」在新北市觀音山當導覽志工近二十年的沈雲瑛，手指著標誌，專業的為觀光客介紹著。

◎導覽生態 不忘環保

走在觀音山的步道上，眼看綠色植物，鼻聞乾淨空氣，有時聽到小鳥啾啾叫，沈雲瑛馬上告訴遊客，五色鳥（擬啄木鳥）挖洞窟，在那裡飛！這種是觀音山烏柏樹上保育渡邊氏長吻白蠟蟬……邊走邊聽導覽，讓人更了解山景歷史、植物生態。

「早安！今天自己來嗎？腰痛好些嗎？氣色不錯有進步喔！要勤走動，祝你愈來愈健康。」走著走著，沈雲瑛遇到山友熱情寒暄。途中，突然看到不屬於山裡的寶特瓶、餐盒、塑膠袋、紙袋、衛生紙等，她立即拿出隨身攜帶的塑膠袋，彎腰撿起。遊客不免好奇詢問：「妳在做什麼？撿什麼東西？」沈雲瑛就藉機宣導：「淨山就是淨自己的心，大家都可做環保尖兵。」

偶爾彎腰撿回收，別人看到也會加入，有些人看到「你丟我撿」就不好意思隨手丟，反而還撿一包回收物給她呢！沈雲瑛最常和山友分享，「做好事不能少你一人」、「對的事，做就對了！」以善導善，沈雲瑛認同環保好事不能只靠一個人做，要大家互相成就，也是知福、惜福、再造福。

五股區五福路底設有成立十三年的環保點，每星期三晚上沈雲瑛與先生總會來做環保。入慈濟從做環保開始，沈雲瑛在路邊看到回收物，不撿覺得可惜，所以口袋或背包都放有不同尺寸的袋子，孩子常會抗議她每次出門遊玩，一下車，馬上把回收桶、垃圾桶內的資源一一取出分類，但這卻是沈雲瑛最開心的事。

「勤儉才有底」（臺語：節儉才有後路），沈雲瑛做環保後更懂得延長物命。她告訴兒子，「以前的人衣服穿舊了捨不得丟，把釦子、袖子、拉鍊剪下來，袖子做袖套，衣服當抹布。」讓兒子

驚訝得直說媽媽省過頭了，但沈雲瑛不以為意，堅持「勤儉才有底」。

提著平日撿拾的大包小包回收物來到夜間環保點，看到塑膠袋不少，沈雲瑛把紅色塑膠袋放左邊，透明的塑膠帶放另一個袋子，提醒身旁志工標籤要剪下來。在微亮的光線下進行夜間環保，為的是菩薩大招生，讓晚上有空的人一起來付出，沈雲瑛認為環保站是修行的道場，人難免心急，口氣較大聲，她看了就警惕自己要聲色柔和，不要踢到鐵板（喻挫折困難）就退轉。

◎靜思啟理 自度度人

過去，沈雲瑛與先生王春正生活背景、學歷相差懸殊，思想差異，時有摩擦。加上勤於參與社區公益，舉凡縣政公家機關、新北觀音山、中小學、紅十字、平安線等，忙、盲、茫，疏於與家人溝通，沈雲瑛坦承以前常以自我為中心，讓先生孩子壓力大而反彈，她更是心起無明火，像阿修羅般易怒。

直到2001年沈雲瑛學習當大愛媽媽，跟隨志工侯秀益進入校園做靜思語教學，她從行住坐臥的學佛行儀開始，入校園帶動禮節，往下扎根，潛移默化，度人也自度。

「經者道也，道者路也。」沈雲瑛參與活動愈多，愈是篤定要跟

隨證嚴上人，於2004年受證慈濟委員，從而明白「生氣是拿別人的過錯懲罰自己」、「看別人不順眼是自己修養不夠」，所以漸漸不使性子，學習「理直氣和，得理饒人」，和睦家庭，讓孩子驚訝地說：「以前一板一眼，我們壓力很大，都要聽從，媽媽做慈濟以後變了很多。」

2011年水懺演繹彩排後，沈雲瑛回家就倒了下去，起不來，坐輪椅，住院十四天，無法站起走路，做了核磁共振及所有檢查，只知道是暈眩，右耳聽不清講話內容，到現在仍找不出病因。

當時右耳忽然聽不見，先生安慰她：「非禮勿聽，用左耳聽好話。」但沈雲瑛心裡很恐慌，幾乎放棄所有參與的志工團體。想到人生三大要素，陽光、空氣、水，先生便帶她去觀音山呼吸新鮮空氣，加上慈濟法親關懷，身體才逐漸康復。

2013年沈雲瑛健檢後查出胃癌，她不顧家人反對，把病交給醫生，迅速切除三分之二的胃，心交給菩薩，放下擔憂，減少煎熬。以前她參與十種不同的志工，忙得不可開交，沈雲瑛反省自己太貪心，沒定性；生病後，她開始收斂，現在七十歲的她只專心做導覽與環保。

沈雲瑛依舊每天去觀音山導覽兼運動，她心想人生若沒有慈濟，應該仍跌跌撞撞，毫無方向，她感恩找到明師，以靜思語反省過

往，隨時到三重園區，或打包物資、或做環保、打掃，也承擔人文飄香隊輔、培訓幹事，雖然現在身體狀況大不如前，但沈雲瑛做自己可以做的事，不比較、不計較，隨喜讚歎他人，蛻變成為一位輕安自在的志工。

TZU CHI FOUNDATION