特稿/恪遵佛規守禮節 承擔責任證品蓮

慈語甘泉/恩師慈語—靈靜性圓

Insights / Self-Deliverance

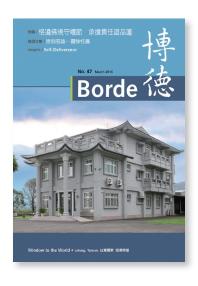


No. 47 March 2016

Borde沉默



No. 47 March 2016



特稿

4 恪遵佛規守禮節 承擔責任證品蓮(下) ——台灣區佛規禮節班 前人慈悲/編輯組整理

慈語甘泉

- 16 恩師慈語—靈靜性圓 編輯組整理
- 19 恩師慈語—揚善圓道 編輯組整理
- 20 恩師慈語 編輯組整理

重德道學院特稿

- 24 《道德經》第五章守中章(上) 南極光
- 31 《莊子·南華經》心得報告(下) 解叔珍、陳銀長、傅明傳
- 34 道學院講師班參班心得 呂秀慧
- 36 上經典講師班偶感 默然



千手千眼記常州

- 38 参加冬令營心得報告 黄皓廷
- 40 輔導員初體驗 工住馨

專題

- 41 言教不如身教 解淑珍
- 47 言教不如身教(上) 邱足滿

處事錦囊

52 把自己變得渺小 戴山

小 品

- 54 與狼共處 陳基安
- 56 憂患意識 香港 尹國偉
- 60 心靈SPA 編輯組整理
- 62 生活智慧故事 大衛

健康二三事

- 53 改善失眠~助眠9步驟 編輯組
- 55 彩虹蔬果 編輯組

Insights

66 Self-Deliverance Big Sam (USA)

Tao Youths Speak for Themselves

- 70 Healthy Body, Healthy Mind Winnie Cheung (U.K.)
- **71** Determination and Persistence Nancy (Taiwan)

- 2 一句話讀博德 Quotes from Borde
- 69 It's Vow-Fulfilling Time!!
- 74 編輯小語

封底裡 食譜——炸素什錦、瓠瓜五彩湯 口述:邱美淮 文:羅智遠

百世勸人以書 也才不負仙佛苦心。

恩師慈語、仙佛聖訓是上天賜予每一位白陽修士的寶典,《心燈傳燈》、《同心協力》、《無我利他》、 ——**世期人以** 《願行愿行》、《精益求精》、《安貧樂道》、《誠信修睦》、《鵠的誠固》、《捨凡存誠》、《圓我融群》、 《智圓德方》、《揚善圓道》這幾本聖訓,皆是恩師及仙佛的心血結晶,宜廣為流傳,善緣才能廣結,

衆生若有需要,請您與他結這份方便善緣;您若有需要,請讓博德與您結下這份清淨法緣,感恩您。

發行者 美國紐約重德道學院 出版者 美國紐約重德道學院 創辦人 顧愛珩前人 院長連振和 副院長長 榮榮芳 顧問 梁月娥、曹臨川、戴泉清、蘇東霖、呂芝芬、葛洪開、馮德明、洪玉、吳錦鳳、劉泰泉、吳碧華、溫燦堅、毛松發 發行人,顧愛珩前人 社長劉連吉 編輯編輯組 美術編輯 林秀虹 攝影、羅彦明、黃承堯 影像處理 陳俊儒 通訊處 美國紐約州紐約市曼哈頓區顯利街 152~156 號 152-156 Henry Street, New York, NY 10002, U.S.A. 電話 (212) 962-5661 傳真 (212) 962-5661 E-mail ptinf_a@pchome.com.tw 網址 www.cc-borde.org **聯絡處** 博德雜誌編輯室 **地址** 台北郵政信箱 47-91 號 **電話** 02-28832511 傳真 02-28123316 **E-mail** multice@ms34.hinet.net

句話讀博德

「不知老之將至」,是修道人最快樂的地方。 修道要生歡喜心,喜歡佛法的滋潤、喜歡自我覺悟; 但喜歡修辦道的人,不如能享受修辦道的人。 修辦道時時法喜充滿,樂在其中,才是逍遙,才是自然。

P.4《恪遵佛規守禮節 承擔責任證品蓮 (下) ——台灣區佛規禮節班》

靈敏巧妙悟本宗 道之宗旨化大同 靜思無欲無人我 不二法門心貫通 性定攝心慧止觀 三無漏學持善中 圓滿三覺培四德 常樂我淨聖賢功

P.16《恩師慈語—靈靜性圓》

直心道場 身段下放 職責不二 同理心訪 戒尺為治 嚴已以律 寬懷待眾 以德為方 身擔天命 莫戲一場 後進觀看 汝等行榜 言之以柔 敦化行訪 初心難守 思量思量

P.20《恩師慈語》

「譬如爲山,未成一簣,止,吾止也! 譬如平地,雖覆一簣,進,吾往也!」 經典的學習係一輩子的事,終其一生無有盡時。

P.36《上經典講師班偶感》

教化菩薩慈悲:「身教重於言教,感化重於渡化。」 以身作則的力量比言語的力量更爲大,更爲深層, 因爲無形的德感動了眾生內心的良知而有所改變。

P.41《言教不如身教》

如果人類能夠讓兇猛的野狼來舔他的手,成爲朋友, 難道人類不能讓另一個人放下武器成爲朋友嗎?

P.54《與狼共處》

Quotes from Borde

尺蠖之屈,是爲了伸展而作準備;

龍蛇之蟄, 值冬眠來渡過嚴冬以保存生命;

精義入神,精研道學,善用這些道理於憂患中安身,以崇高個人德業。

P.56《憂患意識》

哈佛大學推薦20個快樂的習慣

- 1. Be grateful. 要會感恩。
- 2. Choose your friends wisely. 明智的選擇你的朋友。
- 3. Cultivate compassion. 長養慈悲。
- 4. Keep learning. 不斷學習。……

P.61《心靈SPA》

社會的每一分進步,都是需要人們用行動去構建,

如果我的行爲感化並帶動了一個人,

那麼世界上又多了一份乾淨的原因。

P.62《生活智慧故事——你無法把香蕉皮罵進垃圾桶的》

在進德修業的過程中,你我不妨也能夠不斷的思考:

「孝道」、「尊重」、「反省」這三道題目,讓我們持續成長與精進!

P.64《生活智慧故事——人生三道題》

Home sweet home. There is no other place better than going back home. I deliver myself home.

P.69 《Self-Deliverance》

By looking after ourselves and caring for our health and wellbeing, it will be much easier to then cultivate and to offer the care and attention we desire to our dependents and family.

P.70 《Healthy Body, Healthy Mind》

The Brooklyn Bridge shows us that dreams that seem impossible can be realized with determination and persistence, no matter what the odds are.

P.73 《Determination and Persistence》



恪遵佛規守禮節 承擔責任證品蓮(下)

-台灣區佛規禮節班

凡事都要樂在其中

做事若只有辛苦而沒有快樂,是不會成功的,所以無論做什麼事都要樂在其中。現在我們來參加佛堂的班期,或者同修兄弟姊妹互相討論,不斷出去辦道、不斷去度人、不斷進德修業,這些都是終生的事,這條路是很遙遠的,如果只有辛苦,日子會有多麼難過呢?

其實出去辦道,我從小到現在真的是很辛苦,大家講不苦是假的。但是樂在其中, 度到一個人、參加一個班,那種喜悦講不盡,不是你一個人而已,是大家共樂一共樂 才是真正的快樂,所以說樂在其中。雖然肩 膀上的擔子很沉重,但是有快樂來相配合, 所有的辛苦都能化解掉的。

孔子也講:「知之者,不如好之者,好 之者,不如樂之者。」今天大家都已求道、 學道、辦道,既然知道修辦道的重要與好 處,是可以將自己的脾氣、毛病除去,也可 以幫助衆生超生了死,然而僅僅是了解它的 人,比不上喜歡它的人。你看:道的寶貴在 我們的身上,不論我們處在困難或順利中, 一切情形之下有佛法的點化,又處處可以感 化人,能做這樣的事,我們是不是要歡喜 呢?所以修道要生歡喜心,喜歡佛法的滋 潤、喜歡自我覺悟;但喜歡修辦道的人,又 不如能享受修辦道的人。故樂在其中的人, 修辦道時時法喜充滿;樂在其中,才是逍 遙,才是自然,就能像孔子一樣「不知老之 將至」,這就是修道人最快樂的地方。

修道以來,實際上我真的是很快樂。 八十歲以前還不知道,有時還會有脾氣毛病 一不是對人發脾氣,我會對自己發脾氣,只 要受一點委屈,心裡就難過得要命。八十歲 之後真的覺得修道很快樂,為什麼?因為發 覺這個委屈就是點化,它讓我把毛病改得乾 乾淨淨,把我所有的習慣、所有的思想完全 改變,原來它是教化菩薩,把我教化得非常 好。這時,我才懂得接受他人的大恩大德, 才真正是法喜充滿、樂在其中。這是真的逍 遙,沒有煩惱、沒有痛苦、沒有困住自己的 東西了。所有的束縛通通消解,這才是自 然,才可以自由自在,甚麼困難都沒有。我 今年八十八歲了,不知老之將至一我覺得自 己還像十八歲,真的是這樣。

堅持到底,提昇自己

所以修道要不斷提升自己,唯一的方法:堅持到底。不管路有多長、不管有多辛苦,一定要堅持到最後。因為我們是快樂的修道人,因為我們明理修道。今天來修道不是拜神求佛、求壽、求平安順利,我們是真正明白道的真理才來修道、才來學習辦道、

學習自度度人。因為明理,我們不執著,懂得當一個念頭轉不過來時,就是困難與痛苦,放下就能輕鬆。為什麼老師要教我們守玄?守玄的功夫就是放鬆,不通就是阻礙,溝通就是舒,你能放鬆、能溝通,馬上就舒服。因為明理,我們也懂得「量大是福」。一個人器量小,收到的回報也小,例如你送我五個橘子,我就回送你五個桃子;你送我一個,下次我也回送你一個,這就是氣量小,收回來也是小;如果我說「隨便你拿多少,我都不計較」,這就是量大,等他將來有機會回報你的時候,也會盡自己的能力回報你,這樣你就能夠富有,你說快不快樂?

修道也一定要以靈修來保護我們的身心,讓它非常之安全。首先以每天三次的燒香來反省身心。平時再怎麼忙碌、心再怎麼亂,燒香時一面對老中,也一定得靜下來定定地把香燒好。所以藉著燒香禮儀,在半個鐘頭中間,我們的這顆心就能得到安定。在燒香時,我們有錯要認、有過要改、有罪要懺悔,以後不可再有這種情形發生。其次要做到「靜坐常思己過,閒談莫論人非」,平日無事靜坐的時候,我們常常回想一下自己有什麼過失,與人閒談中不講是非,要談就談道,以道德為重,要這樣來養我們的心性。

「不知老之將至」,是修道人最快樂的地方

修道要生歡喜心,喜歡佛法的滋潤、喜歡自我覺悟; 但喜歡修辦道的人,不如能享受修辦道的人。 修辦道時時法喜充滿,樂在其中,才是逍遙,才是自然。

修持的功夫沒有其他,不要有慾念。人 常常想要的東西太多,實際用到的東西太 少,因此養心第一就是寡欲;遇到煩惱痛苦 要想方法來解決,不要怕煩惱。所謂「煩惱 出菩提」,煩惱往往可以助我們成就菩提。 再有空就學唱聖歌,讓我們的心情舒暢一 下,或者聽聽佛經、唸唸佛號,一心皈依。 總之,修道人就是要講修道話、做修道事, 不要讓世間的凡情凡事把我們的心困住。同 修之間如果遇到困難要互相排解,遇有危險 的事互相提醒,遭逢困境要淡定,遭遇考驗 要突破,讓考驗變成助緣。因為任何考驗都 在試驗我們修行的境界,讓我們能藉此除去 心中的習氣,讓我們能在修持中順利的成 長,使我們的心理更能圓融,這是很重要 的。

用智慧學習,使生活健康

修道人用的是智慧,不是聰明—用智慧

就是圓滿我們的處事修持,將來能成佛;用 聰明就是處處與人計較,永遠是世間法。因 此,平日我們要用智慧去學習。學習什麼 呢? 為將來的應用而補不足。在我們有生之 年,為了度人度己、解決問題,有時間儘量 去學習。例如外文外語,對我們的辦道與行 功了愿,一定有幫助。此外,對閱讀、寫作 的技巧也要精益求精,有時間多看道書,提 升自己的道學;又學習歷史,了解各國的歷 史人文,學習國學、文學等,各方面我們都 要加強,都要儘量去吸收與探研。

對我們道場所有的一切,我們都必須要 認識,也必須要去參與。所以從古到今歷代 祖師的傳記我們要多看,了解他們苦修與成 功的歷程;也要多去了解師尊師母生平的事 蹟,學習他們的精神。現在道場已經發展到 全世界了,要多去了解佛堂的功用,明白佛 堂擺設的意義,知道佛堂一方面可以救人靈



祈許真善美降臨世界,怎麼做呢?

師尊在暫定佛規中最重要的幾句: 「正心修身,克己復禮,處事和平,出入廉潔。」

性,另一方面也可以安慰我們後天的心,洗 淨一切塵俗的煩惱,這個我們要了解。

此外,人生最重要的就是生活健康。我 們的生活要簡單清淡,吃東西、穿衣服、住 房子等等,簡單清淡就好,不要太講究,太 講究就會給自己帶來煩惱。早晨起來要做早 操,多做義工服務。人不要怕做事,越是怕 做事,身體就越是遲鈍。你們看我寫黑板 字,其實我不是愛寫,我就是想要讓我的 手、我的腦子多動。當義工雖然沒酬勞,但 能服務人家,而且能讓自己的身體勞動,又 因為不拿錢,心裡反而沒負擔,真開心!空 下來可以寫些書法,或者其他藝術,如插 花、布置、烹飪等等,都可以讓自己的心性 定下來,也可以頤養我們的身心,使身心健 康。我就是這樣,住在家裡的時候,心一煩 我就想找事情做,然後專心在做事上,所以 我還能煮一兩樣菜,為什麼?煩就去煮菜, 煮菜就忘掉了,想到這個菜要把它煮好,就 把這個煩躁的心情分散掉了。

祈許真善美降世人

我們要每天祈許真善美降臨世界,怎麽 做呢?師尊在暫定佛規中最重要的幾句: 「正心修身,克己復禮,處事和平,出入廉 潔」,所以第一要克己復禮。每天回想所做 的一切是不是真誠的?是否合乎一個彬彬有 禮的君子?任何場合絕對不能失掉禮;第

二,處事和平,做一件事要想到它的結果會 是什麼,絕對沒有問題的,你可以放心大膽 地去做,遇到困難一定要以平和的心去處 理,若是先發脾氣,把事情鬧得一團糟再來 整理,那就是事倍功半了!第三,出入廉 潔,進進出出都要非常清白、簡單、乾淨, 處處不可以有一點瑕疵; 第四是待人誠懇, 人家來探望,或者有什麽請求,我們都要盡 心盡力地相待;說話要簡明不誇張,大事化 小,小事化無,很簡單、平靜的處理,別人 講了什麼,我們講出去不要加油添醋,這是 很重要的。講話不要損人,別人怎麼不好, 我們都要保持他的名譽,不可以亂講。對前 **遣請示要恭敬站立,聽人家講話要一心一意** 傾聽,你不要耳朶在聽,人又掃地、又倒 茶、又拿凳子,人家講什麽你都聽不到。

一個人要忠於事,做什麼事都要達到成 功,不可以半途而廢。要本著「學習與了 愿」的精神來辦事,千萬不可以馬虎。做事 要處處主動、事事負責,不做沒關係,既然 做了,就不可以敷衍了事。也不可感情用事 與私心偏袒,好比發供果,發到我的親戚、 我的朋友,多一兩個蘋果、橘子讓他帶回 去,這種都是不正常的。也要不怨天、不尤 人。你看這個颶風一來,最大的房子也要倒 掉,再怎麼好也沒有用,大家沒話講,為什 麼?這是天災,如果說好好的房子讓人家給 撞壞了,你一定不會罷休,一定要鬧上公 堂,可是如果是颶風颳壞的,你去找誰?找 老天爺嗎?所以做人不要怨天尤人,應該受 的,你就會碰到,沒有辦法,逃不了的,你 怨天尤人也沒有用,還不如算了。

對於上面交辦的事務,如果有點師希望你幫個忙、做件事情,要欣然接受,開開心心的,「好!我能做,我接受」,做到一半適時回報:我現在做到什麼程度了。不要推諉,不要聽到做事就心想「嚇壞我了!不要來麻煩我!」能做就接受,不能做就要講明原因,遇到困難、有什麼問題,坦坦白白講出來,主動溝通。如果能這樣,我們到任何地方去辦事都能放心大膽,這就是我們修道人辦事應有的風範。

涵養火候,培煉膽識

在團體當中要有一個涵養,做事情要先 衡量衡量,俗話叫「考你的火候怎麼樣」, 事情突然變化了,你應該要能去應付,要不 動聲色,像是沒有發生一樣,靜靜地把這件 事情處理得平平安安,在你處理事情的時間 就看你有沒有和平之氣。所以處事和平最重 要,任何事要反求諸己一反過來問問自己: 怎麼做可以變成無事?雖然受到挫折,我願 意負責,能勇於承擔,既不推諉、不逃避, 也不怨天尤人,更不拉人落水。

做大事的人是不怕事的,也必定是有膽 識、肯擔當的。道務上有什麼事情發生,有 什麼事情要處理,馬上站出來,絕不會到處 拉人下水。以前大陸辦道就是這樣,這些壇 主們都很好,一有事站起來,「這個佛堂是 我開的,有事我去,不要拉他們,他們只是 來參加,沒有什麼,這裡主事人是我」,這 就是捨我其誰、無私無我、無怨無悔的真 心,要把這種真心拿出來辦理道務。凡事身 先士卒,做什麽事搶在前邊,不要說「我是 點師,不用做,你們去做」,不要有這種 心,我們先做給大家看,讓大家跟著學。也 不可倚老賣老,這點很重要,就算你年紀 大、一出生就求道,若是到了八十歲還不真 修,有用嗎?沒有辦事、沒有修道,你倚老 賣老也沒有用。人與人之間,你敬我、我敬. 你,這才叫做相敬,要是坐在哪裡,等著人 家來敬你,茶來伸手、飯來張口,這樣的享 受與道不合,所以不要倚老賣老。上天賦予 我們本性,只要是修道人都有一份責任,應 當見道成道,有機會就去成全人,緣分來的 時候你不要拒絕,緣份盡了,你已經盡了心 就走開,不要攀緣。大家很簡單、很自然, 一切以道為念,以人道為原則,不要攀來攀 去,這點是很重要的。

修道辦道死而後已,不是十年、二十年、三十年,而是到最後的境界都要能始終如一。始終如一就是從開始到結束都要一心,不能有二念,這才叫做一心一德、貫徹始終一有始有終貫徹到底,從頭到尾就是這樣。例如生活要規律,作息正常,不可以該

共修六和敬

身和同住、口和無靜、意和同悅、戒和同修、見和同解、利和同均。

工作的時候睡覺,該休息的時候工作;該做 的事不懈怠、不偷懶,生活不放蕩,這樣子 來自律,方才可以。

悟法宏道,修六和敬

修道不是短程,是終生的,該如何來走 過這一生呢?首先,修道的人應該要悟法宏 道,干萬不可兼宏其他法。其他法都是世界 法,與悟心的方法是兩條路的。悟心是跳出 世界法,沒有悟透心的,就仍在這個世界。 例如修道人還去拜神、唸咒,希望咒神靈 驗,這樣要修道的話就困難了。好比一隻腳 想踩踏兩條船,好危險,一不小心就失足落 水,白忙一場。凡是心有所求,終究不是正 派的,不是利益人的。恩師的大道是大法, 不是普通的一般法門,以明心為主,方才可 以見性,以專門為正行,沒有他法。如老前 人辦道,一個字都不認識,卻能一心辦道、 別無他念,專心念彌勒真經與金剛經,一起 身就唸,幾十年如一日,今天才能成就天德 菩薩的果位。

要知道人心是散亂的,是干變萬化的, 欲得一心,必用一法,所以菩薩要我們唸經 唸佛,就是要我們的心能專一,沒有他念。 能以一法持久,長久之後,心就能由亂而 定。而用法必須專注一門,方能持久、方能 耐長。到歸空時,身可以終,而法不可忘; 心可以遷,而法不可移。所以修道人要以定 法來治我們散亂的心,久了之後,我們的心 必能依法而定。有好多前輩就是念「南無天 元太保阿彌陀佛」而悟心悟道的。

不過,悟心之法有間接、有直接,直接 的方法就是「在心追心」——追心中的雜念



到不生一念,這樣來悟心比較容易;間接的 方法是「在境追心」,利用環境來安定自己 的心念,或用其他方法來定心,這樣要達到 悟心就稍為困難。難易兩頭,就看你的心專 不專一,看你的根器是利是鈍,由此來分 辨。如果人能行這一門守心法,終身不行他 法,而不生別念的,可以說是真正有根器的 人;相反地,若是這個守心法行個三年五 載,再去行別的法門、生別種心,一生之中 行若干法,最後一定達不到的!所以要堅持 一個方法,始終如一下去。世人只恨佛法, 並不怪自己用心與否?心專或不專?這是病 得很重了!

再來要共修六和敬,什麽是六和敬?第 一,身和同住,與人相處能和諧快樂,打成 一片,行為上不互相侵犯;二是口和無諍,

言語上和諧無爭,你講一句,我講一句,出口 就定了;三是意和同悦,大家志同道合,心 心相印, 意見上能一致和諧, 人人都喜悦; 四是戒和同修,戒律上大家都能遵守,進退 有節,莊嚴共修,好比你受的是殺戒,我受 的也是殺戒,講起來就很投機;五是見和同 解,理念上大家看法一致,相處起來就能和 諧;六是利和同均,利益上的分配大家平 均,賺了十元,你五元、我五元,不會吵架, 不吵就心不煩,相處相敬相愛,這是修道人 最重要的。在世界法中,大家常有争執,有 時口不講,心裡會想,這都會發生問題,如 果能共修六和敬,問題就能減少很多。

修道要修「慚愧」一法

修道要修「慚愧」一法。我們常常講 「慚愧」,心鬼為愧,你覺得慚愧,你的心 中一定有鬼,一定做虧心事。把心斬掉為 慚,斬除心中的鬼,讓鬼沒辦法藏、無處 生,心中無鬼則問心無愧。如若不斬去心中 的鬼,人便如鬼般做事了。

古今聖賢都知道慚愧這個方法,近代高 僧印光法師道高德峻,但是大師從來都以慚 愧僧自認。學慚愧的人時時都要斬鬼,如此 邪氣敢近身嗎?鬼都斬掉了,還怕什麼呢? 可悲的是如今懂得慚愧的人太少了,從來不 認為自己有錯,甚至很多自認為修行人的, 熱衷於什麼法、學練什麼功,拜什麼大師、 神靈、佛菩薩,卻偏偏忘了修行的根本一法 ——常慚愧。這是什麼緣故呢?就是我們心 中的鬼氣太盛,甚至讓鬼作主,鬼若做了 主, 還肯斬鬼嗎? 不知慚愧而言修行, 好多 事做不到,還認為自己了不起、不肯認錯, 這樣邪魔外道不就都成了聖賢大德了嗎?所 以我們應當慚愧。

學而後知不足,一個人不學就會自誇:



時時培養自己圓融十方的品德

圓者無多、無缺、無失、無方, 活潑玲瓏,來往無阻,每一面都照顧到; 融者,相和五味、五色、五倫、五音、五行, 方能和味、色配、樂音調和,圓融相聚,十方如意。

我什麼都懂,學了知道「學到老,學不 了」,世界法天天改變,天天在進步,你怎 麼學也學不完,好比手機,我就怎麼也學不 來。但開卷有益,打開書總歸有益處,不學 而求知,就有如想得到魚卻不去撒網,空談 一場,沒有用的。

一個人在世界上「不經一事,不長一 智」,你沒有經過這件事情,你不會懂得, 領會不了這個道理。好比你看人開車這樣轉 那樣轉,好像很簡單,等到你抓住方向盤之 後,你就頭痛了,該怎麼轉、怎麼停,問題 就來了。所以見過不如做過,做過不如錯過 做過還不算數,要錯過才知道問題在哪 裡,下次要怎麼改進。世界上的經驗是要經 過一番努力才能得來的。然經驗的累積要有 恆心,所謂「日計不足,月計有餘」,一個 人沒有恆心,連一個「巫醫」都做不成,更 何況是修道辦道?

經驗的累積更要循序漸進。古人講「合 抱之木生於毫末,九層之塔起於累土」,一 件事情的成功不是那麼簡單,一棵大樹是從 小樹苗開始,九層寶塔也是一土一磚慢慢砌 起來的;「行遠必自邇,登高必自卑」,好 比今天要遠行了,得從第一步開始走,登高 也要從底下慢慢上去。每到一個境界就了解

修道不是那麼簡單,每件事都要親身經歷, 從學問上、從經驗上,要有恆心,還要循 序,慢慢慢慢地做,這樣才能打好深厚的基 礎。

謹言慎行,圓融十方

與人相處要謹言慎行。易經上講:「吉 人之辭寡,躁人之語多」,一個吉祥的人, 他的話很少,點到明就止住,其他不多講 的;脾氣暴躁的人話就多了。言多必失,不 要多言。對人有一點不謹慎,你就失掉好多 朋友,所以是非場中,人家用嘴巴講,我用 耳朶聽,修道人不要參與這許多事,增加内 心許多不安而已。也要以慈善待人。孔子 「汎愛衆,而親仁」; 孔子廣施愛心,能親 近仁人志士;釋迦牟尼佛慈悲濟世,普渡衆 生。所以我們要做的事不在大小,都要拿出 自己的本心本性來,對世間所有的人一視同 仁,不分高低,不分你我,施恩惠給人不需 要太大,在人急需的時候你犧牲自己去幫助 他,這樣才叫慈善。

時時培養自己圓融十方的品德。要記 得:在修辦道中有缺點、無法圓融十方,是 自己工夫不到家。為什麼叫圓?圓者無多、 無缺、無失、無方,活潑玲瓏,來往無阻, 每一面都照顧到;什麼是融?融者,相和五 味、五色、五倫、五音、五行,方能和味、 色配、樂音調和,圓融相聚,十方如意。要 做到「圓融十方」,就要不損人、不批評 人,也不損己。愛人必行恕道,饒人不講是 非。

修道人不要固執己見。莊子告訴我們: 要順從天地之自然,方才可以達到正道。至 德之人忘去自己,不會去分「這是你的、 這是我的」、「這是應該的、這是不應該 的」,能無心用世;神明之人忘去立功,不 去計較「這是我做的、這是你做的」,這才 是真正的立功,而且因為忘了,能無心作 為,拼命地做;聖哲之人忘去求名,知道名 總是換來換去,這是天地間自然的事,求也 求不來,所以無心勝人,做什麼事情,做過 就算,不會有煩惱擺在心裡。人的痛苦,就 是恩怨仇恨永遠掛在心頭,其實就算讓你報 了仇,又如何呢?大家心胸要放寬一點。

莊子也說:人們總是「自己以為可,就 說可;自己以為不可,就說不可」。世界上 本來沒有道路,因為有人走才成道路,萬物 之初本來沒有一定的名稱,一切固定名稱都 是因為人的稱呼而成立的。好像成功路,明 天可以叫它失敗路,所以成功和毀壞是相對 待的,沒有毀壞哪有成功?兩者是相應而生 的,成就是毁。物既無成也無毀,成功和毀 壞都可以通達為一,只有通達一理的人,才 知道萬物齊一的道理。所以不可以拿自己的 一己之見,而寄於尋常之理。好多人講這房 子是我蓋的,將來要萬萬年,哪裡有萬萬年 的事?突然之間來了地震,你有辦法嗎?如 果有人拿了槌子把它打掉,你一定會說:我 那麼辛苦,怎麼可以把它打掉?你會找人 來,一定要懲罰一下,心裡才舒服,這個都 是多餘的。我說今天這房子是大家發心一起 蓋的,成功了,我很開心;明天它被毀壞 了,我也很開心,為什麼?這是它的事,有 成功就有失敗,完成它是我的心愿,心愿已 了,成功之後怎麼樣,與我無關。使用得長 與使用得短差不多,十年跟一年也差不多, 成功了,有用就用,沒用就算了。

一任自然,合於道體

所以,成功失敗有一定的道理,做了就 算,房子壞是早晚的事,晚一點壞是我眼睛 看不見,還不是一樣,這種道理要明白,不 可以固執。像這樣很尋常的道理,形式上看 去沒什麽用處,而實際上有很大的用處,可 以無往而不通達,無通達而不自得,和大道 便相差無幾了。這樣雖近於道,可是不知道 是什麼道理,也未嘗有心於道,辦道一任自 然,這方才是道的本體。

有同修告訴我:前人,喜馬拉雅山上聽 說有長壽的人活了兩千歲,你要不要去看 看?我說不要,他活了兩千歲也是一個普通 人,有什麼稀奇?對世界上的人沒有貢獻, 活了三千歲也沒有用。人總有一天會死,如 果給我我也不要,所有認識的人都死了,這 樣有意思嗎?人老了就歸空,那是自然的, 草到了冬天就死掉,明年春天它又會長出來 呀!不種它它也會活的。人也是,一百多歲 就要歸天,歸去了之後又會生出來,一切都 是自然的。像這樣就是道的一貫,祂的道理 就在我們的眼前,不知「道的本體」是一貫 的,那和朝三暮四、暮四朝三的猴子一樣, 早上三顆、晚上四顆牠不肯,聰明的主人給 **地早上四顆、晚上三顆,就開心得不得了**,

數量實在沒變,喜怒為的是什麼?這都是為 了固執於一己之見,認為我的最好,其實被 自己騙了。

因此,聖人講的道理不是固定的,它是 圓融的、通達的,且停止於平衡自然的地位 —物我各得其所—我做我的、你做你的,並 行而不相礙;雖然一起做,你不阻礙我、我 不阻礙你。修道人眼光、思想要廣大,不要 拘於小節,你一拘於小節,就有好多煩惱痛 苦,並且不好的還會帶給人家,這是最不美 的。修道要平、要靜、要均、要衡,不要高 低相差太多。世界法是自然的,第一要有慈 悲心,第二要有堅決的心,做事要有原則, 不要把原則忘掉,原則忘掉你什麽都沒有。 我們既然是一位智者,沐浴在道場,就要天 天潔淨自己,要以智慧來覺悟人生。世上的 人都是迷昧、都是痛苦、都是煩惱,所以要

在覺悟的立場上,以大慈大悲來奉獻給衆 生,把握好這個原則,以冤來日前功盡棄。

心態正確,精神富有

要知道:物質的貧富有限,一個人的窮 富是隋時會改變的,但精神的貧富則無限。 有精神糧食的人,雖然物質窮苦,但精神上 可以是一位強者、一位覺悟者、一位樂者— 是個快樂的人。我到八十歲真的快樂,什麼 都開心,所以我的身體也健康起來,中風之 後還能這樣,我也想不到,所以精神富有很 重要。我們是修行人,一寸光陰一寸金,必 須要掌握好當下一念,對任何人一視同仁, 存好心、做好事、做好人,這一念把握好, 就是有大智慧,就走上人生的康莊大道了。 修道人不要糊里糊塗,過了一段時間,身體 就不是我們的了。



神職人員立身行道應有的風範

辦事中要保持心理平衡, 保持中正和平、不卑不亢,不過與不及, 以發揚天道眞理及三教經典爲依歸。

現在道場上有一種很錯誤的東西——心態,問問自己:我的心態正確嗎?有沒有變態?好好的突然發脾氣了,這些都是因為精神貧窮,使得我們心理變態,因為念頭不正使我們迷惘,所以我們要努力學習佛規禮節,把心收束回來。最終的精神,要無私的奉獻,一點兒也沒有「我」、沒有私念在裡面。一個人心正不正,叩頭中就可以自己察覺,心正的人就是專心聽執禮的人唸誦,專心跟著叩頭;有人跪在那裡身體不動,有人雖然在拜,卻早已妄念紛飛。所以禮節的細節處全部發自心念,一切皆由我們念頭開始。

以立愿了愿為依歸

接下來談談神職人員立身行道應有的風範。我們擔當點師、壇主、道親的人,應該謙恭和藹,和氣溫暖,讓人一見就有一股道氣。要知道:我們不是為了名聞利養、勝過別人而修辦道,而是為了宣揚上帝的真理、為了幫助衆生、為了自己立愿了愿、消冤解孽、改毛病、去脾氣、除煩惱而修辦道。所以辦事中要保持心理平衡,保持中正和平不卑不亢,不過與不及,以發揚天道真理及三教經典為依歸。任何事不要固執己見,天下事各有其錯綜複雜的因緣,憑我們的肉眼是看不清楚的,只要以立愿了愿為依歸即可。修道更加不可談顯化,每個人的誠心、因緣都不同,顯化也有不靈驗的時候;修道

也不談政治,其實天道的教化已經是幫助政府了。我們純粹以修身煉性、誠意正心為成道的最高目標,也同時指引同修體會天道之玄奧,體會師尊、師母救世精神及其大恩大德。

今天大家站在佛堂的立場,不論你是前 人、點師、壇主、講師、道親,都已是神聖 的責任,一定要明白佛堂乃是以清規來建立 一心清、事清、理清,而佛規則是以人才建 立一人之有才,方立佛規,來匡正種種不週 到的地方。故佛規為人才之本,有本方不愁 末,本末是相應的。要知道:人才出於正知 正見,尤其是帶領的人,一定要依正知正 見,講出的話先合規矩,再來要除去人的習 氣。規矩守好了,習氣也除清了,這樣才算 是一位正知正見的執事。如能加上「悟心」 的功夫,辦起事來將更完善。若心生見解, 也一定要以規矩為準則,不可以自己的想法 來要求作為衆人的準則。對衆人講話,應該 無私無曲、無黨無偏,調和大衆,廣結人 緣,以扶下道綱、整頓道場,並從而培養自 己修持的福慧。

相反地,如果不以師訓清規做人,不以 道場為重,自己想怎麼做就怎麼做,弄得錯 誤百出,脾氣、毛病、金錢、人事,惡習頓 呈,不是鬧人我,即是弄是非,像這樣不顧 因果,硬是要敗壞自己的人格,到最後每個 人都跟他學,人心還有救嗎?一定是人心日 下,道場日衰。應明白重要大法都繫在職事 的身上,佛規行於衆生,上既惡習薰,下邊 的人便什麼事都做得出來了。

修辦道先學委屈

道場的帶領者肩負道場興衰的責任,一 定要好好保護道場,就算不能讓它興旺起 來,也千萬不能敗壞,做任何事情先審慎考 慮:對道場是利還是害?因為稍一大意,因 果將隨之而來。不管在什麼位置,總要以和 為貴,大家同心同德,心心相印,盡心盡力 愛護道場,情願死也不離開自己的職事,如 此,正法必可久住。要使正法久住,首先必 定要「久人」一先要有人有這個心,它才可 長才,若人心無法長久,法如何能久?正法 需要有人去護持,要有盡心盡力的人才,道 場才可發展。我們要有「今日有幸在師尊師 母門承擔一世天職,願來世再當師門的首領 職事」之宏願,這一世做不好,發願再來!

所以當職事的人,先要存心,任受天大 委曲,我的志行不移。不聽就好,聽了就有 煩惱。修辦道先學委屈,委屈求全—你要渡 人,若是與人有磨擦,以後講什麼都沒人聽 了,你還辦什麼呢?既然要辦道,就一定要 受委屈,這樣我們的心才能感動人、感動自 己,為什麼?你細心耐心之後,人家得到你 這樣的回應,認為自己講錯,罵了你、吵了 你,你還是那麽和氣,他會相信道是好的, 會願意來修道,比你講好話還管用。因此, 再有萬分辛苦,我心要更加歡喜。心裡不好 過的事叫辛苦,公心一片哪來不好過?哪來 的辛苦?所以日用中一切處,處處是道、處 處是佛,藉著這一份天職,藉著辦天事,好 好培養自己的福慧,也令他人修大慧,令世 界所有的人修大慧,正是福慧雙修。這樣子 修道,自己得到好處,上天也不會辜負你, 自利利他,是最好的方法。

佛規禮節無所不在

總之,佛規禮節的精神無所不在。修道 辦道一定要好好遵守佛規,藉著佛規禮節, 藉著修道辦道,我們可以成全人,也可以成 全自己。一個人有再大的修為,也離不開衆 生來助他成道。如果沒有衆生助他,成不了 佛的,就算是如來佛,也要世界上的衆生承 認祂是佛,祂才成得了佛。好多苦修苦行, 到最後都僅是自了漢而已,沒有用的。今天 大家得到老師的上乘法,希望大家在修行上 能多下點功夫,能真心真意、一心一意,好 好修我們老師的法、修我們老師的道,好好 把我們的心管好,把我們的事做好,不要 怨、不要恨、不要叫苦,大家真修真得,衆 志成城,行功立德,以身教將自己的信仰落 實在生活中,將修心行道落實於當下,將道 理倫常融化於世間,將個人奉獻於衆牛。這 樣的話,救世濟衆的宏愿與理想必定可以達 成。

希望我們修道人把握住自己的修持功 夫,好好地想一想「為什麼我們要修道?」 為了要成佛,這是我們的意念,其他都是假 的。願我們大家一起共修,努力向前,好不 好?(好!)謝謝大家!

(全文完)

慈語甘泉



◎編輯組整理 0 美國紐約 重德佛堂

彳亍彳亍降凡宇 般若行深時歡喜 修道三業當清淨 不問收穫勤耕耘

南海觀音 奉

中谕 來到增宇 參叩 賢士安怡 諸般期許 中駕

> 春宵一刻值千金 莫待良辰方才修 氣運循環歲月新 時時檢點身心事 心不明朗點甚燈 大斗小秤吃甚素 真藥難醫冤業病 損人利己促壽算 守口莫談人事非 生事事生君莫怨 欺心折盡平生福 高山平地有珍寶 修道本是自修理 修改脾氣去毛病 内觀已缺速修善 外觀人優宜自省 澄心遣慾三毒滅 内觀其心心無心 遠觀其物物無物 真常得性心清靜 是故天下無難事 機緣難遇宜珍惜 心不隨境修禪定

丙申養慧善心舉 直心淨土道場居 知足感恩無他衢 真心花開優良取 吾乃

沙盤訓語

哈哈止

花有清香月有陰 此時好修身力行 諸邪非易亂正眞 那有功夫論別人 意不公平誦何經 不孝父母齋何僧 横財不富命窮人 積善培德蔭子孫 自家過短何曾云 害人人害汝休嗔 行短天教一世貧 惟恐爾等不用心 不悟本來失理明 身口意淨正善存 缺能補圓表至誠 勤能補拙作新民 六慾不生穩心神 外觀其形形無形 三者既悟惟見空 悟道人真化迷群 只怕至誠恆堅人 快馬加鞭實修心 心不著境般若生



性定菜根清淡香 佛事人辦共協力 爱珩賢士否事云

心安茅屋簡易穩 萬事聖意表真心 不妨壇中細表清 止

靈敏巧妙悟本宗 靜思無欲無人我 性定攝心慧止觀 圓滿三覺培四德 靈靜性圓班名賜 智慧觀照無染著 賢士起身休一邊 心無罣礙意從容 不畏披星與戴月 婆心濟世不言倦 壇中賢士諸乾坤

道之宗旨化大同 不二法門心貫通 三無漏學持善中 常樂我淨聖賢功 實心修煉感蒼穹 内外明澈識本容 慈心善愿化頑童 德合十方處靈通 不畏沐雨與櫛風 涉身渡眾啓瞶輩 當體天恩師德宏



慈語甘泉



把握當下殷勤修 心行平直戒律心 安住不動定收攝 善觀諸法慧根長 三學善治三毒障 纏身三毒最無情 一切功德被劫洗 除十惡行十萬里 除八邪過八千里 道者路也人必行 常行十善諸惡止 人心惟危意浮沉 無量慧光遍普照 人只一念貪私起 染潔爲污濁氣重 銷剛爲柔失道志 寡恩冰清爲物殺 速將凝滯妄執破 學道中和百福至 清心寡慾淨六根 自性三寶常運用 迷者眾生自沉溺 智者成覺自在觀 心地無非無痴亂

不增不減自金剛

上天廣施好生德

修身之法理心本

成人之道先正己 順時察機醒春夢

故垂金線道路通 惡如鮮花善如松 二六推己行恕忠 捷足先登樂無窮 是非曲直大肚容 持犯開遮信念鞏 精進禪定培德功 摧伏四魔當勇猛 打破煩惱菩提種 似匪入門惡逞凶 長年作亂心驚恐 惡業轉爲善業宏 邪行歸向公正行 德乃護身良寶容 諸佛菩薩自迎逢 道心惟微允執中 一行三昧道流通 塞智爲昏心惶恐 變恩爲慘成梟雄 壞了人品敗德風 性躁火熾物焚空 良木成舟活水融 稍有偏激災禍逢 入市烏龜修玲瓏 見道成道振宗風 朝生暮死蜉蝣同 渡化有緣慈航逢 性處定慧戒慎恐 身來身去三昧功



慈語甘泉



◎編輯組整理 十七 北愛爾蘭 懷德佛堂

0 $\overline{\bigcirc}$ Б

三省觀己揚德風 五常修己圓聖業

爾師濟公 奉

申旨 降至壇中 參叩

中駕 握筆批衷

> 修道合德守忠信 盡己爲忠無私利 忠信得之進德方 擇言篤志居其業 有道君子慎言行 辦事和諧少爭議 若有偏見傷和氣 放下我執聖任提 樂天知命眞修者 睟然見面盎於背 仁者人也義爲宜 信者誠矣中爲本 天事人辦存心正 常言人善般若生 念佛念法亦念僧 戒定慧修正精進 善修一切不執著 圓融十方正思惟 觀己不是速改善 修己不足品德立

四毋克己善寶容 八正律己道貫通 吾乃

哈哈止

先行其言而後從 心誠爲信無欺凌 驕泰失之敗德品 如臨深淵履薄冰 意必固我不存心 志同道合法船興 氣出病來要人命 惟精惟一允厥中 仁義禮智根於心 四體不言而喻清 禮在讓先智知明 本立道生運無窮 正見正命正語云 常言人惡煩惱增 正定寂照如如本 志趨菩提玄妙存 不染三毒戒律清 惟善爲寶内蘊眞 克己不實培道心

律己不慎步步誠……



恩師慈語

理本無言 摯何發鵠 天德無私 善德爲輔 佛性不分 真虚參悟 院庭自掃 君子道骨 吾乃 理天佛院摰善真君 定雄是也

進佛閣 躬身參叩

中駕 頂禮前人 隨陪師駕 護堂前 哈哈止 道在身藏莫尋訪 二六時中守靈光

反躬自省修性王 看清虛實參明詳 吾乃

理天佛院慈眉道長 曹臨川是也

隨師駕 降臨堂 進佛軒 參拜

中駕 頂禮前人 侍一邊 哈哈止

秀毓靈鍾春風送 惠質蘭心千萬心

德功何等同心種 但求無愧憑規貞 吾等

擇善仙女 慈善元君 陳秀春 梁惠蘭

挽有德阿婆 進佛閣 參叩

中駕 頂禮前人 隨師駕 恭侍一邊 哈哈止

遲日送暖春風香 身心無分居良堂

天人同賀共聚壇 皇恩浩瀚細參詳 吾乃

理天佛院執事長 林保漢是也

入壇堂 參叩

中駕 頂禮前人 護師駕 恭侍一旁 哈哈止

清風明月話家常 品茗舉杯話原鄉

化機千種萬般樣 誰識師心共辦場 吾乃

西湖靈隱 帶徒兒 降臨壇 進佛堂 躬身參叩

中駕 賀新年 共辦同證 心定然 哈哈止

一片丹心换汗青 真心不悔感天心

倒裝立愿協幫辦 共辦道場助師肩 來者

天德佛院執事仙官 郭岳耀是也

進壇前 誠恭拜

中駕 頂禮前人 費心田 壇前妻女 百叩壇前 呵呵止 天恩無邊再重見 百感交集泣難言



師恩浩瀚前人德 各人使命要承肩 對吾之情化道情 今日沙盤話前因 乘愿於道來修辦 混沌未開迭運轉 看盡沙場諸般怨 奈因愿力未能了 廣渡有緣得一指 昔日師曾千般話 掬心一瓣把心换 父母親恩未及報 兄長賢姐代吾孝 念弟之親妻兒顧 阿芬賢妻壇前敘 汝等掛牽淚漣漣 對吾之心化道念 夫妻一場本是緣 前因後果汝亦知 壇前叩謝恩如天 孩兒教養諸費心 皓怡皓文代父職 爲父一顆眞心喚 孩兒之心思念牽 爲父喜盼莫逞強 爲父甚記昔日話 誠者爲信參明訪 克紹承繼心放寬 若有心念對天表 貫益賢兄與夏珍

方有今天沙盤言 壇前親友銘心間 同心協辦共收圓 盤古開天一氣元 奈何天時未知全 文武相兼曹公賢 借隱山林修性天 故降在凡行道前 方能了愿返歸天 叮嚀囑告未參玄 奈何愿力難盡前 色身已然孝難全 人生無常當明焉 再再感恩銘心田 前人恩德代謝前 爲夫汗顏淚難言 來日理天共修前 皆是歷練助收圓 爲夫之心汝明全 助吾共辦無掛牽 心中無限謝難言 三餐問暖關懷焉 父志箕裘承續前 放棄志業醫來全 有時放寬解心田 志在人爲必勝天 用來道場直心田 爲父時伴汝身邊 昔日託夢汝明焉 夏玲之恩報難全



慈語甘泉



諸此法善昔敬莫內宿灼法人保賴 恩壇德日媚急外業维壇情重關此事善諸賢莫德方夫聖道己懷德務 怡般妹慌修了婦事情身弟壇諸壇叮壇借歸參與非莫量納前費前嚀前修真心梓一混力心謝心喚語言煉化田龍人馬前心謝心喚語言煉化田

非淚吾姐互人放他寄天送認天是言亦妹相生寬日語聖往理鑑言難助同關有汝廣叮夫迎修明語報肩場照果心渡寧婦來真察能化同互來因道展天亦德參律述道修助商種明性德參爲明甚證前踐前言前焉源賢玄先詮嚴





修辦無他唯一心 介燦夫婦壇前敘 事事行來且認清 人生道場要明清 前人護助言慎謹 爲兄今日無色身 代吾分擔體恤進 今日壇前話一篇 壇前點傳與壇主 爲吾費心壇揖禮 思量思量再思量 各人職責愿可了 何處道場何眞理 修道以何爲依歸 以何爲藉何爲戒 壇前點傳答師言

愿尚未了代吾圓 兄愿未了代吾前 事應廣渡助有緣 所爲何事當明焉 步步行來反問前 汝有身來暗助肩 聽師調遣荷責肩 無限心語描難全 同修共聚甚歡顏 轉換乩筆師敘言 呵呵止 人生爲何來一場 可曾認真修辦揚 昔日初心可曾忘 壇前徒兒思參詳 心中之尺可衡量

止

.

直心道場 身段下放 職責不二 同理心訪 身擔天命 莫戲一場 後進觀看 言之以柔 敦化行訪 人生如戲 誰能明瞭 諸般提點 壇前壇主與人才 誰人心賣與師詳……

戒尺爲治 嚴己以律 寬懷待眾 以德爲方 汝等行榜 初心難守 思量思量 師今問話 未得師心 皆爲自我 怎教四方 誰明師腸 師心誠盼 徒兒參詳 曲高和寡 知音難訪 道場莫分 原靈細想 天命不同 職責重扛 轉乩一轉

天地不仁,以萬物爲芻狗;聖人不仁,以百姓爲芻狗。 天地之間,其猶橐籥乎!虚而不屈,動而愈出,多言數 窮,不如守中。

《道德經》第五章

◎南極光

〈章節要旨〉

- 這一章可以分成三段,第一段說明了天地 之道,因為無心所以能夠成物。成物是為 成就萬事萬物,如第二章觀竅章裡所言之 「生而不有,長而不恃。」而聖人之道, 即是能夠忘言而去體玄(内在的天地)。
- 第二段,道就是因為虛空(橐籥),萬物 也才能生生不息,反觀世人,又是否能夠 像道如此般的虚空?也難怪世人總是有著 百般的煩惱,心若不能空,又如何能夠萬 事順心順意呢?
- 第三段,提醒講得多還不如守中。因為講 多了畢竟還是末法、是有為法,並非究 竟。

〈註解〉

①不仁:實之大仁,因為沒有偏,沒有私。

②芻狗:用草紮成的狗。古代專用於祭祀之 中,祭祀完畢,就把它扔掉或燒掉。比喻 輕賤無用的東西。這裡也是要我們順其自 然,聽其自然,尤其是當我們面對生與死 這一大事之時。

③橐籥:

- 古代冶煉時用以鼓風吹火的裝置,猶今 之風箱。
- 喻指造化,大自然。
- ■喻指本源。
- ■生發,化育。

4)不屈:無窮盡。

⑤數:計謀,心術。

〈翻譯〉

天地沒有所謂的仁愛,因為天地對一切

的萬事萬物都是平等的,沒有絲毫的偏袒, 所以天地對待萬事萬物,就像是對待那芻狗 一樣,順其自然的讓他們自生自滅。而聖人 因為效法天地,所以也是沒有所謂的仁愛, 對所有的衆生百姓也是同樣的平等,沒有絲 毫偏袒,沒有任何私心,對於一切的生滅都 是那麽的順其自然、聽其自然。

天地之間,其實就像是一個打鐵時用來 煽火的大風箱,一動一靜,一來一往,一消 一息,不斷的交替,生生不息的運轉著,不 斷的長養著萬物,這就是所謂的陰消陽長。 因為這一個大風箱是虚空的,所以才能夠越 推動其能量亦會越多,而又不竭盡。

世人啊,就是說得太多,動作太多,所 以才時時講多錯多,作多錯多,使自己反而 更加的困惑;那倒不如收斂自己的心念,守 中、寡言,以清靜而無為。

〈心得分享〉

在多年前某天,要去參加葬禮。葬禮儀 式預定在上午十點半開始,可是那天,十點 廿五分時還在開車的路上,十點半才抵達殯 儀館的停車場。停好車,心裡很是著急,想 說完了完了遲到了,禮堂裡一定是坐滿了 人,待會進去的時候,狀況一定會是很尷 尬,因為每個人的眼神都會投射在自己的身 上。當後學硬著頭皮、低著頭走進禮堂,後 學頓時怔住了,因為禮堂裡怎麼會是寂靜無 聲的?眼睛張開一看,完全不敢相信自己所 看到的景象,因為禮堂裡面一個人都沒有, 後學想難道禮儀都結束,大家離開了?還是 自己去錯了地方,去錯了殯儀館?

迷茫之際,趕緊找了一位工作人員詢 問,是這間禮堂沒錯,而他們也不知道為什 麼家屬都還沒來,因為理應家屬都會早在 七、八點之前就來到準備一切的,但是他們 到現在也未見人影。於是後學撥電話給朋 友,但是手機卻沒有人接,這時也才發現到 朋友媽媽的棺木就置放在禮堂的前中方,坦 白說此時此刻也不知道自己可以做些什麼, 唯有選了一個靠窗的位子坐了下來等等看。

那時,正是春天,早上的陽光很是溫 暖,曬著太陽,心裡想說也好,趁這機會好 讓自己那顆還在「撲通、撲通」急跳著的心 緩和下來。不經意望了望身旁落地玻璃窗外 的水池,清楚看到池中魚兒若無其事的游來 游去,鳥兒亦毫無顧忌的飛來飛去,吱吱喳 **喳的叫著**,搶奪食物,絲毫沒有因為有人過 世了,而有所傷心。

看到此幕,心中不禁以開玩笑的口氣喃 喃地說:「喂,你們好歹也嘛尊重一下,這 裡有人剛過世了,就不能收歛一下、尊敬一 下嗎?」話一說完,心中再次像是有雷電劃 過,自己在無意識下很自然的從位子上跳站 了起來,轉過身,望著禮堂外面的車水馬 龍、人來人往,沒有因為這裡有人過世了, 而停了下來為她瞻仰、為她哀悼。

是的,世界依舊不停的轉動;是的,忽 然間後學終於明白了,這不就是「天地不 仁,以萬物為芻狗」嗎?,這一切只不過是 自然循環而已,天地之間的陰陽消長罷了。

佛陀圓寂之時,世界也沒有因而停止旋

轉,一切還是如往常般的,花開花謝,日出 日落,一直的不變的輾轉至兩千多年後的今 天,一切還是一樣的在輾轉中。這一切的生 滅就是那麼的自然,沒有刻意造作,包括了 人的一生。魚兒自由的游著是自然的,鳥兒 自在的飛來飛去是自然的,外面世界的人們 來來往往,各自的為生活奔波也是自然的, 這世間一切好與壞,都是那麼的自然,沒有 偽作。

明白了,亦可以發現到原來世間的一 切,沒有一件是真正屬於你我他的,所以憑 什麽說房子是我的?車子是我的?錢是我 的?佛堂是我的?道親是我的?我所擁有的 一切都是屬於我的?這一切的一切應該是屬 於大自然的吧?因為有朝一日,這所有一切 還不是塵歸塵,土歸土?全都化成了烏有, 包括了我們的這一個肉身。

因此想想,自己又有什麼東西好執著 的?有什麼事情又是放不下的?故而我們憑 什麼資格去高傲而看不起他人?盛氣凌人? 自以為是?如果有一天,雙眼閉上了,什麼 東西是可以帶走的?沒有耶,萬般帶不走, 唯有業隨身!當後學在那禮堂深深體會到這 一點時,心情久久的不能自己,之後稍為平 復,趕緊坐了下來思考這一個問題,而就在 此時,您說奇怪嗎?朋友與他家人,還有其 他人員也陸陸續續的走了進來,這如果不是 上天的慈悲與安排,那又會是什麼?

天地不仁?其實是大仁啊,從出世一路 走來,身邊的父母、兄弟、家人、親朋、老 師、老板、同事,無一沒有給自己照顧與栽 培的。其中有好的結果,當然也有不是自己 所期望的結局;有歡笑的,同樣的也流過了 很多的淚水;有成就的,當然也少不了失足 的,無論如何這一切都造就了今天的自己, 自己又何嘗感恩過?

莊子也曾說:至仁沒有『親』的關係。 人都一直的只想「生」卻不要「死」,害怕 它逃避它,搞得自己最後「生不如死」,失 去了做人的意義。以前曾懷疑聖人怎麼可以 比喻百姓為芻狗呢?至少我們是人,是萬物 之靈啊!是高高在上的!後來才明白那是自 己的分別心,鄙視了其他生物的性命!形體 上雖是有別,但是内在的那一份靈光是絲毫 不差的啊!

吳靜宇前輩說:「在動的現象界中,萬 事萬物都是時時刻刻在變化,不過這種不停 的變乃是現象的變,並不是真理的變,因真 理永遠是居於環中,以應無窮,故真正明達 的人,必定站在真理的立場上,靜觀萬事萬 物之變,善處萬事萬物之變,並在變中觀察 其微妙之真機,絶不能被變擾亂心神。」天 地之間,萬事萬物的種種變化、生滅,只不 過是一種生生不息的循環,看看「落紅不是 無情物,化作春泥更護花」,掉落的楓葉可 真的是那麼的無情?離開了大樹?可是誰又 能夠了解到它的離開卻是為了去滋長下一次 的花開啊!

老子曰「不仁」,正是這天地的大公無 私;天地不會因為某人或某事而不運行,大 雨降下時,不會因某地而不滴落在那裡,它 還是一視同仁的滋潤了每一處它所到過的



地方。天地無私,卻長養了萬物,也成就 (滅) 了萬物。

花開了即是花謝,護花又何嘗不是所謂 的長養?人的責任盡了,任務完成了也不是 要下台一鞠躬? 這是滅,但下來後,經過一 段的休息,再以嶄新的心情出發,那又何嘗 不是另一個的「生」?天地是以生機來生萬 物為始,復要以殺機來成萬物為終,萬物之 能成熟,這才是物的最終善果,若無所成, 則以前所示現的生亦將無用。就像易經第 六十三卦「水火既濟」是完成,而第六十四 卦「火水未濟」是個開始。剛結束了又開 始?這不是一個循環嗎?難怪大學亦有句話 說:「物有本末,事有終始,知所先後,則 近道矣。」

因此我們可否以如如不動之心來去觀外

在的變化呢?能否隨遇而安、任其自然?時 間在變、環境在變,而心中的道心是否環能 夠保持著不變?以不變應萬變?這門功夫可 是重要的很。身邊週遭的事物,時時刻刻都 在變,我們自個兒也何嘗不是?看看自己的 心念,一時天堂一時地獄,多少輪迴在其 中?是好是壞真的只能憑個天地良心。坦白 說天地的不仁、聖人的不仁,又豈是我們人 的肉眼可看得透?就如第十四章道紀章裡所 言之「不可致詰」啊!

真實的故事:曾經獲得電影國際獎的日 本明星兼導演北野武的母親,幾年前去世 了。於是北野武回到故鄉去奔喪,他一直不 喜歡母親,因為她一直不斷向他這一個兒子 要錢,只要他一個月沒有寄錢回家,母親就 打電話對他破口大罵,真是所謂的死要錢, 而且北野武越出名,她索取的錢越多。

回到家之後,他還是忍不住大哭一場, 想到他一直在外,沒有好好供養媽媽,雖然 是死要錢的媽媽,他還是覺得虧待母親。等 辦完喪事,北野武正要離開家的時候,他的 大哥把一個小包袱給了他說:這是媽媽叫我 一定要交給你的。

北野武小心翼翼地打開小包袱看到一本 存摺與一封信,存款是用他的名義開戶,存 款金額高達數千萬日幣,信中母親寫道: 「武兒,在這幾個兒女當中,我最擔憂的就 是你,你從小就不喜歡唸書,又亂花錢,對 朋友太慷慨,當你說要去東京打拼時,我就 很擔心你會變成一個落魄的窮光蛋,因此我 每月從不間斷地要你寄錢回家,一方面可以 刺激你去賺更多的錢,另一方面也為了替你 儲蓄;你給我的錢,我一毛都沒有花,你大 哥一家把我養得好好的,你的錢就是你的 錢,現在就拿去好好利用吧!」看完了信, 北野武哭倒在地上,久久站不起來。

甘心忍受心中莫大的悲痛,而來去承受 孩子對自己一生的怨恨與不解,以換取孩子 一輩子的幸福,您說,北野武的媽媽是不仁 呢? 環是大仁?

在墨爾本有很多外國留學生,後學曾有 位留學的朋友,他的室友是從印尼來的,因 為家境富裕,在印尼時一切都有傭人負責打 點他一切的起居,所以這位室友從小就非常 好命,沒有做過任何的家務事。來到了墨爾 本和後學朋友一同租了一間公寓。可是兩人 一起住了不久之後,種種問題竟慢慢的浮現 了。這位室友吃完的餐具不收亦不洗,房子 從不幫忙打掃,衣服也不會洗,因為他從來 就不懂得要怎麼做。久而久之,後學的朋友 也變成了他的傭人,最終,朋友受不了而搬 離了那裡,其他人知道了此事,也不敢和這 位印尼朋友同住了。

有錢固然是好,但是光用錢給孩子買來 的幸福,對他的終生真的是一件好事?看似 很疼愛自己的孩子,但事實上卻是對他不仁 (害了他),不是嗎?那些所謂的幸福,只 不過是讓他們任意的享受,任意的揮霍,而 忘了教導他們如何去感恩、珍惜與付出。另 外,在人生路上彷彿不是自己想像中的好 走,跌跌撞撞的,考驗似乎很多,也可能曾 經想過要放棄,也可能曾經懷疑上天、責問 上天為何如此對待自己? 為什麼那麼的不公 平?那麽的殘酷?

然孟子有曰:「天將降大任於斯人也, **必先苦其心志,勞其筋骨,餓其體膚,空乏** 其身,行拂亂其所為,所以動心忍性,增益 其所不能。」意思是說上天將要把重大使命 降落到某人身上,一定要先使他的意志受到 磨練,使他的筋骨受到勞累,使他的身體忍 飢挨餓,使他備受窮困之苦,做事總是不能 順利。上天是這樣來磨練他的心志,堅韌 他的性情,增長他的才能。

想想自古以來,有那一位佛菩薩的修 道路是不崎嶇坎坷的?有那一位佛菩薩是 一帆風順,走來沒有遇到任何考驗就能夠 成道的?答案絶對是沒有。因為沒有那些 考驗,又如何有所成就?所以仁與不仁,如 何定奪?因此,何不心存感恩去面對世間的 是與非?誰要去理會那世間的對與錯?因為 我們要追求的是形而上的提昇,不是嗎?

「德修謗興,道高譭來。」要明白一切 的稱譏毀譽都是自然的,畢竟我們生存在的 這一個空間,可是陰陽相對的國度也。有時 在佛堂裡為了要維護真理,而不被接納、被 排斥、被厭惡,對於這些種種的不是,坦白 說起初自己深感沮喪,但是想深一層,那是 因為別人不明理;被名相左右了,如果明理 的話,他們會是這樣嗎?如果自己放棄了, 那不就是跟他們一般見識了?為什麼自己不 能做到如上一章所說的和光同塵?做不到, 那是因為自己的火候還未到家,功力還真的 有待改善,如果真的放棄了不就是同流合 污?與他人一般見識?

• 故事:

在一座破舊的廟宇裡,一個小和尚沮喪 地對老和尚說:「我們這座小廟,只有我們 兩個和尚,我下山去化緣的時候,別人都是

對我惡語相向,經常說我是野和尚,給我們 的香火錢更是少得可憐。」小和尚接著又 說:「今天去化緣,這麼冷的天都沒有人給 我開門,化到的齋飯也少得可憐。師父,我 們菩提寺要想成為你所說的廟宇干間、鐘聲 不絶的大寺,怕是不可能了。」

老和尚披著袈裟什麼話也沒有說,只是 閉著眼睛靜靜地聽著。小和尚嘮嘮叨叨地說 著,最後老和尚睜開眼睛問道: 「這北風吹 得緊,外邊又冰天雪地的,你冷不冷呀?」 小和尚渾身哆嗦著說道:「我冷呀,雙腳都 凍麻了。」老和尚說道:「那不如我們早些 睡覺吧!」

老和尚與小和尚熄滅了燈鑽進了被窩, 過了一個多小時,老和尚問道:「現在你暖 和了嗎? | 小和尚回道:「當然暖和了,就 像睡在陽光下一樣。」老和尚道:「棉被放 在床上一直是冰涼的,可是人一躺進去就變 得暖和了,你說是棉被把人暖熱了,還是人 把棉被暖熱了?」小和尚一聽笑了:「師 父,你真糊塗呀,棉被怎麽可能把人暖熱 マ,是人把棉被暖熱マ。」

老和尚問:「既然棉被給不了我們溫 暖,反而要靠我們去暖它,那麼我們還蓋棉 被做什麼?」小和尚想了想說:「雖然棉被 給不了我們溫暖,可是厚厚的棉被卻可以保 存我們的溫暖,讓我們在被窩裡睡得舒服 呀!⊥

黑暗中老僧會心一笑:「我們撞鐘誦經 的僧人何嘗不是躺在厚厚棉被下的人,而那

些芸芸衆生又何嘗不是我們厚厚的棉被呢? 只要我們一心向善,那麼,冰冷的棉被終究 會被我們暖熱的,而芸芸衆生這床棉被也會 把我們的溫暖保存下來,我們睡在這樣的被 窩裡、不是很溫暖嗎?廟宇干間、鐘聲不絶 的大寺還會是夢想嗎?」小和尚聽了,恍然 大悟。

從第二天開始,小和尚很早就下山去化 緣了,依然碰到了很多惡語相向之人,可是 小和尚卻始終彬彬有禮地對待每一個人。十 年以後,菩提寺成了方圓十幾公里的大寺, 有了許多僧人,而香客更是絡繹不絕,小和 尚也成了住持。

其實在這個世界上,我們都生活在棉被 裡,別人就是我們的棉被,當我們用心去暖 棉被的時候,棉被也會給我們溫暖。

談到「生滅」這一個問題,曾有朋友問 過後學說:古人為了遵循實踐道德,也往往 是要付出代價的。就像岳飛守忠死於秦皇 島;而我們天道中,以前有很多的前輩們也 不是為道而被砍頭犧牲了嗎?難道他們不知 道這樣做是會賠上性命的?但是如果知道, 為什麼他們還是無懼去赴死呢?後來自己思 考了很久,忽然才明白原來他們要:為天地 立心,為生民立命,為往聖繼絶學,為萬世 開太平!是為後人樹立一個方向,一個榜樣 啊!正是「死有輕於鴻毛,重於泰山」啊! 古人的這一份情懷,又豈是世人能夠輕易了 解的?

(未完待續)



《莊子·南華經》 心得報告(下)

○解淑珍、陳銀長、傅明傳

編者按:承蒙天恩師德,前人慈悲,以及諸位點傳師前輩的栽培提攜,讓許多道親同修有 機緣參與經學《莊子·南華經》的研習課程。同時,感謝教授師和輔導員之諄諄教誨,使大家 受益歷淺,也更深切體會到經典對白陽天道弟子在心性修持上的重要性。

本期,編輯組整理、摘要數位學員的研讀心得報告,和大家分享!

○台南 解淑珍

在莊子南華經應帝王篇中,所謂的應帝 應王,必先求其心性修養,達德合於天,帝 王之道,必以無為無私為衡量的標準,主張 不懷任何功利性的目的。在莊子看來,帝王 有了自己的成心成見,便會強行定出規矩法 度,使人們言行受到規範,轉變為趨利逢 迎,失去天然的本質,因為帝王有了自己一 套的標準,一旦與別人意見不同,便會產生 矛盾、對立,而手中又握有絶對的權威,有 可能濫用權力,強制別人屈服接受,導致最 後的結果,帝王與人民的渾沌都被扼殺,失 去該有的和諧、天真,埋下無止盡的對立與 争奪。所以,由此看來,修道人要恢復本性 的純樸與自然,必要學會「啓蒙」。蒙,蒙 昧無知,無知乃是無計較分別,無巧詐虛 偽,但絶不是愚昧的無知,而是要開啓本性

中的樸與素,啓發蒙昧無知的大智慧,不是 學識上的、認知上的啓蒙。如果修道過程錯 認了方向,認為這些學識上、認知上的成就 是高人一等或是修道有成,那就如同南鯈北 忽夏侯一樣,陷入崩裂分別的桎梏中。南極 仙翁慈訓:「智慧是磨鍊出來的。」累世輪 迴所累積的習性已形成一層層的高牆,須加 以打破、去除,煉出本質的精純。研讀莊子 可體會出在本性上那種逍遙自在無拘束、玲 **瓏活潑的慧詰,能開發出本性中的自然,順** 著逍遙、平常之心,順應一切外緣,放曠而 行,沒有凡聖之分,不參雜識心去歷事煉 心。相信有這真誠的心,上天的用心或安 排,絕對超出我們自己的思量之外。道是極 平常之理,並不驚世駭俗,能將平常貫徹才 是真正的不平凡。以此自勉。

○台南 陳銀長

莊子在逍遙遊中提到了鯤化為鵬的演化 過程,只因一般人不解其弦外之音,更無法 體會那「言在此,意在彼」的話中之意,所 以都認為太誇張,而將它當作神化故事看 待。其實,莊子是在隱喻一心的變化,就如 同修道突破逆境是同樣的道理。

以修道的角度來說,所謂南來北往皆淨 土,何處不是功德泉?可是世間衆生,是不 喜愛娑婆世界的,因為各種病痛與苦惱,不 堪忍受,所以才一直想要追求往生西方淨 土。其實,心淨即是淨土。所謂思無邪,何 處非南海;志於道,吾家即西方。所以說: 理天並不是天上才有,一念清淨的當下,即 是淨十現前;能依循天理做事,當下就是理 天現前。所以說:南冥即北冥,北冥即是天 池,只在轉念間,一念之差,天淵之別,想 想咱祖師的慈願,要化娑婆世界為蓮花邦, 也就是要將天堂搬到人間來,這不是口號, 是要我們有實際行動,去力行實踐的。

大鵬鳥的故事,是我們修道人的一個借 鏡,有許多道親,在最初求道時,法喜充 滿,非常發心,就像鯤轉化為鵬的情形,全 心投入在道場,行功了愿,忙得不亦樂乎。 但是過了一段時間以後,那股熱誠的心熄滅 了,竟而轉身投向名利的洪流,這是什麼原 因呢?就是認理不清,耳根太軟,經不起 雀、鳩的煽動、挑撥,三言兩語,就亂了方 寸,又落入苦惱的深淵,終而無法自拔,這 叫做誠心有餘,明理不足。所以師母告誡我 們:「午時成道巳時墜」,身為一個修道 人,豈可不戒慎恐懼乎?

時值末法時期,莊子的精神,亦可作為 我們生命的明燈,它默默的指引著世人,邁 向道德良心的大道,唯有堅持正確的理念, 才能使得生命中智慧的無量光,更加的耀 眼。生命稍縱即逝,也唯有認識真我,才能 展現出那生命的光輝。

○台南 傅明傳

《莊子》一書計三十三篇,分内篇七 篇、外篇十五篇、雜篇十一篇,其中内篇肯 定為莊子所著。内七篇中以「逍遙遊」為 首,可說是莊子學說的總綱。

「逍遙遊」有「逍遙乎物外,任天而無 窮」之意。揭示了人若泯除功名利禄等束 縛,便可到一種「無所待」的真正自由的境

界,可以像鯤鵬一般遨遊天地,可如藐姑射 山上的神人乘雲氣,御飛龍,遊於四海之 外,這種種都表現了莊子對人生理想的追 求,也意味者修道士提升偉大的潛能,秉承 老子「域中有四天,道大、天大、地大、人 亦大」,人可以與天地並列,達到「天人合 一」、「清靜無為」的境界。

「齊物論」,所謂「物形萬狀,道通為一」,人和物看似相異,其實都是「道」的一種「物化」現象之一。如莊周夢蝶,彼此並無差別,是平等如一的,所謂「天地與我並生,萬物與我為一」,人與萬物當平等觀待,只有消除人對外物的觀察方式,人才能看到事物的本真。這一篇可算是莊子思想的「方法論」。

「養生主」,護養生之宗主之意,宗主 即指人的精神,如何護養精神?莫過於順世 而不滯於物,如庖丁解牛,批大隙,導大 窾,順著自然的形勢,便能游刃有餘。也不 要做過份的追求,所謂「生也有涯,知也有 涯,以有涯隨無涯,殆矣」,靜心無擾,才 是養生妙道。這篇將前兩篇的「逍遙遊」與 「齊物論」都落實在生命修養中。

「德充符」即「德充於内,必符於外」 之意,主題與「人間世」近似,但「人間 世」論人在社會扮演的角色,「德充符」則 側重於個人生命與自處之道。本篇中列舉了 許多肢體殘廢的奇人,如斷足的王駘,形體 雖不全,卻可使人們虛而往,實而歸,連孔 子都想登門請教。沒有腳趾的叔山無趾也是 有德之人,又如醜人哀駘它,曲背無唇的支 離無脹,藉他的口說出:「還有比形體更珍貴的東西務求保全」。塑造這些形體不全的人,其實是為映襯出他們優美品德,這德是比形體更重要的東西。

「大宗師」是人可以師之以為宗本的 意思,什麼是人可以師法的事物?那就是 「道」。知「道」之人就是所謂的「真 人」。本篇描述了真人體道的境界是如何的 美好。宗「道」但又不能執著它,所以說 「魚相忘於江湖,人相忘於道術」,最好能 如顏回坐忘,忘去仁義,忘去禮樂,屏棄耳 目聰明,脫離形骸,使心空明,自能混同於 大道,這就叫「坐忘」。

「應帝王」即無心而任乎自化者,應為帝王之意。是莊子道家的「內聖外王」的思想體現。文末寫了一則「渾沌之死」的故事,以渾沌開了七竅後便死了,來說明人聰明盡開,反而使天性盡喪。所謂「為者自敗」,這和老子的「無為」思想可說是相通的。

《莊子》一書除文學成就外,其寓言義 理含義深遠,書中甚多心性的闡揚與修持的 工夫,雖距今已二千多年,但是聖人言行百 世之師也,可謂恆古不變,歷久而彌新,亦 如暮鼓晨鐘,時時警惕並資借鏡。雖時空不 同,社會結構、思想潮流與春秋戰國時代有 所差異,然白陽修士應深刻體悟領會聖人 「言此意彼」的精神實質,以達孔子所說的 「期於至善而不襲其所為,可謂智乎?」以 出世精神成就濟世渡人的入世道業。

直灣院開館班際班拉德

◎呂秀慧

感謝天恩師德,點師們的成全鼓勵,後 學抱著學習之心,參與道學院第三期講師班 的課程。這班讓後學們真是受益良多,經前 人的諄諄教誨,每位點師們的用心良苦,在 每一年的課程裡,都有不同的收穫,讓後學 們成長與進步,這都要感謝前人與點師們愛 心、關心與用心的付出。

後學發現課程真是太棒了,讓後學們更 能深深體悟道學院設立宗旨:

- 1. 提昇學道的精神與志節。
- 2. 激發明道的宗風與宏願。
- 3. 培養進道的操守與能力。
- 4. 增進辦道的方法與職責。

我們身為天道的一份子,就應該努力學 習,對道場人、事、物多參與跟了解,並隨 時反省與懺悔,這是靈修的功夫,也是護守 志節的最好方法。而與同修共同研習,更能 激發明道的義理,固守我們天道弟子宏誓大 願,進而啓發對道熱忱,開拓自己能力,增 長辦道方法,承擔應盡之義務與職責。

在每節課程,每位點傳師都費盡苦心,

把他們所知曉的傾囊而授, 使後學們更了 解道學院辦學精神與目標,就是成全每位對 道發心的同修,讓後學們提升精進,學術進 修有智慧、在人倫切磋上,成為一位有德行 的人,而當別人有困惑時,也能成為圓融的 諮商者。所以要成為一位道的傳播員,是代 天宣化,宏揚真理,因此要虛懷若谷,言行 相顧,更要安頓身心,這是首要功夫。律 己:時時安分守己,要自我充實,由生活中 去體悟,進而獲得智慧,更重要是身教與言 教,道中的前輩、大德願意來修辦道,也是 因為看到前人、點傳師的道德風範,心有所 感動,而加以學習之。所謂「言教不如身 教」,這也就是說明為什麼「坐而言,不如 起而行」的道理,所以求道是因緣,修道是 根基;辦道是愿力,能成道是恆心。

課程還包括點師慈悲,教後學們撰寫教 案,重點是要多聽、多看、多體會,教案中 具備諸多特色,而達到成全的效果。也學習 如何蒐集講題資料,先了解題目重點,進而 知曉意向與目的,才不失精神所在,這樣準 備講稿才能適用。還有講道要則,恩師慈 悲:講道的意義,是在啓發修道人的良知良

能,激發修道人的善心慧解,散發修道人的 熱忱力量,悉發修道人的菩提悲願。講道是 因時:須機緣成熟。因地:須有莊嚴道場。 因人:須有聽法的智慧。所以每一次的法會 成立都是不簡單的。還有如何講解聖訓,對 仙佛的垂訓訓勉、告誡、特別叮嚀,用心體 會,知曉聖訓的殊勝與機緣。還將禮節闡 述,禮者,理也,合而言之道也。所以子 曰:不學禮,無以立。所以每一次法會、班 期,表達出最高的誠敬之意,更莊嚴了道 場。還講解司儀須知,也就是開會、活動、 法會中的操持者,是總指揮。當一位司儀, 須端莊敬謹,態度溫順,司儀角色,莊嚴不 失愉悦,肅穆不失悠閒,亂場不失機鋒,熱 場不失玲瓏,冷場不失圓融,發號簡單明 瞭,可見司儀是重要擔當者。

其中最激勵的課程是講道學習,這是學

員最興奮的,每位學員都戰戰兢兢,聚精 會神,因為這課程是經由抽籤上台學習, 學員有五分鐘的時間,把您抽到的題目, 分析講解,也就是即興講道,這是不簡單 的,跟平常講課是不相同的,因為平時我 們有講稿,甚至經過預演,等於是作了充 分的準備,可是講道學習是沒講稿、沒有經 過準備,一上台馬上就即題發揮,這是要讓 我們多歷練!經過了這樣的學習,讓後學們 更加精進了。

後學這次能參與、學習如此豐富的課 程,感覺太幸福了!恩師慈悲過,修道人應 該學無止境,所以我們透過善機緣,在與同 修們互動學習中,使自己内涵充實,讓道場 更和諧,人人將所學的能學以致用,把真道 推行發揚,而能兼善天下,才不辜負上天降 道,普渡衆牛。以此共勉!



典講師班島感

◎默然

承蒙天恩師德與前人的高瞻遠矚,於去 年年底再次開設了經典講師班,後學參加此 一班期已進入第二年,在此更是感受到天恩 的浩蕩,何其有幸得以再次參班,深感諸位 同修能聚集於金山道院共同學習與成長,誠 如世尊所云:「不於一佛二佛三四五佛而種 善根,已於無量千萬佛所種諸善根」。隨著 天時已進入末期,時局動盪,人心散亂,上 天一道道的考驗,驟下有如急雨,今生得以 在此修辦道,豈止須六緣俱足,還須通過自 身内外的考驗,因此每次參班,總覺得十分 難得與珍貴。

記得有個故事十分發人省思:深山中有 間廟宇,廟宇前的石階總是忿忿不平,終日 唉聲嘆氣,埋怨上天甚是不公,一樣同為石 頭做成的,為何有的是桌上受衆生景仰與供 奉的石佛,而自己卻是受來往信衆所踐踏。 在一個夜闌人靜之時,石佛終於對石階開口 說道,你我本無差別,來至同一座名山。石 匠將我倆從深山中挖掘而出,剛開始石匠覺 得你是可造之材,打算把你打造成一位尊貴 的菩薩,但當石匠舉起鑿子與榔頭要敲下去 時,你卻自怨自艾的哭道,衆人在山中享盡

世間榮華富貴,我為何一生苦命,還要受此 無情的打擊與折磨。石匠聽了甚是難過地搖 搖頭,趕緊將你搬至一旁,再將我搬上工作 臺,而我以歡喜期待的心情,靜靜看著石匠 舉起大鑿子,迅速敲去我身上多餘的累贅, 使我不再有所牽絆與罣礙;再以小鑿子雕塑 出莊嚴的五官,使我能體察世間的實相;繼 以銼刀磨去身上諸多會傷人的稜角,使我處 世更為圓融;接著以輕柔有如羽毛般的絨 布,擦亮身上每一細節,使我時時得以反觀 省察自身;最後還選了一個最好的日子,請 來一位德行十分圓滿的人,指出那似有若無 的所從來處,使我悟得自性本源。廟前石階 聽了這一席話,終於了解,上天以無私的 愛,給予許多成就的機會,但自己從未體察 其用心,使其一直從手中平白流逝而不知。 有人把煩惱視為是一種折磨、危機與上天的 刁難;但卻有人視為磨練、機會與上天的眷 顧。

在此經典講師班的法會中,慈悲的前人 先以師母老大人的慈訓「人才是棟樑」勉勵 我們,講師是道場的棟樑,應該有如天地般 的運行,且自強而不息,與人相處有如和風

般的溫暖,感化旁人有如時雨般的恰到好處。時時對道要有著堅如鐵壁的信念,念念體悟般若大智以形成硬如銅牆的力量,要有捨我其誰的氣度與胸懷。在修道處事的過程中,要有如山中老松與寒冬蠟梅般的堅毅,不畏寒冬風霜的摧殘與考驗,世間一切的順逆顛倒,都是上天給予的成就機會,試問佛堂案上的每一尊仙佛,無論是木頭刻成的、陶瓷燒成的或是銅鐵鑄成的,哪一尊不是經過再三雕琢,干錘百煉而有所成就的!因此不但對於聖職要有承擔的信心,對於挫折更要有承擔的愿力。

修道不離道場,不離善知識,更是不離經典,經典可謂是聖人為後世衆生所指出的一條光明大道,希冀藉由所流傳下來的話語典籍,繼續對有情衆生說法。後學基於個人的因緣,更是出於對金剛般若大智慧的嚮往,選擇以此經典作為深入研讀的對象,然而對此經典的學習雖已二年了,但總覺得還未能登堂入室,一窺其堂奧,每次翻讀經典中的每一句經文,總有不同的感受與體悟,這些感受與體悟想必是隨著個人的遭遇與心境而有所不同吧!在慈悲的前人循循善誘之下,得以向點傳師學習金剛經,再藉由諸位善知識見合同解,互相分享學習的心得,由不同面向的見解得以窺見「道」的實相,畢竟無有定法,名阿耨多羅三藐三菩提。

這些年來,每當夜闌人靜,兒女漸睡, 這時開一盞小燈,翻開金剛經,經中的每一 分都是步步引人入勝,越是讀至經典末後幾 分,真是令人覺得不可思議,難怪須菩提會 有涕淚悲泣之感,所得慧眼未曾得聞如是之



經。金剛經的前半部甚多言及離相的功夫,藉由離相以遣除分別心於境上外緣,此一妙理係針對將發菩提心的修道者而言,教導如何發心、如何度衆,更是如何伏惑斷疑;經典的後半部以離念遣除細小執著於起心動念時,這是針對已發菩提心的修道者而言,若以能度所度,能伏所惑為念,則仍有所執。金剛經可說是治心的良藥。

「譬如為山,未成一簣,止,吾止也! 譬如平地,雖覆一簣,進,吾往也!」經典 的學習係一輩子的事,終其一生無有盡時。 修道乃藉假修真,藉相明理,不但要學道於 紅塵、修道於紅塵、講道於紅塵,更要辦道 於紅塵、行道於紅塵、體道於紅塵,亦即色 空不二。



◎黃皓廷

很高興這次能夠有機會到佛堂參與一年一 度的冬令營活動,使我獲益良多。在帶領每位 學員的同時,我們輔導員也是在學習的狀態, 學習如何領導,如何使學員尊重輔導員,使他 們願意聽從輔導員的指揮,這並不是一開始就 會的,一定要從了解學員們的心聲和想法後, 一步一步地改變自己,我想,每位輔導員應該 都是這樣走渦來的吧!

在冬令營擔任輔導員的職務已有兩年的經 驗。記得我在國小時就參加過好幾次的冬令營 活動,當時感覺輔導員很友善,

很有能力,因此我夢想著未來有 一天一定也要當個有責任感的輔 導員,帶領各位學員在兩天的活 動中學習。現在,我真的如願地 當上了這令我憧憬許久的輔導員 職務,圓了小時候的一個小夢 想。在擔任輔導員的過程中,我 才終於明白小時候認為平凡的冬 令營活動,其實是許多人在背後 一點一滴,不求回報的付出後才

擁有的課程,真是意義非凡。我期望成為一個 稱職的輔導員,所以我不斷學習,以小時候印 象中的輔導員為模範;以當學員時對輔導員的 期待為目標,這是一個經驗,而且是一次當領 導者的經驗,這對於我在未來的人生是非常受 用的。

這次的課程主題為「善行」。古人云: 「人之初,性本善。」意味人性本善,只是被 現實中的元素所蒙蔽,所侷限,只要人人都存 著善念,那麼善心就會無限循環,隨時在我們



維護社區清潔時間



精彩課程

身邊。一旦我們做了善事,那麼這功德最後還 是會回到我們身上;一旦我們做了惡事,那麼 這惡念,最終還是自己承受的。這便是所謂的 「善有善報,惡有惡報。」我們每個人都要以 善念為中心,將自己心中的善念發揚出去,那 麼世界各地都會留有「善」的足跡。

在佛堂中,隨處都散發著「善」的氣息, 每個人都存好心,說好話,讓善念不斷循環。 同樣的,我期待在未來的世界,每個人都會為 他人著想,隨時抱著善念,存著好心,說好 話,那麼我們的世界將越來越美好。



晚會活動



頒獎



團體照



師導員初體驗

◎江佳馨

參加多次天震佛堂舉辦的冬、夏令營、從 學員成長到作為活動組帶團康活動,其實從來 沒有負責過擔任輔導員的職務,一開始非常害 怕及擔心會做得不好,尤其我不是很擅長與孩 子們相處。實際活動開始之後發現,我負責的 孩子們年紀都不小了,都是高年級的學生居 多。此外,我也非常不適應帶動孩子們的情 緒,或是照顧已經有自己個性及興趣的他們, 况且我們這組來了非常特別的組員,是一對從 國外回台的堂兄妹,意外的是,他們的中文非 常流利,和其他組員不但沒有隔閡而且相處融 洽。上課時,每位組員都非常積極的投入講師 提出的問題當中,從國外回來的妹妹,也耐心 地聽從我的中文指導寫她不擅長的國字在學習 單上,看著她用心模仿中文的字體,我覺得孩 子們都是非常認真而且樂在其中。

第一天活動下午,安排學員到國立史前博物館參觀,學員都非常興奮,我們聽講了一些 史前活動的講解,我非常敬佩這位解說員,他 對活潑的孩子們非常有耐心,用心地說了一些 故事就讓孩子們安靜下來,也教導一些做人應 體諒別人的道理之後,他們就都很專心聽解 說。室内講解結束後,進行的是戶外活動,孩 子們看到遊樂器材都非常開心,其中一位學員 活蹦亂跳,竟然不小心撞到看板導致耳朶刮 傷,對此我非常自責!後來,我便更細心的照 顧每位成員,我想這也是一個很好的學習經 驗。

當天佛堂燒晚香,我擔任下執禮,因為身體小小的不適導致表現不佳,幸好廖欽峰老師了解我的狀況,結束後幫我按摩,解決了頭痛的問題,讓我在晚會能順利帶領學員參與活動。

參加這次冬令營,讓我這個原本不太會和 孩子們相處的人,卻交了一個小小的好朋友, 並且從他身上學到很多。此外,佛堂的所有工 作人員,每次都非常用心地準備冬夏令營,對 學員凡事設想周到,令人感動!總而言之,我 受益良多!謝謝大小朋友們!

言教不如身教

一、前言

在這末法時期,先天大道應運,修持的功夫是著重在行的實踐和落實。至聖先師孔子是言教和身教集大成者,孔子教我們要博學、審問、慎思、明辨、篤行,到最後還得把真理實實在在的作出來,一如仙佛慈悲:「仙由人成,道由身成。」若言而不行,道非我有。尤其修道人的言行舉止,衆生都在看著,在無形中有引導衆生的作用在。有時我們會聽到某些評語吃素的人,論口德、管養甚至比沒吃素的還要糟糕,所以不可輕忽自己的身行,老師慈悲:「有道有德,人敬從。」要讓衆生起信,必要身行之有道,心涵之有德,學習如「子路有聞,未之能行,惟恐有聞」這樣的精神,作一個真理的實踐者,大道的傳播者。

二、何謂言教?何謂身教?

(1)言教:修道之人能用言語來代天宣化,藉著我們的口,將聖人仙佛所教化的真理來跟衆生結善緣,解衆生的疑惑,使之能去惡向善,發揚本性中的善言善行,得人生真正的快樂。讓更多人知道在世間有一條成

聖成賢的正道可修可成。

仙佛慈悲:「天地不言賴人勸」,這個賴人勸就是言教。師尊慈悲:「話語是一個充滿力量的獨特單位,一旦說出口便無法阻撓,話語如彈丸般射出直中目標,有成事的力量。」如此的特性,要如何是正確的言教?

《孟子》盡心篇:「言近而指遠者,善言也。」言近:是指說話淺白,讓人聽得懂。指遠:是指在這淺白的話語中有深遠意義。可以讓人深思反省。

《孟子》盡心篇:「君子之言也,不下 帶而道存焉。」君子言教範圍離我們不遠, 就在日常生活種種待人處事裡的真理正道。

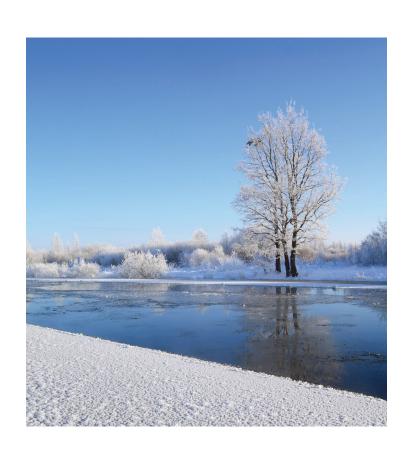
由以上孟子慈悲,我們可以發現好的言 教,其中必有其深深的身行實踐,正因如 此,所言說的才能:

 切中要點,說的淺白懂其中道裡的要訣, 讓人由迷轉悟。 2. 中肯中節,用生活中的事來引導,讓人體 會過與不及的地方去修正。

我們的言教若能如此,才不辜負這個可 以代天宣化的成事力量。道本無形無象,用 言說的只是一種方法,道不在言說,而貴在 能行,能行出來才是真道,才能言之有理。

(2)身教:在論語中,子貢問孔子作君 子的道理, 子曰:「先行其言,而後從 之。」從中可看出身體力行的重要,因能培 德,也唯有德才能與他人的心共鳴相通,在 無形中感化人心,這也就是身教重於言教的 原因。而身教何時教?上台教?人前教?

《孟子》盡心篇:「守約而施博者,善



道也。」守約:守住最平常簡單,自然的 事,把它做好才是正確的途徑。這些事是指 那些呢?仙佛慈悲:「身之所在,即道之所 在。」在生活中的一言一行中,就是在作無 言的教化。例如我們有可能是人家的父母, 有沒有用嚴慈的心教導子女正理而不寵溺, 身為子女對父母有無孝心,敬養之心,家庭 成員間相互尊重、體諒,朋友之間有信,不 管在凡業或聖業擔任什麽職務,能盡忠職 守,做好這些本分事,才是善道,才是身 教。

《孟子》盡心篇:「君子之守,修其身 而天下平。」君子就是在這些應作的本分事 中修持自己的身心、言行,讓自性之德展 現,身修,家齊,天下平,所以展現出來的

身教可看出:

- 1. 做人做事踏實,有包容性。
- 2. 有慈愛之心,樂於付出。
- 3. 對人、事、物、恭敬謙虛。
- 4. 柔德含藏,順逆不改其心。

這些身行無形中有道氣,有 德涵,會感動人心,衆生從我們 的作為中,就會肯定修道好, 何需言語再多說呢?

仙佛慈悲:「教之以理無私 無偏,行之有道感化良賢。」教 人用言語,所說的必須是無邪, 無私的真理之言,才能教導衆生 啓發正念,正見,但要感化衆 生,則是我們的作為有道有德讓 衆生從内心信服,才能感動衆生的心。

言教、身教都是為了代天宣化的方法, 二者是不可分,能言行合一是道之寶,但就 怕在學修過程中,所「言」過其「實」。而 不自知,影響德性,造罪了。

三、為何言教不如身教?

(1)《孟子》:「人之患,在好爲人師。」

師尊慈示一個故事:有一位講道者, 走下台時,有人對他說:「你今天講得很 好。」這個講道者回答:「我從講台走下來 的時候,魔鬼就已經告訴我了。」諸位前賢 有什麼感觸呢?我們在言教時,一個人的念 頭和動機的純正,非常重要,言教是法王座 上獅子吼,是上天藉著人的誠心意念,藉由 人的口來宣化真理,啓迷入悟,不是秀個人 口才,學問,地位,如果有私心就無法契合 真理,不是智慧的流露,說的就言不由衷, 行為必失去分寸,落入如孟子所說的,人之 患在好為人師的陷阱裡。這個「好」以喜歡 以教人者自居,只管自己說想說的話,也不 管時機、因緣適不適當,看不到衆生心病之 處,言不對時,只會壞事,為什麼是大患 呢?因為落入我相之中,主觀性強,伴隨自 以為是,就忘了謙虛,尊重,忘了代天宣化 的戒慎恐懼,形成我慢自大,慢慢失去心 德,口德,身德,說與身行不相符合,就會 被質疑成只會說教,不被信服,甚至引來毀 謗。孔子曾訪學老子時問:「吾方執道以求 當世之君,卻無人領受,道在今日實在難 行。」老子說:「講道的人過於強辯(只 說自己想說),聞道的人惑於辭令(聽不 懂,不重要,跟自己有什麼關係)。」孔子 像被一盆冷水潑醒而且誠心接受那強辯不但 無道而且危險的真理,所以後來孔子也說: 「有德者,不必有言。」的覺受。

仙佛慈悲:「言教者訟,身教者從。」 也是在警惕我們這樣的道理。「訟」是情緒 性的對立,變成為了維護自尊,面子,而非 理的圓通。所以,與其說一堆言辭讓別人不 信服外,又暗藏自家我慢自大,三毒滋長 的危險,不如腳踏實地作來的實在,來的真 實心安。所以天然古佛慈悲:「行動才是果 實,言辭只是葉子。」不可不小心謹慎,錯 認顚倒。

(2)《孟子》:「仁言,不如仁聲之入人深也。」

《孟子》:「仁愛的,善的言語,不 及仁愛的,善行所形成的事實名聲感動人 心。」舉一般人的例子:陳樹菊女士的仁心 義行,不是為了求福報、好名聲、而是希望 別人不要再受到跟她一樣走投無路的困境, 默默付出,她的每一分錢是辛苦賣菜一點一 滴存起來的,這樣的情形感動了很多人,願 意小額捐款,願意在困難中仍然不失去這助 人的善念,不失去願意助人的行動。而濟公 老師更不嫌棄滿身罪業,駑鈍的我們,為我 們暫擔罪業,好讓我們有機會去行功立德, 償還罪業。前人為衆生勞苦,犧牲奉獻,不 求自己求安樂,但願衆生得離苦的愿心,辛 苦奔波在全球的道場,成全、鼓勵道親,前 孟子所說仁愛的事實,撼動人心中那個良 知,會驅動人人本具有的良能而有所行動, 與言教而言那更是行之顯著,在論語中孔 子:「其身正,不令而行,其身不正,雖令 不從。」由此可知,一個有德行的人,都是 在他的行為中無私的付出,讓人欽佩,讓人 心服口服,讓人打從心裡願意跟隨。所以不 多說、不炫,是智者不言,但其行為就是道 的展現。

教化菩薩慈悲:「身教重於言教,感化 重於渡化。」以身作則的力量比言語的力量 更為大,更為深層,因為無形的德感動了衆 生内心的良知而有所改變,心中所起的力量 是自發性的,是義無反顧的,是真誠的,是 遇難不退的,而言語只是闡述,鼓勵,成全 的帶動,是外在的。

四、如何行身教

(1)謹言愼行

師母慈悲:「咱們修道要秉持的就是一顆善心,善念。」我們用口說話,就是要表達出我們的善心、善念,若是口不言善失口德,身行不善失身德,心無善念則失心德。因為言語代表了我們的想法、心意,話說出去,就像台語「水潑落地難收回」,聖經:「出言不慎,有如利刃傷人。」孔子也教我們「非禮勿言」,不合理(禮)不可說,們「非禮勿言」,不合理(禮)不可說,「言必中」說的話要中肯合情理,「言思忠」一句話出口前,要思考是否合於本性良忠」一句話出口前,要思考是否合於本性良心之誠。所以「敏於事而慎於言」,在作事情上可以積極敏捷,但言多必失。失則傷人害己。舉個例子,活佛師尊慈訓:「對方在作壽,於壽宴上說無常之類的話。或對剛喜

獲麟兒,卻說兒女是冤親債主來討債的,或對新婚夫婦說大限來時各自飛,說的都是道理,但言行卻如此不切時機,如此粗鄙,斷人希望,斷人歡喜,被人罵是絕對有的。」因此老師慈悲:「顧言行,理以明,察檢自己。」所以聖人行事都以「恥其言而過其行」為修身準則,深怕自己說的多而作的少,甚至作錯。

孔子的學生宰予就被孔子糾正過, 宰 予早期學習時,愛耍嘴皮子,不肯腳踏實 地,孔子感嘆說:以前我對於人,是聽了對 方的話就相信他的行為可以做到,但現在除 了聽他的話以外,還要看他的行為是否如他 說的一樣。所以修學的人須謹言慎行,無非 是從言行中可表現出一個修道人內心的本 質,是否培養了,具有剛中柔外的特質。

什麼是柔外:能心平氣和,說話不情緒性,誠懇合道,所講出來的話,就有能量, 有影響力,能化惡為善,化愚為賢,聖經: 「智者的口常常療癒他人」因此柔外就是顯現出一個修道人道德的涵養。

什麼是剛中:其內在,有著堅定剛毅的 心志,依著本性的智慧,不徇私苟且,讓衆 生感動心服,所謂:教人以言,化人以行。 莫不是這樣的內涵。所以要警惕自己「言而 不行枉費功,非是實德假虛名。」

(2)律己寬柔

老師慈悲:「言行中有好樣子,好模範才能成全人。」什麼才是好樣子,好模範?

有個故事:楊朱問老子:「一個人反應 敏捷,頭腦清楚,讀書勤奮,行為果斷,這 樣的人是否很完美呢?」老子看透他的心 思,就說:「作人重要的是品格,不是外在 的名聲,一個人要心胸寬廣,態度謙虛,不 露鋒芒,就像水一樣平凡,別人和他相處會 讓人覺得怡然自在。」是的,正因為不自 滿,心靈就明亮柔軟,能看見衆生的苦,能 為人著想,人心與德行就在其中被涵養,心 與行為就越能相合。

師尊慈悲:

「先己則能率人,律己則能服人, 量寬則能得人,有德則能聚人。」

《論語》子路篇,子路問政,子曰: 「先之,勞之。」請益,曰:「無倦」,孔 子說要以自身作榜樣,作於先,那麼人民自 然會服從無怨,子路請孔子多說一些,孔子 只說:「能持久不懈怠就可以了。」從自己 做起,不是指使別人去做,這樣會養成自大 和推卸責任,閃躲的萎靡心態,先己是一種 對自己負責,自我精進的修煉,是護持自己 菩提心不退轉的態度,這是無倦的精神,在 無形中能引領人走向這樣精進負責的道風。

能夠自律就能約束自己不放肆,浮動遷移,所以在學習過程中不離佛堂,不離經典,不離善知識,來規戒自己,待成熟到一個階段,我們就會發現自覺自悟的能力很敏銳,自然而然不會講傷害別人的話,所說的是鼓勵,成全他人的話,不會耍小聰明。因為心中有個律,就是能讓自家良心出現頻率

高的好事,而後才能讓人對自己的行為心 服。

老師慈悲:「一個人心量有多寬,他的容量就有多大,智慧就有多深。」大家一定都希望作一個有智慧的人,那就從心量寬大做起,怎麼作?待人以誠、以和來涵養。有個同事跟先生要包子餵狗,一直催一直催,認為先生不肯給,是捨不得那個包子,也不給先生講話的機會,就一直數落先生,原來不是不肯給,而是怕燙到太太的手。一個心中只有自己的人,是根本看不到別人,也體會不到他人的心意,怎能容得下他人呢?所以有一個能為人著想的心,就跟去渡人,成全人一樣,是慈悲心真誠心的流露,那他的人生格局必是寬廣遼闊的。與人能結善緣。

師母慈悲:「謙卑,低心,和藹,犧牲都是道,都是無言之教。」這些都是德,能感動人心,能聚集人才,一起同修共辦。

以上這些都是要親身去歷練,體悟的道理,而不是一種知識。這樣在我們的言行中才足以有道氣來率人,服人,德人,聚人,成全衆生。南海古佛慈悲:「潛移默化身心行,以身行教何言語,自立立人明準則,德之不孤有親鄰。」

(3)無爲而爲

人本來之性就是佛,去行功立德,都是 發乎自然的本份事,所以老子講「無為」, 世尊講「妙行無住」,老師慈悲說也要以這 樣的心,來對待周圍每一個人,這叫做「無



心」,無心就是無私心,無私我,這樣就能 把這個公給建立起來,所作的事不違悖天 理,合著自然的軌道運行。老師慈悲:「效 法天的高明,地的載物能容,默默運行,不 爭強鬥勝,不露鋒芒,天地間一草一木都是 不言之教。」天的高明,地的載物能容,對 一草一木,萬物的化育是沒有痕跡,道德經 所說善行無轍跡,這不也就是向衆生示現道 的無言之教。人世間所謂的機智,靈巧和美 好的語言,只不過是一種短暫的,一時的表 達。孔子聖人也感嘆說:「天何言哉,四時 行焉,百物生焉,天何言哉。」四季的運 行,萬物繁衍興茂自然有序,天有說什麼的 呢?

古之聖人怕將自己的言論變成所謂的金 科玉律,如世尊說:「若有人說我有說法, 即是謗佛。」孔子也說:「述而不作。」就 怕衆生落入了不明真理的弊端。純陽帝君: 「君子無為觀自在,有所分別卻真心。」無為才能率性,率性之謂道。有所分別即是有為。有為就落入分別中,六祖:「起心即是妄」,不能契入無為而為的話,就不是自性起用的活潑智慧,而落入妄念妄為,以迷引迷,危害衆生,孔子慈悲:「君子欲訥於言而敏於行」這個敏於行,應是敏銳正確無誤的,效法天地這無為的運行之道,這個天行健的不言之教。

五、結論

人間處處有道場,所以代天宣化不是只有用言語來表達而已。所謂聖人的風範,菩薩的精神内中所展現的是,慈心愛人 ,行德佈善於衆人,無償的犧牲奉獻 ,能牽引衆生,能開啓内心的智慧,和道德法則,都是言與行相合,不僅圓滿己身之道,也留下身教的典範。

言教不如身教(上)

今日我們有這麼莊嚴舒適的大道場,是 天恩師德所賜,是我們的老前人、前人以及 道場中很多點傳師前輩們,付出一生的心 血,犧牲奉獻所留下來的。所以我們要盡心 來護持這個道場的環境,與維護道場人事的 圓滿。天時地利還不如人和,人事圓滿和氣 合作,上天才會慈悲延續道脈慧命傳承。所 以道場的興衰是我們每一位天道弟子的責 仟。

護道真君慈悲:「若要道場興,必須互 讚稱,若要道場亡,便是互謗爭。」我們若 希望道場興旺,大家必須要互相看到對方的 優點,互相稱讚。例如道務辦得弘展,不但 是點傳師們很會領導,能夠識才善用,而且 壇主、人才、講師個個都各盡其職,非常盡 心在幫辦道務,成全道親,因此要互相稱讚 並加以效法,來帶動向心力與道氣,使大家 更加發心打拼,道場自然日日興旺起來。

大家都修到像佛祖的心,看出去個個都 是佛。如果大家都以凡心或分別心看待,絶 對無法看到別人至善的一面。現在我們雖然 求了道,但是都還在修道的階段,未達到明 理,還是凡夫,難免會有很多後天所染著的 脾氣與毛病,致使受人批評,產生是非。前 人曾經慈悲:「只要有人的地方就有是非, 但是修道人不要加入是非,因為會惹來因緣 果報,所以修道盡量避開不必要的是非,遇 到是非以智慧去化解,是非止於智者。」是 是非非會紛擾我們清靜的佛性,是障道一大 因緣,而批評別人的缺點,講人隱私的事 情,會破壞人的名聲形相,也直接損害自己 的德性。

所謂「揚善隱惡效聖賢」,就是今日我 們身負渡化衆生的使命,必須了解人性的一 面。無論大人小孩,都喜歡聽別人講他好的 一面,如果時常讚嘆誇獎他們,他們會更加 發心,更加精進。曾經為非做歹的人也很怕 人揭穿他們不好的一面,所以能夠掩蓋人的 過失壞處,無形中會使這些人痛改前非,去 惡向善。因為心思行為不正的人處處受人排 「床,我們若能包容他們的過去,保護他們的 人格,使其受感動而徹底改過自新。如舜帝 所修的至德就是大孝與大智,他隱惡揚善,

執守中道的聖德,是我們修道人效法的典 範。

「善無轍跡何須言」,真心修道的人, 做善事都默默的做,不讓人知道,認為做善 事是應盡的本份,何必自誇功勞。老子說 「善行無轍跡」就是行善不留痕跡,不著功 德名相。

「圓扶補缺智仁勇」,一位有德的修道 人就是處處能夠扶圓補缺,以自我圓滿的德 行去感化人、成全人。而要做到扶圓補缺必 須具備智、仁、勇三達德。

有智慧的人能夠明辨是非,看透事理, 以理智來處理事情。有仁德的人慈悲喜捨, 仁民而愛物,能夠一體同觀,一視同仁,無

分別心去疼愛衆生如同手足之情。有勇氣的 人,勇於改過、承擔,勇於站出來維護道 場。如果每一位修道人都具備智、仁、勇三 達德,如此内聖外王工夫俱足,進一步就能 夠「道行萬國渡有緣」,將大道推行到萬國 九洲,渡化有緣衆生。

在修辦道幾十年來,我們一直努力要去 渡化衆生,可是能夠成全起來的卻沒幾個, 真正的原因就是無法言行一致,因此不能感 化人,所以前人才慈悲教我們「言教不如身 教」,用道理去勸化人不如以親身所做出來 的德行去感動人。要了解現在的年輕人學歷 高,都是知識份子,要成全他們,他們一定 先看你的人格、品德。在這網路資訊爆炸的 時代,任何資料都查詢的到,你想說的他們 只要上網查詢,就全都知道了。師尊曾經慈

> 悲說:「未來成全人的方法 不是單靠講道理,是必須要 真心修道,人格健全,人道 方面做到非常完善圓滿,在 齊家修道的風範中才能夠感 動人,吸引人來與我們修 道。」

今日我們身負使命,在 這道德風氣嚴重敗壞的時 代,要盡心去挽化,首先須 由身教做起,帶動全家修 道,以一家去感化一家。聖 人所謂修身齊家治國平天 下,也是以身教為先。

一、前言

子曰:「其身正,不令而行;其身不 正,雖令不從。」在上位的人做事正當,不 用命令,人民自然而然照著做;如果不正 當,雖然有命令,人民也不會服從。「上 位」兩字範圍很廣,像國家元首、地方首 長、工廠廠長、公司老闆、家裡的家長、道 場的前輩者……等等,這都稱為「上位」。 國家、團體、道場、家庭的成敗關鍵全看在 上位的人,所以舉止言行不可不謹慎。所謂 上行下效,就是上位者能行的正、做的好, 在下位的也會跟著仿效。如果在上位的人心 思行為不正,做事偏袒歪斜,在下位的人也 就上樑不正下樑歪了。

在道場中,很多點傳師、壇主平常對道 親很少說大道理,但是道親都是規規矩矩、 按部就班跟隨在身邊修辦道。這些前輩平時 對道親非常至誠,將道親個個當成家人一樣 在關心照顧,因身教做得好,使道親對他們 都非常信服。

先賢曰:「坐而言,不如起而行。」坐 在那裡只靠一張嘴教人要怎麼做,不如起 來做給人看。俗語說:「說一丈不如行一 尺。」能夠腳踏實地來做,比講得天花亂墜 更有效。

二、言教不如身教之涵意

言教的方式很多,有勸化、鼓勵、比 喻、激勵、惡言痛罵……。俗語說:「常打 不痛,常罵不驚。」現在很多父母教育小孩 教到手軟,教得沒信心,最後想要放棄,為 什麼?因為從小時候罵到大,而且碎碎念, 使孩子心煩不想聽,只要孩子不想聽,所說 的就算是金言玉語也沒有用。

孔子在《中庸》三十三篇說:「聲色之 於以化民,未也。」用嚴詞厲色去勸化人, 這是下等的功夫。嚴詞厲色只能使人驚懼一 時,只是表面順服,不能心服口服。而身教 就是自己的品德、綱領、立場要做得出來, 以身作則,自然能夠使人信服,進而帶動其 他人。

師云:「修道辦道莫糊塗,以身作則 知其心,以言化人人難服,以身化人得其 信。」修辦道的人不可糊糊塗塗,沒有覺醒 自性,只圖表面工夫,以為沒有人知道,最 後只有害了自己。修道人要以身作則,以身 示道,成全人要了解對方的心,凡事將心比 心,要有同理心站在對方的立場。不可看到 人就道理說不完,不但人不肯信服,也會把 人嚇跑。修道人要内外一致,言行一致,言 行合一,以身教代替言教。你不用多說什 麼,人家看到你完美的德性,就相信道的寶 貴。

三、言教不如身教對修道人的重要

世人對修道人的標準訂得比較高,如果 修道人行為不檢點,大家都會指責,認定這 個宗教不好。修道人說一套做一套,誰敢相 信這個「道」。我們都是乘愿而來,要幫助 師尊師母完成普渡的重任,所以身教非常重 要,身教最基本就是要守三清四正。三清是 錢財清、聖凡清、男女界限清。四正就是心

正、身正、言正、行正。

子曰:「苟正其身矣,於從政乎何有? 不能正其身,如正人何?」為官能夠端正, 辦理政治、治理百姓就沒有困難;反之,為 官朝令夕改,貪污腐敗,這樣如何教育百 姓?所謂:上有政策,下有對策,百姓自然 會鑽法律漏洞。

今日我們在推行大道,一直在教化民心 向善,前人慈悲說:「我們暗中幫助政府教 化百姓,雖然沒有官職參與政治,也能在無 形中影響百姓,所以修道人言行一定要方 正。」

(一) 言要正——

謹言中聽,不尙多言,勿惡言.

口不犯四惡:惡口、綺語、兩舌、妄 言。俗語說:「一言不中千言無用。」修道 人不要太多話,言多必失,君子一言,駟馬 難追。我們看修行境界高深的大德者是不隨 便開口,所謂開口便是禍,合嘴便是道。聖 人教人不言矣,言則言道。就是平常盡量守 靜,才不致使口開精氣散,若要說話就要說 有啓發性、成全性、勉勵性,讓人能夠開悟 的道理。千萬不可惡口傷人,因為惡語恨難 消。

(二)行要正——

慎行中矩,義爲準則,勿橫行

行為要端正,嚴格要求自己所做的一切 是否合乎規矩節度,要以義理做行事的準 則,干萬不可橫柴抬入灶(台語),不該做

的偏偏去做。

修道人可以看歷史上的例證來約束我們 的行為,雖然我們一心一意為道場打拼,想 要將道務推展的更宏展,但是在秩序不守, 道倫不顧之下做很多不合乎規矩節度的事 情,雖然有功也是要擔過。因為佛規缺失不 圓滿,不能做好身教帶動後學,你不尊重前 輩,將來後學怎麽會尊重你?

(三)心要正一

滿腔浩然,君子時中,勿虧心

心思不能歪斜偏袒,要守中道。修道人 心中要充滿浩然正氣,一正可以破百邪,君 子二六時中謹守中道,心正、理念正確就不 會做虧心事,所以君子要慎心物於隱微,遏 意惡於動機,修道最精微的境界就是謹慎每 一個起心動念。

(四)身要正一

舉止安泰,容貌端莊,勿累身

一舉一動穩重不輕浮,儀容外表端莊素 雅,有修道的威儀與道格,待人接物謙恭以 禮。能夠在心身言行上下工夫修持,自然不 會犯過失拖累色身。

一位守道的君子是不隋便起心動念,對 自己的心、身、言、行都非常嚴格謹慎,因 此在無形中就會散發出一股正氣和與衆不同 的道格,使人人看到他,會由内心產生肅然 起敬的尊重,更使一些心思行為不正的人, 不敢在他的面前抬頭,自然想要懺悔改過, 這是一種德威,也是無言的身教。可見德行 與身教才能夠真正感服人心,歸向正道的途 徑。

師云:「潛移默化身心行,以身行教 何言語,自立立人明準則,德之不孤有親 鄰。」潛移默化的工夫,就是不用說什麼, 用真誠和行為去施展道的寶貴與好處,無形 中自然能感化別人。如果要達到齊家修道, 就是用自然的身教來引導帶動家人,使他們 喜歡佛堂、道親,甚至整個道場,因為他們 看你平常所接近的都是善良、有道德的人, 而且你能夠夫婦同修,對道的信念非常堅 持,持齋守戒不曾犯過失,有班參班,有功 課認真做,對人寬宏大量,處處包容,不與 人計較,只付出不求回報,與鄰居和好,不 說人的是非,凡事要求自己不責怪別人,對 聖業、凡業都非常認真,對家庭有責任, 對父母孝敬,對子女慈愛,夫婦和順建立 一個非常祥和安静、溫暖有道氣的家庭, 在這種安定快樂的環境,他會感受修道家 庭確實與一般社會不一樣,他們也會與同 儕做比較,這種好的風範一直維持,久而 久之,一家大小就會與你同出同入一起修 道。像我們的師尊、師母徒兒滿天下,我們 敬愛的前人走遍全球,到處都有誠心的後 學,到處都像前人自己的家,只要身教做 好,肯為衆生犧牲奉獻,修到德高望重,修 道年紀越大越尊貴。

(未完待續)



把自己變得渺小

◎戴山

這幾天在網頁上看了朋友推薦的影片, 其中一支非常振奮人心,無數的瀏覽人次及 留言可資見證。一名日本小孩在體操訓練的 成果表演時,無法躍過跳箱。情有可原,因 為高度幾乎與他一般高,對一般人來說,已 是極限。他試了多次之後,極為失望、沮 喪,無計可施。突然在旁等待的同學們一湧 而上,將他圍在中間,像是鼓勵,又像是集



體儀式,不一會兒,他便一縱越過跳箱,喜 極而泣。

這則影片是很棒的範例,藉著團體增強 自己的能力,突破極限。團體或集體,這個 名稱聽來有些神祕,但卻有效。運動場上, 一位田徑選手不靠藥物,也不靠競爭壓力, 如何激發出專注力,從哪兒生出更多的協調 性、耐力?只能靠觀衆!有經驗的選手會善 用在場觀衆的掌聲,甚至鼓勵觀衆大力鼓 堂,在場内形成一股撼人的臀浪,彷彿整個 田徑賽事只為他一人而發生。他則在此瞬間 聽著,享受著,並等待著自己的情緒完全融 入陣陣的聲浪,之後便如弓箭般彈射出去。 類似的道理也應用在戒酒的團體治療。美國 的匿名戒酒協會的十二步驟提及,承認自身 的不完美,相信更偉大的力量,以及對神的 託付,其用意在於使自己渺小,進而求助與 接受外界的支持,也就是說,酗酒者不再將 自己視為一勇敢的戰士,獨自與之面對對 抗,而是藉著承認自己的懦弱,跳脫人與酒



對立的框架,轉向集體力量求助。

一般來說,高度自信的人會認為將自我 渺小,或示弱,是相當不堪的,而藉渺小以 成大事,更是一件不可思議的事。但上述的 例子給出反證,人愈是在緊張對峙之時,愈 需卸下自我意識,所謂的專注無非就是擴大 自己的存在範圍,接受周遭發生的一切,而 非執意以一自我強加控制於身體之上,或是 一眛地自我激勵。

集體的神奇力量倒不是因為人多,就像 合唱因為不同的聲音之間相互調和而顯得美 妙,若只是將衆人的聲量加總起來反而刺 耳。人在互動中接受別人的存在,並與之 共鳴,正是擴展自己(還有這個「自己」 嗎?),或應該說,成就一新的共存關係。 回想那位屢試履敗的小孩,若集體鼓勵之後 仍舊無法躍過跳箱,是否拍攝者就不上傳影 片?感動人心的是集體力量帶來的效果,還 是這位小朋友接受了同伴的肯定與祝福?

- 1. 熱薑泡腳30分鐘(水高及膝蓋) 促進新陳代謝,逼汗排毒
- 2. 喝金針菜湯200~300cc 安定神經,幫助睡眠
- 3. 用「絲瓜絡」乾刷全身15分鐘 促進血液循環,舒暢全身
- 4. 洗澡 清潔身體,神清氣爽
- 5. 散步或爬樓梯、踩跑步機、做 柔軟操…… 帶動腸道蠕動,促進新陳代謝
- 6. 睡前排便排尿 排泄體内廢物,避免夜尿
- 7. 將心事寫下來 消除心理障礙,心無掛礙好入眠
- 8. 敲小腿(床上運動) 讓身體疲累,快速入眠
- 9. 床上閱讀 讓眼睛、腦筋疲勞,熟睡到天明

附註:金針花湯做法

- 1. 金針花(約35g)洗淨,用溫開水泡 20分,再入沸水燙煮30秒。
- 2. 瀝乾後,金針花再加水2,000cc合 煮,大火煮沸小火續煮20~30分 鐘,濾渣當茶,宜趁熱飲用。



這是青年創業家江文德先生講的故事,他說其妹婿是 美國人,從小就想當水手,嚮往外面的世界,想先環遊世 界再回學校念書。雖然他父親是醫生,家庭經濟環境許可,但是父母並不給他錢,他也沒向家裡要,高中一畢業 就先去阿拉斯加伐木賺錢,因為阿拉斯加夏天日照很長, 太陽到午夜才落下,三點多又升了上來,他一天工作16 小時,伐木一季的工資,可以讓他環遊世界三季,他在走 遍世界兩年之後,才回學校去念書。

因為他有著強烈的求學動機,所以他用三年的時間就 把四年的學分修完,出來就業。他工作得很順利,可以說 平步青雲,一直做到總工程師。

在一次聚會中,他說他在阿拉斯加打工時,曾與一位 同伴在山上聽到狼嗥聲,他們很緊張的四處搜尋,結果發 現是一隻母狼被捕獸器夾住,正在哀號,他看到那個奇特 的捕獸器,就知道是名老工人的,他業餘捕獸,賣毛皮貼 補家用,但這名老人因心臟病發作,已被直升機送到安克 瑞契醫院去急救了,這隻母狼會因沒有人處理而餓死。

他想釋放母狼,但母狼很兇,他們無法靠近,他又發 現母狼在滴乳,表示狼穴中還有小狼,所以他與同伴費了 九牛二虎之力找到狼穴,將四隻小狼抱來母狼處吃奶,以 冤餓死。

他把自己的食物分給母狼吃,以維持母狼的生命,晚 上還得在母狼附近紮營,保護這個狼家庭,因為母狼被夾 住了,無法自衛。直到第五天,他去餵食時,發現母狼的 尾巴稍微搖一搖,他知道他已經開始獲得母狼的信任了, 又過了三天,母狼才讓他靠近到可以把獸夾鬆開,把母狼 釋放出來。母狼獲得自由後,舔了他的手, 讓他替牠的傷口敷上藥後,才帶著小狼走 開,一路還頻頻回頭望他。他坐在大石頭上 想,如果人類能夠讓兇猛的野狼來舔他的 手,成為朋友,難道人類不能讓另一個人放 下武器成為朋友嗎?

他決定日後先對別人表現誠意,因為從 這件事中發現先釋放出誠意,對方一定會以 誠回報。因此他在公司中以誠待人,常常去 幫助別人,因而他每年都升一級,爬得最 快。最重要的是,他每天過得很愉快,所謂 「為善最樂」、「助人為快樂之本」,這不 就是中國老祖宗流傳下來的智慧「施比受更 有福」嗎?也因此,他很感謝阿拉斯加的經 驗,這使他一生受用不盡。

這個故事,同時讓我聯想到:為人父母 無法照顧子女一輩子,子女獨立的習慣應從 小培養,如果到了大學畢業了,還不知道自 己要做什麼?那麼建議讓他去外面磨練一 下,不要給他錢,讓他自食其力,給他一個 機會去證明自己,就像現在青年最流行的 「打工遊學」,相信他能從中得到一生受用 不盡的寶貴經驗。未經一番寒徹骨,那得梅 花撲鼻香? 人是要經過磨練了才會成熟。不 是嗎?

健康 ◎編輯組



通常熱量較低、纖維較多,還有 豐富維生素、礦物質、抗氧化物 及天然植物素等。

■類胡蘿蔔素家族

- 紅黃色的β胡蘿蔔素 胡蘿蔔、南瓜、菠菜、芒果、木 瓜等。
- 紅色的蕃茄紅素 紅蕃茄、紅西瓜、紅椒。
- 黃綠色的葉黃素 花椰菜、深色葉菜、胡蘿蔔、蕃 茄、甜蕃薯、葡萄等。
- 黄色的玉米黄素 胡蘿蔔、紅椒、枸杞、黃玉米。



在茶餘飯後,親朋好友的敘會中,好多時會聽到這句話——人生有多少個十年?所謂「十年人事幾番新」,如果我們回望過去十年在身旁的人與事,你會發現今日,自己在佛堂叩頭的位置比十年前站前了,昔日的同修有些在不知不覺中不見了,佛堂喬遷到新的地址了;我的孩子長大了,我的頭髮不見了,工作崗位改變了;社會比十年前複雜了,淳樸民風改變了,處世的方法也不一樣了;世界比十年前進步了,人與人的距離縮短了,可是隔幕加深了。以上都是閒談中的熱門話題。回想每一個十年都有很多難忘的如煙往事,內心著實無限感嘆唏嘘!聚會結束,在各自歸家的途中再三回味——人無千日好,花無百日紅;人無遠慮,必有近憂。一種憂患意識不期然在心中晃動。

作為一家企業的領導,他會為企業未來五年的發展造預算,社會學家會策劃未來十年社會建設,統治者會觀察整個世界於未來世紀的變遷。種種預算、策劃、觀察都不會忽略憂患意識,以居安思危為出發點,整個人類社會、家庭,我們的道場、個人都要有憂患意識。憂患意識是一種警覺,當面臨困難之時,憂患意識會較為強烈;在安定順暢的日子,憂患意識會相對薄弱。憂患意識是一種精神狀態,驅使社會、家庭、道場和個人不會懈怠和驕傲。懈怠使人懶惰而不求進取;驕傲使人過於自滿而不自覺落後,不單單是個人的修持,道場的宏展、家庭的和睦、社會的廉潔、世界的和平都有賴人類不斷的進取去力求精益求精。

聖人的義理有如沉沒的藏寶船,有待我們發掘;策劃 未來是建造中的領航船,它將引導我們航行到新的領域。 踏在古人的足跡上尋找一些老經驗,為未來的理想加入一

些新思維。《繋辭傳》:「易之興也,其于 中古乎!作易者,其有憂患乎!」我們就是 在這些古老的文化思想中發掘,通過了解作 易者的憂患意識,去開拓我們修道處世的良 策。

孔聖人以其悲天憫人的心懷,一而再, 再而三地陳述以下九個卦,所謂「三陳九 卦 | 揭示人生處世正確觀念。

卦序	10	15	24	32	41	42	47	48	57
卦名	履	謙	復	恆	損	益	困	井	異

九卦如環無缺地居處於自然循環中盛衰 之交接點,給人警醒,之前是從那裡走過 來,當前所立何地,即將面對什麽路頭。 《序卦傳》:「比必有所畜,故受之以小 畜,物畜然後有禮,故受之以履,履而泰然 後安,故受之以泰,泰者,通也,物不可以 終誦,故受之以否。」

卦序: 8 9 10 11 12 卦名: 比一小畜一属一泰一否

履居於比、小畜、泰、否之交接點,之 前以比能親近而成團體,團體集小畜能蓄 德、蓄財,衣食足而後知禮義,百姓依這些 德目而踐履,把那些道德秩序實踐於社會, 社會安寧,身心自然舒泰,人心歸順,自然 國泰民安,可惜世事治亂相仍,循環不息, 物極心反,泰盡否來。因此聖人提醒我們要 常存憂患意識,不論身處順逆、善惡、正 邪、得失之時,都要履行道德秩序,因為事 情沒有永遠的順或不通順,唯有盛德之君



■黑色的菇菌類

• 多醣體

香菇、菌類、木耳、黑芝麻、紫 菜。

●薑黃素

薑



■類黃酮素家族

• 紫色的花青素

茄子、紫高麗菜、紫山藥、桑 棋、藍莓。

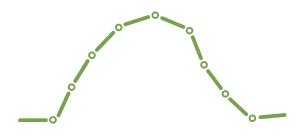
- 藍綠色的多酚 緑花椰菜、洋蔥、藍紫色蔬果。
- 黃色的柑橘類黃酮 柑橘類
- 黃色的檞黄素 緑花椰素、洋蔥、蘋果。

■米白色的全穀及豆類

• 纖維素

燕麥、米(主要在全穀類的糙米 外膜而非白米)

• 異黃酮 黄豆、大豆 子,能與天下人同心同德,同於吉凶,中正 而應,才能通天下之志,以成就世界之大 同。因此履為憂患之關鍵所在,九個循環盛 衰之交接點的其中之一。



初陳九卦─九個交接點之轉動是屈 伸之關鍵,轉念之基礎。

《繋辭傳》:「是故履德之基也,謙德 之柄也,復德之本也,恆德之固也,損德之 修也,益德之裕也,困德之辨也,并德之地 也,巽德之制也。」

「德」貫通九卦,如脊骨内的脊髓。德 為修己成人的精髓所在,履者以禮儀為基礎;謙者以虛心為把柄;復者反見本來面目 為根本;恆者其修持悠久無彊以為堅固;損 者懲忿窒慾以為工夫;益者遷善改過以為寬 大;困者於顚沛窮困時能辨別真偽安守本 道;并者以德安居取之不盡用之不竭;巽者 因勢利導順時制宜。這都是修身立德之關 鍵,讓人於憂患中站穩腳根。有基礎才有把 柄去面對或改變憂患;如樹有健壯的根才可 經得起歲月的風雨;窮則能獨善其身,達則 能兼善於天下;識於時利己利人。

再陳九卦—在憂患之中,先號陶大哭, 而後笑,是實踐的效果。 《繫辭傳》:「履和而至,謙尊而 光,復小而辨於物,恆雜而不厭,損先難而 後易,益長裕而不設,困窮而通,井居其所 遷,巽稱而隱。」

處憂患更不忘犧牲奉獻,換來是他日的 無悔無咎,無所失,無不利。一位勞苦功高 而又謙虛的人,勞而不伐,有功而不德,最 終都是吉祥的。正如損益與困井的道理是形 影不離的。



損益二卦和困井二卦可算是關鍵中的關鍵,各二卦相綜,如倒影般一正一負。

「損益,盛衰之始也」。當九卦居於循環中盛衰之交接點時,損益二卦則居於為盛衰生機轉動之始。天道盈虚消長,是一種自然平衡,多則削之,不足補之,強者抑之,弱者扶之。二卦雖是相反,損者減;益者加,但殊途同歸,同求其中和之道,無過與不及而已。損者,低心下氣,放下成見,捨己從人,損下益上,由泰卦之九三與上六互易其位而成損卦;益者,由否而益,損上益下,由否卦之初六變成初九,九四變成六四而成益卦。

「井通而困相遇也」。 井為坎水為活水: 困為澤水為死水。井卦由泰卦之初九變成初六, 六五變成九五而成井卦: 困卦由原

來的否卦之上九變成上六,六二變成九二而 成困卦,由先天坎水變為後天兌澤之水,陽 卦在下被陰卦所遮,陰陽相遇而產生困難。 正如一些人生相遇之不對稱,德薄而位尊, 知小而謀大,力小而任重,必招致災禍,前 有巨石,後有蒺藜,不勝其任而自困之。

因此履以祥和必能極致:謙者得人尊敬 必顯光輝;於逆境中能堅定本來立場必能辨 別是非:世事雖然紛亂,但內德穩固必不會 厭倦頹唐;是真理的,開步雖是困難,通情 理順後必能行之容易;益長自性固有之光明 充裕就不必要矯揉造作;於困窮中經得起考 驗必能通達;居於德地,德水成渠自可惠及 他人;處事稱任合宜,不張揚,不誇獎是君 子之德風。

三陳九卦—在憂患中,君子之德風是吾 人修持之指南,見機而作,不俟終日;知微 知彰,知柔知剛;藏器於身,待時而動。

《繋辭傳》:「履以和行,謙以制禮, 復以自知,恆以一德,損以遠害,益以興 利,困以寡怨,井以辨義,巽以行權。」

以禮立身做祥和的事,自我克制以禮自制,復性初以不昧本心,長存此德始終如一,去私慾以離禍害,立德以利己利人,於艱苦中磨鍊不怨天不尤人,濟人以善以辨義理,順天合時以行之合宜。

尺蠖之屈,是為了伸展而作準備;龍蛇之蟄,値冬眠來渡過嚴冬以保存生命;精義入神,精研道學至于出神入化是為了學以致用;利用安身,善用這些道理於憂患中安身,以崇高個人德業。

憂患意識是一種準備狀態,以防不時之需,因此「履、謙、復、恆、損、益、困、井、巽」是為了伸展作好準備,「往者屈也,來者信也,屈信相感而利生焉」,前塵往事已經屈縮,未來日子又即將展開,人生的每一個十年就在這屈信相互交感之中,為吾人於憂患中建造了安身立德最有利的條件,展望未來,把握當下,以通天下之志,定天下之業,斷天下之疑。





心 S P ◎編輯組

 脾氣越大,身體越差;脾氣越溫,福報越深。 聲音越大,修養越差;聲音越柔,德行越厚。 性子越急,智慧越低;性子越穩,智慧越深。 妻子越賢,夫禍越少;丈夫越仁,妻子越美。 子女越孝,父母越安;父母越慈,子孫越賢。

● 養生秘訣:

- 1. Be grateful. 要會感恩。
- 2. Choose your friends wisely. 明智的選擇你的朋友。
- 3. Cultivate compassion. 長養慈悲。
- 4. Keep learning. 不斷學習。
- 5. Become a problem solver. 做一個解決問題的人。
- 6. Do what you love. 做你想做的事情。
- 7. Live in the present. 活在當下。
- 8. Laugh often. 經常開懷。
- 9. Practive forgiveness. 多原諒人。
- 10. Say thanks often. 常説感謝。

哈佛大學推薦

20個快樂的習慣

- 11. Create deeper connections. 要有深交。
- 12. Keep your agreement. 信守承諾。
- 13. Meditate. 静思冥想。
- 14. Focus on what you're doing. 關注你所做的事情。
- 15. Be optimistic. 要樂觀。
- 16. Love unconditionally. 無條件地愛人。
- 17. Don't give up. 不要放棄。
- 18. Do your best and then let go. 盡力而爲,然後放下。
- 19. Take care of yourself. 好好照顧自己。
- 20. Give back. 回報。



有人說:有書陪伴的孩子, 加倍幸福!也有人說:我們每一 個人本身,就是充滿一連串驚奇 的故事!

如果人生是一本書,我們希 望故事如何展開?

故事可以讓我們成長,開闊 視野,豐富生命,體驗人生。

本單元就是希望藉著一個又 一個故事,提供大家心靈良方! 且成為您生活的「指南針」,引 領您抵達生命的綠洲!

你無法把香蕉皮罵進垃圾桶的

大學階梯教室裡,一場演講會即將開始。主講 人是蜚聲海内外的知名教授,海報兩天前就貼出去 了,反應異常熱烈,同學們紛紛趕到現場,要一睹 教授的風采。

離開講還有十分鐘,學生們紛紛進入到會場 中,在他們跨進會場的一瞬,不約而同地發現腳下 有一塊香蕉皮,在抬腿避開時,都不忘埋怨兩句:是 誰這麼缺德?一點公德心都沒有!主辦單位是怎麼 搞的?現在的人,什麽素質?大家嘰哩咕嚕抱怨著跨 過那塊香蕉皮,坐到自己的位置上,靜等著教授的 光臨。 幾分鐘後,教授準時到達。他也發現地上 的香蕉皮,扶扶眼鏡上前仔細端詳。教室裡頓時靜 了下來,大家都伸長脖子,看教授的一舉一動。



教授看清楚腳

下是一塊香蕉皮, 勃然大怒,指著它 大聲說道:「你怎 麼可以待在這個地 方呢?你應該是在 垃圾桶裡睡覺!怎 麼這麼沒有公德 心、沒有環保意 識,要是有人踩到 你摔傷怎麽辦?你 太不像話了!」憤 怒讓他的眼鏡在鼻 樑上跳動著,讓人 一下子想起被小事激怒的唐老鴨,聽衆席上 頓時傳來一陣陣笑聲。教授沒理會,繼續憤 怒,對著香蕉皮繼續發火。

聽衆席上,有學生不耐煩了,大聲說: 算了吧!教授,別費力氣了,你不可能把香 蕉皮罵進垃圾桶的!教授聽了,突然,轉過 頭來,滿臉紅光地笑了,並伸手把香蕉皮撿 起來,放進講臺旁的垃圾桶裡,用紙巾擦擦 手說:「剛才那位同學說什麼?能再說說 嗎?」教室頓時靜了下來,沒人說話。

教授說:「我聽見了,你不能把香蕉皮 罵進垃圾桶的!這就是我今天晚上演講的 題目!」這時,牆上的大螢幕上開始播放 同學們剛才入場時的鏡頭,同學們干姿百 態地跨越香蕉皮和版本各異的埋怨聲清晰 地傳了出來。大家最初哄笑著,慢慢變得鴉 雀無聲。

教授說:「這是我特意安排的一個環 節,我想給大家講的道理,其實你們已明白 並喊了出來。但對你們來說,明白道理是一 回事,而用道理指導自己的行為,卻又是另 外一回事!我相信,在座的幾百名同學,沒 有一個人不懂得香蕉皮是罵不進垃圾桶的, 但大家缺乏動一動手,以舉手之勞去改變現 狀的行為。這就如同許多人感覺社會冷漠, 而又吝於付出一個笑臉; 埋怨環境污染,卻 又不願意撿一片垃圾;咒罵腐敗和貪污,遇 事卻本能地想去托關係走後門; 感歎道德水 準下降,卻又不願意身體力行地去做任何一 件善事……幾乎所有的人都在埋怨和咒罵。 幾平所有人都不願意身體力行去做事。責任 永遠在別人身上,而自己永遠都是受害者! 這些做法與心態,無限放大了消極面,而使 人看見的都是絶望。」教授的演講結束了, 會場裡響起聲音宏大但情緒極其複雜的掌 聲。

心得與淺見

事實上,社會的每一分進步,都是需要人們用行動去構建,如果我不亂扔垃圾,這個世界就少了一個污染源:如果我再將身邊的垃圾清理掉,世界就乾淨了一分;如果我的行為感化並帶動了一個人,那麼世界上又多了一份乾淨的原因。

道場的每一分進步,都是需要前賢們用行動去構建,如果我們不亂 製造是非及傳播是非,這個道場就少了一個污染源。反之,如果我們多 盡一份力,多了一份愿,這個道場就往前邁進一步。

記住,垃圾不會被罵進垃圾桶,如果希望道場不斷地成長及進步, 從現在開始行動!

人生三道題

大學的最後一年,有一門課程叫「人生」。最後一節課,老師說要考試。「三道題目都很簡單。」老師笑眯眯地說:「記得父母生日的同學請舉手!」片刻,女生幾乎都一致舉起了手,有幾個男生畏畏縮縮地舉起了手,又放了下去。

老師繼續問:「教學樓裡有三個清潔工,誰能叫出其中兩個人的名字?」這下大家都傻眼了。三年了,怎麼從來沒留意過她們?

老師接著抛出了第三道題:「你是否打 過自己的耳光?」這一回,所有的學生都哧 哧地笑了起來。打自己耳光,恐怕只有傻瓜 或瘋子才幹得出來吧?

嘈雜的議論聲漸漸平息下來了,老師說話了:「『人生』這門課程,旨在引導我們樹立正確的人生觀和世界觀,教導我們今後如何立身處世、如何成人成才。今天的三道

考題,可以說是對同學們做了一個大概的檢驗。」

「第一題——記住父母的生日。」老師在黑板上重重地寫下了「孝道」兩個字,「孝道教人善良,心存孝道的人,必定具有善的根苗,有善的根苗,才可能開出善花,結出善果。」

「第二題——記住你身邊每一個人的名字。」老師又寫下了「尊重」兩個字,「記住別人的名字,是尊重別人的表現之一,尊重別人才能得到別人的尊重。尊重使人寬厚。基石寬厚方能負重,人心寬厚方可立業。」

「最後一題——如果你不記得父母的生日,又叫不出清潔工人的名字,那麼,你就該打自己一記耳光了。」老師又在黑板上寫下了「反省」二字,「反省促人進步,有反省才有悔悟,有悔悟才會有進步,才會有成才的可能。」

心得與淺見

這三道看似簡單的題目,實際蘊含著豐富的人生哲理:

一個人善良與否,決定了他將來是否有用;

寬厚與否,決定了他將如何發揮作用;

而能否不斷反省、不斷進步,則決定了他是否能持久向前,愈來愈有用!

前賢們: 在進德修業的過程中,你我不妨也能夠不斷的思考:

「孝道」、「尊重」、「反省」這三道題目,讓我們持續成長與精進!

機會常偽裝成不幸

有一個人到一家大公司應徵公關經理, 公司要錄取的名額只有一個,想不到報名者 竟然出乎意料之外的多,經過激烈的層層考 試與關卡的篩選。最後,他終於接到面試通 知單。

當天,輪到他進入董事長室時,他竟然 在董事長的面前摔了一跤,手中資料撒的滿 地,只見他從容不迫地, ——撿起來, 並微 笑地走到面試官的前面坐下。果然沒錯,董 事長劈頭第一個問題就問他:「你覺得這樣 的事情會影響你的面試成績嗎?」

只見這個人微笑著回答:「在人生的旅 程中,時常會有意想不到的事情衝擊著我 們,而這些打擊會產生什麼樣的結果,端看 我們是以何種態度去面對,因為不同的態 度,就會產生不同的結果。通常我都會以從 容、積極、正向的態度去面對,只要盡了 力,我就不太在平結果是怎麽樣。」



「如果,太患得患失,反而無法將真正 的實力展現出來。更何況,有很多事情的結 果,並無法操之在我。就像今天這件事情的 成績是操之在董事長的手中,所以,會不會 影響我面試的成績,應該是要問您,其實, 這也是我想問的一個問題!」

不久後,他接到了錄取通知單,董事長 的評語如下:「你是一跤摔進本公司。」意 思是說,因為,你摔了一跤之後應付得當, 才被錄取。

心得與淺見

在人生學道的旅程中,時常會有意想不到的事情衝擊著我們,要如 何面對,正好看出我們學道的境界與程度。好比這位應徵者,如果沒有 摔那一跤,說不定還無法展現出危機處理能力,而讓董事長賞識。

在修道的過程中,當不如意之事來臨時,千萬別喪志或輕言放棄, 因為,「機會時常偽裝成不幸」——藉以試探我們,就端看我們如何來 應對。

Self-Deliverance

O Big Sam (USA)

Fall

I live in a garden, a beautiful garden. Tall trees, fragrant flowers, clear water, fresh meadows, warm sunshine, blue sky, and bountiful nutrients are everywhere. There are vast amount of land to roam around. I rise at sunrise and I rest at sun-set. There is no chaos. Everything is according to the law of the nature.

There is no bias; there is only equality. There is no enemy; there are only friends. There is no desire; there is only content. There is no hate; there is only love. There is no stubbornness; there is only wisdom. There is no conflict; there is only harmony.

During a morning walk in the garden, I find a sink hole opening on the ground. I push forward and the opening caves in. The opening reveals a well below underground. The well is deep-it is so deep and so dark that I could not see the bottom from above. Despite the obvious danger, out of curiosity, I lean forward to explore the well further. I still don't see anything. Although my intuition reminds me to stay away since I already have everything I need above

the ground, I desire to see more, hear more, feel more, and experience more. Ignoring the potential risks, I eagerly lean forward more.

The shaking earth underneath me gives way. I fall into the dark well.

Confused

I descend in the air for an eternal period of time. The light above me is getting dimmer. The sparkling sound of water stream above me is becoming fainter. The fresh air of breeze cannot be felt anymore. I am falling fast.

I am screaming loudly for help, but no one seems to hear. I am trying to hold onto anything, but I can't maneuver my body in midair. My mind flashes countless images of my perfect life in the garden, now seemingly becoming a distant memory.

I am stubborn. Why did I allow my greed of exploring darkness lead me to this fall, despite the obvious dangers surrounding the well opening? I am angry. Why did I lose self-control? My ability of



having appropriate judgments was confused by my physical senses. I start feeling regretful, but it just seems too late.

Introspection does not arrive in time, as I crash land at the bottom of this dark well.

Settle

The well is dark. I sense an atmosphere of uncomfortable dampness. Air is stale. The smell at the bottom has a hint of death. There is no light, no flower, and no nutrient here. There is no life down here.

I look up at the opening above of the well from which I fell. It seems far. It seems unattainable. No one knows that I fell into this dark well. I scream yet no one responds. I get myself into this mess. I can't honestly expect people to face dangers to rescue me, since I am the fool who ignore dangers, take the risks, and fall into this dark well.

Suddenly, a shallow voice comes from a dark corner of the well. "Calm down. Settle yourself. You will stay here for a long while." The voice announces. "Here has no light, only darkness. Here has no fresh fruit, only insects crawling within the dirt. Here has no streaming clear water, only soiled water dripping from the wall. Here has no wise person, because only fools fall into the bottom of the dark well." "I know here better than anyone else, as I have lived here for sixty thousand years already. You should get cozy, as you will live here for sixty thousand years too."

There is no hope. Am I going to live with all these sufferings for the next sixty thousand years?

Awakened

Countless number of days and nights seems

to have passed. I settle with the new environment. I breathe stale air. I eat unhealthy food. I drink dirty water. I don't exercise. I don't explore. I don't learn. I don't think. I don't stay sharp and focus. I give up introspecting. I can't contribute anything positive to this world. I have no hope, as I am just waiting to die.

Surprisingly, I hear another soft voice. This is not the shaky voice from the dark corner at the beginning of my ordeal. This voice is different—it incites a sense of hope. "Look up," the voice says. "I know that you are down there. You can come back up. There are many ways to climb up. It is not going to be easy. You must try very hard. Very few people succeeded but you do have a chance, an opportunity of deliverance."

The voice explains, "Living is contributing. Only if you escape from the dark well and return to the surface, then you can find opportunities to contribute to the community, society, and the world." The voice cautions, "Falling from your attempts will hurt and could possibly render you not being able to try again. However, you must try-this is the only way out-your only hope. I know because I did this myself."

I appreciate the bestowment of a new hope. No one should be living at the bottom of the dark well for sixty thousand years. I must try. I must achieve. I must return to where I come from.

Deliverance

Climbing up is the only way to go. I must have a capable physical, mental focus, and spiritual determination to achieve this nearly impossible challenge. The opening is at the very high up. The bottom of the dark well is not my home. I should return home. I must return home.

I touch the wall of the dark well. It is slippery. My fingers are sensing its texture to find supports.



My eyes are searching for a way up. There are many possible routes. My eyes, arms, legs, and muscles are getting ready for a long, hard ascent.

I extend my arms, fingers grabbing the wall cracks, and legs propelling me upward. Each step is harder than the previous step. I am breathing heavy but I must remain in control. I must hold on securely, as one careless slip could vanquish my only hope. This is the hope of escaping the suffering of sixty thousand years.

My mind is paying attention to the wall cracks that I am holding, the rocks where I am standing, and the route where I am following. I know that a careless slip will terminate my quest for freedom. My sight remains focused on my destination-returning to where I originally come from.

It is a long journey. It is a difficult journey. It is a seemingly impossible journey. There are moments of doubts-but I must not give up. There are chances of failures—but I must persist. There are voices from the bottom telling me to stay-but I am determined to return home. My heart is not shaken away from achieving the destiny; my steps are not deviating from the path reaching the destiny.

Home sweet home. There is no other place better than going back home. I deliver myself home.

It's Vow-Fulfilling Time!!

All of us Tien-Tao disciples have taken the Ten Great Vows upon receiving Tao. Have you ever worried about how to fulfill the vows? You need look no further. **Borde Quarterly** is the right place for you to share your ideas and fulfill your vows all at once.

Don't hesitate. Write now. Better yet, let us know that you are willing to submit articles on a regular basis and become one of the columnists. Or you can encourage your fellow Tien-Tao cultivators who are also competent writers to start their submissions of articles.

Please submit your article to: multice@ms34.

Deadline for Submission: May 15, 2016

Healthy Body, Healthy Mind

Winnie Cheung (U.K.)

Since the beginning of this year, I have been constantly ill. Fortunately, they have all been minor issues that can be tolerated. I can only blame myself that I did not take the time and measures to care for my own health, which I thought was not my priority. Having two young kids can be hectic and draining on energies, and they are absolutely my priority.

Generally, we are constantly on the move, doing different things in a rush and trying to achieve our goals and meet our deadlines. We can totally ignore our own health and physical wellbeing which is of equal importance.

Having been through all the illnesses these past few months, I realise that a healthy body is critical to our general well-being, both mentally and physically. We need to take out time to treat ourselves before we can handle the extra pressures and demands of daily life.

I cannot imagine how devastating it would be for myself to leave my young children behind and not be able to cultivate our relationships as they grow. I can shed many tears just by thinking of this now. Hopefully it is not too late for me to realise that we can only look after ourselves before we can look after our dependents. Dividing time equally to get the best for all is a tricky but a good balance of life, and one which cannot be delayed any longer. Whether you have dependents or are single, it is the same for all. By looking after ourselves and caring for our health and wellbeing, it will be much easier to then cultivate and to offer the care and attention we desire to our dependents and family. We cannot do anything if we don't have the good health to start with, no matter what age we are.

Late is better than never. It's time for us to take care of our physical health.

Determination and Persistence

O Nancy (Taiwan)

When we look into many successful people's examples, we will find that almost all of them are determined and persistent. Without determination, they will not be able to focus their energy on what they want to achieve. Just as the saying goes, "Rolling stone gathers no moss." If people are not determined, they may decide to do something for several days, then change their minds the other day. This way, how could they achieve the great work? The great work is always done with much time and effort. Likewise, without persistence, they cannot endure the lonely and tough way to achieve success. Therefore, determination and persistence are two important factors in achieving the great work. The following is a real life story of engineer John Roebling building the Brooklyn Bridge in New York, USA back in 1870. The bridge was completed in 1883, after 13 years. The process of building this bridge was not very smooth. Actually it was full of obstacles, and the chief engineer, John Roebling, even died on the half way of construction. But in the end, the bridge was built successfully. This is a very touching and inspiring story. Let's see how the engineers fulfilled the difficult task.

In 1883, a creative engineer named John Roebling was inspired by an idea to build a spectacular bridge connecting New York with the Long Island. However bridge building experts throughout the world thought that this was an impossible feat and told Roebling to forget the idea. It just could not be done. It was not practical. It had never been done before.

Roebling could not ignore the vision he had in his mind of this bridge. He thought about it all the time and he knew deep in his heart that it could be done. He just had to share the dream with someone else. After much discussion and persuasion he managed to convince his son Washington, an up and coming engineer, that the bridge in fact could be built.

Working together for the first time, the father and son developed concepts of how it could be accomplished and how the obstacles could be overcome. With great excitement and inspiration, and the headiness of a wild challenge before them, they hired their crew and began to build their dream bridge. The project started well, but



when it was only a few months underway a tragic accident on the site took the life of John Roebling. Washington was also injured and left with a certain amount of brain damage, which resulted in him not being able to talk or walk.

"We told them so." "Crazy men and their crazy dreams." "It's foolish to chase wild visions."

Everyone had a negative comment to make and felt that the project should be scrapped since the Roeblings were the only ones who knew how the bridge could be built. In spite of his handicap Washington was never discouraged and still had a burning desire to complete the bridge and his mind was still as sharp as ever. He tried to inspire and pass on his enthusiasm to some of his friends, but they were too daunted by the task.

As he lay on his bed in his hospital room, with

the sunlight streaming through the windows, a gentle breeze blew the flimsy white curtains apart and he was able to see the sky and the tops of the trees outside for just a moment.

It seemed that there was a message for him not to give up. Suddenly an idea hit him. All he could do was move one finger and he decided to make the best use of it. By moving this, he slowly developed a code of communication with his wife. He touched his wife's arm with that finger, indicating to her that he wanted her to call the engineers again. Then he used the same method of tapping her arm to tell the engineers what to do. It seemed foolish but the project was under way again.

For 13 years Washington tapped out his instructions with his finger on his wife's arm, until the bridge was finally completed. Today the spectacular Brooklyn Bridge stands in all its glory as a tribute to the triumph of one man's indomitable spirit and his determination not to be defeated by circumstances. It is also a tribute to the engineers and their team work, and to their faith in a man who was considered mad by half the world. It stands too as a tangible monument to the love and devotion of his wife who for 13 long years patiently decoded the messages of her husband and told the engineers what to do. Perhaps this is one of the best examples of a never-say-die attitude that overcomes a terrible physical handicap and achieves an impossible goal.

Often when we face obstacles in our day-today life, our hurdles seem very small in comparison to what many others have to face. The Brooklyn Bridge shows us that dreams that seem impossible can be realized with determination and persistence, no matter what the odds are.

This is a very beautiful touching story. It tells us that all the great things have to be done with determination and persistence, whether it is the beautiful Brooklyn Bridge, the vision between the father and son, the love between the husband and wife, and the trust between Washington and other engineers. All these beautiful things require determination and persistence.

Famous Quotes

- O Nancy
- 1. Determine that the thing can and shall be done, and then we shall find the way.
 - Abraham Lincoln
- 2. If your determination is fixed, I do not counsel you to despair. Few things are impossible to diligence and skill. Great works are performed not by strength, but perseverance.
 - Samuel Johnson
- 3. Nothing great will ever be achieved without great men, and men are great only if they are determined to be so.
 - Charles De Gaulle
- 4. Real leaders are ordinary people with extraordinary determination.
 - Anonymous
- 5. Energy and persistence conquer all things.
 - Benjamin Franklin

編輯小語

2015年小年夜凌晨,在台灣台南地牛翻身,災情慘重,造成逾百人死亡。而世界各地天災人禍不斷,令人痛心、不捨!我們要如何躲災避難?進而護佑蒼生?濟公活佛曾慈示:「〈一〉要勸人戒殺、放生、培仁,勸大家莫要殺生,放生才能護智。〈二〉要開佛堂,載九六原人到彼岸。〈三〉要真修實煉,真功實善。」恩師又慈悲:「你們要修心,把心修好,上天就不會降災在你們身上,只要你有修,你的家人就能平安。」老師明確的指引方向,我們應謹記在心,並且躬身實踐!

本期特稿,是延續前人她老人家在台灣「佛規禮節班」慈悲的內容,期勉大家要恪遵佛規,承擔責任。對於前人的諄諄教誨,殷殷期盼,我們獲益良多,更是永誌不忘!

感謝諸多前賢們撰文分享生活哲學,如:「把自己變得渺小」以及「與狼共處」等真性情的好文章。而香港前賢在「憂患意識」文中道:『憂患意識是一種準備狀態,以防不時之需。』各位想進一步了解如何『在憂患中建造安身立德最有利的條件,展望未來,把握當下。』嗎?本文提供很好的答案!

兩篇「道學院講師班、經典講師班」大作,內容詳實精彩,讓未參加的道親也能同沾 法喜,更期盼日後有更多的前賢參與!此外, 尚有兩位年輕人參加冬令營的感想心得,文字 清新自然,純真樸實,讓我們感受到「薪火相 傳」的力量和希望!

有人說:「經典文字可以照亮生活,閱讀 是最好的陪伴!」編輯組希冀透過一篇篇文章,激盪出火花,想想自己,看看別人,還有 這個不完美的世界!災劫頻傳的今日,我們可 以做什麼?一個人要如何改變世界?活佛恩師 慈訓:「現今天災與人禍,只因人心迷惑,你 爭我奪,才如此淪落。」天災來自人心一大家 唯有真誠懺悔,放下執著,老實修心,悲心迴 向,以盡我們的一份心力!

2015年「揚善 圓道」訓文集已出 刊,歡迎諸位道親同 修於各公共佛堂取 閱。希望恩師及諸天 仙佛的慈悲法語,帶 給各位前賢更多的般 若與法喜。



今年,全球常州前賢研究班班名為「靈靜性圓」。祈願新的一年,各位前賢身心健康,精益求精,靈靜性圓,道務宏展,更上層樓,大家加油!

姓 名	金 額	姓 名	金	額	姓 名	金	額	姓 名	金	額
張茂森	1,000	天衢佛堂張森堂		2,000	李錦優	加幣	50	陳鵬飛(亡靈)	加幣	100
劉倩華	2,000	研習班		1,000	林育鳳	加幣	50	鄧春蓮(亡靈)	加幣	1,750
傅俊榮(迴向累世		前人轉交	英鎊	100	湯秉坤	加幣	50	胡志宏合家	加幣	500
冤親債主)	500	王怡芳		1,000	劉志明	加幣	100	陳玉美	港幣	200
傅健康	20,000	蔡絹		1,000	歐兆瑜	加幣	100	華德佛堂	美金	500
智德佛堂江煒	港幣 1,000	林詠睿		1,000	應書屏	加幣	100	允德佛堂		
李秀英	港幣 1,000	多倫多仁德佛堂			無名氏	加幣	400	羅洪耀、		
黃毓俊、蘇業萍、		林堅(亡靈)	加幣	50	蘇儀俽	加幣	200	黃金玉(亡靈)	加幣	500
黃兆安、黃兆蓉	港幣 1,000	鄭偉合家	加幣	300	盧鳳琼	加幣	400	仁德佛堂羅智軒	加幣	500
鍾會、蘇志輝	港幣 200	黃安平(亡靈)	加幣	300	潘靄明	加幣	100	林貴達合家	加幣	50
彭素姬、楊啓泰	港幣 1,000	黃安妹	加幣	100	張氏家壇	加幣	100	林堅	加幣	1,100
鄭瑞奇	港幣 1,000	瞿產明	加幣	250	何成基	加幣	500	鄭偉合家	加幣	600
何玉珍、周嘉欣	港幣 300	允德佛堂			林敏慧	加幣	200	全德佛堂朱春華	加幣	100
周燕萍、蘇啓傑	港幣 200	羅洪耀合家	加幣	500	甄遇春	加幣	40	陳鳳顏	加幣	100
陳婉儀	港幣 300	吳悦華合家	加幣	500	何月嬋	加幣	50	簡蘭卿	加幣	100
蘇馬橋、郭石榴	港幣 200	潘志宏合家	加幣	100	余彩芳	加幣	50	溫淑兒	加幣	100
李阿年	3,000	胡偉光(亡靈)	加幣	500	葉翠蓉	加幣	50	歐兆瑜	加幣	100
賈至敏	500	全德佛堂譚靜雯	加幣	20	甘七妹	加幣	30	溫肖蓉	加幣	20
賈至妤	500	李秀英	加幣	100	余文慧	加幣	100	勞准寶	加幣	50
賈至淨	500	朱春華	加幣	100	張國昇	加幣	50	林美書	加幣	50
賈淑雯	500	陳鳳顏	加幣	100	孫美鳳	加幣	50	陳建成	加幣	50
天衢佛堂	2,000	溫肖容	加幣	50	朱影紅	加幣	50	林敏慧	加幣	100
謝政良、朱鳳鶯	500	簡蘭卿	加幣	100	譚祖賢、董肖英、			林保漢(亡靈)	加幣	100
信宏佛堂	1,500	林美書	加幣	50	譚迺孝	加幣	100	容淑棠(亡靈)	加幣	100
李陳花、王黃月、		勞准寶	加幣	50	黃詠儀	加幣	100	余淑儀	加幣	100
李承儒	1,500	譚先桃	加幣	100	茹向平	加幣	100	何成基	加幣	200
李慶源	1,000	余應麟	加幣	100	茹愛平	加幣	100	陳閏欽	加幣	30
李姝嫻	500	楊惠祺	加幣	100	彭換甜	加幣	30	劉志明	加幣	50
傅俊憲(迴向夜間		余淑儀	加幣	100	周玉珍	加幣	50	關國優	加幣	100
吵鬧之冤親)	1,000	溫淑兒	加幣	100	華德佛堂何鳳琴	加幣	200	李秀英	加幣	100
甘霖沛、甘貴新、		蘇心要	加幣	50	顏沅彤	加幣	200	張國昇	加幣	50
周儀明、甘紹韻、		陳建成	加幣	50	莊銀珍	加幣	200	孫美鳳	加幣	50
甘紹勳(迴向累世		李妙玲、陳一喬、			胡澤甜	加幣	200	黃詠儀	加幣	100
冤親債主)	1,000	陳一冠	加幣	100	華德道親	加幣	1,950	茹向平	加幣	80

郵 政 劃	在从女人女以女女	仟 佰 拾 元	○寄款人請注意背面説明。○本收據由電腦印錄請勿填寫。
3 1 5 0 0 6 3		., ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	郵政劃撥儲金存款收據
通訊欄 (限與本次存款有關事項)	收款 劉連吉		
	寄 款 人 □他人存款	□本户存款	收款帳號户名
	姓名	主管:	TANKIN MILI
	通 □□□-□□		
	訊		存款金額
	欄		
	電話	經辦局收款戳	雷腦記錄
	電話	經辦局收款戳	電腦記錄

虚線内備供機器印錄用請勿填寫

經辦局收款戳

姓 名	金	額	姓名 :	金額	姓	名	金 額	姓 名	金額
茹愛平	加幣	80	周玉珍加り	幣 50	張李貴美	\		陳政雄	500
林麗雲	加幣	50	周國昌 加	幣 20	張嘉誠、	李淑霞、		吳啓新	500
鄭翊謙	加幣	20	周國明 加!	幣 20	張毓軒、	張庭維	3,000	邱瑞興、林秀虹	1,000
譚滾添(亡靈)	加幣	50	蘇儀俽 加	幣 100	陳亭妤、	陳韋倫、		蕭作永、林玥君、	
張鳳秀	加幣	50	何寶鈿 加	幣 25	陳妍希、	莊庭蓁、		蕭晨瑄、蕭榆閎、	
譚愛蘭	加幣	50	譚祖賢 加	幣 25	李盈妍、	李彦緯、		蕭渝璇	1,000
楊慧祺	加幣	100	董肖英 加州	幣 25	范姜永辰	₹	1,000	張恩僑、張恩輔、	
張氏家壇	加幣	100	譚迺孝加	幣 25	胡大鐘、	蕭秀款、		張芷帆(迴向冤親	
余秀芳	加幣	50	潘靄明加	幣 100	胡嘉宏、	胡嘉豪	1,000	債主)	600
李茂文	加幣	20	余應麟 加	幣 100	吳浩銘、	吳佳玲、		賴富旺、賴建霖、	
甄遇春	加幣	50	余文慧加	幣 100	吳豐志		1,000	賴佩伶(迴向冤親	
楊永權	加幣	50	陳侯秀鳳 美	金 70	張佑安、	張廷睿		債主)	600
朱影紅	加幣	50	張恩僑、張恩輔、		(迴向冤	図親債主)	4,000	簡金柱、簡琴南、	
何月嬋	加幣	50	張芷帆(迴向冤親		郭照國、	梅碧珠、		簡士傑	3,000
甘七妹	加幣	30	債主)	1,200	郭俊麟、	丁盈如、			
譚先桃	加幣	50	賴富旺、賴建霖、		郭品妤		2,000		
李鳳好	加幣	20	賴佩伶(迴向冤親		郭姿吟、	蘇毅、			
蘇儀俽	加幣	50	債主)	600	蘇韋翰		1,000		
彭杏倫	加幣	20	張恩僑、張恩輔、		郭芳季、	郭和家	500		
余彩芳	加幣	30	張芷帆(迴向冤親		程鏡國、		500		
薛翠環	加幣	30	債主)	600	陳茂雄、		1,000		
薛慕潔	加幣	30	張淑珠全家	1,000	無名氏、	無名氏	1,000		
薛淑貞	加幣	30	吳嘉憙	2,000		王麗菀、			
李妙玲、陳一冠、			李訓辯(亡靈)	1,000	陳昱丞		1,500		
陳一喬	加幣	100	李劉李(迴向冤親			沈育年、		助印訓文	
盧鳳琼	加幣	200	債主)	1,000	陳元泓、	陳采筠	2,000	鄭佳宜	3,000

註:若有錯誤,請告知以便更正。

郵政劃撥存款收據 注意事項

- 一、本收據請妥爲保管,以 便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情 時,請檢附本收據及已 填妥之查詢函向任一郵 局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字 係機器印製,如非機器 列印或經塗改或無收款 郵局收訖章者無效。

請寄款人注意

- 一、帳號、户名及寄款人姓名地址各欄請詳細填明,以免誤寄; 抵付票據之存款,務請於交換前一天存入。
- 二、本存款單金額之幣別爲新台幣,每筆存款至少須在新台幣 十五元以上,且限填至元位爲止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦登帳後,不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理,請以正楷工整書寫並請勿摺疊。帳户如需自印存款單、各欄文字及規格必須與本單完全相符;如有不符,各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫,以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。
- 八、帳户本人在「付款局」所在直轄市或縣(市)以外之行政區 域存款,需由帳户內扣收手續費。

交易代號:0501、0502現金存款 0503票據存款 2212劃撥票據託收

食譜

◎□述:邱美淮 ◎文:羅智遠

炸素什錦

材料: 地瓜、芋頭、紅蘿蔔、

香菜、酥炸粉。

調味料:糖2匙、鹽適量。



作法:1. 地瓜、芋頭、紅蘿蔔切成粗條、香菜切段備用。

- 2. 酥炸粉加水成麵糊狀,再加入糖 2 匙、鹽適量拌匀。
- 3. 將蔬菜裹上麵糊,約 1/2 湯匙大小份量,放入油鍋中炸至金黃色,撈起瀝油即可。

備註:油炸前要注意,沾麵糊不宜太厚,易造成蔬菜絲裡面不易炸透; 但也不能太稀,太稀不易成形,會容易散開,麵糊要調到一定的 稠度,才能使蔬菜易於沾著。



瓠瓜五彩湯

材料:瓠瓜絲、香菇絲、白蘿蔔條、

紅蘿蔔條、酸菜條。

調味料:味素、鹽適量。

作法:

- 1. 將每一種材料各取一條,用瓠瓜絲綁起打結,即成柴把。
- 2. 水入湯鍋煮滾,加入步驟 1 之柴把,用小火煮約 30 分鐘,加入調味料即可起鍋。

搏德 Borde



Lotung, Taiwan. 台灣羅東 旭德佛堂