

崙背南天直轄德修道院
丁酉年刊 2017

聖慈雜誌

Sages Kindness Magazine

-德修鸞音-

假福興宮訪道扶鸞鸞文

-新書介紹-

本院扶鸞新作-悟 迴

-閒話家常-

身體需要哪種水果

-詩詞欣賞-

散 宴-記一位老礦工

-私房小菜-

人生如戲話修行

-饗宴人生-

關懷身邊的人最
能豐富你的生命

-飛鴿宅急便-

瞎子說亮話

立德修真 ● 法聖慈心



出版/聖慈雜誌社
發行/雲林縣德修堂聖慈功德會

德修道院假斗六福興宮訪道扶鸞



扶鸞前兩宮院主事上稟蒼穹



福興宮余秋淵宮主行獻爵禮



德修道院林振鴻院主行獻花禮



福興宮黃信文主委行獻茶禮



德修道院李仲富主委行獻果禮



扶鸞前恭誦登台咒



福興宮開彰聖王恩師登鸞教示



德修道院正主席玄天上帝登台

德修道院聖諭奉派道務團隊

總理院主 兼左鸞、文部總司：林振鴻
 正 乩筆 兼統鸞教務、專任經誥：蔡麗惠
 輔理院務 兼興建教化、司禮生：洪銘聰
 輔理鸞務 兼騰真、宣 教：許東森
 輔理文部 兼筆錄、錄 鸞：許登峻
 院務參贊 兼專任司香茶菓、奉敬：許麗花
 院務參贊 兼司香茶菓、奉敬：康素靜
 院務參贊 兼鐘 鼓：顏貞雄
 院務參贊：林再春
 院務參贊：許 選
 院務參贊：雷再傳
 協理院務 兼專任興建教化：林安正
 協理鸞院 兼騰真、誥 誦：郭素真
 協理文部 兼筆 錄、錄 鸞：李麗珠
 助理院務 兼專任奉敬、興建教化：許明正
 助理鸞務 兼專理文房四寶、護駕：蔡碧玲
 特別護駕 兼司香茶果、誥誦：彭貴蘭
 專任理庖 兼司香茶果、奉敬：蔡素霞
 專任誥誦 兼筆 錄、鐘 鼓：廖素女
 專任迎送 兼司香茶果、庖 廚：洪麗香
 興建教化 兼騰真：林中和
 司香茶果 兼迎送、庖 廚：許 棉
 誥 誦 兼迎送：蔡秀引
 司香茶果 兼迎送、庖 廚：蔡綉鸞
 實習筆錄 兼庖 廚、鐘 鼓：劉慈愛
 誥 誦 兼騰真：孫秀英
 助理興建教化兼奉 敬：盧偉銘
 效勞生：許月英
 效勞生：陳秀煌
 聖慈雜誌社
 社 長：林再春
 總 編輯：林振鴻
 副 編輯：蔡麗惠 李麗珠 郭素真 許登峻
 許東森 劉慈愛
 秘 書：蔡昶志
 美工設計：林振鴻
 網站管理：林振鴻

德修道院管理委員會

主任委員：李仲富
 常務委員：林振鴻 洪銘聰
 委 員：許東森 許登峻
 許明正 李居安
 許昶志 盧偉銘
 孫秀英 李麗珠
 劉慈愛 蔡麗惠
 常務監事：林再春
 監 事：許 選 許淵文
 總 幹 事：李麗珠
 執行秘書：許登峻
 總務組長：許東森
 會計組長：洪銘聰
 祭典組長：蔡麗惠
 庶務組長：彭貴蘭
 建設組長：盧偉銘
 公關組長：林振鴻
 香積組長：劉慈愛
 文康組長：蔡碧玲
 膳食組長：蔡素霞
 誦經團長：郭素真
 雲林縣德修堂聖慈功德會
 理事長：林振鴻
 常務理事：李仲富 蔡麗惠
 理 事：林承朋 李居安
 洪銘聰 郭素真
 許明正 許東森
 常務監事：林再春
 監 事：顏後勝 許 選
 許登峻
 總 幹 事：許東森
 執行秘書：蔡麗惠
 急難救助組長：蔡碧玲
 社會救濟組長：郭素真
 活動組長：李麗珠
 文編組長：許登峻
 義工組長：林中和
 財政組長：洪銘聰

聖慈雜誌 2017年刊目錄/Contents

關於聖慈：

- 1 本會之宗旨……………本社編輯組
- 2 救濟與尊嚴……………林振鴻



德修鸞音：

- 4 本院假斗六福興工訪道鸞文……………福興宮開彰聖王. 本院正主席
- 6 無中妙有與真空實相之境……………本院文衡聖帝
- 8 道由心學……………本院至聖先師
- 9 大乘十發趣……………本院釋迦牟尼佛

經典釋意：

- 11 文昌帝君陰鸞文……………本社編輯組



新書介紹：

- 19 本院新作 悟迴……………本社編輯組



閒話家常：

- 22 食療百科：……………本社編輯組
- 26 生活小常識：……………本社編輯組



私房小菜：

- 28 人生如戲話修行……………林振鴻
33 發露懺悔真良藥……………蔡麗惠
36 許一個未來……………郭素真
38 轉念……………許東森
40 放了我吧……………許登峻

詩詞欣賞：

- 42 散宴……………陳文奇
43 抉擇……………荏逸

饗宴人生：

- 44 關懷身邊的人最能豐富你的生命……………本社編輯組
48 心中的舊馬達……………本社編輯組
50 三個忠告……………本社編輯組
53 孩子！外面世界絕不會輕易原諒你……………本社編輯組



飛鴿宅急便：

- 56 問題不在難度，而在態度……………戴晨志
58 更多不等於幸福……………晏屏
61 瘋狗……………張永進
63 瞎子說亮話……………林驥吉

關於聖慈

本會宗旨：

- 一、以行善佈施來喜捨殘困，及急難眾生，自利利他。
- 二、以倫理綱常來啟醒人心，令群迷眾生，自度度他。
- 三、以悲智雙運來精進聖道，導有情眾生，自覺覺他。

本會任務：

- 一、辦理：社會服務、慈善工作、宗教活動、義診活動、愛心活動等事項。
- 二、辦理：啟迪人心向善，深入道學，啟發妙智慧及心靈哲學講座與活動。
- 三、關於公益事業之舉辦事項。
- 四、關於主管機關、有關單位或團體委辦事項。
- 五、提供優良學生獎（助）學金。
- 六、其他符合本會宗旨之事項。

聖慈雜誌 年刊 第十期

出版者：聖慈雜誌社

發行所：雲林縣德修堂聖慈功德會

創辦人：林振鴻

理事長：林振鴻

社長：林再春

編輯：本社編輯委員會

立案字號：96)府社行字第0960601791

統一編號：45428438

劃撥帳號：22655840

會址：雲林縣崙背鄉豐榮村四鄰九號

聯絡電話：05-6552939 . 0933439118

網址：dersho.ehosting.com.tw

郵箱：mesia@ms17.hinet.net

中華民國一百零六年十二月五日出版

贈閱

本刊純屬贈閱；本會未派人募款收費，如有冒名敬請檢舉。

救濟與尊嚴

文/理事長林振鴻

急難救助與社會救濟是聖慈的兩大主要志業，也是我們與案主做最直接接觸的業務。救濟的本意是良善的，然而施濟者的心態與言詞，卻是決定該次救助行為是否能達到圓滿的關鍵因素。

曾經轉介一個較為困頓的個案到某個宗教慈善團體，五天後，我接到了該慈善團體的來電，表達他們要送救濟金去案主的住處，由於地處陌生，希望我們能陪同…。半晌，我引領他們抵達該案主府上並表明來意，發放救濟金後，一位該慈善團體的人員以傲慢的態度對著案主說：「我們是某某寺廟的人，有空要過去拜拜……。」這位案主頓時淚水盈眶，我很清楚那並不是打從內心的感動，而是人的尊嚴被五千元踐踏的羞辱，是遭逢變故之苦主的二次傷害。

救濟的本意若真是良善，除卻金援或物資外，寬厚的關愛亦是救助本身不可或缺的重要環節。不受人愛與尊重是弱勢者普遍的心情感受，那是一種非常可怕的心病。我們不難見到有些富有的人非常樂意用自己的方式去幫忙不幸的人，不過，通常這種作法只稱得上是一種同情罷了，因為這些富人從來就不曾滿足過窮人們心理層面的需求，有時只是他們在滿足自我優越的尊榮或身為善人的自我慰藉罷了。

其實要當一位心體一致有慈悲心的人並不難，不見得須具備富有的條件。有些事情可說是小事，甚至微不



關於聖慈

足道，但卻是很有意義，且能溫暖他人的心，比如，我們給他人一個單純的微笑、短暫造訪某個人、為別人點亮一盞燈、寫一封信鼓勵人、幫老人提一桶水、送給人一隻拖鞋、為某人唸報紙。如果我們做了這些非常非常微不足道的東西，就是以自己的行動來具體表現人性光輝的真性情，當沒有人自願去聆聽那些受苦受難者的心聲，卻只有你願意時，你的做法無疑就是一項極其高貴的行為。

只要人有慈悲心，就會愈來愈聖潔。從過去到現在，我從未聽過擁有此種心境者會日趨走向墮落。而相對的，當社會欠缺溫柔、慈悲時，便會有許多人迷失了自己的人生方向。所以不要吝於給予，特別是一顆慈悲的心，它可以圓滿每一回的救助行動，因為愛心當是不該打折扣的。



施與受之間都可以是美麗的感動

德修鸞音

斗六福興宮 開漳聖王恩師 登台

詩：誠迎德修神人臨，臨登福興闡道箴；
箴言聖理施教化，化導群黎出迷津。

示： 德修道院假福興宮訪道扶鸞鸞文

恭迎崙背德修道院神、人蒞臨福興訪道扶鸞，締結情誼，共會神香，添增本宮之光彩，教益門生之見識，本宮之榮也。

貴宮儒風儀範，鸞門禮節隆禮儀規，堪為本宮效法之典範。林院主振鴻才高八斗，博學多聞；諸賢達門生勤功聖業，致力普化之任，深得本宮神、人之褒讚也。希冀貴宮神、人能不吝時賜教益為盼！敝宮禮儀怠忽，有招待不周，涵請見諒之，恭請德修道院正主席登鸞賜教，余退。

德修道院正主席 玄天上帝 蕭恩師續台

詩一：

德修神人訪道行，扶鸞切磋道緣盟；
代天宣化弘聖道，儒鸞教理牖世明。

詩二：

福興神光燦輝笙，道元闡鸞振儒聲；
賢才濟濟誠道志，宮運隆昌聖業興。

示：

吉慶佳期，德修道院神、人拜會福興宮道元堂，訪



德修聲音

道扶鸞，以文會文，切磋琢磨，見賢思齊，增益聖理文
 風，提撕教化之功，共開普化覺路，立儒宗聖教之宗旨
 ，行鸞門學子之使命，喜之甚矣！

鸞門之道，不離中庸之理。欲明明道，必先立中庸
 之理，方合鸞門之修者矣！欲知來修，必先明自心是否
 立得正，方可言修之意出焉。蓋未見歪心而得來修能歸
 證果者，亦未聞鸞門之子，有歪心之生而居其德者矣。
 是故鸞門之子，必知中不偏、庸不易，必修正明而悟正
 道，方稱鸞門之子者也。

鸞門之大本者，鸞生之所遵也。何謂遵？遵其聖佛
 所傳之明道焉，更求鸞門之融和，方明鸞門之大道也。
 若造次不聽遵，復次亂融和之子者，其獲罪於天，無所
 禱也。焉言為鸞門之修乎？然觀嗟乎！鸞門失在誠心之
 遵聖、齊心之明道、正心之軌範。欲揚名乎？欲立功乎
 ？屢次撥弄是非而亂正軌之修，實不淮容，是在鸞門之
 修，而踏入鸞門之修乎？故知其有所犯，必須改邪而歸正
 中庸，始言奉聖修身，而達鸞門之大本矣。余拙才劣筆，謹
 以簡文淺語略述鸞門之道，與諸子共研勸勉之！

今宵欣喜！承蒙貴宮神、人盛情禮待，余銘感於衷
 也。福興神光廣被黎庶，道元闡鸞教化牖民，人才濟濟
 ，勤功聖業，神、人更是不畏寒暑、不辭疲倦，到處揮
 鸞闡教，匡振文風，倡引儒鸞聖理以教化人心，齊誠正
 信而弘揚聖道，殊堪褒勉之。

貴我兩宮院，承肩代天宣化、覺世牖民、淨化人心
 之使命，殷殷至盼，永締鸞盟道緣，同繫鸞燈儒脈以共
 扶聖道。亦至誠邀請貴宮開漳聖王、諸道兄暨諸賢士生
 ，有暇光臨敝院賜教指導，余代表德修道院神、人，謹
 以一杯香酒賀祝福興宮運隆昌、香火鼎盛，道元堂光輝
 煌、聖業興展，諸賢士生道果精進、法喜充滿。今至此
 ！

本院文衡聖帝 吳恩師登台

詩：無中妙有妙玄玄，道化無中空色然；
千江有水千江月，萬里無雲萬理天。

述：無中妙有與真空實相之境

夫無中妙有者，空不異色，空則是色。陰陽未判，二儀未分，三才未定，有甚汝我？原來本是一理也。空在色中，世人難見，色空不異，妙理金彰，色可色，非常色，空可空，非真空，總歸太虛空。

道無萬殊則不能顯，萬殊無道則不能生，是以三教聖人不見有色有空，色空有無雙泯，如如常自然，空不空，無中之妙有，光明洞耀，周遍沙界，豎穹三界，無所不有，無所不在，無所不包，橫互十方，彌綸天地，包羅萬象，其大無外，近之不見其首，其小無內，隨之不見其尾，鑽之彌堅，退藏於密，瞻之在前，忽焉在後，無形無名，無邊無際。

無中之妙有，真空實相，虛空大道也，然其造詣有清淨法身、圓滿報身、千百億化身之分。清淨法身者，充實而有光輝，能照見五蘊皆空，乃大人造詣之境也。圓滿報身者，念念自性自見，回假返真，所欲不踰矩之聖人造詣之境也。千百億化身者，有聖而不可深知，神人能變千百億煩惱，代為千百億菩提造詣之境也，本於至靜不動天之度，能自見實性有三身分清、則濁、闡明

，盡人合天之道。所謂盡人合天者，盡人性以合天理也；何謂先天理天？生天者是；何謂後天象天？天生者是。生天者，理也，至靜不動天也；天生者，象也，經星緯星天也，理天象天、先天後天之間，一氣流行者宗動氣天也。

頑心，象也，上應經星緯星天，有象可見之心，縱情逐物，萬事擾之，有生死限之。人心，氣也，上應宗動天，此變而有常之天，允執天人之中，致中和之修而造此者謂之賢關，賢人精進求道之關也。道心，理也，上應不動天，此生天生地，常而不變之天而造此者謂之聖域。儒曰：「大成至聖」，釋曰：「無上正等正覺」，道曰：「大羅天仙」，三教歸一者，歸於理也，此理在天為天理，在人為性理，釋曰「佛性」，故曰萬物皆有佛性，物物各具一天，人人各具一理也，中庸所謂：「天命之謂性，率性之謂道。」人性，天命也，率性乃盡人性以合天命也，乃天人合一矣。



既入聖門 豈可一副漫不經心之樣

本院至聖先師 邱恩師登台

詩：正心學道勤修行，恆持道心養性靈；
弘宣儒理詩諄教，真詮啟化渡緣成。

述：道由心學

道心一體之連，心不正，道難明；心入正，道可明。心正身修而後明善，明善而行善，道可參矣！道之修始，由心而貫學，方得心正善明，善明而後可探道之中者矣。

大本之道，皆鑽宇宙乾坤萬物之形，惟獨由人之心而可鑽出道之原矣！學道修道之明，皆有正在之心，方進學道之求成。道放包羅宇宙之乾坤，縮為人人之心念，心念道，道可生於人之心鑽，心若無一貫之正，內心之道就難凝成矣！是教學道，必先心正明善之語句出矣。萬物由天之道而生存，亦可謂萬物由天之統，即有統天萬物之道云矣。萬物之道，統天之道，皆經心學而貫煉，而悟道之明，即達道之統天萬物至理也。

故學道之始，必由心學之謂者，道心永固之謂也。求道之心有一定之堅，而固明善身修悟道之念，即有道心永固之謂也、道由心學之云矣！此道心永固，實無二理之意現矣。心一念之善，道凝一氣之存；心一念之惡，邪罩道之凝矣！是故學道之成凝，必有堅定不移之心正，方達道心永固，此道由心學之定理焉。

今宵初次登鸞與諸生晤面，謹以簡淺篇章諄教勉勵，師盼諸生勤修學道，道心堅固，道志恆持，弘揚儒鸞聖理，宏展院門聖業，達其上天賦吾神、人普化之使命。師甚喜悅，觀吾門生勤奮上進，團結和諧，必能造就院門輝煌之光彩。勸勉之！

本院釋迦牟尼佛 狄恩師登台

詩：登鸞把筆闡教篇，欣喜諸生志篤虔；
體天宣化勤勉力，行功積德植福田。

淺論：大乘十發趣

夫大乘修者，自凡人以修大乘妙諦，必經之十發趣。首立信心不退，以心合理之悟念，漸達信心之堅，念心之定，以學大乘之初基，基而有固之信念，雙心悟精進之心學，以達靜得其精。精理悟道，而進修妙禪之本立，契般若之慧生，堅初基之信情，將立之信心，配已念之心法，信念之心發趣，以達悟精之妙法，將已悟精之道體，增出進取之心，以學十發趣之信念，精進之三信心矣。

而此十發趣之信心、念心、精進心，乃是學大乘之初基。基初難立，大乘之諦難得悟矣！學修士子能學大乘，必知必立之十信之三心，進而再悟慧心之生臨，慧與法同生，是般若波羅蜜之慧心，開發趣欲悟欲修之道已植下萌芽之發矣。有慧心之生臨，再定一心，謂之定心，十發趣之信矣！

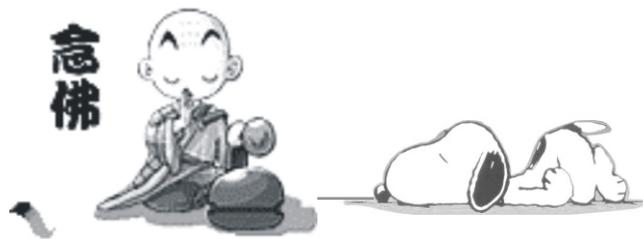
慧心已立，定心之伴，日日修經之妙諦，月月破解之深根，斯時一知半解，樹葉青青，有時云青黃之間，樹葉飄飄，已悟秋時，或冬之臨也，或是春雨初潮，未肯定立判明之間，易起動搖之念，難達上進之悟。為此

十發趣，已進慧心、定心之境地，必立不退心之乘，十發信趣則可步步如上修矣。立慧心之悟覺，立定心之修覺，更應立下不退心之修徑，此三信亦十發趣十信之三心矣。

為學者，不可不修慧心、定心之趣，於無立不退心之定，前修恐易盡廢，為學修士子不可不慎哉！既已修之，信念精進，慧定不退，再合護法、迴向、戒願等心，謂之十發趣之十信矣。已下不退心之修徑，自有護法心之護法矣！護得已進之修法，斯時也，法能迴向之明心作祟，不可不慎於護成之法體，心一妄念，迴向之心難把住，即有戒心而參立矣。護法、迴向心與戒心者，三不可缺一之時哉！亦可謂立戒定之律心，以保護法心之長留，以免迴向心之作祟矣！

上言之九信心，能達到之時，應有願心之佈施，結下十方如來之發趣，十信之心就達大乘初基之悟學，是教學修士子，欲修大乘之果實，必先立定十信之心，以存初基之悟學矣！

今宵初次登鸞，會晤諸生，以大乘十發趣之十信之心勉勵諸生，斯盼諸生精勤學修，精研經典，增進智慧，以進明地之修徑，達以大喜之境地矣。以此勸勉之！





經典釋意

文昌帝君陰騭文

· 本社編輯組 ·

帝君曰：

吾一十七世為士大夫身，未嘗虐民酷吏。救人之難，濟人之急，憫人之孤，容人之過，廣行陰騭，上格蒼穹。人能如我存心，天必錫汝之福。於是訓於人曰：昔于公治獄，大興駟馬之門；竇氏濟人，高折五枝之桂；救蟻中狀元之選；埋蛇享宰相之榮。欲廣福田，須憑心地。行時時之方便，作種種之陰功。利物利人，修善修福。正直代天行化，慈祥為國救民。忠主孝親，敬兄信友。或奉真朝斗，或拜佛念經。報答四恩，廣行三教。濟急如濟涸轍之魚，救危如救密羅之雀。矜孤恤寡，敬老憐貧。措衣食、周道路之飢寒，施棺槨免屍骸之暴露。家富提攜親戚，歲饑賑濟鄰朋。斗稱須要公平，不可輕出重入。奴婢待之寬恕，豈宜備責苛求。印造經文，創修寺院。捨藥材以拯疾苦，施茶水以解渴煩。或買物而放生，或持齋而戒殺。舉步常看蟲蟻，禁火莫燒山林。點夜燈以照人行，造河船以濟人渡。勿登山而網禽鳥，勿臨水而毒魚蝦。勿宰耕牛。勿棄字紙。勿謀人之財產，勿妒人之技能。勿淫人之妻女，勿唆人之爭訟，勿壞人之名利，勿破人之婚姻。勿因私讎，使人兄弟不和。勿因小利，使人父子不睦。勿倚權勢而辱善良，勿恃富豪而欺窮困。善人則親近之，助德行於身心；惡人則遠避

經典釋意

之，杜災殃於眉睫。常須隱惡揚善，不可口是心非。翦礙道之荊榛，除當途之瓦石。修數百年崎嶇之路，造萬人來往之橋。垂訓以格人非，捐貲以成人美。作事須循天理，出言要順人心。見先哲於羹牆，慎獨知於衾影。諸惡莫作，眾善奉行；永無惡曜加臨，常有吉神擁護；近報則在自己，遠報則在兒孫。百福駢臻，千祥雲集，豈不從陰鷲中得來者哉。

釋意：

<報答四恩>

四恩者：一父，二母，三如來，四說法師也。父與母，生育我之形骸；如來法師，長養我之智慧；皆恩之極重而難報者。《觀佛相海經》云：「有恩不報，是阿鼻因。」然則報答之事，可忽乎哉？報答父母之恩，唯有盡勞盡養，得親之心，引導父母以出世之法而已。報答師長之恩，唯有依教奉行，四事供養而已。至於如來之恩，尤難言報，唯有發菩提心，立宏誓願，仰學菩薩而已。蓮大師云：「親得離塵垢，子道方成就。」《楞嚴經》云：「將此深心奉塵刹（*像塵土一樣多的世界），是則名為報佛恩。」 下附徵事（三則）

禮塔度親（《緇門崇行錄》）

唐范某，母王氏，素不信三寶，范諫不聽。遂依慶修律師出家，號子鄰。後歸，母已沒三載。因詣嶽廟，志心誦《法華經》。誓見嶽帝，求母生處。夢嶽帝告曰：「



經典釋意

汝母禁獄，現受諸苦，可往鄮山，禮阿育王塔，庶可免也。」鄰即詣塔，泣拜久之。忽聞其母謝曰：「承汝之力，得生忉利天矣。」

〔按〕阿育王者，佛涅槃後一百年，所出之鐵輪王，王一閻浮提者也，能役使鬼神。將如來八萬四千舍利，造八萬四千塔。每有一億人處，方置一塔。此方見於記載者，凡十九處，此特其一耳。

誠感父骨（《高僧傳》）

後周李氏子，長安貴胄里人，唐宗室也。七歲出家，法名道丕。十九值駕幸洛，長安焚蕩，乃負母入華山。時穀湧貴，丕自辟穀（*古代的一種導引之術，不吃五穀，可以長生），惟乞食供母。母問食否，必曰：「已齋。」母曰：「汝父霍山戰沒，骨暴霜露，能收取歸葬乎？」遂往霍山，拾白骨聚一處，晝夜誦經，懺父殺業，且祝曰：「群骨之中，有動轉者，即父遺骸也。」一心持誦，目不暫捨。數日間，有骷髏從骨聚中躍出，搖曳良久。丕擗踊（*擗踊：捶胸頓足）抱持，齎歸見母。是夜，母夢夫歸，明晨骨至。後應詔入京，名播朝野。

〔按〕孝有二，有世間孝，有出世間孝，師蓋兼而有之矣。若夫道紀荷親而講演，法雲居喪而毀瘠，鑒宗醫父病而兩股皆剝（*剖挖），智聚丁母憂而三年泣血，如斯之類，罄竹難書。倘謂辭親出家，父母遂可不必奉養，豈識孝名為戒之義乎？

酬恩護法（《金湯編》）

經典釋意

宋呂蒙正，字聖功，太宗時，舉進士第一，累官參知政事，封許國公。方公之微也，嘗寄跡僧寮，得安意書史。後執政十年，郊祀俸給皆不請，帝問其故，對以私恩未報。詰之，以實對，帝曰：「僧中有若人耶？」賜紫袍以旌之。所得恩俸，悉與寺僧，以酬宿德。公於晨興禮佛，必祝曰：「不信佛者，莫生吾家。願子孫世世食祿，護持三寶。」後從子夷簡，封申國公，每遇元日，拜家廟後，即叩禮廣慧禪師。申公之子公著，亦封申國公，於天衣禪師亦如之。左丞好問，於圓照禪師，亦如之。左丞之子用中，於佛照禪師亦如之。世世貴顯奉佛，果符公願。

〔按〕經言：「諸佛之恩，過於父母。」夫父母之恩，至深重也，反謂佛恩過之，何哉？蓋父母之恩，止於一世；諸佛之恩，盡未來劫。父母之恩，但養色身；諸佛之恩，濟人慧命。又父母訓誨，不過導以名利，若或誤用，反能造業；諸佛菩薩，能示以究竟法門，苟從其教，疾出輪回。父母若遇逆子，便發瞋恨；諸佛菩薩，雖遇謗佛謗法之人，悲憫無已。不特此也，父母愛其子，原望養生送死；至諸佛菩薩，毫無希望，雖度盡眾生，初無能度之想。故世間第一負恩之事，無如謗佛，呂公不願此種來為子孫，識亦卓矣。

<廣行三教>

三教聖人，皆具救世之念，但門庭施設不同耳。儒用入世之事，佛行出世之法，道則似乎出世，而實未嘗出世者也。孔顏雖聖，然欲藉以卻鬼驅妖，則迂；佛道雖尊



經典釋意

，然欲用以開科取士，則誕；此三教所以有不得不分之勢也。人非一途可化，故聖教必分為三，譬如三大良醫，一精內科，一精外科，一精幼科，術雖不同，而其去病則一也；若三人共習一業，所救必不能廣。故曰：「為善不同，同歸於治。」

余閱貴州《銅仁府志》，知向來本名銅人，因其地有銅人山，故名。後改人為仁，而地與山，俱更其舊。山在巨浸中，其下皆水。曾有一年大旱，見山下盡空，但有三大銅人，頭頂此山，巋然直立，而三人恰是三教服式。竊思此山，乃開闢時物，尚無三教名色，而銅像又非人力所鑄。始知三教門庭，本天造地設，合下當有。況帝君德位，超乎人類之上，豈不知孔顏大道，已如日月經天，而必欲牽合釋、道，以之訓飭（*同「教」，告誡）士子乎？

又考南閩浮提，名雖一洲，其中國土甚多，每一國土，各有聖賢持世立教，如孔子、老子者，不計其數，但各國姓名不同耳。至於書法，亦有六十四種。今儒者所讀，不過舉業之書，此外所見，能有幾何？所以三藏十二部之文，龍宮秘笈之語，不唯不見，見之反加排斥，以為苟不如此，便不似儒道。不特宣之於口，並著之於書，無不曲肆詆毀，一片意必固我之私，習成黨同伐異之套。至考其旦晝所為，幽獨所念，無非爭名逐利，欺世害人；甚至夤緣奔走，賭博樗蒲，無所不至。凡吾儒正心誠意之學，濟世安民之道，全然不講，但損儒門之望，何增學術之光？帝君示以廣行三教，可作午夜之鐘矣

經典釋意

。人能學孔子，釋迦必喜；人能學釋迦，孔子亦必喜。若必欲從我教而善，則悅；不從吾教而善，即不悅，則是奴投主、兵投將之法而已。豈三教聖人乎？

「廣行」二字，以心言，不以跡言。人能修仁慕義，即是行儒道，不必青衿墨綬，而後為士也。人能見性明心，即是行佛道，不必圓頂方袍，而後為僧也。拘儒聞「廣」字，必嫌學問之雜，不知雜亦有辨，如天理而雜以人欲，王道而雜以霸術，米粟而雜以糠粃，此決不可雜者也。至於三教所言，皆有益身心之務。太（*同「泰」）山不辭土壤，故能成其大；滄海不擇細流，故能就其深。奈何亦患其雜耶？一家之中，有食有衣，有財有寶，有仆婢田園，可謂雜極矣。然苟不如此，其家必不能富。若論腹中所食，則為飯為糜，為羹為炙，為醢、醢、鹽、梅，亦可謂雜極矣。然苟不如此，其人必不能肥。何獨於三教而疑之？

論廣行之益

助揚王化

國家所恃以為治者，不過賞、罰二端。明刑弼教，儒術之所以當廣行也。然賞罰所能及者，不過千百中之一耳。若欲究其幽獨之所為，念慮之所動，則雖家設一孔子，戶置一皋陶，而有所不能。故世人畏王法，恒不如畏天譴，蓋王法可逃，而天譴不可逃也。能廣行釋、道二教，使因果之說，昌明於世，則世人方寸之間，自然有所畏憚，比之孔子作《春秋》，其功不在下矣。

〔按〕劉宋文帝謂何尚之曰：「范泰、謝靈運嘗言六經



經典釋意

本在濟俗，若求性靈真要，則必以佛理為指南，使率土皆感佛化，朕則坐致太平矣。」尚之曰：「渡江以來，王導、周顛、庾亮、謝安、戴逵、許珣、王蒙、郝超、王坦之、臣高祖兄弟，莫不歸依。夫百家之鄉，一人持五戒，則一人行善；十人持五戒，則十人行善。行一善則去一惡，去一惡則息一刑。一刑息於家，萬刑息於國，陛下所謂坐致太平者是也。後儒以佛為諱，徒欲藉『君子小人』四字，以佐賞罰之所不及，吾見其術之疏矣。」

培植真儒

吾輩有志學孔孟，當學其大本領處，如學無常師，吾道一貫，無意必固我，是孔子之大本領也。發明克復忠恕之理，是顏、曾之大本領也。仲尼之學，專務治己，故曰：「默而識之」，「夫我不暇」，「躬自厚而薄責於人」，垂訓不一。孟子之時，雖有楊、墨，孟子辭而辟之，是猶揖讓之變為征誅，非可人人效顰也。無如後人於仲尼躬行之道，畏難苟安；一聞能距楊、墨，即是聖人之徒，便踴躍鼓掌，捨難趨易，反恨當今之世，無楊、墨可辟；構求稍可牽合者，即以楊、墨例之。於是移其說於釋道，但從事於講學，而所以自治者疏矣。則何如存聖賢大公之心，但盡其在我，無事黨同伐異之為得也。

〔按〕佛之五戒，仿佛儒之五常，但當交相讚，不當交相毀。世俗不察，聞慈悲之說，出於佛氏，必反乎其說

經典釋意

，而吾儒之仁，於斯而喪。聞盜淫之戒，出於佛氏，必反乎其戒，而吾儒之義，於是而亡。聞妄言之禁，出於佛氏，必反乎其禁，而吾儒之忠信，於此而滅。豈非欲衛道，而反害道耶？昔有學者，以佛教之害，問象山先生，先生曰：「試問害在何處？今之害道者，正在此種閑言語。」

《文昌帝君陰騭文》在善惡間訂定分野，旨在導化人心，明確的提供人生行善可依循之準則，條理分明易懂，倍具覺世牖民之功。故此，本會編輯小組特別擇定為本雜誌經典釋意單元之首選。當然了，經典名作載籍浩瀚，不乏取徵之資，未來本會將陸續推展著力於此單元，盼能為淨化人心敦促良善聊獻棉薄，同時也為讀者提供較具內涵頗益身心之文資。然亦望其間若有力之未逮不盡周詳之處，諸德賢達能不吝來函賜教，致達圓臻善竟其功。……………待續。



您的愛心將匯集成一道道光與熱 溫柔的撫平一道道生命的缺口
儘管人世間有著許多的不完美也正因如此 才能顯現真善美的可貴

新書介紹

· 本院扶鸞新作 悟 迴

歡迎索閱

生從何來，死往何去，一直是個迷思的議題，畢竟從不曾有誰能跨越生死的界域，又回過頭來告訴我們那幽冥的國度是怎麼一回事。本書作者穿越生死界域，從人往生後八小時孤零步上黃泉路的概況，乃至亡後如何受審判，流轉於各大小地獄受刑罰，一一記實，揭開死後國度的秘辛，乃至告訴您如何才能避免成為地獄的罪魂，一本值得您閱讀的書籍。



地府空間，非當下人類之文明可以探及，現代科技日益發達，與時驟進，但亦難探索異次元空間的存在。大寰宇宙，浩瀚無際，而太陽系不過其千萬於一，人類以能登上月球，探測火星而為之不凡，殊不知星河系中之生靈數以萬類，如人類形體的，具象而無形體的，無形無象之能量體的，不勝枚舉，豈可視地獄之說為荒誕不經，斥為無稽之談！迨至一遭黃泉難往返，身處九幽徒興嘆矣！

片段閱賞

蔡生：「所以每位亡魂經由八司審定後，發配至酆都城，依其功過而分別於功祿區、平民區、貧碌區而居住生活。其因緣時間亦有其一定，待至因緣已到，再至授生司領取憑證投生。那麼亡魂可以知道自己在酆都城等候的時間嗎？」

恩師：「無法得知，此由『因緣提錄司』負責管理。」

蔡生：「地府管理作業很嚴謹，各職司區分得很細膩，絲毫無訛誤。」

恩師：「上述乃為師簡略介紹轉輪所八司的職責，再隨師至觀生台觀證吧！」

我們步出轉輪所，轉往觀生台而走，此觀望台很高，須走很長的階梯。

蔡生：「恩師！我們要走階梯上去嗎？」

恩師：「是的！」

蔡生：「仰望遠眺像一座山峰，觀生台在山頂上嗎？」

恩師：「耐心的隨師上去吧！」

拾階而上了半山腰，實在是精疲力竭。

蔡生：「恩師！可否休息一下呢？學生已氣喘如牛了。」

新書介紹

恩師：「體力如此之差，身體這般虛弱，又不好好調氣養神，此如何行使任務呢？時間不可延誤，快走吧！」

費了九牛二虎之力，咬緊牙根硬撐著走上觀生台，此山峰既高又陡峭，要不是在執行任務，總得有個始終，平時要我爬比枕頭山還高的山，簡直是天方夜譚。到了觀生台放眼而觀，便揭開了地府神祕的面紗，這一眼望去，可以看到整個地球以及凡間所看不到的星球，原來觀生台是這麼的神奇。

蔡生：「恩師！我們不是在地府嗎？怎麼可以看到凡間以及星球的人事物呢？我們所處的位置是在哪裡呢？」

只見恩師臉上淺露著微笑

恩師：「地府的空間。」

蔡生：「不是在地球上，也不是在地底下，倒像是在另一星球上啊！」

恩師：「蔡乩生，好好去體悟吧！」

我邊看著這神奇的景象，邊思索試著連貫這神祕的地府異次元空間…。

晨飲溫開水 冷天保溫兼保命

「嗚~依~嗚~依」救護車警笛聲響起，隨著氣溫轉涼，呼吸道、氣喘和心臟、腦中風急救案增多；新竹市衛生局長劉靜芸提醒，早晨一杯溫開水，保溫兼保命！

消防和衛生單位每逢氣溫下降，接獲的急救病患增多。劉靜芸說，人的血管隨著氣溫變化有收縮、擴張，短時間急遽變化，容易因血管供應養分不足，造成心臟病、腦中風。

劉靜芸認為，早起一杯溫開水可緩衝人體和環境的適應；有心血毛病者，別忘了持續服藥，外出時，最好帶著舌下片等急救藥，預防萬一。

另外，不少老人為了保溫多穿衣服，造成走路、上下樓梯不方便，跌倒骨折意外也增多，建議冬天來時，應為老人家選擇質輕保溫的衣物。

季節轉換，忽冷忽熱的氣溫讓許多鼻子過敏患者噴嚏打不停，中醫師建議，穴道按摩小秘訣，西醫建議找出過敏原。署立苗栗醫院中醫師康鍾禧說，冬天早晨氣溫低，鼻子過敏者起床時，可用雙手搓熱後捂住鼻子，感覺暖和了再下床，也可常按摩雙眉中間的印堂穴，及鼻孔兩旁、位在笑紋之處的「迎香穴」，可舒緩過敏不適。另，最好少碰冰涼食物，像較涼性的白蘿蔔、大白菜、空心菜等。

署苗耳鼻喉科醫師鍾和欽建議過敏者，透過抽血找出過敏原；平日生活規律、均衡飲食、適度運動，不舒服時



閒話家常

，就要求助醫師並適當服藥，才能保持健康。
苑裡李綜合醫院家醫科醫師朱舜天提醒，罹患糖尿病、高血壓，或家族有中風病史的民眾，請加強保暖，且每天測量血壓，注意健康狀況。
朱舜天說，老年人四肢較不靈活，起床時先平躺並活動手腳約5到10分鐘後再下床。

身體需要哪種水果

頭髮：染髮燙髮－酪梨

染髮燙髮過程會奪走頭髮的水分和油脂，頭髮變得乾枯。成熟的酪梨中含有的珍貴植物油脂，油酸，對乾枯的頭髮有特殊功效。

大腦：過度用腦－香蕉

過度用腦導致人體內維生素、礦物質及熱量缺乏，除了大腦疲憊，還常常感到情緒低落。此時補充香蕉可提供所需營養物質並緩解消極情緒。由於過度用腦消耗多種維生素，因此營養師建議同時補充善存等多維生素片。

眼睛：過度用眼－木瓜

長時間盯著電腦屏幕或電視屏幕，過度用眼，則視網膜感光所依靠的關鍵物質維生素A大量消耗，眼睛感到乾燥、疼痛、怕光，甚至視力下降。此時就需要食用可提供大量維生素A的木瓜。

牙齦：牙齦出血－奇異果

牙齦健康與維生素C息息相關。缺乏維生素C的

閒話家常

人牙齦變得脆弱，常常出血、腫脹，甚至引起牙齒鬆動。奇異果的維生素 C 含量是水果中最豐富的，因此是最有益於牙齦健康的水果。

心臟：心臟病史－葡萄柚

膽固醇過高嚴重影響心血管健康，尤其有心臟病史者，更要注意控制體內膽固醇指標。葡萄柚是醫學界公認最具食療功效的水果，其瓣膜所含天然果膠能降低體內膽固醇，預防多種心血管疾病。

肺臟：長期吸煙－葡萄

長期吸煙的肺部積聚大量毒素，功能受損。葡萄中所含有效成分能提高細胞新陳代謝率，幫助肺部細胞排毒。另外，葡萄還具有祛痰作用，並能緩解因吸煙引起的呼吸道發炎、癢痛等不適症狀。

肌肉：肌肉拉傷－菠蘿

肌肉拉傷後，組織發炎、血液循環不暢，受傷部位紅腫熱痛。菠蘿所含的菠蘿蛋白質成分具有消炎作用，可促進組織修復，還能加快新陳代謝、改善血液循環、快速消腫，是此時身體最需要的水果。

皮膚：預防皺紋－芒果

若皮膚膠原蛋白彈性不足就容易出現皺紋。芒果是預防皺紋的最佳水果，因為含有豐富的 β -胡蘿蔔素和獨一無二的，能激發肌膚細胞活力，促



閒話家常

進廢棄物排出，有助於保持膠原蛋白彈性，有效延緩皺紋出現。

血液：供氧不足－櫻桃

容易疲勞在多數情況下與血液中鐵含量減少，供氧不足及血液循環不暢有關。吃櫻桃能補充鐵質，其中含量豐富的維生素C還能促進身體吸收鐵質，防止鐵質流失，並改善血液循環，幫助抵抗疲勞。

腳部：腳氣困擾－柳橙

體內缺乏維生素B1的人容易有腳氣困擾。這種情況下最適合選擇柳橙，它富含維生素B1，並幫助葡萄糖新陳代謝，能有效預防和治療腳氣病。

文職工作經常面對電腦屏幕，明目食療方法

中藥材中有種石斛明目效果甚佳，可選用作食療茶水：
石斛水：

2錢石斛加5錢花旗參焗水，明目之外尚有生津提神補氣之效。焗水可用電子瓦煲、電子焗盅或真空煲焗1晚，亦可先用水煲滾，再連渣放暖壺中焗一晚，飲時再煲15分鐘。

石斛湯：

4錢石斛先燉6小時，然後再加入1兩杞子，6兩豬肝切片，再燉1小時即可。

十種緩解壓力與焦慮的方法

- 一、說出壓力：感覺千頭萬緒，不知所措時，找一位知心好友，或專業輔導員，或有經驗的長輩，說出內心的恐懼和問題。有時候，所面臨的問題並不嚴重，只是在心慌意亂時無法冷靜思考，如果能夠經過傾吐、發洩，或聽聽別人的意見，而釐清問題的癥結所在，找出解決方法。即可豁然開朗。
- 二、寫出壓力：當面對複雜卻又無法逃避的問題時，不妨寫出來，然後再寫出可能的解決方法，無論是否能達成目標，但此種渲洩方式也可減輕內心的壓力。
- 三、呼出壓力：感覺壓力很重時，最簡單、快速的方法就是深呼吸，也就是深深的吸一口氣，閉氣二、三秒，再微微張開嘴巴，緩緩吐氣，如此反覆做幾次，可使血液循環恢復正常，心跳減速，心情自然較為平靜。
- 四、跑出壓力：可在戶外找個清靜的地方，慢跑或步行二、三十分鐘，使全身肌肉鬆弛，緊張壓力隨之而解。
- 五、打出壓力：如果壓力是來自權威的力量而又無法當面發洩時，可找一個沙袋或布偶等痛打一陣，可適



閒話家常

當舒解內心壓力。

- 六、泡出壓力：熱水澡可以促進血液循環，使肌肉鬆弛，減輕壓力。
- 七、甩出壓力：。開始先輕輕甩動手腕、手臂，再逐漸加大擺動姿勢，甩掉手臂肌肉的緊張，再用同樣的方法甩動雙腿、軀幹和頸部，使全身肌肉放鬆下來。
- 八、唱出壓力，喜歡唱歌的人，可在感覺壓力時，唱唱自己喜歡的歌，藉由歌曲抒發心情。
- 九、坐出壓力：禪坐也是可行的方法之一，不過，初學者必須先請專人指點正確坐姿和相關理論再嘗試，如果方法正確，可在禪坐中，藉由深沉規律的呼吸，將肌肉放鬆，同時使心靈寧靜無雜念，讓思緒清新。
- 十、其他：包括一些較情緒化的發洩，例如找一個曠野盡情吶喊，或者放聲大哭，都可渲洩內心壓力。



人生如戲話修行

文/總編輯林振鴻

無情何必生斯世？有情終須累此身。人生就像一齣舞台劇，其中或也高潮迭起，看似永無止盡，劇中縱有角色扮演之差異，然而若於思想行為的造作來看，每個角色都只是不斷地重覆輪迴著相同的戲碼。人的心為外境所吸引，因為有種子在第八識，向外攀緣就有了各種受、想、行，透過受、想、行，由心念立即轉化為行為，最常見的是用情緒宣洩方式，來回溯到源頭的心王，去尋找種子，釋放種子，世俗的人不知道為什麼要帶著種子，不斷回到人間的舞台上，恣意的讓累世的習性起現行，無止盡的造作業因。

繁華虛妄的人生，本如鏡花水月，轉眼成空，世間的一切事、一切物都將灰飛煙滅、盡歸塵土。通常當人在歷經無常之苦的衝擊，才能覺悟到生死熾然，苦惱無量的感受，因為觀念固化，執性使然，乃至不能隨順因緣，故而載浮載沉於苦海當中無以自拔，終其一生也不過庸庸碌碌白走一遭，抑或造下更深的因緣果報，這一切都歸咎於無明二字。人生不若一場戲，只因入戲太深，不知道緣起性空，不知道一切皆空的道理，不知道種子的變化，把種子當成了真實的自己，認同了任何發生在自己身上的情緒，不知加以調整控管，靠著種子來成就自己的細膩，不懂得分離，不曉得保持一段距離，更遑論認同也是一種假象，因為不明瞭自己有個第七意識，不知道這個自我中心的第七末那識，可以轉為平等性智，可以銷融，讓自己和別人、所有的眾生融為一體。

不知道自己所體會的，其實也是為別人體會的，眾生有。苦，所以我有苦，眾生有病，故我有病不知道天地之間，這一切巧妙的連結，因而常陷入在情緒泥沼中，以為是自己所特別持有，是屬於自己的財產，因而不得自拔，入戲困難，出戲更難。

業以記憶的方式儲存在阿賴耶識裡，產生一股強大的勢力，稱之為業力。這些累世及今生所造的業種，在因緣和合時會起現行，現行又會回薰八識田，故經云：縱使百千劫，所造業不亡。修行的人可能知道「種子起現行，現行薰種子」的原理，卻不知道生活本來是一幕幕舞台劇，種子起現行並非懲罰，而更是一種恩典。因為前生某樣情境還沒有看清楚，所以保留下來，在不定的時刻，可能下一世或這一世，當情境回來，可以再一次排演，來深入體會並改造。也就是說，我們本來就是演員，真如心派給我們眼、耳、鼻、舌、身、意六根，令我們來到色、聲、香、味、觸、法六塵面前，做什麼？我們每天都要重覆做同樣的事情，吃飯、睡覺、作夢、出門、遇到熟人、遇到陌生人、上班、下班、搭捷運、搭公車、買東西、打電話、約會、發呆、上網、看電視、聽音樂、跳舞………。除了動作上重覆，還有另一層面，情緒上、生活境遇上的重覆，時空看起來不同了，情緒卻是連續的，現在接續著過去，未來接續著現在，當然是由種子來負載這個使命，舊的種子，新的種子，不斷交接。六根遇上六塵，有了作意、受、想、思，接下來一連串情緒層出不窮。如果不修行，不清除種

私房小菜

子，那麼藉由種子的連接，種子不斷起現行、現行不斷薰種子的結果，產生更多的重覆，太多了，生生世世。這個過程是演員漫長的路，然而，生活和戲劇是同一件事，生活也是一條漫長的路。只是生活的人不知道演戲，更沒有耐心去分解悉數的日常言行舉措。

吾人存在世間的意義是什麼？我活著時迴向給這世間的是什麼？死後又能留下什麼？這樣的議題時而困惑著我，直到進入道場，修行讓我知悉了生命的真相，了解緣起空寂性，無我、無我所，確認生命的價值是在完成自我淨化，究竟解脫後自利利他，我的心便逐漸安定下來。於是，我開始轉念並緩解外境外緣的侵擾，聞思正法，學習自覺覺他的智慧，知道泥沼的產生過程，懂得許多法門去避開，很快的提升自己到平靜的境界，形而下力求當個正人君子為基，形而上次第的不斷提昇心性靈，更細心去體驗生活，讓戲劇與生活互相融合，如同是藥食同源的道理，吃飯的時候小心選擇，細嚼慢嚥的話，根本不用吃藥，每天吃飯就好。也許不是大家習慣的那種享受，但絕對是一種享受，清靜的享受。

這也是很多人想要的，不必吃藥，不必做治療，只要讓自己如實的生活就夠了。藉著演戲的經驗，讓每個人能夠在生活的每個當下，享受如演員般的樂趣。因為有了智慧覺性的依靠，就能進退自如，更加能夠享受生命中的每一個片刻，對每一種情緒可以更加平等、平靜的對待，勇敢與之對話。其實這就是讓自己的心開放，當沒有障蔽，真如心自然湧現了。一齣舞台劇排好，接



私房小菜

著是巡迴演出，好的演員非常享受這個過程，因為他可以不斷的進步。這也是一種重覆，更高階段的重覆，這種重覆，可以非常任由自在，可以讓之前止於劇本的細膩習性，開放出來流竄在舞台的每個走位，融合和別的演員之間的關係，甚至在沒有你的場景，進而是觀眾座席，甚至進入觀眾的思緒。一齣精采的演出可以感動人，可以使觀眾的種子起現行，好的劇本，更能提供化解種子的智慧，安住在每個動靜層面，讓自己更有餘刃觀照萬物、萬法，智慧也在之間淬鍊成金剛一般，住如不住，如實反照真如。

人生是戲劇、是生活、更是修行，舉凡端倪即在轉念之間。修行的旨趣為何？所謂天雨之大，不潤無根之草；佛法雖廣，不度無緣之人。今之得有善因緣入道學修，豈可昏濛虛度？怎能入寶山空手而歸！今之有緣與否？關鍵不在上天不在神佛，能不能得度？全然在自我方寸之中。既已立身道場，當不忘初衷所為何來，何須泥執？何有罣礙？真佛焉需一柱香，您我又何哽於一口氣？心上生心，煩惱障蔽，動氣傷神，徒勞一遭。學道意在定靜心靈以契入自然萬物，修行旨在離執破相以務求棄私為眾，若能在日用倫常間戒除不良習性，即能洗滌習氣，進而於阿賴耶識中革除宿世不良的含藏種子，如此始能在修功累德之餘，不再造作惡業因識。進而廣結善緣，當累世的冤親債主及業報示現，真誠地甘心領受，當還的就還回去，該給公道的，不吝周圓，在隨順因緣之餘，惱人的人事物淡了，苦源的盡頭那端，相信

善種子會起現行，感召善樂之果。

學道不在圖謀現世的安樂，而是重在出世的解脫，執著於無常的紅塵、傷懷於老病死苦的現前、煩惱於愛慾不得的折磨、放不下俗務的勞慮，今生無止盡的怖畏與罣礙，復以累世冤欠的討報及果報示現的厄運劫難，怎不身心交瘁神魂消損？富貴名利何足恃？不如靜對一爐香。人生百年恰如白駒過隙，迅速而短暫。趁著身心尚能做主時，勉力修行。依聖言量，訓練自己的比量，內正思惟，減少無明我慢貪愛，轉化第六識，讓具足戒定慧的種子，回薰阿賴耶識。莫待老病衰殘無力修行時，任由貪瞋癡煩惱習氣驅使，再次隨業輪轉，漂流生死海，永無出期。



諺語：《飼子無論飯，飼父母要算頓。》

釋意：父母養兒育女，只擔心孩子吃不飽，不會計較孩子一天吃了幾餐；但子女奉養父母卻斤斤計較父母住了幾天、吃了幾餐。

諺語：《欲嫁擔蔥賣菜，不嫁人恰共翁婿》

釋意：從前富貴人家，三妻四妾是常有的事，很多女孩子為了不愁吃穿，便嫁入這樣的家庭當小妾，可是和人家共享一夫又有什麼好呢？到不如嫁給擔蔥賣菜的，好歹也是「大」呀！

發露懺悔真良藥

文/編輯蔡麗惠

因緣果報或許對現代人來說是一種無稽之談，但這因緣卻是牽扯了我們的前世今生，甚至累世的因果關係，其有如一張密密麻麻的網子罩著我們，想割也割不斷，想逃也逃不了。世人不了解這因緣果報的可怕，不明白它的效應，往往視為荒謬之說，載浮載沉於其中而不能自己。佛經云：「菩薩畏因，眾生畏果」，可見因緣果報的可怕，可不教人戒慎恐懼呢？

今之有幸能於德修道院這道場修行，是數世締結的善因緣，方能有此良師益友的教導與提攜，與德修道院的緣起是參加誦經團，起初並沒有那份慧根，更遑論修行學道，經過長年累月的潛移默化，蒙受院門恩師的諄諄教悔及與師兄姐的相互切磋砥礪，而今尚能體悟經懺的意義與修行的重要。院門乃以普化為主，濟世為輔，所以亦經常辦理有關冤欠的解冤釋結超薦法會，神、人秉持著慈悲濟渡眾生之苦的精神，不沽名釣譽、不收分文，同心發願救苦眾生，這也是支撐我始終能秉持一份慈悲歡喜心的精神。

二十多年來，院門辦理了無數之解冤釋結法會，也讀誦不在少數的經懺，而其中最為熟稔與感觸的經典則是《慈悲藥師寶懺》。經文中所載「現生所造諸惡業，皆因無始貪瞋癡，從身語意之所生，一切罪根皆懺悔。」每每誦此懺文，內心總有無限的感受。所有的因緣果報皆因人心的貪瞋癡而造下了無盡的罪業，示現了現世

的業力果報，承受了身心痛苦。尤其因三毒的作祟，往昔因無明無知地造下難以彌補的罪業，而導致冤親債主的討報。佛說：「欲知前世因，今生受者是；欲知來是果，今生作者是。」這因緣果報是如此的複雜與可怕，逃不了你也走不了我，讓人淹沒在這因緣的洪流中輪迴不息。

綜觀院門所辦理的冤欠個案，總是感慨良多，冤親債主的討報並不可怕，可怕的是人的執著與不知懺悔之心，讓自己不能停止業罪的造作而愈陷愈深，冤親債主聲請索令而找上門來討報，大多是生前蒙受重大的冤情，帶著仇恨難消的怨氣而來，而人心的傲慢與心存僥倖，總須在承受一定的身心折磨與痛苦，才願意接受事實並承認自己的過錯，往往缺乏一份同理心，為過去世的所作所為而懺悔，總是強詞奪理欲蓋彌彰，殊不知人的渺小，人心的是非善惡真偽，神鬼可是一目了然，任憑巧言狡詐只會加深冤親債主的恨意。人就是死要面子，放不下身段，往往執著於名相，導致須付出更大的代價，承受更多的痛苦，何不坦然面對過去世因無知而造就的罪業，抱著一份懺悔的同理心釋解冤仇，此或能有個圓滿。累世以來因識不滅，一直牽繫著我們每個前世今生的因緣際會，豈能視為無稽！唯有真誠的修行，時時觀照心念，放下心中的執著，戒除三毒，廣結善緣，方能圓融每一回與人交接的當下，並圓滿宿世所造就的遺憾。

累世以來，每個人都有冤親債主，無形的眾生並不



私房小菜

可怕，只要抱持著真誠懺過的心，相信都能一一釋解。道院學修多年，修行或不敢言進，但求始終對於自己所犯的過失而省思認錯，因為《慈悲藥師寶懺》讓我有所體悟，一切唯心造，人心無時不隨著外境外緣的變化而牽動，因而陷溺在迷障中而難以自拔，若不能時時觀照心念，一言一行、起心動念間都是造罪的根源，都是陷自己於無邊無盡沉淪在苦海的因由。

成語故事

西晉大將軍杜預奉命率軍進攻吳國，短短十天內就攻佔了許多城池。正當杜預想乘勝徹底攻克吳國時，有人反對說：吳國是強敵，不可能一下打敗。現在又是雨季，可能會有疾病流行，應等到明年再去攻打。但杜預堅持認為：現在我們士氣旺盛，攻打吳國就好像用刀破竹子，破了頭幾節，下面就便都會破。迎刃而解（順著刀口自動分開）的。於是指揮部隊繼續進擊，終於滅掉吳國。

迎刃而解事情、解決問題很順利，毫無阻擋。

許一個未來

文/編輯郭素真

社會型態的轉變，生育率的驟降，台灣已進入實質的老齡社會結構。偏鄉的工作機會本來就不多，莊稼的生活模式到底能養活一家幾口人，以致青壯年不得不出外謀生，盼能擁有更優質的生活機能。「獨居」並非時下都會地區年輕人蔚為風潮的頂客族，可以過得優渥、無拘無束、崇尚自由的生活。確切的說法，獨居已然是台灣社會一種普遍現象，而其所衍生的問題，所牽扯的層面，在在都是刻不容緩的社會議題。

對於獨居老人來說，「孤獨感」、「寂寞感」是最大的問題，老人們總是感到茫然、無助與孤單，而長期獨居往往會造成個性孤僻及伴隨著憂鬱而至，而令他們感到孤獨，往往就是因為自己的子女工作忙碌，將年老病衰的父母托給安養中心或是看護照顧，卻不知道在這樣自認為是對父母最好的照顧的背後，老人心中其實是存在著孤寂感。長期在子女不孝、找不到生活目標、心情鬱悶的情況下，老人就很容易得到如憂鬱症等其他的精神疾病以及慢性疾病，甚至還可能會因為厭倦了這種生活而做出遺憾的事情。

曾有一名長輩獨自生活在一間簡陋的房子，因為有失智狀況所以生活的環境一團亂，雖然有社工團體探望接濟，但是日常生活無法正常自理，有天看見長輩蹲在水溝旁吃著泡麵，但是湯是黑的，顯然他是到水溝直接取水泡麵，看了真讓人難過與不捨。又另一名長輩雖然沒失智，生活上勉強可以自理，但由於視力輕微障礙，目視模糊不佳，因為節儉，所以都只煮了一道菜，不管熱了幾餐，一定要吃到完為止，因為捨不得倒掉，也常常因放置過久長蛆了而不知道，還是繼續吃。還有一名長



私房小菜

輩因為半夜要起床小便，卻不慎跌倒，自己使盡力氣還是爬不起來，禁不住尿意，只能倒臥在又冷又濕的地上，直到早上鄰居探望才發現，協助其梳洗，並將他趨近僵硬的身體攙扶回床上休息。設想他們為子女犧牲了大半輩子，最後落得毫無尊嚴晚景淒涼，讓人看了不勝唏噓！

在大環境影響之下，家庭結構的變化是形成老人獨居的主因，現代子女與父母同住的情形逐漸下降，子女大多都在外成家立業與父母分開居住，養兒防老的觀念已經面臨極大挑戰，以及啃老族的形成，或者子女害怕麻煩，而將家中的老人當成是燙手山芋互相推拖，使得老人不得已只好獨自居住。時下更有些不肖之徒或詐騙集團，專門鎖定這些老人為目標，假藉著對老人的關心，噓寒問暖的照顧以搏得獨居長輩的信任，在他們信以為真沒有防備之際，拐騙其金錢家當，更甚者遭騙光所有積蓄，這雪上加霜的窘境，讓老人終日抑鬱寡歡，最後走上絕路。

少子化的衝擊，獨居老人的問題一再的顯示出現今社會人口老化的現象，社會型態的轉變與人倫觀念的相互衝突，這的確是個不容忽視的議題。英國學者道奇威爾森博士認為：「一個高度文明的國家，其社會福利政策的健全與否，就端看他的老人與孩童狀況則可明瞭。」科技的進步發展抑止不了人們面臨失能、失智的身心殘害。長照2.0的上路，顯現政府單位對於當今高文明社會面臨之困窘的態度，誠屬可貴，然更盼能集思廣義剖斗折衝，為這群曾經造就台灣經濟奇蹟的長輩，擘劃一個可以安身立命的未來。

轉念

文/編輯許東森

在人生的歷程中，難免會遇到一些不如意的事，而這些不如意的事往往都會讓人失去理智，甚至做出讓自己後悔一輩子的事。人與人相處講的是個緣字，相聚容易相處難！懂得廣結善緣，處事圓融，除了情緒管理需要下功夫外，再來就是轉念了。

轉念需要有同理心，設身處地為人著想，試著理解對方的想法並接受他，這也能讓自己沉澱一下。我們時常會為了一些芝麻綠豆大的事情而火冒三丈，進而大發雷霆！而發火的對象通常是家人以及朋友，其實只要反觀思慮，他們都是家人，是我們所愛的人，更值得去包容寬待，且站在他們的立場設想，或許就能緩和自己的情緒了。面對很多事情往往會讓我們看不透、想不開，放不下，最後頻頻鑽牛角尖，反而讓自己走入死胡同，連給自己的下台階都沒了。其實很多事端的起源並不在事項本身，往往只是取決於當下情緒的引動，若能懸崖勒馬地靜下心來想想，過度的情緒宣洩只會把事況推向難以收拾的餘地，與其讓自己身陷不堪或懊悔，不如把這些負面的能量導引轉換，如同閃電時避雷針的功能，讓彼我的傷害降到最低，豈不贏了人氣又顧全了裡子。

工商科技發達，生活步調的緊湊是導致壓力頻仍的重要因素，情緒的有效管理，似乎成了現代人必修的課題，由於凡事講究效率，讓我們即便是睡覺也都無法放鬆心情，除了適度的休息，轉念换位思考的確是個好方法。凡事得失心不要太重，對的事不足以嚷嚷得理不饒人，做錯了致意道個歉，不用太奢求別人的原諒，只要



私房小菜

拿出誠心誠意，相信會有化解的一天！轉個念頭、換個角度看，不只可以改變人生的悲哀與不幸，也可避免許多人際無謂的衝突與紛爭！你也許聽過這個故事：中古時代，有兩個武士從森林的兩端進入，途中相遇的地點，剛好樹上掛著一個盾。甲武士喊道：「看！樹上掛著一個金盾！」乙武士罵道：「那明明是銀盾，你怎麼說是金盾？」兩個人就這樣爭執不下，最後以比武決定「真理」站在何方？打了半天，旗鼓相當、不分勝負，兩個人累了，躺下來休息。躺下來之後，睜開眼睛一看，大叫：「剛才那個銀盾怎麼變成金盾？」另一位也叫道：「剛才那個金盾怎麼變成銀盾？」原來，掛在樹上的盾是：一面漆上金色、一面漆上銀色。這兩個人所看到完全不同的「真理」，竟然只是觀看的角度不同而已。

轉念讓我們的心境有所轉換，也教我們提高自己的Eq，不管面對多大的困境，都能以正面的心去面對，且勇於接受挑戰，如此一來成功離我們更近了。而面對下一次更艱難的挑戰也做好了萬全的準備了，因為我們的抗壓性及處事能力都跟著提升了。轉念也能讓我們學著放下，讓我們不再執著，人們之所以會苦也是因為放不下，試著坦開心胸，換個想法，你會發現能茅塞頓開，撥雲見日，其實很多事情只需退一步想或者是冷靜個幾秒鐘就能有新的局面，因此轉念並不是要讓我們對任何事都麻木不仁，自欺欺人，它是一種豁達，智慧的表現，當苦已不再是苦，業不再是業，取而代之的是擁有一顆正能量的心，讓自己離苦得樂，放過自己也成就他人。時時懷有一顆感恩的心，感謝人生旅途中的逆境菩薩，他們使我們成長茁壯，讓我們在山窮水盡，油盡燈枯之時有置之死地而後生的奇蹟！

放了我吧！

文/編輯許登峻

隨著科技日益發達，醫療愈發進步，人類的平均壽命日漸增加，而生育率卻日漸下降。在這個資訊爆炸的年代，由於少子化的衝擊，再加上功利主義意識抬頭，造成人們以自我為中心，事事以自我為主，進而衍生出許多的社會問題。「公主與王子」的誕生、現代人的情緒管理問題，人們智商(IQ)的提升，而情緒管理(EQ)卻直線下墜，造成了許多恐怖情人、逆倫事件…層出不窮，以致現代人無法以同理心的看待周遭的人、事、物。

因為少子化的關係，每個孩子一出生，父母皆視其為心頭肉、掌中寶，無微不至的呵護，也因此也養出了不少「公主」與「王子」，而現代的父母，也成了名符其實的「孝子」，只要稍稍惹公主們或王子們不開心，輕則甩頭就走，重則大聲吆喝父母的不是，責難父母就是如此的不懂他（她），為何無法體會當兒女的難為呀！從小就事事把「我」看的如此重，卻不懂得體會旁人的感受；從小就只想跟別人比較，不能輸只能贏，凡事只重視結果，卻不在意過程與細節。

現在科技的進步，生活變的多樣與便利，卻造成人與人之間的互動減少，猜忌卻變多了。人們不再像農耕時代，人人都能互助、互惠、互利，彼此都有一份深厚的情感。而現代人因時代變遷，從小教養問題，造成較為自私自利，無法與人建立互信，進而互助，稍遇挫折，便大喊不如歸去，稍遇委曲，就大發雷霆，總覺的地球就該繞著我轉，別人不合我意，便會認為自己被冷落



私房小菜

，不被重視。這都是「我執」的作祟，比較心的漫延啊！而「我執」的產生便是由於人們的主觀意識驅使，人們總是相信自己所看到的，自己所聽到的，自己所想到的，也因此蒙蔽了自己的智慧，讓自己少了同理心，無法對人感同身受，致使現在人與人之間少了人情味，應對間看似緊密，實則冷漠不已。

往昔的人們，生活雖苦，卻較能怡然自得，懂得敬天地，重人情世故。而現代人雖然生活便利了，卻因我執而苦，事事心上生心，更常為了與人比較而產生嫉妒、計較心，也因為了「我執」，進而產生希望大家都能順從我的意志。所以現代人如何能不苦呢？因為從小的教育養成，而造成「我執」的深溺，那該如何放下我執而離苦得樂呢？我想該從反省做起，為自己每天的所做所為及內心的起心動念徹底反省！反省自己是不是事事皆由我出發？反省自己是否會因為別人的做法而不悅？反省自己是否當不受人尊重時而發火？反省自己是否會與人比較而產生嫉妒心與計較心？

一切執著的根本是「我執」，即執著有個自我。因為「我執」，就產生了你、我、他的對立，由此帶來新的痛苦。生活中我們可以發現，那些特別在乎自己的人，煩惱往往也特別多；反之，無私的人卻更容易快樂、自在。在現實生活中，如果能放下己見，多聽取別人的意見，凡事能把「我」放下，多站在別人的角度著想，或許更能看得清楚事情的來龍去脈，當我們能把我放下，就會有截然不同的見地與思考，人生也能因此而煩惱減少，增添出許多意想不到的色彩。

詩詞欣賞

散 宴

記一位老礦工

陳文奇

或許，一路
從瑞芳咳到平溪
喘到土城三峽的砂肺
已經知道……

酒宴中
大夥被酒精澆醒的拳聲
把封礦的感傷喊成
祭拜土地公繚繞的煙縷
只燻皺了眉頭

而一路跌撞在封礦嘆息裡的
酒杯總會飲出
那群如土撥鼠在地底挖礦
在麵攤土用酒精
蒸發死亡陰影的換帖兄弟
以及一具具
從災變的坑道內被挖出
用家人淒慘的叫聲

包裹的屍體
幾度從鬼門關逃回
卻一直被鬼魅般的砂肺
折騰的身體



詩詞欣賞

在這場酒宴中
似乎已感覺到
生命的煤層將被
挖空

抉擇

荏 逸

不是飲醉後清狂的辛酸
也不是抗拒深秋來臨的老樹
我的世界原是無聲的歌
無字的詩稿
後來我終於知道
那心中該已荒涼的高原
卻因妳而有了綠蔭
有了
妳的微笑是陽光
淚水是冰雪
原來這一刻我的生命
竟為妳而有了四季
親愛的 請相信我
如果紅塵真會就此老去
所有美麗的故事會從此失傳
我憐惜愛妳的心
都將一直深摯
像星空一般
沒有邊際

關懷身邊的人最能豐富你的生命

· 本社編輯組 ·

購物中心的鐘已指向六點，我因為扮演小精靈，而在聖誕夜前夕累得半死，事實上，我雖是一個小精靈，但這已是聖誕夜前夕。一九九五年，我十六歲的那個十二月，我得做兩個工作來幫助家計，並且籌足自己的學費，以及假期零花，我第二個工作是扮演幫忙聖誕老人跟小朋友合照的一個小精靈，在兩個工作之間，我得從前一天開始一直工作十二個小時才能休息。

在聖誕前夕，聖誕天地的工作變得益發繁重，一整天下來我連喝個下午茶的空檔都沒有，但我想，只要再過幾分鐘，我就可以解脫了。我瞧瞧經理雪莉，只見她給了我一個足以激勵士氣的微笑，要不是雪莉，我早撐不下去了，她是這一季半途來當經理的，但她讓一切都開始變得有點不一樣。我的工作從充滿壓力轉變為深具挑戰性，她從不會對我們大吼大叫，還常常鼓勵、支持我們，把我們拉成一個團隊，特別是事態變得無法收拾時，她也還是會給我們一個微笑，或是一句激勵的言語，在她的領導之下，我們達到了加州所有購物中心的拍照最高量。

我知道這個假期對她來說不好過，因為她最近才剛流產，我真希望她知道自已有多偉大，她讓同事以及來這兒拍照的小孩都覺得有多麼不同。我們這一攤一直開到七點，不過六點時會變得比較輕鬆，我得空可以離開



饗宴人生

一下，雖然我沒有多少錢，但我實在想買個小禮物給雪莉，這樣她就會知道我們有多感謝她。我到了家賣香皂和乳液的店家，但他們已經把鐵門放了下來，「對不起，我們關店了。」店員對我大吼，他看起來跟我差不多累，而且語氣聽起來並不怎麼覺得抱歉。我有點氣餒地看了看四下，發現所有的店都關了，我竟然沒發現這點。這下糗大了，我工作了一整天，卻差一分鐘就買不到給她的禮物。

回聖誕屋的路上，我看到諾得史脫姆百貨公司還開著，怕他們也會在那一刻跟其他店一樣都關了，我衝了進去，順著指示到了禮品區，當我衝進去時，馬上察覺自己進到一個格格不入的地方，這個店的其他顧客穿得都太漂亮，看起來又有錢，而我只是一個穿著小精靈服裝的窮酸青少年，在這樣的一個店，怎麼有可能會有東西的價錢低於十五元？我一路闖進這個禮品區，一個好像才剛走下伸展台的女店員走了過來，問我她幫不幫得了我，當她這麼做的時候，百貨公司裡所有人都轉了過來看著。我盡可能壓低聲音，「沒有，沒問題，你去幫別人吧！」她定定地看著我，笑了笑，「不！」她說，「我就是想幫。」

我跟女人說我想買東西給誰，以及買東西的理由，然後我羞怯地承認自己只有十五元預算，她看起來似乎很開心，還思考了一會兒，好像我要花的是一千五百元，但此時，百貨公司裡的禮物也差不多沒了，她仔細地瞧了瞧，選了些東西擺成了一個禮物籃，總共花了十四

元九分。店正要關，當她完成這筆交易時，燈已經熄了。我想我可以回家再包得漂亮一點，但我已經沒有時間了。好像讀出我在想些什麼似的，女店員問我，「要包裝起來？」「是。」我說。此時店已經關了，一個聲音透過對講機，問了是否還有顧客在店內，我知道這女人大概也跟許多人一樣，很想趕快趕回家過聖誕節，但她卻因為幫一個孩子包裝一個微不足道的禮物，而被耽擱了。但她走進後場好一會兒，回來時帶回一個漂亮得要命的籃子，籃子是用銀和金色緞帶包裹的，看起來好像我至少花了五十元來買這個禮物似的，我簡直不敢相信，我實在太高興了。當我謝她時，她說，「你們小精靈在購物中心散播快樂給人們，我不過是想給你點小小的快樂罷了。」

「聖誕快樂，雪莉，」我回到攤位時說，我的經理看到禮物時，倒抽了一口氣，因為感動與歡喜，她竟哭了起來，我希望這能給她一個不錯的聖誕節開端。在假期中，我仍會不斷地想起那個店員的善心與付出，以及她帶給我以及我的經理的歡愉，我想我能夠為她做的，就是寫封信給那家店，讓他們知道這件事，一個禮拜後，我接到店家的回覆，感謝我寫了那封信。我本想此事已了，直到一月中旬發生了另一件事。我接到史蒂芬妮，也就是那個店員的電話，她想帶我去吃頓午餐，而我，只不過是一個花了十五元的十六歲顧客。當我們碰面時，史蒂芬妮給了我一個擁抱，和一件禮物，然後告訴我以下的故事。



她最近被提名為諾得史脫姆百貨的服務之星，因為以前從未被提名過，因此她雖然迷惑卻很興奮，當得獎人公佈時，他們喊出史蒂芬妮的名字，她得到了！當她走上台去領獎時，她的經理把我的信朗讀了出來，每個人都給了她一陣熱烈的掌聲。得獎代表她的照片將會被放在店裡大廳中，她的新名片上不但加註該店服務之星的字樣，還有一個**14K**金的別針，一百元獎金，並被邀請代表分店參加地區會議。在地區會議中，他們又唸了我的信，每個人也起立鼓掌向史蒂芬妮致意，「我們希望所有員工都能像你這樣。」讀信的那個經理這麼說，她還見了諾得史脫姆三兄弟，三人對她也是讚譽有加。當史蒂芬妮握住我的手時，我已經有點不知所措。「但最棒的還不是這個，提莉。」她說，「第一次開店會時，我拿起提名者名單，把你的信附在後面，還把一百元紙鈔放在後面，帶回家獻給我父親，他讀了所有東西後，看著我說，「什麼時候會宣佈得獎名單？」我說，「得獎的是我，爹。」他定定地看著我，說了，『史蒂芬妮，我實在為你驕傲。』她靜靜地說，「我爹從沒說過這種話。」

我想我一輩子都會記得那一刻，我瞭解到一個有力的禮物可以有多大功用。雪莉對屬下的感謝引發了這所有事：史蒂芬妮漂亮的籃子、我的信、諾得史脫姆百貨的獎勵，至少改變了三個生命。我一輩子都會記得這件事，在我扮演小精靈，也是一個一文不名的青少年的那個聖誕節，我真的瞭解到，最小的事物，也可以造成最大的改變。

心中的舊馬達

· 本社編輯組 ·

為了弟弟的婚事，幾乎全家總動員。這個禮拜，重新粉刷的工程，使得我手邊的工作幾乎全部停擺。下午，終於在油漆師傅一聲，「這樣全部都好了...」將近一個禮拜的折磨才進入尾聲....。後來，我從樓上走到樓下，察看整體的成果，卻赫然發現廚房水槽下的那個舊馬達，生鏽斑駁的外貌在經過粉刷後的牆面襯托下，顯得礙眼刺目。

我不好意思請師傅去處理那個不屬於他工作的舊馬達，便跟媽媽建議，向師傅商借一些油漆，將馬達外殼上漆讓兩者之間的差距小些。好心的師傅，一聽到我們要借油漆，便又從他家中趕過來，表示可以幫我們處理。就當師傅打算開始動手時，他和媽媽閒聊「這個馬達是作什麼用的？」「沒有用，早就壞了！」「啊？那有插電嗎？」「沒有，線路都拔掉了！」「嗯？那為什麼要漆，不乾脆整個拔掉？」現場一陣默然，大家面面相覷，對啊，為什麼不拔掉呢？「那不要漆啦，你借我螺絲起子，我幫你們拔掉啦！」不到三分鐘，油漆師傅就處理好了那個放在那好幾年的舊馬達，留下一屋子的讚嘆與迷惑。

讚嘆的，是媽媽，她的廚房少了一個大障礙，多了許多陳設空間；迷惑的，是我；那我們這幾年都在做什麼呢？我突然想，不就是這樣嗎？人的心！在我們的心中，有時候，就會有著這樣一個舊馬達！明明已經生鏽

饗宴人生

敗壞且不堪用了，但我們卻缺少將他除去的動力，就任由他一年又一年，在我們心中擺放著，以為那是無法除去且不能搬移的。甚至，有時還像我一樣，企圖用濃厚的妝，去掩飾他本質的殘破；有時候，那是我們錯愛了的一個人...。有時候，那是我們曾經在生命歷程中遭遇的挫折傷害...。有時候，那是我們習以為常的偏見與固執...。我們以為那是必然應該在那裡的...。

我們或許「感覺」到他的存在令我們不舒服，也令我們不那麼的快樂，但是，我們就是沒有站起來除掉他，或是，「知覺」到早就該將那個不健康的感情或想法或傷害，立即的丟出我們的生命中，當這個不住在這間屋子的油漆師傅一看到那個舊馬達時，他卻立刻看出了這個東西存在的不適合。我真的迷惑了，這麼簡單的幾句對話就可以理解的事，我們竟然拖了幾年，都讓他擺在那不去處理。那麼，我們的心，到底有多少東西，是我們錯誤擺置卻始終以為是除不去且無法搬移的呢？



要輕鬆自在很簡單！打理好《自己的事》，不去管《別人的事》，不操心《老天爺的事》。

三個忠告

· 本社編輯組 ·

一對新婚夫婦生活貧困，一天，丈夫對妻子說：親愛的，我要去很遠的地方工作，直到我有條件給你一種舒適體面的生活才會回來，我只求你一件事，我不在的時候要對我忠誠，我也會對你忠誠的。很多天之後，他被一個莊園錄用了。

他要老闆答應他一個請求，請允許我在這裡想幹多久就幹多久，當我覺得應該離開時，您要放我走，我離開那天，您再把我賺的錢給我。雙方達成了協議。年輕人在那裏整整工作了二十年，中間沒有休假。一天，他對老闆說：我要回家了。老闆說：我會照協議辦事的，不過我有個建議，要麼我給你錢，要麼我給你三條忠告，你好好想想再給我答覆。他想了兩天，然後找到老闆，說：我想要那三條忠告。老闆提醒他說：如果給了你忠告，我就不會給你錢了。他還是說：我想要忠告。

老闆對他說：

第一:永遠不要走捷徑。便捷而陌生的道路可能會要了你的命。

第二:永遠不要對可能是壞事的事情好奇，否則也可能要了你的命。

第三:永遠不要在仇恨和痛苦的時候做決定，否則你以後一定會後悔。

老闆接著說：這裡有三個麵包，兩個給你路上吃，另一個等你回家後和妻子一起吃吧。在遠離自己深愛的妻子和家鄉20年之後，男人踏上了回家的路。一天後，



饗宴人生



他遇到了一個人，那人說：這條路太遠了，我認識一條捷徑，幾天就能到。他高興極了，正準備走捷徑的時候，想起了老闆的第一條忠告，於是他回到了原來的路上。後來，他得知那人讓他走的所謂的捷徑完全是一個圈套。幾天之後，他走累了，發現路邊有家旅館，他打算住一夜，付過房錢之後，他躺下睡了。

睡夢中，他被一聲慘叫驚醒，他跳了起來，走到門口，想看看發生了什麼事，剛剛打開門，他想起了第二條忠告，於是回到床上繼續睡覺。起床後，喝完咖啡，店主問他是否聽到了叫聲，他說聽到了。店主說：您不好奇嗎？他回答說不好奇。店主說：您是第一個活著從這裡出去的客人。我的獨子有瘋病，他昨晚大叫著引客人出來，然後將他們殺死埋了。年輕人接著趕路，終於在一天的黃昏時分，他遠遠地望見了自己的小屋，屋子的煙囪正冒著炊煙，還依稀可見妻子的身影，雖然天色昏暗，但他仍然看清了妻子不是一個人，還有一個男子伏在她的膝頭，她撫摸著他的頭髮。

看到這一幕，他的內心充滿了仇恨和痛苦，他想跑過去殺了他們，他深吸一口氣，快步走了過去，這時他想起了第三條忠告，於是停了下來。天亮後，已恢復冷靜的他對自己說，我不能殺死我的妻子，我要回到老闆那裏，求他收留我，但在這之前，我想告訴我的妻子，我始終忠於她。他走到家門口敲了敲門，妻子打開門，認出了他，撲到他懷裏，緊緊地抱住了他。他想把妻子推開，但沒有做到。他眼含淚水，對妻子說：我對你是

饗宴人生

忠誠的，可你背叛了我……。妻子吃驚地說：什麼？我從未背叛過你，我等了二十年。他說，那麼昨天下午你愛撫的那個男人是誰？妻子說：那是我們的兒子。你走時我剛懷孕，今年他已經20歲了。

丈夫走進家門，擁抱了自己的兒子。在妻子忙做著晚飯的時候，他給兒子講述了自己的經歷。接著，一家人坐下來一起吃麵包，他把老闆送的麵包掰開，發現裏面有一筆錢，那是他二十年辛苦勞動賺來的工錢。人們總習慣用自己的角度去看事情，直到...瞭解了真相。



歡迎惠稿：

- (1) 凡符合本會宗旨，匡正世道人心，促進社會溫情面之勸化文字，均表歡迎。
- (2) 對於來稿本社有刪改權，如語涉政治，辭意偏激、毀謗之文字，恕不登載。刊登與否，概不退稿。
- (3) 投稿字體冀能工整，稿末並註明姓名住址。
- (4) 本刊係贈閱性質，來稿恕難酬付稿費。



孩子！外面世界絕不會輕易原諒你

· 本社編輯組 ·

這是一個真實的事情：兩名高中男生圍毆老師，還對著鏡頭嘶吼：「我是學生，你們能把我怎樣？」這就是被《未成年人保護法》餵得無知無畏的學校學生！

本文是一位老師講述的四段小故事，告訴各位家長及孩子，親愛的孩子，老師是不能把你怎樣，但外面的世界可以把你怎樣。

（一）

我有一個學生，喜歡鑽研數理，卻走路慢慢吞吞總愛遲到，同學給他起了個雅號叫「愛遲到」後來他被父母送到英國念高中，有一次回國，他給我們講了個經歷，卻對自己感觸很深。原來他假期去一家華人開的中餐廳打工，結果第一天上班就遲到了五分鐘，於是直接被解僱了。他沒有想到，第一次因為遲到所受到的嚴厲懲罰，竟是丟了飯碗。而最令他醍醐灌頂的，是那個華人老闆的最後忠告：「小夥子，如果我不解僱你，你就不知道外面的世界有多殘酷！」

在台灣式教育的嬌寵之下，連讓學生罰站也如走鋼絲，遲到自然可以逍遙法外。但多年以後，因一種積習所引發的重創，這該是多麼深刻的領悟啊！

（二）

前幾日有個新聞：

一名台灣留學生為了和女友約會，未經同意，私自闖入女友的寄宿家庭，被警察以私闖民宅的罪名逮捕了

饗宴人生

。這個熱戀中的大孩子怎麼都沒有想到，一次浪漫的約會竟會約來荷槍實彈的警察。

校園裡的溫和與包容，讓我們已經習慣了肆無忌憚地侵犯別人的領地，可以把同桌的課本藏起來，可以在別人的背後畫烏龜，但外面世界的秩序和文化卻各不相同，所以，這次你不是被警告，是你被捕了！

(三)

記得很多年前當班主任時處理過一起校園單車失竊案，案情很快就水落石出，主角就是班上的一個媽寶孩子。單車物歸原主後我將他和他的家長叫來，準備和犯錯的孩子和家長好好聊聊，他的父親卻說：「我們家不差錢，孩子就是一時貪玩而已，說多了會傷害他的自尊。」

也許，這位天真的爸爸認為，有錢即不算竊，貪玩就不犯法。這孩子前年發財了，開名車，出手闊綽，原因是幫朋友運毒兼販毒，後來被印尼政府抓到判死刑，還沒執行就在牢裡被凌虐而死，他的父母到他死後還是認為他的孩子很乖只是愛玩而已。

(四)

台灣小孩常常隨手一杯泡沫茶飲，喝完了就隨手一丟，丟山邊，丟海邊，在社區，想到就丟，就是不丟在垃圾桶，不信請到各大景點看看周邊的垃圾和菸蒂，開車族及吸菸族也一樣，垃圾想到就往外一丟，反正罰很輕，又沒人舉報，也不管清潔人員的辛勞，殊不知每年掃馬路的清潔人員被撞死的很多位，慘死的比率又是世

界第一，反正跟詐騙案件一樣，沒什麼罪，也沒自己的事。

友人的朋友拿國際駕照去加拿大國外自助旅行，習慣沒變，垃圾隨手搖下車窗就向外一丟，後方車輛為了閃避，2死2重傷，上了法院，跟法官說人又不是我害的，不過是隨手丟個垃圾罷了，有那麼嚴重嗎？最後被被害家屬請人私刑處理，目前已經不在人世。

其實，我只是想叮囑一句~~孩子，長大之後沒有兒戲，校園之外沒有溫室！請記住，外面的世界絕不會輕易原諒你！

是的，親愛的孩子，老師是不能把你怎樣，但外面的世界可以。家長，你可以原諒孩子，但外面的世界不會輕易原諒，孩子的成長裡沒有兒戲。我們總希望孩子學習學校考試的東西，但不重視家教和門風，連做人的常識與底線都不知。

有一次聚餐，朋友帶著孩子，孩子爬上桌，像飛輪一樣轉動菜臺，什麼好吃就往自己嘴裡搶，大人根本沒辦法伸筷子。我問朋友，你為何不管管孩子？他說，現代教育要讓孩子自由，不能拿老一套束縛孩子。他沒有想過，一個孩子最後是要成為公民的，是要進入社會的，如果漠視別人的存在，當別人的權利受到傷害的時候，他的天性能保證他一生的幸福嗎？如果一個孩子沒有被自己的爹媽管教，那他被社會修理的時候會付出怎樣的代價？所以說，好門風能教我們做人的涵養。好門風一代一代的傳承，能讓我們在這個迅疾變化的時代裡，找到內心不變的溫暖，找到屬於自己的真正的人生價值和秩序。

問題不在難度，而在態度 文/戴晨志

提早出發，就能提早到達；提早開始，就能提早結束。養成「勿拖延、提早行」的好習慣，就能讓自己事事順利。外電報導，俄羅斯的諾夫哥羅德州州長，為了加強州政府工作效率與管理，制定了嚴格的上班制度：無論是誰，如果上班遲到，都將被解除職務，並扣除當月的全部獎金。這項規定，經州議會同意而確實執行，因州議會代表們認為，連時間都不遵守的公務員，是很難做好為民服務的。

有一天，該州州長剛從外地休假回來，晚上加班處理了大量的事務，隔天上班遲到了一小時。後來，州議會代表們開會決議，解除他的州長職務，並扣除當月全部獎金。新任州長布拉維諾夫表示，這事件發生之後，所有公務員都嚴格準時上班，州政府辦公秩序，井然有序。當然，「一遲到，就開除」，是不是要這麼嚴格，真是見仁見智；不過，這新聞倒讓我想起一件事，經營之神王永慶先生，在她女兒王瑞華出國念書時，遞給她一張自己的名片，上面寫著：「秒間一掀，勝任何勇。」王永慶認為，在國外念書，冬天很冷，常會窩在棉被裡「賴床」；所以希望女兒有個好習慣，「在一秒的瞬間，就要戰勝貪睡蟲，勇敢掀被，立刻起床！」真的，我們都會賴床，想多睡幾分鐘；可是，多貪睡一下，可能耽誤了時間，錯過了車班，或上班遲到。所以，以前許多我辦公室裡的助理，上班遲到時，最常說的一句話，就是「我睡過頭了」。也曾有助理對我說：「我爬不



飛鴿宅急便

起來！」最近，我的朋友說，他女兒放暑假，每天都睡到中午才起床...，天哪，這麼愛睡、貪睡，睡到吃午餐了還不起來？

看了王永慶給女兒寫的這句話，我真的十分感動。成功人物，一定是很有毅力的，否則，他如何能夠超越別人？也因此，當我清晨貪睡時，就想到這句話「秒間一掀」，或是「腳尖一掀」，就是勝過任何的勇氣；趕快起來做事，別再偷懶、貪睡吧！「好習慣」是上天賜給人們的最好禮物。因為一個人的習慣，決定自己一生的幸福與否啊！「掀被」難不難？不難！「起床」難不難？不難！很多事情的「難度」並不高，但想克服它，關鍵就在「態度」。提早五分鐘起床、提早五分鐘上班、提早十分鐘赴約、提早十分鐘抵達車站、機場；或提早一天完成作業.....。真的，「凡事只要提早出發，就能提早到達」，「只要提早開始，就能提早結束！」

大家一定都看過「賽馬」。在跑馬場的一端，馬兒都是被關在馬閘的狹小空間裡；當比賽一開始，閘門一打開，馬兒就應聲地向前衝刺，渾身賣命地往前衝！馬兒的眼睛，注視的永遠只有前方的目標！前方的目標，既是牠的終點，也是唯一的方向。牠只管勇往直前，不會去想天氣的冷熱、四周的環境，也不管看台上的鼎沸人聲。這才是一匹人人叫好勇敢奪標的「勇腳馬」，而不是「軟腳馬」，相同地，「秒間一掀，勝任何勇！」，這就是邁向成功的「勇腳馬」。所以，「問題不在難度，而在態度。」我們都要不貪睡，積極行向成功的目標「快速飛奔」！

更多不等於幸福

文/曼屏

巴黎用它的一切告訴我兩個字：夠了。他們很清醒，更多並不等於幸福。

五十年前的咖啡館還在原地等你

第一次去巴黎，我帶著爺爺的重托，替他尋訪當年留法時最愛的梵卡咖啡館。巴黎咖啡的香醇會等待半世紀之久？我不太相信。用 Google 一搜，嚇我一跳，梵卡咖啡館居然還在，連地址都沒變。我急匆匆趕到那裡，一進門就興奮地找老太太。這一環顧，又嚇了我一跳，吧台裡還真坐著一位銀髮老太太，正專心致志地磨咖啡。我跑到她面前激動地掏出爺爺當年在這裡拍的照片，她也很激動，指著照片裡的女店員說這個是她，她叫索菲亞。

此時，我的激動已不再是為爺爺找到舊相識了，而是為巴黎感動，半個世紀的咖啡館，連女招待都沒變，門口那花，都還是當年的天竺葵，仿佛位置都沒挪動一下。我問索菲亞，為何不把梵卡做大做強，至少也要在門口掛個百年老店這樣的金字招牌。索菲亞笑笑：「如果那樣，我的咖啡還能讓你爺爺在台灣念念不忘嗎？」我想現在的梵卡和它的主人索菲亞以及巴黎一樣，已經過了比較欲求的階段，都在很安分地做自己，不會一窩蜂地模仿別人、複製別人。

五十年前，一個年輕人在那裡喝咖啡，五十年後，他的孫女漂洋過海還是在那裡喝咖啡。店主人還是那個人，不過生了一頭白髮，卻還是很快樂地坐在那裡調製

咖啡，這裡面一定有一種不可替代的滿足感。

馬修乳酪不開分店

在巴黎，馬修乳酪是唯一讓我掏錢購買時可以不用想人民幣與歐元匯率的商品，口感一流。這家小店竟然被好萊塢電影導演發現，作為拍攝地，我曾懷疑我再也不能在乳酪店櫃檯前看到馬修燦爛的笑容，他將在電視財富人物專訪裡津津樂道他的擴張計畫。

馬修依舊像從前一樣跟所有走進他店裡的大學生打招呼：「Hi，馬修的乳酪是馬修親手做的喲。」雖然現在買馬修乳酪的人排了很長的隊，但馬修卻說：「我只是一個熱愛做乳酪的人，埋頭幹活，遠離麻煩。」他甚至拒絕了家樂福、歐尚這樣的大型連鎖超市的配貨訂單。

「我們在這兒非常快樂，我對現在擁有的一切感到非常滿意。夠了。」他說。「我並不富有。」馬修說，「但錢對我就像甜布丁，多了會毀掉我的牙齒。」

馬修好像有一種「夠了」的感覺，我也終於長舒一口氣，這個「夠了」是一個很難的哲學。我就是做這件事情，很開心，每個吃到我做的乳酪的人都很快樂，所以，夠了。這種快樂是我一直想學到的。

瑪蓮娜刺繡手工坊

我的同學瑪蓮娜家族一直經營著刺繡工坊，這是巴黎僅存的兩家刺繡手工坊之一，另一家剛被 Chanel 收

購。每年，法國高級成衣設計師將要推出的高級定制系列設計草圖和構圖交給他們，再由他們一針一線地將水晶、寶石、萊茵石、玻璃珠等縫製上去。

法國的奢侈品LV、Chanel、Dior一直派人來瑪蓮娜家談收購意向，但瑪蓮娜的父親認為：「如果那樣，我們就會變成龐大的奢侈品集團和時尚王國的一條流水線，夜以繼日地忙碌。」「這樣，我將沒有時間為我的女兒親手做她的畢業禮服和嫁衣，我還想為我的孫女縫製她的結婚禮服。」瑪蓮娜的媽媽說。

「這個世上還缺少什麼呢？不過一點時間和忍耐。我們不需要強大自己，因為我們一直在做我們想做的，這就夠了。」在巴黎生活久了，我發現，這裡每個人都有他自己的定位，他們的自信，不是建立在與別人的比較上，他們任何時候都能做自己。

我們的導師羅曼特常常告誡我們，其實快樂，遠不需要我們渴求的那麼多。一個明智的人心裡應該有一個聲音時時提醒自己：更多不等於幸福，這些已經「夠了」。

知
足常
樂，是
扮演好自
己，不是與
別人比較而得來



巧珍的先生出國去了，巧珍是一家大公司的主管，生了孩子之後，她決定請一個保姆照顧孩子。她家原來養了一只狗，一隻純種的母狼狗，在巧珍懷上孩子後，狼狗也懷上了小狗，就在巧珍生下孩子不久，狼狗也生下了幾只毛茸茸的小狼狗。兩個母親同在一個屋檐下坐月子，巧珍和狼狗都感到一種幸福，尤其是看到不懂事的小家伙的呢喃是那麼憨態可掬。

有一天狼狗突然瘋了！那一天，住在同一個大院子裡的幾個調皮的孩子乘巧珍不注意，把幾隻小狗弄出去玩，後來全弄死了，失去了孩子的母狼狗一下子瘋了，見人就咆哮，聲音淒厲、恐怖，大院裡的人全躲得遠遠的。一旦狹路相逢，人們必以棍棒、磚頭之類與狼狗對峙。巧珍也不敢要這隻狼狗了，因為狼狗遇到她也像不認識一樣，吼叫不停。巧珍把狼狗關在門外，如果它靠近，她就拿出鍛煉身體的球棒朝它揮舞。

不過，狼狗總試圖再回巧珍家。巧珍交代保姆，無論如何不能讓狼狗進家裡來，尤其不能讓狼狗咬著孩子。可是，巧珍擔心的事還是發生了。有一天，她在辦公室時想起有份資料忘在家裡，就騎摩托車回家拿。一到家門口，她就看見狼狗叼著自己的孩子往門外走，保姆癱坐在屋當中，右手握著左手，左手還在流血。巧珍在那一刻，忘記了一切危險，與狼狗鬥在一起，最後狼狗丟下了孩子。巧珍趕忙把保姆送進了醫院，一直到醫生說保姆的傷勢沒有問題，也沒染上狂犬病毒，她才放心地把保姆帶了回來。那個月，巧珍特地給保姆多發了一萬元，作為對保姆的獎勵與補償。

有一天，巧珍的婆婆來了，巧珍從車站接婆婆回到家時，發現孩子與保姆不見了，她慌忙向鄰居打聽，鄰

飛鴿宅急便

居們說看見她家的保姆抱著孩子朝東邊的方向去了，她家以前的狼狗跟在後面。「這條死狼狗！」巧珍氣憤地叫道，「肯定是它把保姆嚇得不知跑到哪兒去了。」巧珍與婆婆按照別人的指引朝東邊找去，在東邊幾里外的一棟廢棄建築裡傳來了狗叫聲，巧珍和婆婆輕手輕腳地從窗戶向裡看去，發現保姆和兩個男人正拿著棍子和刀子對著一個角落，那角落裡趴著那條狼狗。狼狗憤怒地不斷朝保姆他們叫著，她的孩子躺在狼狗的身邊，小臉對著狼狗的肚子，在不停地吮吸著。

只聽其中的一個男人對保姆說：「你怎麼這樣不會幹事？主人不在家，一個什麼都不懂的嬰兒還偷不出來。要知道。現在一個男孩能賣十多萬。」保姆說：「這能怪我嗎？我一把孩子抱出門，這條瘋狗就不知從哪兒鑽出來了，對我又咬又叫。上一次我手上咬了好大的口子，把我嚇死了。現在她家婆婆來了，可能不雇我了，我哪有膽子把孩子偷出來？」

巧珍什麼都明白了，她看見自己的孩子在狼狗的懷裡是那麼的安詳，沒有一絲的害怕，而狼狗瞧著孩子的眼神，她也看懂了，那裡有一種東西叫母愛。這麼長的時間，是人們和她誤解了狼狗，狼狗並沒有瘋，是失去了孩子使它痛苦。狼狗對同在一個家裡的巧珍的孩子，有著很深的感情，所以它對他很關注，不容許壞人對他有非分之想。

人販子被抓住了，狼狗又重新回到了巧珍的家。後來婆婆走了，巧珍也沒有再雇保姆，有狼狗做孩子的保護神，她比什麼都放心。愛是奇跡的萌發點，是它讓我們擁有了幸福。而每一份純真的愛都有著獨特的深意。有時愛很簡單，就像是一杯水，但於生命不無需要。母愛算是最能體現的。



瞎子說亮話

文/林聰吉

我在中年失去了雙眼的視力，其實瞎了也好，因為求醫十年，早已厭倦奔波於大小醫院。只是眼睛雖然看不見了，但日子還是要過下去。為了讓自己能獨立外出，我開始學習定向行動，所謂定向就是訓練盲人靠著一根手杖，利用視覺以外的各種感官去察覺環境變化，以辨別路況與方位；而藉著掌握若干要領，盲人也可以在固定的路徑上自由行走。

除了獨立行動，還要延續過去的工作，我開始學習盲用的有聲電腦。瞎子看不見，不能用滑鼠，但是可以用鍵盤的上下左右鍵來點選不同的檔案與功能選項。盲用電腦就是在電腦中安裝了語音軟體，隨時唸出上下左右鍵所在的螢幕位置，當然語音軟體也可以唸出鍵盤打出的中英文字，所以只要盲人熟悉盲用有聲電腦的操作，照樣可以閱讀、寫作、上網、收發電子郵件等。

我的中年沒有危機感，有的只是如何讓自己趕快展開新生活的迫切；學了定向行動和盲用電腦之後，我每天就在馬路與職場上出生入死；走路的速度和打字的速度愈來愈快，日子一久，只覺得生活跟沒失明前好像也沒太大的差別。但是，當了幾年的瞎子，我還是有點累了，因為覺得盲眼人與明眼人之間，老隔著一道跨不過的鴻溝。我們需要坦誠相對，於是瞎子必須要說出亮話了，就從一則「問道於盲」的故事開始談起吧！

有一天早上，我一如往常拿著手杖，戴著墨鏡獨自走到巷口的大馬路旁等公車。有位歐吉桑跑來我面前詢

問某某皮膚科怎麼走？我毫不考慮地告訴他：「前面路口左轉，右手邊第四家店面就是。」接著我又好心地補上一句，「如果病人太多，前面第三個紅綠燈左轉，還有另一家皮膚科」，歐吉桑滿口道謝漸漸遠去。等了二十分鐘，公車沒有來，歐吉桑卻看完病回來了，他不但再謝了我一次，還又問我捷運站怎麼走？我左手一指，告訴他：「往前過了兩個大馬路就可看到捷運站。」歐吉桑又稱謝而去。只是這次他在十五秒後就回來了，他用又困惑又懷疑的口氣問我：「你眼睛看不見嗎？」「是的」我答道，心想歐吉桑終於注意到我這拿手杖、戴墨鏡的打扮，應是盲人的標準配備。「那你為什麼還告訴我捷運站怎麼走？」歐吉桑不但疑惑，好像還有點生氣。

其實我在這個社區已經住了許多年，失明後為了讓自己能在住家附近行動，我就刻意去熟記任何足以辨識方位的路標，包括店面的氣味、電動門開啟的聲音、轉角柱子的形狀等。坦白講，這本事也沒什麼了不起，只要恆心加上細心，一般人大概都可以很快地熟能生巧。不過，面對歐吉桑的詰問，我決定暫時沉默微笑以對，因為公車應該快來了，我必須集中注意力去聽聽是否有大型客運車的煞車聲。「你真的知道捷運站在那裏？」歐吉桑繼續問道。我心想你不是已經照著我的指引順利看完皮膚科了嗎？當然你也可以再照我的話找到捷運站。「你眼睛看不見，為什麼還要出來亂跑？」他的口氣有點責備，又有點關心。我開始有些想和他好好談談的

衝動，告訴他我不是亂跑，而是去工作。因為瞎了之後，這世界還是照樣日出日落，家人、朋友還有自己都必須要繼續過日子，所以我要像多數人一樣地天天出門。只是這時我聽到了煞車聲以及車門打開的聲音，我向歐吉桑揮了揮手，微笑說了謝謝，手杖探到了公車的階梯，然後就一腳跨入車內。

一般人都覺得眼睛看不見就什麼都完了，所以一個可能失明或者失明不久的人，常會感到驚慌恐懼；而明眼人在面對一個瞎子，也總是不知所措。其實眼睛看不見就像其他的器官出了毛病一樣，一個病人當然在生活上會有障礙，但是透過適當的輔助，障礙可以被克服或減緩，如果什麼都不能改善，這個障礙至少要被大眾所理解，然後獲得適當的包容與尊重。偏偏失明是一種最容易被體會，但卻也是最容易被誤解的障礙。一般人可能無法體會一個癌症患者的痛苦，但是只要一閉上眼，就知道前面的世界有多黑，於是習慣活在光明的人，會認為黑暗與光明是絕對兩極化的不同國度，所以只要看不見，什麼都不能做了。當社會有了這樣的集體共識，失明的當事人會對未來感到恐懼無助，不過更慘的事還在後頭。如果一個瞎子想通了，也準備好了，克服心理、生活、技能的障礙，決定要繼續好好過下去了，但是瞎子一跨出門，就要面對別人異樣的眼光；一個快活的瞎子實在不符合社會的期待，因為擺在面前明明是一齣悲劇，可是失明的主角，怎麼可以如此安然自在？

有一天，家人陪我去看牙醫。醫生幫我做了根管治



飛鴿宅急便

療，然後轉身向三公尺外，正在沙發看報紙的家人說：「他需要吃止痛藥，一天四次。」「如果不痛，可以不吃嗎？」我問道。「可以，下次來準備裝牙套。」醫生繼續背對著我，向我的家人喊道。我有點納悶，我不是小孩子，腦筋也算清楚，瞎子不是傻子，醫生為什麼寧可扯著喉嚨向我的家人解釋，而不轉過頭來，向身邊的我說明呢？「一個牙套要多少錢？」我不甘心，繼續問道。想不到這醫生還是很堅持，他仍是背對著我回話。就這樣我發問他回答，只是我必須向著三十公分外的醫生後腦勺問話，他卻一直對著三公尺外我的家人答話。

以前偶爾有人找我去做專題演講，失明之後，仍然有人找我，但是大家不再對我的專業有興趣。他們要我講失明的心路歷程，剛開始我有點生氣，總覺得自己的專業不再受尊重。不過後來想想也好，反正學術演講也沒幾個人愛聽，而這個社會天天有人自殺，談談自己的生命故事，或許還能激勵人心，也算是功德一件。有一次我在演講後接受提問，有人問我：「看不見可以自己小便嗎？」接著又有人問：「看不見可以穿褲子嗎？」我一一滿足了大家的好奇，但卻有點啼笑皆非，因為瞎子只是眼睛壞了，手腳還是好的，瞎子不是植物人，為什麼不能自己小便、穿褲子呢？去年夏天我去旅行，朋友一路讓我抓著他的右手肘行走，因為這是旁人幫助視障者的標準姿勢。下了飛機，空服員卻推來輪椅要我坐下，我很感謝他們的體貼，可是有點不知所措。我一路活蹦亂跳上了飛機，眼睛雖然瞎了，倒也還生氣十足，



飛鴿宅急便

瞎子不是瘸子，可是他們為什麼覺得我需要坐輪椅呢？

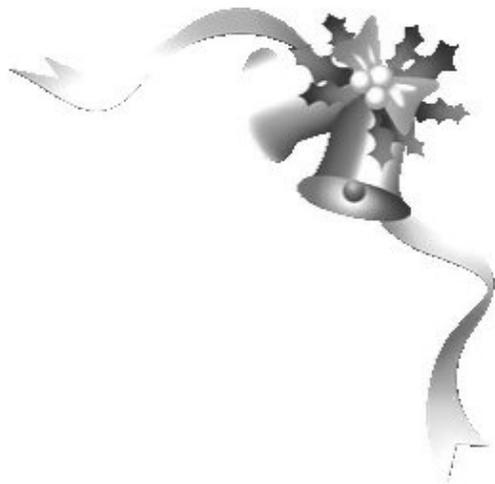
工作上我有時必須參加開會。失明之後，我無法閱讀會場中發下來的紙本資料，所以我總先請承辦人員把資料的文字檔用電子郵件傳給我，以便我開會前在有聲電腦上聽讀。瞎子看不見自己手寫的筆記，所以開會時，我會帶筆記型電腦記錄重點，並插上單耳的耳機來聽取內容，如此一來，就和明眼人獲取資訊的方式沒有兩樣。有一次，會場的主席希望聽取所有人的意見，他從右邊開始，逐一點名要求與會者發言，第一位、第二位、第三位...，快輪到我的時候，我迅速地把電腦上的內容複習一遍，手指打了準備發言的重點，可是神奇的事發生了，主席居然跳過了我，直接點名要下一位發言。我很驚愕，瞎子不是聾子，可以聽見主席的點名；瞎子也不是啞巴，所以當然可以開口發言；瞎子也不是隱形人，難道主席看不到我的存在嗎？

我其實一點都不怪罪歐吉桑、牙醫、聽眾、空服員還有那位會議主席，他們會這麼想，因為傳統的觀念一直在提醒大家：瞎了眼就什麼都完蛋了。究竟瞎子有多沒用呢？來看看教育部頒定的成語辭典就知道了。辭典中列了許多有關瞎子的成語，而十之八九都是給了負面的形象。首先，瞎子註定是笨蛋，例如「問道於盲」，辭典寫著：「向盲人問路，比喻向無知的人求教」；還有「瞽言芻議」，這成語換成白話就是「盲人和草野平民的言論」，這是形容一個人「意見粗淺，不夠成熟」。瞎子縱使不是全然的笨蛋，那他做事也必定不牢靠，

因為「瞎子摸象」是指「觀察判斷事物以偏概全」；「瞎子摸魚」則是比喻「做事毫無方法或目標」。既然瞎子被大家這麼嫌棄，那瞎子可不可以自求多福，彼此相互幫助呢？答案是否定的。辭典中有個「兩瞽相扶」的成語，它的意思是指「兩個盲者互相扶持」，這比喻「彼此都得不到任何利益」。盲人不但是笨蛋，連笨蛋們想相互取暖，安安靜靜過日子，還要被說苛薄的風涼話，可見瞎了眼有多慘！

談完成語，再來溫習一下日常生活的慣用語吧。我們常說「睜一隻眼，閉一隻眼」，這是形容得過且過、混水摸魚，閉一隻眼已是如此，那瞎子閉了兩隻眼，理論上應是兩倍於得過且過、混水摸魚。另外，「瞎貓碰到死耗子」大略是指一個人有了不勞之獲，許多瞎子都辛苦地在找出路，卻到處碰壁，這句話對他們的努力實在是極大的諷刺。還有，我們覺得一個人做了嚴重的錯誤判斷，常罵他是「瞎了狗眼」。事實上，瞎了眼不一定就會做錯誤的判斷，何況也沒必要把狗和瞎眼扯在一起！

一個國家文明的程度，可以從社會大眾面對身心障礙者的態度窺之一斑。瞎子要的只是被當做一般人來平等看待，瞎子不過是眼睛壞了，耳朵、嘴巴、手、腳、腦子都沒壞。如果連基本的瞭解與尊重都做不到，還談什麼社會福利、人權立國，套句明眼人常用來罵人的字眼，空口說那些高遠的理想，不過是在「睜眼說瞎話」罷了！



本院濟世服務項目有：

- ◎歲首安奉太歲（300元）、光明燈（200元）。
- ◎秋祭九月初一至九日祈安禮斗（個人或戶斗每斗1500元）
- ◎叩求問事：前世因果、身體業障、運勢、祖先、親屬往生在陰界情形以及道學修行問題，如有任何問題欲請示於聖佛仙真指點迷津，敬請詳細註明叩求者之基本資料：

姓名、住址、農曆生辰，並將叩問事項註明。（免費）

*為方便遠道之信眾，除了可親自到本院叩問外，亦可採以書信網路電郵方式，由本院代為叩問，聖真開示後，再予以書信回函或電郵告知

◎本院收驚請示時間：農曆逢 二、八日晚上8:10起

◎本院扶鸞請示時間：農曆逢 十 日晚上8:30起

扶鸞請示諮詢電話：0933-439118林總理院主

收驚請示諮詢電話：0937-749417郭總幹事

雲林縣德修堂聖慈功德會入會申請表

立案字號：96)府社行字第0960601791

統一編號：45428438

1. 個人會員資料：

鸞生 契子 善信

姓 名：	性別：	職業：
生 辰：(國曆)民國 年 月 日	生	歲
住 址：		
電 話：	大哥大：	
介紹人：	為捐款人之	

2. 團體會員資料：

團體名稱：	負責人姓名：
地 址：	
電 話：	大哥大：
介紹人：	為捐款人之

3. 捐款方式：

指定收款人_____

捐款方式：會員親自來院 請收款人至會員處收款 由郵政劃撥至德修堂

4. 贊助情況：

每年贊助金額：_____ (最少\$ 1200.-)

贊助開始日期：民國_____年_____月 收據 寄 不寄

5. 相關資料：

德修道院：雲林縣崙背鄉豐榮村四鄰九號電話：(05)6552939；0922075885

德修道院網站：Dersho.ehosting.com.tw 電郵：mesia@ms17.hinet.net

請沿虛線剪下

郵政劃撥儲蓄存款單

帳號	2	2	6	5	5	8	4	4	0	金額 新台幣 (小數)	件	佰	拾	元	件	佰	拾	元
----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	-------------------	---	---	---	---	---	---	---	---

通訊欄(限與本式存款有關事項)

德修堂聖慈功德會：05-6552939

0922-075885

茲匯此款作為：(請打√)

- 1 繳納常年會費
- 2 一般性捐款
- 3 助印聖慈雜誌
- 4 贊助道場基金

戶名 雲林縣德修堂聖慈功德會

寄款人

主管：

姓名

-

地址

電話

經辦員收款戳

◎寄款人請注意詳細說明
◎本收據由電腦印製請勿填寫

郵政劃撥儲蓄存款收據

收款帳號戶名

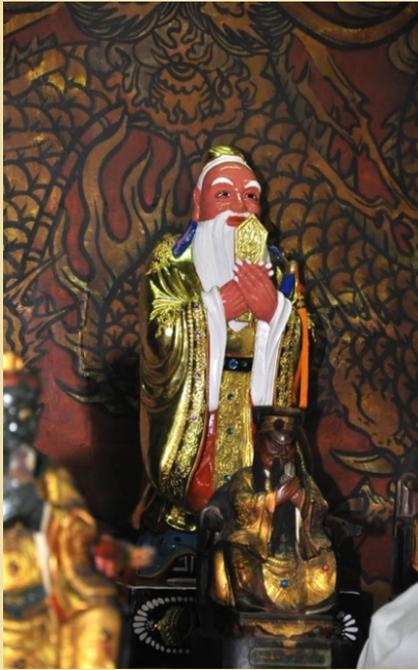
存款金額

電話記錄

經辦員收據

虛線內備供機器印線請勿填寫

請沿虛線剪下



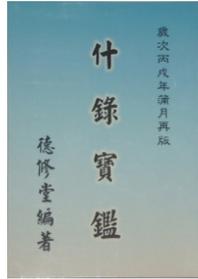
大學 中庸 孝經 誥誦本

本院有鑑於大成至聖夫子誥誦經典之乏少，仿間流通盡為四書注釋讀本，為能圓就大成至聖先師聖壽禮、經科之周圓，並廣為宣揚華夏文化倫常忠孝節義於根本，冀輔政教所不及，鸞下糾合集智，以朱熹夫子的版本為主體編纂大學中庸孝經誥誦本，以為儒宗神教統合流通之經本。各方文儒碩彥及善德若有意可向本院免費索取。

-德修道院扶鸞著作-



儒門禮節經誥合編



什錄寶鑑



至德明修



至道寶錄



至性真律



悟迴

這世界總有比我們悲慘的人，能為別人服務會比被服務的人有福！好事大家一起做，相信這份感動是您的，也是我的。

歡迎加入德修堂聖慈家族

雲林縣德修堂聖慈功德會

立案字號：(96)府社行字第0960601791

會址：雲林縣崙背鄉豐榮村四鄰九號

電話：(05)6552939 . 0932-590107

網址：dersho.ehosting.com.tw

電郵：mesia@ms17.hinet.net

劃撥帳號：2 2 6 5 5 8 4 0

