



法鼓山僧伽大學
Dharma Drum Sangha University

本期主題



Theme

奉獻工作也是菩薩精神

心靈閱讀書



Spiritual Book Review

找回自己

僧大新鮮人



DDSU Freshmen's Corner

遇見解脫菩薩道上的老法師

奉獻工作也是菩薩精神

聖巖 師父

俗話說：「開門七件事」，人沒有錢不能生活，工作所得的薪水可以維持生活所需，而工作本身因此就有了意義。仔細想想，倦怠的問題不在於工作本身，而是工作時與他人接觸過程中所帶來的困擾。過去的農村社會，環境相當單純，日出而作、日落而息，在田裡工作所接觸到的不外是草地、泥土，以及自己所畜養的動物、耕種的植物，而不是形形色色的人。現在的工商社會，不管從事什麼工作，上有上司、下有部屬、左右有同事，遇到的都是人；即使是沒有頂頭上司的老闆，也要與客戶或政府部門互相往來。正因為人際關係複雜，所以許多人都覺得生活在現代是一件很痛苦的事，不禁羨慕起古人，只要天天種田就好了，不需要面對這麼多令人頭疼的問題。

人和人之間的相處會有問題，是因為每個人的想法、立場不同，層次也不一樣，所以難免會有衝突、會起摩擦。你可曾想過，對方帶給你麻煩的同時，也許你也給了對方麻煩；對方為你製造困擾時，你也同樣帶給對方困擾；你覺得無奈，對方也會覺得無奈！這樣不是非常公平合理嗎？

無論從事什麼工作，都是在貢獻一己之力，參與這個社會的運作，不僅僅是為了領薪水、換取溫飽而已，人人都是在這種情況下生活的。只要仔細觀察就不難發現，我們每天吃飯、穿衣、睡覺、走路，一切的生活資源，都是靠各行各業許許多多的人分工合作，才能確保供應無虞，也是因為這些人的辛勤工作，我們才能擁有並維持今天的生活環境和條件。

因此，在一個互助合作的社會中，沒有人能單獨依靠自己的力量生活，不管拿不拿薪水，只要有一個人不工作，這個人就會成為他人的累贅，為別人製造負擔。在人類社會的合作關係之中，我們自己就是一個組成因素、提供一分力量，所以一個人如果放棄工作，整天無所事事，便是逃避了他的社會責任。

在工作團隊中，有些人智慧高，能力、技術都在水準以上，但是卻和其他人拿一樣的薪水。表面上看，他付出的多卻得到的少，似乎並不公平，可是換個角度想，施比受多正是在造福人群，和其他人結緣。有能力結人緣，奉獻一己之力，不就是菩薩精神嗎？所以，改變思考方向，心裡也就釋然了。如果不想做菩薩也沒有關係，多做一份工作，就多一分奉獻，你在天國、淨土的功德銀行裡，就多了一分儲蓄，存得愈多，福德、福報就愈大，這也是一種工作的所得。因此，人在社會上，應該要不斷成長，增進自己的能力，再以所知、所能，盡一己之力來為社會服務，這就是工作的意義所在。只要有機會能讓我們奉獻，我們都應該感到高興。建立服務的觀念，可以幫助我們避免對職業產生厭倦感，也不再無奈；如此一來，相信每天都能工作愉快。

工作自在語 施比受多正是在造福人群，和其他人結緣。
有能力結人緣，奉獻一己之力，不就是菩薩精神嗎？

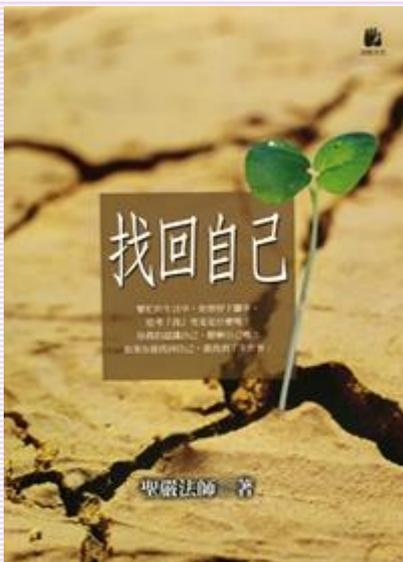


積極的人生



找回自己

作者：聖嚴法師
出版社：法鼓文化
版次：2005年2月



積極是一種很重要的生活態度。積極跟消極是相對的，如果不積極，就會變成消極。

什麼叫消極呢？消極是得過且過，有也好，沒有也好；死也好，活也好。有人說：「這個社會太緊張忙碌了，我不想這樣子生活。反正我的要求不多，只求有一口飯吃就好，幹嘛跟大家一樣勞碌呢？流浪漢不都是這樣子過日子嗎？」有這種想法的人就是消極的。

消極的人生觀，是灰色的，是沈悶的。對個人而言，會扼殺成長的機會；對社會而言，則是增加社會大眾的負擔，這是連做人的基本責任都不顧了；因此，我當然是贊同積極的人生。

不過，追求積極的人生，是一門大學問。很多人認為積極的意思就是，努力追求成功，不外乎找一份滿意的工作，有很高的收入、響亮的名氣，希望獲得名利、財富的享受，彷彿人生值得追求的就是這些東西。

一個人如果沒有努力的目標，的確很容易就喪失生命的原動力，而一般人的努力，無非是追求名、追求利、追求權、追求勢、追求位。其實，追求的本身並沒有錯，更不是罪惡，問題是在於追求的過程中，是不是不擇手段，有沒有傷害到別人，或是傷害了自己的品德？

又如果，雖然很努力很努力地追求，目標卻越來越遠，這時候該怎麼辦？是不是還要追求？是不是非要得到它不可？

積極的確是很好，可是在追求過程中，如果太在乎目標的達成，往往會忽略自己所處的環境因緣，忽略週遭別人的感受。所以，除了積極的追求之外，還要常保平常心。能夠得到固然非常好，即使不能得到，那是因緣不具足，不必那麼難過。

所以進取心、積極心要有，但是得失心最好少一些，一切「盡其在我」就可以了。這樣子，生活才會過得比較愉快，也不會因為自己的積極，而讓他人受到傷害。

所以說，積極是一種態度，本身並沒有對錯，如果動機不純正、

目標不對，或是為達目的不擇手段，這種積極才是不對的；或是目標達成後就得意洋洋，目標達不成就痛苦萬分，這樣的積極就是錯的。唯有當目標正確，作法正確，積極就會成為一種優點，會為自己、為他人帶來快樂。

這道理聽起來和像是「只問耕耘，不問收穫」，其實兩者還是有一點不同。「只問耕耘，不問收穫」這個觀念是正確的，但是態度有一點消極。積極的態度，應該是在耕耘之前，做好更多的準備，譬如哪一種耕耘的技巧最好？市場上有沒有這個需求？有沒有通路？市場上消費得完嗎？消費不了又該如何處理？……等等問題。詳細考慮之後，耕耘的結果，才容易和我們的預期相符。在考慮清楚之後，動手去做，如果達不成目標，也不需要難過，這才真的是「只問耕耘，不問收穫。」

那麼，要如何培養積極的心呢？首先要訂定目標，因為有了目標，生命才有方向。這個目標最好是「少為自己，多為別人」，譬如現在地球的環境充滿危機，我們可以思考一下能做些什麼？你可以利用空餘的時間，投入環保工作，也可以只在自己家裡，或附近的環境，做一個小小的環保義工，這都是十分有意義的。

像這樣，將自己推向一個好的方向，劍及履及地去完成它、實現它，你就會覺得自己的人生有目標、有意義，這就是積極人生的真意。



找回自己

作者：聖嚴法師

出版社：法鼓文化

版次：2005年2月





遇見解脫菩薩道上的老法師

老法師有形的生命是終止了，

但其無形的精神，將永藏於後學心中。 ■ 無礙

每每總在大殿東單排班，準備做早晚課時，看著一位年長、駝著背、撐著拐杖、步履蹣跚走進西單後角落椅子區、跟著做課誦的老法師身影，便會想是什麼樣的力量和信心，支撐著年邁的身軀，仍舊如此精進？常常看著那身影，感觸良深，眼淚就掉下來。這是未進僧大，還在當義工時看到的老法師。

偶爾，經過女寮中庭時，總會看到一個推著輪椅行走的身影，其步伐有時輕快到讓照顧他的法師也追不上。這樣的身影，時而知福、惜福地將中庭廊道燈，一個一個關掉；時而誦念「阿彌陀佛」聖號，一圈又一圈地走著。有些時候，會遇到他如小孩子一般，做錯事受到責念時，無辜的樣子，總令後學看了不禁莞爾一笑。這是進僧大後，這二年所認識及看到的老法師。然而，這些再也看不到了。老法師的離開，在

沉靜下來抒寫的此時此刻，才發現潛藏的哀傷，竟遠比自己以為的還要多更多。偌大的空間裡，望著老法師往昔的位置，聲聲誦念的「阿彌陀佛」，是此刻和他唯一的聯繫，迴向時甚至天真地默默發了這麼一個願：

「感恩您的示現，成就砥礪後學的精進用功。未來際，我們仍要繼續找到師父，跟著師父修學，繼續互為解脫菩薩道上的師兄弟和法眷……。」

結束了，在綿綿細雨中，載著老法師的車，漸漸駛離女寮，徹底地畫上句號；不過同時，卻也是另一段里程的開始。

老法師有形的生命終止了，但其無形的精神，將永藏於後學心中，在未來的修學道上，持續地給予陪伴、支撐與鼓勵；時刻提起，念念觀世音、聲聲彌陀佛。

本文摘自--《法鼓文苑第七期 P101》

師父的勉勵

精進不是拼命，而是盡自己的心力、體力，要不斷地鏗而不捨，是細水長流、不緩不急的。

■ 聖嚴法師

走吧！一起回家

這一路走來真的很辛苦，苦在放不下過去、放不下未來，但這條路，卻是眾多的選擇中最值得的。

■ 小丸子

十歲那一年……

「我死後，會去哪裡？」夜裡，天天輾轉難眠，到底我死後，會去哪裡？閉起眼睛，幻想著種種死後的情境。我離開這個世界，到底會是怎麼樣的世界？愈想愈陷入一股黑暗的漩渦裡，幾乎恐懼得不敢入眠。這個恐懼是與生俱來呢？還是……

一個偶然，我學了佛；一個偶然，我參加了馬來西亞法青參訪法鼓山的尋根之旅；再一個偶然，我報考了僧大；進一步偶然，我離開僧大休學回馬；更提昇的偶然，我又再回到僧大……我沒想過會學佛，也沒想過要出家，因為從小我都是一個漂無定所的無腳鳥。自從我懂得大人世界是吵吵鬧鬧時，當上空有飛機飛過，我都會對著天空發願：「以後我要坐上飛機，四處奔走看世界。」當我第一次學佛，我似乎曾發過「要過出家生活」的願。

回家 中途離家

法鼓山是我參加過多個團體中，覺得最有歸宿感的一個「大家庭」。所以，我毅然在2012年報考，幸運地被僧大錄取。很自卑，而又心靈脆弱的我，在過去二十五年，用盡辦法掩飾自我的不安，在僧大的短短一年當中，撞得頭破血流。那個調伏自我的過程，實在很辛苦；不但自己辛苦，也苦了身邊的人。好不容易用了半年以上的時間，才剛適應出家的生活；我卻被自己的業力所驅使，必須休學回馬來西亞。

回馬來西亞的這段時間，我也很苦：苦在調伏不了那剛強的自我。雖然熏習了僧大的作息及佛法的觀念，但內心對於種種的失去又產生了不安。回馬來西亞的前半年，我勤於拜懺、拜佛、做早晚課等，其實是想透過佛菩薩的力量，讓我早日心安平安地回到僧大。

後半年，身體卻有很多的病痛得半生半死；不是痛得徹夜難眠，就是癢得睡，得半生半死；不是痛得徹夜難眠，

就是癢得睡不著，又或者是走半步，卻喘得快，要往生。

那幾個月的病痛，猶如《地藏經》裡所說的種種境遇，每每在徹夜難眠之時，我都會祈求觀音菩薩的加被，哪怕就這樣往生的話，至少是持著聖號往生的。

慶幸 又再回家

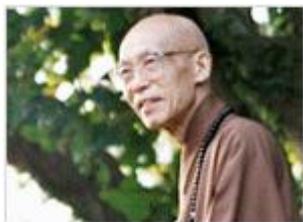
就在要回僧大的一個月前，一個早上起身時，整個頸椎疼痛不已，痛徹腦髓，猶如一個快爆炸的炸彈。我連走路都會暈眩，乃至吃飯、喝水都嘔吐。那段時間真的生不如死，做不了事，只能躺平；只要一坐起，或走路，或站立，頭、頸椎都痛得入骨。我那時候真的沒辦法做事，唯一做的事是念觀音聖號，祈求佛菩薩加被。若我現在往生，我一定要再回來出家修行；若我活下來，請菩薩讓我平安地回僧大繼續修行，利益眾生。這一路走來，真的很辛苦，苦在放不下過去、放不下未來。佛菩薩讓我平安回到僧大，但卻也讓剛強的自我，要面對種種的考驗。我的路，沒有聖嚴師父那麼難行，但也走出很多坑洞；猶如電玩中的Mario度過一關又一關，得到不少的蘑菇，讓我可以愈走愈有勇氣。

很慚愧，自己沒有修得很好，習氣還是難調難伏。但這條路卻是眾多的選擇中最值得的，慶幸自己可以不小心地踩上來。

我的願沒有很遠大，只是想與人分享一路走來的體會，並希望可以勉勵他人：「去吧！去走出一條路來，讓自己可以一路好走。」

本文摘自--《法鼓文苑第七期 P.60》





保持心的速度

有次我的弟子開車載我上高速公路，有兩輛車想超越我們的車。當時，我們的車開快會撞上前車，開慢會被後車撞上，真是險象環生。我的弟子嚇得臉上發青，我坐駕駛座旁，始終保持沉默。當危機閃過之後，他問我：「師父！你為何不怕，我們差一點就被撞死了！」我說：「如果非死不可，怕也沒有用；不死，反正不會死，也就不怕。以後你要學著用這樣的心態，心平氣和地謹慎開車。」他回說：「師父，我沒有這樣的工夫。」我勉勵他說：「你要學著每天打坐，保持心緒平靜，以後再遇到這種的情況，就能夠不慌不忙，該如何處理就如何處理。光是臨危大叫，是無濟於事的。」臨急應變，切忌慌張，如果有定力，便知天下本來無事，好好處理就是。 ---摘自《如何化解仇恨》

◀ 2016/2 ▶

日	一	二	三	四	五	六
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	1	2	3	4	5

■ Events

活動訊息 >>

1/23-2/2 生命自覺營

2/2 招生說明會

[[線上報名](#)]

詳細訊息請見官方網站

識人識己識進退，時時身心瓶安；知福惜福多培福，處處廣結善緣。

9/108 自在語 | 聖嚴法師

Know yourself, know others; know when to advance, when to retreat; at all times maintain peace and equanimity in body and mind; know yours blessings, use them wisely, strive to increase them; everywhere you go develop deep virtuous affinity with others.

9/108 adages of wisdom | Master Sheng Yen

(林文山攝)

