

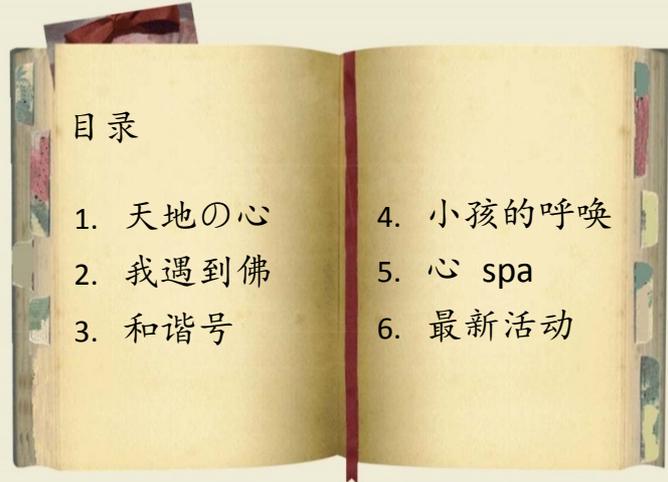
慈航普度



做一件事，无论大小，倘无恒心，是很不好的。

而看一切太难，固然能使人无成，但若看得太容易，也能使事情无结果。

~ 鲁迅名言



目录

- | | |
|---------|----------|
| 1. 天地之心 | 4. 小孩的呼唤 |
| 2. 我遇到佛 | 5. 心 spa |
| 3. 和谐号 | 6. 最新活动 |

天地之心



慈航普度鬼神欽
淨土歸位三尊者
得龍運化達天津

共譜生命圓舞曲
千瓣蓮花化世界
三八為朋廈門迎

水龍一六啟德行
鼎革歸仁如來果
克己復禮通十方
神韻合心嘉之會

禪化院夏典運行
鼎湖七天五老會
敦仁親和睦里鄰
解行大道無上心

二零一二年
壬辰
鼎革歸仁

我遇到佛

弟子问大师，怎样才能实现人生的目标。

大师没有回答弟子，而是问弟子：“你能用石头扔中前面的那棵树吗？”

弟子捡起地上的石子，一连扔了好几次，都没有扔中。

“太远了，扔不中。”弟子说。

“但我可以扔中。”大师说。只见大师向那棵树走去，在离树二三米的地方停住，捡起地上的一块石子向树扔去：“你看，这不是扔中了吗？”

“离这么近，我也扔得中的。”弟子说。

“知道吗，我之所以扔得中，是把目标拉近了，把目标拉近到自己看得见、自己扔得中的地方，不好高骛远，这样才能扔中目标。”大师说，“要实现人生的目标，也是如此。”



慈航普度



有一位女记者在向一位讲师提出问题很有自己的看法，明明是同一个“通俗”问题，她却会用别的方式来问，显示她确实与众不同。一般人会问：“身为一个职业妇女，如何在忙碌的工作外兼顾家庭？”这个问题背后代表的意义是，女人一定要“回归家庭”，如果你很忙，你可能当不好一个好太太和好妈妈。她是这样问的：“一般人会问，身为一个职业妇女，如何在忙碌的工作外兼顾家庭？为什么男人不会受到这样的质疑，这公平吗？”

讲师的回答是：“固然不公平，但大家也这样问女人已成了习惯。其实对于男人也是重要的，顾不了家，就算事业再成功，这男人的心情也是狼狈的。”要是别人问我们如何兼顾，要质疑就让他质疑吧，最重要的还是我们如何回答自己。不管是男人女人，事实上，都会这样问自己。身为职业妇女的母亲，大可不要心有愧疚，孩子会看到你在工作上的努力，与你乐在工作的态度，他绝对不会变成一条米虫。事实上，妈妈很忙，只要不忽略了关心和爱，只要不用高压的方式把亲子关系变坏，孩子还是会变得比较能干而独立的。如果你没有同理心，那么，就算你二十四小时死守在孩子身边，你和他的关系，也只是有血缘关系的狱卒和囚犯而已。

这位讲师曾和一位男作家在讲座上遇过一位大学女权研究社的指导老师，她在座谈会上说：“我们要争取‘平等’！如果我以后生了小孩，半夜要喂奶，我一定会要他起床喂！”听了这番话，男作家生气了，直接批评那位指导老师说：“你是这样教学生的吗？你完全误解了女性主义！这样斤斤计较，不是女性主义！”

其实，男作家没错。讲师原本也想纠正那位女权老师的观念，但由于不习惯吵架而不主动去纠正，因为他知道，等那位女权老师真正有了孩子之后，她的看法就会不同了。就算父亲横了心不喂小孩，母爱决不会让孩子挨饿的！

当我们年轻的时候，会比较在乎口头上与字面上的“公平”。其实，那没有太大意义。一个幸福美好的家庭，永远是互助的，不是互踢皮球的，当然，也不能整场球自己打！



小孩的呼唤

…文接上个月的电子报

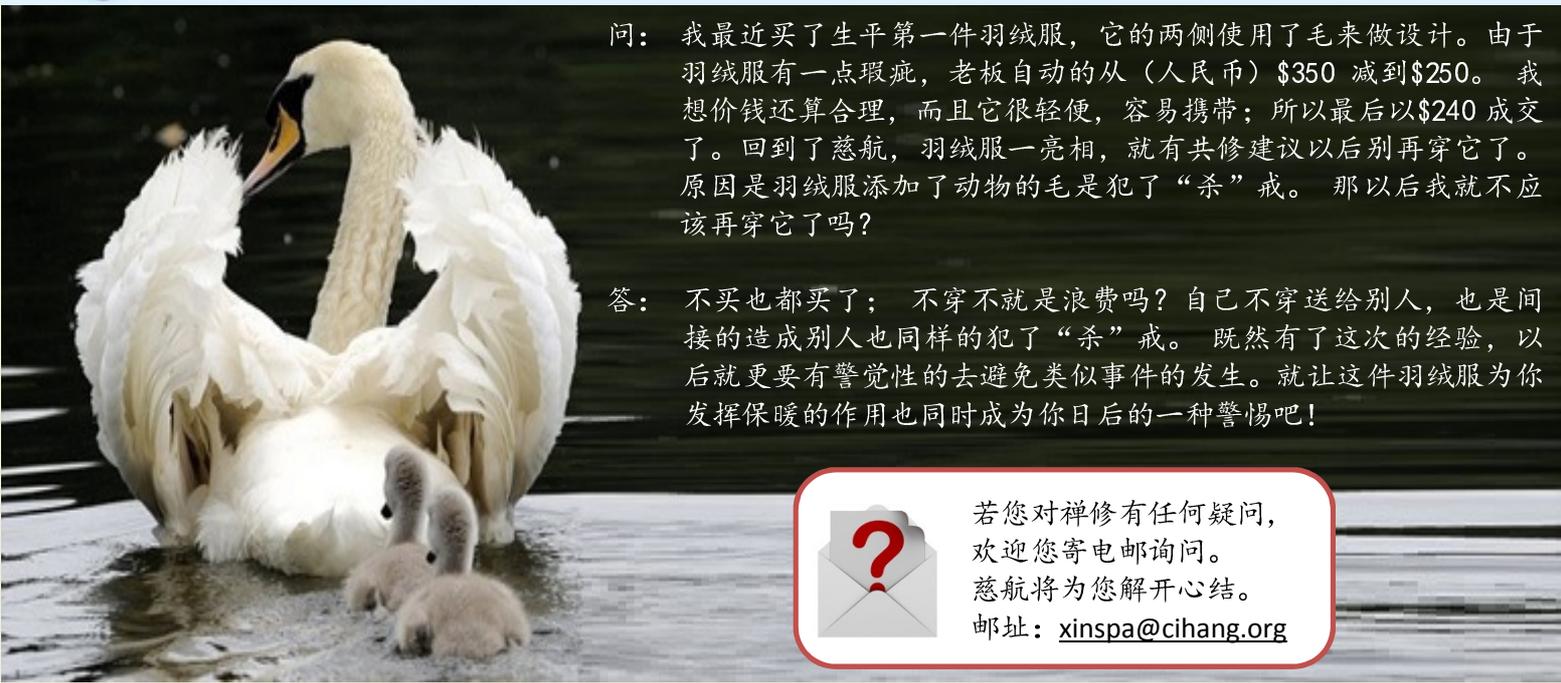
这是美国作家 Katia Hetter 发自内心的则《忏悔录》。全文大意是说，她怀孕八个月时，丈夫买了一台手机给她，从此以后，手机便成了“毒品”，而她，惨惨地沦为欲罢不能的“瘾君子”。她通过手机收发电邮、阅读书报、进网上聊天室。孩子逐渐成长，她的“毒瘾”也越陷越深——她发现手机能帮助她逃离现实世界里那一堆堆永远也洗不完的杯盘碗盏和尿布衣物。

当孩子依偎着她时，她却忙着检查电邮；当她烹煮晚餐时，一只眼却紧盯着手机。她没有心情和孩子玩拼图游戏，她甚至无法专心聆听孩子说话。在孩子看来，手机就是她的一切。终于，有一天，年仅3岁的稚龄孩子在仰头看她时，发出了令人心碎的哀求：“妈妈，您可以放下手机吗？”孩子彷徨无助的眼神和那不自觉地透着谴责意味的语气使她悚然而惊，啊！在长达三年的漫长岁月里，她竟然因为手机而让孩子的心房长满荒芜的杂草！骤然的醒悟，使她满心都是懊悔的悲伤。

把手机“放下”后，适逢母亲节来临，她和亲爱的女儿一起用沾满颜料的手指为两位祖母绘制美丽的指画。她说：“当女儿发现蓝色和黄色这两种颜料混合在一起竟然能够变成她最喜爱的绿色时，那种顿悟的智慧亮光，化成她脸上朵朵璀璨的笑花；而这，着实给我带来了极大的满足感。”这位曾经迷失在手机世界里的妈妈，悬崖勒马，回头是岸。她幽默地说：“我不需要利用冻火鸡治疗法来戒除手机瘾，但是现在，我已学会在和家人的亲密共处时间里，关掉所有的电子设备，彼此脸对脸、眼对眼地谈心。

手机越来越和生活密不可分，人们把更多的时间花在和手机的“亲密接触上”，而丝毫没有意识到自己正在疏远孩子，让孩子们精神上孤独，感觉不被父母关注，被忽视，久而久之，孩子们不仅仅也养成了对手机的依赖，也更加渴望爱和温暖，渴望父母全身心陪伴。





问：我最近买了生平第一件羽绒服，它的两侧使用了毛来做设计。由于羽绒服有一点瑕疵，老板自动的从（人民币）\$350 减到\$250。我想价钱还算合理，而且它很轻便，容易携带；所以最后以\$240 成交了。回到了慈航，羽绒服一亮相，就有共修建议以后别再穿它了。原因是羽绒服添加了动物的毛是犯了“杀”戒。那以后我就不应该再穿它了吗？

答：不买也都买了；不穿不就是浪费吗？自己不穿送给别人，也是间接的造成别人也同样的犯了“杀”戒。既然有了这次的经验，以后就更要具有警觉性的去避免类似事件的发生。就让这件羽绒服为你发挥保暖的作用也同时成为你日后的一种警惕吧！



若您对禅修有任何疑问，
欢迎您寄电邮询问。
慈航将为您解开心结。
邮址：xinspa@cihang.org

最新

活动



禅修净化日

日期：12月18日（星期五）

地点：柔佛慈航

日期：12月26日（星期六）

地点：天河慈航



鼎湖月會

日期：12月27日（星期日）

地点：鼎湖淨名園

金玉良言（大典月和風成員
合併上課）

<净化日视频回顾>：

内容摘取自古儒吉大师的说法

我们为什么来到这世上

我们为什么来到这个世上？人生的意义是什么？

如果你曾有想过这些问题，那表示你的思维能力变得成熟了，这对我们是非常重要的，因为大部分活在这个世上的人浑浑噩噩的生活着，也都不曾停下来去思考这类的问题，什么是人生？我是谁？我究竟要的是什么？我能奉献什么等等。

当我们将去思考去探索过这些人生的意义，那么你就是真正的活着，你的生命就开始走在了正确的旅途上，这也是所谓的灵修。这些问题有两个重要层面的：一、科学层面；二、精神层面。我们通过科学层面去了解物质，通过精神层面去了解灵性。为了明白灵性，我们必须先去了解我们自己这个身体，身体是由土，水，火，风，以太体这五大元素所组成。然而活着的身体和死去的身体都具有这五大元素，差别就在心灵意识，它存在于精神层面。

无论是思维意识还是心灵意识，或是五官的感受等等都是无常，会一直改变的。然而有一样东西是不变的，没有了这个是无法感知事物在改变，就是本我，也可以称为自性。它的能量更为精纯，寻找本我可以透过静坐。本我就是一种“存在”，一旦你体验了这个不变的“本我”，再也没有什么可以动摇你了，这个过程就是觉醒。简单地说，觉醒就是你内在那个不变的东西被唤醒了。

当你瞥见了自己的本性，生命里将不会再有任何的恐惧，一切将会是丰盛的。内心变得平静安定，同时你的直觉力，智慧，创造力等一切才能都会涌现出来。

你将体悟到宇宙间生命是无所不在的，生命不在身体里而是身体活在生命里。当你体验到了你的本我，你的人生意义就达到了。

