

慈航普度

感恩和宽容
经常源自痛苦与磨难，
必须以极大毅力
来训练。

曼德拉

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

天和地德凝神光
樂天知命明明德
樂音化藥致中和
天醫心願復音情
鼎象亨養觀自在
正位凝命天地心
十方來去養聖賢
菩提無樹葉歸根
火宅正法明如來
萊竹猗猗終不誼
尊者樂見遊子歸
人道失位覆公餗
正位者歡樂聚餐

二·樂

六和吉祥乾金滿
乾坤共修七覺支
不動道場天醫現
治病治國自擇法
牛樟芝子實木體
丹天化火達天津
終日乾乾愿行事
大家齊心享天福
鈺鼎斐斐玄德藏
天來鳳凰孚和鳴

一·方濟

醫道法會

二零一三年癸巳
網站成立醫道法會

二七同道三樂章
樂山樂水養聖功
靈丹妙藥「藥」大醫王
不二法門無量義
寂靜能仁三清道
取新革故五行運
天命金線五十明
衣鉢真傳曹溪脈
居士聖域淨名園
塔寺堅固末法相
九蓮南屏化十地
三五凝結貫人天

二·體性圓滿

洞天福地三峽行
玉女尊天享太平
一元復始鼎象新
以佛傳道至情盈

一·友三樂

火中化蓮至道凝
東山再起三三銘
和風餐敘家人聚
真善美樂琴笙玎

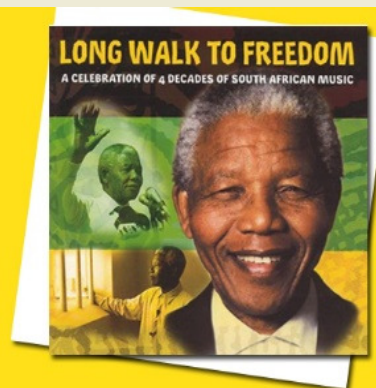
探索

人生在不斷探索新奇事物
讓學習成為生活中的目標
信賴生命的整個過程
感恩所擁有的一切

我遇到佛

宽容和感恩是以修养为基础的，宽容和感恩能形成一个人高尚的品格。请看下面的故事：

南非的民族斗士曼德拉，因为领导反对白人种族隔离政策而入狱，白人统治者把他关在荒凉的大西洋小島罗本島上 27 年。罗本島位于离开普敦西北方向 7 英里的桌湾。岛上布满岩石，到处都是海豹和蛇及其他动物。曼德拉被关在总集中营一个“铁皮房”里，他每天早晨排队到采石场，然后被解开脚镣，下到一个很大的石灰石田地，用尖镐和铁锹挖掘石灰石。有时从冰冷的海水里捞取海带。因为曼德拉是要犯，专门看押他的看守就有三人。



当 1991 年曼德拉出狱当选总统以后，他在总统就职典礼上的举动震惊了世界。总统就职仪式开始了，曼德拉起身致辞欢迎他的来宾。在介绍了来自世界各国的政要后，他说令他最高兴的是当初看守他的 3 名前狱方人员也能到场。他邀请他们站起身，以便他能介绍给大家。

曼德拉博大的胸襟和宽宏的精神，让南非那些残酷虐待了他 27 年的白人汗颜，也让所有到场的人肃然起敬。看着年迈的曼德拉缓缓站起身来，恭敬地向 3 个曾关押他的看守致敬，在场的所有来宾以至整个世界，都静下来了。曼德拉后来向朋友们解释说，自己年轻时性子很急，脾气暴躁，正是在狱中学会了控制情绪才活了下来。他的牢狱岁月给了他时间与激励，使他学会了如何处理自己遭遇苦难的痛苦。他说，感恩与宽容经常是源自痛苦与磨难的，必须以极大的毅力来训练。曼德拉说起获释出狱当天的心情：“当我走出囚室、迈过通往自由的监狱大门时，我已经清楚，自己若不能把悲痛与怨恨留在身后，那么我其实仍在狱中。”

看看我们的周边，人们之所以总是觉得烦恼缠身、充满痛苦，总是怨天尤人，多半是因为我们缺少像曼德拉那样的宽容和感恩。

启示：宽容和感恩的力量无可替代。



美国著名的试飞驾驶员胡佛，有一次飞回洛杉矶，在距地面九十多米高的空中，刚好有两个引擎同时失灵，幸亏他技术高超，飞机才奇迹般地着陆。胡佛立即检查飞机用油，正如他所预料的，他驾驶的那架螺旋桨飞机，装的却是喷气机用油。当他召见那个负责保养的机械工时，对方已吓得直哭。这时，胡佛并没有像大家预想的那样大发雷霆，而是伸出手臂，抱住维修工的肩膀，信心十足地说：“为了证明你能干得好，我想请你明天帮我的飞机做维修工作。”从此，胡佛的飞机再也没有出过差错，那位马马虎虎的维修工也变得兢兢业业，一丝不苟了。

这个故事令人感动。虽然维修工的过失险些使自己丧命，但心地善良的胡佛深深懂得有过失者的心理。当对方因出了严重差错而痛苦不堪时，善解人意，自我克制，出人意料地给予宽慰，使其恢复自信和自尊。这，就是友善的巨大力量。试想，如果胡佛愤怒斥责这位维修工，甚至不依不饶地追究他的责任，那么很可能会彻底地毁了他。可见，面对同一件事，以两种不同的态度来对待，就会有迥异的结局。



生活如镜，你只需要让自己微笑了
生活自然就微笑了

友善，可以使大事化小，小事化了，不仅善待了他人，也能使自己得益——胡佛的飞机不是从此就没出过任何差错吗？而以愤怒乃至暴力来应对，结果往往是有百害而无一利。

生活是一面镜子。当你面带友善走向镜子时，你会发现，镜中的那个人也正满怀善意地向你微笑；当你以粗暴的态度面对它时，你会发现，镜中的那人也正向你挥舞拳头。人生在世，请拥有一颗友爱之心，保留一份友善之情吧！

小孩的呼唤

她，一个有极强好胜心的女孩，转入重点中学快半年了。从一个很普通的学校转到这里，她知道家里托了很多关系，花了不少的钱。可是，在这里她没什么朋友，最让她心烦的是她的成绩。每次成绩表排出来，她的名字几乎都在长蛇阵的最下层。每当想到这个，她都有一种莫名的压抑感，似乎她前面的名字有千万吨重，压得她快要窒息了。

她要奋发，她要无愧于所写下的话，要付之于行动。于是，她不再整天空想那些无用的虚幻的东西，因为她知道要面对现实，不能做空想主义者。她上课精力集中，踊跃回答问题，认真完成作业……这一切，她都尽力做得很好。

果然，她的成绩有了起色，她的脸上也露出了久违的笑容。就这样，她坚持着这样做下去，她的成绩竟然到了中游，这些都太令她高兴了！

又一次，她打开自己心爱的日记本，写道：“人，就像茶叶一样，只要投入沸腾的生活，点亮心烛，激活自己，就肯定能够显现出生命力的颜色。”写完之后，她又一次合上日记本，把它锁在抽屉里，同时也把那份成功的喜悦锁进了心房。

渐渐地，她的成绩直线上升，她也更加自信起来了，也结交了好多朋友…她再次翻开日记本，郑重地写道：

“人生，一局落子无悔的棋，一场人喧鼓响的戏，一重波涛万顷的海，我只是一个平凡的过客，但我自信，我能够化解心灵的困惑与迟疑，而今，我真的做到了……”而她。。就是我！

固然，你我只是一个平凡的过客，当面临绝望、失意时，一定要点亮心烛，找回自信。它必定能照射出生命力的本色！



问：对这个世界没有执取，人们怎么生活下去呢？如果父母什么都不执取，他们可能会对孩子漠不关心。人怎么可能毫不执取地去爱、去过日子呢？

答：不执取并不意味着漠不关心。正确的说法是“圣者的无差别心”。身为父母必须用全部的爱负起照顾孩子的责任，但没有执取。出于爱心，你做你该做的事。假如你悉心照顾的病人，病情毫无起色，你并不会因此而哭泣，因为那是无济于事的，你试着以平衡的心，找出其它的方法帮助他，这就是“圣者的无差别心”。既不是冷漠以对，也不是以习性反应生起忧虑，而是以平衡的心，采取真正正确的行动。



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



最新

活动



年终大扫除

日期：1 月 17 日（星期日）

地点：天河慈航

日期：1 月 23 日（星期六）

地点：鼎湖净名园



岁末怀恩

日期：1 月 24 日（星期日）

地点：柔佛慈航

地点：天河慈航

地点：鼎湖净名园

〈净化日视频回顾〉：

内容摘取自古儒吉大师的说法

持续、前进、爱、祥和

我们不是完美的人，这是因为我们都有能力去接纳不完美的人。无论何时何地做任何事情，都不要去过度追求完美。因为我们每个人都会犯错，我们在追求完美的同时也要接纳不完美，当然也并不是对完美就完全妥协，而是在追求完美的同时允许个人成长的空间，这样可以持续下去。一般来说开创一个公司容易，但是要很好持续下去很难，所以我们要预留空间让自己继续前进，并自我激励，给予充分的个人成长空间，激发内在的能量。我们要接纳所有人，更不要让“憎恨”出现在我们生活的字典里，给予一些耐心让他们成长与觉醒。

我们需要记住一件事，你存在的核心一切都是正向的。所有的不完美只是在表面，而内在的深处是全然纯净，百分百正向的。这个信念是灵性成长里最重要的东西，因此我们就不太容易被别人的话语所困扰，在任何时候，都不会被情绪所影响。有人批评你，就去坦然面对他的批评，清楚地明白任何的批评都是别人的看法。

在这相对的世界里，不可能做到完美，这些不完美只不过是一个投射或看法罢了。我们静坐能增进你觉受的能力、洞察的能力和表达的能力。而觉受的能力总有进步的空间。

