

慈航普度

外在的修行，
像行善、度人，

内在“法”的修行，
通过静坐、壁观、忏悔，
来净化我们的心灵！

~慈航普度~

目录

- | | |
|----------|----------|
| 1. 天地之心 | 5. 心 spa |
| 2. 我遇到佛 | 6. 最新活动 |
| 3. 和谐号 | 7. 回味无穷 |
| 4. 小孩的呼唤 | |

天地之心

在行医过程中，每每遇到业障缠身的病人，我就会劝其归依修行，因为单凭医术高明是治不好因果病的；必须借助佛菩萨的力量，加上真修行与忏悔才能了脱因果。

大姊夫壮年时为了养育三个孩子，长年身兼二份工作，经常凌晨三点起床去市场炸豆腐（素料），或晨起送羊奶，因而后背右侧肩胛下长一个包，疼痛难忍，无法平卧，不可触摸，西医打针吃药都无效。时年我正在大陆学习中医，刚会针灸，于是就在病灶施以针灸（针上加艾粒灸），结果针完患处就不疼了，肿块也消失了。之后我就回高雄，不久又回大陆继续未完的学业。第二天，姊夫右手臂的“内关穴”突然肿一个包很疼，他马上去看医生，并在患处贴膏药。三天后内关穴的肿包消了，但背后右肩下的肿块又回来了，这是几年后我才知道的。原来姊夫后背的肿包是心包经的动静脉瘤。

走笔至此，我想到在就读中医本科时，医古文中有一篇文章记载春秋五霸的齐桓公病重，遣人到秦国请当代名医“医缓”为其诊治。就在“医缓”到来的前一晚，齐桓公梦见两个披头散发的小鬼在对话：小鬼甲焦急的跟小鬼乙说：惨了！惨了！秦国名医“医缓”要来了，我们将无处可躲，怎么办？只见小鬼乙淡定的回答说：别怕！别怕！我们就躲在王的膏之上盲之下，那里针灸针不到（因为病灶太深，深刺易导致气胸），砭石刮不到（刮痧），汤药管不到；果然翌日“医缓”帮齐王诊后，对齐王说：大王的病位在膏盲之间，针灸、砭石、汤药都不管用，无法医治。齐王遂及派人厚礼送“医缓”回秦，是年初秋齐桓公病逝。

之后大姊夫辗转折腾求医，动了手术也没治好，由于术后结疤导致我无法找到病位下针。十多年后就在一次姊夫跌进水沟，伤及脑部，剖脑手术后，个性大变，躁动不安，因而住进净名园，吃素修行礼佛四年后，他不再那么躁动，并且我终于能以拔罐放血疗法彻底将其三十多年沉痾痼疾治愈。

北部有位坤道因《巴金森氏》病来找我，她长年服西药控制病情，不吃药的时候，她全身僵硬，寸步难行；吃完药后手舞足蹈，全身晃动，无法停止。每次见她如此辛苦，好生难过。那天，我在她的督脉做了大蒜灸，并在膀胱经拔击，之后又给予祛风湿通经络的药（她年轻时经常淋雨），她觉得全身轻松灵活许多，安然没病，之后我便去午休。待我醒来，看她竟然身着单衣跟大夥儿坐在凉亭聊天，头上身侧均吹着大风扇；见状我心想完了，因为刚拔完火罐最忌风寒，她仅舒服一个钟头，本来可以改善病况的，结果更糟，因为风直接进去了，伤风即伤肝（肝主筋），很快她全身的筋开始紧缩，僵硬；帮她艾灸也无法缓解；我已无能为力，业力太可怕了。像这种病人，她自己已无法控制自己的行为（拔击后我有交代不可吹风），一定得靠家属帮忙，发大愿真修行才有转机。

写完两则故事，内心感触良多，希望共修看懂我的意思，明白我的用心，因果没了是回不了观音净土的，既然是净土就不可带业往生，因此活着的时候就要坦然面对一切逆境（包括病痛），那是自己累世今生所造。已经归位的几位尊者那一个不是受尽病痛折磨，最终得以清净无染法身，自在无碍回归观音净土。

观心的叮咛

（第九集）

我遇到佛



阿木的小屋坐落在翠绿的小山丘下，他孤独地生活了一年又一年，眨眼间便到了谈婚论嫁的年龄。

一天，阿木仍然继续他辛勤的劳动。匆匆赶路的上帝既劳累又口渴，便上前向阿木借一小杯水，以解劳累之渴。阿木欣然地接受了上帝的请求，便回家取水。

谁料到回家路上竟遇一美人儿，两人一见如故，相见恨晚，阿木快乐得竟忘了自己刚才信誓旦旦地答应了上帝的话，便与那美人结婚了。二人一直相亲相爱，幸福地生活着。

直到有一天，洪水肆意地淹没了这样和的小村庄。阿木与妻儿正努力地向高处逃命，洪水一寸寸地淹没了大地，处在生死边缘之际的阿木，想起了仁慈的上帝，便向苍天呼喊：“上帝！救救我吧！”仁慈的上帝果然出现了，阿木兴奋地望着面前这个令人振奋的奇迹，激动地说。

“上帝！请施舍您那仁慈的爱，拯救生灵吧！”

“孩子，我的那杯呢？”上帝安静地，一字一字地说着。

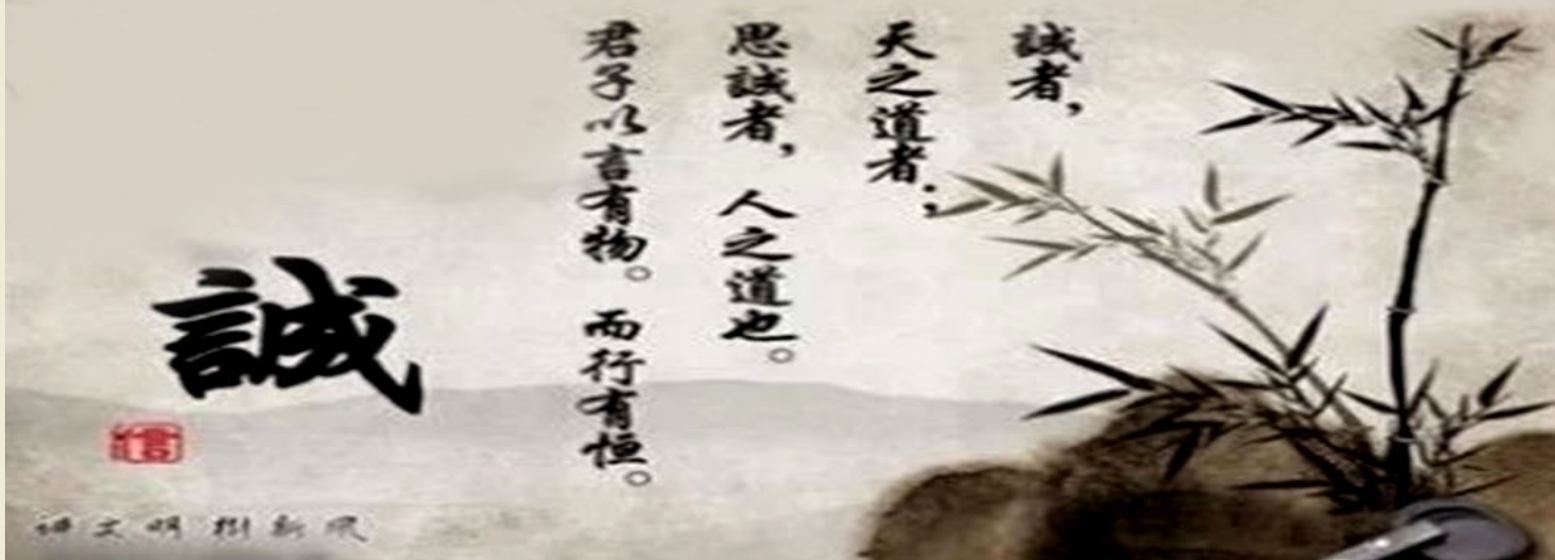
阿木愣住了。

故事就这样结束了，至于上帝是否有救那可怜的阿木，这就无从探究了。但值得我们沉思的是，阿木听完上帝的回答后，是否领悟出什么？我们也是否在那杯未借出去的水中领悟到什么？

人与人之间，往往需要诚信。好比辽阔的大地需要鲜花绿草来点缀，就好比无际的天宇霹雳灿烂星辰来装饰。诚实信用，是多么可贵的品质！要做到诚实信用，又何尝不是一件难事，谈何容易呢？

在生活中，又有多少人曾经是“阿木”？当有人需要你的帮助时，你就挺身而出吧！

当你挺身而出前，请考虑一下自己的实际情况与能力也当你信誓旦旦地向某人承诺时，也请你三思而后行，想想自己是否真的有能力兑现承诺。总之，尽所能助人。





每当灾难来临的时候，我们总是会见证那些伟大的感人的场面，这就是人性的光辉，是我们人类存在了几万年并且将继续繁衍生息的保证，正因为这些感人的事才使得我们有别于动物。青海玉树地震遇难人数升至 1339 人 332 人失踪，这样一场灾难中我们应该记住这些故事。

就在 2010 年 4 月 15 日 7 时 49 分许，青海省玉树藏族自治州玉树县(北纬 33.1，东经 96.7)发生强烈地震，震源深度 33 公里，震中位于该县城附近，已发生余震 600 多次。

灾难无情人有情。那年 4 月 15 日中午，当救援队走向下一片废墟时，队长好像意识到什么，忽然返身跑回来，他费力地把手伸进一名遇难妇人的身下摸索，高声喊，“还有个孩子，还活着！”一番艰难的努力后，人们终于把孩子救了出来。

他躺在一条红底黄花的小被子里，大概有三四个月大，因为有母亲的身体庇护，孩子毫发未伤。随行的医生过来准备给孩子做些检查，发现有一部手机塞在被子里，医生下意识地看了一下手机屏幕，发现屏幕上是一条已经写好的短信。。。

“亲爱的宝贝，如果你能活着，一定要记住我爱你。”

看惯了生离死别的医生，在这一刻落泪了；手机传递着，每个看到短信的人，都落泪了…… 伟大的母爱！



小孩的呼唤

有人说最美的声音是婉转动听的歌声，有人说最美的声音是清脆悦耳的鸟鸣，但对我来说，最美的声音却是车床(一种机器)的隆隆声。

我的爸爸靠五金加工维持一家生计，他的车间与我的卧室仅一墙之隔。每天晚上，隔壁发出的机器的噪音把墙都震得似乎在动，那声音刺耳嘈杂，让我心烦，难以入眠。为此，我不止一次地向爸爸发牢骚，但爸爸只能无奈地笑笑，又继续干活。

直到那一晚，我才明白爸爸那一笑中包含的辛酸。

那天晚饭时，爸爸和我开玩笑，说要把我这个不听话的小孩送到别人家去。我这人很容易就会把玩笑当真，一听很不高兴，撂下饭碗，阴沉着脸上楼了，留下爸爸妈妈面面相觑。爸爸本想再逗逗我，忽又闭上了嘴，去隔壁车间干活了。我早早上床，躺在床上生闷气。过了好一会儿，我的气才渐渐消了。这时，我的耳边又传来了那熟悉的声音，可我却突然从中明白了什么。爸爸每天都要在车间里工作十几个小时，不光吵闹，还十分劳累，可他却从未抱怨过。而我呢，不光不体谅爸爸，还要跟他怄气，我真是不懂事。此刻，我正舒舒服服躺在床上，他却仍在努力工作，为了这个家，为了我，他付出了多少努力，洒下了多少汗水，这么爱我的爸爸又怎么会把我送到别人家去呢？我感到十分懊悔羞愧。听着从隔壁传来的隆隆声，这在我平时认为是噪音的声音，这时却让我感觉是世界上最美、最悦耳的声音。



爸爸不善表达对我的爱，这车床声恰恰是最美的父爱之声！想着想着，我的泪水悄无声息地划过了脸颊。

就在那一晚，我从车床的隆隆声中领悟到了父爱的真谛。父爱默默无闻而又无处不在，做子女的只有用心感悟才能明白。每晚，车床的隆隆声都在我的耳畔回响，我不再感觉这是噪音，我不再因此而难以入眠，这声音比妈妈轻柔的摇篮曲更优美，我就在这声音的怀抱中枕着父爱入眠。



问： 每一次我静坐的时候都会感到内心安定自在，但是当我回到日常生活的时候，我的心开始烦躁起来？

答： 别以为光是闭着眼睛坐着就是修行，如果你这么认为，那就赶快改变你的观念。所谓稳定的修行，是在每一个姿态中，不论行、住、坐、卧，都保持正念。起座的时候，别认为你已经结束禅坐，相反地，你只是改变姿势而已。假如你如此反观，你将拥有平静。不论你身在何处，你都将持续地具备这种修行的态度；你的内心将会拥有一种稳定的觉醒。



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



谊方齊

日期： 每逢星期五
时间： 7.30pm
地点： 天河慈航
流程： 瑜珈，共享晚餐，
静坐，抄经

大掃除了！

冬季大扫除

日期： 1 月 8 日（星期日）
地点： 天河慈航

岁末怀恩

岁末怀恩

日期： 1 月 15 日（星期日）
地点： 柔佛慈航
地点： 天河慈航
地点： 鼎湖净名园

春晖发愿

春晖发愿

日期： 2 月 5 日（星期日）
地点： 鼎湖净名园
日期： 2 月 11 日（星期日）
地点： 柔佛慈航
日期： 2 月 19 日（星期日）
地点： 天河慈航

禅

禅修净化日

日期： 2 月 24 日（星期五）
地点： 柔佛慈航



ROJAK

罗惹 (Rojak) 是马来文，意思是混合物，结合了中式和马来菜肴特色的蔬果沙拉。

所需材料：

素罗惹酱、酸梅酱、鲜橙汁、油条、黄梨、黄瓜、苹果、花生碎。
(材料分量可依个人口味作调整)

*备注：也可放豆芽、豆卜、芒果等水果。

做法：

- (1) 把油条剪成一段段，放入烤箱烘焙至香脆。
- (2) 黄梨、黄瓜与苹果以滚刀块切法切好待用。
- (3) 将适量之素罗惹酱、酸梅酱与鲜橙汁用一个大碗捞均。
- (4) 先把黄梨、黄瓜与苹果加入酱汁中捞均。
- (5) 再加入油条捞均。
- (6) 最后撒上花生碎即可。

~ 蔡沂娟 提供 ~



健康小贴士：

- 1) 苹果：低热量，含大量维生素 C、叶酸等物质。成分可溶性大，易被人体吸收，多吃可增加记忆力、美容养颜、通便、美白牙齿的功效。
- 2) 黄梨：有很好的补水效果，具有润肺凉心、消痰降火、解毒功效。

