



天命所在

圣人授人民【全生】【返本】之道
人类必需的思想在【儒】齐家
人生的价值不外乎伦常

慈航普度

少者怀之 老者安之 吾家即净土

家家观世音

孝顺父母 夫妻恩爱
子女悌道 相悦和睦

处处是慈航

启蒙养正 伦理规矩 教学相长平台



慈航电子报

2022 年 8 月



若菩萨有我相、人相、众生相即非菩萨。
圣域佛土，即非圣域佛土，是名圣域佛土。

诚化菩萨

目录

天地之心 1 九莲圣经 第三卷 在家出家品

如是 2 喜欢与慈悲

淨名園伽韻集 4 疫情省思

探索 10 信念的力量

回味无穷 21 蛋挞/水果挞/芝士挞



在家出家品

修子執縛，所以歸家無期，
自古修者以為出家無家，執縛也。

在家出家猶然，出家是乎？在家是乎？

明乎佛聖不出家，亦不在家，
佛聖無家，天下皆我家，所以無域。

無域是域，無三界，何處出家，
是故佛聖不出家，亦不在家。





喜欢与慈悲

印度古老医学叫阿育吠陀，皆以草药为主。
中国医学亦复如是。

人法地，地法天，天法道，道法自然。

万灵的食物链皆由植物开始的。把植物吃进肚子叫回归源头。把动物吃进肚子叫自毁前程。

听说很多爱动物的人都爱到把牠们带进自己肚子里，共存亡。



曾经有两个好朋友，小强和小明，结伴去游玩。路途中，他们看到山坡下开满了非常漂亮的太阳花。小强爱不释手，直接采了三朵要送给妈妈。这个做法叫自私的喜欢。

小明说他明天会带妈妈过来看这些美丽的太阳花。他不舍得摧残这么美丽的生命！这个做法叫做无私的慈悲。

万物皆有灵，爱它们就不能伤害它们。



[如是 ~ 点击看视频](#)

疫情省思

聖思

此次雖然染疫，但感恩上天點化，讓聖思能真實地走一場確診這過程，真實地感受，何謂如人染疫冷暖自知，＜當你遇到了會怎麼樣？＞總之，聖思非常肯定慈航普渡有道，真實不虛能離苦得樂，永登聖域佛土。

五、六月是臺灣梅雨季節，多雨草長的特別快。6月18號週六，氣象報告大晴天，特選此日，到老家和田園噴除草劑。辛苦揹著笨重的噴藥筒，即將完成時，天色突然暗下來，心想不妙，果然一陣西北雨，突如其來下了10分鐘，過後馬上又艷陽高照，但除草劑需烈日照兩小時方顯效果，此場雨來的真不是時候。

辛苦白忙一場，心裡滴咕著老天爺欺負人，好像針對我，一時情緒上來，將噴藥的農藥桶丟於一旁，在遮雨棚下躲雨，心想最了不起再重噴一次不就得了，一時轉念海闊天空，甚至，看見雨滴的舞姿，原來是如此美妙。



上天點化，情緒控管，細細思量，心有靈犀一點通，此場雨，是否有何徵兆？

自疫情以來，從未做過快篩，回到家拿來快篩，一驗竟是兩條紅線，驚訝確診了！

下午用電話查詢了多家市區負責疫情的診所，但周末全是休診，不得已須到大醫院掛急診，無症狀者於急診旁搭建帳篷候診。

隨後，見數起救護車急送來呼吸困難急重症確診的長者，一時醫護，不畏染疫，痼疾已抱精神的白衣天使忙於救人，便把我們輕症狀者延遲一旁，及至晚上8點多，才拿藥品回家自我隔離。

親見這場為疫情忙碌的人們，深深體會佛母的化身無所不在，即使在隔離期間衛生所人員，每天關懷病情須幫何忙，太感恩了。

從此學會不再抱怨，經常抱怨政府.....等等哪裡做得不好，此次染疫，獲益良多。

全家生活一起，奇怪的卻只有我染疫。隔離期間，曾發高燒，胃口不好，妻子貞如無微不至的照顧，小孩情真意切關懷，感受這份親情，你不孤單，則生死不懼。真應驗慈航普渡齊家中心思想，吾家即西方，不用再求往生西方極樂。

即至目前新冠肺炎疫情仍然相當嚴峻，全球有5億多人染疫，六百多萬人死亡，每個人仍須謹慎小心，以避免染疫。

回想這場疫情，曾經封城、搶防疫物資、搶日常用品、食物的恐慌，打亂了每一個人的生活步調，直接間接影響傷害了世界各地每個個體，社會國家的經濟民生，

一切很諷刺地在餓死、病死中抉擇，病毒割裂了人類的社會性。生病原本是需要別人的關懷與幫助，但如果病患卻遭到隔離與排擠，因而產生的恐懼與憤怒隨之增加，再加上愧疚感與擔心會染疫給別人這些負面的心理與情緒不斷反反覆覆，真是一場劫難。

白陽萬八年道降火宅庶民應運，上天道劫並降，道救善，劫懲惡，三十六天罡，七十二地煞，水火罡風劫共108劫，SARS、Covid-19，都還只是小的，地煞劫，主在警告，人心不古，殺業太重，速速回頭是岸，若不知警惕悔改，降下三十六天罡劫，那真會如劉伯溫真人所預言，十只留一、二，所以速皈依佛母，慈航普渡，救劫救人心，註冊觀音淨土，自能逢凶化吉，遇難呈祥。

遊化菩薩曾開示，庚子年庚金帶煞，肺炎疫情大爆發，經去年辛丑，今年壬寅，壬乃水也，得水而清，煞氣得清水而化，上天垂象解藥清冠一號，天一生水，亦是清水，清水祖師，應運化劫，觀音誕龜丹清水玄關落成，天地人同步。

總之，若染疫被隔離，除了藥物積極治療，如何走出負面情緒最為重要。



染疫可作為逆增上緣，讓我們學會大自然萬物一體，讓我們學會和敬謙卑，讓我們學會不再抱怨，讓我們學會感恩，即使如同病毒這麼微小的生靈，六親雖無常但一場疫情讓我們了解，六親和諧齊家的重要，因親人的溫暖照顧與關懷，讓我們不孤單，生死不懼。

痊癒後讓我們懂得更加積極回饋社會，人類。天助自助人助，讓我們共同祈禱疫情劫數能趕快過去。善哉。

Ps.

觀音佛母 聖訓

洞觀周身 國際災殃 惶惶人心攘
動盪世事舉旗戰 為民為利禍起蕭牆
戰危亂 塵霾揚 菌細侵體傷
疫情肆起 萬物驚 因果速報難緩
細思 傳辦無域界 息亂止紛當有為
返身照見本然 非見象執相 色空纏綁
矛盾心戰起 執因畏果心病染
難跨界域 救劫無殃





信念的力量

鍾昀晁

國中時，也不知道自己哪根筋不對，當大家都在自己的自我介紹表格偶像欄填寫周杰倫、林俊傑、張惠妹等藝人、歌手時，我填了一位連歷史老師都不知道他是誰的歷史人物：土方歲三。

江戶幕府末年，美國黑船的到來，強制簽下了不平等的條約，幕府的權威開始動搖。各地的志士聚集到了京都，進行政治遊說、甚至恐怖行動，企圖達到尊王攘夷、推翻幕府的目的。

原本只是個鄉下地痞流氓的土方，因為嚮往成為武士，想要有一番作為也來到了京都。

幕府為了保護京都安危，招集大量的劍術高超的浪人組織警備隊，在這樣一個動盪的時代，一個最強劍客集團：新撰組誕生了。

日後土方擔任了副長並制定了嚴格的隊規，稍有違反便直接切腹，讓他在隊裡人緣不佳，更成為怨恨的對象，被稱為「鬼之副長」。但正因為有嚴格的隊規，新撰組才能發揮強大的戰力，如令他們名聲大噪的池田屋事件，僅僅十個人就衝進三、四十名敵人的屋中展開圍剿，重創了攘夷派，然而後續的局勢卻向著他們想不到的方向發展。討伐長州失利，再加上原本站在幕府方的薩摩和長州結盟，幕府的崩潰近在眼前，終於使將軍德川慶喜宣布大政奉還，結束了264年的幕府政權。

之後的戊辰戰爭中，新選組的刀劍已經無法和薩長的新型槍砲匹敵，儘管之後每一場戰爭都是不留後路的全力拚鬥，然而幕府的覆亡已成定局，土方再怎麼盡全力也難以扭轉時局。

雖是如此，土方認為「只要是男人，就應該堅守自己的信念，甘願為堅守自己心中的理想去死」，土方把這一信念帶到千里之遙的蝦夷地，在那裡貫徹他人生的最後一戰，在箱館戰役中彈身亡，至死都守護著他所相信的武士精神。

日本有句諺語：櫻花為花之最，武士為人中龍，這句話簡潔的說明這位鬼之副長的最佳寫照。櫻花從開花到凋零通常不超過兩週時間，奮力綻放、在璀璨時刻瞬間凋謝的特性，跟生命的短暫易逝極為相似，而武士致力鍛鍊文武兩道、必要時捨命殉節的社會期待，從而成為廣大民眾的嚮往對象。就任副長這短短六年貫徹信念壯烈戰死的土方歲三，無疑是最符合「櫻花為花之最，武士為人中龍」一語的代表人物。

以現代的觀點來看，土方歲三並沒有在歷史上立下功績，甚至是站在時代的對立面。但他不追隨潮流，堅守效忠主君的武士道精神，以及忠於自身所持正義的強烈信念。或許就是他在百餘年後，仍然受世人崇拜的理由吧。



「信念」往往需要一個契機去觸發，它深受這著社會環境變遷的影響和牽連，因而產生人們的各式各樣的信念，而它在某些時機點會給你許多不同跳脫你以往的不同思維和想法。因為信念產生的力量是足以改變一個人對於周遭事物更有自己獨當一面的看法。

在當今社會，年輕人選擇當外送員、Uber或知名網紅，造成許多社會產業出現了技術斷層，企業努力尋找人力，但是仍未見狀況的改善。現在要如何留住年輕人，給予年輕人陪伴企業成長的信念，讓年輕人有更多的心力注入於此，都是環境的挑戰。



還記得一個月前，我滿心期待「長榮空運倉儲」新的工作，在上完三天所有的通識課程，留影那張笑容是多麼燦爛開朗。很快的，一個月後的今天覺得當天的我可能是工作至今的所有日子裏最快樂的一天吧！

下現場工作開始的前幾天真的極度的不適應，一直重複拆盤以及搬貨，搬到全身疼痛想喘口氣也不能，一刻都無法輕鬆，不小心放鬆還會被學長怒吼呢！怎麼說呢！這應該算是彌補一下我沒當過兵的小遺憾吧？畢竟工作場所只有男的，多少都有學長學弟制的制度，要學習如何「服從」學長是很重要的。前面幾份工作，我都表現出我強勢的個人主見，它儼然是我人生銳利的棱角，因此常常得罪他人甚至是自己的主管，而這一次，我卻樂觀的說服自己，這個工作是上天派遣我將這種鋒利的個性修行、磨光滑一點。

下現場工作的第二個禮拜餘日，開始懷疑自己適任工作的程度。覺得自己學習能力很慢，現場想得到的工作常常被別人搶先一步，很多動作還不太熟練，時常感覺自己好

像成為組別的拖油瓶。而那一天，桃園剛好下著大雨，我拖著我累垮的身軀、疲倦的心靈，依坐在潮濕的牆角，看著那似乎停不下來的雨水，眼眶也隨之泛淚，分不清是雨水還是眼淚？頓時覺得自己是那麼的無能啊！心中突然燃起一股想要離職的打算。

正當打算起身前往人事室時，這時候領班就從我面前經過，寒暄問道：「做得還適應嗎？」我把所有的工作心情跟他說了一遍，他也安慰著我要我不要再想太多：「動作慢，沒關係，只要肯做就好；被學長罵，沒關係，我只是來領薪水而已。」語畢後，忽然心靈充滿了暖意，只覺得領班很巧合的出現在我面前，是否也是上天在暗示著我不要再有離職的衝動呢？

後來我跟一位學長聊著這一件事情，然後他也跟我分享他過來人的經驗，要我別想太多，剛開始都是這樣，只要肯學，速度一定會越來越快的。正當我還在失意，還沒回神過來的時候，學長就拿出手機翻了他近期的薪資，看了一下，那薪水似乎也是安慰到我了，畢竟學長也沒來多久，薪資這招果然是有慰留人下來的好招數。

近一個月工作日，我開始接觸東北角分站，那是一個前所未有的挑戰，挑戰你極限體力的工作場域。連續體驗兩天，操勞到讓我全身疼痛難耐，不知道是不是自己還不適應還是身體狀況不好，每次覺得不舒服，就開始回想學長們說過的話，心情總能舒坦不少，也希望自己能夠再一次振作，保有那一個月前還正期待這個工作能帶給我的美好夢想。

現在的我也應該要好好研究如何提升自己的專業能力，好讓工作品質往上提升。學長們的鼓勵讓我不知不覺在工作的某方面也成就了信念的產生。雖然現在挫折感還是很大，但也許這就是必經之路。

人生就像遊戲一樣，需要經過新手村的引導和磨練才能出城打獵，都是成為勇士的必要條件。即便之後有可能沒有在這邊工作，但也得到了許多可以改變人生重要的契機吧！



《信念》是讓人可以堅持地去做一件事的動力，它是你的原則，它是你的想法。它像一個星球的核心，任何事情只要離開了信念都無法運轉，也不會持久，信念的作用就是如此重要。

下面跟大家分享一則讓後學印象深刻，久久未能忘懷的故事。

故事就叫做 Ibrahim Hamadtou。

埃及桌球選手 Ibrahim Hamadtou，10歲時的他跟很多人一樣，只是個熱愛運動喜歡跑跑跳跳的孩子，但是就在他10歲這一年，因為一場火車意外事故，一切都變得不一樣了。Ibrahim 在這起事故中從此失去了自己的雙手。

他絕望又難過，自己可能一輩子會成為別人眼中的包袱，但神奇的是，小小年紀的他沒有因此而喪志，經過一段時間又重新振作了起來。熱愛運動的他，決心找一種自己也能生存的方式來過活，那就是成為桌球選手。

起先只是因為不服朋友的嘲笑，想證明給他們看，不用手也能打球，但是事情漸漸地產生了神奇的化學變化，在一次次的練習與挫敗中，桌球慢慢成為了他生命的全部。

他瘋狂苦練著自己熱愛的桌球，雖然沒了雙手，但他最後練成了一套靠著嘴巴揮拍，以及用腳發球的專屬打法，成為運動場上突破自我極限的標竿人物。

「當時我在一間球館，幫兩個打桌球的朋友做裁判，有人不同意我其中1分的判決，覺得我偏袒一方，並且嘲笑我『我永遠都不可能打到球』就是這句話徹底激起我的鬥志，下定決心一定要打好桌球。」當記者採訪他時，Ibrahim 這樣說。

許多與他練習比賽過的正式國家隊選手，都大呼不可思議，讚嘆著眼前這位沒有雙手卻能流利對球的奇蹟，其中就包含了中國的馬龍、張繼科，還有日本的水谷隼，這些一流的國家選手們，都給予了他精神極高的讚賞。



Ibrahim Hamadtou 曾當選年度最佳阿拉伯運動員，6年前首度參加里約帕運，登上世界舞台，而他不受身體限制的打法廣受關注，他用嘴巴咬著球拍，用腳指夾球進行發球，成為桌球場上的焦點。

Ibrahim 的打法引起許多網友的關注，得知狀況的他則是說：「很開心自己可以在網上成名，這有助於鼓勵很多人，擺脫生活中糟糕的處境，為絕望的殘疾人士帶來希望，我想跟所有身障的朋友們說，人生中沒有什麼是不可能的。」

你覺得什麼是失能呢？

是失去雙手雙腳的時候嗎？

是你癱瘓坐上輪椅的時候嗎？

其實 Ibrahim 用身體力行告訴了我們，真正的失能就是，一個人完全放棄了夢想的時候，那時你的生活將會失去一切。

許多人可能都會認為信念是一種崇高的想法，某種特別的思維，擁有強大信念的人是偉大的，非常人所能觸及的範圍，但是看完 Ibrahim Hamadtou 的故事，大大改變了我對信念的看法。因為支持著他走完這些歷程的，既不是心中偉大的理念，也不是崇高的理想，而只是出於一個最單純，熱愛著桌球與積極生命的心。

有時候事情可以很簡單，有時生命也可以很單純，因為喜歡所以去做去堅持，因為簡單所以不容易迷失自我，不需要華麗的詞彙裝飾，不需要過多的贅述。這就是現在的我所沒有，希望在未來能找到的東西。





蔡沂娟

蛋挞/水果挞/芝士挞

前言：

挞是属于西点馅饼的一个种类，特征是馅料外露，馅料可以是甜味或者是咸味。

无论是那种口味的挞，都是下午茶的最佳甜点。



水果挞

挞皮材料：

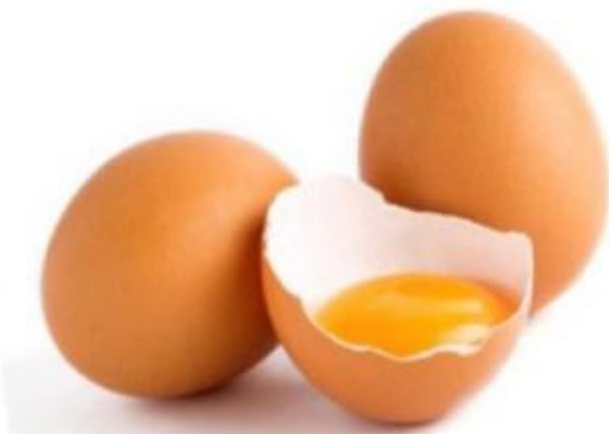
牛油250 g

糖粉50 g

鸡蛋1 粒

普通面粉500 g

挞皮材料



PIC•COLLAGE

做法：

1. 牛油和幼糖用低速搅拌均匀，之后就换中速打至松发(大概15分钟)
2. 鸡蛋打散一点一点的加入打发的牛油里用慢速搅拌均匀。
3. 搅拌均匀后，分次加入筛过面粉。用塑料刮刀轻伴均匀后，用手轻揉成面团，放进冰箱冷藏30分钟。
4. 一个挞模(3")的挞皮份量是45g, 把面团压入挞模里，压均匀。
5. 预热烤箱后以180度烤25分钟或表面上色。

蛋挞内馅材料：

鸡蛋	3 粒
----	-----

牛奶	185cc
----	-------

细砂糖	50 g
-----	------

香草精	1 tsp
-----	-------

蛋挞



PIC•COLLAGE

做法：

- 1. 牛奶加糖煮至溶化。
- 2. 鸡蛋打散加入香草精。
- 3. 微温牛奶液加入蛋液拌均，过滤。
- 4. 平均倒入挞皮中约8-9分满。
- 5. 预热烤箱后以180度烤22-25分钟。

卡士达酱材料：

蛋黄	2 粒
幼糖	30 g
牛奶	250 ml
粟米粉	15 g

卡士达酱材料



做法：

1. 分离蛋白与蛋黄。
2. 将幼糖加入蛋黄中，搅打至稍微变白。
3. 加入鲜奶与香草精搅拌均匀。
4. 筛入粟米粉，混合均匀。

- 5. 过滤一遍，倒入小锅，开中小火加热，要不停搅拌，牛奶很快就会变厚。
- 6. 牛奶开始糊化时，加快速度搅拌，奶糊变得不流动时关火。
- 7. 奶糊稍凉后倒入挤花袋内备用。
- 8. 把奶糊挤入挞皮里，再加入水果装饰即可。

芝士馅料材料：

奶油奶酪	250 g
牛油	20 g
细砂糖	50 g
鸡蛋	1 粒
柠檬汁	少许
盐	少许

芝士馅材料



做法：

1. 奶油奶酪与牛油室温软化。
2. 把奶油奶酪，牛油与细砂糖混合均匀。加入鸡蛋，搅拌至顺滑。放入挤花袋里，备用。
3. 把 1/2 tsp 的蓝莓果酱放入挞里，挤上适量芝士馅，然后再放上少许蓝莓果酱作为装饰。
4. 预热烤箱后以170度烤10分钟。



芝士挞

备注：

- ♥ 烤水果挞皮的时间略长一点至表面呈金黄色，加入卡士达酱与水果后就无需再烘烤，放入冰箱冷却后即可食用。