



每一個疾病的發生都有它的原因，中醫和西醫一直都在探索著這個問題。

中醫學中講到的病因不外乎兩方面——內傷和外感，涉及幾個大的因素：（1）外感六淫，（2）飲食、起居中的不良生活習慣，（3）內傷七情，（4）勞倦內傷，（5）意外傷害等。

作為一個醫生，自從學佛之後，筆者漸漸認識到這些疾病的病因學研究還處於初級階段，沒有觸及到問題的根源，不能從根本上達到治病救人的目的。

比如人們經常會認為中風只是老年人容易罹患的疾病。老年人腦動脈硬化程度高，容易形成血栓或出現腦出血。事實上，現代中風病人愈來愈年輕化了，有人二三十歲就得了中風，這已經引起醫學界的重視。

中醫學有“治未病”的觀念：未病先防，既病防變。很多醫學專家都在研究如何在腦血管疾病早期發現疾病，盡可能做到早期預防。

對於一個已經有了癱瘓的中風病人，現在已經有完善的檢查方法，如測血壓、體溫，檢查感覺系統、運動系統，做頭顱CT、頭顱核磁共振等輔助檢查。但是當發現這些癱瘓、體征時都已是“後果”，雖很明顯，但中風於患者身體造成的損傷已經存在了。

也有局部中風癱瘓出現後在24小時內可恢復正常，這是中風的先兆！還有更細微的先兆，譬如口唇、舌頭麻木，顏面或單肢發麻等，則是數年後或短期內發生中風的預警信號。

顯然，愈早知道才能早預防，才能夠免去疾病及災難的降臨。有沒有更早知道中風的方法呢？

在2012年7月4日，52個學佛的青年人在師父的指導下，做了如下的直觀實驗：我們用手指掐自己身體不同部位的皮膚，分別掐自己的下肢，上肢

淺談“中風”的由來

What is stroke?

What causes strokes?

皮膚和“太陽穴”部位，體會、對比身體兩側疼痛程度是否一樣，感知自己是否存在中風的先兆或因素。每個人都做了這個實驗，並將自己的實驗結果以文字的形式匯總。

實驗結果，約90%多人感到自身兩側靈敏度不同。有的是偏側，有的是單肢，有的則是交叉型（即顏面部、上肢、下肢可能不在同一側）。

作為中青年人，都認為自身很健康，不會想到自己可能患中風、癱瘓。這樣的實驗結果是我們始料不及的，都感到很震驚，“診查”結果提示我們，身體的經絡已經不通了，甚至可以說有腦血管疾病了！

這種檢測方法簡單易學，盡管只是檢測了感覺系統，但確實是自己真實的體驗，這應當是中風超早期的表現了。

從中醫學上講，經絡不通則是中風發生的基本病機。經絡不通，則表現為身體的上下、左右出現了不一致的癱瘓和體征，譬如有人感到上熱下涼（上身和頭部發熱而腰以下冰冷），偏側肢體發涼、發麻或者局部出汗、出汗不暢等。

為什麼會出現這樣早期不同程度的梗塞呢？我們已經反復驗證了，正確的思維有助於疏通經絡，錯誤的思維阻塞經絡。我們中的很多人對於佛教事業漠不關心，事不關己，高高掛起，不願承擔責任、主動工作。面對損害佛教團體利益的人和事，知道的不說，也不阻止。我們跟隨師父長時間地學習，已經明白了很多道理，卻不願意擔當正法的事業，這就是身、口、意都停止了工作，也就如同“癱瘓”了。

這種自私自利的思想在作祟，違背了“服務、幫助、奉獻”的大密精神和宗旨。不作為的人，對佛的事業是漠視不關心的，思維意識這種狀態，必然阻塞經絡，使人產生疾病，這才是中風癱瘓較深層次的原因。

個人不作為，個人的身體和事業“癱瘓”；團體不作為，團體事業將面臨“癱瘓”。“好與壞是自己工作的結果”，是不良的思維和言行最終導致自身產生了疾病。所以要防病治病，還得從自身的思維和言行做起，從修德修性做起。

師父用直觀實驗的方式警示我們，自私不作為是患中風偏癱的重要“病因”。所以我們必須努力工作，敢於擔當，把我們的大密佛教事業做好，造福世界，造福眾生，這才是真正的未病先防，才是獲得身心健康的根本途徑。

（作者：楊居士）

第四屆世界宗教和諧論壇 在聯合國總部圓滿召開

2015 World Interfaith Harmony Forum Succeeded

2015年2月5日，“第四屆世界宗教和諧論壇”在位於美國紐約的聯合國總部隆重開幕。本次“世界宗教和諧論壇”，邀請了來自佛教、天主教、伊斯蘭教、印度教、猶太教等世界主要宗教團體的領袖，以及美國本土各大社會團體的代表參加，共襄盛舉。大密清淨極樂彌陀殊勝洲也參加了此次宗教界的盛會。



會議在位於聯合國紐約總部的經濟及社會理事會會議室召開。會議室功能齊備，氣氛莊嚴。每一天這裡都發生著許多與全球人民息息相關的國際事務。今天宗教界的盛會也將在這個國際性的大舞臺進行。

下午3:00，會議開始，首先由大會聯合主席、紐約伊斯蘭文化中心宗教領袖、努沙登加拉基金會創始人山姆西·阿里致辭。非洲裔聯合會主席納胡森、埃塞俄比亞駐聯合國大使哈桑、印度尼西亞駐聯合國大使安肖以及伊斯蘭合作組織



駐聯合國觀察員哥奇恩分別致辭，對各教派參會代表以及嘉賓的光臨表示誠摯歡迎，並預祝本次大會圓滿成功。

本屆論壇以世界和諧為議題，提倡尊重宗教差異，致力於在全世界推動跨宗教合作。接下來的“圓桌討論”環節，由紐約電視臺著名主持人迪恩·梅明格主持。各教派代表分別介紹了對

於如何促進世界宗教和諧發展的看法。來自佛教團體的釋有望法師介紹了佛教的教義，特別談到佛教教導人們要“存好心、說好話、做好事”，還闡述了佛教中的和諧精神，引起大家的熱烈反響。

在隨後的討論環節中，各位代表對於大會的議題“當今世界存在的主要問題以及解決之道”，紛紛發表了各自的看法。最後進行的問答環節，與會各界人士熱情發言，提出了許多問題與嘉賓互動討論，會場氣氛非常熱烈。

最後由覺泉法師致閉幕詞，感謝各宗教團體對本次會議的支持。會議在手語舞蹈中落下帷幕。與會代表紛紛表示，希望以後能更多地召開這樣世界性的宗教論壇，促進和平對話。

此次會議是世界不同宗教派別之間一次面對面的大型交流，體現了世界多元文化的和諧和統一。參會的大密青年居士們認真傾聽與會代表的



發言，看到了世界宗教盛大的和諧交流，看到了宗教為人類和諧共同努力的美好前景，激發了大家積極承擔佛教事業的勇氣和信心。雖然大家信仰不同，但是追求世界和平，追求人類健康幸福的願望是共同的。大密團體當與世界各國宗教領袖和宗教團體加強合作、共同擔當，利益廣大眾生，“上報四重恩，下濟三途苦”，為世界和諧發展做出我們應有的貢獻！

(DAMI 報導)



大密學友參加 美國佛聯會團拜會

Dami Buddhists attending the 2015 New Year's Mass Greeting Meeting



(賀新年)

2015年1月31日，美國佛教聯合會50家佛教道場在紐約曼哈頓華埠金豐大酒樓舉辦了新年團拜會。千名僧眾到場參與，並與高僧們一起祈福，祝願新一年風調雨順，人民健康幸福，世界和平安樂。大密清淨極樂彌陀殊勝洲29位居士參會赴宴。

晚上7:00多，團拜會在陣陣鑼鼓聲中開始了，兩只憨態可愛的雄獅登臺亮相，全場雀躍，威武的獅子從舞臺環繞全場，為大家帶來新年的喜慶，真是“大雄舞獅賀新年，歡喜團聚法緣殊”！



(大密居士合影)

接著全場起立，奏響了激情豪邁的美國國歌，佛教事業能夠在美國興盛，感恩自由民主的國家對我們的支持和幫助。

紐約各寺院的長老法師們帶領大眾一起合唱《三寶歌》，婉轉悠揚的歌聲響徹全場，“人天長夜，宇宙黢暗，誰啟以光明？”我們能夠來此相聚，是因為佛陀的偉大光芒庇佑著我們，聯繫著我們：“今乃知：唯此是，真正皈依處。盡形壽，獻身命，信受勤奉行！”讓我們把佛法的真諦傳承，把佛法在世界弘揚光大！



(合唱《三寶歌》)

緊接著，美國佛教聯合會會長瑞法法師致歡迎詞及開示供僧功德，瑞法法師談到：團拜會讓僧人們與信眾們有機會齊聚一堂，是實踐人間佛教的優良傳統！

美國佛教聯合會會長、副會長誦《心經》為大家祈福，洗塵長老為大家做了佛法的開示。

市議員陳倩雯辦公室代表，市公益維護人



(頒發感謝狀)



(大密居士合影)



(僑報刊登紐約諸法長老和大密學友的合影)

詹樂霞辦公室主任以及多位社區僑領為佛教聯合會頒發褒獎狀，表彰美國佛教聯合會對美國佛教事業及社區人民所做的貢獻，以及為紐約人民帶來平靜的生活和健康的理念。

成光法師、成觀法師、心悟法師等6位法師唱頌佛教梵唄《大獻供贊》，還有其他僧眾表演了精彩的舞蹈、小品、歌伴舞等，中間舉行了文物義賣等活動。全場活動安排緊湊，井然有序。

在團拜會開場前，大密居士和紐約的眾長老、法師合影留念。眾長老們身著黃色、青色法衣，莊嚴法相，令眾人敬仰；年輕居士們身



(大密居士合影)

著西裝，精神抖擻，煥發出青春和活力，標誌著新一代的學佛人與時俱進，擔起佛法在世界興盛的偉大責任！

(Linda Li 報道)

佛菩薩護佑我成長

Buddha blessing my growth

之一——學習“開竅了”

記得小的時候，我是很笨的，腦子反應慢，爸爸給我起了個小名叫“憨憨”。我從1996年開始讀小學，剛開始成績很不好，連老師講話都聽不懂，很簡單的問題自己要思考半天，老師講了很多次我也總是記不住，經常被老師罵我笨，同學也因此欺負我，基本上每天都是哭著回家的。

小學一年級的時候，我和父親一起去一個道場學佛，也有機會和大人一起參加法會，慢慢地我發現自己的學習情況開始改變，成績逐漸進步，學習新知識也比原來快，從小學三年級開始，我的學習成績飛速前進，每次考試基本上保持在前三名，幾乎每學期都獲得“三好學生”。到了小學畢業的時候，自己以全班第二名的成績上了我們當地最好的初中。

從初一（7年級）開始，我有了英語課，當時我們班上的同學都有英語課基礎，而我之前卻從來沒有接觸過，根本不知道應該怎麼去學英語。第一次考試的時候，我考了倒數第三名，對我的打擊很大。但是神奇的事情發生了，在初一的某一天，自己好像突然開竅了，在隨後的英語考試中，我考了98分，全班最高，連老師都不相信，因為我的英語成績一向都是墊底的，但是這次突然考這麼高，她覺得肯定有什麼“貓膩”，於是專門把我叫去談話，旁敲側擊地問我是不是作弊了或者以前做過考試原題。實際根本不是，我既沒作弊也沒有見過考試題，連我自己都很奇怪，但當時也沒有在意，覺得可能是自己運氣好吧。從那次“開竅”之後，發現學習英語比以往輕鬆很多，老師上課講的自己很輕易就能接收，而且記住，從那時開始自己對學習英語也有了信心，英語成績也一直在班上名列前茅。

英語突然學好了，自己覺得很偶然，但接下來的事情開始讓我思考這背後的奧妙。

第二次“突然開竅”是在初三（9年級）的時候，當時我們開始上化學課，我的情況也和剛開始學英語一樣，一竅不通，成績很差。但是在一次考試中“突然開竅”，成績躡升至全班第二名！也是從那次考試後，我發現學習化學是前所未有的輕鬆，老師講的內容我能做到一點即通，也不用預習，下課也不用復習，但是考試依然能拿到非常高的分數。

第三次“突然開竅”是在高一（10年級）。高中的物理和初中完全不同，難度高了很多。第一部分《力學》，是整個高中物理中最基礎、最重要的部分。老師上課講的時候，我明明覺得聽懂了，可是到自己做題的時候，就怎麼也做不對，自己學得很辛苦，但還是感覺處在一片混沌之中。中期考試，我的總成績雖



然位於班上前20名，但物理成績卻不及格，老師也當著全班同學的面點我的名。自己真的很苦惱，但就是找不到學習物理的方法。這次又是在某一天，突然又開竅了，我都不明白是怎麼一回事，過去搞不懂的物理問題在那一瞬間過後變得很簡單了，我的物理成績也越來越好。

高一結束，按照當時的教學模式，我們開始為高考做準備，文理分科。班主任說我是班上最適合讀理科的，最有理科發展前途。到了高二，我還成了物理課代表，回想剛開時學物理的一番掙紮，差別真是太大了。

見到我的成績突然變好，同學們都又好奇又不解地問我，之前單科成績這麼差，為什麼突然變好了，有什麼秘訣嗎？我每次都不知道該怎麼回答，我就實話實說，我也不知道怎麼回事，突然問自己以前不明白、不理解的問題，在一瞬間就想通了。可聽了我的解釋，同學們沒有一個相信我的話，都以為我在保密，有好的學習方法卻不願意告訴他們。這讓我也很無奈！

三次的“突然開竅”每次都可以用“醍醐灌頂”來形容。不懂的學習內容突然一下全部明白了，這不是佛菩薩的加持是什麼呢？從小有機會和父親一起學佛，聽師爺講法，從小就不斷地開智慧，怎麼會不聰明。現在回想起來，佛菩薩一直都在幫助我度過一次次的難關，我才能夠走到現在。

之二——兩次意外的錄取

初中畢業考試時，我覺得發揮得不是很好，如果按照往年的錄取成績來參考，我的分數上重點中學會比較困難。我心里忐忑不安，幾乎每天都去學校諮詢招生人員。第一天，招生人員告訴我，我的成績比較懸，這讓我十分擔心，但是沒過幾天再去問的時候，我得到的回答是，“沒問題，你的成績夠了，趕緊報名吧”。最後的錄取分數線低於我的考試成績15分。

報上名後，確實覺得自己很幸運啊，家里人也都非常開心。

2008年參加高考，因為高考發揮得不好，只考了個二類本科成績，而且只比二本最低分數線多15分，查了成績之後，我覺得實在難以接受，平時成績沒有我好的同學都考了一類本科的好成績，而我卻剛剛上二本線，那段時間很灰心，覺得自己的前途一片暗淡，整日以淚洗面。

爸爸帶著我向師爺匯報我的成績，師爺親切和藹地問我考了多少分，我不好意思地回答，自己沒考好。但師爺聽了，卻高興地說我成績考得很好，可以去報一本院校！自己當時真納悶，自己考得這麼差還是好成績？覺得師爺是在可憐我，安慰我，而且我的成績明明沒有過一本線，怎麼能報一本呢？

師爺接著又親切地鼓勵我往英語翻譯方面發展，報英語院校，或者做個英語教師也不錯。爸爸當時提到了一所師範大學，師爺聽後說，“那個大學也不錯啊，畢業出來當老師也是很好的！”

沒幾天就開始報誌願了，我考的這個分數其實很難選擇學校，雖然高過二本線，可是沒高多少分，好的二本學校我不敢報，差的二本學校自己又不願意去上，左右為難。最後爸爸鼓勵我，我將第一誌願報為那所師範大學。過了十幾天，上網查詢，那所師範大學的分數線剛剛高出二本線一分，我的成績足夠了！

當時我的第一個反應是：那不可能，網上會有假消息，於是我趕緊打電話去高考服務中心詢問，網上查詢的信息屬實，我怕自己聽錯，又打電話查了三次，最後確認無誤，自己高興地跳了起來。我的同學知道了，都非常羨慕我，覺得我運氣太好了，他們好幾個高考成绩都比我好，但是因為不敢選擇好點的學校，最後只得再補習一年！

後來我留學到了美國，讀書、工作，當然更少不了學佛。而今我有了穩定的工作，前景也很看好，少時的這些情景，沒有隨著歲月流逝，沒有被我遺忘在大洋彼岸，反而更加令我記憶猶新，也明白了一些其中的道理。佛的恩情報不完，我向前邁進的每一步，都飽含著佛菩薩慈悲的愛護。非常幸運，父母從小就讓我學佛，我才有機緣親近善知識，一步一步，為今日的生活打下了基礎。如果不是那一次次突然“開了竅”，如果不是兩次決定學生命運的考試中我“意外”地被錄取，我不可能有機會到美國留學。忘不了佛菩薩的恩情，自己要珍惜這樣的機緣，弘揚佛的事業，願更多的人，能夠早早得到佛的光輝照耀，鑄就幸福的人生。

作者：李居士

佛法在人間 不離人間覺

Buddha-Dharma exists in the world

我們提到學習佛法，很多人以為出家才是學佛，或者到寺院才是學佛，給人們留下錯誤的印象，認為學佛是遠離社會的，是一種超凡脫俗的形態。但在我們在大密清淨極樂彌陀殊勝洲學佛的過程中，師父開示、展示給我們的是——“佛法就是活法”，佛法和我們生活緊密的貼在一起，小到一言一行，大到我們的修身立世，無不是在修習佛法，在覺悟人生。

我們生活在世間，離不開衣食住行。在穿衣方面，在汙染日趨嚴重的今天，師父告訴我們，不要隨便穿別人的衣服，注意衣服的幹淨整齊，注意衣服布料的毒素，如何快速幹淨的洗衣服，浸泡衣服不要超過四個小時，及時清洗。在飲食方面，師父告誡我們不要暴飲暴食，注意食物的毒性，吃飯不會超過三個菜，如何處理食物的毒性，不要吃垃圾食品，指導我們自己做飯，如何節儉。在住宿方面，師父教我們如何選擇房間，房間的消毒和清潔，房間的衛生如何打掃，房間里的活動，包括我們作息時間的安排、遇到昏沈的處理等。在行動方面，師父指導我們盡快學習掌握駕駛技術，遵守法規，常指點我們待人的處事。師父的這些開示，讓我們認識到，生活的方方面面都有佛法對我們安全和健康的呵護，也是對我們人品的檢驗。

佛告訴我們，“面帶笑容是供養，口無嗔恨出妙香，心無嗔恨福壽長”。實際生活的實例確實驗證了佛說的千真萬確。有人吊了個臉我們看到都不舒服，有時我們總能從那些道德不好的人身上聞到異味、臭味。有了佛法的指導和呵護，我們就生活在了一個非常安全的“保險箱”里，日常生活中接觸到的有毒的環境和病菌，因為我們良好正確的生活習慣就可以



避免和減少。

有了生活的保障，在孩子的教育方面，我們也受益匪淺。大密團體非常重視孩子的教育，大密歡樂家園的孩子們都得到了佛菩薩的愛護，孩子不僅身體健康，而且學習優秀，性格開朗，懂事有禮貌。今年就有9個孩子考了第一，獲得了13個獲獎。遠比我們父母教育出來的孩子要強很多。師父告訴我們，“父母犯的錯誤會影響到孩子”，事實確實如此，有些父母愛說假話，孩子就學會了騙人；有些父母傷天害理，孩子麻煩不斷，甚至危及生命。父母做錯事，“近在自身，遠在兒女”，如果全社會都認識到佛法對子女教育的這種最根本的詮釋，父母就不會肆意妄為。佛從根本上對教育子女做了明確的指導，也就告訴了我們教育的真正起點，是從父母端正的行為教育做起。

在工作學習生活中，師父教給我們許多做人的道理。首先對待父母要孝敬，把最好的讓我們獻給父母，我們學佛受益了，也要介紹給父母，讓父母也學習佛法，讓父母身體好，也能走上幸福、健康、長壽的道路，這樣做就成就了我們做兒女的大孝，我們自己做了好事。師父教導學生“好好學習，鍛煉身體，完成人

格”，作為一個社會工作者，要“好好工作，鍛煉身體，完成人格”。我們生活工作的原則，“對自己有益，對大家沒益的事千萬別幹；對自己有益，對大家有益的事使勁去幹；對自己沒益，對大家有益的事拼命去幹”。在生活中“吃虧讓人，得理讓人，吃大虧更讓人。”告訴我們做人要誠實，要講信譽，不能講假話去欺騙人。我們更是要遠離那些以欺騙、搶奪和偷盜的人，遠離那些道德品質不好的人。培養我們多方面的技能，學習“千手千眼觀世音菩薩”，防止“技術恐慌”的出現。這些全是我們修身立命的根本，按照這些去做，本身就是完成人格，在修習佛法。

佛法和我們的一言一行貼合地是如此的緊密，從方方面面都對我們給予了指導，關鍵是我們如何去理解和執行，能不能在自己的言上去符合佛法的要求，能不能把事情做的更好更科學。在工作勞動中鍛煉自己，在工作勞動中改造自己，在工作勞動中升華自己，學佛是學習佛教化眾生的精神，學習佛不辭辛勞、身體力行的示範科學的行為。孤立佛法，把佛法和生活拉開距離就是在褻瀆佛法。學習佛法不是超社會的，我們也不能脫離社會，吃飯的時候，想到吃佛的飯，穿衣佛的時候，就要想到穿佛的衣，幹活的時候想到拿佛的工資，就要幹佛的事業。就是要在覺悟中勞動，在勞動中覺悟。

佛就是覺悟者。我們學佛，就要在工作生活中不斷地提高覺悟，改正錯誤，科學地生活工作，把自己的全部奉獻給社會。“存好心、說好話、做好事、當好人”，目的就是我們大密的宗旨“服務、幫助、奉獻”。

（作者：寧居士）

談“信” On Faith in Buddhism

對於“信”，我以前少有思考。隨著學佛時間的延續，我逐漸對“信”的理解清晰了起來。我們在大密學佛，直接看到、體驗到了學佛的成果，從而樹立我們的信心。但是有些人講到“信”，嘴上說信，心里不信；有時信，有時不信；信過後又不信了。這些都不能算作信，甚至可以說是“反動”的信。學佛的信和生活上的信是不一樣的，學佛的信是一種很高的覺悟，是一種崇高的精神。

通過學習，我明白了“信”就是立場。沒有立場、沒有觀點就沒有信仰，也沒有大慈大悲。學佛的立場觀點是朝聖之路，而不是“朝

妖朝魔”之路。我們跟隨師父做了很多直觀試驗，直接看到了很殊勝的成果。佛告訴我們學佛有多好，有多妙，我們直接走過去就是了，走的就是平安之路，就是智慧之路，如果心存疑慮不相信，非要由著自己的見解去走，那樣就進入了歪門邪道。成果放在了眼前都不相信，那麼自己的道德素質低到哪里了，已經失去了學佛的基礎，不可能走上幸福、健康、長壽的大道。

那麼要如何“信”，信就不能在佛的教導里，摻雜自己貪嗔癡癡的想法，摻雜了就改變了佛的教誨，好比純淨的水里滴了幾點墨水，

已經不是本意，也就談不上信，就是虛假的信，還是在信自己，而不是信具有最高智慧的佛。老老實實、真誠實意地信，不帶任何的疑慮，只有這樣，在善知識的指導下，我們才做的是好事，否則一切所做都是虛妄，都是在走“朝妖朝魔”的道路。

“信為道源功德母，長養一切諸善根”，只有在立場上下功夫，做到真信，我們就會學法、懂法、用法，更能護法，就會與佛菩薩一條心，做好佛的事業。

（作者：寧居士）

冬至前十五日到來年的農曆 二月二後十五日安全注意事項

Safety Tips during the winter storing period

每年的冬至前十五日一直到來年的農曆二月二後十五日，被稱為一冬藏。在冬藏時節中人就要順應宇宙自然“天時、地利、人和”的規律來生活和學習。冬藏是祖國寶貴的文化遺產，是古人智慧的結晶，目的是為來年的發展儲備力量。

在這一段時間里，每個人都要放鬆下來，要鎮定下來，要智慧下來，要安定下來，就像古人說的要藏於九地之下。在這期間，要安排好自己的生活和學習，要理智、慎重、審重，要控制自己的情緒，東西要輕拿輕放，不要說不愉快的事，不想不愉快的事，不想異性，不發脾氣，別人對你不管怎麼樣也不能發脾氣，要忍耐、忍辱，因為這一段時間是“結賬”的時間。在這一段時間不要捅婁子，如果在這一時間段里生了一分錢的破壞，將來可能1000塊錢也堵不住這個“洞”。在這一段時間，要把自己放在“守”的位置，不要讓身體“透支”。這時候看似身體不發展，但“根”在發展，在生長，就好像冬天的樹一樣，看似葉子脫落，但根系在生長。這一段時期如果做好了，那來年將有意想不到的發展。如果這一段時間按照這樣的要求去作，那就會讓自己走在平安線上。為此，在這一段時間里，要在安全方面做到以下幾點：

一、思想安全

思想安全是人身安全的前提，思想安全可以有效的防範其他一切不安全事件的發生。以前自己在安全上經常麻痹大意，有人身安全方面的問題和危險，心中就想著有佛菩薩保護自己，自己不用害怕和操心。其實這種思想就是把佛菩薩當成自己的傭人、當成自己的保姆在利用，這是一種非常嚴重的錯誤思想，這是對佛菩薩的不恭行為，這種行為就是在利用佛、毀佛、侮辱佛，必將遭到嚴重的懲罰和報應。因此關於安全問題，自己要在思想上樹立自力更生的思想，這樣不但自己好，也是對佛菩薩的尊敬和愛護。具體思想安全要做到：1、要樹正氣，走朝聖之路；2、要遵守紀律，記住紀律高於一切；3、要保持心情平和，愉快，不想不愉快的事，不生氣、不發脾氣，遇事心平氣和，對人和藹可親，存好心，說好話，快樂地工作學習；4、要樹立好的道德品質和堅定的信仰，一心一意的學習，堅決不朝三暮四拜山頭；5、要提高思想覺悟，時時謹記師父指導，心情愉快，樂於助人，明白道理，控制情緒，不胡思亂想，不胡亂作為，保持清靜心，生起歡喜心；6、要正面思考問題，承認客觀現實，總是保持積極的心態，努力改變落後；7、要保持思想清淨、思想安靜，不異想天開，不得臆想癡，跑得動、站得穩、坐得住、吃得下、睡



得著、靜得下來；8、不受別人的盅惑，保持原則不被別人所左右，不相互製造有毒有害的思想和行為；9、要不信迷信、不拜神拜鬼、不相信算命，自己主宰自己的生活，用自己學習、勞動以及正確思想和科學行為改造自己的命運。情緒安泰，勝不驕、敗不餒、寵辱不驚、不懼困難、不怕挫折，舉止有度，氣定神閑。10、工作勤勤懇懇，學習聚精會神，不想異性，不談戀愛，不看言情小說、不看黃色視頻，眼要清淨，耳要清淨；11、不湊熱鬧，不貪心，要明白騙子都是利用人的貪心、恐懼和反應遲鈍等弱點來行騙的；12、說話做事要檢點，尤其是女同誌，不依賴別人，亂開玩笑等。要自力更生，發憤圖強，不裝嫩、使媚術，讓別人產生不好的念頭和想法。處在青春期的青少年，明白自己肩上的責任和任務，多學本事，多學技能，不要過早被“感情”迷惑；13、不要打妄想，不想不切合實際的事情，以免浪費時間，消耗精力。

二、行為安全

要遵守法律，遵守當地法規以及日常行為規範要求，不以自己為主，讓別人來適應自己。要講文明、樹新風，不翻閱欄桿，不隨地吐痰等。要說好話，不能出口傷人，不說與國家政策規定相違背的話，不能與國家、政策對著幹，不能扇風點火、造謠生事。不得盅惑不明真相的人反對、反抗政府，不利用別人、不欺騙別人。要講信用，切記“說出去的話潑出去的水，覆水難收，出爾反爾，就會失信於人，降低自己的人格，甚至給自己挖坑。要養成良好的衛生防禦習慣，如進門洗手、換鞋、換衣，遠離傳染疾病等。要充分尊重不同地區、不同種族、不同宗教信仰的人員，相互之間要和諧相處，不要發生或卷入種族糾紛、宗教糾紛、信仰糾紛。要誠信做人做事，比如做誠信乘客，不逃票、不欺詐用票等。

三、人身安全

要遠離繁華和鬧市，防止踩踏事件和不安

全事件。2、要防微杜漸，注意和預防流行性疾病的傳染和發生。3、見了指甲長的人，要屏住呼吸，趕快躲遠！防止被迷魂散等麻醉。女孩、男孩走路時候都要健步如飛，女的不能故意衣衫不整、故意耍嬌；不滿18歲的孩子，千萬不能隨意說I love you。4、看到掉到地上的錢不要去撿，謹防被他人敲詐。5、女性注意自己的耳環等外戴物品，防止被搶。6、晚上睡覺要記住反鎖大門，進出門時要注意檢查門是否鎖好，鑰匙是否取下。7、要引導孩子不玩危險玩具和遊戲，遠離火爐等危險物品，同時要教育孩子保守家庭和家人信息，不要陌生人的東西，以防被壞人盜取和利用。8、出門要謹防摩托車搶人和小偷，以免造成傷害和損失。9、過年過節放鞭炮，注意周圍是否有易燃物品，小孩子要放比較安全的鞭炮，不要放燃燒快而爆破力大的炮。10、老人獨自在家，要給老人講清楚，不要給陌生人開門，防止騙子行騙，同時老人上下樓梯、外出步行、天氣劇烈變化時期、過冷過熱等都要注意身體安全。11、出門在外要注意小孩安全，防止丟失和有人拐騙孩子。12、在陌生人較多、治安不好、案件事故多發、地處偏僻、溝通不方便、有毒有害、機械較多的工地、惡人出沒的地方盡量不去；網絡上的社交，如果不是熟悉的人，不要理、不要應、不要戀。13、在工作、生產中，要熟悉使用機械操作流程，要能判斷機械正常與異常，防止在操作過程中機械傷人事故發生。14、要註重個人衛生，按時洗漱和清理口腔，防止細菌在口腔內的滋生或蔓延。要對自己生活、工作、居住的地點，包括物品、地面、空間要經常進行消毒和殺菌處理。15、冬季出行要防止滑倒。16、要教育老人和孩子，遇到來歷不明或不認識的人，要確認清楚再開門。17、加油站不要接打電話。18、不要輕信門市有人推銷產品，以防上當受騙。

四、出行安全

1、行車安全。開車要鎖內門，貴重物品不

要放在車上。冬季在霧天雨雪等惡劣天氣，要謹慎駕駛，防止出現不安全事件和撞人事件。開車不要忘記帶安全帶。不要在開暖氣的車內睡覺，防止造成一氧化碳中毒。汽車加油前要先除去靜電。選擇自助加油的車主，加油前可按下加油箱上面的“導靜電按鈕”，提前將身上的電釋放出去。如果加油箱上面沒有任何的標識，最簡單的方法就是將車熄火後，拔出車鑰匙，並用手摸一下前端金屬部位，即可放電。車上別裝毛絨方向盤套，裝上毛絨方向盤套，在轉動方向盤時容易打滑，造成車輛失控。此外毛絨坐墊，如何沒有固定好，會影響到駕車人對車子的操控。騎電動車慎用“擋風被”，以免受其限制造成摔倒。過馬路時要不闖紅燈，不搶時間。出車前要檢查儀表，檢查車況。開車不搶道、不占道、不超速、不超載，規範駕駛。在情緒不好、精神不佳、疲勞嗜睡、飲酒、精神亢奮的狀態下不得駕駛車輛。車輛長期不用的時候，應當定期進行發動保養，並要防止車輛被煙花、硬物等對車輛表現造成損傷。在輛人流較多、十字交叉路口、橫風路段、視線不開闊等道路上行駛時要謹慎小心駕駛。駕車外出是要注意天氣，盡量避開暴風、暴雪、暴雨等惡劣天氣。2、自己或自己的家人出行時，要與人間隔一定的距離，出行的時候最好是結伴出行，同時要注意防“碰瓷”，尤其是在晚上9點以後最好不要出門，另外出門走路一定要走在人多的地方。出門前要關窗，拔掉一切電源，防止突發的惡劣天氣導致不安全事件發生，特別夜間出行更要注意。下雪下雨出行，最好穿上防滑鞋，如果沒有，走路要慢，防止摔跤。響雷出行時不要打手機和電話，不要看電視。冬季出行要遠離感冒人群，要注重自我防範。3、不要到人特別少的地方去旅遊或搞什麼活動。4、乘車安全。出門要遵守交通規則。春節前後，乘車人較多，車上較擁擠，要盡量避免人與人之間貼得太緊，同時坐車時防止打瞌睡，防止自己的錢物被偷。5、大人上下班、孩子上學放學路上



要留夠充足的時間，不要因為搶時間手忙腳亂，更不要為搶時間違反交通，危害自己和他人的安全。6、自己的背包等東西最好放到胸前，或能關註得到的地方，防止被飛車搶奪。

五、信息和財產安全

1、要注意防止假冒的QQ網站，銀行網站等；要防止有人盜取你的QQ賬號假冒你詐騙你的好友；要注意手機和電話詐騙、微信詐騙、郵件詐騙等；網上購物要小心，防止被欺騙，如有人通過手機謊稱購房退稅進行詐騙等；要留意有

人冒充是熟人詐騙、冒充快遞公司詐騙。2、看到掉到地上的錢不要去撿，謹防被他人敲詐；無緣無故的中獎信息千萬不要相信。3、網上逗留謹防“黑客”；不要在網上瀏覽不明網站，防止有人利用網絡招聘發布虛假信息；在網吧上網，切忌不要在硬盤上保留自己的個人信息，對於自己的聊天記錄、郵件等信息要通過移動存儲備份後從硬盤上刪除；如果是自己的計算機，不要隨便下載不知名網站的程序和附件。4、要防身份信息、銀行和賬單信息泄露。5、不要聽信謠言。6、財不外露，以免為壞人產生行竊遐想。7、ATM機操作時要注意可疑人物，轉賬最好用網銀，購物最好用銀行卡。8、電腦的安全。電腦一定要定期殺毒，要減少瀏覽無關網頁，以免造成電腦中毒、電腦突然黑屏或文件格式亂碼，甚至硬盤出問題等。9、匯款時，賬號和姓名要核對無誤。10、個人電腦要上鎖，防止別人打開；電腦要安裝殺毒軟件，定期要殺毒；要對電腦進行垃圾清理，保障電腦運行正常；電腦上不得安裝不必要的軟件，已安裝的軟件要及時進行更新升級修補漏洞，以防止電腦被網絡攻擊。11、自己的學習資料、科研資料、技術資料、討論資料、聽課資料、其它專題資料等要妥善保管，防止其他人員閱讀查看。12、不要瀏覽不健康的網站，釣魚網站、黃色網站，以免給自己的電腦帶來病毒。13、要妥善保管好自己的銀行卡、信用卡等，並熟記密碼，一旦忘記密碼或者密碼泄露，要及時掛失和註銷。14、手機上存的電話號碼應為實名，不要用：爸、媽、叔、姨等代替，以防止手機丟失時有人冒充自己的親人進行電話敲詐勒索。15、不打開來歷不明的文件和郵件。16、來歷不明的電話要慎重對待，防止有人利用電話詐騙。

六、飲食安全

1、要盡量避免各種不必要的應酬，不暴飲暴食，不去外面大吃大喝，不鋪張浪費，同時避免大型聚會，以預防傳染病和各種疾病的發生。2、在中國購買食品時要特別注意看生產日期，不吃垃圾食品、變質食品。3、就餐要營養科學，不吃有毒和過期食品；生，冷，硬，鹹，油膩等食品要盡量不吃或少吃。4、要盡量減少或不吃路邊的食物，陌生人給的食物不要接。5、過年食物豐盛，要注意節制，難以消化的肉食，油性食物，高糖食物要少吃。6、晚上吃飯要少，最好五點以後不要吃東西。避免出行消化不良，嗜睡，昏沈，高血糖等癥狀。7、要盡量不在外面吃東西。生病時不要亂吃藥，吃藥時一定要謹慎，到正規的醫院就診治療。8、要遠離傳染疾病人群，就餐用的碗筷最好分開，用完之後要進行消毒殺菌，另外就餐要選擇環境好的餐館。

七、用電、用氣、用水、乘電梯安全

1、用電安全：長期不使用的電器，應當拔掉電器插頭，同時要定期檢查電器和電器設備是否漏電。早上出門前要檢查水、電、氣、門窗是否關好；電暖氣機頂不能蓋衣物；電飯煲、電冰箱、烘烤箱等家用電器要安裝電流斷路器和漏電保護器；電腦和顯示器以及電視機等電器長時間不用要拔掉電源插頭，以免造成電腦黑客的攻擊和電視機顯示器等電器的損壞，引發火



災；手機充電充滿後，及時把充電器收起來。2、乘坐電梯時，不要看手機或幹其他事情；電梯門開時，要觀察電梯是否與地面平行，防止踩空，導致摔傷或更嚴重的後果。3、電線和插座等用電設施的使用要遵守有關規定，到年限的要定期更換。3、用氣安全：要定期檢查燃氣管道和爐具，預防燃氣泄漏；用天然氣的時候註意要開門窗，不用時要關了閥門；用無煙煤烤火的要開門窗，切忌在煤未充分燃燒之時，不加任何防護地放在室內；要經常檢查煤氣是否泄漏，一旦發現有異味，不要開電器，包括打手機，盡快通氣，嚴重時報警；室內天然氣灶在廚房使用過程中，要保持廚房門或窗要開著，或將抽油煙機或換氣扇打開；外出時應當將水和天然氣閥門關掉。4、要定期檢查水管是否漏水，用完水後要記住關好水龍頭。5、要註意保持飲用水清潔衛生，發現有變色、渾濁、變味水質要停止飲用，防止中毒。不要挪動用水設施，尤其不要私自移動水表；裝修改造要選用材質好的管材，改造後要打壓試驗。要自檢用水設施，關閉用水設施發現水表自走，說明水管漏水。寒冷季節，要對用水設施採取有效的防凍保護措施。室內無保暖設施的，在夜間關閉走廊和房間門窗，保持室溫；同時關閉戶內水表閥門，放盡水管中的積水，室外水管用棉、麻布織物包裹。

八、環境安全

要遠離有毒的環境和場所，諸如噪音、粉塵、水污染嚴重、以及不良信息如歌廳、KTV，大型影院，遊戲廳，公共浴池等污染嚴重的場所。同時也要遠離“低能量”信息的幹擾；要註意小孩安全，避免危險物品對孩子的傷害。招待客人時，要預防傳染病的傳播，客人走後要及時對房間和客廳進行通風和消毒；要做好家中的環境衛生工作，保持家中幹淨整潔。做好冬藏期間的安全工作，對於我們每個人都有重要的意義，如果我們都能按照指導要求去執行，那我們就把自己放在了安全和平安的位置，這將對於我們來年的發展打下良好的物質基礎。

（作者：李居士）

善財童子五十三參的故事

Zenzai boy fifty-three Participation Story

第十九回 拜無厭足王

善財得到普眼長者對症下藥的教誨，想到前去城中的無厭足王，必定是個貪而無厭的傢伙，有什麼值得參訪呢？又想於善知識的所有教誨，皆應隨順，還是往多羅幢城走去。

來到城下，城門洞開，守門軍士攬臂瞋目，吊眼愣睛，手執鋼叉，兇惡萬狀，十分怯人。善財也不在乎，徑直進城去了。

走進城裡，問無厭足王住處，都不敢說出來。有的暗裡吐舌，有的避而遠之。

一個心地善良的老者，將善財誘到一邊，小聲說道：「你小小年紀不想活命了嗎？怎敢直呼大王名諱？要是侍衛聽見，你就沒命了，這是要殺頭的！」只好暗地指示了去王宮的路。

善財謝過老者，來到王宮，不覺大驚，真有點心驚肉跳。

那宮門口遍布刑架，架上綁著受刑之人，有被挖目的、有被宰手的、有被截割耳鼻的、還有破肚開腸的、剝皮的、分屍的，號叫之聲令人髮指。善

財思量：「此王殘忍凶暴，恐非善知識也。」逡巡宮門，不敢進去。

一衛士見善財在門前徘徊，認定是姦細，推推拉拉扭入宮中，不由善財申辯，直推入寶殿置大王前。

無厭足王坐於金剛寶座之上，見善財生得鼻正口方，容貌慈和，具三十二相雛形，絕非等閑之輩，更非盜匪，但仍用慣例口氣喝到：「小小童子，不遵王法，誰指使你窺探宮情？同黨是誰？」

善財並不驚慌，沉著答道：「我已發菩提心，利樂有情造福人間。我已走了一年多，參拜了十多個善知識者。今聞大王善治國事，特來拜訪，望大王慈悲教誨於我。」

大王下座對善財說：「善哉童子，請進後宮。」

善財想：後宮必定更加兇殘，進去是否治罪？但又不敢退出，只有隨王進入後宮。一進後宮，卻與前殿迥然不同。後宮殿宇寬廣安靜，琉璃為柱，七寶為座，清香撲鼻，清淨雅緻。眾寶繡絡莊嚴，嬪妃端正善良，乃是轉輪聖王氣象。

無厭足王請善財坐於七寶座上。說道：「善男子，你認為我是殺人不眨眼的暴君吧？不，我不願殺人，亦不想殺人。殺一個人我心裡就難過。可是此地眾生心惡，多貪嗔痴，多行殺盜淫等損人利己之事，非慈悲善慰能夠攝受，必須繩之於法，方

能改邪歸正。所以嚴其刑法，殺人者必須償命，偷盜者斷其手腳，姦淫者割其耳鼻，詐騙者拔其舌。種種酷刑，都是為了使作惡眾生遠離邪念，除煩惱心，生清淨心。

若守法行善、助人為樂者必定表彰，有孤苦老弱者必定扶持。為王者賞罰分明，惡徒懼懾，善士頌揚，才能成清淨國土。若我沒有清淨善心，就不會成就這清淨莊嚴的後宮。我殺戮沒有憎恨心，是他們罪所應得。我沒有枉殺一人、也沒有錯罰一人。我一心愛民，疾民之疾，苦民之苦，受人們尊敬助人為樂的善士，我沒有漏獎一個。我的國家就是這麼治的。這也不敢稱『善』治國事，離『善』的要求還遠。」

大王又說：「對一個國王就只有這一點，對眾生那就太遠了。你需要學造福人間，利樂有情的事，請你不怕辛苦，再往南走，在妙光城裡有大光王，他的國家治理得有條不紊，他可以告訴你如何修菩薩行，行菩薩道。」

善財聽罷，心領神會，舉頭見牆上掛著行書字屏，細讀其詩曰：「王者威嚴獄吏嗔，剜心剖腹太愁人。逡巡引人無生殿，一曲後園桃李春。」

善財嘆曰：「真善知識也！」便告辭無厭足王繼續南行。

（來源：互聯網）

一個關於慈悲心的故事 A story about compassion

南山上有一座神廟，裡頭供奉著一尊佛祖。傳說這尊佛祖非常靈驗，只要信徒心誠意正的許願，佛祖都會大發慈悲，幫信徒圓他的夢。

有一個信徒聽說了這件事，他為了表現出虔誠的心，在佛祖誕辰時，親自揹著雞、豬、魚三樣牲禮，一步一步地爬上南山，準備在佛祖的生日時，向佛祖許願。

他爬過一山又一山，當汗流浹背時，他怕失了恭敬的心，說什麼也不肯放下牲禮稍作休息；當身疲力竭時，他怕誤了生辰的時，說什麼也不肯慢下腳步，稍作停留。歷盡千心萬苦，虔誠的信徒終於到了神廟。他恭敬的將牲禮擺上供桌，撲通一聲跪在地上，雙手合十誠敬的向佛祖禱告說：「靈驗的佛祖啊！我已經考了十年功名，卻都一直無法如願。

你的法力無邊，請你看在這麼虔誠的份上，讓我今年金榜題名吧！」

信徒虔誠的禱告完之後，收拾起牲禮準備打道回府。

他才走出廟口，就看見一個乞丐伸手向他乞討說：「大方的施主呀！我已經餓了三天三夜了，請你可憐可憐我，給我一點祭拜的牲禮充充饑吧！」信徒看乞丐髒兮兮的模樣，露出嫌惡的表情揮揮手，說：「走！走！瞧你又破又爛，別弄髒我的牲禮，我的牲禮還要帶回家給妻子兒女吃呢！那裡有你的份！」乞丐不斷地磕頭乞求，說：「大方的施主呀！我就快餓死了，只要給我一點點牲禮就夠了呀！請你救救我！」信徒怕乞丐來搶他的牲禮，趕緊扛起牲禮，頭也不回的跑下山去。

乞丐餓的全身無力，裹著身上僅有的破毛

毯，縮著身子蹲在廟旁。

夜，漸漸深了，天氣也愈來愈冷了，乞丐用破毛毯把自己直打哆嗦的身體緊緊裹住。不知從那裡突然冒出一隻全身都是膿瘡的癩痢狗，一癩一癩地跑到乞丐身邊，叼著毛毯一角，蓋住滿是膿瘡的身子，緊緊偎在乞丐身旁取暖。小狗身上的膿瘡破了，膿沾髒了乞丐的毛毯，把毛毯弄的又臭又黏。乞丐生氣的喘了小狗一下，說：「滾！滾！瞧你滿身又膿又瘡，別弄髒了我的毛毯，這裡可沒有你窩身的地方。」小狗挨不起痛，淚眼汪汪的慢慢跑開，當天晚上就凍死在神廟的大門邊。

第二天，乞丐雖然有毛毯覆身沒有凍死，但也因為缺少食物而餓死了。

半年後，虔誠的信徒進京赴考又落榜了。

他氣沖沖的跑上南山，向佛祖抱怨說：「說什麼你的法力無邊，根本都是騙人的！如果你真的靈驗，為什麼連一個簡單的考試都沒有辦法幫我，還讓我名落孫山？」

佛祖拿出榜單，問信徒：「為什麼我要幫你？」

信徒回答：「我虔誠的扛著牲禮上山，為了趕在你的誕辰之前來到廟裡，一刻也不敢休息，光是這份誠意，你就應該幫我。」佛祖叫乞丐的靈魂出來，乞丐的靈魂向信徒大聲哀嚎，說：

「我只請你給我一點牲禮，讓我填飽肚子，你都不肯，連這一點施捨之心都沒有，佛祖為什麼要幫助你？不過佛祖呀！你也真是殘忍，寧可眼睜睜的看我餓死，也不肯賜一點東西給我吃，難道你沒有一點憐憫之心嗎？」佛祖又叫小狗的靈魂出來，小狗的靈魂向乞丐大聲吠叫，

說：「我只求你讓我窩在毛毯旁，給我一點毛毯的溫暖，對你來說根本沒有任何損失你都不肯了，信徒為什麼要施捨你？佛祖又為什麼要憐憫你？」

最後，佛祖指著信徒說，讓你金榜題名；再指著乞丐說，讓你豐衣足食，對我來說都是舉手之勞。但是，你們連自己能力所及，可以輕易幫助別人的，都不肯付出，你們又怎麼能夠得到這樣的福報呢？

寓言喻語：

有個朋友告訴我，現在的人真是太小氣了，連一個微笑都捨不得送人，難怪會愁眉苦臉，讓人覺得面目可憎。這段話，讓我起了念，也促成了這篇故事。

我們總是容易把所有心思，放在我們期待「得到」的地方，腦海中無時無刻盤算著，我們做這些事，可以得到什麼利益？可以享受什麼成果？卻很少把心思，投入可以「喜捨」的部分，想想我們這麼做，別人會不會方便一點？能不能輕鬆一些？

但是，假使我們都不願意給別人什麼，又有什麼資格要求別人必須給我們呢？在我們有能力的時候，不肯伸出援手，那麼在我們需要的時候，又有什麼資格要求別人要伸出援手呢？

人跟人之間，或是人跟其他生命的對待相處，都會有回報。如果不是直接回應，也會有因果循環，結果終究會落在自己身上，做最後的承擔。

（來源：互聯網）