

釋證嚴著

歡喜



自在

釋證嚴 著

歡喜



自在

歡喜自在

著 作 者／釋證嚴

發 行 者／釋證嚴

內頁插圖／林蘭泮

出 版 者／慈濟文化出版社

台北市忠孝東路3段217巷7弄35號

電話：(02)7760111

郵政劃撥／14786031 慈濟文化出版社

排 版 者／正豐電腦排版有限公司

印 刷 者／優文印刷股份有限公司

台北縣土城鄉永豐路195巷29號

電話：(02)2622335

出 版 日／民國81(1992)年10月15日初版一刷

民國81(1992)年11月15日初版二刷

行政院新聞局局版臺業字第4934號

定價新台幣 一〇〇元

總經銷／建中書報社

地址：台北市撫遠街249巷9號

電話：(02)768-8348 傳真：(02)753-3114

郵撥：1258485-0 建中書報社

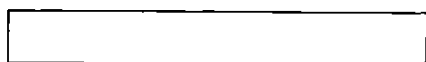
為尊重作者及出版者 未經允許請勿翻印

本書如有缺頁 破損 倒裝 請寄回更換

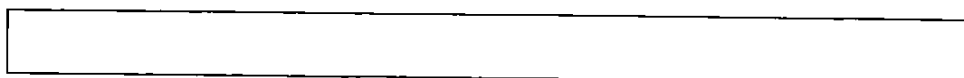
ISBN 957-9298-24-6

目 錄

0	0	0	0	0
1	1	0	0	0
3	0	7	4	1



濁世綻清蓮	清流	福報的來源	缺愛症	移民
-------	----	-------	-----	----



0 4 3	0 4 0	0 3 8	0 3 5	0 3 3	0 3 0	0 2 7	0 2 4	0 2 1	0 1 8	0 1 6
治怨良方	超越愛慾	五欲枷鎖	打開煩惱之縛	生日的省思	莫使父母憂	教子之方	百善之源	時間的累積	為工作而生活	及時再造福

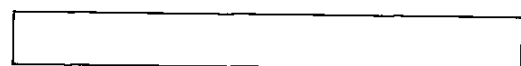
0 7 3	0 7 0	0 6 7	0 6 4	0 6 1	0 5 8	0 5 6	0 5 3	0 5 0	0 4 8	0 4 6
捨棄「我」	我	智者運命	幸福人生	生死之間	淡泊養智	撥雲見月	愛心爲誰有	煩惱的根源	真理之路	物質與愛慾

1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	9	9	9	9	8	8	7	7
8	5	2	9	6	3	1	8	2	9	6

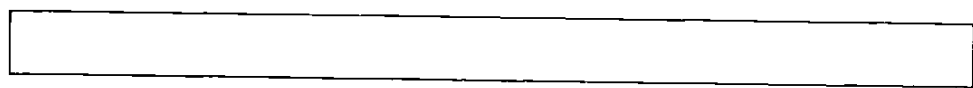
疑網	善護心中的菩提樹	化解傷害之箭	愛發脾氣怎麼辦	何處可修行	為何小心眼	如何真正體悟道理	擇師與敬師	忍而無忍	我們是菩薩	最美的形態
----	----------	--------	---------	-------	-------	----------	-------	------	-------	-------

1 3 7	1 3 4	1 3 1	1 2 8	1 2 6	1 2 3	1 2 1	1 1 9	1 1 6	1 1 3	1 1 0
盡本分	自在的生活	從善	存誠	立信	自謙	心靜氣和	君子與小人	良好的人際關係	心理病態	掃毒

1	1	1	1	1	1
5	5	4	4	4	4
5	2	9	6	3	0



人生不能留白	良藥苦口	月光的聯想	說「錯話」	學做聖人	增長善念
--------	------	-------	-------	------	------



移民

現在我們常常聽到有人說：

「社會治安不良，想移民到國外。」

移民真的好嗎？

「公」是無私，「益」是無損。公的反面就是私——有公就無私，有私就無公；而益的反面就是損——有了損就沒有利益，有了利益就沒有損害。

要淨化人心，必須先去除「私我、小我」的一念心，去除私我才能成就大我，有了大我才能公正、利益。

目前的社會為什麼會這麼亂？就是有了這份「私」，自私

的小我，使得人心有了毛病。

人心有那幾種毛病呢？有貪、瞋、仇與恨的毛病，這些都是源自小我與自私。人人如果都能去除這份自私與小我，自然就會擴大心胸，培養出誠與正大公無私的心態。

日本人說「我」是「私」，所以，凡事只想到「我」，就是有私心。我們要把「我」打開，才能容納社會大眾。社會是大家的，國家也是大家的，要社會安定，每個人都有責任。

現在我們常常聽到有人說：「社會治安不良，想移民到國外。」這實在是太過消極的做法。我們的祖先辛苦建立家園，開墾了這塊美麗的寶島，我們怎捨得丟棄呢？移民真的好嗎？在國內我們做自己的主人，到國外是寄人籬下啊！異國他鄉再怎麼好，也比不上自己的地方有草根香呀！

我們每個人都要有一個心念，那就是：要用什麼方法來促使台灣美好、進步，使台灣能不治而安！

缺愛症

現在社會的病因
到底出在那裡呢？
只有一項——缺愛症。

今天社會為什麼會亂呢？為什麼會讓很多人過著惶恐的日子呢？這是病態，現在的社會真的病了，我們應該為社會的病態做個診斷。

現在社會的病因到底出在那裡呢？只有一項——缺愛症。既然患了缺愛症，我們就應該來對症下藥。缺愛症的藥方是什麼？我想應該以「用慈施悲」來做為缺愛症的藥方。

我們要如何發揮慈悲的功能呢？很多人常把慈悲掛在口上，我想「慈」字的上面要多一個「用」，「悲」字上面要多一個「施」，所以是——「用慈施悲」。

慈就是無緣大慈，悲就是同體大悲。儘管這兩個字的境界非常崇高，但如果沒有發揮效用，也只不過是個口號、名詞而已，所以我們應該實踐出來。

慈就是愛，但不是污染的愛，而是清淨的愛。愛得心無罣礙，愛得心無煩惱；沒有罣礙，沒有煩惱，才是清淨之愛。

清淨的愛是「予樂」——與我沒有親友關係、甚至從未見過面無緣無故的人，我都要給他快樂。我們如能發揮到這種程度，就是慈。慈是一種最清淨的智慧所發揮出來的功用。

沒有智慧的人叫做愚癡，愚癡就會癡迷，癡迷的愛就是煩

惱的愛；一旦愛得癡迷煩惱，當然就會貪饜不足了。因為迷惑了、癡呆了，當然就無法滿足，不滿足的愛就是缺愛症。

今天我們就用宗教精神——用慈悲悲，來淨化人心，洗淨社會病態，讓衆生多得福報。

福報的來源

有錢時不必得意，
沒錢時也不必悲哀，
反正福到財至，福消財散。

今天我們能居住在平安富足的土地上，應慶幸我們有共同的福業，才能共生福地。

既然是共業福報，這福報的來源，應該彼此感謝我們過去生中所播種的善因，常生布施的歡喜心。

要真正發揮長情大愛，必須對衆生起憐憫心，身體力行慈悲、喜、捨來救護一切。

貧病衆生的苦難，不外是飢、寒、病痛等幾種因素；飢餓給米飯，寒冷給衣物，病痛送醫療，使他們歡喜滿足。

富有的衆生也有缺乏之苦，那就是精神上的空虛。富有者容易患有驕傲、瞋怒、貪婪的毛病。因為有錢，生活講究享受，在紙醉金迷的人生中，抽不出時間靜思自省，既沒有佛法的甘露滴入他們乾燥的心地，又怎能獲得滋潤，長出智慧之芽呢？更有些爲富不仁的人，只會把財產點滴不漏的存放著，就像把稻穀放在倉庫中不用一樣，無法真正發揮功能。

錢財是身外之物，既然是身外之物，也就有聚散的時候；因此，有錢時不必得意，沒錢時也不必悲哀，反正福到財至，福消財也散，一切都要看個人曾經播下多少種子而定。所以我們應珍惜這份福報，更要好好地利用它，隨分隨力發揮大愛的