

生命的至情

釋證嚴 著

所謂人者心之器也

整個世界的脈動 都在於人的心

為心所主導 為心所感動 然而

心在主宰生命時 需要用愛來灌溉 用愛來滋潤

用愛來成長

用愛來維繫物我群己之間的關係

生命的至情

釋證嚴
著



生命的至情

1999年2月初版

定價：新臺幣250元

2005年12月初版第十六刷

有著作權・翻印必究

Printed in Taiwan.

著者釋證嚴
發行人林載爵

出版者 聯經出版事業股份有限公司

台北市忠孝東路四段555號

台北發行所地址：台北縣汐止市大同路一段367號

電話：(02) 26418661

台北忠孝門市地址：台北市忠孝東路四段561號1-2F

電話：(02) 27683708

台北新生門市地址：台北市新生南路三段94號

電話：(02) 23620308

台中門市地址：台中市健行路321號

台中分公司電話：(04) 22312023

高雄門市地址：高雄市成功一路363號

電話：(07) 2412802

郵政劃撥帳戶第0100559-3號

郵撥電話：26418662

印刷者 世和印製企業有限公司

責任編輯 周聖芬

林芳瑜

封面設計 張世明

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第0130號

本書如有缺頁，破損，倒裝請寄回發行所更換。

ISBN 957-08-1756-9 (平裝)

聯經網址 <http://www.linkingbooks.com.tw>

信箱 e-mail: linking@udngroup.com

用心觀照，用愛應對

「謙卑之後才有尊榮」，生命的延續是美妙奧秘的。一個娃兒來到人世之間，就承受了父母的愛，親人的愛以及社會的愛。

成長的過程，有愛的伴隨，隨之而來的是尊重生命的存在。人生的謙卑，生命的謙卑，使人關懷周遭的環境；民胞物與的胸襟，使貧富平等、貴賤無別、生死如一，進而到達物我齊一的境界。

我在報上看過一篇很令人難忘的報導。在宜蘭一個很寧靜的村莊，每到黃昏時刻，有一位老農夫總會牽著一頭水牛到草地上吃草。牛在吃草時，老農夫就在一旁休息，形成一幅很美的畫面。

七十多歲的老農夫已到退休年齡，他的牛也逐漸老邁，動作遲緩。但是，老農夫並沒有忘記老牛身強力壯時，曾為田園盡力以赴的恩情，所以將這隻老牛視為自己的孩子般疼愛。因為老農夫有情、有愛、知福、惜福，令人感到這是個覺有情的社會。

但可惜的是，在現今社會中，也有諸多輕蔑生命、踐踏生命者，他們可否了解「人身難得」、「眾生平等」呢？生命是如此的可貴，我們更應發揮一己的良知良能，擴大對眾生的長情大愛。

文字傳達，如同藝術透過視覺的感官，直接感應人類心靈的世界。《生命的至情》透過各篇章的生活小故事，述說著大地生命之愛；藉由群眾的生命音符，演奏一曲現今時代的樂章；憑藉一幅幅生命圖畫，繪製出人間不朽的愛。使我們能夠認識生命、關懷生命，進而發揚生命、

創造生命。

所謂「人者，心之器也。」整個世界的脈動，都存乎於人的心，為心所主導，為心所感動。然而心在主宰生命時，需要用「愛」來灌溉，用「愛」來滋潤，用「愛」來成長，用「愛」來維繫物我、群己之間的關係。

在當前的環境中，不可否認的，由於大家「愛」不夠、「愛」偏私、「愛」獨裁專斷、「愛」求回報，使得我們的社會生病了。其實，普天之下，沒有我們不愛的人。除了臺灣之外，同時也要愛普天下的每個地方、每個人！尤其，人與人間，若能彼此扶持、相互關懷，社會便能呈現一片祥和！

《經濟日報》開闢「禪說人生」專欄，長期刊載拙作，現在即將結

集付梓，證嚴在此深表感謝，並請諸君給予指教。但願人人在研閱本書後，用「心」觀照，用「愛」應對，此時人生就充滿了意義及價值，更充滿了「生命的至情」。

釋證嚴

民國八十八年一月

於靜思精舍

【前言】

用心觀照，用愛應對

001



【輯一 至情篇】

期待大同的世界 002

拉住生命的繩索 006

以禪思開啟大愛 009

從口蹄疫風暴看尊重生命 013

平等心 017

珍惜清平的日子 021

戰爭之害 026

孩子，我要如何陪你長大？ 029

母愛就像長流水 033

父母難為！ 037

「求不得」苦 042



【輯二 至為篇】

為富不仁的董事長 046

風水與福慧 049

一念差，步步錯！ 053

慷慨 056

以心轉境 060

鑽石眼貓的婚禮 064

雖富猶貧的老人	068
富中之富	072
發揮人生使用權	076
心的迷惑	079
及時付出	082
現在	

【輯三 至誠篇】

成人之美	088
助人助	092
今日事 今日畢	095
勿以惡小而為之	099
愛吵架的夫妻	103

危險的自由——只要我喜歡，有什麼不可以？	107
少年得志悔恨多！	110
守本分	114
瞋為毒之根	117
積壓的瞋恨好可怕！	121
急功好利事難成！	125
有智慧的信任	129
心包太虛 禮讓他人	133
內能自謙 外能禮讓	137
捨得放下 身輕心安	141
牛兒團團轉	145
人我是非的判斷	149
端正身心 誠實待人	153

【輯四 至愛篇】

大愛無國界	160
美麗臺灣，需要清淨的家園	164
人生有愛無憾事	168
煩惱來自「小愛」的束縛	173
愛惜物命 是慈悲是大愛	179
人生最美的心境	182
甘願做，歡喜受	185
無悔的生命之旅	189
悲智雙全的小猴子	194
大愛的力量	198

喚起生命奇蹟	202
--------	-----



【輯五 至心篇】

幸福人生 誠敬悅服	208
-----------	-----

自我淨化心靈	213
--------	-----

精誠所至 金石為開	217
-----------	-----

習氣——可愛與可厭的分界	222
--------------	-----

幸福的祕訣	226
-------	-----

淨化人心社會才能安寧	230
------------	-----

酗酒的年輕人	233
--------	-----

阿枝伯的善因緣	237
---------	-----

悲智雙運的教育	242
---------	-----

執著「名相」的傭人	245
做就對了！	249
純真的天性	253
無功不受祿	257
歡喜自在一念心	261
照顧心念就是修行	266
微笑人生最美麗	270
善解、感恩、結善緣	273
欲念的迷失	278



期待大同的世界

老農夫已到退休年齡，他的牛也逐漸老邁、動作遲緩。

但是老農夫並沒有忘記牛的恩情，

將這隻牛視為自己的孩子般疼愛！

若人人能常懷知恩圖報的心，

大同平等的世界便指日可待！

我在報上，看過一篇很令人難忘的報導。在宜蘭一個很寧靜的村莊，每到黃昏時刻，有一位老先生總會牽著一頭水牛到草地上吃草。牛

在吃草時，老先生就在一旁休息，形成一幅很美的畫面。

老先生年輕時是務農的，必須靠牛來耕田。當時，他每天一大早就把牛牽出去工作，到了黃昏又牽著牛滿載而歸，每天都過著充實而平靜的生活。

日子一天天地過去，老農夫已經七十多歲，到了退休的年齡。他的牛也逐漸老邁，動作遲緩。老農夫並沒有忘記牛的恩情，他愛牠、疼牠，每天牽著牛在外面吃草，也享受了恬適、寧靜的鄉間生活。

但老農夫的親戚朋友都告訴他：「這隻牛沒有在耕種，也沒有什麼用途，你每天牽牠多麻煩啊！賣了吧！」

老農夫覺得牛是他們的「恩人」，不忍心把牛賣掉；如果賣了，也只有任人宰割的命運，變成桌上的一盤盤佳餚。所以，老農夫還是每天



牽著老牛過日子。

過了一陣子，老農夫覺得自己的歲數大了，已無法常常再去割草、牧牛，將來這隻牛要怎麼辦呢？他正擔心這件事的時候，鎮上的人早已將農夫這種疼牛、愛牛的感情傳為佳話。

有個農場的主人，聽到這件事後很感動！便主動前來找老農夫，表示願意收留、飼養這隻牛。老農夫想：自己沒辦法再繼續飼養下去，有人要養也是好事。不過，他不放心，還親自跑去農場看飼養的環境怎樣？

看了之後，他安心了！但是他有條件：

第一，要讓老牛吃得好；第二，要住得好；第三，要讓牠安然終老。農場主人聽了更是感動，老農夫竟然將這隻牛當成自己的孩子般地