

但念无常

一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。

《金刚经》中有个著名的四句偈，说“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”

我们说，世事变幻无常。无常就是事物没有“常性”。一切有为法，都是无常的本性，刹那生刹那灭，迅速迁流，片刻不停，如流星、如闪电般地飞速变化。

回过头来看看，世界上的财富无论聚集多少，终有散尽用罄之时；名誉地位无论多么显赫，终有落幕之日；再美的花朵，终将枯萎凋谢。人生短暂，不过数十载，待生命结束时，你一生争来的，喜爱的东西哪一样能够带走？财色名食睡，哪一样能够留住？

如果没有智慧，对这些身外之物的疯狂获取非但不能给我们带来幸福，反而会因对外物的追求而引来人内心更大的贪欲，“人心不足蛇吞象”，人的欲望似乎永远没有满足的一天。人对欲望的满足就像口渴喝盐水一样，只能是越喝越渴。只有看透了无常，看透了因缘，看透了因果，才能放下，才能得自在。

佛陀的弟子跋蹉曾说：“当初我身为国王时，居住在王城宫殿，重重围绕，卫兵层层保护，身心实在不得自由。自从我出家后，日中一食，逍遥自在。夜晚睡在树下，置身于大自然的环境中，毫无牵挂、自由自在，这才是真正的快乐。”

我也是一样，出家13年，经常会有人问我，为什么会出家？很多人不理解我们为什么出家，其实出家就是出离烦恼之家啊！

大家听了我的话不要害怕，我不是劝大家都出家，因为如果你真的能够看透了，在家出家都一样可以修行的。修行就是把你本来的智慧挖掘出来，把你本应拥有的自在找回来。



上印下顺大和尚开示



朝山

朝山功德

- 1.广结法缘：朝山总以朝礼佛教名山圣地为目标。名山大川，因为法缘殊胜，往往是菩萨示现的道场。以虔诚心礼佛，感应佛的清静自在，心生欢喜。
- 2.消除业障：身心合一，五体投地，三步一拜的朝山方式，最能启发清净心；藉由恭敬拜佛，身心的忏悔，来灭除罪业，所谓“礼佛一拜，罪灭河沙”。
- 3.折伏我慢：礼佛一方面可消除业障，增加福慧；另一方面也是为了折伏我慢。一般凡夫皆以自我为高人一等，别人则比自己低下，心高气傲，纤芥不容。因此藉由五体投地的朝礼，降伏自己的我慢高山。
- 4.增进道心：朝山从远处拜到近处，从黑暗拜到光明，每一个朝山拜佛的功德种子种下去，必能开花结果。



匍匐、起身，在青山绿水间，万物消逝，只是贴近地面，感受大地的脉动、呼吸……
拜山，是佛教古老的传承。当年，本焕长老从河北定县，三步一拜，历时四个半月到达五台山，继而又历时三个多月朝完五个台顶，膝盖上跑出了层层厚茧。
如今，传统延续，朝山是戒子们在戒会中的必修课。悠扬的佛号在山间响起，戒子们在跪拜间，常常感动得泪流满面。

我的重生

三天两夜中，法师的开示与讲解，师兄的支持与照顾，让困于我心中多年的疼痛瞬间了然！

此刻，我是一个重生的自己：会再次展现自信与开朗，会穿亮丽的服饰，会参与友人、同事的聚会，会重拾闭关多年的歌声，会……醒来的自己，将活得更精彩！

人生处处皆修行，谁能否认曾带给自己疼痛的那些往事，不是一种修行？曾以为，执着一种美德。但是如果执着于追求自以为是的“正确”，痴迷得难以放下，就已变成一种深深的伤害，有时伤害自己，有时伤害他人。学会放下，学会舍得，这样的执着，才值得推广与学习。

沉溺在疼痛中是怎样的一种无知，我终于明白。很多道理、名言、佛语都耳熟能详，然而事情发生在自己身上的时候，却无法落实，更没办法令自己真正放下。通过这三天的学习，终于明白了未来的方向，迎接一个全新的自我。将所学所悟放置在生活中，不再束之高阁，我的感恩，将从这里开始。



朝山与团队

朝山行程，痛的是身，醒的是心；拜的是佛，成就的是自身。回想一路朝山中，动作不多，行程不远，可运用到生活工作中，涉及到的不少，比如：团队建设、团队管理，协调与配合、包容与柔软等等……

一个好的团队，必会有一个好的领导、一群团结合力的队员，这为其一；其二，队员与队员之间的协调、配合度，必须高度的集中一致，彼此在各自的位置上各司其职，相互支持与配合，才能聚集起所有队员的力量，形成一股强大动力；其三，领导者与队员的包容心，彼此内心深处的柔软度，决定了这个团队是否能身心合一，共同向前！

八关斋戒的护关菩萨们有的照相，有的录音，有的打字，有的记录，有的照顾生活起居，有的送菜送饭……这就是佛门中的团队。

但是，他们却与在平时工作与生活中的团队们有所不同。谁会如此不求回报地付出？谁会如此用心地讲解困扰？谁会为满足我们要求，不分白昼黑夜的忙碌？除了父母家人，就是他们可爱可敬的师兄们！

在此时此地，已无需言语。我愿，用心回馈，不忘善行，行愿大千！

2013年3月18日

西二 顿悟