



欠缺團隊精神，各自為政或單打獨鬥，都是團體成長的缺失。

星雲大師／Venerable Master Hsing Yun

# 人間福報

Merit Times  
CA

佛光山西來寺 Hsi Lai Temple (I.B.P.S.)

3456 Glenmark Drive, Hacienda Heights, CA 91745

Tel: 1(626)9619697 Fax: 1(626)3691944

E-mail: info@ibps.org www.hsilai.org

日耳曼媳婦異國手札

文與圖／皮爾斯夫人

## 愛上不完美的自己



生活德國八年，友人問我碰到最大的失敗與挫折是什麼？我想，就是無法順利生第二個小孩的身心挫折。

懷恩典前我已流產過兩次；恩典兩歲時，抵不過恩典的溫情攻勢，他睜著小小的雙眼問我，什麼時候要再給他生一個弟弟或妹妹？於是後來又懷了兩次，但一樣是空包彈，都是到第八周沒看到心跳。

因為這個失敗，生命拉著我、逼著我去面對關於「不成功」這件事，也讓我不得不往自己內心深處探去，不斷問自己：我真的想再生第二個嗎？我的流產，或許顯現了深層潛意識裡，其實我想要擁有更多獨處時間，其實並不想再將我的時間瓜分給第二個小孩了。

第四次流產後，傷心地去找我的順勢療法師深談，記得當我跟他談起這件事時，幾乎是嚎啕大哭地跟他說：「我不能接受自己失敗，我怎麼會有做不到的時候呢？」原來，我是不能接受自己生不出第二個小孩，原來，我只能接受完美與成功的人生。

這些年，我試著跟先生溝通內心真實的感受，我跟他說，為了生第二個孩子，我真的努力過，也盡力了，我不想去做所謂的試管嬰兒，我的身體無法再承受那些痛了。也因此，他要的那個理想母親形象破滅，因為我除了是他老婆，是恩典的媽，也是一個女人，一個還有自己夢想的女人。

生不出第二個小孩，讓我曾一度覺得自

己真是失敗，但多年下來，我終於願意承認，生命不需要完美，不需要再那樣一個人將所有事都做盡做好。這些不完美，讓我學會對痛苦、對生命有更大的臣服，開始可以欣賞生命裡那些無法達成的事：包括我還是很怕水無法學會游泳、包括我是朋友眼中注意力不集中一族、包括我是一個在先生眼裡不夠精明的老婆、包括我是一個在趕稿時焦慮上身，那一陣子衣櫃就會亂七八糟的人。

恩典好勝心強，某回因為鞋帶綁不好，發脾氣大哭起來，那當下，我真的可以了解孩子的好強與挫折感；幸好，我是一個慢慢學會了接納不完美的媽媽，所以我跟他分享了一個小觀察。

我跟他說：「恩典，你想想哦，媽媽很會拍照跟寫稿，但到現在還是沒辦法像婆婆那樣會做蛋糕、家裡清潔功夫一級棒；然後爸爸會修理家電，但他卻不像爺爺那樣會彈吉他跟吹口琴。」他一聽我這樣說，就自己舉一反三：「對！就像我比較會畫畫，Mattis不會，但Mattis的數學就比我好啊！」我跟他說，就因為每一個人都不是全能、完美的，這樣才有機會讓我們大家相互打氣、互補長短地生活在一塊啊！聽完我的這番話，恩典破涕為笑地抱住我。

我覺得身為父母，能夠擁抱、接納生命的失敗與挫折，真的是我們能引領孩子健康發展一個很重要的關鍵。因為那讓我們不會成為迷失的父母，不會竭盡所能、無所不用其極地要孩子成爲一個萬能小孩，因為那分坦誠，讓我們的家庭關係變得更緊密。

而我心裡頭那個受傷的小女孩，也終於慢慢長成一個成熟的女人，不再將挫敗當成怪獸攻擊。我看出生命的重生力量隱藏在每一個挫折裡，在那裡，我們學習鬆解自己的苦與對自我的錯誤認知，在那裡，擁有重寫人生程式的最高機密。而我，終於愛上不完美的自己。

佛法真義

## 「傳承」的重要

文／星雲大師

世間上，百種行業當中，最重視的就是傳承。當初佛陀在印度的靈山會上，拈花微笑，把真理妙法傳給大迦葉，大迦葉再傳給阿難尊者；這樣一代一代的傳承，直到二十八代達摩祖師到中國來，成爲東土禪宗初祖。此後五傳至弘忍，其下六祖惠能大師，大放異彩，所謂「一花五葉」，開演出五家七宗；可惜，有些人的根機、道行不夠，不認爲傳承的重要，那麼傳承就變成了斷層。

其實，不管國家也好、團體也好、事業也好，到了人才斷層的時候，就是一個衰敗的現象。如中國歷代的皇帝，傳承得人，則國泰民安；不得人，則民怨沸騰，天下大亂，皇朝毀於一旦。很多的老師，千辛萬苦，就是爲了找一個能託付、傳承的弟子，把他的風範、所學、德行，能夠繼續下去。

過去叢林裡面，方丈住持傳位時，一條念珠掛到你頸項上，就代表他把一切傳承給你，口中會說：「龍天常住，咐囑汝身，汝當愛護大眾，服膺衆人，要讓常住興隆。」這就是託付予你的任務，你要能擔當，這就叫作承擔，這就是傳承。

所以，過去佛教裡，有淨土的傳人、禪門的傳人，各宗各派都有傳承。傳承久遠的，能有數十代；也有的傳承不得人，只有短暫的傳了三、五代，宗派就沒有了。這是識人、不識人的問題，因此傳承要得人。

中國說：「富不過三代」，因爲富貴裡面，養不出吃苦耐勞的繼承人。他會認爲一切都是來得很自然，於是任意揮霍、亂用，不知來處艱難。所以要能知道傳承，須先跟隨老師學習十年、二十年。過去大多數傳承成功的範例，都是心意相投，思想一致，品德、道行、學歷都相契合的。

傳承的條件，最重要的，不可以傳給眷屬、私人，不可以傳給自己的所愛，要傳給有公平、公正、公益、有量、有道德、有智慧、有公德心之人，抱持私心就不可以了。但看歷史上，公天下和私天下的傳承，其結果就有所不同。

當然，傳承首重人的品質，等於一顆種

子，你是好的種子呢？還是敗種呢？長出來的結果是不一樣的。所以過去做老師的，得天下英才而教之，人生一樂也。天下父母萬般的辛苦，就期盼著「望子成龍」；也有的老師在哪個地方一住幾十年，就爲了等待一位能接受他傳承的人。如印度那爛陀寺的戒賢大師，年逾百歲，他奮力抵抗病魔，就爲了等待玄奘大師的到來，把畢生所學的佛法傳授予他，這是佛教裡一則很美的傳燈故事。

在佛教史裡，凡是初學的學僧，你不能養深積厚，涵養自己的學問道德，對於能夠接受傳承的條件不具備，即使你當了傳承得法的人，對於自己將來也要弘法傳承，那就很困難了。



↑佛陀在印度靈山會上，拈花微笑，將妙法傳給大迦葉。

### 西來寺近期活動

時間	活動名稱
4/8 (六) ~22 (六)	萬緣水陸大法會 ①水陸外壇佛事：4/8~22 ②水陸內壇佛事：4/16~22 ③水陸送聖佛事：4/22
4/9 周日	社會關懷組老人院探訪 (9:30am) 環保回收日 (2:00pm~5:00pm)
4/11 周二	光明燈法會 (10:30am)
4/14 周五	大悲懺法會 (7:30pm)
4/16 周日	環保回收日 (2:00pm~5:00pm)

耕心園

## 無我

文與圖／智愚

佛學院每學期總是會安排一場演講比賽，讓同學們體驗上台的感覺。這是一段讓人心跳急速不規律、寒天汗流浹背、夏天手腳發冷的緊張時刻。

有一名同學的演講比賽題目〈認識自己〉。他一上台：「各位在座同學，你們認識自己嗎？認識自己的請舉手……十秒已過，來不及舉手或剛才想舉手而沒有舉手的同學，因我僅有五分鐘，來不及給大家多一點時間思考，現在也不用舉手了。」

大家好像不是很認識自己，但是說不認識，在請問您怎麼稱呼時，每一位都可以回答出來。所以，諸位同學，原來我們還是『認得』自己，但不是『認識』自己。

出坡作務中，總是有理念不同的人。這是那位同學做的，這個地方是我的……這個時候的『我』出現了。我覺得『我』受了委屈、『我』認爲……『我』爲何要忍耐……爲什麼佛門待久了養大了『我』呢？我們不是常講要『無我』嗎？

原來是不認識自己，只是一味看別人，看著他人成功失敗、看他人的優缺點，拿著放大鏡放大他人的點點滴滴，卻沒有自我省思，不會或不懂的事，其實是我們多生累劫沒有薰陶……一個有智慧的人，做

主婦小風景

## 當孩子的幫手

文與圖／花生娘

整理舊物時，發現幾張從小學作業本撕下來的紙頁，上半頁的大框畫圖，下半頁寫字，應該是中年級的作業本。我依稀還記得當時苦惱著不知如何下筆畫圖，只好向爸爸求救，於是爸爸認真幫忙畫插畫，甚至有些全部由他完成；後來則是爸爸完成初步描繪，再由我上色。這樣的作業有四、五次，之後就能全部自己完成了。

同時也想起女兒上小學時，不會寫「日記」作業，我試著引導、提示，她依舊茫然，我開始顯露不耐煩的態度，適巧爸爸

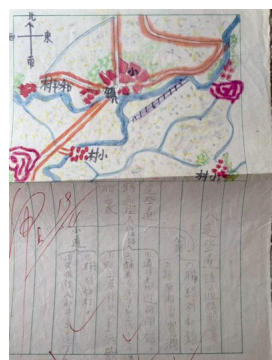


任何一件事，都可以舉一反三，十件事當一件事做。能力有限的人，簡單當複雜做，一件事當十件事去思惟。如果一而再，再而三將『我』一直放大，只會在太陽底下見到自己的缺失和黑影。

爲什麼說『好』時，姆指會伸出好來表示，而四根手指頭便會自動握緊配合，因爲自知上場的不是自己；問路時，換食指上場，指出地方的方位，姆指便彎曲握拳，因爲謙卑認知現在舞台不是輪到自己。

『手把青秧插滿田，低頭便見水中天，六根清淨方爲道，退步原來是向前。』如果能認知以退爲進的道理，就是每天在增長福慧，修道便不會一直增長自『我』了。」

「我」到底是誰？誰是「我」呢？參！參！參！



在一旁見著，勸說：「念給她聽，照著寫，慢慢就會了。」這無疑是個很好的提醒，先有一種範本讓她依循，孩子的腦筋迴路會記憶這種模式，幾次之後就可以試著自己寫；還有對孩子，慢慢來別心急。

我的父親從小少有父母的陪伴，又因爲家貧，沒受過幾年的日式教育，但是給予孩子很大的空間，總是適時伸出援手，屬於溫柔教育派。如果我沒有因爲繪畫的挫折而討厭畫畫，反而非常熱衷於繪畫；如果女兒也沒有不愛寫作，還試圖開始寫小說，都是拜這種溫柔的教育所賜吧！