

自省就像“撿黑豆”

古代有一位大臣,每天把自己做錯的事和不好的想法用黑豆記下來,把做對的事和好的想法用黃豆記下來,同放在一個碗里,以便“眼中有數”。開始黑豆比黃豆多,但隨著時間的推移,黑豆越來越少,他的工作成績也越來越突出,受到百姓的擁戴。故事的年代和主人公的姓名已經無從查考了,但主人公勇于自省的精神和長期改造自我的紮實作風,值得後人學習和借鑒。

金無足赤,人無完人;人非聖賢,孰能無過。有了過錯,能夠及時發現並時刻警醒,不斷改正,過錯就會越來越少。相反,不能正確對待和主動發現自身存在的問題,日積月累問題就會越來越多,造成的損害就不可估量。縱觀歷史,許多不能正視自己的缺點和錯誤的人,因為不願或不改剖析自己,諱疾忌醫,以至於後悔莫及。春秋時期有個蔡桓公,可以說是不敢正視自己、諱疾忌醫的典型。神醫扁鵲第一次見到蔡桓公,就指出他身上有小毛病,但蔡桓公不相信;第二次見面,扁鵲說桓公病情已經加重,桓公仍不相信。這樣

若干次後,蔡桓公習以為常,但不久便暴病而亡。這個故事說明,即使是小的毛病,如果不能正視,不加重視,也會貽害無窮。

正視自己的缺點和錯誤,需要求真務實的勇氣。“黑豆”多還是“黃豆”多,其實自己心里最清楚,但生活中有的人自我膨脹,一旦有了缺點和錯誤,怕丟面子,怕傷自



尊,就混淆視聽,掩耳盜鈴。儘管也能黑黃有分,將對的錯的裝在一個筒子里,但如果只看自己的長處,不計自己的短處,最終對的還是對的,錯的還是錯的,謬誤永遠得不到改正。

我們常說“吾日三省吾身”,對世人來說,自省其實就像撿黑豆一樣,需要正視和不斷反省自身的缺點和錯誤。自省的過程

也許會很痛苦,但一個堅定執著揣有信心的心靈不會因此而恐懼。如同人體上的傷疤一樣,人的精神上也會有許多“傷口”,而自省則是治愈它的一劑良藥。有比較才有鑒別。如果一個人不知自省,那他的“傷口”將難以癒合。過去的事情雖然已經過去了,不可挽回,但我們卻可以通過不斷反省,後天改造完善自我。

知耻而後勇。善於發現自己的缺點和錯誤,固然是一大進步,但改造自我才是終極目標。應該說,人有缺點是絕對的,而改正缺點是相對的,更是需要堅持不懈的。改正缺點,說一說不費力氣,而實踐起來卻很難,關鍵在於自身能否嚴格自律。瞭解自己,正視自己,再加反省,人就可以得到改造和提高。須知,自己才是自己最大的敵人。生命在繼續,改造在繼續,要戰勝自我,就要不斷改造自我,不敢正視自己的缺點和錯誤,聽之任之,勢必自食其果,甚至自取滅亡。對缺點錯誤與其遮遮掩掩,不如勇敢面對它,正視它,想辦法彌補它,久之,“黑豆”自會越來越少。

看她隔着玻璃,一直逗那隻小黃狗,老闆娘走出來笑道:“看樣子它跟你挺有緣呢!”

“有緣?”
“是啊!別人逗它它都不理,卻對你直搖尾巴。”老闆娘把門推開,“進來玩玩!”

“我只是路過,隨便逗逗。”她遲疑地說

“又不是賣給你,逗逗它,算同情它,一隻小狗,好寂寞。”

那小黃狗果然好像跟她有緣,直往她身上跳,臉上舔。

“看它這麼喜歡你,你又挺喜歡它,送你好了!”

她一怔:“送我?”
“是啊!而且它已經打過針了。”老闆娘一邊說,一邊拿出一包狗糧:“連這狗糧都送你。”

“我沒養過狗,不知道怎麼養。”她還是不敢收。

“試試看嘛!不好養、不乖,隨時送回來!”

沒過兩個鐘頭,她就將狗送回了寵物店:“這狗我不能養,它才進門就在地板上尿。”

老闆娘笑着輕輕打了一下小黃狗的頭:“不乖!瞧,人家不要你了。”

接着過去拿了一瓶東西出來:“這樣吧!我送你一瓶噴劑,日本進口的,它在什麼地方尿,你噴一下,它就不會在那兒尿了。”

“它是沒在那兒尿了,可是在別的地方尿,而且拉了一坨屎,臭死了!”第二天一大早她又把小黃狗送回店里:“不行!不行!我有潔癖,受不了!”

“哎呀!都怪我!”老闆娘拍了一下自己的前額:“忘記給你尿布了。”說完就拿出一個長方形的大盤子和一包像吸水紙的東西:“瞧!你把尿布打開,鋪在盤子里,再蓋上這層網,保證它會在上面拉屎拉尿,而且因為有網,不會弄髒,喏!這盤子和尿布也送你。”

“又送我?”
“是啊!你實在養不了它,再一起拿回來還我嘛!難得結緣。”

隔天,她又抱着小黃狗,提着盤子,回到寵物店:“你的好意,我心領了!我絕不能養它,你知道嗎?它居然會咬沙發,把我新買的沙發都咬破了。”

“是嗎?”老闆娘眼睛一亮:“這小鬼可真健康,这么快就牙癢了,有賞有賞!”說着拿出一大包像豬肉干的東西:“喂它吃

這個,很好吃,不信你也可以嘗一塊,這是磨牙的。還有……”老闆娘轉身掏出個塑料玩具,“給它咬這個,更能磨牙。”

“多少錢?”
“笑話!小東西,送你的。”

隔兩天,她又打電話到寵物店:“老闆娘,謝謝你的好意,我看啊!我是真沒本事養它,因為它亂跑亂跳,我控制不住,我是在家工作的,不能總被打擾。”

“別急,別急!”老闆娘在那頭喊:“你住哪兒?我給你送個籠子過去。”

“籠子?很貴吧!”
“不貴不貴,借你用!你實在養不了,只要通知我,我就把它和那些東西一起接回來,反正不會壞。”

突然間,她小小的客廳好像變成了一個遊樂園,藍色的塑料籠子、黃色的尿盤、紅紅綠綠的狗玩具,朋友來,要不是看見籠子裏的小黃狗,準以為她成了未婚媽媽。

老闆娘還真熱心,居然主動打電話問“行不行?”

“試試看吧!麻煩,是真的,害得我每天還要帶它出去散步,而且,它很臭耶!”

“臭?”電話那頭似乎一驚,“對了!它該洗澡了,你自己不會洗對不對?我馬上派人去,把它接回來洗。”

“太麻煩了吧!”

“不麻煩,不麻煩!我們有專人接送,都是包月的。”

“貴嗎?”
“這次免費!你覺得好再說嘛!”

才三個鐘頭,小黃狗就被送回來了。頭上還綁了個蝴蝶結,眼睛也不一樣了,原先四周的長毛被修短,露出大大圓圓的眼睛。而且,臭狗狗變成了香狗狗,看到她更興奮得像是久別重逢,又叫又跳又舔。

隔周,她主動請寵物店把小黃狗接去洗澡,並且趁機將籠子、盤子和地板好好清理了一番。看看表,怎麼還沒送回來?等了又等,她乾脆自己跑去了寵物店。

“啊,你自己來了啊?我們正給它清耳朵呢!還有喂防‘心絲蟲’的藥。”老闆娘把小黃狗抱出來:“才兩個禮拜,就大多了耶!真活潑,真可愛。”

她把香香的小黃狗接過來,一手抱狗,一手掏皮包:“我是來給你錢的,籠子、盤子,還有洗澡包月,一共多少錢?對了!為什麼我朋友的狗都有狗床?我也要一個,有沒有好一點的?我還要一包牛肉干……還有尿布、狗糧和狗碗……”

伊利華報編輯:

您好!我是來自國內的一位探親者,讀過貴報很有感受,被報紙創辦人的敬業精神所感動。我是第一次來美國克利夫蘭,生活頗有感受,這里寫上幾首小詩予以表達。

安徽蕪湖黃醒亞



黃醒亞域外雜詩二首

一、讀《飲酒》
去國懷人境,故園車馬喧,
朋友爭高座,論談題易偏。
採薇夕陽下,歌罷登箕山。
風氣何不佳?憂心入夢還。
此地游子意,鄰曲不懂言。

二、有感
不堪掏心役,域外好讀書。
鵬程九萬里,雲列八陣圖。
有時迷網絡,無意在江湖。
躬身問陶潛,幾人懂結廬?

送你一只狗

作者 劉楠



(二) 造成痛苦不安的內在因素

人們由於外在環境的不順遂,或是身體的病痛,也會導致內心世界的痛苦不安,其實,造成內在痛苦不安的因素,主要是對於自我的執著太深之故:過去曾有一則關於堅持己見,自以為是的笑話:

有一個叫達哇的人,在路上遠遠看到他的同鄉尼瑪,就立刻跑過去跟他打招呼,結果這個人跟他說:「對不起!我不認識你啊!」達哇說:「怎們可能,你現在只不過是頭髮禿了一點,胖了一點,為什麼不承認呢?我們才多久不見,你就忘記我了吗?」

結果,這個人跟他說:「對不起,我的名字叫做葛瑪!」這個時候,達哇露出驚訝的表情說:「你什麼時連名字都改了?」即使明明認錯人,達哇也依然固執的堅持己見。

可見得如果我們過分在意,擔心跟自己有關係的事,精神就會隨時處於高度緊繃狀態,形成一種痛苦的病症,嚴重時還會因過度恐慌,而有自殺的原因,大約可歸納為下列幾種類型:

一,有些人對自己的想法太過執著,完全聽不進他人的意見,甚至只要於他意見相左,就會與人起衝突,更無法接納,學習新的事物,於是日復一日隨著自己的錯誤的想法,更加鑽牛角尖,使煩惱痛苦越來越嚴重,也越來越想不開,最後就會走上絕路。

至於如何才能消除內心對自我的執著呢?首先,要試著學習逆

向思考,盡量放開心胸,尤其是對於曾經傷害過自己的人應盡量練習把對方當成是幫助自己成長,修忍辱的逆增上緣,否則,如果因懷恨而想報復,只會讓自己處於更加痛苦的情境之中。

因此遇到任何問題時,不要壓

紆困的方法,認為自己活著已毫無希望,而走上自殺之路。

對於有自殺傾向的人,我們應要伸出援手關懷,幫助他們,開導他們生存的勇氣,或接受宗教信仰,如果是佛教徒,可以請他們【皈依】三寶,依靠佛菩薩的力量,一心祈請佛菩薩的加持,以轉移自殺的念頭,讓他們的心情能漸趨平靜。

因為在佛法的觀念裡,佛法僧三寶是生命最終的依靠,依據佛法的教導,能夠幫助我們度過生命中的種種苦厄,所以【心經】說:「能度一切苦厄,真實不虛。」

然而,學佛並非一定要看很多經典,或是上很多佛學的課程,才能得到佛法的好處。只要聽聞一句,如法實踐,就可以轉變人生觀,令一生受用不盡。

佛法告訴我們,人們因“顛倒夢想”而受苦,因此,應將錯亂因果,不勞而獲等顛倒的觀念,變成正確的觀念,此外,人們缺乏因果業力的觀念,凡都是以自我為中心,

才會受制於七情六欲,使身心受到痛苦與煎熬。

持續 祝大家身體健康 吉祥如意 阿彌陀佛!

Palyul Changchub Dargyeling Ohio Tibetan Buddhist Temple
3750 West Streetsboro Road;
Richfield Oh 44286
Email: pcd@palyulohio.org
Website: www.palyulohio.org
Ling Ling: 330-819-0277

走出痛苦 (十二)



作者: 蔣康祖古仁波切 印度最大寧瑪佛學院 白玉卓卓林寺住持

如何以寬廣的心態看待因果業力,如何透過修持寂止遠離煩惱痛苦

抑在心中,應尋求正確的解決之道;當別人向你說出內心的困難時,也千萬不能嘲笑他人,更不應該感到不耐煩,盡量說些能減輕對方痛苦,安慰鼓勵的話,如此,不但能消除他人內心的痛苦不安,讓對方的情緒因此安定下來,同時也幫助自己未來遭遇事情時,能以更正面,積極的態度面對。

(二),有些人因為經商,工作失敗,感情受挫,或是捲入金錢,名利的糾紛之中,或想追求的身份,地位,權勢,財富等,一直都沒有如願,或是遇到困境時,又找不到解決及

遠東紀念公園 俄亥俄州唯一私人墓地

FAR EAST MEMORIAL GARDEN, LTD
8592 Darrow Rd, Twinsburg OH 44087
Located inside Crown Hill Cemetery Park

我們提供各項服務,大小壽地,各式墓碑,如果需要詳細資料,請打電話:330-819-0277; 330-352-7788

穴位從\$950起,勿錯過良機!如果顧客購買遠東花園墳地,將為顧客提供系列服務。

福人擇福地 福地福安 祖先安,後人樂 遠東紀念公園 全為福人備

預先選定一處風水福地,既可陰澤後人,又可為自身添福增壽。

應無情

瀟瀟秋雨蟬聲怨
恐是紅塵有長恨
常恨身為夢中客
不知過客應無情
應無痕
古道西風夕陽紅
聚散悲歡都含情
秋月幾曾照歸人

縱有舊夢應無痕
應恨晚
殘燭新月兩不歡
孤影無語問秋蟬
緣在風裏空自翻
此時參禪應恨晚

劉天擎 4/16/2011

伊利華報
ERIE CHINESE JOURNAL

編輯部

社長 / 主編: 浦瑛
總編輯: 劉元華
版面 / 網頁編輯: 程 BEN
移民法律顧問: 黃唯

撰稿人: 劉以棟 劉天擎 曉月
匹茲堡責任編輯: 潘嵐
哥倫布責任編輯: 陳青杰
辛辛那提責任編輯: SAM YI