

孟蘭盆報恩法會

本精舍為祝地藏王菩薩聖誕，特於農曆七月二日至七月八日，舉行孝思報恩超度法會，是為人子女者為現在或過往父母，六道眷屬，懺悔罪愆，供養三寶及佈施修福的大好機會，是日虔誠

禮頌大乘經典，普施迴向冥陽兩利，祈求現世父母消災延壽，累世父母往生淨土敬邀十方大德，同沾法益。



內容：供佛、齋僧、超薦、普施、消災。

地點：大甲鎮和平路十九號
電話：(04)二六八八〇四三一

行政院新聞局出版事業登記證局版台誌字第八一八六號
中華郵政中台字第〇七五四號執照登記為雜誌交寄

勤修

月刊
雜誌

國內郵資已付
大甲郵局
許可證
中台字第1874號

贈閱
七十四期

導師：理修法師
社長：悟徹法師
發行人：印持法師（鄒麗招）
編輯：本刊編輯室
發行所：台中縣大甲鎮和平路19號
普行精舍
帳號：20844469
傳真：(04)26869100
戶名：鄒麗招（釋印持）
電話：(04)26880431
信託基金帳號：21034206
戶名：陳淑滿（釋理修）
電話：(04)23598646、23599635-6
傳真：(04)23599637
地址：台中市工業一路58巷33弄33號12F之2

水美禪寺

水是我們不可缺少的天然資源
佛法是我們的心靈的甘露水
水美禪寺是提供我們修學佛陀大慈大悲的道場
提昇德行的園地，亦是淨化心靈的啟蒙處，牠的成型，牠的成長須要您的喜捨，不管是精神的支持亦或是資源的支持，不論是多，是少皆是您的慈悲喜捨心沙門弟子釋如會在此代表水美禪寺的眾僧向您合十

祈願 福慧雙修 平安 快樂
贊助建寺郵劃撥帳號：二二三七八二〇二
戶名：柯淑琴（釋如會）
地址：台中縣大甲鎮水美街九六巷三號
電話：(04)二六八六二一八七

暑期生活營

這是一個

愛好自然的營隊
享受恬適的營隊
學習惜福知足的營隊！

我們只招收十二名學員
暑期二個月內皆可報名
年齡限制：國小學生
洽詢：(037)三五七二六四

耀顯師父

打破畫瓶歸去來

功德名錄

◆每月護持建寺基金

巫春籌	陳秋香	陳萬一	陳美英	陳隆一	周清美	王智正	陳寶英	王農開	林淑惠	朱美花	巫美玲	陳圓	顏長	陳淑圈	黃耀霆	王麗秀	陳黃說	陳碧昌	陳惠珠
〇	〇	〇	〇	〇	五	二	二	二	二	二	二	二	二	二	二	二	〇	〇	五
陳碧華	周麗梅	陳淑珍	許博程	何昭雄	王麗惠	王紹承	王亮惟	林金雄	巫松筠	巫美倫	陳再享	顏明珠	紀幼鸞	黃芃	許博程	許惠雯	楊志宏		
〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇	〇

諸位讀者大德：
為了珍惜資源，及實際需要，如果勤修月刊給您帶來不便，敬請撕下雜誌上面的標籤，寄給我們，以便作業。謝謝您的關懷與鼓勵。

每刊一法語
樂戒學行
奚用伴為
獨善無憂
如空野象
出自法句經教學品

專題報導

善行的

Happy Mother's Day

在感恩的五月裡，為感念母親的無私奉獻，精舍特準備一束花表情意，贈送每位媽咪「好馨情」。在幾位師父帶領下，全體會員為「慈母點慈燈」。

點燃慈燈、燈燈相互輝映，烘托出母愛崇高之光輝。此刻將心意盈盈傾出，化成言語，千萬個祝福，愛媽媽千萬年永不渝。一首為母親祝禱祈願文，不僅表達子女的追思，為在世母親祝福，也為往生的母親紀念，聽了全場每位都紅了眼。

偉大的母愛都有些辛酸的故事，在真情告白中，悟徹師父說出自己對母親的懷念——因為母親去年才往生，今年的母親節特別容易受到節慶的氣氛



為我慈母點慈燈

影響而感傷良多，談起媽媽猶是忍不住掉淚，「媽媽真的好想您」，如果可以選擇時間重來，孝順當及時，也奉獻天下為人子女，百善孝為先，莫等到「樹欲靜而風不止，子欲養而親不在」而遺憾終身。詔



小朋友向法身父母獻上一束花，感謝師恩

素花師姊也坦出自己的心聲：「今日是母親節，兩位小犬用自己的零用錢合買一條小項鍊，雖是小禮物在母親眼裏卻是無比的溫馨，畢竟孩子已懂得母親的心，亦代表孩子長大了。在我國中二年級時，母親就不在人間，每當母親節時，總是無限的感傷及懷念，對婆婆有時不怎麼貼心，在菩薩面前我懺悔。」



許給媽媽一個健康，快樂的歡度佳節

紅師姊哽咽地道出母親辛苦的養育她們三位子女，為了孩子平安長大，將來對社會有所貢獻，毅然送她們三位子女出國深造，不怕艱辛，一路陪她們走過來，如今她們都已在社會上服務，這都要感謝媽媽無盡的付出，一句「媽媽您太辛苦了！」讓全場媽媽們感動不已。

素花師姊也坦出自己的心聲：「今日是母親節，兩位小犬用自己的零用錢合買一條小項鍊，雖是小禮物在母親眼裏卻是無比的溫馨，畢竟孩子已懂得母親的心，亦代表孩子長大了。在我國中二年級時，母親就不在人間，每當母親節時，總是無限的感傷及懷念，對婆婆有時不怎麼貼心，在菩薩面前我懺悔。」

當真情告白結束後，還有「母親節創意聚餐」活動，向勞苦功高的母親，表達濃濃的謝意，由共修會員，每組提供三道菜，每道菜都有主題及涵意。首先由「正念組」介紹拿手菜，如慈母憶子（包菜捲），久久長長、願天下慈母長年益壽（炒麵）。



許給媽媽一個健康，快樂的歡度佳節

正見組

結髮源流，今生緣，一世情，共結菩提種（紅毛苔）母親的辛勞真是（粒粒皆辛苦（炒栗子）碧玉尋根（炒金針）——代表西方的母親節是康乃馨，中國是萱草花又名金針花，母愛光輝隱隱露出碧玉般的透

澈明亮。精進組——多子多孫多福氣（筍子湯），有容乃大，了卻人間多少事，母親對子女的愛，總是寬容的（菜包糰）。般若組——甜蜜可口的蓮子，讓媽咪吃在嘴裏，甜在心裡。（蓮子湯）。慈母恩如春捲般包藏無限（春捲）、大智若愚（愚）——媽媽總是寧願被子女騙不是！（芋藏糰）、愛心捲——傳遞子女對母親的愛意。
品嚐美味佳餚，是吃得皆大歡喜，為母親節添了無限溫馨。最後別忘了向自己媽咪擁抱，並跟親愛的媽咪說：「辛苦了！謝謝您！我愛您。」讓世界天天都是母親節，天天都愛媽咪！都懂得感恩。

狡猾的煩惱

小綴

普行精舍共修會，有一次安排一項心理測驗遊戲，由陳俊志醫師指導我們。這個遊戲我稱它為（無題），那是讓每個人有機會，說出自己的想法及做法，與大眾分享體驗。遊戲讓有些菩薩是（霧裡看花，越看越花），有的當場汗水淋漓，不知何以答，而丈二金剛摸不著頭腦的可是大有人在。

遊戲之前，陳醫師並沒有告知大眾如何玩法，就邀請三位自願者上台挑戰。面向大眾站好時，我是排在三位中的最左邊，然後陳醫師問大眾：「大家都知西方三聖嗎？」大眾回答：「中間是阿彌陀佛，右邊是觀音，左邊是大勢至菩薩。」——好！那我請問站在中間的師姊，你認為自己的境界很高，可以當阿彌陀佛嗎？」師姊一聽，連忙跳到最左邊，把我推到中間，然後陳醫師又問站在右邊的師姊說：「你認為自己有資格當觀音嗎？」

師姊答：「我覺得自己書讀的不多，懂得也不多，很自動的師姊又退到左邊去，把左邊的師姊又推到右邊來。——陳醫師用同樣的語氣重覆問右邊的師姊：「你剛才站在中間，再跳回左邊，現在又跳到右邊，你知道自己站的位置是什麼吧！」師姊答：「知道，是觀音菩薩，因為我一向最尊敬的是觀音的慈悲，我喜歡當觀音的角？」——中間的位置是佛，你有資格當嗎？」——我答：「隨緣。」陳醫師問：「為什麼？」——我答：「因為她們把我推來推去，反正要我當佛也好，當菩薩，眾生，都可以，隨緣。」陳醫師又問：「那你將來不是想出家。」我答：「最後老師還丟下一句，『你好狡猾喔！』」——這讓老師大吃一驚，一頭霧水，也！這就因為這句「你好狡猾」，困擾了我三天三夜，睡也睡不好，吃也不滋味，自己在死胡同鑽牛角尖，吃也不煩哦！忍不住問兒子：「什麼叫狡猾？」

「兒子說：『反正這句話聽起來是好的！怎麼比喻較恰當呢……啊！對了！像哆啦A夢裏的那個小夫！』」——那你看媽咪像不像，哈！算了！我還去問老公，「喂！你解釋一下狡猾，愛賣弄，或是討好別人那種人。」——「喔！那你看你老婆像不像！」——「老公上下打量一番，那還是你自己去感覺吧！」——「噯，你壞人自己壞人，別說我壞人，也不知自己壞在哪裏呀！別吊我胃口了，你就老實跟我說，我不會生氣的！」——「你也未免太不自知了！好吧！我說。你這個人，在團體中，一定喜歡扮演指揮別人的角色，自己卻不做，說一聲不會，百聲無代誌，無論在單獨或家庭上的責任，遇到難境，或不願意做的事，總是用逃避的方式，講一些五三四二一的理由。」——「嘿……：老公你說的好像是一點準呢！」

因為我很在意這句話的感受，為了能更清楚的認知自己，我去翻「唯識論」，裏面所講的「詭」跟「狡猾」的意義差不多，就是為了對某一尊貴人物就逢迎巴結，卑躬屈膝，居心險曲，巧言令色！哇！這麼難聽的字眼，我心涼了一半。

好不容易挨到有一次上課。陳醫師問大眾對上次的安排有沒有問題嗎？——「當然可以！」——我請陳醫師上次的遊戲，你用什麼定義來判斷我好狡猾，你如何了解我呢？陳醫師反問我：「那你自己了解多少呢！你細細回想，還有沒有人說你狡猾，或是想到一些你自己有關的事實來印證。」——我一時啞然，不知從何答起。陳醫師又說：「其實我也不了解你，我的觀點是有些人為了逃避一些事實，而去找些理由來搪塞，不敢面對現實，想隱遁了一百了，沒關係，你暫時休息一下，慢慢回想之後，再回答問題。」——陳醫師又問大眾對「狡猾」兩個字，如何解讀，有的答：「狡比比較奸巧，有的說，是狡兔三窟等：——陳醫師回頭再問我：『你不是這人嗎？我答：『大人呀！冤枉啊！我覺呢？』」

頭子的悟

十八頭子

同一張被子的哲學

得自己很古意、很笨、又很無知。陳醫師答：「世上就是有這種人，是說自己笨，什麼事都說不知、不會，說好聽點是大智若愚，難聽點就是因為你無知才奸巧。」——「天啊！我招誰惹誰呀！此刻我真體會到什麼叫做跳到黃河洗也洗不清、百口莫辯的煩惱，真讓我高興也不對，要哭也不是，什麼時候我變狡猾了！為此這個惱人的問題，我去請示師父，還被幽默了一下，『不錯嘛！恭喜你呀！既然有人把你冠上狡猾，那就是你有這方面的本領，何不當下承擔！』——「哎呀！師父你就別開我玩笑！我認真的喲！」——師父答：「你的覆蓋心重，像頑石一樣很難教化，怕被了解，別人會利用弱點來控制，或是知道一些不可為人知的事，感覺很丟臉，但如果我們換成另一個角度來看，如果我們了解自己，就更能選擇自

營場地要到南部去，邀約我們同行，我們欣喜有這突來的旅行，稍稍整理一下行囊就出發了。

並沒有經過刻意安排，但是大家玩得如有一起已經上高速公路準備打道回府，卻又突發奇想折返，前往瑞里若蘭山莊。而突發奇想的結果是：房間裝下四女二男六個人。所幸若蘭莊主熱情，將棉被整理一下，給我們四個女眾睡，至於蔡老師他們，他們說自己解決。

一張被子上，我和師父背靠背同蓋，暖和我。隔了天，我建議的，碰見我就說：「什麼這就比較暖和，我害不敢動，怕一動你就沒有蓋到被子，我也是啊！」

己的方向，掌握自己。己的觀自在菩薩……只要你能隨時隨地觀照自己，認識自己，你就脫煩惱嗎？如果因為佛家一句話，你對佛法高談闊論非常不自在，任憑你對佛法高談闊論都無用，因你在人我是非之前不能自在！如果自然就能自在解脫的境界，為我所動，你自然就能明白一件事。——聽來我沒有把心裡的垃圾空掉，難怪乾淨的法會裝不進去。師父！這顆頑石確實是難教化哦！不過也要看師父教化的功夫，人家說：『鈍刀要利手啊！』——師父說：『我看你呀！還沒被刮之前，你就死翹翹了！』——「哈哈！師父的對你的弟子沒信心？」——「就這被刮鬍子，拋掉問答中，朋友！開心！如果你不怕被刮鬍子，下次換你試試看。」

「好心被雷欺」正是我當時心情的寫照。我想師父很容易感冒，山上這麼冷，才和師父背靠背同蓋一張被子。我也知道師父心腸好，這麼寒的夜晚，只是沒想到兩個好心湊在一起的結果是綁手綁腳，失去自我。

我和師父相知，發生這樣的情形。當場叨念叨念也就過去了。如果不抱，好心成了怨，這可是時而有之。抱怨一累積，那就惡業循環了。——同蓋一張被子，個個不能舒坦，被同蓋一張被子，天氣有關係；心情有關，大小有關係；天氣有關係；心情有關，好；但是總有很多時候，和同蓋一張被子，難道要自己做那種固執不合群的異類嗎！——有時我自也許是為了完成重要，也或許小蓋一張被子是為了完成重要，什麼呀！——小蓋一張被子是為了完成重要，反正是那個寒夜，取暖的目的達到，我和師父都沒有受涼。和蔡老師憶無窮，一起的那趟旅行，至今仍讓我回

臨終關懷

生死教育

彰化基督教醫院 精神科醫師 陳俊志

臨終病人需求與

我們都知道臨終病人在最後的病床歲月中，身體上常常飽受疾病及症狀的折磨，逐漸喪失身體的活動力，無法完成社會性的功能，需要他人照顧，致使病人深陷於生理上及心靈上的痛苦，因此在照顧臨終病人時，應顧及病患之各個層面，幫助病人緩解身心上的痛苦，使病人在人生的最後旅程中，得身體、心理及靈性皆平安。能平靜、安祥、有尊嚴地度過臨終期，獲得善終。今將其照顧層面概述如下：

一、身體平安：其內涵有四項：

(一) 身體的痛苦減輕至最低——藉由積極緩和性治療，可控制疼痛、呼吸窘迫、食慾不良、失眠等症狀，減輕至最低，使病人覺得舒適而維持原有生活品質。

(二) 身體完整、清潔整齊——適當修飾身體上缺陷、傷口保持乾淨無臭味、衣著清潔、全身清潔等，不但促使舒適感，也可維護病人美好形象、

去病除人羞恥及自卑感，願意接受親朋之探訪。尊重病人之自主權——病人能自己動手的事，讓他來完成；如從旁協助而讓他能獨立完成梳洗整齊或如廁事項。這些可以讓他感到還能主宰自己，尚能活動自如，感到自己還有尊嚴和自重感，是激發病人有生存希望的來源。

(四) 臨終的過程不要太長——當身體功能完全喪失，在斷氣的過程，不使用人為方法和升壓劑、電擊或心臟復甦術等拖延臨終病人的瀕死期，使他飽受拖延折磨之苦。

二、心理平安：使臨終病人減少面對死亡的恐懼，不要讓他寂寞、害怕、孤獨的死去是可以掌握和控制，下列四點是照顧者須關心的事項。

(一) 自覺無法治療，能面對死亡——無論是信仰那一種宗教，當在認了的時候，他就不再做無謂的搏鬥，較能鎮靜且理性地做決定及交代後事。家人必須儘速地完成被交辦事項，使病人能安心地朝向死亡。

(二) 希望之達成及了卻心願——病人的希望隨著生命歷程而改變，當病人知道自己治不好，但是希望減輕疼痛或希望重新調整藥物，希望家人來看他、吃某種食物、想做某些事，只要不傷害到病人，應予成全。尤其當病人能放下心愛的人、事、物如托孤、遺物分配、交代遺囑及處理身後事等，這些都能如願交代，病人將會覺得自己可以死得安心。

(三) 感受家人支持及關愛——能與愛人坦誠地傾訴痛苦，獲得貼切的照顧，可消除被人遺棄之恐懼，安心地面對死亡。

(四) 不孤單、不寂寞——家人的陪伴、溫柔的觸摸、柔細的交談、禱告、喝詩歌、唸佛經等，使病人覺得你就在身邊，成為他的扶持與力量，讓他覺得不孤單、不寂寞，安心地走完人生之旅程。

三、靈性平安：臨終病人的靈性需要有五項：

(一) 需要意義——讓病人回憶生命中快樂、成功、失敗等事，找出人生的意義，讓病人覺得沒有白活。

(二) 需要寬恕及被寬恕——對病人來說，傷人或傷心的結，若沒有打開，是無法獲得心靈的平安。對臨終病人的照顧需密切注意這份靈性需要，否則病人帶著怨恨離世也是很大之遺憾。

(三) 需要愛——人之生存最害怕孤苦伶仃，臨終病人更怕孤單。「愛」是使臨終病人感到生命有意義。除了人的愛，還需要體會「神」的大愛，這是臨終病人的宗教面最重要的需求。

(四) 需要希望——懷有希望雖死猶生；抱著不能達成的希望而活，對臨終病人而言是不安、不甘及遺憾的。因此給予病人希望，並儘量達成其希望。

(五) 需要宗教信仰——宗教的核心要素，即是回答人生的終極意義的問題，正信的宗教信仰可給病人帶來靈性的平安。

總之，當一個人逐漸衰弱時，會慢慢學習到死亡的不可避免，而這個歷程是最寂寞和孤獨的。對於一個臨終的人，良好的照顧，以及對其人生價值之肯定，應是勝於「慎終」之隆重。

瀕臨死亡病人的心理反應

對於瀕臨死亡的病人，除了以醫療科技來減輕病人的痛苦外，讓病人及其家屬了解面對死亡時的心理反應，更有助於減低因死亡而產生的「二度傷害」。關於死亡的恐懼，可以歸納為下列五點：
一、對未知的恐懼：死亡是個什麼樣的東西，死亡的滋味如何，死後人到那裡去等；這些未都會帶來威脅和恐懼，同時也害怕提及死亡。

二、對失落的恐懼：生命裡所有的、值得珍惜的人、事、物，在死亡時都會全部消失，所以人們會感到害怕。人擁有越多，丟掉的也越多，造成的恐懼也越大。
三、對分離的恐懼：如果是非常想要「抓住」什麼的人、非常「黏」的人、捨不得的人，其分離的恐懼將會更大。
四、對死亡時形貌及過程的恐懼：有些病人對死亡時形貌的瞭解來自於電影或電視媒體，他害怕在死亡的過程中會相當掙扎而且很痛苦，使自己陷入恐懼之中。
五、為未了的心靈或來不及補救的事而感到遺憾；就像那首歌——「如果還有明天」——中的一段歌詞：「如果還有明天，我要怎樣妝扮我的臉」，也許這正是許多瀕臨死亡病人的心聲。許多病人對於自己無法完成過去想做的事而感到懊悔，現在即使要做，可是在沒有明天、也沒辦法說再見的情形下，當然是懷著哀傷和遺憾而去。

第二、不偷盜

五戒



佛弟子應除貪心、正當的利益尚且要捨，怎可去行偷盜呢？

E. E繪