

## 謙虛、慈悲、關懷，就是佛法－聖嚴法師

或者是，當那些忙人的身心有了問題，或是他的事業上、家庭裡發生了困擾，或者是當你見到他時，他正在煩惱，這個時候機會來了，因為他正需要佛法的幫助；也許他正在得意，正在歡喜，歡喜得手舞足蹈，興奮得無法自制，這也就是機會來了，因為他正需要佛法的慰勉與開導。這時，可以用佛法的觀點告訴他一些事，使他的身心能夠得到一些平衡的利益，在觀念上幫助他糾正一些思考的方向。如此一來之後，他就可能會從護持三寶來修學佛法，而來弘揚佛法了。現有的法鼓山的會員們，怎麼成了會員，又怎麼變成鼓手的，多半就是這樣：有的是先來修學佛法，繼而變成弘揚佛法、護持佛法；有的是先來護持佛法，繼而修學佛法、弘揚佛法的。

不要把佛法想得太深奧，其實，對人對己少一點得失心、少一點傲慢心、少一點自私心，多一分謙虛心、多一分慈悲心、多一分關懷的心，就已體驗到了基礎的佛法。佛法告訴我們的這些話，很多人也會講，但是，會講不一定做得到！做不到的原因是什麼？因為自己沒有辦法控制自己、沒有辦法指揮自己。但佛法就指引了我們一些最簡單實用的方法，例如：專念觀世音菩薩，專念阿彌陀佛，你就能夠幫助自己又能夠幫助他人了。

在觀念上，佛法也提醒我們要知道：「我」的所有，都是暫時的，不是真實的；但「我」的因果，也是真的，不能逃避的。這個「我」，要用佛法來指導。雖然「無我」的觀念，可能在一時間不容易接受、不容易瞭解，但可慢慢地多閱讀一些師父寫的佛書，多聽多看一些我的錄音帶、錄影帶，日積月累，你就能夠想得開、用得上了。

摘錄自法鼓文化《法鼓山的方向》