

心安就有平安

我們對自己要有信心，對未來要有希望，若能如此，就算是物質條件減縮、外在環境不安定，我們的心都還是踏實的。心踏實，就有平安。平安是可以影響的，我們自己平安，也把自己對未來的希望和作法告訴人，則心裡的踏實感會更堅定。

我自己是從艱困的環境中走過來的，我小時候家裡窮，曾經窮到連一口飯也沒得吃，那我就去吃樹皮、樹葉子，甚至也吃一種土叫做「觀音土」，還是一樣走過來了。

我想現代社會大概不至於有人生活窘迫到沒有飯吃，假使真的沒有飯吃就吃麵條吧！我有一個信眾就是這樣撐過難關，全家人一起走過來，現在過得很好。我希望大家都能夠記住這句話：「心安就有平安。」外在環境的改變是正常的，人生遇挫折也是正常的，當我們面對挫折、面對困境，不必往最壞的地方想，而要朝最好的方向看。

大雨天，你說雨總會停的；大風天，你說風總是會轉向的；天黑了，你說明天依然會天亮的！這就是心中有希望，有希望就有平安，就有未來。只要我們有信心，就可以在失望之中看見希望，在艱苦的環境下創造快樂，在不景氣的年代裡擁抱幸福。（摘錄自 2009 年新春祝福開示，心安就有平安大雨天，你說雨總會停的；大風天，你說風總是會轉向的；天黑了，你說明天依然會天亮的！這就是心中有希望，有希望就有平安，就有未來。

只要我們有信心，就可以在失望之中看見希望，在艱苦的環境下創造快樂，在不景氣的年代裡擁抱幸福。

《聖嚴法師 2009 年新春祝福開示》