

## 不枉此生 須蜜那

人存在的意義何在？如何不枉此生？

大部份人皆問過這問題，有些人甚至小小年紀已追問這人生大道理。可見這是恆久困擾著人們的問題！

追求錢、事業、工作、家庭、車子、房子，該是人生的目標吧！絕大部份人隨著年齡長大，便忘失了繼續追問這人生問題，而陷入永無休止的營生俗務中。

亦有從哲學、宗教、技藝中去探求人生。能夠追尋到這人生目標，當然不枉此生。就是能聽聞此道理，已不枉此生了。故孔子曰：朝聞道，夕可死矣。即是早上能聽到大道理，晚上離世亦無憾。

那麼，什麼大道理是我們應聽聞而不枉此生呢？

無疑佛教的眾多道理能使我們無憾人生，例如因果的道理、生死的道理、苦諦、生死、空、實相，隨選一項而能契入，即不枉此生。我們在生死中流轉，苦不堪言，朦朧昧昧，無有出期。

若能於無盡生死中，得聞大道理，縱使不能馬上脫離生死，亦能心開意解，有望於來生中，脫離生死輪迴。

而佛教中皈依三寶的道理，是最基本、精要、核心的道理，也是人生中最可信賴的依靠，從道理中轉化成生活，人生，救贖，最後出離苦海。

因此，得聞大道理，皈依三寶，才不枉此生。

## 八關齋戒點滴 須蜜那

八關齋戒不太受注意。可是，很多信徒皆有受持八關齋戒的經驗，似乎是不可缺的在家修持法。這裏的一些點滴，希望能對修持有所幫助。

八關齋戒是出家戒，讓慕道之居士能體驗出家生活。

八關齋戒之重點在不非時食戒。

既是出家戒，體驗出家生活，因此，最好在寺院中受，戒期留宿在寺院中。為免不小心犯戒，最好遠離世間事務，或是接觸世間法，為保持清淨戒，當然最好安住寺院中。

持午戒的戒條是一日一夜的守持，因此，最好不要為了方便只守大半天，或是於戒期讓戒子回家，甘冒犯戒的風險。

不坐卧高廣大牀戒是精進，不放逸的表現。

子曰：食色性也。飲食及男女色欲是人性也。為了滿足此二大欲，做下了不少重罪，耗費了不少生命。八關齋戒各戒條皆為對治此二大欲。

八關齋戒是居士重要的修持，是為慕道及出世的考驗。

為了不浪費時光，齋期兼修六念法是最好的方便。六念法是佛陀常教導於每月的六齋日或十齋日修持，功德更大。

應於出家眾納受，如附近無出家眾，才可自誓受戒。

除了遠離各種色聲誘惑外，更要保持赤子之心，非禮勿言、非禮勿視、非禮勿聽……