

生活的五種心

◎ 黃天河



常聽到「生活即是道，道即是生活」表示如何以道的運行來結合生活，生活才會合乎道理；道理中有生活的印證。在日常生活中，每一個人必須面對不同的人、事、地、物、時，因人而異，一顆心也產生不同心念，起起落落、煩煩雜雜，因而影響我們進德修業。所以生活在現代的人們，應該以什麼樣的心境來面對世間一切狀況，將是生活的課題。故而提供五種心來處世，將這五種心落實在生活中，那麼人生就會更美好。

一、要有反省的心：因為有反省的心，則無過。一位值得尊崇且成功的人，或古代的聖賢先哲，都很重視反省的功夫，因為有反省才能發現過錯，有反省才能改正過錯，有反省才能讓自己持續成長進步。如此，其成功的因子有增無減，失敗的因子有減無增，兩相較

下自然無過。然而，人總是在無形之中，會犯下所謂的無心之過失，有時甚至還會造成不可抹滅的遺憾。

曾子說：「吾日三省吾身」，是要吾人能夠每天反省檢討自己的行為舉止，言行風範有無過失。而顏回自律「不二過」，也是反躬自省的成果；在一貫道親每天早、午、晚禮佛叩首中，也要時時懺悔（愿懺文），在在都是讓心處於正念之中，觀照自己的起心動念，如此便不會輕易再犯錯。

二、要有謙虛的心：因為有謙虛的心，則無驕。一個人在困境中，總是戰戰兢兢，唯恐自己有所閃失；俟成功時，總會得意於自己的成就，也因此無形中產生了驕傲、驕慢的心態，目空一切，得意洋洋。但是這樣的態度，反而會讓別人看不起，所謂「謙卑在人前，所向盡通；傲慢在人前，寸步難行」。

所以懂得謙虛的人，知道感謝一切成就的因緣，感謝眾緣和合的成就，心中沒有驕慢之心，猶如成熟的稻子，稻穗愈飽滿，就垂得愈低。

三、要有感恩的心：因為有感恩的心，則無愧。一個人往往心想的比實際美好，最後結果是，應該得到的為何沒得到，應該擁有的為何會缺乏？反而是應該時時捫心自問：自己何德何能，能生存於宇宙世間，接受種種供給，不虞匱乏？因此，每一個人都要抱持受恩的胸懷，感念世間種種的給予。感恩的人生才懂得付出，感恩的人生才充實多采；感恩的人，就是一個有情有義的人；感恩的人，就是一個內心富有的人。所以感恩的心靈裡，蘊藏著豐富的寶藏；有感恩的習慣，是做人處世的榜樣。人，應該心存感恩，時時感恩，自然心中沒有愧悔。

四、要有服務的心：因為有服務的心，則無懈。能夠服務別人，將會集榮耀於身；所以不管從事何種行業，都有為人服務的機會。現今的社會逐漸走向自我權益、自我福利等。但是，同時也產生很多的公益團體，而形成強烈的對比。例如，很多發心為眾生服務的義工，不計酬的、不畏辛勤的、全心奉獻的、無私無悔的，而且都是發自內心的真誠對待。如德蕾莎修女在印度服務，

贏得舉世尊敬；天主教神父在台灣山地奉獻醫療濟世，終其一生，無怨無悔；一貫道老前輩們，唐山過台灣，為道犧牲，代天宏道，無不克盡職責。可見得，有一顆為人服務的心，則永遠不會懈怠。

五、要有正直的心：有正直的心，則無邪。在宗教界，遠遠望去，每一個人都是虔誠的；朝山跪拜，肘膝磨破，甘之如飴；媽祖過境，轎下爬行，樂此不疲；進香團遊覽車，行進高速公路休息站，一排無數。這一切都表現出其真誠的行止，但是，其行事的心是正直或有所求、或有所利、或有所人情、或有所不便人知呢？一個正直的人不會把自己的心分成兩半，不會心口不一，想一套、說一套，也不會說一套、做一套。內心沒有矛盾，才能夠擁有剛正不屈的精神力和清晰正直的判斷力；心中無邪念，自然過得心安理得，獲得他人的信賴。反之，一個人若心術不正，爾虞我詐，機關算盡，縱使可以獲得短暫的勝利，也會活在被拆穿的恐懼之中，不得自在。

一個人在日常生活中，要以反省之心待己，以謙虛之心待人，以感恩之心回饋世間，以服務之心服務大眾，以正直之心面對一切，如此定能擁有美好的人生。