



只注視自己的傷口，而把眼光投向四周其他一樣苦痛的人們；當我們忙著包紮別人的傷口時，自己的傷已結疤落痂。「苦」是存在著，但心可以是不煩惱的，如《大智度論》所說：「菩薩若遇惡口罵詈，若刀杖所加，思惟知罪、福業因緣諸法，內

外畢竟空，無我、無我所，以三法印，印諸法故，力雖能報，不生惡心，不起惡口業；爾時，心數法生，名為忍。」  
「忍」是令心平穩地去處理所面對的苦難，這是自己修學上永遠要努力的方向，也是一份超脫、自在的期許。

【心田四季】

## 活到老，學到老

釋自谷

許多人認為教育只發生在我們生命中某一個固定的階段，我們習慣根據人們唸書時間的多寡，來界定智慧的高低，其實這是錯誤的。教育應該是一種永無止境的智慧追求。如果我們牢記學習並不限於教室，授課的人也不一定是學校裡的老師，就會發現這是個真理。我們每一個人都是老師，也都是學生，我認為真正的智慧，是去體會這兩種角色，並且從中獲益。

我們可以預想到二十一世紀時，生活腳步會比目前更快，所以我們所學的一定會不夠用，唯有建立學無止境的好學精神，才能夠安住在新時代裡。