



# 生活之美

我常說日常生活要時時用心，必須重視簡單、純真，若心念複雜，煩惱也就多了。

古聖先賢出現人間，其行誼德範都是教育我們向善；古云：「莫輕善小而不為，莫因惡小而為之」，不要輕忽微細處，須知「水滴雖微，漸盈大器」，一滴滴的水累積起來也很可觀。

所以我們應該回歸真純本性，該做的事就應積極力行；不該做的事，須謹慎防止。

日本九州新成立的一所女子學校，即將招生，入學考試中有一項特別的測試——要會拿筷子。聽起來有些不可思議，東方人都會拿筷子用餐，為什麼需要考試？

其實這就是做人的基本，每天三餐都要吃飯，然而有多少人會注意持筷是否正確、優美；若是持筷不美，用得不如法，表示個人的性格，或者學習的精神不夠。我們能否從小處反省？

古人用餐很講究規矩，「鳳頭飲水，龍口含珠」，在生活行儀中處處優雅、時時端莊，這就是生活之美。飲食不只是讓我們吸收營養，使身體健康，也是禮儀的表現，這就是「人文」。

雖然基本的生活禮儀是件小事，但是我認為這是對的，方向正規，不差毫釐，這是最好的教育；人生的方向若是差毫釐，就會失千里，所以起步絕對不能偏差。

對錯只在一念心，這念心也會引發我們造作善或惡；若能心念單純不複雜，以智慧觀察一切，社會就能井然有序、富有禮儀。



釋證嚴

《錄自2006年11月2日晨語開示》