



平息心靈風暴

世間紛紛擾擾，每次若遇天災，直接影響實際的生活，總令人苦不堪言；然而若有人伸出援手，安撫人心，再鼓勵受災者振作精神重建家園，要再安居樂業並不困難。

人禍則較難，因為要平息心靈風暴不容易。猶記二〇〇一年發生震驚國際的九一一事件，擔心人心動盪，釀出禍端，因此趕緊在十月十三日啓動「愛灑人間」運動，期待「一〇一三，一人一善」，為天下平安祈禱。

當時各地慈濟人紛紛走入社區，挨家挨戶按門鈴，致贈《慈濟月刊》或是「靜思語」好話一句，並宣傳多收看「大愛臺」，以平靜心靈；積極地將愛撒播進家庭、入人心，迄今不懈。

二〇〇四年推動「靜思語，好話一條街」，鼓勵商家張貼我們製作的靜思語海報，期待人人好話、戶戶「靜思語」，據悉不僅普遍全臺，海外已有八個國家也在推廣；諸如在美國舊金山，慈濟人中英文並用，把握機會宣傳，讓好話洗滌人人心靈，獲得響應，當地白人的商家也很喜歡，歡迎我們張貼。

菲律賓的慈濟人除了向商家推廣之外，還向計程車宣導，所以在街道上舉辦一個簡單的儀式，人醫會的呂副院長與會表示，最受用的「靜思語」是「不要拿別人的錯誤懲罰自己」。的確，一句簡單的話可以影響一個人的心念，一個念頭也會影響一生。

現今金融風暴波及全球，失業率高，好像生活愈來愈窘困；其實金融風暴起自心靈風暴，平安度過的最好方法是以清淡的生活，平靜的心態面對現況。

我們應多反省，人人要安分克己，勤儉務實、顧本齊家，生活還是有餘；將心安住，該放下的要放下，該積極的要積極去做，能用心化解風暴，則社會不致動盪，方是全民之福。 🌿

釋證嚴