

兩分鐘開示—學會自愛，才會愛人(閩南語) 悟道法師主講
(第三一七集) 檔名：WD29-003-0317

「期望人人能學會自愛」，這個愛就是我們佛經講的慈悲，我們現在世間人說愛。說愛，愛心，一般人比較聽得懂。沒有學佛的人，你跟他說愛，他也知道。外國人，你跟他說愛，他也知道。大家都知道，這個愛心是好的，好心。但是這裡我們要知道，講到愛這個字大家都知道，但是我們懂得怎樣去愛嗎？這就是個關鍵。如果我們不懂得，往往將貪愛、寵愛、亂愛當成是愛心，那就大錯特錯，錯誤了。所以我們的導師告訴我們，期望人人（每個人）都能學會自愛，愛就是從自己開始，自己都無法愛護自己要怎麼愛別人？你怎麼懂得愛別人？譬如說你自己都無法照顧你自己，你怎麼會懂得去照顧別人？這是不可能的事情。所以佛度眾生，他如果沒有成佛，他怎麼能夠度眾生成佛？所以首先自度才能夠度他，自己如果沒有學點本事、本領，你要怎樣去幫助人，這是做不到的。所以從自己開始，修行也是從自己開始，你自己如果沒有先去做，要叫別人做，人家不會相信的。所以自愛，從自己開始。

節錄自：WD21-019-0001愛心遍世界·善意滿人間（第一集）