

● 保持一颗平常心——张美珍

很想做一些事，很想对人好好，很想善待别人，很想不生气，很想保持笑容，很想.....，这“很想”弄得自己好累、好累。

忽然有一天读到一句话：应以一颗平常心来对待一切，平常是我们所处的状况；平常是投入但无求的境界。

当这“很想”放下时，忽然觉得心头一轻，只有一颗清明的心，内心是一片宁静，这宁静是如此的踏实，化成源源不断的动力，鼓舞着我.....。

从佛法的角度而言，“很想”乃是作意之心，带有一种刻意，有求之心；有求必生苦，消耗多少体力，就是为了“很想”，如今以一颗平常心，不动不躁，轻松自如的以一颗心来见明月！

星洲日报—菩提树 (27-3-2001)