

身微恙時的自處之道

分享者：
黃芳菱



慈濟十戒之第九戒

熱心的目擊者：司機沒打方向燈 而且
在講手機

如果我把車距拉大一點 車速慢一點



- 念茲在茲
- 鞋底若磨平了



就醫近就好

註定要回慈院



名醫與良醫

- 骨科權威 手外科
- 傷較痊癒後一定要多動 避免肌肉萎縮
筋骨僵硬或沾黏



在無法入眠的夜晚

- 害怕晚上的到來
- 泡好五穀粉 吃止痛藥
- 一無柔軟物 連穿衣服時都會被刺痛



在無法入眠的夜晚

聽上人開示-

上人剛出家時的堅定

別願-願世間沒有身心的疾苦



難為我兩位醫師了

- 手太瘦 手冰冷
- 施打疫苗時，周醫師 您怎個上午都沒休息一下，腳不酸嗎 平常在開刀房一站都好幾個小時 習慣了



“指”尺天崖

- 觀察手部神經傳導是否正常-拇指碰其他四指
- 一天給您一個驚喜 以回饋您給我的照顧



- 以前傷害過多少動物
- 師兄抓蚊子



靜思語

- 不要把病痛看得太嚴重 心有煩惱 則無法解脫
- 身體的病痛，可以幫助我們消去業障，所以要承受



解惑

對自己目前的狀況，可視為接受往昔的業報，既然是業報，就要拿出勇猛心，歡喜接受。

P97



解惑

- 身體交給醫生，心交給菩薩 p93



痛一次就消一次業

- 所以要歡喜接受
- 假設今生我註定得痛100次，那麼痛過一次就少掉一次，要很歡喜，沒有甚麼好與壞可想。



有些病人很可愛

- 笑是一種表情 皺眉頭也是一種表情 呻
吟是一種聲音 笑也是一種聲音



給我體驗

一位76歲太太說他四年前不是這樣

100年時有一小無常。

現在再給我一次不同的體驗與學習.....



感恩

上人 悅師父 慈院 師兄弟
家人 朋友.....



藥師經

- 第六大願：願我來世得菩提時，若諸有情，其身下劣，諸根不具，醜陋、頑愚、盲、聾、瘖、瘂、攣、躄、背僂、白癩、癩狂，種種病苦；聞我名已，一切皆得端正黠慧。諸根完具，無諸疾苦。