

談怨

所謂：「人生不如意事十之八九」。很多時，當每遇到不合自己心意的事情或對現況有不滿時，總是會怨天尤人或自怨自艾，其實這樣做是無補於事的，只會引起更多不必要的煩惱，有損精神和健康。

至大至尊聖典蓄德篇有：「二五曰怨，不安本份，不自省察，怨天尤人，只自寬假」。怨是仇恨的一種，怨也會使到我們帶來痛苦，我們對憎恨的人或事物會引起無法擺脫的痛苦，八苦中有怨憎會苦，十苦中亦有怨苦，這些痛苦都是由妄心所造成的。

天命是不可違的，我們應該隨着緣來應事和生活，更不要強求，因為每事每物都存在有因果的關係，所以我們必須去除怨氣，了斷因果，切勿倒果為因，因為惡因只會招致惡果。

既然怨是由妄念所引起，應該要好好處理自己的心，所以多參神、多靜坐、多閱讀聖典和多學習道理，幫助修心養性，提升智慧，使妄念不生。當有怨氣之時，最理想是立刻持名唸至大至尊消除怨氣。如果得到至大至尊的加持和啟發，便會對每事每物會有新的看法，就算以前有相識的人曾經做對不住自己的事，當他有困難時，亦會幫助他。做到以德報怨的話，就會無形之中種下好的因，福報便會更多了。