

貧僧有話要說二十五說

《我是一個垃圾桶》心得分享

趙永祥 博士

南華大學財務管理研究所

主講：嘉義圓福寺住持覺禹法師
地點：佛光山 福慧家園
日期：2015年11月15日

2015/11/15 趙永祥 博士 / 《我是一個垃圾桶》心得分享 1

趙永祥博士 主要學經歷

現職：南華大學財務金融學系暨財務管理研究所助理教授

主要研究領域
國際金融情勢分析、兩岸經貿與投資、企業風險管理與投資策略

主要資歷：
青輔會青創貸款創業輔導顧問(2011/3~2012/12)
經濟部中小企業處創業輔導顧問(2012/12~2015/3)
行政院勞動部創業輔導顧問(2012/3~2014/3)
行政院勞委會桃竹苗區多元就業方案諮詢委員(2012/3~2013/3)
勞動部勞動力發展署銀髮族顧問(現任)
英國國際企業管理師(證照字號：NI 090038158405)



2015/11/15 趙永祥 博士 / 《我是一個垃圾桶》心得分享 2

與談題綱

壹、前言

貳、公案解析

參、處理垃圾之體悟

肆、點燃思考

伍、結語

2015/11/15 趙永祥 博士 / 《我是一個垃圾桶》心得分享 3



壹、前言

「為何大師自稱為是一個垃圾桶？」

所謂垃圾桶的意思，就是在我的一生當中，接觸的萬千群眾，尤其是信徒和出家弟子，好事很少向我報告，他們都是有苦難、煩惱、妄想、委屈、不平、貪瞋愚痴了，才到我這裡來訴說。貧僧覺得，他們也應該有一些人間的樂趣才是，為什麼要到煩惱的時候，才來找我，讓我這個垃圾桶裡面經常都是滿滿的垃圾呢？

2015/11/15 趙永祥 博士/《我是一個垃圾桶》心得分享



何謂煩惱？

煩：煩躁 ⇨ 惱：惱怒

煩躁若未處理好，將變成惱怒

煩惱未處理好會變成體內垃圾

2015/11/15 趙永祥 博士/《我是一個垃圾桶》心得分享



貳、公案解析

公案一、 兄弟五人要分家產

公案二、 三兄弟分十七頭牛

2015/11/15 趙永祥 博士/《我是一個垃圾桶》心得分享



參、處理垃圾之體悟

垃圾來了，最有效對治的方法—「有佛法就有辦法」，**大師對於別人丟來的煩惱垃圾，其處理方法就是在自己心中設立一個焚化爐。**此一概念對我有相當重要的啟示：日後只要當煩惱垃圾來到，我就立刻把它焚化，讓這許多煩惱垃圾不要存在心上。

此篇文章讓我聯想到大師曾提倡「懂得放下」之道唯有放下才能「提起」，此一觀念就好像你出外旅行，要有一個皮箱，要用之時當然要提起；而當不用時，你背著皮箱繼續行走也無必要。

2015/11/15

趙永祥 博士 / 《我是一個垃圾桶》心得分享

7



參、處理垃圾之體悟(續2)

把「放下」提升為「提起與放下要能收放自如」。凡是人間一切金錢事物，甚至於佛法，要用就提起，不用就放下，何必在心上擔負如此沉重之煩惱與無明之皮箱？

在學佛大道上，對於「放下」哲學有很深之體悟：**「今天再大的事，到了明天就是小事，今年再大的事，到了明年就是故事，今生再大的事，到了來世就是傳說。」**我們最多也就是個有故事的人，所以當生活中、工作中遇到不順的事，對自己說一聲：今天會過去，明天會到來，新的一天開始，放下所有一切。」

2015/11/15

趙永祥 博士 / 《我是一個垃圾桶》心得分享

8



參、處理垃圾之體悟(續3)

垃圾桶裡的垃圾要能懂得焚化，而無預期所出現的一些人生變化球也要懂得接招。

個人過去的處事經驗提出分享：**「在處理世間法的諸多問題或垃圾，並不需要有大本領，只要心存慈悲並且能為別人設想就可以化繁就簡，願意自我吃虧，不去計較與比較，最後就沒有解決不了的垃圾問題。」**

只要甘願承擔，並抱持助人為快樂之本，既使垃圾在身，又有什麼好怨嘆與抱怨？

2015/11/15

趙永祥 博士 / 《我是一個垃圾桶》心得分享

9



肆、點燃思考

1. 煩惱由何而生？
2. 壓力由何而生？
3. 疾病由何而生？
4. 癌症如何產生？
5. 如何化解1-4項？

2015/11/15 趙永祥 博士/《我是一個垃圾桶》心得分享 10



伍、結語

對於別人丟給的煩惱垃圾，大師處理方法

1. 就是在自己心中設立一個焚化爐
2. 煩惱垃圾來了，以心中焚化爐立刻把它焚化，讓這許多煩惱垃圾不要存在心上。

2015/11/15 趙永祥 博士/《我是一個垃圾桶》心得分享 11



伍、結語(續2)

人的煩惱垃圾需用「心」感受與處理

客廳、餐廳與家中之垃圾容易處理，人的垃圾，因有思想，有無明煩惱，有分別對立，要處理人的煩惱垃圾，唯有以慈悲、包容、忍辱與同理心去因應對方煩惱，才能解決。

2015/11/15 趙永祥 博士/《我是一個垃圾桶》心得分享 12



伍、結語(續3)

心靈垃圾是別人帶給您的困擾，工作/金錢/感情帶給您的煩惱，如同真實垃圾一般都是外來的。

因為跟我們有直接關係，不論是好或壞，到最後都必須要吸收。我們製造垃圾，但垃圾原本並不是垃圾，一開始都是有用的(金錢/朋友/工具)，如同別人給我們的也一樣，一開始可能有用也可能是沒用，但最後，當我們想通、豁然了，才能有效消化，煩惱雖是一種垃圾，但卻可以將之變為黃金，也即是「轉煩惱為菩提(智慧)⇒垃圾可以回收並再生」。

2015/11/15

趙永祥博士/《我是一個垃圾桶》心得分享

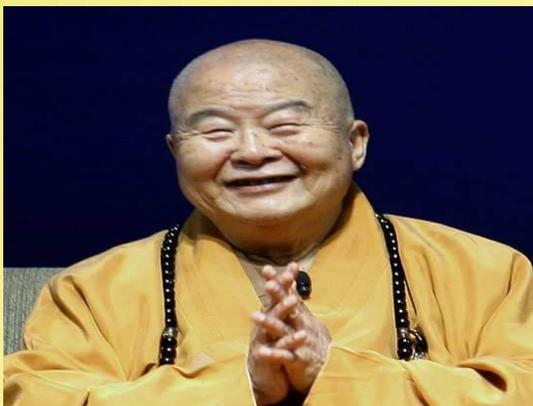
13

當你決定放下時
你不會失去什麼
唯一會失去的是
你以前放不下的
煩惱

2015/11/15

趙永祥博士/《我是一個垃圾桶》心得分享

14



2015/11/15

趙永祥博士/《我是一個垃圾桶》心得分享

15



感謝諸位護法信徒的參與

趙永祥 博士
南華大學財務管理研究所

E-mail: ed5097@gmail.com
Website : <http://isites.nhu.edu.tw/yschao>

2015/11/15 趙永祥 博士/《我是一個垃圾桶》心得分享 16



問題與討論

2015/11/15 趙永祥 博士/《我是一個垃圾桶》心得分享 17



2015/11/15 趙永祥 博士/《我是一個垃圾桶》心得分享 18
