

## 白话佛法 第二册 第43篇

## 卢台长的智慧语言

观世音菩萨 心灵法门 卢军宏台长著

要认知生是责任的开始,死是任务的结束。我们到人间来,死的时候就是什么都没有了,我们的任务都完成了。那你这个任务到底完成得好不好,你修得好不好?

智慧虽然是无形的,但能丰富你的生命。智慧虽然看不见、摸不着,无形无相,但是你的生命是靠智慧活着的。没有智慧的人,生命是枯燥和无力的。什么事情都想不通,这个人还活着干什么?没有办法,就是没有智慧。想得出办法的人,就是有智慧。

台长经常讲,用伤害别人来掩饰自己缺点的人,是可耻的。因为你自己有缺点,你就伤害人家,这是修心之人绝对不能容忍的事情。

所以一个人不要太肯定自己的看法。一个人不要太肯定自己的看法,不要认为这个事情我做的是对的,我认为怎么样,则少悔,这样就会少一点悔过。因为你太注重你的观点之后,你一定会后悔的。

与人相处之道在于无限的容忍,如果不能容忍,就不能够相处,一定要懂得容忍啊。佛法讲的就是一种容忍,就是一种忍耐。忍辱精进是进步很快的一种功德,当一个人能忍辱的时候,他的功德很大。当然,如果一个人身上有魔、有障,硬要容忍下去,也不行。师父到人间来,可不是一味容忍人家的。修心还是要有一些限制,过去比丘的戒律和比丘尼的戒律有三百多条,想想看,这个和尚和尼姑还能够动吗?这么多的戒

律,走也不是,坐也不是,干什么都不是。只有念经,老老实实修心,戒律就是这么厉害。

而我们现在是在家修行要学会从他谤,任他诽,把火烧天徒自疲,我闻恰如饮甘露,要销融顿入不思议。任由别人去讲你的好坏,就等于用火去烧天,徒自疲劳。人家骂你,人家讲你不好,你就像是饮用甘泉一样。当你身上有毛病的时候,没有人讲你,你不知道。等到有人骂你的时候,你会突然想,我是这样的吗?我要当心一点了。你改了,不就像饮用甘露一样吗?你不要去想,他讲的对不对,有则改,无则勉,要突然之间明白,就冰融化了。我不去想这件事情,我可以过去的。就像很多人没有吵架之前,窝在心里,一直不开心。等到有一天,骂了,吵了,就算了。这不就是冰融化了吗?

就算恶言对你来说是功德。人家骂你,你要认为这是功德啊。你要谢谢骂你的人。他在帮你指出缺点,就像师父讲你们徒弟一样的,师父不是帮你们在指出缺点吗?这不是师父给你们身上加功德吗?你改掉了这个毛病,是不是有功德了?你不改这个毛病,做出来的事情是不是没功德了?不因诽谤起怨恨,就是不要因为别人讲了你的不好就起怨恨心。何表无生慈忍力,就是说,被人家骂,就能够生出慈悲忍辱的力量。不被人骂的人,生不出这种力量,越是被人骂,这种慈忍力越强。一个人的忍耐力是慢慢积累下来的。

### 美国心灵法门大华府观音堂

联系电话:202-656-9897

邮箱:

xlfmmd0822@yahoo.com

地址:12100 Heritage Park Circle, Silver Spring, MD 20906

坐标:大华府观音堂近邻 Koren Korner 城市,两者相距步行5分钟。

乘公交车:从 Rockville 方向,乘车至



Randolph Rd and Veirs Mill Rd 路口,步行5分钟,从 Silver Spring 和 Weaton 方向乘车,至 Heritage Park,步行即达。]

## 心灵法门大华府观音堂

免费结缘佛具、法宝、书籍

“观世音菩萨心灵法门”是末法时期观世音菩萨为救众生之苦,应世而生的殊胜法门。心灵法门秉承大乘佛教精髓,运用“念经、许愿、放生、白话佛法学习、忏悔、五大法宝,通过如理如法地修心修行,及早消除业障,从而迅速改善命运,令工作顺利,得好姻缘,求子成功,家庭和谐,身体健康等,最适合在家居士修行的方便法门。

诸恶莫作 众善奉行 素食分享 白话佛法共修

电话:202-656-9897 地址:12100 Heritage Park Circle, Silver Spring, MD 20906

## Z世代女性开始动用退休金储蓄冻卵 这有必要吗?

“直到我冻卵后,我才卸下自己之前在约会中感受到的巨大压力,那压力现在没了。”25岁时冻卵的莱碧·威尔森(Libby Wilson)说。

她是越来越多试图保存生育能力的20出头的女性——Z世代——的一员。她们的动机来自于对于情感关系的不确定性,以及希望在生育能力衰退的紧迫期限到来前,尽情享受自由。

女性出生时就拥有所有卵子,卵子的品质和数量会随着年龄增长下降,使怀孕变得更困难。2000年代初以来,非医疗原因的冻卵开始大幅流行起来,30多岁的女性当时是增长最快的群体。但现在,年轻女性也正推动这股上升趋势。

冻卵在全球均可进行,但规定各异。譬如,中国的单身女性不得因非医疗原因进行冻卵,而匈牙利和奥地利等国禁止“无健康相关理由”的冻卵行为。

在英国,人类受精与胚胎学管理局(HFEA)最新数据显示,18-24岁年轻人完成的冻卵周期四年内增加了46%。此外,从2019年的196个周期上升至2023年的287个,而30-34岁女性则从505个激增至2,012个。

但最终很难保证成功。医生警告说,一颗冻存卵子最终成为宝宝并出生的机率微乎其微。

“约会市场一片混乱”

纳斯蒂娅·史旺(Nastya Swan)25岁,过去8年住在美国,她去年冻存了卵子。她向BBC表示自己知道年纪轻,但已单身“相当长一段时间”,并且清楚自己想当妈妈。她说,“我对选择共度一生的人非常谨慎。而约会市场现在一片混乱。”

原籍俄罗斯的纳斯蒂娅又称当她告诉父亲时,他“简直笑疯了”。爸爸说:“好好过你的生活,你还这么年轻。”

最终,她的家人还是支持了她。

虽然女性对生育的意识已出现“范式转



移”,但一些人的反应可能会让她们对于冻卵望而却步。印度生育支持平台“Fertility Dost”创办人吉坦贾丽·班纳吉(Gitanjali Banerjee)表示。

她告诉BBC,“我们得到的反馈是,‘天啊,我的家人连我的事业都不理解……他们怎么可能理解冻卵?’”。她认识的患者也忧心未来伴侣及公公婆婆对冻卵的看法,尤其是那种家庭包办婚姻,因为对于辅助生育“存在禁忌”,她补充道。

“多囊卵巢综合征”成为“驱动力”

以澳洲的莱碧为例子。她本身患有多囊卵巢综合征(PCOS),这是一种荷尔蒙失调疾病,可能导致生育问题,全球约有十分之一女性受影响。她向记者表示“这绝对是我深入研究冻卵的驱动力”。

伦敦大学学院(UCL)妇女健康讲师、HFEA 委员会成员泽伊内普·古尔廷医师(Dr Zeynep Gurtin)则指出,年轻女性冻卵的主要原因是医疗因素,例如癌症治疗。

这波增长也反映出年轻女性对相关疾病的认知日益提高,例如原发性卵巢功能不全(卵巢在40岁前停止正常运作),或子宫内

膜异位症(子宫内膜样细胞在身体其他部位生长)。

此外,女性对生育科技的接触也越来越多,例如抗穆勒氏管激素(AMH)测试。这项血液测试可显示卵巢剩余卵子数量,且全球线上无需处方即可取得。但,Fertility Dost 创办人班纳吉夫人则说,患者有时会将其视为“生育报告卡”,而非拼图的一小块。

这项测试也无法测量卵子品质,不能预测自然怀孕的难易度——研究发现,有些测试结果不准确。

动用退休储蓄

医疗费用也可能是障碍——价格因地而异,但冻卵过程可能耗费数千美元,加上高额卵子的储存费用。

譬如,在澳洲,冻卵费用大概11,000澳元(约5,467英镑),每月储存费约50澳元(25英镑),莱碧承认,对大学生来说“负担相当沉重”。她从退休储蓄(澳洲称为superannuation)中取出资金,但对决定感到满意:“这可能就是我能否有孩子的分水岭。”

其他女性发现冻卵程序不如预期来得

简单。

来自阿根廷的莫拉·蒙纳科(Mora Mónaco)26岁时听从朋友推荐冻卵。“医生说‘你会做得很好;你26岁,这是最佳年龄’,但事实上,并非如此。”

因为莫拉的卵巢储备低,因此难以取出卵子,这让她感到“毁灭性”的打击。

当她想生孩子时,冻卵可解冻并用于生育过程,例如体外受精(IVF)。但HFEA的古尔廷医师警告,整个过程无一环节是有保证的。许多变数会影响成功率,例如年龄、健康状况、成功冻存与解冻的卵子数量,还有精子品质。

而成功率难以精确计算,因为至今大多数女性尚未使用冻存卵子。但是,根据HFEA 2016年数据,那年仅18%的冻卵周期导致宝宝出生。因此,HFEA不再收集成功率数据,因为无法可靠连结患者冻卵时的年龄与受孕时的年龄,这会导致成功率被高估。该机构还指出表示冻卵的成功机率略低于IVF——从女性卵巢取出新鲜卵子与精子受精后植回子宫——成功率依患者年龄,每轮介于5-35%。

对此,古尔廷医师告诉BBC称,最重要的是,任何考虑冻卵的女性都应了解成功率,“知道冻卵绝非保证,并拥有关于潜在风险与副作用的全面资讯”。

这些风险包括情绪失调、腹胀、荷尔蒙注射引起的头痛、取卵时的痉挛,以及罕见但严重的卵巢过度刺激综合征,可能导致剧痛、快速体重增加与血栓。

莫拉经过三轮取卵,共冻存九颗卵子。“我知道我已尽力保存卵子。”她说。

三位接受BBC访问的女性皆在TikTok分享故事,累积数百万观看次数。

“有数千则讯息感谢我分享……说‘我会问医生这件事’。”莫拉说。

对此,古尔廷医师强调年轻的女性不需要为此担心,“我想说,24岁以下的女性真的不需要考虑冻卵。你们还有充裕时间!”

## 准备报税时,请警惕诈骗

新的一年开始了,报税季也即将到来。报税季也是犯罪分子活跃的时期,他们会加紧行动,诱骗人们泄露敏感的个人信

息。身份窃贼可能会利用这些信息提交虚假税表并窃取退税款。

美国国税局和安全峰会(英文)合作伙伴希望纳税人、税务专业人士和企业警惕以下威胁。

• 社交媒体诈骗:社交媒体上的不良税务建议可能会误导纳税人,使其对自己的

优惠抵免或退税资格产生误解。一些网络红人可能会说服纳税人在税务表格上撒谎,或者声称国税局对他们隐瞒了某些税收抵免政策。社交媒体帖子也可能让纳税人接触到诈骗分子。

• 网络钓鱼和短信诈骗:国税局经常警告人们提防网络钓鱼邮件和短信诈骗,这些都是犯罪分子窃取个人和财务信息的常用手段。诈骗者会冒充他人,诱骗纳税人向他们汇款。打开链接和附件可能会损害您

的电脑。

• 保护老年人:诈骗分子以65岁以上或即将退休的人群为目标,骗取他们的个人信息、财务信息或金钱。通常,一旦老年人上当受骗并支付款项后,诈骗分子还会索要更多。如果诈骗分子诱骗老年人从退休账户中提款,可能会影响他们的税务。

• 保护企业和税务专业人士:国税局提醒税务专业人士,他们有法律义务制定书面信息安全计划并使用多因素身份验证。

国税局还建议企业更新安全措施,并对网络攻击保持警惕。

• 身份保护个人识别号码(IP PIN):身份保护个人识别号码是一个六位数字,可以防止他人使用纳税人的社会安全号码(SSN)或个人报税识别号码(ITIN)提交税表。如果纳税人尚未拥有IP PIN,可以主动申请一个,以保护自己免受税务相关的身份盗窃。任何拥有SSN或ITIN的人都可以申请IP PIN,包括居住在海外的人。