



佛光榮根譚

「學貧貧後道方親」，真正的學道人，先學貧窮，金錢少，掛礙就少；金錢多，掛礙必多。一個人如果能安貧樂道，才懂得在貧窮裡不屈不辱。

雪梨

人間福報

南天寺Nan Tien Temple (IBAA)

Buddhist Centre 180 Berkeley Road Berkeley NSW 2506

電話：61(2)4272 0600 傳真：61(2)4272 0601

E-mail：nantien@fgs.org.au 網址：http://www.nantien.org.au

星雲說偈

隨順佛說

文／星雲大師

隨順佛所說，持戒行頭陀，
身心無惡行，疾至於解脫。
——《治禪病秘要法》

人生活在這個世間，每天總離不開衣食住行、男婚女嫁、家庭、職業等人生百態，就像籠中鳥，也如同在苦海中浮沉，在輪迴裡流轉，在煩惱束縛中不得自由、不能自在。人要如何從囚籠中走出來，獲得心靈的自在解脫？如何從黑暗苦海的恐怖、危險中出離，找到安全的處所？

想脫苦求安樂，要能「隨順佛所說」。佛教的三藏十二部經典裡，告訴我們很多脫苦、求安樂的方法。比方，要以恭敬心求法，因為恭敬裡就有佛法；對人要尊重，因為尊重裡會有人緣；要以結緣來待人處世，廣結善緣，能得到很多的助緣。因此，隨順佛所說而行，便能找到生命的解脫安樂。

「持戒行頭陀」，隨順佛所說之後，重要的是持戒。持戒就是守法，佛教的五戒，是以「不侵犯」為根本：不殺生是對別人的生命不侵犯，不偷盜是對別人的財產不侵犯，不邪淫是對他人的名節不侵犯，不妄語是對他人的名譽不侵犯，不飲酒是對自己的理智不侵犯。因為不侵犯而尊重他人，而能得到人生的平安，享有真正的自由。

頭陀行，即捨離對衣、食、住的貪著，不貪慕世間的榮華富貴。這樣的人能甘於淡泊，不求享樂，吃苦忍耐，只是一心一意為法精進。

能持守戒律，端正身心，行頭陀行，無貪無執著，則「身心無惡行」，身不殺盜邪淫，心不起貪瞋愚痴，身心無種種惡心邪行，便能「疾至於解脫」。

佛教裡常以繩子、枷鎖比喻人的無明煩惱，並不是真有什麼繩子、枷鎖捆綁住我們，所謂「解鈴還須繫鈴人」，唯有隨順佛所告訴我們的方法，放下自己的執著與成見，守法持戒，才能出離煩惱，獲得人生的自在安樂。



圖／佛光緣美術館

另類財富

人生贏家

文／悠蓮

你的生命榮枯，全視你如何去培養能力，在追夢過程中堅持到底，才能真正成為人生贏家。亞州首富李嘉誠即是典範，他經過半世紀的努力和奮鬥，從普通人成為商界名人，並擁有令人矚目的成就。

出身寒門的李嘉誠，因父親病逝，為了養活母親和三個弟妹，十七歲就被迫輟學到玩具製造公司做推銷員，人家做八個小時，他就做十六個小時，工餘還到夜校進修。由於勤奮好學、精明能幹，不到二十歲便升任塑料玩具廠總經理。兩年後他用省吃儉用的積蓄創辦塑膠廠，開啓致富之路。

李嘉誠對人誠懇、做事負責，平日廣結善緣，懂得維護別人尊嚴，只要答應幫人家的事，不僅完成承諾，還會比對方要求的做得更好，只要跟他合作後，都成為好朋友。

為了跟上時代潮流，李嘉誠從不間斷閱讀新科技、新知識的書籍，勤奮、節儉、有毅力，肯求知及建立信譽，讓他即使遇到逆境也能克服。

「作為一個領袖，最重要的是責己以嚴，待人以寬；其次要令他人肯為自己辦事，並有歸屬感。」李嘉誠曾說，要成為一位成功的領導者，不單要努力，更要聽取別人的意見，要有忍耐力，提出自己意見前，要考慮別人的意見，最重要的是創出新穎的意念。

想事業成功，成為生命中的強人，李嘉誠強勁的洞察力、自制力、做事有計畫，及良好的處世哲學和用人之道，值得學習。

星雲大師談中國夢與人間佛教

高雄佛光山開山星雲大師十九日到北京，以「中國夢與人間佛教」為題，提出「中華文化要加強軟實力建設」等建言。
以下是星雲大師發表的「中國夢與人間佛教」全文：

各位嘉賓，大家吉祥！
星雲這次有幸能隨連主席再次來到北京拜訪習總書記和各位領導，無任榮幸。習總書記近年所倡導的「中國夢」以及現在兩岸都強調的「弘揚中華文化」，可說異曲同工，我覺得對國家社會都有重大貢獻。對此，我有以下四個意見，提出來就教於各位：

一、發揚中華文化要加強軟實力的建設

在我個人認為，「中國夢」就是要團結，就是要進步，就是創新，就是發展。講到中華文化，一直以來，大都強調大好錦繡河山、歷代宏偉的建設、豐富的文物寶藏等，但我建議，當今弘揚中華文化的重點，更要加強軟實力的建設，例如推動詩書禮樂等。

因為詩書可以言志，可以提升人的思想境界，禮樂可以陶冶人的性情、人的品格，尤其現在最需要培養中國人的氣質和志節。過去的聖賢如孔子、孟子、老子、莊子，以及數千年來許多文人學者、國家棟梁、忠臣烈士，他們忠君愛國的情操，都成為歷史典範人物。現在，我們更要加強詩書禮樂的內涵，把國家建設為「禮儀之邦」，泱泱大國，無論走到任何地方，讓世人對華夏民族刮目相看。

二、兩岸和平要以五和為基礎

我認為，現在兩岸的問題是急不來的，兩岸都是中國人，自然有「血濃於水」的情感，只要假以時日，自然就會一家親。二千六百年前，佛陀建立佛教「六和僧團」，在我的想法裡，「五和」可以幫助兩岸之間有序的和平發展。所謂「五和」：

首先是「自心和悅」。台灣與大陸之間要像兄弟情誼，人民要從心裡相互尊重友愛，台灣人喜歡大陸人，大陸人喜歡台灣人，彼此心裡和悅，和平自然水到渠成。

其次是「家庭和順」。由於時代的改變，幾十年來，固有的家庭倫理已經有所改變，甚至日漸式微，現在，我們要恢復家庭的禮節，重視倫理的建設。家庭和順，就是和諧社會的前提。

再者是「人我和敬」。現在兩岸之間交流愈來愈密切，無論是朋友之誼，商賈互惠，都建立了正向的關係。希望雙方重情義、講誠信，彼此和敬互愛，加強來往，來來往往，往來來來；你來我往，我往你來，到最後兩岸一定一家親。

能做到「自心和悅」、「家庭和順」、「人我和敬」，就能「社會和諧」，進一步追求「世界和平」。兩岸人民攜手並肩，行走於國際之間，都會受到肯定與尊重。

三、心靈富足要實踐三好四給

現在，我們除了中華文化在世界上獨占鰲頭，在土農工商、科技、經濟的建設上，也逐漸凌駕世界各國。不過，我們並不希望人民百姓只追求財富的增加，成為暴發戶，尤其土農工商各界，更應共享共有，除了改善社會經濟，提升生活品質，也希望人民在心靈上獲得富足安樂。

因此，我鼓勵「三好」與「四給」，希望人人做好事，人人說好話，人人存好心，政府與人民都要相互「給人信心、給人歡喜、給人希望、給人方便」，懂得不僅自己擁有，並且樂於與人分享，這就是心靈富足的良方。人心祥和富有，人民幸福快樂，便能建設美麗芬芳的社會。

四、人間佛教有益於國家社會

過去太虛大師、趙樸初居士主張「人間佛教」，我一生也致力推動人間佛教，倡導入世、慈悲、和諧、寬容的價值，因為人間佛教有益於國家、社會、人心的建設。

心平得自在

最大的亂流！隨著飛機不斷顛簸，我的心情也跟著上下起伏，心中一直浮現不安的感覺，但我看見姐姐與姐夫卻氣定神閒的在聊天，使我大感意外。

所幸飛機平安抵達機場，下機後，我便詢問了姐夫為何能這麼泰然自若。姐夫回答，生命無常往往不是我們能決定，但既然決定上了飛機，一切便聽天由命、順其自然。人生有許多的過程與結果，不見得如我們預想般順利，但我們所能做的，就是調整好自己的心去如實面對。況且意外時時刻刻在發生，又不僅僅只發生在「天上」。

聽完姐夫解釋後，我之前的陰霾一掃而空！我才發現是自己將那些無謂的包袱一直扛



佛光山開山星雲大師（左二）隨國民黨榮譽主席連戰（右二）訪問北京，與中共總書記習近平（右一）見面。

所謂「人間佛教」，和過去的佛教稍有不同，現在的人間佛教，已經從山林走向社會，從寺廟走入家庭，從僧眾走到信眾，從談玄說妙走向實踐服務。

翻開歷史冊頁，佛教從未與政治對立，人間佛教更可以輔政治心，幫助國家穩定社會次序、改善社會風氣、淨化社會人心，以及建立正知正見的信仰，讓人民身心獲得安頓。我們希望政府加強佛教人才的訓練，讓中

國的佛教徒都能「以戒為師」、樹立道德，讓人間佛教的因果觀、業力觀，以及禪文化的精神，成為中國人普遍善美的教育。我相信，人間佛教可以豐富中國夢的內涵，我也深信，只要每個人都為社會廣植善因與福田，帶給人民幸福的中國夢一定會早日實現。

以上四點，是我此次北京的一點意見，敬請酌參。在此至誠為各位祝福，新年平安吉祥、諸事如意。



，無罣礙故，遠離顛倒夢想，究竟涅槃……」，我才猛然驚覺，或許外在世界那麼多的是是非非，都只是內心的過度執著所造成。把清淨單純的心找回來，所謂的天堂與淨土，其實就離我們不遠了。

有一天在讀《心經》時，讀到「心無罣礙

，無罣礙故，遠離顛倒夢想，究竟涅槃……」，我才猛然驚覺，或許外在世界那麼多的是是非非，都只是內心的過度執著所造成。把清淨單純的心找回來，所謂的天堂與淨土，其實就離我們不遠了。

商場傳奇

做最壞的打算

文／李碧華

美國傳奇地產大亨川普（Donald John Trump）的成功祕訣是，不一廂情願地忽略事物壞的一面，「我運用正面思考的力量，理性做好一切最壞的打算。」

有次，川普向賓州中央鐵路公司買下康曼德酒店，這是一個極具風險的交易，如果失敗，這筆投資將使他一無所有。所以，打從一開始，川普就設法把風險降到最低。他讓跟這筆交易有關的每一個單位，包括銀行、鐵路公司和紐約市政府相信，他是最有能力使該地區起死回生的人。

果然，川普獲得獨家購買酒店的選擇權，還得到市政府減稅優惠，並幫他尋找資金、找到飯店管理公司經營酒店，這樣就不必投入太多現金了。

川普也提醒，雖然正向思考很重要，但生活中總有無法掌握的狀況，你未必總是能如願做成生意、說服客戶、打贏官司。而要讓自己信心堅定的唯一方法就是，做好最壞的打算！

生命書寫

文／淨依 圖／如地

還記得碩士一年級暑假，我因為學業與人際關係發生問題，常常把自己一個人孤立起來。那時姐姐與姐夫看我這樣低沉不是辦法，便提議帶我出國走走，藉踏青旅遊轉換心情。

出國那天，我們步入候機室，等待搭航班機。在候機室等待時，看見家人與周遭登機乘客的喜悅神情，但我並沒有感染到那期待與歡樂的氣息，反而仍是一臉憂容。姐姐不斷鼓勵我，既然要出國玩了，就暫時把不開心的事情拋開去。雖然我明白姐姐的好意，卻一點也打不起勁來。

飛機起飛約莫三十分鐘，空服員廣播飛機即將經過一段不穩定氣流，這是我生平遇到

香草生活家

春天的居家打掃

文與圖／郭姿均（迷迭香花園執行長）

西方人習慣在春天時，進行環境大掃除及身體的淨化排毒。由於許多市售清潔劑含有化學物質、環境荷爾蒙、塑化劑……等，因此，美國環保團體也一直鼓吹大家使用天然物如小蘇打粉、醋、檸檬及天然橄欖液態皂等進行居家打掃，為了增加清潔及殺菌、抗菌力，也可搭配天然的精油替代人工香精產品。

講求綠能的美國奧勒岡州政府，甚至印製使用天然素材及精油來打掃的宣導資料，希望民眾能減少化學物的使用，及避免曝露在充斥化學物質的環境下，因為很多研究發現清潔劑及化妝保養品中的部分化學物質是造成氣喘、過敏的因子，甚至還是癌症的潛在因素。

以下分享數個春天花清潔法：

自製漂白水

一般漂白水含氯，對呼吸道具刺激性，環保人士都建議以雙氧水替代漂白水使用。

原料：
● 二分之一杯雙氧水
● 二分之一杯工業用小蘇打粉
● 二分之一杯檸檬汁
● 二分之一杯烘焙用小蘇打粉
● 十滴精油（尤加利、薄荷、薰衣草、茶樹等均可）
用法：
充分混合後，建議加入溫水，因為這樣比較容易溶解使用。

空氣芳香劑

美國知名環保團體EWG曾列出六種最好禁用的清潔用品，包括空氣芳香劑、抗病菌消毒劑、衣物柔軟劑、柔軟烘衣紙、水管清潔劑、烤箱清潔劑。因為像空氣芳香劑中就含有香精、塑化劑及防腐劑；所以我們最好自己製作天然無毒的空氣芳香劑。

原料：（視容器大小，可以減量製作）
● 六十毫升純水

