



星雲大師/Venerable Master Hsing Yun

人間未必是穢土，淨土也不一定是死後才能往生。

南天寺 Nan Tien Temple (IBAA)
Buddhist Centre 180 Berkeley Road Berkeley NSW 2506
Tel: 61(2)4272 0600 Fax: 61(2)4272 0601
E-mail: nantien@fgs.org.au www.nantien.org.au

星雲說偈

垢穢

文/星雲大師

妄語為言垢，不勤為家垢；
不嚴為色垢，放逸為事垢；
慳為惠施垢，不善為行垢；
今世亦後世，惡法為常垢。

——《法句經》

這個偈語裡談到垢，所謂的垢就是汙穢，就是骯髒。究竟什麼是汙穢？什麼是骯髒呢？這首偈語為汙穢骯髒做了詮釋。

「妄語為言垢」，假如一個人常說謊、講妄語，那麼妄語就是語言的垢穢。哪些是骯髒的語言？如罵人的話，當然是骯髒的話；又如說謊、不實在的言語，自然也是骯髒的話；諸如騙人、搬弄是非等等，這些都是汙穢骯髒的言行。

「不勤為家垢」，假如一個人很懶惰、不勤勞，地也不掃，碗也不洗，這樣家裡就會很骯髒，甚至連舉手之勞的事情，都不肯為人服務，那麼有誰會受得了這樣的人呢？因此，不勤是家庭的垢穢。

「不嚴為色垢」，一個人若不莊嚴、不端正、不懂得自我要求，就算他有再美的風儀，再美好的臉色，都是垢穢的，因為他不正派、不莊重。

「放逸為事垢」，假如做事放逸懈怠，隨隨便便的做，那麼一切事情都會做不好，事業也無法成功，這就是事業的垢穢。

「慳為惠施垢」，人若過於慳吝，比方對於布施利人的事，太過慳吝，不肯布施，這是施捨的垢穢。

「不善為行垢」，如果不做善事，沒有好的事業，只做不法的事，或是做為社會所不恥的事，這在行為上就產生了垢穢。

「今世亦後世，惡法為常垢」，不單是今生這一世，甚至是來生後世，如果這樣永遠垢穢下去，也就是不改惡法，不修善法，惡事不除，善根不增長，就等於庭院裡的惡草不剷除，善法的草就不能增長。

《法句經》這四句偈，是我們立身處世所應該學習的，也應該知道的。我們要清淨自己的身心，清淨自己的心念及行為，不要小看這些垢穢，這樣的惡法會染污我們的現世，甚至是未來世，不可不慎！

另類財富

最謙卑的慈善家

文/星草

陳樹菊是個平凡的台東菜販，因她無私捐款作公益被報導，在台灣成了平凡卻又不平凡的婦女。「世界上最看不出來，也是最謙卑的慈善家」，是日前英國廣播公司（BBC）來台專訪陳樹菊時，對她的形容。

陳樹菊的弟弟生病，因受仁愛國小師生的募款才能住院，讓她銘感在心，發願有能力時也要幫助窮困的人，儘管賣菜的利潤僅五元、十元，她仍致力於回饋社會，二十年來持續捐款。

陳樹菊說：「人生的道理很好想、很簡單，一件事做了，如果你很鬱卒，那就是做錯了；如果晚上很好睡，就是做對了，其他人說什麼都不重要。」

低調的陳樹菊接受專訪的目的，是希望可以藉她的故事激勵人心，讓大家一起加入善心捐款行列。

陳樹菊收入不高，但她的心卻十分富有。因為生活簡樸，不覺匱乏；行善助人，既幫助了別人，也讓自己快樂。行善捐款的意義並不在於錢的多寡，而在於願意行動與給予的心意。

星雲大師說，善的「給」予，美化了人生，淨化了社會，「給」才能維繫社會和諧。你我都能是「陳樹菊」，給人一句好話、一點幫助、一個微笑，在給予當中心靈的滿足、安樂，才是真正的富有。

跨界對談 為開創人類未來把脈



「第三屆星雲人文世界論壇」由遠見·天下文化教育基金會、公益信託星雲大師教育基金聯合舉辦，禮請佛光山開山星雲大師（中）、遠見·天下文化教育基金會創辦人高希均（右二）、公益平台文化基金會董事長嚴長壽（左二）、大小創意齋創意長姚仁祿（左一）等對談，兩千人聆聽。

【記者杜憲昌、林洛滢、林汝娟、王靖淇高雄報導】「第三屆星雲人文世界論壇」七日於台灣高雄佛陀紀念館大覺堂召開。論壇以「開創人類的未來」為主題，邀請佛光山開山星雲大師、遠見·天下文化教育基金會創辦人高希均、公益平台文化基金會董事長嚴長壽、大小創意齋創意長姚仁祿跨界對談，共同思索未來。

星雲大師 信仰決定未來

星雲大師表示，以宗教論點看未來，信仰是戰勝未來最大的力量。未來社會強調服務、誠信、幸福、和平，期盼未來人人心中無罣礙、無顛倒妄想，大家過著幸福快樂的「人間佛教」人生。

如何培養道德與修心？星雲大師說，要平等看待世間萬物，心若公平，自然不會對人與環境起分別。

星雲大師勉勵大家，要為自己創造機緣與價值，以服務的精神，為大眾奉獻，時時與人結好緣，做人處事自然事半功倍。大師強調，「把心量放大」學會不計較，就能活得自在。

高希均 觀念影響未來

如何改善台灣現狀？高希均提出六個觀念：超越保護主義的大格局思維、超越意識形態的市場經濟、超越恐懼與保守的開放社會，提升競爭力，即能邁向文明社會。

如果沒有這六個超越的觀念轉變思維，將會受限於現狀，無法進步。最後，高希均表示，文明社會是包容、平等、彼此尊重而沒有歧視的，希望大家共同為文明社會而努力。

嚴長壽 教育改變未來

嚴長壽於二〇一一年接受星雲大師邀請，擔任台東均一中小學董事長，將均一教育平台、翻轉教室、國際化等教育概念融入教學，幫助偏鄉孩童培養專業技能、開展國際視野。

老師需要哪些特質？嚴長壽指出，隨著科技進步，老師必須知道「我不見得比學生更棒」，要有「我想教出比自己更棒的學生」

想法；想改變未來，就從老師做起。嚴長壽認為，新世代年輕人應具備的素養，應包含品格、思辯能力、藝術人文與宗教素養。並非人人需要讀大學，培養學生具核心思想、擁有心靈寄託，更顯重要。

姚仁祿 創意打造未來

姚仁祿分享創意、未來與學佛三者之間的發展可能性，鼓勵大家去除「妄想顛倒」，使大腦得到更多活用；以戒定慧、八正道去除貪、瞋、癡三毒，即能打造未來。

論壇由遠見·天下文化教育基金會、公益信託星雲大師教育基金聯合舉辦，共二千餘華人精英與會。

老年生活

老爸養老心不老

文/劉錦得

「你們只要把我送到安養院就好，不要找外傭照顧我……」自從老媽過世後，我和妻打算透過仲介找個外勞，來照料八十六歲的老爸，不過被他老人家一口回絕。他說，他還是個「有用的人」，而且好友阿福伯說，老人到老人安養院後，因為有「伴」一起生活、學習，又重拾生活樂趣；我們只好依他的意願，讓他進了安養院。

果然，這幾年來，老爸讓我們感覺他愈來愈年輕了，每逢周末假日去探望他時，只見他臉色紅潤、精神奕奕，和一群銀髮族的同伴談笑風生，比起之前的他，判若兩人。原來院方安排了二、三十種「課程」，有靜態的書法、繪畫班……也有動態的舞蹈、球類活動……另外，每天早晚的律動操，讓老人

家們能舒展筋骨，整天都充滿活力。

老爸告訴我們，每個老人在課程中那種學習的拚勁，還真是不輸給年輕人，非常認真又用心地想學得一些東西，像書法課，拿起毛筆一筆一畫很工整地書寫著，老爸笑著說，他還寫幾副春聯送給親友呢。而繪畫課，雖然一開始畫得還不如幼兒園的小朋友，但學了幾堂之後，臨摹起來勒勒（捨）中那三個農婦，還十分真摯哩。尤其英文課，在年紀都可當他們孫子輩的老師指導下，除了琅琅上口外，還能用英語對話，都讓我們嚇了一大跳，才國小畢業的老爸，英文竟然不輸我們呢！

在球類活動中，老爸最愛打桌球，他說，彷彿又回到了年輕時代，原來他以前就酷愛打桌球，如今有機會讓他重拾球拍。哇，只見他俐落的揮拍動作，還真讓我自嘆弗如！

看到老爸在老人安養院「養老」而能「心不老」，我很欣慰，我想主要是因為他有一群同伴可以陪伴、可以共同學習，讓他找到了生活的目標，而把自己「活化」了吧！

生活快門



開朝會

文/巴武奇杉

早上送小孩到學校後，習慣至台北二二八公園散步、做早操。幾年下來，園內古蹟、建築、設施及一草一木，已如數家珍。

每天除了可見四處覓食的松鼠、鴿子、麻雀之外，園內有座別致小拱橋景觀池內的烏龜，似乎也有固定的習慣，池中央這顆大石頭，儼然成為牠們朝會的平台。看牠們動作一致及精神抖擻的模樣，相當有趣。

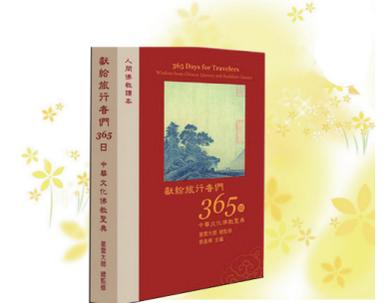
獻給旅行者們365日

中華文化佛教聖典

總監修/星雲大師

君子小人

文/演音弘一（1880-1942）



阿芬家事愛地球

塑膠套要不要拿掉？

文/匡天龍

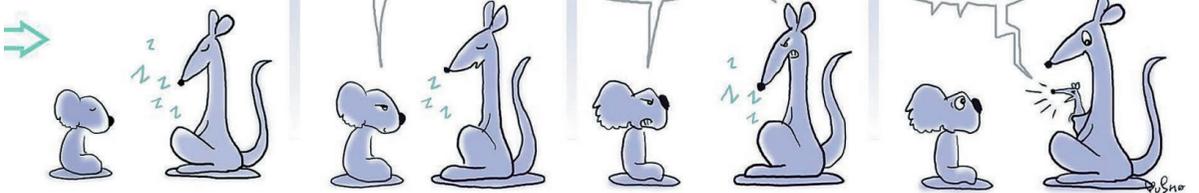
從洗衣店取回衣服時，塑膠套到底要不要拿掉呢？通常，我們很順手就一起掛進衣櫃裡了，其實，塑膠套還是拿掉比較好。因為雖然可以防止灰塵弄髒衣服，但因乾洗的衣服上多少會殘留一些揮發性乾洗劑，所以還是先把塑膠套除去，讓衣服的殘留物揮發後，再放進衣櫃裡比較好。

而且衣服套著塑膠套，放進衣櫃的話，有可能還會因水分不易蒸發而發霉或有異味。



參禪參繆

袋鼠、無尾熊在林間靜坐突然傳來一陣異響……



誰打呼？

文與圖/尤俠

醒醒，你打呼了

不是我

修行人不能打妄語

我真的沒打呼！

小聲一點啦 你們真的好吵！

禪 | 門 | 語 | 錄

文/星雲大師
譯者/滿和法師、Doris Koegel-Roth、Leon Roth

一個人有禪定的修養、禪定的功夫，他的心很寧靜，不會因為別人的一句話、一件事而起伏、動亂，不會輕易受到影響。所以，靜心的人，恩也好、怨也好、善也好、惡也好，都不能亂其神，不為外境左右，這就是靜心的功夫。所謂人間佛教，就是要你接受佛陀在人間傳給你的教化，禪，就是佛陀加持的功德寶藏。

The mind that is proficient in meditation is quiet and not distracted by criticism and adversity. The quiet mind is not swayed by favor, hatred, happiness, or evil. This is the gongfu of the serene mind. Humanistic Buddhism embraces the teachings of the Buddha, and Chan is the meritorious treasure blessed by the Buddha.