



星雲大師/Venerable Master Hsing Yun

信仰宗教，能夠正信最好；不能正信，迷信也比不信好；但是寧可不信，千萬不可邪信。信仰錯誤，就如走差了道路，永遠也達不到目的地。

星雲說偈

真善友

文/星雲大師

我略說友相，惡諫善勸行；
厄難相救濟，是名真善友。

——《佛本行集經》

這四句偈告訴我們，什麼樣的人才算是真正的善友。每個人都有朋友，俗云「在家靠父母，出外靠朋友」，有的人個性慷慨，四海之內皆兄弟，普天到處都有朋友。然而這麼多的朋友當中，有好的朋友，也有不好的朋友，就如有些人事業成功，就是靠好朋友的幫助，好朋友的提攜，好朋友給的助緣；也有的人，則是被壞朋友陷害，或被壞朋友拖累，甚至有不堪設想的後果。

所以，對於交友要有所選擇，因為「近朱者赤，近墨者黑」，我們必定會受到朋友的影響。時下有些青少年，有的深夜不歸、飆車、竊盜、吸毒、搶劫，甚至犯下不可饒恕的彌天大罪，大多是由於交友不慎。可見交友對於我們的一生，有著舉足輕重的影響，不可不慎。

「我略說友相」，究竟什麼才是真善友呢？比方有學問，但是有學問還不行，必須要有道德；有道德還不夠，必須要對自己友好尊重。有的朋友有錢有勢，可是很勢利，看不起人；有的朋友雖然兩袖清風，不過對人都是真誠相助，這就是好朋友。

「惡諫善勸行」，當自己作惡，朋友會勸諫不可做，這就是好朋友；有時候自己懈怠，朋友會鼓勵，勸勉奮發向上，善巧方便地勸自己要努力、要加油、要向上，這個就是好朋友。

「厄難相救濟，是名真善友」，所謂「路遙知馬力，日久見人心」，尤其在遭逢苦難的時候，朋友能給我們一點幫助，給我們一些救濟，給我們一些提攜，這都是好朋友會做的事。佛經常說，有的朋友像一朵花，在你美麗的時候，他把你戴在頭上，可是你失勢了，他就把你丟在地上。因此，能夠在苦難的時候，願意伸手救援我們的，這也是真善友，像這些善友才值得我們結交。



圖/心時

另類財富

戰鬥綠豆湯

文/喜壯

嘉義縣鹿草國中老師蔡秀怡當了三屆國三導師，每當基測前晚自習，總會熬一大鍋綠豆湯請學生喝。日前該校五十周年校慶，許多畢業生回校向她要「戰鬥綠豆湯」，重溫甜美回憶。校慶園遊會充滿「好久不見」的招呼聲，但「老師，我要喝戰鬥綠豆湯」的呼聲最特別。

三十六歲的蔡秀怡在鹿草任教六年，孩子跟她零距離，她也抽空陪學生晚自習、準備基測。蔡秀怡表示，孩子正值發育期，常因肚子餓分心，她便決定熬煮綠豆湯幫大家加油。

她說，那段時間每晚都會熬一大鍋綠豆湯，早上出門前放進冰箱；傍晚回家載到學校，有時擔心學生吃膩，偶爾也換成糕點、布丁。

學生許家瑋說，當時覺得準備基測很辛苦，自習時間一到，同學便交頭接耳問：「戰鬥湯來了沒？」

春風化雨，好老師不在學問多少，而在有無愛心，蔡秀怡關懷學生，至情至性，她除了關心學生的學業，還關心學生的健康，怕孩子肚子餓無法專心，晚自習準備綠豆湯給孩子解渴止饑，還不斷變化樣增加食欲，處處為學生著想，良師益友兼具，不可多得！

佛法真義

文/星雲大師

社會人士一聽到佛教的戒律就心有顧忌，總以為持戒就是這個不能做，那個不能做，不論做什麼都會受到種種戒條的限制，非常不自由；甚至本來有心想要學佛的人，一聽到持戒，就退縮了，「我還是不信比較好，免得學佛以後，生活受到更多的限制，增加許多不便和麻煩。」其實，持戒不是束縛我們，持戒是讓我們身心獲得究竟的自由。

例如：就算你不受五戒，但是你殺人、偷盜、妄語等等，這是基本上違反了佛教的五戒，就必然得受到國家的法律制裁，造下惡因，得到惡果。

人間的因果報應，是公平的，就算你不受戒，如果觸犯了人倫道德的規範，你還是會受到法律的制裁，失去人身自由。

戒的意義，在於不侵犯別人。所以五戒中的不殺生就是不侵犯他人的性命，不偷盜就是不侵犯他人的財產，不邪淫就是不侵犯他人的身體和名節，不妄語就是不侵犯他人的名譽和信用，不吸毒就是不侵犯自他的智慧與安全。

不持戒如同不守法，犯了國家的法律，就要被關到牢獄裡，失去自由。大家如果都持戒、守法，就能「平常不做虧心事，半夜敲門心不驚。」生平不做不好的事情，身心就不會有所畏懼，生活就擁有真正的自由了。

雖然也有人擔心受戒後，難免會犯戒，但不受戒就不必擔心犯戒的問題嗎？這是錯誤的想法。你想想，不受戒，就可以殺人？不受戒，就可以偷東西、非禮、造謠、胡作非為、放任自己的身心迷亂了嗎？不要等到違犯過失，讓世間法律來制裁時，才知道犯了戒，為時已晚。不如先受持五戒，讓自己有防非止惡的觀念，自然不容易犯過失；即使犯戒，因為有慚愧心，懂得懺悔，會比不受戒的人擁有改過向上，重新做人的因緣。

不過受戒後，要想犯戒也不容易。因為戒



圖/游智光

有輕重之分，一種是極重戒，稱「波羅夷」，即「不可救」的意思，以殺生來說，殺人才會犯「波羅夷」罪，這是不通懺悔的，一般人並不容易違犯。

還有一種輕垢戒，稱「突吉羅」，日常生活中不小心殺死蚊蟲、蟑螂、老鼠，就是犯「突吉羅」，屬於「惡作」，雖然一樣有罪，只要心生慚愧，還是可以透過懺悔、認錯得到補救，罪過會減輕。

持戒是修行一切善法的基礎，也是一切修

行的根本。戒不是用來「讀誦」的，而是要去實踐「奉行」。比方說，日常生活中，時時「做好事、說好話、存好心」，就是淨化三業，就是在實踐「七佛通戒」的「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意」了。甚至「待人好」，處處為人設想，凡事都能了解「因緣果報」的真理，這就是持戒。

戒可以說是我們的老師，指導我們什麼是能做，什麼不能做。戒是我們的圍牆，保護我們的安全；戒是一本善書，讓我們增加道

德內涵，讓人樂於接近我們。戒是建造宮殿的基礎，一個人若沒有戒法的保護，難以抵擋人生的風雨、強震，希望大家不要怕受戒，守護戒法，如護眼中珠，從不侵犯別人做起，再擴大，能愛護一切眾生。

傳統之說

持戒，即護持戒法之意，與「破戒」相對稱。即受持佛所制之戒而不觸犯。

(摘自《佛光大辭典》第四版)

少年天地·人間有愛

好成績 不如好品行

文/顏福南 圖/圖/彩虹樺

許多父母為了讓小朋友具有競爭力，常常要求孩子功課名列前茅，卻忽略了品行，然而，一個品行不好的資優生，往往會做出傷害別人的事情。

有好成績，但沒有好品行作為處事的準則，不僅會做出危害社會的事情，還可能成為社會的亂源。一名台大碩士畢業的張姓年輕人，瘋狂的殺了女友四十多刀，殘暴行徑令人唾棄，也自毀大好前程。這樣的人只有好成績，沒有好品行，做出讓父母傷痛的事情，豈是社會所能容忍？

最近食品安全問題讓社會大眾人心惶惶，這也是欠缺好品行、顧慮良心的事件，當企業只想賺錢，顧慮道德，社會怎麼會有溫暖和公理呢？好品行才有好事業，好事業造福人群，利益眾生，才能對社會做出貢獻。

在學校裡，我們要培養好的品行，看見師長、同學要懂得禮貌問候；與人相處要學習謙虛、關懷他人；說話有誠信，做事有條理；和同學一起合作，要學會分享、付出。在家裡，我們要孝順、體貼父母的辛勞，幫忙做家事，回答父母要客氣謙恭，照顧弟妹要有耐心，對待兄姐要尊敬有禮，這些都是為人處世的基本，擁有了好品行，會讓我們成為受歡迎的人，讓人喜歡和你相處，做事就容易成功。

許多成功的典範並非都是功課名列前茅的



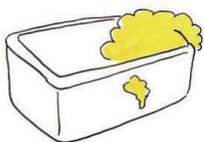
人，像著名的菜販陳樹菊女士，只有國小畢業，卻樂於助人，多年來共捐出了將近一千萬元協助兒童和孤兒，幫助學校創設圖書館，《富比士》雜誌將她選入亞洲慈善英雄人物，成為台灣具有影響力的人物。

知名導演李安也是很好的例子，他不喜歡讀書，一心一意只想當導演，大學聯考落榜兩次，後來進入國立台灣藝術專科學校電影戲劇系。他初到美國時，曾經失業長達六年，在妻子的鼓舞支持下，力爭上游，終於榮獲三座奧斯卡金像獎及無數電影獎項，成為享譽國際的大導演。

品行是教育的根本，也是做人做事的最高指導原則，所以我們要涵養好品行，學習良好的品德價值，做一個心地善良、真實誠懇的好孩子。

用海綿，就可輕鬆地刷掉浴缸池壁上的水垢，而且乾燥之後，也不會有黴菌附著。

記得每天泡完澡後，一定要隨手刷洗，那麼，浴缸就會潔白如新，泡起澡會特別舒服呢！若動用到浴缸清潔劑的話，一個禮拜一次就足够了。



小城故事

全家都沒有家

文/李碧華

趁著季候尚未過於嚴寒，我們組成六人小團體深入受到管制的林區去尋幽訪勝。填寫資料時，看到團中最小的易在地址欄上填入板橋戶政事務所，這是我頭一次看到這樣的填寫方式，不禁一驚，馬上輕聲關心他是否可以將戶籍寄在親戚那，或者現在的房東也行。

那有設籍在戶政事務所的？可能連孤兒都不會這樣，何況他父母健在，還有兩個姊姊呢！

他一面低頭繼續寫，一面淡淡的回答說，「我們全家的戶口都設在這，房東沒答應我們設籍。」意思是，全家都沒有家，地址那處一直空白。

一時心酸，我轉過臉，望向窗外。青春年少的小易好似透析我的心事，老靈魂再度穿過語言，十分老成的反過來安慰我：「我還年輕，什麼都不要為我擔心，吃苦吃到以後

，就會變甜了。」
很少看年輕人如此反潮流的不宅，也不熬夜，規律中又並不刻板，還幽默的常為大家找樂子，實在看不出他其實是受創至深的邊緣少年。

十二歲那一年，有一天放學回家，家裡所有的家當因為父母生意失敗而全部都消失，只有他留下一個小小背包。他縮在冰冷如嚴冬的角落，承受住後一直尋不回舊記憶的空盪盪。

沒時間流眼淚，只能趕快自立更生。一個瘦如竹竿的國中生被好心老師收留，「呵，那時候，我還有戶籍地址的。」

小易平靜憶起自己跌跌撞撞的成長，故事裡沒有可哀可怨的具體人物，就是忠實的講述與父母的無緣。到現在，猶是孤苦伶仃，逢年過節，一個人騎摩托車往山上看燈火，再大喊幾聲記憶裡熟悉的名字。

照顧樂觀向上的小易逐漸成為我們小團體的一種默契。世代必然有距離，你言我語，要費一些心思才能完全弄懂。但是，基於愛與守護，我們要越過藩籬幫助沒有地址的小易，總有一天，會幫他補上空白。

藝術天地

別再讓雲笑我傻

作品/尤尉州 文字/邱鈺喬

上一刻的我，坐在屋外。看著天上的雲，一邊講著電話。電話中談話的內容，好像是天上朵朵雲。



當下看見雲的感受，是如此真實存在；其實……雲在我們談話過程，已經默默在改變樣貌。而我們卻一直將情緒感受，停在那糾結處，好像說完後事情就能有所改變。

下一刻的我，獨處屋內。想起過往發生的點滴，能浮現的畫面，多是情緒最波動的：最傷心最快樂最生氣最幸福最痛的記憶。如今知道這些，都是讓生命更強韌的營養，我應該感謝。此刻，痛下決心——別再讓雲笑我傻！

阿芬家事愛地球

每天刷洗浴缸

文與圖/林素芬

為了每天都能舒舒服服地享受泡澡樂趣，浴缸的刷洗清潔就是不可或缺的工夫了！

但刷洗浴缸的最好時機是什麼時候呢？答案就是全家人泡完澡，把水放掉之前刷洗最好了。因為這時候浴缸裡的水溫還在，只要

活動小啟

三皈依暨在家五戒菩薩戒

五戒菩薩戒時間：12月12日至14日
甘露灌頂三皈典禮時間：12月14日
地點：佛光山南天寺 180 Berkeley Rd, Berkeley NSW 2506 Australia
查詢活動詳情，請撥電：
南天寺 02 - 4272 0600
南天講堂 02 - 9893 9390
北雪梨佛光緣 02 - 9410 0387
南雪梨佛光緣 02 - 9553 6533
或上網下載報名表：
www.nantien.org.au

