



做人做事要能有不變的原則及隨緣的方式。所謂不變，就是在面對與道德、信仰、慈悲有關的事時，原則不可變更；事務性的事則可隨緣，不但隨緣還要隨喜，更要隨遇而安、隨心自在。

星雲說偈

雲出無心

文／星雲大師

天平山上白雲泉，雲自無心水自閒；
何必奔衝下山去，更添波浪在人間。
——唐·白居易

這首〈白雲泉〉是唐代詩人白居易任職蘇州刺史時所作的一首詩。

「天平山上白雲泉，雲自無心水自閒」，蘇州的天平山，有一個白雲泉，當地的景致清幽秀麗。天上的白雲隨風舒卷，地下的流水滔滔而逝，這樣的景象，對於終日忙於政事的詩人而言，不免對山間生活的恬淡安閒心生嚮往之情，欣羨著那樣與世無爭的境界。

白雲的去來自在，以及流水的閒適安然，正如隱者的生活。禪林用語裡，常以白雲來譬喻了無執著與自由無礙。我們待人處世，如果能像雲水般瀟灑自然，不刻意向外汲汲營求，而能向內觀照，就能夠自我肯定，如雲水般灑脫，無有罣礙。雲水，也就是一個解脫者的心境寫照，如白雲、流水般自在來去，無有牽掛，三千大千世界任其自在徜徉。

所以，「何必奔衝下山去，更添波浪在人間」，詩人觀望著直洩而下的山泉，衷心企盼著山泉不必急於奔衝到五欲六塵的世間，為世人增添不必要的紛擾波瀾。

一般人為了生活，難免四處東奔西走，辛勞奔波，又有幾個人能真正做到雲水隨緣呢？更別說是過著超然物外、逍遙自在的生活了。出家人又稱為雲水僧，是因為他們的生活簡樸，不受物役，不為物累，如行雲流水般雲遊四海。

我們如果能學習出家人雲水的精神，無所求，不攀緣，就能不被世俗的繁華所羈絆拘束了。



圖／心晴

另類財富

行善不會更窮

文／加伯

「行善不會更窮，反而更有福報！」朝勇企業董事長郭朝洋助學十四年不中斷，每年至少捐兩百萬元給弱勢學生，他七年內歷經膽破裂、火爆性肝炎及中風，險些要命，他感恩行善積德才能夠大難不死，交給兒子兩千萬元，在他百年之後至少要再為他行善十年。

七十三歲的郭朝洋說，小時候家窮，初中畢業後保送高中時卻沒錢註冊，哭了三天三夜，他只是「將心比心」，感受到家貧的孩子付不出學費的痛苦，不希望重蹈當年他沒錢而無法繼續學業的覆轍。

他到台東縣旅遊，看到原住民生活不好，開車跑遍當地兩百多所學校，連綠島也走訪，有需求的學校，捐助營養午餐，連續捐了七年。

最近七年郭朝洋關注台南市學校，每年捐助二十五所高中職及國中，今年加入他的母校協進國小，他拜訪兩百多所學校，每年三月及十月親手頒發助學金給學生。

郭朝洋說，金錢生不帶來死不帶去，十四年來捐出去的都是「棺材本」，他的心得是「行善有善報」，不論事業還是人生。他謙虛說：「只是做該做的事。」

感同身受是人性極致，將心比心是人性發揮。郭朝洋年幼窮困無法升學，事業有成想起貧苦無法讀書的孩子，盡己之力，甚至綿延身後，令人感動！

中華人間佛教聯合總會 佛光山召開



【記者金蜀卿高雄報導】由五十多位佛教僧侶、護法信徒與社會賢達共同暢議發起的「中華人間佛教聯合總會」，日前於佛光山寺召開發起人暨第一次籌備會議。「中華人間佛教聯合總會」今年二月獲內政部通過准予籌組，以秉承佛陀教法，共同弘揚人間佛教，淨化人心、普利社會，帶給人間和平與幸福為宗旨。

會中決議選出九位籌備委員，由中國佛教會副理事長明光法師出任主任委員，將結合佛教界團體及個人，從事人間佛教淨化人心之發展，並促進兩岸三地佛教界人士交流往來。

佛光山開山星雲大師甫從澳洲返台，不辭舟車辛勞，親自蒞會致意並分享他致力於推

廣人間佛教一甲子的心得與經驗。佛陀從出生至涅槃均在人間，重視日常生活與自利利他的修行，以切合現代生活方式弘揚佛法的人間佛教，是佛教發展思想的推進。

星雲大師表示，佛教未來的前途需要組織、共識、團結與統一。中華人間佛教聯合總會成立之後，未來弘揚人間佛教要有求新的精神與風格，要適合社會家庭，生活化、人間化、本土化，要有語言、新的辦法、新的制度、新的風範。

定位總會任務

中華人間佛教聯合總會發起人暨第一次籌備會，以推廣與落實人間佛教確立宗旨並闡述任務：一、結合佛教界團體及個人，從事

人間佛教淨化人心之發展。二、促進兩岸三地佛教界人士之聯誼交流往來。三、促進各佛學院之論道弘法、藝文交流等活動、砥礪學子精進向上。四、推動人間佛教教義之研究與闡揚，舉辦僧信佛學研討會以增進佛學素養。五、支持社會教化、慈善、文教、音樂、藝術等活動，以美化人心、匡正社會。

中國佛教會副理事長明光法師、佛光山寺住持心保和尚、中國國際供佛齋僧功德會主席淨耀法師、靈鷲山佛教基金會董事長恒傳法師、福智佛教基金會董事長如證法師、普陀山寺開山住持聖化法師、台灣大學教授張亞中、中華佛教居士會名譽理事長黃書瑋、國際佛光會中華總會祕書長覺培法師九人，擔任「中華人間佛教聯合總會」籌備委員。

▲籌備會上佛光山開山星雲大師（右三）蒞會致意，並分享他致力於推廣人間佛教一甲子的心得與經驗。與會者有中國佛教會副理事長明光法師（下圖）、佛光山寺住持心保和尚（左三）、靈鷲山佛教基金會董事長恒傳法師（左二）、福智佛教基金會董事長如證法師（右二）、普陀山寺開山住持聖化法師（左一）、中華佛教居士會名譽理事長黃書瑋（右一）。圖／人間社記者陳碧雲

南華大學校長林聰明、前桃園縣縣長吳志揚、中華佛教居士會理事長陳聲漢、國際佛光會中華總會副總會長趙翠慧、知名導演趙大深伉儷、佛教在線副總幹事陳子勤等五十餘名發起人出席此次會議。

教育現場

一輩子
最重要的功課

文／石鵬來義

一個人的心裡，是盈滿昂揚無畏的自信心，還是充塞垂頭喪氣的自卑感，是影響此人未來人生的重要關鍵。巷裡有個孩子，品性端正，個性樸實內斂，但國中時未開發的他，學業成績並不理想。

曾經有一天，班上幾個成績優異但愛搗蛋喧鬧的同學在洗手間打鬧一番後，正要走進教室時，班導「說時遲那時快」地左甩右轟兩巴掌，剎時烙印在這個「局外人」孩子的臉上。

孩子莫名其妙地被打，呆愣在那裡，班導還拋出刺人的「勢利」話：「功課那麼差，成績那麼低，還在廁所吵什麼吵！」

「有些老師就是以『分數看人』。我孩子

的班導就是這種人……然後，孩子一整年就處在垂頭喪氣、信心全失的自卑感裡，了無生氣……」孩子的母親眼神裡透露出無比惱怒的心情，對我娓娓道來。

後來，孩子讀了高職。高職的教官與班導看到這孩子有「內斂沉穩領導者性格」的優點，引導孩子在校園社團的諸多競賽、朝會校歌帶唱等活動中，擔任「領導者角色」。

在備受肯定與讚賞的「信心鼓舞」下，孩子的眸光不再灰敗，而是神采光燦，信心滿溢臉上。

這個孩子現在已是某科技大學的學生，擔任班代及社團領導人，如今的他性格爽朗。他曾經對母親說，他的信心在國中時被班導那兩個巴掌給徹底打掉，若不是高職的教官與班導對他有「知遇之恩」，引導他找回並重新建立起自信來，他這輩子可能就在國中被「毀」了。

為人師長在教導學子，為人父母在教養孩子時，切莫輕忽孩子的「信心建立」，雖然它沒有成績分數，卻是影響孩子一輩子「最最最重要的功課」！

才高解圍

竊杯女的自辯詞

文／宋桂奇

話說中國的北宋宣和年間的某個元宵夜，宋徽宗率領群臣來到宣德門城樓之上，看到皇城大街小巷到處都是興高采烈的百姓，他們或觀看精美宮燈，或欣賞精采歌舞；這繁華熱鬧的昇平景象，讓徽宗喜不自勝。於是，他便傳旨道：取出宮廷美酒，每人賞賜一杯。

可正當官民同樂之時，有侍衛押來一名女子，說她喝罷御賜美酒，居然把金杯竊為己

有。聞此，徽宗問她是否知道這一盜竊行為，按律法是要杖刑的。

沒想到女子竟鎮定自若，隨即口誦一首〈鷓鴣天〉，詞云：「月滿蓬壺燼爛燈，與郎攜手至端門。貪看鶴陣笙歌舉，不覺鴛鴦失卻群。天漸曉，感皇恩。傳宣賜酒飲杯巡。歸家恐被翁姑責，竊取金杯作照憑。」

大意是說：今晚明月高懸，花燈耀眼，我和夫婿攜手來到皇城，一路有說有笑，直至宮殿正門；由於小女子貪看精采歌舞，以致鴛鴦失群，再也找不見夫君。

眼看天色漸曉，小女子欲回家門，卻傳來浩蕩皇恩，喝罷御賜之酒，又想起若這般兩手空空，嚴厲的公婆定會懷疑我在外面不倫，進而無休止地責問；不得已，我才將金杯揣入懷中，想以此作個證明。

面對皇上，且人賊俱獲，若換作他人，想必早已魂飛魄散、心驚膽戰，低頭認罪了；可這名竊杯女，不僅從容鎮定，而且善辯能言，——述說因與丈夫走散，怕回去遭公婆責問，才會竊取金杯作為蒙受皇恩，享受御賜美酒的憑證。

你看，既理據充分，又不經意地將皇恩和孝道蘊含其中；有此慧心妙語，心情大好的宋徽宗，自然樂得做個順水人情，不僅赦罪賜其金杯，並指派衛士將她護送到家中。

獻給旅行者365日

中華文化佛教寶典

總監修／星雲大師

平常是道

文／宋·無門慧開（1183~1260）

春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪，
若無閑事掛心頭，便是人間好時節。
——選自《禪宗無門關》

蔬食園地

健康品味

文／記者謝鈺鈺
示範／洪銀龍師傅

養顏飲料

材料：
鳳梨20公克、蘋果半顆、金桔兩粒、蜂蜜一大匙、紫色高麗菜一片、礦泉水300CC



Ordinary as the Way

Wumen Huikai (1183 – 1260, Song Dynasty)
English translation:

Venerable Miao Hsi and Cherry Lai
Spring has its blossoms and autumn its moon,
Summer has its breezes and winter its snow;
If one has nothing to be concerned about,
Then any time is a good time in life.

—— from Chanzong Wumen Guan
(The Gateless Gate)

作法：
將全部材料放入果汁機，按下快速鈕攪拌均勻，倒入玻璃杯，即可享用。

貼心叮嚀：
鳳梨有豐富的纖維質及酵素，可以幫助腸胃消化吸收，但鳳梨要在飯後食用，以免傷胃。蔬果最好現打現喝，幫助身體排毒、清腸胃。

南瓜涼糕

材料：
南瓜600公克、糖300公克、吉利T些許、玉米粉水一小碗

作法：
南瓜洗淨蒸熟打成泥，放入鍋內加熱，加糖300公克、玉米粉水煮熱，拌入吉利T，再倒入模型待涼，即可享用。

貼心叮嚀：
南瓜是好菜，可做點心也可入菜。若不用南瓜也可用山藥、地瓜或玉米代替。

參禪參纏

為什麼釋尊仰望
星空就能證道？



仰望星空

文與圖／尤俠

萬事萬物都會說法，就看
是否能悟

請舉例說明

蘋果下墜，
說地心引力法
水升為雲，
說遇熱蒸發法
四季更替，
說生命流轉法

「無常」呢？



它不僅說法，
還會發問提醒
大眾：老病死苦
隨時找上門
而且沒人躲得掉

果真如此，大家
為何視若無睹？



因為收完簡訊
習慣「只讀不回」