



靈巧不是呆板，靈巧不是執著。靈巧的人會觀照全局，處事周全；靈巧的人能善解人意，為人設想。凡事只想到自己的人，就是笨拙；凡事能處處體諒別人，就是靈巧。

人間福報

Merit Times
Australia

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

星雲說喻

愚人喝水

文／星雲大師

有一群人外出旅行，走了一段路後，其中一人直喊：「好渴喔！」同行的人就安慰他：「再走幾步路，樹林裡有個湖泊，你就有水可以喝了。」所以一抵達樹林，大家便讓那位直嚷著口渴的人趕緊去取水喝。

只是很奇怪的，過了好一陣子，都不見他回來，同伴們生怕他發生意外，就到湖邊尋找。不意，找到的時候，他竟然已經渴得奄奄一息。同行的人不解地問：「你不就是來喝水的嗎？為什麼這一湖清水你不喝呢？」只聽他以微弱的音聲回答：「湖水那麼多，我怎麼喝得了，既然喝不完，就乾脆不喝了啊！」

愚人喝水，實在愚不可及，大家不禁搖頭嘆息，說：「哎！湖水雖多，只要喝上一口，不就能解渴了嗎？」

事實上，這類的事情，也經常發生在我們的生活周遭。例如：有的人一想到書籍那麼多，永遠讀不完，就索性不讀了；事情太多，做也做不完，就乾脆不做了；世間的苦人太多，救濟也救濟不了，就不再濟助了。

禪門裡有一句話：「大海之水，我只取一瓢飲。」做任何事情，要想成就，都是從小到大，聚少成多的。所以，做人要發心，只要你能向前跨一步，縱使路途千里萬里，也總會到達；再困難的事情，只要你願意去做，也總能做得到。人不要怕事情多，不要怕事情難，愈是艱難的事，愈是要把握當下去做，有開始必定就有完成的時候。



圖／道瑛

另類財富

狼來了 淺談誠信價值

文／逸文

說謊並不可取，但我也想知道，如果沒有男孩，我們如何知道狼來了？

《伊索寓言》對於男孩為何說謊，並沒有太多著墨。猶如中國古代周幽王烽火戲諸侯的故事，也被證實皆為杜撰。這時我們才能發現，寓言故事有其禪意，也存在無厘頭之處。

然無厘頭並非壞事，無厘頭是作者對讀者思维的挑戰，所以我今天將賭上男孩的誠信，幫這位被狼吃掉的、既可悲又可憐的孩子說一次謊：狼來了！狼來了！狼真的來了！

聰明如你，應該早已發現。沒錯，無論是男孩還是周幽王，不管賭上幾百次誠信都沒有價值。

故事的結局，讓男孩和周幽王付出代價，我們也了解到誠信的重要，可喜可賀。所以，聰明如你，應該沒忘一狼真的來了。

寓言到這邊結束，但現實中，我們無法將後果一笑帶過。說謊不可取，但無論是善意或惡意的謊言，我們都必須面對其後果，而不是逃避它。

故誠信的價值不在於它不可侵犯，在於我們可以從虛實中理解真相。

當你的孩子說謊了、父母朋友說謊了，也許你必須生氣。但氣完了，我們應當從謊言中學習；學著別再被壞人騙了，學會了解孩子為何要說謊，體諒親友為何總藏著小秘密…我想只要我們過著的是「人生」而非「故事」，便有義務去找出答案。

男孩的故事到此為止。你，準備好面對狼群了嗎？

佛法真義



貧僧有話要說 / 二十一說

我一生「與病為友」

文／星雲大師

這是我第一次聽到牙齒有病可以治療，也是我這一生中，第一次接觸到醫生。當然，牙醫師用石膏填補蛀牙，後來也就沒事了。之後的歲月，難免也有掉牙齒、神經疼痛的情況，如今年近九旬，口中的牙齒，還是有幾顆可以幫助咀嚼飯菜，我不同牙病為友，哪裡到現在還能有這種功能呢？

至於有人說，飯食不經過咀嚼，不容易消化，對腸胃不利，在貧僧一生當中，其它的疾病不斷，但是腸胃從來不曾跟我為難，彼此尊重，倒也沒有犯過什麼毛病。不過，在貧僧的記憶裡，還在大陸的時期，比較嚴重的就屬瘡疾了。

瘡疾襲擊 來去隨它自癒

每逢瘡疾來襲，再熱的夏天，一冷起來，就是蓋了幾條棉被，都抵抗不住。時冷時熱，真是苦不堪言。那時候的我，也不懂得如何應付，只有來的時候讓它來，去的時候就讓它去，大概都是十天、半個月，或者二十天，就自己痊癒了。

在我要離開棲霞山前，應該是十七歲那一年，瘡疾發病的情況最為嚴重，持續了一、二個月之久。我當然不懂，也不敢投訴，在那個時代，好像也沒有聽說別人有這種疾病，我沒有醫療常識，不知道病的原因，只好任其自然發展。每天到了一定的時間，寒熱交加，實在難以抗拒，好像死亡就要降臨。

有一天，正在奄奄一息、意識模糊的時候，有一位和我差不多年齡的沙彌，大概是我師父的侍者，他送來半碗鹹菜，在我的病床前說，這是你的師父叫我送來給你吃的。

那個年代歲月，哪裡有什麼好的飲食？尤其重病的人，那半碗鹹菜，真是比什麼珍饈美味還要更有價值。我邊吃邊流淚，在心中發願：師父，您怎麼知道我有病呢？您怎麼送這麼好吃的鹹菜給我呢？我誓願將來一定要做好出家人，弘法利生，報答您慈悲的恩惠。

說也奇怪，那一次嚴重的瘡疾沒有奪走我的生命，後來就不藥而癒了。甚至，以後數十年的歲月中，再也沒有得過瘡疾。尤其到了台灣之後，政府為了杜絕瘡疾，如果有人患了這種嚴重的病，不但為你醫療，還可以

去領賞。我真是沒想到，國家社會還有這種好的方法厚待病人。

貧僧還有一段深刻的記憶，二十歲要離開焦山的時候，出了一場嚴重的天花，除了頭部以外，全身潰爛。在那個時候，寺院裡很少人看病，就是病死了，就用木板釘個像方型桌子大小的箱子裝起來，送到後山，火化了事。

感染天花 吃消治龍痊癒

那一次的疾病，因為皮膚長了膿瘡，每一次脫衣服，皮肉和衣服都黏在一起，實在痛徹心扉。後來也不記得是哪一位同學，給了我兩顆「消治龍」的藥片，一吃痊癒。大家傳說，那是因為在中日戰爭時期，許多死屍泡在河水裡，使得水源受到汙染，不少人喝了這種有毒的水而染病致死。

有一天，同學們都吃飯去了，我因為全身潰爛膿血不能走路，就坐在學院裡看守門戶。有一對年輕的夫婦，大概是遊客，見到我便問：「你幾歲了？」我忽然想起當天是我的生日，就回答他說：「我今天二十歲。」確實，那一天正好是我七月的生日，但他大概以為我說的是「我今年二十歲」。那一刻，我也才想到，在古剎叢林度過的人生時光裡，我已經活到二十歲的年齡了。

臨離開焦山之時，一位普蓮法師跟我們講授生物學，在課堂上，不知道怎麼提到各種病症，其中有一種叫「疑心病」。他說，很多疾病，本來沒有事，都是自己疑心而增加了致病的原因。他舉例說，像本來沒有肺病的人，因為懷疑自己有了肺病，就真的難以治療了。

我回到祖庭後，感到飲食沒有營養，自覺自己害了肺病。從此以後，這個念頭多年持續不斷，每天心中不時想著：「我有肺病、我有肺病。」甚至，二十歲到了台灣，也都還念想著：「我有肺病。」我也曾自我安慰，又沒有人傳染，我又沒有吐血，肺部也不疼痛，哪裡會有肺病呢？但奇怪的是，「我有肺病」這個想法，怎麼樣都不能去除，甚至覺得這個念頭會加速自己的死亡。

（待續）

文／星雲大師 圖／游智光

般若是指向內自證的功夫，是透過「正見緣起，了悟諸法空性」所獲得的「內外圓成」智慧。人生有了般若，就能泯除我對待，跳脫無明煩惱。

六度以般若為眼睛，可見般若的重要性。般若是指向內求呢？還是向外求呢？你向外求得科學、哲學等知識，總是世智辯聰，不若向內悟的般若。般若是向內自證的功夫，是透過「正見緣起，了悟諸法空性」所獲得的「內外圓成」智慧。人生有了般若，就能泯除我對待，跳脫無明煩惱。

般若甚深微妙，是諸佛證悟的境界。為了方便大家了解，我將它分為四個層次，即：眾生所了解的般若是「正見」，聲聞、緣覺二乘人的般若是「緣起」，菩薩的般若是「空」，而真正的「般若」唯有三世諸佛知道，也就是要到成佛之後，才能真正認識的般若。

《般若心經》說：「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空……。」這就是悟，就是般若。般若與智慧不同，更不等於知識。因為智慧、知識有善有惡、有正有邪、有利有弊；而般若的人生，則具諸正見，不容易被外境煩惱所轉，進而起惑、造業、受苦，因此，只要我們對世間的看法正確了，這就具備凡夫的般若智慧了。

而聲聞、緣覺等聖者，看世間一切都是緣起而有。緣起說明世間上的事事物物，一切有為法都不是憑空而有，也不能單獨存在，必須藉由各種因緣條件和合之下，才能現起和存在。

因此，想要獲得快樂的人生，就須培植好因好緣；想要擁有和諧的人際關係，就應該廣結善緣、改善因緣，而不是一味

沿途風光

榮譽是對人生的褒獎

文／林振宇

榮譽是對人生的褒獎，只有奮鬥者才配真正的擁有。

奮鬥的人生並非是為了榮譽，而是追求夢想和自身價值的實現。至於榮譽，那是汗水澆灌出的花。

然而，人們只驚羨榮譽之花的明艷，卻不知道奮鬥者的艱辛，以及這其中的血和淚。與其羨慕他人的成功，不如沉下心来默默地耕耘，終有收穫的一天。

有的人為了榮譽用心良苦，不惜用金錢獲取，因為名不副實，到頭來只是博得一些虛名罷了。而真正的榮譽絕非金錢所能買到，它是生命內涵的一種詮釋，是自身價值的一種體現，更是人格魅力和精神力量的彰顯！

於是，榮譽如樹上的桃子多麼地誘惑人，以至天下熙熙，追名者多！然而，榮譽雖好，人所愛之，若不以正道取之，則不可為。

異鄉食情

天然野生覆盆子

文與圖／童言

挪威秋天的森林，正是野生覆盆子盛產的季節。

一個周日午後，我和老公到森林散步。沿途遇到配備周全的遊客，腳穿靴子，一手握著鏟勺，一手提著桶子，健行時順道採集路邊叢生的野生覆盆子，帶回家自製果醬、糕點。

我們見狀亦起興致，轉身走向草叢，伸手抓果子入口解饞，發現鮮紅剔透的覆盆子點綴叢中，但果粒小，為數不多，早已被斬獲而去，成了盤中飧。

野生覆盆子的產季大約在八月中旬左右，想要嘗鮮的饕客若不及時付諸行動，等到夏末秋初為時已晚，就像我們當日所遇的情景，只能隨興摘來吃著塞牙縫，寥寥無幾，不敷果醬製作或糕餅烘培之用。

在台灣的咖啡館或糕餅店甜點中，覆盆子的身影或多或少出現其間。它那一粒粒如紅寶石般嬌豔欲滴、卻又掐指即破狀似蜂窩的果實，小小紅潤的身姿著實有一股令人難以抗拒的魅力，不識其滋味者，初次看到它，

在果報上計較、怨天尤人，使自己陷入無明、煩惱的流轉中。

再者，菩薩所體會到的般若就是「空」，空是我們本來的面目，所謂「真空生妙有」，因為空才能有，宇宙世間因為有虛空才能容納萬有，如口袋空了才能放錢、鼻子空了就能呼吸、腸胃空了才能活得很健康。

能了解正見、緣起、空，已經不容易了，要認識「般若」更困難。般若究竟是什麼呢？

般若是諸佛親證諸法實相的一種「圓明本覺智」，是離一切迷情妄想的「清淨無分別智」，是通達一切法自性本空、本無所得的「真實無相智」。

般若不僅在徹悟諸法實相，離一切虛妄得解脫，更重要的是，菩薩行六度波羅蜜時，以般若為眼，則能喜捨不作施想，持戒不著戒相，忍辱離於我執，精進不生驕慢，禪修不戀定境。所謂「般若為導，五度為伴；若無般若，五度如盲。」意思是，五度是世間法，有了般若才能成為出世間法。

例如，布施有了般若，就能三輪體空；持戒有了般若，就能饒益眾生；忍辱有了般若，才能無生法忍；精進有了般若，才能奮而不解；禪定有了般若，就能證悟覺道。因此五度要能成就「波羅蜜多」，一定要以「無所得」的般若為方便而修。

總說「六度」的修行，修布施行，不但自度恆實，亦令人受惠受益；修持戒行，不但自不毀犯，亦不毀犯他人；修忍辱行，不但自不瞋恚，亦不瞋恚傷害他人；修精進行，不但自不懈怠，亦教人不懈怠；修禪定行，不但自不散亂，亦教人不散亂；修智慧行，不但自不愚痴、邪見，亦教人不愚痴、邪見。所以，菩薩的六度精神是積極且意義深遠的，是能幫助我們建立美好人生的善法，是保持生命不斷學習的熱情，邁向圓滿的究竟之地。



榮譽的取得要靠個人的努力和奮鬥，這其中有汗水和心血的付出，也有心志的磨練以及對失敗的超越，才有了成功後的榮譽。

榮譽也是有重量的。譬如競技者胸前掛著的獎牌，沉甸甸的，那是拚搏汗淚的結晶，獎牌的重量雖然可以稱得出來，但是，它所象徵的榮譽沒有人能夠稱出它究竟重幾許，而它蘊含的價值，也絕非能用金錢來衡量。

世人都想得到榮譽，卻不知道榮譽也有不利自己之處。如果有人一旦出了名，那麼，他或許就會遭受到別人的猜疑、嫉妒，甚至詆毀，人生陷入危困的境遇；抑或是這個人沉迷於榮譽之中，驕傲自滿，心生懈怠，難有大的作為，不進反而退步，重蹈別人失敗的覆轍。

所以，我們對待榮譽要有一個清醒的認識和淡然的心態，不要被榮譽迷惑而亂了心境，更不可為一時的榮譽而沾沾自喜。須知榮譽只代表過去，並不能決定將來，我們只有把它看作人生的起點，戒驕戒躁，再接再厲，才能取得更大成績，開拓更加美好的明天！



皆有拿它下肚為快的好奇心。

多年以前，至友從台灣來訪，正值覆盆子產季。我準備帶她到森林直接嘗鮮，她表示在加拿大超市買來吃過，並無特別喜好。待我們來到整片覆盆子叢生地帶，她摘來吃後相當興奮，欲罷不能且越走越深入，宛如在森林中發現至寶食玩的小紅帽，對我的頻頻呼喚拋之腦後，流連忘返。我擔憂她腳上未穿過膝的靴子，擅自入叢太深，若遇到隱藏在草叢間、挪威唯一有毒的龍紋蛙，那就不妙。

覆盆子酸軟的口感相當討喜，成為妹妹最鍾愛的果醬。挪威的森林裏既有大自然賦予的恩賜，覆盆子免費又不含農藥，明年我該勤快些，採集自製果醬，因為「天然」尚好」。