



不耐煩、無恆心，是現代年輕人的通病，因不耐煩所以沒有力量，因無恆心所以沒有毅力。唯有難忍能忍，才能產生力量；唯有難行能行，才能培養毅力。



六悔銘

文／星雲大師

佛教說「悔」有二種情況：一種是追悔原先所做，一種是追悔原先未做；它像烏雲一樣覆蓋我們的心，讓我們坐立難安，懊惱不已。曾經有學僧問雲居禪師為何經常懊悔，禪師舉了「十後悔」，藉以對治。以下也援引宋朝萊國公寇準的〈六悔銘〉，藉以自我提醒，免得後悔。

第一、官行不正，失時悔：當官者最重要的是要有官德，正所謂：「其身正，不令而行；其身不正，雖令不從。」假如做官不正，等到官德毀了，地位不保，被撤職查辦了，甚至也遭人民唾棄時，懊悔就來不及了。

第二、富不儉用，貧時悔：《朱子治家格言》云：「一粥一飯，當思來處不易；半絲半縷，恆念物力唯艱。」即使富有，也是從一塊錢、二塊錢累積而成。假如你不省吃儉用，徒然奢華浪費，等到福報享完了、富貴沒有了，貧窮的時候，你就會懊悔了。

第三、藝不少學，過時悔：一般人說：「人過四十不學藝。」意思是，無論學什麼技藝，都要趁年輕用心學習。假如年少時輕心慢心，不肯下功夫，等到「八十歲才學吹鼓手」，這就太遲了，再懊悔也沒有用。

第四、見事不學，用時悔：有句諺語說：「水不流要臭，刀不磨要鏽，人不學落後。」你在生活日用之中，見到事情不留心、不留意、不注重學習，等到自己要用时，不會，再懊悔都於事無補了。

第五、酒後狂言，醒時悔：飲酒能令人引發過失，你看，許多人吃酒之後，失去理智，什麼狂言密語，都毫無遮欄的說出來，等到酒醒後才發現，說得太多，說出毛病來，說出是非來，說出禍端來，乃至對簿公堂，內心後悔，想要再說什麼好言補救，也都已鑄成錯誤了。

第六、安不將息，病時悔：健康的時候，不知道愛惜身體，閒空的時候，不知道利用時間適當的休息，等到有一天生病了，所謂「久病始知求醫慢」，那就會知道懊悔了。

菩薩畏因，衆生畏果。人的惡習，往往不到黃河心不死，所以這〈六悔銘〉，實可以做為吾人警惕箴言。

- 第一、官行不正，失時悔；
- 第二、富不儉用，貧時悔；
- 第二、藝不少學，過時悔；
- 第四、見事不學，用時悔；
- 第五、酒後狂言，醒時悔；
- 第六、安不將息，病時悔。

360° 做人處世

45° 做人：人活在世上，要俯下身子，正視前方的路，以謙虛的態度，踏踏實實、一步一個腳印的往前走。

90° 做事：90度是垂直的，要求我們做事要公正無私、光明磊落。

180° 為人：180度是一條直線，要求我們要直來坦率，不要遮遮掩掩，不要虛偽、虛榮，要真誠地對待每一個人。

360° 處世：360度是一個圓，我們處理事情盡可能用真誠與自信，努力協調好各種人際關係，圓滿每一項任務。

佛光山比丘尼與教宗對話 面邀訪台

【人間社記者喜慧法國碧西報導】佛光山提倡宗教間彼此尊重和包容，本月在國際間存在體現；佛光山海外都監院院長滿謙法師月中赴義大利參與宗教對話研討會，當面邀請天主教教宗方濟來台灣和佛光山，並致贈《獻給旅行者365日》，將中華文化送進了梵蒂岡；而上周在法國，各宗教展開對話並舉行音樂會，佛光山為佛教代表，為世界和

平祈福，所提倡的「宗教間尊重與包容」理念獲得肯定。

應梵蒂岡宗教對話委員會之邀，滿謙法師一行五人月中赴羅馬出席「佛教、印度教、天主教對話研討會」。

同行的有倫敦佛光山監寺覺芸法師、國際佛光會倫敦協會分會長陳偉良、曼城協會督導陳慧蓮、協會學術顧問Jonathan Mair博



士。

一行人前往梵蒂岡與教宗方濟會面，滿謙法師代表佛光山開山星雲大師向教宗致意，當面邀請教宗來台灣和佛光山，並致贈《獻給旅行者365日—中華文化佛教聖典》中英文版、《二〇一五年佛光山報告》等書，將中華文化送進了梵蒂岡。

研討會主題是印度教、天主教、佛教以各自教義提出對全球環保議題的看法；滿謙法師代表佛光山發表「佛教對環境生態看法」，提出星雲大師的「環保與心保」主張，並邀全體與會者一起說「我們是一體」，期勉大眾跨越宗教、種族、國界，共同建立人間淨土。

宗座對話委員會副秘書長Fr. Induni與Rev. Dr. Santiago Michael以餐會方式招待滿謙法師一行，席間輕鬆交流，期待大家明年於佛光山舉行的跨宗教對話再次相會。

做環保和慈善 攜手努力

而上周在法國，為慶祝天主教救濟會滿七十周年，Jean-Philippe Moufflard神父發起「一步一腳印，不能沒有您」宗教對話，希望聆聽各宗教的聲音，邀碧西市與巴黎的宗教代表針對難民潮等議題，闡述各信仰如何實行「慈善」。各宗教代表三十九人於二十六日齊聚法華禪寺展開對話。

活動當天法國正值大罷工，猶太教代表被困在瑞士；主辦單位素知佛光山的科技弘法與時俱進，向法華禪寺借用場地，和身在瑞

◀佛光山海外都監院院長滿謙法師（中）代表星雲大師問候教宗方濟（左），致贈《獻給旅行者365日》中英文版，並面邀教宗造訪台灣和佛光山。 圖／法華禪寺提供

▶跨宗教音樂會上，維也納青年愛樂團魏秀云老師所寫的樂譜，法師雙手合十，以〈千華古曲〉、〈心經〉、〈三聖首〉、〈為世界和平祈願文〉、〈回向〉供養十方諸佛。 圖／人間社記者邱小海

士的猶太教代表連線，讓各宗教都能參與。猶太教代表透過螢幕表達：「難民潮帶來許多社會問題，站在宗教立場如何看待這個問題、這些人，值得探討。」各宗教代表也相繼發表意見。

滿謙法師分享人間佛教的「慈善」觀念，以巴西如來之子、南非天龍隊等例子說明：真正的救濟是心靈的救濟，改變「心」才能解決問題。

每個宗教 都像一盞明燈

前年一場宗教論壇上，滿謙法師將各宗教比喻成花，「一個花園裡因開滿不同的花所以美麗」；此次更將各宗教比喻為明燈，引領社會大眾走出黑暗，希望每個宗教皆以各自的力量讓世界更美好。

對話結束後，初訪佛寺的各宗教代表巡禮法華禪寺，紛紛讚歎寺廟的莊嚴，讓他們得到身心洗禮。

一場「神聖之夜」跨宗教音樂會日前在巴黎聖梅里大教堂舉辦，天主教、基督教、東正教、猶太教、伊斯蘭教、印度教及佛教共同演出。

這是巴黎槍擊事件後首次在巴黎市區舉行的大型跨宗教音樂會，邀請佛光山為佛教代表為世界和平祈福。晚會主持人專訪滿謙法師，經法國國際廣播電台主持人安東尼翻譯成法文，每段訪問都得到滿堂掌聲，肯定星雲大師所提倡的宗教間「尊重與包容」能帶來和平。



貧僧有話要說 / 二十九說

我修學讚歎法門

文／星雲大師

比如每當佛光山開信徒會議，我的台灣話雖然不好，但我學習「同事攝」，總會在會議中說兩句不標準的台灣話，給大家歡喜。我的開場白經常是：「各位『頭家』（老闆），歡迎回山，我們『辛勞』（員工）在此，向頭家們報告。」意思是說，寺院不是我們出家人的，是信徒所護持建設，他們理應成為老闆，我們只是服務效勞的人。

誇獎對方 語氣真誠溫馨

我覺得一個出家人能懂得自謙，懂得以弘法利生服務信徒，那必定能有很多成長。尤其，我覺得讚歎人的時候，不一定要把話說的非常明白。舉例來說，二十幾年前，員林賴義明居士，他把家產送給佛光山做道場，把兒子送來佛光山出家，有一天我偶然看到他，想起過去須達長者布施祇園精舍，讓佛陀說法傳教，我就不禁說：「我們的須達長者來了。」賴居士為人低調，是個本分的人，據說他聽到我這句話，也歡喜了好幾十年。他覺得能與須達長者相比相映，感到與有榮焉。

最近，覺培為了尼泊爾震災救難，日夜辛苦，時常半夜兩、三點還在接聽國際電話。於是我想打電話給她慰勞，可是如果我說「妳辛苦了，妳很發心」，這種話都聽習慣了，我說與不說，差別不大。所以我就講：「覺培啊，看起來妳就去登記選總統吧，台灣總統應該讓妳做了。」她聽了開心大笑，就說：「哎呀！師父，您怎麼這樣講啊！」我認為這就是讚美的藝術，妙不可言。

又例如南京大學的賴永海教授，二十幾年前，就與佛光山合作出版三百萬字的《中國佛教百科全書》，多年來也一直支持我們人間佛教理念的弘傳，我告訴別人，說賴教授與我們「是一起經過苦難，有革命情感的」，相信這句話如果傳到賴教授耳裡，他必然

很有感受，畢竟歲月無情，人間炎涼，有多少人可以同甘共苦呢？我也曾對前江蘇省宗教局的翁振進局長說過：「我們是二十多年所培養的友誼，能算沒有感情嗎？」相信他們都能懂得，我話中的真情。況且人與人之間最珍貴的知交情義，難道不值得稱讚嗎？

讚美藝術 要巧妙有智慧

創辦消費者文教基金會的柴松林教授，數十年來，與我也是時有往來，他的基金會為消費者主持公道，更在環境保護、殘障教育、公共利益上，貢獻良多，因此我總稱他是「台灣的良心」，一個人能帶動社會的善行風氣，當然值得讚歎。

又例如我曾尊稱高雄縣長余陳月瑛，以及現任高雄市長陳菊女士為「媽祖婆」，意喻她們救苦救難，為民服務。世間的人，能與威靈廣大的媽祖媲美，豈不是最大的讚美？就像有人說我是「現代活佛」，我是不是如他所述並不重要，但我不能辜負別人讚歎的好意，的確也讓我更勉勵自己要像佛一樣「行佛所行」、「做佛所做」了。

本山的蕭碧霞師姑已六、七十歲了，雖然身材發福，不似年輕時苗條，但當初我們都勸她選中國小姐，這句話即使經過了五十年，我相信現在還是讓她感到高興，她心裡一定想：「你們要知道，當初我就是那麼漂亮，是有條件選中國小姐的。」

所以，讚歎要講究巧妙，能讓人回味的讚歎，往往不落俗套，是有智慧、有內涵的。比方說，他們這一家是佛化家庭，是慈善之家，我就稱他們是「三好人家」，表示他們家沒有糾紛吵鬧。我寫的一筆字裡，「有您真好」、「有情有義」、「仁心仁德」、「書香之家」、「我是佛」等，具有讚美意涵的文字，歡喜收藏的人最多，為什麼？因為每個人都想將這些稱讚，送給他最感謝的人珍藏。

（待續）



《中國佛教百科全書》

禍福相依

不幸的堂妹很幸福

文／段巍巍

堂妹年輕時，嫁了個情投意合的丈夫。婚後，生了一個活潑可愛的兒子。一晃二十多年過去，堂妹一家始終幸福和樂。

然而，幸福不是永恆不變的，青天霹靂的不幸就發生在前年八月，她二十六歲的兒子說到網咖去玩一會兒，就這麼一去不回，猝死在網咖裡。那些日子，堂妹的眼淚都哭乾了，每日與丈夫相對無言，不吃不喝也不睡，親朋好友多次勸說都無效。

在告別式中，兒子十六個要好的高中同學，一起來堂妹身邊，含著淚緊緊握住堂妹的手，說：「安安雖然走了，但以後我們就是您的兒子、女兒，會代替安安陪伴您們、孝順您們。」堂妹和堂妹夫看著這群孩子，感動地連連點頭。

此後，十六個孩子中住在本地的孩子，三不五時就會過來陪陪堂妹、陪她說話、陪她做家務、陪她逛街；慢慢地，堂妹走出喪子的陰影與傷痛，開始上班、與人交往，進入

華嚴小百科

生活中實踐華嚴理念

文／曹郁美

《華嚴經》共有三大主題，分別是：一、如來之果德。二、菩薩行。三、善財童子五十三參。本文即依此闡述：

一、禮敬諸佛、稱讚如來。

這是「普賢十大願王」之前二願，看似簡單，其實不易。原因在於衆生流於二種狀況：第一，「慢心」作祟，不肯承認自己煩惱未斷、三毒未除，以至於不肯老實憶佛、念佛。第二，太仰賴佛力而忘了「自力」的重要，以至於整日怨天怨佛。

二、發菩提心、行菩薩道。

佛子「發心」已成為日常用語，但真正事

正常的生活軌道。

那年除夕，本該是一家人守歲團圓的日子，堂妹和堂妹夫姊看我我看妳，不禁悲從中來，暗自垂淚。突然，門鈴聲大作，一開門，就湧進那十六個孩子，紛紛叫著：「爸爸媽媽，我們來陪您們過年了。」孩子們帶來各式年貨，其中，兩個在外地工作的孩子，一個送堂妹智慧型手機，說：「以後，我想媽媽或媽媽想我，就可以用視頻聊天了。」一個給堂妹夫買了件羽絨衣，說：「爸爸年紀大了，冬天要注意保暖喔！」那個除夕，十六個孩子就陪著堂妹及堂妹夫，說說唱唱，一直到天亮才離去，讓堂妹和堂妹夫感到兒子似乎沒有離去，依舊在身邊般的幸福。

為了與堂妹夫妻有更方便的聯繫，十六個孩子還設了一個群組，並把堂妹和堂妹夫拉了進去。這樣，他們夫妻倆的大小事，孩子們都能及時知曉，也能陪著聊天，有事還可以向他倆請教。

前幾天，堂妹在電話裡告訴我，雖然自己很不幸，中年喪子；卻也很幸福，因為失去一個孩子的愛，卻得到十六個孩子滿滿的愛。相信在天堂的兒子看見了，也會含笑祝福，因為有他十六個兄弟姐妹在，爸媽會幸福的。

情來了卻不發心、不行動，流於紙上談兵。或者認為「捐款」即是發心。殊不知「法施」、「無畏施」與「財施」同等重要。

發菩提心、行菩薩道的重點在於：是否時時刻刻以「度衆生」為念？即使是微薄財物或力量，其功德皆比天高，因為「心佛及衆生，是三無差別」。凡夫是末來佛，在菩提道上奮力前進，終能抵達終點——涅槃城。

三、效法善財童子，遍訪善知識，不厭不倦。

孔子曰：「三人行，必有我師焉」，善知識就在身邊，但我們經常錯過、不識不知。到頭來怨恨無貴人相助、無助伴同行；或是誤把魔當作佛，耗擲光陰事小，誤入歧途而不自知，可就害人害己。故而以「三法印」為圭臬：對方所說之法是否符合「諸行無常、諸法無我、涅槃寂靜」？如是檢驗，真偽畢現。