

在工作時,如果想到是替別人做事,會覺 得很辛苦;如果認爲是做自己的事,則會 心甘情願。心態改變一下,自然會有精神 做事。

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

星雲大師 / Venerable Master Hsing Yun

星雲 法語

廢紙回收

文/星雲大師

現在世界各國,各種環保運動,正如 火如荼的展開,因爲萬物賴以維生的地 球,大家要愛護,尊重長養我們的地方 ,讓地球的生態,有永續發展的空間。 其中,舉手之勞的「廢紙回收」,看似 小事,在維護地球資源上,卻是非常的 重要。尤其當今紙張用量相當驚人,舉 凡報紙、書籍、報告書等,林林總總的 印刷品,無一不是紙張;而這些紙,都 是來自深山樹木。所以廢紙回收不但重 要,而且刻不容緩。以下有四點說明:

第一、養成勤儉的習慣:當人連輕薄 的紙頭,都捨不得丟棄,無形中,對於 其他物質,就更能愛惜。累積的回收廢 紙,也能變賣,有心的父母,可以將此 當成孩子很好的教育,教導孩子勤勞。 因此廢紙回收,能養成勤儉習慣

第二、培養惜福的觀念:中國人自古 以來,就有敬惜字紙的觀念,除了看重 文字的神聖外,也是珍惜紙張得來不易 。一個人的福報,就如同儲存在銀行的 存款,要愛惜,不輕易浪費。

透過惜福,才能保福。隨手作廢紙回 收,就是隨處愛護身邊資源,正是惜福 觀念的養成。

第三、建立環保的共識:製造一公噸 紙張,大約需要消耗二十棵高度八公尺 、樹徑十六公分的原木;每棵樹要長到 這麼大,平均約需二十到四十年的時間 。由於過度砍伐山林,山林永遠趕不及 復原,空氣汙染、水汙染、酸雨、沙塵 暴、土石流跟著來,風調雨順將變成奢 求,大環境生活品質日益低落。回收廢 紙運動,讓我們的環保工作從最根本作

第四、共創整潔的環境:紙張的用量 既然如此巨大,若不建立良好的回收管 道,它的汙染將相當驚人。因此,用心 回收廢紙,不但是資源的再利用,也可 以大量減少垃圾,讓大家擁有潔淨的環 境。

廢紙回收不僅是在經濟的考量,更有 這四項重大意義。甚至佛光山福山寺和 鳳山禪淨中心,就是在僧信二衆共同辛 勤下,以廢紙回收所得,創建一座莊嚴 清淨的殿堂,給予衆生一個安心立命的 場所;乃至以廢紙回收的淨款,以及百 萬人興學,增加了佛光、南華二所大學 的建校基金。其「化腐朽爲神奇」的意 義功德,更激勵我們在舉手之間,積極 作廢紙回收工作。

第一、養成勤儉的習慣,

第二、培養惜福的觀念,

第三、建立環保的共識,

第四、共創整潔的環境。

-根火柴棒價值不到一毛錢,一棟房 子價值數百萬元。

但是一根火柴棒卻可以摧毀一棟房 子,可見微不足道的潛在破壞力,一旦 發作起來,滅頂力量無情而快速

一根火柴棒代表什麼呢?

- 1 無法自我控制的情緒。
- 2 不經理智判斷的決策。
- 3 頑固不冥的執著。
- 4 狹隘無情的心胸。

檢查看看我們隨身攜帶幾根火柴棒?

陵刻經處文化道場150年



【記者妙熙南京報導】金陵刻經處從淸 同治五年(西元一八六六年)成立至今 一百五十年,比中國出版業中歷史最悠久的 商務印書館還早三十一年;日前在南京大報 恩寺遺址公園內舉行系列活動,佛光山開山 星雲大師讚譽創辦金陵刻經的楊仁山居十是 具有「智慧心、慈悲心、事業心、國際心」 的菩薩。

星雲大師說:「中國有四大名山、四大菩 薩,那是有形的道場;楊仁山建立的是無形 、文化的道場,有如四大菩薩:第一、他的 智慧心,上通天文,下通地理,以及科學、 佛學等無所不通,如同五台山的文殊菩薩。 第二、他的慈悲心,愛國家、愛人民,發心 爲人間印經,重興佛教,就如普陀山慈悲的 觀音菩薩。」

大師再說:「第三、他有事業心,辦教育 、設立祇洹精舍,學者如歐陽竟無等,出於

他的門下,他有普賢菩薩的願力。第四、他 有國際心,請日本南條文雄帶同許多經本刻 印;又和斯里蘭卡達摩波羅居士商量發展國 際佛教,就像地藏菩薩到處度衆生。」

受文革摧殘 孫女承志復興

星雲大師表示,南京市各級領導將楊仁山 的金陵刻經處重興,成爲南京市的文化重點 。楊仁山復興中華文化,把佛法的慧命—經 書再重整。後來金陵刻經處在文化大革命中 受到摧殘,經版散佚,管理癱瘓

一九七三年楊仁山的孫女楊步偉和夫婿趙 元任從美國回來重興,在周恩來總理和中國 佛教協會前會長趙樸初共同幫忙下,一九八 ○年恢復運作。現在領導們又把金陵刻經處 過去的光輝重整,未來南京一定會成爲國際 文化之都。

蒞臨的貴賓有國家宗教局局長王作安、全

國政協民宗委主任朱維群、國家宗教局副局 長蔣堅永、中國佛教協會會長學誠法師、南 京市長繆瑞林、江蘇省政協主席張連珍、省 政協副主席、省委統戰部部長王雪非、省宗 教局局長李國華、省佛教協會會長心澄法師

學誠法師介紹楊仁山一生「不忍聖教衰, 不忍衆生苦,以法寶流通,培育人才,啓發 了人間佛教的開展。」且引梁啓超的話:「 近代優秀的思想家,無一不和佛教有關

印藏經、教育 應重上軌道

中國佛教文化研究所所長樓宇烈有兩點想 法。第一、當年楊仁山有感於佛教的衰弱, 用經典刊刻發揚佛教文化,之後湖南長沙、 揚州、北京、天津都設有刻經處,並和金陵 刻經處採統一的版式,刊印的經典來之不易 ,具有特殊價值。那時楊仁山有計畫出版金

◆金陵刻經處成立一百五十周年活動開幕,

星雲大師(中)應邀參加,國家宗教局局長 王作安(右一)、國家宗教局副局長蔣堅永

(左)、江蘇省政協主席張連珍(右二)等

↑大報恩寺遺址公園内舉辦佛教文化出版成 果展,是大陸改革開放後最大的佛教文化展 ,星雲大師的書是展覽中的一大亮點。

圖/記者妙熙

圖/人間社記者慧延

陵版《大藏經》,並選編簡易版《藏經》, 讓一般大衆都能閱讀,但都沒完成。現在能 夠完成,將對中國文化有重要意義

第二、金陵刻經處不僅是刻印經典,還肩 負培養佛教人才重任,楊仁山辦佛學研究會 ,雖然只有兩年,卻培養了提倡人生佛教的 太虛大師等,還有梁啓超、歐陽竟無,湯用 彤等學者,影響佛教甚深。中國的佛教和本 土結合,已經是中國文化了。

金陵刻經處一百五十周年系列活動之一的 「佛教文化出版成果展」,集合了中國大陸 一百一十多家出版社、六十多家雜誌期刊社 、參展的圖書有三千五百餘種、一萬兩千餘 冊,佛像、書法、音樂等二百餘種,是中國 大陸改革開放以來最大的佛教文化展,星雲 文化教育公益基金會亦受邀參展,展出歷年 來星雲大師在大陸出版的圖書百餘冊

算僧有話要說

媒體可以救台灣

文/星雲大師

多年前,我曾經在《天下》雜誌上,看到 一篇題爲〈媒體讓台灣往下沉淪〉的文章, 這篇文章一直在我心中久久難以釋懷。媒體 人都是國家的棟梁,都是社會的精英,爲什 麼他們會使台灣往下沉淪呢?我想,是因爲 有一些不正派的媒體,他們把優良的媒體本 大家先尊重別人的自由。 質掩蓋了。這些媒體,總是報壞不報好,報 取悅讀者,不顧國家的前途、社會的風氣, 讓「台灣最美的風景」都變得不美了,那是 專刊,慨嘆說媒體讓台灣往下沉淪了。

記得天下文化創辦人高希均教授在《遠見 》雜誌上,發表了一篇〈我的台灣夢:出現 《更正報》〉,裡頭提到:「有《更正報》 ,受委屈的人找到了救星。他們終於可以在 另一份報紙來辯護。」後來又在〈政客變君 子,台灣走出政治霧霾〉一文中,再提到: ,其中以民代、傳媒、動嘴、動筆者爲多。 」《聯合報》的元老張作錦先生也說:「媒 ,並自願長期、忠誠的護衛。」評論家南方 朔先生也說:「當媒體變成一種消費品,而 不再是社會的公器,這時候,媒體只會將一一,爲什麼受刑人被關閉了?國家法律剝奪了 個社會拖向平庸和無聊化的深淵。」從這許一他的自由嗎?就是因爲他傷害了別人的自由 多文化人的言說裡,讓我們看到了台灣媒體 的現狀。

不犯他人 尊重他人自由

來否定的,但是媒體的自由,還是要有規範 ,不能侵犯別人的隱私,假造別人說的話, 極盡造謠中傷;如果媒體認爲這也是自由, 那就是錯誤了。

時,也正是我在菲律賓籌建光明大學的會議然就會有好的媒體。 中。聽聞有記者請問教宗,對於不久前,法

國漫畫雜誌《查理周刊》遭受伊斯蘭教恐怖 分子射殺的看法?教宗回答說,新聞有言論 自由,宗教也有信仰自由,不能以言論的自 由來侵犯別人信仰的自由。就像有人毀謗我 的母親,他可能也會吃上一拳。

教宗這樣的回答,實在不愧是一位天主教 的領袖,四平八穩,彼此顧到,非常公平公 正。因爲當今此世,許多人都錯解了「自由 不論做什麼料理,尤其是糕點類,都顯出一 」的意義,以爲只要我喜歡,有什麼不可以
種貴族般的高尙美感。 ?事實上,你歡喜是可以,但不能妨礙別人 的自由。

我認爲的自由來侵犯他人的自由,實在不當 。今後的世界要和平,社會要和諧,必須要

佛教釋迦牟尼佛制訂了很多的戒律,出家 假不報真,報惡不報善,報非不報是,爲了 人有出家人的戒律,在家佛弟子有在家佛弟 子的戒律,但是很多人都害怕受戒,認爲戒 是不自由的,受了戒,殺生不可以,偸盗不 非常不當的事情,也難怪《天下》雜誌要出一可以,婚外情不可以,妄語兩舌不可以,太一成不同的甜點。 不自由了。

要求媒體 也要提升讀者

自由的意思。戒殺,就是要你不侵犯別人的 生命,要尊重別人生命的自由;不偸盜,就 讓我感受到,食物與料理人之間難分難捨的 是要你不侵犯他人的財產,要尊重別人財產。珍惜,我們珍惜食物,而食物也在我們手裡 「透過不實指控,製造對立,造成社會不安的自由;不婚外情,就是要你不侵犯別人的 名節,要尊重別人的家庭、身體、名節的自 由;不妄語,就是要你不要毀謗傷人,要尊 體不走邪惡之路,是基於對一種價值的信仰 重他人名譽的自由。所以,戒是給別人自由 ,也是給自己自由。

> 讓我們到全世界的監獄裡面去做個調查吧 。假如說我們自己不侵犯他人,不妨礙別人 的自由,又有誰會來侵犯我們的自由呢?

因此,今天的台灣,如果媒體都能公正無 私,不侵犯別人的自由,尊重法律上的人權 新聞媒體有言論的自由,這是不容易讓人保障,那麼媒體可以救台灣,台灣也就跨進 一大步了。

不過,要媒體人救台灣,也先要社會提升 讀者的人文素養,提升閱讀的品質,不要媒 體報導聳人聽聞、揭人隱私、以眞報假的新 前不久,天主教教宗方濟訪問菲律賓,其 聞,要求眞、求善、求美;有好的讀者,自 蔬食園地

和紫心地瓜一起浪漫

文與圖/雲晶

紫地瓜旦糕 (無蛋配方)

初見這款地瓜好驚豔,紫色美得好浪漫,

紫心地瓜又稱紫紅薯、芋頭地瓜,查了資 料,更叫人驚豔,除了含有豐富的蛋白質, 所以,現在許多人濫用了「自由」,以自 十八種氨基酸,還有八種維生素,磷、鐵等 十多種天然礦物質。而她的紫顏色,竟然主 要來自花靑素。

> 哇!花青素近年來很受重視,因爲已被研 究出花青素是一種天然的抗氧化劑,能幫助 清除體內自由基。沒想到紫心地瓜的營養價 值和它的紫色一樣迷人,趁著現在產量多, 正逢時節,我忍不住買了許多回來,一一做

每次想要做點新的食譜,就會想到許姊; 以前,每做一道新的菜,就忍不住要找許姊 材料: 品評一番,這次,一口氣做了三道甜點,卻 實際上,在佛教解釋「戒」這一個字,是再也不能找妳了,斯人已遠。在妳因病往生 後,我是多麼想念妳,每一次的指導,都會 盡其所用,許姊啊!妳永遠是我心中的料理 女神,我會一直記得妳對於尊重食物珍惜食 材的叮嚀。

> 這三道紫色浪漫,敬妳,人間色彩繽紛, 是因爲人間有情!人有情,萬物皆有情,才 能創作出幸福料理。

紫地瓜旦糕 (無蛋配方)

材料:

(待續)

紫地瓜泥150g、無糖豆漿90CC、橄欖油

40克、細砂糖40g、低筋麵粉150g、泡打粉2 茶匙、綜合堅果果乾適量

作法:

- ●將所有液體狀的材料和糖先拌匀,再加 入其他材料。
- 2完成的麵糊倒入烤盒中。
- 3烤箱預熱至180度後,將旦糕放入烤40分 鐘即可。

紫地瓜日式小饅頭 材料:

- A:紫地瓜泥50g、甜豆漿兩匙、白醋1/4 匙、低筋麵粉80g、泡打粉1/2茶匙、 細白糖1大匙。
- B:快速乾酵母1/4茶匙、溫水1大匙。

作法:

- ①將材料A全部拌匀。
- ②快速乾酵母1/4茶匙加溫水1大匙拌匀。
- **3**將**0**和**2**揉匀成麵糰,靜置發酵20分鐘。
- ❷將發酵好的麵糰再揉光滑,分成6等份, 再靜置發酵20分鐘。
- 5以大火蒸8分鐘即完成。

紫地瓜堅果派

紫地瓜泥200g、甜豆漿200cc、蔓越莓果乾 適量、麵粉30g,派底:消化餅90g、橄欖油

作法:

- ①紫地瓜與甜豆漿打成泥,再加入蔓越莓 果乾及麵粉拌匀。
- ❷將消化餅乾搗碎成粉狀,加上橄欖油拌 匀,倒入烤模中壓平,再以烤箱烤約15 分鐘備用。
- 3將❶倒入2已烤硬的派皮中,上面可隨意 加上綜合堅果,烤箱預熱170度,烤約50 分鐘
- ④取出待冷卻,放置冰箱一夜,隔日再吃

