



一個人的功業並非靠年歲成就，壽命長短並不重要，重要的是能否有功於人間？

星雲 法語



機變的妙用

文／星雲大師

「機變」是機靈變通，是吾人面對生活一切好壞、善惡、轉變的能力。懂得機變，就會尋找途徑處理與化解；懂得機變，就能方便權巧轉化與運用。

如何建立生活的機變？以下四點：

第一、要不虛不妄：無論做人、生活、處世，吾人都應該實事求是，不要打腫臉充胖子，更不要逞一時之快，虛晃一招。猶如樹木，需要具足水分、陽光、泥土，日日成長，年年增高，才能變成大樹。好比高樓，需要鋼筋、水泥、沙石，層層加建，否則地基不穩，隨時都有崩塌的可能。生活中，也要避免不切實際的想法，唯有踏穩腳步、遠離虛妄，才能應對生活中的一切變化。

第二、要惜緣惜福：人依靠因緣生存，日用所需，無不是因緣的成就。沒有農民的耕種，商人的販賣，怎會有現成的食品？沒有工人的苦力，設計師精心規畫，建商苦心經營，怎會有舒適的房屋可住？每一個人事物，都離不開因緣福德，因此，吾人每日要以感恩的心，珍惜每一個因緣，每一個福報。

第三、要能有能無：世界是一半一半的，有得有失，有利有弊，有成有敗，是歡喜？是悲傷？沒有一定準則。有人擁有令人羨慕的職位，卻因爭權奪利、相互排擠，鎖口擔心失去地位，這樣怎麼能令人快樂呢？語云：「塞翁失馬，焉知非福」，有時不要在「有」與「無」上太過認真，面對生活人事物來來去去，以機變智慧轉化，能有能無，生活就會感到自在逍遙。

第四、要可靜可動：生活中，面對動盪危機，處變不驚，運用智慧冷靜解決，就能化危機為轉機。而在平淡局限的環境中，能夠活出不一樣的內涵趣味，讓自己靈動起來，那又是另一種人生的面貌。動靜之間，一體兩面，如何做最適當的調配？全看吾人心念的轉換。

機變，是善觀因緣，適時調整；是靈活運用，不滯一法。每個人希望過得快樂幸福，就要從懂得機變做起。如果過於執著，或不斷地向外追求汲取，始終得不到要領，那就可惜了。因此，提出四點：

- 第一、要不虛不妄，
- 第二、要惜緣惜福，
- 第三、要能有能無，
- 第四、要可靜可動。

生活智慧

尚可喜一詞之改

文／宋桂奇

順治六年，身經百戰的尚可喜，憑藉為清王朝立下的汗馬功勞，獲封「平南王」，在皇上賜金印金冊的同時，皇太后特別恩賜一件薰貂領花綢錦袍，說是要表彰尚母的養育之功。

不會想，這件錦袍卻給尚可喜出了一個大難題：自己為二房所生、大房所養，錦袍到底給哪位母親呢？就在他左右為難時，已聽到風聲的兩位母親，為享受這錦袍帶來的無上榮光，都不請自到。見二人你爭我吵，鬧得不可開交，尚可喜便以退為進——讓幕僚擬份奏章，將錦袍還與皇太后。

只見，幕僚據實上奏，交代完家庭背景，又說生母、養母對皇太后恩賜的錦袍「爭執不下」，無奈之際只好送還。看罷奏章，尚可喜吃驚非小：「皇上和皇太后若知曉我兩位母親為錦袍『爭執不下』，他們會作何感想？」於是就讓對方改「爭執不下」為「禮讓不迭」。這一化醜為美的改動，效果立竿見影；太后看過奏章說：「兩位賢母如此，難怪尚可喜能出人頭地！」隨之再賜一件錦袍，皆大歡喜。

要解決兩位母親的紛爭，最好的辦法就是再有一件錦袍；尚可喜借退還之名，行索求之實，改「爭執不下」為「禮讓不迭」，變家醜為母德，終使難題迎刃而解。其顯現出來的處世智慧，確實令人歎服。

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

佛教靠我 中生代接棒為教努力

特稿／記者妙照

中華人間佛教聯合總會兩岸首航，十一日圓滿劃下句點。有別於一般的旅遊，此團成員帶有歷史的使命感，懷有「佛教靠我」的信念，眾志成城，開創新局。以下有幾點面向，值得關注。

一、兩岸佛教交流 信念一致

近年來，佛教交流頻繁，從民間到國際，大大小小，從未間斷。不同以往，此次最大特點建立在兩岸一致認同的「人間佛教」理念下，彼此交流探討。

一個宗教的價值觀，能獲得中國大陸官方到民間的認同，在過去幾乎是不能想像的，除了互信基礎外，更重要的是人間佛教的普世價值，已跨越了時空、民族、文化、甚至政治立場，取得了認同。

二、台灣佛教團結 彼此尊重

過去，佛教總給人一盤散沙的印象，很難團結，又所謂「僧情不比俗情濃」。

中華人間佛教聯合總會來自台灣各佛教教團與寺院，彼此間「同中存異、異中求同」，同是釋迦牟尼佛的弟子，雖然修行法門有別，卻不妨礙弘法的共同信念，所謂「弘揚佛法本在僧」。

大家匯集在人間佛教的理念下，尊重個別的修持與教法，手牽著手，心連著心，為著理想而努力，建立起為佛教而努力的革命情感。

三、中生代接棒跑 集體創作

台灣佛教能有今日的豐碩成果，許多大陸來台的長老大德功不可沒，當走過一個時代時，未來的佛教又該何去何從？

中華人間佛教聯合總會成立的目的，就是希望創造平台。這一次的訪問交流中，大家都很好奇，為何星雲大師沒有出席？其實，大師始終在背後關心，願做一位默默守護的護航者，立意佛教的中生代能接棒，發揮集體創作，開創下一個世代，佛法才能興隆。

四、男女兩序平等 四眾齊心

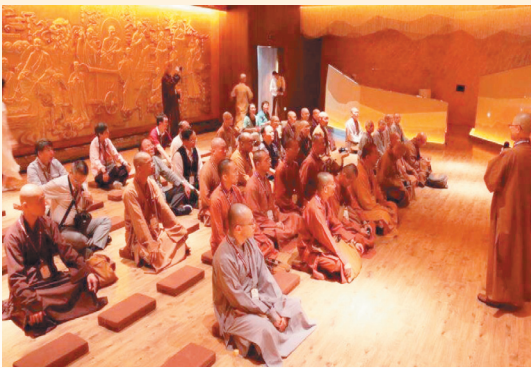
佛陀提倡四姓平等，直至今日佛教界仍



然普遍存在重男輕女的觀念，星雲大師主張佛教要發展，必須建立在「平等」上，不僅出家之男女要平等，僧信間也要相互尊重。

在中華人間佛教聯合總會中，無論法會、座談等場合，打破比丘在前，比丘尼在後的排班方式，男女兩眾分列東西單之首，比丘尊重比丘尼，比丘尼也禮讓比丘，站在同一

↓大覺寺僧寶堂為中華人間佛教聯合總會團員播放「大師影像說法」。



個陣線上為佛教奉獻。信眾中不乏學者專家、社會賢達，貢獻所長，也展現對三寶的護持，都是很好的典範。

七天中凝聚了共識，讓人間佛教的信念更具體化，尤其在中生代的佛教僧青年心裡種下了「佛教靠我」的使命，相信這股力量將是佛教未來的希望。

↓善養洞風景宜人，與大覺寺同為宜興必訪景點。



↑中華人間佛教聯合總會交流團造訪興建中的天隆寺，眾人在此誦誦《心經》、〈大悲咒〉祈福。

圖／國際佛光會世界總會王淑慧

↓在靈光寺舉辦的「兩岸佛教界祈禱世界和平法會」，由中華人間佛教聯合總會主席慧傳法師（左一）、中國佛教協會副會長宗性法師（右一）等兩岸中生代法師主持。



貧僧有話要說／三十四說

我訂定佛教新戒條

文／星雲大師

再看歷代中國各宗各派的祖師們，凡提拔後學的，宗派就會興旺，不肯提拔後學的，慢慢的也就煙消雲散了。我們要讓一代勝過一代，所謂「青出於藍，更勝於藍」，不要「麻布袋、草布袋，一袋（代）不如一袋（代）」。

假如我們的社會千里馬常有，而伯樂不常有，那就非常可惜了。當今佛教界的情形，經常看到長老們不肯交棒，或者一做住持，就是一生一世，第二代的後輩，就像媳婦熬不成婆，這在專制王朝時代還可以講得過去，當今民主自由時代則不可。

四、要能推薦好人

說到推薦好人，每個人都想推薦自己，其實，好人不是自己說自己，是要讓別人來認定的。心目之中，有好多的好人，必定自己也會成為好人；心目之中，覺得別人都很壞，必定自己也是一個問題人物；在教團裡，能推薦好人也是重要的一種修行。

現在民主選舉，就是推薦好人。一個健全的社會、團體，要讓好人出頭，要讓好人來領導。所謂唐堯虞舜的公天下時代，就是國家是人民的國家，社會是人民的社會，離開了人民，哪裡有什麼國家、社會的存在呢？所以，要想立國者，先要有賢明的領導人；要有賢明的領導人，需要由眾人鞏固領導中心，團結一致，推薦好人，擁護好人，這個社會才能進步。

五、要肯讚歎別人

叢林裡面十方人士，百千人居住，南方人、北方人都各有個性，但沒有爭吵，為什麼

？因為有佛教的語言。如：「請大德開示」、「弟子受用無盡」、「你真是我們的善知識」、「你一句好話點醒夢中人」、「你的一語，讓弟子撥雲見日」、「老師是諸佛菩薩的境界，是弟子們仰望學習的對象」、「你的慈心悲願無不具足」……。

好比在佛陀時代，大迦葉尊者對釋迦牟尼佛說：「您是我們的大師，弟子願皈依在您的座下。」舍利弗聽到阿說示尊者說偈：「諸法因緣生，諸法因緣滅」，他對道友目犍連說：「我們有明師了！」

《阿彌陀經》中，釋迦牟尼佛讚歎東方世界、西方世界、南方世界、北方世界等無量諸佛，十方諸佛也讚歎釋迦牟尼佛，彼此讚美來、讚美去，互相說好話。就等於佛光會推動說好話的運動，多說肯定別人、讚歎別人的好話，這就是說明修行讚歎別人的重要。

六、要能學習忍辱

在發心學道的重要入門，忍辱，大概是最重要的了。中國儒家有「百忍家訓」，佛教裡有「三祇修福慧，百劫修相好」，所謂福慧、相好，重要的修持就是要「忍辱」。佛陀在《金剛經》裡面說，過去為歌利王割截身體，都心無瞋恨，光是這一點，就不容易做到。

在受到侮辱的時候，不怨恨、不生氣，泰然處之，先忍之於口，後忍之於面，再忍之於心，百般毀謗、辱罵、譏諷，不能如飲甘露，修行，是不易成就的。

忍是智慧，忍是力量，所謂「生忍、法忍、無生法忍」，對生存、生活要有智慧知道世間人我關係，知道世間人情事理；能夠對事理的認識、接受、處理、化解、消除，一切天上的烏雲，有了智慧的風吹拂，自然煙消雲散。

所以，修行生忍、法忍，就是對一切外境都能認識、接受、負責、處理、化解，當然就能證悟「無生法忍」了。（待續）

藍山炊煙

豆泥香料披薩

文與圖／王舒俞

想把冷凍庫裡冰了很久，原本要打豆漿的熟黃豆一次用完，希望想出連豆渣都全部吃下去的辦法。但是豆子打成泥的口感糊爛，除了用一點點來做成咖哩醬之外，豆泥湯大家也都吃不慣。某天靈光一現，如果把披薩加上豆泥，這種極端的組合會變成如何呢？

於是為了要呈現豆泥烘烤後的香氣，因此改變披薩堆疊的方式，才把起司放在豆泥的下方，使豆泥醬能直接受熱，而豆泥上方是蔬菜的排列方式，盡量留有空隙，使水蒸氣能夠散出，以免過多的水分淤積在麵皮上！（豆泥中的蔬菜成分在烘烤過程中本身也會再出水）

做出來的披薩重量比普通披薩重得多，所以要從烤箱中取出時要特別留意披薩傾倒和燙傷。

豆泥和香料烘烤之後的氣味變得很異國，搭配麵皮和起司的香氣，吃起來很有與眾不同的新鮮感，而且蛋白質能增加飽足感！

材料：4人份

【A豆泥醬】
黃豆豆泥400g（熟豆子充分瀝乾後再打泥）、洋蔥1/2個、大片的大蒜4瓣、香菜或是芹菜葉約1小碗、小茴香粉1/2小匙、胡荽粉1小匙、紅辣椒粉1/2小匙、黑胡椒粉1/2小、鹽1/2小匙。

【B蔬菜配料】
彩椒、蘑菇、節瓜切薄片、披薩用起司適量。

【C麵糰】
高筋麵粉300g、水180g、橄欖油20g、糖20g、鹽3g、快發乾酵母3/4小匙（前置作業：機器揉麵到第一次發酵完畢）。

作法：

- ①將材料A分批用食物處理機打成泥狀後，全部攪拌均勻。
- ②第一次發酵完成的麵糰，將之展開成圓皮狀，四周捏出有點厚度的麵牆，使中間比較低，外圍較高，可以讓豆泥裝在裡面。
- ③豆泥醬平鋪在圓麵皮較低部分。
- ④將蔬菜分別疊在上面，不要疊太密，要留有空隙。最後在蔬菜上抹一些橄欖油，烘烤後會比較可口。
- ⑤烤箱預熱200度，將披薩送入烤爐中下方，烤約30～40分鐘，讓蔬菜慢慢烤乾，中途可查看一下熟度來決定出爐時間。

小叮嚀：

- ①烘烤過後豆泥會更香，但豆泥是軟爛的，底下的麵皮是薄硬的，如果底層烤不夠透，麵皮太軟，中間就會容易塌裂！
- ②豆泥中還有洋蔥碎和香菜末，所以沒用完的豆泥可以直接炒熟當麵包抹醬，或是再加一點麵粉，壓成豆餅入烤箱烘烤，就成了可以夾三明治的素豆排囉！
- ③披薩的正中央在烘烤時，因蔬菜會烤出水分，容易浸濕麵皮不易烤透，因此可以用筷子把中間的材料稍微撥開一些，以利濕氣透出，但注意別燙到！

