



做事遇到困難、挫折、與人意見相左時，要想出解決之道，不要因思想閉塞而浪費在無謂的人事裡。

星雲大師 / Venerable Master Hsing Yun

# 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 法語

## 什麼是愛

文 / 星雲大師

「愛」是人類最希求的感受。世間上並非只有男女的情愛才叫做情愛，父母兒女之間的親情，兄弟姊妹之間的手足之情，朋友之間的友情、同胞之愛、袍澤之誼，都是情愛。有些人「身在福中不知福」，縱然在充滿愛心的環境中生活，依舊覺得沒人愛他。究竟什麼是愛？在此提出生活中四種平淡卻彌足珍貴的愛：

**第一、母親的慈顏是愛的滋潤：**《詩經》說：「父兮生我，母兮鞠我，拊我畜我，養我育我，顧我復我，出入腹我。」母親永遠是慈容視我，愛語對我，即使偶而的呵斥，也是慈悲的呵護，怒容後面是極大的慈愛。母親的慈顏滋長潤澤我們的生命，你感受到了嗎？

**第二、父親的嘉許是愛的鼓勵：**大多數的父親都扮演訓導的角色，嚴格要求子女，但這些都是「恨鐵不成鋼」的用心。父親的嚴肅，雖然令多數的子女膽怯，但當父親看到兒女的人品、道德、成就，他的頷首微笑、隱藏在眼裡的認可，卻是最大的鼓勵。為人子者，應善體父親不形於色的讚美、肯定與嘉許。

**第三、朋友的寬恕是愛的施與：**佛教裡將善友分為兩種，「有友如地、有友如山。」如大地的朋友，可以普載我們，如山的朋友，可以讓我們倚靠。善友會包容我們的不足，原諒我們的莽撞，寬恕我們的粗心大意。我們要珍惜朋友這種珍貴的布施，在成長的道路上施與我們無畏。

**第四、社會的支援是愛的緣分：**一個人生在天地之間，無法真正離群索居，日用所需均要仰賴社會大眾的支援。沒有農牧百業，則缺乏衣食；沒有資訊服務，則與世隔絕；沒有警政治安，何求安居樂業？每個人都依賴社會大眾給予免於憂患的支援，因此也應該為社會的安定付出一己心力。能同處一個社會，彼此互賴相助，是何等難得的緣分，我們應善加體察。

處在愛的世界，如入幽蘭之室，久而不聞其香。若能時常記得自己無時不享受父母、朋友、社會源源不斷給予的愛心，我們就會慶幸自己有多幸運，並且對世界充滿感激之情，不再抱怨人情冷暖、社會無愛。在此提出四種珍貴的愛，希望大家都能體會與珍惜：

- 第一、母親的慈顏是愛的滋潤，
- 第二、父親的嘉許是愛的鼓勵，
- 第三、朋友的寬恕是愛的施與，
- 第四、社會的支援是愛的緣分。

生活快門

## 靜的美好

文與圖 / 小鳳

「人間多紛擾，與我無相關，世界在變動，我心靜如水」，這是在高美館水塘邊，看到一隻漂亮鳥兒靜靜地停留水上，不受外界干擾，那寧靜無我的狀態，所滋生的心靈感受。

我想，在鳥類的世界裡，應該沒有人類的爾虞我詐與爭權奪利，牠們只要維持單純的溫飽就已足夠，所以，牠才能如此寧靜，如此淡然，如此美好！



# 星雲大師著作 2016美國圖書金獎

【人間社記者妙西洛衫磯報導】佛光山開山星雲大師譯作英文版《佛教與自然生態》(Embracing Nature—Ecology from a Buddhist Perspective)，獲美國獨立出版業二〇一六年度「活在當下」自然環境項目「金牌獎」(Living Now Book Award—Evergreen Book Medal for Nature Conservation)。

星雲大師著作《佛教與自然生態》一書，中文原文收錄於《人間佛教論文集》，二〇一五年「國際翻譯中心」翻譯成英文，經由「美國佛光出版社」潤稿編輯，於今年五月首次出版發行。並邀請國際佛光會世界總會總講師、美國佛州大西洋大學歷史教授何樂威博士(Dr. Ken Holloway)為新書寫序。九月獲通知得到二〇一六年美國圖書「活在當下」自然環境項目「金牌獎」。

《佛教與自然生態》是「美國佛光出版社」(Buddha's Light Publications, USA)獨立註冊登記後第一本新書，對出版社在主流社會提高名聲有正面作用。尤其目前全球關注的地球暖化，人類對自然生態破壞等問題，星雲大師以「人間佛教」的睿智對山河大地、一切萬物皆有佛性作獨特闡釋。他一再說明大家需要愛護地球，保護自然生態，而佛陀乃至佛教史上的高僧大德對生態維護早已有明確的認知與落實。讓評審團大開眼界，認同讚歎。

美國獨立出版業詹金斯集團(Jenkins Group)「活在當下Living Now」獎，目的在於表揚對改變世界有貢獻的書籍，讓人類共同為人生努力，能促進人類身心健康、豐富生活內涵，可以活得更幸福，讓我們共同的家地球，可以更變得美滿。

### 導迷為悟 宣揚人間佛教

評審委員對《佛教與自然生態》的評語，「對一切生物含植物的佛性有啟發性的說明」、「對自然界的獨特見解，令人深思反省」、「非常棒的靈性與科學結合」。



花草樹木皆有佛性



蟲魚鳥獸皆有佛心



山河大地皆為佛體



日月風雷皆為佛用

「從小蚯蚓到天上的星星，充分呈現了佛性的『大局面』」。

《佛教與自然生態》獲得主流社會認同，一再證明「人間佛教」為當今世界，人類面對種種問題與挑戰，作導迷為悟的一道光明。希望大家多為推廣，讓英語人士可了解認識「人間佛教」，以及星雲大師對世界當今問題的見解與貢獻。

本書內容就花草樹木皆有佛性、蟲魚鳥獸皆有佛心、山河大地皆為佛體、日月風雷皆為佛用四個單元分別論述。

所謂自然界，是宇宙間所有生物與無生物的總稱，包含有動物、植物和礦物三界。人類只是動物界裡的哺乳類之一種，卻往往以「高等智慧生物」自居，而自認有主宰宇宙的權利。其實人類也和自然界的其他生物一樣，都是由魚類、兩棲類、爬蟲類進化而來，只因人類進化快速，才取得領導世界的權利。

佛教主張「大地眾生，皆有佛性」、「情與無情，同圓種智」，因此，本篇論文從植物、動物的各種活潑生機，和微妙多樣的生存之道中，來窺測他們本自具足的佛心佛性，並探討與我們生活空間、時間息息相關的大地萬象，如何在宇宙發揮功能，而顯現其佛體和佛用。也希望藉此讓大眾對自然生態有進一步認識，並能衷心的珍惜、尊重和保護。

## 貧僧有話要說 / 三十四說

### 我訂定佛教新戒條

文 / 星雲大師

#### 五、不可語言官像

語言，一言以興邦，一言以喪邦；一句話，看起來簡單，好朋友之間，因為一句好話，結了好因好緣，後面的因緣果報都很順利；因為一句壞話，怨恨成仇，彼此難以相安。所以，說話要謹慎。現在有的人「烏鴉嘴」，都是講一些不好聽的話，讓人聽了討厭。是好人，就說好話，說壞話，必然是壞人，所以佛光會提倡「三好運動」：身要做好事，口要說好話，心要存好心，尤其說好話，又不要花錢，對你也沒有什麼損害，讓人家歡喜，何樂而不為呢？

#### 六、不可去做非人

非人，這句話是很不好聽的，意思就是說你不像人。你的言行，不像人的言行，惡念、鬥爭、壞心、害人等等。在佛經裡，佛陀會不會罵人？佛陀雖然不直接罵人，但他也指出世間有「五種非人」，意思就是說不像人，也就是「應笑而不笑，應喜而不喜，應慈而不慈，聞惡而不改，聞善而不樂」，我們修道人怎能不自我警惕呢？

人，所謂為人，就要守禮、守信，在儒家有四維八德，在佛教有三皈、五戒、六度萬

行，這些都是做一個人的原則，是人，就要像人，不可以做「非人」，讓人恥笑。

#### 七、不可承諾非法

有的人，要我們幫助，應該可以幫助，但非法的，不能幫助。有的人，要我們給他因緣，如果是壞事的，不可以助長壞事因緣；有的人，要我們給他助力，如果是侵犯別人，對別人有害的，不可以幫助他。總之，非法，不合法律的事，當然是壞事；不合乎佛法的事，當然是惡事，我們要為世間助長善因、善緣，但不可助長非法。

在菩薩戒裡有「饒益有情戒」，凡一切事，要與他人有利益、有幫助，成全別人，這是我們修行學道的基本要道。

#### 八、不可打擾別人

有謂「寧動千江水，不動道人心」，打擾別人，讓他動念，尤其動不好的念頭，這也是我們的罪過。所以，和人相處，不可以隨便叫人做事，不可以隨便叫人服務，不可以隨便叫人做牛做馬，不可隨意化緣，應該要互相尊重。

就是好事，也要獲得人家的歡喜、獲得人



佛光會提倡「三好運動」：身要做好事，口要說好話，心要存好心。

家善意的教導；但有的人態度惡劣，就是人家幫忙了，也心不甘情不願；有的人語言粗魯，就是有人幫助了，人家也不歡喜。所以，做一個修道者，不可以隨便打擾別人。

如持地菩薩，走路，不敢放空腳步，怕踩痛了大地；物品，不敢隨意亂丟，怕汙染了大地；講話，不敢大聲，怕吵醒了大地，這是菩薩行為，我們應該效法。

#### 九、不可輕易退果

信諾，是做人的根本，「君子一言，駟馬難追」，既已答應人家，就應該真心履行幫助。輕諾寡信的人，最後都會被人捨棄；你只要真心誠意，不隨意退果，不肯棄自己的諾言，不是皆大歡喜嗎？

過去，有人為了父母的疾病要去買一些營養的食物，在東街就問，營養品一瓶三塊錢，但走到西街，卻只要二塊五。這個人心裡想，我在東街已經跟他說過回頭再買，我不能失信於人；雖然討便宜，但是信譽價值更高。就如人在戰亂的時候，大家沒有東西可吃，就採摘人家園田裡的水果，可是有德的君子，他就是不肯。人家笑他說，這是戰亂時候，這些水果已經是無主了。這位有德的人說：「儘管戰亂無主，但我心中不能沒有主啊！」

#### 十、不可無理情緒

一些年輕人跟我出家，我最掛念的是，年紀輕的人，不懂得世間的人情禮貌，經常鬧情緒，一句話、一件事，就把它張揚得吃不下，讓團體難安。所以，我在《剃度法語》裡，就勉勵他們：「為僧之道要正常，不鬧情緒不頹唐；勤勞作務為常住，恭敬謙和出妙香……」

所以，一開了情緒，固然自己的品德給人看輕，也表示自己的修養不夠。情緒，要自我控制、自我駕馭，你自己都管理不住自己的情緒，你還能教育他人、管理他人，成為一位人天師範嗎？

上述這些新戒條，也不只適用於出家修道者可以實踐，所謂戒，就是法律，就是自由，法律之前，人人平等，人人自由；應該都適用於每一個人的。

所以，貧僧這一生自我克制、自我教育、自我要求，對於這十要、十不要，也是數十年的辛苦實踐體會，至今仍然還嫌不足，只有一點一滴再去努力成就了。(待續)

## 不要記恨

文 / 星雲大師

- 兄弟互相怨恨，受害者是父母。
- 夫妻互相怨恨，受害者是家庭。
- 同事互相怨恨，受害者是公司。
- 政要互相怨恨，受害者是國家。

我懂了

記恨，就如長期在胸口插著一把生鏽的刀，所謂「得鏡人處日鏡人」，這是自我快樂和諧的方法。



人間福報

## 一切都是假的

文與圖 / 尤俠



世間的一切都是假的嗎？一切有為法如夢幻泡影如露亦如電……

所以說愛情是假的、婚姻是假的、家庭、父母兒女財富名位都是假的？都是因緣和合的暫時性存在，並非永恆不變的真實

就連老公外遇也是假的？硬要當真，假戲真作只會自己苦自己

那麼學佛修行也是假的？都是如幻修行借假修真！