



不管做任何事，一定要有力量，力量來自我們的發心立願，來自我們的慈悲力、智慧力、信仰力、道德力。

說好話

文／星雲大師

說話，是人際關係中最直接、最頻繁的溝通，看似容易，卻極有學問。同樣一句話，有人說來很中聽，有人說來很刺耳；有人說話三冬暖，有人開口六月寒。有人說話婉轉含蓄，有人說話尖酸刻薄；有人說話真誠實在，有人說話虛情假意。有人說話總是讓人歡喜雀躍，有人說話總是令人苦惱厭煩。所謂「一言興邦，一言喪邦」，會不會說話實在重要。會說話，並不是指專揀好聽的話說，而是掌握說話的態度。在此提出說話的「四不」原則，供大家作參考：

第一、說話要不誇大而務真：有些人講話歡喜誇大其辭，小事說成大事，小缺點說成不得了的壞事，小失誤說成不可原諒的大錯，這樣誇大不實的說話，久之就沒有人會相信。因此，據實以言是最好的說話方式。

第二、說話要不猜疑而存信：人與人間能夠彼此信任，才能和諧相處。有些人在交談時，總會強調：「我講的是真話、我不會騙你。」為何要如此強調？因為怕對方不相信。人的誠信能從說話中一探深淺，有智慧的人可以從他人說話中，來判斷此人是否值得信任。如果我們說話一向都誠而有信，就不會引起他人的猜疑。

第三、說話要不渲染而平實：有些人講話喜歡渲染，有點成就，就誇耀成不可一世的智者，隨手做件好事，就吹噓成濟困扶危的大善人。常以渲染方式來表達，所說的話會讓人自動打折扣，反而惹來訕笑。自然平實的話語，是正確的說話態度。

第四、說話要不扭曲而正直：有些人常常喜歡扭曲別人的話，斷章取義，曲解他人的意思，甚至故意造成誤會，讓對方百口莫辯，這樣的心態真是殘忍。一個成熟、誠實的人，切記說話不可以扭曲，要正直。

說話的「四不」原則非常重要，可以讓我們有和諧的人際關係，讓我們處世更圓融。希望大家在開口之前，都能提醒自己：

- 第一、說話要不誇大而務真，
- 第二、說話要不猜疑而存信，
- 第三、說話要不渲染而平實，
- 第四、說話要不扭曲而正直。

南天大學畢業典禮 佛教教育開啓新生命



【記者妙勇臥龍崗報導】春花秋實，驪歌輕唱，南天大學日前舉行二〇一六第三屆畢業典禮，三十位畢業生欣喜地從大學執行董事傅勝利教授手上接過畢業證書，迎向人生新旅途。正如南天大學代理校長William Lovegrove教授的勉勵，同學在南天大學學到的是正念思惟，以慈悲、轉念、泰然成為生活的技能，以和平的內心世界為基礎，建設美好將來。近二百位貴賓和畢業生家屬出席盛典，見證子女畢業的珍貴時刻。

開發高素質的網上、多元新課程

代理校長William Lovegrove致詞時指出，南天大學今年獲得澳洲高等教育標準當局通過，在未來七年繼續提供高素質的高等教育，設立網上學習課程，並計畫在精神健康、環保、佛學延展等方面開發新課程，透過跨校案例分析，為大學生們提供更多的學習機會。

臥龍崗市市長Gordon Bradbery出席典禮，他喻南天大學是臥龍崗市的成功。他表示，畢業只是人生旅程的一部分，在佛陀的教導下，學生不單只認識了自己是「人」，更認識了自己的「心」，以此將為人類的福祉作貢獻。讓貴賓們驚歎的是，William Lovegrove代理校長也是畢業生，他完成了應用佛學課程，與其他畢業生一起，開心地接受傅勝利教授頒發的畢業證書。一起畢業的還有臥龍崗市市長夫人Pilar Helmers，和南天

大學首席執行長Christopher Grant Gardiner。

不只是上課 內心有法的見證

臥龍崗市市長夫人Pilar Helmers代表畢業生致詞，她說，從小便開始尋找人生的意義、尋求減輕痛苦之道，求索多年之後，她終於來到南天大學，從基本佛學課程開始學習。佛學課程為她打開了另一扇門，讓她探索現實的本質、理解痛苦的根源和離苦之道。她感謝佛光山開山星雲大師創辦了南天大學，「因為在這兒深造，已不只是念一個課程，因為有佛法，讓人們不再愚痴，並且打開了心

眼，腳踏實地走著人生的道路，讓生命不是一張證書而是內心有了法的見證」。

三十位畢業生來自不丹、雪梨、墨爾本、臥龍崗等地區，為各行各業的專業人士，分別完成了實用佛學、健康和社會福祉的證書和文憑課程。

典禮在溫馨氛圍下畫下完美的句點絢麗落幕，南天大學也將繼續扮演重要角色，提供學生更多元的選擇。有南天大學董事佛光山澳紐總住持滿可法師、紐省省議員Geoff Lee、國際佛光會雪梨協會會長黃勁鋒等貴賓參與盛會。



↑學到老活到老，熱愛教育的南天大學代理校長William Lovegrove（左）在百忙中也積極的繼續深造，開心地接受。大學執行董事傅勝利教授頒發的畢業證書。



↑畢業生代表Wollongong市市長夫人（左）Pilar Helmers致詞說，佛學課程為她打開了另一扇門，讓她探索現實的本質、理解痛苦的根源和離苦之道。



↑南天大學執行董事傅勝利（左）教授頒發畢業證書予來自不丹的學生KARMA。

貧僧有話要說 / 三十五說

我對問題的回答

文／星雲大師

在我一生的弘法過程中，有些聽眾在聽講以後，於彼此的交流中，總有一些問題要問我。總計我回答的問題，也不止百千萬條了，但是我都沒有留下記錄，現在也記不清他們問些什麼了。就記憶所及，在此僅錄五十三條，表示《華嚴經》善財童子五十三參的意義，以誌我和聽眾之間交流的往事。

以下，「問」是聽者的語言，「答」是我的回答。這篇的體例，與別篇不同，請各位注意。

1. 問：吃素是要吃全素呢？吃初一、十五呢？還是每逢三、六、九呢？

答：佛教勸人茹素，主要是因為不忍殺生，是為了長養慈悲心。有這麼一則故事：多年前，美國有一隻小鳥被小孩用箭射中了，中箭的小鳥雖然還能飛行，但是箭留在身上總是很痛苦。因此，全國的報紙、電台，都在找尋這隻小鳥。

有人就問：「美國人到了感恩節，吃掉萬萬千的火雞都不計較，一隻小鳥有什麼了不起呢？有必要動用全國的力量來救這一隻小鳥嗎？如此大費周章的作法值得嗎？」

為了感恩而殺生、吃火雞，這是美國人沒有智慧的習俗。不過，對於小鳥，他們能感到牠真是生命，「見其生，不忍見其死」，要想救牠，相對於吃火雞，總說還是有一些良知善心。

人雖然也會殺生，但是能有一種挽救生命的心念，總是好的。不論初一、十五，或是

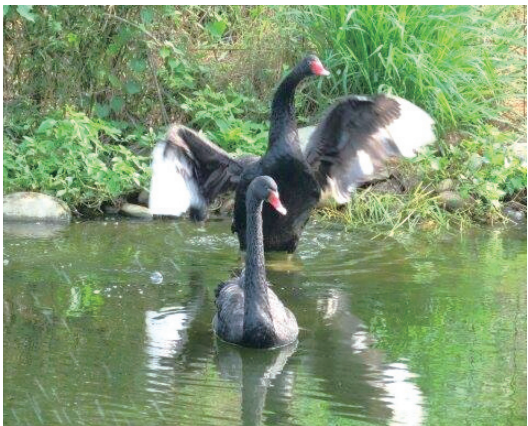
三、六、九日吃素食，總比完全不知道素食、不知道愛惜生命的人，要超越得很多了。

2. 問：在生物學裡，構成生命的條件有三項：一生長、二繁殖、三死亡。動物有生命的條件，植物也有生長、繁殖、死亡的條件，那麼，為什麼動物不能吃，植物就能吃呢？這不是五十步笑百步嗎？

答：動物和植物的生命有不同，動物的生命是「心理」的，植物的生命是「物理」的。例如，你要吃動物，牠會恐怖、掙扎，植物不會，植物雖有生長、死亡，但它只是物理上的反應。所以，佛教講「心」，認為有「心」，才是生命的真義。

3. 問：佛教說「不殺生」，但家裡難免有蚊蟲、蟑螂，不以殺蟲劑消除，人類的健康不就受到危害了嗎？甚至果園農田，不噴灑農藥，驅除害蟲，怎麼會有好收成呢？

答：對於家庭裡的蚊蟲蟑螂，一者，你可以採取防治的方法，家中清潔、整齊了，就不會滋生蚊蟲，或者你驅逐牠們，也就了事。假如不得已，非得要以「殺生」處理，這也不是殺人；殺人的罪，不通懺悔，而殺



↑動物和植物的生命有不同，動物的生命是「心理」的，植物的生命是「物理」的。

害微細的生命，雖不是沒有罪業，不過透過懺悔還可以消除一些。

說到「殺生」，就會講到佛教戒律上的問題，但是戒律要守得完全清淨，也是不容易的，只能說，做到多少，就算多少的功德。

至於農夫噴灑農藥，旨在保護植物，並不是以瞋恨心去對付。雖說殺生害命是不清淨的行為，但是農夫為了種植收成，一般也是無心無意的。目的不同，因果業報也就不同了。

4. 問：佛教講「不殺生」，但是佛教也說「一杯水裡有八萬四千蟲」，甚至所燒的木柴裡，也有蟲蟻、細菌、微生物。這麼說，是不是我們就不能喝茶、不能燒火了？

答：你喝水的時候，是覺得在喝水呢？還是吃八萬四千蟲呢？你燒木柴的時候，是預備生火呢？還是要燒死蚊蟲呢？心念不同，結果就不一樣；凡事與你的起心動念是有很大關係的。

5. 問：人為了活下去，要維護健康，生病的時候要打針吃藥。那麼，細菌也是生命，我們為了自己的健康，不就殺死很多的生命了嗎？

答：生命的層次有高低的不同，細菌還不能稱為完整生命。「以人為本」的佛教，是以人類的生存為主，縱使有時候為了維護健康而必須打針吃藥，也志不在殺生。所以，在戒律上，業報也是有輕重上的分別。

6. 問：我曾經打死一條毒蛇，有些信佛的人說我將來會投胎做蛇，假如我去打死人，將來是不是就投胎做人了呢？

答：這是錯誤的說法。並不是說你殺這一命，就變成那一命。因果報應不是在形相上計算結果的，是依你殺心的輕重而有不同的結果。何況殺蛇的罪業，跟殺人的罪業，又有程度的不同。同是殺業，但結果不同，不可以混為一談。（待續）

福由心生

蕭可賢——動靜有愛

文與圖／林耀堂

當我第一次走進這家台商在廣東虎門開設的廠區，就先被帶到設在頂樓供奉佛菩薩的佛堂禮佛三拜。這是一家以佛教精神立業、大愛孝道治理的科技產業公司。

公司員工有許多遠從貴州、雲南、廣西、黑龍江等地區，翻越幾千公里而來，他們捨棄天倫之樂一年到頭都在懸念孩子中度過。公司董事長為幫助員工能與長年留守在家鄉的孩子相聚，每年暑假期間在廠區開辦員工子女夏令營，公司補貼參加者的交通食宿，讓員工及子女得以共享一個月的團聚之樂。

為期一個月的夏令營安排了靜坐、讀經、圖畫、寫作、英文等等有趣的課程，也安排參訪、放生、體育、團康各類活動，更有一項兼具修心養性又能健身的運動，那就是太

極拳教學。

擔任太極拳教學義工的蕭可賢老師，是在台灣領有國家級教練證照的太極拳教練。他師事的徐憶中老師是人稱詩、書、畫、醫、拳「五絕老人」鄭曼青老師的弟子，練拳二十多年的蕭可賢，專長是三十六式鄭子太極拳、五十四式太極劍和太極拳基礎推手。

一九五三年出生的蕭可賢是桃園人，大學念的是輔仁大學企管系，畢業後一直都在金融業界服務，四十多歲時發覺體能日漸消退，方才警覺練拳健身的重要。他說：「剛開始練了幾個月就感覺身體有些改善，半年後就能感受身體內有氣在運行。」從一九九二年練到現在已經進入二十四年頭了。

以如此高深的修練功夫來教導這些沒有基礎的兒童、少年，不免讓人有些許「牛刀宰雞」的喟嘆，蕭可賢卻認為：「因材施教、有教無類是我們教拳的宗旨，更何況學而後知不足，儒家風範就是要打進天下、善與人同。」

四周的時間畢竟太短，雖然孩子們架拳演練，仍會不時回頭偷瞄一下在前面示範帶領的老師，離標準有一些距離，但在短短四個星期已經練出稍有模樣的表現，已令蕭可賢非常激賞欣慰了。

蕭可賢說：「打拳的時候身體四肢雖然在動，心裡卻要保持定靜如同禪修一般。」所以有人說太極拳是一種「動禪」，須能領悟「動中有靜」的禪意。才能在慢中體悟「靜中觸動動猶靜，因敵變化示神奇，柔能剋剛的奧妙。」

夏令營的小朋友，與父母相聚時有溫馨的「愛」包圍，又能在蕭可賢老師的引導下修習定「靜」的心性，身體也能體驗慢「動」的運氣去鬱，雖然目前不甚明白，但良善品德的根苗已然栽入心中。

