



星雲大師/Venerable Master Hsing Yun

人一生幾十載，懶惰懈怠是一生，精進勤勞也是一生，雖然同樣是一生，但其結果截然不同。

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

心靈淨化

文/星雲大師

銅鐵生鏽了，用潤滑劑抹拭，身體汗穢了，則用清水洗滌乾淨；我們的心靈受到汙汙了，應如何淨化呢？提供四點意見：

第一、用慈悲心來淨化心靈：慈悲心就是一種仁愛之心，對人有愛心、有同情心，肯去幫助別人。吾人能對別人的苦難感同身受，進而發起救苦救難之心，故經云：「菩薩以慈悲為本，於一切眾生常起饒益之心」，就是用慈悲心來淨化內心裡面的貪、瞋、欲望、愚癡、邪見，成就佛道。「寧可以失去世間的一切，但不能失去我的慈悲心」，因為慈悲智慧是我們心靈永恆的財富，能淨化我們的心靈。

第二、用慚愧心來淨化心靈：慚，對不起自己；愧，對不起別人。知慚愧者，經常能警惕自我不能對不起自己別人、父母師長乃至社會國家，而能時時檢討反省。慚愧反省，是悔過的勇氣，是開啓你我潛藏心力之鑰。正如儒家所重視的「吾日三省吾身」反省功夫。吾人透過反省檢討自己的缺失，心生大慚愧，有了這慚愧的心，則能內省不疚，改過遷善。

第三、用信仰心來淨化心靈：心目中的誠信、道德人格和做人的尊嚴，就是人們的道德信仰；人們對道德規範的敬重就能淨化心靈。不論我信仰佛教，或信仰什麼宗教都好，因為有信仰，就有道德的觀念，就有法治的觀念，就能克己利人。

第四、用般若心來淨化心靈：般若是什麼？就是智慧。開發智慧，是改造自己愚癡的認知。人要明理，不明理則會執著、愚癡，胡作非為。所以有人說：「寧與君子理論，莫與小人計較；寧與智者爭論，不與愚者論道。」因此，用般若智慧來化導愚昧無明，來淨化自己的心靈。

吾人日常生活中，由於眼耳聽，無形中，增加了心理的壓力與塵勞；唯有散播慈悲的種子，以慚愧法服莊嚴己身，以道德信仰增加力量，以般若法水洗滌煩惱塵埃，才能真正發揮淨化心靈之效。如何淨化？

第一、用慈悲心來淨化心靈，

第二、用慚愧心來淨化心靈，

第三、用信仰心來淨化心靈，

第四、用般若心來淨化心靈。

古趣今譚

買枝仔冰



文與圖/大牛稠因仔

枝仔冰就是冰棒，因為在冰上插有一枝竹枝仔，所以當年我們都叫它「枝仔冰」，這是如今老一代人家最甜蜜的童年回憶吧！

我的童年時代，住在一片農田包圍的房子裡，對外交通靠一條農路，偶爾會有小販挑了東西繞進來叫賣，也不乏挑著一擔冰桶前來賣枝仔冰的人。冰桶厚而重，裡頭的冰棒層層包裹在乾布中，以保持低溫，我們圍觀著小販逐一掀開布巾從桶中取冰，看得口水直流。

有時候我們也會結伴一塊兒走到小街買冰棒，小街離我們約得走上二十分鐘，買來的冰棒非得邊走邊吃，在到家之前吃光不可，否則就融化了。馬路上當時難得有車通行，大馬路上吃冰棒，真是好不快意！

古早年代冰棒分兩類，一類叫做清冰，糖水結凍而成，一枝兩毛錢；另一類糖水中加了綠豆或是紅豆，一枝三毛錢。記憶中兩種都好好吃極了！

受持五戒

文/星雲大師

受持五戒，以止惡行善的戒行達到自心清淨，進而尊重他人，能帶給社會無形的穩定力量，每個人都能享受最大的自由。

佛教徒受持戒法，就好比學生遵守校規，人民恪守法律一般；不同的是，校規、法律是來自外在的約束，屬於他律；而佛教的戒律是發自內心的自我要求，屬於自律。皈依三寶是學佛的入門，受持五戒則是信仰的實踐。戒的本質是不侵犯、不侵犯中，完成身口意三業的清淨。因此，戒為一切善法的根本，受持五戒，可以增長信心、智慧，生出功德，人身平安，增加道念，防非止惡，獲得尊重，人我和諧。

五戒即：第一、不殺生。主要是不侵犯人的生命，進而尊重他人的生命自由。佛教雖然不強制人人吃素，但要能做到不輕易殺生，所謂「勸君莫打三春鳥，子在巢中望母歸」，尤其不能侵略、傷害他人。第二、不偷盜。不可以非法將別人的財物占為己有，即「不予而取」，要尊重他人的財產自由。不予而取，不管自取、教他取，皆為不當。如：順手牽羊、違法貪汙、吞沒寄存、欺罔共財、經營非法、詐騙投機等，都是佛教所不容許的非法所得。第三、不邪淫。邪淫，指的是在夫妻正常關係之外的感情生活，會造成家庭不幸、社會混亂，因此要能尊重、不侵犯他人身體、名節的自由。第四、不妄語。妄語有惡口、兩舌、綺語、說謊等，如果因為自己的一句話造謠生事、毀謗他人名譽，破壞別人的好事，讓別人因此受到極大的傷害，就是妄語。所以要尊重、不侵犯他人的名譽、信用自由。第五、不亂吃。五戒裡的「不飲酒」戒，廣泛來說，就是不接近會傷害自身健康、使自己心智迷亂的物品，像嗎啡等毒品，不但會侵害自己的身心，也會將個人的名譽、金錢、人緣吃光；又如喝酒，酒是刺激性飲料，飲酒過量，酒也等於是毒品，所以要尊重自己與尊重他人健康的自由。

貧僧有話要說 / 三十六說

夫妻相處之道

文/星雲大師

在我的信徒中，青少年不少，老年人也很多，但中年的夫妻為數更多。說到夫妻，過去的夫妻大多廝守一生，現在的夫妻則離婚率不斷增加。記得有一首歌，描寫夫妻彼此的關係，先說妻子唱：

自從嫁了你呀！幸福都送完。沒有好的穿呀，好的吃。

沒有股票呀，沒有田地房產；沒有金條，也沒有金剛鑽。

住的也不寬，用的也不全，哪一件教我過得慣；

這樣的家庭，簡直是殯儀館；這樣的家庭，簡直是殯儀館。

丈夫也跟她唱：

自從娶了妳呀！每天聽妳煩。妳說投機筒呀，我不幹。

妳說囤積戶呀，我是更不願；不做貪官，哪裡來金剛鑽。

良心妳不管，名譽妳不關，難道妳要我做盜犯？

這樣的女人，簡直是原子彈；這樣的女人



↑從青年時期就跟隨星雲大師學佛的林清志、林秀美伉儷，是佛化家庭中的模範夫妻。



此外，佛教的「五戒」，禁止殺、盜、淫、妄、酒，和中國儒家的仁、義、禮、智、信「五常」，也有共通之處，如：不殺生曰仁、不偷盜曰義、不邪淫曰禮、不妄語曰信、不亂吃曰智；只是儒家的「五常」僅止於勉人律己，而佛教的「五戒」，則從消極的持守不犯，進而積極的尊重利他，根本精神即尊重他人的自由、不侵犯他人。如此，不殺生而護生，自然健康長壽；不偷盜而喜捨，自然能發財富貴；不邪淫而尊重他人名節，自然家庭和諧美滿；不妄語而讚歎他人，自然能獲得善名美譽；不喝酒而遠離毒品，自然身體健康。所以，受持五戒，從自利來說，如同在福田裡播種，縱使不求，自然有許多利益加身，能享有無盡的功德善果；從利他來講，五戒是淨化人心的良藥，一人受持，一人得益；萬人受持，萬人得益；如果全國人民共同受持五戒，這個國家必定是個安和樂利、自由民主的國家。

淨化人心的良藥

一般佛教徒都曉得布施修福，這是以身外之物來利人，只要有施捨心的人都可以做得到；受持五戒，是以止惡行善的戒行來達到自心的清淨，進而尊重他人，能帶給社會一股無形的內在穩定力量，每個人都能享受最大的自由，此不侵犯他人的功德，比布施還要來得更大，所以佛陀常讚歎五戒為「五大施」。

簡直是原子彈。

共同信仰 家庭相處融洽

對於夫妻之間的問題，在信徒中，找我協助處理的，也為數不少。例如：丈夫跑來跟我說，太太嘮叨，廢話很多，嫉妒心太重，懷疑心太強烈，對家族都不友善，實在難以再忍受……。太太也來跟我講，嫁給這個丈夫，她不勝懊悔，不負責任，吃喝玩樂，搞婚外情，甚至家庭暴力，最好能離婚……。可以說，家家有本難念的經。

對於家庭裡的這許多事情，實在講，我們一個出家人，也沒有經歷過這許多事，很難幫他們調解。不過是信徒的家庭，也等於是我們團體中的一分子，總要給予一些關心、分析意見。

像有的先生跟我說，師父，請你幫忙我教訓、教訓我的太太。可是師父不是學校的老師，太太們也不是學生，不能像老師管教學生一樣的方式。有的太太跑來說，師父，先生如何、如何不顧家，請你幫我們來管管我的先生。你說那許多男士，有的年齡、學歷、事業，什麼都超過我，我不能因為我做一個出家人，有一個師父之名，就教育那許多男士們。總之一句，我說過的，我是一個垃圾桶，好事都不會告訴我，都是糾紛、吵架，都是難解的問題才來找我。

夫妻沒有共同的信仰，這個家庭相處就不容易融洽。記得我在澳洲遇到一對台灣移民過去的夫婦，生活不成問題，但澳洲社會，除了大自然的風景之外，是一個人生活很悠閒的地方，人事上都還很遠自在。

兩個人因為退休了，也不得地方去，夫妻天天待在家裡，時間久了，慢慢的，你看不慣，我看不慣，就有意見產生。最初是語言不合，到最後生起氣來，甚至拍桌損凳，摔壞東西。

後來我們在當地設立了南天寺，他們因為在台灣就有信佛的因緣，參加佛光山的活動，夫妻倆就來寺裡幫忙。之後，夫妻回家都互相分享在寺院服務的心得，怎樣接待、怎麼供應客人茶水、怎麼禮佛禪坐、怎麼煮飯揀菜……，話題多了，歡笑聲不斷。自此以後，家庭氣氛變了，夫妻也不再吵架，每天相親相愛。（待續）

↑受持五戒，以止惡行善的戒行達到自心清淨，進而尊重他人，能帶給社會無形的穩定力量。

近期活動

2016 佛光山南天寺 三皈五戒菩薩戒會

歡迎洽：
詢南天寺 02-4272 0600
南天講堂 02-9893 9390
南雪梨佛光緣 02-9553 6533
北雪梨佛光緣 02-9410 0387
或上網登記報名：
http://nantien.org.au/cn/Monastic_Retreat



2016 佛光山南天寺

短期出家

修道會

三皈五戒菩薩戒會

3rd-7th/12/2016 短期出家

9th-11th/12/2016 五戒菩薩戒

實踐傳統佛教儀制，方便在家佛弟子體驗出家人的清淨修道生活，引領大眾加強正信正見，深入佛法大海。

11th/12/2016 皈依典禮

弘揚佛陀戒法，端正在家佛弟子門修持，淨化社會人心，培育正信佛教徒，讓有心學佛者成為一個皈依三寶的佛弟子。

地點：佛光山南天寺
180 Berkeley Rd, Berkeley NSW 2506 Australia
報名：佛光山澳洲各道場
聯繫：南天寺
02-4272 0600 info@nantien.org.au
www.nantien.org.au

