



佛法的布施，能進一步淨化心靈，拯救法身慧命，使人斷除煩惱，了生脫死，其影響是生生世世的。



負重的條件

文／星雲大師

每一個人都具有無限的潛力，就看我們自己能不能把潛在的性能發揮出來。你能把性能發揮出來，就可以「能早能晚」、「能飽能餓」、「能冷能熱」、「能大能小」、「能進能退」、「能上能下」、「能能有無」、「能榮能辱」，無所不能。這就是一個人生活在這世間能承載的力量。如何增進這承載負重的力量呢？有以下四個條件：

第一、能智能拙，期可久也：一個人需要聰明、智慧，才有辦法面對和解決遇到的種種人事物問題，但有時候也需要「拙」的功夫。「拙」不是愚昧，不是愚痴，「拙」只是不足、不靈巧，就是因為這樣，所以才肯踏實、本份、樸實、一步一步的把一件事做好，這是成功之道，也是做人處世的長久之計。因此人的一生裡，能智能拙最好，若不能時，也寧可以選擇拙，千萬不可以智害拙。

第二、能信能疑，險可走也：信，是立身處世的根本。於世間要有信有義，對別人要誠信不欺，做事情要守信為先，對自己更要有堅定的信心。但是所謂：「害人之心不可有，防人之心不可無」，有時候，也不得不要有猶豫質疑的情況。當信的時候相信，當疑的時候也要懷疑，如此，遇到危機、危險時，你才能處理理解，平安度過。

第三、能剛能柔，重可負也：做人處事，你光是執理剛強，別人也不容易服氣。反之，一味的低姿柔軟，人家也會看你不起。所以，有的時候要「剛中有柔」，有的時候要「柔中有剛」，當剛則剛，當柔則柔，剛柔並用，才可以忍辱負重，達成目標。

第四、能屈能伸，功可成也：古人有云：「君子之身，可大可小。丈夫之志，能屈能伸。」為了理想抱負，目標願景，我們做人處世也要「能屈能伸」。好比這雙手，握拳可以施力，伸展可以取物，能收能張，才能運用自如。能懂得「大直若屈」，功業可成也。

駱駝能負重，所以能越過沙漠；船隻能載重，所以能橫渡汪洋；要堅強勇敢地行走在人生道路上，這四點負重的條件，要自我培養。

- 第一、能智能拙，期可久也；
- 第二、能信能疑，險可走也；
- 第三、能剛能柔，重可負也；
- 第四、能屈能伸，功可成也。

媽媽的話



一張板凳

文／陳芳修

小時候，放學寫完功課，不是趕往補習班，而是要幫忙做家事。同時，媽媽也會一邊做事，一邊講人生道理給我們聽。

每當擦拭家裡的陳年古物時，就有聽故事的機會了。一次，擦著一張長條形板凳，媽媽說，這是阿公分到的家產，非常堅固耐用。圍著正方形餐桌吃飯時，它擺放在面對大門的那一邊，爸爸會固定坐在那裡跟我們吃飯聊天；祭祖時，會以聖杯確認阿公有沒有回來坐在板凳上吃飯；平時放在客廳裡，親朋好友來時，也會坐在板凳上閒話家常。

聊著聊著，媽媽有感而發地說：「人生小富由儉，大富由天。不能貪心，不能強求，禍福都是自取！」並說起當年分家產時，有位親族不滿長輩分給他這麼平常的物件，抱怨許久，不顧長輩勸阻，執意強要走倉庫裡很少用又很昂貴漂亮的一只藥壺；結果，從此不斷地生病，藥壺不離身。

雖然這件事情年代久遠不可考了，卻也提醒我們：不可貪，多珍惜身邊物。

千人曬經 台灣佛教史新頁

【記者曹麗蕙台灣高雄報導】「二〇一七國際書展暨蔬食博覽會」日前由首創的「千人曬經—智慧之光」活動揭開序幕，佛光山開山星雲大師特別蒞臨現場，感謝大眾參與曬經典禮。逾千名來自全台各地身著縲衣、海青的護法信徒，浩浩蕩蕩從佛陀紀念館禮敬大廳、成佛大道、萬人照相台，一路恭敬捧經來到菩提廣場舒展經卷，讓一本本佛藏法寶得到陽光沐浴，也透過傳經、曬經與閱藏儀式啟動書展，開啓大眾光明智慧。

「曬經度眾生，功德大無窮」，今年的曬

經典禮僧信雲集，經卷遍桌，除了將《金剛經》、《法華經》、《佛光大藏經》，以及星雲大師「對治百法」一筆字等經典和墨寶呈現，還難得翻曬宋代開刻的《開寶藏》復刻版本、敦煌石窟寫本等。

當司儀喊出「啟動曬經」時，信徒戴著白手套悉心翻閱面前的智慧法寶；菩提廣場兩側更由法師舒展出逾百公尺的《大方廣佛華嚴經》卷軸，文字般若展卷而出，在陽光下閃耀智慧光芒，也象徵佛教智慧得以光光相續，代代相傳。



人間佛教 佛陀本懷

第四章 佛教東傳中國後的發展

文／星雲大師

除了四個字以外，三個字的用語還有很多，例如：

獅子吼、門外漢、善男子、善女人、善護念、無遮會、奈何橋、無盡燈、無盡藏、參話頭、走江湖、一剎那、蓮花池、須彌山、居士林、無上士、體相用、選佛場、阿修羅、鬼門關、日月星、一切法、一切智、一味禪、觀自在、一指禪、香水海、香雲蓋、一食頃、一宿覺、一筆勾、一微塵、俱解脫、三寶佛、添油香、一彈指、無所得、人中尊、口頭禪、大無畏、種福田、來生緣、大菩薩、大導師、大醫王、不可得、不可說、無為舍、菩提路、不共業、不自在、不思善、不思惡、不思議、般若門、解脫道、不倒單、不退轉、不動尊、慈悲心、優婆塞、甘露水、八福田、優婆夷、比丘尼、沙彌尼、不誑語、弄獍孫、光明藏、金光明、增上緣、真實義、不放逸、放生會、方便門、皈命禮、心花開、善知識、因緣果、心解脫、度眾生、三界外、菩薩心、盂蘭盆、貪瞋痴、清淨心、水上泡、水中月、覺有情、觀世音、妙吉祥、香積廚、三昧火、一大劫、微塵劫、金剛身、普賢王、地藏王、造口業、無明火、禪和子、二六時、歡喜地、清涼月、吃十方、作麼生、活潑潑、臭皮囊、做功德、人我相、眾生相、海潮音、現世報、無門關、無量壽、無量光、開眼界、燒頭香、撞頭鐘、歡喜佛、彌勒佛、萬佛殿、紫竹林、普陀山、藏經樓、臘八粥、露馬腳、鑽故紙、六和敬、七覺支、八正道、九品蓮、開山門、吃早齋、三六九、不妄語、打禪七、念佛七、接引佛、西方船、上大供、施無畏、大和尚、小沙彌、佛法僧、阿羅漢、摩訶薩、摩訶衍、三摩地、戒定慧、聞思修、經律論、天地人、做好事、說好話、存好心、消業障、免災難、浴佛節、法同舍、天堂路、地獄門、光明燈、如來佛、福田衣、波羅蜜、增福慧、金剛心、報施恩、法如是、六齋

日、放焰口、做法會、三皈依、受五戒、菩薩戒、十法界、發大心、立大願、不二門、天人師、正遍知、明行足、世間解、大神通、普門品、普門塔、萬壽園、多寶佛、如意寮、如來殿、智慧海、一合相、好兆頭，所知障、滴水恩、朝山團、轉法輪、閻羅王、帝釋天、阿僧祇、難行道、易行道、法依止、趙州茶、雲門餅、三法印、心意識、共生緣、共命鳥、如實知、安樂行、自性空、兩足尊、明鏡台、阿蘭若、非思量、信願行、南無佛、柔軟心、祖師會、茶飯禪、常不輕、莫妄想、無學位、摩尼寶、標月指……

除了上述這許多成語以外，下面列出的，是我們常用的文字名詞，也一併舉出給大家了解，可以說是為數最多、最普及的。

例如：
功德、如意、神通、安詳、罪過、絕對、薰習、普遍、諦聽、手續、一切、一心、一匝、三昧、三寶、上人、小品、山門、中道、世間、出家、出離、加時、布施、平等、正宗、甘露、生滅、示現、合十、合掌、吉祥、同事、回向、因果、因緣、地獄、如來、如實、妄想、成就、自在、自覺、行腳、衣鉢、伽藍、住持、佛道、佛學、利行、劫數、弟子、忍辱、投胎、投機、抖擻、束縛、沙門、沙彌、供養、依止、典座、初心、受持、和尚、居士、彼岸、往生、往還、念佛、放下、放光、放香、法身、法乳、法門、法界、法師、法喜、法輪、法器、法寶、知客、糾察、糾纏、舍利、金剛、長養、信仰、剎那、客塵、持戒、施主、染汙、流通、流轉、紅塵、苦行、苦海、茉莉、降伏、首座、修行、差別、恩愛、悅樂、（待續）



↑三個字的佛門用語「蓮花池」。

佛光山寺住持心保和尚開示，經典為佛陀開示法要，能讓世人在現實生活中得出離煩惱，所謂「緣起性空」，大家透過經典能了解實相世界除了「緣起」的有，也存在「性空」的智慧，「護法信眾有機會參與曬經，親臨親聞佛陀智慧，是累生累劫集聚的福德因緣」。

他說：「佛陀涅槃後，弟子將經典法要流傳，玄奘、法顯等幾位高僧大德也突破種種困難西行求法，才讓後人得以飽覽經典，我們應要珍惜。」

高雄市政府副秘書長蔡柏英代表高雄市長陳菊，感謝佛館長期對高雄教育、文化及藝術的提升、推廣。她表示，佛館今年用「千人曬經」莊嚴開啓書蔬展，系列活動豐富多元。尤其今年共有四十六校、三千多學童共同參與校外教學，佛館也藉由創意的闖關設計，讓學童能融合教育和學習；雲水書車則帶領偏鄉孩童體會閱讀樂趣。她說：「感謝佛館持續辦理書蔬展，使閱讀成為生活的一部分，讓書香社會往下扎根。」

遠見·天下文化事業群創辦人高希均則指出，佛館的曬經活動是佛教史、教育史上的重要一頁，不僅是讓經典呼吸空氣、沐浴陽光，更是肯定經典對社會、佛教的發展，以及對人心改善的重要性。他分享，星雲大師今年將其一生精華，發表了三百六十五冊《星雲大師全集》，不到半年在就全球供不應求，已成為「當代經典」。

參與曬經活動的寶華寺信徒黃景昱表示：「活動殊勝莊嚴，尤其曬經時陽光普照，可以感受到每個人都希望透過慢慢翻閱經典，從中體會佛陀的智慧。」普門寺徐師姐特別南下參加，她說：「非常法喜充滿，真是難遭難遇的機會，讓我大開眼界什麼是曬經。」

博覽會有萬人入場，逾兩千人參與開幕式，典禮貴賓雲集，包括高雄市教育局副局長王進炎、屏東縣政府教育處處長王慧蘭、農糧署作物生產組簡任技正蘇登照、遠見天下文化事業群發行人王力行、國際佛光會世界總會署理會長慈容法師、佛光山寺常務副住持慧傳法師、佛陀紀念館館長如常法師、公益信託星雲大師教育基金執行長覺元法師、人間佛教研究院院長妙凡法師、《人間福報》社長金蜀卿等貴賓共襄盛舉。

◆曬經典禮僧信雲、集，經卷遍桌，佛陀紀念館成佛大道上，智慧之光在陽光下閃耀。圖／人間社記者莊美昭

春風化雨

我的釣魚老師

文／賽夏客

從小，我們喜歡根據老師的特徵幫他取綽號。余老師被叫「釣魚老師」，乃是取其同音詞，這是一般同學的借代，我卻另有解讀：因為他懂得「釣魚技術」，用這種方法釣足我們的胃口，直到現在，還影響著我的「食性」。

國小階段通常以學區編班，但學區也有優劣之別，邊陲地帶多數是家長無力教養的孩子，滿口髒話，不愛讀書，只知道鬥狠，因此，帶我們班級的老師不是中途開溜，就是跟我們奮戰到底。

升上四年級時，余老師以優秀友友身分遞補上來擔任我們的導師。他很擅長講故事，操著一口不疾不徐的台灣國語，可臉上表情卻是千變萬化，誇張逗趣。記得上課第一天，他沒帶課本進教室，也沒讓我們習寫生字，而是講了一天的故事，講到口乾舌燥，還請班長倒一杯水給他潤喉。教室變成秀場，觀賞老師演獨腳戲，安撫了一顆顆躁動不安

校園即景

記憶的鑰匙

文／侯吟佳

因為課堂的內容，談到全世界菜市場不同的樣貌，因此和孩子聊到家鄉的市場美食。原本有點沉悶的課堂，突然熱絡起來，果然美食是大家共同的語言。

有一個小朋友說，他阿嬤常去的菜市場，有一攤碗粿和炒麵是市場內最平價的美食，吃的時候如果再加一點辣椒醬，簡直是無敵好吃。看著他說到口水都要流下來了，恨不得馬上來一碗炒麵加辣椒醬。

另一個小朋友於是提議，「老師，這個星期三的營養午餐要吃飯條，可不可以也帶一

的心。

余老師的腦袋好像一本厚厚的歷史故事書，從盤古開天、黃帝大戰蚩尤，一直講到八國聯軍進北京，精采萬分。他講故事的時間通常選在升完旗進教室後，一來有收心的效果，二來有賞罰的意味。他善用章回小說的方式，講到精采處，便故意賣個關子，要我們等待下回分解，十足釣人胃口。這時，我們無不捶胸頓足，頻頻催促他繼續講，老師卻露出賊賊的笑：「想繼續聽故事，很簡單，只要完成老師規定的回家作業並遵守校規就好。」

原來，這是他掌握本班秩序的妙招。他深諳釣魚的技術——把故事當魚餌，學生是魚群，有魚餌才能聚眾魚群。過去的老師求好心切卻不得要領，總是使出渾身解數修理我們，可愈打愈不成材，愈罵愈不成器，成績始終吊車尾；而余老師卻用故事當魚餌，引導我們自重自律，確實發揮「願者上鉤」的垂釣技巧。

他教我們的時間雖不長，上初中後，歷史卻成了我的強項，靠它加了許多分數，也影響了我的閱讀習慣，總是「嗜食」歷史書，還經常講故事給學生聽，引導他們「改邪歸正」，一如當年「釣魚老師」的啓迪。

瓶辣椒醬來加？」我心裡想，讓孩子實際感受這分美味，會比紙上談兵更加有意義。所以告訴他們，星期三我會帶一瓶辣椒醬來和大家一起分享。

好不容易等到星期三的午餐時間，等小朋友把午餐裝盛完畢，我逐一把辣椒醬倒在每個孩子的碗裡，一聲開動，大家迫不及待享用加了辣椒醬的飯條。「鹹鹹辣辣的好好吃喔！」「今天的飯條味道特別好！」讚嘆聲此起彼落。突然一個聲音響起：「哇，老師好辣！」另一個小朋友大笑說：「老師今天沒有很辣，是辣椒醬很辣啦！」頓時笑聲充滿了整個教室。在辣椒醬的助陣下，今天的午餐除了美味，更多了許多歡笑。

辣椒醬在我們的飲食中雖然只是扮演調味料的角色，但卻像一把鑰匙，把美味的記憶與我們的心緊緊鎖在一起。也許多年以後，很多事情會被遺忘，但是我們曾經一起拌辣椒醬的笑聲和美味的記憶，會留在心裡很久很久。

