



人的命運全由自己決定，因為業報的定義是自作自受，每個人「身口意」的行為，皆惡有惡報，善有善報，若是未報，只因時辰未到。

人間福報

The 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



良師與益友

文／星雲大師

益友就像良師，良師也可以成為益友。這種思想，比較可以活絡彼此間的關係，同時又能保有相當的尊重，是一種很有活力的想法。

在過去的世代，父母是天，子女是地；師長是天，學生是地。無論關係如何密切，總還是天地之間，遙遠的距離。唯有在佛門傳統之中，有所謂「三分師徒，七分道友」的認知，這是民主與平等的一種思想。這種思想，使得佛門倫理，更加的鮮活，更加的有生命力。關於「良師與益友」，有四個意見提供如下：

第一、他挫折時，我要給他勇氣：人生不如意事十常八九，「苦難」與「挫折」原本可以用來提升我們生命層次，也是可以讓心靈更加淨化的一種過程，但是倘若「無法」或「不願」接受，那就成了真正的苦難了。所謂「當局者迷、旁觀者清」，這時候正是身為朋友之人，要伸出援手，像「施無畏」的觀世音菩薩那樣，有求有應，幫助他度過內心的困境。等他「走出來」或「走過來」，再回頭看看，他自然容易發現，「挫折」反而成了新的力量。

第二、他沮喪時，我要給他信心：沮喪之時，人皆有之，朋友懊惱、洩氣、不振作、心灰意懶的時候，正是發揮可貴友誼的時候。要想辦法激發他的信心，提醒他原有信念。因為「信心就是力量，信念就是方向」。今日他靠你行走，他日或許你還要依靠他飛翔。

第三、他迷惘時，我要給他指引：鄭板橋先生的名句：「聰明難，糊塗難，由聰明入糊塗更難。」這是大智之人睜一隻眼、閉一隻眼來體諒世間人的無知，此所謂「難得糊塗」也。

然而迷惘並非「糊塗」，更非「難得糊塗」，而是真正的失卻了生命的方向。這時候可以導他以正信的宗教，以宗教智慧的明燈來為他照亮前途，也可以古聖先賢之言來為他指點迷津，等到撥雲見月之時，必然是「柳暗花明又一春」的光景。

第四、他愚痴時，我要給他智慧：「愚痴」二字並非指「不聰明」，而是指執著於某人、某事，或是某一種的理論與信念而不得開解，在佛經當中甚至將「世智辯聰」列入「八難」之一。世間人「聰明反被聰明誤」的例子不勝枚舉，尤其是自命聰明之人，很容易自己畫地自限，或為自己圈入框框，最後自己卻找不到出路，這就是一種的愚痴，這個時候要給他智慧。

聰明與智慧如何分辨？聰明者，領悟力強，反應快速，但如果將這種聰明用來為一己之私，往往自縛手腳，如果將這種聰明用在利他之事上面，那就是一種智慧之舉。凡事能思利他者，慈悲之心令人感動，而且招感許多的善緣好運。

交到良師益友可以提升自我，開拓人生。做個良師益友，會在朋友當中得到知交，彼此相互提攜，安慰鼓勵；甚至夫妻之間如能建立良師益友的關係，家庭會有更多的和諧與成長。

良師益友的条件有四點：

- 第一、他挫折時，我要給他勇氣；
- 第二、他沮喪時，我要給他信心；
- 第三、他迷惘時，我要給他指引；
- 第四、他愚痴時，我要給他智慧。

多元佛教教育 正能量灌注校園

【記者羅智華高雄報導】「2018年佛光山大學校長論壇」日前圓滿落幕，有來自十七個國家地區、四十六所大學，逾百位校長以及宗教學者與會，本屆論壇主題聚焦在國際化與品德教育，共規畫「大學治理與國際交流」、「佛教行門教育與現代生活」、「大學生的品德教育」，以及「佛教思想與當代文化」等四項議題討論，使透過與會學者的討論，不僅能夠為大學發展與佛學教育貢獻心力，提供大學辦學方向之參考，以及大學多元議題的見解與共識。歷經4天熱烈討論，在閉幕典禮上，與會校長、學者皆針對論壇意義及成果給予高度肯定，認為不只促進國際交流，更讓大家集思廣益，攜手推動佛教教育多元發展，校長們也感謝主辦單位用心費心，讓各校相聚一堂，並歡喜相約明年再見。

眾人平台 凝聚佛教研究力量

佛光山系統大學總校長楊朝祥表示，論壇目的是建立交流平台，助大家更了解如何經營佛教大學。此次討論十分熱烈，各校除了熱情分享自身辦學成果，更達成多項未來的跨校合作計畫，尤其很多人即使討論時間結束仍捨不得離開會場，可見大家都很關心佛教未來發展。為了讓大家更深入討論，明年大學校長論壇也計畫分為兩個主題論壇，讓論壇可以一年比一年更臻完善。

「謝謝你們一起成就校長論壇的善因好緣。」佛光山開山寮特助慈惠法師表示，佛教講究緣起，凡事皆因緣而起，然而單一因緣無法成就事情，必須眾緣和合才能圓滿，因此他衷心感謝參與論壇的每個單位、每個人，共同成就這個因緣，並藉此串連更多善緣，凝聚更多推動佛教研究的力量。慈惠法師



並提到，校長論壇這個平台不是屬於佛光山的，而是屬於大家的，他也期待藉由經驗與智慧的交流，凝聚更多推動佛教研究的教育力量。

南華大學校長林聰明表示，這次論壇共討論4個主題，每個主題都引起熱烈回響。他以品德教育為例，看到許多學校的推動特色與良好做法，不只與會者受到啟發，也讓大家更關注品德教育在大學教育中扮演的重要角色。

南天大學校長Bill Lovegrove則談到，透過此次論壇，讓他看到許多學校的具體成果，不只能成為彼此互相提升教育品質的良好典範，更激盪出更多創新的想法。

對此，西來大學校長張錫?亦有同感，他

認為佛教教育是改善當今社會負面現象的一帖解藥，「佛陀的四聖諦、八正道不僅是佛法真理，更讓我們知道為什麼擁有良好道德是重要的」。他表示，尤其身為一所大學，更有責任去引導學生發掘心中那把「道德之尺」，並且透過多管齊下方式將正能量挹注在校園中。

佛法真理 引導學子向善之心菲律賓光明大學校長Dr. Helen Correa表示，光明大學是佛光山系統大學中最年輕的成員，雖然創立時間較晚，但理念與大家是相同，每次參與論壇，都令她非常動容。光明大學今年有了首批畢業生，校方特別出書記錄這些學生的大學生涯，以及在光明獲得的正向改變。

她說，這些學生大多來自貧困家庭，所以

↑2018年佛光山大學校長論壇最後一場論壇，佛光山開山星雲大師特地到會場感謝與會學者。

圖／佛光大學提供

非常珍惜與感謝佛光山給他們上大學的機會。身為校長的她，尤其感謝佛光山開山星雲大師助光明大學成為優質的高等學府，讓來自多元背景、不同信仰的學生都能在此獲得良好教育資源。

閉幕典禮上播放了大學校長論壇4天來從佛光大學一路到南華大學、佛光山的精采影片剪輯，不只展現與會者在主題論壇上的熱烈討論與獨到觀點，更傳達出各學府齊聚在這裡，攜手推動佛教教育向上發展的團結一心。



釋迦牟尼佛傳

初轉法輪教團成立

文／星雲大師

當佛陀還沒有到達鹿野苑的時候，憍陳如等已經就遠遠地眺望到佛陀的聖顏。

鹿野苑度五比丘

「你們看，那不是悉達多太子來了嗎？」正在準備坐禪的憍陳如告訴阿捨婆誓等四人。「不要理睬他，他是一個捨棄尊貴的苦行，耽於世樂中的墮落者，他來時，我們絕對不要向他表示敬意。」

「大概他現在已悔過也不一定，如果他沒有懺悔的意思而來到這裡，哪有這麼厚的臉皮。」

「一定是他一個人嫌太寂寞的關係，所以又再來找我們做伴，不要招呼他，把他當一般來拜訪我們的客人一樣看待，我們絕對不要起座向他慰問長途的辛勞。」

這五個人，共同立下約言，緊閉著雙目，像是一心在用功修行。可是，當佛陀漸漸走近他們的時候，他們都忘記剛才的約束，心想不看佛陀但又自然的睜眼看他。他們這一看，心裡不覺也驚疑起來，僅僅分別一個月，太子的面容怎麼變成那樣的威嚴圓滿呢？他們不由自主的請佛陀入座，五個人都在下面叩頭。

「你們看見我來時不是約定不迎接我的嗎？怎麼現在又要站起來呢？」佛陀向五個人這樣一問，好似一面光明的鏡子，照徹五個人的心，五個人都驚怕慚愧起來。

「悉達多！我們不敢這樣想，您疲倦了吧？」五個人都懇切地跪在地下慰問。

「你們不要再喊我悉達多，那是在俗的



↑佛陀鹿野苑度五比丘

名字；我現在已經成為佛陀，我是宇宙的光明，我是苦海中的舟航，我已經是一切眾生的父母。」

「你什麼時候成就佛陀的大行呢？您修學苦行都沒有成為佛陀，怎麼捨棄苦行反而能成為佛陀？」憍陳如向佛陀這樣問道。

「憍陳如！像你們五個人現在執於一邊的修行，是永遠不會獲得正覺的。把肉體受苦，反而使心惱亂；把身心享樂，又容易耽於愛著。偏於苦或樂的修行，都不能成就根本的大道。這個問題，我在當初離開王宮的時候，就已經知道。我所以和你們同在一起修學六年苦行，這自有我的苦心。捨棄苦樂，才能得到中道。你們如果要走進正覺之門，必須要以正見（正確の見解）、正思（純真的思想）、正語（淨善的語言）、正業（正當的工作）、正命（合理的經濟）、正精進（積極的精神）、正念（真理的信仰）、正定（禪定的生活）等八種正道去修學，才能解脫無明集聚的煩惱眾苦，獲得清淨寂滅的境界！」

（待續）

釀造醞釀味

愛的醬油

文／劉芳

我的媽媽會釀製醬油，並有一套自己的獨家祕方。即使已八十高齡，她依然堅持自己釀造無添加物、無化學成分的純手工醬油，因此只要一到釀製醬油的時節，家裡就會重現三、四十年前農忙的情景，熱鬧了起來。

釀製醬油的過程相當繁瑣，從洗瓶、晒瓶、洗豆、洗缸、晒豆、入缸、曝曬、煮汁，到最後裝瓶，每個動作都馬虎不得。

首先，必須挑選新鮮的黑豆，洗淨後裝在大醬缸裡，再加上水、鹽、米糕等材料調和



。每天清晨太陽一露臉，就要掀開蓋子，攪拌均勻，讓這些豆子充分接受陽光的照射；等到傍晚太陽下山，再幫醬缸蓋上蓋子，免得溼氣或露水影響了純度。

這樣攪拌十天，等黑豆完全發酵，接著就是熬煮醬汁的重頭戲了。

一開始，將醬汁從醬缸撈起，先用濾網將黑豆皮濾掉，然後開始熬煮剩餘的黑豆水。這一熬煮就要五、六個小時，而媽媽就在高溫的火爐旁邊守候，同時在大鍋裡不停翻攪，深怕一不小心燒焦，就前功盡棄了。這個步驟最為辛苦也最費時，而且急不得。當醬油熬煮成功後，還要用麵粉袋過濾殘渣與雜質，從袋子裡一滴一滴流出來的，才是最純淨、香醇又甘美的醬油。

媽媽把釀製醬油這件事，看得比什麼都重要，因為只要稍有閃失，就得全部重來。因此，每次都要等到醬油大功告成，放涼裝瓶之後，她才能真正放下心来，這邊手工醬油，除了自家使用以外，還會分享給親朋好友，讓家人吃到最安全、最好吃的醬油，一直是媽媽的堅持。

我舔著一滴滴最新鮮、最天然的醬油，齒頰留香，幸福滿滿；而媽媽的那份堅持與不怕苦的精神，也深深刻在我的心裡。

我愛芳鄰

一起做粿 樂趣多

文／蔡田

美國前第一夫人希拉蕊曾經寫過一本書，書名就叫《同村協力》。這是引用自非洲的一句諺語，意思是：要教好一個孩子，必須要動員全部村民的力量。而這也是國內推動社區營造的基本理念：一人走百步，不如百人走一步。大家一起來，社區會更美好，鄉親也會更幸福！

最近，彰化老家的社區舉辦不少「同村協力」的活動，其中，鄉親一起合作做芋頭粿，最有趣，也最好玩！

做粿，是一件非常耗費人力且繁複的工作，特別是一次要完成兩、三千個手工粿，更是龐大的工程，非得要分工合作不可。

做粿前一晚，要先將米浸水，凌晨兩三點時，負責輾米漿的人就要開始工作了。輾好的米漿用高速脫水機脫水後，就是白白的「粿粹」。

天還未亮，做粿的大隊人馬陸續前來報到，絕大多數都是七、八十歲的婆婆媽媽們。

可別看她們歲數大，「做粿」可是箇中高手，有關的眉眉角角，個個說得眉飛色舞，就好像回到了年輕時的歲月！

三、四十個長輩們，大家自動分工，有人剪稗葉、洗稗葉，有人削芋頭，有人準備內餡，有人用秤分「粿粹」，有人開始做粿，還有人生火燒開水，準備用大灶炊粿囉！

沒過多久，一籠籠炊好的芋頭粿，擺放在長條桌上降溫，誘人的香氣味四處飄散，讓人口水直流，忍不住想先嘗為快。

鄉親們一起協力做粿，不但可以重現傳統美食，而且鄉親們聚在一起，邊工作邊聊天，還可凝聚鄰里間的感情。更重要的是，義賣所得將全數提供給村裡的巡守隊、義工團和關懷據點使用，這不但是另類的「同村協力」，更是社區營造的成功範例。

曾有台北的朋友專程南下參與做粿的過程，他們說，看著高齡長輩與高采烈地一起做粿，氣氛溫馨和樂，心中有著無比的喜悅和感動！

我喜歡這種蘊含著「古早味」的傳統習俗，每次回老家省親，總是期盼著能碰上類似的活動。但願，故鄉一起做粿的習俗可以代代相傳，讓我們找回從前的人情味！

參禪參纏

五眼同觀看見什麼

文與圖／尤俠

