



凡事有意見就有參與，有參與就會關心；在團體中最可怕的莫過於「局外人」。

星雲 法語



領導人的層次

文／星雲大師

領導是一門學問，一項藝術，也是一種功德，領導者要能為大眾謀求福利，要為大眾減輕負擔，要為大眾計畫未來，要為大眾擔當責任。領導的哲學，有上等、中等，也有劣等，這就要看領導者的能力如何。領導得法的人，他的屬下如沐春風，團結合作，不如法者則反之，有的離心離德，有的故意搗蛋，乃至令他而去。「領導人的層次」有哪些呢？

第一、下等領導，要盡己之能：下等的領導人，他還顧表現自己的長處，發揮自己的能力，把所有的事情，都給他一個人做了。這樣的領導者，確實了不起，也很能幹，但是他只是一直表現自己，忽略了團隊合作的意義，不算高明，只能算是一個下等的領導人。

第二、中等領導，要盡人之力：有一句話說：「人盡其才，物盡其用」，如果一個領導人，他的心量如海，不揀粗細，可以「盡人之力」，也就是說，部屬有什麼力量，都讓他發揮出來，這是中等的領導人。

第三、上等領導，要盡他之智：一位上等的領導人，他不但會讓每個人的力量都用出來，還要把各人的智慧、才智都發展出來。他讓每一個人貢獻他的智慧，所謂「百家爭鳴」、「百花齊放」，讓這個團隊，發揮得多采多姿，這就是一位上等的領導人。

第四、高等領導，要盡衆之有：更高一層次的領導人，他能夠「盡衆之有」，讓所有跟隨他的大眾，沒有一個人不奉獻他的能力，沒有一個人不把他的智慧貢獻出來，甚至沒有一個人不把他的心，統統都奉獻出來，如佛門有謂「色身歸於常住，性命付予龍天」，大家「群策群力」、「群心交心」，彼此都肯「交心」，做起事來就會著力。「盡衆之有」，這就是最高的領導人了。

《荀子》云：「口能言之，身能行之，國寶也。口不能言，身能行之，國器也。口能言之，身不能行，國用也。口言善，身行惡，國妖也。治國者敬其實，愛其器，任其用，除其妖。」

我們自己要做那一種的層次領導人呢？這四等領導人，可以作選擇。

第一、下等領導，要盡己之能；
第二、中等領導，要盡人之力；
第三、上等領導，要盡他之智；
第四、高等領導，要盡衆之有。



圖／李蕭銳

VEGE PLAN
蔬食 A 計劃

零飢餓
Zero Hunger

抑止暖化
Combat climate change

平衡生態
Sustainable land degradation & biodiversity loss

保護環境
Sustainable consumption and production

愛護生命
Ethical treatment of animals

立即聯署

國際佛光會

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

咖啡巧克力嘉年華 南島傳遞四給

【人間社記者心昇基督城報導】南島佛光山於日前舉辦「2020咖啡巧克力嘉年華」，這是紐西蘭疫情解封後的第一場大型民間活動，吸引約1500名當地人士歡喜參與。近日紐西蘭迎來最冷氣溫，咖啡與巧克力飄香融化了白霜，為嚴冬增添暖意。

紐西蘭佛光山住持滿信法師帶領國際佛光會紐西蘭南、北島協會佛光人、義工共近70人投入籌備工作，希望藉活動把善美能量傳達大眾，重拾人與人之間的信任和關懷。法師表示，舉辦如此盛大的活動，目的是傳播佛光山開山星雲大師「四給」的理念，同時也在當地給出服務、給出奉獻、給出創意，為疫情後的社會增添正能量。

當日活動相當豐富，包括邀請基督城著名合唱團現場演唱，銅線藝術家Leonore Ashby、版畫藝術家Esther Gane示範藝術創作；道場內的美術展、抄經、園遊會等讓大眾收穫滿滿，滿信法師親自展示的禪意插花，更成為藝術欣賞焦點。絡繹不絕的人潮，突破了往年活動紀錄。

因應疫情，南島佛光山也在如來殿設立了祈福區，讓大眾恭讀星雲大師〈為新冠肺炎疫情向觀世音菩薩祈願文〉及獻燈，同時也能為十方衆生寫下祝福。根據統計，當天有逾1100人歡喜抽取「星雲大師法語」，深受大師智慧感動。

園遊會有16個當地店家參與，包括紐西蘭著名咖啡商、巧克力商、有機農產商等。為了接引大眾茹素，南島佛光山別出心裁，製



作20種迎合當地人口味的點心及佛光素食，邀請大眾加入「蔬食A計畫」的行列。

活動當天有紐西蘭國家黨代表Dale Stephen、民族事務部官員Candy Zhang、紐西蘭基

督城華裔市議員陳金龍、紐西蘭警署部坎特伯雷區指揮官John Price、紐西蘭皇家警署部種族策略顧問督察Rakesh Naidoo等人出席參與。

南島佛光山舉辦「2020咖啡巧克力嘉年華」，這是紐西蘭疫情解封後的第一場大型民間活動，吸引約1500名當地人士歡喜參與

圖／南島佛光山提供

釋迦牟尼佛傳

十大比丘弟子

文／星雲大師

頭陀第一大迦葉

大迦葉尊者是佛陀弟子中的頭陀第一！

頭陀就是修習苦行的意思，凡是修苦行的人第一要選擇空閒的地方，第二要過托鉢乞食的生活，第三要常居一處，第四要一日一餐，第五要乞食不擇貧富，第六要守三衣具，第七要常坐樹下思惟，第八要常在露地靜坐，第九要穿著糞掃衣，第十要住於墳墓之處。修學頭陀苦行的人就是要過這樣簡單的生活，也是清淨的生活。

這樣理想的頭陀修行者，就是尊者大迦葉。大迦葉還沒有皈依佛陀以前，他就被人稱讚是志氣清高，不著欲染的青年，即至父母為他娶親，他竟和他妻子分床而卧。後來在竹林精舍聽聞佛陀說法，生大信心，皈依佛陀，佛陀曾說過若不明徹宇宙的大覺者，是受不起他稱老師的。

大迦葉尊者是過著捨富乞貧的托鉢生活，有一次他在王舍城行化的途中，見到一位貧困的老婦人，窮得衣不遮體，食不飽飢，卧在街巷陰暗的地方，大迦葉尊者很憐憫他，就向他行乞說道：「老婆婆！我看你窮苦的情形，心中非常難過，也很同情，你為什麼這麼窮苦，都是你過去慳貪沒有布施的關係，我是佛陀的弟子，是人間的福田僧，現在望你多少布施一點食物給我，讓你種種福田，將來免除這貧困的生涯。」

窮苦的老婦人回答道：「呵！你是一位尊者，我很榮幸得你向我說法，不過你要我布施供養你食物，這叫我感到非常為難。說出來不怕尊者見笑，我三天以來已沒有粒米可充飢，現在所有的是很少的米汁，臭惡難聞，人家將要丟棄而被我討來，這怎麼可以用來供養你尊者呢？」

「這沒有關係」，大迦葉說：「你就把米汁給我一點吧，我是捨豪富乞貧窮的大迦葉，我很歡喜地接受你的供養。」

貧窮的老婦人聞言大喜，即刻取出米汁供養，大迦葉恐怕老婦人不信，就當著老婦人的面前，把米汁一飲而光，老婦人後來以此功德，壽終之時即生天享樂。

大迦葉尊者利人的悲心很值得人敬仰，但弘法的熱情，比起舍利弗和目犍連等顯然不如，當舍利弗和目犍連還沒有涅槃前，就常勸說他忘去自我，來從事弘法利生的真理運動，大迦葉尊者總是堅定地回答他們道：「我實在是不行了。弘揚正法，教化衆生，全不是我的分內之事了。忘去自我，多麼不容



大迦葉尊者頭陀第一。 圖／資料照片

易啊！我充其量頂多在自己的生活中，豎立起更艱苦卓絕的修行榜樣，讓後來者對於少欲知足的頭陀苦行，知道尊重與實行。弘法利生那些艱鉅的任務，全賴你們去擔當了。」

舍利弗和目犍連聽了這些話，並不感到失望，反而稱讚道：「長老能夠在這一方面樹立法幢，也是非常難得，佛法是多方面的，各人可以依著自己的志趣去實踐自己的理想，我們為長老祝福。」

長老大迦葉對於他的頭陀苦行，任何人的勸說，他都不會停止。

大迦葉尊者，不懼狂風暴雨，不怕日晒夜露，總是住在深山叢林的樹下，或是白骨遍野的塚間，他的年齡逐漸的衰老，佛陀很同情憐憫他，有一天當他到祇園精舍的時候，佛陀就勸他安住在祇園精舍。

可是，他反而向佛陀說道：「佛陀！不行，我不能住在祇園！佛陀的慈悲，弟子深深了解和感激。不過，弟子住在這裡，一定非過團體的生活不可，那時我的頭陀苦行會感到很大的不便。這裡無論是靜坐、經行、聞法，樣樣都合乎理想，清風明月，鳥語花香，環境真是太優美了。但我是修頭陀行者的

人，住在這裡是不二分的便宜。這裡聞不到一點屍臭，看不見半根白骨，生活過得這麼適宜舒服，對於修無常、苦、空、無我、不淨觀等，無論如何不適合。我很樂於塚間的生活，那裡，長年累月的獨自一人，或在樹下，或在露天，或經行觀屍，或補破衲衣。歡喜乞食行化，就自由的進城，不願意乞食行化，就隨便找些野果草根充飢。我不為衣愁，不為食憂，沒有人間的得失，我只感到清淨解脫自由。

當然，有人會說我這樣的生活太過於自利，像舍利弗、目犍連、富樓那、迦旃延尊者等，他們負起代佛陀宣揚的任務，不懼困難，不惜生命，推動著真理的法輪，讓衆生普霑法味，同獲法樂。我雖然沒有那一股勇氣和毅力，但我不會忘記佛陀給我的恩德，為了報答佛陀的恩惠，我才更要過頭陀的生活。因為衆生能否得救，全靠僧團的弘法，僧團中布教的弘法者，是人民的親教法師，他必須自身要健全，才能擔當弘法的工作。

（待續）

草木有情

那些年的紫色回憶

文／小魚媽媽 圖／資料照片

院子裡曾有過一棵桑樹，那是姪媳同事所贈，果實顆粒大、滋味甜，引人垂涎。

幾年後，樹徑已有碗口大小，暮春時節，濃密綠蔭間結滿或紅或紫的葢實，可比五線譜上的跳躍音符，引得綠繡眼、紅嘴黑鴨、白頭翁、麻雀等鳥兒，忽上忽下地鳴唱出美妙樂章。

捨不得熟透的桑葢掉落滿地，我便趁著上班前，摘下如同一串串深紫小葡萄般的果實洗淨晾乾，等晚上有空時，再加冰糖慢火熬製桑葢醬分送友人。有時則用果汁機打碎後，帶到學校教小朋友，做成果汁、果凍、冰棒等甜點，請大家品嚐。當冰涼香甜的汁液溢流唇齒，孩子們總會直指對方鼻尖，互嘲對方是紫色大嘴怪現身。

想起童年自然課需要觀察昆蟲的變態，同學們一窩蜂養蠶，附近的桑葉都被人捷足先登採光了，而可憐的蠶寶寶，總是難逃飢餓或遭蟲蟻侵擾的厄運。當見到大人、小孩們，忘情流連在樹叢下，為採果屈膝低頭；聞風而至的學童，再不乏新鮮葉片，能將蠶兒



養得白白胖胖，亦同感欣喜。

為小朋友說故事時，也不忘提及有些地方的台語將「蠶」稱為「娘仔」，其實源自古老的神話。相傳，愛慕主人女兒的白馬遭處死後，馬皮仍將姑娘捲走，伏在樹枝上吐絲纏繞。家人尋獲後，帶回來飼養，由於這種蟲老是作繭自縛，人們就將之命名為「蠶（纏）」；又因姑娘喪命於此，大家就把這種樹叫「桑（喪）」。而為了感激她給人們帶來絲綢錦衣，尊奉她為蠶神，又稱「馬頭娘」。

而當採果的季節結束，為了矮化植株方便來年採摘，必須修剪茂密的枝葉。將殘枝裁成小段扦插，又成了一棵棵綠意盎然的盆栽，可以分贈親友種植。

後因進行戶外空間改善，不得不忍痛移除此樹，只是留存於心中的過往回憶，總會在春末夏初，見到路邊桑樹結實累累之餘，一一重現眼前。

蔬食園地

吃豆皇帝大

文與圖／春羽

帶著豆莢的皇帝豆，你吃過嗎？一早運動，下山時瞧見路邊竟然有賣「帶著豆莢」的皇帝豆，青綠色彎月形的豆莢，平均長約10公分，摸起來緊實又飽滿。



母親告訴我剝豆莢是有撇步的，她教我要像「擰乾毛巾」一樣，兩手分別握住豆莢上、下端，反方向施力一轉，淡綠色的豆仁就——掉落，輕鬆又快速。不一會兒的工夫，似脫去厚重盔甲的豆仁，粒粒渾圓飽滿，散發著微微光澤；倘若一時吃不完，洗淨瀝乾，分裝冷凍，風味不減哩！

使用天然食材白蘿蔔、洋蔥熬湯底，不食五辛者可以用其他取代，再加入皇帝豆以小火燉煮。母親說這樣就是一道暖心又暖胃的煲品，好吃極了！蘿蔔和洋蔥的甘甜，與口感綿密的皇帝豆相得益彰，即便是牙口不好的長輩，也會吃得津津有味。皇帝豆，也可和紅蘿蔔混入白米飯中做炊飯，紅綠跳色的搭配，既吸睛又兼具營養與美味。

小叮嚀：

①帶皮吃營養更完整：皇帝豆屬於「全穀雜糧類」，營養價值高，是高鐵食物來源，有豐富的蛋白質、膳食纖維和磷、鉀等元素，帶皮吃營養更完整。痛風患者與腎疾者，宜斟酌食用。

②全穀雜糧類的重要：「未精製的全穀雜糧類」最能提供完整與豐富的維生素B群、維生素E、礦物質鎂鉀、膳食纖維，有助防治心臟血管、代謝疾病以及癌症的發生。