



一般佛教徒都知道，阿彌陀佛是西方極樂世界的教主。但是，阿彌陀佛不一定只在西方淨土，人間就有阿彌陀佛。

星雲大師/Venerable Master Hsing Yun

# 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

## 四種話不取

文/星雲大師

把話說出來，才能讓別人知道我們心中的想法，而方便彼此的溝通。但是，說話有說話的藝術，說得不好反而傷感情。好話固然能讓人產生信心，是一種助緣，但無心之語也會釀成災禍。如《華嚴經》裡提到的粗獷語、苦他語、令他瞋恨語、如火燒心語、怨結語、熱惱語等，都是「能壞自身他身語」，因此，人與人之間，有四種話不取：

**第一、譁眾取寵的話不取：**有時候一句話說出來了，雖然一時之間能讓大家覺得興奮，但實際上卻只能取悅人於一時。像現今台灣政壇以作秀的態度來問政，即是一例。事實證明，這種顛倒浮誇的言論，終究無法長久取得大家的信賴和支持。

**第二、舉止輕慢的話不取：**我們做人處事，話不可說盡，勢不可用盡，凡事要為自己和他人的留個餘地。有的人做事靈巧，不但動作快速，腦筋反應也快速，很容易不經意就說出傲慢犀利的傷人言詞，讓別人聽了不舒服。這種語言如同同一把利斧，傷了別人，自己也得不到好處。

**第三、危言聳聽的話不取：**有些人懷有「唯恐天下不亂」的不健康心態，像過去有人揚言世界末日即將來臨，但直到現在，地球還是完好無恙；SARS期間，媒體報導過於聳動，引起社會民心的恐慌等等。無益於人的話說出來，給人錯誤的聯想，甚至會擾亂人心，引發動亂，都是不可取的。

**第四、信口開河的話不取：**《金剛經》讚歎佛陀是「真語者、實語者、不誑語者」，因此感得廣長舌相的正報。抗戰期間日本飛機轟炸重慶，一拉警報，大家問：來了多少架飛機？「是一架飛機」，最後卻變成九十一架飛機。說話要說正派的話、說中肯的話，有些人說話不經大腦判斷，不根據事實求證，隨便信口亂說，鬧笑話事小，不能為人所信任才得不償失。

說話的目的在溝通、表達，如果說出來的話，對別人沒有幫助，反而損害他人的前途、名譽，使之陷於痛苦的深淵，則不如不說。

《法華經》云：「是人舌根淨，終不受惡味……引導眾生心，聞者皆歡喜。」言語得體，能夠善言軟喻的人，不但能導人向善，更可以為後世立下言語的典範。所以言語有四不取：

- 第一、譁眾取寵的話不取，
- 第二、舉止輕慢的話不取，
- 第三、危言聳聽的話不取，
- 第四、信口開河的話不取。



圖/李蕭銳

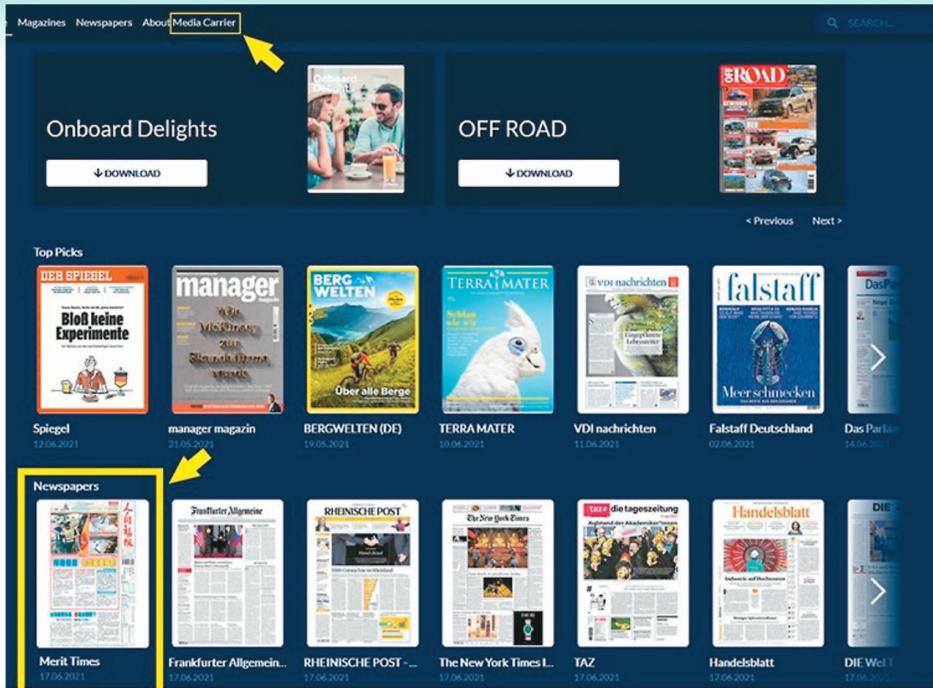
# 全球旅人 空中閱讀《人間福報》



Media Carrier 董事長飛利浦 (Philip J. Jacke)。



Media Carrier 商業總監派崔克 (Patrick King)。



Media Carrier 收納全球近1600家媒體數位內容，使用手機或是平板即可閱讀。

《人間福報》放在Media Carrier 首頁左下第一格，也是該媒體第一個合作的中文媒體。

圖/Media Carrier提供

【記者張穎蓉台北報導】《人間福報》正式成為國際數位媒體Media Carrier 閱讀平台的合作夥伴，將自7月中旬上架，未來全球1200家飯店、20家航空公司與郵輪的旅客，能透過Media Carrier 網站提供的隨選閱讀服務，看到《人間福報》整份報紙內容。《人間福報》也是Media Carrier 首家合作的中文媒體。

### 推廣數位化 放眼五大洲

Media Carrier 商業總監派崔克 (Patrick King) 表示，《人間福報》是份有靈性的報紙，在長途飛行當中，有助於乘客放鬆，且現在很多企業都看好中文市場，中文也在全球受到歡迎。

《人間福報》社長妙熙法師表示，《人間

福報》於2000年由佛光山開山星雲大師所創辦，是全世界第一份由佛教所創辦的綜合性日報，報導人間光明面，傳播真善美。紙本報紙除了台灣，同時在美澳亞三洲發行《人間福報》海外版，與19家媒體合作。2018年成立數位部，由劉峻谷擔任總編輯，此次與陳思庭顧問等促成《人間福報》與Media Carrier 的合作。

妙熙法師表示，未來除了歐洲數位平台，還會陸續和美國、澳洲等國際數位平台合作，將數位化的《人間福報》推向全球。

主攻國際出版與旅遊服務的歐洲公司MELO Group 集團，10年前看好全球科技發展趨勢成立Media Carrier，專為國際旅人打造全球的閱讀平台，迄今收錄50多個國家地區、近1600家媒體所發行的近40種語言刊物，

包括知名《ELLE》雜誌、《VOGUE》雜誌、《時代》雜誌、日本每日新聞等，提供給全球希爾頓、Holiday Inn 等1200家知名飯店、20家航空公司、郵輪業者，讓住飯店、搭乘飛機和郵輪的旅客，可以隨時閱讀報章雜誌。

派崔克總監表示，飛機上原有提供報紙、雜誌給民眾翻閱，但隨著閱讀習慣改變，更多人改用3C閱讀，因此航空業也改變服務形式，民眾只要辦理登機後，免費的閱讀服務就會與機票綁定，旅客能立即閱讀，若是超過航空公司的免費額度時，也可加價購續閱；至於飯店則是提供密碼給旅客，但僅在飯店內閱讀。

派崔克表示，《人間福報》在美國、加拿大、澳洲、泰國等地，皆有與當地媒體合作

發行海外報紙，但歐洲和非洲沒有發行，因而位處英國的Media Carrier 特別選擇與《人間福報》合作，也是首家合作的中文媒體。

### 全方位發展 傳遞真善美

派崔克表示，目前Media Carrier 平台刊載的內容，最主要都是文章，還有少部分的德語影片，派崔克表示，未來打算全方位發展系列影片，讓使用者有更多選擇。

旅美多年的《人間福報》顧問陳思庭，是協助合作案的幕後推手，她說，《人間福報》是台灣優質的媒體，在海外也有許多讀者，這也是Media Carrier 選擇合作的主因，「這次《人間福報》能夠在Media Carrier 上架，將有更多海外讀者能夠閱讀《人間福報》」。

### 人生行路

## 陌生人的手臂之力

文/小荷

婆婆住花蓮鄉下，每年寒暑假住在西部的我們總得翻山越嶺，回去小住陪陪。那年臨行前不巧合歡山下雪，只好走南迴公路。

一大早高速公路十分順暢，不到10點就到台東太麻里，話說也許是車子有點年紀了，或者合該有事，忽然一聲車子發起牛脾氣，說不動就不動了。前不著村，後不著店，我跟先生下車，站在路旁企圖尋求協助。但許是過年期間，招手好久就是沒有人願意停車……又約略過了半個鐘頭，才終於有一輛轎車停下來，一位中年男士下車詢問有什麼需要幫忙？

「我們的車子突然不能動了。」我們憂心據實回答。陌生人教我用手頂頂慢慢擡起車輪，然後他一骨碌鑽進車底下，過了半响，

探頭說：「你的傳動軸橡皮破了，被小石子兒卡住。」陌生人費力地從車底爬出來，給我們看惹禍的石子兒，吩咐雖然障礙已經排除，但記得進台東市區後再找間修車廠進一步處理。他說他剛手術3個月，腰還不能使力，沒能幫我們擡千斤頂。

感恩都來不及，我從後車廂拿出一盒瑞士巧克力，遞給他車內的小女孩，感謝他伸出援手。小女孩歡喜不已。一見最愛的巧克力送給別人，兒子放聲大哭。我摟著孩子說：「巧克力再買就有了。」

人生行路，出門在外，車子出了狀況，幸好有這麼一位陌生人適時伸出援手，才能化險為夷，解除危機。他很客氣說：「剛好我會，我是吃這行飯的，小事一樁。」

多麼幸運呀！碰到專業，而且善心善念，願意助我們一臂之力。

萍水相逢，我很感動，請問貴姓，他手一揮：「趕快上路吧，祝福一路順風。」啊！連姓氏都不留下的善心人士，我也祝福他身體早日恢復健康。

### 超越自己

## 當你想放棄時

文/晴耕

當你想放棄時，就會有100個藉口來說服自己；而當你想堅持時，就會有100個念頭來支持自己。回想當年在信用合作社上班時，某年的升等考試前夕，無意間聽到別科室的主管說：「這次不好考喔，題目很難。」我居然連想都沒想，當下就暗自決定——選擇逃避。

未料考試當天，我們科室的科長居然親自到家裡來載我，不得不到試場急就章地拿起考古題硬啃。等進入考場，一看到試卷我簡直傻眼了，全都是我剛剛考前臨時抱佛腳匆匆瞄過一眼的題目，到底是誰說

這次題目很難的？讓我白白浪費了一次升等的大好機會。

我生性就是這麼消極，往往因為一點困難挫折就匆促放棄，好好的一張牌，硬是讓它糊里糊塗地錯過了；怎麼就不懂得勸自己多加把勁，而是直接選擇放棄呢？雖然已是如煙前塵往事，卻也可真真切切地看出，我有多瞧不起這樣的自己了。

這種缺乏自信的表現，一直伴隨著我的人生，就這麼虛擲了多少歲月？我問自己：死性不改，還要這樣放任到幾時啊！難道就不能再給自己一次機會嗎？常聽人們說：「成功的路上並不擁擠，因為堅持的人不多。」如果能夠轉變心念，自信且堅持地達成既定目標，行有餘力還能利他、行善，人生不是更有意義嗎？

改變永不嫌遲，當內心想放棄時，多看看那些破繭而出的成功事例，不要做個只會拿各種藉口來打擊自己的鴿鳥一族了！

### 人間有愛

## 攜手度過疫情艱難的時刻

文/顏福南 圖/彩虹樺樺

台灣因疫情而全國停課，原本熱鬧的學校頓時變得冷清，沒有小朋友的笑聲，學校顯得空蕩蕩的，只有微風、鳥鳴和窸窣的落葉，孤寂的徘徊在校園。

疫情來得又快又急，學校宣布停課，小朋友在家啟動視訊教學，原本團聚學習的樂趣被冰冷的機器取代，小朋友對著電腦上課說話，老師對著鏡頭賣力地演出教學，顛覆傳統的互動模式。一場疫情讓學習起了變化，停課不停學，學生在螢幕前上課，沒有老師在旁督導，只能自主管理。

疫情就是人生的功課，這堂課告訴我們生命無常，沒有辦法計畫，原本排定的畢業典禮因此取消，校外教學也要告吹，群聚不被允許，行事曆也因此大幅變更，而生命何嘗不是這樣？一場意外可能帶來生離死別，生命上演的就是無常，因為無常，我們更要珍

惜現在。未來不可得，過去無法改，只有眼前才是我們擁有的。珍惜現在與你在一起的人，珍惜當下每一分時間，珍惜每一刻擁有的，日子才能無怨無悔，伸出雙手合掌感恩，眼前我們是多麼幸福啊！

人類太脆弱，小小病毒就讓我們的生活亂了調，我們要謙卑的向大自然學習，大自然有許多我們未知的領域，人類不要自以為萬物之靈，不斷開發和貪念，只會造成大自然的反撲。最近，科學家發現碳排放會導致極端氣候，我們才意識到減碳、環保，與大自然共存共榮，順應自然，生活簡樸，少欲望、少貪取，多善心、多行善，反璞歸真，單純寧靜才能長久地生活。

寂靜的校園看起來空蕩蕩的，我想起往昔學生在操場上奔跑，在籃球場上揮汗如雨的畫面，那是多麼真實、充滿活力，因為健康的身體是人生最重要的學分。疫情發生，有人不小心染疫往生了，有人年紀輕輕，正是實踐夢想的時候，失去性命是多麼令人扼腕。沒有健康就沒有一切，不管有再豐富的學問，也要懂得照顧自己的身體，再多的金錢也無法挽回失去的性命。待在家裡也不要忘了運動，做做體操或是肢體伸展，讓自己流汗，防疫新生活最重要的就是健康。

疫情來了，不能出門，心裡難免苦悶，加上媒體報導負面新聞，一下子確診人數增加，一下子責怪政府哪裡做得不夠好，大家人心惶惶。我們要知道心眼小了，小事就變大；心胸大了，大事都會變小。要樂觀看待這些變化，不要隨外在起舞，疫情總有一天會過去，陽光會露臉，在這個黑暗的時刻，我們更要攜手相連，互相包容、相互支持，有好的心情善解萬物，世間再多的滄桑，內心一樣安然無恙，照顧好我們的心面對風風雨雨，寂靜的校園也有沉靜的心，守護我們度過疫情艱難的時刻。



### 小的意義

文/星雲大師

- 一扇小小的窗戶，可以射進陽光。
- 一顆小小的星星，可以照亮夜空。
- 一朵小小的花朵，可以滿室芬芳。
- 一件小小的善行，可以扭轉命運。
- 一點小小的微笑，可以傳達情意。
- 一句小小的誓言，可以安慰苦難。

我懂了

小，不一定無用；不要感嘆自己渺小；小小的星火可以燎原，人人都有一顆小小的心靈，只要發心立願，成佛都可以。