



找到自己，能尋回生命的本質；擴大自己，能延長生命的價值；昇華自己，能體會生命的自在；圓滿自己，能覺悟生命的真諦。

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



廣結善緣之法

文／星雲大師

一日，明太祖朱元璋微服出巡探訪民瘼，到一古廟忽覺口渴，有一農夫適時奉上一杯茶，明太祖感激之餘，賜農夫為縣令。當地一名書生聞曉，心裡極為不平，便於古廟作一對聯：「十年寒窗下，不如一杯茶。」翌年，明太祖重遊此廟，見此對聯，知道是針對自己而題，遂提筆寫道：「他才不如你，你命不如他。」

佛教以為：「未成佛道，先結人緣」。懂得廣結善緣，才會有人緣，才能得道多助，如同農夫，也是先有一杯茶與明太祖結的善緣，而後才有獲得官位的果。在做入處事上，廣結善緣很重要，如何做到？有四點意見：

第一、關懷他人要多讚美：讚美是世間最好的語言，無人不喜歡喜獲得讚美。尤其別人失意時，你對他適時的關懷、問候，如同寒冬送陽，能激發對方的信心，讓他振奮心情，重燃希望。常言：「口邊就是緣」，對他人施予關懷，也為彼此結下好因好緣。因此，關懷讚美是結緣的最佳妙方。

第二、面帶微笑要常問好：中國人重視「見面三分情」，既然有緣相見，經常保持笑容，真心問候，給人感覺如沐春風。好比處在陌生環境，一個微笑，能化解不安的心緒；人我間有了芥蒂，一聲問好，能驅散陰翳。所謂「嗔拳不打笑臉人」，微笑代表友善與溝通，能相處融洽，減少磨擦；常常與人問好，對方得到你的安慰、鼓勵，彼此間，即已結下一份善緣。

第三、言談舉止要能溫和：與人來往，態度氣勢凌人，或語帶諷刺，容易令人心生畏懼而不願親近。佛門教導學人愛語才能和眾，「愛語」即是以體貼溫和的語言待人接物。前秦時代，僧伽提婆大師來中土，譯出許多佛教典籍，也開啓南方譯經的風潮。他尤以開朗的氣度、溫和的舉止和悔人不倦的精神，感動當地許多人心，無人不樂於與之親近。可見言談舉止溫和有禮，能廣結善緣。

第四、有事相求要不推托：人際之間是相互成就的，都需要別人的幫助。因此他人有所困難請求相助時，不輕易推托，花一點時間，吃一點虧，發心與對方結緣。如果自己真的力有不足，所謂「拒絕要有代替」，也要顧及對方的尊嚴，如語帶和緩婉拒，對方自能感受我們的善意。願意為人付出，播下的善緣善種，久而久之，自會開花結果。

人我相處，只要願意為人服務，那怕是一個點頭、一臉微笑、一句讚美、一臂助人，都是結緣。所以，如何廣結善緣？四點意見希望大家參考：

- 第一、關懷他人要多讚美，
- 第二、面帶微笑要常問好，
- 第三、言談舉止要能溫和，
- 第四、有事相求要不推托。

兩岸佛教雲集 開創疫後弘法新局

【記者曹麗蕙台北報導】百年大疫讓全球民衆生活型態大改變，宗教弘法也面臨轉型的挑戰和考驗。中華人間佛教聯合總會、中國佛教協會首度聯袂主辦的「2021人間佛教發展線上研討會」，12月1、2日連兩天隆重登場。

會中以「後疫情時代的弘法新趨勢」為題，探討如何在跨疫情期間，開展弘法新局，吸引兩岸佛教界諸多高僧大德海會（雲端）集，逾500位法師線上線下匯聚參與、跨海對談，意義殊勝深遠。

12月1日開幕式上，中國佛教協會駐會副會長宗性法師、明海法師、副秘書長普正法師、中華人間佛教聯合總會主席明光法師、淨耀法師、慈容法師、黃書璋、監事長首愚法師、佛光山住持心保和尚、法鼓山退居方丈果東法師、香光尼僧團方丈悟因法師、靈鷲山佛教教團創辦人人道法師、福智僧團住持如淨法師、佛光山文化院院長依空法師等，兩岸重量級佛教領袖代表、諸山長老均與會，顯見對研討會的重視。

行菩薩道度眾 佛子責無旁貸

普正法師透過視訊表示，疫情讓兩岸佛教實體交流變得不易，這次透過線上參加研討會，顯得更為珍貴難得，也展現兩岸佛教界同根同源、一家親的情誼。

宗性法師致詞時，率先傳達大陸佛教界對佛光山開山星雲大師健康的問候和祝福。他坦言，疫情為佛教弘揚和傳播帶來很多挑戰，人間佛教與大乘菩薩道精神，相當關切現世與當代社會，「面對疫情變化，如何能夠緊盯時代步伐，在弘法形式、內容上能為現世衆生提供更好的服務，我想這是人間佛教思想的基本內涵，也是身為佛弟子的責無旁貸。」他期許大家能針對研討會主題，在交



流互動中，多多提出方案、貢獻智慧力量。

網路超越距離 給予修持方向

明光法師表示，兩岸共同攜手合辦人間佛教發展研討會，在佛教發展史上別具意義。近2年來疫情嚴峻造成生活不便，所幸弘法者與學佛者對佛教的熱情不減，拜科技所賜，藉由網路直播或各種教學，也安頓無數民衆身心。他進一步指出，佛教應該因應。世代變遷脈動，與時俱進，推陳出新，他盼兩岸攜手針對「後疫情時代的弘法新趨勢」作深入的探討、交流，能為佛教開創新局。

我是熱情派，猛搔外孫的腋下、肚子、腳底，逗得他呵呵笑，還又撲又親，一再輕拍他的胸前，頻頻說：「心肝小寶貝。」外子輕咳兩聲，我才識趣地退讓一邊。

一向嚴謹木訥的外子，面對2歲的外孫，用極為嗲聲嗲氣的語調說：「一定要想外公喔，下周要早點來，好嗎？」然後無限依戀地撫摸外孫的頭。

殿後的女兒，則是氣定神閒地靠著車窗，俯身對外孫耳語一番，然後問他：「你最愛誰？」外孫發出「姨」的聲音，又用小手指著女兒。小女得意地環視眾人，比個勝利手勢，露出驕傲的微笑。

車子緩緩移動了，我們不斷揮手、飛吻，大聲喊著：「小飯糰（外孫的綽號）再見！」直到車身隱入黑夜裡。

有句話說「飼一個囚仔病（瘋）3年」，單就相送而言，即可領略一二。



卻皺起了眉頭，因為黑黑乾乾的菜豆一點都不討喜，看起來就不好吃！

「魷仔仔！別小看這菜豆仔乾黑黑瘦瘦的，味道可好了。」雖然阿嬤從沒說過謊，但我怎麼也不相信，這黑黑瘦瘦的東西會好吃到哪去。

沒多久，廚房霧氣瀰漫，那菜豆仔乾在水裡翻滾，當湯色由淡褐色轉成深褐色，空氣中，瀰漫著菜豆的味道。坐在餐桌前的我，喝著那一碗菜豆仔湯，除了濃濃的菜豆香，還有跟那滋味一樣揮之不去的，阿嬤微笑摸著我頭的幸福感覺。

然而，自從阿嬤過世後，我就不曾再喝過菜豆仔湯了。

一天，在市場看到熟悉的黑黑乾乾的菜豆仔乾，我興奮地買回家，如獲至寶！

「爸爸，這黑黑乾乾的會好吃嗎？」女兒問了當年我問過的問題。

「你等一下就知道！」我故作神祕。

沒多久，廚房開始飄出濃濃的菜豆味，我知道，有一些回憶也跟著回來了。

人間風景

離情依依

文／梁純綉

外孫坐在安全座椅上繫好安全帶，女婿女兒也各自就位，他們每周回來和我們相聚一天，此刻要離開，我們在門口相送。

家中四個成員，極有默契地在轎車外成一列縱隊，居首的是82歲的母親，之後依序是我、外子及小女。

母親的相送屬於優雅派，她輕柔地對著車內的外孫說：「和阿太（客語，曾祖母的意思）握手好嗎？」外孫乖巧地伸出小手，一老一小的手就這樣緊握良久，母親陶醉在春風裡，我碰她她說：「換我了。」

舌尖記憶

阿嬤的菜豆仔湯

文／夜神月 圖／資料照片

兒時的我，非常喜歡菜豆的獨特味道。一天，看到阿嬤拿著一把剛從田裡採來的菜豆，開心地問她：「今天晚上要炒菜豆嗎？」想到一盤滿滿的炒菜豆，不由得口水直流。

結果事與願違，阿嬤卻是把那把菜豆放在太陽下曝曬。新鮮的菜豆炒一炒就很好吃了，為什麼要晒乾？阿嬤的行為讓我解。

「幫阿嬤曬好菜豆仔！下雨時要記得收進來。」什麼！吃不到炒菜豆就算了，還要幫忙曬？

雨是沒下來，卻來了麻雀，輕而易舉地叨著菜豆飛走了！外面曝曬的菜豆成了牠們的自助餐，趕了又來，趕也趕不走。

「阿嬤！」

「讓鳥仔去吃，牠們吃沒多少，等乾了就不會來了！」

小氣的我，才捨不得那些菜豆被鳥吃了，於是自己做了小型的稻草人。沒想到，那些麻雀竟然完全無視，依舊自顧自地挑菜豆來吃。

還好，果然如阿嬤所講，當青綠色的菜豆因曝曬脫水成褐黑色，麻雀就不來了。但我

慈容法師也指出，大疫期間帶來生活諸多不便，老百姓心中更加空虛，社會瀰漫不安，此時更需要佛教給予心靈助力，「這次兩岸發動研討會，即是要承擔出家人的責任，為大家服務」，舉佛光會近日舉辦國際佛光會世界會員代表線上大會為例，線上有逾2萬多人共修；有信徒雖無法參與實體道場，但透過網路禪淨共修，同時禮拜、打坐、念

佛，能給予信徒精神力量、修持方向，「讓他們更有力量，把疫情化為烏有，讓業障早日消除。」

兩天研討會內容豐富，除了首日主題論壇「後疫情時代的佛教應何去何從？」還有弘法新趨勢：「線上與線下的佛教弘法」、「佛教如何停課不停學」、「知己知彼——了解e世代的思考模式」等。

逆轉人生

許一個明亮的所在 從環境開始

文／撒比娜 圖／Pixabay

年終常一起勤募做公益的木蘭姐，非常重視住家環境清潔，因為她篤信，整齊清潔具有改變善惡循環的力量。

從事社會服務的她，早年負責探視一些高風險家庭時，發現不論是一大家子或獨居，往往房宅本身就充滿風險。因為經濟或社會條件的不足，或處於身心不佳狀態，為求溫飽及解決諸多燃眉之急，案主早已無暇管理居所。

訪視的地區或家庭結構或有不同，但映入眼簾的景況都很類似：髒汙桌椅，灰暗門窗，發出異味的爐灶及被單，堆滿雜物的角落，瓶罐疊置的餐桌、床頭，終年潮溼發霉的浴廁與牆面。被損壞電路阻斷的出入口，似乎預告著災難發生時對生命的威脅；衰敗幽暗的氣息中，總隱藏著許多悲傷或不幸的故事。就如電影《安娜·卡列尼娜》的開場白「不幸的家庭各有各的不幸」，但場景都是憂悶與絕望。

雖然社福機構也會提供食物、衣物等補給品，但木蘭姐對於服務對象卻有另類的關懷思惟：除了協助申請補助、就醫及媒合其他社會資源，案主也要站起來動一動，而非只是墊居一處等待援助，長久下來，身心機能只會更加惡化。

木蘭姐認為，受助者必須要重新建立跟居住環境的關係，才能斷除生活風險的累積，

善意文集

富過15代的奧祕

文／陳亦純

享譽世界的華裔建築大師貝聿銘，享年102歲，是蘇州富過15代的家族之後。其家訓只有30個字：

以產遺子孫，不如以德遺子孫！

以獨有之產遺子孫，不如以公有之產遺子孫！

作為現代建築歷史上「最後一個現代主義



破除生命中「惡的循環」。沒有房子一開始就是雜亂髒汙的，任何一個住處，初遷入時都是窗明几淨，預備給住戶遮風避雨的；只因住戶際遇不順遂、遭逢變故或突發厄運，才使得棲身之所變成灰暗惡臭的淵藪。

因此，她會引導、鼓勵案主學習整理自家環境，並結合社區義工一起協助住戶清掃、整頓。往往一間不到10坪的小房子，竟可清出一卡車的廢棄物，像是人體內積存多年的毒物沉痾，人因此重病不起，房子也瀰漫瘴癘之氣。窮途潦倒之人又居此惡地，無疑讓人生更落入風險之中。

木蘭姐總是勸說受助家庭，不論老小青壯，只要願意起身，拿起掃把、裝一桶清水，清洗地板、桌椅、水槽、浴廁，丟棄腐臭物品，打開窗戶，讓新鮮空氣帶走憂悶之氣。雖然不可能馬上改變現況或移居他處，也依然受失業、老病、孤獨所折騰，但是身處不潔髒亂之處，只會讓生命感到無望而窒息，更加沉淪而無法振作。

大師的貝聿銘，為世界帶來了精采絕倫的作品，包括羅浮宮的玻璃金字塔、華盛頓國家藝術館東館、香港中國銀行大廈和蘇州博物館等。

在百年人生裡，他獲得了一個建築師能擁有的全部榮譽。

但是，他留給人們最深刻的記憶，卻不是他的建築成就，而是他背後那個生生不息的家族，孕育出大師的那片沃土。

中國有句古話「富不過三代」，很多富甲一方、紅極一時的富豪家族，都逃不過這個詛咒似的命運。但是，貝聿銘所在的貝氏家族，卻傳承了幾百年，富過15代。而其中的奧祕，就藏在其家族的30字家訓之中。

文／星雲大師

- 1 身體要健康，運動不可缺
- 2 生活要充實，興趣不可缺
- 3 學習要廣泛，勤奮不可缺
- 4 比賽要勝利，耐力不可缺
- 5 事業要成功，誠信不可缺
- 6 家庭要美滿，關懷不可缺

世間任何事情，都有因緣的關係，缺少因緣，諸事不成。因緣不可缺，這是萬有的定律。