



每一個人一日當中，要有多次的感動；自己也要有一些語言、發心給人感動。相互的感動，那就是禪心。

星雲 法語

賢愚之別

文／星雲大師

世間人形形色色，性格也迥然不同，有君子、小人，有忠臣、佞臣，有賢者、愚者。何以名君子？何以爲小人？誰是賢者？誰又是愚者？赫爾利說：「賢愚的分別，是在一個人的心念，不在一個人的貴賤」，誠不虛也。是善、是惡，存乎一心，是賢、是愚，是君子、是小人，也都在我們自己的抉擇。「賢愚之間」有何差別，以下四點提供：

第一、智者養心：人心是否養好、養正、養善，都關係一個人的行爲、人格特質。一個智者他會注重內心的狀態、思想的得失、人格的開展、氣度的大小，你看歷史上，文天祥養浩然之氣，關雲長養正義之氣，孟子也說：「吾善養浩然之氣」，至今都令人景仰。一個人能注重養心，增長清淨心，實踐慈悲心，心能安然、不斷擴大、漸趨平和，是一位真正有智慧的人。

第二、愚者養身：許多人重養生，這原本也很自然，但如果將心思過度置於營養、食品、保身、美容等方面，只照顧衣食住行一切外在所需，忽略養心修性，任心妄動、迷闇、造業，那就捨本逐末了。人心本來清淨如水、光明如鏡，只因缺乏智慧、慈悲、道德的疏導，任由一顆心掀起波浪，不能平衡，以致達不到真正的健康。因此，在養身之餘，更應加強養心的功夫，才是根本之道。

第三、君子養德：君子者，莫不以修身養德、恕己及人爲重。古人云：「土扶可城牆，積德爲厚地」，也就是重視「德」的養成。養德有哪些？中國人講的四維、八德，佛教的三皈、五戒、六度、四攝、十善、自覺覺他、自利利人等，這些都是養德的方法。

第四、小人養威：一個小人，他不注重道德、不注重人格，他養什麼？養威。他重視威勢，長於吹捧逢迎、勢利偽裝，一心算計別人。他要你畏懼他，要你在他的威勢之下崇拜、屈服、生存。這樣的人無品少德、滿懷私欲，只重視個人的利益，喜愛搬弄是非，並以此爲樂、爲傲，實在是不足以取。

生存在紛雜擾攘的社會中，如何親近君子、遠離小人？讓自己擁有智者的大氣，而不是愚人的昏昧？在行住坐臥、起心動念間，養心、養德，成熟心志，擴大生命視野，以上四點，值得參考。

- 第一、智者養心，
- 第二、愚者養身，
- 第三、君子養德，
- 第四、小人養威。



圖／資料照片

文／星雲大師

如何才能活出豐富多彩的四季人生呢？

- 1 生命要像春天，繁華似錦
- 2 性格要像夏天，熱情助人
- 3 行為要像秋天，沉穩內斂
- 4 思想要像冬天，成熟穩重

人只要能隨緣自在，四季無不是光風霽月，晴空朗照。

我懂了

人間福報

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

元旦最甜蜜誓言 佛前牽手一生



【人間社記者李生鳳高雄報導】「2023年百年好合佛化婚禮暨菩提眷屬祝福禮」1月1日於佛光山佛陀紀念館大覺堂舉行，主辦單位爲佛光山、國際佛光會中華總會，共36對新人、193對菩提眷屬在佛陀座下，完成終

身大事，並許下對婚姻的承諾，現場近2000名親友，以及在線上同步觀禮的大眾送上誠摯的祝福。

佛法經營家庭 維繫長久感情

佛光山開山星雲大師開示時表示，「人世間最寶貴的是愛情，愛情的寶貴是要能夠互相諒解、信任、傾聽、讚美；過去是一個人，今後は兩個人，兩個人在一起最重要的就是讚美。」愛的昇華是慈悲，愛所有世間的善美、善良，結婚後，夫妻要彼此欣賞，不要看那不如意的，就能好好扶持走下去。

佛化婚禮由佛光山住持心保和尚福證，佛光山常務副住持慧傳法師、副住持慧倫法師主法，證婚人心保和尚爲新人宣誓，帶領宣讀佛化婚禮結婚證書，並恭讀星雲大師〈佛化婚禮暨菩提眷屬祈願文〉。

心保和尚指出，在佛門中稱呼自己的先生或太太爲「同修」，因爲夫妻間的相處需要佛法，慈悲、包容、忍辱都是佛法，要將很多「我」的意見放下，才有幸福可言；家庭也是道場，用佛法經營家庭，感情才能長久，「百年好合」是一門大學問，要從生活中實踐，最後以大師2023年新春祝福「仁和安康，富樂吉祥」勉勵大家。

主婚人國際佛光會榮譽總會長吳伯雄、戴美玉伉儷結婚近一甲子，介紹人國際佛光會世界總會副總會長劉招明、陳秋琴伉儷結婚則已近半世紀；吳伯雄認爲，婚姻是非常重要的事，大家要組成充滿慈悲智慧與佛光氣息的家庭，讓三好、四給都可以在家庭中實踐，並與戴美玉獻唱〈我的幸福在這裡〉。

↑新人們在佛前許下承諾，對彼此的愛情永不變。圖／人間社記者羅元廷

劉招明表示，結婚是一時的，婚姻是一輩子的，要爲自己、家庭保重，才能成爲彼此最重要的後盾。陳秋琴分享，婚姻也會有不如意的時候，這時要能轉念，不要只看到對方的缺點，要將對方的好永遠放在心中；兩人以人間音緣歌曲〈幸福是啥物〉，獻上祝福。

共組佛光家庭 信仰代代傳承

佛化婚禮由小天星幼兒園小朋友擔任花童，佛光歌詠隊與新人帶來人間音緣歌曲〈合掌〉，期勉大家如同歌詞說的，一起合掌來祈福，用慈悲的心開啓幸福、用喜捨的心傳遞祝福。

佛化婚禮有星雲大師開示、心保和尚爲新人福證，大覺堂化身莊嚴殿堂，還有衆多法師和親屬以最誠摯的心爲大家祝福，程序簡約卻隆重又蘊含深意，也不乏感人故事。

佛光山金光明寺78歲汪耀家和67歲蔡元惠，結婚50年，年輕時沒有機會穿婚紗，在這次菩提眷屬祝福禮中，一圓穿白紗的夢想。國際佛光會中華總會監事周雪鴻和楊兆應結婚40年，連續13年參加菩提眷屬祝福禮，希望年年不缺席。

佛光人第二代中，有國際佛光會中華總會北區協會會長周聰發之子周崧淵，與李婕薰結連理；佛光青年有李望寧與陳玉玲、李家豪和簡筱瑜、卓郁紓與林庭萱等八對新人，共組佛化家庭，讓信仰傳承下去。

南天寺朝山修持 清淨身口意

【人間社記者文慧臥龍崗報導】澳洲政府放寬疫情監管，南天寺在上月31日舉辦疫情後的「朝山迎新年」，以滿大眾殷殷期盼，近300人參加，與佛接心。

大眾懷著懇切態度，慕道的心情，跟隨法師們的帶領，依序稱念佛陀聖號，誦誦《心經》，三步一跪拜，禮敬佛陀的金身；透過朝山，將貢高我慢一掃而光，把雜念妄想拋在腦後，大眾拜出感恩、歡喜與內心的清淨，迎接美好新年。

大雄寶殿播放佛光山開山星雲大師所撰〈朝山祈願文〉，祈願朝山功德讓大眾清淨身口意，增上戒定慧，放下貢高我慢，互相提攜，效法佛陀的精神，自覺覺他，追隨佛陀的腳步，自利利人。

「朝山是與佛陀接心的法門。」佛光山澳紐總住持滿可法師指出，朝山能增加對佛菩薩的信心與信仰，朝山更提升悲心與智慧。滿可法師引用星雲大師法語「朝山從黑暗拜出光明，從外拜到內，從低處拜到高處」作爲修持目標，拜出自己佛性，開創光明的人生。



「朝山從黑暗拜出光明，從外拜到內，從低處拜到高處」作爲修持目標。圖／Linda

異鄉食情

開心果吉慶有餘

文與圖／童言

妹妹結婚後，每逢年關將近，父親總會備好幾種年節乾果，叮嚀她帶去夫家與公婆圍爐享用，開心果便是其中之一。開心果名稱符合華人年菜討吉祥、求好運象徵意義，自是家家戶戶喜愛的年貨選項。無奈我遠嫁挪威，否則父親必定一視同仁，亦備上一份予我，與夫家除夕夜吃著開心果，歡喜團圓好過年。

來自中東的開心果正式名稱是「阿月渾子」，乃阿月渾子樹的果實，成熟時硬殼會裂開，宛如咧嘴而笑，最初叫做「開口笑」，之後才更名「開心果」。相較於花生、腰果、杏仁等堅果，開心果要價往往不菲，原因在於阿月渾子樹生長相當緩慢，總要等上數十年，方能栽種有成，營養優，口感佳，廣受衆人喜愛，然而產量卻很有限，價格自是居高不下。

開心果不僅可當零食，亦可作成醬汁、填充物、抹醬、糕點、冰淇淋等諸多食品，其中以伊朗、土耳其、阿拉伯國家的果仁蜜餅（baklava）最具代表性。果仁蜜餅以層層酥皮包裹剝碎的堅果仁，再淋上糖漿或蜂蜜製成，開心果常爲內餡食材之一。加了薑黃或番紅花呈金黃色的印度香飯（biryani），若佐以綠色開心果仁，色香味美勢必更添。

難得回台過年，只不過父親這是初次，亦將永遠缺席團圓飯了。撞見市場年貨攤上的開心果，總聯想起父親默默爲妹妹備妥核果的往事。不禁想以俄羅斯羅曼諾夫王朝（House of Romanov）末代沙皇最愛的點心充當年菜甜品，用開心果來替代鮮奶油，作爲對父親的念想之外，也深信他希望我們繼續開開心心地過好未來的每一個日子，像開心



迷你開心果水果塔



開心果草莓

果這般笑口常開。

開心果草莓

食材：

開心果100公克、草莓500公克、柳橙汁250c.c.、糖50公克、玉米粉2茶匙

作法：

- 1 開心果去殼後，將果仁大略切碎備用。
- 2 草莓洗淨瀝乾，切成兩半或4小塊，均勻放置於一大圓盤上。
- 3 取一只鍋，倒入柳橙汁、糖一起攪拌煮沸後，轉小火續煮5分鐘。
- 4 玉米粉加點冷水，攪拌均勻後，倒入柳橙汁糖水勾芡，即可熄火。
- 5 待柳橙汁糖漿變涼後，淋在切開的草莓擺盤上，醃漬30分鐘。
- 6 食用前，撒上開心果仁碎粒即可。