



「曠」念起時，要用「定」來對治，遇到忤逆的境界，先忍於口，再忍於面，進而忍於心，最後，不忍而忍，就是「無生法忍」。

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

如何獲得榮譽

文 / 星雲大師

世間上每個人都很多的理想、要求，要求顯達、要求廣博、要求道德、要求第一……，想要達到理想，必須先自我管理，要求自己要有榮譽感，激勵自己往目標前進。好的名譽不是天上掉下來，也不是別人能夠送給你，要靠自己不斷勤勞，不斷辛苦，不斷犧牲奉獻，才能獲得。如何獲得榮譽呢？有四點意見：

第一、處事要有道德勇氣：和人相交，不能是非不分，唯利是圖。孔子說：「不義而富且貴，於我如浮雲。」又說：「己所不欲，勿施於人。」與人共事，要讓對方覺得自己講義氣、守信用、有承擔力、講究人格；不為利益交往，但以正義維繫的道德勇氣，就是做人處事的原則。

第二、待人要具誠實作風：每個人都希望別人對自己好，希望得到他人讚美。佛陀常常教導弟子，做人要說誠實語，說話不矯飾、不言過其實，不說謊、不咒罵、不挑撥是非。為人要誠實，交友處事如果誠信、誠懇不足，連自己也要多心；相反的，誠懇待人、做事實在的人，必能獲得別人的信任、重用，不但做事容易成功，榮譽也會跟隨而至。

第三、言行要能福國利民：一個人平常的言行，身邊的人都在替他打分數。有一次唐太宗對近臣說：「朕每日坐朝，欲出一語，即思此言于百姓有利益否，所以不能多言。」我們平時講話也應注意，話多無益，不如不說；要能說好話，說有義意的話，說有利於國家、社會的話，大家對我們的印象，才會一分一分的增加，甚至會從不及格加到滿分。

第四、工作要肯熱忱奉獻：工作的時候，如果偷懶、取巧、虛偽，甚至推卸責任，偷工減料，貨品不真不實、扣斤減兩，都是別人不歡喜的。一個人要「偉大」，必須付出許多辛勞，好比一棟房子的完成，是許多磚瓦的堆積，工作上要讓人家肯定、讚美，也必須有熱忱的奉獻。

學功夫須從馬步蹲起，成聖人必從小善做起，交朋友要能真誠相待，成就要靠點滴累積。天下沒有一蹴可幾的輝煌，如何獲得榮譽，要能做到這四點。

- 第一、處事要有道德勇氣，
- 第二、待人要具誠實做風，
- 第三、言行要能福國利民，
- 第四、工作要肯熱忱奉獻。



圖 / 資料照片

人間福報

君子之道

文 / 星雲大師

- 君子不責人所不及。
- 君子不強人所不能。
- 君子不苦人所不好。
- 君子不窺人所不成。

一個有道德的君子，他的所說、所做處處都為他人設想，不會有無理的要求，更不會強制你的行為。他尊重每個人的人格特質，包容異己，所以君子是有德之人，隨順自然，量才為用。

朝禮佛陀聖地 追隨星雲大師足跡



【記者王淑芬、人間社記者古苓光綜合報導】佛光山「第9屆印度萬緣法會 佛陀聖地朝山團」，逾220位信眾在佛光山退居和尚暨泰華寺住持心定和尚的帶領下，於11月1日展開為期11天的聖地巡禮，更參與了佛光山印度沙彌學園於11月11日舉行的剃度出家暨傳授沙彌十戒典禮，與當地嘉賓共450多人，一同見證16位發心出家者圓頂剃度、傳授沙彌十戒，因緣相當殊勝。

為期11天的「佛陀聖地朝山團」，聚集了來自台灣、美國、新加坡等15個國家地區、逾220名信眾，由心定和尚領隊，腳踏著星雲大師於半世紀前就啟動的朝聖路線，尋訪佛教八大聖地，有釋迦牟尼佛出生地藍毗尼園、成道處菩提伽耶、降伏外道處舍衛城、宣告將涅槃處鹿野苑、涅槃處拘尸那羅，還有鹿野苑、那爛陀及靈鷲山等，都是每個佛教徒心心念念的聖地。

朝聖團沿路巡禮 緬懷大師宏願

朝聖團行訪「舍衛國祇樹給孤獨園」，這處是釋迦牟尼佛在舍城住最久、講經最多的地方，心定和尚帶領信眾繞阿難菩提樹三匝並開示。藍毗尼園是佛陀誕生之地，摩耶夫人祠更是大眾祝禱祈願之處，是佛教重要的遺址，信眾在此祈福，追念摩耶夫人月圓夜於無憂樹下誕下太子的故事。

而最殊勝的聖地是菩提伽耶，釋迦牟尼佛悟道成佛之處，信眾來到此地，更有回歸佛陀本懷的榮寵，看著滿是禮佛、禪坐、跪拜的人潮，信眾內心感動於佛陀的聖蹟，也緬懷星雲大師終其一生弘揚人間佛教的慈悲悲願。

隨團朝聖的佛光山印度沙彌學園主任慧顯法師表示，朝聖團沿路巡禮，於涅槃城佛陀荼毘塔禮拜、萬緣法會誦讀《金剛寶懺》，還有獻燈祈福等，在聖地領受佛陀與大師的福慧和資糧。

1985年大師因再度率團朝聖，而開啓佛光山於菩提伽耶開設佛學院、成立佛光協會、佛光山加爾各答禪淨中心，後來陸續在印度設立德里文教中心、沙彌學園等，為復興印度佛教培育光大佛教的種子。

如今，佛光山印度沙彌學園於11月11日舉行剃度出家暨傳授沙彌十戒典禮，恭請心定和尚代表佛光山依止大和尚暨宗長心保和尚，為來自印度北部與東北部省分16位發心出家者圓頂剃度、傳授沙彌十戒。參訪團為自己能參與弘法新頁，而雀躍不已。

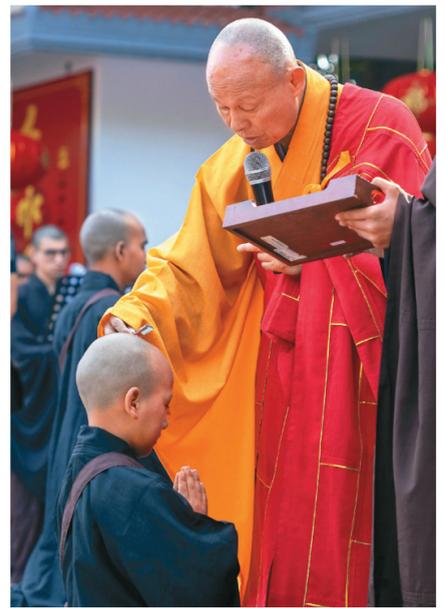
人間佛教本土化 復興印度佛教

心定和尚期許沙彌，效法佛光山開山祖師星雲大師一生當和尚堅定的佛教信仰，要認定佛光山是自己的家，在完成基礎教育後，能到佛光山在台灣或其他地方興辦的學院深造，攻讀碩博士學位，學成後返回印度，以家鄉的語言弘法，實現星雲大師的人間佛教本土化，以及復興印度佛教的理念。

觀禮嘉賓有受戒沙彌家屬，駐印度代表葛葆萱及經濟組長陳郁淇、祕書喻旭民等外交部官員，德里台商會會長何俊焯，以及朝聖團的法師與團員等逾450人。

佛光山德里文教中心2010年奉星雲大師慈命，興辦沙彌學園，佛光山德里文教中心主

願。朝聖團於涅槃城啟建萬緣法會修持《金剛寶懺》。圖 / 佛陀聖地朝山團提供



泰華寺住持心定和尚為來自印度北部與東北部省分16位發心出家者圓頂剃度，傳授沙彌十戒。圖 / 佛光山印度沙彌學園提供

任慧顯法師表示，學園現有沙彌49位，他們除了要接受世俗教育和佛學教育之外，還要學習英語、印地語、華語，以及瑜伽、武術等才藝，「相信印度沙彌堅定的信仰力及多元學習，將會讓印度佛教再度復興起來」。

教養之道

學習感恩

文 / 李玲茹

中午，路過一所小學，適逢低年級學生放學時刻，走在我前頭的小男生似乎正在發脾氣，身旁的年輕媽媽，替他背書包、拿手提袋，還不時想用面紙幫男孩擦汗，但手一直被撥開。我走近一些，聽到男孩生氣地說：「我就是要吃思樂冰，你不買給我吃，我就不叫你媽媽。」在母親寵溺地安撫下，男孩依然一副不買帳的「哼」了一聲。

看著他們的背影，不禁想起曾在二棟大樓的外牆，看到一塊廣告看板，上頭寫著：「會感恩的孩子，成績好才有意義。」在少子化的現代，每個孩子都是父母的寶，捨不得他們受委屈，總是想要給孩子最好的，但無怨無私的付出之餘，是否讓孩子習慣了享受，而忘了學習感恩與體貼之心……。

記得多年前，利用暑假搬回台北，並添購了一些家電用品，由於住家沒有電梯的公寓，送貨員必須分別把貨品一件一件扛上四樓。雖然中年男子長得黝黑壯碩，但要搬運洗衣機、冰箱等重物爬樓梯，仍相當吃力。

跟隨他來送貨的是個年約七、八歲的小女孩，當男子彎腰駝背、氣喘如牛地把冰箱背進門時，小女孩馬上把手中的毛巾和礦泉水遞過去：「爸爸！快點喝水、擦擦汗。」並伸出雙手幫父親按摩腰部，稚嫩臉上充滿不捨與關心：「爸爸！會不會痠？」辛苦工作的父親是女兒的靠山，而能體貼父親辛苦的女兒，讓人感動又心疼。感恩的心並非天生，而是來自日常的養成與學習，如何讓孩子從享受父母的關愛中，學會感恩、體貼並懂得珍惜，值得父母多花心思引導。

南天寺捐贈物資 援助社區流浪者中心

【人間社張奕奕臥龍崗報導】以「慈善福利社會」為宗旨，積極服務當地社區，佛光山南天寺於11月9日，向臥龍崗流浪者中心和住房服務處（Wollongong Homeless Hub and Housing Services, WHHHS）贈予援助物資。由香雲會館如定法師代表常住進行捐助，WHHHS業務運營經理Jennifer Nelson和維修總務Lawrence Wood特別驅車來寺接收，這些物資將協助社區流浪者滿足基本生活需求並重建生活。

近40年以來，WHHHS一直為伊拉瓦拉社區弱勢族群提供服務，幫助社區每個居無定所的人跨越危機、過渡到安全穩定的長期住所。

業務運營經理Jennifer Nelson代表WHHHS感謝南天寺的慷慨捐贈，並表示期待未來的合作。「我們希望在任何地方都能貫徹環保理念，將物品再循環利用。這些床墊肯定會在社區中得到很好的再利用。」

正向思考

我的老人症頭

文 / 林初

我坐在柔軟的沙發上，注視著電視機的畫面，然而沒多久，影集裡的角色似乎開始對我打呵欠，他們的聲音變得模糊不清，我努力抵抗著睡意，眼皮卻愈來愈沉重，當我再睜開眼睛，電視還在播放著，畫面卻不知謝幕了多久。

精采的夜多捨不得睡，為了保持清醒，我抓了手機想看看FB，但卻被跳出的回顧吸



WHHHS業務運營經理Jennifer（中）感謝南天寺慷慨捐贈。圖 / 人間社記者趙聞喧

如定法師讚歎WHHHS對社區的善舉，並表示南天寺也長期舉辦各項福利社區的活動，如近期即將舉辦的南天健康日，希望人們能夠持續傳遞溫暖，幫助無家可歸的人們重建生活，共創有愛社區。

引，索性點開了相冊，像個時間旅者，穿梭在女兒周歲、出生；我的蜜月、婚禮；和閨蜜上山下海一次次的旅行，我被自己的回憶拉進了美好的時光隧道，不知不覺又陷在「不斷回顧」的老人症頭裡。

這些症頭或許會帶給我一些挑戰，也時刻提醒著我正慢慢變老，但我期許能與變老這件事和平相處，保持著對生活的熱情和好奇，把自己活得生動、有趣且特別，以幽默和樂觀來迎接這些症頭——報到。畢竟，成為老年人也有它的好處，比如有更多的時間追尋自己的夢想、緩下腳步享受生活中的小確幸。就算老化還是可以享受世上無數的美好，創造屬於自己特別的瞬間。