



就算我們每一個人都是聾子、瞎子、啞巴，只要有心就好，因為禪在心裡，禪不是用眼、口、耳來學的。

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

## 如何修行正法

文 / 星雲大師

什麼是正法？我們要如何修持正法？人與人之間有人道，人道就是正法。世上的忠孝、慈悲、信義，這些倫理道德都是正法。我們想在社會上求財，不能用邪法、外道，要用求財正法。此外，在感情上、人情上，不論什麼道，也都有其正法。應如何求得正法呢？在《正行經》裡提到四點：

**第一、精進聽聞正法：**修持正法的首要態度，就是以一顆精進的心，多聞薰習，如此才會對正知、正見有所了解。聽聞能知道理，聽聞能知意義，最重要的是，聽聞會增加自己的信念。所以許多人在聽聞正法，追求正當的宗教信仰時，會感到正法之味，如飲甘露，會勤求正法而不覺得疲厭，因為在樂法裡，會獲得更多的法喜。

**第二、精進護持正法：**《梵網經》說：「聞一言謗佛音聲，如三百矛刺心。」正法就是世間的正義、世間的公理。對於正法，我們必須努力不懈的護持。在佛教裡，我們常用「護法」來稱讚正信的佛弟子；一位充滿熱忱的護法者，還會為信仰、真理而犧牲奉獻呢。

**第三、精進演說正法：**為使正法利益眾生，我們必須時時宣揚和解說正法。《金剛經》說：「若有人講說四句偈，勝過三千大千世界七寶的布施。」意思是廣為眾生演說正法，令人深信因果，止惡向善，散播菩提種子，社會必定美好，這種功德是勝過布施物質的功德。

**第四、精進修行正法：**任何艱巨的工作，無不是勇猛堅持才能完成；光明燦爛的前途，無不由精進不懈而得圓滿。精進的力量，能使人驅策前進，不生畏怯，自然能克服困難，道業增長。修行人要透過實修，方能體證、覺悟，圓滿自己。若不精進修行，則如金礦未經開採，終不能得。

諸佛皆是修行在人間，成佛在人間，唯有聽聞正法，護持正法，並且演說正法，修行正法，在浩瀚的宇宙中，發揮正知正覺的力量，才能成就佛道，為個人及大眾留下善美深遠的影響。

- 第一、精進聽聞正法，
- 第二、精進護持正法，
- 第三、精進演說正法，
- 第四、精進修行正法。



圖 / 資料照片

# 真善美新聞營 兩岸學子喜交流



【特派記者曾博群北京報導】「星連心·兩岸真善美新聞研習營」聚集37位來自台灣16所大學的新聞、傳播相關科系學生參加，16日從桃園機場飛抵中國大陸北京光中文教館，進行為期六天的兩岸文化交流之旅，為有志於媒體事業的青年學子，在由課堂邁向職場的路途中，提供跨世代知識平台。研習營17日在北京大學舉行開營典禮，隨後展開參訪相關媒體與科技企業的行程。

真善美新聞研習營由公益信託星雲大師教育基金會與社團法人中華文化推廣協會，於2022年共同成立，宗旨在於培養一批兼具責任感與競爭力的媒體精英人才，以適應新時代的變局以及傳播產業改革之所需。

### 北京光中文教館 接待台灣學子

參與成員包括佛光山佛光大學、佛光山南華大學、台灣大學、台灣師範大學、政治大學、台灣藝術大學、輔仁大學、世新大學、高雄科技大學等新聞傳播相關領域的大學生及碩博士生。隨行團員還有台師大科工學院副院長劉立行、醒吾科大新媒體傳播系李大華教授、文化大學大眾傳播學系李貞怡教授等學者及資深媒體人；營團長為世新大學副校長楊盛昱。

北京光中文教館執行長慧直法師歡喜接待遠道而來的台灣學子，勉勵大家發心學習，猶如彌勒菩薩思維像，不管為人處事或待人接物，用慧眼看世界，遍觀一切。

開營典禮由北京大學副校長方方代表致意，他表示，北大建校126年來，秉持蔡元培老校長「思想自由、兼容並包」的教導，是

最早面向台灣地區招生的大陸高等學府之一，促進兩岸交流的願景始終如一。方方期待，在活動與交流中，青年學子為兩岸關係和平發展增添新生力量。

營團長楊盛昱表示，開營儀式能在北大學行，意義重大；對所有學習新聞、從業新聞者而言，是夢的實現也是夢的開始。星雲大師自2009年設立「星雲真善美傳播獎」，頒發給年度內表現優異報刊、廣播及電視的新聞從業人員，希望媒體能多加報導社會善美的好事，多歌頌人間善美的訊息，以提升人性真善美的一面。

星雲文化教育公益基金會秘書長張靜之表示，求真、求善、求美是新聞工作者的職業精神，求善是新聞工作者的態度，求美則是價值追求，舉辦兩岸真善美新聞研習營的初衷，旨在培養有責任感與競爭力的媒體精英，以優秀作品鼓舞人心，讓兩岸大學生互相學習、互相成就。

### 學習尊重與聆聽 媒體正向發展

兩岸學子分別由台大王貞茹、北大孔維佳代表發言。王貞茹表示，走對的路、做對的事是對美的判斷，每個文化都很不同，學會尊重與聆聽，媒體亦同，傳遞正向循環，期待兩岸青年有更多交流，讓下一個世代在相對健康且永續的環境下成長。

孔維佳則強調，台灣與大陸一水之隔，兩岸在文化教育學術頻繁交流之下，誕生許多優秀作品，期盼有更多交流，以文會友、以心交心，度過難忘且愉快的時光。

開營儀式結束後，由北京大學新媒體研究

↑「星連心·兩岸真善美新聞研習營」聚集37位來自台灣16所大學的新聞、傳播相關科系學生，17日在北京大學舉行開營儀式。

圖 / 記者曾博群



↑換穿冰刀鞋，台灣學子在未名湖體驗滑冰樂趣。

院接待團隊，在副院長田麗帶領下，引導台灣學生參觀校園，特別是知名景點「一塔湖圖」，是北大校園內三個著名地點的概括，即博雅塔、未名湖和北大圖書館。

時值冬日，未名湖結冰期間則為滑冰場，來自台灣的大學生頗感新奇，紛紛穿上冰刀鞋，穿梭在如鏡的冰面上，盡情享受滑冰的樂趣。

另外，為慶祝「佛陀成道日——法寶節」，北京光中文教館在18日備辦了3700碗臘八粥，由光中各分團50餘位義工，駕車分送北京故宮、鳳凰網、光中書院主講人、社教班老師、文教館等友好單位，廣結好緣。

### 護生畫集

## 鵝聽講經

文 / 林少雯 圖 / 豐子愷

淨因寺沙門慧遠養一鵝，嘗隨聽經。每聞講經，則入堂伏聽。泛說他事，則鳴翔而出。——唐·韋述《兩京記》

〈鵝聽講經〉也是一個關於禽類聽經學佛的故事，這飛不遠也飛不高的鵝，很有人性，更有靈性，是一隻神奇的爱聽和向講經說法的有情眾生。

這一幅護生畫出自《兩京記》這部書，內容是關於當代的高僧慧遠法師和一隻愛聽經的鵝。

《兩京記》又稱《兩京新記》、《東西京記》，為唐代韋述所撰，成書於唐玄宗開元十年（七七二），原有五卷，今僅存一卷。內容並載隋代開皇、大業至唐代開元年間的西京長安、東京洛陽，故稱兩京，對其街坊、官舍、園林及時人掌故多有記載，頗有時譽，今僅存長安部分。北宋宋敏求著《長安志》與《河南志》，多參考此書。

話說，慧遠法師在淨因寺講經說法時，他飼養的一隻鵝總會搖搖擺擺地穿堂入室，走到講堂找個位置，安靜地伏在地上專心聽講。講堂上其他聽經的法師和信眾早已見怪不怪，更不會有人把牠趕出去。

這隻愛聽經的鵝，可能前世是位修行人，



這一世受因果業力牽引投生畜性。雖然成了一隻鵝但習性未改，不忘念經聽經的功課，繼續前世的修行，所以聽到法師講經，很自然地就來到講堂安靜聽講。

另一個可能的推測，這隻鵝前世不是修行人，只是今生與慧遠法師結緣。雖沒有人形，但是在大師身邊經常聽到出家人課誦經文，受到了薰陶，自然而然隨著法師們聽聞佛法，聽多看多了以後，讓牠成了一隻佛教信鵝。

鵝愛聽經？牠真的能聽懂嗎？

說也奇怪，慧遠大師講經時，這隻鵝會走進來安靜聽講；當大師講完經，鵝就會起身嘎嘎叫幾聲，拍拍翅膀走出講堂。由此可見，這鵝當然聽得懂，否則怎麼會知道何時該離開呢？

有靈性的鵝，聽經時可能比在座的徒眾還更心無旁騖，也更了解經意呢！世間事無奇不有，鵝愛聽經也就不稀奇了。

### 生命書寫

## 不限年紀的成熟

文 / 丁學蓮

那年我告別校園，邁入職場，在英語教學機構擔任執行編輯。為了拍攝教學影片，選了一個假日安排一眾外語老師及幾位幼兒園小朋友，在租借的郊區片場準備度過緊湊的一天。

那日天氣炎熱，小巴士一路搖晃，將近一個小時的車程才到達目的地。大家魚貫下車，擺置物品，開始試妝與梳化。由於角色需要，孩子們臉上也也要用安全顏料塗成動物造型，這時一個男孩不耐煩道：「好難受喔，我不想塗這個在臉上。」

正當我想著要如何回應，一旁正在上妝的小女孩不假思索接口說：「就只是忍耐一下子而已，又不是要你天天都這樣。」這句話不只安撫了那個不耐的男孩，也讓我感到醍醐灌頂；更由於這句話出自一個幼兒園大班的孩子，更令我有些自慚形穢，內心也不禁想著，究竟是怎樣的教育能讓這個孩子，小小年紀就如此成熟懂事？

她不僅將自己分內的事情做好，還能給予團隊助力，讓拍攝順利進行。

之後的我，繼續在職場上磕磕絆絆，面臨不同挑戰的時候，總能想起那個下午，即使已記不清女孩的樣貌，卻銘記著她用稚嫩嗓音說的「成熟之語」。

**人間福報**

文 / 星雲大師

人的一生要不斷的更新，尤其在自己身心的調整上，要懂得規畫人生，為自己訂下一日的計畫、一月的計畫、一年的計畫、一生的計畫，為自己許下願心。所以「一日到一生」，有四點：

- 一日之計在於晨。
- 一事之計在於明。
- 一家之計在於和。
- 一生之計在於勤。

**一日到一生**