



參禪修道者胸懷真理，才能寧靜致遠，才能超然物外。

菩薩的精神

文／星雲大師

《現觀莊嚴論》說，菩薩「智不入諸有，悲不住涅槃」，與衆生同處生死煩惱大海，以大悲大捨的利濟之心，勇猛精勤，修行不懈。因此，菩薩不是泥塑木雕、供在佛殿裡讓人禮拜的偶像。真正的菩薩，是在這世間發菩提心的修道者，是一位如你我般活生生、活潑潑的人，只要發心，你我皆可成為菩薩。「菩薩的精神」是什麼呢？下列四點意見：

第一、對五欲不捨不避：「五欲」是財、色、名、食、睡。對五欲，有人過分貪求，沉迷不起，有人卻視為毒蛇猛獸，避之唯恐不及。其實這兩者都有失偏頗，所謂「色不迷人自迷，酒不醉人人自醉」，對五欲，不必捨棄也不必遠避，利用五欲，一樣的可以普度衆生，好比維摩居士，在熱鬧場中作道場，在五欲裡更能看出他的道行。

第二、對魔王要不驚不怖：凡是擾亂、破壞、障人好事、斷人慧命的，皆稱為魔。在這世間修道，常常遇有障礙、破壞我們修道的魔。遇到磨難時，不要怕、不要畏懼，鼓起精神勇氣來，為自己加油打氣，努力克服難關。「行正不怕人來謗，心正不怕魔來燒」，只要我們有正當的思想，有正派的觀念，有正見的思维，有正命的生活，沒有無法降服的魔。

第三、對困難不退不怯：在人生的旅途中，有各種關卡：名關、利關、生死關，關關難過。一位真正的修道菩薩，遇到困難關卡，會視為考驗，不生退怯。不管是苦是樂，一位修道菩薩都會隨遇而安、隨緣生活。蔣夢麟先生曾說：「做事時，困難不成問題，危險不成問題，所患者，無偉大之精神矣。」這正是菩薩精神的最佳寫照。

第四、對生死不疲不厭：常有些修道人說：「我要了生脫死。」為什麼呢？因為他感到人生如萍，在生死裡漂泊，感到很辛苦。其實，生者死，死者生，生生死死猶如薪盡火傳，生命是不死的。真正的菩薩，會從世間緣起去觀照，懂得生死一如，在生死裡度衆，對生死不會感到疲厭。

《菩薩地持經》說：「菩薩種性，發菩提心，勤行精進，則能疾成阿耨三藐三菩提。」衆生無窮無盡，但菩薩卻能精進勇猛，持續不退，這正是轉凡成聖，邁向成佛之道，也是大乘菩薩的具體實踐。「菩薩的精神」有上列四點：

第一、對五欲要不捨不避，
第二、對魔王要不驚不怖，
第三、對困難要不退不怯，
第四、對生死要不疲不厭。



圖／李蕭銳

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

星雲大師圓寂周年 全球僧信緬懷師恩



↑全球逾1300人回佛光山追思星雲大師。



【人間社記者知頌高雄報導】「大家發心奉行人間佛教、建設人間淨土，就是對星雲大師最好的懷念。」佛光山開山祖師星雲大師以97歲的一生為世間留下了無盡的慧燈及法寶，在2月24日圓寂一周年的元宵節裡，來自全球5大洲的各界人士、功德主及佛光人，紛紛回到佛光山，現場參與「佛光山開山祖師星雲大師圓寂周年紀念日」追思典禮。大眾縱然不捨，但仍以堅定信仰及感恩的心來緬懷佛教界的一代宗師——星雲大師。

追思典禮恭請佛光山住持心保和尚、佛光山泰華寺住持心定和尚及佛光山退居和尚心培和尚主法，現場有逾1300人，線上同步直播則有逾2萬人次參加。隨後播放《人間最永恆的那顆星》星雲大師行狀影片。

韓國瑜、吳伯雄 奉行大師理念

立法院院長韓國瑜受邀致詞前於星雲大師法像前虔誠禮拜，他表示這世界上有3種人最令人感佩，春風化雨的教育家、幫助弱勢的慈善家以及自度度人的宗教家，而星雲大師同時兼具這3種身分，貫徹始終，一生堅定信念不變，至死不渝。

「在面對日常的紛紛擾擾時，都會憶起星雲大師的言行與思惟，重新調整自己思緒上的起伏。即使處在立法院，心裡依然帶著慈悲去面對各種挑戰，體會到心胸一旦變得寬大，很多不同的意見和分歧自然能夠包容。」

韓國瑜勉勵佛教子弟謹記星雲大師理念，在心裡種下善種子，永遠不忘大師的教誨，亦祈願大師早日乘願再來。

佛光山信徒總代表暨國際佛光會中華總會榮譽總會長吳伯雄在致詞時更一度哽咽，藉此向大師稟報佛光山的弟子們都很爭氣，在過去的一年裡每個人都在自己的崗位上，更加勇敢堅定的往前邁進，並請大師放心。

吳伯雄過去接受星雲大師的教誨，體會到凡事退一步便能海闊天空，因時時奉行大師的教法而感受到大師從未離開過。

信衆不忘初心 延續人間佛教

心保和尚開示，星雲大師圓寂已一周年，去年圓寂讚頌會的種種也歷歷在目，由衷的感謝各位護法信衆的不



忘初心、護法護教讓佛光山的每個人都很感動。

「雖然今日在緬懷大師，實際上是在與大師接心、見面與學習。學習大師為法為教的精神，不忍聖教衰，不忍衆生苦。」心保和尚表示，星雲大師本著慈悲弘法世間，認為不只有修行人才需要佛法，每個人都需要慈悲、精進、禪定與智慧，佛法會讓人們愈來愈好、福報愈來愈大、身心愈來愈自在。

「大師給我們的實在太多太多了，興建這麼多修行的道場，讓我們可以安身立命；給我們佛教事業，讓我們可以為佛教發心。大師希望佛教能夠

興隆，因此我們僧信二衆更要努力將人間佛教的理念延續及傳揚開來。」

隨後大眾在心保和尚的帶領下齊唱〈惜別歌〉，為追思典禮畫下圓滿的句點，現場亦開放大眾追思瞻禮。同日舉行「話說星雲大師——談身教與言教」，以及由菲律賓宿霧藝術學院呈獻《浩瀚星雲》音樂劇，以音樂劇獻演星雲大師的一生。

2月24日有佛光山長老慈莊法師、慈惠法師、慈容法師、依空法師、蕭碧霞師姑、中華人間佛教聯合總會監事長明光法師、佛光祖庭宜興大覺寺信徒總代表趙辜懷箴、高雄長庚紀念醫院名譽院長陳肇隆伉儷、國家

圖書館前館長曾淑賢等許多來自教育界、文化界、藝術界、政商界等貴賓出席。

圖／人間社記者陳碧雲

◀追思典禮由佛光山住持心保和尚（中）、佛光山泰華寺住持心定和尚（右）及佛光山退居和尚心培和尚主法。

圖／人間社記者莊佳穎

此外，24日佛光山總本山舉行星雲大師追思典禮，也同步連線各道場，台北市長蔣萬安帶領市府團隊、立法委員王鴻薇、李彥秀，市議員吳志剛、秦慧珠等蒞臨台北道場，於線上一同緬懷星雲大師，僧信二衆近700人感念浩瀚星雲，利樂有情。

「佛光山開山祖師星雲大師圓寂周年紀念日」於2月24日及25日一連2天，從追思典禮、「話說星雲大師——談身教與言教」及《浩瀚星雲》音樂劇皆進行海內外線上同步直播。

此外，24日佛光山總本山舉行星雲大師追思典禮，也同步連線各道場，台北市長蔣萬安帶領市府團隊、立法委員王鴻薇、李彥秀，市議員吳志剛、秦慧珠等蒞臨台北道場，於線上一同緬懷星雲大師，僧信二衆近700人感念浩瀚星雲，利樂有情。

禪居食堂

紅棗黑米紅豆糕

圖／記者張穎容
料理示範／妙具

過年期間的收尾甜點，「禪居食堂」端出「紅棗黑米紅豆糕」，不僅健康養生，還非常適合親子一同手作，增添感情，且精緻小巧圓滑的外觀也象徵新的一年凡事圓圓滿滿，香香甜甜。

黑米屬於帶有米糠層的糙米，富含蛋白質、脂肪、碳水化合物，更有18種氨基酸及鉀、磷、鐵等礦物質和維生素B1、B2，營養相當全面



且豐富，有助胃腸消化、增強造血和調節免疫力的功能。

紅豆營養價值也很高，除了有高含量的膳食纖維和蛋白質，還富含維生素B、C、E、鉀、鎂、鐵、鋅等營養素。

食材：
大紅棗10～20顆、黑米1杯、紅豆

1/2杯、桂花釀1小杯、黑糖2小杯、麥芽1小杯、油適量

作法：

①紅豆、黑米分別洗淨，各加1杯水浸泡4～8小時；泡好水後，紅豆直接放入電子鍋再加1杯水按煮飯鍵煮熟；黑米直接放入電子鍋加1小匙油按煮飯鍵煮熟；紅棗去籽放入鍋中，蒸約10分鐘即可。

②紅豆煮熟後，倒掉鍋中的水，倒入平底鍋內，加入黑糖、麥芽，將它炒乾；黑米煮熟後加桂花釀拌勻，備用。

③取一顆去籽紅棗，中間夾入紅豆，再放置一匙黑米在上面，直接放在烘焙小紙杯上，即可上桌享用。