

佛光榮根譚



星雲大師／Venerable Master Hsing Yun

有也好、無也好、多也好、少也好、大也好、小也好。有了禪心，就不會斤斤計較世間上的五欲塵勞、人我權位。

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



對治的方法

文／星雲大師

佛教《妙法蓮華經》中的〈藥草喻〉說：「一切草木所得不同，各各有所對治。小根小莖小枝小葉，對治也小；中上根對治也大，故名藥草喻。」人亦如此，習氣不同，對治的方法也不同。「對治的方法」有四點建議：

第一、急躁之人可以舒緩：有一句歇後語說：「事急馬行田——亂走。」急躁的性格，容易在危急的時刻亂了手腳。又如英國詩人赫伯特所說：「討論的時候要冷靜，激烈的爭論，會使錯誤變成缺點，真理成為霸道。」所以時時提醒自己保持內心平靜，才能看清事情的真相。情緒急躁的人，平常可以藉由打坐、抄經、觀呼吸、打太極、聽節奏舒緩的音樂等，以增強自我穩定情緒的能力。

第二、敏感之人可以熟思：敏感不一定不好，有的人因此更加善解人意，但也有人對於他人言行過度敏感，大驚小怪、怨天尤人，而陷入焦慮之中，造成人際關係的緊張，影響身心健康。敏感的人凡事應當謹慎思考再作回應，一旦誤判別人的意思，不但擾亂自己的情緒，也惱怒他人。因此，應該努力克服，讓自己和他人都能擁有好心境。

第三、懶惰之人可以勤快：英國詩人米爾頓說：「懶惰是世界最大的奢侈。」水不流動，就會發臭；刀子不磨，就要變鈍；鍋子不刷，則會生鏽；人如果懶惰，腦筋就會變得遲鈍。清朝時期，人民因為沉浸於鴉片，不事生產，造成全國工商業蕭條。所以，懶惰實在罪惡，無以成事，唯有勤勞才能有所成就。

第四、無智之人可以禮敬：一個智慧不足的人，要多與善知識接觸，禮敬善知識。善知識好比是我們呼吸的空氣，一刻都不能缺少。《增一阿含·放牛品》說：「莫與惡知識，與愚共從事，當與善知識，智者而交通。若人本無惡，親近於惡人，後必成惡因，惡名遍天下。」因此，借助善知識的力量，互相砥礪，能啟發我們的智慧。

人有各種不同的習氣，不良的習氣若不予對治，久了可能還會為人詬病。所以，「對治之道」有四點意見：

第一、急躁之人可以舒緩，
第二、敏感之人可以熟思，
第三、懶惰之人可以勤快，
第四、無智之人可以禮敬。



圖／資料照片

南天大學13周年慶 見證教育與社會和諧



↑教務長 Rodney Vickers 教授（右4）自2019年加入南天大學以來，見證了學府如何將「教育與社會和諧」視為核心使命。圖／人間社記者Sophie

【人間社記者文慧卧龍崗報導】澳洲南天大學於2025年3月19日假南天大學滴水坊舉行南天大學13周年校慶，儀式簡單卻意義深遠。南天大學董事滿可法師、覺寧法師，妙友法師、校長Denise Kirkpatrick 教授、教務長Rodney Vickers 教授，澳洲星雲大師教育基金會執行長覺舫法師及南天大學全體教職員工，約20位貴賓齊聚一堂，共同見證此歷史時刻。

回溯南天大學創校歷程，創辦人星雲大師於2007年10月6日主持奠基動土典禮，親筆題詠：「大學命名為南天，青年在此學聖賢；中澳文化交流日，多元種族見太平。」蘊含對學府的殷切期許。

多元課程培養國際人才

2015年3月1日，星雲大師與時任澳洲總理Tony Abbott共同主持落成啓用典禮，標誌澳洲高等教育史的新篇章。13年來，南天大學秉持「以教育培養人才」的理念，踐行「悲、智、願、行」的校訓，在學術研究與實務應用之間尋求平衡，透過多元課程與創新教學模式，培育具國際視野與專業素養的優秀人才。

如今，該校校友已遍布社會各界，成為推動澳洲乃至全球發展的中堅力量。同時，大學亦積極連結在地社區，承擔社會責任，成為促進文化交融

、推動社會和諧的重要平台。

南天大學董事滿可法師於慶典致詞強調，雖13年光陰稍縱即逝，但對一所年輕大學而言，這段歷程極具價值。他勉勵大家要持續精進耕耘，讓南天大學教育使命生生不息，為社會培育更多傑出人才。他特別提及，南天大學與南天寺「同體共生」，皆以「三好、四給」的人間佛教理念為核心，攜手為世界帶來更多光明與祥和。

人文薈萃 順應時代潮流

滿可法師以「觀音菩薩」為喻，感謝校長與職員們以專業智慧悉心照護校務，栽培學子，同時讚歎來自不同文化背景的澳洲民衆，懷抱平等無私的慈悲心，共同守護這方淨土，讓南天大學成為人文薈萃的學術殿堂。

南天大學校長 Denise Kirkpatrick 教授在致詞時亦深情表示，「南天大學是我們共同的家園，這不僅是一座學術殿堂，更是精神認同的象徵。」他指出，13年來，南天大學逐步奠定獨特定位，作為南半球唯一以佛教價值觀為基礎的西式高等教育機構，於澳洲高等教育具特殊意義。儘管規模不大，卻以「專業化與個性化」的教育方針建立卓越聲譽。未來大學將持續與南天寺攜手，順應時代潮流，銳意創新，共同開創更輝煌的發展藍圖。

教務長 Rodney Vickers 教授自2019



↑南天大學董事滿可法師（中）勉勵大家要持續精進耕耘，讓南天大學教育使命生生不息，為社會培育更多傑出人才。圖／人間社記者Sophie



↑南天大學校長 Denise Kirkpatrick 教授指出，南天大學作為南半球唯一以佛教價值觀為基礎的西式高等教育機構，於澳洲高等教育具特殊意義。圖／人間社記者趙聞暄



↑自2013年起擔任圖書館員的Jamila Choubassi，希望能有更多人踏入南天大學，在充滿智慧與關懷的氛圍中，探索知識，開啓心靈的成長旅程。圖／人間社記者趙聞暄

年加入南天大學以來，見證了學府如何將「教育與社會和諧」視為核心使命。他雖非佛教徒，卻深深認同校方的教育理念，並高度讚揚南天大學以促進社會和諧為宗旨，超越營利導向，在當今教育機構中尤為珍貴。他滿懷信心期許能與南天大學同迎20周年慶。

學術研究 拓展國際交流

自2013年起擔任圖書館員的Jamila Choubassi，見證無數學子在此求學成長，也深刻體驗到人與人之間互動的溫暖。他希望能有更多人踏入南天大學，在充滿智慧與關懷的氛圍中，探索知識，開啓心靈的成長旅程。

展望未來，南天大學將不忘初心，



↑眾人歡享享用素食午餐。圖／人間社記者趙聞暄

持續深化學術研究，培育英才，拓展國際交流，並積極推動社區和諧與多元文化融合。大學將致力成為全球高等教育的典範，以佛陀智慧為光，照亮學術之路，培養更多兼具人文關懷與國際視野的社會棟樑。

心情隨筆

讓每個現在都美好

文／黃美綺 圖／洪昭賢

對於時間的流逝，真的很無語。要不是孩子長大的速度提醒著我，不然真的沒留意這一日一夜之間已經這麼多年過去了。

這天跟兒子閒聊，我問：「如果可以有一次的選擇，你最想回到什麼時候？」兒子想了一下問我：「是要回到最想改變什麼事情的那個時候嗎？」我說：「都可以，就是你最想停留的時間點。」兒子想了想之後說：「停留在現在。」



其實，這是我預期會聽到的答案，因為我知道兒子現階段是開心、滿足的。我為兒子的青春歡呼，因為他為自己的現在留下了很多色彩，我為他感到驕傲跟喜悅。

你呢？如果可以選擇一次，你最想回到什麼時候？對很多人來說，應該不會是現在吧！至少我不是。我想回到那個可以終止後來發生許多事情的時間點；我想回到那個當時不懂事，遇到問題不知道怎麼處理的時間點。我想教當時的那個孩子勇敢一點，我

有好多好多的事情想重來一遍。

可是人生是單程票，想著回到過去只是提醒活著的現在，不要再犯同樣的錯，不要再那麼懦弱，從今往後，我們都要為了自己更好的未來勇敢一點。

到了現在的年紀，你會知道所有的一切都要靠自己爭取，沒有人會捍衛你，沒有人會心疼你留過多少眼淚。如果你身邊有這樣一個會心疼你的人，請你一定要好好珍惜，因為不是每個人都能這麼幸運。

過去的就讓它過去，也只能讓它過去，這樣才能放過自己。現在我們努力的是，好好活在這個當下，讓多年之後想到的此時此刻，充滿美好的回憶，就算不盡完美，也見證過了那一步步修正後的美好時刻。



日本历史上著名的大将军黑田孝高，因善于利用水作战，而被称为「如水」。他曾写过「水五则」，说明水有五个特点，值得人们学习：

- 1 自己活动，推动别人。
- 2 不断探求方向。
- 3 遇到障碍，发挥力量。
- 4 自洁洁他，容清纳浊。
- 5 百种变化，不失本性等。

人間福報