



禪，能開發自己內心的本源，才會享有真正的快樂。

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

六種助緣

文/星雲大師

一棟大樓，要有鋼筋、木材、磚瓦的助緣，才能成爲一棟大樓。我們也一樣，必須有很多朋友和各種因緣，才能助長我們的事業、圓滿我們的人生。這裡提供六種助緣：

第一、微笑能助長活力：微笑是保持健康的藥石之一，常常微笑，內心的快樂會增加我們的活力與能量。微笑能夠散播喜樂給別人，或者當你有求於人時，先來個微笑，事情也比較能順利如願。

第二、寬恕能助長氣度：寬恕是人我之間相處的潤滑劑，也是胸襟、氣度的試金石。種族之間，世仇爭戰，禍延多代，都是因彼此沒有寬恕的雅量，像印度的琉璃王，對心中的羞辱不能釋懷，而造下屠殺種族的惡業。相反的，戰國的齊桓公能不念一箭之仇，義怒管仲，終能九合諸侯，一匡天下。可見世間上的武力不一定能解決問題，唯有寬恕，才能感召人心，化解怨恨。

第三、包容能助長和諧：這個世界就是因爲有「千差萬別」的不同，才展現出繽紛多彩的風貌，因此，對於別人的缺點，我們不要計較，要多多包容。如台灣七景之一的關子嶺溫泉，就是「水火同源」的最佳顯現。凡事不必強求一致，能夠包容而異中求同，共存共榮，反而能創造多元發展的社會與文化。

第四、放生能助長壽命：在《佛說食施獲五福報經》裡寫道：「施命者，壽命延長而不夭傷。」我們放生、護生，延長衆生的壽命，有了惜生、護生的因，自然能得到長壽的果報。放生還有一個更大的意義就是放人一條生路；能夠隨時隨地給人方便、救濟人、讓人離苦，才是最重要的。

第五、慈悲能助長人緣：社會上，有學問的人不見得能得到別人的尊敬，有能力的人也未必有人喜歡，但有慈悲的人沒有人不願意和他親近的。因爲有慈悲心的人，能透過真理的感動助人、能心存正念地服務濟人，也能怨親平等，無私無我，所以言行舉止都如陽光、淨水、花朵，讓人感到光明、歡喜。

第六、讀經能助長智慧：滿益大師說：「不調飲食，則病患必生；不閱三藏，則智眼必昧。」很多人雖然知識豐富，但見解不正，成爲「愚痴」；而佛教典籍所提出的般若智慧，能讓我們解脫愚痴，圓滿人生，因此常讀經就能開啓智慧。

佛教常講「衆緣和合」，我們做什麼事情，要想成功，必定需要因緣具備；因是主要的力量，緣是幫助的條件。平常要有六種助緣才能成事：

- 第一、微笑助長活力，
- 第二、寬恕助長氣度，
- 第三、包容助長和諧，
- 第四、放生助長壽命，
- 第五、慈悲助長人緣，
- 第六、讀經助長智慧。

洋溢三好感動 佛光山僧信作品聯展

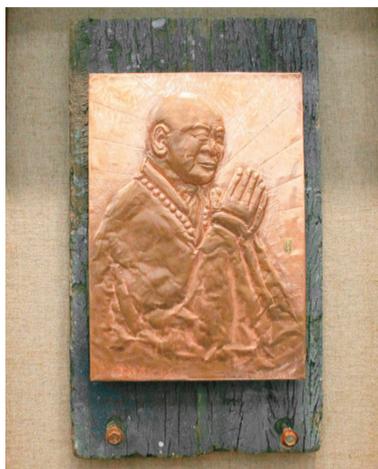
【人間社記者李生鳳高雄報導】「來自三好的感動——2024至2025年佛光山僧信二衆作品聯展」由佛光山都監院與傳燈會主辦，佛光緣美術館總部承辦，9月13至19日在佛光山雲居樓2樓展出。連續舉辦9年的佛光山徒衆作品聯展，今年首次開放佛光信衆參與，此次展出優選以上作品60件，與「佛光山2025年海內外徒衆講習會」同步展出。

歷屆佛光山徒衆作品聯展優選以上得獎作品，現正於海外巡迴展。今年首度舉辦僧信二衆聯合作品聯展，128位徒衆提供200件作品、92位海內外信徒報名參加，在媒材的多元與創意，均有別以往的表現。透過僧信的藝術創作，可以感受對佛法、信仰生活的體悟，展現佛法生活化的真諦，也是「以文化弘揚佛法」的見證。

護生護心 慈悲永續

繪畫類佛光獎妙麟法師作品〈環保與心保—三好護生〉，是受到佛光山開山祖師星雲大師的「環保與心保」啓發，他以佛光山佛陀紀念館的自然生態入畫一園區綠化超過一半，綠頭鴨、黑天鵝、白鷺鷥與紫斑蝶棲息，展現人與萬物同體共生。佛館同時也是環境教育設施場所，推動生態保育與環境永續。在畫作中，可看到佛光大佛、本館、八塔、星雲大師與動植物相映，寓意護生護心、慈悲永續。

影音類佛光獎乘宜沙彌、乘相沙彌〈印地語佛誕歌〉，兩人皆畢業於佛光山印度沙彌學院，現都就讀佛光山



↑信衆得獎作品—立體類佛光獎陳庭毓〈憶師恩〉。圖/人間社記者李生鳳

南華大學生死學系諮商組。乘宜沙彌表示，此爲慶祝佛誕節所錄製的印地語佛誕歌，畫面來自朝禮佛教聖地、佛光山的重要場景等。印度沙彌學院臉書發布的影片，部分由乘宜沙彌所製作。乘相沙彌擔任影片中的印地語主唱，12歲就承擔三時繫念法會的維那，到後來成爲主法。也在當地教唱翻譯成印地語的佛教聖歌、人間音緣等。兩人表示感謝印度沙彌學院院長慧顯法師給予學習機會，也更能感受到大師「以文化弘揚佛法」的深意。

光照大千 張力十足

信衆部分，攝影類佛光獎梁清秩的〈光照大千〉，則是以佛館春節的「

因此，他們的生活陷入一場妙趣橫生的循環：一方執著於「撿」，另一方默默實踐著「捨」。一邊堅信「多多益善」，另一邊守護著「斷捨離」的原則。樓上的鄰居笑稱，或許正因如此，才讓這對夫妻的退休生活有事忙，不會感到無聊。

這一對夫妻從未因彼此的不同而起爭執，或許外人眼中的忙亂與荒誕，早已經成爲他們生活的一部分，也培養出默契。生活是自己的，冷暖自知，接納和包容，正是家和萬事興的祕訣。



互不干涉

你丟我撿的夫妻

文/和和

一樓住著一對特殊的夫妻，先生對拾荒情有獨鍾，熱中於收集形形色色雜物，家中堆滿戰利品。而他太太則選擇在默默承受的某個時刻，悄然出手，將這些物品一袋袋整理，趕在資源回收車到來前果斷地丟棄。

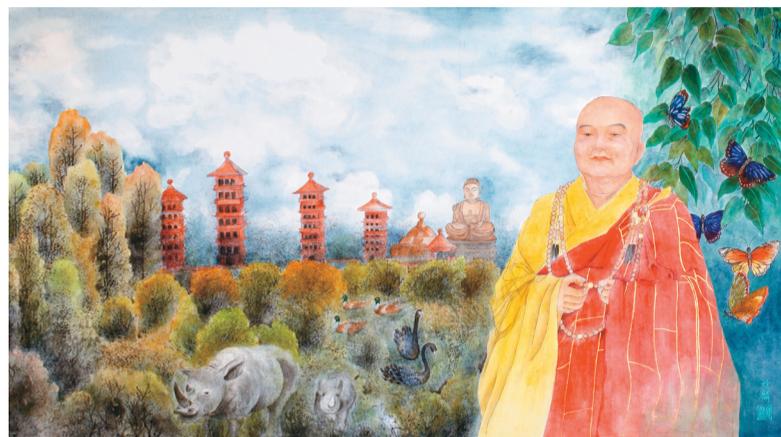
生活快門

童心

文與圖/水珠兒

藍天麗日，走在巷弄中，美麗景象印入眼簾：一隻米黃絨毛狗趴在機車上享受日光浴……拿起手機捕捉這一幕，想起幾年前我曾擁有一隻絨毛熊寶貝「妮妮」，是我送給自己的生日禮物，抱起來軟綿綿、暖烘烘的，溫暖又舒服！

記得有一次先生同學來訪，看到沙發上的妮妮，詫異地問：「咦，你們家又沒有女兒……」我趕緊接話：「哈哈，我們家沒有女兒卻有女生，這是我的！」



↑徒衆得獎作品—繪畫類佛光獎妙麟法師〈環保與心保—三好護生〉。圖/佛光緣美術館總部提供

光照大千」，現場人潮搶拍的熱鬧場景與璀璨光影輝映，呈現熱情又溫馨的畫面。拍攝「光照大千」多年的梁清秩表示，爲了取景，須提早到現場找到最適當的位置，再架設三腳架由高處俯瞰，呈現一片手機海，隨變化多端的光影，畫面感人又極具張力。

此次邀請展有慧本法師〈佛說十善業道經〉、道璞法師〈2025新春墨寶插圖〉。此次得獎徒衆各組佛光獎包括繪畫類妙麟法師〈環保與心保—三好護生〉、攝影類知耀法師〈雨後佛光〉、立體類滿弘法師〈究竟一圓滿一菩提〉、影音類乘宜沙彌和乘相沙彌〈印地語佛誕歌〉、書法金石類妙豪法師〈大佛頂首楞嚴神咒〉。信衆各組佛光獎包括繪畫類蔡開方



↑信衆得獎作品—攝影類佛光獎梁清秩〈光照大千〉。圖/佛光緣美術館總部提供

〈阿彌陀聖衆來迎圖〉、攝影類梁清秩〈光照大千〉、立體類陳庭毓〈憶師恩〉、書法金石類賴桂枝〈圓滿三好〉。

朗朗晴空

空有不二

文/慧昭法師 圖/Pexels

何謂「空有不二」？如《心經》所言：「色不異空，空不異色，色即是空，空即是色。」即是空有不二。

色是緣起有，緣起的當下是無自性，無自性即是空性，而空性的當下也沒有離開緣起有。這種緣起性空，性空緣起的真理法則，即是空有不二。



如何過空有不二的生活？佛光山開山祖師星雲大師說：「證悟了空有不二的生活，是一種以退爲進、以無爲有、以空爲樂、以衆爲我的生活。簡單地說，就是隨緣而放下，自在而不執著的生活。」

生命書寫

將焦慮變成盟友

文/尼莫

因連續幾年參加國小附設幼兒園教師甄選失利，再加上長時間的工作壓力和心情不愉快，心中充滿焦慮。

後來，閱讀《國語日報》知道目前學前特殊教育師資的需求，在蔡教授的建議下大學延後一年畢業，同時，辭掉多年幼兒園正職教學工作。更因母親的一句話：「沒關係！我可以養你。」讓我沒有後顧之憂。

利用一年的時間進修學前特殊教育學分，這期間在黃校長的鼓勵下積極

參與特殊教育相關研習，將自己所學運用在國小特教班的孩子上，親師生教學相長，合作愉快。

之後參加公立國小附設學前特教班聽障教師甄選，全力以赴，順利考上國小附設幼兒園教師甄選，我非常珍惜這得來不易的工作，更期許自己是一位不斷求新、求變的幼教老師。

這段成長歷程也印證了臨床心理學家羅斯馬林先生說的，許多人常受到焦慮之苦，卻仍邁向成功，原因是焦慮能讓人產生行動助力，讓我們另闢新路、洞燭機先，未來會慢慢練習將焦慮變成盟友。

感謝一切因緣，您們的愛永遠銘記在我心中，帶著您們的愛，人生重新歸零再出發，直到目前仍在教學崗位上努力，無怨無悔。