



禪是無你、無我、無聖、無凡，更沒有貴賤的差別。

星雲大師／Venerable Master Hsing Yun

人向福報

星雲 法語

賢愚之別

文／星雲大師

世間人形形色色，性格也迥然不同，有君子、小人，有忠臣、佞臣，有賢者、愚者。何以名君子？何以爲小人？誰是賢者？誰又是愚者？赫爾利說：「賢愚的分別，是在一個人的心念，不在一個人的貴賤」，誠不虛也。是善、是惡，存乎一心，是賢、是愚，是君子、是小人，也都在我們自己的抉擇。「賢愚之間」有何差別，以下四點提供：

第一、智者養心：人心是否養好、養正、養善，都關係一個人的行爲、人格特質。一個智者他會注重內心的狀態、思想的得失、人格的開展、氣度的大小，你看歷史上，文天祥養浩然之氣，關雲長養正義之氣，孟子也說：「吾善養浩然之氣」，至今都令人景仰。一個人能注重養心，增長清淨心，實踐慈悲心，心能安然、不斷擴大、漸趨平和，是一位真正有智慧的人。

第二、愚者養身：許多人重養生，這原本也很自然，但如果將心思過度置於營養、食品、保身、美容等方面，只照顧衣食住行一切外在所需，忽略養心修性，任心妄動、迷闇、造業，那就捨本逐末了。人心本來清淨如水、光明如鏡，只因缺乏智慧、慈悲、道德的疏導，任由一顆心掀起波浪，不能平衡，以致達不到真正的健康。因此，在養身之餘，更應加強養心的功夫，才是根本之道。

第三、君子養德：君子者，莫不以修身養德、恕己及人爲重。古人云：「土扶可城牆，積德爲厚地」，也就是重視「德」的養成。養德有哪些？中國人講的四維、八德，佛教的三皈、五戒、六度、四攝、十善、自覺覺他、自利利人等，這些都是養德的方法。

第四、小人養威：一個小人，他不注重道德、不注重人格，他養什麼？養威。他重視威勢，長於吹捧逢迎、勢利僞裝，一心算計別人。他要你畏懼他，要你在他的威勢之下崇拜、屈服、生存。這樣的人無品少德、滿懷私欲，只重視個人的利益，喜愛搬弄是非，並以此爲樂、爲傲，實在是不足以取。

生存在紛雜擾攘的社會中，如何親近君子、遠離小人？讓自己擁有智者的大氣，而不是愚人的昏昧？在行住坐卧、起心動念間，養心、養德，成熟心志，擴大生命視野，以上四點，值得參考。

第一、智者養心；
第二、愚者養身；
第三、君子養德；
第四、小人養威。



圖／資料照片

佛光山、佛光會 腊八粥送暖5大洲



↑普門中學煮臘八粥提供全校師生，結緣鄰近學校和在校內三好營地露營的佛光童軍，慧傳法師（右1）前往關心嘉勉。 圖／人間社記者李生鳳

◀佛光山和全球各地別分院1月26日同步煮臘八粥結緣供衆，總計全球送出逾200萬碗臘八粥，送暖五大洲。 圖／人間社記者趙啓超

佛陀成道日送臘八粥的由來，爲悉達多太子入雪山修苦行六年無果，了知苦行非究竟。但此時已虛弱無力，因牧羊女以乳糜供養，才恢復氣力，最終在菩提樹下、夜睹明星悟道成佛。

慧傳法師表示，由此可知，佛陀也有低潮，因爲修行無法突破，但佛陀勇於面對和堅毅，是大衆應效法學習的。佛光山開山祖師星雲大師的新春祝福「和諧共生 馬到成功」，而臘八粥的衆多食材，也是要能煮出和諧的味道。結緣臘八粥供養大衆，奉行佛陀的教法，這就是慶祝法寶節的殊勝意義。

首爾佛光山寺住持慧豪法師陪同南韓佛教紀錄片團隊，前來拍攝《佛陀的餐桌—台灣篇》，該片旨在記錄「源自寺院的飲食」，如何在台灣社會中逐漸成爲飲食日常文化。認爲佛光山的臘八粥結緣供衆，深具宗教意涵，因此特地前來拍攝。慧豪法師說，韓國寺院沒有佛陀成道日施粥的傳統，但首爾佛光山寺仍會分送臘八粥予大衆。

臘八粥廣結緣 暖胃更暖心

慧傳法師也前往關心佛光山普門中學餐飲管理科師生烹煮臘八粥，適逢

校園內的三好營地正在進行佛光童軍冬季訓練營，也獲得普中結緣臘八粥，由慧傳法師親送。寶華佛光童軍團總團長謝惠瑛表示，此次有104名童軍和服務員參加，除了普中，近日有大樹、寶華、南台、鳳山的佛光童軍夥伴結緣臘八粥，非常暖心。

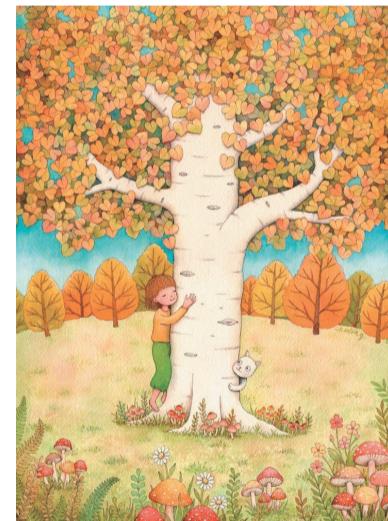
普中董事會駐校代表王文俊也將師生烹煮的臘八粥，結緣大樹區臨近9間學校，慧傳法師讚歎，普中在落實三好校園理念。普中學生今天早餐就是臘八粥，監察人慧讓法師帶領學生誦念〈佛光四句偈〉，叮嚀要心懷感恩和歡喜心，品嘗面前這碗臘八粥。

沒固定的軌跡，卻依然隨風景前行。

生活總是在前行，無論世事如何變化，日子仍會流過。即使不確定，也不必停下，因爲前方的路仍需要我們一步步踏出。像是四季更迭，像是人潮來去，時間的河流不爲誰停留，也不會因誰的腳步而改變。

在這翻頁的瞬間，我看見了歲月的痕跡，也看見了自己在時間裡的存在。每一頁都是一個小小的證明，提醒我自己曾經在這個世界裡呼吸、感受、等待與前行。日子依舊，要過，也只能往前走。

桌上的日曆靜靜地站著，它沒有聲音，卻像是一位老朋友，陪伴我看著一年又一年，翻過一頁又一頁，提醒我珍惜每一個瞬間，也提醒我，生活仍然要繼續。



生命素語

萬物一體

文與圖／張素玲

心情煩悶時，不妨走進大自然，欣賞天地之間壯闊優美的景緻，聆聽清脆的蟲鳴鳥叫，嗅聞花草泥土的芬芳，感覺微風輕拂過臉龐……慢慢地讓身心都得到放鬆。也許在某個片刻，會感受到自己和萬物合而爲一，喜悅和幸福盈滿心頭。

人間滋味

廚房

文／Lantana

廚房，是一個令人懷念的地方。小時候的廚房，是我們三姐妹共同的記憶。

那時，還是讀小學的年紀；母親下班回來之前，我們就會在廚房裡準備好晚餐。有姐姐的地方，總是讓我感到安心。

姐姐帶著我，在廚房裡做著廚房的事。我負責洗菜、洗米、清潔用具；大姐與二姐則是輪流備料、煮食。

每個人在廚房，都有自己的位置。我們一邊工作，一邊聊天，自然地，就完成了晚餐；母親下班回來，也就不用辛苦再做廚房的事。

我們最喜歡「試吃」的時候，彷彿打開未知的禮物，充滿期待與想像。有時煮得太好了，還會忍不住多吃幾口；自己煮的東西，總覺得特別美味。

後來，姐姐有了自己的廚房，我們就很少在家裡的廚房一起做菜了。偶爾，聊起以前在廚房裡的美好時光，才意識到，小時候的我們，曾有一段時間，是一起在廚房裡長大的。

各種滋味的懷念，逐漸在回憶深處縈繞。我們的廚房，依然在母親下班前的每個傍晚，散發食物的香氣與光芒。

人間小品

一年翻過一頁

文／湘珺

桌上的日曆靜靜立在書桌旁，每一頁都是一段流動的時間。日子慢慢流轉，像河水般不會停歇，而我總在這流動中，等待那些被期許的時刻到來。紅色的日子終於接近，帶著一分喜氣，也帶著屬於一年終章的厚重感。

一年，就這樣悄悄翻過一頁。那一頁不只是一天，更是一個月的痕跡，甚至是一段生命的縮影。日子不會因等待而停下腳步，每個人都隨時向未知的方向，像風中飄動的樹葉，

藝思流動

鍋然有創藝

文與圖／喻凡

路過一處店家牆面，赫然發現各式廢棄鍋具被巧手改造成獨特的藝術裝置。

原本樸實平凡的鍋子，功成身退後並未被丟棄，而是被賦予新生命，透過創意設計延續存在感。

小鍋子大改變，物盡其用，鍋然有創藝，呈現出另一番別具風情的欣賞樂趣。

