



用靜思對治妄動
用放鬆對治壓力
用單純對治複雜
用寬闊對治狹隘
用灑脫對治拘謹

星雲大師 / Venerable Master Hsing Yun

人間福報

Merit Times
CA

佛光山西來寺 Hsi Lai Temple (I.B.P.S.)
3456 Glenmark Drive, Hacienda Heights, CA 91745
Tel: 1(626)9619697 Fax: 1(626)3691944
E-mail: info@ibps.org www.hsilai.org

三好深耕校園 種子撒世界



【記者曹麗蕙高雄報導】「第六屆三好校園實踐學校共識營」日前在佛陀紀念館舉行，共有一百四十七所三好校園實踐學校校長、典範及觀摩學校代表逾四百人出席，其中四校從海外遠道而來，豐碩成果，顯示三好校園運動，已由點到面，逐步在台灣引領風潮，也把三好種子撒向全世界。

佛光山寺住持心保和尚分享一則故事：一個父親帶著女兒散步，聽到女兒嫌經過的垃圾車太髒太臭。父親應機教導孩子不要心生厭惡，因為若沒有垃圾車，變髒變臭的就是自己家了。「這就是教育的力量，能轉變孩子的觀念和想法，能把一輛垃圾車變成一尊菩薩。」

串起有心有夢想的老師與學校

佛光大學校長楊朝祥表示，星雲大師六年前創辦三好校園運動時，即明言這並非宗教活動，而是社會淨化活動，因而要從校園推廣起。

楊朝祥以自身為例，老師從小教導他早睡早起，他至今持之以恆。「教育會影響學生一輩子，在校園中推廣三好，學生會把建立的習慣帶到社會中，促進社會祥和。」

《人間福報》社長、三好校園實踐學校主任委員金蜀卿表示，今年海外有東莞台

商子弟學校、粵台產業科技學院、澳洲中天學校、菲律賓光明大學等四校，首次獲選為三好實踐學校，顯示海外學校對三好的認同愈來愈強。「我們就像在串珍珠，提供資源與經費，把有心有夢想的老師、學校串在一起。」

今年最特別的是在共識營上，首度有三好學生代表分享三好運動帶給自己的正向影響。

普門中學餐飲科三年級的黃竑鈞說，普門是三好校園典範學校，引導學生在生活中落實三好四給精神，如用餐前全體師生合掌念四句偈，讓他用餐時能時懷感恩，也養成在外用餐後也隨手收拾、整理的好習慣。即使是微不足道的謝謝和問候，都是學校教會我們的。

第一次參與共識營的菲律賓光明學校校長Helen Correa表示，成立於二〇一四年的光明大學還是很新的學校，但全力培育學生成為三好大使，全校師生也攜手將三好理念推廣到校外，如今年暑假光明大學藝術學系已經和不同學校合作，希望透過藝術來推動三好。

依不同學齡層 設計實踐準則

東莞台商子弟學校校長王天才則指出，在生活與品德教育上，依幼兒園到高中各個不同學齡層，設計不同的三好實踐準則

讓三好校園運動真正落在學生日常生活中，而非淪於口號式宣導。今年也是首度入選的嘉義興安國小校長陳文瑜說，學校想讓三好深耕校園，因此統整了一到六年級課程，引導學生從友善土地，循序漸進到關懷嘉義、世界。

當日出席的貴賓還包括佛陀紀念館館長如常法師、美國西來寺住持慧東法師、佛光山功德主會副代表滿益法師、南華大學董事覺禹法師、南台別院住持妙勤法師、佛光山功德主會副代表滿益法師、菲律賓光明大學生命中心主任妙心法師、澳洲中天學校執行長陳秋琴、南華大學行政副校長林辰璋、台南市港明高中家長會榮譽會長范思筠、中華福報生活推廣協會理事長陳順章賢伉儷、國際佛光會中華總會南區協會會長楊政達賢伉儷等。

圖／記者楊祖宏

星雲說喻

閻羅王的審判

文／星雲大師

過去，內政部在台北世貿中心國際會議廳舉辦了一場「人生哲學」講座，找我前往演講。

我說了這麼一段話：社會上，如果每一個寫文章的人都能筆下有德，就可以救台灣；如果每一個講話的人，都能口中有德，就可以救自己。不要以為自己興之所至的一句話，一篇聳動不實的文章，說過、寫過就算了，聲音、影像雖然沒有了，但是它的影響力是不會消失的，善惡因果始終存在。

不真實、不厚道的言論，不只是當事者吃虧，也讓對方受到傷害、委屈，甚至影響遍及整個社會，大家從此心灰意冷，不願意再做好人。經常，一個做了幾十年的好人，好不容易樹立起形象，卻在最後受到毀謗、中傷，而喪失了信心，也就難怪給人一種「好人難做」的感慨。

就好比一個品學兼優的模範生，只因制服有一顆鈕扣沒扣好，而被老師當眾辱罵、責罰。學生感到自尊心受挫，從此就想：我只是不小心鈕扣沒有扣好，就被老師當作是壞學生，那麼乾脆壞到底，做一個壞學生給你看吧！

一句話對人的影響之深，真是不能不慎。有這麼一則故事，話說有一天，閻羅王審判一個平時著書立說的讀書人。此人平時寫作不懈，卻被閻羅王打入了無間地獄。當然，讀書人很不能接受這樣的判決，就向閻羅王抗議：「閻羅王，別人犯了殺、盜、淫、妄，罪刑不過五年、十年、二十年，而我只是寫寫文章，為什麼你判我那麼重的罪呢？」

閻羅王就說了：「因為你在生的時候，所寫盡是色情、造謠、不實的文章，帶給人們很多不良的影響，況且這些文字目前都還在世間上流傳，當然你的罪業也就沒有辦法消除，一直要等到它們在人間消失了，對人都沒有害處了，你才能超生啊！」

這個人一聽，大為吃驚，不禁為自己過去一時糊塗，造下了無邊重罪，感到懊悔不已：「哎！不知何時這些害人的文字才能消除啊！」

由此可知，做人不要逞口舌之能而隨便說話，也不要逞筆下之能而隨便造謠，引人學壞。常常做好事、說好話、存好心，必定可以救自己，也可以救國家社會！



圖／道璞

應該忘記的事

文／星雲大師

- 1 委屈、不平、仇恨要忘記。
- 2 施恩於人，應該要忘記。
- 3 別人的語言觸犯了我，或傷害了我，要趕快忘記。
- 4 不當的妄想、雜念、企圖，要徹底忘記。

該忘記的事要徹底忘記，就如同把鍋碗裡的髒髒洗淨，把背負的無謂重擔放下，把一切不愉快的想法拋到九霄雲外。

為社區送暖 西來寺頒發獎學金

【人間社記者永苓洛杉磯報導】佛光山西來寺與國際佛光會洛杉磯協會舉行的「二〇一六寒冬送暖暨教育獎助活動」，日前於西來寺大雄寶殿熱烈展開，為哈崗拉朋地學區一百六十位學生頒發獎學金，並邀請台北經濟文化辦事處處長夏季昌、美國眾議員Ed Royce、西來大學校長Stephen Morgan、工業市警察局警長Timothy Murakami等貴賓出席觀禮。

西來寺住持慧東法師表示，西來寺秉持星雲大師「以教育培養人才，以慈善福利社會」的宗旨，透過寒冬送暖、發放獎學金等慈善活動，把佛教的慈悲傳送到各族裔的人群。

此次活動的受益對象除了學生，還包

括工業市警察局及消防局。警察局由警長Timothy Murakami代表接受，消防局則由Fire Station 91的五位隊員代表。

洛杉磯協會會長陳倫傑表示，感謝哈崗拉朋地學區對佛光會的信任，讓發放獎學金的活動得以順利舉辦。受獎學生涵蓋三十二所學校，總幹事黃惠華與幹部更集思廣益，除了獎學金，也贈送裝滿文具用品的書包、禮品給所有孩子，並提供所有參加者午餐盒。

得獎的學生陸續抵達西來寺，佛光會安排會說西班牙語、英語及漢語的義工接待。頒獎活動在Los Altos合唱團清唱〈The Star Spangled Banner〉（美國國歌）歌聲中揭開序幕，還邀請專業魔術師、佛光青



頒獎活動在Los Altos合唱團的歌聲中揭開序幕。圖／西來寺提供

少年交響樂團表演。活動進行中，以搶答的方式贈送電腦、電影票等實用的獎品。許多初次來寺院的家長帶著孩子，隨導覽義工參觀西來寺，並在成佛大道的帳篷內享用餐點，為活動畫上圓滿句點。

阿美族旅英畫家 優席夫：人生要勇於敲門

【本報台東訊】「我就是漂流木！」阿美族旅英知名畫家優席夫（Yosifu），獨自在異國他鄉奮鬥多年後，帶著豐富的人生歷練返鄉，他告訴原住民孩子，「要像個漂流木，為自己留下最美的一刻。」

「漂流木就像我的人生，會痛，也很美。」優席夫說，漂流木到處漂流，就像他在英國一樣，漂流木歷經日晒雨淋，被激流和巨石撞擊，也像他人生過程經歷低潮、不順遂，而漂流木的美，是他現在找到自信，漂回最美的故鄉分享他的故事。

現年四十八歲的優席夫，十多年前時曾離開故鄉到台北想要當音樂家，未料夢碎，當時陷入低潮，深感「台灣不是屬於我的地方」，於是跑到英國找朋友。初始為付房租，做調酒師、送貨小弟，後來當油漆工餬口、賺取時薪八到十英鎊（約新台幣四到五百元）。

二〇〇三年去希臘玩的旅途中，他作了個夢，夢中藍色天使告訴他：It's time to painting.（該是開始畫畫的時候了）。夢境，開啓他邊創作、邊當油漆工的生活。「想說拿油漆刷筆和水彩筆一樣，所以

就畫了！」優席夫笑說，自己不是科班出身，但油漆工和畫家沒有太大差別，只不過畫家是拿小筆，所以他嘗試畫畫，沒想到愈畫愈有心得，就一直畫下去。

為了生活，優席夫開始賣畫，敲了很多家藝廊的門都不被接受，當時的他很想放棄，而一間咖啡館買下第一幅畫〈kiss you every day〉，優席夫充滿了信心，決定開始參加英國國際繪畫比賽，獲得許多獎項，逐漸在英國畫壇嶄露頭角。當時的他，送一幅畫給房東掛在家中，孰料房東一次家庭聚會，被二〇〇四年愛丁堡國際藝術節策展人看中，優席夫就踏入這歷史悠久、規模龐大的國際藝術盛會。

二〇一〇年前優席夫的創作題材都以動物、風景和人物為主，之後他陸續回到故鄉，找回屬於自己的靈魂，開始創作以原住民的題材，並在英國國際藝術節參展大放異彩，也是目前少數在歐洲推動台灣文化的知名藝術家。

優席夫日前應邀到小學當臨時教師，他說，教畫畫、教英文，也教他們人生要有勇敢敲門的精神。

西來寺近期活動

時間	活動名稱
11/20 (日)	佛光西來學校感恩義賣園遊會 (10:00 am ~ 3:00 pm) 環保回收日 (2:00 pm ~ 5:00 pm)
11/26 (六)	西來寺我們共同成長的家 (7:00 pm)
11/27 (日)	環保回收日 (2:00 pm ~ 5:00 pm)
11/29 (二)	光明燈法會 (10:30 am)
12/3 (六)	洛杉磯協會會員代表大會 (3:00 pm)
12/4 (日)	英文一日禪 (8:30 am) 社會關懷耆老人院探訪 (9:00 am) 環保回收日 (2:00 pm ~ 5:00 pm)
12/9 (五)	大悲懺法會 (7:30 pm)
12/10 (六)	人間學院結業典禮