



## 【院長<sup>上</sup>淨<sup>下</sup>空老和尚開示】

### 如何化解災難

我們綜觀這個世界，每一個人明顯地感觸到世間的災難，天災人禍頻率加多了，災害也一次比一次嚴重。為什麼科技的文明發展到今天這個程度，社會會如此的不安定、如此的不和諧，原因究竟在什麼地方？這是值得我們深思的，不但是值得，而且是必須要深思。

這個問題的根源，是我們把古聖先賢、祖宗的教誨疏忽了，把它忘記了，甚至於把它揚棄了，才造成今天的不善的果報。我最擔憂的，是一般人還沒有這個警覺，我看到的是什麼？離婚率太高，這是個可怕的事情。社會的安定，世界的和平，是建立在幸福的家庭，如果家庭破碎了，這個世界會有大災難。很少人懂得這個道理，這個道理是古聖先賢常常說的。

所以家庭能夠好合，「**家和萬事興**」。那個「萬事興」包括社會，包括國家，包括世界。為什麼家庭會破碎？很明顯的，倫理道德的教育沒有人講了。我們再看看宗教教育，世間無論哪一個宗教的經典，沒有不重視家庭教育的。如果宗教的信徒不去深入經典，了解經典，落實經典裡面的教誨，這個宗教就是迷信的。宗教本身不迷信，信仰宗教的人迷信。

如何幫助這些迷信轉變成正信？如何幫助他們去明瞭教義，去落實神聖的教誨？這是我們今天在這個大世紀當中所遇到的一樁大事。佛法裡面常講，無量劫來希有因緣。我們遇到了，遇到了擺在面前兩條路，一條路是成就無量無邊的功德，另外一條路就是造作無量無邊的罪業，這是迷悟之間。覺悟了，我們走聖賢的道路，我們走給大眾看，做一個好榜樣，這就是拯救世間，挽回劫運。第二條路隨順煩惱，揚棄祖宗聖賢的教誨，擴充自己的自私自利、貪瞋痴慢，前途是阿鼻地獄、餓鬼、畜生。現在擺在我們面前兩條路，我們自己要知道選擇。

在我們現前這個時代，社會風氣不良，誘惑的力量太強大了。沒有相當的定力，沒有相當的智慧，要是說不迷於五欲六塵，這個人是佛菩薩再來的，決定不是凡

夫，凡夫是決定免不了受影響而墮落。用什麼方法幫助我們？頭一個是幫助自己，天天要聽聖賢之道，決定不能間斷。用個三年五載、十年八年，這個根才有一點根基；換句話說，六根接觸六塵境界才不會被境界所轉。

今天無論在家出家的同修，要在這個地方紮根，你要是沒有根，五根五力，道業決定不能成就，前途決定是三途，得人身都不容易。人身要五戒十善具足，你有沒有這個本事？所以我們今天不可以自欺欺人，欺騙別人罪就很重，欺騙自己那是極重的大罪。用什麼方法來救自己？《了凡四訓》、《感應篇》、《安士全書》，印祖一生的教誨，特別是教導現代人，他用這三樣東西。

我這個念頭可不可以動？我這個心能不能起？起心動念就是造業。動一個善念，你造的是善業；動一個惡念，你造的是惡業。起心動念是意業，要在這個地方下功夫，要在這個地方修行。先把自己修好，斷一切惡，修一切善，破迷開悟，轉凡成聖，決定在這一生當中成就，不要再等來生，這才是真正聰明人，這才是跨世紀的菩薩再來。菩薩是人做的，他們能作菩薩，我們也能作菩薩，問題就是你願不願意做。凡聖在一念之間。

要知道世間萬事萬法都是假的，沒有一樣是真的；只有幫助別人，幫助別人斷惡修善，幫助別人轉迷為悟，這一樁事情是真的，其他全是假的。我們怎樣幫助人？要懂得運用四攝法，要落實菩薩六波羅蜜，這是佛法教學裡頭的行門、中心課題。四攝法，頭一個要運用在家庭。夫妻好合，你家庭會興旺。應用在工作上，應用在處事待人接物。四攝法用現代的話來講，就是人與人交際的方法。跟佛菩薩是好朋友，跟無惡不作的人也是好朋友，跟什麼人都能相處，這叫佛菩薩。決定不傷害一切眾生，成就一切眾生，幫助一切眾生。我們自己做，也是為了幫助別人，所以自己更應當努力，更應當勉勵自己。

本文節錄自【如何化解災難】（共一集）



## 【佛學講座】

### 學院法師專題習講

淨宗學院自成立以來，為遵循院長<sup>上</sup>淨<sup>下</sup>空老和尚的教誨，禮請法師長駐講經。每週一至週日，於嘉南堂（學院講堂）進行淨土經典之學習心得分享。



圖 1：  
<sup>上</sup>悟<sup>下</sup>全法師習講  
《無量壽經》。



圖 2：  
<sup>上</sup>悟<sup>下</sup>勝法師習講  
《無量壽經》。



圖 3：  
<sup>上</sup>法<sup>下</sup>性法師習講  
《無量壽經》。



圖 4：  
<sup>上</sup>智<sup>下</sup>揚法師習講  
《無量壽經》。



圖 5：大眾專注地聆聽法師講課。

## 淨宗學院近期課程表

2019年8月7日起

時間	課程
05:15~06:30	恭誦《無量壽經》／念佛
06:30~07:00	念佛／迴向
07:00~08:30	早餐、出坡
08:30~10:00	悟勝法師《無量壽經》
10:15~11:45	悟平法師《觀經上品上生章》
12:00~14:00	午餐、午休
14:20~15:30	智揚法師《無量壽經》 (週六及週日除外)
15:50~16:50	法性法師《無量壽經》 (週日除外)
17:00~18:00	晚餐
18:00~18:50	悟莊法師《了凡四訓》 (每週二、四；週六 08:30~10:00)
19:00~20:15	恭誦《無量壽經》／念佛
20:15~21:00	念佛／迴向
21:00~22:30	洗漱、熄燈休息

### 備註：

1. 每月最後一個星期日 14:20~21:00 三時繫念法事。
2. 每月第一週中文道德講堂；英文道德講堂另行公告。
3. 學員每日至少拜佛 300 拜，義工每日至少拜佛 100 拜。
4. 課表將依實際情況調整，請以現場公告為準。



## 【阿彌陀佛中文學校】

### 二零一九年第一學期教學小結

光陰似箭，日月如梭；轉眼間已過了半年。就讀「阿彌陀佛中文學校」的小朋友們在全日制傳統文化的熏習下，禮儀、應對與學習都有不同程度的進步。淨宗學院院長上淨下空老和尚曾多次強調：孩子的栽培，德行和學問是關鍵。幼兒德行的建立要從落實倫常下手，學問的扎根要從讀誦文言文做起。因此，學校以老和尚的教誨為教學方向，致力於提供學童一個結合「身教、言教、境教」的良好修學環境。



圖 6：千里之行，始於足下。孩子們每日的學習從念佛、考德、識字複習開始，長養他們的恭敬心。

#### 「身教、言教、境教」三位一體

《說文解字》云：「教者，上所施，下所效。育者，養子使作善也。」孩子們的眼睛就像攝影機，耳朵彷彿錄音機，純淨的心有如天線；長輩們的一舉一動、言談舉止，甚至細微的念頭，他們都能接受得到。故「身教」的落實在於「教育者先受教育」。阿彌陀佛中文學校的老師們，每日遵照老和尚的教誨、經典的義理來從事教育工作，真心實意地愛護學童。經由共事，教師之間也培養出十足的默契，能彼此相互體諒、相互信任，並樂於接受對方的提醒與建議。

幼兒時期的學童正值最好教的年齡，卻也最容易遭受染污。《漢書》云：「少成若天性，習慣成自然。」有鑑於此，老師們對於「言教」的影響懷有更強的責任感與更深遠的眼光。每天早晨八點半，自孩子們踏入校園起，老師們便沒有了上、下課的分別。不論上課或下課，老師們都要能用心教導、恩威並濟，要善於發現孩子的閃光點，並及時肯定他們的善心善行。

孩子「孝敬」態度的淺深，將決定其一生成就的大小。所以固本培元，「家庭教育」和「學校教育」需合作無間，不可稍有鬆懈。若親師同心，父母與老師能及

時地交流和溝通，共同攜手營造優質的教育環境（境教），則聖賢可期，孩子們一定會有成就。



圖 7：透過德育故事、經典讀誦、體育運動、畫畫手工...等課程，孩子們從小耳濡目染聖賢的氣息，身心均衡發展。

#### 端午節專題課

2019年6月7日（農曆5月5日）是一年一度的「端午節」。在這一天，阿彌陀佛中文學校特舉辦端午節專題課程，邀請全校師生相聚一堂，共同度過這一意義重大的傳統節日。藉由豐富多樣的教學工具與課程設計，老師們以寓教於樂的方式與學童頻繁互動，讓小朋友們在整個過程中感受到學習的樂趣，認識端午節的由來及紀念習俗。

端午節的由來，可追溯至距今二千三百多年前的戰國時期。當時，楚大夫屈原以其忠貞愛國的情操，感動了楚國的人民；故後人為紀念屈原，便在每年農曆5月初五，屈原往生的這一天以包粽子、賽龍舟等活動來緬懷他。介紹完端午節的緣起，老師讓小朋友們傳看賽龍舟的圖片、認識與感受艾草，教導孩子們如何用色紙摺立體粽子，並示範如何包粽子。最後，學童在老師的帶領下，一起吟誦《屈原塔》、《端午日》等兩首節日詩歌，為此次的專題課程畫下美好的句點。



圖 8：孩童們全神貫注地參與端午節專題課。



## 【文言文先修班】

### 四~六月先修班學習情況

#### 《了凡四訓》課程

在法師講的《了凡四訓》學習課上，同學們分享了自己「努力改過，認真修善」的心路歷程：如何一點一滴地克服自己的習氣、毛病。法師為每位同學的改過之路一一慈悲評示，並以自己的親身經歷為例，替同學們解疑答惑。透過學習與實踐「聖賢克己工夫」，同學們隨著時間一天一天地進步。對於同學們逐漸積累的進步，法師也給予大家肯定與鼓勵。



圖 9：  
同學們專注地聆聽上悟下莊法師習講。

#### 習勞知感恩

2019年6月，同學們到學院的古邦集農場參加勞動——到農田裡挖生薑。挖薑的過程有汗水也有歡笑；經過一下午的勞動，同學們不僅收穫了一筐筐的薑，也打從心底萌發出拳拳之心、感恩之情，應證了「習勞知感恩」。學習有次第，習勞幹活亦有次第。所以，習勞幫助同學們更深刻地明白：凡事皆要有條理，否則事倍功半。



圖 10：同學們在上悟下謙法師的指導下學習習勞。

#### 學習國際溝通語言——英文

文言文先修班的英文課有豐富多彩的「校外教學」單元，組織同學們走出教室，到戶外練習英文。在當今

淨宗學院文言文先修班學生 撰文

時代，傳承漢學除了需要精通漢文，還要能掌握英文。學好英文，可以開闊同學們的視野和格局，為以後弘揚漢學扎下國際溝通的基礎。



圖 11：  
英語校外教學課師生合影。

#### 文言文與家文化

上淨下空老和尚曾說：「《四庫全書》的浩瀚典章、佛經的《大藏經》，都是用漢字、文言文書寫的，只有掌握了這把鑰匙，才能真正讀懂中國經典，承傳中華智慧。」

中華傳統文化博大精深，在上悟下勤法師的帶領下，同學們學習了《弟子規》及其力行；為了能打好修學文言文的基礎，楊文老師教導大家學習《聖學根之根》；在家文化課程中，張志紅老師和同學們一起學習《如何成為一個真正如理如法的好人》——以「和」字為中心，先改正自己錯誤的觀念，再將《弟子規》落實到生活中。藉由學習文言文與家文化，同學們逐步擴大了自己的心量，培養出與人和睦相處的能力。

學好文言文、復興漢學，可以帶動全世界文化的發展和宗教的團結。我們會不忘初心，牢記使命，承傳優秀的傳統文化；為天地立心，為生民立命，為往聖繼絕學，為萬事開太平！



圖 12：  
上悟下勤法師習講《弟子規》。



圖 13：  
楊文老師講授文言文。



圖 14：  
張志紅老師與同學們一起學習家文化。



## 【中文道德講堂】

### 第五十至五十二期道德講堂回顧

淨宗學院中文道德講堂主持人—高涵 撰文



15



16



17

圖 15：第 50 期道德講堂合影。

圖 16：第 51 期道德講堂合影。

圖 17：第 52 期道德講堂合影。

這個秋天，學院舉辦了第五十、五十一及五十二期道德講堂。每到課程結束，總能聽到學員感歎：「如果世界上每個地方都能舉辦道德講堂的課程就好了！」

俗話說：「家家有本難念的經。」我們來到世上，很難順順利利地過完一生，人生不如意十有八九。但是通過學習，我們知道，不如意是「果」，它的因是「做錯事」；而「做錯事」則是因為我們不明理。《無量壽經》有云：「先人不善，不識道德，無有語者，殊無怪也。」我們 7 天的課程，就是旨在讓人們重新明白做人的道理，讓學員在每天的學習生活中，一點一點感受人性本善，而不應該是「利」字當頭。

傳統文化的學習，已歷經 150 餘年的斷層。這些被我們丟棄的，都是先輩聖哲對於大自然運行及做人處事之道的觀察與總結，也是各個時期的歷史與文化融合後的精華。尤以「儒釋道」三家之學最具代表：儒家教人明倫識理，止於至善；道家教人清靜無為，返璞歸真；佛家教人破迷開悟，轉凡成聖。所以，中國傳統文化不是凝固僵化的知識；它能開啟我們蒙昧的心靈，讓我們獲得光明的智慧和幸福的人生。

道德講堂以「孝敬」為入手處。孝敬能啟發我們內心純淨純善的力量，進而向四周不斷地擴散，影響至更大的層面。道德講堂的課程由淺入深，以修身、齊家、治國、平天下的理念，逐步提起大家對於漢學的興趣；提倡從根入手，學習《弟子規》、《太上感應篇》和《佛說十善業道經》。

每天看著大家，從第一天不知所以的嚴肅表情，到最後其樂融融的歡聲笑語；每位學員的明顯改變，讓我深刻地感受到這套課程的效果。學員們分享的時候，更是把真摯的淚水、真誠的懺悔與對未來的希望，分享給在座的每一個人。我們不怕犯錯，往日錯誤的價值觀真

的害苦了太多人；但透過學習，我們能知道錯誤的原因，並痛定思痛，堅決改正，把古聖先賢的教育落實在生活中。過往那終日奔波，放棄和父母、孩子相處的我們，終於體認到「孝順父母」才是教育下一代最好的良方；曾窮奢極慾、不肯克制的我們，現在明瞭「絕慾去憂」、「奉獻社會」才是最妙之道；曾睚眦必報、不肯吃虧的我們，知道了「吃虧是福」，懂得感恩一切傷害過自己的人，我們才能真正地解脫。

### 道德講堂學員心得報告

#### 楊同學

通過這次學習，最大的收穫是重新認識了道德，認識到宇宙萬物都有它的規律，這個規律就是道。人們只要遵循這個道，尊重它，敬畏它，踐行它就是德。在現實生活中我們要從根本上學好《弟子規》，努力做到敬老尊師、友愛兄妹、和睦大眾，不殺生，不吃肉，為改變環境、拯救地球貢獻自己微薄的力量。

#### 殷同學

通過 7 天的學習，讓我明白了以前從未聽說過的道理。一、健康素食，利國利己。二、改變心態，享幸福人生。以身作則：做好母親、妻子、兒媳、女兒、老師、員工等角色。盡職盡責，使家庭和諧，按照五倫五常嚴格要求自己，一點一點改掉以前的不良習慣。三、孝道教育，重在養根。百善孝為先，孝門開，百門開。四、聖賢教育，利國利民利家。五、因果教育，迫在眉睫。一定要說好話、存好心、行好事、做好人；不做壞事，不造惡果。人生的順境、逆境都是自己造成的，種好因，得好果。積善之家必有餘慶，人人信因果，社會太平，人人幸福。



## 【多元宗教多元文化】



### 家庭暴力防治高峰會

2019 Domestic & Family Violence (DFV) Summit

5月16日，圖文巴在地一個促進社區團結的組織－Toowoomba Together－在淨宗學院的支援下，舉行2019年家庭暴力防治高峰會。本次峰會的主題是「支持人際間安全與互重的關係」(Supporting Safe and Respectful Relationships)，除指出家暴的嚴重性，也探討了如何在圖文巴所有社區的共同努力下，藉由和平、和諧的方式處理家暴問題，以達到「增強各社區對於『零暴力』的意識」、「防範家庭暴力」及「協助受暴者向相關組織尋求協助」等目的。



圖 18：

主講者以各自的專業背景，從教育、健康、體育、邊緣化團體及宗教等視角，共同探討如何達成社區「零暴力」。

18



### 世界環境日

World Environment Day

6月2日，圖文巴和平青年團(Toowoomba Youth Peace Group)首次參與「世界環境日」活動，以「青年領導之路」(Youth Leading the Way)為主題，於活動現場擺攤和民眾交流。透過有趣的體驗小遊戲，提升社區民眾對於環保的認知，包含：人類對環境所造成的影響、如何降低我們對地球造成的環境危害...等。



圖 19：青年團設計了一套有趣的小遊戲，與民眾熱絡互動。

19



### 社會和諧國際大會與青年領袖計畫

International Conference on Cohesive Societies and Young Leaders Programme

6月18日~21日，淨宗學院「多元宗教多元文化中心」派代表前往新加坡，參與為期4天的「社會和諧國際大會與青年領袖計畫」。

該活動的前兩天為「青年領袖計畫」，聚集了來自世界各地，共約100位的青年共襄盛舉，進行「非傳統模式的會議」(unconference)。不同於傳統模式的會議，此會議沒有預先設定主題，任何與會者皆能自發性地提出希望探討的主題，在開放式的氛圍中自由發言，以激發參會者貢獻所長、啟發靈感，討論當今時代的青年能以何種方式面對與處理各式各樣的社會問題。

緊接著是「社會和諧國際大會」，以「多樣的群體，共同的未來」(Many communities, one shared future)為大會主題，邀請40個國家派出的約千名代表互動交流，共同發展能促進社會和諧的新構想。



圖 20：2019年「社會和諧國際大會與青年領袖計畫」活動剪影。

20

淨宗學院季刊 (2019年06月刊)

發行單位 | 淨宗學院 Pure Land Learning College Association Inc.

地址 | 57 West Street, Toowoomba QLD 4350 Australia

電話 | +61 (0) 746 378 765

電子郵件 | pllcc2001@gmail.com

官方網站 | <http://new.pllc.cn/>

