



【院長 上淨下空老和尚開示】

瘟疫從哪裡來的？如何應對瘟疫災難？

我們這個世間常常有瘟疫流行。瘟疫從哪裡來的？佛經裡面的答覆，你想想有沒有道理？「一切法從心想生」、「唯心所現，唯識所變」，這是總的原則、總的原理。瘟疫、傳染病真的唯心所現，什麼樣的心？不善的心，不善的業。先有不善的心，然後才造不善的業，境界現前，這是不善的果報。佛常常跟我們講這些事實真相。我們迴心向善，修自己的淨業，所有一切不善的果報自然消除。

這個世間，人也知道斷惡修善，但是惡斷不乾淨，善修學得很有限度，所以千百年來，這些災害一波一波，年年都有。哪一年沒有瘟疫？年年都有。瘟疫，這講傳染病，最容易發生的季節，一般都是在清明前後，它的時間一般大概是一個月，很少數能夠延續到兩個月。這些道理，經典上給我們說的，確實可以給我們做參考。許多同學問我怎麼樣防範，我告訴大家，最好的防範是「修清淨心、修慈悲心」。清淨慈悲能化解一切災難，把這個世間所有一切物質的結晶，都轉變成非常美好，災難就沒有了。

本文節錄自【《大方廣佛華嚴經》（第 1018 集）】

瘟疫，如果是在整個世界傳染的話，那個災難是大災難不是小災難，很多人沒法子避免。我們面臨著這個事實，怎麼辦？佛菩薩教給我們，首先把心定下來，不要恐懼，不要害怕。

如果瘟疫真的是傳遍這個地區，沒有事最好不出門，在家裡面修清淨心，這個很重要，心地一定要清淨。聽經、讀經、念佛，斷惡修善，這是治本，為什麼？「一切法從心想生」，只要我們心裡是清淨、是善良，縱然染上這些病毒也沒有關係，自自然然就會好。為什麼？清淨跟慈悲會把病毒轉變成好的細胞，境隨心轉。所以你不能有恐懼，你有恐懼的時候那你被病嚇死，這是錯誤的。

所以平常就要養清淨心、養慈悲心，這就是現在人所說的話，增強我們自己的免疫能力。我們念經做這些超度、消災這些法會，這是治標，不是治本，有沒有有效？有效，可以把這個災難減輕一點，可以把這個災難退後一點，不能消滅。

怎樣標本兼治？治本是要真正修行，要真精進，這是治本。我們的清淨心、我們的慈悲心永恆不失，要讓它天天增長、年年增長。自己的願，清淨的本願為一切眾生服務，念念為別人不為自己，要永恆堅持下去，這都是治本。這個世間災難再多，你不會染上，為什麼？你沒有造這個業。瘟疫也是冤業，你跟他不結這個怨，他不會找你；你跟這些眾生結的這個怨，他就會找到你，這是感應道交絲毫不爽。

我們常常念經、念佛給一切苦難眾生迴向，他們不能轉，我們迴向給他是治標，我們自己要治本。我們沒有本，我們治標的力量不夠，你很難產生效果。我們自己真正有修行，真正回歸到清淨，我們這個迴向確實會產生力量，會對這個社會、對這些災難有幫助。這些不是迷信，我們要不懷疑，要完全能接受，真正認真努力。

本文節錄自【《修華嚴奧旨妄盡還源觀》（第 25 集）】

佛治眾生的病不需要用醫藥，非常高明，用什麼？意念。你念頭一轉，你身上帶著病毒的細胞統統轉過來了。經上講三毒，我常常加兩個字，五毒，貪瞋痴慢疑，慢是傲慢，疑是對佛菩薩、對聖賢教誨懷疑、對於自己自性懷疑，不相信自己本來是佛，這也是病毒，嚴重的病毒。我們要把這個心態真正改過來，那叫真學佛，形式上改不是很重要的，心態上改變比什麼都重要。這是從前章嘉大師教給我的，佛法重實質不重形式，實質就是你從心態上改，心態上一改，一切都具足了。

本文節錄自【《淨土大經解演義》（第 147 集）】

【佛學講座與共修】

全球直播 同步共修 一心一德 化解災難

當今世界瘟疫肆起，全球各地嚴重波及，眾多人類罹難死亡。當此巨難降臨全球之際，佛弟子應當以慈悲為本，救拔一切眾生於苦難之中。經云：「一切法從心想生」，淨宗導師「淨下空老和尚也曾在學院教導四眾弟子：「今天這個大災難，怎樣才能夠化解？怎樣才能夠消除？唯有一心念佛！」導師又言：「淨宗同學這種集體念佛的善業，能夠消除眾生之惡業，能夠化解世間災難。我們得真幹，決定功不唐捐！」

現今謹遵導師明確的教誨，淨宗學院從即日起，每晚全球直播法師領眾誦經念佛，誠邀全球悲心之士，能拔冗參與共修祈福。以全球大眾同心同步集體誦經念佛之功德力、善業力，定能化解世間的災難，救度眾生於水火危難之中！世界早日恢復太平、祥和。

- 詳情請參閱直播公告網址：

<https://new.jingzong.org/pureland/info/59.html>

學院法師專題習講

淨宗學院自成立以來，為遵循院長「淨下空老和尚的教誨，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：上悟下全法師（圖上左）、上悟下勝法師（圖上右）、上法下性法師（圖下左）及上智下揚法師（圖下右）於學院習講《無量壽經》。

淨宗學院近期課程表

2020年5月4日起實施

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
08:40~10:00	悟全法師《無量壽經》 (週一至週日)
10:15~11:15	悟勝法師《無量壽經》 (週一至週五)
12:00~14:00	午餐、午休
14:00~15:00	智揚法師《無量壽經》 (週一至週五)
14:00~16:50	恭誦《無量壽經》 (每週一、三、五)
17:00~18:00	晚餐
18:00~18:50	悟莊法師《了凡四訓》 (每週二、五；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】

「念親恩，行孝道」師生表彰活動

2020年1月9日，阿彌陀佛中文學校於淨宗學院63號教室舉行「『念親恩，行孝道』暨2019學年師生表彰活動」，藉此年度表彰，表達學院對孩子們成長的關愛及對老師們全年辛勤教學的感謝和鼓勵；並經由活動的參與，讓孩子們感受父母的艱辛，感恩師長的教導，學會表達愛、回報愛，培養孩子們用真心去面對父母、師長和未來，用實際行動去落實孝道。



圖2：淨宗學院法師代表與阿彌陀佛中文學校教師、家長、學生及工作人員於活動後集體合影。

為活動揭開序幕的是中文學校「幼兒班」及「幼仁班」帶來的合唱表演。學童們各個神采奕奕、容光煥發，以清亮、真摯的歌聲齊唱《禮記·禮運·大同與小康篇》中膾炙人口的〈禮運大同篇〉；用歌聲描繪出至聖先師孔老夫子心中的理想世界：世無戰爭，天下太平——人人安分守己，各司其職，相親和睦，豐衣足食；人人誠實守信，路不拾遺；社會無盜竊亂賊，家家夜不閉戶。

觀賞完孩子們精彩的演出，與會大眾接著聆聽學院法師代表上智下揚法師和上悟下莊法師慈悲開示，以及中文學校代表郭久輝老師為「全日班」和「非全日班」所做的總結報告。郭老師於報告中提到2019年初學院院長上淨下空老和尚的叮嚀和開示、2019學年度的教學情況與工作回顧，並期許學校能在嶄新的學年中更上一層樓。



圖3：阿彌陀佛中文學校師生合唱演出。

本活動中的一項重點環節為「頒獎儀式」，邀請學院法師代表為中文學校優秀師生頒獎。藉此儀式激濁揚清，並對教師全年的工作、辛勤不懈的教學，以及對學生全年的學習進行表彰。學生獎項分為居敬獎、養樂獎、康壽獎、圓夢獎、絕憂獎，共五項，用以肯定同學們在力行孝親尊師所做的努力，並鼓勵他們繼續培養、落實師長教導的良好習慣，開啟自性本具的德能。

「夫孝者，百行之冠，眾善之始也。」「孝」是眾善之本，是中國傳統文化、聖賢教育的根基。活動的最後，校方安排讓全體學生向父母長輩行感恩禮。孩子們首先以恭敬心，向長輩行三跪拜禮，再用小小的雙手，向父母敬茶，感恩爸爸媽媽們含辛茹苦的陪伴，讓父母感受幸福，感受溫暖，感受愛。簡樸而意義深遠的表彰儀式於此圓滿落幕。期望孩子們在聖賢教育與傳統文化的德風薰陶之下，持續用心感受生活、安心力行孝道。



圖4：淨宗學院法師代表及阿彌陀佛中文學校教師代表致詞。



圖5：學童們向父母長輩行跪拜禮及敬茶，以表感恩。

【文言文先修班／漢學示範班】

圖文巴漢學示範實驗學院開放招生

澳洲淨宗學院「圖文巴漢學示範實驗學院」2020年漢學班自3月1日起開放招生，歡迎有志於漢學的志士踴躍報名。



《大戴禮記·保傅》載：「古者年八歲而出就外舍，學小藝焉，履小節焉；束髮而就大學，學大學焉，履大節焉。」因此，中國古代的讀書人8歲開始上小學，學習灑掃、應對、進退之節，禮、樂、射、御、書、數之文，熟讀應背之經典；年約15時始入太學，學習窮理、正心、修己、治人之道。

圖文巴漢學示範實驗學院將採用中華傳統的教學方法，學生須滿15歲且具初中文憑方可入校就讀。校方將請當代大儒教導講解漢學課程，並遵照淨宗學院院長「淨下空老和尚所提倡「一門深入，長時薰修」的理念來輔導學生學習。教材內容除有《聖學根之根》和四書五經，亦包含「淨下空老和尚開示影片，以及《改造命運心想事成—了凡四訓講記》一書。

- 相關詳情(如：教學方式、入學標準、申請流程、招生期限等)請參閱以下網址：

<http://new.pllc.cn/pureland/show/1153.html>

淨宗學院與RBIT聯合畢業典禮

澳洲淨宗學院與皇家布里斯本技術學院(Royal Brisbane Institute of Technology, RBIT)為培養高素質的學生，自2018年起攜手合辦中英雙語課程。淨宗學院提供漢學課及佛學講座等以中文教授之課程，RBIT則提供以英文教授的ELICOS英語課及技職管理課程。

2020年2月14日，淨宗學院與RBIT首次聯合舉辦畢業典禮，特邀致力慈善公益多年，曾任圖文巴商會理事長的嘉賓 Andrew Wielandt 先生到場致詞，並請RBIT校長 Geoff Wessling 先生為淨宗學院第一屆和第二屆文言文先修班同學頒發漢學課結業證書，及為RBIT應屆畢業生頒發畢業證書。

在RBIT酒店管理及商業管理培訓師Mayer Hou老師的指導下，本典禮的節目流程皆由學生親自規劃。同學們分工合作，精心設計各項表演節目及邀請函，並拍攝學院法師、RBIT校長和老師，以及其他工作人員與義工等的採訪短片，製成於典禮播放，滿載回憶與祝福的回顧影片；在參與活動的同時學以致用，發揮所長。



圖6：左至右：嘉賓Wielandt先生、學院法師代表「悟下全法師（「悟下勤法師現場口譯）及RBIT校長Wessling先生先後致詞。

圖7：同學們的中國傳統舞蹈、杯子舞、樂器及合唱演出。

圖8：聯合畢業典禮合影。

學院的法師經常教導我們「道德講堂」對於現代社會非常重要，甚至可以拯救世界。作為道德講堂的主持人，末學深知每位來參加道德講堂的同修在課程結束後，都會有很深的感觸與改變。近來 2019 新型冠狀病毒蔓延全球，確診及死亡人數持續攀升；有鑑於此，末學對於舉辦道德講堂對「拯救世界」的貢獻體會很深。

道德講堂每期 7 天，共 49 堂課；課程內容會根據每期參加同修的年齡和職業調整改動。無論如何調整，我們的第一堂課都是周泳杉老師的《新世紀健康飲食》。下面我們一起來看節選自周泳杉老師課程的幾段話。

「在今天我們談這個問題，更具有獨特的意義是什麼？因為新流感。我們看到新流感，我昨天上互聯網去看，它感染的警戒已經上升到五級。五級是什麼意思？就是再上升一級，到達第六級的時候就是『全球大感染』的級數，也就是新流感已經在一觸即發的邊緣徘徊。」

「回顧我們的歷史，我們看到了『狂牛病』，我們看到了『禽流感』，我們問為什麼會有這些？一位科學家他講到：『我們必須記住，不論是狂牛病還是禽流感，工業式的畜牧和人類吃肉的欲望，才是根本的原因。當我們將數千計的家禽，困在狹窄的空間當中，令它們的免疫力減弱，又餵以大量的抗生素，等同在為病毒製造最佳變種的環境。所以，今天我們正處於一場大疫症的邊緣。』」

「美國人道協會的醫學專家，格萊德爾博士表示：集約餵養的環境非常的差，擠滿了免疫系統受到抑制的個體，過去幾十年有超過三十種新的疾病問世，就是病毒。集約養殖跟佔用野生動物的棲息地，捕食野生的動物，還有跨國運輸活體，都是造成新病菌的因素。」

「所以，要喚醒我們的愛心。各位朋友，我們正在跟時間賽跑，在跟什麼時間賽跑？在跟地球污染以及瘟疫的大流行，還有我們的醫學，整體的國民健康素質的下降，在跟這些不好的觀念在拔河。我們怎麼把我們飲食的觀念，調整成準確的飲食觀，各位朋友，這是科學發展觀，不能忽略重要的課題。」

「改變飲食習慣有什麼影響？第一個森林增加，污染減少，水資源豐富，這是我們可以想見的未來。再來，各位朋友，改變飲食習慣有什麼影響？倒入河裏面的化學物質減少，癌症、中風、糖尿病、肥胖症減少。各位朋友，停止動物的脂肪在你的血液當中流動，我們的子孫將會感謝我們，因為它的影響實在是太大。」

「各位朋友，讓我們看著這一片森林，這麼樣漂亮的森林，這麼漂亮的國土，這麼樣壯麗的河山，我們忍心讓它在我們這一代就不見嗎？我們忍心在我們這一代，就把所有的資源給耗費掉嗎？有一位環保學者曾經說到：『大自然不是一件商品，它不是可以不計任何後果，任意榨取卻不嘗試著去瞭解的東西。』」

「大自然不是一個東西，相反的，在共通的生命網路當中，我、我們是大自然的一部分，我們生於斯、長於斯，我們截取它的資源，我們把所有的廢物都排給它，它沒有抱怨，它沒有任何的指責。它還源源不絕地，給我們提供天天所需要的飲食，天天所需要的物質。我們的生命由它而來，珍惜大自然就是珍惜我們自己，當我們真正感恩並關懷大自然，我們的生命才有意義。所以各位朋友，吃素不是宗教議題，吃素是超越宗教的、超越種族的、超越一切的價值。」

看到周老師這樣的演講，再結合現在的疫情，末學才深刻地體會到道德講堂的意義。就在今年一月，湖北武漢爆發了新冠肺炎疫情；短短兩個月間，疫情迅速席捲了 209 個國家，截止到今日已有超過 140 萬人感染，8 萬人死亡。

面對如此嚴重的疫情，我們人類的科技似乎毫無還手之力，人們心中充斥著恐懼、埋怨、指責和怨恨的情緒：恐懼疫情的發展，埋怨政府的行動，指責甚至怨恨和我們一樣面對疫情的同胞。我們總是不相信災難會來臨，當災難來臨時卻又異常恐懼地說：「人類面對災難顯得太渺小了。」我們要知道，其實這些災難都是我們一手造成的，也有很多先知們早早提醒了我們，還教我們許多趨吉避凶的辦法，但我們做得不夠。

比起恐懼、埋怨、指責、怨恨，我們更應該去反思：災難帶給了我們什麼？疫情要提醒我們什麼？解鈴還須繫鈴人，造成這些災難的是人類，所以能化解災難、化解衝突的也只能是我們自己。不好、不善的心態只會造成更大的災難。淨宗學院院長淨空老法師曾慈悲開示：「要有一顆善良的心。善心是我們的防護，不善靠近不了我們，尤其是瘟疫。今天社會，人們就是缺乏善心。人人覺得『我好就好了』，所以有不善的念頭、不善的言論、不善的行為。大家必須要有善心才能化解災難。善心非常重要。」

末學一直再想：若這世上有多一點人參加過道德講堂，有多一點人聽過周泳杉老師的《新世紀健康飲食》，是不是就有可能避免掉這次疫情？相反地，如果我們還是保持不善的信念、不去相信老祖宗留下的寶貴智慧、不去相信道德、不去相信仁義禮智信，那麼下一次的災難，離我們還遠嗎？

每每看到疫情對世界各地人們的折磨，以及有這麼多醫護人員放下家庭，冒著危險，不舍晝夜地救治病人的時候，末學都不禁淚流感歎。是啊！不善的心造就了一次次的災難；但是，都會有更多善良的人、善良的心、善良的舉動，帶我們一起化解一場又一場的災難。災難終會過去，但災難不應只給我們留下痛苦和傷感，更應該給我們留下教訓，讓我們改變——重新相信古聖先賢的教誨，重新拾起自己的善心，重新把我們的家園變得更加美麗。



圖 9：2020 年 1 月 9 日，第 59 屆道德講堂師生於淨宗學院多元宗教多元文化中心合影。

【多元宗教多元文化】



與圖文巴錫克教社區交流

Meeting the Toowoomba Sikh Community

2020 年 2 月 9 日，淨宗學院「多元宗教多元文化中心」(Multi-Faith Multicultural Centre, MMC) 與圖文巴當地的錫克教社區互動交流，並一同享用別具特色的素食餐點。



圖 10：MMC 成員到錫克教社區進行參訪。



歡慶國際婦女節

Celebrating International Women's Day

3 月 6 日，淨宗學院 MMC 受邀參加聖吳甦樂學院 (St. Ursula's College) 舉辦的國際婦女節早餐會。身兼 MMC 青年大使及「圖文巴和平青年團」(Toowoomba

Youth Peace Group) 輔導員的 Sophie Ryan 是此活動的受邀講者，向與會者分享她投入和平宣導工作的心路歷程及經驗。



圖 11：淨宗學院 MMC 成員受邀出席聖吳甦樂學院國際婦女節早餐會。



外賓蒞臨淨宗學院

Guests visiting PLLCA

紅帽協會 (The Red Hats Society) 成員及聖文森醫院 (St. Vincent's Hospital) 的主管們分別來訪淨宗學院，相互分享各自在社區服務的經驗。



圖 12：紅帽協會成員及聖文森醫院主管蒞臨淨宗學院。



「信仰之聲」廣播節目

‘Voices of Faith’ Radio Program

「信仰之聲」(Voices of Faith) 102.7 FM 是一個 30 分鐘長的英文廣播節目。藉由廣播獨具的大眾媒體特色，深入社區，提供一個能讓個人分享信仰、信念、文化、習俗及傳統的平台。不論講者的背景、種族、年齡為何，都有機會能向社區大眾訴說他們的故事。

- If you would like share your stories, you may wish to email MMC at mfmc.pllc@gmail.com.



圖 13：信仰之聲 102.7 FM 每週五及六晚間 6:00 至 6:30 持續放送。

【節慶活動剪影】

庚子年過年晚會 (Lunar New Year Party)



淨宗學院季刊 (2020 年 03 月刊)

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

地 址 | 57 West Street, Toowoomba QLD 4350 Australia

電 話 | +61 (0) 746 378 765

電子郵件 | pllc2001@gmail.com

官方網站 | <http://new.pllc.cn/>

