



只為自己著想不會大，能替別人著想不會小。

星雲大師 / Venerable Master Hsing Yun

人間福報

The 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

星雲禪話

真正的苦行

文 / 星雲大師

韓國的天曉禪師，幼年出家，勤於苦行。他年未三十，已經在好多禪寺裡參學、苦行，舉凡煮飯、燒火、行堂、典座、上山砍柴、挑水等等都做過，非常吃苦耐勞，贏得大眾一致的尊重。但是這也引發他的我慢，天曉禪師自認為自己在佛教裡面這麼受人尊敬，已有一定的地位，卻沒想到，修行不只是靠勞力做工，也不只是靠口舌講說，必須通達義理，明白佛教的宗要。

有一天，天曉禪師見到知山長老，天曉自恃自己的名望高，看到老禪師在前，並不以對待長老的方式來禮敬對方。知山禪師知道天曉內心的想法，就藉故問說：「你苦行是用勞力呢？還是勞心呢？」

天曉回答說：「我勞力又勞心。」

知山長老淡淡地說：「你勞力的成果，我有看到；你勞心的成就在哪裡呢？」

天曉一驚，不知如何回答。

知山長老再問：「你平常的苦行是用感覺的？還是用想像的呢？」

天曉回答說：「我有感覺，也有想像。」

知山禪師微微笑說：「你都是用分別妄心，距離禪心還是很遠。」

天曉終於明白知山長老的不簡單，頓時歇下妄想，然後長跪，並且請其開示：「長老以為如何？」

知山禪師說：「一旦你想到或感受到『這是苦行』時，就已經不是苦行了。真正的苦行，是忘卻身心覺受，即使身體受苦，心裡卻一點苦的感受都沒有啊！」

年輕的天曉若有所悟，即刻向長老頂禮，對自己的愚痴感到慚愧，從此不再刻意標榜自己。

兩岸佛教共話世界和平



【記者曹麗蕙新北報導】「兩岸佛教交流歡迎見面會」5月13日於佛光山金光明寺舉行。中國佛教協會會長演覺大和尚一行24人，應中華人間佛教聯合總會之邀於當日抵台。現場匯聚中華人間佛教聯合總會、中國佛教會、佛光山、法鼓山、靈鷲山、香光尼僧團、慈濟基金會及靈巖山寺等近百位僧信代表。深化交流兩岸法誼。

這次盛會兩岸佛教界代表海會雲來集，台灣出席代表包括：中華人間佛教聯合總會主席團心保和尚、悟因長老尼、首愚和尚、心道和尚、吳志揚；常務理事依空法師、祕書長覺培法師、名譽理事黃書璋，以及中國佛教會理事長心茂和尚、法鼓山住持果暉和尚、靈巖山寺教務長白積法師、慈濟基金會副總執行長林靜嫻等人。

大陸方面則由中國佛教協會會長演覺大

和尚領軍，包括福建廈門南普陀寺方丈則悟和尚、中佛協祕書長隴興、中佛協副祕書長普正和尚、江蘇省佛教協會常務副會長隆相和尚、中佛協會長祕書普樂法師等也均共襄盛舉。

慈悲智慧光明 致力和諧和平

心保和尚表示，這是非常殊勝的一刻，大家都以無比歡喜之心迎接盛會。他強調：「佛法是救世之光，以當前時空而言，最需要的就是和平與和諧」。同時樂見兩岸在文化、宗教上持續交流，「相信能讓佛教更上一層樓。」

演覺大和尚則對受邀來台參加佛光山「傳燈六十 百年仰望」一百萬心經回向暨大雄寶殿重修揭碑儀式表示榮幸。他介紹中國佛教協會於1953年在北京成立，會址

↑「兩岸佛教交流歡迎見面會」5月13日於佛光山金光明寺舉行，心保和尚（前排左6）與演覺大和尚（前排右6）以及眾位貴賓合影。圖 / 人間社記者吳新傳

設於廣濟寺，是大陸唯一的全國性佛教組織，各省市均設有地方性佛教協會。他期盼兩岸佛教能共同為人民福祉、心靈祥和與社會和諧努力，也為中華文化復興攜手前行。

果暉和尚則分享，佛教不僅屬於華人社會，更屬於全世界，他期待兩岸共同發揚佛陀的慈悲、智慧與光明，讓全球共享，進而促進人類健康、快樂與和平。

則悟和尚期待未來能有更多交流，在諸山長老與大德悲願引領下，共同推動兩岸佛教健康長遠發展。

佛誕節浴佛 近二千人禮佛學佛行佛

【人間社記者潘青霞洛杉磯報導】佛光山西來寺於5月24日（農曆四月初八）釋迦牟尼佛聖誕日，展開為期一周的浴佛慶祝活動，當天近2000人參與，禮佛人潮絡繹不絕，念佛梵音聲聲繚繞。大眾於浴佛池前舀起一杓杓水灌沐悉達多太子，發心行三好，讓法水滋養內心佛性，洗滌塵勞煩惱，在禮佛、念佛、浴佛中學習行佛，體悟人人本具佛性。

住持慧東法師主法開示，提到悉達多太子誕生之際，天地現瑞相，太子腳踏七步，步步生蓮。雖貴為王子，然於見老、病、死之苦後，發心修道，終證悟解脫成佛。因此，佛陀乃由人修行而成之覺者，誕生於人間、證悟於人間、弘法於人間、成佛於人間，使人間得以有佛法可依，也為世人立下榜樣。

浴佛以法水灌沐悉達多太子聖像，其象徵意義在於以慈悲與戒、定、慧之法水，洗滌內心貪瞋痴染汙，發願修學佛法，並實踐三好，清淨身口意三業，體現人人本具佛性與成佛的潛能。

除了有成人浴佛區，在兒童浴佛區，浴佛池前設置象徵佛陀誕生行走七步的步道，上面印有「孝敬父母、尊敬師長」及



三好標語。家長陪伴在旁，孩子們雙手合十，踏出七步，虔誠浴佛，並發願行三好讓世界更美好，童稚的純真發願與燦爛笑顏，讓在場的人為其鼓掌。浴佛圓滿後，西來寺以香湯與壽桃跟大眾結緣，共霑佛誕法喜。

佛誕節開放浴佛為期一周，佛誕節當天，國際佛光會洛杉磯協會佛光人把握殊勝因緣，各分會陸續回到慧命之家禮佛浴佛，並恭請慧東法師慈悲開示浴佛意義。

聖博一分會督導周美玲帶著佛光人第三代的小孫女前來參與，小孫女身穿家人親手縫製的兒童版佛光會服，可愛吸睛，令人豎起大拇指，展現佛光信仰的傳承與延



↑成佛大道設置兒童浴佛專區，全日逾200位小朋友與佛接心。圖 / 人間社記者張志誠

←信眾井然有序地排班浴佛。

續。白塔三分會準備「佛誕祈願卡」，大眾一同寫下心願，供奉佛前，點亮心中的光明。並結合「傳燈六十 百年仰望」——佛光山開山60周年暨開山祖師星雲大師百歲誕辰之際，製作「佛心貼近您心」紀念冰箱貼，將佛誕的祝福與溫暖融入生活之中。

以英語人士為主體的西來分會，緬懷星雲大師一生熱愛籃球運動，並提倡「體育弘法」理念，認為體育不僅能強身健體，更蘊含修行精神。因此，分會於浴佛後舉行籃球趣味賽，在歡樂互動中實踐體育弘法精神。

茶禪與佛法 東西方跨域對話



↑西來寺「茶禪與佛法」，將東方茶禪轉化為跨文化的溝通媒介。圖 / 人間社記者張志誠

籬？佛光山西來寺4月26日舉辦「英文社群」（Community of Practice, CoP）茶禪活動，透過英語引導與沉浸式體驗，將東方茶禪轉化為跨文化溝通媒介，展現人間佛教在海外弘法的跨域對話。

這場以「茶禪與佛法」（Tea Meditation & The Buddha's Teachings）為主題的活動，是由佛光山西來寺社教本土組與國際佛光會洛杉磯協會西來分會合辦，由慧澄法師引導，帶領67位參與者透過茶禪練習，學習安住身心、專注當下。

活動以英語進行，鎖定多元文化背景的參與者。

慧澄法師從禪坐調息開始，引導學員放下既有標籤與時間壓力，回歸當下覺知。隨後透過觀察茶具擺設與重新佈置，培養專注力與細膩觀察，在一泡一飲之間，體

會感官覺照與內在沉靜。

慧澄法師表示，茶禪源遠流長，是結合日常生活與修行的實踐方式。法師以茶葉的「固執」（stubbornness）為喻，說明烏龍茶與紅茶在器皿中的附著差異性，引導與會者理解萬物因緣條件各異，法師幽默的比喻，引發與會者莞爾一笑。

法師藉此闡釋「因緣和合」的核心觀念，指出如同茶葉的特性源自不同製程，人們的性格與境遇亦各有因緣，應以理解與包容面對，並呼應佛光山開山祖師星雲大師提倡的感恩精神，鼓勵大眾在互動中學習彼此成就，從「半杯茶」中看見圓滿與希望。

西來分會會長Lynette King表示，「以茶會友」不只是文化體驗，更是一種心靈連結與自我觀照的學習歷程。隨著英語社群與體驗式學習的結合，西來寺透過跨文化活動，讓傳統茶禪不僅是東方修行法門，更成為連結不同社群、促進理解的橋樑。

生活快門

天鵝之戀

文與圖 / 中玄

雕刻藝術家洪易在台灣台北市南海學園國立藝術教育館池塘前，布置了一座色彩瑰麗的藝術雕刻創作「天鵝之戀」，此兩隻天鵝，體態優美，是藝術創作之佳品，吸引不少遊客眼光。天鵝配對後通常終生不分離，也有倫理教育之作用，擺在藝教館前，更有意義。



佛光山西來寺近期活動	
時間	活動名稱
6/15 (一)	光明燈法會
6/26 (五)	佛光兒童夏令營 6/26 (五) — 6/28 (日)
7/4 (六)	慶祝美國國慶
7/26 (日)	中文一日禪