



星雲大師／Venerable Master Hsing Yun

做事能任勞任怨，
必能無事不辦；
做人能委曲求全，
必能無事不成。

星雲禪話

禪心與經語

文／星雲大師

日本永平寺的道元禪師，三歲時喪父，八歲時喪母，後來前往投靠在比叡山的舅父良顯法師，十四歲時在延曆寺戒壇院受菩薩大戒。

在中國宋朝時代，道元禪師來華留學。當船在慶元港停泊時，一位年約七十多歲的老禪師上船來購買木耳，道元禪師親切地向他招呼。言談中知道老禪師名叫有靜，是浙江阿育王寺的典座（煮飯），於是對他說：「老禪師，天色已晚，我看您別急著趕回寺院，還是在我們的船上住上一宿，明天再回去吧。」

有靜老禪師也非常有禮地回答說：「謝謝您的好意，明天阿育王寺有法會，將煮麵供養大眾。所以，我今天特地出來買木耳，趕著明天要用，因此今晚不方便在這裡留宿。」

道元禪師聽了就說：「就算您不在寺裡，難道就無人能代理您的工作嗎？」

有靜老禪師說：「不能讓人代理！我到了這把年紀才領到這份職務，怎可輕易放棄或請人代理？何況我未獲得外宿許可，不能破壞僧團清規。」

道元禪師不以爲然地說：「你已是年高德劭的長者，爲什麼還要負責典座的工作呢？你應該安心坐禪，勤於讀經呀！」

有靜老禪師聽後，開懷大笑：「外國的青年禪者，你也許還不了解何謂修行，請莫見怪，你實在是一個不懂禪心經語的人。」

道元禪師非常羞愧地問：「什麼叫禪心經語？」

有靜老禪師不假思索地回答：「一二三四五。」

道元禪師不懂這什麼意思，又問：「什麼叫修行？」

有靜老禪師一字一字地說：「六、七、八、九、十。」

生活快門

會心一笑

文與圖／蔡志鏗



走訪台灣苗栗農莊，遠遠望見一座令人會心一笑的穀倉。圓潤的外型配上稻草屋頂，像理著平頭的腦袋；兩扇圓窗是眼睛，一抹微彎的弧線成了嘴角，彷彿在對人微笑。最有趣的是，臉頰貼著「金玉滿堂」紅紙，宛如貼了「撒隆帕斯」，增添了幾分俏皮。

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

佛光山叢林學院畢典 發願弘法



【人間社記者江俊亮高雄報導】「感謝所有的佛光爸爸、媽媽們，因爲有您們對兒女的無私奉獻，才有今天的我們……」佛光山叢林學院9月2日舉行2025學年度各級學部聯合畢業典禮。畢業生代表致詞時感念開山祖師星雲大師，並感謝常住、師長與護法功德主的栽培，發願「不忘初心，永不退票」，將人間佛教種子遍撒五大洲，場面溫馨感人。

典禮首先播放星雲大師的開示影片。大師指出人生有四個階段：第一是父母給予的生命，帶來純真與善良；第二是老師給予的生命，透過教育學習做人做事、道德禮貌與社會常識；第三是社會大眾給予的生命，生活所需皆來自各行各業的辛勤付出；第四則是信仰與佛祖給予的生命，帶來智慧與慈悲，引導人生方向並賦予永恆慧命。大師期勉畢業生珍惜這四個階

段，將生命價值發揚光大，奉獻給社會與佛教。

廣結善緣 精進承擔

佛光山住持心保和尚開示時表示，看見新生命加入弘法行列令人歡喜。青年學業有成即是看見佛教的希望，期許未來面對挫折時，運用叢林學院所學，以慈悲、包容、智慧與忍辱克服困難。他說，「有佛法就有辦法」並非口號，而是要在生活中實踐，發菩提心、放下我執，秉持「常住第一、佛教第一、大眾第一」的理念爲教爭光。

獎學金功德主代表趙元修恭賀81位畢業生，強調佛學是求覺悟的智慧，在科技與全球局勢變動下，更應培養獨立思考。他指出求學有「學有所成」、「學以致用」與「持續精進」3個階段，對於選擇出家

的畢業生，修行首重「出離」與「覺悟」，期勉善用佛光山60年累積的資源與大眾廣結善緣。

男衆學部畢業生圓成法師分享，求學期間透過叢林逐步養成威儀，也在一次次學習中肯定自身佛性與無限可能。

畢業生代表圓戒法師表示，自2018年起於南京大學攻讀至碩士，深刻感念2019年時，當時90多歲高齡星雲大師親自帶領參觀佛光祖庭大覺寺觀音殿與雲湖的無私關懷，如今身分轉變爲弘法者，將秉持大師「能爲你做什麼」的精神堅持弘法。

傳燈儀式，心保和尚在〈弘法者之歌〉音聲中點亮主燈、海內外學院分燈，全場共唱〈惜別歌〉，爲典禮畫下圓滿句點。

咖啡禪薰習身心 一聞一品皆修行

【人間社記者潘青霞洛杉磯報導】「咖啡是哪裡來的？」您能回答這個「咖啡禪公案」嗎？國際佛光會洛杉磯協會於6月20日，在佛光山西來寺舉辦「咖啡禪」，邀請喜瑞都分會會員Hendra Taruli 授課，近35人參與。以咖啡爲緣，觀照自心，透過沖泡、聞香、品味的過程專注當下，練習覺察，實踐佛光山開山祖師星雲大師所提倡「修行不離生活」的人間佛教精神。

西來寺二單監院知行法師開場帶領大眾禪坐，觀察氣息的流動與長短，並融入放鬆肩頸的「動中禪」。知行法師表示，咖啡禪同樣屬於動中禪，重點都在培養專注力與回到當下，並拋出咖啡禪公案請大眾思索：「咖啡是哪裡來的？」

Hendra Taruli擁有16年咖啡產業經驗，課程中講解咖啡歷史以及從種植、採摘、

烘焙到最終沖煮成咖啡的完整過程。此次品嚐兩種咖啡，第一種爲來自宏都拉斯（Honduras）日曬咖啡，帶有果香風味；第二種爲衣索比亞（Ethiopia）水洗咖啡，帶有花香味。兩者因地理位置與氣候條件不同，展現出不同特色。

針對「咖啡是哪裡來的？」有人打趣回答：「咖啡豆來的。」引發陣陣笑聲，其他答案則包括「緣起」、「歡喜」與「知足」。知行法師表示，從咖啡可見因緣和合，而咖啡豆多元的風味，來自日積月累的薰陶，正如佛門所說的「多聞薰習」，透過不斷學習與實踐，才能逐漸累積智慧。此外，大眾常認爲濃烈的咖啡必然含有較高咖啡因，這其實是常見的誤解，將此延伸至人生，應學習如佛陀所教「如實觀照世間」，不以主觀想法爲定見，如此方



能減少不必要的煩惱。

課程尾聲，洛杉磯協會會長蔡月琴致詞表示，Hendra是不可多得的人才，感謝他無私分享專業知識。協會樂於提供佛光人分享專長的舞台，歡迎各領域專業人士前來授課。

佛光人義賣蘭花 送暖軍眷傳遞祝福



↑核桃市長Ritchie Cajulis（左2）與市議員們親臨現場支持，並與佛光人合照。

圖／洛杉磯協會提供

【人間社記者真裕洛杉磯報導】洛杉磯佛光人響應非營利慈善機構Make Spirits Bright發起的「爲低階軍人家家庭送暖」活動，6月6日由佛光山西來寺知客組滿光法師率領前往鑽石吧市（City of Diamond Bar）共襄盛舉，並捐贈100盆蘭花參與義賣，以實際行動支持軍眷家庭。

活動由滿光法師率領國際佛光會洛杉磯協會會長蔡月琴、秘書長郭雯玲、副督導

長方黎菁、理事錢學儉等佛光人前往會場，支持數個海、陸、空軍基地的低階軍人家家庭。

滿光法師開示指出，面對當前社會動盪與分歧，更需要跨越宗教、族群與文化差異，攜手合作、凝聚善念，共同關懷社會弱勢。他並恭讀佛光山開山祖師星雲大師〈爲服役者祈願文〉，祈願佛陀加持軍人具備無畏精神與慈悲勇氣，成爲守護國家與人民的重要力量。

聖迪馬斯扶輪社代表Raymond分享表示，五年前基於關懷軍眷的初心，與Make Spirits Bright合作爲位於加州內陸沙漠的歐文堡國家訓練中心軍人家庭募集生活物資。至今，每年舉辦兩次食品捐贈活動，累計已捐出47公噸食品，嘉惠多個軍事基地的軍人家家庭，持續爲基層軍眷提供實質援助。

歐文堡國家訓練中心Steve Chavez上校代表受助單位致謝表示，該中心每年肩負約8萬人次的訓練任務，由於基地位處偏遠沙漠地區，軍人及其家庭生活條件較爲艱辛。來自社會各界的關懷與支持，不僅提供實際幫助，更讓軍眷感受到溫暖與鼓勵，爲他們注入持續前行的力量。

生活快門

大藍鷺的冥想

文與圖／赫連擁

站在岸邊與水的交界，介於行動與靜止之間。

粼粼的金色波光，其實是遠處幾幢城市高樓在夕陽西下時刻被湖面水紋給拉長、扭曲之後的倒影，一天之中只會在特定的時段出現。一如這隻大藍鷺，就這麼剛好地棲息，對著這樣的湖面「冥想」。

如是對比頗有意思。清晰、具體，而又不動如山的飛禽；模糊、流動，且不可掌控的倒影；外在與內心、眼見與感受，常常是兩種不同的風景。

眼觀多少，神會多少，我捕捉到的「多少」不可說。

