



能喜捨的人，必定是內心富有的快樂人；只接受的人，必定是貪婪無厭的貧苦人。

星雲大師/Venerable Master Hsing Yun

人間福報

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

愁人莫向愁人說

文/星雲大師

襄州（今湖北境內）的廣德周禪師，他屬於大鑑下法系，得法於廣德延禪師。

有一天，有一位年輕的學僧問廣德周禪師說：「請問老師，經典裡頭有提到：阿逸多菩薩（即彌勒菩薩）是不斷煩惱、不修禪定的，然而卻可以蒙佛授記，說他必定能成就佛道，這是什麼道理呢？」

廣德周禪師聽了，並沒有直接回答他的問題，只是簡短地說：「鹽又盡，炭又無。」

這位學僧還是不明白，又繼續追問說：「如果鹽盡、炭無的時候，那麼又該如何呢？」

廣德周禪師微微一笑，氣定神閒地回答說：「愁人莫向愁人說，說向愁人愁更愁。」意思就是說，未開悟的煩惱人不要對同是煩惱的人訴說煩惱，說了只是更增添煩惱，因此不如不說。

學僧又問：「如何才能念念相應呢？」

廣德周禪師說：「驚水魚龍散。」

學僧再問：「念念相應之後又如何呢？」

廣德周禪師說：「海北天南各自行，不勞魚雁通消息。」

學僧聽了，若有所悟，於是向廣德周禪師禮謝而去。

北美佛青聯誼 以佛法擁抱改變



↑佛光山文化院院長依空法師在北美佛光青年聯誼會歡迎晚宴，為青年開示。

【人間社記者心譽、陳丹洛杉磯報導】國際佛光會北美佛光青年聯誼會2024年11月28日至12月1日在佛光山西來寺舉行，吸引來自美加地區12個道場的106位青年參加。本次活動以「擁抱改變」（Embracing Change）為主題，希望透過課程培養佛教青年勇於面對未來社會改變所帶來的挑戰。課程涵蓋學佛行儀、禪修、文化體驗、團隊建立活動、主題演講及三皈五戒典禮等；佛光山文化院院長依空法師特別在歡迎晚宴為青年開示，讚歎大家在感恩時節能選擇在道場精進。

國際佛光會世界青年總團執行長慧傳法師於開營典禮透過影片開示，透過佛光山開山祖師星雲大師的教導方向，強調「歡喜融和、同體共生、共生吉祥」是解決世界問題的智慧。並以寓言故事中瞎子、聾子和跛子逃離火場的故事，說明每人有優點和缺陷，彼此團結度過難關，共生與共榮。下午主題演講，由慧傳法師主講「從萬象萬物看共生與共榮」。

領略佛法 勇敢面對挑戰

開營典禮與會貴賓有國際佛光會美東副秘書長永固法師線上參加，現場包括美西



↑國際佛光會北美佛光青年聯誼會2024年11月28日至12月1日在佛光山西來寺舉行，吸引來自美加地區12個道場的106位青年參加。

副秘書長慧東法師、世界總會青年發展委員會主任委員陳澄慧、洛杉磯協會會長吳帥倫及理事幹部、西來寺監院依宣法師、聖路易監寺覺皇法師、多倫多佛光山監寺知觀法師、西來寺法師及紐約道場傳燈分會會長Sharon Chen等人。

為了鼓勵青年深入信仰，慧東法師講授「認識三皈五戒」，闡述三寶與戒律的意義，解答青年對皈依與受戒的疑惑，鼓勵大家懺悔洗滌心靈，專注行為後的初心。

佛光山人間佛教研究院副院長妙光法師及團隊知悅法師、知桐法師為青年授課「佛陀是你的後盾」，與青年進行座談，並回答出家因緣、五戒實踐等問題。文化體驗由滿燈法師帶領素食烹飪、慧人法師帶領繪畫、知行法師帶領體驗茶禪、陳澄慧帶領人間音緣音樂課等，讓學員透過佛門文化領略佛法。

禪修課程在成佛大道進行跑香，慧澄法師指導青年專注當下，放鬆身心，學習放下執著，提升專注力。下午，小組展示以妙光法師播客《菩提心燈》（Bodhi Light

Tales）的故事為題，創意演繹團隊合作精神，獲得評審高度讚揚。隨後，舉行三皈五戒典禮，44位青年正式皈依三寶，住持慧東法師恭賀受戒信眾，並勉勵青年以智慧與慈悲迎接人生挑戰。

相互扶持 實踐三好四給

活動最後一天，各道場佛光青年分團進行團務報告，分享舉辦兒童夏令營、寺院體驗營及VegRun等活動的成果。

覺皇法師讚許青年展現創意與熱情，並形容佛教是青年生命中的明燈，引領他們面對生命變化。

洛杉磯青年團團長暨2024北美佛光青年聯誼會總召徐明路感謝青年團讓他認識能夠共度一生的朋友，並成為更好的自己。

閉幕典禮上，慧東法師致詞，鼓勵青年實踐「三好」與「四給」，未來以慈悲與智慧引領世界。同時，洛杉磯青年分團將2026年聯誼會主辦權移交給佛光山中美寺青年團，並宣布2025年白象幹部會議將於聖路易佛光山舉行。

佛光西來學校 心地秋收歡喜討糖



↑學生以手印作畫後，便可從一旁的四給樹中獲得歡喜糖果。圖/佛光西來學校提供

【人間社記者林衛達洛杉磯報導】秋天是豐收的季節，佛光西來學校2024年10月26日上午在西來文教館六度堂舉辦討糖活動。今年的活動名稱「心地秋收 歡喜討糖」取自佛光山開山祖師星雲大師的一筆字，秉承星雲大師的創校精神，將「三好四給」作為教學目標，期望同學們能將這些理念融會貫通、深植於心。

六度堂的遊戲項目豐富多樣，包括三好跳跳樂、四給Goal、五和瑪莉歐大賽車、法輪常轉、手印歡喜糖、我是小畫家等。

小朋友們在遊戲中不僅能加深對星雲大師「三好四給」人間佛教理念的認識，還能與家長、同學和老師們合影留念，共同記錄這歡樂的時光。

此次活動動員了40多名菩提學子，歷經兩個多月的精心籌備。由於活動策畫的學子們都會是西來學校的學生，他們能夠更好地將「三好四給」理念融入遊戲，寓教於樂。學生Jaden最喜歡三好跳跳樂遊戲，他興奮地跳過了「做好事」、「說好話」和「存好心」3條跑道，玩得非常開心。



↑「三好跳跳樂」讓家長及學生以「做好事、說好話、存好心」為目標，全力往前跳。

最富有的貧僧 依空法師談星雲大師身教言教



↑佛光山文化院院長依空法師以《我不是「呷」教的和尚》為題，向近250位聽眾分享他半世紀來親炙佛光山開山祖師星雲大師的身教與言教。圖/人間社記者心嵐

【人間社記者潘青霞洛杉磯報導】佛光山西來寺人間學院於2024年11月9日，禮請佛光山文化院院長依空法師於「宗門思想」課程授課，並訂為義工培訓課程，依空法師以佛光山開山祖師星雲大師著作《我不是「呷」教的和尚》為題，向近250位聽眾分享他半世紀來親炙大師的身教與言教，講座提供同步英文翻譯。

依空法師解釋《我不是「呷」教的和尚》書名，「呷」是閩南語「吃飯」的意思，此字蘊含著大師在1949年來台後，對這片土地及人文的尊重與情感，書名表達了

大師一生為僧，並願來世繼續為僧，尤其立志自立自強，不靠佛教吃飯的發願。因此，大師以「給」的精神，創建以文化及教育為本的佛光山，他不以佛教為謀生手段，而是將自己全部的稿費、版稅，以及一筆字的義賣捐出，用於弘法及社會慈善等，秉持「讓佛光山窮苦」的信念，期許徒眾們不呷教，做一名「富有的貧僧」，安貧樂道，全心貢獻社會及信眾。

在書中，大師提及影響他至深的良師益友，塵空法師說：「佛教青年要讓佛教靠我，不要有我靠佛教的想法」；融齋法師勉勵他：「未成佛道，先發心度眾，是菩薩的發心」；芝峰法師的一句「不做焦芽敗種」，都讓大師牢記於心。依空法師指出，《我不是「呷」教的和尚》蘊含大師的初心與畢生實踐，並鼓勵大眾閱讀《星雲大師全集》395冊，其中他推薦《釋迦牟尼佛傳》、《人間佛教佛陀本懷》及《貧僧有話要說》3本書，能更深入了解這位在他心中「高山仰之、仰之彌高、鑽之彌堅」的師父。依空法師並說，大師的一筆字墨寶，環繞在佛光山的道場建築裡，讓使用這些空間的大眾一直都感受到在大師的關懷之中。

依空法師回憶，1973年參加佛光山「大專佛學夏令營」時，因高燒不適，不二門

到大悲殿的路走得格外艱辛，忽然想起大師說過「佛教需要青年，青年需要佛教」，當下便發願「我要再回來佛光山」，此刻決定了一生方向，奠下出家的因緣。

依空法師也見證了大師堅毅的性格，多年前，大師本想借用某寺院創辦中國佛教研究院卻遭拒，面對籌款辦學的困境，他淡笑道：「過年快到了，我們回佛光山，把地掃乾淨，把麵炒得好吃，信徒高興，自然會添香油。」信徒回山拜年，找不到大師，原來他在廚房炒麵。當時正在日本求學的依空法師開學在即，前來向大師告假，知道依空法師還沒用餐，剛炒完麵、滿面油光的大師一手抓起一把麵放在盤子，說：「依空，吃。」。當年志開老和尚曾用「半碗鹹菜」激勵大師發大菩提心，此刻的依空法師含淚吃著麵，心中發願：「師父，感謝這碗麵的因緣，我願效法您，以教為命，發廣大心，弘法利生為家務。」

「大師留下最珍貴的財產是制度」，依空法師表示，佛光山奉行「集體創作，制度領導，非佛不作，唯法所依」的管理準則，期許大眾效法大師的奮發向上精神，成為人間佛教弘法的種子力量。他並以簽名著作《菩提伽耶那一夜》與大眾結緣，鼓勵大眾堅定道心。

寬鼎畫語

橋頭瓜農

文與圖/祁連

在高雄橋頭，偶然見到了正在採收的瓜農，讓我感受到農業的偉大。這些瓜農專心尋找香瓜，戴著斗笠，穿著色彩鮮豔的服飾，烈日下，其中一位如指揮般監督著大家的工作，彷彿散發著濃厚的鄉土文學精神。

幸運的是，發財車隨即開來，讓我能夠



專注於描繪光影和每位瓜農不同的採收動作。有的彎腰，有的則直立著，將採收的瓜放入色彩繽紛的塑膠桶中，這一切都象徵著他們辛勤勞作的精神。

佛光山西來寺近期活動

時間	活動名稱
1/7 (二)	法寶節—上供臘八粥結緣
1/10 (五)	大悲懺法會
1/14 (二)	2024年光明燈圓燈法會
1/25 (六)	2025敦親睦鄰