



話不能說絕，事不要做絕，  
路不要走絕，人不要處絕。

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

## 藥山家風

文／星雲大師

澧州（今湖南澧縣）之藥山寺，始建於唐朝的時期，開山祖師為藥山惟儼禪師。他大力提振禪風，一時間，各方禪僧海會雲集，在法嗣的弟子當中，以雲巖曇晟、道吾圓智、船子德誠等禪師最為傑出，禪門南宗因此得以發揚光大。同時，藥山惟儼禪師擴充建設，寺宇規模宏大，使得藥山寺在當時有「騎馬關山門」之謂。

澧州藥山禪師，是藥山寺之第七任住持，也是湖南潭州藤霞和尚的弟子。有一天，澧州藥山禪師上堂說法，其中有一位禪僧提問說：「請問禪師，如何是藥山家風？」

澧州藥山禪師看了禪僧一眼，簡單回答他一句：「葉落不如初。」

禪僧一聽，即刻再問說：「假如是松柏千年長，又該怎麼樣呢？」

澧州藥山禪師說：「那是藥山家風。」

## 逸饗蔬食

## 碧玉筍

文與圖／林乃光



金針花可食用，金針花植株的嫩莖更是美味的菜蔬，嫩莖基部約3~4寸部分，剝除堅韌深綠外葉，露出顏色白帶翠綠色，水分飽滿、脆口，清甜似筍，所以金針筍又稱碧玉筍。

《本草綱目》上記載，金針花味甘氣涼，含蛋白質及鐵質，有補血、強壯臟腑及利尿、止血、消腫等療效，清熱、潤肺，柔和肝氣，是一種具有醫療功效之食用植物。柔和肝氣就是可除憂、令人心平氣和，才有「忘憂草」之稱。而碧玉筍的膳食纖維更是超高，富含β-胡蘿蔔素和葉酸等營養，適合快速川燙或快炒，保留香氣並保持清脆鮮甜口感，因沒有特別氣味，所以成為百搭的蔬菜。

**無憂草佐豆腐**

**食材：**

碧玉筍6支、豆腐4塊、熟芝麻1大匙、哇沙咪醬適量

**調味料：**

芝麻醬1大匙、溫水2大匙、醬油1/2大匙、白醋1大匙、鹽少許

**作法：**

❶碧玉筍洗淨，斜切絲（斷掉纖維，爽口好消化）。

❷調味料調勻。

❸以滾水加1小匙鹽，碧玉筍絲川燙30秒，即撈出泡冷開水，再瀝乾水分。同鍋滾水川燙豆腐，撈出擺盤。

❹豆腐上放碧玉筍，淋上調味醬，撒上熟芝麻即可美味上桌。

# 菩提眷屬 見證婚姻真諦



↑在慧東法師（中）見證下，由婚齡最長的林英哲（右2）與林吳月姬（右1），以及婚齡最短的龐浩銘（左2）與曾嘉靈（左1），代表菩提眷屬切下象徵圓滿的蛋糕。

圖／人間社記者張志誠

➡64對菩提眷屬及親友共計300人，齊聚西來寺大雄寶殿，留下歡喜溫馨的畫面。

【人間社記者潘青霞洛杉磯報導】美國佛光山西來寺於6月28日舉辦菩提眷屬祝福禮，由國際佛光會洛杉磯協會承辦，64對菩提眷屬及親友共近300人參加，其中7對婚齡超過50年。眾人誦經祈願，交換象徵祝福的念珠，聆聽「兩眼、一眼、不用眼」及「家庭六度波羅蜜」的開示，並邀請菩提眷屬分享婚姻心得。

隨著佛光青少年交響樂團指導老師Emily Chen的鋼琴聲響起，菩提眷屬依序踏上紅毯入場。花童由眷屬的兒孫擔任，其中一組為三代同堂：第一代的方登發、方林慈禧，第二代Alex Fong、Diane Huang，以及第三代Bodhi Fong、Holly Fong。國際佛光會洛杉磯協會理事葉玉景也參與其中，她的家族共有6對菩提眷屬，親友以掌聲迎接，螢幕同步播放眷屬的結婚照。

## 愛昇華為慈悲 家庭是修行道場

西來寺住持慧東法師擔任福證人，眷屬誦讀並簽名承諾〈菩提眷屬誓願文〉，隨後交換象徵西來寺圓滿祝願的信物——念



珠，並相擁而笑，最後恭讀佛光山開山祖師星雲大師所撰〈為菩提眷屬祈願文〉。

典禮播放佛光山開山祖師星雲大師的開示影片，大師指出，人世間最珍貴的是「愛情」，真正寶貴的愛情，需要互相諒解、信任、體貼與讚美，而讚美是相處的關鍵。結婚的核心是「愛」，愛的昇華是慈悲，不僅愛自己和伴侶，更要擴展至世間一切善美。新郎新娘交往時用「兩眼看清楚」對方，結婚前要用「一眼專注」，婚後則「不用眼睛看」，只用心體會，不挑剔、不抱怨，幸福美滿將長久。

慧東法師開示提出「家庭六度波羅蜜」，強調人間佛教不在遠方，家庭就是修行的道場，布施是無私付出關懷與時間；持戒要以道德維護和諧；忍辱是包容摩擦與誤會；精進的持續經營感情；禪定是堅定承諾與信念；般若要以智慧面對人生。

11對菩提眷屬接受訪問，分享婚姻中的點滴與感悟，訪談影片也於典禮播放，眷屬們不時相視而笑。相伴57年的林英哲與林吳月姬強調，互相尊重、包容與「同體一心」是婚姻經營之道。攜手2年的龐浩

銘與曾嘉靈表示，未來將帶領孩子一同親近佛法，清淨內心。最早報名的是婚齡15年的Armando Cabanlit與Patricia Nathali，表示在西來寺重溫誓言令他們深受感動。

## 守五戒觀自心 婚姻生活佛法化

錢學儉、方黎菁與女兒Jasmine Qian、女婿Andre Springman同為菩提眷屬。父母期盼年輕夫妻以婚姻為修行起點，強調包容與慈悲；女兒和女婿分享疫情期間在西來寺舉辦佛化婚禮的感動。

32年前在西來寺結婚的楊明與魏英仁，以佛光山法語「不求名利不求榮，只要隨緣度此生」形容婚姻。Eugene Wong與王媛媛分享感動時刻，王媛媛說地震時丈夫用身體保護她，實現「以生命守護」的承諾。高中相識、婚齡16年的張文星與楚顏靜表示，守五戒和觀照自心是佛法在婚姻中的關鍵。

在慧東法師見證下，由婚齡最長的林英哲與林吳月姬，以及婚齡最短的龐浩銘與曾嘉靈，代表眾人切下象徵圓滿的蛋糕。隨後，眾人並合影留念，典禮圓滿落幕。

## 佛光人許珍蓉榮獲「女性成就獎」

【人間社記者潘青霞洛杉磯報導】國際佛光會洛杉磯協會副會長許珍蓉（Avelyn Busch）於3月29日獲加州第30區參議員鮑勃·阿丘利塔（Bob Archuleta）頒發「2025年女性成就獎」（Women of Achievement）。頒獎典禮在拉米拉達表演藝術劇院（La Mirada Theatre for the Performing Arts）舉行，許珍蓉以卓越的社區服務貢獻，代表佛光山西來寺獲此殊榮。丈夫Neal Golub、兒子Colin Busch、女兒Caitlen Busch，以及西來寺社教本土化組組長知行法師、洛杉磯協會會長蔡月琴均到場祝賀，共近200人出席。

參議員阿丘利塔致詞表示，3月是女性歷史月（Women's History Month），旨在表彰女性的卓越貢獻。在加州第30區近百萬居民中，選出17位來自政府機關、教育界、醫療業、公共安全、社會服務、經濟發展等不同領域的傑出女性，實屬不易，足見她們的非凡成就，他亦深感榮幸。

參議員阿丘利塔逐一介紹每位獲獎者時，表揚許珍蓉自2011年加入國際佛光會以來，積極參與西來寺及洛杉磯協會舉辦的各項活動，並擔任多項活動的總幹事，



↑許珍蓉（左4）受獎後與參議員阿丘利塔（右3）、西來寺知行法師（左1）、家人及洛杉磯協會會長蔡月琴（右1）合影。

➡參議員阿丘利塔表揚許珍蓉，積極參與西來寺及洛杉磯協會舉辦的各項活動。

圖／人間社記者張志誠

包括一年一度為哈崗拉朋地聯合學區（HLPUSD）學生提供的獎學金計畫，以及惠及哈仙達崗、羅蘭崗、惠提爾、拉哈布拉等社區的食物募捐與發放活動。此外，還代表西來寺參與哈崗促進會（HHIA）會議。許珍蓉以熱忱、可靠、耐心與勤奮



著稱，具備卓越的組織能力，對社區服務懷有深厚的使命感，並始終以奉獻精神與真誠助人的態度投入每一項工作。

許珍蓉表示從未想到自己會得到此殊榮，感謝參議員阿丘利塔，還有西來寺及國際佛光提供平台，他深深地樂在其中。

## 徐謙·物猶如此

## 蜀烏猿

文／林少雲

〈蜀烏猿〉這則故事，出自古籍《蓴鄉贅筆》。內容敘述的是一隻烏猿懷念舊主，因長期見不到主人，悲傷到無法自持，終而身亡。

烏猿，是一種很特別且稀有的靈長類動物，在中國大陸僅產於廣西、貴州等地，分布區域不廣，數量也很少。從前數量較

多時，曾經出現於廣東、海南等地，清朝嘉慶6年（1801）的《廣西通志太平府》，就有「烏猿，黑如漆，白須長尾，人多畜之」的記載。

烏猿體型纖瘦，頭部較小，尾巴和四肢也較細長，體長為48至64公分，體重8至10公斤。

由於體格瘦小，力氣也不大，除了易為人捕獵之外，也為各種走獸所覬覦。在弱肉強食的山野叢林中，烏猿為了生存，唯有躲藏起來以策安全，因此成了典型的岩棲動物。

這則故事的主角烏猿，有情有義，對主人尤其忠心耿耿。此猿生於蜀中，聰明慧

黠且善解人意，為戰國末期楚國統帥項燕所飼養。項燕，楚國下相（今江蘇省宿遷宿城區）人，是抗秦將領項梁之父，西楚霸王項羽的祖父。

有一次，項燕到上林苑，一段時間後尚未歸來，烏猿在帥府中苦等不到主人，心中既焦急又想念。項燕後來派使者先回到家中，烏猿看到使者歸來，引頸顧盼卻不見主人身影，心中哀傷，或許以為主人出了什麼意外，竟悲痛長號而亡。用情至此，令人長嘆！

宋室宗親中有位頗富詩名的宋徽興，獲知這件事後相當感動，作了一首詩弔唁烏猿。

## 佛光山西來寺近期活動

時間	活動名稱
8/8 (五)	光明燈法會
8/8 (五)	大悲懺法會
8/17 (日)	孝親報恩梁皇法會 (8/17—8/24)
8/23 (六)	早晚課地藏經 (8/23—8/31)