



失敗並不可恥，
無志才是可悲；
成功並不可喜，
平安才是可賀！

星雲大師 / Venerable Master Hsing Yun

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@hsilai.org www.hsilai.org

星雲說偈 瞋 垢

文 / 星雲大師

瞋垢背忍辱，
懈怠退正勤；
其心不專注，
惡慧愚鈍者。

——《大寶積經》

人最大的毛病就是瞋恨心，一旦有了瞋恨，心就骯髒了，就有了垢穢。原本的清淨心，被貪瞋痴所染汙，尤其是瞋恨會傷害人，破壞好事。瞋恨就如同一把火，瞬間燒掉人的理智，也燒掉所有的功德善行。

「瞋垢背忍辱」，瞋恨與忍辱之道是相違背的。處處起瞋恨心的人，人生是煩惱的，因為他常常發脾氣，常常不高興，總是很煩惱。

一個能忍辱的人，他有修養，有力量、能擔當，故而能消除煩惱，他的人生是快樂的。

「懈怠退正勤」，人如果習慣懈怠懶惰，就會使精進勤勞慢慢消失。佛教裡講「六度波羅蜜」，就是布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若，其中的「精進波羅蜜」，就是四正勤。

我們要努力於四種精進：未產生的惡事，要勤勞不讓它生起；已生起的惡事，則努力消除它；未生的善事，要奮力使它生起，已生的信心、善行和善事，要加油讓它再增加。

所以，沒有了正勤、精進，放任自己懈怠懶惰，會漸漸把精神力耗盡，空過時日，很可惜。

「其心不專注，惡慧愚鈍者」，為人工作，要認真負責，有責任感，有使命感，才能事業有成。對他人交託的事情，要盡心盡力完成，如果心不專注，只想耍小聰明、動歪腦筋，應付了事，自以為很聰明，其實是很愚痴的行為。

要知道，瞋恨、懈怠、懶惰、妄想雜念，會破壞我們的好因好緣，以及種種的好事。因此，要努力以忍辱、精進、用心專注來對治。



圖 / 妙顯

地震埋26小時 截肢舞生命

【記者李祖翔台北報導】一首蕭邦〈離別曲〉，出自沒有右手掌的唐氏症大男孩鈴木凜太朗；另一首〈幻想即興曲〉也在韓國的四指女孩李喜芽指下，演奏得淋漓盡致；無腿舞后廖智的舞蹈，更引動現場高潮。十一名來自世界各地的熱愛生命獎得主，在周大觀文教基金會邀請下，於台灣台北會師，為接下來的希望列車活動暖身，起跑儀式中他們一起舉杯向熱愛生命致敬。

鈴木凜太朗彈鋼琴都用「六指」，除了左手，還有右手腕，以敲打的方式輔助左手。今年二十三歲的凜太朗，出生就有多重障礙，沒有右手掌、肛門，心臟也不好，學習能力低下，卻從〈小星星〉彈到莫札特、貝多芬，每天二小時、持續兩年，終於練就蕭邦的〈離別曲〉。

以往旁人對鈴木凜太朗的評價是：「反正活不久」，對他沒有任何期待，父母卻堅持：「他不會有事」，果然以音樂活出新希望。他在二十一歲登上富士山，轟動日本，現在獲得周大觀第十七屆全球熱愛生命獎。

李喜芽身高只有一〇三公分，坐輪椅時

總會露出可愛笑容。一九八五年出生的李喜芽，天生沒有小腿和腳掌，每隻手也只有兩根手指，但努力至今，可演奏一百多首曲子，節奏輕快的蕭邦「幻想即興曲」是她練習五年的成果。她在世界各地都有公益演出，不覺得自己是悲傷的，她說：「至少我還有手彈鋼琴，能用剩下的東西去努力、熱愛生命，很開心。」

汶川地震中遭活埋二十六小時、獲救卻雙腿截肢的舞蹈老師廖智，現場也演出一段舞蹈，甚至劈腿，周大觀文教基金會總執行長趙翠慧感性說：「這是拚了命去跳的。」

廖智失去女兒、婚姻，依然忍受疼痛，在舞蹈路上重新振作，並安慰其他走入生命低谷的人，這次來台，她希望能將自己的笑容與所有美好的都留在台灣。

一如癱瘓陶藝家許宗煥的生命感言：「留下比擁有還可貴。」他們都期盼為世界留下美好的、有希望的事物。

「周大觀熱愛生命獎」已是第十七屆，每屆都在台北圓山飯店舉行，至今已頒給四十八個國家、近三百名得主，受國內外媒體重視。



廖智在舞蹈路上重新振作，並鼓舞其他走入生命低谷的人。圖 / 周大觀文教基金會

佛光山傳戒 逾2千居士發心



佛光山傳授在家五戒、菩薩戒會，成佛大道上舉行正授典禮。圖 / 人間社記者莊美昭

【人間社記者蕭惠珠、陳德啓高雄報導】二〇一四年佛光山寺傳授在家五戒菩薩戒會，日前在台灣佛光山總本山圓滿。來自美、加、巴拉圭、西班牙、英國、印度、印尼、寮國、泰國、菲律賓、日本、大陸、香港、馬來西亞、新加坡及台灣等十六個國家、地區的佛弟子，不遠千里前來受持五戒和菩薩戒戒法。

逾二千名戒子經過二天的薰習，第三天清晨，由得戒和尚佛光山開山星雲大師、羯摩和尚《人間福報》發行人心定和尚、教授和尚佛光山寺住持心保和尚主持正授大典。

發菩提心 行正覺道

星雲大師在如來殿與受戒者接心，叮嚀

佛弟子，受戒後首重改變行為，從回頭轉身、改心換性著手，涵養「饒益眾生」的菩薩性格，在現世建立「菩薩國」。

星雲大師說，以光明、城牆、老師比喻「戒」，說明受戒可讓人不怕黑暗、獲得保護、建立行為準則。「菩薩戒雖有六重四十八輕戒，核心只有一戒，即『菩提心戒』。」

大師勉勵大眾，受戒後要發菩提心，在八識田中開發向上心，走上光明正大、正覺的道路，樹立正直的招牌。

廣結善緣 修戒定慧

心定和尚講說「菩薩戒」，勉勵受持菩薩戒者應學習佛陀大悲心、菩提心、平等心，廣結善緣，行一切善。希望大家珍惜

「人身難得，佛法難聞」的因緣，持戒、修定、修慧，以展現空性的無漏智慧。在生活中持戒，可避免侵犯和傷害別人；修定可心平氣和，做好情緒管理；修慧則懂得尊重與包容，明白一切都是共存、共榮、共有和共享。並強調行三好能做到「難行能行、難捨能捨、難忍能忍」。

持清淨戒 生命加分

佛光山寺常務副住持慧傳法師講解「認識戒常住」，表示，受持菩薩戒要行菩薩道，並了解戒常住，跟隨得戒和尚護持佛法。

「持戒功德，是因悲心與陶養而來。」佛光山寺副住持慧昭法師講解「五戒」與生活運用時表示，受持五戒如同貧窮的人得到寶藏、學者找到名師。皈依是學佛的入門，「戒是一切善的根本」，五戒的精神就是不侵犯，受持五戒可培養無限慈悲心；也是大布施，帶給眾生無怖畏心。」

他強調，人人受持五戒，世界就是人間淨土。

「守戒不困難，考一百分才困難；破戒不容易，拿到六十分其實很容易。」佛光山都監院院長助理慧僧法師在東禪樓，用生動的譬喻勉勵大眾，面對持戒，不需畏懼，不妨用「加分」取代「扣分」。

受戒前是零分，持戒後往上加，每圓滿持一條戒律，就往上加分，可增長持戒信心。並期勉青年勤於持戒，透過打坐、誦經、禮佛等修持，讓心活在當下。

佛光人關懷社區 駿程萬里義診

【人間社記者善淨洛杉磯報導】國際佛光會亞市分會與亞市美以美醫院 (Arcadia Methodist Hospital) 合作，舉辦第十二屆「駿程萬里」義診活動，嘉惠逾五百人。許多民衆不畏攝氏十五度低溫，清晨四點多即到場排隊，參加每年一次的全面健康檢查，彌補健保之不足；義診對象除了華裔，也有越南等亞裔及墨裔人。

連續十二年的義診活動，廣受社會大眾肯定，看診人數逐年增加。檢查內容透過問卷，選擇大眾最需要的二十個項目，及乳房癌檢查、血壓測量、流行感冒疫苗注射、骨質疏鬆篩檢、眼科檢查、失智精神狀態篩檢、牙齒及口腔篩檢、營養師及藥劑師諮詢等，今年還增加了攝護腺和頸動脈的檢查。

每年最受歡迎的二十四項生物血液檢測，今年更多達四百六十名，民衆幾乎都能做到肝膽腎、甲狀腺、血糖、血液等檢查項目；一百劑感冒疫苗也全數注射完畢。

義診的醫護人員個個態度認真，親切和藹。如檢查眼睛的張龍雄醫師，每年都帶著自己的檢測儀器為大眾檢查眼睛，從開

始到結束都很用心檢查；林元愷醫生從第一年即開始參與義診，他非常高興看到大眾接受醫療檢查後，臉上露出的幸福感。

西來寺住持慧東法師、美以美醫院基金會主席Michael Driebe及副院長Cliff Daniles也到場發放大悲咒水，隨後，住持逐一向所有醫護人員的無私奉獻表達感謝。



醫護人員用心為民衆進行各個項目的健康檢查。(左)民衆自西來寺住持慧東法師手中領取大悲咒水，頻頻感謝(右)。圖 / 人間社記者吳秀琴

西來寺近期活動

時間	活動名稱
11/9	慧東法師佛學講座 8:00 - 4:00 pm
11/16	西來學校感恩義賣園遊會 10:00 am - 3:00pm

人生悟理

弱 強

文 / 丁錫鏞

波蘭物理學家居禮夫人說過：

「弱者等待時機，強者製造時機。」

其實，不論強者或弱者，都需要時機。

只不過，強者與弱者的區別是：

弱者，守株待兔，等待時機；

強者，積極前進，創造時機。

「消極」與「積極」，

「等待」與「創造」，

「弱」、「強」之勢，立見分曉。