



佛教徒對「生命」的定義，不在於表相上是動物、是植物的區別，而在於有無心識反應。

星雲大師 / Venerable Master Hsing Yun

# 人間福報

## 星雲說偈

### 雲出無心

文 / 星雲大師

天平山上白雲泉，雲自無心水自閒；何必奔衝下山去，更添波浪在人間。  
——唐·白居易

這首〈白雲泉〉是唐代詩人白居易任職蘇州刺史時所作的一首詩。

「天平山上白雲泉，雲自無心水自閒」，蘇州的天平山，有一個白雲泉，當地的景致清幽秀麗。天上的白雲隨風舒卷，地下的流水滔滔而逝，這樣的景象，對於終日忙於政事的詩人而言，不免對山間生活的恬淡安閒心生嚮往之情，欣羨著那樣與世無爭的境界。

白雲的去來自在，以及流水的閒適安然，正如隱者的生活。禪林用語裡，常以白雲來譬喻了無執著與自由無礙。我們待人處世，如果能像雲水般瀟灑自然，不刻意向外汲汲營求，而能向內觀照，就能夠自我肯定，如雲水般灑脫，無有罣礙。雲水，也就是一個解脫者的心境寫照，如白雲、流水般自在來去，無有牽掛，三千大千世界任其自在徜徉。

所以，「何必奔衝下山去，更添波浪在人間」，詩人觀望著直洩而下的山泉，衷心企盼著山泉不必急於奔衝到五欲六塵的世間，為世人增添不必要的紛擾波瀾。

一般人為了生活，難免四處東奔西走，辛勞奔波，又有幾個人能真正做到雲水隨緣呢？更別說是過著超然物外、逍遙自在的生活了。出家人又稱為雲水僧，是因為他們的生活簡樸，不受物役，不為物累，如行雲流水般雲遊四海。

我們如果能學習出家人雲水的精神，無所求，不攀緣，就能不被世俗的繁華所羈絆拘束了。



圖 / 心皓

# 用咖啡堆出屋頂農園

【記者林汝娟台北報導】台灣台北市金華國小與社區合作，將屋頂農園的概念引進校園，去年暑假起成立假日親子農藝班，讓學童從播下茶種開始，隨家長鬆土、製造咖啡堆肥，在都市展開一堂農藝課。去年四月，金華國小校長瞿德淵在錦安里里長龔志慧邀請下，到社區活動中心屋頂改造成的屋頂農園參觀，讓平常就愛「拈花惹草」的他，決定要讓學童一起試試看，並在暑假開設親子農藝班試水溫。

「沒想到，學生參與度極高！」瞿德淵說，開學後，從原先的一班四十人，增開至三班一百一十名親子，每周六一起學習培育茶苗；學生把茶種撒在培養土裡，與家長一起整理菜園。

「都市孩子有知識，但缺乏嘗試。」瞿德淵說，學童以前只是觀察綠豆發芽就結

束，未完整記錄植栽經驗，經半年多的假日親子農藝班，發現學生不僅比他認識更多蔬果植物，更能勇於用雙手接觸土壤。

他說，現在操場兩側排滿菜盆；小白菜、萵苣、茼蒿、油菜剛發出小苗，每盆菜都標著孩子名字，他們每天到校第一件事就是澆水、鬆土。

食安鬧得滿城風雨，自己種的最放心，尤其「堆肥」也很重要。瞿德淵說，看見錦安社區使用的「咖啡堆肥」，既不臭又不易滋生蠅蟲，且學校臨近咖啡店林立的永康街，就將「咖啡堆肥」帶進校園。

未來，瞿德淵不僅要爭取台北市教育局提出的「小田園」計畫，將學校大樓屋頂二百一十平方公尺空間整理成屋頂農園外，首要任務是改善校園土讓；讓發酵完成的「咖啡堆肥」改善土質。



▲國小操場兩側排滿菜盆，每盆菜都標記著孩子的名字。圖 / 記者林汝娟

## 佛館新春煙火 光照大千



▲佛館煙火璀璨光明，給人幸福的希望。

圖 / 人間社記者慧廷

【人間社記者陳璿宇、陳昱臻、林楓高雄報導】從除夕到初五，台灣高雄佛光山以圍爐、燒年香、普佛、上燈祈福、三好嘉年華遊行、花燈秀等活動，領著大眾辭歲迎新；佛陀紀念館的山東雜技與麵食、多元藝文展演、叩鐘，還有大眾最期待的佛館煙火，都令人回味無窮。

### 全球連線 向星雲大師視訊拜年

近萬人在除夕夜，齊聚高雄佛光山雲居樓參與「二〇一五歲末圍爐」，歡喜慶團圓。透過視訊連線，五大洲佛光山道場、

三十多個視訊點的千萬信眾，齊聲向佛光山開山星雲大師拜年，會場響起歡樂掌聲，彼此賀年之聲不絕於耳。

星雲大師表示，他出家七十七年，沒有一年回俗家過年。他一生的志願，就是為了佛教，信仰比生命重要，佛光人想要體會佛教的恆心毅力、友愛團結，是很有意思的事。除夕施放煙火、普佛辭歲，迎接三陽和諧的羊年，羊代表慈悲、柔和、友愛。

「佛光山是擁有佛、法、僧三寶的道場。」大師說，佛光山的人間佛教帶給人間

歡喜，佛光人是三寶弟子，要一同擁護佛教。佛光山提倡簡單的生活、飲食，一切從簡；新春期間有一萬多名義工回山服務，可見服務的精神，已成為人間佛教的代表。大師並殷切叮嚀大眾，要實踐「三好、四給、五和」，如此世界必定和平。

### 合作無間 精湛蹬技演出

「吉星高照一二〇一五山東雜技新春特演」，在佛陀紀念館本館大覺堂盛大登場。山東雜技以「蹬」聞名世界，其「蹬人」、「蹬鼓」曾榮獲世界金獎、雜技大賽冠軍，雜技團指導老師趙金龍提及，雜技表演困難點在於團隊合作，平時訓練著重於默契培養，然而表演也從地面上到高空皆有，吊環、單綱等高空表演更是在大覺堂的首次嘗試。精采演出，更是場場爆滿，座無虛席。

### 燒年香 燃去無明開智慧

在佛門中，每年自己上的第一炷香就是「燒年香」，燃去無明，讓智慧顯發，並向諸佛菩薩祈願新年吉祥。

### 籤子饅頭 道地山東美味

繼二〇一三年高雄佛陀紀念館舉辦山東麵食節，廣獲各界回響，山東大廈餐飲團隊今年特別在佛館禮敬大廳滴水坊，準備精緻可口的山東系列美食，如打麥場、老濟南油璇、國宴油條、武大郎炊餅、籤子饅頭、勾刀麵等，提供來館遊客享受道地山東味。

其中「籤子饅頭」又稱籤子饅饅，源於山東平原縣。其形狀像香蕉，味道香甜，嗅之芳氣撲鼻，令人食指大動。

## 西來寺近期活動

時間	活動名稱
3/8 (六)	光明燈上燈法會 環保回收日
3/10 (二)	茶禪班開課 (八堂課) (3/10-4/28)
3/11 (三)	自覺與行佛精進修持一 禪修 (3/11-6/24)
3/13 (五)	大悲懺法會
3/14 (六)	自覺與行佛精進修持一 念佛 (3/14-6/27) 2015年人間佛學院春季班開學 (3/14-6/20)
3/15 (日)	2015年第一期英文班 / 禪修班開學 (3/15-6/21) (解門) 三好兒童同樂繪畫日 (哈崗社區活動中心) 10:00am 生活講座：睡出健康來 2:00 pm
3/20 (五)	光明燈法會 精進學佛營 (3/20-4/12)
3/22 (日)	心定和尚佛學講座 (1:30 pm) 捐血活動 (9:30 am-3:30 pm)
3/28-29 (六-日)	佛光會八關齋戒修道會
3/29 (日)	生活講座：緩解春季過敏 (2:00 pm)

## 西來寺兒童畫展 善心滿滿

【本報洛杉磯訊】三月十五日西來寺將在哈仙達社區中心 (Hacienda Heights Community Center) 的大廳，展出兩百多幅兒童繪畫作品。為了響應佛光山星雲大師所倡導的「三好運動」：做好事、說好話、存好心。年齡在四歲到十歲的孩子們紛紛拿出彩筆，描繪他們心目中「好事分享」的經驗。

有些孩子畫出「和媽媽一起看書」的分享；有些認為「施捨錢給需要的人」是分享；有的孩子畫出「手牽手唱歌」愉快的分享；也有人描繪和爸爸一起照顧受傷的動物；還有的兒童認為互相幫忙說好話「快樂的分享」。題材雖然不同，但兒童們的純真之情卻洋溢在每一

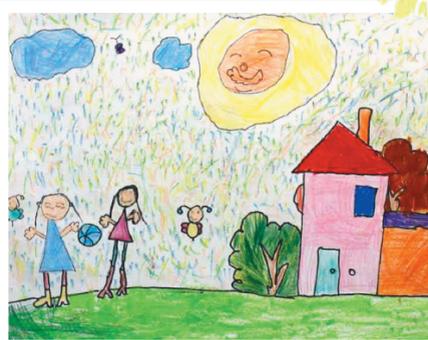
幅作品當中。

孩子的作品除了來自加州各區外，也有從德州、新墨西哥州、紐約市、亞利桑那州等地寄來。另外泰國寺院幼幼班的孩子也加入繪畫陣容，讓愛心滿人間。

此次繪畫展，歡迎家長們帶著小朋友們一起前往觀賞。當天節目內容豐富，除了欣賞兒童的繪畫外，還有面具塗繪、歌唱表演、詩詞朗誦、三好書展、手工創作、面對畫家。最後，也將頒發獎金給十位最佳作品者。

地點：Hacienda Heights Community Center 1234 Valencia Ave., Hacienda Heights, CA 91745

時間：上午十點至下午三點



▲落實「三好運動」兒童畫展，孩子的純真之情洋溢在作品中。

圖 / 西來寺提供

