



懂得包容、懂得和平、
懂得謙讓、懂得尊重；
懂，有無限的妙解。

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

痛了自然會放下

文 / 星雲大師

聲名遠揚的紅木山清涼寺大法禪師，經常有各地的僧信二眾前來問道。無論什麼人來提問，大法禪師大部分的回答都是：「放下。」

例如，有人問：「煩惱很多，如何去除煩惱？」大法禪師說：「放下。」又有人問：「面對人間的欺壓、打擊、委屈、冤枉，怎麼辦？」大法禪師仍然說：「要放下。」這也放下，那也放下，可是大家就是不懂如何放下。

有一天，有一位禪僧前來參問：「請問禪師，有病的人能參禪嗎？」

大法禪師說：「沒有什麼不可能的，你要放下。」

這位禪僧說：「我就是放不下，怎麼辦呢？」

大法禪師又說：「痛了，就能放下了。」禪僧一聽，心中還是猶疑。

大法禪師不再說什麼，只是拿起茶壺說：「茶杯拿來，我倒茶給你。」

禪師慢慢倒水，滾燙的開水倒在茶杯裡，讓禪僧幾乎拿不住，他口裡喊著：「太燙了，太燙了！」然後即刻把茶杯朝桌上一放。

大法禪師見狀就說：「你看！痛了自然就放下了。」這位禪僧從最初的不服氣，到了這時候，心中也不禁佩服，若有所悟。

世間上的人，放不下的東西太多了，以致負擔很多。例如，枷鎖般的感情放不下，田園產業放不下，金銀財寶放不下，甚至許多的思想、觀念也放不下，因為放不下，心上的負荷就很沉重。

等於一個人出外旅行，準備了許多行李用物，等到旅行結束回到居家之中，卻一直還拿著這許多行李，因為他不肯放下來，當然就成為累贅了。要知道，世間事就好像一個大皮箱，有用的時候要提起，沒有用的時候要放下；當提起時提起，當放下時放下，所謂「提放自如」，大法禪師的一句「放下」，真是當頭棒喝啊！

七彩雲南 豐富兩岸文化交流



【人間社記者宋滌姬大樹報導】第2屆「七彩雲南 相約台灣」主題日，日前於佛陀紀念館大覺堂舉行，有輔以照片的靜態解說，也有動態的舞蹈、歌曲、雜技等表演，近2千名觀眾藉此領略雲南的文化特色、地理景觀、生態環境、民族藝術等。高雄市長韓國瑜也來到現場，為現場觀眾帶來不小的驚喜。

佛光山住持心保和尚說明此次的「七彩雲南 相約台灣」是第2年在佛館舉辦，是難得的、稀有的、殊勝的。因為他們放下假期，帶給大家歡喜，也就是未成佛道，先結人緣。如同佛經上說，令眾生歡喜，就是令一切佛歡喜。心保和尚表示，這次的交流，豐富了兩岸文化的體驗與內涵。

廣結人緣 令眾歡喜

「慈善家幫助弱勢族群、政治家為下一代規畫未來、宗教家自度度人，普度眾生。」韓國瑜說，這三種人最令人感佩、景仰。感佩雲南團隊犧牲假期，千里迢迢來此舉辦「七彩雲南」的活動。韓國瑜說，他沒去過雲南，對雲南的印象是過橋米線

、雲南白藥、雲南十八怪，還有吳三桂、蔡鏑等人曾在雲南經營，稱讚雲南資源豐富。他也肯定佛光山辦這場活動，展現佛教淨化人心的力量，也使人們了解到，在任何工作領域，用謙虛的心，解決眾生的事，並盡最大力量，全力以赴。

雲南省海峽兩岸交流促進會會長張朝德表示，這場交流，已經躍上新的台階。他提出一個標誌性的符號，代表夢想、勇敢、勝利、勇於接受挑戰，期待將來發展合作更加美好。

臨滄市人民政府牟洪操副市長等人，配合圖片說明雲南的山水、人文、物產等設施。述說了雲南的多元、多樣、多彩，讓大眾從各角度對雲南有更深入的认识。

動態節目為「七彩雲南 相約台灣——雲南民族文化藝術節」專場演出，由熱鬧的〈賀新春〉作為開場舞，充滿過年的歡喜與慶賀。接著是男女二重唱的〈吉祥新年〉，歌聲響徹雲霄，而伴舞者姿態飄逸，宛若天上雲朵。雜技〈阿細跳月〉將簡單的跳繩運動，加入前、後、側空翻等特色動作，還有5人疊羅漢一起跳，讓人看

〈賀新春〉將舞蹈與雜技融為一體。

圖 / 人間社記者戴祖榮

得目不轉睛。舞蹈〈小河淌水〉展現似水溫柔的舞姿。〈牛角舞〉則大開大闔，展現勇士的力與美。而〈姑娘的披毡〉跳出濃厚的民俗風情。

歌舞匯演 動靜一如

民樂組合〈竹林深處〉不止展現了「獨坐幽篁裡，彈琴復長嘯」的詩意，還有與友人在竹林中觀竹、聽風、品茗的的心境，興致起時，也隨著竹葉手舞足蹈，心境上是動靜一如的。

壓軸是各民族舞蹈〈打歌〉，由孔雀舞者領舞，各民族舞者在一旁或牽手圍成大圓舞動，或散開跳著雙人舞，各各熱力十足地迎接新春熱鬧的大型慶典。

此次與會包括雲南省政協副主席李正陽、國際佛光會署理會長慈容法師、佛光山常務副住持慧傳法師、佛館館長如常法師、佛光山慈悲社會福利基金會董事長依來法師等。

西來寺平安燈會 賞燈祈福賀吉祥

【人間社記者永苓洛杉磯報導】佛光山西來寺在新年期間迎接行春人潮，許多社區民眾及佛光人從除夕到元宵、從白天到夜晚，攜家帶眷獻燈祈福、賞花燈、看表演，寺院各處熱鬧非凡。

國際佛光會洛杉磯協會及各分會攜手承辦新春獻燈祈福系列活動，逾7百位佛光會員偕親友共襄盛舉；各族裔民眾也參與獻燈儀式，一盞盞心燈點亮西來寺大殿，場面溫馨莊嚴。

西來寺住持慧東法師帶領洛杉磯協會會長及各分會長敲響平安鐘，期盼新的一年人和家慶、諸事吉祥。

核城市市長伍立倫 (Allen Wu) 特別前來祈福賞燈，對西來寺精心布置的花燈和賞燈人潮，留下深刻印象，直呼：「只有在西來寺才有濃濃的春節氣息！」

西來寺的春節平安燈會，有舞龍舞獅、法輪常轉、猜燈謎、茶禪、揮毫結緣等活動，整座西來寺充滿喜氣；而財神爺現身發糖果，傳遞祝福，要讓遊客入寶山滿載而歸。



↑佛光山西來寺舉行春節平安燈會，圖為成佛大道上民眾欣賞舞龍飛騰。

→醒獅團模樣逗趣可愛，帶來歡喜。

圖 / 佛光山西來寺提供



佛光新聞集錦

馬來西亞 禮券鼓勵孩童閱讀

馬來西亞佛光文化集結大眾的愛心，首度推出2千張圖書禮券，予10所偏鄉小學，讓學童逛佛光山東禪寺「全民閱讀書展」。許多孩童表示，感謝各界人士給予的幫助，他們會珍惜這些禮券，未來一定會更加用功，報答大家的關懷。（妙勇）

法國 法師任多元宗教會主席

法國碧西市多元宗教文化協會成立已1年，日前於總部佛光山法華禪寺召開會員大會。今年輪到法華禪寺監院妙達法師擔任主席。妙達法師說，多元宗教文化協會相互支持，讓其他地區的教派欣羨，連帶讓碧西市博得宗教、民族融和之名。希望大家繼續支持協會，發揮宗教精神與力量，打造和平社會。（奕平）



為減緩地球暖化、解決糧食危機，國際佛光會邀請您一同響應「蔬食A計劃」，從減少肉食、隨手做環保、節能減碳開始吧！連署活動請至官網：<http://www.vegdays.org/index.php?lang=tw>

8旬稻草達人 自學編織傳藝趣

【記者羅智華嘉義報導】台灣嘉義縣大林鎮80歲老人詹清傳，靠著自學與巧手，將稻草編織成精緻有型的「稻草茶壺」、「稻草糖葫蘆」等作品，成為鄉里口耳相傳的「稻草達人」。

詹清傳說，當初因為想善用退休時光，加入環保護工隊，協助社區垃圾分類回收，發現很多農民收割完稻米後，就將成堆的稻草丟棄或燒毀，覺得很可惜。於是，他靈機一動，將這些稻草編織成創意作品，如稻草吊飾、稻草坐墊等。

他還自創各種編法，甚至花上1個多月時間編出栩栩如生的「稻草龍」，外型不僅獨樹一格，更讓看過的人嘖嘖稱奇，也讓他的好手藝逐漸在鎮上打響名號，甚至還有其他社區邀請他開班授課。

最令人敬佩的是，進行稻草編織創作不僅要「眼明手巧」，還得花腦力想花樣、設計造型，讓人不禁納悶已經高齡80的詹清傳如何吃得消。他說，這得歸功於茹素30多年的飲食習慣，天天吃蔬果，讓他頭腦清晰、有活力，就連說起話來也是聲如洪鐘，完全顛覆世俗眼中的老人家模樣。

「就像佛教所說的一花一世界、一葉一如來，我們習以為常的事物，只要肯用心觀察，也能有所不同。」身為虔誠佛教徒的詹清傳，還編織一對精巧別致的「稻草寶蓮燈」，來傳達對佛菩薩的敬意。

詹清傳說，只要願意投入心力與創意，再平凡無奇的東西也能展現蓬勃生命力。他期望未來能繼續推廣稻草編織，讓稻草創作也成為令人眼睛一亮的藝術品。

西來寺近期活動

時間	活動名稱
3/3 (日)	社會關懷組老人院探訪 (9:00am)
3/8 (五)	大悲懺法會 (7:30pm)
3/10 (日)	青少年佛學班開學 (10:30am)
3/23、24 (六、日)	英文青年寺院體驗營

電視弘法：洛城18中文台
周一~周四 (6:50pm)、周五 (6:30pm)