



要有時空觀念的真實認知，
要有傳統觀念的歷史認知，
要有文化觀念的普遍認知，
要有信仰觀念的真理認知。

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

手巧心巧

文 / 星雲大師

五代時候，有一位素來仰慕法眼文益禪師的畫師，特別從家裡挑選了一幅自己的得意之作，帶到寺院來供養文益禪師。

畫師見到法眼文益禪師，與他一陣寒暄後，接著開始介紹自己的畫作。法眼文益禪師默然不語，只是靜靜聆聽，並且專心注視著這幅畫。等到畫師滔滔不絕講完之後，他才淡淡地說：「這幅畫如你所說，是一件相當傑出的作品。那你認為，這是得力於你的手巧，還是心巧呢？」

畫師知道文益禪師有意試探他，滿懷自信地說：「是我的心巧。」

法眼文益禪師微笑地看著他，說：「那麼你說，哪一個才是你的心？」

這位畫師本來以為法眼文益禪師會大大讚賞他有所體悟，沒想到，禪師竟然有如此一問，一時之間反而無言以對。

文益禪師見畫師沉默很久，就說：「還是我代你說吧！心，遍滿虛空、充實法界，一幅畫又豈能代表心呢？」這位畫家這時候才慚愧自己的渺小，於是向法眼文益禪師恭敬合掌，作禮而退。

一般的文人學者，都自信文章是自己寫得最好，道理自己說得最對，就如同這位藝術家「敝帚自珍」，認為這幅畫作是自己最用心的作品。但是在禪門的高手之前，三兩句話，就讓他無言以對了。法眼文益禪師最後終於為這位畫家點破，心是遍滿虛空的，畫作只是虛空中的一點，意味著不值得那麼誇大啊！

歌詠隊唱10年 為好事發聲



【人間社記者闕曉菁、馮荷晴台北報導】「人生道路上有許多選擇，我們選擇『為好事發聲』。」台北佛光青年歌詠隊10周年人間音緣音樂會，日前在台北松菸誠品表演廳登場，28位成員首度挑戰阿卡貝拉，歷經6個月的肢體、合唱課程培訓，共同呈現18首善美樂章。國際佛光會世界佛光青年總團執行長慧傳法師、菲律賓總住持永光法師，以及台北道場住持滿謙法師特地前往支持，現場逾3百人共襄盛舉，近百人同時透過直播線上與會。

承載星雲大師音樂弘法的悲願，台北佛光青年歌詠隊於2009年再次成軍，走過10個年頭，第1次進入專業演藝廳籌辦音樂會，從Live Band、歌舞表演到純人聲表現，在在讓觀眾驚呼連連。國際佛光會松二分會會員、具有多年指揮經驗的王傳煌，為響應「好事發聲」，特別籌組弦樂團，重新詮釋〈點燈〉、〈永不退票〉。

音聲作佛事 傳唱一甲子

此屆歌詠隊的指導老師有4位：培養流行音樂元素的吳南穎老師、教唱阿卡貝拉的

蔡子萱老師，以及帶領合唱技巧、肢體律動的康基祐老師與蔡宜君老師。

國際佛光會署理會長慈容法師透過影片，講述青年歌詠隊的成立因緣，描述1953年的年輕人，隨著星雲大師腳步在各地以音聲作佛事，讓人間音緣在全球遍地開花。國際佛光會祕書長覺培法師指出，把善美歌詞唱到社會各個角落、「就是要歡喜」的音樂計畫是這個是社會所需要的元素，「聽完一首歌，讓你轉念了，獲得了從內而外、源源不絕的原動力，那就是人間佛教」。

佛光山人間佛教研究院院長妙凡法師、國際佛光會中華佛光青年總團執行長有度法師，分別在影片點出歌詠隊的核心價值，以及人間音緣被賦予的意義；創隊隊長、國際佛光會青年發展委員會副主委史庭如人在溫哥華，也以影片傳遞滿滿祝福。這場音樂會沒有任何的司儀或主持人，全程透過影像串出每一首歌曲，同時表達了歌詠隊一路上以來的努力過程，以及眾多人的期盼，場面溫馨感動，讓許多人紛紛掉淚。

台北佛光青年歌詠隊舉行10周年人間音緣音樂會，以歌舞詮釋人間音緣。

圖 / 台北佛光青年歌詠隊提供

「感謝星雲大師，感謝大家，沒有您們的支持，歌詠隊沒辦法走到今天！」音樂會尾聲，隊長熊凡靚邀請了歷屆夥伴們現場合唱〈感恩的人生〉，有人帶著自己的兒女妻小上台，展現信仰與傳承。最後的安可曲〈信仰〉，則是由與會大眾共同傳唱，期盼歌詠隊唱出下一個10年、20年、30年，讓佛青的歌聲嘹亮五大洲。

歌舞供諸佛 度眾為根本

慧傳法師致詞表示，歌詠隊從業餘到專業的水準，從台灣唱到國際，傳唱人間音緣，甚至創作歌曲，把對佛法的體悟寫在歌曲，認為歌詠隊很值得令人讚歎。「經典中，為什麼要用歌舞供養諸佛菩薩？」法師引用《大智度論》指出，菩薩在其實是在度眾，要讓人欣賞後能內心柔軟，能使人聆聽佛法，無形間把佛法運用在生活中。

信賴彌陀48大願 時時念佛清淨身心

文 / 星雲大師

阿彌陀佛，是無量壽、無量光的意思，以圓滿、不可限量廣攝一切功德，並以佛的智慧、願力、光明拔濟一切眾生。

古德云：「諸經所讚，盡在彌陀。」《觀無量壽佛經》、《般舟三昧經》說：「觀阿彌陀佛成就，即見一切佛。」可見阿彌陀佛表現了一切佛的究竟果德。

在各種大乘經論中，雖廣說十方諸佛淨土，稱揚其為廣大易行道，但特別稱揚讚歎的是彌陀極樂淨土，認為各種法門中，最為殊勝的是稱念阿彌陀佛的聖號，往生極樂淨土。阿彌陀佛所表現的特色，是他在因地修行時立的48大願，以無邊的悲願功德，展現極樂世界，並且肯定地誓稱：不論任何人，只要信賴彌陀願力，願生極樂世界，稱念阿彌陀佛聖號，不問1日、2日乃至7日，以及十念，專誠虔敬，一心不亂，就能為阿彌陀佛所加持，往生極樂世界。就算帶業往生，在極樂淨土裡修學，不論時間多長，一定能脫生死，成就無上菩提，故彌陀淨土最為殊勝。

阿彌陀佛的極樂淨土之所以成為眾生所

嚮往的地方，因為它有許多殊勝之處：

1、時空無限：在極樂世界裡，有無量的壽命和無限的空間，慧命亦如光明一樣，遍滿一切。就時間來說，沒有寒來暑往，氣候永遠是清涼舒適的，而且每個人都能飛行自在，沒有空間狹窄、擁擠、侵略等問題的困擾，大家在時空無限的世界中快樂自在地生活。

2、生活逍遙：極樂世界的人生生活很逍遙美滿，不像人間為了每天的衣食問題而感到不自在，他們以「禪悅為食」，也就是只要以眼、耳、鼻、舌、身、意六識，念佛、念法、念僧就可以使身體飽滿，不一定要吃飯才能填飽肚子。所穿的衣服則是隨心所感而「思衣得衣」，住的是黃金鋪地、七寶所成，美輪美奐的華宇宮殿，真是舒服極了！

3、社會和樂：極樂世界物質上永遠沒有匱乏，人際關係上沒有人我是非的紛爭，諸善人聚會一處，社會和樂，也沒有階級的劃分和男女的關係，人與人之間一律平等，互相尊重，互相關愛。尤其大家都是蓮花化生，不但沒有身體的老、病、死苦，連心中的貪、瞋、痴苦也沒有，因此，個個身心清淨，到處呈現出一片安樂祥和的氣氛。

4、融匯一體：《阿彌陀經》裡的清淨大眾，每日清晨，各以衣祴盛眾妙華，供養十方佛國，將寬廣的整個西方極樂世界化為「天涯若比鄰」的景象。人與人之間更不分彼此，秉著你中有我，我中有你的平等觀念，相親相愛，以無相的慈悲、無對待的慈悲、無貪求的慈悲以及積極的慈悲去對待一切有情，將整個極樂世界融會一體，成為人們理想中的大同世界。

修持淨土法門的人，必須具備信、願、行三大資糧，才得以往生西方極樂淨土。我們要抱著為了生死而求生彼國的精進心，以及對阿彌陀佛48大願毫不懷疑的信心，專心一意地稱佛聖號，仗著佛力的加被護持而得到念佛的受用。因此，我們應該時常稱念「南無阿彌陀佛」聖號。

(節錄自《佛教叢書一教理》)



國際佛光會

為了減緩地球暖化、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>

西來寺近期活動

時間	活動名稱
2019/12/20 ~ 2020/1/19 (五~日)	異域同緣之喚——三友畫展 (地點：西來寺佛光緣美術館)
12/20 ~ 22 (五~日)	青年冬令營
12/22 ~ 29 (日~日)	彌陀佛七法會

電視弘法：洛城18中文台
周一~周四(6:50pm)、周五(6:30pm)

佛光山西來寺彌陀佛七法會

欣逢阿彌陀佛聖誕，佛光山西來寺謹訂國曆12月22日至29日，啟建彌陀佛七法會，法會期間特舉辦虔誠抄經及千人念佛千萬聲修持活動。以此精進念佛七永日之功德，回向世界和平，檀那福慧俱增，祈佛威德。歡迎闍府蒞寺禮佛，同霑法益。

日期：12/22 ~ 29
時間：每日6:30am ~ 9:30pm
12/22薰壇灑淨10:00am
12/29三時繫念1:30pm

※法會詳情請至官網<http://www.hsilai.org/tc/events/amitabha7.php>；若有任何疑問，請洽(626)961-9697ext.5198，或Email: dharma@ibps.org。

柬埔寨孩童陪跑 陳彥博超馬摘冠

【本報綜合報導】台灣超馬好手陳彥博通過傷勢考驗，1至6日在柬埔寨220公里超馬賽奪冠，他感性地说，謝謝沒有放棄的自己。

陳彥博10月才在約旦沙漠超馬賽拿到第2名，但高強度的賽事造成肌肉疲勞代價的慢性傷害。在柬埔寨之行的前3周，陳彥博訓練時膝蓋內側有明顯疼痛感，加上生活、工作的壓力，心情也受到影響，所幸接受醫師林頌凱的治療後，狀況紓緩不少。

「第1天的賽程，我改變以往的作戰方式，從5分30秒開始慢慢熱身，確認

膝蓋沒有問題，以及肌肉溫度、心律提高、抓到節奏後，我才慢慢地、慢慢地往前追趕。但起跑後，我看著前方選手瞬間拉開到看不見人影，確實焦急、按捺不住想立馬急起直追。」陳彥博分享，比賽過程中不斷告訴自己不要著急，經過20公里後，跑感逐漸增加，「我試著把速度提高到4分20秒，30公里後，沒想到一個個慢慢追到前方的選手，維持到終點」。

第2天他維持同樣作戰策略，不料第3天在叢林看不到賽道的情況下，卻發生踩空意外，舊傷頓時刺痛一下，還好當下狀況不大。陳彥博說，每天都在祈禱，希望能

平安完賽。最後100公里進入暹粒，在快撐不下去時，因路邊小朋友的笑容和陪跑，讓他獲得力量，得以完成賽事。

「每天到終點休息後，我都會安靜坐在一旁，感受當地的生活，這裡有無法想像的純樸，因為簡單生活的快樂，深邃的瞳孔，你會有很深刻的感受。」陳彥博分享，在資訊爆炸的時代，大家已經忘記最單純的快樂，「這10年，去了許多國家，處在富裕的世界裡，你會渴望追求更好的生活。處在貧困的國家中，你會感恩自己擁有的一切」。他期許自己在不同賽事中持續感受，要滿足現狀，卻也要踏出舒適圈，同時謝謝賽事主辦單位和每一位選手，「也謝謝自己，沒有放棄」。