



以鼓勵代替責備，
以慈愛代替呵罵，
以關懷代替放縱，
以同事代替隔閡。

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

就在腳跟下

文 / 星雲大師

北宋時候，有一位禪僧問楊岐方會禪師：「常聽人說，要去除心中的煩惱妄念，應該多讀古人的言教。但不知什麼是古人的言教呢？」

楊岐方會禪師沉默了一會，才淡淡地說：「乾坤日月，碧海澄澄。」

禪僧不能意會，一臉茫然地說：「學人不能明白。」

楊岐方會禪師看禪僧沒有反應，於是進一步說：「你不是乾坤，也不是碧海，當然你不明白。」

禪僧再問說：「不知和尚的意思，是要我如何呢？」

楊岐方會禪師說：「就是要你月明，要你波澄。」

學僧又問說：「乾坤在那裡？碧海又在何方呢？」

楊岐方會禪師說：「難道你不知道它們就在你的腳跟下嗎？」

禪僧聽了忽然有省，就向楊岐方會禪師說：「老師，謝謝！您給了我腳下乾坤，也給了我心中碧海。」說罷揚長而去。

楊岐方會禪師說：「他悟了。」

自古以來，禪門都教人「立定腳跟做人，放大肚皮吃飯」，現在這位年輕的禪僧，懂得把乾坤踏在腳下，把碧海放在肚內，正如方會老禪師說「他悟了」。

悟道無它，道在自己身邊，悟在自己心內。有很多的人，參禪沒有靈巧，一味的只在事相上琢磨，沒有在道理上去會意，所以白走了許多冤枉路，空費了許多草鞋錢。像這位青年僧伽，能夠當下承擔，把自己和乾坤、碧海融在一起，能夠如此，還要求什麼心外之法呢？

歡慶大慈50年 院生回家道感恩



【人間社記者許貞慧大樹報導】大慈育幼院創立50年，9日舉辦「感恩歡喜大慈日」，禮請國際佛光會署理會長慈容法師、傳燈會執行長如展法師、蘭陽仁愛之家執行長妙志法師、信眾監院室監院覺善法師，以及國際佛光會世界總會副總會長劉招明、佛光山澳洲中天學校執行長陳秋琴，多名佛光山法師等人，與老師、義工及歷屆院童「一起回家」話當年，說感恩。慈容法師提及，佛光山開山星雲大師因一念善心，秉持「全天下兒女，都是自己兒女」，將育幼院的孩子視如己出，每個院童都是「佛光山的王子與公主」，教導他們樂觀成長，擁有健全正向的人生觀。至今陪伴千名孩童走過失依困頓，讓孩童能安心學習、安樂生活，在社會上成為有禮貌，有能力的人。

大慈育幼院導師依來法師分享，因星雲大師的一句話，讓他從老師的身分成為出

家人，體悟「難行要行，難忍要忍」；在院童身上學習到「服務與奉獻」的人生價值。雖然他們命運多舛，卻因為大師的慈心悲願，獲得溫暖的家、培養藝術的生活，進而改變他們的人生。

受助於眾 回饋大眾

姜文中分享，他有一半的青春都在育幼院成長，最大的收穫就是學習到「正能量與三好」，出社會後能以所學的藝術與眾結緣，回饋給來山的大眾，這種「付出最感動」。吳建緯則感謝所有的老師、義工與兄弟姐妹的「陪伴」，讓他不孤單。

「當時的我們終於有家、有愛的感覺。」林俊哲代表弟妹分享，4年前因父親病故，大師知道他們的困境，就將5個手足一起接到育幼院，他也不用再擔憂弟妹的生活無著落。路易士帶著懷孕的妻子一起回家，他說：「回到家就是開心。」

大慈育幼院創立50年舉辦「感恩歡喜大慈日」，圖為與會者齊唱〈生日快樂〉。

圖 / 人間社記者許貞慧

當天下午舉辦「穿越時空，與師公接心」，院生以描繪大師一筆字，在當下思惟與學習大師的願心。「話說大慈」則是邀請歷屆院生、老師、義工們回院分享過去生活點滴。同時禮請慈容法師頒贈聘書，給予大慈育幼院院長蕭碧涼，以及各位老師，並將在大師華誕獻上「感恩的人生50周年特刊，精采照片集和佛光慈音50的紀念CD」。

院生為感念星雲大師的恩德，特別以藝術家古志勇畫的師公畫像做成拼圖卡片，請慈容法師轉交，文中感謝師公的護育，給他們最大的財富「給人歡喜，不怕辛苦自己來」，未來必定會將師公的愛傳播下去。

佛光交響樂團音樂賽 線上頒獎

【人間社記者心功洛杉磯報導】佛光青年交響樂團1日線上舉行「2020年BLYSO佛光交響樂團音樂比賽頒獎典禮」，為今年5月17日進行的線上音樂比賽獲獎者頒獎鼓勵。出席者包含佛光山西來寺住持慧東法師、監寺依宣法師、佛光青年交響樂團前指揮Daniel Gee，還有西來寺法師、樂團團員及家長等近50人。

慧東法師表示，學習音樂除了能令身心安定、心情放鬆，在疫情期間，大眾長時間居家防疫，更需要以音樂來陶冶身心。

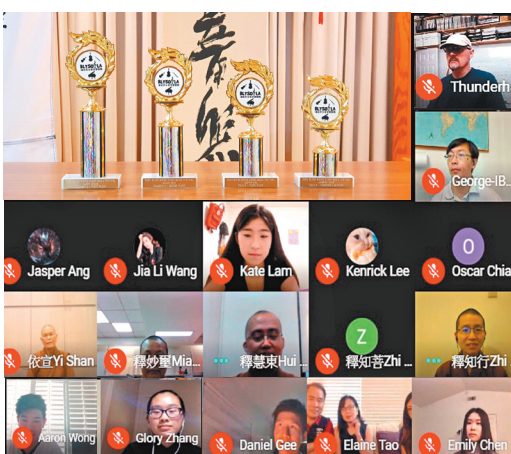
音樂比賽分別有雙人組及單人組初級、單人組中級、單人組高級等組別，而各組別頒發一至三等獎，以及榮譽獎。

得獎名單：雙人組一等獎為Glory、Harry Zhang，二等獎是Alicia、Ethan Chin；單人組初級一等獎為Catherine Chen，

而Samantha Wu獲一等獎及三等獎，榮譽獎由Brian Lo、Jessica Truong拿下；單人組中級一等獎由Kate Dinh Lam、Thadues Wong獲得，Ethan Chen為二等獎，Jasper Ang、Jasmine Chao獲三等獎，Elaine Tao、Jasmine Chao、Theodore Wong等三人獲榮譽獎；單人組高級得獎人，有Emily Chen獲一等獎，Forest Xiao、Stacie Mach獲三等獎，Bryan Chen、Glory Zhang兩人則拿下榮譽獎。

得獎人Emily Chen表示，感謝西來寺多年來對佛光青年交響樂團的栽培，過去幾年每周六，她總是風雨無阻地到西來寺與團員見面，「希望疫情能夠早些結束，好讓大家能夠回到道場相聚」。

慧東法師頒發感謝狀給Daniel Gee，感謝他過去一年來盡心盡力帶領著交響樂團



2020年BLYSO佛光交響樂團音樂比賽頒獎典禮，於線上舉行。圖 / 人間社記者心功

Daniel表示，感謝西來寺對他的信任，希望新接任的指揮也不負常住給予的託付，用心帶領交響樂團，「雖然我身為一位基督徒，但從法師們親切慈悲的照顧，感受就像是自己的家一樣」。

捕捉野鳥百態 許桂益從素人變達人

【記者羅智華彰化報導】靈巧的黑頭織布鳥正叮著一根根松樹針葉努力築巢、美麗的彩鸛成鳥正帶著幼鳥們在溪流邊悠閒漫步。從公職退休的許桂益，因為喜歡攝影與賞鳥，投入15年時間按下快門捕捉鳥類的千姿百態，從色彩鮮豔的翠鳥，到被列入國際保育鳥種的黑面琵鷺，都是他鏡頭下的可愛主角，還拍到只在金門地區現蹤、有夏日精靈之稱的「栗喉蜂虎」，為

讓大眾有機會欣賞野鳥之美，日前將多年的拍鳥成果集結成攝影展「台灣野鳥之美」。

根據統計指出，目前全球大約有1萬多種鳥類分布各地，其中在台灣這座島嶼，就占了600多種鳥類；不只比許多國家的比例都來得高，當中更有不少是台灣獨有的特有鳥種，也因此讓台灣成為國際愛鳥人士眼中的「賞鳥天堂」，長年來吸引不



許桂益投入15年時間，拍攝鳥類的姿態，圖為彩鸛帶著幼鳥在溪邊漫步。



為了築巢，黑頭織布鳥努力地叨來樹枝。圖 / 許桂益提供

自律箴言

文 / 星雲大師

- 念誦持正法，菩提日日長。
- 心內懷慈悲，口中出妙香。
- 飲食不逾量，作惡要正常。
- 日行三千步，夜眠七小時。

佛光山西來寺近期活動

時間	活動名稱
即日起	佛光山西來寺暫停開放
8/16~23 (日~日)	孝親報恩梁皇法會 (線上視訊)
8/19 (三)	光明燈法會 (線上視訊, 10:00am)
8/23 (日)	功德總回向 (線上視訊, 9:30am) 三時繫念佛事 (線上視訊, 1:30pm)

電視弘法：洛城18中文台
周一至周四 (6:50pm)、周五 (6:30pm)

Be Veg! Go Green!

VEGE PLAN 蔬食A計劃

國際佛光會

- 反飢餓 (Anti World Hunger)
- 反全球暖化 (Anti Global Warming)
- 反生態浩劫 (Anti Ecological Disaster)
- 反環境破壞 (Anti Environmental Damage)
- 反虐待動物 (Anti Abuse of Animals)

立即聯署

少世界各地的鳥迷飄洋過海飛來台灣，為的就是能有機會親眼目睹這些特有鳥種的迷人身影。

今年70歲的許桂益亦是不折不扣的愛鳥人，從以前就對攝影感興趣，退休後更發揮「活到老，學到老」的精神，前往員林社區大學向江村雄、蔡孟與兩位知名攝影專家學習，並把興趣轉化為紮實的生態攝影功力，近年來還參與多項國際影展；例如，在2016年榮獲MPISA美國攝影學會授予大師級頭銜，可說是「從素人搖身變為拍鳥達人」的最佳典範。

鑽研生態攝影的許桂益，除了深入野地尋找攝影題材，更與各地攝影同好交流，持續精進自己的攝影技巧與構圖。為了拍下鳥兒的動人姿態，投入許多心力，甚至跑到離島拍攝，時常天還沒亮就已經背起相機出門。

許桂益笑著說，既然要拍鳥，就要起得比鳥兒早，尤其鳥兒最活躍的時間往往都是在早上，因此更要抓緊時間才能拍到黃腹琉璃穿梭在山桐子林間、黑面琵鷺群體飛舞、鳳頭燕鷗在水面倒掛金鈎等難得畫面。