



心靈，以純真篤實為第一；
容貌，以端莊和藹為第一；
語言，以關懷真切為第一；
行事，以光明磊落為第一。

星雲大師 / Venerable Master Hsing Yun

人間福報

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

真正的苦行

文 / 星雲大師

韓國的天曉禪師，幼年出家，勤於苦行。他年未三十，已經在好多禪寺裡參學、苦行，舉凡煮飯、燒火、行堂、典座、上山砍柴、挑水等等都做過，非常吃苦耐勞，贏得大眾一致的尊重。但是這也引發他的我慢，天曉禪師自認為自己在佛教裡面這麼受人尊敬，已有一定的地位，卻沒想到，修行不只是靠勞力做工，也不只是靠口舌講說，必須通達義理，明白佛教的宗要。

有一天，天曉禪師見到知山長老，天曉自恃自己的名望高，看到老禪師在前，並不以對待長老的方式來禮敬對方。知山禪師知道天曉內心的想法，就藉故問說：「你苦行是用勞力呢？還是勞心呢？」

天曉回答說：「我勞力又勞心。」

知山長老淡淡地說：「你勞力的成果，我有看到；你勞心的成就在那裡呢？」

天曉一驚，不知如何回答。

知山長老再問：「你平常的苦行是用感覺的？還是用想像的呢？」

天曉回答說：「我有感覺，也有想像。」

知山禪師微微笑說：「你都是用分別妄心，距離禪心還是很遠。」

天曉終於明白知山長老的不簡單，頓時歇下妄想，然後長跪，並且請其開示：「長老以為如何？」

知山禪師說：「一旦你想到或感受到『這是苦行』時，就已經不是苦行了。真正的苦行，是忘卻身心覺受，即使身體受苦，心裡卻一點苦的感受都沒有啊！」

年輕的天曉若有所悟，即刻向長老頂禮，對自己的愚痴感到慚愧，從此不再刻意標榜自己。

要做佛門龍象，先做眾生馬牛；假如心中有所分別，馬牛又怎麼能做得長久呢？地藏王菩薩到地獄裡面度眾生，假如他覺得地獄很苦，又怎麼能到「地獄不空，誓不成佛」呢？真正的苦行，是苦中不覺苦，一切是那自然，才能與禪心相應哦！



圖 / 李蕭銳

佛光山西來寺近期活動

時間	活動名稱
	佛光山西來寺暫停開放
4/26 (一)	光明燈法會 (線上視訊, 10:00am)
電視弘法: 洛城18中文台 周一至周四 (6:50pm)、周五 (6:30pm)	

筷子人廖國敏 揮出美好樂音

【本報台北訊】旅法的廖國敏是費城管弦樂團首位華人助理指揮，他說5歲時聽音樂會看台上的指揮舞動指揮棒，從此立志成為「筷子人」，揮出美好樂音。

今年39歲的廖國敏出生於澳門，流利的中文仍潛藏些許老家口音，他表示，當時他並不清楚台上音樂家拿的叫「指揮棒」，「我以為是筷子，就跟我母親說，我之後要當筷子人」，廖國敏之後一路習琴，「都在為指揮這個行業做準備」。

一場音樂會，啟發廖國敏對音樂的想像。中學時參加學校管弦樂團，廖國敏學了小提琴跟長號，「缺什麼聲部我就上去頂，真的是玩音樂」，一路從香港演藝學院畢業，在紐約茱莉亞學院取得鋼琴碩士，

南島佛光山 入選基督城特色建築



↑紐西蘭南島佛光山獲選為「基督城開放日」活動建築地標之一。圖 / 資料照片

【人間社記者心昇基督城報導】紐西蘭公益團體Te Pūtahi Centre for Architecture and City Making 4月7日在市中心舉辦「基督城開放日」(Open Christchurch)開幕典禮，介紹今年當選的46個特色建築；基督城市長Lianne Dalziel、近70位獲選的建築單位代表出席活動，當選單位之一的南島佛光山，由國際佛光會紐西蘭南島協會理事劉國威，以及第二分會會長曹倩等代表出席。

為帶動震後基督城的發展，Te Pūtahi甄選基督城具有代表性的46座建築和古蹟，於5月15至16日兩天開放參觀，讓民眾更深入了解基督城的地理及歷史文化。

入選的建築中 唯一佛教道場

今年入選者包括新舊市政廳、植物園、市立圖書館、博物館、藝術廊、劇院、鐘樓、歷史悠久的學校、教堂和民宅等，南島佛光山是唯一的佛教道場；大眾可透過「基督城開放日」官網，了解所有入選建築的資訊。

Lianne Dalziel市長為活動主持開幕儀式

，她在致詞時表示，很欣慰見到經歷地震十年後的基督城，已漸漸振作起來，開放日是一項非常有意義的活動，每一個入選的建築都有其價值和特色，讓民眾可以從多元、活潑的角度了解基督城，對未來的城市發展有相當大的助益。

佛光人在現場向與會者介紹南島佛光山，並宣導將於4月17日舉辦的「佛誕節浴佛法會與園遊會」；他們也向市長轉達紐西蘭佛光山住持滿信法師的問候，Lianne市長說，很高興見到南島佛光人參加活動，期待出席園遊會。

鬧市中給寧靜 展現佛陀慈悲

基督城市立圖書館的代表Rose見到身著黃背心的佛光人，主動前來打招呼並表示，她將代表館方在開放日參訪道場，也願意出席佛誕節活動，希望能對雙方未來合作有幫助；許多人說，曾到滴水坊用餐，盛讚美味素食及寧靜的氛圍，也有人聽聞滴水坊的口碑，表示很期待去品嚐美食，並參與道場的美術展和活動。

南島佛光山入選「基督城開放日」基於

跨宗教交流 攜手促進社會和諧

【人間社記者心奉洛杉磯報導】自疫情開始以來，佛教與天主教在線上進行交流，持續關懷社會；於4月8日召開「線上對談足下行」，集思廣益如何促進社會和諧、降低衝突等方法，佛光山西來寺慧澤法師及妙靈法師代表出席，與會者包括天主教Alexei Smith神父、美國洛杉磯佛教聯合會主席照初法師、洛杉磯峽谷學院(Valley College)教授Michael Kerze等。

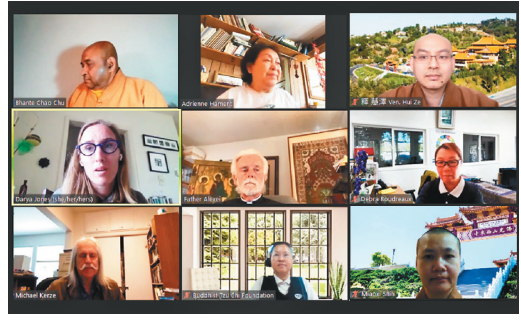
「佛教與天主教線上對談，已進行1年了」，召集人Michael Kerze感謝大家在嚴峻疫情下，仍互助關懷，繼續建設和諧友好的關係。他指出，疫情導致社會變遷(social change)，同時面臨許多攻擊、破壞、歧視、仇恨犯罪等問題，大眾應「思惟國際化」(think global)，時時省思並尋找彼此和平相處的新方法。

照初法師表示，缺少溝通與合作，是造成歧視與破壞行為激增的主要原因，認為「提高警覺，相互溝通」是防範保護的重要途徑。妙靈法師分享西來寺透過網站傳遞歡喜與融合、福利社會等內容，希望大眾能感受關懷與善美的訊息。

會中也討論疫苗施打、寺院教堂弘法狀況、慈善活動、高等學府雲端教學等事項

；Alexei Smith神父講述如何透過網路，幫助土耳其學生學習；妙靈法師則分享日前「佛光山2021年全球線上皈依典禮」，在佛光山住持心保和尚主法下，為皈依者建立信仰，北美洲共有650人成為正信佛教徒。

另有羅耀拉馬利蒙特大學(Loyola Marymount University)的Darya Jones、St Ignatius教堂Adrienne Hament，以及慈濟代表Debra Boudreaux、Sabrina Ho等，分享在各地弘法、文化教育、慈善等活動情形，一同為人間真善美發聲。

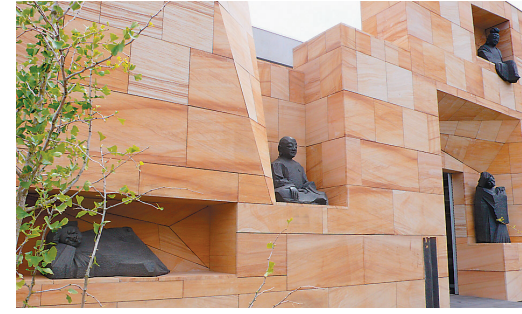


佛教與天主教線上交流，佛光山西來寺慧澤法師(右上)及妙靈法師(右下)代表出席。圖 / 人間社記者心奉

團內的行政工作，「我曾帶費城管弦樂團部分團員去深圳、澳門進行演出，自己做行政，才比較明白樂團這部大機器是如何運作」。

廖國敏說，香港管弦樂團從小給他很多演出機會，能擔任樂團駐團指揮非常榮幸。去年受邀擔任樂團開季音樂會指揮，「受限新冠疫情，開季音樂會現場只能賣五成票券，但有觀眾在現場的感覺真的很棒」。

去年廖國敏是隔離就超過70天，「在香港隔離時不能開窗，叫外賣東西就放在旅館門口，終日看不見一個人，會自言自語，隔離出來之後，更珍惜人與人之間的相處。」他表示，曾隨團去各地，「即使是到這麼多不同的城市、音樂廳演出，樂團都能保持在最好狀態，要把美好的音樂帶給每一位觀眾，這讓我很敬佩」。



↑南島佛光山建築外觀，以石窟與菩薩雕像為設計理念，希望透過石窟雕刻藝術，弘揚人間佛教精神。圖 / 資料照片



↑南島佛光人向與會者介紹南島佛光山，並宣導「佛誕節浴佛法會與園遊會」。圖 / 人間社記者王世瑞

幾個特點：1、龍門石窟外牆上四大菩薩的設計非常創新、獨特；2、整體建築完美結合東方藝術及西方技術；3、以天然的材料打造，體現佛教惜福、樸實的美德；4、在鬧市中提供寧靜、優美的休閒空間；5、如來殿「開門見山」的設計看到佛陀守護人民的慈悲；6、建築內有充足、多元的硬體設施。

所有入選「基督城開放日」的建築，都有特定開放的時段，民眾可依據時間、喜好定點參訪；南島佛光山在5月15到16日的上午9時至下午3時開放，估計將吸引千人前來參訪，預期為佛光山人間佛教的理念，在紐西蘭開啓新的里程碑。

Jude編導《悉達多》 體悟佛陀智慧

【人間社記者李大萬、呂茂林馬尼拉報導】2003年，作曲家Jude Thaddeus Gitamondoc以歌曲〈We are one〉，獲得「星雲大師佛教歌詞徵曲比賽」菲律賓地區冠軍，並赴台灣參加「星雲大師佛教歌曲發表會」，由Raki Vega女士演唱其創作，分別榮獲星雲大師獎的佳作及佛光緣獎第2名；此後，他擔任佛光山慈恩寺音樂老師，亦創作許多佛教聖歌，甚至成為《悉達多太子音樂劇》編導，讓佛陀故事走向國際。

Jude說，在編導《悉達多太子》時，他不斷地從佛陀的教義中重新認識世界，也改變他對生活的態度。Jude的父母遇上謀殺案而去世，成為他內心的陰影。當他閱讀大師對於佛陀開示「無常」的教義後，逐漸獲得解脫，並透過音樂劇創作，不斷認識佛法真義，以智慧面對各種苦難。

Jude回憶，2007年應覺林法師及陳祖仁居士誠摯邀請，以大師著作《釋迦牟尼佛傳》為藍本，譜寫音樂劇，來自天主教家庭的他，起初對佛陀一無所知，為此開始大量收集資料、與覺林法師共同研討，如何詮釋佛教教主的一生。

「我相信世間有很多真理，沒有人會因此壟斷善良。」Jude逐漸敞開心扉認識佛教，他常與朋友分享自己如何從佛陀教義中受益，「生活的目標是和平，幸福是和平的果實，當人們以平靜的心態接納悲傷時，就可以從積極的角度化解悲傷」。

對於音樂劇的成功，身為編劇Jude認為，因為這一切都是來自佛陀慈悲與智慧的故事，才使得演出獲得成功的，他都很感謝大師與全球佛光人給予極大支持。