



被人指責批評時，  
要歡喜接受；  
受人讚美恭維時，  
應持平謙虛。

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

## 佛法真義

文 / 星雲大師

# 捨得

佛教講「喜捨」，一般人總以為「捨」給人家，自己就沒有了。其實他沒有懂得所謂的「捨得、捨得」，你「捨」了，「得」就跟著而來。如我們肯捨得布施、愛語、利行、同事等四攝法，就能得到歡喜、人緣、朋友。所以，「捨」和「得」的關係，就如「因」和「果」；因果是相連的，捨與得也是互動的。能夠「捨」的人，一定擁有富者的心胸；如果他的內心沒有感恩、結緣的性格，又怎麼肯「捨」給人，怎麼能讓人有所「得」呢？

捨，在佛教裡就是布施的意思。布施，就如尼拘陀樹，種一收十、種十收百、種百可以結果千千萬萬。一個人若希望長命百歲、榮華富貴、眷屬和諧、身體健康、聰明智慧，首先要問：你有在春天播下種子嗎？否則秋天怎麼會有收成呢？

現在的人常常不事播種，只希望不勞而獲！但天上不會突然掉下財富來，地下也不會忽然長出黃金來；沒有辛苦、沒有勞動，哪能有收穫呢？要想擁有什麼樣的收穫，就應該先出力耕耘。

捨，看起來是給人，實際上是給自己。給人也不一定是給金銀財寶，給人一句好話，你也能得到別人一句讚美；給人一個笑容，別人也會對你微笑。我給你一個服務，我幫助你，表示我富有。如果每一個人內心富有，不貪圖、掠奪別人的財富，反而能喜捨、能播種，就能夠有所收成。

有一個趣談說：在地獄裡，閻羅王正在審判：「張三！你過去在人間樂善好施，



到人間做人。李四！你過去在人間修橋鋪路，到人間做人。」這個做人，那個也做人，旁邊一隻猴子看到了，就拜託閻羅王說：「你也給我到人間做人一次嘛！」

閻羅王心想，猴子也想要做人？「來！來！來！」就叫獄卒從牠身上把毛一根一根拔起來。但是才拔了幾根，猴子就痛得大叫，在地上翻滾。這時候，閻羅王開玩

笑說：「你一毛不拔，怎麼能做人呢？」

走路時，不「捨」去後面的一步，便無法跨出向前的一步；庭院裡的花草樹木，如果「捨」不得剪去枯枝敗葉，就無法長出青嫩的新芽；都市中，如果「捨」不得拆除違章建築，便無法建設新的市容，呈現現代大都會的水準。所以，

以捨為得，妙用無窮。捨給別人好的，

2002年，星雲大師走訪高棉金邊，途中隨緣布施當地貧困孩童。

圖 / 人間社記者陳碧雲

會得到好的；捨去性格上壞的部分，就容易獲得成功。當我們把煩惱、悲傷、無明、妄想都捨了，自然就會得到人生另外一番新境界。

## 生態攝影

# 聽鳥，漫步

文 / 吳崇漢 圖 / 池沛玲

春暖花開，鳥兒嘴邊帶著吃完果實的花粉，四處散布，成為植物繁衍的好幫手，大自然鳥類繁多，聽鳥兒在樹梢、在幽谷、在山城水澗鳴唱，合奏起大自然裡的交響樂。

最親近人類生活環境的領角鴉（學名：Otus lettia），別名赤足木葉鴉，是台灣的特有亞種鳥類，繁殖季夜晚時常發出雄厚的「兀」單音節鳴叫聲，以昆蟲、小型哺乳類、蜥蜴、小鳥為食。

藍腹鷓（學名：Lophura swinhoii）是台灣的特有種鳥類，出沒於低、中海拔山區森林、次生林、竹林底層，別名華雞。

大杓鷸（學名：Numenius arquata）為台灣的冬季候鳥，別名白腰杓鷸，常整群出沒於潮間帶、河口溼地及泥灘地，牠的叫聲屬於中音，並不聒噪，以招潮蟹、螺貝類、昆蟲、水生無脊椎動物為食。

群聚的白額雁（學名：Anser albifrons）別名花斑、明斑、大雁，聲音小小的，棲息於河口溼地、農田及湖泊，打瞌睡闔眼急張，靜候時很有威儀，頭眼注視專注，遷徙時以家族為單位於夜間進行遷徙，活動時親鳥會將幼鳥夾於中間，以草本植物的嫩葉及穀物為食。

翠鳥（學名：Alcedo atthis），喜歡停在水域旁突出物上或空中定點找尋獵物，嘴很長，當發現獵物時，會快速俯衝入水捕食。



翠鳥



藍腹鷓



紅嘴黑鵯



大杓鷸



白額雁



黃尾鷓

布農族的聖鳥，紅嘴黑鵯（學名：Hypsipetes leucocephalus）別名黑短腳鵯，是台灣的特有亞種鳥類，相傳大雨淹沒村莊，紅嘴黑鵯取得火種救援了布農族。叫

聲短促、富節奏感，台灣冬季候鳥黃尾鷓（學名：Phoenicurus aureus），喜歡單獨活動，領域性極強。

此起彼落的鳥叫聲就在生活周遭，讓我

們徜徉於自然，從市塵邁出步伐，走出有限的小空間，親近大自然，用「心」聆聽鳥兒在天地間暢揚的鳴唱聲，體會有聲的寧靜時光。

## 力行環保

# 零海廢

文與圖 / 宋依然

一家企業的經營理念，無非是追求業績蒸蒸日上，以及獲利節節高升，期能永續經營。

然而，企業除了賺錢之外，其實對環保，更應該有所回饋及一番貢獻。

這家家飾企業，時時都會宣揚及實作「零海廢」的清灘公益活動，讓海洋不致遭

受汙染，危害海洋生物的生命。

這些都是這家企業員工及環保人士，到海岸撿拾回來的海洋廢棄物，多到讓人怵目驚心，且都是不易分解的塑膠類。

這次淨灘活動，我也全程參與，到了海邊，親眼看到台灣海岸線受汙染的程度，還真教我嚇了一大跳，短短的時間鏡讓我們收集到如此驚人的垃圾量。

雖然政府已在大力宣導環保理念，並不斷呼籲減少使用一次性的餐具等物品，但效果仍有待加強。

期望全民能配合政府政策，還給地球原有的漂亮面目及健康，讓下一代居住的星球依然美麗。



佛光山西來寺近期活動	
時間	活動名稱
4/29 (六)	八關齋戒修道會
5/26 (五)	佛誕節活動 (5/26-5/28, 五-日)
5/27 (六)	佛光青少年交響樂團夏季音樂節 (5/27-29, 6/3)
5/27 (六)	甘露灌頂皈依三寶典禮