



自私自利的人，  
常處地獄中；  
服務他人的人，  
身在天堂裡。

星雲大師 / Venerable Master Hsing Yun

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

### 誰輸誰贏？

文 / 星雲大師 圖 / 道璞

日本有一名武士久聞一休宗純禪師的盛名，決定去試探他的禪法高下。

某天，武士帶著一條魚到一休禪師的寺院，對一休說：「禪師，久仰您的大名！我今天來的目的，是想和您打個賭，如果我輸了，隨您開條件，只要我做得到的，一定滿您所願。如果禪師輸了，請把大門的招牌摘下來。」

一休禪師知道武士來意不善，卻又不好拒絕，只好點頭說：「好，你說，要怎麼個賭法？」

武士揚起手，說：「禪師，請您猜看看，現在我手中握著的這條魚，究竟是死的？還是活的？」

一休心裡想：「如果我照實說牠是活的，這個莽夫一定會把魚捏死；如果我說是死的，這條魚或許還有活命的機會。」

於是就搖搖頭，回答說：「這條魚是死的，還有什麼疑問嗎？」

武士仰天哈哈大笑，說：「您輸了，這條魚是活的！」話一說完，就把魚放進一旁的池子裡，魚一入水，馬上就游開了。

一休禪師看著水中的魚，微微一笑，神情淡定地看著武士說：「可惜，魚成了打賭的工具。魚離開水，當然是死的；魚入了水，當然是活的。總之，我輸了！」

武士聽了一休禪師的話頓時愣住，被禪師那種有道者的胸懷舉止所攝受感動，他對自己先前卑鄙的心態感到很慚愧，於是伏首對禪師說：「禪師，您贏了，我輸了。」

# 兩岸公益論壇 促進共利共好



【人間社記者普欣、普照大陸報導】2023年第11屆兩岸公益論壇，6月16日在中國大陸福建省廈門希爾頓飯店舉行，兩岸三地慈善單位代表超過300人與會，聚焦「鄉村振興、公益行動」，藉由論壇發表、公益沙龍形式，進行為期3天交流活動，期盼攜手公益，惠澤兩岸。國際佛光會也受邀發表，以「T-Earth計畫」、「VEGRUN」、「生命教育10堂課」、「大樹下的課堂」等議題，期盼讓善擴大。

### 實踐慈悲智慧 共同傳愛各地

開幕式上，中國宋慶齡基金會主席李斌致歡迎詞，說明城鄉發展不平衡，讓鄉村振興是民族復興的重點，期待論壇整合兩岸公益資源，共利共好。國際佛光會中華總會會長暨中華文化推廣協會理事長趙怡，引用佛光山開山祖師星雲大師《慈悲思路·兩岸出路》一書中「人間有種願景就是美好社會，人間有種美德叫慈悲智慧

」之句，說明唯有兩岸和平才能攜手面對挑戰。

主論壇由宋慶齡基金會培訓交流中心主任趙喜明主持。國際佛光會中華總會由綠色公益基金會執行長戴慶華代表發言，以「公益行動與SDGs可持續發展目標」為主題，從國際佛光會推廣「T-Earth計畫」起緣，聚焦星雲大師「環保與心保」的理念，進行森林復育、森林經濟對地球永續及鄉村振興的幫助，並從環境、社會、經濟、可持續治理四大面向進行SDGs公益影響力的分析，同時分享今年在花蓮舉辦的世界地球日活動；戴慶華接著介紹Vegrun的緣由與意義，以「你跑步，我捐糧」之號召，邀請大眾一起結合路跑為蔬食及偏鄉公益做出貢獻，把愛傳遞出去，共同在世界各地跑步傳愛。

### 愛心無遠弗屆 世界充滿希望

論壇現場交流充滿熱烈的氛圍，許多人



↑趙怡說明唯有兩岸和平才能攜手面對國際挑戰。

←2023年第11屆兩岸公益論壇，6月16日在中國大陸廈門舉行，佛光人和與會嘉賓歡喜合影。圖 / 宋慶齡基金會提供

回饋國際佛光會正在進行的「T-Earth計畫」，為地球盡最大的力量給予極大支持與肯定，並表示「佛光人真的走得好前面，我們應努力跟上」。

另一場論壇，國際佛光會中華佛光青年北區團務長闕曉菁以「『鄉』聚在一起——最根本的慈善是文化教育」，說明佛光山「慈善是方便，文教是根本」的信念，帶到國際佛光會推動雲水書車、生命教育十堂課的成果，讓三好從校園走入家園，鼓勵所有人都共同為好事發聲、努力。

論壇後，宋慶齡基金會培訓交流中心同仁與國際佛光會中華佛光青年南區副團務長陳彥霖交流，探討在公益活動中，如何設計課程貼近當地需求。

其中，共有24位公益實踐者講述他們的振興計畫，中國大陸「善愛信行，色達助學」發起人萬千，分享他們前往偏遠高山，教導孩童衛生教育；台灣土溝農村美術館創辦人黃鼎堯，分享美術館為孩童提供豐富的學習環境，促進心理發展和創造力培養。

## 靜謐時光

### 暗夜筆耕

文 / 夏唯漩

將杯盤狼藉的餐桌清理完畢，洗碗槽的鍋碗瓢盆清洗乾淨，洗衣機的衣物晾曬妥當，垃圾桶的垃圾、水槽的廚餘處理完畢。孩子們躺在床上睡得正香甜，我終於可以坐下來，稍作喘息，打開筆電，爬爬格子。

日復一日的育兒日常步調緊湊、始終如一，為了讓生活增添趣味，遂開始寫作。我把握這既奢侈又珍貴的片刻，將自己平時所見所聞及生活感觸，透過文字記錄下來。

寫作的世界美好且無負擔，隨心所欲地發想、描繪故事的開端、經承接、轉折到結果。文章宛若自己的孩子，孕育的過程總是漫長且用心，每篇都是嘔心瀝血的創作。

四周昏暗，唯獨電器運轉的聲音相伴，吊燈微弱和煦的黃光映照於桌面，這是我寫作時極喜愛的氛圍。當自身融於岑寂之中，梳理好身心的狀態，便有源源不絕的靈感湧現，產出篇篇拙作。今晚的靜謐時光，會是誰走入我的篇章？

## 西來書院結業 學員成長看得見



【人間社記者Jessie Cui洛杉磯報導】第15期佛光西來書院6月10日舉辦結業典禮，院長慧東法師與多位法師、佛光人及佛光青年等近30人出席，聆聽8位學員分享3個月的多元學習心得。

本期書院課程包含「佛門行儀」、「佛法概論」、「早課」、「梵唄唱誦」、「禪修」、「瑜伽」、「出坡作務」以及兩天一夜的「寺院修行」等豐富內容，引導學員解行並重，調整身心。

慧東法師頒發結業證書，期勉學員們將書院學習的佛法運用於生活，在每個因緣中保持內心清淨。輔導法師知義法師介紹新學期課程，勉勵精進不懈，繼續參與書院課程及義工服務，與大眾廣結善緣。

↑慧東法師頒發結業證書。圖 / 西來書院提供

學員心得分享時，隻身一人在海外求學的關聯再提到，「星雲法語」課程讓他受益良多，以後會常回寺裡精進。王天祥表示，他於2019年曾報讀書院，此期入學更深刻體會佛法不是只在靜態的經典學習，在動中實踐歡喜修行更重要。林俠良表示，書院的課程提高了他的專注力，也清晰觀照內心，更能以佛法面對生活中的挑戰。汪佳蓉表示，體會到佛光山開山祖師星雲大師對於人間佛教的偉大理想，希望也能出一分力，讓別人瞭解，佛教是有溫度的，是平等的，是實用的。陳社瑤表示，體會許多佛門義理，更堅定皈依的心。

## 生活快門

### 舟之橋有巧思

文與圖 / 宋玉澄

習見的橋，多是長條狀，可是在阿里山國家森林遊樂區內，卻有一條肚大頭尾小的橋，由上往下看，正如一艘小舟似地橫跨在小溪之上；造型奇異醒目，為他處所未見。

此橋建構的想像標的是「諾亞方舟夢想起飛」，事實上卻有大肚能容的功能與意涵；遊人們可以坐在舟之橋的木椅上，絲毫不影響來往人群的動線。據說夜晚走在橋上，暈黃的舟燈亮起，其景觀可與阿里山日出、雲海、晚霞等媲美。



她一個人健走，矯健步伐看得出她經常運動的成果，也開始學二胡，並跟著學員一起從事公益，到養老院表演。知道鄰居前陣子喪偶，她也希望能以自身經歷，引領鄰居走出陰霾。

看著表姐重新找到了生活動力，並且祈願助人，讓我有所啟發。生命中有許多喜悲，若能化悲痛為力量，人生仍是充滿希望。

## 人生課題

### 走出傷痛

文 / mazni

表姐從國稅局退休，本以為可以跟姐夫一起共伴養老，奈何姐夫因一場意外離世

，打亂了表姐的規畫。

表姐初喪偶時，也曾徬徨無助，在親友陪伴下，終於接受一個人的生活。起初她強迫自己走出大門，即便無心做任何事，也需外出晒晒太陽、接觸人群，不讓心靈枯萎，家人們則每天與她電話聊天，期望她再次找到生活動力。

幸好一年以後，表姐終於恢復了往日笑容。