



不分你我，而能相親相愛，
宇宙何其寬廣；
不忘殘缺，而能相相相惜，
人生即是圓滿。

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

茶杯死了？

文 / 星雲大師

一休宗純禪師，是日本室町時代臨濟宗著名的僧人。他在幼年的時候，就展現出異於常人的聰明機智。

有一天，一休沙彌不小心將師父心愛的茶杯打碎了，那可是一件稀世珍寶。一休自知闖禍了，心想：「完了！這下子一定得挨師父的罵，甚至挨一頓打了。」他邊想邊收拾散落一地的碎片，然後趕緊藏起來。

果真過沒多久，師父循著聲音走向一休，問說：「剛才，我聽到一陣響聲，有什麼東西打壞了嗎？」

一休沙彌故作茫然不知，趕快向前一步，天真地問師父：「師父，弟子正有一個問題想請示您。」

師父說：「什麼事？趕快道來。」

一休沙彌說：「人生在世，這樣活得很好，為什麼一定要死呢？」

師父一聽，摸摸他的頭，慈祥地說：「傻孩子，這是當然的問題，因為有生就有死啊！你看，氣候有春夏秋冬，物品有成住壞空，人生也有生老病死，壞了、死了，這是萬物正常的道理啊！」

一休沙彌聽了之後，滿面歡喜地說：「師父，現在要告訴您一個壞消息：您心愛的茶杯死了。」說著，就把打破的茶杯碎片捧到師父面前。師父一看，知道是一休調皮，把茶杯打破了，但自己剛剛講說了一番道理，也不好自相違背，只有啞然失笑。

生活快門

猜一猜

文與圖 / 王美慧

到台灣嘉義奮起湖老街吃便當、買了甜甜圈後，沿著肖楠母樹林步道往上走，到了步道出口，看到這個藝術創作。沒仔細看附近有無解說，外子直言這是「手腳並用」，我端詳片刻見它兩手緊握，情感流露，便猜是「手足情深」，但又見它邁開大步，於是又猜「攜手前進」。

不管這創作的名稱為何，走步道，本就有益身心，加上腦力激盪，一整個身心靈都活化了。



蔬食天地

開胃青木瓜絲

文與圖 / 但漢蓉

青木瓜含豐富的木瓜酵素、β胡蘿蔔素、維生素C和維生素E。炎炎夏日，冰鎮青木瓜絲是最開胃的一道簡單涼菜。

主菜：青木瓜絲約3量杯、發泡川耳1量杯。
醬汁：橄欖油或苦茶油3大匙、芝麻油3大匙、

北美20協會佛光人 受五戒菩薩戒



【人間社記者王隨風洛杉磯報導】佛光山西來寺7月12至14日傳授在家五戒菩薩戒會，北美洲20個協會、212人求受清淨戒，16間道場法師護持戒會，全程以中、英文雙語進行。恭請佛光山住持心保和尚為得戒和尚，羯磨和尚為泰華寺住持心定和尚，西來寺住持慧東法師為教授、依止和尚。

以戒為師 日常實踐佛法

心保和尚專題講座時表示，成就解脫生死的關鍵在於發大菩提心，菩提心可出離三惡道，六度萬行為成佛之方。以《心經》的不增不減，轉煩惱為菩提，及更要有《金剛經》的空性智慧，突破自我，息滅貪瞋痴，期勉新戒福慧雙增、平安吉祥、人人都能成佛。

心定和尚講解菩薩六重二十八輕戒時指出，要有大悲心才能啟發菩提心，以空性慧直至涅槃解脫。佛子應依照四聖諦、八正道依教修持，更要學習諸佛菩薩，能夠發起甚深大願。

戒會禮請慧東法師講授「五戒」，勉勵戒子清淨身心受持滿分戒。依超法師教授「戒與生活」，指出奉行三好，戒定慧自

然感發。永固法師講授「認識戒常住」，鼓勵戒子以佛光山為家，心心念念都要是人間佛教教法。

永瀚法師分享「星雲大師語錄」，佛光山宗風要靠大家永續流傳。英文組課程由滿光法師講解菩薩戒與日常實踐，覺凡法師暢談五戒與自由、茹素等話題；慧澤法師、妙藏法師則以問答的形式為英文戒子答疑解惑。

信仰扎根 喜見法脈長流

「生生世世感恩星雲大師」，資深電視製作人卓蕾熱淚盈眶，祝願大家共成佛道。知名作家Alan Peto自2012版依星雲大師，持續不斷地向世界推薦大師著作。作曲家Brad Jacobson帶領樂隊為香雲寺英文共修作曲演奏，用音聲弘揚佛法。北卡佛光山的Alexandar Atkins夫妻共同受戒，他們以流利的中文發願行菩薩道，普度眾生。

依住法師的哥哥是紐約協會督導薛博文，發願與法師一起弘揚佛法。有恆法師胞妹、聖路易協會會長王詩寧，帶著本次年齡最小受戒者共同受持菩薩戒，「20年前母親帶領我們姐妹受菩薩戒，今天我的孩子們自願發心，信仰傳承」。

北美洲聯誼會 700佛光人相聚洛城

【人間社記者潘青霞洛杉磯報導】由國際佛光會世界總會主辦，內華達及洛杉磯協會承辦的「2023北美洲聯誼會」7月14日開幕，來自26個協會、近700位佛光人相聚洛城，以佛光山開山祖師星雲大師的

慈心悲願互勉。國際佛光會世界總會總會長心保和尚在開幕時表示，聯誼會以感念創會長星雲大師，及增進佛光人道情法愛為重點，也肯定佛光人行三好四給，對消弭世界紛爭做



↑2023佛光山西來寺傳授在家五戒菩薩戒會，禮請佛光山住持心保和尚（中）擔任得戒和尚。

←2023佛光山西來寺傳授在家五戒菩薩戒會，來自北美洲20個協會、212人求受清淨戒。

↓引禮法師教授戒子搭衣。
圖 / 人間社記者張志誠



光明寺雙胞胎姐妹與美國本土醫師Roger Strong同修四人，讚歎受戒是生命的轉變。芝加哥協會副協會長馮漢忠夫妻與13歲的女兒均受菩薩戒，年僅8歲的兒子參與青少年短期出家修道會，佛光家庭學佛的路上精進不斷。

倫敦協會督導王守娟第一次來到西來寺，感謝戒常住的用心，使大家歡喜滿載而歸。洛杉磯青年第二分團兒童心理博士徐瑞迎不遠萬里從北京趕來，發願將所學運用生活之中。

此次參與受戒戒子中，可以看到在耕耘本土信仰的扎根，以及佛光家庭及幹部的傳承成果，令人欣喜。

出的貢獻。聯合國全球傳播部外展司民間社會部主任Hawa Diallo表示，佛光會於2003年正式成為聯合國非政府組織（NGO）的成員，是與聯合國共同促進全民福祉不可或缺的好夥伴。

「追思緬懷星雲大師」主題論壇，美西副秘書長慧東法師擔任引言人，四位與談人分享星雲大師對他們的影響，並發願延續大師的精神；另一場論壇「閱讀《星雲大師全集》報告」，引言人美東副秘書長永固法師表示，395冊《全集》是大師為每個人所寫，願眾人能體會師心並解其中真實義，4位與談人也分享閱讀啟發。

「佛光之夜·讚頌星雲大師」，佛光人以合唱人間音緣，及朗誦詩詞緬懷大師，壓軸節目為法師群獻唱〈為僧之道〉，心定和尚也驚喜登台。會中並放映「星光雲影照北美洲」，佛光人踏著大師的弘法足跡，參訪近30座佛光山北美道場。

閉幕典禮上，承辦2025年聯誼會的德州達拉斯協會、休士頓協會、奧斯汀協會佛光人，以牛仔相宣告「我們準備好了！」

←「北美洲聯誼會」來自26個協會，近700位佛光人相聚洛城。
圖 / 人間社記者張志誠



半米杯的嫩薑絲、半米杯的堅果碎（花生／白芝麻／腰果任選）、紅辣椒絲少許、冰糖4大匙、釀造（梅）醋4大匙、醬油露（或白醬油）4大匙。

風味：香菜適量、百香果2顆、檸檬汁2大匙、白芝麻粉3大匙。

作法：
①青木瓜去皮刨絲、加水冰鎮備用。
②川耳洗淨，加飲用水泡開、瀝乾備用。
③熱鍋，將橄欖油（苦茶油）、芝麻油炒薑絲小火翻炒，再放入堅果碎及川耳、紅辣椒絲炒香，關火；依序加入糖、醬油、醋拌均勻醬汁。

④將冰鎮的木瓜絲瀝乾，拌入醬汁；最後加入檸檬汁、香菜碎、百香果汁翻拌均勻，放入冰箱冰鎮入味約2小時。
⑤取出裝盤，撒上白芝麻粉即完成。

佛光山西來寺近期活動

時間	活動名稱
8/5 (六)	觀音菩薩成道日-上供
8/5 (六)	佛光寶寶祈福禮（報名中）
8/11 (五)	「雲水禪心」生命體驗營（8/11-8/12，報名中）
9/23 (六)	北美人間學院秋季班 西來書院（開放報名中）