



智者以知，了解一切；
仁者以愛，包容一切；
勇者以義，犧牲一切；
忠者以誠，奉獻一切。

星云大师 / Venerable Master Hsing Yun

人間福報

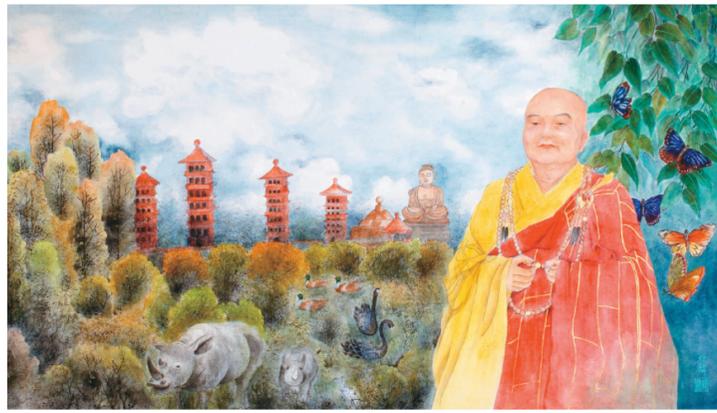
The Merit Times Brasil

佛光山如來寺Templo Zu Lai
Estrada Fernando Nobre, 1461
06705-490, Cotia-SP-Brasil
Tel: (55 11) 3500-3600
zulai@templozulai.org.br
www.templozulai.org.br

洋溢三好 佛光山僧信作品联展



↑信众得奖作品—摄影类佛光奖梁清秩〈光照大千〉。



↑徒众得奖作品—绘画类佛光奖妙麟法师〈环保与心保—三好护生〉。
图 / 佛光缘美术馆总部提供

星云说佛

闻法可贵

文 / 星云大师

若人生百岁，不解生灭法，
不如生一日，而得解了知。
——《法句经》

在《法句经》里有一段偈颂：「若人生百岁，不解生灭法，不如生一日，而得解了知。」这是佛陀过去曾说的偈颂，经过长时间的口口相传，传诵到一位沙弥时，他把这首偈语诵错了，变成「若人生百岁，不见水潦鹤，不如生一日，而能得见之」。

有一天他在诵念时，被佛陀的大弟子阿难尊者听到，阿难尊者好意纠正他，没想到这名沙弥却顽强地坚持自己是对的，还说：「这是师父亲口教我的，不能更改。」这让阿难尊者非常慨叹，一个人不肯承认自己错误的知见和执著，实在很可怕。

这四句偈是什么意思呢？一个人即使活到了一百岁，如果还不能了解世间生灭的道理，还不如短暂活在世间一天，而能了解人生的真理。

孔子也曾说「朝闻道，夕死可矣」，都是说明了闻道、悟道的可贵。

世间，是一个有生灭现象的对待法。人世间有善恶、是非、好坏、高下、贵贱等种种分别，生命也有生离死别的悲伤。其实，生不必欢喜，死也不必悲伤，因为生了不久要死，死了并不是就没有了，因缘聚集时还是会再生。因此生了又灭，灭了又生，世间法就是如此流转轮回不已。

好比植物生长，把种子播撒到田里，慢慢会开花、结果，果实里的种子再掉入泥土中，不久又会成长茁壮，再开花、结果，生生不息。

所以我们生存的这个世间，是成住坏空的轮回；人的生、老、病、死，心念的生、住、异、灭也是轮回，生生灭灭无有了期。

如果明白这个世间是生灭的对待法，如《般若心经》所说「不生不灭，不垢不净，不增不减」，就能超越、解脱，得到自在。

这四句偈提醒我们，一个人如果不了解生灭法，不了解生死，不了解无常，不了解成败、好坏，即使他活到一百岁，这样的人生还是没有价值；倒不如生命短暂，可能只有一时、一天，但他体悟到什么是生灭法，进而求证不生不灭，这样的人生就很值得了！



↑信众得奖作品—立体类佛光奖陈庭毓〈忆师恩〉。

图 / 人间社记者李生凤

【人间社记者李生凤高雄报导】「来自三好的感动——2024至2025年佛光山僧信二众作品联展」由佛光山都监院与传灯会主办，佛光缘美术馆总部承办，9月13至19日在佛光山云居楼2楼展出。

连续举办9年的佛光山徒众作品联展，今年首次开放佛光信众参与，此次展出优选以上作品60件，与

「佛光山2025年海内外徒众讲习会」同步展出。

历届佛光山徒众作品联展优选以上得奖作品，现正於海外巡回展。今年首度举办僧信二众联合作品联展，128位徒众提供200件作品、92位海内外信徒报名参加，在媒材的多元与创意，均有别以往的表现。透过僧信的艺术创作，可以感受对佛法、信仰生活的体悟，展现佛法生活化的真谛，也是「以文化弘扬佛法」的见证。

护生护心 慈悲永续

绘画类佛光奖妙麟法师作品〈环保与心保—三好护生〉，是受到佛光山开山祖师星云大师的「环保与心保」启发，他以佛光山佛陀纪念馆的自然生态入画—园区绿化超过一半，绿头鸭、黑天鹅、白鹭鸶与紫斑蝶栖息，展现人与万物同体共

生。

佛馆同时也是环境教育设施场所，推动生态保育与环境永续。在画作中，可以看到佛光大佛、本馆、八塔、星云大师与动植物相映，寓意护生护心、慈悲永续。

影音类佛光奖乘宣沙弥、乘相沙弥〈印地语佛诞歌〉，两人皆毕业于佛光山印度沙弥学园，现都就读佛光山南华大学生死学系谘商组。乘宣沙弥表示，此为庆祝佛诞节所录制的印地语佛诞歌，画面来自朝礼佛教圣地、佛光山的重要场景等。印度沙弥学园脸书发布的影片，部分由乘宣沙弥所制作。乘相沙弥担任影片中的印地语主唱，12岁就承担三时系念法会的维那，到后来成为主法。也在当地教唱翻译成印地语的佛教圣歌、人间音缘等。两人表示感谢印度沙弥学院院长慧显法师给予学习机会，也更能感受到

大师「以文化弘扬佛法」的深意。

信众部分，摄影类佛光奖梁清秩的〈光照大千〉，则是以佛馆春节的「光照大千」，现场人潮抢拍的热闹场景与璀璨光影辉映，呈现热情又温馨的画面。

此次邀请展有慧本法师〈佛说十善业道经〉、道璞法师〈2025新春墨宝插图〉。此次得奖徒众各组佛光奖有绘画类妙麟法师〈环保与心保—三好护生〉、摄影类知耀法师〈雨後佛光〉、立体类满弘法师〈究竟一圆满—菩提〉、影音类乘宣沙弥和乘相沙弥〈印地语佛诞歌〉、书法金石类妙豪法师〈大佛顶首楞严神咒〉。

信众各组佛光奖包括绘画类蔡开方〈阿弥陀圣众来迎图〉、摄影类梁清秩〈光照大千〉、立体类陈庭毓〈忆师恩〉、书法金石类赖桂枝〈圆满三好〉。

薄荷提神醒脑 日常生活妙用无穷

【记者陈玲芳台北报导】薄荷，这株看似不起眼的小草，却以清凉香气与多样功效，成为生活中不可或缺的天然宝藏。专家表示，薄荷不仅是古老药草，更在现代生活中展现无限妙用，成为你我身边的清凉助手。

选香美研学院院长黄玉莉指出，希腊神话中，薄荷源自精灵曼西被冥后佩瑟芬妮化为小草的传说，虽外型平凡，却散发著天生不凡的清新气质。

古埃及、罗马到中国，薄荷因其易栽培与实用性，早已融入人类生活。

薄荷属唇形科植物，品种包括胡椒薄荷与绿薄荷，其核心成分薄荷

醇，带来独特的清凉感。这种特性使薄荷在药用、美容与日常生活中大放异彩。

薄荷叶是烹饪的好帮手，无论加入沙拉、甜点或饮品，都能增添清新风味。

薄荷气味能刺激嗅觉，提神醒脑，常用于精油、牙膏与食品中。其药用价值包括缓解头痛、肌肉酸痛及消化不良，对胀气、噁心等肠胃问题尤为有效。

外用薄荷精油，可舒缓皮肤瘙痒或蚊虫叮咬，吸入蒸气能缓解鼻塞，具抗菌抗病毒作用，有助於口腔卫生与轻微感染。

在心理层面，薄荷香气能提升专注力、减轻压力，是芳香疗法的热门选择。无论是薰香或泡茶，薄荷都能带来放松与振奋的双重效果，适合现代快节奏生活的需求。

研究显示，薄荷香气可增强认知表现，帮助缓解疲劳。压力大的时刻，薄荷茶是一款简单的养生饮品，只需将新鲜或乾燥薄荷叶泡於热水中，加入蜂蜜或柠檬，即可享受清爽与放松。

薄荷对消化系统的益处显著。餐後饮用薄荷茶，可缓解胃胀气或消化不良；将稀释的薄荷精油涂抹於太阳穴，能舒缓轻微头痛；用薄荷叶水漱口，则有助於清新口气与口腔健康。此外，薄荷精油混和椰油後，可当天然蚊虫叮咬止痒剂，安全又有效。

优游艺林

水上的美术馆

文与图 / 陈云和



↑长长的廊柱投影在池水上。

佐川美术馆位於日本滋贺县琵琶湖畔，是一座融合在大自然中的现代建筑。

当年，佐川宅急便公司为纪念创立40周年，委托日本名建筑师谷口吉生设计了这座前卫的美术馆，其作品带有强烈的正方形切割风格，运用大片玻璃引进自然光。1998年，佐川美术馆正式开放参观。常设展包括了日本现代艺术大师

平山郁夫、佐藤宗良和乐吉左卫门等人的作品。除此之外，馆方还会定期举办各种特展，展出日本与世界各地的艺术品，提供更多元的艺术创作风格。

初夏前来参观时，只见眼前一栋三角形建筑斜斜浮於水面，大片水池环绕著建物，长长的廊柱投影在水中，与池中的雕塑相呼应，营造出虚实相映的意趣。跨过小桥，一尊塑像张开双臂欢迎来访民众；沿著长廊前行，朝阳洒在池面，波光潋滟，一扇不起眼的自动门打开後，两尊女性雕塑以曼妙肢体相迎。

门口张贴了禁止摄影的告示，我收起相机，依著指标进入光线微弱的展间。

平山郁夫的《丝绸之路》系列，描绘出丝路上的人文民风，也画出佛教在亚洲传播的足迹；雕塑家佐藤宗良擅长写实风格，作品主要刻画妇女与儿童，传达人性之美；现代陶艺家乐吉左卫门的茶道用具，在水池下的展览室展出，水庭上有间茶室，提供茶道爱好者边品茗边欣赏水面风光。

接著，观赏了日本战後风云画家



↑三角形的建筑浮於水面。

横山操的特展。他开创了日本水墨的现代化画风，被称为「以毛笔向现代文明挑战」的画家，用水墨奠定其独特的画风；然而坎坷的经历，也使横山操的画作带有一种悲郁的情怀。

徘徊在他著名的《潇湘八景》前，细细品赏〈江天暮雪〉、〈洞庭秋月〉、〈渔村夕照〉、〈山市晴岚〉、〈平沙落雁〉、〈远浦归帆〉、〈潇湘夜雨〉及〈烟寺晚钟〉等作品，赞叹画家在写景之外，只藉著淡淡水墨便传达出对世间的深浓感怀。

一趟美术馆之旅，观赏了艺术品般的建筑，也欣赏了几位艺术家的经典作品。满怀著丰收的喜悦，依依不舍挥别水面上的佐川美术馆。

晨斋语录

菩萨心

文 / 心保和尚 图 / Pexel



法身慧命，讲的就是以佛法为我们的身命。

以佛法为心，用佛法来生活。

自己自在快乐，也让别人自在快乐，这就是菩萨的发心。

视觉DJ

庵影茅草香

文与图 / 贤文

台北市植物园有一间「南门町三二三」的日式房舍，虽是以日据时期的门号为名，但却是最符合日式庭园的标准，屋内虽小，日本建筑的缘、廊俱全，还有一对龟、鹤造型对望枯山水的庭园。

最吸引人的是侧面的茅草门顶，有日本房舍「庵」的气度，围篱绿意盎然，春天茶花、秋天枫红，永远一幅好光景。



莞尔一笑

你有什麼事？

文 / 洪金凤

周末假日，我会和老公、儿子一起去游泳。这天我们游完泳要去冲洗，正边走边分享游泳心得时，老公突然问我：「你有什麼事？」

我回他：「我没事啊！」他又问一次，我还是同样的回答。

後来他改问：「我是说你是游狗爬式还是蛙式？」

我才終於了解，原来他的问题是：「你游什麼式？」

鸡同鸭讲的对答，让我们相视而笑。