



晦暗的世界，唯有佛日慈悲才能增辉；蒙胧的人心，唯有法灯智慧才能照亮。

星云大师 / Venerable Master Hsing Yun

# 人间福报

## The Merit Times Brasil

佛光山如来寺 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

# 印度沙弥出家 承续法脉



↑新出家沙弥（长跪者）年龄最小仅7岁，最大12岁。

←佛光山印度沙弥学园於10月19日举行第14届新生剃度典礼，由慧显法师（第2排左8）证盟15位新生出家（第2排穿海青者），踏上清净出家的修行之路。图为全体与会者合影。

↓印度沙弥学园院长慧显法师宣授法名并开示。图/人间社记者乘广



印度沙弥学园因新僧的加入，而倍添清净与活力。慧显法师期许这群「好苗子」在佛法滋养中茁壮成长，成为未来弘法利生的栋梁，续写佛光山「以教育培养人才」的慈悲愿行。

## 星云说偈 智慧的重要

文/星云大师

有信无智，增长愚痴，  
有智无信，增长邪见。

——《大毗婆沙论》

这四句偈子出自《大毗婆沙论》，主要是告诉我们如何正确信仰。

世间上，有些人有信仰，不过他不了解自己为什么要信仰，也不知道信仰的对不对、合不合乎信仰的条件。

信仰是有条件的，不是胡乱信教而不知所以然。比方说，自己所信仰的宗教，有没有历史的根据？信仰的对象，他的人格道德是不是清净？他的能力、威德是真、是假？这些都要了解清楚。如果光是信仰而没有智慧去辨别是非善恶，好坏真假，只会愈信愈增长愚痴。

假使一个人有智慧学识，对各种学说、道理都能够深入研究、深入了解，却无法对它产生信仰，不但不能增加自己的力量，反而徒增更多的邪见和执著。

因此，现在很多学佛的年轻人，他们到各处亲近明师、到各个佛学院去修学佛法，如佛光山在台湾、马来西亚、香港、印度、非洲等地区，都办有佛教学院，接引当地青年学佛；大陆的中国佛教协会，以及北京、南京、福建、厦门、四川等地的寺院丛林，也都办有佛学院。不但佛教界开办佛学院，文化界也出版了很多的佛学书籍，例如编修各种版本的大藏经；乃至佛教的僧信大德或大学的教授学者，经常举办国际佛学会议和佛学研讨会，主要的用意，就是希望大家除了信仰佛教，还要进一步研究探讨信仰的意义和内涵，将信仰与智慧结合起来，才能「行解并重」、「知行合一」。

现今，佛教的信仰在全世界已经很普遍了，只是有的时候信仰错了，迷信还不打紧，至少宗教劝善止恶的观念还能深植心中；如果是邪信，对于自己信仰的对象不了解，也不加以去探讨研究，走错路就前途危险了。

因此，我们经常奉劝所有的佛教徒要福慧共修，要行解并重、悲智双运，尤其信智要合一，才不会落入「有信无智，增长愚痴；有智无信，增长邪见」的境地。

【人间社记者乘广德里报导】佛光山印度沙弥学园於10月19日举行第14届新生剃度典礼，15位来自拉克、特里普拉邦、北方邦、比哈省、中央邦及阿鲁纳恰尔邦的新生沙弥，历经两个多月的培训後，正式落发，披上僧装，踏上清净出家的修行之路。

新生沙弥年龄最小仅7岁，最大12岁，虽年幼却志愿坚定，发心奉行佛法、弘扬正道。典礼中，学长亲自为学弟剃发、指导著衣，场面肃穆而温馨，展现僧团法脉传承与和合精神。当新生沙弥换上僧服之际，法喜洋溢，笑容纯净，映现出出家初心的光明。

### 合唱〈为僧之道〉 坚定道心

观音广场上，「南无本师释迦牟尼佛」圣号回荡空中，学长们正专

注地为学弟剃除尘劳之发。

马来西亚义工王妍琇与李桂芳在参与义後特别留下，用心准备佛供的六道供菜，为典礼增添一分庄严与温情。

随後，大众共同跪诵佛光山开山祖师星云大师〈为出家修道者祈愿文〉，祈愿佛陀加持新出家沙弥「尽未来际，发心永不退转」。印度沙弥学园院长慧显法师宣授法名并开示，勉励新剃度沙弥珍惜难得的出家因缘，应以坚定信念与恒常精进，成就清净僧格。典礼尾声，大众合唱〈为僧之道〉，祝福学弟们长养道念、不忘初心。

此次新生沙弥，其中8岁的乘护是来自佛教信仰的拉克，一般人家都会让家中至少一个孩子出家，起初乘护的父母因疼爱孩子，不舍孩子出家修行。直至有一天遇上车祸，虽然家人都平安却因而醒悟人

生无常，因而松口愿意让孩子出家，来到沙弥学园受僧伽教育。

乘愿则是从小就一心想要出家，每到一间寺院就要找住持，希望能剃度出家都因缘不具足，此次刚好遇到印度沙弥学园招生，10岁的乘愿终于得偿所愿，欢欢喜喜地入学出家。

### 好苗子沐法水 佛门栋梁

今年7岁的乘普是中央邦人，就读的学校是以印度教为主的校园，学校老师经常要学生称念印度教神只名号，乘普不愿意，只好站在教室外不得进入，因此因缘来到沙弥学园。乘普年幼活泼调皮，常受老师的教导，此次发心出家，欢喜得意地对老师说：「我出家了，老师就不能处罚我了。」童言童语令人莞尔。

# 蔡依林早睡哲学 中医师挺：养颜有理

【记者陈玲芳台北报导】天后蔡依林（Jolin）以「冻龄女神」著称，近日在社群分享她的「睡前仪式」，掀起网友热烈讨论。

她不仅长期维持规律运动与饮食习惯，更几乎每天晚上9点半就准备就寝，搭配遮光窗帘确保高品质睡眠。

这种自律生活，被网友戏称为「蔡依林标准时间（JST）」，甚至形容她是「大人界巧虎」，显示早睡文化在年轻世代间，再度引发共鸣。

45岁的蔡依林，在节目中曾强调「自律才能自由」，透过早睡早起、健康饮食、规律运动，养成了容

光焕发的气色与充沛活力。

Dr.Nice斯林中医诊所院长江忠轩指出，多数现代人因工作与家务压力难以早睡，蔡依林却能做到每晚9点半准备就寝，展现强大自律力，也让「早睡养颜」不再只是口号。

江忠轩表示，蔡依林的作息恰与中医养生智慧相符。中医「子午流注」认为，人体气血如潮汐般在24小时内循环流向不同经络，每个时辰对应不同脏腑。

晚上9点至11点的「亥时」为气血流经「三焦经」之时，正是身体从忙碌过渡至休息的重要阶段，适合冥想、伸展、热敷眼睛与皮肤保

养等，有助於身心调整。

若能在亥时提前进入休息状态，接著进入晚上11点至凌晨3点「子时、丑时」的肝胆经循行期，便能在深睡时充分滋养肝胆。

中医认为肝胆主情绪与决断、肝藏血而发为血之馀，肝血充足可维持头发健康、眼睛湿润与皮肤光泽；反之，熬夜则易导致情绪不稳、眼睛酸涩、肤况不佳。

江忠轩建议，大众可逐步提前睡眠时间，或在亥时开始进行放松、静心与皮肤保养。

让身体在肝胆经循行时进入深层修复，才是「由内而外」养颜护健康的长久之道。

## 素人摄影

# 城市追云

文与图/陈和元

天空像一块巨大的画布，有时洁白，有时阴灰，有时渲染出粉红或鲜橘的惊喜，每一天、每一刻都不一样，让人目不暇给。

谢谢智慧型手机的发明，让捕捉这些瞬间变得轻松，随手一拍，留



下生命里一闪即逝的色彩与光影。我也学过多年书法，书法里有一句话叫做「计白当黑」，在天空与云彩之间，我时而看云，时而看天，眼睛忙碌，心却雀跃。拍天空，或许只是日常的小事，却是我疗愈心灵、拥抱当下的方式。



## 植日光年

# 沙漠奇花 龙舌兰

文与图/廖壬戌



孔庙前一群人老少兼具，围著一株长长瘦瘦又高高的茎干议论纷纷，好奇的说：这是什麼花，叶如芦荟，该不是芦荟吧？我急著说：这是龙舌兰，是一种由国外引进的舶来品，花开在高空不易见著。

於是我用望远镜将绽放於约10公尺高的奇花异卉拍下，让众人一窥龙舌兰花的秀容容颜。花序排列整齐有致，数朵小花围绕呈圆锥状，一簇簇互生于主茎干旁，稀稀疏疏错落有馀，淡黄色纯洁清秀；和一般常见花类截然不同，小花由六支瘦长雄蕊结合围成束状，旁陪衬较短花瓣，中央有花柱，比雄蕊短，稍不注意几乎错过！花谢後会结成蒴果。

龙舌兰原生于墨西哥，种类繁多，达数百种，分为酿酒、制纤维、观赏用、及其他用途。台湾引入品系主要以观叶，观花。龙舌兰性喜高温乾燥的沙漠气候，所以栽植时，应尽量种在不积水、排水容易处，培养土以沙质为佳，若是混合有机质壤土，宜增加肥分促进成长力。阳光必须充足，否则会发育迟缓，萎凋衰败。

观赏用品种开花不易，因各地气候温度不同，开花期有长短之分；热带地区有的数年即能开花；寒冷区域则要数十年才能开花。开花後母株会死亡，结束它的一生。

## 生活快门

# 列队欢迎

文与图/陈启文



歌曲〈野百合也有春天〉曾红透半边天，但其实并非随处可见。日前，公司举办户外健行一日游到新竹的郊山，步行在产业道路上，乍见一户人家的围墙外种了一排野百合，盛开的白色花朵，整齐地向马路倾斜，弯腰的模样，好像在迎接到访的游客，吸引同事争相拍照。

