佛光菜根谭



为人要有品德，
做事要有品质，
立业要有品格，
生活要有品味。

星云大师／Venerable Master Hsing Yun

人间福报

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

星云说偈

## 求佛求心

文／星云大师

即心即佛是非是，
非佛非心非是非；
试把是非皆坐断，
管他心佛作何依。

——清・雍正

这一首偈语是清朝雍正皇帝所写，雍正曾经亲近过明末四大高僧之一的莲池大师，提倡念佛法门，对於近代的佛教可说影响甚大。这偈语是说，我们有时候必须即心即佛，有时候要非心非佛，要能够即心即佛，也要能非心非佛。参禅如果不能契入真理，即使坐破蒲团，依然是迷。所以，如何成佛？心转即是！

唐朝知名的马祖道一禅师，平日素以「即心即佛」来接引学人。某天，有一位学人问马祖道一禅师：「为什麼您会说即心即佛呢？」马祖道一禅师回答：「只是为了要阻止小孩啼哭而已。」学人接著又问：「如果止啼了，那麼要说什麼呢？」马祖道一回答：「非心非佛。」为什麼马祖道一禅师先前说「即心即佛」，後来又改「非心非佛」了呢？无非是想破除学人对「即心即佛」的偏执罢了，其实这两者并无什麼区别。

心，是不可靠的，因为心有分别，心有妄想，心有瞎爱，虽说「即心即佛」，但也不能执著，一执著便落入了分别心，就是凡夫心。故而不能只偏於「即心即佛」或「非心非佛」，也就是不落於二边，能够中道是最好的。

许多人常落入「是」或「非」的迷思，应该跳出是非之外，才能看清全貌。

因此，只要能超越是非、善恶、有无、好坏等种种对待，也就是「是非坐断」之时，管他是心或是佛，当下即是佛心，也都是禅心了。

# 佛光山短期出家 戒子回归自性

【本高雄讯】佛光山第111期短期出家修道会8月1日圆满落幕，全球15国家及地区近500位戒子齐聚，体验丛林生活。

佛光山退居和尚心培和尚代理得戒和尚开示，期勉戒子以感恩心、出离心、菩提心安住当下，回归自性清净本心，「心若清净，一切都清净」。

本期戒会於7月26日至8月1日举行。戒子来自台湾、新马、美加、欧澳等15个国家与地区。成员涵盖医学、教育、金融、法律等专业领域。大众透过7天依循钟板的丛林作息，持戒闻法、出坡服务，亲近三宝并培植善根。



⬆佛光山第111期短期出家修道会8月1日圆满，全球15个国家及地区近500位戒子齐聚共修。图为心培和尚（前排中）与全体於不二门合照。

图／人间社记者庄佳颖

### 受戒护戒 体验修道生活

戒会恭请佛光山住持心保和尚担任得戒和尚，由退居和尚心培和尚代理，并礼请羯磨和尚慧昭法师、教授和尚慧任法师、开堂和尚慧思法师共同主持，引领戒子体验丛林生活，培养菩提道心。

开堂和尚慧思法师勉励大众「要用心去体验」，依循钟板作息，在团体生活中学习尊重与成就他人，并提醒持戒精神就是「不影响他人」，不仅受戒，更要护戒，共同成就清净庄严的戒会。

薰坛洒净由心培和尚主法，带领戒子净化坛场、观照自心，并开示「道场本来就很清净，需要藉由洒净仪式净化的是我们的心。心若清净，一切都清净。」期勉戒子以感恩心、出离心、菩提心安住当下，回归自性清净本心，珍惜难遭难遇的出家因缘。

正授典礼中，戒子於三师和尚主法下乞受沙弥十戒与六法戒，纳受衣、钵、具，随後前往礼祖上供，缅怀佛光山开山祖师星云大师弘法利生的悲愿。

佛光山传灯会会长慈容法师勉励戒子珍惜短期出家的殊胜因缘，暂时放下世俗生活，体验寺院清净与单纯。「人生烦恼多源於计较与比较，唯有放下执著，才能获得自在。」并将修道体悟落实於日常。

本期课程涵盖戒律、经教、禅修及人间佛教思想。包括佛光山常务副住持慧传法师「认识戒常住」、传灯会副会长觉容法师「如何做个出家人」、心培和尚「六祖坛经的修行观」、依空法师「如何把捉心」、如常法师「人间佛教管理学」、妙凡法师「人间佛教思想专题」、觉培法师「开山祖师语录」、永严法师「梵呗习唱」、妙南法师「唯识入门」、慧屏法师「成功的秘诀——金刚经」、永中法师禅修指导及威仪训练、出坡作务等课程，从戒、定、慧三学深化修行体验。

### 以众为我 服务实践修行

戒会各项执事由佛光山丛林学院男女众学部共同承担，以「以众为我」精神护持戒会，在课务、典礼、行堂、寮房等服务中实践修行，展现佛教青年的服务奉献精神。

戒子分享七天修道收获。戒子本岚表示，将提起正念、专注当下，持续学习佛法；来自澳洲墨尔本的本煦分享，最大收获是从课程中汲取智慧，并学习於大众生活中实践修行；本传体悟学佛首先要认识自己的内心，才能真正行佛度众；本胜则分享「因上努力、果上随缘」，只要努力耕耘，因缘成熟自然开花结果。

开堂和尚慧思法师勉励戒子，短期出家虽已圆满，修行才正要开始，期许大众将七天所学带回生活，实践佛法、广结善缘，以「有佛法，就有办法」的智慧面对人生，让修行落实於每一个当下。

前世今生

## 来生的通识课

文／永有法师　图／永有法师AI生成



佛陀告诉我们有轮回，重点在於告诉我们：不要一再轮回了，除非你发愿要来帮助大家。所以，规画自己的「来生」，是很重要的事。

我在大学教书的时候，曾经让学生做过一个练习，我问他们：「如果你的人生只剩下最後24小时，你要做什麼？」学生的答案很有趣。有的说要写信给所有认识的人；有的说要去旅游；还有一个很可爱的学生说：「人生最好吃的就是稀饭，我要再吃一碗稀饭！」

这时候我反问他们：「人生的最後往往是在医院里度过的。到时候身上可能插满了管子，像是呼吸器、鼻胃管。你想吃稀饭？医生可能只能给你灌营养液了，那是很辛苦的。至於想去玩、想写信，到最後一刻可能根本没有体力了。」

我这样说，是提醒大家：想做什麼，现在就要规画，不要等到最後一刻。

我也问过学生：「你们想要怎麼办自己人生的毕业典礼（葬礼）？」有个女学生说：「我要穿结婚那天最漂亮的婚纱，但是脚上要穿布鞋。」

大家问为什麼？她说：「结婚时最美，所以要美美的走；穿布鞋是因为这样跑得比较快！」同学都笑她是「落跑新娘」。还有学生说，要在台北101放烟火最灿烂的那一刻离开。年轻人对这些没想过的事情，总是有很多天马行空的想像。

那有没有人想过「来生」要变成什麼呢？

很多佛教徒会说：「我要去极乐世界」或是「跟著大师乘愿再来」。但那些没有接触过佛教的学生，答案就更妙了。

有个学生说要变成「台风」，给人类震撼教育。有一个说要变成「大树」。同学就问他：「如果有蚂蚁爬满你全身，怎麼办？」他觉得还可忍受。同学又问：「如果有个人类拿著一根绳子，在树干上打一个结，然後把脖子挂上去，你又觉得如何？」他一听，赶紧说：「那我不要当大树了！」

甚至有个女同学连续三年都跟我说，她下辈子要当「流浪狗」，理由竟是「自由」。但是可能她也没有想清楚，流浪狗未必好命，可能没有地方好住，没有地方可以吃东西，可能会饿得瘦巴巴的。

虽然这些是年轻孩子们的想法，但我们自己随著岁月的增长，都要去思考这个问题、准备这个课题。

我有个朋友的母亲，生前没有宗教信仰，但她常跟女儿说：「我走的时候，一定要非常安详。」结果，她走的时候真的面带微笑，非常安详。这说明了，心里有好的念头、好的愿望，是非常有力量的。

如果你是佛教徒，就要有「信、愿、行」。

我们每天都在准备当日的行程，怎麼能不为我们更长远的未来——来生，开始做规画呢？

晨斋语录

## 转化逆境

文／心保和尚　图／Pexels



人的一生难免遇上逆境挫折，

当烦恼来时，就看我们有没有智慧来转念，

强风一到，风筝可以逆风而上，愈飞愈高。

挫折来时，我们也可以百折不挠，愈挫愈勇。

迷悟之间，是人生的考验，

将逆境化为增上缘，如同转烦恼成菩提，

便能处处轻松，随时自在。

鱼你的事

## 微笑

文与图／潘辰皓



看看你，
那迷人可爱的～微笑，
甜美又自然。

跟我一起，
摆个Pose吧！
双手举高～深呼吸～
跟天空说
起～司～
跟自己说：
我～笑起来很美！

光影日记

## 惊艳牡丹莲

文与图／廖壬戊



有幸与三五好友相约荷池畔聚会，在大树遮荫下，凉风徐徐，心情格外舒畅。大家一边品茗，一边欣赏盛开荷花的优雅姿态，彷佛化身骚人墨客，沉浸在诗情画意之中。那分逍遥自在，宛如陶渊明笔下「采菊东篱下，悠然见南山」的闲适情怀，实为人生一大享受。

馀暇时，走近池边，细品荷姿、欣赏荷色。阵阵幽香迎面而来，这才赫然发现，此荷非彼荷，原来是牡丹荷，怪不得散发著淡淡清香。

牡丹荷又称牡丹莲，原产於泰国。除了观赏、美化环境之外，也常用於祭拜神明、供佛礼佛，因此又有「菩萨莲」之称。其性喜温暖多湿的气候，因此在台湾生长繁茂，绽放出绚丽花朵。

牡丹莲的叶片翠绿，外形较常见的中国荷略小；花朵形貌酷似牡丹。花瓣宽大厚实、层层重叠，粉白细嫩，叶缘晕染著淡淡红色，优雅中流露出雍容华贵的气质。花朵中央，密密麻麻的黄色雄蕊簇拥著雌蕊，宛如众星拱月，呈现温馨祥和的景象。

陶醉於这片繁花世界里，身心彷佛也受到感染而变得高雅脱俗。静立池畔，忘却尘忧，思绪渐渐融入虚静空灵之境。

不知不觉间，脑海浮现李白〈清平调〉中的名句：「云想衣裳花想容」，令人流连忘返。