



一切好事，從我本身做起；
一切好言，從我口中說出；
一切善心，從我內心開發；
一切善人，從我至誠禮敬。

星雲大師 / Venerable Master Hsing Yun

人間福報

星雲禪話

勘破虛實

文 / 星雲大師

有兩名禪僧在石霜慶諸禪師的座下參學一段時期後，又到滄山靈祐禪師的道場參學。他們住下來之後，每天隨眾早晚課誦、出坡作務、擔柴運水，卻沒見到有人進入禪堂，也沒有人說法。

這兩個參訪者最後忍耐不住，就批評說：「想不到大名鼎鼎的滄山靈祐道場，原來沒有一個禪人！」

滄山靈祐禪師的門下弟子仰山慧寂禪師聽到了，決定做出回應。

當這兩個各擔了一捆樹枝，疲倦地坐在山坡上休息的時候，仰山慧寂突然上前，掏出火柴，對著他們說：「請道一句，不然，我就燒了你們的木柴。」

這兩名遊方僧被仰山慧寂禪師突如其來的舉動嚇了一跳，不知所措。

仰山慧寂禪師看他們一副驚慌的模樣，即刻說：「把這捆柴挑回去，常住不燒這些無明火。」

這兩名僧人終於知道滄山靈祐的禪風不能隨便低估、批評，只好各自將一擔的木柴挑回去。

當天，仰山慧寂便把此事向滄山禪師報告：「我今天勘破了兩個雲水僧。」

滄山靈祐禪師，問他：「你是怎麼勘破他們的？」

仰山慧寂就把事情的來龍去脈向滄山禪師說了，滄山靈祐禪師大笑說：「你給我勘破了也！」

悟道的功夫，只要你一開口，就知道有沒有。這兩個遊方僧還沒有了解滄山靈祐的禪風就隨意批評，但在高手的前面，你是躲避不過的。高手隨便的一問，就能讓你不知如何回應。

禪，也不是隨便信口胡說，它有規律、它有順序、它有所指，一切都有來龍去脈，不是依樣畫葫蘆就能矇騙的。滄山靈祐和仰山慧寂他們是真正的悟道者，所以才能真正的勘破啊！

人間社攝影研習 捕捉善美瞬間

【人間社記者許貞慧嘉義報導】佛光山人間通訊社為增進義工記者攝影能力，捕捉善美瞬間，3月6、7日於佛光山百萬興學紀念館——南華大學館舉行今年首場研習營，邀請中正大學教授黃俊儒剖析「新聞中的偽科學」、《人間福報》副總經理陳世晉講授「數位媒材製作」，並請中華民國公益藝術家協會常務理事王呈玉、TPGA協會攝影鍾豐榮和專業講師洪夙慶傳授近百位學員基礎攝影、體育攝影及專題攝影拍攝技巧。

文化工作 靜默耕心田

圓福寺住持覺禹法師在開營典禮提到，《人間福報》是媒體清流，走入校園、實踐三好，透過學員的手和眼報導人間善美新聞，成為文化弘法推動助力。南華大學校長林聰明致詞指出，歡迎大家來到世界百大綠色大學，秉持創辦人星雲大師的理念，讓生命教育成為典範，感謝學員對百萬人興學的護持。

《人間福報》社長妙熙法師表示，走進校園見到盛開的黃花風鈴木，吸收花的能量及爆發力，不論有沒有人欣賞，仍然嬌豔盛開，「這就如文化工作，雖不易被看見，依舊默默地耕耘心田」。在疫情下開辦記者研習是非常不容易的事，感恩有好因緣在大師念茲在茲的校園內學習，就像回到自己的家、自己的學校，放下萬緣當學生，是人生最幸福的事。

黃俊儒以具備「媒體素養及科學素養」重要性，教導學員以智慧杜絕傳播假新聞；《Science》雜誌在2018年發布一項調查，社群媒體上的假新聞，散播速度比真相快六倍，觸及的人數也更多。所以，當網路資訊無科學驗證，會成為傳播謬誤造成民眾認知錯誤；因此，在刊登新聞便宜行事，或對單一來源不查證造成的錯誤，必須以科學素養謹慎判斷。



陳世晉以「數位關鍵字與新聞擴散力」呼籲學員網路文章慎訂標題，才能達到宣傳功效，提升能見度，擴散文章力量；以手機編輯App，教導影片製作的基礎概念，引導學員學習「數位手機影片製作」。體育攝影專題班講師鍾豐榮，以相片輔助說明國際體育賽事如奧運、世大運等攝影技巧。他提到，動態攝影「按快門」瞬間，是非常重要關鍵，「長鏡頭」是必備工具；拍攝時建議攝影模式調到「M」，快門至少要500分之1秒、搭配光圈，才能在動態攝影中捕捉到完美畫面。

實戰演練 累積真功夫

課程中安排南華大學巴西之子足球隊、榮獲大專盃國術錦標賽大極拳金牌古琳湘，擔任攝影Model，讓大家實戰演練；鍾豐榮再講評大家的作品，提升攝影技巧。專題班講師洪夙慶表示，新聞報導有「文字、照片、美編及印刷出版」四要角，攝影基本色彩運用「色相、明度、彩度及

人間社攝影研習提升學員實拍技能，為人間真善美留下瞬間紀錄。

圖 / 人間社記者鍾豐榮

體驗營般若劇場 帶領學員親近佛法

【人間社記者夏霽洛杉磯報導】國際佛光會洛杉磯佛光青年第二分團，2月27日舉行線上「2021年雲水禪心生命體驗營」，逾40位來自不同國家地區的青年參與。經過2個多月的籌備，體驗營以「花開四季·耕耘心田」為主題，且首次採用線上話劇表演與學員結緣。

佛光山西來寺住持慧東法師開示雲水禪心的意義，「雲水，如天上的雲和地上的水，是因緣聚集和合而成的，無論風從哪個方向來或地形如何，雲和水都會隨著風與大地而流」，生活中的因緣也是如此，能從生活中理解因緣，以及體悟生命的智慧，便是禪心。慧東法師希望學員通過體驗營，能對生活開始有不同的思惟，期勉大家放下過去的見解，聆聽內心的佛性。

體驗營首創線上話劇表演，講述佛典內容，呈現「般若劇場」；佛青克服時差，合力完成編劇、選角、剪輯等過程，希望藉由輕鬆的方式，接引學員親近佛教。

主題演講「花開四季·耕耘心田」，禮請奧斯汀香雲寺覺繼法師為學員授課，分享在疫情之下，如何開發自己的心田。覺繼法師指出，困難、挫折是成長的資糧，與其排斥，不如開發內心；外在田地耕種收成易，但內在在心田是需要願意散播善美的種子、灌溉懺悔的法水、施予肥沃的養分，才可以啟發本身心靈的智慧。

主辦單位禮請慧軒法師教授鼓與禪，以



「2021年雲水禪心生命體驗營」線上舉行，特別安排話劇表演，接引學員親近佛教。

圖 / 洛杉磯佛光青年第二分團提供

音樂引導學員禪修。慧軒法師表示，天鼓是一種和諧的樂器，沒有固定的曲譜，不管怎麼敲擊它，皆可以創造優美旋律，就如在生活中，讓自己以和諧的方式來面對不同的人事物。禪與鼓的課程，不僅讓人放鬆身心，同時將義理運用在生活中，開發創造力和保持一顆平常心。

「心靈奇旅」探索遊戲，以音樂和旁白，引導學員靜心回憶生活點滴，希望大家找到自己內心的寶藏。許多學員表示，參與線上生命體驗營，獲益良多，期許可以點亮自己的心燈，等待疫情結束，有機會參訪西來寺。

邁阿密佛光山贈口罩 學校、地方政府受惠

【人間社記者妙涵、張安琪邁阿密報導】在邁阿密佛光山住持永瀚法師的指導下，國際佛光會邁阿密協會自1月下旬經多方聯繫，於2月16、2月24日再次捐贈2萬4000個口罩給學校、經費困難的地方政府等單位團體。

邁阿密佛光人2月16日捐贈8000個口罩，予千禧年中學（Millennium 6-12 Collegiate Academy），由校長助理Gloria Mathis Robinson接受捐贈；當天，挑戰者小學（Challenger elementary school）校長Tara Zdanowicz，也接受80個迪士尼圖案

的口罩，她表示，感謝常住對師生的關心，希望疫情盡早日結束，可以再帶大家來參訪。

永瀚法師致贈兩校教職員結緣品，並介紹佛光山「以教育培養人才」宗旨，表達佛光山開山星雲大師對教育的重視。

2月24日，經由佛州棕櫚灘縣學校董事Marcia Andrew的安排，邁阿密協會督導趙廣隆送口罩至City of Pahokee、Sough Bay、City of Belle Glade等3個城市；同時，捐4000個口罩給Riviera Beach消防隊，由隊長官John Curo接受。

畫出幸福樂 小藝術家分享愛

【人間社記者唐恬台南報導】第13屆國際佛光緣小藝術家獎「幸福樂」2020兒童巡迴美展，3月6日在佛光山南台別院開幕，這是世界巡迴展第3站，其中有35幅台南地區的得獎作品參與展出；特別是幼兒組、國中組、高年級組的佛光獎都獎落台南市，台南市成為這次國際比賽中得獎眾多的佼佼者。

第13屆國際佛光緣小藝術家獎延續上一屆的「幸福樂」，讓孩童繼續以彩筆揮灑幸福，海內外有近萬件作品參賽，有315名得獎者脫穎而出，年齡層涵蓋幼兒至國中，無論是到佛光山欣賞花燈、拔河比賽的同心協力、木棉花盛開帶來的幸福、佛像店師傅雕刻佛像的感動等主題作品，皆傳達孩子們眼中的美好世界、心中的幸福與感動。

佛光緣美術館台南館館長滿舟法師表示，讓孩子感受到幸福一直在身邊，就是這次活動的主要精神內涵，也可以讓大人透過孩子的畫作中，去看到他們心中的幸福是什麼。

值得一提的是，這次獲獎作品中，看到最多的主題是「洗澡」。在洗澡的那幾分鐘當中，孩子能感受父母完全屬於自己，是最親近的時候，爸媽的陪伴是孩子最幸福期待的一件事，有父母的陪伴，讓孩子感受到家的安全、歸屬、支持感。

台南市大灣高中15歲的佛光獎得主許安琪作品〈佛不分國界〉，希望把佛教「存好心」的祝福，讓全世界都知道，所以畫地球，畫作中下方的蓮花和手是代表純潔無瑕。

13歲的小藝術家林可惟繪畫主題是〈愛心送暖幸福樂〉，提醒大家要時時關懷周遭的人，分享愛就是一種幸福。

佛光山西來寺
第11期佛光西來書院
追尋生命真理的學習之旅

修學日期：3/20-6/19
上課方式：線上教學
報名資格：40歲以下青年(全北美洲)
課程內容：基礎佛法、佛教經論、禪修靜心、Q&A、行門作息

報名連結：
<http://www.hsilai.org/>

時間	活動名稱
	佛光山西來寺暫停開放
3/14 (日)	兒童少年佛學班開課 (線上視訊, 11:00am) 佛光鼓樂團開課 (線上視訊, 2:00pm)
3/20 (六)	佛光西來書院開課
3/27 (六)	光明燈法會 (線上視訊, 10:00am)
3/30 (二)	2021佛光山線上皈依三寶典禮
電視弘法：洛城18中文台 週一至週四(6:50pm)、週五(6:30pm)	