



幫助受刑人，行義又行仁；  
關懷殘疾苦，才是大丈夫。

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

### 又是一粒塵土

文 / 星雲大師

唐代河北的趙州從諗禪師，是南泉普願禪師門下著名的弟子。由於趙州從諗禪師在南泉普願禪師座下得法後，法化十方，聲名遠播，即使到了晚年，雖然已應十方大眾的禮請，移住到趙州城東的觀音院擔任住持，每天還是有來自各界的人士慕名前去請示佛法。

有天，一名大護法來到了觀音院，看到趙州從諗禪師正在殿堂裡掃地，他十分驚訝，於是走上前去，問說：「禪師！您已經是一位德高望重的大德了，為什麼還要在這裡掃地呢？」

趙州從諗禪師停下手邊的工作，悠然自在地說：「因為塵土不斷地飛進來，所以才要掃地呀！」

這位大護法疑惑地看看地面，心想明明已經很乾淨了，因此忍不住又問：「可是佛殿已經很清淨了，怎麼還會有塵土呢？」

趙州從諗禪師看著他，微笑著說：「你看，又是一粒塵土！」

這位大護法聽了點點頭，當下若有所悟。

佛陀的弟子周利槃陀伽，當初也是因為掃地而悟道的。所謂心外的塵埃要用掃把掃，心內的塵埃就得要用水來洗滌。這一位功德主，他認為趙州從諗禪師已經是大禪師了，不該還在寺裡掃除塵垢，這就是犯了自己也是塵垢的毛病。心中有一念的榮耀，心中有一念的驕傲，心中有一念的歧視，那就是自己的塵埃。所以，每一個人都要為自己掃除自己的塵埃喔！



## 國際佛光會中華總會 拚2030年淨零碳排

【記者曹麗蕙台北報導】「國際佛光會中華總會目標是在2030年前，達到淨零碳排標準。」佛光山住持暨國際佛光會世界總會總會長心保和尚，8月13日在「2022亞太永續行動博覽會」暢談「佛光山綠色永續之路」，宣告國際佛光會中華總會將透過BLIA T-Earth森林復育計畫產生的碳吸存量，提早20年達到聯合國訂定之淨零目標，成為首個淨零宗教團體；佛光山也率先提供100公頃林地響應計畫，期待拋磚引玉，建立森林復育典範。

8月13日在大會主舞台舉行「永續行動時間」，心保和尚攜手國際佛光會中華總會理事胡偉杰、綠色公益基金會執行長戴慶華，分享佛光山如何秉持星雲大師「環保與心保」理念，積極邁向「綠色永續之路」，吸引滿場觀眾聆聽與熱情回應。

### 人間佛教弘傳過程 復育地球生態

心保和尚表示，佛光山全球五大洲道場及佛光人一直身體力行淨灘、淨山、掃街，佛光會推動許多綠化指標性活動，如蔬食A計劃、e起復蔬、蔬食地圖、VEGRUN全球復蔬公益路跑、T-Earth森林復育，「地球只有一個，是我們的家，綠化與淨零碳排若不做，以後保證吃虧，愈早做愈可以得到效果」。

心保和尚並強調，一般提到環保多著重在減少油電使用與回收再利用，「其實蔬食是第一環保，若每個人發心每天吃一餐蔬食，是對環保最直接的回饋」。

心保和尚更在會中發願，「國際佛光會中華總會在2030年前，達到淨零碳排的標準」，透過T-Earth種樹所產生的碳吸存量，可超過弘法及會務發展過程所產生的溫室氣體排放量，達到零碳排，讓人間佛教在弘傳的過程，不給地球造成負擔，更進一步復育地球生態。

胡偉杰分享，人類每年排放510億噸的二氧化碳，讓地球愈來愈熱，但「國際佛光會已掌握氣候危機的阿基里斯腱」。零碳排要做到三件事：揭露、減碳及負碳，而「負碳」唯一可行的方式是自然解決方案，即「禁止砍伐、森林復育」。

戴慶華則指出，佛光會發起綠色公益基金會，執行T-Earth森林復育計畫，佛光山也率先提供100公頃林地響應，希望可以拋磚引玉，同時建立綠色公益存摺，創建森林復育典範。

### 綠色展場呼應永續 打造文青風格

「永續行動時間」結束後，佛光山《人間福報》永續長趙先之在「永續福祉高峰會」，分享「人間永續蔬食減碳倡議」主

↑佛光山住持暨國際佛光會世界總會總會長心保和尚（中），攜手國際佛光會中華總會理事胡偉杰（左）、綠色公益基金會執行長戴慶華，暢談「佛光山綠色永續之路」。



↑心保和尚在「2022亞太永續行動博覽會」中發願：「國際佛光會中華總會目標是在2030年前，達到淨零碳排標準。」

圖 / 人間社記者黃華安

題，提出《人間福報》預計3至5年擘畫，將推出「國際蔬食減碳規範平台」，讓蔬食業者能透過平台，尋求減碳認證，為地球環保盡一份力。

「2022亞太永續行動博覽會」，佛光山共有國際佛光會中華總會、《人間福報》、財團法人綠色公益基金會、社團法人中華福報生活推廣協會、與財團法人佛光淨土文教基金會參與。

一連三天活動精采不斷，尤其展場綠意盎然、氣質清新的文青風格，與大會永續行動主題相呼應，大獲民衆好評。8月14日下午邀請佛光山文化院院長依空法師分享「叢林與環保」，跨越歷史長河，從宏觀佛教叢林觀點切入環保議題，為大眾打開新視野。

佛光山西來寺近期活動	
時間	活動名稱
8/26 (五)	地藏菩薩聖誕午供 (線上視訊 10:00am)
8/27 (六)	光明燈法會 (線上視訊 10:00am)
9/9 (五)	大悲懺法會 (線上視訊 7:30pm)

## 父女情深

### 最美好的時光

文 / 梁予芊 圖 / 洪昭賢

抱著爸爸因化療而逐漸變得消瘦的腰，看著他因吃藥而愈發凹陷的側臉，我心裡極度的不捨。好在，他的肩膀還是和以前一樣的寬，一樣令人感到安心。

從小學六年級開始，我就常常拜託爸爸騎機車載我出去兜風，沒有什麼理由，只是單純喜歡兜風，希望能出去晃一晃，把煩惱拋到九霄雲外。

聽著「前世情人」的請求，爸爸雖然覺得無奈，但還是寵溺的對著我笑，然後牽起和他身材一樣圓滾滾的電動摩托車，載我出門。抱著他的腰、靠著他的背，暖暖的感覺在心底迴盪。

每周一次的「輕旅行」，是我心中最美好的時光。

有時，我們騎車去郊區看原野風光，呼吸新鮮空氣；有時，我們騎車去海邊看汪洋無際，感受鹹鹹的海風；有時，我們騎車去圖書館品味書香，徜徉在書海裡。

有一次，我因為學校的事情心情低到谷底，所以就半夜偷跑出門散心，最後還是爸爸騎著機車把我找回來。那時，他已經在做化療了，卻還是忍著不適，半夜出來載我回家。

此時微風迎來，我抱緊爸爸，我要永遠記得抱著他的感覺，永遠記得這最美好的時光。

## 雲水禪心體驗營 走入內心認識自己

【人間社記者葉家俊、郁鎮蓬洛杉磯報導】洛杉磯佛光青年第二分團所主辦的「雲水禪心」生命體驗營活動，8月13日在佛光山西來寺舉行，活動以「在瞬息萬變中，認識自己」為主題，透過《易筋經》和禪坐體驗、「認識無常」主題講座等，引領116位學員打開通向內心的大門。

開營典禮上，西來寺住持慧東法師開示：「平時我們總是被事物、情緒推著走，雲水禪心活動給大家一個機會，了解自己的內心、反思生活，了解人生的意義，開啓主宰自己人生的第一步。」

慧軒法師引導大家從《易筋經》和禪修來調身、調息、調心。隨後，由慧人法師分享，從外在、內在，重大轉變和日常等多個角度深入「無常觀」，法師引用《萬

善同歸集》的「無常迅速，念念遷移。石火風燈，不足為喻」，為大家講解該如何認識無常。

午齋時，青年二團輔導法師知義法師講解佛門用餐規矩和食存五觀，下午安排「認識西來」巡山活動、「八正道論壇」，邀請如松法師、知三法師與青年代表林雲汐、吳亞葵對談，分別從法師和青年的角度解釋八正道，藉由自身經歷引導學員理解佛法，依此校正自己的生活。

慧東法師勉勵學員：「學佛會打開通向自己內心的大門，讓堅硬的內心變得柔軟，才能讓自己的未來充滿光明和力量。」

→學員透過《易筋經》和禪修來調身、調息、調心。 圖 / 人間社記者張志誠



## 大馬佛光山 5.5噸奶粉救援斯國

【人間社記者心崇吉隆坡報導】斯里蘭卡經濟危機仍未好轉，人民仍然深陷糧食、藥品、燃料和電力缺乏的困境，星洲日報基金會、馬來西亞佛光山、國際佛光會、祝福文化基金會及馬來西亞慈惠堂5個組織，在「人道支援斯里蘭卡行動」下，已運送第2批2.5噸嬰孩奶粉至斯里蘭卡。

這5040包嬰孩奶粉在近2周內透過馬航4個班次，已載往斯里蘭卡首都可倫坡機場。在日前舉行的簡單移交儀式上，斯里蘭卡駐馬最高專員蘇曼卡拉空軍元帥代表接受，由佛光山新馬泰印教區總住持覺誠法師、佛光山東禪寺副住持滿慧法師，以及星洲日報基金會副主席蕭依劍代表5個組織，移交這批奶粉。

「從疫情爆發之初到現在，佛光山都沒有停過腳步幫助社會，幫助大眾。」覺誠法師說，當聽聞到斯里蘭卡面臨經濟危機，貧窮人民愈加貧困時，佛光山、佛光會就和星洲基金會等3個組織一起發起人道援助行動，籌款採購斯國最迫切需要的醫療用具，以及嬰孩奶粉。「當第1批6000包奶粉送到貧困婦女手上時，看到她們臉上展露的笑容，我們也一樣歡喜。」

吉隆坡慈惠堂堂主余蓮說：「慈惠堂本著濟世助人的胸懷，一直都有參與社會公益活動，這次很樂意和其他4個組織，一齊聯手發起支援斯里蘭卡行動。希望我們的奶粉能幫助一些嗷嗷待哺的孩子免於挨餓。」



佛光山國際佛教促進會南亞組專員覺門法師（左2），派發奶粉給斯里蘭卡的孩子。 圖 / 馬來西亞佛光山提供