



能接受委屈，就有出頭的機會；肯承受磨練，必有成功的一天。Accepting humiliation leads to success. Accepting affliction leads to success.

【星雲說偈】

誰是負恩人？

文／星雲大師

喚處分明應處親，不知誰是負恩人；東家漏泄西家事，卻使旁人笑轉新。

——宋·長靈守卓

這首詩偈，是宋代長靈禪師形容慧忠國師與侍者之間的一段典故。

慧忠國師身旁有一位侍者，隨侍國師三十多年仍未開悟，慧忠國師感念侍者為他服務多年，想幫助他在修行上有所契悟。

有一天，侍者在那邊做事，慧忠國師從這邊叫喚說：「佛祖！」沒有人回應。慧忠國師又叫了一聲：「佛祖！」還是沒有人回應。慧忠國師一連叫喚了三次，侍者就問：「國師，您在叫誰呀？」慧忠國師看著他，微笑說：「佛祖！我在叫你呀！」侍者一臉茫然的說：「國師！我是侍者，不是佛祖，您怎麼叫我佛祖呢？」慧忠國師心想：唉！這侍者不肯直下承擔，當下感慨說：「將來是你辜負我，不是我辜負你喔！」

侍者不懂國師話中的含義，又過了幾天，慧忠國師一有機會，又喊：「佛祖！」沒有人答應。

慧忠國師再喊：「佛祖！」侍者回答：「國師！我跟你說過了，我是侍者，不是佛祖！」慧忠國師慨嘆侍者不能直下承擔，如同南京的牛，把牠牽到北京去，牠還是牛。一個人自己如果沒有自尊、自重、自信，你把他當佛祖，他也不敢承擔。

「喚處分明應處親，不知誰是負恩人」，呼喚你的時候，是非常清楚、明白的，你的回答也應該是很親切的。然而你不能領會，將來究竟是誰辜負誰呢？

「東家漏泄西家事，卻使旁人笑轉新」，東家的人把西家的事漏泄了，搬弄是非，自己人不照顧自己人，反而引出是非紛爭，當然就成為別人的笑柄了。

所以參禪學道的人，最要緊的是把自家的事管好，把自己的佛性照顧好！



圖／妙顯

揚州鑑真圖書館執行長慧寬法師 談情緒管理

打造美麗心世界 生活更如意



【本報紐約訊】二月二十八日及三月一日，揚州鑑真圖書館執行長慧寬法師分別在新州佛光山及佛光山紐約道場，為大眾講演「開創智慧人生—談情緒管理」，共計三百餘人出席聆聽。法師與眾人分享如何認識情緒、表達情緒及管理情緒，為生命打造美麗「心」世界。

慧寬法師表示，一個人懂得管理自己的情緒，可以遠離生活壓力，保持好心情，身體自然就會健康；若能掌握自己的心，不被境界所轉，以正面思考，生活自然如意。

揚州鑑真圖書館執行長慧寬法師以許多實際案例，教大眾學習如何表達情緒。

圖／佛光山紐約道場提供

慧寬法師長期致力於心理諮詢輔導，包括婚姻、親子關係等各種關於「情緒」的疑難雜症。透過實際案例教大眾學習如何表達情緒，讓別人了解自己。尤其「第一次」的情緒表達最為重要，因為不表達，對方永遠就不知道自己最初的想法，誤會就會持續加深。

過去人人都是「愛你在心口難開」，現在是要「愛你在心口常開」。慧寬法師以多則故事說明，情緒表達雖重要，但不能亂表達，而是要正向表達及溝通，並且要「自我控制」。很多父母、師長常常為了讓孩子用功學習，習慣用較刺激性語言對孩子說話，卻往往造成反效果而不自知，就會發生誤會爭執。法師鼓勵大眾要學會自我覺察、

善觀因緣；該動則動，該靜則靜，該停則停。要保持好心情，懂得正面思考，明白因緣果報，逆境來時順境因，掌握好自己的情緒。

想要擁有美麗「心」世界，必須具備同理心，站在別人的角度看事情。常懷感動的心，感動是美麗的世界。助人為快樂之本，常常助人奉獻愛心。期許自我成長，不斷學習，還要常保定力，去除習氣，即可得到一顆美麗的「心」。

慧寬法師輕鬆幽默、通俗易懂的演講方式，讓在座嘉賓笑聲不斷，不知不覺中度過兩個小時的時光。與會大眾均受益良多，將努力學習自我控制，培養正面思考的力量，希望能夠在不同的境界，用歡喜的心情開創智慧的人生。

剃度暨傳法 弘揚人間佛教

【記者妙熙高雄報導】陽光和煦，鐘鼓齊鳴，台灣高雄佛光山喜氣洋洋，三月一日大雄寶殿擠滿近千人，參加傳法暨剃度大典的觀禮。當天有韓國、中國、香港、印尼、馬來西亞等三十人出家、入道、受法。大典圓滿後，隨即為新出家者傳授沙彌、沙彌尼戒。

殿內鐘聲撞開迷濛心靈，大眾雙手合十，恭迎佛光山開山星雲大師、佛光山寺住持心保和尚，以及佛光山寺副住持慧昭法師主法。

今年八十八歲的星雲大師是剃度出家者的依止本師，手持剃刀在「南無本師釋迦牟尼佛」佛號聲中，一一為出家者圓頂，弟子雙手合十，大師手畫三刀，口念「願斷一切惡事，願修一切善行，願度一切眾生，果證圓滿菩提。」觀禮家屬看見這一幕，淚水也隨著刀落滑下。

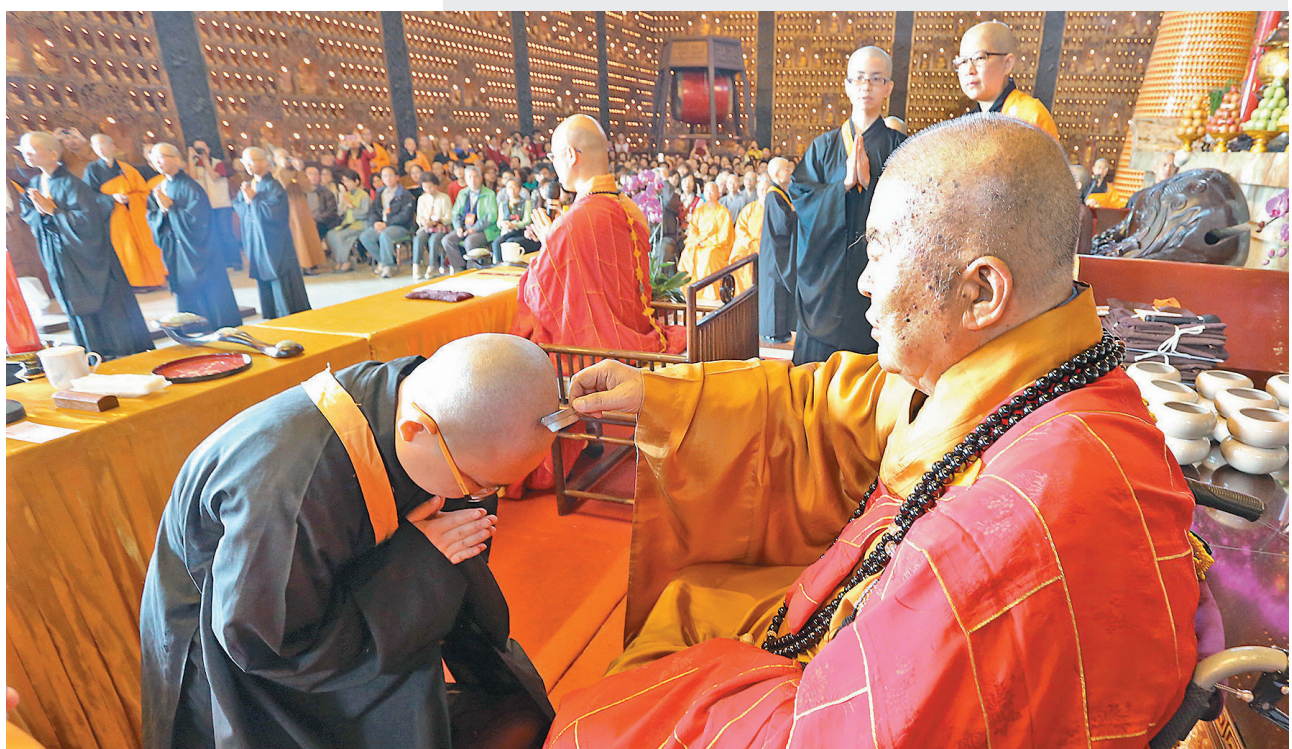
大師為新出家徒眾開示：「出家，是至高至上之事。在世俗中，雖享有紅塵的福祿，但也帶來是非煩惱。如今捨俗入道，與佛相應，無煩無惱，更需要大福報。大家當以吃苦為福報，忍耐為品德，從吃虧忍耐中成功。」

「傳法大典」接續進行，星雲大師勉勵諸法子：「過去佛陀弘法以人為本，今日在佛光山繼承臨濟法脈，當回歸人間佛教的本懷，以尊重、包容的法門，讓每一個人與佛心相應。」

六位法子分屬五個國家，很具國際性，未來將實踐「佛光普照三千界，法水長流五大洲」的理想。

其中，來自韓國的頂宇法師，目前擔任韓國軍教區教區長，為全國佛教徒軍人的導師。

三十三年前來到佛光山參訪，當時就非常景仰大師，並學習佛光山



佛光山開山星雲大師（右）為發心出家的青年圓頂。

圖／人間社記者陳碧雲

的人間佛教，今日能受法，成為法子，就像佛陀在靈鷲山上拈的花，藏在心中已久，終於拿出來展現在世人面前了。

星雲大師叮嚀法子：「水有源頭，法有根本，今日受法後，法子們要經常回到佛光山總本山禮拜，一日佛光人，終身佛光人。」

南京大學中華文化研究院的程恭讓教授首次參加典禮，心中非常震撼。

他表示，雖然大師年邁行動不便，但典禮程序依循古制如法如儀。再來，傳法者與剃度出家者的表情和行止，都呈現安然而虔誠的信仰精神。

六個國家的多元性，則展現出人間佛教的國際性格，可以說佛光山所提倡的人間佛教，是讓佛教的傳統與現代完美結合的新典範，也看出人間佛教的希望與未來。



紐約佛光協會 新任理事授證

國際佛光會紐約協會於三月二日舉辦「第九屆理事授證」，現任會長李依鴻，從前任會長林達興手中接下了會長肩帶及會旗，代表著佛光人的責任與傳承；並由住持覺泉法師一一頒發理事證書給現任理事；同時，八個分會的新任會長及佛光青年團也進行了交接，過程莊嚴隆重。住持覺泉法師勉勵與會的佛光人，要有靈巧慧心、道念悲心、大志願心、愧意漸心、精進恆心及忠誠信心，必能使佛光普照，法水長流。

文與圖／佛光山紐約道場提供

人間學院

招生中

太極拳

每週二 7:30 pm

經典讀書會

每週三 7:30 pm

《大乘百法名門論》

人間讀書會

每週四 10:00 am

「菩薩行證」

3/16 開課

善童學園 Children's Sunday School

每週日 10:00 am



大悲懺法會

3/16 (日) 9:30 am

歡迎蒞寺 拈香禮佛 共霑法益

