



以主角的身分、配角的心情上台，将会敷衍了事。
A star whose acting is second-rate performs as if in a supporting role.

星云大师/Venerable Master Hsing Yun

人間福報

The Merit Times
New York

佛光山纽约道场

NO.345

International Buddhist Progress Society, New York
154-37 Barclay Ave., Flushing, NY 11355 Tel: (718)939-8318
Fax: (718)939-4277 E-mail: newyork@ibps.org www.fgsny.org

丛林普坡 服务中发现价值



文与图/佛光山丛林学院

佛光山新春平安灯法会圆满，全院师生参与出普坡（注）。走进头山门，沿途总能见脸上带著笑容，欢喜参与常住作务的学生，不分你我齐心协力，从拆灯柱、压平灯笼、到灯泡线的整理与分类，专注当下每个环节的衔接，都是学习合作分工的最佳机会，透过沟通配合与协助，除能有效率地完成作务，更能从中发挥自己的力量，体现自我价值。

据《入唐求法巡礼行记》卷二载，当收获莴苣萝卜时，院中上座等尽出拣叶；如庖头无柴时，院中僧等尽出担柴。在佛门，出坡时，上至和尚，下至各寮行单，除公务外，一概都到坡场，充分表现出僧团集体创作、自食其力、民主平等的精神。

创办人星云大师说过，出坡服务，是天经地义的事，自古以来，哪一位大德不是从苦行中建立自己？



出坡在佛教也是一种修行、一门功课，从出坡中可以了解工作的神圣、服务的伟大，体会自己是个有用的人。过去许多古德高僧都是从出坡作务中成就，譬如禅宗六祖惠能，就是从舂米房中舂出他的真如佛性，法远禅师在汝州叶县广教院为饭头僧，受种种折磨而悟道。禅心要在工作中才能体会。

师生上下一心出坡作务，除了锻鍊身体、劳动筋骨，透过扫除、擦拭、整理事物过程，其实也在一点一滴的清静、拂拭、灭除自己的妄念无明，从「扫地扫地扫心地，心地不扫空扫地」中理解出坡出的不是外境，而是内心的坡场；唯有心

垢涤净，方能显发菩提自性的光明，这才是出坡真正的寓意。

普坡过程中，师长带头以身作则，经验传承与分享传统。在集体作务中，感受众中有我，我在众中的荣誉与归属，大众各司其职、各尽其力，聚合每个小小的力量而成就殊胜功德，如同华严世界中的一即一切，一切即一，不分彼此，圆融无碍。

注：普坡，即是出坡，在佛教是一种修行，是禅林的规制，凡逢作务劳役时，全寺大众，无分职位大小，必须共同参与，称为出普坡。从出坡中，可以藉由扫除外在的污垢，进而观照自心的染垢。



同学心得

经论教理系2年级/知常

每年新春过後的普坡都是检验自己1年修行是否成长的重要考核。这次承担组长职责，为了在有限时间内完成任务，事前与其他组长多次讨论工作细节，深怕疏漏掉哪个环节而耽误大众的宝贵时间。出坡过程中，除了自己手边的工作，更要兼顾其他人是否有需协助与调整的地方。带领组员的过程中，我发现只要把人放对位置，每个人都能发挥力量共同创作。从中体会到家师从来不会去比较弟子的资质，而是适才适所给予发挥空间，这不就

是四摄法中的利行，菩萨道的精神展现吗？因为「给」人信心，每个人都有机会崭露光芒，让佛光山百花齐放。

专修班1年级/樊君梅

出普坡，是从林生活中既有趣又有意义的一件事。这天无论你是什麼职务，和大家一起换上工作服，共同作务，充分体现丛林里的平等精神。拆下一个多月来带给无数大众喜悦与温暖的平安灯时，内心感到相当平静；新春圆满後，回归日常轨道的那分安定，让我体会到无论多麼忙碌、热闹的生活，最後都要回归安住身心的修行，才能成为发心立愿的养分。

友寺来访交流



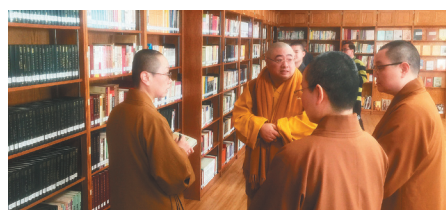
【人间社记者林雪梅纽约报导】纽约东禅寺住持通智大和尚带领法师及在家居士等一行9人，5日参访佛光山纽约道场，专程为东禅寺新设图书馆而来请法宝。住持永固法师因公出门，当天由纽约道场监院有望法师代表住持率所有法师欢喜接待。

通智大和尚、有望法师就新冠病毒疫情分享防疫心得。有望法师说明，佛光山对疫情发起全球分别院诵《心经》回向活动，目前已诵满逾2500万部；道场将所有课程采用视讯教学，法会也利用视讯同步传送，以利信众在家修持，减少群聚感染的风险。

有望法师陪同通智大和尚参观纽约道场的图书馆、教室，认识道场的设施；通智大和尚说：「很认同星云大

▲佛光山纽约道场监院有望法师（後排左4）及法师们与东禅寺参访团欢喜合影。图/佛光山纽约道场提供

▼纽约东禅寺住持通智大和尚（左2）参访纽约道场图书馆。



师以「文化、教育培养人才」为弘法宗旨，值得我们效法与学习。」永固法师非常看重法宝的流传，更欣喜有佛教寺院成立图书馆。为此，永固法师准备星云大师著作及佛光山出版品，让通智大和尚带著法宝欢喜而归。

长岛多元宗教参访团 认识人间佛教



长岛多元宗教论坛组织参访佛光山纽约道场，由监院有望法师（前排右5）及有宗法师（右6）接待。图/人间社记者顾根生

【人间社记者文果纽约报导】长岛多元宗教论坛组织（LIMFF）主席Arvind Avora带领11位各宗教代表，5日参访佛光山纽约道场，由纽约道场监院有望法师及有宗法师接待导览。

此次LIMFF参访因缘是，代表印度教的主席Arvind Avora提议到纽约道场交流，经过2个月筹划而成。当天有主席Arvind Avora、副主席Richard Visconti及甘地基金会代表Bakul Matalia, Mamhasse Friends Meeting的Irene Goodman、Barbara Meli等11人参加。

有望法师及有宗法师介绍道场的设备环境，亦说明道场的法会活动，还有大殿里摆设法器及佛像、佛龕的意涵。随後，参访团来到斋堂享用素食料理，许多人赞叹：「原来素食也可以这麼多变



有望法师带领参访团饭前持诵《佛光四句偈》。

化！」餐後，大家轮流读出餐垫上所印制的星云大师一笔字，如三好、茶禅、自在等，皆表示认同佛光山所提倡的理念，也感受到佛教文化的蕴含。

有望法师代表常住致赠大师著作英文版《人间佛教佛陀本怀》、《献给旅行者365日—中华文化佛教圣典》及「行道天下，福满人间」一笔字春联，让参访者欢喜获得法宝智慧，「希望未来纽约道场举办活动时，能通知我们来共襄盛举」。

大悲懺法會，清明法會，人間學院-佛學課（網路直播），才藝課程（另行通知）

The Great Compassion Repentance Service

大悲懺法會

3/15
Sunday 9:30am

歡迎十方信眾 闍府參加 同霑法益

佛光山纽约道场

孝親報恩

清明法會

FILIAL PIETY MEMORIAL SERVICE

4/5(日)
9:30am

功德項目：懺主、超薦牌位、供齋、贊普
歡迎十方信眾闍府參加，同霑

人間學院社教課程

Humanistic College

人間佛教 Humanistic Buddhism

禪修班
佛教入門八堂課（普通話）
佛教入門八堂課（粵語）

人文藝術 Cultural Arts

敦煌舞 二胡班 池坊花藝 水墨班

生活應用 Life and Social

啦啦隊班 佛光合唱團 佛光兒童合唱團

佛光山紐約道場為社區大眾提供全方位學習
各項活動和課程歡迎親洽道場服務台詢問報名

開課詳情請電話洽詢：

718-9398318