



佛光世紀

星島

BUDDHA'S LIGHT NEWSLETTER (Singapore)

2022年7月 第二九二期

MCI (P) 002/08/2021

人间佛教系列一伟大的佛陀(上)

我们做人儿女的，一定认识自己的父母。身为一个佛弟子，对佛陀能不认识吗？看到佛像就是认识了佛陀吗？当然不是。做一个佛弟子，对真正的佛陀不认识，是很遗憾的。有一首偈子：「佛在世时我沉沦，佛灭度后我出生；忏悔此身多业障，不见如来金色身。」可说是现在佛弟子共同的心情写照。

或许有人认为：佛，是一位来无影，去无踪，神通广大，本领高强的神仙。或许也有人想：佛陀大慈大悲，向他祈求什么就有什么，真是如此吗？我们平时看到佛陀趺坐莲台上，沉静安详，不多言语，对我们不批评，不计较，也不责备，大家都觉得他很好，于是心悦诚服的顶礼他。假如佛陀常常指示我们：「这个不可以」、「那个不是这样」，可能大家就不会喜欢佛陀了。以下列举的十个问题可以帮助我们认识佛陀的本来面目。

一、佛陀会生气吗？

凡人很容易生气，佛陀是不是也会生气呢？佛陀当然会生气，只是佛陀的生气，跟一般人的生气不一样。我们生气，是因为别人欺负我，障碍我，为了保卫自己，所以会生气。佛陀不是，我们对佛陀不好，佛陀不会计较，但是我们对别人不好，佛陀就会生气了。

有一次，佛陀带领一群比丘弟子出外弘法，弟子中有性情急躁的，也有迟缓的。到达休息处所，急性的弟子抢先把床位占用了，还说道：「这是我的！」「那是我的！」所有的床位都被占满了，首座弟子舍利弗尊者没有地方睡，只好在屋外经行。佛陀看见便上前垂询：「舍利弗，这么晚不睡觉，在庭院走来走去做什么呢？」舍利弗尊者据实回答：「人多，床位少，初学比丘都想找个床位休息，我就让他们。」佛陀听后非常生气，连夜集合大众，开示对于长老应有的尊敬。

今天社会秩序混乱，长幼伦理脱节，就是因为不尊敬长辈的关系。过去，父母教训儿女：「你们怎么不听爸爸妈妈的话？」现在，儿女对父母抱怨：



「爸爸妈妈，你们怎么不听我的话？」甚至年幼的小孩子跟父母要东西时都会耍赖：「你们如果不买给我，我就不替你们念书了！」过去，老师教导学生，学生一定虚心接受，现在的学生，却时兴批评老师：「某某老师不好，每次我建议什么事情，他都不听。」过去，老板指导员工事情如何如何做，现在的员工反过来要求老板：「薪水应该提高到……才足够家用。」过去，在军队里是长官命令，部下遵循，现在的部下可以开会公然批评长官。上下没有标准，社会的伦理不能维持，社会秩序自然会混乱。

对于只知谋一己之利，漠视他人的辛苦、困难，这类的事情，佛陀是会生气的；即使是童心戏言，只要侵犯到他人，佛陀也会生气。例如：罗睺罗是佛陀出家前的孩子，他小小年纪跟佛陀出家了，因为年纪小，比较顽皮，爱说一些不当的话，曾有人遇到罗睺罗，问他：「你知道佛陀在那里吗？」佛陀本来在左边房子里，他偏偏指着右边告诉对方：「那边，那边。」等到对方扑了空折返，罗睺罗就很开心。佛陀知道后，把罗睺罗找来，罗睺罗一看到佛陀严肃的样子，不敢讲什么话，默默端了一盆水给佛陀洗脚，好让佛陀能赶快去登座说法。佛陀洗过脚后，却吩咐罗睺罗：「把这盆水喝下去。」

罗睺罗一听，惊讶的回答说：「佛陀，洗过脚的水很脏，是不能喝的呀！」

佛陀对他开示：「你说谎妄语，你的嘴就像盆里的污水一样脏，人家也不要你的。」

罗睺罗将水倒掉后，佛陀又说道：「你将这个木盆拿去盛饭吃。」

罗睺罗显得很为难，说道：「佛陀，洗过脚的木盆很脏，不能把饭菜装到里面去呀！」

佛陀又责备道：「你的嘴时常说谎骗人，就像这肮脏的木盆一样，好的东西永远也装不进去。」

说完话，佛陀一脚朝这盆子踢过去，盆子咚咚地滚了好远，罗睺罗吓了一跳。佛陀问道：「你怕我把木盆踢坏吗？」

罗睺罗回答：「不是的，木盆不值钱，踢坏了可以再买一个，没关系的！」

佛陀再一次呵斥道：「说谎的孩子，就像这坏盆子一样不值钱，踢坏了也不可惜。」

从这段故事，我们可以知道：佛陀无私无我，但对说谎欺骗别人的事，佛陀是会生气的。佛陀教导罗睺罗的方式，正是天下父母对孩子「爱之深，责之切」的寄望。佛陀的生气，是从慈悲心出发，而不是从嗔恨心出发，佛心和天下父母心是一样的。

二、佛陀会悲伤流泪吗？

佛陀有伤心的时候，也有流泪的时候。

曾经，有一个外道魔王对佛陀说道：「我们不喜欢你的佛法流行，我们要跟你斗争到底！」

佛陀一点也不介意道：「你怎样来破坏，我都不怕。」

「我们到处批评你、毁谤你！」

佛陀平淡地说道：「不怕。」

「我们用刀枪、棍棒打击你！」

「刀枪、棍棒，我也不怕。」

(文转第二页)

(文接自第一页)

魔王一听，心想，他这也不怕，那也不怕，再说道：

「那我们做你的弟子，穿你的袈裟，吃你的饭，却不行你的道，你讲戒定慧，我们就行贪嗔痴，一切作为都和你的佛法相反，用这样的方法来破坏你。」

佛陀听到这里，不禁流下伤心的眼泪，愍念末法众生将面临的灾难，佛陀终于哭了。

这叫「狮子身上虫，还吃狮子肉」，现今社会，有很多人打着佛教的旗帜，穿袈裟，做佛子，却败坏佛门清誉，佛陀怎会不伤心呢？一个家庭中出了不肖子孙，家庭会衰败；一个统理天下的国王宰相，如果家有悍妻，任凭你天大的权威，也无可奈何。对于不受教的儿女，父母会伤心悲哀，同样的，对于不肖的弟子，佛陀也是会伤心流泪的。

僧团里，有一种办法对治这类人，就是默默摈置，不理睬他，这是消极的对治办法；但是，对于僧团以外的人，就很难有约束力了。所以，一个家庭里，对子女的教育要更加强；佛门也一样，必须致力法制组织与教育制度，才是净化僧团之道。

三、佛陀有没有欢喜的时候？

佛陀都是生活在欢喜里。佛陀的生活可分为两种：一种是自受用的生活，一种是他受用的生活。

简单地说，我们每天有多少钱，可供自己衣食住行，叫做自受用；每天有多少钱布施给别人，救苦救难，叫做他受用。佛陀自受用的是他的真理法喜，以及从禅定中得到的定静禅悦。佛陀的他受用，是他说法给你欢喜，以慈悲庄严给你欢喜；佛陀所有一切与众生结缘的，都叫他受用。我们每一个学佛的人，要懂得把握佛法，了解那些是自受用？那些是他受用？譬如：礼佛、诵经、打坐、忍辱、精进、持戒……是自受用的生活；每天讲好话给人欢喜，做好事帮助别人，解决别人的苦难，多行慈悲，多行布施，时时广结人缘，让大家快乐，是他受用的佛法。《金刚经》所说的「如来善护念诸菩萨，善咐嘱诸菩萨」，也就是佛陀自受用和他受用的生活写照。

佛教中，每年的农历七月十五日是盂兰盆会，也叫「僧自恣日」；这一天佛陀特别欢喜，所以又称「佛欢喜日」。为什么七月十五日特别欢喜呢？原来在僧团中，诸比丘每年从四月十五日起结夏安居，到七月十五日这一天算是一段修行圆满，信徒藉此因缘供养僧众，这份供养的功德，让信徒的历代祖先，也能仰仗比丘们的修行而受福，可说是「人天普渡」，所以佛陀非常欢喜。

佛法是提倡欢喜快乐的，我们每天都应当培养喜悦的性格。有的人经常沉着脸，一付忧愁的样子，日日如

此，一生都如此，时时都在忧愁、苦恼、烦闷中过日子，实在好可惜。偈云：

「面上无嗔是供养，口里无嗔出妙香；心中无嗔无价宝，不断不灭是真常。」如果我们能学习凡事忍之于口，不形于色，甚至不只将怒气不形于色，更能不起于心；那么心上无争，脸上自然能安详愉悦，诸事也都吉祥如意了。

我们没有什么东西布施给别人不要紧，最要紧的是把欢喜布满人间。人世间的烦恼虽繁，但至少不要把白天的烦恼和忧愁带到床上，晚上睡觉安安稳稳的睡；也不要把悲伤、苦闷带到饭桌上，吃饭的时候，欢欢喜喜的吃。伤心难过也不要带到明天，更不要挂在脸上，让别人看到，影响别人。我们不妨订个家庭合约，父母兄弟姊妹见面的时候要互相欢喜，不欢喜就不要见面。

像我的学生徒众不少，但他们快乐的时候，很少来找我，等到他们烦恼苦闷、痛苦流泪的时候才来找我，我常笑着问他们：「每次见到你们，我都是欢喜的，天天把欢喜的话讲给你们听，你为什么只把烦恼忧愁抛给我呢？每天看到你们忧愁满面，眼泪鼻涕的，我也受不了，以后欢喜的时候来找我，烦恼的时候不要来找我，好不好？」

有些人很吝啬，一句好话都不肯说，所以我经常提倡「见面三句话」，就是人见人见了面要讲：「你好啊！」「天气很好啊！」「大家好！」见面要对人说出三句好话，让人从你的话中感到欢喜受用。

除了「见面三句话」，还要「吵架一回合」。比方说：太太煮饭，煮得很辛苦，摆到桌上，叫先生：「喂！来吃饭了。」

先生不耐烦应道：「好啦！好啦！等一下！」

这个时候，一回合就该停止了，假如太太不停，再来一回合：

「好啦，好啦，叫你好几次，你都是『好啦，好啦』，你到底要我叫几遍，你才要吃啊！」

先生更不耐烦的责问道：「你难道没看到我在忙吗？」

太太当然也有话说：「忙！忙！你一天到晚都忙，你不知道我也忙吗？」

就这样第二回合、第三回合吵下去，夫妻大战就爆发了。所以记住吵架一回合，武林高手过招，一回合就要分胜负，老是打烂仗，怎么能休止呢？怎么能欢欢喜喜生活呢？

我们要学习佛陀给人欢喜，佛光山就是秉持佛陀的精神，订定「给人信心、给人欢喜、给人希望、给人方便」四大工作信条。

四、佛陀在生活中有没有享受的一面呢？

每一个人都希望生活享受好一点。听讲经，有的希望能有好位置，坐得舒服一点，或者希望装个冷气，铺个

地毯……这是生活上的享受。为什么人人都想追求功名富贵？也无非是要改善生活，希望在生活里能多一些享受。其实功名富贵是享受吗？这也不尽然。它常常带给人们烦恼；从感官上去追求的享受，实在很有限。眼睛要看很好看的東西，耳朵要听很好听的声音，身上要穿很柔软的衣裳，但是，当这些感官上的享受一过去，会让人觉得空虚、寂寞，如同盛席华筵散场之后，必定留下满地的杯盘狼籍。世间功名富贵的享受，往往要付出很大的代价，当人受到外境的声色驱使，内心是得不到安宁的；如果能不看、不听，也就没有什么外境能束缚我们了，内心的法喜若能源源不竭，才算是长久的享受。

佛陀有一位弟子叫跋提王子，有一次，他跟比丘们一起修道打坐，忽然间叫了起来：「快乐啊！快乐啊！」正巧佛陀经过那里，就问：「什么人喊快乐啊？什么事情快乐呢？为什么喊快乐呢？」跋提回答说：「过去我在皇宫里面，有很多护卫保护，却仍害怕人家陷害我、行刺我；在皇宫里，虽然吃得好、睡得好，但仍然食不知味、睡不甜蜜，实在没有意思！现在，我出家了，在山林里面修行，解脱了束缚，我什么也不怕，连托钵得到的青菜、萝卜吃起来都很美味。在这里打坐，只觉得心里干干净净的，无忧也无虑，修道真是太快乐了，我就忍不住叫出来了！」这不也是一种享受吗？

佛陀享受的快乐是什么呢？是涅槃之乐。涅槃的快乐有四个特性，就是「常、乐、我、净」。佛陀感觉生命的久长，他会快乐；感觉生命里有一种自然的喜悦，他会快乐；感觉生命的存在，他会快乐；感觉生命的单纯清净，更是快乐。许多人忙得忘记自我，失去了自己，当然就没有快乐了。涅槃里有清净的快乐，如果懂得佛法，在生活里要求这种快乐的事，实在很多也很容易。

我们平常讲「助人为快乐之本」、「知足常乐」、「能忍自安」，知足里有快乐，惭愧里有快乐，对人生起恭敬心，也会有快乐；有信仰的人有快乐，安详寂静也会快乐。我们不要从感官上去找快乐，快乐的泉源在自己的心里，找到心就可以享受到快乐。念佛，念佛里有快乐；打坐，打坐里有快乐；礼拜，礼拜里有快乐。有时候，打坐到心里没有任何念头，没有任何欲求，只想永远禅定在这片轻安法喜中，这不就是享受快乐吗？更积极一点，布施急困，修桥铺路也是快乐。跟人广结善缘，自然就会得到助缘，就会享受到快乐。

过去的佛教，一般都以为吃苦才是修行，这是错误的，佛教本是幸福之教、快乐之教，它不是要你吃苦

(文转第三页)

(文接自第二页)

的。所以讲「苦」,只为说明人间实相本来是苦的;「苦」只是获得快乐必经的某些过程,如同蝴蝶必须破茧才能飞翔,树干必须刨锯才能成材。我们学佛的人,必须从苦海里渡越。你骂我,批评我,毁谤我,我可以从中享受到快乐;面对一切的灾难屈辱,都能甘之如饴,我们不但不生气,反而要感谢对方,给我们一个消灾、消业的机缘呢!我们要像佛陀一样,享受清净的涅槃乐。辛苦赚的钱,被人倒闭了,如果没有佛法,会难过生气,如果有佛法,「嘿!感谢你,我欠你的债还清了!」无债也无挂碍,为什么不高兴呢!

世间上,好事固然令人快乐,就是一些不如意的、负面的事,如果我们懂得佛法的「随其心净,则国土净」,就可以用清净的心来转变世间;烦恼都是菩提,烦恼都是快乐。譬如:当爸爸妈妈管教太严苛了,不要烦恼,应想到:「还好,有这么严格管教的爸爸妈妈,让我不做坏事。」婆婆天天罗里罗嗦的唠叨,做她的媳妇好难哦!要想到:「还好,有这么一个婆婆在,让我凡事小心谨慎,以后还可以去竞选模范媳妇呢!」

世间上任何一个境界,只要你的心转一转,哪一个地方没有快乐?

五、佛陀有感情吗?

佛弟子常常将佛陀神化,认为佛陀跟人不一样:感情是污染、烦恼的,佛陀应该没有感情。事实上,佛陀很有感情!佛陀的感情是对一切众生都施予平等之爱,他的感情就是慈悲,所谓「无缘大慈,同体大悲」。爱之上是慈悲,慈悲之上是「无缘大慈,同体大悲」;佛陀的爱,佛陀的感情,是很难用凡夫心去衡量的。

什么叫做「无缘大慈」?吾人的慈悲是有限的。若是自己的同乡、同学、同门、亲戚,因为彼此关系近,有因缘,会给对方一些慈心,这是有缘的慈爱;佛陀提倡的是无缘大慈,予人快乐,不一定要有关系。譬如:我们彼此不认识、素昧平生,不过,你现在有了困难,需要我的帮忙,我无条件协助,这就是无缘大慈。

什么叫「同体大悲」?和我们有关系、有因缘的人,我们会感同身受他的痛苦,而尽力为其拔除。但是对于没有关系的人,我们就不一定会伸出援手了。可是,佛陀的大悲不是这样的。比方说:我的手烂了,长了烂疮烂肉,好臭哦!不过我会好好的保护它,好好洗涤、好好敷药,不会嫌弃它,因为这是我的手、我的身体,我当然要爱护。对于一切众生,那怕是陌生人,都认为「他跟我有关系,他就像是我身体肢节的一部分」,这种视人如己的悲心,就叫同体大悲。

学习「无缘大慈,同体大悲」,可

以先观想把彼此立场调换一下,假如我是你,推己及人,「无缘大慈,同体大悲」的心就容易生起。再举一个例子,有的人很喜欢抓香港脚,抓过后还往鼻孔上嗅一嗅,这是为什么呢?因为是我自己的,臭也变成香了。所以,如果我们能把众生都当成是我的,又怎会嫌弃他呢?

佛陀曾到忉利天为母亲说法,为父亲担棺,能说他没感情吗?佛陀对感情表达的方法非常清净,非常圣洁,是不着痕迹的感情。例如佛陀成道后第二年,回到故乡,跟父王、诸兄弟谈话,曾做过他王妃的耶输陀罗,也急着想见从前丈夫,她等得非常焦急,心想:他怎么还不来看我呢?好不容易,佛陀来了,耶输陀罗又想:他来的时候,一定要好好地骂一骂这个忘恩负义的薄情人。但是,一见到佛陀那种慈悲庄严的样子,耶输陀罗不禁跪了下来。佛陀又如何面对耶输陀罗呢?他对耶输陀罗说道:「耶输陀罗,对妳,我是很抱歉的,但是请为我欢喜,我对得起一切众生,我成就了佛道,我是佛陀了。」这些话既安慰了耶输陀罗的情绪,又表达出一位觉悟者的立场。我们一般人恐怕很难做到像这样慈悲和智慧两全的境地。

我曾有几十年没见过我的母亲,当时我很希望能把她接到日本见一面,终于,有一个因缘,在日本成田机场会面,因为几十年没见面,远远地,我心里想着,这是不是母亲呢?当她靠近我的时候,好似要大哭一场的样子,毕竟是分别几十年的母子相会啊!但是,当时的情况不同,我立刻跟她说:「这里不可哭,跟我来。」那是飞机场,不能哭。那时我仿佛看到母亲正要落下来的眼泪,马上又收回去了。我的意思是:要哭,也要到房子里面才哭,不管什么样的情感,最重要的,不要让它成为一种情绪,自己要能驾驭,要能控制,才不会一发不可收拾。

佛陀也曾为生病的弟子拿茶、拿水,为年老的弟子穿针引线、缝制衣服……佛陀是有感情的,那种纯真的感情,佛教称为「慈悲」。

六、佛陀会不会说谎呢?

佛陀会说谎吗?这是很严重的问题。五戒里的杀、盗、淫、妄、酒是根本大戒,说谎就是妄语,怎么可以呢?但是,佛法是活的,用贪嗔愚痴所犯下的杀、盗、淫、妄、酒就是犯了根本大戒;如果因慈悲心而犯杀、盗、淫、妄、酒,有时候却是菩萨道的另一种看法。

比方说:一个恶人拿了刀枪要去杀人害人,怎么办呢?眼睁睁看这个坏人去杀死那么多的好人吗?为了救那些好人,只得以慈悲心先把坏人杀了,这跟以嗔恨心杀人又不一样了。你要持刀枪去杀人、拿毒药去害人,我知道了,先替你把刀枪、毒药收藏起来,你

能说我偷盗不该藏它,好让你去杀人吗?佛陀在这种情况下,就有方便智慧作另一种特殊处理。

佛陀有一次在林间打坐,有个猎人射中了一只兔子,这只兔子逃到佛陀的袈裟下面,猎人一路追来,问佛陀说:「你看到我的兔子吗?」

佛陀当然看到了,不过佛陀却说:「没有!」

这是不是说谎呢?

「你一定把牠藏起来了,那只兔子是我的晚餐,请你把牠还给我!」

「哦,只是一顿晚餐啊!」

佛陀取出随身的戒刀,问猎人道:「若我把膀子割下来,能够相抵一只兔子吗?我这只手臂就给你当晚餐吧。」

为了救度众生,方便妄语的后面,有着大无畏的慈悲,这已经不是一般的妄语说谎了。这是如《金刚经》所云:

「如来是真语者,实语者,如语者,不诳语者,不异语者。」

佛陀在因地修行时,有一次在路上行走,遇到一个坏人想谋杀五百名路过的商旅,以便窃取财物,佛陀知道后,毫不犹豫的把坏人给杀了;在佛陀的想法,宁可让自己因杀而受业报,也不能让五百人无缘无故而丧命。佛陀也会说谎骗人,但是,佛陀是以是非、善恶、轻重的观念为出发点。

七、佛陀有没有工作呢?

有一次,佛陀到天臂城托钵,这个国家的国王叫善觉大王,是佛陀未出家前的岳父。善觉大王看到佛陀,很生气地说:「你这个人不要国家、不要妻子,天天游手好闲,你对世间没有什么用,你不工作,不事生产,我不准许你在我的国家托钵!」佛陀回答:「善觉大王,你说错了,我每天用慈悲的犁,耕种众生的福田,播撒菩提的种子,我每天都这样不停的忙着,怎么说我没做事呢?」所以,从佛陀起,所有的宗教师——佛陀的弟子,僧团的比丘、比丘尼,只要他每天能精进地修行办道,用慈悲德行来改善社会、净化风气,不就是工作了吗?

曾经,波斯匿王要对跋耆国用兵,佛陀用方便善巧之法,使战争不致发生;迦毘罗卫国遇到琉璃王侵略时,佛陀发起保护迦毘罗卫国运动;佛陀帮助须达长者,教育他不孝顺的媳妇玉耶女,使其家庭和谐;佛陀帮助摩登伽女改邪归正;感化指鬘外道不可杀人……佛陀使千千万万人得度,更使千千万万人开启智慧之门,认识自己,他的工作是多么的重要而神圣!



...待续

卫塞节英文佛学讲座 认识不同时空的佛陀

5月14日，新加坡佛光山卫塞节庆祝活动首日有数千人涌入道场，回到好久不见的道场浴佛吃素食，同沾佛陀的喜悦。下午2点，道场2楼海会堂，一场“Meeting the Buddha in Different Space and Time”英文讲座开讲。主讲人觉谦法师从佛陀的降诞图片开始讲起，再以佛陀的成长到出家苦

行、降魔证道的图片，介绍佛陀，最后进入主题，讲解佛陀时期希腊式佛教造像及犍陀罗时期印度本土佛像艺术的风格。最后再以佛教进入不同国度后所展现出风格各异的造像，为近75人讲述隐藏佛像背后的各个国家在造像时，为佛像注入的文化意涵。法师幽默风趣的讲解，大家轻松听，接受佛

教文化的洗礼。

卫塞节大家来浴佛祈福供灯，为自己及家人播植福田，来听英文佛学讲座，认识中外不同时期的佛像，看见佛教造像艺术的文化内涵，卫塞节来道场不但增加福报，也能吸收佛教艺术内涵。



南侨中学文化之旅

在疫情逐渐缓解，社会稳步开放的当下，2022年6月25日一早，新加坡佛光山做好了防疫措施，迎来进行文化参访的南侨中学70位师生。

这所具有70多年历史的新加坡学校，每年都会由老师选一天，带着同学进行一年一度的佛光山文化之旅。此活动的要旨在学习中华优秀传统文化和培养学生文化艺术的素养。

9点15分师生们在大殿由妙穆法师开示，主持首先向同学们致欢迎词，并介绍新加坡佛光山的建寺缘起。妙穆法师也表示，此次活动涵盖三项文化艺术——花道、茶禅和禅话禅画，无论茶道、禅画或花道，其实都只是一个媒介，只希望借由这个媒介回到内心，认识真正的自己。法师向学生灌输“三好”的观念，希望同学们能少烦少恼，提升自己的智慧和慈悲心。

9点30分活动正式开启，师生们分为3组，轮流在义工师姐们的带领下，安静穿梭在道场内不同的地点，与常住为他们精心策画的活动来一场别样的邂逅。师生们在活动中不仅专心聆听法师的详细讲解和示范，也亲身体验插花、茶禅和禅话禅画的乐趣。

带领茶禅的妙觉法师，简单介绍茶禅的文化历史和道具，并让同学从泡茶中静下心，由品尝茶食里，品出一啄一饮皆是禅的自在与欢喜。学生们各个听得非常认真，伴随着法师的讲解和演示，纷纷开始了自己的茶禅之旅，在做中学、学中做。法师表示如再能将静心的方法，运用于日常生活的读书上，效果会更好。

禅画禅话一开始，妙裕法师分享给大家一些简单的练习用具，并介绍禅画的意义和基本练习技巧。法师教导同学们先把心静下来，手、眼、心要专注，在静心调息中，逐步完成一笔一画，耐心描绘出属于自己特色的禅画。

插花艺术是一种源远流长的汉族文化。教导插花活动的Amelia和Regina老师鼓励同学们做事不要急躁，在插花过程中，体会源自心底的愉悦、宁静与安详，插出来的花束，不仅能以作品供佛，也可送给家人或有缘人，让欢喜希望满人间。

南侨中学70位师生们很感谢佛光山为他们举办的中华文化体验活动，也很欢喜能入佛门体验日常生活中因为存好心，而看见用心的美丽；不仅在活动中看到自己的喜悦，也体会到把

握当下才能创造美好的因缘。

大部份的男同学表示，他们最喜欢的是茶禅文化，因为茶禅不只让他们了解茶禅的意义和可一享好喝的高山茶与可口饼干外，更感谢妙觉法师的开示，在生活中要能看到自己起心动念，找回散落的心，把心定下来，把它带回生活里，让自己更加专注。女学生们都非常满意三项活动，并表示对自己所完成的花艺成品充满了浓浓的满足与自豪感。大多数学生都小心翼翼地把自己的成品提在手上，满心满意说要带回去献给父母。

学生们在完成所有体验后，享用了常住所准备的午餐。一堂禅画、一席茶席配合插花艺术，简单而又深刻的三堂课，在大家温情暖心的氛围中，本次文化活动圆满落下帷幕。（徐敏芳）



德士司机落发为癌症病患募款

6月2日“2022 Hair for Hope”慈善义剪活动, Punggol Shore 社区委员会第二年在佛光山举办, 为30位德士司机们提供场地及4位义剪美发师, 完成为癌症病患义剪爱心募款活动。与会嘉宾有杨浣凌国会议员、住持妙穆法师、新加坡协会沈清发督导和黄菱璉副会长。

2日早上9点活动开始前, 大家陆续前来报到。为了活动方便前一天义工便布置好场地、座椅。10点活动一开始, 由住持妙穆法师致欢迎词揭开序幕。

妙穆法师表示慈善义剪活动是新加坡佛光山常规活动之一, 由于新冠疫情的影响, 停了2年。现在政府疫情禁令放宽, 大家仍不忘全程戴口罩及保持距离, 降低感染风险。也借此感谢大家心存好心且热心参与活动, 力所能及地为有需要的群体提供许多贴心的服务, 让爱继续传递。

杨浣凌议员致词时也说, 感谢佛光山对社区的关怀总是不遗余力, 也感谢德士司机们在疫情期间对新加坡的尽心尽力。通过此次爱心活动, 德士司机们享受到的不仅仅是免费理发服务, 也让他们切身感受到和辖区一起

合作的经历, 一同展开对社会的关怀和帮助。

10点20分义剪正式开始。德士司机们十分有序且耐心地等候。5位义剪理发师熟练地操起理发工具, 不一会儿时间, 即完成了理发动作。其中一位德士司机说“有艺人专业理发师免费为我们理发, 焕然一新, 心里暖乎乎的!”

义剪团是由一群志同道合的师姐们, 利用工作闲暇之余为众人服务, 贡献一己之长。带队的团长刘玲玲师姐, 每当得知有义剪服务时, 总是积极配合, 邀请团队义工到“义剪服务点”参与活动。她表示当看到德士司机们这么捧场, 为新加坡癌症协会筹募款, 心里十分开心和感恩。她认为能透过

自身所学的技能, 为大家做力所能及的事是他们的荣幸, 也是一件非常有意义与开心的事。未来他们将持续参与义剪服务, 为大家提供更好的理发服务。

此次活动所筹集资金将捐赠给全国德士师傅协会 (NTA), 帮助癌症病人, 并且希望通过此次活动在德士司机们心中留下一个美好的回忆。



儿童营移师户外 大自然中体验三好

6月6日及7日两天, 新加坡佛光山举办“三好快乐儿童营”, 120位儿童佛学班的学生在16位少年小队辅的带领下, 走出教室, 展开两天的课外和户外学习, 为大家精心设计多元化课程, 包括早晚课、学佛行仪、佛教故事、分组游戏及半日的园艺之旅。

开营典礼上, 住持妙穆法师提醒大家来到佛学营, 要有正确的学习态度, 要学会三好“做好事、说好话、存好心”, 把“三好”带回去用在平常生活中, 做个三好儿童。另外, 营队中为了让学员们体验佛门中的吃饭, 特别安排了过堂用餐, 孩子们开心享用美味素斋, 并聆听住持悉心叮咛, 明白吃饭也是一种修行, 要用感恩心吃饭, 感恩众缘的成就。

儿童营重头戏园艺之旅第二天登场, 到功德主陈金光的正大园艺进行户外课程。早上9时多园艺之旅开始, 在花草芬芳多精充满的大自然氛围中,



科普植物学知识, 亲手种下盆栽, 并融入游戏元素, 让学员们通过通关游戏的方式, 接触并深一层了解大自然的奥妙。

除了寻宝, 课程中同时安排了户外舞蹈课, 大伙儿呼吸着清新空气, 翩翩起舞, 伸展肢体, 形成一道最美丽的风景线, 彻底放松在大自然的环境里。

半日园艺之旅结束后, 学员们回到佛光山进行小组分享, 结营典礼时邀请



了家长一同参加, 欣赏两天的营队花絮精彩镜头, 每个人的脸都笑得十分灿烂。两天儿童营圆满结束了, 在佛光少年、儿童佛学班老师及义工爸妈的全力配合下, 集体创作, 让孩子们在佛学营里体验丰富而精彩的课程, 尽管两天非常短暂而紧凑, 但孩子们享受着学习的过程, 心中感到十分充实, 收获满满。

新加坡佛光山二〇二二年七月活动表 JULY 2022 PROGRAMME OF FO GUANG SHAN (SINGAPORE) 法会 Dharma Service

活动 ACTIVITY	日期 DATE	星期 DAY	时间 TIME
庆生法会	3/7	日 Sun	10:00 am - 12:00 noon
共修法会	10, 24/7		
大悲忏法会	17/7		10:00 am - 12:30 pm
地藏法会-洒净、卷上	31/7	日 Sun	9:15 am - 12:00 noon
地藏法会-卷中、下			1:30 pm - 4:00 pm

新加坡佛光山 社教课程总表

佛学课程

新班招生



序	课程名称	时间	授课老师
星期二 TUESDAY			
1	《法华经》大意 - 续2021	10:00am - 11:30am	妙觉法师
2	English Dharma Class-Intermediate	8:00pm - 9:30pm	谢门万老师
3	佛门行仪	8:00pm - 9:30pm	如全法师
星期三 WEDNESDAY			
4	妙慧读书会 ~《楞严经》-第四学年	10:00am - 11:30am	妙穆法师
5	佛教艺术	1:30pm - 3:00pm	妙愍法师
6	佛事助念班 (发心司法器者; 需经面谈)	8:00pm - 9:30pm	如全法师
7	English Dharma Class - Sutra	8:00pm - 9:30pm	萧仲文老师
星期四 THURSDAY			
8	《观普贤菩萨行法经》 - 续2021	10:00am - 11:30am	妙觉法师
9	禅话禅画-初级 (材料另收费)	1:30pm - 3:00pm	妙裕法师
10	English Dharma Class - Basic	8:00pm - 9:30pm	知育法师
11	禅话禅画-中级 (材料另收费)	8:00pm - 9:30pm	妙裕法师
12	基础法器班 (发心司法器者; 需经面谈)	8:00pm - 9:30pm	钟玮嫻老师
13	禅修初级班 (需具佛学基础; 着修道服)	8:00pm - 9:30pm	妙愍法师
星期五 FRIDAY			
14	抄经修持班 (着修道服)	10:00am - 11:30am	知海法师
15	禅修进阶班 (需具佛学基础; 着修道服)	8:00pm - 9:30pm	妙裕法师
星期六 SATURDAY			
16	家长读书会	7:30pm - 9:30pm	妙裕法师
星期日 SUNDAY			
17	松鹤学堂 (每个月的第三个星期日)	2:00pm - 3:30pm	陈永汉老师

才艺课程

序	课程名称	时间	授课老师
星期二 TUESDAY			
1	卡通漫画班	1:30pm - 3:00pm	萧承财老师
星期四 THURSDAY			
2	周四YOGA早班	9:30am - 11:00am	吴剑鹏老师
3	周四素食烹饪班 (材料另收费)	10:00am - 11:30am	陈梅桂老师
星期五 FRIDAY			
4	儿童敦煌舞蹈A班 (进阶) K2- P6	7:00pm - 8:00pm	黄莉莉师姑
5	儿童敦煌舞蹈B班 (初级) K2- P6	7:00pm - 8:00pm	黄莉莉师姑
6	中国彩墨画班 (材料另收费)	8:00pm - 9:30pm	林禄在老师
7	中医医疗保健班	8:00pm - 9:30pm	成文鸾医师
星期六 SATURDAY			
8	儿童珠心算班 (材料另收费)	3:00pm - 4:30pm	颜宁老师
9	成人敦煌舞蹈B班- 初级 (需经面谈)	3:00pm - 4:30pm	黄莉莉师姑
10	成人敦煌舞蹈A班- 进阶 (需经面谈)	4:30pm - 6:00pm	黄莉莉师姑
11	素食烹饪周六班 (材料另收费)	4:00pm - 5:30pm	陈梅桂老师
星期日 SUNDAY			
12	人间音缘合唱团	1:30pm - 3:00pm	郭淑萍老师

读作一个人、读明一点理、读悟一点缘、读懂一颗心。

顾问: 妙穆法师 主编: 安范

新加坡佛光山 Fo Guang Shan (S'pore) 1Punggol Place, Singapore 828844. e-mail: admin@fgs.sg
 Tel: (65) 6411 0590 Fax: (65) 6411 0599 Website: www.fgs.sg 免费赠阅 • 欢迎助印 • 功德无量