

記大密2014暑期夏令營 Dami 2014 Summer Camp Succeeds

孩子是一個族裔的希望和未來，為了幫助年幼的美國華裔新一代提高學習成績，增強身體素質，同時也為了貫徹“奉獻服務幫助”的團體理念，從2014年6月22日到9月5日，大密清淨極樂彌陀殊勝洲培訓部，為放暑假的孩子們，專門組織了暑期體能訓練班及學習班夏令營。

在這兩個多月的學習中，孩子們在身體素質、思想道德、學習成績上都取得了很大的進步，度過了一個快樂而又非常有意義的假期。縱觀整個暑期學習班和體能訓練班，雖然有值得總結之處，但整體成功圓滿，成果喜人。

一、籌備

早在今年5月份，培訓部就籌劃暑期夏令營，開始了課程的編排和教材的挑選，並針對新移民的孩子英文亟待提高、二代移民急需學習中文的特點，設計了不同的課表。

課程設置涵蓋了美國學校里的英語、科學、社會科學、數學、健康、美國歷史以及美術等課程，每周安排戶外體驗教學。將重頭戲英語課細化為口語、寫作、閱讀、演講及辯論、詞匯、音樂等不同課程，多種多樣、生動有趣。

本次夏令營非常重視師資的配置，擁有計算機博士學位以及教育學碩士學位的胡女士為此次夏令營的主講；聘請了從小來美、美語發音非常純正的Sean進行雙語教學，專門教英語口語課；還安排專人負責孩子課後教育以及單詞詞匯的考核。

大密團體對這次暑期夏令營非常重視，服務中心人員專門採購了一批桌椅和教學設備，教室里專門配備了電腦，大顯示器。佛堂的師父不顧年邁和天氣炎熱，經常到教室，察看教學和孩子學習情況。孩子們深受感激，紛紛決心在假期中好好學習，取得好成績，教師也盡職盡責，決心把工作做好。

二、特色

本次暑期班開設的課程涵蓋了幾乎所有學校的科目，挑選最好的美國學校教材。

1、精彩的課程

口語課是此次暑期班孩子們最喜歡的課程之一。課程形式多樣，生動有趣，內容非常貼近生活，實戰美語說話的技巧。

有趣的辯論課，每一期的辯題都會提前在網上發布，孩子們提前收集資料，提前準備，鍛煉了孩子們的口才。

中文課主要講授古典文史知識，並安排了基礎中文寫作講解和練習。

音樂課、舞蹈課程和中文文學鑒賞課，陶冶了孩子們的藝術情操。

2、豐富多彩的課外教學活動

在每周的課外教學活動中，帶孩子們去動物園遊覽，體驗大自然的多樣性；去擁有包括宜家家居、梅西百貨等150多家商鋪的長島“百老匯購物中心”，了解美國的物質文明和購物體驗；去曼哈頓林肯中心聽音樂會，領略高雅音樂；在運動場上學習團隊合作的拼搏精神；在公園里領略紐約的鬧中取靜，悠遊自適。

3、網絡系統的利用

搭建了暑期班的專用學習網站，孩子們可以在上課前看到學習內容及相關視頻等，便於提前預習和課後復習。建立了網上作業提交系統，電子提交作業，更利於評價，孩子們也能更快地得到反饋。

三、效果

此次暑期培訓班，得到了佛菩薩的慈悲加被，師父多次給予指導，取得了令孩子和家長們非常滿意的成績，主要表現在：

1. 體能訓練班，大大提高了孩子們的身體素質。孩子們普遍反映免疫力增強，不容易感冒了，體力也增強，心情愉快。很多孩子出現了排毒現象，孩子的成長速度也在參加夏令營的過程中明顯加速，有的孩子身高甚至增長了十幾厘米。通過體能鍛煉，也發現了一些孩子潛在的疾病，利於及早治療。
2. 豐富的課程拓展了孩子們的知識面，很好地和學校的課程銜接，孩子們更加容易聽懂老師講課，為新學期做好準備。
3. 英語的學習效果非常顯著，孩子的口語水平提高很快，和美國人交流、對話的水平



明顯提高，發音也更加純正，用詞更加地道。聽力普遍提升一個檔次，孩子們普遍反映現在能聽懂學校老師上課了，英文寫作水平和寫作速度也提高了很多。

4. 英語水平和知識面的提高，讓孩子們學習信心大大增強，在學校課堂的表現更加積極，與學校的老師建立了良性的互動，多次得到老師的表揚。
5. 競選班長的經歷培養了孩子的領導能力和協作精神。
6. 中文寫作水平有所提高。

喜人的進步和成果首先得益於佛菩薩的加持，得益於師父的指導和幫助，這是我們工作成績的載體和堅強的後盾。也得益於所有後勤人員和教員的認真準備和努力工作，孩子們自己也很爭氣，不斷提高自己。

隨著新學期開學，暑期體能訓練班及學習班成功結束，孩子們依依不捨地離開了。兩個多月比較密集的學習，開闊了新留學孩子們的視野，提高了他們的學習興趣，特別是有有的放矢地解決了令他們最頭疼的英語問題。當新學期開始，孩子們在學校課堂上體驗到了輕鬆和自信，巨大的進步也受到了老師的表揚和驚嘆。經過一個充實的假期學習，美國中小學過於輕鬆的課程，讓孩子們覺得不適應、太輕鬆，竟主動要求家長要在課後“補充營養”，這種熱愛學習的精神，在電子時代沈迷於網遊的年幼孩子當中是不多見的。

孩子是民族和國家的未來，也是佛教發展的未來。總結過去，大密培訓部認真總結此次夏令營的經驗，更加重視工作人員和孩子的安全教育工作，在未來的培訓學習當中做到更好！

弘揚佛法理念，貫徹大密宗旨，展現民族精神，服務華裔同胞！

(編輯組)



燃燈佛授記釋迦

Ascetic Sumedha and Dipankara Buddha

在過去無量劫中，釋迦牟尼還是善慧童子。有一天，善慧童子在路上行走，正巧遇到燃燈佛也在路上走著。善慧童子發現地面有一灘汗水，心想佛是赤足行走，這汗水一定會弄臟了佛的雙腳。就頓發大心，親身撲在地上，還用自己的頭髮，鋪在汗水上面，等著燃燈佛從他頭髮上走過去。當時燃燈佛看到善慧童子這種布發掩泥的情景，就授記說：“善男子，汝於來世，當得作佛，號釋迦牟尼。”



此幅《燃燈佛授記釋迦》圖，藏於遼寧省博物館，宋代，絹本設色，縱26.2厘米，橫38.2厘米。此圖以工筆重彩描金的手法，繪端莊肅穆的燃燈佛在眾弟子、菩薩、力士、供養人的簇擁下，授釋迦成佛的場面。燃燈佛頭部有黃色背光，神情端莊肅穆。畫面右下角黑發鋪地而跪的即是釋迦牟尼佛的前世——善慧童子。畫面結構嚴謹概括，主次分明，人物造型健碩勻稱，神態脫俗，描繪技法嫻熟，色線遒勁，應是少有的壁畫祖本。

燃燈佛聖誕

Birthday Of Dipankara Buddha

2014年9月15日，農曆八月二十二日，燃燈佛聖誕。燃燈古佛，因其出生時身邊一切光明如燈，又作定光佛、定光如來、錠光如來、普光如來、燈光如來。屬過去佛之一，是在過去世為釋迦菩薩授記的佛陀。《過去現在因果經》卷一記載：此佛初生之日，四方皆明，日月火珠復不為用。以有此奇特，故名為普光。《大智度論》卷九亦雲：燃燈佛生時，一切身邊如燈，故名燃燈，成佛後亦名燃燈。燃燈佛又是三世佛之一，是過去佛，與現

在佛釋迦牟尼、未來佛彌勒佛並稱。燃燈佛於釋迦牟尼過去世為其授記，說：“善男子，汝於來世，當得作佛，號釋迦牟尼”。根據“劫世”理論，燃燈應生在過去世“莊嚴劫”，並預言九十一劫後成佛號釋迦牟尼。燃燈佛是過去佛中最著名者，在佛教經論中很多以燃燈如來為中心並說其前後出現諸佛之事例。如：《大毗婆沙論》說釋尊於第三阿僧祇劫曾遇七萬七千佛，其中首位即燃燈佛。



燃燈佛授記

公元1-2世紀犍陀羅石刻 巴基斯坦白沙瓦博物館藏

最早，有關燃燈佛授記的造像來自印度西北部的犍陀羅的雕刻，約公元一世紀左右。在犍陀羅，燃燈佛題材的表現方式主要是用浮雕表現的燃燈佛授記的情節，內容一般表現為“履花”、“獻佛”、“布發掩泥”及“升空”等四個情節。由於石刻材料和雕刻工藝的限制，犍陀羅時期的雕刻一般將這四個情節排列在同一個畫上。

朝聖之路 健康快樂



肝炎治愈 笑容綻放

Hepatitis Healed by a Miracle of Buddha

以前的自己想笑但又怕笑，也怕照鏡子，為什麼？因為發現自己笑起來嘴是歪著的，一邊高一邊低，很是難看。但是學佛之後，貌随心轉，我愛笑了，我的笑容看起來端正了，特別是通過師父的開示，我明白了“臉有笑容是供養”，我體會到了學佛的快樂，我得到了佛菩薩的加持，身體健康，家庭和睦，心情愉悅。

說起自己的身體通過學佛得到了健康，一定要說排毒，一定要說我的乙肝治愈了！在佛菩薩的加持下，我的身體反復排毒淨化，不再受乙肝病毒的影響，得到了健康和快樂。我記錄了自己乙肝的康復治療過程，更加激勵自己前進，更加感恩佛的加持，也希望對學佛的好處做些證明。

在2010年3月15日，我做了乙肝化驗，結果顯示乙肝表面抗體(抗-HBS)、e抗體(抗-HBe)、核心抗體(抗-HBc)三項為陽性。這個結果表明自己以前感染過乙肝病毒。做肝部B超的診斷結果是肝區光點較粗，表明肝臟受到過損傷。肝功化驗結果，除球蛋白和谷草/谷丙兩項偏高，其餘正常。結合這兩類化驗結果，醫生說我當時處在肝炎恢復期，而且有免疫能力，不需要採取任何治療，但曾經的病毒感染還是給我的肝臟造成了損傷。

看到這個結果時，我是既高興又感到害怕，高興的是我已經處在乙肝恢復期了；害怕的是身體出現了這麼大的病變還不知道，如果不是在學佛的過程中排除了毒素，任憑病毒在體內發展，後果是不敢想象的。

我一直沒有做過乙肝檢查，不知道什麼時候感染上的，從沒有吃過治療乙肝的藥，完全是在學佛的過程中得以康復的。開始學佛僅僅幾天，我就開始出現排毒現象，當時我拍攝了照片。在2010年1月25日，我的背部和兩肩胛出現大面積的排毒，紅色的斑點發癢，連續性的爆發紅點，一直到3月2日大面積的排毒才基本停止，小面積的排毒一直持續，到3月17日又開始出現大面積排毒現象。

肝臟的病灶、乙肝病毒的感染在這次大幅

度的排毒後康復了。排毒治愈了肝炎，使自己走向了健康，一身輕鬆，這種調節機理非常先進高效。排毒之前，身體狀況很糟糕，睡眠不好，愛做夢，無法進入深度睡眠，休息時間一旦超過晚上11點就再睡不著覺了；心情容易難過，情緒低落且不容易控制，經常不知不覺情緒失控；兩肋下發癢偶爾又隱隱地疼，食欲不振，消化不良，有腹瀉的癥狀，胃膽部脹疼，吃不下飯惡心嘔吐；感冒後容易咳嗽。身體的這些不適癥狀，和肝功能受損有很大關係。

在大幅度的排毒之後，身體狀況大大改善了，睡眠質量提高，睡覺時也不做夢了；心情愉快，不會無緣無故的難過，能更好地主宰自己的情誌，不像以前只顧當時發泄，過後再後悔，這是很大的變化；同時免疫力提高，感冒咳嗽明顯減少。

2011年11月，我再次進行了一次乙肝化驗和肝功檢查，檢查結果顯示，原來的e抗體(抗-HBe)、核心抗體(抗-HBc)兩項也由陽性轉成了陰性，只有乙肝表面抗體(抗-HBS)為陽性，這說明乙肝病毒不僅不再對肝臟起任何作用，體內還產生了抗體。這次的肝功檢查沒有出現任何不正常的項目，全部都在正常範圍內。這真是一個大喜訊，通過一年多的學佛，自己的肝功能徹底正常了！這一年來工作時間很不規律，要不是一直在參加學佛，唱誦梵唄，學習二時課誦，我受過損傷的肝臟很可能會惡化，更不用說完全康復，這都要感恩佛菩薩的慈悲救助。

《黃帝內經·靈樞》上說：“肝氣通於目，肝和則目能辨五色矣”。肝之精血充足，肝氣調和，眼睛才能正常發揮視物辨色的功能。我以前眼睛乾癢，在電腦前工作兩個小時左右，眼睛就出現乾澀、視物不清，目眩頭暈等癥狀。這次排毒之後，肝功能得到調整，眼睛得到了濡養，眼睛的耐疲勞時間也延長了，每天在電腦前工作六個小時以上，也沒出現以前的癥狀。

肝病也與自身的情誌變化有很大的關係。中醫上講怒傷肝，暴怒可導致肝氣升發太過，

表現煩躁易怒，激動亢奮，稱為“火怒傷肝”；郁怒不解，則易致肝氣郁結，表現為心情抑鬱，悶悶不樂，稱為“郁怒傷肝”。在學佛之前，由於工作和生活上的壓力，生存環境的影響，心情不愉快，容易生氣。通過學佛，思想覺悟提高，身體健康了，精神面貌也隨之改變，人變得樂觀大方。心胸開闊了，不會在遇到問題時悶悶不樂，而是去面對問題，解決問題，也不會再生一些無名的怨氣。心情愉快，調整情誌，也有利於肝經的舒暢。

通過服藥治療乙肝，一是毒副作用強，是藥三分毒，治療的同時身體的其他臟器也遭受著藥物的破壞；再一個是治療效果差，長期服藥，給患者帶來嚴重的精神壓力和經濟壓力。

在我學佛的過程中，以排毒的方式排除體內的毒素，去除了乙肝病毒，不用吃藥打針，也就避免了吃藥打針的毒副作用。同時人的覺悟提高，正氣充足邪不能侵，免疫力提高，身體素質加強，自然身體就得以康復。這樣的效果，並不是個別現象，在大密諸僧眾中屢見不鮮，是群體性出現的。我親眼看到了別人學佛的成果，也親身體驗到了自己的成果，我更加堅信學佛是人生幸福快樂的光明大道，更加努力精進。

我真實地體驗到，學佛不只是治身病，只要誠意去學，有緣得到善知識的指導，更是去除了自己的“心病”，身心兩健，我覺得這才是真正的健康，也只有這樣的健康才能長久。僅僅依靠藥物把身體當時的病痛去除了，但自己錯誤的思想和行為不改正，也許還會復發，甚至滋生新的疾病。

通過學佛就能治好乙型肝炎這個世界難題，確實不可思議，但這卻是我真實的效果，有前後兩次醫學報告單和照片為證。佛法原來還有如此豐富的內涵和奇妙的作用！佛菩薩慈悲難量，佛力加持不可思議，“佛是大醫王”親身體驗，真實不虛！

(作者：白居易)



賴青青 (小學生)

有您們，我真的很幸福！

我只想說

每一天

陪伴著我度過了生命的

您們殷殷的囑咐

您們諄諄的教導

臺灣。

是您們給了我幸福的

陽光；

是您們給了我燦爛的

美麗的世界；

是您們把我帶到這個

我鼓勵和信心？

是誰在我灰心的時候給

我關心和溫暖？

是誰在我生病的時候給

我的小手？

是誰在寒冷的冬天撫摸

解除幹渴？

是誰在炎熱的夏天為我

I am so happy to have you in my life

有您們，我很幸福

學佛帶給家人的幸福

Buddha gave my whole family a happy and healthy life

在學佛的過程中，我觀察自己和家人的狀況，發現有很多意料之外的變化。

一、孩子聽話了

我的小孩三歲，本是淘氣黏人的年齡，但在我和愛人每天學佛的時間段，孩子一般都不會來打擾，他知道不應該大聲說話，自己靜靜的離開房間，在一邊玩，這讓我感到很驚奇。最近我特別留心，孩子確實很懂事。他似乎知道學習對爸爸媽媽很重要。有時玩得累了，感到瞌睡，孩子就自己上床去睡覺了。而在平時，孩子非要媽媽陪著睡，抱著睡，講故事，才肯睡覺。

有一次，小家夥還問，“媽媽你學習沒？你咋不學習嘛？”他還督促起媽媽學佛來了。

小孩在外面也變得懂事，外向，開朗，會表達。去年我還發愁，幼兒園老師說小孩不願吭聲，表現得很內向，很靦腆，不活潑。但後來，孩子逐漸有了變化，開朗了，膽子大了，有禮貌了，得到了幼兒園老師的表揚。

我發現自己的身體狀況、精神狀態，嚴重影響著孩子的狀態。我如果學習不積極，在敷衍，小孩就表現的不聽話、生病等諸多問題。妻子曾多次怪罪我不管家務事，不操心孩子。但是，當自己認真積極學佛，以良好的心態和投入工作時，孩子就非常懂事，聽話，妻子帶小孩就很容易，而且表現非常聰明，人見人愛。

由此可見父母對小孩的影響力！父母是小孩的第一任老師，無形之中都在言傳身教，自己確實要做好表率的作用。

孩子本身的天性很好，如果家長沒給孩子做好榜樣，沒把孩子管好，一味遷就，不僅浪費自己時間，耽誤學習，長此以往還會讓小孩形成不良習氣，誤了孩子的前途。

二、妻子的嗓子

妻子一直支持我學佛，特別是學唱梵唄期間，她變化很大。今年初我倆發生過摩擦，她生了氣，結果嗓子一直沙啞，後來還越來越嚴重，連說話發音都聽不清了。去醫院檢查，發現咽喉部長出一個肉刺，醫生建議做手術摘除。妻子很緊張，沒想到嗓子啞竟然隱藏著這麼嚴重的問題。感覺不疼不癢，只是說話費勁，妻子對手術開刀的後遺癥心有余悸，就沒有立刻去做手術，吃中藥保守治療。結果熬中藥的砂鍋那段時間還熬爛了，幹脆也不吃中藥了。後來趕上學唱梵唄，妻子很認真地唱了幾天，越唱越高興，越唱嗓子越清晰，聲音竟然變得正常了！不用去做什麼手術，不用擔心後遺癥！不花錢，高高興興地把嗓子治好了。

三、母親的健康

母親一直支持我們學佛，我們忙的時候，



她都是自己出去散步，去鍛煉身體。身體一直很好，基本沒有生過病，原來的肩周炎也好了，飲食一直也很清淡。婆媳之間的關係都好多了。

四、叔叔免除了手術

自從自己學佛以來，家里很順利，整個家族都很祥和，家族里無人得重病，全家族的人都順利。我叔叔本來準備做手術的，後來手術突然取消了，人沒有受罪，節省了大筆的手術費。

父親在我11歲時就去世了，我上大學的學費都是由我的叔叔來承擔的。叔叔就像我的父親一樣，我對叔叔的恩情是一直不敢忘的。

早年叔叔的腿有病，大腿關節部長了細胞瘤，幸好是良性的。他在2000年做了一次全面的大手術，把有細胞瘤的大腿關節全部用鈦金屬替換。按照當時的醫學技術，能保證手術後行走正常，免受病疼之苦。那一次手術非常成功，叔叔的腿幾乎和常人一樣，行走自如了！這對一個癱了近十年的病人來說，真是激動人心的事情！

今年4月初，叔叔的腿又犯病了，走路感到疼痛。我聽後嚇了一跳，真要是舊病（細胞瘤）復發，再做一次大手術，人要多受罪呀？在就近的醫院檢查，診斷結果為舊病復發。叔叔不放心，重新到原來做手術的醫院進行復查。復查結果是令人欣喜的，並不是舊病復發，而是盆骨關節處磨的時間長了，所以一受力就會感到疼痛。醫生建議再做一個盆骨關節的假骨，這樣就不怕關節互相磨擦，也就不會疼了。但這個手術的規模比上次還大，關鍵是手術的風險無法預估，醫生說出問題的可能性

較小，但不是沒有。若做手術，模具、假骨、手術費，及住院治療費得近20萬元。考慮到後半生這麼長時間，叔叔還是下決心準備做這個手術，長疼不如短疼，這一關還是要過的。就在要做手術的前幾天，醫院來了一個截肢病人，也是類似的細胞瘤疾病患者，這個人盆骨做完手術後，第二年卻截肢了。看到這個實例，對叔叔的刺激很大，覺得手術風險過大，於是決定不做這個手術了。人沒受罪，手術的高風險沒有了，這已經是最佳的選擇了。

叔叔這次有驚無險，有兩件事情讓我覺得不可思議，開始診斷是舊病復發，後來又診為物理損傷，不會造成後果；要做手術的時候，恰好碰到一個非常相似的病例，讓叔叔看到了真實的風險，改變了他的想法，做出了安全的選擇。只要適應拄拐杖，他的晚年生活還是無礙的。否則騎虎難下，罪受了，錢花了，萬一出現問題，就需要截肢，這是不堪設想的風險。也許在別人眼里，事情看似平常，但在我眼里，這些都是不平常的事情。細胞瘤的復發率並發癥是很高的，叔叔多年手術部位平安無事，而且這次突然出現的患者，可以說將手術的高風險“活人展示”，讓他“緊急剎車”，改變了主意，避免了更加嚴重的損傷。這是佛菩薩對他的慈悲救助。

家人的真實收益，讓我對“人間佛教”有了更深刻的認識。感恩佛菩薩的恩德，學佛給了我幸福人生，得到了真實的受益，自己信心堅固，努力精進，發揮自己的才能，努力工作，在“朝聖”之路上堅定不移。

（作者：李居士）

“幫忙”的羊 Sheep come to help

闕居士在農場工作，今年春天，他遇到了一件非常頭痛的事，農場里養的公羊總要攻擊他。

漫長的冬天過去了，春暖花開的季節來了，水草逐漸肥美起來。有一天，闕居士把羊趕到牧場吃草，羊群中的公羊總圍著闕居士轉，自始至終要用頭頂他。他走到哪里，羊就跟到哪里，連草都不吃，找機會就要發起“攻擊”。

第一天闕居士以為是公羊在逗著玩，也沒在意。可是接下來幾天，就讓闕居士越來越頭痛了，公羊趕也趕不走，連草都不吃，專門頂他。

羊本來是屬於很溫順的動物，一般不會主動攻擊別的動物，更不會主動攻擊人，闕居士也從來沒有遇見這種現象，真是讓人想不通。

如此反復幾天下來，闕居士百思不得其解，漸漸的人也開始發怒了。實在趕不走，就摠著它的頭，想把羊按倒在地，使它屈服。有時惹急了，拿著棍真想打斷羊的腿，看它還服不服，有時急了甚至想把這只惱人的公羊宰掉。

打了，摠了，羊也沒屈服，闕居士卻後悔了。他隱隱地感覺到，問題不在羊身上，而應該在他自己身上，肯定是自己出現了問題。難道是過去世自己傷害過它嗎？他心里暗暗對羊說，“如果以前做過對不起你的事，你就原諒了吧，你好好去吃草，以後我也對你好點，剛才也不該對你動殺念！”

闕居士與羊的“心靈溝通”當然起不到任何作用，公羊仍然處處與他為敵。這到底怎麼



了？這羊以前好好的，現在看見他就像看見仇人一樣，連草都不吃，跟他杠上勁了！

直到一天，闕居士在一次學佛的時候，聽師父講到，“羊身上發出膻味，所以引誘來了它的天敵——狼；人走不出性欲的誤區，身上發出臭味，所以引誘來他的敵人。”他這才如夢方醒，漸漸意識到問題真出在他自己身上。

正是春暖花開的季節，動物都開始處於繁殖期，羊也不例外，在繁殖期，如果一個羊群里有兩只公羊，那麼兩只公羊就會視彼此為敵人，攻擊對方。闕居士那段時間在情欲的問題上出現了困惑，受這種思維的作用，身體產生了氣味，可能和雄性激素類似。公羊嗅到了他身上發出的類似別的公羊的氣味，就把他當做敵人來攻擊。

羊實際上提醒了闕居士，他的錯誤思維已經很麻煩了。這種看不見的物質，能激起羊的強烈進攻，當然也會對人起作用。當他和別人交往時，這種物質也會引來別人的反感和討厭，還沒有張口說話，就已經令人感到不快，

這就失去了“人和”，遇到一些“莫名其妙”的阻力，好像別人專門與之作對，實際問題出在自己身上，是自己引來了“敵人”。

人們常常抱怨自己時運不濟，別人能做成的事情為什麼自己做不成？如果撇開能力、條件和因果關係，自身的道德品質，自身的修養也是很重要的因素。思維也是一種物質運動，社會經驗豐富的人，能從一個人的言談舉止推斷一個人的性格和品質，從外在的表現推斷分析一個人內在的思想道德。生活中常常遇到這種現象，不知道什麼原因，有的人很招人喜愛，而有的人處處招人反感，這和思想道德素質息息相關。壞的思想產生招人討厭的物質，可能聞不到，但是這種物質就像引起羊的進攻一樣，會引起別人的厭惡，遇到別人冰冷的態度，甚至惹人生氣，怒目相向。而且錯誤思維作用越久，久而久之，“相由心生”，龜背蛇腰，獐頭鼠目，令與之交往的人一見面就反感。由此可見，人的思想道德確實與人的工作順利和生活幸福密切相關。

在大密學佛的居士，很多人發現，自己的相貌不知不覺發生了改變，五官變得端正了，臉上的怒氣、怨氣、憂郁之氣消失了，取之而來的是會心的微笑。很多居士反映家庭變得和睦了，人際關係也融洽了，學佛得到家人的支持，工作得到同事的愛戴和幫助，受到領導的賞識，得到顧客的喜愛。

學佛是大善行，是正能量，通過學佛，身心清淨，這種正思維作用於身體，產生的物質令人歡喜，自然而然處處順利，自己也笑口常開。學佛確是“幸福、快樂”之源！

(作者：闕居士)

“學佛”還是看孩子？

Reciting the Name of the Buddha or looking after the kids?

佛堂的師父問了我們一個很有意義、也很實際的問題：在一個家庭里，兒媳婦請婆婆幫忙看孩子，但婆婆想要學佛，要去念經，婆婆到底應該念佛還是看孩子？

開始聽到這個問題，我想如果自己是那個婆婆，肯定會猶豫徘徊，去念佛吧，兒媳婦要工作，孩子沒人管；看孩子吧，心里也著實放不下念佛，左右為難，心里會很不高興。

然而師父的開示令我感到既意外卻又覺得寓意深長。婆婆正確的做法應當是盡心把孩子看好，待孩子睡覺之後，那才是自己學佛念經的時間。如果放棄了看孩子而去念佛，那就不是學佛，那是著魔。

師父的開示，對自己學佛的固有認識產生了一次不小的沖擊，原來佛法 and 生活的聯系如此緊密，佛法和生活並不是對立的，佛法令生

活更加幸福、和諧。作為那個婆婆，在子女兒媳忙於工作的時候，她把孩子看好就是在學佛，念佛、念經應當是在自己做完家務、照顧孩子睡了之後才幹的事情，念佛不應當占用履行自己責任和義務的時間。盡職盡責努力去做事，就是在學佛，就是在鋪平自己的道路。

這個簡單而又富有深意的故事，讓我對學佛的道路有了新的思索。佛是最高覺悟者，學佛最首要的就是要努力提高覺悟。佛意味著解脫，意味著光明。什麼可以讓人得到光明，得到解脫？無私會讓人得到光明，相反自私和傷害別人得不到光明，欺弊陰私是通向黑暗的敲門磚，盡自己的責任和義務得到的是坦蕩和光明。僅僅這些還是不夠的，還要學習佛法，引導自己的思想行為，引導人生走向更光明的地方，得到解脫。

自己是在學佛的過程中一直存在著一個誤區，將學佛和生活割裂開了，也不明白自己的責任和義務。應做的事情沒有去做，怎麼會胸懷坦蕩，怎麼會有光明，怎麼會有自由和解脫？作為一個學佛多年的人，自己在這個學佛團體中，有了很大的受益，道德水平得到提升，歸正了自己很多錯誤的想法和行為，身體獲得健康，家庭享受幸福。我的責任和義務，就是要為佛法的弘揚做出貢獻，為這個學佛團體的發展盡自己的力量。

無知和品德低劣所犯下的過錯，就好比在自己成就的道路上挖下了一個個的“坑”，在善知識的指導下盡職盡責地工作，就是在填這些“坑”，就是在做功德，這些“坑”填平了，人生之路才能平坦。

(作者：劉居士)



感念人生無常

Life is unexpected

曾經聽聞這句話：“生命只在呼吸之間”，當時自己並無太大的感觸。今年，就在自己的周圍，發生了三件事情，使我對這句話有了深刻的認識。

我在醫院工作，我有兩個同事，是一對夫妻，都是我們醫院的醫生。兩口子四十多歲，人到中年，家庭事業都比較優越。今年4月，閑談中，這位女同事提到她這段時間常感頭痛，自己也沒有太在意。沒想到幾個月後，就在我寫這篇文章的兩天之前，她下班回家後，突然倒地昏迷了。送到醫院，非常不幸，確診為腦動脈瘤破裂出血，無法進行手術治療，只能靠呼吸機維持生命。

第二天，因為搶救無效，這位同事就離開了人世。自她昏迷後，再未醒來，一句話也沒有留下。她的家人精神上受到了沈重的打擊，悲痛不已。看著同事的屍體離開醫院，一位很熟悉的人突然就這麼走了，自己也不禁流下了眼淚。即使夫妻雙方都是醫生，在大限到來時，也是束手無策，轉眼陰陽兩隔。

第二件事是在今年夏季。一天，我給一名八歲的患兒做了急診心電圖，孩子看起來只是精神有些差，躺在媽媽的身邊輸液。心電圖結果提示：室上性心動過速，心率160次/分。我把報告單交給醫生，會診做進一步的治療。一個多小時過後，醫生再次讓我給剛才那個孩子做急診心電圖。

當我迅速趕到病房，才得知剛才的孩子突然心跳停止，正在搶救。經過醫護人員的積極搶救，患兒心率雖然上到50次以上，恢復了正常的竇性心律，但是十幾分鐘後，患兒突然又沒有了呼吸。醫生趕緊給他行氣管插管術，準備接呼吸機，並送往重癱科治療。次日，孩子還是搶救無效，當晚就去世了。孩子的家人哭成了一片，也無法喚醒孩子，“黃泉路上無老少”，真是令人嘆息不已。

第三件事，今年七月，見到一位病人，才32歲，是一位中學老師，丈夫是一名小學老師，孩子才四歲。一個月前，她感到上腹部疼痛，就到醫院檢查，確診為胃癌晚期。三天前，突然意識不清醒了，一直持續到了現在。她的目光是呆滯的，躺在床上不說話，也不活動，還要承受化療藥物的副作用的折磨。兩個月下來，人已經瘦得成了皮包骨頭，肌肉萎縮，全身無力，無法下地活動。我對這位教師的遭遇深表同情，她學校的學生和老師也在紛紛為她捐款。面對突如其來的致命打擊，無法再擁有昔日的生活和工作，她躺在床上，顯得多麼悲傷、絕望和無助，什麼時候被死神拉走，都很難說。在癌癥面前，這位教師的生活從此沒有了生機，唯有對家人的牽掛和關懷是支撐她活下去的精神支柱。

在這一年里，經歷了以上三件事，讓我深感人生無常，生命是這麼地脆弱！

人與人相識、相處是一種緣分，要珍惜，要更加善待和關愛活著的人們。人一旦病倒，種種病痛之苦，什麼都得放下。人一旦失去了生命，一切都無從談起。能夠健康地活著真是一種福氣！

當自己遇到不如意的事情，或者是陷入是非之中，陷入種種煩惱無法自拔時，想到這些，就深深教育著自己，積極樂觀地面對人生。人從哪里來，死了以後到哪里，去幹什麼？對於芸芸眾生來講，我們不得而知。幸運的是自己遇到了佛法，就要更加珍惜生命，珍惜人身，勇猛精進，好好學佛。但行好事，莫問前程。今生菩提今生證，今生大覺今生成！

（作者：張居士）

珍惜健康和生命

Cherish your life, Cherish your health

曾經看到過這樣一段話，很受教育：“火葬場和醫院兩個地方能使人受教育。在火葬場，不管是什麼人，男人、女人，當官的、老百姓都一樣，往火爐子里一推，一按電鈕，立即變成骨灰。還有什麼想不開？為些小是小非爭個沒完沒了，有啥意思？撈那麼多錢財到頭來也是一把骨灰。在醫院，不管什麼人，一旦病倒住院，什麼都得放下，沒有身體，其他一切無從談起。”

火葬場和醫院這兩個地方，我都不陌生。17歲時父親去世，作為獨生女，在殯儀館的大廳和父親做完最後的告別後，我把骨灰盒送到火化間。那是一個很大的廠房，昏了頭的我只感覺到了金屬的噪音和一種難以形容的空氣。我也記不清有幾個爐子，但是隔著很遠也能感受到里面的熊熊烈火，我被指定在一個爐子前等著，邊上停放著一個燒黑了的平板鐵質推車。人的肉體就是在這個推車上灰飛煙滅！那一刻，時間和自己的思維都被定格了，只是一個人傻傻地站在那里。一個工作人員走過來，平靜的告訴我我可以把骨灰盒放下，到外邊去等，在這種強烈的記憶刺激下，後來在殯儀館發生的事情都變得模糊了。

世事無常，世人不惜一切代價所追求的名聞美譽、權錢色欲都是如夢如幻的浮雲，無論索取的再多，最終的歸宿都在那一尺見方的盒子里。從我們開始登臺表演到脫下戲服謝幕，這一段時間是有限的，但是怎樣去演好，那是要靠自己傾力完成的。時常在想，自己在臺子上自編自演到一半，眼見著就要曲終人散之時，機緣讓我遇到了佛法，那何不追隨人天導師，讓自己脫胎換骨，上演一場人生大戲呢？

醫院，這個我熟悉的不能再熟悉的地方。由於自己所從事的工作，從學校實習開始就身處在這個環境里。雖然後來轉行做行政管理工作，最後還是因自己的健康原因又再次反復地出入這裡。住到醫院病房里的任何人，即便是開寶

馬、住別墅，當下能屬於自己的就是一張病床和一個床頭櫃，你的身份只有一個——患者。我自己更是親身體會到被疾病牢牢地控制在病床上，日夜忍受著冤親債主的問責時，人的需要已經降到維持生命這一最低的層次上，能夠保證好自己的一吸一呼已屬不易，哪里還有精力和體力去關心名聞利養、食色財寶？

有了學佛的認識之後，再去回憶離別親人和病苦折磨的一幕幕場景，心中更是不能平靜。突然有一個很強烈的願望，我應該真心的去勸告那些直到現在還無畏生死，執拗走邪門歪道的人，希望他們能盡快轉變思想、改正錯誤。

如何去珍愛生命，真正明白的人不多。國內的健康體檢、理療保健空前火爆；飯店酒樓、娛樂場所人滿為患；旅遊景點更是人山人海。在物質生活越來越豐富的今天，空虛、浮躁的人們都在加倍地、攀比地消耗著自己的福報，卻錯誤的認為這就是在珍愛自己，想想我也曾沈迷其中，這是多麼的可悲和愚癡！

現在聽聞了正法，懂得了惜福，明白了活著的真正意義，從此不再畏懼死亡，也清楚了病苦的根源，這是多麼的幸福！按善知識的指導去愛惜自己的生命，將身體這個載體不斷的提純，然後不斷的用這個載體去勞動和創造，定會活出一個完全不同的自己。

（作者：楊居士）



實在學佛 實在做人

Being a Buddhist practitioner, one ought to be honest

能幸運地在大密清淨極樂彌陀殊勝洲學佛，我得到了很大的受益。原來佛法和生活是緊密聯系的，佛法就在生活中，“佛法是活法”！佛法是宇宙間和人世間的真理，佛法是教人走“朝聖之路”。我的內心變的寧靜了，少了瑣碎雜事，多了幾分思考，少了一些浮躁，多了幾分清淨。

學佛讓我更加理智，能更辯證、科學的看待問題和事情，而不是隨意的縱性所為。做同樣一件事情，如果思維意識形態不一樣，看似一樣，但發展方向是不一樣的，是向上發展的還是向下發展，體現了精神的提升還是墮落，獲得功德的正增長還是負增長。人的思想導會產生多層次的變化，身體的健康還是病態，周圍環境的變化，人際關係的變化，事業的發展變化。每一個念頭，每一個行為都有很大的學問，不是隨隨便便的，“隨便”會給自身帶來很大的麻煩。思想行為正確，人生才能獲得幸福快樂。

學佛改變了我的人生觀。內心深處討厭貪、嗔、癡、嫉妒等，想去掉這些“毒素”。貪嗔癡是消滅自己非常隱蔽的形式，它讓生命之花得不到應有的綻放，反而黯淡消褪，對自己來說形同於“慢性自殺”，同時也影響了周

圍的人，對社會的危害都很大。“奉獻、服務、幫助”會讓生命變的更灑脫美麗，會讓生活更加幸福，人文環境、自然環境也會更好，生命快樂並充滿陽光。

學佛讓我內心安穩，性格變的樂觀，憂愁少了，消極的情緒少了。以前總覺得有些悲觀，內心總得不到滿足感，總覺得有不滿，現在這樣的情況少了很多。放下埋怨的情緒，少說多做，心里少了一份怨氣，多了一份和諧和健康。

我最大的一個思想轉變，是認識到學佛是要在生活中落實，用真理來指導行為。學佛不是做樣子，學佛有實實在在的成果，絕不是紙上談兵。懶惰不是學佛，欺騙不是學佛，貪嗔癡不是學佛，做損人利己的事情不是學佛，不遵守法律不是學佛，行為隨順個人的欲望不是學佛，見利忘義不是學佛，把自己的身體用來做錯誤和罪惡的加工廠不是學佛，有能力有精



力但是不去奉獻不去創造不是學佛。即使擺滿了佛像，脖子上掛滿了佛像念珠，整日燒香磕頭，讓念佛機一天24小時不停的播放，四處撒錢，但是不努力提高自己的道德品質，不改造自身的思想意識形態，也不是真學佛……

學佛以後，自己生活的更真實，更誠實。誠實地對待自己，對待面臨的一切，實在的去解決問題，少了埋怨，少了攀比，多了份豁達和智慧。我學會了感恩，自己每一點的提升都源於佛的加被和善知識的教導，學佛就是學做人……

(作者：劉居士)

美加州路口立佛像 犯罪率急降82%

Non-Religious Guy Installs Buddha Statue In Neighborhood And Crime Drops 82 Percent



(圖片來源：谷歌地圖)

加州奧克蘭市一處路口被擺放一尊佛陀像，結果居然讓犯罪率大幅下降82%。

佛法無邊！美國加州北部的奧克蘭市(Oakland)的一處路口被擺放一尊佛陀像，之後居民還把祂布置得充滿異國風情，不只供奉鮮花，還在屋頂插上一只美國國旗。神奇的是，佛像擺出之後犯罪率居然下降82%，讓當地居民嘖嘖稱奇。根據英國《都會報》報導，這尊佛像其實是由一名無神論者史蒂芬生(Dan Stevenson)設置，他聲稱，因為自己並不信奉任何宗教，當初也沒有想太多就將雕像擺在路口，沒想到意外造成這麼大的影響。

這座充滿異國風情的紅色小廟自2012年開始出現“信徒”，不論是黑人白人、男女老幼都會在路過時象征性的合掌祈禱，甚至擺上鮮花水果供奉。接著神奇的事情就發生了！當地居民不再亂丟垃圾，年輕人也減

少街頭塗鴉，甚至一些毒品交易與娼妓都從這個地區消失。當地一名記者不相信，於是向警方要求公布這個地區的犯罪率，驚訝的發現近2年的搶案率從原本的14%下降到9%，竊案也從8%降到4%，而攻擊案更是一件也沒有，整體犯罪率下降約82%，讓所有人覺得“真是太神奇了”。

一切眾生心中之自性常住法身，大千世界的每個眾生都具有著佛性。在不是以佛教為主要宗教的美國，一尊小小的佛像也會喚起每個路人本我的那一份善根。也由此看出，無論種族和宗教有著怎樣的差異，每個人對平安、幸福的追求，不會停止。但令人遺憾的是芸芸眾生之中能夠聽聞正法的人卻是寥寥，因此作為一個學佛人，更應該努力成就自己，從而擔負起為眾生弘揚正法，為民造福的責任。

(楊居士編譯)

善財童子五十三參的故事

第十五回 拜具足優婆夷 Zenzai boy fifty-three Participation Story



善財行不多日，來到海住城。海住城是個繁華鬧市。人口眾多，生意興隆，行人擁擠，車水馬龍。東街賣綾羅綢緞，南街售柴米油鹽，西街口賣水果蔬菜，北街售百貨色鮮。看人流熙熙攘攘，聽聲音嘖嘖喳喳。好一派繁榮氣象，真箇是富麗豪華地方。

善財進城去訪問具足優婆夷。

這優婆夷是個妙齡少女，人人皆知，個個盡曉。因她人貌出眾，心地善良；心眼靈活，年甫二十；衣著樸素，容貌端莊；是個善良菩薩。

善財走到她的住處一看，更是不平凡，豪華氣派，不亞王宮。眾寶為牆，七寶為門。門開四面，面面朱門紅漆。雕樑畫棟，金碧輝煌。正門匾額閃

耀著金晃晃四個大字：「色香味美」，左邊對聯「三世諸佛同法味」，右邊對聯：「六道眾生異苦樂」。廊上懸掛著大紅宮燈，金光燦爛。廊前勝置盆景花卉，四季常開。真乃是王侯氣派，別有洞天。

善財進門去，陣陣異香撲來，令人陶醉。堂上數百寶座，豪華富麗。賓客座滿，上至人王天子，下至百姓黎民。還有世外菩薩、聲聞羅漢。也有冥中惡鬼、素食野神。無不在此同享法味，共嘗甘露。

堂中眾多童女，品貌端莊，形態苗條，衣著華麗，態度溫順。在各坐席之間送菜送湯。往來穿梭不停，步態輕盈，行走如飛。

具足坐於寶座之上，慧眼觀照四面八方。上觀如來之上品法味，中看羅漢的素食僧裝，下集人間甘露，灑向鬼神而得清涼。

具足走下寶座，轉至釜中烹飪，油鹽醬醋，辣椒生薑，經過她的轉手，味美色香。羅漢吃了歡喜，凡人吃了安康，惡鬼得食，消除罪孽，得

福無量。

具足轉至席間，為坐上賓客宣說大法，講的烹調技術，各種菜肴，如何蒸煮炒燉、紅燒清湯，如何保持營養。

善財看得清楚，聽得明白。走到具足優婆夷面前施禮到：「我已發菩提心，利樂有情造福人間，但不知如何行？請慈悲教我。」

具足優婆夷被他這一行動弄得莫名其妙，急忙轉回寶座。

善財著到寶座前再施禮道：「我已發菩提心，願善知識教我如何行？」

在座賓朋都因這一不尋常的動作，引起議論

紛紛。有的讚歎他好學，不恥下問；有的說他出怪像；有的說他神經失常。

善財不管這些，再三施禮說道：「我住北方福城，南行一年多才到此地，為的是請教善行之道，望聖者慈悲教我。」

具足優婆夷這才弄清楚，對善財說道：「我每天就在這堂內為大家轉來轉去。就在這小釜中烹調各種美味的、粗劣的菜蔬，都要把它烹調成適味可口、色香俱美、濃郁芬芳的佳肴。惡人吃了，噁心盡除。好善居士吃了，善根增長。比丘吃了，戒臘永固。王公大臣吃了，全心為民。菩薩吃了登十地，惡鬼吃了免饑渴。城中沒有哪一個不來我這裡享受色香美味的快樂。消除身心的煩惱，生清淨心，發菩提心。因此我們城中眾人，都是善良的典範。我的五千童女，都學過過硬的本領，善制鮮美的佳肴。」

具足送來一個盤子對善財說：「你嘗一嘗吧，吃了會增長智能的。」

善財一看色如牡丹，一嗅香如玫瑰，世間稀有。善財送進口中，味如甘露。

具足又說：「我住在這海住城中，朝夕為來往行人、坐店客商、生產庶民、管民的官吏、讀書的學士，一切善非善人，供養飲食。使他們消除饑渴煩惱之苦，身心清淨，為眾生的幸福作利益。」

善財吃了具足優婆夷的佳肴，身心輕快，餘味在口，美滋滋的有說不出的快感。又看到具足優婆夷的素裹風姿，音樂般的語言。五千童女的輕盈舞步，感到已入天國勝景。於是閉目深思，盡情享受這世間稀有快樂。

具足優婆夷已具慧眼，觀此形態已知其心，善財還有一點凡情未斷，需實時斬之，說道：「善男子，你智慧深厚，願力廣大，我等法力有限，你可去南方大興城，那裡有個明智居士，他才能告訴你如何造福人間，修菩薩行。」

善財如夢初醒，辭別優婆夷再往南行。

(來源：互聯網)

百丈禪師度野狐

Baizhang's aiding and liberating a wild fox

有一天，百丈禪師上堂講經說法，下座後，大家都已散去，獨留一位老人不肯離去。

百丈禪師便問他是誰，想要做什麼。

他說：「實不相瞞，我不是人。在以前迦葉佛時代，本在此山修行，因為有個學人問我：『大修行人還落因果否？』我說：『不落因果。』因為這句話，便做了五百年的野狐精，沒法脫身，請和尚慈悲為我開示，讓我解脫狐狸身之苦。」

百丈禪師說：「你把學人問你的問題，現在重新再問我一次。」

老人便道：「請問和尚，大修行人還落因果否？」

百丈禪師答道：「不昧因果。」

老人言下大悟，便向百丈禪師禮拜叩謝說道：「今承蒙和尚開示，令我超脫狐身。我就住在後山巖下，祈請和尚慈悲，以出家眾的禮儀，幫我埋葬。」

第二天，百丈禪師帶領大眾，在後山石巖下，找到一頭死狐，使用亡僧的禮儀將牠火葬。



福慧華云

省思

看了百丈度野狐的故事，您是否對於一切都不離因果的道理，有了更深一層的體會？

(來源：互聯網)