

佛光榮根譚



淡中交友可長久，靜閒生活壽延長。

星雲大師/Venerable Master Hsing Yun

人間福報

The Merit Times
St. Louis
聖路易佛光山
Fo Gung Shan St. Louis Buddhist Center
3109 Smiley Road, Bridgeton, MO 63044, USA
Tel: 314 2098882
E-mail: fgsstl@gmail.com www.fgsstlbc.org

佛光山開山一甲子 喜添佛門龍象

【人間社記者宋滌姬高雄報導】佛光山開山祖師星雲大師（剃度法語）云：「發心出家最吉祥，割愛辭親離故鄉。」在佛光山僧伽教育邁入一甲子的重要時刻，青年發心出家入道，更顯殊勝而深遠。佛光山3月29日於大悲殿隆重舉行「2026年佛光山剃度出家典禮」，來自台灣、馬來西亞、印尼、印度等地13位青年，發願秉持人間佛教精神，荷擔如來家業，成為佛光山第三代弟子。典禮由依止大和尚、佛光山住持心保和尚主持，為發心青年圓頂剃度，並為入道者授證。現場有300多位親友前來觀禮，共同見證人生重要而關鍵的轉折時刻。



▲佛光山3月29日於大悲殿舉行剃度出家典禮，依止大和尚、佛光山住持心保和尚（左）為來自台灣、馬來西亞、印尼、印度等地13位青年，圓頂剃度、入道者授證。現場有300多位親友前來觀禮，共同見證人生重要而關鍵時刻。

堅定發心 實踐自覺覺他

佛光山傳燈會會長慈容法師為新出家者提取法名，並頒授清規，殷切叮嚀出家是一生志業，而非一時選擇。勉勵大眾依教奉行，與佛光山同願同行，在學習與實踐中不斷成長。慈容法師指出，出家生活開闊、幸福且充實，要多學多做、勤於溝通，關照自己，也關懷他人。面對困難不要退縮，佛菩薩會給予支持與力量。同時也感謝家長成就子女的發心，

▲僧青年禮後，宗長心保和尚（前排中）偕諸位師長、親友，與發心出家、入道者合影。

邀請大家把佛光山當作共同的家。

心保和尚於典禮中帶領新出家徒眾禮祖，恭讀〈為出家修道者祈願文〉，並頒授星雲大師一筆字「佛」字。心保和尚開示，出家乃是在覺悟的道路上，是自利利他、自覺覺他的實踐；能放下萬緣、入道修行，是累世劫福德因緣所成就

，是世間最吉祥的事。心保和尚引用「信為道源功德母，長養一切諸善根」之句，強調「信」的重要。在五根、五力之中，以信為首；菩薩五十二階位中，也有「十信位」。勉勵開示，大眾在人我互動、經論研讀與生活歷練中，持續增長信心，不畏考驗，在安忍與精進中與佛法相應，安住身心，成就道



業。新出家的法師們目光堅定，法喜充滿。來自印度的明一師，立志將佛法回傳故土，「印度人不發心，誰發心？」因而勇敢承擔弘傳使命，期盼讓更多人認識人間佛教，獲得法益。來自馬來西亞的明具師，發願繼續佛慧命，承擔弘法利生之責，將正法帶回當地，利益群

生。弘揚人間佛教 勇敢傳燈
佛門親家對新出家法師滿載著祝福。在佛光山50周年出家的知空法師，其妹在10年後也發心出家為明海師。明海師感念父母一路以來的陪伴支持，讓他找到人生方向，未來將以弘法利生為志，作為人間佛教

的傳燈者。明海師的母親許夏子分享，從青年團至叢林學院的歷程，使孩子拓展視野、深化對生命的思考，期許二人解行並重，將平安與幸福弘傳五大洲。明泉師自幼親近佛法，隨父母在佛光山擔任義工。母親期盼孩子以觀音菩薩為行願典範，在菩提道上穩健前行。

猝睡症 慢性神經系統疾病

【記者王淑芬高雄報導】不少上班族長期受失眠困擾，但「一躺就睡」未必全是好事。32歲的小花原以為自己入睡速度快是優點，卻發現白天常出現難以控制的強烈睡意，甚至在不適當場合突然睡著，經就醫後才發現可能與「猝睡症」有關。

精神不濟，甚至影響工作與生活功能，需提高警覺。猝睡症是一種慢性神經系統疾病，與大腦中調節清醒與睡眠的物質「下視丘分泌素」失衡有關。猝睡症的典型症狀包括白天出現強烈且難以抗拒的睡意，患者可能在開會、用餐，甚至駕駛時突然入睡。部分患者在情緒激動、開懷大笑或驚嚇時，會出現「猝倒」現象，即在意識清醒狀態下突然肌肉無力、膝蓋發軟甚至跌倒。

臨床上曾有患者因多次在會議中突然睡著，甚至在情緒波動時出現短暫失去肌力的情形，連開車都險些發生意外，才察覺異常而就醫。高雄醫學大學附設中和紀念醫院精神醫學部醫師涂詒甯表示，猝睡症目前無法完全根治，但已有藥物可有效控制症狀。建議患者維持規律作息、建立良好睡眠習慣，並適度安排白天短暫小睡，以降低突發入睡帶來的風險。

心情筆記

夕照之美

文與圖/以薰

周末，偕友人赴台灣東北角巡禮，路經一家咖啡店，決定停下來喝杯飲料暫歇。時間滴答而過，我們享受這片霞光中的美好。



夕陽徐徐沉落，海面被鍍上一層溫潤的金光。那一刻，天地似乎靜下來了，唯有潮聲與心跳相互呼應。光影斑斕，如詩如畫，想起李商隱的詩句：「夕陽無限好，只是近黃昏。」黃昏的美，在於它懂得收束

湧上一種寧靜。

王勃寫的「落霞與孤鶩齊飛，秋水共長天一色。」此刻竟與眼前重疊。原來，千年以來的詩人，也曾被同樣的夕照撫慰過心靈。星雲大師說：「要有光明的心，看什麼都是光明；要有感恩的心，看什麼都是溫暖。」於是我明白，夕照不是消逝，而是將光與溫暖交付給明日。

有人說，夕陽是時光最溫柔的告別。當餘暉灑落身上，彷彿在低語：人生不必永遠奔忙，有時停下來，看一場日落，就是最深情的回應。那份金色的寧靜，會在記憶裡長久停留，提醒著我——即使黑夜將至，明日的晨曦，終會再臨。

生命素語

感恩的力量

文與圖/張素玲



當生活不盡如人意時，我們往往習慣向外索求，卻又在追尋中落入更深的匱乏與空虛。若能在此刻悄然轉念，向內覺察——去感謝生命中已經擁有的一切。

只那一瞬間，心情將豁然開朗。

感恩，如同陽光照耀心田，喚醒內在深處的豐盛與喜悅。

因為感恩，平淡變得美好；因為感恩，一切都值得、一切都有可能。

貧僧有話要說 / 三十七說

我弘講的因緣

文/星雲大師

像現在口述《百年佛緣》、《貧僧有話要說》，也都是臨時起意，不是有預備的。因為我並沒有想要去創造歷史、記錄歷史，現在回想起來，還是有些遺憾，很多歷史上的事件，我都有經歷過，卻對這許多記錄都沒有重視。

這數十年來，弘講的聽眾對象無數，最特殊的，應該要算監獄裡的同學了。民國76年（1987）左右，貧僧受軍方的邀請，到新店、岩灣、泰源等軍中監獄，作了一系列演講。在此之前，早在民國42年（1953），我第一次踏入宜蘭監獄布教，就開啓我監獄布教的因緣。可以說，全台灣各縣市的監獄，沒有一個我沒去結緣講過。

由於我經常在台灣各個監獄布教，貧僧也成為法務部第一個聘任的監獄教誨師。我記得有一次到花蓮監獄布教，裡面有兩千多名的年輕重刑犯，都是10年以上的罪刑。我在講演的時候，就

跟他們說，假如你們都跟我出家，我帶領你們為社會做好事功德，我們不但改變了社會，也改變了自己。

我也曾在土城監獄舉辦過短期出家，傳授三皈五戒；好幾年前，我到高雄女子監獄，和六百名年輕女性的受刑者講話，得知他們大部分都是因為丈夫用他們做人頭，違反了票據法或吸毒而代夫坐牢，我覺得婦女偉大的情操，男人真是要自愧不如。貧僧也曾想設立監獄與社會之間的「中途之家」，因為受刑人釋放了以後，社會不容易接受他們，他們也不容易適應社會。

希望在刑期快滿前數月，把他們交來給寺院，我們給他們心理上的輔導、關懷。再說，監獄裡的管理大多「不可」，不准站、不准坐，不准這樣，不准那樣；我想，在合法的情況下，在寺院裡允許他們這樣、允許他們那樣，讓他們學習用積極、和善、慈悲心回到社會服務，找回自信心。

（待續）

提昇人的品質 建設人間淨土

「人生」要在平淡中求進步
又在艱苦中見其光輝！

「人生」要在沉默中求智慧
又在活躍中見其悲願！

~聖嚴法師~

法鼓八式動禪心法
身在哪裡、心在哪裡、清楚放鬆、全身放鬆

~歡迎您加入我們的活動。~
詳細課程、報名請至我們的網頁查詢。

法鼓山聖路易聯絡處 - 淨心書坊
7825 Olive Blvd., 聖路易中國城 (91 公車與 66 公車站前)
網址: www.puremindcenter.org Tel: (314) 277-5640 email: info.puremindcenter@gmail.com

佛教慈濟基金會 美國中西區 聖路易聯絡處
Buddhist Tzu Chi Foundation, U.S.A.
Midwest Region, St. Louis Service Center
電話: 314-994-1999
8515 Olive Blvd., St. Louis, MO 63132

聯絡處活動:
共修、讀書會、手語、志工訪視、志工培訓、兒童精進班、兒童夏令營等

靜思文化流通處:
圖書、書籍、影音(CD, DVD)、環保用品、禮品、食品等

人間菩薩大招生

您是否願意將您的愛心化為行動，和慈濟人一齊來推動人間美善？
長情大愛中有您，這個世界將更加美好！
人間黑暗角落有著無數苦難與不幸的人，他需要我們付出大愛與關懷。
慈濟四大志業、八大腳印，推動著淨化人心、祥和社會的巨輪，
他需要您我護持和參與。
歡迎您加入慈濟大愛的行列成為會員或志工

Website: www.tzuchi.org