



從善如流者，
壞事能辦成好事；
固執己見者，
好事易變成壞事。

星雲大師／Venerable Master Hsing Yun

佛光山西來寺 Hsi Lai Temple (I.B.P.S.)

3456 Glenmark Drive, Hacienda Heights, CA 91745

Tel: 1(626)9619697 Fax: 1(626)3691944

E-mail: info@ibps.org www.hsilai.org

星雲禪話

何嘗不自在？

文／星雲大師

北宋的寶峰克文禪師，俗姓鄭，陝府閩鄉（河南陝縣）人，號雲庵，宋神宗賜號「真淨大師」，為黃龍慧南禪師之法嗣。

寶峰克文初參黃龍慧南禪師時不契機，後來受到順和尚的點撥，才恍然明白黃龍慧南禪師的立意用心，於是又折回黃檗山叩拜黃龍慧南禪師。

黃龍慧南禪師故意問寶峰克文：「你從哪裡來？」

寶峰克文雙手合十，恭敬地回答：「我從黃龍處來。」

黃龍慧南禪師又問：「到此何事？」

寶峰克文回答：「特地到此禮拜黃龍老師，請教禪法。」

黃龍慧南禪師將手裡的拂塵一揮，說：「真不湊巧，剛好老僧不在寺裡。」

寶峰克文問說：「請問禪師到什麼地方去了？」

「往天台以及南嶽去了。」黃龍慧南禪師回答。

「這樣啊！」寶峰克文故作可惜的樣子，然後說：「那，學人只得隨緣自在去了。」

黃龍慧南禪師話峰一轉，問寶峰克文說：「你腳上穿的鞋子，哪裡得來的？」

寶峰克文回答說：「用七百五十文錢買來的。」

黃龍慧南禪師進一步問：「何嘗得自在嗎？」

寶峰克文指一指鞋，反問黃龍慧禪師說：「何嘗不自在呢？」

東瀛遍路

寬永寺上野大佛

文與圖／鄧榮坤

午後，走出上野動物園，往大佛的方向徐行。4點前終於抵達，發現可以穿越大佛殿堂的那扇門已經掩，住持陸續將擺在院子裡的紀念小飾物搬進儲藏室，卻也沒有拒絕我們的造訪。於是，我們在靜謐的場域兜了一圈，感受了古佛慈悲無語的莊嚴。

這尊位於東京都台東區上野恩賜公園內的大佛，原本是一尊高約6公尺的釋迦牟尼坐像，然因數度遇災損壞，現在僅存臉部浮雕。由於佛臉「不落地」，與日語「不落第」（即考試合格）發音相同，於是，當地人又稱其為「合格大佛」，更因此成為當地民衆與旅人禮佛的焦點。

拾級而上，在階梯旁有一個「寬永寺上野大佛」的告示牌，石階盡頭就是大佛所在地。佛臉被安置在一座木造亭子裡，亭子四周有短矮的黑色木樁圍繞著，留一個出入口供信眾禮佛。兩張青銅佛像未毀損前拍攝的照片擺在案桌兩旁，雖因風吹日晒已然褪色，仍透露出佛的莊嚴。緘默無語的住持在大佛前緩緩挪動步履，知道我們遠從台灣來，露出笑容以日語招呼著，祝我們旅途平安！

上野大佛本是一尊泥塑的釋迦牟尼佛，

佛光山短期出家 青年回歸清淨



【本報高雄訊】佛光山第103期短期出家修道會1月22至28日於佛光山舉行，青年戒子從全球各地回山，包含台灣、中國大陸、馬來西亞、新加坡、印尼、印度、加拿大等國家地區。其中有來自哈佛大學、新加坡大學、台灣大學、清華大學、成功大學、政治大學等海內外大學，包含教育業、空服業、醫療業、科學研究等優秀人才，共計70位參與。

本次修道會得戒和尚為佛光山依止大和尚心保和尚，佛光山退居和尚心培和尚為羯摩和尚，佛光山副住持慧昭法師為教授和尚。

7天的修道會安排禮祖、如何做個出家人、認識戒常住等課程，以及佛光山開山祖師星雲大師開示《佛教的生命學》影片，同時也有行堂、典座、花燈等叢林行事，課程解行並重，引領戒子們認識星雲大師行誼，學習人間佛教的教法。

此次修道會，由佛光山叢林學院院長妙南法師帶領師生典座、行堂及行政等各組事項，以供養戒子安心辦道，薰修清淨菩提善法，並由英文佛學系學生擔任翻譯。

課程解行並重 入佛知見

戒會期間，禮請佛光山常務副住持慧傳法師、慧屏法師、慧讓法師、慧知法師、慧楷法師、永中法師、覺禹法師、如常法師、妙光法師、妙南法師、有賢法師等諸師，共同為戒子教授豐富的解門課程，引導戒子入佛知見，開發佛慧。

心保和尚於灑淨開示：「諸佛菩薩慈悲開演智慧法門，讓我們的心回到本來面目，『本來無一物，何處惹塵埃』，透過佛法智慧回到清淨本性，這是非常殊勝。」並於「如何做個出家人」課程中，指出生命短暫無常要靠自己覺悟，無人可替代承受。現今科技、醫學、AI發達，機器人也



課程播放佛光山開山祖師星雲大師開示，讓戒子能與星雲大師接心。

佛光山第103期短期出家修道會70位戒子來自全球各地，包含台灣、中國大陸、馬來西亞、新加坡、印尼、印度、加拿大等國家地區。

無法代替我們生老病死，提點生命最圓滿的意義。

正授後戒子前往禮祖與星雲大師接心，並誦讀星雲大師〈為自我信心祈願文〉，發願做一位人間佛教的實踐家。

學習大師精神 老實修行

26日下午，禮請傳燈會會長慈容法師於傳燈樓與戒子接心，分享跟隨大師70年的所見所聞、佛光山四大宗旨，並以「佛教時代化、叢林制度化、信徒知識化、僧伽使命化」來勉勵戒子，要感受生命的永恆喜悅。

戒子本岸發願：「經過引禮法師的教導，我自己也希望能夠在這7天不要只是『扮演』出家人、修行人，而是真真實實地當一位出家人，戒除一切惡習。」

經過這幾天的出家修道會生活，使戒子心靈都得到滋潤及飽滿。

護生畫集

鵝聽講經

文／林少雯 圖／豐子愷

淨因寺沙門慧遠養一鵝，嘗隨聽經。每聞講經，則入堂伏聽。泛說他事，則鳴翔而出。——唐·韋述《兩京記》
〈鵝聽講經〉也是一個關於禽類聽經學佛的故事，這飛不遠也飛不高的鵝，很有人性，更有靈性，是一隻神奇的愛聽和尚講經說法的有情眾生。這一幅護生畫出自《兩京記》這部書，內容是關於當代的高僧慧遠法師和一隻愛聽經的鵝。

《兩京記》又稱《兩京新記》、《東西京記》，為唐代韋述所撰，成書於唐玄宗



1660年以青銅重建後，又因1841年的一場火災及1855年的地震再度受損。1923年的關東大地震，佛像在劇烈搖晃中再度受損，後續的修復工作遲遲無法進行。之後在第2次大戰期間，日軍需要大量金屬製造武器與軍需品，於是決定將殘破的青銅佛像移為他用；當時，附近的居民偷偷將青銅的佛臉交給寬永寺珍藏，希望戰後有機會重新塑建。

戰爭結束後，由於只剩下佛臉，修建工程遲遲無法進行。直至1972年，由寬永寺保管的佛臉運回原址，當地信眾將佛臉框起來重新安置，於是，才有了如今佛臉永遠「不落地」的樣貌，也成為最受考生與求職者歡迎的祈拜所。

蔬食園地

東北滋味

文與圖／巴爾虎蜜兒

松仁玉米是東北名菜食材之一，父親家鄉東北產花生，玉米是糧食，毛豆仁是我們從小吃到大的蔬菜，那天大連小堂姐做了一道松仁炒玉米，透過微信，看得我口水直流，堂姐說：改天你也做做看。松仁價高，於是我改用花生與毛豆仁替代，也是小時候餐桌上的佳餚之一。

花生玉米佐毛豆仁

食材：
花生150g、玉米粒150g（也可買玉米罐頭）、毛豆仁100g（也可用碗豆仁替代）、橄欖油適量、鹽適量、水些許。

作法：
①花生泡水2小時，之後水煮約40分鐘（花生口感可自己拿捏），瀝乾水分備用。
②毛豆仁放熱水汆燙，接著把薄膜去掉。
③玉米煮熟，接著用手一排排撥下成玉米粒。
④平底鍋倒入橄欖油，把3種材料放入翻炒，加些許鹽（不加也可），因為有鮮甜味，太乾巴可以放入些許水，接著盛盤

上桌。

小叮嚀
花生、玉米粒和毛豆仁都可事先做好冰凍在冰櫃中，方便下回取用。

