



強勢之人，刀鋒銳利，損人又不利己；和眾之人，刀鋒圓鈍，護己且不傷人。

星雲大師 / Venerable Master Hsing Yun

人間福報

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

說與行

文 / 星雲大師

唐朝的時候，有一位大慈寰中禪師，他是洪州百丈懷海禪師的法嗣弟子，後來駐錫於浙江杭州的大慈山。某天，有位雲水僧前來，在大慈寰中禪師的座下參學，一段時間之後，雲水僧又前往江西參禮洞山良价禪師。

這名年輕的學僧到了洞山良价禪師的禪院，表明來意後，洞山良价禪師便問他：「既然你是從大慈山那裡過來的，那你說說看，最近大慈寰中和尚是用什麼法語來接引學人的呢？」

年輕的學僧恭敬地回答說：「大慈寰中禪師最近常對學人開示：『說得一丈，不如去行一尺；說得一尺，不如去行一寸。』」

洞山良价禪師聽了，微微一笑說：「可是我這裡的說法卻有所不同。」

學僧不明白，繼續問說：「那麼，請禪師開示，是如何不同呢？」

洞山良价禪師說：「口中說的，是行不得的；身體去行的，是說不得的。」這名年輕的雲水僧當下會意，於是就留在洞山良价禪師的門下學習禪法。

有人說這世界上，中國人說了不做，日本人邊做邊說，德國人做了不說。其實，禪門雖不立語言文字，有的時候也都是做了不說；假如有所說，也都是些風馬牛不相及的話，要你另外去會意。所以，洞山良价禪師才說我這裡只做不說，這正是為大慈寰中禪師的「說得一丈，不如去行一尺；說得一尺，不如去行一寸」做一個註解，表示禪意相通也！



圖 / 李蕭銳

佛光山西來寺近期活動

時間	活動名稱
即日起	佛光山西來寺暫停開放
10/31 (六)	光明燈法會 (線上視訊, 10:00am)
11/1 (日)	共修法會 (線上視訊, 10:00am)

電視弘法：洛城18中文台
周一至周四 (6:50pm)、周五 (6:30pm)

鏡頭、畫筆 探尋藏經樓真善美



↑佛光山藏經樓舉辦「慈悲觀音力·人間淨土現」暨「美·藏在鏡頭裡」頒獎典禮，佛光山藏經樓堂主覺元法師（左3）為繪畫類頒獎。

→攝影類第1名：董勝安〈歡喜滿人間〉。圖 / 佛光山藏經樓提供

【人間社記者李生鳳大樹報導】佛光山藏經樓於今年新春期間以「歡喜自在」為主題，舉辦「美·藏在鏡頭裡」創作比賽，涵蓋手機微電影、攝影、繪畫等類別，透過鏡頭、畫筆，探尋生活周遭的真善美。日前結合法寶講座，於藏經樓的法寶堂舉辦「慈悲觀音力·人間淨土現」暨「美·藏在鏡頭裡」頒獎典禮。

最佳環境教育 啓迪人心

佛光山藏經樓堂主覺元法師致詞時，特別轉達佛光山開山星雲大師對大家的關心，「大師表示他很好，也很思念各位，向大家問好，祝福與會者歡喜自在」，也代佛光山住持心保和尚、長老對大家問候。此次比賽是藏經樓新春系列活動之一，藉著新春全家來山時，能一遊藏經樓，並將美好的畫面透過鏡頭呈現予有緣人。佛光山的建築、景觀宏偉優美，是最佳的環境教育，可以啓迪人心，令見者、聞者心生



歡喜、使發菩提清淨願。

所謂的「美·藏在鏡頭裡」，是希望大家藉此「觀照」，增加對美的覺察力，提升對環境的敏銳度，觀照身邊的人事，讓人生的每一刻都是美的鏡頭，時時歡喜自在。

此次參賽作品獲評審一致肯定，皆為用心製作且有高水準之創作。擔任評審的天暢國際公司董事長古富翔表示，評選標準涵蓋構圖、流暢度、是否完整呈現藏經樓，以及流量、點擊率等，評審稱讚佛光山從宗教跨到多媒體，走在前端且吸引年輕人。

傳遞美與善念 令人動容

評審之一的華影國際藝公司執行長鄒介中表示，有些作品已經很成熟，可以將想要傳達的內涵精準表達。他鼓勵新手多方嘗試，這次很令人感動的是，部分參賽者在技術上或許不是很純熟，但可以感受

到在傳遞美與善念的用心與努力，令人動容。

屏東縣心象攝影學會榮譽理事長劉盛興表示，無論成績如何，希望大家保持平常心，透過攝影和佛光山結下善緣，相信會帶給大家許多歡喜。

覺元法師稱讚繪畫類作品，從小朋友的畫可以看到他們純真的心；青少年組作品有的涵蓋人生哲理，讓評審們深感震撼；社會組更是高手雲集，作品富具引人入勝之功。

此次頒獎予手機微電影、手機Vlog、攝影、繪畫等類別，包括網路人氣獎等共39個獎項、36名獲獎人，作品在藏經樓相關社群網站平台推出，攝影、繪畫類在法寶堂展出，並結合AR讓大眾有多元體驗。即日起至12月30日止，獲獎作品於佛光山藏經樓（法寶堂）展出；亦可連結佛光山藏經樓官網：<https://fgsdharma.org/>，欣賞得獎作品。

人間音緣音樂會 疫情期間暖人心

【人間社記者蔣祖芬、真裕連線報導】「2020北美洲人間音緣音樂會」10月18日在YouTube Live 直播平台隆重登場。這場為傳遞慈悲和歡喜的線上音樂會，由國際佛光會世界總會主辦，美東紐約和佛州、美西洛杉磯和溫哥華等4個協會共同承辦，北美洲27個協會協辦。打破各自舉辦人間音緣的紀錄，成功集結逾千位北美佛光人，呈現一場高水準的音樂饗宴。

音樂會在佛光山住持心保和尚、佛光會世界總會署理理事長慈容法師、國際佛光會世界總會秘書長覺培法師致歡迎詞後揭開序幕。

心保和尚開示，星雲大師人間音緣歌詞裡有很深的佛法，可以讓我們身心安住，透過舉辦人間音緣音樂會，帶動家庭，讓佛法信仰傳承，在國際弘法更上一層樓。慈容法師表示，人間音緣是大師很用心寫出來的詞，且佛教音樂不是只有誦經和唱

讚，透過音樂家的譜曲、大師歌詞中的佛法，更能體會佛教的偉大；用佛教音樂傳播佛法，與大眾廣結善緣。

這場史無前例的音樂會跨越時空和種族，近300首參賽作品來自美國、加拿大及南美洲哥斯大黎加等多國佛光人創作，最終選出48件進入總決賽。參賽者唱出自己的信念和特色，以及摯愛生命的熱情。

7位總決賽評審委員就入圍歌曲的技巧、音準、感情、音色、台風、創意、服裝等評審標準，選出12位優勝獲獎者及8個特別獎。其中第1名由溫哥華佛光青年史庭如以〈生命可以不同〉奪得，傳達佛光青年協助弘法的使命，得到評審老師一致肯定。得獎者中有小朋友、青年、夫妻、家人、佛光分會的組合，可見人間音緣歌曲的普及性。

壓軸節目〈為僧之道〉，北美洲各別分會法師們親切不失威儀的身影、梵唄讚頌



北美洲人間音緣音樂會線上舉行，播放48首總決賽歌曲。圖 / 佛光山紐約道場提供

如天籟般的音聲，將星雲大師字裡行間的叮嚀和期望，深深刻印在聽眾心中，成為節目最高潮，也為整場音樂會畫下完美的句點。

單手女孩走出憂鬱 拉回藥癮者

【記者江俊亮嘉義報導】擁有甜美笑容的陳芃苙，因一場車禍奪去胞姐生命，她的左手也功能全失，讓她足不出戶；轉念之後，求職路上卻碰壁百餘次，但她仍不放棄，如今在女性藥癮者安置機構「蛻變驛園」任職，以行動告訴藥癮者「少了一隻手，還是可以活得很精采」。

今年36歲的陳芃苙說，她念大學時與姐姐發生車禍，造成姐姐不幸往生，她則身受重傷，左手神經叢受損而失去功能，為此她把自己關在家裡整整3年。「在那一段黑暗歲月裡，我不斷怨天尤人，埋怨老天爺為何不讓自己走？為何走的是姐姐？」也因此讓她罹患憂鬱症，被強制送醫。

後來，陳芃苙不忍父母總是以淚洗面，決定轉念面對。她說，當轉換心境時，會發現人生中的所有憂慮，都變得微不足道。求職近2年她被婉拒100多次，「雖然感覺很挫折，但發現雇主都是委婉拒絕，因此我仍然相信，人心還是很善良的」。後來，她透過就業中心推介，擔任蒜頭國小

約聘僱人員，負責文書工作。

陳芃苙很珍惜工作機會，工作不僅讓她有了自信心與成就感，也讓她找到存在的價值。今年3月，她更挑戰女性藥癮者安置機構「蛻變驛園」的行政人員。她發現女性藥癮者，很沒自信、很自卑，因面臨出獄後的求職謀生問題，讓她們不知該怎麼辦，於是陳芃苙用自己走出憂鬱的經驗，跟她們說：「我一隻手都可以了，你們四肢健全，不要害怕，勇敢走出去！」

陳芃苙感謝丈夫，在她受傷之後，對自己不離不棄，兩人在10年前結為連理，如今丈夫在醫療廠商擔任護理人員，夫妻倆共同撫育一對分別為8歲、2歲的兒子。

陳芃苙笑說，她與夫婿的故事猶如電視八點檔，自己左手失去功能後，擔心丈夫的家人嫌棄，因此主動提出分手的要求，但丈夫卻堅定地跟她說：「我喜歡你的內在，而不是外表；如果妳無法做家事，我可以幫你做。」她說，聽到這句話，只能說：「謝謝老天爺！」

菲律賓希望之盆 扎根貧童教育

【人間社記者喜琛馬尼拉報導】佛光山菲律賓光明大學宿霧藝術學院執行主任Junrey Alayacyac，同時身兼三好大使，在疫情期間，他致力於雲端為光大生上課，甚至回到家鄉免費為孩子上課、設立「希望之盆」(Pots Of Hope)，指導婦女如何照顧花園裡的植物，進而販售獲利，添補孩子需要的文具用品。



Junrey Alayacyac表示，菲律賓實施封城防疫，他回到宿霧Ronda鎮，幾個月來，他就地實行三好大使的任務，贈送居民「三好口罩」。他發現許多孩童在學習的黃金時期，因經濟問題大多無法上學，便跟著父親去耕種或出海賺錢。

看著許多貧困家庭都有片小花園，讓對植物就有興趣的Junrey Alayacyac，腦海閃過一個念頭：要讓更多人獲得植栽能力。因此，「希望之盆」就如此誕生。Junrey Alayacyac亦包辦孩子們閱讀、寫作、表演藝術和生活教育，希望藉由耕耘「好」的種子，使他們成為好人和有能力的人。這項計畫獲得家長及社區的支持，菲律賓媒體也來採訪報導，至今已有40位孩子獲益。

←Junrey Alayacyac (右) 帶領孩子增加對植物的認識。圖 / 佛光山萬年寺提供