



尊重，是與人為善，給人利益；溝通，是從善如流，體解人意。

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

## 可惜了一桶麵

文 / 星雲大師

宋代真州（今江蘇儀征一帶）長蘆寺的真歇清了禪師，四川人，十一歲出家，十八歲受具足戒，與宏智正覺、慧照慶預禪師同是丹霞子淳禪師的法嗣弟子。真歇清了與宏智正覺禪師一同提倡「默照禪」，奠定了「默照禪」在禪門的地位，也是宋代復興曹洞宗的重要人物。

有一天，清了禪師一早到廚房巡視，看到幾位僧眾正忙著煮麵、刷洗鍋具。過了一會兒，麵煮好了，有人負責拿桶子，有人負責舀麵，整個廚房熱氣騰騰，麵香四溢。

忽然，有一個僧人大叫：「哎呀，不好了，桶底脫落了！」其他人聽到了，紛紛放下手邊的工作，七手八腳圍了過去，試圖將麵桶裡殘存的麵和湯撈出來。

清了禪師看到這樣的情景，開口說：「好啊，好啊！桶底脫落，這是一件值得歡喜的事，為什麼還要說不好呢？」

其中，有幾個僧人忍不住喊：「大和尚，這時候您怎麼還說這樣的話呢？」還有幾個人七嘴八舌地說：「桶底脫落了，可惜了這些麵啊！」

清了禪師看著他們忙進忙出，一心一意只顧著收拾這些麵，不禁也說：「可惜了，這一桶麵啊！」

在禪門有一句成語「桶底脫落」，這是出自《碧巖錄》的一句禪語，形容一個參禪者大徹大悟的境界，就好像桶底脫落，所有的東西都會漏光，比喻煩惱統統都流盡了，這是表示解脫自在的意思。

現在大寮裡的這一群典座苦行僧，忽然驚叫麵桶的桶底脫落了，一般人會不到禪法上去，只覺得事態嚴重，今天的這一餐少了這桶麵怎麼辦，當然大家就會驚慌。想不到，有見地的住持清了禪師一聽到「桶底脫落」，在旁就說「好啊，好啊！」讓這一群典座僧非常訝異，這桶麵都犧牲掉了，怎麼大和尚還講這種話？清了禪師聽了也只有說「可惜了，這一桶麵」，這就令這許多的典座僧更不解了。

桶底脫落，就是身心脫落。我們的身體有老病死，我們的心裡有貪瞋痴，桶底脫落象徵身心脫落，這種自在灑脫的境界，又豈是一般世俗之見所能了解的呢？

# 佛光會30影像 展示全球影響力



【記者曹麗蕙台北報導】踏入「佛光會三十·奮起飛揚」影像展中，繞著環型設計的展場，一幅幅珍貴歷史畫面映入眼簾：1991年成立中華佛光協會、1998年恭迎佛牙舍利、2009年首次在凱道慶祝「國定佛誕暨暨母親節大會」、2014年跨宗教舉行「高雄七三一氣爆暨澎湖七二空難事件全國宗教界追思祈福大會」等，每一幅影像訴說佛光會重要紀事，更定格了佛光人在世界各地努力奉獻的身影。

今年是國際佛光會中華總會創會30周年，「佛光會三十·奮起飛揚」影像展1月27日起至2月3日，在國父紀念館二樓文華軒及文化藝廊登場。

### 環型展場 圓融意向

「1991年2月3日，全台最大的人民團體——中華佛光協會（國際佛光會中華總會）成立，當時台灣才解嚴沒多久，創會會長佛光山開山星雲大師認為佛教應該走出寺院，走入人間、關懷人群、帶動更多在家居士，一起攜手為淨化人心而努力。」國際佛光會中華總會秘書長覺培法師娓娓道來佛光會的緣起。

翌年國際佛光會世界總會在美國洛杉磯成立，至今在全球80多國家地區逾1000個分會、300萬名會員；覺培法師表示，佛光會是一個匯聚善念的平台，當中有太多

故事，希望透過影像展，讓更多人認識佛光會30年來如何在社會上默默耕耘、創造美好。

他分享，這次展覽設計是以「有您真好」做為貫穿，環型的展場，呈現星雲大師希望凡事圓融、圓滿的意向，當中的圓柱更展示出歷屆世界大會的主題，每個主題都是重要的思想觀念、引領佛光人努力的目標。

開幕式上，國父紀念館副館長楊同慧表示，國父紀念館與佛光會結緣很深，不僅1991年2月3日，佛光會在國父紀念館舉行成立大會、大師的佛學講座也在大會堂舉辦，尤其大師還致贈國父紀念館三幅墨寶，已成為館方典藏，她希望館方和佛光會能再結緣下個30年。

國際佛光會中華總會副總會長趙翠慧更感性分享，佛光會會員秉持星雲大師三好四給的教導付出奉獻，「佛光會是『給』出來的，每人都分彼此，共同努力不居功，才有這麼輝煌的成果。」回顧這30年，她對佛光人的犧牲奉獻感到特別感動、感恩，直說：「謝謝，有您們真好！」

### 佛教靠我 捨我其誰

國際佛光會中華總會監事長潘維剛則分享，佛光人就像是一家人，共同追隨大師腳步，讓佛光普照三千界，法水長流五大

洲，「佛光會三十·奮起飛揚」影像展開跑，環型設計的會場呈現星雲大師希望凡事圓融、圓滿的意向。圖為國際佛光會中華總會秘書長覺培法師親自導覽，分享佛光會30年的感人故事。圖 / 人間社記者吳新傳

洲，「佛光會30年，更要奮起飛揚，因佛光人並非消極的，而是積極向上、努力不懈的」，她盼透過展覽，能讓大家「更發心發願護持佛光會，讓佛光會更發揚壯大」。

佛光山台北道場住持滿謙法師也特地出席開幕式；他表示，國際佛光會是聯合國NGO成員，這麼多年來，無論在美國紐約、法國巴黎、瑞士日內瓦、奧地利維也納等聯合國機構都有佛光人參與推動文化、教育、慈善的種種事務。「如果佛陀是弘法古印度，星雲大師就是把佛法弘揚到五大洲。」也因為大師，讓全球百萬佛光人如同大江般，一起推動人間佛教巨流；他期許三十而立的佛光會，繼續發揮大師「佛教靠我，捨我其誰」的精神。

除了「佛光會三十·奮起飛揚」影像展，系列活動包括「佛光會三十·音樂饗宴」將於2月2日接力舉行；2月3日「佛光會三十周年·奮起飛揚」話說佛光會暨第二屆三好微電影國際創作競賽，頒獎典禮也將壓軸登場。

## 連續7年參與 佛光人送暖街友

【人間社心奉洛杉磯報導】秉持佛光山「以慈善福利社會」的宗旨，國際佛光會洛杉磯協會西來分會1月21日響應East San Gabriel Valley Coalition for the Homeless (ESGVCH) 所舉行的寒冬送暖活動，由西來分會督導Sacha Denijs、前會長Andy Young代表參加，共捐贈了300條毛巾、250雙襪子、250件衣物、300條牙膏、300支牙刷、900個口罩、300包溼紙巾等物資，為東聖蓋博谷地區的露宿者送上關懷與祝福。

ESGVCH從1994年開始為無家可歸的民衆提供各項服務，西來分會已連續7年參與此項社區關懷的活動。

往年不僅是物資捐贈，在佛光山西來寺的支持下，以及洛杉磯協會各分會的協助下，也會提供250份熱食給露宿者。今年因新冠疫情嚴峻，無法提供熱食，佛光人



國際佛光會洛杉磯協會西來分會響應ESGVCH所舉行的寒冬送暖活動，由分會督導Sacha Denijs（左二）、前會長Andy Young（右二）代表捐贈物資。圖 / 佛光山西來寺提供

仍為社區獻上薄力，用物資傳遞愛心、福利社會。ESGVCH工作人員感謝佛光會的捐贈，在冬天為東聖蓋博谷地區的弱勢族群帶來更多的溫暖。

## 真善美月曆徵圖 阿根廷藝術弘法

【人間社記者心增阿根廷報導】阿根廷佛光山1月17日舉行「第一屆佛光真善美月曆徵圖活動」頒獎典禮，禮請阿根廷佛光山妙擇法師、國際佛光會世界總會理事王任誼、國際佛光會阿根廷協會會長陳世賢、阿根廷協會第一分會會長林珊等頒獎。

月曆徵圖活動是由國際佛光會阿根廷協會主辦，目的在於提倡佛教多元化創意，並提升自我價值；宗旨是以文化弘揚佛法，以教育培養人才，把人間佛教宣揚出去，是以訂定「真善美」為主題。徵圖活動已於去年12月1日評選完成，公布入圍獎8名及佳作獎6名，得獎人年齡最大為76歲，最小為5歲。

佛光山南美洲教區總住持妙遠法師，以視訊給予得獎者鼓勵，法師引述佛光山開山星雲大師說的「藝術弘法」，能淨化心靈、提升生活層面，並在全球創辦了30多所美術館，將來大家的作品有機會到佛光山各美術館參展。

陳世賢致詞表示，雖然受疫情影響，很多活動都停辦，秉持有佛法就有辦法，每人需求不一樣，所以要用不同的方法度眾，因此舉辦月曆徵圖活動。王任誼讚揚所有得獎者都在實踐淨化社會的三好運動。

「每位得獎者都是藝術家。」妙擇法師表示，大家的作品都在給人歡喜、給人希望，藝術家是沒有年齡的分別。

## 急診室故事 匯聚成生命之歌

【本報台南訊】台南市立醫院急診部主任蘇世揚以身邊和死神搏鬥的生命故事創作歌曲，組成「玫瑰墓」獨立樂團，以演唱、說故事方式到校園宣導生命教育。玫瑰墓2019年12月起走進學校做生命音樂演講，急診室內故事一幕幕上演，例如消防弟兄葬身火窟、駝背老人拄拐杖跑操場及抗癌等動人故事。

演講中常出現兩位勇敢母親——連婷婷與黃馨誼，都是蘇世揚創作歌曲中的主角。曾是高中老師的連婷婷，4年前被診斷出患肺腺癌，她歷經133次化療，持續分享愛的力量。

黃馨誼與兒子林啓臣的生命故事，也被蘇世揚寫成動人歌曲。林啓臣出生後因罹患腎絲球硬化症必須洗腎，17歲時身高只有103公分，去年底過世。黃馨誼去年初罹患乳癌，不想醫治，心想要和啓臣作伴而去。當時啓臣鼓勵母親為他活下去，並請醫生好好治療他母親，不久後啓臣安心離去。正進行化療的黃馨誼，也走進玫瑰墓音樂演講會分享「活著真好」。

玫瑰墓成立14年，詮釋木吉他搖滾，歌曲結合散文故事，蘇世揚是團長。「玫瑰代表美麗與祝福，墓則意涵著死亡」，蘇世揚說，作家李家同的演講改變了他，想到德蕾莎修女說「愛的反面不是仇恨，而是漠不關心」，更堅定他做下去的決心。

VEGE PLAN 蔬食A計劃

- 零飢餓 Zero Hunger
- 抑止暖化 Combat climate change
- 平衡生態 Halt & reverse land degradation & biodiversity loss
- 保護環境 Sustainable consumption and production
- 愛護生命 Ethical treatment of animals

立即聯署

國際佛光會

### 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              |
| 2/5 (五)  | 大悲懺法會 (線上視訊, 7:30pm)    |
| 2/11 (四) | 除夕延生普佛 (線上視訊, 7:30pm)   |
| 2/12 (五) | 線上禮千佛法會 (線上視訊, 10:00am) |

電視弘法：洛城18中文台  
週一至週四 (6:50pm)、週五 (6:30pm)