佛光菜根谭



凡事能随缘，
才能自在；
凡事能放下，
才能宽心。

星云大师／Venerable Master Hsing Yun

人间福报

The Merit Times
Brasil

佛光山如來寺Templo Zu Lai
Estrada Fernando Nobre, 1461
06705-490. Cotia-SP-Brasil
Tel: (55 11) 3500-3600
zulai@templozulai.org.br
www.templozulai.org.br

星云大师灵骨分灯五大洲



⬆五大洲12处道场代表法师，手捧大师舍利塔遶行佛光山。

图／人间社记者赵启超



⬆五大洲12处道场代表法师，从心保和尚（右1）接过大师舍利塔。

图／人间社记者庄佳颖



⬆迎请灵骨车队巡礼，场面庄严殊胜。

图／人间社记者庄佳颖

【记者罗智华高雄报导】万众合掌、梵呗缭绕，「佛光山开山祖师星云大师灵骨分灯五大洲典礼」3月19日於佛光山举行，全球12处道场分灯代表及海内外佛光人汇聚於此，藉分灯缅怀星云大师慈悲愿行，不仅象徵人间佛教精神永续流传，更为近代佛教史首开先河，立法院长韩国瑜致词时以「四大奇迹」推崇大师弘法成就，现场与会及线上观礼近万人见证开启弘法新纪元的历史时刻。

欣逢佛光山开山六十周年与星云大师百岁诞辰，典礼选在农历二月初一、大师出家纪念日举行、意义深远。

大师一生心系佛教，从栖霞出家、丛林积学到来台建立道场，实践「佛光普照三千界，法水长流五大洲」愿景。此次分灯，正是将大师弘法精神化为一盏盏法灯，传向世界各地。

典礼在庄严钟鼓声中揭幕，僧信二众恭迎佛光山住持心保和尚、退居和尚心定和尚、心培和尚入席主法。

现场贵宾云集，佛光山信徒总代表吴伯雄、立法院长韩国瑜贤伉俪、佛光祖庭宜兴大觉寺信徒总代表赵辜怀箴、远见・天下文化事业群创办人高希均、长庚医院名誉院长陈肇隆、国际佛光会中华总会总会长潘维刚、嘉义市长黄敏惠、中华人间佛教联合总会代表、佛光山教团系统大学总校长林聪明，以及美国、加拿大、巴西、澳洲、印度、南韩、日本、星马、印尼、泰国等地佛光人皆与会。

遍传大师悲智 延续法身慧命

心保和尚开示时谈到，此次分灯至全球12处道场，不只成为人间佛教重要据点，也代表将大师慈悲与智慧传至世界各地，见到灵骨，犹如见到大师法身，每位佛光人都是大师法身慧命的延续，应努力落实「三好、四给、五和、六度」，让世界更美好。

「星云大师为当代佛教创造四大奇迹、弘法成就非凡。」

韩国瑜致词时表示，大师22岁来台弘法、97岁圆寂，弘法逾半世纪，从零开始打造佛光山成为国际佛教重镇，是第一大奇迹；其二，是将深山丛林的佛法转为生活化人间佛教，使大众体会「有佛法就有办法」真谛；其三，致力推动教育与文化，在全球创办佛光山教团系统大学，并以云水书车推动阅读，让知识与善念扎根社会；其四，将人间佛教弘传至世界，使佛光遍照五大洲。这四大奇迹不仅彰显大师一生弘法成就，也为当代佛教留下深远影响。

度化无数众生 影响深植人心

一家四代皆是佛光人的吴伯雄致词表示，大师一生度化无数众生、推动人间佛教，如今透过灵骨分灯的灯灯相传，不只将大师教诲传至各地，慈悲身影也永存你我心中，期许大众携手实践「平安幸福照五洲」愿力；高希均表示，大师致力推动世界和平，其思想与精神，早已深植人心。为纪念大师百岁诞辰，《远见》特别编撰专刊与大众分享大师百年光辉。

在万人见证下，灵骨分灯仪式隆重登场。心保和尚领众恭读〈星云大师灵骨分灯祈愿文〉，字字句句流露对大师的缅怀与感恩，众弟子齐声发愿致力延续佛光山宗风。

佛光祖庭大觉寺（暂奉佛光山）、美国西来寺、巴西如来寺、欧洲法华禅寺、马来西亚东禅寺、日本法水寺、泰国泰华寺、菲律宾万年寺、印度德里文教中心、南韩首尔佛光山寺、非洲南华寺及大洋洲南天寺等12处道场代表，在大师圣像前顶礼三拜，依序从心保和尚手中恭敬承接大师灵骨；信众见证历史一刻，这不只是大师慈悲与智慧的精神延续，亦象徵人间佛教弘扬五大洲，持续照亮人心、光照寰宇。

星云说偈

颠倒

文／星云大师

空手把锄头，步行骑水牛；
人从桥上过，桥流水不流。
——梁・傅大士

这一首是傅大士（傅翕）的偈语。从文学的观点上来看，文字是不通的；但从参禅修道的悟境上来说，它可以说悟透了宇宙人生的真理。

禅者在修行的境界上，都会经历一些过程，比方像青原惟信禅师，他在没有参禅的时候，看山是山，看水是水；参禅了以後，他看山不是山，看水不是水；一直到悟道了以後，看山还是山，看水还是水。

同样是山水，在最初没有参禅时，看山是山，看水是水，那山水是世间现象的山水；等到一参禅之後，慢慢进入修行的境界，深入到本体去看，所以他看山不是山，看水不是水；及至悟道以後，悟道者是从本体上看现象，但不破坏现象，他从现象上可以直接看到本体，本体即现象，所以他再度看山是山，看水是水了。

傅大士这一首偈语：「空手把锄头，步行骑水牛。」既然是空手，怎麼说他拿了一把锄头？既然是步行，怎麼又说骑水牛呢？「人从桥上过，桥流水不流」，人从桥上经过，应该是水在流，桥没有动，但是他却说人从桥上过，是桥在流，水没有在流。

我们认为空手、把锄头不可以在一起，认为步行就不是骑牛，骑牛就不是步行，那是我们把世间上的一切都分开了；「人从桥上过，桥流水不流」，我们认为是水在流但桥不流，是因为我们把世间上所有的一切都定型了，没有把它们调和起来。所以，流和不流其实不是两回事，有和无不是两回事，这就是矛盾中有统一，差别中有平等啊！

视力模糊快速恶化 竟是脑疾

【记者陈玲芳台北报导】视力模糊不一定只是用眼过度或眼睛老化，背後也可能隐藏严重的脑疾警讯。70岁王女士，半年前开始觉得看东西总是「雾雾的」，起初以为只是年纪大、视力退化而未特别在意，直到连电视字幕都难以辨识，才前往台北慈济医院就诊。经眼科部谢绣卉医师检查，王女士右眼视力仅剩0.1，但眼球结膜、角膜、水晶体及视网膜等结构均未发现明显异常。

由於眼部检查无法解释视力快速恶化原因，谢绣卉医师怀疑可能与视神经或脑部病变有关，随即安排核磁共振检查。结果发现为右侧内颈动脉眼分支血管瘤压迫视神经所致。经放射介入治疗阻断血流後，成功解除压迫，降低失明与脑出血等严重并发症风险，目前王女士视力已明显回升，持续门诊追踪中。

晨斋语录

大乘菩萨法

文／心保和尚　图／Pexels



佛说大乘法菩萨法，希有难得，能令众生直至无上正等正觉，成就阿耨多罗三藐三菩提，圆满佛道而不偏离，是故应当深心随喜，礼拜供养。

生命素语

允许一切的发生

文与图／张素玲

人生的际遇犹如四季更迭，
在顺境时春暖花开，
一切都充满希望和生机；
逆境时则寒冬萧瑟，
让人感到惆怅和失落。

人生没有永远的巅峰，
也不会一直困在低谷，
若能接纳所有事情的发生，
不再抗拒，
那麼内心就会变得更加柔软和平静。



人间风景

灿烂艳紫荆

文与图／步悠



寒凉季节，万物萧条，唯独路旁一排紫红花树生气盎然，它的芳名叫艳紫荆，紫红色花朵呈佛焰苞状，娇艳高贵，赏心悦目，宛如洋兰可比喻。

有人称它为香港兰，其来有自；在20世纪被香港居民於当地发现，勤加呵护培植，花朵愈开愈艳丽，叫港人爱不释手，都说香港之花，1965年获选为香港市花，真是名符其实！

艳紫荆又名印度樱花、洋紫荆…，属於常绿乔木，高约2公尺。叶如马蹄状，花略似羊蹄甲，经常被误为羊蹄甲。

其实，它的花、叶比较大，色彩浓艳，於是又有人怀疑艳紫荆是羊蹄甲的变种?

艳紫荆虽能开花结果，可是果内少有种子，以高压或扦插方式繁殖，种植以沙质壤土为佳，日照充足，才能长得繁茂，提升开花率，色彩也愈浓艳。花期长，从10月至次年3月前後，花谢後应修剪老枝残叶，以利下次花开。

蔬活日常

小碴子玉米粥

文与图／巴尔虎蜜儿



这道小碴子玉米粥是大连堂姊教我的。堂姊说，整颗玉米粒叫「大碴子」，磨碎的叫「小碴子」。我在台北迪化街看到小碴子，坊间有些小米粥也会加碎玉米粒，既便宜又增加黏稠感。

北方人称它碎玉米小碴子粥，大连方言叫葛子粥（英文corn grits congee），从粗粮时代到现在，都是日常饮食的一部分，不只熬粥，也可做饼或点心。

堂姊用大灶柴火和少量硷粉煮粥，熬煮时特别烙出锅巴，焦香焦香的，粥带玉米清甜。杂粮富含膳食纤维、卵磷脂、亚油酸及多种维生素，有助肠道蠕动、降血压血脂。我用电锅复制，也发现美国南方的grits料理方式相似，可做成咸汤或甜点。

做法很简单：碎玉米粒2杯洗净浸泡1小时，枸杞用热水泡一下捞起备用；沥乾玉米粒放入电锅，加水（水量依喜好调整），外锅加2杯水蒸煮。电锅跳起後搅拌确认浓稠度，太乾可加热水续煮；浓稠适中则盖上续闷。

出锅前加枸杞，即成咸甜皆宜、可口的小碴子玉米粥。

视觉DJ

流光下的水田

文与图／徐然



晚风轻拂，夕阳倒映水田，光影如梦似幻，村庄被云彩渲染成一幅缤纷画卷，空气散发一股湿热的味道，那是被日光烫热的水田。

漫步田间小路，二期稻作的秧苗被摆在水田桥墩旁边，一卷一卷的像卷心饼一样，层层叠高，这是播种季节常见的景象，它们都是绿色小精灵，会呼吸会长大；插秧後水田蓊郁苍翠，绿野平畴，赏心悦目，让人忘却俗事烦忧，静谧安然。



古人曾说：「一粥一饭，当思来处不易。」眼前绿意盎然的水田，历经风雨润泽，随著时间抽长结穗，一粒粒金黄的稻米随风荡漾，田园气息更加浓郁，那是值得期待的丰收，经过几个月的滋养，成为桌上的米饭，想起农人的辛勤耕种，怎能不珍惜餐桌上的米饭香啊！

夕阳馀晖，闲情踏步，彩霞流光把我的眼睛刷洗得更明亮了，也将一日的疲惫洗涤乾净，走著走著，风儿好像渐渐静止了。