



眼中看人無貧富，
耳裡聽音好處想，
口中說話無荊棘，
身手做事好商量。

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

不是同參

文 / 星雲大師

北宋的楊岐方會禪師，江西宜春人，為臨濟義玄法系的第八世法孫，得法於石霜楚圓禪師。他在楚圓禪師門下時，曾經擔任監院之職，後來遷住筠州九峰山，不久又到楊岐山普通禪院，大興教法。

楊岐方會禪師的禪風，機敏中略帶詼諧，往往能夠發人省思。他初到楊岐山時，九峰勤和尚對他並不了解，也不太去理會他，經過幾次應對後，才知道來者非泛泛之輩。

後來，藉由一次的機緣，九峰勤和尚拉著方會的手，熱絡地說：「哎呀！今天總算遇到一位同參了。」

楊岐方會禪師說：

「您是山祖，我是學人，不敢高攀。我們不是同參。」

九峰勤和尚說：「我是九峰牽犁，你是楊岐拽耙，這不就可以成為同參了嗎？」

方會禪師緩緩地把大和尚的手推開，說：「你犁你的田，我把我的地，我們不是同參。」

九峰勤和尚：「同在一塊田裡，同吃一鍋飯，怎麼不是同參呢？」

楊岐方會禪師終於合掌說：「既然是這樣，我就跟九峰論同參吧！」

生活蔬食

醬滷苦瓜麵輪

文與圖 / 小修

麵輪，又叫豆輪，是以麵粉製成的麵筋。做法是將麵粉加水揉搓，反覆清洗去除澱粉，留下富含蛋白質的麵筋，再捏成圓形後油炸，就成了我們常見的麵輪。不過要注意，麵輪並非黃豆製品，無法取代豆類的蛋白質來源。

食材：

苦瓜、麵輪、香菇、薑片、辣椒、豆醬

作法：

①麵輪先下滾水煮至軟化，可去除油炸的油質。撈起放涼，擠乾多餘水分備用；可依喜好切或不切。

②薑切片、辣椒切斜片，香菇若太大朵則切成適口大小。苦瓜剖半，挖去囊並刮乾淨白膜，這樣比較不苦，再切成塊。

③鍋裡加少許油，先將苦瓜煎至表面微焦香，再加入薑片炒香，接著放入香菇拌炒，最後加入麵輪。倒入適量豆醬、醬油膏或素蠔油，加入胡椒粉、少許冰糖調味。因豆醬本身已有鹹味，鹽可視情況添加。

④加水至食材高度的一半，蓋鍋以小火燉煮，讓苦瓜與麵輪入味。最後放入辣椒片點綴，就完成啦！



神明聯誼會 佛神共祈和平

【記者王淑芬高雄報導】以促進宗教和諧為宗旨的「2025世界神明聯誼會」以「向前有路 光明在望」為題，12月25日在佛光山佛陀紀念館盛大登場。清晨7時起，來自海內、外的宗教團體及逾千家宮廟護法神尊依序進場，陣頭、神轎在鑼鼓齊鳴聲中，踏上成佛大道，信眾也夾道迎聖駕，莊嚴熱鬧的場面湧入逾12萬人潮，展現宗教融和、佛神一家親的無國界精神。

「世界神明聯誼會」由佛光山開山祖師星雲大師於2011年發起，今年邁入第15年。活動由高雄市政府與中華傳統宗教總會共同主辦，中華傳統宗教總會總會長暨佛光山住持心保和尚、高雄市長陳其邁、榮譽總會長王金平、國際佛光會中華總會署理會長慈容法師率一眾法師參與，逾千位宗教、社會及文化界代表與會，殊勝熱鬧的場景彷彿是一場宗教嘉年華會。

今年有逾1100座宮廟與會，有觀音佛祖、天上聖母、關聖帝君、玄天上帝、瑤池金母、福德正神、儒學孔子、天主聖嬰等，神尊、神轎及陣頭從成佛大道走向菩提廣場，禮敬佛光大佛；多元宗教文化交會的壯觀畫面，顯現信仰凝聚人心的強大力量。

多元宗教交會 信仰凝聚人心

在神轎、陣頭列中，來自北港朝天宮莊儀團112尊紅臉青面的「千順將軍」最受矚目，千里眼、順風耳神威赫赫護駕媽祖，也守護眾生四時平安，威靈顯赫讓人心生敬畏。

112尊千順將軍破天荒到佛光山集結，心保和尚偕長老於佛陀紀念館禮敬大廳迎接，共同為圓滿星雲大師的願心感到殊勝與歡喜。心保和尚表示，神明聯誼會是宗



↑2025世界神明聯誼會12月25日於佛館盛大舉行，海內外逾千座宮廟及護法神尊齊聚，感受宗教融和、佛神一家親的氛圍。圖 / 人間社記者趙啟超

教共融、和平的意思，他引用星雲大師曾說「神明聯誼可以共祈世界和平。」唯有在社會和諧、世界和平的前提下，生活才能幸福。

陣頭藝文展演 深厚文化底蘊

神明聯誼活動除宗教儀典，也有多場動態展演，在萬人照相台上，無形文化資產高雄內門「紫雲宮中埔頭宋江獅陣」、傳承百年的「古亭坑隆后宮茅草山宋江陣」，以及「竹北紫仙宮古典花雨傘舞」接力登場，宗教團體以武藝展現深具生命力的民俗文化內涵。

從五分之一到無限可能 李濤開講



↑李濤分享切身學習大師的三好四給，受用無窮，好像大師就在自己的身邊。圖 / 人間社記者張志誠

【人間社記者潘青霞洛杉磯報導】曾任台灣TVBS《2100全民開講》主持人及TVBS總經理、現任關懷台灣文教基金會董事長的李濤，力行佛光山開山祖師星雲大師「四給」精神，以歡喜心鼓舞教師、扶持弱勢孩子。此次帶著偏鄉孩子創作的AI故事繪本，於佛光緣美術館西來館展出，並於2025年11月30日應邀在佛光山西來寺法堂開講「開心耶！星雲大師讓我快樂公益」，向近150位聽眾分享公益歷程，希望孩子能從「五分之一」走向「無限可能」。西來寺住持慧東法師頒發感謝狀。

李濤指出，台灣約有五分之一的偏鄉孩子在國中畢業後，因家庭與學業弱勢，使

鄰里互助 佛光人攜手社區傳溫情



↑分類包裝食物。圖 / 洛杉磯協會提供

【人間社記者真裕洛杉磯報導】感恩節前夕，國際佛光會洛杉磯協會會長蔡月琴於2025年11月19日下午帶領20餘位就近的佛光會員，前往蒙羅維亞市（City of Monrovia）非營利慈善機構Foothill Unity Center (FUC)，共同參與感恩節食物發放活動。當日共有500個家庭領取蔬菜、水果、麵包、蛋糕、起司等，讓家家戶戶能在歲末年終準備一桌團圓餐，與家人一同過節。

活動開始前，義工統籌Nela Sunga提醒所有參與者「安全第一」；營運經理

未來發展受限，其中「格外單」：隔代教養、外籍家庭、單親孩子，更是需要關注的族群。關懷台灣文教基金會以「給人歡喜」為核心理念，結合AI技術，透過遊戲化多元課輔，讓孩子在歡笑中增長知識。並且自11年前起每年舉辦「謝師大放唱」，持續激勵教師。鼓舞1位老師，就能翻轉10個孩子。李濤以影片呈現師生學習歷程，希望幫助孩子從「五分之一」走向「無限可能」。此次展出的AI繪本以向美國知名歌手Taylor Swift發出邀請「Can you write a song with us?」為主題，培養偏鄉孩子的國際視野。

李濤表示，從事義工13年，他深刻體會到，人間最快樂的事就是星雲大師所說，「關懷別人，與別人分享快樂，讓別人也快樂」。

Jonathan Tsuo也向佛光人介紹當天的服務量。他表示，包含上午的1136份在內，FUC在一天內共服務1600個家庭。目前FUC在Monrovia與Pasadena兩地營運，一周6天發放食物，每天服務量從700到2000家庭不等，義工需求龐大。Jonathan Tsuo回憶高中時曾在西來寺大寮服務，如今看到佛光人前來相助，特別感恩，也希望更多社區居民能秉持「Neighbors Help Neighbors (鄰居幫忙鄰居)」的精神，一起把支持伸向最需要的地方。

佛光會員分工有序，先在各自崗位將不同類別的食物分類、打包、運送、協助引導動線。現場除了佛光會員，也有各界人士投入的服務隊伍。大家彼此配合，展現



↑佛光人協助佈置場地，搬運、打包、發放食物包。圖 / 人間社記者張志誠

，「每一份食物都承載著尊嚴與慈悲，這需要整個社區的力量。佛光人的參與讓愛心更加具體可見。」

佛光山西來寺近期活動

時間	活動名稱
1/19 (一)	光明燈法會
1/24 (六)	西來英文一日精進修持
1/26 (一)	法寶節——上供
1/26 (一)	臘八粥結緣

食物銀行送暖 佛光山行動響應

【人間社記者楚顏靜洛杉磯報導】洛杉磯地區食物銀行 (Los Angeles Regional Food Bank) 2025年11月5日主辦食物發放活動，邀請佛光山西來寺，一同協助社區居民度過經濟挑戰的難關。本土組慧澄法師率領佛光會義工23位，前往工業市展覽中心 (Industry Hills Expo Center) 參與。

慧澄法師表示，佛光人以實際行動服務，是最直接落實佛光山開山祖師星雲大師人間佛教理念的方式。

義工們分工合作，從搬運、打包、發放

，動作俐落而充滿笑容。每戶家庭可領取約46磅的食物包，包含新鮮蔬果、雞肉、乾糧與嬰兒用品，讓居民帶著安心與感激回家。

工業市市長柯瑞·摩斯 (Cory Moss) 致詞：「通膨與高物價讓許多人陷入困境，感謝縣府、食物銀行與佛光山等團體的合作，讓社區沒有人挨餓。今天，我們以善意與團結展現現愛的力量。」

食物銀行總裁麥可·佛洛德 (Michael Flood) 感謝佛光山與市府多年來的合作