



讚譽之詞可於人後言，聞者心喜；批評之語當於人前說，可免是非。

星雲大師 / Venerable Master Hsing Yun

人間福報

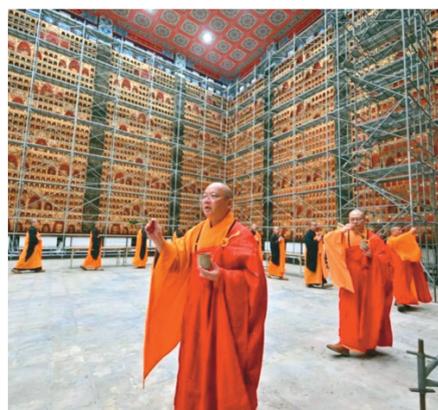
The Merit Times
CA

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

佛光山大雄寶殿 逾千僧信迎萬佛



「佛光山2026年大雄寶殿萬佛安座法會」1月31日舉行，心保和尚、心培和尚、慧傳法師與全體僧信，以大雄寶殿為背景，留下歷史性的畫面。圖／人間社記者莊佳穎



在大眾虔誠誦持〈大悲咒〉中，心保和尚（前左）、心培和尚（前中）、慧傳法師（前右）先是環繞殿外與殿內，再替已先安置的佛像灑淨。圖／人間社記者趙啟超

【人間社記者李生鳳高雄報導】「佛光山2026年大雄寶殿萬佛安座法會」1月31日舉行，2024年底因大雄寶殿修繕工程，將殿內萬佛牆供奉的1萬4800尊釋迦牟尼佛聖像請下安置和修整，31日安座法會則是將煥然一新的佛像灑淨後，迎請回佛龕安座。恭請佛光山住持心保和尚、退居和尚心培和尚、常務副住持慧傳法師主法灑淨，恭迎萬尊佛像之殊勝大事，共集結佛光山逾千位僧信之力參與。

在大眾虔誠誦持〈大悲咒〉中，先是環繞殿外與殿內，以及替已先安置的佛像灑淨。接著大眾虔誠雙手奉持佛像，自華藏玄門經成佛大道送進大雄寶殿，心保和尚、心培和尚、慧傳法師逐一為每尊佛像也為每個人灑淨。

從法師到信眾，在聲聲不斷的〈大悲咒〉聲中是連綿的佛像與人們，在大殿內安置佛像後，每個人都是恭敬雙手合十，臉上盡是歡喜。為了這一天，許多信眾清早就抵達佛光山，在現場等候了數小時。如同佛光山開山祖師星雲大師在《佛光山開山故事》之〈成佛大道〉中，說道「我們學佛的目標就是成就佛道，佛陀、大雄寶殿就是我們的目標」，以及「通過『成佛大道』，走向大雄寶殿，就如同我們向著成佛的目標走去」。

誦持大悲咒 臉上盡是歡喜

心保和尚帶領恭讀〈佛像安座祈願文〉，讚歎今天是「歷史的一刻」，千載難逢，是大家的功德所在。大雄寶殿自啟動修

繕以來，感謝許多功德主、義工菩薩的護持，所以今日舉辦萬佛安座灑淨儀式，相信大家在恭敬奉持佛像時，心中必定是歡喜無比。所謂人身難得，佛法難聞，能夠聽聞並學習佛法，是累生累世修來的善緣福報。「心、佛、眾生，三無差別」，每一尊佛都象徵自己所擁有的佛性，每個人將來也都能成就佛道，圓滿菩提。最後以大師的「和諧共生·馬到成功」作為祝福。心保和尚、心培和尚、慧傳法師與全體僧信，以大雄寶殿為背景，留下歷史性的畫面。

佛像捧在手 感受不可思議

法會圓滿後，隨即有近800人繼續投入鷹架組、接運佛像等工作，大家排成人龍，以接力方式從殿外到殿內進行搬運。

星雲禪話

不為人說的法

文／星雲大師

唐朝的時候，有一位百丈法正禪師，又名百丈涅槃和尚，他是百丈懷海禪師的法嗣弟子。當時，百丈懷海禪師在江西省奉新縣西北的百丈山（大雄山），大揚禪法，後來，百丈涅槃就在百丈懷海禪師的座下，擔任西堂一職，開講佛法大義。

有一次，百丈涅槃和尚見到南泉普願禪師（南泉與懷海、西堂智藏，人稱洪州門下三大士），就問說：「諸佛菩薩為眾生說法，您可了解諸佛菩薩還有法沒有開示眾生的嗎？能不能說一些給我聽呢？」

南泉普願禪師微笑說：「諸佛菩薩不說，就是不要你知道。」

百丈涅槃和尚繼續追問說：「既然諸佛菩薩不要我知道，那禪師您可否慈悲，可以讓我聽一些嗎？」

南泉普願禪師搖搖頭，說：「我早就已經告訴你了，難道你還不懂嗎？」百丈涅槃和尚聽了終於言下大悟。

點心時間

芋糰地瓜包

文與圖／丁綉慧

利用隨手可得的簡單材料，烘烤一盤飽滿Q軟可愛的芋糰地瓜包。

半顆或200g芋頭、100g小地瓜削皮切小塊分別蒸至熟軟，趁熱加入少許砂糖壓成泥狀放涼。250g糯米粉加200ml溫水拌揉成糰，揪成10份小劑子壓成圓皮，包入20g芋泥後以手掌慢慢圓曲旋轉、虎口收攏缺口後蒸成芋頭麻糰備用。

取一大鋼盆，加入5g乾酵母以少許溫水融化後，拌入400g高筋麵粉、100g糯米粉、100g地瓜泥，視黏手程度慢慢加入100ml冷水，順時針方式反覆折疊壓揉成有彈性、不沾盆與手的光滑麵團，置於盆中覆蓋靜置發酵約1小時後，稍滾圓整型排出空氣、分切成10份三角形狀。

以桿麵棍壓平延展麵皮，從底端捲覆芋頭麻糰後，兩端捏合收口成橢圓狀，置放溫暖濕潤處發酵至輕壓表面可以快速彈回原來狀態。以烤箱200度烤約15分鐘，或烤至8分鐘時、麵包上色後降溫成180度，轉盤再烤約8分鐘即可出爐。

因為是業餘興趣、信手拈來的家常滋味，後來嘗試過幾回，麵團具多樣、多元的彈性和變化，或蒸或烤形式手法不拘，份量僅供參考，材料依個人喜好隨意，只要掌握麵粉、酵母、水的比例和發酵時間，用心動試驗、經驗多累積，就能端出風味獨具的好味道。



中文七日禪 帶領行者明心覺醒

【人間社記者郭昭華洛杉磯報導】佛光山西來寺2025年11月23日舉辦年度重點禪修活動「中文七日禪」。來自各地的29名學員放下工作與社交媒體，從調身、調息到調心，在動靜之間，體驗法喜與智慧的流動。

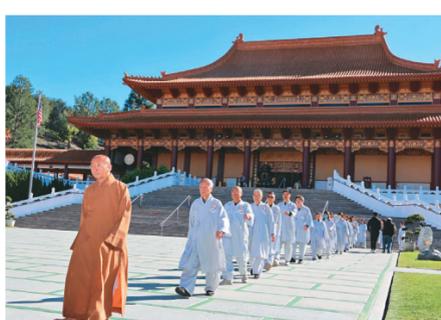
報到後，由維那師慧軒法師講解禪堂規矩、鐘板信號與禪修儀軌。在「基礎禪修」課程中，法師示範金剛坐、如意吉祥坐與手印、呼吸法，為禪七打下基礎。

第二天慧軒法師講授天台智顛大師「六妙門」，協助學員在禪修次第中由調身調息進入內觀智慧。

第三天。課程包括禪坐、行禪、易筋經與問答。法師以自身求學時期因香板敲打而激發覺悟的經歷，鼓勵大眾以平等心面對逆境。

禪七期間，法師每日親授十二式易筋經，協助學員調理身心。每日例行的「灑掃出坡」讓學員在集體勞作中練習專注與放下。

七天的禪堂裡，沉默逐漸成為力量。有學員分享，止語讓心更敏銳，平日不易察覺的情緒在靜中浮現，反而更能看清自己



餐後跑香，以動中禪協助學員穩定身心，為禪七打下基礎。圖／人間社記者郭昭華

的習氣。

七日禪中，李重義師兄的投入讓人動容。雖會中風行動不便，他仍以毅力完成禪坐與行禪。他分享，禪修讓身心明顯進步，也讓他更深刻體會「苦」能成為成長的養分。

最後一天，慧軒法師以「禪的本質不在理解，而在體驗」作結。他提醒大眾：禪修重在專注當下、活在平常、放下分別，於生活中明心見性。

英文一日禪 體驗身心安定之道



佛光山西來寺於2025年10月18日舉辦英文一日禪修，共有近70位英語人士參加。圖／人間社記者張志誠

【人間社記者心禹洛杉磯報導】佛光山西來寺於2025年10月18日舉辦英文一日禪修，共有近70位英語人士參加。大眾在靜默中放下萬緣，體驗佛法於生活中的安定與清明。

維那師慧澄法師於進堂說明指出，一日禪修重在「身、口、意三業的調伏」，透過規律作息與寧靜氛圍，訓練學員把心帶回當下，放下過去、不憂未來。

在五聖殿導覽中，國際佛光會洛杉磯協會副會長Avelyn介紹人間佛教精神。

下午的課程由社教組組長覺皇法師主講《水喻經》，透過佛門的「六和敬」及佛光山開山祖師星雲大師所提倡的「五和」，闡述佛教在人際關係中的和合精神。

工作人員Rita分享，參加西來寺禪修營後，內心變得平靜。Christian則表示，每周的英文法會如同小型禪修，是實踐正念的方式，體現人間佛教的共修精神。

慧澄法師勉勵大眾：修行重在行動與社群。西來寺除了一日禪修，還有「四給日」義工活動、人間學院英語佛學課程及英文共修與禪修班，提供各種修學平台。

生命書寫

我在遠方

文與圖／丁綉慧

南國連日雨停歇，午後陽光忽地乍現。偷得浮生半日閒、鄉間小路信步而行，偶遇一株蒲公英，銀白絨球隨風、輕柔搖曳如低語傾訴。

即使身處一成不變的灰白暗沉、重複日常，它依然開展渾圓飽滿、綻放柔和輕盈，承載著希望與自由，指向遼闊天藍。

蒲公英的花語：「我在遠方、為你的幸福祈禱。」，牽牽無聲、如風輕柔，卻無處不在。

它不語，卻悄悄靜默守候；不執著攀附，卻始終飛翔、隨遇而安；外在輕靈通透閃亮，內在堅韌力量蘊藏；它不誇耀張揚，正如我心中、你的模樣：內斂含蓄、沉著淡定。

我不敢走近，只想遠遠守候著那不願清醒的理想，如陽光下熠熠生輝的理想與美好；我靜靜地看著蒲公英在微風中輕舞飛揚、跳躍迴旋、自在飛翔，每一個瞬間，都是思念的節奏，是無盡的牽掛。

那一刻，我彷彿也乘著風，與蒲公英一同飛翔。

我將心中牽掛與祈願、輕輕託付蒲公英，寄予遠方的你：願你平安、願你幸福、願你在陽光下自由綻放。就如蒲公英緩緩與遠方浮雲悠悠同行，不問初見與歸期，只願你——我的朋友、我的曾經——歲月如歌未央，恆持初心與安好。



佛光山西來寺近期活動	
時間	活動名稱
2/16 (一)	2025年光明燈圓燈法會
2/17 (二)	春節平安燈會 2/17 (二) — 3/3 (二)
2/17 (二)	新春禮千佛法會
2/17 (二)	新春園遊會 2/21 (六) — 2/22 (日)