



遇人微笑並問好，
人間處處有歡笑；
說請謝謝對不起，
人我之間多歡喜。

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

放在心中最好

文 / 星雲大師

中國社會有所謂「家家觀世音，戶戶彌陀佛」之說，就像觀音菩薩的聖像，幾乎每家寺院必定都會供奉；甚至於台灣所有的媽祖宮，其後殿的正中央，必定供奉有觀音菩薩，表示媽祖也是觀音的弟子。此外，中國所有民間的、佛教的信仰者，家裡的正廳也必定供奉觀音聖像。觀音菩薩能可以占據在每個家庭正廳的中央這樣最好的位置，是因為觀世音菩薩的慈悲，所以致此。觀音的信仰，可說已經普遍深入人心了。

有一天，大覺寺無德禪師和眾弟子走在後山，忽然看到有一尊露天的觀音聖像擺在路中間。

無德禪師就問眾弟子：「這一尊觀音聖像，你們覺得放在哪裡比較好呢？」

甲說：「這尊觀音聖像相好莊嚴，應該收藏在美術館。」

乙說：「只放在美術館太可惜了，應該放在觀音殿供人禮拜。」

丙說：「應該放置在放生池中央的海島，供人瞻仰，以彰顯觀音菩薩的慈悲。」

眾人七嘴八舌，你一句我一言地討論起來。

無德禪師不慌不忙地說：「其實，都不是這樣，觀音菩薩應該放在每個人的心中。」

大眾歡笑認可。

輕饌美味

樹子蒸豆包

文與圖 / 小修

樹子有人稱它為破布子，是台式古早味料理的重要食材，味道鹹香甘甜，也是台灣人記憶裡的美味醬料。

食材：
豆包、芹菜、樹子、當歸、枸杞、薑絲、辣椒。調味料：醬油、味霖、白胡椒、糖。

作法：
① 豆包對切；辣椒、芹菜切絲，泡水。
② 不沾鍋加入少許油，將豆包兩面煎香，放入深盤中。
③ 破布子、薑絲、當歸、枸杞加入醬油、味霖、白胡椒、糖及少量清水，煮至香味出來，再倒在豆包上。
④ 將整盤樹子豆包放入電鍋，外鍋加兩杯水蒸熟。待電鍋跳起後，撒上芹菜絲與辣椒絲即可上菜，讓人引起滿滿的古早味回憶。



佛光山開山60周年 三壇大戒

【人間社記者妙正高雄報導】為紀念佛光山開山60周年暨開山祖師星雲大師百歲誕辰，佛光山自4月16日至5月11日啓建2026年「國際萬佛三壇大戒」，海內外共有166位戒子求受大戒，並依佛制，將赴各地行腳托鉢，祈願社會安樂與世界和平，展現戒法傳承與僧團教育的重要意義。

「佛光山2026年傳授國際萬佛三壇大戒」4月20日於大雄寶殿初壇正授，在鐘鼓齊鳴聲中，恭迎得戒阿闍黎心保和尚、羯摩阿闍黎慧龍法師、教授阿闍黎心培和尚登壇，為166名戒子授予沙彌十戒、沙彌尼十戒，為邁向圓滿戒法揭開序幕。

正授前一日清早，初壇請戒恭迎三師和尚。心保和尚勉勵戒子：「戒為無上菩提本，應當一心持淨戒。」勉勵戒子以清淨戒法為依止，並引用佛光山開山祖師星雲大師所言：「戒就是不侵犯」，提醒戒子從身口意三業觀照自心，以戒定慧對治貪瞋痴。

得清淨戒體 行菩薩道

心保和尚進一步闡述四念處觀行，說明學習觀照四念處，方能「照見五蘊皆空」，也才能「度一切苦厄」。強調透過觀照五蘊無我，體悟緣起性空，方能離苦得樂，成就解脫智慧。

心保和尚並叮嚀，受戒不僅是形式，更須與諸佛菩薩般若智慧相應，使佛法真正契入心靈，成為修行的重要依靠。當日晚間，新戒於大雄寶殿進行懺摩儀軌，透過拜懺與懺悔，祈請清淨戒法。

4月20日初壇正授請師，由心保和尚開導，戒子諦聽。三師阿闍黎帶領恭請佛聖，為戒子證盟授戒。新戒懺悔發露罪障，清淨三業，羯摩所問遮難，三番羯磨，三



↑「佛光山2026年傳授國際萬佛三壇大戒」4月19日於大雄寶殿初壇正授，在鐘鼓齊鳴聲中，恭迎得戒阿闍黎心保和尚（佛前中）、羯摩阿闍黎慧龍法師（佛前右）、教授阿闍黎心培和尚（佛前左）登壇，為166名戒子授予沙彌十戒、沙彌尼十戒。圖／人間社記者莊美昭

歸三結，得清淨戒體。隨後傳授五衣、七衣、具及應量器（鉢），象徵出家修道身分與責任。

心保和尚宣說戒相，教囑回向，引用《福田經》指出僧眾具足五淨德，是修道之本，並恭喜新戒正授圓滿，勉勵新戒以戒為師，精進不懈，發菩提心，成就佛道。

初壇正授後，舉行上堂上供，恭請心培和尚主持說法。心培和尚勉勵沙彌、沙彌尼發菩提心，圓受三壇大戒，為修行奠定堅實基礎，不僅成就施主福田，亦能淨化宿業、邁向解脫之道，「以戒為師勤精進

，世世常行菩薩道」。

齋主供僧 戒會莊嚴圓滿

當日逾40位齋主，包括蔡素芬、蔡國華、王淑敏、周雪鴻、陳寶月、曾前根等齋主上殿拜齋供養。戒會常住都監慧傳法師於上堂前，於東禪樓感謝十方信眾護持，使戒會得以莊嚴圓滿。

初壇正授圓滿，是圓滿大戒的第一階段。4月20日至23日，將恭請心保和尚講授比丘戒，羯摩阿闍黎尼依空法師講授比丘尼戒，於4月26日二壇正授。

行旅中的一盞燈 《365日》進駐洛城飯店



↑首場捐贈活動於Doubletree Hotel進行，（右起）南加州旅館公會前會長汪俊宇、慧東法師、新港分會會長暨曼哈頓酒店集團董事長羅麗惠、執行長高子晴。

圖／人間社記者張志誠

【人間社記者心禹洛杉磯報導】佛光山西來寺及國際佛光會洛杉磯協會4月2日分2場，致贈《獻給旅行者365日—中華文化佛教寶典》英文版共2000本給大洛杉磯地區11家飯店，由西來寺住持慧東法師、頭單監院如松法師、新港分會輔導法師滿光法師、國際佛光會洛杉磯協會會長蔡月琴等代表致贈，新港分會會長暨曼哈頓酒店集團董事長羅麗惠、曼哈頓酒店集團執行長高子晴、南加州旅館公會前會長汪俊宇、大洛杉磯旅館公會副會長王亞平及蒙市三分會副會長張平代表受贈。2場活動各有30餘人與會，一同見證文化弘法善舉。

慧東法師表示，《365日》為佛光山開山祖師星雲大師總監修，融合佛法智慧與生活經驗，適合各類讀者。羅麗惠表示，

感謝佛光山慈悲贈予1800本《365日》予大洛杉磯地區10家飯店，陪伴各地旅人。他認為，此書不僅是一本書，而是一盞燈，為每一段人生在黑暗裡照亮方向。

蔡月琴表示，《365日》體現星雲大師「以人為本」理念，關注旅人心靈需求，在行旅之中提供安頓與啟發。感謝飯店業者及佛光人共同促成此善緣。

張平分享，此次引入該書源自於個人經驗。去年於澳洲旅館住宿時，翻閱此書，深受啟發，遂萌生將其帶回分享的想法。

《365日》匯集兩千多年中華文化精華，收錄近四百位古今人物的思想與文字。透過此次贈書，讓更多人於日常與行旅之中接觸智慧，進而在生活中實踐人間佛教精神。

「糰」圓憶師恩 法燈永續照人間

【人間社記者潘青霞洛杉磯報導】3月3日（農曆正月十五元宵節），正逢佛光山開山祖師星雲大師圓寂屆滿3周年，佛光山西來寺舉行「光明燈上燈法會」及「星雲大師圓寂紀念日禮祖祝禱」，實體與線上共計900人次參與。西來寺僧信二眾製作承載大師兒時記憶的「揚州大糰子」逾600顆與信眾結緣，在寓意團圓的元宵佳節緬懷大師弘法利生的精神，願人間佛教法脈相續。

西來寺僧信二眾於3月2日在大師姪子李春來伉儷指導下，製作大師家鄉味的「揚州大糰子」。大眾藉由製作糰子寄托思念與感恩，緬懷大師教誨。糰子圓滿成形，也象徵團圓與祝福。

在「星雲大師圓寂紀念日禮祖祝禱」中，慧東法師表示，大師發願乘願再來人間，弘揚佛陀教法，以「人間佛教」弘法利生。並讚許所有義工於春節期間發心服務來寺大眾，展現人間佛教修行精神。



↑「星雲大師圓寂紀念日禮祖祝禱」於〈戒定真香〉梵音中展開。

圖／人間社記者張志誠

佛教友誼獎學金研習 青年涵養正知正見

【人間社記者潘青霞洛杉磯報導】2026年第一梯次「佛教友誼獎學金研習營」3月7日在佛光山西來寺舉行，共有19位學員參加。學員除了與授課者探討《心經》、人工智慧議題，也在分組報告搶答中激盪思惟，並有禪修、京劇初體驗，旨在培養青年學員的正知與正見。

國際翻譯中心主任依超法師以「《心經》概述」開場授課，透過一連串問題激發學員思考、理解佛教核心教義「七佛通傷」以及「三法印」，學員並進行即席翻譯

練習。京劇藝術家王海波，帶來「京劇體驗」課程。西來寺二單監院知行法師指導「禪修課」涵蓋行禪與坐禪、戶外「易筋經」動中禪體驗。社教本土組慧澤法師授課「生活在AI時代：如何安住的正知正見」。

在分組報告環節，四組分別由 Zihong Zheng、Ryan Kuo、Allison Chieh、Jiayi Zhang擔任隊長，以佛光山開山祖師星雲大師「人間佛教英文叢書」，進行趣味搶答。最終，Jiayi組獲第一名，Zihong組第



↑新學員Collin Wong發表《釋迦牟尼佛傳》讀後感，獲第一名。圖／人間社記者張志誠

二名。本年度新學員發表《釋迦牟尼佛傳》讀後感，由Collin Wong獲得第一名。

佛光山西來寺近期活動

時間	活動名稱
5/16 (六)	佛光日—佛光山開山60周年紀念—全球抄經修持
5/17 (日)	光明燈法會
5/23 (日)	2026甘露灌頂三皈五戒典禮
5/24 (日)	慶祝佛誕節—浴佛法會