



希望別人重視自己，  
必先重視別人；  
寧可別人辜負自己，  
切莫辜負別人。

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

### 試塔坐化

文 / 星雲大師

唐朝時，中宗第二個兒子譙王李重福，禮拜湖北的隨州神髓禪師做老師。神髓禪師年登高壽，體弱多病，雖然已看破生死，卻放心不下圓寂後遺體將放置何處，對所謂的臭皮囊肉身，還是無法放下。出家的弟子們覺得師父拖泥帶水，但是在家的皈依弟子譙王李重福對他相當敬重，為神髓造一座70餘尺高的寶塔，開始為禪師準備後事。

塔成之後，譙王李重福前來探視神髓禪師，並問他說：「禪師圓寂後，由何人繼承您的法席呢？」

神髓禪師說：「我的弟子隨州正壽禪師可以繼承。」

譙王李重福不認識正壽禪師，便問神髓禪師：「正壽是什麼樣的人？」

神髓禪師說：「正壽是老僧弟子中有修有證者。他為人正派，契悟佛法，平日韜光養晦，陸沉在大眾之中，不好與人計較，今日就介紹給您認識。」

譙王李重福對正壽生起尊敬心，於是請人將禪師找來，兩人交談甚契。

譙王對正壽說：「老禪師的寶塔雖已完成，但不知合不合用，先請禪師您進去寶塔內試坐一番，看看適合否？」

正壽禪師領命，整一整衣服後，便合掌入塔，然後閉目結跏趺坐。

由於正壽禪師在塔內久久端坐未出，寺中大眾覺得奇怪，前往查看，沒想到，正壽禪師竟然已坐化多時，從此「試塔和尚」的稱號不脛而走。

## 修行在人間

### 分享善美

文 / 心培和尚 圖 / Pexels

分享善美  
是人生快樂的泉源  
佛陀宣說了心中發現的真理  
就是一種智慧的分享  
體現了「無緣大慈·同體大悲」的精神  
世間因為有佛陀的示現  
佛法般若的智慧  
讓我們找回真實的自我



# 青年荷擔如來家業 佛光山添龍象



↑佛光山11月12日喜添佛門龍象，恭請佛光山住持心保和尚（前排右4），為發心出家者圓頂剃度及為入道者授證，典禮後新出家徒眾於藏經樓前合影。圖 / 佛光山叢林學院提供

【人間社記者李生鳳高雄報導】佛光山11月12日舉行出家典禮，11位來自馬來西亞、加拿大、新加坡、印度、台灣等地的青年，依止佛光山開山祖師星雲大師推動之人間佛教教法，於佛光山教團出家入道，成為第3代弟子。出家典禮於大悲殿，恭請依止大和尚、佛光山住持心保和尚，為發心出家者圓頂剃度及為入道者授證，修持監院室監院慧思法師為開堂和尚。佛光山叢林學院院長妙南法師、佛光親屬等300人觀禮見證。

心保和尚為發心出家者剃除鬚髮、頒發清規。帶領佛光山第3代新出家徒眾，前往禮拜星雲大師，在大師法像前，至誠頂禮三拜，恭讀〈為出家入道者祈願文〉。心保和尚開示說，茫茫生死大海中得遇佛法，殊勝難得。大師在祈願文中，提到出家後還是會遇到考驗與障礙，佛陀過去世也是常遇到提婆達多的障礙，但仍然以堅固毅力成就佛道。修道要有恆恒心、慈悲心、精進力、禪定力、智慧力，在修行上要自利利他，自覺覺他。

## 出家功德無量 親友同霑法益

佛光山傳燈會會長慈容法師於出家典禮前叮嚀，發心成為佛弟子殊勝難得，但也充滿了責任，這個發心是自願且是終身的。家長們將兒女送到佛門，讓他們能在佛門奉獻，為大眾服務，是功德無量的。希望大家以歡喜鼓勵之心祝福，讓他們在出家這條路上更圓滿。

佛光山常務副住持慧傳法師期勉，雖然大師已經圓寂，但是那無形的巨人的肩膀，仍然可以引領著大家向上發展提升。

下午於雲來集，心保和尚與新出家徒眾及親屬接心。心保和尚說，所謂「一子出家，九族升天」，也有說出家修行是行大孝。行大孝者，不只是讓自己得到佛法利益，而是生生世世的父母，因為佛法而得度。

傳燈會執行長覺軒法師、男眾傳燈會執行長慧屏法師，則分別說明佛光山制度完備，以僧團的力量互相關懷照顧。並回應家屬所關心的例如探望、醫療規畫等提問



↑佛光山住持心保和尚（前右）為發心出家者剃度。圖 / 人間社記者李生鳳

。此次接心也讓無法親自到場的親屬線上參加，了解子女近況。

## 青年發菩提心 實踐自利利他

圓恆師來自馬來西亞適耕莊禪淨中心，母親的虔誠信仰影響了他學佛，從東禪佛教學院到佛光山叢林學院，在師長、學長的鼓勵下，選擇出家，希望落實自利利他，從利他當中成就自己也成就他人。

明中師的父親劉紀東，母親林榮美都是佛光會督導，此次屏東講堂號召近30人前來觀禮祝福。林榮美很歡喜女兒出家，希望他可以荷擔如來家業。

在佛光青年團服務多年的明廣師感謝常住的栽培，讓他可以出家修行。明廣師的妹妹、弟弟表示，覺得姊姊會出家並非意料之外，知道這是他的心願，也相信他會過得很好。

明恆師從板橋佛光青年團團長到北區副團務長，過程中發覺自己需要再充實佛法的內涵，希望經由自己的出家，將人間佛教帶給更多青年。

## 記憶的味道

### 甜饅頭滋味長

文與圖 / 美玉



記憶馨香……幼年，讀書時期，每到假日，家中都會瀰漫著一股麵粉香。在那物質並不富裕的年代，我的父母親皆是公務員，每月幾乎都有配給麵粉。母親的手藝精湛，會把麵粉做成最好吃的菜包、饅頭，嘗在心裡一家暖呼呼。

時至今日，雖物換星移，但我偶爾還是會想到母親的「手作饅頭」，食安問題嚴重，自己動手做些手工饅頭，既衛生又美味。晚餐端出饅頭放餐桌上，麵粉飄香彷彿回到兒時；甜滋滋的味道，和家人一起享受，暖胃也暖心！

#### 甜饅頭

**食材：**  
中筋麵粉350公克、黑糖老薑粉3大匙、杏仁粉2大匙、水150c.c.、豆漿200c.c.、酵母發粉14公克與堅果適量，做成8顆。

**作法：**  
①把中筋麵粉、黑糖老薑粉、杏仁粉、酵母發粉倒入大碗中，再倒入水150c.c.，用攪拌棒均勻攪散。  
②接著，加入約200c.c.豆漿，攪拌均勻後，開始揉麵，搓揉成團塊。  
③將揉好的團塊放入大碗裡，蓋上保鮮袋，靜置室內1小時，等麵團發成兩倍。  
④取出麵團塊，於碗中先倒些散麵粉，防止沾黏，加入堅果再用手搓揉，分成8等份。  
⑤外鍋1杯水，放入電鍋蒸熟，即完成。

## 童軍走進大自然體驗「從農場到餐桌」



↑動物園裡的羊駝吸引了童軍們的注意，也爭相用刷子為豬隻刷毛。圖 / 西來寺提供

【人間社記者Katy Lin洛杉磯報導】西來寺佛光女童軍團為了讓童軍學習「與自然和諧相處」，了解永續農業和環境保護的重要性，11月12日舉辦農場之旅，19名女童軍和家人共51人，前往羅蘭崗小鸚鵡農場參觀。

女童軍認識能節省大量資源的「定時控制灌溉系統」，以及可讓生物與植物童十受益的有機種植和堆肥系統。參觀園圃裡各式各樣的蔬果，了解到蔬菜的多樣用途，例如絲瓜可以是餐桌上的蔬菜，也可以成為護膚品，還可以成為日常清潔的海綿。許多農產可用來製造天然的家用品，例如蜂蜜肥皂、乳液和香油等。童軍也藉此機會聞一聞、摸一摸各種植物。

農場裡收容許多動物，其中豬和羊駝吸引了童軍們的注意，爭先用刷子為豬群刷毛，學習愛護生命。小鸚鵡農場這個名字來自於寓言故事，講述拯救生物和環境，這也成為了農場的經營理念。儘管地球面



↑導覽員帶領大家認識各種瓜類。圖 / 西來寺提供

臨氣候變遷和環境污染的困擾，這個占地2英畝的小農場依然秉持永續農業，對推動社區環境保護做出貢獻和影響。

童軍們在活動中了解每天吃的蔬菜「從農場到餐桌」，受益匪淺，符合女童軍守則，「明智利用資源讓世界更美好」。

↓西來寺女童軍參觀位於羅蘭崗的小鸚鵡農場。圖 / 西來寺提供



## 佛光山西來寺近期活動

| 時間        | 活動名稱       |
|-----------|------------|
| 11/27 (一) | 光明燈法會      |
| 12/8 (五)  | 大悲懺法會      |
| 12/9 (六)  | 西來書院結業典禮   |
| 12/16 (六) | 北美人間學院結業典禮 |