



做本分人，说真心话；
作情理事，交诚实人。

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

全球佛光人读《传灯录》 云端点灯

星云说佛

一切为天下

文 / 星云大师

一切为天下，建立大慈悲；
修仁安众生，是为最吉祥。
——《法句经》

「一切为天下」，国父孙中山先生毕生提倡「天下为公」，这句话非常了不起，因为人间的罪恶，正是由於太自私，所想到的都是一个「我」所致。例如：我一人的利益，我一家的利益，我一个团体的利益，我一个社区的利益，我一个国家的利益……而国父孙中山先生却强调「天下为公」，必须以天下的利益为利益。

此外，如宋朝名臣范仲淹的「先天下之忧而忧，後天下之乐而乐」，孟子的「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼」，他们对众生的一切苦难，都感同身受，以天下兴亡为己任，以天下众生的福乐为己任，我们也应该效法这种天下为公的胸怀。

「建立大慈悲」，有天下为公的胸怀，更要发大慈悲心。慈悲心是愈发愈大的，而且发心愈大，功德愈多。我们對於国家要慈悲，對於民族要慈悲，對於社会要慈悲，不管对什麼都要慈悲。所谓的慈悲，慈是给予他人快乐，悲是拔除他人痛苦，天天都想著要给人快乐，念念都想著要拔除别人的痛苦，日久人格也渐渐变得伟大了。

「修仁安众生」，儒家倡导的仁爱，就是佛教所讲的慈悲，基督教讲的博爱。不管仁爱也好，慈悲也好，博爱也好，如果都能慷慨普施众生，就能安定众生。

「是为最吉祥」，目前台湾最需要的是什麼？就是安定；我们现在的社会，最需要的是什麼？就是祥和。如果我们每一个人，彼此都能祥和、尊重、包容，这样的社会就是最吉祥的。希望人人都能有「一切为天下」的慈悲，培养「天下为公」的胸怀，让人人都能受益，人人都有福乐。

【人间社记者王麒玮台北报导】2026年《星云大师人间佛教传灯录》全球首场线上读书会，於1月12日晚间登场，串联台湾、马来西亚、澳洲、新加坡、美国、香港等五大洲爱书人云端共学，透过Zoom与YouTube同步直播，累积逾万人次收视，展现人间佛教跨地域的凝聚力与影响力。

大师全集指南针 关注现实人生

由佛光山人间佛教研究院与佛光山人间佛教读书会共同策画的「2026年线上读书会」，首场由人间佛教读书会总部执行长觉培法师主持，人间佛教研究院院长妙凡法师、研究室主任程恭让教授与谈，带领学员掌握《人间佛教传灯录》的脉络架构，深入理解思想核心与实践意涵。

程恭让以总论〈星云大师是现代人间佛教的一座灯塔〉揭开共读序幕，指出《传灯录》可视为《星云大师全集》的「阅读指南针」，透过系统化、脉络化整理，协助读者避免片段式理解，清楚掌握星云大师思想的整体架构。

程恭让表示，《人间佛教传灯录》全书以「十大贡献」为主干，涵盖人间佛教理论建构、实践推进、僧信培力、判教视野，以及佛教现代化、国际化发展，为台湾佛教与当代修行指引方向，兼具学术严谨、信仰整合与集体创作价值。

妙凡法师导读第一章〈系统建构人间佛教的理论体系〉，以贴近生活的提问说明，人间佛教并非为佛



法加注标签，而是引导佛法回归人生与现实社会，重视教化、伦理与社会参与。人间佛教的三项现代价值为：以人为本、关注现实人生、积极实践菩萨行，也是星云大师弘法一贯的核心精神。

人人皆是传灯者 实践慈悲喜舍

妙凡法师也以「灯是希望与光明」作譬喻，勉励学员人人都能成为点灯、传灯的人，将人间佛教落实於生活行动，并强调人间佛教不是

降低佛法，而是让佛法成为人人可修、日日可行的生命智慧。

觉培法师表示，《人间佛教传灯录》如同「灯灯相续」的新灯，象徵无尽的传承力量；星云大师倡议「走出去」，从社区、社会到国际舞台，在气候峰会与联合国等场域传递平等、和平的人间佛教理念，让世界因佛法而展现不同的可能。

综合学员回馈，不少人表示以「我是佛」作为正信根本，建立正确方向与信心，使内心更柔软自在，愿意承担、实践慈悲喜舍；也有学

↑2026年《星云大师人间佛教传灯录》全球首场线上读书会，1月12日晚间登场。图为觉培法师（中间右下）、妙凡法师（中间左上）、觉多法师（中间左下）、程恭让教授（中间右上）与爱书人线上大合照。

图 / 人间社记者陈秉翰

员指出，理解理论架构後，更需落实於行动与生活习惯中，持续精进，相信人间佛教能回应并解决当代问题，为社会带来和谐、安定与和平。

南美青年 打造人间佛教心灵系统



↑献上心中最虔诚的心灯。

图 / 如來寺提供

【人间社记者如启巴西圣保罗报导】佛光山如來寺持续推动「人间佛教」生活化与年轻化，元月9日於大雄宝殿，为130位南美洲青年举办「当佛陀遇上现代青年」心灵课程，由里约禅净中心监寺妙威法师主讲，以贴近当代生活的科技语言，重新诠释佛陀教法。

妙威法师开宗明义指出，佛陀其实是一套完整的心灵管理系统。法师引用《阿含经》中「心为法本」的观念，将大脑比喻为多工浏览器，说明现代人思绪散乱的根源在於缺乏正念主控权。

「不是要大家离开网路。」妙威法师强调，是要建立内在防火墙，让人能在数位中保持清醒与自主。



↑学员努力挑战自己的极限闯关。

人间佛教是引导人在现实生活中觉悟，而非逃离现实。课程亦安排小组讨论，123木头人法语分享祈愿及团体合作运送汽球游戏。

南美青年联谊会课程正是人间佛教青年结合电脑作业系统「以智慧化导现代问题」的具体展现。

妙威法师最後勉励青年：「佛陀送给我们最酷的礼物，不是脱离现实，而是一套历久弥新的内心管理术，这正是人间佛教送给这个时代最珍贵的应用程式。」

视觉DJ

幸福满杯

文与图 / 伊莲小姐

到台北信义区采买，路过百货公司前的花廊，商店还未开始营业，但是桌上却摆著一杯美丽。看著花廊利用茶杯组插满了鲜花，原来生活中的美好信手拈来，可以如此随意洒脱，让日常增添美感，处处是春意。



点心时间

芋糰地瓜包

文与图 / 丁綉慧

到了松软芋头、香甜地瓜根茎类作物丰收的时节，趁著天气晴和时分，利用随手可得的材料，烘烤一盘饱满Q软可爱的芋糰地瓜包，正是时候。

半颗或200g芋头、100g小地瓜削皮切小块分别蒸至熟软，趁热加入少许砂糖压成泥状放凉。250g糯米粉加200ml温水拌揉成团，揪成10份小剂子压成圆皮，包入20g芋泥後以手掌慢慢圆曲旋转、虎口收拢缺口後蒸成芋头麻糰备用。

取一钢盆，加入5g乾酵母以少许温水融化後，拌入400g高筋面粉、100g糯米粉、100g地瓜泥，视黏手程度慢慢加入100ml冷水，顺时针方式反覆折叠揉成有弹性、不沾盆与手的光滑面团，置於盆中覆盖静置发酵约1小时後，稍滚圆整型



排出空气、分切成10份三角形。以杆棍压平延展面皮，从底端卷覆芋头麻糰後，两端捏合收口成椭圆状，置放温暖湿润处发酵至轻压表面可以快速弹回原来状态。以烤箱200度烤约15分钟，或烤至8分钟时、面包上色後降温成180度，转盘再烤约8分钟即可出炉。

因为是业馀兴趣、信手拈来的家常滋味，後来尝试过几回，面团具多样、多元的弹性和变化，或蒸或烤形式手法不拘，份量仅供参考，材料依个人喜好随意，只要掌握面粉、酵母、水的比例和发酵时间，用心勤试验、经验多累积，就能端出风味独具的好味道。

植感生活

石斛兰

文与图 / 步悠



漫步於静谧的樟木林间，映入眼帘的是缀满枝干、盛开的石斛兰。



一条条井然下垂的藤蔓上，素色小花迎著朝阳绽放，微光闪烁，彷彿一盏盏小灯，驱散林间的阴影，流露出温馨而祥和的气息。

晶莹剔透的花瓣，纹理细致，晕染著淡淡的紫色，显得高雅而不张扬；又似纯洁的村姑，腼腆含蓄，欲语还休。

置身其间，不禁心生愉悦，沉浸在一片欣欣向荣的氛围里。

暗暗想著，若能在自家庭院栽植这样一束石斛兰，心情低落或郁闷时，只需多看一眼，或许便能舒缓情绪，重拾平静与信心。