



有慈悲的人，
布施必能喜捨；
守規矩的人，
持戒必能嚴謹。

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

銀貨兩訖

文 / 星雲大師

日本的誠拙周禪師在鎌倉圓覺寺弘法時，法緣非常興盛，每次講經，聽眾都擠得水泄不通，因此就有很多的信徒提議，要興建一座能容納千人以上的大講堂。

有一位信徒用袋子裝了五十兩黃金，送到寺裡給誠拙禪師，說明是要興建講堂用的。誠拙禪師收下後，沒什麼特別的表示，就忙著做別的事情。信徒對這樣的態度非常不滿，因為五十兩黃金，不是一筆小數目，足夠平常人過幾年的生活了，可是誠拙禪師收了這筆鉅款，竟然連一句「謝謝」都沒有。

信徒以為禪師可能沒注意到那是五十兩黃金，就緊跟在誠拙禪師的後面提醒道：「師父，我那袋子裡裝的是五十兩黃金！」

誠拙禪師漫不經心地應道：「你剛剛有說過，我也知道了。」信徒見禪師並沒有停下腳步，仍舊毫不在意地往前走，終於忍不住提高嗓門道：「喂，師父！我今天捐給你的，是五十兩黃金！怎麼你連一句謝謝都不肯講？」

禪師這時正好走到大殿佛像前，聽到信徒這樣質問，終於停步下來，說道：「你捐錢給佛祖，為什麼要我跟你謝謝？你布施是做你自己的功德，如果你要將功德當成一種買賣，那麼我代替佛祖向你說聲謝謝，請你把『謝謝』帶回去，從此你與佛祖銀貨兩訖，兩不相干了！」

從佛光會走向UN 終身學習

【人間社記者侯雅倫紐約報導】國際佛光會今年連續第8年以非政府組織的身分，在第69屆聯合國婦女地位委員會大會（CSW69）平行論壇上發表專題演講，今年的主題是「女性的終身學習——以知賓為例」，分享關於女性透過學習，重塑自我和提升內在素養，為自己的人生增值的溫暖故事。

紐約時間3月20日下午6點，國際佛光會在紐約聯合國教堂中心舉行的平行論壇上發表了英語專題演講。發表人是國際佛光會世界總會美東副秘書長永固法師、國際佛光會聯合國發展委員會主任委員何美寶、杭州申辦第十九屆亞運會的英文陳述人陳永馨、國際佛光會紐約協會會長陳澄慧，以及溫哥華協會副協會長史庭如。

微笑、肢體語言 都是修行

永固法師闡述佛光會對性別平等的實踐，並分享佛光會裡特有的「知賓制度」培訓體系。佛光會長期推動聯合國17項永續發展目標，尤其關注性別平等與世界和平議題，佛光會因此特別通過「知賓制度」培養女性潛能，提升女性的社會價值。知賓培訓分為「理念建設」與「實踐技能」雙軌並進。前者涵蓋信仰建立、三好四給生活教育，以及以慈悲智慧解決問題的能力；後者包含儀態訓練、聲線管理、國際禮儀等實務技能。如今，知賓團隊已成為佛光會國際交流的重要橋梁。

何美寶分享自己從「鐵面主管」到「微笑行者」的生命變化，她的職涯始於政府新聞處，歷經後來調任外交禮賓事務，現任國際工程公司首席行政主管。不苟言笑的她，讓辦公室的門檻彷彿築有一道無形高牆，同事不敢也不願走進一步。然而在



佛光山道場服務後，體悟了一個道理：微笑比權威更有力量！何美寶分享，代表佛光會服務時，微笑、語氣、肢體語言都是修行。

陳永馨在13歲時，從杭州來到倫敦寄宿學校。在異鄉尋找歸屬感的他，成為了佛光青年，也遇見了佛光山的知賓們。「他們用食物、善意和溫暖照顧我，讓我感受到家的溫暖。」陳永馨與團隊製作《通往杭州2022之路》，每一幀精采畫面背後，是不畏艱難的女攝影師，在酷暑、暴雨中扛著沉重設備，展現出不輸男性的堅韌與毅力的付出。「佛光山教會我，領導力是提升他人。」陳永馨特別強調女性團隊成員的貢獻，「他們不僅記錄故事，更親身活出故事。」

義工服務 綻放生命價值

陳澄慧指出，星雲大師倡導的人間佛教與聯合國SDGs的核心是不謀而合的，皆以「平等」為基石。陳澄慧說，知賓身著統一旗袍，從規範儀態到磨練平等心，每

個微笑都是自我提升的契機。在佛光會的義工服務讓她學會「真正的成就，是讓他人因你而更好；我們不只是來幫助別人，而是來讓自己成長」。

「從被矚目的舞台，轉向服務他人的道場第一線，母親花了30年學習以耐心化解衝突，用微笑傳遞佛法。」身為「知賓第二代」的史庭如，從曾是台灣知名藝人的母親身上，看見服務如何重塑人生。「佛光山對女性的教育，讓我們學會面對形形色色的人，應對各種挑戰，也因此讓公公婆婆放心將公司部分的管理權交給我。」知賓義工讓家庭主婦找回自信，在服務中綻放生命價值。

這些在各領域成就非凡的女性，以知賓的身分或對知賓的觀察，成功地分享了如何透過終身學習，完善自我、服務他人。

這些在各領域成就非凡的女性，以知賓的身分或對知賓的觀察，成功地分享了如何透過終身學習，完善自我、服務他人。

生活快門

曠遠豁達

文與圖 / 旅讀

抬頭瞥見枯樹，映照藍天，寧靜致遠，喜迎秋冬。我不禁吟詠出：「春梅渡雪凌霜開，枯木守春望來暑。」荏苒歲月，滿是欣喜期待秋冬到來。

高山上，氣溫明顯地比平地來得低，此時，無聲勝有聲，靜靜地聆賞，幽靜的氣息盈滿了山野的曠遠，我在此地，也因此變得更豁達了。



慧東法師講座 傳授禪定10個APP



慧東法師親手送上結緣品予每位信眾。

【人間社記者心禹洛杉磯報導】國際佛光會洛杉磯協會爾灣分會與MGH慈善基金會合作，3月1日於聖塔安娜希爾頓飯店舉辦「雲水三千與佛法有約」人生智慧講

座，特邀佛光山西來寺住持慧東法師主講「佛法如何幫助我們應對變革時代的挑戰」。包括佛光人、客家同鄉會胡永全醫師、爾灣當地企業界人士與社區居民等180名信眾，共同探討佛法智慧在現代社會的應用。洛杉磯協會會長蔡月琴感謝爾灣分會的支持，鼓勵大眾積極參與，體驗佛法的智慧與修持。

慧東法師在講座中指出，AI發展影響就業，環境汙染與氣候變遷日益嚴峻，提醒眾人「世間無常」，應以客觀、平和心態應對變遷。他以洛杉磯野火瞬間摧毀家園為例，說明萬物皆有成住壞空，唯有智慧與禪定，方能維持人與自然的平衡。

法師亦強調換位思考的重要性。他分享西來寺曾接待一批非亞裔、非佛教徒大學



駐洛杉磯台北經濟文化辦事處副處長陳令欣（左2）、洛杉磯縣縣政委員Kathryn Barger社區外展副主任Jimmy Wu、慧澄法師（中）、蔡月琴（右2）及Hendra Taruli（右1）合影留念。圖 / 人間社記者Jonathan Thang

現場180位子，座無虛席。

生體驗一周課程，學生們初時不適應遠離手機與耳機，3日後卻感受到內心寧靜，體會禪定之樂。他比喻禪定如〈十修歌〉中的十個實用APP，只要持續練習，便能安頓身心。

此外，活動還安排22位信眾身著唐、宋、元、明、清近代傳統服飾進行文化表演，帶領大眾穿越時空，體驗漢服之美。隨後，大家共享豐盛素齋，並與佛光會幹部及佛光人熱絡交流。許多社區居民表示希望深入了解人間佛教，當場有21位居民遞交入會申請，展現對佛光會理念的認同。

爾灣分會委員羅麗惠對慧東法師的精采開示深表感謝，並肯定此次講座圓滿成功，讓與會者在佛法智慧中獲得安定力量，迎接未來挑戰。

洛縣春節活動 表揚亞裔卓越貢獻

【人間社記者Echo Tsai洛杉磯報導】洛杉磯縣第一區縣政委員Hilda Solis於2月28日攜手縣政府消防部門，以及華裔、菲裔、越裔、柬裔等員工協會，在縣政府行政大樓舉行春節慶祝餐會。活動中表揚傑出亞裔員工，並邀請社區內亞裔領袖及社團代表共襄盛舉，佛光山西來寺受邀出席。西來寺慧澄法師、洛杉磯協會會長蔡月琴及喜瑞都分會副會長Hendra Taruli代表常住參與。

Solis在致詞時表示，蛇年啓示，雖然改變充滿挑戰與艱辛，但同時也帶來成長與希望。新的一年象徵新的開始，讓我們滿懷信心與活力，並在這個充滿喜慶的時刻，思考未來努力的方向。

活動中，Solis特別表揚心理健康、建設發展、公共工程及消防等部門的績優亞裔員工，感謝他們在過去一年中的卓越貢獻，尤其在洛杉磯山火期間，他們不僅帶領團隊成功撲滅大火，災後更提供心理健康支持服務，並協助受災地區的基礎建設與公共工程重建。此外，泰裔社區發展中心及《世界日報》因對社區的積極貢獻亦受到表彰。

佛光山西來寺及國際佛光會洛杉磯協會長期深耕社區，致力於推廣環保蔬食理念與公益服務，獲得與會嘉賓的認同。

透過春節慶祝活動表揚亞裔員工，展現縣政府對亞裔族群的重視。在當前社會充滿分歧的背景，這樣的表彰不僅是一種



肯定，更象徵對多元文化與族裔貢獻的珍視。

佛光山西來寺近期活動

時間	活動名稱
4/11 (五)	大悲懺法會
4/12 (六)	光明燈法會
4/12 (六)	西來寺、西來大學、UCLA APA 義診活動
4/13 (日)	春季追思祭典三時繫念法會