



行為，一舉一動要自重；  
講話，一言一行要自重；  
處世，一事一物要自重；  
人生，一時一刻要自重。

## 星雲禪話

## 黃龍三關

文／星雲大師

黃龍慧南禪師接引學人有一獨特的方式，就是只要有人來參學，禪師就詢問學僧：「人人都有生緣，你的生緣在哪裡？」也就是問他輪迴轉生而來的因緣為何。

當學僧正要回答時，黃龍禪師就突然伸出手，逼問對方：「我的手像佛手嗎？」暗喻人的自性與佛相同，都能成佛。

接著，又問學僧到各地參學的心得，但不等對方回答，便垂下一腳問：「我的腳怎麼像驢腳？」意指人與驢都輪迴於六道，形體雖異，但本質上並無二致，都有覺悟成佛的可能性。

黃龍禪師常以這三個問題勘驗學人的領悟，但是三十多年來，很少有人能對答契機。即使有人回答，黃龍禪師都端坐斂目不予置評，令人莫測其意。叢林便把黃龍這三問，稱為「黃龍三關」。

南州禪人潘興嗣居士曾問黃龍禪師，到底怎樣才算過關呢？黃龍笑著告訴他：「證悟就像過關。過關的人，兩手一甩，徑直走過，根本不理會有沒有守關人；如果還要追問守關的人，自己有沒有過關，那肯定沒有開悟！」

## 寬鼎畫語

## 歲寒三友

文與圖／趙純妙

在寒風蕭瑟的靜謐中，松、竹、梅三友並肩而立，是自然中最堅韌也最典雅的存在。這幅〈歲寒三友〉，我選擇以極簡的構圖與內斂的色調，去傳達它們不畏寒冬、堅守本心的風骨。在創作過程中，我反覆體會它們之間的默契與對話。它們不爭春，不炫目，卻在歲寒之中，悄然綻放自身的精神氣質。這幅畫不只是對自然的描摹，更是一次內在精神的修煉與省思。

〈歲寒三友〉：膠彩，90×60cm，2016



## 逾850校 每天閱讀《人間福報》

【人間社記者李生鳳高雄報導】中華福報生活推廣協會第6屆第7次理監事會議暨第6屆第4次會員大會，10月2日在佛光山雲來集召開。協會理事長楊政達擔任主席，佛光山住持心保和尚、佛光山文化院院長依空法師，《人間福報》發行人慧傳法師和董事長慧屏法師、社長妙熙法師等約70人出席。從讀報教育成果、全新Podcast「蔬福生活—94素」，再度印證作為媒體清流的《人間福報》在傳播和淨化人心的力量。

楊政達說明，114學年度上學期讀報教育贈報申請學校已超過850所，每日逾33萬名學生閱讀，是台灣校園普及率最廣的一份報紙。《人間福報》為學子建立三好理念、陶冶品德，深獲各界肯定。

心保和尚表示，從小每天閱讀《人間福報》，就是日日學習三好的三好兒童，未來將對社會產生直接影響。「三好」——做好事、說好話、存好心，著重在身口意的修行，可說和佛法息息相關。

## Podcast 蔬福生活—94素

依空法師指出，這時代為佛教、社會做的事，都要能用文字般若紀錄。明年佛光山開山60周年，以及佛光山開山祖師星雲大師百歲誕辰，將邀請各領域藝文界人士如莫言、蔣勳等，以文字為佛光山和大師作傳。

慧傳法師表示，從《人間福報》、人間衛視報導花蓮光復鄉馬太鞍溪堰塞湖溢流救災，感受到媒體傳播的威力。慧屏法師說，一份福報就是一座道場，將佛法散播到每個角落，美好在每個人心中扎根。

名譽理事長陳順章分享拜訪實施讀報教育的學校，學生的親切招呼讓他對讀報教育很有感。



中華福報生活推廣協會第六屆第七次理監事會議暨第六屆第四次會員大會，10月2日於佛光山雲來集召開。協會理事長楊政達（前排右6）、佛光山住持心保和尚（前排右7）、佛光山文化院院長依空法師（前排右5），《人間福報》發行人慧傳法師（前排右8）和董事長慧屏法師（前排右9）、《人間福報》社長妙熙法師（前排右10），以及協會名譽理事長柴松林（前排右3）、陳順章（前排右4）等約70人出席。

圖／人間社記者趙啓超

育很有感。

會中重點包括推出全新Podcast「蔬福生活—94素」，由台大保險經紀人公司董事長陳亦純，說明邀請各界名人談素食經驗。第一階段訪談包括賓士汽車董事劉楚明等20位，將在11月6日正式發布。

## 新聞報導 獲社會光明面獎

台南市中小學校長協會理事長陳明和致贈感謝狀，感謝日前在福國寺舉辦《人間福報》讀報教育贈報活動，妙熙法師、楊政達代表接受，並指出台南市讀報學校從原本174所至今已至191所。陳明和以「人若精采，天自安排」，表示人若要精采須透過教育，教育要透過閱讀，閱讀要透過《人間福報》。

協會祕書長陳宥勳做整體工作報告，包括網站2024年4月1日全新改版、推出AI「

人間雲」智慧平台，獲台北市新聞記者公會「社會光明面新聞報導獎」佳作。

《人間福報》總經理陳立夫報告讀報教育，提到今年申請讀報學校已超過850所，尤其近兩年更是大幅成長，主要獲雲林縣、台南市的大力支持。

提案討論由楊政達主持，包括「佛光山開山六十周年——邀約六十位藝文人士創作專案」、轉型推出全新Podcast「蔬福生活—94素」、參與「2026第34屆台北國際書展」、支持「中華民國114年全國好人好事代表八德獎頒獎典禮」等。

依空法師指出，大師重視以文化弘揚佛法，以90高齡主編《星雲大師全集》。以及佛光山文化單位參加台北國際書展，展現文化成果。妙熙法師補充說明，「94素」取「就是素」諧音，貼近年輕人語彙，今年企畫100場，邀請盧勤擔任主持人。

## 三好學園10周年 三好精神扎根社區



【人間社記者楚顏靜洛杉磯報導】佛光山西來寺三好學園於9月7日舉行10周年暨開學典禮，逾300位師生、家長與社區嘉賓齊聚一堂，在影片回顧中重溫10年歷程，共同感恩佛光山開山祖師星雲大師的宏願，並特別致敬首屆教師Janet Petti。令人



西來寺三好學園舉行十周年暨開學典禮，由住持慧東法師點燃「雲端火炬」揭幕，象徵教育傳承。

聖蓋博市議員吳程遠代表聖蓋博市致贈感謝狀。

圖／人間社記者楚顏靜

欣喜的是，10年前的首屆學生如今也回到學園，以義工身分承擔服務。

典禮由住持慧東法師點燃「雲端火炬」揭幕，象徵教育傳承，勉勵大眾將「行三好：做好事、說好話、存好心」落實在日常生活。慧東法師表示。三好學園自草創

## 西來學校 籃球與機器人開跑



老師們介紹課程內容。

【人間社記者周芝含洛杉磯報導】佛光西來學校於8月23日正式推出兩門全新課程——兒童籃球與兒童機器人班，分別有40多位家長與學生熱情參與，校園充滿活力與探索精神。

首日籃球課程吸引不少家長因社區社團



學生學習運球。圖／佛光西來學校提供

的海報宣傳前來觀課。學校設有室內籃球場，讓學生無懼天候，在舒適安全的環境中學習。課程由專業教練George指導，從基本運球、投籃姿勢到防守技巧，強調技術與運動精神並重。學生專注投入，家長紛紛表達對教學內容與現場氛圍的高度肯

定，當場完成報名，展現支持。

同日下午，機器人班家長說明會於禪堂舉行，座無虛席。課程由Kayla Anekananda、Lucy Liu、Lyon Shan3位導師聯合規畫。課程目標不止於「玩樂高」，而是透過組裝、程式設計訓練邏輯思維與解決問題能力。學校亦計畫申請加入FIRST Lego Robotic Challenge Team，為學生爭取參與國際賽事的機會。

授課老師與義工來自Axle-ods機器人團隊，該團隊曾獲加州州級賽事資格，並長期在西來寺支持下指導兒童隊伍，展現青少年世代間的傳承與互助精神。

兩門課程體現西來學校推動多元教育的決心，並落實星雲大師所提「三好四給」精神。籃球場上，孩子學習合作、尊重與堅持，實踐「三好」；在機器人課堂，導師與義工透過引導與陪伴，讓學生在歡喜中培養信心與能力，展現「四給」的教育力量。

佛光山西來寺近期活動	
時間	活動名稱
11／7 (五)	大悲懺法會
11／8 (六)	觀音菩薩出家紀念日 上供 朝山
11／13 (四)	藥師法會 (11／13—11／16)
11／18 (二)	藥師佛聖誕日一上供