



佛光寺紀

星島
聖

Buddha's Light Monthly New York



二〇二〇年四月刊・第124期・紐約版



目錄

- 1 【編輯室的春天】
- 2 【關注新冠】 大師開示開解大眾共度難關
- 3 星雲大師：有發心！就有希望！
- 5 全球逾 7 萬佛光人 同步線上禪淨共修
- 7 聯合國秘書長：“這是需要團結的人類危機”
- 9 【雲水人間】 東禪寺參訪佛光山紐約道場 交流圖書館運作管理
- 10 長島多元宗教論壇組織參學紐約道場
- 12 【法會修持】 網路直播大悲懺法會 科技弘法同步共修
- 13 【協會動態】 三好佛光園遊會 以視訊形式召開籌備會議
- 紐約分會月例會暨人間佛教讀書會
- 19 【佛學天地】 三慧
- 20 【人間小廚】 甜酸干頁豆腐
- 21 【福田園地】
- 22 【近期活動】

「疫情無情，人間有愛」，新冠病毒造成的肺炎疫情在居家隔離 (Stay home) 的要求下，考驗著人與人之間，在保持距離 (Social distance) 的同時，挑戰學佛者「無緣大慈，同體大悲」超越時空的菩薩情懷。

然而，身為佛光人是幸福的，當紐約疫情成為世界之冠時，國際佛光會世界總會克服萬難送來了三十萬個口罩，分送給會員及社區醫療機構、警察部門；避免出門採買的困難中，百利蔬菜公司提供了超過 2500 磅的各類蔬菜，由法師們在道場分裝，佛光會幹部送菜到府。身處紐約的佛光人，您是否也感受得到在佛光普照下的溫暖呢？

不可否認，新冠病毒造成的破壞與傷害是巨大的，但如果我們不能在疫情中找到正面的意義，那麼損失將會更巨大。您可以看出在疫情中的正面意義嗎？第一個應該是地球得到喘息的機會吧！其次，地球上的動植物得到休養生息的機會；另外，孩子得到父母的陪伴等等。親愛的佛光人，您是否在常住提供的線上精進課程中，得到進步的機會呢？

永固 合十

2020年4月15日

發行：國際佛光會紐約協會

編輯：佛光世紀編輯組

美術設計：李靚

版面編輯：陳月影

本期封面照片提供：人間社

承印：Amax Printing, Inc.

電話：(718) 939 - 8318

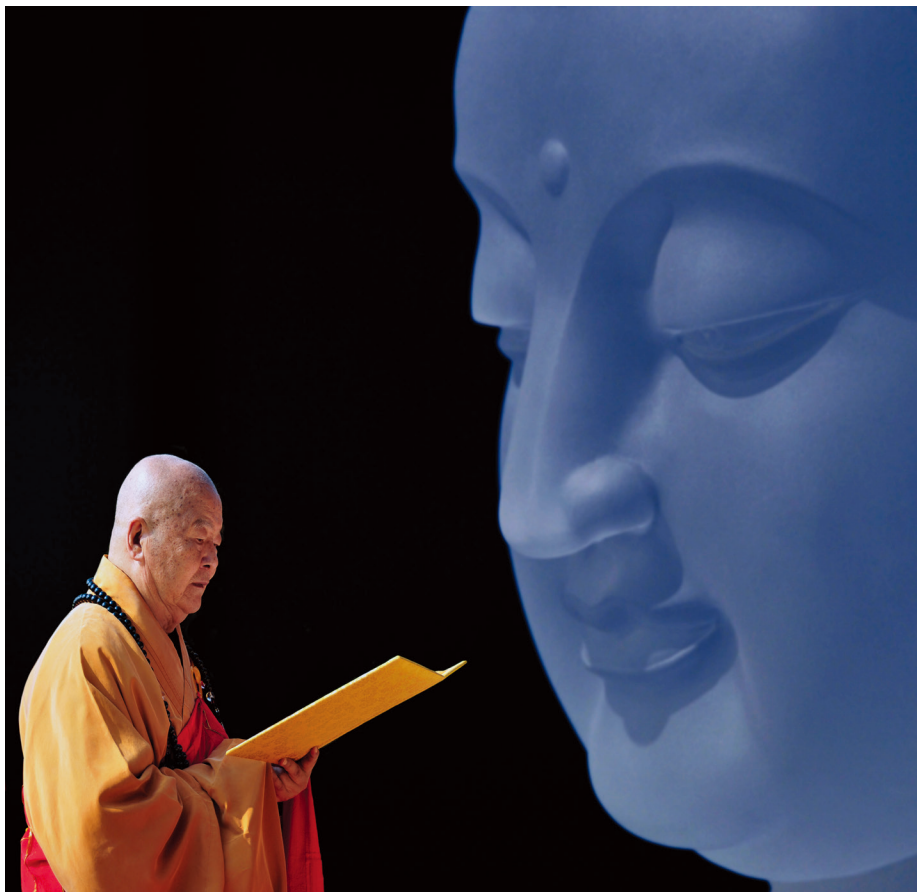
(718) 939 - 9318

地址：154-37 Barclay Avenue,
Flushing, NY 11355

電郵：newyork@blianet.org

網址：www.fgsny.org

大師開示開解大眾共度難關



星雲大師

星雲大師3月9日於如來殿大會堂與全山大眾接心開示，希望就有未來，發心就有希望；苦難當中，大家都要奮鬥，困難總會有得救的辦法。

心保和尚

心保和尚3月9日與全山大眾接心開示，疫情讓大家擔心、世界恐慌，但病毒不可怕，可怕的是我們的無知，要思考如何讓自己安住身心；疫情對我們而言是考驗，可以增加智慧與菩提心，希望大家多注意個人身心健康及環境衛生，在師父及常住指導下共度難關。



星雲大師：發心！就

新冠病毒疫情爆發後，人心恐慌，除醫療救助、口罩防護外，該以什麼心態自我健全？也是防疫的一環。

佛光山開山星雲大師在 2003 年 SARS 疫情期間開示「以好心消除 SARS 災難」，時空有別，一樣受用。用佛法來提升免疫力，身心自在。

文 / 星雲大師

因 SARS 的流行，讓全民幾乎是人心惶惶，社會呈現動盪不安。其實 SARS 也不是那麼可怕，主要的，不但我們有醫藥可以治療，尤其我們有免疫力可以抗拒，所以大家不必驚慌，要臨危不亂、處變不驚。在疫情流行的這個時候，要做好隔離工作，每個人心中做好準備，「隔離」是自他兩利，二星期與社會大眾隔絕，可以把自己當成是進修，就如佛教徒閉關，利用時間讀書，也能求得安心。

大家如果信基督教、天主教，可以多向上帝、耶穌祈求，如果信奉媽祖，可以向媽祖禮拜，增加信心，如果是信佛教的人，多多稱念觀世音菩薩聖號，觀世音菩薩可以救苦救難。

明白說，不管佛菩薩有沒有來救我，有了慈悲心，就能救自己。自古以來，不管哪個朝代，哪個時代，瘟疫的流行是常有的事，只是看我們抗拒的力量如何，我們有力量，就能戰勝疫病；我們有力量，就可以存活下來；這個世界，因為我們有力量，而能更美好。



在智利首都聖地亞哥，5 歲的女孩達娜

面對已有家屬受到感染，不但個人、家庭、朋友，甚至整個社會，都會因為我們而有被傳染的可能。即使心中有掛念，仍要維持自己的鎮定，保持自己的歡喜心，因為鎮定、歡喜心，就如《心經》說：「心無罣礙，無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想。」心不顛倒，意不貪戀，就可以遠離顛倒夢想，就可以遠離疫病。

改變社會不是一句話、一件事就能改變，但我們用一顆好心祝福，所謂「三界唯心，萬法唯識」，心的力量很大。所謂「誠心感動天」，大家應該用對宗教的誠心，對自己的肯定，重視父慈子孝的家

有希望！



· 蘇亞雷斯寫道：「我們團結起來抗擊冠狀病毒！」圖／新華社

庭倫常，相信疫情很快就會過去，我們要對此有信心。

總之，要消除 SARS 的災難，固然要靠醫藥及社會大眾的努力來處理，大家能做的，像「做好事、說好話、存好心」、「勤修戒定慧，息滅貪瞋痴」，世界一定會大大改變的。

除此，希望媒體能節制報導，不要重複，但也不要隱瞞，如實報導，讓有權的人看了自會處理。否則報導太多，民眾打開電視，一而再、再而三地收看，看多了，感覺好像整個台灣都沉淪了。

念心經

疾疫遠離

身心自在

觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。舍利子，色不異空，空不異色，色即是空，空即是色，受想行識亦復如是。舍利子，是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減。是故空中無色，無受想行識，無眼耳鼻舌身意，無色聲香味觸法，無眼界乃至無意識界，無無明亦無無明盡，乃至無老死，亦無老死盡，無苦集滅道，無智亦無得。以無所得故，菩提薩埵，依般若波羅蜜多故，心無罣礙；無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。三世諸佛，依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。故知般若波羅蜜多，是大神咒，是大明咒，是無上咒，是無等等咒，能除一切苦，真實不虛。故說般若波羅蜜多咒，即說咒曰：揭諦揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶。

人間福報
The Most Time

佛光山發起「為新冠肺炎疫情向觀世音菩薩祈願」誦讀《心經》修持。圖／人間福報



雲林縣北港朝天宮為全球新冠肺炎疫情祈福，舉辦「除疫息災梁皇法會」逾 4000 桌普渡。圖／中央社

全球逾7萬佛光人



文 / 李生鳳、蕭惠珠 圖 / 趙啟超、莊佳穎

「佛光山二〇二〇年禪淨共修獻燈祈福法會」昨日於佛光山大雄寶殿成佛大道舉行，由佛光山主辦、國際佛光會中華總會承辦。因應新冠病毒疫情，今年首次由佛光山法師帶領「禪淨共修」，全球佛光人則透過電視、網路直播同步修持，創下禪淨共修自一九九三年首創、連續舉辦二十八年的先例。

同日適逢農曆二月十九日「觀世音菩薩聖誕」，由佛光山住持心保和尚、退居和尚心培和尚等九大師主法。壇場內沒有優婆塞、優婆夷，由佛光山法師代表國際佛光會中華總會北區、桃竹苗區、中區和南區協會的佛光人向諸佛菩薩獻供。全球佛光人以摯誠懇切之心誦念〈八十八佛大懺悔文〉、〈懺悔發願文〉，在念佛、拜願中清淨身心。透過傳播科技，不包括電視收看，總計逾五萬人於線上同霑法益。

同步線上禪淨共修



歡喜自在 禪與淨的共同目標

「禪與淨，是修行主要法門。」佛光山住持心保和尚開示，求得歡喜自在、清淨解脫，是禪與淨的共同目標，兩者同樣重要。透過禪定，可以悟道；透過淨土念佛法門，捨報後得生極樂世界，那是個只有安樂沒有煩惱、人人獲得安養、學菩薩行的佛國淨土。除了一心念佛，更要發「三重心」，即歡喜心、菩提心和回向心，才能和阿彌陀佛相應。

國際佛光會署理會長慈容法師表示，今年因為疫情，大型活動限制舉辦，然而已行之有年、大家期待的禪淨獻燈共修該如何呢？佛光山開山星雲大師也為此關心，於是改在大雄寶殿戶外開闊處，全由法師帶領，信眾在家同步修持。慈容法師說，疫情和人類所造的業有關，大家在佛前懺悔，使身心清淨，祈求十方三寶、護法龍天加持，眾生平安幸福。

燈燈相照 從疫情中走出光明

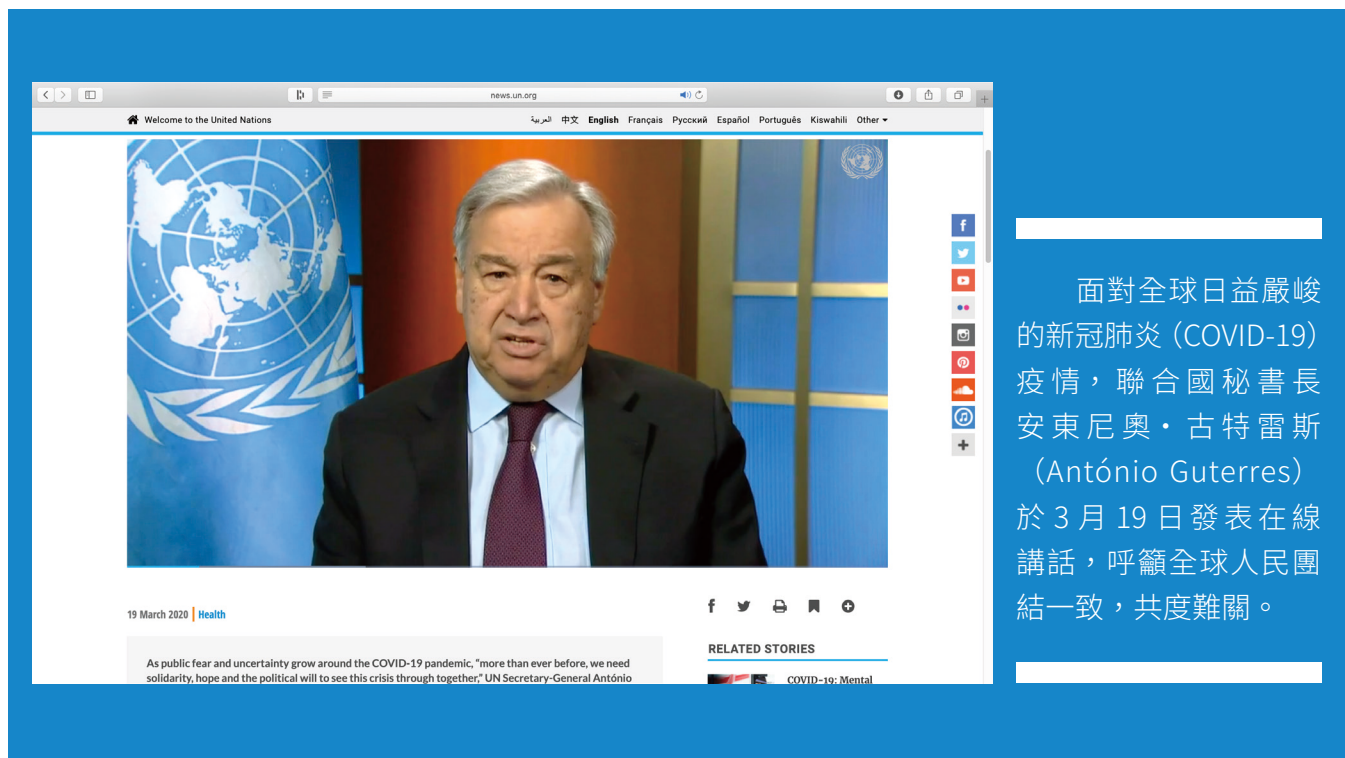
佛光山常務副住持慧傳法師代表主辦單位致詞表示「病毒無情，人間有愛」，日前佛光山和國際佛光會發起誦持《般若心經》與星雲大師祈願文，逾二千五百萬部響應，並於二月二十三日於大雄寶殿總回向。今日舉辦禪淨共修，是相信佛光人可做得更多，透過共同祈願，望疫情遠離，人人平安，百業復甦。昨天有大慈育幼院唱誦〈觀音靈感歌〉、〈般若心經〉，和叢林學院男眾學部氣勢磅礴的「擊法鼓」。

法會在接近尾聲時，恭讀星雲大師的〈為獻燈者祈願文〉，此時在法師們手上亮起的每盞燈，燈燈相照，象徵眾生無盡的心願，在相互輝映的光亮中，每人的清淨之心也被點亮，彷彿引領著在疫情肆虐的漆黑中，走出一片光明。

國際佛光會中華總會總會長趙怡偕同家人在家透過電視直播修持，表示「得道者多助」，透過科技無遠弗屆，參與人數更勝以往，廣大海內外佛光人在總本山法師的引導下同步共修，虔誠祈求佛陀加持，護佑世人免於疫情肆虐。趙怡說：「衷心期盼浩劫後，普世之人都能常懷感恩之心，珍惜環境、保育動物、愛護地球，使後世子孫永享安樂生活。」



聯合國秘書長安東尼奧：



面對全球日益嚴峻的新冠肺炎（COVID-19）疫情，聯合國秘書長安東尼奧·古特雷斯（António Guterres）於3月19日發表在線講話，呼籲全球人民團結一致，共度難關。

文 / 安東尼奧·古特雷斯（蔣祖芬翻譯 / 整理）

我們正面臨全球衛生危機，這與聯合國75年的歷史不同，人們正遭受疾病和恐懼，全球經濟衰退但缺乏創紀錄的規模幾乎可以肯定。

這一時刻需要世界主要經濟體採取協調一致的果斷和創新的政策行動，我們必須認識到最貧窮和最脆弱的國家，特別是受影響最嚴重的婦女，這是人類需要團結一致管理危機。我們有一個獨特的機會，可以引導經濟復甦走向更可持續和更具包容性的道路。我呼籲所有領導人團結一致，作出緊急和協調的對策，聯合國將支持各國政府，以確保全球經濟和人民從這場危機中變得更加強大。比以往任何時候我們都更需要團結、希望和政治意願，才能共同實現這些目標。

我們正面臨一場全球衛生危機，正在傳播人類的苦難、感染全球經濟、使人民的生活惡化，幾乎可以肯定全球經濟衰退或許成為創紀錄的規模。國

際勞工組織（IMF）剛剛報告說，到今年年底，全球人的收入可能會流失高達3.4萬億美元，這是需要團結的人類危機，我們的社會結構被撕裂了，人們正在遭受痛苦、生病和恐懼。目前在國家地區層面的回應不會解決全球危機的規模和複雜性，這一刻需要世界主要經濟體採取協調、果斷和創新的政策行動。我們必須認識到最貧窮的國家和最脆弱的婦女，將受到最嚴重的打擊。我歡迎20國集團領導人下週召開緊急峰會，以應對新冠肺炎病毒大流行帶來的嚴峻挑戰。

我的中心信息是明確的：我們處於前所未有的情況，在常規則不再能適用，我們不能在這種不尋常的時期下求助於常用工具，應對工作的創造力必須與危機的獨特性質相匹配，而且反應必須與其規模相符。全球面臨一個共同的敵人，我們正在和病毒交戰，新冠肺炎病毒不僅在殺人，而且襲擊實體經濟的核心，貿易、供應鏈、企業、就業。整個國家和城市是處於鎖定狀態、邊界正在關閉、企業掙

“這是需要團結的人類危機”

扎維持業務、而家庭則在努力維持生計。但在應對這場危機中，我們也有獨特的機會。正確的做法，可以引導復甦走向更多可持續和具包容性的道路；但是協調不力的政策，可能會陷入已經不可持續的不平等的惡化狀況，逆轉來之不易的發展成果和減貧。我呼籲世界領導人團結，對這場全球危機作出緊急和協調的反應。

我看到三個關鍵領域的行動：

首先，解決健康緊急情況。

許多國家已經超出在專用醫療機構中的護理能力，無法應對即使是輕度病例，和老年人的巨大需求。即使在最富裕的國家，我們也看到衛生系統在壓力下屈服。擴大醫療保健支出以滿足緊急需求和需求激增：擴大檢測、加強設施、支持衛生保健人員、尊重人權和確保充足的供應。已經證明病毒可以被控制，我們需要立即擺脫每個國家正在實施自己的衛生策略，轉向確保以完全透明的方式作出協調的全球反應，各國政府必須強烈地支援由世界衛生組織領導的防治病毒的多邊努力，全球團結不僅是道德上的需要，也符合每個人的利益。



圖片來源：UNRIC.ORG

第二，我們必須關注關於社會影響、經濟反應和復甦。

這與 2008 年的金融危機不同，僅僅向金融部門注入資本並不是答案，這不只是銀行業危機，不是供需的普遍衝擊，這是整個社會的衝擊，我們必須保證金融體系的流動性，銀行必須運用彈性來支援客戶。但是，我們不要忘記，這本質上是一場人類危機。隨著人民生活受到干擾，孤立和轉變，我們必須防止演變成心理健康危機和年輕人們將面臨最大的風險。世界需要繼續為核心支援最弱勢群體的方案，包括通過聯合國協調的人道主義和難民應對計劃，人道主義需求絕不能被犧牲了。

第三，我們有責任要“恢復得更好”。

2008 年的金融危機清楚地表明，擁有健全社會保障體系的國家遭受的影響最少，恢復得最迅速。我們必須吸取教訓，確保這場危機為衛生應急準備和 21 世紀公共服務投資以及全球公共物品的有效交付提供了分水嶺。我們有一個行動框架，即《2030 年可持續發展議程》和《巴黎氣候變化協定》，信守對人類和地球的承諾。聯合國以及全球國家辦事處網絡將支援各國政府，以確保全球經濟和人民在這場危機中變得更加強大，這是實現可持續發展目標的行動十年的邏輯，我們比以往任何時候都更加需要團結、希望和政治意願，共同解決度過這場危機。

東禪寺參訪佛光山紐約道場 交流圖書館運作管理



美國般若禪寺新設圖書館，3月5日上午由住持通智大和尚帶領僧信一行9人拜訪佛光山紐約道場，交流圖書館規畫與管理。紐約道場監院有望法師代表率法師們熱烈歡迎。

文 / 覺讓 圖 / 顧根生

通智大和尚表示，一直以來認同星雲大師以文化弘揚佛法、以教育培養人才的理念，此行讓般若禪寺新設圖書館的運作有了參考依據。

紐約道場住持永固法師請道場以星雲大師著作及佛光山出版品致贈般若禪寺，欣喜有更多的佛教寺院成立圖書館，讓法寶得以流傳。通智大和尚感謝贈書因緣，隨後也與有望法師交換新冠病毒疫情防疫心得，有望法師說明佛光山與國際佛光會為這次疫情發起誦持《般若心經》與祈願文回向活動，全球大眾誦持逾2500萬部響應，2月23日在高雄總本山舉行總回向法會。因應防疫，現紐約道場所有課程改採視訊授課，共修也利用視訊同步直播，以利信眾在家修持，減少群聚感染風險。



長島多元宗教論壇組織參學紐約道場



文 / 文果 圖 / 顧根生

長島多元宗教論壇組織 (LIMFF) 3月5日由主席帶領 11 位各宗教代表參訪佛光山紐約道場，監院有望法師及有宗法師接待導覽，帶大家享用道場用心備辦的素食簡餐。4 個小時的行程，讓所有來訪的宗教人士歡喜不已。





法師們帶領來訪的宗教代表自道場四樓開始參觀到二樓，大家對於道場在有限的設備中變化多種用途感到非常了不起。到了二樓大殿，一行對各項法器，佛像，佛龕等提出很多問題，包括臥佛象徵的意義、法器的用途、超薦壇及消災壇的意義等，法師們一一耐心回答。

隨後在齋堂，由典座組法師及員義工精心準備的芝麻百頁、手工春捲、素燥飯、奶油蘑菇湯等精緻簡餐，讓所有人讚歎不已，驚訝中式的素食可以

如此美味。餐後，每人輪流將餐墊上星雲大師一筆字的含意念出來，如三好、茶禪、自在等，每個人都十分認同。

眾人離開前，有望法師代表致贈英文版《人間佛教佛陀本懷》、《獻給旅行者 365 日》及「行道天下 福滿人間」一筆字春聯結緣，眾人歡喜獲得法寶智慧，離開前留下各自的聯絡方式，希望未來佛光山紐約道場有活動時，都能通知他們再來共襄盛舉。

LIMFF 於 1994 年在紐約市長島區建立，主要活動涵蓋於長島區中學，大學裡向 12 至 18 歲的中學生介紹世界宗教，開啟中學生對宗教信仰的傳承。該組織 2019 年 5 月派代表邀請紐約道場加入一場長島區中學的宗教博覽會，自此開始結緣。

2019 年 LIMFF 在每月月例會中，代表印度教的主席 Arvind Avora 提議到紐約道場參訪，經過 2 個月的籌畫，終於在 3 月 5 日成行，除主席 Arvind Avora，副主席 Richard Visconti 神父，甘地基金會的代表 Bakul Matalia, Mamhasse Friends Meeting, Irene Goodman 女士及 Barbara Meli 等 11 位參與此次宗教參訪之旅。



網路直播大悲懺法會 科技弘法同步共修

恭迎農曆2月19日觀世音菩薩聖誕，紐約道場於3月16日上午舉辦大悲懺法會。雖當正值新冠肺炎疫情籠罩，但不曾改變佛光人精進道心，常住為因應現況，費心善巧以網路直播，方便在家防疫的信眾，能安適共修同霑法喜。



文 / 祝靜瑩 圖 / 紐約道場提供

在觀音聖號法音清流的樂聲中法會揭開序幕，大眾經由電腦、電視、手機等不同方式同步參與，隨著網路的便捷，得以將法會莊嚴祥和的氛圍深入每個角落，點播之處瞬間化為梵音天堂，即使身在各處，仍能同心祈求觀世音菩薩的慈悲加持，凝具虔誠共修的願力，不僅為自身帶來無比安定身心的正向能量，更為所有正在遭受苦難民眾祝禱與祈求往生者得蒙接引。

監院有望法師開示，隨著現代科技的進步，網路弘法已是趨勢，能跨越不同國界、語言、種族，不分時間、地區弘揚佛法無遠弗屆，實為普羅大眾共同福祉。雖然目前全球正遇重大疫情，不僅改變了平日正常坐息，生死無常更現於眼前，眾生也難免感到惶恐不安，這段期間不妨多誦經打坐視為閉關靜修，同步參與共修或隨時點播回看佛學課程，

以佛陀傳世的佛法為妙方，以聞思修慧的修持為良藥，時時刻刻觀照自心，體現佛教徒淡定堅毅的特性共度難關，時時提起「三好、四給」的正念，不散播、轉傳負面與未經確認的訊息，效仿觀世音菩薩楊枝遍灑施無畏的精神，助人助己發揮個人正向影響力，齊心互勉共度難關，期盼早日結束疫情，恢復社會安和樂利、平安吉祥。



三好佛光園遊會 以視訊形式召開籌備會議

文 / 王如茵 圖 / 紐約佛光山

因新冠肺炎的擴散，為減少染病機率，本次會議採視訊方式舉行。許多組長對手機視訊多為首次操作，雖偶有狀況出現，最終也克服聯線的生疏，是一個非常好的體驗。新科技的學習與使用，可以優化工作的品質，佛光人不論年齡，都該盡量多接觸熟悉。

此次會議由當家有望法師及會長王如茵主持，計 26 人參加，細分 15 組，每組均有輔導法師指導。會中各組長提出進度報告，也提出初步的相關問題。雖不知此活動屆時是否能如期舉辦，但各組的籌備卻不能鬆懈或停頓。

會議後各組長首要召集義工，建立群組並開會討論細節。會中暫定四月初召開第二次會議，期間可用群組溝通解決問題。會議於一個半小時圓滿結束。



紐約分會月例會暨人間佛教讀書會

3月1日，艾姆赫斯特分會、菩提分會、法拉盛分會和新鮮草原分會分別在道場舉行月例會暨人間佛教讀書會。

艾姆赫斯特分會

文 / 蔣祖芬 圖 / 陳文淑

艾姆赫斯特分會月例會由分會長雷美璘主持，輔導法師當家有望法師親臨指導，12位分會會員參加，會中選出秘書吳楚玢、財務王莉萍、活動組陳文淑三位幹部。

會中主席報告了分會過去兩個月參與的活動，包括承擔道場在農曆春節三樓的文化廣場和義工普茶活動。年度活動規劃討論中，通過了接下來幾個月裡分會需要參與的各項道場及協會活動內容。

臨時動議提出今年度分會要推展讀書會，決議以星雲大師的著作「我不是呬教的和尚」作為學習教材，在月例會結束前的30分鐘時段，分享讀後心得的感受、想法和幫助。有望法師進一步說明讀書會可以比較輕鬆氛圍的「家庭普照」、喝咖啡聚會、戶外公園等方式進行，大家可以開心的來學習



佛陀的智慧，將佛法帶入生活中，在面對人生無常的挑戰，以佛法和佛光人信條「永斷煩惱、遠離無明」見證法喜安樂。

有望法師指出，會員應秉持星雲大師所言「忙就是營養」，以「心要安、心要直、心要正」的心念，一起推動佛光會的活動，以菩薩的精神「難行能行、難忍能忍」行菩薩道，承擔學習、努力付出的團隊精神，力行三好四給，共同創造一期生命的充實和活出人生的精彩，一起為社會國家奉獻心力。

菩提分會

文 / 鐘莉莉 圖 / 何韻

菩提分會月例會由分會會長呂夏蓮主持約 20 位會員參加，輔導法師有仁法師蒞臨指導。

會議討論年度行事曆及三好園遊會事宜，以及商討因新冠疫情之故，許多活動需要配合州政府措施延期擇日舉行。

之後，讀書會由有仁法師帶領導讀【我不是呷教的和尚】。該書是星雲大師病癒後口述的第一本書，致力於弘揚人間佛教。有仁法師說讀書提升氣質，做得當下都是修行，疫情帶來了恐慌，很多人



因而心理生病，佛教徒心量大，相信有佛法就有辦法，勿小看自己，常稱唸《觀世音菩薩》，伸出手也可成為別人的觀音菩薩，人間佛教定要有信願行才能去極樂世界，效法四大菩薩「悲、智、願、行」，做人間行者。

法拉盛分會

文 / 徐少文 圖 / 林紫冰

法拉盛分會月例會議暨讀書會由分會會長朱慧雯與副會長陳月娥共同引領，輔導法師知群法師蒞臨指導。會議選出秘書 Mandy Xu、財務郭蘭金、攝影林紫冰等幹部，還選出黃春稻、黃愛釵、鄭黛明、林燕燕等後援。

知群法師開示，指出作為佛光人和分會會員應如何發心支持參與分會各項活動，積極協助並用心推動，讓各項活動都能夠順利開展。法師希望信徒多了解佛門規矩，並指導新舊會員注意出席分會會



議時，需要穿著佛光會會服、配戴佛光會員証等。

會議提出兩個提案：一、關於本年 5 月份慶祝浴佛，分會聯同新鮮草原分會和艾姆赫斯特分會共同承擔法拉盛社區戶外的雲水浴佛攤位；二、分會參與今年佛光三好園遊會，合眾人智慧經驗、同心協力製作素食美食。

新鮮草原分會

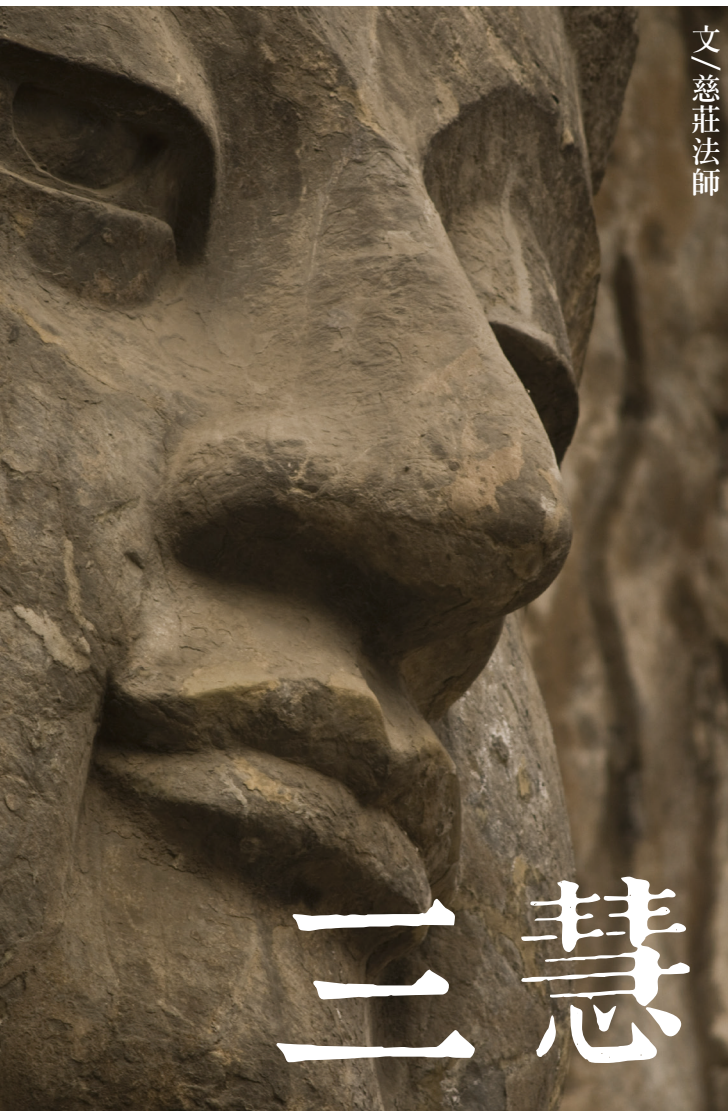
文 / 王如茵 圖 / 董雪貞

新鮮草原分會月例會由新任會長王安樂主持，輔導法師覺讓法師親臨指導。會中選出秘書王芷輝，財務施碧雲，以及麥綺珍，朱笑芬，簡劉昭容，潘靜，李香玲等多位委員。

會議將未來十個月的工作規劃的井然有序。通過十一個提案與一個臨時動議。會員們都非常湧躍的提出意見，快速的達成共識。會員間因月例會，從陌生靦腆中相識，因承辦活動，產生相儒以沫的感情。因共同的信仰，攜手在行佛的路上相伴。



會後覺讓法師更用鏡子的譬喻，讓大家檢視自己的行為。我們要以歷史為鏡，以因果為鏡，以朋友為鏡，以心地為鏡。更用大師的話鼓勵大家，要生活佛法化，佛法生活化，不要把名與利看得太重。同時舉大師辦國際水果節的初衷，就是因為不忍農民因沒有快速的管道銷售荔枝，而被不肖中間商剝削，這就是說的慈悲心。



三 慧

佛教是著重智慧的宗教，有了智慧才有分辨善惡是非的能力，才能斷除煩惱，才能證悟成佛；沒有智慧的人，福報再大，還是不能究竟解脫，所以學佛除了培福以外，更要具足智慧。

佛法中的智慧，與一般所講的智慧不同，一般的智慧，是世智辯聰，有時反而會助人為惡。佛法中的智慧，是般若，是通達諸法真理、指向人生正途的法炬，要得到這種智慧，需要從佛法中精勤修學，由淺至深，循序前進。依其方式有：由聞

法而來的智慧，稱作聞慧；由思考而來的智慧，稱做思慧；由修行而來的智慧，稱為修慧。

一、聞 慧

由三藏十二分教或善知識處聞知，也就是從聽經聞法，或閱讀佛典，由文義而引入悟境，進而對佛法生起甚深的信解，從而得到無漏聖慧。這是依聽聞所成的智慧，故稱「聞慧」。

二、思 慧

以聞慧為基礎，進一步加以思維、考辨諸法的甚深法性，以及因緣果報等事相，而有更深的體驗、更親切的了悟。這是由思維所聞所見的道理而生之無漏聖慧，故稱「思慧」。

三、修 慧

依據聞、思所成的智慧而對佛法有所悟解，進而與定心相應，觀察抉擇諸法質相，以及因果緣起等真理，也就是經過止觀雙運後所引發的深慧。由於此乃依修習而生的無漏聖慧，故稱「修慧」。

佛教講「多聞薰習」，就是說學佛要經常聽經聞法，並思維經義，尤其要如理實踐，如此聞思修三慧具足，方能找回本自具足的佛性，見到自己的本來面目。



甜酸千頁豆腐

廚師：王鳳旺居士



准 備:

食材：千頁豆腐1包

配料：青紅椒少許、西蘭花少許
(擺盤)、白芝麻(炒過)

調味料：蕃茄醬5大匙、白糖5大匙、
白醋少許

炸粉：細蕃薯粉、中筋麵粉比例1:1、
調成糊狀



作 法:

- 1) 千頁豆腐切滾刀狀，放入已調好的炸粉
- 2) 下油鍋，炸成金黃色後瀝油
- 3) 將調好的調味料下鍋炒香
- 4) 下鍋翻炒已炸好的千頁豆腐，起鍋裝盤後撒白芝麻

福田園地

百利農業產品貿易：多樣蔬菜類

龐記Kong Kee：多樣豆製品類

何曉記：5加侖食用油、腰果1桶、口罩2箱、
18瓶1公升乾手液、大西瓜1顆

Hudson J. Ghirardi：鹼粽150顆

金俊敏/華隆：蔬菜類多批

齊瑞玲：壽桃60顆、綠豆椪3盒、豆沙餅1盒

陳淑慎：黑糖薑母2包

瞿方菊花：2盒水果凍

范秀玲：蔬果餅乾

邱金菊：糕點多樣

朱美燕：糕點、青菜

李碧琴：喉糖4大包

金寧均：茶葉3盒

蔡傳信：口罩1箱

王榮輝：口罩1箱

鄭棟煥：口罩10盒

劉春惠：食品多樣、3盒手套

Lillian Ho：中藥多包

劉志文：米、油、菜、水果多樣

朱美玲：紅豆鹼粽150顆

張海英：薑糖6包

陳衛：山鹽30磅、橄欖油6瓶、口罩、護目
鏡、洗手液、消毒紙巾一批

三寶弟子：油飯、炒米粉一大盆

Elaine Keung & Angelina Zhang：口罩6盒

三寶弟子：白米225磅、麻油6罐、糯米95
磅、糙米45磅、辣豆瓣醬1箱、金蘭醬油膏2
箱

本期
助印
佛功
光德
芳名
世紀



釋永固，釋有望，釋心詠，釋心南，王如茵，譚順勤，梁雪玲，金 鏗，王喬榮，施碧雲，徐少文，朱慧雯，孫筱琍，蔡巧文，謝淑貞，董雪貞，陳雅芬，何曉記，呂夏蓮，蔣香鳳，胡月珠，劉佩珍，朱桂蓮，徐賢慶，林玉梅，張淑美，姚素卿，朱樹泉，施陳敏，陳月娥，徐振倫，吳平恩，鄒宗錄，黃子晉，鄭舟平，李碧琴，鍾莉莉，管人鳳，蔣祖芬，黃春稻，羅錦鳳，趙月英，楊筱倩，許彩玲，周鳳英，朱道伸，顏嘉含，黃蘭香，陳惠平，張鐘嬌，鄭國權，陳怡秀，陳林芳琴，日賀野翠窈，唐葉秀榮，貝賽分會，李林美琴，Su Fei Lin, Amax Printing。



浴佛法會

5/3
10am



同步抄經修持
佛光日—佛光山開山紀念日
5月16日 10:00 am

LIVE 網路視訊轉播

人間學院

佛學進階(八堂課)

普通話班 4/29開課 每週三7:30pm-9:00pm
粵語班 4/30開課 每週四7:30pm-9:00pm

佛教經典(八堂課)

普通話班 10/7開課 每週三7:30pm-9:00pm
粵語班 10/8開課 每週四7:30pm-9:00pm

光明燈
消災法會

每週日
共修法會

周日 10:00 am





佛光山資訊弘法平台

線上閱讀

移動APP



共365冊，3000多萬字，12大類別，5萬篇條目



2000年創辦一份多元化的報紙，傳播善因善緣，為社會注入清流、淨化人心。



「iBuddha」網路影音平臺，超過500小時的佛學節目。



佛光山編藏處運用現代科技讓佛法與時俱進永遠延續。



星雲大師雲端隨身聽



佛光GO



星雲大師全集



人間福報



iBLTV人間衛視



佛光教科書



佛光大辭典增訂版



中國佛教白話經典寶藏