



# 佛光寺紀

星島  
星島

Buddha's Light Monthly New York



二〇二一年四月刊 · 第136期 · 紐約版



## 目錄

- 1 【編輯室的春天】
- 2 【全球線上皈依典禮】 【全球線上皈依典禮】佛光人遠距同繫佛緣
- 3 觀音菩薩聖誕日 全球 2600 人成正信佛弟子
- 5 【全球線上皈依典禮】紐約佛光人雲端歡喜「回家」
- 6 【天天地球日 人人是隊長】系列報導  
佛光山種樹 籲全民成為地球隊長
- 7 善待地球 大家一起來植樹
- 8 T-EARTH 植樹計畫與氣候論壇 邀請您來當地球隊長
- 10 北美雲來集講壇 「T-Earth 森眾行動」論壇
- 12 紐約中文學校推系列活動 歡慶「地球月」
- 13 紐約道場應邀參加法身寺地球日祈福活動
- 14 【法會修持】  
三地信眾齊聚雲端 禮拜《慈悲三昧水懺》
- 16 線上大悲懺法會 祈祝社區平安疫情消弭
- 17 曼哈頓佛光山建設祈福法會
- 18 【雲水人間】  
北美雲來集 慧開法師暢談生死學
- 19 佛光女童軍金質獎章專案 食物廚餘再造
- 20 參與佛教事業弘法 青年分享佛光生活
- 21 美東三好兒童教學組每月一會 搭建兒童佛學教育鋼架
- 22 NASA 華裔博士嚴正講述火星探測 佛光童軍團增廣見聞
- 23 紐約協會第十一屆第九次理事會議
- 24 【人間萬象】  
紐約佛光人“為愛而走” 祈願社區平和尊重 愛遍人間
- 25 【主題徵文】  
變廢為寶 環保行動關愛地球  
春天自在心
- 26 【佛學天地】  
行佛
- 27 【福田園地】
- 28 【人間小廚】  
大陳春捲
- 29 【近期活動】

## 編輯室的春天

各位親愛的佛光人，隨著佛光山、佛光會在網路上略顯緊湊的各項學習課程、修持活動，您是否都把握的恰如其分的，既忙碌又充實呢？

看著這期《佛光世紀》的專題報導「天天地球日 人人是隊長」，不禁內心有些擔憂，會不會過了五月的佛誕日就忘了四月的地球日？會不會忙著六月的北美聯誼會，地球日就被拋諸腦後？甚至進入九月的佛學會考，地球日就更是九霄雲外、明年再見了呢？

4月22日是世界地球日，6月5日是世界環境日，另外還有世界海洋日、世界濕地日、世界森林日、世界糧食日、世界水日……，為地球訂定這些紀念日，就是為了提醒人類：「我們並未從父親那裏繼承地球，而是向孩子借用地球」，借來的地球將會以何面目歸還呢？

走筆至此，親愛的佛光人莫笑我杞人憂天，畢竟地球只有一個，如《八大人覺經》言，「世間無常，國土危脆」，世界太無常，國土太危脆，而人類也太健忘了，地球暖化造成的氣候災難不斷發生，什麼時候人類才能幡然醒悟，明白唯有重視「心保與環保」，讓地球天天都過地球日，每一個人都發願做地球隊長，地球才能繼續為我們所用呢？

親愛的佛光人，佛光會從推動「蔬食A計畫」吃素救地球，到現在的「T-EARTH」種樹救地球，您都跟上了嗎？環保的工作今日不做，明日就會後悔，各位佛光人，我們要一起加油喔！

永固 合十

2021年5月17日

發行：國際佛光會紐約協會

美術設計：李靚

本期封面照片提供：人間社

編輯：佛光世紀編輯組

版面編輯：陳月影

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@blia.org

網址：www.fgsny.org



## 【全球線上皈依典禮】 佛光人遠距同繫佛緣

文、圖 / 人間社提供

佛光山 2021 年「全球線上皈依典禮」3 月 31 日於佛光大雄寶殿舉行，海內外 19 個國家地區的佛光人透過線上直播，以 6 種語言同步翻譯，有 2600 人參與這場盛會。全球各道場信眾隨著典禮儀軌宣誓、懺悔發願，現場法師甘露灌頂，與會大眾不分地域，無距離的限制，在佛陀的加被下，同時皈依成為佛門弟子，充滿法喜。

香港佛光道場 70 多位信眾分享法喜，薛燕萍提到有眾多師兄師姐在線上和道場一起皈依，特別感受到諸佛菩薩的慈悲引領，無論來自何方，都可以一起修行及互相勉勵深受感動。石敏分享，人身難得，佛法難聞，很歡喜有這樣的因緣福報參加皈依典禮，皈依只是學佛修行的開始，從此要做佛教的不請之友，自動自發的親近道場學習。陳嘉偉說，發心皈依三寶，讓內心建立清淨的道場，時時勤拂拭，勿使惹塵埃。林婷感動分享，懺悔時不自覺的熱淚盈眶，感受到了佛光攝照，溫暖有力量。澳門黃玲玲表示已持素 20 多年，但一直不曾讀誦經典，直至去年才開始誦經，深刻自覺需要修行，每天堅持誦經至今，終於有皈依三寶的因緣。

菲律賓萬年寺葉錦櫻提到，菲律賓新冠疫情近日嚴重飆升，首都馬尼拉及周圍省分再度封城宵禁，在這人心惶惶的時刻，陪同 1 歲 9 個月的孫女參加典禮，在三寶加持下，原本惶恐不安的心，得以清淨、安住。丁美玲也提及，疫情以來過著提心吊膽的日子，隨著皈依典禮洗滌身心，覺得有被諸佛護佑深

感安心。劉道善手足 3 人，帶領孫子陪同 93 歲母親一起圓滿了皈依佛門的因緣。菲律賓青年 Jason Luke Nueva 說，典禮是一種覺醒，自省是不是真心要「奉獻」佛教；新冠病毒疫情在全世界流行打擊人心，莊嚴的典禮，透過全球線上進行的方式，可以感受跨越距離的團結。

馬來西亞佛光山新馬寺佛光青年黃建展，受朋友和佛光社教班老師的影響毅然決定受持三皈依，他認為受持三皈依對佛教徒而言是一門功課，也是最大的戒律，期許能使自己在道業及心靈上有所提升。Lee Choi Took 分享，經常到東禪寺參訪，才有因緣得知皈依的訊息，認為要前往成佛的路，需要般若智慧，而皈依就是成就佛道的開始。日本本栖寺有 20 多名信眾參與皈依典禮，近 10 位觀禮者，常住為與會信眾點了觀音燈祝福成為佛弟子，祈願光明的起點照亮修行之路。

紐西蘭南島佛光山 10 餘名佛光人和信眾出席，同為 13 名新皈依佛弟子祝賀。國際佛光會紐西蘭南島協會副會長劉盞齊伉儷，懷抱 5 個月大的劉道妍參與皈依典禮，劉道妍在父母的懷中全程參與典禮，兩個小時的儀式中乖巧沒哭鬧，安靜跟隨儀式進行。從香港移民紐西蘭的馮慧萍，一年前女兒罹患疾病往生，感覺世間無常，祈望人生之路能有方向，有感親近佛法能洗滌內心的污垢，因而決定皈依佛教。這場人間佛教的盛會，以線上同步直播舉行皈依典禮，超越距離、無年齡限制，開啟學佛方便之門，同入無憂勝境。



「佛光山 2021 年全球線上皈依典禮」3 月 31 日於佛光山大雄寶殿舉辦，並與全球道場同步連線。

## 觀音菩薩聖誕日 全球 2600 人成正信佛弟子

「佛光山 2021 年全球線上皈依典禮」3 月 31 日於佛光山大雄寶殿舉辦，並與全球道場同步連線，主辦單位佛光山寺、承辦單位國際佛光會，全球佛光山道場共同參與。同日為農曆 2 月 19 日觀世音菩薩聖誕紀念日，因疫情緣故許多人無法外出，為滿大眾成為正信佛弟子的心願，故有線上皈依，共 19 個國家地區、2600 人參加，祈願以皈依殊勝功德回向疫情遠離，大眾平安健康。



佛光山 2021 年全球線上皈依典禮」3 月 31 日於佛光山大雄寶殿舉辦，大雄寶殿現場有各地或道場信眾參與。



左圖：佛光山住持心保和尚等三大師為大眾甘露灌頂。右圖：佛光山住持心保和尚開示，皈依是身心的依靠，可使福德智慧增長。

皈依典禮由佛光山住持心保和尚等三大師證盟，透過 ZOOM 雲端視訊，來自美、加、菲、英、日、韓、馬來西亞、澳洲、紐西蘭、西班牙、印度、香港、澳門、新加坡、巴西、阿根廷、巴拉圭、智利等 19 個國家、地區，同步參與佛光大雄寶殿皈依典禮，並有中、英、西、葡、日、粵 6 種語言同步翻譯。

心保和尚開示，今日代表星雲大師主持皈依典禮，大師說過：「信仰的重要，跟生命一樣」，皈依是身心的依靠，可使福德智慧增長。皈依就是皈依「佛、法、僧」三寶，佛陀了悟世間緣起，如能像佛陀一般修行，可從凡夫成聖賢，從煩惱到解脫，「心、佛、眾生」三無差別，星雲大師也鼓勵大家肯定「我是佛」。「法」就是方法，在法上用功，依著佛道前行，終能通向解脫道路；「僧」是解脫的大眾，皈依僧就是皈依聖賢僧。皈依後要親近正道場，道場是法身慧命之家，要做不請之友，自動自發的到道場學習。在宣誓、懺悔發願、皈依後，心保和尚為大眾甘露灌頂，以甘露法水清淨大家的身心，加持在佛道上前進，最後叮嚀：「修福修慧，菩提道成，廣度有情。」

國際佛光會署理會長慈容法師說明，經過皈依才能真正成為佛教徒，是進入佛門重要的第一堂課，接著循序漸進受五戒、菩薩戒，一步步增上。此次除大雄寶殿現場，全世界各地也同步進行，所以今天大家有許多一起皈依的師兄弟。皈依的程序有「香讚」，誦讀《心經》，宣誓時要誠心回應，在諸佛

面前懺悔發願，所以皈依能使身心清淨。

佛光山常務副住持慧傳法師以「佛在世時我沉淪，佛滅度後我出生；懺悔此身多業障，不見如來金色身」，說明雖然感慨沒有福報生在佛住世時，但又何其有幸能皈依三寶，透過線上直播如同百萬龍天參與。以星雲大師說：「佛如光，法如水，僧如田」，佛陀的智慧之光能破除無明煩惱，法水可洗滌心靈污垢，並在心田栽種善美種子，勉勵佛子力行「做好事、說好話、存好心」，利益眾生，光大佛教。

此次線上線下，跨越地域限制，共同參與莊嚴殊勝的皈依典禮，佛光大雄寶殿現場有各地或道場信眾，包括琉璃工房創辦人楊惠姍偕同家人共 4 人一起皈依，還有科技、金融等各行業精英人士，或是三姊妹一同皈依，最小的皈依者只有一歲，鳳山講堂則有 60 人前來觀禮。有幾位長者即使拄著拐杖、坐著輪椅，雖不便禮佛跪拜，發願皈依之心依然摯誠，令人動容。

海外皈依民眾有的在道場，有的在家中，一樣如法如儀地參加典禮成為佛弟子。有道場日前舉辦講習會，讓大眾了解皈依三寶的意義。有五個月大的寶寶跟著父母親一起皈依，有四代同堂或全家一起成為佛弟子者，其中還有人因為看到發布在社交軟體得知皈依訊息主動報名，還有重病者在醫院也把握因緣皈依，表示很歡喜成為佛弟子；透過線上皈依可以無遠弗屆，印證佛光普照。



左起：參加本山的一歲小朋友；圖紐西蘭南島佛光山五個月大的劉道妍也是本次年齡最小皈依者；菲律賓慈恩寺著海清在家中參加的小朋友；菲律賓萬年寺葉錦櫻帶著 1 歲 9 個月的小孫女施柔羽 Jia Olivia Yu 參加皈依。

## 【全球線上皈依典禮】 紐約佛光人雲端歡喜「回家」

文 / 祝靜瑩

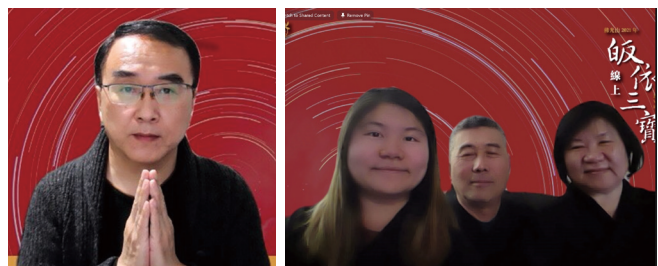
圖 / 紐約道場提供

佛光山開山星雲大師願心「佛光普照三千界，法水長流五大洲」在 3 月 31 日「佛光山 2021 年全球線上皈依典禮」中再獲實證。疫情讓紐約佛光人居家隔離，卻也藉著佛光山紐約道場與國際佛光會紐約協會的推廣，更加了解皈依三寶的重要，在紐約，53 位學佛人心動也行動，跨越時空與全球來自 19 個國家不同地區、不同族裔的佛光人同步連線與佛接心，皈依三寶。

佛光山紐約道場住持永固法師和常住法師不但事前舉行講座說明，並且隨時更新相關資訊，多次溫馨叮嚀，多位紐約佛光人表示這場線上皈依一樣感受置身殿堂，莊嚴慎重，他們放下瑣事、克服時差、線上參與的疑慮以及陌生的操作方式，學習正式邁入佛門的第一課，開心「回家」，心靈回到法身慧命的家。

這場線上典禮由佛光山總住持心保和尚、國際佛光會署理會長慈容法師、佛光山常務副住持慧傳法師等三位法師見證。心保和尚代表星雲大師主持，經開示、請聖、宣誓、懺悔、發願、迴向等皈依儀式之後，即為皈依的人甘露灌頂，並勉勵全球佛光人要做「不請之友」，親近道場聽聞佛法、修福修慧、廣度有情。

典禮功德圓滿，紐約佛光人難掩法喜，紛紛分享心得，其中有的父子同行、有全家人在不同地方一同皈依，也有一人代表先進佛門。Edward 幼



左圖：佛光山紐約道場顧根生參加此次難得的線上皈依典禮。右圖：國際佛光會世界總會紐約協會長島分會會員林淑美、黎強華與女兒黎秀虹參加皈依典禮盛會。

時曾到高雄總本山與佛結緣，來到美國後經好友 Peter Hsu 引薦，來到了紐約道場再續前緣，不僅感受到如大家庭般的溫馨與關懷，更慶幸在海外得遇正信佛教道場，Edward 這次特別與他 6 歲的兒子一起皈依，期待未來在信仰與學習中，不斷啟發自我本性，陪著孩子共同成長。

林淑美說，就因為皈依以線上進行，一家人享受了線上帶來的便利，遠在外州的子女也能一起參與，一家 6 人歡歡喜喜，齊心跨越時間、空間的阻隔，不僅從此擁有共同的信仰，在現世找到安身立命的依怙，更深信因擁有三寶的加持，能不斷領悟生命的真諦，勇於攜手迎向未來。

顧根生表示，雖信佛多年，也曾在中國陪伴友人參加皈依典禮，但之前一直未曾有參與的意願，直至來到了紐約道場後，才開啟了學佛的因緣，也因師父的循循善導下，才明瞭皈依的重要，感恩能得遇皈依的因緣，為自心找到安住的依歸。

## 佛光山種樹 籲全民成為地球隊長



左圖：佛光人以人牆排成「ZERO」圖騰，象徵「零碳排」。右圖：國際佛光會署理會長慈容法師（前中）為所栽種的樹澆水。左為國際佛光會祕書長覺培法師，右為佛光山慈善院院長依來法師。

文、圖 / 人間社提供

4月22日是「世界地球日」，國際佛光會在佛光山森林復育園區舉辦植樹活動，計畫為台灣種下20萬棵樹，並鼓勵全球人民成為「地球隊長」，在世界各地共同進行林地復育，朝向聯合國「零碳排」目標而努力。

主辦單位表示，根據聯合國統計，全球大約有19億公頃土地（大約北美洲面積）處於退化林地（forest degradation）狀態，這些土地如果可再利用，恢復成森林樣貌，氣候問題將可獲得有效緩解，花蟲鳥獸得以安居，而人類也自然受益。

為此，佛光山與國際佛光會發起「T-Earth 植樹行動」，號召台灣百家企業種樹育林，並於「世界地球日」舉辦植樹活動，透過T-Earth計畫鼓勵全人類成為地球隊長（Captain Earth）；而國際佛光會中華總會也將發起成立綠色公益組織，以實際行動保護地球。

22日出席T-Earth植樹行動的貴賓，包括佛光山住持心保和尚、國際佛光會署理會長慈容法師、佛光山常務副住持慧傳法師、國際佛光會祕書長覺培法師、高雄市政府祕書長楊明州、高雄長庚紀念醫院名譽院長陳肇隆、國立屏東大學校長古源光、綠色公益基金會董事長慧開法師等300餘人。

心保和尚致詞表示，樹木對人類的生活非常重要，近幾年來由於溫室效應、全球暖化，造成世界氣候兩極化，不是乾旱，就是水災，對人類生存環

境造成威脅，感謝大家發心為保護地球，讓下一代有更好的生存環境。

心保和尚指出，國際佛光會與佛光山發起的T-Earth植樹活動，意義深遠，佛光山在大師的願力下，遍及五大洲，在全球五大洲道場與佛光會共同響應下，希望延緩地球暖化，讓我們享有美麗、翠綠的生活環境。

高雄市政府祕書長楊明州指出，最近地球暖化、極端氣候頻仍，尤其台灣最近出現的乾旱已破了歷史紀錄；佛光山在星雲大師帶領下，弘法利生之餘，還能關照到地球，令人感佩。尤其種樹是最能固碳的活動，希望在佛光山的拋磚引玉下，能喚起大家一起來愛地球。

高雄長庚紀念醫院名譽院長陳肇隆表示，種樹可美化景觀、豐富生態，造就生物多樣性，是對抗地球暖化、氣候變遷的第一道防線。他在醫療工作之餘，在自家苗圃培育一、兩萬棵樹苗，相信只要大家捲起袖子，每個人多少做一點，地球就會更美好。

屏東大學校長古源光指出，1997年他奉命到宏都拉斯，發現當地的山都光禿禿的，原因是樹木被民眾砍下來當柴薪，隔年當地發生熱帶氣旋，造成嚴重的土石流，慘狀與台灣八八風災小林村滅村差可比擬。希望透過這個活動，讓大家認識植樹的重要，也希望今天種下的樹，能庇蔭後代子孫。

喜馬拉雅自然文明保護協會理事長楊文德表示，這次在佛光山種植的樹種包括：台灣原生山茶

樹、台灣烏心石、桂花、梔子花（山黃梔）、七里香、台灣土肉桂、台灣香檬、樟樹等；其中台灣原生山茶樹是大葉喬木，可以長得非常高大，而且深根有利水土保持，讓生態系統變得非常豐富。

楊文德指出，這次在佛光山種下 1600 棵樹，預計今年陸續完成 4500 棵，其中 70% 是台灣原生山茶樹、另 30% 是適合該林地的環境樹種。感謝佛光山提供 100 公頃土地種樹植林，今後將分不同階段為台灣種下 20 萬棵樹，希望帶動台灣生態復育。

覺培法師指出，T-Earth 專案第二階段將開放 100 家企業認養，共同致力「林地復育」，屆時綠色公益基金會將提供認養企業氣候貢獻證明，包括森林的固碳量、貧窮就業、水土資源保護等符合聯合國永續發展目標。

22 日參加植樹活動的佛光人，在通往園區的路上，以人牆排成「ZERO」圖案象徵「零碳排」，接著依序上山，由心保和尚領眾恭誦《心經》，恭讀大師祈願文，為土地祈福，以植樹展開搶救地球行動。

## 善待地球 大家一起來植樹

文、圖 / 人間社提供

地球只有一個，如果我們願意，可以用最簡單的方法來愛護它，那就是「為未來種一棵樹」。4 月 22 日世界地球日上午，國際佛光會於佛光山森林復育園區，發起「森林記者會暨 BLIA T-EARTH 植樹行動」，響應環保愛地球逾 300 人，一同參與植樹，以實際行動搶救地球，人人有責。

「佛教是對種樹最重視的團體。」佛光山文化院院長依空法師提到，佛教所謂的「叢林」是指僧眾修行辦道的地方，一棵為木、二棵為林、三棵為森，臨濟宗的傳統最重視種樹，也以此作為後代傳承的榜樣。他分享佛光山開山星雲大師對樹木愛護有加的小故事，有次天災來，徒弟回報寺內有無災害時，只是輕描淡寫說，只有幾棵樹倒下，沒事，沒想到重視傳統愛護樹木的大師，卻將此當成是嚴重的事，因為每棵樹的培育，都要花上多年的時間用心澆灌，所以「植樹和護樹」是佛門一貫堅持的精神。

喜馬拉雅自然文明保護協會理事長楊文德表示，目前台灣許多森林遭受外來種植物及藤蔓和人為的破壞，造成很大傷害，努力將森林恢復原來的面貌刻不容緩，目前與國際佛光會合作種植的區域約 100 公頃，以 7、8 項的原生樹種，及大葉種喬木原生種茶樹為主要樹苗，以此復育台灣的林地生態，亦可有效做水土保持，進而成為「森林營養循環」，利益生態平衡，讓許多動物得以有個友善的生存環境。

曾偕同多位國際頂尖活體肝臟移植專家，在佛陀紀念館種植 48 棵賽赤楠作為紀念的高雄長庚紀



左圖：喜馬拉雅自然文明保護協會理事長楊文德響應 BLIA T-EARTH 植樹行動。右圖：綠色公益基金會監察人潘維剛響應 BLIA T-EARTH 植樹行動。

念醫院名譽院長陳肇隆認為，種樹能美化景觀、豐富生態、造就生物的多樣性，是對抗地球暖化、氣候變遷的一大方向，是他在醫療工作之餘的運動與休閒。他分享：「在哀傷或喜樂的時刻，種樹是我沉澱與撫平情緒的方式。」愛樹、種樹，進而培育苗圃，一顆小小的種子，能拯救地球，如此的善行，需要你我一起來。

綠色公益基金會監察人潘維剛呼籲大眾，愛護地球不是口號，要以「行動與實踐」共同參與支持，在世界地球日這天，國際佛光會率先發起如此有意義的事，非常讚歎。地球暖化，未來我們將成為環境的災民，所以不可不重視環境保護的問題。他表示，各種綠能計畫以「植樹」最具體，也最具效能，能實際幫助地球恢復得以生長呼吸，減少對地球的傷害，是一個積極具體的行動力，要共襄盛舉。

## 把樹...種回來

- 佛光會員展開種樹行動，復育森林重視生物多樣化，使生態平衡
- 啟動 T-Earth 專案
- 成立綠色公益基金會

**Growing Trees Again**  
*Tree-planting by BLIA – a forest restoration project focusing on biodiversity and ecological balance*  
**T-Earth . Puregreen**



綠色公益  
世界氣候國際論壇

動員五大洲  
的林地  
復育計畫



國際佛光會  
秘書長  
覺培法師



佛光淨土文教  
基金會 執行長  
慧知法師



喜馬拉雅自然文明  
理事長  
楊文德博士

指導單位：佛光山/國際佛光會  
主辦單位：國際佛光會中華總會  
世界氣候基金會亞洲辦公室  
合作機構：世界氣候基金會

## T-EARTH 植樹計畫與氣候論壇 邀請您來當地球隊長



根據聯合國統計，從二〇〇〇年至二〇一九年，因氣候變遷所加劇的自然災害事件，如暴雨、乾旱、森林大火等增加近一倍，奪走了上百萬條生命，搶救氣候危機、復育森林工作已是刻不容緩。佛光山與國際佛光會於四月二十二日世界地球日，發起「T-EARTH 植樹行動」，「揪團」台灣百家企業，透過種樹來「復育林地」；二十一日晚上也展開「綠色公益—世界氣候國際論壇」，從各種角度探討環保與氣候議題，落實環保與心保拯救地球。

文、圖 / 人間社提供

佛光山與國際佛光會發起「T-Earth 植樹行動」，於4月22日「世界地球日」當天在佛光山森林復育園區舉辦植樹活動。上圖為參加植樹活動的佛光人，在植樹園區合十恭誦《心經》以及栽種樹苗的場景。

「搶救地球，人人有責，我們每個人都要發心做地球隊長。」國際佛光會祕書長覺培法師表示，這次要感謝佛光山率佛教團體之先，貢獻百頃土地響應計畫，「也希望能藉此拋磚引玉，帶動風氣，號召更多宗教團體、企業、個人，甚至政府都願意提供土地來種樹。」

國際佛光會表示，根據聯合國資料顯示，全球每年損失森林面積高達一千萬公頃，卻有十九億公頃土地閒置，這些土地如果可再利用，恢復成森林樣貌，花蟲鳥獸得以安居，而人類也自然受益。

覺培法師指出，為了落實佛光山開山星雲大師在世界大會提出的「自然與生命」、「環保與心保」主題，去年國際佛光會就通過 T-EARTH 植樹行動計畫，第一階段在高雄佛光山啟動種樹，第二階段將在南北各地約一百公頃的土地，展開林地復育，未來更將擴及全球五大洲，一起展開種樹行動。

「森林是地球的肺，吃素是減碳行動，種樹則能積極增加地球氧氣」，覺培法師說，佛光山與佛光會近年致力推動「蔬食 A 計劃」，「除了吃素愛地球，我們還希望用一股傻勁，把樹種回來。」

「森林記者會暨 BLIA T-EARTH 植樹行動」將於四月二十二日「世界地球日」，在佛光山坡地樹林舉行，佛光山住持心保和尚將率眾植

下千棵樹木，以實際行動響應環境保護。

此外，國際佛光會與世界氣候基金會亞洲辦公室於二十一日晚上，也將先舉辦線上「綠色公益—世界氣候國際論壇」，邀請來自世界各地專家學者，從不同面向一起來探討「林地復育計畫」、「企業零碳排的挑戰」、「從沙龍到聯合國」、「碳究台灣及全球氣候投資」等議題。

開幕邀請佛光山住持心保和尚致詞，喜馬拉雅自然文明保護協會理事長楊文德、國際佛光會祕書長覺培法師、佛光淨土文教基金會執行長慧知法師，將共同倡議動員五大洲的林地復育計畫。

聯合國工業發展組織、全球智能製造與新興產業開發院副祕書長陳永恆，將分享「大陸企業的零碳排挑戰」，說明大陸在農業減碳上所做的具體工作；美妝品牌歐萊德董事長葛望平則會在「從沙龍到聯合國」中，提出他如何將綠色環保概念融入產品中。

此外，中華經濟研究院綠色經濟研究中心劉哲良在「『碳』究台灣」中，將探討全球升溫、台灣氣候變遷挑戰、碳排放管理等議題；世界氣候基金會創辦人 Jens Nielson 的「全球氣候投資」，則說明世界氣候基金會目前所致力工作，以及可持續性的森林管理是減碳成本最低的方法之一，呼籲大家一起來當地球隊長。

森林除了減碳，還有更多生態系統服務價值

| 台灣相關措施成效指標   | 管制措施連結   |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>提高造林面積</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>部門管制行動方案</li> <li>縣市管制執行方案</li> </ul> |

$$Forest\_value_{t+5} = (CPI_t / CPI_{2016}) \times Forest\_value_{t,ss}$$

| 項目              | 森林生態系統服務價值 (百萬元) | 占全年價值比例 (%) |
|-----------------|------------------|-------------|
| 森林碳匯 (遠境匯數)     | 3,657            | 1.26        |
| 森林碳儲存           | 27,879           | 3.72        |
| 森林水資源過濾         | 557,343          | 74.41       |
| 土壤流失防治          | 92,575           | 12.36       |
| 生物多樣性           | 58,535           | 7.81        |
| 空氣淨化            | 3,289            | 0.44        |
| 經濟價值 (A)        | 749,278          | 100         |
| 台灣森林總值 (公頃) (B) | 1,869,606        |             |
| 單位面積價值 (A/B)    | 400.976 (元/公頃)   |             |

時間尺度調整  
386,056元/公頃



佛光 T-Earth

以「共享經濟」，真實的創造自然資源，打動既深遠又是一個世代的需求，又不影響  
Creating natural resources to fulfill current needs and future development through the "sharing economy".  
CALLING for a large scale RESTORATION of ecological forests of trees with high economic value.

號召之後可利用的土地，以「高經濟價值」的特有茶樹為基礎，「大面積」、「恢復」的生態森林。

key tasks:

- 在退化、閒置、荒廢等的土地上 (aborted, degraded land)：結合應用科技 (自然、資訊等)，在原本存在問題的土地，重新真實的創造價值。
- 大面積的土地 (big lot)：必須是大面積，才能產出巨大的社會影響力效果，也才能有效達到效果。
- 恢復 (restoration)：恢復原本肥沃的土地、乾淨的水、新鮮的空氣等，達到「人與自然和諧相處」，適合萬物生靈共同生活。
- 生態森林 (ecological forest)：具備社會、環境、經濟價值，平衡發展的森林模式。

「碳」究台灣



中華經濟研究院綠色經濟中心  
劉哲良博士

指導單位：佛光  
主辦單位：國際  
合作機構：世界

動員五大洲  
的林地  
復育計畫



國際佛光會  
秘書長  
覺培法師



佛光淨土文教  
基金會 執行長  
慧知法師



喜馬拉雅自然文明  
理事長  
楊文德博士

指導單位：佛  
主辦單位：國  
合作機構：世

## 北美雲來集講壇 「T-Earth 森众行動」論壇



都是森林了 為什麼還要種樹

文 / 多倫多佛光山提供

地球面臨生態環境及氣候危機，人類生存威脅已經迫在眉睫；同時為呼應「世界地球日」，北美雲來集講壇特別於4月25日下午，舉行「『T-Earth 森众行動』論壇」，邀請國際佛光會秘書長覺培法師、佛光淨土文教基金會執行長慧知法師、喜馬拉雅自然文明保護協會理事長楊文德博士、世界氣候基金會亞洲區代表胡偉杰先生，透過雲端介紹2020年國際佛光會世界會員大會，提出的「T-Earth 森众行動」的時代需要性及具體可行做法。逾500人透過YouTube與Zoom平台關注聽講。

「T-Earth 森众行動」論壇，由覺培法師主持，和三位與談人在輕鬆對談中，帶領大家了解種樹植林、森林復育，是以最低成本達到最高減碳功能效益，有效解決地球環保危機。佛光山與佛光會非常重視這個專案，並且已與喜馬拉雅自然文明保護協會，規劃出完整的推動方案。

胡偉杰先生一針見血指出，人類正面對嚴重的氣候危機，從2011年百萬敘利亞難民湧入歐洲，到2020年澳洲森林大火等，都歸因於氣候變遷所至。根據聯合國估算，到2050年全球將有2億氣候難民。針對地球氣候危機，聯合國鼓勵推動的使用清潔能源（風力、太陽能發電）、不砍伐樹木、使用低碳交通工具、種樹、素食的五項行動中，國際佛光會提倡的蔬食A計劃、T-Earth 森众行動，已經做到了其中三項。

「T-Earth 森众行動」選擇大葉喬木茶樹作為樹種的原因由楊文德博士解說。楊博士首先說明，茶樹起源於漢、興盛於唐，與佛教淵源甚深。此樹種具有長期穩定吸碳、固碳、對抗氣候變遷及保護水資源的生態功能，其高度、樹葉大小、存活時間及種植方法都有別於傳統茶樹；更具備製造氧氣、防止空氣污染、儲存水、增加土壤肥沃、防止水土流失、經濟價值、提供生物棲地、調節氣候等九大價值。

楊博士進一步說明復育森林，需要從土地開始，達到「生物多樣性」，森林種植應涵蓋土壤、樹、草、花、苔蘚、蕨類，滿足及穩定自然界的五大循環，創造適合人類及動物生存的美好生態環境。楊文德表示，大葉喬木茶樹，可以適應各種氣候及環境；是促進環境、社會、經濟及自然環境平衡發展

我們的「生物多樣性」特別強調人與自然和諧相處、永續發展

從每一種樹的選擇開始，讓森林的生物多樣性同時，也要顧及到環境、社會與經濟平衡的永續發展，從而達到與自然和諧相處的目標

然後能夠帶到森林讓它變成永續發展 to sustain life in the forest.

科學研究指出：森林裡的樹越高，生物多樣性就越豐富！而生物多樣性高的森林，更能長期、穩定的吸碳、固碳！對抗氣候變遷 保護水資源！保護社區安全、保障農也收入 同時提高經濟效益！

而我們的大葉喬木茶樹，就是具備這種特質。

這裡是一個大葉喬木種的茶樹 This is a broadleaf tea tree.

的樹種，只要因緣、環境許可，建議各地都能種植這永續又同時具備文化的樹種。

「佛光山開山星雲大師開示：『土地要善用，不是閒置。』」慧知法師說，星雲大師也一直關注生存在這片土地的生命及其迫切需要。慧知法師分享自己在土地勘察時的經驗，瞭解到大片森林會因滿山蔓延生長的小花蔓澤蘭、藤蔓及竹林等植物的覆蓋，得不到陽光、空氣和水分的滋養，繼而引發所謂的一摧毀樹林，嚴重毀壞生態和環境的「綠癌」。

慧知法師指出，善用土地開墾的重要性，大家應當盡一份心力維護環境，T-Earth 計劃能究竟解決地球問題，落實星雲大師「同體共生」的概念；參與、支持、認同此計劃的可行性、永續性，就是

愛地球，就是在行佛。

胡偉杰表示，氣候變遷，大家都有責任，T-Earth 計劃是個方便法門，個人、企業甚至政府都能參與，除了可以解決生物多樣性、水與空氣污染，更可以藉由提供工作機會，根除貧窮的問題；更呼籲人人做「地球隊長」，對地球做出貢獻。

覺培法師總結表示，佛光人不僅要投入植樹的具體行動，更要從心做起，落實同體共生理念。法師並且呼籲，透過認養種樹、支持產品、邀約企業支持方案、提供土地等方式，來實際行動參與；並招募全球熱情青年投入宣導推動行列。人人支持、推廣這項計畫，讓全世界一起關注 2021 年展開的 T-Earth 行動。

胡偉杰  
世界自然基金會亞洲區代表

這個地球的狀況越來越糟糕  
that the Earth's situation is getting worse.

覺培法師  
國際佛光會世界總會秘書長

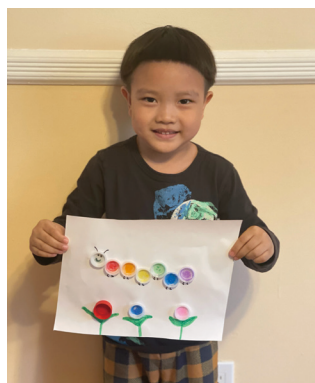
我們當時會想到第一個它是復育森林  
At that time, we first thought of it  
because of its ability of reforestation.

慧知法師  
國際佛光會世界總會副會長

因為一開始我接到的任務  
because my initial assignment was

楊文德  
國際佛光會世界總會副會長

我們為什麼要種這棵茶樹  
So why do we want to plant this tea plant?



## 紐約中文學校推系列活動 歡慶「地球月」

文、圖 / 性緣

「4月22日我們的地球過生日」是紐約佛光中文學校大、小朋友四月份雲端上課的密碼，小朋友不約而同說出密碼來一同慶祝地球日，全校師生也在四月「地球月」分別收集塑膠瓶蓋，來進行藝術創作，大自然花草樹木動物和五彩氣球都是主題，還有回收標誌和分子結構圖都躍上畫紙成為焦點。

全校小朋友自3月初開始，利用約一個月的時間收集這些無法回收再利用的塑膠瓶蓋，並在4月第二個周六，開始用這些各種顏色不同大小的瓶蓋進行創作，有詮釋大自然，小毛毛蟲、雪人或繽紛花朵或青山綠樹，意趣盎然，當天沒有完成作品的小朋友課後還繼續努力，成品是回家功課的一部份。

一年級強納生就細心收集，大小瓶蓋一個不能少，他和老師媽媽一同分享他收集的瓶蓋，強納生利用瓶蓋做了一朵襯鮮綠葉亮黃花朵，展現朝氣。馬汀分享了他的分子結構圖，同班卡塞緹則製作“回收”圖案表示響應。高年級大朋友直接以回收塑膠瓶製作筆筒或飾品。幼兒班張老師在分享鏡頭下導引小朋友創作，先為瓶蓋塗上顏色再結合彩筆，以動畫片《飛屋環遊記》(UP)的一幕畫面為題，小朋友認真跟著老師，一個個小瓶蓋化身成為五彩氣球，帶上小屋子飛上青天。

與此同時，各班級老師先以提問與回答的方式提醒小朋友隨手做環保的方法，隨後是全班一起在線上動手做，並在螢幕前分享他們的作品，其中二年級邵老師將瓶蓋做了排列組合，教做小毛蟲，色彩亮麗，具有吸引力。四年級孫老師說，他們班

上小朋友是自由創作，只見小朋友一陣忙，但不見過程，她是在小朋友最後完成分享時，才看看他們的作品，令她十分驚喜。

五年級小朋友則挑戰“有限”資源為無限創意，大部份小朋友利用一個瓶蓋來構思，一隻隻小魚、小雞鮮活呈現。有小朋友以收集來的奶油盒蓋做墨西哥式薄餅，還有利用瓶蓋當車輪，創意十足，紐約佛光中文學校校務人員王老師說，今年首次訂定四月為「地球月」，全校師生和義工團隊透過學習了解環保愛地球的意義，也知道回收、減少垃圾和節省能源、資源再利用的重要，「地球月」活動從三月下旬一場環保行動說明暖身，並在四月最後一個周六以播放環保宣導短片圓滿活動，藉著這部短片再次提醒小朋友要用環保袋、知道垃圾分類、回收。

此外，學校也響應3月最後一個周六是國際「地球一小時」(Earth Hour)活動，鼓勵小朋友和家長熄燈、關掉家中電器一小時，以行動來節約愛惜資源，也有小朋友自發響應「地球一小時」活動，四年級的安姊弟兩人在當晚8時半到9時半的熄燈一個小時中和寵物貓玩，也是四年級的馬汀則在「無電力」狀態中和爸爸下起了象棋。



## 紐約道場應邀參加法身寺地球日祈福活動

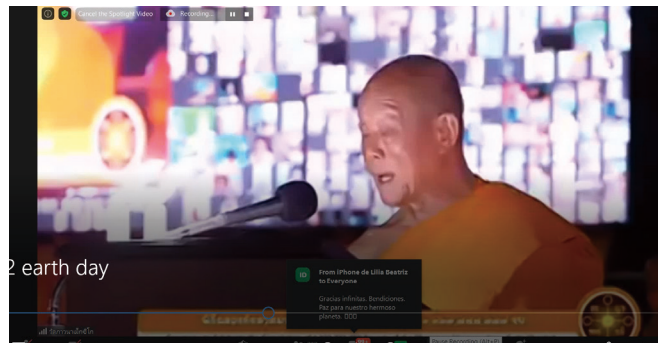
文、圖 / 文果

紐約道場 4 月 15 日收到來自泰國法身寺於墨西哥禪修中心 Anuchit Tikkhaviro 法師的邀請，參加 4 月 22 日世界地球日的一場泰國、北美洲與墨西哥三地即時連線的祈福活動。Anuchit Tikkhaviro 法師透過紐約佛教委員會前會長日本恒實法師，聯絡紐約道場監院有望法師，希望能代表北美洲的北傳佛教參加與其他國際上的宗教團體誦經祈福的部分。紐約道場住持永固法師指示，由監院有望法師帶領紐約道場所有法師參與，並以誦藥師灌頂真言，為地球及全人類祈福。

本次活動自美東時間早上八點泰國法身寺點燃 36 萬盞蠟燭開始，隨即介紹法身寺的開山八戒女詹孔諾雍老奶奶及法勝大師與建寺緣起，接著引領一段禪坐，禪坐之後由在法身寺 222, 222 位泰國僧侶進行誦經，雖然是透過電腦傳輸，但二十多萬僧眾誦經音聲仍是非常攝受。緊接著就開始世界各宗教的祈福。在韓國圓佛教之後，紐約道場是第二個宗教團體為此活動誦經祈福，隨後還有柬埔寨、越南等佛教國家代表，另外還有印度教，回教，巴哈伊教等宗教代表，用各自的語言及傳統儀式進行誦經祈福。

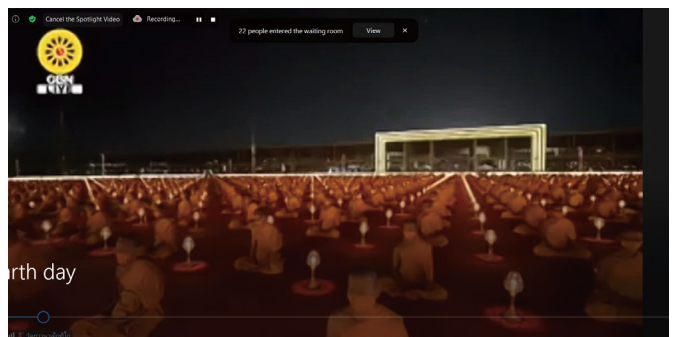
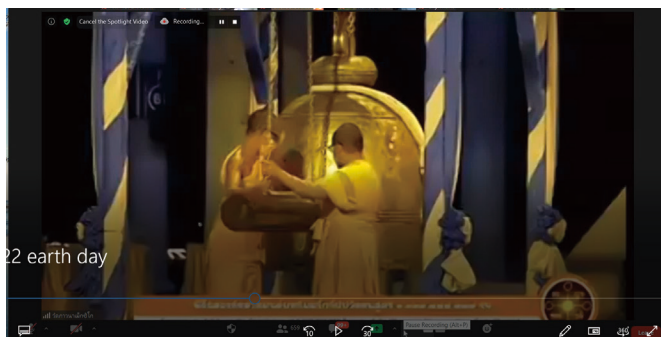
這場活動採用 Zoom 會議室舉行，紐約道場在二樓大殿中央架設電腦，將大殿佛前的莊嚴讓所有與會者可以得見。7 點 45 開始連線，會議主持人接受登錄申請後，8 點不到 Zoom 的會議室已經有來自全世界法身寺及其他宗教組織會員近 1 千人參加。

在主持人介紹紐約道場法師代表誦經後，有



望法師簡短向所有近 1 千名的與會者表示，在紐約的 International Buddhist Progress Society (IBPS) 道場，是源自於台灣的佛光山寺，感謝主辦單位的邀請在地球日誦經祈福，主要誦經內容為藥師灌頂真言，要向藥師如來祈求世界所有一切萬物與人類都能和諧相處，共存共榮。隨即開始誦經，法師清靜的梵唱及鈴鼓法器的莊嚴，令所有與會著屏氣凝神專注聆聽。活動一結束就收到 Anuchit Tikkhaviro 法師傳送簡訊，表示佛光山的法師誦經音聲讓活動倍感莊嚴神聖，Anuchit Tikkhaviro 法師萬分感謝。

整個活動歷時 2 多個小時，再回到泰國法身寺僧眾伴隨大鐘鼓以巴利文誦經的音聲中圓滿。





## 紐約、新州、波士頓三地信眾齊聚雲端 禮拜《慈悲三昧水懺》

佛光山紐約道場 4 月 4 日舉行線上孝親報恩清明法會，佛光山紐約道場監院有望法師引領常住法師，一同和佛光山紐約道場、新州佛光山及波士頓三佛中心三地信眾齊聚雲端禮拜《慈悲三昧水懺》，祈願以此功德迴向十方法界一切眾生。

文 / 編輯組  
圖 / 王喬榮



法會最後，有望法師也帶領大家持誦佛光山開山星雲大師《慈悲三昧水懺》祈願文；法會圓滿，有望法師再做叮嚀。有望法師說，《慈悲三昧水懺》經文十分白話，較易了解其意，不妨常常拿出來閱讀，或可作為個人平日修持法門。有望法師說，今年超薦的牌位比往年多，因為疫情有的人跟親人永久的告別。但是在佛門生命是一種輪迴，在未來還有因緣以不同的形式相遇。為什麼在清明禮拜《水懺》？其一是因可以協助大家洗滌過去無始劫來的總總無明所造下的惡業，讓人有一個重新的開始。其次，《水懺》並非文言文，只要有一點中文基礎就會明白裡面的內容。

有望法師並為大家扼要解說水懺內容，首先要禮敬三寶，然後懺悔業障，我們的身、口、意。如果不注意自己的言行舉止會造下怎樣的惡業和果報。懺悔之後要發願，就是明白了道理之後要知而後行，發願要清淨自己的身口意業，最後迴向功德。大家不要小覷這一天的法會，每一個段落都在禮拜

十六諸佛菩薩，身體力行虔誠懺悔。

有望法師指出經文中也有提到瘟疫，其實是大家的共業。因為新冠肺炎疫情全世界開始一些新的風氣，珍惜身邊的資源；以素食平等對待動物尊重它們的生命，以此結下的善業因緣值得大家醒思。有望法師並舉「藏六如龜」的故事讓大家好好看護自己的六根。最後有望法師再次提醒大家打了疫苗，仍不可鬆懈，還是要做好所有防疫措施。

每年孝親報恩清明法會焦點之一即是贊普台及超薦壇，面對北美嚴峻疫情，今年有限義工排除困難製作精美餐點及供品擺設，用心供養諸佛菩薩及十方世界眾生，贊普台及超薦壇非常莊嚴肅穆，除了紐約道場大殿之外，觀音殿兩側超薦牌位嚴謹安放，贊普台上各類餐點佳餚隨著米粒和紅豆細緻排出的「蓮池海會」四字，整齊排列，構圖繽紛，盡顯虔敬心意。

## 上燈法會雲端點亮心燈 佛光照亮人生心方向

文 / 祝靜瑩

「一燈能破千年暗，一燈能除萬年愚」，紐約道場於3月7日舉行線上光明燈上燈法會，以觀世音菩薩普門品為主法儀軌，無遠弗屆為信眾帶來新年祝福，法師並分享即將到來的線上課程、講座、活動訊息，讓佛法的智慧為世間照亮前行。

監院有望法師開示，幸福是什麼？「心上無事是幸，身上無病是福」，而如何保有幸福？星雲大師曾開示修學佛法要懂得「轉念」。念頭如何轉？不在心中裝著不該裝的事，不因貪慾失去幸福，不在忙碌中失去健康，不在懷疑中失去信任，不在計較中失去友情。幸福並不難求，難在自己的心不定。要安定自己的心，就從學習佛法、皈依佛法僧，佛是教育家，大醫王，法是解脫道，藥方，僧是福田、是看護。心有了皈依處，如何不能得安呢？

接著，有望法師介紹從本月道場的行事歷，如3月13日與台灣同步的禪淨共修法會；當天下午

的「佛光山北美洲人間學院開學典禮」和晚間由永固法師主講的「認識佛法」講座，幫助大家更加了解皈依的意義；3月16日有聯合國婦女地位委員會年會第65屆的平行會議，國際佛光會發表主題為「如來之子－人間佛教在南美」，會中將請到覺誠法師和3位見證人，一同分享因佛法而翻轉生命的精彩歷程；3月28日開始更安排了一系列的「北美雲來集講壇」，將請到13位法師及學者專家一同提燈引路，為大眾照亮心的方向。

長島分會會員林淑美表示，聽完法師開示後，很感謝常住在疫情下仍費心安排了皈依典禮，也因在線上才能偕先生與住在外州的孩子們，全家6位一起報名參與。原本雖因線上皈依而有些疑慮，但在師父們的引導下而了解了「佛在靈山莫遠求、靈山就在汝心頭」的道理，只要心念相隨，便可跨越空間與時間的障礙與佛相應，正式成為佛弟子，也是新的一年送給家人最珍貴的法寶。

# 線上大悲懺法會

## 百千觀音菩薩聖號祈祝社區平安疫情消弭

3月31日（農曆二月十九）是觀世音菩薩聖誕，佛光山紐約道場循例提前於28日舉行大悲懺法會，相較於往年，今年最大不同點是這場「大悲懺法會」完全科技化，僧信二眾全面上雲端，跨越時空一同持誦大悲咒，借助慶祝觀世音菩薩生日，跟隨懺儀反躬自省。



文、圖 / 編輯組

主法的佛光山紐約道場監院有望法師從春來菜苗長說起，提醒大家制約猶如菜園中雜草的習氣，善用懺悔法門來屏除外緣，增長佛法智慧，進而將無名、煩惱連根拔起。

有望法師也鼓勵大家登記即將舉行的皈依三寶典禮，正式報名入學學習佛法，仍是「未覺悟的未來佛」的世間人有了佛法智慧，可以具有能力從自我行為、言語和想法分辨像菜園中雜草的無名、煩惱和習氣等，並透過不斷修持成長能夠在菜園中鋪設“石板”來抑制那些不好的種子萌芽長成。佛光山紐約道場已針對觀音菩薩成道紀念日、觀音菩薩出家紀念日規畫了7月25日、10月24日舉辦另外兩場大悲懺法會，佛光山紐約道場網址 [www.fgsny.org](http://www.fgsny.org)。

與此同時，渥太華佛光山也在線上舉行觀世音菩薩聖誕紀念法會，禮拜大悲懺懺儀，佛光山紐約道場住持永固法師在當地主法，永固法師同時擔任渥太華佛光山住持。相對於有望法師在紐約邀約各界把握機會皈依「佛法僧」三寶；永固法師也在渥太華提到正因為是疫情期間，能參加預定在美東時間30日晚間9時舉行的線上皈依三寶典禮更是「千載一時，一時千載」。

永固法師還在法會圓滿時針對觀世音菩薩與大眾因緣進行教導。永固法師說，觀音菩薩與娑婆界眾生緣份很深，觀世音菩薩是「古佛再來」，觀音菩薩是已經成佛的佛，示現菩薩身來到娑婆，「道駕慈航」來幫助、陪伴世間人度過考驗和難關；在慶祝觀音菩薩聖誕的同時，送禮物給觀世音菩薩最好的禮物就是「發菩提心，行菩薩道」，而最圓滿的禮物為直至成佛證悟解脫，不用受苦輪迴。

永固法師並說明了大悲懺懺儀結構。永固法師指出，「大悲懺法會」懺儀在於大悲咒的持誦，持誦咒語貴在專一，而咒語的持誦，沒有別的功效，只有勤加練習，從逐句好好清楚唸開始，再逐次增加句子，持咒重在意念與音聲，唸到融會貫通，與佛菩薩願力相應。

至於近日北美各地一連發生多起仇視亞裔案件，永固法師籲請大家關注社區安全，永固法師疾呼社區各界發出聲音、採取行動敦促當地民意代表致力推動所有族裔平等權利，不是單一只有亞裔。永固法師進一步說，觀音菩薩又稱為觀自在菩薩，施無畏菩薩，除了外在行動，各界人士也從內心深深稱唸觀世菩薩聖號，祈願觀音菩薩廣施無畏，不僅是稱名者，「希望讓所有身邊人無有恐懼，獲得生活自在的護佑，大家一起來做這門功課。」

## 曼哈頓佛光山建設祈福法會

文 / 林美琴

為曼哈頓佛光山之建設得以順利，紐約道場於每個月第二個星期日舉辦祈福法會，此次法會於4月18日在線上舉行。監院有望法師帶領信眾禮拜大乘金剛般若寶懺一部，行禮如儀。

覺讓法師於佛供後開示，《大乘金剛般若寶懺》是以《金剛般若波羅蜜經》為主體，加上諸佛名號而成的懺法，它的目的是以開啟般若智慧，斬破無明煩惱為修行的法門。法師表示，一切的煩惱和痛苦皆由心生，信眾在家禮拜，要調整與掌控自己的這顆心，實屬不易，但懺法功德殊勝，諸佛菩薩感得加持，還是能夠喚起人們多生累劫的修行。法師指出，心中對宗教信仰一定要堅信，不要懷疑其功德力，「唯有放下，心才能超越，唯有心超越，才能入佛知見」。《金剛寶懺》不只能令「冥陽兩利」，更能開啟佛慧，面對世間一切生滅相、一切有為法，不那麼在乎得失；隨時觀心，藉由觀心，對境界的控制力和掌握度越來越強，在生活中游刃有餘。

覺讓法師以三方面說明這部經：「報恩」對諸親眷屬的感恩。「培福」為自己培植福德因緣。「懺悔」藉禮懺來消除罪業。學佛的目的在把自己的心照顧好，隨喜的心也很重要，歡喜的心更是重要。

有望法師對能夠堅持到最後開示時段的護法信徒們讚歎一番，他說在自己修持路上，自己要投資自己，這是最聰明最正確的抉擇。選擇金剛寶懺為曼哈頓佛光山主要誦誦的經典，就是希望大家消災免難、減輕罪業；藉由金剛寶懺懺悔法門，在修行路上或未來人生路上的種種障礙因緣都能漸漸消滅，最重要的是我們有沒有發願，在法會程序裡，大師為我們誦誦廣結善緣祈願文，廣結善緣有好多方向。在紐約道場外，再啟建另一個弘法地點曼哈頓佛光山，最重要目的也在廣結善緣，希望把人間佛教的種子散播出去，讓更多人可以接觸得到、感受得到，也學習得到佛法。每一個人在世上這一期生命都能瞭解這期生命的意義為何，我的存在價值又是如何，以及我努力的方向是什麼。我們要真正把握注意的是我們的心，我們的心是影響我們在人世間所有一切因緣的關鍵點。因緣果報環環相扣，

其重要因素不脫離一個「心」字，所以佛說一切法，為治一切心。如果這顆心不造作，那就何需用到一切法呢？我們的心魔，外在的很多敵人都不是最大的敵人，真正考驗的是我們的心，如何對待外境所有的一切，降伏我們自己的貪瞋癡慢疑，這才是我們真正的考驗。如何調服這顆心，簡單說是我們要反省、懺悔，懺悔之後要告誡自己謹言慎行，不再造作。我們要訓練自己用心的去體會觀察許多細微處，我們需禪定的力量，定力不容易，但定力可以讓我們避免錯誤，更細心的去觀察體會，去慢慢一點點的反應，可能會阻止一場誤會或造下不好的惡業因緣。大師曾說沒有絕對的平等，只有因果才是平等的。這個社會需要多元文化才會顯現出它的豐富與多彩。每個人要把握所有機會發心發願，把心管好開始，當心念散發出正能量，龍天護法都會站在身邊，我們何懼之有？每個人要發願再回到人間道修行，因為這是到達成佛之道最近的距離；佛道無上誓願成，還是有一天我們是要成佛，我們要向佛道進行再回來人間，就應該要發願的事情。如何確保將來回來的世界還有現在一樣的資源，有望法師語重心長的說，這是大家要一起努力的方向。



# 北美雲來集 慧開法師暢談生死學

國際佛光會北美各協會聯合舉辦 2021「北美雲來集講壇」系列講座，並於 4 月 17 日禮請到佛光山寺副住持、南華大學宗教所生死學系專任教授慧開法師，舉辦首場英文線上講座——《生與死的現代反思》。本次講座在 Zoom 與 YouTube 平台向全球同時直播，逾 1,600 人共襄盛舉，聆聽令人深省的生死學講座。

文、圖 / 編輯組



慧開法師引用醫學和科學的研究，更以 50 多年對生死學的研究經歷，來說明死亡是細胞和人體的一個新陳代謝的功能的定律，是宇宙的自然規律，誰也不能避免。例如，在英國剛剛舉行菲利普親王的告別式：英女王第一次獨坐在教堂裡，而超越一甲子都陪伴其左右的菲利普王子已經不在了。

「死亡是生命的最好的發明」。慧開法師引用蘋果公司創始人賈伯斯（Steve Jobs）在斯坦福大學畢業典禮上的演講：「如果生物只生不死，地球也不堪重負。」彰顯出死亡是自然的，個體的死亡帶給了整體生存的條件。芝加哥佛光協會副會長李性銘感歎：生命是跨越過去、現在、未來三世的連續函數，我們應該坦然接受死亡，而不是用機器延續壽命。身體的保質期到了，應回歸心靈，才能夠生死皆自在。

慧開法師少年時代因父親長期住院，從醫院裡所看見的無常起觀，勸父親「捨腳保命」。體會有的美、而不是缺的苦。法師更以壽命長短不一、更新不斷、和諧共處的各種人體細胞為例，包括那不願死去的癌細胞。協會秘書長郭雲說，法師形象幽默地讓她了解到生死的自然性，明白「不願死」才是不正常，才是禍根。面對生死要坦然接受到了臨命終時，才有能力按自己的願力往生，生死自在。

慧開法師說生與死的問題不能僅依靠現代醫學來解決，它是屬於精神的範疇。關於生死的問題，

不管你的宗教是哪一個，都要保持自己的信仰。協會理事孫偉銘醫師感同身受，即現代醫學將自然的死亡當作一種疾病來對待，比如用機器、胃管等等來延長壽命。這對病人毫無意義，只會增加不必要的痛苦。但逐漸的，人們也開始注意「臨終關懷」。對臨終病人講述死後有生，生命接著生命，會給他們提供無限的希望。

講座後，慧開法師運用超過 20 分鐘的進行線上問答，為民眾答疑解惑。英文分會會長 Cindy Thomas 聽了講座後認為生與死是一個非常有意義的課題，她希望能夠聽到更多有關這方面的內容。英文分會委員 Dean Isensee 對死亡的正確認知：死亡是我們這個色身必經的過程，也是生命中不可缺少的一部份。在生死不斷地輪轉之中，要通過禪修幫助意識的過度。

慧開法師最後送大家一則偈子：「真誠地擁抱生命，從容地面對衰老與疾病，無憂無慮的歡迎死亡，不斷地經營下一期的生命」。北美雲來集講壇下一場中文演講將於 4 月 25 日，舉辦綠色公益“T-earth”永續關懷論壇。英文講座部份在 6 月 26 日，邀請到加州柏克萊大學、西來大學榮譽教授 Dr. Lewis Lancaster 宣講“Wisdom: An Ability”，屆時歡迎大家至國際佛光會 YouTube 頻道 [www.youtube.com/c/bliawhq](http://www.youtube.com/c/bliawhq) 觀看。

## 佛光女童軍金質獎章專案 食物廚餘再造

文、圖 / 心均

紐約佛光大女童軍 Reena Wong 為爭取女童軍最高榮譽的金質獎章，於 4 月 18 日在線指導如何以廚餘再造營養狗糧，為救地球盡一份力量。本活動也是國際佛光會紐約協會為響應 4 月 22 日世界地球日的系列活動之一，當天有國際佛光會紐約協會會長王如茵等近 30 位紐約協會和分會幹部、童軍領隊總動員上線學習，現場由 Kristine Chen 中文翻譯。

Reena 列舉了美國浪費最多的食物：麵包、乳酪 (cheese)、牛奶等。每人每天浪費的食物相等於 1 磅的奶油。調查資料顯示美國人每年浪費約 30-40% 的食物，但同時有超過 5,400 萬美國人無法獲得足夠的營養食品。因此，Reena 展開一項專案計劃，利用食物殘渣再造狗糧！其中胡蘿蔔皮、蘋果皮、馬鈴薯皮、南瓜子、花椰菜葉等都是適合製作狗糧的材料。

除了廚餘再造，Reena 也提出規劃如何減少食物浪費，她建議出門採購時使用購物清單以避免購買不必要的物品，一些看起來不太完美的食物也是可以食用的，而且將食物裝入罐中有助於更長久地保存等。同時，可以將多餘但仍可使用的食物捐贈



給有需要的人，而不是扔掉。

與會的佛光山紐約道場監院有望法師讚嘆 Reena 的這項專案，亦符合聯合國現在積極推廣的可持續性環保議題。有望法師同時也分享利用往往被人拋棄的青菜梗葉部份製作佳餚。最後開放提問時，負責紐約三好兒童班教學的紐約協會陳澄慧副會長，邀請 Reena 為兒童班講解美國食物浪費的現況，希望能讓孩子們從小開始養成愛惜食物的習慣。

大女童軍最高榮譽的金質獎章是為就讀高中的女童軍設立的特別獎章，希望她們能提出計劃把世界改變得更好，以及能在未來改善社區現存的一些問題。Reena 的這項減少食物浪費計劃持續在她的個人網頁 <https://theecotreat.wordpress.com/> 進行著，有興趣的人可以上網給予關注和支持。

## 國際佛光會紐約協會參與打擊反亞裔暴力論壇



文、圖 / 編輯組

皇后區地區檢察官凱茲 (Melinda Katz) 4 月 7 日舉辦「打擊反亞裔暴力論壇」(Combating Anti-Asian Hate Crimes Seminar)，凱茲和紐約州參議員劉醇逸、市議員顧雅明等人一致呼籲社區互相幫忙，齊力消除仇恨犯罪。

國際佛光會紐約協會會長王如茵此前發送資訊

鼓勵會員踴躍參加。王如茵鼓勵大家不仇恨他人，但也不要成為仇恨下的犧牲品，她希望會員上網註冊並出席，以表支持。論壇現場提供中、韓、印度語翻譯。

凱茲表示，看到仇恨犯罪事件發生，應立即報警，不要先到場錄影拍攝，而且要注意聆聽涉案人的言語，這樣能夠增加嫌犯被抓的幾率，也可以使警方即時掌握證據，以利案件起訴。檢方不會詢問報案人的移民身分、也不會向聯邦政府透露資訊。

仇恨犯罪局 (Hate Crimes Bureau) 警官代表伯夫能 (Michael Brovner) 也在論壇上簡報仇恨犯罪局和其社區聯絡部門的工作項目，針對「仇視犯罪」提出界定、預防方法和措施，並介紹警方接受報案後的流程。皇后區地檢辦公室仇恨犯罪局報案熱線：(718) 286-7010。

# 參與佛教事業弘法 青年分享佛光生活



文 / 陳平毓

國際佛光會傳燈分會 4 月 10 日舉辦線上「機智的佛光生活座談」，以佛光事業為主題，來自倫敦彭寶珊、阿根廷莊家儒、洛杉磯陳姮羽及台灣張雅閔等 4 位與談人，分享投入佛光事業的成長與學習。座談更提供英語、西語與葡萄牙語的即時翻譯，逾千人上線聆聽。

國際佛光會美西副祕書長慧東法師表示，教育、文化是佛教的根本，佛光山在國內外有各種弘法活動及佛教事業的推展，慢慢讓佛教走入人群、走進家庭、走向人間、走上國際，「人間佛教」就是要與生活結合，要利益大眾，要能給人受用；佛教要走向社會就須要從事生產，就須更多的人來投入弘法事業。

「給人因緣，就是給自己因緣。」在阿根廷佛

光山服務的莊家儒說，自從 15 歲進了道場加入青年團，學習成長很多，為了回饋常住，因而到智利佛光山協助中文和西文的翻譯，讓智利人跟佛教有比較深的接觸，因而與道場及當地人結下難忘的因緣。

英國倫敦佛光山的彭寶珊分享，人間佛教是以人為本，在佛光事業上，不但學習做事，更能學習做人。道場的工作能幫助別人，也能提升自己的修行，佛光事業就是一個最好的自利利他的職業。

美國西來寺資訊中心陳姮羽表示，在道場任職 12 年，學習到「科技始終來自於人性」，科技的進步都是從人類的需求而來；而佛光山推廣人間佛教，也是從「人要的」的角度出發。

「在佛門工作最大的福報，就是身旁有許多善知識時刻提點」，現於佛光山義工會青年培訓組的張雅閔分享，在佛光事業中，同時也是練習讓心更有力量過程，累積福慧資糧，更能蓄積生命的價值。

慧東法師結語時勉勵大家，在佛門領一份專職的工作，即使接受薪資，也算是義工。只要自己不計較待遇多少，不是為了金錢才來做事，而是為了發心服務大眾，仍然是功不唐捐。佛教徒為了光大佛法，遠紹如來家業，常有一句話說：「弘法為家務，利生為事業。」廣邀各方青年才俊將專業長才帶回來佛光事業單位，一起推動人間佛教。



佛光山紐約道場當家有望法師 4 月 14 日與紐約「晚餐之心」(Heart of Dinner) 行動發起人張英華和蔡孟伶會面，表達紐約佛光人樂於支持他們這項善行；有望法師表示未來從五月起百利蔬菜公司每兩周供應蔬菜，響應餐館會提供 50 戶老人一週的蔬菜量，鄭記亦會每周提供豆干。華裔移民第三代張英華 (Yin Chang) 和蔡孟伶 (Moonlynn Tsai) 發起「晚餐之心」計畫，主要希望以愛心送餐的方式，讓耆老在疫情期間不方便出門，也能吃到營養豐富的飯菜，他們還在餐盒上親手以中、韓文寫上加油打氣的話語。(文 / 編輯組 圖 / 文果)

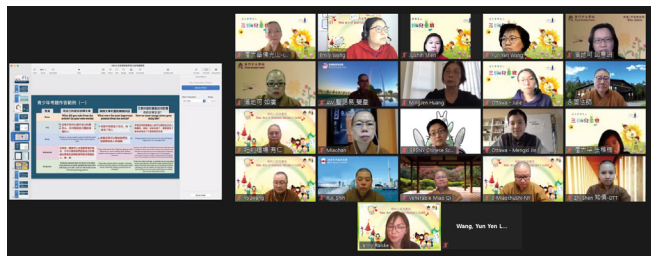


## 美東三好兒童教學組每月一會 搭建兒童佛學教育鋼架

文、圖 / 編輯組

美東三好兒童教學組代表 4 月 25 日跨國連線相會，出席代表包括渥太華、紐約、多倫多、滿地可、聖路易斯、波士頓等美加兩國各地多個道場文教輔導法師與代表等 20 多人，與會人員針對首次線上全球佛學會考兒童組分組年齡界定問題展開熱烈討論。

首次線上全球美澳亞區佛學會考預定 9 月 11 日舉行，其中包括兒童組，6 月 30 日起受理報名，目前考生年齡層規畫在 4-6 歲、7-9 歲、10-11 歲和 12-16 歲組，因為考試模式不同，產生 11 歲或 12 年少年組別歸屬討論，會議召集人國際佛光會美東副秘書長永固法師認為，依年齡分組規範可做參考值，家長和老師或許要先看孩子認知成熟度來



報考參加的組別。

在此之前，美東三好兒童教學組代表亦於 3 月 28 日線上集會，北卡佛光山住持滿普法師代理主持會議，渥太華社教組執行長王雲雁和紐約三好兒童班負責人陳澄慧分別示範他們所在地的兒童佛學班課程安排，並接受提問。王雲雁分享佛學班小朋友作品來說明教案主題，陳澄慧則著重教材規劃，現場你問我答，非常踴躍。

## 紐約道場法師拜訪全球知名刑事鑑識專家

文、圖 / 有望法師

因面對亞裔受到歧視犯罪事件日益增多，紐約道場聯合國際佛光會紐約協會邀請到全球知名的刑事鑑識專家李昌鈺博士在 5 月 2 日下午 2 點進行線上演講，李昌鈺博士將以個人之人生經驗，與大眾分享如何面對歧視與犯罪。

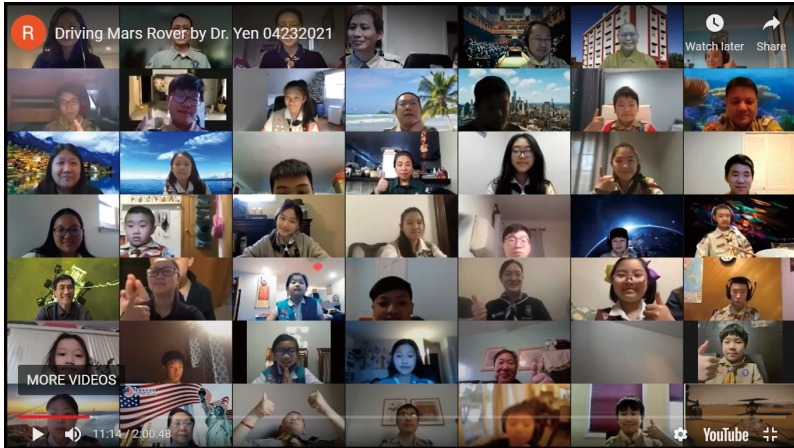
紐約道場監院有望法師與妙住法師特別提前於 4 月 24 日前往李昌鈺博士府上贈送手工素食水餃，養生紫米素粽等，感謝李博士應允演講，並向李博士請示講座進行細節等事項。李昌鈺博士與夫人蔣霞萍女士熱情招呼法師們，並講述在佛光山與星雲大師對談，即到揚州講壇演講的因緣。

在北美洲亞裔社群面對極大的生存壓力時，將以其自身的經歷及專業的知識與廣大同胞結緣，實因李博士深受母親李王岸佛老菩薩的影響，有慈悲心腸，至今每月都有數日持素，為紀念母親的教誨。



此行有望法師代表住持永固法師，特別將天下文化出版的影音套書《星雲大師與其弟子們》、《我不是呷教的和尚》及「花開四季 耕耘心田」捲軸墨寶、紐約道場佛光世紀等書籍刊物，贈送給李博士表達感謝李昌鈺博士。

# NASA 華裔博士嚴正講述火星探測 佛光童軍團增廣見聞



任職於美國國家航空暨太空總署 (NASA) 的華裔博士嚴正受紐約佛光大女童軍邀約，於 4 月 23 日在線上為佛光男、女童軍和幼男童、幼女童共 129 人講說太空科學專題課程。

文、圖 / Ivana Lee

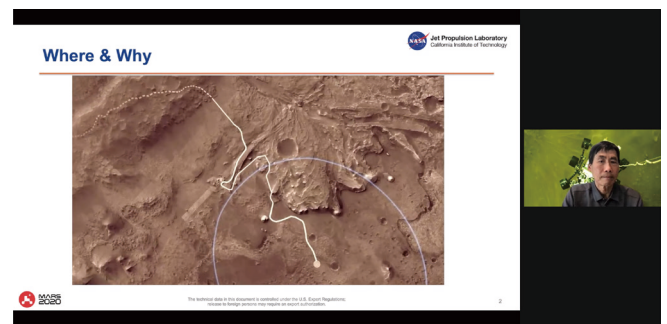
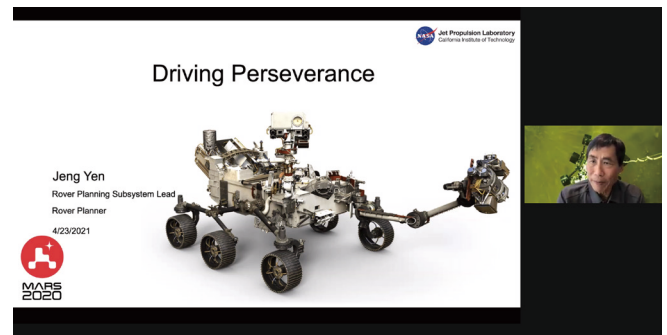
嚴正是負責操控 2 月 18 日登陸火星的探測車「毅力號」(Perseverance) 的主管。當天出席講座的還包括童軍團輔導法師有仁法師、大男童軍總領隊鄭盛元、幼男童軍總領隊 Norman Chen、大女童軍總領隊 Ivana Lee、幼女童軍總領隊 Anna Zhuang 及童軍團家長委員等人。

在例行童軍升旗儀式後，Ivana 接著介紹嚴正博士，出生和成長於台灣的嚴正除了講述他在 NASA 噴射推進實驗室 (JPL) 的工作範疇外，還有火星車毅力號的製造過程，以及他所領導的工作小組是如何操控此造價 25 億美元的毅力號。嚴正表示探測火星的任務，主要是尋找火星內是否有適合生命存在的條件，以及尋找是否有生命跡象的證據。嚴正也詳細的講解毅力號的內部結構，包括藏在車內腹部一同登陸火星的創新號 (Ingenuity) 直升機，此直升機成功的飛行是這一次探測的突破。自 2003 年起，這已是嚴正第 4 次參與 NASA 火星探測的計劃。嚴正也提及製作火星車毅力號的 25 億美元相等於美國花在伊拉克 3 天的戰事，以及好萊塢 3 部電影的製作費。此車是用核能發電機運作，大部分的費用其實是用在模擬測試上。

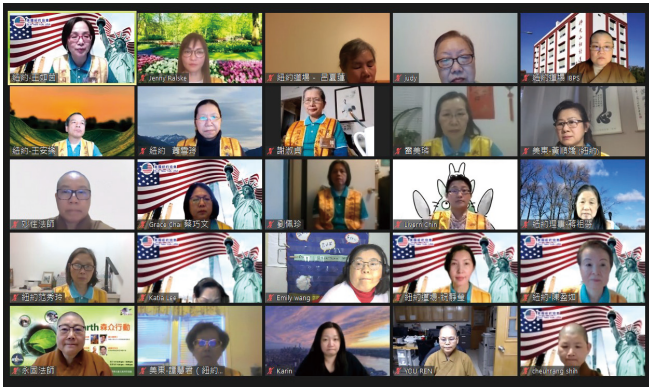
最後一小時開放問題時間，Ivana 代表提問，童軍們不僅對火星車毅力號錯綜複雜的設計充滿好奇，還希望嚴正能為他們未來的人生規劃有所建言。

嚴正建議仍在尋覓職業方向的童軍們，要從最艱難的工作著手以吸取經驗，每個人都要隨著自己的熱情和使命去選擇各自的人生目標。他也表示希望看到更多的美國亞裔能夠參與此太空的研究計劃。

大女童軍 Iris Wu 分享，此課程對她是很富有意義和增廣見識，有仁法師亦代表常住感謝嚴正在百忙中抽空為佛光童軍們提供此珍貴的太空科學專題課程，也為他們指引人生方向，希望藉著嚴正在火星的貢獻激勵與會童軍為自己規劃更有意義的人生。



## 紐約協會第十一屆第九次理事會議



文 / 董雪貞 圖 / 編輯組

國際佛光會紐約協會第十一屆第九次理事會議 4月23日由紐約協會會長王如茵主理，將近50位理會、分會長們出席，與會人員以網絡的方式進行討論下半年計劃，國際佛光會美東副秘書長永固法師與會指導。

王如茵為大家說明雲端會籍系統由紐西蘭北島會長余林濤建立，採用Microsoft dynamic 365系統，安全可靠，不會洩露個人信息。世總可從此系統中了解到會員對協會所付出的貢獻、人才庫的整理、繳費紀錄等，希望會員盡快提供信息並每年都要更新。

隨後，永固法師解釋了4月25日雲來集講堂 T-earth “森眾行動”論壇主題的由來：“森”是

三個木，“眾”是三人成眾，所以是很多人帶動很多人去種樹，以後很多樹就會庇蔭很多人。講座是集多人的心力所以大家一定要用心的看，利用種樹的方式鎖碳、環保，參與就是一種觀摩、學習。王如茵補充到4月21日“綠色公益”和4月25日“森眾行動”兩場論壇將關係到6月6日聯誼會分組討論的議題，並與5月23日下午2點進行聯誼會說明會。

紐約、紐澤西、波士頓三個協會共同舉辦的幹部講習會即將於4月30日和5月1日舉行，這是自2020年以來首次舉行的聯席幹部講習會，目前已有70位紐約協會幹部報名。王如茵讚嘆各分會的會長真不容易，2020年新上任的會長還沒來得及參加幹部講習會、認識會員，疫情就已經來臨。大家還沒熟悉線上活動，也有許多的困難，但是任勞任怨，交代的會務都會如期完成。永固法師以其發表在佛光世紀「編輯室的春天」單元裡一段話給予紐約佛光人支持。永固法師在文中說，「紐約佛光人實在了不起，雖然是在新冠肺炎疫情期間，但看著《佛光世紀》一篇篇報導，一張張畫面，彷彿看到佛光山開山宗長星雲大師墨寶「花開四季，耕耘心田」中，那位辛勤耕耘的農夫。」，永固法師說，佛光人在佛光山開山星雲大師精神力的感召下，一直在行菩薩道。

## 紐約佛光人排練團呼 迎北美聯誼會

文 / 祝靜瑩 圖 / 王喬榮

4月25日下午，紐約佛光人為迎接6月6日北美聯誼會，特別排練代表紐約協會的團呼，同時拍攝精彩影片與花絮照片，提前為活動暖場。

本次排演由長島分會長祝靜瑩統籌、協會副會長陳澄慧編排，來自各分會與女童軍領隊，共計30名會員熱情參與，分三個梯次不同時段排練，場地也於道場門前、二樓如來殿、三樓般若堂取景，不僅希望為遠方的會員們，展現紐約道場的莊嚴景觀，會員們也身著藍色會服呈現清新亮眼，以簡潔口號傳達熱情洋溢的向心力。

當日，在室外排練的會員們不畏冷風，個個精



神抖擻、聲音嘹亮；在室內拍攝的會員們也用心專注，過程十分順利流暢。負責拍攝剪輯的顧根生、王喬榮，發揮巧思截取不同角度，努力捕捉每一位動人的神韻，為再一次齊心合力的集體創作，留下無比珍貴的回憶。

## 紐約佛光人“為愛而走” 祈願社區平和尊重 愛遍人間



文 / 鍾莉莉 圖 / 王喬榮

王如茵認為，佛教的五戒就是要人遵守戒律，不侵犯別人，尊重別人，「因為你和我都是平等的，我不侵犯你，你也不可以侵犯我。」王如茵說，今天她被侵犯了，她站出來不為對抗，也不是來打人、搶劫，而是來籲請社區各界彼此尊重，給予每個人享有安全、免於恐懼的權利。

全球新冠狀病毒迅速傳播，美國本土疫情居高不下，亞裔似成替罪羔羊，近幾個月以來美國各地亞裔頻頻遭到言語暴力及身體的迫害，嚴重危害治安，引起各方重視，多個社團組織也紛紛發出抗議聲音，其中紐約佛教委員會（Buddhist Council of New York）召集會議，發起這項平和遊行聲援亞裔，活動結合聯合猶太教、天主教、基督教、日本佛教、韓國佛教和多個中國佛教團體，希望透過多元宗教的力量，以愛與和平將佛教平等的理念，傳達出去。

國際佛光會紐約協會為此召開臨時常務理事會議，會中通過參加「為愛而走」活動，會中並決定當天紐約佛光人要穿著協會藍色制服，戴雙層口罩、手套、保持安全社交距離。

「為愛而走」活動分為實地遊行祈福和雲端祝

4月11日午後紐約下著大雨，將近40位紐約佛光人冒雨攜手平和向前行，齊心「為愛而走」(Love Walk/Love Sit)，祈願社區平和有愛，相互尊重。與會的國際佛光會紐約協會會長王如茵說，「這裡就是我的國，我的家」，她站出來是來告訴大家，她和所有的人一樣有被尊重的權利，她和大家一樣有不被侵犯的權利。

國際佛光會紐約協會會長王如茵說，她站出來是來告訴大家，她和所有的人一樣有被尊重的權利，她和大家一樣有不被侵犯的權利。圖為王如茵在遊行隊伍中。

禱兩部份，紐約佛光人由王如茵和多位分會長幹部帶領和其他宗教團體一同走上街頭傳遞和平主張，希望化解族群對立，消弭仇恨犯罪，國際佛光會紐約協會督導王喬榮亦到場參與。

這項活動不但有紐約佛光人響應，也獲得天主教、基督教、猶太教，韓國佛教及伊斯蘭教等宗教團體代表支持，11日當日天氣陰雨，但阻擋不了多元宗教代表參與的熱情，國際佛光會紐約協會30多位代表下午三時抵達集合地點，各宗教族裔代表紛紛發言表示，人類是一個群體，共同生活在這塊土地，不因膚色文化而有差異，彼此是鄰居也是兄弟，少數族裔遭受歧視差別對待，大家應該站出來，團結一致聲援，互相尊重包容，以愛的光芒照亮世間。

儘管天氣不佳，遊行人群仍依計畫走過全程，遊行路線沿途有警力開道，遊行隊伍從弗利廣場(Foley SQ)，徒步前往曼哈頓華埠再轉回弗利廣場，一行人途經「聖公望紐約救生堂」、「嵩德寺」及「猶太教堂」，包括佛教的明予法師等多元宗教人士代表在這三地點停留，進行祈禱及誦經，遊行現場有華裔員警用國語和粵語呼籲，警民之間應合作制止不法，舉報時不要擔心語言問題。活動在3小時後平和落幕。

## 變廢為寶 環保行動關愛地球

對於地球暖化氣候變遷，早已是眾所皆知的議題。從水資源、塑化危機、海洋和空氣的污染，大自然的反撲。無論是有形或是無形的，它都一點一滴地影響我們的生活。要拯救地球和改善地球生態環境惡化，這都必須靠每個人的努力。因此，愛護地球和守護我們的家園，要從自身做起。除了隨手關燈、少開冷氣、使用環保餐具以外，種植可食用的綠色植物，亦是節約減碳的好方法。

眼看又是進入種植蔬菜瓜果的季節，為響應「蔬菜A計劃」，我開始在院子裡育苗播菜種。那些廢棄的空油桶、飲料桶及各種的食品盒，都是我用於做育苗或催芽泡發菜種子的容器。生活中可以廢物利用的用具隨處可見，經過妥善處理，都可變廢為寶。

利用枯葉和蛋殼來堆肥，不但無有異味還很肥沃，可提升土壤的品質；每日的廚餘亦可用來製造

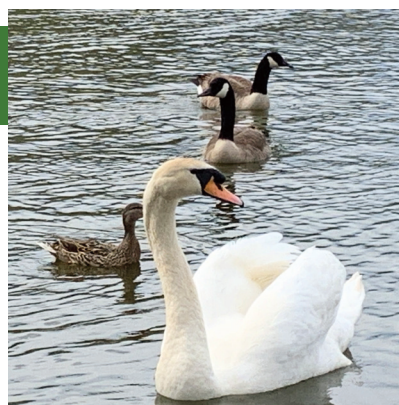


有機肥料。為節約自然資源，使用減少廢棄物產生，儘可能延長用品之使用期限，減輕環境暖化與地球的負荷。



愛護地球要從力所能及的小事做起，力行從日常生活中做到節能減碳的習慣，在生活中實踐環保！

——黃順嬌



紐約道場皇后區附近有一個凱辛納公園，如世外桃源。春天是百花綻放的季節，世界各地繁花盛開，呈現美麗繽紛的樣貌。公園一旁還自在生活著各種水鳥、烏龜、天鵝等。走進凱辛納公園，讓在疫情下無法遠行的我們，重新認識這座城市的美麗。公園的河畔，可以觀賞到美麗高雅的白天鵝，在閃爍的水面上自在游弋，真的悠遊自在心。

分享一則有趣的童話：一隻鴨子看見天鵝在天空飛翔，內心非常羨慕。有一天他對天鵝說：「天鵝老兄啊，你天天在天空飛翔，仰視星雲天際，俯瞰錦繡的山河，悠哉！悠哉！多幸福。我這笨鴨雖有翅膀卻不能高飛，老是在地上行走，是多麼可憐呀。你倘若帶我到天空去玩一玩，那我將何等感激。」

## 春天自在心

天鵝想了對他說：「好吧！鴨老兄，我答應帶你到天空一遊。」拿了一根木棒，兩爪抓住棒的一端，然後對鴨子說：「鴨老兄，現在可以用嘴銜著木棒，這樣我一飛起來，就可以帶你到天上去了。可是在飛翔時，你要緊緊地銜住木棒。」這樣，天鵝便帶著鴨子到天空遊玩去了，那鴨子真是興高采烈，得意忘形。當地上的人看見天鵝能帶鴨子到天空飛翔這個奇跡，不禁大聲叫喊：「真聰明啊！這個法子是誰想出來的？是天鵝呢？還是鴨子？」鴨子聽了這話，一張嘴，撲通一聲，便掉到地上粉身碎骨了。

——覺讓法師



春天與鴨子，我唯一能想到的一句俗語：「春江水暖鴨先知」。

# 行佛

過去一般佛教徒都說「我信佛」，若問他：「佛」是什麼？他卻說不出來。有些人遇到苦難時，就說「我求佛」、「我拜佛」；有的人平時覺得，自己有些行為需要規範，所以「我念佛」、「我學佛」，用以克制妄念、行為。但比拜佛、求佛、信佛更上一層的，那就是「行佛」。

行佛，就是依照佛陀的教法去實踐奉行，在日常的行住坐臥中，任何時候都能自動自發，覺照現前所行是否清淨，並藉由佛心把自己本具的寶藏開發出來。平時我們稱呼學佛的人為「行者」，就是要去「修行」佛法，要如佛陀所說、所行去做，例如：行佛的慈悲、喜捨、無我、忍耐、平等。所以，真正的修行人，是要「行佛」，而不只是「學佛」而已；想要有所成就，是要時時刻刻，每日地在生活中實踐，而不應是知道了訣竅卻束之高閣。

在佛教的經典裡，每部經都以「如是我聞」作為開頭，以「信受奉行」作為結束；能夠信受奉行佛法，就是行佛。所以，佛教講「解行並重」、「福慧共修」，都是說明學佛不能只在義理上鑽研，佛法要在生活中體驗、印證，唯有透過自己力行，才能融入身心，成為自己血液裡的養分，如此才能得到佛法的受用。

記得四、五十年前，也記不得什麼因緣，我到北投一間寺廟，許多的信徒在那裡拜拜。我才剛進去不久，就看到過去台灣代理澳洲 OAK 奶粉的董事長曹仲植先生也走了進來。

他的太太是虔誠的佛教徒，一看到我就趕緊跑過來說：「師父！我先生來了，你趕快教他拜佛。」我一聽，在那個時候，像這樣穿著西裝革履的大老闆，要叫他拜佛，這是很為難的事情，我也不知道從哪裡來的靈感，就說：「曹先生不必拜佛，行佛就好了。」曹仲植居士很聰明，他即刻說：「師父說得對，我不必拜佛，行佛就好。」

就這麼一句話，曹先生從事社會慈善公益活動，不遺餘力，例如他創辦台灣生命線，援助無依無助的人走向光明之路；成立曹氏基金會，獎助清寒學生。直到現在捐助了百萬輛左右的輪椅給全世界需要的人，甚至每當世界各地遇有重大災害，他都捐助千百萬元賑災。當別人讚美他善名遠播時，他總是說：「念經不如聽經，聽經不如講經，講經不如實踐，我只是『行佛』而已。」

因此，為了提升佛教徒的信仰層次，我提倡「行佛」，希望大家在日常生活中，都能確切實踐佛法。例如佛要我們慈悲，則不可輕易傷害生命；佛要我們忍辱，則不可瞋心怒罵他人；佛要我們廣結善緣，則不可自私自利……唯有真正落實「信仰生活化」、「生活佛法化」，二六時中不論行住坐臥，都能自動自發、自覺自悟的「行佛所行」，我們才能獲得佛法的受用，佛教也才能根植於人間。

摘錄自星雲大師《佛法真義》



## 福田園地

- Ailee Li：千尼酥餅2盒  
戴慧美：素餛飩一盒  
陳麗玲：港式素點心一批  
陳林方琴：玉米脆片一包，芝麻糊一包  
陳文淑：冬粉一大包，咖哩餃三盒  
陳仙領：木耳甜湯一鍋  
陳昱伶：麵食四碗，紅茶四杯  
杜玉秀：天貝20包，擦澡巾16條  
何曉記：即食蓮子一大包，小壽桃包兩箱，蓮子3箱，糕點一盒  
姜芳曉：藥草茶2包  
李碧琴：梅子一包，喉糖一包  
李玉梅：紙包蛋糕一盒，白木耳甜湯一鍋  
梁定嫻：乾香菇零食三包，餅乾8包  
齊瑞玲：吐司麵包三條，單個麵包40個，芝麻大餅3包  
施陳敏：麵包一袋  
孫彩領：酸菜麵包一袋，70%酒精2瓶  
王安樂：乾麵四箱，口糧餅乾一箱  
王文志：麵包一盒，玉米脆片兩箱  
吳楚玢/陳淑儀：蛋糕一個  
徐鈞欣：氣泡水三瓶  
楊雅卉：蛋糕一盒  
周素如：藥草茶包一大箱

本期  
助印  
功德芳名



釋永固，釋有望，王如茵，譚順勤，梁雪玲，王喬榮，管人鳳，施碧雲，雷美璘，董雪貞，黃順嬌，朱桂蓮，林玉梅，張淑美，李碧琴，莊得隆，陳文淑，李華緯，徐鈞欣，馬柳娥，李靚，廖芄婷，王招玉，金善笙，何潔英，李林美琴，陳林芳琴。



主廚：蔣香鳳師姐

## 大陳春捲

### 準備：

**食材：**中筋麵粉 2杯、米粉150克、高麗菜1/4顆、紅蘿蔔1小條、豆乾3塊、豆包2片、香菇5朵、雪豆150克、酸菜200克、王子菇 150克、熏素茶鵝100克、彩花丸3粒、黑木耳3大朵、豆餅1片、中芹菜少許、冬筍半顆

**調味料：**鹽2茶匙、醬油少許、糖少許、水120ml

### 作法：

- ① 先將麵粉加入冷水慢慢調成稠狀，放入冰箱醒一晚，讓麵皮的口感有嚼勁。
- ② 米粉泡水備用。
- ③ 準備6道組合菜餚：
  - a. 高麗菜、紅蘿蔔切絲；
  - b. 酸菜切絲、豆餅切丁；
  - c. 王子菇、菜花丸、芹菜切絲(增加它的鮮味)；
  - d. 冬筍、香菇、豆乾、熏素茶鵝切絲；
  - e. 豆包、紅蘿蔔切絲；
  - f. 黑木耳、雪豆切絲。
- ④ 起鍋放油，將紅蘿蔔絲、高麗菜絲放入鍋炒，放少許鹽，最後把米粉放入一起炒均勻，盛入盤中。
- ⑤ 起鍋放油，酸菜、豆餅下鍋炒，放少許的糖，炒均勻，盛入盤中。
- ⑥ 鍋洗乾淨，放油，彩花丸、王子菇、下鍋炒放少許鹽，最後加入芹菜一起炒均勻，盛入盤中。
- ⑦ 起鍋放油，先將香菇爆香，再放豆乾，放少許鹽，再放入素熏茶鵝，最後放入冬筍，再加少許醬油翻炒均勻，盛入盤中。
- ⑧ 起鍋放油，放入紅蘿蔔絲、豆包菜，放少許鹽，炒到稍乾，盛入盤中。
- ⑨ 起鍋放油，放入黑木耳、雪豆一起炒，再放入少許鹽翻炒後，盛入盤中。
- ⑩ 熱一個平底鍋，轉小火，將已調好的麵糊，適量的攤在平底鍋內，攤成薄春捲皮。
- ⑪ 將做好的春捲皮攤在大盤中，依序將6道炒熟的菜餚放在春捲皮上，捲成條狀，好吃的春捲完成，現做現吃，新鮮又美味。



佛光山  
2021 Buddha's Birthday Celebration

# 2021年·慶祝佛誕節

Virtual Bathing of the Buddha



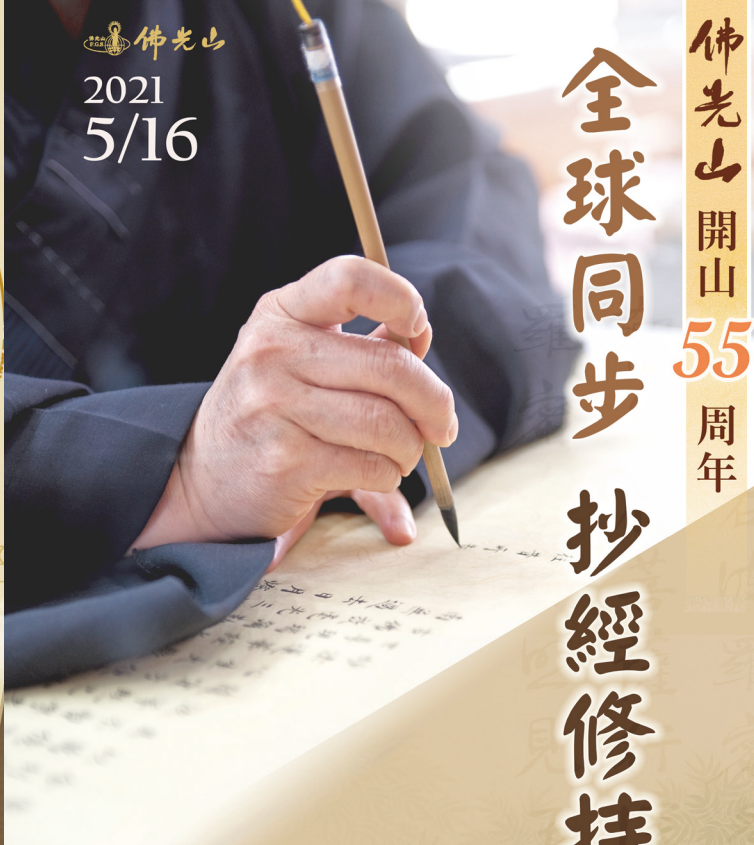
主辦單位：佛光山  
Organizer: Fo Guang Shan  
網址: <http://online.fgs.org.tw>



掃碼體驗

佛光山  
2021  
5/16

# 全球同步抄經修持



◎因應疫情，全球佛光人在家同步抄寫心經一部  
◎連線抄經 <http://wm.fgs.org.tw/vbc/story.aspx>

主辦單位 | 佛光山寺  
承辦單位 | 海內外各別分院  
修持時間 | 晚上7點~8點  
高雄市大樹區興田路153號 (07) 656-1921

紐約佛光中文學校  
IBPS NY CHINESE SCHOOL

## 中文才藝暑期網課全日班

● 招生中 ●

**課程期間**

七月 6 至 八月 13

9am - 3:30pm

- K-Grade 2
- Grade 3-4-5
- Grade 6-7-8

**課程說明**

中文網課班

線上中英數作業輔導班

少兒蔬食A+計劃

口才演練 詩歌朗誦

音樂與戲劇 書法

科學世界 兒童邏輯

聽故事畫一畫

少兒瑜珈 環保美勞

黏土製作DIY

你歌我唱

存好心 說好話 做好事

電話: 917-705-0234

名額有限 5月16日前完成報名者可獲一份驚喜禮物袋

郵箱: [ny.chineseschool@ibps.org](mailto:ny.chineseschool@ibps.org)

報名請掃碼 或使用鏈接 <https://tinyurl.com/vc4psxy5>



IBPS New York Three Acts of Goodness  
Online Children's Summer Camp

## 佛光山紐約兒童夏令營報名表

STRONGER TOGETHER

DO GOOD DEEDS  
SAY GOOD WORDS  
THINK GOOD THOUGHTS

2021  
June 28 - 30  
10:30am >> 3:00pm Free online event for ages 7-12



Please contact NY-YAD at IBPS for more information and registration.  
(718) 939-8318 [newyork@blidayad.org](mailto:newyork@blidayad.org)  
154-37 Barclay Ave., Flushing NY 11355

# 2021年五月/六月 行事曆

(網路視訊同步共修)

## 五月 May

| 星期一 | 星期二 | 星期三                           | 星期四 | 星期五 | 星期六                             | 星期日   |
|-----|-----|-------------------------------|-----|-----|---------------------------------|---|
| 26  | 27  | 28                            | 29  | 30  | 01<br>9:30 am / 1:30 pm<br>中文學校 | 02<br>10:00 am<br>光明燈消災法會<br>10:00 am<br>三好兒童班<br>2:00 pm<br>李昌鈺博士講座-分享人生經驗 |
| 03  | 04  | 05<br>7:00 pm<br>成人中文班        | 06  | 07  | 08<br>9:30 am / 1:30 pm<br>中文學校 | 09<br>雲水浴佛<br>10:00 am<br>曼哈頓佛光山建設祈福法會<br>10:00 am<br>三好兒童班                 |
| 10  | 11  | 12<br>7:00 pm<br>成人中文班        | 13  | 14  | 15<br>9:30 am / 1:30 pm<br>中文學校 | 16<br>10:00 am<br>浴佛法會<br>10:00 am<br>三好兒童班<br>7:00 pm<br>佛光日 抄經修持          |
| 17  | 18  | 19<br>佛寶節<br>7:00 pm<br>成人中文班 | 20  | 21  | 22<br>9:30 am / 1:30 pm<br>中文學校 | 23<br>10:00 am<br>共修法會<br>10:00 am<br>三好兒童班                                 |
| 24  | 25  | 26<br>7:00 pm<br>成人中文班        | 27  | 28  | 29                              | 30<br>10:00 am<br>共修法會<br>7:30 pm<br>雲來集講壇-心定和尚                             |
| 31  | 01  |                               |     |     |                                 |   |

## 六月 June

| 星期一                               | 星期二   | 星期三   | 星期四 | 星期五 | 星期六  | 星期日  |
|-----------------------------------|---|---|-----|-----|--|--|
| 31                                | 01  | 02<br>7:00 pm<br>成人中文班                                | 03  | 04  | 05<br>9:30 am / 1:30 pm<br>中文學校              | 06<br>10:00 am<br>光明燈消災法會共修法會<br>10:00 am<br>三好兒童班   |
| 07                                | 08  | 09<br>7:00 pm<br>成人中文班                                | 10  | 11  | 12<br>9:30 am<br>中文學校<br>1:00 pm<br>北美人間學院結業 | 13<br>10:00 am<br>曼哈頓佛光山建設祈福法會<br>10:00 am<br>三好兒童班  |
| 14                                | 15  | 16<br>7:00 pm<br>成人中文班                                | 17  | 18  | 19<br>12:00 pm<br>中文學校結業                     | 20<br>10:00 am<br>共修法會<br>2:00 pm<br>COH-紐約佛光童軍團榮譽議庭 |
| 21                                | 22  | 23<br>7:00 pm<br>成人中文班                                | 24  | 25  | 26<br>7:30 pm<br>雲來集講壇(英)-Dr<br>Lancaster    | 27<br>10:00 am<br>共修法會<br>7:30 pm<br>雲來集講壇-高希均教授     |
| 28<br>10:30 am-3:00 pm<br>三好兒童夏令營 | 29<br>10:30 am-3:00 pm<br>三好兒童夏令營<br>7:00 pm<br>成人中文班 | 30<br>10:30 am-3:00 pm<br>三好兒童夏令營<br>7:00 pm<br>成人中文班 | 01  | 02  | 03   | 04   |

【所有活動如有調整，請關注網站公告。】

# 2021 慶祝佛誕節

Buddha's Birthday Celebration

5/9 (Sun日)

9am-4pm

室外雲水浴佛

Mobile Buddha Bathing Stand

# 佛誕節

5/16 (Sun日) **線上直播**

10am-12pm

浴佛法會

Buddha's Birthday Ceremony

7:00pm

全球佛光日抄經修持

Sutra Transcription



佛光山紐約道場  
International Buddhist Progress Society

