



佛光世紀

星島
印

Buddha's Light Monthly New York

獻給旅行者 365日
中華文化佛教寶典

365 Days for Travelers

Wisdom from Chinese Literary and Buddhist Classics



二〇二一年十二月刊 · 第144期 · 紐約版



目錄

1	【編輯室的春天】	
2	【師父的話】	【星雲大師全集 121】隨堂開示錄 533 自覺的重要 八之二
3	【人間佛國】	心保和尚、佛光會 獲教育貢獻獎
5	【雲來集講壇】	人間佛教從「找尋佛法」到「行佛」
7		佛教靠我 - 《我不是呷教的和尚》之啓示
8	【雲水人間】	美國跨宗教論壇 談疫後團結和平
9		紐約協會 27 位新血 智慧與創新共存共榮
11		施打疫苗加強針 保護大眾做好事
12		紐約市新市長過渡團隊 重視亞裔佛光山法師列名
13		北美人間學院結業 學佛不放假 修行無結業
15		紐約道場彌陀法會修持 苦口婆心的敲擊
16		疫苗加強針活動 紐約佛光人歡喜為民服務
17		紐約道場歲末出坡 佛光人攜手除舊迎新
19		耶誕新年到 校長永固法師速遞祝福
20		紐約冬季燈展溫暖療癒 點亮自性之燈
21		曼城紐約雙城交流 佛光童軍對談國際課題
22		紐約佛光中校「社區活動日」戶外教學趣
23		龍捲風席捲美國中南部 紐約道場發起多元宗教祝福禱會
24		紐約佛光人 寒冬送暖募冬衣
25		我挑您選 - 2021 紐約十大亮點
31		菩薩法像 建寺結緣
32		2022 年人間小廚年菜第一砲 吉祥如意福壽全
33	【人間隨想】	
34	【活動與迴響】	世界會員代表線上大會 - 紐約人心得分享 (三之三)
35	【樂活在紐約】	線上益路跑完賽
36	【捕光逐影好人間】	Illuminate The Farm by NYC Winter Lantern Festival
37	【人間行者】	「人間行者」譚順勤、李宛蔚 佛光家庭承先啟後
38	【佛學天地】	
39	【福田園地】	
40	【人間小廚】	吉祥如意福壽全
41	【近期活動】	
42	【行事曆】	

編輯室的春天

新年伊始，萬象更新，各位親愛的佛光人，大家新年恭喜！在有佛法就有辦法的陪伴下，我們走過疫情、人情、國情都變化莫測的一年。終於我們迎來壬寅年歲首，相信也將如大師所言：只要擁有信仰的力量，必定能「處事無畏，和平共存」。

身處非華語系的區域和國家，您會如何介紹中華年節文化？西方人熟悉十二星座，您又如何說明兩兩相對、相輔相成的十二生肖？簡單來說，代表智慧的老鼠和代表勤奮的牛是第一組；代表勇猛的代表謹慎的兔子是第二組；第三組是代表剛毅的龍和代表柔韌的蛇；第四組則是代表奔馳的馬和代表和順的羊；而代表靈活的猴子和代表穩定的雞是第五組；最後代表忠誠的狗和隨和的豬則是第六組。您是否看得出這其中老祖宗對我們的期盼與叮嚀呢？

至於年節文化，誠摯邀請您和家人朋友上紐約道場的網站，從除夕起，每天都可以燒年香、扣頭鐘，可以供燈許願；年初一還可以觀賞「北美新春佛光之夜」精彩的表演。當然新春禮千佛法會及供佛齋天法會，一樣都有線上直播喔！

為了幫大家歡喜開年，紐約道場在一樓展廳特別佈置了吉祥年菜 專題，同時提醒大家過年不忘力行環保，吃素一樣有年菜可享。當然，充滿祝福的吉祥福袋是必不可少的。總之，說了這麼多的年話，最重要的是向您拜年，祝您新的一年是風調雨順的平安年，是吉祥如意的健康年，是夢想成真的幸福年，是增福增慧的歡喜年！新年快樂！

永固

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：蕭雪玲

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@bli.org

網址：www.fgsny.org

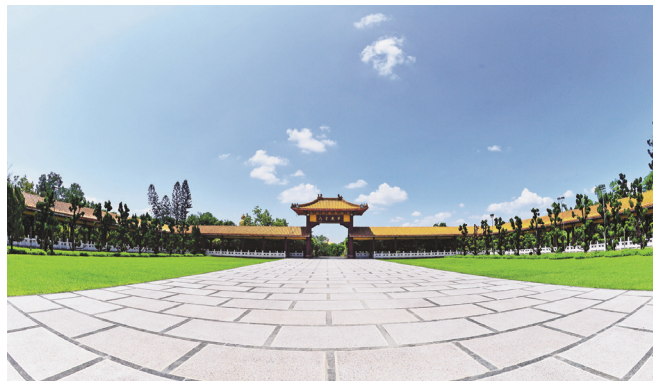
【星雲大師全集 121】隨堂開示錄 533

自覺的重要

(八之二)



早期佛光大雄寶殿前面的成佛大道。



成佛大道於 2011 年重新鋪設，讓大眾能更方便、更歡喜的在成佛大道上行走和禮拜。

文 / 圖：人間社

我要向各位說一個道理，希望對大家不只是獲益一時，而能終身受用。我現在八十多歲了，憑著八十多年的經驗，告訴你們幾句有用的話，應該是適合的。我一生受兩個人的影響最大。出家前的十二年，受母親影響最大。母親不是讀書人，不認識字，只是一個平凡的村姑，雖然沒有錢，但是他有富貴命，不用做事，經常和一些有程度的婦女混在一起，天天打牌、遊玩。

我們家很貧窮，在我八、九歲時，偶爾跟著母親出門，見他連買米、買菜的錢都賭輸了，當時借貸困難，我經常會從自己的腰包裡，掏出幾個錢給他。當然母親也會很懷疑地問我「從哪裡來的？」總之不是偷來的。那時中日戰爭，在戰火中倒塌的房子很多，建築上的釘子、小鐵片沒有人要，我就撿來賣錢。或是有人吃了桃子、杏子的果肉後，將籽朝地下一吐，不要了，我就把它撿起來，拿去賣錢。

另外，養牛人家會牽牛出去吃草，吃過之後就開始排泄，這是再理所當然不過的事情。別的小孩不會去管，但是我家裡窮，我就把牛糞一堆一堆地撿起來帶回家，累積到相當程度，再將稻草和牛糞混合，然後用我這個小小的身軀在上面踩踏，踩到兩者混合了，再把它做成像大餅一般，一坨一坨地貼在牆上；這可以當木炭燒火，所以也能賣錢。

甚至早上天色要亮不亮的時候，各家養的狗都出來大便，我就把那些糞便撿來賣；狗糞便能作肥料，所以也能賺錢。家人不知道我做了這許多事，甚至我母親也不知道自己生了一個勤勞的兒子，但我確實幫助母親度過了一些難關。

我從小就很勤勞，不像其他小孩要求念書、遊玩、享受，這都得感謝我的母親，是他賜給我做人的基本條件。舉幾個例子。佛光大雄寶殿前面的成佛大道，鋪有一塊一塊的水泥地，那是我早年做的。當時天氣不好，深怕下雨而導致水泥流失，所

以在匆忙中完成，也因此做得並不平整。不過，我告訴佛光山的人可以重做，再把它做好一點。

山下滿香園旁邊，有一座停車場，停車場上的格線，是有一年的除夕夜，正當全山大眾在過小年夜，參與上燈法會時，我一個人默默在那裡畫成的。因為隔天就是正月初一，人潮洶湧，深怕到時信徒、遊客沒地方停車，所以得趕緊把它畫好。當時畫到天亮才完成，但是看到一部一部的車子都能順利停車，真是滿心歡喜。

工作是快樂，忙碌是營養，有事情做就會忘記憂愁煩惱。所謂起早的鳥兒容易找到食物，即使黃金、寶貝隨著流水往下流，也得要人們起早將它撈起來；因為退潮是在早晨，太陽出來以後，漲了潮就找不到了。起早、勤勞、幫人忙，是我母親生給我的很好性格，現在回憶起來，心裡就會想：「啊！偉大的母親。」

母親賜給我的第二個性格是仁慈、仁愛。我從來沒有和人發生鬥爭，也沒有罵過信徒。過去我和不少青年朋友相處，如果要他們舉出我罵過他們的例子，恐怕不會有，因為我不會和人計較。

我不但對人仁慈、有愛心，甚至連一隻小蟲子、小動物，我也都想方法來保護，不讓牠受到傷害。我在台北路上，看到路邊的桶子裡，放了許多小魚小蝦，供應給小孩子玩耍，見到牠們被玩弄到死的景象，心裡很感慨：「生命這麼沒有價值嗎？你把牠玩到死，有一天牠也會把你玩到死啊！」還有，蝴蝶、蜻蜓在天空飛翔，多麼美麗，何必致牠們於死地呢？

我只是出於一念的不忍，覺得應該愛護動物，究竟愛護牠們有什麼好處，我也不知道。蝴蝶沒有感謝我，蜻蜓也沒有送禮給我，但是我一生還是心甘情願這麼做。我深深感覺到，父母給我的兩樣寶貝——勤勞、愛心，讓我一生受用不盡。（待續）

心保和尚、佛光會 獲教育貢獻獎



國際佛光會榮獲「社會教育貢獻獎」團體獎，國際佛光會祕書長覺培法師（右）、中華總會副會長趙翠慧（左）出席頒獎典禮，與代心保和尚領個人獎的佛光山台北道場住持滿謙法師合影。



教育部頒發「社會教育貢獻獎」，佛光山住持心保和尚獲得個人獎。

圖 / 文：人間社

教育部 12 月 10 日頒發「社會教育貢獻獎」，佛光山住持心保和尚、國際佛光會中華總會，秉持佛光山開山星雲大師人間佛教精神，從關懷出發，長期深入台灣各地推展教育、文化、慈善、宗教等活動，以實際行動落實終身學習，獲得評審高度肯定，今年從 111 件推薦案中脫穎而出，一舉抱回「個人獎」與「團體獎」兩項大獎，也是唯一獲獎的出家眾與宗教團體，足證宗教在社會發揮的正向影響力。

心保和尚致力實踐星雲大師的慈心悲願，推廣兒童閱讀教育，53 部佛光山「雲水書坊——行動圖書館」書車，每月巡迴全台偏鄉學校，陪伴學子閱讀；他也推動三好校園，為品德教育注入活水；今年更發起綠色公益——世界氣候國際論壇，從不

同面向來探討「林地復育計畫」、「企業零碳排的挑戰」、「碳究台灣及全球氣候投資」等議題；每年舉辦的「世界神明聯誼會」，成功讓全球七大宗教交流，朝宗教融和帶動世界和平的目標前進，由佛光山文教基金會提報「社會教育貢獻獎」後，深受評審青睞，獲頒「個人獎」殊榮。

落實教育 才能拯救人心

心保和尚不克出席頒獎典禮，由台北道場住持滿謙法師代為受獎。他得知獲獎後謙虛表示：「我們僅是秉持星雲大師人間佛教、三好四給理念，回饋社會，做對大眾有幫助的事，未來將不遺餘力持續推動社會教育。」

滿謙法師說，心保和尚追隨星雲大師以文教起家，推動人間佛教，實踐佛說的、人要的、淨化的、

善美的，「我們需要宗教帶動各項活動來淨化社會，而唯有真正落實教育，才能真正救人心，今天非常歡喜雙喜臨門，對佛光人來說是莫大殊榮和鼓勵。」

榮獲「團體獎」肯定的國際佛光會中華總會，長年辦理「生命教育十堂課」，捐血、輪椅捐贈、急難救助、淨山淨灘，以及百位佈教師投入監獄社會教化等行動，從未間斷。最為難得的是，每逢全球重大災害發生時，佛光會都在第一時間啟動救援機制，伸出援手，今年五月台灣新冠疫情嚴峻之際，就啟動「佛光防疫救護專案」，捐助大量 N95 口罩、防護衣等設備物資，給第一線警消人員，維護他們健康。

關懷人群 寺院走向社會

「我們真的是在國家、社會有難時，衝在第一線。」國際佛光會中華總會副總會長趙翠慧代表受

獎時表示，佛光會員只要是正知正見都前仆後繼投入，「能自全台灣一萬多個社團法人中，成為今年唯一獲獎的宗教團體，是非常大的榮幸，砥礪每位佛光會會員更加努力。」

國際佛光會祕書長覺培法師說：「星雲大師一生推動教育，一直要我們從寺院走向社會關懷人群，這是重要的使命跟方針，佛光人也都努力不懈持續實踐，這個榮耀是屬於所有佛光人的。」

教育部長潘文忠說明，社會教育貢獻獎去年受疫情影響停辦，因此今年推薦件數特別多，讓評審委員特別辛苦，選拔出一位終身奉獻獎——在教育界服務多年的潘扶德獲得，以及十四項個人獎、十五個團體獎，他感謝所有受獎者：「大家願意將手伸到最長，用更多力量照亮灰暗地方、關照弱勢，正因為有大家台灣更溫暖！」



教育部長潘文忠（右二）和台北道場住持滿謙法師（右一）、國際佛光會祕書長覺培法師（左一），以及國際佛光會中華總會副總會長趙翠慧（左二）合影

人間佛教從「找尋佛法」到「行佛」



西來寺住持，國際佛光會美西副秘書長，西來大學的執行董事慧東法師主講人間佛教從「找尋佛法」到「行佛」

文：人間社 圖：網路截圖

北美雲來集講壇於12月18日舉行2021年最後一場英文講座，禮請國際佛光會世界總會美西副秘書長暨美國佛光山西來寺住持慧東法師以「人間佛教：從『找尋佛法』到『行佛』」為主題，由紐約傳燈分會的Karin Chow擔任司儀，並和國際佛光會世界總會青年發展主委陳澄慧、洛杉磯青年分團白象幹部Pauline Yang、芝加哥英文分會副會長Dean Isenseec和紐約協會的Erik Ralske四位不同背景、年齡、經驗的佛光人一起分享、探討佛法生活化和對個人生命的影響的實例，此次講座共吸引223人在zoom會議室和youtube頻道觀看聆聽。

講座一開始由慧東法師講述人間佛教在生活中的修行，並將佛教徒常見的修行方式分類為普遍的「找尋佛法」和人間佛教的「行佛」，做了深入的探討。慧東法師指出人們在不同的階段以多種方式學佛，並試圖從別人或其他地方獲得加持或覺醒，而不是經過自我覺照或自己的智慧，這些從自己的精神力量和智慧以外的來源尋求解脫的過程，都歸類為「求法」。星雲大師鼓勵我們說「我是佛」，是希望弟子從學佛之初就種下佛性的種子，並提醒我們眾生都有佛性，既然是自性佛，那麼我們就應該從佛的角度修行，從內自修。大師提倡「三好」一

做好事、說好話、存好心，讓我們用淨化和慈悲的心來推動善業。人間佛教的修行，就是要常與法為伴，甚至視自己為佛，法為所照。

講座的第二階段由四位佛光人和大眾分享他們如何在生活中實踐人間佛教。首先由陳澄慧主委分享最早接觸佛光山的因緣、求學時期信仰對自己的意義、生活的挑戰及如何在家庭中以不同的機緣讓孩子接觸佛法，學習正確的人生觀和道德的價值。陳澄慧主委更以自己孩子如何有智慧的面對因為吃素，而被同學霸凌的事件和大眾分享。她表示孩子在生活上對佛法的信心和體證，讓她非常的震撼，感謝一切的學佛因緣和「三好四給」對生命的影響。慧東法師讚揚陳澄慧以身作則，以「我是佛」的思考方式來教育孩子，讓孩子能勇敢面對霸凌，將佛法運用在生活中。

Pauline Yang從小生長在佛光家庭，常隨父母到寺院參加各項活動及佛教課程。在成長過程中，父母常以佛法的角度，教導生活中遇到的大小事件，給予空間和機會，使用自己的方式融合貫通佛法的道理到生活中。隨著年齡的增長，對於佛法的體驗從課堂中的知識，漸漸擴大到工作和日常生活中，佛法從刻意的生活化中轉變成生活佛法化。Pauline鼓勵大家佛法需要經過思考和實踐，不論結果是開展新的視野，或是得到新的



紐約協會副會長的 Jenny Chen 分享在生活中是如何從找尋佛法到行佛



洛杉磯青年團的 Pauline Yang 從小就接觸與學習佛教的教誨



紐約佛光協會 Erik 分享透過樂聲引發共鳴

體證，都能夠改變自己和身邊的世界。人間佛教是一把打開同理心和慈悲心的鑰匙，讓我們一起建立一個和諧歡喜的世界。慧東法師感謝 Pauline 的分享，以自身對於人間佛教的體認來鼓勵他人就如同佛光，接引大眾。

Dean Isenseec 在分享對於人間佛教的認識中表示，人間佛教是闡揚慈悲為懷的生活的核心，當我們活在當下，我們就能了解身邊所有的因緣合和。實踐人間佛教就是要平等對待，不侵犯他人，因為人人皆有佛性，要給予相同的尊重。我們在人間佛教的修行中可以體證無常，了解無常後就不會被境界影響，進而植福增善。而活在當下就能時時以慈悲心待人處事，利益他人。當我們活在眾中，就能了解到一切眾生都是互相依存的，創造善緣要從自己做起。身為一個人間佛教的行者，要以慈悲心度眾，通過推廣素食和愛護生命來種下善因。人間佛教很簡單，就是用菩薩行來圓滿佛道。慧東法師對於 Dean 的見解表示肯定，期望大家視各種機緣都是學習的機會，簡單的生活就是人間佛教的實踐。

Erik Ralske 從大學時期就開始接觸佛學和禪修，以一位專業音樂家的角度，敘說人間佛教與禪修影響他生活的體證。對於一個常常要面對上千人現場演奏的專業音樂家來說，現場狀況無法預期，任何時候都可能有變數，生活是很緊繃的，所以從

學習佛法和禪修中了解如何去把握當下是非常寶貴的。專業音樂家在演奏時需要極大的專注力，而專注力來自一顆平靜的心，當心如猿猴無法控制，演奏者對舞台就會產生恐懼。Erik 將禪修的數息方式運用在吹奏法國號上，並將佛法把握當下的理念，運用在節拍器的使用上，讓自己不被緊張和失誤影響，在每一個剎那都能放下而解脫。對於 Erik 來說佛法和音樂是同行不二的。慧東法師讚嘆 Erik 能以音樂家的角度分享自己的體悟，證明佛法能運用在生活中的任何事件，通過禪定可以訓練專注力，只要心有正念，凡事都能成功。

在進行問答環節時，聽眾們熱烈提問，例如：為什麼修習禪定是歸類為「找尋佛法」？人間佛教和疫情期間大眾經歷了鎖國、隔離直到現今和疫情共存的關聯及如何面對疫情的恐懼？如何走在佛法的正確道路？甚麼是「見法者即見佛，見佛者即見法」？身為年紀較長的佛光合唱團團員，應該如何修行人間佛教？大乘佛教和人間佛教的不同為何？慧東法師侃侃而談，提出見解並舉出生活實例解答，讓大家心開意解，法喜充滿。

講座網址：

<https://www.youtube.com/watch?v=2qfdclCy0K0>

佛教靠我 - 《我不是呬教的和尚》之啓示



文 / 圖：人間社

2021年《北美雲來集講壇》最後壓軸的一場講座於12月26日線上舉行，禮請國際佛光會世界總會秘書長覺培法師，以「佛教靠我 - 閱讀《我不是呬教的和尚》之啓示」為題，總結出星雲大師的十個特質及思想核心，分享閱讀心得和啓發，透過Zoom和YouTube為逾400位佛光人導讀。

「呬教」的意思是靠佛教生存，而不發心度化眾生的心態與行為。從書中「序」文開始，法師扼要介紹《我不是呬教的和尚》的主要內涵，引述大師曾說「佛教靠我」是他一生的明燈，高希均教授讚譽星雲大師「給」理念是「初心」與「一生實踐」。

本書以大師的成長、信仰、發心、弘法、證道為核心，敘述大師近百年的生命歷程，大師自許不靠佛教吃飯，並發願以「『佛教靠我、光大佛教』」的信念，做一個能夠給人、為世間增添美好、肯得犧牲奉獻的報恩人。」，讓傳統佛教從「求佛」的層次提升到「給人」的高度，提高了僧信的人格和信仰層次，同時引導全球百萬信眾，開創人生無限的因緣。

《我不是呬教的和尚》是勵志典範，也是學佛者的修行寶典。覺培法師透過閱讀此書，加上平日深受大師身教言教的啓發，歸納了十項大師的精神特質與思想核心，作為我們修行學習的典範：受人恭敬，卻反對造神；不二法門，生活即修行；空中妙有，無處不佛法；與時俱進，開創新格局；有話直言，難掩真性情；知人惜緣，老少皆愛之；樂在眾中，僧信皆平等；布施供養，給出無盡藏；矢志不移，畢生為佛教；轉苦為樂，淨土在人間。

大師一生提倡與實踐人間佛教，在在處處為我們示現人間佛教行者的修行道路與風光。他是一位腳踏實地轉迷為悟的修行人，勇敢的向自己的習氣、缺點宣戰；在大師生活中，無處不是修行的道場；他以無為有、以空為樂，空中生妙有，無處不是佛法；他不拘泥於佛教舊有的框架，能洞察眾生需要，與時俱進，開創新格局；他對佛教的信仰堅定，而有倒轉逆境人生的心法與力量。

講座更以書為禮！覺培法師將贈送北美洲佛光人200本《我不是呬教的和尚》，鼓勵聽眾詳讀內容，進而學習星雲大師「人間菩薩」的精神特質與實踐方法，讓每個人「把佛法帶回去」，肯定「我是佛！肯定我本自具足的佛性」，依止真理、依止佛性。法師更舉例有信眾在皈依典禮中聽到「我是佛」三字，矢志革除陋習，徹頭徹尾的換了一個人，稱讚著是一宗了不起的公案。

聆聽演講後，在佛羅里達州的佛光人迴響熱烈。林香吟表示：從覺培法師的開示中，學習到大師對苦的認知，超越凡俗，原來苦不是苦，苦是力量、是營養、是增上，學會轉苦為樂，就算人生遇上了狂風暴雨，也能心頭篤定，安然度過，喜悅一生。呂秋宏感慨的說：今日始知翻轉人生的哲理不只是奮發向上，更是由「求」翻轉到「給」，將銘記於心，修學菩薩道。陳嘉儀感恩的說：人生的不順遂，來自於自己內心的錯誤觀念和習氣，要學習大師「向自己宣戰」魄力與堅持。俞孟貞誓願不做「呬教」的佛弟子，願做星雲大師的分身，以「我能！」的直下承擔「佛教靠我」，此心念開發自我的能量。

美國跨宗教論壇 談疫後團結和平

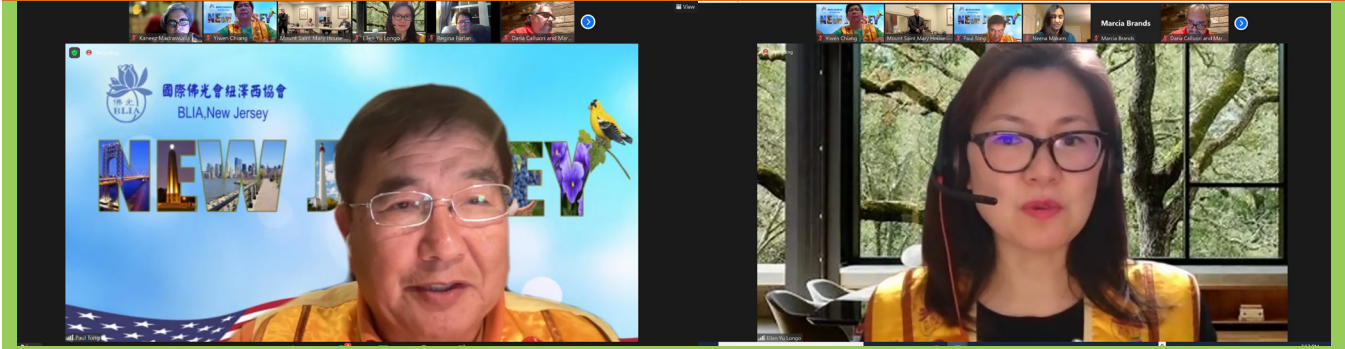


圖 / 文：人間社

美國聖瑪麗山祈禱之家 (Mount Saint Mary House of Prayer) 十日舉辦跨宗教論壇，以「在疫情過後的世界創建團結與和平」為題，邀請佛教、基督教、猶太教、伊斯蘭教、印度教代表，於網路及現場同步與會。

國際佛光會紐澤西協會前理事余馥吉代表佛教發言，協會會長童振邦及督導陳宜文透過網路出席論壇。主持人蘭達佐神父 (Rev. Anthony Randazzo)，請各宗教代表就「作為一個有信仰的人，疫情對你有何影響？」、「您的信仰如何紓解人們面對疫情所帶來的痛苦，如何回應他們身心的需求？」等提問進行交流。

伊斯蘭教代表達荷德博士 (Dr. Nabeel Dahod) 說，巴基斯坦口罩和疫苗分配極不公平，平等觀與道德責任更顯重要，穆斯林以心存感恩，願意分享來純化心靈、穩固信仰。余馥吉表示，佛教的「無常」、「慈悲」、「平等」觀念，讓她體認世界上大家都是「同體共生」，無人能置身事外，也更加感受到修慈悲心的重要性。

猶太教教士阿佩爾 (Robbi Victor Appell) 分享教徒與社團組織合作，安置遊民、供應食物，以及守望社區的經驗。

余馥吉則列舉佛光山總本山與國際佛光會世界總會，動員全球信徒和會員的力量，募集大批口罩及醫護用品，捐贈給醫院、養老院、警消等單位；在居家隔離之始，佛光山便將法會祈福、各類講座、課程等，透過密集的網路活動集結信徒，藉信仰的力量讓大家保持平靜，共度難關。基督教和印度教代表一致表示，人與人有愛的互動非常美好，網路活動讓大眾保持連繫非常重要。

如何以信仰創造和平的後疫情世界？基督教肯定祈禱的力量，包容尊重所有人；印度教代表說，



5th ANNUAL INTERFAITH PROGRAM Creating Unity & Peace In a Post-Pandemic World

Wed., Nov. 10, 2021, 7-9 p.m. on Zoom
Join us for an inspiring discussion with representatives from the Buddhist, Christian, Jewish, Muslim, and Hindu traditions.

FACILITATOR: Rev. Anthony Randazzo

Connie grew up in the United Church of Christ and over the years has attended just about every type of Christian Church. She is currently a member of the Westfield Methodist Church where she serves as a Certified Lay Servant. Connie has been a Catholic school teacher, therapist and school counselor and has more than thirty years of experience as a social worker. She is currently a Civil Educator for Imagine, a Center for those coping with loss. She is also the owner of Therapeutic Learning Connections which offers social, emotional learning workshops for schools, houses of worship, community organizations and workplaces.

Dr. Neena Makam, MD is a devout Hindu who lives in Delaware. She is a Pediatric Sociologist and has over 8 years of experience in the medical field. She graduated from RUTGERS UNIVERSITY / CAMDEN CAMPUS medical school in 2013.

Dr. Nabeel Dahod was born in the USA and is a recent graduate of MIT. Prior to his doctoral work there in engineering he also studied religious philosophy and literature in his undergraduate curriculum. He is a young, devout Muslim who has not only studied his faith but who brings it alive in his daily life. He is currently living in Montclair, NJ and working on a novel about the Muslim-American experience.

Sponsored by



MOUNT SAINT MARY
HOUSE OF PRAYER
1651 US HWY 22
WATCHUNG, NJ 07069

To Register:
Call: 908-753-2091 or
online @ www.msmhope.org
Fee: \$20-\$30 as you are able to pay
SPONSORED MINISTRY OF THE
SISTERS OF MERCY OF THE AMERICAS

Ellen Yu Longo embarked on the path to studying Buddhism and understanding enlightenment after experiencing a near-death incident. She is a member of the Buddha's Light International Association (BLIA), an international monastic and lay organization associated with Fo Guang Shan, an international Buddhist organization founded in Taiwan. Ellen has served as a board member of the New Jersey Chapter of BLIA, (New Jersey Buddhist Culture Center), Professionally, Ellen is an executive with over 15 years of experience in corporate communications, specifically public relations.

Robbi Victor Appell, a native New Yorker, is a Reformed Jew and the Associate Rabbi at Temple Emanu-El in Westfield, NJ. He has served Congregations both in Illinois and New Jersey. Prior to his service in Westfield, he was the Reformed Community Rabbi and Senior Jewish Educator at Rutgers Hill. Rabbi Appell's writings have appeared in Kalm Magazine. Rabbi Appell's husband and their two sons live in Metuchen, NJ.

Toral Chayim, Ten Minutes of Torah, Kulanu Handbook, The Gender Gap, and The Still Small Voice - Reflections on Being a Jewish Man. Rabbi Appell, his husband and their two sons live in Metuchen, NJ.

愛心和互助能提升社會；伊斯蘭教代表認為，不以自我觀點批判他人，且擁有同理心和學習的態度。童振邦提出，身為佛教徒，在生活中實踐人間佛教「三好」、「四給」，就能達到「五和」，即是創建團結與和平世界的良方。



永固法師叮嚀大家疫情期間不要鬆懈，要懂得應變，保持警覺性，照顧好自己和家人。



監院有望法師頒發證書給第二屆會長李依鴻榮任督導



監院有望法師頒發證書給紐約協會副會長陳澄慧，以創作大會主題曲《愛與和平》獲世界會員大會貢獻獎，並榮獲紐約協會第一位壇講師。



本次大會焦點之一即是有 27 位新會員入會，由馬碩珩（圖下）代表入會宣誓。



文：董雪貞 圖：覺讓法師

國際佛光會紐約協會 100 多位會員，12 月 18 日在線共同回顧 2021 年活動，開啟了一年一度的會員大會。本次大會焦點之一即是有 27 位新會員入會，由馬碩珩代表入會宣誓。

「有任何事情大家可以互相依靠、成長，我們有佛教的信仰，有明確的學佛、成佛的目標，前行的路再怎麼艱難、路再遠也不怕。」佛光山紐約道場住持永固法師，歡迎新人加入佛光大家庭。

紐約疫情有逐漸加劇的趨勢，紐約佛光會 IT 組以新時代弘法新思路，利用先進直播技術，於 12 月 18 日下午 2 點協助舉辦「2021 年國際佛光會紐約協會會員大會」。

協會會長王如茵致詞，疫情的日子不知還會持續多久，不管是 Delta 還是 Omicron，大家要照顧好自己，學習正確的方式與病毒共存。危機便是轉機，從疫情前實體活動，至今因科技的進步轉換線上屏幕，紐約協會不因疫情而停止腳步。王如茵籲請與會人員在會務成果報告時，用心、聽、看體會每一張照片裡的故事，這些照片是耗時費力成就的。最後喜悅透露，因為疫情而滯留外地 2 年的永固法師，即將可以回到紐約道場了。

2021 年紐約協會有 195 位參加佛學會考，在會員大會虛擬頒獎典禮上，紐約協會獲得全球佛學會考「最佳傳承獎」、「有您真好獎」、「三好家庭獎」等，並播放 2021 年人間音緣音樂會頒獎視頻。第二屆會長李依鴻榮任督導、協會副會長陳澄慧以創作大會主題曲〈愛與和平〉獲世界會員大會貢獻獎，並榮任紐約協會第一位壇講師。

各分會會務報告後，會上並提出 2022 年提案討論，每項提案也都獲得與會人員同意並鼓掌通過，其中包括佛光山禪淨共修獻燈線上祈福推廣案、舉

施打疫苗加強針 保護大眾做好事



紐約州府亞太裔辦公室主任范小江（右五）、紐約市議員黃敏儀（右四）、有望法師（右三）、亞美醫師協會總裁劉季高（中）、亞美醫師協會公關部總監黃雪莉（左四）出席記者會。



會後合影，藍十字保險代表徐佳（左三），曾經是佛光女童軍家長。



有望法師簡短致詞。

文：文果 圖：Shirley Huang

紐約亞美醫師協會（CAIPA）聯合紐約州州長辦公室、紐約華人總商會將於12月8、9日，於法拉盛市政廳為市民免費提供新冠肺炎疫苗加強針。國際佛光會紐約協會也是此次協辦單位之一。

12月6日舉行記者會，佛光山紐約道場監院有望法師、佛光會紐約協會副會長金鏗及貝賽分會會長譚慧君一同出席。參與本次活動是由於亞美醫師協會公關總監黃雪莉力邀佛光會紐約協會參與協辦。

其他協辦單位之一第一保健多元文化市場發展總監王惠嶽表示，非常讚賞佛光山佛光會積極

參與社區活動。有望法師回應，人間佛教的信念就是「利益眾生」，為了大眾的健康幸福，人人施打疫苗，阻止病毒傳播就是「做好事」，以佛法智慧及實行三好就可以度過難關。

記者會除州長辦公室亞太裔事務主任范小江代表州政府出席外，還有紐約市新任市議員黃敏儀、亞美醫師協會總裁劉季高醫師、藍十字保險公司代表徐佳、第一保健代表及各地同鄉會會長等人。由於范小江與有望法師為舊識，再次見面非常開心，再三囑咐：佛光山佛光會若有活動務必通知她參與。

紐約市新市長過渡團隊 重視亞裔佛光山法師列名

文：文果 圖：佛光山紐約道場檔案照片

即將成為紐約市歷史上第二位非洲裔紐約市長的亞當斯 (Eric Adams)，日前共宣布 756 人的過渡團隊成員，創下史無前例的紀錄；已公布的名單中有十多人來自現任市長白思豪 (Bill de Blasio) 及前市長彭博 (Michael R. Bloomberg) 的團隊，將協助他順利接手。然最特殊的是此次過渡團隊中，60 多位來自各界的亞裔人士，佔整個團隊的 8% 比例。涵蓋了公共衛生、食品政策、藝術、文化、宗教、預算、公民參與等各專業領域，還有教育、移民、氣候變遷、基礎設施，住房及刑事司法等。

候任市長亞當斯 2018 年時曾參訪過佛光山總本山，2020 年疫情最嚴峻之時，當時仍為布魯克林區區長的亞當斯，親赴紐約道場接受一萬個醫療口罩的捐贈時，監院有望法師接待並介紹紐約道場，以及國際佛光會在紐約社區深耕服務事例。隨著疫情加劇，法師又帶領國際佛光會紐約協會會長王如茵，再次捐贈一萬個口罩到布魯克林市政廳，亞當斯區長亦曾親自搬運口罩，在市政廳內接受捐贈。

也由此因緣，此次在組織「宗教過渡團隊」時，經美東佛教會明予法師推薦由佛光山紐約道場法師代表紐約北傳佛教。由於住持永固法師因為疫情關係仍在加拿大渥太華佛光山，故由有望法師代表佛光山加入宗教過渡團隊，整個團隊有 74 位宗教人士中，只有三位亞裔宗教人士，而有望法師是唯一代表北傳佛教的比丘尼，顯示出佛光山在紐約佛教界的代表性。

儘管過渡委員會的任期只有 100 天，但各界亞裔人士史無前例的獲得重任加入過渡團隊，可見新市長亞當斯十分尊重及重視亞裔的聲音。而未來也會有更多的機會增加各界及各宗教代表對星雲大師及人間佛教的認識。



北美人間學院結業 學佛不放假 修行無結業



文：斯熾榕、梁雪玲

佛光山北美人間學院 2021 春季、秋季班結業，於 12 月 11 日在三寶頌聲中展開中英文兩場結業典禮。來自北美各道場法師及北美洲、歐洲、澳洲、中南美洲、香港、新馬、中國、台灣各地學員逾 200 人雲端共同參與。

無遠弗屆，春秋兩季共計 25 門線上佛學課程，以國語、粵語、英語三種語言、22 位法師授課，師資陣容強大，課程內容豐富，教材新穎多元化，授課法師們的生動解說，讓來自世界各地的學員相聚雲端一起聆聽學習，總共選課達 7,200 人次。在精心規畫的課程中，循序漸進的學習，端正佛學知見，了解佛法真義，解行並重，將佛法融入日常生活中，實踐人間佛教的理念。

佛光山北美人間學院院長慧東法師表示，因新冠疫情後而形成北美洲一個新的學習環境。雖然新冠疫情帶來諸多不便，但是因緣是平等的，目前有不便，卻帶來學習佛法的便利，突破以往各道場的限制，因為北美人間學院將各道場法師聯合一起創造出強大的師資。人間學院有無盡的因緣要感謝，如因雲端上課而有因緣相識各地道場的佛光人，更要感謝許多幕後工作的法師與義工和日常生活許多無盡的因緣。

慧東法師指出，佛學課程除了學習佛法，在生活中潛移默化的改變我們自己，在學習佛法之後，最終是以放下自我，無我、無私和奉獻。學習知識

與學習佛法不同的是：一個是充實自我，一個是放下自我。在學佛後發現煩惱紛爭少了，樂於助人，內心更加清淨，祈願北美人間學院為佛光人提供更廣大學習的機會。學習就是幫助他人，因為自身參加而使其課程得以進行，讓北美人間學院繼續，不要小看這小小因緣，整體的大因緣是許多小因緣聚集而成的，在感恩他人時也要鼓勵自己。希望每一個人都能受益，讓人間學院乃至整個世界都遍佈佛法，同時讓佛法莊嚴自己的內心。

會上北美人間學院副院長永固法師亦語重心長的說，學佛不放假，修行無結業，這是永無止盡的一堂課，希望大家利用忙碌歲末假期中，正好幫助自己做一個思維修正。佛學不是抽象概念，是要真正實踐在生活中，不要因為一些愛憎而浪費了寶貴的時間。希望大家能將佛法運用自如，關照自心是否真正理解並運用，祝福大家有一個愉快的假日，保持正念，永不休息。

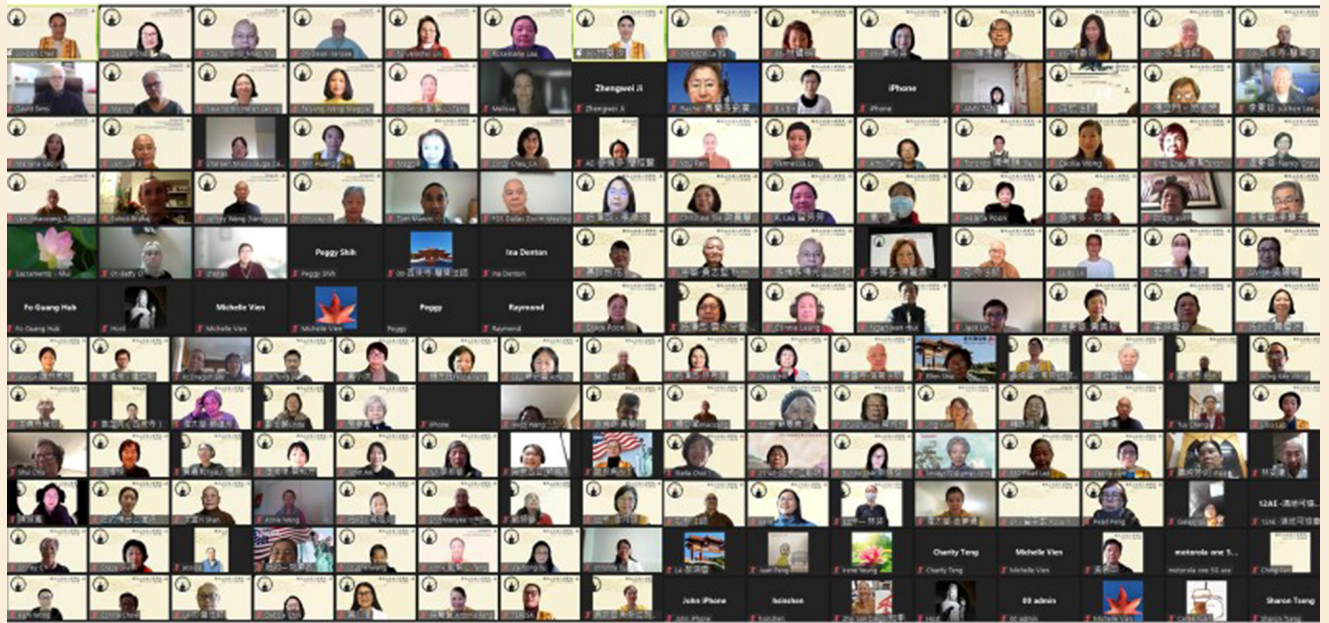
學習分享中，來自佛羅里達州的林香吟同學說，參與禪修課程後，每日的心情不像從前雜亂無章，在覺妙法師的教導下，靜坐關照自心，達到平靜虔誠的心。溫哥華陳捷義同學表示，跟隨覺初法師學習唯識學多年，從對唯識思想毫無概念到今日體會到三界唯心，萬法唯識的義理；要警覺不要隨著自己的習氣而被外界所迷惑，轉識成智，是努力學習的目標。

佛光山北美人間學院

FGS North America Humanistic Buddhism Courses

2021 春季・秋季課程結業大合照

(中文、英文、粵語)



楞嚴經課程代表，多倫多 Monica Tu 同學說，舊念未除新念又來，日日時時囤積念頭要怎麼辦呢？課程中妙皇法師說「轉念」，楞嚴經的思考模式是要站在本無的角度向真心的方向去修，各種法門來對治不同的習氣，星雲大師的「三好」是最簡便及最容易改變習氣的起步階段。

同樣來自多倫多的陳淑芬同學說，感謝有北美人間學院，讓大家在疫情期間透過佛學課程的學習累積菩提資糧，感謝所有授課法師們。妙新法師以大師的著作《金剛經講話》和《成就的秘訣》為講解《金剛經》的教材，感謝大師的智慧，將般若空慧用簡明通俗的註解更容易學習。經過春秋兩季20堂課程，圓滿整部《金剛經》，法師巧思安排上課所需資訊，讓學員易以理解。

洛杉磯林鷺明同學用粵語表示，在如航法師《大師如是說》課程中，老師的細心備課與講解，讓他了解不作不必要的爭論，深感學習佛法是人人都有必要的，以後會繼續參加佛學課程。

英文《八大人覺經》課程的紐約鄧絜心同學說，雖然經文不長，但其價值是非常重要的，從第一覺悟

到第七覺悟中的佛教人生觀，內容像航海的指南針，指示人生的道路，第八覺知以大乘四願解脫眾生之苦，眾生最終將得極樂。另同學 Dean Isensee 分享學習心得「Buddha Dharma-cure to the mind」以藥師佛的教義比喻，佛陀是醫生和老師，佛法如藥，能治療一切身心問題。精進學佛，了解佛法，讓心中充滿慈悲、慈愛、感恩，從三毒中解脫，在佛法真理中得到平安，每一個人都可以如蓮花般的綻放。

充滿法喜的學習分享聲中後，妙藏法師解說2022北美人間學院課程，春季課程3月12日—6月4日，秋季課程9月17日—12月10日。2022將禮請各分別院住持、當家們教授「宗門思想」一課，亦會安排「人間佛教—佛陀本懷」課程，歡迎大家報名學習，準備一年一度的佛學會考。

妙藏法師說明，除了從理上去學，也要從行上學習禪修，春季班將由滿隆法師教授禪修課程，妙偉法師教授《地藏經》，還有法師授課的《普賢十大願》等課程；詳細資訊將公佈在北美人間學院官網，歡迎大家查詢及網上報名參加課程。典禮尾聲在〈佛光山之歌〉的歌聲中畫下了句點，並開啟2022北美人間學院春季課程的期盼。

紐約道場彌陀法會修持 苦口婆心的敲擊



紐約道場於 12 月 24 至 26 日，舉行線上年「彌陀法會」精進念佛三永日，以禪淨共修方式進行，同步在 YouTube 平台直播。

文：鍾莉莉 圖：王喬榮

為慶祝阿彌陀佛聖誕，紐約道場於 12 月 24 至 26 日，舉行線上年「彌陀法會」精進念佛三永日，以禪淨共修方式進行，將同步在 YouTube 平台直播。祈願信眾以年終最後一次大法會，增進學佛信念，精進修持，迴向世界和平，檀那福慧俱增，並發願往生西方極樂淨土。同時祝願十方大眾喜迎虎年，猶如星雲大師 2022 年的墨寶賀辭「處世無畏，和平共存。」

由於疫情仍在加劇，道場未開放，法會都在線上進行，法會三日分別由佛光山紐約道場監院有望法師、新州佛光山監寺覺懺法師及波士頓三佛中心妙靈法師等開示，所謂「念佛一聲罪滅河沙」，念佛不要落入慣性的口誦而已，要在佛道上尋得真趣必須在一開始參加就清楚明白自己要的是什麼，才能投入而達至一心不亂。

波士頓三佛中心妙靈法師開示，在《大勢至菩薩念佛圓通章》提到，念佛法門中非常重要的一節，「若眾生心，憶佛、念佛、現前當來、必定見佛。」所以念佛要專一，懇切至誠，在生活裡如何修行，想見佛心裡必定要有佛，只要一句佛號念起來，就能都攝六根、淨念相繼，蕩益大師說「得生與否，全憑信願之有無。」

覺懺法師開示，唸佛除了歡喜悲切，更要清清楚楚，反省自問，我為什麼要來學佛？做義工求菩薩加持，出了道場遇到不如意，會起執著煩惱，唸佛不在次數多少，在當下的心，清清楚楚，保持恆常心，方能與佛相應。不要小看一句佛號，因為念佛是實修法門，也可以去到開悟境界，當中最重要的是把心調好，音聲由「口出耳入而注於心」，念佛不在聲音好不好聽，而在感受，當大家都全神貫注在綿綿密密的佛號時，又那有俗世中的人我對立，時空也可能會在佛號中消聲匿跡。

有望法師開示，經中述說極樂世界的莊嚴殊勝，諸上善人聚會一處，珠簷樓閣，花鳥樹木皆在說法，不由心生嚮往。唸佛心要專注，觀想光明，更分享依空法師所言：1、修觀想：無量壽的光明相好。2、修善業：修世間的大福報，尤其是持戒善業，不會犯錯，利己利人。3、修三心：誠心、深心、願心，以功德力迴向法界眾生。所以唸佛要口到、耳到、心到，身口意三業清淨，信願行三要缺一不可。「南無阿彌陀佛」六字洪名在法師們的唱誦中由慢而快，如浪潮般湧入耳際，木魚節奏敲擊心頭，顛峯之時已無雜念，似在催促著我們勿再遲疑流浪，趕快找到回家之路，觀想中彷彿來到極樂世界，光明現前。

我們在日常生活中，面對很多不順遂，如果能隨緣順受，以一句「阿彌陀佛」落實在日常生活中，在因地上用功，日子久了，阿賴耶識中的惡業種子也會消除，累世惡業也會慢慢化解，也會如佛一樣，活出清淨人生！人生難得，畏三途可怖，無常在生活當中，須時時提起正念，隨時念佛累積善業，心口相應即見菩薩。

星雲大師在〈星雲說偈〉提到，心不散亂，就能感應道交，若是以散亂心來念佛，「喊破喉嚨也徒然」，最多只能獲得一點福德因緣，不能往生淨土。所以，我們要老實念佛，不要以散亂心念佛，徒然落了個表相。打斷前七識的妄想分別與行為造作，淨念相繼產生定力。

大乘佛經十方諸佛讚歎西方極樂淨土阿彌陀佛，佛力不可思議。淨土宗高僧大德常讚誦阿彌陀佛殊勝功德，鼓勵大眾勤修淨土法門了生脫死。藕益大師曾說：「信既不深，行亦無力，悠悠蕩蕩，一事無成。」究竟持誦阿彌陀佛聖號真實意義為何？信眾要如何提起正念精進念佛？只要深信不疑，一心不亂的念佛，仰仗彌陀願力，虔誠念佛而發願往生西方淨土。

紐約道場歲末出坡 紐約佛光人攜手除舊迎新

文：心甄 圖：佛光山紐約道場

2021年終，變種疫情壘罩，紐約佛光人堅定「處世無畏，和平共存」信念，自11月27日起，紛紛投入國際佛光會紐約協會八分會以及紐約佛光童軍團等團隊，有系統、有效率認領佛光山紐約道場「待執行大掃除」區塊。不同於以往，參與者必須照著人數容量規定，分梯次來到紐約道場，出示接種疫苗證明，戴著口罩，分散在不同樓層拿起清潔工具爬上梯子、蹲下來、趴地上，希望藉著美化完善整理的內外，迎接新年。

本次大掃除進行之前，佛光山紐約道場監院有望法師叮嚀，疫情最新情況請大家儘快施打疫苗加強針，保護自己和家人。更以集體創作的精神來莊嚴寺院道場，為自己增添福德。

有望法師指出，在佛陀時代，周利槃陀伽因為掃地而開悟，「掃地、掃地、掃心地、心地不掃、空掃地」，除舊布新，正如佛光會信條裡的一句話：「永斷煩惱，遠離無明。」協會會長王如茵也以身作則，次次打掃，親力親為。

11月27日，三樓觀音殿、圖書館由有仁法師帶領松鶴分會會長蔡巧文、阿姆斯特會長雷美璘領先打掃並分小組進行，會員們不分工作鉅細、易難，認真細心將每一本書除塵後整理擺放，盡心盡力，滿心歡喜的付出。此次義工李秀芝特別請假參與出坡行列，杜玉秀師姐雖然第一次參加道場的出坡，而內心亦感到離垢的舒心清淨，彷彿找到法身慧命的歸屬，如回家般的溫暖自在。幸慶自己把握當下，非常開心。

幾位金剛表示，以最恭敬清靜的心，歡喜地為佛像來擦拭，如同淨化自身的汗垢，洗滌自己內心的煩惱，洗得真歡喜，透過近距離與佛像接心的體驗，關照個人清淨的身、口、意，進而落實做好事、說好話、存好心。

12月10日二樓殿堂，覺讓法師及貝賽分會會長譚慧君為新的一年從新出發做準備，分配擦拭玻璃窗、觀音龕、地藏蓮位區、長條拜墊、四方拜墊、地板等；會員發心護持道場，將殿堂整理的煥然一新，以清新舒爽的面貌，喜迎新年。

新鮮草原分會12月11日來道場發心掃除五觀堂，並由妙住法師為大家有條理的分配任務。不管是天花板、通風口、牆壁、椅子、地板等；都小心翼翼的擦拭，大家齊心協力投入，朱笑芬師姐不畏辛勞從長島坐火車過來出坡，並分享做事心得。



法拉盛與長島兩分會齊心攜手12月5日清理四樓中文學校，與12月11日打掃一樓，在灑掃清潔中，重現往日熱鬧溫馨氛圍。不管清潔一樓或四樓中文學校教學區，由上到下由裡到外，不遺漏一點細縫角落。長島分會秘書唐禕雪藉著打掃四樓中文學校的因緣，發起全家總動員，帶著先生與8歲的女兒5歲的兒子，一起加入義工的行列，在父母身教言教下，為孩子從小培養服務奉獻、布施結緣的理念，亦在小小的心靈中，種下了菩提種子，讓解行並重的佛法落實生活中，陪伴一路成長。

菩提分會由妙住法師及呂夏蓮會長帶領：2021是忙碌的一年，雖然疫情期間，而各種法會及義賣美食都離不開大寮。而菩提分會和大寮更是密不可分，年終普坡則是責無旁貸。油膩的廚房，清洗之難度雖高，但發心、服務的精神不在年齡，即來發心作務，菩薩們不假思索地捲起褲管，拉起衣袖，汗如雨下的認真刷洗，力抗油汗與頑垢，一點都不馬虎也不畏髒臭，展現佛光人護持常住道場的熱情與幹勁。香積菩薩們抱著歡喜心積極參與，集體創作，合作無間，極為迅速及有效率地完成普坡之任務，同時也淨化了自己的心靈與習氣。



各分會的工作區域分配不同時間，把握一年一度難得的機會，犧牲假日、不畏辛苦，為的就是能奉獻一己、竭盡所能、回饋道場常住，在每一分會負責的區域中，無論是二樓大雄寶殿、三樓圖書館、四樓中文學校、一樓流通處、門口、樓梯、地下室五觀堂、廚房、戶外停車場等；彼此合作無間，盡心清理每一處的細縫角落；做事就是要「把握當下」。佛光人齊心護持法身慧命之家投入心力，佛光人身負重任，以清潔環境為修行，以清淨的身心實踐「三好」、「四給」，以人間佛教深耕紐約道場，希望透過清潔打掃，洗滌自身的內外污垢，以清淨心迎新春。



出坡是道場修行功課之一，不僅是護持道場，也是藉由身體的勞動或是種種作務，使道場能安僧度眾、弘揚佛法。義工菩薩們以無私之心、一己之力，貢獻時間和勞力，不僅能陶冶自身的品格，亦能涵養個人的德行。從工作中廣結善緣、開發智慧、累積經驗、學習成長，是增長福慧的最好修行良機，亦凝聚了世間最真善美的力量。

在大家齊心合力，分不同時間一起完成大掃除，一切的圓滿都是大家的努力，齊心歡喜迎接即將到來的2022年虎年，「處世無畏，和平共存」，師父上人慈示其意義：「在2022年，信仰就是力量，讓我們不再怖畏，與眾生和平共存。」



耶誕新年到 校長永固法師速遞祝福



圖與文：編輯組

紐約佛光中文學校 2021-2022 學年上學期課程於 12 月 11 日當天圓滿，全校師生教職人員和義工團隊歡喜期待，共同迎接耶誕新年假期來臨，紐約佛光中文學校校長永固法師也和社區各界同慶，在節前送上 3D 卡片，預祝中文學校師生與義工佳節快樂。

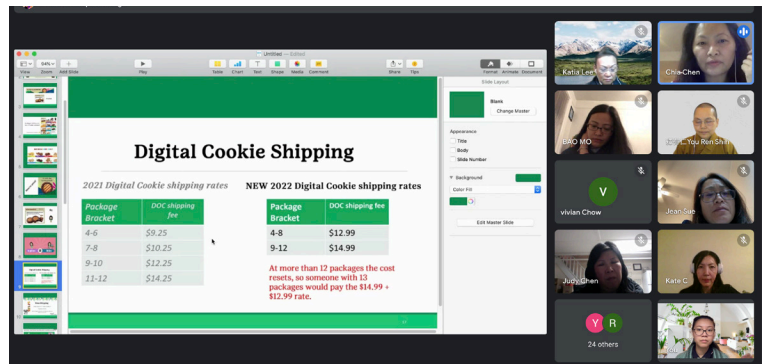
12 月 11 日 是「室內教室日」，全校小朋友一同線上、線下學習中文，大部份小朋友進教室「室內教室日」實體課，同時有小朋友選擇上網課，老師線上線下齊教授，學校還在當天舉行幸運抽獎，讓小朋友帶著一份份小驚喜回家。所有任教老師也在一天課後坐下來喝咖啡或喝茶，無論咖啡或茶，都有共通語言，需要一同面對線上、線下兼容上課的大挑戰，這是紐約佛光中文學校教師咖啡館雲端開張以來，第一次以實體方式進行。圖一為永固法師親自在卡上寫下祝福。圖二為幾位小朋友當天做好防護措施到校上實體課。

紐約佛光山女童軍團 2021 家長會規劃未來

文：陳文娟 圖：佛光山紐約道場

2021 年 12 月 10 日晚 8 點至 9 點 20 紐約大女童軍團在線上舉辦了 2021-2022 年度的第二次家長會。輔導法師、團務委員會主席、副主席，領隊們以及童軍家長共計 33 人參加了此次會議。

會議伊始由團務委員會主席 Katia 代表團體歡迎了與會家長。其次由 Bao 領隊簡短回顧了 2021 年 9 月至 12 月的課程活動。然後總領隊 Ivana 對未來三個月活動進行了簡單的介紹。緊接著團務委員會副主席 Chia Jung Chen 為大家講解了新一年的 cookie sale 的具體事項。再接著團務主席 Katia 給大家介紹了接下來的佛堂新年活動。最後，由財務長 Raphael Ng 報告了童軍團財務狀況。



與會中，有仁法師以及團務主席 Katia 多次提醒大家注意做好 cookie sale 時孩子的安全，以及做好防疫措施並鼓勵大家施打疫苗，保全自己，護衛他人。扛起社會責任，助力紐約恢復活力。

紐約冬季燈展溫暖療癒 點亮自性之燈



文：祝靜瑩 圖：佛光山紐約道場

曾一度成為紐約冬季熱門遊園項目的紐約冬季燈展，在經過去年因疫情停辦之後今年再度回歸，冷峭寒冬寂靜的夜晚，隨著第三屆紐約冬季燈展（NYC Winter Lantern Festival）的開辦，分別在三個不同展區，點亮了史坦頓島、皇后區與長島的黑夜。燈展活動統籌劉昊坤，於2020年加入國際佛光會，成為紐約協會長島分會的會員，今年特別致贈20個大型花燈籠給佛光山紐約道場，以供農曆新年展示布置。

劉昊坤表示，感謝紐約協會一如往年支持紐約冬季燈展，佛光會員們分批次前往欣賞燈展。12月12日有長島分會、新鮮草原分會會員，以及童軍家長們共計50人，組團前往皇后區農場博物館參觀，在五彩繽紛的夢幻世界中，共度難忘的週日夜晚。

為體恤老幼會員，紐約道場監院有望法師特安排15人小巴，由金剛分會副會長何曉紀擔任駕駛，自道場出發接送會員往返，車上還為大家貼心準備巧克力，在寒冬中備增暖意。途中徐少文理事提議合誦《心經》回向此行，祝福一切平安順利，眾願齊心不可思議，在正值塞車高峰的時段仍順利抵達，與自駕小客車的會員和童軍家長們在停車場集合後，駐足入口處留下紀念大合照，尤在疫情期間相聚不易，此次活動更顯彌足珍貴。

皇后區農場博物館的燈展主題「農場之夜」，以看似平凡的農家與動物為創作靈感，運用光影與七彩燈飾，將手工打造的植物、機器、馬車等造型花燈，在黑夜中靜靜綻放各自精采。而看似靈動又呆萌的可愛鴨子、山羊、火鶴、長頸鹿、獨角獸等，在眩目鮮豔的顏色襯托下，更富靈動的生命力，在疫情期間參觀，備感溫暖療癒，令人悠然神往、流連忘返。

紐約協會秘書長陳盈如特別攜兒子一家與摯友們支持參與，祖孫三代一同漫步小徑，徜徉美景其樂融融，實為「三好人家」典範。不僅如此，二週前也先至長島展場，開車帶美藉同事駕車遊園，以實際行動推廣支持。

陳盈如表示，燈是智慧、光明的象徵，在參觀燈展的同時，祈願以此光明，照亮心中自性之燈。黑夜恰如疫情，總有過去之時，時時觀照自性點燃心燈，保持覺察遠離黑暗無明，常留佛光普照心間，即使面對人生漫漫長路，深信般若彼岸，自在不遠處迎接我們。

曼城紐約雙城交流 佛光童軍對談國際課題

How did covid effect mental health in both countries?

UK:

- With lockdown, the feeling of isolation and loneliness increased, and the stress of online school heavily contributed to declining mental health and more reported mental health disorders.

UK LAWS-

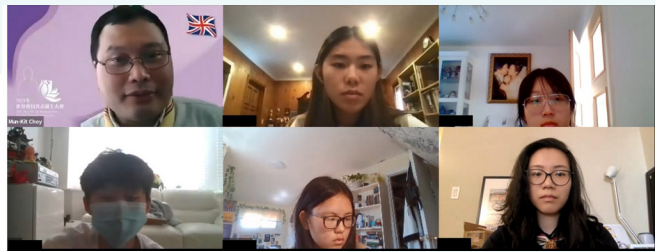
- In the UK we don't have capital punishment (being sentenced to death), in fact the last execution that happened on this island was in 1964 on the 13th of August.
- under a house of amendment to the crime and disorder act 1998, it was proposed to abolish the death penalty as its treason and piracy with violence.
- And since then its been replaced with a discretionary maximum sentence of life imprisonment.

US:

- A study conducted by the CDC showed that the percentage of those with increased anxiety and depression has increased since the start of the pandemic.

AMERICA LAWS:

- In the US there are many states, to be exact there is 50 states in total and out of those 50 states 27 still have the death penalty.
- In the rest of the 23 states most of them abolished the death penalty in the 1900s with the earliest being 1887 in Maine and the most recent being Colorado in the 2020.
- There is no death penalty's in the state of New York.



圖上：曼城佛光行義童軍和紐約佛光女童軍合作對談國際課題，藉此機會開闊視野，也培養佛光人的集體創作精神。



圖左：經過這次的跨國合作，曼城和紐約佛光童軍學習了從不同的國際角度去探討各種重要的社會課題。

圖 / 文：人間社

【曼城佛光童軍團的 5 位行義童軍，必須參與兩項國際、社區或信仰的活動以滿足部分白金童軍最高勳章和愛丁堡公爵銅獎的要求。今年 3 月，小菩薩們已經參與了一項跨宗教論壇，討論了基督教、人文主義和人間佛教的價值，也反思了自己的信仰。在暑假以前，大家決定要探討數項國際上重要的課題。為了擴大視野，曼城佛光童軍團長蔡汶捷聯繫上紐約佛光女童軍團長 Ivana Lee，邀請紐約 5 位佛光女童軍參與這項活動，與曼城行義童軍對談以提供不同的國際觀點。團長們也希望藉此交流，佛光童軍們可以跨國合作，培養發揮國際佛光人的集體創作精神。

兩國團長經過討論後把曼城和紐約童軍一對一搭檔起來，並讓他們自由選擇所要討論的課題。五組孩子們分別選擇討論水源污染、死刑、生物多樣性的減少、中學生的精神衛生和性別平權，都是國際社會所關注的重要課題。組別和課題定好後，孩子們就利用 7-8 月的暑假空檔，透過電郵、手機簡訊或社交平臺互相聯繫，針對課題交換意見和看法。也有孩子在討論作業之餘，還在社交平臺上分享生活中的種種事情而成為朋友。

暑假過後，兩國團長安排了兩次線上團集會，讓小菩薩們呈現他們的交流成果。10 月 3 日曼城

的 Weinni 報告了和紐約朋友 Sophia 所討論的死刑課題。Weinni 精準地解釋了死刑的定義和情況，在英國死刑已經在 1960 年代被廢除，在美國還有 23 個州保留了死刑。考慮了死刑的得失後，Weinni 和 Sophia 都覺得死刑是弊多於利的。

曼城的 Palistha 和紐約的 Fay 也在同一天報告了性別平權的課題，兩人精彩地介紹了英美兩國女性平權運動的歷史。11 月 20 日，曼城的 Chris 報告了跟紐約 Cynthia 的課題，討論各種水源污染的原因，尤其 Cynthia 分享紐約市哈德遜河的污染問題。

曼城 Jess 跟紐約 Joy 的課題是生物多樣性的減少，Jess 重點提出去森林化是多樣性減少的主要原因。曼城的 Issy 和紐約的 Fiona 特別關心中學生的精神衛生，Issy 報告英美兩國的學校如何處理學生的精神衛生，一個在疫情管制期間棘手的問題之一。

童軍們一場又一場精彩的報告，讓團長們十分驚喜。孩子們成熟的分析、精到的見解，證明他們具備成為佛光和社會領袖的能力。經過這次的合作，曼城和紐約的童軍不但學習了從不同的國際角度去探討社會課題，也學會了如何跟其它國家的佛光童軍伙伴一起合作、一起為創造人間淨土而努力。

紐約佛光中校「社區活動日」戶外教學趣



文：遲緣志、性緣 圖：佛光山紐約道場

臨近學期尾聲，紐約佛光中文學校小朋友們再次迎來有趣的戶外教學課。這次主題與往常有所不同，真正的搬到戶外，走進社區，讓小朋友實際前往「皇后區農場博物館」（Queens County Farm Museum）體驗一次「社區活動日」的中文課。連同常住法師、全校師生和義工團隊 60 多人，每個人步行約 5.8 公里，一同響應「2021 VEGRUN 復蔬線上公益路跑」活動，健身並呼籲各界關注有需要的家庭。

小朋友學習好中文是紐約佛光中文學校的主要任務之一，此次戶外課教學，參觀農場與「照亮農場」（Illuminate the Farm）紐約冬季燈展，旨在藉此機會傳播中華文化，讓小朋友們能理解博大精深的中文起源。坐上稻草堆成座位的卡車，瀏覽農場景色一周後，一行人隨著覺讓法師、妙住法師一邊徒步健行，一邊跟著 2 位導覽老師當場上起實體課，逐一近距離觀賞動物。以往只在課本上見過「牛」、「羊」、「雞」的漢字，這次親眼看到各種動物的樣子。每個人領著導覽老師發的飼料，親自餵了山羊，也印證中文的象形字，「羊」頭上果然有兩隻犄角。小朋友邊玩邊學，把以前學的知識連結了起來。

導覽老師並摘了玉米，解說玉米粉的製作，其他如羊駝的毛一年採集一次，做成溫暖的布料，比綿羊的更保暖舒適等資訊，小朋友們聽得津津有味。老師們藉此機會告訴小朋友們，學習中文並不只限於認識漢字，而是隨時隨地都可以學習到任何知識。

農場實體課告一段落，華燈初上，師生隊伍來到了「照亮農場 - 紐約冬季燈展」，現場許多小動物造型燈飾，等待小朋友探索。小朋友跟著老師有序地觀賞，五彩斑斕的燈讓人目不暇接。長頸鹿、南瓜馬車、火烈鳥、小豬等栩栩如生，讓大家流連忘返。3 年級 Sean 爸爸特意和級任老師分享說，Sean 度過了非常開心的一天；2 年級的 Ann 和 Voina 表示，希望學校再有機會舉行「社區活動日」，一定要再參加。

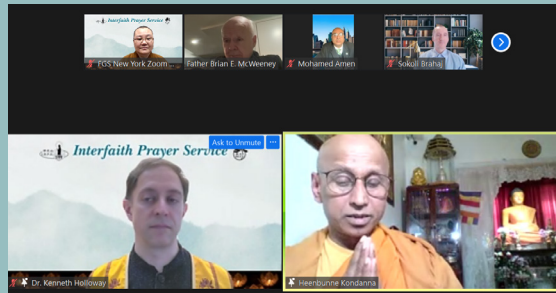
駱老師、張老師說明，活動另一焦點便是網上活動課，串連起上、下午班小朋友，全校小朋友大會師，一同從上午 9 時半至 12 點雲端上課，一同親炙中華文化，活動有認讀中文字五子棋、聽故事畫一畫、西洋棋解說等。中文字五子棋讓小朋友一邊識字，一邊下棋。



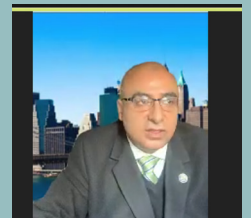
龍捲風席捲美國中南部 紐約道場發起多元宗教祝禱會



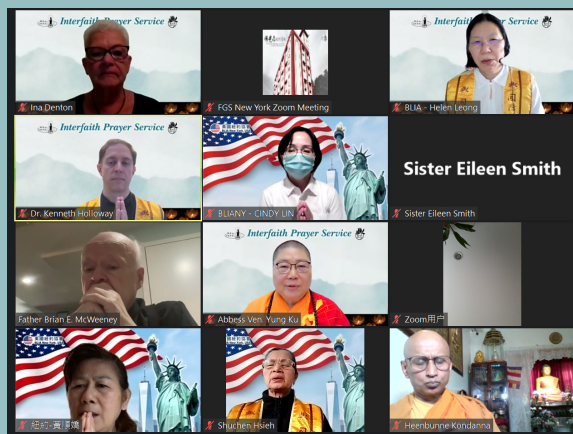
住持永固法師唸誦祈願文。



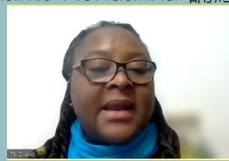
檀講師郝樂為博士（左），南傳佛教長老 Bhante Kondanna 誦經祈福。



紐約市警探 Mohammed Amen 代表伊斯蘭教祝禱。



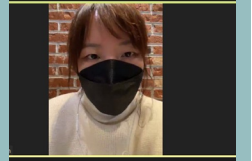
英文檀講師 Ina Deton（左上第一），紐約協會會長王如茵（中二）。



聯合國全球傳播部外展辦公室主任 Hawa Diallo，也上線參與並致詞。



美國國會議員孟昭文錄影致詞。



紐約州州長凱西霍楚代表，亞太裔事務主任范小江。



活動海報

文：文果 圖：佛光山紐約道場

逾 30 個龍捲風在 12 月 10 日晚間至 12 月 11 日清晨席捲美國中部和南部六州，將多棟大樓夷為瓦礫碎片，死亡人數當時已超過 80 人，最慘重的災情包括肯塔基州蠟燭廠倒塌，伊利諾州亞馬遜倉庫遭吹翻，以及阿肯色州療養院遭摧毀；肯塔基州長預估死亡人數可能超過百人；美國總統拜登 12 月 11 日已宣布啟動聯邦救援。「這恐怕是肯塔基史上最慘烈的龍捲風災難。」民主黨籍的肯塔基州州長貝希爾（Andy Beshear）對媒體表示。

本著佛教「無緣大慈、同體大悲」的精神，12 月 22 日由佛光山紐約道場主辦，國際佛光會世界總會紐約協會承辦，一場邀約紐約市多元宗教代表進行線上為美國中南部龍捲風罹難者及受難者祈福祝禱會。司儀由國際佛光會英文檀講師郝樂為博士擔任，由再回顧一段風災的影片報導起，紐約道場監院有望法師開場致詞，感謝各宗教的代表在年底最忙碌又是有最重要的節日前，感恩大家都平安，能與親友共度佳節，所以此時能在網路上為風災亡者祝禱，為受難者祈福。

宗教祝禱開始前的貴賓致詞，美國國會議員孟昭文，紐約州參議員史塔文斯基雖然不克出席，但都預先錄製影片感謝佛光山紐約道場及國際佛光會服務社區多年，這次更將關懷延伸到中南部受難的州，更是值得讚揚。紐約州州長凱西霍楚一份感謝狀也由亞太裔事務主任范小江代表傳達。

宗教代表的祝禱由紐約多元宗教中心執行長 Chloe Breyer 牧師開始，天主教神父 Brian McWeeney、猶太教拉比 Kara Tav 及代表伊斯蘭教的紐約市警局社區關係警探 Mohammed Amen、南傳佛教長老 Bhante Kondanna、日本佛教恒實法師、韓國佛教道心法師及聯合國多元宗教師沈祖為等唱誦祝禱，共有 11 位宗教代表出席。

此次活動在 zoom 會議室進行，同步直播到 Youtube，近 60 人參加，還有聯合國全球傳播部外展辦公室主任 Hawa Diallo 女士，也上線參與，她表示聽到多元宗教代表們的祝禱展現的融合與慈悲，也與聯合國的精神相符，她個人深受感動。

祝禱會最後是由佛光山紐約道場全體法師誦心經、回向偈，住持永固法師以特別為此活動撰寫



佛光山紐約道場法師誦經祝禱回向。



與會人員。

的祈願文及解釋佛教的「阿彌陀佛」，祝福每個參加的人都能獲得「無量光、無量壽」，適切地告訴大家要從悲傷中團結起來，每個人要為重建家園及社區努力。

會後檀講師郝樂為博士傳來主持這場祝禱會的感受表示：這兩年經歷了一場歷史性的大流行，美國的死亡人數是世界上最高的，超過 83 萬人，很容易對我們失去每個兄弟姐妹及親友的痛苦感到麻木。佛光山紐約道場及國際佛光會紐約協會為我們失去的人和肯塔基州龍捲風中倖存下來的人組織了一次祈禱會，提醒我們每個人的生命都是神聖的。

而匯集了來自紐約市不同宗教信仰的代表，讓我們想起了我們共同的人性和我們共同的祈禱心。任何一個人的喪生都是悲傷的原因，當我們悲傷時，我們會轉向我們的信仰，既是為了逝者的救贖，也是為了安慰那些倖存的人，包括我們自己。今天的活動意義深遠，尤其是在這艱難時期的祝福祈禱，

非常美麗和有意義。

國際佛光會紐澤西協會會長童鎮邦，也經常代表新州佛光山、紐澤西協會參與多元宗教的活動，這次不僅參與祝禱會，會前也協助邀請了紐澤西州聖瑪莉天主教會 Eileen Smith 修女，代表天主教派給予祝禱。童會長會後也表示：「這次龍捲風對美國南部六州帶來前所未有的生命財產損失，災後滿目蒼夷的景像令人驚心動魄，我們雖然僥倖沒有被波及，但是內心的震撼與對災民的同情則是感同身受。」

他非常感謝佛光山紐約道場及紐約協會組織了這次的祈願會，更感動有佛教、天主教、基督教、伊斯蘭教、猶太教等的宗教領袖一起來為災民祈禱，祈求早日康復身心的傷痛，重尋內心的平靜，也為世界人祈求，祈願世人重視環保、愛護地球，希望自然災害不再發生。全場 80 分鐘的時間，完全沉浸在祝福、關愛、與感動中，是一次無限殊勝的經驗。

紐約佛光人 寒冬送暖募冬衣

文：Susan 圖：佛光山紐約道場

全美商業與專業婦女聯合會專案，為在美的阿富汗婦女及其家人募集冬衣，紐約多元宗教中心將訊息發給國際佛光會紐約協會。為使來到寒冷北半球的阿富汗婦女及其家人，感受到人情溫暖與關懷，在國際佛光會紐約協會會長王如茵的號召下，大紐約市的佛光人響應「寒冬送暖募冬衣」，趁著節日假期，整理衣櫥，捐出冬衣、外套。經過短短一周，募集到共近 1000 件冬衣、裝箱 15 箱外套、15 袋毛衣，以及圍巾、帽子、襪子等各式禦寒物品。

紐約道場監院有望法師、王如茵、紐約協會理事譚順勤與胡月珠，貝賽分會會長譚慧君、會員許秀暖，楊淑惠，劉輔宙，林慧娟，孫彩領，鄭瑩等人，於 12 月 4 日上午，在道場三樓將衣物分門別

類整理裝箱。並在金剛分會的協助下，順利的將募集到的禦寒衣物，立刻送到與紐約道場一街之隔的 Dar Al Taqwa Islamic Center 穆斯林中心。



此舉讓大家不僅體會到不合適自己的一件衣服可能會成為他人的一件寶物；也因為自己的一點付出，能帶給別人溫暖。施與受是平等不二的，身為佛光人，應當盡己所能為社會帶來正能量，將溫暖傳遞他人、慈善福利社會。紛紛表示，這個寒冬，身和心都是暖和的。

"我挑您選"

佛光山紐約道場 · 紐約佛光會

2021 年活動十大亮點排行榜出爐

圖 / 文：編輯組

歲末年終，瞻前顧後，就在揮別 2021 年之際，一起來「溫故知新」，當下沈浸這一年來各種各樣大小活動的精彩，領略大家心目中的佛光山紐約道場、國際佛光會紐約協會 2021 年活動十大亮點，藉此再為紐約佛光人的集體創作，擊掌歡呼！

佛光山紐約道場、國際佛光會紐約協會首次舉辦這項票選十大活動亮點，佛光山紐約道場住持永固法師在其每日視頻節目「早安佛光」中籲請大家踴躍投票；舉辦票選活動主要希望大家既可以細數佛光山紐約道場、國際佛光會紐約協會 2021 年活動「家珍」，而且也利用自己手中的一票發出聲音，給予肯定。

《紐約佛光世紀》編輯組根據這次投票結果，列出佛光山紐約道場、國際佛光會紐約協會 2021 年活動十大亮點排行榜，其中排名前八大亮點，各有擁護者，支持率各自挺立；同時也有三項活動旗

鼓相當，得票率難分難解，並列第九，使得排行榜在第九名之後跳過第十名、第十一名而進入第十二名，也就是「『北美雲來集講壇』首次線上登場，佛光山文化院院長依空法師主講」僅以不足 2% 的些微差距，成為前十大亮點榜單「遺珠之憾」。

佛光山紐約道場佛光山紐約道場、國際佛光會紐約協會 2021 年活動十大亮點排行榜「三鼎甲」分別是：善用多媒體特性的「『獻給旅行者的 365 日』有聲書 5 月 16 日 首播」以 80.4% 票數掄元；榜眼是「人間小廚：《談心說菜》巧思傳承歡慶法寶節 紐約佛光人學煮臘八粥」榮獲 69.6% 的支持；「網路弘法無國界 『紐約佛光』1 月 4 日雲端首播」緊跟在後成為「探花」。

其次是「紐約道場賀春節 人間小廚：《談心說菜》端出吉祥年菜」深受好評，贏得 48.2% 的肯定，年菜菜單才出爐即已訂購一空，根本不必限量；

「『2021 年國際佛光會世界會員代表線上大會』 紐約科技組再接再厲」榮登第五，「紐約客」魅力淋漓盡致。「佛光山紐約道場春節科技迎賓，上萬人次海會雲集」旋乾轉坤，名列第六。位居第七的是「人間好心情轉型，電台網路處處通」；「有望法師：紐約市警局公民警察學院首位法師畢業生」也以 37.5% 的得票率，閃亮登上第八位。

本次並列第九名的活動亮點各有千秋，同樣獲得 35.7% 的票數，包括「供佛齋天法會席設雲端 佛光山美加東、中部十道場香花迎請」、「【全球線上皈依典禮】紐約佛光人首次雲端歡喜『回家』」以及「線上『曼哈頓佛光山建設祈福法會』 1 月 10 日首次啟建 籌募善款」。

排名	百分率	項目
1	80.4%	1) 「獻給旅行者的 365 日」有聲書 5 月 16 日 首播
2	69.6%	4) 人間小廚：《談心說菜》巧思傳承歡慶法寶節 紐約佛光人學煮臘八粥
3	60.7%	2) 網路弘法無國界 「紐約佛光」1 月 4 日雲端首播
4	48.2%	6) 紐約道場賀春節 人間小廚：《談心說菜》端出吉祥年菜
5	42.9%	31) 「2021 年國際佛光會世界會員代表線上大會」 紐約科技組再接再厲
6	41.1%	7) 佛光山紐約道場春節科技迎賓 上萬人次海會雲集
7	39.3%	3) 人間好心情轉型 電台網路處處通
8	37.5%	9) 有望法師 紐約市警局公民警察學院首位法師畢業生
9	35.7%	8) 供佛齋天法會席設雲端 佛光山美加東、中部十道場香花迎請
9	35.7%	18) 【全球線上皈依典禮】 紐約佛光人首次雲端歡喜「回家」
9	35.7%	5) 線上「曼哈頓佛光山建設祈福法會」 1 月 10 日首次啟建 籌募善款

1

「獻給旅行者的 365 日」紐約有聲書 5 月 16 日全球首播

佛光山 紐約道場自今年 5 月 16 日起，在 Youtube 首播佛光山開山星雲大師總監修出版品《中華文化佛教寶典：獻給旅行者們 365 日》，製作團隊從十多人開始到現在已經有數十人，為了呈現多元化的聲音表現，中、英文朗讀者超過 30 人，期許給各界「信心、歡喜、希望和方便」，但願給大家每“疫”天有支撐力量，一同增長智慧，平安健康度過迎接後疫情時代。



365 日多聞薰習 長養青年文化素養

文：文果 圖：佛光山紐約道場

佛光山 紐約道場自今年 5 月 16 日起，在 Youtube 首播星雲大師總監修的「中華文化佛教寶典 獻給旅行者的 365 日」有聲書，紐約佛光青年 Evan Ralske 從 2021 年 8 月開始參與朗讀錄音，從一開始並不太明白朗讀的文意，但經過幾個月的參與之後，他慢慢的有所薰習，更加了解對人、事、物的禪意與道理。Evan 是國際佛光會紐約協會副會長陳澄慧之長子。

15 歲的 Evan 目前是高一生，他就讀紐澤西州升學率排名第二的 Tenafly 公立高中，之前在一次學校文化課的分享中，Evan 分享了自己朗讀「獻給旅行者 365 日」時所學到的佛光山開山星雲大師的禪心及人間生活禪理念，獲得古柏老師 (Michael Cooper) 及全班同學喝采。古柏老師在課後致電陳澄慧表示，他已在這所學校任教了 12 年，第一次聽到 15 歲的學生能在課堂上解釋佛教禪學相關的



文句，他既驚又喜，覺得不可思議，所以立刻打電給 Evan 父母，說出自己心中的感動。

陳澄慧說，當初只是簡單的讓 Evan 與他父親 Erik Ralske 一起支持紐約道場把「獻給旅行者的 365 日」錄製成有聲書，參與英語發聲，但她沒想到這本書內容豐富又多樣，在錄製過程裡透過「多聞薰習」，竟然長養了 15 歲正值青春叛逆期孩子的善心善念，還增加了宗教與人文的素養。陳澄慧感慨之餘，亦發願未來要多多利用此書，作為青少年，青年團的佛學課程教材，以豐富下一代學習佛法的元素。

2

紐約《談心說菜》傳承慶節 佛光人學煮臘八粥

農曆十二月初八為佛陀成道日暨法寶節，往年佛光山紐約道場分送臘八粥與社區各界結緣，2021 年因應疫情，禮請佛州光明寺永康法師根據佛光山都監院正統食譜，進行指導，由監院有望法師示範，歷經 3 次反覆調配試研後，錄製「人間小廚談心說菜 - 臘八粥」特輯上傳雲端。此節目 1 月 9 日在 Youtube 頻道首播，獲得熱烈迴響，僅僅一週點閱率即破二千餘次。

3

網路弘法無國界 《紐約佛光》展新貌

疫情之中，佛光山紐約道場住持永固法師首次跟「紐約中國廣播網」程蕙台長一起以視頻訪談模式，藉著 YouTube 頻道上的弘法節目《紐約佛光》與大眾見面。1 月 4 日開播的《紐約佛光》首播時間為每週一上午十時。《紐約佛光》視頻內容，由程蕙以大紐約社區各界日常關心的話題，訪問永固法師，從人間佛教的角度，談論如何面對、如何調適、如何超越的因應之道。同時在每週一透過中國廣播網的電台頻道，傳播到紐約市以外的賓州、新澤西州、康乃狄克州等地近三十萬聽眾。

多數投票者：「獻給旅行者的 365 日」有聲書奪魁 實至名歸

佛光山紐約道場、國際佛光會紐約協會 2021 活動十大亮點排行榜出爐，榜首是「『獻給旅行者的 365 日』有聲書 5 月 16 日 首播」，好幾位受訪的“合格選民”一致認為，「獻給旅行者的 365 日」有聲書內容精銳，言之有物，適合填充零碎時間，加上中、英文兼容並蓄，收聽收看輕鬆有勁。

佛光山紐約道場住持永固法師指出，「獻給旅行者的 365 日」體現佛光山開山星雲大師的智慧與慈心，大師希望在人生旅途的每一個生命角落提供支持與鼓勵，這是紐約「365 日」製作群在疫情期間以一年 365 天呈現給大家的一份心意，也是幕後至少 40 位工作人員的共同努力、共同呈現，節目每一天透過視頻與大家見面，從製作到播出，選定搭配的图片、修圖、打字、校對、字幕和中、英語音聲錄製剪輯等，有一定工作量。國際佛光會紐約協會紐約協會會長王如茵表示，「365 日」名列前茅，「理所當然」，因為是紐約佛光人全程全心投入，並獨力承辦的活動，她希望獲得更多人的回饋，進一步提高瀏覽量。

黃順嬌說，「365 日」很特別，應該是第一名，以中、英文發音，方便大人小孩一同聽，她經常聽到與自己相應的內容，再找回書本讀一次；陳文淑說，「365 日」內容豐富，什麼方面都聽得到而令她有所感，是紐約佛光人集體創作的代表作。徐賢慶認為，以「365 日」代表紐約活動亮點是不錯的選擇，黃順嬌和陳文淑都同意，「365 日」使每日生活不留白，可以收聽（看）節目填滿日常生活中的空檔。

王如茵同時分享，她覺得在 2021 年活動亮點中，「北美聯誼會 紐約佛光人幕後重要推手，締造“神通”新定義」最能代表性，主要原因在於紐約協會雖屬協辦單位，但所有參與者「責無旁貸，傾全力協助，是是紐約佛光人的驕傲。」徐賢慶說，他對「世界會員大會」有上萬人出席，而紐約佛光人提供技術支援，幫忙安排流程細節，印象深刻；佛學會考創造學習佛法的機會。林美琴則認為，1 月 4 日雲端首播的「紐約佛光」完整呈現網路弘法無國界的真諦，最具紐約代表性。



佛光山紐約道場住持永固法師在其每日視頻節目「早安佛光」中籲請大家踴躍投票。



國際佛光會紐約協會紐約協會會長王如茵認為「365 日」為大家心中的首選是「理所當然」。



黃順嬌說，「365 日」以中、英文發音，方便大人小孩一同聽。

林達興和李靚等人在受訪時表示，他們一早就完成投票，每個人各有所好，但對於：「獻給旅行者的 365 日」有聲書拔得頭籌並不意外，林達興說，他跟著《談心說菜》學煮臘八粥非常開心。李靚則說，「2021 年北美人間音緣音樂會」男女老少自發參加，自娛娛人，很有代表性，其次是「佛學會考」這次有很多小朋友參加，讓她動念頭讓孩子明年報名參加。朱慧雯指出，她選「《談心說菜》學煮臘八粥」和「紐約佛光人捲衣袖 鹿野苑出坡去」，因為送臘八粥與社區各界廣結善緣，出坡則培養會員之間的合作精神。

誠如黃順嬌所說，佛光山紐約道場、國際佛光會紐約協會 2021 年活動亮點很多，實在難以取捨，「365 日」非常好，其實她最中意各項線上法會，讓她在疫情中仍可自我修持；而「有望法師：紐約市警局公民警察學院首位法師畢業生」令人眼睛一亮，「看見了人間佛教走出去。」

4

紐約道場賀春節 人間小廚： 《談心說菜》端出吉祥年菜

佛光山紐約道場監院有望法師提案推出「花開四季 吉祥年菜」，並帶領幾位擅長廚藝的義工一同調製各式年菜及甜點，希望大家吃出健康，吃得歡喜。與此同時，有望法師在 YouTube 頻道節目「人間小廚：談心說菜」中推出年菜特輯系列，邀請好廚藝的紐約佛光人線上教作素食年菜及甜點，第一集的示範年菜為「團團圓圓—素紅燒獅子頭」。



5

「2021 年國際佛光會世界會員代表 線上大會」紐約科技組再接再厲

「2021 年國際佛光會世界會員代表線上大會」10 月 2 日至 10 月 4 日舉行，主辦單位運用雲端平台科技讓所有與會者線上進行分享，佛光山紐約道場監院有望法師帶領視訊組及 IT 組成員錢威至、徐振倫、劉芳好等人，一同承擔幕後工作。紐約科技組資訊組從 2020 年北美線上佛學會考、2021 年年初「北美佛光山道場新春活動」，一路過關斬將來到了「2021 年國際佛光會世界總會北美洲線上聯誼會」，後再接再厲參與支援「2021 世界會員代表線上大會」，開創佳績。



6

佛光山紐約道場春節科技迎賓 上萬人次海會雲集

2021 年春節不「疫」樣，佛光山紐約道場聯合佛光山美、加東各地道場一同登上雲端，開啟專屬網站 www.fgsna.org，推出「北美佛光山道場新春活動」。永固法師進一步說明，紐約道場監院有望法師和道場資訊組義工共同努力之下，完成這項線上祈福設計，提供機會讓大家新春期間既可居家避疫，又可在北美洲佛光山「走春」，上網巡禮北美洲佛光山各道場，還可如極樂世界的天人般，彈指間已在各道場燒年香、點燈供佛、叩鐘許願。



7

人間好心情轉型 電台網路處處通

在大紐約地區播出十年有餘的電台弘法節目《人間好心情》，由佛光山紐約道場所有法師輪流錄製星雲大師《人間萬事》套書的弘法節目，也在 2021 年 1 月開始每週六可以在紐約道場 YouTube 頻道「收聽」得到。此頻道最重要的目標之一是希望如同星雲大師 2021 年新年法語，視頻內容如「花開四季」一樣豐富，佛法智慧能讓聽者、觀者「耕耘心田」，讓人間佛教的種子遍撒四方。



8

有望法師：紐約市警局公民警察學院 首位法師畢業生

佛光山紐約道場監院有望法師自 9 月 13 日起至 10 月 21 日參加紐約市警察局所舉辦，為期 6 週的公民警察學院訓練課程畢業。因為新冠疫情的關係，此一課程自 2020 年起停辦了一年半，2021 年 9 月份為疫情後重新開始的第一期，並由原來 10 週實體課程調整為 6 週線上與實體並行的訓練課程。10 月 28 日在紐約市警察總局舉行畢業典禮，由現任紐約市警察局長 Dermot Shea 親自頒發畢業證書。





徐賢慶說，他對「世界會員大會」有上萬人出席，紐約佛光人能提供技術支援，印象深刻。



朱慧雯選擇「《談心說菜》學煮臘八粥」，因為送臘八粥可與社區各界廣結善緣。



陳文淑說，「365日」內容豐富，什麼方面都聽得到，是紐約佛光人集體創作的代表。



李靚說，「2021年北美人間音緣音樂會」男女老少自發參加，自娛娛人。



李美琴覺得「紐約佛光」完整呈現網路弘法無國界的真諦，最具代表性。



林達興說，他跟著《談心說菜》學煮臘八粥非常開心。



9 供佛齋天法會席設雲端 佛光山十道場香花迎請

佛光山美國、加拿大東岸北、中部十道場 2 月 20 日起一連兩天作東擺設筵席，「香煙迎、香花請」敬邀佛菩薩護法諸天蒞臨佛光山紐約道場、多倫多佛光山和達拉斯講堂成為座上貴賓，接受供養。

這場由佛光山紐約道場住持永固法師主法的「供佛齋天」法會不但營造雲端“宴會”新視野，同時拓展跨越美、加兩國遠距法會的零距離，還創新這項線上法會參與道場之規模，進一步詮釋佛光山集體創作之精神，並在科技弘法之機動性再下一城。法會中也祝禱達拉斯講堂、中美寺、香雲寺災後重建順利。



9 【全球線上皈依典禮】 紐約佛光人雲端歡喜「回家」

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。



9 曼哈頓佛光山啟建 將為佛光會駐紐約辦事處

佛光山紐約道場 1 月 10 日首次啟建線上「曼哈頓佛光山建設祈福法會」，佛光山紐約道場監院有望法師與覺讓法師、有仁法師及妙住法師和一百多位發心護法信眾全日共同禮拜《大乘金剛般若寶懺》。

啟建這項祈福法會緣起於「曼哈頓佛光山」建設案已提交紐約市建管局審批，內部設計現正規劃中。



菩薩法像 建寺結緣



鄧元明書畫藝術家捐贈紐約道場一幅地藏王菩薩油畫法像。



監院有望法師接待鄧元明書畫藝術家，知名畫家金鳳石教授與書法家陳振華先生。

文：心甄 圖：佛光山紐約道場

國際佛光會紐約協會金剛分會副分會長何曉記，12月11日下午帶領友人鄧元明書畫藝術家到紐約道場參訪，並為日前捐贈的一幅地藏王菩薩油畫法像落款。本次參訪亦帶來手抄心經，贈與常住。監院有望法師接待表示感謝，並介紹佛教中「悲智願行」的四大菩薩給鄧先生聽，鼓勵其繼續繪製四大菩薩畫像。

此行參訪一同前來還有中國旅美知名畫家金鳳石教授與書法家陳振華先生。

金鳳石教授曾受聘於中國人民藝術學院教授，旅居美國後油畫作品獲獎不斷，現為美國多個藝術家協會會員。陳振華先生，在中國獲獎無數，被譽為“江北書畫第一人”，擅長行草和榜書，是中國一級美術師。有望法師邀請陳振華先生，待疫情平息，道場新年設置文化廣場，參加新年揮毫，書寫春聯與大眾結緣，陳先生當場歡喜應允，立刻留下聯絡電話。

有望法師亦向三位書畫家介紹星雲大師的一筆字，並以大師一筆字專書，獻給旅行者的365日中文版，紐約版佛光世紀及茶葉糕點等與三位藝術家結緣。



國際佛光會紐約協會金剛分會副分會長何曉記，鄧元明書畫藝術家，監院有望法師，知名畫家金鳳石教授與書法家陳振華先生合照。

2022 年人間小廚年菜第一砲 吉祥如意福壽全



逢麗雲師姐，是紐約道場製作宴客菜的資深典座義工。此集為迎接農曆新年，特別推薦過年必吃的「年菜之王」極品素燉佛跳牆。

文：心甄 圖：佛光山紐約道場

佛光山紐約道場自 2020 年 6 月開創「人間小廚·談心說菜」以來，至今年底已經邁向 70 集，每一集都有不同的展現也有很多新創意。此集為迎接農曆新年，特別推薦過年必吃的「年菜之王」，邀請菩提分會逢麗雲師姐示範如何製作。逢麗雲過去就讀台灣「輔英醫事護理專科學校」，後來更名「婦嬰高級護理助產職業學校」。

逢麗雲 1992 年遷居到美國法拉盛區，他對烹煮很講究，是紐約道場製作宴客菜的資深典座義工。監院有望法師此番邀請逢麗雲來示範此道年菜，他特別提到這道佳餚「極品素燉佛跳牆」很特別，是以鮮甜蔬菜黃豆芽、玉米、高麗菜、芹菜、香菇、昆布、當歸、紅棗、薑片等材料為湯底，配上松茸、栗子、白果、白木耳等食材，絕對是素食界年菜的「王者之湯」。

佛跳牆適合圍爐的年菜湯品，中式經典傳統菜餚，精美食材，料多味美！真材實料，細火慢熬且以高檔珍稀食材入饌。佛跳牆源自宮廷湯品「甕裡禪」，素燉佛跳牆的作法是將食材（包括素排骨、芋頭、香菇、沙拉筍、栗子、猴頭菇、素火腿、素排骨、素鮑魚等）先炸過，再依序放進甕裡面蒸，燉煮二小時以上，「素」的佛跳牆，口感很特別，讓你品味的禪悅法喜、酥酡妙味。

「運用精美食材，烹調出精湛風味，給予人們出乎意料的滋味，亦能找回生命中最輕鬆的飽足感。為了自己身體健康，長養慈悲心，所以，清淨、慈悲是健康長壽的根本。



依序在甕中推疊精選包含筍片、芋頭、松茸、素火腿、蓮子、素排骨、沙拉筍、白木耳、栗子、杏鮑菇、香菇、白果、竹筍、猴頭菇、素鮑魚、髮菜、素魚翅、紅棗等食材，再加入素高湯燉煮一小時以上，逢麗雲師姐特別放入熬出膠質，使湯頭濃郁滑口溫潤。

線上一心念佛

文：吳楚玠

疫情攪得人心惶惶不安，感謝紐約道場舉行如法如儀的【彌陀法會】，線上參與法會如同親臨清淨莊嚴的壇場。讓大家提起正念，在生活、工作中繼續在佛道上用功。更讓我們的色身有美味飲食滋潤，一場殊盛法會得法身慧命。

波士頓三佛中心監寺妙璽法師特別分享，念佛法門淨土五經的其中一個章節《楞嚴經》卷末《大勢至菩薩念佛圓通章》，西方三聖之一大勢至菩薩如何通過念佛，達到事理圓融、通達無礙的境界。首先心裡要有佛。“若眾生心憶佛、念佛，現前當來必定見佛。”具體如何念佛呢？“都攝六根，淨念相續。”萬緣放下，把眼耳鼻舌身意收攝起來，當下的心念放在佛號上。一句佛號接著一句佛號，念到身心自在，法喜充滿，自然成就。

新州佛光山監寺覺懺法師勉勵大家，要以清楚的心來念佛。我們在長久的學佛過程中，常常會忘記初心，起煩惱，落入我慢，甚至惡見。學佛有無感應，全看一顆心。念佛不在次數多，而在念的當下心是否真誠。期許大家要保持清楚的心，清楚自己為何要學佛，清楚念佛當下的感受，精進修持。

監院有望法師為大眾開示，在三天的彌陀法會裡，希望大家謹記無常，放下萬緣，清淨念佛修持，剋期取證。要去淨土世界，除了念佛，還需要「信、願、行」三資糧。更相信淨土世界的存在，並發大願才能往生西方，只要實踐一句佛號念到底。願大家謹記，「未得一心，先求恭敬；做到至誠，便是感應；才存恭敬，便歸一心；放蕩傲慢，虛度光陰；萬緣放下，便是不亂；淨念相續，便是一心。」法師以一段詩偈與大眾共勉：「人身不易得，三毒真可怕；極樂人人去，三毒心放下；念佛不改心，等於說空話；心口若相應，立見佛菩薩。」

艾姆赫斯特分會黃順嬌，喜悅說她非常歡喜參加法會能在這殊勝因緣跟大家一起線上念佛。每當聽到一句接一句的聖號，整顆心很清淨、安定。在連綿不絕的佛號環繞中，好像看到自己依偎在大佛腳下，眼淚忍不住的淚流滿面。更表示，只要有堅持的心念，不管念多長時間，都不會覺得累，還會有諸多的感動和感應。

施彩英分享，她在這三天法會中，念得很法喜。更把法會的鏈接發給幾個社交群裡，希望朋友們都能參加線上念佛修持，同沾法益。壇場的莊嚴溫馨，法師們梵唄的攝受，隔著電腦、手機都能感到禪悅法喜！

雷美璘感恩常住直播「彌陀法會」，讓我可以在家參加線上共修，雖第三波疫情蔓延，她和家人

不能在佳節里團聚，勝好能在線上一同念佛，才使得心情轉換。學佛真好！

法拉盛分會陳淑儀表示，在家修持雖不如在佛堂時專心一致，但在雲端看到佛堂的五方佛如同她的淨土，藉此法會共修的力量，使疫情很快消失，自己也能盡早康復，生活回復正常，早日回道場與諸上善人一起學習。

范秀玲分享，當「爐香讚」的唱誦聲響起，又揭開了一場法會的序幕。看著法師們莊重的神情，細細體會著法會的真義。佛光山是我的法身慧命之家，我是眾中的一個，把自己應該做的做好，這個家就會好，色身就能安居樂業。也是我發願效法、追隨學習的對象，不止這輩子，而是生生世世！阿彌陀佛！

蔡璧駿分享，每次道場舉辦法會，自己必定提醒自己如何不要浪費一個參加法會的機會，要反思自己學到什麼，更重要是沒學到什麼。佛法真的很可貴。所以希望藉著今次在線上參加彌陀法會，從自己出發，要有信心，要更精進，先淨化自己身心，才能建立極樂淨土。

紐約佛光會年度會員大會

文：李依鴻

紐約佛光會年度會員大會

12月18日 星期六

今天，“參加”了紐約佛光會年度會員大會。

現代網絡真神。上百位會員“聚集”開會。有条不紊，程序一點也不會糊。

王會長主持，永固法師坐鎮。會場“布置”美輪美奐，音樂優美，還不乏知名歌唱家現場獻藝。靈巧優美圖片、生動活潑影片，一幕一幕涌出。這些精美的畫面，告訴過去一年佛光會的故事，記錄著佛光人在艱苦的疫情環境中，如何克服重重困難，排除心靈的障礙，毅然走入社會人群。哪里有困難，哪里有國際佛光會旗幟；哪里有需要，哪里就有佛光人身影。

這些一陣一陣的畫面，伴隨著悠揚音樂，如潮水拍岸，發出陣陣飛沫，沖擊大紐約天地之間。

這神奇的“會場”，全仗背後的IT團隊以及許多參與制作的義工。把才華奉獻給最美的地方，謝謝你們！

回首過去一年，有哪些感人片段呢？

“人間奇緣”全球競賽的過程，把許多熱愛音樂的人引入佛光的般若大船中；國際佛學會考，考出了眾多佛學精英；大紐約的“消滅飢餓”遊行隊伍中，終於看到我們的佛光人。冬季捐贈、建寺義賣、扶貧濟困、乃至佛光人“自己”的活動，健步走出新冠疫情的阴霾。還有九個分會、青年團、童軍等活動的溫馨畫面，琳瑯滿目。

還好，作為佛光大家庭一員，雖然過去一年甚少參與，但我今天也克服了電腦連線的困難，在新居地方，“出席”了這次盛會。

感謝常住、佛光會，更感謝王會長帶領下的義工團隊！

大家辛苦了！

（本單元讀者投書僅代表其個人意見，不代表紐約佛光會立場。）

世界會員代表線上大會 - 紐約人心得分享

(三之三)



長島分會辛敏英：「成就與歸屬感」

清晨，伴隨著一首《愛與和平》十二國語言，傳唱大會主題曲（澄慧作曲作詞），輕盈而又有代入感的旋律，所有精神抖擻的佛光人，早已迫不及待提早一小時進入線上會議室，等待著與來自歐洲，南美洲，南非，美東的佛光人相聚的盛典。大會在熱烈的期盼中準時開啟，主持人澄慧介紹了永固法師等四位貴賓，緊接著進入第二階段的分組討論。此次會議主題《智慧與創新》，B組共七個議題：《教育與信仰》、《培訓與人才培養》、《慈善與弱勢關懷》、《科技與網路傳播》、《環保與舒適減碳》等分成33個組分開討論，我被分配在第25組，《培訓與人才培養》，如何培養、重視才能留住人才，這一直是佛光會的宗旨之一。各個地區的代表們積極發言，大家積極參與發言。里斯本督導蔡英岳幾位發言人，以理論PPT和實例說明如何做培養人才的心得和經驗，注重家庭親子三好教育，注重兒童（童軍團）信仰的培養等等。特別是巴西的如來寺，充分體現了星雲大師「本土化、人間佛教弘法的宗旨來培養人才，讓我印象最深刻就是：法蘭克福的會員：李海燕師姐發言，對我觸動很大，她除了忙於工作和家庭，還有辦法兼顧佛學，只要我們有發心，就能在佛光會找到歸屬感，找到屬於自己的一片天地，這是在工作和生活中無法得到的自我實現。最後這一組妙衍法師作總結，並舉例說明正能量的重要性，曾經不止一次聽見，某人說參加佛光會的活動就是給某人或者是某為會長的面子（錯），是佛光會所有人成就了這個因緣，不是為某個人，要有佛性、發心，每一位佛光人都會有進步，在這溫暖的大家庭裡找到歸屬感，參與感、使命感、服務感和榮譽感！大會來自倫敦協會的蘇培芳等9位報

告人精彩回報演說，體現了佛光普照，有佛法就有辦法，讓佛教有傳承，讓信仰紮根。大會最後在秘書長滿謙法師的總結指導下拉下帷幕。希望在星雲大師的指引下：所有的佛光人，都能開啟智慧與創新，讓人間佛教傳承萬方，光照大千！

艾姆赫斯特分會長雷美璘：「歡喜與幸福」

「智慧與創新」貫穿了連續三天的會員大會主題，看出主席委員團隊的智慧與創新，這就是我們未來的方向，一萬多人線上會議，我們一起相見歡，當我們敬佩的創會總會長星雲大師電影視頻出現，猶如親臨跟大師一起，非常歡喜，深深感受大師慈悲溫暖我們的心靈，好幸福！大師祝福全球佛光人，「把大會的歡喜、佛祖給我們的平安吉祥帶回去，永遠享受。」進入第二天分組討論，在第18小組我很榮幸代表分享佛學會考心得，有緣認識帶領我們小組分享的巴拉圭滿馨法師，她認真細心叮嚀，關懷指導我們完成分享和PPT，分享內容豐富緊湊，會後還給予我們點評鼓勵，從這裡我體會佛光人一家親！第三天會議更是精彩紛呈，聆聽主席心保和尚主持的提案通過決議案，容師父，空師父、秘書長等法師的分享，非常精彩，智慧灌頂加持，獲益良多！整個會議氣氛溫馨愉快，雖然美東時間已是凌晨1點，我們還是認真參與聆聽到會議圓滿閉幕！內心滿滿歡喜、滿滿愛、滿滿收穫、滿滿智慧！感恩感謝所有台前幕後工作人員、師父們，有您們真好！我們能進入這佛光大家庭，真的很幸福！

紐約協會唐禕雪：「歡喜和溫馨」

最近讀《佛法真義》四攝法，聯繫到2021年世界會員大會進而有了更深的體會。佛光人佈施發心在全球，世界會員大會讓我能空中與四海菩薩結緣，在分組討論會議中聆聽來自倫敦、新澤西、北卡、巴西以及非洲地區佛光人的智慧分享。會議中，各位法師，尤其是永固法師愛語智慧讓我如沐春風。比如：有師姐不小心離開會議後再次回到主會場後有怯怯詢問，永固法師總是喜悅滿滿地說：“恭喜你，你是回到了主會場哦！”讓師姐不再緊張，放鬆學習線上會議操作。線上全球會議，在設置虛擬背景和修改名稱方面有不少菩薩需要幫助學習。「利行」助其增上，在幫助他人設置虛擬背景的同時，讓我放寬心量，學會愛語智慧，亦是“助吾增上”。至於“同事”，2021世界佛光會員大會具足志同道合、歡喜和增進，讓我有幸與全球超過500位菩薩同行共事，法喜滿滿地歡度三天會議時光。

線上益路跑完賽

文：編輯組 圖：紐約協會各分會

“紐約城市版”「2021 VEGRUN 復蔬線上公益路跑」12月初圓滿，65位紐約佛光人參加路跑，一同跑了3862公里，其中國際佛光會紐約協會菩提分會成員完成1366公里，在紐約各分會的公里數中，名列第一。此外，連同常任法師、紐佛光中文學校學生、教職人員和義工團隊60多人也積極參與，一行人在12月4日前往「皇后區農場博物館」(Queens County Farm Museum)的「社區活動日」中健行，每個人步行約5.8公里。

國際佛光會紐約協會會長王如茵感謝所有分會參與復蔬線上公益路跑，團結就是力量。王如茵表示，綠色公益基金會寄來了完賽證明，也已發送各單位，中華總會總共捐了1千436美元(約台幣3萬9千986)。王如茵說，活動告一段落，但大家仍要繼續運動，樂活在紐約。



王喬榮



時翠英



劉靜思



黃淑珺



姚琪瑞



莊得隆



姚素卿



呂夏蓮

復蔬線上公益路跑 完賽證明

紐約協會菩提分會

完賽里程 | **1366公里**

完賽日期 | **2021.12.05**

捐餐貢獻 | **13,660元復蔬餐**
每公里10元復蔬餐

菩提分會成員完成 1366 公里，名列第一。



Illuminate The Farm by NYC Winter Lantern Festival

圖：佛光山紐約道場



新聞眼看人間，精彩畫面在當下，歡迎分享佳作，溫馨提醒您，傳送您的攝影作品時，請一定要說明，攝影人、日期、地點和活動內容，精簡易讀為重！

敬請傳送到

ny.chineseschool@ibps.org

再次感謝您的共襄盛舉！！

「人間行者」 譚順勤、李宛蔚 佛光家庭承先啟後



文：心甄 圖：佛光山紐約道場

紐約佛光童軍團務委員會主席譚順勤和紐約佛光女童軍總領隊李宛蔚（Ivana Lee）母女檔，一路走來總是「我在你左右」，為母者以身作則，為兒者勇於承擔。李宛蔚從紐約佛光中文學校入門，譚順勤則以參加紐約佛光會貝賽分會為起始點，母女兩人同心協力在紐約佛光童軍團發光發熱。

說起和佛光山紐約道場的淵源，譚順勤和同修李振寧在 2005 年加入佛光會後，即在道場發心護持，2007 年分派到貝賽分會。目前譚順勤在紐約協會擔任理事也是童軍團務委員會主席，夫妻兩人 20 多年如一日，秉持一師一道精神，追隨佛光山開山星雲大師的腳步，非常發心，終身矢志護法護教。

李宛蔚 5 歲於 1999 年進入 IBPS 中文學校學習中文 12 年，17 歲時升任小助教，教導暑期班學生。2002 年加入 IBPS 幼女童子軍至完成大女童軍課程，陸續獲得銅質獎章、銀質獎章和美國女童軍最高榮譽金質獎章。於 2012 年畢業。

譚順勤分享說，感恩法師們給予因緣機會，於 2001 年讓她學習帶領佛光童軍團。佛光童軍深具教育意義，讓孩子們接觸佛法，從小種下菩提善根，在生活、技能及心靈有很大幫助。佛光童軍目的是加強孩子們的自信與自我發展能力，一路走來，很欣慰看見童軍團不斷進步與成長。希望培育更多童軍領袖，進一步為社會培養更多人才。星雲大師提倡「做好事、說好話、存好心」的佛光三好精神，也是紐約佛光童軍的「三好宣言」，希望以此精神去履行童軍的使命。



譚順勤表示，李宛蔚從紐約佛光女童軍一路成長至畢業，接棒紐約佛光女童軍總領隊，在學習的路上，她勇於承擔，期許她在未來面對挑戰時，能承先啟後，把握因緣，努力學習。

李宛蔚說，就讀中文學校，不僅學習了漢語作為語言的基礎知識，更學習了中國文化、節日和傳統歷史。老師教會了她如何應對怯場，以及如何做好準備。10 歲和 11 歲時，她代表學校參與紐約《世界日報》舉辦的朗誦比賽，當時心情非常緊張，但她盡力穩住、深呼吸，大聲朗讀。「很感謝佛光山，因緣就是這樣。」她深刻感受到有佛法就有辦法。

李宛蔚表示，她加入童軍後，學習態度柔軟和生活技能，如何組織、如何領導班級、如何鼓勵與尊重，最重要的是如何讓世界更美好，以及成為所有童軍的好姊妹。李宛蔚感謝常住法師的肯定，讓她學習承擔並獲選成為領導，一路從擔任巡邏隊長，管理巡邏隊，接著繼續擔任高級巡邏隊長，管理部隊和班級等。李宛蔚在那段時間裡，學著與巡邏隊員聯繫、傾聽，學習如何指導年輕的偵察員。

李宛蔚畢業於巴布森學院，擁有工商管理學士學位。年紀輕輕即是 Citigroup 花旗集團創意執行副總裁，公餘擔任女童軍團長一職，一心要把自己所學和人生經歷，教導給紐約新一代的佛光女童軍團員。李宛蔚希望在她生活和學習的過程中，帶給女童軍更好的領域，培養自我「宗教情操」。

回向



在佛教的寺院道場裡，每天早、晚課誦後都會以「三皈依、回向」作為結束；早、中午過堂吃飯後，也會「結齋回向」；平時為信徒所做的往生佛事有往生的回向偈，祈願祝禱有祈福的回向偈。

為什麼寺院的一日行事，最後都要來個圓滿的「回向」呢？「回向」的意義又是什麼呢？所謂回向，就是「寄存」的意思，譬如你有錢放在家裡不安全，要把它存到銀行裡；你做了功德，希望帶給父母健康、家人平安，這就是「回向」的意義。回向如同播種，小心照顧，讓它發芽、開花，而結成纍纍果實；以小小的因，成就豐碩的果。回向又如一根蠟燭點燃另一根，燈燈相傳，自身的燭光不會減弱，反而更亮。

回向也是一種「光榮歸於佛陀，成就歸於大眾，利益歸於常住，功德歸於檀那」的廣大心量，因此，回向含有「回小向大、回自向他、回事向理、回因向果、回有向空」等諸多意義。

所謂「回小向大」，如同我們布施一塊小小的麵包，普願回向天下蒼生都能得到溫飽；一百元樂捐大學建校基金，普願回向天下莘莘學子安住身心，學業進步。本來只是一塊小小的麵包、一百元，經過我們的回向，普天之下的人都能獲得這個功德。

而「回自向他」，就好像我把誦經拜佛的功德，回向給父母，希望父母長命百歲；參加助印藏經的功德，回向給兒女，讓他有聰明智慧。所謂自他兩利，

這就是「回自向他」的意義。

什麼是「回事向理」？可以這樣的解釋，我願意化成一杯水讓人止渴；我願意鋪成一條路讓大家通行無阻；我願做一棵大樹給大眾消暑乘涼；我願做一個孝順的兒女，讓父母富足歡喜；我願做一個好的父母，成為兒女的模範。凡此種種，雖然「事相」上只是那麼一點點，但由於「心量無限」，這個「理則」即能普施一切。

還有「回因向果」，我們現世今生，所行所做，都是在「因地」；但是現世今生既然有了「因」，當然未來或來生必定會結「果」。就如春天播種，秋天收成；今年播種，明年收成。今生種了善因善緣，未來就會有豐富的果實，這就是「回因向果」。

另外「回有向空」，回向一定都有一個目標，但卻是有限的；你能從有限變為無限，就是「回有向空」。如虛空能包容萬有；照見五蘊皆空，就能「度一切苦厄」。所以「有形歸無形、有為歸無為」，回向的心理，等同虛空，等同法界。

在我們的日常生活中，隨時隨地都可以修持「回向」法門。只要有了一點善美的念頭，或者哪怕只是做了一點點的好事，也都可以回向。我們能以自己的能力所及回向給別人，就像再渺小的水滴，也能成為巨大海洋；再微弱的燭光，也能劃破千年暗室。回向是無私的給予，如果人人都能抱持如此善美的意念，必能為這個人間增添無比的和諧與快樂。

福田園地

Michael Kim：自製蛋糕一個，節日餅乾一盒，金莎巧克力一盒

曹淑芳：酪梨四箱

陳莉雯：自種南瓜一個

陳雪：點心兩盒

杜荷蓮：咖啡點心三盒

馮瑞芳：自製蛋糕三條，自制布丁六個

高鳴崎：節日禮盒一組

關寶儀：柳丁一盒

何曉記：紙杯蛋糕一盒

許麗娥：Amazon禮物卡

黃淑珺：自製餅乾一桶

黃順嬌：梨兩盒，紅棗一包，蟲草菇一包

黃子晉：紅棗一大包

金海華：白米兩包，食用油兩瓶，橘子兩袋，葡萄兩盒

鄭記豆腐：豆腐、油豆腐、豆漿 多批

李靚：柿子一盒

梁定嫻：餅乾四包

林倩：橘子、梨各一箱

林紫冰：蛋糕一個

劉佩珍：鳳梨酥一盒

施陳敏：西點麵包一袋

唐桂金：金莎巧克力一盒

王瑤瑩：咖啡一罐，鳳梨酥一盒

楊鳳玲：自制義大利瓜蛋糕五條

張靜：乾洗手液四箱

莊得隆：魚翅瓜一個

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，施碧雲，董雪貞，黃順嬌，朱桂蓮，李碧琴，陳文淑，吳楚玢，李靚，黃素燕，李耀輝，梁慧敏，李林美琴，陳林芳琴。

吉祥如意

福壽全

作法：

- 1) 先將玉米和芹菜切段、高麗菜切半，備用。
- 2) 先切芋頭、沙拉筍、素干貝兩面劃刀，素火腿切條狀，杏鮑菇切滾刀，竹筍切段，素鮑魚切斜刀，備用。
- 3) 起鍋放香油，炒薑片爆香，下數朵香菇、芹菜、高麗菜、素蠔油、香菇水、昆布水、黃豆芽、玉米；加500ml熱水、紅棗、當歸、冰糖、白胡椒粉，熬高湯1小時。
- 4) 起鍋放油，依序炸芋頭、素排骨、香菇、沙拉筍、栗子、猴頭菇、素火腿、素干貝、杏鮑菇、白果後備用。
- 5) 起鍋放熱水，依序川燙白蘑菇、蓮子、髮菜、竹筍、素鮑魚、白木耳、筍片、紅棗、枸杞後備用。
- 6) 取甕依序放入：筍片、芋頭、白蘑菇、素火腿、蓮子、素排骨、沙拉筍、白木耳、栗子、杏鮑菇、香菇、白果、竹筍、猴頭菇、素鮑魚、素干貝、髮菜、素魚翅、紅棗、枸杞後，加入高湯。
- 7) 放入蒸鍋1小時半後即可食用。

素高湯食材：

黃豆芽、玉米1條、高麗菜、芹菜、香菇水、昆布(5克)水、當歸1片、紅棗、薑片

主要食材：

(炸) 芋頭500克、沙拉筍260克、素干貝120克、素火腿140克、杏鮑菇340克、素排骨250克、白果50克、乾香菇100克、栗子215克、猴頭菇220克；
(燙) 白蘑菇230克、蓮子145克、髮菜2克、素鮑魚1個、竹筍100克、素魚翅90克、白木耳120克、枸杞25克、筍片1罐、紅棗50克

調味料：

白胡椒粉1茶匙、素蠔油2茶匙、香油2茶匙、冰糖1茶匙、鹽適量、油2大碗、熱水



廚師
逢麗雲師姐



2022 Online One-day Retreat

The online One-day Buddhist Retreat is intended to guide people to find peace in their daily life through Buddhist teaching, mindfulness training, discussion, and Q&A.

OBJECTIVES

- To weave mindfulness into daily activities.
- To offer an experience in life with inner peace.
- To promote wholesome mental and physical well-being.

JAN 15, 2022 (SAT)

Understand the Mind: How it works

FEB 19, 2022 (SAT)

Calm the Mind: Understand the World

MAR 19, 2022 (SAT)

Create Peace of Mind:
The Power of Concentration and Compassion

Time: 10AM - 3PM PT 12PM - 5PM CT 1PM - 6PM ET

Upcoming program:

Hsi Lai Buddhist Retreat will be on Apr 9, 16, 23, 30 in person.

scan me 



Age: 18 - 35 years old

www.hsilai.org
outreach@ibps.org

光明燈

LIGHT OFFERING

2022 圓燈法會

1/23 (日) 10am

線上直播

《無量壽經》云：為世之燈明，乃人間最勝之福田。於佛前點燈，藉著佛陀的智慧之燈放出的光明，照破我們的無明，使我們心生慧解，成就智慧波羅蜜。

上燈法會

2/13 (日) 10am

線上直播

"Longer Sukhāvativyūha Sūtra" stated that to be a bright light on this earth is the most supreme field of merit in the human world. When we make a light offering to the Buddha, the light of Buddha's wisdom enters our heart enabling the arising of true realization and to achieve the paramita of wisdom.



佛光山紐約道場
International Buddhist Progress Society

154-37 Barclay Avenue, Flushing, NY 11355
TEL: (718) 939-8318 WEB: www.fgsny.org
EMAIL: nyinfo@ibps.org
YouTube Channel: fgs IBPS new york



連線直播

供佛齋天

2022 2.19~20

國曆2/19 (六) 農曆正月初九 7:30pm

國曆2/20 (日) 農曆正月初十 10:30am



虔備香花果饌、酥醃妙供，敬獻三寶諸天。
祝禱各位護法信眾，福壽綿延、平安吉祥，同霑法益。



佛光山紐約道場
International Buddhist Progress Society

「禮拜八十八佛洪名寶懺」

每月第二週週日，上午10:00

曼哈頓佛光山



2022年二月至三月行事曆 IBPS New York Activities

二月

2/1 (二) 初一

10:00am 新春禮千佛法會

Thousand Buddhas Dharma Function

2/6 (日) 初六

10:00am 新春禮千佛法會

Thousand Buddhas Dharma Function

2/13 (日)

10:00am 2022年光明燈上燈法會

2022 Light Offering Chanting Service

2/19 (六)

7:00pm 供佛齋天 灑淨/請聖

Offering Ceremony for Buddhas and Celestial Guardians

2/20 (日)

10:00am 上供/送聖

Offering Ceremony for Buddhas and Celestial Guardians

2/27 (日)

10:00am 曼哈頓佛光山建寺祈福法會

Chanting Prayer for Manhattan Fo Guang Shan

三月

3/6 (日)

10:00am 光明燈消災法會

Light Offering Chanting Prayer for Longevity

3/13 (日)

10:00am 曼哈頓佛光山建寺祈福法會

Chanting Prayer for Manhattan Fo Guang Shan

3/20 (日)

9:30am 大悲懺法會

Great Compassion Repentance Service



2022年

處在無畏 和平共存

2022

May All Beings Live Without Fear and Coexist in Peace

1/31/2022 (一) 9pm

除夕辭歲/延生普佛

Lunar New Year Eve Chanting Service

2/1/2022 (二) 10am **初一**

2/6/2022 (日) 10am **初六**

新春禮千佛法會

Thousand Buddha Dharma Function

線上直播

