



寶印寺 2026 年世界和平法會

法會緣起：進入 2026 年，國際形勢變得更加緊張、無序、複雜，亂象叢生。從俄烏戰爭，拉美的委內瑞拉危機到中東美以伊軍事衝突，牽動世界全域，地緣政治博弈持續升溫，風險外溢態勢不斷加劇。有鑒於此，寶印寺暨青年佛教通訊中心，發起禮誦《藥師如來本願功德經》，祈請佛教四眾弟子，生無垢濁心，無怒害心，於一切有情，起利益安樂，慈悲喜捨平等之心，以此功德，洗除三毒罪業，解怨釋結，祈願世界和平。

法會日期：2026 年 6 月 6 日（星期六）

地點：寶印寺 257 St. Andrews Road, Walden, NY 12586

法會程序：上午 10:30 禮誦《藥師如來本願功德經》

11:30 佛前大供，法師開示

12:30 午齋：隨喜功德，歡迎供齋。

供齋 \$50 以上者，獲贈精美禮品。

下午 13:30 佛教文娛表演，法師開示

15:00 敲響和平鐘，回向世界和平



交通：備有巴士方便大眾參加法會（每人來回車資：\$48 元）

1. 早上 8:00 布魯克林上車地點：八大道與 61 街交口 - 愛新鮮超市門口

2. 早上 8:30 中國城上車地點：孔子大廈 - 容閣小學門口

報名車位請聯繫青年佛教通訊中心報名訂位，座滿即止（報名時請告知上車地點 1 或 2）。

報名地址：紐約市華埠勿街 18 號 2 樓前座 **電話：**212-406-5109

寶印寺地址：257 St. Andrews Road, Walden, NY 12586

電話：845-713-4537, 845-591-1633（心行法師）

E-mail: dsmusa@gmail.com **Web:** www.dsmny.org





普陀山紐約梵音寺

正念步行 · 身心安樂

2026年5月16日（星期六） | 上午9:30 - 中午12:00

開幕祈福與正念引導

卡德曼廣場公園



一起以正念走過布魯克林大橋

布魯克林大橋



免費公開活動 · 歡迎大家參加

體驗一場穿越布魯克林大橋的正念行走。

♡ 公益支持

每有一位參與者完成步行，主辦方將捐出1美元，用以支持自閉症患者及其家庭。



掃碼報名

普陀山紐約梵音寺 · hello@wba-nyc.org · 718-686-7606

紐約梵音寺佛教文化節 16 日舉行 數千人將以正念步行過布碌崙橋

5 月 16 日上午 9 時 30 分至正午 12 時開始第二屆紐約佛教文化節 A Mindful Walk for Wellness。讓我們放下被生活和工作填滿的心，以純淨、安定的正念，走過紐約地標布魯克林大橋，集合地點：Cadman Plaza E, Brooklyn, NY 11201。讓我們在大橋上行走覺知，在心中種下東方智慧的慈悲與安寧。

普陀山紐約梵音寺繼去年成功舉辦一項千人參加的佛教文化節後，今年的第二屆活動將於 5 月 16 日舉行，今年文化節主題為「正念步行·身心安樂」，屆時法師們將率領信眾和民眾一同以正念走過布碌崙橋。

普陀山紐約梵音寺住持常寬法師在 8 日舉行的一項發布會上說，今年的活動在促進社區身心健康的同时也開展公益捐助，今年關注的是自閉症患者及其家庭，因此當天每有一位參與者完成步行，主辦方將捐出 1 美元，用以支持自閉症患者及其家庭。

普陀山紐約梵音寺曾在去年舉辦了首屆佛教文化節，當時有超過千名各界民眾和民選官員等參加，場面盛大感人，普陀山紐約梵音寺住持常寬法師說，今年將活動改在布碌崙下城的卡德曼廣場公園（Cadman Plaza Park），隨後信眾等參加者將跨越全長約 1.1 英里的布碌崙大橋至曼哈頓，料將吸引更多參加。

常寬法師指出，佛教文化節旨在讓大家一起回歸社會，了解正念，而且活在正念的當下，感受到清淨，因為心放下便清淨，進而促進健康。她說：今年我們就是正念行禪，禪就是讓我們的身心健康，回歸到內心自然的放下。

今年的活動同樣獲得多名各級議員的參與，市議員莊文怡說：每個人最需要的拿錢買不到的，那就是健康。這次正念步行活動不光是身體的健康，更重要的是心靈的健康。把這個心靈的健康帶到我們這個社區，我覺得真的是非常讓人感動的一件事。

她感謝普陀山紐約梵音寺，她說：這次活動為自閉症做公益，希望把這病症得到社區以及社會的關注，才能使這些弱勢群體得到更多幫助。作為一名



母親和紐約市議會老年人委員會主席，社區健康對我來說非常重要，非常榮幸能夠支持梵音寺踏上這一段正之旅，期待與大家一起同行。

布碌崙州眾議員寇頓慕僚長也是州眾議會第 47 選區領導人的賀立寧博士感謝梵音寺用正念步行布碌崙橋的形式為社區祈福，為紐約人帶來身心的安樂，並為自閉症患者貢獻愛心與溫暖。期待普陀山紐約梵音寺第二屆紐約佛教文化節為更多的紐約市民帶來喜樂與健康。

今年活動獲得啟航（Project Ready）和阿茲海默症關愛服務（CaringKind）等的贊助，阿茲海默症關愛服務失智症照護華裔專員黃芮和啟航發起人馮斌參加了發佈會，同時，約州眾議會 49 選區領導人謝曉瓊和多名梵音寺法師也參加。

根據宣佈，第二屆紐約佛教文化節活動將於 16 日上午 9 時在布碌崙下城的卡德曼廣場公園以現場正念音樂演奏拉開帷幕。上午 9 時 30 分，法師們將帶來開幕祈福與正念引導，《心經》祈福等環節。上午 10 時 30 分，正念步行從公園開始，將跨越布碌崙橋至曼哈頓。

活動對公眾免費開放，歡迎各界人士參與。民眾可發送電郵至 hello@wba-nyc.org、或致電：718-686-7606、或訪問如下網址了解活動詳情並註冊：
<https://www.eventbrite.com/e/a-mindful-walk-for-wellness-tickets-1988139236977>。

第 21 屆聯合國衛塞節 首次在中國無錫舉行

韋琪

第 21 屆聯合國衛塞節首次在中國無錫舉行，呈現中國特色的佛教盛事！

農曆四月初八（今年剛好是西曆

五月二十四日）是漢傳佛教慶祝佛陀釋迦牟尼佛誕生的吉祥節日。通常這一天佛寺都會舉行浴佛法會，以淨水為出生的悉達多太子淋浴。所以這一天又稱為浴佛節！

浴佛的意義在於借外在的香湯淨水沐浴太子像，洗滌我們內心的貪欲、瞋恨、愚癡等煩惱塵垢，淨化身、口、意三業，從而顯現每人本具的清淨佛性，以此感念佛恩、啟發慈悲與智慧，並將五濁惡世轉為清淨的人間淨土。

至於南傳佛教及各地佛教徒，通常把佛陀出生，成道及涅槃（往生）三段珍貴時光，統一慶祝紀念，稱為衛塞節。

2026 年衛塞節（Vesak Day）定於 5 月 31 日（星期日）。這一天是全世界佛教徒紀念佛陀誕生、成道和涅槃的節日，常在 5 月的滿月之日舉行。在馬來西亞和新加坡等地，信徒會去寺廟浴佛、奉獻香花燈燭，部分地區還會有大遊行。

因此五月的佛教活動都很豐富，今年更有一場在中國舉行的佛教文化交流盛事！

第 21 屆聯合國衛塞節將於 2026 年 5 月 25 日至 28 日首次在中國無錫舉辦。這不僅標誌著中國在國際宗教文化交流中的影響力進一步提升，也將為世界呈現一場融合傳統智慧與現代文明的思想盛宴。無錫作為承辦地，將憑藉其豐富的佛教文化資源和舉辦大型國際活動的經驗，為全球嘉賓呈現一場「中國特色、世界水準」的佛教盛事！



【浴佛偈】

我今灌沐諸如來
淨智莊嚴功德海
五濁眾生離塵垢
同證如來淨法身

目 錄

01 菩提道上

紐約梵音寺佛教文化節 16 日舉行
數千人將以正念步行過布碌崙橋

02 編者的話

第 21 屆聯合國衛塞節 首次在中國無錫舉行

韋琪

03 教 訊 / 菩提道上

妙覺寺 5 月 17 日舉行浴佛法會
北美福智基金會紐約分會 5 月 24 日舉辦浴佛法會
香港佛教聯合會 5 月 23 日舉辦萬人皈依大典
加國五台山聯手創古寺 6 月 27 日舉辦首屆顯密大法會
佛陀母親—摩耶夫人

聖嚴法師

08 菩提道上 / 般若人生

百年菩提 · 千秋德範 緬懷圓山長老 蘭州報恩寺
光影為緣 願力同行
《大唐玄奘》十周年公益展映兩場圓滿回顧 洛杉磯玄奘寺
法雲禪寺 09/01-09/09 傳授菩薩戒
恭請來自臺灣「果下」清律師主持

12 菩提道上 / 中間彩頁

「佛耀城中」佛誕節浴佛 · 淨心傳遞吉祥 馬寂和

14 菩提道上 / 般若人生

一朝風月 萬古長空
紀念一代禪門巨匠淨慧長老圓寂 13 周年 大善文化
慈濟四神湯 玲玲師姐
我們的痛苦與幸福是取決於自己的心態 慈誠羅珠堪布
佛教知識：什麼是六波羅蜜？

19 般若人生 / 甘露法雨

加拿大佛學院舉辦第三屆開放日
彰顯佛教教育與高校合作新模式 鳳凰網佛教文化
越發達的城市吃素的人越多 附十大素食友好城市 素小廚
用佛學哲理開導病人抗病
楊日華醫生：最佳治療是預防 健營坊
紐約佛教會普照寺 5 月 17-24 日啟建浴佛節消災祈福楞嚴七大法會
美國法雲禪寺禪學院 9 月 1-9 日舉辦傳授三皈五戒、菩薩戒暨念佛法會

封底內頁 / 封底

北美福智基金會紐約分會 7 月 1-5 日舉辦佛學營
佛光山紐約道場 6 月 7 日舉辦「仰望星光」和平與希望音樂會

浴佛法會

我今灌沐諸如來，淨智莊嚴功德聚；
五濁眾生令離垢，同證如來淨法身。

世界和平 眾生吉祥
身體健康 百病消除
所求如意 智慧如海

法會日期：四月初一日 **5/17/2026 (星期日)**

法會時間：09:30am - 3:00pm

早上：釋迦普佛 浴佛 佛前大供

下午：晚課

功德項目

法會期間中隨喜供香花、水果、
供僧、供佛齋僧 **\$100**

地址：**妙覺寺**

99 Madison Street New York NY 10002

捐功德請寫支票
(The Buddhist Society of W.E.Inc)

電話 (917) 517-3630 (718) 916-6889

因妙覺寺裝修故，浴佛節四月初八釋迦牟尼佛生日
提前慶祝改為四月初一 **5/17/2026 (星期日)**

妙覺寺 啓



浴佛

法會

我今灌沐諸如來，
淨智莊嚴功德海，
五濁衆生離塵垢，
同證如來淨法身。

——〈浴佛偈〉

歡樂抽獎!

免費美味蔬食

精彩多元活動

**BIG
WIN**



浴佛祈福

靜心品茗

法師解惑

北美福智團體紐約分會在5月24日(星期日)上午10時至下午2時30分舉辦浴佛法會，恭請僧團法師們帶領，歡迎大家來參加！地址：25-10 Ulmer Street, Flushing, NY 11354。五月，感恩的時節，不但有母親節的情深意重，更因慈悲佛陀的誕生，為這人間帶來了最偉大的覺悟與光明。至誠邀請您和家親好友一起參加一年一度的浴佛法會，親手浴佛，讓你福報滿滿，平安喜樂，所願皆遂。提供免費美味蔬食，精彩多元活動包括：浴佛祈福、法師解惑 (Brown question)、靜心品茗、幸運抽獎。



北美福智基金會紐約分會

掃我報名



萬人皈依大典



5月23日(四月初七)|星期六

◆ 下午2:30至4:00 ◆

發心學佛，首先要對佛教有正確的信仰。信仰的入門，便是皈依三寶：

皈依佛，皈依法，皈依僧。皈依的「皈」是反黑為白，轉染成淨，

把心地住於正念清淨境界；「依」是依靠的意思。「佛」是正覺的示範，是我們的大導師；「法」是指示人生正道，消滅煩惱與痛苦的清涼藥劑；「僧」是紹隆佛法，代表佛陀轉法輪，

引導眾生入佛智的出家眾。皈依三寶表示接受三寶的祝福，正式成為一個佛弟子，

以佛法的智慧，點亮心燈、照亮人生；讓學佛的人生，真心自在、廣大吉祥。

大會至誠恭請諸山長老德為皈依導師，証盟授受三皈。

◆ 恭請皈依導師 ◆

寬運法師、紹根長老、道平法師、宏明法師、衍空法師

法緣殊勝，人天歡喜，如欲皈依佛教，並希望成為本會會員，請依照以下方法，以郵寄方式或親臨本會（香港灣仔駱克道338號1樓 香港佛教聯合會）辦理報名手續：

1. 填妥皈依報名表格#及普通會員入會申請書*，表格可到本會索取或於網頁下載；
2. 證件相片合共3張（一張用於皈依證，兩張用於入會*）；
3. 香港身份證副本*（年滿18歲人士）；
4. 繳交會員基金\$150（一次性收款）及首年年費\$50，合共\$200*。以郵寄方式報名者，請以支票抬頭「香港佛教聯合會」繳交有關費用，支票背面請填上聯絡電話。（已繳交入會費用但沒有出席皈依大典人士，將不獲退還費用，亦不會成為會員。）；
5. 如在5月8日前報名，可於皈依大典舉行當天獲發皈依證；
6. 5月9日至5月23日報名者，可於2026年6月8日起親臨本會領取皈依證；
7. 詳情請留意本會稍後寄出之通知信，若5月18日後仍未收到通知信，請致電查詢。

*參加皈依大典，不等同成為本會會員。

*只適用於同時申請成為本會會員。

歡迎皈依人士同時申請成為香港佛教聯合會會員，以獲取更多佛教資訊。

詳情請參閱www.hkbuddhist.org/member



顯密圓融
匯聚加國五台山
共祈世界和平

Mahayana and Vajrayana in
Harmonious Union at
Wutai Shan Buddhist Garden

ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དང་གསང་སྔགས་དོན་ཐེག་
པ་མཉམ་འབྲེས་ཐོག་ཀྱ་ནག་རི་བོ་ཕྱི་ལཱ་
དགོན་དུ་འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་ཆེད་སྟོན་ལས།

PRAYING FOR WORLD PEACE



27.06.2026

10:00 – 19:00

加國五台山聯手創古寺舉辦
加拿大首屆顯密大法會

The First Grand Mahayana-Vajrayana
Dharma Assembly in Canada
Co-hosted by Wutai Shan Buddhist Garden
and Thrangu Monastery Canada

ཀེན་པ་ཁྱ་དགོན་དང་ཀྱ་ནག་རི་བོ་ཕྱི་ལཱ་དགོན་པ་མཉམ་འབྲེས་ཐོག་གསང་བ་སྔགས་དང་
ཐེག་ཆེན་པོ་མཉམ་འབྲེས་སྟོན་ཆོག་མཆོད་ཆེད་པོ།

地点：加國五台山大雄寶殿（三樓）

Venue: Main Buddha Hall (3rd floor),
708 Ski Hill Rd, Cavan-Monaghan

སྐབས་ཀྱི་དགོན་པའི་འདུ་ཁང་ཆེན་པོའི་ཐོག་ཕྱི་ལཱ་གསུམ་པ།

紐約妙覺寺 05/17 舉辦浴佛祈福法會



佛誕，通常是慶祝佛教創始人釋迦牟尼佛誕生的日子，又名「浴佛節」、「衛塞節」。二千五百年前釋迦牟尼佛降生於古印度迦毘羅衛國，藍毘尼園的無憂樹下。佛陀的降生為世界帶來了真理，帶來了光明和希望。

歡迎佛弟子信徒、善男信女們來妙覺寺一起參浴佛法會，同時沐浴自己的心靈。將心中的貪欲、嗔恨、愚癡、嫉妒、傲慢都斷除，恢復清淨的身心。讓我們的人生不斷改善更新，這就是浴佛的真正意義。

祈求法喜充滿，世界和平，國泰民安；祝福大眾身體健康，自在安祥，法界眾生共成佛道！

日期：四月初一日（5月17日星期日）上午9時30分 - 下午3時

早上：釋迦普佛 佛前大供

下午：晚課

捐功德請寫支票：妙覺寺 The Buddhist Society of W.E.Inc

地址：99 Madison Street, New York, NY 10002

電話：917-517-3630/718-916-6889。

佛陀母親—摩耶夫人

聖嚴法師

祝福所有的母親們身心健康、福壽綿長。

母親很偉大，釋迦牟尼佛如果沒有他的母親，便沒有釋迦牟尼佛的誕生，我們也一樣，社會上所有的人都因母親而出生，因母親的愛護而成長，因此我們要感恩母親。

摩耶夫人，來到人間的任務，便是為了釋迦世尊的宿胎和誕生，她從天上來，任務完畢，又回到天上去，那是釋尊誕生了七天以後的事。因為尚有一位偉大的女性，正在等待著，在釋尊的撫養過程中，擔負起重要任務，那是摩耶夫人的姐姐摩訶婆闍波提夫人。



但是，在佛陀的傳記資料中，此後的摩耶夫人，依舊出現了好多次，例如釋尊出家初期，修持極為精進艱苦，身心疲乏衰弱得無法支持而倒下之時，摩耶夫人從天上下降，探望慰問；釋尊成佛後第七年夏安居時，特別去忉利天上，為母摩耶夫人說

法；最後當佛陀涅槃之時，摩耶夫人再度從天下降，涕淚悲泣。因為佛陀在入滅之前，派遣弟子優波離尊者，去忉利天告知摩耶夫人，願母早來禮敬三寶。摩耶夫人來到佛涅槃處，求佛再留半偈佛法，釋尊的色身雖已安置在金棺之中，仍然開棺顯現於佛母之前，為母留下五句法語：「世間苦空，諸行無常，是生滅法；生滅滅已，寂滅為樂。」

看來，這是佛陀的最後遺教，其實佛在一生教化期中，常常提示這幾句法語。中國最流行的一部《地藏菩薩本願經》，即是釋迦世尊上升忉利天宮為摩耶夫人宣說的大乘經典。

大小乘諸經典中，提到摩耶夫人之處很多，本文是依據《佛本行集經》而參考其他諸記載。八十卷《華嚴經·入法界品》，所述摩耶夫人，最為殊勝神妙，讀者不妨自己去檢閱，本篇不做介紹了。

摘錄自《戒律學綱要·人間天上的護照》

祝福

“

「所有的母親們

身心健康、福壽綿長」

— 聖嚴法師

百年菩提 · 千秋德範 緬懷圓山長老

蘭州報恩寺

2026年5月2日，歲次丙午三月十六，佛門耆宿、天臺宗第四十五世正宗傳人、營口楞嚴禪寺中興法主圓山長老，於楞嚴禪寺內安然示寂，捨報西歸。長老世壽一百零七春，僧臘九十三載，戒臘九十三夏。噩耗傳來，山河含悲，梵音凝噎，十方信眾同悲，佛門四眾哀慟，無盡哀思縈繞心間，難抑悲懷。



我親近長老二十餘年，雖年歲懸殊，無礙相知相惜，更無礙對長老的敬仰和敬重。

今長老西歸，特撰文追思，以寄哀思，以頌德澤。二十餘載，雖未長期陪伴，卻時常相見聆聽教誨，體會加持。

一、天臺正脈 一代宗師

山長老自幼投身佛門，宿根深厚，早年得親近倣虛大師、澍培大師等佛門泰斗，愛國愛教。畢生以承續天臺正宗為己任，深悟圓頓宗旨，心無旁騖，精進不輟。

老修行近九十春秋，始終以弘法為家務，以利生為事業，弘化四方，傳法度眾，續佛慧命，光大宗門，讓天臺法脈綿延不斷、祖道昌隆。一生淡泊世間名利，生活簡樸自持，不尚奢華，戒行精嚴，德行昭昭，是佛門之表率。

面對十方信眾的供養，無論是物品還是善款，長老分毫不取，悉數投入寺院修繕建設、弘法利生事業與社會公益慈善，用實際行動踐行崇儉戒奢的修行準則，是從嚴治教、清淨修行的標杆楷模。即便步入晚年，身體日漸年邁，長老依舊堅持每日早晚上殿，誦經禮佛，修行功課從未間斷。待人接物更是不分貧富貴賤、親疏遠近，始終以慈悲心平等相待，溫和寬厚，無有分別。百年菩提歲月，長老始終以戒為師、以苦為樂、以善為念，以清淨修行與慈悲願力，感召無數信眾歸依佛門、一心向善。

二、德高望重 眾人愛敬

回首二十餘載親近時光，從營口楞嚴禪寺，到大連正覺蓮寺、瀋陽回龍寺，再至上海龍華寺，處處都留下了我追隨長老、聆聽教誨的珍貴記憶，尤其是有幾次我和正慈法師到的晚一點，長老問明豁法師「普正法師來了嗎」？每次聽到明豁法師說長老問我的話，不僅讓我感動，而且讓我發自內心的感



到滿足和知足，一代禪門泰斗，百歲高僧，在萬千繁華中還能憶記我這個晚輩，我是何其有幸，點滴過往，歷歷在目，溫暖難忘。

尤其在上海龍華寺，每年冬至水陸法會、春季清明水陸法會，十方信眾最殷切的期盼，便是圓山長老如期赴約、親臨道場。每逢法會盛事，龍華寺照誠大和尚必定誠心邀請長老蒞臨主法、慈悲加持，長老從不推辭，每一次都自始至終、全程參與，從法會啟建到圓滿落幕，一絲不苟主持儀軌，每一個環節都如法如律、不折不扣，盡顯修行者的虔誠與篤定。長老這份數十年如一日的堅守與堅定，既為萬千信眾種下福田，帶來心靈的慰藉、希望與信心，也讓在場每一位年輕僧人深深折服、滿心敬重，成為後輩修行路上的榜樣。



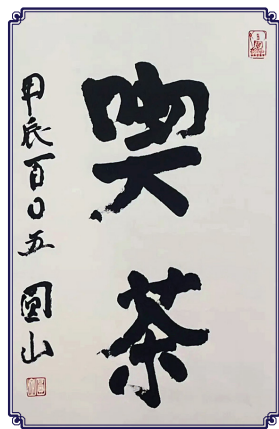
長老與龍華寺方丈照誠大和尚，法緣深厚，情誼篤深，二人之間是亦師、亦友、亦父的至深情誼。那份無需言語的相知默契，肝膽相照，心心相印，是法脈傳承中的千古佳話，每每想起，都令人心生感動，讚歎不已。用正慈大和尚在他的文章《佛門中的百歲僧寶》中說：「佛門師父的慈愛，更多的也是像一座山一樣。俗話說「父愛如山」，不會有誰懷疑這句話。」

【文轉第9頁】

【文接第8頁】 師徒之間如父子般的說法，在師父和我的這兩代人身上，有些深刻的體現。我就是被這種情誼長期地深深地滋養著。人生的半輩子都走過去了，可是這樣的觸碰、感受，這樣的一份特殊的法乳之恩，依然會伴隨著我人生的餘光，照顧和照看著我們，是我們始終堅強和堅定信念的強力基石」。

長老的慈悲，如同春風雨露，溫潤滋養著每一個親近他的人。無論何時何地，見到長老，映入眼簾的永遠是他溫和慈祥的笑容，眉眼間盡是慈悲與平和；但凡信眾有所求、有所惑，長老皆如菩薩現世，有求必應，耐心開解，給予指引。每次前去拜謁，長老總是親自噓寒問暖，關懷備至，讓人如沐春風。

長老亦是幽默風趣、心性通透之人，至今仍記得在大連的一段往事：彼時加拿大性空長老、香港覺光長老與圓山長老相聚一堂，相談甚歡。性空長老忽發一問：「極樂世界好還是現世好？」圓山長老聞言，並未直接作答，反倒笑著反問性空長老。性空長老直言：「自然是極樂世界好。」圓山長老隨即溫和笑道：「極樂世界好，你怎麼還不去呢？」一言既出，三位高僧相視開懷大笑，滿座賓客也忍俊不禁，現場其樂融融。短短一句戲言，盡顯長老通透豁達的修行心境，與幾位高僧之間的深厚道誼，也成為流傳佛門的一段佳話。



我素來鍾愛長老墨寶，長老書法自成風骨，筆觸柔和自然，不事雕琢，氣韻古樸大方，不露鋒芒，一筆一劃間，皆是他修行一生的通透智慧與慈悲心懷。多年來，長老慈悲賜予我多幅墨寶，我皆悉心珍藏，視若珍寶。尤其是長老一百零五歲高齡時親書的「喫茶」二字，一百零六歲時題寫的「佛心」二字，筆墨極簡，卻意蘊深遠，藏著長老一生淡泊名利、從容自在的修行境界，承載著他對佛法的赤誠、對眾生的慈悲，每每觀之，都心生歡喜，感悟良多。二十年親近，長老的清淨德行、堅韌道心、無邊慈悲，早已深深烙印在我心中，成為我為人處世、修心向善、精進修行的永恆標杆。

三、功成西歸 遺范長存

而今，長老一生弘法利生、修行圓滿，功成身退，安詳西歸。一百零七載世壽，是長老累世修行積攢的福報，更是一生慈悲行善、德行感召的善果；九十三載僧臘戒臘，是他在菩提路上的畢生堅守，

美國新澤西福慧寺

AABE Temple & Retreat Center

123 2nd Street, Rancocas, NJ 08073 aabecf@gmail.com

微信: cf6464097358 Line: AABENJ 短信: 908-208-9841

上圓下山 大長老示寂：

九品蓮花 上品上生
花開見佛 乘愿再來

美國新澤西福慧寺 遼寧營口楞嚴寺 敬叩

七七 佛事 2026年5月3日至6月21日

修行人，生死歡喜自在，喪事化為大喜事，如同更新了一座寶殿樓閣，蓮花化生。佛門耆宿、天台宗第45代傳人圓山大長老，於2026年5月3日（農曆三月十七）在遼寧營口楞嚴寺安詳示寂，世壽108，僧臘93，戒臘92。



是天臺法脈代代相傳的有力見證，更是佛門修行者的無上榮光。

長老雖已捨報西去，身形遠離塵世，但他百年修行的菩提初心、千秋傳頌的高尚德范、普惠眾生的慈悲精神，永遠不會消散。這份精神，將永遠留存於營口楞嚴禪寺的嫋嫋梵音、綿綿香火之中，留存於萬千信眾的虔誠心念裡，留存於大江南北佛教文脈與世間正氣之中，歷久彌新，萬古流芳。

雲山蒼蒼，江水泱泱；

長老之風，山高水長。

祈願圓山長老，往生西方極樂淨土，蓮品高升，早證菩提；更祈願長老不舍世間苦難眾生，乘願再來，廣度有情。我輩後學，定當以長老為終身楷模，銘記長老諄諄教誨，常懷善念，踐行善行，傳承長老清淨德行與佛法真諦，不負長老一生修行教化、慈悲濟世，不負人間正道，不忘初心菩提，接續傳承佛法，利益十方眾生。

後學：普正敬挽
2026年5月5日

光影為緣 願力同行 《大唐玄奘》十周年公益展映兩場圓滿回顧

洛杉磯玄奘寺



一場電影，是一次相遇；兩場觀影，是一段因緣的延續。從第一場的沉浸震撼，到第二場的交流昇華，許多觀眾在光影之中，看見了玄奘法師西行求法的堅忍與願力，也在映後交流中，照見了自己生命中的初心、方向與願心。

如果說4月26日，是一次初見時的感動與震撼；那麼4月30日，則更像是在感動之後的沉澱與迴響。大家不只是看了一部電影，更在電影之後，展開了一場關於信念、文化、初心與生命狀態的真誠對話。

兩場圓滿：從觀影感動到內心發願

4月26日的觀影現場，許多觀眾第一次在大銀幕上走近《大唐玄奘》。黃沙漫漫，孤身西行，玄奘法師為求真經、利益眾生，九死一生而不退其志。許多觀眾在沉浸式觀影中，被那份信念、堅忍與願力深深觸動。

4月30日，因緣再續。現場依然座位緊張，觀影熱情不減。有一位觀眾非常有緣，剛好拿到了最後的三張票。觀影後，她分享說，電影中最讓她產生共鳴的是玄奘法師辯經的片段。

那份以智慧破疑、以真誠啟人的力量，讓她想到自己所從事的中醫之路——在療癒他人的過程中，也是在不斷修正自己、成就自己。

渡人，亦是渡己。他，也是在照亮自己前行的路。

一部電影 喚醒對文化與生命的思考

映後交流中，有觀眾分享說，人這一生，若能做自己真正喜歡、真正相信的事情，並且這件事能夠利己、利他、利社會，內心便會生出一種使命感。有了這份使命感，很多辛苦就不再只是辛苦，而會成為生命的一部分。

人應當活出自己的生命狀態，而不是活在他人的

評價和言語之中。

心海法師也由此進一步分享了對「初心」的理解。初心，不只是最初的一份感動或熱情，而是在漫長道路上，經歷艱難、誤解與考驗之後，仍然不忘來時的願心；不是為了證明給別人看，而是在自己認定的方向上，持續利益他人、成就自己。

真正的初心，能夠穿越外界的聲音，讓人回到內在的願力，也讓生命活得更加堅定、清明而有力量。

也有連續參加4月26日、4月30日兩場觀影的觀眾分享說，第一場觀影時，更多是沉浸在故事之中，被玄奘法師的堅忍、願力與信念深深震撼；第二場觀影，則開始進一步體會電影藝術本身的力量。

她說，《大唐玄奘》不愧是一部弘揚中華優秀傳統文化的主旋律電影，也不愧是能夠堅持十周年公益放映、持續影響觀眾的作品。影片不只是講述玄奘法師西行求法的歷史，更讓人重新思考：好的電影，如何通過鏡頭、畫面、人物與敘事，把深邃的思想轉化為大眾可以感知、理解和接受的精神力量。她也因此生起願心，希望將來自己也能有能力贊助一場公益放映，讓更多人因這部電影而受益。

當深厚的中華文化通過恰當的藝術形式被重新表達，便能如老樹發新芽一般，生生不息，繼續滋養當代人的內心。

銀幕背後 是無數心血與護持

交流中，也有觀眾感歎，《大唐玄奘》在服化道、場景與畫面美學上的呈現非常莊嚴唯美，殊為不易。影片能夠邀請王家衛導演參與藝術指導，並呈現出這樣高水準的視覺質感，本身就凝聚了許多心血。



法雲禪寺 09/01-09/09 傳授菩薩戒

恭請來自臺灣上果下清律師主持

千載難逢，菩提勝會！睽違十五載，備受海內外佛教界崇仰之台灣埔里正覺精舍方丈上果下清律師，今年九月將再臨美國法雲禪寺禪學院主持傳戒及念佛法會，並與本院院長上本下因律師、台灣埔里圓通寺住持上性下德律師共為傳授菩薩戒之三師和尚。此一歷史性戒會甚難值遇，誠邀有緣人齊聚法雲，共證菩提。



法會地點：法雲禪寺 Fayun Prajna Monastery, Vadito NM, USA。

間：2026 年 9 月 1 日至 9 月 9 日

報名資格：由於住宿空間有限，9 月 1 日 - 9 月 9 日全程參加戒會活動者優先錄取，其次是參加部分活動者。額滿為止。

對象：新受戒者、求增益戒者、發心護戒義工

把握解脫因緣 共築菩提大道，報名截止日期：2026 年 8 月 2 日。

相關活動日期：

9 月 1 日 - 9 月 3 日：三歸五戒課程 / 正授

9 月 4 日 - 9 月 6 日：梵網經菩薩戒課程 / 正授

9 月 7 日 - 9 月 9 日：念佛，大蒙山

更多法會詳情及戒會報名、大蒙山超渡牌位登記，請見活動官網：<https://fayunpm.org/cms/2026precepts>

常見問答

Q：我很心動，但是擔心持戒不清淨？

A：滿益大師云：「唯佛一人持淨戒」，菩薩戒重在「永不放棄」的菩提心！

Q：為何戒會需多天？

A：包含懺罪淨障、戒律講授、答疑等，令戒體如法成就、圓滿堅固。

【文接第10頁】心海法師也分享說，電影中的每一個景、每一處呈現，背後都需要大量投入與用心。1.7 億的製作成本，不只是一個數字，而是實實在在化作了銀幕上一幕幕遼闊、莊嚴、震撼人心的畫面。

也正因如此，當我們坐在影院裡觀看這部電影時，所感受到的不只是一個故事，更是製作方、護持者、傳播者以及所有成就因緣共同托起的一份文化願力。

觀影結束後，現場進行了輕鬆而有深度的交流分享。從電影出發，延伸到關於堅持、初心與生命狀態的討論，也讓這次活動帶給大家更多啟發。

有觀眾用很樸素而真誠的話分享說：「今天的電影，我看到的是一種堅持和毅力的精神，背後是智慧與信念的支撐。」也有觀眾坦言，電影帶來了感動與思考，而映後互動則讓大家對影片所傳遞的精神內涵，有了更進一步的理解。

現場分享不只是解釋電影情節，更是從影片出發，延伸到現實人生。關於堅持、初心、文化傳播以及個人生命狀態等話題，都在互動中被進一步打開。

一部電影，讓大家看見玄奘法師的堅忍與願力；而映後交流，則讓大家進一步明白：真正支撐一個人走遠路、行難事、成大願的，不只是外在的勇氣，更是內在的智慧、信念與長期堅持。

心海法師的分享深入淺出，既帮助大家理解電影

背後的精神內涵，也讓大家進一步體會到傳播中華優秀傳統文化、提升文化自信的時代意義。玄奘精神不是遙遠歷史中的一個符號，而是可以落在每個人當下生命中的一種力量：堅定、清明、勇敢、利他，不忘初心，不畏艱難。

這份真誠的交流，也讓現場不只停留在電影本身，而進一步延展為一場關於人生、文化與願力的思想分享。一切圓滿皆因眾緣和合。

圓滿不是結束 而是下一次因緣的開始

4 月 26 日與 4 月 30 日，兩場《大唐玄奘》十周年公益展映杭州已圓滿落幕。但圓滿，並不意味著結束。一部好的電影，真正的力量，不只在銀幕亮起的那一刻，也在觀影結束之後，繼續留在每個人心中。它也許會成為某個人重新面對困境的勇氣，成為某個人堅持初心的提醒，成為某個人發心利他的種子。玄奘法師的西行之路，跨越千山萬水；而今天每個人內心的求索之路，也同樣需要願力、智慧與不退轉的精神。

願更多有緣人因《大唐玄奘》而走近玄奘精神，認識中華優秀傳統文化，也在自己的生命中，活出一份堅定、清明與光明。

感恩相遇，感恩同行。願我們繼續以光影弘揚玄奘精神，傳播中華優秀傳統文化。

「佛耀城中」佛誕節浴佛・淨心傳遞吉祥

馬寂和



2026年5月2日佛光山紐約道場紐約協會在繁忙熱鬧的時代廣場隆重慶祝「浴佛誕」暨祈福世界和平、全球的安全、穩定與繁榮。今次參與浴佛祈福法會有來自其它佛教團體的法師，及紐約區的政府要員，彼此為促進社會和諧，安定人心而努力。現場有莊嚴的浴佛區域，還設有眾多攤位，包括推廣上星下雲大師的待人處世的三好（做好事、說好話、存好心）、四給（給人信心、給人歡喜、給人希望，給人方便）、五和（自心和樂、人我和敬、家庭和順、社會和諧、世界和平），還有遊戲攤位，與群眾一起互動，溫馨的氛圍，將愛心與祝福融入眾人的心裡。



今年是佛光山第三度在時代廣場慶祝浴佛節，今次我負責的單位是：祈福樹和祈福牌坊，我們到了現場才將兩棵樹和牌坊組合起來，工作過程中已吸引很多遊客停下來問我們在幹什麼，那些攤位是做什麼的，他們還急不可待要拍照。來寫祈福卡的遊人絡繹不絕，有相依相伴的年老夫妻、有一家老少、有熱戀中的情侶、有兄弟姊妹、有交流學生，好朋友等等。雖然不同宗教，不同國籍，但彼此都有一個共同的理念，就是希望世界和平、戰爭終止、家人生活順暢和身體健康！

寫上祝福語的紅色福卡掛在金光燦爛的祈福樹上，被陣陣輕風吹起而舞動，溫暖的陽光落在金黃色的樹上，彼此吸納光芒，實在漂亮極了！然而，在我眼裡不單只看到紅色的福卡，還看見滿滿的愛心展現在這兩棵樹上、牌坊上和散發在整個時代廣場。所有參與浴佛和各項活動的遊人，將不會忘記5月2日時代廣場跟平日不一樣。這一天，他們有著既豐富而又特別的體驗，感受到紐約的時代廣場多了一份美滿！

所有眾生都居住在同一個地球，我們就是這宇宙的一顆顆細胞，好的細胞有責任將壞的細胞變好。宏揚佛法的活動形式上是有時間性的，但它的影響力是永恆和深遠的。上星下雲大師的三好、四給、五和的待人處世之道將會傳遞給更多人。「人成即佛成」，一切都是無為而為，順應自然，不刻意妄為卻能成就萬物。所以只有慈悲心才能讓世界幸福與和平！





一朝風月 萬古長空 紀念一代禪門巨匠淨慧長老圓寂 13 周年

大善文化

一朝風月，萬古長空！謹以此文，紀念一代禪門巨匠淨慧長老圓寂 13 周年

古池蛙躍，撲通一聲，撞破乾坤共一家。這「一聲」從何而來，又歸於何處？

一、一位曾被「低估」了的禪門巨匠

倘若我們談論中國禪宗的現代復興，一個繞不開的名字是虛雲老和尚，以其苦行與傳奇，續佛慧命，巍巍乎如雲門高峰。而談到「人間佛教」的理論構建與宏偉實踐，太虛大師與星雲大師的功業又如月經天，光芒萬丈。在這星光璀璨的譜系中，淨慧老和尚（1933-2013）的身影，初看



似乎斂於眾光之內，他的聲音，聽似平實，不似驚雷。於是，在一個習慣了以戲劇性與宏大敘事來標榜偉大的時代，他，便成了一位被「低估」了的巨匠。

何以低估？因他畢生所宣導的「生活禪」，過於質樸，過於貼近塵泥。其宗旨「覺悟人生，奉獻人生」，言辭懇切如家常叮嚀，仿佛沒有直指「頓悟成佛」的峻烈，亦無建構龐大體系的野心。他將禪，從雲端霧繞的祖師公案裡，從深山古寺的蒲團上，輕輕地、穩穩地，安放於「穿衣吃飯、運水搬柴」之中，安放於「信任、關懷、安詳、向上」的每一個心念轉折處。這看似輕易的「放下身段」，實則是一次深刻的、更具勇氣的「回向」——將萬古禪心的浩瀚長空，全然傾注於一朝風月的具體圓滿。

這並非禪的降格，恰是禪之本源的蘇醒。趙朴初老居士曾盛讚他：「拂子高擎，永作人天榜樣！」此榜樣，不在於創造了多少神異，而在於示現了一種可能：如何將佛法的「超越」，化為人格的「昇華」；如何將般若的「真空」，活成生命的「妙有」。淨慧老和尚的一生，正是這「真空妙有」最生動的注腳。他幼年入尼庵，少年嗣法於虛雲長老，得傳五宗法脈，可謂根器深厚，紹隆祖位。然命運多舛，

中年遭逢世變，被錯劃為「右派」，歷經十餘載勞動改造。這段「苦其心志」的歲月，未曾磨滅其信仰，反令其禪法淬煉得「更加練達、堅韌和成熟」。他後來回憶道，那段時光讓他更深切地體認到，佛法必須紮根於大地，關懷於人間。

若梳理時代浪潮中的佛教思想演進與淨慧老和尚的（生活禪）位置：

道安大師——「不依國主，則法事難立」確立了中國佛教適應社會政治的基本原則，為佛教中國化奠定了生存基礎，生活禪在此歷史軌跡上更進一步。

智者大師——「解決『佛教思想與實踐體系』問題」在隋唐大一統背景下，系統整合印度佛學，建立佛教中國化的理論體系「五時八教」與「一念三千」以「判教」與實踐體系「止觀」統攝釋迦一代佛法，創立第一個宗派法華天台宗，實現「教觀雙美」佛教中國化的體系構建者，為後世所有宗派的成立提供了理論基礎與範式。

慧能大師——「佛法在世間，不離世間覺」，禪宗革命性轉向，確立「人間覺悟」的根本精神生活禪的直接理論源頭與靈魂所依。

太虛大師——「人間佛教」，提出系統的現代佛教改革理論，指向社會與人生。為生活禪提供了現代性的理論框架與方向。

虛雲老和尚——「堅守傳統，續佛慧命」以苦行與傳承，於危難中保存禪宗法脈，為淨慧長老提供了正統的法脈傳承與禪法功底。

淨慧老和尚——「覺悟人生，奉獻人生」（生活禪），將禪徹底、圓融地落實於現代日常生活，構建可操作的實踐體系。集歷史智慧之大成，完成從理論到具體生活實踐的「最後一公里」轉化。

因此，當因緣際會，春回大地，長老重返北京廣濟寺中國佛教協會主持《法音》雜誌，隨後以一介衲僧之身白手起家，重建趙州祖庭柏林禪寺，復興黃梅四祖寺、當陽玉泉寺、度門寺等祖庭，其背後驅動力，絕非簡單的宗教熱情，而是一位大行者將深奧佛理與無盡悲願，化為「將信仰落實於生活，將修行落實於當下，將佛法融化於世間，將個人融化於大眾」的具體行動。這行動，如細雨潤物，看似無聲，卻能穿透最堅硬的現實土壤。

【文轉第15頁】

【文接第14頁】 二、生活禪的天台圓融之境

2003年，淨慧老和尚升座為湖北當陽玉泉寺方丈，此緣分意味深長。玉泉寺乃天台宗祖庭，智者大師于此宣說《法華玄義》《摩訶止觀》，奠定「一念三千」、「三諦圓融」之不朽教觀。一寺之中，禪宗巨匠主持天台祖庭，此非偶然，實為法緣的殊勝彙聚，亦是「生活禪」內在理路與天台圓教深度契合的象徵。

生活禪常被視為禪宗的現代發展，殊不知，在其血脈中，早已流淌著天台圓融智慧的基因。這圓融，首先體現在其對「生活」二字的廣大詮釋上。在淨慧老和尚看來，生活既具「世俗義」—涵蓋行住坐臥、工作學習一切事務；亦具「殊勝義」—當禪的精神與智慧融入其中，則「滿目青山是禪，茫茫大地是禪」，信任、安詳、奉獻、乃至一聲蛙鳴，無不是禪機的顯發。

與天台宗「一念三千」的曠觀何其神似！智者大師云：眾生當下一念，即具足地獄至佛的十法界，包羅世間與出世間一切萬有（三千世間）。淨慧老和尚則道：當下的生活，即具足一切禪機與覺悟的可能。二者皆將無限的超越性，收攝於當下最鮮活、最具體的一念或一境之中。

更深層的圓融，在於「體、相、用」的貫通無礙。生活禪，非僅是「用」層面的方法（如何在生活中修行），其背後有堅實的「體」（般若空性、佛性本具）為基，並展現為清晰圓滿的「相」（覺悟、奉獻的人生樣態）。淨慧老和尚提出修行三要，首重「具足正信」：以三寶為核心，以因果為準繩，以般若為眼目，以解脫為歸宿。

這是一個從信仰建立（信）、到智慧觀照（解）、再到生命實踐（行）、最終導向生命解放（證）的完整、圓融的修行體系。他強調「佛法在世間，不離世間覺，離世覓菩提，恰如求兔角」，這與天台「世間法不違實相法」的宗旨一脈相承。真正的圓融，不是混合，而是如水入乳，徹底的相即。他將天台的教觀，化為禪者的實踐，讓修行者能在每一個「一朝風月」的當下，去體證那「萬古長空」的寂然本體，從而使最平凡的日常，成為最深刻的修行道場。

三、禪之「寂然」「躍動」不二妙諦

「萬古長空，一朝風月」—此語出自唐代天柱山崇慧禪師。有僧問：「達摩未來此土時，還有佛法也無？」崇慧答：「萬古長空，一朝風月。」其意深遠：佛性真如，如萬古長空，亙古湛然，不因祖師來否而生滅；而個體的修證與領悟，卻須在「一朝風月」的具體機緣中完成。後世禪師進一步闡發：「不可以一朝風月，昧卻萬古長空；不可以萬古長空，

不明一朝風月。」這便是禪的「寂然」與「躍動」不二之妙諦。



淨慧老和尚的「生活禪」，正是此禪之妙諦在現代最為透徹與慈悲的演繹。他的整個生命，都體現著這種「不二」。他師承傳統，續佛心燈（萬古長空），卻毫無門戶窠臼之見，廣弘佛法於海內外，甚至將臨濟宗法脈傳至德國（一朝風月）。

他主持祖庭，規制嚴整，堅持早晚課誦、禪七安居，恢復叢林古風（萬古長空），同時創辦「生活禪夏令營」，面向青年知識份子，用現代的語言闡釋禪法，讓古老的智慧煥發新生機（一朝風月）。他是一位深邃的禪者（寂然），卻又能將《法音》雜誌辦得有聲有色，往來於國際文化交流的舞臺，將佛法智慧傳播四方（躍動）。

他最偉大的貢獻，在於為紛擾浮躁的現代人，指明了一條「當下安心」之路。他深知，現代社會節奏快速，壓力與焦慮充斥。人們或追逐「一朝風月」的感官享樂而迷失自我，或嚮往「萬古長空」的精神超越卻無從下手。

生活禪則懇切開示：不必舍此求彼。煩惱即是菩提，生死即是涅槃。問題的關鍵，在於是否擁有一顆「善用其心、善待一切」的覺照之心。當你專注地品一杯茶，這便是禪定；當你誠懇地對待他人，這便是修行；當你在逆境中保持從容，這便是智慧。他將玄妙的「禪悅」，落實為可觸可感的「生活之味」；將崇高的「奉獻」，轉化為點滴的「善待一切」。

這讓我想起宋代張九成居士聞蛙聲而開悟的詩偈：「春天月夜一聲蛙，撞破乾坤共一家。」這「撲通一聲」，正是那最生動的「一朝風月」。它從萬古的寂然中躍出，又瞬間消融於無邊的寂然，在這一出一入之間，乾坤渾然，物我同體。淨慧老和尚的生活禪，便是希望我們每一個人，都能在自己的生命裡，聽到這「一聲蛙鳴」，觸到這「一陣涼風」，並由此「撞破」那隔絕平凡與神聖、世俗與解脫的無明壁壘，體證那「乾坤共一家」的圓融境界。

結語：龍象騰驤 永作人天榜樣

淨慧老和尚於2013年4月20日在黃梅四祖寺安詳示寂，世壽八十一。他走完了其「覺悟人生，奉獻人生」的圓滿旅程。他或許沒留下什麼驚世駭俗的語錄，但他留下了一個個重興的道場，一本本浸透智慧的著述，一年年接引無數青年，以及「生活禪」這三個看似平常卻力抵萬鈞的字。【文轉第16頁】

慈濟四神湯

玲玲師姐

證嚴上人提出的「慈濟四神湯」理念，強調以知足、感恩、善解、包容來調和人際關係，這最主要是在傳達什麼？

答案：用心念與態度調和我關係與生活

記得在 90 年代時，打開華語電視常常在一段廣告之後會看到一位容顏端莊、笑容可掬的女士在宣導「慈濟四神湯」，那時候的我還不認識慈濟，可是知足、感恩、善解、包容，這八個字卻在腦海裡影響著自己的為人處事一直到現在，這位女士也是我們團隊裡面的一員喔，大家應該已經猜到是誰了！

有沒有人跟我一樣是先認識「靜思語」才認識「慈濟」的？

上人對四神湯的解析：

慈濟四神湯，是由「知足」、「感恩」、「善解」、「包容」四種「心藥」合製而成，是慈濟人專門治理人與人之間「人我是非」的一帖名藥，也是平時生活上可怡然自處的良方。其各別涵義如下：

知足：心裏知道滿足，安於所遇，而不存貪念。

感恩：感謝別人所給予的恩惠。

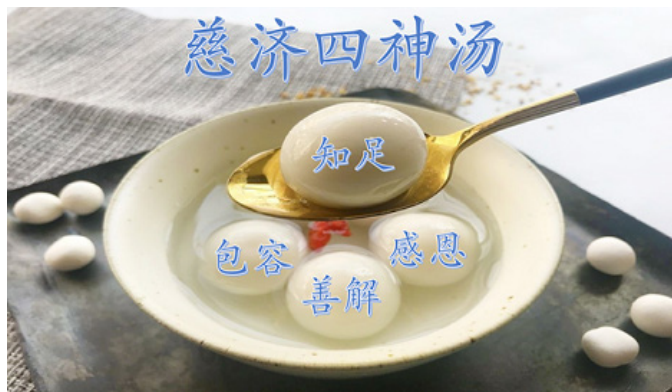
善解：用善意、善念去理解與體會事物。

包容：度量廣大而能含容一切。

知足最大富 感恩最大貴

善解最大智 包容最大慧

受惠的案例：1994 年 3 月 7 日上人於晨語開示時曾提到，有一位經由志工輔導而成功戒毒的患者，反過來協助志工勸導一位想自殺的記者打消了自殺的念頭，這位患者憑著在慈濟中所學得的生活智慧，很誠懇地叮嚀那位記者說你要常參加慈濟活動，慈濟有一帖很好的藥方叫「四神湯」他是由知足、感恩、

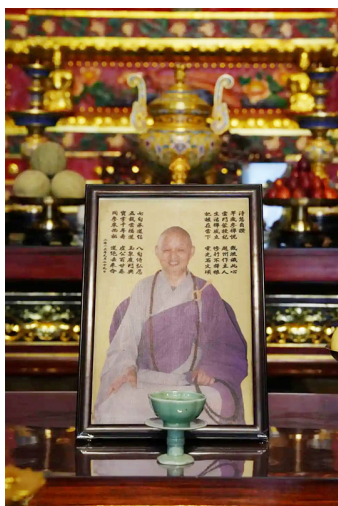


善解、包容所組成，吃了以後百病消除，如果你工作做的無名火很大時，就喝喝四神湯。他又說：「慈濟還有個快樂的恰恰舞，就是他進你退；待人退一步，這樣的人生一定會很自在、很快樂！」一位曾被慈濟志工輔導個案，最後竟能講出如此有智慧的話語，讓上人很讚嘆！其實因為「慈濟四神湯」受惠的例子非常的多，我想每個人多多少少都因為這八個字在做人處事方面更加的事圓、人圓，也因而破除了生活的很多障礙！

天天喝慈濟四神湯可以改變自己的體質，時時知足不會開啟貪念，有感恩心，人人自然會合心，合心才能互愛，善解才能產生智慧，包容天下萬物才能祥和社會。

慈濟人認為「慈濟四神湯」非常有益身心，應隨時帶在身旁飲用。此藥「藥性溫和，一人服用，可自己或多人獲益」。它也是慈濟人在學自我要求的待人方法。

靜思語的影響無遠弗屆，更是祥和社會的重要能量！因此要聽上人的話，更要廣傳上人的智慧法語！



【文接第 15 頁】在佛教中國化的漫長史河中，他是一座連接傳統與現代、禪宗與圓教、出世與入世的堅實橋樑。他讓我們明白，最高的禪意，不在於離群索居的玄想，而在於對眼前生活的全然熱愛與承擔；最深的智慧，不是解釋世界的複雜理論，而是淨化自心、溫暖人間的簡單實踐。

一朝風月，終會流轉；萬古長空，默然常在。淨慧老和尚以他一生的風月，為我們映照出那無盡的長空。他那平和而堅定的身影，將如趙樸老所言，「永作人天榜樣」。這榜樣的力量，不在於讓人仰望，而在於啟迪每一個眾生：原來，我輩凡夫日用不知的尋常生活，處處皆是道場，念念皆可成禪。

幽人夜不眠，愛此碧虛月；

涼風一颯然，吹動梧桐葉。

這葉動，風起，月明，人醒——當下即是，全體現成。這，或許就是淨慧老和尚，這位曾被低估的生活禪巨匠，其提倡的生活禪，是佛教理論體系和實踐體系在當代「契理契機」的重大發現、給予這個時代最珍貴、最慈悲的禮物。

我們的痛苦與幸福是取決於自己的心態

慈誠羅珠堪布

佛教一直在這樣教育我們，現實生活的經驗也告訴我們：所謂的幸福感，建立在滿足感之上；當滿足感消失以後，幸福感也將隨之而衰退，這是誰都無法顛覆的自然規律。

我們必須要知道，自己努力發展的方向究竟是什麼，是往健康、幸福發展，還是往不滿、痛苦發展。

我們的痛苦與幸福，與外在事物沒有關係，而是取決於我們的心態，正面的心態獲得正面的結果，幸福；負面的心態獲得負面的後果，痛苦。

打個比方，每個人都想長壽，不願意衰老，但長壽就是衰老的主要因素，衰老也是每個人都無法回避的厄運，我們只能乖乖地去接受、去面對。

面對衰老的威脅，有些人能以平和的心態去面對，而有些人卻無法自製，越來越焦慮、空虛、恐懼，這都是自己的心態、意識創造出來的，與衰老本身並沒有關係。

佛教的目的，是為瞭解決每一個眾生都必須面對的、最根本性的問題——生老病死。大家都知道，從一出生開始，我們就在邁向衰老、邁向死亡。

總有一天，我們會面臨死亡，雖然人人都不願意老、都不願意死，卻不得不日漸蒼老，最終只有死路一條。

為什麼會發生這樣的事情呢？其中有一種無形的力量在支配著這一切。關於這種力量，佛教認為，這就是緣起、業力、因果的作用。

因為有了生老病死的因，就必須要產生與其相應的果，這是自然的規律，任何人都不可抗衡、無法回避。

痛苦和幸福的產生，不是來自於外界，而是與我們自己的觀點、習氣或習慣有著密切的關係。所有的痛苦，都是我們自己的執著創造的。

因為痛苦或者快樂產生時，能檢測到大腦某個部位的腦波會有所變化，所以有些人認為：痛苦與快樂是大腦活動的產物。其實並非如此，大腦只是一種工具而已，意識依靠大腦，可以辨別、感受外面的東西，但痛苦與快樂本身，卻不是由大腦產生的。

佛學經典中多次探討並論證過，痛苦來自於我執或執著，這是從另一個角度講的；此處的結論是，痛苦和幸福的產生，不是來自於外界，而是與我們自己的觀點、習氣或習慣有著密切的關係。所有的痛苦，都是我們自己的執著創造的。



無分別識的痛苦多半與我們的意識沒有太大關係，但修行能力達到一定水準的時候，也可以轉變無分別識的痛苦。但目前我們要轉變的，是第六意識的痛苦，也即分別識的痛苦。

譬如，當我們開著一輛昂貴的名車時，也許會覺得很有面子、很了不起，傲慢當中夾雜著輕飄飄的快樂，這種快樂就來自於第六意識。從無分別識的感覺而言，開名車與開好一點的普通車不會有那麼大的差別，但第六識卻覺得非常不一樣。同樣，當我們穿名牌衣服時，也會有滿足、快樂、洋洋得意的感覺，這也不是名牌衣服創造的，而是我們的意識創造的。

因為從無分別識的角度來看，品質好一點的衣服與名牌衣服的觸覺是一樣的。如果一個人不懂得辨別牌子的真假，另一個人拿一件普通衣服給他穿，並告訴他那是世界頂級名牌，他也一樣會產生滿足、快樂的感覺。

當有一天，我們失去了名車，穿不起名牌；或當我們發現鄰居有更好的房子、車子時，痛苦又開始萌生了。雖然我們仍然有衣服穿，不會受凍受餓，無分別識已經滿足了，但分別識卻會覺得丟人現眼、低人一等。可見，這些感覺都是第六意識創造的。

金錢不能帶來所有的幸福

雖然佛陀不否定物質生活也可以帶來一部分幸福，世上有少量表面的幸福，也來自於外界。幸福與痛苦，並不是與外界完全沒有關係，但卻不是最主要的關係。幸福本身並非來自外界，而是來自內心。要想獲得幸福，只有往內心去尋找；要真正解決痛苦，也只有往內心尋找解決方法。【文轉第18頁】

佛教知識：什麼是六波羅蜜？

「六波羅蜜」（Six Pāramitās）是大乘佛教菩薩修行的六種核心法門，意為「六種度越生死苦惱大海，到達涅槃安樂彼岸」的方法。這六種德目分別為：布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若，它們是修行者對治煩惱、成就佛道的系統性方法，以般若智慧為指導，修持利他行來成就自身。

經常讀誦經典的師兄們都聽過一個詞「六波羅蜜」。

所謂的「波羅蜜」到底是什麼意思？為什麼又是「六」呢？

佈施、持戒、忍辱、精進、靜慮、智慧，六種就叫六波羅蜜，也叫六度，這六度是菩薩萬行的綱領。

根據佛陀的教導，修學菩薩行的佛弟子，不但不貪求分外的財物，還要以自己的財法施給別人，這叫佈施；

一切損害別人不道德的行為嚴禁去做，這叫持戒；不對他人起嗔害心，有人前來嗔害惱我，應說明情況，要忍辱原諒，這叫忍辱；

應該做的事情要精勤努力去作，這叫精進；排除雜念，鍛鍊意志，一心利益眾生，就叫靜慮；廣泛研習世出世間一切學問和技術，就叫智慧。

這六種法門通常也叫作六度。這六件事做到究竟圓滿就叫波羅蜜，波羅蜜意為事究竟，也叫到彼岸，古譯為度。

陀叫弟子依這六波羅蜜為行動準則以自利利人，



就叫菩薩行。

菩薩以此六波羅蜜作為舟航，在無常變化的生死苦海中自度度人，功行圓滿，直達涅槃彼岸，名為成佛。菩薩成佛即是得大解脫、得大自在，永遠常樂我淨。這就是大乘佛教菩薩行的最後結果。

菩薩成佛之前，學佛度眾生，以度眾生為修行佛道的中心課題，成佛之後還是永遠地在度眾生，這就是大乘佛教的中心思想。

菩薩行的人間佛教的意義在於：果真人人能夠學菩薩行，行菩薩道，且不說今後成佛不成佛，就是在當前使人們能夠自覺地建立起高尚的道德品行，積極地建設起助人為樂的精神文明，也是有益於國家社會的，何況以此淨化世間，建設人間淨土！

【文接第17頁】 所以，我們不能迷迷糊糊地做著金錢能帶來所有幸福的美夢，因為金錢不能帶來所有的幸福。

啟蒙運動時代的代表人物——法國思想家伏爾泰、機械唯物主義者拉梅特利在內的很多西方哲學家都認為，痛苦與快樂來自於外界，幸福不可能從內心產生，要尋找、追求幸福，一定要在外界去尋找。因此，西方人長時以來，一直鼓勵人們往外追求幸福、尋找快樂。

一般人本來就誤以為，幸福快樂來自於外界，再加上這些學者們的大肆鼓吹，所以在西方工業革命以後的幾百年中，大家都拼命往外去追求幸福，但眾所周知，儘管近年來西方發達國家的國民收入越來越高，但幸福指數卻越來越低。到了今天，越來越多的人開始感覺到，這種追求是錯的，一切的努力可以說已經走向失敗了。

內心脆弱的人更容易產生痛苦

佛教的精神導師們一再告訴我們，內心不要太脆弱。內心脆弱的人，更容易產生痛苦。

什麼叫做內心脆弱？什麼樣的人會內心脆弱呢？

堅強和脆弱也許與遺傳也有一點關係，有些人天生就比較堅強，有些人先天就比較脆弱。但絕大多數與環境、教育背景以及自己的習慣有很大關係。從小生長在富裕家庭當中，然後又在貴族學校讀書出來的人，相對來說精神比較脆弱。

因為精神脆弱，所以在任何問題上都很計較、很挑剔。養成這樣的習慣以後，會越來越嚴重，以致發展到對任何人、任何事和任何環境，都產生強烈反感，所有東西都看不順眼，找不到真正的滿足感。最後的結果，是覺得生活沒有意義、沒有樂趣，最終可能會走上極端的路。

所以，我們要學得堅強一些，不要讓痛苦輕而易舉地就在心裡生起。

總而言之，痛苦的主要來源，就是自己的執著。

加拿大佛學院舉辦第三屆開放日 彰顯佛教教育與高校合作新模式

鳳凰網佛教文化

2026年5月9日，加拿大佛學院於加國五台山隆重舉辦第三屆年度開放日，吸引約150位僧俗二眾、教育界人士及社區嘉賓參與，共同見證加拿大佛教教育發展的重要里程碑。



活動於上午11時正式開始，加拿大佛學院董事會主席達義法師在開幕致詞中表示，加拿大佛學院成立的宗旨，是「續佛慧命，培育國際化佛教人才」，並以校訓「明心覺世」為核心精神，致力成為一所既紮根

傳統、又能回應當代需求的佛教教育機構。

達義法師指出，佛學院未來將持續推動三大方向，包括弘揚佛法、促進南傳、漢傳與藏傳佛教的和合共融，以及強調「解行並重」，讓佛法學習真正融入日常生活。他亦特別感謝多倫多大學維多利亞大學以馬內利學院院長金慧蘭博士及其團隊自2024年以來對合作課程的支持與推動。

以馬內利學院院長 Rev.Dr.HyeRan Kim-Cragg 博士在致詞中表示，「慈悲的傘蓋」佛教持續教育課程在過去兩年已成功培育44位學生，其中三位學生更進一步進入以馬內利學院攻讀研究所課程，成果令人鼓舞。她特別讚揚加國五台山提供了一個兼具靈性與生態意義的學習環境，讓學生能於優美寧靜的空間中體驗佛法教育。她表示，看見加拿大佛學院與以馬內利學院的合作開花結果，並透過佛教教育為人們生命帶來正面影響，令人十分欣慰。

金慧蘭博士向現場嘉賓介紹，以馬內利學院作為多倫多大學神學院之一，是加拿大少數能讓基督教、佛教、伊斯蘭教及不同靈性背景學生共同學習的神學院校。她鼓勵學員未來繼續深造，並期待於2026年11月的畢業典禮再次與學生們相聚。

卡沃薩湖市（City of Kawartha Lakes）市長 Doug Elmslie 亦親臨致詞，讚揚加國五台山為當地社區帶來寧靜祥和的氛圍。他表示，每次到訪



五台山，都深深感受到園區所展現的和平、文化與自然融合之美。

Doug Elmslie 市長高度肯定加拿大佛學院與以馬內利學院的合作成果，認為教育若能建立在哲學、靈性與和平理念之上，對社會福祉具有深遠價值，也能促進社區凝聚力與身心健康。他代表市議會向主辦方表達祝賀，並祝願加拿大佛學院未來發展蒸蒸日上。

加拿大佛學院與以馬內利學院共同設計的課程，成功將佛法、心理學與靈性關懷結合，讓她對佛教智慧如何融入現代生活有了全新理解。

本屆開放日不僅展示加拿大佛學院的教育成果，也進一步彰顯加拿大佛教教育與高等學術機構合作的新模式。未來，加拿大佛學院將持續與以馬內利學院攜手，推動佛教教育、文化交流及心靈關懷的發展，利益更多社會大眾。

越發達的城市吃素的人越多 附十大素食友好城市

素小廚

留心生活的人都會發現一個有趣的社會現象：國內北上廣深、杭州、成都等經濟發達的一二線城市，街頭的素食餐廳遍地開花，從高端精緻的意境素宴、網紅創意素館，到平價親民的自助素食堂，品類豐富、隨處可見。

反觀經濟相對滯後的中小城市與鄉鎮，素食餐廳寥寥無幾，主動吃素的普通人更是少之又少。

《素食品類發展報告 2025》資料顯示，國內華東、華南等經濟發達地區素食門店數量，佔據全國六成以上，一線與新一線城市是素食餐飲的核心聚集地。

很多人疑惑，衣食富足的發達城市，人們有條件享用各類肉食美味，為何反而越來越多人偏愛素食？

其實一座城市的飲食偏好，從來不是口味選擇那麼簡單，越發達的城市素食氛圍越濃厚，本質是經濟、認知、生活方式與城市文明共同造就的結果。

經濟基礎，是素食普及的首要前提。很多人誤以為吃素是「省錢、簡樸」，實則真正的精緻素食，遠比普通肉食更耗費成本。在經濟欠發達地區，大眾飲食的核心需求是飽腹、補充體力，人們更依賴高油脂、高蛋白的肉食滿足日常消耗。而發達城市居民收入更高，早已擺脫「吃飽」的基礎需求，完成了從「飽腹生存」到「精緻養生」的飲食升級。

大家不再執著於大魚大肉的富足感，反而願意為低負擔、高品質的素食消費買單，這也為素食餐廳的落地生存，提供了穩定的市場與消費能力。

城市節奏與健康需求，催生了素食消費熱潮。一線城市生活節奏快、工作壓力大，熬夜、久坐、作息不規律成為多數上班族的常態，隨之而來的三高、積食、脾胃虛弱、身體亞健康等問題愈發普遍。重油重鹽的肉食大餐，容易加重身體代謝負擔，讓人產生疲憊、臃腫、燥熱的不適感。



而素食清淡溫潤、易消化、低油脂的特質，恰好適配現代都市人的養生需求。不同於傳統認知裡枯燥寡淡的素菜，如今發達城市的素食不斷反覆運算，兼顧口感、顏值與營養，既能滿足口腹之欲，又可以減輕身體代謝壓力，幫助人們調理脾胃、舒緩身心。

與此同時，發達城市健康科普資源豐富，減脂塑形、輕斷食、綠色養生的理念深入人心，越來越多人養成「日常多素、少葷清淡」的飲食習慣，彈性素食群體持續壯大。認知格局與文明素養，拉開了城市飲食差異。飲食不止是生存需求，更是認知與眼界的體現。

發達城市人口密集、教育水準更高、資訊流通更快，人們的思想更加多元包容，看待飲食不再局限於「吃肉就是滋補」的固有思維。除了身體健康，都市人吃素的理由愈發豐富：有人源於敬畏生命、尊重萬物的人文情懷，有人秉持低碳環保、綠色可持續的生活理念，也有人偏愛素食自帶的清淨平和，以此消解都市生活的浮躁焦慮。

在高度包容的城市氛圍中，素食不再是小眾的宗教飲食，也不是單一的節儉選擇，而是一種成熟、自律、通透的生活態度。大眾懂得克制口腹欲望，追求身心雙向的鬆弛健康，這本身就是城市文明進階的體現。

成熟的商業生態，推動素食行業規模化發展。消費需求催生市場，而完善的市場又反過來滋養更多消費者。發達城市餐飲供應鏈完善，新鮮蔬果、特色素食食材、植物基原料供應充足，能夠支撐素食餐廳穩定運營。同時城市包容多元的餐飲生態，給各類特色小眾餐飲提供了生存空間，不會局限於傳統家常菜、火鍋燒烤等主流品類。

【文轉第 21 頁】

【文接第 20 頁】 隨著素食消費者持續增多，商家不斷入局賽道，持續打磨菜品口味、升級門店環境、創新經營模式，從平價自助、日常簡餐到高端私宴，覆蓋不同人群、不同場景的需求。

越來越多優質素食餐廳落地開業，又進一步普及素食文化、吸引新人嘗試素食，形成「消費者增多、門店增長、氛圍升級」的良性循環。

基於餐廳數量、素食文化底蘊、市場成熟度、素食人口比例及國際認可度等綜合指標，以下是國內素食友好城市前 10 名排名（未包含港澳臺地區）：

NO.1 北京：北京擁有全國最多的素食餐廳（超 300 家），涵蓋高端創意、社區公益、寺院齋堂等多種類型。昌平仙人洞村更有「素食村」之稱。春節逛廟會、登長城之餘，吃一頓暖心素餐毫無壓力。

NO.2 上海：作為國際化都市，上海素食潮流前沿。慶春樓門、福和慧等名店常年上榜美食榜單。據 2025 年資料，上海擁有 10 家米其林推薦的植物性友好餐廳，位居全球前列。春節不妨體驗一場「素味海派年夜飯」。

NO.3 蘇州：蘇州素食講究「清、鮮、雅」，常以時令蔬菜入饌。西園寺素齋歷史悠久，春節期間還可品嚐蘇式素糕點，如桂花糖年糕、豆沙青團，甜潤軟糯，年味十足。

NO.4 杭州：「東南佛國」杭州素食文化深厚。從靈隱寺的簡樸齋飯，到黑珍珠一鑽餐廳「樸竺·植物料理」，素食選擇層次豐富。西湖邊不少素館還會推出春節限定素年菜，融合江南雅致與年節喜慶。



NO.5 福州：福州素食融合了山海之味與禪宗文化，以清淡原味著稱。市區內更有眾多老牌素館。這些素食餐廳擅長用香菇、豆腐、芋頭等本地食材複刻佛跳牆、荔枝肉等經典閩菜，春節常推出素太平燕、素年糕湯，寓意吉祥安康。不少福州人有「初一吃素」的年俗，整座城在春節對素食者格外友善。

NO.6 廈門：廈門有約 100 家素食餐廳，其中自助餐多達 50 家。作為旅遊城市，廈門素食性價比極高，人均 20-100 元的餐廳占絕大多數。

南普陀素食是必打卡的老字型大小，春節期間在海邊吃素看海，愜意十足。



NO.7 廣州：廣州擁有 140-150 家素食餐廳，其中自助餐就占了 40-50 家。這裡既有「佛世界」、「佛有緣」等 30 年老店，也有大佛寺素食閣這樣的寺院素食。粵式素食講究清淡鮮美，春節期間來一碗熱騰騰的素湯，暖胃又暖心。

NO.8 成都：誰說川菜離不開葷？成都素食巧妙運用豆瓣醬、花椒、泡椒，做出「素回鍋肉」、「素水煮魚」，麻辣鮮香卻不失健康。點一份素冒菜，配一碗醪糟湯圓，巴適得很！

NO.9 深圳：作為年輕的一線城市，深圳擁有 100-150 家素食餐廳，其中自助餐 18 家。這裡彙聚了「天嶼水」、「一合坊」等創新素食美學餐廳，人均消費從幾十元到七百多元不等。

NO.10 大理：蒼山洱海間，大理是許多素食者的「精神家園」。這裡既有寺院齋堂的清淨簡食，也有融合白族風味的創意素食。氣候宜人、節奏舒緩，特別適合春節慢旅行。

飲食見格局，煙火見文明。從本質上來說，肉食滿足的是人類最基礎的生理欲望，而素食承載的是自律、健康、通透的精神追求。一座城市越發達，人們越有能力、有眼界跳出本能的飲食執念，追求更高層次的身心滋養。

素食從來不是苦行僧式的自我約束，而是現代都市人最好的生活自癒。往後餘生，煙火日常，清淡食素，溫和度日，便是普通人最踏實的養生，也是一座城市最溫柔的文明底色。

用佛學哲理開導病人抗病 楊日華醫生：最佳治療是預防

健營坊

醫護界在許多人眼中是專業、理性的代名詞，但對腸胃肝臟科專科醫生楊日華而言，從醫數十載的歷練，更讓他看見了專業以外的深層意義。

他在無數生死日常中領悟生命的脆弱與無常，並將佛學哲理融入醫道，用「無常」智慧開導病人積極抗病。他直言「預防勝於治療」，教導病人預防疾病，正是醫生最大的仁心。

楊日華醫生在1975年考入醫學院，事隔多年仍記得當年自我激勵必須要在5年內畢業，為原本艱苦的學醫路再添壓力。

已故內科權威曹紹釗教授對他影響深遠。「在那個流行嚴厲責罵學生的年代，他從不罵人，總是循循善誘。」楊醫生感慨地表示。「我們都叫他『曹爺』，他的言傳身教，讓我明白為醫者，仁心比嚴苛更具力量。」

從醫要「快、狠、準」

這份仁心，與他的醫術並行不悖。為何選擇腸胃肝臟科？楊醫生笑言，是因為這門專業「既是內科，又有手作」。他喜歡在內窺鏡下進行精密操作的挑戰。「要成為一位出色的腸胃肝臟科醫生，我覺得需要具備外科醫生的性格：快、狠、準。」

他解釋，無論是面對位置刁鑽、出血風險高的巨大瘰肉，還是判斷複雜的克隆氏症，醫生的決斷力都至關重要。「有時，經驗讓你敢於跳過某些測試，為病人搶佔治療先機。這份膽識，是無數臨床經驗累積而成的。」

行醫數十載，見盡生老病死，醫生也是普通人，也會有過抑情緒。楊醫生特別提及，求學時期讀到突破機構創辦人蘇恩佩的著作《死亡，別狂傲》，啟蒙了他從醫後的生死觀。「很多人認為我們見慣死亡，其實真正接觸到死亡，是由進入內科部門工作開始。」

學習佛理抽離情緒

他最深刻的個案是實習時遇上的年輕血癌病人。



在化療艱苦的80年代，他每次為病人尋找靜脈插管，都靜靜傾聽對方從後悔體檢發現癌症，到放不下幼子的心聲，對方每次都向他道謝。兩年後，病人因尋求「神醫」而中斷治療，復發歸來時已病入膏肓。楊醫生至今仍記得病人臨終前那無助、空洞的眼神，以及翌日那張潔白、空無一人的病床——「這便是醫院裏，人來人往、生生死死的日常。」

面對病人的離世，情緒難免會被牽動，楊醫生將這份抽離歸功於佛學哲理的啟迪。「我並非信徒，但我欣賞佛學中的哲學。」他以「色即是空」為例，解釋所有執着皆源於內心，當放下「不能輸」的心理障礙後，做事會開心很多。

他不會對病人大談佛法，卻會用生活化的語言去開導他們：「生病是射向你的第一枝箭，但處理不好自己的情緒，就等於給自己補上第二箭。」他會以痛苦與幸福皆為「無常」的道理，勸說病人坦然接受現實，積極抗病。

救死扶傷是醫生的職責，楊醫生卻強調，在腸胃肝臟科，最好的治療就是「預防」。他引用了一個經典比喻：「在河邊拯救落水者固然重要，但若能在上游築起圍欄，防止人們掉下去，豈不是更好？」

他提及乙型肝炎疫苗的普及，讓年輕一代的肝病發病率大大降低；而對於乙肝帶菌者，每半年一次的定期篩查，更是捕捉早期肝癌的黃金法則。「很多人覺得麻煩而不去做，但當腫瘤大到有感覺時，往往已是晚期。預防，才是對自己生命最大的負責。」

醫生袍外的生活態度

楊醫生近年從分秒必爭的公立醫院轉到私家醫院，他直言在私家醫院執業，能騰出更多了解病人的生活，而不僅僅是病情。「與病人建立如朋友般的信任，這遠比金錢來得珍貴。」

脫下醫生袍，楊醫生除了做義工服務社會，也懂得享受生活。他的興趣很廣泛，喜歡深度的旅行文化探索。「近來去了一趟高加索，跟着建築系教授看懂了教堂壁畫背後的故事；也去了山西，在3月飄雪的奇景中，親眼見證了屹立千年的唐代木建築。」

此外，運動也很重要，他每星期都會踢足球和打乒乓球，強身健體。而談到美食，他則強調「人腳」的重要性，與三五知己一同分享美食，聊聊生活，是他減壓的方式，「人要對自己好一點」，正是他的生活態度的濃縮。



紐約佛教會·普照寺

浴佛節楞嚴大法會

天
上
天
下
，
唯
我
為
尊



时间：西历：5月17日—5月24日

农
历：初
一
~
初
八
上
午：10：00

地址：紐約佛教會
普照寺

20

Eldridge
Street

New York
NY10002

联系电话：

917-741-5872

誠邀参与 共沐佛恩

豆通网生成

當今世界，災難頻發、動盪不安、戰爭連連、人心惶惶。紐約佛教會普照寺、國際楞嚴學會將於5月17日—5月24日（農曆初一至初八）啟建浴佛節消災祈福楞嚴七大法會，法會時間由上午10時開始，恭誦《楞嚴經》、《楞嚴咒》，禮拜《楞嚴寶懺》，回向世界和平、息災免難、戰爭不起、風調雨順、國泰民安。歡迎大家踴躍參加，修福修慧、利人利己、深入經藏，智慧如海。法會可登記功德主，供齋，消災、超度、點燈及佛前花果。支票抬頭：Buddhist Association of New York
地址：紐約佛教會普照寺 20 Eldridge Street, New York, NY 10002，聯繫電話：917-741-5872。

般若人生

二〇二六年 · 戒會盛事

美國法雲禪寺禪學院

傳授三皈五戒、菩薩戒暨念佛法會

五戒乃聖道之基，菩薩戒為成佛之始。相遇法雲戒會，共成菩提願行。

秉戒得戒和尚

上果下清律師

秉戒羯磨和尚

上本下因律師

秉戒教授和尚

上性下德律師



9/1 - 9/3

三皈五戒與課程

保人身、增福慧



9/4 - 9/6

梵網菩薩戒與課程

眾生受佛戒，即入諸佛位



9/7 - 9/9

念佛法會、大蒙山

懺悔三業，冥陽兩利



法會地點

美國法雲禪寺禪學院

Fa Yun Prajna Monastery

5710 State HWY 518, Vadito, NM 87579, USA



法會詳細資訊及報名請見

<https://fayunpm.org/cms/2026precepts>

報名截止日期：2026年8月2日止

全程參加者優先錄取，歡迎報名護戒義工。



活動日期

2026年9月1日 — 9月9日



2026

BUDDHIST

CAMP

佛學營

1ST-5TH JULY

📅 5 DAYS 4 NIGHTS 五天四夜



UPSTATE NEW YORK 紐約上州
WARWICK, NY

Friendship Empowers Our
Garden to Flower
友誼相扶善緣之園

buddhistcamp.org

Bliss & Wisdom Foundation of North America - NY 北美福智基金會 - 紐約



仰望星光

和平與希望音樂會

STARLIGHT

PEACE & HOPE

星光雲集·殿堂級陣容
紐約愛樂與紐約大都會歌劇院音樂家
攜手大都會合唱團、佛光合唱團 震撼登場



與紐約協會
預購門票



JUNE 7, 2026 | SUNDAY | 7:30 PM

LINCOLN CENTER - ALICE TULLY HALL

林肯中心
售票系統



主辦單位：佛光山紐約道場、國際佛光會紐約協會
協辦單位：國際佛光會多倫多協會、國際佛光會渥太華協會、國際佛光會佛羅里達協會
Organizer: Fo Guang Shan New York Temple, BLIA New York Chapter
Co-organizer: BLIA Toronto Chapter, BLIA Ottawa Chapter, BLIA Florida Chapter