

佛光山台北道場 周訊

第153期 2015.04.29~05.05 地址：110台北市松隆路327號11~14樓 電話：02-2762-0112

緣起

佛光山弘法事業的推廣，端賴信眾護持方能竟其功。本道場感謝護法委員多年來的護持，為讓委員瞭解佛光山台北道場人間佛教事業的現況，特發行「佛光山台北道場周訊」，內容有台北道場及弘法事業單位一周的動向，以饗大眾。



大師法語



居士發心 共成觀光朝聖地

佛光山能到處建立寺院、到處成立佛光會、到處辦學校、雲水書車、雲水醫院等公共事業，當然不是我的能力能做到；但是我身居一個領導人，我「不要」、「以空為樂」的生活，我想，信徒也是受我這種性格感召吧，而樂於施捨成就佛光山、樂於成就全世界佛教的事業。現在佛光山的所有，是怪信徒不好呢？還是怪貧僧不好呢？這個社會嫌宗教的建築太多嗎？我們的齋堂，不管是信徒、觀光客，只要和我們一起吃飯，連添油香的地方，他們都找不到。是寺院的作風不好嗎？還是要怪罪於信徒呢？

佛陀紀念館興建了，那龐大的費

貧僧有話要說(5)

用，哪裡是一個寺院所能承擔？我們不開工廠，不經營商業，當然，總得靠發心的護法居士挺身而出購地、建築。現在，千家寺院、百萬人士共成的佛陀紀念館，是台灣南部最好的觀光朝拜景點，不收門票，不收停車費，每天有三百餘位的職工、義工，為每天數萬的來客導遊、解說、服務，你說，是那些發心的護法居士不好嗎？還是那許多職工、義工都不對呢？或是貧僧的錯誤呢？

佛陀紀念館的本館早已正式取得使用執照，但社會少部分的人，一直以佛館的山門、牌樓未有建築執照而批評詬病。那只是佛館的景點，並沒有人居住，也正在辦理執照中，只是山坡地開發、水土保持的行政程序曠日費時，時間來不及，信徒、遊客就蜂擁而來，我們阻止好呢？還是開放好呢？感謝高雄市政府的領導單位，諒解我們為社會服務的苦心，協助我們補辦執照。我們也不想擁有特權，只是時間遲了一些。我們又不圖名、又不

圖利，我們又有那麼大的罪過嗎？

免費辦展 熱心文化傳知識

佛陀紀念館開放了，每天遊覽車不止百部，小客車也在千部以上，光是解決停車問題，就不是我們民間能力所能負擔。貧僧也想，這許多車輛都向國家繳了稅金，政府應該要有路給他們走、有車位給他們停才是啊！可憐的佛光山，不得已，只有臨時向一些村民租借土地做為停車場，提供來者免費停車。論坪計算，一年一坪也都要千元以上啊！有良心的信徒、旅客，你們覺得佛陀紀念館應該怎樣去發展才好呢？(待續)

活動預告

►佛光山台北道場

- 千僧萬眾慶佛誕 一心十願報母恩
- 時間：104年5月10日上午9:00
- 地點：凱達格蘭大道
- 報恩法會
- 時間：104年5月18日上午10:00
- 地點：台北道場14樓
- 浴佛法會(釋迦牟尼佛聖誕)
- 時間：104年5月25日上午10:00
- 地點：台北道場14樓

台北道場

生耕致富新創舉・現場養生藥膳實作



佛光山台北道場「2015生耕致富講座/論壇」4月26日現代醫學論壇圓滿場，有別於舉辦七年來新突破，現場養生藥膳實作，新鮮爽口的花旗參百菇湯。邀請台灣抗老化學會理事長劉吉豐主講，與談人台灣全民健康促進會理事長陳怡靜營養師，以黃帝內經「藥食同源」的概念，結合自然調配飲食，教導聽眾正確的製作飲食，吃得安心、健康、養生，吃得沒有負擔。現場除了主講人示範，也開放九桌百人一同體驗現場實作，也吸引近500餘人聽講。

首先，劉吉豐指出藥膳進補，須針對不同疾病、不同年齡層，而有所不同，甚至視個人體質是熱、寒、虛、實，不同體質而定，無法一體適用。少年兒童期：正值生長發育，臟腑嬌嫩、未臻成熟完善，以健脾胃為主；中年及青年期：由盛而衰，是身體器官轉捩點，以健脾舒肝為主；老年期：臟腑功能減退，健脾開胃為主。

哪些人需要冬令進補呢？例如，年老體衰、陽氣虛弱、易患春病夏病者等，簡單說，見虛才補，不虛

不補。食物、中藥材各有補氣、補血、補陰、補陽功能，各類取其一種，放入陶鍋或砂鍋，加適量水，武火煮沸，改以文火，燉到藥材出味即可。再以經絡按摩保健，定能提升免疫力及改善脾胃功能。

營養師陳怡靜說：近年來，台灣民眾籠罩在黑心食品及油安事件，陷於極度恐慌。飲食健康，外食者遇到的四大困難，1. 食材來源，無從得知。2. 衛生安全，無法掌握。3. 過度烹煮，營養流失。4. 飲食比例，嚴重失衡。想要遠離黑心，就要從認識食物原味開始。並進一步

解釋，食物四分法：蔬菜25%、水果25%、蛋白質25%、澱粉25%，現代人是營養不均衡，非營養不足。養生保健的事，天天可做，就從自身做起，鼓勵大家動手自己做，照顧家人的健康。

接著，眾所期待的「現場養生藥膳實作」上場了，材料是：花旗參、什錦菇、枸杞、薑，調味有冷壓苦茶油、鹽。作法很簡單，先將花旗參涼水浸泡10~12小時，再將所有食材及苦茶油放入陶鍋，加水加蓋燉煮約15分鐘，熄火續燜，要吃時，加鹽調味。

最後，聽眾提問，如何認識、分辨、選擇中藥材，主講人劉吉豐教授無不一一詳加說明，同時強調，中藥加蓋燉煮、燜，能有效鎖住營養成份，並且心裡懷著歡喜心、感恩心去享用，食材的療效更能發揮得淋漓盡致。

5月第一週的六、日「名人成功之鑰」即將登場，邀請心定和尚、李開復、李濤、盛治仁等名家巨擘精彩可期，歡迎大家踴躍報名參加。請洽詢人間大學台北分校，電話：(02)2769-8933。

【人間社記者姜霞萍台北報導】



國際佛光會佛光童軍團總部

城市遊俠與我童行 北區聯團露營



「城市遊俠與我童行」2015年佛光童軍北區童軍聯團露營，4月25日在台北松山火車站西廣場舉辦開營典禮，展開兩天一夜的露營活動，來自桃、竹、基隆、北市、新北市等11個童軍團熱情響應，120名童軍、服務員在寓教於樂的氛圍中，一同接受不怕苦、不怕難的訓練與考驗。國際佛光會中華總會覺紹法師、佛光童軍總團執行長李耀淳，共同以「實踐三好」勉勵北區

佛光童軍，把三好精神融入童軍多元學習領域。

活動第一天，各小隊按照「城市遊俠」指示信內容進行台北城市探索，在台北101大樓、雙連站文昌宮、內湖碧山巖白石吊橋等指定地點，完成「城市遊俠說好話」、「與我童行做好事」、「日日行善存好心」等3項極富挑戰的宣傳三好運動任務。全體童軍夥伴鼓足勇氣與陌生人進行三好交流，更「全

付武裝」通過白石湖龍骨吊橋進行小隊合影，最後才抵達內湖碧山營地集結。即使走得兩腳發麻、氣喘吁吁，臉上依然流露出勇於挑戰的笑容，讓一旁的民眾與隨隊服務員，忍不住豎起大拇指「按讚」加油。

第二天，大慈佛光童軍團副總團長張世昌指導童軍進行緊張、刺激的樹攀演練；並邀請消防局專家帶著「安妮」，帶著童軍進行CPR及CAD訓練。樹攀時，大家歡呼、加油聲不斷，從中瞭解繩結的實用與重要性；學習救護課程時，更以「自救、救人」為目標，努力充實急救技能。

營主任朱照淑表示，北區聯團去年於大溪進行古蹟巡禮，今年則在台北挑戰城市探索，希望未來能持續辦理，讓北區聯團有更多交流與觀摩的機會。她除了讚歎北區童軍夥伴秩序良好、安全工作完備，更感謝全體工作人員無私奉獻，讓活動順利圓滿、活力無限。

【人間社記者陳雅容、蘇麗敏台北報導】

國際佛光會中華青年總團

北區佛光青年慶佛誕 展現三好青年力



北區佛光青年4月25日於台北西門町舉辦「2015悉遊季 青年慶佛誕 浴佛保平安」行動浴佛，結合「三好歌」和「佛誕劇」，在歡樂的表演中，宣傳三好及四給理念，也讓全民認識佛誕節，一同浴佛淨心。

啟程儀式，由國際佛光會覺紹法師、泰山青年團輔導法師如俊法師、三重青年團輔導法師知修法師，帶領所有青年唱誦心經，以此功德回向活動順利圓滿。所有青年熱情邀約民眾浴佛，也在現場表演「三好舞」，展現青年的活力，並以「佛誕劇」表現悉達多太子從出生至成道的過程，傳達佛陀偉大濟世度生的精神，吸引許多人駐足圍觀。

此次行動浴佛，特別由青年穿著Q版悉達多太子裝，與現場民眾合影留念；也有外國來的朋友，透過

新莊青年林涵蓉的英文翻譯，解說浴佛的方式與意義。此外，現場亦有親子、情侶以及長者參與浴佛，祈求家庭和樂、社會和諧、世界和平。

佛大香海社何文輝表示，參加活動學習跟大眾結緣，尤其為了扮演苦行僧，特別將頭髮剃光，讓自己放下外表的執著，也將心中的煩惱一併去除，希望明年能繼續發心參與。青年並與大眾相約，5月10日在凱達格蘭大道相聚，一同歡慶母親節暨國際佛誕節。

【人間社記者林奕豪台北報導】

人間衛視

歷史大戲「無字碑歌」 周四首播



人間衛視自4月30日起，每週一至週五晚上，推出最新8點檔古裝歷史大戲－「無字碑歌」。「無字碑歌」由大陸一級演員斯琴高娃（飾女皇武則天）、張鐵林（飾唐高宗李治）、方旭（飾狄仁傑）、劉威（飾李世民）等大卡司領銜主演，陣容堅強。劇情描述中國唯一的女皇帝武則天，在當時封建制度下，展現過人的政治才情與手腕，締造貞觀之治到開元之治兩大盛世

的過度，劇中情節本著「重史實、求客觀、挖新意、找好看」的原則，將武則天極具傳奇色彩的一生呈現給觀眾。

武媚娘原為唐太宗身邊才人，唐太宗駕崩後，按宮規在長安城外的感業寺出家為尼。但她不甘就此度過餘生，終於在一次機會下，高宗李治讓她重回宮廷。

武媚娘憑藉智慧和勇氣，一路從宮女到昭儀，掃除障礙，擊敗其

他妃嬪，終於登上皇后大位。隨後果斷掃除異己，提出「建言十二事」，展現驚人的政治才能，以過人的膽識與氣魄匡正反對勢力，成為中國歷史上唯一的女皇帝。

武則天從宮中才人到登基稱帝，歷史上因而給了她不同的評價，「無字碑歌」導演陳燕民表示，這是一部完全的正劇，要正史、正人、正言、正傳，劇中台詞頗富文學涵養，極具古風韻味。至於武則天的功過得失，請於4月30日起晚上8點收看「無字碑歌」，交給觀眾朋友自行評斷！本劇於週一至週五凌晨一點（台語版）、上午8點重播，節目詳情請上人間衛視網站查詢<http://www.bltyv.tv/events/2015Non-characterTablet/>。

【人間社記者蘇明珠台北報導】



萬緣

2015

佛光山北區

水陸法會

Fo Guang Shan
Water and Land Dharma Service
內壇地點：台北道場

外壇 5/30~6/5
內壇 6/7~6/13
送聖 6/13

三好禪修夏令營

營隊時間：2015年7月7~11日（二~六）

7/7~7/9 上午8:00~下午5:30
7/10 上午6:00發車回高雄佛光山大會師

招收對象：2~7年級（分班）

營隊地點：佛光山台北道場、高雄佛光山



早鳥優惠

（需完成繳費報名手續）

5/15前報名優惠500

6/1 前報名優惠300

清寒家庭全額免費

（請攜帶戶口名簿、就學及清寒證明書辦理）