

初市

SHI CHENG CHAO YIN

城潮音

2025 年第 2 期 总第 80 期

DHARMA WAVE

佛法生活化、现代化、本土化
MAKING THE DHARMA LIVELY, CONTEMPORARY AND LOCAL

新加坡佛教居士林通讯 • Singapore Buddhist Lodge Journal



故人西去 垂范永留

——纪念前林长李木源居士往生十周年

《地藏经》与念佛法门的殊胜因缘

Lessons From My 21-Day
Solitary Nianfo Retreat

本期封面照片 | Cover Photo
Hong'en Pavilion in Hong'en Monastery Forest Park,
Chongqing, China; By onlyyouqj (Freepik)

2025年・第2期・总第80期
No.80, Vol 2 in 2025

刊名题字 | Title Calligraphy
许梦丰

法律顾问 | Legal Counsel
黄锦西 大律师・云大明 大律师

发行人 | Publisher
陈立发

主编 | Chief Editor
释延续

编委 | Editorial Team
邹文学・戴文雪・宁小颜・郑慧玲・胥传喜・Katherine Frith

执行编辑 | Editorial Executive
马思慧

编务 | Editorial Admin
洪晨芸

编辑设计 | Editorial Design
张蔚雅

出版 | Publisher
新加坡佛教居士林 The Singapore Buddhist Lodge
17-19 Kim Yam Road (S) 239329
T: 6737 2630 | F: 6737 0877
W: sbl.org.sg | E: scgy@sbl.org.sg

出版准证 | Publication Permit
MDDI (P) 092/03/2025

印刷 | Printer
Print & Print Pte Ltd

如要提交原创文章与照片, 请电邮至 | To submit
original article and photos, please send them to:
scgy@sbl.org.sg

在线阅读 | Online Reading:
tiny.cc/scgy

若您想停止接收《狮城潮音》季刊, 请电邮并注明会员
号与退订原因至 | To cancel your subscription, please
email your membership number and reason to:
scgy@sbl.org.sg

本杂志以出版时为准, 如需了解最新信息, 请查看本
林网站或社交媒体以获取相关更新 | This magazine is
accurate at the time of publication, please visit our
website or social media for latest updates.

卷首语 FOREWORD

- 2 行稳致远 扎实推动以弘法教育为核心的
各项工作

林内动态 HAPPENINGS

- 4 本林2025年卫塞节庆祝活动圆满举行
传灯续愿 供佛报恩 同沐法喜
- 6 本林教育基金举办第47届小学组助学金
颁发仪式
- 7 本林举办第47届中学组助学金颁发仪式
- 8 本林儿童及少年探索营圆满结束
- 9 本林精进念佛共修圆满举行
- 10 坚持“弘扬佛法 慈悲济世”初心——
记居士林第48届董事会、第22届教育
基金理事会、第22届福利基金理事会
就职典礼
- 13 本林圆满举行2025年度林友大会
- 14 本林禅修班开课
- 14 本林佛法讲座《慈悲三昧水忏》圆满完成
- 15 本林十方缘弘法讲座: “人工智能(AI)会
成佛吗?”
- 16 本林《狮城潮音》导读会: “佛学与量子
力学”
- 16 阿弥陀佛关怀中心一行莅临本林参访、
交流
- 17 嘉诺撒天主教小学与天主教德语社群分
别到访本林交流

专题特辑 SPECIAL FEATURE

- 18 故人西去 垂范永留——纪念前林长李
木源居士往生十周年
- 23 佛教居士的楷模 中新友谊的典范——
纪念居士林李木源前林长往生十周年
- 26 知遇之恩 唯法能报——李木源居士往
生十周年追思
- 30 沿着他的足迹前行——纪念李木源会长

目 CONTENTS 录

人物专访 INTERVIEW

- 32 心系华社 乐于回馈——郑民川
35 携手做慈善 悠然度晚年——张金陵一生精彩

法海拾珍 DHARMA GEMS

- 38 超越言说的心灵之光
42 Buddhist Remedies For Afflictions (II)

佛学漫画 BUDDHIST COMICS

- 46 佛陀本生故事：小鳖报恩记
Jataka Tales: The Story Of A Little
Turtle Returning A Favour

菩提路上 ON THE BODHI PATH

- 52 参学上海玉佛禅寺水陆法会有感
54 念佛号 是我独有的 MeTime
56 Lessons From My 21-Day Solitary
Nianfo Retreat

生活中的佛法 DAILY DHARMA

- 60 从安阳到邯郸：佛教文化之旅
66 谈量子力学与佛理
70 Rediscovering Filiality Through
Community Service

智慧学堂 WISDOM CLASSROOM

- 74 《地藏经》与念佛法门的殊胜因缘



南無阿彌陀佛

行稳致远 扎实推动以弘法教育 为核心的各项工作



陈立发 林长

今天，居士林

第48届董

事会、第22届教育基

金理事会、暨第22届福

利基金理事会，联合举行就

职典礼。在这个庄严而隆重的时刻，我谨代表居士林，对各位贵宾、各位佛友，在百忙之中拨冗前来出席今天的仪式表示诚挚的感谢。

两年一届，每次站在佛前与诸位同仁庄重宣誓时，我总是感慨万千。回顾这些年的工作，始终如履薄冰。从第44、45届历尽艰辛进行大雄宝殿重建，到推动财务和行政制度改进；重建竣工后，举办“三庆大典”；在第46届确定今后以“弘法教育”为根本方向的战略性定位；第47届再创新高，举办“90周年大庆”等一系列精彩活动。而一届又一届董事、义工、员工们的付出，让居士林的形象更

加深入人心，受到社会大众一致好评。

走过90年，我们迎来了第48届董事会，这是本林第8次章程修改之后举办的首次选举。47届董事会依照章程在3月8日的董事会上成立了选举委员会，并选出七位董事留任为第48届董事。在5月17日至24日期间举行了选举投票；25日，在黄锦西大律师及各位参选人的见证下，开票选出14位董事。5月31日，董事会复选，选出林长、副林长、司理、财政等执委。6月22日上午，本林举行林友大会，向大会宣布了第48届董事会21位董事名单。至此，我们严格遵守程序，如法如律地完成了第48届董事会就职前的所有工作。

为了继承和发扬本林的优良传统，光大先贤创办道场，弘法利生、服务大众的神圣使命，保持居士林稳定有序向前发展，并积极落实接班人培养计划，本林在第45届董事会期间即启动章程修改工

作。前后数经周折，在47届，新章程经林友大会高票通过，第48届开始落实。制度的保障是一个团体健康传承的关键，我们希望在稳定前行的基础上，确保方向明确，理念清晰，不走弯路；并以老带新，不断吸收和锻炼新人，让居士林前行的步伐不因人事更迭而受到影响。

我们当下生活在一个危机四伏的时代，地缘政治，俄乌、以哈、以伊战争，以及美国新总统上台后又开辟的新战场——关税战。二战后80年的和平红利似乎已经被消耗殆尽，我们的世界走向何处？我们很幸运生活在新加坡，享有和平、和谐的社会环境。虽然，我国刚刚结束了大选，但我们的国家和人民并没有因为选举而撕裂。选举一结束，生活马上恢复正常，这种现象在当今世界也不多见。

今年是我国建国60周年，为纪念60华诞，我们将在10月5号举办汉传佛教最大的法会——水陆法会。我们希望以佛教的方式，一方面以此胜会功德回向世界和平，国泰民安，国运昌隆，风调雨顺；同时也超度各姓祖先，以及在战争、瘟疫、各种突发事故和灾难中、不幸罹难的亡者。

今天，第48届董事会即将接棒，在新一届董事就职之际，我想借此机会，再次重申以下三点原则与共识：

第一、居士林的成功是由众多先贤大德，以毕生精力、以无私奉献的精神，代代相传，奠定了当前的坚实基础。转道老和尚和李俊承居士等大德发起创林以来，一直以大乘汉传佛教为根本，以净土法门为特色。随后广治法师在本林50余年，在他的推动和指导下，陈光别

老林长、李木源前林长等也一直坚持这个方向。所以，任何时候，我们都必须始终如一、坚守先贤的智慧与传统，坚守居士林的特色。

第二、我们参选居士林董事，意味着我们服膺居士林的宗旨。我们都是三宝弟子，彼此都怀着护持正法、维护道场、回馈社会之心。我们自愿发心为佛教事业奉献力量，我们每个人都积极主动签名，愿遵守《董事行为守则》，这也是本林制度建设中有重要意义的议事守则。所以，身为董事，我们要深信因果，以最高操守，以身作则，为林友做好表率，护持居士林的声誉和形象。

第三、本林重建工程竣工后，第46届董事会确定今后以“弘法教育”为根本的战略性定位。第48届董事会将依旧以此为方向，以净土共修、法会共修和日常共修为实践；积极落实佛法时代化、生活化、本土化的目标。我相信，在接下来的工作中，我们将会凝聚更多共识，不断完善各项制度，特别是加强提升行政管理水平，为本林弘法利生事业的开展奠定更加坚实的基础。

董事两年的任期值得珍惜，我希望在这个充满挑战的时代，我们团结一心，坚持“弘扬佛法，慈悲济世”；坚持“为佛教，为众生”的初心不改，坚持为社会中较不幸的家庭提供更多爱心与援助，坚持为维护我国宗教与种族和谐发挥模范作用。我相信，只要我们方向明确，愿愿同行，我们一定会取得更加优异的成绩！谢谢大家。南无阿弥陀佛。卍

(本文为陈立发林长在第48届董事会就职典礼上的致辞)

本林2025年卫塞节庆祝活动圆满举行 传灯续愿 供佛报恩 同沐法喜



本刊讯：

卫塞节是佛教界最重要的节日之一，是佛弟子纪念本师释迦牟尼佛诞生、成道与涅槃三大圣迹的殊胜日子。今年，本林于2025年5月5日（农历四月初八）至5月18日，举行了一系列庄严而丰富的卫塞节庆祝活动。透过佛教仪式与弘法推广，带领大众忆佛念佛、供佛修福，同沐佛恩，广植善根。

【净心浴佛 感念佛恩】

5月5日上午9时30分，本林在大雄宝殿隆重举行浴佛及供佛典礼，近400位信众虔诚参与。众人合十礼佛，手持香汤，为太子佛像灌顶沐浴。浴佛不只是外在的仪轨，更是内心的修行——清除贪嗔痴慢疑等烦恼尘垢，净化身心，提升生命品质。

为方便更多信众参与，居士林特别将浴佛池开放至5月12日。期间，许多家庭携老扶幼前来，共同浴佛，增进亲子修持，播下善种。



【皈依受戒 立愿修行】

当天下午1时30分，本林举行三皈五戒仪式，73位善信在庄严氛围中皈依佛、法、僧三宝，其中33位更进一步受持五戒，誓愿修善行德，护持正法。

【传灯法会 光明照十方】

5月11日傍晚7时，年度卫塞节传灯法会于大雄宝殿前举行，逾700位信众参与。大众手持莲花灯，绕殿传灯，象征佛法智慧薪火相传，光明遍照十方。一灯传一灯，直至点亮百千灯，光明无尽止。如一人导百千众生，使他们发无上正等正觉心，行大道的意愿不灭尽。自己得益一切善法，也以一切善法利益他人，这就是无尽灯。对佛教徒而言，即是提醒我们要把正法好好传遍十方。大众齐诵《炉香赞》《心经》《供灯祈愿文》，光明与心念交融，愿愿清静，步步增慧，共成佛道。

【传供法会 家庭同修 温馨感人】

5月12日上午，大雄宝殿举行卫塞节



传供法会，吸引了逾500位信众参与。由妙髻儿童佛学班近70位学童以童声合唱《三宝歌》《点灯的孩子》揭开序幕，清亮稚音令人动容，象征佛教薪火传承。大众依次传递十种供品——香、花、灯、涂、果、茶、食、宝、珠、衣，表达对佛陀的感恩供养。

同时，七楼观音礼堂也举行亲子传供，孩童与父母共同参与，法喜充满，殊胜感人。

【弘法推广 拓展善缘】

今年卫塞节期间，居士林设立弘法与修持推广摊位，介绍佛学课程、共修活动及导览服务。义工热心接待来宾，鼓励追踪社交平台，持续关注佛法活动。

互动拍照区与气球背景板吸引众多亲子家庭合影留念，喜气洋洋。此外，导览团队于节日期间接待访客，介绍汉传佛教建筑、林内历史与慈善项目，拉近佛教与大众的距离。

【共沐佛恩 弘法续愿】

为期两周的卫塞节系列活动在大众的护持与义工的发心下圆满落幕。透过庄严佛事，信众得以忆念佛恩、净化身心、启发善念，营造出慈悲与智慧共融的修行道场。

新加坡佛教居士林将持续秉持弘扬佛法、慈悲济世的宗旨，以多元方式推广佛法，愿佛光普照，法音常扬，大众福慧双修，共行菩提道。卍



本刊讯：

4月5日下午2点30分，本林教育基金在观音礼堂隆重举行第47届小学组助学金颁发仪式，大会主宾为丹戎巴葛集选区议员祖安清心女士。本林副林长兼教育基金副主席林理明居士、教育基金主席陈喆宜居士、副主席陈锦成居士等，作为主办方代表出席了仪式。颁发仪式由新加坡回教传道协会及新加坡道教总会协办。

亮点回顾：

- 祖安清心议员鼓励学生们，并叮嘱大家在遇到困难时可以向自己的父母、老师或校长倾谈，寻求帮助。
- 陈喆宜主席在谈话中引用某部动画电影经典语录——“我命由我不由天”，激励学生们即使身处逆境也不要轻易放弃，要勇于改变现状，选择自己的道路，开创属于自己的一片天地。
- 衷心祝愿所有获赠助学金的学子们能一直保持乐观的心态，坚持不懈，最终迎来自己的辉煌时刻！

本林感谢所有善心仁者的热心捐款及义工朋友们的付出，并希望有更多人士能继续支持这项慈善项目。卐





本刊讯：

继4月初颁发小学组的助学金之后，本林于4月26日下午2点30分，隆重举办第47届中学组助学金颁发仪式。大会主宾为本林法律顾问黄锦西律师。道教总会第一副会长林金发先生，回教传道协会第二副主席Mr. Mohamad Hafidz Bin Abdul Malik等人，作为助学金颁发活动协办单位的代表出席了仪式。居士林林长陈立安居士、教育基金主席陈喆宜居士等人，作为主办方代表出席了仪式。今年共有385名学生获颁助学金，颁发总额为19万3千新元。

我们衷心祝愿所有获颁助学金的学子们能够更上一层楼！

本林感谢所有善心人士的热心捐款及义工朋友们的付出，并希望有更多的朋友能继续支持这项慈善项目。卍





本林儿童及少年探索营圆满结束

本刊讯：

5月31日至6月1日本林圆满举办了为期两天的儿童与少年探索营活动，共有90名学生参与，活动内容丰富，寓教于乐，让孩子们在欢笑与学习中收获满满。

第一天：启发心灵的探索之旅

第一天上午，孩子们在用过早点后，开启了探索营旅程。在破冰游戏里，大家迅速熟络起来，一起学习基本佛教礼仪及认识诸佛菩萨，把善根的种子引入稚子心田。

午餐过后，孩子们充满活力地参与了趣味十足的寻宝活动，并亲手创作粉彩画。接下来大家在“慈悲喜舍”主题佛学课中，学习从自我中心转向慈悲无我，开阔心量，进而安定内心，提升专注与宁静力。

当天最后一项活动为抄写《心经》，

孩子们从一笔一画中练习定力与专注力，于静谧中体会佛法的安住力量。

第二天：感恩与成长

探索营的第二天，本林首席佛学导师延续法师与小朋友一起参与佛法的交流，孩子们积极发问，由法师亲自开示，耐心细致地解答孩子们心中的疑惑，让佛法在童心中深深扎根。

下午，孩子们亲手制作气球花，作为感恩父母的礼物，并上了一堂轻松愉快的瑜伽课程，学习如何调和身心。在感恩课中，孩子们不仅学习感恩心的重要，更透过亲子之间的互动，为父母擦拭手脚、奉上茶点，表达对父母的爱与感恩。

本次探索营在温馨与法喜中圆满结束，不仅丰富了孩子们的心灵世界，也种下了佛法的善种。愿他们在成长的旅程中持续精进学佛，行善利他，回馈社会。卍

本林精进念佛共修圆满举行



本刊讯：

为 深化信众净业修行，新加坡佛教居士林于5月18日及6月13日至15日分别举行一日精进念佛与第二季佛三共修活动，共吸引逾三百余位莲友参与，法喜充满，庄严有序。

一日精进念佛 净心念佛摄心回向

5月18日，于五楼贤户讲堂举行的一日精进念佛，共有逾130位莲友参与。上午9时，由首席佛学导师延续法师为大众传授八关斋戒，随后带领诵念《阿弥陀经》、经行念佛，声声佛号清净庄严，摄受人心。晚间7时，大众齐心回向功德，为本月一日精进共修画下圆满句点。

佛三共修三日 专注念佛步步莲华

6月13日至15日，于七楼观音礼堂举行的第二季精进佛三念佛共修活动亦圆满落幕。近150至200位莲友暂离尘务，收摄六根，专注念佛，三日法会庄严安稳，众人同赴莲池海会。

延续法师每日上午9时为

大众授予八关斋戒，随后恭诵《阿弥陀经》，带领大众经行绕佛，齐声称念“南无阿弥陀佛”圣号。此名号即是无相佛心、清净佛性的显现，藉由阿弥陀佛的大悲愿力，引导众生从五欲六尘中回转，以一心称名契入清净之道。

法师于开示中指出，佛号是直指本心之法，念念提起，如手持宝剑，“以念止念”，断除烦恼妄想，回归本觉真心。并勉励大众一门深入，日诵佛号，累积往生资粮，常念常行，终得净业圆成。法师引用弘一大师所言：“日日行，不怕千万里；常常做，不怕千万事。”提醒行者持之以恒，步步踏实，自能圆成佛道。

6月15日适逢父亲节，法师亦感念父恩，提醒大众感恩父母养育之德，并深切忆念阿弥陀佛——无尽慈悲的“法身之父”，赐予慧命法身，引导众生离苦得乐，安住极乐。卍



坚持“弘扬佛法 慈悲济世”初心

——记居士林第48届董事会、第22届教育基金理事会、第22届福利基金理事会就职典礼

文 | 邹文学



本刊讯：

陈立发林长在48届董事会就职典礼上说，董事会在这个充满挑战的时代，尤须加强团结，坚持居士林“弘扬佛法、慈悲济世”的初心，坚持为社会中较不幸家庭提供更多爱心与援助的任务，坚持为维护我国宗教与民族团结和谐发挥模范作用。

新加坡佛教居士林6月29日举行第48届董事会、第22届教育基金理事会暨第22届福利基金理事会联合就职典礼，并邀请武吉班让单选区基层组织顾问连荣华先生担任主宾。亲临见证的佛

教界大德有：佛教总会会长广品大和尚、光明山普觉禅寺住持广声大和尚、本林首席佛学导师延续法师。

落实佛法时代化

陈林长强调，居士林将继续推动佛教发展，以弘法教育为根本，积极落实佛法时代化、生活化和本土化的目标，并鼓励更多青年参与活动。

他说：“我们以老带新，不断吸收和锻炼新人，让居士林前行的步伐不因人事更迭而受到影响。”

他透露，居士林开办的妙髻儿童

佛学班，学员人数已从初期的25人快速增至百多人，净土班学员达到600多名。

谈及今日的大环境，林长慨叹道：

“我们当下是生活在一个危机四伏的时代：地缘政治，俄乌、以哈、以伊等战争，以及美国新总统上台后又开辟的新战场——关税战；显然，二战后80年的和平红利已被消耗殆尽，我们的世界会走向何方？”

他指出，幸好，我们生活在新加坡，享有和平、和谐的社会环境。因此，我们自当珍惜，不可视为理所当然。

他补充说，今年是我国建国60周年，为庆祝国家的60华诞，居士林将在10月5日举办汉传佛教最大法会水陆法会，愿以此胜会功德，回向世界和平与国泰民安；同时也超度各姓祖先，以及在战争、瘟疫、各种突发事故和灾难中不幸罹难的亡者。

董事应成为表率

居士林创立至今已91年，陈立发林长提醒董事们，居士林有今日的成绩，是由众多先贤大德，以毕生心血和精力、以无私奉献精神，代代相传奠下的坚实基础。所以，任何时候，大家都必须始终如一、守护先贤的智慧与传统，发扬居士林的特色。

他说：“我们既参选居士林董事，意味着我们服膺居士林的宗旨，发心为佛教事业奉献力量。因此，我们都须严格遵守《董事行为守则》，保持最高操守，以身作则，成为林友表率，护持居士林的声誉和光辉形象。”

连荣华：居士林似人间净土

为新一届董事会主持就职典礼的连荣华，盛赞居士林就是一个温馨大社区，好比新加坡的“人间净土”。

他指出，自1934年，几位先贤在风雨中点燃了居士林这盏法灯，至今已走过90年的光辉岁月，令人感恩。

连荣华也赞扬居士林在历届董事与林长的领导下，从弘法布教到慈善济世、从教育助学到每年给贫病老人分发度岁金，一切皆以“愿众生得安乐”为本怀，令人敬佩。

除了中医义诊、流动诊所服务，居士林也设有温馨家庭服务中心，贴近社区、关怀弱势、传递温暖。特别是居士林的教育基金，帮助的对象是来自不同族群和信仰背景的莘莘学子，其中超过一半的助学金颁发给异族学生，真正体现了“众生平等、无缘大慈”的精神。

连荣华说：“居士林与回教、印度教、天主教、道教等团体长期合作，携手推展慈善工作，体现了‘和而不同、同中求同’的社会智慧。”

他察觉到，居士林对许多年长林友来说，就是他们的第二个家。除了参加修持，当义工，他们在居士林都有了多年来共同事佛的同伴，并成为深交。因此，居士林宛然就是我国最大的乐龄活跃中心，年长林友在居士林都可以过着活跃充实的生活。

连荣华感谢所有董事和理事多年来的付出与守护，也祝愿新一届团队在传承中创新，在慈悲中精进，继续带领居士林广结善缘，广种福田，广利有情。卍



新加坡佛教居士林第48届董事会

The Singapore Buddhist Lodge 48th Board Of Directors



副林长 Vice President
林理明 Lim Lee Meng



林长 President
陈立发 Tan Lee Huak



副林长 Vice President
陈家发 Tan Kay Huat



副司理 Asst. Hon. Secretary
苏志强 Soh Chee Keong



司理 Honorary Secretary
唐兴瑞 Teng Seng Dui



副司理 Asst. Hon. Secretary
王耀光 Wang Yew Kwang



副财政 Asst. Hon. Treasurer
陈喆宜 Tan Kiat Gee



财政 Honorary Treasurer
黄世忠 Ng Say Tiong



副财政 Asst. Hon. Treasurer
郑玉兰 Tay Gek Lan

董事 Directors



谭群兴
Tham Khuan Heng



黄利发
Ng Lee Huat



杨景堂
Yeo Kheng Tong



叶云湧
Yeap Yuen Yon



陈安娜
Tan Ann Nah



黄正信
Huang Zheng Xin



陈培深
Tan Puay Ching



黄雅瑄
Ooi Ah Suan



戴宝锦
Thur Poh Gim



陈宝穗
Chan Poh Swai



洪两
Ang Liang



郑若松
Tay Jiak Song

本林圆满举行2025年度林友大会



本刊讯：

6月22日上午，本林在维摩诘讲堂召开了2025年度林友大会。

本林法律顾问黄锦西大律师、云大明大律师，众董事及林友共65人出席了

会议。本林会计师及审计师代表列席了会议。

会议圆满完成了既定议程，陈立发林长向与会林友们介绍了当选的新一届董事会成员。林友大会于11点15分结束。卍

念佛堂 (五楼) 开放时间

每支香时间

2:00 pm – 3:30 pm 第一支香

3:30 pm – 5:00 pm 第二支香

5:00 pm – 5:30 pm 休息

5:30 pm – 7:00 pm 第三支香



新加坡佛教居士林
The Singapore Buddhist Lodge

本林禅修班开课

本刊讯：

5月8日晚上7点30分，居士林禅修班在七楼观音礼堂正式开课，吸引了220位学员报名参与，反应热烈。

本次禅修班由继光法师主讲指导。法师拥有逾30年的禅修与教学经验，课程以回归佛陀本怀为宗旨，依循佛陀时代禅修法门，传授佛陀关于禅定的核心要义。

课程开始前，学员通过供佛、顶礼、三皈五戒等仪式，收摄身心，明确修行目标。



法师开示日常应训练放慢经行速度，并专注于觉察呼吸；坐禅时保持正确姿势，培育专注与觉知。

禅修班内容涵盖禅修理论讲解、静坐、经行等实修环节，协助学员深入学习佛法，走向内心平静之道。卍

本林佛法讲座 《慈悲三昧水忏》圆满完成

本刊讯：

6月16日晚上7点30分，由宗开法师主讲的《慈悲三昧水忏》佛学课程正式开课。课程采取线上与实体同步进行的方式，吸引了逾两百位大众参与，共沐法喜。

本课程共六堂，于每周一与周三晚上7点30分在五楼维摩诘讲堂举行，旨在引导大众深入了解《慈悲三昧水忏》的起源背景与忏法意义。宗开法师以深入浅出的讲解方式，结合经典内容与现代修行人的生活，帮助学员从忏悔法门中体会佛陀的慈悲智慧，净化身心、提升正念。



在法师风趣幽默、引经据典、深入人心的讲解下，学员们得以深入经典、培育慈悲心，并将所学落实于日常生活中。

7月2日，全部六次讲座圆满完成。卍



本林十方缘弘法讲座： “人工智能(AI)会成佛吗？”



本刊讯：

6月8日下午两点，居士林十方缘弘法讲座特邀广品大和尚主讲当代热门话题《人工智能(AI)会成佛吗?》。

广品法师以浅显易懂、深入浅出的举例，引导大众思考AI发展的伦理与佛法的智慧。讲座中，法师引用生活实例，回应大众常见的迷思。有人曾问：“吃菜也是杀生吗？”法师解释，植物的细胞壁与人类细胞不同，植物无意识、无主动行为、无攻击性，更无业力；而有情众生则具备感知能力与业力反应，两者不可相提并论。

围绕讲题“AI是否会成佛”，法师从佛法角度深入剖析。他首先提出问题：AI是众生吗？“四生”中AI属于那一生？

众生轮回是由于业力的推动和“引业”（念头）的牵引，AI是一个工具，没有自主意识，当然也就不存在业力更不会有念头牵引之事。

他指出，AI也不具备“十二因缘”中

的“生”之条件，众生轮回生死是由“无明”开始，众生终止轮回是因为回归到“明”，而“无明”中本来具有“明”，这一点AI无法做到，因为，即使有一天它具备自主意识，但是它却无法破除AI自己的“我执”，无法修行观照，无法证得空性的境界，无法得“一心不乱”，更没有佛陀的神通道力。《楞严经》中所谈到的“无种性”众生，也许就是未来AI发展过程中出现的“复制”生命里面有个AI大脑。所以，AI不可能成佛。

法师总结指出，面对科技飞速发展，人类社会应团结合作，建立健全法律制度，妥善引导与运用AI技术。若不能善加利用，AI亦可能沦为助长邪见与混乱的“魔”。

讲座现场气氛热烈，广品法师慈悲耐心地解答了大众的各种疑问，现场和线上约400位听众专注聆听，法喜充满，受益良多。卍

本林《狮城潮音》导读会： “佛学与量子力学”



本刊讯：

6月1日下午3点,《狮城潮音》读书会与华中颐年俱乐部日日新读书会联合主办“佛学与量子力学”导读会,于本林维摩诘讲堂(5楼)圆满举行。导读会由陈华明先生主持,邀请在本地高校任教的王英弘博士与周雁飞博士主讲,现场吸引约210位观众参与,反响热烈。

王英弘博士从量子力学的四大特性——量子单位、波粒二象性、叠加与坍缩,深入讲解“薛定谔的猫”思想实验,探讨心物关系,并结合平行宇宙理论,说明佛法中的“唯识”“空性”等思想与现代科学的契合。

周雁飞博士则以丰富的生活实例,阐述量子理论与佛学的对应关系,让大众了解到量子力学与现实生活中,我们当下的心念与行为密不可分。一念佛,魔则塌陷;一念魔,佛则塌陷。两位博士的讲解深入浅出,令人获益良多。

本次导读会展现了佛学与量子力学在思想层面的互补与共鸣,激发大众从科学角度重新认识佛法智慧。卍

阿弥陀佛关怀中心一行莅临本林参访、交流

本刊讯：

6月16日上午10时30分,阿弥陀佛关怀中心(Amitofo Care Centre, ACC)新加坡分会会长吴剑峰、副会长Jackie,偕同19位来自非洲赖索托的儿童一行莅临本林参访、交流。

来宾一行首先参观了本林的大雄宝殿等设施,随后于维摩诘讲堂展开座谈交流。

19位赖索托小朋友也为在场大众带来两首动听的歌曲表演。他们以流利的中文沟通,并展现对佛法及佛菩萨的认



识。在午餐前,更带领大众恭诵供养偈,用餐后诵结斋偈,举止大方得体,展现出良好的修养。

此次参访交流,不仅拉近了彼此的法谊,也展现出佛教慈悲关怀跨越地域与种族的精神。愿本林与阿弥陀佛关怀中心未来继续携手,为推动教育与慈善事业,共同弘扬佛法贡献力量。卍

嘉诺撒天主教小学与天主教德语社群分别到访本林交流



本刊讯：

近期，本林分别接待了两组来自天主教友好团体，前来参访交流，增进宗教之间的了解。

6月2日上午10点15分，嘉诺撒天主教小学（Canossa Catholic Primary School）一行到访。此次活动由学校总监萧丽芳修女亲自率领，校长、教师及学生们共同参与。嘉诺撒天主教小学长期重视学生的跨宗教文化学习，致力于培养孩子们对不同宗教文化与历史的认识与尊重。

本林导览团队带领学生们参观大雄宝殿，介绍佛、菩萨的形象与象征意义，讲解大雄宝殿的建筑设计与文化内涵。小朋友们对佛菩萨的庄严形象及殿堂设计表现出浓厚兴趣，纷纷踊跃提问。参观结束后，学生们与本林林长陈立发居士、首席佛学导师延续法师及董事会成员在会议室进行了亲切座谈，分享参访心得，进一步加深了对佛教文化的了解。

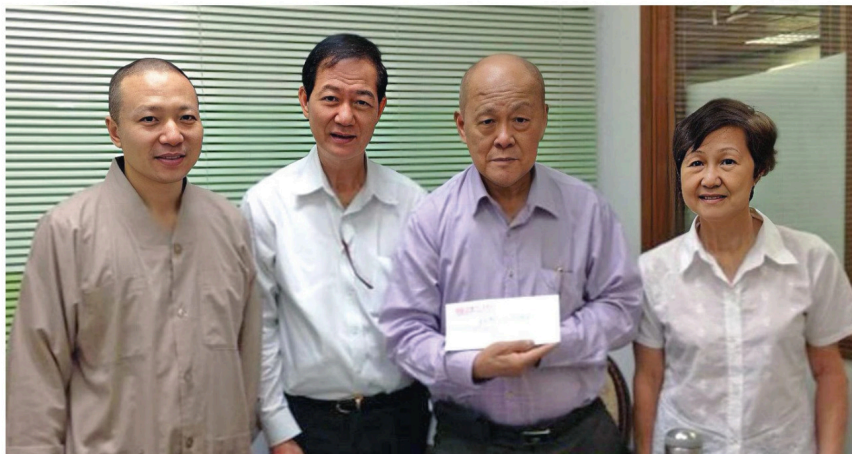
6月7日上午10点30分，新加坡天主教德语社群（German-Speaking Catholic Community）新加坡总教区跨宗教交流与基督徒合一中心行政秘书康德伟先生

带队，神父 Fr. Holger Adler 协同13位成员到访本林。

活动伊始，本林首先向德语社群成员介绍了佛教的基本教义与教理。随后，社群成员与本林首席佛学导师延续法师、副林长陈家发居士及董事们在会议室展开了一场深入且富有启发意义的交谈。双方就如何应对新加坡日益多元的宗教生态变化，特别是如何与年轻一代，“无宗教信仰者”、“自由思考者”、“无神论者”等非传统宗教群体建立联系，积极引导大众探索生命更深层的意义，进行了坦诚交流、分享了经验。德语社群成员对于此次的参访展现出的开放、真诚与深度交流给予了高度评价，认为这场交流内容丰富，启发良多。

新加坡是一个多元种族、多元宗教、多元文化交汇的社会，宗教间的理解与交流是促进社会和谐的重要纽带。我们由衷敬佩天主教机构长期以来对推动宗教交流的高度重视，亦赞赏嘉诺撒天主教小学长期致力于自幼培养学生对不同宗教文化的开放态度与学习精神。本林也将继续秉持开放、包容、互鉴的精神，共同营造一个尊重多元、和谐共融的社会环境。卍





故人西去 垂范永留 ——纪念前林长李木源居士往生十周年

文 | 陈立发

居士林自1934年由转道老和尚和李俊承居士等先贤大德创办以来，到今年已有91个春秋。91年来，有数不清的出家在家佛弟子以及关心居士林的社会贤达，为推动林务的发展持续贡献力量。当然，历任导师、林长、司理和历届董事在引领居士林不断前行、利济社会的路上发挥了决定性的作用。

去年，我们庆祝居士林成立90周年，在整理往届林长历史资料时，深深为他们无私无我的奉献精神所感动。今年，

适逢第九任林长李木源居士往生十周年，忆昔抚今，感慨万千，谨以此文，略述衷怀。

1、扶助弱小 赤子本如是

木源兄是我的华中同学，那时他是我们班长，叫李清木，比我年长5岁。在新加坡，很多人知道李木源是一个乐善好施，大公无私，嫉恶如仇的人，但是，大众所不知道的是，他从小就是这样的人。我想，这可能与他天生的秉性



有关，也与他自幼的家庭熏陶有关。

在华中时，任何大小事，我们都喜欢找他，而他总是来者不拒，帮助我们解决问题，主持公道。自幼就有领导潜质的他，也在功课之余还组织大家办户外活动、演话剧，同学家中如果缺少人手或需要帮忙时，他都会热心带人去帮忙。他就曾经带领一批同学，扛着木板走一英里多路，在我儿时生活的大士18英里乡村，为我搭建一间木板亚答屋。几十年过去，当时的情形依旧历历在目。本源兄的赤诚，让我没齿难忘。

2、再续前缘 佛门引路人

华中之后，由于社会变迁，我们这代人大多再无因缘求学，各自进入社会打拼。由于专注事业发展，虽然我早早就知道居士林和李本源，但是不知道李本源就是我儿时的同学李清木。时间一直到1998年，居士林要创办中医义诊所，本源兄有一天突然带着几位理事上门到我们公司来访，那时才猛然醒悟，让我常常心怀感恩的儿时伙伴，早已是家喻户晓的宗教领袖。

这样在本源兄的引领下，我开始走入居士林，并且也数次陪同当时尚健在的母亲到居士林供佛添油。在本源兄的劝说下，我也参加了居士林会员，并且在2011年正式当选，进入董事会。

3、溘然西去 志忘担重任

我虽然进入董事会，但是对林内事务深入不多，一方面由于自己专注于事业，无暇太多分身；另一方面由于本源兄当时已搬进居士林常住，林内的弘法、法务、慈善、行政等工作，董事会都放心交给本源兄打理。这样一直到2015年8月29日本源兄往生后，居士林陷入一整年的震荡，并且随着报章媒体和社会大众的持续关注，我不得不在2016年11月被推出来以代林长的身份主持局面。

2014年10月，居士林正式启动了创林以来最大的重建工程，到本源兄往生前，整体工程尚在拆除旧大雄宝殿阶段，重建新林的步伐艰难而曲折。当时的居士林唯有弘法和法务项目尚能如常进行，其他方面都非常“烫手”！董事会不稳、行政人事纠缠难清、财务千头万绪、重建资金缺口巨大、原有章程已无法适应现代社会需要——我甚至感到被推进一座迷宫。

带着“第二次创业”的心态，我至诚祈求佛菩萨加被，希望能把居士林的一切事务尽早恢复正常。当然，我很清楚这不是我一个人的能力能够做得到的，我需要组建一支精干而高效的团队来即时开展工作。我需要一边四处“化缘”，进行大雄宝殿重建；一边重整行政和人事制度；一边筹备修改章程；同时还要理顺财





务和审计等工作。有些多年的老友劝我不要“自讨苦吃”，但是，一旦下定决心，我相信只要用心做，善缘自会成就。

4、凤凰涅槃 曲折重建路

2017年5月，我正式被推选为林长，从代林长到林长这半年里，每走一步都如履薄冰。好在这段时间关心居士林的社会贤达如陈远才夫妇、郑民川先生、庄日昆先生等，常常悉心指导；黄锦西、尹崇明、林三顺、林理明、胥传喜、杨明春等法律、建筑、行政管理和财务方面的资深专才，也应邀加入相应的顾问团队展开工作。

我至今记得有些冗长的建筑会议可以从上午10点钟开到晚上7点钟；有些人会议可以part one, part two每次几个小时，一直持续下去，直到问题得以解

决；章程修改会议更是耗费心神，处处要考虑到会员的利益，还要合法合规，不违背佛教传统。那段时间，我们的好邻居潮阳会馆，对我们的支持也是全方位的。潮阳会馆秘书长廷茂兄曾在多个场合说：看到居士林理事们的车子从早到晚都停住不动，有时候甚至借用潮阳的会议室，他肯定居士林会重新焕发活力。“因为他们太

用心了，这么用心哪有不成功的”！

蒙三宝慈光加被，蒙各位善长仁翁和广大佛友鼎力支持，虽然经过了无数个不眠之夜，但在大家的辛勤付出下，历时五年多，耗资6300多万，我们终于突破重重障碍，圆满完成了居士林历史上最大的建筑工程。2019年腊月初八（2020年1月2日）释迦牟尼佛成道日，我们邀请时任副总理兼财政部长王瑞杰先生为主宾，隆重举行了“大雄宝殿重建竣工、全堂佛像开光暨成立85周年”“三庆大典”。广品大和尚、广声大和尚、惟俨大和尚、恒实大和尚、永寿大和尚、觉醒大和尚、信光大和尚等海内外高僧大德、我国社团领袖、我国各大宗教代表和社会贤达，齐聚一堂，共同庆祝这一里程碑式的大事。

在这一生中，能有机会深入参与这



项百年一遇神圣的工程，虽然极尽艰辛，但是，当金碧辉煌的大雄宝殿和改造后的新林，矗立在寸土寸金的金炎路上时，我想，每一位参与者都会为自己的付出而无比自豪。我们也以此告慰创林先贤以及历届林长和理事们：我们不辱使命，圆满完成了历史交托给我们的重任。

5、弘法济世 初心永不改

在顺利完成重建工程之后，为居士林的百年基业作打算，我们凝聚董事会和大众共识，即刻调整发展战略，明确以弘法教育、完善修学体系为核心，以继承和拓展原有各项慈善福利项目为使命，积极作为，服务社会，全力维护我国宗教种族和谐。当然，不经天魔非好汉，“成佛”的路永远不会一帆风顺。这期间我们受到的外部干扰，让人刻骨铭心；各种“黑函”的污蔑，更使人对这些处心积虑的造谣生事者，顿生怜悯。

Covid-19的爆发，对人们的生活、工作和心理产生了很大影响，对很多公司和机构造成了严重打击。但三年疫情，并没有打乱我们继续前行的步伐。董事同仁协力合作，本林常住法师和广大义工无私付出，疫情期间，我们借助现代科技优势，将本林的弘法教育、诵经修持、法会共修等活动全部改为在线上和线下同时进行。在严格遵守一切防疫规

则的情形下，克服重重困难，继续为大众服务。甚至在2021年1月，我们为居士林有史以来的第一届“妙髻儿童佛学班”举行了开学典礼。经过短短五年办学，孩童已由最初的25名，达到现在的120多名。而自李本源林长时期开办的“净土教理班”，现已步入第八届，这届学员也达到近700名的新高。

经过十多年的积极探索，居士林的弘法教育体系日趋完善，目前形成了以净土经典为主，以汉传大乘佛法、戒律、静坐为兼顾，比较全面的弘法架构。在过去的几年里，平均每周参加各类佛学课程和静坐课的人数一直保持在800人左右。本林的修学体系，经过多年的深耕、培训和制度建设，也形成了以“日常共修”、“法会共修”和“净土共修”，三车并行，互相增上的良好局面。“以大乘汉传佛教为根本，以净土法门为特色”，成为居士林独具特色的“家风”。

去年是本林创立90周年。为庆祝90年来的不平凡岁月，我们举办了一系列弘法、慈善、文化、共修等非常有意义的活动。我们也设立了历史走廊、拍摄了90周年纪录片、为一僧一俗两位创林先贤：转道老和尚和李俊承居士铸造了铜像；另外，还邀请海内外高僧大德举办了一系列高水平的弘法讲座。大众欢喜赞叹，深受法益。9月上旬，我们举办了90年来





首次传授在家菩萨戒法会，400多位戒子虔诚受戒，发菩提心，行菩萨行。9月14日我们隆重举行90周年庆典，尚达曼总统伉俪应邀剪彩，总统除发表热情洋溢的致辞外，还赠送墨宝予居士林永为珍藏。同日上午，我们也邀请海内外11位高僧主法，举办了“祈祷世界和平，国泰民安法会”。

90周年一系列活动的成功举办，使居士林的形象更加深入人心，赢得社会各界的好评。当然，这些活动的成功，离不开本林员工、义工、各位善长仁翁、各位佛友、以及本林董事会诸位董事师兄们的付出。

至诚付出，必有收获，今年卫塞节当日，前来居士林浴佛用餐的信众有近

万人之多。我们也非常欢喜地看到，林内年轻一代前来学佛拜佛的人数显著增加，教育程度越来越高，一家三代同堂供佛、念佛、吃斋、诵经、做慈善的情形也比皆是。洗涤身心，忏悔业障，修福修慧，觉悟人生。对此，我们无比欢喜，创办道场、维护道场的意义在此刻体现得这样具体而温暖。

本源兄虽然已往生十年，但他的形象并未随着他的西去而消散，反而，他的人格和奉献精神在我们心目中越来越高。我们将牢记他“为佛教，为众生”的嘱托，护持正法，护持居士林，永葆初心，让居士林灯灯相续，成为弘法利生的重要力量，成为国家建设的积极伙伴，成为世界和平的灯塔。南无阿弥陀佛。卐



佛教居士的楷模 中新友谊的典范

——纪念居士林李木源前林长往生十周年

文 | 释觉醒



十 年一瞬，思念永在。今年是著名佛教居士、德高望重的新加坡佛教居士林前林长李木源大居士往生十周年。李林长生前长期致力于佛教文化的传播和弘扬，为汉传佛教的振兴和发展鞠躬尽瘁、呕心沥血，声名远播海内外，他的往生对当代汉传佛教的发展无疑是一个重大损失。

李木源居士曾长期负责新加坡佛教居士林管理职务，尤其是担任林长期间，勤勤恳恳，任劳任怨，严于律己，精进行持，带领居士信众积极为佛教作护持、

为社会作贡献，深受海内外佛教四众弟子的尊敬和爱戴。

作为沟通中新佛教的友好桥梁，新加坡佛教居士林在两国佛教徒联谊方面主动作为、积极助力，发挥了极其重要的作用。李木源居士生前长期关注上海佛教的发展，与上海佛教界的领袖真禅长老、明暘长老等老一辈高僧以及现任年轻一辈结下了深厚的情谊，为沪新佛教文化交流事业作出了杰出的贡献。

早在上世纪90年代，已故中国佛教协会副会长、上海市佛教协会会长、玉



佛禅寺方丈真禅长老就曾多次应邀访问新加坡，每次到访，只要时间允许，真禅长老都会来到居士林座谈交流、弘法开示。我本人作为真禅长老的随行侍者，亲身感受到了新加坡佛教居士的热情与真诚。1994年，新加坡佛教居士林函请上海玉佛寺组团到新加坡协助启建水陆空和平吉祥大法会，并参加居士林新建大厦落成揭幕、佛像开光暨建林60周年纪念的三庆大典。为了圆满完成这一任务，真禅长老亲自筹划落实各方面的准备工作，多次召召开会研究，与各方面反复磋商人员组成、法器法物准备和日程安排。最后决定访新法务团以玉佛禅寺的法师为主，吸收部分龙华寺和静安寺的法师，前后分两批，分别于1995年5月6日和9日，搭乘东方航空公司的班机前往新加坡。5月13日，由真禅长老主持了新加坡佛教居士林诸佛菩萨圣像的开光仪式；14日，开启了为期七天的水陆法会。

李木源居士在《他打开了一扇世界了解中国的窗户——一代高僧真禅长老圆寂十周年追思》一文中对此次法会赞誉有加，他说：“上海法务团庄严的仪表、如法的仪式，给成千上万的南洋四众弟子留下了美好的印象。时任我国总统的王鼎昌先生也出席了庆典活动，并对真禅长老的仙风道骨给予了高度的评价。这也直接促成了两年后，也就是1997

年4月10日至16日，我再次邀请上海佛教法务团莅新启建水陆法会。只是，长老已悄然西去，未能普照南洋，但觉醒法师却礼请了明旻长老与明如法师带队。通过那次法会，我对于真禅长老的传人，年轻的觉醒法师有了全面的认识”。

真禅长老圆寂后，上海佛教界青年一代法师们积极继承他的遗志，不断加深与新加坡佛教界尤其是新加坡佛教居士林的友好往来。李木源居士几乎每次到访中国都会来到上海玉佛禅寺访问交流。

2000年起，玉佛禅寺确立“文化建寺，教育兴寺”的治寺理念，大力开展弘法文化教育事业。李木源林长对此十分支持，在获悉玉佛禅寺将恢复1943年由弘一大师的弟子丰子恺以及寥存我、夏丐尊、叶圣陶等人发起创办的“弘一图书馆”后，李林长当即表示新加坡佛教居士林愿意出资鼎力支持。玉佛禅寺《觉群》杂志恢复创刊后，李木源林长欣然应邀担任了杂志的顾问，为玉佛禅寺的弘法文化事业提供了积极的支持和帮助。

2006年6月，李木源林长率团访问玉佛禅寺，玉佛禅寺梵乐团为参访团表演了精心准备的梵乐节目。李林长观看后大为赞赏，当即邀请梵乐团在适当的时候赴新加坡演出。恰巧印尼大丛山西禅寺住持慧雄法师、马来西亚东林小筑



住持常恩法师此前也多次向梵乐团发出过访问演出的邀请。以此因缘，2007年11月，“玉佛禅寺梵乐团”一行130人远赴新加坡、印尼和马来西亚三国巡演。巡演活动主题定名为《玉佛吉祥颂》，这是中国佛教界以一寺之力组织的规模最大的一次梵乐交流活动。

巡演活动得到了新加坡佛教居士林等邀请方的热情支持和高规格接待，在各国的演出现场，都有当地国家或政府部门的高级官员，以及中国驻所在国大使、参赞等官员到场助兴，当地佛教界的高僧大德也聚集一堂，共同观赏。历时12天的出访，共演出梵乐晚会7场，观众人数多达1.3万人次，在当地佛教界产生了广泛的影响。此次巡演，是玉佛禅寺梵乐团首次大规模出国巡演，是对佛教文化弘扬方式的一种全新尝试，有力地推进了中新、中印尼、中马之间的宗教文化交流，增进了了解、加深了友谊，为推进佛教文化艺术交流作出了积极的贡献。巡演活动的圆满成功凝聚了新加坡佛教居士林及李木源林长的热情襄助和鼎力支持，对此我们将永远铭记。

新加坡佛教居士林与上海佛教界和玉佛禅寺的合作只是中新佛教友好交流的一个缩影。据李木源大居士晚年回忆，他从1984年起每年都到中国访问两到三次，每次都会组织新加坡佛教信徒

到中国朝圣礼祖，带团人数最多的一次超过200人，停留时间最长的一次超过了70天。通过经常往来，新加坡佛教居士林和中国佛教界建立了亲如一家的良性互动关系。

金桥铺就故人逝，法缘彩带总相牵。在真禅长老、李木源大居士等老一辈高僧大德的共同推动下，上海佛教界与新加坡佛教界结成了牢固的法谊，两地佛教之间频繁互访并进行法务交流。前辈长老大德之间的深情厚谊，为年轻一代的继续交往奠定了良好基础，为进一步加深中新佛教友谊指明了方向。

今年中秋，玉佛禅寺法务团将再次应邀前往新加坡居士林举办水陆法会，期待以此殊胜因缘进一步增进中新传统友谊，为两国佛教友好交流事业续写新篇、再谱华章，以此功德回向人天，共同祈愿世界和平、人心和善、社会和谐。

值此纪念李木源大居士往生十周年之际，抚今追昔，感慨万千。相信在陈立发林长的正确带领下，新加坡佛教居士林一定会沿着历任林长开辟的光明道路，继续大踏步向前迈进。在前辈高僧大德精心搭建的交流平台上，让我们共同携手，为促进两国佛教健康发展、为利益两国社会进步、构建文明和谐世界，作出更加积极的贡献！卍

（作者为上海玉佛禅寺方丈）



知遇之恩 唯法能报

——李木源居士往生十周年追思

文|释延续



2015年8月29日凌晨，老林长李木源居士在中央医院安详舍报西归净土，转眼之间已是十年。十年生死两茫茫，不思量，自难忘。这十年里，每当步入大雄宝殿、走过熙熙攘攘的十方斋堂、踏进妙髻儿童佛学班的课室时，总会想到老人家若是健在，看到居士林重建后的蜕变，将是多么欣慰啊……

1. 结缘九华 时时蒙提点

老林长对我的支持和提携之恩，众所周知。1992年在九华山佛学院读书期间第一次见到他。佛学院毕业后，我留校负责《甘露》的编辑，同时给九华山

方丈仁德老和尚当秘书兼侍者，那时几乎每年都会与老林长见面。1994年底，我们在祇园寺上客堂聊天，他突然说，延续法师你年纪轻轻，头脑也灵活，一直在老和尚身边迎来送往，浪费时间，我带你去新加坡读书怎么样？本来我是不情愿的，因为那时真不喜欢读书，但是又不能明说，就推说先问一下老和尚再说。没想到老林长说我们现在去找老和尚。这就是他的性格，说到马上就做。没想到老和尚一听很开心，立刻就同意了。

1995年3月，我随着仁德老和尚第一次来到新加坡参访，大家也是在和老



林长闲谈中得知普陀山正在筹建一尊露天观音像。老和尚于是有了要筹建九华山地藏菩萨大铜像的初步想法，并且接受老林长的建议高度为99米。大众现在看到地藏菩萨铜像矗立在九华山狮子峰下，很多人其实不知道铜像的发起地点在新加坡佛教居士林。

1996年6月，我正式开始在居士林常住，一边读书一边帮忙老林长处理一些日常信件；是年底，居士林主办弘法人才班，机会难得，征得老林长许可后我也加入学习讲经，直到1999年考入奥克兰大学。2000年1月我穿着僧装正式开始大学生活。但是2001年8月仁德老和尚的往生，使我在大学毕业后，自然而然又回到居士林。这期间开始负责居士林的弘法和慈善事务，还在老林长的委托下在江西、安徽、四川、甘肃等地帮助当地灾后建校，前后完成十多所中小学的项目建设。

应该是2002年，有一次我们和魏维贤博士一起用餐，讨论居士林与北京大学东南亚研究所的合作项目，魏博士说延续法师还年轻，可以继续读个硕士，以后可以到北大读博士。其实是饭桌上的一句无心话，但老林长觉得很有道理，于是鼓励我申请进南洋理工大学读硕士，就这样在2004年进入南大传播与信息学院。这期间，也和我的美国籍导师

Katherine Frith夫妇结成了亦师亦友的忘年之交，Katherine后来甚至皈依了佛教，成为三宝弟子。

可以说，我在成年后几乎每一次做关键决定的时候，老林长都会不失时机的出现，他很尊重的称呼我延续法师，但是明中暗中却在引导我、推动我做出正确的选择。

2. 支持祖庭 促成铸佛大愿

居士林与庐山东林寺的关系很密切，当然首先是由于净土法脉之缘，另一因素是人缘。东林寺是净土初祖慧远大师的道场，千百年来，屡建屡毁，屡毁屡建，但至今香火鼎盛。80年代，果一老和尚入主东林，开始“文革”之后的又一次重建，广洽老法师得知情况后，即刻奔走筹款，开始了数十年的助力祖庭复兴之路。果一老在完成东林寺初步工程后，于1994年发愿建造一尊48米高的阿弥陀佛接引圣像，以庄严国土，启迪末法时代众生建立信愿，求生净土。但果一老往生后，大佛建设计划随即中断。

后来，传印长老接任住持，完成了复杂的露天大佛审批流程；而建大佛的重担自2005年起，落在了大安法师的肩上。我与大安法师相识在1993年，当时九华山佛学院暑期结夏安居，圣辉大和尚请师宣讲净土大意，师娓娓道来，合院师



生法喜充满。其时，法师尚未出家。2005年，我偶然得知师已现比丘相，满心欢喜，于是向老林长建议邀请大安法师到新加坡弘法。这次弘法不意促成了后来风靡全球的光碟——《净土资粮：信愿行》的广为流通。由老林长的推介及法师的讲座，世界净宗弟子知道了东林寺僧团要筹建阿弥陀佛圣像。因缘如此奇特！

2006年，我陪同老林长到东林寺参访，实地考察后，老林长提出“建寺先安僧，建大佛也要先安僧”的想法，并由居士林筹集资金先建设僧寮以改善僧团住宿修学条件。老林长的思路是：只有僧团稳定壮大，道风增上，才能吸引十方信众不断前来祖庭参加修学活动，再作为大众同心协力建大佛的基础。大安法师很认同老林长的理念。

自2005年后，大安法师每年都会应邀莅新及世界各地弘法，东林僧团不断壮大，新加坡四众弟子也以实际行动为大佛早日矗立娑婆贡献力量。2007年大佛终于破土动工，2013年主体建筑基本完成，2018年佛成道日，传印长老主法洒净，东林净土苑中轴线正式开通，贴金的阿弥陀佛圣像巍然屹立在庐山观音塘山顶之上。

东林大佛及附属寺院工程由大安法师带领东林僧团及四众弟子前后历时十多年方完成建设，筚路蓝缕，备极艰

辛，甚至有出家师父和在家居士为此而献出宝贵的生命。即使在最为艰难时期，东林僧团始终坚持“请佛住世”的初衷，宁可向前一步死，不可向后半步生，终于守得云开见月明。而老林长也是在大佛筹建最迷茫的时刻，雪中送炭，智慧献言，奔走筹资，为大佛圆满竣工做出贡献。

3. 鞠躬尽瘁 成就净土班

由于患有糖尿病等多种基础病，加之长期超强度工作，2006年9月老林长被紧急送进医院，两天后医生决定他需要洗肾。而那时我受老林长委托与相关人员正在印度菩提迦耶，考察建设“新加坡佛寺”的可行性。这个计划缘于老林长在印度朝圣时，看到在佛成道地已经有中国、日本、韩国、泰国、越南等国的佛寺，于是他提出建设“新加坡佛寺”的计划。老林长的提议得到时任外长杨荣文先生的鼎力支持，印度方面也愿意送一块土地给新加坡佛教界。从印度返回后，我从机场直接去医院，看到一大群人围在他身边，大家正在热火朝天地讨论佛寺应该怎样建才能有新加坡特色。那次考察后，实际的谈判和后续工作由居士林来落实，后来我和丹森教授、梁慧文律师代表居士林再次前往，但因缘不成熟，几年后这个也计划搁浅了。



2007年,大雄宝殿漏水问题越来越严重,筹资重建不得不提上日程,但是由于居士林每年慈善项目开销巨大,能用于建筑的资金十分有限。曾担任过几间佛堂建筑主任的他很清楚,这次重建不但要解决漏水和场地不敷使用的问题,还要解决停车问题。而居士林地下是坚硬的花岗岩石,开挖停车场的费用非常可观。我们经过多次讨论,最终决定在原有的日常共修和清明、七月、药师法会基础上,增加万佛、华严、释迦法会(后改为无量寿法会)以筹集资金。但不久他又一次被送进医院,这次查出是直肠癌,但是他依旧乐观,手术后即刻投入工作。依旧每周三次洗肾,常常是一边洗肾,一边处理林里的事务。

2008年,我前往上海外国语大学进行为期近一年的翻译培训,本想应该和新加坡的缘要尽了。但是09年3月“第二届世界佛教论坛”在无锡召开,老林长在参加完论坛后和我进行了一次推心置腹的谈话,“净土教理班”的概念即是在此时提出的。这样我又回到新加坡,并且即刻开始了筹备09年底在新加坡举办的“中新宗教文化展”。2010年6月,第一届净土教理正式开课。在开课仪式上,老林长作了《净土弘扬亟需回归佛言祖语》的致辞。这篇致辞一经发表,引起教界多方重视,对于当时净土弘传



过程中出现的一些问题老林长直言不讳，及时地为许多尚在迷茫中的净业学人确立正信。

2013年4月，为培养后进，锻炼新人，经深思熟虑，除保留居士林及阿弥陀佛学会的职务外。老林长致信给19个佛教、慈善、教育、宗乡会馆、中医药等机构，辞去他所担任的职务。2014年10月24日上午，当时由我主法，老林长坐在轮椅上微笑着见证了大雄宝殿重建破土仪式。

4. 无私一生 精神永流传

老林长自幼受母亲影响，慈悲喜舍，广结善缘，及时行善。他最关心贫苦家庭，尤其注重低收入家庭孩子的教育问题，坚信“教育改变命运”。在担任司理及林长期间，不断加大教育基金投入，扩大居士林助学金覆盖面，助学金由原有中小学、初院，延伸到理工学院和大学。

他自27岁起参加居士林的活动，从扫地、抹桌子、洗菜、捧菜、烧饭开始，逐步在居士林各个部门任职，磨练心性。曾担任过交际部、修持部、弘法部、慈济部主任等职务，直到副司理、司理、副林长、代林长。陈光别林长往生后，2001年获大众推选担任林长。并在同年，经董事会会议通过，搬进居士林常住。开始15年的寺院修行生活。

老林长在居士林服务的43年期间，

几乎亲近过他那个时代南洋一带和中国大陆、台湾地区的所有汉传佛教高僧大德，如广洽、宏船、演培、竺摩、谈禅、常凯、清定、茗山、仁德、妙善、请佛、真禅、星云、印顺等老一辈法师。他尤其与广洽、宏船、茗山、仁德老和尚缘份最深。深受广洽老法师雷厉风行的作风影响，敢于承担，刚正不阿，不畏权势、不欺负弱小、不怕得罪人。他的一生坚持原则，坚持正信正行，为佛法护持、寺院建设、佛学院创办、国际佛教交流等做出巨大贡献。

身为菩萨戒弟子，他常常以“欲为诸佛龙象，先做众生马牛”为座右铭策励自己。一生简朴，从不庆祝生日，也不做任何周年纪念。往生之前甚至一直叮嘱大家他走后不登讣告、不用告别仪式、不做赞颂法会，一切从简，所有来者皆念“阿弥陀佛”回向就好。

2015年9月2日老林长遗体在光明山茶毗，9月3日上午我们在拣骨灰时得舍利一百多颗，多呈金银色，明亮耀眼，坚硬异常，甚为稀有！在老林长往生七七期内、周年，乃至最近，他都很多次进入我的梦中，精神抖擞，笑容可掬，如生前一般忙碌……他对我的恩德，唯法能报。

在此老林长往生十周年之际，虔诚祈愿他莲品上增，慈悲广大，早日乘愿再来。南无阿弥陀佛。卐



沿着他的足迹前行

——纪念李木源会长

文 | 李文发

世间有些缘分，是一次便铭心刻骨；有些教诲，是一语足以启慧一生。李木源会长便是我生命中那盏指引的明灯，他的离去，不只是佛教界的损失，更是我个人心灵深处的一道空缺。

他教导我“做人要正，不欺弱，不畏强，不贪财，不好色。”这是他一贯秉持的做人标准，也是他时时刻刻提醒我的处世之道。他不是用权威命令来指导，而是以身作则。他的生活朴素，内心坚定，他从不向世俗低头，也从不对邪恶妥协。

他常说“每当一个人离世后，要想他的好，不要想他的过。”在他圆寂之后，这句话反复在我心中回响。我思念他的不是他曾取得的地位或声望，而是他那份无私的慈悲、那颗对佛法纯净坚定的心。他让我懂得，佛教徒不仅要团结一心，更要深信因果，弘扬正法，肩负起佛陀的教诲。

如今我们学会的佛教事业，几乎每一个决策、每一个方向、每一次努力，都深深受他的影响。我始终谨记，他走过的路，就是我应当努力行走的路。他为佛教奉献一生，我愿以我的方式继续传



承这份愿力。

他虽然不在了，但他的精神、他的教导、他的风范，却如同灯塔一般，为后来人照亮前行的方向。谨以此文，感恩李木源会长的教诲与引导，弟子不敢忘，愿继续沿着他的足迹，坚定前行。

十年光阴流转，您的身影虽已远去，但您的教诲，早已融入我的血脉，化作前行的力量。它们不是刻板的教条，而是照亮人生幽径的温暖心灯。在迷茫时给我指引，在困顿时给我勇气，在懈怠时催我奋进。

十年后的今天，您的教导依然鲜活有力。这份珍贵的遗产，我将永远珍藏，并努力践行。

感恩您，会长！您的师恩，永志不忘。那盏心灯，长明不息。南无阿弥陀佛。卐

（作者为阿弥陀佛学会总务）



心系华社 乐于回馈 ——郑民川

文 | 邹文学



郑民川先生一直很支持居士林的工作。他说，居士林长期实践慈悲济世及弘扬佛法的宗旨，于他心有戚戚焉。

郑民川是新加坡著名华社领袖，曾担任新加坡中华总商会两届会长，国会三届官委委员，并在中医管理委员会服务了十年，其中担任主席九年。今年86岁的他，每天还到直落亚逸街的办公室上班。

他说：“从小母亲就带我去居士林拜佛拜观音，佛教佛学早已是心之所属。”他和居士林的渊源，还可追溯到陈光别和林荫华担任正副林长期间，他受委为信托人。期间，他说服董事会买下

龙溪会馆在芽笼17巷的一块地皮和空置校舍，今天那里已是居士林一个重要产业。

凭良知参加学运

郑先生祖籍福建漳州，1939年于印度尼西亚巨港出生。父亲郑祺福与两个弟弟一起创立祺福船务公司，业务最盛时拥有百多艘帆船和几十艘英属登陆艇。日本发动太平洋战争期间，父亲英年早逝，生意由两位叔叔接手。

1947年，母亲带着他和三个姐妹回中国老家。1949年，他单身一人来新加坡求学。那时候，祺福船务公司已由巨港移到新加坡发展，并在南洋航运界站稳脚跟。

郑民川最早在小坡三山学校念书，后来搬家便转到丹絨加东育英中学附小修完小学再进入中学部。1954至1955年，新加坡和马来亚的反殖民主义运动轰轰烈烈，华校中学生也积极参与反抽兵和维护民族教育的活动，英国殖民地政府为之恐慌乃展开镇压行动，逮捕大批工人和学生领袖。郑先生为了躲避扫荡，逃到马来半岛隐藏。

1959年，时局较平静，他便从吉隆坡飞往澳大利亚的高登技术学院读商科。然而，学业还没完成，1962年他又匆忙飞回新加坡协助三叔郑福源打理生意，因为二叔郑祺泰突遭绑匪劫持后惨

遭撕票，祺福船务公司急需他的支援。

郑民川的求学道路显然多舛，今日回想起来，不晓得他会为年少时，只凭一腔热血便投入时代洪流接受锻炼的决定感到不值吗？他满脸笑容地坦然回答：“一点也不后悔。作为有正义感的青年，我是凭良知行事，而非逞匹夫之勇。”

服务总商会25年

他说，或许自己有不轻易屈服于强权的性格，在他回到祺福工作后，为了抗衡外国船务公司的垄断打压，他带头发起成立新加坡船务公会，与代表宗主国势力的船务公司据理力争，也率领代表团出国与多个国家签订航运协议，力图摆脱束缚，开拓更广阔的天地。他在公会先后担任总务、副会长及会长等职务。

1976年他离开祺福，创立联洋航运有限公司，除了继续发展轮船货运，也经营陆路运输，并从事房地产、贸易和投资等商业营运。近些年，公司已由儿女接手管理。

也是1976年，他受邀加入中华总商会董事会，历任多个职位，1997年至2001年挑起会长重任。

“我在总商会服务25年，算是老臣子，希望不负所托，对得起社会和国家。”

当董事期间，他回忆说有三件事或可一提：一是以总务主任的身份，于1991年全力促成世界首届华商大会的成功举行；二是担任修改章程委员会主席，废除了分帮选举制度；三是勉为其难地挑起会长重担。

他解释：“在商会，很多董事的背景比我优秀，经济实力比我雄厚，能力比我

出色，可是大多数人还是选择推举我，相信是因为我做起公家的事很卖力。”郑先生目前还是总商会名誉会长。

担任会长期间，他鼓励本地企业家走向世界，积极扩展商业版图，因为本地商业环境受到自然条件的限制，可供发展空间很小。他也组织各种商业代表团到世界各大洲考察访问，带领商家努力寻找市场和投资机会。

做人做事须诚心

郑民川在1997至2001年担任官委议员，扮演的角色主要是为中小企业面对的难题在国会发声。

他记得在亚洲金融危机发生时，曾大声呼吁政府降低公司和职员的公积金缴交率，协助人民渡过难关。

现虽已逾越耄耋之年，仍眼明耳聪，行动走路自如。他透露，夫人陈高莲这两年虽然体力不支，全家还是常一起出外走动，去年便曾出国旅游。他们育有三子二女，事业皆有所成。

“我目前还是每天打高尔夫球，早上6点到9点多，几十年如一日。”他说，目前健康还行，每天也吃点预防性药物，在饮食上就百无禁忌，只是须控制分量，并保持营养均衡。

不过，讲起疾病，郑先生透露曾被三叉神经痛缠身20年。

“发生在脸上的三叉神经痛，说来就来，防不胜防，一痛起来真叫我痛不欲生。不只咀嚼、讲话，连吞口水都痛，而且是锐利如刀割的痛。”

他吃药打针，什么治疗法都尝试，疼痛最多只是一时获得缓解。直到有一



天，他接受开颅手术，才把这病魔彻底铲除。

“那天我在北京的中日友好医院接受调理，突然脸颊的疼痛又发作。医生建议我动手术，切除相关的微血管。医生指出，医院有个三叉神经科，已积累丰富的治疗经验。”吉人天相，手术顺利，郑先生从此便无需再忍受这天下第一痛的折磨。

郑民川说，健康是生活的最重要资源，失去健康，什么宏图大计都是纸上画的饼。他也指出，人到了某个年龄，行事应该适可而止，不宜强求。

谈到对人生的领悟，他说：“做人做事，要以诚为本。有诚心就有力量，即使事做得不够完美，也能无愧于心，晚上一卧床便能无忧而眠至天明。” 卍

网上登记及捐款
ONLINE
Registration & Donations
For Dharma Assemblies

扫描
SCAN

本林现开通线上法会登记牌位和捐款。诚挚邀请您参与这新篇章，并期待为您提供更好的服务。南无阿弥陀佛！
The Lodge has just launched online registration for Dharma assemblies and donations. For your greater convenience, we cordially invite you to use this service. Namo Amitufo!

futian.sbl.org.sg

携手做慈善 悠然度晚年

——张金陵一生精彩

文 | 邹文学



张金陵今年92岁，是一名退休的造船公司董事经理，也是居士林推行慈善济世宗旨的支持者。

张先生向来积极参与慈善工作。2021年，他拨出100万元行善，项目包括以自己 and 太太名义在新加坡国立大学设立的助学金，以及持续资助张氏总会颁发常年度岁金。他也多次乐捐款项给居士林福利基金。

小学只念两三年

张金陵1933年莆田出生，四岁丧父，六岁随母亲移民新加坡。后来妈妈改嫁，给他增添一个弟弟和一个妹妹。继父是一名理发师，祖父也是一名理发师。

小时候，他曾在武吉班让正华学校念书，搬到白沙后便就读巴西立新民学校。

“我的学校生活只有两三年。日本占领新加坡那几年，学校关闭，没书念。日本投降后，回到学校没念几个月，爸爸就叫我跟他学理发。”他14岁辍学，17岁时，年仅37岁的继父便因肺病去世。

“我继承他留下的理发店，虽然不喜欢这份工作，从早上八九点

开门就得站到晚上七八点才关门，脚酸腰酸手酸，但是为了养妈妈和弟妹，我没有其他选择。”他记得当年的理发收费是小孩5角，大人1元，月入约有120元。

自治邦首批立法议员

1959年，26岁的张金陵代表人民行动党参加自治邦立法议会选举，成为巴西班让区立法议员。

张金陵说，他从小对国家大事和政治时事很有兴趣，看到孙中山的肖像会立正鞠躬，也敬仰敢于跟红毛政府对着干的工运和学运领袖。

“我上学的日子不多，平日却喜欢翻阅书报，华文是靠多问，勤翻字典，自学苦修得到提升。”其实，张先生好学的习惯一直保留到今天，他除了热心参加老板联谊会主办的各种学习讲座，也曾报读北京清华大学主办的多种海外课程。

1954年，人民行动党举行成立大会，张金陵老远赶下坡出席，还当场领取申请入党的表格。

“我填好表格，附上两元，寄到李光耀的家，不久就获通知成为党员。1955年的林德宪制立法议会选举及1957年的市议会选举，我都积极参加宣传工作，也发动弟妹及朋友出席党的群众大会。”

那几年，张金陵在淡滨尼和榜鹅一带很活跃，工作之余，常在各个村子走动，协助村民解决困难，是村民熟悉的热心“白衣人”。

1959年，新加坡举行第一届自治邦立法议会选举，有51个议席。人民行动党在这一次的选举中赢得43席，首次组织政府。此后便执政至今。

被派到危险区

那一届大选，张金陵是以杰出区干部身份被中央推举为候选人之一。由于他向来都在淡滨尼和榜鹅活动，本应分配到淡滨尼区或者榜鹅区竞选，只是淡滨尼已是党副主席吴秋泉的地盘，榜鹅自然就由他代表。无奈一些基层领袖认为他学历低，只是一名理发匠，资格不如对手，党中央因此决定改派黄庭坚。不过，他并没有出局，最后把他调到巴西班让区竞选。这里可是个“危险”区，马来选民多，对手还是已拥有不少支持者的印度籍独立人士古拉星哈。

“那时的竞选活动是自费的，候选人得自付车马费和餐费，还要租罗厘车和播音设备，天天在大街小巷广播。幸好，大部分费用都有热心人士资助，整个竞选活动我只花了600元。

“在那六个星期里，我和几个区部党员，日以继夜地在大街小巷展开竞选活动。有一次在选区举行群众大会，秘书长李光耀为我站台，他讲话时台下自是人头攒动，只是他一离场，台下便散得只剩小猫三只。我们还举办过几次小型的街头会议，市长王永元知道了主动前来助阵。他的号召力可大了，场面闹哄哄，群众情绪尤其热烈。结果我以239张多数票险胜，当上了立法议员。”

王永元当市长时，曾经到他的理发店探望。另一位当年的风云人物林有福首席部长，也曾来理发店找他叙旧。

他那间与名人沾上关系的沙厘屋理发店，坐落在伊莱雅路。现在他还住伊莱雅路。

经营造船厂

回顾政坛往事，张金陵指出：“从政是为了理想，当议员那年代的津贴是每月500元，可是扣除上交党总部和其他的费用，比我当全职理发师的收入要少好些。如果加上应酬费，肯定入不敷出。所以，那几年，我每个星期还得回理发店为老顾客理发两天。”

张金陵1959年当议员。1961年行动党党内因新马合并问题意见分歧，分裂为两个阵营，张金陵退出执政党加入社会主义阵线。1963年，他离开政坛回老家继续当理发师，七年后从商。算起来，他也当了“剃头仔”前后20年。

38岁他开始做生意，与人合资经营造船厂，坚持好几年，终因亏损不止而停业。他说：“由于常出现资金周转困难，那时候我最怕接听电话，十之八九是债主追债。”

1979年，他东山再起，重组资本，创立太平洋海运造船有限公司，以建造平底船业务为主。上世纪八九十年代，公司在东马的市场占有率高达七成，目前的客户则以印度尼西亚和东马居多。在这四十多年的营业过程里，虽经历多次经济危机和新冠疫情，侥幸都能安然度过。

一切顺其自然

从理发到造船，两者是怎样联系起来的？张金陵笑称：“建造平底船，我是门外汉，出道时船头船尾都分不清。不过建造平底船的技术要求还不算太高，主要材料是钢板和焊条，是个劳动密集型工业。只要有设计图，一般都能顺利完成。”

他强调：“我经商有个原则，尽量少跟银行贷款，这样，做起生意就不会有太大压力。可以这么说，我做生意比较保守和谨慎，把可能面对的风险降到最低。”太平洋海运造船公司，从2000年开始改为独资生意。

张先生有二男二女，生意目前都由他们接手，他和太太就乐得无事一身轻，放宽身心享受晚年金色时光。

这两年，尽管他走路需使用拐杖，却是耳聪目明，容光焕发，精神抖擞。谈起养身之道，张金陵颇有感触地指出：“凡事尽力而为就好，不能勉强。我原本每天步行4公里，后来减至两公里，现在脚力更不济，只在家锻炼。不过，白天有机会我便会出门，与朋友用餐，闲聊侃大山，这样时间容易过。晚餐后看手机视频，然后一觉到天明。” 卅

超越言说的心灵之光

文|释可能

信仰的力量，往往远超常人的想象。就如妈祖圣像巡游下高速路时，民众自发伏地跪拜、虔诚默祷的场景，震撼人心的不仅是仪式本身，更是深藏其中那份跨越时空、直击心灵的精神力量。这种力量，源自人类对美好、正义与永恒的不懈追寻，它如同一束光，照亮灵魂深处的角落，给予人们超越困境的勇气与安宁。

信仰并非虚无缥缈的概念，而是一种深刻的心灵寄托与精神指引。它像是一面明镜，映照出内心最纯粹的向往——追求清澈，摒弃贪欲；坚守明亮，驱散阴霾；秉持公正，拒绝偏私；保持问心无

愧，远离愧疚与不安。当人们在生活中遭遇挫折、陷入迷茫时，信仰能化作抚慰心灵的良药，让躁动的内心重归平静；在面对诱惑与抉择时，信仰则成为衡量是非的标尺，帮助我们坚守底线，做出无愧于心的选择。这种力量，不依赖外在的物质支撑，却能在内心深处构筑起坚不可摧的精神堡垒。

然而，信仰常常被误解，甚至被当作道德绑架的工具。真正的信仰，绝非僵化的教条或强制的约束，而是个体发自内心的选择与追求。它尊重每个人独特的生命体验与认知角度，正如“横看成岭侧成峰”，不同的人站在不同维度、空



间与立场，对信仰的理解与感悟也会有所差异。有人从宗教经典中汲取智慧，有人在文化传承里获得启迪，也有人在服务他人的实践中找到信仰的真谛。这些差异并非矛盾，而是信仰丰富性与包容性的体现。

信仰的奇妙之处，更在于它“不可说却又不得不说”的特质。它难以用语言完全描述，因为其中蕴含的精神境界与心灵触动，往往超越了文字的叙述；但它又必须被言说，因为唯有通过表达与交流，信仰才能在人与人之间传递，激励更多人追寻内心的光明。每一次对信仰的探讨，都是一次对生命意义的叩

问；每一次对信仰的践行，都是一场与自我、与世界的深度对话。

归根结底，信仰的核心在于“起心动念”。善念因信仰而生，善行随信仰而行。当我们以信仰为指引，以正念为根基，便能在复杂的世界中保持清醒与坚定，让内心的清澈、明亮与公正，化作照亮自己与他人的光芒。这份力量，无声却有力，无形却永恒，支撑着人类在追寻真善美的道路上，步履不停，生生不息。

以信仰为舟，渡生命之河：在表法与觉悟中照见智慧

佛法常言，人间如一场盛大的表法，每个人都是这场法会中的“表演者”。我们的一言一行、一思一念，既是自我生命的展现，也是启迪他人的机缘。就像莲花于淤泥中绽放，不为淤泥所染，反而成就清静之美；人生种种境遇，无论是功名利禄的追逐，还是爱恨情仇的纠葛，本质上都是帮助我们觉悟的“道具”，而非值得牢牢抓取的“所有物”。金庸先生笔下的江湖侠义，李玟用歌声传递的热情，大S在聚光灯下的人生起伏……当他们的的身影逐渐隐去，世俗之人看到的是“死亡”，但在佛法的智慧观照中，这不过是如车子损坏后更换新车般的“舍旧迎新”——身体会消亡，但生命的本质“不生不灭、不垢不净、不增不减”。禅宗历代祖师大德早已勘破此理，达摩祖师面壁九年悟道，六祖惠能听闻“应无所住，而生其心”而顿悟，他们用生命印证：真正的“我”超越生死，永恒存在。

理解信仰，正是理解这种超越表象的生命真相。它不是对某种教条的盲目

服从，而是一场以智慧为舟、以慈悲为桨的自我觉醒之旅。我们常说的“活在当下”，绝非消极地接受现状，而是以清明的觉知洞察每一个起心动念——因为每一个念头都是播撒在心田的种子，善念生善果，恶念结苦因。就像百丈禅师倡导“一日不作，一日不食”，将修行融入砍柴担水的日常；赵州禅师以“吃茶去”的公案，点化弟子在生活点滴中体悟禅意。当我们以利他心对待世界，看似在付出，实则在破除“我执”的桎梏；看似在助人，实则在成就自我的解脱。

生命的课题深邃如浩瀚星海，难以用只言片语道尽。无论是顺境中的欢喜，还是逆境中的困顿，都是引导我们走向智慧的“善知识”。面对亲情的牵挂，我们学会珍惜与包容；面对友情的聚散，我们懂得缘分的无常；面对爱情的得失，我们领悟执着的虚幻。这一切际遇，都如同明镜，映照出内心的贪嗔痴慢疑，也照见慈悲、智慧与解脱的可能。正如《金刚经》所言“凡所有相，皆是虚妄”，当我们不再执着于表象的好坏、得失、生死，便能以平和之心接纳生命的一切安排——顺境时不骄不躁，将福报化作利益众生的力量；逆境时不怨不尤，把苦难视为修行的助缘。

信仰，本质上是一场关于“看见”的教育——看见事物的本质，看见生命的真相，看见自己的本心。它教会我们以智慧过滤生活中的负能量，用正念传递温暖与希望。当我们真正理解这一点，便能在人间这场“表法”中，既积极入世，以利他之行成就人生价值；又超然出世，不被功名利禄的幻影迷惑。如此，方能

如莲花般，在滚滚红尘中绽放出属于自己的觉悟之光，在帮助他人的同时，完成自我生命的升华。

人生不易，正因不易，我们才更要在有限的生命里，活出自己的价值。信仰如同暗夜中的灯塔，照亮我们前行的道路，让我们在面对是非善恶时，有勇气坚守正义；在与人相处时，懂得真诚与包容；在面对困境时，学会以智慧化解难题。它不仅是一种精神寄托，更是指引我们走向内心安宁与人生圆满的教育，让我们在纷繁复杂的世界中，始终保持清醒与善良，书写属于自己的精彩人生。

心灯自照：修行者的觉醒之路

在生命的长河中，我们总在寻找依靠与指引，却常常忽略了内心那盏最明亮的灯。修行越深，越会明白：真正的靠山，从来不是外界的任何人或物，而是我们自己觉醒的内心。正如师父所言：

“六亲缘浅，是让你元神归位时无牵无挂。”这句话如同一记重锤，敲开了无数修行者的心门，让我们在泪水中顿悟生命的真谛。

一、决策与起心动念：大数据时代的修行智慧

身处大数据时代，我们习惯用客观数据衡量一切，仿佛掌握了数据就能掌控命运。但再精密的算法，也无法替代人心的温度与灵魂的抉择。决策的本质，不在于外界的依据，而在于我们的起心动念。就像商人和企业家，同样追求利益，却因发心不同走向截然不同的道路：前者以自我为中心，后者以众生福祉为



使命。这启示我们，修行不是远离尘世，而是在每一个选择中保持正念，让利他之心成为行动的指南针。

二、洞察与超越：从经验到智慧的蜕变

对生命规律的洞察，往往源于深厚的阅历与清净的内心。有人能从生辰八字中窥见人生轨迹，有人能凭直觉预知祸福，这并非神秘的“神通”，而是长期修行与生活经验积累的智慧结晶。就像通过“甲木”象征的大树与栋梁，结合季节变化推演命运，看似玄妙，实则是对自然规律与人生命运的深刻理解。但真正的修行者明白，洞察不是目的，超越才是追求——超越对命运的恐惧，超越对结果的执着，在无常中保持内心的安定。

三、放下依赖：元神归位的必经之路

当我们感叹“六亲缘浅”时，或许正是生命给予的珍贵礼物。这种“浅缘”并非冷漠，而是一种更深层次的慈悲——它让我们摆脱对外界的依赖，回归内心的本真。就像修行者在经历无数次的失望与觉醒后，终于明白：他人的帮助或许能解一时之困，却无法替代自己的成

长。唯有放下对“靠山”的期待，才能唤醒内在的力量，实现“元神归位”，成为自己生命的主宰。

四、当下即道场：生活中的修行真谛

真正的修行不在深山古寺，而在生活的点滴之中。无论是面对选择时的起心动念，还是洞察人事时的智慧显现，亦或是放下依赖的内心蜕变，都是修行的契机。那些让我们流泪的顿悟时刻，那些在困境中升起的正念，都是生命给予的珍贵启示。正如修行者所说：“我们不是为了算命而交流，而是通过对话帮助人们看见内心，改变生命。”生活的每一刻，都是照见本性、走向觉悟的道场。

修行的终极意义，在于唤醒内在的光明，让我们在无常的世界中，以一颗清静心、慈悲心、智慧心面对一切。当我们不再向外寻求依靠，而是向内观照自心时，便会发现：原来真正的佛性，一直存在于我们的起心动念间，存在于每一个当下的选择与行动中。这，就是生命给予我们最深刻的修行。卍

（作者为广东省惠州市博罗正德寺住持）

BUDDHIST REMEDIES FOR AFFLICTIONS (II)

By Ven Shi Keneng



Emotions, Hormones And Dopamine

SOMETIMES, AMIDST CHAOS of the world, we become entangled in complex emotional struggles. The Buddha's teachings on emotions can be categorised into three main types: mental, physical, and spiritual emotions. They serve as a bright lamp in the maze of emotions, especially when facing physical and mental impulses triggered by hormones and dopamine. The wisdom of Buddhism can give us unique and profound insights.

Hormones play an extremely crucial role in the physical emotional well-being. For example, during puberty, the body's

dramatic hormonal changes cause teenagers to develop vague affection and impulses towards the opposite sex. This is an instinctive physiological reaction, a primal force for expression of lust. However, if these hormones solely drive one, it is easy to fall into an endless pursuit of desires. In a materialistic society, some people mistake sexual impulses for the entirety of emotions, leading to improper relationships and indulgence in carnal pleasures. This is undoubtedly a form of being lost. Buddhism teaches us to recognise the fleeting and illusory nature of our sensory experiences so as not to be swayed by them. We can



appreciate the beauty of things without being attached. When impulses triggered by hormones arise, we should be mindful not to follow them blindly. Allow wisdom to guide our actions so that we will adhere to morality and rationality.

The emotions of the mind are more complex and diverse, encompassing feelings such as joy, anger, sorrow and happiness. Dopamine helps to regulate emotions and provide a sense of pleasure. For instance, when we achieve something, receive praise from others or fall in love, the brain releases dopamine, making us feel delighted. However, such happiness is often fleeting, like bubbles.

In life, many people pursue dopamine-induced pleasure excessively, constantly seeking new stimuli, ranging from material enjoyment and social vanity, to power and status. When desires are not met, suffering, anxiety and a sense of loss may arise.

Buddhism reminds us to examine the impermanence of our emotions. We must avoid being fooled by the temporary stimulation of dopamine into mistaking it for true happiness. We should learn to maintain inner peace amidst emotional roller coaster rides by cultivating stable and lasting joy through spiritual practice. One who does not rely on external stimulation to feel fulfilled.

Spiritual emotional connection transcends physical and mental realms. It embodies compassion for all sentient beings, as well as reverence and gratitude for all phenomena. At this level, we are no longer confined to personal hormonal impulses or the pursuit of dopamine-induced pleasures. When we are filled with spiritual emotion, we approach others with compassion, understanding their sufferings and joy as if they are our own. In relationships, the connections are no longer based on hormonal attraction or dopamine stimulation but spiritual resonance, with the shared pursuit of spiritual growth. When confronted with someone's mistakes, we should respond with tolerance and love because of the person's inherent goodness and Buddha-nature.

In this chaotic world, we should look

to the Dharma for guidance and use wisdom to examine our emotions. When hormones and dopamine surge within us, we must not follow them blindly. Instead, observe their effects with a calm and discerning mind, to guide, transform and integrate them for the path of spiritual growth. Allow processed emotions to be supports for our practice, rather than obstacles. In this rare journey as humans, may we achieve inner peace and liberation, as well as a life of true wisdom.

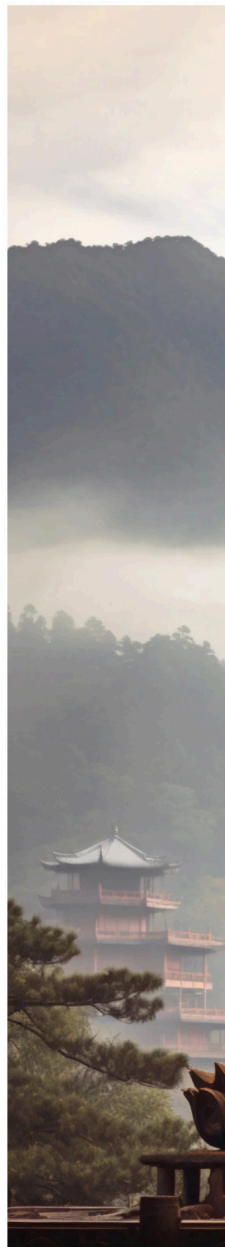
Finding Refuge In Teachings Of The Buddha

Buddhism is like a tranquil lighthouse, radiating the light of compassion and wisdom through millennia of storms. Its most touching and reliable aspects are in sincere adherence to its teachings, with its every word and line from compassionate revelations of the Buddhas, Bodhisattvas and great masters, without the slightest deviation or fabrication.

There is solemnity and order in all Buddhist practices and rituals. The procedures for every Dharma assembly, as well as the protocols for each sutra recitation, are never chosen at random; with them meticulously derived from vast and profound sutras. The sutras' exact teachings, which describe rebirth's cycle, are relied on to deliver the deceased, with the hope that they will be able to transcend their suffering by reaching Pure Land. Prayers for blessings are firmly rooted in the unyielding principle of cause and effect, highlighting the connection between good deeds and the blessings that follow. Sentient beings' sincere aspirations and practices will invoke good fortune and well-being. Every detail has its origin, and every thought can be traced back to its source.

When great virtuous monks expound the Dharma, their words are like blossoming lotus flowers, like sharp swords of wisdom that cut through the net of doubts and delusions. Their profound yet accessible explanations and incisive analyses are based on the sutras, conveying the Buddha's enlightenment and the Bodhisattvas' insights from countless kalpas of practices, gently nourishing the hearts of listeners like clear springs. Whether it is a novice earnestly seeking the true meaning of life or a long-time practitioner striving to break through a spiritual bottleneck, everyone can find the ambrosia that nourishes the mind within the Dharma, and avoid being lost among the thorns of heretical paths.

Citing of sutras is not rigidly conservative. Rather, it demonstrates respect for the accurate transmission of original wisdom. This tradition serves





as a strong bond between the past, present, and future. Previously, when the Buddha taught at Vulture Peak and other places, the sound of the Dharma spread across both banks of the Ganges, dispelling the darkness of ignorance for all sentient beings. Great masters and patriarchs have carried this legacy forward, in various times and regions, integrating the essence of the Buddha's teachings with the world's diverse conditions for widely propagating them. People today, by adhering to the Dharma, can use the sacred words of the sutras to guide their actions, words and thoughts, thereby correcting their life course. When confronted with life's challenges, with them as our unwavering mental foundation, we will remain untainted by the three poisons. There must be reverence for the teachings as they form the spiritual life raft for all sentient beings. It gives us faith that on the path towards spiritual liberation, we can follow in the footsteps of our forefathers, by being guided by the Buddha's supreme wisdom too.

Conscientiously follow the sutras, practise loving-kindness, compassion, rejoice and equanimity daily, and conform to the true meaning of Buddhism in all thoughts, words and actions. Only then can we create a 'Pure land' within our minds amidst this restless world. By doing so, our minds, like lotuses rising from the mud, will stand tall and pure, blooming with the indescribable radiance of Buddha-nature as we steadily progress towards the other shore of enlightenment. 卍

(Translated and edited by SCCY's team. The Chinese article first appeared in Issue 78, p14.)



从前有一位心地善良、信奉三宝的大财主。一天，他在集市上救下了一只将要被人食用的小鳖，细心照料。后来放生到河里，他虔诚地许愿：“愿我能帮助天下所有受苦的生命，终成佛道。”

shàng jiù xià le yī zhī wèi xīn dì shàn liáng xìn fèng sān bǎo de dà cái zhǔ yī tiān tā zài jí shì shàng jiù xià le yī zhī jiāng yào bèi rén shí yòng de xiǎo biē xī xīn zhào liào hòu fàng shēng dào hé lǐ tā qián chéng dì xǔ yuàn : “ yuàn wǒ néng bāng zhù tiān xià suǒ yǒu shòu kǔ de shēng mìng zhōng chéng fó dào . ”



主立刻暴雨江里小鳌突然回告诉大财主洪水即将来。大财主立刻暴雨江里小鳌突然回告诉大财主洪水即将来。



救命之恩被他
洪恩可被
水退那可进
退个牢狱
去个狐狸
后同狐狸
狐狸的心
狸的着急
在落急
山山水水
洞人焚
中却急
发现起忙
了贪念找
黄金诬蛇
想告商
报答大
财主偷
的盗害
救主害





参学上海玉佛禅寺 水陆法会有感

文 | 净音

为迎接新加坡佛教居士林即将在2025年10月6日至12日举办的水陆法会，我与几位师兄于今年3月26日至4月7日赴上海玉佛禅寺，参学该寺于清明节时节举行的“乙巳年清明众姓冥阳两利水陆空吉祥大法会”。

将于10月举办的水陆法会意义深远，乃居士林暌违二十八年后再次举办的此类大型法会。居士林首次水陆法会于1995年5月15日至21日举行，由上海玉佛禅寺的真禅老法师主法；第二次则是在1997年4月10日至16日举行，由觉醒大和尚主法。2025年的法会，我们将再度礼请觉醒大和尚率领七十位上海玉佛寺的法师莅临主法，规模空前，殊胜难得。

上海玉佛禅寺每年于清明与冬至举

办两场水陆法会，是汉传佛教寺中规模最大、最为庄严隆重的佛事活动之一。此次参学，旨在深入了解其法会整体运作流程，包括仪轨安排、坛场设置、义工管理、场地布置等，以便为居士林即将举办的法会做好万全准备。

三月底的上海仍带寒意，清晨气温仅约五至六度。法会第三日进行内坛结界仪式时，为了不影响庄严佛事，法师慈悲安排我们在内坛外围参与诵经持咒，感受其清净庄严的氛围。仪式结束后，大雄宝殿东侧张贴榜文，详列法会内容、供养项目及内坛功德主名单。上午十时，亲见泽忠法师率几位法师亲自张贴榜文，让我们深切感受到水陆仪轨里的庄重，对法界众生的慈悲，以及希望这场隆重



的法会能利益一切众生的广大愿心。

在玉佛寺期间，我们多次与法师们开会、讨论交流，法师们耐心详尽讲解每一项细节，无论是内坛的搭建、经书与供品的摆放，抑或坛场布置及人员调度等，皆尽心尽力，耐心指导。他们对细节的用心及团队之间的默契合作，使我们深受感动，也体会到一场庄严佛事背后所需投注的时间、精力与发心。

寺内处处可见“觉群”二字。“觉群”弘愿，最早就是从太虚大师创办觉群社和《觉群周报》而来的。目的是为继承前辈高僧的悲愿，用文字来弘化佛法，贯彻玉佛禅寺“文化建寺，教育兴寺”的发展理念，开展居士教育，致力接引众生，践行人间佛教的理念。

我们也参观了寺院设立的新媒体中心，该中心是玉佛禅寺对外弘法的重要平台，内容涵盖佛学知识、生活美学及传统文化，吸引不同年龄层人士，特别是年轻族群。新媒体中心亦创作动漫角色



“释小白”，以轻松、幽默的方式传递佛法理念，如善待众生、积极生活、环保意识等，深受大众喜爱。

此次参学之行，我们深刻体会到水陆法会不仅是庄严佛事，更是一种僧俗和合、群策群力的修行过程。参加水陆法会的意义在于让我们学会以慈悲心，平等心对待一切众生，除了丰盛供养外，更希望要以佛法令众生学习断除烦恼，得自在，最后证得无余涅槃。我们也从中汲取了许多宝贵经验，期盼能将所学充分运用于今年10月居士林水陆法会之中，使法会庄严圆满，广结善缘。

值此新加坡建国60周年之际，我们更希望借此殊胜因缘，将法会功德回向世界和平、国泰民安、风调雨顺，并超荐历代祖先及一切有情众生，冥阳两利，福慧双增。卍

念佛号 是我独有的 MeTime

文 | 卓裕音

自从2022年居士林重启“佛一”、“佛三”、“佛七”的修行活动后，我几乎从未缺席。哪怕因为工作繁忙，需要请假，我都会尽可能把这几天的时间安排出来，早早报名。因为这是一段属于我自己安静的没有消费的假期，就像是把自己从喧嚣的尘世中抽离出来，彻底的放松和享受，这就是我的 MeTime。

之前，我也曾在其他道场参加过念佛修行，但那时的我只是出于好奇，抱着试一试的心态，没有深入，也不懂什么是“佛一”、“佛三”，更不了解佛法的真义。现在回想起来，多少有些惭愧。

相比之下，居士林每个月都会举办“佛一”共修，每个季度举办“佛三”共修，这对刚接触净土法门的同修来说，是一个非常难得的机会，是修学路上的起点，让我们在任何压力的环境里念佛，把全部的注意力放在佛号上，学习专注，学习将身心交托给这句名号。

最初，我每天的日课从500声开始，渐渐增加到1000、5000，如今已能稳定持诵1万声。刚开始用佛珠计数，手常常会抽筋，即使到现在我还是需要每天花一个半到两个小时完成。如果念佛的时候有妄想，那么花费的时间就会更长，但我却乐在其中，因为佛号让我能够专注安静下来，一句佛号，安住身心。

念佛久了，我作任何事情，或者在和其他人沟通的时候，思维会变得更加清晰，与人相处时更能沉住气了，说话不再那么快言快语。虽然偶尔还是会伤人于无意，但我至少学会了察觉与收敛。当情绪起伏时，一句佛号，就像一把拴住心绪的绳索，把我从烦躁中牵回来。

日复一日，佛号已然成了我生活的一部分。不念，便觉得这一天缺了点什么。习惯慢慢变成了自然。现在的我，一天不念佛就觉得空落落的，仿佛缺少了什么。

彻悟法师说：“一句弥陀，摄心密持，如人饮水，冷暖自知”。唯有亲自念佛，才能体会到这句话的深义，才





能体会到这句名号对于自身的影响、加持和帮助。

就我个人的心得，虽然我一步步学着把心定下来，每次念诵佛号时，尽量用耳朵去捕捉，用心去倾听，但是思绪依然会常常跑出去，依然会走神，妄想不断。有一次念着念着，耳边听到的竟然是“南无是什么？”而不是“南无阿弥陀佛”，当下立刻起身忏悔。

师父常常教导我们要“信愿行”，念佛号是行持，前提是一定要有信愿，信有阿弥陀佛，愿求生到极乐世界。在这个学习的过程中，我开始了知因果，学习观照，懂得忏悔过错。在这个修行的过程中，生活的节奏也跟着渐渐放慢了，我开始学会对万事不必执着看重，看不顺眼的人和事，就让念头转一转，把这个不好的念头用佛号定住，化解，不再去纠缠。

我给自己立下了一个“20年修行计划”。不只是念佛，同时要学习经典，每天抽时间读诵《五经一论》，受戒持戒，从心做起，随喜一切善缘。我也开始试行吃全素，给自己设了一个“素食试行期”，慢慢来，不急不躁，心里笃定就好。

对我来说，这一切只是修行的起点，未来的路还会跌跌撞撞，但不管怎样，遇到居士林，找到善知识，是我生命中最幸运的抉择，在因缘具足的时刻，能与一群善良坚定的同修一起，在适合自己的道场中修行，这本身就是一种喜乐，一种功德。

念佛，让我专注、让我安静、让我在这喧闹的尘世中，找到一方属于自己的净土。愿我能在这一句句佛号中，一步步走向通往极乐世界的大门。卐



LESSONS FROM MY 21-DAY SOLITARY NIANFO RETREAT

By Zhenqin

RECENTLY, I ATTENDED Amitabha Buddhist Society's (ABS) 21-Day Solitary Nianfo (mindfulness of Buddha through sincerely recitation of the Buddha's name) Retreat as it coincided with a Bodhisattva Precepts' Purification Month. Initially, I was concerned about the long duration, but decided to proceed as it might benefit my practice. (Previously, I had attended two 10-day retreats.)

This retreat tested and proved my faith in Amitabha Buddha (Amituofo: 阿弥陀佛). I unexpectedly encountered karmic obstacles related to an incident that occurred a decade ago. I had eliminated a termite infestation, with many lives killed. This retreat brought to light the karmic weight of this misdeed. The insights I gained deeply transformed my understanding of cause and effect.

After the retreat, I consulted Venerable Yanxu and appreciated his advice, which provided me with tremendous clarity. I will humbly share what learnt, the challenges faced, the transformation undergone, and my affinity with Amituofo deepened. May this account be beneficial.

STRANGE SIGNS

Similar to previous retreats, I had difficulty settling my mind due to the busyness of daily life. The sudden quietude felt overwhelming. My mind was filled with a whirlwind of thoughts and emotions, but I persevered in Nianfo.

I heard the same distracting insect sound that I had noticed during previous retreats. To make matters worse, I had unsettling dreams for the first five nights. Each involved a disaster, with each subsequent one worse than the previous. What struck me most was that, I never once called out to Amitufo for help. The dreams felt symbolic, but I could not understand them.

On the third day, I felt itch and pain on my arms and legs. I ignored them and continued to Nianfo. On the sixth day, the insect sound grew louder and physical discomfort intensified. It was increasingly difficult to concentrate.

The itch and pain were like countless needles pricking my skin. I wondered about its cause and the accompanying unease. Despite these challenges, I was able to recite about 90,000 to 100,000 recitations daily. This goal of reaching 100,000 daily 'distracted' me from the suffering.

By holding firmly to the name of Amitufo, I was able to remain mindful throughout the day, undisturbed by unpleasant conditions of the body (身受心不受). In other words, although the body experienced pain, the mind remained calm, detached and

unaffected, regardless of fatigue, wandering thoughts, illness, sadness or regrets.

The nights were especially difficult. As I prepared to sleep, the buzzing of insects filled the room, almost as if they were trying to communicate. In those moments, I felt overwhelmed with self-pity, and seriously considered ending the retreat early.

One night, when the sound became deafening, I opened the window slightly to drown it out. The outside noise was loud, but to my surprise, the insect sound grew even louder. As the room became overwhelmingly noisy, I had to shut the window.

CONNECTING WITH AMITUOFO

On the 12th day, at 3 am, as I began to Nianfo, the situation became truly unbearable. The thought of ending the retreat crossed my mind again. Right after that thought, an image of the termite-infested floor from my house came to mind. Signs that I had ignored during my two retreats resurfaced, along with the dream from the fifth night. Instinctively, I called out to Amitufo. I observed how those troubling visions vanished one by one. The cause of my suffering might very well be the killing of termites. I put my palms together and earnestly called out, 'Amitufo, please save me!' (阿弥陀佛, 请救我!). I recited at a rapid pace, though it flowed naturally, quickly and clearly. Then, in my mind, Amitufo appeared. He was lofty and radiant, gazing down at me with bright light shone upon me.

Moments later, the termites in my mind transformed into tiny points of light, rising swiftly into the Buddha's radiance.

A while later, I felt a cool sensation on my arms and legs, and they became much more comfortable. I was shocked and speechless that my spiritual obstacles were from my evil karmas from killing the termites! When I tried to get up, my legs felt stiff but not numb. I checked the time and was surprised to see that three hours had passed. It felt like only a brief moment. I cannot imagine doing Nianfo or sitting cross-legged for three hours without moving. It was unbelievable. Even so, I still needed further confirmation that the insect sound had truly stopped. As night fell, there was complete silence. The following day, I noticed that the prickling sensation in my limbs had disappeared. The nights later were quiet. It was truly astounding!

As I contemplated the possibility of skipping this retreat, this could have left these karmic debts unresolved, to resurface at the end of my life. A sudden chill struck my heart. Looking at the image of Amitufo, I was filled with gratitude. The Buddha's meritorious power had helped me to overcome some of my evil karmas.

I prostrated before the Buddha for over two hours, full of gratitude and remorse for my transgressions, with tears streaming down my face. For the rest of the evenings that followed, I spent an additional hour on prostration. The final retreat week was

smooth and peaceful, yet the emotional impact of the earlier incident continued to linger with me. Through Nianfo, I experienced a profound spiritual transformation, one that laid the foundation for rebirth in the Pure Land.

SOME LESSONS LEARNT

With days of sincere Nianfo, a deep sense of calmness and inner peace began to emerge. It helped to ease both physical and mental suffering. My fears and insecurities gradually diminished as my Nianfo intensified. With consistent Nianfo, I remained in the presence of Amitufo. This retreat has deepened my confidence in attaining rebirth in his Pure Land. My faith in Amitufo became unwavering. I let go of the what-ifs, doubts and hypothetical scenarios that had been distracting me before. I will Nianfo, uphold the precepts and prostrate to Amitufo more reverently and diligently from now on.

I genuinely regret my killing of the termites. I now truly believe in the karmic consequences shared in accounts of those who killed chickens and cows during their lives and the intense suffering they endured at the time of death. My challenging karmic encounters opened me to more extensive understanding of the Dharma, particularly the Pure Land teachings.

Our mind is formless, subtle and difficult to perceive. Therefore, it is challenging to sustain self-powered practice

that leads to liberation from the cycle of birth and death. Out of great compassion, Sakyamuni Buddha taught about the immeasurable merits of Amitufo's name. It serves as a direct and accessible path for all sentient beings to attain rebirth in his Pure Land and eventually Buddhahood.

My key goal is to achieve 'my mind is the same as Amitufo; Amitufo is the same as my mind (我心即阿弥陀佛, 阿弥陀佛即我心)'. The name of Amitufo embodies our true mind-nature. When we practise Nianfo sincerely, our true nature mirrors the Buddha's. Our mind becomes pure(r) and (more) attuned, thus preparing us for rebirth in his Pure Land.

CONCLUSION

This retreat deepened my faith and resolution to keep progressing. I shall not be lax. As I return to daily life, I carry with me the insights gained, while increasing my Pure Land understanding. I have a long way to catch up. As Venerable Yanxu said, 'Our evil karmas span many lifetimes.' I feel a greater urgency to understand the Pure Land teachings. Life is short, and when death comes, no one wants heavy karmic obstacles to arise at the final moment. However, there are no obstacles so great that sincere Nianfo cannot overcome.

I heard ABS will soon arrange a Three-Month Solitary Nianfo Retreat. Will it unearth more unresolved karmic debts from past lives? I hope I will be ready. 卍



从安阳到邯郸： 佛教文化之旅

文|何华



▲安阳文峰塔

一、文峰塔和修定寺塔

今年二月和朋友去河南洛阳看了龙门石窟和白马寺，时隔三个月，五月又和朋友来到河南安阳。安阳是中国八大古都之一。1961，安阳殷墟被列入第一批国保单位；2006年，殷墟又被列入世界文化遗产名录。殷墟是中国历史上第一个有文献可考、并为甲骨文和考古发掘所证实的古代都城遗址。

来到安阳，当然要访殷墟，但安阳最初吸引我的不是殷墟，而是文峰塔（天宁寺塔）。记得若干年前在网上看到文峰塔的照片，就被震惊到了，上天下小的造型多么奇特，关键是不难看，一般来说，“上天下小”不符合审美规律，但奇怪的是，文峰塔似乎打破了这个规律，成了例外。人世间总有一些例外，是“神的安排”。

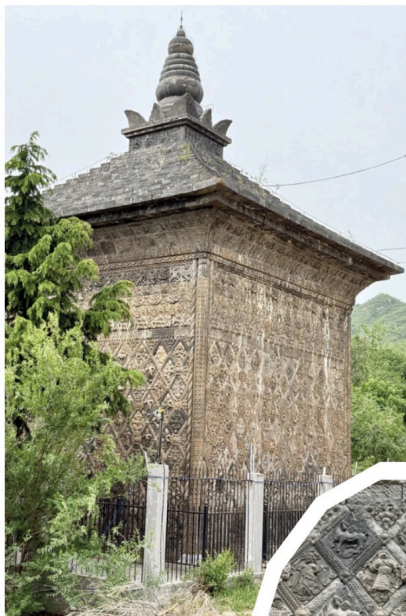
抵达安阳的当天下午，我们匆匆住下，直接打车到了文峰塔。文峰塔就在老城区，始建于五代时期，砖木结构，通高38.65米。安阳老城区的保护相当好，没有一幢高楼，我心目中的小城就该是这个样

子。在老城任何地方都可以望到文峰塔，它是安阳的灵魂所在。安阳的市树是国槐，如果你在某个街角透过国槐，隐隐约约看到文峰塔顶，更是平添美感。以前沿塔内旋转阶梯可登塔顶，最近为了保护文物，禁止进塔攀登，这个措施是应该的。我只能通过想象在文峰塔顶俯瞰安阳老城的景色。

执意要来安阳的另一个重要目的，是为了看修定寺塔。修定寺塔位于安阳市西北30多公里的清凉山南麓修定寺内，后寺院渐毁，唯塔独存。我们包车，从安阳到这里，花了大约一个半小时，因为后半程有一些小路，车速较缓。整体来说，路况还是不错。

修定寺塔，始建于南北朝时，唐代重修，故又称“唐塔”。1982年修定寺塔被列为第二批全国重点文物保护单位。其实它是最委屈的“国二”，因为1961年“国一”评比时，它外观被泥灰涂盖（上世纪30年代为了不被日本人及西方列强偷盗塔体上的砖浮雕），上世纪70年代泥灰脱落，现出真容，第二批国保单位评选时，专家看了此塔，大为惊叹，故被列为第二批国保单位之首。

修定寺塔是一座单层方型浮雕砖舍利塔，通体为精美的陶砖浮雕，由塔顶、塔身和基座三部分组成，通高20米，塔身高9.3米，塔身宽度8.3米。全塔遍嵌陶制花砖，形状有菱形、矩形、三角形及平行四边形等。所嵌高浮雕砖内容有天王、力士、飞天、乐伎、童子、龙、虎、狮、天马、蟒蛇及花卉等，计有3775块。据说每一块花砖都价值不菲。历代以来，陆续被盗一些砖浮雕，文保人员赵先生告诉



▲修定寺塔

修定寺塔布满精美的浮雕砖 ▶

我们黄色为原砖，黑色为后补。赵先生还说，因为西面背村，砖浮雕被盗最多。

修定寺塔不收费，平时锁门。但对面就是文保所，游客来了去找文保人员来开门。



二、邺城考古博物馆和邯郸市博物馆

看了修定寺塔，我们跨省到了河北境内的邺城考古博物馆。行前朋友告诉我一定要去这个博物馆看看，来了果然惊喜连连。2015年该馆建成开馆，最初名为临漳佛造像博物馆，2020年更名为邺城考古博物馆。东魏北齐时期的佛教



▲邺城考古博物馆北齐“弟子立像”

艺术在邺城有保存较完好的遗存。2012年1月，位于漳河河滩内的北吴庄佛教造像埋藏坑重见天日。考古人员发掘出土各类造像，时代以东魏北齐为主，有题记的造像约300余件。大多数造像表面残存贴金和彩绘痕迹，具有穿透时光的艺术美感。

邺城（邺下）佛教上承北魏，下启隋唐，影响深远。邺下佛学在北齐之初达到鼎盛，邺城成为继洛阳之后中原北方地区的佛教文化中心。在邺城考古博物馆我们看到了东魏北齐时期“褒衣博带”、“秀骨清像”、“曹衣出水”这些典型的佛造像式样，美不胜收。这一时期的佛造像是中国佛像艺术的巅峰，后世



▲邯郸市博物馆唐代红砂石笑面罗汉头像

无法超越。其中一尊北齐“弟子立像”，令人肃然起敬。这尊“弟子立像”曝光度很高，杂志报纸网络经常刊登。我在各个角度拍了多张照片，某个角度远看有“笑意”，近看眼神却略带忧伤，有“悲意”，欢喜慈悲，不可思议。还有一尊东魏时期的佛像残躯同样令我流连忘返，保存完整的佛头和左上半肩半胸，佛像面部残留金粉，神态平静祥和；残躯则有金粉和红色彩绘。博物馆里每一尊造像都值得细品，尊尊国宝。有机会，大家一定要亲自去拜访。

我们后来还去参观了邯郸市博物馆，也遇到几尊印象深刻的造像。有一尊唐代红砂石笑面罗汉头像，常乐寺遗址出土。这尊罗汉头像体积非常小，比乒乓球稍大一些，但气场极大，玻璃展柜都罩不住罗汉面部表情的喜气，因为材质是红砂石，笑得满面通红，越发喜气。

另一尊唐代须弥座石雕佛坐像，左臂断，脸上有裂痕。因为不完美，所以美！



▲北响堂山石窟“大佛洞”美丽的“宝相花”浮雕

三、响堂山石窟

我们在安阳住了四天，其中一天去了第一批国保单位响堂山石窟。响堂山石窟位于邯郸市峰峰矿区鼓山，包括北响堂、南响堂、小响堂（水浴寺石窟）。我们这次去南北响堂，没有去小响堂。

响堂山石窟是石灰岩，比较坚硬，但是颗粒细腻，层理不明显，硬度适中，不像砂岩易碎裂，又不似花岗岩过硬难琢，便于雕刻流畅线条。所以北响堂大佛洞主要采用雕刻的方式，彩绘、壁画为辅，整个洞窟采用了线雕、浅浮雕、深浮雕、圆雕等方法雕满塑像和装饰花纹。

绝大多数人来响堂山石窟，都是来北响堂，尤其是北响堂的“大佛洞”。大佛洞的开凿时间是东魏、北齐，为中心方柱式塔庙窟。有文献记载，中心方柱顶部藏有“高欢陵墓”。高欢为北齐王朝奠基人。当然，“高欢陵墓”的说法一直有争议，暂且存疑。此窟名为大佛洞，因为该窟中心柱正面龕有一尊高3.5米的大佛。



▲大佛洞“畏兽”

整个响堂山石窟被盗严重，满目疮痍，相比之下，大佛洞还有很多值得一看的地方，譬如“宝相花”浮雕，太精美了，阳光照进来的时候，“宝相花”格外明亮生动。大佛洞内的“畏兽”，也是一个看点。

北响堂的“刻经洞”，不可错过。刻经洞为三壁开龕式佛殿窟。前廊满刻《维摩诘经》全本。最珍贵的是刻经洞外面北侧有《唐岱写经碑》一通，此为研究北朝刻经的重要资料。《唐岱写经碑》位于山崖浅凿在阴面之处，阳光无法直射，雨水侵蚀不到，位置选择极佳。总计近800字，20行，每行34字。“刻经洞”是书法爱好者都要来此朝拜的圣地，在他们的心目中，北响堂的“刻经洞”类似



▲南响堂山石窟第七窟莲花藻井



▲南响堂山石窟第五窟地面“浮雕大莲花”

龙门石窟的古阳洞（“龙门二十品”其中十九品在古阳洞内）。

南北响堂相距16公里。大家去响堂山石窟，千万不要只去北响堂，一定要去南响堂看看。南响堂第七窟（别名千佛洞）太美了。第七窟为三壁开龕式佛殿窟，正面龕为一佛二弟子二菩萨五身像。此窟最大的看点是窟顶的莲花藻井，四面各有两身对视的飞天或伎乐。藻井图案保存完好，色彩鲜艳，形象生动。南响堂第五窟的飞天莲花藻井也非常美丽，但是我们只能探头看到半个藻井，因为窟门被绳子拦住，不能进入，为了保护地面美丽的“浮雕大莲花”不被游人踩踏。不过，就这样探头朝上一望藻井，足以让我惊艳了。

南响堂第一窟（华严洞），也值得细看。这个窟因四壁雕刻有《大方广佛华严经》而得名。正龕内雕刻有一佛二弟子四菩萨七身像，其中二弟子和菩萨的头部已不存，只有主佛像基本完整，是响堂山石窟中极少保存完好的佛像之一。

看完南北响堂，没有时间去小响堂了，留点遗憾吧。回安阳的路上，我在想为什么叫响堂山石窟？上网一查，答案是：因在山洞里击掌甩袖，都能发出洪亮的回声，故名“响堂”。

这次安阳、邯郸之行，收获良多。接下来的日子，哪怕一个人在家“击掌甩袖”，似乎都能听到洪亮的回声。真是：念念不忘，必有回响。卍

居士林 淨土班
SBL Pure Land Class
 Mahayana Buddhist Tradition

《普贤行愿品》

我此普贤殊胜行，
 无边胜福皆回向，
 普愿沉溺诸众生，
 速往无量光佛刹。



授课法师：**延续法师**

开课日期：19.09.25

上课时间：每周五晚 7:30 pm – 9:00 pm

上课地点：居士林维摩诘讲堂 (5楼)

线上报名：tiny.cc/sblpls2025

免 学费

扫描报名



法师简介：**延续法师**

1990年于嵩山少林寺出家。九华山佛学院首届毕业，奥克兰大学文学士，南洋理工大学大众传媒硕士。为仰宗第十代法脉传人。现为新加坡佛教居士林首席佛学导师、净土祖庭庐山东林寺首座。



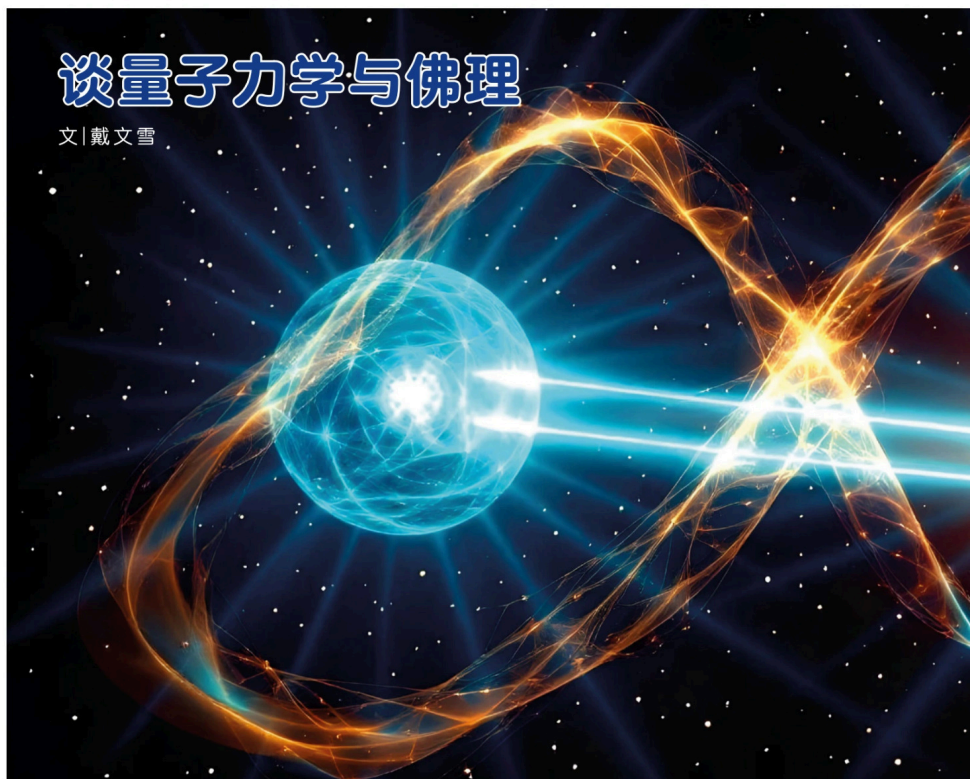
新加坡佛教居士林 • The Singapore Buddhist Lodge

17-19 Kim Yam Road Singapore 239329 • 6737 2630 • www.sbl.org.sg • sbl@sbl.org.sg

youtube.com/sbl1934 • t.me/sbl1934 • tiny.cc/sbl1934 • fb.com/sbl1934 • instagram.com/sbl1934 • tiktok.com/@sbl1934

谈量子力学与佛理

文 | 戴文雪



跨越千年的对话

许多人并不知道，现代物理学与佛教的古老智慧，虽然是相隔千年，可是在探索宇宙根本的问题上，却有着惊人契合。一直到1900年，量子力学(Quantum Mechanics)的出现，它才打破了经典物理的所谓确定性原则。量子力量揭示这世界是一个充满概率、纠缠与观察者参与的世界；这世界的本质，在量子视角下是可能性的迭加、非局域关联及以意识参与的显现。然而，佛教哲学却早在两千多年前便提出“诸法无自性”、“万法唯识”等思想。这的确是

超出了一般人对现实世界的认知。

笔者为文目不是要从科学角度来“证明”宗教的教理，而是只想尝试从量子力学的纠缠现象及观察者效应中，来解释佛学的空性及缘起之间的相似点，从而去探讨现代人类认知的边界及了解佛陀惊人的智慧。有趣的是：当科学与传统智慧两者之间互相交汇时，是否也预示着人类即将从另一种更深层的宇宙观，来了解深奥的佛理？

“佛法与量子力学”讲座

为了让人们对这话题有更深入的认识



识，6月1日，居士林《狮城潮音》读书会和华中颐年俱乐部日日新读书会联合举办了一场相关讲座。那天出席人士共有两百多位，许多听众在听完后，对佛法的奥妙与现代最前沿的量子力学之间的相似点充满了兴趣。

主讲者王英弘工程博士，现任职于新加坡高等学府。他对物理与佛理都有深入了解，因此能深入浅出的为大家解说这两门看似毫不相关的学问里头的共同点。王博士也郑重介绍了一本书名为量子霸权、量子计算机革命如何改变世界 (Quantum Supremacy by Michio

Kaku)。希望有兴趣的朋友可以从书中找到解答。这场量子力学与佛学的对话，或许没有一个定论，但我相信它一定能启发我们以更开放与敬畏之心，重新思考我们眼前的现实世界到底是什么。

量子是什么

简单的说，如果一个物理量能被分割到最小的、不可再分的基本单位，那么这个物理量就是量子化。而这个不可再分的基本单位，我们称之为量子。但什么是量子力学？量子力学是研究原子、分子以至原子核和基本粒子的结构和性质的基本理论，它是近代物理的基础理论之一。一般在实际应用上，量子力学催生了量子计算机，它靠的就是迭加和纠缠的原理。普通计算机是一个个“比特”算来算去，而量子计算机却用“量子比特”，能同时处理多种状态，算力呈指数级增长。这意味着它能解决超级复杂的问题，比如模拟宇宙、设计新药、甚至破解生命的秘密。

量子力学与佛理

王博士说：其实，量子力学与不少佛理两者还真有不少惊人的相似之处。譬如：佛理讲的是“万法皆空”“三界唯识”，而量子力学则用科学的方式告诉我们，世界可能并不像我们肉眼看到的那样“实在”。佛理和量子力学在不少地方不谋而合。

第一，量子物理中的不确定性和观察效应，有助于我们在理解佛法的“空性”与“缘起”，让许多抽象概念更容易接受。“缘起性空”是佛法的核心概念，

意思是世界上的一切事物都是因缘和合而生，没有一个固定的、独立的“本体”。《大智度论》说：“至微无实，强为之名”，意思是即使最微小的东西，追到最后也找不到一个实实在在的“实体”，不过是我们给它取了个名字而已。量子力学中的迭加理论说：世界没有固定的模样，你看到的世界，其实是你脑子加工出来的。这不就是在说，世界的本质上可能是“空”的吗？不是空无一物的那种空，而是说没有什么东西是永恒不变、独立存在的。

第二，量子力学打破了传统唯物主义观念，让人更开放地看待心灵、因果与轮回等佛法核心思想。在量子力学里也有个类似的发现，叫“观察者效应”。观察者的参与会影响被观察的对象，现实本身似乎也具有某种不确定性和相对性。物理学家海森堡说过：“我们看到的不是自然本身，而是我们怎么问自然。这和《华严经》中的“心是工画师”有同工异曲之妙。

第三，量子纠缠现象，是指两个曾经相互作用的粒子，即使被分隔到宇宙两端，也能瞬间影响彼此。这不就像佛学的“感应”与“因果同时”？我们具足信愿在此方念佛求生净土，而当下我们的莲花已在极乐世界含苞待放。我身口意在行善时，善果已经在路上；我们身口意作恶时，恶果也已经在路上。

初学佛法者之困

初学佛者最常遇到的挑战是在信方面的困难，这主要是是源于凡夫心的惯性，也涉及对佛法本质的认知偏差。一般上信心难生的原因之一是认知层面的

障碍。例如：在科学思维与佛理有差异时，现代人习惯实证思维，而佛经中的“六道轮回”“他方佛土”等概念却超出人们的经验与实证。第二是心理机制的抗拒，例如：人性中的我执与自我保护的天性；佛陀的“无我”观主张冲击了自我认同。第三是价值目标的差异，现代人喜欢追求知识与创新，而佛法却强调放下执着、追求觉悟。

科学与佛法虽然方法不同，但它们都是在追求各自的真理，学佛注重信；科学则注重证据。但只要调整好心态，两者之间是能互相启发而不产生矛盾的。科学与佛学的对话，能增强我们对佛法的信心，特别是对讲求理性的科学背景学者来说是一种鼓舞。这种理解不但能帮助突破理性障碍，也能让学佛变得更贴近现代思维，提升对佛法的信心与学习动力。科学帮助我们理解世界是如何运作的，它透过实证与逻辑揭开自然法则的奥秘；佛法则引导我们如何看待这个世界，透过内观与觉察认识心性的本质。两者一外一内，一理一事，互为补充，并不排斥。事实上，科学提供工具，让我们能更精确地探索宇宙与生命的结构；佛法给予智慧，提醒我们放下执着，才能真正看见深层的真相。

当我们不再将知识与信仰视为对立的 two 端，而是以开放的心灵接纳两者的洞见，便能更全面地理解存在的意义。因此，科学与佛法不是对立的，而是互补的。它们共同指向一个更深的现实：一切皆依缘而生，一切皆因心而显，唯有放下执着，才能见到更真实的世界。卍

（作者是《狮城潮音》编委会成员）

本林近期佛法

公开讲座直播

YOUTUBE 'LIVE' DHARMA TALKS

《普贤行愿品》

每周五 Every Friday

09月19日	《普贤行愿品》(1)
09月26日	《普贤行愿品》(2)
10月03日	暂停
10月10日	水陆法会
10月17日	《普贤行愿品》(3)
10月24日	《普贤行愿品》(4)
10月31日	讨论课
11月07日	《普贤行愿品》(5)
11月14日	《普贤行愿品》(6)
11月21日	《普贤行愿品》(7)
11月28日	《普贤行愿品》(8)

净土教理

每周六 Every Saturday

09月20日	道绰大师 (1)
09月27日	道绰大师 (2)
10月04日	暂停
10月11日	水陆法会
10月18日	道绰大师 (3)
10月25日	道绰大师 (4)
11月01日	道绰大师 (5)
11月08日	讨论课
11月15日	善导大师 (1)
11月22日	善导大师 (2)
11月29日	善导大师 (3)

授课法师: 延续法师

日期 Date: 19.09 – 29.11.25

时间 Time: 7:30 pm – 9:00 pm

地点: 维摩诘讲堂 (5楼)/观音礼堂 (7楼)

YouTube Link: tiny.cc/sbllive



24小时精进念佛

日期 Date: 09–10.08.25

时间 Time: 9:00 am (09.08) – 9:00 am (10.08)

精进佛三

日期 Date: 12.09.25 – 14.09.25

时间 Time: 9:00 am – 7:00 pm

报名方式: 请关注居士林社交媒体 (t.me/sbl1934 • fb.com/sbl1934)

新加坡佛教居士林
The Singapore Buddhist Lodge



REDISCOVERING FILIALITY THROUGH COMMUNITY SERVICE

By Martin Wong

AS I WALKED on the quiet HDB corridor lit by the pale glow of LED light, there was the familiar faint scent of medicated oil with soft mustiness of age. I tapped on the metal gate gently, and Uncle Goh greeted with a slight warm smile. ‘Thank you for coming, ah,’ he said. As I stepped in, a black-and-white funeral portrait caught my eye. I wondered about my usefulness. That brief interaction sank deep within me. There was an unspoken lingering. An elderly man spending his days alone. A younger stranger offering something little: a bag of groceries and a few minutes of company.

When we slow down our pace and make room for others, something within us

opens up. Initially, I thought that being generous was volunteering. Yet, as the weeks passed, the work changed me. I started speaking more kindly to my parents, and when subway doors shut before I could board, I did not fume. I take the opportunity to breathe mindfully, not to complain.

I began with a mission. Helping others felt like the correct thing to do. I never expected the work to change how I viewed my life, and deepen my understanding of Buddhist filiality.

Xin Yuan Community Care started 20 years ago as a grassroots effort. Since then, it has grown into a small registered charity and IPC, operating from the void deck of



Block 205 Toa Payoh North. With not many staff and volunteers, we focus on the needs of low-income and socially isolated seniors in the estate. Once a month, a handful of volunteers would pack staple items and load them on a van. Occasionally, a volunteer would chant the Buddha's name (Amitufo 阿弥陀佛) while we packed. It is a nice habit that gently steadies our pace without turning the work into a mechanical ritual.

Many elderly people estranged from their relatives live in studio rental flats. Others have children abroad who are too busy to find time to visit. Most find themselves experiencing a gradual decline in attention that accompanies ageing in a city that moves

ahead at an unrelenting pace. Their flats are neat yet unnervingly quiet, save for the cackle of radios playing music. There are often plastic chairs near window grilles where the elderly would sit and watch the lift lobby. More concerning are those who have forgotten how to take care of themselves. Now and then, I would catch a whiff of leftover rice that has gone sour or see a half-eaten bun kept for days due to fear of wasting food.

Social isolation is usually unknown to the public. Some elders who crave companionship show it through their actions. An old lady will ask many questions to delay my departure. An old man will offer a biscuit, not because he had plenty, but because sharing stretched the visit. One afternoon, an uncle beamed like a boy when I asked about the football scarf on his wall, as the groceries brought over stayed untouched, while he told stories of Fandi Ahmad. The groceries were less important than our presence.

Filiality is often associated with Confucius, yet the Dharma never fails to propagate it. The Buddha praises caring for parents as one of the highest virtues. In the *Sutra In Which The Buddha Speaks On Fathers & Mothers' Kindness Being Difficult To Repay* 《佛说父母恩难报经》, the Buddha said, 'If on the right shoulder carrying one's Father, and on the left shoulder carrying one's Mother, going through a thousand years, even though they have their convenience on one's back, however without having the resentful

mind for one's Father and Mother, this child still cannot adequately repay the Father and Mother's kindness.'

We must have sincere gratitude, as expressed through daily acts of respect and care. Buddhism teaches us that all sentient beings have, at some point in countless past lives, been our mothers and fathers. This vision widens filiality to embrace everyone, yet it never excuses neglecting our present parents. Modern life makes practising filiality challenging. We are busy and distracted, while thinking our parents will understand. Next weekend will come. A text message will do...

Buddhism teaches impermanence; everyone ages and will die. Our parents' hearing will fade, their movements will slow down, and their circle of friends will shrink. They do not ask much. Our presence matters. No matter how tall we grow or how old we get, we remain our parents' children, and their hearts always wish for our company.

On a train ride home, I once ignored my mother's calls. I was busy scrolling through emails on my laptop and juggling a musical instrument's case. The phone rang again. I muted it and told myself that I will ring her back later. But I forgot! The next morning, she sent a simple message, 'Hope you slept well.' As the saying goes, 'Shame prickles along my skin like goosebumps.' I did not mean to ignore my mother's calls; I was swamped. Nevertheless, it was my choice — twice!

One of the elderly females I visited told me her son has not come by for more than a year. She said with no resentment, 'I know that he is busy; I hope he is eating well.' I smiled yet felt desolate. How often had my parents asked whether I had eaten or not, even when I had not called for days?

Practising filiality needs no grand gestures. It starts with giving our utmost attention, being grateful and caring. Instead of complaining, we should revise our approach. We need to call, visit, and demonstrate that we care. The road to filiality begins with the smallest acts. Speak kindly. Listen patiently. Stay attentive. Put the mobile phone down and hold their hands. These are not small gestures. Each action motivated by awareness and compassion, helps to shape the world.

The Dharma is not mere theoretical philosophy. It is action-packed with daily choices. Practising filiality starts with how we greet our elders, remember their birthdays, listen and speak to them.

I often deliver groceries to Madam Lim, a widow living alone. At first, she was shy. After several visits, she shared stories of her late husband, her daughter's new life overseas and her habits. Once, she set two biscuits on a saucer, placed her hand gently on mine and said, 'Thank you for not rushing. It is delightful when someone listens.' Her hand was thin and cold, yet her words warmed me. Filiality should not be limited to our parents; it should also include society's neglected

‘If on the right shoulder carrying one’s Father, and on the left shoulder carrying one’s Mother, going through a thousand years, even though they have their convenience on one’s back, however without having the resentful mind for one’s Father and Mother, this child still cannot adequately repay the Father and Mother’s kindness.’



elderly. We should care in the same way Buddhas and Bodhisattvas care for all sentient beings, without seeking rewards.

Buddhist filiality ultimately guides our parents to Buddhahood. This starts by being filial. A simple gesture like sharing a meal will remind them and us that they do matter. These moments are not distractions from the spiritual path; they are part of the practice. We should not wait for their funerals to comprehend what transpired and regret the gatherings we skipped, the missed opportunities to share the Dharma with them.

The elderly I meet remind me that time is not ample. We must not procrastinate being filial. We must begin now, in daily life, especially in the ways we

treat those who care for us. I call my parents more now. I sit with them whenever I can, ask about their day, and share laughs with them. These gestures might not end the world’s suffering. Yet every act, however small, makes an impact.

So, if you are reading this, pause. Call home. Ask your father how his day was. Sit with your mother while she repeats a story you have heard before. Let her speak. Let her feel heard. It may seem slight, yet to them it could mean everything.

To practise filiality is to live the Dharma. Practising the Dharma does not just start in monasteries or Buddhist retreats but in our homes. As an aphorism says, ‘To repay kindness, cultivate a mind of gratitude.’ 卍

《地藏经》 与念佛法门的 殊胜因缘



有些同修会感到疑惑：《地藏菩萨本愿经》与净土念佛法门之间似乎没有直接关系。然而，深入研读后便会明白，两者实有极为深厚的法义联系。

《地藏经》由实叉难陀大师翻译，大师也是《华严经》的译者，可见其地位非凡。在修学地藏法门中，除了《地藏菩萨本愿经》，还包括《占察善恶业报经》与《地藏十轮经》，这三部经典是修学地藏法门的重要根据。

虽然《地藏经》中没有明确教导念“阿弥陀佛”，但其中一再强调“念佛”之重要。早期佛教念佛并不限于阿弥陀佛，也包括念弥勒佛等，尤其在《地藏经》刚译出之初，弥勒信仰亦曾盛行。

地藏菩萨的本愿孝行与念佛功德

《地藏经》中，记载了地藏菩萨往昔的两次化身，皆为孝女形象，以念佛功德救母脱苦：

- 一次为“婆罗门女”，其母悦帝利因不信三宝，修习外道，堕入恶道。婆罗门女卖尽家产，以各种香花、供具，种种供养觉华定自在王如来，虔诚念佛回向，使母亲脱离地狱，升生天界。

- 另一次为“光目女”，其母生前嗜食鱼子，杀业极重。我们知道许多捕鱼人从不去捕杀春天洄游的母鱼，因其腹内孕育着成千上万的鱼子，现代有些人喜欢制作食用鱼子酱，杀业很重。光目女请阿罗汉入定观察，确知其母堕于地狱，遂至诚念佛回向，使其母脱苦升天。

这两则经典事迹显示，念佛发愿，回向救度，不仅能利益现生父母，亦可救拔堕于三恶道中的父母和六亲眷属。可见念佛法门与地藏法门，在实践中是息息相通的。

念佛名号的功德不可思议

《地藏经》是佛陀临涅槃前上升忉利天为报母恩特意宣说的一部经，也是为救拔未来世众生而说的一部重要经典。地藏菩萨为了救度未来世众生，特别发愿使其离苦得乐。蒙释迦世尊大慈护念：

“汝今欲兴慈悲，救拔一切罪苦六道众生，演不思议事，今正是时，唯当速说，吾即涅槃，使汝早毕是愿，吾亦无忧现在未来一切众生。”

经中也多次提及“闻佛名号”的殊胜功德。如“若有男子女人闻是无边身如来名，即得超越四十劫生死重罪”，这只是谈“闻信”。闻到佛的名号以后能够对佛产生信心，这个“闻”中就已包含了信心。哪怕是“暂生恭敬”，其所造四十劫生死重罪都可以超越，何况是供佛、画佛像等更大善行。

又如闻“宝性如来”名，并一念归依者，于无上菩提道中永不退转；再如闻“狮子吼如来”名者，一念归依，是以得遇无量诸佛，摩顶授记。又如闻“袈裟幢如来”之名，可超越百大劫生死之罪。又列举：“净月佛、山王佛、智胜佛、净名王佛、智成就佛、无上佛、妙声佛、满月佛、月面佛”等不可说佛名号。所以我们今天能够听闻佛名，对三宝生恭敬心，绝非偶然，皆由过去世累积善根，今世因缘成熟所致。

世尊言：“若天、若人、若男、若女，但念得一佛名号，功德无量，何况多名。在我们看来这些是“很浅”的功德——只是闻佛名、信佛名、念佛名，但是，却有如此巨大功德。

这些叮嘱反复强调一件事：众生若能生起信心，归依念佛，功德无量，罪障可除。



乃至临终时，有人高声为病者称念佛名，亦能除灭五无间罪等重业，使其离苦得生善道。

正念临终，最关键时

经中“阎罗王众赞叹品”记载：众生临命终时，神识昏昧，眼耳失用，无法辨别善恶。此时，家属应设大供养、读诵《地藏经》、念佛菩萨名号，以助亡者正念不失，离苦得生。

众生临终之际，冤亲债主现前，多以熟人形象示现，欲索旧债。若有家属陪伴念佛、诵经供养，是众生等，生时死时，自得天利，终不堕恶道。”众生临命终时，哪怕由眷属中一人高声称念一佛名，读诵《地藏经》，亦可令亡者远离魔扰，正念分明，甚至除五无间罪及余业报，获福无量。

这足见《地藏经》传达的法义，绝非仅是孝道。经文中不断呈现如何以念佛、归依、发心来消业转苦、得生善道，乃至消除五无间极重罪业。

这一切说明，从头到尾，《地藏经》皆在弘扬“念佛法门”的不思议功德，引导众生于生死交关之际，依佛力加持得大安乐。

专念一佛名，亦具念十方诸佛之义。特别专念“阿弥陀佛”者，信心越深，所得利益越大。在深重业海中，一声“阿弥陀佛”是横出三界的慈舟。



小结：地藏经中流淌着念佛法门的心髓

许多人误以为《地藏经》仅讲孝道，是佛门的“孝经”。实则不然，这部经通篇皆在弘扬念佛法门的殊胜力量。从地藏菩萨以孝行念佛救母，到临终助念超度众生，其核心无非是以“念佛”为舟，度生死苦海，转罪业为解脱。

佛名不空过，闻信即生根；归依不徒然，一念即超劫。如经中所说：“若得闻一佛名，一菩萨名，或大乘经典一句一偈，除五无间杀害之罪，小小恶业，合堕恶趣者，寻即解脱。”此即佛陀涅槃前的殷切慈悲，是为我们末法时代的众生所开示的离苦之道。

愿众生皆能信受奉行，念佛念法念僧，离苦得乐，同生净土。卍
(本文根据延续法师第八届净土教理讲座《净土相关经典》整理)

新秋七月

新秋七月气初凉，溽暑将收夜渐长。
四壁暗风鸣蟋蟀，一池衰草语寒蛩。
深宵倚槛窥残月，薄暮推窗望夕阳。
客路岭岵久漂泊，苦求佛力早还乡。

Early Autumn In The Seventh Month

Early autumn in the seventh month, the air first cools,
as the moist summer heat will finish, and nights gradually lengthen.

Around the four walls in the night wind is chirping of crickets,
and by each pond's withered grass speaking are winter cicadas.

In the deep night leaning on the door-sill to peep at the waning moon,
at twilight pushing open the window to gaze at the sunset.

Guests on the road, alone walking, unsteadily and long adrift,
are with utmost pleading for the Buddha's power, to soon 'return' to our homeland in Pure Land.

中秋八月

中秋八月有微寒，零露漙漙被草菅。
一树桂花香露泄，万家明月影团圞。
长思故国无音信，几欲高飞少羽翰。
行树重重含佛土，何时亲倚玉栏看？

Mid-Autumn In The Eighth Month

Mid-autumn in the eighth month has mild coldness,
with descending dew heavily wet covering coarse grass.

With each tree's osmanthus flowers' fragrance revealed and released,
in ten thousand homes with the bright moon's reflections are reunions.

Long contemplating our homeland without news,
nearly going to soar high yet lacking bird wings.

Of lined trees layer upon layer contained in the Buddha's land,
when will we personally lean on its treasure balustrades to see them?

重阳九日

重阳九日景偏赒，自采茱萸且泛茶。
红锦妆成千树叶，黄金开尽一篱华。
每登山顶瞻乡国，却上楼头望故家。
想见七珍池沼内，枝枝菡萏大如车。

Double Yang Festival's Ninth Day

On Double Yang Festival's ninth day, as the scenery leans to its end,
personally picking cornus officinalis, moreover floating to make tea.

With red brocades adorning to accomplish a thousand trees' leaves,
and yellow-gold chrysanthemums blossoming completely as each hedge's flowers.

With each ascending mountaintops to look at their hometowns,
while going up towers' tops to look from afar at our old home (Pure Land).

Contemplating to see the seven treasures' ponds within,
with limb after limb of lotuses large as chariot wheels.

净土宗十一祖省庵大师《劝修净土诗》

Pure Land Tradition's 11th Patriarch Great Master Xing'an
(Poems On Encouragement To Cultivate The Pure Land Path)

十方缘公开讲座



法师简介

毕业于中国佛学院，获斯里兰卡佛教与巴利语大学荣誉文学博士学位。法师继承大虚大师人生佛教思想，用佛法智慧解决当代社会问题。现为闽南佛学院研究生导师、国际静心协会导师及多所大学客座教授。

主讲：
济群法师

日期：
29-31.08.25
(周五至周日)

时间：
7:30 pm – 9:00 pm

地点：
居士林观音礼堂 (7楼)

扫描
报名



tiny.cc/sblvjq2025

心经 的禅观

三次讲座

2025年8月29日-31日



新加坡佛教居士林 • The Singapore Buddhist Lodge

17-19 Kim Yam Road Singapore 239329 • 6737 2630 • www.sbl.org.sg • sbl@sbl.org.sg

youtube.com/sbl1934 • t.me/sbl1934 • tiny.cc/sbl1934 • fb.com/sbl1934 • instagram.com/sbl1934 • tiktok.com/@sbl1934