

緬懷佛光山開山祖師星雲大師 芝加哥「人間音緣讀書分享會」

本報芝加哥訊

佛光山開山祖師星雲大師於2月5日圓寂。芝加哥佛光山於3月17日，於線上舉辦第一次「人間音緣讀書分享會」；而後於每星期五晚上，由佛光會幹部會員們，輪流帶領進行，一群愛樂的佛光人齊聚歌頌音緣，緬懷大師的浩瀚恩澤，感念大師以歌弘法，推廣人間佛教。

首次分享會由芝加哥住持永嘉法師帶領，以《朝山》為曲目。法師詮釋三步一拜朝山禮佛的意義與功德，不但讓我們清淨身口意業，更是增上戒定慧學的一種修行。大師所寫的人間音緣歌詞優美、溫暖入心；接著學員們雙手合十，唱出對大師的思念與不捨，祈願大師乘願再來續師徒之緣。

永嘉法師開示：佛光山未來的發展要朝「教育、文化、學術、藝術還有體育、資訊、音樂的方向去推動」，大師留下的書籍法寶，人間佛教的思

想，大眾要依止精進修持，莫忘大師的教誨。我們是大師的千百億化身，要勇敢的接下棒子，以師志為己志，推展人間佛教。法師接著說，早年星雲大師在宜蘭用音聲弘法，深夜挑燈為青年們修改日記，如果想念師父就去讀他的書、唱人間音緣的歌曲。芝加哥協會副會長馮漢忠發願：「我一定會做到的！」

協會會長王克英表示，人間音緣是星雲大師度眾的善巧方便。人間佛教就是要貼近人世間的生活，而音樂

是我們生活中的一部分，大師將佛法融入歌詞，譜上悅耳的樂曲，讓普羅大眾都能聽聞佛法的奧妙。無論是用音聲弘法，還是用文字般若度眾，都緣自於大師的慈悲。前任協會會長周邁平表示，音樂可以洗滌心靈，激勵人心，星雲大師在人間音緣所寫的詞，句句都在說法，鼓勵我們向道，是我們的增上緣；唱著大師的歌曲，讀著大師的著作，他一直在我們身邊，何曾離去？

協會秘書長王慧分享，在底特律



星雲大師，幼年出家，生於憂患，長於困難，堅定弘法利生，喜悅一生。芝加哥佛光山提供



大眾雙手合十，唱出對大師的思念與不捨，祈願大師乘願再來續師徒之緣。芝加哥佛光山提供

兒童佛學班，第一次接觸人間音緣的歌曲，旋律優美，歌詞也讓自己的人生格局有了新的高度。協會理事謝芳媛表示，大師的詞句，是以文字般若淨化人心！我們在「朝山」時，當鐘聲劃破寂靜的天空，木魚和著梵唱的音聲，三步一拜，虔誠供養三世諸佛，五體投地的頂禮佛足，也拜出自己內

心的慈悲佛性，與佛接心的意境。底特律協會督導黃春蓮發願，要多與人結緣，為協會多些付出；督導蔡知方表示，大家在線上齊聚一堂，以歌會友，緬懷大師，也是報恩的方便法門之一。第一分會郭笑榮師姐說，佛曲讓人感動，與佛接心，使人快樂。

早發性大腸癌及大腸癌篩查

大腸癌作為多發性的癌症，在老年人中發病率相當高。但最近的研究表明大腸癌的發病率在中青年人群中顯著的上升趨勢。據統計，在今後的十年中，大概百分之二十五的直腸癌和百分之十的早發性大腸癌將會來自小於50歲的人群。腸道的細菌類型的變化，可能和大腸癌發生有關係。研究顯示很多青年人大量地食用非糖類的甜類添加劑，可能是其中一個因素。流行病學的研究發現多吃紅肉或者精細加工的食物(比如說精加工的穀物和糖)會增加大腸癌發生的機率。西方的飲食習慣，肥胖症，糖尿病也會增加大腸癌發生的機率。男性發病率比女性高百分之三十。粗糧，水果和蔬菜則可以減少大腸癌發生。而鍛煉可減少肥胖和大腸癌的發生。早發性大腸癌會有較強的家庭病史，及患有遺傳性疾病機率較高比如Lynch病。

早發性大腸癌和晚發性大腸癌的症狀和機理有所不同。早發性大腸癌多發生在結腸和直腸(大概是百分之七十案例)，而晚發性大腸癌多發於盲腸或者是升結腸。早發性大腸癌一般症狀比較明顯且愈後形體較差。早發性大腸癌多有便血，肚子疼痛或大便形態的改變。因為早發性大腸癌發生的上升，美國消化科協會，美國癌症協會和美國疾病預防協會，都建議常規人群從45歲開始進行大腸癌的篩查。如果有家族病史的話，篩選的時間應該更加提前(如果有第一代近親家族大腸癌病史的話，建議從40歲或者是比第一代近親發病早10年的年紀；選兩個年紀中較小的，開始篩查)。

大腸癌的篩查會有不同的方法。最有效是大腸鏡的檢測。也可以通過糞便的測試(比如檢驗糞便潛血，糞便大腸息肉及大腸癌分子標識物)，或者通過影像測試來篩查(比如斷層掃描)。每種檢測各有優缺點，重複篩查的時間間隔也不一樣。及早發現大腸癌會大大提高治愈機率。因此建議大家都重視大腸癌的篩查。建議大家和自己的家庭醫生進行討論，如果有需要也可以和消化科的醫生進行諮詢。如果沒有症狀的話，建議大家遵照大腸癌篩查的指引進行篩查。如果有症狀的話，比如說有肚子痛，便血，大便習慣的改變或者是體重不明下降，則應該及早和醫生聯繫，提早進行檢測。如果大家有什麼問題的話，歡迎到CCACC泛亞診所進行諮詢。

CCACC泛亞義務門診(PAVHC)
 地址：9318 Gaither Road, Suite 205
 Gaithersburg, MD 20877
 電話：240-393-5950
 電郵：panasianclinic@ccacc-dc.org
 服務時間：周一至周五早上9點至下午5點，如來訪請先預約！
 本報華盛頓訊

芝加哥伍胥山公所兔年春宴 宗親友好歡聚一堂

芝城伍胥山公所癸卯年春宴日前在南華埠富麗華大酒樓隆重舉行。宗親好友從遠道波士頓而來的伍胥山公所美東總長伍煥華及來自LA的美西總長伍永昌親臨慶賀，中國駐芝加哥總領事館邊志春副總領事、僑務組長張軍鵬、領事曹潔，駐芝加哥台北經濟文化辦事處洪中明組長、舒俞敬組長，僑教中心主任蔡季穎、黃奕龍副組長等兩岸官員以及中華會館主席伍健生、華聯會主席吳灝、芝加哥第11區長李惠華、僑團代表和黃伍兄弟姊妹近400人出席活動共襄盛舉。



芝城伍胥山公所同仁喜慶賀新春。

春宴當天中午，由美東總長伍煥華和美西總長伍永昌贈送了金豬與鄉親一起祭祖。伍胥山公所元老健源、健生、煥光，芝城伍胥山主席兆定、連浩率眾職員和鄉親在公所二樓拜祭，眾人向太始祖神像虔誠的行三鞠躬禮、上香、敬酒以及獻三牲、獻果、獻糕點和奉寶帛，禮成後歡聚一堂享受簡單午餐。

晚宴由煥光元老向現場來賓闡述了伍胥山公所的悠遠歷史，讓鄉親了解伍胥山的歷史。晚宴開始前由安良曲藝團獻上多首粵曲娛樂嘉賓，隨即矯健生猛的醒獅獻瑞宣佈晚宴正式啟

動。春宴活動由立強主持。芝城伍胥山公所主席兆定首先致辭，歡迎並感謝所有出席之嘉賓，特別是遠道美東總長煥華、美西總長永昌前來與芝城鄉親歡聚一堂慶賀春節。

兆定主席感謝伍胥山公所前輩們為鄉親們辛勤帶來的豐碩成果，並在他們的帶領下，讓伍胥山公所的會

務愈辦愈好，未來將繼續努力團結宗親發展會務，期待大家明天會更好！

美東總長煥華致辭讚揚芝城伍胥山公所在元老健源、健生和主席兆定、連浩的帶領下，會務昌隆。他並祝願黃伍宗親們新春愉快、兔年大吉、身體健康，萬事如意！美西總長永昌，中華會館主席伍健生，華聯會主席吳灝，11區長李惠華以及黃氏宗親會主席黃永琛等也分別致辭向伍胥山公所鄉親及與會者祝賀新春！李惠華區長還鼓勵大家積極參與投票，選出可以為大家發聲的公職人員。主席伍連浩致答謝辭感謝來賓，感謝心語花鋪贈送的襟花，以及感謝各界對伍胥山公所的大力支持。

當晚春宴還由伍胥山公所為鄉親長者頒發敬老紅包，發揚尊老敬賢的中華民族優良的傳統。

當晚娛樂節目五彩繽紛，安良元老團主席伍健生與安良曲藝團花旦小生們的粵曲表演，卡拉OK高手盡情歡歌，此外還有中國大極舞、伍胥山公所元老健源的一曲「舊歡如夢」中，讓愛跳舞的嘉賓翩翩起舞，溫馨美好的氛圍瀰漫全場，嘉賓們歡度一個充滿歡愉的夜晚。
 本報芝加哥訊

Lake forest mall大型購物中心永久關閉

位於馬里蘭州蓋瑟斯堡的大型購物中心——Lake forest mall，將於2023年3月31日關閉，並將於2024年拆除。取而代之的是一個集住宅、商業、娛樂、交通樞紐的大型綜合項目。

Lake forest mall購物中心於1978年9月12日開業，在運營的45年中，曾經吸引了諸如Lord & Taylor、Sears、Macy's、Jcpenney等眾多美國知名品牌入駐，作為整個區域最大的購物休閒中心，承載著多少人難忘的記憶，許多人對它的關閉表示非常難過。CCACC美京華人中心過去每年都會在mall裡舉辦雙周的農曆新年慶祝活動，現場熱鬧非凡，人氣爆棚。

由於在最近的15年中，經濟不景氣，生意每況愈下，而不得已關閉。新的重建計劃方案，經由蓋瑟斯堡市長Jud Ashman和市議會於2021年8月一致通過。

據稱，總體規劃將重新分區，

包括住宅和商業開發以及綠地，該提案包括120萬平方英尺的就業、商業和零售空間，1600個住宅單元與綠地，以及一個新的交通轉運中心和一個戶外娛樂區。

本報華盛頓訊



現在的Lake forest mall內人去樓空，昔日盛景不再。

State Farm 甄明德
 Mark Yun Agent
 保險 業務代理
 汽車 房屋 人壽 銀行
 223 W. Cermak Rd. 2F. Chicago, IL 60616
 電話: 312-225-8311 傳真: 312-225-8320
 www.markyun.com

人人診所 主治家庭各種疾病
 主診 黃浩源 醫師 家庭專科 黃永行 醫師 接受
 Hon Yuen Wong, M.D. 急診專科 Michael Wong, M.D. MEDICARE
 及各種保險
 請電話預約: 301-529-2888/301-738-6880 (週六照常開診)
 751 Rockville Pike, Suite 13A, Rockville, MD 20852
 主診 黃詠德 醫師 家庭專科 人人診所 主治家庭各種疾病
 Wendy Wong, M.D. 美容醫學 電話: 301-681-8000 傳真: 301-681-8567
 2101 Medical Park Drive, Suite 210, Silver Spring, MD 20902
 主治: ◆暗瘡、瘡疤、微絲血管擴張、色斑◆電波、超聲波磨皮換膚◆去皺紋、魚尾紋、額紋、眉心紋、笑紋◆無手術拉皮、不需休息、照常上班◆拉緊皮膚、治療皮膚鬆弛◆提升嘴角、永久脫毛、收細毛孔◆激光嫩膚儀器刺激促進皮下新膠原蛋白之製成，使皮膚常在青春狀態，恢復昔日之神采。

環視全球 走在前頭
 ILLINOIS HOUSING DEVELOPMENT AUTHORITY
房屋逾期付貸款或房地產稅協助
 屋主因受新冠肺炎(COVID-19)疫情的影響，而拖欠了付銀行的貸款或政府的房地產稅者，可申請達至六萬美元的政府補助。
 申請網址：www.illinoishousinghelp.org/ilhaf
 有需要者、請盡快申請！
 查詢者，請聯絡伊州房屋發展局
 (Illinois Housing Development Authority)
 866-454-3571 or hafquestions@ihda.org
 或東南亞中心 773-989-6927按3然後再按1
 Apply at illinoishousinghelp.org
 Applications available Nov. 1, 2022
 Questions? Contact us: HAFQuestions@ihda.org or Toll Free 866-454-3571

房屋中心 華人諮詢服務處正在招聘房屋顧問
 Chinese American Service League 華人諮詢服務處
 在過去幾十年來，華諮詢服務處一直致力於為這個社區服務。我們幫助拖欠房貸的業主避免法拍危機，提供專業的分析和協助申請止損措施。我們幫助購房者完成置業夢想，提供強而有力的知識後盾幫助購房者掃清一切盲區。我們幫助有資金困難的租戶和業主申請租賃補貼，挽救經濟損失，避免驅逐。我們幫助社區居民申請地稅減免，並定期舉辦地稅再上訴大型活動。我們幫助老人家申請老人公寓和低收入家庭申請廉租房屋，減少家庭負擔。我們幫助老年人維修房屋，讓他們居住在安全無障礙的環境。
 如果你有熱情和耐心，請加入我們的團隊，為這個社區，為芝加哥，為伊州出一份力。遞交職位申請，和詳細的職位介紹及要求請掃描二維碼。
 此外房屋中心接下來會推出一些列免費教育研習班，請掃描二維碼進行註冊報名，每場講座結束後將抽取一位幸運參與者獲得Target禮卡一張。
 4/5/2023, 上午11時開始 4/19/2023, 上午10時開始 6/7/2023, 上午11時至中午12時
 線上ZOOM舉辦伊州太陽能計畫講座 線上ZOOM舉辦退休帳戶講座 線上ZOOM舉辦政府津貼住房講座