

拜祖黃帝故里感受禪武合一走進豫南郝堂

——校友聯2026「親情中華·中國尋根之旅」夏令營第四期河南集結營系列報導之二



旅菲各校友會聯合會暨總商會訊：2026年7月10日至11日，河南「根親營」的營員們走進新鄭黃帝故里，在莊嚴的拜祖儀式中溯源華夏文明根脈；隨後前往嵩山少林寺，在千年古剎中感受禪武合一的獨特魅力；並搭乘高鐵前往信陽，走進豫南古村郝堂村。營員們在行途中感受中原文化的厚重與鄉村振興的生機。

走進黃帝故里溯源華夏文明根脈

2026年7月10日上午，2026「親情中華·中國尋根之旅」夏令營河南集結營全球華人青少年恭拜軒轅黃帝專場活動，在新鄭黃帝故里研學中心隆重啟幕。來自全球十六個國家的海內外青少年齊聚夏祖庭，以「同根同祖同宗、和平和睦和諧」為主題，共同恭拜中華民族人文始祖軒轅黃帝。

新鄭市黃帝故里景區管委會主任王淑慧出席活動，河南省僑聯兼職副主席、鄭州市僑聯黨組書記、主席石旭等領導亦到場參與。

來自卡塔爾華裔青少年藝術團、旅菲各校友會聯合會、德國漢華中文學校、英國博文教育中文學校、愛爾蘭華助中文學校等多個團體的營員代表，在莊嚴的拜祖儀式中，

與來自世界各地的華裔青少年共同行禮致祭。旅菲各校友會聯合會領隊林立婷與其他四位國家代表一同上台敬拜，在軒轅殿前向中華民族人文始祖軒轅黃帝行禮致祭，表達對祖先的敬仰與追思。

營員感言：香火喚醒血脈記憶

拜祖儀式後，來自菲律賓校友聯的營員施雅祺寫下了這段感言：

「站在軒轅殿前，手撫千年古柏，忽然何為『根』。從前在海外，黃帝只是課的傳說；此刻香火繚繞中，血脈裡的記喚醒。祖先以智慧點亮華夏文明，我們渡重洋，卻從未離開過這束光。今日認宗，不是終點，而是新的出發——要把的故事，講給世界聽。無論走多遠，我是這類文明種子開出的花，根，永遠在土地裡。」

她繼續寫道：

「香火未盡，鐘鼓又起。廣場上，《黃帝頌》的旋律如黃河水般漫上來，沉靜而磅礴。我跟著哼唱，起初只是唇齒間的試探，唱著唱著，聲音便有了份量——『大風起兮雲飛揚，吾土吾心吾歡暢……』字字句句落在心口，燙得眼眶發熱。那一瞬我忽然明

白：有些歌，不是學來的，是醒來的。天地悠悠，我們這些飛散的蒲公英，終於循著歌聲找到了落地的方向。

走進少林寺感受禪武合一

拜祖儀式結束後，營員們前往登封，走進禪宗祖庭少林寺。這座千年古剎始建於北魏，是中國禪宗與少林武術的發源地，承載著深厚的歷史文化底蘊。

在少林寺，營員們聽晨鐘暮鼓，感受古剎的寧靜與莊嚴。在武僧的指導下，營員們學習了少林八段錦——這套傳承自少林的健身功法具有舒筋活血、調理氣血、促進新陳代謝的功效。營員們在一招一式間近距離領略中國功夫的獨特魅力，體會「以禪入武、習武修德、禪武合一」的精神內涵。一位營員興奮地說：「以前在電影裡看少林功夫，今天終於親身體驗到了！」

走進信陽郝堂村見證鄉村振興新貌

2026年7月11日上午，營員們搭乘高鐵前往信陽。信陽地處豫南，素有「江南北國、北國江南」之稱，氣候宜人。

當天下午，營員們走進豫南古村——郝堂村。郝堂村是中國美麗鄉村建設的典範，近年來在鄉村振興戰略的推動下，這座古村

落煥發出新的生機與活力。營員們漫步於村間小徑，欣賞保存完好的豫南民居，感受當地淳樸的民風與獨特的鄉土文化。

一位營員表示：「郝堂村既有古樸的鄉村風貌，又有現代化的基礎設施，讓我對中國鄉村有了全新的認識。」此次郝堂村之行，讓營員們近距離感受了中國鄉村振興的成果，見證了新時代中國鄉村的蛻變與生機。

夏夜驚喜：追逐螢火蟲的浪漫

當天晚上，營員們迎來了一份意外的驚喜——前往信陽郊外追逐螢火蟲。夏夜的田野間，點點螢光在草叢中閃爍，宛如流動的星河。營員們興奮地追逐著這些會飛的小燈籠，笑聲與驚呼聲此起彼落。對於許多在城市長大的營員來說，這是他們第一次親眼見到螢火蟲，那份純粹的喜悅與感動，成為這趟尋根之旅中最溫暖的記憶之一。

從黃帝故里的莊嚴拜祖，到少林寺的禪武體驗，從郝堂村的鄉村畫捲到夏夜螢火的浪漫驚喜——營員們在中原大地上穿越千年，感受中華文明的厚重與鄉村振興的生機。施雅祺的感言道出了許多營員的心聲：無論走多遠，根，永遠在這片土地裡。

岷里拉普陀寺將啟建《梁皇寶懺》冥陽兩利五天大法會

岷里拉普陀寺訊：本寺擬定於2026農曆七月初六日至七月初十日將啟建《梁皇寶懺》冥陽兩利五天大法會，即西曆8月18日星期二至8月24日即星期六，一連五天，每天上午八點半開始禮懺，中午供天，至下午三點結束。從即日起接受信眾前來報名登記。

《梁皇寶懺》，是南朝梁武帝為了超度皇后郗氏而制定的《慈悲道場懺法》，後來就簡稱為《梁皇寶懺》。由於禮拜《梁皇寶懺》歷代感應層出不窮，度化了無數眾生，所以被稱之為“寶”，“懺”是懺除前行，對於過去所做的錯事感到懺悔、懺愧、羞恥，而“悔”是發誓以後不再犯錯，即“不二過”的意思，就是同樣的錯誤不要犯第二次。

因此，《梁皇寶懺》從梁朝流傳至今一千數百年了，修學佛法的人若能依此懺文虔誠禮拜、懺愧、懺悔，並檢討改過，以慈悲、的法水洗淨行尤，必得諸佛慈光加持，自除，

善根增長，身心清淨，平安吉祥。

拜懺的真正意涵，就是要我們藉著拜懺的儀式，當著諸佛菩薩的面前披露自己的過失併發願改過，重新做人永不再犯。通過拜懺，在諸佛菩薩面前虔誠地懺悔、禮拜、誦經、念佛，祈求諸佛菩薩慈悲的寬恕、護佑與加持，從而升起懺愧的心、悔過的心，進而產生覺悟的心。所謂「彌天大罪，一悔即消」，只有至誠懺悔，一切罪過就一筆勾銷。在禮拜《梁皇寶懺》時，由法師帶領大眾按照懺文皈依、斷疑、懺悔、解怨、禮佛、報恩、回向等懺儀形式，藉由共修，以提起大眾虔誠懺悔的正念，並時時返觀自照，讓身心在懺悔中破除心礙，獲得清涼。一方面可以消除自己的業障，另外一方面可以使得自己的父母師長、怨親債主藉此功德得以超度往生。

為了冥陽兩利，本寺設有消災延壽祿位和超度亡靈牌

位，每天舉辦供天法會、打齋參敬，每天晚上應善友要求施放焰口，超度先人，追思緬懷。通過禮懺超度歷代祖先六親眷屬、怨親債主，從而得到祖先庇護，福祿子孫後代，陰超陽勝，為生者祈福消災，無災無難，闔家平安，身體健康，生意興隆，事業發達，萬事順遂，有求必應！祈求非國風調雨順，國泰民安！普陀寺舉辦，‘梁慈寶懺’，已有十餘年了，累積了很多法緣人緣及諸多殊勝因緣。

這次法會邀請了江蘇南京5位法師前來主唱，並且有電子琴伴奏，報名可以通過普陀寺網上微信、電話和手機報名登記。也可以本人親自來馬尼拉登記。法會期間，善友可以前來點香，法會殊勝，歡迎信眾參加！

岷里拉普陀寺地址：1155 G.MASANGKAY ST., STA.
 CRUZ,MANILA
 聯繫電話：85222320、手機：09175167888