

2011香港書展——佛教坊

遍灑佛法 滋潤心田



香港佛教聯合會

督印人：《佛聯匯訊》編委會

香港灣仔駱克道338號1字樓

電話：(852)2574 9371

傳真：(852)2834 0789

網址：http://www.hkbuddhist.org

電郵：enquiry@hkbuddhist.org

免費索取

在兩朵代表佛教無限智慧、慈悲和愛心的蓮花綻放牌匾下，紅光映襯，由妙慧法師敲響磬聲，引領香港佛教聯合會及15個參展佛教團體之法師、居士及工作人員一起誦經，正式為7月20—26日舉行的「2011香港書展——佛教坊」活動展開灑淨開幕儀式，祈求連續7天的活動順利進行。

《香港佛教》革新號出版了！

「香港書展——佛教坊」是由香港佛教聯合會負責統籌，今年在灣仔香港會議展覽中心展覽廳3樓舉行，主要展示佛教書籍、影音用品及藝術品的攤位共47個，各宗各派，各具特色，滿足不同讀者的需要。

香港佛教聯合會的書展攤位，與往年不同之處，是今年擺放了一桌整齊的《香港佛教》雜誌革新號，作為重點推介，尤其攤位中間一張《香港佛教》月刊的大型海報，封面以香港佛教界巨擘覺光長老為號召，莊嚴醒目，成功宣傳，吸引不少佛教或非佛教徒解囊購買。

「佛教坊」於2001年設立，今年已是第11年，平均每年吸引數十萬愛書人參觀。隨著社會物質化和競爭壓力日趨嚴重，不少人心靈迷失，精神生活萎靡，透過書展的佛學平台，為讀者提供一個滋潤心靈的機會，發掘書中的智慧和美善，令都市人繁忙的心獲得片刻淨化，亦讓佛教團體有一個傳揚正信思想和佛教文化藝術的途徑，遍灑人間佛法。

閱佛書 減煩惱

阿秀是佛教徒，最喜歡聽法師講經說法，在書展第一天，她試圖在結緣品中尋找一些免費佛學錄音光碟。

她說：「當自己煩惱時，只要聽聽法師講法，心裏不再執著，明白佛教說人生是苦的，人生的貧富，自有前生的作業，不可強求，心結便頓然紓解了。」

最後，她買了一本《香港佛教》，並欣然接受本匯訊拍照報導。

另一位愛閱讀的吳小姐已準備了一部載書用的行李手推車，正與媽媽忙於挑選佛學書籍，她希望找些新思潮，對自己思維生起衝激作用，如有關佛教人物信仰心路歷程的書本。

至於剛巧來港旅遊的印尼華僑蕭太挑了一本《香港佛教》，她信仰佛教，坦言閱讀佛教書籍，有助自己煩惱的心變得寬鬆些、平和些。相信每一位到過佛教坊的朋友，都能找到滋潤心田的讀物。■



《香港佛教》雜誌革新號排列得整齊齊，是香港佛教聯合會攤位的重點推介。

阿秀希望挑選法師講經結緣光碟，最後也買了一本《香港佛教》雜誌革新號。



印尼華僑蕭太是佛教徒，經常看佛書，今次來港旅遊，遇上書展，因緣巧合，便買了一本《香港佛教》。



圖為佛教坊香港佛教聯合會的書展攤位現場佈置，中間放了一張以覺光長老為封面的《香港佛教》雜誌宣傳海報，莊嚴耀目。



妙慧法師引磬，帶領眾法師、居士和工作人員一起誦經，祈願書展活動順利進行。



《香港佛教》八月號革新版已於各大報攤有售，每本售港幣10元。



「意·禪·心」攝影比賽頒獎禮

因心造境 禪靜祥和

由香港佛教聯合會主辦的「佛教坊『意·禪·心』攝影比賽2011」頒獎禮，暨「心觀自在」禪意攝影講座，於2011年7月24日下午在香港灣仔會議展覽中心正式舉行。

今次攝影比賽主要分為公開組和大專組，參賽作品逾300份，參賽者近200人，反應踴躍。參賽作品質素高，最終評審團選取了9幅得獎作品，由評審主席香港攝影學會會長任適先生及本會義務秘書長演慈法師擔任頒獎嘉賓。

公開組冠軍麥協和講述得獎作品拍攝經過時說：「當天我遊覽杭州靈隱寺，感覺很寧靜、很祥和。其後我發覺每道牆的中間，都設有一句經文，很有意思；剛巧有一對公公婆婆一前一後地走著，眼前一句『……江流東去一啖證前因無非淨覺……』作為一個抽象的界線，兩老很愉快地度過這淨覺階段，就在這一瞬間，我決定將它拍下來。」

構思作品 源於意念

麥協和強調拍攝具有佛意禪味的作品與一般攝影不同，他認為拍攝禪意作品前，必須有一個意念，想如何表達，然後等待時機，不能單靠運氣。

公開組亞軍蔡欣明也同意拍攝禪意作品必須講求一個「心」字，他說：「拍攝者需從心出發，才能將所想的，融入作品中，這與一般攝影只著重『鬥靚』有不同之處。」

他解釋得獎作品中的黑暗代表困難，漣漪象徵人的心，一圈圈盪漾的漣漪漸漸將黑色減退，寓意心不隨境轉，不受環境影響，困難便可慢慢化解。

至於大專組冠軍陸耀銘的作品，是源於行山時的靈機一觸。

他回憶說：「當天行至天壇大佛，看到這段經文，內心泛起對佛陀似真似假的感覺，生起一種追求佛法真相的衝動，於是念頭一閃，拍下這一刻。」

總結得獎者的心得，要成功拍攝一張「意·禪·心」作品，皆緣於一份心。■



◀ 公開組冠軍麥協和與大家分享構思作品的經過

▼ 香港攝影學會會長任適先生頒獎給公開組亞軍蔡欣明



▲ 香港佛教聯合會義務秘書長演慈法師頒獎給大專組冠軍陸耀銘。



公開組

▶ 快樂·渡 (冠軍麥協和)



▼ 境隨心轉，快樂自在，心隨境轉，苦海無邊 (亞軍蔡欣明)



▲ 留得芳心在人間，荷花雖枯萎也惠及小蜻蜓 (季軍Angie Chui)

大專組

▶ 佛在心中——似幻似真經幢
陸耀銘·Chong Gene Hang
(College)



▼ 法音宣流；念彼觀音力；竭誠自可；轉凡心 (亞軍杜俊賢·香港中文大學專業進修學院)



◀ 一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀 (季軍蔡健康·香港城市大學專上學院)

佛說《善生經》

家家中秋慶團圓

九月中秋又至。中秋節，又叫「團圓節」，圓月豐滿，譬喻家家團圓的意思。雖然坊間有關中秋節的故事很多，但流傳至今，都離不開歌頌家庭團聚、社會和諧的節日意義。對於佛教的家庭觀，很多人有一種誤解，以為佛教不重視家庭和倫理觀念，視家庭為煩惱的根源；事實上，人間佛教所推崇的家庭觀剛好相反，從《阿含經》、《善生經》中佛陀所說的道理，正正教導佛教徒維繫六倫關係，保持家庭和諧，達到破除煩惱、享受家庭快樂的境界。李愛嬌和歐陽儉愛兩個佛教家庭，既體現淨土宗大師印光法師所說的「念佛之人，必須孝養父母，奉事師長，慈心不殺，修十善業」的規訓，又活出中秋節「人月兩圓」的好光景。



李愛嬌(左三)一家六口，乃和諧家庭的典範。

佛說六倫 家庭和諧

李愛嬌和歐陽儉愛都是香港佛教聯合會的義工，前者是家庭主婦，後者是粉嶺寶靜安老院院友。每逢中秋，兩者上午例必先到佛堂誦經普佛，下午才回家準備慶祝中秋團圓的應節食品。

李愛嬌一家六口，從不與丈夫爭執，4名子女位位傑出，均是醫生、會計師等專業人士，乃和諧家庭之典範。

相夫教子是一門學問，嬌姐能夠將佛陀《善生經》所說的各種關係應用於家庭管理上，調節有度，上下和洽，當中的心得是「身教」二字。

她說：「與丈夫相處，若感到不開心的話，我自己便避開一會兒，待冷靜後才回來，這樣有助減少互相



李愛嬌教導子女相親相愛，圖為一家人出席兒子大學畢業典禮的溫馨場面。

衝突的機會。」

嬌姐夫婦恩愛和睦，奉行《善生經》中的「妻子當以十三事，善敬順夫」，自然成為子女相親相愛，互相忍讓的最有說服力教誨。

子女學有所成，嬌姐也盡了佛陀所說「父母亦以五事善念其子」的責任。

她說：「我教導子女做人要坦誠，不要說謊；並答應他們『媽媽一定會原諒你』，誘導他們將真相說出來，讓他們知道做錯了事，必須告訴我，信任我能賞罰適當。」

救度父母 子女本分

子女是自己的一面鏡子，想子女孝順自己，嬌姐先從自己孝順父母開始，遵奉「子當以五事奉敬供養父母」。

她說：「百行孝為先，我從不忤逆奶奶的意願，亦從不與她頂嘴；所以自己做好榜樣，子女也不與我頂嘴，不違背我的意思。」

佛教中的孝，除了「所欲則奉、自恣不違」這些與中國傳統儒家思想不謀而合的在世間之孝外，最重要的是，子女要履行一種出世間的孝，即救度父母解脫生死之苦。

雖然奶奶不是佛教徒，但嬌姐不忘鼓勵她學習唸誦「阿彌陀佛」，待緣起和合之時，可同登極樂彼岸。

香港是一個繁忙的都市，一家人在中秋節開開心心地共慶團圓，也未必盡如人願。嬌姐說：「有時子女工作忙，未能一起吃中秋團圓飯，我也不會執著某些特別節日，只要一家和諧，日日都是中秋節。」

宏觀家庭 大乘慈愛

歐陽儉愛丈夫離世，膝下無兒，但她不執著於世俗狹義的家庭觀，以佛教寶靜安老院為家，視總監果德法師和一群長者院友為家人，甚至視舊僱主的子女為親子女般看待。

提到中秋節，她腦中閃起果德法師說：「八月十五日是果德法師的生日，我們一班院友每年中秋節之夜，既與她慶賀生辰，又慶祝中秋，大家一邊賞月，一邊吃生果，人人都很開心。」

歐陽儉愛這個大家庭的快樂，不但顯現了《善生經》佛說世俗人與出家人之間的關係，而且體悟大乘佛教的慈愛境界。

「一道門關閉，另一道門打開」，可以形容歐陽儉愛為丈夫辦理殮葬事宜的啟示。

她說：「丈夫生前很喜歡鯉魚門一帶海景，佛教墳場剛好對著這個方向，所以他往生後，我在那裏安葬他，自此我便開始接觸佛教。」

歐陽儉愛結束與丈夫的一段緣，卻展開與佛的另一段緣。



佛教寶靜安老院是歐陽儉愛的家，圖為她（右二）與職工們一起參加步行活動。

苦樂與共 故曰為家

年輕時，歐陽儉愛替人照顧一子一女，她回憶說：「每天我為孩子準備午飯，飯後他們讀書；累了，我便給他們洗切一些生果，對他們付出愛心。」

她老懷安慰地說：「今日孩子長大了，他們很乖，很關心我，差不多每個月都來安老院探訪我；每逢農曆新年，也向我拜年。若有空的話，他們也會陪我一起參加放生拜佛等活動。」歐陽儉愛主僕關係良好，由此可見一斑。

《雜阿含·九三經》說：「其善男子，處於居家，樂則同樂，苦則同苦，在所為作，皆相順從，故名為家。」

李愛嬌和歐陽儉愛兩人做好《善生經》佛說的家庭本分，能夠在中秋節享受佛教家庭的天倫之樂，錦上添花那又何妨！■



李愛嬌（左）與歐陽儉愛虔誠信佛，中秋節例必普佛後，才與家人一起慶祝。

《善生經》之緣起

《善生經》是佛陀講述家庭倫理關係的一部重要經典，其內容主要是記述佛陀與眾比丘弟子一起前往羅閱祇城化緣。當時城內有一位青年，名叫善生，在林中遊玩，沐浴後向六方禮拜；佛陀查詢當中的緣由後，便向他解釋拜行六方禮的真正方法。

佛陀所謂禮拜六方的恭敬之法，並不是東、南、西、北、上、下六個方向。佛陀《善生經》所說的上下四維六方，意指人與人之間的六種倫常關係，包括父母與子女、夫妻、師徒、親友、主僕，以及世俗和出家修行者之間的關係，提出每位家庭成員應肩負的基本責任，可見佛教對維持家庭良好關係非常重視。

吃月餅 喻團圓

中秋節吃月餅的傳統習俗，至今深入民心。不過，該節日為何要吃月餅，不吃其他呢？

《西湖遊覽志餘》中說：「八月十五謂中秋，民間以月餅相送，取團圓之意。」

每家於中秋節完成祭月儀式後，由家長按人數，將月餅切成小塊，若有人不在家，則保留一份，表示合家團圓的意思。

不過，月餅的起源，民間流傳與元朝劉伯溫（另一說法是張士誠）反抗蒙古人統治，密謀起義有關。為了將起義的消息傳出去，劉伯溫想了一個妙計，在月餅內放入一條寫上「八月十五殺元兵，家家戶戶齊動手」的字條，然後彼此送贈。

走不出的風景

第十三屆弘法使者 柳暢

——記「禪遊東北2011」學生交流團

經過四個小時的飛機，八個小時的大巴行程，我們從香港來到了遼寧朝陽，走進了佑順寺，為了尋找一片淨土。暫時告別了網絡「臉書」，暫時遠離了娛樂新聞，我們傾聽對三寶的讚歎，我們探討正覺的道路，企盼心中那顆菩提種子能夠發芽成長。

在這裏，我們在晨鐘暮鼓中走進大雄寶殿和法師們一起課誦念佛，讚歎佛菩薩的莊嚴威儀，體驗這一份難得的清淨和安詳。

我們在莊嚴的五觀堂吃過堂飯，感嘆農夫的辛勤勞作，感謝十方的布施供養，感恩寬運法師為我們開示說法。

我們在臥佛殿觀看影片《一輪明月》，感懷弘一大師放下塵緣、勇猛修持的那份精進。之後，大家在衍空法師的帶領下，一起探尋因緣和合、緣生緣滅的真諦。我們第一次知道真正的愛不是慾望，而是慈悲。

感恩因緣的殊勝，我們能夠到

鳳凰山瞻仰頂禮燃燈古佛和釋迦牟尼佛的真身舍利，我們可以在燕子環飛的北塔繞塔稱揚佛陀的名號，我們有機會在念佛堂向法師學習禪修。

有人說：在這個嘈雜喧囂的時代，太多人投資股票地產，卻很少人投資生命智慧。在這些天，我們暫時拋下了激烈的學業競爭，暫時放下了對名利的追逐，暫時走出了緊張忙碌的都市生活，對生命進行一次清淨的投資，收穫佛陀甘露般的教誨。

將來有一天，我們會想起這些日子，憶起自己腳步踏過的寺院小道，想念樹蔭下清淨安詳的環境。在這裏，我們讚歎佛菩薩的慈悲胸懷，難忘佛法的微妙殊勝。難忘這一段經歷，因為那是一道風景，一道走不出的風景。■

（「禪遊東北2011」學生交流團是由第十三屆弘法使者主辦的一個學生學佛交流活動。期間，同學們在遼寧朝陽佑順寺靜修學習，並到周邊的佛教聖地瞻仰禮拜。）



百年古剎



大雄寶殿前合影



帶領我們參觀佑順寺



大家在臥佛殿合影

日本領事謝善款 送感謝狀

日本發生「311巨震災難」，死傷無數，災民極待支援，香港佛教聯合會於3月16日發起「日本東北地區啟建息災祈福冥陽兩利大法會」籌款賑災活動，號召全港佛教界及廣大善信踴躍捐款，市民反應熱烈，共籌得港幣60萬元正善款。為表達謝意，駐港日本領事館首席領事松永大介先生於6月20日親臨香港佛教聯合會，致送感謝狀，由香港佛教聯合會執行副會長寬運法師及副會長林漢強居士代為接收。

會上，松永大介除了表達對香港佛教界及廣大善信的感謝外，亦提及災後的日本有待復興，旅遊業雖然受到打擊，但駐港領事館現正加強廣告宣傳，強調日本有很多優美和安全的旅遊勝景，鼓勵香港旅客放心賞玩。寬運法師讚揚日本是一個優秀和忍耐的民族，國家復興乃指日可待。■

►駐港日本領事館首席領事松永大介（中）親臨香港佛教聯合會，致送感謝狀，多謝香港佛教界及廣大善信慷慨捐款，幫助日本2011地震災民重建家園。感謝狀由香港佛教聯合會執行副會長寬運法師（右一）及副會長林漢強居士代為接收。



◀日本小女收到本會送給的千紙鶴後多開心！



►松永大介先生領事館正加大力宣傳，復興日本旅遊業。



高朋滿座賀會長 覺光長老九秩晉二嵩壽

「南無無量壽佛 南無無量壽佛
梵天吉日 人間清風飄
正覺光耀東方 法相法身芬芳環繞
仁者一念 誠心生善苗……」

著名歌手陳潔靈居士獻唱一曲《梵天吉日》，展開了覺光會長九秩晉二嵩壽慶生的序幕。6月17日的早上，粉嶺觀宗寺內洋溢一片歡樂的氣氛。在佛教梁植偉中學銀樂隊的奏樂下，典禮正式開始。一臉喜氣的會長覺光長老，精神奕奕的接受來自各方友好、善信的祝賀。在觀宗寺住持宏明法師代表致賀詞後，由陳潔靈居士帶領社屬學校學生代表合唱多首祝壽歌，會長亦在香港海正覺蓮社社董陪同下，高高興興地切生日餅。一陣歡呼過後，香港海正覺蓮社董事、佛聯會董事及代表，以及蓮社屬下多間安老院、護養院及中、小、幼學校代表陸續上前向會長獻上賀禮，表達心意，哄得會長笑不攏嘴。最後由社屬多間幼稚園的學生表演歌舞，各賓客享用精美自助素菜餐，慶祝活動在一片歡欣中結束。■



▲會長覺光長老喜迎九十二歲壽辰



▲陳潔靈居士(左)與覺光長老(中)及一眾法師居士同切生日餅

本會辦義工活動參加者踴躍 「中醫工作坊——痛症穴位」

為了感謝義工團隊對本會一直以來的協助和支持，並讓義工們加深認識會屬單位的服務，也為了讓義工們有一個聯誼的機會，本會特別於7月16日舉行兩場「中醫工作坊——痛症穴位」，並得到熱烈的回應。當天約有150名義工參加，本會請來「香港佛教聯合會—香港大學中醫臨床教研中心」的三位註冊中醫師主講，內容包括：以中醫角度探討身體各種痛症的成因、認識常用穴位及穴位按壓方法。除了講解理論外，醫師更即場示範穴位按壓，並教授日常健身操。義工們都很感興趣，紛紛跟從醫師的示範。在講座後的茶點享用時間，義工們更抓緊機會向醫師請教。在歡樂聲中，大家共渡了一個健康的週末。■



◀大家齊來練健身操



◀本會董事梁衛珍居士(左)一同參與工作坊

張妙願長者鄰舍中心 十長者參賽

「長幼活力運動會」勝在健康

張妙願長者鄰舍中心副主任孫永德，帶領著10位參賽長者及一眾長者啦啦隊，出席在灣仔室內運動場舉行的「長幼活力運動會」。該運動會的舉辦目的，是希望提高長者的運動意識，加強長者與孩童兩代間的共融和溝通。



▲張妙願長者鄰舍中心副主任孫永德（右一）與一班長者啦啦隊為運動員打氣。

勤做運動 自己受益

賽前，3位擁有多年運動經驗的長者健兒分享健康心得。



▲謝兆城（右一）和畢金枝（左二）兩夫婦一起出賽硬地滾球項目。

77歲的黎瑞希讚揚運動對健康的功效：「我以前好胖的，重170磅，積聚了一個肥肚腩，但4年前開始打乒乓球後，每周3次，每次3小時，運動很劇烈，球員間認真練習的程度可比擬奧運選手，最後成功減了20磅。」

黎伯伯表示，養成運動的習慣，好處是訓練自己身手敏捷。

另外，兩位參賽選手畢金枝和謝兆城是一對夫妻檔，分別是70歲和81歲，他們培養了每天早上晨運的習慣。畢金枝認為自己最大的健康障礙是眼睛和手指不靈活，希望透過運動改善這些情況。

相反，謝伯伯對自己的健康狀況滿有信心地說：「我於1963年參加香港義勇軍團隊，經常接受跑山、柔軟體操等體能訓練，所以我的健康現時仍處於極佳的狀況，一手可拿起40磅重的東西。」



▲草地滾球賽戰況激烈，最後黎瑞希奪得銀牌。

至於與孩童相處，他已有兩位孫兒，知道怎樣隔代溝通，他相信自己與小夥伴不會存在隔閡。



▲豆袋投擲隊制賽為「長幼活力運動會」揭開序幕。

勝在健康 不在獎牌

「長幼活力運動會」由灣仔區議會社區建設委員會、循道衛理灣仔長者服務中心、聖公會聖基道幼兒園（灣仔）、佛教張妙願長者鄰舍中心及佛教何潘月屏長者文化服務中心合辦。運動會設有5個比賽項目，包括有豆袋投擲隊制賽、平衡力挑戰賽、長幼競技賽、硬地滾球和草地滾球賽，各有難度；今次與長者合作的幼童夥伴來自灣仔聖公會聖基道幼兒園。

豆袋投擲隊制賽項目開始，正式為運動會揭開序幕。3位長者與小晉熙合作無間，畢金枝正好發揮祖母角色，猶如教導自己孫兒玩遊戲般，不時指點小晉熙如何操控力度，將豆袋投入膠筒內。雖然偶有失手，但彼此鼓勵，融洽如親人。

3小時完成5項賽事，可說是考驗3位長者健康的一場馬拉松。他們異口同聲地說：「贏輸不重要，志在參與。」

對於長者來說，運動場上的獎牌，不代表個人得失榮辱，運動會最大的意義只是一張健康檢測的證明書；能夠完成所有比賽項目，已是他們最大的勝利。■

對於長者來說，運動場上的獎牌，不代表個人得失榮辱，運動會最大的意義只是一張健康檢測的證明書；能夠完成所有比賽項目，已是他們最大的勝利。■



▲長幼競技賽考驗隊員間的合作和溝通。

全港佛教學校佛誕徵文比賽

藉文說佛 淨化心靈

水晶獎盃跟比賽意義一樣重大

得獎作品節錄 (歡迎到本會網頁 <http://www.hkbuddhist.org/press/20110621.html> 瀏覽全文)：

如何報答父母親深恩

作為子女，我們要有自覺的心，心存孝親的信念。我們是父母生命的延續，愛惜生命，保持身體健康，這正好體現了「身體髮膚受之於父母，不敢毀傷」的說法。我們要作息定時，多做運動，遠離毒物，並實行齋戒的習慣，透過發慈悲心、不殺生及持戒，去除心中的貪嗔癡。這既可保健，也可為父母積福種善。

—中學組冠軍 葉慧敏 佛教葉紀南紀念中學

感恩的人

正值青春期的我，有一段時間頑皮得很，也情緒化得很，可是媽媽你不但沒有責罵我，反而不停鼓勵我，令我很感動。有一天，我在報紙上看見一篇文章〈媽媽是什麼〉。我呆了一呆，對了！我當媽媽是誰？是補習老師？還是僕人？最近，我從佛學課中學會了感恩。父母生我，育我，有什麼恩德更比它大？佛陀身份尊貴，也親身侍奉年邁病重的淨飯王，親奉湯藥，父親往生後，更打點了一切後事，那是何等難得！

—小學組冠軍 林天欣 佛教黃焯菴小學

由香港佛教聯合會佛教青少年團主辦的「2010-11年度全港佛教學校佛誕徵文比賽」已圓滿舉行，今屆比賽有14間佛教中學及9間佛教小學學生參加。比賽目的旨在慶祝佛陀的誕生、讓學生思考佛教的義理和提高學生的中文寫作能力。結果公佈如下：

中學組

冠軍	葉慧敏	佛教葉紀南紀念中學
亞軍	藍佳鈺	佛教梁植偉中學
季軍	鄧佩儀	佛教沈香林紀念中學

小學組

冠軍	林天欣	佛教黃焯菴小學
亞軍	鄧清怡	佛教榮茵學校
季軍	葉汶豐	佛教林金殿紀念小學

同學得獎感受：

佛教黃焯菴小學 (小學冠軍)

林天欣 六甲

父母無私的愛和關心、師長們的支持和鼓勵，都是我獲獎的關鍵，謝謝您們！

佛教沈香林紀念中學 (中學季軍)

鄧佩儀 4A

得知獲獎感到十分榮幸和欣慰，希望藉著這篇文章，能讓更多人反思生命的可貴，及明白我們所面對的共同困難，你我有責，堅定並持之以恆的團結起來，我相信大家一定可以排除萬難。

學生們花盡心思寫的作品

佛教中華康山學校舉辦 才華薈萃耀康山·讓學生盡展潛能

為提升學生學習兩文三語的興趣及能力，佛教中華康山學校於六月三日舉行了「才華薈萃耀康山」綜藝匯演活動。是次匯演邀得教育局常任秘書長謝凌潔貞太平紳士擔任主禮嘉賓及港島東區學校發展組總學校發展主任陳淑嫻女士蒞臨頒獎，而佛聯會會屬小學校長會各位校長都到來支持，使匯演增光不少。

教育局常任秘書長謝太於致辭時表示：「佛教中華康山學校是一間條件良好的學校，辦學團體十分用心，校長充滿愛心，教師盡力教學，學校在管理上花了很多心思，為學生著想……。」匯演當日同學們分別以粵語、英語和普通話演出各項才藝節目，包括朗誦、話劇、民歌等，同時亦進行各項才藝表演，如舞獅、舞龍、舞蹈、樂器表演等。與此同時，學校亦得到



◀校監演慈法師(左二)與陳麗珠校長(右一)致送劉芷婷同學(左一)繪畫的作品予教育局常任秘書長謝凌潔貞太平紳士(右二)作留念



各嘉賓與表演學生影大合照

多間幼稚園的支持，包括佛教金麗幼稚園、明我幼稚園、青松興東幼稚園等，派出學生一同參與演出，累計表演人數逾百人。



◀男童現代舞隊表演「能量小子」

「才華薈萃耀康山」為學生提供了一個演出的平台，讓同學們把平日習得的才藝作公開表演，藉此建立自信，並肯定自我價值。而同學間亦能藉此相互交流，互相觀摩，增進藝術造詣。最後，表演者精彩及投入的演出獲得現場三百多位觀眾熱烈的掌聲和一致好評。■

佛青團義工大使服務計劃2011——長青同樂顯關懷

▶學生義工大合照



由香港佛教聯合會主辦第六屆「佛青團義工大使服務計劃2011——長青同樂顯關懷」，已於二零一一年七月四日假佛教孔仙洲紀念中學順利舉行。是次活動，本會邀請了香港佛教聯合會義務副司庫暨學務管理委員會委員崔常祥居士擔任主禮嘉賓，為活動增光不少。

當日參與的佛教中學共有十九間，參與師生近百名，場面非常熱鬧。是次服務對象為佛教何潘月屏長者文化服務中心、佛教傅黃合長者鄰舍中心、佛教張



▲學生義工向長者送上親手製作的紙扇

▶佛教孔仙洲紀念中學莫仲輝校長致送紀念品予香港佛教聯合會義務副司庫暨學務管理委員會委員崔常祥居士(左)



妙願長者鄰舍中心及佛教正行長者鄰舍中心的長者，人數多達一百七十多名。當天的活動相當精彩，上午由香港佛教聯合會青少年中心的社工向參與的學生義工進行服務訓練，隨後學生義工更親手製作紙扇送予長者；而下午的活動更多姿多采，既有長者和學生的表演，亦有遊戲及體操環節，最後學生與長者合唱「朋友」一曲，為活動劃上完美的句號。長者們於活動期間非常愉快，掌聲遍及整個禮堂。是次活動充分體現了長幼共融的精神。■

嚴寬祐推動中國佛教教育工作，出席捐建學校頒獎禮時發表講話。



嚴寬祐推動佛化教育

傳揚正信思想

87歲高齡的嚴寬祐剛病癒出院，翌日如常上班。他心繫佛化教育工作，雖忙卻一臉精神矍鑠，看來不像一個病人。

他幽默地回應：「佛學教化工作，恰如我晚年生活的維他命。」

凡事將心思放在利益眾生的事情上，活出生命力，嚴寬祐身體力行，驗證佛教自度度他的精神。

嚴寬祐19歲在中國汕頭皈依虛雲和尚，來港後擔任香港佛教聯合會董事，積極參與弘揚佛法工作。1974年移居美國，於當地先後興建佛光寺、玉佛寺和佛教青年中心。1997年回港創辦福慧慈善基金會，在中國內地捐建三百多間學校，創辦佛學研究中心，春風化雨萬千學子。信佛六十年來，無論身在何處，他都堅持佛教文化教育的宗教使命，反對迷信思想，推動正信的人間佛教。

緣於時勢 立根佛學

嚴寬祐原是富裕人家子弟，除母親外，父親另娶四妾，一家三十口，適逢戰亂，惟有分配家產，各自逃難，他和母親逃至香港。

他憶述：「香港日治時期，日軍勒令市民返回原籍，我便偕母坐船返抵汕頭。因為日軍對有宗教信仰的人士採取較寬容的態度，於是我報讀由覺世學佛會主辦的佛學班，每週上課一次；其後興趣日濃，我不但完成深造班，而且進入佛學研究中心。」



嚴寬祐與太太嚴崔常敏無論在信仰和思想均一致，他對太太不離不棄的支持感激不盡。

機緣巧合，直至虛雲老和尚來汕頭主持皈依大會，當天人山人海，人人虔誠發心的殊勝莊嚴場面，叫嚴寬祐感動莫名，立志皈依。

嚴寬祐回首自己信佛之始，紮根於佛學班，由佛學知識累積成正信佛教思想。他深信，要傳播佛教，後繼有人，惟有教育。

正信佛教 重於教育

他用心良苦，在美國休斯頓興建玉佛寺時，在建築設計上也有一番宣揚正信佛教的周詳考慮。

他解釋：「該寺入門為大殿，主要作為講經說法的用途，可放置大量椅子，方便信眾學習佛教知識，整座建築結構以營造一個佛學教育中心為主題。」

嚴寬祐是當地創建佛寺的第一人，在寺院裏舉辦英語、普通話及粵語等不同語言的佛學班和佛學講座，將佛法惠及不同種族。

眼見民間不少人自稱佛教徒，求神拜佛，胡亂燒香燒冥鏹等迷信行為，他有感而發：「很多人神佛不分，一味唸經拜神，只不過是為了一己私念，祈求個人好，個人家庭好而已，這不是真正的人間佛教。真正的人間佛教，是教育大家沒有自私的觀念，追求共生，大家好，世界好，人人家庭和睦，尊敬師長，多好的宗教啊！」

佛教信念 超越逆境

1993年，嚴寬祐於台灣經歷了一次心肌梗塞的重病，昏迷不醒，幸好及時搶救，撿回性命。

他有所參悟地說：「人生無常，生命脆弱。佛說，身是苦本，人的軀體只不過是物質的聚合，是一具廢物；所以醫生要我打針，要動手術，便由他吧，只要不執著於這具身體，一切痛苦便可減少。」

除了病苦，面對中國人重要的傳統思想傳宗接代，嚴寬祐作為佛教徒，亦有超然的解脫。

他舉例說：「兒子娶了一位愛爾蘭籍女建築設計師做太太，他問我：『可不可以不生兒育女？』我答：『把愛心獻給大眾也是一樣吧。』」

捐建學校 福慧圓滿

繞過地球一圈，嚴寬祐從美國重返中國，最後更選定在中國開展佛教教育事業。

他說：「在台灣病後，我休養了一年，1994年與太太一起前往中國。當時國內經濟環境不好，學校殘破，出家人衣衫襤褸，我於心不忍，遂生起盡我餘生、將所有資產貢獻於佛學教化工作的念頭。」



談及國內教化工作得以順利推行，嚴寬祐時刻不忘太太嚴崔常敏的功勞，他感恩地說：「沒有太太的支持，我沒有今日的成就。」盡顯夫妻倆互相尊重、彼此相愛之情。

嚴寬祐看著一位一位自己捐助的國內學生長大成才，事業有成，亦感老懷安慰，他說：「每次我返回國內，他們都熱誠歡迎，視我如家人般，叫我十分感動。」

嚴老一生致力推動正信佛教，所得之福慧果報已超越空間與地域所限了。■

1994年嚴寬祐登臨中國，目睹學校破爛，出家僧侶衣衫破舊，遂立志捐建學校，推廣佛化教育。

鳴謝：結緣助印，利益眾生，功德無量。本刊特別感謝以下功德主助印：

功德芳名	金額 (港幣)	功德芳名	金額 (港幣)	功德芳名	金額 (港幣)	功德芳名	金額 (港幣)
馬麗貞	\$2,000.0	楊麗君	\$200.0	陳耀華	\$150.0	區潔珍	\$100.0
劉芳潔	\$1,000.0	余偉賢合家	\$200.0	陸智聰	\$100.0	何鉅超	\$100.0
祝惠娥	\$1,000.0	馮白麗冰	\$200.0	陳蓮香	\$100.0	朱明波合家	\$100.0
王健成	\$600.0	尹惠昌合家	\$200.0	黃國豪	\$100.0	盧可馨	\$100.0
CHOI LAN FONG	\$500.0	周炳華 周植婉芬	\$200.0	袁麗英	\$100.0	吳玉真	\$100.0
黃乃耀 陳淑勤	\$500.0	林鸞鳳合家	\$200.0	莫潤恒	\$100.0	袁廣林合家	\$100.0
梁宅	\$500.0	梁綺娟	\$200.0	蕭榮增	\$100.0	楊淑賢 楊鏡濤	\$100.0
羅淑如合家	\$500.0	張秀英	\$200.0	黎綺端	\$100.0	洪孫蘭芬	\$100.0
王小義	\$500.0	梁麗冰	\$200.0	尹妙蘭	\$100.0	容天佑	\$100.0
林徐	\$500.0	桃少英	\$200.0	蘇燕福	\$100.0	林惠貞	\$100.0
馮玉清	\$500.0	梁寶勝	\$200.0	黃少佳	\$100.0	李麗珠	\$100.0
吳玉玲	\$500.0	張鎮國	\$200.0	P.C.YUNG	\$100.0	張沛霖	\$100.0
無名氏	\$500.0	馮福文	\$200.0	梁妹	\$100.0	鍾熙榮	\$100.0
郭志偉合家	\$300.0	姚本輝	\$200.0	顏鈞瀛	\$100.0	林燦瑜	\$100.0
鄭慧芳	\$300.0	CHANG LUEN KWAN	\$200.0	馮瑞梅	\$100.0	霍雪屏	\$100.0
周淑清 李美容	\$300.0	林翠儀	\$200.0	林聖元 林素玲	\$100.0	林敬樂 林傲軒 陳和生 陳婉如 林映慧 郭月	\$55.0
麥貴榮合家	\$300.0	無名氏	\$200.0	孫志雄	\$100.0	張帶喜	\$50.0
趙洪珮	\$300.0	莊詠程	\$150.0	陳成文	\$100.0	周來好	\$50.0
蕭錦昭	\$300.0	何建偉 雷麗楓 何倩鳴	\$150.0	鄧志雄	\$100.0	黃鳳年	\$50.0
佛弟子	\$230.0			區志成	\$100.0		

助印《佛聯匯訊》

捐助項目 助印《佛聯匯訊》

帳戶號碼 恒生銀行 289-017766-001(捐款\$100
或以上可憑收據在香港申請扣稅)

捐款金額: _____

現金 (請親臨本會捐遞,切勿郵寄,以免遺失)

銀行入數 (請將入數紙「正本」寄回本會)

支票 (抬頭請寫「香港佛教聯合會」,支票背後請寫聯絡電話及回郵地址)

捐助者芳名: _____

(本會將於收款後下一期匯訊刊登捐款者芳名以作鳴謝,如欲以其他名字刊登,請在此填寫 _____)

是否需要收據? 是 否

收據姓名: _____

聯絡電話: _____

地址: _____

請將填妥之表格,連同劃線支票或銀行入數紙正本,寄回香港灣仔駱克道338號1樓香港佛教聯合會

(閣下之個人資料只作寄發收據及本會資訊用途,如不欲接收本會資訊請在此加別)



香港佛教聯合會

香港灣仔駱克道338號1字樓
電話：(852)2574 9371
傳真：(852)2834 0789

佛聯匯訊



優惠級

資料由溫綺玲居士提供

素食天地

心中美食——新鮮老少平安

去年曾在本欄介紹了我每天的營養早餐，有很多朋友都跟著吃，最近我的老伴牙痛，每天進食早餐時，都不可以咀嚼杏仁和核桃仁，除了味道大打折扣外，更減少了營養！心想，如果像「老少平安」這味廣東菜，人人都可以享用這麼好的早餐，該多好！於是，嘗試利用高速攪拌機將材料攪碎，味道還真不錯呢！至於材料內容，可按各人愛好添加或替換，例如，可以麥皮為主，加入淮山粉、黑芝麻粉、杏仁、核桃仁、水等，因為高速攪拌機能令食材變熱，完成後，可以熱食，之後才添水果，若然攪拌時加入冰塊，便成冷食或暖食。■

材料：

木瓜	半個
奇異果	1果
橙	2個
有機麥皮	2湯匙
原味杏仁	12粒
原味核桃仁	10粒
水	半杯
冰	數粒

製作：

1. 木瓜、橙去核去皮切件，奇異果去皮切半。
2. 所有材料放入高速攪拌機內，攪拌約分半鐘便可。



最新活動速遞

講座及佛學班

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦單位
天台宗四意消文略探	8月28日	09:00-10:30	李葛夫老師	北角英皇道368號 榮馳商業大廈3字樓	妙華佛學會 電話：25700443
佛家靜坐理論與實踐	9月3日起 (逢星期六)	16:15-17:30	淨達法師	沙田新田村一號A	慈航淨院 電話：61090623
慈明兒童班	逢星期六	15:30-17:00		筲箕灣東大街159號 東輝大廈3樓	慈明佛學園地 電話：25398301

法會及活動

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦機構
孟蘭法會	8月15-16日	09:00	淨雄法師	荃灣芙蓉山新村路10號	福慧寺 電話：24908676
地藏寶懺法會	8月21日	09:00	眾居士	九龍彌敦道454號 安昌大廈一樓C座	法藏寺圖書館 電話：27717015
孟蘭思親法會	8月21日	09:30	暢懷法師	屯門青山村 楊青路51號	圓明寺 電話：23360437
地藏七	8月22-28日	19:30-21:30	衍慈法師	九龍彌敦道242號 立信大廈E,F座四字樓	香港佛教律儀淨苑 電話：23673091
孟蘭法會	8月25-28日	09:00	覺光法師	香港跑馬地 黃泥涌道31號3字樓	香港正覺蓮社 電話：25722662
地藏菩薩聖誕法會	8月26-28日		寬運法師	香港銅鑼灣摩頓台 灣景樓C座4樓	香港菩提學會 電話：25772298
地藏王菩薩聖誕法會	8月28日	09:30-16:30	眾居士	西環域多利道8444地段	道慈佛社 電話：28172022
地藏誕法會	8月28日			荃灣芙蓉山 東林台29號	東林念佛堂 電話：24904687
妙法蓮華經法會	8月29日至 9月4日		寬運法師	荃灣三疊潭	西方寺 電話：24115111
中秋延生普佛、普茶	9月12日	18:00-21:00	眾法師	九龍鑽石山 志蓮道5號	志蓮淨苑 電話：23541888