



## 眾善奉行 福樂全城

### 佛聯會75週年會慶網上特備節目「眾善奉行75載」

今年是香港佛教聯合會75週年的喜慶年，適逢全球受到新型冠狀病毒疫情影響，香港政府頒佈了「限聚令」。11月15日下午3時，本會首次把會慶慶典移師至網上平台，於網上呈獻特備節目「眾善奉行75載」，與眾同樂之餘，亦讓大眾對本會的服務有更全面的認識。節目中諸法師大德將依循本會的發展年序，帶領大眾展開「善」心之旅，朝着「善」的方向，分享本會「眾善奉行」之道，讓大眾認識人間佛教在香港的實踐和體現。本會特別邀請了香港桌球名將傅家俊及著名節目主持人潘芳芳擔任嘉賓司儀，通過佛聯會及佛門網上平台，於會慶當天首播節目。

會長寬運法師的祝賀辭為節目揭開了序幕：「目前香港面對時艱，未來也充滿挑戰，佛法總為我們帶來光明。」寬運法師勉勵大家樂觀面對當前困境，並感恩十方因緣的護持；而本會必將承先啟後，眾善奉行，利益眾生。

### 明智顯悲 成就全人

順着佛聯會服務發展的時間順序，「善」心之旅正式啟航。1945年，時值第二次世界大戰結束，本會同仁為培育棟樑，籌辦「中華佛教義學」。自成立75年後，我們已成為全港最大的佛教辦學團體，以「明智顯悲」校訓，於會屬學校內推



◀佛教慈敬學校家長廖太太對兒子學會孝順父母、尊敬師長、關懷長者，感到十分欣慰。

行佛化教育。本會秘書長、學務管理委員會主席演慈法師表示，希望學生受過佛法的薰陶後，能學習到慈悲喜捨的精神、知福惜福，從而建立積極的人生。本會執行副會長兼總務主任、「覺醒禪修」計劃負責人衍空法師表示，佛教的禪修可以幫助學生掌握和控制自己的情緒，舒緩壓力，提升智慧。



▲寬運法師



▲衍空法師



▲演慈法師

### 莊嚴淨土 圓滿人生

開展教育以後，佛聯會首項新增的社會服務是墳場服務，令佛教徒往生後有更圓滿的終結。1964年，香港佛教墳場啟用，迄今超過半個世紀。本會執行副會長兼司庫、香港佛教墳場管理委員會主席何德心居士表示，本會近年致力推動香港佛教墳場持續發展，例如申請開設環保撒灰花園，以及為「存放受孕不足24星期夭折胎兒」發展小小淨土。



▲何德心居士

### 藥以治病 佛以療心

佛聯會的醫療服務在上個世紀六十年代開始籌劃。本會執行副會長宏明法師感恩佛教先賢大德，如筏可長老、覺光長老、沈香林居士、黃允啟居士，以及社會各界的善心人士，為香港佛教醫院的創辦付出了很大的心血，眾緣成就，香港佛教醫院於1970年投入服務。



▲宏明法師



◀99歲的馮婆婆到本會中醫醫療車接受了針灸，腿部得到改善，並得本會資助診療費。

2008年底，佛聯會再接再厲，開展了中醫服務，目前共有6個服務單位，包括中醫診所、中醫流動診所及中醫服務站，分佈港九新界，每年服務逾十萬人次。同時，本會也開展了多個醫療資助慈善計劃，如「醫·愛到家」計劃、「推走痛楚」計劃及「中醫服務資助計劃」，為不少長期病患的長者重拾健康人生。（轉下頁）

## 關愛長者 慈愛無疆



▲果德法師

九十年代，社會人口老化，佛聯會於1991年開辦首間自負盈虧安老院—慈和安老院。本會慈善及安老服務管理委員會主席果德法師在節目中說，本會於1993年開辦首間政府資助院舍—佛教沈馬瑞英護理安老院，為有需要的長者締造一間融和安樂的院舍，讓他們可以頤養天年。其後於1994年至1996年間開辦了4間長者中心，為長者提供起居支援、身心治療及社交康樂服務。

本會副會長紹根長老表示，除香港服務外，1996年本會在貴州貧困山區開展了捐建希望學校的助學計劃，充分發揮了上求佛道，下濟群生的精神。

## 廣結善緣 弘法利生

善業以外，佛聯會舉辦的公眾活動亦廣為香港人熟悉。1997年香港回歸祖國當日，四萬信眾匯聚在香港大球場內參與「香港佛教界慶祝回歸祈福大會」，充分展現了佛聯會的號召力和組織力，亦為1998年立法會通過將佛誕列為香港公眾假期注入了力量。本會執行副會長、弘法工作委員會主席道平法師在節目中分享申請佛誕公眾假期及三次迎請佛舍利蒞港供奉的因緣。



▲佛教沈馬瑞英護理安老院院友黃婆婆認為能入住「沈馬」是很大的福氣



▲紹根長老



▲道平法師



▲佛教慈敬學校學生獻唱75週年誌慶歌曲——《眾善奉行》



▲佛教大雄中學的師生在操場拼字祝賀

## 會慶歌曲《眾善奉行》傳「善」音

佛聯會會屬學校於節目中送上精彩的表演：佛教陳榮根紀念學校學生以鋼琴伴奏，並由佛教慈敬學校的學生，獻唱本會75週年誌慶歌曲《眾善奉行》，為大眾傳頌善音：「傳承大愛凝聚希望，因您眾善奉行，眾苦可跨過。」此外，還有佛教大雄中學的師生齊集操場拼字祝賀，帶來喜慶的氣氛。

## 十方祝福 善緣廣結

75年來，佛聯會結下的善緣遍及十方，本會十分榮幸得蒙各界人士，包括香港特別行政區行政長官林鄭月娥女士、中央政府駐港聯絡辦副主任譚鐵牛、勞工及福利局羅致光局長、食物及衛生局陳肇始局長、教育局楊潤雄局長、民政事務局長徐英偉局長送上真摯祝賀。



◀行政長官林鄭月娥女士在祝賀短片中，衷心讚揚及感謝佛聯會對香港社會的貢獻，善果豐碩。

除了得到政府長官祝福之外，還收到來自本地及海外宗教界的祝福，包括中國佛教協會駐會副會長演覺法師；中國佛教協會副會長、廣東省佛教協會會長明生法師；世界佛教華僧會副會長圓宗法師、澳門佛教總會會長戒晟法師，以及六宗教領袖等。



◀中國佛教協會駐會副會長演覺法師

最後何德心居士代表本會向歷屆諸山大德、董事、居士、全體工作人員，以及所有護持香港佛教的善長、義工、合作伙伴及廣大市民作出最真摯的感謝，本會將會繼續造福社群，弘揚佛法，為社會帶來更多正能量。

佛聯會十分感恩所有曾參與本會服務而結下「善」緣的人士，在節目中現身說法，分享種種「善」因「善」果，以及為本會送上祝福；希望大家能感受到人間有情，未來繼續與本會一同以正念的心，眾「善」奉行，邁向更美好的新里程。☸



75週年會慶特備節目重溫  
www.hkbuddhist.org/75

## 第六屆觀音文化節 香港儒釋道三教觀音誕祈福



香港儒、釋、道三教於農曆九月十九觀音誕（11月4日），在葵涌觀音講堂共同舉辦「第六屆觀音文化節」。這已是三大宗教連續第六年藉觀音誕舉辦該項文化節活動。香港儒、釋、道三教於五年前發起主辦「觀音文化節」，倡導每年農曆九月十九觀音菩薩出家紀念日為「慈悲日」，藉以弘揚三教均認同之平等、清淨、和諧、仁愛、知止、喜悅等信念。

香港去年受社會事件影響，今年又受新型冠狀病毒打擊，此時此刻藉觀音誕的契機，效法觀音菩薩三十三化身之慈悲本懷，傳遞正面信息，喚起世人對人類命運的深刻反思。今年觀音文化節的活動主要分為兩個部分，第一部分為三教祈福，分別由佛教、道教及孔教主持祈願，祈求疫災早日消除，社會安定繁榮，世界和平，四海昇平；第二部分由三教領袖與學者就今年主題「眾生命運共同體——如何在『疫境』中展現慈悲與智慧」進行對談。對談由駱慧瑛博士主持，與六位嘉賓包括：香港佛教聯合會會長寬運法師、孔教學院院長湯恩佳博士、香港道教聯合會主席梁德華道長、香港珠海學院校長李焯芬教授、香港中文大學何文匯教授，以及珠海學院李志文教授，共同分享如何在困難的時刻，克服身心困境，從而安然度過。

此外，三教均在觀音文化節中呼籲市民應懷着慈悲心，運用智慧，在逆境中自強不息，熱愛生命，愛己愛人，關懷眾生，積極向社會傳播正能量。「第六屆觀音文化節」祈福及主題對談已於網上播出，歡迎大家透過本會、香港道教聯合會、佛門網、觀音講堂等Facebook網站重溫內容。☎



▲儒、釋、道三教領袖及代表進行開幕剪綵儀式



▲佛聯會會長寬運法師（中）、佛聯會執行副會長兼總務主任衍空法師（右）、寶蓮禪寺方丈淨因法師（左）代表佛教誦讀祈願文。



▲三教領袖及學者進行主題對談

支持單位：孔教學院、香港佛教聯合會、香港道教聯合會

主辦單位：儒釋道觀音文化節籌備委員會

協辦機構：西方寺、寶蓮禪寺、香港佛教「此岸—彼岸」弘法會、香港菩提學會、觀音講堂、中華佛教文化研究院、世界儒商聯合會、世界儒教（孔教）總會、香港孔教總會、中華禮儀振興會、蓬瀛仙館、圓玄學院、泓澄仙觀、鼎信仙觀、省善真堂、通善壇、聖公壇、信善紫闕玄觀、道通天地、儒釋道功德同修會、香港道教聯合會會屬青年團

贊助機構：旭日慈善基金



## 佛聯會中醫服務 以心治人 盡顯關愛



自從香港政府1999年通過《中醫藥條例》及成立香港中醫藥管理委員會後，香港的中醫藥制度更趨完善。香港市民對中醫藥的接受程度日增，本會因應需求，於2008年成立「香港佛教聯合會—香港大學中醫臨床教研中心」（現稱「香港佛教聯合會—香港大學中醫診所暨教研中心（黃大仙區）」，提供中醫藥服務。其後更開設了5個中醫服務單位：「香港佛教聯合會張經泰伉儷紀念中醫流動診所」（2012）、「正行中醫服務站」（2013）、「香港佛教聯合會紹根法師綜合中醫服務中心」（2013）、「香港佛教聯合會慈濟中醫診所」（2014）、「香港佛教聯合會青山寺中醫服務中心」（2017）。



▲中醫流動診所服務受惠者吳婆婆

2008年底，本會推行的「綜援人士中醫支援計劃」，為有需要人士提供免費或低廉的內科、針灸及推拿治療。2013年推行「應病與藥，利樂有情」中醫治療服務資助計劃，合資格的長者和長期病患者每次獲資助診療費後，內科只需付30港元包兩日藥或針灸付50港元。受惠者吳婆婆十分感謝醫師替她針灸，使她的腳部舒緩，行路快了，也感謝醫療車司機及佛聯會資助診費。

2014年本會開展了「推走痛楚」長者紓痛中醫服務計劃，透過安老院的社工及護理人士轉介，本會中醫師往安老院為長期臥床的長者進行推拿及針灸，費用由慈善基金或善長資助。同年，本會又與深水埗區長者中心合作，開展「醫社同行」上門中醫外展針灸服務計劃，由長者中心社工轉介個案予本會；再由本會的中醫外展隊及關愛大使，上門為長者診治及探訪。長者接受診治後，本會義工會作出跟進。

2017年本會開展的「醫·愛到家」外展中醫服務計劃，兼關顧到長者的身心靈健康。透過地區組織的轉介，本會的中醫外展隊上門免費為獨居或雙老共住長者提供針灸治療。此計劃亦為長者提供診療費資助，義工還會跟進上門探訪。參與計劃的義工嘉碧認為此義務工作十分有意義，能實踐佛陀的慈悲精神。此計劃的受惠者鄧婆婆稱，她經社區服務轉介參加「醫·愛到家」計劃，中醫師為她針灸治療腳傷，現已康復了。她讚賞中醫師和義工非常友善，上門為她治療及關心她。



▲鄧婆婆參加了「醫·愛到家」計劃，中醫師（左）和兩位義工上門為她服務。右一為義工嘉碧。

「老苦」和「病苦」是人生八苦中的其中兩苦，讓長者得關懷，病患能治療，是本會開展中醫慈善計劃的初衷。展望未來，本會將繼續秉承佛陀的慈悲精神，開展更多的計劃，讓更多有需要的長者得到醫治和關顧。希望各界善長慷慨解囊，支持本會中醫慈善服務，讓我們同心創造有愛香港。☸

### 「中醫服務發展基金」捐款方法

捐款帳戶：恒生銀行289-017766-001；或把劃線支票（抬頭請寫「香港佛教聯合會」），連同姓名、聯絡電話、地址，郵寄至香港灣仔駱克道338號1樓「中醫服務發展基金」收。捐款100港元或以上，可憑收據在香港申請扣稅。查詢電話：2574 9371。

## 但願人長久 千里共嬋娟

### 安老院家屬感言



▲佛教沈馬瑞英護理安老院院友袁婆婆和她的女兒

大家好！我是佛教沈馬瑞英護理安老院院友袁婆婆的女兒，由於我的母親患有輕度認知障礙，為了讓她入住院舍得到全面的照顧和延緩她的退化情況，2016年經朋友介紹下，入住沈馬院舍自負盈虧部，至2018年成功申請入住津助部，轉眼間她已在院舍內生活了4年。

自新冠狀病毒肆虐，農曆年後院舍開始暫停探訪。當收到有關消息後，我當刻想到的是家父，因爸爸每星期到院舍探望媽媽，每次必帶她喜歡的小食哄她，以及和她聊天，這已

成為爸爸生活的一部分。突然停止探訪，對爸爸來說真的很不適應。我們明白安老院的政策，希望保障院內老人家，這實在無可奈何。

疫情狀況不穩定，多個月未能與媽媽見面，實在牽腸掛肚，心內存在不少擔憂及問題，包括媽媽會否以為我們不理會她，情緒不佳？饑嘴的她進食情況如何？期間媽媽皮膚敏感，情緒不安，更嚷着要離開院舍。感恩院舍職員即時轉介醫生診治她，並安撫她的情緒，社工亦安排媽媽與我視像通話，令她心情平服不少。

此外，感謝社工定時傳送媽媽於院舍生活的點滴短片，看見媽媽投入運動或遊戲之中；看見她與姑娘對答一如以往般面露歡容及不改調皮本色。透過視像和媽媽聊聊數句，可解思念之情。此外，安老院也替媽媽準備小食，那無微不至的照顧及窩心的安排，讓我們倍感安心。

每逢佳節倍思親，回想起我過往定必到院舍參加中秋晚會，與媽媽一同看表演及吃水果盤，熱熱鬧鬧地歡度一個晚上。可惜今年受疫情影響未能參與，然而，收到院舍傳來媽媽慶祝中秋的活動相片，見到她如常地享受節日的歡樂。

當我收到安老院寄來的窩心小禮物，實在感動不已！尤記得當天收到一個大公文袋，打開看到一張寫着「但願人長久·千里共嬋娟」的賀卡，內裏有媽媽的相片及她的手掌印，旁邊寫着「放上你的手，就像手牽手」。由社工代筆寫下媽媽數句叮嚀說話，我的手自然地放在她的手印上，就好像和她連在一起！我的眼淚也不禁地流下來，感謝社工在繁瑣的工作中，為院友家屬送上這份溫馨的禮物！

衷心感謝院舍各位工作人員在疫情下辛勞工作，大家加油啊！期望疫情能盡快過去，早日可以跟大家見面。





## 一念善心種福田

有一天，具有預測能力的婆羅門，在街上碰見一位比丘。婆羅門當下心中預知：七天後，這位比丘的壽命將盡。

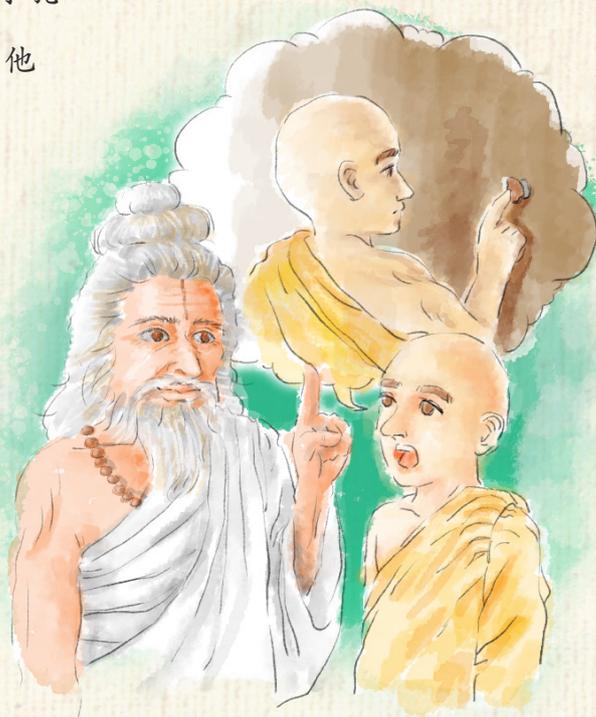
第七天，比丘參訪一座僧侶房舍。他看見牆壁上有一個小孔，爲了防止雨水經小孔滲入房舍，弄濕僧眾，他揉了一個泥團，填補了小孔。

第八天，婆羅門再次在街上碰見這位比丘。他憶起七日前預知該比丘壽命將盡一事，大感詫異，於是問比丘：「最近你曾做過甚麼事？修過甚麼大福報嗎？」

比丘答：「我沒有做過甚麼特別的事情啊！哦，我記起了！我昨天看見僧侶的房舍牆壁上有一個小孔，我順手揉了泥團，填補了那個小孔，就是如此罷了！」

婆羅門驚歎地說：「你種下了福田啊！使你增福延壽了！」

摘自《雜寶藏經》



圖：Kit Wong

### 寬運法師 開示

因為做善事，而令一個人的壽命得以延續，聽起來有點不可思議。但現實中，我們都聽過「為善最樂」，經常做善事的人能廣結善緣，令人歡喜，也令自己歡喜。當心情愉悅時，身體自會健康，延年益壽，實在沒有誇大。

佛教教人要多做善事，做善事不僅幫助他人免除煩惱和困境，亦幫助自己，增加自身福報。例如比丘修補房舍的小孔，雖然是一個小小的善行，做完之後，可能轉眼間幾乎忘掉了，但對僧人來說，已經避過了被雨水弄濕衣衫、床鋪造成的煩惱。

做善事有幾點要留意，首先，勿以善小而不為。我們不應看輕小的善行，善事不分大小，當我們力所能及，都應該去做。其次，做善事要有良好的心態，要有同理心，不可有自高人低的想法，要尊重受助人；也不應貪圖回報或聲名，這是佛經中所謂無相布施的功德。最後，只要我們多為人設想，抱有同理心、慈悲心，做善事就變成日常生活中的一種習慣。當習慣成自然，自然流露的善心與善行，便是良好的品格。☸

# 放膽追夢

## 佛教黃焯菴小學培養學生同理心與設計思維



兒時夢想總是落空？當然不會！佛教黃焯菴小學非常認真對待孩子的夢想，該校在2019/2020學年參加創新教育項目DreamStarter啟夢者計劃，鼓勵學生放膽地構思關懷社會的計劃，然後學習和運用所需的知識和技能，籌募資金、人才、技術和物資，一步一步地實現夢想。現時該校有4個由學生主導構思的夢想項目：電動掃地車、智能貓仔樂園、環保時裝Catwalk領先鋒和耆樂獻愛心。

電動掃地車是規模較大的項目，學生在上學途中，因看見清潔工人在馬路上掃地，工作情況危險，於是有此構思。負責的梁依靈老師雖然不是理科出身，但充滿幹勁和熱誠。她說：「我無理由因自己唔識而阻止學生去做這件事，我讓學生放膽構思他們想做的事情，然後跟他們一起修讀課程（「DreamStarter Lite」體驗課程）學砌電動車。」

疫情期間，學生發起「停課不停助」活動，學習拍片上網籌集大批抗疫物資，然後親手送給清潔工人。



▲梁老師和同學一起用iPad繪畫電動車設計圖



許校長說，校方把 DreamStarter計劃引入校園，希望學生發揮創意思維。

許定國校長說：「這正是DreamStarter計劃的精髓所在。老師要打破教學框架，陪學生一齊發夢。坦白說，我們很難控制學生的夢想，所以老師亦要克服自己的包袱。舉例說，一位文科老師可能要做理科的事情，過程中她要引領學生，同時也要尋求不同的協助去達成目標。」他指出，最初吸引校方參加計劃的原因有二：同理心（Empathy）及設計思維（Design Thinking）。

培育同理心能配合和發展校訓「明智顯悲」中的「顯悲」精神，即「顯同體悲」，嘗試了解他人感受。學生透過設計思維進行學習的過程中，可培養他們掌握21世紀重視的4C技能，即是創作力、明辨性思維、協作能力和溝通能力。

許校長強調，知識學習和生命教育不應規限於課本上，學生可透過幫助自己身邊的人，從而關注社會事務，並運用所學的知識和技能，用生命影響生命。他說：「21世紀的教育除4C技能外，亦重視學生有終身學習或自主學習的能力。我們希望教學相長，學生有所得着，老師亦有專業成長。」

此項目的相關報導可瀏覽bodhi360網頁。請支持學生實現夢想，歡迎捐款或提供技術及物資支援，查詢電話：2576 2638。



bodhi360

### 電動掃地車

設計及製作一輛能配合清潔工需要的電動掃地車，估計需籌募約10,000港元。



### 智能貓仔樂園

眾籌目標已完成31%，足夠製作貓屋、風扇和CCTV等設備，完成目標金額後可望得到獸醫支援。此外，師生亦需要懂得製作太陽能、風力等再生能源發電裝置的人士協助。



### 環保時裝 Catwalk領先鋒

學生關注到二手衫和貧窮的問題，想到舊衣再造的問題。有成衣廠東主表示樂意教導學生製作紙樣，現時急需衣車及教導學生使用衣車的人士。



### 耆樂獻愛心

學生希望用環保物資製作小手工，在探訪安老院時送給長者。



## 心中美食 —— 番茄醬黃豆新肉碎

資料由溫綺玲居士提供



小時候若刮颱風，家裏總會開罐頭佐飯，多是茄汁豆、午餐肉之類的食品。現在購物方便，已少吃罐頭了。上月曾掛8號風球，弄了一盆茄汁豆，加入時下「新肉」（植物肉），配以茴香和蒔蘿，另一番味道。☺

## 材料：

新肉	1包
黃豆	80克
唐芹	1棵
茴香	50克
蒔蘿	20克

## 調味料：

薑汁	1茶匙
鹽	少許
白醋	1茶匙
番茄醬	2湯匙
豆瓣醬	1茶匙
稀有糖	1½湯匙

## 做法：

1. 黃豆洗淨浸約3小時；水滾煲黃豆約20分鐘，瀝乾備用。
2. 薑汁醃新肉；唐芹去葉，切幼粒；茴香切幼粒；蒔蘿切碎。
3. 熱油鑊，炒新肉碎至微黃，加入黃豆、唐芹粒、茴香粒、鹽，炒一會；再加入其他調味料，灑少許水，炒一會；最後加入蒔蘿炒勻，即可上碟。

## 中醫信箱

香港佛教聯合會——香港大學中醫診所暨教研中心（黃大仙區） 註冊中醫師 溫熙醫師

## 問 蓮子有甚麼功效呢？

答 蓮子屬於睡蓮科，在蓮子成熟之前一直待在蓮蓬內。如果把蓮蓬看成精室，蓮子看成精子，那麼這個精子會一直牢牢地待在精室，所以蓮子有益腎固精的作用。蓮子的芯很苦，中醫認為苦能清心火，心火沒有了，大腦則不會太興奮，那麼就能治療失眠了。蓮子不但可口，而且健脾，可以治療脾虛的症狀。中醫善用「比類取象」的方法，把蓮子的功效歸納為補脾止瀉、益腎固精和養心安神。



▲蓮子

## 問 人參有甚麼作用呢？它比黨參更好嗎？

答 中醫認為人參和黨參同樣能補脾肺之氣，人參的外型長得更像人，不但有頭、手、腳，更有鬚鬚，一般植物長不出這種神奇的形狀。既然長得像人，它就有人的特性，例如可以安神益智，因為人的智力是生命體中最發達。人的生存依靠元氣，而元氣藏在腎中，黨參補不了，但人參可以，它能急救垂死的病人。中醫運用「比類取象」的方法，把人參的功效歸納為大補元氣、補脾益肺和安神益智。☺



◀人參

招募

香港佛教聯合會—香港大學中醫診所暨教研中心（黃大仙區）現正進行治療「胃痞病」臨床研究，如有餐後飽脹不適、早飽感、胃痛或胃脹等症狀患者，年齡介乎18至60歲香港永久居民，歡迎參與此項研究計劃，費用全免。研究結束後將獲發港幣100元交通津貼及免費獲得兩次中醫診療服務。

詳情請聯絡冼世豪醫師：

☎ 2338 3103 / 9185 0269 (星期一至六，上午10時至下午7時)

☎ 9185 0269



微信



## 因果看時事(三)

主：倪啟瑞居士

演：演慈法師

李：李焯芬教授

**香**港佛教聯合會今年年中舉辦了五場網上講座，其中一場恭請了演慈法師和李焯芬教授主講，由倪啟瑞居士主持。講座內容是以佛教因果觀論社會問題，如近年的社會事件、新型冠狀病毒疫情等，講者在講座中並分享如何以正念面對這些問題。

**主** 香港去年發生了社會運動，社會人士出現意見分歧。請問法師，佛教提倡「中道思想」，是否屬「騎牆派」？「中道思想」與「騎牆派」有不同嗎？

**演** 「中道思想」不算是「騎牆派」。「騎牆派」是隨着那一方勢力強大就偏向那一方，「中道思想」則是不偏不倚的。任何人很難透徹地看到事件的全部。當事件成了歷史後，人們只可根據搜集得來的資料看事件，相對地較為清晰。因此，事件發生當前，沒有人是看得透徹的。凡人無從判斷誰對誰錯，故不應作出判斷。佛教的「中道思想」，是以菩薩的智慧和慈悲心看待事件。慈悲心的「慈」是指關愛心，關愛不同意見的人。「悲」是指包容與體諒。我們要體諒別人，透過關懷他們的處境，與對方結善緣。

**主** 請問教授，在科學領域上，當您面對有人持不同意見時，該如何處理呢？

**李** 做任何大工程或社會建設，都會做成本效益的分析，分析工程為社會帶來的好處及壞處，以及對社會是否非常重要，我們可在過程中盡力把負面的影響減至最低。

**主** 請問教授，您在主持開會時，如何令意見分歧的人願意放下己見，達致合作的契機？

**李** 佛教提倡人要運用智慧和慈悲去處事。無論出現任何問題，都有其原因。每個人有不同的觀點，是與成長經歷、背景、教育息息相關。我們要以慈悲和同理心去理解，其觀點背後的原因，再與他們溝通，這樣便來得容易。

**主** 請問法師，當您與其他法師意見不一致時，你會怎樣做？

**演** 正常情況下，開會討論是對事不對人。但當有人情緒爆發時，這時候要以智慧面對，先冷靜一下或完會後作考慮。佛教徒很少發生水火不容的情況，因為佛教徒有顆謙卑的心。當作出決定時，法師會尊重多數人的決定，或由主持人或輩份最高的人作決定。

**主** 有網友請教法師，疫情大爆發，波及全球，無人倖免。我們在心態及生活上，可做甚麼呢？

**演** 生活上，我們要依照政府及專家的指示，勤洗手，戴口罩，減少社交接觸。心態上，我們可學習禪修或靜觀，念誦《心經》或「大悲咒」，以平靜心境。

**主** 請問教授，香港在處理疫情方面做得如何？

**李** 香港吸收了沙士經驗，處理疫情做得不錯。反觀歐美國家，新型冠狀病毒的死亡率偏高。我們可透過適當的醫療及預防措施來減低新型冠狀病毒的影響。

**主** 有網友問法師和教授，去年香港經歷社會運動，家人之間意見不合，感情變得疏離。我們如何修復內心出現的裂痕？如何使家庭、香港變得更好？

**演** 家庭最重要是和諧，家人之間要多溝通。很多人不願意聆聽別人的意見。我們應放下我執、身段，並體恤和包容對方，換位思考；還要隨喜感恩，欣賞對方的付出，知恩圖報；感恩生活的美好，記下值得慶幸的事。

**李** 凡事有生滅因緣的規律，我們的眼光要放得長遠，不要為眼前的困難感到太悲觀，始終也會過去，未來會更好。透過自身努力，以慈悲心、感恩心看事物，做到境隨心轉。☺

(全文完)

## 捐助項目 助印《佛聯匯訊》

帳戶號碼 恒生銀行 289-017766-001

(課稅年度捐款港幣\$100或以上,可憑本會收據申請扣稅)

捐款金額:

- 現金 (請親臨本會捐遞,切勿郵寄,以免遺失)  
 ○ 銀行存款 (請將存款收據「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)

捐助人芳名:

(本會將於收款後下一期《佛聯匯訊》刊登捐款者芳名以作鳴謝,如欲以其他名字刊登,請在下面填寫)

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存款收據正本,寄回:香港灣仔駱克道338號1樓 香港佛教聯合會

香港佛教聯合會盡力遵守《個人資料(私隱)條例》中所列載的規定,確保儲存的個人資料準確無誤,及有妥善的儲存方法。香港佛教聯合會可能使用您的個人資料(包括您的姓名、電話、傳真、電郵及郵寄地址),以作日後與您通訊、籌款、介紹活動/法物、邀請或收集意見的推廣用途,您亦可以隨時要求本會停止使用您的個人資料作上述推廣之用途,費用全免。日後查閱或更新資料,請隨時致電2574 9371。



**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(9月1日-9月30日)

功德芳名	金額	功德芳名	金額	功德芳名	金額	功德芳名	金額	功德芳名	金額
陳樂文	\$5,000	勞忠懷	\$500	蔡金鈞 李麗紅合家	\$300	陳雁萍	\$200	李坤玲合家	\$100
張別(已故)	\$3,000	黃笑群合家	\$500	戴嬌容	\$300	曾浩斌	\$200	李修慧	\$100
李才妹(已故)		黃慧娥 劉容合(已故)		關淑兒	\$300	黃彩霞	\$200	李進益 陳碧華合家	\$100
關中理	\$2,500	彭玉珍(已故)	\$500	CHEUNG WAI YUK	\$200	黃毓茹	\$200	李慧賢合家	\$100
關中麟	\$2,500	劉季龍合家		JOHN STUART	\$200	楊人建	\$200	李懿瑾(已故)	\$100
王棠記有限公司	\$2,000	劉燕華合家		SHOSTROM		葉鈺輝 茹娉婷		林聖元	\$100
李宗	\$2,000	楊雀容合家	\$500	TSANG LAI FONG	\$200	張笑琮	\$200	桃少英合家	\$100
YUNG LAI PING	\$1,000	楊澤川 陳淑然	\$500	方曦瑩	\$200	葉耀榮(已故)	\$200	張金燕(已故)	\$100
江振烽 江鎰權		蔡惜香	\$500	王勉麗	\$200	鄒熊 鄒富成	\$200	張秋忍	\$100
江梓琳 何宛殷	\$1,000	黎帶娣 鄺子謙	\$500	白國明 林悅雄	\$200	劉河清 何鈞女合家	\$200	張瑞容 張家偉	\$100
江振昌 江梓喬		黎廣財 張亞喜		朱偉傑	\$200	蔡淑賢	\$200	郭佩玲	\$100
歐陽小青		何帶金 兩位伯父		何全(已故)	\$200	鄧笑玲	\$200	郭念(已故)	\$100
眾無名氏	\$1,000	黎長勝 鍾金水	\$500	陳白嫻(已故)		鄭成東	\$200	郭麗卿 許教昇	\$100
陳牛合家	\$1,000	黎有福 王國文		何巽堯	\$200	鄭成鬆	\$200	許竣欣 許教泰	\$100
陳秀霞	\$1,000	張志明 王美萍		余志明	\$200	鄭美釵	\$200	陳月玲	\$100
陳梓強合家		蕭思莊 區蘭(已故)		吳一娟 戴安琪	\$200	鄭美華	\$200	陳玉芬	\$100
陳熾輝合家	\$1,000	陳麗屏 蕭海男	\$500	吳林(已故)	\$200	蕭俊羽(已故)	\$200	陳兆輝合家	\$100
陳震邦	\$1,000	蕭海成		吳順貞(已故)	\$200	賴文華合家	\$200	陳潔冰	\$100
趙根有(已故)		戴琮琮	\$500	李慕玲	\$200	謝震威 葉艷華	\$200	曾昌超	\$100
吳和妹(已故)	\$1,000	譚標(已故)	\$500	林偉雄合家	\$200	韓嫻珍	\$200	無名氏	\$100
趙世雄		余志文(已故)		林嬌香	\$200	羅穎聰	\$200	程白弟(已故)	\$100
劉翠華	\$1,000	張藹蘭(已故)	\$400	林麗冰	\$200	余逸揚 余雋暉		黃冬梅	\$100
蔡素貞	\$1,000	余倬靈(已故)		施冰冷	\$200	鄧鳳雯 蔡永大	\$150	黃鳳年	\$100
鄧炳南(已故)		余偉忠合家		洪肇旋	\$200	黃麗冰		葉瑞林合家	\$100
莫亞五(已故)	\$1,000	馬媚媚 洪浚禧	\$400	范上進	\$200	邢邦昌 謝修寶	\$150	雷劍芳(已故)	\$100
LO TZE KAI	\$700	丁素綿	\$350	徐昭華	\$200	魏卓弦	\$150	蕭信可(已故)	\$100
張景棠(已故)	\$600	王思寧合家	\$300	馬燕芳	\$200	孫紹航	\$140	劉美玲	\$100
黎演添 方匯衡		李文良(已故)	\$300	高冉凌	\$200	BENJAMIN BANG YI CHOU	\$100	劉健安 許瑋芝	\$100
陳劍雯 陳劍茹		李民安	\$300	張自強合家	\$200	CHEUNG KAI MAN	\$100	劉琮玲合家	\$100
陳劍蕾 布皓竣	\$600	李淑琮	\$300	周小美合家		CHONG PUI KUEN	\$100	劉錫任 劉婉芳合家	\$100
布志強 布志康		李惠蓮 楊偉良	\$300	張定邦合家	\$200	LEE SZE HIN	\$100	歐陽錦章	\$100
秀芬 秀英 秀慧		楊詠堯		張秋月	\$200	PROFITS CONSULTANT COMPANY	\$100	潘錦玲(已故)	\$100
何美珍	\$500	林成業合家	\$300	張淑美	\$200	YU HAU PING	\$100	黎善儀(已故)	\$100
吳蓮娣(已故)	\$500	林秋吟	\$300	張雪鵬	\$200	方永祥(已故)	\$100	盧蓮彩(已故)	\$100
林榮煌合家		胡美枝	\$300	梁妹合家	\$200	王嘉毅 王嘉宏	\$100	戴良謙	\$100
林金蓮合家 林靜雅	\$500	袁荷鳳合家	\$300	梁雯合家	\$200	布樹仔(已故)		鄭解(已故)	\$100
林靜華 林靜雯		梁寶蓮合家	\$300	梁燦光	\$200	布志明(已故)	\$100	顏秀鳳	\$100
林德智	\$500	莫肖娥(已故)	\$300	眾無名氏	\$200	妙音(已故)		羅維周	\$100
林鄧玲(已故)		陳麗堃合家	\$300	許玉蘭 許祖興	\$200	朱素婷 黎麗玲	\$100	譚建業	\$100
鄧劉芳(已故)		馮卓餘	\$300	許祖威		何振誠 杜潔華合家	\$100	蘇淑琼	\$100
林中文(已故)	\$500	楊永福(已故)		陳佩怡	\$200	何黎細妹	\$100		
林錦文合家		布愛(已故)	\$300	陳阿鳳	\$200	何澤邦 李麗端合家	\$100		
林智健合家		楊宅合家		陳浩銘	\$200	吳明曉合家	\$100		
許翠琴	\$500	溫綺文	\$300	陳素玲 王國營合家	\$200	妙音(已故)	\$100		
麥佩琼	\$500	廖小榕	\$300	陳進容	\$200				

\* 因版面有限,捐款港幣\$100以下之功德主未能於此刊登及鳴謝。

## 講座及佛學班

活動名稱	日期	時間	講者	地點	主辦單位
第六屆觀音文化節佛教文化講座					
1. 如何在「疫」境中學習正向思維	12月5日	15:00-16:30	潘宗光教授	新界葵涌 和宜合道50-56號 葵涌花園商場 觀音講堂	儒釋道觀音文化節 籌備委員會 電話:3568 2613
2. 如何在「疫」境中與自然和諧共處	12月12日	15:00-16:30	吳有能教授		
3. 如何在「疫」境中修行	12月19日	15:00-16:30	演慈法師		
4. 如何在「疫」境中踐行夫妻和諧相處之道	12月26日	15:00-16:30	楊勳先生		
網上公開佛學講座	12月7日 12月14日	18:30-20:30	定源法師博士	網上講座	香港大學佛學研究中心 電話:3917 0094
求真與務實——依《佛法真義》探索行佛之路	12月11日	19:30-21:00	張興女士 (江蘇省常熟市佛教協會文化研創中心主任)	網上講座	香港中文大學人間佛教研究中心 電話:3943 5938
十日內觀靜坐入門課程	12月23日至 2021年1月3日			新界大嶼山 石壁東灣	香港內觀靜坐中心 電話:8147 3312

報名

報名

報名

報名

\*因版面有限，欲知更多活動訊息，可瀏覽本會網頁 [www.hkbuddhist.org/activity](http://www.hkbuddhist.org/activity)

## 香港佛教聯合會 感謝各界善長捐出抗疫善款及物資 同願同行 齊心抗疫

名單9月1日至9月30日，按筆劃排序

U-Fire Networks  
千華蓮社  
中華文化健康慈善基金會有限公司  
中華電力  
天壹口罩  
佛教慈敬學校曹雅婷同學家人  
志蓮淨苑

沙田民政事務處、沙田警署及消防局聯同  
沙田六個分區委員會、沙田區撲滅罪行委員會、沙田區防火委員會、沙田文化藝術推廣委員會  
威萊集團  
香港小童群益會  
香港幼兒教育及服務聯會

香港佛慈淨寺修岸法師  
教育局  
創新科技署  
銅鑼灣獅子會  
膳心連基金  
覺醒心靈成長中心  
觀塘警區警民關係組

## 《香港佛教》十一月號現已出版！

### 從香港佛教聯合會歷史 認識人間佛教

今年是香港佛教聯合會75週年，目前其會屬單位有44個，服務涵蓋教育、中西醫療、長者、青少年等範疇。佛聯會集四眾力量，上弘佛法，下濟群生；經過多年的成長發展，凝聚香港信徒，成為佛教界實踐人間佛教的模範。

### 眾緣成就佛聯會

今期透過多位與香港佛教聯合會結緣的受訪者，從他們的分享中以了解佛聯會在教育、醫療、安老方面的服務範疇。受訪者包括其會屬學校校友、家長、學生；中醫服務醫護人員、受惠者；安老院院友；長者中心社工、服務使用者；義工等等。



《香港佛教》於7-11便利店、OK便利店、華潤便利店及各大報攤有售，每本售價港幣10元。



## 香港佛教聯合會

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



### 優惠級

香港佛教聯合會 中醫服務

## 報名參加2020三九天灸治療

### 天灸是什麼？

天灸是中醫的一種特色療法，以性味溫熱的中藥製成敷貼，在指定日子敷貼於特定穴位上。「三九天灸」是冬天天氣最為寒冷、陽氣至衰、陰氣至盛的日子，在此時進行天灸治療，可溫補陽氣，扶正祛邪，以達到治療及預防疾病的目的，並能鞏固「三伏天灸」的療效。

### 甚麼人士適合做三九天灸？

哮喘、過敏性鼻炎（鼻敏感）、氣管過敏、咳嗽、胃痛、慢性腹瀉、體虛易感冒等，體質屬寒者尤為適合。



### 【三九天灸】治療日期

第一次（一九）	2020年12月21日（星期一）
第二次（二九）	2020年12月30日（星期三）
第三次（三九）	2021年1月8日（星期五）
第四次（加強）	2021年1月18日（星期一）

### 服務收費：每次港幣\$150

本會為非牟利慈善團體  
網址：www.hkbuddhist.org



### 預約/查詢

香港佛教聯合會紹根法師綜合中醫服務中心

香港中環干諾道中23號香林大廈5樓 電話：2110 3711

香港佛教聯合會—香港大學中醫診所暨教研中心（黃大仙區）（不設早鳥優惠）  
九龍樂富杏林街10號香港佛教醫院C座地下 電話：2338 3103

香港佛教聯合會慈濟中醫診所

九龍新蒲崗衍慶街53-55號寶興大廈201室 電話：2321 3573

香港佛教聯合會青山寺中醫服務中心

新界屯門良田村104號地下 電話：2359 9029



中醫服務詳情

## 早鳥優惠

凡於12月12日或之前到指定中心預約及一次過付款，即可以優惠價港幣\$400接受整項共四次貼藥診治服務（原價港幣\$600）。

\*早鳥優惠不適用於香港佛教聯合會—香港大學中醫診所暨教研中心（黃大仙）

\*如有任何爭議，本會保留最終決定權。

## 「心」深漫遊 香港電台「社區參與廣播服務」節目

香港佛教聯合會製作的香港電台「社區參與廣播服務」節目——「心」深漫遊已於上月9日起逢星期五晚上8時正，在香港電台普通話台AM621及香港電台網頁播出。節目合共13集，歡迎瀏覽香港電台網頁（www.rthk.hk/radio/pth/programme/g0987\_deep\_in\_the\_heart）重溫節目，以及瀏覽本會網頁（www.hkbuddhist.org）了解節目詳情。☎



節目重溫



節目詳情

### 13集節目主題

1. 覺醒之道	8. 耆妙人生
2. 心經悟人生	9. 心靈良方
3. 如是因，如是果	10. 正念看生死
4. 無量的心	11. 後生仔傾「佛」偈
5. 好心·好事	12. 佛教與科學
6. 禪在心	13. 今生來世
7. 素由心生	