



6月15日



2024
田

6.15健康素食日

Healthy Vegetarian Day

吃素護生
長養慈悲

自2006年起，佛聯會何德心居士倡議每年6月15日舉辦「6.15健康素食日」，推廣健康飲食習慣及慈悲護生的理念，希望大家齊齊響應環保素食文化，培養清淨心、平等心、智慧心，將佛教「無緣大慈，同體大悲」的精神，遍及一切。



香港佛教聯合會
執行副會長
宏明大和尚

佛教宣揚大慈大悲精神，大慈即尊重一切眾生，大悲即不忍眾生苦而助之解脫。食素能夠增長我們的慈悲心和救濟心。科學素食既是養生之道，又能涵養好生之德，進而裨益身心靈健康，實在意義非凡。

香港佛教聯合會
會長

寬運大和尚

《大智度論》云：「諸餘罪中，殺罪最重；諸功德中，不殺第一。」眾生平等，愛護一切有情眾生的生命，就是最好的布施。



香港佛教聯合會
秘書長
演慈法師

持素不吃肉是大善行。若未能持長素，可由6.15健康素食日做起，再嘗試每週一日或每月十日吃素，逐步建立素食習慣，愛自己、愛眾生、愛地球。

香港佛教聯合會董事
6.15健康素食日活動襄助
修岸法師

佛言：「夫食肉者，斷大慈種。」故此，恩師妙蓮老和尚常勸道：「吃素才是真放生、真正的慈悲放生。」



香港佛教聯合會執行副會長
6.15健康素食日發起人
何德心居士

放生積福，不如由源頭做起，戒殺、護生、愛地球、愛環保、愛健康，長養慈悲。



請瀏覽佛聯會網頁及社交平台，獲取更多素食資訊、美味食譜和素食優惠。

#615健康素食日 #吃素護生 #長養慈悲

查詢：2574 9371

www.hkbuddhist.org

hkbuddhist

hkbuddhist

hkbuddhist

請大家一同支持6月15日
(6.15) 健康素食日

傳印長老 馨蓮法語翰墨展

Ven. Master Chuan Yin, Calligraphy Exhibition



不爲自己求安樂
但願衆生得離苦



傳印長老

中國佛教協會名譽會長、廬山東林寺法主和尚
當代佛門領袖、蓮宗導師

主辦：香港佛教聯合會

承辦：普賢道場

「開幕典禮」

2024

05.25

下午三時

星期六



開幕禮報名表

「展出地點」

普賢道場 香港灣仔駱克道175-191號京城大廈2樓
(灣仔地鐵站A 1出口，對面向右走二十來米左右)

「展出日期」

5月25日 下午3時至6時
5月26日至6月2日 上午9時至下午5時

「聯繫電話」

2104 0833



第二屆香港佛教聯合會永義獎學金 近七百位學生申請

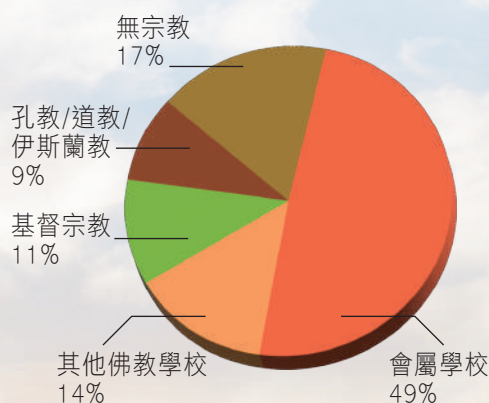
香港佛教聯合會蒙永義（香港）有限公司慷慨捐款，成立「香港佛教聯合會永義獎學金」，目的是鼓勵高中學生學習中國傳統文化及價值觀，從經典中明白孝道、因果、慈悲等做人處世義理，建立正向的價值觀，從而把義理實踐於生活中，成為知識與品德兼備的青年人。

第二屆獎學金於2023年12月1日起接受申請，至2024年2月29日截止，共獲來自77間中學，656名香港中五及中六學生申請。

在申請者中，中五學生有209位，中六學生有447位；來自香港佛教聯合會屬校的學生有320位，其他學校則有336位。

申請者將會在今年6月出席5場專題講座，內容包括《地藏菩薩本願經》、《十善業道經》、《弟子規》、《古智今用》及《正覺的道路》，然後在7月上旬參與統一考核。當中成績優異的申請者，將獲邀參加面試，獲獎名額不多於60位，獎學金金額5萬港元。

申請人就讀中學宗教背景



香港書展義工招募

今年的香港書展將於2024年7月17日至23日假香港會議展覽中心舉行。本會繼續統籌「佛教坊」，與其他13間佛教團體共同參展。本會現正招募義工協助書展攤位工作，有意參與者請填妥以下表格，並於6月15日或以前電郵event@hkbuddhist.org或傳真至2834 0789。本會稍後會聯絡獲選者，安排當值時間。

請在下表打✓，最少選擇4個時段：

日期	第一節	第二節	第三節
7月17日（三）	☐ 09:00 - 14:00	☐ 13:45 - 18:00	☐ 17:30 - 21:00
7月18日（四）	☐ 09:45 - 14:00	☐ 13:45 - 18:00	☐ 17:30 - 21:00
7月19日（五）	☐ 09:45 - 14:00	☐ 13:45 - 18:00	☐ 17:30 - 21:00
7月20日（六）	☐ 09:45 - 14:00	☐ 13:45 - 18:00	☐ 17:30 - 21:00
7月21日（日）	☐ 09:45 - 14:00	☐ 13:45 - 18:00	☐ 17:30 - 21:00
7月22日（一）	☐ 09:45 - 14:00	☐ 13:45 - 18:00	☐ 17:30 - 21:00
7月23日（二）	☐ 08:45 - 14:00	☐ 13:45 - 18:00	/

姓名：_____ 年齡：_____

電郵：_____ 聯絡電話：_____

佛誕今昔回顧

慶祝活動規模漸大 印證佛教在港發展之盛

1999年，香港佛教聯合會藉香港首年實施佛誕公眾假期之因緣，首次在紅磡香港體育館舉行「香港佛教界慶祝佛誕節暨恭迎佛牙舍利瞻禮大會」；活動盛況空前，瞻禮人數達四十多萬人次。此外，本會亦曾在灣仔駱克道會址、香港大會堂及伊利沙伯體育館等地舉辦佛誕慶祝活動。2009年起，除2020年至2022年新冠疫情期間，本會均於佛誕（農曆四月初八）及前後假香港體育館舉辦「佛誕節吉祥大會」；連年數以萬計市民齊集會場，通過不同佛法活動，導引人心，啟發思維。以上變遷印證佛教在香港的發展，大眾對佛教以至其社會貢獻之認可。☸



▲1973年5月，本會在灣仔會址舉辦佛誕浴佛儀式，時任會長覺光法師（左）及副會長黃允畋居士（右）進行浴佛。



▲1976年5月，在香港大會堂音樂廳舉行的佛誕慶祝活動，有千餘名佛教四眾參與。



▲1986年5月，在伊利沙伯體育館舉行浴佛慶典及佛教青少年團文娛綜合表演大會，數十間學校約八百人參加演出。



▲1999年5月，北京西山靈光寺的佛牙舍利蒞港供奉，前往香港體育館瞻禮人數達四十多萬人次。



香港佛教聯合會青少年中心

暑期活動

街拍遊

平時返學咁匆忙，不如趁放假放慢腳步，一邊影相一邊欣賞吓身邊社區嘅美好風景。

日期：2024年7月13日至7月27日
(逢星期六，共三堂)

時間：12:00-14:30

地點：本中心及戶外拍攝

導師：黎Sir

對象：12至18歲

費用：會員\$20；非會員\$50

名額：10名

自備器材：相機或手機



音樂地帶Positive Music

音樂可以令人鼓舞，也可以抒發個人情感，在中心的音樂空間內彈結他發揮自己的音樂天份吧！

內容：學習結他、夾band技巧
(課程完結後提供表演機會)

日期：2024年7月6日至7月27日
(逢星期六，共四堂)

時間：13:45-15:15

地點：本中心

導師：詹Sir

對象：6至24歲

費用：會員\$30、非會員\$50

名額：8名

自備器材：結他



創藝·尋夢

藝術可以讓人發揮無限創意，每一件藝術品都能顯現創作者的想法。此課程以不同物料來創作藝術品，材料及用具由中心提供。

日期：2024年7月22日至8月19日
(逢星期一，共五堂)

時間：13:30-15:00

地點：本中心

導師：葉Sir

對象：6至24歲

費用：會員\$80、非會員\$140

名額：8名



藝·填色比賽

透過填色活動讓兒童及青少年培養創作力，提升個人潛能。

日期：2024年6月15日至6月30日

組別：兒童組6至12歲；青少年組13至18歲

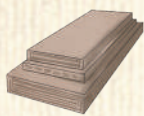
得獎名額：每組別設有5名優異獎

參加資格：本中心會員

參加方法：

1. 到本中心領取填色表格，完成後交回本中心。
2. 評審後由中心職員個別通知得獎者來領取獎品。
3. 比賽表格 / 作品概不發還給參加者，將用作本中心網頁、活動通訊及展覽之用。
4. 每位參加者只可遞交比賽表格一次。
5. 費用全免。





母親的捨得

從前，一位老婦人的獨子不幸生病去世。她悲痛不已，在兒子墳前哭斷腸，喃喃自語：「我只有一子，本要靠他養老，如今他捨我而去，我該如何活下去呢？」她終日守在兒子墳前，不吃不喝四五天，不打算活下去。

佛陀知道後，到墳墓找這老婦人。老婦人遠遠看到佛陀到來，步前向佛陀作禮。佛陀問她：「你為何守在墳前？」

老婦人答：「尊者！我唯一的兒子離我而去，我愛子深切，想與他一起離開這個世界。」

佛陀問她：「你想不想讓兒子活過來？」

老婦人高興地說：「當然了！尊者！」

佛陀續說：「那你去找些好的香火來吧！」

佛陀並強調：「必須在沒有死過人的家庭找來這些香火。」

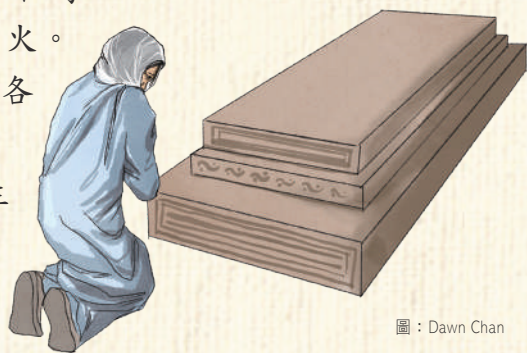
老婦人隨即出發找香火，她逐家逐戶去問，但每一戶都曾有家人去世，故沒有一家人能為她提供香火。

最後，她回去告訴佛陀：「尊者！我走遍各家各戶，也找不到沒有死過人的家庭。」

佛陀向她開示：「自從天地開創以來，有生便有死，既然你仍活着，為何不正面地活下去，反而要執迷於兒子的死呢？」

老婦人頓時醒悟，明白了無常的真理。

摘自《雜譬喻經》卷二



圖：Dawn Chan

寬運法師 開示

親人往生是悲傷和痛苦的事，我們都應該接受自己會悲傷、會感到痛苦。這是很真實的感受，我們不需要隱藏自己的悲傷和痛苦。

不過，俗語云：「生死事大！」眾生由一出世便必須經歷死亡，死亡是一門大學問，是需要透過教育來認識和了解的，我們還要經常思考它。透過學習和認識死亡，我們便能覺悟無常、戒貪、感恩等智慧。

釋迦牟尼佛也是這樣教導其弟子：「有五件事，所有人都應時常拿來自我警惕：第一、我會變老；我不能免於變老。第二、我會生病；我不能免於生病。第三、我會死亡；我不能免於死亡。第四、我所擁有的一切，都有離我而去的時候。第五、我所做過的惡業，終究是會由我來承擔。」

人們常說：「死亡 來得很突然。」的確，死亡是不能預料的，多因意外或突然發現生病而死；但最重要的，大家覺得「突然」是因為我們面對死亡時，對它沒有好好地認識，甚至完全在生活中忽略了它。現代的學校會推廣生命教育或生死教育，就是希望新生代從小認識生命的本質，老、病、死都是當中的課題。如果你已離開學校，到正信的佛教道場聽法師開示，也能經常接收到有關生死的訊息。這個準備是絕對必要的。☸

2023-2024年度全港佛教小學「佛經故事」演說比賽 暨全港小學「護生」四格漫畫校內創作比賽頒獎典禮

全港佛教小學「佛經故事」演說比賽於今年2月1日在佛教林金殿紀念小學禮堂舉行，共14間佛教小學參賽隊伍上台一決勝負。他們演繹多個佛教經典故事，宣揚慈悲護生、萬物有靈和因果正法的義理，儼然小護法般。

這項比賽由香港佛教聯合會會屬小學校長會和心靈教育推廣委員會（心推會）主辦，已舉辦了十多年，一直得到香港佛教聯合會執行副會長兼司庫何德心居士慈悲贊助護持。今屆各校參賽隊伍表現出色，難分高下。香海正覺蓮社佛教黃藻森學校的參賽隊伍使用道具魚，再配合同學的精彩演出，相得益彰。佛教榮茵學校參賽隊伍載歌載舞，引起全場哄動。他們唱的《放生歌》，內容勸人放生，表達行善快樂。



▲佛教林炳炎紀念學校參賽隊伍演說《大鰲報恩》，獲得一等獎。



▲佛教林金殿紀念小學參賽隊伍演說《護生益壽》，獲得一等獎。



▲佛教慈敬學校參賽隊伍演說《我喫素》，獲得一等獎。



▲佛教榮茵學校參賽隊伍演說《護生功德》，獲得一等獎。



▲香海正覺蓮社佛教黃藻森學校參賽隊伍演說《護生功德》，獲得一等獎。

三位評判為何德心居士、法性講堂住持法忍法師及晨曦青少年文教中心總監王冰博士。何居士扼要講述全港佛教小學佛經故事演說比賽的緣起和宗旨，他指出今年的「護生」四格漫畫校內創作比賽已發展成全港小學的規模，期望放生護生訊息進一步宣揚出去。

法忍法師提醒參賽隊伍留意故事有「演繹」和「敘述」的分別，前者有更大想像和發揮空間，另外要留意將書面語口語化。

王冰博士請全場人士靜默片刻，思考是次比賽傳達愛護生命的義理，她提醒參賽者注意表情和增加跟觀眾的互動。

香港佛教聯合會會屬小學校長會主席吳永雄校長感謝何居士十多年來熱心支持，還有現場所有人的參與和付出，使這次比賽順利舉行。☸



▲何德心居士（左一）多年來贊助「佛經故事」演說比賽，圖為他頒發一等獎予今屆五間獲獎學校的隊伍。



演說比賽報導
得獎名單



心中美食 —— 毛豆百合炒雜碎

資料由溫綺玲居士提供



材 料	鮮百合	1個
	毛豆	50克
	紅圓椒	$\frac{1}{2}$ 個
	甘筍	50克
	馬蹄	5粒
	鹼水麵筋	2件
	腰果	30克
	薑（粒）	少許

調 味 料	油	適量
	鹽	適量
	豉油	少許

做

法

1. 清洗鮮百合，逐瓣掰開，備用。
2. 毛豆去殼；撒鹽於滾水中，燙約5分鐘；剝出豆仁，備用。
3. 紅圓椒、甘筍、馬蹄、麵筋切粒，備用。
4. 在鍋中加水，撒鹽，水滾後，加入腰果煮約1分鐘，冚蓋焗約5分鐘；腰果瀝水，放入焗爐，120度烤約15分鐘，備用。
5. 熱油鑊，爆香薑粒，先炒豆仁、甘筍粒、馬蹄粒；撒鹽，再炒一會；灑少許水，冚蓋煮約2分鐘；加入百合、紅椒粒、麵筋粒，炒至百合剛熟；最後，倒入豉油，加入腰果，炒勻，上碟。🍳

中醫信箱

香港佛教聯合會中醫服務 註冊中醫蔡淑瑩

問

中醫如何治療脫髮呢？

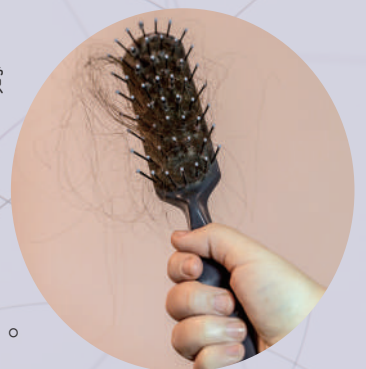
答

頭髮脫落為正常生理現象，但突然掉髮量增多，難免令人感到焦慮不安，擔心是否有脫髮危機。

脫髮有很多原因，例如遺傳基因年齡、生理結構、飲食習慣、內分泌失調等等。從中醫角度來說，頭髮的健康與人體的氣、血、肝、脾、腎關係密切。身體氣血充足，頭髮自然會茂密烏黑，呈現光澤；氣血虧虛，營養吸收欠佳，頭髮便會稀疏易脫落或變白。

脫髮最常見的兩大證型為肝腎不足與脾胃濕熱，一般採用以補肝養腎、滋陰養血的方法為主，以平衡人體的五臟氣血。臨床方面會針對病人的不同體質而處方合適的中藥，亦可同時配合一些外治方法，如針灸、塗中藥等。

此外，亦可透過食療來護養頭髮。中醫五行學說中，食物的顏色與五臟相互對應；黑色主水，入腎，黑色的食物可以補肝腎、益精血。例如黑芝麻、黑棗、黑豆等，可適量服用。頭部亦有不同的穴位可以疏通氣血，促進頭髮生長，如百會穴（頭、頂中線與兩耳尖連線的交點處）、風池穴（沿着後頭髮線有兩個凹陷位置）、角孫穴（耳朵後面、耳尖旁邊的凹陷位）、翳風穴（位於耳垂後方的凹陷處）。我們可以不時梳梳頭，刺激以上的穴位，以助頭髮健康生長。🍳



佛聯會
中醫服務

有佛法・有辦法——心之淨化斷・捨・離(二)

香 港佛教聯合會於2022年7月書展期間，舉辦「有佛法・有辦法——心之淨化斷・捨・離」講座。本會身心靈關顧服務善士覺堯法師和時任慈山寺佛法心靈輔導中心高級社工陳嘉偉在講座中，分享如何從佛法中學習斷欲念、捨執着、離煩惱，淨化身心，提升生活意義及幸福感。



覺：覺堯法師

陳：陳嘉偉

問 若過分追求物質生活，容易令人忽視心靈需要，那我們應如何維持心靈健康呢？

覺 佛教有「四食」概念，分別是「麤搏食」、「觸食」、「意思食」及「識食」。「麤搏食」意指段食，即日常飲食。「觸食」指接觸外界人事物的過程。例如牢獄中的人被關在四面牆，接觸不到任何人。這對他們而言，是最辛苦、最大的懲罰。「意思食」指人生的希望。人為何會自尋短見？因為他們覺得人生沒有希望。「識食」指人的執着。這些執着會使人於這個世界中不斷輪迴。「麤搏食」和「觸食」在我們的生活中最為氾濫。現今世界，外界刺激實在太多，我們可以吃不同的食物，經媒體看到不同的資訊。不只是佛教，老子也說過：「五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽。」面對太多刺激，人是會感到麻木的；一旦麻木，人便會開始尋求更大的刺激。這樣，人是不會得開心的！

記得小時候曾看過一部卡通片，故事講述足利義滿將軍不滿廚師煮的料理，廚師不知如何是好，便向一休和尚求救。廚師對一休和尚說，他已用上最好的材料、最好的烹飪方法，將軍依然沒有胃口。一休和尚聽後，便請將軍抹地、抹窗、清潔浴室，勞動過後再請廚師煮平日的青菜豆腐，為將軍送餐。此時，將軍的胃口竟好起來，吃個不停。

這故事告訴我們，外界刺激太多會令人麻木，不懂得欣賞事物、不懂得開心。因此，我們應懂得節制，讓自己有時間靜下來。我們的「六根」，即「眼、耳、鼻、舌、身、意」能夠節制，不對外攀緣，心靈便會健康。

陳 都市人壓力大，經常失眠。這些朋友多有一個共通點，就是有睡前滑手機的習慣。他們睡前會瀏覽社交媒體，看不同的資訊。不論是「打機」、「追劇」，都會減少睡眠時間，影響睡眠質素。這些資訊內容亦會勾起他們的情緒，導致難以入睡。正如法師所說，我們要當心自己吃了些甚麼，接觸了甚麼。

在我的輔導經驗中，發現許多朋友睡前滑手機是想讓自己放鬆，有一個沉澱思緒的空間。他們以為觀看影片或使用社交媒體可以讓自己放空，但這往往會令腦部更加活躍，更難以靜心入睡。就好像電腦一樣，若長期不關機，很容易壞機。人也是一樣。因此，我提醒大家要學習停下來，即使是短短15分鐘，只要可以讓自己停一停，也有幫助。睡前滑手機，影響睡眠，第二天醒來不夠精神，這樣日復一日，不斷循環，就是苦的根源。因此，我輔導時經常強調要意識這種苦，讓自己適當地停一停，想一想。☞

(待續)

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: 結緣捐款,利益眾生,功德無量,本刊特別感謝以下功德主。

《佛聯匯訊》捐款鳴謝 (3月1日-3月31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
張美玲	\$2,000	JOHN STUART SHOSTROM	\$200	歐陽淑筠	\$200	林貽執 顏祝治 林勝群	\$100
得力信工程公司	\$2,000	SHIRLEY KEI 紀式玲	\$200	蔡門祖先 薛門祖先	\$200	林翠蘭	\$100
盧世昌	\$2,000	仇富源(已故)	\$200	蔡倩連	\$200	林麗冰	\$100
IAN SMITH JENNIFER SMITH	\$1,000	王勉麗	\$200	鄧慧詩 張芯僑合家	\$200	波仔 仁祐	\$100
王棠記有限公司	\$1,000	左麗嫦	\$200	鄭志明合家	\$200	姚喜瑞	\$100
洪宅	\$1,000	朱偉傑	\$200	鄭順木 曾荔花合家	\$200	范思准(已故) 黃明月(已故)	\$100
胡熾文(已故) 胡炳雄(已故)	\$1,000	何桂芳(已故) 吳順貞(已故)	\$200	鄭青山合家 鄭寶坤合家	\$200	林保祥(已故) 林蕭香(已故)	\$100
譚惠琮(已故)	\$1,000	余若曦 莊茵晴	\$200	鄭國華合家	\$200	孫玉(已故)	\$100
關中理	\$1,000	余逸揚 黃麗冰 余雋暉	\$200	鄭繆斯(已故)	\$200	徐吉靈合家	\$100
關中麟	\$1,000	鄧鳳雯 余善恆 蔡永大	\$200	鄭鏘英	\$200	馬文善	\$100
馮有方(已故)	\$720	蔡址謙 富怡學生服務中心	\$200	鍾桂華合家	\$200	張秋忍	\$100
關仲賢合家	\$600	吳瑞	\$200	鍾進英	\$200	梁玲玲合家	\$100
石好(已故) 戴潔貞(已故)	\$500	李允宜	\$200	譚紫球合家	\$200	盛尉仁	\$100
戴潔蘭	\$500	周志堅	\$200	蘇宅	\$200	郭作珊合家	\$100
林成業合家	\$500	林金輝	\$200	邢邦昌(已故) 謝修寶(已故)	\$150	郭佩玲	\$100
林鄧玲(已故)	\$500	林桂英	\$200	莊景遜 陳澤斌	\$150	陳任肖合家	\$100
鄧劉芳(已故)	\$500	林偉雄合家	\$200	盧禮翹 盧禮姿	\$150	陳浚華 林茵 陳知行	\$100
林中文(已故)	\$500	林雪冰	\$200	劉培鑫 柯蘭鳳	\$120	陳樹根	\$100
林錦文合家 林智健合家	\$500	胡耀駿	\$200	蔡德君 蔡雅君	\$120	陳耀光	\$100
彭家權	\$500	衍明	\$200	郭敏婷合家	\$110	麥錦玲合家	\$100
曾葵卿	\$500	衍環	\$200	BROWNIE	\$100	無名氏	\$100
歐陽秋嫦	\$500	唐銘翎	\$200	CHERYL BASTOL MEMBREBE	\$100	程白弟(已故)	\$100
蔡世博合家 蔡世鏘合家	\$500	徐約翰合家	\$200	LAM NI	\$100	賀月富(已故)	\$100
蔡美蘭 朱炳棠	\$500	袁紹斌	\$200	LEE SZE HIN	\$100	馮卓餘	\$100
蔡惜香	\$500	張華清	\$200	LI HON MING	\$100	黃美蘭	\$100
駱駢駒	\$500	張煜文合家	\$200	MORALES MARIAN	\$100	黃陳蕙遷合家	\$100
王淡霞	\$400	張譚聲	\$200	LACAMBRA	\$100	黃億年	\$100
張亦萍	\$400	梁惠珍	\$200	NENITA FURTON	\$100	葉瑞林合家	\$100
羅映妝	\$400	許肖霞	\$200	V. CAMARYRAQ	\$100	葉瑞聘(已故) 張松業合家	\$100
王絲沓	\$300	許金點	\$200	王文兒	\$100	潘錦玲(已故)	\$100
何凱兒	\$300	陳月玲	\$200	王嘉毅 王嘉宏	\$100	蔡玲英合家	\$100
李文良(已故)	\$300	陳秀珍	\$200	王麗紅	\$100	蔡莉卿合家	\$100
周杏芳	\$300	陳佩怡	\$200	吳明曉	\$100	蔡慧雯	\$100
梁棟材 李茵茵 梁子晴	\$300	陳慧慧	\$200	吳曼麗	\$100	鄧潔蓮合家	\$100
麥佩琮	\$300	陳寶蓮合家	\$200	吳澤芳(已故)	\$100	鄭北海(已故)	\$100
劉士錦	\$300	曾麗萍	\$200	李坤玲	\$100	鄭曉文	\$100
劉愛花合家	\$300	馮蜜儀	\$200	李進益 陳碧華合家	\$100	鄭曉東	\$100
鍾夢麟	\$300	黃兆芬	\$200	李綺蘭	\$100	蕭權亞(已故) 蕭小惠(已故)	\$100
胡桂玲合家	\$280	黃寶珍	\$200	李慧賢合家	\$100	羅錦榮(已故) 林康強(已故)	\$100
陳張鴛鴦合家 陳偉達合家	\$250	葉鈺輝 茹娉婷 張笑琮	\$200	李賢香	\$100	林以潔	\$100
陳偉民合家 陳偉程合家	\$250	葉耀榮(已故)	\$200	周小美	\$100		
劉家東 陳寶珠合家	\$200	鄧熊	\$200	周笑鳳合家	\$100		

*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
佛法研習班 《大智度論》選講	6月14日 6月21日 6月28日	14:30-16:30	定行法師	九龍觀塘成業街16號 怡生工業中心B座802室	阿彌陀佛關懷中心 佛法同學會 電話：2799 1880
「妙雲、華雨集」選講 金剛般若波羅蜜經講記	6月15日	14:30-16:30	慧恩法師		
從《普門品》探討觀音 信仰的升進層次	6月19日 (隔星期三)	16:00	李秀芳	YouTube網上播放	佛教法相學會 電話：2771 8161

法會及活動

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦單位
千人禪修2024—此心安處	6月8日 6月9日	10:00-16:30	眾法師	新界屯門青山公路 青山灣段80號 香港珠海學院體育館	大覺禪行中心、 停一停 心呼吸、 溫暖人間、 德噶香港禪修中心、 覺醒心靈成長中心等 查詢：1000meditation.gmail.com
愍生法師紀念法會	6月10日	09:15-16:00	演慈法師	香港北角英皇道 355-361號1樓	佛教愍生講堂 電話：2808 2373
「護持法輪」畫展	6月15日至16日	14:30-18:00	陳沛然博士 何曼盈博士	九龍佐敦道37A 德寶城商業中心15樓	香港佛學研究所 WhatsApp：9333 6310
在家菩薩戒會 甘露施食法會	6月15日 6月22日	10:00-12:00 14:30-18:00	法忍法師	九龍新蒲崗大有街3號 萬迪廣場17樓	法性講堂 電話：2764 5678
法華法會	6月18日至19日	09:00-16:00	宏明法師	新界粉嶺 置福圍12號	香港觀宗寺 電話：2669 3578
暢懷師父圓寂週年追思感恩法會	6月23日	09:30	常住法師	新界屯門青山村 楊青路51號	圓明寺 電話：2463 4886
暢公上人示寂紀念法會	6月23日	09:30-13:00	常住法師	九龍荔枝角 九華徑新村133-135號	天台精舍 電話：2741 3583
內觀十日課程	6月26日至7月7日			新界大嶼山東灣	香港內觀中心 電話：2671 7031

*所有活動之安排，以主辦機構最新公佈為準

**因版面有限，欲知更多活動訊息，可瀏覽本會網頁www.hkbuddhist.org/activity

《香港佛教》五月號現已出版！

續佛慧命 唯有僧才 寬運法師：香港僧才不足

香港一直非常缺乏僧才，出家的香港人更是少之又少，根本無法滿足到大眾對佛教文化、心靈安撫、佛事超度活動的需求。香港僧才青黃不接，香港佛教聯合會會長寬運法師剖析當中原因。

一人一個皈依故事

農曆四月初八為釋迦牟尼佛的誕辰，香港佛教聯合會每年在這個時候，都會舉辦一場「皈依大典」，讓與佛有緣的人藉此立志成為佛教徒。當中歸向佛教的人士，也帶領自己的學生或子女歸向佛教，今期我們訪問了幾個相關的個案。



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



《香港佛教》
訂閱及助印



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

E

POSTAGE PAID
HONG KONG
CHINA
中國香港
郵資已付

Permit No.
特許編號
05363



優惠級

2024三伏天灸治療 歡迎預約

三伏天灸治療，是用性味溫熱的中藥製成敷貼，在指定日子敷貼在特定人體穴位，以刺激這些穴位來溫補陽氣、扶正祛邪，從而預防疾病；尤其適合有哮喘、過敏性鼻炎（鼻敏感）、氣管過敏、咳嗽、胃痛、慢性腹瀉、體質虛寒及容易感冒等人士。

【三伏天灸】治療日期

第一次（初伏）	7月15日（星期一）
第二次（中伏）	7月26日（星期五）
第三次（末伏）	8月14日（星期三）
第四次（加強）	8月23日（星期五）

服務收費：每次港幣 \$150

本會為非牟利慈善團體

網頁：www.hkbuddhist.org/cm

☎ 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

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

早鳥優惠

凡於**2024年7月6日或之前**預約及一次過付款，可享**優惠價\$400**接受共四次天灸治療（原價\$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（黃大仙區），如有任何爭議，本會保留最終決定權。

外展天灸服務

為有需要的機構或團體安排註冊中醫上門天灸服務

查詢：電話2574 9371 / 電郵enquiry@hkbuddhist.org



中醫服務

香港佛教聯合會 職位招聘

www.hkbuddhist.org/recruitment

香港佛教聯合會現正招聘多個職位，詳情請瀏覽本會網頁或掃描右方二維碼。

