



第二屆香港佛教聯合會永義獎學金 完成五場講座

宇宙浩瀚，時空無盡，一期又一期的生命剎那間就消失了！但是，在這無窮無盡的宇宙時空，我們可以參與嗎？可以的，生命不再胡胡混混、隨波逐流，而是憑藉無盡的大悲心和菩提心，生生世世利益眾生，幫助他們離苦得樂，讓自己的智慧發揮無窮的作用，安住無生法忍，成為真正的大菩薩。香港佛教聯合會執行副會長衍空法師今年6月在永義獎學金專題講座上，對數百位高中學生提出了這個嚴肅的邀約。



▲衍空法師介紹其著作《正覺的道路》和主編的《古智今用》



▲演慈法師講解《地藏菩薩本願經》和《十善業道經》



▲梁秋雲常務副院長（左）和霍青庭副校長（右）解說中華文化經典《弟子規》

第二屆香港佛教聯合會永義獎學金（2023-24年度）由永義（香港）有限公司慷慨捐助，旨在鼓勵高中學生學習中國傳統文化及價值觀，本屆收到656位中五和中六學生申請。獎學金計劃要求申請人須於今年6月出席在佛教孔仙洲紀念中學舉行的五場專題講座，當中399人達到出席率要求，獲邀參加7月7日舉行的統一考核。

五場專題講座的頭兩場，由本會秘書長演慈法師主講。法師通過講解《地藏菩薩本願經》和《十善業道經》，深入淺出地介紹了大量佛教專用名相，重點剖析因緣果報、業果輪迴、孝道、地藏菩薩精神和十善業涵義，讓參加者奠定較穩固的學佛基礎。孔教學院常務副院長梁秋雲女士和孔教學院大成何郭佩珍中學霍青庭副校長主講《弟子規》，通過對比《弟子規》及其相應的《論語》字句，闡釋儒家思想強調內在品德修養，以成為君子為目標，仁厚待人乃至天地萬物。

最後兩場講座由本會執行副會長衍空法師主講，分別介紹其著作《正覺的道路》和主編的《古智今用》。講座中的問答環節反應熱烈，同學踴躍提問，法師一一圓滿解答，更對個別問題作出更具啟發的闡述。統一考核成績最好的學生，稍後進行面試，面試會評選出不多於60人，各獲頒五萬港元獎學金。

▲莘莘學子進行統一考核





2024年香港書展「佛教坊」

今屆香港書展已於7月17日至23日在香港會議展覽中心圓滿舉行。香港佛教聯合會與其他13間本地佛教團體聯合於宗教及心靈專區以「佛教坊」之名設立攤位，並舉辦多元化佛法活動，與市民共結佛緣。



▲書展正式開幕前，本會常務董事妙慧法師和董事智德法師（前排左二和左三）帶領各道場眾法師為「佛教坊」攤位灑淨，祈願各攤位活動順利進行。

佛誕公眾假期實施25載——步步回首 感恩惜福

本會於書展攤位特設「香港佛誕公眾假期實施25週年資料展覽」，首次公開展出上世紀五十年代的珍貴檔案、圖片影像、刊物及紀念品。參觀者沿着舊日足跡，回顧先賢大德無懼艱辛、勇往直前，推動香港佛教發展的歷史發展。不少信眾參觀後，了解佛誕假期得來不易，表示非常感動，同時對香港佛教界大德的堅持和努力心懷感恩。



專題講座 同尋香港佛教記憶

7月21日，本會於香港會議展覽中心會議室舉辦「香港佛教記憶：申請香港佛誕公眾假期歷程回顧」講座，講者為「佛門網」總編輯林國才先生及高級編輯鄭志康先生。兩位講者以舊報章、舊相片、歷史文獻，分享大德法師數十年申請佛誕公眾假期的過程，並特別為講座拍攝特輯片段，內容包括：

- 本會會長寬運法師對未來佛教發展的展望；
- 本會副會長紹根法師親述當年與佛教界共同努力爭取佛誕公眾假期的點滴；
- 東蓮覺苑董事會主席李焯芬教授分享佛誕公眾假期實施，對香港佛教發展的正面影響。

香港佛誕公眾假期實施25週年網上資料展覽及書展講座重溫：www.hkbuddhist.org/bbd25th 卐



草地滾球

益智健體兼
長幼皆宜的運動

香港佛教聯合會陳馬美玉紀念康樂營的全新草地滾球場自2024年1月起啟用後，立即成為草地滾球愛好者及入營人士的新寵兒。

益智易學

草地滾球是一項長幼皆宜、低強度、安全的運動，8歲起已適合玩。顧名思義，草地滾球是在草地上進行的滾球運動，兩個人已可以進行對賽；玩法簡單，盡量將滾球推至白色的目標球，最接近目標球的一方便得分。由於滾球是呈橢圓形，滾出時不是呈直線而是呈弧形，若要接近目標球，則須考量推出的力度、計算角度及碰撞其他球的機會。一般訓練或比賽的時間，往往需要兩小時或以上，所以亦考驗球員的體能及耐力。此運動還要不斷思考如何為團隊取勝，可說是鍛煉身、心、智的有益運動。

玩球學禮儀

草地滾球另一特色是講求「禮儀」，球員學習球技、策略之餘，更需要學習在場上如何尊重其他球員，例如當對方球員發出好球時，要讚揚對方；如隊友發球欠佳，應加以鼓勵而不是責備。因此有不少家長讓子女學習草地滾球，期望從運動中培養個人品德、專注力及溝通能力。🙏



▲參加者在專業教練指導下，學習發球。

◀白色球是目標球，最接近目標球的一方可得分。

陳馬美玉紀念康樂營提供的場地及服務

- 三條仿真草地的賽道，可同時容納2至24人
- 可免費借用有不同尺碼的滾球、地蓆及目標球，參加者只需穿着運動服及平底運動鞋就可
- 可為團體舉辦體驗活動或安排留宿訓練班
- 體驗活動由康樂營導師指導，亦可代預約中國香港草地滾球總會認證的專業教練
- 預約時可把草地滾球納入為入營的其中一項活動

查詢：2988 8411

2001年8月

香港佛教聯合會與寶蓮禪寺合辦 傳授八關齋戒共修法會

2001年8月13至17日，香港佛教聯合會與寶蓮禪寺合辦傳授八關齋戒共修法會，恭請覺光法師、永惺法師及初慧法師傳授八關齋戒，讓參與者擺脫俗務，體驗寺院生活，共有132名善信參與。

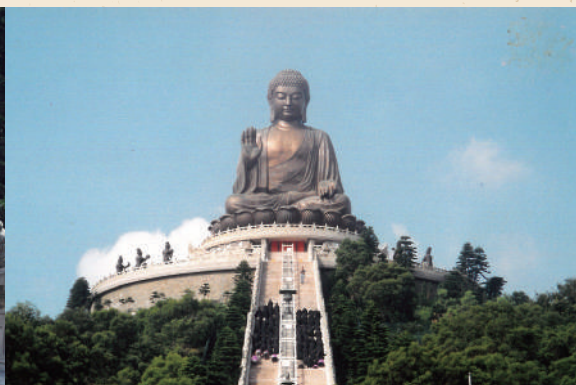
活動連續五天於寶蓮禪寺舉行，內容包括：傳授八關齋戒、法師開示、拜願、佛學自由談、佛學講座等。參與者跟隨僧眾的生活作息，凌晨4時打板起床，晚上9時安板養息，通過精進修持、鍛煉身心、清淨心境。☸



▲戒和尚與眾戒弟子合照於寶蓮禪寺大雄寶殿



▲眾戒弟子需要依循出家僧眾的生活作息：勤做早晚課、過堂用齋、聆聽法師開示。



▲共修法會最後一天，法師帶領參與者，由寶蓮禪寺大雄寶殿，三步一拜至天壇大佛蓮花座下，信眾懺悔身心的決心，可見一斑。



佛教張妙願長者鄰舍中心 「忙裡優閒」護老支援服務

常說「護老者」是一份每天24小時候命、全年無休的「工作」崗位，當中的壓力和勞累往往令護老者出現「身、心、靈」疲乏。除了耗盡力氣照顧外，還要設身處地考慮被照顧者的需要。尤其是照顧患有認知障礙症的家人，所承受的壓力，實不足為外人道。

佛教張妙願長者鄰舍中心為有需要的照顧者提供「忙裡優閒」護老支援服務——暫託服務。該中心逢星期五下午提供此服務，每次約十多人參與，讓照顧者能騰出私人時間，減低他們的身心壓力。

中心社工會為有意參與的長者進行全面的服務評估，以掌握他們的能力及需要，並及早識別疑似認知障礙症患者，以安排盡早接受診斷及申請相關服務。此外，中心會了解照顧者的實際困難及壓力來源，以提供適切專題講座、工作坊及輔導服務，教授他們照顧長者的技巧及自身減壓方法。

暫託期間，中心會為長者提供不同類型的認知訓練，包括音樂治療活動、平板電腦訓練、感官刺激、桌上遊戲及趣味小手工等。透過多元化活動，加強長者大腦認知、社交溝通及手眼協調等功能。



▲競技遊戲，訓練長者手眼協調。



▲音樂治療活動，訓練長者對節拍的掌握。



▲玩平板電腦遊戲，訓練腦筋。



▲多元感官刺激訓練，加強長者對外界感知能力。

照顧者陳先生的太太早前被診斷患有認知障礙症，除了記性愈來愈差外，身體機能也不復從前。這些轉變對陳先生而言，感到十分擔心及無助。雖然他們有兒女，但已各自成家，平日照顧太太的重擔，全部落在他身上。他以往甚少過問家務，更遑論現在要照顧患病的太太之日常生活。太太患病後對他十分倚賴，而她的雙腳肌力亦不如從前，所以陪同太太外出時，只能選一些較短的路途。由於他們的活動範圍受到限制，故在住所附近的中心參加活動是最好的選擇。

起初陳太太來到中心，需要陳先生陪同參與，才能安心。當她的參加次數增多，對中心環境及職員熟識之後，現時已能獨自參與。陳先生可以利用這段時間外出，處理私人事務。陳先生表示，雖然暫託服務時間不長，但至少他有一點自己的私人時間，可外出喝下午茶及往圖書館看書，成為他每星期的珍貴時刻。他感恩中心職員的關心及協助，以及讓他的太太參與不同的活動，訓練腦筋靈活、與人交流，保持與社會的接觸。☺

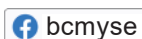
佛教張妙願長者鄰舍中心

電話：2831 0819

地址：香港灣仔謝斐道468號百達中心2樓

網址：www.hkbuddhist.org/cmty

電郵：bcmyse@hkbuddhist.org





鸚鵡救火

在很久以前，有一隻名叫歡喜首的鸚鵡，與眾多鳥獸一同住在雪山一帶的大竹林。有一天，竹林失火，火勢迅猛，林中的動物驚慌逃竄，卻發現無處可逃。這時，本可獨自飛出竹林的歡喜首，眼見無數動物快要葬身火海，當下生起深切的悲憫心，毅然飛往大海沾濕自己的翅膀，再返回竹林上空，灑落身上少量的水滴。

歡喜首不停往返大海與竹林之間，用羽翼取水救火。牠的悲心和精勤，使得帝釋天的宮殿大為震動。帝釋天以天眼觀看世間，發現原來是一隻鸚鵡在不停歇地救火。帝釋天向牠說：「這片竹林寬廣達數千里，而你用翅羽取水，每次只有數滴，怎能熄滅如此大火？」

鸚鵡回答：「我心願比這竹林更寬廣，只要精勤不懈，火一定能滅，若我這一世無法救熄大火，我發願生生世世再來，必定能將大火撲滅。」鸚鵡的堅毅和真誠深深感動了帝釋天，於是降下大雨滅熄這場大火。



改編自《雜寶積經》卷二·第十三〈佛以智水滅三火緣〉

寬運法師 開示

鸚鵡以細小羽翼取水救火，力量雖然微小，但牠救度眾生的信願卻堅固宏大，終於感得帝釋天降雨，解救了全竹林的生命。所謂「一念真誠，感應道交」，有感必有應，只要是出自真誠恭敬心的善願善行，諸佛菩薩都會有所應。

現實生活中，我們說善意會「傳染」，也是同一道理。還記得數年前超強颱風「山竹」襲港後，多區都有大量垃圾和汙泥堆積，政府善後需要時間，當時將軍澳是重災區，區內有一位外籍女子自發到海濱公園清理垃圾，本來看似微薄之力，但不少街坊知道後都被她的無私打動，主動加入義工行列，結果一呼百應，有家長更帶同子女參與，一同體會做義工的快樂。《法句經》說：「莫輕小善，以為無福，水滴雖微，漸盈大器。」如今網絡媒體發達，涓滴之水往往可成滔天巨浪，小小一個善願善行，都比從前更容易獲得回應，大家也要好好把握機緣，回應身邊這些微小的善行，互相成就彼此的大願。🙏

校董培訓課程



提升管理人員質素

香港佛教聯合會因應教育局要求，自2021-22學年開始，每年都會為會屬中小學校安排和規劃專業的校董培訓課程，致力提升管理人員質素。按照教育局對2023-24學年校董培訓的新指引，本會委託了教育專業團體教育評議會在今年1月至6月舉辦一連串培訓課程。

課程以七場講座的形式，分別在佛教何南金中學、佛教慈敬學校、佛教林炳炎紀念學校和佛教黃允畋中學進行，講者包括香港天主教教育委員會委員張永明博士、香港道教聯合會青松中學榮休校長吳友強先生、歐柏青大律師和林大偉律師。第一場講座專為新任校董而設，乃所有校董必修課程及資深校董的復修課程，名為「校本管理與法團校董會」，介紹校董角色和責任；校董會如何確保學校暢順運作、學校合規及帶領學校持續發展；參與性決策程序及民主決策程序的分別等。

第二至第六場講座適合新任及資深校董，主題多元化，包括「為達致有效管治學校，法團校董會主要幹事的角色與職責」、「有效的員工績效管理」、「學校人力資源風險管理」、「校園欺凌相關法律及校董會責任」及「學校財務資源風險管理」。第七場講座專為校長而設，名為「法團校董會秘書培訓工作坊」，詳細講述校長作為法團校董會秘書的工作和角色。

七場講座中以第五場的出席率最高，可見校董們都特別關注校園欺凌問題。林大偉律師先講述聯合國《仁川宣言》的教育目標，繼而介紹教育局判斷校園欺凌的構成要素和分類，再從法律角度探討學校在保障學生安全的謹慎責任及責任疏忽，以及討論學校在校園欺凌及網絡欺凌的轉承責任，學校制定反欺凌政策的重要及需要關注的事項。有講座參加者認為，這些講座的內容有助他們進一步完善法團校董會的政策和措施；亦有校董表示，參與講座的最大得著是明白真誠行事的重要性。☞



▲「法團校董會秘書培訓工作坊」



▲「學校財務資源風險管理」講座



▲「有效的員工績效管理」講座



▲「校園欺凌相關法律及校董會責任」講座，部分校董與講者林大偉律師（右六）合照。



▲最後一場講座結束，講者張永明博士（佛像前）與眾校董、校長合照。



心中美食 —— 西蘭花腐皮碎

資料由溫綺玲居士提供



材料：

西蘭花	200克
鮮腐皮	2片
紅圓椒	$\frac{1}{2}$ 個
茴香或馬蹄	100克
榨菜	20克
薑碎	1湯匙
水	$\frac{1}{2}$ 量杯

調味料：

鹽	少許
糖	少許
油	適量

西蘭花屬十字花科植物，含豐富維生素C、維生素K等，具抗氧化功效，強骨骼，防骨質疏鬆，助抑制癌細胞生長。㊟

做法：

1. 切去西蘭花上端的花蕾，清洗花蕾，切碎；花莖可另留用。
2. 清洗其他蔬菜類，紅圓椒去籽，切小粒；茴香、榨菜，切小粒；鮮腐皮撕成小塊，備用。
3. 鑊中倒少許油，加入腐皮，倒入2湯匙水；慢火煮，再逐漸加水，煮至腐皮成茸；撒鹽及 $\frac{1}{2}$ 湯匙薑碎，炒勻，盛起備用。
4. 熱油鑊，爆香其餘薑碎，加入西蘭花碎、紅圓椒粒、茴香粒、榨菜粒，灑少許水；撒鹽、糖，兜炒；再加入腐皮茸，加蓋煮2分鐘，炒勻，盛碟。

中醫信箱

香港佛教聯合會中醫服務 註冊中醫連曉彤

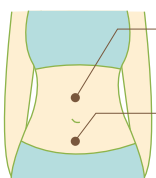
問 艾灸是如何操作呢？安全嗎？

答 不少人都聽過「針灸」，其實「針」和「灸」是各有意思的。「針」是指「針刺」，「灸」是藉灸火的熱力來溫熨穴位。艾灸就是利用持續溫和的熱力來溫經散寒、調氣血。《黃帝內經》的《靈樞·官能》「針所不為，灸之所宜」。由此可見，在治療上有時艾灸比中藥或針刺更有效果。

「灸」是使用艾葉製成的艾炷、艾條，方法有很多，例如「溫和灸」，即是將艾條點燃，對準穴位或疼痛的位置，在距離皮膚表面約2至3厘米以上施灸；每次約10至15分鐘，以穴位感到溫熱但無灼痛感為宜。

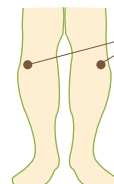
灸後皮膚可能會出現輕微紅暈，過程中出現不適，如灼痛、紅腫、瘙癢或其他過敏反應，應立即停止。記得在通風良好的環境中進行艾灸，確保灸煙不會直接進入眼睛或口鼻。另外，面部或者關節位置、大血管附近、生殖器官等都不宜施艾。極度疲勞、過饑、過飽、酒醉等等都忌灸。建議在艾灸前先諮詢中醫師的意見，或在他們的指導下進行有關療程。㊟

三個常用的艾灸穴位



中脘穴：在上腹部前正中線上，肚臍上4寸處*，有健脾和胃、消積化滯、理氣止痛的功效。

關元穴：在下腹部前正中線上，肚臍下3寸處*（約四指幅寬），有益氣助陽、利尿通淋、強壯補虛的功效。



足三里穴：位於外膝眼下4橫指處，可以調節脾胃功能，改善人體免疫能力。

佛聯會
中醫服務

*註：手指同身寸取穴法

有佛法・有辦法——心之淨化斷・捨・離(五)

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** 心靈輔導方面，是否有簡單的日常練習可以幫助我們放鬆心情？
- 陳** 佛法輔導開始前，我們都會通過「心靈綠洲」練習，讓接受輔導的朋友放鬆和沉澱。這個練習有不同好處。第一、提升情緒調節能力；第二、培養自我關懷能力；第三、提升專注力和覺察力。由於接受輔導的朋友，往往都會有不同的情緒和身體狀態，所以「心靈綠洲」練習也需要以人為本，提供動態和靜態練習，讓大家可以自行選擇適合自己的練習。以下分享的兩個練習，非常適合繁忙的都市人。

練習一

此練習偏向靜態，非常簡單，隨時可做，有效舒緩神經系統，適合有失眠的人士練習。



1. 雙手虎口互相交叉 2. 左手捉着右手食指 3. 右手捉着左手拇指
4. 保持動作，雙手放肚前，合上雙眼，觀察呼吸，放鬆手肘、放鬆身體，直至感到安定、平靜，讓自己慢慢回到當下。
5. 放鬆後，可以相反方向再做一遍（即右手捉着左手食指、左手捉着右手拇指）。

練習二

此練習比較動態，是用手指畫出「五指山」，尤其適合控制我們內心的欲望。例如當我們心癢癢，購物欲很強時，便可以做這個練習冷靜下來。過程中，張眼或閉眼、用左手或右手皆可。

1. 用一隻手指模仿一支筆，由姆指開始，繪畫手指的輪廓；保持呼吸，盡量放慢，隨着手指節慢慢移動，感受手指劃過你另一隻手指的指尖、手指隙縫、手指關節的感覺。
2. 畫到手腕位便可以轉換方向，由尾指開始回到姆指。
3. 兩隻手都完成後，深呼吸一下，讓自己回到當下。



「斷捨離」不限於我們生活環境和物質方面，我們的心靈同樣也需要「斷捨離」。短短20分鐘或半小時，其實已有助我們照顧自己的身心靈健康。「心累還需生活醫」，在此送上四個錦囊給大家：「C.A.R.E」，希望大家生活累時、心疲憊時，能夠想起這四個錦囊。

Compassion：對自己慈悲，照顧自己。

Activity：多參與照顧自己身心健康的活動。

Relax：為自己創造舒緩空間、為自己營造沉澱空間。

Exercise：身心健康離不開運動，我們除了強心，也要強健身體。

最後我希望為大家送上一句說話：「遇煩惱，靜下來，想通了，心不累」。🙏

（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 (6月1日-6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
盧寶貞(已故)	\$2,000	黃乃耀	\$300	無名氏	\$150	盛惠君(已故)	\$100
王弟子 陳信女合家	\$1,000	蔡金鈺 李麗紅 蔡鎮宇	\$300	盧禮翹 盧禮姿	\$150	郭作珊合家	\$100
王棠記有限公司	\$1,000	麥晞桓合家		劉培鑫 柯蘭鳳	\$120	郭秀珍(已故)	\$100
馬美玉	\$1,000	鄭岳恩	\$300	蔡德君 蔡雅君	\$120	郭佩玲	\$100
關中理	\$1,000	駱駢駒	\$300	LAM NI	\$100	郭貴	\$100
關中麟	\$1,000	韓兆豐 韓兆昇 韓兆鈞	\$300	LEE SZE HIN	\$100	陳月玲	\$100
龔彥豪 龔滙發 龔滙兒	\$1,000	HUNG SIU SUEN	\$200	文	\$100	陳潔冰合家	\$100
馮有方(已故)	\$720	JOHN STUART SHOSTROM	\$200	王嘉毅 王嘉宏	\$100	陳耀光	\$100
曾焯強	\$600	朱偉傑	\$200	朱小雁	\$100	麥愛玉	\$100
何芷華(已故)	\$500	何桂芳(已故)	\$200	朱君勵(已故)	\$100	無名氏	\$100
林水源	\$500	吳順貞(已故)		吳明曉	\$100	程白弟(已故)	\$100
林鄧玲(已故)		余逸揚 黃麗冰 余雋暉		吳曼麗	\$100	賀月富(已故)	\$100
鄧劉芳(已故)		鄧鳳雯 余善恆 蔡永大	\$200	吳尊復	\$100	馮卓餘	\$100
林中文(已故)	\$500	蔡址謙 富怡學生服務中心		吳澤芳(已故)	\$100	葉瑞林合家	\$100
林錦文合家		吳乾濃	\$200	李三寶弟子	\$100	葉瑞聘(已故)	\$100
林智健合家		林阿容(已故)	\$200	李坤玲	\$100	張松業合家	
張威程	\$500	林偉雄合家	\$200	李忠家 陳安鈺	\$100	雷嘉恩	\$100
郭曜銓 郭淑晶	\$500	梁惠珍(已故)	\$200	李詠瑤	\$100	潘錦玲(已故)	\$100
陳偉瓊(已故)	\$500	許肖霞	\$200	李綺蘭	\$100	蔡門祖先 薛門祖先	\$100
劉幹臣(已故)	\$500	陳立志合家	\$200	周志堅	\$100	蔡玲英合家	\$100
歐陽永鴻合家	\$500	陳佩怡	\$200	林秀清	\$100	蔡美儀合家	\$100
盧秀平	\$500	葉鈺輝 茹娉婷 張笑琮	\$200	林卓男	\$100	蔡荊卿合家	\$100
戴德齊合家	\$500	葉耀榮(已故)		林貽執 顏祝治 林勝群	\$100	鄧慧詩 張芯僑合家	\$100
鍾國新(已故)	\$500	劉綺媚	\$200	林麗冰	\$100	戴偉奇 陳寶基	\$100
鄭錦鳳	\$380	鄭金鳳	\$200	林蘭英(已故)	\$100	戴清(已故)	\$100
李文良(已故)	\$300	鄭順木 曾荔花合家		范思淮(已故)		鍾芷昕	\$100
周彩	\$300	鄭青山合家 鄭寶坤合家	\$200	黃明月(已故)	\$100	羅錦榮(已故)	\$100
邱麗華合家	\$300	鄭國華合家		林保祥(已故)		林康強(已故) 林以潔	
洪傳鑽(已故)		蕭張瑞娟合家	\$200	林蕭香(已故)			
洪傳斐(已故)	\$300	霍雪屏	\$200	孫玉(已故)	\$100		
馮美珍(已故)		鍾桂華合家	\$200	張秋忍	\$100		
袁荷鳳合家	\$300	鄭春萍(已故)	\$200	張瑞容 張家偉	\$100		
陳淑勤	\$300	邢邦昌(已故) 謝修寶(已故)	\$150	梁群英(已故)	\$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
報名 「禪修入門」課程 1. 星期日全日禪學班 2. 一天禪修	9月1日 9月8日 9月15日	10:00-18:00 10:00-18:00	大觀禪師 本順指導法師	新界大嶼山 近姜山道鹿湖20號 鹿湖慧修禪中心	秀峰禪院 電話：2891 9315
	9月3日 9月10日 9月24日	19:30-21:00	梁樹華	香港中環愛丁堡廣場5號 香港大會堂高座7樓 北會議室	彌勒佛學社 電話：2546 6890
	9月6日 9月13日 9月20日 9月27日	19:30-21:00	辛漢威老師 麥國豪老師 麥文彪教授 寶僧法師 (博士)	香港九龍彌敦道328-342A 儉德大廈14字樓F-G室 及YouTube直播	佛教法相學會 電話：2771 8161
報名 「密宗思想與文化」講座 1. 開寶悉曇梵本《大佛頂白傘蓋陀羅尼輪》之解讀 2. 摩利支天信仰與密教四法身理論 3. 不空與《宿曜經》——密宗、天文、星曼陀羅 4. 《在當代不再秘密的密宗》	9月6日 9月13日 9月20日 9月27日	14:30-16:30 14:30-16:30	宏道法師	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
	9月6日 9月13日	14:30-16:30	宏道法師	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
	9月21日	14:30-16:30	定賢法師		

法會及活動

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦單位
地藏誕法會	9月2日	09:00	常住法師	新界大圍新田村1A	慈航淨院 電話：9268 7796
報名 生命教育——活得更好	9月13日至15日		衍璇法師、傳燈法師 李兆華醫生、梁佩嫻老師	新界元朗石崗林錦路 香港大學嘉道理中心	大覺福行中心 電話：3153 4499
「秋月自性明」畫展	9月14至15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
中秋普佛法會	9月15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
消災延壽藥師寶懺	9月18日	08:30-17:00	常住法師	九龍鑽石山志蓮道5號	志蓮淨苑 電話：2354 1888

*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》八月號現已出版！

農曆七月 無有恐怖—— 佛教如何看「鬼」

農曆七月十四盂蘭節，自然會想到「鬼」，不少人把「鬼」描述成恐怖陰森的東西，讓人畏懼。究竟佛教是如何看待「鬼」？盂蘭節是怎來的？會否鬼門關大開呢？佛教對「鬼」的觀點，又帶給人類甚麼啟示呢？此篇章，我們講鬼故——沒有陰森恐怖，只有正信和善念。

深耕發掘 傳持力拓—— 林國才、鄺志康守護香港佛教歷史紀錄

「佛門網」編務總裁、總編輯林國才和高級編輯鄺志康近年為進行「香港佛教歷史文化研究計劃」，四出奔走訪尋、搜羅，把許多原已散失角落、隨時消失的珍貴佛教史料尋找出來，爬梳印證並加以整合，再以文字、圖像或短片等方式報道，無私地呈獻給大眾。



《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

香港佛教聯合會陳馬美玉紀念康樂營 歡迎租用場地

香港佛教聯合會陳馬美玉紀念康樂營面積約50,000平方呎，為教育局指定的「戶外教育營」，環境清靜，綠樹成蔭，空氣清新。營內設有宿位、禮堂、多用途禪修室、草地滾球場、露天操場、戶外橫攀牆、籃球場、排球場及露營等設施。

歡迎各界租用，作康體活動、體能訓練、講座、培訓、禪修、聚會及燒烤等用途。康樂營亦可為租用團體度身設計不同主題的康樂活動，如親子、跨代共融、歷奇等。

服務項目

- 代辦佛教弘法活動
- 日營、黃昏營、住宿及露營
- 度身訂造不同主題康樂活動
- 中、小學戶外教育營

www.hkbuddhist.org/camp



查詢或預約：2988 8411

電郵：camp@hkbuddhist.org

新界大嶼山東涌翔東路22號（港鐵東涌站D出口，步行前往約10分鐘）

[hkbatcc](https://www.facebook.com/hkbatcc)

[hkbuddhist_camp](https://www.instagram.com/hkbuddhist_camp)



香港佛教墳場「小小淨土」及「夢影花徑」服務 接受有需要人士申請



小小淨土（不足24週流產胎安放服務）申請資格

1. 申請人必須為香港佛教聯合會有效會員；及
2. 申請人為不足24週的流產胎之父、母、祖父母、外祖父母；或經香港佛教墳場管理委員會批准之人士。



夢影花徑（撒灰服務）申請資格

1. 申請人或先人必須為皈依佛教徒；及
2. 申請人必須為先人的直系親屬（父母、子女、夫妻）；或經香港佛教墳場管理委員會批准之人士。

