



香港佛教聯合會

佛曆二五七〇年（農曆丙午年）新春文告

花開天下福，馬躍人間春；樂馳千里馬，更上一層樓。新歲伊始，萬物迎春，值此朝氣蓬勃的新春時節，謹祝大家馬年吉祥、諸事順遂、福慧圓滿、歡喜自在。

今年是佛曆二五七〇年，農曆歲次丙午，十二生肖屬馬。馬在古代是六畜之首，為人類最早馴化的動物之一；馬在華夏文化中是吉祥的瑞獸，象徵剛健、升騰、奮進、昌盛，蘊含自強不息、志向遠大、勇往直前等光明寓意。在古代，馬與龍的意象常被放在一起，古人認為馬是地上之龍，典籍中有「馬八尺以上為龍」的記載；遠古傳說裏，還有一種名叫「龍馬」的神駒；因此，新年恭賀語的「龍馬精神」，正是祝福對方如龍馬般精力健旺、精神抖擻的意思。



香港佛教聯合會會長 釋寬運

佛教經典中，經常以馬比喻眾生的心念，所謂心猿意馬，便是形容我們的心念和意識，宛如猿猴和野馬般馳放不定。一般人的心念都是善惡夾雜，起伏難調，作不了主，所以才會陷入種種煩惱困境之中。佛陀是善於教化和調服眾生的導師，就像馴馬師調御馬匹一樣，世尊以佛法引導我們把散亂顛倒的心念，安住於善法，所以佛又名調御丈夫，《無量義經》云：「調御、大調御，無諸放逸行。猶如象馬師，能調無不調。」

佛陀時代，波斯匿王請求世尊開示，佛法中有沒有哪種法門不僅能在現世得到利益，在盡未來世亦能得到究竟利益？佛陀如是答：

「不放逸是一切善法的根本，一切功德利益的起源。」如果我們想求諸事順遂，獲得未來無盡的福德善果，便應依隨佛法的教導，時刻把心念繫於正法，努力耕耘善因，把身心這匹野馬調伏成為良馬。一年之計在於春，新年新開始，正是重新規劃生活和工作的新時機，希望各位都能發起無上歡喜心，依教奉行。最後，祝願各位馬年事事如意，身心康泰，菩提上進。☸



丙午年新春團拜暨第七十二屆董事就職典禮

日期：2026年2月24日（農曆正月初八）星期二

時間：下午2時30分（2時恭候）

地點：香港銅鑼灣東院道11號香港佛教聯合會文化中心3樓禮堂

內容：醒獅助興、董事就職典禮、茶點享用

報名：掃描二維碼或致電2574 9371公關部黃小姐報名（Polly Wong）



報名表格

費用全免，歡迎本會會員及同仁出席聯誼共聚，參加者將獲贈「新春福袋」一個



香港佛教聯合會80週年活動全部圓滿舉行

道源法師壓軸開示快樂的秘訣

為慶祝成立八十週年，香港佛教聯合會去年舉辦了一系列活動。2025年12月6日本會於佛教慈敬學校舉辦「快樂的秘訣」講座，講者道源法師以《吉祥經》為綱領，為大眾開示求得快樂的根本方法。

法師指出，追求快樂是人類共同的願望，但真正的快樂並非來自外界的名利與享受，而是建立於內在的修為與智慧之上。幸福快樂與否，在於我們的日常習慣和選擇，而非依賴外在的人事物。因外境一旦改變，我們的快樂就會瓦解。

法師鼓勵大眾從生活起居、人際關係、起心動念及日常行為上培養良好的習慣，為終極的幸福快樂奠下穩固基礎；他勉勵大眾學習「接納」與「消化人生的苦樂」，他認為真正的快樂蘊藏於努力與成長的過程中。

現代社會講求「正能量」，法師提醒我們，快樂並非勉強得來，開心要講求因緣具足。這些因緣源於真誠地面對自我，以及用智慧好好生活的能力。最後，法師還鼓勵大家要將「感恩」轉化為內在的力量，學習在「無常」中保持「平和」與「自在」。

整場講座氣氛熱烈，四百多位聽眾滿載法喜，為本會80週年系列講座劃上圓滿的句點。☺



▲道源法師結合理論與生活實例，講解如何在修行中培養快樂。

「香港六宗教領袖座談會」宗教互訪2025

洗滌心靈之行——慈山寺

由佛教、天主教、孔教、伊斯蘭教、基督教、道教聯合發起的「香港六宗教領袖座談會」，每年都會舉辦宗教互訪活動。今年由香港佛教聯合會輪值籌辦，組織百多位六宗教同仁，於2025年11月22日上午到訪大埔慈山寺，參學交流，充分體現了香港各宗教和平共融，相互尊重的文化。☎



▲慈山寺講解員介紹寺院每一處，讓團員認識佛教義理和智慧。



▲持水穿越「慈悲道」，感恩恭敬，發現自性，向菩薩觀音供水。



▲在慈山寺佛教藝術博物館內，可浸淫佛教藝術之美。



香港六宗教領袖座談會介紹



香港佛教聯合會沙田活動中心

新春平安百福綵燈

掛燈日期：2026年2月2日至3月3日 農曆乙巳年十二月十五至丙午年正月十五

費用：每盞HK\$280

截止日期：2026年1月31日（額滿即止）

登記辦法：請填妥下表，連同支票（支票抬頭請寫「香港佛教聯合會」），寄往香港灣仔駱克道338號1樓香港佛教聯合會收，或以現金、信用卡、支票，親臨本會辦理。

查詢或預約：2574 9371（公關部梁先生／周先生）

本中心於2026年2月2日（農曆十二月十五）星期一及3月3日（農曆正月十五）星期二，開放給公眾前來禮佛，敬希預約。

登記表

申請人：				聯絡電話：			
聯絡地址：							
捐款項目：	<input type="checkbox"/> 百福綵燈：HK\$280 × _____ 盞 = \$ _____ <input type="checkbox"/> 隨喜功德：佛前供花果香油 \$ _____ (捐款不限) 百福綵燈功德芳名： _____ （芳名掛在綵燈下方） 【只適用於綵燈登記，不超過六個中文字】						
收據抬頭：	_____ 【 <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 支票（支票號碼： _____）】						



香港佛教聯合會草地滾球隊 「滾」出健康體魄

做運動有益身心，「香港佛教聯合會草地滾球盃2025」於去年11月7日及10日，在東涌陳馬美玉紀念康樂營舉行。今次賽事共有18支球隊參賽，包括首度以「香港佛教聯合會」名義出賽的隊伍。

以本會名義參賽的女將有隊長盧佩貞；隊員陳麗鳳、陳鳳兒和曾敏健。「球齡」最淺的陳麗鳳，去年6月透過參加陳馬美玉紀念康樂營的訓練班，才首度接觸草地滾球。

陳麗鳳1年前患上淚管閉塞，在參與草地滾球運動後，健康有好轉，現時沒有再眼水常流。「在戶外做運動，可以吸收維他命D，呼吸新鮮空氣。草地滾球是講求禮貌的運動，可以認識新朋友，有教練指導，所以玩得很開心，感覺很舒服。」

家住東涌的曾敏健任職會計師樓，2年前開始接觸草地滾球運動。她說，工作時常對着電腦，草地滾球於戶外進行，玩法很多，亦很有意思。「玩草地滾球需要很冷靜，以應對球場上每刻變化；由此能戒掉急躁個性，對自己工作上很有幫助。」

陳鳳兒投入草地滾球運動已逾10年，過往亦曾參加此運動的比賽。陳鳳兒說，今次參賽能認識一班好隊友。自己透過這種運動，獲益很多。「草地滾球是自我的修行，可以學懂忍耐、接受。當然亦要發願做好自己，達到一個目標，但不要對得失看得太重，要學識放下。」

隊長盧佩貞亦常有參加其他機構舉辦的草地滾球比賽，她認為參賽是最能展現本身現時的實力。她希望透過比賽，提升自己在滾球運動的質量。「我希望能為香港佛教聯合會打出好成績，凝聚『草滾』熾熱氣氛！」

負責訓練四位隊員的胡燕容教練稱，草地滾球有一定運動量，雖然刺激，但不易受傷；更可訓練肌肉、手眼協調，8歲以上人士就可參加，絕對老少咸宜。

胡教練認為，陳馬美玉紀念康樂營新建的草地滾球場，可以更有效推廣這項運動，讓更多市民大眾前來親親大自然，體驗草地滾球的樂趣和好處。

本會首次參賽的隊伍雖然未能奪得獎牌，但能夠與其他隊伍的球員切磋，實在是一次難得的累積經驗機會。每位隊員對草地滾球的熱愛、付出和堅持，都是值得嘉許的。👍



▲本會隊伍（藍色上衣）面對高手雲集的比賽，全力以赴，展現極致的團隊精神。

陳馬美玉紀念康樂營

電話：2988 8411

地址：新界大嶼山東涌翔東路22號
（港鐵東涌站D出口步行約10分鐘）



康樂營
草地滾球

香港佛教聯合會青少年中心 推動生命教育及價值傳承

生活了大半生，老人家久經風霜，歷練豐富，深諳世事，是年輕人最好的人生導師。2025年3月至6月期間，香港佛教聯合會青少年中心聯合佛教正行長者鄰舍中心的老友記與佛教孔仙洲紀念中學的中五學生，完成了「生命教育課—生命故事冊」的計劃。

老友記和學生面對面交流，將他們人生的經歷、處事態度、座右銘等分享出來，由學生以故事冊的形式記錄及整理。學生除了學習到訪問、記錄、編輯及製作的技巧外，更從老友記的人生故事中，學會面對生活挑戰及處世的智慧，從中領會到要珍惜寶貴的時光與生命。

這個計劃分為事前培訓及預備、面對面訪談及成果分享三個部分：

- 1.事前培訓及預備：**青少年中心社工為學生舉辦義工實務技巧及「生命故事冊訪談培訓工作坊」，學習與老友記溝通及發問技巧，以應對不同性格老友記。
- 2.面對面訪談：**學生分組別與不同的老友記交流，除了訪問他們的過去及日常外，學生亦主動分享時下年輕人的潮流文化及玩意，藉以彼此交流。
- 3.成果分享：**經過訪談及交流後，學生從眾多的材料中選出重要的素材，製作一份獨一無二的生命故事冊。此外，學生會購買一份禮物贈送予老友記，老友記又按着與學生的相處體會，為學生們製作一份禮物。



▲老友記向學生展示照片，細說舊日往事。



▲老友記李叔展示學生為他製作的生命故事冊

參加者 心聲

李同學

老友記雖然已經退休一段時間，但過去的人生經驗即使放於現在，仍然很有參考價值，尤其是面對困難時的心態，鼓勵我們要有勇氣去面對挑戰。

黃同學

很多時我們以為老友記與時代脫節，但原來他們跟我們一樣都會去旅行、打機，這個計劃擴闊了我的眼界。

老友記李叔

跟學生在一起，我們也好像年輕了很多。他們會分享自己的喜好，也會聽我們分享兒時的潮流玩意和以前的生活點滴。

老友記陳婆婆

感謝學生願意花時間招呼我們，了解我們的過去，非常感恩他們願意為我製作這本生命故事冊。



香港電台《鏗鏘集》
07:15-10:36
介紹生命故事冊

下期計劃預計於3月起開始，有興趣的長者可致電佛教正行長者鄰舍中心（電話：2325 2122）向曾姑娘查詢或報名。☎

怎樣面對災後的負面情緒？

「**看**到新聞報道，感到好傷痛，好無奈……」
「朋友之間都在討論，只感到好無助，覺得自己做唔到甚麼……」

「聽到這些消息，看到這些畫面，感受到憤怒、悲痛……」



（圖片提供：陳志華）

大埔火災事件後，陸續從多位接受佛法輔導的來訪者口中，不約而同聽到很多負面情緒的表達。當人遇上或聽到一些災害，因而生起各種情緒反應，這都是人之常情，自然不過的反應。不用對抗自然反應，那麼又可以做些甚麼呢？如何自處呢？

生而為人，總會遇上「苦」，從而生起想法上（五蘊中的「想蘊」）及情緒上（五蘊中的「受蘊」）的即時負面反應。當受蘊的負面情緒高漲時，想蘊的理性客觀思維就會下降，以致容易一直跌落負面漩渦當中，人就會容易變得消極、悲傷及無力。此時，可提醒自己，也即是自我覺察，先處理受蘊的情緒，即是先處理心情。深深相信在自己內心處，擁有一片心靈綠洲。在疲憊時，可在當下得到歇息；在困乏時，可在當下提取養分，從而得到滋養及重新得力。讓每一個新的當下，都可以是新的起點，重新上路。

最簡單的方法，每當覺察到想蘊或受蘊，趨向負面或不安的時候，不用抗拒這些思緒，但可以有選擇地，把注意力帶回到自己身體的呼吸。原來呼吸一直伴隨着我們，支持着我們，從來沒有放棄過我們。把感覺回到呼吸，作幾次深呼吸，如綠洲般，感受當下原來也有安穩之處。透過覺察深呼吸，幫助啟動副交感神經，讓受蘊情緒得到緩和，以致想蘊的客觀理性得到回升，便能懂得如何珍惜當下的一切人事。無緣大慈，同體大悲，對己對人生起慈悲心。推己及人，培養出同理心，對自己及眾生做更有利益的事情。



佛教可以說是探討「苦」的專家，但這並不是消極，並不是悲觀，因為這只是楔入點，而是要更進一步找出離苦解脫之道。當中要學習知苦，探討成因，以及落實具體行動，達致改變及成長，以致能離苦得樂。

覺醒心靈成長中心從2023年春開始，提供佛法輔導服務，秉承佛陀的教法，幫助身處困苦的人士找到出路。中心的專業佛法輔導員，皆畢業於香港大學佛學研究中心的佛法輔導碩士課程及香港大學專業進修學院的佛法輔導專業實踐深造文憑課程，並且得到香港佛教聯合會的認證資格。透過佛教義理及專業輔導技巧，以佛療心，讓眾生都能離苦得樂。

《心經》云：「照見五蘊皆空，度一切苦厄。」 卐



覺醒心靈成長中心
專業佛法輔導服務

佛教黃允畋中學 泳壇雙年閃耀校園

近年香港運動員在國際賽事吐氣揚眉，佛教黃允畋中學游泳隊亦人才輩出，捷報頻傳。高中生蔡騏鴻已成為香港泳壇矚目新星，初中生童游佳亦初露鋒芒，展現無限潛力。


蔡騏鴻近年在泳壇屢創佳績，刷新多項紀錄。他在2023-24年度沙田及西貢區中學校際游泳比賽，大放異彩，奪得男子甲組50米蛙泳、100米自由泳、50米自由泳和50米蝶泳四項冠軍，全部打破學界紀錄。2024年他更上一層樓，在香港短池分齡游泳錦標賽以22.94秒及50.36秒驚人速度，於男子15-17歲組別成為50米和100米自由泳雙料冠軍。

在2024年馬來西亞游泳錦標賽，蔡騏鴻參與四項接力項目並全部奪冠，展現卓越的技術與團隊協作能力。在2024年巴黎奧運會-中國香港長池游泳邀請計時賽，他於男子100米項目以51.90秒佳績榮獲第二名，標誌着他正式躋身香港頂尖選手行列。蔡騏鴻現已升讀香港體育學院，接受高規格專業訓練，將來為港爭光。

中一學生童游佳早於2024年7月就讀小六時已嶄露頭角，在香港公開游泳錦標賽奪得女子50米自由泳冠軍。進入新學年，她在香港學界體育聯會沙田及西貢區中學分會2025-26年度校際游泳比賽，摘下女子丙組200米自由泳決賽冠軍。

在2025-26第一組短池分齡游泳比賽，童游佳於女子13-14年齡組別分別獲得200米自由泳和200米蝶泳兩項亞軍，以及800米自由泳季軍；在香港長池分齡游泳錦標賽，勇奪1500米、400米自由泳及200米蝶泳三項冠軍，還有800米自由泳亞軍和200米混合泳季軍，成績亮麗。

童游佳6歲開始習泳，在內地和香港參加過很多游泳比賽並屢獲殊榮。她表示，佛教黃允畋中學和老師們都很支持她接受游泳訓練，她希望未來可參加亞洲游泳錦標賽和世界游泳錦標賽。「在泳壇，傅園慧前輩是我的偶像，我想像她那樣取得好成績為國爭光。」

對於游泳，她有一些深刻感受：「泳池是公平的裁判，它不看天賦，只認付出——你投入多少，它便回饋多少。如今回望，那湛藍的池水早已超越了運動本身。它是我童年最忠實的夥伴，是磨礪意志的磨刀石，更是映照成長的明鏡。」



▲蔡騏鴻



▲童游佳

中醫信箱

香港佛教聯合會中醫服務 註冊中醫黃雅文

問 何謂陽氣不足百病生？

答 中醫說的「陽氣」，是人體的動力與活力之源，有生長、推動、氣化（通過氣的運動而產生各種變化）、防禦、溫煦功能。身體運作都以陽氣推動，幫助維持體溫、促進血液循環、支持消化功能及提升免疫力等多項基本生理活動。當陽氣不足時，五臟六腑功能皆會受到影響，導致健康出現問題。

首先，人體應對外界寒冷的能力下降，會手腳冰冷，畏寒怕冷，在冬天尤為明顯，容易感冒及咳嗽。

其次，脾胃為後天之本，氣血生化之源，陽氣不足會令脾胃功能減弱，消化吸收功能降低，導致食欲不振、腹脹腹瀉、消化不良等。此外，精神狀態與陽氣的關係亦密不可分，陽氣充盈令人精神煥發，思維敏捷；相反則令人時常感到疲倦乏力、精神不振，甚至情緒低落、抑鬱焦慮。

要提升人體陽氣最重要是改變生活方式、注意飲食及進行適量運動。要順應自然規律早睡早起，避免熬夜，適量曬太陽可補充自然陽氣。飲食方面應減少寒涼生冷食物，免耗損脾胃陽氣。慢跑、瑜伽、太極拳等運動既可活動筋骨、紓緩壓力，亦能促進血液循環，生發陽氣，但不宜進行過度劇烈運動。

最後，中醫艾灸亦有溫補陽氣、驅寒祛濕功效，可灸關元穴、足三里穴等保健穴位（建議在專業指導下進行）。☸

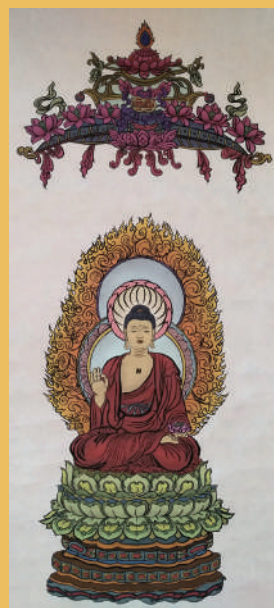
佛聯會
中醫服務

佛教節日——阿彌陀佛聖誕

農曆十一月十七（2026年1月5日）是阿彌陀佛聖誕。「阿彌陀佛」的名號在華人地區家傳戶曉，與觀世音菩薩同等深入民心，可說是佛教信仰在民間的代表，所以有「家家觀世音，戶戶阿彌陀」的俗諺。事實上，觀世音菩薩和大勢至菩薩是阿彌陀佛的左右脅侍，合稱「西方三聖」。

據《佛說無量壽經》記載，阿彌陀佛在成佛前，有一世是國王。他聽聞世自在王佛說法而出家修行，發下四十八大願，歷經無量劫修行，終圓滿成佛，建立西方極樂世界，成為今天的阿彌陀佛。「阿彌陀」是梵文，意譯為無量，並以光明無量（空間）和壽命無量（時間）來涵蓋一切無量的功德和特性，所以又稱「無量光佛」、「無量壽佛」。

阿彌陀佛最為人熟悉的是念佛法門，只要一心稱念「阿彌陀佛」名號，真心相信有極樂世界及發願求生，臨終時便會蒙佛接引，往生西方極樂世界。由於持名念佛的修行法門簡單，人人可念，功德不可思議，因而受到十方諸佛如來所稱讚及護念。☸



▲阿彌陀佛聖像，香港佛學研究所所長陳沛然博士恭繪。（圖片提供：陳沛然博士）

佛法與十個常見的生活問題(七)

佛法與我們生活息息相關，體悟佛法能解除我們生活中的煩惱，幫助我們快樂地生活。香港佛教聯合會於2025年5月佛誕舉辦「佛法與十個常見的生活問題」講座，邀請宏明法師、衍空法師及演慈法師解答公眾的提問。今期繼續由衍空法師為我們開示。



問 父母親於一年間相繼去世，父親在生時久恙，我身體欠佳，經濟拮据，即使和父母同住，也無力照顧他們。弟弟搬出自住，很少聯繫，感覺只剩下我一人。父母去世後，我非常掛念他們，每天都不快樂，請師父開示。

答 父母去世，你感到不開心和孤獨是正常的。聽完你這番話，我能感受到你的內疚。人世間就是有不完美的。佛陀第一次說法便提到「四聖諦」（苦、集、滅、道），說明人生必然有苦，乃世間常見。父母離世，你感到苦，是生命的一部分。若生命每一刻都完美，我們便不必了生死、出輪迴。你生於這個世界，自然有父母；父母的生命又伴隨無常，有無常就有苦。我們要學習接受人生有苦，同時面對和處理它。這樣我們才算真正明白四聖諦。

人生八苦，讓人心理交煎。你的苦，是愛別離苦。我們要勤奮學佛，明白人有生老病死。非常痛苦時，可皈依三寶，上求佛道，下化眾生；也可為父母多念阿彌陀佛、多念經，將功德迴向父母，希望他們早日往生極樂世界。這樣你能心開意解，也能安排自己的前途。對於你的情況，我的建議是，多念佛，用心理解佛法道理，並努力實踐。

問 我女兒乖巧聰明、開朗活潑，成績優秀。15歲那年，她突然選擇輕生，事前沒半點跡象，也沒留下片言交代。我百思不解，永遠也放不下。

答 面對這樣的事，我相信任何人都會感到困惑，我也很難給出一個答案。我在香港大學教書時，有兩位大學生在西環墮海離世了。我認識這兩位學生，大學請我於追思會上對兩位學生的父母說幾句話。當時我說：「我們永遠無法知道真正的原因，只能猜測他們內心有不開心，或內心面臨着一個抉擇。事情已發生，我們只能諒解他們的選擇，縱使不明白，但可以去諒解。」不論他們基於甚麼理由或問題，父母的愛仍在。

我們難以理解15歲女孩子的想法和感受，但可體諒她的心靈世界，諒解她一時衝動、想不開。作為父母，對女兒的愛與關心不會停止。現在的愛和關心，不再是單純地撫摸她的頭髮，而是轉為幫她念《阿彌陀經》或《心經》，將功德迴向她。請你慢慢學習放下這份永遠存在的傷痛，容許這份傷痛隨時間慢慢融入生活。起初，傷痛或佔據你生活的七成，慢慢地你的體諒、了解，會令傷痛減輕。

念觀音菩薩、地藏王菩薩名號，一方面是將功德迴向女兒，希望她得到佛菩薩眷顧，往生極樂世界，早日超升輪迴，去往更幸福的世界；另一方面是迴向自己，諒解自己有限，讓自己好好生活下去。我明白走出傷痛需要好幾年，如期間無法處理內心的傷痛，可嘗試進行佛法輔導，幫助自己。給自己時間好好療癒吧！人生難得，佛法難聞，生老病死是必然的。希望大家在佛菩薩照耀下，活得更有福報和幸福。人生有苦有樂，苦時艱難，樂時要珍惜，行善積福。這樣，我們能擁有福德和智慧，讓生活更加美好和幸福。 (全圖)



講座重溫

(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 (2025年11月1日-11月30日)

CHUI KA CHUN \$50,000
 一得公司 \$4,000
 高惠忠·黃漢興 \$3,000
 梁社光合家·陳美蓮 \$2,000
 CHU KIN TAK·王棠記有限公司·余仁勇·阮霖珍(已故)·邱嘉麗·柏斗萬(已故)·關中理·關中麟 \$1,000
 馮有方(已故) \$720
 傅惠璋 陳素英 \$600
 蔡秀清 \$510
 何秀蓮·余月仙合家·吳偉成 任瑞蓮·林鄧玲(已故) 鄧劉芳(已故) 林中文(已故) 林錦文合家 林智健合家·徐綺芬 徐嘉傑·高行健·連靄怡·陳玉婷·陳光玉·陳名媛合家·陳歷廣(已故)·黃其珍(已故) 吳美月(已故)·黃翠薇·楊康本·歐陽秋嫦·鄭偉遜莊淑娥·蘇焯釗 \$500
 穆志雄 唐嘉汶 汪麗兒·駱駢駒 \$400
 丁振勝·李文良(已故)·張寶璐·莊國清 楊秀美合家·郭亨蘭·陳雅芬·麥佩琮·曾葵卿·黃端英·蔡仲鸞·蔡沈佩齊 蔡美妍 蔡愛華 蔡美儀 袁熙城 劉澤韜·鄭悅愛·藍妹 鍾耀傑 盧柏文 \$300
 何建偉 雷麗楓 何倩鳴 何浩鳴 B仔何金水 CASH \$280

胡麗萍 胡文發 周建昇 周建中 周建基·蔡門祖先 薛門祖先 袁門祖先 蔡養琛(已故) 蔡學倫(已故) \$250
 尤少紅·任瑞燕 任宅合家·伍子冲·朱偉傑·佛弟子·吳憶君·周美英·周繼萍 龐應合家·邱惜珍·胡連儀·唐芝慧·高全生·張徐發(已故) 張徐貞(已故)·張譚聲(已故)·梁惠珍(已故)·許肖霞·連達哈·陳佩怡·陳美華·陳惜琴·陳樹強·麥紫葵合家·景小飛合家·華雲薇葆懿·葉卿蒂·葉鈺輝 茹娉婷 張笑琮 葉耀榮(已故)·蒲梓健合家 蒲梓良·歐陽永鴻合家·潘容·蔡玉英·衛頌鈞·鄭容合家·蕭張瑞娟合家·霍雪屏·關美意 \$200
 王嘉毅 王嘉宏 鍾雅盈·何巽堯·邢邦昌(已故) 謝修寶(已故)·曾籌添(已故) 祝麗鳳·盧禮翹 盧禮姿·蘇則英 \$150
 蔡德君 蔡雅君·盧婉貞 \$120
 郭敏婷合家·蔡慧貞 \$110
 LAM NI·LEE SZE HIN·SIU SAI YAN·TONG WING KEI·三寶弟子·毛雄飛·史慧美·甘佩英·吳明曉·吳金彩·吳曼麗·吳莉莉(已故)·吳澤芳(已故)·呂啟鴻·李坤玲·李啟周(已故) 李鴻(已故) 楊亞賢(已故)·李婉池(已故)

故)·李進益 陳碧華合家·李瑞琮(已故)·李慧賢合家·李麗珠·周光豐(已故)·周志堅·周娘旺(已故)·周陳錦珍(已故)·周源章(已故)·周鄭雪芳(已故)·林珍珠·林婷婷·林華生 林倩慧·林貽執 顏祝治 林勝群(已故)·林蔓嫻·林麗冰·范思淮(已故) 黃明月(已故) 林保祥(已故) 林蕭香(已故)·孫玉(已故)·徐景娣·馬文善·馬英奇合家·張秋忍·曹淑喬·梁佩枝·梁惠容·梁鳳珠(已故)·眾無名氏·許細娥·許瑋芝 劉健安合家·郭作珊·郭佩玲·郭貴·陳月玲·陳兆英·陳秀珍·陳普霖·曾昭佳·曾昭基·曾凱妍·曾維理·程白弟(已故)·馮卓餘·馮浩倫·馮愷怡·馮愷茵·黃玉卿·黃麗芳·葉朗希·葉健冰·葉瑞林合家·葉瑞聘(已故) 張松棠合家·潘錦玲(已故)·蔡玲英·蔡荊卿·鄭玉英·鄭紀稷·鄭徐麗英·黎玉珍·賴永權·賴瑞顏·鍾展程(已故)·羅英計 巫偉娟 潘家文 羅靜雯 莊國豪 羅超賢 張峻峰 羅綺楹·羅錦榮(已故) 林康強(已故) 林以潔·譚惠瑛·譚運英·蘇肖銀 \$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。

香港佛教聯合會籌募新服務總部捐款鳴謝 (2025年7月1日-7月31日)

陳嘉盛 \$300,000或以上
 謝益顯·謝黃木卿·謝德生·謝德威·謝愛芳·劉麗貞 \$100,000或以上
 陳惠安 \$50,000或以上
 李進丁 陳紅棗·關淑貞·陳麗娟合家·王川合家·林胡鑽·李卓儒 楊明達·孫國超 孫杏瑩 \$30,000或以上
 黃秀英 \$10,000或以上
 董尹杏雅·林美玉·LUI YUEN YEE

\$5,000或以上
 施至欽·楊佩美·余氏家族·AY AND VC·黃桂宗·曹妙兒·陳麗雯·張錦成·張家穎·張家浩·佛弟子·許國平·LEUNG SIU YIN·陳詠兒·吳金鳳·吳敏華·陳霞·張秀英·湯文傑·許雪娥·陳有鉗·IP WAI KEUNG·洪玉森·黃禪君·黃智芬·張英敏·劉浩群·劉柏樵·陳惠梅·劉珮慈·蘇綺雯·

彭鳳珍·勞偉楷·勞朝卿·許美貞·陳朝鏗·楊麗君·周美英·梁永好·TSANG KWAI YEE·LO LEE LO FONG·胡燦榮·陳成威·鍾慧貞·LIU WING YAN·陸錦湛·郭秋彤·何玉嬋·區紀勉 \$1,000或以上

* 排名不分先後,其餘善長芳名將陸續在下月及其後的《佛聯匯訊》刊登。設立新服務總部的計劃可能歷時數年時間。

講座及佛學班

活動名稱	日期	時間	講者	地點	主辦單位
「生活佛學」專題講座 如何放下執着？	2月2日	19:00-21:00	陳沛然博士	九龍佐敦吳松街149-151號 龍匯商業大廈8樓B室	香港佛學研究所 WhatsApp: 9333 6310
「系統佛學」專題講座 禪公案	2月23日				
2026/27佛學研究 文學碩士	9月開課		陳劍鎧教授、譚偉倫教授、 王星逸教授、姚治華教授等	新界沙田 香港中文大學	香港中文大學 電話: 3943 1352

法會及活動

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦單位
乙巳年金剛經法會圓滿	2月1日	09:30-13:00	常住法師	新界屯門青山村 楊青路51號	圓明寺 電話: 2463 4886
乙巳年歲晚酬佛恩 供佛齋天法會	2月2日	09:00		新界屯門蝴蝶灣 觀音公園	佛教青年協會 電話: 2338 9939
供三寶諸天 禮大悲懺 大蒙山施食	2月2日	09:00	常住法師	新界屯門藍地 青山公路18號	妙法寺 電話: 2461 8567
乙巳年酬佛恩 禮供三寶諸天法會 全年共修圓滿佛供	2月12日	09:30-11:30	僧徹法師	香港跑馬地山光道15號	東蓮覺苑 電話: 2572 2437
彌勒菩薩聖誕供三寶及諸天	2月17日	09:30-13:30	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
新春禮供三寶 諸天祈福法會	2月23日	09:00-11:00	常隆法師	新界元朗擊壤路17號 順發樓2樓F-G室	淨蒼 電話: 2476 7730
內觀十日課程	2月25日至 3月8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。



《香港佛教》一月號現已出版！

天壇大佛元旦叩鐘—— 聞鐘聲煩惱輕 智慧長菩提生

元旦叩鐘祈福活動過往一直在寶蓮禪寺舉行，惟去年12月22日其方丈淨因大和尚捨報圓寂，今年改在志蓮淨苑舉行。淨因大和尚去年底接受《香港佛教》訪問，闡釋叩鐘的意義，感恩他為我們留下了寶貴的智慧。

一個人的布施——陳德森導演

2010年，陳德森導演以《十月圍城》獲得香港電影金像獎最佳導演。他的童年、青年以至壯年時期，都經歷過灰暗、病苦和離苦。因為覺醒和信仰，使他走出抑鬱的幽谷。他深信電影要有正能量去感染別人，而他自己也一直在行善布施。



《香港佛教》於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

香港佛教聯合會董事會同仁
祝願

世界和平
國泰民安
家庭幸福



圖：梁穎文（佛教何潘月屏長者文化服務中心會員）