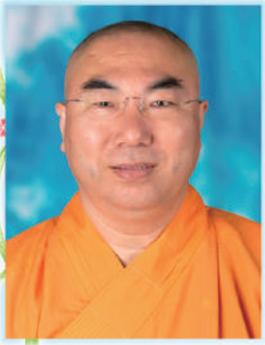


## 慶祝佛曆二五六五年 (2021)

佛誕節吉祥大會  
祝福辭香港佛教聯合會會長  
寬運法師

尊敬的民政事務局徐英偉局長，  
尊敬的中央政府駐港聯絡辦公室協調部朱文部長，  
諸山長老、各位大德法師、佛教四眾弟子，各位香港市民：  
佛誕吉祥！

今天，很高興與大眾同賀佛誕。雖然，在這個禮堂裏的人不是太多，但互聯網的世界無遠弗屆，香港市民可以不受空間、時間所限，感受到這一份佛誕的吉祥氣氛。本人謹代表香港佛教界，向諸山大德、佛教四眾弟子、各位市民送上最真誠的佛誕祝福。

佛誕是紀念教主釋迦牟尼佛誕生的節日。佛陀的誕生，為我們帶來佛法的慈悲和智慧。在這個節日，佛教徒會進行浴佛活動，雖然，不是每一個市民都能夠參與浴佛，尤其在香港仍然受到新冠病毒影響的時候。但是，我希望市民都能了解「浴佛」的意義。浴佛就是「淨心」，通過自省、修心、修行，來洗滌我們內心的塵埃和污垢。通過學習和實踐佛法，自利利他，服務眾生。

近年，香港經歷了不少波折。由社會動亂、中美貿易戰，至新冠肺炎疫情等等，令我們深刻體會到佛法中的「無常」。「無常」就是「變化」，世界上沒有不變的「果」，香港會變好，也可能變壞。幸運和幸福都不是必然的，是需要有好的因和緣，需要我們一起去改變、付出和創造。

香港由治到亂，再由亂到治，我相信，沒有「香港國安法」這個因緣，今天還沒有穩定安全的香港。現在，我們又正面對新冠肺炎病毒，我們應該再拿出改變的勇氣，將生活方式改變一下，避免病毒情傳播。我們也要拿出付出和創造的精神，身體健康的人，應盡快去接種疫苗。只有這樣，我們才能改善香港現在面對的疫情。雖然，改變，有時是苦的；付出，有時會累的；創造，也要動腦筋。但，這是香港人過去成功的重要特質。香港的未來，決定於我們現在種下的因緣。

最後，祈願佛光普照，世界和平，國家昌盛，香港繁榮，疫症早日消除。祝福各位家庭幸福、福慧無量，身心康泰。謝謝。

## 佛誕 - 充滿喜悅的一天

## 佛教覺光法師中學

二零二一年五月十四日，是本校一年一度慶祝佛陀誕生的大日子，今年的佛誕活動的氣氛比去年熱鬧得多，還記得去年的佛誕，正值疫情嚴峻的時期，果毅法師只能在一個沒有觀眾的禮堂，進行浴佛儀式。

在疫情緩和下，今年所有同學都有機會在學校參與慶祝佛誕的活動，縱使因避免人多聚集的情況下，只能讓部分級別同學進入禮堂出席典禮，其餘同學亦可透過校園電視台的直播，在課室一起觀看整個典禮的過程，透過螢幕觀看，同學們也能感受到佛誕的喜悅。

除此之外，在課室參與的同學，還要學習摺紙蓮花和抄心經，以親手摺好的紙蓮花供養佛陀，以表敬意。當大家一湧而往供佛區時，場面熱鬧而溫馨，同學們有秩序地把手上的蓮花放置在供佛的桌上，不消一會兒，小小的一處供佛區，形成一片色彩斑斕的花海，每一朵的紙蓮花表達了同學對佛陀的追思和對佛陀降生於人間的欣喜，予人一種溫暖祥和的感覺，彷彿拉近了同學與佛之間的距離！

這美好的日子就在所有師生全情投入的情況下圓滿結束，平淡中更見精彩。我相信明年的佛誕，必定比今年因緣更具足，能為同學帶來更豐盛的學習，更美好的回憶，更深刻的體驗！



香港佛教聯合會  
青少年團團報  
覺光題

(第四十九期)

佛曆二五六五年

出版：香港佛教青少年團

地址：灣仔駱克道三三八號

電話：二五七四九三七一

# 疫情下的浴佛典禮

佛教善德英文中學 佛青團中五幹事

疫情下，今年的佛誕慶典改為全體同學在班房內觀看網上直播，除了播放老師浴佛典禮、素食烹飪示範等片段外，更設即場問答及抽獎環節。佛青團幹事籌備過程艱澀，但萬幸的是慶典能不負眾望地順利完成，以下篇幅將簡述佛誕慶典的籌備過程及團隊的感想。

## 老師浴佛典禮

今年的浴佛環節較往年特別，我們採用事先錄影的形式錄製浴佛典禮的影片，並在佛誕慶典當天播出。有幸邀請到校監果德法師開示及校董果毅法師的致辭祝福，全體老師在校長帶領下一一到台上浴佛，過程莊嚴。

## 素食烹飪示範

在煮食示範裏，幹事除了一邊從旁協助廚師 Ken Kwong，一邊詢問煮食細節的問題。之後更設有訪問環節，例如詢問廚師茹素的原因，並了解廚師初心和成長歷程，帶出茹素同佛教之間的關係，令同學有所得益。

## 微電影

有幸得到「青一釋」協助，佛青團首次嘗試製作微電影，這真是本團一個重要的里程碑。

電影內容由佛青團幹事親自撰寫，且嘗試以繪圖 (storyboard) 方式表達拍攝角度及人物位置，同時亦須準備道具，構思合適的服裝及場景等。以上的工作讓我們探索以往從未做過的新奇事物。至於角色是由四位中三同學擔任，他們需要背誦對白、練習表情，每個鏡頭都要拍攝多次，耗用不少時間和心力。其他成員負責擔任拍攝工作，學會不同的拍攝技巧，例如如何掌握鏡頭來創建好的構圖等。總結而言，所有佛青團員能夠藉此體驗拍攝微電影拓寬自己的視野，獲得一次獨一無二的經歷。

## 遊戲及抽獎

關於遊戲方面，幹事會到課室直擊同學回答，氣氛緊張又刺激，亦令同學有參與感，冀能讓同學感受與往年在禮堂進行問答環節時相同的氣氛。

## 技術支援：電腦組

佛青團電腦組成員協助微電影和煮食節目拍攝工作及影片剪接，今年角色尤其重要。在微電影拍攝過程裏，「青一釋」教會我們如何使用拍攝器材，而所學到的知識隨即在緊接的煮食節目中得以學而致用。

今年籌備工作的過程中，雖然難關重重，但經過幹事和老師們的仔細討論後，一切的困難也一一衝破。過程中我們明白到團隊合作的精神以及攜手合作的重要性。最後此環節也能夠順利完成，師生反應熱烈，效果良好。

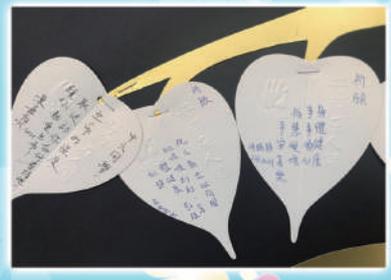


# 法寶節祈願法會 紀念佛陀成道

佛教慧因法師紀念中學

因應疫情反覆，本校為適應教學新常態，亦嘗試在線上舉行佛化教育活動，讓學生即使在停課期間也能受佛法薰陶，建立積極正向的價值觀。

為紀念佛陀成道，佛化教育組特舉行「法寶節祈願法會」，中二、三及五同學透過 ZOOM 以網上形式參加；中六學生則前往禪修室現場參與，學校全體師生均參與其中。是次法會首先由佛學科老師介紹法寶節的緣起，師生三稱佛號，然後同誦《心經》；接下來由佛學科老師帶領慈悲觀禪修，大家便能以慈悲、柔軟的心進行祈願。師生在菩提葉形狀的祈願卡上寫上對自己、對身邊人的祝福，並為即將應考公開試的中六同學打氣。最後，全體師生一起將誦經、祈願的功德迴向十方眾生。其後本組及視藝科將收集回來的菩提葉設計成菩提樹展板，寓意眾願成就，共趣菩提。



## 遇上世紀疫症，我們如何保持「正念」的心去迎接每一天的挑戰和改變

中學組 冠軍 佛教孔仙洲紀念中學 5A 蔡宇城

無常來，擋不住，躲不過。接近 2019 年 12 月中國武漢市突如其來地傳出一種前所未有的病毒 — 2019 冠狀病毒。更在 2020 年初迅速蔓延全球，聞風喪膽，染疫死亡者全球超過二百多萬，恐懼、憂慮、傷心、抑鬱變成眾生躲不過的厄運。

眾生生活於現實的煎熬中，到處搜羅口罩、酒精、手套、衛生紙、漂白水等防疫用品。沒有平日的修習禪定的智慧，哪有克制焦慮的方法。此時，我驀然想起佛學老師叮嚀：保持一顆正念的心，才能讓我們免受疫情的困擾。依一行禪師指導：「念」是「憶持」、「記得」。「念」就是要記得回歸當下。中國漢字「念」分兩個部分：上部份的意思是「今」、「現在」，下部份的意思是「心」。正念的具體表現是「活在當下」，我提醒父母不慌不忙，當下得用著家中的清潔品，當沒有口罩時，發揮創意製作布口罩；當下一刻，注重雙手潔淨，注重衛生每一步。

眾生困於痛苦的、狹窄的環境內。受制於政府頒布的「限聚令」，市民從早到晚呆守家中，家人關係未見改善，煩惱根源又來了。依一行禪師指導：正念的第二個具體表現是「觀照內心」，覺察身邊親人或事物，關心父母憂慮而起的變化，關心兄弟姐妹的學業困擾。佛學老師常提點：我們多關心和凝視家人，設身處地，互相體諒對方。

眾生徹底改變外出用膳時的習慣，祖父母、父母兄弟四分五散，割據一方，關係越趨疏離。宅男宅女橫空出世，無論上班、上課、吃飯還是娛樂都被迫在家中進行，這讓很多工作都充滿了挑戰，例如開會、上課、練習等，少了面對面的溝通，讓這些需要協作的工作和學習毫無進展，我們與朋友之間的關係亦會因缺乏交流而逐漸疏離。

正念的第三個具體表現是「減輕他人的痛苦」。我嘗試感受低下階層的工作辛酸，我表達對他們的關切：「我知道你很痛苦，你過來坐下吃飯吧。」如果每位決策者、市民都從關心角度出發，要減輕痛苦的事情，讓眾生感到有溫暖和舒適的地方。在困難時刻，我們互相關心大眾，用大悲心意味著通過相應的作意去滋養對方。當你修習正念的時候，你使自己和對方同時活在當下了。這時，我們應當保持一顆正念心，以樂觀和正面的心態面對「生命中的無常」。

在疫情下互勉，一同學習，克服疫情帶來的困難，一起進步，維繫友誼。所以說，我們要保持正念心，心中充滿希望，就能體會到辦法總比困難多，不被疫情帶來的困難所困擾。

身為一個中學生，在疫情影響下留在家中網課，有很多同學都認為家中太多誘惑，讓自己難以專注課堂，再加上，家是休息的地方，沒有學校那嚴謹的校規，也沒有老師在旁督促，大家容易放空或沉睡，學習效率較實體課堂低下。若我們都能保持八正道中「正念」，多反思生活的態度，調節作息時間，保證有足夠的休息和精神，課後再溫習課上所學，鞏固知識，主動答問，能有效提升同學們的學習效率。

以「正見」面對無常，就能克服疫情帶來的困擾和挑戰，找到舒緩方法，肯定自己的能力，建立自信心，便能戰勝困難和挑戰。「境隨心轉，心隨境轉」視乎大家有否修習正念。我們常懷著積極樂觀，廣結善緣，正念心面對一切困難和變化，精進不懈，才會「心淨則國土淨」。

中學組 亞軍 佛教茂峰法師紀念中學 4D 黃靖

庚子年初，本該是萬家燈火，一派熱鬧繁華景象，怎料卻是國難當頭！突如其來的病毒肆意席捲每一寸土地，城市沉重地呼吸着，一場沒有硝煙的戰爭逐漸拉開帷幕。抗疫之路漫長而顛簸，時至今日，仍有人為我們負重前行，這是一場對全世界考驗，也讓我們看見眼前人，重新思考人生的意義，重拾瑣碎的點滴。

新年的鐘聲已敲響，大地卻陷入一片沉寂，武漢封城的消息傳出，社會上人心惶惶。新聞中，市民爭先恐後地搶購物資、大量囤積口罩，大多數人的眼中都失去了往日的繽紛色彩，被恐懼蒙蔽了雙眼。雖然隔着屏幕，我看見的卻是對未來的擔憂、惶恐，亦或是迷茫。他們被未知的病毒「束縛」，因為被無明所障蔽，落入虛妄的幻想，一次次輕易相信謠言，終日生活在恐懼和虛空中，害怕與人接觸，害怕染病，最後迷失自我。新聞中每日持續增長的確診人數，亦不斷提醒着我生命的脆弱。我不禁嘆息，無論我們的人生多麼精彩或黯淡，人始終都要面對生老病死，沒有人知道未來何時才能戰勝病毒，也沒有人知道何時才能脫下口罩，世事不斷變化，但黑夜終究會迎來白晝，這一切終究會迎來結束的一日，定會有春暖花開之際。

金剛經中指出：「應無所住而生其心」，但凡夫有所住，便無法抽離。疫情已延續一年之久，有的人卻還停留在二零二零年，患得患失，一味執著於昨天和明天的人將不能獲得解脫。漫長的網課時間，沒有人監督，令我們被這美好的幻境所誘惑，更容易被周圍的事物吸引，更失去求進的動力。一條訊息，一段聲音便令我們心生雜念，何不養成「念起即斷，念起不隨，念起即覺，覺之即無」的習慣，在念頭生起的時候不被之所牽引着。將注意力放在身體上，通過關注自己的呼吸，讓意識和思緒回歸當下，斬斷過去的憂愁，忘記對未來的恐懼，回歸自己眼前的生活。

疫情期間，外界有太多的聲音令我們迷惑，惶恐不安的心情令我們感到迷茫，但過多的批判只會打斷正念，繼而心生雜念，不知不覺間我們便墮入執著的無限循環中。何不試著放下執念，調整呼吸，慢慢了解自我內心，平靜地面對它、接受它、放下它，以清靜心去迎接每一天的挑戰和改變。過去繁忙的生活讓我們忙得焦頭爛額，總是忽略身邊人，疫症來勢洶洶，所有人被困在原地，卻給予我們寶貴的機會，將複雜的情緒穩定下來，一念覺知，看到自己的習氣，明白自己改善的方向，消除與身邊人的隔閡。從前的我總是忙於課業，覺得只有努力奮鬥才能去到自己想要的遠方，如今漫長的居家隔離時光，讓我得以暫時停下腳步，覺察呼吸，將身心帶回當下，覺知自己的情緒和每一下心念的來去，誠心面對眼前人，不被那些來來去去的心念牽走。我重拾與家人相處的美好時光，一家人朝夕相處，踏踏實實坐在一起，不被煩惱束縛，靜下來談家常，時刻保持清明覺知的狀態，放寬心，將心帶回到當下。疫情下，本應是張燈結彩的新年失去了「年味」，日趨上升的確診人數讓所有人深切體會到生命的渺小，我們這才發覺能認認真真地陪伴在家人身邊，能品嚐到家中一碗溫熱的濃湯，已是無比的確幸。

新年的氣息終會融化冬日的考驗，點亮城市黎明的燈火，只要我們懷著正念，凝聚眾人之力，終能撥開疫情的雲霧，迎來春暖花開的第一束暖陽。

## 遇上世紀疫症，我們如何保持「正念」的心去迎接每一天的挑戰和改變

中學組 季軍 佛教黃允政中學 5C 許翁彥

被口罩困住的人們眼神飄忽不定，眼底佈滿恐懼。疫情，讓香港這座城市人心惶惶，像是一張灰色的巨網，讓人們無處可逃。

在這樣的環境下人們能做些什麼呢？唯有擺正心態，樂觀面對。疫情期間，要在家中上網課，一個人在房間中，無人交流，於是網課的日子便顯得格外孤單。我們的心中或多或少有些許失落與煩躁，也許會做出一些不理智的事情。但在這種時候，保持「正念」才是治療這種心境的良藥，我們要時刻記住，疫情發生在我們的身邊，我們應該關注它，做好防範，但一定不要受疫情所影響，保持平和的心態去看待疫情。因為疫情對我們而言，也是一種磨練。因為疫情讓我們可以擁有更多的獨處時間，獨處有助我們禪修，從而培養正念，學習更冷靜地思考問題，更能有助鍛鍊我們的思維能力。所以，在疫情期間保持我們的正念，便可以更好的面對它。

同時，在家中上課令學習壓力變得更大。老師不能當面教導我們，導致我們可能很難理解新教授的課程，對於網課所學到的知識，我也無法清楚地應用在課業上和測考中。在網課的這段時間，我感覺到自己的態度有所怠慢，在網課時很難專注，因此學業難以提升。這時候我們應該努力「八正道」，持正見，知道現時我們應該加倍努力好好讀書，並以正精進的修行策勵自己，絕不鬆懈，絕不停頓，更以正語去積極詢問老師不理解的課題和知識。我深信，面對無常的學習新常態，積極創造善因緣，認真做功課，抄筆記，改變平時懶散的態度，我們的果報也都會隨之改變。世上並沒有一個永遠是好或永遠是壞的我，若然我一開始因為懶散而導致成績退步，現在的我就會因奮進而令學業進步。

娛樂對許多人來說是生活的一部分，在香港繁重的壓力下，與朋友外出遊玩，吃美食是大家抒發壓力的最好方式。人們在娛樂中放飛自我，舒緩壓力，重拾良好狀態。但在疫情下，食肆和公共場合的關閉，人們的娛樂方式大大減少，實在苦不堪言。但這又何嘗是一件壞事呢？只要維持正念，知道自己能夠尋找另外抒發壓力的方式，那麼這一切也算是另一種磨練。就算我們不能外出吃飯，我們也可在家中嘗試下廚，增強廚藝。不能外出遊玩，我們便在家中看書，學習，以豐富自己，使得自己更加完善。

疫情或許帶給我們恐懼，讓我們的壓力更加沉重。但維持正念，保持良好的心態，我們便可以坦然面對，絕不需要畏懼它。《華嚴經》云：「心如工畫師，能畫諸世間，五蘊悉從生，無法而不造。」聖嚴法師法語云：「山不轉路轉；路不轉人轉，人不轉心轉。」我深信境隨心轉，只要保持正念的心去迎接每一天的挑戰和改變，逆境也能成為機遇。

疫情終會過去，陰霾終會一掃而空，我們也終會越變越好。

## 當人們遇上不如意的事，我會抱着 — 的心看待他們。試以佛教因緣業報的道理，談談這心態如何改變我的人生。

中學組 特優獎 佛教大雄中學 5C 張潔瑩

世間不如意的事繁多，人生更是無常，我們無法預知事情的發生，但卻能決定事情的性質，種種事物都有其出現的因緣，善因得善果，惡因得惡果，上一世留下的惡果於這一世的我們來說是猝不及防的，但這些不如意之事與其說是痛苦，倒不如說是個磨鍊的好機會。

就自身的果報而言，「我」之所以會遭遇不好的事情，是因「我」從前犯下的業而得到的果，所以此時不應埋怨，亦不應感到不忿，而是反思自己究竟種下了什麼種子才招引此等惡果，進而將問題從根源解決，將壞掉的果實連根拔起。若只解決當下的困難，而並未意識到問題存在的根源，那惡果的根，便會留在輪迴的土壤裡繼續發芽。

社會上有許多苦難之人，他們只是一味的仰天呻吟自己的痛楚，認為命運捉弄自己，對自己的遭遇發出怨懟，甚至厭惡當下的生活，而並未意識到自己之所以有這般的際遇，是因自身的無明所驅使的。我會憐憫這些苦難之人，明白他們在苦海中不斷輪迴受苦無法解脫，亦欽佩那些不因苦難一蹶不振，反而積極種下善因之人。

即使苦難並非來自自己本身，而是由他人施加的，也可以用同樣的法則去理解。施加者的無明煩惱驅使着他們去犯下惡業，從而在未來承受惡果，這無明的迷霧在般若的道路上瀰漫著，是眾生皆要面對之事。因此我們不應遷怒對方，而是以憐憫的心去理解在輪迴苦海中迷茫的他們，如同忍辱一般，以清靜的心態去理解對方所為的緣由。

那些遭人背叛，遭人辱罵甚至一點雞毛蒜皮之事便輕易發怒之人，常常以躁動的心態代替忍耐，這種時候便會使自己處於一種「受苦」的狀態，一種精神上的「受苦」，若此時能靜心思考，便會發現真正在受苦的人其實是生事之人，清楚看到貪嗔癡在他心中作祟。

苦難中的迷茫與煩躁都容易引導我們走向貪嗔癡的無明道路，從而無法面對苦難，甚至做出錯誤的業行引發更多的業力。但此時最需要的並不是憤怒，憤怒是讓事情變得更加無助的燃料，若要撲滅這團火，需要的是沒有雜質的甘泉，一股以般若智慧泉眼的水去澆滅。而尋找這股泉水實是眾生在輪迴中的頭等大事。

我以前亦習慣遇到不快之事便大發脾氣，情緒波動則心不定，因此未能夠處理好該做的事情，令自己更加煩躁，陷入一個惡性循環中。但當我意識到，芸芸眾生都在無明之火中飽受煎熬時，大家其實都是在經歷一樣的痛苦，這時我們應該伸手將對方從烈焰中拉出來。這個想法時常在我煩躁時浮現在腦海中，我雖不能做到如菩薩那般慈悲寬容，但這樣的經歷亦在磨鍊着我如何以更平靜的心情去看待人事物，訓練着我的氣度，教我如何一點一點的放下我執。「滅卻心頭火，剔起佛前燈」。

## 遇上世紀疫症，我們如何保持「正念」的心去迎接每一天的挑戰和改變

中學組 特優獎 佛教大雄中學 3D 卓希穎

「這個疫情真的好像惡魔，想擺脫都難。」我常聽朋友如此抱怨。在二零二零年，世界病了，新冠疫情在世界各地張牙舞爪，眾生叫苦連天。

自我接觸到佛教，我對佛陀最深刻的印象便是他以慈悲心對待世間，我亦明白世界不是病了，而是因緣流轉，世紀疫症才會降臨。聖嚴法師曾說過：「面對它，接受它，處理它，放下它。」當我們明白世紀疫症不是無故降臨時，我們應學懂保持正念的心去迎接每一天的挑戰和改變。

要修行「八正道」中的正念，我們就應先了解其義。正念就是四念處，即身、受、心、法四種所緣，也為正確的憶念，能夠憶念佛陀所教的道理，並依這些道理去清晰和客觀地觀察和理解身心世界。

佛陀說：「倘若有能夠不忘失正念的人，一切煩惱的盜賊就無法進入他的心中。」現在，我們因為疫情，上學時間縮短，與人見面聊天也多有困阻，旅遊也受限制，不少人感到孤獨，生活枯燥乏味，因此受到煩惱的滋擾。

此時我們應該換個角度思考，若有人陪你一起熬過了此等逆境，那他對你來說是何等珍貴呢？每個人都應該珍惜陪伴自己的人，並且和他們一起如佛陀所教導的以積極樂觀的心態去面對生活，而不是專注於給你帶來暫時落寞的緣由而不選擇滅除它。這亦是「四念處」中對情緒的感受進行留心觀察和理解。

此外，在疫症的籠罩下，強健的體魄也極為重要。佛教認為人是五蘊和合而成的，其中包括色，即身體，當我們感到疫情為自己帶來的精神繃緊和心靈受創，不妨在室內進行適當的運動分散注意力，亦可在靜下來時進行禪修，專注呼吸，從而放鬆自我，照顧好自己的身心，使自己能夠健康成長。這與正念的修行之對身體的活動進行留心觀察和理解密不可分。

作為有情眾生，我們在通往涅槃之路時必定明白心存正念的人，不會輕易陷入種種煩惱，即使遇到困難與問題，內心亦不致慌亂，進而能夠有條不紊地面對與解決問題。這正是我們在世紀疫症最應持之以恆的八正道之一。

世界與我們是密不可分的，只要大家齊心協力，必能滅除此病苦。

## 我的佛學老師

小學組 冠軍 佛教林金殿紀念小學 馮愉殷

我的佛學老師——江智鈞老師，是我最敬愛的佛學老師。

江老師懂得運用日常生活的例子及淺白易明的詞語，加上活靈活現的表達方式教導佛學道理，更令我對佛學產生了濃厚的興趣。

江老師在一堂佛學課教導我們五戒之中的不殺生戒，她說殺了生後就會種下壞種子，當種子成熟後，犯戒的人便要承受果報。我明白了，想要改變這個行為，現在即使踏單車時會分外留意地上的小螞蟻，以避開牠們。

平日上課時，我和同學經常遇到關於佛理上的問題，然而課堂上發問的同學很多，問題也很深奧，並非三言兩語便能解釋清楚；但江老師卻耐心地回答我們的問題，甚至犧牲自己小息的時間，務求令每位同學均獲得佛理上的全面理解。

最後江老師還鼓勵我參加佛聯會七十五周年影片拍攝比賽，經過一連串的指導及練習後，最終我與哥哥獲得了優異獎，實在有賴江老師的悉心指導。

江老師盡心盡力地弘揚佛學精神，帶領各位同學認識佛教道理，在我的心中，江老師是我最敬愛的佛學老師。

## 我身邊的一位菩薩

小學組 亞軍 香海正覺蓮社佛教正慧小學 陳天慧

每當我看到天上的星星時，我便會想起外婆，想起她那菩薩的心腸，想起她曾教導過我的那些道理……

還記得，小時候每次和外婆一起吃飯時，她總會另外準備一盆蔬菜給自己吃。那時候的我好奇地問外婆：「外婆，明明肉才是最好吃的，為什麼你只吃蔬菜呢？你不喜歡吃肉嗎？」外婆聽了後哭笑不得地向我解釋道：「傻孩子，我是一個素食者，雖然肉的確很美味，但你知道一切生物都是有感情的嗎？人不會因為不吃肉類而死亡，但如果我們吃動物的話，牠們便會失去生命。因此我選擇成為素食者而不去傷害小動物。」從外婆的這一番話裏，我學會了要尊重生命，不要為了口腹之慾而殺生，而這也就是令我立志要成為素食者的原因。

記得有一次放學回來，我看見外婆和一個小朋友說話，我感到十分好奇，於是便靜靜地走近他們。「你想要這些糖的話，可以告訴婆婆，但要記得，不可以偷東西，因為這樣做是不對的……」「我知道了，對不起！」從他們的對話中，我得知了事件的來龍去脈。原來那個小孩子在外婆的土多裏拿了糖果準備逃走，沒想到會被外婆發現。他一開始還不肯承認，但在外婆多番的追問下，他承認了自己的行為，並向外婆道歉。最後外婆不但沒有責罵他，反而送他一些零食。我很不理解外婆的行為，於是便向她問個明白。外婆告訴我，做人應該懂得寬恕，不要懷恨別人，更何況那個小孩只是因為一時衝動才動歪念去偷東西的。這次的事件不但讓我知道不妄言、不偷盜和不瞞的重要性，更重要的還讓我學懂了要有包容和寬恕別人的心。

雖然外婆已經離開了這個世界，但是她所教導我的道理會永遠深深地烙印在我的心中，她語重心長地教導我時那慈祥的聲線時常猶在我的耳邊響起……。

## 佛教校園遊

小學組 季軍 佛教慈敬學校 溫俊祥

大家好，我是校園小導遊，讓我帶大家遊覽一下我的學校——佛教慈敬學校吧！

一走進學校大門，便可看見大堂正中央擺放着一尊觀世音菩薩的雕塑，好像在說：「歡迎來到佛教慈敬學校！」而旁邊有兩個代表我們學校的吉祥物，彷彿向我們熱情地揮手！

經過校務處，就可以來到我們學校的操場。男生最愛在籃球架下玩躲避球，球丟不準，常常撞得球架「蹦蹦」響；女生則偏愛坐在長凳上，有時聊天，有時吃零食，有時玩「猜皇帝」，度過無憂無慮的小息。而操場的左邊有一輛英語學習巴士。那是由九龍巴士有限公司捐贈的一輛退役巴士，並得到各界善長、社會賢達和校內大批家長的慨捐贊助，從而改裝成的。可以讓同學在更多元化的環境下學好英文。這裏是我最喜歡來的地方，我在這裏留下了許多美好的回憶。

沿着樓梯拾級而上，走到四樓，就來到了我們學校的「智開堂」。這裏是我們獲「智開法師紀念基金」慨捐 250 萬修繕而成，以繼續發展更具校本特色的優質教育。法團校董會更將禮堂命名為「智開堂」以紀念德高望重的智開法師。走進智開堂，便可看到舞台上刻着幾個大字：「明智顯悲」，這就是我們學校的校訓，激勵着我們成為「慈悲」與「智慧」兼備，正向健康、品德多才、思維創新的「慈敬人」。向右下方望可以看見嚴陳慈敬居士的照片，這張照片是由我們的校董送給學校的，這位居士也是我們學校名字的由來。她就像一位慈祥的母親庇護着我們，鼓勵着我們要進步。

離開智開堂，我沿著走廊向前走，便來到我們學校的「心靈淨思軒」。有時老師會帶我們來這裏上佛學課。我脫下鞋子後走進這個小房間，坐在軟綿綿的坐墊上，感受空調吹出的陣陣涼風，以及從音樂播放器播出的那悅耳動聽的歌曲，我頓時身心放鬆，慢慢地閉上眼睛，開始禪修……這真是使我心曠神怡！

我的校園不僅是學習的天堂，也是成長的搖籃。聽完我的介紹，你是不是很想來我的學校參觀呢？期望你的到來！

## 我身邊的一位菩薩

小學組 特優獎 香海正覺蓮社佛教陳式宏學校 鄭思涵

我的外婆是一位信仰佛教的人，她心地善良，樂於助人，雖然她文化水平不高，但她卻教了我許多道理。

我的外婆自小生長在鄉村，她小時候看到一位朋友把小雞按在水裏，便馬上衝了過去，阻止了朋友的行為，將小雞救了回來。外婆自小就存有一顆菩薩心，不忍看見任何人或動物受苦。

外婆現在已經八十一歲了，但她仍堅持為他人做一些力所能及的事。有一次，鄰居家的小孩生病了，小孩的父親外出打工，他的母親是傷殘人士，行動不方便。正當小孩的母親害怕得不知道該怎麼辦時，外婆立刻背起小孩，走了足足一個小時的山路，把小孩及時送進醫院，小孩才能脫離危險。小孩的媽媽非常感激外婆，送了一些蔬菜給外婆，外婆却婉拒對方的好意，說：「這只是舉手之勞，這蔬菜你拿回去吧！」後來，我問外婆為什麼不拿蔬菜，外婆笑着對我說：「施恩莫望報！更何況幫助了別人，不僅別人快樂，自己也快樂，而這種快樂是任何東西都換不來的。」我點了點頭，坐在外婆身邊，聽着她繼續憶說往事。

「樂善好施，厚德載物」外婆就是在生活中的一件件小事上，詮釋着濟世救人的佛家真諦，演繹着她平凡而又富足的人生。我的外婆，就是我身邊的一位菩薩。

## 我的佛學老師

小學組 特優獎 佛教榮茵學校 張芷蔓

我的佛學啟蒙老師就是我的爸爸。

我的爸爸篤信佛教，在書房的靜室裏，也設置了一個雅緻而莊嚴的小佛堂，作為平日唸經、禪修之用。我從小就看見爸爸每天都會在佛堂裏做早、晚課及唸經打坐。即使是逢過年過節，爸爸總是草草吃過飯，就到佛堂供佛去了。為此媽媽頗有怨言，而我也暗自生氣，為甚麼爸爸就不能多陪伴我們呢？無論我怎麼吵鬧或央求，爸爸依然執着如初。後來，我實在沒有辦法，只好跑到佛堂去玩，卻讓爸爸突發奇想，竟然開始教我上香供佛。爸爸一邊點燈一邊說，供燈是代表光明與智慧，唸經既可以清除業障，亦可以令自己心態平和。因為長期聽到爸爸講解相關佛法和知識，這使我漸漸地對佛菩薩萌生了一顆恭敬和好奇心。爸爸就這樣培養了我心中清淨的佛性，讓我明白，心中對外物應該無分別之念。

後來，爸爸又開始教我唸些簡單的經文，還有佛菩薩的心咒。慢慢地，我從對佛法一竅不通，到後來有所感悟，我似乎從佛經中體悟到佛菩薩的智慧了，或許就如爸爸所說，佛菩薩無處不在，學校就如淨土，我們的老師們就像菩薩一樣，慈悲地教育和關愛着我們！

感謝父母給了我寶貴的生命，更感激爸爸開啟了我佛學的慧根，我明白感恩不足以表達，唯有更加努力修行，在無明的黑夜裏璀璨星空。

# 佛誕卡設計比賽中學組作品

## 中學手繪初級組



冠軍  
佛教善德英文中學 許樂晴



亞軍  
佛教孔仙洲紀念中學 羅曉霖



季軍  
佛教孔仙洲紀念中學 楊穎欣

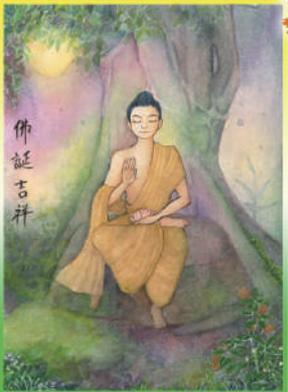


優異獎  
佛教沈香林紀念中學 吳慰愛



優異獎  
佛教黃鳳翎中學 王棋泰

## 中學手繪高級組



冠軍  
茂峰法師紀念中學 莫若希



亞軍  
佛教覺光法師中學 丘可欣



季軍  
佛教黃鳳翎中學 陳思伊

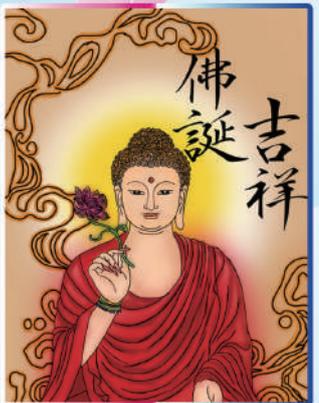


優異獎  
佛教孔仙洲紀念中學 黃凱彤



優異獎  
佛教孔仙洲紀念中學 黃慧然

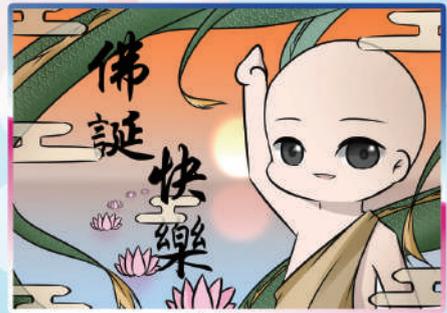
## 中學電腦設計組



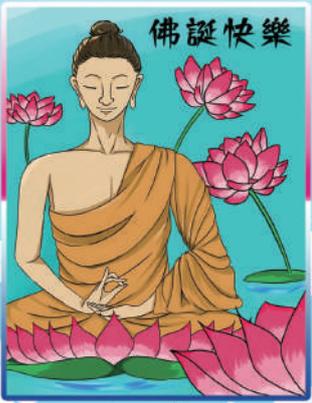
冠軍  
香海正覺蓮社佛教正覺中學 王曉雯



亞軍  
佛教黃允啟中學 梁冰冰



季軍  
佛教大光慈航中學 羅安萍



優異獎  
佛教大雄中學 劉恩琪



優異獎  
妙法寺劉金龍中學 黃凱堯

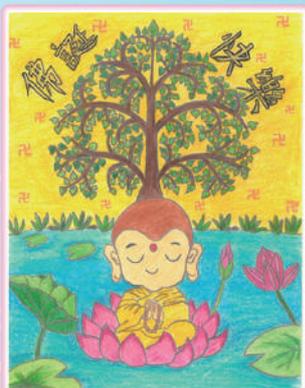


優異獎  
香海正覺蓮社佛教梁植偉中學 杜詠芝

小學手繪  
初級組



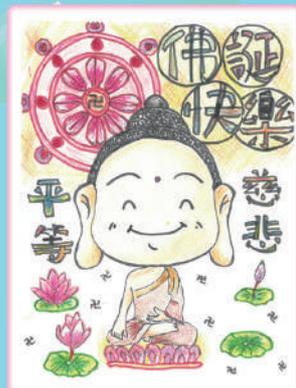
冠軍  
香海正覺蓮社佛教正慧小學 姚焯軒



亞軍  
佛教陳榮根紀念學校 賴毓舜



季軍  
佛教榮茵學校 林星皓



優異獎  
佛教榮茵學校 文敬明



冠軍  
佛教林炳炎紀念學校 譚欣兒

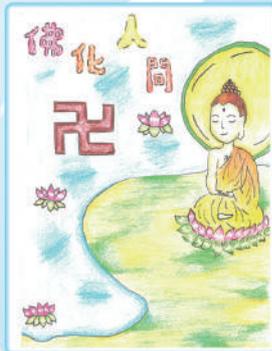


亞軍  
香海正覺蓮社佛教陳式宏學校 林靜



季軍  
佛教林炳炎紀念學校 劉梓穎

小學手繪  
高級組



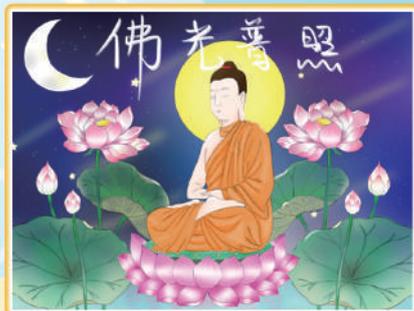
優異獎  
佛教林炳炎紀念學校 黃巧珠



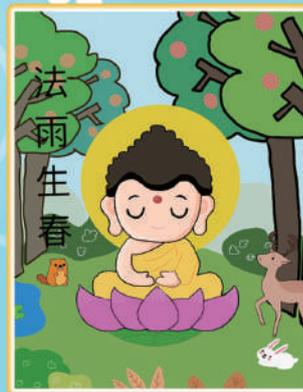
優異獎  
佛教中華康山學校 陳璋珊



冠軍  
佛教慈敬學校 郭嘉凝



冠軍  
佛教林炳炎紀念學校 龍菲彤



季軍  
佛教林炳炎紀念學校 王學詩

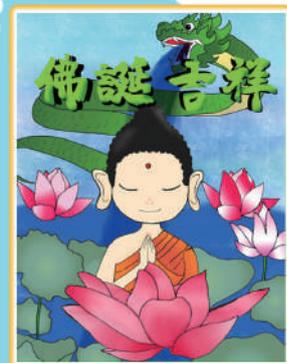
小學電腦  
設計組



優異獎  
佛教林炳炎紀念學校 陳嘉洋



優異獎  
佛教慈敬學校 李正文



優異獎  
佛教慈敬學校 胡昕昕

# 學校活動

## 心經書法比賽

佛教黃允畋中學



## 傳燈法會

佛教黃允畋中學



## 「6.15素食日」

佛教何南金中學

為鼓勵大眾健康飲食，慈悲護生，香港佛教聯合會自2006年發起「6.15健康素食日」。

推廣素食與健康慈悲生活態度是倫理佛化組的重點推展事項，「多菜無肉七分飽，每日行走一萬步」是目標。在「6.15素食日」，學校只有素食出售，亦非常感恩小食部維他天地特別為素食日製作多款「節日限定」的特色素食售賣，同學非常支持，所有素食全部沽清。

當日早會，老師宣揚素食的益處，學校各處亦張貼各海報及宣傳相片，鼓勵師生茹素，培養健康的生活態度。來年，佛化與價值教育組亦會繼續推廣素食，提倡健康慈悲的生活習慣。



## 正念生活藝術

### 正念禪修體驗課

佛教陳榮根紀念學校



## 製作感恩樹有感

佛教沉香林紀念中學 中五級 房靜文

我們活着要對給予我們幫助的人，有感恩的心情。對於感恩，現在我們所能做的就是對別人的尊敬。

在 10 月底的時候，學校要製作感恩樹來供同學向校長表達感謝的心意。當時的我被老師邀請去製作感恩樹的時候，感到十分榮幸，即使我只是完成了能夠讓同學去表達感恩的一個去處，但是在製作的過程中，在感恩的情緒中度過，而需要靜下心來一筆一劃地畫一棵樹，繪畫的途中感受著風微微吹過，筆劃過紙張的聲音，令人心情愉悅及平靜，而在不知不覺間，我的小女孩與那棵感恩樹的形狀漸漸出來，再通過工具固定在壁報上。

而完成後看著各年級通過在紙上寫下平日對他人的感恩然後再往壁板上貼，一張一張地讓禿枝能漸漸地變成一個綠油油又枝繁葉茂的感恩樹，能夠充分感受到生活中處處都充滿著感恩，學會感恩能讓我們的生活變得更加快樂以及懂得珍惜，而且在這次活動中，各年級都學會了感恩，甚至在活動中感受到一些禪修的感覺，而我也得到了滿足。

在繪畫的途中，專注於一點而不停地去做好，大概這就是禪。其中與大多同學一樣懷著感恩的心情的亦包括我，雖然我並沒有寫下紙條，但是在製作的過程中我也包含著感恩的心情，去繪畫出壁板的樹和小女孩。

也許是反思一直以來，對於他人的幫助中，有沒有去感恩，甚至在他人中只是一個微不足道的動作，有時候卻是對我十分重要的舉動，而能夠學會感恩對我來說也是一個正業。



## 西貢禪修日營有感

佛教沉香林紀念中學 中三 周穎均

車子緩緩停下，我們按照順序陸續下車，蔚藍的天空，潔白的雲，暖暖的陽光散發著金黃的光輝，照耀在一望無際的海水上，微風拂過附近的山林，樹兒們隨著風的節奏搖擺，仿佛是在向我們招手，在迎接我們的到來。

看著這幅賞心悅目的景象，我忍不住拿出手機拍下這一幕。工作人員把我們帶到室內，介紹今天的活動，並進行分組。片刻後，我們正式開始，第一個環節是伸展，藉著拉筋活動增加我們對身體的覺察及關注，我們用拉筋帶進行了一系列動作，結束拉筋以後，我感覺狀態開始漸入佳境。小休了一會兒以後，到了第二個環節，我們居然是要去走山路，我們按照一開始的分組進行活動，我跟著小組走在凹凸不平的山路上，耳邊環繞著小鳥嘰嘰喳喳的叫聲，偶爾還有一些蟲子飛過。每當我們走得汗流浹背的時候，只要走在樹陰下就會突然感受到一股清涼，經過湖邊的時候也是如此。在走山路的過程中，有很多讓我們印象深刻的事物，但最讓我印象深刻的還是準備回到室內前看到的那隻大鷹，牠全身烏黑，目光銳利，身形非常龐大，一展翅便飛出了我的視線，我很嚮往牠能在天空中遨遊。

我們又回到了室內，休息片刻後，我們在小組內互相交流，透過組員的分享，我發現通過不同角度去看事件感受也會截然不同，因此我學會了可以換一個角度去面對事情。到了最後一個環節，我們藉著製作和諧粉彩，提升了專注力並放鬆心靈，一整天的活動就這樣結束了，我們依依不捨地離開了訓練營。

今天的活動令我在繁忙的生活中，得到了短暫的放鬆，透過今天我仿佛發現了另一個世界，社會的生活節奏很快，所以人們經常會忽略了身邊的一些細微的東西，而且不懂得換角度去思考問題，而我在今天重新找到了面對生活應該有的態度，有時候我們應該適當的慢下來，例如坐車時可以放下手中的事情看看窗外的風景，遇到想不明白的問題可以換一個角度。只要我們還在輪迴中，煩惱就是不會消失的，解決完一個還有另外一個，比起一整天都沉溺在世間法，我認為我們更應該靜下心來修行佛法。

佛教沈香林紀念中學

中四甲班 吳海柔

去年十一月的時候，學校要製作佛青團的壁報板。當時我們修讀倫宗科的同學被老師邀請製作壁報板，我們感到十分榮幸。因為我們作為佛青團的幹事，應該要為佛青團出一分力。

還記得當天我負責剪紙，鏢了很多膠板，撒了金粉在四大菩薩卡通公仔上，其他同學也負責拿色紙和不同的工具。而我覺得最難的是鏢膠板，因為膠板很硬，普通的鏢刀很難鏢出來，所以我們用了很久的時間去鏢。鏢完後，我們把四大菩薩的卡通公仔剪出來，用漿糊筆貼在膠板上，之後我們坐在地板上撒金粉在四大菩薩的膠板上，過程中有很多金粉都未能黏在膠板上，但是我們沒有放棄，不斷嘗試用不同方法將金粉撒上去，終於成功。最後，我們把不同材料貼在壁報板上。

經過這次活動，我感到法喜充滿，因為在製作壁報的過程中，我和同學們不斷互相幫忙，體現到布施的欣喜，我亦明白了如果只有自己一個人做事的話，事情不會這麼完美。

中四甲班 李桂賢

在製作壁報板當日，我負責站在高處釘壁報和搬運物資，看著大家為了做好一件事而一起努力，這樣與大家相處的時間，我感到樂受。大家各司其職，互相幫助，才能完成那令人眼前一亮的壁報，看著那令人自豪的作品，我覺得所有的付出都是值得的。

中四乙班 余可盈

十一月的時候，我們佛青團幹事接到了一個任務——製作壁報版。我們每個人都有不同的崗位，有的人負責把要用的物資遞給我們，有比較高的同學負責將底色紙貼上壁報板等等，而我負責剪一些物資包括四大菩薩。可能聽起來這些是很簡單的事，但事實並不是如此。因為這些物件體積是比較大所以有點難度，但我們迎難而上，一起笑著努力完成。這時我想到：正如佛陀所說做任何事，只要有堅忍才能成事，最後我們完成了壁報設計。

很多時候我們覺得事情看似簡單，但開始做就知道難處。正如我們的人生路一樣，也是不容易走的。但我明白只要有目標，就像我們有做好壁報的決心，我們一定可以做好每一件事。最後很感激同學和老師的付出，使我學到寶貴的一課。

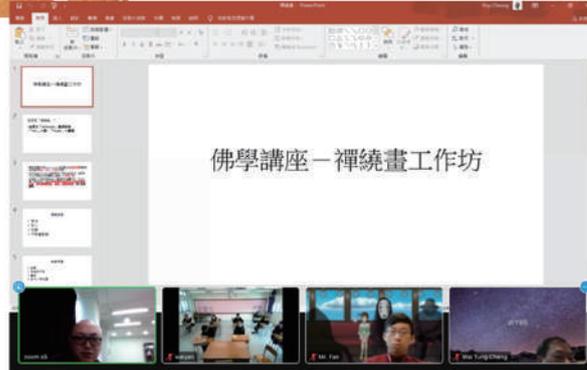
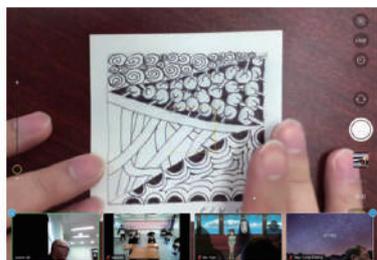


## 禪繞畫體驗工作坊

佛教慧因法師紀念中學

是次佛學講座的主題是禪繞畫，全校師生均一同參與，中二及中五同學以 ZOOM 在網上參與，中三同學則在學校觀看直播。本校佛學科老師先帶領師生禪修，讓他們保持心靈平靜和集中專注。

然後，佛學科老師簡介禪繞畫的緣起，再按部就班，指示同學以放鬆、自然的態度完成不同類型的禪繞圖案。最後同學們展示自己獨一無二，別具風格的作品；更藉此舒緩壓力，享受寧靜一刻。



禪繞工作坊



遠山觀自在 深山佛道行



四年級感恩體驗課

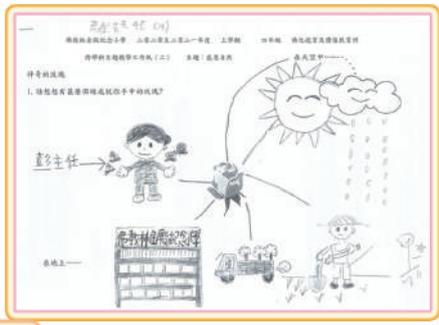
佛教林金殿紀念小學

本校佛化德育及價值教育科於 2019-20 年度開始為四年級同學引入「生活書院」的感恩教育體驗課程，同學們會透過學習細心觀察手中的事物，例如：玫瑰花、米等思考因緣與感受生命的威力。課堂上，同學先會做呼吸練習，再嘗試啟動五感：看玫瑰、聽玫瑰、嗅玫瑰等感受玫瑰花曾經的生命以及有甚麼因緣能讓玫瑰花來到自己的手上。他們十分投入此體驗課，亦非常珍視自己的玫瑰花，相信他們能一邊細賞事物，一邊從小物看因果，學會珍惜機會、感恩自然。

學生體驗成果

有甚麼因緣成就玫瑰花？首先，要把種子撒進泥土裏，要有陽光的照耀，雨水的滋潤，當然，還要有花農的悉心照料，辛勤勞動，一顆種子才能健康地成長，成為玫瑰花。

今天，老師派了一顆玫瑰花，它可以用來泡玫瑰花茶。我和同學都細心觀察自己的玫瑰花，原來每一顆玫瑰花都各有不同！它十分香，紅紅的，我小心地把它放在衣袋裏帶回家。



帶着微笑感謝它的香氣



先做呼吸練習 準備體驗課堂



一邊覺察 一邊想想成就 玫瑰花的因緣



同學們都非常認真 觀察自己的玫瑰花



手上的玫瑰花都是獨一無二的



# 寶蓮花開——以蓮為師、踐行初心

佛教筏可紀念中學

2021年5月27日，佛教筏可紀念中學組織40名中學生參與寶蓮禪寺試種1600盆荷花文化踐行活動，推進佛化教育實踐。「筏可」意為寶筏慈航，引渡迷津。寶蓮禪寺秉承第二代方丈筏可老和尚住世悲願，在1977年創辦筏可紀念中學，其初心為：啟化後學，培育英才。

遵循「明平等智，顯同體悲——明智顯悲」為校訓的佛教筏可紀念中學，作為香港教育局准許招收非華語學生的中學之一，有很多來自蘇格蘭、紐西蘭、俄羅斯、韓國、非洲、印度、巴基斯坦、菲律賓等不同地區、不同文化背景的學生。此次荷花文化踐行活動，師生一行通過施肥、清理水質、觀賞荷花等活動，以蓮為師，體驗和合、聖潔等中國傳統文化核心元素，把佛化教育落實到實處。在一個寧靜和晴朗的早上，同學們細心修整蓮花，也淨化了內心的一片喧鬧。



寶蓮禪寺內綻放的荷花



心默法師給師生們介紹荷花在中國寓意著出污泥而不染、心淨則國土淨的文化內涵，以及這次踐行活動的意義。

## 踐行活動

佛教筏可紀念中學40名學生分成四組分別展開施肥與清理水質踐行活動。



源純法師指導學生施肥、清理水質



王昊介紹荷花施肥與清理水質操作細節與注意事項



合影留念，見證寶蓮花開



學生認真施肥



憚校長與全體師生在種植的荷花處留念並表示感



學生記錄荷花盛開的樣子



學生清理水質



憚校長、源純法師、顧問李演政先生觀察荷花



# 漫畫投稿



佛教陳榮根紀念學校 4E 何芷綾



佛教何南金中學 3B 溫子欣 黃雲靖

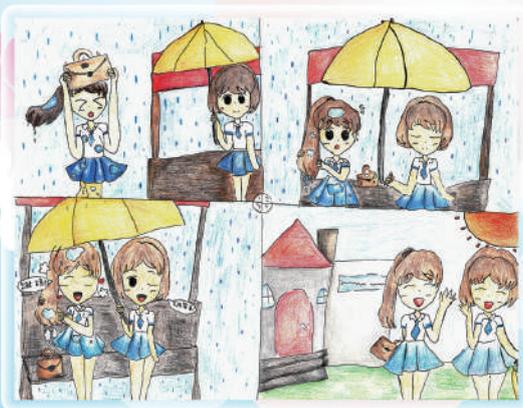
## 佛教中華康山學校



2A 張梓萱 施比受更有福



3B 張藝馨 戰勝病毒



4A 朱情瞳 友愛互助



4C 蘇穎妍 幫助別人



5A 盧智權 沿路有妳



5C 黃文詠 健康生活

### 初級組



1C 呂浩翔 珍惜擁有



1D 胡瑋麟 感恩所有·惜福現有·健康擁有



1E 張嘉軒 感恩·惜福



3C 林毓瀚 珍惜所擁有的

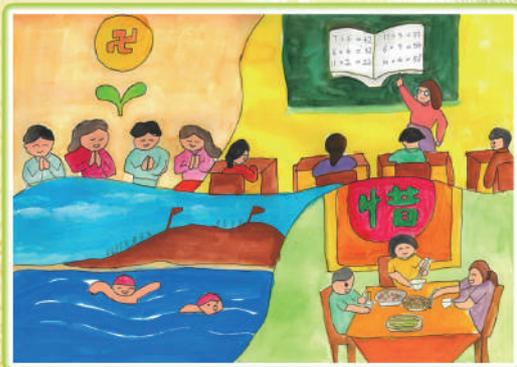
### 中級組



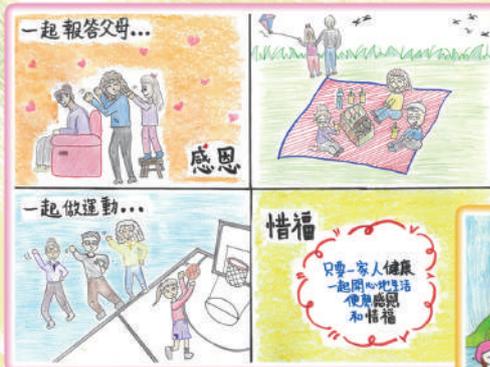
4E 曾晞琳 感恩·惜福·同心抗疫



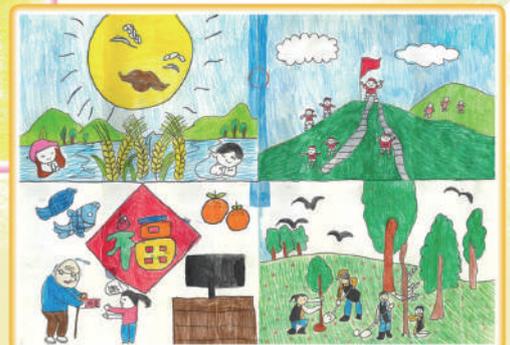
3D 龔海揚 珍惜現在



5D 李晞彤 愛在福中福在心中



5D 陳梓悠 心存感恩·珍惜擁有



6C 黃孝芯 感恩·珍惜

### 高級組

## 心經即是巴哈劇場體驗



## 我身邊的一位菩薩

佛教陳榮根紀念學校 6B 劉奕伽

在某一個中午，我和媽媽到一家素食館內午膳，我隨手抽了一本《如何修成菩薩》的書，菩薩在梵文中就是「覺悟有情，道心眾生」的意思。就在我琢磨這句話時，一位帶著眼鏡，身材嬌小玲瓏，衣著平凡但不失整潔的六十多歲女士進門了，媽媽立即恭敬地站起來喊著：「何老師，跟我們一起吃飯吧？」就在這個偶遇下，我認識了這心目中的菩薩——何媽媽。

記得兩年前，我第一次看見媽媽拿起筆來寫信，我好奇地問：「媽媽，你在寫信給誰？」媽媽說她參加了一個名叫「何媽媽信箱」的義工服務，主要工作是跟四川省布拖縣彝族的初中女生成為筆友，鼓勵她們努力讀書、生活。因為那裡重男輕女，女孩子上學的機會極少，她們從小學開始便受到了一個服務當地二十年的志願團體的資助，故此能入學讀書。這個團體的發起人就是何老師，女孩們還親切地叫他何媽媽。

在吃飯時，何老師言行舉止間流露出她陽光樂觀的性格，雖然，我沒和她說幾句話，但仍然感到很親切，也許這就是她的魅力吧！忽然，我看到一隻螞蟻爬到她的衣袖上，便提醒她。本以為她會很驚慌，怎知道她不慌不忙地把手放衣袖上，讓牠爬到手心裡，接着走出門外，把牠小心地放在一片樹葉上。然後她嘴角泛著微笑回來，仿佛在祝福著那隻迷路的螞蟻。

在那次之後，我每當見到地上的昆蟲，我便不期然地縮一縮腳。素食館的那一幕又在我腦海中像投影般不斷地重放，重放……菩薩的愛既可惠及一個族群，也可以眷顧一隻昆蟲，更可以深印在一個心靈內。



佛教陳榮根紀念學校 5A 嚴子欣

我家隔壁住着一位張叔叔，他大約五十多歲，圓圓的臉上總是掛着笑容，讓人感覺像是迎面吹來的和煦春風。

有一次，我和媽媽到超級市場買了一袋米和一些日用品，拎着沉甸甸的「戰利品」好不容易回到家樓下，卻發現電梯壞了，我家可是住在八樓啊！就在這時，張叔叔剛好回來，他二話不說扛起米袋走進樓梯間，爬樓梯幫我們「送貨到家」。放下東西，他已累得滿頭大汗、氣喘吁吁，但還是笑容滿面。我和媽媽連聲道謝，他卻只是笑呵呵地擺擺手，留下一句「舉手之勞」便轉身回到自己家中。那掛着汗珠的笑臉，讓我想到蓮花座上的低眉菩薩。

還有一次，我放學回家途中，突然下起瓢潑大雨。我沒有帶傘，只能躲在一個屋簷下，望着空中密佈的雨點，茫然不知所措。突然，一把傘出現在我頭頂，原來是張叔叔，他把傘塞到我手裏，不容我分說，轉身快步走進雨中。兩瞬間淋濕了他，而我的心裏，卻像是被灑進了觀音菩薩手中的甘露。

張叔叔十分熱心幫助別人，他就是我身邊的一位菩薩。

## 請你讓我來幫忙

佛教林炳炎紀念學校 6A 吳嘉怡

今天，我在學校發生了一件尷尬的小事……

小息時，我如往常般與韻鈴在課室一起聊天，在談笑風生之際，看見誠晉班長從走廊回到課室，手上還捧着同學們沉甸甸的功課，我倆滿以為是譚老師請他把功課派給我們。於是，我倆火箭般的跑到他身旁，替他把中文作業、詞語簿和句式練習準備發給同學們。這時，誠晉正想開口說話，我打斷他的話，說：「我們是好朋友，互相幫忙是應該的，你不用多謝我！」之後，我和韻鈴把所有功課如速遞般發給同學，我們都感到很滿足。

此時，譚老師走進課室，四周張望，向誠晉問道：「誠晉，我不是吩咐你把中文功課放在簿架上，為甚麼全在同學的桌子上？」我們聽到後，白皙的臉蛋變成紅彤彤，本來我們以為是「幫到忙」，現在變成「幫倒忙」，十分尷尬。於是，我們不等待誠晉回答，就把整件事的來龍去脈和盤托出，譚老師亦明白我們只是打算減輕誠晉的工作，都是樂於助人的表現。我以後一定更加小心，希望能正確利他的表現。

世間事浮浮沉沉，柴米油鹽醬醋茶，喜怒哀樂誰也不能獨善其身。若能做到佛般得清淨心，不生起無明煩惱，不喜不怒不怨不艾，明白世間的不如意事十常八九，便能放下自在了。我與萬千的眾生一樣，皆苦，皆受生死流轉的輪迴之苦。我曾遇見許許多多的不如意，如今我學習以清淨心看待世間萬事萬物，大大減少了身心的折磨。

落榜的文憑試考生，每日懸梁刺股地複習，欲得到一個入讀大學的機會，卻因為種種的原因空手而歸。他們失落，認為付出與回報不成正比。常人會為他們感到惋惜，我卻以清淨心看待他們。他們不需要惋惜，只是他們所種下的因緣未和合，業報才未能如浮萍般顯現在水面上。業力就像一股神祕力量，有時潛藏著令人看不出來果報，等到因緣成熟時，業力才會發揮效用。正所謂「條條大道通羅馬」，此刻沒有升讀大學的機會，但只要放下執著，再默默耕耘，積極種下新的善因緣，未來仍然有樂果出現的機會。對於那些碌碌無為，沒有付出任何努力便想在文憑試中取得好成績的人，他們無法升讀大學也同樣是因緣和合的結果，更應該坦然接受。《雜阿含經》云：「此有故彼有，此生故彼生；此無故彼無，此滅故彼滅。」這句話說明了緣起法就是一切事物甚至自然界得以生起的法則，因緣條件都是互相依存的。我們自小就聽說的「種瓜得瓜，種豆得豆」，又或者「一分耕耘，一分收穫」，說的正是同一道理。他們沒有像別人一樣寒窗苦讀，又如何形成業力？如何成功升讀大學？為何還會認為落榜是一件不如意的事呢？

又有人知法犯法，明知道是不正確的行為，卻不假思索地造出種種惡業，於是成就惡果。像我曾經遇過的老師，他在學校教書時故意減緩課程，被迫學生花額外的錢參加他的課後補習班，才能追上課程進度。老師生起惡的念頭出發行事，造就了惡的業因，最終因緣成熟，便會給他帶來苦果。因此他最終都因為一些小事被高層解僱，成為了一個無業遊民。也許他認為這是人生的不如意事，突如其來的失業讓他覺得很不公平。但是這卻是因緣和合所帶來的果報，他沒有意識到這都是自己的所作所為而造成的惡報。其實若果他早些意識到自己的問題而改過，果報是可以被改變的。「諸行無常」，世上並沒有永恆不變的事物，若他能生起清淨心去誠心懺悔，日後能多做善事，廣結善緣，就可以重業輕受，終究能解決眼前的不如意事。

在面對挫折的情況下，清淨心會幫助你明辨是非，放下我執，生起智慧。在學校裡你面對考試時，因為平時上課沒有認真學習，造就了你複習的困難，覺得學習很痛苦，讓你抱怨連連。然而面對挫折時的自怨自艾，對於解決問題是沒有任何的幫助的。怨天尤人反而會讓人苦上加苦，就像佛陀說：在同樣部位中第二枝箭的譬喻一樣。這時候我們需要清淨心來幫助我們，用正見去解決問題，清晰的頭腦可以幫助你理清愁緒，從而對於自己的計劃有了新進展。我們也應明白到抱怨毫無用處，不如收拾心情，將時間放在複習上，面對困難。有時也許我們會因無明愚癡而以苦為樂，沉迷得無法自拔，但是我們可以藉助禪修來培養正念，鍛鍊清淨心。禪修不僅僅可以提升人的心境，而且可以讓我們浮躁的心平靜下來。在禪修的過程中，我們學會如何放下自己的貪嗔癡。當細心思考一番，便會找到自己浮躁的真正原因，清淨心一起，善念自然增長，惡念自然消除，才能真真正正地解決目前遇到的困難。

世間的不如意事，只要明白佛教因緣業報，修持清淨心去面對解決，抱持積極樂觀的心態，便可離苦得樂，活得輕安自在。讓我們緊記緣起的道理，即使面對不如意事，也可以修清淨心來坦然面對，改變生命。

## 佛教黃允畋中學 5C 黃靜瑤

清晨，「叮零零……」一陣清脆的鬧鐘聲把我從睡夢中吵醒，我迷迷糊糊地醒來，抓過手機，按了鬧鐘。「幾點了？」我打開手機，屏幕的亮光有點刺眼，我的視線一片朦朧，移開手機，躺在床上，等到渙散的眼睛重新聚焦後，一看，現在竟然才七點。這該死的鬧鐘！

我心裡想，再睡了會吧，還早著呢，反正今天不用上學。我閉上眼睛，打算再次投奔睡夢的懷抱。不一會兒，我就聽到了媽媽起床的窸窣聲，緊接著，拖鞋踢踏的聲音、水聲、洗漱聲、鍋碗瓢盆碰撞的聲音、窗外鳥兒清脆的啼鳴，匯成了一部「交響曲」。

「好睏，我想睡覺……」我的內心在吶喊道，可是，每當我眼睛閉上的時候，我就會被那些窸窣窸窣的聲音干擾，怎麼也睡不著。就算我把眼皮緊緊地閉上，我的意識還是那麼地清楚。「好累，怎麼樣才能睡著呢？」最近我的睡眠質素很差，每晚都會在床上輾轉反側，難以入眠，就算睡著了也總在做一些光怪陸離的夢，夢很亂、很雜，醒來後頭痛欲裂，也回憶不起夢中的任何片段。

「為什麼還是睡不著，頭好痛，趕緊睡著吧，有了一個充足的睡眠我就可以更好的完成我的今天的計劃了。」我痛苦的想著。

最近正值考試周，受到疫情的影響，學校安排學生分批回校考試。今天正好不用回學校考試，原本想著在放假的時候好好睡上一覺，放鬆一下，調整一下最近的心情和狀態。沒想到卻因為忘記關掉鬧鐘，這麼早就被吵醒了。好不容易能有一天能睡到自然醒的，原本都規劃好今天要做事情了，卻被意料之外的鬧鐘聲給打斷。

我的計劃就這麼被打亂了，內心變得焦躁，開始胡思亂想起來，越想越多，越來越煩躁不安。

算了！反正也睡不著了，都已經醒了，起床吧！我猛地從床上坐了起來，打了個呵欠，掀開被子，一骨碌地站了起來，伸了個懶腰。睡了一個晚上，卻越睡越累，整個人都渾渾噩噩。洗漱過後，換過衣服，我打算到樓下公園做一下運動，緩解一下我那因睡不好而引起的腰痠背痛。

剛下樓，就看到一片生氣勃勃的景況。早起的人們使用著公園的鍛鍊器材，又或閒庭信步地繞著公園走。一些老伯坐在了石椅上，攤開棋盤，摩拳擦掌，蓄勢待發，準備與棋友切磋一下。一旁的鸚鵡嘰哩咕嚕地模仿著人的聲音，逗得人們笑逐顏開。三三兩兩的學生朝氣勃勃地步進了校園。為了趕上巴士，有人奮力追趕著，疾走如飛，奔下樓梯時真是令人捏一把汗。

繞過喧鬧的人群和公園，一陣清風拂面而來，湛藍的天空是多麼的清亮，幾片薄薄的白雲緩緩浮遊著，柔和的晨光照耀著萬物，沐浴在陽光下，令人心曠神怡，舒服極了，連鳥兒清脆的啼鳴也變得悅耳了。

漫步在無人造訪的清幽小徑上，清涼的空氣吹拂著，我的頭髮隨風舞動，沉浸在寧靜淡雅的景色中，我的內心感到心平氣和，全身變得放鬆，疲憊減退了，身體的痠痛感早已被我拋諸腦後。摘下口罩，深深地吸了一口氣，一股清新的空氣撲鼻而來，我彷彿感受到了那種「萬籟此都寂，但餘鐘磬聲。」的意境，一切聲音在當下都靜寂了。

我記得禪修課時學過的「念茲在茲」，閉上眼睛，放鬆全身，細心用耳朵聆聽，全神貫注在呼吸上，一呼——一吸——讓內心安靜下來，通過專注於所緣和覺察，我不再那麼容易地雜念和煩惱牽引，散亂不安的心安穩下來，享受靜止的時刻。佛典中常用猿猴譬喻，我們的心就像猿猴攀緣樹枝一般，上下翻滾、前後跳躍，一刻也靜不下來。但若我們能學會安全四念處，培養正念，精神集中下來，雜念就不會隨意地飄散，更不會再胡思亂想。

那一直纏繞著、困擾著我的陰暗、消沉的煩悶情緒在我心中神奇地一掃而空了，考試不利所造成的壓力在這一時刻終被釋放出來。「山光悅鳥性，潭影空人心」，即使沒有空明清澈的潭水，也沒法用潭水倒影出自己，但是這一個清朗涼爽的清晨，幽雅、清涼的景色確實讓我忘記世間一切煩惱，這一次的專注讓我感到前所未有的禪悅和法喜。

當人們遇上不如意的事，我會抱著清淨的心看待他們。試以佛教因緣業報的道理，談談心態如何改變我的人生。

我端坐着。

雙足結跏趺坐，手置袈裟上，結法界定印。脊背挺直，腰挺，雙肩平正，舌尖略抵上顎。口閉，雙目微張，閉八分，開二分，視線落於前方。

我緩緩吸入空氣，凝神感受着那一道氣息在鼻腔中流轉，落至丹田，帶來一絲暖意，再沿氣管蜿蜒上升，離開。如是吐納數次，一口口濁氣被我排出體外，腦海中如浪潮般繁亂紛飛的念頭亦逐漸平息。思緒清淨無暇，空曠無物。平靜喜樂正是我此刻的心境。

倏忽間，一陣蟬鳴從遠至近，無比響亮。「唧唧」的嘶叫彷彿一顆流星，轟擊我平靜的腦海，記憶碎片翻騰至空中，往事在我眼前走馬看花地掠過。「唉。」我一蹙雙眉，嘆息，打開本來半闔的眼簾，掃視空徒四壁的房間，目光落在紙窗之外，一頭知了依附在橡樹幹上。蟬嘶不絕於耳，訴說着炎夏已然到臨。我凝望着牠拍動薄翼，憶起與亡妻相遇的那年盛夏。

十七年前，我正值弱冠，至西京赴考，於陋巷中遇見二八年華的她。她活潑、好動、對花花世界充滿好奇，全無大家閨秀的影子。我倆遊玩數日，私訂終身。後來我高中科舉，官位七品，向她府上提親。她父母見我們兩情相悅，便應允了這場婚事。我事業上得到賞識，又迎娶了鍾愛的女子，幾許快哉。

我倆結髮十七年，雖未育一子，但關係如膠似漆。直至去年，她罹患惡疾，日漸體虛，未幾，撒手人寰。我肝腸寸斷，痛不欲生，難以忘卻與亡妻相處的一點一滴。無心政務的我決意請辭，來到西湖一小寺廟中剃髮出家，修行佛法。

「咯咯。」我的房門傳來突兀地敲門聲，一道平直沉穩的男聲響起：「師弟，該打掃了。」

「來了。」我應道。

推開木門，卯時的晨曦灑落於青石板上，映得落葉閃爍生輝。我伸手接過師兄遞給我的竹掃帚，只見方丈已經在清掃了。方丈年近七十，仍老當益壯，亦不會以身份高低來拒絕打掃的職責。他抬首瞥視了略顯萎靡的我一眼，淡淡地說：「時時勤拂拭，勿使惹塵埃。」然後我們三人，便在蟬鳴之下，清掃着堆積落葉的地板。

弟子愚昧，直至多年以後，才領悟到方丈其實想我說「本來無一物，何處惹塵埃」。

山中無曆日。寺院裡的日子百年如一天，使人忘記歲月的流淌。直到方丈圓寂，我與師兄需接繼寺中的細務，忙得喘不過氣時，才驚覺日月如梭。

天色已晚，我放下毛筆，欲多添一件衣物抵禦寒意。我眉頭一挑，困惑地詢問師兄：「怎麼這幾年的夏天都聽不到蟬鳴？」師兄未有停下書寫，甚至未有看我一眼，只回道：「蟬藏於淤泥，浮游塵土，十七載一鳴。」

原來是十七年蟬。

我沉默不語，低頭奮筆疾書。

白駒過隙，時光荏苒。又過了幾年，我越感自己體力衰退，不勝重荷。一次風寒，我卧床數月，之後便把瑣碎雜務交予其他師兄弟，自己則勤加修行，體悟佛法。

一日，正當我打坐之際，忽爾聽到一陣似曾相識的嘶鳴。我茫然睜開雙眼，耗費了片刻才驚覺那是久違的蟬聲，只看到又一頭蟬伏在那棵垂老老矣的橡樹之上。

已經十七年了麼？亡妻的身影清晰地在腦海浮現，我以為我早已遺忘她的相貌了，但其實我一直都記得清清楚楚、刻骨銘心。少年牽着姑娘纖幼的手，在長安街頭吃糖葫蘆、在窄巷屋簷下避雨、在城郭外登高山、遠眺鬧市。忽然間枯葉橫飛，我又回到這所寄居半生的寺院，只見老方丈還是拿着那把竹掃帚，綽有餘裕地清掃落葉。廟堂大門緊閉，幾位師兄弟的誦經混聲搭着清脆的木魚縈繞其中。

刺眼的豔陽照耀着我，原來這些年來我從沒有放下過。

浮華紅塵到底是甚麼？俗世的那些思慕之情、風光無限，又或寺廟中清淨無為、復返自然，到底是甚麼呢？

我痴痴地凝望着那隻蟬，才知道牠原來早已枯死在樹上。

少年牽着姑娘越走越遠，遺下蟬聲陣陣；泛黃的落葉在空中四散，徒留一片空白。

原來甚麼都不是。

我樂呵呵地微笑，像孩童一樣，簡單而純樸。

半垂的眼簾越來越沉重，我終於是抬不起它了。

雙眼緊閉，唯有嘴角揚起的一絲笑容，證明我的欣慰愉悅。

我端坐着。



## 理論與實踐並重、體驗與服務並行的學習活動

佛教黃鳳翎中學 宗教事務組

學校除著重課堂講授外，還積極發展「全方位學習」，安排學生參加不同類型的宗教活動，冀能做到理論與實踐兼備。不過，新型冠狀病毒肆虐香港一年多，學生正常的校園生活大受影響，半天面授課堂結合網課已成為學生學習的主要模式。除了教學活動之外，學生絕大部分的課外活動都被逼延期，甚至被逼取消，但這卻沒有影響同學服務社會的熱誠，反而令他們更加珍惜能在這非常時期回校上課及進行義工服務的機會，雖然不能如以往一樣安排學生於課餘時間出外進行義工服務，但是在調整策略之外，順利地完成了「大嶼山供僧」及「菩薩行-----探訪灣仔區獨居長者」這兩項探訪活動，將日常生活用品等物資及愛心暖意送到長者手中。這亦是將佛化課堂所學的佛教義理（如慈悲心、自利利他、布施、三輪體空等義理），付諸實踐的體驗性學習活動。

在這非常時期，同學一知道這兩項探訪活動會繼續舉行的消息後，紛紛向老師表示要報名參加。奈何學生不能出外探訪，唯有師生們分工合作：學生先在課堂上聽老師講解這兩項活動的目的和意義，然後將各樣物資分類、包裝，再放入福袋。學生包裝好的 100 個福袋由老師負責送到大嶼山及灣仔區的長者手中。師生齊心協力，分工合作，充分展現出佛家「不為自身求安樂，但願眾生悉離苦」的慈悲精神及「熱心服務」的鳳翎精神。

### 1. 大嶼山供僧

2020 年 11 月 25 日，先於堂上向同學介紹大嶼山的佛教歷史，並說明甚麼是「供僧」及供僧的目的、意義，然後安排同學往禪靜軒包裝物資。到 12 月 13 日供僧那天，由 9 位老師負責將物資送到各獨居出家長者手中。我們準時於八時半開車出發往我們供僧的第一站：大澳天寧樓，到達後由法師帶領我們逐一把資具送到各位獨居法師家中。接著再去三丫水、羌山觀音寺及鹿湖供僧。我們要步行約十分鐘才到達三丫水各出家人的精舍，山路不太難行，但供僧的資具不輕，拿著行不免有點兒辛苦。鹿湖的山路比起三丫水更加難行，但當我們想到這次前來的目的是為了代學生向出家人送上溫暖和愛心之後，所有的困難及辛勞都拋諸腦後。到下午 3 時，我們帶著疲倦的身軀乘旅遊巴返銅鑼灣解散。



### 2. 菩薩行：關愛無親疏長者探訪計劃

此活動原定於 2020 年 3 月 6 日安排約 100 位學生前往探訪灣仔區的獨居長者，但因疫情關係，我們唯有改變策略，於 3 月 24 日的課堂上向學生講解是次活動的目的和意義，再安排學生往禪靜軒將有關物資包裝成福袋，再於 3 月 26 日由老師及工友將福袋送到「佛教張妙願長者鄰舍中心」，由中心義工幫忙把福袋送到獨居長者家中。



## 疫情不阻慶祝佛誕活動 小學佛教常識問答比賽移師網上舉行

因應疫情，佛教大光慈航中學把連續舉辦了十多屆的小學佛教常識問答比賽移師網上舉行，讓小學生透過比賽認識佛教、佛陀和佛誕。

過往參賽學生可以經學校收到紙本的佛教常識問答比賽參賽表格和答題紙。今年的比賽移師網上舉行，學生透過就讀學校的電郵、校內張貼的海報或互聯網得悉有關比賽，更有小學老師把電子報名表的二維碼 (QR code) 分發予學生，讓學生可以在家中運用 QR code 報名及登入有趣的電子教學平台參與是次比賽。

設計是次比賽的劉家發老師和蘇敬之老師講述是次比賽的緣起，認同比賽有助學生以輕鬆的形式認識佛法及佛陀，乃至認識悉達多太子的生平。而平日在教學上也會利用不同的電子教學平台來設計教材和互動練習，增加課堂趣味及師生的互動。因應疫情，兩位老師遂構思把往年在佛誕期間舉辦的佛教常識問答比賽改以電子教學平台進行，增加比賽的趣味。

香海正覺蓮社佛教黃藻森學校的學生參賽非常踴躍，更有多名學生勇奪多個獎項，該校的梁引弟主任接受訪問時指出，該校的英文科課堂常以電子教學方式進行教學，因此學生對電子裝置的操作非常熟悉。雖然有些學生不熟悉中文輸入法，但也不阻學生們參賽的決心，學生更會主動借用學校的平板電腦，以手寫輸入法來參賽。

佛教大光慈航中學梁穎媛校長一直帶領該校推廣佛法和價值教育，她表示，該校作為佛教學校，除了為校內學生提供教育外，也肩負弘揚佛法的責任。加上，香港的疫情時有反覆，佛法智慧能為各方在心靈上帶來正面的影響。因此，當她得悉佛教常識問答比賽改以網上形式進行時，便建議把有關比賽改為全港性校際比賽，把佛學的智慧 and 紀念佛陀降生的訊息推廣至全港小學。梁校長一直都很關心比賽的學生參與情況，參與是次比賽的非佛教學校學生有所增加，更有其他宗教的學校參加，她樂見是次比賽能喚起大家對佛法的認識和佛陀降生的關注，更能跟香港社會分享佛誕的喜悅。

慶祝佛曆二五六五年 (2021) 佛誕活動 - 小學佛教常識問答比賽已圓滿舉行，比賽結果已在佛教大光慈航中學學校網頁公布，校方更於上週舉行了簡單的頒獎，趕及在佛誕前把獎品和獎狀送到學生手上，詳情可瀏覽：[www.btkchc.edu.hk](http://www.btkchc.edu.hk)。



小學佛教常識問答比賽 - 初小



小學佛教常識問答比賽 - 初小



小學佛教常識問答比賽 - 高小



小學佛教常識問答比賽 - 高小



小學佛教常識問答比賽 - 初小



小學佛教常識問答比賽 - 高小

## 佛教大光慈航中學佛教青少年團活動移師線上

因應疫情，佛教大光慈航中學佛教青少年團 (佛青團) 幹事為全校佛青團舉辦的活動改以線上形式舉行，讓同學在下午放學後仍能在家中透過網絡參與動態或靜態兩大類的活動：中秋小蓮花燈製作、越南春卷製作、電影讀書會、佛誕大蓮花燈製作及素泡菜醃製。佛青團更於佛誕期間舉辦「師生線上同步抄經迎佛誕」活動。

同學透過各項佛化活動，輕鬆地學習佛法，如：透過素食烹飪，認識素食與護生及環保的關係，也培養多吃素的健康生活習慣及尊重包容別人，締造社會和諧的氛圍；通過觀看電影認識業報迴的概念，更學習精進不懈怠的人生態度；從學習製作蓮花燈、切菜和抄經中修習禪定。



佛青團導師指導團員醃製素泡菜



同學透過網絡學習製作中秋小蓮花燈



佛青團導師指導團員醃製素泡菜



同學透過網絡學習製作佛誕大蓮花燈

佛誕卡設計比賽評選結果(2020-2021年度)

組別：中學手繪初級組

獎項	學校	學生姓名
冠軍	佛教善德英文中學	許樂晴
亞軍	佛教孔仙洲紀念中學	羅曉霖
季軍	佛教孔仙洲紀念中學	楊穎欣
優異	佛教沈香林紀念中學	吳慰愛
	佛教黃鳳翎中學	王棋泰

組別：中學手繪高級組

獎項	學校	學生姓名
冠軍	茂峰法師紀念中學	莫若希
亞軍	佛教覺光法師中學	丘可欣
季軍	佛教黃鳳翎中學	陳思伊
優異	佛教孔仙洲紀念中學	黃凱彤
	佛教孔仙洲紀念中學	黃慧然

組別：中學電腦設計組獎項

獎項	學校	學生姓名
冠軍	香海正覺蓮社佛教正覺中學	王曉雯
亞軍	佛教黃允攸中學	梁冰冰
季軍	佛教大光慈航中學	羅安萍
優異	佛教大雄中學	劉恩琪
	妙法寺劉金龍中學	黃凱堯
	香海正覺蓮社佛教梁植偉中學	杜詠芝

組別：小學手繪初級組獎項

獎項	學校	學生姓名
冠軍	香海正覺蓮社佛教正慧小學	姚焯軒
亞軍	佛教陳榮根紀念學校	賴毓舜
季軍	佛教榮茵學校	林星皓
優異	佛教榮茵學校	文敬朗

組別：小學手繪高級組獎項

獎項	學校	學生姓名
冠軍	佛教林炳炎紀念學校	譚欣兒
亞軍	香海正覺蓮社佛教陳式宏學校	林靜怡
季軍	佛教林炳炎紀念學校	劉梓穎
優異	佛教林炳炎紀念學校	黃巧珠
	佛教中華康山學校	陳瑋珊

組別：小學電腦設計組獎項

	學校	學生姓名
冠軍	佛教慈敬學校	郭嘉凝
	佛教林炳炎紀念學校	龍菲彤
季軍	佛教林炳炎紀念學校	王學詩
優異	佛教林炳炎紀念學校	陳嘉洋
	佛教慈敬學校	李正文
	佛教慈敬學校	胡昕昕

佛誕徵文比賽結果(2020至2021年度)

中學組		小學組	
冠軍	佛教孔仙洲紀念中學 蔡宇城	冠軍	佛教林金殿紀念小學 馮愉殷
亞軍	佛教茂峰法師紀念中學 黃靖	亞軍	香海正覺蓮社佛教正慧小學 陳天慧
季軍	佛教黃允攸中學 許翁彥	季軍	佛教慈敬學校 溫俊祥