



香港佛教聯合會
會員活動委員會

佛曆二五五四（2010）年會員活動

海上放生及蒙山施食法會

日期：2010 年 12 月 12 日（星期日）
（農曆十一月初七）

開船時間：上午 10 時（逾時不候）
請提早半小時登船

集合地點：北角渡輪碼頭

內容：蒙山施食、海上放生、
自助午餐、幸運抽獎

費用：\$180（會員）
\$200（非會員）

名額：350 位
先到先得、額滿即止

購票辦法：

1. 親臨本會以現金購票或
2. 郵寄支票及回郵信封到香港灣仔駱克道 338 號一樓會員部，
支票背面請註明購票數量、會員編號（如屬會員）及聯絡電話，
支票抬頭「香港佛教聯合會」

查詢：25749371



中西駢駕

舒緩公共醫療壓力

香港佛教聯合會副會長
香港佛教醫院管理委員會主席
佛教醫院中醫中心管委會主席

林漢強 OBE, JP

香港公共醫療壓力常令我感到憂慮，多年來，醫療支出雖然不斷增加，但服務卻總是供不應求，甚至有市民仍經常覺得服務質素未如人意。數據顯示，病人輪候公共醫療的時間正不斷延長，2007年所有專科新症排期的中位為7星期，最長的排期達119星期。雖然2008年所有專科排期中位數仍然維持7星期，但最長的排期卻達172星期，即三年多才能首次求診。

據調查，95%的長者生病時會選擇公共醫療服務（2007年，政府統計處「主題性住戶統計調查第三十號報告書」）。香港人口不斷老化，公共醫療需求勢必日益增加。2010年，六十歲以上的長者佔總人口的18.3%，公共醫療負擔尚已如此，估計三十年後會長者人數會佔總人口33.8%。到那時，病人不是要等更長時間才能得到服務？

本人認為，政府應大力推動中醫發展，讓其承擔部份公共醫療需求，從而舒緩目前醫療人手不足所帶來的種種問題。本人早在十多年前已開始思量這個問題，當時已開始著手和浸會大學和廣州中醫藥學院商討在香港發展中醫服務，直至2008年12月，在各項因緣成熟下，佛聯會與醫院管理局和香港大學在佛教醫院內設立中醫診所，並聘用中醫師17名及教授醫師2名，主要以黃大仙區一帶四十二萬多市民為服務對象。單在上一個年度，中醫中心的求診人數達近四萬人，估計一兩年後，將可服務每年六萬名求診者。小小一間中醫中心，竟能帶來如此效能，令我感到非常鼓舞。最令我感到安慰的是，不少糖尿病患者可隨時在這裏得到適切的治療，數據顯示，這類疾病的新症患者，要等候50-80個星期才能得到西醫治療；在公立醫院，就算一般內科也要輪候9個星期，最長的個案是89個星期。（《文匯報》2010年3月2日報導）



香港共有註冊中醫師和表列中醫師8834位，09/10年度有282名學生入讀中醫本科學位課程，再上一年則有263位入讀。如果每名中醫師都能充分發揮效能的話，一年估計能服務一千多萬名病人。只可惜去年全港只有2300位中醫師正式執業，很多中醫師因沒有執業機會而流失到其它工作崗位，甚至失業。（《香港統計月刊 — 2009年香港的中醫藥業》）。中醫醫療成本相對比較輕，且著重「治未病」及「養生」，不是有病才就醫，而是採用預防和保健的策略，減低病發機會和醫治的時間，讓市民免受病痛的煎熬。所以，我認為政府應將中醫師納入公共醫療的體系裏面，讓他們在公營醫院服務市民，同時培訓他們向專科發展，這樣不但可以提升中醫師的專業水平；更可解決目前中醫師失業或流失的社會問題。醫管局去年總共聘用了55,911人，全年總支出達353億。只要政府有決心，撥出一點資源，絕對可以辦好中醫醫療服務。

由於中醫醫療成本相對較輕，從而演變出更多的服務彈性。例如，在我們的中醫中心裏，每週都會派出中醫師到各長者中心、老人院為長者提供到診服務。一來讓老人家免受舟車勞頓之苦，二來為照顧人士節省了時間，帶來了方便，令他們能更好地照顧長者。如果這類服務得到廣泛推行，相信亦可舒緩香港的交通流量壓力，那中醫師便再為環保出一分力了。

中西醫各有所長，它們不能彼此取代，卻能相輔相成。如果政府重視中醫發展，對解決醫療人手不足定有極大幫助。不少使用公共醫療的人士均是低收入家庭和弱勢社群，病痛令他們的生活苦上加苦，如果他們輪候治療的時間得以縮短，所付的醫療開支又減少，自然會感激社會的關顧和福利保障，那裏還會「仇富」或「仇官」，怨恨消失，香港社會亦會變得更加和諧。

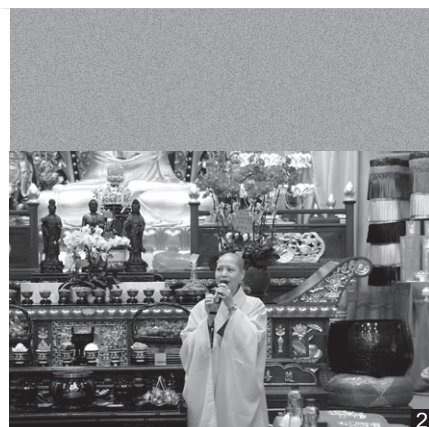
佛經說「施三種人果報無盡，一者病人，二者父母，三者如來」，希望政府為貧病者想多一點，做多一點，則真會善報無盡了。

懷念義務秘書長區潔名居士 BBS, MH

本會義務秘書長區潔名居士於十月十九日凌晨因病辭世，他畢生致力於慈善事業。早在五十至八十年代區潔名居士服務於香港新聞界，期後擔任多個慈善機構義務公職包括本會秘書長，以及兼任多個辦學社團學校校監職務。他對社會的服務和貢獻得到了社會的肯定。2002年，區秘書長獲政府頒授榮譽勳章，並於今年再獲頒授 B.B.S. 銅紫荊星章。



佛學導向課程 — 寺院巡禮



- 1_ 香港普門寺大殿
- 2_ 香港佛教文化協會副會長啟超法師為大眾介紹普門寺
- 3_ 佛學導向課程學員逐一到佛前恭敬拈香
- 4_ 全體參加者在西方寺五觀堂聆聽方丈寬運大和尚開示
- 5_ 學員也帶同家人一齊參訪禮佛
- 6_ 中午大眾在西方寺享用精美素宴
- 7_ 眾學員與方丈寬運大和尚合照



補充甘肅泥石流捐款資料

香港菩提學會	\$250,000
寶蓮禪寺	\$200,000
佛教愍生講堂	\$39,540
香海正覺蓮社	\$22,274.1
東林念佛堂	\$8,710
何德心居士	\$1,982.1

本會會長覺光長老、司庫何德心居士、副秘書長林志達居士、常務董事寬運法師及宏明法師於11月3日，將善款合共港幣\$1,036,710，送交「中央政府駐港聯絡辦賑災專戶」，並由中聯辦協調部部長沈沖先生代表接收，以轉送災區，用作津助災民添置家居。





心中美食 — 有營早餐



十年前，已習慣麥皮做早餐，都是用外來貨，內有果仁、葡萄子等，加入鮮奶，便很美味。三年多前的驗身報告，顯示了高膽固醇，營養師告訴我，原來食物太多澱粉質、油、糖，加上積勞欠運動，都會很容易釀成此疾。

只因對西藥有所抗拒，加上覺得自己可以食物調理，所以，沒有遵醫生的提議藥療。自始，每天的麥皮早餐，改成純麥片，自行每次加入杏仁、合桃仁、黑芝麻粉等等，最近還加入四份一茶匙的薑黃粉。剛收到驗身報告，總膽固醇由07年的7.5度，變成5.8度（正常標準是5.2度），不敢說是早餐的功勞，但肯定地知道，這個早餐富食療及美味。

材料：

即食麥片	3-4湯匙
薏仁粉	1湯匙
黑芝麻粉	1湯匙
阿麻籽粉	1湯匙
山藥粉	1湯匙
原味杏仁	4-6粒
原味合桃仁	3-4粒
蘋果	半個至1個

製法：

- ① 所有材料放在大碗內，沖入適量大滾水，攪勻。
- ② 加入蘋果去皮切件。



香港佛教聯合會

香港灣仔駱克道 338 號 2 樓
電話：2574-9371 傳真：2834-0789

優惠級

香港佛教墳場收費調整

本墳場獲食物環境衛生署批准，由2010年10月1日起調整各項收費，詳情如下：

定價

類別	地價及定價	開塚費	石屎台費
長期棺地	\$336,000 (穴)	\$2,500	\$2,500
十年可續期棺地	\$33,600 (穴)	\$2,500	\$2,500
長期金塔地	\$75,600 (穴)	\$2,500	\$2,500
長期靈骨龕	\$6,240 (個)		
長期靈灰龕	\$6,240 (個)	不適用	
福字蓮位	\$5,000 (個)		
祿字蓮位	\$2,000 (個)		



其他費用

十年可續期棺地續期費	每次	\$32,000
長期地加葬費	每次	\$6,240
重開龕費	每次	\$3,000
遺失證件補費	每次	\$200
安裝花瓶費	每個	\$200

香港佛教墳場 柴灣歌連臣角道
<http://www.hkbuddhist.org/cemetery>



弘法使者園地

作者 梁潔瑤 (嶺南大學 翻譯系三年級)

「為什麼？是什麼！」

感恩佛陀，讓我在生命中遇上您，找到人生的新方向；感恩佛陀，讓我有就讀大學的機會，汲取知識，為貢獻社會作好預備；更感恩佛陀，讓我有參加香港佛教聯合會－「弘法使者獎學金計劃」的因緣，增福增慧，廣結善緣。

其實，「弘法」是多麼偉大與無我的一個使命，把佛法發揚光大，令眾生明瞭佛陀的教誨，相信因果，建立人間淨土，使社會和諧圓滿。弘法使者的稱號，我實在愧不敢當，只用心履行就行了。那麼，我們第十二屆弘法使者今年到底做過什麼呢？

我們曾辦過中學生的素食及人生抉擇講座、本港和國內的寺院體驗營、大學巡禮等……每次由不同的弘使主責，當然在活動構思、預備、推行至檢討期間，得到衍空法師和其他法師的大力協助，使它們順利圓滿。我在眾多活動中，印象最深的莫過於柏林禪寺的生活營。我與其他大學生在

法師的帶領下，親身到國內體驗禪的智慧。以前我只以為禪是悟出來的，它不立文字，直指本心，很深奧啊！原來行、住、坐、臥都是禪，要真正體會禪的智慧，得天天警惕自己，多多實踐，加以領悟。

另外，有一次活動中法師說了一句話，至今仍在我腦海盤踞著：人不應再問「為什麼」，而是要知道當下「是什麼」！當我們遇上不如意的事，往往問為什麼，怨天尤人的，痛苦的根一直沒拔走。如果能心念一轉，先明白當下是什麼狀況，冷靜地尋找方法，這才能覺悟人生。我相信曾參與弘使所舉辦過的計劃的學生們，都對佛教和人生有一番新的感受。你想得到自利利他的快樂無比，記得瀏覽佛聯會網頁，報名成為下一屆的弘使囉！

常懷著歡喜的心，珍惜一切的因緣，感激各位大德的贊助，阿彌陀佛！



增加新會員優惠資訊

類別	商戶名稱	地址	電話	折扣優惠
素食館	佛音精進素食點心	九龍油麻地上海街375號	2148 2628	9折

項目	優惠內容
楓葉園	花旗參蜜 (212.5克樽裝) 零售價\$98 優惠價\$69.5 (7折)
訂購電話：3746 9967	花旗參蜜 (212.5克 x 兩樽禮盒裝) 零售價\$196 優惠價\$139 (7折)
訂購滿\$600方可提供免費送貨服務 (東涌及離島除外)	花旗參蜜 (8.5克 x 20包方便裝) 零售價\$83 優惠價\$62.5 (75折)
貨到須以現金或支票付款， 同時須出示本會會員証	花旗參片 (四兩裝) 零售價\$150 優惠價\$95 (63折)

尚有其他商戶的折扣優惠，請瀏覽 <http://www.hkbuddhist.org/member>



心靈地圖

佛教禪坐的終極教導是「放下」，

不去牽掛任何事物...

「放下」這個字，

並不是說我們不須要去修行，

而是意味著我們必須遵循「放下」的法門修行！



講座及佛學班

非定期性

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦機構
公開講座	11月14日	19:00-21:30	一行禪師	灣仔香港會議展覽中心 展覽廳5B及5C	香港大學佛學研究中心 電話：24052238



法會及活動

非定期性

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦機構
佛母大孔雀明王大法會	11月12-14日	09:00-15:30	見如長老	屯門屯富路 香港極樂寺	香港極樂寺 電話：24616239
禮報恩寶懺 禮藥師寶懺	11月19-21日	09:00-16:00	淨雄法師	北角英皇道441-447號 漢宮大廈3樓	佛教三德弘法中心 電話：24127808
海上放生素食遊	11月28日	10:30-14:00	-	北角客運碼頭集合	香港菩提學會 電話：25772298
彌陀佛七	12月16-22日	09:00-15:00	覺光法師	香港跑馬地 黃泥涌道31號3字樓	香海正覺蓮社 電話：25722662
水陸息災法會	12月17-24日	-	上海龍華古寺 高僧	大嶼山昂坪	寶蓮禪寺 電話：29855898
八關齋戒	12月25日	一日一夜	衍慈法師	九龍彌敦道242號 立信大廈E,F座四字樓	香港佛教律儀淨苑 電話：23673091
醫生·醫身·佛醫心	12月27日	10:00-18:00	-	天水圍天晴村 社區中心大禮堂	佛教慈慧服務中心 電話：91863844

因篇幅所限，恕未能盡錄，定期性法會及活動消息，可參閱本會網頁之活動快訊 <http://www.hkbuddhist.org>，以獲得更快的訊息。
所有活動如有更改，以主辦機構公佈為準。