



## 香港佛教聯合會

香港灣仔駱克道338號1字樓

電話：(852)2574 9371

傳真：(852)2834 0789

網址：<http://www.hkbuddhist.org>電郵：[enquiry@hkbuddhist.org](mailto:enquiry@hkbuddhist.org)

## 香港佛教聯合會新春團拜 暨第57屆董事就職典禮

### 免費索取

香港佛教聯合會於2月10日在銅鑼灣佛聯會文化中心舉行「辛卯年新春團拜暨第57屆董事就職典禮」。佛聯會會長覺光長老與佛教諸山長老及一眾董事和顧問、社會各界人士和善信共濟一堂，齊賀新春，互相拜年；出席者約400多人，場面溫馨熱鬧。此外，並邀得民政事務局副局长許曉暉為新一屆的董事就職儀式，主持監誓和頒授證書。

覺光長老代表香港佛教界致新春祝福辭時，祝願本港「在佛光的加被下，人心安定，社會和諧，經濟繁榮」。

他期盼在未來一年，佛聯會能因應時代的需要，繼續拓展多元化的社會服務，包括教育、醫療、安老和墳場等服務；同時也啟動新的弘法工程，如舉辦禪修營和加強佛法傳播訊息等。

活動當日早上先由智慧法師率領部分法師及居士進行上供儀式，下午大會才正式展開新年團拜和新董事就職典禮。除了佛教何南金中學醒獅隊醒獅助興外，還邀得佛教傅黃合長者鄰舍中心和佛教張妙願長者鄰舍中心一班精靈長者，分別表演數白攬和手語歌等精彩節目，為當日活動增添無限快樂的新年氣氛。



▲民政事務局副局长許曉暉（中間穿紫色衣服）主持監誓儀式進行。



▲台上兩獅放下對聯「恭賀新禧，萬事勝意」，獲得觀眾喝采。



◀後排賓客擠滿現場，前排一眾法師觀看台上表演。



▲香港佛聯會第57屆董事全體合照。



◀賓客向永惺長老拜年祝賀。

▶覺光長老（中）在宏明法師（右）相隨下大派利是給賓客。







▼覺光長老在許曉暉副局長陪同下，代表香港佛聯會接受功德主蕭寶然居士（左二）的捐款。



▲智慧長老主持上供儀式。



◀佛教張妙願長者鄰舍中心長者們表演手語歌。

►佛教傅黃合長者鄰舍中心長者們表演數白攬。



香港佛聯會第 57 屆董事會成員包括會長覺光長老，首席副會長永惺長老，副會長智慧長老、黎時煖居士、林漢強居士，執行副會長道平法師、寬運法師、宏明法師，執行副會長兼義務司庫何德心居士，總務主任紹根長老，義務秘書長演慈法師，義務副秘書長林志達居士，義務副司庫崔常祥居士，副總務主任妙光法師、衍空法師，常務董事果德法師、妙慧法師、楊釗居士、李家祥居士、楊錦珍居士，董事融靈長老、智鴻法師、廣琳法師、常光法師、圓慧法師、妙慈法師、瑞洪法師、修岸法師、果慧法師、悟藏法師、林漢環居士、莊學山居士、馬清煜居士、楊駿業居士、梁果興居士、梁衛珍居士、余潔冰居士、溫綺玲居士、溫果和居士、胡韻琴居士、張梅桂居士、何珍宜居士、張慧燦居士、邱惠南居士。

## 中聯辦訪會長 肯定佛教貢獻

辛卯新春招賓客。中聯辦主任彭清華先生率領一行人，包括副主任黎桂康先生、辦公廳主任陳林先生、協調部部長沈沖先生、協調部副部長廖勳女士、協調部宗教處處長褚有奇先生及協調部宗教處副處長鄭海燕女士，於一月廿七日到香港海正覺蓮社拜訪香港佛教聯合會會長覺光長老，以及副會長智慧長老和黎時煖居士；執行副會長道平法師、寬運法師、宏明法師和何德心居士；義務秘書長演慈法師，及常務董事果德法師，共聚喜慶。

席上，雙方暢談國家和香港的發展，並肯定了

佛教對社會的影響。彭清華主任欣喜的表示，今年國家的經濟增長良好，香港也有不俗的發展，相信來年會穩步上揚，並高度讚揚香港佛教界對社會的貢獻和影響。

覺光長老在席上笑言，香港佛教聯合會有六十多年歷史，一直做了很多社會善業，並相信能繼續得到中聯辦及各界的支持。彭清華主任總結道，能弘揚佛法，利益眾生的事，必定會支持。並祝願香港佛教界能繼續弘揚佛法，為國家的和諧穩定做出大貢獻。



▼中聯辦各高官拜會本會會長覺光長老



▼本會為賓客奉以精緻素食

▲中聯辦主任彭清華主任與本會會長覺光長老言談甚歡



▲覺光長老藉新春佳節以紅包給賓客送上祝福





# 香港六宗教領袖辛卯年新春團拜

## 覺光會長以兔子喻和順



本會會長覺光長老致辭籲構建和諧社會

新年伊始，香港六宗教的領袖都會舉行新春團拜，既寓意宗教和諧，也藉此表達對社會的關心。今年也不例外，香港六宗教領袖二零一一年（辛卯年）新春團拜於2011年2月15日假九龍塘中華基督教會基華小學舉行，出席

者包括香港道教聯合會吳耀東副主席、香港佛教聯合會會長覺光長老、天主教香港教區湯漢主教、孔教學院院長湯恩佳博士、中華回教博愛社主席脫志賢先生，和香港基督教協進會主席戴浩輝監督，以及一眾宗教界人士，濟濟一堂，場面和洽，氣氛熱鬧。

六位宗教領袖分別致祝福辭。本會會長覺光長老致辭時先向在座賓眾致以誠摯祝福，並以今年生肖屬兔——性情溫柔和順的特質，說明「和順」給我們的啟發，只要大家保持「和順」的態度處事，以理智作判斷，放棄成見，取得共識，這樣無論在人與人之間、家庭、社會，甚至是國際事務上，定能減少紛爭。這跟六宗教「和衷共濟，求同存異」

的理念是一致的，縱然教義不同，但殊途同歸，大家都是在努力構建和諧的社會，締造幸福的生活。



六位宗教領袖新春聚首一堂

### 六宗教新年文告籲政府安定民生

六宗教領袖又在早前聯合發表了新年文告，特別關注到社會的問題，指出我們正處身科技高速發展的時代，網上世界資訊無限，其中的不良資訊導致部分青年人行為失控，理智失常，違反了正確的道德價值。而世界金融動盪，嚴重影響民生，尤其樓價急升，更令不少人無力置業安居，不利於社會穩定，亦導致貧富差距日深……種種問題令宗教界同感關注，因此呼籲政府與市民正視問題，各盡所能共渡時艱。同時希望傳媒繼續堅持公正立場，以社會利益為重，構建良好的社會風氣。



### 深切悼念佛教界長老仁俊法師

佛教界長老仁俊法師於2011年2月9日在台灣圓寂，並於2月11日在福嚴佛學院入殮。仁俊長老一九一九年出生於江蘇，七歲出家，十七歲受具足戒。一九四九年赴香港，曾與印順法師共住於青山「淨業林」。一九五三年到台灣，在福嚴佛學院任教，後移居美國，繼續弘揚佛法。一九九六年成立「印順導師基金會」。翌年創辦《正覺之音》。長老多年來在美國、台灣和香港等地弘揚正法，對佛教界貢獻良多。



# 薪火相傳 生生不息

第十三屆弘法使者謝健  
(香港中文大學宗教研究)

## 記 2011 年弘法使者聚餐暨傳燈晚會

1月15日晚上，「2011弘法使者聚餐暨傳燈晚會」於九龍萬寶素食館舉行。弘法使者獎學金計劃負責人衍空法師、贊助人之一沈張婉居士以及歷屆弘法使者共七十餘人參加了是次聚會。

香港佛教聯合會弘法使者獎學金計劃已踏入第十三年，本屆選出的弘法使者人數為歷年最多，衍空法師、沈張婉居士和歷屆的師兄師姐們均對本屆「弘使」寄予殷切期望。衍空法師勉勵我們要有耐心和毅力，不畏懼痛苦和困難，踏實做事，最終會獲得讚賞。沈張婉居士則鼓勵本屆的弘法使者應有初生之犢不畏虎的精神，在弘法的過程中勇敢克服種種困難，活出自己的精彩人生。除此以外，歷屆弘法使者也在聚會中深情追憶及分享自己在弘法工作中的點滴收穫和感想，令我們明白

到弘揚佛法之艱辛、意義和收穫，場面和諧而溫馨。



歷屆弘法使者與衍空法師、沈張婉居士聚首一堂

聚會中的重要環節

是莊嚴的傳燈儀式。智慧之燈從衍空法師開始，伴隨著眾人「摩訶般若波羅蜜多」的唱誦聲，由第一屆傳遞至第十三屆弘法使者代表手中，喻意佛法精神，薪火相傳、生生不息。第十三屆弘法使者在接過燈火的同時，也把新一年的弘法重任肩負身上。面對任重道遠的弘法使命，我們躊躇滿志，在會上發下宏願，在任期間定當「盡心盡力，弘揚佛法，普度眾生，為如來使」！

## 第一屆弘法使者的凝想 —— 心燈無盡

林勁楠



薪火相傳、生生不息

靜夜裏，十三位歷屆香港佛教聯合會弘法使者代表依次合掌列隊，衍空法師領誦着『摩訶般若波羅密』，把一盞象徵智慧和覺性的蓮花燈緩緩地傳到第一屆弘使代表手中。溫暖的心燈在梵唱中一屆又一屆地傳遞，像河蜿蜒，流向未來。

凝望燈光，十二年前參加首屆弘法使者計劃的情形還歷歷在目。當年十六名來自本港各大學的大學生佛子，因緣際遇下組成首屆弘使，在本計劃發起人兼導師——衍空法師的帶領下，開展了各類推廣佛法的活動，包括佛學講座、中學生寺院生活體驗營、佛教小學遊戲攤位等等，希望幫助弘揚佛法之餘亦可使本地佛教徒的形象更年輕化。一人之力

如盈盈燭光，眾人便合為熊熊之炬。一年的弘使任期不但豐富了我們的大學課外生活，鍛煉了處事能力和責任感，也使自己在活動過程中更清楚地照見自身佛學及處世的不足而加以改善。

流光似水。十二年晃眼即過，欣見後來歷屆弘使綜合了前任的經驗和新穎的創意，舉辦的活動愈趨成熟，更有部分弘使畢業後便投身佛行事業。弘使的意義並不限於任期，而是終生的從身心為眾生種下菩提種子。

《維摩詰所說經》云：「有法門名無盡燈，汝等當學。無盡燈者，譬如一燈燃百千燈，冥者皆明，明終不盡。如是，夫一菩薩開導百千眾生，令發阿耨多羅三藐三菩提心，於其道意，亦不滅盡，隨所說法，而自增益一切善法，是名無盡燈也。」『菩薩』之名任重道遠，但執正道不捨方為發菩提心。接下歷代大德傳下的心燈，我們弘使當代代奉行。



淨修法師

## 深切悼念本會顧問淨修法師

本會前任董事，現任名譽顧問淨修法師於2011年1月30日圓寂，享壽94歲。法師分別於1960年至1969年，以及1981年至2007年擔任本會董事達37年，2008年起，擔任名譽顧問至今。淨修法師歷任佛教寶光精舍住持，並曾任香港佛教聯合會主辦佛教菩提小學佛學老師、志蓮淨院安老院院長等職。會長覺光長老讚揚淨修法師於弘法利生的大業及香港佛教的發展上功勳卓著；法師的捨報示寂，誠香港佛教界重大損失，人天同悲。香港佛教聯合會同寅謹掬至誠，深致悼念。





去年清明思親法會也為中國西南地區大旱祈降甘露。

## 「清明思親法會」背後的善念善行

中國人清明節思親祭祖，源於古代帝王將相「墓祭」之禮，歷代民間仿倣之，清明節孝子賢孫慎終追遠，就成為一種固定的風俗。香港佛教聯合會每年舉辦「清明思親法會」，除了讓人們藉著傳統節日追悼先親眷屬、為現存親友祈福增壽外，亦為大眾提供一個培植布施的平台，一齊推動社會慈善事業，提倡善心善行，實踐佛陀慈悲濟世的精神。

談論死亡，是中國傳統的忌諱，「清明思親法會」幫助人們面對死亡。Sandy 經歷了媽媽和弟弟兩位親人的離逝，尤其是她與弟弟的感情較深厚，所以對弟弟的思念更是深刻。



法師和居士們參加清明思親法會的情況。

### 死亡乃人生自然的規律

人生無常，她坦然地說：「死亡是很自然的事，即使難以接受，也要接受。生命就是如此。」

雖然在訪問中 Sandy 沒提過「悲傷」這兩個字，但她於「清明思親法會」為往生家屬做了附薦。她說：「做附薦只是一種對先人善意和尊敬的表達，並沒有想過為自己求些什麼好處。」

Sandy 於四、五年前皈依了，拜暢懷法師為師，她表示沒想過宗教可以帶給自己什麼，只覺得因緣到了，便決定信奉佛教。

縱然 Sandy 自稱是一個無神論者，但話說回頭，她其實來自一個佛教家庭，祖母和父親都是佛教徒。她談死亡時說：「面對死亡，每個人都會感到恐懼，這是人類的自然反應，而這種反應往往就決定於童年的內心被投射了什麼，一旦感到無助或恐懼時，就想起這些投射。」

### 附薦捐款應作慈善事業

她歸納說：

「也許是受到這種佛教家庭的影響，每遇有清明法會，便很自然上香，即使媽媽和弟弟生前也如此做，就如新年要說『恭喜發財』，早上要說『早安』而已。心靈上沒有多著什麼，亦沒有放下什麼。」



善信群集會場外送聖。

她表示，每個法會都有其意義和功能，其意義亦因人而異；並認為將附薦的捐款用作推動各項社會慈善事業，當然是一件好事，而且應是必然的事。因為大多數收取善款的機構都是非牟利機構，以慈善為宗旨。

最後，她提醒善信必須選擇一些具信譽和代表性的慈善機構，以免捐款被濫用。



## 清明法會相關名詞「起底」



四大部洲餓口佛事的情形。

### 餓口佛事

施食是佛教以特定的儀軌進行給餓鬼道或地獄道眾生施食、免除痛苦的法事。起源於佛陀時代，阿難尊者在定中，忽見名「面然」的鬼王（又稱焰口餓鬼），告訴他：「三日後你將命終，但亦有挽救辦法，如果你能以飲食施予諸餓鬼，並且為我們供養三寶，你就可增壽。」第二天早上，阿難尊者便將此事秉白佛陀，求佛陀教他施食方法。佛陀便教阿難尊者誦變食真言，令飲食變少成多，從七化七，乃至無量。除了布施飲食之外，又教阿難念誦甘露咒，水變甘露，如此則可令恆河沙數餓鬼飽滿。這是佛陀在世時施食的開始。

### 大蒙山施食

宋朝時，西域國有位不動上師（又稱甘露大師）來到了西夏國，初期棲止於護國寺，爾後遷至「蒙山」（位於今四川名山縣境內）。為普濟幽靈，不動上師便集《救拔焰口餓鬼經》及秘密部的一種水施食法，並以二咒為主，集諸密部成文，稱《蒙山施食儀》。

佛門寺院在晚課時，就依據蒙山施食儀軌來誦經持咒，召請地獄、鬼道眾生到道場中聽經聞法，仰仗三寶之力，令其得以解脫苦厄。這就是一般所稱的「放小蒙山」。

及至近代，天台興慈大師倡導蒙山施食，以小蒙山儀軌為基礎，更加入主法法師對十方方法界六道群靈所作的六番開示等，如此便稱為「大蒙山施食」。現在法師依此儀軌舉行法事，稱為「放大蒙山」。大蒙山施食時，必須集合許多出家僧眾及在

家居士，藉大眾的心力，引請三塗惡道的眾生，希望他們都能來到法會現場聽經、聞法、禮懺，以此菩提心因，當來必感道業成就的果報。如此六道眾生同蒙法益，真正是一場冥陽兩利的法會。

### 灑淨

即以大悲咒加持之淨水散灑之，清淨道場或供具等淨化之法，稱為灑淨。

據大日經疏卷四載，猶如淨潔清香之水灑地，為淨除污穢故，如來亦爾，以性淨之戒香，和合性淨之悲水，遍灑法界眾生性淨之心地，為令一切皆清淨除穢故。

當今佛教界於建立壇場如佛七、拜懺等法會之前，即以淨水散灑道場，為結界清淨之儀式。

### 迴向

我們修行佛法、以及弘揚佛法、利益有情眾生……所有的功德悉皆要迴向，為的就是要「上求佛道，下化有情」。

迴向和祈願有相同的意思，簡單的說，誦念經咒，或修善行，有許多的功德，這些功德您要用在什麼地方呢？您希望可以達成什麼願望呢？這就可以透過迴向祈願的方式，跟佛菩薩及護法龍天祈願，如此會得到佛菩薩的慈力加被，護法龍天也會護持您的祈願！

### 附薦

在法會裡，藉由法師誦經，三寶加持的功德，信眾可以為過世的祖先親友超度，以至超薦無祀孤魂、累世冤親、未生胎兒、家宅地基主等等，藉三寶加持，經咒之力，祈求過世的先人得以超拔度脫苦難，往生善趣。

### 延生

凡法會都是冥陽兩利的，冥是超度已去世的幽冥界眾生，陽者是指現世者，如為在世父母師長、親友家宅等，祈求增福延壽、遠離災劫、平安如意。延生堂設於大壇內，每天由法師誦經祈福。



# 一個乒乓球 一場生命賽

退休後的生活，不一定枯燥乏味，只要你肯踏出一小步。一群退休長者選擇投入乒乓球的狂熱，走出狹小的自我空間，走到運動場練球，一週練習五天也不言倦，絕不是隨意玩玩，更上場來個正式的比赛。獎頂事小，從中他們卻找到了更重要的健康，找到了朋友，更找到了對自己的肯定。



拿起球拍擊出生命力

這天早上，灣仔運動場乒乓球室內充滿了驚呼聲、歡笑聲，到來練習的長者們跟友人打過招呼後，或坐在一旁觀摩，或拿起球拍上場練習，彼此為同一目標而努力。

今年一月，張妙願長者鄰舍中心舉行了一場名為「乒乓擂台」的比賽，請來乒乓球總會的註冊教練作主裁判，讓會員切磋球技。別以為一班長者上場時會禮讓，事實是誰也不會手下留情，故比賽中戰況激烈，氣氛非常熱鬧。

張妙願長者鄰舍中心是少有給會員租場作專業乒乓球練習的社會服務機構，據中心助理主任張永德表示，中心大約在兩三年前開始搞比賽，除了可提高趣味性外，也可讓長者發揮能力，擴闊社交圈子，有些會員更把街坊或朋友介紹到中心來，令乒乓球隊更壯大，現在已有二十位成員。

## 以球會友

退休三年的朱立堅笑說：「初退休時呆在家裏很悶，不知該做什麼好；來中心跟朋友打乒乓球後開心好多，我們打完波就去飲茶，哈哈！」他說自從投入練球後，自己血壓也低了，健康改善了，在剛過去的比賽中更取得了季軍，他一臉滿意的笑了。

年屆八十五歲的游澤泉更厲害，以高齡取得了亞軍。他早年移居加拿大十多年，三、四年前才回流返港，在彼邦的生活令他悶得發慌，剛回港



「乒乓擂台」各得獎者



幾位長者經常練習互相切磋

時也沒多少朋友；現在經中心認識了很多朋友，心情好了，連睡眠質素也提升了。他笑說拿不拿獎也沒所謂，但也同意通過比賽可以肯定自己的能力，所以很喜歡跟友人一起練球。

## 自我增值

「黃仔」黃權新是最有活力的，怎麼也看不出他是一位七十二歲的長者。一向愛運動的他希望在退休後找回自己年青時的愛好，所以現在他打乒乓球、游泳、跑步、看書，無一不玩，更在中心的乒乓球比賽中取得了冠軍。他自信的道：「打乒乓球最重要是健康，但也要有目標，那就是比賽，這樣才會成功，要自我增值嘛，我的新目標是年尾參加區際乒乓球比賽！」

曾錦濤則視打球為一種藝術和享受，只要輕輕鬆鬆的，不希望有太大壓力，所以他沒有下場比賽，只在旁邊做啦啦隊也感開心。

英姐和鮑婉雲則是少有的女將，分別取得女子組比賽冠、亞軍，他們都很喜歡到中心或球場練球，見見朋友，人開朗了，與家人的關係也更融洽。

一個小小的乒乓球，卻燃點起一群退休長者的生命力，令他們活得更精彩。



# 佛教榮茵學校建環保校園

愛護和保育環境，就在生活中學習。近年，社會對環境保護的意識不斷提高，因此，一些學校亦注意到環保教育的重要，給學生從小灌輸環保意識，並從校園做起。



綠化天台可減低室內耗用冷氣量

來便很重視校園綠化，引入義工聯同學校師生繪製壁畫，旨在為學生創造一個舒適健康的學習環境。至六、七年前更積極將環保的訊息注入學校政策、課程等，一方面配合政府的呼籲，另一方面也是社會大趨勢。他說道：「學生自小進校便接觸各種環保訊息，早已習慣了，不會視作苦事，反而從每年的問卷調查中發現他們的環保意識不斷提升。我們希望有關的教育能給學生帶出正面的訊息，並由小孩子做起，把訊息帶回家，影響家長及其他人；現在很多家長也參加我們的校服回收計畫，或中秋月餅罐回收計畫等，把資源轉送到有需要的人手中。」

## 把訊息從學校推廣至社區

該校在校園注入環保訊息，全面展開環保教育，例如在課堂上推行環保教育工作坊、帶領學生作實地考察研究；在校園設施方面，開展天台綠化計畫，設學校園圃、趣綠課室，現時校園綠化



參加有線電視比賽訪問環境局局長邱騰華

佛教講求自利利他，環保也是自利利他的善業；我們每一個人都有環保責任，大家一齊做，效果一定會更好。



有機蘿蔔—辛苦耕耘的收穫，倍覺開心。



創意環保科技日

面積佔全校約25%，又於操場四周安裝了10支太陽能燈，最近更獲環境及自然保育基金撥款，在校內加建太陽能光板及環保資訊顯示板，以及增建風力發電系統及小型氣象站；在校園生活上亦注重節能，推行低碳午餐、無車日、無冷氣週、使用環保清潔劑和節能電器等；對外方面，則鼓勵學生參與如創意環保攝影比賽、香港花卉展覽之學校園圃比賽、綠色盆栽設計比賽等……經過多年的推動，不但培養了學生的環保意識，也令該校屢獲「香港綠色學校」殊榮。



校園內到處可見的環保設施之一—太陽能燈

現時，榮茵更把環保的訊息從學校擴展至社區，定期舉辦環保教育講座、參觀綠色校園等，並邀請社區人士及幼稚園參加，杜校長相信：「佛教講求自利利他，環保也是自利利他的善業；我們每一個人都有環保責任，大家一齊做，效果一定會更好。」



# 佛教林金殿紀念小學慶新春

迎接新歲是值得慶賀的日子。佛教林金殿紀念小學於二零一一年一月二十八日，舉行了一年一度的「送虎迎兔慶新兔」慶新春活動，以一連串的應年活動，讓上下師生及家長共同感受喜氣洋洋的農曆新年氣氛。

當天李玉枝校長特別為醒獅點睛，鑼聲響起，生動的獅子活靈活現，標誌著活動正式展開序幕。豐富的節目包括由校長、副校長為家長與同學們寫揮春、最佳服飾選舉、同學們嘗試傳統的寫揮春、自製

創意麵粉公仔和剪紙、醒獅隊表演、猜燈謎活動等，更請來外籍老師 Teacher Sam 扮中國財神，逗得眾人哈哈大笑！最後，由學校全體全人祝賀家長們新春大吉、身體健康、如意吉祥；並祝願同學們學業進步、心想事成！



鬼馬的財神



送你一個創意麵粉公仔！



猜燈謎，看誰猜得最多！



活靈活現的醒獅表演



祝大家新年進步！

## 會屬小學及幼稚園內地專業交流

香港佛教聯合會會屬小學的校長們於二零一零年十二月二十三日舉辦了會屬小學及幼稚園校長教師內地交流活動。當天活動由佛教榮茵學校及佛教林金殿紀念小學為統籌學校，七間會屬小學（佛教中華康山學校、佛教黃焯菴小學、佛教慈敬學校、佛教林炳炎紀念學校、佛教林金殿紀念小學、佛教榮茵學校和佛教陳榮根紀念學校）的校長及教師，與



觀課情形

會屬佛教真如幼稚園（東涌）的校長及教師結伴同行，出訪屬「廣東省一級學校」的「北大附中深圳南山分校」，進行教育考察及交流。

當天一行三十八人共分為兩組，分別到「北大附中深圳南山分校小學部」及「北大附中為明實驗幼兒園」參觀，聽取該校校長簡介、觀課、參觀設施，及由兩地教師作交流等，令會屬校長老師們獲益良多。



交流活動的校長老師們合照



## 佛教徒 + 校長雙重身份

# 莫仲輝傳揚佛法如魚得水



自稱是一個佛教徒，難免被人冠上一個規範道德行誼的金箍圈；作為佛教徒，又擔任佛教孔仙洲中學校長的角色，莫仲輝校長不同意自己會承受雙重壓力，反而強調在弘揚佛法上更可順水推舟，如魚得水。

### 辦送暖活動 發揚校訓精神

他舉例說：「最近學校進行為期兩天的『送暖到惠東』扶貧活動，學生可以透過派發米、油糧，幫助國內窮困戶，從而體悟佛教的慈悲心。正正因為自己信奉佛教，可以更有意識地在學校推動這類送暖扶貧交流活動，讓學生真正體驗什麼是『明智顯悲』的佛教校訓。」

遇上佛教徒的家長有困難，莫校長的佛教徒角色便大有作為。他說：「如家長家裏有人病了，可能影響學生情緒，向學校求助，這時候，我不是以校長的身份，而是以佛教徒的身份，說出生命的無常，鼓勵他們開放心靈，學會接受。」

莫校長認為只要抱著一種佛教徒的使命感，便不覺有壓力了。因為佛教徒彼此之間存有共用語言和佛教義理，有了這種方便，也較容易協助家長和學生解決各種家庭問題和紓緩心中的困擾。

### 信奉佛學 助長EQ

由老師升任為校長，莫校長坦言所處理的人事問題較複雜。透過看佛書聽佛學，接觸不同的佛教法師，他自覺有助EQ的成長；終於在擔任校長兩年後，他參加了香港佛教聯合會主辦的佛誕萬人皈依大會，正式成為佛教徒。

如他所說，佛學是一部EQ書；他即時引用佛語說：「應無所住，而生其心。」後詠：「春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪，若無閒事掛心頭，便是人間好時節。」

繼而他指著牆上掛著的一幅題字「心無罣礙」說：「無論是佛教徒，或是校長，做人的最大EQ，就是遇上任何事情，都要學會接受，學會放下。」

### 佛學主任是弘法最佳拍檔

訪問中，莫校長邀請了佛學科及宗教部主任蔡啟光老師一起傾談，莫校長表示自己無論在佛學上遇有疑問，或學校籌辦各項佛學活動，甚至佛教徒家長或學生需要心靈輔導和轉介服務等等，蔡SIR都可以提供寶貴的意見。

《西遊記》中的唐僧有孫悟空等三位徒弟伴隨左右往天竺取經，現在看來莫校長在推廣佛學的路途上，也有蔡SIR這位好夥伴一起除心魔，斬妖障。

除了教育工作外，莫校長亦活躍於社區工作，他表示兩者沒有衝突，反而有利推動學生參與地區活動。

他引以為傲地說：「最近本校兩位學生便先後參加了『九龍地域傑出學生』和『黃大仙區傑出學生』兩項選舉活動，並獲頒獎項。」

他強調，只要秉持著佛教徒的「八正道」和「正知正見」，遠離污穢，有選擇性地參與「乾淨」的地區政策和活動，做好自己當下的工作崗位，便是履行了一位「世間法」佛教徒的使命。



莫校長（右）與佛學科主任蔡啟光老師並肩傳揚佛學，背後的毛筆題字「心無罣礙」，就是莫校長做人做事的座右銘。



## 寬運法師解答

**問：若在家做早晚課有上香，讀《香讚》自己一人唸不出，是否照著讀就可以了？**

**答：**佛門的《香讚》用意是讚嘆諸佛菩薩的功德，都是要唱唸的，如果在寺院裏上殿做早晚課，或在法會之中，當然不可以只照著讀。如果居士在家，自己不識唱，就只能恭敬地照著讀，一樣是可以的，這是方便法。但是，如果有心學習的話，可以購買一些寺院早晚課的光碟回家，在做功課之時，一邊播放、一邊跟著唱唸，這也是方便法之一。另外，若真發心、真有興趣，何不認真學習法器及唱唸？這樣的話，自己在家修持的時候（在不影響別人的情況下），如法如儀地又唱又唸，那豈不是很好嗎？讚佛的功德是很大的。

## 素食天地

資料由溫綺玲居士提供

## 心中美食 - 薑豉炒珊瑚藻

曾在本欄介紹過，將浸軟的珊瑚藻，切碎放在早餐的麥皮內，有助筋骨健康，最近應邀到德噶中心午餐，一位滿面笑容的姐姐，端上幾樣菜餚，南瓜湯、泰國沙律、煎鮮竹餅……等，我都在其他道場吃過，其中最驚喜的，要數薑豉炒珊瑚藻了。

除了佐以早餐之外，我也曾用麻油、西柚醋涼伴珊瑚藻，卻未試過炒！回家即試行製作，加入義大利黑醋，效果不俗，讀者們不妨試試，嗜辣愛酸味者，按自己喜好和需要增添醬料，製作簡單，最難只是要注意熱度和時間而已。

## 材料：

珊瑚藻	適量	素 XO 醬	1 茶匙
薑末	1 菜匙	菩提子油	約 1-2 湯匙
豆豉	約 1 至 2 湯匙	義大利黑醋	約 1 湯匙

## 調味料：



## 製作：

1. 珊瑚藻隔夜浸軟，洗淨。
2. 熱油鑊，猛火炒香薑末、豆豉、XO 醬，倒入珊瑚藻後快手炒至融合醬料，盛碟前，淋上黑醋。

## 助印《佛聯匯訊》

捐助項目 助印《佛聯匯訊》  
 帳戶號碼 恒生銀行 289-017766-001( 捐款 \$100 或以上可憑收據在香港申請扣稅 )

捐款金額：\_\_\_\_\_

- 現金（請親臨本會捐遞，切勿郵寄，以免遺失）  
 銀行入數  
 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：\_\_\_\_\_（本匯訊將於收款後下一期刊登捐款者芳名以作鳴謝）

是否需要收據？  是  否

收據姓名：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

請將填妥之表格，連同劃線支票，或銀行入數紙正本，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

香港灣仔駱克道338號1字樓  
電話：(852)2574 9371  
傳真：(852)2834 0789

## 佛聯匯訊



### 優惠級

## 最新活動速遞

### 講座及佛學班

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦單位
《清淨道論》之定品	2月18日起 (逢星期五)	19:30-21:00	蕭樹錚居士	九龍彌敦道454號 安昌大廈一樓C座	法藏寺圖書館 電話：27717015
《百喻經》- 佛教的伊索寓言	2月23日至 3月16日逢星期三	19:00-20:30	黃兆怡居士	中環皇后大道中178-180號 香港珠寶大廈2樓	香港居士林 電話：31073202
宣講觀無量壽經	2月24日起 逢星期四	19:30-21:00	演慈法師	北角英皇道355號一樓	佛教愍生講堂 電話：28082373
達摩祖師二入四行觀 六祖法語	3月5,12日	16:00-18:00	定賢法師	筲箕灣東大街159號 東輝大廈3樓	慈明佛學園地 電話：25398301

### 法會及活動

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦機構
祈福供天法會	2月25-27日	09:30-16:30	達常法師	西環域多利道8444地段	道慈佛社 電話：28172022
大悲懺共修法會 開示：我們這一家	3月4日	19:00-21:00	僧徹法師	筲箕灣東大街159號 東輝大廈3樓	慈明佛學園地 電話：25398301
禮八十八佛洪名寶懺	3月5日	09:30-12:00	眾法師	北角英皇道355號一樓	佛教愍生講堂 電話：28082373
釋迦牟尼佛出家日法會	3月12日	16:00	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
觀音佛七	3月17-23日	09:30-15:00	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
大悲寶懺法會	3月20日	09:00	眾居士	九龍彌敦道454號 安昌大廈一樓C座	法藏寺圖書館 電話：27717015
鳴鐘祝願法會	3月20日	09:30-12:30	眾法師	東涌石門甲村	東涌羅漢寺 電話：29881419
觀世音菩薩聖誕 暨三皈五戒法會	3月20日	09:30-13:00	暢懷法師	荔枝角九華徑新村133號 天台精舍	佛教青年協會 電話：23360437
觀音七法會	3月20-22日	08:00-19:30	眾法師	九龍鑽石山 志蓮道5號	志蓮淨苑 電話：23541888