

香港會議展覽中心
展覽廳3樓
宗教及心靈專區

香港書展 佛教坊 2015

7月15至21日



香港佛教聯合會統籌

佛教團體聯合參展



佛教坊匯聚本港主要佛教團體，為追求真、善、美的人士，提供不同種類的佛學書籍、藝術及影音產品，傳遞正信佛教資訊，淨化心靈，增長智慧。

展覽日期

7月15-16日 (星期三至四)
7月17-18日 (星期五至六)
7月19-20日 (星期日至一)
7月21日 (星期二)

開放時間

上午10時至晚上10時
上午10時至午夜12時
上午10時至晚上10時
上午9時至下午5時

參展佛教團體

- 香港佛教聯合會
- 佛教慈慧服務中心
- 香港菩提學會
- 法鼓山文教基金會香港分會
- 佛教慈濟基金會香港分會
- 佛教青年協會
- 溫暖人間
- 創古密宗佛教文化
- 志蓮淨苑
- 香港佛慈淨寺
- 東蓮覺苑
- (排名不分先後)
- 香港佛光山
- 大覺福行中心
- 香港戒定慧講堂

書展義工招募

請填妥以下表格，並請於6月18日前傳真至2834-0789，稍後將有專人與您聯絡。

姓名：_____ 年齡：_____

日間聯絡電話：_____ 電郵：_____



乙未(2015)年清明思親法會

慎終追遠
福惠眾生

善信們不辭勞苦，早在清晨就在門外等待，扶老攜幼，手執香燭冥鏹，簡單素食供品及一束束小鮮花，趁著4月2日開始，連續7天的「清明思親法會」舉行期間，紛紛前來香港銅鑼灣香港佛教聯合會文化中心，向在生或離世的親友表達祝福及思念。

由香港佛教聯合會主辦的「清明思親法會」是每年一度全港最大規模的誦經法會，舉辦至今50多年，風雨不改。藉著念佛誦經的法會儀式，讓孝子賢孫追悼先人、表達孝思；同時，也為廣大善信提供一個布施的平台。參與法會人次達數萬人。

思親報恩

清明思親法會開幕儀式上，由本會會長智慧長老、副會長紹根長老、執行副會長寬運法師、宏明法師，聯同各壇主法師、本會四眾代表主持啟壇、剪綵儀式。智慧長老致辭時表示：「清明思親法會是本會一年一度的弘法盛事，透過弘揚孝道，普度眾生，超度先亡，增福延壽，所得善款，全數用作拓展各項善業。切盼十方信眾，踴躍布施，為己為人，慷慨解囊，功不唐捐。」法會共設七個壇，包括大壇、大悲壇、藥師壇、密宗壇、法華壇、報恩壇及淨土壇，以及迴向堂。各壇在灑淨儀式後，各自展開法事，由全港各道場大德法師帶領善信，一同虔誠禮懺誦經，一連七天，為大眾祈福，消災延壽。

齊誦佛號

法會期間的法事包括：餽口佛事、長壽佛灌頂法會、大蒙山施食、禮供諸天、四大部洲餽口及送聖等，場場座無虛席，甚至走廊亦擠滿人群，參加者絡繹不絕，誦經聲響徹全場。此外，連日來，前往登記附薦及延生的善信不斷，並有善信扶老攜幼，前來向先人致祭，盡顯孝道。

4月8日由智慧長老率領眾法師主持送聖儀式，黎時煖副會長致結壇辭時宣布法會順利進行，功德圓滿，達致冥陽兩利。同時，感謝法師帶領及四眾的積極參與，祈願香港安定祥和、世界和平、國泰民安。☸



▲會長智慧長老、各壇主法師與董事四眾代表為清明思親法會開幕典禮剪綵。

◀本會會長智慧長老主持啟壇前的灑淨儀式。



▲南嘉仁波車主持長壽佛灌頂法會。

◀本法會特設覺光長老蓮位於迴向堂，供四眾懷念。

▶善信坐滿各壇，禮佛誦經。



▲莊嚴殊勝的四大部洲餽口。

▶智慧長老在送聖時為般若佛船灑淨。



地震無情 人間有愛

香港佛教聯合會 啟建
 尼泊爾和西藏地區地震災難
 息災祈福冥陽兩利法會
 The Hong Kong Buddhist Association
 The Dharma Function to Pray for Nepal and Tibet Earthquake Victims

尼泊爾和西藏地區地震災難

啟建息災祈福冥陽兩利法會

4月25日，佛陀誕生地尼泊爾發生強烈地震，造成重大傷亡及財產損失。無數災民家園盡毀，孤苦無依。災區滿目瘡痍的場面，令人痛心及難過。

「不為自己求安樂，但願眾生得離苦」是佛教徒的信念。為向罹難者表達沉痛的哀悼以及向倖存者表達深切的祝願，香港佛教聯合會於5月6日下午2時在會址追思禮堂舉辦「尼泊爾和西藏地區地震災難息災祈福冥陽兩利法會」，祈求彌陀接引罹難者往生蓮邦，受傷者早日康復，倖存者能堅強面對，重拾信心。

一方有難 八方支援

開始前，全體首先為地震死難者默哀一分鐘。會長智慧長老之致辭中表示：災情牽動著香港四眾佛子的心，謹代表佛聯會向地震罹難者家屬表達誠摯的慰問和深切的哀悼，祈願傷者早日復原、災區盡早重建。同時呼籲全港市民慈悲為懷，慷慨解囊，幫助尼泊爾和西藏地震災區民眾度過難關，重建家園。

齊心祈福 獻花獻愛

尼泊爾駐港總領事館領事 Miss Mudita Bajracharya、中聯辦協調部處長鄭海燕女士及秘書陳文城先生應邀出席法會，並由副會長黎時煖居士陪同向死難者獻花。本會副司庫崔常祥居士、常務董事妙慧法師、董事提輪法師、悟藏法師、圓慧法師、梁果興居士、梁衛珍居士、溫果和居士、邱惠南居士，亦先後向罹難者蓮位獻花。

獻花後，即開始莊嚴的誦經儀式，由會長智慧長老、副會長紹根長老、執行副會長寬運法師和宏明法師一同領導主法。現場大眾誠心誦經迴向死難者早登極樂，受傷者早日脫離苦難，重過新生。☸



▶本會執行副會長寬運法師代表會長智慧長老宣讀致辭。



◀四位主法法師帶領全體為地震死難者默哀一分鐘。



▶(左起)中聯辦協調部處長秘書陳文城先生、尼泊爾駐港總領事館領事 Miss Mudita Bajracharya、本會副會長黎時煖居士、中聯辦協調部處長鄭海燕女士虔誠合十，向罹難者致哀。



◀本會會長智慧長老向蓮位上香。



▲(左起)本會副會長黎時煖居士、尼泊爾駐港總領事館領事 Miss Mudita Bajracharya 及中聯辦協調部處長鄭海燕女士向尼泊爾地震罹難者獻花。



▲善信虔誠合十誦經，迴向尼泊爾地震的災民。

▶善信不辭勞苦，撐著拐杖也到來參與法會，向死難者致悼。



香港佛教聯合會沙田活動中心位處沙田下禾輦村166號，佔地二萬多平方尺，環境清靜，綠樹成蔭，是一個遠離繁囂都市的好地方。中心建有大雄寶殿、活動室和新設多間獨立禪修室，可作禪修、講座、培訓、聚會、活動、素食燒烤等用途。歡迎租用，查詢：2574 9371

沙田活動中心

籌募大雄寶殿修葺經費

位於沙田下禾輦村的沙田活動中心，乃本會僧伽學院原址，具60多年歷史。中心建有大雄寶殿，供奉莊嚴佛像。現計劃重修翻新，籌募善款，共襄善舉。中心翻新後歡迎各團體租用，作禪修、講座、聚會、文化活動等用途。

本人樂意捐助：以 選擇

贊助項目：	每份贊助金額
<input type="checkbox"/> 大雄寶殿三如來佛聖像鋪金及莊嚴佛龕	每份 \$68,000
<input type="checkbox"/> 佛像鋪金身 / 莊嚴佛龕 (隨喜功德)	金額不限 名額不限
<input type="checkbox"/> 莊嚴觀音菩薩聖像佛龕	每份 \$38,000
<input type="checkbox"/> 莊嚴地藏菩薩聖像佛龕	每份 \$38,000
<input type="checkbox"/> 紅色大石柱	每條 \$13,000 名額16個
<input type="checkbox"/> 七層佛塔翻新	每份 \$28,000
<input type="checkbox"/> 大木門翻新	每扇 \$13,000 名額6個
<input type="checkbox"/> 山門翻新	\$38,000 名額1個
<input type="checkbox"/> 捐款 (不指定項目)	每份 \$28,000

1. 凡單一捐款項目達港幣貳萬捌仟圓 (HK\$28,000) 或以上者，將會在大雄寶殿內立碑銘記，以彰功德。
2. 所有捐款者芳名將載入佛殿內功德芳名冊，求佛力加被，延生積福。
3. 捐款港幣壹佰元 (HK\$100) 或以上者，功德芳名刊載《香港佛教》鳴謝。
4. 所有捐款請註明：「沙田活動中心工程籌款」，入數紙「正本」及支票背面請寫上姓名及聯絡電話

本會地址：香港灣仔駱克道338號1字樓 查詢電話：2574 9371 www.hkbuddhist.org

捐款：

現金 _____ 元。

銀行入數 (交通銀行：027-553-02033923)，入數紙「正本」寄回本會)

支票 銀行：_____ 號碼：_____ (抬頭請寫「香港佛教聯合會」)

捐款者芳名：_____

收據抬頭：_____

捐款\$28,000或以上者，刻榜文字：_____ (以八個中文字為上限)

聯絡電話：_____ (日間) _____ (手提)

地址：_____

是否需要收據？請在 以 作選擇

是 否

閣下之個人資料，將用作寄發收據用途。

香港佛教墳場 地藏殿蓮位現正接受申請

柴灣歌連臣角道香港佛教墳場地藏殿，設有「福」及「祿」蓮位供合資格人士申請作紀念先親之用。

價格及規格

1. 福字蓮位，每期5年，費用\$5,000。
2. 祿字蓮位，每期3年，費用\$2,000。(首次申請須為兩期，即6年。)*另蓮牌製作及安裝費每個\$500。

申請資格

1. 申請人必須為香港佛教聯合會會員，每名會員最多可申請5個蓮位。
2. 如會員本人往生，可由其他人士代為申請，但須出示會員的身份證明及死亡證明文件。

注意事項：

1. 申請人須攜同以下文件前往本會辦理：
 - 申請人香港居民身份證
 - 申請人或先人會員證
 - 先人照片1張(彩色或黑白均可)
2. 蓮位只可供奉一位先人。
3. 申請表格可於 www.hkbuddhist.org 下載，詳情請參閱有關內容。
4. 查詢 25749371墳場部。



佛教黃鳳翎中學暨佛教黃焯菴小學

——佛聯會主辦的第一間政府津貼中、小學

▶ 1959年創校時的佛教黃鳳翎中學暨佛教黃焯菴小學(中)



一位學生在感恩母校時，深情地寫道：「從前，讀小學的時候，我要感謝他；後來，讀中學了，我要感謝她。你問他和她是誰？就是黃焯菴居士和他的姐姐——黃鳳翎居士。」

黃鳳翎居士，祖籍廣東中山，平生篤信佛法，樂育為懷，輸財興學，廣濟博施。1982年於覺光法師座下剃度出家，法號果悟。黃焯菴居士，曾任太古洋行華人經理，戰後獲港府委託主理食糖配給，人稱「糖王」。



◀ 1977年12月，佛教黃鳳翎中學舉行畢業典禮，左一坐者為首任校長黃國芳居士，左三為時任校長孫寶元居士。

佛教黃鳳翎中學暨佛教黃焯菴小學位於香港銅鑼灣掃桿埔東院道11號，開辦於1959年。初由黃鳳翎居士發慈悲心，認捐港幣三十五萬元，交由王學仁居士（時任佛聯會副理事長）等籌辦。王學仁居士借助羅文錦爵士之力，向政府領得公地三萬餘尺，又獲教育司批准為津貼學校，資助建築費五十餘萬元，成為當時香港第一所佛教完全英文學校。學校中學部以黃鳳翎居士命名，小學部則以其弟黃焯菴居士命名。佛聯會同仁公推陳靜濤居士為校監，黃鳳翎、黃允畋、馮公夏、林楞真四位居士為校董。自開辦以來，校風純良，成績喜人，每年申請入學者甚眾。後來，因學位供不應求，學校再向教育當局申請於校旁公地增建校舍，漸成今日之規模。☸

▶ 黃鳳翎居士



◀ 1988年，佛聯會斥資於學校毗鄰興建佛教文化中心大樓，內設禮堂及青少年中心。

（資料提供：黃錦屏居士（1927—），佛教黃焯菴小學首任校長，現定居加拿大。圖：香港佛教聯合會）

佛教黃允畋中學 奪獎 創意思維賽



△創意思維活動競賽2015

本會屬佛教黃允畋中學早前參加由教育局及香港青年協會所舉辦之「2015創意思維活動香港地區賽」，在經典題第二組《潘多拉的盒子》勇奪冠軍及最佳風格獎，隊員包括：中二級黃靜、余家諾、譚焯霖、徐嘉潞、中三級梁嘉敏、陳嘉敏及郭駿杰同學，他們將於今年5月代表香港遠赴美國密芝根州參加世界賽，與世界各地青年競逐世界冠軍殊榮。

該校於2007年創立創意思維學會，以提升同學創意思維及協作能力，並自2010年開始參賽，至今已第四次代表香港參加世界賽，去年更奪得世界冠軍殊榮。期望同學今年能再接再厲，爭取佳績，成功衛冕。☎

加強公營學校行政管理(第二期) 試驗計劃完滿成功



▲優化學校行政計劃督導委員會主席演慈法師致辭。

本會於2013年中參與之教育局「加強公營學校行政管理(第二期)試驗計劃」現已完滿結束，並於2015年3月12日舉行經驗分享會，會上優化學校行政計劃督導委員會主席演慈法師、佛聯會學務部同工，以及參與計劃的三所屬校同工(佛教黃鳳翎中學、佛教慧

因法師紀念中學及佛教陳榮根紀念學校)分別在分享會上發言，分享內容包括：校舍維修及綠化、校史整理、家校聯繫、友校共用路段管理、行政手冊等。當天，除了本會屬學校出席外，全港其他佛教學校均有派代表出席。出席者皆表示分享會充實及具啟發性。本會希望透過計劃去檢視屬校教育服務質素及持續優化服務管理。☎

佛教大雄中學創校45週年

設藍寶石獎學金配對計劃籌款

本會屬佛教大雄中學欣逢創校45週年，學校前教師慷慨認捐上限45萬元作為學生英語學習獎勵計劃配對獎學金，45週年紀念亦稱為「藍寶石禧」，故以「藍寶石」為獎學金之命名。

由於學校位處深水埗舊區，相對缺乏學習英語的支援及機會，所以「藍寶石獎學金」之主要用途為鼓勵學生積極參與英語學習活動以提升英語水平，並推動學生參與多元化課外活動，貫徹「全人發展」理念，盼學生有更多機會發展潛能及擴闊視野。

藍寶石獎學金計劃是以一對一配對形式運作，故學校需要為基金籌募

配對所需的45萬元善款，才能玉成其事。惟望各位校友、大德、善長慷慨解囊，以嘉惠菁莪，德澤流芳。

現誠邀社會各界鼎力支持及贊助，倘蒙惠賜，不勝感銘。如何之處，煩請將捐款支票(抬頭請寫「佛教大雄中學法團校董會」)寄回學校(地址：香港九龍深水埗長發街38號)為荷。如有任何查詢，請致電(852) 2386 2988或電郵office@mail.bthc.edu.hk與學校聯絡。☎



▲與各地學生交流。

◀學校推廣英語學習。

▼學生表演英語話劇。



佛教陳策文伉儷幼稚園

要 培養環保意識，應從幼兒開始。故本會會屬新校佛教陳策文伉儷幼稚園，特別於3月28日舉辦了親子環保藝術嘉年華，宣揚學校對環保的關注，並透過把可循環再用物料製作成藝術品，讓幼兒從小在環保的氛圍下成長。是次嘉年華共有四個活動區，分別是充氣彈彈床、親子遊戲、藝術學堂和環保學堂。

充氣彈彈床

學校最大的特色是擁有一個戶外活動場地，而這個戶外場地放置了巨型的充氣彈彈床，吸引了不少來賓的目光。小朋友更是雀躍，希望能到充氣床玩個痛快。

親子遊戲

在親子遊戲區內，設有一系列的障礙物，小嘉賓在父母的鼓勵下，邁出第一步，順利越過重重障礙。

藝術學堂

一輪熱身後，小嘉賓們來到了藝術學堂。這個活動區有多塊由再造紙做成

親子環保藝術嘉年華

的攝影背景板，讓小賓客化身成可愛的小動物。他們還可以親手利用再造紙製作動物面具。

環保學堂

學校是一所綠色校園，環保教育自然是不可或缺的。在環保學堂，小嘉賓變成了小農夫，不僅能學習如何利用果皮或花朵DIY環保酵素肥料，還可以親手種植小盆栽並帶回家。

是次活動反應十分踴躍，亦有不少家長即場查詢入學事宜及預約面試。如各位家長亦對學校有興趣，可以瀏覽學校網頁<http://www.hkbuddhist.org/ccm>，或致電2574 9371（羅小姐或談校長）。



▲環保學堂
◀藝術學堂
▼親子遊戲



◀充氣彈彈床

佛教傳康幼稚園

二十五週年校慶開放日暨頒獎典禮



▲眾嘉賓一同合照。

▶校監崔常祥居士陪同本會黎時煖副會長為舞獅點睛。



▲典禮現場熱鬧非常。



▲學生翩翩起舞於表演中施展混身解數。

3月21日，本會會屬佛教傳康幼稚園假黃大仙龍裕樓九龍壁廣場舉辦「二十五週年校慶開放日暨頒獎典禮」，邀請了教育局幼稚園視學組高級督學岑玉儀女士蒞臨主禮，本會董事、校董、會屬校長、區內校長及嘉賓鼎力支持，並由佛教何南金國術龍獅隊舞動栩栩如生的靈獅，為典禮揭開序幕。

典禮開始後，現場氣氛非常熱鬧。佛教傳康幼稚園的學生及區內四所小學學生相繼有精采的演出，包括管樂、英文兒歌、舞蹈及合唱團等，吸引了不少市民駐足觀賞。

典禮上頒發了「二十五週年親子填色及設計比賽」(小學組)、「二十五週年校慶標語創作比賽」、「二十五週年親子環保

服裝設計比賽」及「二十五週年親子填色及設計比賽」(幼稚園組)予各得獎者。另外，學校同時頒發「長期服務獎」予在學校服務20年以上的老師，多謝她們為學校作出的貢獻。

除了慶典儀式及表演外，學校當天下午更開放校舍及安排各式攤位遊戲。各課室設有不同的主題內容，包括「小小藝術廊」、「衣服Fun Fun Fun」、「探索小天地」及「環保世界」等等；攤位方面，則有「齊來做個乖孩子」、「健康素食知多少」等。吸引大量家長帶同小朋友到校參與。學校希望藉著是次活動讓學生從參與中學習，讓家長及公眾了解學校推行課程及德育的情況，共同分享教學成果。

醫社同心 老有所「醫」服務系列之一

佛聯中醫 用心治人

「應病與藥，利樂有情」

中醫治療服務資助計劃



老齡人口不斷增加，長者對中醫服務的需求也日益逼切。佛聯會的中醫服務團隊成立雖然只有短短6年，但本著以「心」服務、走入不同地區、與社工合作的宗旨，為合資格的長期病患人士和獨居長者提供中醫藥治療。

2013年，我們得到「雷伯偉慈善信託基金」捐款100萬元，成立「『應病與藥，利樂有情』中醫治療服務資助計劃」，以津助貧困的獨居長者和長期病患人士，每次在佛聯會中醫流動診所或長者中心中醫服務站接受中醫藥和針灸治療，均可獲得100元的診症資助津貼。2014年中，本會再得到基金的大力支持，增撥100萬元，預期在兩年內讓2萬人次受惠。

截至2015年2月，已有18,000人次得到是項計劃的資助和接受服務。受惠者大部分是有高血壓、糖尿病、心臟病、退化症、腰膝痛等的長者，需要接受長期調理和治療。他們經過醫師的悉心治療和社工的輔導，不但病情得到醫治，身心狀況也大有改善，面對人生更變得積極起來。

能夠讓病患長者積極面對自己的病情，關心自己的健康，樂觀知足地在社區安享晚年，令整個團隊都感到非常開心。團隊用「心」治人之餘，實要多謝「雷伯偉慈善信託基金」的贊助，希望計劃能夠延續下去，讓更多有需要人士受惠，老有所「醫」。

社工分享(佛教正行長者鄰舍中心主任黃金鳳姑娘)：

由於有基金的資助，令長者不會因為經濟問題而不敢或不願求醫，身體可以得到恰當治理。同時，由於只需到家居附近的長者中心便可看症，也鼓勵了因遠途求醫而卻步的弱老願意接受治療。透過中醫治療的優勢，使患者的身體機能慢慢改善及康復。

一位80多歲的婆婆令我印象深刻，她因中風後不良於行，由女兒陪伴每週坐輪椅來中心接受針灸治療。母親經多次治療後漸露笑臉，在女兒和中醫團隊的悉心照顧下，婆婆從中風的陰霾中，重遇陽光！現在婆婆每次來見醫師前，都會向我們笑著說聲：「Good Morning」呢！

醫師的話(佛聯會張經泰伉儷紀念中醫流動診所林珍妮醫師)：

我們醫療車的服務點多為偏僻地區，使行動不便的長者不用長途跋涉出市區就診，他們又可以用十分便宜的價錢(內科連兩日藥\$30，針灸每次\$50)就診，大大減輕經濟負擔，鼓勵長者早日求醫。情況較好的長者，更可調理至不需再依靠針對性藥物，回復正常生活。

在診治的過程中，我深深感受到長者們容易因病而鬱鬱不歡。部分更因記憶力開始衰退，或行動不便，自覺如同廢人；或缺乏親人關心，容易情緒波動，傷心難過。「情志不舒，氣機鬱滯」而引發多種疾病。醫療車每星期提供定點服務，容易與患者建立親厚關係，並與社工協作，加強溝通，慢慢開解及調和患者情緒，身心同治，使病情得以紓解。

心中美食 —— 炆冬菇

資料由溫綺玲居士提供

那些年的冬菇，屬於珍貴食材，通常是在大時大節日才會用上，一般家裏都是用「香信」代替。佛寺供佛的貢菜，一定有飯和冬菇，有一年佛誕節果德法師弄了一大砵冬菇飯到經館，人人讚不絕口。

很多人都有炆冬菇的經驗，講到考究，要算是三輪法相世佛佛學班同學會的前主席了，聽金主席娓娓道來，已能體會其色香味。趁著佛誕節將近，大家不妨試試弄一鍋來供佛吧。☺



製作：

1. 洗淨冬菇，用清水加一小匙砂糖浸軟。
2. 瓦煲內放油，慢慢煮熟，爆香薑片，加入冬菇。
3. 加入黃冰糖、片糖、豉油，用筷子稍將各材料撈勻，加水，冚好煲蓋，慢火炆煮約1小時即成。

溫馨提示：同炆的薑片和冬菇腳，也很入味，可同吃。

材料：

冬菇 8-10朵
薑片 若干

調味料：

橄欖油 適量
黃冰糖 1小粒
片糖 1小角
水 約2杯

中醫信箱

香港佛教聯合會 —— 香港大學中醫臨床教研中心 溫熙中醫師

問：中醫如何看待乳腺增生？情志和乳腺增生有關嗎？

答：乳腺增生屬於祖國醫學的「乳癖」範疇。中醫認為病因是因肝氣鬱結，或沖任失調，或氣滯血瘀而致。中醫理論認為肝腎兩經，沖任兩脉都同乳房關係密切。而平時情緒抑鬱，就會導致氣滯不舒，而氣血運行失調，就容易使乳絡經脈阻塞不通，不通則痛，則會引起乳房疼痛。而肝氣犯胃，脾胃功能不好，就易生痰濕，痰易結聚成核，留聚乳中成為結塊，這就是肝鬱氣滯型的乳癖，可見情緒對乳腺增生也有很大影響。☺



香港佛教聯合會七十週年系列活動 ——

本會鼓勵信眾支持香港紅十字會 **捐血救人 坐言起行**，凡於2014年11月至2015年11月捐血之信眾，可將獲發之捐血記錄咭副本郵寄到本會（請附日間聯絡電話），本會將發出感謝狀，以資鼓勵。





學佛行儀 (下)

—— 演慈法師開示

(續上期)

拜佛

大殿中央的拜墊是寺院住持專用的，不可在上面禮拜，要用兩旁的拜墊，分男左女右去拜。拜佛時先拜中間的主佛，然後沿順時針方向去拜其餘諸佛菩薩。所謂「念佛一聲，福增無量；禮佛一拜，罪滅河沙」，拜佛只是形式，學佛才是目的，心中敬佛才是真正的拜佛。所以當我們面向佛像準備拜佛時，口中要默念佛菩薩聖號，腦裏觀想佛菩薩形象，此所謂身、口、意三業相應，這樣拜佛的功德才算圓滿。

合掌問訊

「合掌」又稱「合十」，是佛教表示恭敬的禮節，雙手合掌如蓮花形，手置於胸前合十。

「問訊」是問候、請安、打招呼的意思。起源於佛弟子在佛住世時向佛陀問好的禮節，後來演變為見到佛像就先一問訊，再拜三拜，之後再一問訊。問訊的方式是全身彎腰90度之後，起身時結一問訊手印，手掌像一朵含苞待放的蓮花，兩手拱齊眉，在佛門裏藉著問訊的禮節，傳達謙虛、誠懇、恭敬之意。

穿海青

海青在佛教中代表一種「禮服」，用於各

種佛事法會儀軌。又因身腰、下擺、袖口都很寬大，故又有「大袍」之稱。參加法會或早晚殿課誦時要穿海青，受過戒的居士儘量搭縵衣。著衣先淨手，不淨手不得觸海青或縵衣。穿好海青搭上衣，兩手不可下垂前後擺動，應該將兩手迭掌，放在胸前。穿著縵衣要坐下時，先要撩起縵衣，不可坐縵衣於臀下。穿海青時上樓撩前片、下樓撩後片，以免衣拖地或被踩到。跪拜時雙手同撩前片，長跪時先將左腳向前彎曲，雙手按在左膝上，直身而立左腳收回。靜坐時，將蓋布巾置於海青內。

四威儀

佛門三千威儀，八萬細行，皆不出行、住、坐、臥四者。所謂「行如風、立如松、坐如鐘、臥如弓」，「行如風」是指走路時猶如清風徐拂，自在安詳；「坐如鐘」是指坐時身體保持端正，不東搖西擺、前彎後仰；「臥如弓」是指睡覺時以右側臥姿睡覺，又稱為「吉祥臥」，能令身心安穩、夜無惡夢；「立如松」則指站要有站相，挺立不搖擺或歪斜，如同松樹一般。此四威儀，正是學佛人士日常舉止所應遵循的儀則。四威儀具足，就是涵養良好的生活習慣。

過堂

「過堂」，是上齋堂用餐之意，就是佛門中的吃飯。「過堂」是漢傳佛教叢林中特有的儀制。所謂「二時過堂，食存五觀」，是指早晨、中午到「五觀堂」或「齋堂」進食。在「過堂」期間須心存五觀：一、計功多少，量彼來處；二、忖己德行，全缺應供；三、防心離過，貪等為宗；四、正事良藥，為療形枯；五、為成道業，方受此食。

居家佛堂的禮儀

有些居士為了方便禮佛，習慣在家設置一處佛堂。設立佛堂時，以選擇整潔清新、空氣流動、光線充足、安靜不吵鬧的地方為原則。在家設置佛堂後，可隨各人修持作早晚課誦，或早晚上香，日日不輟，持之以恆。(本文完)

(註：資料根據「開啟智慧之道——2014佛學導向課程」整理) 卍

鳴謝：結緣助印，利益眾生，功德無量。本刊特別感謝以下功德主助印(3月1日-3月31日)

功德芳名	金額	功德芳名	金額	功德芳名	金額
黃偉剛	\$10,000	何玉玲	\$200	甘澤豐	\$100
馬麗貞	\$3,000	何美珍	\$200	何韋興	\$100
鄭智仁合家	\$2,000	何勵強合家	\$200	何桂玲	\$100
關永健 馮燕琴	\$1,200	吳雲山	\$200	吳美容	\$100
佛弟子	\$1,000	李余玉珍合家	\$200	吳敏華	\$100
李小玲	\$1,000	林金嫻	\$200	吳應華	\$100
法雲蘭若	\$1,000	林金蓮合家	\$200	李修慧	\$100
馬秀華	\$1,000	林細琴	\$200	汪達人	\$100
梁位(已故) 梁談芳(已故)	\$1,000	林華娟	\$200	周笑鳳	\$100
佛弟子	\$1,000	林蘇則英合家	\$200	林美玲	\$100
張亞萍 羅乙隆 王淡霞	\$600	徐鳳英	\$200	林寧靜	\$100
鍾鏞	\$600	高桂香	\$200	林麗冰	\$100
佛弟子	\$500	張秋忍	\$200	孫玉	\$100
紀振春	\$500	張華清	\$200	曹麗文(已故)	\$100
張大偉	\$500	張瑞娟合家	\$200	梁玲玲合家	\$100
陳宅合家	\$500	梁永祥	\$200	郭美珍	\$100
陳美珍合家	\$500	梁寶萍	\$200	郭賢俊	\$100
陳財弟(已故)	\$500	莫麗詩 黃嘉華	\$200	陳女星	\$100
陳國安	\$500	郭沛森 馮品莊合家	\$200	陳艷卿	\$100
童瑞珠 謝妹妹	\$500	陳玉婉	\$200	麥玉嫻	\$100
黃美蓮	\$500	陳武和(已故)	\$200	麥玉霞	\$100
黃麗冰	\$500	陳美鈺	\$200	麥朗生	\$100
蔡程旭 施月綿合家	\$500	陳慧慧	\$200	麥朗言	\$100
黎秀琼	\$500	陳震懷	\$200	麥偉芬	\$100
黎敏賢 黎惠敏 黎國賢	\$500	勞振璋	\$200	麥景芬	\$100
簡德美(已故)	\$500	曾美娟	\$200	麥詠琳	\$100
郭瑞怡 黎智恒	\$400	黃兆芬	\$200	麥曉彤	\$100
黎慧欣 黃芷琪	\$400	黃志豐	\$200	麥穎禧	\$100
劉耀林 吳麗英	\$400	黃秀華	\$200	麥錦芬	\$100
蔡明	\$400	黃秀琼	\$200	曾月喬	\$100
佛弟子	\$300	黃秋珠	\$200	黃浩聲	\$100
李梅芳 馮芊晴 李栩燊	\$300	黃婉	\$200	黃婉婷	\$100
李訪容	\$300	黃許琴珠合家	\$200	黃億年	\$100
周曼霞(已故) 李綺媚(已故)	\$300	黃華奇合家	\$200	劉穎釗	\$100
高己苧	\$300	楊雪芬	\$200	潘秀花	\$100
許惠萱	\$300	溫甲勝(已故) 何觀楊(已故)	\$200	鄭秋英(已故)	\$100
郭小迪合家	\$300	廖月圓	\$200	鄭英琼	\$100
曾向群 羅燕萍合家	\$300	劉士錦合家	\$200	鄧笑玲	\$100
馮漢池合家	\$300	劉大海 王愛群	\$200	黎長勝(已故) 黎有福(已故)	\$100
黃曼喬	\$300	劉淨荷	\$200	張志明(已故)	\$100
趙玲英	\$300	鄧潔蓮	\$200	黎廣財(已故) 何帶(已故)	\$100
蔡金鈺 李麗紅合家	\$300	黎金嬌 陳劍明 袁惠玲	\$200	張亞喜(已故)	\$100
盧昭流合家	\$300	鍾演棟 黎演添	\$200	黎麗玲	\$100
盧碧華	\$300	方匯衡 王金耀	\$200	盧聖雯	\$100
鍾夢麟	\$300	叢永輝	\$200	賴友儀	\$100
吳慧琼 梁家輝 梁詠思	\$250	蘇寶玉	\$200	韓靜華	\$100
梁詠琴 關仲江	\$250	林敬樂 陳婉如	\$110	簡凱殷	\$100
許權(已故) 吳英傑(已故)	\$250	林傲軒 林映慧	\$103	羅德貞	\$100
鍾金(已故) 梁修恒(已故)	\$250	孫紹航	\$101		
梁修賢(已故)	\$250	袁鳳笑	\$100		
熊行海 鄒達明 鄒漢明	\$250	PROFITS CONSULTANT COMPANY	\$100		
鄒鳳音 鄒鳳美 鄒鳳嬌	\$250	布樹仔(已故) 布志明(已故)	\$100		

* 因版面因素，捐款HK\$100以下之功德主未能於此刊登及鳴謝。



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



優惠級

最新活動速遞

法會及活動

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦單位
香港佛教界分區浴佛典禮	5月8-29日			全港14分區	香港佛教聯合會 電話：25749371
釋迦佛誕大悲法會	5月19-25日		智慧長老	大嶼山昂坪寶蓮禪寺	寶蓮禪寺 電話：29855248
拜梁皇寶懺	5月21-30日	08:30-17:00	融靈長老	香港大嶼山羌山	觀音寺 電話：29855238
文殊師利菩薩聖誕法會	5月21日	09:00	眾居士	香港西環域多利道地段8444號	道慈佛社 電話：28173748
傳燈晚會	5月23日	19:00	宏明法師	新界粉嶺置福圍12號	香港觀宗寺 電話：26693578
佛誕節吉祥大會	5月23-25日		眾大和尚領導	九龍紅磡暢運道9號 紅磡香港體育館	香港佛教聯合會 電話：25749371
恭祝釋迦牟尼佛聖誕浴佛 及傳授三皈五戒典禮	5月24日	09:30	暢懷長老	九龍荔枝角 九華徑新村133號	佛教青年協會 電話：23389939
釋迦如來聖誕浴佛法會	5月24-25日		眾法師	九龍鑽石山志蓮道5號	志淨蓮苑 電話：23541888
浴佛節普佛法會	5月25日	10:00-13:00	佛智法師	九龍清水灣大澳門龍蝦灣路18號	湛山寺 電話：27196424
釋迦佛誕浴佛盛典	5月25日			新界屯門藍地青山公路18號	妙法寺 電話：24618567
浴佛慶典暨傳授三皈五戒	5月25日	09:00-14:00		香港英皇道355-361號	佛教愍生講堂 電話：28082373
浴佛節	5月25日			香港銅鑼灣摩頓台21號 灣景樓C座5樓	香港菩提學會 電話：25772298
釋迦牟尼佛聖誕普佛	5月25日			元朗水車館街70號	普門寺 電話：24773119
釋迦牟尼佛降生日(佛誕節)	5月25日	09:30	宏明法師	香港跑馬地黃泥涌道31號3字樓	香海正覺蓮社 電話：25722662



《香港佛教》五月號現已出版！

《香港佛教》於7-11便利店、OK便利店、華潤便利店及各大報攤有售，
每本售價港幣10元。