



香港佛教聯合會統籌

佛教團體聯合參展

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



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



香港佛教月刊《道場素食》專欄結集出版——

書展首度推出 **《道場素食》**

- 過百頁佛門健康食譜，配合佛法小故事、精美圖片
- 推廣「以禪悅為食，從食物中體解大道」

作者：觀宗寺監院果德法師、禪悅



## 莊嚴殊勝 共沐法喜

## 慶祝佛曆二五五九(2015)年

## 佛誕節吉祥大會圓滿

為慶祝教主釋迦牟尼本尊一年一度的誕辰，香港佛教聯合會於5月23至25日，連續3天在紅磡香港體育館舉行佛誕節吉祥大會，活動包括浴佛大典、法會、佛學講座以及「梵音古樂祝香江」音樂會等，與公眾共慶佛誕佳節。3日以來，計有近10萬人次參加大會各項活動，締結佛緣。

## 浴佛歡喜 莊嚴殊勝

浴佛大典在5月25日下午佛誕節當日舉行，不少善信在浴佛大典開始前，先到浴佛區浴佛，有善信表示自己一直有參與佛誕活動，今年特意帶小朋友來感受佛誕氣氛。

浴佛大典伊始，先播放了一輯短片，向善信介紹了佛聯會70年來的工作，祈願今後繼續與廣大善信同願同行，共襄善舉，繼續踐行菩薩道精神。其後，主禮嘉賓中聯辦殷曉靜副主任及民政事務局許曉暉

署理局長，在香港佛教聯合會會長智慧長老陪同下主持鳴鐘、浴佛儀式，場面莊嚴殊勝。

在浴佛大典期間，智慧長老代表佛教四眾同仁向尼泊爾總領事達哈爾(Mr Mahesh Prasad Dahal)及中聯辦殷曉靜副主任致送賑災善款，協助受地震影響的災區居民早日重建家園。浴佛大典還邀得多國領事和社會知名人士參加，包括緬甸總領事趙佐蘇(Mr Zaw Zaw Soe)、泰國副總領事Ms Benjamas Tanvetyanont、印度商務領事Mr Deepankar，以及立法會主席曾鈺成先生及梁愛詩女士。

## 大型法會 佛學講座

歷時3天的佛誕節吉祥大會，先後舉行了金剛經吉祥誦經法會、懺摩法會、萬人皈依大典、傳吉祥燈法會及藥師延壽法會。其中以萬人皈依大典最受注目。大典由智慧長老、紹根長老、寬運法師、宏明法師及耀龍法師擔任皈依導師，接引信眾誠心皈依佛法僧三寶。今年皈依，來自佛教黃允畋中學的黃同學表示，家人都是佛教徒，自己在學習倫理與宗教科時亦感到佛



▲會長智慧長老陪同殷曉靜副主任與許曉暉署理局長主持鳴吉祥鐘儀典。



▲會長智慧長老代表佛教四眾同仁向香港紅十字會總監與尼泊爾總領事致送港幣125萬元地震賑災善款。



▲會長智慧長老代表佛教四眾同仁向中聯辦殷曉靜副主任致送港幣20萬元西藏地區地震賑災善款。



▲會長智慧長老與兩位主禮嘉賓一同主持浴佛大典。



▲(左起)尼泊爾總領事、緬甸總領事及泰國副總領事一同浴佛。



▲(左起)演慈法師、宏明法師、寬運法師及衍空法師主持佛學講座。



▲(左起)耀龍法師、寬運法師、智慧長老、紹根長老及宏明法師主持皈依大典儀式。



◀不少善信在公眾浴佛區浴佛，共沾法喜。

學很有趣，因而決心皈依。儘管佛誕節期間風雨不定，仍無阻八方善信雲集，同聲誦念共修，虔誠懺悔身心，念誦聲響徹會場，使人身心清淨。

除了莊嚴殊勝的法會之外，大會亦準備了一場題為「放得下，最快樂」的佛學講座，由寬運法師、宏明法師、衍空法師及演慈法師主持。法師們以輕鬆手法拆解港人不快樂的原因，並分享自身如何放下，以及何事最快樂的經驗，為聽眾排難解憂。

## 梵音古樂 祝福香江

佛誕節的壓軸表演，是5月23日晚上舉行的「梵音古樂祝香江」音樂晚會，晚會邀請了被喻為「全球第一佛樂」的大相國寺佛樂團蒞臨香港演出。多位社會名人亦有出席晚會，包括港區全國人大代表及全國人大常委會委員范徐麗泰女士。大相國寺佛樂團為香港佛教徒帶來了以罕有樂器「箏」吹奏的《報中台》、有小武僧隨音樂演練的《相國霜鐘》及出自《大相國寺手抄秘譜》的《朱雲飛》等名曲，當善信聽到樂僧澎湃而激情的演出，都紛紛驚嘆他們的技藝。這場心靈的盛宴，伴隨著善信度過了一個法喜充滿的佛誕節。☉



◀河南開封大相國寺梵樂團來港演出。

▼吉祥燈亮起，在紅館會場內形成一片智慧之海。

▶在眾位大德法師的接引下，黃同學決定皈依，成為佛弟子。

◀小武僧隨樂典演奏而練武，場內觀眾無不拍案叫絕。



## 南山獻頌·祝無量壽



## 記香港佛教聯合會榮譽會長 永惺長老九秩榮壽

農曆乙未年三月十四日，欣逢香港佛教聯合會榮譽會長永惺長老九秩華誕，眾弟子在西方寺舉行延生普佛一堂，以此功德迴向老和尚法體安康，福壽無量。而早一天晚上六時則在荃灣如心海景酒店七樓宴會廳舉辦了暖壽素宴。

### 暖壽晚宴

▲5月1日暖壽宴，四眾全仁在台上向長老祝壽。

壽宴開始時，永惺長老的入室弟子、香港佛教聯合會執行副會長寬運法師將長老私下託囑、一定要對大家講的說話宣讀了出來，長老告訴大家：他從來不希望為自己舉辦壽宴，古人稱生日為「母難日」，是母親懷胎十月忍痛生下自己的日子，所以，每次生日長老都非常緬懷自己的母親，感恩母愛。長老表示，過往多年，每次弟子們舉辦壽宴，都是為了成就西方寺的建設和菩提學會的種種善業，他也就配合眾人，成就他們的善念。至於這一次暖壽晚宴，寬運法師表示，是他認為因緣成熟，說服長老，希望他成就眾弟子感謝師恩的願望。

### 十方來賀

暖壽宴上星光熠熠，喜氣洋洋。由精采的醒獅掀起序幕後，西方寺方丈寬運大和尚率領眾法師、法嗣到台上齊頌《吉祥咒》，祝願老和尚法體安康，晝夜吉祥。多位嘉賓及社會賢達都向永惺長老致以祝賀詞或傳來賀電，包括：民政事務局許

▶寬運法師代表永惺長老接受香港佛教聯合會董事會全仁敬送之賀禮。

▼長老主持切生日蛋糕儀式。



曉暉副局長、國家宗教事務局王作安局長、北京中國佛教協會會長學誠大和

尚、香港特區基本法委員會副主任梁愛詩太平紳士、懲教署署長邱子昭先生、理工大學榮休校長潘宗光教授、旭日集團主席楊釗居士、遼寧省市各政府單位及佛教團體等。香港佛教聯合會會長智慧長老代表董事會送呈百壽圖一幅；而中央駐港聯絡辦公室黃蘭發副主任則代表張曉明主任向長老敬送賀壽墨寶：「光壽無量」，台下無不報以熱烈的掌聲。☉

# 香港佛教聯合會沙田活動中心 大雄寶殿「光明燈」申請表格



「光明燈」又叫做平安燈、無盡燈，寓意燈火不熄，慈光普照，破除黑暗。佛陀住世時，教人燃燈供佛，並宣說《施燈功德經》，所以，點燈供佛是大福田。本會位於沙田下禾輦村166號之沙田活動中心大雄寶殿，於1951年落成，歷史悠久，佛前設有光明燈兩座，歡迎信眾申請點燈供佛，願得佛力加被，家宅平安，遠近親朋，增福延壽、遠離災劫、吉祥如意。

**年費：\$350** (每年公曆1月1日至12月31日)

## 申請方法

1. 親臨本會填交報名表格及繳費；或
2. 以支票（抬頭「香港佛教聯合會」）或銀行入數紙正本（交通銀行027-553-02033923），連同本申請表格（可於www.hkbuddhist.org下載），郵寄至香港灣仔駱克道338號1樓

**查詢電話 2574 9371**

## 申請表格

申請人姓名：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

點燈者芳名：\_\_\_\_\_（不超過六個中文字）

聯絡地址：\_\_\_\_\_

申請須知 \_\_\_\_\_

- 不得揀選位置。點燈以每年公曆1月1日至12月31日為一年，其它日期申請，亦至當年12月31日為限。
- 大雄寶殿於每月農曆初一及十五（正月初一除外），上午9:30至下午5時內，開放予申請人前往禮佛，其它日期及時間，佛殿用作舉辦法會或弘法活動，不向公眾開放。
- 申請人必須於本會每年12月發出通知信一個月內辦理光明燈續期手續，並繳付所需年費。逾期不辦理者，將作自動放棄，本會不予留位。
- 點燈功德主無論於年內任何時間退出，已繳付的年費概不退還。
- 任何申請，最多共接受一次更改功德芳名，之後之更改將另作新申請並重新繳費。
- 香港佛教聯合會有權調整年費，並不另行通告。如有任何爭議本會保留解釋權及最後決定權。

香港佛教聯合會將盡力遵守《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。您提供之個人資料，將用作申請光明燈之用。香港佛教聯合會亦可能使用您的個人資料（包括您的姓名、電話、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。

簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

## 香港佛教聯合會 中醫服務

## 2015年【三伏天灸】治療服務

哮喘、過敏性鼻炎（鼻敏感）、氣管過敏、咳嗽、胃痛、慢性腹瀉、體虛易感等，體質屬寒者尤為適合。

甚麼人士適合做三伏天灸？

三伏天是一年中醫氣最旺盛的日子，「三伏天灸」是以中醫學「冬病夏治」、「春夏養陽」理論為依據，針對冬天容易發作的慢性疾病，提早在夏天作預防性的治療，以減低冬天的發病率。

為甚麼要做三伏天灸？

天灸是中醫的一種特色療法，以性味溫熱的中藥製成敷貼，在指定日子敷貼於特定穴位上。

天灸是甚麼？

### 2015年夏季【三伏天灸】治療日期：

第一次（初伏）	7月13日	（星期一）
第二次（中伏）	7月23日	（星期四）
第三次（末伏）	8月12日	（星期三）
第四次（加強伏）	8月22日	（星期六）

（第四次加強伏只於中環及新蒲崗提供）

**服務收費：每次 \$150**

### 預約 / 查詢

**（中環）香港佛教聯合會紹根法師綜合中醫服務中心**

地址：香港中環干諾道中23號香林大廈5樓 電話：2110 3711

**（樂富）香港佛教聯合會——香港大學中醫臨床教研中心**

地址：九龍樂富杏林街十號香港佛教醫院C座地下及閣樓  
電話：2338 3103

**（新蒲崗）香港佛教聯合會慈濟中醫診所**

地址：九龍新蒲崗衍慶街53-55號寶興大廈201室  
電話：2321 3573



熱心佛化教育的銀行家——

# 林炳炎先生、何善衡先生

**林** 炳炎先生(1886~1949)  
祖籍廣東清遠，童年時因家貧輟學，到廣州一家小錢莊做學徒。

1933年3月3日，林炳炎先生與摯友何善衡、梁植偉等集資在香港上環開辦「恒生銀號」，自任董事長，何善衡、梁植偉分別出任經理和副經理。1949年2月15日，林炳炎先生因心臟病突發辭世，享年63歲。林氏生前樂善好施，惠澤香江，備受各界愛戴。出殯之日，全港的花圈被搶購一空，護棺送葬的人群長達一公里之多，可謂備極哀榮。1969年底，林氏子女繼承先父遺志，以「林炳炎基金會」名義慨捐善款興建「佛教林炳炎紀念學校」，由佛聯會主辦。

▶1971年2月6日「佛教林炳炎紀念學校」奠基典禮上，校董何善衡先生應邀主禮並致辭。



◀佛教林炳炎紀念學校

▶1973年2月27日，何善衡先生(左二)、何李寬德女士(右二)出席「佛教善德英文中學」奠基典禮。



**何** 善衡先生(1900~1997)祖籍廣東番禺，早年家境寒微，13歲時被迫輟學，前往廣州一間金舖當學徒，得以結識林炳炎先生，並深得林氏賞識，22歲便當上金舖司理，為日後發展奠下根基。1949年，摯友林炳炎先生病逝後，何善衡先生接任「恒生銀號」董事長，並於1960年改組為「恒生銀行」。何善衡先生有感自己早年受教育機會不多，所以他在發跡後極為重視教育。1973年，何氏伉儷捐資在新界葵涌填海區興建中學，並將何善衡的「善」字和其妻何李寬德的「德」字合併，取名「佛教善德英文中學」，由佛聯會主辦。☸



◀佛教善德英文中學

## 全港佛教界分區慶祝佛誕大會圖輯

# 福慧雙修 佛誕吉祥



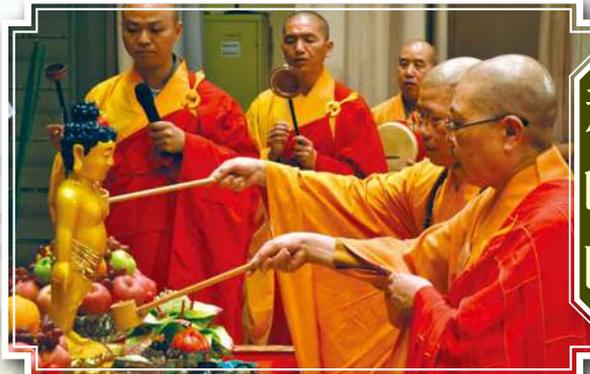
伴隨著享譽海內外的開封大相國寺佛樂團梵音古樂聲終結，香港佛教聯合會於5月23至25日（農曆初六至初八）舉行的「佛誕節吉祥大會」圓滿閉幕。佛誕月期間，普天同慶，全港14個分區的佛教寺院、道場、地區機構、會屬中、小、幼學校及其他佛教學校，以各式活動慶祝這一年一度的盛事，活動包括：公眾浴佛、誦經法會、文藝表演、展覽、嘉年華會等，參與者眾多，熱鬧非常。市民可藉著參與浴佛，洗滌心塵，反思己過，體驗佛陀慈悲的教誨。本會亦藉此祝願大眾福慧雙修，如意吉祥。 卍



九龍區



大埔區



元朗區



屯門區



西貢及將軍澳區



沙田區



新界北區



東涌區



葵青區



長洲區



離島及大澳區



荃灣區



觀塘區



港島區



醫社同心 老有所「醫」服務系列之二

# 尋聲救苦 醫病解愁

## 「推走痛楚」 長者紓痛中醫治療服務計劃

居住於護理安老院的長者們，身體機能漸趨衰弱，而且患有各種病痛，身心受到不同程度的困擾，苦不堪言。佛聯會中醫服務隊以關愛之心，走入院舍，為他們作適切的中醫治療，幫助他們紓減長期病痛之苦。

2014年中，本會得到Alice Wu Memorial Fund撥款資助，成立「『推走痛楚』長者紓痛中醫治療服務計劃」，經合作的安老院社工及護理人員轉介後，由佛聯會中醫師前往院舍為長者作健康評估及診斷，再按病情提供合適的推拿及針灸治療，以療程幫助長者減輕痛楚，重拾歡顏。

目前，我們正為四間不同地區的護理安老院提供服務，已參加的院友共105人，年齡由67至110歲，服務人次共1,020次。他們經過治療後，身體的疼痛得到減輕和舒緩，生活質素大大提升。計劃至今已推行了一半時間，感謝Alice Wu Memorial Fund的慷慨支持，令所有參加的長者們都可以免費接受服務。**我們衷心希望這項免費計劃可持續得到其他善長之捐助支持，讓更多長者可以受惠！** 卍



## 院長的話：

### 佛教沈馬瑞英護理安老院陳瑞華院長

這項服務讓院舍的醫療服務更多元化，院友除了接受西方治療外，現在可選擇中醫針推治療，減少長期依賴止痛藥。院友們都表示十分滿意治療的效果。個子高大的陳伯伯自中風後左大腿出現疼痛及經常於晚上抽筋，接受推拿治療後，覺得大腿的肌肉鬆了，步行較以前輕鬆，晚上抽筋的次數減少了，睡眠質素亦提升了，他說親身體驗到中醫推拿對減少疼痛的成效！院友亦稱讚到院服務的梁孫鵬醫師細心聆聽和解答他們的疑問，並為他們制定適合的治療方案，讓他們減少痛楚，生活更輕鬆。

### 鐘聲慈善社劉梅軒安老院廖紫菁院長

值得稱讚是醫師親臨院舍替院友進行治療，特別對一些中風或不良於行的院友免卻了舟車勞頓之苦。參加計劃的院友均表示不需像以往般單靠打針食藥治療，痛楚明顯減少了，看醫生的次數亦減少，他們明顯較以前活躍及開朗，外出及參加本院活動的次數增加。到本院治療的周醫師詳細了解院友的病歷及需要後，細心、有耐性及無微不至地為院友進行治療，值得嘉許。

## 佛聯會中醫師感言：

### 饒秉剛醫師

見到每一次的治療，可幫到長者們靈活多一分，行走時順利多一點，實實在在使我感悟到這個計劃的意義！

### 周家朗醫師

長者的年紀大多五臟有所虛損，致其痛症的病機十分複雜，需要與長者互動交談，以及翻閱各類型的醫學書籍解疑難，以得到最佳的療效。所以，我十分感謝能夠參與「推走痛楚」服務，幫助長者減輕其所患之疾之餘，亦讓我醫術增長。

### 王偉豐醫師

好開心可以將所學所長和所積累的經驗運用到老人院的長者身上。見到婆婆原本經常僵硬疼痛的雙膝亦不再像以往那麼痠痛，不需要吃那麼多止痛藥之餘，晚上睡眠質量好了，精神也好多了，現在生活也開心了，給我帶來極大的滿足感。

### 梁孫鵬醫師

中醫針推治療使他們的腰痛、頸痛、膝痛、痺症等病症得到改善。長者們每次接受治療後，哪怕只是一句簡單的多謝，或是歡欣的眼神，都讓我頓感疲勞全消，身心舒暢。我亦希望每一位長者晚年能得到多一點社會的關懷、溫暖和祝福。

心中美食 —— 黃扁豆忌廉湯

資料由溫綺玲居士提供

**有**一天大老爺特意帶我到油麻地一間土耳其小餐廳午飯，招呼我們的，都是土耳其的朋友，見大老爺與他們稔熟，談得興高采烈，還教大老爺在家自製酸乳酪的方法。土耳其菜，我還是第一次品嚐，老闆推薦我喝一個湯，味道很特別很討好，且感覺到湯料在腸胃內很是舒服呢！入甕山，當然不會空手回，於是請老闆指點指點，如何製作這款湯，他們用的是洋蔥和蒜，我用了茴香代替，味道亦不錯！

這款湯，對身體很有益，單是小黃扁豆 (lentil)，在超級市場有售，此豆除含有纖維質、葉酸、礦物質等營養成分外，更含豐富的錳，對於成長、生育、傷口癒合、腦功能及糖、胰島素與膽固醇的正常代謝，都是不可缺的營養素。☺



**製作：**

1. 黃扁豆洗淨，清水浸約半小時。羅勒葉、薄荷葉洗淨撕碎。
2. 薯仔、甘筍洗淨去皮切小件。
3. 茴香洗淨切小件，熱油焗，慢火炒微香，加入薯仔、甘筍等，兜勻，加鹽、黃扁豆和水，慢火煮至材料軟脆後，加入羅勒葉和薄荷葉。
4. 用攪拌器將所有材料攪成茸，加入忌廉攪勻便可。

**材料：**

黃扁豆	半杯	茴香1個 (炒香)
水	2杯半	忌廉 1小罐
甘筍	1條	羅勒葉 1棵
薯仔	1個	薄荷葉 1小棵

**調味料：**

鹽	適量
橄欖油	適量

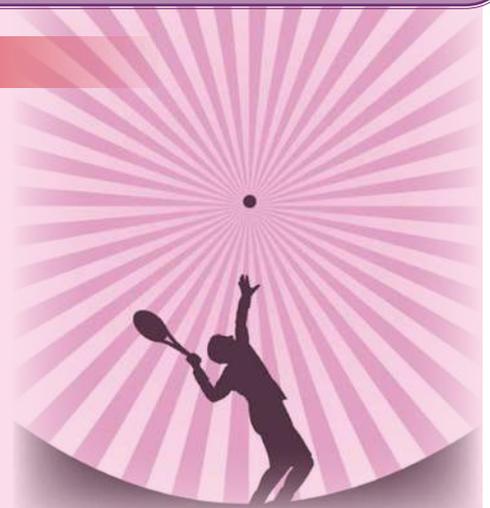
**中醫信箱**

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：中醫如何看待高脂血症呢？高脂血症嚴重嗎？**

**答：**中醫沒有高血脂的病名，但可把它歸為「膏脂」，「痰濁」。這是因為高血脂人士通常飲食沒有控制，進食過量肥甘厚味，肥甘厚味容易生熱生痰，人體攝入膏脂過多，會影響脾胃消化吸收功能，飲食不消化，就不能變成精微物質以營養身體，而膏脂滯留血中，就會引起血脂升高。高血脂會引起併發症，如動脈硬化、心臟病、肝功能異常、腎臟問題，甚至出現高脂血症胰腺炎，所以不能忽視，預防此病必須要控制飲食，多做運動，控制體重。☺

▶ 適量運動有助控制體重，減低患上高脂血症。



**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。





## 禪修入門

——宏明法師開示

**現** 在禪修在社會上很熱門，很多道場都舉辦類似的活動。禪修對現代人來說，是輕鬆而健康的修行法門。這一修行法門就是教人從「覺」入手，漸趨於「悟」，最終成就佛道。甚麼是禪呢？禪不是坐在那裏打坐，打坐只是修禪的一種方法。實際上，禪修包括的項目很多，範圍很廣。禪的境界重在心神領會，心意相通，此時無聲勝有聲。二千五百多年前，佛陀在靈山會上，面對弟子說法時，剎那間，不發一言，只是手持金色蓮花，高高舉起，諸弟子未能領會其意，惟有迦葉尊者破顏微笑，「心領神會」、「心心相印」。佛陀於是對諸弟子說：「吾有正法眼藏，涅槃妙心，實相無相，微妙法門，付囑於摩訶迦葉。」禪宗由此起源並代代相傳，迦葉尊者成了西土傳承禪宗的第一代祖師。

禪傳入中國後，逐漸形成具有中國特色的佛教禪宗。禪宗主張教外別傳、不立文字，提倡心性本淨、佛性本有、直指人心、見性成佛，由禪達到的境界不可思議，絕非文字、語言所能表達。「禪」字由「示」和「單」構成，意即用最簡單的方式開示高深的佛法。修禪到了一定境界，別人隨便一舉一動，眉毛挑一挑，眼睛眨一眨，他就懂了，揚眉瞬目即是。古時禪宗祖師談禪說法時，用含有機要秘訣的言辭、動作或事物來暗示教義，使人得以觸機領悟，謂之禪機。自達摩祖師東來，頓悟禪法在中國廣泛流傳，六祖慧能後，發展出五家七宗數百年的禪宗盛世，其間祖師輩出，將他們各自所證悟的佛法，展現在生活中，

接引學人，讓修行者直接以生命與之相應，而非僅停留在經教義理的探討或文字語言的理解。

戒、定、慧三學是學佛修行的基礎，而三學核心又在於禪定（定學）一門。佛教修行諸多法門，無一不是以禪定為基礎的。我們常見的禪定修習包括坐禪、念佛禪、金剛禪、方便禪等。甚麼是坐禪呢？慧能大師有云：「外於一切善惡境界，心念不起，名為坐。內見自性不動，名為禪」。在行住坐臥的日常生活當中訓練自我，不被「一切善惡境界」所轉，而且能時刻發現自我靈性、體悟禪趣，才是真正的坐禪。念佛禪則是指於坐禪之際兼行念佛之行法，若能做到坐念時口與心聲聲相應，行念時念與佛步步不離，就不會再有煩惱妄想生起的空間了。金剛禪即密宗禪，其內容也不外是寂止和內觀。此外，禪修並非只是打坐、冥想的神秘儀式，穿衣吃飯、行住坐臥也能修禪，謂之方便禪。一切禪修從觀出入息始。觀出入息，也就是觀呼吸，是當今世界最流行的禪修法門之一。觀出入息的方法乃「置心一處」，即將注意力專注在某對象上。就數息法而言，順著呼吸，從一數到十，從十數到一，呼吸與數字，即是一處。如數息時還分心於身體的感受，那就不是「置心一處」了。只要我們學會感受呼吸律動，心無旁騖，禪修無時無刻不在我們日常生活中。（全文完）

（註：資料根據「開啟智慧之道——2014佛學導向課程」整理）

## 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 (請將入數紙「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)

### 捐助者芳名:

(本會將於收款後下一期匯訊刊登捐款者芳名以作鳴謝, 如欲以其他名字刊登, 請在此填寫 \_\_\_\_\_)

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

香港佛教聯合會將盡力遵守《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:** 結緣助印, 利益眾生, 功德無量。本刊特別感謝以下功德主助印(4月1日-4月30日)

功德芳名	金額	功德芳名	金額	功德芳名	金額
羅錦洪合家	\$5,000	鄭慧珊	\$300	李修慧	\$100
CHEUNG KA LAU LAM YUEN KI	\$1,080	YU BIK CHUN YU PIK SHAN	\$200	林秋吟	\$100
石士	\$1,000	佛弟子	\$200	孫玉	\$100
謝德棟	\$600	何桂容	\$200	馬文海	\$100
CHEUNG TAT WING	\$500	吳長厚	\$200	崔潔貞	\$100
吳月玲	\$500	吳詩	\$200	張寶麟	\$100
陳嫻慧	\$500	林翠儀	\$200	許麗珍	\$100
陳慧莊合家	\$500	徐紅合家	\$200	郭佩玲	\$100
劉長水 陳聰英	\$500	張秋忍	\$200	陳月玲	\$100
盧秀平	\$500	張瑞容 張家偉	\$200	陳美華	\$100
李小梨	\$400	梁永慶合家	\$200	陳麥燕萍	\$100
林峻樂 林珀樂	\$400	郭振輝	\$200	馮卓餘	\$100
林沛樂 方詩雅	\$400	叢永輝	\$200	黃汝榮	\$100
蔡明	\$400	羅章霞	\$200	黃詠彤	\$100
尹惠昌合家	\$300	王勉麗	\$150	黃詠欣	\$100
古巫穗旻 古一珈	\$300	PROFITS CONSULTANT COMPANY	\$100	黃億年	\$100
古洛鳴 古丞峻	\$300	朱璇貞	\$100	楊越瑜	\$100
吳海	\$300	何志	\$100	潘秀玲	\$100
吳惠菁	\$300	吳慧日	\$100	蔡佩穎	\$100
呂烏辣 姚道發合家	\$300	呂加棟	\$100	黎麗玲	\$100
宋厚德	\$300	呂晞琳	\$100	羅珮珊	\$100
陳鳳群	\$300	呂瑞治	\$100		
蔡金鈞 李麗紅合家	\$300	宋溢暉	\$100		
蔡國昌	\$300	李文美	\$100		
鄭秀鴛	\$300	李建中	\$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

### 講座及佛學班

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦單位
佛學基礎班	6月27日	15:30-17:00		新界東涌石門甲羅漢寺	東涌羅漢寺 電話:51813043
佛經選要講座: 「佛祖傳承」	7月5日	11:00-13:00	譚耀華	銅鑼灣大坑道9號至9號A地下禮堂	香港佛教真言宗居士林、 女居士林、香港法相學會 電話:25770033
無情真的無佛性嗎? 一荊溪湛然的《金剛錫》	7月13-20日	18:45-20:45	唐秀連博士	中環皇后大道中180號 香港珠寶大廈2樓	香港居士林 電話:31073202
佛學講座	逢星期四	19:30-21:00	岑寬華居士	九龍太子道西141號 長榮大廈10字樓A-C座	佛學班同學會 電話:23806400
瑜伽師地論(續講)	逢星期四 (至9月10日)	19:30-21:00	陳雁姿居士	九龍彌敦道328-342號 儉德大廈14樓F&G室	佛教法相學會 電話:27718161

### 法會及活動

活動名稱	日期	時間	主持	地點	主辦單位
虔誦妙法蓮華經 (圓滿日三時繫念)	6月20至22日	09:30-16:00	戒晟法師	香港銅鑼灣利園山道70號 鳳鳴大廈3字樓C,D室	香港佛學會 電話:25768096
海上放生法會	6月27日	14:15		新界西貢碼頭	創古密宗佛教中心 電話:27608381
每月恭誦《地藏經》法會	6月28日	09:00		荃灣老圍村三疊潭12號地藏閣	佛教青年協會 電話:23389939
一天八關齋戒	6月28日	08:30-18:30		新界屯門青山村揚青路51號	圓明寺 電話:24634886
伽藍菩薩聖誕法會	6月28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
讀誦妙法蓮華經, 法華懺法會	6月28日	09:00-12:00	洞鈺法師	香港赤柱馬坑村環角道89號	觀音寺 電話:28131849
覺公上人應世法華法會	6月28至29日	09:00-16:00	宏明法師	新界粉嶺置福圍12號	香港觀宗寺 電話:26693578
禮拜藥師佛懺	6月30日	09:00	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
香港書展佛教坊	7月15至21日			灣仔博覽道1號香港會議展覽中心	香港佛教聯合會 電話:25749371



## 《香港佛教》六月號現已出版!

《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。