



日期：佛曆二五五零（2006）年 2 月 5 日
 （農曆正月初八），星期日

時間：下午 2 時 30 分

地點：銅鑼灣東院道 11 號，
 香港佛教聯合會文化中心三樓禮堂

程序：

- 全人團拜
- 會長覺光長老致祝福詞
- 第五十二屆董事就職典禮
- 節目表演：佛教金麗、沈東福、
 傅康幼稚園大型歌舞 《恭喜恭喜》
 佛教黃鳳翎中學中樂表演 《喜洋洋》
 《申燒電視劇主題曲》
 佛教黃焯菴學校大合唱 《歡樂年年》
 《唱好新歌賀新年》
- 影視紅星獻唱賀年歌
- 茶點

丙戌年新春團拜暨 第五十二屆 董事會就職典禮

新年伊始，佛聯會全人首先恭祝
 大家福慧增長，身心自在。

丙戌年新春團拜暨
 本會第五十二屆董事會就職典禮，
 謹定於 2 月 5 日（農曆正月初八）
 舉行，典禮恭請本會會長覺光長老
 致祝福詞並主持監督。

之後，將備有精彩節目表演，藉此
 新春吉慶日子，四眾聚首，
 禮敬三寶，共沾法喜。

歡迎各位會友踴躍參加。

會員優惠

貴為香港佛教聯合會會員，於惠顧下列商戶及服務時，出示本會之會員証，便可獲得折扣優惠。

類別	商戶名稱 / 地址	電話	折扣優惠
素食館	素齋閣 — 香港灣仔軒尼詩道 302 號華創大廈二樓	2845 1199	9 折
	寶光素食 — 香港銅鑼灣時代廣場（食通天）12 樓	2506 3377	9 折
	蓬萊素食館 — 香港天后電氣道 66 號地下	2887 3886	9 折
	三德素食館 — 香港北角英皇道 395 號 1 樓	2856 1333	9 折
	多寶齋廚 — 九龍旺角通菜街 154 號	2390 4121	85 折
	妙吉祥素食館 — 九龍油麻地寧波街 31 號地下	2771 6218	9 折
	普光齋 — 九龍油麻地佐敦道 13 號華豐大廈地下	2384 2833	9 折
素食品	齊善行食品公司 — 馬鞍山、慈雲山、將軍澳、石塘咀	2602 6088	85 折
佛教用品	覺知佛教文物舍 — 九龍油麻地廟街 145 號地下	2780 9737	8 折
	李日記 — 九龍油麻地上海街 328 號地下	2710 9893	85 折
	佛哲書舍 — 太子、銅鑼灣、中環	2391 8143、2895 2890	75 折
	佛學書局 — 香港銅鑼灣百德新街 55 號 6 樓 B	2577 2372	袍衣：（法師）75 折、 （居士）85 折、書籍：55 折
沖曬服務	東亞專業攝影沖印公司 — 香港灣仔汕頭街 29 號地下	2575 1745	7 折
	— 香港中環威靈頓街 76 號地下	2525 9169	
醫療用品	尚健醫療之家 — 銅鑼灣廣場 1 期 21 樓 2102 室	2915 3388	9 折
	— 北角新都城國際百貨公司地下 111 號舖	2555 9388	
	— 尖沙咀彌敦道 100 號東英大廈地下 34 號舖	2191 9122	
	— 元朗大馬路 75 號 A2 地下	2443 3554	
	— 沙田橫壙街沙田中心商場 3 樓 52D 舖	2692 8666	
	— 屯門青松觀路屯門醫院地下大堂 C-D 舖	2453 3686	
永恆洋行醫療用品 — 沙田火炭坳背灣街 26-28 號富騰工業中心 1615 室	2604 2833	95 折起（視乎產品種類）	
健康服務、產品	古永康足科治療 — 香港中環皇后大道中 37 號余道生行 9 樓 901 室	2522 0897	足部護理產品 95 折起
	澳洲綠皇集團有限公司 — 九龍旺角洗衣街金雞廣場 10 樓 1006 室	2503 4262	6 折
	— 九龍深水埗鐵站大堂 7 號舖 — 香港灣仔軒尼詩道 130 號灣仔電腦城 2 樓 201 號舖		
文儀用品	藝林文具印刷有限公司 — 香港灣仔駱克道 301-307 號洛克中心三樓	2511 4845	9 折
百貨店	裕華國貨 — 佐敦、北京道、柏麗、尖沙咀、中環裕華國貨	2384 0084	正價貨品可獲 9 折優惠 特價品、公價品、外租專櫃及 超級市場貨品恕無折扣
	成藥專門店 — 北角、灣仔道、堅尼地城、石塘咀、旺角、旺角新興、觀塘、 — 將軍澳、淘大、沙田、大埔、荃灣沙咀道、屯門裕華國貨專門店		
	裕華國貨寢室專門店 — 藍田、樂富 2384 0084 天德百貨公司 — 荃灣福來邨永泰樓十七號地下	2490 4295	

個別商戶或機構所提供的優惠可能有所變動，應以該機構公佈為準。

香港佛教聯合會青少年團主辦 2005-2006年度佛誕卡設計比賽

一幅簡單淺顯的圖畫，卻可以蘊涵深刻的佛法智慧和慈悲；
一張小小的心意卡，卻能送上摯誠的關懷及祝福；
將佛法和祝福融入自創佛誕咭中，創意無限，盡顯心思。

設計內容：1.佛誕的意義 2.佛誕的祝願

參賽資格：就讀於設有佛青團之佛教中小學學生

組別：A 手繪創作組

- (1) 小學初級組：小一至小三
 - (2) 小學高級組：小四至小六
 - (3) 中學初級組：中一至中三
 - (4) 中學高級組：中四至中七
- B 電腦設計組
- (5) 中學組(不限級別)

規格：(a) 賀卡必須為單摺式

(b) 設計需包括封面及內頁

(c) 封面面積：14.5cm x 19cm

(全卡面積：14.5cm x 38cm或19cm x 29cm)

(d) 第(1)至(4)組作品必須為原創之手繪、

平面設計(包括圖畫及文字)；第(5)組作品必須具創意之電腦編繪、平面設計(包括圖畫及文字)(作品必須依規格c·印出，不需另交磁碟)

(e) 不依規格之作品將不獲評選

份數：每校每組參賽作品不得超過五份，每人只限遞交一份作品

參賽辦法：(1) 每份參賽作品背面必須貼上「作品資料表」，並填上組別、作者姓名、所屬學校及蓋上學校印鑑。

(2) 參賽作品必須連同報名表於2006年1月23日(星期一)或之前送交香港佛教聯合會梁美晶小姐收。

獎項：每組設冠、亞及季軍各一名

評判：恭請香港佛教聯合會青少年活動委員會委員及教育署藝術教育組督學擔任評選工作。評選結果及頒獎日期將另行公佈。

比賽負責人：林榮標校長、丘芍雯校長



佛教青少年團小檔案

● 佛教青少年團成立於1972年，
● 直屬於香港佛教聯合會青年活動
● 委員會，宗旨為聯絡香港佛教青
● 少年，促進對佛教真義之認識並
● 培養互相合群之精神，使身心與
● 心智能獲得均衡發展。

● 團員為就讀於佛教學校之學生，
● 總團每年均舉行有益身心之聯誼
● 比賽活動，使團員有機會互相切
● 磋，增進彼此之聯繫。

● 本年度佛教青少年有35分團，
● 團員人數共有23802人，活動包
● 括乒乓球比賽、排球比賽、佛誕
● 咭設計比賽、佛教歌唱比賽、佛
● 誕徵文比賽、數學比賽、出版團
● 報及社會服務義工等。



寺院抄經儀式莊嚴

「誠心抄經抗疫境，迴向眾生祝和平」 抄心經誦經迴向法會



眾長老率領善信抄經

農曆十二月初八是我們的教主釋迦牟尼佛成道日，而今年的佛成道日（1月7日）與平常的佛誕有著不同的意義，因為該日香港佛教聯合會和香海正覺蓮社聯合舉辦，在佛教文化中心舉行了一場史無前例的抄「心經」誦經迴向法會。

數分鐘，讓大眾身、口、意得以清淨，之後，在輕柔的佛號聲下，以恭敬、懇切、慈悲的心懷，即場抄寫「心經」，希望藉著經文內的道理，加持受災的有情得到利益，藉神咒的力量、佛陀的加持力量的因緣、長老德德的加持和眾佛子凝聚無比的願力，共同祈求一切疫症和天災得以消除，世界和平、國泰民安。

在覺光長老宣讀的疏文中，將抄經的功德迴向一切眾生離苦得樂，藉經文的能量，讓善信們悲憫的願求得到感應和實現。



數百名善信虔誠抄寫

該項抄心經法會，目的如其主題—「誠心抄經抗疫境，迴向眾生祝和平」，是由香港作為起點，並通過世界各地的佛教道場信眾們，藉著大眾抄寫經本的意志力、願力和慈悲力，將精神和力量全部灌注於經文內，祈求疫症永離



會長覺光長老主持燃經儀式

燃經的意義

焚化手抄經本，並不同於平常所說的燒經。經典是諸佛金口宣揚，是宇宙人生的真理精華，如果以瞋恨心，愚癡心，邪惡心來焚燒經典，這是破壞佛法，褻瀆正教，是有很大大罪過的，也是人間道義所不允許的。我們所抄的經文，凝聚著我們的慈悲心和大願力，不僅具有不可思議的功德，同時也具備無限的能量。我們虔誠的將之供奉佛前，以至誠懇切的心情，嚴謹齊整的威儀，純真勤懇的態度，舉行莊嚴的儀式，然後恭送焚化，將抄經的功德來迴向一切眾生離苦得樂，以經文的能量來感應我們的美好願求。焚化的手抄經文是有相的，也是有限的，但慈悲和智慧長留我們的心田，我們的功德是無相的，對法界眾生的祝福是無限的，對佛法和人間真理的信仰和實踐是堅定不移，純正無染的，這是一種無上的悲智願力的大供養，是一件十分有意義和有內涵的事。

世間。自活動開始後，本港各方人士均熱烈響應，不論在寺院中、家中或在閒來中都會把握時間去抄寫經本。而每天到本會辦事處交來已抄好的經本都是絡繹不絕；估計整項活動已收集得近六十萬份。而海外的各地道場亦響應於當地的佛成道日舉行法會，一起迴向此殊勝功德。

法會承蒙多位長老、大德法師包括覺光長老、融靈長老、暢懷長老、紹根長老、健釗長老、智慧長老、覺真長老、衍空法師、寬運法師、智鴻法師、淨雄法師和宏明法師慈悲主持。在莊嚴的壇場內，各界善信首先跟隨長老們禪坐

的，也是人間道義所不允許的。我們所抄的經文，凝聚著我們的慈悲心和大願力，不僅具有不可思議的功德，同時也具備無限的能量。我們虔誠的將之供奉佛前，以至誠懇切的心情，嚴謹齊整的威儀，純真勤懇的態度，舉行莊嚴的儀式，然後恭送焚化，將抄經的功德來迴向一切眾生離苦得樂，以經文的能量來感應我們的美好願求。焚化的手抄經文是有相的，也是有限的，但慈悲和智慧長留我們的心田，我們的功德是無相的，對法界眾生的祝福是無限的，對佛法和人間真理的信仰和實踐是堅定不移，純正無染的，這是一種無上的悲智願力的大供養，是一件十分有意義和有內涵的事。

六十周年十件最開心的大事



2005年是佛聯會成立60周年的鑽禧年。過去一年中，在各位董事和秘書處同事努力下，我們做了很多大小有益大眾、利樂社群的事情。在一次場合裡，會長覺光長老總結了本會的十件最開心的大事，在此一起與各位讀者分享：（一）清明法會、（二）慶祝佛誕大會、（三）香港佛教僧伽學院畢業禮、（四）獲行政長官曾蔭權先生捐款、（五）西藏文化周一密宗灌頂法會、（六）佛教坊、（七）舉辦世界佛教華僧會第八屆第一次執委會、（八）鑽禧慈善嘉年華會、（九）鑽禧慈善齋宴與及第（十）本會副會長黎時煇居士、總務主任智慧法師均得到政府頒授銅紫荊星章，此外秘書長區潔名居士獲政府頒授榮譽勳章。三位首長的殊榮證明了我們佛教人士在社會服務和作出貢獻，得到了政府的認可和獎勵。

會長表示，在未來的一年，他希望好事、開心事越來越多，數之不盡。他亦希望各位佛教人士繼續努力，各界人士繼續支持和幫助我們。



法師信箱

演慈法師答問

問：供養三寶是甚麼意思？

答：三寶是佛、法、僧之總稱。

佛寶：佛是梵語佛陀(Buddha)的簡稱，意即覺悟的人。

法寶：梵語達磨(Dharma)謂之法，意即佛法，覺悟的真理就是佛法。

僧寶：僧是梵語僧伽(Sangha)的簡稱，指和合的大眾，即依佛法出家修道而能和合無間者，稱為「和合眾」。供養三寶之意思，使我們在日常生活中常常想到

佛，以佛為我們之典範，並且決心跟隨佛之足跡前行。一般而言，我們會以香、燈、鮮花、清水及鮮果供佛。供養法寶方面，首先我們應該研讀教理，能深入了解後，當有機會時，將佛法轉述給別人知道，好讓佛陀的教法能夠流傳下去。此外，如經濟許可，亦可助印經書，使法寶流通。由於佛陀已入滅，僧眾是代表佛傳教理給我們，故此我們對僧眾應持恭敬之心，並以四事供養之。四事是指以衣服、飲食、臥具、湯藥，或以衣服、飲食、湯藥、房舍等物供養僧眾。

歡迎讀者來信提出任何佛法上的問題，本會將邀請香港佛教聯合會諸位法師董事作答。

請來信：香港灣仔駱克道 338 號 2 樓，傳真：28340789 或 E-mail：enquiry@hkbuddhist.org (來信請註明「法師信箱」)



素食天地

溫綺玲居士提供



心中美食 滿屋融和

又到春節，年紀越長越偷懶，以前興高采烈炸油角煎堆、剪紙粉飾等等，近年來已不插手。反而常找些方便法，以節省張羅的時間。例如：避免開大油鑊，買些冰薯皮放入焗爐內，烤過後放些酸奶乳酪，較油炸更方便更健康。

本期介紹的烤釀鮮菇，所以命名為「滿屋融和」，除了應節之外，在製作過程中，確蘊含意思。

先處理好鮮冬菇，加入調味料，處理好後才可以釀入餡料—有如我們的父母辛勞，為家裡添置各式應用物品，才可以迎接即將誕生的寶貝，給他們一個安樂窩。

父母除了為子女提供物質之外，也留意到，怎樣栽培子女成材，提升他們的智慧和感知能力—如如在材料裡加入薑茸、馬蹄、芫茜等等，提升了鮮腐竹的味道和口感。所以，子女長大成人後，

父母亦需要了解他們的性格，在適當時候才提點扶持，以免影響他們的發展—所以，鮮竹茸最後才加上少許鹽。

若然一家人能互相關愛，必定樂也融融。祝大家，愛心滿屋、百好輕安。

材料：

鮮腐竹	2 塊
鮮冬菇或鮮磨菇	1 包 (約 10 隻)
鮮蘿勒葉	4 片 (或 1 棵芫茜)
薑茸	1 湯匙
馬蹄幼粒	1 1/2 湯匙

調味料：

芥子油	1 湯匙
黃沙糖	少許
生抽	少許
幼鹽	1/2 茶匙

製作：

1. 鮮冬菇洗淨，熱鑊，1/2 湯匙油，1/2 湯匙薑茸，炒鮮菇，再加糖及生抽，半熟後，盛碟留用。
2. 鮮蘿勒葉或芫茜切碎。
3. 熱油鑊，爆薑茸、馬蹄幼粒，再加稍剪碎的鮮竹、蘿勒葉碎，一邊兜炒，一邊加少許水，直至鮮竹成茸後，才加幼鹽炒勻。
4. 鮮竹成茸後會有黏性，以小匙將鮮竹茸釀在冬菇內，可以放在烤爐燒，或加芝士碎，包以錫紙，用焗爐焗亦可。(留意：若太早放鹽，鮮竹難以成茸)



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

第八大事——佛牙舍利瞻禮祈福大會——



大會開幕典禮

一九九九年這一年的佛誕比過往任何的一年都不同，因為，香港有了為慶祝佛誕的公眾假期。在此具歷史性意義的節日，佛聯會

特地向中央申請迎請國家特級國寶、佛教聖物「佛牙舍利」蒞港供廣大信眾瞻禮。在會長覺光長老向國家提出申請，並得到國家主席江澤民先生、總理朱鎔基先生、副總理錢其琛先生親批允準下終得成其事。這兩件創香港佛教界的空前盛事，不單是從宗教的角度而言，其深遠的意義是佛教文化乃中國傳統文化重要的一部份；也是人類文明寶貴的精神財富，它不單祇淨化人類的心靈，還對啟迪人類智慧發揮了無窮的作用。佛教所提倡慈悲、平等、包容的精神，對社會安寧，人們內心的平靜與祥和都產生了無形的力量。在今後每年佛誕公眾假期裡，善信們不論在寺院、道場乃至在家中禮佛，念佛和浴佛時都會自然地產生一股心靈清淨的感覺。由於我們有了佛誕公眾假，迎請佛牙舍利來港供廣大市民頂禮膜拜，我們可以從他們虔

誠的表現肯定得到龍天的感應，香港必定獲得祥和安穩，這也是佛聯會為六百多萬香港市民作出的一份貢獻。



護僧負責 24 小時守護壇場的舍利聖物

為期七天的瞻禮大會在紅磡香港體育館隆重舉行，大會雖然是短短的一星期，但是籌備卻是整整的一年。會長覺光長老在此期

間帶領著佛聯會全人多次往來中港兩地，以他當時接近八十歲的高齡，為迎請的事不辭勞苦地辛勞，真令人佩服和讚嘆不已。正如他老人家曾經說過一件事的成功是需要「眾緣和合而成」，而成就瞻禮大會的各方「緣」素包括了中央方面的批准、中國佛教協會的大力支持、香港特區政府十多個部門的攜手協助，護法們的慷慨贊助、義工們的無私奉獻、廣大市民熱誠的參與，以上的眾緣缺一都不能成就如此大的功德。



弘法使者園地

作者 張依勵

新年願望

零五年已經過去，人們在一年之末經過了一浪接一浪的節日，大家都沉醉在一片歡樂的氣氛當中，心裡少不免對未來充滿憧憬。更會在此時許下新年願望，而「世界和平」更是熱門的選擇。可是這個眾人願望有否實現？

就拿十二月二十六日來說，回顧二零零四年的同一天，南亞被九級大地震及其引發的海嘯無情地襲擊，釀成了一次大災難。海水如猛獸般湧向橫掃印度洋沿岸，把一切都淹沒：15 萬

人罹難，百萬人無家可歸，經濟損失達百億美元。這畫面至今仍瀝瀝在目。然而大自然給我們的考驗並不止於此。看看發生在美國新奧爾良的風災，颶風橫掃三個州份，包括密西西比州、路易斯安娜州和阿拉巴馬州，據估計已造成數以千計居民死亡，數以十萬計的人流離失所；還有於亞洲爆發的禽流感等瘟疫，無一不使自傲的人類們狠狠地被擊倒。但是，無論大自然對人造成多大的破壞，亦遠遠不及人類的自傷殘殺所帶來的傷害；

美國攻打伊拉克，傷亡人數至今仍然每日遞增，更導致無數的心靈受到創傷。倫敦、布吉的恐怖襲擊比自然災害來得更可怖、更無法預測。

雖然我們沒辦法控制大自然，消除天災，但我們絕對能夠減少「人禍」；努力減輕人與人之間的磨擦和戾氣。這比每次新年時只懂撓著雙手祝願世界和平來得實際多了。



有一位牧師的女兒，她天生就是一位腦性麻痺患者，全身佈滿不正常的高張力，且無法言語。但，她卻靠著無比的毅力與信仰的扶持，在美國拿到了藝術博士，並到處現身說法，幫助他人。

有一次，她應邀到一個場合演“寫”（不能講話的她必需以筆代口），會後發問時，一個學生當眾小聲的問：「妳從小就長成這個樣子，請問你怎麼看你自己？妳都沒有怨恨嗎？」

這個無心但尖端的問題讓在場人士無不捏一把冷汗，深怕會深深刺傷了她的心。只見她回過頭，用粉筆在黑板上吃力地寫下了「我怎麼看自己」這幾個大字。

她笑著再回頭看了看大家後，又轉過身去繼續寫著：

- | | |
|-------------|--------------|
| 一、我好可愛！ | 五、我會畫畫！我會寫稿！ |
| 二、我的腿很長很美！ | 六、我有隻可愛的貓！ |
| 三、爸爸媽媽這麼愛我！ | 七、還有…… |
| 四、上帝這麼愛我！ | 八、…… |

忽然，教室內一片鴉雀無聲，沒有人敢講話。她又回過頭來靜靜地看著大家，再回過頭去，在黑板上寫下了她結論：「我只看我所有的，不看我所沒有的。」眾人安靜了幾秒後，一下子，全場響起了如雷的掌聲與無數感動的淚

那天，許多人因著她的樂觀與見證而得到激勵。這個樂觀的腦性麻痺患者是誰？她，就是美國南加州大學藝術博士，在台灣開過多次畫展的黃美廉女士。

「我只看我所有的，不看我所沒有的。」

我喜歡這樣的人生觀，很健康也很愜意。可不是嗎？

幸福，不在於您擁有多少事物，乃在於您用怎樣的態度去看待、享受自己現下所擁有的一切。若是能這樣，即使您看似一無所有，也能比那些大富豪或身體健壯但成天愁眉苦臉的人們更快樂、更富有。

你都是怎麼看你自己的呢？

黃美廉博士的生活態度值得我們每一個人學習。



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
四聖諦	2月16,17日	19:30-21:00	廣琳法師	九龍彌敦道454號 安昌大廈二樓A座	法藏寺圖書館 電話：27717015
十二因緣	2月18日	15:00-16:30	潘宗光教授	香港灣仔軒尼詩道15號 溫綏公爵社會服務大廈禮堂	青山寺慈善信託理事會 電話：24416666
宣隆靜坐班	2月19日起 (逢星期日)共8堂	15:00-17:00	梁志賢、 梁志高居士	九龍彌敦道454號 安昌大廈二樓A座	法藏寺圖書館 電話：27717015



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
普供/普佛	1月28-31日	08:30-11:00 18:00-20:00	眾法師	九龍鑽石山 志蓮道5號	志蓮淨苑 電話：23541604
彌勒佛聖誕	1月29日	09:30-17:00	眾居士	西環域多利道8444地段	道慈佛社 電話：28172022
千佛懺	1月29-31日	14:00-17:00	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
禮供諸天	2月4日	08:30	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
新春團拜法會	2月5日	09:30-13:00	佛智法師	清水灣道大澳門 湛山寺大雄寶殿	湛山寺 電話：27196424
祈福供天	2月12日	08:30-11:30	眾法師	九龍鑽石山 志蓮道5號	志蓮淨苑 電話：23541604
祈福供天法會	2月17-19日	09:30-17:00	達常法師	西環域多利道8444地段	道慈佛社 電話：28172022
供諸天法會	2月19日	09:00	眾居士	九龍彌敦道454號 安昌大廈二樓A座	法藏寺圖書館 電話：27717015
禮供諸天	2月19日	-	覺光法師	新界粉嶺 置福圍十二號	香港觀宗寺 電話：26693578
慈善齋宴	2月26日	09:30-13:00	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