



## 丙戌(2006)年清明思親法會時間表

法會地點：香港銅鑼灣東院道11號 香港佛教聯合會文化中心

開壇前登記地點：香港灣仔駱克道338號樂友大廈2字三樓

登記處查詢電話：2574 9371

開壇	公曆4月2日 農曆三月初五(星期日)	上午 9:30	<b>開幕剪綵儀式</b> 恭請諸山長老、各壇主壇法師主持
		上午 9:50	<b>法會灑淨儀式</b> 恭請諸山長老、各壇主壇法師主持
		下午 5:30-8:30	<b>餞口佛事</b> 恭請大壇諸位比丘法師主持
	公曆4月3日 農曆三月初六(星期一)	下午 5:30-8:30	<b>餞口佛事</b> 恭請大壇諸位比丘法師主持
公曆4月4日 農曆三月初七(星期二)	下午 5:30-8:30	<b>餞口佛事</b> 恭請大壇諸位比丘法師主持	
	公曆4月5日 農曆三月初八(星期三) (是日為清明節假期)	下午 1:30-5:00	<b>『藥師佛』灌頂法會</b> 恭請密宗大德第13世噶陀仁波車主持
	下午 6:00 - 9:00	<b>餞口佛事</b> 恭請藥師壇諸位比丘法師主持	
公曆4月6日 農曆三月初九(星期四)	下午 5:30-8:30	<b>大蒙山施食</b> 恭請法華壇、報恩壇、淨土壇諸位比丘尼法師聯合主持	
	公曆4月7日 農曆三月初十(星期五)	上午 8:30	<b>禮供諸天</b> 恭請大壇全體法師主持
	下午 5:30-9:30	<b>四大部洲餞口</b> 恭請寶蓮禪寺大悲壇及各壇諸位法師主持	
圓滿	公曆4月8日 農曆三月十一日(星期六)	下午 1:00	<b>送聖，法會圓滿</b> 各壇法師、本會董事及善信齊集大壇參加

## 清明法會佛事時間表 香港佛教聯合會

### 每天大壇禮拜梁皇寶懺、誦經時間

第一堂 上午9:00 (除開壇第一天外)

第二堂 上午10:15

第三堂 上午11:00 佛前上供、迴向(大壇法師請到延生堂迴向)其餘各壇法師請到附薦壇迴向

第四堂 下午1:30

第五堂 下午3:00，各壇全體法師請到附薦壇迴向



## 校園天地

### 佛教榮恩上午校馬仲琪同學

### 獲選本年度香港傑出運動員

會屬佛教榮恩上午校小六年級同學馬仲琪，因參加 05 至 06 年度全港學界精英乒乓球比賽，取得女子單打季軍，經選拔後成為小學組香港隊代表。其後馬同學參加學界埠際(香港/福建/澳門)乒乓球錦標賽，在女子團體賽中獲得亞軍。因此校方便提名馬同學參加香港運動員選舉，並成功榮獲第一屆「屈臣氏集團香港學生運動員獎」。

此獎項是該集團為鼓勵學生發揮運動潛能及提升青少年對運動的興趣而創辦，並得到教育統籌局、民政事務局、社會福利署和各機構包括政府中學校長會、津貼小學議會、香港特

殊學校議會、香港特殊學校議會、香港學界體育聯合會、傑出青年協會的支持。為隆重其事，集團特為此活動在香港會議展覽中心舉行第一屆「屈臣氏集團香港學生運動員獎」頒獎禮。

馬同學除可獲頒發證書及獎金五百元外，更獲邀參加在 3 月 19 日在喇沙書院舉行之領袖才能工作坊。另外，大會將會挑選 30 位優異學生於 2006 年暑假期間前往北京參加運動交流團，讓學生進一步了解北京預備 2008 奧運會的最新情況，並參觀國家體育培訓基地及與國家運動員進行交流。



## 佛教傳黃合長者鄰舍中心 物理治療計劃 ~ 趕走痛楚 服務推介

「年紀大了，腰又痛，肌肉又容易酸軟。小腿無力，走路時忍忍作痛。」這是中心很多長者的心聲。據一些醫學調查發現不少長者同時患有超過一種痛症，如：腰痛、肩痛、關節痛等。慢性的痛症令長者們活動能力降低，寢食難安，對日常生活造成極大的不便，嚴重影響生活質素。故此，會屬佛教傳黃合長者鄰舍中心每月定期舉行「到診物理治療計劃」，以優惠收費(每次\$50.00)，提供物理治療服務，減低長者們舟車勞頓之苦及減輕身體的疼痛。

透過專業物理治療師的診治，為有需要長者提供服務及運用治療儀器，如：紅外線儀器、冷熱敷墊、透皮神經電刺激……等為長者們診治。物理治療師還會透過按摩及其他「手法治療」替長者們止痛。此外，更教授有需要長者一些關節護理運動，以減低關節痛的復發。

有需要的長者更可因應個人的需要，另行安排「預約物理治療」。有關詳情可參閱中心海報、章則。

歡迎各會員及社區人士查詢及安排預約。(本中心電話2494-7866)

謹祝 各位身體健康！笑口常開！



## 佛教正行長者鄰舍中心 2005-2006年度春季社區服務計劃預告

### 福米情深暖早春

當木棉樹上朵朵潤紅花放時，早春又悄悄降臨慈雲山！這裡有不少獨居長者留在社區裡安享晚年，他們每天會為自己的飯銜張羅，慢步而下到商場購買所需，每一包米和雜糧花上的是以小時計的步行時間……

今年春天除了木棉紅了外，長者的心也暖了！兩位善心人合共捐贈了318包5公斤的食米，並透過本鄰舍中心分發予慈雲山上居住的獨居長者：

- 1) 本中心將致電聯絡受惠長者，通知領取食米之安排。
- 2) 行動能力較弱之長者，將安排職員/義工送到家中，並進行探訪慰問。
- 3) 福米派發日期：2006年3月16日至3月31日。

民以食為先，一包米滿載的除了是米，無形的還有捐贈人對老弱者無價和無條件的關愛！！

如對本活動需要更多了解，可聯絡中心負責人黃姑娘，電話：2325 2122。



## 佛教葉紀南紀念中學周年頒獎暨新教學大樓啟用典禮

本會主辦佛教葉紀南紀念中學於二零零六年三月六日(星期一)舉行周年頒獎暨新教學大樓啟用典禮。當天承蒙教育統籌局首席教育主任(新界)梁兆強先生主禮，而香港佛教聯合會會長兼永遠榮譽校監覺光法師亦親臨致歡迎辭。其間主禮人梁兆強先生、捐建人葉國洲先生、何德心校監及各校董頒發二零零四至二零零五年度獎學金及二零零五至二零零六年度上學期學業成績優異獎。頒獎典禮完畢後，由主席團帶領嘉賓參觀宗教室「觀自在」。宗教室由舊生謝藝、謝慧、林悅華及陳挺挺設計，供奉觀自在菩薩，是老師舉辦宗教活動、教學及禪修的好地方。其後在新操場舉行新教學大樓啟用剪綵及植樹儀式。到場嘉賓包括本會會董、教育團體負責人、社區領袖、友校校長、老師等百多人，氣氛熱鬧。



## 佛教黃允畝中學 25周年銀禧校慶暨開放日



本會主辦之佛教黃允畝中學於三月三日下午，假沙田美林村學校禮堂舉行銀禧校慶暨新翼校舍開幕典禮。該校於一九八一年創立，轉眼已屆二十五年。建校以來，校務繁多，在遵循佛陀的慈悲和願力和在佛聯會同寅、創校校監黃允畝太平紳士、校長及各位教職員的努力下，學校發展得以踏上軌道，並獲得不少優良成績；而且師生關係良好，彼此和衷共濟團隊精神高昂，屢獲教育當局、家長及各界人士讚賞及肯定。

在教學方面，學校一向秉承校訓「明智顯悲」的精神，培養學生正確的人生態度，五育均衡發展，務使能學以致用，服務社會。在活動方面，本校尤其重視發展學生的多元智能，從而發揮他們不同的潛能，增強自信心。學校的中

樂團及校園電視台，也就是在這個環境下茁壯成長，在校內校外各種活動中，屢獲好評，獲獎無數。隨著樓高六層的校舍新翼正式開幕啟用，增加不少教學的設施，為同學提供更優良的學習環境，學與教也會事半功倍。

典禮正式開始前，首先播放由該校校園電視台製作的短片，介紹該校的歷史及各項發展特點。接著典禮正式開始，首先恭請教育統籌局首席助理秘書長陳嘉琪博士致詞；在致詞中，陳博士讚揚佛教黃允畝中學自創校以來，本著佛家「明智顯悲」的精神，致力教育，惠澤莘莘學子，培養出一批又一批五育並進的學生，貢獻香港，實在功德無量。

典禮翌日隨即舉行銀禧校慶開放日，展示學校二十五年的豐碩成果。當天有接近三十個學科及學會擺設展覽及遊戲攤位，大部分新舊翼課室及特別室均開放予各界人士及校友參觀，並由該校「學生大使」接待嘉賓及沿途講解。

該校更於排球場搭建舞台，由上午九時至下午五時進行才藝表演，項目包括中樂演奏、步操樂隊演奏、鼓樂、舞蹈、雜耍、國術、歌曲獻唱及中、英文話劇等，內容多姿多采。







## 法師信箱

### 演慈法師答問

問：法師您好，本人因在牙科診所撥牙時被弄傷面部神經，並出現面部肌肉萎縮。經多方求醫診治，仍無法治好。有師兄表示，誦經念佛可治好這個病，但一年多來，我每天都虔誠誦經念佛仍不見好轉。請問法師為什麼會無效？又有師兄表示，因為我唸誦的是北傳經文，不夠力度。要誦藏傳經文和接近藏傳大師才夠力度？是這樣嗎？

答：有病應該循正途延醫診治，遇有頑治更要諮詢醫生的意見，作適當的治理。在宗教方面而言，藉誦經修持使頑疾得癒或病情減輕的感應力是有的。但不知你說的「每天都虔誠誦經念佛」的程度如何，所以，很難推斷「為什麼會無效」。佛教說凡事不離因果，縱有奇蹟也要合情合理，誦經念佛求感應，要看你的因緣，更要看你的信念與修持功夫，所謂精

誠所至金石為開，若然心存僥倖與懷疑，只希求奇蹟出現，如可會有效用呢？

你的師兄的說話不盡可信，他提點你誦經念佛可治好這病，只說對了一半，若然他真明白佛法的道理，也應勸告你明白因果，痛苦也是一種果報，應該以平和的心接受果報，多行懺悔，努力修持，應感與奇蹟只隨順因緣，不應強求。說北傳、藏傳經文效力有異的師兄，更是外行人無知與謬誤的說法，佛法力用不分南北傳，只要是佛說的經文都沒分別，分別只在個人的修持與用心。

最後，從問題中看到你的師兄的說法很有些不妥之處，建議你應該多到正信的佛教道場聽經聞法，從基本了解佛教的道理，有疑惑應該向正信道場的法師或善知識尋求正確的開示與意見。

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 —— 節瓜冰豆腐素柱

#### 材料：

節瓜 約 1 斤  
冰豆腐 2 磚  
冬菇腳 約 2 兩  
薑片 2 執

#### 調味料：

芥花籽油  
鹽  
糖  
胡椒粉  
老抽  
薑汁

#### 製作：

1. 預早一至兩天，將買來的板間實豆腐洗淨後，放入冰格，便成冰豆腐。解凍後，略搾乾水，必中件，以調味料稍醃留用。
2. 節瓜去皮切滾刀塊。
3. 冬菇腳洗淨浸軟後，用石碇或厚刀拍扁後，再撕成條狀，用調味料撈勻後，蒸約五分鐘，以軟度為準。
4. 將蒸好的冬菇腳用小油稍炸至微黃。起油鑊爆薑片後，加入節瓜炒一會，加鹽、水、糖炒勻，再加入冰豆腐，蓋上鑊蓋，煮至節瓜熟（但不要太太軟稔），舖上冬菇腳，上碟。



## 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



## 第十大事——



## 慶祝佛誕——香港佛教暨各界迎請佛指舍利瞻禮祈福大會



二零零四年佛誕，在香港佛教聯合會會長覺光長老的領導和各界信眾多年的努力下，成功向國家中央有關部門申請迎請佛教最高聖物——佛教教主釋迦牟尼佛的真身指骨「佛指舍利」

和廿餘件國家一級佛教國寶文物蒞港，在香港會議展覽中心五樓供廣大市民瞻禮。大會由五月廿五日至六月一日舉行。這次活動規模之大屬世界佛教界少見，活動得到國家中央有關當局及香港特區政府的全力支持，全國政協副主席劉延東女士及國家宗教事務局局長葉小文先生專程由北京飛抵香港主持開幕儀式。香港旅遊發展局亦正透過設於全球各地的辦事處，全力在海外推廣這項大型活動，估計可吸引一批對東方文化、佛教源流有興趣的人士專程到香港瞻仰「佛指舍利」，也對促進香港旅遊業起到一定的作用。

覺光長老表示：迎請佛指舍利是為了宣揚佛陀教理，廣播慈悲種子，利樂眾生，並祈願香港繁榮穩定、世界和平、人民安樂。這次供市民瞻仰的佛指舍利，是佛教教主釋迦牟尼佛的真身指骨，乃當今佛教界的最高聖物，屬世界僅有之珍寶，千多年來供奉在陝西省西安的法門寺裡，甚少公開展覽。長老更認為，若非

因緣俱足，一般人絕難親眼目睹。他老人家曾說過：「市民親瞻舍利，就如親眼見到佛教教主釋迦牟尼佛，感受佛恩，體悟佛智。」由於市民反應熱烈，決定延長三天展期至六月四日，一連十一天的展期內，共有一百萬人次入場。國寶由特製的花車運載到香港會議展覽中心，花車從機場經過西隧後，途經了軒尼詩道、怡和街、高士威道、興發街、維園道、告士打道等幾條繁忙的街道。轉入灣仔碼頭後的鴻興道、會議道及博覽道東一帶，聚集了大批前來恭迎佛指舍利的學生和市民，他們揮動佛教教旗或合十恭迎，場面熱烈。

在這十一天的慶祝活動中，大會每日安排了多場「佛指舍利」瞻禮和「文物展覽」。此外還舉行有多項莊嚴殊勝的佛教儀典，如「拜願」、「祝聖普佛」、「浴佛典禮」、「皈依典禮」、「傳燈法會」和與香港大學合辦的「佛陀的宇宙人生」系列講座等等，所有節目均歡迎公眾持票免費參加。

當時，為使這個佛誕節的意義和喜悅帶到全港每一個角落，香港佛教界並在5月15至25日期間，在港九新界十二個預先劃分的區域，包括新界北、荃灣及葵青、大埔、東涌、離島及大嶼山、元朗、沙田、觀塘及西貢、長洲、九龍、港島、屯門等地先後舉辦各類慶祝活動，以方便全港市民可以到就近的場地參加。



## 弘法使者園地

作者 許珮綺 (香港教育學院 語文教育—中文主修)

## 「生。死」

小時候的我，十分害怕死亡。記得我在四、五歲的時候，「死亡」這個想法一直盤踞在我的腦海裡。當時，每到夜晚，躺在床上的我，常常會想「媽媽快死了，怎麼辦？」「媽媽死了後，我就不能再見她了。」(事實上，媽媽當時只有三十多歲，身體亦十分健康)「我死後，不會再有任何感覺，但這個世界還是會繼續轉動，地球上的人不會因為我的死亡而有任何改變哦。」現在想起，也不知道年紀小小的我怎麼會有如斯想法，只記得這些想法經常令我不寒而慄，一個又一個的夢魘令我經常在睡夢中驚醒。有一次，當我半夜驚醒時，媽媽問我發生甚麼事，我邊哭邊跟她說：「我怕你很快便會死去。」媽媽溫柔地一邊撫摸我的小腦瓜，一邊笑著說：「傻女，媽媽還年輕，不會這麼快便離你而去的。」

在我成長的過程中，我經常會思考與「生」、「死」有關的問題，不同的是，長大後的我，會翻閱不同的書籍，找尋自己想知道的答案。看的書越多，越發覺「生」、「死」並非我小時候所想像簡單。當我向我的師長提出有關問題時，他並沒有正面的回答我，卻道：「閱畢《西藏生死書》及《生命輪迴：超越時空的前世治療法》，相信你自有一番體會。」以下，便是我的小小心得與體會。

兩本書均是在一個前提下寫成的，就是輪迴觀，兩書均道「人類有肉體之外的生命，死後依然存在，並且有知覺」，亦即是說，人死後，並非真的完結，三世十二因緣告訴我們生命的過去、現在、未來三世流轉的過程。除了已經解脫生死(如小乘的羅漢)或自主生死(如大乘的聖位菩薩)的聖者之外，一切的眾生，都不能受輪迴的限制。人的一生，「死亡」往往是最嚴重及恐怖的過程，而「死後生命仍然存在」則是我們的夢想及所渴求的。《西藏生死書》及《生命輪迴》二書令我深切地相信，死亡，只是十二個階段(亦即十二因緣)中其中一部分的完結。「死亡」，對於我來說，變得不再那麼可怖，而是讓人更值得尊敬，真正可怕的，是人的「恐懼」。這兩本書亦教我活著的時候，要活得積極。我們可以選擇用有限的生命去感恩、幫助自己及他人。雖然，我們的生命相對於宇宙來說，實在是微不足道，而我們亦無法完全掌控我們的生死，但我們卻可以選擇做自己認為快樂、有意義的事。儘管在我們的生活中會遇到不如意的事，但最重要的，是我們此時此刻，需努力的活著。

最後，我想以《心經》其中一段經文作結：「無無明，亦無無明盡，乃至無老死，亦無老死盡」



## 心靈地圖

一個有智慧的教授問他的學生以下的問題：

“為什麼人生氣時說話用喊的？”.....

所有的學生都想了很久，其中有一個學生說：因為我們喪失了“冷靜”，所以我們會用喊的。

“但是為什麼別人就在你旁邊而已，你還是用喊的，難道不能小聲的說嗎？為什麼總是要用喊的？”教授又問

幾乎所有的學生都七嘴八舌的說了一堆，但是沒有一個答案是讓教授滿意的，最後教授解釋說：“當兩個人在生氣的時候，心的距離是很遠的，而為了掩蓋當中的距離使對方能夠聽見，於是必須用喊的，但是在喊的同時人會更生氣，更生氣距離就更遠，距離更遠

就又要喊更大聲.....”

教授接著繼續說：“而當兩個人在相戀時會怎麼樣呢？情況剛好相反，不但不會用喊的，而且說話都很輕聲細語，為什麼？因為他們的心很接近，心與心之間幾乎沒有距離，所以相戀中的兩個人通常是耳語式的說話，但是心中的愛因而更深，到後來根本不需要言語，只用眼神就可以傳情，而那時心與心之間早已經沒有所謂的距離了...

最後教授做了一個結論：

“當兩個人爭吵時，不要讓心的距離變遠，更不要說些讓心距離更遠的話，自然的過了幾天，等要心的距離已經比較沒有那麼遠時，再好好的說吧！！”



## 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
儀則實習班	3月17日起 (逢星期五)	19:30-21:00	道行法師	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
佛學初階班	3月18日起 (逢星期六)	19:30-21:00	演慈法師 資深講師	北角英皇道355-361號 一樓	佛教愍生講堂 電話：28082373
法器研習班	3月21日起 (逢星期二)共10堂	19:30-21:00	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
講座：佛教倫理的判斷標準、 內容、應用	3月23, 30日	19:30-21:00	淨因法師	九龍彌敦道454號 安昌大廈二樓A座	法藏寺圖書館 電話：27717015



## 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
萬佛法會	3月30日至4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
梁皇寶懺祈福法會	4月1-12日	-	眾法師	大嶼山昂平	寶蓮禪寺 電話：29855669
清明節慈悲三昧水懺法會	4月2-5日	09:30-15:30	佛智法師	清水灣道大澳門 湛山寺大雄寶殿	湛山寺 電話：27196424
清明思親法會	4月2-8日	09:00-21:00	諸山長老、 大德法師	香港銅鑼灣東院道十一號 香港佛教聯合會文化中心	香港佛教聯合會 電話：25749371
清明思親法會	4月4-10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
清明節誦地藏經	4月5日	09:30-12:00	眾居士	香港赤柱馬坑村	赤柱觀音寺 電話：28131849
禮慈悲三昧水懺	4月9日	08:00-16:30	眾法師	九龍鑽石山 志蓮道5號	志蓮淨苑 電話：23541604