



本著佛陀慈悲之心及惠澤耆老的精神，本會主辦有三所長者鄰舍中心，為區內長者提供全面及多元化服務及活動，鼓勵長者善用餘暇，發展個人潛能，服務社會，安享晚年。



凡年滿 60 歲或以上之長者，均可申請成為長者鄰舍中心會員，任何有需要之護老者（18 歲以上人士），亦可申請成為護老者會員。會員可報名參加中心舉辦之各項活動，包括輔導服務、健康講座、興趣小組、飯堂服務、義工服務等。

## 香港區

佛教張妙願長者鄰舍中心

地址：香港灣仔謝菲道 468 號百達商業中心 2 樓

電話：2831 0819

附屬中心：佛教何潘月屏長者文化服務中心

地址：香港銅鑼灣耀華街 21 號華耀商業大廈 1 樓

電話：2574 8896

## 九龍區

佛教正行長者鄰舍中心

地址：九龍慈雲山慈正邨正安樓地下 C 翼

電話：2325 2122

## 新界區

佛教傅黃合長者鄰舍中心

地址：新界葵涌安蔭邨祥蔭樓地下

電話：2494 7866

如有興趣申請成為中心會員，歡迎致電以上中心查詢有關報名手續，同時可瀏覽本會網頁 [www.hkbuddhist.org](http://www.hkbuddhist.org) 了解各中心提供之服務。

# 香港佛教聯合會 長者鄰舍中心 招收新會員



# 香港佛教聯合會會屬 06至07年度聯校畢業典禮

本會於十一月二十二日在香港大會堂音樂廳舉行了06至07年度中學聯校畢業典禮。是次典禮邀請得民政事務局常任秘書長尤曾家麗太平紳士蒞臨主禮。典禮於上午十一時開始，首先由本會會長覺光長老致詞，接著是副會長兼學務管理委員會主席黎時煖居士報告校務，主禮嘉賓尤曾家麗常任秘書長先後為學生頒發畢業證書及獎學金和致訓詞。



列位董事主持典禮



尤曾家麗常任秘書長頒發畢業證書

在致詞中尤曾家麗常任秘書長表示年青人是社會最寶貴的資產、未來的棟樑；在終身學習及自強不息的過程中，鼓勵同學們多看一些傳記。其中一位她喜歡的佛教人物，是精通多種藝術的文藝先驅——弘一大師。他的豐富藝術作品，是國家珍貴的遺產。至於政府對青年發展的目標主要是加深他們對中國優良文化傳統的認識，了解各個民族國家的特色，從而協助大家建立積極的人生觀和正面的價值觀。

此外，在學習大道理之時，亦不要忘記每一天身邊發生的事情，只要用心觀察，一樣存在很多學問和富啟發性。她曾聽說過：心靈之所以偉大，就因為做小事情。同時，她亦鼓勵年青人多參與公共事務、社區和義務工作，擴闊國際視野。無論同學繼續升學，還是投身社會工作，都需要不斷學習、以積極的態度面對未來的挑戰。

今屆畢業同學中，會屬善德英文中學黃兆駿同學於中學會考考獲9A驕人成績，令人鼓舞，獲本會贈送特別獎學金以資獎勵。



智慧法師致送紀念品與主禮嘉賓



畢業同學代表致謝詞

# 2007年度香港六宗教思想交談會

由佛教、天主教、基督教、伊斯蘭教、道教和孔教自1978年組成之香港六宗教領袖座談會，成立至今已有二十九載；歷年來除了定期舉行高峰會議外，並舉辦不同類型活動，以增進宗教間的友誼。宗教思想交談會便是其中一項重要活動，舉辦此活動的理念是六宗教領袖回應時代需要，追求新世紀和平的精神，為不同信仰宗教人士提供一個交流宗教觀點的平台，創造香港宗教界合作的機會。



各位講者為愛滋病患者痛苦站立默哀



思想交談會眾位講者

本年度之思想交談會已於12月1日在北角天主教聖猶達堂圓滿舉行，代表佛教講者為本會名譽顧問呂榮光居士，其他宗教講者包括有孔教學院何沛雄博士、天主教薛君浩神父、道教湯偉俠博士、伊斯蘭教丁士仁教授、基督教曹敏敬博士等，此次討會主題聚焦宗教信仰與家庭關係的幽暗面，緣起是香港近期家暴事故頻生，面對追求物質享受及人際關係疏離的社會，究竟各個宗教思想資源如何為現代人解開心結，讓逆境轉化為家庭關係更深厚的催化劑，並以正面及積極的方法處理成員之間的關係變化。

## 永惺老和尚慈善基金會成立



永惺老和尚在香港數十年的弘法事業和成就，主要體現在興建道場、安僧接眾，開展善業、扶老護幼，與辦教育、培養人才，海外弘法等工作。他參與和發起興建的道場，在香港計有荃灣芙蓉山的東林念佛堂、荃灣三疊潭西方寺、香港菩提學會；在美國有德州的佛光寺等。2006年，長老以八十一的高齡，發願重修佑順寺並建立佛學院，將佛法的慧焰，傳照東北，更為佛教培育人才。

近年，老和尚雖然退居，但仍心繫信眾，以求多為眾生行善為己任，所以，他決定將自己所有的積蓄，全數捐出，創立基金，以培育僧材、扶貧助學、解危紓困等善業為目的，願以此為基石，再聚合眾力，廣行佛教善業。基金為有限公司性質並已組成董事會，由長老本人親任主席、寬運法師任副主席。基金會於2007年12月9日正式成立。當晚在香港會議展覽中心會議廳舉行了成立典禮和慈善齋宴。同時，長老更把自己的一些珍貴法寶送出在齋宴上進行拍賣，為基金會籌集更多善款。



## 法師信箱

### 覺真法師答問

問：弟子曾修讀佛學課程多年，其間儲存很多講義及筆記，但因家居淺窄，不能收藏太多物件。本想贈與他人，惜本人曾在註解上塗污講義，唯恐他人不予接受，棄掉則感到罪過。煩請法師指引該如何處理？

答：你儲有很多講義及筆記，證明你學習精勤，是位用功的學佛者，在講義上“塗污”，我想是您的謙詞，即在筆記上寫了許多心得體會，這是很寶貴的。是學習者的心路歷程。你怎麼捨得送給別人呢？如果送給好朋友，那他應該會很珍惜的。

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 —— 菠菜頭炒菇片

除了豆腐之外，青菜也是簡單的食材，但有質素的有機青菜，味道就殊不簡單了。從前，農夫都是用自然的種植方法，所以，大家吃得理所當然，那些年頭，最愛吃母親用麵鼓炆熟透了的苦瓜，瓜內紅色的核皮，用雞蛋煎之。還有，清炒菠菜頭，菜葉便用來滾湯，大部份植物的根部，都是最有營養價值和最美味。今天勉強可以在超市買到一些所謂天然堆肥的蔬菜，已像是一種恩賜！

### 材料：

有機菠菜頭  
雞吡菇 1 隻  
薑 3 片  
薑汁 少許

### 調味料：

橄欖油 適量  
鹽 少許  
胡椒粉 少許

### 製作：

1. 雞吡菇洗淨切片，用薑汁、胡椒粉醃一會。
2. 有機菠菜頭去根，洗淨。
3. 熱油鑊，炒菇片待略轉香黃，盛碟留用。
4. 爆香薑片，炒菠菜頭，加菇片、鹽，炒勻，加少許水略煮至菜頭剛熟，即可上碟。



## 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



# 佛法在參與

今年弘法使者加了一項導師計畫，由一個導師帶領兩位學生，我的導師是溫綺玲居士。溫居士積極參與佛教的活動，每次有活動時，她都讓我出席參加，真的感謝溫居士給我機會，也多謝她對我的包容。我曾參與過的活動包括志蓮淨苑的福餅義賣、慈善晚宴、兩岸四地佛教弘展研討大會、明覺周刊主辦的一日禪及佛寺遊等。

記得有一次，在籌備兩岸四地佛教弘展研討大會時，溫居士膝蓋傷患未癒，因此借來一輛電動輪椅協助，但很多時她很投入工作，常常忘記自己的腳患，站起來處理事務，我很敬佩她這樣忘我的精神，讓我十分感動。而每一次的活動中，讓我都學到很多，我觀察到溫居士如何把佛法應用在日常生活中，加上她在旁細心的教導，我對佛法又有另一重的體會。

我印象最深的佛理就是四聖諦的苦諦，“生、老、病、死、愛別離、怨憎會、求不得、五蘊盛”，人生真的很苦啊！佛陀在二千多年前已告訴我們。我們在執迷的時候，就會認為這是不公平，憤憤不平，是別人的問題，那就讓自己更苦。當我們明白佛陀這些道理時，我們才有出路，因為佛陀也告訴我們，這個“苦”能“集”並“滅”，若跟著佛陀教導的方法去修，甚至能解脫而得“道”。

此外，在佛寺遊中，我曾到過觀宗寺和凌雲寺。訪問的過程中，我對覺光長老慈祥的笑容，印象很深，讓人難忘。希望新一屆的弘法使者都有機會參加這個導師計畫，相信亦會獲益良多。

## 兩岸四地佛教弘展研討大會

### 供僧功德芳名

- |               |       |                |        |        |         |                     |             |       |
|---------------|-------|----------------|--------|--------|---------|---------------------|-------------|-------|
| 陳維輝           | 盧兆鶴   | 尹秀英合家          | 劉佩蓮    | 吳國豪    | 伍玉華     | 姜汝廷                 | 孫慧華         | 招惠玲   |
| 蘇鳳琼           | 陳志鳳   | 萬汝田            | 陳寬本合家  | 溫國財合家  | 盧興賢天天放生 | 黃少佳                 | 何明          | 羅大根   |
| 黃冰            | 鄧敘深   | 鄧翔             | 鄧美玲    | 溫國財合家  | 廖作坤合家   | 陳美儀                 | 洪來妹         | 陳敏儀   |
| 李承禧           | 鄧玉儀   | 鄧彪             | 馮憲馨    | 溫葉麗珍合家 | 蕭錦昭     | 曾炳涵                 | 譚香蘭         | 倫倩華   |
| 李強            | 鄧玉珊   | 陳敏怡            | 杜貴奇    | 蘇慕貞    | 楊永福合家   | 鄧永幹                 | 歐陽治強        | 林三合家  |
| 黃惠玲           | 鄧莉莉   | 陳敏樺            | 杜美奇    | 鄧依萍    | 楊麗貞以故布愛 | 許漢堅                 | 李好笑         | 林彩娥合家 |
| 李嘉慧           | 林道攝   | 陳敏琪            | 張秀蓮    | 曾國和    | 陳天賜     | 許漢文                 | 陳德輝         | 王健生合家 |
| Chan Yiu Hung | 林道潤   | 姚(祖光、國棟、國柱、國棟) | 何百勝    | 陳秀琼    | 張璇      | 許潔心                 | 李楚貞         | 周兆霖   |
| 林淑琼           | 陳大志   | 譚玉華            | 李友明    | 陳愛珠    | 陳嘉怡     | 周彩銀                 | 黎賢才         | 周兆泉   |
| 林慧貞           | 陳達輝   | 梁雪文            | 李沃均    | 郭淑婷    | 胡焯芳     | 三寶弟子                | 麥月好         | 馮嬌    |
| 周舉群           | 羅偉基合家 | 莫淑宜            | 梁雪文    | 林慧貞    | 胡焯芬     | 許玉琼                 | 王孟英         | 黃婉萍合家 |
| 吳文滔合家         | 林輔德合家 | 莫樹生            | 袁如芳    | 鄭桂玲    | 胡焯萍     | Lee Irene Catherine | 王孟雄         | 黃淨妹   |
| 李廣澤           | 姚碧欣   | 楊秀             | 蘇月寬    | 曾治來    | 石綺芳     | 郭德珠                 | 鄭淑賢         | 潘聰喜   |
| 胡依雲           | 林麗華   | 李淑儀            | 鄭寶英    | 麥彩賢    | 周達榮合家   | 陳文陞合家               | 湯正豪         | 王秀珍   |
| 李康鍵           | 林宅    | 王深渲合家          | 鄧用愛    | 曾廣建    | 周達興合家   | 戴佩芳                 | Houston Ltd | 姚麗英   |
| 李泮樺           | 鄭文秀   | 吳莉莉            | 林愛玲    | 蔡孝斌    | 周達成合家   | 冼國華                 | 楊偉邦         | 梁淡顏   |
| 李景揚           | 歐淑慧   | 李麗珠            | 韓卓穎    | 蔡智得    | 楊國基     | 冼逸朗                 | 楊偉傑         | 許玲玲   |
| 李景雲           | 何月霞   | 張沛霖            | 阮港零    | 蔡幸媚    | 楊益      | 冼逸晴                 | 曾愛芬         | 楊佛僑   |
| 李冬生           | 羅亞忠合家 | 梁有賢            | 張淑芬    | 李日紅迴向  | 鄧潔芬     | 王婉玲                 | 胡進權         | 釋果珍   |
| 吳詠園           | 冼炳光合家 | 冼美英            | 王釗權    | 母親往生淨土 | 余杜芬     | 黃麗珊                 | 陳興珊         | 談少珍   |
| 眾善信弟子         | 曾艷玲合家 | 楊思衡            | 馬輝英    | 甘卓華    | 李悅英     | 梁廣生                 | 繆寶珍         | 黃潔雲   |
| 李南輝           | 陳惠強   | 楊諾衡            | 譚容娣    | 王雪莉    | 廖紅天     | 陳校賢                 | 汪清浩         | 薛雲英   |
| 李梓深           | 王文英合家 | 楊淑清合家          | 周劍中    | 曹青璧    | 萬康      | 黃秀坤                 | 楊鵬          | 何子樑   |
| 李珊珊           | 楊傳儀   | 歐兆芬            | 陳錫麟合家  | 葉宅     | 萬正      | 梁群興                 | 藍銘偉         | 林妙娟   |
| 梁秀娟           | 曾小華   | 鄧克梅            | 崔娟合家   | 何麗華    | 葉馨      | 曾志光                 | 藍銘基         | 黃盧容燕  |
| 吳維煌           | 曾懷渝   | 董翠波            | 王冰合家   | 鍾玉珍合家  | 林國明     | 潘錦洪                 | 彭細銀合家       | 黃笑娟   |
| 曾慧貞           | 吳緣華   | 王淑霞            | 朱映陸合家  | 方新娥    | 林美如     | 陳惠芬                 | 高漢強         | 崔利群   |
| 何國            | 盧潤芳   | 麥榮恩            | 吳敏英    | 伍潤玲    | 林暉      | 潘禮明                 | 葉雅青         | 湯志華   |
| 梁少強           | 沈漢瑜   | 王敏玲            | 唐偉光    | 周俊卿    | 佛弟子     | 潘智靈                 | 鮑惠娟         | 湯自然   |
| 梁家舜           | 王清華   | 麥婉瑩            | 唐偉藝    | 鄭珮璇    | 余愛琼     | 黃秀珍合家               | 劉琮芝         | 蘇煥蓮   |
| 張鳳仙           | 羅洪合家  | 劉綺明            | 唐偉民    | 梁生慧    | 何笑金     | 陳素英                 | 倪浩桁         | 陳卓然   |
| 陸卓賢           | 呂輝娥   | 馮兆榮            | 韓曾惠貞合家 | 郭麗雲    | 姜佩詩     | 傅惠璋                 | 呂秋芳         | 陳熒    |
| 楊卓珊           | 陳功俊   | 馮琛茹            | 林胡寶梅合家 | 余婉華    | 譚凱諾     | 陳定文合家               | 盧正邦         | 胡珮筠   |
| 徐景慧           | 鄧偉健合家 | 馮浩超            | 林偉明    | 曾志雄    | 姜泳海     | 黃碧娥                 | 廖傑源合家       | 何善洪   |
| 林文卿           | 譚尚橋   | 劉貴             | 吳國雄    | 周衍潤    | 李惠芬     | 鮑橋鏞合家               | 謝麗清合家       | 黃文健   |
| 胡德生           | 何艷兒   | 黃婧藍            | 吳國偉    | 黎景嫦    | 姜佩雯     | 許國柱合家               | 何玉蓮         | 溫笑農   |

蔡志勇	黎敬榮	陳志峰	連廷嬌合家	周凱茵	伍仲君	許新偉合家	黎佩賢	陳琮
蔡志忠	吳倫植	郭瑞和	戴明琴	譚瑞玲	佛弟子	陳廣泉合家	孔祥滔	周炳權
張偉	謝識	鄧碧貞	許瑞怡	謝德良	冼劍萍	梁秀霞	鄧淑儀	周洪弟
蔡少牧	胡文雅	陳潤蓮	江淑賢	朱明波	趙伍眉合家	謝香	陳順芳	吳光祿
何月英	朱金池合家	樊詠嫦	楊佩玲	梁綺娟	溫霞	鍾志球	鄧布田	吳光正
謝德棣	李笑南	楊正之	張瑞娟	周潤金	歐鏡明合家	汪麗兒	鄧振威	鍾漢佳
許偉廉	黃富生	潘明	張明春	李和添	戴麗華	廖金春	鄧淑芬	區月容
吳永欽	羅浩軒	施眾樂	邱宇鴻	李穎堯	鄭雅文	司徒佩華	鄧振邦	劉美珠
柯寶鳳	羅詠嵐	潘李歡玉	阮智依	李星熹	姚錦韶	霍展鵬	林杏蘭	劉群威
游剛輝	曾靈鏗合家	吳坤興	黎智信	鍾新潤	鄧新有	陳兆勤	鄭志華	劉曉盈
游倩琛	梁亞寶	鄧艷娣	鄧影珊	盧蓮彩	鄧慧儀	黎翠屏	陳裕凱	劉兆威
谷穎施	黃可為	陳國瑩	邱偉銘	陳佩琳	曹艷美	周麗芳	廖桂堂	袁可珠
馬嘉碧	李仲明	朱國禮	邱志強	錢敬賢堂	林志垣	劉佛帶	廖桂琼	黃兆城合家
梁慕娟	林金麗	王偉雄合家	邱志慧	梁洪基合家	杜織儀	黃金鋪	李華勝	劉國偉合家
梁秀卿合家	蘇綺微	黃錦華合家	李燕霞	李衛明合家	吳寶娥合家	楊玉娥	邱家怡	翁送強
梁麗群	黃建英	陳若梅	李蘇妹	馮淑儀	張文鏢合家	黃靜霞合家	張福英	李仲蓮
樂善者	黃瑞堅	陳錫恩	李志垣	陳偉豪	梁大妹	葉智錦	Yan Yim Fong	沈妙乖
莫雪萍	朱佩玲	霍湧棠	報紙婆恒慧	陳偉榮	簡偉榆	刁祖權	聶鳳珍	郭翠芬
劉沛霖	吳嘉玲	黎寬容	李紫碧	葉戴福英合家	李玉燕	吳惠芳	聶元	施麗榕
陳的合家	黃守仁	朱詠恩	李永詩	余穎詩	Kwan Carrie	吳木通	陳柏康合家	王麗華
鄧時合家	黃張婉華	朱詠兒	羅翠蓮	陳澤坤	陳敬賢	羅志誠	陳柏琪合家	劉錦鳳
王人榕	袁慧嫻	陳耀祥	趙惠珍	江奕喜合家	黃淑珠	劉麗儀	關娜嫻	袁偉強
林輝淑	蘇綺娟	劉長于合家	余玉珍	張定雄合家	王浩偉	胡美鳳	關杏照合家	黃順霞
葉寶蓮	鄭雅云	姚宗良	陳麗爵	吳智安	王海清合家	梁美鳳合家	周威	黃玉

功德芳名未能盡錄，將於下期繼續刊登。



## 心靈地圖

『佛教禪坐的終極教導是「放下」，  
不去牽掛任何事……「放下」這個字，  
並不是說我們不須要去修行，  
而是意味著我們必須遵循「放下」的法門修行。』

摘錄自 阿姜查法師之【以法為贈禮】



## 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
天壇大佛開光周年紀念 丁亥年水陸息災法會 水陸普度大齋勝會	12月21-28日	-	智慧法師	大嶼山昂平	寶蓮禪寺 電話：29855669
楞嚴法會	12月23-29日	0800-16:00	眾法師	九龍鑽石山 志蓮道5號	志蓮淨苑 電話：23541888
阿彌陀佛聖誕 皈依三寶傳授五戒 梁皇寶懺法會 集體皈依受戒大典 釋迦世尊成道法會	12月28-30日	09:00-21:00	演慈法師	北角英皇道355-361號 一樓	佛教啟生講堂 電話：28082373
佛陀成道日供天法會	12月30日	09:30 13:00	暢懷法師	九龍荔枝角九華徑新村 天台精舍	佛教青年協會 電話：23360437
供諸天法會	2008年1月1-7日	14:00-16:00	覺光法師	新界粉嶺 置福圍十二號	香港觀宗寺 電話：26693578
酬佛恩供天法會	1月5日	-	寬運法師	荃灣老圍 西方寺	西方寺 電話：24115111
圍爐普佛法會	1月9-15日	-	寬運法師	荃灣老圍 西方寺	西方寺 電話：24115111
歲晚供天法會	1月12日	09:30	界修法師	新界屯門青山村143號	仁慈寺 電話：23678101
佛陀成道日供天法會	1月13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
圍爐普佛法會	1月18-20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
圍爐普佛法會	1月27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
歲晚供天法會	1月27日	-	永惺法師	香港銅鑼灣摩頓台 灣景樓C座五樓	香港菩提學會 電話：25772298

因篇幅所限，恕未能盡錄，定期性法會及活動消息，可參閱本會網頁之活動快訊 <http://www.hkbuddhist.org>，以獲得更快的訊息。  
所有活動如有更改，以主辦機構公佈為準。