



直資
文法中學

佛教筏可紀念中學

Buddhist Fat Ho Memorial College



永遠榮譽校監：香港佛教聯合會 覺光長老
校監：寶蓮寺 智慧長老

2009-2010年度 現正招生

(由2009年9月1日起 首三年學費全免)



學校介紹：

- 校風嚴謹 連續兩年獲關愛校園獎
- 小班及小組教學 提升學生語文能力
- 設有學生宿舍及校巴服務
- 中一及中二各開辦英語班
English Stream (EMI) offered in Form 1 and Form 2
- 參加香港大學教育學院支援非華語學生學習社群計劃
- 設有多項獎助學金

近年獎項：

- The 60th HK Schools Speech Festival (English Section)
- F.6 Boys Solo Verse Speaking (85 Marks) The Winner
- F.6 Boys Solo Verse Speaking (84 Marks)
- F.4 Boys Solo Verse Speaking (85 Marks) 1st Runner-up
- F.1 Choral Speaking (82 Marks)
- 第60屆香港學校朗誦節中文獨誦 (冠軍)
- 離島區傑出學生選舉 (高中組及初中組) (冠軍及優異)
- 新界區傑出學生選舉 (高中組) (優異)
- 香港交通安全隊全港周年大會操2008 (亞軍)

地址：大嶼山大澳大澳道一號

網址：http://www.bfhmc.edu.hk 電郵：bfhmc@eservices.hkedcity.net

電話：2985 5365 傳真：2985 5371

現正接受報名，請致電學校查詢。

報名表格可於學校網頁下載 <http://www.bfhmc.edu.hk/entry/form.doc>



佛教大光慈航中學

Buddhist Tai Kwong Chi Hong College



海外遊學團

政府津貼中學
2009-2010年度
招收各級新生



華僑大學
學生與家長生活體驗團
體驗大學生活

多元化的課程 跨越學習障礙 發揮學生潛能
學校配套周全 保送升讀大學 配合社會發展

- ◆ 配合學生能力及需要，悉心剪裁，校本課程，提供多項能提升學生中、英、數等各科水平的支援
- ◆ 推行拔尖補底計劃，設有課後功課輔導班、暑期中英文特訓班、新來港學童特別輔導課程、外籍教師教授英語會話及聆聽課等等



外籍教師授英文課



開辦應用學習及特色課程

- ◆ 開辦應用學習及特色課程，如旅遊、美容基礎、領袖訓練、娛樂資訊製作、食品製作、運動教練及管理
- ◆ 課程銜接本港大專院校，與國內華僑大學結龍，高中畢業生可免費入讀該大學之先修班
- ◆ 全校鋪設無線寬頻網絡，先進多媒體教室，資訊科技教學，打造IT校園
- ◆ 交通方便，並提供跨區校車服務
- ◆ 設有多項獎學金，及學習津貼，清貧學生可獲減免車費，及簿費

地址：大埔翠怡街4號（太和港鐵站 百佳超市出口）
網址：<http://bchclmc.edu.hk>
電郵：bchmail@intra.bchclmc.edu.hk
電話：2664 0833
傳真：2684 6687

現正接受報名，請致電學校查詢。



學校足球隊戰績輝煌



本會董事與眾嘉賓合照



林超英講述地球溫度轉變對人類的影響

615健康素食日

為進一步倡導「615健康素食日」，香港佛教聯合會於6月14日在九龍灣MegaBox舉辦環保健康嘉年華，邀請前天文台台長林超英、中醫師張玉麟、野外動向雜誌發展總監萬大偉及大家熟悉的藝員肥媽Maria擔任嘉賓，分享食素對健康、美容和環保的重要性。

不說不知，原來，食素是保護地球的最佳方法。

綜合嘉賓意見。原來，全球10.5億隻牛群，是溫室效應氣體的最大元兇，牛群的屁和排泄物所排出的二氧化碳，佔總全球所有排放量約20%。同時，牛群的屁等排泄物會產出100多種污染氣體，其中氨的排放量占全球總量的三份之二，氨正是導致酸雨的原因。牛屁中有大量甲烷，其暖化地球的速度比二氧化碳快20倍。飼養牛時所需的種植牧草、製造肥料、運輸處理等過程中，釋放的二氧化碳又佔了9%。較汽車、船舶、甚至飛機等的總排放量還多。大家都知道，二氧化碳等氣體會造成溫室效應，造成地球溫度不斷上升。

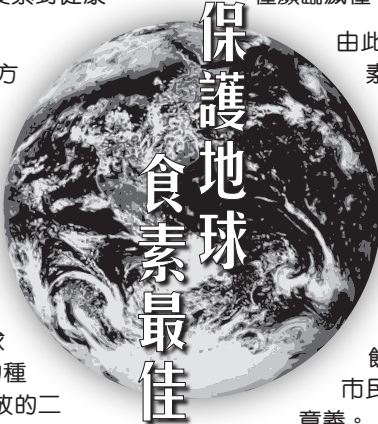
林超英表示，地球平均氣溫最多只可以升多二攝氏度多一點。氣候變暖將令全球一半人口遭受經濟損失，因為氣候變暖會令海平面升高，而全球有超過一半人口居住在沿海100公里的範圍以內，其中大部份住海港附近的都市區域。所

以，海平面的顯著上升對沿岸低窪地區及海島會造成嚴重的經濟損害。氣候變暖亦同時會對植物和海洋生物造成重大影響。據稱，如果海水溫度比現在再升高兩度，便會有1/3的物種瀕臨滅種。

由此可見，食素真是保護地球的最佳方法，「持素」或者「多蔬果少食肉」的功德還真不小。希望大家為自身健康和環保出發，支持每一年的「615健康素食日」，養成多菜少肉、慈悲戒殺、環保護生的健康生活習慣。

甚麼是「615健康素食日」

香港佛教聯合會自2006年起提倡「615健康素食日」，目的是呼籲市民透過每年的6月15日吃素一天，從中反省自己長期以來的飲食習慣，體驗蔬果對健康的重要性。並希望市民能更進一步地領悟出慈悲戒殺、環保護生的意義。



肥媽即場示範健康素食



現場觀眾座無虛席

「全民迎東亞：共創傳奇音運會」



嘩!佛青隊代表叻叻，勇奪音運會問答比賽亞軍佳績。



活動大使謝安琪小姐為參與活動的青少年朋友打氣及唱歌

香港佛教聯合會青少年中心應2009年灣仔區青少年暑期活動統籌委員會與灣仔民政事務處的邀請，於7月11日星期六晚上，在灣仔伊利沙伯體育館合辦一項名為「全民迎東亞：共創傳奇音運會」大型活動，當日節目並得到新城知訊台全力支持，內容包括：歌星及團體表演、問答比賽及競技遊戲等。中心派出一隊由三位義工組成的參賽隊伍，參與音運會內的問答及競技活動；另外亦組織了一隊主要由佛教黃鳳翎中學義工隊組成的啦啦隊，為參賽的隊員落力打氣。最後，中心隊伍於比賽更奪得亞軍的佳績。當晚參與的青少年十分投入，團隊氣氛濃厚，為進入本年度的暑期活動揭開序幕。



佛教黃鳳翎中學啦啦隊



歌星鄭融與佛青義工隊員合照留念

佛曆二五五三年 (2009) 佛誕節吉祥大會 佛誕吉祥座談會「歡喜自在—緣來處處皆佛法」DVD

在金融海嘯席捲全球下，不少人投資失利、減薪失業，負上沉重的生活壓力。加上豬流感肆虐，更令人多了一份對健康的憂慮。為此，香港佛教聯合會特邀請多位佛教法師、大學教授、企業家、銀行家和政府行政人員為大家分析形勢，觀照逆境，安住身心，以佛法智慧活出快樂人生。

售價：\$20

歡喜自在—緣來處處皆佛法



素食天地

溫綺玲居士提供

心中美食 — 銀檢醬蒸冬瓜



除了在水中暢泳外，喝冬瓜水也是最好的消暑方法。在嘉道理農場買來一個有機冬瓜，左思右想，終決定，半個大冬瓜用來煲冬瓜粒湯，另一半，分兩次蒸。蒸甚麼好？看看冰箱內尚

餘一些銀檢醬，這瓶醬，由志蓮淨苑製造，真是自家製，醬內還加了少許子薑，真材實料，調校的味道剛好。冬瓜蒸出來後，清甜得很，連冬瓜汁也沒留一滴。

材料：

冬瓜 1斤
果皮 1片
鹽 少許

調味料：

銀檢醬 約2湯匙
橄欖油 少許

製法：

1. 冬瓜去皮切厚片，排在碟上，洒上少許鹽。
2. 果皮浸軟去囊切絲，加入銀檢醬內後，加油攪勻，舖在冬瓜上。
3. 水滾後，將冬瓜放在蒸架上，隔水猛火蒸約12分鐘即成。

註：銀檢醬內有少許子薑更佳。



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

輕輕鬆鬆學佛法 · 開啟智慧新泉源

「2009年度佛學導向課程」

本課程以弘揚佛法為宗旨，專為新皈依和有興趣學佛人士而設，由大德法師及資深佛教界人士主講，課程內容包括佛學的基本概念、佛教徒應有的態度及探訪寺院等，引領學員成為正信的佛教徒，走向正覺人生的道路。

日期	星期	時間	導師	內容	地點
9月11日	(五)	晚上7:30-9:00	妙光法師	佛陀的介紹	香港灣仔駱克道338號2字樓 本會會所
9月18日	(五)		衍空法師	因緣觀	
9月25日	(五)		衍空法師	業力與輪迴	
10月9日	(五)		妙光法師	三法印	
10月23日	(五)		演慈法師	五戒十善	
10月30日	(五)		演慈法師	四聖諦	
11月6日	(五)		演慈法師	十二因緣	
11月13日	(五)		妙光法師	六度	
11月8日	(日)	一天	妙光法師	佛教基本儀規與寺院巡禮	大嶼山觀音寺
11月15日	(日)	下午2:30-6:00	眾位導師	- 座談會 - 課程總結 - 頒發證書 - 謝師茶會	香港灣仔駱克道338號2字樓 本會會所

課程：9堂及1堂課程總結座談會

增值講座：絲綢之路藝術節—祥和·中國智慧之光·文殊菩薩尊像珍藏展
(免費) 「佛學及文化講座」

- 1) 10月16日 晚上8:00 『西域佛教對中國書法、信仰習俗和佛教造像的影響』—淨因法師主講
- 2) 10月18日 下午3:00 『《梁朝傅大士頌金剛經》於絲路的足跡』——衍空法師主講
- 3) 10月18日 晚上8:00 『西域佛教史』——李焯芬教授主講

學費：免費，但需先付留位按金\$200，出席8堂或以上，可獲全數退回及獲頒聽講證書。
請保留按金收據，出席達8堂或以上，可憑收據退回按金。

報名辦法：1) 請填妥報名表格，連同支票港幣\$200，郵寄香港灣仔駱克道338號1樓香港佛教聯合會收。
(支票抬頭「香港佛教聯合會」，按金收據請於上課當日向職員索取)，或；
2) 親臨香港灣仔駱克道338號1樓 本會會所

報名日期：即日起至8月7日(名額有限，額滿即止)

查詢電話：2574 9371



弘法使者園地

作者 黎詩諾 (香港教育學院 教育榮譽學士 (小學) 中文一年級)

《森林禪修之旅》

突如其來的甲型H1N1流感弄得滿城風雨，人心惶惶，迫使許多在暑假期間舉行的活動要被迫腰斬或延期。當然弘法使者原定為中學生舉辦的「直指『深、森、心』」活動也不能幸免，我們只好抱著既可憐又可悲又失望的心情把進行得如火如荼的籌備工作暫停下來。

儘管如此，難得騰空的數天我們也絕不浪費。最後更把它化作跟隨衍空法師學習禪修的一次難得機會。在空師的帶領下，我們來到了位於元朗石崗雷公田的「禪悅阿蘭若」進行維期三日兩夜的森林禪修。

「禪悅」顧名思義便是禪修的喜悅；「阿蘭若」則指寂靜之所，一般是在距村落不遠的林蔭樹下，同時意譯為無淨、空寂或最閒處，即森林、原野、沙磧等。甫到達目的地便感到真是地如其名，因為它確是一個離繁囂不遠的城市綠洲。那兒的正中供奉了一尊來自泰國的苦行釋迦牟尼佛像，瘦骨嶙峋的造型和參天的大樹出奇地配合，頓時給人一種莊嚴神聖的感覺。

在安頓好一切以後，禪修旋即開始。由於我們都是禪修的

初學者，因此空師為我們解釋了最基本的法門。這一切由坐禪開始，在過程最初我們嘗試細聽周遭蟲鳥的叫聲，進而觀自己的呼吸長短等。初學的我們還未習慣長時間盤腿而坐，因此空師也教授了我們行禪的方法。在短短的三天內我們反覆地實習，把自己融入大自然的幽靜環境中，體味禪修帶來的喜悅。

不經不覺三天的旅程便結束，雖然這短短的旅程中只學習到坐禪和行禪的皮毛，晚上又曾遇大雨令在野外露宿的我們一度狼狽不堪，可是我們都樂在其中。因為向來工作緊張繁忙的我們終可拋開一切，沐浴在大自然之中。同時參禪學佛，明白、了解、參究自己的心，避免被自己的心所矇騙。

最後，希望能有更多的機會來到這個「阿蘭若」，再次進行「思維的修煉」、享受綠色的清新和寧靜。

衍空法師講述，葉子著整理《覺醒人生—從培養EQ開始》，頁99，香港：天地圖書有限公司，2009年3月初版。

衍空法師講述，葉子著整理《覺醒人生—從培養EQ開始》，頁98。



心靈地圖

心是所有法的先導，心是所有造作的主導，
若人造作身口意惡業，必定受苦報，
一如牛車緊隨牛的足跡。

摘錄自《法句經·故事集》第一品 雙品 達摩難陀法師著



「為讓更多佛教徒得聞佛法，蒙受法益，從今年7月起，本會將《佛聯匯訊》由會員擴大至所有本會義工、原會員及於本會皈依之弟子。如有任何查詢，或有重複收件者，請致電 2574 9371 或電郵 enquiry@hkbuddhist.org 通知本會。」



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
第二屆學佛放輕鬆	8月1至22日 (逢星期六)	15:00-17:00	-	九龍荔枝角永康街23-27號 安泰大廈二樓205室	法鼓山香港分會 電話：28653110
《佛說八大人覺經》	8月18日起 (逢星期二)	19:30-21:00	泉慧老法師	九龍彌敦道454號 安昌大廈一樓C座	法藏寺圖書館 電話：27717015
佛學基礎班	9月2日至 12月30日	19:00-21:00	淨達法師 衍隱法師 及眾居士	上水龍運街二號 上水大會堂活動室	慈航淨院 電話：61326603
佛學初級班 佛學進修班	(逢星期六) (逢星期一) 9月開課	19:30-21:00	眾法師	九龍界限街一四四號三樓 中華佛教圖書館	佛教青年協會 電話：23360437



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
觀音七	8月6-8日	08:00-19:30	眾法師	九龍鑽石山 志蓮道5號	志蓮淨苑 電話：23541888
觀音菩薩成道法會	8月7-9日	09:00-16:00	-	香港銅鑼灣摩頓台 灣景樓C座4樓	香港菩提學會 電話：25772298
大悲寶懺法會	8月9日	09:00	眾居士	九龍彌敦道454號 安昌大廈一樓C座	法藏寺圖書館 電話：27717015
觀音菩薩成道法會	8月9日	09:00-16:00	寬運法師	荃灣三疊潭 西方寺	西方寺 電話：24115111
皈依三寶傳授五戒	8月9日	09:30	暢懷法師	荔枝角九華徑新村133號 天台精舍	佛教青年協會 電話：23360437
觀音誕 禮大悲寶懺	8月9日	09:30-12:00	淨雄法師	北角英皇道441-447號 漢宮大廈3樓	佛教三德弘法中心 電話：24127808
觀音誕普佛法會	8月9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
觀音菩薩成道法會	8月9日	19:30	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
結夏報恩 《悲慈藥師寶懺》法會	8月16日	10:00-16:00	-	香港北角堡壘街 12-14號地下	普廣精舍 電話：29156011
孟蘭大悲法會	8月21-28日	-	眾法師	大嶼山昂平 寶蓮禪寺	寶蓮禪寺 電話：29855669
孟蘭盆報恩法會	8月28日至9月3日	09:30-16:00	-	香港跑馬地 黃泥涌道31號3字樓	香海正覺蓮社 電話：25722662

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。