



佛教黃鳳翎中學

展翎姿彩 雙季刊



第五期 2017年10月

地址：香港銅鑼灣東院道十一號
網址：<http://www.bwflc.edu.hk>
電郵：bwc-mail@bwflc.edu.hk

電話：2577 9485
傳真：2881 0148



本期專題

普天同慶賀佛誕

農曆四月初八日為教主釋迦牟尼佛降生的大日子，俗稱浴佛節。連串活動希望能將佛陀慈悲的精神、正念覺醒的人生智慧帶給眾生，滋長他們的福德、智慧，活出更美好快樂的人生。



2016-2017 年度全港校際佛誕卡設計比賽手繪創作組中學高級組冠軍
李麗妍 4C

三大傳承聚首一堂慶佛誕 僧俗佛子洗滌心靈啟序幕

港島區慶祝佛曆 2561 年（2017）佛誕節活動於 4 月 27 日下午在本校禮堂揭開序幕。當日邀得中央人民政府駐香港特別行政區聯絡辦公室港島工作部部長吳仰偉先生及香港特別行政區港區全國人大代表蔡素玉太平紳士於百忙之中蒞臨主禮，灣仔區民政事務專員陳天柱先生 JP 太平紳士、灣仔區議會主席吳錦津先生 BBS · MH · JP 太平紳士等也蒞臨到賀。



南漢藏三大佛教傳承的高僧大德，香港佛教聯合會眾董事亦抽空出席，六百多人聚首一堂，共沐佛恩，場面熱鬧。



開幕禮後就是大會安排精彩的表演項目，當中，各表演者水準之高，無一不獲在場參與的嘉賓鼓掌讚好！



法師蒞臨轉法輪 師生持素護眾生

4月28日請得釋法忍法師到校，以「心的管理」為題，為全校師生及家長作佛學講座。當日亦舉行全校素食日，向學生宣揚戒殺護生的訊息。小食部全日只售賣素食而不供應葷食，午膳時間，教職員及學生又參與於新禮堂舉行的素食自助午餐。



坊眾齊來鰂魚涌 共度佛誕嘉年華



4月29日移師到鰂魚涌公園舉行浴佛活動及攤位遊戲，這是本校學生傳揚關愛精神的另一個好機會。當日參加者除了可浴佛外，更可玩攤位遊戲。逾200位長者及約1000名坊眾出席，150多位學生到場當服務生。



當日烈日當空，天氣炎熱，但學生卻毫無怨言，盡心地為大會服務。活動結束時主動地分工合作，清理場地，發揮出鳳翎學生的團隊精神。



活動花絮

理論與實踐並重、體驗與服務並行

學校除著重課堂講授外，還積極發展「全方位學習」，冀能做到理論與實踐兼備。由2017年3月至今舉辦過的學習活動如下：

1

參與社會服務

1

慈悲喜捨四無量心、關愛長者無分怨親——菩薩行（探訪灣仔區獨居長者）

學生本著菩薩一樣的四無量心，走到灣仔的每一角落，為長者送上愛心與關懷，體現出佛菩薩「自利利他」的慈悲精神。

學生心聲

我認為這個活動最有意義的地方是讓我學會如何和別人溝通、相處，更讓我學懂如何去關心別人。雖然跟獨居長者相處的時間很短，經過與公公婆婆聊天之後，深深感受到他們曾對香港所作的貢獻及人間有情。

4B 張簡浩



2

北河同行：深水埗派愛心飯盒

學生先到明哥位於深水埗的茶餐廳（北河同行）準備愛心飯盒，然後跟隨明哥及一眾工作人員前往南昌邨派發300個飯盒予長者，之後再到荔枝角天橋底派發飯盒予露宿者。學生不但能認識到香港低下階層人士生活的苦況，更重要的是讓學生了解到幸福並非必然及施比受更為有福的道理。



③

第三屆「細味人生」活動計劃——硬筆書法比賽決賽暨頒獎禮

2017年4月22日，參賽學生到試場參加硬筆書法比賽決賽，禮堂播放學校簡介短片及安排表演節目。



當日到校的參賽學生、家長、帶隊老師及嘉賓大約有300人，而回校當值及表演的同學，都以最親切、最友善的態度來招待嘉賓，給他們留下深刻的印象。



④

佛青義工服務

學生參加佛教青少年團於佛教孔仙洲紀念中學舉行的義工服務。在活動中，同學為前來的長者準備了一個攤位——大笑瑜伽，他們的愛心為長者帶來了一個開心的下午。



2

佛寺遊蹤

透過參訪佛寺，加深同學對寺院的認識，為他們提供親近法師和善知識的機會，了解出家人生活。

①

大埔慈山寺

學生參加了很多活動，如：觀賞3D短片、寺院導賞、拜佛、水供、坐禪、畫禪繞畫等等，這些宗教體驗十分難得，給學生留下深刻印象。



2 參訪佛光道場



學生感受

在這次參訪活動中，除了禪修之外，我印像最深的是吃「過堂齋」。在過堂時，我學會了佛教集體吃飯的儀軌，而且過堂的食物十分美味，也讓我明白到吃飯時要提起正念，正意受食，不可過度貪求飲食美味，並要珍惜食物及感恩。

3D 洪佳琳

3 西方寺及三大古剎

學生不但能透過了解三所寺院的歷史及文物，加深對香港佛教發展的認識，學生們更可以跟寺院中的居士及原居民傾談，了解他們日常生活情況。



3 本地及境外考察

1 軍人墳場

到赤柱軍人墳場及西灣國殤紀念墳場考察，讓學生有機會思考生命的意義及如何面對死亡，對生死問題有基本的掌握。

學生感受

這次活動令我獲益良多，除了知道西灣國殤紀念墳場主要埋葬了參與香港保衛戰而犧牲的軍人之外，更有機會給我認識到第二次世界大戰香港淪陷這段歷史。

5A 勞惠華



2 澳門一天考察

學生感受

這次聯校澳門宗教體驗帶給我全新體驗，也改變了我對澳門的看法！今次是我第一次去澳門，以前我認為澳門是一個很小，而且落後的地方！活動之後我發現澳門跟香港一樣，雖然地方小，但都是一個有經濟活力的城市。我最喜歡的地方是菩提禪院，因為那裡的素食很不錯！建築亦很宏偉，禪院內供奉全澳最大的釋迦牟尼佛像。

5C 焦建宇



3 廣州、清遠連南多元文化學習考察交流

6月28日至7月1日安排了120位學生到廣州、清遠及連南作考察活動，加深學生在宗教、歷史、少數民族文化等方面的認識。



由校監釋演慈法師主講：
愛的布施 ----- 器官捐贈

4 參加佛學講座



5 全校學生齊禪修，正念正覺學習優

持之以恆的正念禪修練習，既能舒緩我們的壓力及緊張的情緒，亦能提高專注力，改善學習。讓學生把佛理融入日常生活，提昇智慧，建立正面人生觀、價值觀。本校已將正念禪修納入正規課程，為學生提供不同形式的禪修課。



學生心聲

我覺得禪修活動非常有趣，讓我真正感受到「靜」的真義，學懂如何冷靜下來處事。
1A 林心蜜

禪修活動中令我受益匪淺，讓我可以有耐心地去做好一件事情，也讓我明白在沒有嘗試過的情況下，不要隨便說做不到。另外，我從未想過在禪修活動中可以玩層層疊遊戲，原來這個遊戲除了可以培養我們的專注力外，還讓我們學懂集中精神去做一件事的重要性。禪修時需要專注，不被外界事物干擾，這樣才能完全放鬆自己，專心致志，活好當下。
1A 董港興

1 初中佛化科的禪修課



2 高中倫理與宗教科的禪修工作坊



您是我的好榜樣，在您身上我學會了如何面對逆境



5C 麥翠儀



我做夢也想不到，竟然打籃球會傷得那麼嚴重……
事情發生在上年七月，一個炎熱的夏天，我在學校籃球場上進行對打訓練，被對手撞傷腳部，令我右邊的十字韌帶撕裂了，要入院治療。那時我躺在醫院的床上，感到非常迷惘，因為韌帶的傷患是很難痊癒的，擔心自己會失去籃球校隊正選的位置，因此感到失落。

就這樣要在醫院度過既漫長又困苦の十日，在這期間我認識到一位老婆婆，她比我遲兩天入院，我與她共度了一個星期。期間我觀察到她無論對着誰都會滿臉笑容。我在醫院度過的每一天都覺得十分痛苦，十分難過，甚至有一次我因為自己的傷痛而向其他人發脾氣，但是她卻……

直到有一天，那位老婆婆走來問我：「小妹妹你沒有事嘛？你不開心嗎？」然後我就非常生氣地告訴她：與你何干？我可能以後都不能行路！不用你關心！」婆婆用很溫柔的聲線說：其實以前婆婆的腳都行不到路，因為婆婆的「尾龍骨」先天有問題，一出生便行動不便，曾經心情低落、感到失望，幸好有一位社工，她十分友善，經常給我鼓勵，教我保持樂觀，積極的心態，最終我能夠克服病魔，重新站起來。而你現在只是韌帶撕裂，而且醫生並沒有說你以後不能走路，你只是暫時不能打籃球，但人生是不是只有籃球呢？將來還有很多事情等著你。」

老婆婆的一言一語，讓我明白到生命可貴之處，即使有病，遇上難關都不要放棄，凡事總有轉機。正如維摩經說：「隨其心淨則見佛土淨，隨其心穢則見佛土穢。」如果我們的心境是清淨的，看什麼都是清淨的，是美好的。反之，如果心污穢充滿煩惱，就算看出來的東西是美好，但都會充滿煩惱和污穢。這令我進一步反省自己，不要被外在的環境影響，一切的好壞都是與心有關，好的事情會變更好，不好的事情也會變好，所以我們要做到境隨心轉，而不要心隨境轉，要將逆緣轉化為菩提道用。後來，我知道婆婆學佛，我則就讀佛教學校，大家是多麼投契！

「妙法盃」聯校時事評論比賽：2016-17 年度初中組季軍

怪獸家長帶女兒整容



網上曾流傳過一句笑話：「你的樣子如何，你的日子也必如何」。網民常以此句來慨歎現實世界以貌取人的風氣，並將自己或別人失敗的原因歸咎於樣子上。但以貌取人的風氣竟然是由家長傳授給自己兒女，實屬過份！將錯誤的價值觀灌輸到小孩身上會影響他們健康成長，導致養成自大或自卑的心態，亦可能導致他們日後出現欺凌的情況。

俗語說：「人不可貌相，海水不可斗量」，我們不能以相貌去判斷一個人的優與劣，就連我們的「萬世師表」——孔子也犯過同樣的錯誤，根據《史記·仲尼弟子列傳》記載：孔子有名弟子名為滅明，字子羽，一心想要事奉孔子，但因為滅明的體態和相貌都很醜陋，孔子認為他才識淺薄，不會成才，沒有對他太注意。但他從師學習後，勤奮向學，敦品力行，不作非分之想，回去就致力於修身實踐，處事光明正大。後來他遊歷於江淮之間，在今天的南昌講學，弟子大約有三百餘人，孔子從其他弟子聽聞此事後，自覺慚愧，認為自己「以貌取人，失之子羽」表示自責。我們不能只憑相貌判斷一個人的好壞。中國偉大哲學家莊子曾曰：「時勢為天子，未必貴也；窮為匹夫，未必賤也。貴賤之分，在於行之美惡。」



3D 杜嘉俊

我們應該要注重的是儀表，不是外表，投放精力的應該是內在，不是外在。內在美比外在美更加重要，我們應該培養良好的品格，注重平日的修行，例如實踐布施的精神，慈悲為懷的情操等等。風光的外表不可一世，但個人的修養卻可以流芳百世，中國傳統有所謂的三不朽——立德、立功、立言，我們能藉著提升自己修養，立下雄壯的事業或樹立偉大的言論，成為一位風度翩翩、名垂青史的君子。





從澳門宗教看多元主義社會

澳門是一個多元主義社會，不同種族宗教社會群體的人能夠在同一個社會框架下發表自己的意見，互相展示包容。多元主義的其中一項特色是尊重差異，承認社會中有不同見解，並尋求共識。

澳門這個社會中有許多不同的宗教，例如天主教、道教、佛教、民間宗



教等，但是各宗教依然能夠在社會中各自傳播自己的教義以及發表自己的意見和想法。

澳門社會能尊重不同宗教信仰，接納不同的宗教團體在澳門傳教，信徒亦可自由選擇自己的宗教信仰。我同時也看到宗教之間互相

影響，部份宗教互相同化或互相包容，例如中式廟宇內看到天主教傳教士馬可勃羅的塑像，觀音像的形態如聖母瑪利亞，有相似之處，這樣能消彌衝突，展現和樂共存，因此澳門是一個多元社會。



6C 陳偉東



5A 簡可圖



參加「軍人墳場」考察活動有感

那朵由退伍軍人親手造的紅花令我感動不已。負責導賞的梁上尉先叫我們仔細看看每個墓碑上所寫的字句，要我們看看哪一句話最打動人心，然後將手上的紅花獻給他。於是，我帶著尊敬的心逐一細看各墓碑上所寫的字句，並把手上的紅花獻給其中一位年青的加拿大士兵。我認為那朵紅花正代表著我們向他表示感謝的禮物，感謝他們為香港帶來和平，可惜的是他卻付出了自己可貴的生命。他們無私奉獻的精神，有如佛菩薩一樣慈悲。

在「佛光道場」的第一次

一走進佛光道場就感受到它與一般寺廟不一樣，它是位於九龍灣一幢商業大廈中的市區道場。雖然它座落於商廈中，但它的宗教功能卻與一般寺院無異。在是次參訪活動中，有很多活動都是我第一次接觸的，如以香花供佛、抄經及吃過堂飯等等。最令我印象深刻的卻是抄經，因為在活動之前我總是認為所謂的「抄經」就是抄一些很深奧、枯燥無味、對我們沒有意義甚至是無聊的東西，抄的過程又好像罰抄一樣那麼辛苦。但沒想到的是：在這次抄經活動中所要抄的經文全是一些鼓勵自己，溫暖人心的偈語，而且在抄經的過程中，可以在經文旁邊畫上自己喜歡的圖案，十分有趣。



3D 何佳頤



《展翎姿彩》
雙季刊編輯委員會

顧問：李偉盛校長、陳明豪副校長
編輯：黎耀祖老師、陳穎賢老師、陶文煒老師
編委：5A 何卓蓓、5A 侯雅芝、6C 焦建宇