



佛教黃鳳翎中學

展翎姿彩 雙季刊

第十九期 2025年5月



地址：香港銅鑼灣東院道十一號

電話：2577 9485

傳真：2881 0148

網頁：<http://www.bwflc.edu.hk>



與佛有緣人

佛教黃鳳翎中學是一個充滿著佛教氛圍的大家庭，在這大家庭中的每一位成員，或多或少都會受到佛家義理的薰陶，耳濡目染下，不知不覺地已把佛理應用到日常生活之中，建立起積極的人生觀、價值觀，活出喜樂自在的人生。事實上，無論是校長、副校長、老師、學生、職員、工友乃至學生家長，大家都是佛教黃鳳翎中學的一份子，彼此之間融洽相處，互相尊重、互相包容，充分展現出佛家眾生平等的精神。世間的萬事萬物緣生緣滅，當中有著千絲萬縷、互相影響、互為因果的關係。大家有緣在此相遇、相識，一起學習、一起工作，應該要好好珍惜，活好當下。本期仍然以「與佛有緣人」為主題，繼續邀請老師、展翎社幹事及其他同學撰寫文章，分享他們與佛教的種種微妙因緣及對佛教義理的一點體會。

再談「與佛有緣」

傅雅欣老師

晨露未晞，空氣中瀰漫著濕潤的花香，環衛工人正掃著滿地的落葉，他將落葉堆砌成一座座小山。我抱著電腦匆匆走過，余光瞥見一對歡脫的紅耳鸛鳥銜著樹枝正穿過林蔭，停留在那墨綠色的屋簷上，想必欲在此處築巢。忽一陣清風吹來，紫荊花的花瓣洋洋灑灑、翻飛旋轉。而這所佛教中學便在清晨薄霧中慢慢甦醒……

一樓的三角梅開得比往昔更盛。十幾年前種下的幼苗，如今已能蔭庇整面牆壁。走上三樓，我徑直走進新禮堂，點上焚香，裊裊青煙自香爐升起，我雙手合十向這尊造像鞠了鞠躬，表達禮敬的同時，亦祈願能折服我慢心，增長智慧，佛祖依舊眉眼低垂、眼帶笑意。這時預備的鈴聲響起，在廊腰迴響。我捧著教案推開課室，隨著一聲「起立」，學生們

合掌互道早安！中一級同學們面對佛化這門科目亦十分好奇！課堂

開始後便你一言我一語地議論起來，為了讓他們快速了解佛教的背景，

我便與同學們玩起猜猜看的遊戲。我先在白板上畫上「卍」字和一面

「五色旗」，然後提問他們是否曾看過類似的圖案，再著他們猜猜看

這些圖案的含義，最後讓學生在校園中找找看，看誰能找得最快最全。

下課鈴聲一響，學生便從課室魚貫而出，興趣盎然地開始了佛化探索之旅！



今年是學校的藍寶石禧六十五週年。校慶典禮上，許多校友紛紛回校慶賀，各種攤位、活動室內都排著長長的人龍。本以為「禪靜軒」這幽靜的靜觀室內必定不似其他攤位大排長龍，窗櫺上掛著「止語」和「入內請脫鞋」的標示早已讓人退避三舍，但出乎意料的是不少人竟對「禪靜軒」充滿好奇，感嘆於學校增設「禪靜軒」——這隅幽靜的靜觀室。其中，亦有不少人願意花上一點時間嘗試聞香、品茗和抄經！有的甚至帶著小朋友一起數息坐禪、抄寫心經。靜謐的午後，窗外樹影婆娑，室內的人們孜孜不倦，而墨跡未乾的宣紙被風吹起一角……

陽春三月，在一個微風不燥的週六，展翎社與校內各個團體合辦舉行了「菩薩行」探訪灣仔長者的義工活動。旨在通過探訪無親疏長者計畫來踐行佛陀「自利利他」的慈悲精神。我帶領了其中一隊展翎社的同學，攜帶滿滿的物資前去探訪灣仔區的長者。學生們懷著忐忑地心情敲著鏽跡斑斑的鐵門，不消片刻，門口便探出一個瘦小的身影。這位婆婆見到我們先是露出喜色，隨即由喜轉憂，學生環顧四周瞬間明白她的難處——在這狹小的方寸之地竟連幾張像樣的凳子都沒有，只有一張堆放雜物的梳發。婆婆撥開雜物，邀請我們坐下。學生與婆婆聊起了家常。婆婆只是發發牢騷，說著兒女不在身邊，同住的孫子不大主動關心自己，街坊鄰居不甚熟絡，生活充滿孤寂和落寞。學生們則鼓勵婆婆向孫兒主動表



環境清幽雅緻的禪靜軒

達需求，不要害怕造成他人的負擔，因為家人本就是互相關懷、互相愛護。臨走時，婆婆依依不捨，小心翼翼地詢問著，我們還會不會再來看她？學生們隨即堅定地點頭。



總結分享時，台上的學生談起了這次菩薩行的感悟。有的發現探訪的長者雖然家境、經歷各不相同，但他們卻都在牆上掛著的全家福和一些與家人相關的物品，可見她們都極為重視親情；有的提到通過探訪長者體會到他們的困境，亦立志成為社工，決定常恆不捨的實踐布施之心；有的則提出透過探訪長者，明白他們最需要的是關懷和陪伴，也讓自己反思與家中長輩的相處。聽畢他們的感悟不禁深受觸動，為他們的成長感到欣慰；為他們踐行「顯體同悲」而感到自豪！

浮塵在光柱裏翻飛，這新禮堂內供桌上的鮮果換了不知多少轉，檀香混著濕潤的回憶在禮堂中流轉，台下教書育人的「執鞭者」加了幾道皺紋又添了幾縷銀絲，但台上那尊低垂的眉眼、安然自若的佛祖依舊藏著笑。自窗外折射的斑駁光影，彷彿是承載回憶的帶子。猶記那個困倦的午後，指節蹭滿藍墨水的少年與釋尊那充滿智慧的目光撞個滿懷，試卷上的評語恰似歲月給我們每個人的批注。不經意間，一片菩提葉悄然飄落在教案上，我想這就是所謂「佛緣」吧！



校友紛紛回校慶賀校慶



★ 2024-2025年度硬筆書法比賽

宗教事務組於2024年10月17日（星期二）舉行了「硬筆書法比賽」，全校同學皆有參加。比賽結果如下：

	中一級	中二級	中三級	中四級	中五級	中六級
冠軍	1A 彭嘉軒	2E 祁依懷	3E 丁煜煊	4D 陳清茹	5D 陳妍	6A 蔡凌宇
亞軍	1E 張禕	2A 蔡芷燦	3E 何臻熙	4D 陳若萱	5D 梁穎楞	6A 洪靜瑾
季軍	1A 李珍妮	2A 万梓暄	3A 馮梓璇	4C 丁嘉豪	5A 蔡佳冰	6A 李珊妮



初中三級得獎生合照

高中三級得獎生合照

所有得獎生大合照

★ 2024-2025年度佛誕卡設計比賽

學校安排了學生參與香港佛教聯合會主辦的佛誕卡設計比賽，5D梁穎楞獲得中學手繪高級組季軍、3A陳慧喬獲得中學手繪初亞軍、3E陳樂瑤獲得中學電腦設計組優異的殊榮。



5D 梁穎楞作品



3A 陳慧喬作品



3E 陳樂瑤作品

理論與實踐雙軌並行

除正規課堂教授佛教義理及禪修外，學校積極發展「全方位學習」，配合不同形式的學習：如安排學生協助鄰舍輔導會賣旗，參加香薰蠟燭製作班；舉行全校性佛教經文硬筆書法比賽及舉辦親子蓮花燈製作班暨傳燈祈福法會、菩薩行等社會服務活動，冀能做到理論與實踐並重，體驗與服務並行。

同學認真專注地製作供佛用的香薰蠟燭



1. 香薰蠟燭製作班

展翎社於2025年2月13日舉辦了香薰蠟燭製作班。沈樂宜老師講解甚麼是香薰蠟燭，並教授製作的方法；然後由老師帶領學生親手製作香薰蠟燭，並以此作為2月27日蓮花燈傳燈祈福法會上的供燈。



同學完成任務後展現出來的成功感



2. 參訪法性講堂

學生參加是次活動，除了可以認識城市道場的結構佈局外，更有機會跟法師學習製作齋點，並透過自己親手製作齋點來認識佛教戒殺護生的慈悲精神。



感恩法師及各位義工菩薩悉心指導同學製作齋點



完成任務，展示成果。



跟法師及義工菩薩大合照

3. 參與社會服務

3.1 鄰舍輔導會賣旗 (2024年10月5日)

本組為響應鄰舍輔導會的賣旗活動，安排了90多位中五學生當義工，於港島銅鑼灣及灣仔區賣旗，充分展現出佛教自利利他的慈悲精神。



3.2 親子蓮花燈製作班暨供佛傳燈法會

今年的親子蓮花燈製作班暨供佛傳燈法會於2月27日舉行。法性講堂的義工及本校的服務生於2:30pm已於新禮堂為參加者準備蓮花燈及製作工具。3:00pm參加者於新禮堂齊集後，由宗教事務主任黎耀祖老師為大家簡介整個活動的流程及講解傳燈、供燈的意義（傳燈有兩大意義：一是代表佛法代代相傳，普世相傳。二是代表智慧光明，能破除無明煩惱），然後開始正式動手製作蓮花燈。當參加者如遇到製作上的困難時，法性講堂的義工及本校的服務生會立即指導及提供協助。



簡介整個活動流程及講解傳燈、供燈的意義，然後開始製作蓮花燈



大家專注集中，努力完成蓮花燈製作



師生合力完成製作蓮花燈



5:00pm大部份人都已完成蓮花燈製作，大家食用過簡單的齋點後，便移師到報恩堂出席由法忍法師主持的供佛傳燈法會。法會簡單而殊勝莊嚴，各人積極參與。法會於6:15pm圓滿，大眾與法師大合照後，服務生同學協助將供佛的生果及花送給每位參加者。所有參加者拿著自己親手製作的蓮花燈、供佛鮮花及水果，法喜充滿地回家。



大眾以虔敬的心參加傳燈法會



法忍法師主持傳燈法會



漂亮的蓮花燈



法會圓滿，以供佛鮮花、水果跟大眾結緣，將祝福帶回家



全體參加者與法師大合照

3.3 菩薩行：關愛無親疏長者探訪計劃

一年一度的菩薩行活動於2025年3月正式展開，學生們再之上門探訪灣仔區獨居長者，為他們送上生活物資及愛心。參加學生先於3月4日放學後接受義工訓練，裝備好自己之後於3月8日上門探訪長者，最後於3月14日放學後出席分組匯報及總結分享會。

菩薩行長者探訪日（2025年3月8日）



出發前的簡介



派發物資予各組學生



參加活動的學生於3月4日夜學後，接受由佛教青少年中心導師提供的義工訓練



出發去探訪長者

學生感想

4D 黎凱盈

我認為菩薩行這個活動最有意義及最值得欣賞的地方是可以給我們一個機會去關愛他人，將佛化課堂上學到「自利利他」的慈悲精神及「關愛有禮」的「鳳翎精神」實踐出來，這並非只是紙上談兵，而是真真正正的學以致用。另外，我在參與活動的過程之中，發現了自己的一些優點及不足之處。優點方面，原來我是一個十分細心的人，能主動去關心長者及勇於跟長者互動交流；而不足之處是自己說話時可能有點兒大聲，好似對人不太禮貌，這點我會多加留意及加以改善。總括而言，能將課堂知識加以實踐，並透過與長者交談而認識多一點灣仔區的歷史，這就是我在這次活動中的最大得著。



曾參與活動的學生於3月14日放學後出席分享會，並作分組匯報。

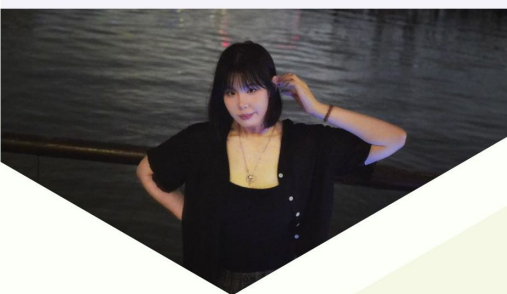


與佛有緣—— 持守戒律的重要性

5A 陳嘉琳（24-25年度展翎社副主席）

在佛教中，有幾條基本戒律是信徒必須遵守的，它除了能增長我們的慈悲心，還能提高我們的道德生活。當中，我認為最重要最難做到的是不妄語戒，即不說謊言或誤導他人。

不妄語不僅是尊重他人的表現，也有助於維護社會上人與人之間的信任。此外，佛教還避免有殺生、偷竊、邪淫和飲酒這些惡行，這些都是對他人和自己不負責任的行為，不但違背佛教的核心精神，更有違道德。我們若能遵守這五條戒律，不但能律己及提升道德情操，如果社會上人人能遵守五戒，社會一定會更加和諧安樂。



與佛有緣—— 我最喜愛的佛化課堂

5D 林日朗（24-25年度展翎社副主席）



在未到佛教黃鳳翎中學讀書及正式接觸佛教之前，我一直以為佛教只限於拜神燒香、問神占卜而已，但其實這些只是民間信仰而非佛教。今年是我在佛教黃鳳翎中學就讀的第五年，十分感恩今年能夠擔任展翎社的副主席，現在就讓我跟大家分享一下我校的佛教生活吧！就像任何有宗教背景的學校一樣，一定有關於宗教的課堂。我們學校開設

的就是佛化堂，課堂上我們會學到各方面的佛教知識，如佛教的起源、佛陀的生平故事、歷代高僧大德的故事，以及佛教一些基本教義等等。佛化堂除了有佛教知識的學習外，更重要是能將佛教義理落實應用於日常生活之，因為能學以致用，所以一向都是我最愛的課堂！此外，我校亦設有倫理與宗教這選修課，課堂上所學的內容對我們在現實生活更加實用，令我獲益良多！例如課堂教識了我們很多有關道德判斷、人權、家庭倫理等等的課題都十分實用，當然課堂中還有一些更為進階的佛化

內容！希望同學們能在黃鳳翎這個大家庭學到更多正確而實用的佛教知識，並在生活上實踐慈悲、樂於助人的精神！

佛教學校 給予我的……

5D 楊穎瑜

佛教學校，我認為它提供了一個獨特而深刻的學習環境，讓我們有機會深入瞭解佛教的教義、實踐和價值觀。作為一個在佛教學校學習的學生，我有幸能夠接觸到這個古老而智慧的宗教，並且對於這段學習經歷有著深刻的感受。

佛教學校為我提供了一個廣闊的學習平臺，讓我能夠瞭解佛教的基本教義和故事。在課堂上，我學習到佛陀的生平事蹟、佛教的教義和四聖諦等核心概念。這些知識的學習使我對佛教有了更深入的認識，了解清楚真正的佛教和民間宗教習俗，以及佛教和道教之間的分別；並且讓我開始思考人生的意義和價值，只因佛教的教義強調內觀和覺醒，這使得我開始思考如何與他人和諧相處。

其次，佛教學校強調修行的重要性。修行是佛教中實踐教義的關鍵，並且通過、禪修和行善等方式來培養內在的智慧和慈悲心。在佛教學校，我有機會參與社會服務等善行和不同形式的禪修活動，例如：茶禪體驗，呼吸禪和菩薩行、供僧等。這對我個人的成長和發展有著深遠的影響。呼吸禪教會我如何觀察思緒的起伏和內在的情緒。這些實踐幫助我更好地理解自己，提高了我的情緒管理和自我意識，茶禪令我學會循序漸進，一步一步慢慢發展，菩薩行及供僧則令我明白到「施比受，更有福」的道理。

此外，佛教強調慈悲、智慧和無私的價值觀，這些價值觀對於塑造一個和諧、平等和關懷的社會至關重要。這使我意識到自己在與他人互動中的責任和影響力，並且激勵我努力成為一個慈悲、親和的人。佛教的價值觀也教導我們要對自己和他人保持平等的態度，這種平等觀念有助於減少偏見和歧視，促進社會的和諧與共融。

總的來說，佛教學校的學習經歷對我產生了深遠的影響。我不僅學習到了佛教的教義和實踐，還培養了內在的智慧和慈悲心。這種學習使我更加關注自己的內心世界，並且對他人和社會充滿了關懷和尊重，並且對於未來的人生充滿了希望和信心。



一般科學的探究是通過假設、再進行實驗以了解事物的規律。正如上物理實驗課時，如果同學們都依照老師的指示去進行實驗，大部份的同學都會得到相似的結果。然而，現實環境當然和實驗室截然不同，現實中每件事的形成都有各種不同的因素，這些外在的因素可能每時每刻地不斷改變中，因此我們不能完全控制事情的結果。事物由「因」和「緣」構成，而「緣」是指影響一件事發展的各種主要條件，而每一個條件細分起來便是一種資料來源。每一個主要條件是由眾多次級條件互相作用所構成的。與此同時，次級條件再由三級條件構成，互相影響，無窮無盡。以種植蘋果為例，種子「因」，而泥土、水分、肥料、溫度等等便是蘋果生長的主要條件。把各種條件獨立分析，形成水分的次級條件是雨量、泥土質量等等。而形成雨量的三級條件是季節、天氣等，如此類推便可以再細分下去。如果能掌握「眾緣和合」的大數據-所有緣的集合，便能更準確預測到「果」。然而我們的大腦處理能力有限，故此我們需要運用尖端科技，把大數據輸入電腦，使用人工智能技術，從而更精準地預測結果。雖然人工智能可以比較準確地預測結果，但未能像科學家般找出定律。



我們身處的宇宙是一個動態系統，正如混沌理論中「蝴蝶效應」的一個例子：一隻蝴蝶在巴西拍一拍翅膀，而導致一個月後德克薩斯州發生一場龍捲風。換言之，一些微細的變化，經過一段時間的連鎖反應後，可能會產生意想不到的巨大後果。從佛學來看，一個因緣集合無盡的可能結果，另一方面，一個結果也集合無限的「因」和「緣」，是謂「一即一切，一切即一」。《華嚴經》提及的因陀羅網：在每個網繩的交結處都會有一顆珠，而每一顆珠均可映現其他各珠。換言之，所有珠均互相映照，構成複雜的大資料世界。

佛學所提倡的「因緣和合而生、因緣散盡而滅」，和弦論十分吻合。弦理論認為，創造世間萬事萬物的最基本單元，是一種極微小的細絲，稱為弦(string)。弦不停地震動，就好像琴弦一樣，奏出不同頻率的音符，發出不同能量。弦理論提出不同的基本粒子其實是基本弦發出不同音符。由許許多多震動中的弦所構成的宇宙，好像是一首宇宙的交響曲。按此比喻，一個基本粒子(光子、電子、夸克等等)相對於一個音符，一個特定的能量。當很多弦聚在一起，如果它們震動所產生的各種音符能協調時，便能奏出動聽的樂曲。即是當眾多個別的微小能量可以協調共振，便會形成一種更大的能量，因而構成各種物質。

換言之，弦的震蕩形成基本粒子(光子、電子、夸克等等)，它和諧共振，從而產生各式各樣更大的能量，進而轉變為物質。正如愛因斯坦的能量(E)和質量(m)互變理論， $E = mc^2$ 。而c代表光速。當震動頻率脫離了特定的規律，原本展現的物質形態便會改變甚至消失。這情況與佛學所說萬事萬物皆是「因緣和合而生、因緣散盡而滅」。



糾纏的弦

摘錄自：<https://case.ntu.edu.tw/blog/?p=5015>

《展翎姿彩》雙季刊編輯委員會

顧問：李偉盛校長、張志強副校長

編輯：黎耀祖老師、傅雅欣老師

編委：5A 陳嘉霖、5D 林日朗

