



目犍連救母

目犍連尊者在出家以前，是一個遠近聞名的大孝子。當雙親去世後，目犍連出家了，並且成為佛陀座下神通第一的大弟子。他證得神通後，發現母親因生前慳貪，墮於餓鬼道中，瘦得皮骨相連，無法飲食。目犍連尊者於心不忍，立即運用神通將食物送給母親。想不到，母親因為惡業果報的緣故，每當飯到了口中，便化為熊熊烈火，燒得焦頭爛舌。目犍連尊者悲慟地請求佛陀加以救度。佛陀告訴他，由於其母親惡業太重，不是他一人就能救度，必須在七月十五日用百味飲食供養十方僧衆，藉著僧衆修行的力量，以及供養三寶的功德，方能救拔母親，讓她脫離地獄、餓鬼、畜牲三惡道。

事後佛陀告訴弟子：「從今以後，凡佛弟子行慈孝者，皆可於七月十五日設盂蘭盆供，供養衆僧，為現生父母增福延壽，報答父母養育之恩。」



你知道嗎？

中國傳統稱農曆七月十五為「盂蘭節」，農曆七月則為「鬼月」。看過上述故事後，同學們應該知道，「盂蘭節」和「農曆七月」其實並不可怕，是源出於一名孝子救母的故事，而「目犍連救母」便是出自《盂蘭盆經》。《盂蘭盆經》傳到中國後，盂蘭節逐漸失去其本意，由「孝親」變成「祭鬼」，慢慢變成一種民間習俗。但一般佛教徒仍然會將農曆七月稱為「孝親月」或「歡喜月」，意謂「感念父母的養育之恩」。



佛教的「盂蘭節」是孝順的表徵，作為子女，父母在生前，我們應該好好孝順他們。同學們，母親節剛過，父親節將至，我們可以做些甚麼來孝順父母呢？

請以「三好」寫出孝順父母的事例，交給佛化科老師或交到指定收集處（「如是我聞」壁報板），參與同學可獲加佛化科額外獎分，優異同學更可獲精美紀念品一份！



提起「素食」，大家會聯想起甚麼？「沉悶」？「無啖好食」？在剛過去的宗教周，我們舉辦的其中一個活動是「素食烹飪示範」，並邀請了嘉賓教授同學們烹調美味的素食。其中的「芝士火鍋」是極受同學們歡迎的食物菜式，最讓同學們驚訝的是，它的做法原來極之簡單！同學們在家中也可以試做呢！

「素食不沉悶，好食真滋味」

材料：

大三花淡奶1罐
鹽適量
黑胡椒碎適量
車打芝士1包
巴馬臣芝士1包
(芝士種類及份量可因應個人口味自行調節)



做法：

先將淡奶用慢火煮熱，再將芝士慢慢加入，不斷攪拌直至芝士全部溶解，濃厚度可自行調節，最後加入適量鹽和胡椒碎，即可與麵包一起食用。亦可加入喜歡的食物如蘑菇，西椒和蘆筍等。



原來咁好食既芝士火鍋係咁容易整，番屋企一定要試下先！

資料來源：法鼓山全球資訊網

編輯：許珮錦老師主責(宗教事務委員會、佛化德育及價值教育科、倫理與宗教科)

顧問：郭耀豐校長

佛教故事：<http://blog.xuite.net/lavenderliju/buddhist/29507654>



佛教黃允畋中學
Buddhist Wong Wan Tin College

三好園 1314 第二期 (總廿五期)

我們敬愛的郭耀豐校長在佛教黃允畋中學服務了32個寒暑，並擔任了10年的校長。這32年來，郭校長春風化雨，言教身教並重，關愛同學，桃李滿門，深得家長及學生們的信賴和敬重，真切實踐了佛教「三好」的精神！郭校長將於本學年結束後榮休，臨別在即，讓我們看看校長的臨別贈言吧！



[郭耀豐校長感言]

早前四月三十日我校慶祝佛誕，儀式簡單而隆重，而佛陀的生日實在是人類智慧的生日，是人類自我覺醒的生日。

佛陀說：「人人皆有佛性」「衆生平等」，但由於業力的牽引，我們凡夫俗子處於六道輪迴之中，而決定自己輪迴情況、決定自己的命運，則全在「善」和「惡」這兩個字。



先說「惡」，「惡」的產生根源往往來自不滿足，得一想二的無窮「貪念」，諸如近年報導的內地貪官，對名利金錢無止境的追求，貪贓枉法，最後身陷囹圄。「惡」又來自無法控制自己，受情緒牽動，即是「嗔」，試看很多人事之間的紛爭，往往初起口角，繼而情緒激動不已，遂失理智，動武廝殺，終致悲劇收場。「惡」也來自無謂的執著、失控的沉迷，即是「愚癡」，同學們應該有玩遊戲機的經驗，贏了一場、又想著再贏，過了一關，又想再闖高峰，於是廢寢忘餐，沉溺電子遊戲之中，功課不做、溫習懶理，這便是「愚癡」的沉迷，成人的沉迷賭博不能自拔，也是如此。以上三者，佛教稱之為「貪、嗔、癡」三毒，是任何惡行之根源。至於「善」就存在我們的「身、語、意」三方面，如果我們身體力行，常做好事，口不說妄言邪語，不出口傷人，相反常用安慰語、鼓勵語、道謝語，加上腦海裏常存善良的意識、助人的意識，則善念日長；這也就是我們歐園所提倡，所要求大家保有的「做好事、說好話、存好心」的做人基本素養，亦是彰顯你擁有的佛性的最佳途徑。

佛陀身處的古印度社會，階級觀念十分嚴明，由掌祭祀的「婆羅門」以至奴隸階層的「首陀羅」，地位不同，彼此不能超越。但佛陀認為衆生平等，不管你出生時多麼富有，或者多麼貧困，大家都會經歷「生、老、病、死」的相同軌跡，因此大家不應歧視、不應對相同的命運有不同的對待；相反應抱持「無緣大慈、同體大悲」的精神，人溺已溺，相互扶持，廣濟衆生。佛教講求「因緣」和「果報」，不同人的所作所為便帶來不同的果報，如果你常種善因，積存足夠的善業，便得「正果」，相反你為非作歹，無惡不作，便得「惡果」，一切正與負的果報，都由自己造成的。當然，我發了善念，未必能夠事事順利，我們仍需要其他「助緣」，等於播下善念的種子，仍要泥土的養份、足夠的陽光、潔淨的清水，種子才會抽芽茁長，開花結果，於是「泥土、陽光、清水」便是「助緣」，我們如能廣結善緣，珍惜身邊的人，幫助他人，知恩報恩，一方面成為別人的「助緣」，另一方面亦成就自己的善業，種下善因，這就是佛教說的「利己利人、度己度人」的意思了。

我從佛陀的誕生說起，讓大家明白人人生而平行，必得正果；至於實踐慈悲的精神，則可以

等，你我皆有佛性，只要諸惡莫作，衆善奉由身語意做起，助己助人，利己利人。

禮堂裏舞台左右的一副對聯，正好為我這篇我們的同學，都能夠以積極的精神，實踐這人人都是歐園的「三好菩薩」。



文章作了總結，期望我們的教職員、副對聯的精神，



明平等智慎貪嗔癡強心強身
顯同體悲重身語意利己利人



宗教周

4月24日至30日是本校的宗教周，宗教事務委員會及佛化科於期間舉辦了不同的佛誕活動，讓同學感受佛誕吉祥氣氛，並且從活動中帶出「三好」精神。



宗教周各項比賽的優勝同學名單

	冠	亞	季	優異
中一心經書法比賽	1A 周敏	1C 何綺婷	1B 陳衍苻	1D 司徒仁銘 1C 羅致玉 1B 黃靜
中二漫畫創作比賽	2C 徐綺霖	2D 莫曉嵐	2C 張曉琳	2C 李嘉皓 2B 羅紫晴 2B 陳嘉琪
佛誕咭設計比賽： 手繪創作(初級組)	2B 文嘉鑫	2B 陳思羽	2B 甄禧瓈	1C 何綺婷 2C 莫紫琪 2B 張佩琦
佛誕咭設計比賽： 手繪創作(高級組)	4F 徐啓華	4F 邵廷軒	4F 焦文森	
佛誕咭設計比賽： 電腦設計組	3B 張天恒	3C 歐陽慧兒	3B 陳志文	



浴佛的意義

佛誕，就是佛陀的誕生日。每年佛誕前，學校都會舉行浴佛典禮，但大家又是否知道浴佛的意義呢？二千六百多年前，佛陀在印度的藍毘尼園誕生，太子誕生時，諸天散花，有九條龍吐水，為太子沐浴。後來，佛教徒每年為慶祝佛陀誕辰，都會沿用此例舉行浴佛儀式。



浴佛，其實有兩重意義。首先，佛陀是慈悲、智慧和福德的象徵，表面上我們是為太子沐浴，實際上，是透過這個動作，紀念佛陀慈悲利世的襟懷、超然脫俗的理想，以及對人類衆生的偉大貢獻。此外，「外浴太子，內淨自心」。透過沐浴太子的聖身，亦可以提醒自己應以佛陀的教誨作甘露法水，淨化自己的身、語、意，去除內心的貪、瞋、癡、我執等煩惱，讓自己的身行、語言、心意都能保持潔淨，從而啓發內心的慈悲與智慧。



內容簡介：
當下，你是誰？



循著時間不停地推移，我們一直在成長。每一個當下，生命的時空都賦予我們不同的角色和責任：
當下，敬愛我們的父親和母親……
當下，不再愚昧，因為恩師教曉了我們……
當下，愛自己，更愛我們的另一半……

作者藉著七十多則心靈小故事，分享一個又一個人生成長的經歷和體驗。在成長的路上，我們都一定試過碰釘子，我們未必個個都是物質上富有的人，但我們總有能力讓自己輕安自在，只要我們懂得——活在當下。

書名：活在當下
作者：李焯芬
索書號：191 4050

