



道風山基督教叢林
迷陣中靜思

上世紀30年代，在挪威傳教士艾香德牧師帶領下，由丹麥建築師艾術華設計而成，一直是教徒靜修勝地。位處道風山，沿路綠蔭相伴，四季有着不一樣的美麗景致。道風山除了巨型十字架之外，有一處由卵形石鋪砌而成，名為「明陣」，迂迴曲折猶如迷宮。其實迷宮藏有一條清楚路線，入口出口為一。只須沿着小徑步行，便會走到中心點，期間適合冥想及反思。

地址：沙田道風山路33號



靜心品茶
松茶樹

品茶不單是品嚐茶葉的風味，滿足口舌之慾，泡茶過程也是一場修行，學習專心致志，活在當下。好的品茶環境往往相得益彰。這家茶室位於鑽石山古式園林南蓮園池，採用唐式木構建築風格，優雅而整齊。漏窗設計起着滲透掩映作用，景色隱顯若現。環視四周都是綠樹碧水，在這寧靜雅致的空間，挑茶葉，泡茶，再呷一口清新，不只是味覺的享受，而是身心靈的洗滌。

地址：鑽石山鳳德道60號南蓮園池



志蓮淨苑
學佛嘗素菜

穿過草木相間的建築入口，映入眼簾的是結合唐代及日本建築風格的志蓮淨苑。志蓮淨苑裏設置了清幽的盆景、蓮花池及古式園林南蓮園池，與莊嚴宏偉的木構建築群相映成趣。志蓮淨苑提供佛學課程，從理論開始，修心養性，也是不錯的途徑。廟宇還供應山家素菜和香茗供大家品嚐，是繁華鬧市中難得的寧靜享受，非常值得一去。

地址：鑽石山志蓮道5號

慈山寺
76米觀音像

大埔慈山寺由環境到建築、理念乃至形象，在香港寺廟中屬少見。坐落大埔郊外洞梓，慈山寺與群山為鄰，環境清幽。採用仿唐建築，寺內嚴禁香火，像日本寺廟般以清水供奉，流露日式的莊嚴淨潔和禪意，加上戶外的76米慈目觀音造像，令這裏更見靈氣。寺內擁有兩萬平方呎佛教博物館，展出過百尊藏品及多卷敦煌手抄經，極有看頭。慈山寺不時舉辦抄經、靜觀、茶禪等活動，以生活味沖淡宗教味，令學佛不再等同老土及迷信偶像，難怪入場預約長期額滿。

地址：大埔普門路88號



清靜勝地 清淨心靈

港人生活壓力大，周末閒時想個清靜的地方，呼吸一口新鮮空氣，抖擻精神？清空憂思，才有動力面對現實種種難關。本文推介避世寺廟、茶室、藝文場地等，帶你遠離煩囂。這些靜修勝地環境清幽，加上各種修心活動，堪稱心靈綠洲的鬧市後花園。

梅村香港
正念修習

說到正念或靜觀，不得不提一行禪師。這位越南籍宗教領袖一生致力推動和平，主張把佛學融入生活，在世界各地設立「梅村」禪修中心，讓大眾修習正念。梅村香港成立於2009年，2011年落戶大嶼山昂坪的蓮池寺及竹林淨苑。

地址：大嶼山昂坪村蓮池寺



心經簡林
觀自在

位於大嶼山昂坪，附近是名刹寶蓮寺，是由38條木柱組成的大型戶外木刻群。木刻為已故國學大師饒宗頤的墨寶，文字內容為《心經》經文。木柱排列成8字形，象徵生生不息。「觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。」走在木刻群之間，默唸着《心經》，內心有份難得的平靜。多數人從寶蓮寺的天壇大佛走到「心經簡林」，沿路可欣賞美麗的山海景色。

地址：大嶼山昂坪



生活書院
鬧市後花園

生活書院前身是佛教見修幼稚園，後來變身為藝文空間清山塾。而學習生活得更好正是非牟利機構生活書院的理想，並以生命教育、文化藝術及永續環境作為發展方向，不時舉辦展覽、工作坊等活動，在瓦頂小屋內，可以參觀藝術展、享用純素美食，或是到生活士多看看本地生產和設計產品。屋外是小園林，處處花草，鼓勵城市人暫時放下繁忙的生活作息，反思生活，絕對是鬧市內的一個後花園。

地址：屯門屯富路清涼法苑清山塾

