

宗旨

维护生态平衡
弘扬生命价值
促进生活幸福

任务

组织放生活动
宣传放生理念
提供放生服务

方针

科学放生
文化放生
大众放生

◎ 协会简讯 | 我会应邀参加广州伊士丹顿酒店试业剪彩仪式

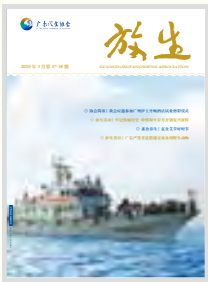
◎ 放生活动 | 牢记伤痛历史 珍惜和平岁月开创复兴征程

◎ 素食养生 | 夏食艾草好时节

◎ 护生常识 | 广东严禁非法猎捕交易食用野生动物

2020年3月第37-38期

内部资料 免费交流
地址：广州（010190485）



2019年第3-4期
总37-38期

主办：广东放生协会
编委会
主任：王荣宝
副主任：魏平英、张弘
主编：魏平英
副主编：张弘、郑雁
编委：李颖、陈本亮、张国斌、
赵尚群、陈慧萍、利智雄、
陈伟
美编：陈伟、黄仰锋、林坤阳
编辑：孙兴一、谭智聪



微信服务号

地址：广州市越秀区白云路113号
白云大厦2310室
邮编：510199
电话：020-8329 2138
138 2222 3883
网址：http://www.gdfangsheng.org
微博：@广东放生协会
准印号：(粤○)L0190485号



02 协会简讯 ASSOCIATION' LETTER

- 02 我会领导带领秘书处人员拜访
协会部分副会长单位
- 04 我会应邀参加广州伊士顿酒店试业剪彩仪式
- 05 我会应邀参加广东省岭南禅宗文化
发展基金会广州禅友俱乐部成立仪式



06 放生活动 ANIMAL RELEASE

- 06 牢记伤痛历史 珍惜和平岁月 开创复兴征程
- 08 张弘秘书长在“七·七事变”纪念日
放生祈福活动的讲话
- 10 王洪标副会长在“七·七事变”纪念日
祈福放生活动的讲话
- 11 感恩母亲河，回馈大自然
- 13 王荣宝会长在“九月九”放生活动的讲话
- 16 协力护生态 共圆中国梦
- 18 王荣宝会长在阳江海陵岛放生活动的讲话



20 科学放生 ANIMALS RELEASE

20 鲮鱼放生小知识

22 放生文化 RELEASE CULTURE

22 “禁野”之时品古诗



24 大众放生 PUBLIC RELEASE

- 24 潮阳放生协会系列放生活动
- 27 汕头潮阳区养生放生协会系列放生活动
- 29 阳江市放生文化协会系列放生活动
- 30 韶关市放生文化协会系列放生活动
- 31 肇庆市放生文化协会系列放生活动



30 素食养生 VEGETARIAN HEALTH

32 夏食艾草好时节



33 护生常识 PROTECTING OF ANIMALS

34 广东严禁非法猎捕交易食用野生动物

我会领导带领秘书处人员拜访 协会部分副会长单位

2019年12月份，我会王荣宝会长等领导带领秘书处人员，分别拜访了协会法人代表、副会长单位广东鸿大集团有限公司林振鸿董事长，副会长单位深圳市宝能投资集团有限公司姚振华董事长和广东敦庆建筑工程有限公司王洪标董事长。



拜访广东鸿大集团有限公司



拜访深圳市宝能投资集团有限公司



拜访广东敦庆建筑工程有限公司

王荣宝会长分别向林振鸿董事长、姚振华董事长及王洪标董事长，介绍了协会换届以来的主要工作、财务收支、工作设想和筹备召开第二届理事会第二次会议等情况。三位董事长都肯定了协会换届以来的各项工作，同意召开第二届理事会第二次会议的方案，表示将不忘初心，一如既往地支持协会各项工作的开展，继续营造大众科学放生的社会氛围，推动放生事业的健康蓬勃发展。

我会应邀参加广州伊士丹顿酒店 试业剪彩仪式

2019年9月3日，我会常务副会长魏平英、秘书长张弘及秘书处工作人员一行7人应邀参加副会长单位海景投资集团有限公司旗下广州伊士丹顿酒店的试业剪彩仪式。

广州伊士丹顿酒店坐落于天河区科韵路9-11号，交通便利。据介绍，酒店总建筑面积约80000平方米，拥有近300间风格典雅的客房及容纳500多人的国际会议中心和七个多功能会议室，配套天景游泳池、健身房、SPA休闲会所、KTV等康体娱乐设施。同时，酒店在十九层至二十五层还配备了商务办公功能，写字楼采用酒店式服务理念，落地玻璃可尽享珠江醇美风景。



我会应邀参加广东省岭南禅宗文化 发展基金会广州禅友俱乐部成立仪式



我会常务副会长魏平英、专家委员会主任李颖为放生护生团队颁奖



我会被誉予“热心支持公益单位”



我会秘书长助理孙兴一荣获“莲海心灯热心助学奖”

2019年12月29日下午，常务副会长魏平英及秘书处工作人员代表我会应邀参加在广州东江万豪国际大酒店举行的“2019辞旧迎新答谢会暨禅基金广州禅友俱乐部成立仪式”。广州禅友俱乐部前身广州佛友俱乐部10年来致力于助学济困、放生护生、敬老扶弱等等公益事业，得到社会的充分肯定，为广州禅友俱乐部的成立奠定了良好的基础。活动中，我会被誉予“热心支持公益单位”，秘书长助理孙兴一荣获“莲海心灯热心助学奖”，常务副会长魏平英和专家委员会主任李颖作为颁奖嘉宾向受表彰的放生护生团队颁发奖牌。

牢记伤痛历史 珍惜和平岁月 开创复兴征程

——2019 年“7.7 事变”纪念日放生祈福活动

7月7日，广东放生协会联合广东敦庆建筑工程有限公司相聚珠江，在“金璟号”游轮上举办以“牢记伤痛历史 珍惜和平岁月 开创复兴征程”为主题的“七、七事变”纪念日放生祈福活动。广东放生协会原常务副会长兼秘书长张健生，广东省林业局副巡视员林俊钦，广东放生协会常务副会长魏平英，副会长单位代表王洪标、马汉荣、潘益民、黄裕深、陈丕茂、林国兰、杨浹，广东放生协会秘书长张弘，阳江市放生文化协会会长陈秀丽、常务副会长兼秘书长黄开廉，肇庆市放生文化协会执行会长黎杰容，潮阳放生协会名誉会长陈飞，韶关市放生文化协会



副秘书长宋立，广东放生协会会员和义工以及广东敦庆建筑工程有限公司员工，阳江、肇庆、潮阳等放生协会代表共近 200 人参加了活动。活动由广东放生协会利智雄副秘书长主持，张弘秘书长、王洪标总经理先后讲话。随着悠扬的《天海放生歌》旋律，将草鱼 68 万尾、鳊鱼 52 万尾、鲮鱼 60 万尾，共 180 万尾鱼苗放入珠江。放生之后，大家在船上体验素食自助餐，增进对“餐桌护生”的认识。

广东放生协会坚持维护生态平衡、弘扬生命价值、促进生活幸福的宗旨，贯彻科学放生、文化放生、大众放生的方针，在 7 月 7 日这个中华民族不可忘却的日子，通过吉祥平和的放生素食方式，唤醒世人恻隐、仁恕、慈悲之心，为天下苍生祈福，祝愿国家富强、民族复兴、人民幸福、人与自然和谐共生，德被万物。

张弘秘书长在“七·七事变”纪念日放生祈福活动的讲话

尊敬的各位嘉宾、会员、朋友们：

上午好！

今天是“七·七事变”纪念日。82年前的这一天，日本帝国主义悍然发动卢沟桥事变，开始了全面侵华战争，使中国陷入了弥天灭顶的民族灾难；中华民族到了最危险的时候，拉启了全面抗战的序幕。在这水深火热，腥风血雨的抗战岁月里，中国六百多万平方公里的国土遭受日寇铁蹄的蹂躏，上千万骨肉同胞被残酷的战争夺走了生命，数百万英雄儿女为保家卫国而血染沙场。然而，中华民族经历了民族觉醒和命运转折，从救亡到解放，从苦难到辉煌，终于赢得近代以来第一次抗击外来入侵的全面胜利。

随着时光的流逝，当年受尽欺凌的苦难同胞，出生入死的抗战将士，大部分已经不在了。昭昭前事，惕惕后人，我们不能让这段泣天地动鬼神的历史随着物换星移而淡漠遗忘。因此，今天

由我会副会长单位广东敦庆建筑工程有限公司王洪标总经理提议并出资，与广东放生协会携手组织这次放生素食纪念活动。本次活动放生鱼苗 180 万尾，其中草鱼 68 万尾、鳙鱼 52 万尾、鲢鱼 60 万尾。之后大家共进午素，以示对生命的尊重与爱护。在此，我谨代表广东放生协会，向支持组织本次活动的广东敦庆建筑工程有限公司和义工们表示衷心的感谢！向参加本次活动的嘉宾、会员和热心人士表示热烈的欢迎！



广东放生协会秘书长张弘讲话



朋友们，不忘国耻方可奋发图强，铭记历史才能开创未来。本次活动的主题为“牢记伤痛历史，珍惜和平岁月，开创复兴征程”，一是寄托我们的哀思。我们以吉祥平和的放生素食方式告慰先辈：安息吧，中华民族已经在历经浩劫中觉醒，在奋发图强中壮大，烈士的鲜血不会白流，历史的悲剧不会重演；二是铭记惨痛的教训。我们要在珍惜今天和幸福日子的时候，铭记“天下虽安，忘战必危”和“落后就要挨打”的历史警示，化悲痛为力量，精诚团结，奋发有为，为祖国和民族贡献力量；三是力图民族的复兴。中国已经取得举世瞩目的发展成就，在世界上确立

了大国地位，但全面发展的基础还很薄弱，必须弘扬伟大的抗战精神，在新的历史起点和时代要求上，同心协力，排除万难，为实现中华民族的伟大复兴而奋斗！我们期待日本政府及其人民始终恪守中日四个政治文件确立的各项原则，践行中日“互为合作伙伴、互不构成威胁”的政治共识，增进互信，推动中日关系始终沿着和平、友好、合作的正确轨道持续向前发展。

最后，祝愿世界和平，民生安泰，共同发展，万物吉祥！祝大家身体健康，家庭幸福，事业腾达，万事胜意！

谢谢大家！

王洪标副会长在“七·七事变”纪念日祈福放生活动的讲话

尊敬的各位嘉宾、会员、朋友们：

上午好！

今天广东敦庆建筑工程有限公司联合广东放生协会在此举办主题为“牢记伤痛历史，珍惜和平岁月，开创复兴征程”的纪念“七、七事变”放生祈福活动，将在珠江放生鱼苗 180 万尾，并体验素食午餐，增进对“餐桌护生”的认识。“七、七事变”是指 1937 年 7 月 7 日，日本帝国主义在北平西南卢沟桥发动全面侵华战争，也是中国人民奋起全面抗战的开始。日本的侵略给中华民族造成了有史以来最为惨重的灾难。在抗日战争中中国军民伤亡达 3500 多万人，其中为保家卫国伤亡的将士 410 多万人，背井离乡，贫困交加的受害者更是不可胜计。经过八年艰苦卓绝的抗日战争，最终中国正义之师取得了全面的胜利，验证了善有善报，恶有恶报的真谛。

前事不忘，后事之师。今天，我们祖国在世界上已经确立了大国地位，中华民族以胜利者姿态屹立于世界民族之林。纪念“七、七事变”的放生素食活动仍然具有深远的历史意义和现实意义。一是对生命的敬畏。世界给予我们无限生机，塑造了生命的美丽与高贵。通过惜生护生，安详平和的放生素食活动，与对历史和先辈的思念产生共振，警示世人慈悲为怀，珍惜生命，放下屠刀，立地成佛；二是对先辈的感恩。中国在近代史上深受帝国列强的欺凌侮辱。我们今天的太平盛世，是我们先辈历尽苦难领悟的民族觉醒，无数先烈流血牺牲换来的历史转折而得来的。我们怀着感恩之心为抗战的先辈放生祈福，愿逝者虹化，让生者释然；三是对未来的期待。82 年过去，苦难的历史早已终结。中华民族在党的领导下牢牢地把握住蒸蒸日上的历史命运，从胜利走向新的胜利。我们要万众一心，朝着



广东放生协会副会长王洪标讲话

既定的目标，沿着发展的征途奋勇前进，开创中华民族伟大复兴的新境界。

各位同仁，放生对于唤醒世人的恻隐、仁恕、慈悲之心，为天下苍生祈福，德被万物，具有重大意义。让我们以今天放生素食的行动，祈愿地球自然美丽，世界永远和平，生命安详生息，万物兼容相处，人类走向命运共同体更加光辉灿烂的未来。

最后，预祝本次活动圆满成功！祝大家身体健康，家庭幸福，工作顺利，万事胜意！

谢谢大家！

感恩母亲河，回馈大自然

——2019 年“九月九”放生活动

今年 9 月 9 日是新中国的主要缔造者和领导者毛泽东同志逝世 43 周年，也是全国人民迎接中华人民共和国成立七十周年的时候，广东放生协会联合韶关市精神文明建设委员会办公室、韶关市放生文化协会于北江源头沙洲尾，举办主题

为“感恩母亲河，回馈大自然”的放生活动。广东放生协会会长王荣宝，广东省地质局原巡视员段海金，广东省建设厅原副厅长陈英松，广东放生协会常务副会长魏平英，副会长广州市美璇建筑装饰工程有限公司董事长潘益民、副会长广州



放生活动现场



市德祐投资管理有限公司董事长郭伟斌，韶关市放生文化协会会长杨帆，珠海放生协会会长刘文池、阳江市放生文化协会常务副会长兼秘书长黄开廉、潮阳放生协会名誉会长陈飞和韶关市精神文明建设委员会办公室、韶关市农业农村局领导，广东、韶关放生协会会员及各义工团队等近 200 人参加了活动。活动由广东放生协会秘书长张弘主持，韶关市放生文化协会会长杨帆致辞，广东放生协会会长王荣宝讲话。在广东放生协会会歌《天海放生歌》的伴随下，放生了草鱼苗 299.8 万尾。

沙洲尾是浈江、武江、北江的三江交汇处，水通湘赣发源地，地接珠江三角洲，是鱼类栖息繁育的好地方。本次活动通过放生回馈大自然，以表达我们对自然的敬畏，对生命的关爱，对伟人的怀念，对党和祖国的感恩，对人与自然和谐共生的夙愿。

王荣宝会长在“九月九”放生活动的讲话

各位领导、朋友：

大家好！

每年的“三月三”、“六月六”、“九月九”是广东放生协会恒定的放生日子。今天是九月九日，我们怀着感恩的心情，相聚北江源头沙洲尾，举办主题为“感恩母亲河，回馈大自然”的放生活活动。本次活动的举办，得到了韶关市精神文明建设委员会办公室及其志愿者团队和韶关市放生文化协会的大力支持。在此，我谨代表广东放生协会，向参加活动的朋友们表示热烈的欢迎！也向支持这次活动的有关单位、热心人士表示衷心的感谢！

朋友们，祖国的繁荣，社会的进步，经济的发展，让我们大家获得更直接、更实在的自豪感、安全感和幸福感。今天我们放生的主题是感恩，“吃水不忘挖井人”，9 月 9 日是新中国主要缔造者毛泽东同志逝世 43 周年的纪念日，我们要感恩毛泽东同志为中华民族的独立和振兴，为中国人民的解放和幸福所作出的彪炳史册的贡献；在迎来新中国成立七十周年之际，我们要感恩以习近平总书记为核心的党中央领导全国人民“不忘初心，继续前进”，谱写了中华民族自强不息顽强奋进的壮丽



广东放生协会会长王荣宝讲话



史诗；我们要感恩我们伟大的祖国，怀抱着五十六个民族，养育着十四亿人民，为苍生营造了和谐、安全、舒适的良好氛围；我们还要感恩大自然的恩赐，造就锦绣河山，普洒阳光雨露，饶益每一个生命，哺育芸芸众生。

感恩是人生最大的智慧，是人性的一大美德。常怀感恩之心，我们就能够无时无刻地感受自然的福份，社会的温暖，人际的关爱，生活的幸福。今天我们通过放生增殖水生生物，维护生态环境，回馈自然，报答社会，造福子孙后代，表达我们的感恩之心。放生既是物质的奉献，又是心灵的熏陶，让我们更加豁达、自在、淡然，精神上多一份丰收，生活上多一份幸福感。让我们以实际行动，让山更青，水更绿，环境更优美。

祝这次活动取得圆满成功！祝大家身体健康，家庭幸福！

谢谢大家！



放生活动现场

协力护生态 共圆中国梦

——2019 年阳江海陵岛联合放生活动

在新春即将来临之际，广东放生协会联合阳江市放生文化协会在美丽的阳江闸坡渔港高桩码头举办主题为“协力保生态，共圆中国梦”的放生活动。广东放生协会王荣宝、张健生、段海金、魏平英、林振鸿、郭伟斌，阳江市放生文化协会关小媛、释弘隆、陈秀丽、叶其略、黄开廉、李超、张飞、冯小燕、释慧乾、胡水添，肇庆市、汕头市潮阳区放生协会领导黎杰容、陈飞和阳江市委、市政府、市政协、海陵岛试验区等有关领导与嘉宾，以及广东、阳江放生协会会员、义工等近 180 人参加了活动。活动由广东放生协会秘书长张弘主持，阳江市放生文化协会会长关小媛致辞，广东放生协会会长王荣



宝讲话。随着优美动听的《天海放生歌》旋律，共放生了 10 万尾黄鳍鲷苗和三只大海龟。活动中，王荣宝会长把一幅“为人有德天长佑，行善无求福自来”的书法作品赠予阳江市放生文化协会，寄语阳江市放生文化协会不忘初心，积极发挥协会作用，协力为阳江生态建设作出贡献。

这次放生活动认真践行习近平生态文明思想，推进生态环境保护，引导社会各界群众依法科学放生护生，助力建设宜居宜游富美阳江家园，为实现中国梦而努力奋斗！

王荣宝会长在阳江海陵岛放生活动的讲话

各位领导、嘉宾、朋友们：

大家好！

今天，广东放生协会携手阳江放生文化协会，在国家海洋公园闸坡中心渔港举办放生活活动。我谨代表广东放生协会向为这次活动做了大量准备工作的阳江市放生文化协会及有关单位表示衷心的感谢！也向参加这次活动的嘉宾们表示热烈的欢迎！

同志们，人因自然而生，人与自然是生命共同体，人类对大自然的伤害最终会伤及人类自身，生态环境并没有替代品，用之不觉，失之难存。习近平总书记反复强调生态环境保护和生态文明建设，强调“要把生态环境保护放在更加突出位置，像保护眼睛一样保护生态环境，像对待生命一样对待生态环境”。



广东放生协会会长王荣宝讲话



王荣宝会长赠予阳江市放生文化协会一幅书法作品



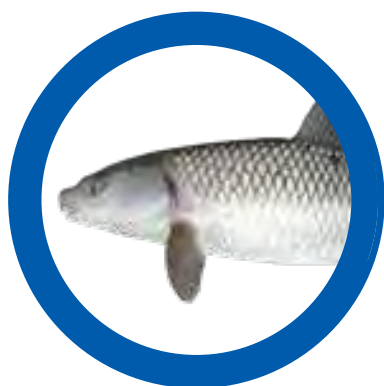
广东放生协会成立至今，积极地践行“维护生态平衡，弘扬生命价值，促进生活幸福”的宗旨，努力地组织开展科学放生活活动，宣传放生理念，提供健康的放生服务等工作，为我省建设生态文明、促进生态科学发展做了大量的工作。阳江市放生文化协会成立至今五年了，这五年来，积极地引导大众科学放生、依法放生、安全放生、圆满放生。同时，发扬大爱精神，开展敬老爱幼，扶贫济困，助学抚残，卫生环保等公益慈善活动，拓展和升华了放生的内涵和意义，得到了社会各界的好评，也为我们省的各个放生团体提供了很好的经验。在阳江市放生文化协会换届大会之际，我们在这里举办主题为“协力护生态，共圆中国梦”的放生活活动，大家又一次践行放生护生，提高科学的环保意识，推动社会文明进步的事业。

祝这次放生活活动取得圆满成功！祝大家身体健康，事业兴旺！

放生活活动现场

鲮鱼放生小知识

鲮鱼属鲤形目鲤科的淡水鱼类，广东常见的鲮鱼主要有土鲮、泰鲮和麦鲮三种：



土鲮

又名雪鲮。体呈梭形偏扁，头小吻钝，口下有须一对，尾柄长且尾叉深；头背部青灰色，腹部银白色，鳞片中等偏大，体侧胸鳍后上方有数片宝蓝色半月形斑纹的鳞片，呈菱形分布。生活在水体底层，游速快，善跳跃，有逆水而逃的习性。



泰鲮

原名露斯塔野鲮，又名泰国鲮。从泰国引进。头部扁平短小，吻钝，口下位略呈弧状，唇边有一圈凸起的小肉瘤颗粒，须两对；体为青绿色，腹部灰白色，眼与鳍为红色；鳞片中等偏大，多数鳞片有红色半月牙斑纹（这是与麦鲮最明显的区别）。生活在水底层，游泳能力强。

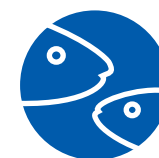


麦鲮

原名麦瑞加拉鲮，又名墨鲮、加拉鲮。1982 年从印度引进，是印度的主要养殖鱼种。体型像草鱼，呈梭形略侧扁，头较小，吻圆钝，口下位，口裂呈弧形，有须两对；鳞片中等偏大，体色上部青灰色，腹部银白色，背鳍以外的其他各鳍末端均为赤红色。生活在水底层，喜活水，善跳跃，抗寒能力略强于土鲮。生长速度也快于土鲮。

鲮鱼是亚热带常见的鱼类，生命力强，容易存活，适合华南地区内陆淡水流域生长。鲮鱼为中下层鱼类，以植物为主要食料，常以下颌的角质边缘刮取水底表面的藻类及杂质，包括硅藻、绿藻以及高等植物的碎屑和水底腐殖质，对富营养化水体有一定修复作用。放生鲮鱼对保护生态环境有一定的积极意义。

放生护生是好事，但也要讲求方法方式，科学规范，避免好心办坏事。放生鲮鱼，要遵照国家农业部《水生生物增殖放流管理规定》，并根据鲮鱼的生物特性注意以下几点：



一是放生物种的甄别。广东常见的鲮鱼只有土鲮是本地物种可以放生，而泰鲮和麦鲮均为外来物种不能放生。因此，放生鲮鱼要按照上述的形态特征识别是否为本地种的土鲮。最好是到有资质的种苗场采购经检疫的土鲮鱼苗种。



二是放生水域的选择。鲮鱼对流水比较敏感，对溶氧的要求不高，在深水处越冬。放生鲮鱼时应选择水体深广、水质肥沃、水流缓慢的水域。江河的回水湾最为适宜。鲮鱼不应放入水流急促的河涌和人工建造的水泥运河。封闭水域应考虑环境容纳量，控制适当的数量，避免小水体放生大量鲮鱼。



三是放生季节的优选。鲮鱼是暖水性鱼类，对低温的承受力较弱，水温 25—30℃ 最适合其生长，低于 14℃ 开始不食，低于 7℃ 就会死亡。鲮鱼生殖期较长，每年从 3 月开始至 8、9 月，在这期间放生较为合适。

放生是改良生态，关爱生命的善举，让我们科学放生，依法放生，安全放生，圆满放生，为构建人与自然和谐共生的命运共同体做出应有的贡献！

广东放生协会通讯员 西月



韩愈像

“禁野”之时品古诗

一场新冠病毒疫情，掀起了声讨和禁止非法捕猎、买卖、食用、利用野生动物的热潮。此时品读唐代大文豪韩愈叙述对食用海鲜野味感受的一首诗，会意更为深切。唐元和十四年（公元819年）时任刑部侍郎的韩愈因为谏迎佛骨，激怒了宪宗皇帝，被贬到潮州任刺史。初到时对南方的菜色非常反感，写了一首题为《初南食贻元十八协律》的诗送给元集虚。诗中提到七种动物，其中有鲎、青蛙、蛇为现在禁食的。更有放生蛇的场景尤其真切，表达出蛇对人类滥食野生动物的怨恨和作者平和对待野生动物的心情。

（编译：广东放生协会通讯员 鸽子）

初南食^①贻^②元十八协律^③

韩愈

鲎实如惠文^④，骨眼相负行^⑤。蠃相黏为山，百十^⑥各自生。
蒲鱼^⑦尾如蛇，口眼不相营^⑧。蛤即是虾蟆^⑨，同实浪^⑩异名。
章举^⑪马甲柱^⑫，鬬^⑬以怪自呈。其余数十种，莫不可叹惊。
我来御^⑭魑魅^⑮，自宜^⑯味^⑰南烹^⑱。调以咸与酸，芼^⑲以椒与橙。
腥臊始发越^⑳，咀吞面汗骀^㉑。惟蛇旧所识，实憚^㉒口眼狞^㉓。
开笼听其去，郁屈^㉔尚不平。卖尔非我罪，不屠岂非情。
不祈灵珠报，幸无嫌怨^㉕并。聊^㉖歌以记之，又以告同行^㉗。

【注释】

①南食：南方烹调食物。②贻：赠送、馈赠。③元十八协律：即元集虚，字克己，排行十八。时在桂管观察使裴行立幕下为吏，其职为协律郎，所以韩愈诗中称他“元十八协律”。④惠文：即惠文冠。古代官帽，相传战国赵惠文王所制，故得名。⑤相负行：雌蜃和雄蜃相依相守，雌蜃经常驮着雄蜃爬行。⑥百十：数词，形容数量多。⑦蒲鱼：鲎、鳐鱼类。⑧相营：《说文》：营，帀居也。段玉裁注：“帀居，谓围绕而居。”桂馥义证：“营谓周垣。”即居位相济。⑨虾蟆：蛤蟆、青蛙。⑩浪：随意，无拘束。⑪章举：朱熹注：“有八脚，身上有肉如白，也曰章鱼。”⑫马甲柱：江珧柱。⑬鬬：同斗，争胜。⑭御：抵挡。⑮魑魅：鬼怪，形容其貌古怪。⑯宜：做菜肴（文言动词）。⑰味：滋味。⑱烹：古同烹，煮。⑲芼：本指可供食用的野菜或水草。这些野菜或水草祭祀时用来覆盖牲体，故有“覆盖”之意。⑳发越：散发、显露。㉑骀：赤色的牲口，泛称赤色。㉒憚：畏惧。㉓狞：凶恶。㉔郁屈：盘屈。㉕嫌怨：嫌恶、怨恨。㉖聊：凭藉。㉗同行：指元集虚。韩愈被贬潮州途中，桂管观察使裴行立派幕下元集虚带书及药物前往慰劳，与韩愈相处十余日，故韩愈视之为被贬路上的“同行”。

【译文】

鲎就像古时官员的惠文帽，雌雄厮守相驮着行走。牡蛎粘在一起堆成山，数量多而各自生长。鲎鳐鱼类尾巴像蛇一样，口和眼上下分开不能相济。蛤就是青蛙蛤蟆之类，实际是随意叫的不同名称。章鱼和江珧柱，各自展示古怪相貌而争胜。还有其余的数十种，没有不令人惊叹的。我来抵挡这些鬼怪般的东西，亲自以南方的烹饪滋味做菜肴。调配了咸与酸的味道，再覆盖上辣椒与橙片。开始时散发出腥臊的味道，咀嚼吞咽时使得脸面赤红冒汗。只有蛇是原来懂得的，其口和眼睛狰狞凶恶实在令人畏惧。打开笼子听由它出去，其盘屈的样子还愤愤不平。（于是对蛇说：）人家卖你并非我的罪过，不屠杀你岂不是人情吗？没有希望你送有灵性的珠子回报我，咱们无互相嫌恶和怨恨就有幸啦。凭藉诗歌将以记载下来，又以此告知我被贬路上的同行者。

2019年下半年，我省各个兄弟协会举办多场放生活活动，将传统放生优秀文化与现代文明发展理念结合起来，引导人们尊重自然，维护生态，关爱生命，仁慈为怀，行善积德。

潮阳放生协会系列放生活活动

7月1日至7月5日，潮阳放生协会携手“至乐书间”免费为30多名学生讲授毛笔书法课程，并开展放生活活动。通过传承中华优秀传统文化的熏陶，引导学生们关注生命、尊重生命、珍爱生命，为厚实人生奠基。

7月21日（农历六月十九），恭迎观世音菩萨成道日，潮阳放生协会组织四十多人，放生一批物命于练江，旨在呼吁大众弘扬菩萨精神，化解仇恨、息止斗争，在生活中、心灵上真正感受幸福与富足！

8月29日（农历七月二十九）地藏王菩萨圣诞日，潮阳放生协会联合小北岩，于小北岩山门前举行放生活活动。协会部分理事会成员、会员及社会各界人士约六十人，在小北岩住持上惟下庆法师的引领下，为物命做了佛教放生仪轨，送至练江边放归自然。



9月13日（农历八月十五）正值中秋佳节，潮阳放生协会携手法界福慧双修群举行“金秋报恩”放生祈福活动。协会会员及社会各界人士约五十人参加活动，把蟹、鳗、石斑等一批海生物命放归大海，呼吁大众尊重生命，珍爱生命。

9月21日国际和平日，潮阳放生协会组织大众，于普慈免费素食金浦店举行放生活活动。社会各界人士约四十人参加了活动，将一批淡水鱼类投放于练江中，籍此放生之善行，呼吁大众摒弃暴戾、残酷，培养忍耐、包容之心，表达了对世界和平的美好愿望。

10月7日（农历九月初九）重阳节，潮阳放生协会举办敬老祈福放生素食等系列活动，解救了一批淡水鱼类和禽类，给老年人献上节日的礼物，借此祈愿所有老年人福寿安康，吉祥如意！



10月27日（农历九月二十九），恭迎南无药师佛圣诞日。潮阳放生协会联合潮阳宝光庵，于梅花古渡练江边，举行主题为“行慈悲大爱，聚琉璃宝光”的放生护生祈福活动。参加活动的有社会各界人士近一百二十人，将一批飞禽和淡水类物命分别放生于水草丰沛的区域和练江中，籍此活动祈愿大众“病苦皆除，受安隐乐”，随愿悉圆成，福寿永康宁！

11月25日国际素食日，潮阳放生协会于普慈素食金浦店举行“国际素食日”潮阳放生协会第三届素食交流会及放生祈福活动。部分理事会成员，会员及社会各界人士约二百四十人参加了此次活动，

将解救的一批淡水鱼类运送至附近的练江边放生，希望通过食素、放生的方式，倡导摒弃暴力，关怀动物，食素戒杀，拯救地球。

汕头潮阳区养生放生协会系列放生活动

10月1日，汕头潮阳区养生放生协会联合潮阳放生协会，于净行护生园举办“庆国庆、华夏兴、天下平”欢庆祖国七十周年华诞放生祈福活动。两个协会理事、会员及社会各界人士约一百五十人参加了活动。大众齐聚护生园广场，升国旗，奏国歌，放飞象征着和平与美好愿望的鸽子，庆祝祖国70周年华诞，祈愿伟大祖国繁荣昌盛，人民生活幸福安康。





10月17日（农历九月十九）是观音菩萨出家之日，汕头潮阳区养生放生协会联合潮阳放生协会，在潮阳人民母亲河——练江金浦河段举行主题为“具观音慈、行菩萨行”的放生祈福活动。参加活动的有两个协会部分理事会成员、会员及社会各界爱心人士约八十人，把解救来的草鱼、鳊鱼、鲫鱼等“四大家鱼”放归江中。大家看着鱼儿重获新生，畅游自在，无不为之欢欣鼓舞！

12月12日（农历十一月十七）恭迎阿弥陀佛圣诞日，汕头潮阳区养生放生协会和潮阳放生协会理事会的部分成员、会员及社会各界人士近四十人齐聚练江边，将一批解救而来的淡水鱼类放归江中，籍此祈愿世界和平安定、无有灾厄，大众吉祥安泰、平安喜乐！

阳江市放生文化协会系列放生活动

8月1日是我国建军92周年纪念日，阳江市放生文化协会组织了近百名会员和群众在三廉公园石觉放生台举行了“缅怀革命烈士，感恩人民军队”为主题的“八、一”放生活动，共放生了链鱼、鲮鱼和泥鳅等13.8万尾。通过放生善举，祈愿世界和平，国泰民安，人民健康幸福！

9月29日，阳江市放生文化协会在阳东区雅韶镇北津港举行以“祈福祖国繁荣稳定，保护环境生态平衡”为主题的庆祝新中国成立70周年放生活动。近200名会员和各界热心群众代表放生了鲈鱼16000多尾，花身鲮（丁公）和黄鳍鲷鱼210公斤。活动对于保护生态资源和激发爱国热情有着双重积极意义。



韶关市放生文化协会系列放生活动

下半年，韶关市放生文化协会在韶关市放生文化协会放生平台举办“公益放生会员日，共建善美韶城”放生活动，300多名市民分别于7月28日、8月25日、9月29日、10月27日、11月24日、12月29日陆续参与活动，共将近12万尾鱼苗投放于母亲河的怀抱，为打造韶城的绿水青山出一份力。

11月7日、11月15日，韶关市放生文化协会在放生平台协办韶关市渔业局“2019年农业资源及生态保护资金补助资金项目增殖放流活动”，200多名市民将近300万尾“鱼宝宝”投放到美丽的“三江”交汇处。通过放流增殖水生生物，改善韶城境内浈、武、北三江的水域生态环境，促进渔业可持续发展。



肇庆市放生文化协会系列放生活动

8月31日，肇庆市放生文化协会为试验性地探索自然生态环境的修复工作，组织会员在北岭山涧水域放生娃娃鱼200多尾，以科学放生理念与生物多样性相结合，重构生态系统，促进人与自然和谐发展。

9月29日，肇庆市放生文化协会参加德庆县在西江旧渡口码头举办西江（界首至肇庆）航道扩能升级工程渔业资源生态增殖放流活动，共放流广东鲂、鳊鱼、鳙鱼、鲢鱼等鱼苗350万尾，增加西江水域生物总量，推动渔业持续健康发展。

肇庆市放生文化协会为倡导科学放生、维护生态平衡、弘扬生命价值、促进生活幸福，于10月27日上午在包公码头举行祈福放生活动。协会会员和市龟鳖协会代表以及市民群众100多人参加活动，共放生“四大家鱼”鱼苗4万多尾，为保护生态环境，共建美好家园贡献力量。

12月5日上午，肇庆市放生文化协会协助鼎湖区农业农村局在鼎湖罗隐乡渡码头举行“保护生态环境 共建美好家园”增殖放流活动。通过开展增殖放流活动，放生“四大家鱼”120万尾，增殖了渔业资源，宣传了生态保护，增强社会各界对科学放生、文明放生和水域生态保护的意识。



夏食艾草好时节

艾草，又名家艾、艾蒿，我国南方几乎到处都有生长。中国人对艾草颇有认识，艾草的茎、叶都含有挥发性芳香油，产生奇特的芳香，可驱蚊蝇、虫蚁，净化空气。人们常在端午节期间将艾草置于门口或家中以“避邪”，干枯后的株体泡水熏蒸以达消毒止痒。艾草的药用价值较高，有温经、去湿、散寒、止血、消炎、平喘、止咳、安胎、抗过敏等作用。中医针灸把艾叶加工成的“艾绒”在穴道上烧灼熏晕来预防和治疗疾病。

艾草性温热，阴虚、血热人群不宜使用。

艾草种类繁多，但是可以粗略分为食用艾和药用艾两类。食用艾多采于清明前后，这时的艾叶最为鲜嫩，苦味最少，可以晒干后存用，也可以直接做成艾叶糍粑、艾叶汤圆、艾叶面条、艾叶煎蛋等。一般入汤剂的药艾，多选择端午前后采集晒干使用，此时药用价值最大。而平时艾灸使用的艾绒是在十二月份艾籽成熟，艾叶枯萎的时候，用手一捏便成绒，为艾灸的好材料。

食谱推荐

艾叶姜蛋汤

材料：

艾叶、鸡蛋、姜、红糖

步骤：

- 艾叶、鸡蛋、姜洗净，姜切片备用；
- 入锅，加适量水（没过食材即可）；
- 煮上十分钟后，把鸡蛋捞出来剥壳，重新放进锅里再煮十分钟；
- 盛出来调入适量红糖即可。



香艾煎蛋

材料：

艾草、鸡蛋、花生油、盐

步骤：

- 艾草择叶去梗洗干净，过水焯烫（艾草遇热水很快就软，所以烫一会就好），剁碎；
- 鸡蛋打入碗里，加入剁碎的艾叶，加入少许盐拌匀；
- 锅里加油烧热，把拌好的艾叶蛋倒入锅里煎至两面都金黄即可。

艾糍

材料：

艾叶、糯米粉、粘米粉、小苏打、花生、芝麻、糖（馅料根据个人喜爱选择）

步骤：

- 选摘艾叶（去梗）后倒进锅里，加进少量小苏打粉防止变黑，加水煮三分钟后关火，把艾叶放到冷水中泡，艾叶凉后再过两次水清洗；
- 扭干水用刀切或用料理机打。切成碎或料理机打成汁后烧开；
- 把糯米粉和粘米粉搅拌均匀，一点点倒入艾叶汁揉粉团，揉到看不到干粉，合成团为止；
- 花生、芝麻炒好打碎后加入糖，搅拌混好做馅，包在粉团中间搓圆；
- 包好后烧开水蒸 8 到 10 分钟（看团子的大小）。



素材来自网络

护生常识

COMMON SENSE OF CONSERVING THE ANIMALS

广东严禁非法猎捕交易食用野生动物

3月31日,《广东省野生动物保护管理条例》正式颁布。该条例全面禁止非法野生动物交易,全面禁止食用陆生野生动物,全面禁止以食用为目的猎捕、交易、运输在野外环境自然生长繁殖的陆生野生动物,并进一步提高非法猎捕、交易流通、食用国家重点保护野生动物的惩罚力度,其中食用者最高可处罚野生动物及其制品价值的20倍罚款。

一、保护范围

本条例规定保护的野生动物,是指国家重点保护野生动物,省重点保护野生动物,有重要生态、科学、社会价值的陆生野生动物(以下简称三有保护野生动物)。前款规定保护的野生动物以外的其他陆生野生动物,按照本条例规定管理。

珍贵、濒危的水生野生动物以外的其他水生野生动物的保护,按照《中华人民共和国渔业法》等有关法律的规定执行。列入畜禽遗传资源目录的动物,属于家畜家禽,按照《中华人民共和国畜牧法》的规定执行。

野生动物保护管理应当坚持普遍保护、限制利用、严格监管,全面禁止非法野生动物交易,全面禁止食用陆生野生动物,全面禁止以食用为目的猎捕、交易、运输在野外环境自然生长繁殖的陆生野生动物。

县级以上地方人民政府对本行政区域内野生动物保护管理工作负总责。每年11月为广东省保护野生动物宣传月。每年3月20日至26日为广东省爱鸟周。任何组织和个人都有保护野生动物及其栖息地的义务,有权举报或者控告违反本条例的行为。

二、野生动物及其栖息地保护

野生动物实行分类分级保护。国家重点保护野生动物、三有保护野生动物名录按照国家规定执行。省重点保护野生动物名录,由省人民政府组织科学评估后制定、调整并公布。

国家野生动物重要栖息地、自然保护区、饮用水水源保护区、郊野公园、植物园、城市公园以及

其他野生动物重要栖息地或者生态廊道,列为禁猎区。

合法捕获、人工繁育的野生动物及其制品推行专用标识管理。专用标识应当记载野生动物及其制品种类名称、来源、用途等信息,保证可追溯。

地方各级人民政府应当采取措施,预防、控制野生动物可能造成的危害,保障人畜安全和农业、林业生产;因保护法律法规规定保护的野生动物,造成人员伤亡、农作物或者其他财产损失的,由当地人民政府依法给予补偿。推动将野生动物致害补信纳入政策性保险。

任何组织和个人不得随意放生野生动物,避免造成他人人身、财产损害或者生态系统危害。

三、人工繁育管理

人工繁育非国家重点保护野生动物的,应当持有证明野生动物种源的猎捕、进出口、人工繁育或者专用标识等合法来源证明。

对人工繁育技术成熟稳定的非国家重点保护野生动物,经省野生动物保护主管部门组织评估、广泛征求意见后,纳入人工繁育非国家重点保护野生动物名录,实行与野外种群不同的管理措施。人工繁育非国家重点保护野生动物名录由省野生动物保护主管部门制定、调整,报省人民政府批准公布。





野外环境自然生长繁殖的陆生脊椎野生动物，或者其他存在危害公共卫生安全、生态安全、公共秩序风险的野生动物，不得作为宠物饲养。

四、禁止非法猎捕

禁止猎捕、杀害国家重点保护野生动物，省重点保护野生动物，三有保护野生动物，以及法律法规和国家、省规定禁止交易的其他野生动物。禁止使用毒药、爆炸物、电击、电子诱捕装置以及猎套、猎夹、气枪、地枪、排铳、粘网、地弓、吊杠、钢丝套等工具猎捕野生动物。任何

单位和个人不得擅自制造、出售前款规定的猎捕工具。

五、禁止非法交易

禁止出售、购买、利用国家重点保护野生动物，省重点保护野生动物，三有保护野生动物，以及法律法规和国家、省规定禁止交易的其他野生动物。禁止出售购买、利用国家重点保护野生动物制品。禁止商品交易市场、电子商务平台等交易场所以及运输、仓储、快递等经营者，为违法出售、

购买、利用、运输、储存野生动物及其制品或者禁止使用的猎捕工具提供交易服务。互联网信息服务提供者不得制作、复制、发布、传播非法野生动物交易信息；发现非法交易信息的，应当停止传输，保存记录，报告有关部门。因科研、药用、展示等特殊情况，需要对野生动物进行非食用性利用的，应当按照国家有关规定实行严格审批和检疫检验。

六、禁止非法食用

禁止食用国家重点保护野生动物和其他陆生野生动物，包括人工繁育、人工饲养的陆生野生动物，以及有关法律禁止食用的其他野生动物。禁止生产、经营使用国家重点保护野生动物及其制品制作的食品。禁止以家畜家禽名义食用野生动物。列入畜禽遗传资源目录的动物，按照国家规定应当加施畜禽标识而没有加施的，不得屠宰、加工、出售。酒楼、饭店、餐厅、农庄、会所、食堂等餐饮服务提供者应当诚信自律，承担社会责任，对禁止食用的野生动物及其制品不得购买、储存、加工、出售或者提供来料加工服务，不得用其名称、别称、图案制作招牌或者菜。电子商务平台经营者不得为使用禁止食用的野生动物及其制品制作的食品提供推介、点餐、配送或者其他服务。

七、执法监管

县级以上地方人民政府应当加强跨区域、跨部门野生动物保护协作，健全野生动物保护执法管理体制，加强执法队伍建设，明确执法责任主体，落实执法管理责任，强化信息技术支撑，实现信息共享，加强协调配合，组织联合执法，开展防范、打击走私和非法贸易行动，加强监督检查和责任追究，严格查处违法行为。省野生动物保护主管部门对野生动物及其栖息地保护管理工作不力、问题突出、公众反映强烈的地区，可以约谈所在地地级以上市、县级人民政府及其有关主管部门主要负责人，要求其采取措施限期整改。约谈整改情况应当向社会公开。

八、法律责任

违反本条例第十四条第三款规定，人工繁育非国家重点保护野生动物未持有种源合法来源证明的，由县级以上野生动物保护主管部门没收野生动物及其制品，可以并处野生动物及其制品价值一倍以上三倍以下的罚款。

违反本条例第十九条、第二十条、第二十二规定，猎捕杀害野生动物的，由县级以上野生动物保护主管部门或者有关自然保护地管理机构按照职责分工没收猎获物、猎捕工具和违法所得，吊销猎捕许可，并按照规定处以罚款；构成犯罪的，依法追究刑事责任：（一）属于国家重点保护野生动物的，并处猎获物价值二倍以上二十倍以下的罚款；没有猎获物的，并处一万元以上十万元以下的罚款；（二）属于非国家重点保护野生动物的，并处猎获物价值二倍以上十倍以下的罚款；没有猎获物的，并处一万元以上五万元以下的罚款；（三）以食用为目的猎捕、杀害其他陆生野生动物的，并处猎获物价值一倍以上五倍以下的罚款；没有猎获物的，并处二千元以上一万元以下的罚款。

违反本条例第二十四条第一款、第三十二条规定。提供交易服务的，由县级以上市场监督管理部门责令停止违法行为，限期改正，没收违法所得，并处违法所得二倍以上五倍以下的罚款；没有违法所得的，处一万元以上五万元以下的罚款明知行为人以食用或者生产、经营食品为目的的，从重处罚；构成犯罪的，依法追究刑事责任。

【违法食用责任】违反本条例第二十九条第一款、第三条规定，食用野生动物的，由县级以上林业、农业农村、市场监督管理等部门按照职责分工责令停止违法行为，按以下规定对食用者进行处罚；对组织食用的，从重处罚：（一）属于国家重点保护野生动物及其制品的，处野生动物及其制品价值二倍以上二十倍以下的罚款（二）属于非国家重点保护野生动物或者其他陆生野生动物的，处野生动物价值一倍以上五倍以下的罚款。

广东放生协会招募义工启事

广东放生协会成立于2010年6月，是由社会各界关爱动物、爱护生态的人士和团体组成的具有独立法人资格的社会团体（粤社证字第1206号），是全国最早成立的省级放生协会。

我会以“维护生态平衡、弘扬生命价值、促进生活幸福”为宗旨，致力于组织放生活动、宣传放生理念、提供放生服务，积极推动科学放生、文化放生、大众放生，在每年的“三月三”、“六月六”、“九月九”举办大型主题放生活动。还承接政府增殖放流任务，联合海洋与渔业主管部门举办了八届广东省“休渔放生节”主题活动，得到了社会各界的好评和赞誉。

迈进新时代，开启新征程，展现新作为。我会将认真贯彻落实党的“十九大”精神，不忘初心，砥砺前行，继续为生态文明建设和社会文明进步贡献力量。

为适应新形势和协会发展的需要，更好地组织开展放生活动，我会决定建立义工队伍，面向社会招募义工。欢迎广大热爱放生、乐于奉献的志同道合者加入我们的义工队伍，书写您光辉的人生，共同成就放生伟业吧！

【义工要求】

- 1、热爱放生，并愿意推动科学放生。
- 2、年龄18—55岁，身体健康，有时间自愿参与义工工作。
- 3、遵守义工管理条例和规章，服从工作安排，有团队协作精神。
- 4、自愿接受培训教育（免费）。

【考核录用】

- 1、填表登记且通过初审的报名人员，协会将组织安排相关的培训教育。
- 2、凡通过培训考核成为协会义工队员的，将颁发《义工证》和配发义工服。
- 3、登记在册的义工，将有机会获得培训学习教育、加分晋级、参学进修、颁奖表彰等激励。

【报名方式】

凡符合以上要求的人员均可报名参加。

- 1、登录协会网站下载《义工报名表》，填好发至协会邮箱 2150046565@qq.com
- 2、从《放生》杂志取得附页《义工报名表》，填写后邮寄到广东放生协会。
- 3、到协会秘书处索取《义工报名表》填写递交。
协会地址：广州市越秀区白云路113号白云大厦2310室。
邮编：510199
办理时间：周一至周五 09:30-17:00
咨询电话：020-8329 2138138 2222 3883



欢迎您加入广东放生协会义工队！

广东放生协会义工报名表

编号：_____

姓名			性别			彩色免冠相片 (小1吋)		
			健康状况					
年龄			籍贯					
身份证号	□□□□□□□□□□□□□□□□							
学历			政治面目					
现住址								
工作单位			职务职位					
联系电话			微信号码					
电子邮箱			QQ 号码					
曾参加过其它 团体组织								
曾获得过荣誉 称号表彰								
爱好特长 ("√" 选择)	☐ 策划组织 ☐ 文案编辑 ☐ 美编设计 ☐ 网络管理 ☐ 摄录拍照 ☐ 主持司仪 ☐ 唱歌跳舞 ☐ 演讲朗诵 ☐ 体育武术 ☐ 琴棋书画 ☐ 其它							
可以参加 义工工作的时段 ("√" 选择)		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
	上午							
	下午							
	晚上							
	其他情况：							
义工组别 ("√" 选择, 可报多项)	☐ 策划组 (活动的组织策划) ☐ 文宣组 (文案编辑 / 美编设计 / 宣传报道) ☐ 网管组 (网站、博客、微信平台、Q 群等网络管理) ☐ 摄照组 (活动的摄录拍照及剪辑挑选) ☐ 主持司仪 (大型活动的主持人) ☐ 场务组 ☐ 财务组 ☐ 外联组 ☐ 安保组 ☐ 后勤组 ☐ 支援组							
声明：1、本人自愿加入义工队，愿意遵守《义工管理条例》及其规章制度。 2、本人保证以上填写的资料均真实可靠，并承担相应的责任。								
登记人 (签名)：_____ 填表日期：年月日								
义工队负责人意见：_____ 协会领导审批：_____ 签名：年月日 签名：年月日								
申明：《义工登记表》仅用于协会义工资料存档备案，协会将会做好保密工作。								

制表单位：广东放生协会



关爱生命 保护环境

通过放生感染市民保护周围环境，让更多的社会大众认识放生的意义，倡导市民科学放生，积极推进市民的环保意识。

同时，也呼吁更多的社会各界朋友，关注环保，共建文明和谐城市。

广东放生协会
GUANGDONGFANGSHENG ASSOCIATION