

祈請根本傳承上師聖尊蓮生活佛盧勝彥佛光加持

# 大白傘蓋佛母

息災、祈福、敬愛、超度

## 藏密式護摩大法會

### 時間 13/12/2014 ~ 8:00PM

恭請：釋蓮夫金剛上師主壇  
釋蓮太金剛上師護壇  
眾法師、講師、助教護壇  
般若雷藏寺主辦



No.1A, Jalan Perawas, Lebu Setaka, Taman Chi Liung, 41200 Klang, Selangor, Malaysia.  
Tel: 603-3374 9399 Fax: 603-3377 1908 / 3373 4969 Email: boyeone@gmail.com Website: http://www.tbsn.my

## 2014 全月活動預告



馬來西亞真佛宗密教總會 般若雷藏寺  
PERSEKUTUAN AGAMA BUDDHA TANTRAYANA CHEN FOH CHONG MALAYSIA  
No.1A, Jalan Perawas, Lebu Setaka, Taman Chi Liung, 41200 Klang, Selangor, Malaysia.  
Tel: 603-3374 9399 Fax: 603-3377 1908 / 3373 4969  
Email: boyeone@gmail.com Website: http://www.tbsn.my



### December 12月

SUN / 星期日	MON / 星期一	TUE / 星期二	WED / 星期三	THU / 星期四	FRI / 星期五	SAT / 星期六
	① 初十 晚上沒有同修	② 十一 8:00PM 懺悔大禮拜 《49拜》 The 49 Great Prostration	③ 十二 8:00PM 金剛心菩薩 四加行法 Vajrasattva (Vajra-Heart) Practice (Of the Four Preliminary Practices)	④ 十三 8:00PM 煙供法同修 Smoke Offering Dharma	⑤ 十四 8:00PM 護摩同修 金剛心菩薩 Fire Offering Practice (Vajrasattva Practice)	⑥ 十五 11:00AM 佛前大供/Meal Offering 8:00PM 護摩同修 大白蓮花童子
⑦ 十六 10:00AM 蓮花童子上師相應法 2:30PM 拜土地公 晚上沒有同修	⑧ 十七 晚上沒有同修	⑨ 十八 8:00PM 真佛寶懺同修 True Buddha Repentance	⑩ 十九 8:00PM 金剛心菩薩 四加行法 Vajrasattva (Vajra-Heart) Practice (Of the Four Preliminary Practices)	⑪ 廿 8:00PM 煙供法同修 Smoke Offering Dharma	⑫ 廿一 8:00PM 護摩同修 金剛心菩薩 Fire Offering Practice (Vajrasattva Practice)	⑬ 廿二 8:00PM 大白傘蓋佛母 息災、祈福 敬愛、超度 藏密式護摩大法會
⑭ 廿三 10:00AM 慈悲放生 Release Life 晚上沒有同修	⑮ 廿四 晚上沒有同修	⑯ 廿五 8:00PM 懺悔大禮拜 《49拜》 The 49 Great Prostration	⑰ 廿六 8:00PM 金剛心菩薩 四加行法 Vajrasattva (Vajra-Heart) Practice (Of the Four Preliminary Practices)	⑱ 廿七 8:00PM 煙供法同修 Smoke Offering Dharma	⑲ 廿八 8:00PM 護摩同修 金剛心菩薩 Fire Offering Practice (Vajrasattva Practice)	⑳ 廿九 8:00PM 護摩同修 大白蓮花童子 Fire Offering Practice (Namo Padmakumara)
㉑ 三十 10:00AM 蓮花童子上師相應法 Root Guru Yoga Practice 晚上沒有同修	㉒ 十一月初一 11:00AM 佛前大供 Meal Offering 晚上沒有同修	㉓ 初二 2:30PM 拜土地公 Earth Deity Dharma 8:00PM 懺悔大禮拜《49拜》 The 49 Great Prostration	㉔ 初三 8:00PM 金剛心菩薩 四加行法 Vajrasattva (Vajra-Heart) Practice (Of the Four Preliminary Practices)	㉕ 初四 8:00PM 龍王寶瓶護摩同修 第1壇	㉖ 初五 8:00PM 龍王寶瓶法同修 第2壇	㉗ 初六 8:00PM 龍王寶瓶法同修 第3壇
㉘ 初七 8:00PM 龍王寶瓶法同修 第4壇	㉙ 初八 8:00PM 龍王寶瓶法同修 第5壇	㉚ 初九 8:00PM 龍王寶瓶法同修 第6壇	㉛ 初十 8:00PM 龍王寶瓶護摩同修 圓滿壇	2015年1月1日 9:00AM 吉膽島海上 敬獻龍王寶瓶 8:00PM 歡慶新年	備註： 為安全起見， 法會報名請勿用現金 郵寄，請將款項直接 匯入馬密總戶口	支票、匯票或 Wang Pos 抬頭： P.A.B.T. Chen Foh Chong Malaysia Public Bank 號碼： 3123296930

# 貼身皂親手做作 天然無毒更安心

文、圖 / 娜娜媽的30種無毒貼身皂 《蘋果屋出版》提供

## 聰明消費停看聽

一塊手工皂市售約馬幣二、三十令吉，價格不算便宜。另外手工皂多會標榜其作用，讓消費者產生不少迷思。您對市售的手工皂了解多少呢？消費者可以從下列幾點來判斷！

- \* 如果一塊肥皂標示可以放3~5年，通常都有添加抗菌劑或防腐劑。一般來說，手工皂因為不含防腐劑，保存期限約10~12個月，如果配方中加入精油，可以再多保存3~6個月。
- \* 手工皂一般都會含甘油，所以洗起來會較滋潤，不會產生乾澀感。再者因用油比例的關係，也比一般的肥皂來的軟。
- \* 有些手工皂為了做出透明的質地，讓肥皂看起來漂亮一些，會加入「透明皂基」，因其含有酒精，沒有鎖水、保濕的效果，洗過後反而讓皮膚更乾燥，消費者可以切一小塊放在湯匙上，用火燒看看，如果很快融化，表示含有皂機成份。如果您不放心市售手工皂的品質，不妨自己動手DIY，做一塊讓自己放心的天然無毒手工皂！



徹底潔淨  
去除角質

## 咖啡去角質皂

適合膚質 中油性膚質  
使用模具 牛奶紙盒  
INS 硬度 142

### 準備材料

**油脂** extra virgin初榨橄欖油100g (也可用一般的純橄欖油)、椰子油65g、棕櫚油65g、開心果油50g、乳油木果脂40g、白油30g (總油重350g)  
**氫氧化鈉** 51g  
**母乳冰塊** 120g (可用牛乳 / 羊乳 / 水替代)  
**添加物** 咖啡粉渣6g



環保再利用的食材，也能用來做皂？沒錯，即使是使用過的咖啡渣，同樣含有油脂與養分，可以被人體吸收，並具有去角質的功用。這款咖啡皂非常適合在夏天使用，洗完後你會覺得身體非常的乾淨，老廢角質都去除了，而且因為加入乳油木果脂等滋潤型的油脂，所以不會有洗後乾澀的問題，建議每週使用1~2次，進行全身去角質的保養。(目前部份連鎖咖啡店有提供客人取用咖啡渣，請不要使用3合一的即溶咖啡，不但添加了奶精等多餘的成分，也失去了去角質的功效。)

## 製·作·步·驟



### 準備

1. 將牛奶盒開口封好，並從側邊裁切開口。
2. 將所有的油脂量好，並將白油跟乳油木果脂先隔水加熱融解。(冬天時，椰子油與棕櫚油也要先隔水加熱，才會融化。)
3. 將步驟2中所有的油脂倒入不鏽鋼鍋中隔水加熱，讓油脂充分混合後備用。
4. 母乳冰塊測量好後，置於不鏽

鋼鍋中，將氫氧化鈉分3~4次倒入，並快速攪拌，直到氫氧化鈉完全融解，鹼液即完成。

5. 用溫度計分別測量油脂和鹼液的溫度，二者皆在45°C以下，且溫差在10°C之內，即可混合。



### 打皂

6. 將步驟3的油脂邊攪拌邊倒入步驟4的鹼液中，持續攪拌30~40分鐘。
7. 直到皂液變得濃稠，似美乃滋

狀(在表面畫8可看見字體痕跡)。

### 分層

8. 將1/3的皂液先倒入牛奶紙盒中。
9. 再取1/3的皂液，加入6g咖啡渣，攪拌均勻後(約攪拌300下)，緩緩倒入牛奶紙盒中。速度一定要慢，才不會直接掉到下層。(如果你覺得6g的咖啡渣太少，請以1g為單位，慢

慢增加，不要一次加太多。)

10. 最後，將剩下的1/3皂液，緩緩倒進牛奶紙盒裡。
11. 可在皂液表面灑上少許的咖啡豆，當做裝飾。

### 入模

12. 放置約2~3天後脫模。
13. 再風乾約2~3天，將皂體以蛋糕切片方式切皂。
14. 放置約3~5星期，完全皂化後即可使用。



# 什麼是

文 / 張甄 (臺北醫學大學附設醫院消化內科醫師)

# 大腸瘻肉



**李**先生、55歲、最近3個月有間歇性解鮮血便，一開始以為是痔瘡出血而不以為意，後來血便量及次數增加，於是到腸胃內科門診就醫，經醫師初步診察後建議接受全大腸鏡檢查。檢查發現李先生大腸有數顆大腸瘻肉，其中最大顆直徑為2公分。李先生經醫師建議接受內視鏡大腸瘻肉切除，病理組織切片檢查發現全為腺性瘻肉，其中一顆直徑大小只有1公分竟然有局部惡性變化，切斷端則尚未受癌細胞侵犯。

## 什麼是瘻肉？

息肉是指內視鏡下肉眼可見胃腸黏膜隆起長出的突起物，局部基本上呈圓球狀突出於黏膜表面的病灶。整個腸胃道，從食道至直腸都可能出現瘻肉，而較常見於乙狀結腸與直腸。出現在大腸的稱為大腸瘻肉，可分為贅瘤性及非贅瘤性瘻肉兩大類；好發年齡由40歲開始。

以病理組織切片大腸瘻肉分類為：

1.增生性瘻肉：這是大腸中常見的瘻肉，同時也是一種非瘤性瘻肉，不會變成惡性腫瘤，最常發現於直腸或乙狀結腸。常小於0.5

公分，外形上呈現無莖、外表平滑、色澤可能略白的瘻肉樣病灶。

2.腺瘤：又分管狀腺瘤、絨毛狀腺瘤、及二者混合存在的混合型；絨毛型所佔的比例愈大，則惡性變化之機率較大。約80%的腺瘤是管狀腺瘤，這是腺瘤中比較不會有惡性變化的腺瘤，但如果夠大，它還是會有惡性的可能；絨毛狀腺瘤約佔腺瘤的5%，是最有惡性變化的腺瘤。

3.發炎性瘻肉：又稱為偽瘻肉，乃是因為之前的大腸黏膜發生潰瘍壞死，新的黏膜上皮長出來或是過度生長所致。發炎性瘻肉本身並不會變成癌細胞，但由於形態上與腺瘤有時不易區分，所以仍須切片以進一步確定。

## 瘻肉與癌症的關係

根據統計資料顯示，腺性瘻肉發生癌化情形與息肉大小及形狀有關，一般腺性瘻肉產生癌化的機會為5~10%。有家族大腸瘻肉症家族的病人，發生癌變的可能性高達100%，具有這種瘻肉症的人大腸直腸中產生數百甚至數千個以上的腺瘤性息肉，患者之子女約有一半機會有此遺傳。

大部分的大腸直腸瘻肉是沒有症狀的，偶爾會有腹痛、腹瀉、便血或便秘等非特異性的症狀，只有經大腸鉭劑灌腸攝影、大腸鏡檢查或大腸虛擬內視鏡立體電腦斷層掃描檢查才能發現。目前認為大部分的大腸直腸癌，乃是自原本存在的腺瘤轉變而來，少部分則來自原本平坦而無腺瘤的黏膜。這個「腺瘤到癌」的序列

已經得到流行病學、臨床病理學及分子遺傳學等證據的支持。

近年來無痛消化道內視鏡正逐漸推廣中，其優點有避免因畏懼而錯失檢查機會、減少檢查中的疼痛及焦慮、增進追蹤檢查的意願、避免因檢查中的緊張、疼痛而產生嚴重的併發症，但須經醫師評估是否適合無痛鏡檢。

國人飲食日益精緻化，食物纖維的攝取日益減少，且包含高動物性脂肪與蛋白質的食物，因此罹患大腸癌人數逐年增加。由於早期大腸癌不易有自覺症狀，因此若透過定期檢診可達到最好的治療效果。建議只要年齡大於四十歲，有家族史，最好定期接受大腸鏡檢查，一旦發現有血便、大便潛血檢查陽性、不明原因貧血、大便習慣改變、體重減輕、大便變細、經常腹脹、腹痛等問題，最好早日接受檢查，才能早期發現、早期治療。



# 預防大腸癌 要從飲食與定檢著手

**知**名導演楊德昌因大腸癌在美病故，在台灣，大腸直腸癌已躍居為罹患率第一位。大腸癌的發生，70%是由環境因素決定的，特別是飲食習慣，像吃了太多高脂肪、低纖維的食物，尤其是大量食用肉類、動物性脂肪、蛋白質、精緻的穀類，或者飲食中含亞硝酸物質等都可能造成大腸癌，其餘30%則以遺傳為主要因素。

預防大腸癌可從平日飲食及排便習慣多注意，並做好定期檢查。

**飲食習慣：**平日要攝取足量的纖維，保持大便通暢，一些高脂肪、肉類及高膽固醇食物宜盡量減少攝取。

**排便習慣：**大腸癌出現的部位大部分都是在

大腸的下端，主要是因為糞便停留在乙狀結腸與直腸的時間特別久。糞便裡面殘留有許多毒素，便秘時，這些物質與腸壁有較長時間的接觸，故惡性腫瘤發生的機會也會相對



增加。

## 早期篩檢：

◎50歲以上、無症狀者，建議每3~5年做軟式乙狀結腸鏡檢查及每年做大便潛血反應檢查。

◎如果有瘻肉、大腸癌術後（一年內應先接受一次）、有大腸癌家族史等的中危險群，建議3年接受一次大腸鏡檢查。

◎有慢性潰瘍性結腸炎、家族性大腸瘻肉、幼年型瘻肉症、遺傳性非瘻肉症、大腸直腸癌等高危險群，建議1至2年做大腸鏡檢查。

馬來西亞真佛宗密教總會『文德甲華藏同修會』假於2014年10月25日至26日所舉辦的“大通方廣懺悔滅罪莊嚴成佛經禮懺暨大白蓮花童子息災，增益，祈福，超度法會”由釋蓮花盛法金剛上師主壇，法師護壇。

法會後釋蓮花盛法上師開示：大通方廣禮懺的殊勝，釋迦牟尼佛雖於過去世做廣大供養諸佛，但聞大通方廣經才得定光佛授記。師尊在新書『遇見本尊』書中有提到某成佛經大放光三丈，學佛要守戒如：受菩薩戒要行戒，法會上要穿戒衣。學佛知錯不能明知故犯如：有某堂主修壇城沒穿衣躺著休息，金剛手菩薩夢中警惕，行者要戒煙，吸煙無助修行，懺悔要從心改過，立志不再犯才是真懺悔，大通方廣經里提到，未來第一千佛以華光佛為首，印證師尊殊勝修持。

開示後上師以根本上師親筆簽名的懺本為同門善信做灌頂，法會圓滿結束。

# 懺悔要從心改過 立志不再犯才是真懺悔



祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持

七壇

# 龍王

## 寶瓶法暨 護摩同修



- 「龍王寶瓶法同修」  
2014年12月26日至30日~8:00PM - 第2壇至第6壇
- 「龍王寶瓶護摩同修」  
2014年12月25日~8:00PM - 第1壇 / 12月31日~8:00PM - 圓滿壇
- 2015年1月1日出海吉膽島海上敬獻寶瓶



馬來西亞真佛宗密教總會般若雷藏寺主辦  
由般若雷藏寺上師及法師團帶領同修

No.1A, Jalan Perawas, Lebu Setaka, Taman Chi Liung,  
41200 Klang, Selangor, Malaysia.  
Tel: 603-3374 9399 Fax: 603-3377 1908 / 3373 4969  
Email: boyeone@gmail.com Website: http://www.tbsn.my

### 【大白傘蓋佛母法相簡介】

大白傘蓋佛母法相有一面二臂、三面六臂，以及千面千臂等多種。一面二臂三目，身顏白色，右手結與願印，能滿足眾生之所求，左手持白傘蓋，為七珍與八吉祥之一，表遠離邪念，佛之淨德覆蓋一切之意。頭戴寶冠，瓔珞三重，天衣彩裙，環釧眾寶飾具全，以金剛跏趺姿安住。

千面千臂大白傘蓋母，身白色，其千面、千手、千足、千眼，天衣、彩裙、珠寶、瓔珞裝飾，千足威立，踏六道眾生之背。

大白傘蓋佛母，是金剛頂髻大迴遮母，是千手千面千眼，原是不二熾燃具萬種相的寬廣大白母，主宰了三界中園的一切眾生。『大白傘蓋心咒』的威力，能使所有的怨敵自行退散，天魔邪魔退散，並摧毀一切降頭詛咒，能由阿彌陀佛增添壽命，破天地水三魔，凡一切疾厄、魂夢不安，魍魎現形，皆可破之。

修持「大白傘蓋佛母法」，能得到日月星斗的歡喜擁戴，而降吉祥賜福，能受持、誦咒、供養、帶身更有種種功德，命終時往生佛國，不墮六道也。

往昔阿修羅眾見天人有大福報乃大起瞋恨，遂聚眾攻打天人，天人偶有不敵，帝釋往求釋迦牟尼佛加持，佛悲憫之，頂現法身無敵金剛佛母，手持大白傘蓋，巨大無比，宣說『大白傘蓋陀羅尼』，修羅眾驚避奔逃，乃止息此爭，是為釋尊宣說『大白傘蓋陀羅尼』之緣起。（諸佛說法，必具因緣，其所說法，統名曰經，經之真心，是名為咒，或稱真言、總持、陀羅尼等。）

大白傘蓋佛母心咒：「吽。媽媽。吽尼。梭哈」 種子字：「𑖀」字 手印：



## 大白傘蓋 佛母簡介

馬來西亞真佛宗密教總會「般若雷藏寺」將於2014年12月13日晚上8時正舉辦「大白傘蓋佛母」息災、增益、敬愛、超度藏密式護摩大法會，恭請釋蓮夫金剛上師主壇。歡迎同門善信大德出席護持，共沾法益。