

蓮生活佛盧勝彥佛光加持
祈請根本傳承上師聖尊



乙未年除夕夜點頭香暨

南摩地母菩薩

藏密式護摩火供大法會

馬來西亞真佛宗密教總會般若雷藏寺主辦

法會日期：18.02.2015 (星期三) 8:00PM

恭請：蓮花程祖金剛上師主壇、法師、講師及助教護壇

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>



tbsmalaysia



tbsn.my

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持



公天拜誕寶天釋帝

《供養諸天神眾》藏密式護摩火供祭天

2015年2月26日 8PM

- 恭請：釋蓮花盛法金剛上師主壇 -

諸天護持成就一切弘法事業，所以我們要贊嘆及供養諸天神眾。當天法會現場備有精緻供品，讓與會大眾請購下爐，祈求諸天護持，增福添祿、事業成就、財源廣進。

馬來西亞真佛宗密教總會 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>



tbsmalaysia



tbsn.my

肥胖症與肝膽疾病有關嗎？

文 / 臺北醫學大學附設醫院消化內科主治醫師 陳盛煊



王太太今年 45 歲，身高 156 公分，體重 62 公斤，育有四個小孩，是個美食主義者。有一次和幾個好朋友餐聚，酒酣耳熱後，多吃了不少油膩美食。當晚，王太太感覺到腹部漲得厲害，不時覺得右上腹部疼痛加劇，更痛到直冒冷汗，而且開始嘔吐。隨著疼痛越來越劇烈，整個上腹部，連右側後背都感到疼痛，嘔吐也更加嚴重，甚至連膽汁都吐了出來，當晚便送進急診。胃腸科醫師為她施行腹部超音波檢查，發現她的膽囊內有 6~7 粒 0.5 公分的結石。

■ 為何會發生膽結石

膽結石患者，一般以 40 歲以上的中年人居多，根據國外的報告指出，在 40 歲以上的男性罹患比例較高。另外，多經婦女、肥胖、喜愛高脂肪食物者，以及喜歡穿緊身衣及神經質者，罹患的比例也比一般人高。

膽結石依其組成成分不同可分為：膽固醇膽結石、膽紅素膽結石，以及兩者兼有的混合性膽結石。由於，台灣人飲食的西化，膽固醇膽結石的發現率有提高的傾向。

膽汁中 97% 為水份，而其中膽固醇是不溶於水的物質，必須依靠膽汁酸及磷脂質的結合，

才可溶於膽汁中。如果膽汁中的膽固醇太多，或發生膽囊炎使膽汁酸減少的话，膽固醇便失去調節而析出成為膽結石。

■ 肥胖易引發膽結石

由於飲食不正常，肥胖的人罹患膽結石的比率為瘦的人的兩倍。喜歡吃動物性脂肪或高膽固醇的食物，或者每日攝取過多高熱量食品，這些人不但容易引起肥胖，也打亂了膽汁中膽固醇、磷脂質(卵磷脂)及膽汁酸三者的平衡，因此，容易產生膽固醇膽結石。

■ 「脂肪肝」也與肥胖有關

在幫王太太超音波檢查中，醫師也發現她不但有膽結石，還有「脂肪肝」。什麼是「脂肪肝」？它是營養過剩，導致肝細胞內儲存過多脂肪的結果。肝細胞中通常含有 3~5% 的脂肪，正常情況下，肝臟內的脂肪會不斷地氧化換新，但是遇到某些特殊情況下，肝細胞中的脂肪會快速增加，若增加到 10% 以上時，肝臟則會腫大而成黃色。此時的肝臟就叫做「脂肪肝」。

肝細胞內過多的脂肪會降低肝臟的功能，導致各種障礙，也會引起肝指數 GOT、GPT 的異

常上昇。造成脂肪肝的原因很多，其中包括營養過剩或不足，荷爾蒙分泌異常、糖尿病、肥胖、喝酒過多等，這些脂肪肝，在日常的門診中皆可發現。

■ 控制飲食與體重才能保護肝膽

脂肪肝雖會引起肝指數的異常，但它和慢性肝炎並不一樣。脂肪肝並無特別的自覺症狀，頂多是比較容易疲倦而已。飲食的均衡及每天適當的運動，是預防及治療脂肪肝最有效的方法。膽結石及脂肪肝都與肥胖有關，因此，屬於高危險群者，更應避免飲食過量以及肥胖的發生。

膽結石與脂肪肝的飲食原則

飲食原則——定時定量、少量多餐、忌暴飲暴食。

飲食內容——低糖、低脂、低膽固醇和高纖維。

是預防和治療膽結石重要手段。尤其要少吃油煎、油炸的食物，同時選用低(脫)脂奶、瘦肉以避免脂肪過多。

在限制脂肪攝取時，特別要小心地控制飽和脂肪的量，因為飽和脂肪會促進體內膽固醇的合成，使膽結石更形嚴重。因此要減少動物性脂肪的攝取，去皮、去油脂的瘦肉是較好的選擇，同時要注意選擇烹調用油，椰子油、棕櫚油是飽和脂肪高的油脂，盡量不要使用。

高纖維 膽汁的主要成份是膽酸，而肝臟製造膽酸的原料則是膽固醇。蔬菜、水果、全穀類和全豆類等食物中所含的高量纖維質，可以在腸道內吸附膽酸而使之隨糞便排泄。

不過要注意的是：若是膽結石已經造成不適，則要注意避免一些可能會造成脹氣的食物，如乾豆類、洋蔥、甘藷、蘿蔔等，以免症

狀加劇。

低膽固醇 在膽結石的成因中，膽固醇佔了相當重要的地位，因此若是能夠控制飲食中膽固醇的攝取量，則可以使膽汁中的膽固醇含量減少，減低結石的機會。要減少膽固醇的攝取，除了要減少油脂，特別是飽和脂肪的攝取外，也要控制直接自食物獲得的膽固醇，每天最好低於 300 毫克。

維生素 一些研究指出，維生素 A 和維生素 E 對於預防和治療膽結石有一定程度的幫助，因此建議多吃富含維生素 A 的黃綠色蔬菜並且補充維生素 E。此外，維生素 C 可以保護維生素 E 不被破壞，也要適量補充。而刺激性強的調味品，如辣椒、胡椒、芥末等也要避免，避免造成不適症狀。

低糖 過多的糖分可能是引起肥胖的原因之一，因此限制糖的攝取，是預防肥胖和膽結石的好方法。

低脂 過多的脂肪易引起肥胖，而肥胖者的確容易罹患膽結石。對於肥胖者而言，減肥



真佛宗 大馬各道場。法務、活動報導。



慈悲 ~ 給眾生快樂 慈悲 ~ 把眾生的苦拿掉

2014年12月21日馬來西亞真佛宗密教總會《華嚴雷藏寺》主辦南摩四臂觀音菩薩息災、祈福、增益、敬愛、超度護摩法會。由釋蓮萊金剛上師主壇（上圖中者），本寺住持釋蓮今金剛上師（上圖右者）以及釋蓮支金剛上師（上圖左者）護壇。法會於下午三點正開始並於五點半圓滿結束。

蓮萊上師法語開示主題為“慈悲”。上師以深入淺出解釋何謂慈悲，並以故事一一來解說。

以下為開示主要內容:-

上師以釋迦牟尼佛的解說來帶出何謂慈、何謂悲~給眾生快樂。悲~把眾生的苦拿掉。所謂慈悲: 1) 不可增長眾生的慾望。2) 不可給對方毒藥。3) 不可給對方武器。

上師講解有三種慈悲: 1) 生緣慈悲。2) 法緣慈悲。3) 無緣慈悲。

法會當天有十多位新同門皈依，上師代師為新同門做皈依灌頂。法會過後上師也為與會大眾做賜福灌頂。

2014年12月7日下午2點馬來西亞真佛宗密教總會《敬法堂》舉辦藥師佛息災、治病、祈福、超度、藏密護摩法會，由釋蓮鳴金剛上師主壇，蓮少法師護壇。

當法會進行時，大雨傾盆而下，但到點燃護摩火時，卻雨過天晴，讓法會圓滿進行，與會信眾有百多人，歸依者有八人，感恩師尊加持法會一切圓滿吉祥。



敬法堂藥師佛藏密護摩法會

2015
馬來西亞真佛宗密教總會~大德佛學院舉辦

道場發展：創新思路

講座會

道場成長中面對的挑戰、困境
蓮花程祖金剛上師主講

浅析馬密總宏願的落實
釋蓮大金剛上師主講

宗教組織功能最佳發揮的可能性
陳秉瓊碩士主講

透析志工與道場生涯規劃
Tony Wong 導師主講

日期：2015年2月1日（日）9:30AM ~ 6:30PM
地點：馬來西亞，砂勞越，古晉【法輪雷藏寺】
詢問：釋蓮允金剛上師（0138118518）蓮花細妹講師（0124502338）

馬密總佛具部徵聘通告

會計執行員

應徵條件：
能獨立處理全盤賬目(full set A/C)
有工作經驗者為佳
通曉華英巫及電腦作業（華文輸入）
具備駕駛執照
男女皆可

歡迎有志者聯係：林聯榮03-3374 9399/016-698 9558
或將履歷表電郵至：lim4134@gmail.com

馬密總秘書處徵聘通告

秘書助理

應徵條件：
大學文憑或至少SPM以上程度
有行政管理，秘書經驗或
無經驗但有上进心，肯學習
良好的工作態度與溝通
通曉華英巫及電腦作業（華文輸入）
男女皆可

歡迎有志者聯係：王達講師03-3374 9399/012-359 1817
或將履歷表電郵至：wong.tianta@gmail.com



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, Lebuhr 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



| 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 十三 10:00AM 蓮花童子上師相應法 Root Guru Yoga Practice 晚上沒有同修 | 2 十四 晚上沒有同修 | 3 十五 11:00AM 佛前大供 Meal Offering 8:00PM 懺悔大禮拜《49拜》 The 49 Great Prostration | 4 十六 2:30PM 拜土地公 Earth Deity Dhama 8:00PM 金剛心菩薩 四加行法 | 5 十七 8:00PM 煙供法同修 Smoke Offering Dhama | 6 十八 8:00PM 真佛寶懺同修 True Buddha Repentance | 7 十九 8:00PM 護摩同修 大白蓮花童子 Fire Offering Practice (Namo Padmakumara) |
| 8 廿 10:00AM 蓮花童子上師相應法 Root Guru Yoga Practice 晚上沒有同修 | 9 廿一 晚上沒有同修 | 10 廿二 8:00PM 懺悔大禮拜 《49拜》 The 49 Great Prostration | 11 廿三 8:00PM 金剛心菩薩 四加行法 Vajrasattva (Vajra-Heart) Practice (Of the Four Preliminary Practices) | 12 廿四 2:30PM 謝送、迎接太歲 8:00PM 煙供法同修 Smoke Offering Dhama | 13 廿五 8:00PM 護摩同修 金剛心菩薩 Fire Offering Practice (Vajrasattva Practice) | 14 廿六 8:00PM 護摩同修 大白蓮花童子 Fire Offering Practice (Namo Padmakumara) |
| 15 廿七 10:00AM 慈悲放生 Release Life 晚上沒有同修 | 16 廿八 晚上沒有同修 | 17 廿九 8:00PM 懺悔大禮拜 《49拜》 The 49 Great Prostration | 18 三十 8:00PM 新春除夕夜 南摩地母菩薩 藏密式護摩大法會 | 19 正月 初一 11:00AM 佛前大供 Meal Offering 晚上沒有同修 | 20 初二 2:30PM 拜土地公 Earth Deity Dhama 晚上沒有同修 | 21 初三 晚上沒有同修 |
| 22 初四 晚上沒有同修 | 23 初五 晚上沒有同修 | 24 初六 8:00PM 懺悔大禮拜 《49拜》 The 49 Great Prostration | 25 初七 8:00PM 金剛心菩薩 四加行法 Vajrasattva (Vajra-Heart) Practice (Of the Four Preliminary Practices) | 26 初八 8:00PM 帝釋天寶誕拜天公 藏密式護摩火供祭天 Emperor Of Jade Purification, Blessing Fire Offering Ceremony | 27 初九 8:00PM 護摩同修 金剛心菩薩 Fire Offering Practice (Vajrasattva Practice) | 28 初十 8:00PM 護摩同修 大白蓮花童子 Fire Offering Practice (Namo Padmakumara) |
| 2015年3月1日 6PM 歡慶元宵 備有美食、遊戲、中西樂表演 | | 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 | | 備註 本寺每日開放時間： 早上10時至傍晚6時 星期二至星期六： 傍晚7時30分至晚上9時 |

《地母菩薩》

◎地母菩薩手印：
 雙手先內縛，中指豎立接觸，食指豎立斜斜而立，
 大拇指並列輕按無名指。（置胸前）

◎種子字：「吽」



◎地母菩薩心咒：
 『唵。地母。悉地。吽。』

真佛宗創辦人 蓮生淨師 開光 本報總編 諸君留意

【地母菩薩簡介】

地母菩薩心咒：「唵。地母。悉地。吽。」

地母菩薩法相簡介：「地母菩薩」，右手執拂塵，左手拿八卦，左腳踏地球（大地）。

蓮生法王盧勝彥寶貴法語開示——地母菩薩的來歷

「地母菩薩」，又稱「地母娘娘」，祂是一尊非常偉大的菩薩。祂的右手拿著拂塵，左手拿著八卦，腳踩的是大地，這是象徵整個地球、須彌山、四大洲、八小洲、七功德海、七香水海，全部歸祂統管。

所有的金、銀、銅、鐵、錫、鎊、錳、珍珠寶物、珊瑚、七珍八寶都是從大地生出，是「地母菩薩」所擁有，所以人也要敬禮大地之神，視大地為母，所以稱為「地母」。

「地母」是最大的財神，包括所有的建築、汽車、一切用品，吃的、穿的、行走的、住的、睡覺的，全部出都自於地球，也就是都由地母菩薩所管。地母經講，地母是最尊貴的，你要錢財、財寶，不求地母，求誰呢？天上最富有的，就是「四大天王、帝釋天」；海中最富有的就是「龍王」；地上最富有的，就是「山神」、「堅牢地神」、各方土地，都是最富有的。

但天上的四天王，祂們是屬於「地居天」，位在須彌山的半腰，也是屬於「地母娘娘」的；海中龍王，也是屬於地母娘娘的；連所有的山神、土地，所有的財神、土地、五路、五姓、藏密五財神和一切所有的財神，沒有一尊逃過地母娘娘的手掌。所以，今天講「迎財神」，最主要的財神就是地母娘娘。中國的五行講，土生金，金就是從土生出來的。大地為母，天為父，八卦裡面天是乾，地是坤，由乾坤產生所有的眾生。所以天也要敬，地也要敬，這是最重要的一件事情。所以，地母菩薩的功德非常偉大。

我們就以祂的名為心咒：「唵。地母悉地。吽。」，祂的手印和所有母性主導的手印是一樣的，瑤池金母的手印也是這樣，地母的手印也是這樣。有了手印，有了咒，有了祂的形象，就成為密教的法。所以，地母娘娘是我們真佛宗的不共大法，也就是我們最大的財神。

「地母菩薩」有地母經、地母真經、地母妙經，三本經典。其中最重要的一點，不管你是哪一路財神，我們有所謂的五路財神、五姓財神、密教五財神、天上財神、龍王財神、山王財神、堅牢地神財神，甚至於象鼻財神、文財神、武財神，任何一路的人馬，全都歸於地母娘娘財神。

馬來西亞真佛宗密教總會「般若雷藏寺」將於2015年2月18日（除夕夜）晚上8時正舉辦「地母菩薩」息災、增益、祈福、敬愛藏密式護摩大法會，恭請蓮花程祖金剛上師主壇。歡迎同門善信大德出席護持，共沾法益。



地母菩薩
簡介