

真佛宗 大馬各道場。法務、活動報導。

各道場誦經迴向「羅天大醮」

般若雷藏寺



於2018年4月10日，開始誦經迴向美國6月30日師尊主壇的「羅天大醮」法會吉祥圓滿！

妙理雷藏寺



於2018年5月7日，誦念真佛經迴向美國6月30日師尊主壇的「羅天大醮」法會吉祥圓滿！

心燈堂



於2018年5月3日，開始誦念真佛經迴向美國6月30日師尊主壇的「羅天大醮」法會吉祥圓滿！

法輪雷藏寺



於2018年5月8日，開始誦經迴向美國6月30日師尊主壇的「羅天大醮」法會吉祥圓滿！

傳律雷藏寺



於2018年4月15日，開始誦經迴向美國6月30日師尊主壇的「羅天大醮」法會吉祥圓滿！

教師堂



於2018年5月1日，誦念真佛經迴向美國6月30日師尊主壇的「羅天大醮」法會吉祥圓滿！

恭賀無上法王蓮生活佛 7秩晉4佛誕

欣逢此74聖壽佳期，我輩弟子應伏以恭敬、感恩之心，伏惟聖尊佛德，共同讚歎與祝福，以表祝壽之誠。

大馬真佛報敬邀所有真佛道場、真佛行者，踴躍刊登佛誕賀詞，共同向師佛表達最誠摯的祝福。

祈盼大馬所有
真佛弟子一起來

請佛住世，恭祝蓮生活佛佛體安康、長壽自在、大轉法輪、不入涅槃！

刊登報名截止日期：

5月30日

道場/商家/姓名：(中)
 (英)

聯絡電話：.....

傳真號碼：.....

負責人：.....

職稱：.....

道場/商家/個人簽名及蓋章

日期

* 請將存款收據及表格傳真/電郵/郵寄予馬密總
 * 支票：匯票或Wang Pos抬頭：
 P.A.B.T. Chen Foh Chong Malaysia
 銀行：Maybank 賬號 - 512101604748
 Public Bank 賬號 - 3125842930

賀詞廣告贊助費				
版位聯名	全彩版	✓	黑白版	✓
全版	RM2000		RM1000	
全版 (2道場聯名)	RM1000		RM500	
全版 (4道場聯名)	RM500		RM200	
全版 (8道場聯名)	RM250		RM100	

眞實佛法息災賜福經

祈請蓮生活佛加持文：

喻。呬。吽。

敬以清淨身口意。供奉毗盧遮那尊。法身佛眼佛母聖。報身蓮花童子身。應身教主蓮生佛。三身無別大佛恩。恭敬眞佛大傳承。具足神通祿六合。放光遍照於三際。一如無間能現證。佛子時時常哀請。光明注照福慧增。昔日釋迦來授記。阿彌陀佛殷付托。彌勒菩薩戴紅冠。蓮華大士授密法。祈請不舍弘誓願。救度我等諸眾生。如是護念而攝受。祈請加持速成就。

南摩毗盧遮那佛。

南摩佛眼佛母。

南摩蓮花童子。

南摩蓮生生活佛。

南摩眞佛海會十方三世諸佛菩薩摩訶薩。

念聖誥三遍：

西方蓮池海會。摩訶雙蓮池。十八大蓮花童子。白衣聖尊。紅冠冕冕金剛上師。主金剛眞言界秘密主。大持明第一世靈仙眞佛宗。盧勝彥密行尊者。南無眞佛會上諸佛菩薩摩訶薩（三稱）

奉請二佛八菩薩：

南摩法界最勝宮毗盧遮那佛。

南摩西方極樂世界阿彌陀佛。

南摩觀世音菩薩摩訶薩。

南摩彌勒菩薩摩訶薩。

南摩虛空藏菩薩摩訶薩。

南摩普賢菩薩摩訶薩。

南摩金剛手菩薩摩訶薩。

南摩妙吉祥菩薩摩訶薩。

南摩除蓋障菩薩摩訶薩。

南摩地藏王菩薩摩訶薩。

南摩諸尊菩薩摩訶薩。

開經偈：

无上甚深微妙法。百千萬劫難遭遇。

我今見聞得受持。願解如來眞實義。

蓮生活佛說「眞實佛法息災賜福經」

如是我聞。一時大白蓮花童子。在摩訶雙蓮池。坐於大白蓮花法座之上。周圍十七朵大蓮花。青色青光。黃色黃光。赤色赤光。紫色紫光。各朵蓮花。微妙香洁。

白蓮花童子。默運神通。將一個摩訶雙蓮池。變化得格外金光灿烂。所有香花全部怒放。瑞草放出香息。白鶴。孔雀。鸚鵡。舍利。迦陵頻迦。共命之鳥。均化金色。出和雅天音。

空中金色光。有淨妙天音來自虛空。諸世界香氣芬馥。空中金閣。全生光華。遍敷金蓮。虛空之中天花飄散。

爾時。摩訶雙蓮池。大大震動。无量諸天皆感受之。佛菩薩聲聞皆感受之均至摩訶雙蓮池。三十三天主均趕赴摩訶雙蓮池。集諸二十八天眾。帝釋。梵王。八部四眾。廣說法要。

爾時。金蓮花童子現出大慧光。白蓮花童子現出法界光。綠蓮花童子現出萬寶光。黑蓮花童子現出降伏光。紅蓮花童子現出行願光。紫蓮花童子現出端嚴光。藍蓮花童子現出果德光。黃蓮花童子現出福足光。橙蓮花童子現出童眞光。

諸天見之。大感驚異。於是帝釋從座而起。稽首向前對白蓮花童子而說。稀有聖尊。摩訶雙蓮池。以何因緣。現此大光華。

大白蓮花童子說。當為汝等細說。帝釋說。聖尊威權最尊。惟願聖尊為眾宣說。一切天人咸知皈向。

爾時。大白蓮花童子告帝釋及諸大眾說。善哉善哉。吾今為汝及末世眾生。有緣者於當來之世。咸共知之眞實佛法及息災賜福之理。

大白蓮花童子即說。諸佛菩薩救度眾生。有最勝世界。妙寶世界。圓珠世界。無憂世界。淨住世界。法意世界。滿月世界。妙喜世界。妙圓世界。華藏世界。眞如世界。圓通世界。如今。將有眞佛世界。

於是佛菩薩聲聞緣覺及諸天眾聞聖尊開演眞佛世界。知是過去現在未來之吉祥善逝大悲因果。是聖尊為眾生化身示現。各各歡喜得未曾有。稽首稱贊而說偈言。

聖尊大慈悲。无上秘密尊。

過去早修證。離欲超凡間。

今創眞佛界。憐愍諸群有。

化身為教主。下降至娑婆。

善哉號蓮生。為眾廣宣說。

我等均已聞。當為大護持。

爾時。聖尊大白蓮花童子告大眾。修行以無念為正覺佛寶。身清淨。口清淨。意清淨為法寶。依眞佛上師為僧寶。

聖尊告大眾。若有善男子。善女人。於每年五月十八日。沐浴齋戒。著新淨衣服。或於每月十八日。或本命生辰日。在密壇前。奉請二佛八菩薩。奉誦「眞實佛法息災賜福經」隨心所求。自

有感應。更能供養香花燈茶果。

虔誠祈禱。咸得如意。

聖尊告大眾。世間高官貴人沙門居士修道俗人等。若聞此經。受持讀誦。如是之人祿位最尊。壽命延長。求子得子。求女得女。獲福最是无量。是增益的大福寶經。

若有先亡。怨親債主。未能得度。滯泄幽冥。若能持誦本經。印送本經。亡者升天。怨親退散。現存獲福。若有男子女人。或被邪魔所侵。鬼神為害。惡夢昏亂。受持本經。施印本經邪鬼退藏。即得安樂。

若有疾厄纏身。前世因果業報。鬼神病等。受持本經。印施本經。即得災厄消除。病源立解。若有惡運。官訟牽纏。囚禁獄系但能持誦本經。印施本經。即得解除。凶殃殄滅。化為吉祥。

若兩國爭戰。能持此經。立像供養。即得加威。戰無不勝。誦者。印者。施者。能一切吉祥如意圓滿。消除諸毒害。能滅生死苦。

西方眞佛海會。摩訶雙蓮池。大白蓮花童子。即於其中。而說咒曰：

「嚩。古魯。蓮生悉地。吽。」（無數遍）

聖尊說此經已。帝釋及諸大眾。天龍八部四眾。恭敬作禮。信受奉行。

眞實佛法息災賜福經終。



蓮生法王盧勝彥

五戒十善

最基本的佛教戒律是五戒。皈戒証書上所寫願盡形壽奉法持戒，指的正是奉行五戒。

五戒詳述如下：

一、不殺生

慈心悲物，不殺生物。更積極的是放生。



《助印者：蓮花秀婷(綉葶)、鍾鎬鴻、胡淑萍、鍾天來、鍾秀雲、鍾易霖、邱雲恩、謝代興、謝洵芯、謝俊好、謝羅儀、謝礎安、何贊豪、蔡粉娥、鍾氏歷代祖先、謝氏歷代祖先、劉來娣(歿) 迴向：消除業障、消除諸毒害、冤親債主纏身靈、離苦得樂、往生淨土，一切所求皆吉祥圓滿。》

真佛宗 大馬各道場。法務、活動報導。



南摩瑤池金母息災，祈福，超度，護摩大法會

把『定』與『慧』 運用在日常生活當中



【馬密總报导】真佛宗蓮園堂於2018年5月5日，假座蓮園堂舉辦「南無瑤池金母息災，祈福，超度，護摩大法會」。由來自美國的釋蓮世金剛上師主壇，釋蓮世金剛上師，蓮主金剛上師護壇，眾同門護持。法會後，三位上師為眾同門做了精彩的法語開示。

蓮主金剛上師法語開示：

我們用最虔誠的心頂禮根本傳承上師蓮生活佛，頂禮真佛宗傳承祖師，頂禮今天的法會主尊南摩無極瑤池金母大天尊，頂禮壇城所有佛菩薩金剛護法，感謝加持我們晚上這次護摩大法會，一切圓滿吉祥，所求皆得如願。蓮火上師，蓮世上師，各分堂的代表，還有每一朵蓮花童子，大家晚安。

在這裡我們可以在這裡共聚一堂。第一，我們要感恩根本上師，因為根本上師我們才有這個緣與來自四面八方的同門，共聚一堂一起做大法會，因為有根本上師這個緣，我們才能聚在一起。第二，感恩根本上師傳授我們護摩大法，因為師尊開示講過，我們在這娑婆世界要成就，有三種。第一，持明成就。如顯教念佛至一心不乱，若你本身能練到一心不乱就能接往西方。第二，禪定。第三，護摩。但是，護摩火供大法會是必須因緣具足的，因為做一場護摩大法會不容易，需要很多的人力，財力，物品。

護摩是藉著火天神的力量把我們那么多的供品轉移，把我們的業障都消除，所以今天能共聚一堂，在這裡除了感謝根本上師，也要感謝蓮園堂的主席，理事代表，義工同門，感謝他們發心，因為做一場超度大法會，需要花費很多的时间去準備，當然最後要感謝每一朵蓮花童子共聚一堂，因為你們，才有這麼莊嚴的壇城，在這裡諸天受大家的感召降下來，這次護摩大法會非常成功，讚歎大家。

今天我們在蓮園堂是第一次做護摩火供。在西藏，火供就是藏密式的，因為藏密式的火供很寬廣，是在戶外露天的火供，而真佛宗藏密式護摩火供的特色，是屬於東密。但是，我在日本東大寺看過高野山下供的只有護摩木，兩樣供品而已。所以我們今天的護摩非常成功，但是只有99分而已。第一次在蓮園堂做，還有改善的空間，非常不容易。

今天的護摩主尊是瑤池金母，在真佛宗，瑤池金母就猶如我們的母親，來度我們。而瑤池金母要我們解脫生死，最重要若我們本身要了脫生死，就要念誦『瑤池金母定慧解脫真經』。今天我們有福分，皈依根本傳承上師蓮生活佛，根本上師在兩百多本文集里都教我們如何解脫生死，不離兩種，就是要『定』，要『慧』。所以真佛宗根本傳承上師是大智慧者，給我們智慧。雖然我們在做任何事物時都會起心動念，但是我們不能沖動，做任何事情時都要想一下，因為剎那之間，你若病一下時，整個命運就會改變。

如果說你今早在途中發生車禍糾紛事情，你就罵了人，這個因緣就是表示你照著命與運在走，一旦對方也很無理，而你與對方吵架了，就結怨了。反之，你若說了一句『阿彌陀佛』就可以把整個大災化成小車禍，雖然物質有損失，但是就不會起糾紛。所以我們要把『定』與『慧』運用在日常生活當中。

根本上師從舍利佛「小乘」到六祖，甚至到本身傳授我們的都是『智慧第一』，所以我們今天很榮幸可以皈依根本傳承上師，佛菩薩加持我們，事實上非常難得，在這裡我們能做護摩超度大法會的機會不多，雖然一支令牌不能代表著所有的息災與超度，因為我們有莊嚴的道場與還有那張疏文下去，才能周延，在這裡也要感恩蓮世上師。今天，我們照著根本傳承上師賜授我們的法，我們也應該給主壇蓮火上師一個鼓掌。

剛好我們有這麼莊嚴的道場，有理事同門大家的準備，齊全的供品，加上主壇上師本身的法力，蓮世上師依根本上師傳授而準備的疏文與令牌，所以保證一切不好的一定都會離開。我們過了今天在2018年一定會吉祥如意。瑤池金母在我們真佛宗因緣非常的深，祂本身只要我們念力有求，她一定會有感應，她給我們的加持，最重要的，任何的起心動念一定要先想，我們帶得走的我們才做，根本上師講過，對自己有利的，對別人有利的，我們要做；對別人不利的，我們不能做，短暫的利益能讓我們在這一世的娑婆世界得到滿足，但是世界上都有因果報，所以我們身為人的時候，今天遇到根本上師，我們就是要了脫生死，所以大家才那麼辛苦坐在這裡。

『了脫生死』最基本的就是要遵照根本上師給我們的指示，我們心量要放大，要下菩提心。錢來錢去，今天有，明天沒有，若大家把錢用在護摩大法會做功德主，這種錢就是將來帶得走的，因為有大家的出錢出力，我們才能完成這場護摩大法會，這是無常錢，但是我們有智慧做有意義的事，以無常錢買出離土。我們發大悲心，最後一定會結智慧果，只要跟著根本上師的指引，我們一定能了脫生死，自主生死。我們今天的功德是能帶走的，這不是福報，這是功德。因為大家的誠心，超度往生者，將來都會是我們的貴人。《地藏王菩薩本願經》里所講，我們能做一場法會，都是很難得的。再次感恩根本上師讓我們有這個緣在娑婆世界共聚一堂做護摩大法會。祝大家一切吉祥如意，修行有成就。噲。嘛呢。叭咪。吽。

釋蓮世金剛上師法語開示：

感謝根本傳承上師佛光蒞臨來給我們加持，感謝今天護摩主尊南摩無極瑤池金母大天尊降臨來加持每一位，讓每一位所祈求的皆如願，感謝蓮園堂壇城諸

佛菩薩護法金剛來加持每一位，蓮火金剛上師，蓮主金剛上師，每一各分堂的代表，每一朵蓮花童子，感謝你們晚上撥空來參加與護壇今晚的法會如此莊嚴。今天可以說是蓮園堂開始以來，第一次有在室內的護摩。其實這個也是緣起，因為大家在蓮園堂護持了這麼多年，大家都得到根本上師與佛菩薩的加持，因為大家的發心，因為一個師兄的發心，所以才有了這個地方，在理事會的努力之下，才有如此莊嚴的壇城。

我們修法當然是修心，這是最根本，不過在修心以前，若你在某某場合遇到不如意的事情肯定會有一些埋怨，最重要你們要將真佛密法融入於你們的生活當中，將真佛密法帶回家去，因為你們要得到什麼法味就要曉得佛法是要包容，佛法是要關心，因為我們學佛法最根本上是包容與關心，最終是祈求佛菩薩的加持，化解你們一切不圓滿的，化解以後才能如意的學佛修佛法，所以修佛法，心要定，讓你們的口身意都得到法味。噲。嘛呢。叭咪。吽。

釋蓮火金剛上師法語開示：

首先我們合掌頂禮根本傳承上師至尊蓮生活佛，感謝至尊第一時間放光加持我們每一位。感謝南摩無極瑤池金母大天尊的大力加持消除我們的業障。今天瑤池金母大天尊有下降加持我們在座的每一位，所以我們感恩瑤池金母大天尊，再來感恩阿彌陀佛與地藏王菩薩，祂們也來加持我們。師尊常講，仙王瑤池金母，佛王阿彌陀佛，地王地藏王菩薩，今天這三尊都來給我們加持。

如蓮世上師所說，蓮園堂這二十幾年來沒有在堂內做過護摩，今天是第一次。護摩的功力很大，為什麼？護摩與一般普通的燒香拜神與眾不同，因為我們以精緻寶貴的供品來因為供養諸天與諸佛菩薩，供養所有祖先，冤債債主，纏身靈，與水子靈。師尊在台灣與美國的每一場法會都親自做護摩。護摩的功德力最大，護摩的成就也很快，因為我們用心，準備所有供品下供，尤其今天瑤池金母下降來加持，而且紅財神也出來加持。

我們皈依師尊以後，慢慢的消除我們的業障，業障消除以後，我們的光明才會顯現，才会有福報，光明沒有顯現，就好比我們坐飛機遇到黑雲不穩，一直轉，所以光明顯現就是業障消除，每一個人都有業障，因為每一世的輪回，一定會產生業障。希望今天在座的每一個人都得到加持，一切如意吉祥圓滿。

法會結束後，主壇蓮火上師慈悲為大眾作了寶貴的南摩瑤池金母菩薩息災賜福灌頂。大家深感意興盎然，法喜充滿，第一天法會暫告一段落，殊勝吉祥圓滿。

健康列車 不一樣新聞提供

強過瀉藥百倍

勤練「結腸瑜伽」

文迷羅《24節氣三合一養生法》野人出版提供

有天下課，學員佳佳來找我，很不好意思地說：「迷羅老師，治療便秘你有什麼好辦法嗎？我吃過很多排宿便茶都沒有用，現在已經一個星期沒上廁所了，好難受呀！這便秘不是病，但得了可真要命。」

我說：「可別不把便秘當成病喔，這症狀嚴重起來也不是個小毛病呢。想治療這個毛病，首先要弄清楚你是哪種情況才能辨證論治，徹底改善。」

便秘的四種症狀

便秘一般有四種情況：

一是熱秘，吃太多辛辣油膩的食物導致腸道燥熱。這種情況容易口乾口臭，愛喝冷飲；

二是氣秘，過度的憂愁思慮導致的氣機淤滯，這種情況往往有便意卻排不出，伴隨胸肋悶脹、疼痛；

三是虛秘，病後、產後或年老導致的氣血兩虛。有便意卻排便困難，用力排就心慌氣短還出汗，排完以後感覺很疲乏。

最後一種叫冷秘，太陽照不到的地方，自然就陰涼。久病耗傷腎陽，陽氣不能溫養全身就會導致冷秘。症狀是排便困難，便後小腹常會隱隱作痛，腰腹發涼，平時怕涼喜熱。

佳佳想了一會兒說：「看來我是屬於熱秘，我平時就超愛吃辣的，什麼麻辣鍋、水煮魚，見到就想吃，而且還特別愛喝冷飲。」

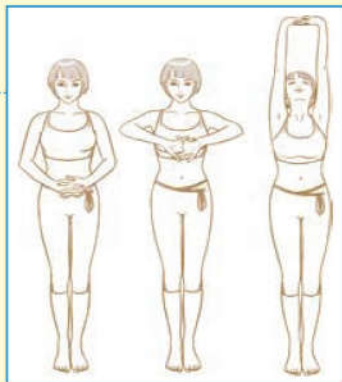
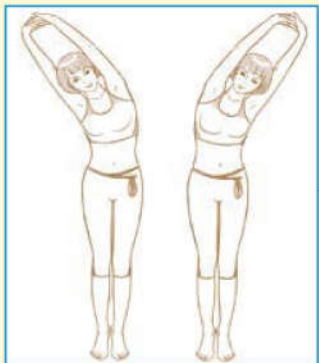
「既然知道自己是哪種情況就好辦了，妳的問題主要是吃太多辛辣導致的腸道燥熱，所以妳平時要盡量管住嘴巴，少吃辛辣的東西，多吃綠色蔬菜，多喝水。」

治各種便秘都有效的「經絡結腸瑜伽」

「除此可練習『經絡結腸瑜伽』，動作簡單，男女老少都能練，而且治療各種類型的便秘都有效。每天早晨起來喝一杯溫水，敲完大腸經就可以開始練習。來，跟我一起做。」

摩天式：

我教她雙腿併攏站立，雙手交握後手心向外翻轉，接著把手臂往頭頂上方伸直，呼吸5次，這叫「摩天式」。



風吹樹式：

接下來，在「摩天式」的基礎上把腳跟抬起來。吐氣時，上身慢慢向右側彎，保持幾秒鐘，吸氣時收回來。再吐氣時，上身慢慢向左側彎曲，同樣保持幾個呼吸，吸氣時收回



來。反覆練習這樣的動作，像被風吹動的樹一樣左右搖擺，所以被稱為「風吹樹式」，要點在於腳跟要盡量抬高。

蹲式：

接下來，蹲下去，雙腳站穩，雙手緊抱小腿。時常蹲一蹲也能充分按摩到腸道，促進它的蠕動。」



屈伸式：

然後，我讓她躺下去，把雙腿抬起來，做上下屈伸的動作，這樣也能加強大腸的蠕動。

如果腿痠了，你可以把腿放下平躺著，用雙手手掌拍打肚臍兩側，力度逐漸加強。拍個100次就能把腸道裡裡外外徹底激發，進而促進排便。

市面上各種通便產品不少，但真正有效又沒有副作用的有多少呢？一般的瀉藥會逐漸消耗腸道的能量，使它精疲力盡，愈來愈懶得去工作。很多人吃多了瀉藥就不愛動，對什麼都提不起勁，就是氣血被逐步消耗的表現。

解決便秘之苦還是在於加強腸道自身的動力，透過自主的運動來增強腸道的排泄功能，這才符合養生之道。這套排毒瑜伽適合所有人。有則治之，無則預防。

腸道工作動快了，能順利地排毒，身體自然就清爽。而身心本為一體，身體舒服，心情自然轉晴。所以要想讓自己更陽光、更積極，就先讓自己的腸子「動」起來吧。

