



般若雷藏寺

# 什麼是最容易的？什麼最難的？ 什麼是最偉大？什麼是最勇氣？

2019年7月6日晚上8时正，马来西亚真佛宗密教总会般若雷藏寺有幸恭请世界真佛宗宗务委员会法务处长释莲东金刚上师主坛这场『地藏菩萨息灾、祈福、超度藏密式护摩法会』，护坛的上师包括宗委会会长莲花程祖金刚上师、宗委会督察处长释莲僧金刚上师、宗委会公关处长释莲太金刚上师、宗委会教育处长释莲诃金刚上师、宗委会财务处长释莲印金刚上师、宗委会文宣处长释莲悦金刚上师、释莲传金刚上师、释莲满金刚上师、释莲卫金刚上师、释莲夫金刚上师、释莲启金刚上师。

## 主坛释莲东上师法语开示：

首先，这次大马区甄选讲师与助教的学员们都很优秀，而且大家都很团结，大马的人才素质佳。感恩根本传承上师莲生活佛大力加持，祈求师佛与大愿地藏王菩萨慈悲放光加持，希望大家所求皆能如愿，冥阳两利，同时也希望马来西亚国泰民安，风调雨顺，国民安康，当然这是最重要的。

世界上什么是最容易的？大家应该都知道这，指责别人是最容易的。世界上什么最难的？其实认识自己是最难的，我是谁，认识自己的佛性，明心见性不容易，所以说易行难。世界上什么是最大的勇气？自我忏悔，一般上人做错了事不承认，要提起勇气不容易，因为面子问题放不下。世界上什么是最伟大？爱是最伟大，不止是爱情，爱有很多种如“上报四重恩，下济三途苦，见佛了生死，如佛度一切”。感恩也是一种爱：第一，父母恩，因为父母给我们生命甚至把我们生育成人，所以要感恩父母。师长恩，如师尊一样给我们智慧和慧命，甚至教育后代，国家恩，如居住环境良好，人人安居乐业，众生恩，如大家的和睦相处，分工合作，所以大家一起和合团结很重要。

在日常生活，我们修行要学会做人，对父母要孝敬、对师长要敬爱、对国家要配合遵守次序，遵守当地的法律，但我们对父母亲人，是很容易对着他们发脾气，因为家人最亲，所以我们往往会把情绪与脾气带回家，家人充满耐心与包容的爱，甚至让我们觉得很理所当然，所以修行就要改掉我们不好的脾气与习性。家人是因为有

爱才愿意付出。

笑话一：有个女孩问妈妈，人从何来？妈妈答，是神制造的亚当与夏娃有了小孩，才有了人类的衍生，而爸爸答，是很久很久以前从猴子一点一滴变来的。女孩糊涂了再问妈妈，妈妈说其实我的娘家都是神制造的后代，而你爸爸那边是猴子的后代。其实我们都是从摩诃双莲池来，大家都有佛性，只是被污染了，所以要以感恩的心来转变转化，尤其先从做人处事开始。

笑话二：有人问上帝：喜欢跟爱有何区别？接着神父就指着一个小孩看着美丽的花被迷醉了，那个小孩把花摘下来，上帝答：这就是喜欢。另外一个小孩很悉心的照顾花，在大太阳底下满头大汗浇水，上帝说，这就是爱。所以喜欢是占有，而爱是不断的付出。佛教说的大爱也一样，我们对人不断的付出，以宽容的心，而真正的爱就是一种接受，是支持而不是支配。

佛教的大爱有四恩，父母恩，对父母亲人周遭好友，大家和合敬爱，这是最重要的。我们做任何事情要有菩提心，感恩心，尤其保有自我互换法，不带一时的情绪来伤害众生，尤其不带个人情绪发泄。戒律的精神是止恶，行善，利他。所谓：诸恶莫做就是止恶，众善奉行就是行善，是诸佛教就是佛菩萨的法教。所以这些事情就是从我做起做起，尤其是做人处事开始，从小事做起。

笑话三：某个历史课，小明告诉老师他要早退，因为有个重要的约会，老师问，历史重要还是女友重要？小明答，我有个很重要的约会，如果我再迟到，我的女友就成为我的历史了。所以很多事情我们要活在当下，对父母要孝敬，对师长与朋友也要敬爱珍惜，不要成为历史了才来懊悔。

故事一：一个老和尚与小和尚从山下要上山回寺庙，因为白天刚下完雨，夜间路颠簸难行还需提着灯笼，所以上山后小和尚发现自己的鞋子又脏又湿，而老和尚的却一尘不染，于是问道老和尚，老和尚于是微笑回答：因为你专注看着灯笼，怕风吹灭灯火，自然不管脚下，所以踩到泥巴都不懂，重要在于你的心在不在。这个世界像染缸，因为我们的被五浊恶世的环境污染了而不自觉，贪名贪利，所以纯净的心被名利的追逐



影响了。因此我们的心在哪里很重要，要随时做出调整很重要。

笑话四：学生上课睡觉被老师叫醒，学生回答老师，因为我眼皮生病了，我患了自闭症，正在思考人生的路如何走。其实我们的人生还在沉睡，而佛是已经觉醒的，所以我们要自己体悟，人生处处都有佛法。再来，鸡叫天亮，鸡不叫天还是亮，所以天亮不亮不是鸡说了算而是谁醒了。所以我们要活在当下要积极的珍惜当下，好好珍惜与根本上师的缘，更要请佛住世，长寿自在。所以法缘与善缘很重要。佛教的慈悲就是大家都是生命的共同体，大家也想要离苦得乐，最重要到最后还是菩提道与爱，佛菩萨在人间帮助众生觉悟觉醒，你在月球也没有办法成佛，只有在人世间才能觉醒，慈悲喜舍，到最后以无我的舍和无私的爱，去成就众生，成就我们，到最后极致的无缘大慈的伟大心境，无论有缘或无缘，让众生从爱欲之中觉悟，开悟成道，让我们明白人世间的酬业是短暂的，这就是佛，这就是爱。

(未完待续)

(文接第 1273 期第 8 版)

# 2018 大德佛学培训班

釋蓮傳/釋蓮滿金剛上師教授 - 第 11 講

## 本期專題：「佛理 / 戒律」

(续) 戒是如何犯？

如果我们爱慕与尊敬自己的根本上师，我们绝对不能犯错，而且要表现出威仪具足的一面。所以威仪很重要，要警惕自己不要破坏根本上师的形象，否则我只能说你对自己的根本上师不恭敬。我不能说你是犯戒的，若我说你是犯戒的，我同样也是犯戒的。为什么？因为我没有足够的理由说你是犯戒的。

戒律，你一定要懂得开遮持犯，什么叫犯戒，什么叫做持戒，你不懂，你没法子学习。戒有开缘。杀、盗、淫、妄都有开，在什么情况之下？在利益一切众生之下，它就可以开。平常呢？平常没有这些特殊状况之下，你一定要遵守，那就不准开。人的心态很奇怪，若你要遮止这个事情不是不可能，但是你就是希望这种事情发生，让它难看，这就是不好的心态，如果你产生这样的心态，你要成就也很难，因为佛菩萨根本没有这样的心态，佛菩萨绝对不会害人。

所以我们要了解到学习佛法不准，难的是你要如何改变自己的心态，你要如何消除过去种种

不好的念头，这个是最难的。修行不是修什么，而是修我们的心。若你的心没有改变，表面做得再好，这都是表相的学佛。所以我们除了知道以外也要实践，要如何长久表现下去，尤其是弘法人员去到任何有人在的地方，尽量不要让人有话说，要表现出『威仪凛凛』不要表现出不雅的『喝相』和『吃相』。

参加过『八关斋戒』的人都会知道，桌上每一个碗筷的摆设都一样，吃饭的地方就是『五观堂』，你今天有什么功德来吃这一顿饭？然后再想一想，你吃这么多，你的功德有没有这么多，你有没有想过这些都是人家供养的，你有没有足够的福分去享用它，我们都要做这个『五观』的观想，但是如果照这样讲的话，每个人吃饭都没有胃口了。此外，大家要记得不管是在家众或出家众在穿缽衣或戒衣的时候要记住自己应当用的礼仪。

一般来讲，还有一个在这里要与大家特别谈的，优婆塞优婆夷受了菩萨戒后，在帮人做白事诵经仪式时，不需要穿缽衣，所有在家众不需要穿，因为缽衣本来是受了十戒的沙弥在穿的，称

为礼忏衣。所谓『善哉解脱服，钵陀礼忏衣』，礼忏衣不是让你在白事诵经仪式时穿得好看，不是的。但是若你穿了也没关系，因为你不知道，但现在你知道了就最好别再穿，因为其他宗派的会取笑我们真佛宗。

所以平常来说，在家众穿黄色的海青已经是超过我们出家众的身份了。虽然说我们可以穿，但是在外的人看来，海青是给有十年戒腊的出家众穿的。在家众还是可以穿海青，但是要穿得整齐，穿得有礼仪，穿脱都是有秘诀的，如何穿，如何折都是有秘诀的。所以在威仪方面，要让人感觉我们很庄严有规矩，不要让人感觉到我们是乌合之众。

此外，先告诉大家，五戒里有根本堕，而根本戒就是根本堕，一定会下地狱，密宗十四大戒也有根本堕，菩萨戒里也有根本堕。别解脱戒，意思是如果你受了其他的戒了就不只是解脱，而是要有出离心来受这个戒，因为杀戒，所以要远离杀害，即使威胁到自身的生命也不犯这个戒律，你可以一个一个受持，如先受杀戒，再受偷盗戒，再来淫戒，妄语戒，最后是饮酒戒。(未完待续)

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持

息災、祈福、增益、治病、超度

### 南摩樂師琉璃光王佛

## 中元節 護摩法會

2019年 8月 9日 星期五 下午2:00PM

法會地點：真佛宗登嘉樓香明堂（海城酒家對面）

釋蓮焜金剛上師主壇 及眾法師護壇

馬來西亞真佛宗密教總會 · 登嘉樓香明堂主辦

賬戶：P.P.A.B CHEN FOH CHONG 帳號：RHB 2130-1000-0541-79  
(匯款後請將單據 016-263 3943-月紅師姐 012-989 5091-西靈師姐)

蓮花明友 019 985 1688	蓮花明晴 017 982 1883	蓮花蓮和 012 921 2222	蓮花西靈 012 989 5091	蓮花金珠 018 915 5168
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

徵求法會圓滿主祈者、吉祥功德主。法會隨緣報名，隨喜功德

PERSATUAN AGAMA BUDDHA TANTRAYANA CHEN FOH CHONG XIANG MING TANG TERENGGANU  
Lot 136/6, Wisma Pantai, Jalan Sultan Zainal Abidin, 20000 Kuala Terengganu, Terengganu.

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持

息災、增益、祈福、超度

### 南摩大白蓮花童子

## 護摩法會

日期：2019年8月11日(日)下午2點正

釋蓮啟金剛上師主壇

馬來西亞真佛宗密教總會 · 和豐護清堂主辦

Persatuan Penganut Agama Buddha Woo Ching Sungei Siput (U), Perak  
PT 2880 & 2881, Kampung Tersusun Kemuning,  
31100 Sungei Siput (U), Perak, Malaysia.  
Tel: 012-507 0198, 012-507 0338

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持



西方教主 **阿彌陀佛** 釋蓮煇金剛上師主壇

息災增益敬愛超度 **護摩法會**

11-8-2019/2:30PM

法會設有主祈功德主。報名一切隨緣！歡迎來電詢問。主祈者向主壇上師敬獻哈達，同時可獲贈聖尊蓮生活佛親自加持“五色金剛砂”及“真佛甘露丸”，具有不可思議傳承加持力。法會當天敬師堂特備自助晚餐，免費招待與大眾結緣。歡迎真佛弟子同門善信踴躍出席，同霑法喜，共沐佛恩。

報名支票抬頭：PPAB Ling Shen Jen Foo Chung Jing Shi Tang, Petaling, Selangor. 戶口號碼：Public Bank 3170901932

馬來西亞真佛宗密教總會~首邦敬師堂主辦  
22-2, Jalan USJ 1/1B, Subang Jaya, 47620 Selangor. Email: jstsubang@gmail.com  
聯絡人：吉里助教 012-206 5275、唯田師兄 013-208 3938、名善師兄 012-319 1778、高貞師姐 012-393 3084

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持



法會地點：華嚴雷藏寺

南摩無極瑤池金母 **護摩大法會**  
南摩阿彌陀佛 藏密式

日期：8月8日(星期四) - 慈悲問事 / 8月9日(星期五) - 看風水  
南摩無極瑤池金母息災、祈福、增益、超度藏密式護摩大法會  
日期：8月10日(星期六) 晚上八點正 / 主壇上師：釋蓮煇金剛上師  
南摩阿彌陀佛息災、祈福、增益、超度藏密式護摩暨中元普渡大法會  
日期：8月11日(星期天) 下午2點正 / 主壇上師：釋蓮煇金剛上師

歡迎同門及十方大德善信攜眷護持，踴躍參加，親臨或報名參加，同沾法喜，共沐佛光，同時也替累世祖先父母、冤親債主、纏身業靈報名、離苦得樂、往生淨土、冥陽兩利，同霑法益。阿彌陀佛！

PERSATUAN PENGANUT BUDDHA HUA-YAN  
No:1, Jalan Sasa, Taman Gaya, 81800, Ulu Tiram, Johor. Tel:+607-8634070 Fax:+607-8634487  
欲知詳情請聯絡：林隆成助教：012-704 5245 / 江月英師姐：016-728 8461  
方寶利師兄：016-776 1601

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持



息災增益祈福超度

**地藏王菩薩** 藏密式護摩大法會

11/8/2019/2:30PM 恭請：釋蓮允金剛上師主壇

法會特設：大功德主、主祈者

欲知詳情請聯絡：蓮華師兄 012-234 6899  
延年師兄 012-607 1175、志賢師兄 012-237 0927、義忠師兄 019-653 3689

支票抬頭：PABT CHEN FOH CHONG JING FA TANG  
戶口號碼：Public Bank 3082-7758-01

馬來西亞真佛宗密教總會~芙蓉敬法堂主辦  
PERSATUAN AGAMA BUDDHA TANTRAYANA CHEN FOH CHONG JING FA TANG  
488, Taman Ming Hoe, Jalan Tuanku Antah, 70100 Seremban. Tel / Fax: 606-762 1323

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持



大悲大願

**地藏王菩薩** 瑜伽焰口息災、祈福、增益、超度法會

日期：2019年8月11日(星期日) 時間：下午2點半

恭請：釋樂智金剛上師主壇  
8月4日(星期日)~9日(星期五)  
共誦7部地藏經，以此功德迴向法會

法會報名  
匯款 / 支票抬頭：PABT CHEN FOH CHONG FA ZHENG TANG KUALA  
賬號：Maybank 514851275413 / \*匯款後，請將單據傳真或郵寄至本堂  
聯絡人：璽鈺助教 019-273 9068、燕玲師姐 013-370 9888、維華師兄 012-685 5925、昇佑師兄 014-736 0254

馬來西亞真佛宗密教總會~法正堂主辦  
97, Jalan 26/154 Taman Bukit Anggrik, 56000 Cheras, Kuala Lumpur.  
Tel: 03-9100 1320 Fax: 03-9100 1320



(文接第 1273 期第 10 版)

**(续) 三千佛洪名宝懺第五天:修行止观——释莲夫金刚上师法语开示:**

这也是一种心力, 因为所谓的唱诵是一种梵拜, 唱诵不是唱歌, 千万不要把唱诵当作是唱歌, 若把唱诵当作唱歌, 一定唱不好, 所以这是很重要的一点。

经文里有一小段提到, 如果能以念佛号来修习三昧的方法, 当行尽行, 千万不

要生起欺妄, 远离名利, 不嫉妒, 行六和敬, 这样的行者才能得到三昧法, 这个三昧法就是我们要学习佛法很重要的一个重点, 其中的法味就是, 我们奉行六和敬, 大家的平等与和谐就是三昧法, 只要大家修行能进入其中, 我们的心就会很平稳, 就不会产生拱高我慢。在修行过程当中, 就会把心放下, 把身段放下, 这一种修行才是真正的修行。修行不是说需要懂得很多, 而是懂得越少越好。这才是真正的修行。

**三千佛洪名宝懺第六天:跳出清净心——释莲太金刚上师法语开示:**

2019年5月30日晚上8时正, 大家虔心一致的礼佛忏悔。三千佛洪名宝懺, 忏除众生业和障, 悔改无明恼和痴, 礼跪拜出清净心!

今天已是倒数最后第二天的礼忏。今天我继续与大家分享『四念处』。四念处: 观身不净, 观受是苦, 观心无常, 观法无我。其实四念处是通过用我们的智慧与思维去观察, 观察所谓的身、受、心、法的变化, 以五蕴为主, 而五蕴就是色、受、想、行、识。色就代表了八万四千的一切物质的东西, 受、想、行、识就代表精神上的东西。所以五蕴就包括了物质与精神层面的。通过五蕴来观察身、受、心、法来得到解脱。为什么我们要用身、受、心、法? 其实是要破除四个颠倒妄想。

释迦牟尼佛传的『四圣谛』就是用以破除颠倒妄想。世间的人都以为这世间是常, 是有乐, 有我, 有净。但是, 真正的佛法告诉我们这个人世间是无常, 是空, 是无我, 不净。因为世间的凡夫认为, 一切有常, 一切都是快乐, 一切都有我, 还有是清淨的。所以用这四个身、受、心、法来破除四个颠倒妄想。那要如何用身开始? 身, 每个人都有身体, 所以用身来比喻身观想, 不净, 简单来说就是眼睛有眼屎, 鼻子有鼻屎, 耳朵有耳屎, 头有头虱, 大小便等等。总的来说, 身体发出的东西都是不净的, 身体都在产生变化, 是不净的。此外, 身体也会败坏, 观想身不净主要是用以破除自身的贪与执着, 因为每一个人都喜欢看到漂亮的事物, 看到英俊潇洒的就会执着而生起贪念。不净观就是无论你多漂亮英俊, 但是人无常一直走, 会老会变坏就会不净。所谓的贪是说你拥有, 但不可以因为得不到而生起妒忌的心, 生起嗔恨的心, 生起烦恼的心, 甚至生起以千方百计的方法, 以不择手段的方法取得, 进而变成愚痴, 而造下很多的业导致不能解脱。所以这就是不净, 用这个方法去解除身体的不净。

根本上师在文集《孤独的倾诉》提到, 四念处的不净观有讲到, 身虽然不净但人身难得, 只要你懂得修行, 这就是宝贵的。若懂得用身去修行, 这就是宝贵的。身主要是破除我们的贪爱与执着, 这就是身的讲法。再来, “受”其实更简单, 受是感受, 受的都是苦, 感觉都是苦。释迦牟尼佛说的人生八苦, 生、老、病、死、苦, 所有受的都是苦, 每个人都会生病, 没有人不会生病, 这种是很容易感受到的苦。

释迦牟尼佛说, 人的觉受有三种, 包括: 乐, 苦, 非苦非乐。世俗人对觉受, 若没观照, 就会随自身的感受而内心起变化。例如一个人事事如意的时候, 他的外表, 言行举止都是欣喜异常的, 春风满面; 当不顺遂的时候, 表情言行都是忧伤的, 非常的忧心, 这就是“受”的感觉。当然还有一种是不苦不乐的其实这个“乐”, 最终也是苦的, 因为快乐会消失, 这个娑婆世界没有永恒的快乐, 只有一时的快乐。

就算你去到天上界, 但是一旦享乐的福报尽了, 也会转回去轮回的, 而轮回就是苦的, 再说轮回不一定可以转世回到天界, 也许还会转生到三恶道去, 这还是苦, 通过这个『苦』来感受, 所以我们就离六道轮回, 因为『身不净』是不能永远保持的, 然后『受』这个觉受, 最终还是苦的, 当我们体会到『苦』了就要想办法, 如何出离这个『苦』。

当然师尊说过, 修佛法就要找方法, 要出离这个苦, 我们就要观心, 进一步观察心的变化, 如佛陀所说, 念头的变化其实是很快的, 所以为什么会观心无常。在密教, 念头就是心的表达, 所以大家可以时时观察自己的念头, 因为我们的念头无时无刻都在变化, 可能我们的这些念头都是受外境的影响, 尤其我们的六根六识——眼、耳、鼻、舌、身、意, 受外境的影响所以才会无常, 就是所谓的心的无常。

我们要如何证悟到『诸法无我』? 其实世间的包括精神上与物质上的东西都没有一个真正的『我』的存在, 我们的身体都是四大假合——地水火风的结合才有这个『我』的存在, 当人往生了, 这个『我』就不存在了。想一想, 现在的我已经五十岁, 十多年前都没有『莲太』这个称呼, 也许三十年后我已经不在这个世间。所以要证悟这个『身』, 『受』, 『心』, 然后『法无我』就要慢慢思考证明进入所谓的『无我』, 只有『无我』才能真正解脱六道轮回。

以前释迦牟尼佛在传『四念处』法门的时候, 如果你真正观察的话, 七天到七年可以成就初果阿罗汉, 若你真正用心去观察的话。当然佛陀说过我们要以『四念处』为住, 这个『四念处』是一个很重要的题, 你用什么去想, 你全部回归到『四念处』, 用这个题, 你就可以破解一切世间的东西与烦恼, 其实我们的烦恼都是五蕴与六根六尘接触所产生。所以通过用『身受心』法这个方法破除这世间一切, 你可以证到『无我』也可以超脱轮回了, 至少也可以证得初果阿罗汉。

**三千佛洪名宝懺第七天:吉祥圆满——释莲太金刚上师法语开示:**

2019年5月31日, 农历四月廿七, 般若雷藏寺三千佛洪名宝懺圆满吉祥。七永日里, 与会诸位同门在上师与法师们的带领下礼佛不辍, 至诚精进, 共祈国运昌隆, 风调雨顺; 佛日增辉, 正法久住; 道场兴盛, 海众安和。

很高兴今天的三千佛洪名宝懺终于圆满结束。如果修四念处, 观想身不净, 观想一切受是苦, 观想世间无常, 你会产生一种“这世间很灰暗与消极”的状况出来。观想一切无常, 身虽不净, 但人身难得, 若我们用宝贵的人身去修行佛法, 就不理会净不净, 受不是苦这个问题。而用身来修可以升起所谓的禅悦(修禅的快乐)。

今天就与大家分享师尊所教, 如何用身念法修禅定, 用呼吸观想气进来与出去。数息观法是最容易让人把心安定下来, 可以让人专注在吸(吸到丹田)然后呼出去(数一)吸进来(数二), 当你数到十的时候, 再重新回到数一到十。这个方法可以把我们的心专注上来, 这样就很容易进入禅定的状况。当你做到纯熟了, 就可以很容易进入禅定的状况。

师尊也提到, 我们人是依着呼吸来生存, 所以呼吸是很重要的。当气很专注时, 一个情况可能是生气, 生病, 气喘, 或做粗重的工作, 或运动很喘的时候, 人就会喘气。可是当一个人很平稳, 气息很长很细很慢的时候, 他的心一定是很平和, 心很定时, 思想就会比较清楚。所以佛陀所说的『四念处』可以从数息开始做。因为从数息观, 你可以很容易观察到心的状况, 是否平静, 平稳或起伏不定, 甚至可以达到精神统一的状况。

我们密教除了数息观, 也有九节佛风。在《九节佛风》, 先观想气(光明)白光吸进来, 红光在里面, 呼出去的就是黑气, 这也是一种气的转动, 用白光、红光、然后呼出黑气, 这也是息灾的方法。再深入一点, 修宝瓶气也是一种气息的修法。总而言之, 你用呼吸法可以很容易入定, 当然这个需要花时间。为什么我们一般修法修到一阵子会停止, 因为深入禅定的方法没有去做好。好比真佛密法的仪轨由一到七的正行, 一定要专注修好, 否则在禅定时就会一点觉受都没有, 就会觉得很纳闷, 所以正行一定要做好, 我们也可以通过数息观来多做练习。佛陀说的, 制心一处, 无事不办, 只要你专心做了, 就一定会觉受的, 甚至还会有法流的加持。

(续完)

**2019年三千佛洪名宝懺 5 完结**