

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持

禁食

祈願仰仗佛光佑佑加持。
一切所求皆圓滿實現。

藏密護摩大法會

大白蓮花童子

法會地點：真佛宗平和養老院
Lot 69252, Jalan Kota Bharu, 31600 Gopeng, Perak, Malaysia.

3/11 2019/2PM

世界真佛宗宗務委員會主辦
馬來西亞真佛宗密教總會協辦

宗委會督察處長 釋蓮僧上師主壇
上師團、眾法師、講師、助教及同門大眾護壇

聯絡電話：
般若雷藏寺 (+6) 03-3374 9399、釋蓮玄法師 (+6) 012-261 7861、蓮花細妹講師 (+6) 012-450 2338
蓮花時活助教 (+6) 016-337 8301 電郵：info@tbsn.my
獲取更多詳情，請瀏覽：tbsn.my / offering2sangha

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光加持

世界真佛宗宗務委員會主辦
2019真佛宗

供僧大會

第7屆

2019年11月3日-10AM | 釋蓮僧金剛上師主持

馬來西亞聯絡電話：
般若雷藏寺 (+6) 03-3374 9399、釋蓮玄法師 (+6) 012-261 7861
蓮花細妹講師 (+6) 012-450 2338、蓮花時活助教 (+6) 016-337 8301
電郵：info@tbsn.my

大會地點：真佛宗平和養老院
Lot 69252, Jalan Kota Bharu, 31600 Gopeng, Perak, Malaysia.

『2019 真佛宗 供僧大會』系列活動

活動日期：28/10 至 01/11 活動內容：大德佛學培訓班 公開給本宗出家及在家眾參與培訓	活動日期：02/11 活動內容：真佛宗各級弘法人員 及各道場負責人培訓暨交流會	活動日期：03/11 藏密法會：大白蓮花童子 護國息災祈福度厄供大法會 - 2 PM 當天午餐備有結緣素齋
-------------------------------------------------------	-----------------------------------------------	----------------------------------------------------------------

馬來西亞真佛宗密教總會協辦 2019 供僧大會活動網站：
tbsn.my/offering2sangha offering2sangha

祈請根本傳承上師聖尊蓮生佛佛光大加持

2019真佛宗 第7屆

供僧功德主暨 大白蓮花童子法會主祈者 感恩回饋好禮

贊助『供僧功德主』暨『大白蓮花童子法會主祈者』
RM2000 可獲贈：

聖尊蓮生法王親自簽名加持
金箔墨寶題字，讓您年年有“贏”

精美綴飾
附舍師尊主持法會之珍貴護摩灰

精緻燙金符卡
1卡兩面，印有師尊墨寶
金母賜財及大力金剛鎮宅符

贊助供僧 RM688 功德主可獲贈：
精美綴飾
附舍師尊主持法會之珍貴護摩灰
精緻燙金符卡
1卡兩面，印有師尊墨寶
金母賜財及大力金剛鎮宅符

贊助供僧 RM108 功德主可獲贈：精緻燙金符卡
1卡兩面，印有師尊墨寶
金母賜財及大力金剛鎮宅符

敬請把握此千載難逢的機緣，偕同親人好友，
踴躍出席，共襄盛舉！

查詢詳情請洽：
釋蓮玄法師 012-261 7861、蓮花細妹講師 012-450 2338

歡迎請購師尊文集 感恩回饋 好康大贈送!

凡於優惠期間，請購師尊文集 273-277，一套6本，即可獲贈精美「出入平安」葫蘆綴飾一份，葫蘆內特別裝藏蓮生活佛親自主持180壇護摩法會之護摩灰，珍貴殊勝。

全套文集請購價RM190 (只限國內同門請購)，包含郵費，贈品數量有限，送完為止。

詢問詳情，請致電：603-3374 9399 或洽蓮花細妹講師 012-450 2338

我要郵寄(師尊文集) 親自領取(師尊文集)

姓名：_____ 電話：_____ 電郵：_____

郵寄地址：_____

感謝所有一直以來支持蓮生活佛文集推廣的所有讀者，讓我們有這個推廣佛文化、耕耘福田的機會。

請將表格填妥，連同善款或存款收條劃寄至：
Daden Culture (M) Sdn. Bhd.
1A, Jalan Perawas, Lebah Setaka, Taman Chi Liung, 41200 Klang, Selangor, Malaysia. Tel: 603-3374 9399 Fax: 603-3377 1908
賬戶：Daden Culture (M) Sdn. Bhd. / 賬號：Maybank 5121-0140-3236 (請勿影寄現金)

(文接第 1286 期第 8 版)

2018 大德佛学培训班

釋蓮東上師教授 - 第 5 講

本期專題：「佛教歷史-佛教微史論述」



(續) 印度佛教的滅沒

佛滅後1400~1637年，1203年被毀于回教的統治者。西元十一世紀波羅王朝為斯那王朝 Dynasty 所取代，公元后 1193 年回教徒攻入了中印度摩竭陀Magadha之斯那王朝，而達摩波羅王建立於八世紀的剛乘中心——超行寺，則於1203年被毀于回教的統治者，寺中僧尼全被殺害，此後「秘密菩薩道」即逐漸消失於印度大陸了。

根據錫蘭的記載，公元1236年南印朱羅國 Chola 的上座部佛教中心香至城 Kañcipuram，有上座部僧侶到錫蘭傳戒，試圖將印度上座部僧律及佛法傳往錫蘭，藉以復興錫蘭的佛教，可見此時印度尚存有上座部佛教僧團的傳承。

藏密史

密宗是佛教和婆羅門教、印度教相融合的一種宗教樣式，它以高度組織化了的咒術、儀軌、俗信為其特色，是緩慢形成的。印度密教從誕生到占主導地位的整個歷程，分三階段，第一，初期階段。所謂古密教和「雜部密教」時期；第二，中期階段。即純粹瑜伽密教時期；第三，晚期階段，即密教分化產生金剛乘、時輪教時期。

初期階段，所謂古密教或「雜部密教」時期

所謂古密教或「雜部密教」大致相當原始佛教晚期和部派佛教時期，於佛滅後600~1000年。

中期階段，即純粹瑜伽密教或「正純密教」時期

所謂「正純密教」的形成就是大乘佛教密教化的標志。公元六七世紀之後，大乘佛教已開始密教化了，也就是說，密教已走向獨立成長的道路，並作為獨立的思想系統而存在。這是由於公元四至五世紀，印度笈多王朝時期誕生了一種新的宗教哲學體系——印度教。印度教是在根植於印度社會的婆羅門教的基礎上吸納某些佛教教義而形成的。它具有教義簡單明了和傳統宗教觀念相匯合的特點。因此容易被人接納，有廣泛的群眾基礎。

因之，大乘佛教在教義上也作了某些修正，強調「慈悲眾生」。人們只需要單純信仰，向菩薩念經祈禱，便可得福。僧侶也從繁瑣教義的傳播者變成人和菩薩的傳媒，具有了術士和神巫的性質。再者，菩薩與人之相交往，宜有了「梁」的性質。這些都使得佛教趨向密教化的關鍵因素。所謂「正純密教」的形成，就是大乘佛教密教化的標志。



晚期階段，即密教分化產生金剛乘、時輪教時期

「正純密教」的進一步發展，又分化出金剛乘和時輪教。既所謂晚期密教「左道密教」，金剛乘沿用了印度教性力崇拜的形式作為「成佛」的途徑，實行男女雙修法。隨後，密宗把世俗化、大眾化的金剛乘予以系統化，形成所謂的時輪教。至此，密宗形成了它的完備形態。密宗自稱受的法身佛大日如來奧秘旨傳授，乃「真實」言教，故有此稱謂。

藏密史乘記載三吐蕃藏王(贊普)為弘揚佛教密法不遺余力。33世藏王松贊干布於617年出生，原名赤松贊，先後從尊崇佛教王國的尼泊爾和唐朝迎娶赤尊公主和文成公主。根據藏傳的傳說，他迎娶的尼泊爾赤尊公主被認為是白度母佛教的化身，文成公主則為綠度母的化身。二，36世藏王赤松德贊於742年生~797年歿，王為金城公主之子。於西元750年迎接寂護菩薩與蓮華生大士入西藏弘化。三，39世藏王赤祖德贊於802年生~838年歿。

西藏密教傳承

西藏密教則是傳承印度的後期密教，因在史稱「朗達瑪滅佛」的影響，至後弘期時，阿底峽大師入藏傳授佛法，作《菩提道燈論》，為格魯派宗喀巴大士尊奉，成為藏傳佛教的正宗。藏密流傳於西藏、青海、蒙古和中國四川西部，本尊是普賢王如來(阿達爾瑪佛)、金剛總持等。

為何密教特別重視「傳承」

密教不同於其他教派，因為在於它的「秘密性」，這「秘密性」就是特殊的傳授。由於有了特殊的傳授，所以才有「傳承」。史稱「朗達瑪滅佛」的40世藏王朗達瑪於799年生，841年篡位。朗達瑪(威利：Glangdarma, 799年-842年)，原名達瑪·烏東贊；威利：darma u'idumtshan)，吐蕃帝國末代贊普，838年至842年在位。朗達瑪遂於841年聲稱是由於推行佛法而觸怒了天神，下令禁止佛教，並強制推行苯教，史稱「朗達瑪滅佛」。

西藏-佛教史

- 密乘思想
 - 蓮華生大士
 - 阿底峽尊者
 - 宗喀巴尊者

蓮華生大士：大圓滿、無上阿底瑜伽口訣部
阿底峽：無上瑜伽的最極究竟是「勝樂」
宗喀巴：「時輪」為最尊

西藏佛教史

蓮華生大士：大圓滿、無上阿底瑜伽口訣部

蓮華生大士是印度佛教史上最偉大的大成就者之一，公元810-864年在藏地弘法，是藏傳佛教的始祖，寧瑪派的祖師，寧瑪巴尊其為第二佛陀。

大圓滿是寧瑪派的核心法門，特指無上阿底瑜伽口訣部的教法，寧瑪派認為大圓滿傳承由蓮華生與無垢友傳入西藏，大圓滿是指心靈的一種自然、原生的狀態，以及能夠透徹認識這種狀態的一種思維體系，依據關於大圓滿的文獻，它是達到解脫境界的最高及最具決定性的途徑，大圓滿法門可分為心部、界部、要門部幾種。

簡介寧瑪派：是藏傳佛教流派之一，由於該派的僧人均戴紅色僧帽，俗稱為「紅帽派」或「紅教」，寧瑪派吸收了許多苯教的神祇和宗教儀式，寧瑪藏語音譯，是古、舊的意思，在各派中歷史最久，教理從公元八世紀時傳下來，形成於公元十一世紀，寧瑪派與西藏本土的苯教有著密切的關係，尊奉蓮花生大士為其始祖，其教義中最突出的就是所謂「大圓滿法」，認為人的心體本質上是純潔的，通過修法把心體安置於一個理想的境界，就成佛了，它所傳承的教法主要是前弘期傳譯的密法，故稱為「舊派」，寧瑪派的教法全部包括在九乘三部里，九乘包括：
1. 顯三乘（一、聲聞，二、緣覺，三、菩薩）、顯密也必須學習的共三乘。
2. 外密三乘（四事乘，五行乘，六瑜伽）和
3. 內密三乘（七大瑜伽乘，八無比瑜伽，九無上瑜伽），在以上諸傳承教法中，寧瑪派最注重的教法是大圓滿，特指無上阿底瑜伽口訣部。



(未完待續)



蓮園堂

何謂真佛宗的根源？

大白蓮花童子護摩法會 2



(文接第 1286 期第 9 版)



(续) 修行要依照次第

再来，四皈依咒你要持满十万遍，皈依咒是增长我们对皈依上师，皈依法，皈依僧，的那种力量。大供养要做满十万遍，就要在平时日常生活中的一天三餐都做观想供养，一天至少三次，如果包括喝水，午茶，和宵夜，就不止了。

在做供养之前，我们要先做超度，因为真佛宗不计荤素，所以我们要吃所谓的三净肉，就是不见杀，不闻杀，不为我杀。再加上吃之前要持超度手印（大海超度印）或持文殊往生咒。先结手印，念七遍咒语再做观想，这就比较特别，因为与一般修法的仪轨不同（先观想后持咒）。

接着观想文殊师利菩萨放光或师尊变化成文殊师利菩萨照着我们的食物，肉类变成一个灵体飞出去，观想光明照耀（白光）就可以了。这就是密教的殊胜。你可能会想，我们这样持咒到底有没有效力？其实不用担心，你自己没有力，但是你头顶上的有力，因为你的头顶上有根本传承上师，我们根本上师至尊莲生活佛的来源是大白莲花童子，阿弥陀佛，佛眼佛母，大日如来。所以千万不要去想自己有没有力，只要你的头顶上的有力量就足够了。

多做供养累积福分

供养是累积我们的福分，其实供养是很重要的，在密教修行来讲，供养是非常重要的，每次我们修法都有供养，密教行者的每一个修行都有供养，而且很注重供养，但一般显教的话就没有这么注重。除了实质上的供养，我们也懂得观想变化供养，由一达致无穷无尽。但供养如果做得圆满，福分回来就不简单了。供养其实也分成了三个部分，利益供养（物质上的供养）、净供养（说善语、以口来赞叹供养）、心供养（身体力行做善实行佛法）。这三种供养对真佛密教行者来讲是非常重要的。我们可以用这三种供养把福分累积起来，只要这一世把供养做得圆满，来世的福报就会很多很大。

若在日常生活当中，你懂得供养、修行、讲好话、身体力行做善事如布施等，该如何知道自己到底有没有相应？第一，睡眠好，不会有恶梦的产生。第二，你会知道你自己在发梦，清楚自己的梦境。第三，在梦中知道是梦，而且知道自己修行，那你修行肯定就会相应。其实，如果你懂得自己在梦中可以自主，修行肯定会有成就。一个真正的密教行者，有时候也会发恶梦，发恶梦不一定不好，若自身有修行，本尊或护法一定入梦提醒你有一些业力即将显现。

每一个人有一个人的业力，我们累世前世都造了很多的业，所以业力不能转变，这一世成熟了，可能你就要还债，而若你有修行，本尊与护法就会提醒你，若你知道了，就要赶快修遮止法，所谓的遮止法就是要赶快念《百字明咒》忏悔或修护摩法来转化，让一切变成吉祥显现。梦境，对每位密教行者来说，若你不懂修行的状况如何，有这个梦境是很重要的。如果没有发梦，没有发吉祥梦，也没有发恶梦，但是要睡到好安眠，肯定你在修行路上走得比较正常；若你经常发恶梦，睡得不好，这就是阻碍和障碍。知道有阻碍与障碍，你就要懂得去遮止它，超越它，所以就要多修法念经。

为什么修法念经可以转化阻碍与障碍？

当你修法时，不管佛菩萨来与不来加持你，只要你专心，精神统一念经，那个力量就会出来帮你转化阻碍与障碍。所以每日一修是为了我们自己，所谓根本上师引进门，修行看个人，而最重要还是自己的修行。佛法很殊胜，师尊传的佛法尤其殊胜，但是为何有些人的业力和障碍一来时，就不能转化，尤其很勤劳修法的人有不好的报应来，这就是因果业力的问题。有如他现在做好事却有恶报，这是因为他以前造的恶因开始显现，他先受了恶果，这就是因果报的问题。我们要用智慧来分析，而不是一味的抱怨，因为障碍与阻碍是我们自身业力的问题而与佛菩萨毫无关系，能不能超越还要看自己的心，有时候在世间你造了这个业，一定要还掉它。修行最重要是看睡眠好不好，如果你本身的经常睡眠不好，我劝你们先从持咒开始，或持高王经，专一的转化它。若你有修行也发恶梦，这可能就是佛菩萨提醒告诉你，所以你要勤劳的修白色息灾尊来转化。因此，从梦境，你就可以知道你的修行是如何的。

第二个状况，就是从你的日常生活中看你的习性有没有转变，如果你的习性没有转变，如还会大吵大闹，那你说你与佛菩萨相应，这应该是骗人的。所以要看看你的习性有没有转变，把不好的慢慢转化成好的，若你有这种转化，那你的修行一定是走在正确的路上。所以这是大家需要思考的。



修行不止是皈依念咒那么简单，因为修行是能够成就因果，所以大家要了解甚至去转化的。习性，若你自己不清楚自己有没有转化，可以问问身边的人或家里人，到底你皈依了真佛宗十年了有没有转变。若还是没有有什么变化，就要从『新』和『心』开始，因为你修行还没有用到你的『心』，所以你的习性转换不到，你只是修表面的而已，表面的也不是表示没有意义，表面的你可以得到世间的人世法和福分如财富与健康。但若你没有转换习性的话，你的命运始终还是很难转变。只要你的习性改变了，你要改变命运是可能的，你就可能走向人生更好的路。

其实佛法与我们的日常生活息息相关，并非说你坐下来修一坛法就是修佛法，日常生活做供养讲好话做好事就是日常生活的东西，若你平时做得好，你才能放下，精神统一的进入三摩地。一旦考验与磨练来了，你就抱怨念经修法不能专心一致，最后胡思乱想，放不下一切就会抱怨。这就是修行佛法没有达到内心，只是表面而已，只能得到世间的福报。所以真正要走在修行的路上是要从你的内心里面修。

根本上师把密法浓缩成简单的法门，所以我们要好好珍惜，每天至少要修习一经一咒，精神统一好好的修持，不要放弃。修行除了要有用心去修，也要有恒心与耐力，一日一修，慢慢去磨，有一天一定会成功转换自己的习性，聚沙成塔，滴水会穿石头，只需要恒心加毅力。师尊都在开示与文集里传了种种的口诀，若大家有心有时间要多看师尊的文集与开示，也包括了做人处事的口诀，只要我们跟随着师尊的脚步加上有信心，一点会有成就的一天。

(续完)

便宜沒好貨

整理 / 佩珊 圖 / 網路資料

認清醬油的真面目



醬油是每個家庭必備的調味料，但是每次到超市買醬油，放眼望去有3、40元，有5、60元，還有8、90元，價格差異極大，選哪種才好呢？再看看內容有純釀、天然、甲級、優等...各類名目，五花八門，到底信哪個好？面對琳瑯滿目的醬油，消費者要如何選擇呢？

市售醬油多含防腐劑

消基會曾針對市售醬油、油膏及薄鹽醬油進行調查，發現市售的醬油約72%含有防腐劑。醬油是家庭常用的調味品，買貴了不打緊，怕的是買到劣質醬油，其中潛藏了有害人體的化學物質。曾有一則新聞報導，台灣外銷到奧地利的某種醬油，在當地檢測出含有「單氯丙二醇」的致癌物，其量高達40ppm，是歐盟許可標準的4000倍，也比標準較寬的義大利也高出40倍。這則新聞提醒了我們，我們吃的醬油到底安全嗎？

醬油品質的優劣與原料、製造的方法有直接關係，好醬油一定是釀造、長時發酵而成的。但是現在許多醬油工廠為了大量生產、快速製造、降低成本，而開發新的方法——速釀法和混合法，這兩種方法是化學醬油的延伸，必須加入大量化學調味料，品質低劣。消基會提醒大眾，不會產生可能致癌物單氯丙二醇的傳統釀造醬油，及不含防腐劑的薄鹽醬油，都是消費者較佳的選擇。

各類醬油的製作方法

黑豆醬油（傳統釀造）

傳統釀造醬油是將黑豆、黃豆...等原料洗滌蒸煮後，加入麴菌拌鹽等過程，再放入大缸內，經過日曬慢慢發酵約半年左右，則散溢出醬油特有的風味——香醇甘甜，這就是所謂的「黑豆醬油」，也是現今醬油中的極品，價格較高，產量較少。

釀造醬油

這種醬油品質、價格次於「黑豆醬油」。製造方法與前大同小異，不同的是它是以廉價的「脫脂黃豆粉」為主原料，這是製造黃豆油後剩下的豆粕。少了黃豆的油脂，其風味與營養當然無法與「黑豆醬油」相比。

化學醬油（胺基酸醬油）

以脫脂黃豆粉為原料，加上鹽酸分解，再以蘇打中和而成，所有過程只要3~7天即可完成。這種用化學速成的醬油，全無醬油的風味，味道酸苦，氣味嗆鼻，需要加入大量的化學調味料。更令人憂心的是，鹽酸和脂肪在高熱下，會合成致癌物——「單氯丙二醇」。

由於化學醬油風味太劣，不宜食用，因此延伸下列兩種製法的醬油：

速釀醬油

將釀造醬油與化學醬油混合，再進行發酵而成，此法可以減少釀造的時間。加入化學的成份，風味當然好不到哪兒去，所以也必須添加調味料，以符合大眾的口味。目前市面上有不少這類的醬油。

混合醬油

將化學醬油與釀造醬油或速釀醬油混合。這

種醬油多使用在食品加工業、餐飲業中，喜歡外食的朋友得當心了，別抱著「撈本」的心態猛加醬油，天下沒有白吃的午餐！

如何辨識化學與傳統釀造醬油？

1. 看價錢，釀造醬油單價較高，化學醬油較低。
2. 看醬油搖動時的泡沫，泡沫細緻綿密者為釀造醬油，泡沫較大者為化學醬油。
3. 釀造醬油開瓶時會有濃郁酒香，化學醬油則聞不到酒香。

您也可以用感官判別醬油的好壞，好的醬油聞起來氣味芳香，尤其一開瓶即有自然溫和的豆麥純香溢出；嚐起來自然甘甜；再用筷子攪拌至起泡，泡沫愈細且不易消失者，表示豆子的成份高。劣質醬油則酸苦且味道刺鼻。

了解醬油的製造過程就可以知道，為什麼同樣名為醬油，品質卻千差萬別。比較了傳統釀造醬油與現代化學醬油後，才發現古人「依循自然法則，忠於原色原味」，才最符合人體健康；反觀講究美食強調快速的現代人，享受的卻只是速成、膚淺的美味，還得以犧牲健康為代價。

市售各類醬油製造方法



名稱	黑豆醬油 (傳統釀造)	釀造醬油	速釀醬油	混合醬油	化學醬油
主原料	黑豆	脫脂黃豆粉	脫脂黃豆粉	脫脂黃豆粉	脫脂黃豆粉
製法	微生物分解	微生物分解	釀造與化學醬油 混合後再釀造	化學醬油與 釀造醬油混合	鹽酸水解 蘇打中和
風味	味香甘醇、最佳	味香甘醇、佳	酸苦刺鼻、較差	酸苦刺鼻、較差	酸苦刺鼻、差
成本	最高	高	低	低	最低
時間製造	4~6個月以上	4~6個月以上	1~2個月	1~2個月	3~7天