

慈悲为本，是大乘佛教的基本精神，表达了佛教真实内容，佛经上一再提到「大悲为上首」的菩萨精神。重在慈悲的流露，而慈悲的具体行为是利他。

至尊莲生活佛卢彦「不舍一个众生」，地藏王菩萨「地狱不空誓不成佛，众生度尽方证菩提」，诸佛菩萨不避五浊恶世，纷纷乘愿再来，都是慈悲众生的表现。慈善公益，是利他的具体表现，是长养慈悲心，人溺己溺的菩萨行。

大马华光功德会霹靂州分会配合庚子年农历正月十五，日前在怡保双彩虹组屋 (Ipoh Kinta Heights) 举行元宵节布施活动，共有50户清寒家庭受惠，让他们感受到佳节的气氛与温暖。

主席庄秀莲表示在新春元宵节，让爱心感染整个环境，和发挥正能量，而此次派发生活物资的对象并无种族、宗教、年龄、性别之分别，是务实行善，实践佛陀「无缘大慈，同体大悲」理念的一个公益慈善团体。

当天，每个受惠家庭除了获得派发的助贫物资，大马华光功德会霹靂州分会另颁赠一封新春红包，同时与前来民众交流。感谢真佛宗直心堂及真佛宗慧悦同修会捐赠物资。

華光功德會

2020元宵節慈善公益50清寒家庭



2020年1月30日，正是华人农历新春年进入第六天，也就是庚子年正月初六，人人都说这一天要送穷，是中国民间一种很有特色的岁时风俗。在中国各地还有自己的送穷办法，各不相同。但寓意基本相同，都是在送走穷鬼。反映了华人普遍希望辞旧迎新，送走旧日的贫穷困苦，迎接新一年的美好生活的传统心理。也有民间传说要做布施，以增长自己的资粮。但对霹靂华光功德会而言，帮助他人度过生活上的困境才是最有意義的。

今天，霹靂华光功德会副秘书长刘贵祥师兄率一班热心义工包括林桂芳、丁玉燕、刘贵兴及刘贵康乘着一股慈悲喜舍及关怀的精神，由当地居民带领义工一行人领着若干物资前往务边花园住宅区，探访济助当地弱势贫困户，以解决他们生活上的经济困难。

案情：

据了解，安仔先生于前几年身体半边中风，双眼视觉模糊，右边双眼正等待怡保中央医院安排割除眼膜手术日期。目前无法正常工作的他，每日生活费，包括到医院复诊、医院取药的车费（每趟包车费用为马币45），及购买眼膜费用、手术费用，由一位已成家立业的妹妹一人负担。

華光功德會

新春温暖活動 關懷探訪助貧



(文接第 1303 期第 8 版)



2019 大德佛学培训班

释莲焜上師教授 - 第 3 講

本期專題：「中觀正見」

(续) 八正道 ~ 正精进

当你有了一个很好的生活方式时，你就会有『正精进』。当你生活安逸了，时间也多了，你就会精进了。正当你精进修持(修法念咒)时，又面对逆境了，不是每一件事都如你的意时，当你遇到事情逆你时，所谓的贪嗔痴慢疑都出来了，你还是发脾气了，请问你究竟精进了什么？几十万遍，几千万遍的经咒都没有用。

其实，修法时『正行』最重要，修法仪轨是越修越简单，不是越修越复杂。所谓『正精进』讲的不是你修了多少法的或念了多少遍的经咒，而是你以前做过不好的错事不要再重犯，若没做过好事就要现在开始做起，若有做好事就继续的做。简单来说，不好的不做，好的就去做。因为正确的精进不是唸很多经咒，而是每一天没有给自己一点点的时间『反观自照』。

所谓的正行就是禅定，禅定就是给我们时间做『反观自照』。因为正确的精进就是要我们反观自照，所以反观自照很重要，禅定就是反观自照，若我们可以做到每一秒钟都在做反观自照的话，你的心就是没有在偷懒了，心就不会放逸。这就是真真正正的正精进。

观身不净

当我们反观自照做多了之后，理论上会有很多『正念』的出现，所谓的正念最重要讲的是『四念处』。四念处：观身不净，观受是苦，观心无常，观法无我。所谓的观身不净，是在我们还没出生之前，我们还在母胎时，其实我们是活着很肮脏的水里面。我们从出生到现在，任何时候流出来的东西，从头顶到脚底没有一样东西是香的，你的眼泪与鼻涕也不是香的，没有一样是香的，进去的可能是香的，如你吃进肚子的食物是香的，但是出来的都是臭的，没有一样是香的。

所以依佛陀教导，我们的身体其实一直都不干净的，我们常常做观察的话，我们就不会对自己的身体太眷恋，因为很多时候我们是因为自己的身体而做了很多事情，但是我们不应该留恋我们的身体，所以观身不净，要常常做，这是第一个正念处。

观受是苦

再来，观受是苦。所有的觉受，一开始都是开心的，到最后都是痛苦的，想想看从我们的亲人开始，在你还是单身时，你拼命的找对象，找了之后，你觉得是对的，过了一两年，你就从开心变成痛苦，对不对？如果有一天你赚了钱很开心，然后你的儿子帮你花完了，你又从开心变痛苦。不管是什么事情，有过了开心，你就有痛苦，所以所有的觉受，到最后都是苦的。所以

观受是苦的意思是，我们对觉受不要太执着，有得吃的时候就吃吧，没得吃的时候就吃少一点，有得穿的时候就穿，没得穿的时候就穿粗糙一点也无所谓。所有的觉受到最后都是苦的，我们要明白这一点。

观心无常

观心无常，所谓的心讲的就是心念。平常我们有没有注意到自己的心念，据经典记载，一弹指之间有60个『刹那』，每一个『刹那』为一个念头的生命，一个『刹那』为0.013到0.18秒。所以一弹指之间已经有60个念头在起伏。生起来了又灭掉了，我们都不知道。我们以为我们的念头很长，不是的。想想看，从我们以前刚刚学修法时，我们就观想师尊出现，当我们观想师尊的头到师尊的身时，在观想到师尊的脚时，突然师尊的身跟头都不见了，为什么？

因为我们的念头一直在起伏当中，一直在生灭当中，出来了走了，出来了走了，其实是因为前面跟后面太相似了，所以我们以为是从一个念头开始的，其实不是，是从很多的念头加起来太相似了，所以我们以为是同一个念头。尤其做观想的时候，我们不清楚是这样，因为我们的专注力不够，我们不可以把一个念头延续下去，我们让念头自己发展的时候就会有这样子出现，因为一个生了一个灭了，因为很相似，所以有时候看得到，有时候看不到，一直的不停生灭生灭，所以『观心无常』的意思是我们懂得我们的心念，其实一直在起伏当中，在无常的当中，一直在改变，没有一个常态，没有一直的存在，就叫做无常。

观法无我

观法无我，很多人一听到这个法就以为是上师相应法，又或者四加行法，本尊法或护法法等，其实不是。因为在佛法的教义当中，一讲到的法就是指世间上所有的人事物为法，一切人物为法，一切法无我，什么叫做无我，就是没有自性，

一切法无自性，不管是人还是事还是物品，都不可以独立的存在，为无我，无自性。打个比方，你现在的存在，如果没有你的父母，你可以独立存在吗？不可以。你今天做什么会在这里，如果不是马密总的安排，让你到这里听课，你可以独立的在这里吗，不可以。

四念处，所谓的正念是要我们常常做四个观想，我们的身体不干净，没有什么可以留恋的，我们的觉受，今天开心，明天不开心，所以没有什么可以执着，开心与否都没关系，所谓的开心就是不狂欢，你可以不开心但不要大悲，这个觉受一直在变化无穷的，我们的念头一直是生灭不断的，都是无常的，我们要懂得这个道理。我们的念头生灭无常的，为什么要灌我们的念头是生灭无常的，因为我们所有的举动，都是从我们的念头而起的，我们说话之前，我们的念头就已经起了，但是因为起伏太快，我们不知道起了走了，我们以为我控制自己讲话，不是，是念头先起，才到你讲话，念头先起才到你走路。

(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、敬愛、超度

释莲焜上師護壇
蓮花程祖上師主壇

真

蓮華生大士

藏密式護摩法會

14.3.2020 (星期六) - 7:00PM

法師、講師、助教護壇。參加法會報名超度、祈福：隨喜功德

支票抬頭：P.A.B.T.Chen Foh Chong Bao Jing 銀行戶口：Public Bank - 315-742-1006
請將存款收條連同報名表格一起寄回 / 傳真至寶淨同修會
聯絡：012-9899813、018-2194883、010-5313493

法會設有：主祈者、功德主。

法會報名：入場免費，歡迎親臨或通訊報名，法會費用一切隨意。

馬來西亞真佛宗密教總會 關丹寶淨同修會主辦

PERSATUAN AGAMA BUDDHA TANTRAYANA CHEN FOH CHONG BAO JING
No.43, 1st Floor, Jalan Seri Setali 1, 25300 Kuantan, Pahang Darul Makmur, Malaysia.
Email : baojingkuantan2016@gmail.com

般若雷藏寺 十五開元宵 70孤兒撈生同歡慶

配合正月十五元宵节，马密总般若雷藏寺僧团与70位孤儿、单亲家庭一同撈生聚餐别具意义。

不畏新冠肺炎流感疫情来袭，般若雷藏寺此年度例行活动依然如期举行，孤儿们在爱心满溢的氛围下与僧团一同撈生，在开心用餐之余也喜获义工与僧众们的祝福红包。

据悉，般若雷藏寺特备丰富的美食佳肴让孤儿们享用。此活动为马密总般若雷藏寺回馈社会与众生结缘之善举，让不幸的一群也可开心欢庆佳节，同欢共乐。



【吉拉央同修会】2020年2月11日非常感谢马来西亚真佛宗密教总会吉拉央同修会捐献 RM 10,000-00 于吉拉央华小综合礼堂建设基金。由释莲又上师等同门见证合照。

马来西亚真佛宗密教总会【慧悦同修会】于2020年1月5日举办「年度感恩及供养大护法护持暨南摩红财神护摩大法会」为信众纳福祈愿，慧悦同修会邀请释莲戡上师主坛，由释莲口法师及释莲娃法师护坛。

法会结束后，同修会很荣幸邀请丹绒马林国会议员 YB 郑立慷、霹靂州 EXCO Sumber Manusia, Kesihatan, Hal Ehwal Pengguna dan Integrasi Nasional 暨 Sungkai 州议员 YB. A. Sivanesan，为该同修会主持“慈善布施白米活动”仪式，其中以「大马华光功德会霹靂分会」为该同修会首选的慈善单位之一。

丹绒马林国会议员 YB 郑立慷致词：“感谢美罗慧悦同修会及大马华光功德会霹靂分会的邀请出席这次慈善布施活动。希望你们这个慈善功德能够继续做下去，让更多人受惠，我和 YB 作为这里的人民代议士会全力支持你们慈善事业，社会有很多不幸人士，我们希望尽我们最大的努力去帮助更多的弱势群体，让更多的人受益。”

宋溪州议员 YB. A. Sivanesan 致词：“感谢真佛宗美罗慧悦同修会邀请出席这次新春布施白米活动，也让这次受惠人士感受到【人人一份爱，处处有温情】。我也看到该同修会筹备这次活动是非常认真，如同我背后这些米包，堆成如山一般准备布施给当地弱势群体，同时同修会也另外准备各50包米赠送给不同地域的慈善组织，如【大马华光功德会霹靂州分会】等等。在此我宣布拨出马币三千给慧悦同修会作为此次慈善布施活动费用。希望这份美好的慈善事业能够继续传承下去，惠及人民。”

慧悦同修會

續承慈善事業惠及民眾



图中左7起：释莲娃法师、释莲戡上师、YB. A. Sivanesan、释莲口法师、莲花志伟、刘贵祥、刘焯丞、赖木兰及林桂芳等同门合照。



图中左10起：丹绒马林国会议员 YB 郑立慷代表移交白米给大马华光功德会霹靂州分会副秘书长刘贵祥。见证者由释莲娃法师、释莲戡上师、国会议员 YB 郑立慷、刘焯丞(右9起)、林桂芳及赖木兰、释莲口法师等同门合照。



2020大馬文宣功德主

贊助方案感恩大回饋

方案

1



莊嚴精緻舍利塔

1. 舍利塔內裝藏聖尊蓮生活佛珍貴髮舍利及親自主持法會之護摩灰
2. 真佛報及燃燈雜誌 1年
3. 健康符、光明定心符、地神賜財符
4. 資糧俱足母錢
5. 馬密總上師團全年護摩迴向



RM 1388
一次付清 或 10期付款



開運福氣錦囊

1. 錦囊內裝藏聖尊蓮生活佛御用聖物
2. 真佛報及燃燈雜誌 1年
3. 光明定心符、地神賜財符
4. 資糧俱足母錢
5. 馬密總上師團全年護摩迴向

RM 688
一次付清 或 5期付款



方案

2



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

(贈品送完為止)