



真佛報行動網



LINE@生活閱

密教行者的人生

蓮生法王開示

金錢第三

生命健康第二

修行第一

修行第一，密教重視解脫道。解脫什麼？解脫人間、解脫六道，因為六道都在痛苦的輪回。修行應該排在第一位，不管你的身體如何、有沒有錢，你都可以脫離六道輪回。如此才能够到四聖界，或者到了佛國淨土，這才是最重要的。

圓滿的人生

修行成就 身體健康 財源滾滾

9月19日，无上法王至尊蓮生活佛于美国西雅图雷藏寺，主持蓮花童子本尊法同修。開示中，法王以笑話為引告訴大眾，世事無常態，一切都在變化之中，因此佛陀教導人們「諸行無常」。

問答环节中，法王依大眾的提問開示，若有宗教文物如本報刊雜誌，或其他宗派的物品，不用的話可置于土地公廟與大眾結善緣。若毀損嚴重已不堪用，在稟報佛菩薩後，可于金爐燒化。另外，法王也由另一提問，教導大眾，修行應依次第而修持，可引导孩子修行，但一樣的，孩子也需受灌頂後方能修持。

法王隨後依其他提問，接連解說了金剛火咒語及手印，以及搖錢樹的手印、咒語與訣竅。以此，法王叮囑大眾，人生在世，苦多於樂，應以修行為首要，生命健康為次要，錢財為後。有錢無法脫離痛苦與輪回，修持佛法才能解脫而不再輪回或到佛國淨土，才是最重要的。

是日法王講授《道果》，教導四眾弟子，密教中，修氣非常重要，只要修成，最後的成就，必然能得到直接解脫，如蓮華生大士，能虹光化身，即身（即生）成佛。若無氣脈修行，則以持明念佛的方法，西方三聖現前，接引至佛國淨土。

最後，法王叮囑大眾，行者要過有規律的生活，要自我規範，讀書、修法、睡覺、起床等，亦或是玩耍，都要固定時間、能自律。如此修行才會增長，否則就會下墜，無論上師、法師或是仁波切，自律要嚴。

慈悲喜舍修養高 散发亮丽好氣質

9月20日，法王佛駕美国彩虹雷藏寺，主壇黃財神護摩法會。會後開示，法王再次勉勵四眾弟子，人生第一重要就是修行，第二重要是身體健康，第三重要才是金錢。

當日，數則提問中，有弟子請教法王，有何方法能對治邪淫誘惑？法王教導，顯教中，視年長者為母、年紀相仿者為手足、年幼者為子孫，密教中有白骨觀、不淨觀，皆可對治邪淫誘惑。聖尊再教

導，堪能者是行住坐臥皆達到無漏的不動尊，虽行双身亦是克制、減欲的方法，惟已成就堪能者能修持；非堪能者，若修持双身，入金剛地獄，永不超生。

爾后法王依另一提問，解釋慈、悲、喜、舍的意涵，并指出，慈悲喜舍是很伟大的修養，属资粮道的修行。并且，真正的美，在于慈悲喜舍：有些人外表亮丽但身上的气非常污浊；若懂得慈悲喜舍，就算外表不出众，但显现出来的气质非常的好、身上有清静的气，所放出的电波很吸引人。

問答后，法王接着講授《道果》：持十六小种等分覺受。法王教導，該段道果讲述，同于「香功」，也即是「修气」。修持九节佛风与宝瓶气时，二者在身中会产生两种感觉：香和甜。修气久了以后，可闻种种香、尝种种味；唾液与汗水会是甜的，体味也会轻、香、甜，此属「身觉受」。法王最后再期勉大眾，好好修行，让自己有香甜之味。



诸行无常乃常态 唯识中观论至理

你问我答 互动就是力量 第46集

2020年9月19日 莲生活佛卢胜彦主持西雅图雷藏寺「莲花童子本尊法」同修法语开示



我们首先敬礼传承祖师，敬礼了鸣和尚、敬礼萨迦证空上师、敬礼十六世大宝法王噶玛巴、敬礼吐登达尔吉上师。我们敬礼坛城三宝、敬礼今天同修本尊莲花童子、观世音菩萨、敬礼大势至菩萨，敬礼西方极乐世界阿弥陀佛海会众菩萨。师母、丹增嘉措、吐登悉地、各位上师、教授师、法师、讲师、助教、堂主以及各位同门，还有网路上的同门。大家晚安、大家好。你好、大家好（粤语）！爱してる，[相爱]，hola amigo, Te quiero mucho. すごい，一番，気持ちいい。纠缠、呀比、bling bling. こんにちは。

在说法以前，以一个笑话做引子。老婆问老公：「老公，你现在对我开始冷落了。结婚以前你对我多好啊！在路上，若是碰到这个有水的地方，你就把我抱过去，而你现在都装作没看见。」老公讲：「冤枉啊！不是看不见，而是抱不动。」

所以很多情况证明这世事，世间上的事情没有常态。以我们身子来讲，每一天都在变化。像我小的时候，非常的瘦。小学的时候非常瘦，那时候人家称师尊的绰号就是小老鼠。就是很小，小老鼠。到了读这个军校的时候，军校大学部的时候，才慢慢开始胖。目前看起来，除了个子比较小以外，其他还好。人的身体都是在变化之中，根本没有常态。也不要以为说，今天身体健康，明天就不会有什么事。你也不知道明天到底身体健康不健康，会发生什么事，你也不知道。

所以佛法里面，佛陀曾经讲「诸行无常」。《唯识论》里面最重要的就是一句话「唯心无境」（注：唯心无境即唯识无境，同义。）就是佛教《唯识论》讲的「唯心无境」。中观讲起来，就是讲自己的心跟空性结合，融合在一起，便叫做中

观。中观跟唯识的差别，一个是「唯心无境」，一个是「自己的心跟佛性融合在一起」的。这两个是有差别的，一个是中观，一个是唯识。当然你要研究这个中观，那学问很大，我们可以看那个月称的《入中论》。你要研究唯识，你可以看《解深密经》、《唯识十二颂》，另外还有《楞伽经》。

弥勒菩萨跟不着、世亲主张唯识；另外，中观就是文殊师利菩萨、龙树、提婆；你可以从那些著作里面去研究中观跟唯识。在西藏的密宗，一般来讲完全是把唯识跟中观结合起来；大部分是在中观里面，也有唯识的思想；在唯识里面也有中观的思想。

现在进入你问我答。

千手观音心咒殊胜 大悲短咒功德亦二 观音法门宜持其心咒 时间充足诵大悲长咒

Q1 顶礼根本上师莲生活佛。弟子看到「罗天大醮」法会，「大悲咒」短咒是「嗡。悉殿都。漫多罗。跋陀耶。梭哈。」平时我们念「大悲咒」短咒，千手千眼观世音菩萨的心咒是「南摩。三满多。母陀南。瓦日拉。达摩。些。」请师尊开示这两个咒的不同和用法。弟子可以念吗？感恩师尊，弟子莲花〇〇虔诚合十。

A1 「大悲咒」的短咒：「嗡。悉殿都。漫多罗。跋陀耶。梭哈。」这个是「大悲咒」最后的几个字，你知道「大悲咒」念到最后，就念到这一句，最后几个字：「嗡。悉殿都。漫多罗。跋陀耶。梭哈。」那是最后那一段（咒音），念最后那几句。「南摩。三满多。母陀南。瓦日拉。达摩。些。」那是千手千眼观世音菩萨的心咒。

我现在告诉大家千手千眼观世音菩萨的心咒：「南摩。三满多。母陀南。瓦日拉。达摩。些。」这个意思，大部分来讲日本的东密是这样念，东密大部分是这样子念。那么藏密「嗡。悉殿都。漫多罗。跋陀耶。梭哈」，这个一般是属于藏密念的。

其实两者没有分别。一个是观世音菩萨，千手千眼观世音菩萨的心咒；一个是「大悲咒」的心咒，「大悲咒」的短咒。二者其实没有什么分别。那么你可以念「大悲咒」的短咒，但是为了修法，修千手千眼观世音菩萨的时候，你要念祂的心咒，你就念「南摩。三满多。母陀南。瓦日拉。达摩。些。」修法上面，你在修本尊法上，念这个；念「大悲咒」短咒的时候，你就可以念后面那个短咒，应该是这样子。

那你如果时间长一点，你就可以把整个「大悲咒」全部念完。你如果有时间的话，最好把整个「大悲咒」念完，那么功德是一样的。两个咒语虽然不同，功德是一样的，只能够这样子跟大家讲。「大悲咒」有很多的功德，你们看了就知道。祂的功德很多。千手千眼观世音菩萨，祂本身就是，祂有十一个头，等于是十一地。在藏密来讲，经常讲十二地半才是佛。那么在显教讲，十地菩萨以上的都属于佛。所以千手千眼观世音菩萨也等于是佛。已经是十一地，祂是十一地的佛。

至于千手千眼观世音菩萨的心咒有何功德？「大悲咒」有何功德？大家都可以知道，你只要去查了都可以了解。

宗内宗外文物若不用 可置土地公庙结善缘

Q2-1 修真佛宗之前，曾经接触过其他的法门，请问要如何处理有关物件、书本、CD、画相、加持物、海报等？

A2-1 告诉你我以前处理的方法。我以前是读《圣经》的：《马太》、《马可》、《路加》、《约翰》、《使徒行传》、《格林多前书》、《格林多后书》、《帖撒罗尼迦》（编按：Thessalonians，亦有前、后书），最后是《犹太启示录》。这个《新约全书》，那么第一章，《旧约全书》的第一章是《创世纪》。《圣经》的中间打开是诗篇，《旧约圣经》前面第一章就是《创世纪》。至于我以前的《圣经》如何处理？我是送给基督教的朋友。不然，我就给它拿到教堂去放，当成赠送品给人家，也不能够浪费啊。

那么至于书本、CD、画像、加持物、海报都是其他法门的，你不想放在家里，那很简单。如果是在台湾，我就把它拿到土地公庙。有缘的人他就拿去。有时候就摆在土地公庙那里，有很多人去拜拜，然后看一些书，看一些善书。在台湾我就把他拿到土地公庙，因为那里摆了很多善书，有缘的人他就拿走了，我以前是这样子做的。自己看过了，或者我以前在台湾看过了《真佛报》，实在是太多了，《燃灯》也实在是太多了，自己不看了怎么办？我就拿到土地公庙，台湾的土地公庙跟人家、大众结缘。自己宗派的报纸《真佛报》我也是这样子，就让有缘的人去拿。

那别的法门的，在台湾你也可以这样子拿到土地公庙。在马来西亚，你就拿到大伯公那里去放。大伯公是不是台湾的土地公？等于是土地公嘛，对不对？马来西亚有大伯公庙吗？有啊。拿到大伯公去放就好了。书本、CD、画像、加持物、海报都可以。你就学师尊的方法，台湾就放在土地公庙，在马来西亚你就放到大伯公庙。另外还有其他法门的的东西，你能够送回到其他法门的同门那里去，也是可以的。

实在是太破旧了，你可以拿到金炉去烧化掉。你自己也觉得很脏、很破旧了，你就跟佛菩萨禀报一下，就在金炉给它烧掉。

修持密法需灌顶 按照仪轨方可行

Q2-2 我以前因为无明所以不学佛，对于生活上的困境是毫无招架之力。后来，我信佛了，相信因果。重新（把）佛学架构在生活上。我很感恩佛菩萨的加持，使我能够让我儿子从抗拒学佛到渐渐接受佛理。我有供养普巴金刚，我和儿子，每个晚上会用清水供养祂。接着念「四皈依」三次，念「普巴金刚咒」七次加手印、观想。念《高王经》、念到「七佛灭罪真言」时，加手印念其他心咒。观想「大礼拜」、念「百字明咒」三次加手印、回向，念「圆满咒」及做「解散手印」。请问我可以如此引导儿子修行吗？谢谢。

A2-2 四皈依「南摩古鲁贝。南摩不打耶。南摩达摩耶。南摩僧伽耶。」普巴金刚咒「嗡。别炸。几里几拉呀。沙尔瓦。比嘎念。棒。吽呬。」他这个不算是一坛法。因为一坛法有持咒、有手印、有观想、有入三昧地。他这里面没有入三昧地，念四皈依三次，他这个好像跟修法的法本不太一样，他自己创造出来。修法的法本是这样子：你可以供养完了以后，先做大礼拜。然后以坐的姿势做「毗卢七支座」，一直进行修法的次第。

你时间如果很少，你就做最主要：大礼拜完了，你可以先观想，观想的时候就结手印。然后观想、结手印、再来是持咒。持完咒以后，再入三昧地。先观想，后持咒，观想的时候结手印，然后再持咒，持完咒以后再入三昧地，就静坐。静坐起来再做观想大礼拜，要念百字明咒三次，再观想大礼拜，再回向。

他这个弄乱了，他整个仪轨都是乱。请你注意一下，请这个马来西亚李瑞芬稍微注意一下，你的这个次第弄乱掉。你依照真佛宗的次第去修比较好一点，不要自己自作主张去修法。按道理来讲，先做前行，前行就是「四加行」。再来，你再做正行，正行就是观想、持咒。观想的时候结手印，持咒、入三昧地是正行。再来就是做后行。后行就是回向、念百字明咒、念圆满咒，做解散的手印，这是可以的。这个是要注意一下，因为你的次第有点混乱。

你「可以引导儿子修行……」你儿子几岁？他没有写儿子几岁。如果儿子只有四岁、五岁，还不必。如果儿子有十岁，十岁以上就可以。可以慢慢教他。当然是可以引导儿子修行。但是你的儿子也需要灌顶，也是要灌顶才能够修。

金刚火咒威神力 大梵天咒即此咒 披甲护身加持诵 所向披靡诸魔窒

Q3-1 师佛文集第四十四册《伏魔平妖传》的〈披甲护身手印〉一文，有提到「以后，我修『披甲护身』，特加持『金刚火咒』，但见金色之网燃起强烈之火，此火非凡火，能焚烧诸魔，有天魔用手触之，手皆烧成黑焦，咆哮如雷，但却无可奈何也。如此，我才没有走火入魔」。在此是否有机会恳请师尊开示，「金刚火咒」的咒语为何呢？

A3-1 哇！真的很久了——《伏魔平妖传》，好像武侠小说。（师尊笑）这是第一个：有谁会「金刚火咒」？查一下「金刚火咒」。我第四十四本（文集）《伏魔平妖传》——〈披甲护身手印〉，有提到「金刚火咒」。

（上师向师尊呈递资料）用「大梵天咒」即可，这也是「金刚火咒」。那三钻金刚印，手印是内三钻金刚印，咒语是「大梵天咒语」即可。大梵天就是Brahma。大梵天咒：「嗡。班杂。布拉玛（Brahma）。梭哈。」他问咒语为何？我解答了。可以吗，大梵天。大梵天在那里（镜头带至西



以佛法修行解脱 勿堕轮回苦无休

雅图雷藏寺坛城)。Shiva, Brahma, Vishnu. 最右边的，我右手边的是Shiva。左手边的跟一只天鹅的是Brahma，底下跟Garuda的是Vishnu，三尊。好啦，现在跟你讲啦，「金刚火咒」：「嗡。班杂。布拉玛（Brahma）。梭哈。」

摇钱树法纳善财 钱财健康皆重要 行者切莫忘初衷 修行解脱实首要

Q3-2 师佛文集第六十七册《皈依者的心声》的〈真佛宗「摇钱树法」仪轨〉一文，有提到「八、结印——双手手指均完全张开，左手心朝下，置放胸前，右手心朝前，置于左手大指与食指之间。（如同一棵树种于大地之上，即是「摇钱树」之印）。在此是否有机会恳请师尊示范，如何结『摇钱树法的手印』呢？也恳请师尊示范念诵『摇钱树法的咒音』呢？（「南摩三满多。哇日发。吽。」）

A3-2 哇！都是很早的，你要考我！「摇钱树法」很早啦！那个是在西雅图雷藏寺传的。「在此是否有机会恳请师尊示范如何结摇钱树的手印呢？」这是考我！（师尊笑）

是这样子的：左手放在胸前，手心都是张开的，右手手心也是张开，放在这里。这个就是一棵树种在大地上。摇钱树法的手印就是这样子，在食指跟大拇指的中间，摇钱树法的手印。（师尊示范手印）当然啦，这一定要摇，这个就是摇钱树法，一定要摇。好啦。摇钱树法的手印已经结了。「第二，也恳请师尊示范念诵摇钱树法的咒音。」喔，你真的卡好！这是考我耶！（师尊笑）他有把（咒语）写在这边。摇钱树法的咒音：「南摩三满多。哇日发。吽。」也可以念成「发」，就是要发发的发，发发发发。

它的观想是，莲生尊者放出大黄光照树，整棵树放黄金光。树变大，树叶密密麻麻；再观想树叶已非树叶，全变为一张张的新台币、美金、日币，新台币就是NT、日币就是Yen，美金就是US Dollar, United States money, 也即是一棵大树，其大树，树叶全变为钞票。观想一分明。这时候右手略摇动，即是摇树。观想所有的树叶（钞票）全播落在密宗行者的周围，堆积如山高，团团将行者围住。哇！团团将行者围住。那就是「坐井观天」，因为周围全部都是钞票嘛。就算钞票倒下来，你也是很爽的。对不对？

我觉得人生，我有一个感触，人生、生命最重要，健康第一重要。因为你有了钱，钱也买不了你自己身体的健康、有了钱也买不回你自己的青春。所以身体、生命、健康是第一重要，第二重要就是money，才是钱。钱的日文怎么讲？（日文：お金）噢，那老二以前为什么讲「私はたくさんある、私は金持ちさんです」？老二解释看看？「金持ちさん」就是有钱人，「私はたくさんある」，

也是一样，就是有钱。为什么叫「たくさん」？很多很多啊？「我是很多很多的」。私は、たくさんお金ある、ある就是有，就是有钱啊。好了，你学会了这个就是有钱人啦。（师尊笑）

当然，健康第一、生命健康第一，有钱第二，我们应该要这样子。讲起来，我们密教行者又加上了一个第一，第一之一：就是修行第一。生命第二，有钱第三。修行应该排在第一位，因为你身体健康，不懂得修行，将来还是六道轮回。

修行第一，你修行排在第一位，不管你身体怎么样、有没有钱，你都可以脱离六道轮回。所以我们密教讲起来就是这样，我们讲解脱道。你是解脱什么？解脱人间、解脱六道，因为六道都在苦里面，都在苦。虽然你有钱，你也会苦的。你有钱，你碰到查水表，你也是苦啊。在美国也是一样：在你到了美国，第一个，身分第一重要。你必须拿到美国绿卡、（成为）美国公民。第二个，你就是要报税，报税很重要。做生意的人，大部分来讲，五年会被查一次税，查税的时候你就很辛苦。有钱人碰到查税也是很苦啊。所以很多事情都是这样的。人生，人生活在世上，苦多于乐；苦的时候多，快乐比较少。

三恶道，那更不得了。地狱是全部都是苦，畜牲道你也是苦。你说当动物，都是苦，那叫「旁生」，到了动物，你就更苦。还有饿鬼道，那更苦，因为肚子很大，每天都在挨饿，但是你要吃，它喉咙很小、喉咙很细，永远填不饱肚子。饿鬼道是肚子很大，胃很大但是喉咙很小，而且要吃下去的东西，都会变成很难吃的，就会变成火炭，都是不能吃的东西，所以饿鬼道很苦。地狱道苦、旁生也苦、畜牲道也是很苦。为了脱离三恶道，你就是算三善道，也是苦。所以你要解脱，你要修行解脱，以佛法来修行解脱，才能够到四圣界，永远不会轮回，或者到了佛国净土，这才是最重要的。

有一次老王上厕所，刚好隔壁的厕所所有人。隔壁的兄弟跟他讲：「兄弟，你用哪牌的卫生纸，怎么这么香？可不可以让我看一下。」公共厕所可以这边拿过去，从底下有没有，把卫生纸递过去给他看。那老王不耐烦，就拿他的卫生纸给他看。然后……就没有然后。在厕所里面蹲了一个小时：「哪一个天寿的！给我出来！给我站出来！为什么没有还我卫生纸！」真的！上厕所没有卫生纸也是很惨。这也是苦啊！刚刚讲到苦，这也是苦。

小明因为长期失眠去看医生，医生告诉他，告诉失眠的小明：「你回去以后，从一数到1000，你就可以睡着。」隔天，小明黑眼圈来看医生。医生说：「怎么了？」小明讲：「昨天我数到890实在撑不下去，只好喝咖啡提神，最后还是睡不着。」这个小明好笨！你撑不住了你就睡了算了嘛。对不对。怎么医生叫你1000，你就要数到1000，你就睡了嘛！真的笨欸，所以我们学佛也要聪明一点。

我们再讲一点道果吧。

行四大气共九百息 梦中可见天女歌舞

持四大种等分觉受，颂云：「四大之气等流及天女种种舞供」这一句话，若平均持四大之气，于本位各有二百二十五、四种共九百息，则景象及梦觉受中见天女歌咏、做种种歌舞之供；此处身觉受非主要故不述。

好，我告诉你喔，这一句话简直是混蛋。什么意思？它最后讲「此处身觉受非主要故不述」，也就讲到最后这一句：「这种身体的觉受不是主要的，所以不必讲。」居然不必讲，我还讲什么？那不是混蛋吗？（师尊笑）

什么是「四大气」啊？告诉大家最重要的「上行气」，控制上身的气叫做上行气；控制下身的气叫做「下行气」；控制全身回转的气，就是「遍行气」；控制中脉，气的上下的，就是「火伴气」。这是「四大气」。其中还有一个就是「心气」，就是五大气。

这四种气，你如果练习这四种气，上行气、下行气，上行气气压，下行气上提，火伴气进入中脉，这遍行气周遍走全部，在散的时候要周遍，你只要运用两百二十五，一种气做两百二十五，四种气做九百息，九百个呼吸，做九百个呼吸以后，你在梦中你可以看到天女在唱歌跟跳舞。

这个修行功夫就已经很厉害了，上行气往下，下行气上提，遍行气周遍，火伴气引导，中脉的气通中脉。你这样子所有的气全部集中在中脉，往上，一直到顶窍的时候，晚上做梦的时候，身觉受，可以看到天女在唱歌跟跳舞。但是祂讲，这种觉受不是主要的，所以不必说，就讲这一段吧。

密教修气脉化虹光 可即身成佛 显教持佛号得接引 到净土再修

我告诉你，密教里面修气非常重要，所以常常会有很多瑜伽士他自己这样子写：「密教修气瑜伽士」。你气跟脉你修成了，那不得了。气跟脉你只要修成，气跟脉你已经修成了，将来你的成就，当然最后的成就就能够得到直接解脱。

一般显教来讲起来，我们是这样子讲，显教你可以到净土，可以到净土。你修气脉跟明点，在密教莲华生大士这里，祂可以虹光化身，你直接就化成光，变成彩虹。五大气变成五种颜色的光，这五轮全部打开的时候，就变成五种彩虹的光，就变成虹光出现，大虹光出现。虹光可以即身成佛，即身体的成佛跟即生，这一生可以直接成佛，都可以成就的，气脉的修行。那如果不是气脉的修行，你以持名念佛，西方三圣现前，可以接引你到佛国净土。到了佛国净土，然后去那里，再由圣贤教你，你再成就佛菩萨到了四圣界。

所以由人要直接成佛，在密教来讲，修气、脉、跟明点，才能够直接即身成佛，跟即生成佛，是这样子讲的。所以《道果》里面讲的是属于即身成佛的法，而不是一般的。这个像净土宗的，直接阿弥陀佛来接引、观世音菩萨来接引、大势至菩萨现前，把你的命气接走，到了佛国净土。差别就是在这里。你看，修了九百息以后，晚上你的梦觉受、身觉受都可以看到天女在唱歌、跳舞给你看，就已经有这种成就了。

我以前礼拜六晚上，有时候我开车到山庄，最早的时候我开车到山庄去。我就在山庄过夜，然后早上起来，我就去坛城那里敲暮钟鼓，我在敲暮钟鼓的时候，我可以听到天上的音乐，那个时候我可以听到天上的音乐。

每一次说我听到天上的音乐的时候，我想，「怎么搞得，我听到天上的音乐？」我在敲暮钟鼓的时候，居然可以听到天上的音乐，听得很清楚。



自律要严很重要 修行才能渐增长



法语开示 道果第33讲

2020年9月19日 莲生活佛卢胜彦主持西雅图雷藏寺「莲花童子本尊法」同修法语开示

有唢呐的声音，什么是唢呐？天上的音乐有唢呐的声音，都会吹奏唢呐的声音给我听。我听到天乐，天乐，天上的音乐。这是我的经验喔，这是我的经验之谈。真的是，真的听到天上的音乐，而且是醒着听到。所以很多很神奇的事情会发生出来，真的是很神奇的。

加减乘除之于人生 加乘善因减除恶因 法王期勉四众弟子 生活自律实为首要

这里给大家做一个勉励：「人生是什么？人生就是加减乘除。宽心要加，自信要加，微笑要加；痴心要减，自私要减，忧郁要减；爱心要乘，感恩要乘；贪心要除，自卑要除，怨恨要除。」这是鼓励大家的加减乘除，什么要加？心要宽大，要加。自信要加，微笑要加，对人要和气，微笑要加。痴心要减，愚痴的心要减，自私的心要减，不要有自私的心。忧郁的心要减，也不要忧郁。爱心要乘，要多一点爱心。自律要多一点，感恩要多一点。贪心要除掉，自卑要除掉，怨恨要除掉。

我跟两位仁波切讲——丹增嘉措跟吐登悉地，「自律要乘」懂吗？自己要规定自己的生活，生活起居你要自律。丹增嘉措跟吐登悉地不要半途而废，你既然称你是仁波切，你要自律自己的生活：该读书的时候要读书、该睡觉的时候要睡觉、该起床就要起床，过有规律的生活，该修法就要修法。读书、修法、睡觉、起床都要在同一个时间。你要玩耍也可以，但是你规定你自己玩耍的时间，你要去玩耍也可以，但是你要规定你自己的时间一天可以玩多久，你要有自律。

你要知道什么叫做这个，少林寺有所谓的戒律院吗？少林寺有戒律院，雷藏寺也要有自己的戒律。不能说「我是仁波切，我是自由的，我已经二十岁」——你是十八岁嘛？十八岁已经是大人了。「我要干什么就干什么，我想睡就睡，不想睡就不

睡。」或者是「我想要出去玩就出去玩，玩一整天就玩一整天。」不行的，不可以的。要读书、要修行，几点睡觉、几点起床、几点做什么事情要有规律，这个自律要乘，很重要。

两个仁波切，台湾的吐登悉地也是一样，读书就读书，修行就修行，玩就玩，该睡就睡。不该睡的时候不能睡，要自己规定自己的生活，这样子才会有增长，你才会增长，不然你就下坠。叫你「仁波切」——我告诉你，称你「仁波切」就是把你推下海，你自己要游泳到彼岸。上师、法师也是一样的，自律要严，自己自律你自己。晚上不睡觉玩手机玩一整夜，白天才打瞌睡，都不可以的。所以自律要乘，你是仁波切，自律要严。

以前达赖喇嘛，不是说「我是达赖喇嘛」。我告诉你喔，那些亲教师在教达赖喇嘛的时候，也拿藤条打的；你要学经，教你，你要乖乖的坐好，就算达赖喇嘛也要乖乖的坐在椅子上，乖乖的读书。你不读经？马上用打的。达赖喇嘛也是，你不要以为达赖喇嘛好当，祂要学很多经典，要学很多东西的；班禅也是一样，那些仁波切也是一样。你要当寺的寺主，将来当雷藏寺的方丈，全部要读经、要读书、学问要好。

藏人都学英文的，你自己也要学会几种语言。师尊是中文，你要学会中文、你也要学会英文、你也要学会越南文，Because you're Vietnam people；你还要学会越南文、还要学会英文、还要学会中文，能够的话，也要学会藏文。这些都要学的，仁波切不是白当的、不是吃饭的。所以两个仁波切都要注意了，大家都在用眼睛看你，你没有成就的话，照样赶出本宗，宗派不留你的。你没有成就的话，赶出本宗。你到外面去当、到社会上当仁波切。

今天就讲到这里吧，嗡玛尼呗咪吽。

我们敬礼传承祖师：敬礼了鸣和尚、敬礼萨迦证空上师、敬礼十六世大宝法王噶玛巴、敬礼吐登达尔吉上师。我们敬礼今天护摩的主尊北方多闻天王黄财神针巴拉，我们敬礼坛城三宝。

师母，丹增嘉措，吐登悉地，各位上师、教授师、法师、讲师、助教、堂主，以及各位同门，还有网路上的同门，大家午安大家好，你好大家好（至尊以各国语问候大众）。

修行 健康 财富 人生三大愿

现在通知大家，下个礼拜天是9月27号，下午3点护摩的主尊是大随求菩萨护摩法会。大随求，大家也知道的，也就是大家都可以求、随求随应，所以这个菩萨是大随求菩萨。祂的心咒是「唵。摩诃鉢拉底。萨落。梭哈。」「唵。摩诃鉢拉底。萨落。梭哈。」，祂的咒语。祂的手印呢？右手掌心向下，左手掌心向上，双手合并，如同经典的那个叫做经筐，双手合并就像经筐一样。结法是这样子（至尊示范），祂的手印。

以前我念这个咒的时候，「唵。摩诃鉢拉底。萨落。梭哈。」其实不是「鉢拉底」是「鉢拉底」（Prada是一个名牌包包，Prada）。是「鉢拉底。萨落。梭哈。」大随求。这一尊大随求菩萨非常有名，有人专门念大随求菩萨的咒语，因为人生啊就是在求这个愿望，人生大部分都是有所求，修到无所求非常困难。在有求的范围之内，这一尊是所有的本尊当中，一尊让人家求愿的菩萨。你们如果已经修到完全无所求，那就不用主祈。

在说法开始以前，先以一个笑话作引子。邻居陈伯伯昨天去看医生。陈伯伯讲：「医生，我的肠胃有问题。」医生问：「你的大便规律吗？大便是不是很规律？」陈伯伯讲：「很规律。每天早上8点我准时大便，8点准时大便。」医生就问：「那么既然那么准时，还有什么问题呢？」陈伯伯回答：「问题是我每天早上9点才起床。」

师尊本身的生活很有规律，我的生活是很规律的而且很顺。我告诉大家，将来啊每一个人到了80岁或者是90岁，你能够不包尿布就算成功。我昨天晚上讲，身体健康非常的重要，那是第二重要。大家要记住，第一重要就是修行，因为它可以了生死、脱轮回。第二重要是身体健康，因为身体健康才是真正的财富。第三重要才是金钱。我们期望下个礼拜天的大随求菩萨，大家可以祈愿修行成就、身体健康、财源滚滚。这三个有了，其实什么都有了。

修法因事中断 可以接续修完一坛

那么现在进行「你问我答」。

Q1 新加坡弟子问的。感恩师尊。请问您，当我修法一半时肚子疼去厕所回来时，需要重新开始还是可以继续？要修什么法来克制邪淫的诱惑？谢谢您。

A1 告诉大家，你修法修一半突然肚子痛去厕所，回来的时候，你要先洗手洗干净，重点啊，洗手洗干净。需要重新开始吗？不用。你可以接着再继续修完一坛法。这是很简单的事情，接上去就好了。突然之间有人敲门，你们要去开门也是一样。

你看今天相应了那个笑话是上厕所，今天第一个问题也是上厕所，相应！相应！这个很难得啊，他问的也是上厕所，今天那个笑话也是上厕所。今天针巴拉，告诉你醒真的是黄金铺地啊，真的，我是看到这个黄金掉下来，吐宝鼠吐出一块一块那个金块，选得跟屋子一样高，祂真的有赐福。你知道我们痴出来的东西叫什么？黄金，痴出来是黄金，天上掉下来是黄金，今天讲的两个笑话也是黄金，问题也是黄金，掉下来又是黄金，哇，真的是相应了！相应！



修行成就堪能者 双身亦能克制邪淫

你问我答 互动就是力量 第47集

2020年9月20日 莲生活佛卢胜彦主持彩虹雷藏寺「黄财神护摩大法会」法语开示



对治邪淫诱惑 修白骨观不净观 观想异性即亲眷

「要修什么法来克制邪淫的诱惑？」好像听到有人讲白骨观，谁讲的？宣仁法师讲的。你真的有修白骨观吗？每天都有，以前有。以前有修白骨观去对治邪淫，现在没有。对的，佛法里面是有白骨观。其实这个很难——能够克制邪淫的诱惑，这个很难的！

显教对于邪淫深恶痛绝，你不要以为我们密教就能够修双身，显教不能修双身，不要以为你学了密教你就可以修双身。现在问你一句：「你是不是堪能者？」什么叫堪能者？就是说你在双身的时候也把它当成修行，应用你的气脉明点跟你所有的仪轨，你能够在双身当中修一坛法，从头到尾修法而毫无淫念。如果你是这样的人，也有观想，也有持咒，也有念经，也有入三昧地，也有手印，并且你能够知道空性——四喜四空，而且你是堪能者、无漏的堪能者。除了这种人，万不得已（一个也得不到一个）。他可以双身以外，其他的，你如果修了这种双身的法，有淫念的话下金刚地狱永不超生——那么严格的。密教也是很严格的，不要以为说密教就可以修双身，搞错了！

所以能够克制邪淫的诱惑，非常重要的。以前在显教里面学经，师父教我们：年长的看成母亲，年纪相仿的看成兄妹，年纪小的看成自己的孙女。这也是一种对治的方法：年纪比你大的是你的母亲，你不会产生淫念，年纪相仿的看成你自己的妹妹，年纪更小的看成你自己的女儿、看成自己的孙女，那是一种克制的方法。所以你要有这样子的观想。看成自己的妹妹，你不会有淫念；看成自己的孙女，你不会有淫念；看成自己的女儿，你不会有淫念；看成自己的母亲，你不会有淫念。

唯堪能者能修双身法 其克制力强欲望减少

修法呢？在密教修法，刚刚宣仁法师讲，就是白骨观。有时候啊，你要对治这个诱惑实在很难，但是呢当你修成堪能者的时候，不要以为双身不是

一个克制的方法，我告诉你喔，你已经修成堪能者了，你已经成就堪能者，你会对这个也能够克制，完全能够克制，而且你的欲望越来越少、越来越少，不是增加而是减少。

瑶池金母曾经问我一句话：「什么是不动尊？」我回答：「行住坐卧。」行住坐卧都在动，为什么是不动尊，因为你行住坐卧都是堪能。所以修法有两个观法是对治邪淫的，一个是白骨观，另外还有一个是什么？（众答：不净观）不净观。不净观也是对治邪淫的。谢谢你问这个问题，因为现在在美国，大部分来讲，美国本身它很开放，18岁以上的思想是自由的，行动也是自由的，不能够自律的人很多，所以很难克制，尤其现在。师尊没有手机，我也不看iPad，现在有手机的，好像是说有手机的有时候转一转，那个情色的、色情的就会出现。诱惑太多，很难去克制诱惑。所以这个很重要，我们学佛的时候用白骨观、不净观来克制邪淫。在你的念头上，看法就是这样子，把她看成：年纪大的看成长辈；年纪中的看成平辈（就是兄弟姐妹）；一般的，年纪轻的人看成自己的女儿、孙女。要做这样子的想念。好，这是第一个问题。

气动顶窍如同触电 毛孔放光通身是眼

Q2 Brunei (汶莱) 弟子问的。阿弥陀佛，师尊、师母。弟子在修四加行金刚心菩萨正行观菩萨白光灌顶时，弟子顶穴感觉麻麻犹如触电，这正常吗？请师尊加持指点。

A2 这是正常，因为气在身体动的时候会产生10种现象。气在身体动的时候有10种现象，我现在不讲哪一种现象，但是你感觉到顶窍麻麻的如同触电，这是气动的现象。你看师尊每一次在做本尊观想的时候啊，做这个黄财神针巴拉的时候，每一次（手印）拉下来，「唵。针巴拉。查冷查那耶。梭哈。」（至尊示范祈请降身）就有那个气啊充满整个头，脸有时候也会变形，脸有时候也会变成变形金刚，也会变形，那个都是气动的现象。



敬師堂「除瘟疫度母」護摩同修



2020年9月16日适逢“地藏王菩萨”圣诞亦是大马公共假期，马来西亚真佛宗敬师堂恭请马密总会长释莲太上师前来为敬师堂主持“除瘟疫度母”开光安座暨“地藏王菩萨”护摩同修。

今年初始，全球突遭“新冠肺炎”肆虐，彻底改变人们的生活方式，感染“新冠肺炎”死亡的数据，每日剧增，同时造成全球经济停摆，使世界经济陷入严重收缩。全球人民面对各种压力，苦不堪言。

真佛宗法王莲生活佛因怜悯众生所受之苦，期盼众生都能离苦得乐，特意传授“除瘟疫度母”修持法，并指示所有真佛弟子持诵“除瘟疫度母”心咒，祈愿消除一切传染病及瘟疫。

二十一度母之中，当中第二十尊就是

除瘟疫度母。度母身为红黄色，右手结与愿印，左手持莲花上有宝瓶，瓶中盛满消除瘟疫的不死甘露，祂的双目犹如日月，放出无量光芒。

开光安座结束后，由释莲太上师主持“地藏王菩萨”护摩同修。地藏王菩萨是十方诸佛如来共同称赞颂的一尊大菩萨，在释迦牟尼佛说法时，受嘱咐教化娑婆众生，又因其发有“众生度尽、方证菩提；地狱不空、誓不成佛”之大愿，亦被尊为“幽冥教主”。

护摩同修的进行非常流畅而殊胜，只见释莲太上师端坐主坛法座之上，如仪地加持供品、疏文，点护摩火、持咒、演化身印及虔诚供养护摩至尊，护摩火越烧越旺。与会同门都感觉到了法喜充满，一切都是那样的吉祥圆满。

祈请根本传承上师 莲生活佛 佛光加被
般若雷藏寺 啟建

梁皇寶懺暨地藏王菩薩 瑜珈焰口大法會

日期：2020年10月12日至16日

百年垢衣 一朝得濯 还得清淨

誠心禮拜拜懺，懺悔過去世所造諸惡業，解怨釋結，消災除厄，增福增慧，冥陽兩利。
祈願「疫情平息、身體健康、國泰民安」

法會時間：

- 10月12日(星期一) 卷一開懺、卷二
- 10月13日(星期二) 卷三、卷四
- 10月14日(星期三) 卷五、卷六、卷七
- 10月15日(星期四) 卷八、卷九
- 10月16日(星期五) 卷十結懺暨地藏王菩薩瑜珈焰口大法會

釋蓮太上師、釋蓮夫上師主持。眾法師護壇

法會報名：一切隨緣

法會特設陽居或為先亡報名：總懺主、正懺主、副懺主、如意光明功德主

支票抬頭：P.A.B.T CHEN FOH CHONG MALAYSIA 戶口號碼：PUBLIC BANK 3123-2969-30

歡迎線上 APP 報名法會：<http://onelink.to/gb7ms3>
如有疑問，歡迎致電：603-3374 9399



般若雷藏寺 10月法務活動

梁皇寶懺暨地藏王菩薩 瑜珈焰口大法會

梁皇宝忏每卷供品均不同，十种供品各有其不同的功德与象征意义。

开忏：供香

~心灵安稳，身体洁净，三业清静，多闻妙法。

第二卷：供花

~人缘极佳，见者欢喜，身常香洁，欢喜真理。

第三卷：供灯

~眼睛明亮，事业顺利，获正知见，智慧圆满。

第四卷：供涂（水）

~身心洁净，相貌庄严，远离烦恼，尊贵自在。

第五卷：供果

~圆满无缺，不受灾害，受诸喜悦，早证佛果。

第六卷：供茶

~口齿清香，永离渴爱，安乐少病，具诸福报。

第七卷：供食（斋菜）

~力大无穷，寿命绵长，众人爱乐，辩才无碍。

第八卷：供珠（宝物）

~相貌庄严，威仪美好，破除吝啬，速正圣果。

第九卷：供宝（经书）

~消除业障，自新清静，福寿绵长，永离恶道。

结忏：供龙袍或衣服

~所有安全，不遭破坏，色泽柔美，具诸财宝。



「大馬華光功德會」(金海同修會分會) 持續散發溫暖與關懷

大馬華光功德會(金海同修會分會)於9月11日前往柔佛士乃區慰問二戶需要援助的印裔同胞。

受惠家庭"加拉巨帝", 因交通事故雙腳斷裂而斷送經濟來源, 需兩年的復蘇期, 華光及時給予物資援助。另一受惠家庭"那根拉仁", 一夕間屋子遭火神吞滅。華光到火患現場慰問災民並給予物資的援助及慰問金馬幣三百。也祝願他們早日回復正常生活。



「心燈堂」

瑤池金母護摩法會

无论修多少法, 持多少咒, 如果还看不见自己的念头, 也是难以成就。比如持咒的时候, 行者若不专心, 那么本身念头就一定不是在念咒语, 而是在别的地方。我们不注意念头, 它一定会跑; 如果有注意自己的念头, 它就会回来。“定”就是看自己的力量能够定到多长, 智慧就会增长。比如人家责备你的时候, 你第一件事情不是与之争论, 而是冷静分析为什么会有这个情况。行者会定心, 就不容易造恶业, 反而会懂得如何去走自己的人生路。所以定心, 很重要。修真佛密法正行中的入三摩地, 就是慢慢把心收起来, 练习把定心延长。我们不是只有坐着修法的时候才能定心, 日常生活要开始学习定心, 注意自己的念头, 是否遵循「诸恶莫作, 众善奉行, 自净其意」这个偈。一开始虽然不容易, 但是当行者慢慢做到的时候, 就不会轻易被眼睛所看、耳朵所闻的一切所蒙骗。这些所见所闻都会让自己厌烦恼恨, 而看到自己的念头, 就会知道如何去解决。看不到, 就会随着习性而随波逐流。

自我优越感, 然后觉得别人越修越差而产生出傲慢心。所以为什么我们要恭敬礼拜诸佛菩萨, 以佛菩萨为依止, 产生出恭敬心, 消除我慢心。

第六种就是说法, 对上师、法师及弘法人员来说, 每天看见别人时, 不一定要告诉别人应该做什么, 其实关怀的语言也是一种说法。赞叹别人、关怀别人也是一种说法。不是教才是说法, 关怀他人或分享佛法也是。脸书分享师尊的文章和金句也是一种说法, 现在是电子时代, 网络分享利益众生、劝人行善的文章都是一种说法, 不是一定要有口才或来到别人的面前讲才是说法。

第七种, 就是每天都要修法。根本上师希望弟子每日一修, 就是希望大家保持修行的心。人都会有惰性和习性, 每日一修就是要保持这个好的习惯。将修法这个习惯规律起来, 就会知道自己应该什么时候要修法。如果没有办法修一坛法, 至少也要有一经一咒, 腾出一个静下心来时段。定心的力量才会慢慢增长。上师、法师和出家众至少要修四坛法, 但会根据法务而定。在家众至少一坛法, 自己在二十四小时中安排时间, 养成习惯, 时间到了就一定去修法。时间不足, 就算是十五分钟或三十分钟也可以。修行方便但不能随便, 真的没有时间才另作特别安排, 尽量将修法融入到生活中。修行与生活合一, 才会走向光明的康庄大道, 道心坚固。

(莲花丽桦整理报导)



像我们来讲，身体有气，一个意念连牙齿都会动。牙齿怎么动？（至尊示范）有没有听到声音？这个都是气在动啊，不是我故意让牙齿动啊？你们小心一点，尤其年纪大的，你们学师尊这样子动，牙齿就断掉，上牙跟下牙互相咬合震动，连牙齿都会动。这牙齿一动还得了，因为力量很大，你如果牙龈不牢，就会掉牙齿。我们常常讲「人生七十才开始」，开始什么？开始掉牙齿。还好师尊每天保养牙龈跟牙齿，保养得很好、很坚固。

所以当你气动的时候，牙齿咯、咯、咯、咯、咯，而且不只是这样子，我们全身整个身体包括毛细孔都会张开，毛细孔都会张开啊，佛菩萨跟你相应的时候进到你的身体，所有毛细孔全部打开，所有的毛细孔全部发出光明。你的光明，那个叫什么？我们不要讲千手千眼，这就是「通身是眼」，什么叫做通身是眼？就是你的毛细孔打开，所有的毛细孔全部都是眼睛；而且可以放出光明。修行可以修到这样的，你看那个牙齿咯……。

所以你是堪能者，你绝对是无漏的。跟你讲，无漏！他的气灌注到那里，他可以收，收紧，往上提产生四喜，翻转为四空。这个在密教才有，一般的显教没有什么叫四喜四空的。这个顶穴感觉到麻麻有如触电，正常！就算你牙齿打架，牙齿互相咬合很快的，也是正常，因为气在这个牙齿上面啊。你们有谁牙齿会震动的？应该有人会。有人吗？气在牙齿上牙齿震动，不过这个也是一种绝技欸，很少人会，你如果自己把牙齿这样子每天扣齿36通，这个当然会啊。对不对？但是像我这样子震动，会吗？（至尊再示范）是这样子震动的。

至尊同一系统可以合修

Q3 （台湾弟子问的。）顶礼师尊。请问师尊，上师相应法与「白莲华王本尊法」是否能够合修？感谢师尊。阿弥陀佛。

A3 这个「白莲花王念诵法」要灌顶，记得一定要灌顶，然后持咒可以灌顶。白莲花王跟上师相应法是可以合修，因为师尊是白莲花童子，白莲花王也是白莲花童子，系统一样的，系统是一样的是可以合修的。这是一个问题。系统不一样的，不要合修。

另外也有三尊一起合修的。你修莲花童子、修白莲花王，然后再修这个金刚萨埵，是可以合修的，三尊也可以合修。三尊一起合修，修金刚萨埵本尊跟白莲花王本尊跟莲花童子本尊，因为莲花童子也就是金刚持尊者。第一金刚持尊者是阿达尔玛佛，再来，五佛就是五大金刚持，那就是六个金刚持。金刚萨埵是第七金刚持，第八金刚持就是根本上师，你们就是第九金刚持。所以金刚萨埵、上师相应法、白莲花王这三尊是可以合修的。有些是不能合修的，要注意。

五气朝元 凝于天心 修道久久 放出光明

Q4 马来西亚弟子问的。弟子平时一直有念《高王经》以及修法也配合修坐禅通明法，请问师尊关于坐禅通明法的修行方法「存想日月中的天心」。当弟子修行一段日子后，每次一静坐或者日常时候只要一凝神，就感觉天心部位有很凝固的感觉，接下来是否就是一直守着这个凝固的感觉就可以了呢？还望师尊指点。

A4 存想日月中的天心。就是眉心轮，在这里，眉心轮。有凝固的感觉，那就是刚刚我讲的气。你只要一直守着这个凝固的感觉，就会变成五气朝元，对！三花聚顶、五气朝元。原则上，你只要这个气凝固在天心，你守住这个凝固的天心，意念观想这个气在天心，那全身的气都会回流一直到天心上。

我讲过了，这里（天心）就是像皇帝，这里就等于一个国家的皇帝坐在这里，所有文武百官一起朝拜皇帝，这个修行方法是有的，叫做五气朝元，就是到这里，这个是五气朝元。皇帝在这里坐，皇帝当中坐，文武百官在底下一起顶礼皇帝，这一种现象产生出来。

你修道久久，你的眉心轮会打开放出光芒。「存想日月中的天心」，什么叫做日月啊？为什么会有这一句？「存想日月中的天心」，日月是什么？你们应该知道吧，我讲那么多次了。左眼、右眼就是日月，因为在修萨迦六势变的时候，有「日月朝天」。日月朝天，两个眼睛向上看，叫做日月朝天。这个就是日月的中心，就是眉心轮。可以一直守着这个凝固的感觉就可以了，然后把所有你的全身的气，包括上行气、下行气、遍行气、火伴气，全部朝元，眉心轮先打开，你就可以看到光明。

修法回向宜简要 做四无量观 同修者共成佛道

Q5 美国Boston弟子问的。阿弥陀佛！弟子诚心顶礼师尊莲生活佛！师尊好！师母好！弟子想请问师尊三个问题。

怎样做回向才是正确？弟子修法后会先回向给师尊、师母。然后回向给自家的土地公、地基主、五路财神、灶神，我的历代祖先、缠身灵，我所有的家人，和所有的众生。祈愿我们努力修行，消除业障，师佛接引我们往生摩诃双莲池。请问师尊这样子回向是否正确？

A5 哇，他回向给师尊、师母，回向给自家的土地公、地基主、五路财神、灶神，历代祖先、缠身灵，所有的家人跟所有的众生。「祈愿我们努力修行，消除业障，师佛接引我们往生摩诃双莲池。请问师尊这样回向是否正确？」

好啦，问问题。莲兹法师，这样回向正确吗？莲兹讲太多了。请坐，请坐。还有哪位要回答？丹增呢，丹增认为怎么样？太多了，答案是一样。还有谁要回答？九如呢？也是太多了。那怎么办啊？莲绪他持反对的意见，他说是可以的，因为我们在回向有这个嘛：「愿同念佛者，同生极乐国，上报四重恩，下济三途苦，见佛了生死，如佛度一切。」「上报四重恩，下济三途苦」，几乎全包了，所以莲绪讲的也是正确，太多了也是正确。

你不要分那么细，你就来一个：「愿同修法者，同生极乐国。上报四重恩，下济三途苦。」就全包了，这也是好。所以你说「愿同修法者」，就不是你一个人在修法，愿同样真佛宗的修法者同生极乐国，我们只要有相应就能够生极乐国，这是最起码的祈求。「上报四重恩，下济三途苦」，就全包了，或者我们在修法当中，你观想啊：前面有冤亲债主，后面有恩人、师长，右边有父亲亲人，左边有母亲亲人，六道众生团团围绕，同修密法，共成佛道。这个也是啊。你有这样子：「所有的冤亲债主，所有的恩人、师长，父亲亲人，母亲亲人，六道众生，共成佛道」，这样子就好了，不要念「土地公、地基主、五路财神、灶神，我的历代祖先、缠身灵」，这些不用念了，对不对？就是这样子。

教导子女慈悲喜舍 应尽力助人不自私

Q6 （续上）怎样教导孩子慈悲喜舍？

A6 第二个问题：「怎样教导孩子慈悲喜舍？」慈，就是给人快乐；悲，就是解除他人的痛苦；喜，就是随喜——我们都要做；舍，就是能够完全舍弃你自己的生命。「舍」这个字很重要，无自己只有他人，就是舍；不为自己想只为他人想，就是舍。所以你教导孩子要懂得慈悲喜

舍；慈，你教孩子要给人家快乐，不要增加人家的痛苦；悲，解决人家的苦就是悲；喜，就是随喜，尽量地去做；舍，就是没有自己只有他人。这是很伟大的修养，慈悲喜舍是很伟大的修养，是资粮道的修行。你就照师尊的方法，这样子去教小孩子，让小孩子能够懂得什么叫慈悲喜舍。

这是伟大的修养欸。一个女生的美，真正的美在于她有没有慈悲喜舍？我们看到这个女生长得很美，我们常说you so beautiful，让人家惊艳(amazing)。You so beautiful, amazing, so powerful. 非常有power，亮光四射，每个男生看到你全部拜倒在你的裙下，看到你就爱妳，这种美女啊很可怕，真的。但是修养是不一样的，常常有人长得并不怎么样，但是你的气质特别好，你身上发出来的气质很好，跟你做朋友做久了，就被你吸引了。因为你慈悲喜舍，很有素养，你的气质特别的好，你发出来的亮光超过外表。

有些老人家，真的，他是很慈祥的一个相貌，我们一看就被他吸引，他不是很美，但是他很慈祥。女人如果能够很慈祥，她的修养就是好，她的气质就是不得了，这个照样她有她的power出现。这两种不一样的。所以认真讲起来呢，我觉得，你懂得慈悲喜舍，就算你长得再丑，但是你的显现出来的亮、出来的气质、出来的电，我们修行的人看得出来的：他的气非常的好，而不是长得很漂亮但是就是散发出来的那个浊气非常的重。你身上要有清静的气，你是会很吸引人，你放出来的电波，人家还很容易被你的电所吸引。有的人长得很漂亮，很吸引人，但是你跟他相处几天以后，你会发现他是很污浊的，他身上的气是非常污浊的，这是有的。所以能够教孩子慈悲喜舍，非常重要！

Q7 （续上）我已念完了三十万遍的爱染明王心咒，如要做断恶法，是否一定要等到除日才可以做？下一个除日要等到十五天后，如紧急，是否可以立刻做？谢谢师尊开示！祝师尊和师母身体健康，一切如有！

A7 这个除日的意思，就是你在修法，那一天power（力量）会比较大大一点，为什么要选择除日？是因为在那一天修除法、断恶法，power会大大一点。平常的日子当然也可以修断恶法，因为你很紧急，你要用，是可以的，不一定要看那个……香港人叫「通胜」，台湾人叫「通书」（即农民历）。因为香港人喜欢赌博、喜欢赌，所以他不能讲通书，叫通胜。台湾人不一定赌博，像我不赌博，因为赌博会倾家荡产的，所以不能赌，也不要学会赌博，千万不要。

我们叫通书，你看通书、看历书，香港人就叫通胜，对不对？香港人叫通胜——他每一次都要赢，所以在香港当和尚很难，因为看到光头：「哎呀！今天不能赌啊，输光光！」就是这样子。台湾不会，台湾人看到那个和尚或者比丘尼，都还很尊敬地合掌；香港的习俗就不一样了，他看到光头：「哎呀！今天输光光了，那不能赌了。」「啊！今天倒楣了！」所以果贤法师有一次从电梯出来，有一个人跟他讲：「哎呀！今天倒楣了，输光光了！」果贤法师上去跟他理论：「我是福田僧，你看到我增加福田，什么输光光？」但是人家还是看着他说：「输光光。」

除日可以的，不是除日也可以的，只要你的信心够，任何日都是好日。你修行证量够，没有一天不可以的，这重点在这里。你修断恶法用除日，它的power大，你修行的力量够，你的咒力够，anyway，可以，go ahead。

2020年已经到了九月了，九月都快结束了。不要问我得到什么、失去了什么？今年唯一的骄傲就是体温36度半。摄氏吧？摄氏36度半，表示你没有得到冠状病毒，很正常。

修气产生身觉受 体香气轻味道甜

我们再讲一点《道果》。

四、持十六小种等分觉受

颂云：「四大气种种」，等分持二种迁移之二种九百息、共一千八百息，虽称「十六小种」然并无超过八种气，是地等二百二十五息分八组，故成一千八百息。

将其平均持于外形之阿字时，支分气中主要之极流动气及真实流动气，亦回转于内，以此作为内缘起后，颂云：外境「种种与香、味」，是得能觉受领受世间界之种种香与种种味，此唯有身觉受，而无景象及梦觉受。

颂云：「四大气种种」……故成一千八百息。

这是讲等分觉受。这个息就是呼吸，1800息，它分成好几种，就是分怎么样怎么分怎么分，这个不用太去管它。总之啊，（分为）225息，共900息或者是1800息，这个其实不用再去分的。1800息也就是1800个呼吸，这里面再把它细分四大气种种，又变成16小种的觉受——它讲的是觉受。这里面还没有谈到觉受。

将其平均持于外形之阿字时……此唯有身觉受，而无景象及梦觉受。

现在跟你讲了，就是香觉受。以前有人在修香功，有没有？听过没有？香功就是这个。现在讲了香功就是这个，也是在修气，它讲了也是在修气。极流动气（就是快速的气）跟真实流动气是意念应用气再回转。九节佛风就是真实流动气；极流动气就是律动的气、强烈的气，宝瓶气持气都是极流动气——跟你们讲解什么叫做极流动气。宝瓶气也是极流动气（射息就是极流动气），这个一般的九节佛风叫做真实流动气，两个回转在身体里面会产生两种感觉，一个是香，一个是甜——味道是甜的。你的唾液本来是没有味道的，但是你修气久了，你流下来的唾液是甜的，身体排出来的汗是甜的，你的毛细孔所产生出来的是香的。

我是这样子听说，也不知道是真的、假的？我们是讲种族平等，但是这个阿差（见附注）就是有阿差的味道，你有没有感觉到？阿差就是有阿差的味道，白人有白人的味道，黄种人有黄种人的味道，味道不一样啊。你如果坐公车，刚好那一部车



行者修气功深 身体散发香气



法语开示 道果第334讲

2020年9月20日 莲生活佛卢胜彦主持彩虹雷藏寺「黄财神护摩大法会」法语开示

子人很挤，有一个白人手抓住那个上面的杆子，他这里（腋下）流出来的味道，你刚好站在这里，因为白人很高，你鼻子刚好在这里。不只是人如此，动物也一样啊，台湾的黑猪跟美国的白猪，哪一个比较香？台湾的黑猪就特别香。美国的peanuts跟台湾的peanuts（花生），台湾的peanuts就特别香，美国的大但是就是没味道。

你今天走了修行的路，你发出来的体味是香的。你有修行，毛细孔打开，毛细孔也在呼吸，那个毛细孔呼出来的气是香的。那个气是轻的，是香的，味道是甜的。真的，不一样就是不一样啊。所以跟你讲，你只要修气，能觉受领受世间界之种种香与种种味，此唯有身觉受，而无景象及梦觉受

（不是做梦）。

人的身体，每一个人面孔不同，每一个人的身体的味道全部不一样。你知道吗，刚出生的baby，我们称为香孩子。那个baby，你闻他，很香的，因为他只是喝人乳，喝牛奶，他发出来的味道很香。开始吃肉了，味道就不一样了。我告诉你喔，不要以为男人都是臭的，女生喜欢骂男人叫臭男生、臭男人。你以为女生都香啊，女生也不一样，有的是真的香，有的是臭。真的，女生也一样，有的是臭，味道很难闻，有的是真的香，各有不同，那就是，有一种就是体质。你修气以后，你可以闻到种种的香，尝到种种的味，这个就是属于身觉受，修气的时候的身体的觉受。

笑笑人生 笑一笑 人生更美好



单身的人都想找老伴，一起度过风风雨雨，但找到以后你会发现，大部分的风雨都是另一半带来的。真的啊，年纪大的会越来越臭；年纪大越来越香，有修行。年纪越大的越来越臭，你看，年纪大的看到小孩子很喜欢，把他抱起来，那小孩子就（抗拒、转头）「呜——」，因为你身上发出臭味啊！

晚上在家里唱歌，唱到高音的时候邻居来敲门。门一开，她就竖起大拇指：「刚才高音是你唱的吗？真好听。」我很谦虚地讲：「不好听啊，不好听啊。」她一掌就打在我脸上：「知道不好听，你还唱？」

笑死，我告诉你喔，好像也有一个笑话是这样子。有人晚上三更半夜在吹那个小喇叭。他跟朋友讲：「我昨天晚上一直在吹小喇叭，邻居就来敲我的门。三更半夜怎么来敲我的门？气死我了，我继续吹我的小喇叭。」其实是自己错了也不知道。不

可以的，吵人家会吵到别人。

有一个计程车司机啊，他在道路上正常地行驶，突然之间有一个警察把他拦了下来，计程车司机就很火了，抓狂怒吼：「我又没有喝酒也没有违规，你凭什么拦我？」这位警察反而非常平静：「我是想坐你的车到警察局。」

他是坐车而已，拦下车是要坐计程车，不是有什么。所以我们每一件事情不要先下断论，要听仔细了才说。

这里有一句话：「没有女生会在六块腹肌跟六台车之间，选择六块肌。」所以别去健身了，努力工作赚钱要紧。

阿美问小明：「你认识刚才那个男人吗？」小明回答：「嗯，算起来他应该是我亲戚。」阿美问是什么亲戚，小明回答：「我也不知道怎么称呼，不过他娶了我的老婆。」

有一对夫妻是从国中就恋爱了，到了有一天老婆心血来潮问：「老公，国中的时候你暗恋了我多久，才给我写情书？」老公回答：「当时想找个女朋友，于是我就给全班的每一位女同学都写了一封情书，结果只有你给我回信。」

他教你一个诀窍，找工作是每样的工作都给它发一封求职信。每一种工作都给它发一封信，就是求职信，只要人家在找人的，你通通给它发信，就能够找到工作。

今天这个有意思啊，今天这个《道果》有意思。真的，香跟味，每一个人不同，所以，好好修行，让自己有香甜之味。

嗡嗡呢咪咪吽。

附注：「阿差」一词有两个来源。香港有很多印巴裔人，港式粤语普遍称他们做「阿差」，这个代称来自印度语常用词acha，意思是「好的」或「对了」。其次，香港开埠之初从印度招募大量警察过来维持治安，他们大多是传统包着头巾的锡克人（Sikh），因为当时惯称印度人为「摩罗」，所以亦叫做「摩罗差」。（详见：<http://paper.wenweipo.com/2016/07/26/OT1607260008.htm>）

真佛论剑

卢胜彦文集第279册《孤灯下的告白》吐露心声

一点灵气

在元朝，有一位辽东丹王的后裔，名「耶律楚材」，他是一位博览群书的人。元太祖召见他，甚重用。官至：开州同知。中书令。元相。获得皇帝的恩宠。「耶律楚材」晚年的时候，拜访了「行秀和尚」，得到悟境。从此，离开所有的人羣，放弃一切所有，日夜参禅，整整有三年之久。后来「行秀和尚」印证他。传他祖衣。赐法名「从源」。「从源和尚」有二首诗：其一：从征万里走风沙，南北东西总是家。落得胸中空索索，凝然心是白莲花。其二：一入空门意畅哉，

浮云名利也忘怀。无心对镜谁能识，优钵罗花火里开。我说：我喜欢「耶律楚材」（从源和尚）的诗中，那一点灵气。灵气在哪里？第一首的灵气在「凝然心」。我们学佛，我的经历是「凝然」也。什么是凝然？「专一」就是凝然。「融入」就是凝然。「三摩地」就是凝然。收之成一点。放之则大千。就是因为「空索索」才会产生「凝然心」也。这就是一点灵气。又：第二首的一点灵气又在哪里？「忘怀」是也。「无心」是也。

「花开」是也。我们学佛，须忘怀也，「财色名食睡」、「名利心」，本是又空又幻，可惜世俗人去追求，至死不休，本来就「无所得」，却无法知足。至于：「无心」。我（卢师尊）就是「无心道人」。人人自己天真佛。何劳特地礼十方。待人接物亦如是。此处今古同一参。这就是「一点灵气」。又：「花开」。花开就是见佛了！我说：要见真心，先要无心，无心自然忘怀，无心才能花开。清净法身不在外，不在内，也不在中间，也不用寻求。二边俱遣，弃中间，才是花开。知否？

西雅图雷藏寺庆祝成立35周年庆

西雅图雷藏寺讯/莲金法师



2020年9月14日 西雅图雷藏寺庆祝成立35周年庆，特于午餐后恭请至尊莲生法王及师母莲香上师带领众弟子在雷藏寺大殿切蛋糕庆祝，大家以中英文齐唱生日歌后，在场弟子们一一道出心中感恩师尊多年来不辞辛劳慈悲教导众生离苦得乐、成就菩提的伟大奉献，令弟子们在修学真佛密法的过程中，在人生观与空性智慧获得大大的提升改进，生活上亦得到至尊的加持而如意顺利，法喜充满。

西雅图雷藏寺落成于一九八五年九月十四日，是真佛宗第一座雷藏寺，地灵精萃，为金屋吉穴，藏风聚气，八方来仪。雷藏寺意义为「雷声震响十方界，藏我如来真如」，愿佛法传遍十方普渡有情众生。

每周六晚上八时，至尊莲生法王主持同修佛法，开示无上的佛慧、道显密的修练方法，来消除世人的烦恼困厄，净化人心，使大家入世出世都能圆满。

坛城最高层稳座七佛如来高七尺八，并供奉瑶池金母大天尊、八大本尊等佛菩萨金刚护法诸尊，及道家诸尊、印度三大神等，有各色华盖、幢幡、八吉祥等庄严坛城，是万德交归之所。

西雅图雷藏寺设有光明灯，太岁坛，延生位，地藏殿、佛具部、龙王亭。欢迎各界善信大德前来礼佛参香，共沐佛恩同蒙法益！

彩虹雷藏寺9月17日最新通告

彩虹雷藏寺于即日起，将取消国外入境或外州前来参加法会的同门需要自主隔离14天的规定。

但现今华盛顿州仍然严格规定大家在公共场所，需要戴口罩或使用面部遮盖物，所以无论是在室内或是室外，请务必遵守戴口罩的规定，并配合自主性的保持六英尺的安全社交距离。

每周日的护摩法会，同门进入雷藏寺的开放时间是下午1:00-2:30，由于护摩宝殿空间有限，目前只能安排给仁波切、上师、法师及彩虹雷藏寺所指派协助法会的义工外，所有来到彩虹雷藏寺参加护摩法会的同门，请将车辆停放在停车场，并请于车上收看网路直播。灌顶时才请依照保安人员的指示，保持安全的社交距离进入护摩宝殿接受灌顶，灌顶完之后，法会结束了，即可开车回家。请同门配合将活动范围限制在停车场，请勿进入护摩宝殿或彩虹雷藏寺大殿。

每一位来参加护摩法会的同门可以先从彩虹雷藏寺的网页档案下载「彩虹雷藏寺访客健康声明表」，表格事先填写之后，可于星期日当天在彩虹

雷藏寺的入口处交给门口的工作人员，并测量体温及配合庙方的相关防疫规范。若检测无法通过，无法符合防疫要求的话，将无法进入彩虹雷藏寺。

除了彩虹雷藏寺及西雅图雷藏寺所指定的影音组人员以外，明令规定在进入彩虹雷藏寺后，其他单位或个人请勿拍照、录影。前来参加的同门善信，诚请配合不要携带宠物入内。

彩虹雷藏寺的护摩法会不开放进入大殿现场报名。同门可以尽量以电子邮件、网路报名或传真的方式报名护摩法会或主祈及功德主。有任何不便之处，烦请见谅。

感谢大家一直以来配合彩虹雷藏寺所采取的各项防疫措施，保护自己也保护他人，更是能为师尊、师母的健康做更好的防范，期盼根本上师能在安全无虞的环境下，持续不断的弘法渡众，并加持每一个弟子都能平安健康。

彩虹雷藏寺董事会 谨启
09/17/2020



通告

取消先前「所有外国或外州的访客，请先自我隔离14天，才可前来本寺」之规定，其他「没有提供挂单，没有提供三餐，公共场所无论室内室外皆须戴口罩、保持六英尺的安全社交距离」……等防疫规定仍维持不变。

感谢大家的护持与配合！

西雅图雷藏寺启
2020.9.17

2020.03.21 莲碇法师于法记雷藏寺带领同修金刚心菩萨忏罪法与开示

文接1335-11版

莲碇法师如何做供养观想？

当然我们出去吃饭会有很多菜色，理论上你想的清楚多少就观想多少。那供养的对象你说的没有错，这么多诸尊，怎么可能一下子在一两分钟内全部作供养？讲最简单的，为什么密教修行讲三根本？就是祂们跟你最形影不离，也跟你最重要，简单来说你只要供养你的三根本就已经OK了，其他的是结缘诸尊，你有能力再去观想。

嗡啊吽有哪两个意思？

所以像我自已，我就供养我的根本上师、我的本尊、我的护法，到底他们来的时候，我会念一句，供养所有上师无形的眷属，因为根本上师身边会跟着很多空行母啦、金刚护法，我会这样念：供养上师的眷属、供养所有本尊的眷属、供养我的护法的眷属，因为自已念的时候我会在脑袋中想出祂们的样子，因为我知道我本尊的眷属，我知道我护法的眷属，所以你用自己的文字念，然后接下来念十方三世一切诸佛菩萨金刚护法空行诸天，供养你，嗡啊吽，念供养咒，如果有时间，若完成是这样，如果没有就念嗡啊吽。嗡啊吽有两个意思，一个是清淨你的食品，一个是变化。

所以，所有的仪轨都是可长可短，可以自由变化，只要你不离开法的本意，你是可以自由运用的。

密教的饮食三昧耶中 可以吃供过地基主跟鬼神的供品吗？

同门：法师请教一下，供过的供品拿来煮，煮了还可以供吗？

法师：你供过了就不行了，供过的就直接吃。但是供地基主、供鬼神的尽量不要吃，密教有密教的饮食三昧耶，所以不可以吃。

吃供过祖先、地基主与鬼神的供品 会对什么造成影响？

同门：那个是法师不可以吃，但同门可以吃吗？

法师：同门最好也不要吃，因为你的气会影响到。你吃了佛菩萨的气是光明的气是加持，你吃了鬼神的气，他的气在你身上会障碍我们的修法，尤其是修禅定，如果真的要吃，可以用大悲水洒淨，或是念嗡啊吽。

同门：祖先的东西也不要？

法师：你如果有在修内法的，有修内法的最好

都不要，气你修清淨是很难得的，这最好不要混在一起。

如果真的要吃 供过地基主跟鬼神的供品怎么做清淨？

同门：那东西要拿去哪？

法师：你要拿去布施，或是给没有影响、没在修法的人吃没关系，那如果有就最好不要，真的如果你觉得浪费，一样念嗡啊吽，用大悲水洒淨，我从小都是不吃的，我只要吃了一定拉肚子，祖先的，一定一定，就算我念嗡啊吽还是一定会拉肚子，可能是一种体质吧。

献过主祈的哈达可以如何做应用？

那像哈达也是一样，你不能买了一条哈达，每次献主祈你都用同一条，这是师尊讲的，为了表达诚意最好是新的。

同门：那之后哈达怎么应用？

法师：哈达你挂床头也是结界，绑在家里的门也是结界，你要庄严你的佛菩萨也可以。

今天讲到这边，谢谢大家。感恩师尊、瑶池金母大天尊与金刚心菩萨的加持，同修一切吉祥如意圆满。嗡咕嚩嚩生悉地吽！（全文圆满～）

尽力为众生服务

文/莲花仁和

2020年9月13日师尊回答同门提问有两个重点，第一个关于入定，提问的师兄按照金刚诵的方法入了定，到了忘我的境界，忽然生出恐惧，急忙出定。这是修禅定的人常有的现象，他这一次因为恐慌而出来，下次要有这个经验可能还要一段时间，毕竟修禅定不容易。

我自己也是有类似经验，修前行做观想时，就忘我了，等过一会儿，也不知道自己现在做到那个环节，咒念了没有也不知道。我想修法都是不停的进步，一步一脚印，踏实的去修才能修出力量。

第二个问题，师尊回答莲舫上师的提问，文殊菩萨回答舍利弗，如何才是最大的供佛？文殊菩萨回答：

- 1.发菩提心。
- 2.度尽一切众生解脱。
- 3.不断三宝传承。
- 4.清淨诸佛土。

师尊从一个案例说起，有欧洲来的弟子一家人，提着大包小包来到雷藏寺山下，打电话希望庙方能够给个方便，派车来接。没想到接电话的法师回答说自己是法师，身份尊贵，只有居士服务法师，没有法师给居士开车接送的。欧洲弟子一家无奈只好扛着大包小包爬上山，受到这样子的对待，心情不愉快，原本要待一个月，第二天就打道回府了。

师尊说，出了家，身心就属于众生的，要全力为众生服务，这位法师的行为已经违背了上述四条，没有菩提心，自私不为众生想，断三宝传承，污染了佛土。

所谓「清淨诸佛土」，自身清淨即是所居国土淨。而发愿度尽众生，只是要我们尽力去

帮助众生解脱，至于众生解脱否则与我们无关。

类似师尊说的这个案例，在台湾雷藏寺也发生过，以前师尊在台湾闭关时遇见一位富豪，富豪想了解师尊的思想与那些著作，于是师尊请他到台湾雷藏寺看看。

富豪来到台湾雷藏寺已经近午时分，知客师肚子饿了，只管自己要去吃饭，却冷落了富豪，富豪无奈只好回家，也失去了对师尊的信心。

我自己也遇见过类似的情形。大约8-9年前，那时师尊在台湾雷藏寺弘法，人潮汹涌，有位老太太每周必定上山捧着一盘花叫卖，许多人同情老婆婆都跟她买，而庙方则不许她叫卖，否则就要去租摊位。庙方并派人盯着老婆婆，老婆婆无奈只好把她的花暂放一旁，去拜托摊位让她摆放。

老婆婆终于找到愿意帮她的摊位，回来要找她的花时，已经不见了，被我们的工作人收走，老婆婆情急大哭，后来华光功德会人员出面，并买下全部的花，事情才结束。

这件事情我曾经写一篇报导投稿〈真佛报〉篇名「给人家留下好印象」，文章以师尊曾经开示，信众来到我们的庙，可能一辈子只来一次，我们一定要好礼相待，给人家留下好印象，来评论此事之不当。文章登出之后，许多人义愤填膺纷纷打电话去抗议。

师尊今天提的，或我今天说的往事，不仅仅是给弘法人员，也给我们所有同门，每个人都应有无我利他的精神，任何时候都要替别人想，要有助人的利益再想能不能做，那么纵然念了一辈子的经咒也不能与本尊相应。

修行路上犯业容易消业难

文/绿茵子

业障，正是造了恶业产生的障碍，由身、口、意的造作就叫造业。身业是由身体所造作之业，口业是由口之造作之业，意业是由意念之造作之业。地藏经云：「南阎浮提众生，举心动念，无不是业，无不是罪」。

在未皈依前，没有想到要修行，所以也就没法去检讨自己的身口意。皈依修行一段时间后，走在修行路上时，要学习佛菩萨的清淨，身清淨，口清淨，意清淨，学习观照自己的念头，身业由于要守道德规范也许能较少犯，口业及意业也是容易犯的，也许一句没有智慧的话，影响到别人作的决定，结果损失惨重；所以要学习谨言慎行，要学习讲柔软的语言，随顺的语言，善良的语言，真实的语言；伤害人的语言一句也不能讲，常言道「良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒」；要用口的清淨对治妄语、两舌、恶口、绮语，一些无聊的话语尽量少交谈。

师尊的著作214册《瑜伽士的宝剑》98页中白空行母说「语的不善是恶口，这可恶的口，真是造业之源，伤害他人的语言，是破三昧耶的。」另外，一天当中，也许意念会妄念纷飞，一些不切实际的念头会跑出来，行者要学习意念的清淨，观想佛菩萨的庄严形象对治妄念及散乱。修行要修至保持正念，善念才不会退道心。

修行就是要用种种方法消除今世及累世之业障，修法加上修心，使自己走在背尘合觉的路上，至尊莲生活佛教导众生消除业障有八种方法：

- 1.读诵《高王观世音真经》一千遍（经力）
- 2.持根本上师的心咒一百遍（咒力）
- 3.修忏悔法达二百坛（法力）
- 4.礼拜供养造寺造塔造佛像（施力）
- 5.念佛菩萨名号直至相应（佛力）
- 6.禅定得戒定慧力（定力）
- 7.根本上师修法加持替代及转移（上师力）
- 8.真空化无（空力）

至尊莲生活佛开示说前七种力全是替代及转移，第八种的空性力才是真正消除业障。可见要修至空性，业障才能化为无，才能灭罪，要真正消业也是蛮困难的。

2020年卢胜彦布施基金会 持续不断支援济世工作

捐助善款物资 救助受新冠疫情 COVID-19 影响最大的社群

2020年9月12日西雅图雷藏寺捐献了美金20,000元给卢胜彦布施基金会。这些善款将会用于协助受新冠肺炎疫情 COVID-19 影响最大的社群；卢胜彦布施基金会深深感激西雅图雷藏寺的支持。

从疫情爆发后，卢胜彦布施基金会也持续不断的支援济世的工作。

2020年3月份，卢胜彦布施基金会与西雅图雷藏寺和彩虹雷藏寺一起捐出了3390个口罩给 ICHS 国际健康医疗服务中心。卢胜彦布施基金会总裁与员工亲自派送口罩，ICHS 诊所全部的医护人员也都非常感激，因为当时是在口罩与防疫装备缺乏的时候。

2020年5月，卢胜彦布施基金会加倍了本年度的捐款，以帮助非营利社群组织面对新冠肺炎疫情，尤其是帮助移民和难民的组织，因为这些社群由于不容易获取切身重要的资讯，或无法获得联邦或地方政府的援助，被排除在外，所以特别容易受到感染。

这些捐助善款，将用于协助应对新冠肺炎疫情所造成的急难和长期影响，所支援的四个主要范围分别是：

- 1) 为必要工作人员的移民家庭提供儿童托育/早期教育的服务；
- 2) 社区医疗中心，提供移民和难民护理服务；
- 3) 向包括无证件工人在内的移民工人，提供直接现金援助；
- 4) 反对仇恨与偏见的工作。

5月份，卢胜彦布施基金会与西雅图雷藏寺和



彩虹雷藏寺也已捐赠了超过15,000 医用口罩和许多防护服给前线医护人员，包括在美国华盛顿州贝尔维尤 (Bellevue) 及金县 (King County) 位于前线的医护人员。

2020年6月，卢胜彦布施基金会开始颁发第一轮的新冠疫情紧急需求捐助款，拨款 \$535,000元为14个社区组织提供紧急援助。这些组织皆致力于解决COVID-19新冠疫情，对黑人、原住民以及有色人种的移民与难民的社群，所造成的失衡状况。

最近，在彩虹雷藏寺和慷慨支持者的帮助下，卢胜彦布施基金会通过合作伙伴WAISN 也向亚基马河谷 Yakima Valley (亚基马河谷地区深受疫情严重影响) 的农场工人和家庭捐赠了5,500个口罩。

除了以各种方式帮助缓和新冠疫情的影响之



外，卢胜彦布施基金会也持续历年的提供健康和教育捐助款给非营利社群服务组织，并在 2020年7月继续颁发今年的莲花奖学金。

卢胜彦布施基金会估计，从2008年成立至今年底，基金会所提供的捐助赠款总金额将超过600万美元，用于健康和教育捐助款、奖学金和救灾援助。

须弥画现福满盈着色比赛 将佛法融入生活

冀望下一代 衔接真佛法脉

文/莲净法师



2020年9月5日是瑶池圣母圣诞日，由慈尊学会主办，台湾雷藏寺及华光功德会中区分会协办，名为「须弥画现福满盈」的绘画活动，在台湾雷藏寺密坛举行颁奖仪式。

敬邀住持莲哲上师，密总理事长莲欧上师，燃灯杂志社社长莲栽上师，宗委会法务处处长莲东上师以及功德会中区分会长洪东生师兄，主办单位慈尊学会理事长何承先师兄，加上得奖者大伙儿齐聚雷藏寺密坛，一起将所带来的各项供品，供养根本上师，母娘及诸尊，恭贺母娘圣诞。

随后四位上师分别致词勉励大家，这个绘画活动是将佛法融入生活的活动，是有意义的活动，应该常常办，能让下一代多参加宗派的活动，期望能

让真佛法脉永续不断。华光功德会中区分会长及主办单位何理事长则邀约大家在疫情消退时，再来参加营队活动。

接着进行快乐的颁奖仪式。四位上师，法师，会长，理事长及三位评审老师分别颁发奖金及奖品给到场的得奖者。

王木义师兄带着他的伙伴及专业的音响来帮忙，还带了许多可爱的气球，送给到场的每位小朋友，大家都开心极了。

此次举办绘画活动，是因为疫情的关系不能办正规的营队活动，不得已，但因此与许多非同门结缘，是原先没预料到的。所有画作在台湾雷藏寺展示期间，得到上师法师们及同门到场为参赛者票选

鼓励，真的非常感恩！

有位师姐的孙子，才刚升上三年级，每天随着阿嬷到台雷礼忏，全程中规中矩的跟随大家礼拜，获得大家一致的赞赏。只要有空档，他便告诉他认识的每个人，请他们到摊位来票选画作，大家都忍不住赞叹他，是最佳的义工楷模。

最值得一提的是前密总理事长莲盈上师，她来护持雷藏寺一年一度的中元瑜伽焰口法会。刚好义工看到了，便邀请上师来帮画作票选，并向上师报告，此次参赛者有三分之二都是一般善信，非同门喔！上师一听开心的说：既然如此，应该给他们特别的鼓励。于是上师依次为每一个参赛者的画作，一一持咒祝福，令人感动不已。(未完待续~)