真佛報
TRUE BUDDHA NEWS WEEKLY

歡迎隨喜助印真佛報
功德等同助印經

賬戶: P.A.B.T Chen Foh Chong Malaysia
賬號: Public Bank 3125 8429 30
Maybank 5121 0160 4748
Tel: 03-3374 9399 Fax: 03-3377 1908
Website: www.tbsn.my

1519 期 2024 年 3 月 28 日 March 28, 2024

創辦人：蓮生活佛 盧勝彥 I 1991 年 10 月創刊
出版人：馬來西亞真佛宗密教總會 PP8073/07/2012 (030222)
PERSEKUTUAN AGAMA BUDDHA TANTRAYANA CHEN FOH CHONG MALAYSIA
(No. Pendaftaran: 277)
No. 1A, Jalan Perawas, Lebuh Setaka, Taman Chi Liung,
41200 Klang, Selangor, Malaysia.
Tel: 603 3374 9399 Fax: 603 3377 1908
印刷商：PEBINACOM SDN BHD (569759-K)
16, Jalan Kencana 20, Taman Kencana, 56100 Cheras, Kuala Lumpur.
真佛報台灣總社電子信箱：tbnewshq@gmail.com
真佛報大馬增版投稿：pangpinzhen@gmail.com

真佛报行动网
LINE@生活圈

在也不在 哪一位是盧師尊？

二十歲與八十歲的盧師尊，相貌是「在」也「不在」？人總是不知不覺在變化之中，從年輕一直到老。
八十歲的盧師尊，拿著二十歲的照片，看起來彷彿是兩個人，差很多，所以盧師尊是「在」也「不在」。
雖然外在隨著年齡在變化，但唯一不變的是 50 餘年來，盧師尊以書為槳，祂是「滾滾紅塵中的擺渡人」。
真佛報從這一期起，將帶領讀者進入盧師尊的時光迴廊，一起走入 盧師尊的心靈世界。

在也不在 佛性实无男女之分 诸佛菩萨 因无所得而得正觉

在前一期的《维摩诘经》讲授中，出现了一位在维摩诘居室中已经十二年的散花天女，她不仅跟随维摩诘听闻了诸多的，菩萨大慈大悲不可思议之法，更拥有媲美菩萨的甚深智慧。

就在上一期，散花天女以神通之力将舍利弗变化为女身，让舍利弗真实的体验了一把成为女身的深刻感觉。当舍利弗又变回男身后，散花天女反问舍利弗，你刚刚的女身相，如今何在？舍利弗回答说：在也不在。其实这是非常有智慧的回答，表示舍利弗在这男身女身的变化中，明白了佛性其实不分男女。因此散花天女也响应说：一切诸法亦复如是。

讲授至此，卢师尊也很有感触的说，二十岁的自己和现在八十岁的自己，外表几乎完全不一样，但其实是同一个人，如同舍利弗所说的：在也不在。因为万事万物，莫不都在变化之中，也就是佛所说的诸行无常。舍利弗继续跟散花天女机锋相对，舍利弗认为一切诸佛皆得「无上正等正觉」。散花天女却认为根本无所得，一切诸佛方得「无上正等正觉」，这又是为什么呢？

那些法须灌顶 什么情况可以自授灌顶 明白空性四大皆空 定中才有真实禅乐

在本期的「你问我答」单元中，针对弟子提出的修法疑问，卢师尊有相当精彩的回复。首先有南非的弟子提问：「那些法需要灌顶？那些不需灌顶？又那些法可以自授灌顶呢？」想来这些也是她远在南非的切身问题。

卢师尊认为这问题范围太大，但仍慈悲响应弟子：比如「米衣收煞法」不用灌顶。而从四加行开始，一直到上师、本尊、内法、无上密、金刚法都是需要灌顶的。至于什么状况下能够自授灌顶？卢师尊回复，就是真的遇不到上师的时候。这时候，可以念七遍「绿度母」咒，或是念二十一遍的「大轮金刚咒」，就可以祈求自授灌顶。但自授灌顶还是有限制的，最多只能到本尊法，再往上内法的修炼，还是要接受上师亲灌。

另外有弟子问如何在禅定中产生真正的禅乐？卢师尊以「三解脱」作为回答。其实主要就是要了解「空性」的道理。师尊以自己为例，预立遗嘱，准备捐出一切房产，只要能够真正放下，一切皆空，自然没有烦恼执着，才能与本尊合一，得大安乐。

恭贺师尊 80 圣寿 文集迎向 300 双喜大庆 真佛报推出活佛生平、文集导读 两大专栏

2024 年，对真佛弟子及有缘善信大德来说，将是意义非凡的一年。今年适逢圣尊 莲生活佛 80 圣寿及文集创作迎向 300 册的胜妙因缘之际，真佛报编辑部将于第 1520 期起，策划推出非常重要且精彩的两大专栏：【一个活佛的秘境】及【莲生活佛 300 文集导读】。

何谓密教「大手印」？莲生活佛开示：「就是从凡夫到修证成佛的过程。」莲生活佛的一生，就是示现亲证密教「大手印」的一生...。

莲生活佛的过去，许多弟子都来不及参与，为了让无数真佛弟子能更深刻的了解真佛的一生，将分别从活佛的「生平故事」及「文集创作」两大主轴，重新回顾 莲生活佛传奇的一生。

见证莲生活佛如何自平凡中崛起，又如何由凡入圣，成为娑婆众生心灵至上的皈依？真佛报将透过文字，穿越时光的河流，带领大众进入 莲生活佛的心灵世界，体验莲生活佛殊胜的成佛之旅。

感謝 本期真佛报由莲花德耀大德赞助恭印

2024 年 3 月 23 日 圣尊莲生活佛 主持西雅图雷藏寺「阿弥陀佛本尊法同修」暨《维摩诘经》第 173 讲

冷熱需要調和 中觀不偏不倚
善調琴弦 不緊不鬆 中道不二

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卡玛巴、敬礼吐登达尔吉上师。我们敬礼坛城三宝，敬礼今天同修的本尊「西方极乐世界阿弥陀如来」。师母、丹增嘉措、吐登悉地、吐登卡玛、各位上师、教授师、法师、讲师、助教、堂主以及各位同门，还有网络上的同门。大家晚安、大家好！（圣尊以各国语问候大众）。

冷热要调和 中观不偏不倚

今天是修「阿弥陀佛法」。本来是坚持不要睡着（众笑），入定就好，不要睡着。到了最后居然睡了几秒钟。这天气吧！大概是天气，外面蛮凉的，里面太热了。这里面很热，外面很凉，冷热调不过来。如果冷，它不容易让你睡；热就会昏昏沉沉。所以，我们做每一件事情，都是要调得刚刚好。事实上，这个就是佛法里面讲的「中观」，中观就是这样子的。

像血压来讲，你身体的血压绝对不能让它高过 140，140 底下还可以，超过 140 就算血压高。就在这个中间，也不能太低，也不能太高，就是要适中，刚好在中间。很多事情都这样，从我们身体里面，温度也是一样，温度不能太高，也不能太低，就是要刚好。我们平时在运动，每天都要运动，也不能太激烈，激烈运动就会受伤、运动伤害。完全不运动，你就不能够让它全身通畅。心跳也是，心跳、呼吸、包括你吃的水分、你所吃的东西，全部都是在中，一个字「中」。

我们修行不能过于太急躁，你想办法要很努力、精进，太过于精进也会入魔；太过于松懈，你又得不到成就。所以，从外面那么凉，里面那么热。热就会让你觉得想睡觉；太冷又让你受不了那个风寒。所以，我们学佛要懂得中观，什么事情都是以中观，不要太急着想要成就；也不要太懈怠、太松懈。

善调琴弦 不紧不松 中道不二

所以我记得好像「释迦牟尼佛」有一个比喻吧！就像我们弹琴，用弦弹的那个弦琴，你把它拴得太紧，它就会断掉；太松了，它发不出声音。所以那个弦就是要不紧也不松，刚刚好就可以发出最美妙的声音，这是中道。中道的例子很多，任何事情都是这样子的，这世界上的事都是这样子。我发觉我精神振作，你就睡不着。太紧张，你就睡不着。但是，你如果太松懈，你又没有办法控制你自己的睡眠，一直在沉睡之中。

像坐在这个法座上，这个温度，而且是晚上，我就把它放松，结果就睡着了（师尊笑）。坐在椅子上就睡着了；躺在床上，你就睡不着（众笑），很奇怪的一件事情。这都是身体的调适、还有心理上的调适，都是一样的。**修行的调适，任何事情的调适，不能太急，又不能太松。像小提琴那个弦就是不能太紧；也不能太松。任何一样，要弹出最好的音乐，那个弦不能太紧；也不能太松，就是要调得刚刚好，那就是最美妙。**

笑笑人生

今天打赌输给女朋友，输的人要帮女朋友倒水跟泡脚。结果因为男的输了，就帮她倒水跟泡脚。女朋友讲：「要加点盐。」他就加了进去，随手又加了冰糖、酱油、醋、还有枸杞，倒入盆子里面。女朋友就问他：「你这个是跟哪一个中医学的？泡脚要加醋、加酱油、加冰糖、加枸杞？」男的讲：「不是啦，我是跟我妈妈学的。」女朋友问：「你妈妈常常泡脚吗？」男的回答：「我妈妈常常煮猪脚。」（这种笑话华人才听得懂，炖猪脚要加什么材料。）

人生有三大很愚蠢的事情，又愚又蠢：第一个、跟老板讲道理。第二个、跟老妈讲道理。第三个、跟老婆讲道理。（我觉得应该加第四个「跟女朋友讲道理。」跟老板讲道理，你就要被辞掉了，没有什么道理好讲的，不要跟他们讲道理。跟老妈讲道理还好。跟女朋友才重要啦，跟女朋友讲道理就是要分手。跟老婆讲道理，那你包死的（众笑）。这是人生三种愚蠢的事情。）

（这是「慧君」的笑话，如果慧君身上的肥肉能够卖钱，她就是世界上的首富。）很胖的女人，她身上的肉能够卖钱的话，绝对是世上的首富。（奇怪！这里老是笑胖的，没有笑瘦的。）

老婆问老公：「老公，我有很胖吗？」老公说：「不会啦！你这样子刚好，我很喜欢。」老婆说：「那我现在饿了，抱我去冰箱那边。」老公讲说：「你等我一下，我去把冰箱抱过来。」

丈夫到机场去接妻子，妻子问：「你怎么这样愁眉苦脸的？你看那边那对夫妻有说有笑的。」丈夫讲：「那边那个先生是来送妻子上飞机的，才有说有笑。」（来接妻子的就愁眉苦脸。）

延伸閱讀

「中觀」是真諦

（摘录自 莲生活佛文集 271《七海一灯》）

天地万物永远转动不停息

我在「禅定」中，悟到了一个真谛。大日一直在自转，月亮也一样周转，日月星辰天地，全部都在转。就算我卢师尊在「禅定」止息之中，彷佛停留在不动地，但，心在动，血在转。

我体会到——这天地的万物，都在永远不息的动态中循环旋转。地在动、水在流、火在闪、风在转，这全是「动」的。

《周易》有言：「吉凶悔吝，生乎动者也。」我们常说：「要活就要动！」动是活力的表现。愈是动，愈是生生不息，生生不息和永远的动，是因果也。

一切静的极限是死亡

我们再谈「静」：

一切静的极限就是「死」。「死」就不动了！「死」的时候，就没有「作为」、没有「思想」、没有「言语」、没有「气息」。但，我们修行者知道，意识有粗意识、有潜意识、有细意识、有最细意识。

生前死后 最细意识的佛性又再轮回

生前死后——最后，最细意识会出来，这最细意识，也就是「佛性」。无法领悟佛性的，便叫它「灵魂」、「中阴」、「中有」。它又变成「动」的了！再来又是轮回。

所以我悟到：有无双运，动静双运，空有双运，是非双运，善恶双运，福祸双运，主客双运，生死双运，轮涅双运，……。

中观真谛 中心虚灵常住 不落两边

我从这些道理中，体会到「中观」的真谛，也就是「中心虚灵常住」，不落任何一方。这样才能：了了常明。洞然烛照。

这便是「守一」、「守中」的道理了！佛陀说：「精神守一，无事不办！」老子说：「人能守一，万事毕！」老子说：「天地之间，其犹橐钥乎？虚而不屈，动而愈出。多言数穷，不如守中。」

想一想太极拳，想一想「太极」。似静而实动，虽动而似静，这里面有无穷的妙用。我们常常用一个比喻：弦太紧，易断。弦太松，弹不出声音。不松不紧，最美妙！

「学佛的道理，也是这样的，这是中观之见，由中观而成就。」

2024 年 3 月 23 日 圣尊莲生活佛 主持西雅图雷藏寺「阿弥陀佛本尊法同修」暨《维摩诘经》第 173 讲

四加行 上師 本尊 內法 金剛法 無上密 都需要灌頂 內法以上須根本上師親灌

你問我答 互動就是力量 第 374 集

Q1 什么法需要灌顶？

我们进入主题「你**问我答**」。我们真佛宗的弟子，在「南非联邦」，她传到这里来问事。南非「莲花咏园」问的。师尊，师母，大家好。他问有关灌顶的事情：什么法在什么条件下是需要灌顶？什么法在什么条件下是不需要灌顶？比如「米衣收煞法」不用灌顶，师尊说了大家就可以用。

A1 四加行上师本尊内法无上密金刚法都需要灌顶

这个范围太大。什么法是需要灌顶的？什么法是不需要灌顶的？他用一个比喻，比如「米衣收煞法」不用灌顶。米衣收煞就是把一盘米，把衣服放在米上面，点了三根香。然后请佛菩萨加持，让自己身上的冲煞给它冲掉、或者是收惊。你被吓到了，心很不安宁，你用米衣收煞法，那个法是小法，不用灌顶。师尊曾经讲，大家如果受惊了，就用米衣就可以收惊。大家都可以用，不用灌顶。

我只能够这样子跟你讲，因为比喻不完，对不对？有些要灌顶的，有些不用灌顶的。**像「四加行、上师、本尊、内法、外法、金刚法、无上密」，这些都是需要灌顶。从四加行开始，一直到上师、本尊、内法、无上密、金刚法都是需要灌顶的。**

我们真佛宗比较方便一点，你已经受了皈依灌顶，你就可以直接修四加行。按照藏密来讲，你修一个加行就要灌一个顶。甚至你要持咒，你要持这个咒，也要有持咒的灌顶。观想、持咒、入定、整个法，都是要受灌顶，还有结手印也要灌顶的，其他的就不用了。因为灌顶是属于密教，你念佛要不要灌顶？不用！在显教来讲，它根本没有「灌顶」这两个字。但是受戒是有，你受「菩萨戒」、受「在家菩萨戒」、受「沙弥戒」，那个不叫做灌顶，那叫受戒，他们不称为灌顶的，只有密教才有灌顶。像四加行、皈依、上师相应、本尊、内法、无上密、金刚法都是要灌顶的。

Q2 什么情况可以自授灌顶？

他再问第二个问题。在没有上师的时候，可以念 7 遍「绿度母七笑咒」：「哈。哈。哈。哈。哈。哈。哈。」、或者 21 遍「大轮菩萨咒」：「嗡。达拉嘛底。细达。嘎里牙。达览。梭哈。」、长咒：「南摩司得里牙。提维嘎兰。打他噶他兰。嗡。维拉及维拉及。嘛哈佳割拉。乏及里。洒打洒打。洒拉得洒拉得。德拉一得拉一。维达妈你。三般家你。得拉嘛底。细达。掰里牙。得兰。梭哈。」这是适合所有法的灌顶？还是有区别？

A2 若当地没有上师 本尊法以下可以自授灌顶 内法以上须根本上师亲灌

在没有上师的时候，念七遍「绿度母」咒：「嗡。达拉。都达拉。都拉。梭哈。」，或者二十一遍的「大轮金刚咒」。大轮金刚是「弥勒菩萨」的金刚身，弥勒菩萨的金刚身是大轮金刚。「嗡。达拉嘛底。细达。嘎里牙。达览。梭哈。」、「嗡。达拉嘛底。细达。嘎里牙。达览。梭哈。」这是大轮金刚的心咒。你只要念二十一遍，在没有上师的地方，在没有上师的时候，你想要修一个法，但你的周边都没有上师，你那个国家没有上师。像在南非联邦，我们没有上师在那里。像「科特迪瓦」，我们没有上师在那里，但是我们有堂在那里。科特迪瓦、南非联邦，另外还有一个地方在非洲的，就是「肯尼亚」，也有弟子在那里。他要找真佛宗的上师，他要飞到很远的地方、别的国家。

没有上师的地方，但是他想修那个法，怎么办？那个叫做「自授灌顶」，自己在坛城面前，你用绿度母的心咒念七遍，你要灌什么顶，你祈求。你要做上师相应法的灌顶、四加行的灌顶、本尊的灌顶都可以。再上去的内法灌顶就不太行，金刚法的灌顶，有些要讲授的，要传你法的。像内法必须要传的，你不能盲修瞎练。

所以，**当然四加行、本尊、还有上师，你可以用自授灌顶；其他的大法还是要亲自灌顶。你自授灌顶的时候，要念绿度母的咒七遍，念大轮金刚咒二十一遍，你可以自授灌顶。在坛城面前念完咒以后，你观想法流经过你的身体。**你如果有感应，我们有些人有感应；有些人没有；有些人有觉受。那个法流进来，你会有觉受。你们这里有觉受的举手一下？有感觉到法流从上面下来，一直到全身。有几个人都有觉受。那个法流可以从你顶上下来，到你的全身。

四种觉受 地坚固 水清凉 火炎热 风震动

它有四种觉受，就是「地、水、火、风」四种觉受。「地」的觉受，法流进来的时候，你感觉到自己好像一座山一样，坚固如山，这就是觉受。感觉到全身非常的清凉，但不是冰喔，不是凉到像冰一样让你发抖。感觉到很轻安、清凉，进到你的身体，那是「水」的觉受。「火」的觉受，你就觉得从顶上一直热，一直热到脚，那是火的觉受。「风」的觉受，你身体会震动，那是气的动，法流像气一样震动。(师尊合掌) 好像是它就轻轻的动，这就是法流进来，它就轻轻的动，自己全身都感觉到，自己全身都有一点震动。

内法以上须根本上师亲授 不可自授灌顶

这四种觉受，地、水、火、风四种觉受。**自授灌顶有的有觉受；有的没有。但是你照了仪式去做，等于是观想上师在你面前，拿着灌顶瓶倒在你的头顶上面，你有四种觉受产生出来，这个就是自授灌顶，自己给自己灌顶。不是适合所有的法。**应该像无上密的法，你也不能够自授灌顶。金刚法你也不能够自授灌顶。最高的大圆满法，你也不能够自授灌顶。最高的法，像红教是「大圆满法」；黄教是「大威德法」；花教叫「大圆胜慧法」；白教就是「大手印法」，最高的法都不能够自授灌顶的。不是所有的法都可以自授灌顶，不可以。

Q3 发菩提心是灌顶吗？

他的第三个问题。佛是因为度化众生圆满，自己修为也圆满；菩萨因度化众生还没圆满，度化众生是最大，最基本也是最殊胜的法，只要发心去行就可以了，这个发心就是最殊胜的灌顶，是可以这样理解吗？

A3 发菩提心不是灌顶 行者皆应发心布施众生

其实发「菩提心」，你突然之间想到要发菩提心，发菩提心不算是灌顶，是你自己决定要去布施众生。而且，我们所有的行者都应该要布施众生，本来就要的。而且，本来就要发菩提心的。如果不发菩提心，怎么修行呢？发了菩提心，你才能够自己度自己，也能够度他，这不太一样。灌顶跟发菩提心是不太相同的。这是回答南非联邦莲花咏园的。

我们在非洲还有几个国家都是有弟子。在「蒙古」也有、在「哈萨克斯坦」也有、在 Russia 也有、在「乌克兰」也有。在「巴勒斯坦」也有，也有弟子在巴勒斯坦的。

2024 年 3 月 23 日 圣尊莲生活佛 主持西雅图雷藏寺「阿弥陀佛本尊法同修」暨《维摩诘经》第 173 讲

色相只是暫存 佛性沒有男女之分
色相雖然存在 但時刻都在變化中

《維摩詰所說經》第 173 講

〈观众生品第七〉

「天问舍利弗：女身色相今何所在？舍利弗言：女身色相无在无不在。天曰：一切诸法亦复如是。无在无不在。夫无在无不在者，佛所说也。舍利弗问天：汝于此没，当生何所？天曰：佛化所生，吾如彼生。曰：佛化所生，非没生也。天曰：众生犹然，无没生也。舍利弗问天：汝久如当得阿耨多罗三藐三菩提？天曰：如舍利弗还为凡夫，我乃当成阿耨多罗三藐三菩提。」

色相只暂时存在 佛性没有男女之分

我们讲《**维摩诘经**》。维摩诘不只祂本人厉害，连祂的侍者「散花天女」也是不得了的，也是很有智慧的。一般人能够有这种智慧也是很难，很难得有这种智慧。所以，这一本经典《维摩诘经》是大乘的经典的根本。

我们讲这一段。**散花天女问舍利弗：「你现在女身的色相，今何所在？」**舍利弗也很聪明，因为舍利弗本身在「小乘」里面、在「声闻乘」里面，他也是智慧第一。**舍利弗就回答：「女身色相，无在无不在。」**这是很聪明的回答。这女的色相是「在」、但是也是「不在」。那到底在不在啊？是在、但也不在，为什么？**因为这个色相根本就是一个暂时的存在。真正的佛性哪有什么女的、男的呢？没有！佛性是没有男女之分的，只是你这个壳有分男女。**

尤其我们现在科学那么发达，你想变成女的也可以啊！像我想变成女的，我也可以啊！只要有医生把你全身都变了、多吃女生的荷尔蒙，胸部也很长出来，胡子也掉光了、也没有了。多吃女生的荷尔蒙，男的也会变成女的。你女生想要变成男的也可以啊！现在这科技那么发达，你想变成女的也很 easy(容易) 啊！那都是性向方面的问题。其实是人壳的问题，真正谈到佛性哪有男女之分啊！没有！所以舍利弗回答：「在。」也是说这个壳是在的。佛性也没有男生女生的分别，男女都没有分别的。

色相虽然存在 但时刻都在变化 亦皆不在

这时候，散花天女就很高兴，因为他回答是对的。**「一切诸法亦复如是」所有一切的现象，所有的佛法也都是这样子的，是「在」也「不在」。**例如我们色身讲起来， 我小孩子是一个样；初中一个样；高中一个样；大学一个样；出社会是一个样，有差别的，那个相都会变的。**相是「在」，但是事实上都在变化之中，通通都「不在」啊！**

我以前不是讲说：「一岁的时候就出场亮相。十岁的时候是学业至上。二十岁的时候是青春荡漾。三十岁的时候是职场闯荡，在做事业。四十岁的时候就稍微发胖。五十岁的时候是老当益壮。六十岁的时候血压向上。七十岁的时候是偶尔遗忘。八十岁走路就摇摇晃晃。」

你 看， 像 United States 的 President，American President(美国总统)「拜登」，上飞机他也要跌倒，走平地他也要跌倒，现在穿了一个比较稳定的鞋子，看他会不会跌倒？他八十几岁走路就摇摇晃晃了，他九十岁的时候就差不多都忘了，很多事情都忘掉了，做过了马上忘掉。到一百岁的时候就挂在墙上。不是每一个时辰都在变化吗？

卢师尊九字真言加持影片 十几万人观看

那一天「淑一师姐」她做一个网络影片「永远的帅哥」，把我年轻二十几岁的照片拿出来，永远的帅哥。我今年八十岁了，跟二十几岁比，几乎是两个人，不同啊！还相同吗？(答：帅！)。哪里有可能？那时候有头发，眼睛非常的好看，脸型都好看，差很多了！你走在路上，我看到那样的。我 20 几岁像韩国的明星，对不对？韩国的那个明星的照片，这里电视上能够播出来吗？看看我二十几岁是什么样子？可以不可以？那个影音室，有二十几岁的照片吗？有没有？

所以是「在」跟「不在」，壳是一样的壳，但也有变化。淑一帮我放在 facebook，好多人看喔！几万的人看喔！我最多按赞的是我用那个神咒的，「六丁六甲神咒」加持，跟用「九字真言法」加持，那个居然有十几万人看。有没有？可以放吗？不能放就算了！你看我二十几岁是这个样子，我有照片可以放吗？（现场播放卢师尊年轻的相片，众鼓掌！）我二十几岁！这是六十年前的照片。你看现在是这个样子。那时候是这样子耶！你看会变的，人壳是会变的！对不对？帅不帅？(答：帅！众鼓掌！)

二十岁与八十岁的卢师尊 相貌是在也不在

所以人是在变化之中，是你不知不觉，你就一直在变、一直在变，从年轻一直变到老。你看那个播出来了（现场播放 fb 影片〈卢师尊——永远的帅哥！〉），我拿着我二十年前的照片。那是八十岁的我；那是二十岁的我，你看！二十岁的我，这也好多人看耶！(师尊笑)。你看！你说我在、不在？「在」也「不在」。因为你这个壳都会变，二十几岁是这样子；你现在是八十岁，六十年前你是这样子 young man(年轻人)，80 岁了就变成 old man(老人。众笑)，不一样啦！差很多了！根本是两个人，所以是「在」也「不在」。你看舍利弗很有智慧，在也不在。

盧師尊小學時期

盧師尊初中時期

盧師尊高中時期

盧師尊軍校時期

盧師尊大學畢業

盧師尊
永遠的帥哥影片封面

盧師尊九字真言加持

淑一師姐製作的 YT 影片連結

盧師尊以九字真言加持的影片連結

2024 年 3 月 23 日 圣尊莲生活佛 主持西雅图雷藏寺「阿弥陀佛本尊法同修」暨《维摩诘经》第 173 讲

佛性永存無生死 隨因緣所化
生死如換新裝 搬新家 換新殼

西施会变成老菩萨 帅哥也会变成老先生

所以讲不是女色身会变化而已；男色身也会变化。我常常讲你是女生，很漂亮的女生，将来你都会变成「老菩萨」。老菩萨年轻的时候，她在市场卖衣服，她是「市场西施」耶！你现在叫她西施？哪有可能？(众笑)。男的将来年纪大了，都会变成「林忠杯」老先生，他已经九十五岁了。他年轻的时候我也看过，也长得不错的。他现在老了，也病了。

你看我年轻时候的照片（现在播放卢师尊旧照片），那是读军校的时候，就是 20 几岁的时候，那是读高中的时候。就读初中、高中、军校、跟二十几岁的时候，那时候的四张照片。光头的是初中的；有一点头发是高中的；还留着头发穿着军服的，那是读军校的，(穿西装)这个是毕业的时候照的；另外还有一张毕业照，戴着那个学士帽的。

不只人变得不一样 国家也变得不一样

这散花天女就回答：「所有一切法亦复如是。」真的！都不一样的。我告诉你不只人不一样喔！国家也不一样、小区也不一样。不只人身不一样，什么都变成不一样，国家也不一样。你看看「巴勒斯坦」，我们讲巴勒斯坦好了。巴勒斯坦原来它整个「迦南地」，《圣经》里面所写的迦南地，那时候「耶稣」弘法的地方叫做「加利利海」。其实是「加利利湖」，耶稣弘法的时候是一个样。耶稣基督是犹太人，祂在巴勒斯坦弘法。那个时候整个巴勒斯坦是一个样，现在已经变成另外一个样了，国家都不一样啦！

你看「乌克兰」，以前是「苏俄联邦」，那时候是联邦的时候，几乎「Russia」（俄罗斯）周围的国家全部都是叫做联邦，那时候叫「苏联」。纷纷独立了以后就不一样了，对不对？你看那个「蒙古大帝国」，那时候蒙古人是整个地球上建立最大的国家的一个种族（Mongolia）。现在变成比较小的，变成内蒙古、外蒙古，就是这样子而已。你看「匈牙利」，就是过去在中国所称的「匈奴」，就是现在的匈牙利。你看！以前中国的邻国，就是现在的「阿富汗」，都不一样啦！都变了。国家都会变，那么大的国家都会变。何况我们这些小人物。所以细菌也会变啊！细菌也会变种，就是在变化之中。所以，一切色身都是。

在也不在 诸行无常

舍利弗讲：「在、也不在。」散花天女讲：「所有一切的诸法，亦复如是。」也是这样子的，都是在、也不在，它会变化的。我举这样的例子，你们就听得懂了(众鼓掌)。**散花天女讲：「无在无不在」**。是不在的、但也是在的。**「夫无在无不在者，佛所说也。」**佛也是这样子讲的，因为佛讲「诸行无常」，没有一样东西是常态的。

我们刚刚买「南山雅舍」的时候，南山雅舍是刚刚建好的房子，我们买的时候是刚建好，都还没有人使用过。我们住了一段时间以后，现在就快变成中年房子，再住下去就变成老屋。说不定房子变成老屋的时候，我跟师母都不在了，对不对？所以房子也是一样，一切都是一样的，都在变化之中。车子也是一样，你买了新车，过了十年就变成老车了。这是佛说的诸行无常。

佛性没有生死 永远存在 随因缘所化

舍利弗问散花天女：「汝于此没，当生何所？」舍利弗问散花天女：「你在这个世界上，你如果将来死了，你会到哪里去？」**散花天女回答：「就如同佛一样，这里生，另外的地方又生，像佛如来一样。」**散花天女说：「像如佛如来一样！」**佛如来其实没有生死，没有所谓生死的。所以，我们讲的是佛性，没有生死的。佛性本来就是永远存在的，祂是因缘所化。你因缘到哪里？就到哪里！**随着因缘，随着这个缘份去走，我们都是随着缘份去走的。并没有说这个生结束了，就到另外一个生。按照佛性是没有这里死、那里生的。所以，这里讲到「生死是一样的东西——生死一如」，什么都是一如的。

生死如换新装、搬新家、换新壳

所以，我们学佛的人要懂得没有什么生死的。佛性哪有生死？佛性没有说死掉的，也没有再活起来的，佛性本来就是佛性。你不过是换个衣服，好像我们简单的讲，我们不过是换一个衣服，我们不过是换一个壳，换一个住家。

师尊也搬过好几次家，在「巴拉」搬到「真佛密苑」，由真佛密苑再搬到「幽灵湖」，幽灵湖搬到「干夏路奇」，由干夏路奇搬到现在的「南山雅舍」，也换了几个家。就像换家一样了，生死就是你换个家而已啊！像我生死来讲，没有生、也没有死，我不过是换一个壳。我觉得这个壳太老了、不好、破了，就把它丢掉，换一个壳。这样哪有死了？没有死！就像我们衣服穿破了，就把它丢掉，换一件新的衣服。穿过的龙袍给人家标走了，换一件新的龙袍。这一件是新的，旧的也收起来了，就是这样子，生死就是这样子。

所以，大家不要把死想得那么悲伤啊！哭啊！阿弥陀佛！大家一起围着哭。你就把这个衣服脱掉就好了，就等于脱衣服一样。我们不是 topless，不是脱衣舞。所以我们是换衣服、换住处、换一个壳。这样子想，没有什么好悲伤的！因为根本破了、旧了、衣服都坏嘛，要想成这样子。人生也确实就是这样子，真正的现象也就是这样子，佛所讲的现象就是这样子。

没有什么生 没有什么死

「佛化所生，吾如彼生。」散花天女讲：「佛怎么样子的化身？我就是怎么样子的化身！」佛所化之身，并没有什么生，也没有什么死的。没有！生死一如。这样听得懂吗？(众鼓掌)。**散花天女又讲：「众生犹然，无没生也。」**其实众生也是一样，没有什么生！没有什么死！

若舍利弗变凡夫 散花天女就成佛

舍利弗问散花天女：「汝久如当得阿耨多罗三藐三菩提？」舍利弗问散花天女：「你什么时候可以得到阿耨多罗三藐三菩提？」散花天女，你什么时候可以成佛？他就是这样子问。散花天女就回答：**「如果你舍利弗将来变成凡夫的时候，我就可以成佛，我就可以得到阿耨多罗三藐三菩提。」**我们剩下的明天讲。(众鼓掌)

笑笑人生

到外地工作的儿子打电话给妈妈讲：「妈妈！我不会煮面，也不会洗衣服怎么办？」妈妈讲：「你赶快去交个女朋友帮你就可以啦。」儿子说：「说的也是，就这样吧。」

几个月以后，妈妈打电话给儿子：「儿子啊，最近你都没有给我打电话，是交到女朋友了吗？」儿子讲：「是啊！有交到一个女朋友。」妈妈说：「不错喔，那你现在做什么？」儿子讲：「我现在在帮女朋友煮面，还有帮女朋友洗衣服跟晒衣服。」(他什么都会了。)

有人问：「爸爸跟妈妈有什么区别？」看到妈妈的时候，小孩子就会讲：「肚子饿了、我生病了、我要喝水，晚餐煮什么呢？我能够出去玩吗？我的睡衣在哪里？我没有钱，……。都可以跟妈妈讲。」看到爸爸的时候，他只能问一句：「我妈妈呢？」(还是妈妈比较万能。)

2024 年 3 月 24 日 圣尊莲生活佛 主持彩虹雷藏寺「大力金刚护摩法会」暨《维摩诘经》第 174 讲

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卡玛巴、敬礼吐登达尔吉上师。我们敬礼坛城三宝，敬礼今天护摩的主尊「嘛哈巴拉 - 大力金刚」。师母、丹增嘉措、吐登悉地、吐登卡玛、各位上师、教授师、法师、讲师、助教、堂主以及各位同门，还有网络上的同门。大家晚安、大家好！（圣尊以各国语问候大众）。

下周日是地藏王菩萨护摩法会

现在通知大家，下个礼拜天 3 月 31 号，哇，很快，这个月就没有了，下午 3 点 PM 是清明节「地藏王菩萨」护摩法会，地藏王菩萨是主超度的。另外呢，3 月 30 号星期六上午 10 点，「彩虹雷藏寺」举办清明节「大悲宝忏法会」，有上师团、法师团带领礼忏，当天有网络直播，同步的拜忏，大悲宝忏，星期六上午 10 点。地藏王菩萨是八大本尊之一，大家都了解。

那罗延天大力神与大力金刚不同

「嘛哈巴拉 - 大力金刚」，我记得这个天界当中，有一个是「那罗延天」。在欲界天里面，欲界天里面有个那罗延天，里面都是大力神，都是很有大力的神，是那罗延天。但我们这尊大力金刚是不一样的，祂拿着「拂尘」是象征「瑶池金母」，拿着「棍」是象征「莲花童子」，祂是地藏菩萨「六侍者」之一，「大力侍者」。另外，顶上是「阿弥陀佛」，所以祂有瑶池金母、莲花童子、地藏菩萨、阿弥陀佛。这个我家的小孙子，小孙女，每次如果星期六到我家来，她都会摸祂这个大力金刚的脚趾头，会摸祂的脚趾头，她也会礼拜这个大力金刚。

师尊孙女模仿师佛舞棍 结印加持

我今天就拿着棍子打给她看，过了不久啊，就听到她在，嘿，嘿，嘿，嘿，原来她捡到一个小木棍，也跟着比划。她有一次来我们这里，然后看那个电视，回去啊，她就会这样子，(师尊示范小孙女模仿师尊结印加持的动作)，以后我不在了，小孙女可以给大家加持。她还会打棍，今天她打棍打好久，这个是很微妙的事情，她每一次我做什么，她就学我什么，才一岁七个月吧，一岁七个月。她会给人家加持 (师尊示范小孙女模仿师尊结印加持的动作)，很好玩。

密教言上师是火 弟子要保持适当距离

昨天，星期六晚上，我有讲过，什么事情都要「中观」，在密教里面有一个比喻非常好，你是皈依的弟子，但是呢，你不要太接近卢师尊，因为你太接近了，容易被火烧到。就是讲说上师是火，这个学藏密的都知道，师尊是火，你太接近了，会被火烧到；但是你根本不接近，距离太远，你照不到光，一年你才来一次，都快要，传承都快要断了。他说太接近了，你容易被火烧到，太远了，你又照不到光，所以要保持着，不远也不近，这样才是学密教。本身就是要这样子，除非说你已经退道心了，已经退道心那就不用来，就断了传承，就没有传承。

离上师太近会被烧到 太远会断传承

不过现在还好，在古代，是确实不能太靠近上师，你太靠近了，本来是方便，就变成随便，太接近了，每天都生活在一起，实在太接近了，这个「随便」就出来了，那就是被火烧到。你如果是说，太远了，一年也没来，两年也没来，那你就传承都快要断了，根本到时候啊，卢师尊看到你都不知道你叫什么名字，你有没有皈依，他也不认得，那就断了，断了那个传承。

网络时代看直播 听师佛说法传承仍在

不过现在还好一点，你如果有看网络，网络直播，网络在直播，不要说每一次都看，偶尔看一下，那你还是会有这个传承存在，现代就是这样子，因为有网络就方便多了。人不用来，但是你也可以听到，看到师尊在说法，看到师尊在加持。上次那个有一次我用这两个，一个就是「六丁六甲」，六丁六甲神将的这个咒语，还有用「九字真言法」加持。

网络直播加持力 能打破时空限制

这个就没有时间跟空间的限制，很多人，因为六丁六甲神将的加持跟九字真言「临兵斗者皆数组在前」，九字真言的加持以后，出现很多奇迹，所以累计的数目啊，这个淑一呢？一共多少？多少人看？（报告师尊总共 132000 观看，点阅观看），喔，132000 人，观看这个就是六丁六甲神咒跟九字真言法的加持，好，谢谢。

弟子观看师佛加持影片 病痛癌瘤消失

很多，出现很多奇迹，我这边就收到好多个，他的病本来很严重了，他加持不是只有一次，每次就看那个，住在别地方，然后再合掌，在他的电视机面前，看了这个加持。脚痛也好，那个瘤也消失掉，连那个胎记都变成没有了，很多奇迹的。所以那个没有时间的限时，又没有空间的限制。空间，你看距离都好远，都是几千里，几万里啊，只要看这个六丁六甲神咒跟九字真言加持，他的病就好起来。一共有 132000 人次看这个，常常加持，不是加持一次就好，那是每天加持，居然他病就好起来。距离很远欸，隔着万重山，万重水，他都可以，还是有加持力，人没有到，但是你只看网络直播，照样有他的力量，所以不管你在哪个国家，都还是有力量。

笑笑人生

（先讲两个笑话吧。哇，这个是，小明实在很聪明。）小明上课迟到了，老师很生气：「小明，今天你来得这么晚，为什么？」小明回答：「我睡过头。」老师就问：「怎么会睡过头呢？」小明回答：「我在梦中梦见老师在讲课，讲得非常好，就想多听一会儿。」老师说：「给我滚出去。」（老师也不通情理，那么聪明的小明，让他多睡一会儿，在梦中听老师讲课，不是很好吗？）

小明逃学，回来的时候，被老师问了。老师说：「你到什么地方去了？」小明回答：「我吃饭去了。」老师讲：「就知道吃。」小明讲：「老师啊，我成绩不好，那个再不吃，身体也不好，那怎么瓣啊？」

延伸閱讀

大力金刚心咒

【大力金刚心咒】

「嗡。嘛哈巴拉耶。梭哈。」

【大力金刚禁鬼咒】

「嗡。嘛哈巴拉耶。吽吽呸。」

【大力金刚的伟大来历】

「大力金刚」是莲花童子的忿怒尊，是真佛宗一尊非常特殊的金刚神，代表真佛宗传承。此尊形象，外界实无，是真佛宗才有，是本宗大护法。在西藏固有大力金刚，但未普传，识者少，修者少。「摩哈巴拉」就是大力护法也，有誓愿护持真佛宗。

「大力金刚」是从莲花童子自心旋转所出现的金刚神。卢师尊手掌，右手大拇指，有一「大力鬼王」的手纹，维妙维肖。大力金刚（笑面鬼王），亦是地藏王菩萨六大侍者之一。

【大力金刚可降伏四魔】

甚么是四魔？「病魔」，祂能降伏病魔；降伏「烦恼魔」，祂周身是红色火焰，将你的烦恼烧掉；修大力金刚，还可以降伏「五蕴魔」，五蕴魔是色、受、想、行、识；最重要的，降伏「死魔」，就可以一直修行下去。

【大力金刚可清净除障】

「大力金刚」其实是戒律的金刚神，犯了戒，大力金刚的拂尘，只要拂过你的身上，你就变成清净，因为你有反省，你有忏悔，既往不咎。

【大力金刚敬爱法、降伏法】

轻轻打他一下，他就爱上你了，然后用金刚索将你的对象绑住，绑回家了，跟你结婚，这就是敬爱法。一个是打得很重，用绳子绑到地狱。大力金刚可以降伏怨敌，扫除障碍，一切敌对的人，统统降伏。大力金刚可以达成敬爱，将原本对你无意的对象，一下子转变对你有情意。修行此法最大收获：身强体健。威风八面。大力金刚。所向披靡。（任何想念皆可以达成）

【大力金刚禁鬼法】

将大力金刚或金身，或法相请回家供奉，摆了供品，点起三支香。行者立于门内，结手印，观想大力金刚站立在门，然后诵大力金刚咒「嗡。摩诃巴拉耶。吽吽呸。」（百〇八遍）。同样，每一个窗子都观想大力金刚，结手印，咒百〇八遍。如此行之，鬼众不能入屋。每十五天一次。如此。家宅平安变清静。行者，行住坐卧，常持大力金刚咒，自可保平安。

2024 年 3 月 24 日 圣尊莲生活佛 主持彩虹雷藏寺「大力金刚护摩法会」暨《维摩诘经》第 174 讲

娑婆親人兒孫皆短暫 無煩惱無執著一切空

你問我答 互動就是力量 第 375 集

我们进入主题，你问我答。

马来西亚，莲花康祥。

Q1 烦恼化空 于定中现禅乐是对的吗？

师尊好，师母好，各位上师，同门大家好。

弟子有一个问题：一切皆空，四大皆空，心里显现空性，所有烦恼，所有痛苦都化为空性，心跟本尊合一，在禅定中显现出自然快乐的本性，是喜悦，这样子是对的吗？

A1 卢师尊说空 无相 无作三解脱

他说这样子，对吗？其实《维摩诘经》有提到，提到这方面的问题，一切皆空，四大皆空，心里显现空性，所有烦恼，所有痛苦都化为空性，心跟本尊合一，在禅定中显现出自然快乐的本性是喜悦，这样子对吗？这个刚刚回向的时候，我有提到「三解脱」，其中一个就是「空的解脱」，一个就是「无相解脱」，一个就是「无作解脱」。

我与众生无分别

比如很简单的一句话？家里有小偷进来，这个钱被偷了，这是烦恼啊，这个钱好处多得很，好处都被人家偷了，那不是烦恼吗，又要报警，又要寻找失物，又要报警，要想，到底是谁来偷的？这是烦恼。那你可以想一下，这个钱本来是我要用，那现在也是别人用，我用跟别人用也是差不了多少，我跟别人没有什么分别，我跟众生没有分别，我虽然损失了，我痛苦，别人得到了，他会快乐啊。

众生皆平等一如

痛苦跟快乐，那就有分别，若他能够快乐，我苦他乐，还是平均，还是可以啊，刚刚好。所以耶稣也很厉害，人家打你这边的耳光，你另一边也伸过去给他打，耶稣无所谓啊！为什么会这样？跟佛教的道理一样，众生就是你，你也是众生，是平等一如，他用你用，是一样的，反正你的钱不用，他来用，应该可以吧？一切皆空嘛，将来你走的时候，你想想将来你走了，这个钱你也拿不走啊，连一根针你都拿不走。

师佛师母预立遗嘱 土地房屋都将捐出

所以，师母跟我，佛青帮我们写遗嘱，我现在也没有什么大房子。一个在西雅图，一个是在巴拉，然后 Moon，然后到 True Buddha House，再来呢，到 Phantom Lake House，到那个 Gunshy Ridge House，现在在 South Mountain House，现在留下了，就是 South Mountain House 跟这个 True Buddha House，再来就是那个山庄，但是山庄已经变成「彩虹雷藏寺」了。山庄是我跟师母盖的，已经当成彩虹雷藏寺，彩虹雷藏寺在管理，那等于是跟我跟师母没有关系了。土地是我买的，山庄是我盖的，我画图，请那个工人盖起来，这个都已经捐出去了，现在一个「南山雅舍」没有捐，「真佛密苑」也没有捐，我们就告诉佛青，这两个，全部也将来都捐出去，南山雅舍跟真佛密苑都会捐出去。因为我们没办法住了，除非我的灵魂，师母的灵魂回来看一看，我们没有办法带走，当然是捐出去。

佛青帮我们写遗嘱，捐出去，捐给 foundation(基金会)，就是一般的那个非牟利机构，它就不用扣税，你如果捐给私人，他是会扣税的，捐给这个 foundation，像宗委会也是 foundation，这个像西雅图也有基金会嘛，也是 foundation，西雅图雷藏寺。这个彩虹雷藏寺也是 foundation 也是基金会，都是基金会，这个我们都可以捐。

捐了就没有负担 一切皆空

一切皆空嘛，捐了没有负担，一切皆空，为什么？房子你带不走，虽然那个南山雅舍现在的价值我不知道多少，南山雅舍现在的价值不知道多少？那时候他们要卖给我们的时候，是 NBA 球员的房子，NBA 打篮球的，他建的房子，他们要自己住，结果没有住。我们称为 NBA House。那时候他要卖给我们，先要卖 700 万，后来我们给他出价，我是给他出价，出 550 万，现在价值多少？不知道，真佛密苑是多少钱盖的？ 9 万块钱盖的，现在的价值，我们那个西雅图雷藏寺的围墙里面的每一栋房子，就是 100 万以上，都是 100 万以上，我们也都捐出来了。佛青今天写这个我跟师母的遗嘱，全部都捐。那你还有什么？没有啦，真的是一切皆空，四大皆空，没有，不给小孩子。

懂得空性 就没有执着与烦恼

这个懂得空性啊，你就没有烦恼，没有执着，什么是你的？身体也不是你的啊，你这个身体都不是你的，身体如果是你的，我要手动就手动，脚动就脚动，叫它不拉肚子它就不拉肚子。不是啊，有些毛病在你身上，你要叫它好，它也不会好，身体根本就不是听你话的。你叫它脚走路，不用拿拐杖，不能啊，需要拿拐杖，就要拿拐杖，脚也不是你的，手也不一定是你的，五脏六腑都不是你的，身体都不是你的啦，还有什么东西是你的呢？那就算了，不执着，就是烦恼也没有了，你也不用烦恼。空了，反而欢喜，什么都没有。

无烦恼执着 才能跟本尊合一

有时候想想，自己的亲人，其实也都不是你的，只是暂时拥有，他是你的儿子，他是你的女儿，他是你的孙子，有一天呢，他们让你看不到的时候，他们搬离开美国，你永远看不到他了，你才知道，他们也不是你的。所以也不用烦恼什么，烦恼、执着都没有，那个时候，这个心才会跟天心合一，跟本尊合一。跟你的至上本尊合一，这是很重要的。当然，合一的时候就有喜乐，自己能够悟到这些，等一下就会讲维摩诘经。

最近很多诈骗啊，大家都知道诈骗集团，我记得诈骗集团刚开始的时候，都是台湾，都是台湾人，真的，从台湾发起诈骗集团，一直遍布到全世界，你看这个，这是台湾之光，是台湾先开始的啊。到处诈骗集团，抓到的全部都是台湾人，后来就传到东南亚，到东北亚，到Mainland China (中国大陆)。美国很多的诈骗集团，也是一样，现在全世界都是诈骗集团了，真的是台湾之光，诈骗集团非常的旺。

我在台湾的时候，听到台湾人打一个电话给，我讲台湾话，(你的孙子在我的手里＜台语 >)，然后那边就有小孩子的哭声。那时候，这个 Jadon、卢君还小，哭声都是一样的。(你的孙子，被我抓了。) 然后就是要我们汇钱去把他赎回来，然后那边就有孙子的哭声。我是回台湾啦，接到这种电话，他还知道我的名字，你的孙子在我手上，那边小孩子在哭。好啦，我就简单问他一句，我的孙子讲什么话？然后那边回答，当然是台湾话啦。问题是啊，他连国语都不会，而且台湾话他一句也听不懂，他就是讲英文的，我的孙子是讲英文的。我就很讨厌这种诈骗集团，连我也要骗，去你的头，扣，就把他挂断了，那根本就绝对不是，诈骗集团连这个也骗。

笑笑人生

昨天接到一通诈骗的简讯，要我尽快把钱汇入某个银行的账号，一时闲来无事，顺手就回复：「已经汇款 5 0 万，请查收。」今天收到了回复，他骂人了，这骂人的话可以吗？「他妈的，跑了 5 次的银行，还没有看到你的钱，你这个才是骗子，那是诈骗集团。」你给他反骗回来。

小明写作文，我的理想。小明说：「我长大了要去抢银行，然后把钱分给穷苦的老百姓。」(他的作文，我长大了要去抢银行，然后把这些抢来的钱，分给穷苦的老百姓。哇，真的是义贼廖添丁。) 老师的评语是这样子：「你的理想很不错，你要分钱的时候啊，不要忘掉老师，但是你要注意喔，你同桌的同学，他说他长大了，要去当警察。」

2024 年 3 月 24 日 圣尊莲生活佛 主持彩虹雷藏寺「大力金刚护摩法会」暨《维摩诘经》第 174 讲

〈观众生品第七〉

「舍利弗言。我作凡夫无有是处。天曰。我得阿耨多罗三藐三菩提亦无是处。所以者何。菩提无住处。是故无有得者。舍利弗言。今诸佛得阿耨多罗三藐三菩提。已得当得。如恒河沙。皆谓何乎。天曰。皆以世俗文字数故说有三世。非谓菩提有去来今。天曰。舍利弗。汝得阿罗汉道耶。曰无所得故而得。天曰。诸佛菩萨亦复如是。无所得故而得。」

我们讲《**维摩诘经**》

无上正等正觉是凡夫梦 根本不存在

「舍利弗言，我做凡夫无有是处。」散花天女就问了，如果你舍利弗变成凡夫，我就成阿耨多罗三藐三菩提，我就得到无上正等正觉。舍利弗言，我是阿罗汉，不可能再转化成为凡夫，不可能到世间去转化成了凡夫了。**「天曰。我得阿耨多罗三藐三菩提亦无是处。」**散花天女讲，这样子啊，我得到无上正等正觉也是没有什么好处的，不是这样子讲，而是我根本就不会得到无上正等正觉。**「所以者何。菩提无住处。是故无有得者。」**为什么呢？菩提无住处，是故无有得者。祂说无上正等正觉啊，根本就是凡夫弄出来的名词，根本就没有无上正等正觉，也没有得到无上正等正觉的人，散花天女这样子讲。

舍利弗认为 诸佛皆得无上正等正觉

「舍利弗言。今诸佛得阿耨多罗三藐三菩提。已得当得。如恒河沙。皆谓何乎。」这舍利弗就反驳了，今天所有的佛都是得到阿耨多罗三藐三菩提，都是得到无上正等正觉，然后才成佛的，这种得到无上正等正觉的，如恒河沙数，这是为什么呢？佛是得到无上正等正觉的，那你怎么讲说没有呢？这是为什么

天女认为无上正等正觉 为世俗文人所杜撰

「天曰。皆以世俗文字数故说有三世。非谓菩提有去来今。」散花天女讲，这个所有的世间人，世俗的文字，那些都是骗人，「无上正等正觉」、「阿耨多罗三藐三菩提」都是骗人的，没有这回事，这是世俗文人写文字说出来的，也没有三世，没有过去世，没有现在世，没有未来世，散花天女讲的。begin、began、 begun，没有过去、现在、未来，绝对没有的。如果是有，有这个菩提呢，有这个无上正等正觉呢，就是有去有来，事实上是没有去没有来，才叫做如来，没有过去、现在、未来三世

天女反问舍利弗 如何得阿罗汉

「天曰。舍利弗。汝得阿罗汉道耶。」

散花天女就反问舍利弗，你是如何得到阿罗汉道的？你如何得到阿罗汉？就是声闻乘里面的阿罗汉，最高的，你舍利弗是阿罗汉，你是如何得到的。

舍利弗答 因「无所得」而得

「曰无所得故而得。天曰。诸佛菩萨亦复如是。无所得故而得。」舍利弗回答，因为「无所得」，我才得到的，因为是无所得才得到。散花天女就讲，诸佛菩萨也是这样子的，大家都是无所得，所以才得到，无所得才是得。过去、现在、未来都得不到，只有无所得才真正的得到，这个是很难解释的。

诸佛菩萨亦是无所得 无来无去

佛是无来无去，祂没有来也没有去，佛也是因为无所得，祂才得，金刚经里面讲得很清楚，过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得，祂讲到三世，都是无所得。过去心为什么无所得？因为已经过去了，你还得什么？现在心不可得，现在也会变成过去啊。

过去现在未来 三际一如故无所得

像我们现在，卢师尊说法，你们在底下听法，很快就过去了，就没有了，明天就没有了，不要说明天啦，等一下 5 点多就没有了，不可能。未来为什么会没有了？未来也会变成现在，现在也会变成过去。不要讲说未来还没有到，未来也会变成现在，现在也会变成过去，所以才叫三际一如，过去、现在、未来，其实是一，哪有过去、现在、未来？没有，那你得到什么？你要悟到无所得，刚刚我讲的，无所得，是你的房子吗？没错，但是以后会没有；是你的车子吗？现在没错，但是以后也会没有，因为车子会坏掉，房子也会没有，会变成老屋，到最后拆掉；这是你的钱吗？也会没有，不是你用掉，就是别人用掉，你剩下的钱不是你的，你没有用到，也会没有的，就算有也会变成没有。包括你的身体，你也会变成没有，悟到了无所得，你根本得不到什么，因此你烦恼解脱，执着解脱，没有执着，你执着什么？有什么好执着？

爱情婚姻都短暂 不执着自自如如

你说爱情，真的是去你的，真的。刚结婚的时候，也可能是真的有爱情，后来，就剩下了责任跟你的道德观，都变成了老菩萨了，还要谈什么爱，接吻一下牙齿就掉了好几颗，对不对？碰一下身子，骨头就断了；打一个喷嚏，这个是什么？肋骨就断了好几根，那时候还谈什么爱？刚开始是有一点爱，是没有错，后来就剩下责任了。爱情，去你妈的蛋，没有这回事。

刚刚结婚几年也许会有，后来就不会有了，所谓七年之痒，七年之痒，七年以后见异思迁，一个接一个，一个接一个。都是很短暂的，什么都没有，所以也不要执着，什么都不用烦恼，也不用执着，因为你没有烦恼，没有执着，你就能够自自如如，永远快乐，那就是无所得之故。

诸佛菩萨因无所得 才能悟道

这个散花天女讲，所有佛菩萨也是这样子的，因为无所得，所以祂们才证悟了道，释迦牟尼佛讲的道。什么是道？《心经》里面明明讲啊，「以无所得故菩提萨埵」，因为你无所得，你才会成为菩萨。

在美国一半都是结婚到老，有一半是离婚的，这一半离婚的，当然是因为爱没有了，当初的时候结婚是不是爱？当然啊，在底下讲，妳爱他吗？爱，I do，那个人讲，你爱她吗？男的爱女的吗？I do，I do，I do，后来呢？ No，好可怜，几年以后就没有了。所以结婚做什么？傻瓜才结婚。

菩萨一切无所得 唯剩布施众生

无所得嘛，你爱也得不到，子女也得不到，钱也得不到，房子也得不到，车子也得不到，房地产也得不到，什么都得不到，你想一想这个，你就没有烦恼，没有执着。快乐的修，跟菩萨一样，你可以去当一个菩萨，去布施众生，唯一的，剩下的就是布施众生，财施、法施、无畏施，就是这样子。

散花天女讲的，诸佛菩萨亦复如是。无所得故而得。无所得就是得，如果讲有所得，那就不是得。你得到无上道，无上正等正觉，没有这回事，你无所得，你就是无上正等正觉。

所以师母跟我，就把这个真佛密苑、南山雅舍就捐出去了，这样子，还有什么不可以捐的，连身体也可以捐，身体也是可以捐，因为身体也不是你的嘛，当然啊，你剩下佛性，你这个佛性啊，没有带业的，没有带业障，很重要。你如果做了业，造了业，这个业它不会放过你，

娑婆众生皆为酬业 忏尽业障即可成佛

所以释迦牟尼佛说，为什么我们人到这个娑婆世界来？因为是要「酬业」，就是要把业消除掉。到娑婆世界来，消除你的业障，因为你认得无所得，你就不会有业障，就没有烦恼。忏悔过去所做的一切的恶业，那你就剩下佛性，剩下佛性就成佛了，成为不可思议的菩萨，成为佛了，这个是非常重要的。

心经 金刚经 般若经 皆曰无所得

佛今天讲的，那个散花天女讲的很有道理，是有大智慧的，《心经》里面讲无所得，《金刚经》里面讲，全是无所得，《大智度论》，另外这个《大般若经》，全部都是讲无所得。所以大家要记住，记住无所得，你就能够布施，你如果还有还想到有所得，你就不可能布施，因为那是我的，没有这个「我」这个字，所以是「无我、无我想」，就是「空、无相、无作」，你还期待什么？这就是维摩诘经讲的。

维摩诘是一个非常有智慧的人，这个散花天女是非常有智慧的人，都是不简单的人物，嗡嘛呢呗咪吽。

这是我（卢师尊）的梦：

只这一瞬间，我发觉在焰光的世界，这焰光不热，也不冰，是清凉境界。

明明是火焰。

为何如此清凉？

我觉悟到经典中常常提到「火坑化为白莲池」的境界。

我在大日中漫步，这是我人生中的第一遭，未曾听闻，有人能在大日中漫步的。

（月球有人漫步，那是阿姆斯特朗）

在太阳中漫步，未曾闻。

我没有迷迷糊糊。

也没有头晕目眩。

心中明白，这是太阳，那令人不敢正眼去看它的太阳。

为何真的到了太阳？而那火炎逼人的光热，却是如此的清凉？

我见到了太阳中有一佛国，这位佛国的主人翁，名叫「杂色宝华恒光佛。」

祂的净土就在太阳。

这时候，我才知道，原来我能到太阳漫步，是「恒光佛」的大加持力。

我又看见：

不只是一个「恒光佛」，除了祂之外，有三千个「恒光佛」。

这时候，我明白，不只是一个太阳，而有三千个太阳。（一个个排列像鸡蛋）

这真是：

无量光。

无量寿。

我想了解，「恒光佛」的「恒」字是什么意？

恒光佛告诉我：

周而始。

始而周。

（这是循环）

伸而长。

收而定。

（这是行气）

定而明。

明而固。

（这是光明）

死还生。

生还死。

（这是永恒）

恒光佛说：「太阳是依这四个原则而恒在的，这是『恒』的要义。」

我问：

「在人间，春赏梅，夏赏兰，秋赏菊，冬赏竹，不知太阳有什么？」

恒光佛答：

「这里什么都有，紫丁香、玉马樱、金雀藤，黄刺薇、香茉莉、瑞仙花.....。」

恒光佛手一挥，我想看什么就出现什么。

我问：

「听说太阳有黑洞？」

恒光佛答：

「那是谷神。」（虚无）

我问：

「听说太阳有粒子？」

恒光佛答：

「那是天地根。」（会合生光）

这个梦，太玄、太虚、太远，但冥冥中，好像还有一些东西，这要仔细想，才能想的出来，这东西是什么？

蓮香隨筆

1996 年師母蓮香上師正式出版第一本文集「佛法是美容師」，內容包羅萬象，有文藝小品、有生活拾趣、有修養靜心、有宗派理念，涵蓋了師母多年來為宗派奉獻付出的心路點滴；以及個人修持的感悟分享。

蓮生活佛讚嘆師母文筆：「雖非光焰萬丈長，但亦渾然天成。」讓我們一起分享師母蓮香上師的心靈之美與文字之美。

「休止符」的聯想

文 / 師母 蓮香上師
摘自 蓮香上師第一本文集「佛法是美容師」

当师尊的「退隐」宣布后，世界各地的弟子们，互相传讯此消息，成为目前大家最注目而揣测的话题，一股热哄哄的气氛，众所皆知，亦有闻风而反应的种种情况：

有人听到了这个消息，顿时声泪俱下，感叹被遗弃，无所依怙。

有些人的反应是：师尊已经解脱了！

还有人说：师尊太辛苦，也须休息休息了！

另有人的表现是：不知不觉，如如不动。

更有分堂提议：我们以后依什么为精神支柱.....等等诸多问题。

为此，「回信公司」的电话应接不暇，我如同答话机一样，有问必答，但，同样的问话，也太扰人。

其实，这些问题的答案，早已散见在师尊的著作之中；简单说来，即是「不爱名，不爱利，不爱高座。」就是这样洒脱的走下宝座！这正是一丝不挂真正证得空性大圆满自在的活佛才能办得到的。

目前师尊仍然写作、回信，给加持灌顶，还有唯一的真佛密苑开示，以及择人才传内法；弟子们应该好好的珍惜这个「半退隐」的时期，努力精进，稳定修好初灌「外法」的基础，再向根本上师求二灌「内法」之传授，不要再踯躅不前进，懒散不振作，蹉跎岁月了。

若师尊宣布完全隐居，不再见任何人，若真如师尊所说：「将来退隐中，会走向山林而消失，甚至在娑婆世界消杳，永远的消杳，我看不到大家，大家看不到我。」那个时候，我想，弟子们会后悔莫及。

在此积极的和大家互相勉励：「在师尊遍洒光明的法雨中，把握住那法雨的滋润，莫要错过与佛同一世的机缘，展现本然俱足之佛性，世代相传真佛之法灯。」

师尊说：

当一首美妙旋律的音乐，扣人心弦的最妙处，即是那个「休止符」，铿锵悦耳的音乐，剎那停顿，那一剎那的寂静是最美的。

我想，这剎那的退隐，亦如同「休止符」之美，不是吗？

祝賀 聖尊 蓮生活佛圓頂出家 38 周年紀念日
台灣雷藏寺舉辦「出家紀念日朝山繞佛活動」

文 / 台灣雷藏寺

众弟子齐心庆贺感恩师尊！

因为有祢，弟子们才找到人生的方向

因为有祢，弟子们才懂得出离解脱

因为有祢，才丰富了弟子们的生命

台湾雷藏寺为庆贺最尊贵、最敬爱的根本上师圣尊莲生活佛，圆顶出家 38 周年纪念日，择于 2024 年 3 月 17 日星期日，提前于正日（农历 2 月 10 日）二天举行「出家纪念日朝山绕佛活动」。

当天下午 1 点 30 分于大雄宝殿，由莲东上师主坛、教授师、众法师和威德佛学院学员护坛，其中有来自台中慈尊堂的莲竫、莲庭法师及六度堂陈于菲讲师，以及远近同门前来共襄盛举，近百人参加祝贺。首先做前行仪轨，由维那莲就教授师及木鱼莲瓦法师，铛子莲映法师、铪子莲等法师带领梵呗，恭诵「祈请莲生活佛加持文」同修真佛密法及持莲花童子心咒 108 遍后，展开绕佛仪式。

与会大众全体到大雄宝殿外回廊列队，由莲东上师带领绕佛，维那莲就教授师及木鱼莲瓦法师带领唱诵「莲花童子心咒」，在藏鼓搭配之下，大众以顺时钟方向绕大雄宝殿。咒音悠扬缭绕于回廊，午后微风徐徐，舒适怡人，大众齐心观想礼佛，庄严虔敬，一念普礼虚空千千万万的佛，法流普润大众，法喜充满。

绕佛三匝之后，大众回到大雄宝殿做正行及后行。主坛莲东上师，以朝山绕佛功德回向：祈愿根本传承上师莲生活佛，佛体安康，长寿住世，大转法轮，广度众生。祈愿与会大众合家平安，身体健康，如意吉祥。师母莲香金刚上师病业消除、身体安康、身心喜乐自在，光明吉祥。并祈请师尊诸佛菩萨放光加持，台湾风调雨顺，国泰民安，一切吉祥圆满。

末了，大众合影留念，并且欢喜的合唱生日快乐歌，恭请上师切蛋糕，分享与会大众。众等以感恩之心，祝贺师尊圆顶出家，光明长寿、请佛住世。

根本上师圣尊 莲生活佛自二十六岁开始弘法度众，并于四十二岁圆顶至今，已走过了三十八个寒暑，仍孜孜不倦地以身教、言教与无上的法教，讲经说法写书至今近 300 本文集，引导众弟子们走在正道上；师尊弘法历程，足迹遍布全世界，真佛宗道场树立五大洲，在娑婆世界弘扬真佛密法，利乐有情众生。

圣尊 莲生活佛的出家圆顶，是佛菩萨的慈爱之光，至今仍然生生不息。我们一起将这份光明及爱延续，向最慈爱的师尊，以朝山绕佛表达弟子们最诚挚的爱！感恩俱德根本上师，授戒传法灌顶赐悉地，佛子祈请住世转法轮，利乐无量无尽众生界！

雲天之翔 蓮生活佛書畫展 將於澳洲墨爾本舉行
4/20▶4/26

澳洲墨尔本善明同修会，为庆祝莲生活佛 80 大寿暨迎向 300 本文集的里程碑，与墨尔本、伯斯、新西兰及圣诞岛的道场携手，在墨尔本 Le Grange Gallery 画廊举办「莲生活佛书画展」。这场展览不仅是一次艺术盛会，更是一次跨越东西文化的交流盛典，将莲生活佛的智慧与美学呈现在西方世界中。

2024 年是殊胜的一年，既逢圣尊 80 寿辰，也是 师尊文集 迎向 300 本的里程碑之年。澳洲墨尔本善明同修会，预定在今年 4 月 20 至 26 日举办一场对外开放的「莲生活佛书画展」。

筹备此次书画展的意义，不仅是作为 圣尊 80 寿辰贺礼，也为预祝 圣尊第 300 本文集即将出版的里程碑，展现 圣尊在文化艺术上的丰富创作及禅观意境。当天将邀请市长，台湾办事处处长，各华人社团名流，图书馆代表等与会。善明同修会住持莲照上师，大洋洲宗委会代办处负责人莲祈上师及宗委会文宣处处长莲悦上师都将出席开幕典礼。此乃宣扬真佛宗及莲生活佛的一大对外盛典，敬请同门热烈参与这场别具意义的活动。

圣尊的书不但拥有开悟者的指导与法门，解惑扶正，破执消业，更能冼涤世人的心灵，美化人生，从透视因果业报之迷，进而有教化人心去恶存善之功。师尊的画与墨宝除了有其独特的艺术风格外，更有无形的气场神彩，捕摄心灵，不可言喻。推动圣尊书画在世界各地开展，对当地社会是有很大的正面影响及效果。

我们尊敬的根本上师怀着弘法度众的誓愿，不畏艰辛困苦，一生奉献于菩提事业，此恩德弟子们难以言报，唯有竭尽心力，把 圣尊的智慧法宝展现于有缘众生之前。且让我们团结一致，向师尊共表寸心。感恩大家的响应，扶持与参与。阿弥陀佛！

第六屆第三次春季上師暨常務委員大會報導 1
傳法部行政司

文／蓮育報導

2024 年繼新春祈福（首传七眼佛母开天眼法）、圣观音护摩大法会后，宗委会于 2 月 26、27 日假彩虹雷藏寺护摩宝殿，召开第六届第三次世界真佛宗上师暨常务委员大会，第一天有 80 位、第二天有 75 位上师出席。

以宗歌为序幕、祈请根本上师加持持咒后，便由长老带领诵戒。接着宗委会会长莲花程祖上师致词，回顾了 2023 下半年宗委会在马来西亚、印度尼西亚、新加坡等地举办各项研习、供僧、交流活动，及 2024 年预备进行的活动等，以及覆准前期议案通过后，接着请传法部诸位长老报告。

传法部 - 行政司 规划「真佛宗仁波切守则」

首先由行政司执事长老莲僧上师报告本宗仁波切系统规划：仁波切转世是由原住持的寺庙认证，迎回原有寺庙学法，再出来弘法传法。目前宗派的仁波切由根本上师认可之后，而在仁波切的法统性上、如何教育？成年之后如何正式弘法？以及仁波切可遵循的守则等等问题尚缺乏规范。因此传法部与宗委会核心小组立案讨论，过程中多次请示师佛莲生圣尊指导，规划建立「真佛宗仁波切守则」，得到在场上师团无异议通过实施，并将列入新版的【世界真佛宗章程守则】。

莲僧长老提到 师佛对于仁波切系统规划的问题，给予二次的指**示**。

第一次，师佛于 2023 年 5 月 31 日于宗委会西雅图办事处：

1. 仁波切、上师有转世成就者如凤毛麟角，有境界者自然能预言，将来如何转世或转世何处，并委由原住持的道场相关人员前往寻找。

2. 仁波切在有条件下，应可视为宗派未来的弘法人才来培育。

3. 未来仁波切、上师必须要有自己的道场才可转世，转世之后回原住持的寺庙，接受培训、继续弘法事业。

4. 宗委会负责对本宗上师、仁波切转世事件，予以纪录认证，并酌予协助教育训练及未来正式弘法认证等业**务**。

第二次，师佛于 2023 年 12 月 27 日于西雅图再度指示：

1. 在法理上，仁波切是上师团的预备人选或正式成员，仁波切除了转世身分之外，是否受过阿阇梨灌顶才是重点。

2. 未得到阿阇梨灌顶的仁波切不需排班、上座，或参加上师会员大会与执行权力。

3. 在尊重佛制的基础上，宗派仍应以僧团制度为主，否则在家众高过出家众，是严重偏离佛陀的戒律（参阅师佛《瑜伽士的宝剑 · 佛陀的戒律》。

4. 将来所有本宗的具格仁波切，皆需是出家身份。

5. 具格仁波切的服饰与上师团的服饰相同，并依循上师团惯例，有根本上师主持或在场的法会，不应穿着龙袍或戴法王冠。

6. 师佛以 14 世达赖喇嘛的学僧生活，受到教授导师非常严格训练为例，既然要承担仁波切的弘法重责，学习上就必须能承担更严格的训练与学习。

「真佛宗仁波切守则」是依照师佛以上的指示，规划仁波切的认证方式、应具备的条件、受教育内容规划，如何受戒与坐床、弘法义务与职责，服饰等等诸多细节。

另外，本宗仁波切在身分法理性上可概分为三类：

一、**「祖古」**，指已被本宗认证为再来人根器者，未满 21 岁、尚未完成应学的佛教教育课程，未受具足戒、未受阿阇梨灌顶者，是宗派的储备弘法人才。在未满 21 岁前，可自愿受沙弥戒。未得阿阇梨灌顶前，不具有传法或代师灌顶资格，不需排班或参与上师会员大会。服装方面，曾受沙弥戒者，可以穿着法师法衣、若另加受菩萨戒者，可加披菩萨戒缦衣。座位与法师同席，但置于最后，因未受具足戒故。未受沙弥戒者，可穿着便服或本宗讲师服装，坐贵宾席尊位。祖古若满 21 岁、完成应学的佛教显密课程并通过审核、已受具足戒，待因缘成熟后，宗委会会为祖古举行坐床仪式，由根本上师赐授阿阇梨灌顶后，即成为本宗具格仁波切，可代师传法灌顶，可加入上师团参与上师会员大会，着上师服**饰**。

二、**「名义仁波切」**，指由本宗先认证为再来人根器者（名义仁波切亦可能之后被他宗认证为仁波切）。已满 21 岁成年、未受具足戒、未得阿阇梨灌顶的仁波切。此类仁波切尚不具备上师传法资格亦不得代师灌顶，唯有在本宗法会期间，才可以穿着本宗上师服饰，不戴五佛冠，不参与上师排班或上座，受菩萨戒者可以加披缦衣，主办单位应安排前排贵宾尊座给名义仁波切。名义仁波切不能参与上师会员大会，因为未属于上师团成员，但是宗委会核心小组可视需要，邀请名义仁波切以「旁听」身分出席会议，会议中名义仁波切没有发言、表决、选举、被选举等一般会员权力。名义仁波切具备应学的佛教显密基础、在受具足戒后，待因缘成熟，宗委会会为其举行坐床仪式，由根本上师赐授阿阇梨灌顶，成为本宗具格仁波切，可代师传法灌顶，可加入上师团参与上师会员大会，可着上师服饰。

三、**「具格仁波切」**，指本宗认证具备有再来人根器者、满 21 岁（注一）成年，具备应学的佛教显密基础、已受具足戒，在因缘成熟时，由宗委会会为其举行坐床仪式，由根本上师赐授阿阇梨灌顶后，即成为本宗具格仁波切，可代师传法灌顶，可加入上师团参与上师会员大会，着上师服饰。目前宗派的「具格仁波切」有丹增嘉措仁波切、吐登悉地仁波切二位（注二）、「名义仁波切」有吐登卡玛仁波切一位。

注一：关于会议中原本以满 18 岁为成年，但为符合「真佛宗章程守则」宗委会会员资格的相关规定，今改以满 21 岁作为成年标准。

注二：丹增嘉措仁波切、吐登悉地仁波切目前是「具格仁波切」的身分。两位仁波切虽仍尚未出家，但二位仁波切早在本守则实施前，便已于二〇一五年九月十日得到师佛赐授阿阇梨灌顶，故目前属于上师团的成员，具备上师资格与上师的一切权利与应负的义务。

第六屆第三次春季上師暨常務委員大會報導 2
傳法部各司、監察會

文／蓮育報導

传法部 – 礼仪司

礼仪司司长莲栽长老报告：「真佛宗宗葬法」条例，讨论对宗派有重大贡献者，应给特别尊荣礼遇。

传法部 – 法统司

法统司副司长莲传长老报告：真佛宗出家戒腊满十年的上师、教授师、法师等出家众，可以在寺堂会举办「八关斋戒」，传授教导八条戒法，修持仪轨，参照宗委会法务处通告。师尊第 48 册《上师的证悟》中「修八关斋戒法」一文，八戒条文：一不杀生。二不偷盗。三不非梵行。四不妄语。五不饮酒。六不非时食。七不香华鬘庄严其身及歌舞戏等。八不坐卧高广大之床。受持八关斋戒功德，能忏罪、消灾、增福、增慧；可除五逆罪，其他诸罪，悉皆消灭。

传法部 – 典律司

典律司司长莲雄长老报告时强调「礼敬密教传承的重要」。再次说明「事师法五十诵」第四十三条所示：「同学及法裔，不应为弟子，亦不于师前，受承事礼敬」。同皈依一位上师的金刚兄弟，不可再互为师徒，以免混乱传承。有同门曾经皈依师公后又皈依师尊，近期要求在西雅图雷藏寺祖庙传授非根本上师亲传之密法，经师尊开示教导及传法部、核心小组项目讨论后决议，无论是从密教戒律的角度，或根本上师一直以来教导一宗一师的传承理念，为避免混乱传承、不宜由任何人在祖庙传授非传承之密法，故提出报告说明以兹借镜。

莲雄长老亦提醒大家，密教弟子对根本上师应有的礼仪：

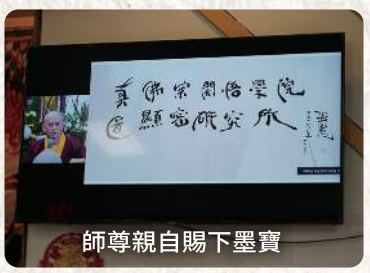
· 在师佛面前要离开时，应先后退一步，再转身离开。
· 看见师佛在上下车或上下楼梯当中，应等候师佛上下车定位后或上下楼梯后到达平面，处于安全位置，看向弟子，而弟子也看见师佛，这时候才顶礼。
· 弟子在师佛的背后不应顶礼。
· 不应走在师佛的正后方。
· 当师佛吃饭时，不应顶礼，合掌即可。
· 另以师公为例，说明当师父卧床时，也不应顶礼，若顶礼即是告别之兆。

传法部 – 育贤司

育贤司司长莲哲长老报告：上次会议通过佛学教育规划，以真如、瑜伽、唯识、中观、般若等五大项为佛法全部。师佛的教法以瑜伽为主；另外师佛在 2019 年 3 月应教授团的请示，亲笔写下「真佛宗开悟学院」及「道显密研究所」的墨宝，期望推动真佛教育发展。

监察会

监察长莲栽长老报告：真佛宗弟子遍及全世界，为确立三权分立，互相制衡之组织管理，分为行政（宗委会）、传法部（长老团）、监察会（司法）三大结构，监察会着手拟定「监察会组织章程」草案，选出 4~6 位监察委员，监察委员不得兼任常务委员，草案修订中。


師尊親自賜下墨寶

監察長禮儀司蓮栽上師

法統司蓮傳上師

育賢司蓮哲上師

蓮聞上師

第六屆第三次春季上師暨常務委員大會報導 3
根本上師蒞臨指導

文／蓮育報導

根本上师莅临指导

全体上师顶礼恭迎圣尊登上法座，会长莲花程祖上师代表全体上师向根本上师敬献供养。师尊慈悲对于各项提问给予指导，摘录如下。

师佛鼓励上师们、尤其是新封的上师

1. 除了自身修法之外，要对五明有所理解，多了解众生的需求，来帮助众生。

· 医方明 – 以前的上师会治病、把脉、针灸、草药、观气色等等。

· 声明 – 咒音及语言方面，强调符合现代的弘法潮流，要多学会几种语言，利益不同语系的众生。

· 内明 – 就是佛学，生命的学问。

· 工巧明，如现代计算机应用、科技、风水。

· 因明是逻辑方面，圣言量、比量、现量等等，各种日常生活世间法，都是度众方便法。

2. 实修与弘法方面，四加行、上师相应法、本尊相应法、气脉明点的法、体位法（动态瑜伽）、呼吸法（静态瑜伽），要能实修获得证量。

另外师佛强调自己「无所谓」的理念，因为因缘所生、因缘所灭，所以真佛宗未来如何，不需要去多想？并说道真佛宗的永续法灯传承是人事管理问题，分为管理行为、管理思想，则交由宗委会去商议。

对宗委会各处的指示

师佛对于宗委会各处目前的成果给予赞许，表示要再延续下去。对于未来发展方向，提到：

· 文宣很重要，要多多报导与推广。

· 另一项重要的是公关，对外要做好外公关，与各大宗教的交流，对内公关则是寺堂会各级弘法人员，由上到下做好联系工作，并强调真佛宗是不牵扯政治的宗派，秉持爱国爱家的精神。

· 教育处可开办风水课程，这是可以帮助世人的方便法。师尊并当场简述风水五大要领。

· 对于督察处是管理宗派的纪律与人事问题上要宽松兼顾。

· 财政处在金钱管理方面，应如同公司财政专业管理。

· 法务处要做好申请出家、教授师甄选、助教讲师甄选及密法仪轨的整理。

另外，师佛再次赞叹宗委会《雷藏之音》，在咒音制作已经步上正轨，本次春季大法会「白度母」、「圣观音」还有「弥勒菩萨」的咒音都做得很好，在法会结束后，咒音还在脑海中旋绕，这是法音传承可以一直传唱下去。

恭送师佛

最后，师佛给予上师们一一摩顶加持后，与上师团共进午餐，由爱心菩萨带领上师小组成员，轮番上台表演供佛，现场气氛温馨又兼具效（笑）果。上师们由衷感谢师佛莅临，在欢喜音乐声中，恭送师佛上车返回真佛密苑，继续每日的问事服务。

恭賀 蓮生活佛80聖壽 暨 文集寫作迎向300 雙喜大慶

真佛報推出最新策畫兩大專欄

◎一個活佛的秘境

◎蓮生活佛300文集導讀

2024年，對真佛弟子及有緣善信大德來說，是個意義非凡的一年。今年值遇聖尊 蓮生活佛80聖壽及文集創作迎向300冊的勝妙因緣之際，真佛報編輯部將在第1520期起，策劃推出非常重要且精彩的兩大專欄：【一個活佛的秘境】及【蓮生活佛300文集導讀】。

將分別從活佛的生平故事及文集創作兩大主軸，重新回顧 蓮生活佛傳奇的一生。他如何自平凡中崛起，又如何由凡入聖，成為娑婆眾生心靈至上的皈依？真佛報將透過文字，穿越時光的河流，帶領大眾進入 蓮生活佛的心靈世界，沉浸式的體驗一趟，蓮生活佛殊勝的成佛之旅。

專欄一

一個活佛的秘境

紅塵滾滾的擺渡人

您的一生就是這一世紀的傳奇

關於「一個活佛的秘境」……

故事從1945年二次世界大戰的尾聲展開。

1945年，一個是在美軍轟炸下出生的早產兒盧勝彥，

2024年，一位是守護救度眾生50餘載的大成就者 蓮生活佛，

這二者是同一人嗎？期間發生什麼樣的故事？

蓮生活佛（俗名盧勝彥），

一九四五年六月二十七日出生（陽曆），農曆是五月十八日午時出生，度過了戰後的艱困生活，蓮生活佛自詡自己年少時比平凡還要更平凡，度過小學、初中、高中、大學曾經有過疑惑及痛苦。

原以為自己將以軍人之職安穩度過一生，以詩文寄情傳世，豈知在祂26歲時，突蒙奇緣，在「玉皇宮」被瑤池金母開啟天眼，實見自己的多世因緣及來歷後，由基督教的「主日學老師」成為：

道家「過功德」的道長。

顯教受三壇大戒的佛弟子。

密教實修內證的密行尊者。

由密教的修持，覺悟到宇宙人生的實相，親證「不死虹光身」，證得「無上正等正覺」。蒙釋迦牟尼佛授記為「華光自在佛」，被世人尊稱為「蓮生活佛」。

從出生至長，從學法到成就，蓮生活佛的一生遭逢來自軍中、社會、家庭、宗教、弟子……種種的考驗，蓮生活佛不改救世初衷，證悟無上正等正覺後，為了喚醒眾生出離輪迴之苦，祂孜孜不倦遊歷五大洲，將密法種子遍撒眾生心田，只為實踐「不捨一個眾生」的修行宏願。

被譽為「當代大成就者」的 蓮生活佛，他深入「道、顯、密」三教，身繫密宗「紅、黃、白、花」四派教法傳承，有人間傳承更有虛空的傳承，其生命歷程堪稱為一部現代傳奇。

學習密教，首要依止一位真正有傳承的金剛上師。密教的根本上師，代表一切諸佛菩薩「身」、「口」、「意」的功德，一切實證口訣來自根本上師，一切加持力來自根本上師，此生得與真佛同住世間，更是娑婆眾生的無上法緣。

敬請期待真佛報隆重推出的二個專欄，一同來深入稀世珍寶，無上法王的今世傳奇，同發淨信禮讚師佛。

祝願 師佛健康長壽。吉祥如意。住世久久！

專欄二

蓮生活佛盧勝彥文集 迎向300

帶您走入盧師尊的心靈世界

2024年將成為真佛宗極其特殊的時間印記。因為2024不僅是真佛宗創辦人 蓮生活佛下生人間80載，其著書立作將正式出版第300冊文集《回歸星河》；更令人興奮的是，蓮生活佛已於2024年2月21日，正式寫下了第301冊文集的序文，並命名為《南山的飛花》。古人以「著作等身」來讚譽大作家、大文豪，而 蓮生活佛的著作卻早已超過兩個 盧師尊的身長，從古至今能有此成就者，幾稀矣！

蓮生活佛創作重要里程碑

1960年，高中時期已經醉心寫作，投稿校刊及報紙

1967年，第一本文集《淡煙集》出版

1992年，完成《第一百本文集》

2008年，出版第二百本文集《開悟一片片》

2024年，第300冊文集《回歸星河》即將付梓出刊，並於2月中旬著手寫作第301本文集的序文，正式跨越300冊創作文集的里程碑。

蓮生活佛日日寫作筆耕57年不輟，是什麼樣的原因讓 蓮生活佛堅持創作一生，由入世寫到出世？已完成的300冊文集內容到底寫了什麼？300冊著作之中，對於活佛的一生，有詳盡的描述。其中有道法、有勘輿風水、有顯密的佛法修持、有宇宙人生的實相、有根本的大解脫法；也有詩集、散文、旅遊札記、哲學、評論、生活、笑話等，內容包羅萬象，文字中盡顯法味。

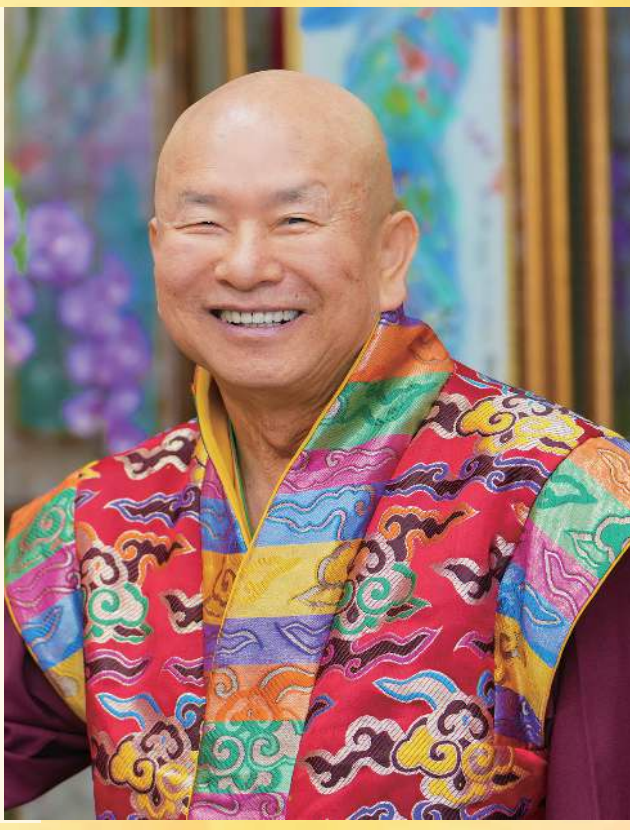
盧師尊寫作弘法「七大時期」

盧師尊自26歲開始學法修行，寫作弘法五十餘年，跨越半世紀，其一生從平凡時期的文藝青年，到修行證道，歷經「平凡時期」、「學法時期」、「弘法時期」、「遊方時期」、「幽居時期」、「隱居時期」，乃至出關後的「大日再現」至今，而不管在那一個時期，不論是遭遇人生的高潮或低谷，蓮生活佛的寫作都未曾間斷，其恆心毅力世所罕見。

盧師尊：書代表我的心

經常有弟子問，要如何才能了解 盧師尊的思想與修行之道，盧師尊常說：「只要看我的書就可以了，因為書就代表我的心。」確實，想要了解 盧師尊，閱讀《盧勝彥文集》是最直接的方式。師尊是開悟的聖者，其文字具有「聖言量」，閱讀 師尊文集，便是直接與聖者對話，更是文字般若智慧的無上灌頂。

300本文集，凝聚了聖尊 蓮生活佛畢生修行的無上智慧與人生感悟，沒看過的一定要看，已經看過的，更要一看再看，因為在每個不同的年歲與修行階段，再看 盧師尊的書，必定會有不同的觸動與感悟。就讓我們一起進入盧師尊的文字世界，細細悠游品味。



真实佛法息灾赐福经

净口业真言：

嗡。修唎修唎。摩诃修唎。修修唎。梭哈。

净身业真言：

嗡。修哆唎。修哆唎。修摩唎。修摩唎。梭哈。

净意业真言：

嗡。缚日啰怛。诃贺斛。

安土地真言：

南摩三满哆。母驮喃。嗡。度噜度噜地尾。梭哈。

祈请莲生活佛加持文：

嗡。哑。吽。

敬以清净身口意。供养毘卢遮那尊。法身佛眼佛母圣。报身莲花童子身。应身教主莲生佛。三身无别大佛恩。恭敬真佛大传承。具足神通弥六合。放光遍照于三际。一如无间能现证。佛子时时常哀请。光明注照福慧增。昔日释迦来授记。阿弥陀佛殷付托。弥勒菩萨戴红冠。莲华大士授密法。祈请不舍弘誓愿。救度我等诸众生。如是护念而摄受。祈请加持速成就。

南摩毘卢遮那佛。
南摩佛眼佛母。
南摩莲花童子。
南摩莲生活佛。
南摩真佛海会十方三世诸佛菩萨摩诃萨。
（三称）

念圣诰三遍：

西方莲池海会。摩诃双莲池。十八大莲花童子。白衣圣尊。红冠圣冕金刚上师。主金刚真言界秘密主。大持明第一世灵仙真佛宗。卢胜彦密行尊者。

香赞：

炉香乍热 法界蒙熏 真佛海会悉遥闻 随处结祥云 诚意方殷 诸佛现全身

南摩香云盖菩萨摩诃萨 南摩香云盖菩萨摩诃萨 南摩香云盖菩萨摩诃萨

南摩真佛会上诸佛菩萨摩诃萨（三称）

奉请二佛八菩萨：

南摩法界最胜宫毘卢遮那佛。
南摩西方极乐世界阿弥陀佛。
南摩观世音菩萨摩诃萨。
南摩弥勒菩萨摩诃萨。
南摩虚空藏菩萨摩诃萨。
南摩普贤菩萨摩诃萨。
南摩金刚手菩萨摩诃萨。
南摩妙吉祥菩萨摩诃萨。
南摩除盖障菩萨摩诃萨。
南摩地藏王菩萨摩诃萨。
南摩诸尊菩萨摩诃萨。

开经偈：

无上甚深微妙法。
百千万劫难遭遇。
我今见闻得受持。
愿解如来真实义。

莲生活佛说「真实佛法息灾赐福经」

如是我闻。一时大白莲花童子。在摩诃双莲池。坐于大白莲花法座之上。周围十七朵大莲花。青色青光。黄色黄光。赤色赤光。紫色紫光。各朵莲花。微妙香洁。白莲花童子。默运神通。将一个摩诃双莲池。变化得格外金光灿烂。所有香花全部怒放。瑞草放出香息。白鹤。孔雀。鹦鹉。舍利。迦陵频迦。共命之鸟。均化金色。出和雅天音。

空中金色光。有净妙天音来自虚空。诸世界香气芬馥。空中金阁。全生光华。遍敷金莲。虚空之中天花飘散。

尔时。摩诃双莲池。大大震动。无量诸天皆感受之。佛菩萨声闻皆感受之均至摩诃双莲池。三十三天主均赶赴摩诃双莲池。集诸二十八天众。帝释。梵王。八部四众。广说法要。

尔时。金莲花童子现出大慧光。白莲花童子现出法界光。绿莲花童子现出万宝光。黑莲花童子现出降伏光。红莲花童子现出行愿光。紫莲花童子现出端严光。蓝莲花童子现出果德光。黄莲花童子现出福足光。橙莲花童子现出童真光。

诸天见之。大感惊异。于是帝释从座而起。稽首向前对白莲花童子而说。稀有圣尊。摩诃双莲池。以何因缘。现此大光华。

大白莲花童子说。当为汝等细说。帝释说。圣尊威权最尊。惟愿圣尊为众宣说。一切人天咸知皈向。

尔时。大白莲花童子告帝释及诸大众说。善哉善哉。吾今为汝及末世众生。有缘者于当来之世。咸共知之真实佛法及息灾赐福之理。

大白莲花童子即说。诸佛菩萨救度众生。有最胜世界。妙宝世界。圆珠世界。无忧世界。净住世界。法意世界。满月世界。妙喜世界。妙圆世界。华藏世界。真如世界。圆通世界。如今。将有真佛世界。

于是佛菩萨声闻缘觉及诸天众闻圣尊开演真佛世界。知是过去现在未来之吉祥善逝大悲因果。是圣尊为众生化身示现。各各欢喜得未曾有。稽首称赞而说偈言

圣尊大慈悲。无上秘密尊。
过去早修证。离欲超凡间。
今创真佛界。怜愍诸群有。
化身为教主。下降至娑婆。
善哉号莲生。为众广宣说。
我等均已闻。当为大护持。

尔时。圣尊大白莲花童子告大众。修行以无念为正觉佛宝。身清净。口清净。意清净为法宝。依真佛上师为僧宝。

圣尊告大众。若有善男子。善女人。于每年五月十八日。沐浴斋戒。着新净衣服。或于每月十八日。或本命生辰日。在密坛前。奉请二佛八菩萨。奉诵「真实佛法息灾赐福经」随心所求。自有感应。更能供养香花灯茶果。虔诚祈祷。咸得如意。

圣尊告大众。世间高官贵人沙门居士修道俗人等。若闻此经。受持读诵。如是之人禄位最尊。寿命延长。求子得子。求女得女。获福最是无量。是增益的大福宝经。

若有先亡。怨亲债主。未能得度。滞泄幽冥。若能持诵本经。印送本经。亡者升天。怨亲退散。现存获福。若有男子女人。或被邪魔所侵。鬼神为害。恶梦昏乱。受持本经。施印本经邪鬼退藏。即得安乐。

若有疾厄缠身。前世因果业报。鬼神病等。受持本经。印施本经。即得灾厄消除。病源立解。若有恶运。官讼牵缠。囚禁狱系但能持诵本经。印施本经。即得解除。凶殃殄灭。化为吉祥。

若两国争战。能持此经。立像供养。即得加威。战无不胜。诵者。印者。施者。能一切吉祥如意圆满。消除诸毒害。能灭生死苦。

西方真佛海会。摩诃双莲池。大白莲花童子。即于其中。而说咒曰：

「嗡。古鲁。莲生悉地。吽。」（无数遍）

圣尊说此经已。帝释及诸大众。天龙八部四众。恭敬作礼。信受奉行。真实佛法息灾赐福经终。

回向偈：

願以此功德。莊嚴佛淨土。
上報四重恩。下濟三途苦。
若有見聞者。悉發菩提心。
盡此一報身。同生極樂國。

莲花德耀助印

《真实佛法息灾赐福经》

2024年3月23日，晚上7点30分，马密总般若雷藏寺举办「高王观世音菩萨」藏密式护摩法会，由本寺常住释莲夫上师主坛。法会依循仪轨有序进行，与会大众虔诚祈求「高王观世音菩萨」以大慈大悲之愿力，加持自身业障消除丶福慧增长丶身口意清净丶早日修行成就，法会圆满结束后，恭请主坛上师为大众作法语开示。

释莲夫上师法语开示：

让我们一起虔诚合掌顶礼大恩根本传承上师圣尊莲生活佛丶顶礼法会主尊南摩高王观世音菩萨丶顶礼般若雷藏寺坛城三宝三根本光明诸尊，感恩放光加持弟子众等，一切吉祥丶所求如愿。各位尊敬的法师丶讲师丶助教及各位同门丶善信大德大家晚上好。

今天是以这尊「高王观世音菩萨」作为法会的主尊，高王观世音菩萨大家都非常熟悉，我们宗派非常尊崇高王观世音菩萨，祂头戴七佛冠，一般上佛菩萨都戴着五佛冠，所谓七佛就是东丶南丶西丶北丶中丶药师佛及释迦牟尼佛。早期师尊开始推崇高王经的时候，那时候还没有高王观世音菩萨的金身，后来师尊才把高王观世音菩萨的形象介绍给我们。高王观世音菩萨相貌如佛，右手说法印，左手等持印，祂的法衣有七佛真言，祂头顶七佛就代表七佛的法王子，所谓法王子就是大菩萨的尊称，祂能够传承佛法。七佛灭罪真言就是刚刚法会中念诵的高王观世音菩萨心咒，七佛灭罪真言出自大方等陀罗尼经，七佛灭罪真言非常殊胜，中国汉传佛教把它列为早晚课的10小咒之一，真佛宗尊称高王观世音菩萨及高王经，基本上我们每一天都会念诵。

高王观世音菩萨具备息丶增丶怀丶诛羯摩事业，无论我们是祈求资粮丶学业丶子女丶敬爱丶除重罪丶消除业障丶往生资粮等等，高王观世音菩萨都有求必应，高王经里面说到「十方观世音，一切诸菩萨，誓愿救众生，称名悉解脱」，所谓称名悉解脱就是只要我们念诵高王经，就显现十方的观世音菩萨来加持我们，所以祂有很大的加持力。我们真佛宗弟子每人至少要诵高王经一千遍，或作为我们一生当中必须持诵的经典。所谓七佛就是毗婆尸佛丶尸弃佛丶毗舍浮佛丶拘留孙佛丶拘那含牟尼佛丶迦叶佛丶释迦牟尼佛，这七佛是过去已经成佛，包括释迦牟尼佛，这七佛虽然属於不同的年代，祂们修行有一个共同的理念及法教叫「七佛通偈」，就是「诸恶莫作，众善奉行；自净其意，是诸佛教」，如果你认真去思考，它有很深的奥义在里面，包涵了小乘丶大乘及密乘的精髓。诸恶莫作是小乘的精髓指严守戒律，众善奉行是大乘行六度万行，自净其意是密教的精髓。

大家可以看到现场挂着一盏盏亮晶晶的小天灯，每一盏天灯就代表师尊所写的文集，有300个小天灯，代表师尊300本文集着作，这是配合宗委会「法流十方无尽灯」供天灯活动，从师尊1967年第一本创作开始，写书度众至今已超越50多年，今年6月将会推出师尊第300本文集，真佛般若藏特别制作这些精美小天灯，希望我们齐心挂起光明智慧之灯，传承真佛法脉。不管是师尊丶上师丶法师或是同门大众，我们都会老去，最终也会消失不见，会流传下来的就是师尊的法教经典，为了感恩师尊写了300本文集，欢迎大家赞助点灯，所有天灯会在雷藏寺点亮，直到师尊80大寿。大家回想，我们能够相聚在这里学习佛法，就是2千600多年前，释迦牟尼佛讲经说法49年，迦叶尊者祂们结集佛陀的法教成为经典，流传到现在，才有现在佛教的兴旺。如果当年没有结集佛陀的法教成为「大藏经」，今天我们能够念到心经丶金刚经吗？这是不可能的，同样的道理，如果有一天师尊涅盘了，难道宗派就这样完了吗？所以我们有义务将师尊的法教流传后世，一代一代传承下去。

佛法中有一句话叫「念念相续」丶「念念相应」，我们每一个念头有好有坏，念念相应就是说如果我们的念头是想好的，我们付诸行动也是好的行为，反之如果我们的念头想着不好的事情，我们付诸行动也是不好的行为。我们在生活中有时候，会不能自控生起了让自己觉得不适的情绪，广东话叫「逼彻」，当我们情绪不稳时就会作出不当的行为，或讲出一些不好的话语，事后才来忏悔。要改善这样的思维心态，当我们产生不好的思维，或要发怒的时候，提醒自己转化念头，倒不如念一句阿弥陀佛，例如刚刚法会进行中，我要演化手印，里面有很多的观想与持咒，要进入曼陀罗里面，专注作息丶增丶怀丶诛的种种观想，但是外面的环境有人在聊天丶玩手机，不免想起我在行法，外面的环境怎会这样。我马上把念头转化，当下念一句佛号，专注於我的行法就好，不去理会外在环境，这就是一种念念相应的训练。

当你生起恶念想骂人，当下转化念一句阿弥陀佛，可以平息自己的瞋心。当我们生起傲慢的心，会看不起他人，想取笑他人炫耀自己，当下转化念一句阿弥陀佛，可以平息自己的傲慢的心。持续这样的训练成为习惯，这些不好的情绪及错误的决定，都会慢慢减少。最重要是训练我们的心念，念一句阿弥陀佛提醒自己处事缓一缓，淡定一些，这就是帮助自己学佛修心。这样的一个转念，就是密法的修持，密法不一定在深奥的仪轨里面，在日常生活中懂得如何转化，也是密法的修行了。在生活当中无论是技能或佛法，都需要很多知识，我们每天无论在家或在外，都会吃各种不同的菜肴，但不代表我们会烹煮这些菜肴，即使我们看了有关烹饪的书籍及影片，都是属於一些知识，直到我们身体力行去实践，亲自动手烹煮，才叫真正懂得烹饪的技巧。不管是学音乐丶画画，所有知识都是先听过丶见过丶接触过，慢慢了解当中道理及方法，真正实践了才能把知识转化为智慧。学佛也是一样，都是先听闻佛法或根本上师的开示，然后慢慢明白当中的道理，再努力实践丶实修丶实证，再由实证回归到自然，不要以为实修丶实证之后，觉得自己高高在上，觉得自己感应连连，这是不正确的。当你实修丶实证之后，然后回归自然，与普通人一样，这样才是正确的学佛心态。真正的精进，能让我们察觉任何贪丶瞋丶痴丶慢丶疑，所有烦恼的显现能够立断，并懂得以心转化，才是真正的修行人，这也是密法的奥妙。

最近我看了一位日本作家渡边淳一所发现的叫「钝感力」，迟钝的感觉力量，他说人生当中如果我们拥有钝感力，才会拥有开阔的人生，不要被我们自己的情绪绑架。因为我们会对外在的环境很敏感，看到别人注视自己，会觉得对方不怀好意，我们要学习迟钝一点，对方看就看嘛，别理会他。因为太敏感，你就会猜想对方意图，如果这样就会产生一种内耗，自己累死自己。所以凡事迟钝一点，这是一种保护自己的力量，因为这样才能从容面对生活及所有的挫折与伤痛，坚定的朝着自己的方向前进，这是赢得美好生活的智慧。渡边淳一指的是心态的迟钝，面对任何事情不要太敏感，糊涂一点相对来的快乐一些。如果你能体会这个钝感力，会让我们不焦虑丶不敏感丶不内耗，也不会胡思乱想。一个人活在痛苦当中，就是因为想的太多，这并不是他想要的，是因为他本身在内耗而不自知，自己绑架自己，也被外面的道德绑架，产生现在的文明病，如焦虑症丶忧郁症丶这些病症都是开始的时候，对於任何事情都太过於敏感，让我们试着迟钝一点，凡事不要想太多，不要自己内耗，让自己活的轻松一点。

拥有钝感力的方法，你要知道自己最重要的是什么，专注做好自己，不与人作比较，不被外在环境干扰，懂得活出自己的三观，要迅速忘掉让人不愉快的事情，面对一切的指责与嘲笑都不在意，面对称赞与恭维都不骄傲，面对糟糕的结果或突发的意外，要懂得换位思考，解决问题面对问题，不要被问题所捆绑，不冲动，要有耐性，不在於别人的看法与评价。生活中不要去太关注别人的动态，不要过於敏感去猜测别人的想法。不要去想那些还没发生的事情，难得糊涂，糊涂一点会让你生活轻松。停止不必要的社交，不要太介意他人的看法，不要与自己较劲，过於敏感实在是太内耗，所以希望大家都能学会这个钝感力，迟钝一点丶慢一点丶糊涂一点，如果我们把事情看得太清楚，就会变得苛刻计较。不要被外在的框框条条约束，如果发现事情让我们无法承受，告诉自己及时止损，选择离开保护自己。当然，一时三刻我也讲不完，大家如果感兴趣，可以上网搜寻「钝感力」看看。

本来，我还想与大家分享金刚经，金刚经是一部影响深远的经典，记载释迦牟尼佛与须菩提的问与答，金刚经的伟大是它超越了所有宗教，但也涵盖了一切的宗教，研究金刚经不能只局限在佛教的范围，不管你信不信佛，我们都可以在金刚经的奥义里面，学习我们所需的大智慧。金刚经如何教导平常心丶如何教导安定心丶如何教导奉献心丶无相心丶进取心丶无住心丶当下心及随缘的心，很多值得我们去探讨，由於时间不足，留待下次我主持法会再与大家分享，最後祝福大家活一天丶感恩一天，活一天丶快乐一天，活一天丶修行一天，谢谢大家。