



真佛報行動網



LINE@生活圈

有人問

盧師尊的企圖是什麼？

盧師尊開示：「我告訴大家，盧師尊的企圖，就只是晚上好好睡一個覺，白天好好吃一頓飯，每天做一點有意義的小事情，這就是我的人生。每天做有意義的事情，活一天，快樂一天；活一天，感恩一天；活一天，修行一天。我沒有任何企圖。」



闇与明是为二 不取闇与明则无有二
涅槃娑婆是二 不厌不喜入不二法门

本周 卢师尊继续为我们讲授《维摩诘经》〈入不二法门品第九〉。首先是月上菩萨登场，他认为世上有光明与黑暗，是为二，但如果你不取明、不取暗，就是「不二法门」。

卢师尊举例开示，不论是地球或月亮，向着太阳，你就是明；背着太阳，就是暗，但不论是明或暗，不都是同样一个地球与月亮吗？卢师尊又以近期常点名弟子，分享看见师尊法身，或讲天语。但不论弟子是否能看见卢师尊的法身，能否讲天语，你跟师尊祈祷，祂一样帮助你，都是平等无分别。

接着登场的是宝印手菩萨，祂认为证得涅槃与娑婆世界是二，但如果对涅槃与世间，都同样保持不厌不喜，就不会被烦恼所绑，也就能入不二法门。

卢师尊则举例说明，譬如极乐世界，是完全没有烦恼，而娑婆世界有许多烦恼，有烦恼就会被绑。但如果你把烦恼全部都看破，就变成没有烦恼，那么娑婆世界也就变成极乐世界了，也就是一非二了，这就是不二法门。更多完整开示，敬请详阅本期真佛报。



你问我答 无所有处天与心经的差异
无所有处天只有空 心经是真空妙有

本周「你问我答」单元中，有新加坡弟子提问，卢师尊在第191册《诸天的阶梯》〈无何有的家乡〉一文中，引用庄子对「无所有处天」的描述，与《般若心经》中的教义非常相似。请问，未达究竟的「无所有处天」和已达到究竟的《般若心经》之间，有何重要差异？

卢师尊认为，真空就是妙有；妙有就是真空，否则我们活着修行，便一点意义也没有。如果全部都是真空的话，还修行什么呢？也就不用来听法了。所以很多事情用「空」可以把它化解掉，但很多事情要守你修行人的本分，那就是「有」，这就是不二法门。另外有马来西亚弟子问，因妻子在怀孕初期前三个月流产，请问 师尊此时流产的胎儿是否已有灵识？应否为胎儿供奉水子灵？卢师尊随即以屈指神算请示佛菩萨，佛菩萨回复，只要是活的东西都有灵识，所以不管是精子，还是卵子的状态，都已经有了灵识存在里面。

卢师尊更补充植物、金属甚至岩石，都有磁场在其中。更多精彩开示，敬请详阅本期真佛报。



来自同门的心声 真佛报 有你真好
感谢同门真心回馈 让我们倍感温馨

春秋二季的大法会，是真佛宗两大盛事，许多弘法人员跟同门都会藉此回到祖庙，一则顶礼问候根本上师，二则护持大法会，所以西雷彩雷会涌进大批的信众与人潮，各个单位也会摆起摊位，别有一番热闹景象。

就在秋季法会结束，「真佛报」摊位收到了一封感谢信，让真佛报团队的平凡日常突然满血复活。这位粉丝采访了多位同门集结成一篇感谢信，寄给了真佛报，我们这期就跟这位粉丝，来跟大家分享，「真佛报，有你真好」。

他说：「真佛报，不仅是我們了解宗派动态的窗口，更是我们情感相连的重要桥梁。（真佛报更新增加了网络版，让温暖延续至每个角落。）」；马来西亚的黄师姐分享道：「阅读其他同门的故事，我感到自己并不孤独，这些真实的故事让我更加坚定了信心。」；法国的张师兄感激地说：「真佛报让我了解到宗派的慈善活动，让我明白，修行不仅是自我提升，更是对社会的回馈。」更多感人的回馈与共鸣，敬请详见本期真佛报

2024 年 9 月 14 日 圣尊莲生活佛 主持西雅图雷藏寺「莲花童子本尊法同修」暨《维摩诘经》第 222 讲



無所有處是四空天 般若心經真空妙有 行者要謹守本分 空有不二 入不二法門

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「莲花童子」。

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）。

天气冷热无常 COVID-19 持续 要多加小心

今天天气特别稍微阴冷一点，进来这「雷藏寺」里面，就感觉到很温暖，外面凉凉的，里面温暖的。坐在法座上就东倒西倒（笑），还还没倒下，总之一倒，马上就on知道说要赶快把身体拉回来。尤其是做入「三摩地」，大部分都入到「四摩地」。我也不知道怎么回事？虽然我这样倒来倒去，但是我还是听到有

「打呼」的声音（笑），也不知道从哪里传来的？最近天气，像法会期间天气很热，现在天气又很冷，所以很容易感冒，大家注意一下，很容易感冒。另外，还有 COVID-19 始终都没有停过，大家要小心一点。

我最近画画比较辛苦，因为以前都有画童帮我磨墨、拿印章、给我铺纸、洗笔，做很多的事情。有时候拿个毛巾、喝杯茶，现在什么都没有了（笑），一切自己来。画画也蛮辛苦的。算一算她（画童）已经得过五次（COVID-19），她已经得了五次，每次画室里面就只有她一个人跟我，她得了五次。她跟我讲，她出去咳一下。这次没有讲，从此就没有回来过（笑）。我就觉得很奇怪一件事情，我实在搞不清楚，为什么她得了五次，每天跟我在同一个房间里面画画，咳的声音都差不多一样（笑）。

她现在可以躺在床上看手机、喝牛奶、吃面包、还有加上 butter，加奶油。我要坐在这里，这世界太不公平了（笑）！对不对？你也让我休息一个月吧！你看我星期六、礼拜天有哪一天请过假的（鼓掌）？

莲生活佛弘法度众 数十年如一日

就是 COVID-19 的时候，大家都不能出来，我还是坐在法座上（鼓掌），底下没有人，只有录音组在录，底下没有人。我实在有点怪老天不公平，对不对？也让我躺下来看手机、喝牛奶、吃面包、加上 butter（笑）。别人有这种命，我为什么没有？哪有什么不一样，我还是会打瞌睡啊！对不对？还是会累，祂不让我休息啊！你知道现在规定是 65 岁退休、60 岁退休，我 80 岁了咧（鼓掌）！连个感冒都没有（鼓掌），这样子叫我怎么过日子（笑）。



你問我答 互動就是力量 第 416 集

Q 无所有处天与般若心经境界的差异？

我们进入主题「你问我答」。新加坡的「莲花瑞悦」问的。

顶礼至高无上的师佛，喻阿吽。恳求师尊常住世间，常转法轮，弟子想请教师尊：在《诸天的阶梯》第 191 册〈无何有的家乡〉中，师尊引用庄子对「无所有处天」的描述：「无无明、无行、无识、无色、无六入、无触、无受、无爱、无取、无有、无生、无老死。这是本然存在的无为法」。这与《般若心经》中的教义似乎非常相似。请问，未达究竟的「无所有处天」和已达到究竟的「般若心经」之间，主要差异是什么？

A 无所有处天是四空天 般若心经真空妙有

他的问题，答案是：你到的时候你就知道（笑）。所有的上师，谁能够回答？上师以上的，你们是无上之师，才叫做上师，对不对？没有比你再高的师父了，才叫做上师。无上之师就是上师，无上之师如果不能回答的话，那就不叫上师了。喔！你们都会回答，那太好了。

（莲旺上师：《心经》讲的是「色空不二」，是「不二法门」。「无色界」就是属于「四空天」，只有偏空而已，那差别太大了。）有讲跟没有讲差不多（笑）。好，那你起来讲。（莲诃上师：弟子以为「无所有处天」只是讲「无」、讲「空」。但是，真正的「般若」是「真空」之后还有「妙有」。而且是「空

有不二」的，所以它是超越「无」的。这是弟子的理解，请师尊指教，谢谢。）

肉眼所见无非名利 佛眼所见尽是慈悲

什么叫做「究竟」？什么叫做「未达究竟」？你光讲「无所有处天」，无所有，我们也知道我们是无所有，没有人能够得到什么东西。我常常讲这句话：

「没有人能够得到什么东西的。」所以我讲：你肉眼所看到的不过是名跟利；「天眼」所看到的就是「轮回」；「法眼」所看到的就是「因果」；「慧眼」所看到的全部是「空幻」；「佛眼」所看到的是「慈悲」，这是「弘一大师」讲的，不是我讲的，是弘一大师讲的。是「无忧小公主」她写给我的信当中，她有提到弘一大师讲的话，很有道理。

第一富豪也带不走一丝半毫

名利就是「有」；其他的，你看到轮回、看到因果、看到空幻，剩下慈悲。所以，你必须要懂得佛法里面讲的是「真空」，我们没有得到什么！从出生一直到老、到死，就结束了，没有人能够从地球上带走一点东西，一根针你都带不走，一毛钱都带不走。

所以，我们不必羡慕第一富豪，不用羡慕的。他迟早也是一毛钱都带不走，这个是「无何有、无所有处天」的现象。

位高如总统 最后也是无所有

你看那个总统，现在选得那么激烈，那是名利，那是名啊！一个推一个，后来的总统把前面的总统推倒，再起来的人又把前面的总统推倒。那是在轮回，你看了就是在轮回，没有永远的总统。尤其是韩国总统，「青瓦台」魔咒，他们讲青瓦台魔咒。有时候到了韩国，应该去青瓦台看一看风水，怎么回事？当了总统的，自杀的自杀，被枪杀的枪杀，抓进去关一辈子的关一辈子，跳悬崖的跳悬崖，也是无何有，没有！什么都没有了！当到最高的也是没有。

虽然真空但也妙有 慈悲教化同证菩提

这个已经要让你接近于「究竟」了，但是你有慈悲心去同情这些人、去教化这些人，守自己的本分，那个就是「有」。虽然是真空，但也是妙有。佛本身讲慈悲，我佛慈悲，不是「我喝十杯」（笑）。老和尚的故事，老和尚闭关出来说：好久不见了（好酒不见了）。弟子们说：阿弥陀佛（我没偷喝）！阿弥陀佛就是「我没偷喝」。一个讲：罪过罪过（醉过醉过）；一个讲：我佛慈悲（我喝十杯），这是笑话。

《般若心经》真空妙有

《般若心经》里面的教义，没有错，跟这个就是：「无无明。亦无无明尽。」什么都是「无」、什么都是「空」。《心经》里面所讲的：「无眼、耳、鼻、舌、身、意。无色、声、香、味、触、法。无眼界。乃至无意识界。无无明。亦无无明尽。乃至无老死。亦无老死尽。……」这是《般若心经》里面讲的空、真空；但是，最重要的也有「有」——真空妙有。

2024 年 9 月 14 日 圣尊莲生活佛 主持西雅图雷藏寺「莲花童子本尊法同修」暨《维摩诘经》第 222 讲



闇與明為二 無闇無明則無有二 如入滅受想定 平等入不二法門

菩萨六度 空有并重

我们学佛的就是要守自己的本分，修行，然后一样要有慈悲心，布施，像菩萨一样，你布施就是「有」！你忍辱就是「有」！你精进也是「有」！你守戒也是「有」！你智慧，你懂得空；你禅定也可以进到「无所有处天」。

刚刚「莲诃上师」所讲的，就是「有」跟「空」都是在一起的。真空就是妙有；妙有就是真空。否则我们活着修行，一点意义都没有。你既然全部都是真空的话，你还修行什么？也不用来听法，就是这样子嘛。很简单，很多事情用「空」可以把它化解掉，很多事情你守你修行人的本分，那就是「有」。这个也是跟「不二法门」有关的，就是不二法门，真空就是妙有，妙有也就是真空。新加坡的莲花瑞悦问的。

我记得佛法里面有「六度」。这里面讲的是「十二因缘法」，这个应该是十二因缘，一、二、三、四、五、六、七、八、九、十、十一、十二，就是十二因缘法。你修十二因缘法。

先生入土 寡妇掘坟 意求再嫁

「庄子」本身来讲是中国「道家」，我喜欢庄子讲的话，我读过《庄子》这本书，看过庄子很多的...

有一次庄子经过一个坟场，看到一个女生，她用扇子在掘坟，那个坟墓的土是湿的。庄子就问她：「妳在这里做什么？」她说：「我先生死了。他说当坟墓的土干的时候，我就可以去嫁人，我为了让坟墓的土赶快干，所以在这里掘，掘它赶快干，赶快去嫁人。」庄子听了没说什么，用法让那个坟墓（干了），庄子是有法力的，用法把那个坟墓变成干了，妇人很高兴就赶快回去准备嫁人。

庄子诈死试妻 化身英俊书生

他回去跟他老婆讲，庄子的老婆说：「没有廉耻，这个女人没有廉耻。」庄子也笑笑不说什么。突然之间，庄子突然间心脏不动，死了。老婆很伤心，庄子的老婆用棺木把他装起来，请道士来诵经。

庄子很厉害的，他会变化的，他变成一个很英俊潇洒的年轻人来敲门。庄子的老婆打开门一看，从来没有看过这么英俊的男生，像我那一张（年轻照片）一样（笑）。她看到好像一阵风，她说：「有何事？」他说：「我找我的老师。」「你老师早就死了。」庄子是他的老师，「你老师早就死了」。这个年轻的书生带着一个佣人，年轻的书生就跟庄子的老婆讲：「我必须在这里守灵，因为师父死了，我想守灵。你这里有空房间吗？」「有！东厢房有空房，你就去住。」

书生突患头痛 庄子妻大劈棺

住的当天晚上，这个书生就得了一种病，声音很大、很大声。庄子的老婆问他的佣人：「到底怎么回事？」他说：「我的公子得了一种病——心会疼痛的病。」「乡下地方如何找医生？」他说：「只要生人的心给他吃，他就会马上好起来。」她想说：「生人的心，哪里有什么办法拿得到生人的心？」佣人讲：「如果刚死掉的人的心也可以。」这个故事就是「大劈棺」。

庄子的老婆为了那一个年轻的书生，把棺木打开，要把庄子的心拿出来给那个书生。结果一开棺，庄子就活起来、站立起来，那个书生跟佣人都不见了。庄子只不过是叹了一口气。

行者要持戒 谨守本分

我们的老祖先「姜子牙」讲了一句话：「青竹蛇儿口，黄蜂尾上针。两者皆不毒，最毒妇人心。」讲这个不太好，男女不平等（笑）。不过这也是一种警惕，警惕世人要守分，很难的，要守分很难的，像我们行者就是要守分，守你修行人的本分，这就是守戒，就是要持戒。

没有什么是明 也没有暗

祂讲了暗跟明，一般人以为是两种，按照他们行者来看，其实是「一」，就是一种。你不取不舍，不取明、不舍暗，其实所有的法也都是这样子，一切法也都是这样子的。你如果进入到「灭受想定」，一个禅定里面，灭受想定，你没有觉受，也没有想，你到那个禅定里面，没有什么叫做明！什么叫做暗的！

十方同修会十位弟子 六位看到祖先

其实，我这一次大法会跟大家讲过，你看到佛菩萨，也有人看到佛菩萨、或者看到祖先，看到跟没有看到是「一」。你看到了，我们这里像香港「十方同修会」来了十个弟子，他们有六个看到，六个都有站起来，来十个有六个看到。看到的人不少，看到自己的祖先，看到自己的过往的人。

没有看到梦到 祖先仍然有到

那没有看到呢？晚上也可以梦到，没有梦到又没有看到呢？我告诉你，你的祖先仍然有来。所以，看到等于没有看到，没有看到等于看到（笑），都有来啊！其实都有来的。所以，这个就是一个道理。我是讲暗跟明，明就是你看到了；暗你就是没有办法看到，不管明跟暗，都是一样的。



《維摩詰所說經》第 222 講

〈入不二法门品第九〉

「月上菩萨曰：闇与明为二。无闇无明则无有二。所以者何。如入灭受想定无闇无明一切法相亦复如是。于其中平等入者。是为入不二法门。」

向着太阳就是明 背着太阳就是暗

我们讲《维摩诘经》。「月上菩萨曰：闇与明为二。」我们知道现在是晚上，走出去外面都是暗的；白天就是亮的。有一首歌：「快快睡，我宝贝，窗外天已黑。小鸟回巢去，太阳也要休息。到天亮，出太阳，又是鸟语花香。到天亮，出太阳，又是鸟语花香。」这是「催眠曲」嘛！

二十四小时有暗、有明。太阳出来了就是「明」；太阳下去了就是「暗」。我们今天看月亮，我们看到的就是明，暗的你看不到。向着太阳就明；背着太阳就暗。一般人认为暗跟明是两个，没有暗，哪有明？没有明，哪里有暗呢？其实是因果，其实是同一个。

同一个地方 开灯是明 关灯就变暗
不取明 不取暗 就是不二法门

月亮也是一个，地球也是一个。只是向着太阳，你就是明；背着太阳，你就是暗。明也就是暗，暗也就是明。你想通了，你不取明、不取暗，就是「不二法门」。明跟暗其实是「一」，像我们开灯，那就是明；关灯，它就变成暗了。

同样一个地方啊！哪有变？什么都没有变！明就是暗，暗就是明。

月上菩萨 智慧圆满 光洁如明月

月上菩萨，什么叫「月上菩萨」？因为祂的智慧跟圆月的光芒是一样的，那样子亮。中秋节到了，应该月亮就是最圆的时候。月亮非常的圆、非常的亮。因为祂的智慧是这样子圆满、这样子亮的，所以叫月上菩萨。

灭受想定 没有觉受也没有想

2024 年 9 月 14 日 圣尊莲生活佛 主持西雅图雷藏寺「莲花童子本尊法同修」暨《维摩诘经》第 222 讲



看到法身 證實法身實有 增加同門信心 即使看不到法身 法身依舊在弟子身邊

无论是否弟子 卢师尊平等加持无分别

所以，我常常讲一件事情，不管你有没有信「真佛宗」，我们不要分界线，你是真佛宗的弟子，特别布施你，不可以这样子的。不是真佛宗的弟子，你才要更加的去照顾，事实上是这样子。另外呢，我也认为都是一样的。像以前我们离开的上师、离开的那个（弟子），也要特别的去照顾他，不能够有分别心，不能够分别。看到的、跟没有看到的，将来大家都一样的成就，都是一样的成就。

看到法身 证实法身实有 增加同门信心
即使看不到法身 法身依旧在弟子身边

有时候，「宗委会」跟上师他们问我：「您最近为什么都...，好像有些人能够看到法身的，他看到法身，站起来（见证）。另外，也有人能够讲天语的、空行母的语言、空行的语言，为什么叫他们起来讲？」其实是一样的，我只是让所有的同门增加他们本身的信心（鼓掌）。你虽然看不到卢师尊的法身，卢师尊的法身还在啊！就在你身边。看到跟没有看到是一样，无所不在啊！

你会讲天语，当然那是很特别；不会讲天语的，我会讲国语（笑），我会讲华语啊（鼓掌）！有的人会讲英语啊！对不对？有的会讲西班牙语啊！有的会讲日语！对不对？那就差不多都一样的，只是会讲跟不会讲而已。不过讲了天语、或者是看到卢师尊的法身；跟你不会讲天语、又看不到卢师尊的法身，有、没有感觉是一样的，是一样的。

法身无所不在 虽然看不到法身
只要虔诚祈祷 法身一样会帮助你

虽然你看不到卢师尊的法身，但是祂无所不在啊！你跟祂祈祷，祂一样帮助你啊！不能说看得见的，我就帮助他，看不见的就不帮助他，没有这回事。会讲天语的，他就特殊一点，会讲天语的坐前面一排；不会讲的坐后面一排，没有这回事，大家都是平等。

弟子们讲天语

会讲天语的多的很啊！最近来了几个都是会讲天语的。我们现在就有好几个会讲天语的。「小芬」呢？小芬坐哪里？妳讲几句给我听听，麦克风给她。（小芬师姐：弟子一心顶礼师尊、师母，上师、法师、诸位同门大家好！我想要恭敬师尊，说天语。（天语）……。感谢诸位菩萨！）好，谢谢，请坐！

「莲喜」跟她的妹妹「李敏」都会讲天语的。而且李敏也讲的非常好，她的灵性更高。你听莲喜，她

又讲、又唱。（莲喜上师：我跟小芬分享一下。（天语）……。谢谢！）

好，「丽妃」要不要讲？妳站起来讲，换妳唱啦！又唱又讲。妳口罩不拿起来怎么讲？（丽妃师姐：我可以的！等一下。（天语）……。）哇！请坐请坐！

我小学的音乐老师，也会唱天语的歌。我就是听了，就从来没有忘过：「姍娜是澎答，姍娜是澎答，姍娜是澎答，勒谁谁。姍娜是澎答，姍娜是澎答，姍娜是澎答，勒谁谁。喔啰爹喔，喔啰爹慕爹喔，喔啰爹慕爹勒谁谁，喔谁波谁喔。（鼓掌）」这个就是天语的歌，又会讲、又会唱。

会讲天语是各人根性不同而已
若不守修行人本分 一样堕轮回

但是呢，我告诉你，如果你光会讲天语，你没有照修行人的本分这样子来的话，你就会退，一样在轮回里面轮回，只是每个人根性不同而已。一个明一个暗是一样的；会天语跟不会天语是一样的。你到了那个境界，你自然就会，什么都是自然。

在那个环境 自然就会那种语言

你看那个小孩子，每一个小孩子从出生开始学习，在那个环境里面，他就会那个语言。天生的他一学，他就是在那个环境里面，他就懂的那个语言。你到了那个地方，你自然就可以开始、你就可以讲那些话。所以也不用急，人家会讲天语，我为什么不会？因为你从来没有学过，你还没有到那个地方。

你看小孩子、小留学生到了美国来，他自然就会讲英文了。「佛青」要把「卢音」带回台湾，让她有学习中文的一个环境，她中文就会了，如果没有那个环境就不会。美国有中文学校，但是你在学校里面讲中文，回到家里又讲英文，学的是半桶而已。你带回去，我说你带到中国去、带到北京去，你就会讲「北京话」，对不对？那个是环境造成的。所以会讲什么话？都没有稀奇之处。因为你们从那里来，你就会讲那种话。

瑶池金母说：你去美国

当初我在读书的时候，我有一个想法：我生在台湾，我不想其他的国家。老师在教英文的时候，我又不移民去美国，我去美国干什么？我才不去美国！我还是要在台湾。那时候在读书的时候，从初中开始就有英文课，初中、高中、大学，我都不学、我都不读的。背单字我也不背的，人家在背单字，我的同学在背单字，我都不背的。

背单字的没有来美国，还在台湾。我这不背单字的，命运使然，有一天「瑶池金母」讲：「你去美国。」你要我死啊！我一句都不会（笑）。以前考试我都是写在三角板啊！写在桌子上啊！抄一个晚上的英文，写在这个（大腿）（笑）。欸！早知道啊！这句话不能讲（笑），我早知道我会来美国，我在学校里面，我就拼命学英文。谁知道？

瑶池金母说：「你去美国。」乖乖的来了，听祂的话，但是苦了我。为什么？大学四年，人家在背英文单字、每天在学文法，我通通都没有，我通通都不管。我的数学很好，数学还不错；华语也还不错，读的书也多，就是不读英文。结果你看命运就是这个样子，我不会英文，但是我会佛法（笑，鼓掌）。

会不会讲天语 看不看到法身 是一样的
向虚空祈求 法身一样帮助你 是一样的

不二法门，你们要清楚明白，很多事情都是不二。我们修行人守自己本身修行的本分就可以了，都是一样的。他们会讲天语、会唱天语的歌，没什么！那只是让大家知道，确实有天语、增长大家的信心。有些人能够看到法身，看到法身的多得很。但是没有看到法身的，你向虚空祈求，法身一样的会帮助你，一样的（鼓掌）！

无有爱憎 平等布施 不二法门

有的人讲说：「我已经皈依了，那么卢师尊一定会帮助我。」错了！没有皈依的才更需要帮助，布施是平等的。有很多人讲：「这个人骂过卢师尊，卢师尊一定不会帮助他。」错了！最需要帮助的就是他。「平等」！这个就是「不二法门」（鼓掌）。你喜欢的人，你也布施他；不喜欢的人，也一样布施他，这就是不二。我们行者就是要这样子。

嗡嘛呢叭咪吽。。

笑笑人生

一个女生对爸爸讲：「爸爸！我想换一辆车子。」爸爸问：「多少钱？」女生讲：「五十万，我还差点，希望你可以赞助我。」爸爸问：「差多少？」女生讲：「差四十八万。」爸爸跟她讲：「我建议妳换一个爸爸。」

太太跟先生讲：「想当年，我学妹被欺负的时候，我挺身而出救了她。」先生跟太太讲：「你跟我比，差远！」太太讲：「你有比较厉害吗？」先生回答：「我挺身而出娶妳，救了全天下的男人。」

2024 年 9 月 15 日 聖尊蓮生活佛 主持彩虹雷藏寺「時輪金剛護摩法會」暨《維摩詰經》第 223 講



盧師尊的時輪大法 來自三大傳承 其義分為外時輪 內時輪 別時輪

我們敬禮傳承祖師：敬禮了鳴和尚，敬禮薩迦證空上師，敬禮十六世大寶法王卡瑪巴，敬禮吐登達爾吉上師，我們敬禮壇城三寶，敬禮今天護摩的主尊「時輪金剛佛」。

師母、丹增嘉措、吐登悉地、吐登卡瑪，各位上師、教授師、法師、講師、助教、堂主以及各位同門，還有網路上的同門，大家午安、大家好！你好，大家好！（聖尊以各國語問候大眾）

下週日是瑤池金母護摩法會

通知大家下個禮拜天 9 月 22 號下午 3 點 PM，是「瑤池金母」護摩法會，不用再談，大家都認識，沒有瑤池金母就沒有盧師尊，沒有盧師尊就沒有真佛宗，沒有真佛宗就沒有皈依弟子，什麼都免談，所以不用再談。

祖師傳授時輪法 十指都要戴戒指

今天是時輪金剛，時輪金剛是很難得，按照以前的師父所傳的，你做時輪金剛法大法會，十個手指頭都要戴上戒指。而且他說要把時輪金剛法傳到五大洲，所以時輪法會跑到很多的國家去做了。現在做護摩，照理說也要依照規矩來，但是我找家裡的戒指，戒指都不在這裡，所以沒有辦法這十個手指頭都戴上戒指。師父有交代啊，時輪法你要帶十個戒指，每一個手指頭都要有戒指，因為臨時要做戒指也不容易，而且大小不一，就觀想吧，觀想十個手指頭都有戒指。

剛剛啊，坐在這裡，突然間聞到一股味道，想要離開也不能走，不離開閉掉呼吸也不太行，最後吸了幾口再吐出去。風從哪裡來？到底誰放屁（眾笑）？欸！我這個人是實話實說，我也不會忍，聞到就聞

到，沒有聞到就沒有聞到，聞到等於沒有聞到，還是講一講啊！反正我問誰放屁？沒有人舉手。唉！消化不太好，真的，味道很難聞，這個時輪金剛聞了，都趕快跑（眾笑）。

蓮彥上師稟報法王 新的時輪金剛咒音尚未編好

這個時輪金剛的咒音，我們知道像那個聖觀音的咒音，唱的是會動人心的，時輪金剛的音，只有一個音，從頭唸咒念到尾就是一個音，沒有旋律。

（蓮彥上師：師尊對不起，哪個咒音本來是趕要新的咒音，今天要用的，但是因為那個旋律一直還沒有真正的編好，所以就用舊的咒音。本來是今天一定要用新的咒音，但是還沒有真正的完整，所以用上舊的，對不起師尊，下次改進。）

新的咒音，為什麼不能放呢？

（蓮彥上師：它的旋律沒有真正的做完，沒有完成。）喔，沒有完成。（蓮彥上師：是的，師尊，這個咒音是舊的。）這個咒音就是「嗡。哈。卡瑪拉。哇拉呀。梭哈。」，就唸一個字就可以了，從頭播到尾就是這個。（蓮彥上師：因為是舊的咒音，對不起，師尊。）

盧師尊提醒 編咒音要懂變化

我知道當然是舊的啦，所以我講說，剛剛聽了，聽了，就一個聲音而已，一個男生，唸這個咒音「嗡。哈。卡瑪拉。哇拉呀。梭哈。」，就像根鐵槌在敲我的頭一樣，叩叩叩叩叩叩……，差點被敲昏了，真的，頭殼都壞掉了（台語）。要懂得變化，咒音要懂得變化，雖然這個護法咒要很強烈，但也不能夠一音到底。

盧師尊讚嘆聖觀音 嘎那巴底咒音好聽

其他的咒音都很好，那個「聖觀音」的咒音非常好，還有那個「嘎那巴底」的咒音非常好，還有好幾個咒音都非常好，這是值得讚揚的地方。但是這個舊的咒音是不太行，新的咒音在哪兒，有新的咒音，新的咒音就是還沒有完全好。

（蓮彥上師：還沒有完全好 師尊是的，趕不及今天。）沒有完全好也送來。（蓮彥上師：送不過來，師尊（眾笑）。）

盧師尊的時輪大法 來自三大傳承

時輪法是大法，所以時輪金剛我們稱為「時輪金剛佛」，是佛，是很大的法。這個報名的是最少的，大家都想當菩薩，不想當佛。

我講自己的傳承：

第一個傳承：是甘珠活佛到吐登尼瑪，然後到吐登達力，到吐登達爾吉，到蓮生活佛盧勝彥。

第二個傳承：是班禪九世到薩迦證空上師，然後到蓮生活佛。

第三個傳承：是「禪定寂靜秘密傳承」。

時輪意義分外時輪、內時輪、別時輪

「時輪」的意義：時輪又分為「外時輪、內時輪、別時輪」。內外合一，內跟外合一的時候，就是別時輪。重要的一點，修了時輪法，他剛剛開始的傳承是「釋迦牟尼佛」的化身，在印度的「吉祥米聚塔」。

佛陀化現時輪金剛 傳法給月賢國王 再傳到娑婆世界

釋迦牟尼佛在那邊化現為時輪金剛，將時輪法傳給「香巴拉淨土」的「月賢國王」，然後帶回香巴拉。所有香巴拉的，所有在那邊修行的，都得到時輪金剛法，以後再傳到娑婆世界。

這個法很珍貴，我記得有一個活佛到過西雅圖雷藏寺，他到 LA 來做牙齒，他是「拉蔔楞寺」的吧？甘肅拉蔔楞寺，拉蔔楞寺在甘肅嗎？哪一個活佛？「貢唐倉活佛」在甘肅大草原做時輪金剛法，很多藏人都去參加，他摩頂，一個一個摩頂，摩到最後，他自己都暈倒，是在甘肅大草原。貢唐倉來過這裡，來過西雅圖，他是去 LA 做牙齒，然後到西雅圖來。這個法講過好多次了，你們看以前的那個記錄，你就知道時輪金剛法的修持法。

延伸閱讀

時輪金剛的本義與殊勝法益



時輪金剛佛的本義

所謂「時輪」，就是時間的巨輪，時間像一個巨輪一樣的旋轉，「生、老、病、死」，这样子轉過去，全部摧破，就是「時輪」。沒有時間存在，

也就是「恒在」，永遠存在，就是「時輪金剛」最終的目的，就是成佛、成菩薩、成就聲聞、成就緣覺、成就阿羅漢。時輪金剛象征着「成、住、壞、空」，也象征着時間的巨輪，輾過一切，將所有的煩惱、業障全部清除干淨，你就可以到佛國淨土，甚至成佛；也就是時間的巨輪旋轉，碾碎所有一切的煩惱跟業障，達到空境，究竟成佛。這就是時輪金剛佛的本義。

時輪金剛咒有十個字：「嗡。哈。卡瑪拉。哇拉呀。梭哈。」這十個字就是祂的本義，存有祂的本義在里面。象征：「壽、心、物、事業、生、神變、勝解、愿、智慧、自在」剛好是十個字，也叫做「十輪金剛」。

時輪金剛的重要灌頂

「出生灌頂」，代表慧命重新開始。
「瓶灌頂」，代表身清淨，五大轉化為五個佛母。
「冠灌頂」，代表生出頂髻，也就是五蘊轉化為五佛，將來你要成佛。
「飄帶的灌頂」，代表莊嚴，淨化行者的氣。
「金剛鈴」代表口中講出來的都是很清淨；鈴杵灌頂，屬於佛心佛語，淨化雙脈。
「金剛杵」代表永遠不變，你的道心非常的堅固。
「名灌頂」，代表有一個金剛稱號，將來你會成就時輪金剛。
「如意灌頂」，代表災難退散。

「許可灌頂」，准許修時輪法。

時輪金剛的殊勝法益

第一，得到「時輪金剛法」的灌頂，能够好好的修持及守戒者，可以在七世之中成佛。

第二，得到「時輪金剛法」的灌頂，再持咒、修法，可以避一切的災難。

第三，修「時輪金剛法」和持咒，將來累世不會入三惡道。

接受「時輪金剛法灌頂」，七世可以成佛，修此法可令兵災戰爭及一切災劫平息，促進和平，風調雨順，五谷丰收，國泰民安，往生本尊淨土香巴拉王國。

2024 年 9 月 15 日 聖尊蓮生活佛 主持彩虹雷藏寺「時輪金剛護摩法會」暨《維摩詰經》第 223 講



世人問 盧師尊何所求 還有何企圖 法王回覆 只想好好吃飯睡覺 行有意義事

电影大劈棺 源于庄子试妻典故

昨天星期六，今天是礼拜天，星期六我提到这个庄子，讲那个庄子一个他写的事情。它有拍成电影嘛，叫「大劈棺」，其实题目是「庄子试妻」。庄子有一个，我回去看了一下，有一个很特别的比喻：他说有一只非常漂亮的鸟，很多色彩的鸟，这只鸟牠喝的是清晨树叶上的露珠，喝的水就是树叶上的露珠。吃的东西啊，就是比较高的树，树上的坚果。这只鸟喝的是露珠，那么吃的就是坚果。这只鸟非常的华丽，牠飞的时候，就是在白云之间。

老鼠因腐肉护食 对华丽飞鸟张牙舞爪

有一次，牠飞啊飞啊，回到地面上 飞得比较低，地面上有一群老鼠，那些老鼠啊，大家争先恐后的在

吃那个腐败的肉，肉已经臭掉了，很腐败很臭，老鼠拼命的去吃去咬那些肉，互相争来争去，翻过来翻过去。老鼠突然间看到空中有一只鸟飞过来，非常华丽的，老鼠就以为这只鸟是要来抢他们吃的肉，所以啊，每一只老鼠都抬头咬牙切齿，对着那只鸟就叫吱吱吱...吱吱吱...，你不可以来抢我这个肉，张牙舞爪，就是要抓那只鸟。鸟只不过是飞过去，看这些一大群老鼠在抢那些腐败的肉，牠飞过去而已。

典故勉励 勿以小人心度君子腹

庄子写这是什么意思？这只鸟是很高尚的，牠喝的水是露珠，早上的露珠，吃的是大树上的坚果，长得非常华丽，飞翔在白云之间。牠当然不是要抢那些腐败的肉，只是飞过去，那些老鼠就对牠张牙舞爪，以为人家要抢牠的肉。庄子的《逍遥游》，有这一段记载，什么意思？

我告诉你，「不要以小人之心来度君子之腹」，牠根本就是对那个没有兴趣的，对你那些腐败的肉哪里有什么兴趣，牠喝的是干净的清晨的露珠，吃的是树上的坚果。那些小老鼠张牙舞爪，以为是鸟要来抢牠的这些腐败的肉，拼命保护那个腐败的肉，对牠张牙舞爪，这是庄子的比喻。庄子有很多的比喻，他比喻说：不要以小人之心度君子之腹。

卢师尊的企图 好好吃饭睡觉 做有意义事

有人问我说：「卢师尊，你到底想干什么，你的企图是什么？」卢师尊的企图是什么？我告诉你，卢师尊的企图，晚上好好睡一个觉，白天好好吃一顿饭，每天做一点有意义的小事情，这就是我的人生。每天做有意义的事情，活一天啊，快乐一天；活一天，感恩一天；活一天，修行一天。企图，没有，哪有什么企图。

法王从小没有大志向 现在出家教佛法

我想一想看，我没有什么志向？到现在目前来讲，没有志向。有人志愿啊，我们小时候志愿，写着我的志愿是什么？每个人志愿都想当总统，小孩子的志愿，好多都想当总统。小时候我写我的志愿作文，我是想当老师，是 teacher，想当个老师。我没有志向，现在出了家教佛法，也是老师啊，对不对？你说活到八十岁了，我现在八十了，人生七十古来稀。当然现在这个医学发达，科技发达，活了八十岁，不算什么，八十岁不算什么，九十岁、一百岁的多得很。不过也不要那么久，太痛苦，老跟病，老痛苦三个是连在一起的。

八十岁能健康生活 值得谢天谢地

能够健康，你八十岁还能够健康，很不错的啦，值得谢天谢地了。不是一拜高堂夫妻对拜，不是这个，我说是谢天谢地啊，真的是已经很幸运的。身体还好，对不对，就是求的很简单：晚上睡一个好觉、吃个好饭、每天做一点有意义的小事情，这就是我的志向啊，其他没啦！不要以为卢师尊还想做什么，八十岁还想做什么？



你問我答 互動就是力量 第 417 集

进入主题啦，你问我答。马来西亚，莲花觉辉问的。

Q1 妻子孕期前三月流产 是否应供奉水子灵？

顶礼尊敬的莲生佛，弟子在此恭祝师佛身体健康、万事如意。弟子想请师尊指点迷津：怀孕初期，也就是前三个月，一般流产率高达 20%，医学上认为这是自然淘汰不适合发育的胚胎，此时流产的胎儿是否有灵识？若弟子之妻不幸经历此事，请问此时应否为胎儿供奉水子灵？

A1 只要是活的东西都有灵识、包括植物

他问的是流产，怀孕前三个月，一般流产率高达 20%，医学上认为这个是自然淘汰不适合发育的胚胎，此时流产的胎儿是否有灵识？问的就是重点在怀孕 3 个月是不是有灵识？如果弟子的妻子不幸经历此事，请问是否应该为胎儿供奉水子灵？你们怎么答？谁能够知道什么时候开始有灵识？你们这边有妇产科的医生吗？我知道那个印度尼西亚的医师是做什么都做，他接生也做，如果莲祖在的话，他也接生过，他

第一次接生，吓得要死。

佛菩萨答 精子卵子都有灵识

怀孕三个月有灵识吗？我问问看，其实我也不是医生，我只是问一下，问一下看看什么时候。请指示（卢师尊屈指神算）。怀孕 3 个月，他有灵识吗？佛菩萨的回答，这个连蝌蚪都有灵识，只要活的东西都有灵识，可见，不管你是精子，还是卵子，都已经有了灵识，都已经有了这个识存在里面。佛菩萨的回答，只要是活的东西都有灵识，包括植物，

日本桥本健博士实验 植物亦有灵识

另外，还有岩石，石头有些也有灵识的，植物也是有灵识的。我记得我以前读那个「桥本健」的，日本桥本健的，他实验那个树木有没有灵识？他就是用一个仪器，然后仪器本身来讲，它不动的，仪器是接在那一棵树的，他只要把树枝砍下来，那个仪表它就在动，就在震动，表示它也有感觉的，所以，树也有感觉，这是桥本健的实验，桥本健本身的实验。所以植物是有感觉的，是有灵识的，并不是没有。

卢师尊认为 岩石金属植物都有磁场

岩石也有，岩石本身来讲，每一颗岩石它有磁场，只要你把岩石本身切开来，它的磁场就变化，就不一样了，磁场变化就不一样，都有灵识的。所以有些人好像是说，现在的人有些带那个什么属于健康的啊，戴上去会促进血液循环。戴上去会怎么样啦，那表示那个岩石里面，金属或者岩石，都有它的磁场存在，所以很多东西都是活的，并不是死的。

佛陀竟知晓 水中有细菌 宇宙无穷尽

你看那个释迦牟尼佛时代，科学医学没有那么发达，祂都知道「一口清净水，八万四千虫，如果不持咒，如同杀众生。」他们喝的是恒河的水，他喝恒河的水，当然那时候没有自来水，喝的是恒河的水，但是恒河的水里面有细菌，释迦牟尼佛怎么知道那里面有细菌？一口清净水，八万四千虫，我们现在称为细菌，那时候就称为虫，释迦牟尼佛就知道。

而且祂讲的三千大千世界，三千大千世界，那世界是无穷尽的，现在你知道世界的边在哪里？科学家还不能知道说世界的边在哪里，释迦牟尼佛就已经讲出来了，三千大千世界，祂就能够讲出来，根本无有边。所以佛陀，一口清净水，八万四千虫，祂都可以知道。

2024 年 9 月 15 日 聖尊蓮生活佛 主持彩虹雷藏寺「時輪金剛護摩法會」暨《維摩詰經》第 223 講



涅槃是證道 任運煩惱即是不二法門 無煩惱綁縛便無須解 即入不二法門



《維摩詰所說經》第 223 講

「宝印手菩萨曰。乐涅槃不乐世间为二。若不乐涅槃不厌世间则无有二。所以者何。若有缚则有解。若本无缚其谁求解。无缚无解则无乐厌。是为入不二法门。」

佛教所讲涅槃 就是证道而非死亡

我们讲《维摩诘经》吧。

「宝印手菩萨曰。乐涅槃不乐世间为二。若不乐涅槃不厌世间则无有二。所以者何。若有缚则有解。若本无缚其谁求解。无缚无解则无乐厌。是为入不二法门。」

我们一般人啊，都喜欢涅槃，涅槃也可以讲，其实有很多人把涅槃认为说，涅槃就是死了，其实不是，涅槃不是死。按佛教所讲的涅槃，就是已经证道，涅槃就是证道，也是一个境界啦。

断除烦恼即涅槃 远离娑婆便无烦恼

断掉所有的烦恼就叫做涅槃，说的也是对。「乐涅槃不乐世间」，他不喜欢娑婆世界，因为释迦牟尼佛每一次说法都会讲，娑婆世界是苦，娑婆世界很苦。喜欢乐涅槃，就是说，不要有那些烦恼，离开娑婆世界，我们脱离轮回，离开娑婆世界。所谓离开娑婆世界，就没有烦恼，也就是说，就是不喜欢烦恼，娑婆世界太苦了，就很多烦恼。

涅槃娑婆是二 不厌不喜就是一

这是两个嘛，一个是喜欢涅槃，一个是不喜欢娑婆世界，这是两样东西。「若不乐涅槃不厌世间则无有二。」如果你不是很喜欢到涅槃，也不厌弃娑婆世界，就是一了嘛。「所以者何。」为什么是这样子？

有绑才有烦恼 没有绑也就不解

即入不二法门

它意思就是说，在娑婆世界有烦恼，就等于你被绑住了，你就要求解开，有绑才有解，如果没有绑，那你就解不开，如果没有被绑住，就不用解了，那你就不会有什么说，我很喜欢这个，不喜欢那个，这个就是入不二法门，宝印手菩萨讲的。

法印即是真理 例如常见的三法印

什么叫做「宝印手」？祂是以法印来教导众生，用法印来提携众生，所以叫做宝印手菩萨。「法印」，

释迦牟尼佛讲过法印，什么叫法印？法印就是真理，也就是真谛，真谛的意思。像那个「诸行无常」，无常就是法印，无我就是法印，「诸法无我」就是法印，「涅槃寂静」也是法印，都是真理。一实相印，一个实相，也是法印，这些都属于法印。宝印手菩萨就是说，用真理来提携众生的菩萨，就叫做宝印手菩萨，这个是我本身的解释。

弟子：如何解除烦恼 师父：谁绑你了

那么，禅宗有一个公案啦，这个公案也是很简单，我就稍微讲一下。有一个人来，对他的师父讲，请师父帮我解除我的烦恼。师父问他，那谁绑你呢？谁把你绑住了？他说没有人绑我。既然没有人绑你，你早就是解开啦，你就不用求我帮你解了，是因为有人绑你，你才要求解开。像我们每一个人，我们现在每一个人就是两只手没有被绑啊，其实是心里被绑。有老婆的，被老婆绑；有儿子的，被儿子绑；有女儿的，被女儿绑；有孙子的，被孙子绑，都是绑，全部都是绑。

佛陀鼓励出家 远离小家就不会被绑

释迦牟尼佛要大家出家，为什么要大家出家？因为你出家了就不会被绑啊，你出家的时候，你还想念你自己的儿女，还想念你的妻子，或者还想念其他，那个都是被绑的啦。出家了，四大皆空，没有东西可以绑你啊，当然孝顺父母还是有的，大家还是要孝顺父母，那是当然的，自然的事情。

一心修行也会被绑 任运才是不二法门

释迦牟尼佛要人出家的意思就是，叫大家能够一心，祂才要叫你出家，那你一心了，你就专注在修行上。但是也不能被修行所绑，修行也是会绑人的，所以你要懂得「任运」，你如果懂得任运，你就是不二法门。

烦恼亦是空 不绑不断即入不二法门

所以也不用断烦恼，为什么？烦恼本来就是空的，烦恼本来就没有用，烦恼本来就是空的。涅槃，断掉烦恼，烦恼既然是空的，你也不用断了，你没有被绑就不用解，这个就是入不二法门。

所以我觉得娑婆世界也是极乐世界，娑婆世界也是极乐世界。不过那一股，刚刚那一股味道，真的，后来还一直有啊，你有闻到啊，谁有闻到？我在开示的时候，它又出来。

臭屁也是自然 不必大惊小怪

这个响屁不臭，臭屁不响。这个不是烦恼，这烦恼是一下子就过了，那是自然的肠胃变化，你知道吗，那是自然里面，肠子禁不住了，味道从那个口出来啦，那是自然现象。难道不会把它吸进去吗？吸进去然后再吐出来，这也是好事啊，他闭着，到最后他会自闭啊。当然味道不是很好，但是呢，也难得我们有这个很好的一个笑话，对不对？难得在法座上还可以闻得到，非常难得啊，那是珍宝啊（众笑），那是自然现象，不用大惊小怪的，那是自然现象。所以你没有被绑啊，所以也不用解，这是不二法门，对不对？

苦乐祸福皆相依

你把它感觉说，喔，实在很难得闻到，对不对？说不定是有营养的，这是好事啊，是难得，你看我们大家都笑得那么开心，可见对我们是有益处的。什么事情都可以很简单就化解掉，没有什么，所以你如果懂得，很多的苦跟乐是相依的，祸福相依，祸跟福相依，乐跟不乐也是相依的，你把不乐当成乐，乐跟不乐也是相依的。

修三十七道品得正觉 仍要发慈悲心来度众

所以极乐世界，你真的到了极乐世界啊，其实每天都很快乐，那也没什么意思。唉，到了极乐世界，就是有微妙天音，让你听了以后，触动你快乐的心，然后让你很乐于修法，乐于修三十七道品，你才能够成就，得到正觉。那么我们得到正觉以后，就一个人得正觉吗？我们还是要发慈悲心，还是要度众生，还是要到娑婆世界。

烦恼全看破 娑婆变成极乐世界

所以我觉得极乐世界，你喜欢极乐世界没有错，但是你也得在娑婆世界，活着像极乐世界一样，你没有烦恼，虽然娑婆世界是有烦恼，你把烦恼全部都看破了，你就变成没有烦恼，这娑婆世界也可以变成极乐世界啊。所以我是这样子想，其实也是很好，现在的娑婆世界也是极乐世界，也是我的极乐世界，极乐世界也是我的，一样的，我们不舍掉极乐世界，也一样不舍掉娑婆世界，这就是不二法门。

任何事都可解等于没被绑 即是涅槃

所以，这个宝印手菩萨所讲的不二法门，我解释成这个样子，就是说没有被绑，就不用解，有被绑，才需要解，那你如果什么事情都可以把它解开的话，任何事情都可以解开的话，就等于没有被绑，那个就是涅槃。

喻嘛呢叭咪吽

笑笑人生

一个兄弟啊，被老婆管得很严，整天都很纳闷。朋友讲说：「我带你去健身房发泄发泄。」这位兄弟讲：「怎么发泄啊？」朋友讲：「你就把沙包当成老婆，就是 boxing 把沙包观想成为老婆这样打。」今天这个朋友又去健身房，健身房的教练问：「你带来的那个人，脑袋正常吗？」这个人就很奇怪的问教练，教练说：「你带来的那个人，每天对着沙包跪。」

搬运工人班长对搬运工人讲：「有一个好消息跟坏消息。」搬运工人讲：「我要先听好消息。」工人班长讲：「今天我们要把东西搬到 20 楼，现在我们已经在第 19 楼啦，这是好消息。」搬运工人说：「坏消息呢？」班长讲：「我们好像是走错大楼了。」

2024 年西雅圖秋季大法會後活動報導二 世界真佛宗宗務委員會上師聯誼會

文 / 宗務記者

2024 年 9 月 2 日第一天的上師大會後，假半島餐廳 TOP GUN 舉行了上師聯誼會，本次聯誼會最特別的是，邀請資深上師們上台做弘法經驗分享。

蓮花少東上師分享早年 根本上師布壇訣竅

例如早年跟隨根本上師 蓮生法王弘法的少東上師說道，當時根本上師會帶著大家一起布壇，會親自指導布壇的訣竅有哪些？壇城在供奉護法時，又有什么小秘訣，可以分攤主壇上師的壓力。以及防火災修法的訣竅是什麼？

蓮妙上師分享自己的學習歷程

蓮妙上師分享自己目前是就讀台灣師範大學 GF EMBA 的老學生，眾所周知蓮妙

上師是拿筆的藝術家，可說是計算機門外漢，當初認為是考不上，只是順著朋友的心意去報考，沒想到竟然被錄取，然學習過程及作業等很多都是在线操作，蓮妙上師形容自己：從就讀開始，走入四面撞牆的學習路程。

蓮妙上師另類弘法的機緣分享

蓮妙上師對考官說，如果自己被錄取，若學校可以將一個計算機白痴教到畢業，這就是對學校最大的貢獻。蓮妙上師妙語如珠，说自己很笨，但是很努力學習，連孫子也成了指導員，本以為可以混到畢業，沒想到被選為學校的風雲人物。蓮妙上師穿搭的風格藝術氣息渾然天成，一進校門就被關注，最後連餐廳的老板娘都被吸引前來聆聽呢。

來自各國上師們的弘法經驗分享

還有宗委會會長程祖上師、蓮祖上師、蓮飛上師、慧君上師、靜香上師... 等轮番上台和上師們分享弘法的經驗趣事。另外，還有看图猜謎遊戲以及抽獎活動，以及為了第二天上師大會供佛表演做預演。蓮祥上師、蓮姪上師特別從印度尼西亞帶來當地名產及沉香，供養在座的上師們。

結語

本次聯誼會不僅是菜色美味，內容精彩，在上師們做經驗分享時，在座個個豎起耳朵，吸收其他上師們的經驗，全部都是實務經驗的分享，這樣的弘法經驗分享，馬上提升自己的弘法功力，可謂不虛此行。



宗委會會長程祖上師在上師聯誼會上致詞



蓮妙上師是藝術家身分仍不忘把握弘法機緣



慧君上師分享弘法經驗



靜香上師分享她的弘法經驗



蓮伽上師主持聯誼遊戲活動

2024 年西雅圖秋季大法會後活動報導三 法師進修班 知客的重要性

文 / 宗務記者

法師實體進修班，於今年秋季大法會後，2024 年 9 月 2、3 日二天，假彩虹雷藏寺隆重舉行。

二天課程分別皆有 9 位教授師、104 位法師出席。

前言

由第六屆世界真佛宗宗務委員會教育處主辦「法師進修班」，分別邀請授課老師。蓮一上師：「知客的重要」、長老蓮僧上師：「真佛祈禱會 - 首次亮相」、長老蓮滿上師、長老蓮傳上師：「入菩薩行論簡介」、賴泓霖 (Jimmy Lai) 律師：「僧眾遺囑介紹」、長老蓮哲上師：「僧眾在宗派的责任」、長老蓮栽上師：「如何引導新僧」。

報到分組

本次的法師進修班，採抽籤分組，由 6 位教授師擔任組長，共分為六組，分別命名為 1. 天鼓雷音組 2. 菩提行願組 3. 良師益友組 4. 涅槃寂靜組 5. 諸行無常組 6. 諸法無我組。

誦戒、宗歌

第一天開幕，首先由長老蓮傳上師、教育處處長蓮訶上師、財政處處長蓮者上師，帶領教授師、法師團全體披上戒衣誦戒。接著蓮迦教授師、蓮虹法師帶領唱真佛宗宗歌「感恩真佛」，僧團齊聚一堂的場面，非常莊嚴令人感動。

第一堂「知客的重要」

「知客的重要」，由蓮一上師主講。「知客」于字面上的解釋為「知曉客人」，可謂各道場第一線接觸來訪者的人，亦是道場與外界之間的重要聯繫人，角色非常重要。往來來訪者的第一印象也取決于知客的态度，所以推動法務興旺，道場務必要重視知客的培訓計劃。

蓮一上師的重点提示：

未成佛道，先結人緣：特別是僧人，不能沒有眾生緣，所以服務眾生，廣結善緣，非常重要。

給人方便：方便別人就是方便自己。

例如：有一個盲人在夜間提着一個燈籠在街上走，有人問他，你是一個瞎子，看不到東西，還提着一個燈籠做什麼？瞎子說：我提著燈籠是让别人看到我，而不至于撞到我。這是为别人照明，也是在保護我。

端莊的威儀：當初舍利弗被馬勝比丘的威儀所攝受，得知馬勝比丘的是師父是釋迦牟尼佛，于是皈依佛陀座下，成為佛陀的諸大弟子之一。

堅定的信心：對根本上師的信心，對真佛密法的信心，對自己的信心，當來訪者提問時，方能展現自信的回答，若是唯唯諾諾的态度，無法讓來訪者升起信心。

參與社會服務活動，促進宗派在現代社會中的影響力和正面形象。知客人員要多參與社會服務活動，成為道場與社會的橋梁。

把自己活成一道光：蓮一上師最後以泰戈爾的詩，做為本堂課的最後分享：

把自己活成一道光，因為你不知道，誰會借著你的光，走出了黑暗。



蓮傳上師帶領法師研習班 召請頂禮根本上師



蓮一上師教授知客的重要性



眾法師分為六組上課與討論



法師熱烈討論並發表結論



教授師組長引導組員討論

來自同門的心聲 真佛報 有你真好

文 / 讀者整理 報導

在真佛宗这个充满温暖的大家庭中，真佛报犹如一座明灯，照耀着我们的灵魂之旅。每当我们翻开这份报纸，师尊那关怀的目光仿佛穿越时空，温暖地抚慰着我们的内心。真佛报，不仅是我們了解宗派动态的窗口，更是我们情感相连的重要桥梁。（如今，真佛报更新增了网络版，让温暖延续至每个角落。）

每期真佛报 犹如心灵盛宴

在今年西雅图的秋节大法会上，许多同门怀着深深的感激之情来到真佛报摊位。他们默默地为这份报纸「点赞道谢」，因为真佛报在我们修行的道路上，赐予了我们无尽的支持与启迪。对于我们许多人来说，真佛报的每一期，犹如心灵的盛宴。师尊的每一篇开示、每一位同门的修行故事，都在默默滋养着我们的内心。当生活的困惑与挑战如暗潮涌来时，真佛报中的智慧总能为我们点燃希望的灯火。师尊的教诲，如春风拂面，温暖而又鼓舞，帮助我们在风雨中坚守信念，勇敢前行。

真佛报传递团结与温暖

在秋节大法会上，许多同门分享了他们与真佛报的深情故事。来自新加坡的李师兄动情地说：「每次看到师尊在报纸上的开示，我的心中都会涌上一股莫名的感动。修行不仅是个人的事，更是我们共同的使命。」这样的心声在我们的修行团体中回响，大家深刻感受到真佛报所传递的团结与温暖，仿佛每一页报纸都在说：「你并不孤单。」

真佛报分享同门的修行经历

在真佛报中，我们不仅能看到师尊的教导，还能了解到许多同门的修行经历和心灵感悟。马来西亚的黄师姐在大法会上含泪分享道：「阅读其他同门的故事，我感到自己并不孤独。很多人都经历过类似的困惑与挑战，这些真实的故事让我更加坚定了信心。」这种互动与沟通，使我们在修行的道路上感受到彼此的支持，强化了我们信仰的深刻认同。

真佛报让我了解宗派的慈善活动

真佛报的关注不仅仅停留在宗教层面，它还积极参与社会公益，激励我们投身慈善事业。法国的张师兄感激地说：「真佛报让我了解到宗派的慈善活动，让我明白，修行不仅是自我提升，更是对社会的回馈。」看到同门们在慈善事业中的努力，许多人也纷纷加入这份爱心的行动，将佛法的精神转化为实际的奉献。

真佛报让我了解宗派的最新动态和师尊的教导

对于那些不太熟悉现代科技的同门而言，真佛报更是他们获取信息的唯一途径。台湾的刘师姐深情地说：「我不懂如何上网，但真佛报让我能够了解宗派的最新动态和师尊的教导，这份关怀让我倍感温暖。」这样的声音在我们中间回荡，真佛报成为了连接彼此的珍贵桥梁。

网络版真佛报提供随时阅报的环境

在数字化飞速发展的今天，真佛报的网络版为我们提供了一个全新的平台，让更多的同门能够便捷地获取师尊的教导和同门的分享。来自美国的张师姐感慨道：「有了网络版，我可以随时随地阅读到最新的内容，不再受限于纸版的发行时间。每当我在忙碌中打开网络版，看到师尊的开示和同门的故事，心灵仿佛又回到了那个充满温暖的大家庭。」

网络版的真佛报不仅让我们便捷地获取信息，还提供了互动的平台。新加坡的王师兄表示：「通过留言与其他同门交流，分享我的感受，让我感到自己并不孤单。我们的联系变得更加紧密，真佛报的网络版让我感受到了一种强烈的归属感。」

积极参与支持真佛报

然而，真佛报的持续出版与发展，需要大量的人力和物力投入。在西雅图的秋节大法会上，许多同门深刻认识到，只有充足的资源才能保证真佛报的质量

与时效。因此，大家在感激之余，积极参与赞助和支持真佛报的行动中。有的同门自愿捐款，有的在时间上提供支持，帮助撰写和编辑文章。在现任真佛报社长莲悦上师的引领下，大家的共同努力，使得真佛报得以不断提升，始终保持着高水平的内容和质量。

每当我们看到真佛报的发行越来越顺利，心中总是充满了无比的骄傲。来自加拿大的陈师兄动情地说：「我愿意为真佛报贡献我的一份力量，因为这份报纸不仅是我们的信仰载体，更是无数修行者的心灵依靠。」这样的声音在我们中间不断回响，大家都明白，支持真佛报，就是在支持自己的修行之路，让更多的人能够从中受益。

感谢莲悦上师的领导与引导

我们深知，真佛报的每一期都是无数人共同努力的结果。感谢那些为真佛报辛勤付出的人们，尤其是莲悦上师的领导与引导，你们的努力让我们在修行的道路上不再孤单。正是因为你们的奉献，才让我们能够在繁忙的生活中找到一份心灵的寄托，让我们在信仰的道路上坚定不移。

在这个快速发展的时代，真佛报如同一股清泉，带给我们宁静与思考。每一次翻阅，都在心中留下深刻的印记，提醒我们不忘初心，坚定信念。未来，我们希望真佛报能继续为更多的修行者带来启迪与感动，让我们在佛法的海洋中共同遨游，收获智慧与慈悲。

「真佛报，有你真好！」这是我们共同的心声。感谢你为我们的修行旅程提供的支持与陪伴，让我们在追寻佛法的道路上不断成长，勇敢前行。愿真佛报在未来继续照耀更多的心灵，让我们一起传播爱与善良，共同践行佛教的教义，携手迈向更加美好的修行之路。



師尊加持真佛報



師尊贊助真佛報



師尊加持真佛報

不生氣的藏傳養生術 護你身心均安的內在醫學

文 / 洛桑加參 時報出版

洛桑加参医师在其著作《不生病的藏传炼心术：护你身心均安的内在医学》中提醒我们，生气不仅伤心，更伤身。他指出，若真要计较，那么令人生气和事实是太多了，甚至可以说是无穷无尽。对此，洛桑加参医师提出一个观点，即「生气」的反面是「和气」，并强调和气不仅能生财，对于修行者而言，更是生才的关键。进一步地，他提到一旦人生气，智商可能瞬间降低，从而表现得不理智。让洛桑医师带我们一起深入探索，找到在现代生活中实现心灵平静与身体健康的秘诀。

戒掉糖瘾，完整体验酸甜苦辣甘辛咸

给孩子过量摄入糖分会使他们过度兴奋，而大人则可能经历情绪的高低起伏，导致对糖的依赖逐渐形成。为避免这种依赖，我选择在特殊节日享受甜食，如中秋节的月饼或生日的蛋糕，让日常更加宁静而节日更加特别。此外，超越对甜味的单一追求，开拓味觉体验的广度，能让我们欣赏到生活中各种味道的丰富性和必要性，从而更加珍惜每一个瞬间，享受多元化的饮食生活，达到身心的和谐与平衡。

皇帝菜不过三 多种类摄取避毒

我的中文学习之旅始于古装剧的迷人世界，其中一个深刻的画面是皇帝因多吃了几筷子鱼而遭到太后的责骂。这不仅是因为帝王的偏好不宜外露以免遭人暗害，也启示了一种理想的饮食方式——多样化与均衡。我们不需像古代帝王那样限制自己只吃三口，而是应该尝试多种食物，转换不同的食材。这样做既可避免食物中毒素的积累，又能确保摄入各种对身体有益的营养素。一方面绿色有叶绿素、紫色有花青素，红的茄红素、橘的维生素 A 原、黄的叶黄素……没有要考试，什么素可以不用记。唯一记得将彩虹弄上桌，花花绿绿什么颜色都轮流吃点。青赤黄白黑五色对应到肝心脾肺肾五脏。令其雨露均沾，脏腑生的就是和气，而不是病气。

吃好别气饱 少用偏激的方式减肥

营养不足不仅影响我们的身体健康，更会对心情造成负面影响，如缺乏叶酸影响造血功能，

进而加重焦虑；维生素 E 不足导致倦怠和精力不足；缺钙和镁则让人易怒和焦虑。维持心理及身体健康，需均衡摄取各类营养素和矿物质。对于减肥，我主张健康而均衡的方法，如配合季节的活动促进新陈代谢，而不是透过牺牲必要营养的极端方式。毕竟，追求减肥应该是为了健康和幸福，而非以损害健康为代价，让周遭的人也感受到负面影响。

多菜少肉 减少残留药物隐形风险

虽然人体具有惊人的自我清洁和解毒能力，但当毒素累积超过一定阈值时，健康仍可能受损。为了减少这种风险，建议不要经常只吃一种食物。在台湾，我们有机会购买到相对安全的蔬果，即使使用了农药，多数是水溶性的，可以通过充分清洗大幅降低残留量。与肉类相比，蔬果是更安全的选择。此外，采取以植物为主的饮食不仅对地球资源永续发展有益，也有助于培养一颗无害之心。从灵性修养的角度看，减少或不食用肉类，对于个人和地球都有正面的影响。在我们生活中，那些心情常常愉快、选择茹素或蔬食的人是最好的见证。

拒绝怒吃 善用感恩为营养加值

面对压力时，我们往往透过进食来寻求慰藉，不论是情感挫折还是职场困境，都可能驱使我们吃得更多。然而，这种做法不仅可能导致体重增加，增添更多压力，还可能引起消化不良。要化解这一问题，一个简单而有效的方法是在进食前先行感恩并细细品味食物的香气。西医认为，在愉悦和放松的状态下进食，能够促进更好的消化吸收，从而让同一餐食带来更多的健康益处。品味食物不仅是一种预备动作，更是让大脑预先接收到食物讯息，从而促进更佳消化的方式。

为体内的微尘众进食 善养肠道

近年兴起的「脑肠轴」研究，把目光放到了肠道内的菌丛与人们思考行为情绪是否有关。简直太有关啦！光看那宝贵的快乐荷尔蒙血清素，有八、九成在肠道内生成，谁敢怠慢肚子里的益菌们。我平时都藉由酵素、优格、多样化的植物性饮食和各种发酵食物，将他们好生伺候

着。你让益菌们开心，他们自然不会为难你，助你拉好、笑好、睡好，是最起码的义气。以上六大进食原则放心里，请灵活运用，随顺为好，太过拘泥非要如何如何不可，反而增添压力，失了养生本意。



作者简介

洛桑加参

现任 身心灵预防医学医师兼作家

Dr. Lobsang 预防医学集团创办人

学经历

- 台湾国防医学院医学系
- 美国哈佛医学院研究医师
- 台北荣总神经再生中心特约医师
- 台北荣总白金逆龄中心执行长
- 京妍生技董事长

来自云南香格里拉藏区，藏族人，曾出家两年，自幼即对藏医药学特别感兴趣。十三岁离开青山环抱的家乡到外地求学，先后曾至印度圣菲洛梅娜大学 (St. Philomena College) 攻读物理系，后来以交换学生的身分，前往文艺复兴时期创建的德国佛莱堡大学 (University of Freiburg) 进修，学的也是物理。

独创「ACT 自体生长因子疗法」，精擅免疫细胞疗法、干细胞疗法、血液净化、退化性关节炎防治，以及慢性病、癌症与睡眠调理。著有《不生病的藏传养生术》、《静心·净心》、《简单丰足》、《快乐医学》、《不生病的藏传炼心术》均由时报出版，其余作品散见各大媒体。

獻上最崇高的最崇敬的見證供養 見證蓮生活佛盧師尊與大幻化網金剛的治病力量

文 / 克萊夫·麥肯齊 (Clive McKenzie)

一心皈依紅冠聖冕金剛上師蓮生活佛

长达 25 年宿疾纏身

英国弟子克萊夫·麥肯齊 (Clive McKenzie) 深受偏头痛之苦已经约 25 年，包括了剧烈的头痛、视力受损，伴随着呕吐和腹泻。他在荷兰时，跟医生主诉自己长年的症状时，医生表示现代医学进步，他根本不须忍耐，有药物可以预防偏头痛的。当他服下了药物后，结果如何？抗偏头痛的药物反而触发了偏头痛，有如被大铁锤砸中头部般痛苦！

宿疾偏头痛造成工作及生活的不便

过去偏头痛大约 4 至 6 周发作一次，发作后需要 3 至 5 天康复。在发作期间，会非常健忘和心不在焉，过去 5 年里，因此而丢了 3 至 4 台笔记本电脑。另外，工作效率会降到几乎为 0，造成生活及工作非常不便。

2023 年秋季下定决心朝圣西雅图

他曾香港和伦敦见过师尊，但由于某种想法，认为自己资粮不足，或是因为忙碌而错失良机，从未去过西雅图。在 2023 年秋天，皈依多年后首次造访西雅图，参加真佛宗每年的秋季大法会。当他星期五顺利抵达西雅图，迈着轻快步伐走向海关时，脑袋「轰」的一声！一阵剧烈的偏头痛无预警再次袭击了他。

大幻化网金剛法会 5 分钟的治病加持

在 9/10 周日大幻化网金剛法会中，5 分钟的治病加持时，他将手放在剧痛的头部上，祈求摆脱 25 年的折磨。当下没有感到任何特别觉

受，但他并不失望，因为参加这次大法会并非为了治病。

后来有两件事发生了，第一件事是 9/11 进入真佛密苑问事时，当他欣赏着坛城上的供品，明显感受到疼痛消失，因为当他一离开真佛密苑，偏头痛又回来了。

临行与师佛饒别 佛手一记重拍加持

第二件奇怪的事是，要离开西雅图前，去接受师尊最后的摩顶加持时，向师尊表示希望很快能再回来，当师尊应允后，克萊夫·麥肯齊低下头接受摩顶，感觉头部像是被重重拍打一记。当时他想，或许是自己业障太重？或是他走得太快，师尊不得不加快动作来碰头？不管怎样，他只是继续专注诵念根本上师心咒。

返家后几个月 惊觉宿疾竟无影无踪

回到伦敦后，头部持续发热一周，并且还感觉自己在吞咽一些从头部内流下来的液体，当下他只以为自己得了某种新冠病毒。

然后一个月、两个月、三个月过去了，偏头痛超过发作周期，居然没有再发作！哇，这太奇怪了，是被师尊与大幻化网金剛治愈吗？他持续观察自己，每当有偏头痛即将发作的征兆时，就开始诵念大幻化网金剛的咒语，征兆便会消退。因此他每日持诵大幻化网金剛的咒。

在过去一年来，偏头痛只发作过一次，那还是因为他连续 2 至 3 天几乎没有睡觉。从每月发作一次到一年只发作一次，这真的是莫大的加持！

师佛之所在即净土之所在

英国弟子克萊夫·麥肯齊说，参加师尊的大法会是一个不可错过的盛事，即使在 10 公里外的酒店，也能感受到那股能量，仿佛智慧之光在空气中弥漫。与根本上师即使相距「净土」5 公里外，也能有所领悟，与这么多同门师兄姐一起共享法乐，仿佛身处极乐世界。

南摩红冠圣冕金剛上師蓮生活佛。南摩大幻化网金剛。感谢您来到这个世间，解脱众生的痛苦，我们永远心怀最真诚的感谢。

克萊夫·麥肯齊 (Clive McKenzie)



宗委員會人事懲處令通告【宗律字人事第 0021 號】

【宗委會人事通告】

釋蓮燄違反本宗上師守則規定，暫停其在本宗的弘法職權案

2024年09月10日



主旨

本会今发布人事惩处命令：《宗律字人事第 0021 号令》—「释莲燄违反本宗上师守则规定，暂停其在本宗的弘法职权案」

本案已由本会依职权确立人事惩处裁示，并经由本宗监察会作最后覆审确认后执行。特颁布本人命令，以昭公信。

案情说明

经查，释莲燄违反真佛宗本宗上师守则规定，及严重违反其所在当地的国家法律属实，然考虑当事人实属初犯，且曾在本宗之表现行为良好，故本案从轻处理，给予自新机会。

惩处决定

特颁布以下人事命令：
释莲燄记大过一次。
自即日起，暂停其在本宗的弘法职权。

附则

若释莲燄日后再有违规或不当行为，将严惩不贷。思过期间，若释莲燄能：

- ※ 充分配合本会惩处规定
 - ※ 真心悔改
 - ※ 不再违反并尊重本宗章程守则
 - ※ 不再触犯所在国家法律
- 经观察属实，本会才酌情考虑恢复其弘法职权。

卢师尊的一生 就是这一世纪的传奇

一个活佛的秘境

红尘滚滚的摆渡人

第25篇



一波未平一波又起 在浪潮下站稳脚跟

一张没有收件地址仍确实送达的明信片

自从灵书造成轰动之后，连送信的邮差先生，也经常送来极为特殊的明信片，收信人是「卢盛庆先生」，背面写上许多侮辱性的恐吓字眼，明信片上只写了「台中」两字，没有写上收件人，更没有寄信地址。胜彦很感谢邮差先生，竟然只有「台中」两字，姓名用特殊意味的同音之字，也能送达。邮差笑了笑说：「卢先生，你不用去在意，我们送信时经常送到这种黑函。」

记得当年恩师「清真道长」教导，凡事要三省三思，做事不可冲动，有人毁谤时，不要认为全是别人错了，要时时反省自己，是否恃才傲物，是否言行有失，先要三省自身的不对，然后去探讨问题的所在，确实改进。这样的明信片，倒是让胜彦思索一下，是得罪了什么人没有？否则，为何有人不厌其烦的寄给他。

《台湾日报》的副刊主编徐秉钺先生一向爱才，因为灵书的轰动，他邀请胜彦写「灵的世界」专栏，之后又相续邀稿写「卢胜彦专栏」及「灵与人生」专栏。这样的明信片不只家里收到，写专栏期间，又惹来一位惯用假名写黑函的人物，一天一张明信片检举，抗议报社倡导迷信、败坏善良风俗，应该关闭专栏，否则将至其他相关单位检举，让报社倒闭。虽然徐主编说不用惧怕不用去理会它，但一天一张检举明信片真是叫人头痛，心中愧疚让妻子和幼小的女儿，因此而跟著担惊受怕。

客居红尘心寂清

自胜彦将自己不同于一般人的经历，揭橥在世人面前那一刻，便如同一根突出的钉子，成了社会大众目光焦点，他再也不仅仅是「文坛知名的青年作家卢胜彦」、「联勤制图厂的测量工程官」，众人聚焦的是「神算第一的卢胜彦」。

虽然声名大噪，然而，对亲见真实境界并决意奉献身心的人来说，人生不过是客居，追名逐利无丝毫的吸引力，《灵机神算漫谈》畅销，创下再版30次以上纪录与他无关，他出书一向是卖断版权只领稿费。揭开无形灵界的神秘面纱，来唤醒众生劝善修行，才是他写下灵书最根本的出发点。素日里仍按原来的步调过日子，每天，骑著脚踏车到联勤绘图厂工作，每天，伏案在绿线格子写作，每天，礼佛念经，生活纪律，勤俭朴实。虽然身居陋室，把每一件事尽力去做好，这就是他的修行。对于穷

困，无惑无悔，反而心灵的进展，日益千里。

背后那静默无声的力量「牵手」丽香

「牵手」丽香是自小捱过苦的坚毅女子，这样的生活条件难为了丽香，但她从来也没有叫苦，总是把家里整理的乾乾淨净，有条不紊，小女儿身上穿的衣服，她灵巧的双手一个早上就能做好。

胜彦全心修习佛法，她不阻挠，任由著打坐修练，家中小小佛案，也是摆饰得庄严肃穆。夫妻俩均相信，佛菩萨永远庇佑著他们，每当家中没有钱时，「山穷水尽疑无路」，就会有弟子送上一盒糕点，帮助一家三口度过数餐，这是「柳暗花明又一村」的奇迹，对佛菩萨的照顾，心中感激不尽。

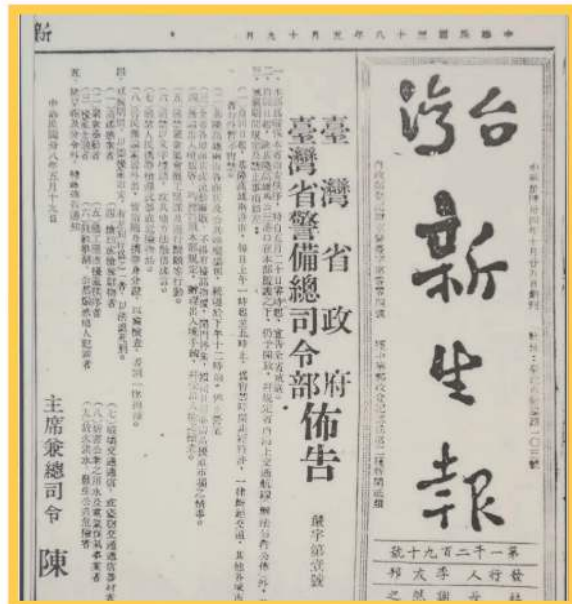
有一次，有位佛弟子因母亲病重，由南部前来相求。胜彦修法相救后坚持不收重酬，结果对方将新台币二十万元用报纸包好，放在胜彦家中迳自离去，夫妻二人打开一看，愕然发现竟是可以买下市郊的一栋房子的谢礼，若有这二十万元，家中窘境可以马上解除。

思及当年，灵师三山九侯先生及清真道长，授与他救人淑世之法，可不是用来为自己牟利的。胜彦对丽香说：「这钱送还他，我们心里才会平安，明天的菜钱，菩萨会保佑的。」丽香也点头称是。追出去后，对方直言这是感恩卢老师解救恩德之外，也希望可改善卢老师的环境，胜彦仅说：「陋屋虽小，五脏俱全，生活无虑，何必改呢？我在金钱上虽穷，但在心灵上是富翁，有谁能比得上我？」双方一阵推托，抵不过卢老师的君子之风，终究还是将这一大把钱奉还给对方。

宪兵环伺 在枪口下的神算

胜彦在测量学校毕业领有工学士学位，由于工作认真，官阶由少尉一直升到少校，是中级军官。在阮囊羞涩的生活中，与丽香抱著佛青，带著冰凉的绿豆汤，从精武路的陋居，走到台中公园去散步，这是他最大的享受，最幸福的时刻。

灵书畅销后，大众慕名上门神算，在那段时日，胜彦非常热心服务大众，除了上班之外，每日占算不眠不休，尤其灵验率竟达百分之百，风声传得很快，甚至许多命相师亦前来请教呢！一日数百的人潮，将精武路3坪大的违章建筑，挤得人山人海，整个巷子爆满，甚至排到大马路上。这般盛况惊动管区警察闻风前来，警察一到胜彦家：「怎么回事！这巷子发生甚么大事？」当时台湾处于「戒严时期」，警察依「违警罚法」所赋予的莫大权力，



▲1949年5月20日，《新生报》头版公布的「戒严令」

对民众严密监管，尤其对于有「聚众」嫌疑一事，是要受高度看管的。经查胜彦具军人身份后，改通报宪兵队接管，接下来，一队宪兵队抵达，荷枪实弹如临大敌，将每一支枪口对著正在为人问事的胜彦。胜彦平生不做亏心事，心中坦然，将一切的行为全然奉献给佛菩萨及众生而已，但身为军人，这些受监管的压力不可谓不小。

长达38年的「戒严令」 人人自危的社会氛围

话说，在当时的中华民国总统蒋介石的命令下，自1949年到1987年，台湾进入长达38年的「戒严期」。戒严令让政府得以对人民的言论、出版、集会、旅行自由受限，对于所有可能危害政权稳固的行为，特别是可能与「匪谍」相关联之事，采取高压手段监视及审判。

任何沾到「政治」相关事件，情治部门不必核实被审查者的实际「罪行」，只需依据文字或思想，诸如「思想左倾」、「思想有问题」这类罪名，人人皆可能因只言片语被网罗入罪。知识分子因言获罪的「白色恐怖」于此产生，当时知名作家柏杨、李敖…等等都曾因此获罪入监。在1949年至1987年之间，有成千上万的人被逮捕，其中不乏被处决者。

军中亦设有保防、监察等单位，也是只要经人检举后，采取跟踪、监视等等高压手段搜集情报。胜彦是军中作家，写文章，出版书时，其中不乏强调爱民族爱国家的忠心义胆，谨慎应对这些法令规章。但开天眼后，在军中夜半学法三年、度化副连长魏青萍及士官长黄春风，那时，测量连长官及同僚皆知胜彦的灵算能力，长官已经提醒他，在军中有二样东西要谨慎，不可轻易触及，一个是宗教方面，一个是思想方面，自己要多加留意言行。



▲[牵手]卢丽香有一双巧手，不仅会弹琴、裁缝、插花、理家井井有条，甚至亲手修理家俱水电，不假他人。



▲三十多岁的卢胜彦已经一头钻进佛法，将所有一切，包含自己的生命，奉献在帮助众生共觉佛道。



▲在文坛上小有名气的作家-卢胜彦，经常受邀参加各种文艺社团举办的座谈会活动。

测量署最高长官下达禁令

一下子暴红，树大招风，很快的引至祸害连连，测量连收到关于卢胜彦的检举资料，军中保防单位展开调查。有一天，制图厂的薛组长去找他：「卢工程官，现在调查人员正在调查你，前天，调查人员找到张士官长，问到在新竹出差的情形，详细细细的做笔录。你自己小心些，我看你的弘法，适可而止好些。」胜彦很感激薛组长的好意提醒，心里闪过一阵惶惶然。

接著，胜彦收到指令上台北，他站在测量署最高首长——「署长严将军」的办公室里。严将军面容严肃，眼神冷冽的拿出一则公文，有人上告「卢胜彦行迹可疑，聚众企图造反。」胜彦看到「企图造反」四个字著实惊吓，心中暗暗吃惊，老天，这莫须有的罪名可是要枪毙的！

严将军开口说话，如同把人勒得死死一般：「卢胜彦，你知道你在干什么吗？你是测量军官，好好的尽忠职责，这是军人的天职。」

「是！」胜彦敬了一个军礼。

「是什么是，你当巫师通鬼神，我不相信这一套。在古代，玩弄邪术，是要杀头的，妖言惑众，是要斩首示众的，烧香画符，是愚夫愚妇才会信，今天是什么时代，科学时代你还在弄宗教迷信，简直是开倒车！」

「我，我没有教大家迷信，这不是我愿意这样的，一切是突然而来的！」

「什么没有，你好大胆！今天若不是看在你是测量高材生，一切任务均能圆满达成，否则早就一声令下，送军法审判，马上把你关起来，看看你的神通厉害，还是我的军法厉害！」严将军怒气冲冲。

胜彦静静地没有回答，他实在不知道该怎么回答。

严将军怒吼：「今天，测量界出了一个卢胜彦，人家骂你是鬼神迷信。佛教界说你是走火入魔，是大外道。文化界说你怪力乱神，诈财骗色。社会人士指你是神棍，你还有什么话可说。从明天起，不准你再从事这方面的事，如果再犯，我一定把你关起来！」

天律难违「弘法度众」是这一生的使命

胜彦如同斗败的公鸡，垂头丧气从署长办公室走出来，不知该如何是好。回到台中后闭门谢客，深居简出，任何人上门问事全部拒绝，只有在测量单位继续上班。

虚空的佛菩萨问：「你这一生的使命，弘法救世，不做了？」

胜彦说：「任何毁谤侮辱，任何风风雨雨，我都

可以受，但是我是军人，那是最高长官的命令，怎能不听？」

佛菩萨说：「你一生的命运，是天定的，你是天上界派下来的，一生一世就是弘法度众，天律难违，你是一定要做的。」胜彦不语，国家法规严峻如此，军中纪律森严如此，凭他一己之力如何违抗？

大约一星期后，严将军亲自来电找卢测量工程官，胜彦谨慎表示已遵照命令办理，然而令他诧异的是，严将军在电话那端，口气不怎么凶的表示，是总司令及副总司令要找他，由于听闻了胜彦神算的大名，经人证实后，特地要他北上神算，当然这趟神算自然又是应验连连。

严将军一方面对胜彦下达不可神算聚众，另一方面，私下又指示他为上级长官神算，无形中自有一些巧安排，这一切也是冥冥中的定数，无法违逆。

报纸上的「停止神算」声明

军人的天职就是「服从」二字，屈于国家法令处在特殊时期，第三本灵书《灵机神算漫谈（续）》在民国64年（1975年）11月出版后，同月31日，测量工程官卢胜彦登报声明「停止神算」，即时起，停止会见外人，修法也不敢让人知，此后每完成一本书，必在书中言明：请读者勿来信，勿空跑一趟，请原谅云云。

但问事民众仍如潮水般找上门，胜彦无法言明其中缘由，只能用「避」字诀，搬家到台中市太平乡较偏僻的宜欣社区，尽最大努力低调行事，依然无法避免被军中保防单位及监察单位认为怪异，怀疑有所企图，列入重点监管对象，并且长达5年。也许，当有人具有聚集群众的力量时，政府单位必然防患于未然，不可能坐视不管吧。

1800天的日子写下200份的「自白书」

军方派来的监察官简X扬是温和派的，常骑著脚踏车到胜彦家来仔细了解状况，听听他的意见，分析前因后果，觉得胜彦这个人，没有什么问题。最后反而提供意见给胜彦，彼此之间成了无话不谈的好友。

另外胜彦工作单位的课长，被规定一周上呈关于胜彦的报告一次。

而保防官邱X群是比较官派作法，与胜彦同样官拜少校，他一直把胜彦当成「假想敌人」，是「匪谍」、「台独份子」、「异议人士」、「叛乱犯」……。并派「保防细胞」廖X彦24小时跟在胜彦的四周，监视生活状况、家庭状况、思想言行、政治活动、安全顾虑，做成纪录上呈。

五年来，他检查胜彦的来往信件。

五年来，他覆查胜彦的朋友交往。

五年来，他分析胜彦的每一篇文章。

五年来，胜彦共写了二百份「自白书」，由保防官转呈上级。

当上级保防官也如临大敌的来访问胜彦时，结果上级保防官一看到他那讲话温文，老老实实的模样，不禁笑了。

「你根本不像！」

「像什么？」胜彦明知故问。

「间谍、台独份子、异议人士、叛乱犯。」

「我啊！尽忠职守。」胜彦对保防官邱X群的官派举动嗤之以鼻。他对政治无兴趣，对做官没有好感，喜欢自由自在的如一介隐士。胜彦在军中，共服役十年，直到34岁退役后，来自军中的种种监视才无疾而终。

行于深渊边缘 步步朝向明光之中

军职期间，自己刚出来弘法便遇上这些磨难，鉴于军中情况特殊，觉得自己彷彿走在暗夜深渊的边缘，行行复行行，都是万劫不复的陷阱。有时候，又彷彿被卡在狭窄的隧道里，没了退路，却也无法前进。

当年山中学法，清真道长一见到胜彦，就勉励他要当一位清明君子，因为普天之下，要找一位清明君子已经甚难了。他认为以莲生（胜彦）的生辰八字，确实是毫无污秽和瑕玷的，真诚的个性成清明君子，但内心柔软，恐将来入世受种种打击历练时，会难以承受。

各方攻讦的潮浪，刚开始时，差一点将他淹埋，胜彦心中不免痛苦疑惑：「上天故意要我去受折磨吗？藉此磨炼我的心志吗？」渐渐地，他已习惯承受这些无理谩骂、冷嘲热讽的黑色浪潮，在受了种种重创之后，勉力守住自己伤痕累累的心灵。

在不畏各方声浪席卷之下，胜彦怀抱真心和使命继续伏案书写，隔年1976年一口气再出版6本灵书：《灵魂的超觉》、《启灵学》、《神秘地灵》、《灵的自白书》、《灵的自白书（续）》《玄秘的力量》。尤其《启灵学》一书是古往今来未曾有的著作，为真正修习灵仙宗的一本学术性解说，就启灵练灵步骤，详细的解说。至此，书写灵书，他的心态已经跳脱各方人士争论相信和不相信的问题，当时菩萨已指示「灵仙宗」名讳，立下法幢，期使受启信的修学者能一同努力精进。

胜彦刚踏出「广度众生」的步伐，考验重重，但他对瑶池金母的崇敬、对真实见的信心、对众生的爱以及「牵手」丽香的支持下，难关难过关过。接下来还有哪些精采内容，请继续锁定下一期「一个活佛的秘境」！



本期文集导读将会介绍横跨1983至1987年度的卢师尊文集，因为，第42册《灵仙飞虹法》与第77册《先天符笔》的内容，都是谈及道教符籙法的运用，但两者亦有不尽相同之处。

比如在42册《灵仙飞虹法》书上提到的是「道教符籙法」，说出「符籙」本是神仙之符号的修道法门，最高是可以达致天人合一的境界，而心存善念者，获之可济世救人，并具有不可思议的神奇力量。

而在77册《先天符笔》文集里，则是卢师尊为了教示众生，写出本来不可说的「先天符法」，

而先天符式是有别于世俗的符籙，或可说两者在道行与层次上皆是截然不同的。书上并记述著卢师尊如何获得先天符式的经过和故事，也道出「先天符法」是有助于众生的修行证道，可拔除众生贪嗔痴的苦恼，得常乐我净的清修心境，最终进入了悟真理归无相的修行境界。

两部文集中均有详细述说画符的仪轨、符式及口诀，乃至各式各样的符籙不同的运用之法。因此，我们将之并合在同期中进行导读，以便读者将这两部书册的内容作出对比，也让人们知道古时修道人的智慧，「符籙」的奥妙之处，从而对真佛

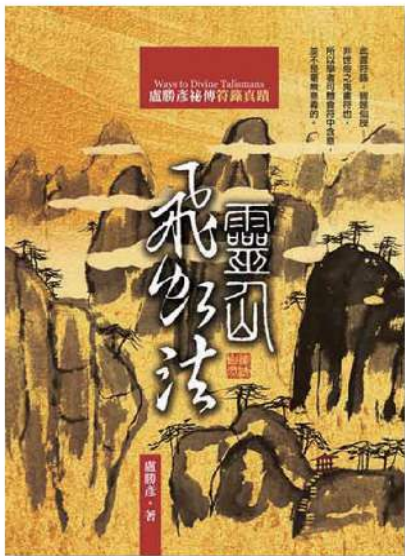
宗的符籙法有更全面的认识。

第76册《幽灵湖之夜》文集，则是卢师尊前世今生来历的大披露，卢师尊将自身「前世本生」的故事详述在此书上，从在「真佛海会」上受阿弥陀佛咐嘱，至世间广度众生，于下降人间前到各天上界游历的经过，再到写出前生与现世亲人的微妙因缘，教我们知晓佛陀所说三界六道轮回的实相。

这种前世今生、天上人间的脉络剖析，不仅能令众生联想各自的因果轮回际遇，更容易理解十二因缘中环环相扣的紧密，才知佛陀教示的种种法义原是真实不虚。

所以，请不要错过重新阅读这三本文集的机缘，或许，这正是重新启发我们调整修行方向的新契机。

文字的河流



《灵仙飞虹法》是卢师尊完成于1983年的第四十二本著作，书上详细记述了中国古代道教「符籙」之术的缘由，且针对不同符籙的效用作详尽的解说，当中并有著完整而一丝不苟的仪轨，令人们大开眼界。

这本书是述说卢师尊得逢奇缘，蒙三山九侯仙师教授符法，后来又学青城道法，发觉道教符籙法中的奥义，有助众生的学佛修行，于是将之写在这部文集内，与众生广结善缘。诚如卢师尊在书中写道：「学者若体会符法之内涵，自然很快明白天地之真理，不管修仙成佛，皆可以一蹴而得，孔夫子的：『朝闻道，夕死可矣！』真正就是如此。」

卢胜彦文集第42册《灵仙飞虹法》

导读撰文◎莲花敬安

符籙之道 灵仙飞虹 运转乾坤天机神术

根据文集里的叙述，我们可以看到「符籙」的历史由来已久，从太古「轩辕氏」开始，便已有符籙的存在，经历有数千年之久。卢师尊在书上指出，天地万物有无限大，在天有日月星辰，在地有山川湖海，因有阴阳、而有万物；八卦则以天、地、雷、风、泽、水、火、山来解释，是「变」与「不变」的大道理。「符籙」，正是天地万物的浓缩，其中有天地万物的符号，符中有日月星，有山川海，有神有人，玄机处处、妙法无穷，天地人皆可运转于掌握之中，这个就是「符籙」的奥义。

《灵仙飞虹法》中，卢师尊写出了道教画符籙的仪轨，并教导书符者，首要：其心清净、心存仁厚，秉持著恭敬的态度，依循法规施行，画好的善符自有善神来护助。其要诀便是：心诚则灵，书符者只要诚心诚意的奉请，自然感动群真，赐下灵光妙法力，所求之事便没有不成功的道理。换言之，画符有有应验的要诀，全在有「神助」，有「神助」的符，必有符光，没有「神助」的符，没有符光，如此就等于一张废纸而已。

「符籙」也是一种生命的精神法，从治病的小术开始，慢慢蜕化成用事，最后变成一尘不染

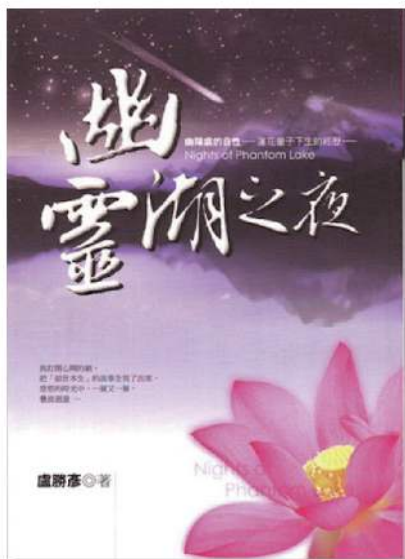
的修道之心。「符籙」内含修道千古不变的法则，正如卢师尊所说：「符籙修持，道者之基，在精进之中有著确实的感受，从古至今，符籙可以成长，若仔细体会，完全会叹为观止的。这里面是一种特殊的『知性』，有创造也是独立的境界，完整而提升人格到神格的境界，甚至可以到完全不退转的世界里去，完成了智慧无漏的大圆镜智。」

本书刊有161道灵符的图样，而且还附上灵符妙用的解说，以方便读者了解与研习。就让我们再次进入道教「符籙」这种天人合一的修持境界，进而去领会先天后天大法的真义。

《节录赏析》

《善符善神护》

三山九侯曰：「凡学道之士，当以清净为主，清净其行，清净其心，心若端正，久而久之，以行为之清明，自可通神，心若通神，天下真理自明，自然能通天彻地，如此学道可成，道可以成为我用，任何事情自然在道之中。而悟道与学道，一定要有德行者，方可传授，需要有仁人爱物之心，其心清净，始有仁慈忠孝也，若无清净之心而学道，不能有妙术妙法，这是真理，不可以违。」



卢胜彦文集第76册《幽灵湖之夜》

导读撰文◎莲花敬安

舍佛之身 慈航倒驾 乘大愿力度化众生

文集取名「幽灵湖之夜」，只因 卢师尊每晚在幽灵湖的居所静坐冥想，在「心灵无念」之中，打开了前世的记忆，而编写了这本书，故以「幽灵湖」定名。文集内容是 卢师尊写出了他从天上界下降人间前的来历与经过，教我们知道佛说的因缘法是真实的存在，并且也印证著「一饮一啄、皆有定数」的道理。譬如书上说出 卢师尊与亲人的前世因缘，全是因缘和合而生，只是每个人的因缘不同，故而果报与际遇也不尽一致。

「祖父原是天上界紫霞宫的掌灯使者，父亲是掌灯使者之子道童、母亲是南海观音的太平鸟、妻子（侍者）是大吉祥天女，儿子是帝释公子、女儿是帝释公主、清真道长是天河胜景处的金坛尊者、三山九侯先生是古佛。」

书中故事引人入胜之处，每每令人神往，除了有莲花童子与诸佛菩萨的互动，流露出不可思议的佛法深义，尚有未完全说出的天上人间机密，让人期待日后 卢师尊在书上写出后续的故事。让我们随著书上 卢师尊的说法，看清天上与人间既密切又微妙的关系，解除入世甚深的执著偏见，从而开阔我们出世修行的视野与胸襟。

《节录赏析》

〈十八大莲花童子〉

大白莲花童子对各色莲花说：「我们今日，受阿弥陀佛付托，下生娑婆，从此将失身心皎洁，畅快通达的法身，将来飘零生死苦海，流落六道轮回，所为正是荷担如来济度众生的大业，我们自己要先解六根的束缚，要证得入空，除却我执，达到了空性圆明，再破除法执，证明我法皆空，证无生法忍，达到菩提涅槃的境地，如此才能回到摩诃双莲池。」

第76册《幽灵湖之夜》文集，是 卢师尊打开心间的锁，把「前世今生」的故事全写出来，也可说是 卢师尊公开他前世天上界来历的大披露。在这书中我们看到，卢师尊移居美国后已搬了二次家，首先是从「巴拉」搬到「雷门」，然后从「雷门」迁往至「幽灵湖」。这一次搬迁的原因，是每日的不速之客造访不断，而家里的夜间电话，已骚扰至无法安眠，为了保持每日宁静的生活与禅修，不得不迁居至清静环境的幽灵湖畔。然而，每日 卢师尊亦会如常至雷门市的「真佛密苑」写文章、修法和回覆信件，无改他一如既往的修行生活。

所以，我们应抱持一种自然的心境与态度，去翻阅这本书，领会佛陀所说生命于轮回中的真相，如在书上的述说：「我想到，总有一天，我要把寂寂天地之中一位比丘的前世，写了下来，让世人明白生命是绵延生长的因果，就像这悠悠的雾水，均是有它的因缘。就算是一缕炊烟，也自有因缘啊！第七十六本文集，是禅定中一片片残断的本生回忆，隔著多世的空间，是空灵，是『行行复行行』。是前生的脚步。」

《幽灵湖之夜》一书，详细述说了 卢师尊的本生故事，以及下降人间与良师亲友的缘由：

卢胜彦文集第77册《先天符笔》

导读撰文◎莲花敬安

天河胜景处 符树两度开 先天符式自心流露

《先天符笔》是 卢师尊的第77本文集，内容记述 卢师尊写于书上的「先天符」之缘由，和收录了八十三幅的先天符式，与世俗所见的符籙均有所不同。

「先天符」所以奇特，是 卢师尊于一次静坐冥想之中，进入「天河胜景处」，看见一株掌管天下符籙的「符树」，符树中有一金桃尊者，自树上摘下一果给 卢师尊品尝，并说道：「圣尊下娑婆，功德浩大，如今食了符树之果，先天符籙全在心胸之中，随心流露就是，你要观赏符籙，就观赏你自己的心吧！心中自有黄晶晶的符，红亮亮的符。」

卢师尊在书上指出，「先天符」是无上殊胜的，因为符式全是从他自心光明流露出来的，这是符树所结之果，胜超一切有形及后天的符籙。并且，「先天符」可息灾、可祈福、可除疾、可增益、可敬爱、可降伏、可超度，是真正的济世救人之符籙。而「先天符」本来是不可公开和不可说的，但 卢师尊为了使众生对符法有所认识及了解，和增长大众修行证道的信心，才写出这部《先天符笔》的书册。

譬如 卢师尊在书中所说：「为了大家的修持成

佛，为了依教如理的修持，为了救度更多的人，为了诸天共同的垂加护，就把「先天符」搜集起来，共同瞻仰这奇特的符式，但望大家，人人知道得长生，了悟真理归无相。种智恒相续，早得正觉，拔众生贪嗔痴之苦，人人常乐我净。」

然而，学习「先天符」的人，首要先皈依真佛宗的根本传承上师，然后按照既定的真佛密法画符的仪轨，佛光加被，仪轨周全，所画的符一定有灵有验。而画符的心要就是：「心诚则灵。」《先天符笔》书中，详述了画符仪轨的步骤及口诀，甚至每度符式的讲解与咒语，使学习画符者一目了然、易于明白，足见 卢师尊体恤众生根器不一的良苦用心。

故此，就让我们再次进入这书中「先天符法」的微妙意境，体会那「一符可化须弥山。一符可吞日月。一符可断三千界。一符可掌天外天。」的奥义，而领取在《佛遗教经》上所说：「制心一处、无事不办」的玄旨。



《节录赏析》

〈附录4：莲生活佛的先天符笔〉

莲生活佛说，他一生的任务就是来世间度化众生及救人的，这弘扬真佛密法，就是救度众生达成佛的彼岸（出世法），这先天符就是救人济世（入世法），在入世法方面，原是行善的，种德及做好事的。

莲生活佛要学习「先天符笔」的弟子注意：画「先天符」，一定要精神集中，因为精神集中是进入一定状态（三摩地）的先声，意念非常重要，书画符的人，姿态也很重要，例如：「背直。身端正。头略低。收下颌。目视符纸。舌抵上腭。」这种画符的姿态，可使全身的气，通畅无阻，意念容易集中，意随笔转，贯注精神。

蓮密小語

禪定的重要性

文/釋蓮密上師

我们生存在这世界上，从小到大都经历了许多挫折，若身边没有父母或知心的朋友开导，负面的阴影多少都会埋藏在自己的心里面。隐隐约约的压力，自然形成心里的纠结，若有一些心灵脆弱的人，在遭受挫折后，又无人开导，很可能步上自杀之途。

现在的社会是迈向物质丰盛，竞争力强的现象，人类的心灵急需有一个可以舒缓情绪、稍减压力的途径，所以让自己静一静，无可否认是一个非常好的心灵良药。人若心能定，脑筋就清醒，不会随便干下许多傻事。长期静坐自然培养心灵的冷静、思路的清晰，对于自己的工作效率也有一定的帮助。心灵的宁静，再配合多读心灵修养的书籍，就能塑造积极乐观的人生。

『戒、定、慧』是佛门的三无漏学，由守戒而得定，由定中又能生起智慧，这是佛门一贯的解脱之道。『戒、定、慧』当中，定为最重要的一环，一切的法门无非是帮助行者得定，无论是用那一种方法，只要能帮助行者身心得定，就是好方法。

师尊所传授的真佛密法就是一个很好修禅定的方法，修法时手结印、口持咒、意念在观想，是在训练我们的身、口、意处于专一的状态，能专一就能得定。由于长期的轮回以来，我们的身、口、意已经累积了许多业力及习气，修法时自然能将业力及习气渐渐消除。所谓的业力就是负能量，用结印、持咒及观想所产生的能量既是正能量，现在社会上有许多人都知道，要多看心灵修养的书籍、听一些令自己轻松的音乐、参加一些有意义的活动，都是为了增长正能量。如果懂得修法，那就是最好增长正能量的方法。

『数息法』是一个很好修持禅定的方法，在释迦牟尼佛时代有许多圣弟子依此法门而得成就。首先将坐姿调好，毗卢七支坐是最好的方法，舌抵上颚、双肩平衡、双手结定印、双脚盘起莲花坐，若不行就用单盘坐或如意坐也可以。初学者也可坐在椅子上双脚放下，慢慢的学习禅定的功夫，不必勉强非要盘坐不可。

数息时将意念放在鼻头，自然的呼吸，慢慢的数着自己的呼吸由一到十，再周而复始的重复直到身心感到宁静，精神能够统一就是成功。长期训练自己专一的数着呼吸，自然会培养心思能规律的好习惯，同时也养成了心灵冷静静定的能力。有修持禅定的人，在思考及判断事情时，会比较理智及准确。每日保持数息禅定，对于自己身心健康有很大的帮助，在专一的禅定时，会感觉到法喜充满，自然能提升自己心灵的素质。

目前社会人士都很注重静坐禅定的重要，在全世界都有许多教
授静坐禅定的中心，无论是有无宗教信仰，静坐已经成为许多人寻求的心灵修养课程。

如果不习惯坐着禅定，也可以学习『行禅』。可以在自己家附近的公园慢步行走，行走时注意自己的步伐，无论是右脚或左脚的动作皆了了分明，心无旁顾的走下去就是行禅。如果行禅再配合经行更加殊胜，所谓经行既是一边行走，口中念着佛号、持咒或念着经文，让自心安住在经咒及轻松的步伐上。

目前在日本的医学界建议压力重的病患到森林里去『森林浴』，森林里郁郁葱葱的树木散发出许多对人体有帮助的『负离子』。一边观赏树林的美景，一边吸取许多『负离子』，对于自己身心的健康有一定的帮助。甚至有一些医生在开药方时，直接叫病患到森林里去进行『森林浴』，医生认为『森林浴』比吃药的效果还要好。

如果把『森林浴』再配合行禅那真是恰到好处，一边行走一边专注森林的美景，把心中的烦恼抛的远远的，心只住于美好的景色及步伐，这将是最好的行禅。禅定不只是局限于静静的坐着，动静皆可禅定，心专注于一个『真、善、美』的境界，既是禅定。



图源:AI



真实佛法息灾赐福经



净口业真言：

嗡。修喇修喇。摩诃修喇。修修喇。梭哈。

净身业真言：

嗡。修哆喇。修哆喇。修摩喇。修摩喇。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。唵。度噜度噜地尾。梭哈。

祈请莲生活佛加持文：

嗡。呬。呬。

敬以清净身口意。供养毘卢遮那尊。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。佛子时时常哀愍。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。

南摩莲生佛。

南摩真佛海会十方三世诸佛菩萨摩訶萨。

（三称）

念圣造三遍：

西方莲花海会。摩诃双莲池。十八大莲花童子。白衣至尊。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

吉祥云诚意方殷诸佛现全身

南摩香云盖菩萨摩訶萨南摩香云盖菩萨摩訶萨

南摩香云盖菩萨摩訶萨

南摩普贤菩萨摩訶萨

南摩虚空藏菩萨摩訶萨

南摩弥勒菩萨摩訶萨

南摩金剛吉祥菩萨摩訶萨

南摩妙吉祥菩萨摩訶萨

南摩除盖障菩萨摩訶萨

南摩地藏王菩萨摩訶萨

南摩诸尊菩萨摩訶萨

南摩真佛会上诸佛菩萨摩訶萨

（三称）

奉请二佛八菩萨：

南摩法界最胜毘卢遮那佛。

南摩西方极乐世界阿弥陀佛。

南摩观世音菩萨摩訶萨。

南摩弥勒菩萨摩訶萨。

南摩普贤菩萨摩訶萨。

南摩虚空藏菩萨摩訶萨。

南摩金剛吉祥菩萨摩訶萨。

南摩妙吉祥菩萨摩訶萨。

南摩除盖障菩萨摩訶萨。

南摩地藏王菩萨摩訶萨。

南摩诸尊菩萨摩訶萨。

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。各采莲花。微妙香洁。白莲花童子。默神通。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。瑞草放出香气。白鹤。孔雀。鹦鹉。舍利。迦陵频伽。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。黄莲花童子现出富足光。橙莲花童子现出重真光。

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同圣尊开演真佛世界。如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。化身为主教。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。修行以无念为净觉佛宝。身清净。口清净。意清静为法宝。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。奉请「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。世同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。

若两国战争。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。呬。」（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。

蓮花德耀助印

《真实佛法息灾赐福经》