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
Tel: 03-3374 9399
Website: www.tbsn.my

1652 期 2026 年 10 月 15 日 October 15, 2026

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
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



没有分别心 就是开悟

《楞严经》中，毕陵伽婆蹉因毒刺伤足，举身疼痛。入定后竟疼痛消失，更依此因缘思维，身心脱落，烦恼漏尽，证阿罗汉。

《绿野仙踪》寓言故事中的小沙弥，亦在美味食物，为何转化成臭秽粪污之间，不断思维辩证，终在刹那间醒悟，身心脱落，开悟证道。

莲生活佛开示：「痛与不痛，香与臭，都是众生的『分别心』。但透过禅定，却能让触觉、味觉的『分别心』消失。当『分别心』消失的时候，你就开悟了。」



以一味清净心地法门 入三摩地 诸漏虚尽 成阿罗汉 得佛陀印记

在本周 卢师尊讲授的《楞严经》中，首先起身陈述自身修证圆通法缘的阿罗汉是「憍梵钵提」。祂对释迦牟尼佛说，他犯有口业。原因是在过去世当中，看到一位年长的沙门在吃东西。因为年纪大没有牙齿，嘴巴像牛一样咀嚼，便嘲笑他咬东西时像牛一样，嘴巴扭来扭去。所以他这世世当中都有「牛呵病」，现代来说就叫做「胃食道逆流」。

幸得佛陀教祂「一味清净心地法门」，让祂从味觉里得到了佛的教化，终能进入三摩地，明白一切味道什么都不是。刹那身心解脱，远离三毒，如鸟出笼，身心清净，证得阿罗汉，祂就是从味道里面去得到开悟的。

紧接着「毕陵伽婆蹉」起身顶礼佛足对释迦牟尼佛说，祂发心跟随佛陀出家，在托钵走路当中，被有毒的刺刺伤脚，毒素侵入身体里，全身都痛。但透过打坐，入清净心，此时疼痛就消失掉。祂便思维，为何一个身体有两种感觉？不久身心忽然空掉。经过二十一天的禅定，所有烦恼漏尽，佛陀印记祂，成就了无学阿罗汉。更多完整开示内容，敬请详阅本期真佛报。



修拙火 男观下丹田 女观中丹田 修行路遇绊脚石 移开跨过都是对

在周六同修后的「你问我答」环节中，有澳大利亚弟子提出许多问题：其中包含自己在修拙火时的种种状态，请 师尊予以释疑。卢师尊回答道：修拙火男女有别。男生可以观想在脐轮，就是「下丹田」。女生则应观想在「中丹田」，也就是在「心轮」的地方，避免月事乱掉。

拙火升起会产生热，像烧红的铁，而且像丝，就是很细微的烧红的铁，这是拙火的现象。拙火生起要加上运动，不是完全静止。有时是要弹跳、弹动，有些是要扭身。主要是让身体的脉通，所以必须要扭，就是要让你全身的脉能够走。

周日护摩法会后，有马来西亚弟子提问：修行路上有许多绊脚石，我认为行者应当自我反省，把一路上的绊脚石一个个找出来移开。身为弘法人员则是要教育同门，如何移开绊脚石。请问 师尊我的观念有误否？现场有同门持相反意见，认为遇绊脚石应该直接越过，不须要一个一个搬开。卢师尊当场屈指神算，请示谁对谁错？菩萨回答，两个都对，两种方法皆可行。更多完整问答内容，敬请详阅本期真佛报。



觉囊派图克波喇嘛 参访雷藏寺 拜会 莲生活佛 法喜交流结法缘

2026年9月26日至27日，美国乔治亚州亚特兰大Dorje Ling Buddhist Center（时轮金刚中心)的图克波喇嘛（Lama Thukpo），在Kelly师姐的引荐与陪同下，专程莅临真佛宗祖庙西雅图雷藏寺及彩虹雷藏寺进行友好参访，并前往真佛密苑，恭敬拜会真佛宗根本传承上师 莲生活佛。

图克波喇嘛出生于西藏，11岁即进入僧团出家受戒，于青海省果洛藏族自治州甘德县的龙什加寺（Longshijia／Lungkya Monastery）接受佛法教育与修学，其后并曾赴印度继续学习约三年。图克波喇嘛目前常住于美国乔治亚州亚特兰大的Dorje Ling Buddhist Center，现任该中心住持。

9月26日下午，图克波喇嘛首先参访西雅图雷藏寺，随后前往真佛密苑拜会 莲生活佛。师尊亲自带领图克波喇嘛观看墙上珍藏的历史照片，并介绍自己早年弘法的珍贵往事，图克波喇嘛相当仔细观看聆听。图克波喇嘛也恭敬向 莲生活佛献上象征吉祥与敬意的哈达及礼物，表达对 莲生活佛的敬意。莲生活佛也回赠多本自己的着作与介绍资料，作为此次佛法交流的珍贵纪念。更多相关内容就在本期真佛报。

2026年10月10日 圣尊莲生活佛 主持西雅图雷藏寺「阿弥陀如来本尊法」同修 暨《大佛顶首楞严经》第150讲



修拙火 男观下丹田 女观中丹田 观想中脉越细 越容易生起拙火

你问我答「互动就是力量」第600集

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，还有网路上的同门。大家晚安、大家好！（圣尊以各国语问候大众）。

卢师尊回向时看见放水灯 愿千灯万灯都到极乐世界

暴富！暴富！暴富！刚刚回向的时候，突然间闭了眼睛，看到很多人在「放水灯」。放水灯是哪个地方的习俗？很多啊！泰国…。我是闭着眼睛，然后看到很多人在放水灯。所以回向的时候就加上去，就是说：「千灯万灯，希望都能够到西方极乐世界。」他们放水灯是什么意思，有人知道吗？在做普渡的时候，他们放水灯，哦！是这样。眼睛一闭就看到很多人在放水灯，整个河上面全部都是灯，所以就念了一句这样子的话，就插在回向里面，千灯万灯就是这样子的意思。眼睛一闭就看到了，所以就讲了一句，希望所有的这些幽冥众都可以到西方极乐世界。

Q 修练拙火之疑问？

「你问我答」。这是Australia的「林育民」问的。

Q1 行者每日修瓶气、无漏及拙火，有以下现象及疑问恳请 师尊解疑。其一，行者能够升起拙火，拙火到哪个部位，身体相应的部位常常会不自觉地扭动甚至抖动，整个修持过程，甚至呼吸的方式，深浅长短都好像有些不自觉。凡此可帮助拙火炽热、通脉。行者理解为 根本上师无形的加持。其二，有时感到拙火并不是走中脉，而是循着背后「督脉」往上走。有时感觉拙火是一整片的往上，彷佛全身都是中脉。当拙火往头部时，有时头部会不自觉快速上下动（类似开顶），此时行者观想「金刚亥母」脚踩在顶轮上面。其三，虽然感觉到拙火充满全身，甚至有时觉得喉咙也有一点点甘甜，但是并没有明显感受到眉心明点的融化下降。以上恳请 师尊慈悲析疑。

A 卢师尊开示拙火修持心要

A1 他有三个问题，这只是其中之一而已，问题很多。关于拙火的事情，修拙火，我上回在「内法总说」的时候，只是把师父所讲的讲出来而已。但是有一个重点就是说，男生跟女生是有分别的。修瓶气，男生跟女生是有点分别。男生他可以观想在脐轮一一就是「下丹田」。拙火的位置是从那里升起来，下丹田升起来，也就是肚脐底下四指的地方，差不多四指的地方，从那里升起来，男生。

修拙火 男观下丹田 女观中丹田

那女生呢？要观想拙火的时候，是观想在「中丹田」，也就是在「心轮」的地方。为什么会男女有别？因为如果拙火真正升起来，它的热会融化掉。会融的话，会触动。因为女生本身有月事，所以观想那里（下丹田）的时候会让你的月事变成乱掉。比较严重的是说，它会流血不止，这是比较严重一点的。有时候会好像每天它都会给你滴一些，每天都给你滴一些，这就很麻烦。不然它会乱掉。不像一般女生来讲，她每个月固定的时间，什么时候到，什么时候会来红。但是如果你49岁以后，女生是七七四十九，49岁以后已经停掉了，我认为是可以观想在脐轮。如果没有停掉的，你就观想在心轮会比较安全一点，不会乱掉。有时候来；有时候不来；有时候就很乱，有时候来多；有时候来少，是这样子的，这是关于拙火。

升起拙火要配合身体运动

他第一个讲的是有这种现象，因为拙火本身如果升起来，产生热的感觉。那个热像烧红的铁，像铁一样的烧红的铁，而且全身会热，甚至于冒汗，全身都热起来。在观想的时候要跟打铁一样的，烧红的铁。而且像丝，就是很细微的烧红的铁，这是拙火的现象。

要拙火升起来要加上运动，不是完全静止。有些是要弹跳、弹动，有些是要扭身。自己扭也可以，自己身不自觉地扭动也是可以，那主要你身体的脉必须要让它通，所以必须要扭。扭有些时候是这样子（师尊示范身体左右扭动），是这样子扭，这样扭过来这边，扭过去这边，扭过来这边，扭过去这边，就是要让你全身的脉能够走。

鼓风炉烧火熔铁

他讲说他的脉，走督脉，也有可能那是从脊椎这里生起来。有时候其实也不是，你可以把全身都想成中脉。你看过人家在烧铁吗？你学铸工的人，师尊以前高工的时候是学铸工。铸工就是一层燃料、一层铁、一层燃料、一层铁。铁熔化的时候，铁水流出来，用这个铁水来灌浆，来灌那个砂模，然后就做成一个仪器出来。仪器出来再用车床，把那个东西都车好，车得非常的精细。用铁水来灌模，就是把那些废铁集中起来，然后用燃料，用吹风的方法把它吹。所以呼吸本身就是在吹你身上的火。扭动是有的，抖动、扭动都是有可能。而且那个脉是会颤抖，脉在颤抖的时候，身体就自然会抖动，是这种现象。

呼吸帮助拙火炽热

呼吸的方式有深浅长短，有的深、有的浅。因为你学铸工的人就知道，要让整个铁熔化，必须要火。火很强，吹很强的风进去，让燃料能够把那些铁给它熔化，变成铁水。有点像吹风机这样送进去，一股热气送进去，那个火燃起来。然后把铁熔化的那一种现象。

这个是其一，拙火到哪个部位，身体相应的部位常常会不自觉地扭动，甚至抖动。整个修持过程，甚至呼吸的方式，深浅长短都好像有些不自觉。凡此可帮助拙火炽热、通脉。行者理解为 根本上师无形的加持。

观想中脉越细越容易升起拙火

第二个、感觉到拙火并不是走中脉，而是循着背后督脉往上走。他讲的是督脉，督脉会绕到前面来，变成「任脉」，任督二脉。这是道家在讲任督二脉。一般密教没有讲任督二脉，只是拙火升起来。它的位置顺着脊椎这样子上来，也是对的。全身都是中脉也是对的，因为我曾经讲过，你要观想中脉的时候是很细，像麦根一样，那个比较容易生；你观想全身就不容易。如果全身都是中脉的话，那拙火就是很强的拙火。

观想亥母或本尊脚踩住头顶

当拙火往头部的时候，头部会不自觉快速上下动（类似开顶），他这时候观想金刚亥母脚踩在顶轮上面。也不一定是金刚亥母，就是你的本尊。修内法的时候，你自己本尊坐在你的顶上，或者是用祂的脚踩在你的顶窍这里。这个观想的意思就是讲说，开顶的时候不要让你的元神从这个窍跑掉。因为一跑掉的话，开了顶，你元神从这里一跑掉没有回来，你就死掉了。

所以修内法，如果修得太强没有把这个顶窍管好，让它直接就跑掉了，那就死掉了，你的人就死了。不过这也好，死得快（笑）。反正人都要死的嘛，对不对？你死得快一点。而且从顶窍出去就到天了嘛！或者你直接成就了，只有这两个方向而已。到自己的本尊净土；或者是到天界；不然就是成就，三条路。从顶窍出去的灵魂是三条路而已。到天界；到自己本尊的净土；直接成佛，是这样子。你观想金刚亥母脚踩在顶轮上面，可以。或者是观想你的本尊，也可以。

2026年10月10日 圣尊莲生活佛 主持西雅图雷藏寺「阿弥陀如来本尊法」同修 暨《大佛顶首楞严经》第150讲



舌抵上颚 拙火上升 明点下降 先看到烟 烟变成火 火变成光

舌抵上颚 拙火上升 明点下降

第三的问题：虽然感觉到拙火充满全身，甚至有时觉得喉咙也有一点点甘甜的味道，喉轮有很甜的那种味道出来。但是并没有明显感受到眉心轮的明点融化下降。以上恳请 师尊慈悲析疑。

你必须把舌头抵住上颚，然后拙火由舌头尖上升到「眉心轮」。你舌不抵上颚，你拙火没办法升到眉心轮。舌头抵住上颚，拙火才能够升到眉心轮。然后融化的明点会顺着你的舌尖，下来到你的嘴巴。然后你会感觉到很多的水，你嘴巴里面都是水。然后你把这个水咽下去，跟自己的拙火融合在一起。师父是这样子教的，现在讲给你听。

你舌抵上颚的意思，你拙火升上去的时候，到了这里(眉心)明点融化了，它会变成水。那个液体会顺着舌尖，融到你的口。那个口会充满了整个都是水，整个口都是水。然后把这个水咽到你的喉部，咽到你的身体里面。那个我们叫做「天庭水」。我这样讲的话，口水都会流出来，就要咽一下口水。那个口水是好的口水，是这样子的。

所以眉心轮的明点融下，你没有感受到眉心明点的融化下降。你舌抵上颚，没有感觉到嘴巴里面全部都是水吗？那个时候你分泌的水会很多，从嘴里面分泌下来，从舌头那边就一直下来很多的水，然后你把它咽下去，那个就是天庭水——天水。这是跟你讲的。

上根摄召 中根观想 下根实体

Q2 修拙火后常会不自觉是缓慢搅舌咽津，真气随着搅舌在体内慢慢运转按摩。有时行者上身慢慢反复前后蛹动，引颈咽津（如鹤饮水般），与其说是在中脉上运转，更像是任督二脉小周天运转，有点「降提持散」的感觉，如此反复咽津持续数分钟或更长，觉受舒畅，不思下坐。请问这样是否算是在修明点法？是否也算是一种初步的水火既济？师尊说过「上根摄召，中根观想，下根实体」。行者此时观想天女空行母在前，是否如法？

A2 我刚刚讲到舌头，第二个问题就是讲舌头引津液下降。这是师父讲的：「上根摄召，中根观想，下根实体。」行者此时观想天女空行母在前，是否如法？跟你讲这个应该是可以的。

先看到烟 烟变成火 火变成光

Q3 第三，行者其后入定，停止专注身体的觉受，尝试无思无想进入三摩地。此时很多时候会出现一团淡蓝色光的烟雾，随细微的呼吸而变化聚散。持续数分钟或更长，然后慢慢消失。请问 师尊，这算不算是气融入中脉看见烟的状况？行者的做法是不迎不拒、不喜不恶、任它来去。请问是否正确？弟子理解：「升起拙火」跟「拙火成就」相差甚远，修持过程虽愉悦，但艰辛而漫长，甚至一生。需要耐力、定力跟体力，最重要是 根本上师的加持力。弟子祈求 根本上师一切有形无形的加持。

A3 这个本来就是这样子的。你是看到烟，最重要是要看到烟，烟再变成火，火再变成光，这就是中脉光明，就是叫「光明风脉」。先看到烟，再看到火，然后再看到光，这是一个程序。

弟子理解：「升起拙火」跟「拙火成就」相差甚远，修持过程虽愉悦，但艰辛而漫长，甚至一生，需要耐力、定力跟体力，最重要是 根本上师的加持力。弟子祈求 根本上师一切有形无形的加持。他已经不错了，看到烟。看到烟就快要看到火，看到火就会看到光。我在跟大家讲这个的时候，自己天庭水就自然往下降，自然就会产生定力。

年轻人口水多 老年人口水少

我告诉你，当你有一天，嘴巴没有口水的时候，你就知道你老了，老人家不会有口水的。你舌抵上颚抵了半天，口干得要死，还要喝水。你天庭水没有了，枯了！枯了是什么现象？你没有气了、也没力了，你什么都没有了。当你讲话觉得口干舌焦的时候，就知道你老了。你舌抵上颚一定会有口水流下来。年轻人尤其口水特别多，有气的、有力的，他的口水特别多。没有口水那就差不多了，没有口水就老了，这个人枯掉了。

没有水的滋润 树枯无枝叶

就像树枯掉一样，没有水了。没有水，他的身体来讲就跟树一样。树枯掉是什么样子？树充满了水分是什么样子？树的原理跟中脉的原理是一样的，树根伸到土里面，雨下来，树根就把雨收起来，那个水收起来，然后往上运。这个树还是年轻的树，它的枝分布出来，它的叶非常的青翠、非常的美，长得非常的好。表示它的根有力，吸进来运到上面，到每一片树叶上，苍青翠绿那棵树，你看这个树是很有活力的。树如果枯掉了，叶子全部枯掉、变黄，树叶全部飘掉了，枝开始断了，树渐渐枯掉了，这个树都快要死了，没有水分了。人也是一样。所以修拙火一定要趁年轻。火点起来，全身水火互相运转。

阿罗汉成就 下身出水 上身出火

你看阿罗汉成就的时候、往生的时候，下身出水、上身出火。不然下身出火、上身出水，成就的时候都是这种现象。你身体就有水跟火，身体里面地、水、火、风。你的身体就是地、水、火、风，这个原理是一样的。树的原理跟你人的原理完全一模一样，地、水、火、风。火升起来，水下降，水火结合就是「水火球」。

水火球周身运转生大乐

把水火球运到全身都是在转动，你转动的时候会很快乐的。你不用「双身」，你「单身」就可以得到快乐。你的水火球在周身运转的时候就非常的舒畅。而且水火球在运转的时候，你气色也会好，皮肤会红润，而且皮肤很细，很「幼咪咪、白抛抛（台语）」，你皮肤会很细，不会苍老，脸上不会有皱纹。你脸上有皱纹就是已经老了，很简单！皮肤皱起来了。你下巴三层，下巴不是一层而已，下巴好几层，皮肤都皱掉了，就是很简单的原理。枯掉了！你枯了，因为你老了，口水没有了。

全身都是中脉

这位弟子修得不错，他修得很好。把全身都观成中脉，那是对的。我以前讲过，全身观成中脉。本来是像稻根一样，比手指头还细，像吉祥草那种根一样，中脉是这样细的。越细它容易升起拙火，观得越细越容易升起拙火。观得很粗的话，升拙火不太容易。

铸工炉越细越容易升起火

我们做「翻砂」的，台语叫「翻砂」。铸工的知道这种原理。铸工的炉越宽越不容易升起火；越细越容易生起火。用风很强力地吹，把它吹燃料，燃料上面放的是铁，一层一层，一层燃料一层铁，一层燃料一层铁。把这些铁熔化，熔化再打开炉的时候，那铁水下来，然后马上用桶子装着铁水，跑去砂模的地方，把它灌进去。有的是用机器。我们刚开始学的时候用人力，手握着这个东西，铁水出来就放到里面，赶快跑到砂模，旁边就是砂模，倒到砂模里面。全部都是几个系配合在一起，木模系是专门做模型。

铁水灌砂模 车床再精细

我这里要怎么举例才好？汽车的引擎是用钢铁把它熔化，熔成水了以后，把它灌砂模——用砂做成模型。木模是先做模型出来，然后把它做成砂模。砂模有一个大的口(浇口)、一个小的口(冒口)。灌大的口进去，然后那个铁水按照这个形状这个模型，然后到冒口。你知道到冒口，就知道这里面的铁水已经满了。然后等它冷却，再把砂模拿掉，那个东西就出来了。出来以后，这个东西再用车床把它车，车得很细，就变成一个引擎。

或者你做汽车的轮胎钢圈也是这样子灌的。不是外面那个轮胎，是里面那个壳(钢圈)也是用砂模去做，然后用车床去车，把它车得很细。很多的机械都是这样子车出来的。铸工就是用火炉烧，把铁熔成水(液体)。什么矿物都可以熔成水，这个原理是一样的。

2026年10月10日 圣尊莲生活佛 主持西雅图雷藏寺「阿弥陀如来本尊法」同修 暨《大佛顶首楞严经》第150讲

木模 砂模 铸铁 车床 成品

你们懂得这方面的知识吗？我高工的时候学的就是这个东西。先做木模，这个木模是什么意思？木头的形状，那是准备来做砂模的。砂模做好以后，就开始用铸工、铸铁的方法把它熔成铁水。再以铁水来灌入砂模，然后它形成木模的那个形状出来。再拿到车床那里去车，就是属于机械的。另外一个系有很多车床，你们看过车床没有？这方面我是读高雄高工的时候，我是学铸工、还有木模、还有砂模、另外还有车床，整个连起来做的。

这是做什么？汽车的引擎、飞机的引擎、还有飞机里面很多的零件，大零件、小零件，都要用这样子做的。有谁懂得这方面的知识？懂得举手？你知道！你以前学什么的？你都学过。（答：翻砂…。）翻砂没有错！翻砂、铸工、铸铁。铁是收集所有的铁，所有的铁质的东西过来，然后用燃料。一层一层，一层燃料一层铁，一层燃料一层铁。整个炉然后开始烧，让它变成水。那个要多少度？（注：约1500℃）。铁那么硬的东西会变成水，你说要多少度？所以一烫到，你这个手就没有了。不能让它烫到，不能让铁水烫到，一烫到就完蛋了。所以要很小心的，我们在装那个铁水的时候很小心，装了赶快跑过去，把那个铁水灌模，灌到砂模里面。它一直跑，跑到「冒口」的时候，就知道里面的铁水已经满了。然后再灌第二个、第三个、第四个、第五个。等它冷却以后再把砂模拿掉、洗掉，是粗的东西。然后再来用车的。很多的仪器都这样子造出来的，那就是机械。



〈卷第五〉

「憍梵钵提，即从座起，顶礼佛足，而白佛言：我有口业，于过去劫轻弄沙门，世世生生有牛呵病。如来示我一味清净心地法门。我得灭心入三摩地。观味之知，非体非物。应念得超世间诸漏，内脱身心，外遗世界。远离三有，如鸟出笼。离垢销尘，法眼清净，成阿罗汉。如来亲印登无学道。佛问圆通，如我所证，还味旋知，斯为第一。」

憍梵钵提嘲讽沙门 世世有牛呵病

我们讲《楞严经》。**「憍梵钵提」**也是一个阿罗汉。**「即从座起，顶礼佛足，而白佛言：我有口业，于过去劫轻弄沙门，世世生生有牛呵病。如来示我一味清净心地法门，我得灭心入三摩地。观味之知，非体非物，应念得超世间诸漏，内脱身心，外遗世界，远离三有，如鸟出笼。离垢销尘，法眼清净，成阿罗汉。如来亲印登无学道。佛问圆通，如我所证，还味旋知，斯为第一。」**（注：「呵」意为反刍，音同师。）

这个阿罗汉「憍梵钵提，即从座起」，他是一样站起来，礼拜佛陀的脚，跟释迦牟尼佛讲：「我有口业。」他有犯口业。他是什么口业呢？他在过去时当中轻弄沙门。他看到一个很年纪很大的沙门，他在吃东西。因为他没有牙齿，那个年纪很大的沙门没有牙齿，嘴巴像牛一样，在那边这样子（咀嚼）。因为没有牙齿，所以咬东西的时候就扭来扭去。然后他就笑他：「你像牛一样，这样子嘴巴扭来扭去。」因为他没有牙齿，他这样磨那些食物很困难，因为没有牙齿，不像现在有假牙。

我在印度看人家卖假牙，一大堆白白的东西摆在地摊上面，用一块布上面很多的白白的东西，用一块布，一小块一小块白白的东西摆得像山一样。很多印度人在那里，这个拿一个起来，套在牙齿上面套一套。因为他是在卖牙套。卖假牙，每一个都来试看看，套一套看能不能套得住？套一套，要看套哪一个牙，买了就回去了。居然有卖假牙的！你看过人家在卖假牙吗？有谁看过在卖假牙的？我在印度就看到卖假牙。没有牙齿很可怕的，没有牙齿，真的是拔掉了，很可怕的！

法语开示《大佛顶首楞严经》第150讲

牛呵病 胃食道逆流

所以，他就是一直在笑那个出家众。老和尚没有牙齿，吃东西的时候这样嘴巴扭来扭去，他就笑，这是他的口业。所以他一世当中都有「牛呵病」。什么是牛呵病呢？你知道牛是怎么样子吃的？它把草吃进去，第一次吃到它的第一个胃。然后有闲的时间再吐出来，在嘴巴那边扭，在那边咬，咬、咬…，然后再吃进去到第二个胃。牛有好几个胃，有四个胃。在第二个胃再吐出来，再咬。第三个胃再吐出来再咬。

我告诉你，人如果有这种病，现在病叫做「胃食道逆流」。他胃里面的东西吃进去了以后，他胃里面东西又会跑到嘴巴来，溢赤酸（台语），酸酸的，而且还有食物。然后，你必须要又把它咬一咬又吞下去。这个毛病古代叫牛呵病，就像牛的胃一样，再吐出来，然后再咬一咬再吞下去，就是胃食道逆流。我们讲现在的病理，我认为是胃食道逆流，不知道大家认为如何？就这样子，有这个毛病。

一味清净心地法门

「如来示我一味清净心地法门。」——释迦牟尼佛教他「一味清净心地法门」。**「我得灭心入三摩地」**——就这样子他能够进入三摩地。**「观味之知」**——他从这个味道里面得到了佛的教化。**「非体非物」**，不是什么东西。非物——也不是东西。

为什么吃香的进去 臭的出来？

我已经讲过了，你以为你在吃食物？为什么你吃下去的是食物，出来的呢？香的进去，臭的出来，怎么回事？照理说香的进去，应该香的出来啊！你要想这个。你为什么要吃那么香的东西？我们每一个人都吃到好的东西，都yum yum，这个好吃，delicious，好吃！真的，小孩子叫yum yum，那好吃啊！delicious，哇！非常好吃。因为是香的，又甜又香，味道又好。但是你吃下去，为什么会变成臭的出来？这不合理啊！香的进去，为什么臭的出来？那么好吃的东西为什么会变成臭的？当初你吃下去那么好，痾出来那么不好。当初为什么你不吃不好的？吃不好的下去，它痾出来会不会是香的啊（笑）？

所以他讲的「非体非物」，我是这样子认为，奇怪！明明是香的东西下去，为什么是臭的出来？你要想这个道理，一想，哦！你开悟了（笑）！你终于臭的你也能吃了。你看你吃臭豆腐，臭豆腐你也能吃，那味道很臭欸！在美国卖臭豆腐，那个老外一闻到，呀！我们才是老外；他们是在地人。在地人从来没有吃过臭豆腐的，他闻到臭豆腐的味道觉得恶，这东西怎么能够吃？

东西方饮食习惯不同

讲一个很简单的，「Andy」的爸爸妈妈到台湾去，师母就请他们进到一个餐馆，叫了一桌的菜。哇！一桌很好吃，有鸡、有鸭、有香肠、有很多的美食。Andy的爸爸妈妈坐在那里看着那些菜，没有一样他认识，最后他们吃白饭配酱油。因为只有白饭他们认得，其他的菜他们都不敢吃。我讲到这里都流口水，台湾的东西很好吃的，他们不吃。你看，叫了一桌的菜欸！因为他们从来没有吃过。

没办法啦！到最后师母就只有带着Andy的爸爸妈妈去吃「麦当劳」，麦当劳他们就吃。Burger King、麦当劳他们就吃了。你请他去吃台湾的酒席，哇！那么丰盛，什么菜都有，一道一道出来，他们没有一样敢吃的。习俗不一样，他们就是这样子。西方人就是麦当劳、Burger King。最后没有办法，去买一些薯条给他们吃。那一餐他们只吃白米饭跟酱油，沾一点酱油就这样吃欸。我一听到都流口水，很多东西很好吃的他们不吃。

2026年10月10日 圣尊莲生活佛 主持西雅图雷藏寺「阿弥陀如来本尊法」同修 暨《大佛顶首楞严经》第150讲





观味之知 非体非物

观想那些味道，所以得到了佛的知识，「非体非物」啊！**「应念得超世间诸漏」**，因为想到底吃什么东西啊？不一样的东西。我们在美国，我们在这边吃的到底属于什么菜？你们煮的是什么菜？中餐嘛！西方人他们有些没有吃过中餐的，根本是没办法接受的，吃了一定肚子不好。好多人吃了肚子不好，要注意了！

有一件事情我就很奇怪，在西雅图雷藏寺吃的，有时候会拉肚子。到「彩雷」吃的就不会。什么原因？要找一下原因出来。是锅子吗？还是洗菜的过程？还是锅子有问题？还是买来的菜有问题？新鲜不新鲜？有没有过期？这都要研究一下。还有你的锅子没有洗干净，或者菜是昨天的菜，你今天拿出来又给大家吃，要注意一下子。有时候人家刚来，吃到你的东西以后，回去肚子不好、闹肚子，要注意一下子。我们不是牛，不是吃了然后到第二天再慢慢咬(笑)。

离垢销尘 法眼清净 证无学道

这个由吃东西而得到「灭心入三摩地」。**「内脱身心」**——把身跟心都解脱了。**「外遗世界」**——世界等于是空了。**「远离三有」**，三有就是三界。**「如鸟出笼」**——鸟出那个鸟笼，从鸟笼飞出去，自由了！**「离垢销尘」**——就是离开污秽，把尘世给它遗掉了。**「法眼清净」**——身心都清净了，就证得了阿罗汉。**「如来亲印登无学道」**——他已经不用再学了。

「佛问圆通」——佛问如何证道的？**「如我所证，还味旋知，斯为第一。」**——我是从味道里面去得到的。因为他得的是胃食道逆流的病，吃下去明明是好的、香的，怎么搞的，在胃里面转一圈，胃食道逆流变成酸的、臭的，到了口变成酸的、臭的。刚刚吃的，是很好吃的东西，为什么恶出来的变成臭的？还没有从下面出来，是从上面出来欸！你们有这个经历没有？吃进去的东西，胃食道逆流，恶，就到嘴了，结果那个东西是很恶心的东西，吐出来，觉得很恶心。刚刚吃的时候为什么不恶心呢？为什么它进去而已，不久你就再吐出来。

我讲过了，「触」，接吻，你感觉到味道很好。女朋友跟你讲：「我今天感冒你不要吻我。」男的不管三七二十一，还是要吻。一吻，糟糕了，那女的咳了一声，一口痰在嘴里面。男的刚好一吸，就把那一口痰吸到嘴里了。妈呀！以后再不敢接吻，很恶心欸！为什么这个一吻，她刚好咳了一下，那一口痰刚好跑到那个男生的嘴里。你说味道好不好？黏黏的，Yuck！就是这么奇怪啊！

也不是香 也不是臭 什么都不是

为什么会不一样？为什么刚刚吃的是这么好吃的东西，为什么恶出来是又酸又臭的？他就想这个问题，喔！终于想到了，那个物体，刚刚吃的东西也不是香的，也不是臭的，什么都不是，非体非物。人的身体也是这样子。终于想到最后，一切都是空，入了三昧地。就像鸟一样飞出鸟笼，一切污秽全部消解，他证得了阿罗汉。很多东西都可以证的，你接吻也可以证得阿罗汉。

有一个问题，如果你很喜欢这个女生，这个女生本身她患有口臭的毛病，那你跟她吻了一次以后就闻到口臭的味道，以后再不敢吻她。如果没有口臭呢？那为什么有些人口不会臭？为什么有些人口就会臭？什么道理？有些人是因为胃的关系，胃气冲到嘴巴来，他的口变成臭的。

像我来讲，我每一次吃东西，吃完东西绝对一定要刷牙，而且我刷牙的功夫是很好的。第一个、一定先冲水。第二个、还有牙间刷再刷过。第三个、还要用牙线。第四个、再刷牙。而且刷牙不是一般这样子刷过去而已，我要每一个牙缝都要刷到。所以我每一次刷牙都要花个20分钟、30分钟。一天吃早餐、午餐、晚餐还兼宵夜，四餐要刷四次牙，你要花的时间多少？为了保持牙齿的干净。又不能太大力，又不能太小力。因为每个牙缝都要刷到，要把所有的东西全部都清干净。那是基本上的礼貌，跟人家讲话，你让人家闻到那一种味道好吗？

我在问事，有些人讲话嘴巴一张，那个味道就闻到了。吓死我了！阿嬤喂！谁敢跟你结婚呐？我想跟她在一起的人，也会受不了。我天生最怕这个味道，嘴巴臭的味道，哎呀！我是不敢。所以我很注意牙齿的，因为你知道别人的牙齿这个样子，你自己的牙齿呢？你一定要清洁干净，不要胃食道逆流，不要把臭酸味在口里面，不能够让它有，那很重要的。

悟非体非物 味可以证道

由这个「味」，你就可以证道。你看很多的法门，不得了！因为有这个味，你在那边想过来想过去、想过来想过去。然后觉得「非体非物」，就证道了，入三昧地。当你观一切的法界都会坏，那你根本没有什么烦恼。你不用烦恼，身心解脱，入三昧地，你就没有念头，很容易就看到光，很容易证道，自己佛性就显现出来。这是由「味」开始的。

嗡嘛呢呗咪吽。

/笑/笑/人/生/

小明又被开除了，他的朋友跟他讲：「小明你不是在火化场上班吗？为什么会被开除呢？」小明回答：「我以前是在牛排馆上班的。所以就习惯性的问了家属：你要几分熟？」

小明到泰国买椰子汁喝，店的门口招牌是：冰凉椰子汁泰铢25元。小明心里想这太便宜了，就买了三个。导游讲：「少喝一点，当心椰子越喝火气越大。」小明心想：听你鬼扯，椰子越喝越会退火吧！？小明继续沿着商店街往前走，第一家商店椰子25元，第二家商店椰子15元，第三家店是椰子5元，第四家店椰子5元买一送一，所以越喝越火。

在高速公路上面，我看到旁边有辆满载的猪的货车，就对旁边的老公讲：「赶快看，一整车都是你的亲戚。」谁知道老公头也不回地讲：「要不是跟你结婚，我能跟他们做亲戚吗？」

小明在朋友圈上发了条状态：「有的时候不要总是去修补坏的东西，而应该去创造一些更新更好的东西。」然后他的爸爸在下面回复：「这就是我们为什么又生了你的弟弟。」

儿子说：「妈，我的旧衣服帮我打包一下，我准备把这个旧衣服捐了。」妈妈回答：「不要捐啊，丢了吧！」他讲：「别丢，还有些吃不上饭的孩子需要。」妈妈回答：「我没听说过，穿XXXL的人吃不上饭。」

女生问算命的先生：「我还能减肥吗？」算命的先生用指头算了一下：「你小减可以换衣服；大减可以换丈夫。」女生又问：「要是不减呢？」算命先生回答：「那你就准备换床。」

孔子是第一个开补习班的人，补习班收费如下：三十而立，缴30两的只能站着听课。四十而不惑，缴40两的可以发问到没有疑惑。五十而知天命，缴50两的可以知道考试的命题；六十而耳顺，缴60两的，老师在耳边给你讲答案，直到考试非常顺、都没有问题；七十从心所欲而不逾矩，缴了70两的，上课要躺着、要睡、要来不来，全部随便你，开心就好。

2026年10月11日 圣尊莲生活佛 主持彩虹雷藏寺「除盖障菩萨护摩法会」暨《大佛顶首楞严经》第151讲



除盖障菩萨 能除一切烦恼业障 生死 一切所知障 令心光发露

你问我答「互动就是力量」第601集

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、我们敬礼坛城三宝，敬礼今天护摩的主尊「除盖障菩萨」。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，还有网路上的同门，大家午安，大家好。（圣尊以各国语言问候大众）

下周日摩利支天菩萨护摩法会

现在通知大家，下个礼拜天10月18日，下午3点PM，是「摩利支天菩萨」的护摩法会。摩利支天，祂是在道教就是属于「斗母星君」。摩利支天菩萨是True Buddha School的护法，也可以当本尊，也可以当护法。那下个礼拜重阳节，也是摩利支天菩萨的圣诞，也是重阳节，10月18日。这一尊是True Buddha School的护法，祂的速度很快，就是在大日面前疾走。祂的威力也是很大，你看那个《摩利支天经》里面写得非常清楚。祂能够隐形。所以祂本身来讲，也就是日本以前古代忍者(ninja)，他们修摩利支天法，作为隐形。祂也是「战威金刚」，就是能够战斗的。

除盖障菩萨 能除一切烦恼 业障 生死 一切所知障 令心光发露

我们今天做除盖障菩萨，祂的手印是，尾指跟无名指曲向掌心，两手虚心合掌，大拇指按住无名指，是这样子的手印。祂这个形象，跟目前我们这个的形象不太一样，祂的左手拿着一个法幢，上面有宝珠，有经典，右手是与愿印，形象非常的庄严。祂是「胎藏界除盖障院」，当中的主人。祂身边一样有八大菩萨，这八大菩萨是不一样的，分别是「除疑盖菩萨」、「施一切无畏菩萨」、「除一切恶趣菩萨」、「救意慧菩萨」、「悲念菩萨」、「慈起菩萨」、「除一切热恼菩萨」、「不可思议慧菩萨」。祂可以除掉众生所有的烦恼，让你的心性光明能够显现，就是除盖障菩萨。可以除掉烦恼还有业障、生死、一切的所知障，所有的烦恼痛苦，都可以解脱。除盖障菩萨的威力是很大的，祂是八大菩萨之一，在「释迦牟尼佛」的时代，祂本身是跟着佛陀一样，在度化众生。

Q1 移开绊脚石 是否就是修行？

我们进入你问我答，马来西亚，莲花益聪。

顶礼师尊，请佛住世，佛体安康，请师解惑：如果把修行比喻成爬楼梯，那么这一路上的绊脚石便是考验。我认为行者应当每日自我反省，把一路上的绊脚石一个个找出来移开。这当中的难度是如何提早发现这些绊脚石。也有一些人一直都没发现所以卡在某个梯级。这寻找障碍物也是一门技巧，像自我反省，忏悔法便是。而要度化别人的话是更高级的技巧，不但是认清自己梯级，也要为别人寻找适当的方式去开始登梯，甚至教育他人移开绊脚石的方式。如此便是每位弘法人员应有的技能。请问我的观念有误否？

A1 移开绊脚石是对的 跨过绊脚石也是对的

他的观念，有没有什么错误？现在问大家，有谁有意见，麦克风给他。（**报告师尊，如果有绊脚石的话，他就应该越过，除非他是在带领很多人走同一的路，如果绊脚石还要一个一个的搬开，那就是等于是脱裤放屁多此一举，谢谢师尊。**）

多此一举，有人赞成有人反对，有人讲对，有人讲不可以。问佛菩萨（师尊屈指神算）：马来西亚莲花益聪问的，跟那个恐龙师兄所讲的，请问哪一个对哪一个错？好回答你，两个都对，恐龙师兄讲的也对，这个问的人也对。

Q2 若修为提升 梦中所见更可信？

第二个问题，师尊在《三摩地玄机》一书提到「深定见到本尊是全真，浅定一半是假，睡中见的只有一点可信度。」请问这说法是以正在修外法的弟子为准吗？是否随着修为提升而逐渐增加梦中所见的可信度呢？

A2 定力高 梦中所见就是比较真

梦中能够见到本尊，或者梦中见到很多佛菩萨，因为他修为越来越深，在梦中所看到的，是不是可信度也很高？他的问题是这样子，这个问题也一样可以问大家，不一定我来回答。梦中所见是真是假？那么修为越高，是不是他越来越真？我认为是这样子，我个人讲。修为高，那当然他的定力就高，所看的就是比较真，当然是一定比较高，那是一定的。修为低呢，那个乱七八糟的梦，你也认为是真的；根本就没有修为，那梦全部都是假的，没有可信度。大家认为呢？

师尊只听见声音 师母却看见无形

有一件事情是很确实的，有一次，我回去，开着车载师母回家。我下来帮师母提东西上去以后，我就从运动间里面有一个门，我是从运动间的门进去。一进到运动间的时候，我发觉运动间有两个bed，一个是按摩的bed，一个是属于红外线的bed，身体照红外线的bed。一进去运动间，两个床全部在震动，没有人喔，两个床都在震动，震动很厉害。我说，嗨！你们好！我一向都是这样子。师母就走过来了，师母走过运动间的时候，回头望一下运动间，看到按摩床上有人。师母看到，我没看到，我只是听到床在震动，她是看到床上有人。

所谓看见 不一定完全是真的

但是师母有时候看到的不一定是真的，有时候是真的。比如我在房间，我那个房间只有一个人，我在那边做事情，在那边修法。她匆匆忙忙跑进来：我听到你的房间里面有很多的声音。我说没有啊！没有人啊！只有我一个人在修法。她就东看西看，东看西看，然后最后跟我讲，很多人喔，祂那个头都顶到屋顶，顶到了天花板，那么多的人，很多人。我看了半天，没有。她有时候又说有，我看了是没有。所以看见了，也不一定完全是真的，有时候是真的看到，有时候是不一定真的看到。

梦中见 禅定见 天眼见 深浅有别

那梦中见的，有的是真的，有的不是真的。大部分禅定中见，比较真实一点，比梦中见还真实。最高明的是你已经有了天眼，什么都看得见。有了天眼，而且看得很远，人家看不见的，你可以看到，看到很远，眼睛一张，你就可以看到北极光，你想看什么，就可以看什么。你要看昆仑山，新疆的昆仑山你都可以看得到。你要去撒哈拉沙漠，你就可以看到撒哈拉沙漠，你就什么都可以看得见的，张开眼睛就可以看得到。所以他这个深跟浅的确是有差别，你没有那个，没有自己的修行，当然晚上做梦，乱七八糟的梦，梦中你中了奖，其实你根本什么都没有。所以这个是梦中见、禅定中见、天眼见，通通都不同。功力有深有浅，是不一定的。

法身对行者助益很大

很多人也可以知道法身，但是不一定看见，师尊的法身来，他知道。有些人是可以看到面孔，看到形象。有些人在梦中见，有些人在禅定中见，有些人张眼就可以看得到，而且24小时都看得到。有的是一念，法身就出现。有人还跟法身吵架，我跟他讲说，你不要跟法身吵架，法身很好用的。你生意不好，你跟法身讲：这几天生意不太好，你去拉客人进来。就帮你拉客，多么好，他生意马上旺得不得了。他说他常常跟法身吵架，因为他行为有些不对，法身会指导他，你讲这句话是不对的，你做这个行为是不对的，就火了，怎么找一个法身来，一天到晚管我，他被管得，跟祂吵架。你看有一个帮手，无形的帮手，真的，人家走过他的地方，法身只要伸一个脚，拐一下，他就进去他的店里面了，法身是很有用的。

2026年10月11日 圣尊莲生活佛 主持彩虹雷藏寺「除盖障菩萨护摩法会」暨《大佛顶首楞严经》第151讲



诸漏虚尽 成阿罗汉 得亲印记



法语开示《大佛顶首楞严经》第151讲

〈卷第五〉

「毕陵伽婆蹉，即从座起，顶礼佛足，而白佛言；我初发心从佛入道。数闻如来说诸世间不可乐事。乞食城中，心思法门。不觉路中毒刺伤足，举身疼痛。我念有知，知此深痛。虽觉觉痛，觉清净心，无痛痛觉。我又思惟，如是一身，宁有双觉。摄念未久，身心忽空。三七日中，诸漏虚尽，成阿罗汉。得亲印记，发明无学。佛问圆通，如我所证，纯觉遗身，斯为第一。」

语言重在沟通 听懂最重要

又是一个阿罗汉，这个叫做「毕陵伽婆蹉」，我是有边读边，无边读中间，不要怪我这个发音的问题。因为他用的字也是很奇怪的，不是我发音的问题。「毕」绝对是对的，「陵」也绝对是对的。这个「伽」，释迦的迦，也不一定是这个伽，莲伽的伽。毕陵伽婆蹉，这个一个足一个差，怎么念？「蹉」（音搓），我不管，我要念成差（笑）。因为这个字很少用，对不对？我们平常用这个字吗？你写文章也用这个字吗，你有用过吗？（**弟子：时间蹉跎**），时光蹉跎是什么意思，浪费光阴，这倒是有用到耶！不管了，我还是要念差（笑），有边读边嘛，对不对，你搞那个声音干什么，反正你听得懂就是了。

这不过一个名字嘛，你说我这个卢胜彦，你怎么念才对？有人念卢胜彦（音言），也对啊！念卢胜彦，也对啊！卢胜彦（音烟），也对啊！反正我听得懂就好了。真的是，我觉得像这个字，反正大家听懂就好了。语言这种东西，你没办法抓得准的。在台湾是用注音符号，ㄅㄆㄇㄈ。在中国是罗马拼音，不一样的，有的要卷舌，有的不卷舌。你说中国大陆那么大，单单一个福建省，我记得以前国文老师跟我们讲，单单福州就有18种语言，语言真的是学不完的。你看四川的，以前我们那个国文老师是四川的。我们讲「如果」，如果怎么样，他讲「汝过」，他发音就是汝过。他一讲四川话，就汝过汝过。不管了，毕陵伽婆磋（音差）。

藏文是根据梵文变化而来

巴利文是叫做差，毕陵伽婆磋（音差），（**弟子：手机翻译有好几种。**）你看差，对啊！当初的时候「吞米」，你知道吗？西藏人当初在「松赞干布」的时候，还没有文字。他派一个大臣叫做吞米，他名字很长，但其中两个字就是吞米。我知道因为很好记，吃米，叫吞米。吞米这个大臣很有智慧，有文字天才，松赞干布就请他到印度，那时候的天竺，去找一个语文学家学梵文回来。他就去到天竺，找到了语文学家，语文学家问他，你要学哪一种梵文？因为他懂的梵文有16种，也就是天竺的文字有16种，你要学哪一种？吞米才跟他讲说，比较符合于藏人学的那一种。他学好了又回到西藏，然后就开始把文字弄出来，让大家可以学习文字，学习发音，是这样子来的。藏文的文字是根据梵文所变化出来的。

日本文字源于中文

日本的文字，他本来是属于中文，是中文的文字。是「空海」到了西安，学习了云字，像云一样卷起来的文字，那个叫做云字，像云一样变化的文字。学了以后回去，回到日本，本来是中文的文字，改成了日文的文字。所以文字也是有变化的。他本来的文字是繁体字，现在东南亚的文字，就不一样了。东南亚的文字是学毛主席，他把繁体字改成简体字，以后就变成简体字。中国古代比较早的文字，是繁体字，我们学的是繁体字。东南亚跟中国现在学的，都是简体字，就是这样子的。所以文字不管它了，反正大家知道就好了。

毕陵伽婆蹉 被毒刺刺到脚

这时候祂就站起来了，顶礼佛的足，跟释迦牟尼佛讲**「我初发心从佛入道。」**祂发心跟着佛陀进入佛陀的法门，就是出家。**「数闻如来说诸世间不可乐事。」**祂常常听到佛陀讲，诸世间不可乐事。什么叫不可乐事？总之会发生一些不一定很好的事情。然后祂**「乞食城中。」**祂也是一样，因为那时候的沙门，都是在城里面托钵的，托钵乞食。就像乞丐一样，出家人就像乞丐一样，沿门托钵。**「心思法门。」**一直心里在想着，释迦牟尼佛所讲的法。**「不觉路中毒刺伤足。」**祂在走路当中，被有毒的刺刺到脚。

虽觉觉痛 觉清净心 无痛痛觉

「举身疼痛。」这个毒跑到全身里面，跑到身体里面，他全身都痛。**「我念有知，知此深痛。」**祂感觉到，这个痛是很痛的，全身都痛。**「虽觉觉痛。」**已经有这种感觉，痛的感觉。**「觉清净心，无痛痛觉。」**祂又打坐，因为祂全身痛，又打坐，进到清净心里面，这个时候，祂痛的感觉就消失掉了。这时候他又想了，**「我又思维，如是一身。」**我只有一个身体。**「宁有双觉。」**为什么会有两种感觉？一个是没有痛的感觉，一个是有痛的感觉。

摄念未久 身心忽空

因为这样子，**「摄念未久。」**祂就是感觉到身体有一个感觉，一个是没有痛的感觉，一个是痛的感觉，因为他进入深定里面，在禅定之中，这个痛觉就消失掉。**「身心忽空。」**祂说，祂因为有痛的感觉，然后禅定，发现有两个，一个是有痛的感觉，一个是没有痛的感觉。身心忽空，身体跟心，都突然间空掉了。

诸漏虚尽 成阿罗汉 得亲印记

「三七日中。」就是三七，二十一，二十一天的禅定。**「诸漏虚尽。」**把所有一些烦恼全部消除掉了。**「成阿罗汉，得亲印记，发明无学。」**佛陀印记祂，祂已经是无学阿罗汉。**「佛问圆通。」**现在佛陀问，你如何证道的。**「如我所证，纯觉遗身，斯为第一。」**就是以这个禅定中的入最深三昧地的时候，身心皆空，这一种觉受是第一个，是第一。在讲祂如何证道，祂是在禅定之中，因为伤到脚，所以祂就做禅定，禅定的时候，没有感觉到这个脚的痛。祂说身体有两个感觉，一个是痛的感觉，一个是不痛的感觉，一个人的身体，怎么有两种感觉。入甚深三摩地的时候，祂居然没有感觉到痛。祂就用这个一直在想念这个事情，一共禅定二十一天。突然身心脱落，没有觉得身体存在了，心、念头也不存在了，所有一切烦恼全部漏尽，变成无学阿罗汉。所以佛陀印证祂，已经得证了无学阿罗汉，是这样子。

唾液于身有益 吐出却不敢再吃下

这个觉也是很奇妙的，事实上，我昨天晚上讲的那个东西，大家也可以体会。昨天讲不是讲那个唾液吗，你嘴巴里面的唾液，那个唾液是不可以吐掉的。除非是痰，你感冒的痰当然要吐掉，那个是痰，那是细菌，那是黄色的痰，或者白色的痰，那个痰当然要吐掉。唾液是不吐掉的，唾液是你可以咽下去，对你身体是有帮助的。

有一个问题，大家稍微想一想，那个唾液在你身体里面，对你身体是有益的，但是你如果把这个唾液吐出来，吐到外面，然后你再把这个你的唾液，再把它吃进去，吐出来再吃进去，你要吃吗？问你，一个简单的问题，师尊讲，这个口水对你身体是有益的。好啦，那你就把口水吐在杯子里面，然后再把这个口水再吃进去，你会吃吗？会不会吃？不会。同样的口水，为什么你不吃呢？（**弟子：吐出来就有细菌了。**）外界有细菌，你身体里面，就没有细菌吗？其实身体里面也有细菌，一样有细菌，你全身都是细菌，身体里面也一样有细菌。

2026年10月11日 圣尊莲生活佛 主持彩虹雷藏寺「除盖障菩萨护摩法会」暨《大佛顶首楞严经》第151讲





唯有修行 身心脱落 才无分别心

不断思维 为什么？为什么？ 刹那间 烦恼漏尽 证阿罗汉

问你一个简单的问题，你跟你的女朋友接吻，你是觉得她的唾液，她的口水，很甜很好吃，你就把它通通都吃进去。她也吃了你的口水。问你，这个女朋友把口水吐出来，你愿意吃吗？（笑）No，No，No。女朋友的口水如果吐出来，你愿意吃吗？你不吃啊，对不对。为什么？刚刚你讲了有细菌。问题是这样子，同样的东西，你有的吃有的不吃。由这里你可以去领悟到，这些阿罗汉证道，是怎么样的证道。同样的东西，为什么在身体里面，你就吃了？为什么在身体外面，你就不能吃了？就是这个，你要想一想，为什么？为什么？为什么？突然间，身心都空了，烦恼没有了，一切漏尽，你就成就阿罗汉了。这是我昨天回去想，为什么在身体里面的你就敢吃？为什么身体外面的，你不敢吃？想了半天，这个可以证道。

吃与不吃 差别在「分别心」

再问你，你说会染到细菌，很好，用一个无菌的袋子，没有细菌的袋子，完全把他细菌全部杀死了，全部都没有了。叫女朋友把口水吐到袋子里面，拿着给你，你吃不吃？你还要加料，我告诉你，加料你也不敢，为什么？这个可以开悟，回去想一想，所有人全部开悟了。（**弟子：因为心生分别。**）因为有「分别心」，那个不是你女朋友嘴巴里面的，她已经吐出来了，所以你就产生了分别心。其实是一样的东西，口对口，这种口对塑胶袋，感觉就不一样，那是一种觉受，觉受不同。用这个感觉你去想，怎么会这样？禅定的时候，身心脱落，烦恼突然间没有了，哇，开悟了耶！当你开悟的时候，连大便都可以吃（笑）。

《绿野仙踪》寓言故事

我看过一本书，那本书叫做《绿野仙踪》，很古的书。那本书的男主角姓冷，后来他证道了。你们有谁看过那本书的，我在大鹏书局里面看到。大鹏书局里面的书我全部看过，整个书局里面的书，我全部看了，中外的书，翻译的书我全部都看过。里面有一本《绿野仙踪》，主角叫冷于冰，他证道了。证道以后，他成就了。成就以后，他把事情交给一个小沙弥。小沙弥看到很多的和尚在吃好吃的东西，吃了以后就上大号，大号痾出来就是臭的。那小沙弥就在那边想，为什么他们吃的是香的，出来是臭的？后来这个小沙弥，突然间有所醒悟，身心脱落。他看着厕所里面那些脏东西，他就抓了一把来吃，他吃得很高兴。冷于冰从空中下来，把这个小沙弥一抓，说：你已经证悟了。就把他带到天上去。

小沙弥不分别香臭 即是开悟

我有看过这个东西，所以你不懂得吃口水，你如果吃了，你就证悟了。吐出来的口水，你也敢吃，那你就证悟了，因为你没有分别心。你因为有分别，所以你吃香的是香的，吃甜的是甜的，吃辣的是辣的，因为你有分别。当你没有分别味觉的时候，你什么都可以吃。当你没有分别味觉的时候，你吃了，你就是开悟了。

我看过这本书《绿野仙踪》，一个小沙弥，他一直在想这个问题，为什么这些老和尚吃香喝辣，结果到厕所去，痾出来是这种东西？他在想香的臭的、香的臭的、香的臭的，不管了，全吃了。吃了以后冷于冰说，这个小沙弥已经证悟了，把他带到天上。我是看过这一段的，不知道有人看过这一段吗？莲传有看过这一段吗？《绿野仙踪》，很早喔，（**莲传上师：这本书实在是太早了，所以弟子没有看过，看过的是英文版的绿野仙踪，但是不是这个故事。**）OK，那主角也叫冷于冰吗？（**不是不是，师尊，那个是童话故事，绿野仙踪是童话故事。**）童话故事，我看的不是童话故事。（**师尊讲的冷于冰，没有错，那个是清朝以前写的故事，这本书我没有看过。**）清朝以前的，（对），我看过。

卢师尊看遍书局藏书

以前我住在高雄林森横路，现在林森横路也没有了，那么再过来就是球庭路，球庭路有一家书局，叫大鹏书局，里面的书我全部看。学校的书我不看，我看的就是书局里面，我去租书店里面，全部租来看。我不只是租，而且还偷，偷到我家变成一个书房。后来我父亲发现了把我打了一顿，又把这些书，全部归回给大鹏书局。我也好像写在我自己的书上，我是如何偷书的方法，我都把它写在书上（笑）。因为我藏了很多的书，被我父亲发现，把我人跟书全部送到大鹏书局。对那个书局的老板说，你要怎么罚就怎么罚。大鹏书局老板一看到我，算了，一个小孩，那么喜欢书，来我们这里偷了书，也算是雅贼，就算了吧。我父亲也喜欢看书，他也喜欢看书，他看的书看完了以后放在那里，剩下的都是我看的。他书是从高雄电力公司管理处图书馆里面借的。《东周列国志》，所有的古典小说，古典书，还有那个《上古神话演义》，上中下三册，都是这么厚的。我父亲都从那个台湾电力公司高雄管理处的图书馆那边借过来，然后放在那里，他在看，看完了是我看，我全部把它看完。《上古神话演义》，我全部都看过，所有演义的书我全部看。中国的历史，整个朝代怎么开始的，怎么样结束的，我通通都看。

爱情笑话 不是专一 是分别心

所以我记得以前那本书《绿野仙踪》，冷于冰，他讲了，清朝时候的人。所以这个是可以证悟的，你如果对每一个东西没有分别心的话，你通通都可以。你有分别心的话，有些可以，有些是不可以，差别就在这里。问你一个问题，男生不管到哪一个年纪，他爱情都是专一的。二十岁的时候你爱二十岁的，到了四十岁的时候，你还是爱二十岁的，为什么到六十岁你还爱二十岁的，到了八十岁你还爱二十岁的，为什么？你二十岁的时候，你的女朋友也是二十岁的，为什么你到了四十岁，你还爱二十岁的？为什么到六十岁，你还爱二十岁的？你到了八十岁，你还爱二十岁的，为什么？爱情专一（笑），那才不是专一，那是分别心。

婚前婚后不一样 就是分别心

为什么以前你很爱他，后来你不爱他？问题在这里，我告诉你一件事情，为什么婚前跟婚后不一样？结婚以前，很简单的一件事情，男女朋友的时候，男的跟女的讲：「我们每次碰到红绿灯，我们都要kiss一下。」碰到红绿灯，就是接吻的时间，那是男女朋友的时候，结婚以后就没有了。太太她就问先生：「为什么现在碰到红绿灯，你都不跟我接吻？」先生讲：「现在我都开高速公路，没有红绿灯。」当然这是一个笑话，结婚以后，为什么就没有了，那就是分别心，婚前跟婚后，不一样。

唯有修行 身心脱落 才无有差别

二十岁，正是青春荡漾，那时候最漂亮。但是女生到了七十岁，男生到了几岁，男生到了八十、九十，或者同样年纪相差不多，那时候有没有像以前年轻的时候，那一种热情在？没有，剩下的只是责任，为什么？所以我们常常讲：

一岁的时候，出场亮相，
十岁的时候，学业至上，
二十岁的时候，青春荡漾，
三十岁的时候，职场闯荡，
四十岁的时候，稍微发胖，
五十岁的时候，老当益壮，
六十岁的时候，血压向上，
七十岁的时候，偶尔遗忘，
八十岁了，走路摇摇晃晃，
九十岁了，全部遗忘，
一百岁了，挂在墙上。

都有差别的，人生就是这个样子，只有你修行，身心脱落，才不会有差别。

嗡嘛呢呗咪吽

真佛論劍

晨钟小语

文：摘自 盧勝彥文集第310冊《敲響晨鐘》



其七：

（莲花浩浩写的）

有没有一面镜
看看自己
是否做得好
障碍剩多少
可否与师佛共了
这西行路遥遥
叫人泪尽声哑
转念想想
不可太晚
不可太早
灯塔在前方
指引
向前朝

●

（解忧小公主写的）

月河比一旬还宽
总有一天我会遇见优雅的你
喔
织梦者不论你去何方
我将随你而去
有如此广阔的世界让我们欣赏
我俩跟随同一道彩虹的末稍
在圆弘外等待
我的知心
还有月河
你
我

其八：

我（卢师尊）说：

要实践「随顺」也不是很容易的事，因为那不是一种感觉而已。

例如：

我住在急诊室时。（病床）

我住在家中。

我住在弟子家。

那一种感觉都不一样，我习惯一人独睡，若旁边有了「看护」，我就无法安眠了。

这一切都是不对等的。

如何随顺？

谈到「爱」——

莲香上师——那是夫妻之爱。

佛青佛奇——那是子女之爱。

亲戚——直系、旁系之爱。

同学——同窗之爱。

朋友——那是互助之爱。

弟子——那是师徒之爱。

陌生人——那是普同大爱。

我一直在学习佛陀说的话：

把长辈看成自己的父母。

把平辈看成自己的兄妹。

把幼辈看成自己的子女。

然后去学习「随缘」、「随顺」、「随份」，我要的是「随遇而安」。

一切都安心！

不起烦恼！

我走到那里，都可以自自在在。就算死了，也一样自自然然，那是一种永远的幸福。

我会努力！

无常、无我、空、寂静。



蓮生悟語

蓮生法王盧勝彥文集第118冊《天地間的風采》

最喜欢吃什么

由这则传记，可证明二事：
一、塑造佛的金身，有功德。
二、人的一饮一啄，均有定数。

曾经读过一则传记：

有一位释法庆，塑造释迦牟尼佛的立相。

未造好，就死了。

释法庆死后见阎罗王，正在此刻，释迦牟尼佛至，阎罗王下阶礼拜。

佛说：「法庆造我的立相，尚未完成，让他再活吧！」

阎罗王问主命鬼王：

「法庆命该终吗？」

主命鬼王答：

「法庆命本不应该终，然而他的食福已经完全没有了，也即是食禄全无，吃光了。」

阎罗王道：

「那把荷叶给他吃吧！」

结果，释法庆死后三天，又复活起来。从此以后释法庆最喜欢吃的东西就是「荷叶」。

他认为「荷叶」特别甜，特别香，特别有味，胜过任何食物，其他食物均很难下咽。

释法庆最后完成释迦牟尼佛的立相。多活了几年才离开娑婆世界。

由这则传记，可证明二事：

一、塑造佛的金身，有功德。

二、人的一饮一啄，均有定数。

在我帮人「问事」之中，也有一件趣事，如下：

有一个人拿着问事表，进来问事。问事表上只写着几个大字：「最喜欢吃什么？」

来人说：

「莲生活佛卢胜彦，久仰大名，如雷贯耳，我的许多朋友同事都谈起你，认为是全世界上最灵验的神相。今天，我特地从亚特兰大飞了过来，我从来不算命，也不问运，我只问一个问题，这问题对了，我会改变我的人生观，如果不对，我亦不会告诉任何人，只是，我不想改变我的人生观，我的人生观就是，我不认为人间有神或有鬼，我认为物质现象就是宇宙生命的全部。」

「这是考验？」

「不算是考验，活佛，我仍然是一片至诚而来的，我想解我心中久远的谜，现在只有你能回答。」

「这不是正经的问事！」我回答。

「表面上确实不正经，但，我是正正经经的问。」来人显然真的要明白宇宙鬼神之有无，而非无理取闹。

我说：

「好吧，就只一次，下不例外，不可一而再，再而三。」

他说：

「下不例外。」又说：「我这次来西雅图，是临时动议，说来就来，没有人知道我要来问事，同时，所问的事，也是临时想到的，我只问一个：我最喜欢吃什么？」

于是，我凝神一心。

这正是：

起初时微微荡荡。
向后来渺渺茫茫。
微微荡荡干坤大。
渺渺茫茫无阻碍。

也正是：

祥光霭霭凝金像。
万道缤纷实可夸。
普济世人垂悯愍。
遍观法界现金莲。

我凝神中听到一音：

「甄三元上师最不喜欢吃的东西。」

我张眼，在白纸上写下二个大字——「香菜」。

因为甄三元上师一遇「香菜」，必举筷挑起，这东西，他吃不得，认为大怪味。想不到，来客最喜欢吃的，就是甄上师最不喜欢吃的。真是因缘啊！

来人一看「香菜」二字，睁大了眼，摇头大叫：「不可思议！不可思议啊！」



觉囊派图克波喇嘛参访雷藏寺 拜会 莲生活佛共沐佛光

美国西雅图讯/释莲麒、莲花逸伶 报导

2026年9月26日至27日，美国乔治亚州亚特兰大Dorje Ling Buddhist Center（时轮金刚中心）的图克波喇嘛（Lama Thukpo），在Kelly师姐的引荐与陪同下，专程莅临真佛宗祖庙西雅图雷藏寺及彩虹雷藏寺进行友好参访，并前往真佛密苑，恭敬拜会真佛宗根本传承上师 莲生活佛卢胜彦。

十一岁出家 修学于觉囊派龙什加寺

今年45岁的图克波喇嘛出生于西藏，根据资料，他自11岁即进入僧团出家受戒，主要于青海省果洛藏族自治州甘德县的龙什加寺（Longshijia／Lungkya Monastery）接受佛法教育与修学，其后并曾赴印度继续学习约三年。

他的主要上师为觉囊派上师阿旺班玛南加法王（H.H. Ngawang Padma Namgyal Palzangpo，又称Lama Penam Rinpoche／比南仁波切）。图克波喇嘛目前常住于美国乔治亚州亚特兰大的Dorje Ling Buddhist Center，现任该中心住持。

Dorje Ling Buddhist Center与藏传佛教觉囊派及时轮金刚（Kalachakra）传承渊源深厚。图克波喇嘛本人每年亦前往尼泊尔，协助当地寺院及学校，关怀儿童教育与生活。此次专程来到西雅图，最主要的心愿，就是亲自拜见 莲生活佛并向 师尊致敬。

珍贵历史照片 话当年

9月26日下午，图克波喇嘛首先参访西雅图雷藏寺，随后前往真佛密苑拜会 莲生活佛。

会面中，图克波喇嘛恭敬向 莲生活佛献上象征吉祥与敬意的哈达及礼物，表达对 莲生活佛的敬意。莲生活佛也回赠多本自己的着作与介绍资料，包括最新着作第310册《敲响晨钟》、《定中之定》、英文版《金刚经讲集》——The Vajra Sutra: A Detailed Exposition by Living Buddha Lian Sheng，以及中英文版莲生活佛时光回廊导览手册《一个活佛的秘境》与 A Hidden Sanctuary of the Living Buddha，让图克波喇嘛能进一步认识 师尊一生的修行、求法与弘法历程，亦作为此次佛法交流的珍贵纪念。

莲生活佛并亲自为图克波喇嘛披上哈达，双方亲切交谈、合影留念。





在密苑参访时，师尊亲自带领图克波喇嘛观看墙上珍藏的历史照片，娓娓介绍自己早年弘法的珍贵往事，包括90年代前往印度与过去与藏传佛教活佛、仁波切交流互动的历史因缘。从一本本着作与导览手册，到墙上一帧帧跨越数十年的历史影像，图克波喇嘛仔细观看聆听，也由此更深入了解师尊长年修行、求法及弘法的历程。







恭闻莲花童子同修开示

当天下午，在西雅图雷藏寺住持释莲吟上师等人的陪同下，图克波喇嘛参观祖庙各处殿堂，了解西雅图雷藏寺的历史、真佛宗的创立与弘法历程，以及寺院各殿堂、坛城与佛菩萨圣像。

当晚，图克波喇嘛留在西雅图雷藏寺，全程参加「莲花童子本尊法」周六同修，寺方亦正式向大众介绍这位来自亚特兰大的觉囊派贵宾。

时轮金刚是觉囊派极为重要的核心教法之一，而图克波喇嘛专程拜会 师尊的当晚，师尊在开示中也特别谈到了自己的时轮金刚法传承，以及遵照师父嘱咐将时轮金刚法弘传五大洲的因缘。

「时轮金刚大法」弘传五大洲

依真佛宗历年开示资料，莲生活佛所传承的时轮金刚法，具有两个人间传承，以及一个禅定中的「禅定寂静秘密传承」。

第一个人间传承：班禅九世 → 萨迦证空上师 → 莲生活佛卢胜彦。 萨迦证空上师当年于青海玉树接受班禅九世的时轮金刚灌顶与传法，后来在美国西雅图将此传承传予莲生活佛。

第二个人间传承：蒙古甘珠活佛 → 吐登尼玛 → 吐登达力 → 吐登达尔吉 → 莲生活佛卢胜彦（吐登其摩）。此一法流由蒙古甘珠活佛一路传至吐登达尔吉上师，再由吐登达尔吉上师将法本与灌顶传予莲生活佛。

此外，师尊亦曾开示自己在甚深禅定中直接获得时轮金刚的加持与灌顶，称为「禅定寂静秘密传承」。

师尊遵照其根本上师吐登达尔吉上师的嘱咐，将「时轮金刚大法」弘传五大洲。自2000年于香港首传时轮金刚法之后，多年来足迹遍及世界各地，陆续传授时轮金刚及其相关密法。至2013年英国伦敦法会，师尊完成将时轮金刚法弘传五大洲的愿行。

当晚开示中，师尊也特别谈起2012年3月25日在印尼雅加达主持时轮金刚大法会的一段殊胜因缘。当年师尊于印尼雅加达主持「时轮金刚息灾祈福增益敬爱超度护摩大法会」，并首传「时轮金刚链法」。依 师尊其后公开开示的叙述，当时手持燃香，现场拍摄的照片中，升起的香烟呈现出时轮金刚的形相，与师尊相对；这张特殊的影像，也成为真佛宗弟子多年来津津乐道的一段殊胜感应。

对一位出身于觉囊派修学传承的图克波喇嘛而言，此次专程前来拜会莲生活佛，又恰逢师尊于当晚开示谈及自身时轮金刚的传承与弘法因缘，也让这场不同传承行者之间的相遇，多了一层难得的法缘呼应。

同修结束后，图克波喇嘛随大众恭敬接受莲生活佛亲自摩顶加持。

图克波喇嘛在参与当晚同修后分享感受表示：「虽然彼此修法的方式不一样，但是他觉得加持力还是一样殊胜的。」 这份真诚的感受，也为此次不同佛教传承之间的交流，留下深刻而温暖的一幕。

访彩虹雷藏寺 参加瑶池金母护摩法会

9月27日星期日，图克波喇嘛再前往彩虹雷藏寺，参加由莲生活佛主持的「万佛手无极眼瑶池金母护摩法会」。

从祖庙西雅图雷藏寺，到真佛密苑拜会莲生活佛，再到彩虹雷藏寺参加护摩法会，周六、周日两天的参访行程，不只是一次佛教人士之间的友好往来，也是一段不同传承行者以佛法相识、彼此尊重的交流善缘。

从密苑观看一帧帧珍贵历史照片，到亲闻 师尊谈及时轮金刚传承与弘法因缘，短短数日的相聚，结下了一份珍贵的佛法善缘。

此次参访从拜会、交流、闻法、护摩，到临行辞别，在彼此尊重与法喜之中圆满完成。不同佛教传承虽各有其历史法脉与修持特色，却因共同的佛法信仰而相遇交流；此次图克波喇嘛的西雅图之行，也为真佛宗与藏传佛教觉囊派行者之间，留下了一段温馨珍贵的交流因缘。





修行久了，总以为答案会愈来愈多。

知道什么是空，知道什么是佛性，知道如何明心见性。彷佛有一天，答案集满了，就叫开悟。

我做了一件事：把公案里禅师们的答案，一条一条抄下来，排在一起。

排完，发现一件奇怪的事。

问题愈问愈大。

答案，却愈来愈不像答案。

有僧人问贞邃禅师：「如何是最初一句？」

贞邃禅师答：

「世界尚未成，你已在此。」

这是我抄到的答案里，最像答案的一个。

有僧人问如宝禅师：「如何是玄旨？」

如宝禅师答：

「你与我掩起门。」

玄旨没有说出来。门关上了。答案是一件差事。

灵佑禅师翘起一只脚，说每天由它负载身体，感恩不尽，又问仰山禅师如何感恩自己的脚。

仰山禅师答：

「天冷的时候，给它袜子穿。」

答案是一双袜子。

有僧人问鸿究禅师：「如何是急切处？」

鸿究禅师答：

「钝汉。」

答案骂起人来了。本来就在，急什么。

再下去，连一句完整的回答都没有了。

有僧人对如宝禅师说：「学人未问已前，请师道。」

如宝禅师答：

「噫！」

只剩一个声音。

有僧人问如宝禅师：「如何是从上真正法眼？」

如宝禅师喊：

「苍天！苍天！」

答案成了呼喊。

师尊说，自己开悟之时，非世俗人所能知，也只能喊：

「苍天！苍天！」

灵佑禅师上堂：「汝等诸人，只得大机，不得大用。」

慈慧禅师抽身走了出去。灵佑禅师召呼他，他头也不回。

连声音都没有了。答案是一个背影。

师尊在这里提示：「此地，头也不回，非常重要。」

回头看看师父是不是叫我，答得对不对，就又多了一念。走，就走了。

还有更少的。

清豁禅师开悟后，睡龙禅师叫他当众拈香，说出悟处。

清豁禅师说：

「香已拈了，我的开悟也即是不悟。」

连「我悟了」三个字，也缴了回去。

抄到最后一条，我停了很久。

有僧人问全怼禅师：「如何是正法眼？」

全怼禅师答：

「不知。」

僧人追问：「和尚为什么不知？」

全怼禅师答：

「不可青天白日尿床也。」

不知，不是黑夜，是青天白日。

凡夫的不知，是还没有拿到答案。

全怼的不知，是没有一个答案可以安立，也没有一个人站出来，举着答案说：我知道了。

答案愈来愈不像答案。走到尽头才发现，真正退场的，不是语言。

是能答的人。

为什么禅师的答案愈来愈不像答案？

其实最像答案的那一个，早就说了原因。

世界尚未成，你已在此。

本来就在，还答什么？

要找的若在答案里，它就不是恒在。

要等想明白才有，它就不是本来。

有一个我知道佛，佛便成了我所知道的东西。

能知与所知都放尽了，剩下的，明明白白。

不知，即我就是佛。

不是「我知道我是佛」，那样，又有一个人举起了答案。

这个「我」，不是抄答案、追答案的那个我。

那个我，一路上，已经跟着答案一起退了场。

师尊自己也记了一问。

有僧人问：「卢师尊开悟什么？」

师尊答：

「石牛水上行，木马夜翻山。」

我把这个答案抄在最后。

这一次，不知也了了。

真实佛法息灾赐福经

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。吾今为汝及未世众生。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。

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：

愿以此功德。庄严佛净土。
上报四重恩。下济三途苦。
若有见闻者。悉发菩提心。
尽此一报身。同生極樂國。

莲花婷婷合家助印
《真实佛法息灾赐福经》
回向 消除业障，福慧增长

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。

祈請根本傳承上師聖尊蓮生活佛佛光加持

蓮華生大士

藏密護摩法會

2026 12月/6日
2:00 pm
蓮花程祖上師主壇

馬來西亞真佛宗密教總會聯辦
世界真佛宗宗務委員會 與



師尊恩賜「蓮師」灌頂信物

第11屆 供僧大會

2026年12月6日 - 10:00 am

出家眾實體培訓班
2026年11月30日 - 12月5日

在職講師、助教實體培訓班
2026年12月3日 - 12月5日

地點:
馬密總平和養老院 本然教育大樓
Lot 69252, Jalan Kota Bharu,
31600 Gopeng. Perak, Malaysia.

欲知詳情，請聯系:
馬密總 03-3374 9399
蓮花細妹講師 012-450 2338

宗委會公務機:
+1-6047266518
+886-965352639



凡出席參加兩場活動的善信同門
均可獲贈聖尊加持禮品1份

歡迎踴躍參加這一系列意義非凡的活動，為自己和親眷累積無量的福德資糧！千萬別錯過這良善的機緣！

稍後將陸續發佈系列活動報名詳情，敬請留意：
真佛宗全球資訊網ch.tbsn.org / 馬密總面子書專頁www.facebook.com/tbsn.my