



真佛報行動網

中華郵政關心您
郵
國內
郵資已付



南投郵局許可證
南投字第 34 號
無法投遞時請退回
雜誌
中華郵政南投雜誌
第 4 號登記證
登記為雜誌交寄

LINE@官方帳號

修懺悔法要「立斷」才是真懺悔

蓮生活佛開示：修懺悔法要「立斷」才是真懺悔。

當我們懺悔了之後，就不要再犯，不二過，這才叫懺悔。

如果我們懺悔了之後，還是不斷重複相同的過失，之後又繼續不斷重複相同的懺悔，

這不是「懺悔」，這是「後悔」。真正的懺悔，是「立斷」；是「不二過」。



維摩詰問文殊菩薩 何等為如來種
文殊答曰 一切邪見煩惱皆是佛種



密教修氣除觀修三脈 應視體內為空
從事殺生職業 應修超度法唸往生咒



雲天之翔 蓮生活佛書畫展
4/20 在澳洲墨爾本隆重揭幕

在前幾期的《維摩詰經》講授中，維摩詰問文殊菩薩「何等為如來種？」文殊菩薩認為，一切無明、貪瞋癡、顛倒、煩惱甚至種種邪見，都是如來種，都是佛種。這樣的回覆，與先前文殊菩薩說的「菩薩行於非道。是為通達佛道。」有異曲同工之妙。

本期維摩詰繼續問道，為什麼這麼說呢？文殊菩薩便開始舉例說明。譬如一個人已經證得無上菩提心，成就阿羅漢果，祂還需要再發無上菩提心嗎？已經解脫煩惱證得無為法的人，還需要佛法嗎？只有充滿煩惱的眾生才需要佛法。盧師尊也舉例，有權勢財富的高官巨富，很難會升起學佛的心，通常都是比較窮困的、有煩惱的、有病的、有災難的眾生才會想學佛法。難怪文殊菩薩會說眾生都是如來種。

另外，本期有一位特別的角色也登場了，那就是佛陀十大弟子之首的「大迦葉尊者」。眾所周知，盧師尊前世即為佛陀弟子舍利弗，對大迦葉當然非常熟悉。想知道盧師尊究竟分享了那些大迦葉的第一手故事呢？敬請詳閱本期真佛報的精彩報導。

► [詳細內容請參閱第 2-8 版]

本期的「你問我答」單元，難得的出現了關於如何修寶瓶氣的問題。台灣弟子提問，修「寶瓶氣」時是否也如修「九節佛風」時，須觀想「中脈、左脈、右脈」三脈？又問若未來中脈已通，是否不需再觀想三脈，並以意念導引肺部的氣到身體各部位？

盧師尊回覆，修寶瓶氣時，也可觀想三脈。而密教觀修氣脈，師尊強調，除了觀想左中右三脈，身體就如中空的寶瓶，心肝脾肺腎五臟，都是不存在的，所以不會有用意念導引肺氣的現象出現。

另外有新加坡弟子問，佛教有三種行業不能做：殺生（含武器製造）、色情、賣酒不能做，自己因從事軍事工業，如何與佛法圓融？是否要常修懺悔法？

盧師尊認為行業有時難以選擇或避免，從事餐館行業的弟子也會涉及殺生。修懺悔法需要「立斷」，懺悔以後不再做才叫做懺悔，所以此處並不適合。盧師尊建議應修「千艘法船」超度法，且每天要唸「往生咒」，迴向給被殺生靈眾，如此便可以免補。

► [詳細內容請參閱第 2-8 版]

為慶祝聖尊 80 壽辰暨創作 300 本文集里程碑，澳洲墨爾本「善明同修會」，在「墨爾本」、「伯斯」、「聖誕島」及「紐西蘭」道場協助下，於 4 月 20 日，在墨爾本 Le Grang Gallery 藝術展覽館，舉辦了一場連續七天的蓮生活佛書畫展。

現場蒞臨的貴賓有宗委會文宣處長釋蓮悅上師，宗委會澳紐代辦處負責人釋蓮祈上師，善明同修會住持釋蓮照上師；還有釋蓮晴法師及嚴明雷藏寺釋蓮戒法師共同與會。當日各界貴賓雲集，包括墨爾本多元文化部長劉福中洲議員，駐墨爾本臺北經濟文化辦事處李長治秘書，萬年興前市長楊千慧女士，以及華人各社團代表蒞臨與會。當天出席人數近兩百位，場面非常熱烈。

釋蓮悅上師致歡迎辭時，談到書畫展的緣起，以及師尊多年致力於寫書作畫，傳播佛法智慧於其中，除了度眾無數，在藝術領域上也展現出其獨特風采。這是一場凝聚同門大眾心力，精力，勞力來宣揚聖尊一生弘法功德以及其佛法造詣的展出，禪觀意境特濃，令參觀者内心感動，留下難忘印象。

► [詳細內容請參閱 11 版]

2024年4月20日聖尊蓮生活佛主持西雅圖雷藏寺「黃財神本尊法同修」暨《維摩詰經》第181講



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，敬禮今天同修的本尊「四大天王 北方多聞天 針巴拉 黃財神」。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。大家晚安、大家好！（聖尊以各國語問候大眾）。

精進實修 出世入世皆圓滿

我們今天修的是財神法，本來「財」這個東西，是世間上用得著、活的時候用得著；其他時間都是用不著。有錢也是很煩惱；沒有錢也很煩惱。但有錢的煩惱比沒有錢的煩惱好一點。有人講：人的健康不是用錢可以買得到。但是你如果身體失去了健

康，而且你沒有錢，那個麻煩就更大。你身體失去健康，你還有錢，你還可以有醫療、有藥。你從來沒有想到過，有一種藥一顆要一千塊美金。你如果沒有錢，你就沒有辦法吃到這種名貴的藥。

我到今天才知道，我們一般去醫院有 family doctor(家庭醫生)。去的話，大家都是一般一般、都是差不多，待遇都是相等的。但是大醫院裡面，有一種屬於貴賓的病人，它可以派車來接你去，還有隨身的護士，而且你不用排隊，到了馬上就可以看到你想要看到的醫生。你們知道嗎？不知道喔！貴賓的病人，也就是富豪病人，車子來接你到醫院、又送你回來、隨身護士、到了醫院你不用排隊，馬上可以看到你的醫生。

他不是一般的病人，那要靠什麼？（師尊比

「錢」的手勢）天啊！我今天才知道。哇！有這樣的富豪病人。原來錢還是在娑婆世界很有用的，所以大家好好修（眾笑）。你真的沒有錢的話，乖乖地坐在那邊等，叫名字、叫號。等一下一個護士走出來，換你啦，再來換你、換他、換他……，一個一個叫進去，那是一般的病人。富豪病人不是這樣的。原來啊！今天大開眼界，居然有富豪病人。這娑婆世界還是錢作怪。所以，好好修行是必要的，好好修法，修財神法。

今天我們修的是財神法，有錢的人還來修什麼財神法？我們這裡有億萬富豪嗎？一億美金的富豪嗎？在我們這裡面，有沒有？你有一億的美金。No！我是一般的病人，不過居然也有富豪的病人，錢真的是很重要。



你問我答 互動就是力量 第382集

Q1 修寶瓶氣可以觀想身內有左中右三脈嗎？

我們進入主題「你問我答」，台灣的「蓮花孟樺」問的，她的問題滿多的。我們在修「九節佛風」時須假想三條脈「就是中脈、左脈、右脈」，「寶瓶氣」也是嗎？

A1 修寶瓶氣可以觀想身內有三脈

答案有誰回答？沒有人要回答，我說：也可以！管它用得著用不著。你修寶瓶氣，也是！你修氣主要脈很多，這裡面我們知道有上行氣、下行氣、遍行氣、火伴氣、還有命氣，有五種氣。上行氣、下行氣、遍行氣、火伴氣——火伴氣是跟著中脈的、命氣就是你最主要不能動的氣。

Q2 修氣要觀想將氣引導至全身各部位嗎？

如果有一天中脈已通，在運氣時，是不是不需再觀想三條脈，並且自然可以以意念觀想導引肺部的氣到身體各部位、包含頭頂？

A2 只須觀想全身是空的，身內有三脈，無須觀想五臟六腑

她問的第二個問題。妳這是外行，你觀想的時候，只觀想三條脈，肺是不在的。你還有肺？你還有心臟？你還有脾臟？還有膽？還有肝？全部都要觀想嗎？不用！你全身都是脈，哪有肺部的氣？寶瓶氣裡面，我們不用肺部的氣，全身都是空的，就是那三條脈。一個到頭頂，一個到「海底輪」。

Q3 吸入二手菸怎麼辦？

如果在工作場合或外面，吸到別人的二手菸，導致中脈更加堵塞，事後要怎麼樣排除掉吸進二手菸對中脈的影響？

A3 吸入二手菸馬上把它呼出去、戴口罩

吸到二手菸要怎麼辦呢？你呼吸的時候，吸到別人的二手菸，吐出去就好了嘛！（眾笑）。你還管那麼多，對不對？難道吸一口就會阻塞嗎？不會啦！沒那麼嚴重。

不過有時候，真的！台灣的空氣不太好，空氣品質都很差。沒修氣的人，最好跑到深山岩洞，那裡空氣好一點，在都市裡面空氣都不太好。吸到別人的二手菸，你就把這個氣再呼出去，這是一般的常識啦，不屬於密教修氣的法。

像現在很多花粉，今年花粉特別多。吸到花粉，花粉很毒耶！花很漂亮，它散出來的花粉竟然影響到喉嚨、影響到鼻子，花粉真的是很毒。二手菸當然是不好，吸到要怎麼排除？你吸到二手菸馬上把它呼出去。不然你要怎麼辦？我看很多人都戴口罩。我對於多戴一個東西，我都很煩的，不太願意戴，實在不好意思。

盧師尊隨順眾生

我戴東西都是有意義的。我本來兩隻手都不戴的，最近逼得不得不帶，為什麼？因為送這個黃色寶石的人跟我講：「你一定要戴喔！」那我一定要戴，沒辦法。

我本來沒有戴嘛，對不對？他說：「一定要戴喔！」那我就戴，主要是戴給他看。

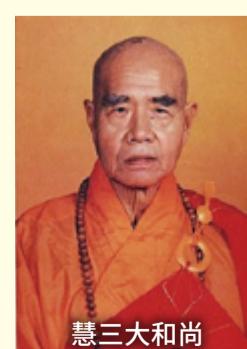
今天有人送我這個（手環），這個是今天送的吧？還是昨天？是昨天送的，他給我套在手上，那我只好戴給他看。改天我應該要拿掉，因為這釦子不是很好扣，居然傷到一塊皮肉。這釦子扣緊了，居然把這皮夾痛了一點。皮掉了，忍耐，這個要忍耐（眾笑），人家送的。

聽說送這個錶的人快要來了，我趕快把這個錶拿出來。這個也是人家送的，都是人家送的，我本來什麼都沒有的。這是鑽石手環，聽說他要來了，趕快戴起來（眾笑）。

我不喜歡戴口罩，所以聲音有一點啞。最近是花粉，花粉怎麼排除啊？他們說有一種也是戴的。「惠雲師姐」本來拿一個戴的東西來給我，說吊在這裡（頸部）可以把不好的排掉，好的進來，這個我不太相信（眾笑）。所以我沒有要她的，對不對？吸到花粉怎麼辦？真的！這是一個麻煩。因為花粉看不到，你吸進去了你不知道，這就很難排啊！我如果吸到花粉，把它呼出去。聲音都有點啞，吸到花粉。

更正啟事

真佛報 2024年4月18日1522期，刊印錯誤的「慧三大和尚」法相，深感抱歉！特此重刊致歉。



2024年4月20日聖尊蓮生活佛主持西雅圖雷藏寺「黃財神本尊法同修」暨《維摩詰經》第181講



〈佛道品第八〉

「以要言之。六十二見及一切煩惱皆是佛種。曰：何謂也？答曰：若見無為入正位者。不能復發阿耨多羅三藐三菩提心。譬如高原陸地不生蓮華。卑濕淤泥乃生此華。如是見無為法入正位者。終不復能生於佛法。煩惱泥中乃有眾生起佛法耳。又如殖種於空終不得生。糞壤之地乃能滋茂。如是入無為正位者不生佛法。起於我見如須彌山。猶能發于阿耨多羅三藐三菩提心生佛法矣。是故當知一切煩惱為如來種。譬如不下巨海不能得無價寶珠。如是不入煩惱大海。則不能得一切智寶。」

小乘得阿羅漢果 不再復發無上菩提心

我們講《維摩詰經》。維摩詰問文殊師利菩薩：「何謂也？為什麼六十二種邪見及一切煩惱皆是如來種。」也就是說一切眾生都是如來種。祂問文殊師利，文殊師利就回答：「若見無為入正位者。不能復發阿耨多羅三藐三菩提心。」這意思是說：如果有一個人修行進入正位，他已經得到了無上菩提心，他還要發無上菩提心嗎？像「小乘」的佛教，他已經得到了斷除了一切的煩惱，他已經把煩惱全部斷了，他已經得到「阿羅漢」，算是正位了，不再輪迴，他還會發無上菩提心嗎？那就不會了！因為阿羅漢就是最高啦！小乘最高的就是阿羅漢了。

例如我們爬山，我已經登上了「喜馬拉雅山聖母峰」，已經登到那麼高的山了，我還要去爬「閃米密西湖」旁邊的山嗎？應該也是可以爬吧！大部分來講，到了最高的山，差不多了。也就是說你已經得到最高的學位了，你還讀書嗎？你已經得到院士了，世界級的院士。博士再上面還有院士，世界級的院士了，已經沒有辦法再上去了，沒有更高的學位了。像我們讀書的時候，大家很認真的學，一層一層的爬，爬到最高頂，到了最高頂已經沒有了，所以你不用再爬了，這是文殊師利菩薩的回答。

天上享福不易修行 人欲離苦發無上道心

如果看到以「無為」的方法進入了正位者，阿羅漢不能復發阿耨多羅三藐三菩提心，不會再發無上道心了，因為不會再來娑婆世界了。所以，我常常講：「人間最好修行。」你到了天上就不容易修行，為什麼？你在享福啊！你沒有苦，你為什麼要修行？你有苦你才想離苦得樂。所以，你發無上道心，我要離開這個苦，得到快樂。

你真的到了天上，享福都來不及了。我講過「提婆」是佛陀時代的一個醫生，專門為僧團醫病的。他到了天上以後，「目犍連」以神通到了天上，見到提婆，提婆在忙啊！他忙著做什麼？我忙著去享福啊！目犍連說：「你停一停！我跟你講幾句話。」「沒空啊！我要去玩。」他不會想到要修行，在天上不會發無上菩提心。

畜生餓鬼地獄太苦無法修行

「畜生道」也很難發無上菩提心，因為太苦了，苦到沒有時間去發菩提心。在人間有苦有樂剛好，苦的時候你就發無上菩提心，所以人間最好修行。

「餓鬼道、地獄道」都是太苦，不好修行。在三界天都是享福，不容易修行，不容易發無上菩提心。

高原陸地不生蓮華

文殊師利講：「譬喻高原陸地不生蓮華。」蓮花是在哪裡長出來的？在污泥中才長蓮花。有一個笑話：老婆對老公講：「我嫁給你是一朵鮮花插牛糞。」老公說：「那我們剛好，妳沒有我這個牛糞的營養，妳怎麼能夠長出鮮花？」對啊！你知道嗎？科學文明給我們帶來的是災難啊！我們小的時候所吃的青菜，你到田裡去看，都有糞坑的，它是自然的肥料。你澆菜是用什麼澆的？用全村子裡面人的尿液，跟糞便去澆菜，長出來的菜又白、又潤、又脆、又香、又甜、又好吃！

現在飼料所養的豬，味道都是臭的。尤其是美國的豬，白豬的味道不是很好，我不是種族歧視（眾笑）。臺灣的豬有臺灣豬的香味，你住過臺灣吃到臺灣的豬肉，到美國吃的豬肉不一樣，味道不同啊！臺灣的跑山雞，吃起來味道才好啊！美國的飼料雞是不能吃的。越髒越臭的長出來的越美越好吃。以前我們都是用原始肥料，沒有什麼科學弄出來的飼料，沒有！原始的肥料，長出來的那個東西都是非常香甜脆、可口；現在的東西是不能吃的，事實上就是這個樣子。當初我們孩子時代的，我們所吃的東西都是很好的，現在吃科學文明所種出來的東西，已經失去了那原來的味道。

卑濕淤泥乃生蓮華

所以，文殊師利比喻在好的土壤裡面，你是種不出蓮花的啦！在泥巴裡面，在潮濕、在骯髒的地方才會長出這麼漂亮的蓮花，所以蓮花是從污泥裡面長出來的。所以，我們娑婆世界越髒才能夠發起無上菩提心。髒的地方才是長出漂亮的蓮花的地方；

乾淨的地方是長不出來的。這個是文殊師利菩薩的比喻。

見無為法入正位 不復能生於佛法

「如是見無為法入正位者。終不復能生於佛法。」你只要得到了無為法，進入了阿羅漢，你佛法就沒有用。所以，只有煩惱才會發起菩提心。因為你有煩惱，你才會生起菩提心；因為你苦，才會生起菩提心；因為你有災難，你才要想學佛。因為你苦、煩惱，你才想學佛。因為你窮，你才想要學「財神法」，很簡單的道理。

我已經很有錢了，我修你的財神法幹什麼？像第一富豪他修財神法幹什麼？我們廟裡面很少有第一富豪來、也很少有錢的人來、富貴病人他也不來、有地位的他也不來。有地位的，我是高官、我是國會議員、我是什麼樣、我名氣很大、我是州長，他會來聽佛法嗎？有啦！但是 just a little bit, small potato (極少數)，數一數二。有很高地位的，他們認為：我已經很忙了，我這麼高的地位，還跟你們去擠那個板凳。不能！他們不想。我那麼有錢還跟你們排班進來？來的美女認為：我那麼漂亮，對不對？我到很高貴的場合去，我要給所有的人看。這個就很難講。

人多苦惱 欲離苦得樂 修習佛法 發菩提心

「煩惱泥中乃有眾生起佛法耳。」因為你煩惱，你才會想求生起無上菩提心，才會想學佛法（眾鼓掌）。這不是我講的，你們是給文殊師利菩薩鼓掌，真的！文殊師利菩薩講得很對，學佛法的大部分都是比較窮困的、有煩惱的、有病的、有災難的，他們才想學佛法。真正那些有錢的，他們不想學佛法，因為他們很有錢。有名位的、很高地位的，他還學佛法嗎？忙得很！政治人物忙得很，偶然來聽佛法。

只有窮困的人想要學佛法

像我在「小巨蛋」說佛法，當然很多的高官來，就坐在第一排貴賓席。我佛法還沒有講完，全部都跑光了（眾笑）。他忙得很啊！臺北小巨蛋很大的啦！二萬人擠進去，很大！二萬人聽我說法。前面一排都是貴賓，還沒有講完全部跑光了，為什麼？那些就是政界人物啊！市長、國會議員、立法委員都是高官，他們聽一聽，聽一下子。意思意思，來報個名，站起來讓大家看一看，跟大家招招手，他等一下就溜了，都是這樣子的。只有窮困的人、需要佛法的人，就是我們這一班人坐在那裡！（眾笑）。

2024年4月20日聖尊蓮生活佛主持西雅圖雷藏寺「黃財神本尊法同修」暨《維摩詰經》第181講



一切邪見煩惱皆是如來種 入煩惱泥 方能發菩提心

「煩惱泥中乃有眾生起佛法耳。」佛法對這些煩惱的人才有它的用處啊！真正聰明的人知道要用佛法，那些都是娑婆世界的芸芸眾生而已，你不要看他們有名、有錢、人又長得高大瀟灑，出來西裝筆挺。哇！隨從一大堆，其實沒有用的。

種植於空終不得生糞壤之地乃能滋茂

「又如種植於空，終不得生。」你把種子放在虛空，它長不出東西來的啦！種子要種在哪裡？就是那些污泥裡面啦！它才會長得漂亮。

那個污泥才有營養，真的！所以，可以這樣子講，文殊師利菩薩的比喻，你種在虛空中的種子是種於空，它不會長出東西的。你如果種在污泥、或者糞便裡面，它才能夠茂盛。

我們種田的人知道，那個土壤肥沃，為什麼肥沃？因為沒有用過，裡面很有營養，裡面很多的蟲，有蚯蚓、有蟲、有細菌、什麼都有，很髒。但是，你把種子放在裡面，它會長出很漂亮的東西出來。

我們臺灣的豬都是吃餽水，你知道我們以前豬都吃餽水。我們小時候，我家也養豬，我小的時候就挑著那個扁擔，然後到每一家去拿那個餽水。人家吃剩的放在那裡面，發臭的、發黴的，把它倒過來。那個餽水我們臺灣話叫做「潘 phun」，就是用餽水回去養豬，豬都養得這麼大，那個肉又香、又甜、又好吃。美國的豬，奇怪！我就不喜歡，尤其是白豬。臺灣的黑豬很好吃的，哇！真的！

臺灣的跑山雞，不是飼料雞、不是「來亨雞」（進口）。還有「仿仔雞」（台語，土雞與肉雞的配種），我們以前家裡也養雞，那個「仿仔」就是雜種，叫做「仿仔」，就是雜種雞，另外就是跑山雞。土雞最好吃。土雞因為牠到處亂吃，那個就是有營養。那個飼料雞，吃了「泡泡」（台語：口感疏鬆），吃泡泡一樣，不好吃（師尊笑）。

文殊師利菩薩講得很對！煩惱泥中才能夠生出佛法，種植物在空中不會生的。那些有蟲、有蚯蚓、有骯髒的，才能夠茂盛啊！長得很漂亮啊！這樣子的才能夠「入於無為正位者」。

如果是入於無為法，已經到了阿羅漢的地位，祂不會想要有佛法的啦！

很順利的人不會想學佛法 有災難的人才會想學佛法

「起於我見如須彌山。猶能發於阿耨多羅三藐三菩提心生佛法。」如果你還有自己的邪見，如須彌山高，你就是有執著、有煩惱，這種人才能夠發出阿耨多羅三藐三菩提，才能夠產生菩提心。甚至於到「五無間罪」，在五無間地獄受苦不間斷，叫「無間」——沒有時間、空間讓你能夠休息的，一直在痛苦之中。那個時候才喊天喊地、求救命，那時候才會發菩提心，想要學佛法。很順的人不會想學佛法；有災難的人才會想學佛法。

一切煩惱為如來種 轉化邪見為正見

所以因為這樣子，「當知一切煩惱為如來種」，所有一切的煩惱都是如來種，一切的煩惱就能夠發起菩提心，想學佛法得到如來的果位。真正你得到如來的果位，進入涅槃那就沒有了，最高啦！所以，有些弟子：「我開悟了，到最高點了，我已經開悟了。」沒有用！就是因為沒有開悟，所以才來學佛法。有開悟的，你要學什麼佛法？有些很多人都是只是到一半，他認為他開悟了，不用啦！文殊師利菩薩講：把種子種在空中，你已經空了嘛！你還學什麼佛法呢？什麼都是空啊！就不學佛法啦，那只是到一半。真正的佛法，一切煩惱都是如來種。所以維摩詰講：「煩惱就是菩提，魔就是佛。」都是因為這個來的，文殊師利菩薩講的，想一想也有祂的道理，為什麼魔又是佛呢？因為你學的魔法發覺不對，你就趕快改變過來，翻轉就是佛法啊！你雖然是不正見，但是你翻轉，你就變成正見，轉化就變成正見啊！文殊師利就這樣講：你的邪見像須彌山那麼高，也一樣能夠發出菩提心。「是故當知一切煩惱為如來種。」

進入煩惱海才能得到佛的珍寶

舉例，「譬如不下巨海，不能得無價寶珠。」你不到深海裡面，你不能得到無價的寶珠。其實，海裡面的珍寶比陸地上的珍寶還要貴。「紅珊瑚」，你知道紅珊瑚是很貴的，紅色的珊瑚是很貴的東西，海裡面才有真正的珍寶在裡面。你不入煩惱海，如何得到這些佛的珍寶呢？這是文殊師利菩薩的比喻。如果不入煩惱大海，不能得一切至寶。其實，我們人間已經有很多鑽石，鑽石是最好的東西。黃金也是很好的東西，現在黃金很貴。黃金、鑽石、

寶石都是很貴的東西，這只是娑婆世界的。海底的珍寶更多，真的！煩惱如同大海，你進入煩惱海就能夠得到珍寶。這是文殊師利菩薩講，祂做一個比喻，為什麼這一切都是菩提種、一切都是如來種。為什麼？就是因為我們有苦難，才能夠激發你想要離苦得樂的心。沒有苦，他們不想學佛的。

人間苦最好度眾生 菩薩應到娑婆世界

「欲界天、色界天、無色界天」其中有五個天，叫做「五不還天」，一進去就出不來，都是享福啊！沒有苦啊！就「五不還」。進入那個「五不還」，你就不會想到要來娑婆世界度眾生。所以，真正的人間是最好度眾生的地方。所以，真正的大菩薩應該到娑婆世界來。文殊師利跟維摩詰都是佛，祂們所以成為菩薩，是因為祂們知道娑婆世界可以度眾生，所以祂們才生生世世在娑婆世界度眾生。「地藏菩薩」祂專門也是在娑婆世界，祂不願意成佛，因為成了佛就涅槃了，涅槃就什麼事情都不用做啦！什麼都有了，你還做什麼？一切都是快樂的，你還要佛法做什麼？就沒有了！意思就這樣。今天講到這裡，嗡嘛尼唄咪吽。

笑笑人生

小明看見小強拿著一面鏡子站在湖邊，小明問：「小強，你在那裡做什麼？」小強講：「我在釣魚。」小明講：「用鏡子釣嗎？」小強講：「不錯，這是一個新的釣魚法，我就要發大財了。」小明講：「你可以把這個方法告訴我嗎？」小強說：「能啊！你只要給我100塊錢，我就告訴你。」小明為了知道方法，只有乖乖的給他100塊。」小強講：「好，方法是這樣的，你把鏡子對著水面，一看到有魚游過去，馬上用鏡子的反光去嚇牠，這魚就會嚇暈了，你就可以把它撈起來。」小明講：「胡說八道！這樣怎麼可能釣到魚？你釣到幾條？」小強講：「今天你是第五條。」

（詐騙集團！小心啊！為什麼有詐騙集團？就是要錢，要你身上的錢。那只是小詐騙，現在全地球都在發燒。為什麼發燒？詐騙集團到處都是。所以不要太貪心，好好修財神法就好（笑）。投資都是騙人的，先讓你小賺一點，等到你大投資的時候，就全部沒有了，用的就是小強的方法。）

2024年4月21日 聖尊蓮生活佛 主持彩虹雷藏寺「準提佛母護摩法會」暨《維摩詰經》第182講



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「大準提佛母」。

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！（聖尊以各國語問候大眾）。

下週日是黃財神護摩法會

現在通知大家，下個禮拜天4月28日下午3點PM是「黃財神」的護摩法會，昨天禮拜天，昨天星期六剛剛做過同修。是兩邊講好的？對不對？那邊做同修，這邊就做護摩。黃財神昨天就已經講過了。欸，昨天晚上是修哪一尊啊？（眾答：黃財神）黃財神？反正我糊里糊塗，最近都很糊里糊塗。這一尊準提佛母，好像也剛剛做過不久吧，上個禮拜是嗎？

準提佛母唐卡 由蓮金法師弟弟繪畫供養

我現在要問一個問題，今天這個準提佛母的唐卡，供在護摩火前面的這個唐卡，是誰做的？從哪裡來的？（蓮彥上師：報告師尊，是宗委會做的。）宗委會？宗委會誰做的準提佛母？（好像是蓮金法師的弟弟畫的）哪一位？（蓮金，金色的金。）

是你弟弟畫的？他畫很多的佛像，他有沒有來



你問我答 互動就是力量 第383集

好啦，我們進入主題，你問我答。

新加坡的蓮花一旺問的。

Q1 從事製造武器行業（殺生）如何圓融佛法？

嗡咕嚕蓮生悉地吽，弟子蓮花一旺頂禮根本傳承上師。祝願師佛體安康，（你祝願我喉嚨趕快好就好了），大轉法輪，廣度無量眾生，住世久久久久，不入涅槃。也祝願師母身體健康，光彩依然，輔助師佛弘揚佛法！

弟子有一個問題想請問師尊，假如這個問題被選中，懇請師佛解答，感謝！佛教有說，有三種行業不能做：殺生的行業不能做（含武器製造）、色情業不能做、賣酒的不能做（含賣毒品）。弟子因為因緣，加入了國防工業（製造武器）的領域。由於弟子的事業，大概待在這個行業了。請問弟子在這樣的行業中，如何與佛法圓融？是否要常常修懺悔法？懇請師佛解答。感恩！

A1 從事國防工業、餐飲業 可常修超度法、唸往生咒

一般來講，我們殺生的事業不能做、色情的事業不能做、賣酒的事業不能做，包括毒品。殺生的行業不能做，含武器，色情業不能做，賣酒也不能做。如果我的回答是這樣子啦，一般來講，因為我們華人做餐館的非常多，餐館呢，難免就會碰到殺生，都會碰到殺生，他們請問我怎麼辦？我就跟他講，你每天固定要唸「往生咒」，為那些死掉的生命做超度。

修「懺悔法」就是要「立斷」 才叫做懺悔

他加入了國防的工業，就是製造武器了，如何跟佛法圓融？這個不是你的過錯，因為他就是進到那個職業裡面了，是製造武器的。我個人也是覺得這樣子，你就常常修超度，修「超度法」。然後，因為懺悔法，你是要「立斷」的，你懺悔完以後就不要再做，這個才叫懺悔，他說他修懺悔法可以嗎？應該是不可以，因為懺悔了，就是要立斷，以後不要再做。那你既然

剛剛那個比的手印跟以前的手印都不一樣，所有的手印跟我以前比的手印通通都不一樣。這個畫，這是準提佛母教我比的手印。我看到很感動的，看到很感動。等一下你們出去的時候，看一看這一尊準提佛母的神，他畫有畫神，神在裡面。所以我很讚嘆今天這個唐卡。

準提佛母源自最勝法界宮 密號清淨金剛 最勝金剛

準提佛母很偉大，祂等於是「毘盧遮那佛」，因為祂從「最勝法界宮」出來。祂跟佛一樣的，跟佛一樣的力量，跟佛一樣的power。毘盧遮那佛以「八大菩薩」為祂的眷屬，就是《高王觀世音經》裡面所講的八大菩薩，都是祂的眷屬。祂本身就是「清淨金剛」，也是「最勝金剛」。所以準提佛母祂可以作為本尊，也可以作為護法。我看了很多的唐卡，每次都有唐卡，這一尊準提佛母的唐卡，這畫很久了嗎？怎麼現在才看到？（上師：他畫了很多種，各種各樣的。）這很不簡單，我今天看到這一尊準提佛母的時候，哇，我很少看過這麼好的，很少。

準提佛母十八隻手代表十八不共法

《大智度論》曾經提到十八隻手，指「十八不共法」，這不共法是「身無失、口無失、念無失、無異想、無不定心、無不知已捨、欲無滅、精進無滅、念無滅、慧無滅、解脫無滅、解脫知見無滅、一切身業隨智慧行、一切口業隨智慧行、一切意業隨智慧行、智慧知過去世無礙、智慧知未來世無礙、智慧知現在世無礙。」是祂的十八種不共法。

師尊的這個講話聲音有點沙啞，也是弟子好意，給我一罐的薑黃，我就吃吃吃，吃到喉嚨都啞了，要恢復就很難了。是薑黃，他說這個很好的，應該要吃，就吃吃吃吃吃，吃的聲音都啞了。已經啞了很久，啞了一段時間，沒有辦法像以前那個聲音那樣子，那麼準，就啞，聲音啞，喉嚨啞。

以前吃什麼都沒有關係，弟子好意，你要吃這個這一瓶薑黃，最好的，薑黃吃了聲音會啞。薑黃是什麼東西？那個可以天天吃嗎？我喉嚨就完蛋了，現在沒有吃了，大概是叫我說，以後不用說法了，講得好聽一點。

在國防裡面，或者是你當軍人，你就做超度法，超度的方法。像師尊每天在做「千艘法船」的超度，這也是一個方法，千艘法船有儀軌留下來。那麼你也可以每天，我常常叫那些做餐館的，你每天要唸「往生咒」，為你今天所殺的生，全部都唸往生咒迴向給牠們，這個是可以彌補的，可以彌補。

亦可像法王每天做千艘法船超度

像那個「諾貝爾家族」，他們就是做武器的，他們能夠那麼有錢，諾貝爾獎，他頒發的錢，主要是他們的祖先都是做武器，都是殺生的。唯一的彌補方法，就是把這些錢變成「諾貝爾獎金」，頒發給對於這些世界上有貢獻的人，就是諾貝爾獎，這也是一個彌補的方法。我覺得最好的方法是，你既然做了國防工業，那你就唸，常常唸往生咒，每天唸往生咒，不然你做千艘法船的超度，每天修。像我們華人，在西方做餐館的人很多，我都叫他們唸往生咒，迴向給那些被殺生的動物啊，或者海產啊、魚啊、蝦啊、貝殼啊，都是這樣子。那個新加坡蓮花一旺，你問的問題給你回答，就是說，你常常唸往生咒，就可以了，每天都要唸往生咒，不然你修這個超度法。

2024年4月21日 聖尊蓮生活佛 主持彩虹雷藏寺「準提佛母護摩法會」暨《維摩詰經》第182講



〈佛道品第八〉

「爾時大迦葉歎言。」

我們講維摩詰經。

「爾時大迦葉歎言。」我講大迦葉好了。大迦葉是釋迦牟尼佛十大弟子當中號稱頭陀第一。你們絕對在這個世界上，找不到另外一個大迦葉，很難找啦，不是沒有，很難找。大迦葉在釋迦牟尼佛的僧團裡面，祂的資格很老，這個尊者的資格非常的老。為什麼叫祂頭陀第一？祂守著釋迦牟尼佛的戒律，一成不變，是很偉大的一個阿羅漢，很偉大的一個阿羅漢，是叫人家讚嘆祂的。

盧師尊讚嘆大迦葉守戒第一

現在我講大迦葉的生平，祂的一生。

釋迦牟尼佛所講的佛法，其實第一個結集的，就是大迦葉，大迦葉結集釋迦牟尼佛的佛法。我們去過印度，有去過祂結集佛法的地方吧？那個地方叫做什麼？「十葉窟」，十葉窟吧，十葉窟。大迦葉這個人你不要小看祂，祂的神通很廣大，祂的人是一成不變的，遵守著釋迦牟尼佛的戒律，不僅是頭陀第一，我認為祂「守戒第一」，沒有人可以比得上祂的，十大弟子中，最推崇的就是大迦葉。「目犍連神通第一」，「舍利弗智慧第一」，我認為大迦葉才是真正第一中的第一。

大迦葉專找窮人化緣 身材瘦弱

祂是很偉大的。我講祂的生平好了，祂的一生。祂吃的東西跟別人不一樣，祂是專門在找印度裡面天竺裡面最窮的人家去化緣，有錢的人家祂不化緣，祂找最窮的人家去化緣。窮的人家哪有什麼東西可以給祂？吃的都是很粗糙的東西，所以大迦葉本人啊，祂比「蓮緒」還要瘦，蓮緒啊，你站起來給大家看一看。蓮緒已經很瘦了，他是胃腸不好，並不是守戒律，大迦葉是守戒律。

大迦葉守戒律 不貪口舌美味

祂很瘦，為什麼瘦？日食一餐，一天只吃一頓飯，過午不食，真正過了中午以後，祂就不吃東西，一天只吃一餐，祂化來的緣，都是最粗糙的食物，認為還是有味道，每吃一餐，祂一定要把這個食物觀想成為糞便，想成糞便祂才吃，這是大迦葉的吃。平時不吃東西，一口都不吃，好吃的東西不吃，就吃那個最粗糙的，守釋迦牟尼佛的戒律，不貪自己的口舌。這東西不好吃，我們是不吃的，祂就去吃

那個最不好的東西，然後還要把它觀想成為糞便，祂才吃。

大迦葉穿百衲衣 住樹下、墳墓、岩洞

祂穿的衣服，全部去垃圾場撿的破布，把它縫起來。或者到屍陀林，墳場，印度人他們以前叫做屍陀林，有的屍體是曝曬的。那時候古印度沒有埋葬，他們穿的衣服，穿著衣服，裏的布剪下來，作為大迦葉自己穿的衣服，那一種衣服，我們稱為百衲衣。百衲衣就是碎布縫起來穿的衣服，祂就是穿這種衣服，大迦葉是這樣子，祂絕不會穿得整齊。我們女生裡面啊，還有特別把那腰啊，做得很細的，穿起來還很苗條的那一種，喇嘛裝把它做的像苗條的裙子一樣，還有這樣子做的。我們是整塊布做的，都是好的。祂不是，比乞丐穿的還乞丐，用所有的碎布去縫起來做成的衣服，大迦葉是穿這種衣服的。

大迦葉住只有三個地方，你哪裡可以找到大迦葉？第一個在大樹底下，第二個屍陀林墳墓跟墳墓的中間。下雨了怎麼辦？祂躲到岩洞，睡在岩洞裡面。

大迦葉只坐不睡 不臥不躺

「靈鷲山」的洞，十大弟子，每一個人有一個岩洞。「舍利弗」的岩洞，我去過，「阿難尊者」的岩洞，我去過，另外，「賓頭盧」的岩洞，我也去過。賓頭盧的岩洞，跟舍利弗的岩洞很接近。大迦葉的岩洞，用鑽的，才能夠鑽進去，很小的，裡面就是一個人，不是一個人的高。他在岩洞裡面睡，在樹下睡，在墳墓跟墳墓的中間睡，叫做塚間居，住的地方就是這三個。另外，祂只坐不睡，不躺。祂的一生當中只坐不睡，不會臥下來的，祂不會躺下來，只有坐著，這就是祂的住。

阿難祈求佛陀才讓女子出家

大迦葉是守戒律第一的，你看食、衣、住，行。以前這個釋迦牟尼佛不准女子出家，後來祂的阿姨帶著500宮女來求釋迦牟尼佛，讓她出家。釋迦牟尼佛體會到，祂從小就是祂阿姨養祂的，因為「摩耶夫人」很早，生產祂以後就過世了，是祂的阿姨給祂養大的，祂感恩祂的阿姨。祂不准女子出家，後來阿難一直求釋迦牟尼佛，後來釋迦牟尼佛才答應讓女子出家。但是女子的戒律比一般的出家人的戒律多出一倍，好像比丘有250條戒律，比丘尼有500條的戒律。大迦葉是唯一反對女子出家的，但

是也沒有辦法，因為釋迦牟尼佛到最後同意了，阿難請求，佛陀同意，就讓女子出家。

大迦葉守戒不視女色

大迦葉怎麼做？祂看到比丘尼從前面走過來，祂轉身就走。第一個，祂不看女生，大迦葉眼睛不看女生，絕對不看，這是祂的規矩。女生來請教祂，祂頭低著，看前面的土。跟祂講話，你問祂問題，祂只回答你四句，轉頭就走，絕不跟你多說。也就是說，女生如果真的沒辦法，女生在請教長老的時候，比丘尼在請教長老的時候，像「蓮華色」，她是很漂亮的比丘尼，蓮華色。她請教大迦葉的時候，大迦葉的眼睛是看著地的，祂絕對不會看她。而且請教只講四句話，女生跟大迦葉講話，只講四句話，閒話一句都可以講。問的問題，只問四個問題，四個問題，大迦葉回答完了，轉頭就走，完全守這種戒律的。

笑笑人生

有位病人去看精神科，他跟醫生講：「醫生啊，給我開點藥吧，我每天晚上都會夢見一群老鼠在踢足球。」醫生講：「那你試試這個藥吧，睡前服用。」病人講：「那我從明天開始吃，可以嗎？」醫生講說：「為什麼呢？」病人不好意思的回答：「因為今天晚上有決賽。」

哥哥問醫生：「醫生啊，我弟弟一直幻想，他是一隻母雞，怎麼辦？」醫生講：「我看看，嗯，他看起來非常嚴重，為什麼現在才帶他來呢？」哥哥回答：「我們家的人都在等他下蛋。」（差不多每個人都是精神病患。）

老公看到太太在廚房拿著蒼蠅拍，老公問：「妳在幹嘛？」太太講：「你不會看喔！」老公說：「妳打到幾隻蒼蠅？」太太說：「打到三隻公的，兩隻母的。」先生說：「妳怎麼知道哪個是公的母的呢？」太太講：「有三隻是在啤酒罐上面，另外兩隻是在電話機的座機上打到。」

（這是慧君的笑話。）

是不是我許願的時候，發音不標準？我說的是財源滾滾，不是身材的材。

坐在捷運上面有一對小情侶，女生跟男生講：「人家頭痛。」男生在女生的額頭上吻了一下，男生問：「頭還痛嗎？」女生講：「不痛了。」過了一會兒，女生講：「人家牙齒痛。」男生在女生的臉頰上吻了一下，問：「牙齒還痛嗎？」女生講：「不痛了。」一個阿婆看到，就問：「年輕人，有治療痔瘡嗎？」

2024年4月21日 聖尊蓮生活佛 主持彩虹雷藏寺「準提佛母護摩法會」暨《維摩詰經》第182講



大迦葉修頭陀行 堅持苦行 遠離僧團

大迦葉身無分文 以柳枝刷牙

你想想看，祂眼睛看著地，比丘尼走過來，祂眼睛看著地，站著不動，女生走過了，祂才再走，祂眼睛決不看女生。祂身體啊，除了百衲衣以外，沒有一毛錢，身無分文，連床都沒有，什麼都沒有，什麼工具都沒有，一切什麼東西都沒有。早上起來用柳枝，楊柳枝，祂刷牙是這樣子，用楊柳枝剪起來一段一段的，擦自己的這個牙縫，然後漱口，那時候還沒有牙刷，用楊柳枝刷牙，然後漱口。

大迦葉以雨水沐浴己身

人家去泡水，釋迦牟尼佛帶領弟子去泡溫泉，祂從來不去的，從來不去。祂認為自己的身體髮膚，不能夠讓人家看到。釋迦牟尼佛還泡過溫泉，你們聽過沒有？祂帶著弟子大家一起去泡溫泉，大迦葉不去的，祂不泡溫泉。下雨的時候啊，祂就是在自己的地方，雨啊，就沖洗自己的身體，祂是用雨水來沖自己的身體。

祂修行就是這樣子修的，食、衣、住、行，大迦葉，祂證到了神通，祂神通很大，祂可以飛行的。釋迦牟尼佛圓寂的時候，祂住得很遠，祂要趕過來，祂不敢用祂的神足通，在空中飛行很快就到，祂用祂的兩隻腳，這樣子走過來。

佛陀荼毗之火 唯大迦葉至方能點燃

所以阿難尊者點火三次不燃，因為點火三次，火都沒有燃開，只有大迦葉來，釋迦牟尼佛認為，大迦葉是祂的大弟子，最好的弟子，最遵守祂戒律的，那個時候，火才能夠點燃，只有祂到，火才點燃。釋迦牟尼佛是在等大迦葉，祂最好的弟子來，火才會燃。從來不聊天，不講閒話，不用講說看社會新聞，我們現在每天還關心以色列跟巴勒斯坦，跟伊朗，跟周邊的回教國家。我們還是關心著Russia(俄羅斯)跟烏克蘭；關心著北韓、南韓；關心著日本。什麼都沒有，祂的腦筋裡面什麼都沒有，祂已經成就了，沒有煩惱，成就了大阿羅漢，證得了大阿羅漢。所以釋迦牟尼佛和大迦葉，這個釋迦牟尼佛的相，旁邊一位就是祂的侍者阿難尊者，一位就是大迦葉尊者。大迦葉你看身材就知道了，很瘦很瘦的那一個，瘦骨嶙峋的那一個，就是大迦葉，吃的肥肥胖胖的，就是阿難尊者，各有理由啦。

大迦葉向窮人化緣 是為賜福給貧者

阿難尊者講，那些窮人家，你跟他去化緣，不是讓他更窮嗎？所以阿難尊者每一次乞討，最富有的印度人，祂去討飯，去乞食，吃得是最好的。吃的像誰啊？我們這裡，吃的像慧君，反正她不在。大迦葉瘦的，比蓮緒還要瘦，瘦骨嶙峋，瘦的都可以看到骨頭啊，看到那個肩骨啊，看到祂的排骨，那就是大迦葉。大迦葉也有祂的理由，向窮人乞討，不是增加他的負擔，討了以後，祂給他賜福，給他加持，讓他將來有錢，各有各的理由。

大迦葉遠離僧團而居 佛陀予以尊重

連釋迦牟尼佛也尊重大迦葉，大迦葉那時候，祂看不慣僧團的生活，因為有比丘尼，有比丘，又看到阿難那樣子，對那些比丘尼那麼獻殷勤，主動去跟比丘尼聊天，祂看不慣。祂守著釋迦牟尼佛的戒律，所以祂住的地方比較遠一點。當釋迦牟尼佛圓寂的時候，祂聽到了消息就趕著，披星戴月，趕到娑羅雙樹下。阿難舉火三次，火都不會燃，只有祂來了，火才燃起來，釋迦牟尼佛是在等祂。那時候，目犍連已經不在了，舍利弗年老了，回到祂的故鄉去圓寂，剩下阿難一個人，陪著釋迦牟尼佛去應供，人家供養祂們去吃飯。大迦葉是不做這種事情，祂不應供，人家供養祂，祂不去的，祂吃的是非常粗糙的東西，這個尊者是非常偉大的。單單講大迦葉就講到pm 5點。

大迦葉不滿文殊菩薩與皇族女眷親近

爾時大迦葉歎言。當初大迦葉也是很討厭文殊師利菩薩的，文殊師利菩薩在大乘佛教是「智慧第一」。在祂們當時，就是每一年有三個月的閉關，每一個人有三個月的閉關，大迦葉做監院，就是現在的監院，祂是監察官。每一個人乖乖在自己住的地方，好好的修行，祂一樣一樣的巡邏。祂看到文殊師利的房間裡面啊，哇，客人很多，而且大部分都是皇宮的公主也來，這個皇帝的嬪妃也來了，還有很多的宮女，出出入入的進入文殊師利菩薩的房間。

大迦葉勸請佛陀 將文殊菩薩逐出僧團

祂認為這個是違規戒律的，要呈報給釋迦牟尼佛，要釋迦牟尼佛來懲罰文殊師利菩薩。那時候祂還不是很認識文殊師利菩薩，不可思議菩薩是可以

的，像阿羅漢就不可以，阿羅漢就要嚴守戒律，聽到佛法，祂們嚴守戒律，進入正位，進入正品位，煩惱斷盡，成就了阿羅漢。祂看不慣文殊師利，跟那些公主，還有嬪妃，還有宮女，整個房間嘻嘻哈哈的，就報告給釋迦牟尼佛，祂要求釋迦牟尼佛把文殊師利菩薩逐出僧團，叫祂離開僧團，祂不守戒律。

大迦葉以天眼觀 無量佛國皆有文殊菩薩

釋迦牟尼佛才讓祂看，你用你的天眼看虛空，看各個佛國，祂看到數萬個佛國，每一個佛國都有文殊師利菩薩。釋迦牟尼佛問大迦葉，你要我趕哪一個文殊師利菩薩？因為每一個佛國都有文殊師利菩薩。大迦葉才講，祂是「不可思議解脫菩薩」，所以祂可以這樣子做，因為祂是不可思議解脫菩薩，祂是真正的得到無上正等正覺的，祂是佛，每一個佛國都有文殊師利菩薩，千百億的文殊師利菩薩。所以大迦葉那時候才開始對文殊師利菩薩比較尊敬，否則，祂是不喜歡文殊師利菩薩，因為祂是守戒律的，頭陀第一的阿羅漢，所以不一樣，祂們程度不同。

大迦葉隱居等待彌勒菩薩下生

(蓮慈上師：師尊，可不可以說大迦葉尊者，最後入定雞足山的故事？) 喔，到最後，釋迦牟尼佛過世以後，就是圓寂了，最後祂知道，將來「彌勒菩薩」會在娑婆世界成佛，祂就離開了僧團，到了「雞足山」，就是雲南，雲南有一個山叫雞足山，那個山像雞的腳一樣。祂隱居在那裡，跟祂有緣吧。祂就到雲南，中國的雲南的雞足山，然後祂隱居在雞足山的岩洞裡面，要等待彌勒菩薩下生在娑婆，龍華三會的時候，大迦葉才出來，要去救度眾生。這是祂的因緣，也不是說怎麼樣，就是說，祂有這個跟著彌勒菩薩將來要成佛的因緣。將來，祂必須要跟彌勒菩薩才能夠成佛，是大迦葉，所以祂隱居在雞足山。雞足山裡面，有好多寺廟，有「迦葉寺」，有一個寺叫迦葉寺，也有好幾個寺，好像寫在虛雲老和尚那一本書上，就是《送你花一朵》，那一本有寫到雞足山，虛雲老和尚在雞足山也蓋了幾個寺廟，修理了幾個破壞的寺廟，其中大迦葉就是隱居在那裡，祂是隱居在雞足山，雲南雞足山，你說大迦葉偉大不偉大？

2024年4月21日 聖尊蓮生活佛 主持彩虹雷藏寺「準提佛母護摩法會」暨《維摩詰經》第182講



大迦葉謹守殺盜淫妄酒戒律

你不要以為說什麼酒啊，菸啊，印度人，那時候古代的印度人啊，他們講實在話，生活是不能夠像現在這樣現代化，他們所謂的抽菸，就是把那個葉子，樹葉啊摘下來，用紙啊捲起來，點起來當菸抽的。那時候他們也會釀酒，釀酒好像很早就會了，東西放久了，它就自己會發酵，發酵了以後就變成酒，酒就不能夠喝的。有些出家人也抽菸，那個日本的出家人有抽菸的習慣，有些也是禁菸，也有禁酒的，日本人的習慣也有喝酒，也有抽菸的。在古代的印度，他們用紙跟樹葉捲起來抽菸，大迦葉是沒有抽菸，沒有喝酒的，那些個都是戒，不要講殺生啊、偷盜啦，五戒都應該要守的，殺、盜、淫、妄、酒，這五戒都是守的。

延伸閱讀 大迦葉尊者的偈



文 / 蓮生活佛盧勝彥文集
第184冊—給你點上心燈

摩訶迦葉尊者是世尊「付法」的天竺第一祖。

當大迦葉欲入「雞足山」時，大迦葉乃告阿難言：「我今年不久留，今將正法付囑於汝。汝善守護，聽吾偈言。」

大迦葉說偈：

法法本來法。

無法無非法。

何於一法中。

有法有不法。

說偈已，乃持僧伽黎衣入「雞足山」，俟「慈氏」下生。（即周孝王五年丙辰歲也）

曾經有人解說這個偈，如下：

「所有的一切法，都是法爾本來如是的。並沒有所謂的法，也沒有所謂的不是法。但，何以在一法之中，又有所謂的法，又有所謂的不法？」

且看我把「法」改為「悟」：

悟悟本來悟。

無悟無非悟。

何於一悟中。

有悟有不悟。

我看到，我這一改，簡直太妙了，哈哈大笑三聲！萬歲！萬歲！

我說，所謂悟，就是本來如此，本來如此，就是悟。不干涉到什麼悟，也什麼不悟。但，一提到「悟」，那就干涉到「有悟」及「不悟」了。這實在是人們去弄得亂麻麻的。

有人說，盧勝彥是未悟言悟。

有人說，盧勝彥根本是錯悟。

有人說，盧勝彥根本是假悟。

有人說，盧勝彥根本是無悟。

有人說，盧勝彥根本不知悟。

有人說，盧勝彥根本是魔悟。

等等等等。

我現在實實在在的告訴大家：

我「悟」到了！

朝思暮想的真如佛性，「它」就站立在自己的面前，真實的出現了。

不是用看的，不是用聽的，不是用禪定的，不是在睡夢中，實在說沒有半點預兆，也沒有什麼大排場。

不是放大光明，不是六大震動，不是天女散花，不是諸佛現金身。

「它」就平平常常的站立在那裡。

這不是奇蹟，如果硬要說奇蹟，那是自然的奇蹟。如此平凡，如此神奇，如此震撼，你悟到了失望，但也是激動。

道，上回已經講過了。這個鑽，是「雷豐毅」送的，「雷豐培」的哥哥，雷豐毅送的，「蓮誰上師」吧，蓮誰上師的哥哥送的。

這個呢，是一個很有錢的人送的，Piaget(伯爵錶)，我告訴你，他是億萬富豪，真正的，美金超過一億以上的富豪，一億富豪不算什麼啦，他至少有100倍的一億富豪，他送的，這錶是他送的。這個鑽石，鑽石的項鍊也是他送的。我身上的東西都是人家送的，喇嘛裝是人家送的，龍袍是人家送的，內褲，Morgan在這裡嗎？Morgan來了，內褲是你送的嗎？我內褲是他送的，內衣也是他送的，內衣也是你送的嗎？謝謝，謝謝！如果我把送的東西，全部還給大家的話，我就是裸體一個。（眾笑）

（蓮慈上師：先前師尊脫了龍袍，脫了衣服，露出了報身相，弟子的感覺是說，師尊穿的這所有的東西，是委屈了師尊的佛體。）委屈了師尊的佛體，那妳意思就是說，我要脫光衣服（眾笑）。（蓮慈上師：所有的衣服都配不上師尊，是掩蓋了師尊的光芒，所以說委屈了師尊，謝謝師尊。）好，謝謝啦。

人生本是一無所有 佛法亦是佛陀送的

嘆，我的一頂帽子在這裡，這頂帽子也是人家送的，就剛才那位佳真師姊送的，她送的東西都有這個標誌，聽說是名牌，一頂要600塊錢，這一頂要600塊錢，都是名牌。這袋子，就是那個加拿大的做衣服，做喇嘛裝送的。龍袍都是弟子送的，我的身體是父母送的，其實我一無所有，真的，都是人家送的。車子是Hanifa送的，translator(翻譯者)送的，我的車子都是Hanifa送的。雖然講房子是自己買，其實也是弟子的錢去買，也等於是所有的弟子送的，自己本來就是一無所有，這樣子。人生就這樣子，本來就一無所有的來，將來也是一無所有的走，留下來的就只有佛法，其他沒有了。佛法也不是我的，是釋迦牟尼佛送的。

嗡嗎呢唄咪吽。

「佛性」是孤立的，但，也是彌布的，近似沒有什麼標準的任何形體，可以說平庸的，也可以說連綿不絕的，時隱時現的，但，又是恆在的。

也是荒僻！

也是怪異！

也是不染塵凡！

也是染滿塵凡！

世人極少人能夠到達這樣的「悟」，「它」在第八識心中，倨傲一切。在現實世界，同樣倨傲一切。

世尊傳一祖大迦葉，一祖傳二祖阿難，傳到二十八祖菩提達摩。由菩提達摩傳至中土，然後東土祖師慧可、僧燦、道信、弘忍、惠能（盧行者）……。

傳承什麼？

「正眼法藏，涅槃妙心」。

就是這個「正眼法藏，涅槃妙心」把追尋「明心見性」的人搞得迷迷糊糊的。若隱若現，想入非非。

現在，我寫這短文，印證大迦葉的偈，希望你也寫偈，印證看看！



嗨！我（盧師尊）八十歲了！這人生，真的一晃就老了。
我是八旬老僧。
有人問我：「有何感想？」
我一時茫然。
一句話也說不出來。無語問蒼天。

我閱讀了「陳淑一」寫給我的信，內心一陣悸動，她的信如下：
頂禮無上尊貴的法王根本上師聖尊蓮生活佛盧師尊：
弟子陳淑一願將剩餘的生命全部奉獻給您。
即使只換取您多一天的壽命也是值得。
因為您的一天比我的一天還要有意義，這等於有百千萬億倍的價值。
您住世多一天，眾生就有：
多一篇文章可以閱讀。
多一趟問事，解除眾生入世出世的煩惱。
多一回修氣，通中脈開五輪，氣脈明點光，照眾生。
多畫一幅畫，加持眾生心靈。
多一次聚餐，相聚聽法語。
多一晚「千艘法船」超度，度有緣無

緣眾生到彼岸。
多一輪週六同修，無上甚深講經說法。
多一場護摩（火供）息災、增益、降服、敬愛、超度、祈願。
.....

在在處處，分分秒秒，完完全全，真真切切的粉身碎骨救度眾生。

當今世上好像少有人如此的大愛、大菩提心，大圓滿。

我願意全部奉獻給您，全部成就您，完全護持，完成您的使命，無生無死無我，全部都給您了。

請佛住世！

請佛住世！

請佛住世！

陳淑一合十頂禮！

二〇二三年寫。

讀了「陳淑一」的信，弟子的心意，心領神會，我就過一天，算一天。

我一天也沒有浪費。

我的生活無他。

就是這樣子的一日又一日，一月又一月，一年又一年。

八十歲了！也無須改變，做到不能做為止。

我再謝謝陳淑一的支持！

真的很感謝！

寫一詩為記：

老僧今年已八十，
老病隨緣日又日；
日日同做相同事，
願往西天行擺渡。

祝

開卷增益

是為「序」

蓮生活佛 · 盧勝彥

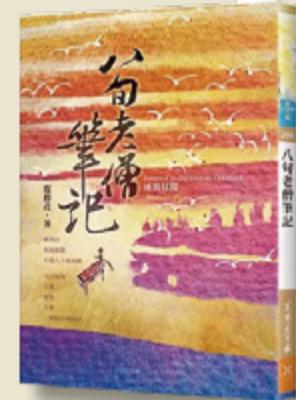
Sheng-Yen Lu

17102 NE 40th Ct.,

Redmond WA 98052

U.S.A.

二〇二三年十月



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。

上師是火

文 / 師母 蓮香上師

摘自 蓮香上師第一本文集「佛法是美容師」

密教的根本上師最為珍貴，是五佛的化身，亦是金剛總持，可代表任何諸尊，千變萬化，任弟子們觀想變化灌頂，得無上傳承之加持。所以根本上師的重要性是行者修行成就的第一根本。

任何人都想親近根本上師學法，不單學理法、事法，也要學他生活上的一言一行，圓融處事的方法，

更確切的想學到「內法」，而深入得到「心灌」的無上大法。

在歷代祖師的傳記上，記載著當初祖師們求法的時期，捨去一切財富，冒著生命危險，千里跋涉尋求明師，將自己擁有的一切「身、口、意」供養根本上師，為的是親近上師學法。

親近上師為眾人所歡喜，但在密教裡有句話說：

根本上師是火
太親近會被燙傷
太疏遠，得不到熱能加持。
由這句話的意思，行者要知道如何去親近火，如何去明白火種、火花、火線、火熾、火焰；等您

明白火的性質時，才不會被燙傷。

最好的方法是：把自己化為「金」，真金不怕火煉，越煉越顯光亮。

真心修行的人，不怕重重的考驗，必須經歷許多的考驗，才能修出「金剛不動」之心，有了金剛不動之心，才能融入於火：「火、我」合一，成就本尊。

真佛宗網路大學 - 第五門課

【生命禮儀】

舞自在老師 授課



第四章 亡者家屬需知

第五節 如何解除失去亡者的傷痛

本節課的內容在生命禮儀師的課程中是個重要的課題，課題名稱是「悲傷輔導」！這是「禮儀師」與傳統「葬儀社」之間的差別。

由於眾生是「有情」的緣故，與生俱來就有喜、怒、憂、懼、愛、憎、欲的情愫，在擁有時會有計較或比較的行為，當失去時會傷心難過。

明白傷痛的根源

生命是有限的，生與死是天地間自然不變的規律，一個生命的誕生至最終的滅亡，是眾生要面對的共同宿命。

《大般涅槃經》：

「因愛生憂，因愛生怖，若離於愛，何憂何怖。」就是說，眾生因為愛（貪）而產生憂苦，因為愛（貪）而產生恐怖，如果遠離愛（貪）的情愫，哪裡會有憂傷和恐怖的感受。

《菩提道次第廣論·中土道》：

「思惟死苦分五，謂捨離圓滿可愛財位，捨離圓滿可愛親族，捨離圓滿可愛朋羣，捨離圓滿可愛身體，死時當受猛烈憂苦。」

是說思量死亡時的苦痛可分五種，捨離生前所愛的財物、親屬、朋輩、身體的緣故，以致死時有強烈的憂傷和痛苦。

可見，眾生受著五蘊六塵的影響，產生無明我執，直至死亡臨近的一刻仍舊依然如故，這就是眾生終生離開不開憂傷和苦惱的原由。

莊子學

《莊子·外篇》的〈至樂〉篇：

莊子晚年喪妻，曾任宰相的惠子聞訊後前往憑弔，但見莊子在靈堂上手拍瓦盆而高歌，因此惠子問莊子，妻子與你相處多年，養兒育女及至身死而終，莊子你不但沒有流淚悲傷，竟然還敲擊瓦盆唱歌，是何緣故？莊子回答惠子說，我妻子初死之時，怎麼會不悲傷和慨嘆呢！只是後來想到，人在最初本來是沒有生命的，非但沒有生命，也沒有形體和氣息。在那恍惚迷離之間，經過變化而產生了氣息，再變化而成形態，後來形成生命之體，如今又變化成沒有生命的死亡，這種種的變化，就如同春秋冬夏四季交替的運行一樣自然。試想人在死後，尚且安然寢臥於天地間的巨室，而我若要為此而嗷嗷然大哭，這是不通曉天命自然的做法，所以我的悲哀就靜止了。

從《莊子·外篇》的篇幅中，可以看到莊子，看透生死的哲學理論，他以平和達觀的心態來靜觀生與死，從中悟透生死的本質，了解這是一個生命必然經過的自然規律，從一種境界進入了另一種境界、由有形歸化於無形的原始狀態。

《律本事》

佛陀教言：「積聚皆消散，崇高必墮落，合會終離別，有命必歸死。」就是說，積聚的盡頭將會是消散，至高的盡頭必然是墮落，聚合的盡頭是離別，生命的盡頭是死亡。若能思維觀修「無常四際」的真理，以理

化情，自會斷絕心底裡傷痛的起源。

斷除悲痛的智慧

● 佛陀說：「有生必有死。」

● 蓮生活佛說：要走出失去親人悲慟的深谷，必須明白死亡原是自然之事、不可避免的：人之死，不是真死，死後又有生，生後又有死，輪迴就是如此的不休不止。

蓮生活佛開示人生八苦

蓮生活佛指出，佛教中的八苦，大家耳熟能詳：生苦。老苦。病苦。死苦。愛別離苦。怨憎會苦。求不得苦。五陰熾盛苦。

四念處

要斷除悲痛，釋迦牟尼佛要我們修「四念處」。

● 在觀照個人的心識和身體的過程中，會發覺到苦、空、無常、無我，原來都只是自然法則，於是，你會明白了大自然的規律，從此得到了「看破」及「放下」的智慧。

● 蓮生活佛的金句：

「我現在知道了：苦。空。無常。無我。無生。」

就算這一輩子，走完了，下一輩子，下下一輩子，你走不出人生的格子。

因此，無生才能無死。這是我這一世最偉大的發現。」

● 蓮生活佛告訴大家：「了悟這一切，全都是剎那間的『生起』與『沉滅』，而無其他的東西，你就會變得有智慧，對一切都不會刻意地執取！如果證得了空性的實相，那將是完完全全的清淨，達致融合入聖者之流，而脫離了世間一切悲痛的源頭。」

【舞自在老師的實務分享】

一、哀傷的過程分三個階段：1. 震驚與逃避。2. 面對與瓦解。3. 接納與重整。上述階段分界並非決然，因而容許有互相接疊的空間。

二、正常悲傷反應分為感覺、生理感官知覺、認知、行為四個方面：

1. 感覺方面有悲哀、憤怒、愧疚感與自責、焦慮、孤獨感、疲倦、無助感、驚嚇、苦苦思念、解脫感、輕鬆、麻木。

2. 生理感官知覺方面有胃部空虛、胸部緊迫、喉嚨緊收、對聲音敏感、一種人格解組的感覺、呼吸急促、有窒息感、肌肉軟弱無力、缺乏精力、口乾。

3. 認知方面有不相信、困惑、沉溺於對逝者的思念、感到逝者仍然存在、幻覺。

4. 行為方面有失眠、食慾障礙、心不在焉的行為、社會退縮行為、夢到失去的親人、避免提起失去的親人、尋求與呼喚、嘆氣、坐立不安、過動、哭泣、重遊舊地及隨身攜帶遺物、珍藏遺物。

三、不正常的悲傷反應，可分四類：

1. 慢性化的悲傷反應，乃指過度延長悲傷反應。此類反應容易被診斷出來。

2. 延宕的悲傷反應，又稱被禁止的、壓抑的，或延後的悲傷反應。

3. 誇大的悲傷反應，是當事人經驗到強烈的正常悲傷反應，如果悲傷者的無望感爆發成非理性的絕望，還加上憂鬱現象，就是臨床上的憂鬱症了。

4. 改裝的悲傷反應，當事人雖有些引起生活困難的症狀，但卻不認為自己的症狀或不適行為與失落有關。

四、在悲傷中，建議不用以下的話來安慰自己及別人：

1. 別難過了。2. 別哭、堅強一點。3. 你很勇敢。4. 時間久了就沒事了。5. 你沒有做錯。6. 你這樣的選擇是對的。7. 我相信我們都盡力了，只是。8. 我猜想他也不捨得你難過。

五、我們可以用來支持照顧的話有：

1. 辛苦了，真的很心痛 2. 很難過，很難過吧 3. 悲傷是很重要的 4. 有時也許哭出來會好一點 5. 很擔心他 6. 想念他，也很思念他 7. 他的離開讓我們很痛，因他在我們的心中 8. 這是一個困難的時刻，可以給自己多一些時間。

六、解除悲傷合適的方法有：

1. 細自己一些時間允許自己處在正常的悲傷情緒中。2. 瞭解自己的環境中所擁有的支持與資源。3. 瞭解自己傷慟的根源或特定的主題，並找到可以協助自己的人。4. 找到安全的方式和場合與他人分享。5. 可以告訴他人自己需要獨處。6. 藉由運動或休閒放鬆自己的身體與緊繃的心情。7. 重視健康保持食物的攝取。

七、比較不合適的方法是：

1. 很快找尋一種替代傷慟的人事物來轉移。2. 告訴自己要堅強、要勇敢，而避免去接觸自己脆弱的一面。3. 獨自傷心是惟一的選擇。4. 時間可以治療一切。5. 不允許自己哭泣。6. 用忙碌來麻痺自己。7. 用傷害自己的方式以彌補失落的空虛。

八、解除悲傷小故事分享

1. 助念時讓家屬說一點話，例如：A. 拜別三跪九叩。B. 「四道人生」：道謝、道歉、道愛、道別。

2. 為亡者做點什麼：例如：入殮時幫亡者整理衣服，大體 spa 時看著協助遺體慢慢變漂亮，及親自參與的過程。

3. 火化看到舍利子或舍利花。

4. 以悲傷輔導角度來說來說，喪禮包括佛事儀式都是悲傷輔導的一種方式，下列是葬禮能發揮的影響：a、葬禮增強失落的真實性，例如：目睹死者大體或蓋棺前的祝福，有助於認知到死亡的真實性與終結性。b、葬禮提供表達對死者想法和感受的場合與機會，例如：與禮儀人員溝通喪禮要如何呈現。c、葬禮是對逝者過去生活的回想，例如：追思文。d、葬禮能提供家屬社會支持網絡，這種網絡對悲傷的宣洩可能極有幫助，例如：親友。



快速掃描 QRcode
一起同步線上學習

雲天之翔

蓮生活佛書畫展 在澳洲墨爾本隆重揭幕

為慶祝聖尊 80 壽辰暨創作 300 本文集里程碑。澳洲墨爾本善明同修會，在墨爾本、伯斯、聖誕島及紐西蘭道場協助下，於 4 月 20 日，在墨爾本 Le Grang Gallery 藝術展覽館，舉辦了一場連續七天的蓮生活佛書畫展。

現場蒞臨的貴賓有宗委會文宣處長釋蓮悅上師，宗委會澳紐辦處負責人釋蓮祈上師，善明同修會住持釋蓮照上師；還有釋蓮晴法師及嚴明雷藏寺釋蓮戒法師共同與會。

當日各界貴賓雲集，包括墨爾本多元文化部長劉福中洲議員，駐墨爾本臺北經濟文化辦事處

處李長治秘書，萬年興前市長楊千慧女士，以及華人各社團代表蒞臨與會。當天出席人數近百位，場面非常熱烈。

釋蓮悅上師代表真佛宗善明同修會向大眾致歡迎辭，談書畫展的緣起，以及師尊多年致力於寫書作畫，傳播佛法智慧於其中。除了度衆無數，在藝術領域上也展現出其獨特風采。更提及今年適逢蓮生活佛 80 大壽，更同時出版第 300 文集，是蓮生活佛的雙喜大慶之年，此時舉辦書畫展，更別具殊勝的意義。三位貴賓也陸續致詞，貴賓楊千慧女士也發表了她看師尊書畫後的感言，當他翻閱師尊的書，感受到活

佛書中的文彩，深入人心，啟發內在共鳴。

在貴賓致詞之後，進入隆重的剪綵儀式，剪綵過後，三位上師送書給貴賓。現場參展的眾多各界貴賓，對此次書畫展觀後，都給予非常正面評價：讚揚主辦單位從選擇場地至招待風格都很認真，展覽作品具有獨特風格，表達很高的佛法禪意。

這是一場凝聚同門大眾心力，精力，勞力來宣揚聖尊一生弘法功德以及其佛法造詣的展出，禪觀意境特濃，令參觀者內心感動，留下難忘印象。現場很多人都拍照留念，喜氣盈溢。



然而我們在書中更可以知道法身是無病的，無血無肉，不是四大假合，不會生老病死，祂是無形，可以隨意自在，不受肉體的限制，有很多很多不可說的神變力量。但是法身是如何來？法身是修出來的！靠的就是精進的實修。在書中又經過多位弟子的實證，作者而今有無數分身，就是在教導我們這都是實修的結果，不會受到病苦，可以自在任運無拘無束，離苦得樂。



訂購蓮生活佛盧勝彥文集請至：

1. 金石堂、博客來、誠品、三民等各大網路書局
2. 真佛般若藏訂購平台 <https://www.tbboyeh.org/cht#/order>
3. 真佛般若藏 e-mail : publisher@tbboyeh.org · tel : 02-2999-0469

請掃描右側QRcode觀賞蓮生活佛盧勝彥文集第299冊

《八旬老僧筆記・述異見聞》宣傳影片
感謝支持真佛般若藏 YouTube 影片頻道，請分享、訂閱、
按讚並開啟小鈴鐺獲得即時通知！



世界華光功德會 World Lotus Light Charity



傳遞真心 溫暖如光

【台灣華光功德會南區 報導】在 2024 年 3 月 28 日這個美好的日子裡，我們懷著無比感激的心情，見證了江梅正、鐘慧瑩等義工攜著對社區的深深關愛，將愛心與溫暖送至崇文國小、金潭國小、舊寮國小、新豐國小、隘寮國小、玉田國小。他們攜帶著的不僅是愛心物資，更是一份真摯的情感，一份對社區孩子們的關懷。

這份愛心物資包括；速食麵、堅果飲、粉絲、各類飲料、精選白米、餅乾，以及一系列精心挑選的兒童節禮物——粉餅水彩、三角蠟筆、水彩本等，每一件物品都透露著愛的溫度。

讓我們共同祝福這些可愛的小天使們，在兒童節這個屬於他們的日子裡，能夠感受到社區的溫暖，快樂成長。

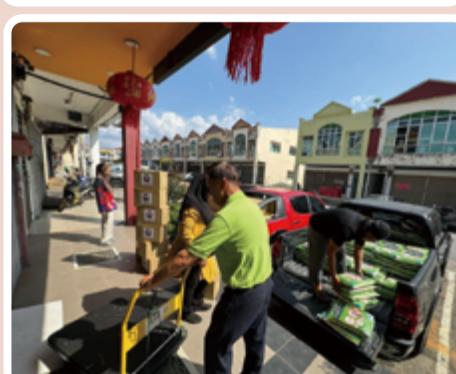


金海華光 攜手希望

【大馬華光功德會金海分會 報導】民送上了一份溫暖的祝福。2024 年 4 月 3 日，大馬金海華光分會攜手柔佛巴魯市議員陳珊珊展開一場充滿溫情的合作，為柔佛巴魯東北區的清寒家庭帶來了一份特殊的關愛。

他們共同派發了 50 份華光愛心物資包和白米，這個善舉正好在大馬回教徒即將迎來的開齋佳節之前，為該區居

這次的合作不僅僅是一次簡單的援助活動，更是大馬金海華光分會和當地政府的緊密合作，共同傳遞著社區的關愛和溫暖。希望通過這樣的行動，能夠為清寒家庭帶來一絲希望和力量，在節日來臨之際感受到社會的溫情與關懷。



慈藏齋月之愛

【印尼華光功德會慈藏分會 報導】2024 年 4 月 1 日，印尼華光功德會慈藏分會在 Cipari 的 Miftahul Huda Segarangu 清真寺舉辦了一場溫馨的公益活動。義工們攜帶著美味的開齋小吃，前往清真寺，將食物送到正在齋月中齋戒的穆斯林手中。這個簡單而意義非凡的舉動不僅填飽了肚子，更傳遞了跨文化、跨宗教的友愛和團結。

此次活動彰顯了華光功德會一貫



的愛心和奉獻精神，鼓舞著更多人加入到公益志業中。在這個充滿挑戰和困難的時刻，相互支持和關愛顯得尤為重要。義工們的付出不僅是食物的分享，更是心靈的溫暖，為社區帶來了無私的關懷和希望。

願這份愛心的傳遞持續下去，溫暖著更多需要幫助的人，讓世界充滿更多愛與關懷。在愛的力量下，讓我們共同努力，讓社會變得更加美好、溫暖。



真心施捨 溫情綿綿

【大馬華光功德會亞羅士打分會 報導】大馬華光功德會亞羅士打分會在清明節期間展現了愛心和關懷，將愛心物資送至兩間慈善機構——三好福利中心和超級兒童之家 (Rumah Superkids)。

我們非常感謝法顯堂的慷慨捐贈此次所有愛心物資，這次的愛心物資將帶來溫暖與希望，希望能稍微減輕慈善機構的負擔，讓他們能夠更好地

繼續關愛弱勢群體。

在這個充滿溫情的清明節，大馬華光功德會亞羅士打分會的愛心行動讓我們深感溫暖與感動。感謝所有義工們的無私奉獻，他們的善舉將繼續溫暖著社會的每一個角落。讓我們共同努力，讓真心施捨和溫情綿綿的精神在我們的社會中繼續傳承，讓愛心永遠發光發熱。



華光愛送暖相隨

2024 恭祝蓮生法王 80 佛誕

全球華光齊心獻上愛與希望



今年，恭逢蓮生法王80聖誕，這是一個值得慶祝的重要時刻。秉持著師尊慈悲為懷的精神，讓愛散發到世界各地。世界真佛宗華光功德會定於每年蓮生法王佛誕日舉辦「全球華光同步捐贈白米」的活動。各地分會，包括台灣、新加坡、馬來西亞、印尼、日本、英國、法國、德國、巴西、澳洲、加拿大等，將共襄盛舉，為社會送暖，獻上愛心。

全球各地的華光分會，透過捐贈各類愛心物資，幫助有緣的大眾，包括捐助當地的弱勢團體和低收入家庭。秉持著師尊慈悲的教導，讓愛發光，照亮世界，為聖尊蓮生法王祝壽。

今年的「2024全球同步捐贈白米」活動，將於5月1日展開，為期兩個月。透過一份份充滿關懷的愛心物資，我們將溫暖送到每個人的心中。這份慈悲眾生的心，將在世界各地蔓延，讓溫情充滿人間，關愛永不止息。



指導單位：

世界真佛宗宗務委員會
世界真佛宗華光功德會



世界各地華光主辦單位包括：

- 加拿大溫哥華華光功德會
- 日本華光功德會大阪分會
- 英國華光功德會真渡分會
- 德國華光功德會忍智分會
- 法國華光功德會大弘分會
- 巴西華光功德會真諦分會

不生氣的藏傳養生術 探索8種靜心的食材

文 / 時報出版 洛桑加參

在繁忙的日常生活中，洛桑加參醫師在其著作《不生病的藏傳煉心術：護你身心均安的內在醫學》中提出了一個有趣且值得探討的觀點：透過適當的飲食調整，我們不僅能夠改善身體健康，更能為心靈帶來平靜，從而更有效地應對生活中的爭執和壓力。洛桑加參醫師挑選了八種有益於靜心的食材，讓我們一起來探索，看看其中是否有你喜愛的。

黑芝麻：翻轉情緒

自古以來在西藏，芝麻即為貴族級的養生聖品。醫典記載，「芝麻性重而溫，增陽氣驅隆邪。」隆病指的是跟循環、營養輸送有關的病。以西醫的身分來說，我選芝麻還因為它含鈣量豐富。人缺鈣不只骨骼失養，情緒也容易暴躁不穩。維持血液中足夠的鈣濃度，易燃易爆炸、易焦慮易煩躁的狀況，都能得到改善。直接吃黑芝麻本人、喝芝麻粉沖泡飲品，芝麻醬、芝麻餡、芝麻糊……通通都可以喔！

海藻類：轉化壓力

諸如紅藻、海苔、紫菜、昆布、海帶芽、羊栖菜，都是你我補充礦物質鎂的好來源。心情要美麗，缺鎂可不行。什麼人容易缺鎂？壓力大的人、運動量大出汗多的人，以及服用利尿劑的人。安撫緊張、躁動，穩定心律、血糖，改善失眠、慢性發炎，陸上的植物性飲食要吃，海裡的藻類更要會吃。

菠菜：天然解毒劑

葉酸這種水溶性維生素之所以有個「葉」字，而不像它的B家族兄弟，被叫什麼B12、B6，正是因為葉酸是從菠菜葉中提取出來的。葉酸排行小九，你也可以叫它B9。但沒多少人知道就是。葉酸跟造血特別有關，它同時還是個關鍵的抗壓營養素。微憂鬱、微焦慮時刻，菠菜吃起來。若配大蒜炒，另收恢復疲勞之效，而且還很好吃。我推薦菠菜另一個原因是它顏色特別綠，葉綠素特別多，葉綠素是天然解毒劑，能幫身體排除重金屬。

優格：腸道健康

優格這種天賜良食之所以來到人世間，純屬一場意外。相傳早年游牧民族將鮮奶儲於羊皮袋中，不小心給發酵了，大家吃一吃覺得這味道還挺好，這一吃，就是四、五千年。維持腸道良好菌相，快樂荷爾蒙血清素順利產出，

再與褪黑激素協力，不只心情改善，你連睡眠都會更加安穩。每次我在推廣優格的時候，演講完都有人要問，那這個可不可以，某某東西行不行？我就問，要跟腸道裡的小壞菌相抗衡，哪裡還嫌幫手多？我們心胸放開，不計出身、廣納好菌，除了優格，你還可以一併將優酪乳、益生菌、蔬果酵素通通納入門下。有啥喝啥，隨方便隨緣隨順，不糾結。

堅果類：疲勞退散

像是榛果、核桃、杏仁、花生，經常性吃一小把就可以，量不用多。話說慢性疲勞的人身累心也累，虛累累之時，若還碰上瑣碎鳥事來亂，火氣特別容易上頭。脾氣一來，好運就跟我們說掰掰。想一想，那是又更氣了。怎樣都堅強不起來的時候，請吃堅果吧！主要我看中的是堅果家族的維生素E含量。抗氧化、抗自由基搞破壞，尤其生活壓力大、經常感到倦怠，或居住環境空氣品質沒那麼好的人，且讓堅果裡的維生素E好好鞏固你的保護屏障。

香蕉：心緒安定

攝取微量礦物質的絕佳來源，對於心緒安定尤其重要。憂鬱的、睡不好的、背負創傷與壓力的、長時間運動要快速補充熱量的，都很適合吃。吃香蕉補充色胺酸，還有利於血清素合成。有助消化、益睡眠需求的人，可將香蕉加無糖優格一起吃。有化敵為友、促進情誼需求的人，帶一串蕉與他人分享，好過成天相看兩討厭。

小黃瓜：清熱降溫

形容一個人處變不驚、神態自若的英文怎麼說？「Cool as a cucumber.（冷靜得宛如一條小黃瓜）」。我認為相當傳神。尤其在夏天，吃瓜清熱降溫，消火收效甚速。水潤黃瓜含水量極高，火氣大脾氣差、吃太鹹、慢性脫水的人都適合吃。我常對身邊的人囁嚅要多喝水多喝水。遇到不愛喝水的人，我就教他們黃瓜檸檬水來喝。預防慢性脫水造成的便祕、頭暈、記憶變差和情緒焦慮不安，好喝又好用。

蜂蜜：自然甜味釋放內心平和

甜美的滋味，向來很能撫慰人心。但一想到攝入過多精製糖的種種負面影響，我更願意推薦的是天然甜。其中，蜂蜜是我的心頭好。

當你妄念紛飛、飽受負面記憶干擾、不能剋制地怨恨怪罪某人時，先喝杯蜂蜜水吧！一口一口去品嘗那帶著花朵芬芳的甜美。切換甜美的思維迴路，讓良善的人事物、良善的念頭重新黏著在自己身上。花開富貴，不因鬥豔，本來就美，何須爭妍？算了算了，不爭了不鬥了，喝好這杯蜂蜜水，糟糕的情節都給大器略過。



作者簡介

洛桑加參

現任 身心靈預防醫學醫師兼作家
Dr. Lobsang 預防醫學集團創辦人

學經歷

- 台灣國防醫學院醫學系
- 美國哈佛醫學院研究醫師
- 台北榮總神經再生中心特約醫師
- 台北榮總白金逆齡中心執行長
- 京妍生技董事長

來自雲南香格里拉藏區，藏族人，曾出家兩年，自幼即對藏醫藥學特別感興趣。十三歲離開青山環抱的家鄉到外地求學，先後曾至印度聖菲洛梅娜大學(St. Philomena College)攻讀物理系，後來以交換學生的身分，前往文藝復興時期創建的德國佛萊堡大學(University of Freiburg)進修，學的也是物理。

獨創「ACT 自體生長因子療法」，精擅免疫細胞療法、幹細胞療法、血液淨化、退化性關節炎防治，以及慢性病、癌症與睡眠調理。著有《不生病的藏傳養生術》、《靜心·淨心》、《簡單豐足》、《快樂醫學》、《不生病的藏傳煉心術》均由時報出版，其餘作品散見各大媒體。

怒放的生命之一 「世間情未了」與「點石成金」

文 / 蓮花行者

世間情未了，一歲，上場亮相，接著，在漫漫的人生路上，遇上了各路的新知舊友，財，色，名，食，權，情，事業，玩樂...等等...等等；有些，是一見如故，有些，是越愛越深，結果，朋友佔據了我所有的空間與時間，成為了我的主人，最後，鐘聲響起，在某某歲，我的大頭照片被掛在牆上，留下了一點點的遺憾。

賢聖者說，

人生，是來酬業，應酬那，惡和善，黑與白的業。這是業的遊戲：酬業，造業，兩邊忙，營營役役，滿一生，紛紛擾擾，不出塵，得得失失，苦中樂，兜兜轉轉，還是網中人。

只專注於地上的，必然失去天上的，人間遊戲之樂，皆為苦本，終必一無所得，窮盡一生的努力，六道輪迴之苦，還是在等。慧者說，君子之交，淡如水，好處是，輕鬆一點，煩惱

不生，保有心中的清涼，交一個新的朋友，這朋友叫，點石成金。

點石成金：點化世人，夢浮沉石裏藏金，是一人成敗得失，轉頭空金光獨耀，石出塵。

蓮生活佛盧勝彥文集第266冊《黃金的句子》-我是轉世的咕嚕（序）：

我和其他真正的咕嚕一樣，降生斯土，都是來喚醒世人的。我是珍寶。珍寶要喚醒沉睡的珍寶。.....

我告訴大家：

「靈體是永恆的，物質是極其短暫的！」也可以如此說：「佛性是永恆的，娑婆世界是幻化的！」我鄭重的告訴世人：「是覺醒的時候了，如果不覺醒，你只有一世又一世的在幻想中輪迴！」我說：「每一個人，須要有一個靈性的

導師，他能夠提昇你的心靈。」

難關，一重又一重，人身難得，佛法難聞，經典還有法門搞未懂，良師難遇，真正的咕嚕更難逢，登天難，莫悲痛，一切諸佛菩薩護法金剛空行諸天的化身，真正的咕嚕，在面前，佛住世間，我們追隨，已如立在高高的頂峰，一步登天，不是夢，重要的是，信受奉行，專心一意，步步跟蹤，再尋找其他的門路，變成往下，而不是往上流，行不通，心殷重，意誠隆，祈請三根本，將我送。

謹以「怒放的生命」，獻給尊貴的盧師尊；也願以此與一切有情結緣。

祝，一日六時恆吉祥。阿彌陀佛。
行者 於台灣 2022年10月10日

供養大福金剛 奇蹟 福報連連

文 / 蓮花一琴

2024年2月24日晨早，我和女兒坐上從溫哥華直達彩虹雷藏寺的巴士，參加聖尊蓮生活佛主持春季觀音菩薩大法會。師佛於聖觀音護摩法會的開示時提及：盧師尊是大福金剛，能賜福眾生。佈施能讓善循環。

聖尊的話的確真實不虛。坐在我旁邊的Carol師姐講述了她自己用真誠的心來供養大福剛盧師尊而得到不可思議的奇蹟及福報連連的真人真事。

Carol師姐讀高中的時候，看了盧師尊寫的英文版書後明白：年青人選擇讀醫學去救人，就不會有那麼多業障。因此上大學她選修的是醫科。本來想讀註冊護士的她，後來聽醫學教授老師說，很多註冊護士畢業後都找不到工作，因為沒有經驗，醫院不要。於是她轉了方向，馬上報名美加最出名的大醫院工作。但是她申請一個多月了，仍無回覆任何消息。自從她用

真誠的心來供養大福金剛盧師尊後，且虔誠向師尊祈求加持早日找到如意的工作。說也神奇的是，經師尊摸頂加持她後的第二天，就接到該醫院要她速辦入職手續的通知。大福金剛師尊真的是法力無窮！

上班前，Carol師姐也用真誠的心來供養大福金剛，請師尊加持工作平安吉祥。當師尊呵口氣用手摸頂加持她眉心輪時，她感覺有一股熱流進入身體，內心頓覺平靜、淡定與喜悅。

Carol師姐自到醫院的觀察室工作以後，一天凌晨於半睡半醒中見大福金剛師佛放光加持她。於是，她每次到醫院上班前，都會觀想師佛住頂放光，加持工作順利，加持病患早日康復；有些重症病患走了，她也會唸師尊心咒，祈請師佛接引往生，離苦得樂。在工作中，無論她遇到的病人是富豪，還是流浪漢，她都實踐師尊教導的，平等心對待，每天都以這樣的善念

善行。

為了感恩大福金剛聖尊，Carol師姐盡自己的能力做了大佈施、大供養大福金剛。她打電話到宗委會查詢供養師尊的美國匯款資料，直接匯款供養師尊。

Carol師姐自做了大供養師尊後，真的獲得福報連連；不但工作順利，步步高升。現在她調到全世界最出名的XX專科醫護團工作，此醫護團隊是由一位獲得全世界第一名發明微創手術的專家醫生帶領，他不但醫術非常高明，而且很低調，平易近人，和藹可親，散發出正能量；故整個團隊非常溫馨，富有朝氣，團結友愛，充滿活力和陽光。因此全世界各國的醫學專家都來這裡參學。

在回溫哥華的路上，Carol師姐感恩不盡的敘述，供養大福金剛師佛而獲得出現不可思議的神蹟及福報連連的真實感應。



第4篇

跟天空說話 用筆出聲的男孩

【前篇概要】

家貧，小孩也要工作，勝彥小小年紀開始小販人生，假日及放學後努力賺錢，叫賣雞仔、枝仔冰、李仔糖…，這是奮鬥的學習。

一碗5角錢的清冰還要分五碗？！雖然生活清苦，勝彥還是用自己的方式完成吃剉冰的夢想。

凝望天空的小學生

觀察、思考是勝彥打從小時候起，顯現的一種特質，他觀察到世間許多現象，總要靜靜的沉思一下^{注釋1}，而不是把身邊一切環境、事物視為一種理所當然的存在。

勝彥很喜歡放學後躺在操場上，仰臥著注視湛藍而渾圓的天。看著白雲在天空中徐徐移動，變來變去，小時候喜歡的「沉思冥想」和現今的「禪定」、「融入宇宙大光明海」中，竟然是互相串連。——《傳奇與異聞》

學校放學，同學都回家了，小勝彥獨自躺在操場的青青草坪，仰臥著凝視湛藍的天。天空中的白雲，像一條條海洋之船，像變幻的飛禽走獸，移動徐徐，而他的心就跌入那無際的天涯，叫他忘卻一切的煩憂，悠然望著天空，注入心中疑問：

「我從什麼地方來？」

「我死了又會去哪裡？」

「我生在這世間來做什麼？」

他又想著：一個人，為什麼有眼睛能看。有耳朵能聽。有鼻子能呼吸。有舌頭嚐味覺。有四肢，有思想。還有身體內的世界，五臟六腑，各有各的

功用，這一切奧妙異常；他好奇：這宇宙世界是怎麼來的？人類是怎麼來的？山河大地是怎麼來的？花草樹木是怎麼來的？太陽呢？月亮呢？日月星辰？

他有時會夢見自己騰空，夢裡的騰空不是像鳥飛翔，而是站在大氣之間，穿透雲霧，飛到宇宙星辰中去了。在夢裡非常的寂寞，因為除了他置身太空的安寧世界之外，看不見另外有人到這裡來。許多現象及夢境，他感受到冥冥中，有一股無以名之的力量，他心裏相信生存的這世界，應該有一個「大能」在我們四周，否則怎麼會有這麼多無法解釋的事？

生命真理的初探索

國民政府播遷來台後，在中國大陸的各個基督教宗派，紛紛跟著傳到台灣來，因此，勝彥從小就

讀基督教會辦的幼稚園，四年級時，住家後面的莊伯母對他說：「卡子，人家新興教會禮拜堂，有分糖果，你去不去？」勝彥訕訕地說：「我平時沒去，分糖果才去，不好意思的。」莊伯母微笑地說：「大家一大堆人一起去，不要緊。」勝彥一聽他喜歡的純心要去，他也就跟著去。

從此每個星期日，他跟著住家後面的高純心二姊妹和同學莊兆銘，抱著聖經，一起去高雄新興區的長老教會，參加主日崇拜，小孩子們都喜歡去教堂，因為聖誕節有糖果、復活節有一顆紅雞蛋，全勤出席還有繪筆文具等獎品……，這些都是平時少有的物品，主日學老師帶領小朋友祈禱，講講聖經裡耶穌的故事，像「十大神蹟」，「水變酒」、「瞎子看見」、「跛子走路」、「行走海面」、「登山寶訓」等等。





▲國小時期的盧勝彥 (約1953-1956)
略為緊繩嚴肅的神情。



▲勝彥小學四年級去的基督教長老教會，
位於明星街。(資料來源_網路)。



▲國小的勝彥會走過中山路向北走到高雄火車站看火車。
圖為1960年代的高雄火車站 (圖片來源_高雄的老照片臉書)

許多無法解釋的現象，往往會試圖在宗教內尋找答案，對那「大能」充滿求知慾的小勝彥，悄聲地問主日老師：

「耶穌基督領悟的真理是什麼？」
「耶穌說，我就是真理。」
「真理如何會被釘十字架？」他又問。
「但，耶穌又復活了。」
「為什麼復活了，這麼久不再來出現呢？」接著問。
「會再來，但，不是現在。」
「為什麼不是現在，要等何時？」不死心地問。
「……。」

這些打破砂鍋問到底的提問，主日學的老師到最後總是答不出來，雖然問到老師啞口無言，也問不出答案，但是小勝彥在主日學的功課很好，深得教會牧師長老的歡心。

教室佈告欄就是我的舞台

勝彥時常被施以打罵，打擊了他的自尊心，他在人前不善表露，講個話也會臉紅，因為個子矮小，在人群中是毫不顯眼的存在，他雖然喜歡游泳，但不是運動健將，連唱歌也不行，父母也不可能花錢讓他學習其他才藝，也就是說他對自己毫無期望，不覺得自己有什麼長處。

小學加入童子軍後，受到「日行一善」的薰陶，他走在路上會僱僕著身子，到處撿碎玻璃、撿香蕉皮，怕路人赤足踩傷了腳，怕老人滑倒。猛一瞧，赤著足穿著八卦褲的勝彥，這樣子低頭撿來撿去，很像是街頭的流浪漢，一群家境小康的同學經過，鼓譟地：「哼！老鼠仔又在做童子軍的日行一善了。」話語裡的嘲笑，瞬間讓他的臉糗得又紅又燙，一慌亂，把手上的香蕉皮拋得滿地都是。坐公車時，有老人家上車，也總是遲疑在「讓座」

與「不讓座」之間，好不容易，他鼓起勇氣站了起來，臉同樣的又紅又燙，剩下的是，滿車的讚許與推辭。

在小學三年級時，勝彥參加作文比賽，得了全高雄市第一名，平日沒有什麼可拿出來炫耀的勝彥，回家開心地跟父母報喜，雖然沒有得到爸爸的讚賞，他還是很寶貝的將這篇文章珍藏起來。當時學校裏每班都有「國語日報」、「學友雜誌」二種刊物，給學生們閱讀，有一回，勝彥注意到報刊上面有「園地公開，歡迎投稿」，這下子，「投稿」二字閃現在腦海之中，尤其又有「稿費從優」的字樣更吸引人，原來寫寫字就能賺錢？這引起他寫作的動機。

既然決心要投稿，那麼寫什麼好呢？他讀到報刊內笑話欄有一則：

「父親說：有個好老婆，人生就成功了一半。」

小明說：那我長大，要娶二個老婆。」

他讀後哈哈一笑，小腦袋裏閃過一道靈光，這看起來不難，何不試試寫笑話投稿呢？他用腦筋想出一則「小笑話」，投稿「學友雜誌」，沒想到真的刊登出來了！稿費是最新一期的雜誌一本，老師將他的笑話用紅筆圈起，貼在佈告欄讓全班都看到，很多同學像蜜蜂似的蜂擁在佈告欄前，看到那則笑話的作者姓名是：「勝彥」。大家交頭接耳：「啊！盧勝彥投稿《學友》的文章被發表出來了。他出名了，是大作家呢！」尤其女同學都想認識他，這一刻，那個平時說話就臉紅的「老鼠仔」，發現自己原來有跟別人不一樣的地方了，寫作讓自卑的他抬頭挺胸。從此，他的創作及發表慾，愈來愈強大，就算被退稿也不斷繼續寫，刊出來了還會怕同學沒看到，自己拿去教室後面的佈告欄張貼。

投稿寫作讓小勝彥產生一絲自信，甚至提筆寫一封情書，給心儀的高純心，想不到高純心竟然把情書貼在佈告欄上，但他不在意，反而由此有個靈感，以後無論寫什麼文章發表，都貼在佈告欄讓大家看看，讓大家知道不只是小笑話，他也會寫其它的文章。

不愛讀書愛看形形色色世界的小盧勝彥

國小時期的勝彥，課業成績從後面算起來比較快，差不多都是最後一名，一提到讀書就頭痛，真的沒什麼突出之處，唯有四年級時，他受到一位顏守真老師的特別照顧，鼓勵他讀書，那段時間成績由墊底上升到第二十一名的名次，但升上五年級後，碰上信奉打罵教育的老師後，成績又開始一路墊底，在教鞭及棒棍中，熬到畢業。不喜歡讀書的勝彥，很喜歡服務，做勞動服務、拿「服務認真獎」，還有，從來沒有缺課的「全勤獎」。不上學的假日，他會穿過二條街道，一個人走過運河，到高雄火車站，站在旅客進出的地方，看那些火車發出「嘟嘟」聲進出月台，看著進進出出的人想像它們的目的地是哪裡。有錢人的孩子，可以到台北的動物園去看動物、到處坐車去環島、買票進到影院去看電影…，這些對勝彥來說都是童話幻想，他的玩樂就是「玻璃珠」、「橡皮圈」、「紙牌」（尪仔標），再加上，看火車嘟嘟去。他在高雄火車站留下的幻想是：也許有一天，他也能去坐火車，讓火車載他到遙遠又遙遠的地方。

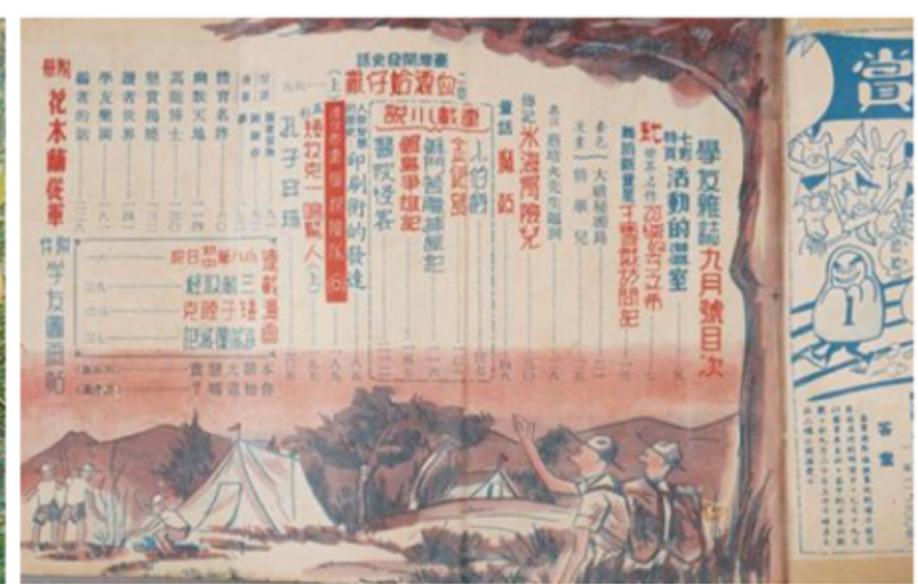
個性有些害羞自卑，拙於表達的勝彥，發現原來他有這個才能，能夠以字代口，讓他被看見，不再是不顯眼的存在，但是瘦小的身形讓他在大同國小很出名，究竟發生什麼事？敬請下期待續。



▲教堂前的兒童。
(資料來源_國立臺灣歷史博物館)。



▲1945年創刊的《學友》漫畫雜誌 (1945-1965)
(資料來源_國立臺灣歷史博物館)



▲從目錄中可以看出連載內容。
(資料來源_國立臺灣歷史博物館)



以入世生活磨練 走向出世解脫之路

本期將為大家繼續導讀的蓮生活佛文集，分別是第9冊-《給麗小札》、第11冊-《旅人的心聲》及第12冊-《悵惘小品》，這三本文集的出版都集中在1973~1974兩年之間。1974年不僅是盧師尊而立之年，更是與師母締結連理共組家庭，走入人生另一階段的重要節點。

在此前後幾年，其實是盧師尊人生最重要的成長階段。特別是1969年，盧師尊在「台中玉皇宮」蒙瑤池金母開天眼，遊歷天界、明白前世因果。正式進入「學法時期」。後蒙三山九侯先生夜夜授法三年、拜了鳴和尚為師、授菩薩戒、創立靈仙宗

等，人生開始有了翻天覆地的大變化。

然而從外界的角度來看，他還是那個剛從測量學校畢業，然後正式服役的盧測量官，喜好寫作並偶爾投稿的散文作家盧勝彥。然而盧勝彥此時的文風，其實也已經在默默的轉變。

《給麗小札》是盧師尊最後一本寫給女子的「情書」，因為這位稱為「麗」的女子，即將成為他的妻子。二人其實相識甚早，自1968年相識，至1974結婚。盧勝彥在感情方面，一直以來都是克己有禮的三好青年，也正如他在書自序中所言：「在

感情上，我是一個不懂處理的孩子，不會加油加醋，也不會講假話，想到就寫，想到就說，看起來也似乎毫無系統與條理，然而感情的面貌就是如此。寫《給麗小札》，是獻給麗香的，文中表明我的心向。」

《旅人的心聲》則較偏向人生價值觀的思辨，透過種種社會情境或實例，以引導或探討的方式，讓讀者自己走入書中情境，吸引讀者參與價值思辨的心理互動，但要故事說得到位才有效果，盧勝彥就是那種會說故事的作家。

《悵惘小品》有些令人意外卻又不太意外。內容乍看有些悲傷，照說此時的盧勝彥事業、愛情、寫作都處在上升期中，何以有此悲傷之作？其實還是與他正式進入學法時期有深刻的關係。

這三本出現在盧師尊接近而立之年的文集，其實都蘊藏著盧師尊生命變化的重要軌跡，想要更深入了解盧師尊如何透過入世生活的磨練，堅定走向出世解脫之路，您一定要看。

文字的河流



「學法時期」跨越盧師尊26~39歲，創作文集共54冊，本期將為您導讀：

1.第9冊-《給麗小札》 2.第11冊-《旅人的心聲》 3.第12冊-《悵惘小品》



盧勝彥文集第9冊《給麗小札》 學法時期 1969~1984

心之所向 獻給麗香

而這一本《給麗小札》，則完全是盧師尊寫在婚前，紀錄了與師母相識交往的青春點滴，如盧勝彥在序中所言：「給麗小札，是寫給麗香的，她也姓盧呢！這真是奇妙的緣份呵！給麗小札，是一篇篇短短的心的絮語，裏面是顛動的火花，空虛的獨白，感觸與偶拾，談人生與說夢，但心向只有一個，那就是——麗。」

雖然盧師尊直言，他好幾本書是寫給不同的女友的，但六、七十年代的盧勝彥，對所謂的女友都是發乎情止乎禮，其情感都是相當克制的。正是這樣的克制有禮，讓這一段段年輕的愛情，有了一種純粹的感動，得到昇華，值得歌頌。

所以在《給麗小札》中的創作中，一篇篇文字更是充滿了詩意，也將二人交往中的患得患失之情，更表達的淋漓盡致…。

《給麗小札》出版於1973年12月，1974年正月盧師尊便與師母盧麗香正式結為夫妻。結婚時盧師尊正好是三十而立之年，在婚前將此書出版，獻給師母，以現代人的角度來說，以書為媒，也算是相當浪漫而不落俗套的結婚禮物。

眾所周知，師母盧麗香一生不只奉獻給家庭，照顧丈夫兒女，更是盧師尊一生弘法事業的最佳助手與最強後盾，絕對厥功甚偉、功不可沒，當然這些都是婚後的後話。

〈今夜〉

麗，今夜又下雨了，你不會一個人打著傘上街吧！何況你不是一個好動的女孩子，老喜歡一個人寫寫塗塗，或則繡花，研究新的服飾。

麗，你真不簡單，你的那雙手，修長而靈活，是一雙多才多藝的手呵！不是我這麼說，看過你的人都這麼說。

下雨天的晚上，你會安安靜靜的坐著看電視嗎？我想你不會的，你一向不聽歌，也從不看俗氣的連續劇，電視，你只有在最無聊的情緒下，偶然消遣，你說：「我那有空閒看電視呢！」

今夜又下雨了，屋頂上叮叮噹噹的響著，屋簷掛著串串水珠，像一串串晶瑩的珠簾，街上行人撐著傘，傘與人搖曳，而我想著，你在做什麼呢？突然而來的靈光，我走到電話機旁，搖一個電話給你，一切都不明瞭了嗎？哈，真傻。

《節錄賞析》

〈寫詩〉

曾經，我也盼望你能寫詩，然而現在已經不必了，因為你就是詩的本體，其他都是假的，唯有你是真的詩，麗，是真的詩。

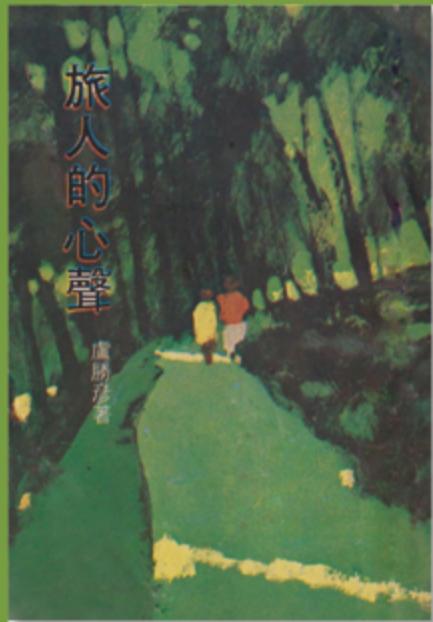
最近我已經不必寫詩了，我寫詩在你的唇上，不必用筆，只要聽聽心與心的跳動就可以明瞭，在現在，寫詩成了多餘。

〈在冰菓室〉

那一天，我悄悄的坐在冰菓室，第一次的見面，妳遲了半小時，請問，秒針跑了多少圈？

那天，我們的話談得很少，妳曉得的，我話少得近乎木訥，我們只是笑啊笑，想用笑來表示自己心中的快樂，第一次見面，呵呵！

好可憐的我，不懂如何表達自己的關注，也不會說仰慕的話，更傻傻的不敢再約你第二次的見面。在你印象中的我一定是一個傻傻的呆頭鵝，對嗎？



盧勝彥文集第11冊《旅人的心聲》 學法時期 1969~1984

芸芸眾生雖是過客 應拒絕庸碌找尋價值

《節錄賞析》

〈人間是刑場〉

當我呱呱出生到地球上的時候，我是「空無所有」的無知，但，當我開始懂事的一剎那，我就發覺人間就是我的刑場。

我很喜歡看布袋戲，黃俊雄的現代木偶戲團，他掌上搬演的「雲州大儒俠——史艷文」曾吸引了千萬觀眾，其實我不是看布袋戲，而是看「布袋戲木偶的生與死」，人生同木偶豈不是一樣，到地球上舞一陣子，沒有多久，又統統要歸到冥冥的世界裏去。有人問我：「人生是什麼？」我總是叫他去看布袋戲，他還不知道我的意思，於是我就說：「人生就是布袋戲。」

〈做人難，難如上青天〉

過去，有一陣子，我總是想出家當和尚算了，我找過在臺中二分埔慈善寺的老和尚振光法師，也到水裡坑找過懺雲法師，在青草湖找過印順法師，北上松山寺找道安法師…。

幾位當家的大和尚見我年輕，且聰明智慧過人，所閱經書，上至楞嚴，下至彌陀，莫不感到驚詫，紛紛勸我出家，一定要出家，將來一定可以替佛門光大門楣…。

而這件事在一般人的想法中，他們恥笑我，你想當寄生蟲嗎？你想逃避塵世嗎？無能的人才會去當和尚吃施主，有人說，你莫非欠了人家一屁股債，想溜；有人說，老盧，你莫非失戀了，想跳出紅塵，他們從未想到，我是淡泊名利，要學佛修性，成圓滿無缺的智者，然而你講這些，他們不懂，做人呵！想跳出紅塵，也頗不容易的。

這本書是盧師尊在而立之年所著作的，此時的盧師尊已經在兩年前皈依了鳴和尚，且已經完成慈惠雷藏寺興建落成一年餘。這個時期的著作多以社會現象做為寫作的題材，是盧師尊將生活中所見所聞，用一種旅人的角度來看待事情所寫下的內心感觸。

我們可以從書中發現此時盧師尊對於人生的價值有著獨到的見解，即使到今天這是一步一腳印，走在當初訂定的方向前進，正如盧師尊在《旅人的心聲》的自序所言：「人生的有價值，在於超脫與非凡，特殊的表現，當然，這絕對不是庸庸碌碌，而是庸庸碌碌的另一面，表現著超人的精神與毅力，而且成就立德立言與立功的三大不朽。」

盧師尊對弟子開示「師尊的堅持，我有我本身的堅持，像我每天要寫一篇文章，要畫一幅畫，每天一定要修法。所以我講過：『一日不修，一日是鬼！』這個是一定要做到的，因為你要活的有意義啊！每一天，你必須要做一件有意義的事情。」從盧師尊的示現，可以看到他表現著超人的精神與毅力，而且成就立德立言與立功的三大不朽。接下來讓我們融入書中，跟著盧師尊的視野來看待每個事件。

盧勝彥文集第12冊《悵惘小品》 學法時期 1969~1984

盧師尊書寫悵惘 神奇的自我療癒

《悵惘小品》是在1974年出版，這一年盧勝彥正好30歲，也在這一年和妻子盧麗香結婚，完成了人生大事。而在修行之路上，此時的盧勝彥也已通過瑤池金母、靈師三山九侯先生、清真道長（了鳴和尚）的指導點化，正式進入了道顯密齊頭並進的獨特修行之路。

三十而立 為何書寫悵惘

孔子說三十而立，盧勝彥三十歲成婚，有正式軍職在身，又是小有名氣的作家，在當時的年代，生活雖不富裕，但也算小有所成，為何此時會寫出《悵惘小品》這一種帶有憂悒惆悵的作品呢？或許在《悵惘小品》序文中的幾段話，就清楚的點出了三十歲盧勝彥的心境。

長大的代價 竟是失去純真

他在自序中寫道：「我曾經認為，世界是多麼的美好，然而當我的思想漸漸成熟之際，竟然發現人性的另一方面，是污穢而可笑的，是幼稚且虛偽的，於是，我慢慢的不快樂起來，當我夢中醒來，卻發覺淚水沾滿枕巾，『純真』失去了，不見了，我向誰去討回我的『純真』呢？」盧勝彥認為長大後的他，曾經的「純真」已逝去不再回頭，這令他無比悵惘嘆息。

俗世之樂非樂 靜謐中才有真樂

「在舊理教的傳統下，有多少『純真』在憂愁與悲泣，愚笨的人類，固執而不知變通的舊觀念，在年輕人的心胸中，撒下了憂愁的種子。」可見盧勝彥不只關注自己的悲喜，他開始更多的關心眾生的悲喜。更因走上修行之路，該如何尋覓身心靈的出口，他甚至有了出家的念頭…。

「曾經我欲出家，想離開所謂的紅塵俗世，守住心靈的一片空白，莫讓混濁的俗念污穢了我心靈中的純真之氣。因為我體會到，只有在靜謐的氣氛中，才能有真正的快樂。」此時的盧勝彥已蒙金母開天眼，正式踏入修行三年，因此我們不難推測，他所謂靜謐的快樂，就是修行中的「禪定之樂」。

將不快樂寫出來 或許就會有答案

盧師尊認為，每一個人都有想不開的事，打不開的結，也有委屈的時候，所以他書寫此書是一種傾吐，「我試著把我的疑惑寫了下來，我覺得廚川白村說的極是，文學是苦悶的象徵。我將不快樂全寫了出來，這就是我的《悵惘小品》，我寫我的不快樂，但，沒有對人類失去信心。所以這本書是疑問，但，也是解答。」

寫作是深度對話 更是自我療癒

所以寫作對於盧師尊來說，更多時候像是一種深度的自我對話、精神洗滌、也是自我療癒，讓自己能夠更堅定無畏地走下去。「原先我只想寫『悵惘』的事與思，然而思維竟從『悵惘』中蹦跳了出來，成了飛翔的彩蝶，而後也就翩翩了起來，這是：『悵惘中的不是悵惘。』」三十歲的盧勝彥，與多數人一樣，對生命仍充滿迷惘困惑，但不同的是，他已尋得改變命運的方向，並堅定的一往無前。每一位對生命有疑惑的人，都應該好好閱讀這一本《悵惘小品》。

悵惘小品





聖尊蓮生活佛 彩虹雷藏寺弘法行程

日期	西雅圖時間	法會
4/28(日)		黃財神護摩法會
5/05(日)		瑤池金母護摩法會
5/12(日)	下午 3:00	大隨求菩薩護摩法會
5/19(日)		勾財天女護摩法會
5/26(日)		文殊師利菩薩護摩法會



祝福

每天十分鐘的福

為台灣震災迴向

4月23日凌晨2點26分及2點32分，分別發生規模6.0及6.3強震，全台有感。在22日17時08分起截至23日凌晨3時，短短10個小時期間，一共發生180起地震，今天凌晨最大震度均達到5弱。這是繼4月3日以後，再次發生超過6級以上的大地震。讓我們再次集氣，持誦「大救難咒」，願「天佑台灣」、「天佑花蓮」。

為廣東水災迴向

中國廣東省連日來多持續強降雨。近期強降雨影響了韶關、廣州、河源、肇慶、清遠、梅州、惠州等多個城市，造成房屋受損、道路堵塞、山崩等。目前已造成11人失蹤。全省共轉移安置53741人，其中緊急安置12256人。截至目前，已有36棟房屋倒塌，48棟房屋嚴重受損，造成直接經濟損失近1.406億元人民幣（約1,980萬美元）。

為非洲洪災迴向

非洲坦尚尼亞連續二周暴雨，洪災釀58死，災民近13萬人；4月16日阿拉伯半島東部的阿曼，暴雨後引發山洪，目前已知至少造成17人死亡，有1輛校車遭受洪水襲擊，多名學童和司機罹難；4月12日巴基斯坦暴雨成災造成41死，其中28人遭雷擊身亡。

全球災難不斷...蓮生活佛教導弟子，在眾生的苦難中，我們要時時刻刻生出真實菩提心。世界真佛宗宗務委員會持續呼籲大家，以真實利他之心，繼續堅持每天十分鐘，持誦「大救難咒」，堅持凝聚共善之心，以咒音為地球療傷。

大救難咒：

「他翅吒吒拉。他翅魯樓麗。摩訶魯樓麗。阿拉摩拉。多拉。梭哈。」

願我們一字一句的祝福，能為這世界帶來光明



宗委會發起持誦「大救難咒」 為台灣震災迴向

台灣花蓮地區於4月23日凌晨2時許陸續發生超過6以上強震，花蓮連夜地震不斷，在22日17時08分起，截至23日凌晨3時，短短10個小時期間，一共發生180起地震，加上近日降雨機會增加，山區土石鬆軟，請民衆盡量不要往山區活動。這是繼花蓮4月3日發生芮氏規模7.2地震之後，最大的強震。

氣象署地震測報中心主任吳健富表示「昨天傍晚只是剛開始，目前地震還在高峰期。讓我們秉持根本上師 蓮生活佛的大愛，一起持誦大救難咒，迴向台灣震災速速消弭，一切平安光明吉祥。