

- 蓮生活佛/法語開示 02-07 版
- 真佛論劍/蓮生悟語 08 版
- 世界華光 09 版
- 真佛網路大學課程 10 版
- 活動報導 11-13 版
- 城市閱讀 14 版
- 一個活佛的秘境 16-17 版
- 蓮生活佛文集導讀 18-19 版
- 最新訊息 20 版

真佛報創辦人：蓮生活佛 盧勝彥
True Buddha News Weekly | 1991 年 10 月創刊
總社負責人：釋蓮悅上師
發行地址：台北市大同區民生西路 240 號 7 樓
電話：(+886)978-598-389
郵政劃撥帳號：22714759
戶名：社團法人中國真佛宗密教總會
真佛報線上捐款贊助：<https://tbnewshq.org/>
Email: tbnewshq@gmail.com



真佛報行動網



LINE@生活圈



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

中華郵政南投雜字第 4 號登記證
登記為雜誌交寄



沒有釋迦牟尼佛 就沒有佛教

蓮生活佛開示：沒有釋迦牟尼佛，就沒有佛教；
沒有釋迦牟尼佛住世說法，娑婆世界就沒有佛法。

釋迦牟尼佛是佛教的教主，「正遍知」、「正等正覺」；祂的妙明真心恆在法界放光，行者只要用心祈請，祂必顯現加持。



菩薩見十方世界 眾生只見分寸 一切所見皆是物 非汝妙明真心

在上週的《楞嚴經》開示中，佛陀告訴阿難：真正的妙明真心是不還，但眾生卻容易被色相迷惑，妄念叢生，因而不斷生死輪迴，非常的可憐。於是阿難又再問佛陀：我知道妙明真心是無還，不會滅亡的，但是，如何知道我的妙明真心它到底在哪裡呢？

佛陀對阿難說道：因為你還沒有完全證得煩惱漏盡，只是仗著佛力證得初禪境界。許多大菩薩，可以看見百千世界。十方如來，所有清淨佛國祂們都能看見。而一般眾生，眼目所及不過分寸之地。你現在能依佛力，看見四天王境界，就要用心去分辨，其實你所見的日月、宮殿，都不是你的妙明真心。所有的樹木、山、川、草芥、人、畜，也都不是你的妙明真心。

其實佛陀這裡都是用一種比喻，希望能讓阿難明白，他所見的一切，和真正的妙明真心，並不相等。盧師尊也以「閃米密西湖」為例比喻：以前從西雷可以直接看到閃米密西湖，但後來因為蓋起了房子，就看不到了，這就是有所差別。想知道更完整精彩的開示內容，敬請詳閱本期真佛報。

詳細內容請參閱 第 02-07 版



虛雲和尚定中見 即妙明真心 盧師尊法身送藥 即心光發露

週日法會後，盧師尊繼續為大家開示《楞嚴經》。針對佛陀與阿難近期以來的對話，盧師尊數次開玩笑的抱怨，佛陀實在是太囉嗦了點，繞來繞去的似乎還是講不明白什麼是妙明真心。

盧師尊便以虛雲老和尚的一則公案舉例：一日晚上，虛雲和尚在禪房靜坐，四面有牆，看不到外面。但禪定中他卻看到一個比丘，走出他的禪房，見夜半四下無人，便在花圃小便。盧師尊解說到：其實老和尚的肉眼並沒有看到他，但卻清楚知道對方在花圃裡面小便，到底是怎麼知道的？這種知道就是妙明真心的看見。

盧師尊又以日前師母手術時的「看見」做分享：原來是師母在做完手術後，回到病房，便說她在手術的時候，看到一個男的拿藥給師母吃。陪侍的蓮吟上師就問：「那個男的是誰？」師母說：「那就是 師尊，蓮花童子啊！」盧師尊認為這就是一種心光發露，像《真佛經》就是 盧師尊心光發露寫出來的；維摩詰尊者的廣大神通，也是一種心光發露。想知道更多 盧師尊的精采開示，敬請詳閱本期真佛報。

詳細內容請參閱 第 02-07 版



世界真佛宗宗務委員會第六屆 核心小組暨常務委員第九次會議

核心小組例行每兩個月召開會議，並於每季邀請常務委員共同與會，齊心協力推動宗務，掌握進展與規劃未來發展方向。

本次會議與會的有宗委會的會長蓮花程祖上師；督察處處長老釋蓮僧長老，委員釋蓮飛上師、釋蓮祖上師；財政處處長釋蓮者上師，委員釋蓮太上師、釋蓮衛上師；文宣處處長釋蓮悅上師；法務處處長釋蓮東上師，委員：釋蓮樣上師、釋蓮任上師；教育處處長：釋蓮訶上師，委員釋蓮一上師；公關處處長釋蓮伽上師，委員：釋蓮萊上師、蓮花少東上師以及秘書處釋蓮茹上師與行政團隊。

會議內容主要是各處的目標進度報告及未來的規劃，其中包括 師尊 81 歲聖壽，文宣處協助西雅圖雷藏寺製作的「時光迴廊」——一個活佛的秘境，其展出內容是 師佛的降生到學法、弘法的過程，凡是真佛弟子都值得參觀。

還有越南文翻譯組 Upala 發心協助翻譯《盧勝彥文集》與「真佛宗務網站、雷藏之音」的發展及各處的詳細報告，請見本期真佛報報導。

詳細內容請參閱 第 11 版

2025年6月7日 聖尊蓮生活佛 主持西雅圖雷藏寺「釋迦牟尼佛本尊法同修」暨《大佛頂首楞嚴經》第29講

我們敬禮傳承祖師，敬禮了嗚和尚、敬禮薩迦證空上師、敬禮十六世大寶法王噶瑪巴、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「本師釋迦牟尼佛」。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。大家晚安、大家好！（聖尊以各國語問候大眾）。

同門跌倒骨折 手術住院

有一件事情是這樣，大家出門或者住飯店，或者是一切的行動，大家因為出門在外，大家都要小心一點。走路啦、跑路啦！香港來的「蘇國英」女士。她在住的地方大概不小心就跌倒。跌倒以後，現在照了X光，發覺髌骨斷了，馬上做手術，醫生就做手術。所以大家注意一下，不管你年紀已經到了中年，或者是年紀大了，一切都要小心。像階梯、有些路障，甚至開車都要小心一點。

盧師尊囑宗委會關心幫助同門

因為在美國，你進了醫院，花費是很驚人。像蘇國英她剛剛從香港來，她好像今天中午手術，「宗委會」也要關心她一下。因為她手術完要做復健，她不能很快就回到香港。髌骨手術復健要很長的時間，請宗委會想一個辦法，如何去照顧她？她自己的資糧還夠，我想她的資糧還夠。但是在美國，你住院的話是很麻煩，手術還有很多的醫療費用都是很貴的，數不清的。單單住院一個晚上就要幾萬塊美金，這花費很大。師母也是一樣。能夠想辦法如何減免？宗委會要注意一下。

另外，紐約有一個同門，我們很久都沒有見過她了。她很早以前她來西雅圖。紐約的同門是姓「盧」，跟師尊同姓，叫「盧雙雙」。她的媽媽有來，她的媽媽有沒有在這裡？喔！她的媽媽在這裡。盧雙雙她本身來講，她曾經在「西雅圖雷藏寺」當過義工，也幫忙過。後來，她自己也是在西雅圖這邊，就單獨一個人修行。也很少跟大家聯絡，已經很久的時間了。她用斷食修行，斷食不吃東西。很少人知道，現在她也被送進醫院。有幾個人去過盧雙雙她住的地方？我記得那個Luke的好朋友知道她在那裡。另外還有誰知道她在哪裡？因為沒有人照顧，她斷食的修行，所以就剩下皮包骨，送到醫院。現在也是在醫院裡面，她媽媽很緊張。

看病福田第一

所以我們宗委會要注意一下，同門本身的狀況怎麼樣？應該去探視她，去看看她。她的資糧是不夠的。紐約的弟子在嗎？知道盧雙雙嗎？因為她住院，宗委會也要想辦法派人去看她一下。你知道了嗎？（有人答：知道。…）對！注意一下她。因為釋迦牟尼佛也講過：看病的福田第一。也就是說，人家有困難幫助他，這個就是增加你的智慧、增加你的福分。也是真佛宗的弟子，就是盧雙雙，她住在哪個醫院？她的狀況是怎麼樣？應該要如何幫助她？宗委會都是要注意的。

出門在外 同門要多互相關照

我知道的就是蘇國英手術的復健是很麻煩的，因為她手術完了，不能馬上就坐飛機回香港。要坐飛機回香港可能也要專門的人員，或者是特別的位置才有辦法。知道她的資糧好像還可以。那盧雙雙就不行，她沒有什麼資糧，要注意一下子。所以我們出門在外，大家同門之間要互相幫助、互相關照、互相照顧的。

就像剛剛「真佛般若藏」（影片）講的，要用「四攝法」去度化眾生。人都是有佛性，就是《楞嚴經》裡面所講的「妙明真心」，就是妙明真心，

同門跌倒骨折 手術住院
盧師尊囑宗委會幫助同門

將來都是成佛的。每一個人跟每一個人之間要互相照顧。

釋迦牟尼佛隨時都在

今天等一下就是要「浴佛」，所以今天的修法就修本師釋迦牟尼佛。釋迦牟尼佛住世說法，沒有釋迦牟尼佛就沒有佛教。沒有祂說佛法就無法可說，這娑婆世界就沒有佛法。祂是佛教的教主，祂也是隨時都在，「正遍知」、正等正覺。而且祂的妙明真心都是在放光的（鼓掌），所以祂隨時都在。「蓮華生大士」也講過，你唸祂蓮華生大士的咒語多少遍，你祈請祂，祂就會來。釋迦牟尼佛也是一樣，你祈請祂，祂也是會來。



妙明真心無遠弗屆 肉眼遇牆即擋

《楞嚴經》裡面提到，祂是知道任何一個微塵世界。百千億所有的佛國世界，祂都知道的，祂都能夠看得見，這個是妙明真心。我們肉眼是看不到的，凡夫的肉眼一面牆就把你擋住，你什麼看都看不到的。等一下就會講《楞嚴經》，就會談到這個，能夠知道一切的；跟看不見的。祂能知道的那個就是妙明真心。

佛陀圓寂後 阿難才悟道

你如果沒有妙明真心，你只是一個普通凡夫，你認不清什麼是妙明真心的！「阿難」就是弄了半天，他都弄不清楚。釋迦牟尼佛一講再講，講了那

麼多遍，他還是不明白，怎麼講，他也都聽不懂。《楞嚴經》裡面談到阿難，阿難真的是很笨的。跟隨釋迦牟尼佛旁邊最久、聽法最多、也是最笨的。釋迦牟尼佛圓寂了以後，他才悟道的，圓寂以後才悟道的。所以，他是十大弟子當中最笨的一個，是阿難尊者（笑）。但是他終於找到他自己的妙明真心，也是比較慢而已啦！其他的弟子比較快；他比較慢。跟著釋迦牟尼佛最久的，是最慢的。

笑 / 笑 / 人 / 生 /

小明坐在門口玩，一位老婆婆走過來問他：「你爸爸在家嗎？」小明講：「在啊！」老婆婆便去按門鈴，但按了很久卻沒有人開門。老婆婆就問小明：「為什麼沒有人開門呢？」小明講：「我哪裡知道？這又不是我的家。」

丈夫問妻子：「為什麼妳煮的菜那麼合我的胃口？妳上一輩子一定是我家廚房的婢女。」妻子講：「你想太多了，因為你上一輩子是我家養的豬。」

有一個朋友向我詢問：「要穿怎麼樣子的褲子才會顯得年輕一些？」小明就給他的建議：「嬰兒紙尿褲。」

「天氣一變冷，住在對面的女大學生就變得又懶又髒。」旁邊的朋友問他：「你怎麼知道的？」「我已經兩天沒有看到她洗澡了。」（這個是偷窺！）

我跟太太結婚四十年了，走在街上還是手牽著手。朋友看到了：「哇！你們感情真這麼好啊！」「不是啦！因為我如果一鬆手，她就跑去買東西。」

老公問老婆：「你在門口跟誰聊天啊？聊了三個小時。」老婆回答：「是隔壁的王太太啦！」老公講：「怎麼不請人家進來坐呢？」太太回答：「她說她沒有時間。」

2025年6月7日 聖尊蓮生活佛 主持西雅圖雷藏寺「釋迦牟尼佛本尊法同修」暨《大佛頂首楞嚴經》第29講



佛菩薩見十方世界 眾生只見分寸
一切所見皆是物 非汝妙明真心

法語開示《大佛頂首楞嚴經》第029講

〈卷第二〉

「阿難言：我雖識此見性無還。云何得知是我真性？」

佛告阿難：吾今問汝。今汝未得無漏清淨。承佛神力，見於初禪，得無障礙。而阿那律，見閻浮提，如觀掌中菴摩羅果。諸菩薩等，見百千界。十方如來，窮盡微塵，清淨國土，無所不矚。眾生洞視，不過分寸。阿難，且吾與汝，觀四天王所住宮殿。中間遍覽水陸空行。雖有昏明，種種形像。無非前塵，分別留礙。汝應於此，分別自他。今吾將汝，擇於見中，誰是我體，誰為物象？

阿難，極汝見源，從日月宮，是物非汝。至七金山，周遍諦觀，雖種種光，亦物非汝。漸漸更觀，雲騰鳥飛，風動塵起，樹木山川，草芥人畜，咸物非汝。阿難，是諸近遠諸有物性，雖復差殊，同汝見精，清淨所矚。則諸物類，自有差別，見性無殊。此精妙明，誠汝見性。若見是物，則汝亦可見吾之見。若同見者，名為見吾。」

雖知見性無還 何謂妙明真心？

我們講《楞嚴經》。阿難又要問話了。「阿難言：我雖識此見性無還，云何得知是我真性？」這一句話很簡單，大家都看得懂。我雖然聽到釋迦牟尼佛已經跟我們講什麼是妙明真心，而且妙明真心它是「無還」。所謂「無還」，我講過「五不還天」。你得到了妙明真心不會再失去，不可能失去，它也無生無滅，它不會滅。因為「滅」了就是「還」；不滅它就「不還」，永遠在的。

妙明真心無還 不生不滅

我雖然知道釋迦牟尼佛講了那麼多的妙明真心，它是「見性」，所謂的妙明真心，它是無還，不會滅亡的。但是，如何知道是我的妙明真心？它到底在哪裡？是什麼東西？阿難又問了釋迦牟尼佛。我覺得他在《楞嚴經》裡面回答他的問題，真的是講來講去、翻來覆去，也不一定大家看得懂。

大家看了半天都看不懂，我差一點也是看不懂，還好有一點經驗，勉強還可以講。

阿難承佛威神 見於初禪

「佛告阿難：吾今問汝」——釋迦牟尼佛告訴阿難尊者：我現在問你。「今汝未得無漏清淨」——你阿難尊者到現在還沒有得到「無漏」，他沒有得到無漏——「煩惱無漏、身無漏、心無漏」。你還沒有完全無漏。無漏就是身無漏、心無漏。心無漏就是煩惱漏盡、不再煩惱。身無漏就是身清淨。你還沒有完全得到。

「承佛神力，見於初禪」——你不過因為是釋迦牟尼佛旁邊的人，如來用他的神力讓你看見初禪。禪有四種禪：初禪、二禪、三禪、四禪，都是在「色界天」跟「無色界天」。你剛剛離開「欲界」，因為佛的力量讓你離開欲界，你會產生歡喜心。初禪就是離開欲界——欲望的境界，是佛的力量讓你離開欲望的境界，得到了歡喜心。你會覺得很高興、很欣喜，你終於來到了初禪。「得無障礙」——在初禪當中，沒有什麼東西可以擋你，得無障礙。

阿那律打瞌睡 精進證天眼第一

「而阿那律」——「阿那律」是十大弟子之一，天眼第一的阿那律。因為，他本身在釋迦牟尼佛說法的時候打瞌睡、睡覺。釋迦牟尼佛責難他：「你再這樣子，每一次我說法的時候你就打瞌睡，你將來轉世會變成「蛤仔」。」蛤仔你知道嗎？台灣話蛤仔這是貝殼類（蛤蠣），合起來的貝殼。你永遠就是在那個蛤仔裡面，你看不到天日。

其實午睡是很重要，我們現在覺得午睡很重要（笑）。釋迦牟尼佛說法的時候，大家都要聽法。你在打瞌睡，你沒有辦法見到天日，他被釋迦牟尼佛罵。阿那律尊者後來他居然發下一個誓願，永遠不睡覺。永遠不睡覺不行的啊！你知道嗎？那個醫生說你永遠不睡覺，最後眼睛就瞎掉了。阿那律眼睛就瞎掉了，但是瞎掉的時候他什麼都看不到，但是他還是很精進，精進到最後，他得到「天眼」。

阿那律見娑婆 如掌中菴摩羅果

阿那律尊者他得到天眼以後，「見閻浮提，如觀掌中菴摩羅果。」——阿那律尊者見閻浮提，他看娑婆世界。所謂「閻浮提」，就是那時候佛教把世界分成四個洲。「南瞻部洲」就是閻浮提。四個洲：「東勝神洲、西牛賀洲、南瞻部洲、北俱盧洲」，把世界分成四個洲，是佛教分的。人類的世界是在南瞻部洲，又稱為閻浮提。

《西遊記》裡面的孫悟空，是東勝神洲「傲來國 花果山」裡面的一個石頭變出來的。「水瀛洞、花果山」，那是東勝神洲。人類居住的地方叫做南瞻部洲，就是閻浮提。他說阿那律尊者得到天眼以後，他看閻浮提的眾生，就如同看手心中的「菴摩羅果」。什麼是菴摩羅果？在印度出產的一種水果，有酸性，酸酸甜甜的菴摩羅果。有嗎？（答：有。）喔，有啊！看起來像葡萄，不過是酸葡萄，它酸酸甜甜的，就是菴摩羅果。他得到天眼以後，看娑婆世界就好像看手掌裡面的葡萄一樣。

佛菩薩見十方世界 眾生只見分寸

「諸菩薩等，見百千界」——很多的大菩薩，祂可以看到幾百、幾千個世界。「十方如來」，十方也就是東南西北變成八方、上方、下方，就叫十方。十方的佛，「窮盡微塵，清淨國土，無所不矚。」——所有十方的佛，祂看所有的世界就像看灰塵一樣，很細小的灰塵。所有清淨的佛國，祂們都看得見，無所不矚，沒有看不見的。

「眾生洞視，不過分寸。」——如果像我們娑婆世界的眾生，我們所看見的只是一點點而已啊！分寸——很少，我們看見的是很少。人家菩薩看見了很多；佛看見的更多。阿那律可看到整個娑婆世界，他的天眼。所有的眾生所看到的不過是一點點而已啊！

佛加持阿難 見四天王宮殿

「阿難，且吾與汝」——你看我跟你。「觀四天王所住宮殿」——我們一起去看四天王天所住的宮殿。「中間遍覽水陸空行」——這當中也有住在水的、也有在陸地的、也有在虛空的。「雖有昏明」——雖有光明跟黑暗。「種種形像，無非前塵，分別留礙」——你可以看到四天王天所有的宮殿，你都看得很清楚，有光明的、有昏暗的、有很多的這個見性分別。

「汝應於此，分別自他」——你應該在這個時候，你用你的看去分別自己跟其他。「今吾將汝，擇於見中，誰是我體，誰為物象？」——現在你看到的，什麼是東西？什麼是妙明真心？你應該要有所分別。

一切所見皆是物 非汝妙明真心

「阿難，極汝見源，從日月宮，是物非汝。」——祂跟阿難講：就是你看到的，不管你看到的太陽、月亮的宮殿，都是東西，不是你的妙明真心。

「至七金山」七金山在哪裡啊？在佛教裡面講，「須彌山」在中央，周圍是七個金山。再遠一點，就是叫做「鐵圍山」。佛教把中央稱為須彌山，須彌山周圍有七個金山。你這樣子看，「周遍諦觀，雖種種光，亦物非汝」——雖然你看那七個金山，黃金色很閃亮，但是那個也是一種東西，不是你的妙明真心。「漸漸更觀」——你漸漸再仔細的觀察。「雲騰鳥飛」——雲在空中捲來捲去，鳥在飛行。「風動塵起」——風吹過，灰塵揚起來。「樹木山川，草芥人畜」——所有的樹木、山、川、草芥、人、畜，所有的人、跟所有的畜生、跟所有的草，或者小的芥子。「咸物非汝」——都是東西，並不是你的妙明真心。

2025年6月7日 聖尊蓮生活佛 主持西雅圖雷藏寺「釋迦牟尼佛本尊法同修」暨《大佛頂首楞嚴經》第29講

物有差別 見性無殊

「阿難，是諸近遠諸有物性，雖復差殊，同汝見精，清淨所矚。則諸物類，自有差別，見性無殊，此精妙明，誠汝見性。」祂是講說這個東西就是東西；妙明真心是妙明真心。像我們今天看到的前面有一個螢幕，我可以看得到自己在說法，也可以看到大家，可以看到牆，看到那邊有「四天王」，看到「光明燈」，看到蓮花童子的圖騰，釋迦牟尼佛的圖騰，看到諸佛菩薩。看出去呢，外面現在是沒有太陽，所以看不到外面。

以前這裡可以看到「閃米密西湖」，但因為蓋起來房子，就看不到了。所以，人本身的看見是有限的，只是看到分寸而已。看到的是東西，那絕對不是妙明真心。妙明真心它是沒有差別的——「見性無殊」。也就是說妙明真心它本身是沒有什麼分別的。如果沒有這些分別、沒有差別的，就是真的是妙明真心，這就是你自己本身的妙明真心，跟阿難尊者這樣子講。阿難尊者還聽得懂嗎？我相信他還聽不懂，對不對？「蓮寧上師」聽得懂嗎？（答：因為我們都是被世間迷惑自己，只要把它拿走，其實是沒有差別的，不生不滅，不增不減。）好，謝謝！所以妙明真心是沒有差別的，在每一個人的身上都是毫無差別的。

阿那律有天眼 可以看到娑婆世界

我舉一個例子來講好了，因為到現在阿難尊者還是不明白，再講下去他還是不明白。為什麼阿那律他可以看到整個娑婆世界？因為他得了天眼，他有天眼。他是瞎子欸！瞎子他反而能夠看到整個娑婆世界。你有眼睛的，你反而看不到娑婆世界，你不過看到分寸而已啊！一面牆就把你擋住了，你什麼也看不到。人家瞎子他可以看得到，看得到的是什麼？就是妙明真心。

盧師尊閉目靜觀 就可以看到北極光

我們在「阿拉斯加」可以看到北極光，在這裡就看不到。你要看北極光，你要坐船到阿拉斯加，晚上的時候去看北極光。「蓮詞」去過阿拉斯加，看到北極光有沒有？（答：看到。）看到喔。蓮詞跟誰？（答：跟同門一起坐郵輪。）去坐郵輪嘛。你有跟師尊講：「我們要坐郵輪去阿拉斯加去看北極光。」我跟你怎麼說？（答：師尊當時說您在家裡就可以看到。（笑，鼓掌））我說：「我在我床上就可以看到北極光。」我在床上，我自己的Bed(床)，我就可以看到北極光。我不用坐船，不用到阿拉斯加，不用晚上出來特別去看北極光。不用！我在我的床上，眼睛閉起來，然後北極光它就出現。

能夠和本尊合一的 才是妙明真心

你看我每一次在這個給大家加持，不是我給你們加持。我就向我的本尊敬禮，然後接通了本尊以後，以本尊的力量給大家加持（鼓掌）。那麼多人，對不對？而且，有時候大法會的時候一加持，不得了！人很多。我一定要跟自己的本尊在一起的時候，給大家加持，那是本尊的力量給大家加持。

我怎麼能夠知道本尊有沒有來？就是靠你那個心，不是一般人的心。一般的心它沒有辦法跟本尊合一的；你跟本尊合一的就是你的妙明真心。你看得到的；別人看不到。你看得到的就是你的妙明真心。我做這樣子的比喻，稍微接近了一點（鼓掌）。

能知道鬼神來受供 才是妙明真心

你看每一次吃飯，大家都是做供養，結「供養印」，然後就開始唸。另外我們常常「施食」。有時候午供完了以後，你到外面施殘食：「大鵬金翅鳥，曠野鬼神眾，羅剎鬼子母，甘露悉充滿。」你



能夠和本尊合一的 才是妙明真心

會唸，然後把水跟米撒出去，把米變成米山、水變成甘露，然後去供養所有的鬼神眾。鬼神眾有來沒有來？你知道嗎？你不要看我每一次吃飯的時候，把盤子拿起來，要超過自己的眉毛以上，然後做供養。眼睛閉起來，然後唸一唸。祂們有沒有來接受你的供養？你要知道。

你知道的那是妙明真心；不知道的是凡夫心。你在施食的時候，祂們有沒有來？還是你做一個儀式而已？這個施食，撒一些米、撒一些甘露水，你們大家吃，吃飽飽啊！還挑著回去。你知不知道祂們有沒有來受供？你能夠知道祂們有來受供，就是你的妙明真心；你完全不知道，你還是凡夫心。我只是做這樣子的比喻給大家知道，這是《楞嚴經》裡面的所在，重點在這裡。

盧師尊跟佛陀一起喝咖啡

剛剛已講，所有十方如來，百千億微塵眾的世界，祂都知道。所以，我以前曾經跟釋迦牟尼佛見過面；釋迦牟尼佛也降在我的面前，幫我再做「千艘法船」的超度，釋迦牟尼佛有過來，然後變成一個光。我曾經跟釋迦牟尼佛在一起。聽到的一些佛教徒這樣子說：「妄語啊！釋迦牟尼佛已經入滅了，2600多年前祂已經入滅了，哪裡還跟你在一起喝咖啡？」我是喝的是decaffeine，就是沒有咖啡因的咖啡，叫decaffeine。我喝咖啡我會睡不著。

釋迦牟尼佛授記華光自在佛

那些人就批評：哪有可能跟釋迦牟尼佛喝咖啡？哪有可能？祂明明寫著就是「大光自在佛」，我說大光自在佛不行，光太大不好。所以祂把我改成「華」——華光自在佛。大光自在佛不行，我說「大光」太惹人，又會嫉妒、又會怎麼樣…。祂就改成「華光」。明明看祂寫的華光，我看得很清楚啊！別人不相信。

其實，你如果真的修出你自己本身的妙明真心

的話，你會懂得非常的多。你如果沒有修出來，沒有初禪的境界，沒有二禪的境界，沒有三禪的境界，沒有四禪的境界。一步一步來，你什麼都不知道，這是凡夫人而已。就是當了「阿闍黎」，你還是凡夫；你當了「上師」還是凡夫。所以這一點，我是跟大家講，阿難尊者不明白什麼是妙明真心？在哪裡？以後釋迦牟尼佛又要解釋一番，但是祂解釋的沒有幾個人看得懂。

汝既見物 物亦見汝 體性紛雜

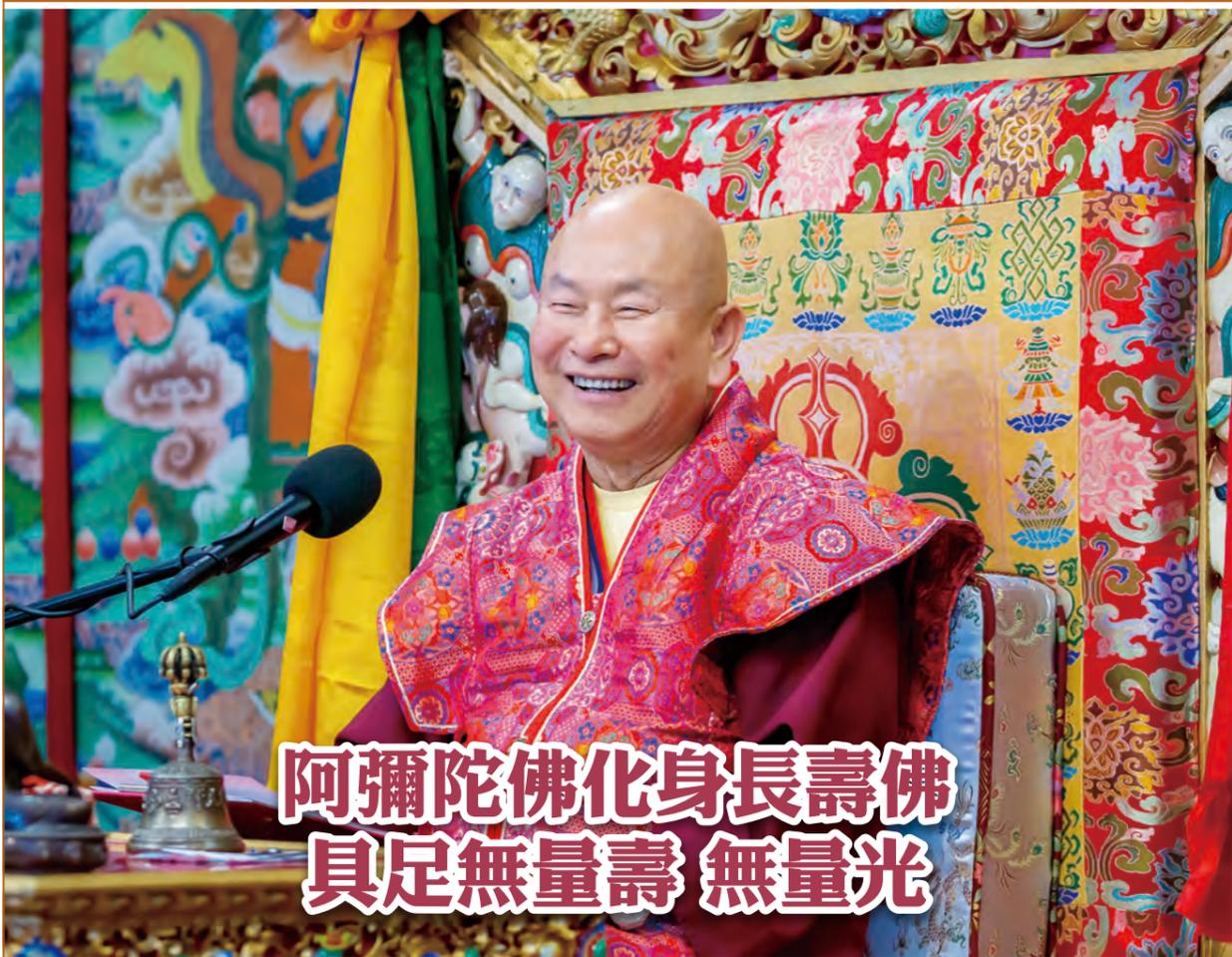
再來的解釋更難喔！你看喔，我唸就好了，但是我還沒有講。「誠汝見性」——這個就是你的光明自性。「若見是物」——你如果看見東西。「則汝亦可見吾之見」——則你也可以看到我的看見。「若同見者，名為見吾。」——如果同樣我看到你，你看到我，名為見吾，就等於看到我。「吾不見時，何不見吾不見之處？若見不見，自然非彼不見之相。若不見吾不見之地，自然非物，云何非汝？又則汝今見物之時，汝既見物，物亦見汝，體性紛雜，則汝與我，并諸世間，不成安立。阿難尊者，若汝見時，是汝非我，見性周遍，非汝而誰？云何自疑汝之真性，性汝不真，取我求實？」

凡有互相對視的 就不是妙明真心

看得懂嗎？看不懂，講了半天，見吾、見相、見吾、見什麼…？什麼見來見去，見來見去。喔！當初翻譯這本書的人應該是腦袋有問題（笑）。真的！誰看得懂這個東西啊？那是一種辯論法。釋迦牟尼佛認為：凡有對視的，一個東西、一個看見，凡有互相對視的，就不是妙明真心。沒有對視的，唯一獨立的那是妙明真心，祂主要是在講這個。所以講了一大段，你根本就看不到你的妙明真心，還要來問我釋迦牟尼佛，求你要怎麼如何知道妙明真心在哪裡？你還要來問我。講了一大堆，見來見去，明天再講。

噯嘛呢叭咪吽。

2025年6月8日 聖尊蓮生活佛 主持彩虹雷藏寺「長壽佛護摩法會」暨《大佛頂首楞嚴經》第30講



**阿彌陀佛化身長壽佛
具足無量壽 無量光**

法語開示《大佛頂首楞嚴經》第030講

我們敬禮傳承祖師：敬禮了嗚和尚、敬禮薩迦證空上師、敬禮十六世大寶法王噶瑪巴、敬禮吐登達爾吉上師、敬禮壇城三寶、敬禮今天護摩的主尊「長壽如來」。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）

阿彌陀佛即長壽佛 有無量壽無量光

現在通知大家：下個禮拜天6月15號下午3點PM，是「蓮花童子」的護摩法會。蓮花童子不用介紹。今天我們是做長壽佛的護摩。其實，長壽佛就是「阿彌陀佛」的化身，因為阿彌陀佛是無量壽、無量光，所以祂化現長壽如來。

**尊勝佛母 長壽如來 白度母
稱長壽三尊**

那麼長壽如來，關於長壽方面有三尊：就是「尊勝佛母」、「長壽如來」跟「白度母——七眼佛母」，祂們是長壽三尊。能夠長壽當然很好，但是一定要加上健康，長壽而不健康，那也是受苦。所以必須要長壽跟健康合起來，這樣才是圓滿。

無量壽佛 威神光明第一

在《無量壽經》裡面有講到，無量壽佛威神光明，最尊第一，諸佛光明所不能及，那就是無量光跟無量壽。誦「長壽佛咒」，能增長壽命及福德智慧，可以避免非死而死及夭折，或者是意外，能消除一切罪業，證無死成就或往生西方極樂淨土。

生命增長 慧命也要增長

修持長壽佛可以消除疾病，福壽綿延，善緣增長，惡緣消除，令「世間法」的事業能夠長壽。我希望我們每一個人都可以避免一些意外或者夭折，這樣子修行，我們的生命跟慧命都一樣的能夠增長。修行越長壽，道德越增長，德行越高，那是最重要的。

〈卷第二〉

「阿難：是諸近遠諸有物性，雖復差殊，同汝見精，清淨所矚。則諸物類，自有差別，見性無殊。此精妙明，誠汝見性。若見是物，則汝亦可見吾之見。若同見者，名為見吾。吾不見時，何不見吾不見之處。若見不見，自然非彼不見之相。若不見吾不見之地，自然非物，云何非汝。又則汝今見物之時。汝既見物，物亦見汝。體性紛雜，則汝與我，并諸世間，不成安立。阿難：若汝見時，是汝非我，見性周遍，非汝而誰。云何自疑汝之真性，性汝不真，取我求實。」

阿難白佛言：世尊。若此見性，必我非餘。我與如來，觀四天王勝藏寶殿，居日月宮，此見周圓，遍娑婆國。退歸精舍，祇見伽藍。清心戶堂，但瞻簷廡。世尊。此見如是，其體本來周遍一界。今在室中，唯滿一室，為復此見縮大為小。為當牆宇夾令斷絕。我今不知斯義所在。願垂弘慈為我敷演。」

我們講《楞嚴經》，阿難：「是諸近遠諸有物性，雖復差殊，同汝見精，清淨所矚，則諸物類，自有差別，見性無殊。此精妙明，誠汝見性。若見是物，則汝亦可見吾之見。若同見者，名為見吾。吾不見時，何不見吾不見之處？若見不見，自然非彼不見之相。若不見吾不見之地，自然非物，云何非汝？又則汝今見物之時，汝既見物，物亦見汝，



體性紛雜，則汝與我，并諸世間，不成安立。阿難，若汝見時，是汝非我，見性周遍，非汝而誰？云何自疑汝之真性，性汝不真，取我求實？」

見與不見的論辯

這一段誰能夠解釋？什麼見不見？見就是見，不見就不見。又看了，又見又不見，見來見去，搞糊塗了。釋迦牟尼佛真的這樣子講嗎？有問題！因為弄這一段出來，讓所有的人，懂中文的人都看不懂，何況是外國人？如果是不懂中文的，懂中文的看了，每一個字都懂，就不知道祂在講什麼，莫名其妙。你叫我講，我當然可以講，很簡單啊，每一個字我都懂。

妙明真心非實物

昨天我唸過了，唸過不是講過，這一段是很奇怪的。如果「妙明真心」是一個東西，那麼你就可以看到我的妙明真心。這樣子想，也等於是你看到我。如果，你沒有看到我，妙明真心在哪裡呢？如果看不到妙明真心，當然就是你看不見的相。若你看不到我，那麼表示妙明真心不是一個東西。

「云何非汝？又則汝今見物之時，汝既見物，物亦見汝，體性紛雜」——你現在如果認為妙明真心是東西，那你看到東西的時候，你當然看見了東西，那麼東西也應該看到你，這個太複雜了！「則汝與我」——你跟我，你跟如來。「并諸世間，不成安立」——整個娑婆世界就沒有辦法有立足之地。非汝非我，不成安立。「阿難，若汝見時，是汝非我」，阿難尊者啊，若汝見時，汝也應有光明自性。是你的光明自性，不是我的光明自性。

云何自疑汝之真性

「見性周遍，非汝而誰？」但是光明自性是週遍的，這個光明自性不是你是誰？「云何自疑汝之真性」，為什麼你還懷疑你自己的光明自性？「性汝不真，取我求實？」你不相信你的光明自性，來聽我講，求我去證明你的光明自性。這一段就是這個意思了，但是聽了還是不懂啊，大家聽了還是不懂。就講你跟我啦，這個太複雜了。

虛雲和尚定中見 即妙明真心所見

我覺得這個文字實在是很難懂，我講一個比較簡單的。這「虛雲老和尚」，他在自己的禪房靜坐，晚上在靜坐的時候，眼睛閉著，四面有牆，看不到外面。但是他看到一個比丘，一個出家人，走出他的禪房。他看四周都沒有人，半夜四周沒有人，在花圃那裡把東西露出來，去小便。簡單講就是2號，看四周沒有人看到。這虛雲老和尚在禪定的時候就看到了，看到他在花圃小便。虛雲老和尚看見，他沒有看到虛雲老和尚，因為虛雲老和尚他在他的禪房。其實老和尚的肉眼也沒有看到他，一樣的，互不相見，我沒有看到你，你也沒有看到我。但是我就知道你在花圃裡面小便，哪裡知道的？知道的這個就是妙明真心的看見。這看見不是東西，妙明真心不是一個物，不是一個東西。它是存在的，存在的不存在，不存在的存在，就是這樣子。前面那一段所講的就是這樣子。



2025年6月8日 聖尊蓮生活佛 主持彩虹雷藏寺「長壽佛護摩法會」暨《大佛頂首楞嚴經》第30講

妙明真心 超越見與不見

所以誰看見誰？其實虛雲老和尚也沒有看到那個比丘，那個比丘也看不到他。但是，虛雲老和尚他知道有個人出來，他清清楚楚的看到他在花園左看右看，沒有人他就小便，那個就是妙明真心。我是用這個來做比喻啦，他文章裡面講你看我，有看到我。妙明真心不是東西，你看不到妙明真心，但是你可以看到我啊。如果我不在的時候，妙明真心也不在嗎？所以祂論來論去，就是論這一段。我只能夠跟大家講，離開那些文字，那些文字不是很好懂。弄過來弄過去，見而不見，看到你，不看到你；又看到又不看到，又看又沒有到，這個樣子；不看他又看到，就在那邊論，論這些東西。

阿難承佛威神力 觀四天王宮

阿難又講了，這個迷糊蛋他又要問了，不要問就沒事了，一問就有事(笑)。所以我講問事，你們來問我事，問事就有事，你不問事就沒有事(笑)，對不對？你越問就越有事，越不問越沒有事，這講不完了。

「阿難白佛言」——阿難尊者對釋迦牟尼佛講：「世尊。若此妙明真心，必我非餘，我與如來，觀四天王勝藏寶殿。」如果這個妙明真心，是我的還是其他？我跟釋迦牟尼佛、跟佛、跟世尊，去觀賞「須彌山四天王」的寶殿，四天王的寶殿。阿難尊者承著釋迦牟尼佛的威力，去看四天王的寶殿。

阿難尊者也到過「忉利天」，《地藏菩薩經》裡面所講的：「如是我聞」，如果阿難尊者不在，怎麼會有「如是我聞」呢？所以，阿難也跟釋迦牟尼佛去到忉利天，祂們一起去看「勝藏寶殿」。「居日月宮」，去看「日宮」跟「月宮」。「此見周圓，遍娑婆國」——四天王天，你等於在看整個娑婆世界了。去看的時候，哇！看得非常清楚。

退歸精舍只見伽藍護法

「退歸精舍」——回到了「給孤獨園」了，回到了精舍裡面。什麼叫「精舍」？這是叫「伽藍」，精舍就是伽藍，伽藍就是寺院，回到了給孤獨園的講堂寺院。退歸精舍，從四天王天回來。「祇見伽藍」——只見到寺院。

伽藍神即關聖帝君 寺院守護神

我們這裡有「韋馱護法」跟「伽藍尊者」。伽藍尊者跟韋馱護法，就是「常仁上師」那邊「十方同修會」送的。我講了，十方同修會送的韋馱跟伽藍。因為，他們十方同修會把這兩尊弄得太大，十方同修會裝不下，就送到這裡來(笑)。這個伽藍尊者，外相就是「關聖帝君」。祂是伽藍神，什麼叫「伽藍神」？祂是寺院的守護神，守護寺院的。

從天界歸來 只見講堂窗牆

現在阿難回到了精舍——給孤獨園。「祇見伽藍。清心戶堂，但瞻簷廡。」——只是看到寺院，看到清心的戶堂，看到講堂，看到窗子，看到圍牆。釋迦牟尼佛啊！我現在看見的是如此，本來我可以看到整個四天王天，甚至整個娑婆世界。現在回到了自己的地方，只是看到這麼小的，像「護摩寶殿」一樣，看到的就是護摩寶殿。

妙明真心 何以有大有小

怎麼我這個妙明真心，會變得有的時候大，有的時候小？「為當牆宇夾令斷絕」——這些牆都阻礙到我的看見，我真的不知道妙明真心真正的意義在哪裡？「願垂弘慈，為我敷演」——拜託你，釋迦牟尼佛跟我講清楚。



**佛法的偉大 在於妙明真心
只有妙明真心 才能夠演化**

他依著釋迦牟尼佛的威力，他可以到四天王天，甚至他可以到忉利天，他可以看到整個娑婆世界。但是一回來，回到了娑婆世界，回到了廟，只看到圍牆窗子，看不出去了，全部都被擋，什麼也看不到了。難道妙明真心有大的、有小的嗎？大的話，你可以看到四天下；小的話，只看到一個護摩寶殿。

維摩室中納淨土 真心無礙非大小

這就是阿難笨的地方啊！你聽過《維摩詰經》的你就知道，《維摩詰經》裡面維摩詰啊，祂可以把「阿閼如來」的淨土帶到娑婆世界，可以把「眾香國」的淨土帶到娑婆世界，祂可以手上拿著三千大千世界到給孤獨園。維摩詰的房間也不是很大，但是祂的房間裡面能夠容納很多的法座，很大很大的法座，再多的人進來祂的房間都容得下，再多的法座進來它都可以容得下，甚至整個這個淨土都容在祂的臥室裡面，這個就是妙明真心的關係。

一毛一孔皆淨土 真心無量非可測

我們身上有多少根毛？問大家，你身上有多少根毛？你頭髮有多少根？你很難數的，頭髮有多少根？你的毛細孔有多少個孔？你真正修成了，一個毛細孔就一個淨土，一根毛上面就有一個世界。這個阿難一點都不懂，他還問說：這妙明真心是大還是小？為什麼我在那裡的時候，我可以看到四天王天的宮殿，日宮、月宮我都看得到。為什麼我回到了這個寺院，回到了精舍，只看到一個護摩寶殿？為什麼？

佛法的偉大 在於妙明真心 只有妙明真心 才能夠演化

因為那是釋迦牟尼佛，用祂的大神力讓他看見的，而不是他自己看見的。所以，這個就是可以講，佛法偉大的地方就在這裡，重點就是在祂的妙明真心，這是佛法的偉大。只有妙明真心才能夠演化，否則一般人，一般普通的，哪裡能夠有這種現象？

阿難跟釋迦牟尼佛講：「我今不知斯義所在」——為什麼我跟你去，我就能夠看到那麼大的世界？回到了精舍，回到了護摩寶殿，就只能夠看到四面牆？難道這個妙明真心有大的，還是小的嗎？

希望釋迦牟尼佛為他講解。

佛陀比喻難懂 阿難難以領會

現在釋迦牟尼佛又跟阿難講了。我告訴你這一段喔，也是很難解釋的，很難解釋的喔！講的是什麼碗糕(台語)。真的！每一段每一段，釋迦牟尼佛每一次講出來，都是讓大家聽不懂的，看不懂的。阿難又拼命問，這個閉嘴(shut up)，這個經就結束了(笑)。我一直教你們，你們就懂了。祂又要比喻了，比喻什麼啊？什麼哪一個盒子，圓的盒子、方的盒子；方的就是方的，圓的就是圓的，都快昏頭轉向了。

師母親見蓮花童子賜藥加持

我告訴你一件事情，一個人在某些時候，他是會產生一種特異的現象。你看看師母，她在做手術的時候，打了麻醉的針，已經麻醉了，然後開始做手術。她就看到了，她講說看到一個男的走過來，手上托著東西，裡面有很多的藥，那個男的拿藥給師母吃。做手術的時候她看見，師母看見一個男的拿一個藥，然後給師母吃。那個誰跟著去？「蓮吟上師」西雅圖雷藏寺的住持，他現在在哪裡？師母有沒有講說，我看得很清楚？拿麥克風給他。他跟我一起去，聽師母講。

(蓮吟上師：是師母手術後，回到病房之後，她說她在手術的時候，有看到一個男的拿藥給師母吃。然後我就問說：「那個男的是誰？」然後師母說：「那個就是 師尊啊！蓮花童子啊！」)

那就是蓮吟上師，她說我看得很清楚，是 師尊拿著藥給師母吃。她在動手術的時候，她說是真的耶，看得很清楚喔！那個絕對不是夢，非常的清楚，然後拿藥給師母吃。

異相現前 見與不見在因緣

怎麼會有這種事情？有時候在特殊的狀況之下，很特殊的狀況之下，會出現很特殊的現象。平常她也沒有講說看到什麼，她當然有時候她有看見，有些看見。但在手術的時候，她看得非常的清楚，看到 盧師尊拿著藥，然後給她吃。那這個可以證明什麼呢？有些時候，你是可以看見的，有些時候，你是看不見的。

2025年6月8日 聖尊蓮生活佛 主持彩虹雷藏寺「長壽佛護摩法會」暨《大佛頂首楞嚴經》第30講



真佛經緣於法王心光發露 心光發露就是妙明真心

鄰婦臨終前 靈魂出竅託付誦經

我再講一個：有一個男子，那麼他晚上很晚回家。他看到自己家的門口，有一個女的在等他。他認出來，那就是鄰居的一個婦人。那個鄰居的婦人是生病很久的，躺在床上不能動的，但是他看到了。首先的時候，她背著他，他問她：「你是誰？」那個婦人轉身跟他講：「我就是你鄰居的那一位太太。」他想說，她已經生病很久了，躺在床上幾年了，不可能出來耶。「那妳找我有什麼事？」她說：「我拜託你一件事情，我三天以後會死掉，我的壽命就終了。拜託你一件事情，你到另外一個村莊的『天門寺』，去找那個方丈，請他幫我誦一卷經，我就能夠超生。」

寺院伽藍神守護 亡靈不敢擅入

他又問她：「那你為什麼不自己去找他呢？」她說：「因為我到了那個廟門口，那個廟有『伽藍神』在，我進不去。因為你剛剛回來，我就找你，你幫我做這件事情。」他說：「好！我記住了。」鄰居的那一位太太，她就消失掉了。果然三天以後，那位太太就過世了，他就依照誓言，去找天門寺的住持，來幫她誦一卷經。

《真佛經》與《高王經》 皆來自心光發露

所以，人在臨終的時候，他本身會有一種靈魂出竅的現象。人已經快要死了，他（靈魂）就出來了，有這種現象。所以人到了某一個階段，他會產生一種，我們現在就稱為「心光發露」。像《真佛經》，《真佛經》怎麼來的？心光發露寫出來的。《高王經》怎麼來的？就是那個死刑犯要被砍頭，晚上有人來教他唸《高王經》，唸一千遍，那個就是被擠出來的，那時候就心光發露。心光發露的時候，就是妙明真心。不是心光發露的時候，你就是一般的凡夫而已。

所以她在動手術的時候被麻醉了，她會產生一種異象出來。或者人要死的時候，他突然之間，他懂得很多的事情。他可以看到誰，看到誰？而且都是講得一清二楚，會產生這種現象。我是跟大家這樣子舉例來講，這個阿難尊者他不明白。

維摩詰無窮變化 即仰賴妙明真心

像維摩詰尊者，他是「金粟如來」的轉化，所以他的神通廣大，他的妙明真心廣大。他可以把所有世界都放在他自己的手掌上面，他把兩個世界全部可以合起來。把自己本來很小的房間，他就可以

容納無量的佛菩薩跟天人，都在他的房間裡面。他能夠做得到，可以大、可以小，變化無窮。所以妙明真心啊，是一種絕對性的，而不是一個對峙性的，不是一個相對的東西，也不是大小的問題。

眾生皆有妙明真心 卻迷於名色財

所以，按照佛法裡面所講的，釋迦牟尼佛認為，每一個人都有他的妙明真心。只是因為人本身迷於外面所有的東西，把自己原來的，每一個人所有的妙明真心，全部掩蓋了。只是你眼睛看到的，只是車子、房子、土地、錢；美跟醜，就是顏色。看到了就被這些迷惑了，把你自己原來最珍貴的妙明真心，全部等於說，你根本不認得它了。

修行的真諦 在於顯露妙明真心

所以修行的意義，在於把自己真正原來的佛性妙明真心，給它顯露出來，其他的都不重要。所以在某一個時段，也許突然會電光一閃，你就看到了；但是電光不閃，你就沒有了。

所以阿難尊者，會被帶到四天王天，帶到忉利天，去看那些東西，回來了什麼又沒有了。是釋迦牟尼佛的神力加持他，他才能夠看得到，沒有釋迦牟尼佛，他什麼也看不到。

親人中風 法王法身顯現加持

（長老蓮雄上師：我的嫂子幾個月前在家裡中風，就馬上就求師尊加持，信就送到「密苑」裡面求師尊加持。她送到醫院裡面就打顯影劑，打顯影劑很痛，痛到暈過去了，一下子就沒有知覺。那個時候就看見師尊了，師尊來就變成藍色的光，進到血管裡面，跟著那個顯影劑一起走。進去裡面就變成了「大威德金剛」，跟著顯影劑，隨著血管就一直走，就加持她。後來就做手術，現在什麼後遺症都沒有了，完全沒有（鼓掌）。



蓮雄上師見證分享

危難中 化現大威德金剛救險境

中風很危險，我們用救護車送她去，差一點就沒了，醫生都講很危險，差不多都沒有了。是因為師尊加持她，進到她的血管裡面。身體太疼了，她

說很像火燒一樣，一下子暈過去。一暈過去就看見師尊顯現了，師尊戴著法王帽，然後就化為一個藍色，藍色就進跟著顯影劑進到血管裡面跟著走，然後再化為大威德金剛，藍色的光再一直走，跟著顯影劑走。現在差不多兩、三個月再做一個手術，把後面頸部破掉的血管補好，兩、三天就出院了。同時在ICU(加護病房)裡面有幾個人，現在只有她一個出院沒事。所以是師尊奇蹟加持，感謝師尊。)

好！請坐。你中風我們都不知道。啊！不是你啊(笑)？哥哥的老婆，嫂子啦！他哥哥的老婆，嫂嫂，就是你的嫂嫂中風啦！她看到的，而且很清楚。哇！我還不知道。

愈來愈多弟子 親見盧師尊法身

這個很奇怪，有一件就是很奇怪的一件事情。師尊有修出很多的法身，這是很多人看到的，修出很多的法身。你只要一祈求，他就出現。有些人可以看得見，有些人有感應到。我們講說所謂看到，張開眼睛看到，禪定的時候看到，有的時候在夢中看到，有的是危急的時候，他可以看得見。

修證如來菩薩 都能周遍法身

其實每一個如來都是一樣的，每一個佛、每一個如來、每一個菩薩都是一樣。因為他只要修證了，他就能夠周遍。但是，他們去做他們的法事，但是本人知不知道？像師尊知不知道？我還以為你(蓮雄上師)中風(笑)。奇怪！怎麼沒有聽說，對不對？沒聽到說他中風，怎麼他講？原來是嫂嫂，是哥哥的太太，嫂嫂中風。

這個也不簡單，師母也是這樣子，她也看到。其實，我自己有沒有送藥去給師母？我自己都不知道！我也不認得你嫂嫂，不認得，有看過，但是不認得她。對啊！我經常是認不出人的，有時候我看到一個人，這個人面孔很熟，但是叫不出名字。面孔是見過，但是叫不出名字。有時候我會問說：「你從哪裡來？你叫什麼名字？」有時候我會問，因為我經常看到你。你看到我，我看不到你，這就是見與不見嘛！就是這個道理。

肉身受限不自知 法身卻周遍救度

但事實上，他是可以周遍的。當你修成了以後，你可以周遍，你可以做很多的法事，可是你不一定知道，你如果知道的話那還得了，對不對？有千百億化身，他們做的事情你都知道，那你腦筋不是爆炸了嗎？對不對？每樣事情你都知道，不可能的事情嘛！我們也是肉體凡夫，這個肉體還是被限制住，但法身真的是自由自在，所以是有這種現象。

修證本尊相應 才能得千百億化身

所以，現在這個《楞嚴經》講的，就是在講這個佛性——妙明真心，這一點是很重要的。他可以顯化，可以不顯化，但是你一定要修證。很多的事情，這個當然要修，你先跟你的本尊相應。你跟你的本尊相應，你就有你的本尊的力量出來。你跟觀世音菩薩相應了，觀世音菩薩有千百億化身，到時候你自己相應成觀世音菩薩，你就是觀世音菩薩，你一樣有千百億化身。將來這個肉身丟掉了，你回到了根本，照樣的去救度眾生。所以像現在師尊人在娑婆，還沒有往生，但是他的法身就已經顯現了，就是這樣子。

我們下次再講那個阿難尊者問的，為什麼他到四天王天，到忉利天可以看到四天下？為什麼回到精舍，就只能夠看到護摩寶殿，為什麼？他就要問這個問題，到底是怎麼回事？他解不開嘛！

噯嗎呢叭咪吽

真佛論劍

文 / 摘自盧勝彥文集第304冊《松樹下的問答》

問：什麼是「如是」？

曾經有人問我：

「什麼是如來？什麼是如去？」

我答：

「簡單的說，如來就是『好像有來』，如去就是『好像有去』。事實的真相是無來無去。」

（如來、如去，是佛的代稱。是不可思、不可議，含義是講不完的）

而經典中的「如是」，我的回答是：

「就是這樣！」

「好像是！」

「就是。」

（事實上，其含義，廣大無邊）

我舉個例子吧！

人問：

「誰是盧勝彥？」

我答：

「我就是盧勝彥。」

這個「盧勝彥」其實只是「姓名」，他的實性是每一天都在變化。

嬰兒期、少年期、中年期、老年期。

我們的細胞，每天都在增加或減少，身體也是象徵性的。

（每張照片，從幼到老，張張不一樣）

我們的生死，如夢、如幻、如電光、如石火，只不過是「一時」而已。

想一想。

非常虛幻。

所以有思想的人，會常問：

我生前是誰？

我死後是誰？

（生從那裡來？死向何處去？）

來這世界做什麼？

活著的意義是什麼？

所以，

只能說：「如是。」（好像是）

我們每一個人，不一定認識自己。例如「失憶」的人，他連自己都不能認識自己了，何況自己的家人朋友。

失憶的人，自己都不識，父母兒女全忘，他又是誰呢？

所以是：「如是。」

我再舉一個真實的例子：

我的父親年歲大了，有一回，忽然「失憶」。

他忘了自己姓啥叫啥？

忘了自己的家住何處？

他騎著腳踏車，竟騎到「彰化」去了，他找不到「台中」的家。

好心人士，把他送到「警察局」。

他身上也沒證件。

警察問他，一問三不知。

警察叫他想一想，他才想起，他有一個兒子，寫了很多書。

警察問：「你兒子叫什麼姓名？」

他也忘了！

其中有位警察說：「有一個人寫了很多書，這個人就叫盧勝彥。」

我爸爸一拍腦袋：「對了！我兒子叫盧勝彥。」

最後，警察打電話給「台灣雷藏寺」，請人接走我爸爸回家。

（那時，我在美國西雅圖）

試問：

失憶時，誰又是誰？如果連自己也忘掉了，姓啥叫啥，你又是誰？

我有一個弟子，住中國四川成都，他寫來一篇文章，頗有見地。

文章如下：「誰是誰？」

師尊在書中記錄了很多的過去世，在不同的時代，不同的身份，變化甚多。

也曾在同一時代，同一國度應化為兩個不同的人。

比如唐代帝王李世民和玄奘大師，雖同一時代，卻也可能都是師尊應化。

到底哪一位是真正的師尊？

影視劇中，常有失憶的橋段。

主人公意外失憶，忘記了戀人，也忘記了自己的一切。

當失去記憶，我不記得我，那我還是我嗎？

影視劇裏，還有另一個橋段。

主角的靈魂穿越到另一個地位顯赫的人身上，取代了原本的他，同時也擁有了他的記憶。

融入了他人的記憶，那我會是他嗎？

由此，我開始思考「記憶論」。

當我失去了記憶，我便不是我。

當我擁有了不同的記憶，那我便是每一個人。

當我因為記憶才成了我，那麼到底我

是誰？到底誰是我呢？

類似的，還有「瓶子論」。

一個玻璃瓶，裝滿可樂，便是一瓶可樂。裝滿橙汁，便是一瓶橙汁。

當玻璃瓶裏什麼都沒有的時候，誰又是橙汁？誰又是可樂呢？

終於有一天，在「記憶論」和「瓶子論」中發現，我並不是我，我也不是任何人。

或者說，我可以是任何人，玻璃瓶也可以是任何的飲品。

沒有了世俗的記憶，沒有了瓶子與果汁，我才是我。

融入了不同的記憶，你就是我，我就是你。

終於我明白了，師尊是唐太宗李世民，也同時是西天取經的玄奘法師。

沒有矛盾，只有融合。

融入。

我好似發現了大秘密。

我的瓶子洗乾淨，裝滿師尊的靈氣，我便是師尊。

裝滿阿彌陀佛的靈氣，我即是阿彌陀佛。

裝滿大日如來的靈氣，於是我為大日如來。

終於有一天，當不再被任何記憶所束縛，打破了玻璃瓶，或許我才是真正的大日彌陀盧師尊。

可如今，我還是我。

被記憶束縛，被瓶子囚禁，被五蘊六識牽纏，一行一言乃至一念，皆非真我，故造業不止。

待擺脫束縛，打破囚禁，全然燦爛光明時，與大日彌陀華光蓮生恆在。

後記。

弟子體悟，當下的我，唯有嚴守戒律，實修真佛密法，行菩薩六度萬行，方是正途，才能真正擺脫束縛，打破囚禁。

一心祈請聖尊法王大持明金剛上師還淨、加持。得令弟子返歸本來面目，燦爛獨耀。

（弟子蓮遵中國四川成都。願以此文供養聖尊）



蓮生悟語

蓮生法王盧勝彥文集
第234冊《盧勝彥的密密密》

「聖·陶麗沙」的密密密

我在「天宮祕錄」中，讀到一則有關「聖·陶麗沙」的訊息，指稱陶麗沙目前在地獄中。

我一看，大駭。

印度的陶麗沙，做人厚重，具大慈悲心，簡默不多言，做人樸實，從來沒有負人。

陶麗沙的一生，從事救貧濟困的工作，把每一個人當成上帝來服侍。

她的慈悲濟世的大事業轟傳全世界。

她未曾講人一短事。

未曾揭露人家一件惡事。

被她救，被她感化的人相當多。

她獲「諾貝爾獎」。

逝世後，天主教廷封她為「聖」。

聖·陶麗沙，大家都認為，他應該與上帝同在天國。

歡喜。

快樂。

享福。

然而，聖·陶麗沙卻沒有在天國享福，反而落在地獄之中，豈不令人驚駭不已！

我在「枉死城」看見她。

我問：「你不在天堂，在地獄中做什麼？」

她答：「我是地獄中人。」

我問：「這裡是污穢、骯髒、苦難、陰暗的世界，沒有聖哲到這裡來的？」

她答：「我不在亮的地方，我永遠在暗的地方。」

我問：「為什麼？」

她答：「最陰暗的地方，才是我的天堂。」

我問：「不在天國，在地獄，真是難思議！」

她答：「我慈悲濟世，不是為了上天堂才慈悲

濟世；不是為了享福才慈悲濟世；不是為了快樂才慈悲濟世；不是為了稱聖才慈悲濟世。」

我問：「你的目標為何？」

她答：簡——簡樸的一生，無求無目標。靜——文文靜靜，默默的做事。基——基本上是慈心。福——能如此就是福。我聽了很感動。

我看到「聖·陶麗沙」的背影，瘦瘦小小的，她在枉死城中，一樣本著這種精神，以她的力量，濟助這裡的苦難眾生。

我猛然想起三士道：

下士道——到美好的諸天。

中士道——到佛國淨土。

上士道——成佛菩薩。

而聖·陶麗沙是什麼道？

我問地藏王菩薩：「聖·陶麗沙，為何身處地獄？」

地藏王菩薩答：「到地獄中有二，一是罪業深重之人。二是有大威願力之人。聖·陶麗沙，是有大威願力之人。此等人是真正的菩薩啊！」

我問：「聖·陶麗沙會出地獄嗎？」

地藏王菩薩答：「她不會。出地獄做什麼？」



世界真佛宗華光功德會 World Lotus Light Charity

「真佛心·華光情」華光送暖 讓愛相隨



明照分會捐贈白米 傳遞華光愛心與溫暖

【西班牙華光功德會明照分會 報導】西班牙華光功德會明照分會以實際行動慶賀蓮生法王佛誕，於2025年5月28日前往馬德里的和平使者基金會（Fundación Mensajeros de la Paz），捐贈白米與愛心物資，傳遞來自華光的一份愛心與溫暖。

和平使者基金會是一個深耕西班牙多年的公益團體，致力於關懷最需要幫助的社會邊緣群體。其工作範圍包括：為無資源家庭提供全方位照護與支援，每日免費供應早餐、午餐與晚餐，保護遭遺棄的嬰兒，推動貧困社區的教育與發展，在自然災害與人道危機中提供緊急救援。

在這次交流與捐贈中，明照華光分會的義工代表們深深感受到：慈悲不分國界，愛心可以跨越語言。每一包白米的背後，都是華光對社會弱勢群體的深切關懷；每一份物資的遞送，都是一份祝福的傳遞——讓人感受到世界依然溫柔而有光。

一份糧食的支援，也許無法立刻改變一個人的命運，但卻足以讓他感受到——「你並不孤單」。

在這充滿光明與感恩的時刻，我們同聲恭賀：師尊佛誕吉祥，佛體安康，長住世間。願師佛慈光遍照世界，讓更多人因您的教導而覺醒，因您的慈悲而得度，因您的願力而重燃生命的希望。



將愛化為實際行動 不讓節慶流於儀式

【大馬華光功德會 天仙分會 報導】在溫馨團圓的端午佳節前夕，馬來西亞華光功德會天仙分會於2025年5月29日，舉辦一場充滿愛與關懷的「愛心粽子送暖行動」。五位義工組成的小隊，懷著慈悲與真誠的心意，義工們親自走訪檳城莖尾五城樓與打槍埔社區，將206粒滿載祝福的手工粽子，一一送到需要關懷的人們手中。

每一粒粽子含著深厚的人情味與無私的祝福。對於那些年長、行動不便或生活拮据的居民而言，這不僅是一份應節的禮品，更是一份社會溫暖的傳遞；一種「我們沒有忘記你」的安慰與鼓勵。

本次活動也是全球「2025華光同步捐贈白米」慈善行動的一環。為慶祝蓮生法王佛誕，世界各地的華光功德會齊心協力，將白米及各項生活物資捐贈給社會上最需要的人。天仙華光分會秉持「愛在人間、福報共享」的信念，實踐在地慈善，用實際行動讓節慶不只停留於儀式，更成為串起社會情感、溫暖心靈的橋樑。

一顆粽子的情意，能溫暖一整個家庭的心。慈悲，不在遠方，而在我們願意多走一步的腳步中。感謝每一位默默付出的義工與善心人士，讓這份祝福如粽葉般層層包裹，傳遞到千家萬戶。

在此吉祥日子，我們同心合十，恭祝蓮生法王佛誕吉祥、法體安康、住世久遠。願師佛慈光普照，十方同慶，法界同霽，慈悲與智慧遍滿人間。



溫暖人心的濟貧活動 讓愛灑落最需要的角落

【加拿大溫哥華華光功德會 報導】在春光和煦的五月，加拿大溫哥華華光功德會以實際行動，獻禮蓮生法王佛誕，響應全球華光「2025恭祝蓮生法王佛誕 全球華光同步捐贈白米」活動，展開一系列溫暖人心的濟貧活動，讓愛與關懷灑落溫哥華最需要的角落。

為照顧城市中最脆弱的群體——內城貧困學童與低收入家庭，溫哥華華光功德會於5月初率先捐贈超過3,000磅新鮮蔬果，給予Thunderbird、Xpey、Seymour、Britannia與Grandview等五所內城小學，幫助改善學童每日營養。緊接著在5月底，再捐出近200包白米與大量罐頭、乾糧等食品給Strathcona小學與Britannia中學，實質援助超過百戶貧童家庭，讓溫飽不再遙不可及。

除此之外，華光更連續三次捐贈超過5,500磅優格乳製品，送達Guru Nanak Free Kitchen、Thunderbird Elementary、Our Lady of Sorrows Parish Elementary及Aboriginal Front Door Society等社區慈善機構與原住民庇護所，受益家庭累計超過2,500戶。這些乳品不僅補足營養，更傳遞了一份真摯的心意與關愛。

溫哥華東區，是全市最貧困的地區之一。根據加拿大政府的社會服務指數（SSI），在該區6所內城小學中，超過三分之一學生來自需仰賴政府補助的家庭，部分學校甚至高達90%家庭被界定為低收入戶。正因如此，溫哥華華光功德會自2013年起，長年推動「兒童營養背包計畫」、「果菜藍專案」、「兒童輔助計畫」等公益行動，累計捐出超過6萬磅糧食與2萬4千加幣的購物禮品卡，持續為社區注入穩定的希望與力量。

一碗飯的溫度，可以改變一個孩子的未來。孩子們的成長，不只是家庭的責任，更是整個社會的共同使命。華光功德會誠摯邀請社會各界善心人士一同加入行善的行列，讓我們攜手，為下一代鋪設一條溫飽、有尊嚴的成長之路。

恭祝師尊 佛誕快樂 佛體安康。



蓮允上師金海華光走入社區 一包米一份愛一份情

【大馬華光功德會 金海分會 報導】為慶賀蓮生法王佛誕，馬來西亞金海分會於2025年5月29日展開愛心關懷活動，前往新山皇后組屋區第67至73座，向清寒家庭分送100份白米（每份5公斤）與餅乾，為居民帶來溫暖問候與實質幫助。

此次慈善活動，特別感謝蓮允上師慈悲蒞臨金海華光分會，並帶領砂拉越觀慧同修會惜慧師姐，以及來自心燈堂的 Eliane 師姐與 Geok Eng 師姐共同參與，攜手走入社區，傳遞一份份滿載祝福與關懷的物資。

「一粒米，是一份愛；一包米，是一份情。」或許只是生活中一個微小的補給，但對於經濟拮据的家庭而言，卻是一份不被遺忘的默默牽掛，這一刻的溫柔交流，勝過千言萬語。

這項活動同時響應「2025恭祝蓮生法王佛誕 全球華光同步捐贈白米」慈善佈施，希望藉由實際行動喚起更多人對弱勢群體的關注，也讓佛誕的祝福不僅停留於儀式，而真正流入社會每一個需要被看見的角落。

在這充滿祥和與喜悅的日子裡，全體參與者虔心祈願：恭祝師尊 佛誕吉祥，佛體安康，光明遍照十方。生日快樂師尊～



真佛宗網路大學 世界真佛宗務委員會 教育處

2025 第七門課程

真佛密法 II

雲端教室直播：Zoom | YouTube | Facebook LIVE

▶ 台灣時間 06.06 08:00 PM (週五晚上)

▶ 印尼時間 06.06 07:00 PM (週五晚上)

▶ 西雅圖時間 06.06 05:00 AM (週五凌晨)

中文 | 英文 | 印尼文 三種語言同聲傳譯



授課導師
釋蓮菜 上師

第二章 煙供法 為什麼要修煙供法 · 煙供法的儀軌 · 修煙供法的注意事項

真佛宗煙供法的傳承 (傳承自黃教)

· 宗喀巴大師 => 釋迦也失 => 章嘉活佛 => 甘珠活佛 => 吐登尼瑪 => 吐登達力 => 吐登達爾吉 => 吐登其摩 (即蓮生活佛)。(二〇〇八年二月十六日, 於西雅圖雷藏寺的新春觀音大法會首傳煙供法)

為什麼要修煙供法

- 供養佛, 冤親債主的簡易法門。
- 「煙供法」, 是懺悔法之一, 也是供養法。
- 解除有形與無形的障礙 (鬼神病)。
- 懺悔業障, 解除因果牽纏。
- 現代人適用, 方便修持。
- 資糧增長, 成就道業。
- 利益六道眾生, 行菩提心與慈悲心。
- 清除外障, 顯現佛性《喜金剛續》指出: 「眾生即是佛, 但為外障遮」。

煙供法供養冤親債主與施食鬼神眾法的差別

一、修法對象不同

《煙供法》主要針對與自己有因果關係的眾生, 如累世怨親債主、纏身靈、逆緣眾生等。

《施食法》泛指大鵬金翅鳥, 一切孤魂野鬼、羅剎鬼子母、無依無怙的鬼神眾, 不一定與自己有直接因緣。

二、法義核心不同

《煙供法》是以「懺悔與供養」為主軸, 轉化冤結, 積聚資糧, 特別重視結界與主尊四臂觀世音菩薩加持。

《施食法》是以「慈悲布施」為主軸, 令無依眾生得飽、得福、得解脫, 偏重於「施」, 一般行

者變化自身為本尊來行法。

三、修法目標不同

《煙供法》重在消業解冤、轉化逆緣, 適用於自己或他人的累世冤親債主、業障等消融。

《施食法》重在廣施功德、濟度幽靈, 讓眾多無依眾生得飽滿、得解脫, 積福快速。

無論是《煙供法》或者《施食鬼神眾法》皆須如法得授灌頂。

煙供粉的材料

煙供粉必須含以下的燃料:

檀香粉。麵粉 (炒過的, 但是不加油)、一點奶粉、糙米粉、花生粉、豆粉等五穀的粉。紅糖跟白糖混合 (讓冤親債主吃到了甜頭, 就消了冤氣、怨恨)。紅色小塊的布、白色小塊的布、藍色小塊的布、綠色小塊的布、黃色小塊的布, 剪成四方形小小的布。火種或者是香枝, 作為點燃用。

修法時間

供佛菩薩是上午五時至九時; 供冤親債主是下午五時至九時。師佛近日開解的修法時間:

- 供佛菩薩是清晨 6 點到中午 12 點 (6am-12pm)
 - 供冤親債主是中午 12 點到清晨 6 點 (12pm-6am)
- (可參閱 20240803 聖尊蓮生活佛盧勝彥《你問我答》)

煙供法其他注意事項

- 1、煙供法主尊必須是四臂觀音, 不可更改。
- 2、不可在墳場修煙供法。(除非修行境界高者、
- 3、道場可舉辦煙供法的同修同修條件是: 道場與個人人都必須確實做好結界與防護的情況下, 才

能舉行。https://ch.tbsn.org/tbf/detail/25/

- 4、道場不可舉辦煙供法的法會。
- 5、供佛及供養怨親債主是可共用一個煙供爐。
- 6、煙供本身就是供品, 不需再準備其他的供品。若是要供亦可。
- 7、若煙供粉不燃時, 多放易燃的香枝幫助它燃起。
- 8、從前行到結束當中煙斷了不要緊, 把法修完。
- 9、可於香末中放置象徵性的小紙片, 內容可含衣服、車輛、房屋等圖樣, 作為所施予物的表徵, 藉由火焚燒, 象徵供養。
- 10、煙供可在空曠地方做但周圍要灑淨結界, 身體可用披甲護身結界。
- 11、觀想變化的力量若不足, 不清楚或精神不能不集中, 以百字明咒補以上的缺失, 唸了百字明咒就不觸怨親債主。
- 12、修煙供前, 不需要持四臂觀音心咒十萬遍。
- 13、煙供法可以修給家人, 丈夫的冤親債主、兒子的冤親債主、女兒的冤親債主、自己父母的冤親債主。家人同住處之內, 所有冤親債主皆可一併供養。可於修法中迴向: 「願將此煙供供養予一切障礙我之鬼神眾及一切冤親債主」。若家中有五人, 無須設立五個煙供爐, 僅以一爐共同修持即可, 並於迴向中清楚說明所代表之對象即可。
- 14、可觀想冤親債主坐法船或蓮花往生淨土。
- 15、水子靈亦屬於冤親債主之一, 且常常同時纏繞於男女雙方身上。
- 16、針對冤親債主所修的下施煙供, 煙供爐應選擇在室外進行, 陽台, 屋外, 後院, 隔著窗子亦可, 空氣流通處。
- 17、若無庭院可用, 亦可將點燃後的煙供置於陽台任其自然燃燒, 而行者則可於壇城前修持, 或面向陽台修煙供儀軌。
- 18、修法時恭請四臂觀音作主, 主領修法。只要四臂觀音加持臨現, 即成結界。
- 19、煙供可以以上等香料來供佛菩薩; 以一般的香料來供冤親債主。
- 20、迴向偈不需要依照儀軌, 可以以個人白話述之。
- 21、「煙供」不可用在養小鬼上。、「煙供」不可用在供養孤魂野鬼上。「煙供」不可供猛鬼。
- 22、在墳場修。在曠野修。在陰地修。很容易召鬼, 會出亂子。(除非汝是大成就者, 已證空性)《253 夢見盧師尊》<038「煙供法」之種種>

/ 延 / 伸 / 閱 / 讀 / 煙供法儀軌

《正行》

- 1、觀空。觀空咒。
 - 2、大海上面, 萬里無雲晴空, 月輪從海上升起虛空, 月輪中有白色種子字「些」字, 「些」字放大白光。
 - 3、月輪中「些」字旋轉, 化為四臂觀音。(可加三光加被)
 - 4、再觀想你心中放射一個藍色的「吽」字出去, 變成一個鉤, 把四臂觀音鉤到你的頭頂, 再進入你的心中的蓮花之上, 一彈指, 你自己變化成為四臂觀音。
 - 5、持觀世音菩薩本尊心咒 (108 遍)
 - 7、煙供及觀想
- 持咒: 「噶。阿。」(二十一遍)
- (「噶」字, 就是給它變成像宇宙那麼大;

「阿」字, 就是清淨所有的供品; 「吽」字, 就是增加它的法味, 增加它的妙味。「讓」字, 是火, 升起的火。「養」, 是風, 它會變成煙, 出來成風, 就是把這個煙吹走。「康」字, 就是佈滿整個虛空。)

結印: 大鵬金翅鳥的手印, 往上飄動。(代表這個煙, 飛翔到所有的宇宙各處, 作變化。)

觀想: 容器發出來的煙佈滿虛空。再觀想整個發出來的煙變成五妙供, 變成很妙很微妙的衣服, 所有的飲食、衣服, 用具、一切的房子、車子、冰箱、電器、七珍八寶佈滿整個虛空, 一切的用品在你的觀想裡面全部出現。把產生出來的煙, 供養給一切障礙我的鬼神眾跟所有的冤親債主, 牠們得到這些供養以後就會離開你。

持咒: 「噶。阿不拉底。普巴耶。梭哈。」唸一遍彈指一次。(七遍)

- 8、入三摩地 (隨各人之意)

- 9、加持其他心咒
- 10、唸佛 (三遍)
- 11、迴向

若供佛菩薩請唸: 此具五妙欲煙供。供諸佛菩薩金剛護法空行諸天。

若供冤親債主請唸: 供食香天王不杜噶, 緊那羅王與眷屬。五髻食香王與眾。龍王龍女眷屬眾。山神水神河海神。所有一切的中陰身。苦惱的一切眾生。

願他們得到妙欲圓滿。願所有的中陰身, 由恐懼痛苦解脫。

願佛陀圓滿報用身。願速現證正覺位。縱無此力依是行。亦捨無瑕善趣。無上正法願行持。

願我以此功德力。消除一切障礙等。四大苦難如波濤。願救婆婆一切眾。

《後行》(略)



2025年5月30日，值端午節前夕，世界真佛宗宗務委員會第六屆核心小組暨常務委員第九次會議，於雲端 ZOOM 會議室順利召開。核心小組例行每兩個月召開會議，並於每季邀請常務委員共同與會，期能齊心協力推動宗務，掌握進展與規劃未來發展方向。

本次會議應到21人，實到16人，請假5人，出席名單如下：

- 會長：蓮花程祖上師
- 督察處 處長：長老釋蓮僧上師
委員：釋蓮飛上師、釋蓮祖上師
- 財政處 處長：釋蓮者上師
委員：釋蓮太上師、釋蓮衛上師
- 文宣處 處長：釋蓮悅上師
- 法務處 處長：釋蓮東上師
委員：釋蓮樣上師、釋蓮任上師
- 教育處 處長：釋蓮訶上師，委員：釋蓮一上師
- 公關處 處長：釋蓮伽上師
委員：釋蓮萊上師、蓮花少東上師
- 秘書處：釋蓮茹上師與行政團隊列席

各處室報告

每季邀請常務委員與核心小組共同與會，旨在使委員們深入了解宗委會各項推動計畫的進展、成效與未來方向。以下為各處之業務進展報告摘要：

會長辦公室 由秘書長釋蓮茹上師報告：

首先賀喜印尼佛理堂與圓月堂晉升為雷藏寺，加上2024年中觀雷藏寺晉升，目前全球已達84座雷藏寺。

另，中國真佛宗密教總會完成理事長改選，恭喜釋蓮東上師連任成功。

督察處 督察處處長長老釋蓮僧上師報告：

目前本宗章程守則正全面修訂，涵蓋上師團會員職責、宗委會選舉制度、上師拒絕被提名須書面說明等。長老團與監察會成員不具備選舉資格，亦列入章程中。

因應宗委會業務日益繁重，擬增設「總務處」協助事務管理。法務處部分業務已由傳法部與其他處室接手。

秘書長職能與各地密總、代辦處成立流程也將明文化，預計2027年春季完成章程修訂，並於秋季上師大會提交表決。

文宣處 文宣處處長釋蓮悅上師報告：

因應師佛示疾、願擔眾生痛苦，文宣處號召全

球真佛弟子與師佛「同願同行」：

- 1、瑤池金母心咒於TBSN登記累計超過6,000萬遍。
- 2、上師團已啟建超過180壇瑤池金母護摩。
- 3、2025年5月18日舉行全球五場連線普供祈請佛住世活動，計146座道場參與，凝聚道場與同門向心力。並特別感謝五座帶領修法道場，台灣雷藏寺、中觀雷藏寺、印尼雷藏寺、般若雷藏寺、真諦雷藏寺。

文宣處並協助西雅圖雷藏寺製作「時光迴廊」，呈現師佛弘法利生之不懈精神，慶賀81聖壽。

財政處 財政處處長釋蓮者上師報告：

- 1、2026年接財神吉祥物正在籌備中，鑒於加拿大與印尼的運輸仍有不穩，祈請師佛加持能順利送達給同門迎接財神。
- 2、為籌募建設基金，宗委會將推出多項紀念商品，懇請各界多多支持。
- 3、越南文翻譯組Upala發心協助翻譯《盧勝彥文集》與「真佛宗務網站、雷藏之音」，經由宗委會同意發行印有「越南文」字樣的紙金籌資，以利更多越南文語系眾生受益，請大家多多給予支持。
- 4、最後提到有關財產捐贈事項，若有同門願預立遺囑捐贈不動產予宗委會，美國已有明確法規可接受捐贈；美國境外的同門亦可設保險受益人為宗委會，有意願者請洽詢宗委會。

法務處 法務處處長釋蓮東上師報告：

本年度重點為2025年講師與助教甄選，共報名：講師：33人、助教：90人。

四大考區為美國、馬來西亞、印尼、台灣，詳細資訊請見真佛宗務網站，預祝考生金榜題名。

教育處 教育處處長釋蓮訶上師報告：

為新任處長交接準備，已完成詳盡 SOP 規劃，包括「真佛網路大學、法學堂、通識課程、實體課程」四大類。SOP涵蓋課程編排、教材編輯、導師安排、授課流程、鐘點費、考核等，確保真佛教育推展穩定延續。

公關處 公關處處長釋蓮伽上師報告：

- 1、「真佛線上助念團第一階段」即將啟動，配合真佛網路同修平台，於每日三場同修後進行迴向，跨地域為亡者祈福，弘揚大悲精神，敬請留意文宣發佈。

- 2、宗委會再次呼籲希望每一位真佛僧伽都能安住於道場，上求佛果、下化眾生。對於真佛僧寶奉獻宗派服務達到年資又已屆高齡者，近年趨勢增長，公關處擬議關懷年邁僧眾照顧，規劃與各地密總、道場合作推動安老服務。

- 3、2025年秋季大法會後，9月22-23日將舉行上師暨常務委員會議，同時進行「僧眾進修課程」。24日則為上師進修班，由長老團為上師團授課。

- 4、由公關處策畫，9月22日晚間將於西雅圖首度舉辦大型供僧晚宴，歡迎上師團教授師法師真佛僧寶前來受供，誠摯歡迎十方善信贊助及參加，座位有限，敬請關注真佛宗務網站公告。

世界華光功德會

世界華光功德會總會長釋蓮悅上師報告：

華光功德會針對緬甸大地震展開賑災行動，募集物資與善款委由新加坡華光功德會負責轉運，感謝各地華光分會齊心協力。

宗委會下鄉行程--新加坡行程預告

釋蓮茹上師代表報告：

宗委會預計於2025年10月31日至11月5日前往新加坡的下鄉行程，本次擬將以蓮生活佛畫展為主，結合元多元化課程，細節將陸續公布。

宗委會與馬密宗聯合辦理 僧眾實體教育研習暨供僧大會

釋蓮太上師代表報告：

宗委會與馬密總聯合舉辦僧眾實體教育研習，訂於11月10日~15日假平和養老院本然教育大樓進行。接著16日擬訂於直心雷藏寺舉辦供僧大會及護摩法會，分別邀請長老主壇供僧大會、教育處處長蓮訶上師主壇護摩法會。

印尼密總協 印尼釋蓮飛上師報告：

婆羅浮屠四方聖火法會將於6月婆羅浮屠舉行金剛薩埵護摩法會，四座護摩爐同時點燃，場面將殊勝壯觀。

10月22-26日將於峇厘島舉辦印尼全國生活營，四天課程，包括長老蓮傳上師主壇一場「妙音佛母」護摩法會。

結語

本次會議在各處積極提案與討論中順利進行，常務委員齊心協力，協助處長推動宗務。下一次會議將於秋季西雅圖大法會後舉行，採實體方式進行。第九次核心小組暨常務委員會議圓滿吉祥。



獅城雷藏寺清明法會

蓮鳴上師開示

輪迴本質與解脫之道



在2025年獅城雷藏寺的清明節系列活動中，蓮鳴上師於4月12日特別教導了禪定基礎。上師強調，禪定對於修行非常重要，可以說沒有禪定，這壇法等於沒有修。要相應任何佛菩薩、修任何法，到最後都需回到禪定，這是必須知道和接受的事實。如果只持咒、誦經幾萬遍，從未嘗試禪定，這壇法將很困難。

禪定的姿勢

上師細心教導了禪定的正確姿勢：

一般盤坐：如意坐（散盤）時，尾龍骨部分不會抬起；單盤時，尾龍骨一側抬起；雙盤時，有自然提肛效果。

毗盧七支坐

姿勢包括兩個腳板、兩個手掌、兩個肩膀、一個頭頂，構成身體上下兩個三角形，有助法流下降。上師本人每天以此無靠背、無墊高的姿勢坐四小時。

上師也示範了幾個拉筋動作，如雙腳掌相對按壓膝蓋、單盤時抬腿向外拉、抱腳貼胸打轉等，旨在使盆骨和雙腿更柔軟靈活。上師鼓勵每天練習，順利兩個月後可雙盤。

關於頭部姿勢，上師說打坐時頭應往前看。因看前面法本或閉眼觀想會導致頭往下看，腰部用力，影響腳位。頭往前看才能避免腰背和腳痛。雙盤時雙腿角度約九十度。單盤要避免腳壓在大腿內側導致盆骨過開疼痛。單盤時身體歪一邊（如左膝碰地右膝臨空）也會腰痛。

禪定八觸

禪定過程中可能出現的身體感覺，如身體堅固、飄動、搖動、發熱、輕安、涼快等，是「禪定八觸」。這些觸覺是眼、鼻、舌、身、耳等識逐漸消失產生的作用；出定時腳發麻是正常，可拍打膝下四指處或按摩湧泉穴，若感覺痛可能姿勢不對。修到高層次禪定的人沒有語言、男女相。上師接著闡述了重要的禪定概念，特別是在其解脫生死上的局限性。單純的禪定修到究竟也不能出三界。三界如火宅，佛教將三界分為欲界、色界、無色界。三界包括欲界的六天（四天王天、忉利天、夜摩天、兜率天、化樂天、他化自在天）、色界的十八天（四禪天：初禪三天、二禪三天、三禪三天、四禪九天），以及無色界的四天（空無邊處、識無邊處、無所住處、非想非非想處），共稱二十八天。

在禪定中，初禪天境界眼睛漸失功用，二禪天舌頭鼻子功能消失，溝通靠光明。三禪天耳朵身體感覺消失，只剩意識。四禪天意識漸失，只剩微細意根。這些是四禪身體功用消失的境界。

無色界四天是連身體形象都沒有的定境。「非想非非想處天是」最高點，看似有想又無想，不敢

升起念頭怕輪迴作惡。在此定境仍無眼耳鼻舌身意，僅微細意根發呆。上師指出，很多人打坐腰痛、背痛、腳痛，這是「未到地定」，也稱「坐忘」。坐忘是一閉眼什麼都沒有，幾小時後睜眼，這是不好的，因未產生禪定功德。

非想非非想處天的天人壽命極長，生死感微弱，幾乎像永生，但仍有生死。他們在定中生死輪迴，轉到下一個天界，因此「非想非非想處」也叫「頑空」。

四禪八定

四禪八定（色界四禪+無色界四定），即使修到圓滿，仍需輪迴。這些天人無身根不覺痛、無飲食不用講話吃飯、無耳聽八卦、無眼看東西，坐禪可達萬年，入此境界尚需輪迴，何況凡夫。因此，禪定不能完全究竟解脫。

如果連此境界都未到，如何出三界？觀想的本尊與自身合一，也是個人意識心觀想的「智慧本尊」，到了四禪連意識都沒了，哪還有意識本尊？連意識本尊都是假的，何況境界，還是會輪迴。這個要搞清楚。

有人問地藏王菩薩在地獄，難道沒出三界？上師解釋，地藏菩薩的化身在地獄，但其境界超出三界。同樣，觀世音菩薩化身在人道，境界已出三界。

禪定的方法

關於禪定方法和時間，上師建議數息，將一個呼吸分吸、停、呼、停四段，數1到10重複。受過訓練者容易「坐忘」，但坐忘不產生禪法功德。坐忘是定法，實修才能生起禪法。禪定有念頭是好事，能察覺心煩或定不下來。

禪定時要舌抵上顎（舌尖輕觸門牙根部上顎前端凹陷處）。舌抵上顎會增加口水，助修內法。最佳修法時間是早上剛起床，此時雜念少，不易睡著。可將禪定和修法分開，早上禪定，晚上修法或四加行。睡醒和清醒之間狀態與入定相似，可把握這個機會。也可嘗試半夜醒來倒數數息（如從50或100往下數），身體接近睡著時，可感覺五根五識消失（初禪）。平常多訓練，需要時可快速入定。

提醒大家年輕時學佛，身體能配合，不要老了才修。早上坐10-20分鐘即可，不需太久。

修行重點是轉化無明

無明分「無始無明」和「一念無明」。見到地上有錢產生貪念是無始無明，見到蛋糕產生貪念，這是「一念無明」。本身就有的貪念、習氣是「無始無明」。滿足了一念無明，無始無明沒有減少。討厭一個人、貪愛一樣東西，久未減少，代表「無始無明」沒有減少，如果是坐忘，什麼都不想做，千年萬年無始無明也不會減少。如果「一念無明」出現（發怒、貪愛、愚癡），每次一念無明出現時去對治改善，無始無明就會減少，減到零就是成佛。所以，發怒、欲望、貪念是好的，因為出現了才能轉化。躲在家裡，不遇境、不見怨親債主，一念無明不生起，就無法對治、無法轉化無始無明。

來佛廟遇到困難，才能運用佛法的戒、定、慧對治貪嗔癡。解決自己生死無明的煩惱，才是真正的修行人。坐忘只是觀察意念不執著，讓一念無明回歸無始無明庫存，無明沒少，功德沒增長。正見很重要，方向要對才能進步。

轉識成智

佛法中的「識」要轉成「智」，才能成就「四智三身」。「第六識」轉「妙觀察智」，去除障礙習性業障。「第七識」轉「平等性智」，心無病才能到佛國淨土。「第八識」轉「大圓鏡智」，是清淨法身佛。「前五識」轉「成所作智」，產生千百億化身行菩薩道。密教將四智加「法界體性智」稱「五智」。

真正的轉化需用「菩提心」和「行為」。有菩提心才有平等性智，用化身菩提心行等同大圓鏡智，此作為需妙觀察智才能見到自身障礙並去除。這總的叫修行，叫「果因轉」，叫「精進」。

結語

上師引用《圓覺經》：「還沒有出輪迴，而辯論圓覺，無有是處。」強調生死迅速，應優先解決自身生死出輪迴的問題，這是最重要的。如果還未了脫自身生死，一直跟別人講佛法，效果不好。

此次課程蓮鳴上師開示了輪迴的本質、無明的根源，並指出了從轉化一念無明入手，最終轉識成智，證得佛性，才是真正出離三界的關鍵，為參與的同門指明了修行解脫的正確方向。



慶祝根本傳承上師 蓮生活佛無量壽佛誕暨305本文集發行 台灣區聯合放流法會

文/香華雷藏寺訊



真佛宗全球弟子在宗委會帶領下，於5月18日舉辦祝賀 師尊無量壽佛誕，瑤池金母壽供法會，而香華雷藏寺也緊接著在5月24日，在日月潭青年活動中心，舉辦「慶祝 師尊無量壽佛誕暨305冊文集發行」台灣區聯合放流法會。

今年的放流法會由台灣區十位上師，聯合主壇，而參與協辦的分堂，也是締造了前所未有的盛況，更有來自香港、新加坡、馬來西亞同門，於前一天抵達台中，就是為了參加 師尊無量壽聯合放流法會。法會開始前，準備豐富的菜餚，供養主壇上師及弘法人員，以及來自全台灣各地的同門。讓大家在山明水秀的日月潭，先祭祭五臟廟，而後於中午一點整法會準時開始。

今年的天氣真的是捉摸不定，在用餐時段，大家入座用餐時無風無雨，在法會即將開始前，就來了一場大雨，將悶熱的天氣稍微澆涼一些，一直到法會結束前，雨勢才停歇。在法會後上師的開示中，蓮傑上師細數了放流法會已舉辦了40次，並提到今(2025)年已經是第41個年頭了，而且從沒有間斷過(COVID-19疫情期間縮小舉行)。師尊也曾經在2010年，於苗栗明德水庫親臨主持放流法會。

每年放流法會的重頭戲就是全員大合照與向師尊祝賀生日快樂，祈願 師尊、師母佛體安康的生日快樂歌。在法會進行的當下，外面是大雨不斷，我們主辦單位最擔心的就是「下大雨」。今年

亦不例外，神奇的事一樣發生，在眾人要唱生日快樂歌時，雨滴還算不小。結果在大家越唱越起勁時，奇蹟又出現，雨真的暫停了，直到大家分享完蛋糕，所有同門也分享到法會供品後，各自回到車上，主辦單位的法會用品收好了，雨又來了!! 這樣的神蹟，每年都示現在放流法會上。相信 師尊的法身也有來到會場加持每位來主壇的上師、法師，以及來自台灣各地及香港、新加坡、馬來西亞同門。

明年的放流法會，香華雷藏寺也已經先預訂日月潭青年活動中心的日期和場地，時間是2026年6月13日(週六)，歡迎真佛宗全球各地同門前來參加放流法會。大家齊心恭祝 師尊無量壽佛誕及更多更多的文集發行。祈願 師尊、師母佛體安康、請佛住世、長住世間、永轉法輪。大家更引頸期盼 師尊、師母能聯袂回台弘法，大家再齊聚台灣雷藏寺，聽 師尊妙語如珠的講經、說法。

蓮花明泉 合十

隆重推出

真佛兒童學佛樂園

讓孩子在快樂中領悟智慧!

課程內容

上冊 佛拼音啟蒙到佛教標誌、經典故事，幫助孩子們理解因果輪迴，學習地藏王菩薩的大孝精神與觀世音菩薩的大悲宏願。

下冊 深入探索佛門的戒律、法器、佛學概念，並引導孩子們認識真佛宗八大本尊、八大菩薩及密法入門知識，讓他們一步步走進殊勝的《真佛密法》。

學佛，從小開始! 培養未來的蓮花童子，讓智慧與慈悲照耀生命之路! 敬請期待全球發行的《真佛兒童學佛樂園》視頻教材，讓孩子在歡笑中領悟佛法智慧，成為光明的種子，傳承真佛法脈，利益眾生!

給孩子最珍貴的禮物 — 佛法的智慧與慈悲!

佛法教育是愛的教育，是心靈滋養，是培養孩子正向價值觀的陽光雨露。《真佛兒童學佛樂園》就是孩子們的心靈家園，在這裡孩子們透過兒歌、故事、遊戲與互動，感受佛法溫暖，學習感恩、包容與分享。

寓教於樂 — 創新視頻教學

教材採用豐富多彩的圖文動畫 + 生動視頻，授課讓孩子們在輕鬆愉快的氛圍中學習佛學的概念、密法知識，培養善良品格，啟發內在智慧!

歡迎點擊視頻鏈接
真佛宗網路大學



真佛宗網路大學



世界真佛宗宗務委員會 教育處

2025年6月8日

近來師佛慈悲，毫無保留地賜下開悟明心的口訣，亦屢屢叮嚀：悟後必須啟修。

禪宗以直指人心著稱，歷代祖師棒喝、參話頭、不立文字，皆貴在行者親自體證。但因根器有別，常有行者於悟後不知從何入手，困惑問道：「悟後，然後呢？接下來怎麼修？」

誠然，若無實修之工，只憑一句口訣，極易流於知見戲論。習氣未除，我執如故，終難脫離六道輪迴。

相比之下，密乘法門以身為道器，建立完整次第，引導行者從「氣、脈、明點」下手，循序漸進，反而更能認取本性光明。

師佛教導的「真佛密法」殊勝之處，在生起次第（四加行、上師相應、本尊法）階段已在為我們悟後啟修（圓滿次第）做準備，把修行之路整個串連起來：

一、身體諸如血液循環、心跳、腸胃蠕動等，皆受自主神經系統所控，難以憑意志干預。唯有「呼吸」例外，它既是自律功能的一環，又可由意識調節。這種「半自主性」，使呼吸成為修行中最寶貴的橋樑。初學禪坐時，多半會發現念頭奔馳不息，難以制伏。若能學習調整呼吸，便會驚覺：心緒亦隨之平穩，波動漸息。

所謂「數息觀」，即將念頭安住於呼吸之上，觀察吸氣的長短、緩急、均勻與否。只需保持覺知，不需控制，只是默默觀察。久而久之，念頭自然減少，心息相依，不修而修，自然調伏。

二、若欲由呼吸入「三摩地」（有我/無我三摩地），關鍵即在「細、慢、長」三字。初學時，呼吸常粗重短促，隨著妄念起伏；唯有長時間反覆薰修，方能將粗息化為細息，細息轉為微息，進而



佛光微微 悟後啟修

文 / 釋蓮屹

趨於極微，最終氣息止住，心念亦止，進入無念之境。

另，如果不安住於呼吸，我個人常用的法門是「月輪觀」。觀一輪明月懸於面前，光潔、亮麗、清淨無瑕，宛如寒空朗玉。久觀之，自見己身端坐月輪之中，與月不二；呼吸與月輪光流同步，心息交融，身心皆融於清淨之光。再進一步，月輪漸次放大，舒展延伸，充滿虛空、遍覆法界。這不是幻想，而是定中自然流現。

三、練習「九節佛風」初期，我亦常加入一個簡單有效的方法：以指導氣、以手導念。吸氣時，食指輕輕順著氣息路徑向下滑動；吐氣時，順勢往上導引。動作細微，與氣息同頻，使抽象氣流具體可感，亦助心念凝聚於當下。此即身、氣、念三者合一的練習，效用極為明顯。

四、圓滿次第中，最關鍵為「寶瓶氣」。此法與九節佛風不同，在氣的出入之上「持氣」，也就是閉氣。透過持氣，氣能入中脈。此中細節甚多，

包含「引、滿、消、射」四步，需依根本上師灌頂與口訣指導方可修習。

在中脈漸漸通暢的時候，一切修氣所現之境，譬如氣入中脈的震動、與本尊的光氣合一、光明遍照的覺受，皆為自然展現。

然行者務須明白：所有呼吸與觀照的方法與覺受，終究須回歸師佛所傳的口訣——無所得，終究是水月鏡花、幻影泡影。若見地不正，縱得定境，亦恐墮入境界之魔。

所有法門，最終都為真正入「無我三摩地」，方能超越三界。悟後無它，貴在實修、實證。若能如是，則於明心之上保持任運，於三摩地中煩惱息滅，習性潛融，菩提現前。

從一息觀心，氣與念交融；從念住息定，幻與空合一。

一息不亂，即是佛心；一念止息，即現究竟。

幻中修幻，夢裡說夢；夢覺之時，誰是誰人？



2025年9月28日彩虹雷藏寺

恭請 法王聖尊蓮生活佛 親自主持生基儀式

法王聖尊蓮生活佛在瑤池金母的指示下，覓得一道巨大的彩虹落下處，也就是現今的彩虹雷藏寺。彩虹雷藏寺將於九月二十八日星期日午餐前，特別恭請聖尊蓮生活佛慈悲為大眾主持「生基儀式」。

彩虹雷藏寺有著得天獨厚的地靈風水，藉由山明水秀寶地的力量，以及根本上師的佛力加被下，能幫助眾生改運招福，利益普羅大眾。

收件截止時間：報名參加者請務必在9月21日之前將生基物寄到彩虹雷藏寺，地址如下：Rainbow Temple 14310 476th Ave SE North Bend, WA 98045 USA

生基物：做生基的代表物：(1)個人的手腳指甲，(2)少許頭髮，(3)常穿舊內衣褲的一小角，請密封在一個小型的紅包袋裡，紅包袋上註明報名者的姓名及生辰。

注意事項：因報名的郵件數量非常多，為方便道場作業，有關郵寄生基物的注意事項如下：

1. 請在郵寄信封上註明是報名生基，請不要將生基物和生基供養放在同一個紅包袋，請個別分開。供養方式可以在網站以信用卡方式贊助 (<https://tbs-rainbow.org/Donate/Donation>，選擇 安奉生基供養) 或以美金匯票、美加支票贊助彩虹雷藏寺，匯票和支票抬頭請寫：Rainbow Temple。
2. 生基信件，如果需要雷藏寺回覆，請在信中註明回覆的 email 地址或住址。若因字體潦草無法辨識正確導致無法回覆，本寺恕不負責。
3. 報名生基如有任何疑問請聯繫彩虹雷藏寺電郵：info@tbs-rainbow.org
4. 彩虹雷藏寺不負責處理任何問事，求加持，求符等類信件，此類信件請直接寄到西雅圖宗委會辦事處。

請大家儘早把生基物寄來，把握難得殊勝的良機。非常感謝大家的配合！也非常歡迎大家親臨參加，共襄盛舉，共沐佛光！

當你想像自己身處一場重大車禍、經歷暴力攻擊、面對天然災害，或是家人意外離世的情境，心中會湧現什麼感受？在美國，約有五到六成的民眾在人生中會遇到這樣的創傷事件，這些經歷往往迫使他們尋求心理諮商來療癒創傷。然而，在台灣，面對類似的重大變故時，許多人卻鮮少利用心理諮商的資源。這背後隱藏的原因是什麼呢？

創傷事件發生後，人們會經歷不同的心理階段：哭喊期、否認期、侵擾期、接納期到完成期。這些階段反映了創傷對個體心理的深遠影響。更重要的是，創傷所帶來的心理衝擊並非立即顯現，而是會潛藏多年，逐漸侵蝕我們的心理健康，甚至扭曲我們的人格特質。當症狀浮現時，通常心靈已經受到嚴重破壞。

天災創傷讓人深陷長期的恐懼中

位於地震帶的台灣居民常面對自然災害帶來的心理創傷。災後，許多人出現暈眩、失眠、惡夢等症狀，並表現出過度警戒，如恐懼獨處、心悸、呼吸困難。特別是那些失去親人或財產的人，他們可能情感麻木或過度激動。需要特別關注的是「沒有眼淚的悲傷者」，他們可能因無法接受現實而難以表達情感。對青少年和兒童而言，親友的安全感給予和身體接觸至關重要。透過語言和肢體的慰藉，可幫助他們克服孤獨和不安。經歷創傷的兒童可能表現出特別的依賴、恐懼死亡和分離焦慮。一些兒童可能透過身體症狀或自我傷害來抒解情感，如拔頭髮等。在這些情況下，心理諮商變得格外重要。如果災後出現長期心理困擾、麻木、回想災難、惡夢等症狀，或者生活和人際關係受影響，則需尋求專業幫助。此外，家暴者中有不少實際上是創傷後壓力症候群患者，未經適當心理療癒，情緒可能轉化為暴力行為。

職場危機會產生急性壓力症候群

近年來，許多公司面臨職場危機，員工常透過參與罷工遊行來爭取權益。然而，這樣的抗爭過程可能引發急性壓力症候群，對員工的身心健康造成重大影響。這種壓力不僅對個人有害，還可能導致整體工作氣氛的低迷。急性壓力症候群的常見反應包括強烈的恐懼、無助感、麻木、頭昏、失眠或噁心等。如果不及時處理壓力，人們可能會感到極度痛苦，情緒崩潰，甚至出現身體功能障礙，如失眠、食慾不振等。為了保護身心健康，建議公司和員工應該坐下來進行有效溝通，避免情緒勒索，從而實現雙贏的解決方案。

氣爆人禍需要長期釋放痛苦情緒

當人為災難如氣爆事件突然發生時，受害者及其家屬的生活會經歷巨大的轉變，心理狀態變得複雜且混亂。初期反應可能是困惑與震驚，不明白為何災難會降臨到自己身上。隨後，這種情緒可能轉化為憤怒、自責，或沉浸在悲傷、哭泣、徬徨和恐懼中。氣爆導致的燒燙傷不僅帶來身體的痛苦，還有外貌的變化，這可能使受害者長期處於煩躁易怒的狀態。復健過程充滿挑戰，身心難以放鬆，有時甚至會對周圍的人斤斤計較，感覺自己快要失控。在這種情況下，家人和朋友的長期陪伴和支持變得尤為重要。他們的幫助可以協助傷者抒解情緒，一步步地接受現實，重建自信，並能夠自在地面對他人。

身體被侵犯的創傷會對人產生恐懼反應

在當今社交生活的多元化背景下，不少人在有意或無意中遭受身體侵犯，如性騷擾或性侵害。這些經歷對受害者造成深刻的心理創傷，通常會導致創傷後壓力症候群，表現為無端的害怕、驚慌和不安，對特定對象或情境產生持續且強烈的恐懼反應。這種侵犯會使受害者失去自信，擔心自己的遭遇不被他人相信，甚至對他人抱有敵意。特別是當侵犯者擁有良好的公眾形象，如深受好評的老師或

鍛鍊心理肌力 如何處理創傷後隱藏的傷痛？

文/時報出版 林萃芬



熱心公益的前輩，周圍人不相信受害者的敘述時，心理創傷將更加嚴重。有些受害者可能擔心無法再與異性建立親密關係，自覺不清白，甚至出現憂鬱傾向，形成負面的自我觀念。這類事件對身體也有影響，如緊張、胃腸不適，行為上可能變得愛抱怨、夜尿、失眠，並經常被惡夢驚醒。

親人被剝奪生命會持續出現「潛伏性的痛苦」

目睹親人被他人剝奪生命是極為嚴重的創傷經驗，每個人對悲傷的反應都不同。有些家庭成員的悲傷持續時間較長，表現為「潛伏性的痛苦」，經常感到焦慮和流淚；而有些則充滿罪惡感，為未能保護親人而自責，失去了與親人共同規劃未來的希望。面對這樣的重大危機，由於家庭成員皆陷入悲傷，有時無法從伴侶那裡獲得支持，這樣的家庭氣氛會形成壓力，並改變家庭成員間原本的互動方式。因此，擁有更多完整的社會支持系統，如親人、鄰居、好友的協助和陪伴，對於調適危機至關重要。若親人的死亡方式出乎預料，對家人的傷害尤其深重。必要時，可以透過心理諮商和宗教信仰來安定情緒。創傷發生後，越壓抑情感的人，與自己越疏離，通常需要更長的療癒過程，且不知何時會以何種症狀爆發。因此，如果感覺自己與以前不同，建議與心理專業人員討論，以確保心靈健康。

受創後需要哪些幫助呢？

創傷後，受創者極需他人的傾聽、理解、包容與支持。感受到自己被相信和信任對於他們的接納感至關重要。提供足夠的安全感尤其重要，特別是當加害者是熟悉的人，如親人、師長、同學或朋友。為了使受創者「免於恐懼」，提供醫療和法律諮詢變得必要，這包括避孕指導、收集證據的方法等。足夠的資訊將幫助受創者應對醫療狀況、警方調查，以及其他重要事宜，幫助他們掌握局勢，重新找回力量，積極面對未來。

作者簡介／林萃芬

【現任】

- 松德精神科診所諮商心理師
- 東吳大學兼任講師
- 中華人事主管協會講師

【專長】

感情諮商、外遇後重建信任及親密關係、不靠藥物睡個好覺、好眠放鬆的各種技巧及方法、企業及生涯諮商、身心減壓、產後憂鬱媽媽的情緒壓力紓解、青少年情緒及自我探索諮商、人際溝通模式及互動技巧、夢的解析及隱喻治療、帶領父母做孩子的情緒教練

【諮商學派】

阿德勒學派、完形治療、TA人際溝通分析學派、焦點解決心理諮商

擁有諮商心理師證書的她，多年來一直致力於推廣心理學。除了「洞察人心」系列書籍獲得數十萬讀者的熱烈迴響外，她還為企業量身打造「員工心理輔導」及「員工健康管理師」等課程，協助企業提升員工的自我效能。

為何她能在企業界與心理諮商界橫跨成功？實際上，她曾擔任文化及服務業顧問近十年。她認為，每一場外遇，無論其形式如何，都是對情感的背叛，對伴侶的極大傷害。她深知，療癒這些創傷不僅需要時間，更需要正確的態度和方法。她發展出一套實用有效的方法，溫柔而堅定的引導，讓受傷的心靈能夠在理解和接納中找到力量，讓關係能在真誠和寬容中重建。

網路部落格：林萃芬諮商心理師的生活EQ樂園
www.fannyeq.com.tw

Podcast：林萃芬心理師洞察人心時間

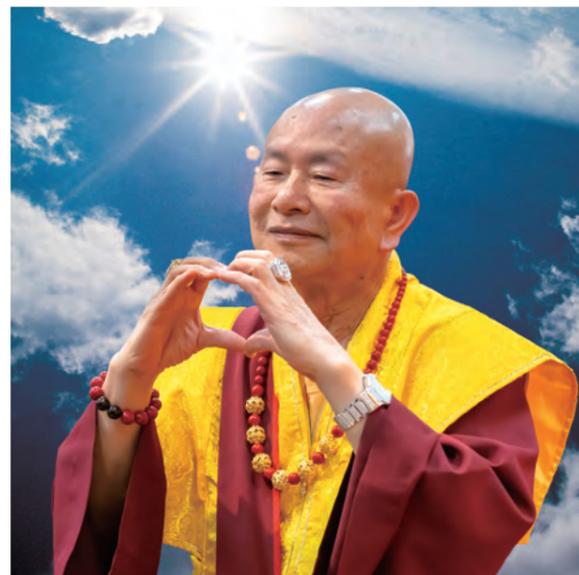
著作：《鍛鍊心理肌力》、《從習慣洞察人心》、《洞察鬼滅之刃暗藏的心理現象》、《從說話洞察人心》

盧師尊的一生 就是這一世紀的傳奇

一個活佛的秘境

第62篇

紅塵滾滾的擺渡人



佛陀的成道與娑婆弘法

二千五百多年前，在印度菩提伽耶，一位三十五歲的出家僧人，在歷經六年的苦行之後，明白「苦行非道」，因此在菩提樹下靜坐，誓言若不悟道，決不離開此菩提座。終於他在菩提樹下「夜睹明星」而悟道，證得了無上正等正覺。他，就是釋迦牟尼佛——娑婆世間最偉大的覺者。

佛陀在洞見真相的那一刻，明白了一切眾生本具佛性，與諸佛平等無二。但也深知，眾生由於無明覆蔽、妄想執著，無法照見這一清淨本性，因而流轉生死，不得解脫。當他睜開慧眼，目視晨星，因而說出這亙古智慧名言：「奇哉！奇哉！一切眾生，皆具如來智慧德相，但因妄想執著，不能證得。」

佛陀曾經猶豫是否說法，因為他所證得的法，微妙深遠，非言語可說。他思惟：「眾生沉迷五欲，恐難信受正法。」因此本欲涅槃，但天神梵王與帝釋勸請佛陀為眾生說法，喚起其本有佛性，佛陀於是毅然決定踏上弘法之路。

佛陀的成道，不僅是他個人的解脫，也是他開始傳播佛法、指引眾生走向覺悟的開始。從此，佛陀開始在印度傳教，並創立了佛教。

佛陀首先前往鹿野苑，向過去跟隨他的五比丘說法，講述「四聖諦」與「八正道」，這是佛陀成道後的首次說法，史稱「初轉法輪」。

從此以後，他以49年的時間，從「苦集滅道」的解脫道，引導至大乘的「菩提道」，因機施教、廣說法門，依弟子的根器與因緣，漸次開演「阿含、方等、般若、法華、涅槃」等五個階段的教法，層層開展，步步導引，引領眾生走向徹底覺悟之路。這種「漸次教化、會歸一乘」，最後開顯「一切眾生皆具佛性」、「人人皆可成佛」圓滿的大乘教義，正是佛教中「五時教法」的核心思想。

這段弘法旅程，是佛陀悲智圓滿的實踐。他以自己的覺悟，點燃了眾生的覺性之燈。佛陀的覺醒歷程，也是我們每一位修行者的覺醒之路。

大覺成就者的出世 靈仙閣閉關 證得不死虹光身

佛陀色身入滅的二千五百多年後，1980年代的美國西雅圖，在一座毫不起眼的小閣樓中，有道光明吞吐，這是修證「不死虹光身」成就的蓮生活佛盧勝彥——一位滾滾紅塵中的大覺者。

1982年6月16日，蓮生活佛移民到美國西雅圖。

旋即巴拉靈仙閣閉關苦修。

他在「靈仙閣」的閉關，研習了：

大幻化密續。

密跡金剛密續。

上樂金剛密續。

焰曼德迦密續。

時輪金剛之最秘密薩丹迦瑜伽相應火焰法。

金剛鬘頂最秘密法。

寂靜本尊與忿怒本尊之雙變身法。

大手印六秘密法。

大圓滿地水火風空之無上密續。

蓮生活佛把「作密」、「修密」、「瑜伽密」、「無上瑜伽密」這四個次第的重要口訣，全部研習完成。得到上師、本尊、空行護法的加持及護佑，得到密教金剛持的大灌頂。

蓮生活佛並且在正觀禪定中，看見西方極樂世界「摩訶雙蓮池」的金閣樓顯現在虛空中。這時靈仙閣放出大光芒，直沖雲霄，空中現出多道彩虹，諸天全部大震動，空中有花葉飄下，整棟房子全部充滿香風習習，盈溢著芬芳。

蓮生活佛彷彿坐在金剛座上，而四周團團圍繞的全部是大成就的大阿羅漢。在「靈仙閣」的「宇宙壇城」，有七彩的光明發射出來，這一道光明其吞吐之間，彷彿瀰漫了全西雅圖市，這神聖的光照耀著大地。

1983年農曆5月18日，時年38歲的蓮生活佛，證得密教修持最高的「不死虹光身」，成就無上正等正覺。從此在這個世紀裡，蓮生活佛大轉法輪，創立真佛宗派，行道圓滿度化眾生迄今逾五十載。

與瑤池金母的宿世法緣開啟傳奇的一生

回首蓮生活佛的行道，自26歲蒙瑤池金母開天眼，領受教旨，當天晚上被帶至摩訶雙蓮池，真實親見前身——大白蓮花童子，從此開啟了蓮生活佛修行、濟世、弘法的一生。

蓮生活佛學法的經歷是一般人無法想像的，開天眼兩日後的晚上，無形靈師「三山九侯先生」就出現了。透過三山九侯這位無形靈師的教導，讓蓮生活佛從不論鬼神的基督徒，開始接觸靈學的世界。在三年的學法因緣中，蓮生活佛發下了「地獄不空誓不成佛」的大願。同時，皈依印順導師，學習佛教顯門。

之後，因為無形靈師三山九侯先生的啟示，蓮生活佛在南投集集蓮頭山拜了清真道長為師。清真道長又名了鳴和尚，是四川青城山道家嫡系真傳的十四代

弟子，清真道長將所有道家的絕學傾囊相授，蓮生活佛得到完整的道法傳承，承接衣鉢，賜道號為「道教青城派第十五世玄鶴道長盧勝彥真人」。

蓮生活佛常說，三山九侯先生讓他認識靈界、踏入靈界；而清真道長則是喚醒了他內在的靈命，啟發他運用靈機、神算、陰陽之術，指引眾生。這份教導，也開啟了他後來濟世弘法的重要根基。

34歲的蓮生活佛自軍中退伍，舉家搬遷至台中太平的「精武別墅」後，進入了百靈百驗的「神算時期」，為無數人指引迷津，踏上濟世度人的大道。

但由於「神算」靈驗，一傳十，十傳百，百傳千，由國內到國外，每天「神算」的人太多，甚至24小時皆有人上門問事，於是每隔一段時日，便搬一次家，以避開人群的干擾。1982這年，蓮生活佛36歲，在台灣搬了5次家後，瑤池金母再指示他：「去美國吧！」

一位證悟者的悲智願行 真佛一派濟眾生

38歲的蓮生活佛在靈仙閣閉關中，得蓮花生大士授大圓滿法，釋迦牟尼佛授記，彌勒菩薩賜紅冠，證得密教即身成佛的「不死虹光身」，成就無上正等正覺，得到諸佛菩薩諸天擁護。並得到藏密紅、黃、白、花四派法脈，創立「靈仙真佛宗」。

蓮生活佛在42歲出家圓頂，懷著「不捨一個眾生」的弘願，以西雅圖雷藏寺為中心點，將他的證悟之路（真佛密法）向全世界眾生宣說。眾生親眼見證真佛度世的種種殊勝感應，無不渴仰，短短數年之間，成為超過百萬皈依眾的教團。

蓮生活佛弘揚佛法，歷經了「弘法時期」、「遊方時期」、「幽居時期」、「閉關隱居時期」，乃至於現在的「大日再現時期」，每一個時期皆以眾生根器及法緣，傳下了無數珍貴的解脫教法。從初灌外法、二灌內法、三灌無上密部法、四灌秘密法（大圓滿法）按照密法次第而傳法。

傳法次第 以初灌二灌分別假立證真道

他在1985年-1993年的「弘法時期」及「遊方時期」，10年期間行腳世界五大洲傳法，已將密教初灌

平凡時期

1歲~23歲

1945~1968

學法時期

24歲~39歲

1969~1984

弘法時期

40歲~43歲

1985~1988

遊方時期

44歲~48歲

1989~1993

幽居時期

49歲~55歲

1994~2000

隱居時期

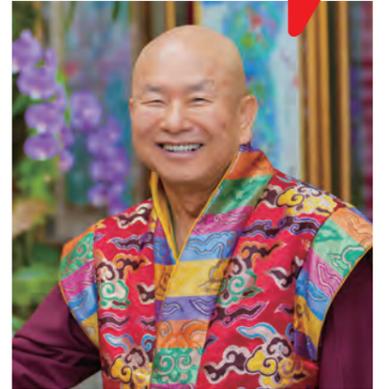
56歲~61歲

2000~2006

大日再現

62歲之後

2006~至今



本尊法以上的外法，全部公開講解清楚了。

接著，1993年底，49歲的蓮生活佛在加拿大菩提雷藏寺公佈幽居，並開示「大地眾生皆有佛性，上座下座即是見性。」這時進入「幽居時期」的蓮生活佛，傳授的教法也從初灌進入二灌內法，蓮生活佛開始在真佛密苑講述密教珍貴的內法(內證之法)，灌頂「寶瓶氣」、「拙火法」。顯密經續理趣部分則講述《圓覺經》、《地藏經》、《密宗道次第廣論》及《虹光大成就》開示集。

閉關隱居六年 示現無為 深廣法緣的孕育

瑤池金母在這時指示56歲的蓮生活佛獨自一人進入「閉關時期」。正式閉關前，在西元2000年8月，蓮生活佛於香港首傳《時輪金剛》，成為史上首位傳授《時輪金剛大法》的漢人法王，同年10月開始過著隱居的生活。為期近6年的閉關，對蓮生活佛及眾生而言，彷彿是倏然晝下休止符一般，卻也靜靜孕育著另一段更深廣的法緣序章。

精勤寫作 引導人們開啟內心的寶藏

蓮生活佛在閉關六年期間，仍心懷聖弟子，日日更加精進寫作，持續靜坐禪思，修法更深入，蓮生活佛的心靈一直在超越著。祂將每天不同的體驗寫了下來，有段時間幾乎是一個月出版一本著作，著述精勤，引導人們開啟內心的寶藏。

經歷「腦裂八瓣」之苦 寫下《度過生死的大海》

閉關期間，蓮生活佛穿上觀世音菩薩給祂穿的「神行鞋」，經歷「腦裂八瓣」之苦，成了「半死三昧」，人也大病了一段時間，寫下《度過生死的大海》，這本書是為了教導眾生如何在經歷死亡過程中回歸淨光的救度寶典。

瑤池金母顯現 勸請續轉法輪

經過這段歷程，使蓮生活佛深刻體悟到「身子就是牢籠」，身子是暫時流浪娑婆世間的過客，因此祂對紅塵的欲望，也全沒有了，出離心更重了。蓮生活佛已悟「十八界空」一切無所得，因此本想在寂滅之中，離開娑婆世界，但瑤池金母顯現，告訴祂時間未到，來去一切自然，勸請祂繼續坐上法座，教導世人到底「悟」到什麼？如何能斷掉世間一切煩惱？金母一席話，使蓮生活佛當即大悟。

出關後大日再現 遍照十方

62歲的蓮生活佛2006年出關後，在密法教授上面，除了遵從吐登達爾吉上師囑咐，花了7年時光將時輪金剛大法遍傳五大洲之外，開始引導弟子直接體驗和感悟到「自性本具」的心法。

祂寫下一系列「五燈會元」明心見性之作，並講述《六祖壇經》，在密法上則由二灌進入三灌無上

密部法的傳授，講解《大樂中的空性-喜金剛講義》、《道果》、《金剛經》、《大圓滿九次第》，尤其《大圓滿九次第》將密教修行的生起次第及圓滿次第中的「外三次第」、「內三次第」、「無上三次第」完整講述。

蓮生活佛以禪宗頓法及密教無上密部的「色空不二」的理趣相印契，應機說法，不少具根器的弟子因而得到開悟法義。

在2010年至2019年近10年間，蓮生活佛駐錫台灣與西雅圖兩地，尤以台灣雷藏寺每周每場法會，萬餘名來自世界各地的弟子齊聚一堂，場場盛況空前，顯示眾生法緣之深厚。在這期間，蓮生活佛所傳的法涵蓋佛部、菩薩部、金剛明王、佛母、度母、財神、諸天等等逾百諸尊法門，傳法廣博如大日當空，遍照十方。

百年大疫的慈悲救度 千艘法船平等接引一切眾生

2019年底到2023年，一場百年大疫新冠病毒(Covid-19)席捲全球，除了造成全球停止轉動，經濟萎靡之外，更造成全球六億多人感染確診，超過六百多萬人死亡。

早在災難發生之前，蓮生活佛在2019年年底已預言：「2020年是『大動亂之年』，將有瘟疫，是超級大細菌(病毒)」，世界經濟只有20分。

對76歲的蓮生活佛來說，至今從未見過人類受這樣的苦難，一向愛眾生更甚於自己的蓮生活佛，看著電視螢幕上一幕幕的生離死別，總是止不住的淚流。祂升起了「無緣大慈，同體大悲」的悲憫，因此發了一個弘願：「我願以一己之力，每天行『千艘法船超度法』，超拔因疫情而死的眾生。」

每天晚上1點，蓮生活佛便於南山雅舍悄然啟壇，超度因疫情喪生的亡靈，後來這個悲願不僅僅對娑婆世界的眾生，更廣及一切苦難的法界眾生，包含卵生、胎生、濕生、化生的四化眾生，甚至是三惡道眾生，蓮生活佛全部普同尊重平等接引。「千艘法船」的中陰超度從2020年迄今(2025年)，在上千個夜晚，依然每天進行，未曾有過一日停止。

演化大圓滿九乘之巔的「化虹大法」

蓮生活佛出關後講授《大圓滿九次第法》時，將「無上三次第」這千年不傳的奧秘公開；但傳法與灌頂的因緣，卻是在與病毒共存3年後，於2022年全球逐漸走出疫情的陰霾之際，蓮生活佛回到台灣首傳「大圓滿法」九乘之巔的「化虹大法」，圓滿了《阿底瑜伽》的傳法及灌頂。

蓮生活佛圓滿了「化虹大法」傳法灌頂的法緣，可說是已將密教修持最高無上的法門公開，這一世能夠聽聞並受灌此法者，未來世將來都可以身化虹光。

本自清淨法身佛 阿底瑜伽心中心

蓮生活佛在九乘之巔的「化虹大法」傳法中，不

僅將修「氣、脈、明點」的次第，完整解說，並在法座上直指最重要的心要：

「你也是本初佛，你就是清淨法身佛。」

「學佛的人，以佛法來莊嚴自己的報身。如果你在娑婆世界，諸惡莫作，眾善奉行，你就是應身佛。我告訴大家：『法身、報身、應身，三身無別』。」

蓮生活佛在開示中，更三度做獅子吼音：「醒過來！從娑婆世界醒過來！不要在娑婆世界睡覺！」聲聲猶如旱地一聲雷，劈開眾生的無明迷霧；句句無不慈心深重。因為蓮生活佛深深明白佛陀證悟時所說，「一切眾生本具佛性，與諸佛平等無二。」簡而言之，眾生與自己同體，祂生生世世的誓願，就是要來喚醒眾生。

悲願無盡 將自己的生命 無條件的給予眾生

蓮生活佛這一生的傳法，道顯密禪圓滿周遍；方便究竟，三根普被。2023年2月，蓮生活佛圓滿了在台灣3個月的弘法行程後，回到西雅圖，在79歲的那一年，原本健康的身體，突然因為醫師的換藥而四大不調，出現了疾患，一波未平，一波又起。

然而，蓮生活佛雖然示現病疾，但祂仍然如常精進的過著每一天有意義的日子，將自己所有時間給予眾生。

祂每星期六、星期日，透過網路直播，向五百萬眾弟子開示說法。

祂每天早上寫文章，以筆為槳，寫書不輟。(迄至2025年6月已完成306冊)。

祂每天晚上，為一切眾生行「千艘法船」超度法，無一日間斷。

祂每天下午五時，在宗委會辦公室，加持一切來信者，解決眾生的疑難雜症，解答眾生的問題。

祂每天下午，為世界各地的拜訪者，慈悲問事，一一的幫他她加持、灌頂、說法及解決他她的一切事情。

經歷逾半世紀的行願無盡，縱使時空變幻、因緣聚散，不變的是蓮生活佛對眾生的愛無盡。蓮生活佛的一生，由入世的自我追求，由一個醉心寫作的文藝青年，到證得虹光成就的密教法王，走向出世的弘法度眾，以法為舟，以筆為槳，生生世世在紅塵中擺渡，實踐「生生世世不捨一個眾生的大願。」其間歷經的試煉與磨難，誤解與毀謗，如山高海深，實難以言喻，卻不改其「不捨一個眾生」、「粉身碎骨度眾生」的大願。這是蓮生活佛對法界眾生永恆不變的大愛，有效期限是生生世世。

《一個活佛的秘境》專欄至此圓滿落筆，這不是結束，而是另一種形式的延續。感謝您與我們一起沉浸在根本上師蓮生活佛慈悲的大願大行的光明之中，願以心中升起之感動及無比的敬愛供養承事根本上師聖尊蓮生活佛！



本期將為大家介紹的三本文集，分別是：第183冊《走出紅塵》、第185冊《神行悠悠》及盧勝彥文集第186冊《寂寞的腳印》。第183冊及185冊，都是屬於「般若哲思」系列的著作。186冊則是「散文詩集」系列的作品。這三本文集的出版時序，都已進入2006年，此時已是盧師尊閉關的第六個年頭。

2006年初，盧師尊已經漸漸有了出關的跡象，大家開始會耳聞盧師尊出現在某處。或許是聽聞到了弟子們殷殷「請佛住世」的期盼，盧師尊漸漸開始出現在一些半公開的場合，彷彿在為正式出關暖場。但也沒有所謂的正式公告，慢慢地，盧師尊就這麼自然而然的，又重新出现在了眾人的視野之中。從此，真佛弟子似乎也再次找回了昔日的朝氣與自信，但在

這一份自信中，卻隱隱的，又多了一份難以言喻的沉重與珍惜。因為，經此一事，讓真佛弟子明白了，師父是不會永遠都在的。

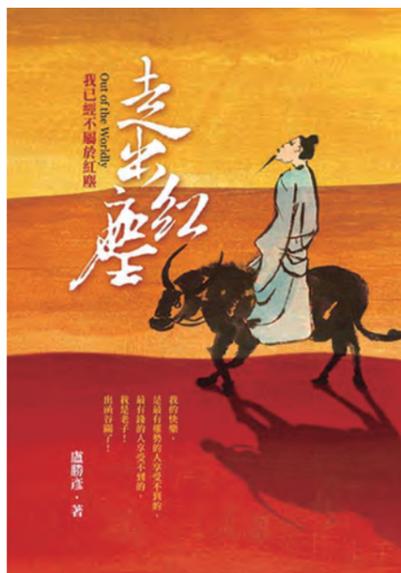
第183冊《走出紅塵》，是屬於「般若哲思」系列的著作。在本文中，盧師尊將讀者的視角，帶入他重複而瑣碎的日常。特別是「經行」，一個佛弟子都能知曉的唸誦法門。然而透過盧師尊的描述，卻生動演繹出了「經行」身口意的著落處。「經行」進入百貨公司，對一切外境，視而不動心、聞而心不動，如兒童觀畫，不盈於心，心唸只繫於口中那一聲聲的佛號咒語，令人驚嘆盧師尊無上的定力啊！

第185冊《神行悠悠》，同樣屬於「般若哲思」系列的著作，但其實更帶著「靈異神變」系列的屬性。因為盧師尊綜合整理了他在禪定或夢中，與諸

多佛祖如來在「神行」中相遇，產生出許多智慧對話的火花。這些場景與殊勝法緣，若盧師尊沒有記錄下來，便永遠無法現世利益眾生。但慈悲的盧師尊悲憫眾生，因此寫下了《神行悠悠》，實是眾生之福。

第186冊《寂寞的腳印》，則是「散文詩集」系列的作品。先前雖也有不少「散文詩集」的作品，但大多偏重於散文。而這一冊《寂寞的腳印》，卻睽違已久的偏重於詩集，或許應該說是散文詩的綜合體。每一篇章的主題，都以一個極短文作為開頭，譬如寂寞、忍辱、等待、老人、家鄉...種種主題。緊接著搭配一篇扣人心弦的散文詩，文體短小精幹、簡潔有力，令人讀來不覺疲憊，只需細細品味箇中詩意。

盧師尊在真佛弟子的聲聲呼喚中，結束長達六年的隱居閉關，迎來了「大日再現」的後盧師尊時期。世事萬物自有其生滅因緣，盧師尊的六年隱居，或許就是最美好的安排。顯而易見的，就是真佛弟子凝聚了對根本上師，更深切堅固的愛，這不就是密教弟子最重要的「一皈依」嗎？！福禍相依，真佛行者最該把握的，也許只是珍惜當下，隨緣而行。



盧勝彥文集第183冊《走出紅塵》

導讀撰文◎蓮花天成

來也空 去也空 萬丈紅塵轉眼空

第183冊文集《走出紅塵》，出版於2005年，盧師尊閉關隱居，已是第五個年頭。從序文的場景描寫，可以推斷，此時的盧師尊，很可能就隱居在台灣台中。我們知道，盧師尊在出關後曾坦言，在六年的隱居時期，其實有三年半是居住在台灣台中。

因為序文中提及，盧師尊經常在住家附近「經行」，夏日更常行入「大賣場」，只因賣場裡面有冷氣。在〈公園一叟〉篇章中，盧師尊描寫自己住家附近的小公園，也是他經常「經行」小憩之處...「整個小公園，只有我這個老叟，圍繞著公園的小水泥路，空空蕩蕩的。綠色的草中，圍了幾個小花圃，長了幾朵合歡花、紅色的玫瑰、五彩茉莉、桂花...這是公園的唯一景緻了。」確實與台灣常見的特色小公園相類似。大賣場與公園，看來完全不像是正規的閉關處所，然而正因不正規，才是最適洽的閉關環境。正所謂「大隱隱於市」，這便是最佳的寫照。

「我喜歡到『超級市場』經行，在我眼中，我走過——音響的世界、服飾的世界、五金的世界、玩具的世界、青菜的世界、飲料的世界、清潔劑的世界、電器的世界、日用品的世界、運動器材的世界。等等等等。我對我自己說，一個人走進這麼多的世界，又走出這麼多的世界，從這當中，可以品賞人生。而我——只是經行的走過。

我這一生，就是這樣雙手空空的走入『大賣場』，又雙手空空的走出『大賣場』。雖然一切空空，卻有一種美麗的感覺，一種美好的心

情，一種出塵的生命，一種最純真的思想。」

正所謂「萬花叢中過，片葉不沾身」，不也正是一個真實開悟行者的境界與心境嗎？所以盧師尊的閉關，不是消極的逃避世俗，而是在實踐盧師尊所見的開悟之道。完全避世，是因為心還無法完全不受外在事物的影響，所以必須將身心置於深山野林、人跡罕至之處。然而，一位真正明心見性的聖者，其實已然具有關閉六根，不受六塵、六識所影響，能直面世俗紅塵而不染。

正如維摩詰大士，能經商、入酒肆、上青樓，能行種種神通變化。如六祖惠能，能於獵人堆中隱身十餘年，都是在修所悟之道。而盧師尊的閉關隱居同樣也是如此，雖名為閉關，卻不完全與世俗隔絕，因為閉關的重點不在身處何方，而是是否能心光發露，能遨遊於世俗，卻不被紅塵所綁，甚至能隨緣救度眾生。

正如盧師尊雖閉關，卻比閉關前的日子更精進。除去了過去的凡塵俗務，盧師尊用更完整的生命修法、運動、寫作，甚至連睡夢中，都用來神行救度法界眾生，在這本《走出紅塵》書中，更是紀錄了他許多神行十法界，訴之不盡的救度事蹟。建議大家再次深度閱讀這一本《走出紅塵》，用心體會盧師尊遍歷紅塵，卻能一絲不掛的出塵意境。

〈夢回仙都山〉

《文選賞析》

「我已走出紅塵！」「我已經不屬於紅塵！」
我完全沒有想到在這人世間，還有什麼祈求，還有什麼心願未了，還有什麼需要做的，沒有什麼所求了。
我不是「開始」。
而是，心滿意足的「結束」。我覺得，結束也很好。

盧勝彥文集第185冊《神行悠悠》

導讀撰文◎蓮花敬安

證覺不自覺 悠悠見真道 寶燈高懸徹照十方

盧師尊的第185冊文集《神行悠悠》，歸類入盧「般若哲思」系列的著作，是盧師尊在「葉子湖」隱居閉關五年多的日子裡，寫出他在「三昧」中神行的所見所聞。

然而在這部文集裡，盧師尊著重於他在「三昧」中與諸佛對話的內容，提及的便有：智光如來、達摩佛、無量光嚴通達覺慧如來、金粟如來、大醫王佛、不答佛、相德如來、無憂如來、定光如來、金剛藏佛、善光佛、大日如來、如意佛…等諸佛。

書冊藉由佛與佛的對話，引導出佛法的正知見及正道，使真理的光明如日正當空，所以，文集的副題又名為《寶燈照十方》。佛法聖諦是真實無妄的，而且，「佛語誠無妄」，因此書冊內容是毋須置疑的，讀者亦必然在閱覽中，提昇自己對佛法領會的智慧，而生起堅定的信念，回歸自己心靈的最深處。

這部《神行悠悠》的書冊，將帶領我們清晰的明白佛教經典裡頭的法義，例如：

與「達摩佛」對話而使盧師尊了解到：

「我終於完全明白達摩佛說『無功德』的意旨，在梁武帝方面，這本來就應該做的，所以做了，也是毫無什麼功德的。如果因為『無功德』就不做，連做人的基本都沒有了，那就等著下『三惡道』了。」

與「相德如來」的對答中，促使盧師尊於剎那間頓悟：

「相德如來的一句：『你以為你在哪裡？』竟然是一語中的，如雷轟頂，使我頓悟。『人間的一切，並非有人間，只是自心以為有。』『天上的一切，並非有天上，只是自心以為有。』這些都是自心起見的。」

而在「三昧」中化為老叟的「無憂如來」與盧師尊的一席話，道出了「密教大圓滿法」的要義和口訣：

「老叟說：『止滅是行者的至深之理，是禪定至一，純化的高深境界，可以解脫一切的煩惱困難。其中奧妙無窮，所在一切外在的束縛，全部不見了，這是你教授密教大圓滿法的立斷啊！止滅就是立斷，立斷就是止滅。』

我問：『立斷是沒錯，但，世人斷不了的！』

老叟問：『斷不了，欲如何？』

我答：『隨順他去，用理性化之，用實踐化之。』

老叟笑了：『這即是斷！』

《神行悠悠》一書，尚有著盧師尊對佛法的精湛見解，好像與「不答佛」的對話中，說出「禪法」不在於言語與文字的道理：佛法的道理既深且廣，故此，在法理的層面上，言語和文字便恍如是一種束縛，難以直達根源。於是乎，禪



宗便有獨特的「不立文字、教外別傳、直指人心、見性成佛」的修行觀。

另外，盧師尊更指出《高王經》的經文，原來是包含了「實踐」的「義諦」與「密意」，並且在書中描繪出在「三昧」裡所見「龍」的真正形態，顛覆了人們對「龍」的傳統想像，也教導人們怎樣去把佛法融入日常的生活...。如上的種種述說，這部書冊將增長眾人對法理的深入了解和認識，因此，懇請大家再來細意翻閱，誠願開卷有益：

「你不過在過著一種『酬業』的生活，不需要去恨一個人，也不需要怨天，因為這全是過去的業報，是必須應理的...。一切均無所謂，遵行著佛性而行。」



盧勝彥文集第186冊《寂寞的腳印》

導讀撰文◎蓮花天成

寂寞淡然賦為詩 踽踽獨行印佛心

《文選賞析》

〈序 寂寞的腳印〉

寫一首詩：
題〈寂寞〉
我當然知道門的外邊
有落花有流水
我當然知道門的外邊
有馬嘶有車隊
但我坐在蒲團上
入於甚深的禪定之中
似睡非睡
似醉非醉

我好像有什麼作為
又好像沒有什麼作為
外面的世界已被我踏碎
而
內在的世界也一樣粉碎

〈隱居度眾生〉

寫一首詩吧！
題：〈度眾生〉
表面上的人際關係已結凍
閉上柴扉
煙深霜也重
然而伏案疾書的人兒
筆尖一直在動

傾聽我心中的絮語
我的思維誰能與共
心語寄給風
由風來送

禪定三昧度眾生
寫下隻字片語度眾生
在我的胸懷裏
這才是真正的法供

〈老子啊老子〉

我寫〈忍辱〉一詩：
我早就學習老子的囑咐之教
把銳氣收了起來
一切以忍辱為妙

要聽老子的話啊
不然惹些閒愁
會早老掉
我學老子啊老子
我學得還算好啲
不見
不聽
不說
不分別也不知曉

我睡得好
我吃得妙
人家打我來了
我自己就已經拖倒

你道他道
我就是不知道
百年今古彈指就過去了
我哈哈大笑

盧師尊的第186冊文集《寂寞的腳印》，出版於2006年，屬性歸類「散文詩集」系列的作品。以詩為主的創作，在此時的盧師尊而言，已經相對少了許多。因為詩多強調情感與寓意，是作者相當個人化情感的投射，因此純粹的詩集，讀者的接受度與理解度，都會下降許多。

盧師尊年輕時，正式出版的第一本書「淡煙集」，便是一本詩集，更立志成為一位詩人。從「淡煙集」至今已經歷近四十年，盧師尊依然默默筆耕，至少一日一文章。詩文的產量雖已不多，但每每於散文結尾處，賦詩一首，卻更添神韻，甚至有畫龍點睛之效。

盧師尊的詩作，年輕時總帶著豐沛活躍的情感。修行

後甚至步入中年，雖嘗盡人間冷暖，但因修證無上，筆下更添悲憫詩意，細細品味其詩，甚至能令人對佛法有所明悟。盧師尊的詩必須反覆細品，方能得其況味，甚而入詩中三昧。以下就讓我們挑選幾首詩選，讓大家真實的感受，閉關中的盧師尊，筆下詩意，您能得幾分？



聖尊蓮生活佛弘法行程

於西雅圖時間下午 3:00 (彩虹雷藏寺)

6/15 (日) 蓮花童子護摩法會

暨蓮花童子總持灌頂

6/22 (日) 吉祥天女護摩法會

暨吉祥天女法、扎基拉姆法灌頂

6/29 (日) 瑤池金母護摩法會

暨瑤池金母總持灌頂



讓我們繼續 每天十分鐘的祝福

一起為世界災難持咒迴向

印尼5月22日發生5.7地震，震央距離明古魯市約10公里，深度68公里。造成7人受傷，34棟建物損毀；澳洲新南威爾斯州東部沿海地區連續強降雨引發大面積洪災，截至5月24日，已造成5人死亡，678人獲救，約5萬人受困，15處避難中心開放，部分道路與鐵路中斷。全球災難不斷...

蓮生活佛教導弟子，要懂得「自他互換」，唯有懂得換位思考，才會對眾生的苦難有感，才會生出真實菩提心。所以我們持續呼籲大家，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



真實佛法息災賜福經



大禮拜：

一拜十方佛。二拜諸菩薩。三拜護法金剛。四平等一禮首。

淨口業真言：

唵。修喇修喇。摩訶修喇。修修喇。梭哈。

淨身業真言：

唵。修哆唎。修哆唎。修摩唎。修摩唎。梭哈。

淨意業真言：

唵。縛日囉怛。詞賀斛。

安土地真言：

南摩三滿哆。母馱喃。唵。度嚧度嚧地尾。梭哈。

祈請蓮生活佛加持文：

敬以清淨身口意。供養毘盧遮那尊。法身佛眼佛母。報身蓮花童子身。應身教主蓮生佛。具足神通彌六合。放光遍照於三際。一如無間能現證。佛子時時常哀請。光明注照福慧增。彌勒菩薩戴紅冠。蓮華大士授密法。祈請不捨弘誓願。救度我等諸眾生。如是護念而攝受。祈請加持速成就。

瞻聖語三遍：

西方蓮池海會。摩訶雙蓮池。十八蓮花童子。白衣聖尊。紅冠聖冕金剛上師。主金剛真言界秘密主。大持明第一世靈仙真佛宗。盧勝彥密行尊者。

香讚：

爐香乍熱。法界蒙薰。真佛海會悉遙聞。隨處結祥雲。誠意方殷。諸佛現全身。南無香雲蓋菩薩摩訶薩。南無香雲蓋菩薩摩訶薩。南無香雲蓋菩薩摩訶薩。

奉請二佛八菩薩：

南摩法界最勝毘盧遮那佛。南摩西方極樂世界阿彌陀佛。南摩觀世音菩薩摩訶薩。南摩彌勒菩薩摩訶薩。南摩虛空藏菩薩摩訶薩。

南摩普賢菩薩摩訶薩。南摩金剛吉祥菩薩摩訶薩。南摩妙吉祥菩薩摩訶薩。南摩地藏王菩薩摩訶薩。南摩諸菩薩摩訶薩。

開經偈：

無上甚深微妙法。百千萬劫難遭遇。我今見聞得受持。願解如來真實義。

真實佛法息災賜福經：

蓮生活佛說「真實佛法息災賜福經」如是我聞。一時大白蓮花童子。在摩訶雙蓮池。坐於大白蓮花法座之上。周圍十七朵大蓮花。青色青光。黃色黃光。赤色赤光。紫色紫光。各朵蓮花。微妙香潔。白蓮花童子。默運神通。將一個摩訶雙蓮池。變化得格外金光燦爛。所有香花全部怒放。瑞草放出香息。白鶴。孔雀。鸚鵡。舍利。迦陵頻伽。共命之鳥。均化金色。出和雅音。

空中金色光。有淨妙天音來自虛空。諸世界香氣芬發。空中金剛。全生光華。遍敷金蓮。虛空之中天花飄散。

爾時。摩訶雙蓮池。大大震動。無量諸天皆感受之。佛菩薩聞皆感受之均至摩訶雙蓮池。三十三天主均趕赴摩訶雙蓮池。集諸二十八天眾。帝釋。梵王。八部四眾。廣說法要。

爾時。金蓮花童子現出大慧光。白蓮花童子現出法界光。綠蓮花童子現出萬寶光。黑蓮花童子現出降伏光。紅蓮花童子現出行願光。紫蓮花童子現出端嚴光。藍蓮花童子現出果德光。黃蓮花童子現出福足光。橙蓮花童子現出重真光。

諸天見之。大感驚異。於是帝釋從座而起。稽首向前對白蓮花童子而說。稀有聖尊。摩訶雙蓮池。以何因緣。現此大光華。大白蓮花童子說。當為汝等細說。帝釋說。聖尊威權最尊。性願聖尊為眾宣說。一切人天咸知皈向。

爾時。大白蓮花童子告帝釋及諸天眾說。善哉善哉。吾今為汝及末世眾生。有緣者於當來之世。咸共知之真實佛法及息災賜福之理。

真佛世界。如是過去現在未來之吉祥善逝大悲因果。是聖尊為眾生化身示現。各各歡喜得未曾有。稽首稱讚而說偈言。

聖尊大慈悲。無上秘密尊。

過去早修證。離欲超凡間。今創真佛界。憐愍諸群生。化身為教主。下降至娑婆。善哉號蓮生。為眾廣宣說。我等均已聞。當為大護持。

爾時。聖尊大白蓮花童子告大眾。修行以無念為正覺佛實。身清淨。口清淨。意清淨。淨為法寶。依真佛上師為僧寶。

聖尊告大眾。若有善男子。善女人。於每年五月十八日。沐浴齋戒。著新淨衣服。或於每月十八日。或本命生辰日。在密壇前。奉請二佛八菩薩。奉誦「真實佛法息災賜福經」隨心所求。自有感應。更能供養香花燈茶果。虔誠祈禱。咸得如意。

聖尊告大眾。世間高官貴人沙門居士修道俗人等。若聞此經。受持讀誦。如是之人。祿位最尊。壽命延長。求子得子。求女得女。獲福最無量。是增益的大福寶經。

若有先亡。怨親債主。未能得度。滯世幽冥。若能持誦本經。即送本經。亡者昇天。或被邪魔所侵。鬼神為害。惡夢昏亂。受持本經。即印本經邪鬼退滅。即得安樂。

若有疾厄纏身。前世因果業報。鬼神病等。受持本經。即印本經。即得災厄消除。病源立解。若有惡運。官訟牽纏。囚禁獄繫。但能持誦本經。即印本經。即得解除。凶殃殄滅。化為吉祥。

若兩國爭戰。能持此經。立像供養。即得加威。戰無不勝。誦者。印者。施者。能一切吉祥如意圓滿。消除諸毒害。能滅生死苦。

西方真佛海會。摩訶雙蓮池。大白蓮花童子。即於其中。而說咒曰：「唵。古魯。蓮生悉地。吽。」無數遍。聖尊說此經已。帝釋及諸天眾。天龍八部四眾。恭敬作禮。信受奉行。真實佛法息災賜福經終。

迴向偈：

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。

世界真佛報社助印真實佛法息災賜福經迴向：根本傳承上師聖尊蓮生活佛。佛體安康。病業退散。長壽自在。常住世間。大轉法輪。請佛住世。師母蓮香上師身體健康。百病消。心情愉快。常安樂。