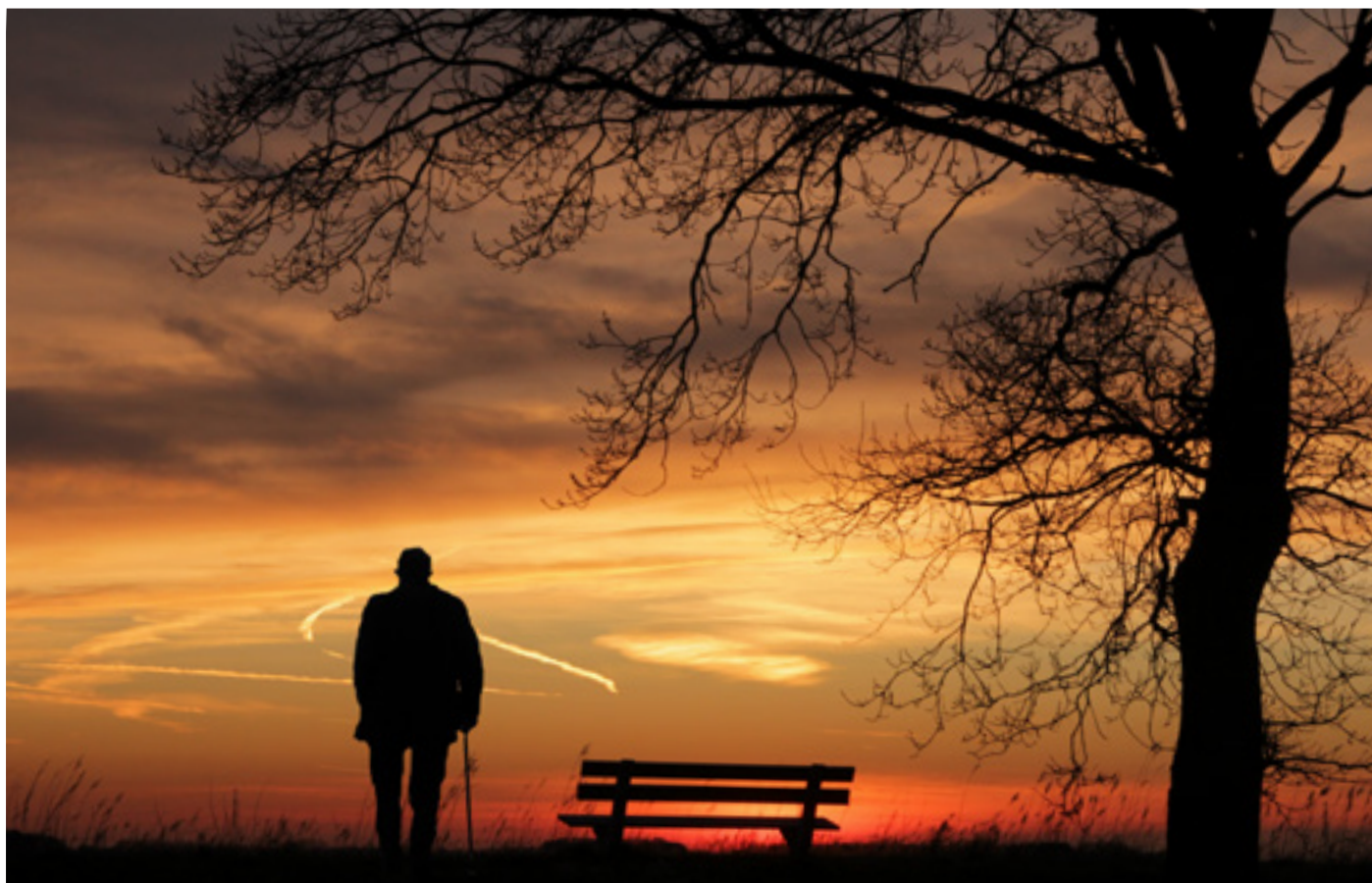




2019 年 10 月

慈航电纸报

2019年10月



“选择学习时时在，
八十人生不懈怠。”

圆通尊者

目录

天地之心 ₁ 九莲圣经 第二卷

九莲时尚易卦流行 ₂

华山推策群 ₄ 【观自在】法会

箴瓢乐集 ₁₁ 感恩慈航 感恩遇见

我遇到佛 ₁₄

探索 ₁₆ 尊者之夜及参与《声临其境》点滴

回味无穷 ₂₁ 素蚝煎

心SPA ₂₃

班会 ₂₄ 马来西亚 | 新加坡

天地之心

九莲圣经 第二卷

心道品第二十一

天理所至，道不謗不興，修不考不成，
玉不琢，不成器，鼎運烹煉如是，
道本自然，辦則失道。

天下有道，其生也天行；

天下無道，仁義出，進德修業也。

辦道也者儼若命也。

道本冥冥，不殊聖凡，人心隨流變化，
聖人導之返樸。

導也者如棋也，車馬炮使之，
勝敗在人操作得法與否！

道本坦坦，眾生自溺，小人自棄，
聖人教之，名謂行道。





鼎卦泰卦艮卦的連結

天泰地泰三陽開泰、為往聖繼絕學、為萬世開泰平、正是此道運地天泰卦、也是三期第一逢泰運！

天地交泰、陰陽二氣相交相互、萬物生成。水火既濟猶如太極圖、如是和諧完善圓滿！天地交而後泰、交者交易、參與、內健外順必然泰。

泰卦上下相當、內外相得、升降相調、剛柔相濟。一個人身心、夫妻、家庭、團隊不也是要如此才能和諧完善圓滿。

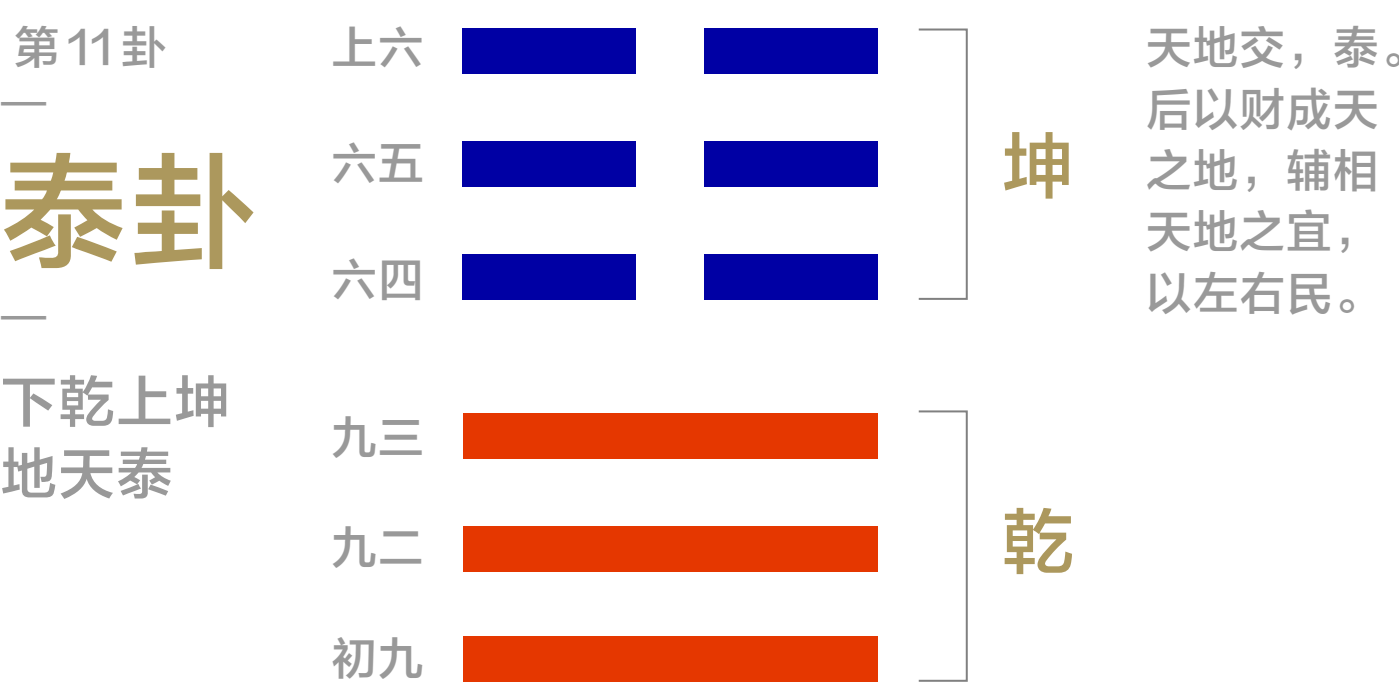
泰道乃在交相為用、陽以陰用、陰以陽行、陽主升而始于下、陰主降而發于上、

天道下行、地道上濟、天地氣交、生化乃成。生化既繁、光明乃昭、物育以眾、德用乃弘、氣候以和、民生乃康為泰卦之象。

在世為太平、在年為大有、在民為治安、在國為盛美。

如日之春、如風之溫、如地之平、如水之清、悠然以生、夷然以成、和樂親悅、不相猜忌、安定穩妥、不有陵傾、乃道之既成、德之已明、天地康寧、乾坤自平、更何物之不全事之不利哉、故曰泰。

中心坦白、無憂無慮、無以過、至寬無垠、至遠無阻曰泰然自在。





慈航普度乃观音佛母累劫以来之宏誓大愿。举办法会是何其的重要；法会是一个建立同修互动的平台，让眾生有因缘接触到佛法和帮助众生覺悟。

慈航在2019年8月25号到27号举办了【**观自在**】法会。我们要了解一场法会的筹备到完成,絕非只靠人力就能勝任之事，必須天人合一才能推行,所以才会有天事人办,人办天助的说法。虽然天不能言，地不能語，但是上天还是透过各种显化来打帮助道；如在华山法会前，日出呈现“龙天护法”的到来，还有天空呈现出

鹿野苑的壮观景象。在场的共修都感受到一场法会的进行是天地共办的圣会,是多么的殊胜。



天空呈现出鹿野苑的壮观景象

每一次的法会事前准备工作非常重要。首先由圣职人员安排进行几轮的商讨,明确分配所要负责的职务和负责人。如三师、宣化、礼节、天橱的负责人、环境的整理、海报、报名表格等等……大家齐心协力护持法会,确保法会顺利举行。

同修们应这次法会,完成了一项工程。那就是在一个不起眼的乾道和坤道的厕所外围的墙壁上建设了两面流水瀑布和在厕所与厕所之间的空地,建了一个小鱼池。菩萨也为它提上【**水在领溢成瀑布,观**

心无我现自在】的好对联，让佛法甘露滋润我们的心灵。

柳絮的成员心血来潮也在鱼池里用小石子摆设了一个太极图，为这里增添了色彩。为了让大家可以在此时享受虫鸣鸟叫和流水声,大德们也很用心的布置周围，还建设了一个可以休闲的亭子和吊篮，整个景观就因为大家的用心而改变得很舒适。



在法会的前几天大家都陆续抵达新加坡。再由交通的负责人安排接机到天河慈航住宿。隔天再安排出发到马来西亚华山净名园。其实这是一项满挑战的任务，因为他们必须确保无误的接送机，还要和中心的负责人、天厨部的负责人协商，安排同修们来参加法会期间的住宿、交通和餐食，好让他们没后顾之忧。

透过精心的安排，同修们都顺利的抵达马来西亚华山净名园，由于难得来到华山净名园，当然少不了来个环岛游，这里的整个景观犹如人间仙境，大家都感叹上天给予的恩赐！当然大家也不忘感恩吴天来夫妇的热心捐献和同修的用心付出的成果。因为有了这个慈航的道场大家才可以在这里共沾法喜。

在法会前，天厨部的负责人很用心的安排了火锅大餐，让同修们有一种春节期间，游子们回家老老少少庆团圆的温馨气氛。是的！我们都是一家人，虽然大家都来自不同的区域，借助法会的殊胜因缘，回到了慈航这个大家庭来团圆。



在法会倒计时，各项筹备工作更加密切的配合，大家齐心协力坚守岗位，共同努力将法会举办圆圆满满；也因为有付出和投入过程，让我们对佛母的信心更坚固。法会在法藏的引领下掀开序幕。

首先礼佛、传法、接下来由格茗为大家讲解三宝，让大家对得法的重要更为坚定和更有信心。过后教授师传授静坐要领给大家，让大家更了解法的可贵和清楚的掌握在静坐时如何通过【**观息法**】去培养正念；以正确的禅定集中意志和精神，而收摄散乱的身心，培养完美的人格。当然在这其间少不了班规的讲解，班规就是戒律。大家紧密的配合，让整个会场显得格外的清静和庄严。



法会的课程内容是动静的结合，“动”的环节有如「**易筋经**」的教学和示范加上课程讲解，让班员更容易掌握和了解。还有「**禅化瑜伽**」和「**瑜伽**」课程的锻炼。“静”的环节，当然少不了圣思、德藏和菩萨的开示，让大家充满法喜！滋养身心！长养慧命。

在接近法会的尾声，有一个环节是心得交流，这是一场分享出自己在修炼中升华后的受益与喜悦！大家都格外欢喜和感恩。这次的法会就在圣歌结束后而告一个段落。最后大家也来个大合照。

当天晚上，同修们也透过放天灯向佛母祈福！当天灯摇摇摆摆飞上天空，祝愿未来岁月大家都幸福温馨，道务宏展！

法会结束后，大家也不忘安排带各区域的同修去【**净名园蔬果坊**】素食餐馆用餐、商场购物和旅游。在马来西亚当地，我们也到古来参观了【**花果山**】和【**普陀村**】还有品尝了道地古早味的香浓咖啡奶茶等等……到了新加坡，我们也为同修们安排了旅游行程，逛【**牛车水**】和【**四马路**】，参观【**植物园**】和【**圣淘沙**】等等……让同修们来参加法会之

际也可以游览胜地。在此，感恩佛母，慈航普渡道降人间。

感谢所有职务的负责人员和法工，因为有了大家的参与才能让整个法会更顺畅、更圆满、更温馨。祝福大家





有缘遇见相识

感恩慈航 感恩遇见

有缘来到慈航，是缘于与艺熹的相识。当时艺熹经常带着我去慈航吃饭，去解惑，感受着慈航里兄弟姐妹叔叔阿姨们无私的关心和开导。慈航给我的感受是：那是一个远离职场功利，让人心神安宁的地方。这里的兄弟姐妹们待人也是温和友爱，无私包容，让人宾至如归。2018年开始，我的人生开始迅速滑向低谷，突然失去身边最尊敬的人！自己身体也在同一时间患病，需要经历令人恐惧的手术！当靠着顽强的意志走过来，以为就要挺过难关的时

候，当内心开始从寒冬逐渐走向春天、迎来光明的时候，我的病又复发了！

那种感觉真的很令人窒息，完全搞不清楚人生到底出了什么问题？为什么每一次要坚强的站起来，每一次都有被当头棒喝、被压制的感觉，我不过就是想要凭自己的力量努力的去生活而已。这一刻我真心感觉自己被打败了！

这个时候圣思和春晖姐带着慈航的兄弟姐妹们，来到我身边，帮我在家办了皈依，在我心中种下一颗希望的种子！

“当时于我真的就是手握一株救命稻草的感觉！从此我有了十十字佛号箴言，从此我的心中有了依托！”

感受着这个世界这样一群无私而又睿智的人们，他们心中没有偏见，没有分别心，对于弱勢的群体，伸出无私帮助的手！养病期间，一直没有办法去到慈航，心中也会时时有心魔，让自己陷于纠结和烦恼之中，春晖姐几次三番开解点化，有时候让我整个人豁然开朗。每每来家中看望我，关照我，心中真的很是感激！春晖姐亦师亦友，话语总让人如沐春风，真可谓良言

一句三冬暖，句句照进心里，给予我智慧的点拨。艺熹是我生命里感恩遇见的人，她就那样静静的听着我絮絮叨叨的倾诉，温暖又宽容的始终陪伴着我……此生能遇见如此挚友，感恩佛母！



而今我虽然还在人生的低谷之中，但心中依然向往光明。我知道，人生之路要走得怎样完全要依靠自己的思维和悟性，心中还有很多困惑，可是持正向善，努力进修德业，是我往后人生要坚定走下去的路。希望自己可以通过学习国学经典，在修习自我品德的道路上，让心中所信得到印证，相信善良一定是充满力量的！我跟艺熹一样，始终相信善良！



人生最大的敌人就是自己

心既是痛苦的源泉，也是快乐的源泉。我想大家应该有这样的体会，当内心贪婪、仇恨、焦虑、恐惧、嫉妒、自私等负面心理产生活动时，不仅会使心痛苦纠结，甚至会使身体产生不良反应。只要这些心理得不到解决，问题将接踵而至，永无宁日。同样还是这颗心，当它没有烦恼时，我们很容易开心。这个开心从哪里来？很多时候和物质条件没什么关系。就像佛菩萨的举身微笑，那种发自内心、遍布全身的欢喜，并不是因为得到什么，而是来自觉醒的心。佛法告诉我们，每个人内心都有觉悟潜质，这个觉性会源源不断地带来快乐。

我曾说过佛教关于人生苦乐的认识。学佛者都知道，佛教说人生是苦。其实这个说法并不完整，而是有特定对象的。也就是说，凡夫以迷惑和烦恼为基础的生命才是痛苦的。但对觉悟者来说，生命也是自由而欢喜的。因为惑业的背后还有觉性，一旦开启这个层面，生命就是无限的自在，无限的宁静，无限的喜悦。

这是生命的两个层面，是由内心两大阵营造就的。其中，良性心理是我们的朋友，会让生命得到提升，给人生带来幸福，给社会带来和谐。而负面心理则是我们的敌人，会不断制造痛苦和麻烦。佛法认为，**“人生最大的敌人就是自己。这个自己，正是内心的烦恼。生活中一切痛苦，从自我折磨，到不和谐的人际关系，乃至杀盗淫妄等犯罪现象，都是这个敌人造成的。”**从根本上说，人的两面性就是佛性和魔性。开启佛性，能让我们成就圆满的智慧 and 慈悲；而放任魔性，只能堕落恶道，长劫受苦。所以，了解并管理这颗心，才是人生的头等大事。



为尊者庆生

尊者之夜及参与 《声临其境》点滴

柳絮群组公布今年的尊者之夜在 **2019年9月14号**（星期六）地点在新加坡天河慈航举行，我是抱着爱我慈航的心情报名参加。开始的时候沛阜叫我们参加《**声临其境**》秀口技比赛，当时觉得很难因为要自己去找视频，要写出台词等等，完全没有头绪，所以就放弃了。直到快到尊者之夜的前一个礼拜，格茗信息叫我参加《**声临其境**》这个配音竞赛。格茗很用心准备好视频消音及有声两种版本，又准备好台词给我们。我了解之后觉得只要背

台词，模仿演员讲话就可以了，于是我就答应参加了。不过一开始学习的时候就觉得很难，因为该视频是中国录制通话速度太快，口音也不一样，例如：“你回头让人闻见了说的你脸上好看的”就这样我练讲及背了一个星期。快到了的前两天格茗信息我说要有队名，我想了队名后就跟其他两位商量最后我们选择《**心手相连**》这个队名。意思是说我们有两位同修来自马来西亚，有一位同修来自新加坡，我们没有机会见面，也没有机会一起练习，相信我们共有一颗《**心手相连**》的心，我们也能做的很好。后来格茗又信息我说赛前要造势要喊口号，在灵机一动且得到佛母慈悲的灵感，很快的就想到了口号，我们的口号是：爱我慈航，同心协力，心手相连，**Oh! Yeah!**（一边念一边加上爱的动作）想到我们的口号也是有勉励与激励的意思所以我们也要求各位同修跟着念，这样可以增加互动与气氛。

尊者之夜那天，整个天河慈航布置得非常漂亮，还有丰盛的美食、月饼、水果及柚子等等，非常感谢天河慈航元丁带领天厨部及其他同修们的奉献。

庄严的请坛仪式拜拜过后是由德藏为我们讲解尊者之夜的缘由和意义，随后播放师伯一家人的视频加上歌曲“**当我老了**”非常感人肺腑。德藏也说到如果没有师伯就没有游化菩萨，没有游化菩萨就没有今日的慈航，更讲出尊者的意境，听了我们都非常感动！过后就是为尊者庆生，由文德尊者代表吹蜡烛，还有莲如尊者的外孙女念恩也带动大家唱了一首英文歌，歌名是 **You raise me up**，意思是你鼓舞了我，很感动的歌曲。随后在格茗的诗歌吟诵尊者之歌的歌词后，共修们就一同唱起了这首尊者之夜的主题曲，场面非常的温馨。接下来就是《**声临其境**》显才华秀口技配音比赛的环节，参赛的人员一共有三组。或许因为我们《**心手相连**》队队名贴切，口号有互动及气氛，配音也配的最相似所以得到优胜。



接下来是紧张刺激好玩的猜灯谜游戏，分成三组比赛，大家玩的不亦乐乎，A组得到14分拿到优胜，游戏结束后就是颁发礼物，其他两组获得安慰奖分巧克力糖一块，尊者也获得由泳伶同修用小毛巾做成的可爱小熊纪念品，每个人都有收获，满载而归。颁发礼物之后大家一起唱《**跪羊图**》这首讲述孝道的歌曲，最后再唱了《**感恩的心**》和《**晚安曲**》送佛灯及辞驾。同修们一起过了一个很有意义及愉快的尊者之夜，大家都带着依依不舍的心情踏上归途。



柳絮伟钦

中秋晚会圆满成功！我觉得今年和去年前年不一样的就是《**声临其境**》显才华的表演。我参与的组别是到了最后关头才去练习的，而且是到了天河才聚在一起讨论练习的。虽然我们没拿到第一名，但是也算是在前三名的，哈哈！

9月14号（星期六）是一年一度的尊者之夜，去年是在柔佛华山庆祝，今年来新加坡天河慈航庆祝，这是个非常难得的机会让两个区域的同修能相聚在一起。我们从下午就从新山出发大约在六点之前就抵达天河慈航，我们开始享用他们为我们精心准备的美味佳肴。在庆祝会中，我们也了解到了尊者之夜与中秋节的关系还有为什么我们需要庆祝尊者之夜。在场的人也了解到庆祝尊者之夜的意义。接下来是《**声临其境**》显才华的比赛项目，我也参与了其中一个角色，为一部电视剧里的片段配音。最后，配音配得最像的组别为赢家，其中配得最好的参赛者也得到奖品。之后当然是中秋节不可缺少的猜灯谜游戏。在场的人被分为三组，答对最多题的一组就是胜利组，大家都尽量的抢答，玩得很尽兴！



素蚝煎

前言

为了鼓励世人用素，荤食有什么美味佳肴，素的也有。素食不只是蔬菜和水果而已，现在市面上，素食多样化，无论煎、炒、炸、蒸、焖，要什么有什么。尤其是蚝煎，男女老少都爱吃，所以今天为大家介绍素蚝煎。（以蘑菇和草菇代替蚝）



加少许豆芽一起快炒，口感不错，又不油腻了

材料

A

粘米粉 1 汤匙

番薯粉 1 汤匙

马蹄粉 1 汤匙

水 1 碗 (搅拌均匀)

B

鸡蛋 3 粒

麻油 加入少许

胡椒粉

酱青

C

草菇

蘑菇

酸柑

辣椒酱

做法

大火烧热 2 汤匙油，加入材料 (A)，再放草菇或蘑菇。再加入材料 (B) 轻轻推边缘，让蛋液流到下面，才翻过来。两面煎到金黄色可放点酸柑和辣椒酱。最后，撒点茺茜即可上桌。

小贴士 - 如果素耗煎太油，可加少许豆芽一起快炒，口感不错，又不油腻了！

心SPA



问

什么是功德？

答

把物用对了就是功，把人教好就是德。功德自足在法身中；不增不减，正所谓见性是功，平等是德。世人执着得失向外寻找功德和利益。

班会 马来西亚 | 新加坡

马来西亚

华山月会

10月12日(星期六)

易筋经

华山净名园【一指禅化院】

每逢星期六 傍晚 6:00 至 7:30pm



Whatsapp 负责人白明仪 +65 9761 9979 报名
费用随喜了愿（用于建设文武园林）

新加坡

天河禅修净化日 10月19日(星期六)

福德财库回收 10月28日(星期一)

福德财库点算 11月17日(星期日)

冬季大典／旃颤功德呈报
12月10日(星期二)

岁末怀恩 12月29日(星期日)

年终大扫除 1月5日(星期日)

