



2021年1月

慈航电子报

2021 年1月



道在大體中：要面對現實；知道錯誤就改掉，一定得救。過錯不改，修道是不可能的。

诚化菩萨

目录

天地之心 1 九莲圣经 第二卷 第卅五品

淨名園伽韻集 3 果行育德

淨名園伽韻集 8 龜巖即景

探索 21 慈航-我心中的夏摩山谷社

回味无穷 26 椰糖年糕

至诚化境 30 诚化菩萨の语录（九）



三順四願品

乾遵三綱五常，坤守三從四德，雖為人道，則天道之基。

三順者順天、順聖、順師也。

順天者：順天時道運之延續；順天命，順天心而應人。是為天地立心。

順聖者：順聖佛絕學，順歷代祖師金線道統，而為天道立法。

順師者：順三盤祖師弘願，普度三曹，度盡九六，為生民立命。

四願者，白陽坤道四德願也。

坤德願者：願同觀音古佛弘願，天地合德，救苦救難，度盡娑婆，眾生不盡，誓不成佛。

坤言願者：願出口般若波羅蜜，言出為天下法。

坤容願者：願千百億化身，隨處應現，行為天下則。

坤功願者：願化人間為樂國，不為自己求安樂，但願眾生脫苦淵。

坤者純德至柔也，柔而至剛，若水萬割不離，穿貫山谷不懼，納滌污垢，潤澤萬類而不辭，利物不爭，坤德柔而至剛也。

不失坤道之本然，雖柔必強，萬物資生，如是厚德載物也。



果行育德

德藏

庚子60年以疫情19 / Covid19 大清算过后，一切将必须归零，人生重生或重新适应一切的新气象。这就是所谓的新常态！（New Normal）

譬如戴口罩，在家办公，MCO（马来西亚的阻断令）CB（新加坡阻断措施）网购，封城...或许往后孩子们会觉得不戴口罩是反常。口罩将会是身体的一部分。

Covid19 的另外一个名称是 SARS2，未来还会有 SARS3，4，5...天灾人祸不断的重演。疫情改变了一切意识形态，大家都得重新学习，有如孩童般的启蒙教育。

童蒙卦：匪我求童蒙，童蒙求我。

孩童的童蒙无知贵在无欲；大人的无知，险在多欲诉求！心头被贪嗔痴所蒙蔽。

现今的父母亲都认为孩子不能输在起跑线，逼着孩子学习很多事，丢失了孩子的童真，孩子们也痛苦不已。这是不正常的！

父母是孩子的最重要启蒙老师。当小孩子在适当的时候，有了求知的欲望时，他们会自动找老师学习！或上网、阅读，彼此互动讨论和学习。这样的学习方式是非常有趣和有效率的。同样的，当大人有了解脱烦恼的心时，他们会去找有‘道’的老师学习修行的路。

这段时间，新加坡的<易筋经>同学自动自发地找凤姐、三镒指点招式，元丁开始学习手机应用才敢方便出门，太叁重新学习献供礼节... 童蒙也。





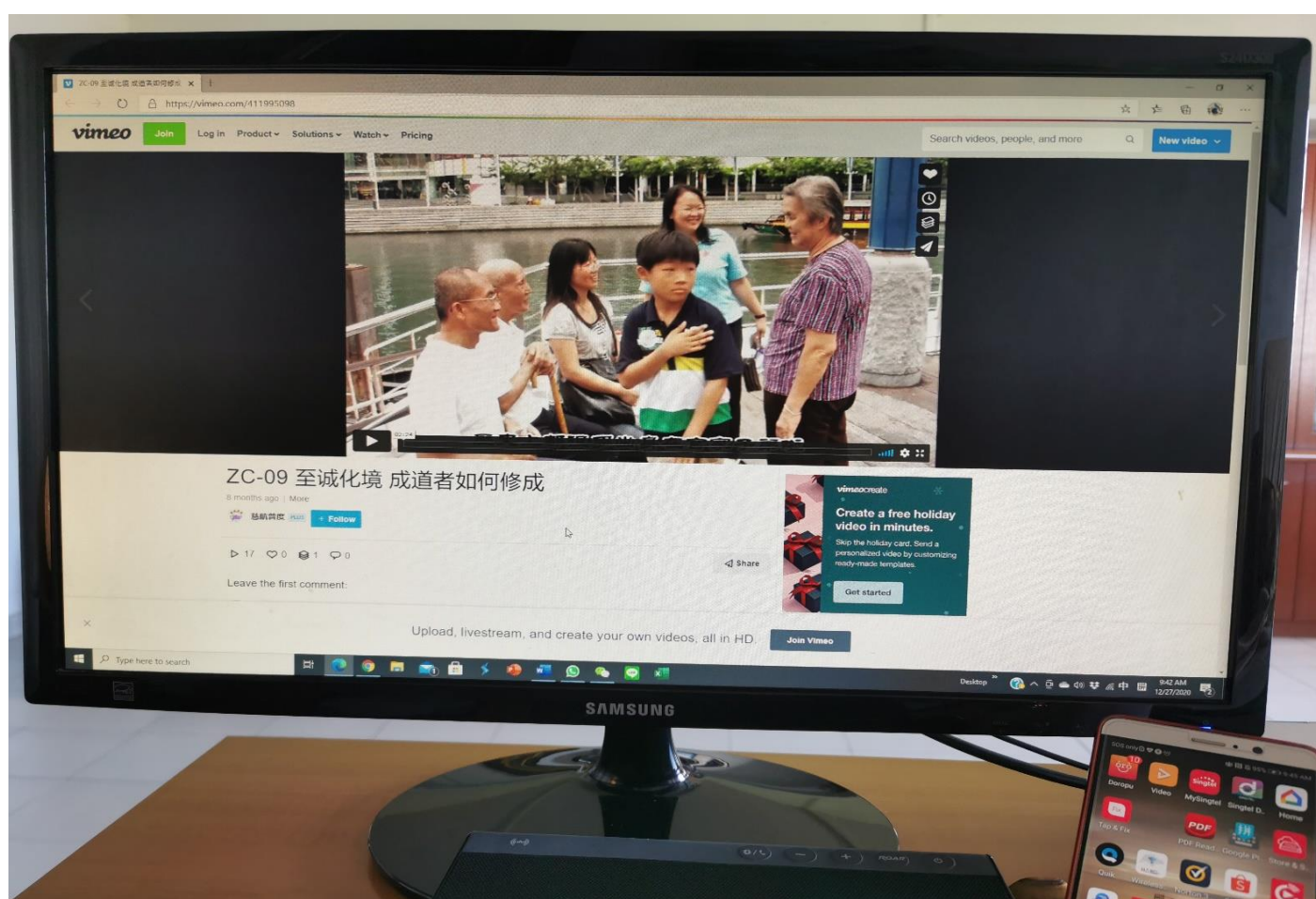
易经第四卦是山水童蒙卦。山下有水是有危险的。小孩子无知必须教育（童蒙），大人必须归零（不能固步自封）。

有位老爷爷被问今年几岁，他回答：一岁因为我去年才皈依三宝，重新学做人的道理。童蒙不分年龄。这应验了活到老学到老这句话。

童蒙，山下有水，险而止。如今疫情封城，不能无所事事，要养精蓄锐，待时而发，必须反观自省。这是修身养心的最佳时机和选择。

易经鼎卦九四爻说“鼎折足”这句话的字面意思是：鼎的腿折断了，打翻了王公的粥，搞得地上一片狼藉。预示着有凶祸会发生。

修行最怕不“实”在，团体最怕没凝聚力；如今的疫情造成不能开班，修行人可能比较散乱，这是很危险的（山下有水），大家若能自发自动上网参加班会，譬如‘[七天静心之旅](#)’、每逢初一的‘[Zoom 班会](#)’、‘[华山月会](#)’等等 来保持联系和凝聚力就能彼此扶持不流失鼎外。



鼎腹是烹亨真实的食材（修子）不变心是‘[信](#)’，发愿度普三曹，参加班会学习是‘[愿](#)’，改变不正确的思想和行为是‘[行](#)’。有信心，有愿力的修行才能证悟菩萨道！

常言道：修行错过天时道运，黄金变铜铁，把握住时机，铜铁变黄金。

鼎腹的运剩下最后10年（2014-2023）修行能“事半功倍”。错过此机会，修行将会是“事倍功半”。咱们都要却记却记！误了天时道运，道不真，理误人，天命不能证，一切将落空！

观音弟子皈依将以19字佛号来撇掉Covid19，避开眼前的水火劫杀；实修者，壁观得法，所得的**十字真经九片莲叶**来解脱轮回，回归观音净土。

修行人以谦卑的心（童蒙的心，归零的心态）能度化有缘人，也能以财来帮助道场，完成天地之道。

咱们时刻以“**不忘初心，成道有余**”的信念来完成生死大事！

~与大家共勉之

龜巖即景

悲如

自去年8月1日起，遊化菩薩就移居《龜丹淨名園》靜修3年（名稱為休息3年），一來調整身體，二則守孝3年（父親誠化菩薩於去年4月9日羽化歸空）。悲如有幸追隨遊化菩薩也能在淨名園做身心淨化，每天到此準備早、晚餐並與菩薩一起用餐。



早餐後協助整理環境，打掃屋子、灌溉花木，也種植時令蔬果，近中午時刻返家幫忙《誼方齋餐飲》生意，午餐時段過後回淨名園做下午的靜修～動功、靜坐。



晚餐後與菩薩散步約一小時再返家，而每逢星期五晚上我們一家人 禹六、子嫻、小孫女玟亘，或是鈺升剛好也從學校回來，我們就一起在淨名園搭帳篷夜宿一晚，與菩薩共享天倫之樂，玟亘總開心的說這一天是她的帳篷日！



《龜丹淨名園》磁場強大，被深深的吸引著，每日晨起都想著快快到《龜丹淨名園》。其環境歷經多年的整理幾近完備，待疫情解禁，天財、靜修課程都將啟動，這都要感恩遊化菩薩及參與建設的國內外共修辛勞的付出。

踏進淨名園，映入眼簾的是一片高聳矗立的椰子樹，象徵著修行者的剛正不阿，氣宇

非凡；其天然環環極佳，農曆九月是蟬鳴時期，聲勢浩大，白天靜享天籟鳴奏，晚上則還給我們謐靜的夜晚，不擾民喔！

除了秋蟬，蜻蜓、蝴蝶也是滿天飛舞，蜂吮花蜜之景也讓人欣悅，拿起手機拍攝而不畏攻擊；山芙蓉花早晨開白色花經陽光照射後會慢慢變色，近中午時變粉紅最為驚艷；







而蓮花朵朵開，豐富了日月精華；野薑花的嬌弱需時時呵護，採摘插花瓶常因溫度變化大而花苞凋萎，常常搬出搬進，屋子為鉄皮屋中午溫度高，溫度升高花苞就萎縮了。

遊化看了我這動作讓他想起一首歌～蘭花草，哈哈...，撲鼻野薑花入菜也適宜。



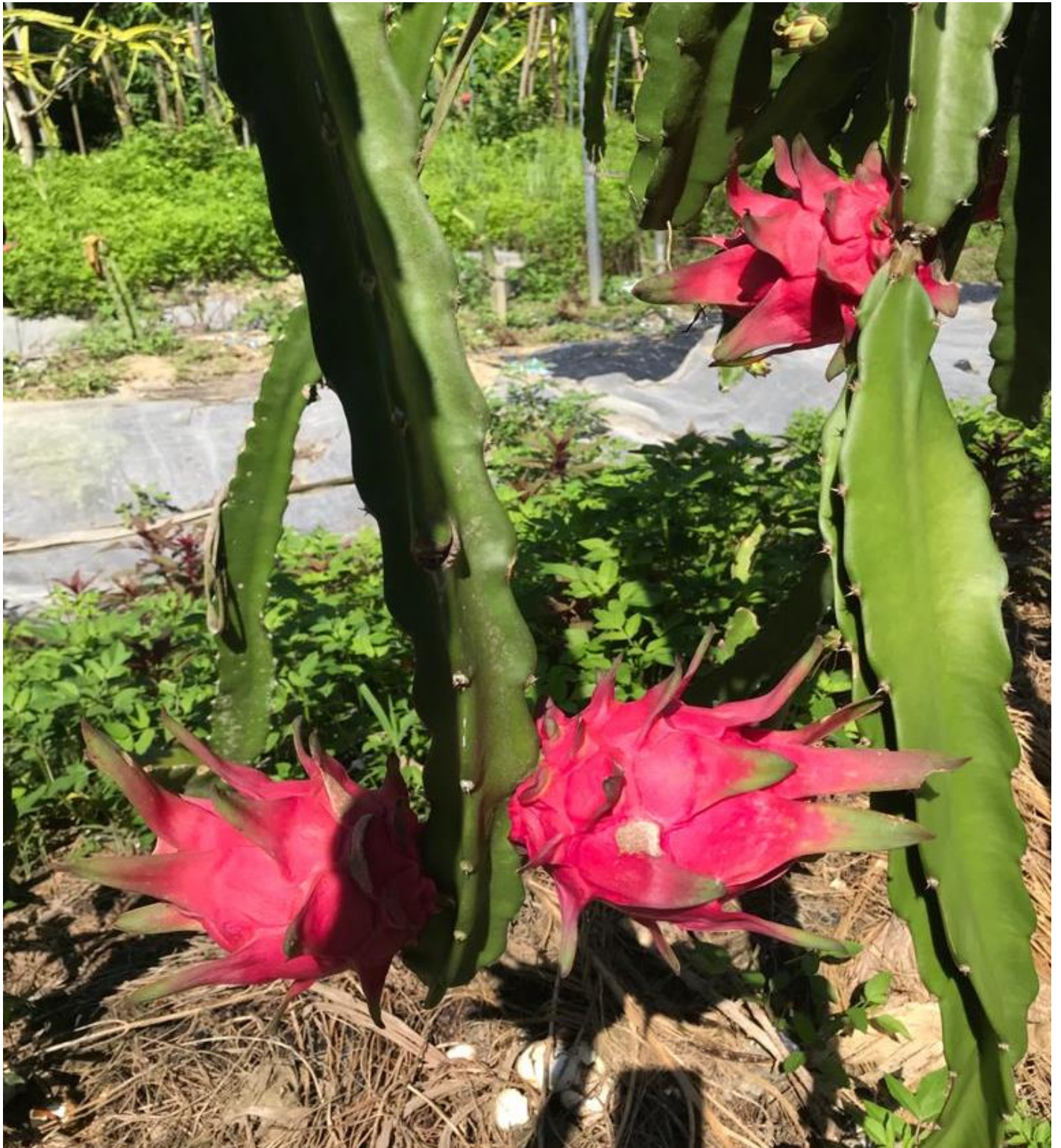
在此要特別感恩海晟設計建造具有多重功能的中島廚房，能盡情的揮灑廚藝；



由堆肥裡長出的瓜類幼苗經過移植照料也提供了我們桌上的佳肴如南瓜、冬瓜、胡瓜等；生命力強韌的地瓜葉更是每日的葉綠素，最佳天然鈣喔！



芭樂更是天然維他命C的來源；由綠到紅多變化的咖啡豆象徵著咖啡樹的活力；種了兩年的火龍果今年結實纍纍大豐收，至今還有零星花苞綻放；



百香果雖已過了盛產節令，但一部份未凋零的也努力的開花結果呢！連五月開花的孤挺花已過了開花期竟有一棵亂入時令的開出美麗的花卉，急為這秋天的景象抹上一點紅。

看著這環境的一花一木，就像在照顧孩子一樣需要用心呵護，日日澆溉，月月茁壯，每當長出一片嫩葉或是開出一朵小花都會讓人感動，像是在回報你！



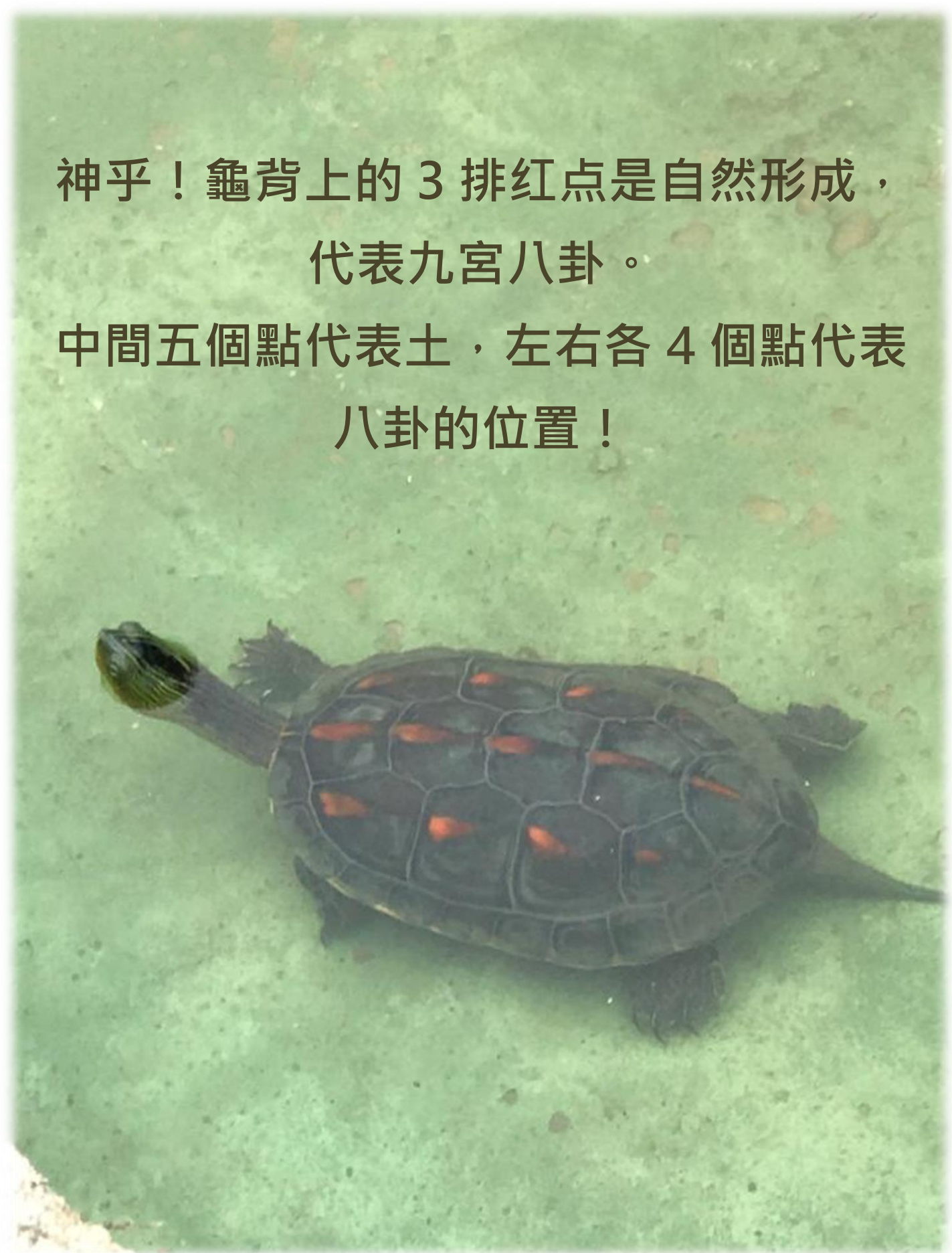
最近遊化菩薩常唸著龜丹龜丹，那必定會有龜才是，於是著手在《日月池》的日池搭建龜之居所，清理搭建花了幾天時間，結果龜就現身來報到，神乎！

祂將是清水祖師的護法，神龜已然回歸，於2020年秋季大典日遊化菩薩為祂命名～元圓，那"丹"將由眾觀音弟子經過鼎烹煉來共同成就，以享上帝。



神乎！龜背上的 3 排紅點是自然形成，
代表九宮八卦。

中間五個點代表土，左右各 4 個點代表
八卦的位置！





新加坡共修素妃題的 " 息 " 字底下《福生池》旁成為 " 休息茶道 " 的最佳場所。

玉皇清水護國民
敬獻茗茶恩德報
休息茶道靜默品
三巡且過話匣開

用這幾句話來詮釋休息茶道的流程，而
《龜丹淨名園》景物不勝枚舉，期待有緣共
修到此品茗賞景休養生息！





柳韵

慈航-我心中的夏摩山谷社 张维

能走进慈航源于我的一次生病住院。

2020年11月9日我因酮症酸中毒再次被送到医院抢救，期间有幸结识俐琰，她妈妈和我同住一个病房，因此我们有了很多相处的机会。我发现我俩的很多观念是一致的，比如吃素身体会更健康；菩萨根本就不需要我们拜，而是我们需要拜她等等。她就问我要不要考虑皈依？

因“皈依”这个词，宗教色彩太重，加上我不了解，所以拒绝了她的提议，但还是互留了联系方式。

出院之后，因身体不适，常觉心烦易怒，因而开始抄《黄帝内经》。“皈依”这个词突然从我的脑子里蹦出来，于是百度了一下“皈依”到底是什么？查了之后还是不懂，就问已皈依的朋友，他解释之后

我还是不太懂，他就说那你先皈依吧，慢慢就明白了，仍不认可就跳出来，没有关系！

于是我主动联系了俐琰，想看看这样一个对父母孝顺、对孩子有耐心、为人又很真诚的人，她平时学习的地方到底是什么样的？

第一次来慈航就是以聊天喝茶为主，饭菜是简单清淡的素食，都是俐琰一个人做的，我觉得非常好吃，心里感到特别的温暖，也使我第一次对食材有了感恩之心。回想起我的家人常常为我做饭、为我操劳，我一直都认为是理所当然，从来都不懂得感恩。我对自己平时的言行作了深刻的反思，内心也开始有了皈依的想法！

第二次去慈航是参加我自己的皈依仪式。

这皈依仪式是春晖、俐琰、俐云、纪华、陈沪为我举办的，当我在这个仪式中虔心参拜菩萨的时候，我感觉自己有点不一样了。

除了俐琰的指引，我还要感谢一只蜗牛和一本书。。

生病以后每天打针吃药，对病程控制的无力感让我有一天崩溃了，我跑到大屏山上大哭了一场！

不经意间，一只蜗牛爬向我，我看它爬的那么慢，还要背负那么沉重的壳，寿命又短，觉得它活着真没意思，就跟我一样。

我蹲在那里看了半个多小时：它虽负重前行，却没有停止，有自己前进的方向！万物有灵，看着它我开始从内心接受发生在我身上的一切。



住院的第六天，家人都回去了，没有人管我，于是偷偷跑到万象城的书店，看到一本名为《夏摩山谷》的书，里面上师仁美的话给我很多启示：

“一世的时间，对我们的灵魂来说过于短暂的灵魂来说过于短暂，会有各种污染，退转，反复。各种身份与肉身的变换，累积的智慧，储备过的爱与慈悲，随着每一次消亡和重生而传递。

修行，是帮我们重新恢复这些记忆。”离苦得乐得到解脱，不是你一个人的愿望，而是众生的愿望，当你在修行的时候，你已在为这个世界的整体平衡与进化做出利益”……

我以前只相信我自己看到的世界，对前世、今生、神佛这些是不信的，但同时又希望现实世界有一个如夏摩山谷的地方，让我们的心可以在当下安住，有人指引我们修行。

遇到慈航，

就是找到了我心中的《夏摩山谷》！





椰糖年糕

前言：

年糕是傳統的賀年糕點之一，每當春節家家戶戶都必备的年货。其特點是香甜軟糯，椰糖味道濃郁，吃起來唇齒之間能咀嚼出糯米天然的醇香而且軟有嚼勁。

椰子糖是采用椰子果肉的新鲜乳汁配以一级白砂糖、甲级液体葡萄糖经熬制而成。口感香滑、椰香浓郁，它也保留了椰子的原味及营养成份。



材料：

糯米粉	400 g
椰糖	400 g
水	400 g
香蕉叶	适量
班兰叶	适量
锡纸	适量
空罐	三个

做法：

- 1. 椰糖切小片、放入锅里、加入清水和香兰叶适量，接着把椰糖煮到完全融化，待凉过滤备用。
(如果要少糖 350g 也可以)
- 2. 香蕉叶用热水烫一下，捞起用清水洗净、擦干。
- 3. 容器用香蕉叶包裹起来，用橡皮带系好。

4. 做法(1)加糯米粉搅拌均匀至无颗粒。
5. 粉糊过滤，注入包了香蕉叶的容器里。(7-8 分满)
6. 用锡纸盖好，放入滚水的蒸锅里，大火蒸 30 分钟，转中火蒸 50 分钟即可。(共 1 小时 20 分钟)



年糕的吃法：

1. 蒸后洒上新鮮椰丝。
2. 沾面糊煎。
3. 蕃薯和芋头之间夹上年糕沾面糊煎。
(蕃薯和芋头要先蒸一下)
4. 用薄饼皮或云吞皮包年糕然后油炸。
5. 芋泥年糕球。。。等等

备注：

-  可用其他容器或罐头的空罐。
-  香蕉叶也可在煤气炉上烤软。
-  就以以上的分量，把所有的材料都放在一个大容器，蒸的时间要2小时，大火蒸30分钟转中火蒸90分钟。
(共2小时)
-  椰糖切小片加入清水，可以先搅拌让它融化再煮开。
-  煮好的椰糖水一定要待凉后才可以加入糯米粉。
-  面糊一定要过滤。



成道者如何修成

那个古代人，这些古时候的成道者，佛、菩萨、圣，这些，没那种说；这样有钱人的孩子用钱硬花，这样去交朋友，去挥霍。这样花钱，这样成菩萨的，都没有！

成佛祖，成圣，成菩萨，全部都是很困难，很勤俭磨炼自己，都这样成就佛、菩萨、圣人。

你去想，最简单的，释迦佛祖，应该他会享受啊！是一代的王子，是一个太子啊！他在皇宫，可以享受，可以怎样.....，他不要，他甘愿放弃掉，来人间为天下众生。就像观音也是一样。

历史上都很多，出身在官家子弟啦！有钱人啦！他们放弃掉，就像说那个济公，他偏偏破戒，跑出去外面在修道，穿破衣，这样，有钱人他不要。

上天显这个像，我们众生，不会看那个像，去把它化为实践。

注：

勞以勗德、逸足以害道。

古昔、中外、聖賢、佛菩薩的成就、不在富有與貧困、不在權勢與地位、而是你的發心能不能始終不變。



至诚化境 ~ [点击看视频](#)