鹤鸣禅寺

# 鹤鸣会讯

71

2020年1月至4月

18A, Jalan Raja Bot, 50300 Kuala Lumpur, Malaysia. Tel: 603-2692 9839 Fax: 603-2691 2144 www.hoehbeng.org

# 2020法礼 – 觉醒

12月份，我到泰国乌汶参加排毒课程。整个课程非常轻松，主要的环节就是喝橄榄油、灌肠和喝一些帮助清肠的草药，同时有学员带领打太极十八式及老师讲解排毒的重要性和实际效果。

一个课程为期八天，在第五天的上午，老师给我们休息半天。当天早上，老师很用心的准备了一些有机蔬菜和水果的早餐，然后还安排我们出外参观稻米田园、购物中心和参访阿姜.查的道场，让大家放松心情，回去后继续多3天的课程。

前一天晚上，老师就告诉了我们这些行程及交待出外后还是要禁食。（其实是可以少吃）

外出的第一站是稻米田园，该区有一间饮食餐厅，有一位学员是遵守着老师的交待，准备禁食。但是当他看到其他人手上都捧着一大碗的泰国美食，忽然间经不起美食的诱惑，结果他也捧了一大碗红红的辣面，吃得津津有味。另有一位学员在休息站的15分钟内，手上已经拿了一包炸鸡。当然有几位素食者都比较乖，不敢乱吃，只是吃早餐剩下的素饭。

其实这整个现象只是反映“病从口入”的这句真言和贪毒难愈。刚排毒了五天，已经受不了美食诱惑，又把毒素（化学添加剂）放进去，然后再排出来。虽然当时会有些饥饿感，但是应该吃一些有营养的食物才对啊！否则只是轮回而已，无有出期。（排毒后又添毒）

崇山禅师常说：“这一刻心清明，这一期生命都是活在清明当中”（This moment clear, whole life is clear）所谓清明是带有“觉醒”的意思。

排毒学员当看到美食在眼前，当下清明就不会受美食的诱惑而且懂得节制。那么就不会白费五天的努力，这样才能达到排毒的效果。（那五杯橄榄油不是每个人都可以顺利的喝完，若是有肠胃胀气的人，是很难消化的，甚至还会呕吐。）

但是往往宿年病毒未清完，新的毒素又添加了！这就是凡夫好与无明相应的习气，为了短暂的享受和开心而忘记了排毒的目的和长远的健康。

课程其间，排毒老师也苦口婆心鼓励大家排毒回去后要吃素，早睡早起，多做运动，少用手机等的健康生活。但是却没有人敢跟老师做承诺。

凡夫累劫以来，轮回六道是由于心中的贪嗔痴三毒所造的业，令我们不能脱离三界。贪婪和愚痴的凡夫受不了外境的影响，物质的享受、名利地位的追求，其实到最后只好继续轮回。

这就是凡夫的业习，喜欢和无明为友，总是不愿意接受自己本来具足清明心的指引。其实每当我们面对一些发生的时候，心中常有两个选择，那便是要或不要，当我们与清明心相应时，内心的觉醒是非常清楚该做那一个选择的。但是为了满足自我的贪婪，我们就选择逃避清明心的指引，随顺无明去贪爱短暂的快乐，事后却后悔莫及。

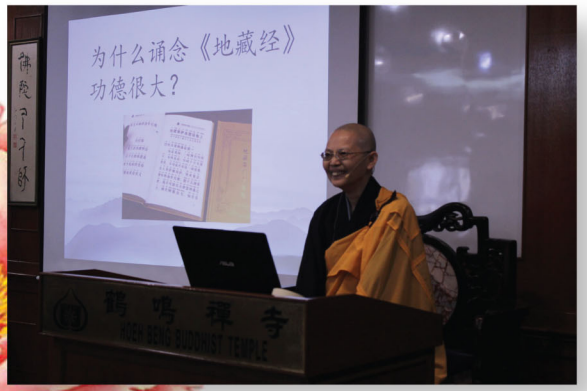
人人都有清明心（觉醒的能力），“这一刻心清明，这一期生命都是活在清明当中！”（This moment clear,whole life is clear）远离与无明为伍的贪嗔痴，不受外境的影响，做自己的主人，得大自在。

“这一刻心清明，这一期生命都是活在清明当中！”（This moment clear, whole life is clear）是迎接2020年，送给大家的法礼，愿与大家共勉之。

# 地藏经共修法会

大家虔诚地诵地藏经

青少年及儿童学佛班老师带领学生们供僧




传华法師开示

# 第39期行者培训营《增上影响力》
# 地点：巴生龙华寺

小组讨论在庄严的大殿进行

感恩香积菩萨用心准备的斋食

大合照

# 一日禅

大峰禅师以一指神功，点击启动《２０２０世界一花研讨会》之网站，网站正式启用！

大峰禅师在讲座会上回答大众的问题时，充满禅味。

念诵

世界一花，禅行天下。

传闻指导老师教大家坐禅，并调整坐姿。

行禅

# 八日禅

大家分享八日禅的学习，法喜充满。

供僧仪式

大合照

# 八关斋戒共修会

迎请主法法師传授八关斋戒

授戒仪式

行堂义工护持大家安心过堂用斋

# 八关斋戒共修会

**我们一起诵经、念佛、静坐、聆听开示，过堂用斋，体验出家生活，累积修行资粮。**

绕佛

念佛

诵经

静坐

开示

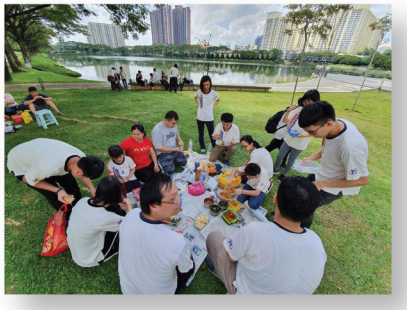
过堂用斋

# 儿童及青少年学佛班出游

一家人有多久没出游?

抛开无情的手机，迎向热情的大自然，迈向人间的温馨。

挑战不可能的任务，到底鹿死谁手?



美景配美食

有多久没背你? 现在你背我，未来我背你。

有多久没牵你?

# 第17期行者培训营《和合的修炼》

创意家庭照

助教合照

# 鹤鸣禅寺成人佛学班

日期：23/2/20、8/3、29/3、12/4、26/4
时间：11am – 12:30pm
讲师：传华法师
主办/地点：吉隆坡鹤鸣禅寺
电话报名：03-26929839
（免费并提供素食午餐）

佛陀讲说八大人觉经的因缘：
阿那律尊者向佛陀求法道：“佛陀！在家信徒及弘法利生的出家弟子，应该如何求得觉悟，进入涅槃？”

由此因缘，佛陀讲说八条修行成佛的方法。本经的内容，像航海的指南针，指示人生的前程！本经是在家弟子改善生活的宝典！

# 鹤鸣禅寺儿童学佛班招生

每逢星期日
开课日： 2020年2月23日
时间 ： 10am – 12.30pm
年龄 ： 7-11岁

以生活化的教学方式
并亲近善知识
培养小朋友良好德行

鹤鸣禅寺 03-2692 9839
林芹妤 016-2730 766

18A, Jalan Raja Bot, 50300 Kuala Lumpur.
(waze: Hoeh Beng Buddhist Temple)
www.hoehbeng.org

Scan me

# 鹤鸣禅寺 青少年学佛班招生

每逢星期日，第一个星期除外
开课日：2020年2月23日
时间 ：10.00am – 12.30pm
年龄 ：12-17岁

成为我们的航海团队
驶向伟大的生命航路
去探寻成长的宝藏

Scan me

Hoeh Beng Buddhist Temple 18A, Jalan Raja Bot, 50300 Kuala Lumpur 03-2692 9839/016-274 5073(黄德尊) www.hoehbeng.org

# 鹤鸣禅寺2020年特别活动

| 日期 | 活动 | 备注 |
|---|---|---|
| 31/12/10 – 1/1/20 | 礼佛大悲心祈福法会2020 | |
| 24/1/20 | 除夕诵八十八佛大忏悔文及开示 | |
| 25/1/20 | 初一诵吉祥经，开示，上供 | |
| 9/2/20 | 感恩护法新春大团拜 | |
| 16/2/20 | 自性莲花朵朵开 | |
| 23/2/20 | 成人佛学班，青少年及儿童班学佛班开课 | |
| 29/2–1/3/20 | 《2020世界一花》义工培训营（出游） | |
| 14 –15/3/20 | 大观禅师禅学营 | 地点：莎阿南佛学会 |
| 19/4/20 | 慈悲三昧水忏共修法会 | |
| 3/5/20 | 一日禅修 | |
| 7/5/20 | 卫塞节庆典 | |
| 6 –7/6/20 | 《2020世界一花》义工集训 | 地点：莎阿南佛学会 |
| 5/7/20 | 大悲心一日修（韩音大悲咒念诵） | |
| 18–19/7/20 | 大光禅师座谈会及一日禅修 | |
| 2/8/20 | 大悲法门共修会 | |
| 9 & 16/8/20 | 地藏经共修会 | |
| 18–20/9/20 | 学佛生涯规划工作坊 | 主办：马佛青 |
| 24–25/10/20 | 《2020世界一花》国际禅修研讨会 | 地点：莎阿南佛学会 |
| 6/12/20 | 一日禅修 | |
| 31/12/20 –1/1/21 | 礼佛大悲心祈福法会2021 | |

# 鹤鸣禅寺2020年新春特备节目

| 日期 | 时间 | 活动 |
|---|---|---|
| 除夕晚上<br>24 / 1（五） | 9.00pm | 颂八十八佛大忏悔文，<br>开示及叩钟祈愿 |
| 大年初一<br>25 / 1（六） | 10.00am | 颂吉祥经 |
| | 11.00am | 上供 |
| | 12.00pm | 午斋 |
| 感恩护法新春大团拜<br>9 / 2（日） | 11.00am | 上供 |
| | 12.30pm | 午斋 |

# 2020年例常活动

| | 时间 | 活动 | 备注 |
|---|---|---|---|
| 星期三 | 8.00pm – 10.00pm | 公案禅共修会 | 2月19日开始 |
| 星期五 | 8.30pm – 10.30pm | 大悲咒共修会 | 2月21日开始 |
| 星期六 | 3.30pm – 6.00pm | 行愿茶会 | 每两周六一次<br>3月7日开始 |
| 星期日 | 10.00am – 11.00am | 诵经 | 每个月的第一个星期日除外<br>2月23日开始 |
| | 10.00am – 12.00pm | 儿童佛学班 | |
| | 10.00am – 12.00pm | 青少年佛学班 | |
| | 10.00am – 2.00pm | 图书馆开放 | |
| | 11.00am – 12.30pm | 成人佛学班<br>《佛说八大人觉经》<br>讲师：传华法师 | |