

本期內容

台北吉天頌恭法會	1
吉天頌恭法會法王開示	2
朗欽加布仁波切開示	3
直貢覺巴 仁欽白傳	4
吉天頌恭歌集—棄執之歌	5
三十五忠告 (1)	7
奔達堪仁波切	16
菩提心讚頌寶炬 (15)	19
唐卡：阿秘特尊者	20
噶千仁波切蒞臨中心	20

聞喜

岡波巴金剛乘佛學中心

指導上師：朗欽加布仁波切

創刊發行人：王倩如

編輯：岡波巴編譯小組

北美連絡處：

Gampopa Vajrayana Buddhist Center

6 Fox Lane, Denville, NJ

07834

Phone: 973-586-2756

Fax: 973-586-7080

Email:

gampopacenter@hotmail.com

Website: www.gampopa.org

台灣連絡處：

台北市岡波巴金剛乘佛學會

台北市大安路一段 241 號 6 樓

Phone: 02-2784-6125

Fax: 02-2703-4316

Email:

gampopatpe@msa.hinet.net

《聞喜》期刊，每年發行兩次，以贈閱的方式流通。若您有興趣收到《聞喜》，請來信或以電子郵件告知；您也可以從岡波巴中心的網站，www.gampopacenter.org 閱讀及下載舊期的聞喜。

台北吉天頌恭法會 直貢澈贊法王開示

2011 鐵兔年吉天頌恭紀念大法會

今天，由「台北市岡波巴金剛乘佛學會」來主辦『吉天頌恭紀念大法會』之際，首先向大家問好！

今天在西藏和喜馬拉雅山地區為主的，有一百多所直貢噶舉的寺廟和閉關中心，同時也有二百多個世界各地的直貢噶舉的中心，舉行著第二世龍樹菩薩祖師吉天頌恭的紀念大法會。

這種區域性地紀念法會，由各中心參與地輪流來舉辦的型式，已經在台灣和德國進行幾年了。而在美國等地未得舉行，因為區域太大了，可能往後將分為東、西兩區來進行。

大家都知道祖師吉天頌恭誕生於西元 1143 年，圓寂於西元 1217 年。本來他在 4 月 24 日要圓寂的，召集弟子說，他要涅槃了；不過，弟子們要求他不要現在就涅槃。因此，三天之後於 27 日才涅槃。在涅槃之前，弟子們問：您的涅槃紀念法會應在何時舉行呢？他回答說：應在空行母都聚集的日子 25 日舉辦。所以，今天我們在藏曆 4 月 25 日這一天，也就是佛誕生和證悟以及涅槃的這一特別的月裡，來舉辦這一紀念大法會。

祖師吉天頌恭的傳史是講不完的，他年紀 32 歲時，他的上師帕摩竹巴就涅槃了，當時擁有金傘蓋的五百位大弟子中，由他來當上帕竹丹薩替寺的住持，為期三年。此後，於 1179 年，他年齡 35 歲時，建立了直貢噶舉主寺直貢梯寺強久林，從此就直貢噶舉傳承開始聞名了。在這四十年中，他攝受了千千萬萬的無數眾生。他的弟子兼那謝拉迥涅所寫的傳史《金剛寶鬘》中寫到不共的八個傳史，其中最重要的是：他用生命來保持『兩種菩提心和戒律』這三個精髓。還有一個重要的就是：他的著作是根據《寶積經》來敘述的，寫法也是與《寶積經》一樣，以偈言形式來寫作。他總是無傳承的法不傳，非佛經上記載的不講。我們今天所看到的《一意》這一偉大著作，它偉大在於克服了落入光從學術上一邊的傾向與光從修行上另一邊的偏向。所以，這《一意》著作裡的一百五十個大題目，在西藏歷史上是前所未有的。

歸納起來說，他所學習的佛法，一一實行到自己的生活中，並且他在 74 歲的時候，也就是涅槃前，他把所有一定基礎的千千萬萬的出家人派到岡底斯雪山、拉其雪山、札日山聖地去修行，來報答佛恩和利益眾生。

今天我在這紐西蘭，也就是沿著祖師吉天頌恭的佛光指引下，正在建築『密勒日巴閉關中心』。同時在東歐的匈牙利和西歐的德國也正在興建閉關中心，我想在明年適當的時候，就可以開始進行閉關修行。這一年開始以來，在世界各地發生著巨大的災難，如火災和水災、地震和海嘯、戰爭和殘殺等等，我趁這一個機會，呼籲大家在此法會期間，為這些災難的眾生而祈福，為這些死難的人民祈福，為人類和世界和平而祈福。

祝法會圓滿，阿彌陀佛！

台北吉天頌恭法會 朗欽加布仁波切開示

今天是在台直貢噶舉中心一年一度聯合舉辦直貢噶舉初祖覺巴吉天宋恭圓寂法會的殊勝日子，我在美國臨時因簽證事務問題拖延而未能趕上此次法會，首先向參加這次法會的諸位仁波切、僧侶、施主，以及各中心會長、秘書、弟子等致上歉意，並表示歡迎，同時也祝參加的大眾吉祥如意！

覺巴吉天宋恭(1143-1217)出生離今日已有866年了，他出生於藏曆四月十六日。今天，直貢噶舉會眾聚於此，興高采烈，法喜充滿，這是一個無法言說的殊勝日子，我是由衷的高興。能在這樣的一個殊勝日子相聚，我們是多麼有福啊！如此的殊勝法會我也是熱誠的想到此參加，但可惜目前因臨時簽證事務，還不確定能夠參加。

在證得十地的怙主直貢巴的紀念日子裡，我們僧人和施主得以聚集在一起，共同積聚資糧、進行會供是很難得的，這是巨大的福德資糧，供養上師是積聚資糧的好機會。在這樣一個殊勝的日子裡大家只要誠心發願和祈願，就會獲得吉天宋恭的關懷和加持，定能心想事成，獲得成就。並能使世界遠離戰爭、疾病、地震、火災、海嘯、颱風的危害，得致和平、繁榮、和幸福。最終將能依靠吉天宋恭的加持獲得證悟。尤其是對此次法會予以供養的施主，現世將得如意滿願；臨終消除中陰境界的痛苦，往生極樂世界。

在藏區傳統來說，參加法會的動機在於祈願和行善。現在我們舉辦法會時常關注參加人數的多少，認為人數多了是好，人數少了不好。我是不在乎參加法會人數的多少，主要是參加者得以共同進行積聚資糧，俗語有言：「大山一樣的努力，獲得火星般的福氣。」是故動機很重要，發心動機一定要是善良的。我為什麼這麼說呢？因為驕傲、愚昧、爭強、嫉妒，造成了今日社會諸多不良的問題。在未來我們無論舉辦什麼樣的法會，內心的正確發心動機很重要，這是我主要強調的重點。我們直貢噶舉派能有機會聚在一起，大家的想法都是一樣的。

現代舉辦法會的時候，人們常常關注參加人數的多少，所獲供養的多少等。在過去我們藏區，參加法會時，內心要安定平靜；在寺廟裡當僧人，誠心念誦經文，沒有人關注法會中收到什麼，或這次集合了多少人。所以，希望未來我們舉辦法

會時，不要受到這些世俗習慣的影響，這是我對所有弟子的希望。不要在意法會舉辦的是否很盛大隆重，隆重不值得驚奇。只有像國家舉辦的閱兵、或是世俗的音樂活動需要很隆重的舉行，法會不需要如此形式的隆重。

臺灣是一個民主自由的國家，大家心向佛法，並能時常利益他人、歡喜佈施、勤勞精進。如此高素質的人們，若能精勤於修持藏傳的殊勝佛法，將會更行殊勝。

今天的法會是紀念吉天宋恭的供養法會，此次由我們岡波巴中心負責此次殊勝的法會，我們沒有適切的能力與財力，準備也是倉促不足。但是不論人多人少，吉天宋恭的紀念法會是一個積聚資糧的極佳機會，所以我是滿心歡喜而加以隨喜的。

在這殊勝的日子裡，大家要發善心，行善行。祈願於現世獲得長壽、安樂等結果；最終證得無上佛果。並發願辦好此次法會，同時遠離嫉妒、爭強好勝等這些不良影響。用純正的動機辦好法會，參加法會，人真正的美是從內心體現的。

大家團結一致，辦好吉天宋恭的紀念供養法會。互相幫助，打電話聯繫。南卓仁波切、阿里仁波切、菩曼仁波切、益西饒傑等都付出了辛勞。無論我能否趕上參加，對你們都衷心表示感謝！對籌辦這次法會的各中心會長，工作人員等，對你們的辛勞表示感謝！其實你們獲得了比我的感謝更大的福報，你們有舉辦法會的善良動機，定會有佳報。你們所聚的善緣，會全部展現在結果上。

因此，一切行事首先要動機純正，主要看動機正確與否。其次，則是行為端正。配合善心，這就是積聚資糧的基礎。有些人事業成功，這是過去積聚資糧的結果。如果未曾積聚任何資糧，那就什麼善果都沒有。最終，回向眾生遠離痛苦，幸福安康，最終獲證佛果。

也許我能來得及獲得簽證，前來參加此次殊勝法會，無論成行與否，讓我們一起來積聚資糧、修持傳承口訣，至誠祈願、迴向眾生。諸位大德，未來讓我們一起修習覺巴吉天宋恭的殊勝修持法門，不畏艱辛，世與出世事業皆會獲致成功，祈願大家吉祥如意！

直貢覺巴·仁欽白傳

願得吉祥！

勝王釋迦佛以五照見，感知佛法需要重宏揚，變化身為佛法繼承人，法王熱那室利我頂禮。

直貢噶舉派的創始人仁欽白(1143-1217年)，梵文名為熱那室利，又尊稱為覺巴仁波切(救寶)和杰吉典松吉滾布(至尊三世間怙主)，還有尊巴覺和多吉貝等名字。

關於至尊仁欽白的歷史，在二十多種顯密經典中有授記，在《琉璃》中云：「未來世的五百年，北方西藏之屬地，名叫直的地域中，出現一位名字叫，仁欽白的大如來。」在《智慧廣成》中云：「在那北方雪域山嶺中，誕生仁欽白的大士夫，彼大聖人名震大世界，成為宏揚佛法之大士。」

尤其是在《國王箴》中，明白清楚地授記到：「赤松德贊法王所建的，吉祥桑耶寺的東北方，有個名叫直的法源地，豬年降生如來仁欽白，十萬菩薩化身所簇擁。將在東方不動佛刹土，會有一位無垢賢能士，成為圓滿究竟之大王。」

至尊仁欽白於水豬年(公元1143年)伴著各種奇妙徵兆，降於人世。四歲時就能讀會寫，自小跟父親學習怖畏金剛法。年八歲時，親見怖畏金剛(大威德金剛)，九歲開始作了許多利他之事。開創了「替地讀法」之藏文讀法，使藏文具有梵文特點。

1167年前往衛地參拜帕珠·多吉傑布，學習噶舉派教法，成為帕珠·多吉傑布的弟子。至尊仁欽白總是把周圍的僧眾和寺院四周的花草樹木等一切都視作上師的化身，心中生起無限的敬信。上師最初讓他發菩提心，並賜名強久森巴仁欽白(菩提薩埵寶吉祥)。爾後把顯密所有甚深教法，全部傳授給至尊仁欽白，並被授記為怙主帕珠上師的法太子，當眾生怙主帕珠大師即將進入涅槃時，一支五股黃金金剛杵，閃著光芒融入至尊仁欽白胸間。當至尊覺巴·仁欽白將要獲得道位功德時，出現了種種阻礙現象，正如諸佛在臨近徹悟成佛時遭到魔軍的干擾阻礙般。至尊仁欽白也復現前世異熟殘餘，患了嚴重的麻風病，後通過修煉密法治好了自己的病，而且治愈了很多麻風病患者，復有「驅趕麻風者」的雅號。

至尊覺巴·仁欽白覺得，遮罪和自性罪應一致，大手印與戒律應一致，因此，由向松托巴為

親教師，溫孜隆巴為軌范羯磨師，年巴堆增為屏教師，在如數比丘中在1177年受比丘戒，持守素食、一座食禁戒，耳為究竟僧人。廣泛聆聽佛法之根本——戒律。並出任帕珠丹薩梯寺主持，不久至尊欽白按上師授記：「你放棄這錦緞的舊坐墊，到烏如羌去，那兒可以為眾生作廣大事業」，故又離開丹薩梯寺。

爾後來到直貢替地方，智者木雅·貢仁的門徒把寺院供奉給至尊仁欽白，至尊接受了。至尊最初駐錫在扎仁欽堅岩窟，到37歲即土豬年(公元1179年)，建立了直貢菩提寺。

直貢地區為前藏中心，處在康藏通要口，農牧雜處，人口稠密，經濟發達。由於有利的地理位置以及至尊仁欽白本人嚴格持守戒律，修行有成就等人格力量的吸引，直貢派創建後得到了迅速的發展。在《直貢法嗣》等史料記載，建立直貢替寺後不久的一次夏居法會上聚集了10萬餘僧人，至尊仁欽白派2千7百名僧人到雜日、拉齊、岡底斯等三聖山去開山建點、居山隱修。不久又在直貢寺聚集弟子竟達13萬之多。僧眾最多的時候競達18萬人，這種現象是空前絕後的，當時的弟子並不需要僧舍，岩洞、石板屋、帳篷都可以作為居處，聽完法後再前往各地去修行。諺語「山皆直貢山，壩皆直貢壩」可能就是從這時開始流傳的。(《直貢法嗣》在第四任主持迴·多吉扎巴(1210—1278年)時期僧人竟達18萬之多)，當時為以修造吉祥塔重新開光時，或舉行布薩儀軌時，僧眾的袈裟所發出的光焰，使直貢上方的天空都變成了紫色。

至尊仁欽白晚年不能頻繁往返於直貢和丹薩替寺之間，立京俄·扎巴過為法太子，派他到帕珠丹薩替寺(公元1208年)。當至尊病情惡化時，把直貢寺委托給堪欽·古熱巴。於火牛年(公元1217年)四月二十五日黃昏時節，至尊仁欽白把變化身收攝於法界，年屆七十五歲。從此日起直到來茲，出現彩允飛無，降落花雨等不可思議的奇兆。如同至尊在講經時能讓白晝時間延長許多，連沒有思想的流水都靜靜傾聽著這般的奇兆一樣……。

吉天頌恭歌集

棄執之歌

劉國威譯

轉登自 1992 年止貢顯密季刊第四期

十二世紀末時，吉天頌恭駐錫於止貢帖 (Bri.Gung.TheI.) 寺。有一天，在寺院後方山坡靠近一名為「達恰崗」(rTag.Phyag.sGang) 屍陀林(墳場) 邊的草地上，吉天頌恭要求他周圍三十多位弟子示現其證悟神通能力。

在聽聞上師的吩咐後，嘎當巴·秋丁巴¹ 頓時化現為怖畏金剛²；巴千秋耶 (dpal.Chen.Chos.Ye.) 則將其金剛杵放在陽光上；紐·嘉哇拉囊巴(Nyo.rGyal.Ba .lHa.sNang.Pa.)³ 非常神奇的供養上師新鮮的尊勝訶子(A.Ru.Ra)⁴；其他人表現上身出火，下身出水的神通，甚至連老廚師札西都能將其長木勺掛在陽光的光芒上。

¹吉天頌恭座下有嘎、紐、卻、三大師。嘎即指當巴·秋丁巴(mGar. Dam. Pa. Chos. lDeng. Pa)，書史上記載他是龍樹弟子提婆(Aryadeva) 的化身。止貢噶舉四大仁波切中的嘎千仁波切即是其轉世化身傳承，今世嘎千仁波切的報導請參見 Garchen Buddhist Institute (www.Garchen.net)。止貢法王及朗欽仁波切都極稱許他是當世少見之即身成就行者。

²怖畏金剛為文殊菩薩忿怒他身之一。

³即是吉天頌恭座下三大師中的「紐」。

⁴訶子，俗名藏青果，使君子科(Terminalia Chebula) 藥用植物，梵名訶黎勒。訶子可分五種：尊勝訶子、無畏訶子、肥訶子、補養訶子、乾溝訶子。其中以尊勝訶子最稀有珍貴，醫典上記載其「具六味三性八效十七功能，藥效最上，能治百病」。訶子只有在印度等較炎熱地方才有生長，故由此可見其供養新鮮尊勝訶子神奇之處。

但很不幸的，吉天頌恭一位近侍弟子仁欽札(Rin.Chen Grangs,) 卻由於缺乏信心而無法顯現神通。他對自己無法達成上師的吩咐而感到極度羞愧，就突然過世了。

仁欽札的遺體被帶到旁邊的屍陀林準備以傳統的「天葬」將其遺體割開佈施給禿鷹食用，但是用刀子卻無法將仁欽札的遺體切開，於是眾人將此情形報告吉天頌恭。吉天頌恭走到仁欽札身旁，將手杖放右仁欽札遺體的心上，唱出了如下之歌：

頂禮帕摩竹巴尊，
吾子仁欽札諦聽！

無常死亡無能避，
法行世事皆謊言，
八法比現如虹紋⁵，
噫！能否信此願善思！

眼見友朋聚與離，
親戚悲情皆謊言⁶，
忠言好似空谷音，
噫！能否信此願善思！

身軀四大有增衰，

⁵八法指利、衰、毀、譽、稱、譏、苦、樂。

⁶此處並不是說沒有真正關心他人的人們，而是因為一切無常，我們不能執著此為究竟實存。

才力幻化亦謊言，
彷彿春日幼嫩花，
噫！能否信此頤善思！

眼見財物聚復散，
慳吝諸苦俱謊言，
食財猶如草朝露，
噫！能否信此頤善思！

放眼生死諸般苦，
人天樂愉皆謊言，
輪迴無非苦樂受，
噫！能否信此頤善思！

如父菩提心樹幹⁷，
所化邊見皆謊言，
惡境以及為障友，
噫！能否信此頤善思！

了知眾生如父母，
自私執見皆謊言，
聲聞乘之自解證，
噫！能否信此頤善思！

真實了知業因果，
無修淨法亦謊言⁸，
如雷空鳴但無雨，
噫！能否信此頤善思！

具足加持上師尊，
魔障歧途皆謊言，
如同鸚鵡學人語，
噫！能否信此頤善思！

現前証證知自心性，
三無量劫皆謊言，
轉動不了義乘首，

噫！能否信此頤善思！

空手聖地屍陀林，
孤獨吾子哀痛否？
一切皆必無常逝，
貪著不生仁欽札，
心若生執射師心⁹。

吉天頌恭唱見此歌後，刀子就可以將仁欽札的遺體切開，並由其體內冒出數以千計的舍利子。由於數目太多，以至於必須用掃帚才能將舍利子掃在一起。為了紀念這件殊勝的事情，此地以後遂改名為「登恰崗」(rTen. Phyags Gang)，意即「掃舍利聖地」。

吉天頌恭在此地的一塊石板下建立一座壇城，主要是為了淨除三惡道眾生惡業。在石板下，他也做了一盞燃燒直到此劫結束的燈，它將會使遺體帶到那裏的眾生以後不再墮入三惡道中。



⁷在此將正確的菩提心比喻為支撐樹木的樹幹及庇祐我們的父親。

⁸金剛乘中的「無修」法明若被誤解，刻容易成為消極的無為。

⁹朗欽加布仁波切曾向譯者說，往後此歌在止貢噶舉弟子修持「頗哇法」的儀軌中成為必誦之歌曲，因而成為止貢噶舉的特殊傳統。譯者曾聞仁波切示範此歌，甚能感動行者道心。

三十五忠告

止貢第二十四代法王 曲吉札巴(法稱) 著

朗欽加布仁波切 講述 瓊達口譯

2008年10月於美國岡波巴中心 岡波巴編譯小組 紀錄

- 如彼往昔圓滿二資糧 無邊有情以悲憫肩負 諸佛事業授權之主者 頂禮金剛總持根本師
自無始以來而至於今 無知迷亂力流轉輪迴 煩惱業風無力抗狂吹 如此善道無緣而企及
- 一 如同大海之中盲眼龜 偶得伸頸浮木獨孔中 福報之力現有暇滿身 得此具相切勿輕虛耗
擷取精華即是我忠告
 - 二 雖得人身佛之教證法 相遇甚罕稱為佛陀者 佛之一字世間難得聞 此示有權行持教法時
精進修持即是我忠告
 - 三 罕遇具相上師得見時 以三愉悅恭敬而依止 此示口訣甘露殊勝味 愛惜護持即是我忠告
 - 四 一切功德根本學處基 三寶根本怙主誓皈依 此示學處粗細盡無餘 如同護眼即是我忠告
 - 五 諸法根本慈心與悲心 愛他勝己願行戒律眾 如同眼睛和心愛護之 永固執持即是我忠告
 - 六 得到菩提金剛乘之道 所述乃成熟解脫精要 恆時三戒轉勝俱增上 積極精進即是我忠告
 - 七 成就根本金剛上師尊 珍惜誓言護持恭敬之 所示根本墮犯及支分 修持根本即是我忠告
 - 八 一切功德之基為知足 捨棄逸樂去向清淨處 如同受傷之獸藏隱秘 獨自安住即是我忠告
 - 九 復次行於放逸野獸眾 雖住清淨之處亦無益 積極精進強烈摧動念 捨棄放逸即是我忠告
 - 十 雖住任何之處與誰行 莫貶他人勿言無益語 雖牽動他心亦無利益 住於正直即是我忠告
 - 十一 其他教法宗派之間者 取捨破立此後之隨行 盡皆棄捨平等而置之 修持師教即是我忠告
 - 十二 自身修持從內未生起 理解見地若不修觀行 如同辯論不會見真道 恆常修持即是我忠告
 - 十三 若無一解百解之大印 滿足博學教法之名譽 死時如同蛇蛻皮一般 終將仍以悔恨心而逝
修持究竟即是我忠告
 - 十四 達官權貴富賈勇士等 雖具名望最終入中有 此類傲慢惡習無解脫 行持正法即是我忠告
 - 十五 放逸於酒以及邪淫等 聖者知恥以及毀戒因 恆常謹慎守護於自心 生起羞恥即是我忠告
 - 十六 所有跑跳等等身之戲 有損身儀貽人嘲笑因 學習恆常歡抑謹慎要 身不放逸即是我忠告

- 十七 無意之語嘲諷譏笑等 於眾人中放浪甚舒暢 智者知恥知諸罪過根 言語謹慎即是我忠告
- 十八 調伏身語自心未調者 如同寓言中之蛇與貓 口蜜腹劍煩惱聚心間 調伏自心即是我忠告
- 十九 心性水清分別混濁染 念知如同流動之風擾 莫妄動手毒病毒能醫 學習無執即是我忠告
- 二十 心和心所如同香與煙 由一出一一減一亦減 因彼各各體性皆是空 不求對治即是我忠告
- 二十一 自心本初即已離戲論 無需戲論遍計諸繁染 離思於顯無執不渙散 現解同時即是我忠告
- 二十二 六根所顯各各無斷滅 於塵無執亦不隨彼行 任何顯現皆是心自性 情狀自解即是我忠告
- 二十三 雖思無修即此是分別 若思有修亦是分別念 因此修與無修莫思量 安然放下即是我忠告
- 二十四 是此非此抉擇皆無有 所現一切分別皆戲論 於此造作破立不應為 護如草束即是我忠告
- 二十五 二執希疑取捨皆不作 身語所為離戲中而行 無造改變念知融入界 自然放下即是我忠告
- 二十六 自心體性未得未堅固 造作之修十二瑜珈等 雖取諸名於內義終迷 護持本性即是我忠告
- 二十七 了知心性我執即遠離 若有人云自己證心性 執持自心自詡成就者 厭離於此即是我忠告
- 二十八 了證自心弟子自然聚 無需城鄉四處乞求尋 機心攝受有情無利益 勿聚集眾即是我忠告
- 二十九 雖已發願盡施諸財物 取他人財聚集諸眷屬 巧妙言辭炊具熱鬧等 盡棄彼得即是我忠告
- 三十 布施施者行施取者取 微小貪著亦除去托鉢 如謀攫取他人之財物 捨棄懊惱即是我忠告
- 三十一 境界斷證功德雖現起 迷擾他故勿宣應自秘 縱他功德雖然低於己 修習隨喜即是我忠告
- 三十二 對於有情大悲心莫棄 捨卻自讚莫揭他人過 無論如何無執離思界 應行平等即是我忠告
- 三十三 一切自所需要之物品 暫借此生應當離耽著 眷眾親友財富自身體 無常無益即是我忠告
- 三十四 自所作業雖已自思忖 所染惡業即懺誓不再 所作善業以迴向印封 日夜皆行即是我忠告
- 三十五 總而言之此身之所作 陽奉陰違欺騙不應為 於殊勝三寶義而無愧 實行護持即是我忠告

如上所云三十五忠告
 心住正直無矯飾而說
 自己實修終得離貪欲
曲吉札巴速寫善業增
 地獄業主以及毀謗者
 欲取意藏會眾盡情掘

非是指責他過貶他人
 為應額日曲澤瑪之請
 表裡如一而寫止貢巴
 欲求解脫道者應依此
 此即猶如傷口與毒物
 善哉

首先思維如母一切眾生，希望追求快樂與幸福，卻不知道快樂與幸福之因；不希望有痛苦，卻也不知道痛苦之因；所以在因與果上遭受種種痛苦。也就是說，他們的願望與實際處境恰好相反。正如同盲人在遼闊的荒野迷失方向，眾生遊蕩於輪迴。對於這樣的眾生，我們應該生起慈悲，更應該幫助他們、安置他們在究竟的佛陀果位上。基於這樣的動機，各位來聽聞教法。

我要講授的是止貢文殊菩薩化身、遍智佛、法稱大師開示的三十五忠告。這個殊勝的如意法寶是過去三世一切諸佛所經歷的善道，是佛子們所修持的忠告，也是一切利樂的根源、輪迴寂靜涅槃的根本。這個法分三個部份：一、初善，也就是緣起；二、中善，即正行，也就是法的內容；三、後善迴向。

初善分為兩部份：供養禮讚與撰述原由。供養禮讚就是第一個偈頌：「如彼往昔圓滿二資糧，無邊有情以悲憫肩負，諸佛事業授權之主者，頂禮金剛總持根本師。」如同清淨圓滿正等正覺的佛陀，為了眾生修持六度萬行（布施、忍辱、持戒、精進、禪定、智慧），圓滿福德、智慧二種資糧。對於一切無自主能力而被業力所主宰的如母眾生，無有偏離、一視同仁地生起大悲心，背負起救度眾生的責任。對於這樣肩負諸佛事業、兼具慈悲與智慧、如同金剛總持示現的根本上師，吾以清淨的身語意三門，虔敬頂禮；如同母親對待獨子般的呵護、照顧一切眾生；是過去諸佛的化現、未來諸佛的根源、現在諸佛的代表。因此，吾以身體頂禮、以語言禮讚、並以意念生起無盡的虔敬心，禮敬金剛總持根本上師。

為何曲吉札巴法稱大師在此先禮敬金剛總持根本上師呢？這就如點燃火焰需要陽光、聚光鏡與火種，陽光藉由聚光鏡才能點燃火種。諸佛的加持便是陽光，普照大地；善知識上師便如同聚光鏡，依法作取捨，引導我們走向遍智解脫果位。因此我們頂禮根本上師。此外，寂天菩薩入菩薩行也提到，過去賢劫千佛的出現，利益了無邊的眾生；但眾生因為業與煩惱所障，為無明所轉，所以未能趨向佛道。因為上師的依法取捨與開示，才引領我走向解脫道，因此上師是極為殊勝的。

「自無始以來而至於今，無知迷亂力流轉輪迴，煩惱業風無力抗狂吹，如此善道無緣而企

及。」如同雞生蛋、蛋生雞的問題一樣，無法追溯輪迴的開始，所以我們說「無始」。從無始以來，因為無明與迷亂，我們在輪迴中流轉，不知如何取捨善業與惡業，執事物本質的無常為恆常，這便是迷亂。或執苦為樂，如我們尋求衣食之樂，卻可能是痛苦的根源。就像我們吃肉，我們覺得好吃便是一種樂，但為了滿足這個樂，我們便殺生，但殺生這個行為卻是惡因，這就是執苦為樂。或我們執不淨為淨、執無我為有我。如果我們仔細去尋找所謂的「我」，其實是尋不到的；但因為有「我」，就有「我的」。這些種種迷亂顛倒的認知，執苦為樂，卻不知苦因，所以產生執著，而生煩惱，所以我們造做惡業，又形成苦因。這樣無明、煩惱與業風便形成惡性循環，讓我們無法抗拒地在輪迴中流轉，使我們無緣趨向善道。

「如同大海之中盲眼龜，偶得伸頸浮木獨孔中，福報之力現有暇滿身，得此具相切勿輕虛耗，擷取精華即是我忠告。」這是龍樹大師對於人身難得的譬喻。龍樹大師比喻輪迴就向大海般，深不可測、寬廣無邊；於輪迴之中，眾生如同盲眼的烏龜，因為無明，不知如何對善惡作取捨。這樣的烏龜偶爾把頭伸出海面，並又偶然地將頭伸入漂浮在海面上有一個孔的獨木，這樣的機會是極為稀有。眾生得以獲得人身的機會，便如同盲眼龜漂浮出海面得以將頭頸伸入獨木孔中一樣稀有難得票率；需要先前積累的福報、以及現今的諸種因緣具足，方得成辦。人身如同海中之浮木，浮木之於大海已經十分稀有；浮木上的獨孔便是比喻善業福德、中陰意身與父母資糧等因緣具足；無明、煩惱與業風如同海面上的狂風，浮木於海面上隨風漂浮，獲得人身便如盲眼龜漂浮出海面得以將頭頸伸入獨木孔中般難得稀有。我們也可以用數量來比喻人身難得，如同將翻開石片底下所看見的蟲蟻或海中的生物，眾生數量是如此之多，獲得人身便極其稀有。

但這僅僅是獲得人身而已，並不見得具有「暇滿」的條件，也就是「八閒暇」與「十圓滿」，所以暇滿人身更為稀有。所謂的「八閒暇」是指沒有生長於八無暇的地方，有閒暇修法。八無暇是指：1. 地獄之中有劇熱痛苦，2. 餓鬼飢餓難忍，3. 傍(畜)生之地有取食的困難，4. 長壽天沒有修法的念頭，5. 蠻荒之地取捨顛倒、視傷害眾生為樂，6. 邪見者，與佛法背道而馳，7. 佛陀不出世，世人無法遇正法，8. 聾啞五官不具者，

不能言語、無法解義。離開這八種無暇，即有暇修法。

所謂「十圓滿」是指「五自圓滿」與「五他圓滿」。五自圓滿包括生為人、生於中土、諸根具足、未行極惡見地不顛倒、對教法具足信心。五他圓滿包括佛降世、開示佛法、教法安住、善知識以慈悲攝受、趣入佛道隨佛修學，具足這五種因緣便是五他圓滿。獲得這樣的人身，是我們累積宿世福德資糧的結果，暇滿人身更如同白天的星星般的稀少。現在這「八閒暇」與「十圓滿」均具足，我們應生起歡喜心，不輕易浪費虛耗，所以說「得此具相切勿輕虛耗，擷取精華即是我忠告」。

「雖得人身佛之教證法，相遇甚罕稱為佛陀者，佛之一字世間難得聞，此示有權行持教法時，精進修持即是我忠告。」雖然獲得了人身，但能聽聞佛法卻是十分稀有。生活當中我們會遇到種種的因緣，這些因緣原本是無常，但我們卻視之為恆常；因為執常，使得我們的意念迷亂，對於刹那的變化也無法察覺。例如最近台灣的一位九十多歲高齡知名企業家，到美國紐澤西來視察他的企業，他一心專注於事業卻沒有意料到會在紐澤西往生，這便是一個執常的例子。我們執著貪戀於日常的生計，感受不到無常，而視之為恆常。所以根據岡波巴四法，我們首先要「心入法」，也就是我們的心要進入佛法，要先思惟暇滿人身難得，並思惟無常，在事物目標尚未完成之前，生命已經貽盡。因此我們要心向佛法，即使我們的心沒有百分之百地趨入佛法，也要時時想到修習；那怕是一句六字大明咒、或祈請觀世音菩薩、或唸一句佛號。在我們往生之時，一切都是要拋棄、放下的，唯一對我們有所幫助的，即是佛法，我們應以這樣的態度來修習佛法。有許多人談到佛法時，會說這是神諭之類的话，這其實是對法認識得不夠深入。法其實有修正、修改的意思，也就是修正自心，有這樣的了解是十分重要。

接下來是「法入道」。暇滿人身難得，得以聽聞佛的名號或佛法更為難得。佛隨順眾生不同的根器開示了八萬四千法門，過去諸多的佛子，爲了尋求佛法，歷經了許多險惡的環境如火坑、劍林等，可見法的難求。噶舉的上師們也是歷經艱苦地尋求法寶，如那洛巴、馬爾巴大師等。既然我們有幸聽聞教法，則應珍惜並精進修持以利

益眾生。縱使我們自己有許多障礙與痛苦，我們也要盡力克服，並以歡喜心來精勤修習。在這裡我們有相當的自由可以修法，但又因爲工作等因素，沒有太多的時間，但以細分來看八有暇，不是我們天生無法修法，而是因爲自己的因素無法修習。所以我們要克服自己的因素精勤修持。在修習佛法的道路上，會經歷不同的障礙，如病痛等，這些是我們的業障尚未清淨。我們當思惟因前世的業與現世的因緣，所以有了疾病，而承受這病痛便是在清淨業障，我們更可以思惟我們在承受眾生的病痛、正在爲他們消除疾病。這樣的思惟，便是「法入道」。在修習佛法的道上，障礙出現時，我們以這樣利益眾生的心力來化解，再大的痛苦我們也可以承受。

「罕遇具相上師得見時，以三愉悅恭敬而依止，此示口訣甘露殊勝味，愛惜護持即是我忠告。」這裡提到遇到具足的上師比尋得如意寶還要困難。像佛一樣具足一切功德毫無缺失的上師，已經不太可能；但能遇到盡量具足功德、無有太多缺失的上師，也是以相當不容易。尤其這當今五濁惡世中，假冒的上師充斥於世，罕遇具足上師。具足功德的上師是有利他之願心、不執著於世間、勤於佛行事業。

當我們遇得具相上師時，我們當以三愉悅恭敬而依止，也就是初等以財物供養、中等以身語意三門虔敬，以及上等以如法修持來愉悅恭敬地依止上師。如法的精進修持，在死亡當下，憶念起上師所教授的佛法教誡，我們的功德利益將十分廣大。現世的修持更可以累積福德資糧於來世，以便事業成辦。西藏諺語說「精進於世間遠不如精勤於法累積資糧，其功德可比虛彌山高。」以三愉悅恭敬而依止上師，便可嚐到口訣甘露殊勝味道，利他利己，所以愛惜護持即是我忠告。

「一切功德根本學處基，三寶根本怙主誓皈依，此示學處粗細盡無餘，如同護眼即是我忠告。」這是岡波巴四法的第三法「道除惑」，入道之後道除惑。首先是皈依三寶，這是一切戒律、功德及一切學處的根本，所以說「一切功德根本學處基。」開啓一切教法之門者爲皈依，而開啓皈依之門者則是信心。信心可分三：淨信、樂信、勝解信。淨信是指見到身語意所依的佛像經典或舍利塔，清淨憶念所生的信心。樂信是樂於行善除惡、樂於遠離輪迴痛苦、增長樂於獲得善趣及

解脫的信心。勝解信指明瞭唯有皈依三寶才能從輪迴敗墮的痛苦中解脫出來；明瞭三寶的大悲威力、智慧、功德與加持；而由內心生起勝解。平常我們見到佛像時，雙手合十、禮拜或供養僅僅只是行持，真正的皈依與否是取決於我們是否了解三寶的功德並以心相續。

有些人皈依只是盲目的信求，爲了世間的事業、名譽地位等因緣來皈依；就像豬被狗追，如果豬繞了一圈佛塔，狗也繞了一圈，動機是無記但也種下些許解脫的種子，雖然也具有信心，但是比較像是迷信。

皈依分爲下士、中士與上士。首先下士的皈依，下士不僅著眼於現世也看到來世。皈依的動機是渴求人天的果報，這是「世間皈依」，本質上並未解脫於輪迴。其次中士的皈依，中士了知三界六道輪迴的痛苦，因此渴求個人從輪迴中解脫，去惡從善去除十惡修十善法，並證得無我的智慧，如聲聞緣覺，果報上將得證阿羅漢果。上士的皈依，以因來說，上士了解並恐懼輪迴的過患，他們知道人天之神仍有煩惱，痛苦便由煩惱而生，因此對輪迴深感恐懼。因爲知道三寶的功德，所以上士對三寶生起信心。此外上士因慈悲心，所以有利益其他眾生的願望。上士的皈依對象則是佛法僧三寶。佛具有法、報、化三身的體性，煩惱與所知障皆淨除；法寶則是大乘的三藏經典；僧寶則是指登地以上的菩薩，他們具有見與解脫的功德，斷除我執，並爲眾生開示解脫道路。佛是皈依的導師、法是皈依的道路、僧寶則是皈依的伴侶。皈依的時間，則是從今日起直至得證佛果。

對於初機行者來說，法寶最爲重要，因爲它是修行的道路；但究竟來說，最重要的皈依對象則是佛寶。佛法可以分爲「教」、「證」兩部份。「教」即是佛的教言，我們可以由知識與智慧加以理解；「證」則須經由禪修方能了悟。佛法的修證終究來說，便是要淨除粗分的煩惱障與細微的所知障，使自己成爲佛、了悟自身是佛、成爲三寶，這是我們皈依最究竟的對象，也是佛教和其他宗教修行上最大的不同：如基督教，修行的最終是要生於上帝的國度。佛具法、報、化三身；佛陀在藏語稱「桑伽」，「桑」是指由煩惱障與所知障中覺醒了悟，「伽」是指本初智慧的增長，所以「桑伽」有覺悟增長的兩層意義。一切眾生，

即便是螻蛄，均具佛性，也就是如來藏，但是因爲我執的遮蔽，所以成爲眾生；佛則是由悟道得見甚深空性義，產生遍知的智慧，本初智慧功德便得以增長。這也就是使自身成爲三寶的意思。在修行證悟的過程中，藉由直觀或聖觀禪修，附帶的便有神通能力的產生。以比喻來說，如來藏如太陽本具光芒，但因我們的無明如雲般遮蔽了陽光；藉由禪修使得無明的障蔽清除，太陽的光芒便可直接照射，神通能力只是這如來藏功德的一部份。如同水本身是清澈的，但因污垢所以混濁，然而污垢並不屬於水的本質。萬法的本質極其清淨，但因無明煩惱所以有了垢染，成佛的意義便是恢復本有的清淨。

接下來我們談皈依的學處。首先，「三種捨棄」：皈依佛後，應捨棄其他神眾爲導師；皈依法後，不入非法道路、傷害眾生，因爲慈悲是法的根本；皈依僧後，不與外道、具邪見者爲友。其次，「三種應行」：皈依佛後，應禮敬佛身，對於佛像等代表佛的標緻，應視之爲佛般地生起虔敬心。皈依法後，應尊敬佛經，佛經典籍應善加收藏，不可隨意跨越。皈依僧後，應對僧眾虔敬，即便看見紅色的袈裟補丁也要如見僧寶般禮敬。「三種相應」：皈依佛者，對開示無誤道路的大乘行者、善知識爲一切功德之根本而禮敬；皈依法者，應聽聞正法並瞭解其意義，並辨知取捨而行；皈依僧者，對聖士所行之道，應恭敬虔心趨入。除此之外，在日常生活行住坐臥之間，我們也可以恭敬三寶：飲食前，我們可以先供養三寶、於早晚對三寶進行禮拜、時時唸誦皈依文等。也就是法稱大師所說的「此示學處粗細盡無餘，如同護眼即是我忠告」。

「諸法根本慈心與悲心，愛他勝己願行戒律眾，如同眼睛和心愛護之，永固執持即是我忠告。」諸法的根本是緣於眾生的慈心與悲心。我們觀待眾生的慈心與悲心，即應如同母親觀看、愛護自己的獨子一樣。就觀修慈心與悲心的次第來說，首先是「知母」，思惟一切眾生皆曾經是我的母親。

其次是「知恩」，一切眾生皆曾經是我的母親，其恩德十分重大，要從母親對自己之生育、飼育、資具與教育之恩等開始思惟。首先是生育之恩，我們在中陰階段神識四處遊蕩，彷彿在風中漂流的羽毛；因爲依著父精與母血，我們得以

投生，並在母親的腹中安住九個月。在這期間，母親除了身體可能有種種的不適之外，還要吃對我們有益的食物，避免做有害我們的動作等。母親賜予我們諸根具足無缺的暇滿人身寶，所以對我們恩德至大。其次是飼育之恩：我們初生的時候，身體不能自主、言語無法表意、母親照護我們使我們不受傷害，以悲心照顧、以慈眼看視、以溫柔的語句勸慰，這是飼育之恩。接下來是資具之恩：母親不顧己身安樂，時時刻刻掛念我們，縮衣節食地為我們累積資具。第四是教育之恩：母親教我們吃飯、穿衣、說話等舉止威儀與接受教育，照顧無微不至。除了這四種恩惠之外，母親對我們更有其他無數的恩惠。

不僅今世的母親對於我們有如此大的恩德，過去生生世世的母親對我們也有同樣的恩德，除了了知她們的恩德之外，我們更要報答母親的恩德，這是「報恩」。為了報答如母眾生的恩德，我們生起四無量心：「願一切遍虛空如母眾生具樂及樂因，願一切眾生遠離苦及苦因，願一切眾生不離無苦之樂，願一切眾生遠離愛憎住平等捨。」以慈悲心來報答如母眾生的恩德。惟有證得佛果，讓眾生均能離苦得樂，這便是發菩提心。所以以次第來說，首先要對眾生起慈悲心，其次為了眾生能離苦得樂，我們希望能證得佛的果位，所以生起菩提心，這是有不同層次的。在修持方面，可以分為世俗菩提心與勝義菩提心，但我們可以從「自他平等」開始，然後「自他相換」，最後做到「愛他勝己」，漸次修習。

總結來說，我們首先需要「知母」，知道一切眾生皆曾經為我們的母親；其次能夠「知恩」，母親對我們的恩德甚大；最後要能「報恩」，由此生起慈心，希望眾生能夠快樂；再生起悲心，希望眾生能夠遠離痛苦。接者由慈心悲心的增上意願，希望自己可以救度一切眾生，這便是發菩提心的因。因為這些因一希求救度一切眾生、使眾生離苦得樂，所以我們發願成佛，這就是發菩提心。藉由「自他平等」、「自他相換」，「愛他勝己」的漸次修習，了悟無我的智慧。

除了生起菩提心的願力之外，我們還要行菩提心，這樣願望才能達成。在菩提心發願時，必需先受菩薩戒，誓言不捨棄任何眾生，使一切眾生均得解脫，安置於遍智佛果位之上。在家眾與出家眾均可以受持菩薩戒。在這願菩提心的階段，

我們生起慈悲喜捨的四無量心。龍樹菩薩曾經對善行王子開示：如果可以做到慈悲喜捨，便可得到梵天果位。菩提心的願力是無量的一因為眾生是無量的，慈悲喜捨也是無量的，所以果位也將不可思議。眾生的苦—苦苦、壞苦、遍行苦也是無量的，行苦與壞苦是比較容易理解的，但遍行苦就比較不容易感受到。就像細的小毛在我們身體中就不太能感覺到，但如果在眼睛裡就會明顯地覺知。這些我們無法感知的遍行苦，對於菩薩而言卻是了了分明。這些遍行苦通常起於甚為微小的因，然後逐漸擴大，最後不可收拾而形成大災難。舉例吸毒來說，我們都知道吸毒不好，但對吸毒的人來說，毒品就是能讓他們很舒服，雖然身邊的人一再勸說也沒有用，這就是遍行苦。對於眾生的苦，我們發四無量心誓願就度，就是願菩提心。

發願之後，接下來是行菩提心，也就是六度，也稱六波羅波若密多：布施、持戒、忍辱、精進、禪定與智慧。六度之中，以智慧最為重要。行持六度必須對境、動機、正行三者具足。以布施來說，首先要有對境，接受布施的對象是真正需要的眾生，如貧苦、長期受病痛之苦、遠方來的人，或者清淨者如佛與菩薩，或是父母等，對上是獻貢，對下是布施。在動機方面，布施時我們不應期求回報或果報，或者企圖從中牟利，這樣才是清淨的布施。外道其實也有布施，但動機上與佛教所行的布施是截然不同的。所施物方面，除了兵器與毒品等會傷害眾生之外，都可以用來布施。究竟的布施是以無我幻化來觀待施者、受者與所施物，也就是所謂「三輪體空」：施者、受者與所施物是顯相，但自性是空，這是波羅波若密的布施。雖然我們暫時無法做到波羅波若密的布施，但以慈心或悲心甚至愛心為基礎，所進行的布施，功德也是很大的。如同波羅波若密的布施，其他持戒、忍辱、精進、禪定與智慧也應以幻化無我智慧進行修持。第五忠告即是指這些行持。

我們首先要了解暇滿人身的難得珍貴，否則我們很可能就輕易地浪費它。對於「執常」，我們以觀修無常來進行對治，一旦死亡來臨，一切都將太遲，因此我們要珍惜時間，善用此一暇滿人身。此外，我們還要了解因果業報，這樣才不會因為果報顛倒，因無明造下惡業，進而更要善用此人身。我們更需要了解業的本質，業帶動煩惱，將我們帶入輪迴，是痛苦的根本。因為無明、煩惱與業風使我們在輪迴、生死與痛苦中流轉，

因此要了解輪迴的過患，並希求從中解脫。個別的解脫，如獨覺，並不圓滿；我們要進一步思惟一切眾生曾為自己的母親，為了報恩所以我們發心，希望一切如母眾生均能得到解脫、證得佛果，所以我們發菩提心、行菩薩行。以菩提心為根基，我們尋求殊勝道以求解脫，所以接下來我們講述「道」。

「得到菩提金剛乘之道」，所述乃成熟解脫精要，恆時三戒轉勝俱增上，積極精進即是我忠告。」金剛密乘之道是我們成就菩提佛果的迅速道路，「菩提」在藏語有成熟的意思。也就是說金剛密乘之道得以清除、清淨我們在無數劫裡所造下的罪業與障礙，並且使我們在究竟上認識與生具足的如來藏，也就是佛性。這裡要特別說明的是，金剛密乘的修行根基是眾生本具的如來藏。眾生都有「心」，這個「心」與佛的「心」的關係就如同牛奶與酥油：牛奶中自然有酥油。

我們現在所擁有的身體其實是一個由口鼻五官所組成的粗分的血肉之軀，相對於粗分，細分的身體稱做「本元身」，是身體形成的根本。概括地說，「本元身」是由白、紅、氣心(又稱業氣或稱羅喉羅氣)三者組合而成。白是指父精，紅是指母血，白紅相結合加上氣心，便形成極細微的身體。接著身體由破、散、引、熟四個過程的反覆作用，身體開始由碗豆般大小慢慢地長成如乳酪般由小變大，然後生出骨骼四肢。接下來由臍間生出臍輪，最初也是極為細微，三脈四輪也開始形成等。拙火的修習便是跟這個氣脈明點有關。一般我們說「氣脈明點」，氣是指我們的意識，心依於氣，否則就沒有生命；身體的形成則依於脈的增長；另外由父白形成骨骼，母紅形成血與肉。父精母血與氣心三個因緣相結合才形成生命，就如同汽車的引擎一般。密乘裡的金剛身即是從這細微的氣、脈與明點著眼。大圓滿的修行則強調於根、根脈與心的作用(另外還有極細微的光脈)，這裡必須強調這個極其細微的根脈與一般所說的粗分脈不同。例如經由眼根我們看到外在的事物，然後藉由極細微的根脈傳遞到我們的心，我們因此有所感受。根脈與心二者是互動的，如果沒有根脈的傳送，心本身不會作用、不會有所感受；如果沒有心，只有根脈，那試問是誰在感覺與經驗呢？這也就是所緣與能緣的關係：細微的根脈是所緣，心是能緣。其他諸如耳、鼻、舌等也是藉由根脈傳送到心，於此不加贅述。密乘的修行是從外境、內身、與秘密心三者的互

動進行修持，而由氣、脈、明點的清淨成熟身、語、意三金剛的道路，這是需要有成熟的灌頂與詳細的解說才可以進行，這裡只是給予概述。

密乘中的身、語、意，粗分的身是與細分的紅白氣心所構成，粗分的語與細分的氣有關，粗分的意與細分的明點有關，這粗分與細分的關係可以用「雙運」來表達，也就是彼此之間有互動依賴。這就是所謂的「雙運金剛乘」，依此道理我們觀想諸佛菩薩或本尊。當然除此根基之外，成熟的灌頂是必須的，由此才能進一步修習。

「灌頂」的在這裡的意思是「使種子成熟」，也就是基於我們本來具有的身、語、意三金剛的種子，藉由灌頂成熟身、語、意三金剛，最終達到解脫。所以「所述乃成熟解脫精要」具有成熟與解脫兩種意義。在顯教因乘的開示中僅略提及眾生本具如來藏，在密乘中則進一步開示身、語、意三金剛的意義：身即是佛身，語是咒語，意是法性。所以除了前述成熟的灌頂之外，尚須進一步的解說講解，這便是觀修本尊或佛身的道理，而我們將現有的凡夫之身觀想為佛的清淨之身，語為清淨之咒語，心觀為本元之心。

舉例來說，我們觀修觀世音菩薩為本尊，觀想自身即是觀世音菩薩，待觀修爛熟之後，凡俗之身消除，不僅自覺自己是觀世音菩薩，他人看我們也是觀世音菩薩。語的方面，所聽所聞所語均是觀世音菩薩的六字真言，沒有凡俗之語。意念上則是安住於法性之中，沒有凡俗的妄念與執著。也就是身、語、意均達至觀世音菩薩的清淨境界，不再有凡夫的不淨觀，而呈現「明空」的狀態；空但本質是明，明但本質是空，也就是明空無別。消除不清淨而轉為清淨，最終則修證成就虹身。

在這裡我們試著以顯教的心經所說：「色即是空，空即是色，色不異空，空不異色」加以闡述。就色身來說，儘管細微的色身，也有所謂的紅、白、氣心，其中，白色明點具有嗔恨的本質，紅色明點具有貪欲的本質，氣心則具有癡的本質；換句話說在細微身體形成之初，紅、白、氣心已開始聚集貪、嗔、癡。欲轉化這個凡俗之身成佛的三金剛身，便是去除我執，成就「顯空雙運」，儘管紅白的物質仍然存在，但本質是空。這裡的關鍵是以觀我為佛來轉化具妄念的我執，如觀修觀世音菩薩。所以儘管外相是觀音身，但其本質

是空，極其清淨，便是「色即是空」；因為觀音其本質是空，所以安住於法性，但仍具觀音之身，便是所謂的「空即是色」。密乘所謂「明空無別」即是「色即是空，空即是色」。這裡是由於講述方便才以此相對應的說法與以闡釋，一般講述宗律時，因為理論體系不同，不可混為一談。我們也必須明白儘管理論基礎不同，所達到的目的應是一致的。

所以這個「心」，說壞可以極其壞，一切三毒、五毒、貪嗔癡慢疑均可以由此而生；但說好也可以極其好，慈心、悲心、利他之心以及智慧也由此而生，它可以是一體兩面的。也就是我們如果利用它本身具足的條件，從好的方面發展，我們就能證得佛果；反之，往壞的方面發展，也是可以將自己投入地獄。這一切完全取決於我們自己。

接下來「恆時三戒轉勝俱增上，」這裡涉及的儀律甚廣，我們僅能概略講述。恆時是指過去、現在、未來。在恆時內，我們必須依戒律來轉勝增上而達到成熟解脫。密乘裡，弟子在灌頂的同時也須守三昧耶戒，故有三昧耶戒是灌頂的根本的說法。在灌頂之後弟子必須遵守三昧耶戒，這戒律跟聲聞乘遵守戒律的意思是一樣的。三昧耶戒包括外、內、密三種涵義，外戒是指別解脫戒，也就是從皈依戒開始到比丘沙彌戒等，主要是指聲聞乘所守的戒，包含出家戒與在家戒，但以出家戒為主；內戒是指菩薩戒；金剛密戒則具有轉勝與增上的意義。外別解脫戒以十惡為根本，從根本四戒加九戒到二百五十三條比丘戒等，從根本的殺、盜、妄、淫四戒，加上酒戒成爲五戒，這是以出家眾爲主的戒。舉淫亂爲例，在顯乘中它是不淨的行爲，也就是非梵行，所以利用「白骨觀」或「不淨觀」，視女身爲不淨，將女性觀爲腐屍來對治；又如殺生，在菩薩戒裏，如果其中沒有個人的私利恩怨，以爲利益眾生的前提下，是可以殺生的。密乘對女身的態度則完全不同，首先密乘以菩提心爲基礎，一切眾生皆爲父母，沒有凡俗之見；其次女性也是佛本尊，所以女性也是清淨之身，因此對女性也沒有貪嗔癡之念。這裡便是密乘以轉勝對治。

例如嗔恨的妄念一出現，我們便觀想妄念爲金剛薩埵，安住在金剛薩埵本尊的形象上，作爲轉換，這是初機者以生起次第爲基礎的轉換方式。

但是對於了知自性熟悉本覺的行者而言，妄念一出現，行者便了知妄念本質是空性，因此妄念便得自行解說。這個部份必須經由上師的口訣傳授，行者方能了解並進行修持。對於初學行者來說，嗔恨的妄念一出現，如果可以想到金剛薩埵或觀世音菩薩來了，慈悲心生起便可對治嗔恨；貪欲出現時，則觀想無量光佛來對治；嫉妒念頭出現時，則觀想不空成就佛來對治。簡言之，對於貪嗔癡慢疑這五毒，我們可以以五方佛來進行轉換。五毒的本質即是五智，如果不能瞭解這個道理，五毒就是五毒；反之，如果可以了解，我們即可轉換五毒到清淨的佛身。這是轉換的講解。

煩惱五毒的消解便可以俱增上。無論顯乘或密乘，基本上都是要對治五毒，但所用的方法有所區別。對顯乘而言，儘管密乘的見地清淨，但對所對治的方法是不能接受的，因此密乘遭到顯乘很多的批評。但如依顯乘的戒律來進行修持，密乘則認爲根本五毒仍未消除；這就如同在一個房子裡堆積東西，勢必會堆滿。但密乘的轉換方式，則是一有東西進來就將它放置到別的地方去，因此不會堆積。例如嗔恨念頭心一旦出現，即觀想金剛薩埵。這樣的修持必須恆時精進，這便是曲吉札巴的忠告。

「成就根本金剛上師尊，珍惜誓言護持恭敬之，所示根本墮犯及支分，修持根本即是我忠告。」一切成就的根本是密乘金剛上師，對於上師與三昧耶戒要珍惜與護持，三昧耶戒中的十四根本墮以及其支分也應修持，這是法稱大師的忠告。

這裡對十四根本墮稍略解釋：

第一個根本墮是「違依止敬謗辱師」，這是最重要的。

第二個根本墮是「違越善逝語教誡」，對釋迦如來所開示的教法不能違犯。

第三個根本墮是「金剛兄弟起紛爭」，在同一個壇城下聽法的弟子即是金剛兄弟；金剛兄弟之間要和睦相處，不要有嗔恨紛爭。這是近的眷屬，推而廣之可以是佛弟子，到一切眾生。

第四個根本墮是「失慈悲嫉有情樂」，也就是喪失慈心。

第五是「畏難不度退菩提」，也就是喪失菩提心—菩提心是一切法的根本。

第六是「毀謗自他宗派法」。

第七是「於未成熟宣密法」，對於心續未成熟之人不能開示密法。顯乘也有相似的說法，例如律宗說對於不能守戒之人，不能開示律儀。

第八是「輕蔑蘊即玉佛體」，我們的蘊體雖然是五毒的顯現，但其本質是五智，是五方佛的顯現，所以不能輕蔑它，視之為不淨。

第九是「疑諸自性清淨法」，也就是具清淨觀。

第十是「於毒常具大慈心」，也就是對非常殘忍或違背佛法的人，可以用誅法，但是以慈悲為根本，就如大咒士以猛烈的方式攝受凶狠眾生。但這是密乘的開示，顯乘並不允許。

第十一是「分別離名等諸法」，也就是甚妙三昧耶戒要恆常守持，恆常安住於甚深的空性禪定之中，這個部份並不容易做到。

第十二是「破壞具信心眾生」，不可衰損具信心的眾生。

第十三是「不依已得三昧耶」，具三昧耶之甘露得以享用，這是很高的密乘見地。

第十四是「毀謗婦女慧自性」，就是不輕蔑女性，應以波若佛母觀想。

這是十四根本墮的概述，其他詳細的支分因時間關係，無法多作說明。

問答錄

Q：能否請仁波切就「俱增上」多作一點說明？

A：在前面講述轉勝之時就已經有提到了。我們對治五毒，例如嗔恨心一起，我們便觀想金剛薩埵，這樣不僅是轉換嗔恨心，並且得到戒律增長功德。

Q：仁波切提到顯乘是由因位上作闡釋，其他書中也提到金剛乘是由果位上闡釋，能否請仁波切就金剛乘的部份開示？

A：簡單地說顯乘是因乘，密乘是果乘。對於五毒我們需要消除，這是顯教說的，但消除五毒之後的果位，則是密乘所開示。其他諸如修持方法等也有所不同。

Q：密乘是用轉勝的方式對治五毒，所以貪嗔癡生起時便藉由觀想金剛薩埵等本尊的方式，讓自己減少貪嗔癡，如此精進修持最後希望能成就果位。

A：你說的對，但在真正修持時候，首先我們需要積聚資糧，它有一定的次第與方法。顯乘沒有本尊的觀想，基本上是以藉由修持來認識空性。但如何認識空性，上師指點的方式也有所不同，顯乘主要是以觀五蘊或數息的方式來修持禪定。但對密乘而言，對於空性的觀修的方式也有所區別，如對於空性的範圍大小、同由真空裡看空間、由窗戶裡看空間，或由虛空裡看空間，方法是截然不同的。

Q：仁波切提到「色即是空，空即是色」時以觀音作比喻，因為觀音本質是空，但以觀音之相顯現，所以色裡頭是空，空裡頭有色。

A：以密乘的生起次地對照來說，這是對的，也就是明空雙運。

Q：仁波切提到藉由觀想金剛薩埵等本尊的方式來對治五毒，但是我們往往不能及時察覺五毒，是否有方式讓我們可以及時覺知呢？

A：我們不能及時察覺五毒，就是無明。例如嗔恨心起，將我們的心遮蔽，讓我們無法覺知，就是無明。但是如果進一步觀察嗔恨的本質，它並沒有自性，但是我們的心卻被它遮蔽。對治的方式是熟悉本尊的觀修，如觀音菩薩，在對境出現時便可以及時察知與對治，不為所轉；否則便是為其所轉。如寂天菩薩所說：對治嗔恨心比殺敵人還要困難；

這是因為嗔恨心會隨時生起，但敵人殺了就不會再來。所以能對付敵人不是英雄，能對付嗔恨心才是英雄。



金剛薩埵

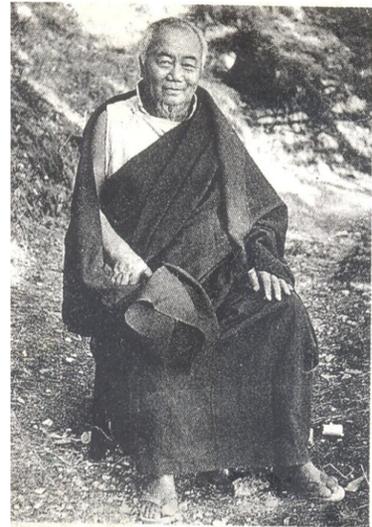
學問頂尖 修行自在

朗欽加布仁波切恩師 大圓滿的成就者

奔達堪仁波切

朗欽加布仁波切 口述 弟子 劉國威 敬譯

轉登自 1992 年止貢顯密季刊第五期



譯者前言：

朗欽仁波切對其上師奔達堪仁波切的生平事蹟並不是非常清楚，因為他們是到印度之後才認識的。奔達堪仁波切圓寂後，不丹於 1970 年 12 月 25 日的報紙上刊載了一篇記述其生平大要及圓寂經邊的報導。朗欽仁波切囑我先譯此文，他再補述報導中未提及的事蹟。

1970 年 12 月 25 日週五

學問頂尖，修行自在。眾人咸稱波力
堪仁波切，心入法界(意指圓寂)

博學精進，具足諸聖功德之大士乃德格波力寺(spo. Li. dGon.)之堪布，名為圖登貢噶嘉參(Thug, bsTan. Kun. dGa' . rGyal. mDshan.)一般久稱堪喇仁波切多傑(mKhan. Bla. Ma. Rin. Po. Che. rDo. eJe. 多傑乃其法名)。年輕時乃米龐仁波切¹近侍弟子德格大堪布蔣揚欽意(Jam. dByang. mKhyen. Rab.)之頂尖弟子，學習共通之風水堪輿學問乃不共之經論教授，於學思甚為增長，眾人皆稱尊者學問頂尖。後又從白玉

¹米龐仁波切(Mi Pham. Rin. Po. Che.)人稱局米龐，全名米龐，蔣揚南杰佳措(1846-1912)，生於四川石渠果縣，乃十九世紀寧瑪派學問修持兼具之成就者。著有關於聲明、因明、醫藥、曆算、顯密佛教、詩歌、議論、儀軌等著述三十二卷。

寺竹汪貝瑪諾布²，宗薩欽哲秋古羅卓³等頂尖智者行者學習甚多金剛乘之續、論、口訣。眾人皆稱其為真正之金剛阿闍梨。

隨後，特別又從貝瑪拉密札(Vi malamitra)化身⁴噶陀寺堪布阿吉汪波⁵處如瓶瓶交灌般，

²竹汪貝瑪諾布(Grub. dBang. Pad. Ma. Nor. Bu.)。指寧瑪派白玉寺，第九任寺主—二世貝瑪諾布仁波切(1887~1932)，法名貝瑪棍桑天津諾布(Pad. Ma. Kun. bZang. bsTan. Tzin. Nor. Bu.)。

³宗薩蔣揚欽哲秋古羅卓(rTsong. gSar. `Jam. dByang. mKyen. brDze. Choes. Kyi Blo. Gros. 1096~1956)乃蔣揚欽哲汪波(Jam. dByang. mKyen. brDze. dBang. Po., 1820~1892)之二世轉世，乃本世紀最著名西藏成就者之一，持有一切傳承教法，乃「利美」(Rig. Med. 意指無派別)運動之中心領導人物。其弟子素佳仁波切曾補述其懿行，「他是位領導人物，在他所做的一切事業中，他總是推動和平及統一，在寺院有困難時幫助他們；發掘不為人知的偉大行者；鼓勵勢微之傳承持有者，幫助他們以便為眾人所認識。他就像塊大磁鐵般，本身就是個活生生的修行中心。無論有任何計劃要推動，他都能請到最好的專家及工匠來執行。從國王到貧民，他都給予最無私的人格陶冶。任何人在見過他之後都不會沒有一段有關仁波切的故事的。」

⁴貝瑪拉密札為大圓滿早期傳承之祖師。曾預言自己每隔百年將化身於西藏，以振興大圓滿教法。

⁵阿吉汪波(Ngag. Gi. dBang. Po)。普稱阿噶堪布，亦為本世紀初期寧瑪派成就者，為米龐仁波切及紐虛龍多(十八世紀成就者巴初仁波切密行第一之弟子)之弟子，遵師命一生居於噶陀寺教導弟子，近代許多成就者均出自

習得大圓滿傳承及深義口訣，獲得此甚深法深義之傳承。

年歲稍長，至衛藏桑耶等，慶普、洛札、大共等聖地朝禮及修行，獲得許多現量祕密成就。

中共進入西藏後，仁波切逃至印度成為難民。在此期間毫無厭倦的教導許多學生學習論、疏、風水等學問。

不久前，仁波切於火馬年(1966) 至不丹之普塘地方朝聖，不丹國之皇太后迎請仁波切暫住彼處教導許多甚深教法及口訣，特別教導許多「龍欽七藏」⁶的甚深教授。

仁波切七十四歲時，心中略生「有為無常」之念，不丹皇太后等近侍弟子均特別祈請其常住於世也。頂果欽哲仁波切⁷亦鄭重請求其常住世，但仁波切並未明確答應。

鐵狗年(1970) 九月十八日仁波切在毫無病痛的情況下突然氣喘。九月二十三日上午不丹皇太后至仁波切尊前詢問病況。仁波切交代近侍弟子：「準備些穀物。」並吩咐皇太后用穀物向上師做曼達供養手印。當維那師領眾誦完供養文後，仁波切向皇太后說：「今天我將大圓滿的所有教授做最後半小時的總集講解，至今我仍非常感激您對我的供養，我雖不能常住於世，但我對您的恩德不會忘記，我會為您迴向祈願。」

下午兩點，仁波切向近侍弟子不塘比丘謝若佳參(Shes, Rab. rGyal. mTshan.) 說：「心性無有，唯入光明。現在，死，死，如是，

其門不。

⁶ 龍欽七藏。十四世紀寧瑪派成就者龍欽饒將所著七論—宗義藏、妙乘藏、如意藏、口訣藏、法界藏、理路藏、詞義藏。

⁷ 頂果欽哲仁波切(Dil.' Go. mKhyen. brDzre. 1910~1911) 是蔣揚欽哲汪波之意化身，今世寧瑪派大圓滿傳承之重要行者，亦是寧瑪派之領袖，並且是包括達賴喇嘛在內等著名行者之上師。1991年9月27日圓寂於不丹聽普(Thimphu)。

阿.....。」禪定姿勢進入涅槃，眼視虛空，心入法界。

那時附近地區均感到些微地震，以及天空有震耳聲音。七日間仁波切的尊容一直維持禪定之姿，並且更顯光彩。眾人均可聞到香味，顯出仁波切平常不為人所知之戒體。九丹三十日其聖意離開遺體，於是為其沐浴更衣，全身塗以純金。種種供養不可思議，成百僧眾為仁波切日以繼夜的誦念供養。

仁波切生前遺言交代他過世後要請敦珠仁波切⁸為其主持後事。敦珠仁波切遂於其駐錫寺院噴措林(Phun. Tshogs. Gling.) 舉行茶昆大典。藏曆十月五日，敦珠仁波切及宗薩欽哲仁波切主持「金剛薩埵」及「文武百尊」等兩座修法。

在茶昆前，天空出現清澈白色的圓形虹幕，許多人都親眼見到。茶昆之後，其舍利有五歲孩童一握的數量，各色均具.....，亦有如白玉般之舍利。茶昆時，其頭骨(嘎巴拉) 由茶昆塔東門迸出，絲毫未損。

仁波切之紀念舍利塔分三座，由敦珠仁波切，不丹皇太后，及仁波切之近侍侄子貢噶慶列(Kun. dGa' .`Phrin. Las.) 建造。

具信不肖弟子比丘南卓桑波(rNam. Grol. bZang. Po.) 等敬獻。

以上為不丹報紙之記載。

⁸ 敦珠仁波切(bDud. `Joms. Rin. Po. Che. 1787~1904)，為十八世紀寧瑪派取伏藏者(gTer,sTon) 敦珠林巴(bDud. `Jones, Gling. Pa.) 之轉世。除其修行成就外，並為今世著名之西藏史學家、詩人、書法家。前一任寧瑪派領袖。

以下為朗欽加布仁波切的口述。

奔達堪仁波切的生平事蹟我知道的並不多，但是我從他那裏習得許多不共的大圓滿口訣教法。那時候因為我沒有護照，所以不能常常親近。

奔達堪仁波切年輕時是德格地方薩迦派波力寺的堪布，對佛法上的薩迦十三論及世法的流日、命相、風水、醫術都甚精通。

關於流日、命相，仁波切曾和我說：「以前中共入侵西藏時，我事先都能算知他從哪裏來，但沒有用，我只能知道從哪裏逃。」關於他的醫術，他也說過，「這些道理以前我非常清楚，但太多人來問這些事，太累，修行的時間都浪費了。」所以在德格的時候，他將其醫術傳給四位弟子，向他們說：「我將所有法門傳給你們，以後我再也不替人看病了。」

奔達堪仁波切說：「現在學大圓滿的人不多，所以我要精修此一法門。」所以後來向阿嘎堪布學習大圓滿。後來他的大圓滿成就連敦珠仁波切都向他頂禮，稱許他是寧瑪偏智堪布。

以後仁波切去拉薩，桑耶寺等地。那時有奔達(sPom. mDa') 家族的商人在拉薩做生意，他對仁波切很尊敬，供養房子讓他修行，所以以後很多人都叫他奔達堪仁波切。

奔達堪仁波切的佛法教授非常精妙，口才妙絕，慢慢引導學生瞭解教法。他的辯才也是頂尖，近代有他這樣一般智慧的人是很少的。

他平常一向都是正襟危坐，連椅背都絲毫不靠一下，別人勸他靠一下無妨，他說：「不行，今天靠一下，明天靠一下，久了就會懶散，我還是這樣比較好。」

他滿喜歡喝酒，但他說：「我是出家人，別人看到不好。」有時我私下買酒請他喝，他說：「我們現在修大圓滿，酒和水是一樣的。」

尤其他喝完以後，講的話全是佛法，而且是甚深不共口訣，一點廢話都不說。

我從奔達堪仁波切那裏習得許多大圓滿法門，他並且將自己的一部「普賢無上心要」註疏筆記⁹及另部他從紐虛仁波切那裏學大圓滿的筆記送給我，我一直保存在身邊。

奔達堪仁波切的侄子管家貢噶慶列和我說：「仁波切很重視你，他圓寂前，囑咐我說：『我的舍利子不要給太多人。』」他給了我一些名單，上面特別提到你。」所以我一直保有仁波切有的舍利。

貢噶慶列還曾說過：「茶昆大典時，不丹皇太后因為悲傷仁波切圓寂，就將銀飾投入茶昆塔中，開塔後，從塔中找出銀質的奔達堪仁波切像。」

我從小到大有四位主要的上師，幼時是甘瓊仁波切¹⁰，長大後是雍吉瑞津仁波切，奔達堪仁波切，以及根本上師昆努仁波切。我一直感激他們對我教導的恩德。

⁹ 普賢無上心要(Kun. bZang. Bla. Med. Shal. Lung)。為十九世紀寧瑪派成就者巴初仁波切(dPal. sPrul. Rin. Po. Che.)所著之佛法論著，為近代重要之西藏史籍。民初劉立千漢譯為「大圓滿廣大無上心要」，郭元興譯為「大圓滿龍欽心髓前行引導文」，台北密乘出版社均有翻印版本。
¹⁰ 請參閱 2001 年 7 月第五期及 2002 年 1 月第六期聞喜雜誌—「現代成就者列傳：甘瓊仁波切」

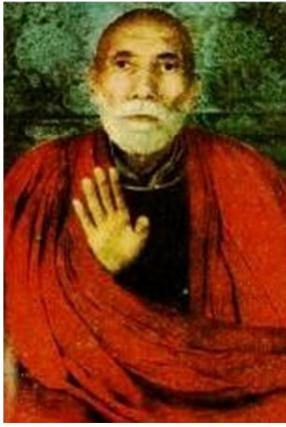
美國岡波巴中心急需您的捐助

各位聞喜雜誌的讀者：

美國岡波巴中心目前的財務已發生入不敷出的窘況，若要維持正常的運轉，則需要您的支持與捐助。本中心為一非營利團體，您的捐款除了可以護持仁波切的佛行事業之外，另外並可享有抵稅的優惠，希望您能夠加列本中心於您的年度贊助計劃之中。

捐款支票抬頭請寫 GVBC，並請寄至
6 Fox Lane
Denville, NJ 07834
謝謝！

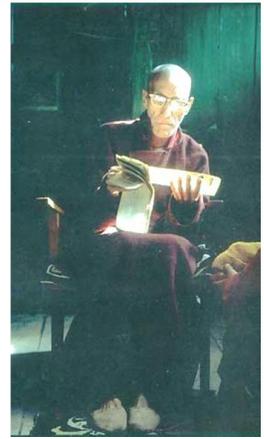
岡波巴編譯小組



菩提心讚頌寶炬

༄༅། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བསྟོན་པ་རིན་ཆེན་སྒྲོན་མ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

昆努仁波切丹津嘉參



83. 珍寶縱毀亦珍寶，其名無法將之毀；
如是菩提心縱壞，其名亦不得棄捨。

83 རིན་ཆེན་ཆག་ཀྱང་རིན་པོ་ཆེ། །རང་གི་མིང་ནི་མི་འདོད་པ།
དེ་བཞིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཉམས་ཀྱང། །རང་གི་མིང་ནི་གཏོང་མ་ཡིན།

84. 屠夫精通性命要，樵夫精通木材要，
佛子偉大心意中，菩提心要得精通。

84 བཤན་པ་སློག་གི་གནད་ལ་མཁམས། །ཤིང་མཁན་ཤིང་གི་གནད་ལ་མཁམས།
རྒྱལ་ས་ཆེན་ཡིད་ཅན་རྒྱལ་བའི་སྐུ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་གནད་ལ་མཁམས།

85. 若具菩提心妙寶，無有美顏亦殊勝，
無有承事亦殊勝，無有他德亦殊勝。

85 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ནོར་མཆིས་ན། །མདོག་དན་མདོག་བཟང་མེད་ཀྱང་སྤྲ།
སྟན་གྲགས་བཀུར་སྟེ་མེད་ཀྱང་སྤྲ། །དགེ་བ་གཞན་དག་མེད་ཀྱང་སྤྲ།

86. 若是計算三聖識，經言將成遍智因，
其中首即菩提心，無論如何勿遺忘。

86 དམ་པ་གསུམ་གྱི་ཕྱིས་ཟིན་ན། །རྣམ་མཁུན་རྒྱ་ཏུ་འགྲོ་གསུངས་པ།
དེ་ཡི་དང་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས། །ཡིན་ཕྱིར་ནམ་ཡང་བརྟེན་མི་རུང།

87. 一切時地狀況中，利益眾生無分別，
智者無求如是行，悉皆依於菩提心。

87 ལུལ་དུས་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ། །རིས་བྲལ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན།
སྒོ་ལྡན་རེ་བ་མེད་པར་མཛད། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན།

88. 眾星所拱乃妙月，群山所環乃須彌，
如是具足菩提心，即成人中所莊嚴。

88 ལྷ་རྣམ་དབུས་ན་ལྷ་བ་དང། །རི་བོའི་དབུས་ན་ལྷ་བོ་བཞིན།
གང་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཡོད་པ། །དེ་ནི་སྤྱི་བོའི་དབུས་ན་བརྟེན།

89. 憂惱時候請思菩提心，
懼怕時候請思菩提心，
痛苦生時請思菩提心，
安樂生時請思菩提心。

89 སྒྲོ་བའི་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དྲན་བྱ། །འཇིགས་བའི་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དྲན་བྱ།
སྐྱུག་བསྐྱལ་བྱང་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དྲན་བྱ། །བདེ་བ་བྱང་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དྲན་བྱ།

唐卡簡介

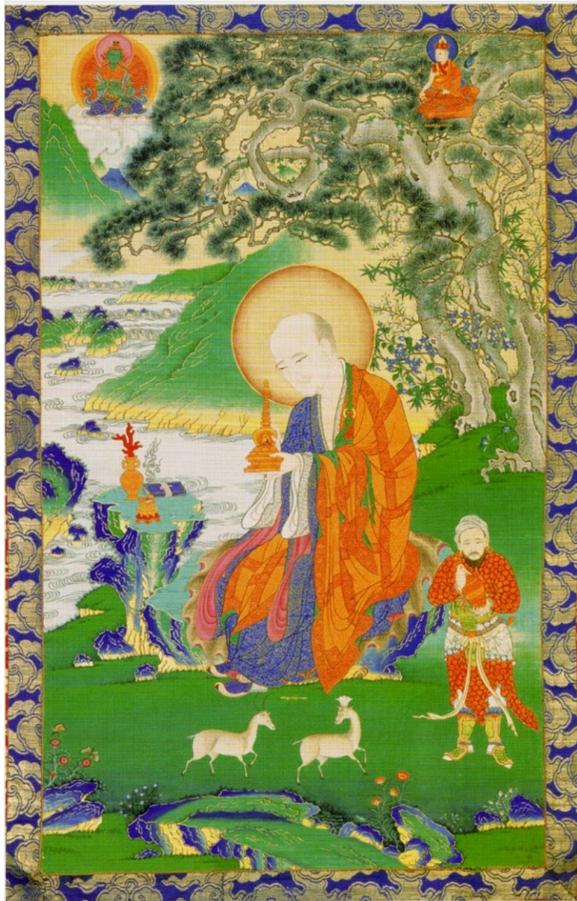
十六羅漢系列之十六

阿秘特尊者

Arhat Abheda

阿秘特尊者，出生於印度王舍城一富有的婆羅門家庭，生來十分漂亮，因此得名，意為「無比的」，釋迦牟尼稱讚他是弟子中慈悲心最大的。

阿秘特尊者雙手持菩提佛塔，據說是尊者到須彌山北面的羅剎居地去時，為幫助他禳除羅剎魔力，由釋迦牟尼贈與他的。山石供桌上擺有經書、香爐和寶瓶等供物，前面有西藏的祥瑞動物嬉戲追逐，身後為湍急的河水自天邊而落。上界有金剛手菩薩化現山間，大乘法王居於古松枝間。



噶千仁波切蒞臨
美國岡波巴中心
給予普巴金剛灌頂

