



སྐུ་མཁོ་པའི་ཚོལ་སྒྲིང་།

聞喜

ལྷ་དུས་དེ་བཟོས་པ་དགའ།



常樂之因菩提心

2002年1月

1999年北美創刊

第6期

本期內容

帕竹佛學院院長簡傳	1
現代成就者列傳：甘瓊 仁波切(下)	2
菩薩戒會開示(下)	5
菩薩戒、大乘十八根本墮	9
瑪爾巴譯師傳(3)	10
菩提心讚頌寶炬(4)	13
出世法言、蓮苑歌舞(3)	14
岡波巴簡訊	19
唐卡簡介：伐那婆斯尊者	20



聞喜

岡波巴金剛乘佛學中心發行

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: 73-586-7080

email: gampopacenter@hotmail.com

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



帕竹佛學研究院院長簡傳

堪布巴傑巴多傑



堪布仁波切巴傑巴多傑〔喜金剛〕於 1970 年 4 月 13 日具眾多吉兆出生於上康區札扣策烏噶附近的邦類崗，父名達棍札千阿涅，母名雅撒烏金準瑪。生時，正是邪惡熾盛，厭善惡行的時代，故出生後，即由則棍寺堪布吉南仁波切為其舉行沐浴增慧儀式。

堪布幼時即具誠信，對功德等均樂於奉行，故當地大部份人都稱他為巴噶〔祥樂〕，吉南仁波切亦依續部辭句而為他命名為巴傑巴多傑。約七、八歲時向堪布吉噶仁波切學習讀書認字，同時並善盡牧人之職。直到十三歲時，常作寺院工作，隨侍仁波切，在格烏寺學習儀軌、書法等教育。十四歲時，從紮舉格芒寺的堪布旺底仁波切那裡受得沙彌戒，戒名格勒雅配〔善德增長〕。並且向格烏寺大堪布吉美南嘉仁波切學習《三戒》、《入菩薩行論》等論著。

1982 年，作為吉美南嘉仁波切的近侍，隨同堪布吉美噴措仁波切及約十萬藏人至五臺山，當仁波切弘法之時，堪布與他的哥哥圖登艾敦定津桑波共同協助法事進行，而吉美噴措仁波切亦以大悲照顧他們，給予他們許多廣深教授以及善德祈願。隨後，堪布至北京藏語系高等佛學院向第十世班禪喇嘛求習佛法，並至內地朝聖。同時，向吉美南嘉仁波切以及許多上師仁波切那裡學習各類修行教授。1990 年吉美南嘉仁波切圓寂。包括止貢噶舉洛千仁波切、主具寺芥俄仁波切在內的四派喇嘛均為這位上師做了廣大茶毘法事，彼時堪布亦一同為其上師修法迴向。

1991 年，於格芒寺向堪布貝瑪旺嘉仁波切、堪布旺底仁波切、以及堪布圖登蔣巴仁波切那裡學習經、續、醫藥等學問。根據上師們的指示，他再向達舉地方的大班智達貝瑪策旺倫珠巴桑波〔即著名的貝策堪布〕、色達縣陸多地方的棍邦恰札秋英恰達仁波切、以及色達縣五明佛學院的院長堪布吉美噴措仁波切等學習許多廣深教法。隨後，他又特別向大堪布促慶洛卓、丹津嘉措仁波切、格底格西吉美洛卓等上師聽聞各類經續教授，並同時進行講述、論辯、著述等法行事業。

2000 年，依循見波寺棍桑日嘉仁波切以及貢巴尼對仁波切的教誨，堪布參加了有關米旁仁波切教法的考試，得到了非常好的成績。之後，他回到自己的寺院宏揚佛法。

2001 年，在止貢敬安仁波切及朗欽加布仁波切的邀請下，來到尼泊爾的帕竹佛學院任教，並特別講授止貢噶舉的不共深法：《一意》。

། རིམ་གཞི་སྐྱིན་ལཱ་འབྲོར་པ་ཁྱིད་དཔོན་དགེ་ལུགས་རིན་པོ་ཆེའི་མཛད་རྣམ་ཐོར་ལུ།

現代成就者列傳

鍾卡寺修院上師 竹奔甘瓊仁波切（下）

朗欽加布仁波切 口述

劉國威

翻譯記錄

甘瓊仁波切的修行（續前期）

三、耶巴朝聖

在嘎千寺時，有一次嘎千仁波切帶著幾位親近的弟子去耶巴(Yer Pa)朝聖，包括噶吉美多傑，甘瓊仁波切等人。因為耶巴地方的很多山洞是蓮花生大士的聖地，其中曾經出現許多「伏藏法本」，如秋住爹千林巴，止貢秋吉扎巴等偉大岩取者均曾在此地取出「伏藏」。

他們在途中趕路時，常常是餐風露宿。每位朝聖者不是騎馬就是騎騾，帶著各式的行李，只有甘瓊仁波切不騎馬，因為他認為畜牲的痛苦已經夠多了，讓他們馱著自己不忍心，所以他一生都不騎馬。走到半途時，因為有一段路必須在第二天一口氣趕過去，否則走到一半而休息過夜會很危險，所以大家決定第二天一早就起來趕路。甘瓊仁波切沒有騎馬，所以大家就叫甘瓊仁波切先走一步，以免因為等他而耽誤了行程。他聽到了就說：「哦！如果這樣的話，我們來比賽，先到目的地的人就替大家煮茶接風吧！」於是大家就出發了。結果當騎馬的眾人到達目的地時，看到甘瓊仁波切早已坐在那裡。將奶茶煮好，並招呼大家說：「坐！坐！大家一路上辛苦了。」每個人都很驚訝他是如何先一步到達的。嘎千仁波切則很高興的對他說：「噫！你的氣脈修得不錯。」

到了耶巴地方，甘瓊仁波切他們就開始圍繞聖地禮拜，別人拜一圈，他能同時拜兩圈。甘瓊仁波切和其他兩位僧人(其中一位叫策登)曾經一起在山上的光滑岩石上見到蓮花生大士於石壁上顯現，但是其他人過來圍觀時，卻又不見了。

四、雪山朝聖

甘瓊仁波切一生中，差不多所有的有名聖地全去過了。每次就是帶著隨身的簡單行李、法本，靠著他的兩隻腳走往各處。小時候，他常告訴我各處旅行的所見所聞，那時年紀小沒有特別感到稀奇，但現在回想起來，就是連西藏人也很少像甘瓊仁波切一般去過那麼多，那麼遠的地方。往西他曾經走到尼泊爾，只有加德滿都沒有去；往南他曾經走到緬甸；往東他差點兒走到五台山。他就靠著沿路化緣旅行各地。

有一次甘瓊仁波切去外地旅遊回來，返寺途中順道到我家拜訪，受到我家很熱誠的招待。那時候我年紀小，就吵著要仁波切送我一些紀念品，甘瓊仁波切就拿出一些蘋果乾送我，還故意騙我說：「這些都是人的耳朵，如果你不好好用功修好，以後耳朵就會像這樣被人割下來。」把我嚇得哇哇大叫。

後來有人看到甘瓊仁波切身邊帶著一個沒有柄的水瓢，就問它為什麼帶著這樣一件東西，甘瓊仁波切就說：「我這次去雲南旅遊，途中經過扎西秋丕(蔣揚欽哲汪波之弟子)的寺廟，就順便請他幫我卜一卦，占此行是否順利。結果他說我這一趟去會遇到敵人。我就想這很奇怪呀！我一個普通的出家人，與人從來沒有過節，怎麼會有敵人呢？就一直往南走，差不多到緬甸邊境那裡。有一天，當我在樹下休息煮茶，突然間「碰」的一聲槍響，把我嚇一跳，四處看看並沒有人跡，就繼續煮茶。不一會兒，周遭槍聲大作，我才發覺是朝我開槍，匆忙間逃跑，隨身行李全丟在那裡，只好沿路一直乞討回來，途中在別人家外看到這麼一個水瓢可以用來煮茶，就向施主要來當鍋子用了。」

五、岡底斯山朝聖

甘瓊仁波切跟我說過他去岡底斯山途中所遇到的一些事情。

在路上，甘瓊仁波切借住於某一民家中，因為藏人都是虔誠的佛教徒，所以都很殷勤的招待出家人。那家主人有位兒子，生下來就因為精神不正常而喜歡傷人，所以被關在屋子裡。他們向甘瓊仁波切請求為這位不幸的兒子加持，甘瓊仁波切就答應為他修施身法除障，並且囑咐他們把兒子帶出來以便就近加持。結果，那位瘋兒子帶出來後，甘瓊仁波切才開始準備修施身法，瘋兒子就搶過一根棍子往甘瓊仁波切身上打，嚇得甘瓊仁波切把法本一收就躲起來。並且和他們說：「對不起，瘋子放出來會打人，我無法當面加持，還是把他關起來，我再替他修法。」結果修完法後，瘋子還是一如往常，沒有什麼改變。

到了第二天，又有一位朝聖的喇嘛來到這家庭要求借宿，那家人也同樣請求他為這位瘋兒子修法，這位喇嘛也答應了。甘瓊仁波切就想：「我倒要好好看一看他如何替瘋子修法，可能和我一樣被打跑吧！」

那家人又把瘋兒子帶出來，瘋兒子仍和上次一樣想拿東西打人。出乎意料的，那位喇嘛並沒有坐在那裡正經的修法，反而他順手抄起一根棍子往瘋子身上痛打，並且越打越兇，只聽見瘋子在那裡「哎哎」慘叫。甘瓊仁波切在一旁看到就想：「完了！完了！那瘋子會被打死。」那位喇嘛一直不斷的打，最後瘋子終於昏死過去，喇嘛把棍子一丟，說：「好了，他的病治好了。」於是就帶著行李離開了。甘瓊仁波切趕快跑過去看瘋子有沒有被打死，瘋子只是昏過去，但小腿被打斷了。因為甘瓊仁波切會醫術，就留下來替他醫治。令人驚奇的是，瘋子醒過來後，竟然逐漸恢復正常人的心智，除了小腿的骨折外，其餘沒有一點不正常。

甘瓊仁波切和我說：「我們實在不知道成就者會在何時何地出現啊！」又半開玩笑的說：「為瘋子修施身法沒用，一定要用棍子打才行！」

另一次在途中，甘瓊仁波切因為沒有找到借宿的人家，只好在野外一個人靠著樹邊休息，對著月光獨自修施身法。

過了不久，甘瓊仁波切突然看到從遠方有個人慢慢地走過去，他心想：「這麼晚了，怎麼還有人在趕路。」就看到那個人走著走著，不一會兒就騰空而走，走向天空去，甘瓊仁波切恍然大悟：「難怪這麼晚還在荒郊野外，原來不是人。」

當甘瓊仁波切和我說這件事時，並附帶和我說：「如果看到不知名的鬼神，不要想去對治降服，反而增長心中的分別妄念，而要觀想他們的心就是智慧本尊化現。」

那時候，甘瓊仁波切就觀想那位不知是神還是鬼的非人心中為普巴金剛化現。突然，那人就在空中變成一個圓圈，慢慢地由空中飛向甘瓊仁波切的頭頂上方。甘瓊仁波切和我說：「每個修行人都說自己修行好，沒有執著。其實是不知道自己執著在哪裡。那時候圓圈飛到我頭上，我突然想到他會不會掉下來勒住我脖子，就猛然「呸」地一聲大喝。結果什麼事也沒發生，圓圈不見了，我自己也自然進入「大手印」的定境。說自己沒有執著，其實執著還是很多呀！」

六、與八蚌欽哲仁波切同行

八蚌欽哲仁波切是蔣揚欽哲汪波在噶瑪噶舉八蚌寺的轉世化身，不論在修行或學養都相當有成就，是當時康區相當有名的仁波切。有一次，八蚌欽哲仁波切要到拉薩去，途經南倩地方，就順道到鍾卡寺拜訪鍾楚仁波切，待了一些日子後，繼續前往拉薩，甘瓊仁波切自願和他們一行人一同前往。

走了沒多久，眾人行到一處隘口，突然天氣驟變，大雪紛飛，並且似乎不會馬上停止。當時他們正在半路上，如果一直待在那裡，一定會發生危險。八蚌欽哲仁波切就請甘瓊仁波切修法，希望能使大雪停止。其實另一方面也是因為八蚌欽哲仁波切不認識甘瓊仁波切，順便想看看他的修行成就如何。

第二天一早，大雪就停了，一行人很順利地繼續前往拉薩。但是後來有人問當地人時，都說：「奇怪！那場雪一直連續下了一個月，卻只有那塊隘口到第二天就不下雪了。」

到拉薩後，甘瓊仁波切和八蚌欽哲仁波切就要分開各自辦事，這一路上的行程，雙方都相當

感念對方的修行成就與德行，因為這一分手不知能否再見面，兩人都因此而難過流淚。

七、與現今法王見面

在我十二歲的時候，由西藏止貢替寺¹傳來消息——第三十七代止貢姜貢澈贊仁波切的轉世已經找到，並且準備舉行昇座大典。依照傳統，鍾楚仁波切必須到止貢替寺參加典禮，並為新任法王舉行一些重要的灌頂傳法，同時鍾卡寺的重要上師都必須隨同前往，甘瓊仁波切身為修院指導上師，也包括在其中。

臨走前，甘瓊仁波切私下和我說：「南倩這裡和止貢相隔這麼遙遠，也不知道他們找到的是不是真的法王轉世。我的比丘戒是前世法王所授予的，我自信對於戒律絲毫沒有毀犯。現在我的左耳已經聾了，如果是真的法王轉世，他只要吹一口氣，我的左耳就會重新聽見聲音。」於是他就隨鍾楚仁波切到止貢。

三個月後，鍾楚仁波切等一行由止貢回到鍾卡寺，寺內舉行盛大的歡迎法會，我也一起趕去迎接。甘瓊仁波切見到我，就非常高興的掏出一張相片和我說：「他是真的法王轉世，我的耳朵又能聽了。這是法王的照片，上面有他的拇指印，你留做紀念吧！」這張相片直到現在我仍隨身帶著，是法王五歲時的相片。

甘瓊仁波切後來說：「當我見到法王時，我就問他說：『怙主啊²，我是你以前的弟子，你記不記得？』他只是笑嘻嘻地搖頭說不知道。我又說：『我的耳朵聽不見了，可否請你幫我加持一下！』法王就抱著我的頭很用力的對著我的左耳吹了幾口氣，第二天清早起來，我的聽覺就恢復了，他真的是謝威洛竹³的轉世。」

甘瓊仁波切的圓寂

¹ 止貢替寺(Brigung Thel)，吉天宋恭於一一七九年在止貢地方接受帕摩竹巴弟子米轟貢仁的請求，在當地興建的寺院，以後成為止貢噶舉歷代法王駐錫所在地。止貢噶舉名稱亦由此而來。

² 姜貢澈贊，姜貢即怙主之意。

³ 謝威洛竹(Shi Wai Blo Grol)，第六世姜貢澈贊仁波切之法名。

甘瓊仁波切常和我說：「我不是位有地位的人，這一生也從來不企求擁有任何身外的財產。我是不是有成就，我死後你就會知道。如果你聽到別人說：『甘瓊仁波切有好多錢，有好多財產。』那就不是甘瓊仁波切。」又說：「我圓寂後，身體可以火化燒掉，只有我的頭髮可以留下來，因為我的髮辮中綁有仁津夠當見、鍾楚奴登多傑、仁津秋吉扎巴等九位岩取者的頭髮，可以留做紀念。」甘瓊仁波切是禿頭，只有在頭頂左右兩鬢生有稀少的頭髮，他習慣綁起來纏在頭上。

自從一九五九年逃出西藏後，我就失去甘瓊仁波切的消息。直到一九八三年，歐楚仁波切要回西藏探訪，我特地請他幫忙打聽甘瓊仁波切的消息，結果歐楚仁波切由鍾卡寺得到甘瓊仁波切已於一九六五年圓寂，並把當時的詳情寫給我。

一九六五年藏曆二月二十九日晚上，甘瓊仁波切最後召集他的弟子們一起共修大威德金剛，當誦文念到：「吾之體性乃三寶」時，端坐進入涅槃，並且維持禪定坐姿達兩天半。三天後，有大地震動，並由空中傳來音樂。那時因為中共禁止火化荼毘的宗教儀式，所以只有秘密地將身體運去天葬場餵給禿鷹身體。三月十日，運送遺體的人們到達巴哈多若的地方，晚上在當地休息。到了半夜，天空無雲，卻出現亮麗的彩虹，並且下小雨，達三分鐘。第二天一早，他們到達噶湊撒仁牟這個地方。三月十二日黎明，當葬禮要舉行時，天空全部呈現無雲晴空的深藍色，並且出現圓環狀的彩虹，以及藍色的一群小圓圈，小圓圈又圍繞成大圓環狀。眾人見此景，都感動地哭出來。有位叫羅桑爹千的堪布說：「這是金剛亥母的壇城啊！你們有幸能見到如此一位大成就者的圓寂，有什麼好哭的呢？」葬禮之後，就無異象再出現。

結語

甘瓊仁波切圓寂到現在已經二十六六年了，並沒有他的轉世出現。一位修行的人是不是轉世化身並不重要，重要的是他的一生為我們建立了良好的修行典範。自問我這五十餘年來的學習與修行並非有如何偉大的成就，唯一慶幸的，就是我所領受的傳承是一條清淨無壞的金色寶鬘，感念上師的無比大恩。

菩薩戒會開示（下）

朗欽加布仁波切（6/1/2001 教授於岡波巴中心）

（接上期四無量心——）一般以講經論的角度來說，是依慈、悲、喜、捨的順序解釋；但從修行的口訣來講，則依照派別有不同的講解順序，寧瑪派是從「捨」開始講，噶舉派則從「悲」開始講。今天我們要由寧瑪派的角度來說這四無量心，就像開始時我們祈願「願一切眾生具足樂及樂因」，「願一切眾生」這句話的涵義就是『捨』，也就是平等的意思；「具足樂及樂因」，則是『慈』心的體性。同樣在第二句中，「願一切眾生遠離苦及苦因」，「願一切眾生」是平等的意思，「遠離苦及苦因」則是『悲』心的體性。

一般解釋「慈、悲」都是以三個層面來講，如「慈」有緣眾生慈、法緣慈、無緣慈；「悲」有緣眾生悲、法緣悲、無緣悲。而四無量心又可分為「有緣四無量心」及「無緣四無量心」。所謂「緣」就是依止。「有緣四無量心」指的是依止特定的對象，「無緣四無量心」義指對空性的了解而沒有特定依止的對象。因為時間的關係，沒有辦法詳細說明。今天先講「慈、悲」。

從修行的角度而言，四無量心有兩種修法，一是「止」觀察修，一是「觀」直觀。「慈、悲、喜、捨」皆各有其禪定，所以也皆具有「止」與「觀」兩種修法。而講解經論與修行口訣的講法也有不同。現在以「捨」開始做觀想：自己站在中間，右邊是對我最不好的敵人，左邊是我最親近的親人；右邊的敵人不斷對我發出惡言而令我內心升起嗔意，親人則是從左邊發出愛語而讓我升起貪愛之念，藉由這種觀想而使自己對嗔恚與貪愛執著通通放下。這就如同是拿斧頭砍樹一樣，砍木頭的斧頭上的柄也是木頭做的；同樣的，今天我們因內心的執著產生敵人與親人的分別，但是親人和敵人與我們的關係並不是永遠是這樣子的，常常會改變的。有時親人會變成敵人，敵人也會變成親人。就如昨天（編按：2001年六月初）尼泊爾王子殺死了國王全

家，原本是一家親人，但是轉眼卻成了仇敵。或者也可以說，這是以前的冤敵，今世做了兒子來報仇。佛經裡也曾提到，有個阿羅漢在托鉢時，看到一名男子懷裡抱著兒子逗弄嬌寵，手裡一面拿著魚吃，一面又丟石頭打一條野狗，不讓它靠近吃骨頭。這名阿羅漢有天眼通，因此知道這男子吃的魚是他已去世的父親的轉世，打到的狗前世是他的母親，而懷中的兒子是他以前殺死的敵人來投胎的。所以說，我們要把敵人、親人與我們的關係想成是不確定的；經過不斷的輪迴轉世，這些怨親債主的角色不斷在變化。依照這種無常的觀想，自然而然會升起怨親平等的觀念。這是以世間的角度來觀修。如果要從佛法的角度來觀修，就如同密勒日巴因怨敵的迫害，所以升起修行的心願一樣。當面對敵人傷害的時候，要用平等心來觀，才會對我們的修行有所幫助。

我們受了菩薩戒以後，就是菩薩，必須要修六度波羅密；佛經上說修一百年的布施比不上修一天持戒的功德；修一百年的持戒比不上修一天的忍辱功德；佛的莊嚴三十二相、八十隨行好，也都是因為累世修行忍辱所得的佛果。所以我們行菩薩道時，對於敵人的傷害要以平常心、忍辱來看待。但是所謂的「忍辱」並不是僅僅要忍受別人的傷害，而是要了解到空性，至少應該要做到將親人與敵人看做是幻化、不確定的。否則如果只是一味的忍耐，終有一天再也忍受不了時，怒氣還是會爆發出來的。必須在真正了解空性後，才能夠稱之為「波羅密」，才能有智慧到達彼岸。如果仔細思惟，我們會發現敵人有時對自己也是有幫助的，而親人有時也會傷害我們。所以說敵人與親人是不確定的。

說完了平等捨的部分，有些人可能會問，如果別人傷害我、或利益我，我們都把它看做是一樣的，那不是跟愚痴沒有什麼兩樣嗎？不是這樣子的，如果了解空性如夢幻般的見地，就會了解到一切眾生是平等的；但是如果對這點尚不了

解的話，可以觀想虛空一切眾生都像累世的母親一般。

接著我要介紹一下止貢噶舉吉天宋恭悲心修法的「因果口訣」。這個教授的內容包括六因一果：第一因、觀想眾生如母（知母）。首先觀想自己的母親坐在前面，面貌就是我們現世的母親，但是同時也代表了所有累世的母親。接著思維母親對於我們的恩德，包括生育、養育、護育、教育等四個恩德。不只是人類，動物界裡的母親對於其子女也有這些恩惠。母親為了照顧自己的小孩，會做種種自我犧牲的行為、事業；當我們還是中陰身到處漂泊時，也是由於父母的和合因緣，讓我們有個可以寄託的身體。又經過十月辛苦懷胎將我們生下來。為了養育孩子，母親必須經歷許多苦難，甚至會生起種種自私的惡念來積聚財寶，而不往下布施、不向上供養，這種造作都是為了讓自己的小孩能夠生活的更好。這種動機雖然是黑業，甚至會傷害到別人，卻都是為了養育孩子才做出的。當孩子較大時，她還要費心教導走路，吃飯、講話及種種應對進退的禮儀。從佛法角度來講，修習佛法所需要的八有暇十圓滿，以及修學佛法的順緣也都是因為母親才有的。而今天修行菩提心又必須要以母親作為依止，如果沒有無量無邊如母般的對象，我們的修行就失去了依止。首先我們要認識母親、意念母親的恩德，了解這一切如母的眾生都欲求快樂而造出種種的業，但是最後卻都是得痛苦的果報。我們觀想對面的母親也是一樣想種安樂的因，但卻在不知不覺中種下痛苦的因，而得到病痛果報，如此我們自然而然就會升起悲心。這個悲心的體性是希望母親脫離痛苦；因過去的母親們對我們均有同樣的恩德，我們也希望他們都能脫離痛苦，最後觀想到遍滿虛空的一切如母眾生都是這樣的，才稱得上是真正的知道母親。

第二因、憶念恩德（憶恩）。第三因、報恩。第四因、慈心思維。希望一切如母眾生得樂，不僅是得現世樂而是證得佛果之樂。第五因、悲心思維。希望一切如母眾生，不僅是暫時脫離現世苦難，而是證得佛果，不再受輪迴之苦。第六因、增上意樂。藉由增上意樂而希望他們能夠得到究竟的佛果。剛開始也許不容易體會，但是如果朝這個方向去持之以恆的做，慢慢

地就會升起慈悲。這就像乾旱的地方，下一點小雨的幫助不大，但是下雨的時間久了以後，才能解除這個乾旱。宗喀巴《菩提道次第廣論》提到一個比喻：一棵苦樹，它的汁是苦的，所以剛放一點糖並不會覺得甜，但是慢慢不斷的加糖進去，最後就會嚐到甘甜。我們以前的習氣很重，所以也要慢慢培養慈悲心，才能嚐到甘甜。比方在每念一個咒或六字大明咒時，都是在為了遍滿虛空的眾生，以這樣的慈心、悲心來做，漸漸往菩提道上行。往菩提道上的關鍵就是要去掉我執。在台灣時，很多人喜歡接受咕魯咕列（作明佛母）灌頂，因為這個灌頂的功德是會讓別人喜歡。但是要真正得到咕魯咕列灌頂，第一個條件就是要具有菩提心。即使是這樣接受一百次咕魯咕列的灌頂，它的功德可能還比不上修菩提心來的好。因為有了菩提心以後，別人自然就會喜歡你。

現在我們要解釋菩提心，它可以分成三個部份，第一是菩提心的體性，第二是它的分別，第三是升起菩提心的方法。

菩提心的體性就是希望一切眾生遠離痛苦並且得到究竟的佛果，以自利利他作為處世的態度。自己的每一個行為都要以菩提心發出。每天早上醒來時，觀想自己是從無明中醒過來了；看到晨曦時觀想得到了智慧的光明；進一步發願自己今天所有行為都要能幫助一切眾生往佛果道路上前進；早上洗澡時觀想洗盡身上的污垢，而洗掉的污垢能布施給惡鬼道的眾生，同時因為這樣的因緣而助他們得到佛果。打開門時觀想打開解脫之門，關門時觀想關上三惡道之門；上樓梯時觀想往解脫道路走，下樓梯則為了解脫三惡道眾生。吃飯不是為了自己外表，而是為了填飽肚子裡的蟲，上廁所時也希望排出的廢物能幫助惡鬼道眾生成就佛果。

為什麼要這樣觀想呢？釋迦牟尼佛有位弟子具有神通，有次顯神通到惡鬼道，看到有一婦人，四周綁著四個餓鬼。這個婦人有好的房子及吃的東西，但是卻不給那四個餓鬼吃。這個弟子於是拿東西給這四個餓鬼，結果這些食物不是變成燒紅的鐵塊，就是尖利的刺針，都吃不下口。這個弟子覺得很奇怪，便問婦人是怎麼回事。婦

人說其實她的悲心比這個弟子還大，但因從前有一個聖者到他們家，她請自己的先生和三個小孩供養這位聖者，結果她先生說：「供養這個聖者，還不如給他燒紅的鐵塊。」而其他三個小孩也說了類似的話。她當時就說，如果善惡因果不爽的話，她要眼見這樣的因果。由此緣故，雖然以她的善業足以使她上升天道，她卻仍降生餓鬼道與他們為伴。這婦人同時提到在人世間還有個女兒，屋裡還埋有金子，請這位佛弟子轉告她女兒，將金子取出供養給聖者。

當這位弟子打算要離開惡鬼道的時候，又來了一位女鬼。她請求他上去後把她的居於人世間的先生找回來，因為這對鬼夫婦的五百個子女都沒有東西吃。這位弟子回到人世間找到了她的先生，但是她先生說剛才有位出家人吐了口痰，一大堆餓鬼都在搶，他只搶到了一點，根本不夠分給五百個小孩，所以得要留在這裡繼續的等。此一典故提醒修行人不論大小便都應該流露出悲心。

其次提到菩提心的分別，世俗菩提心的發心可以分為三種：一、國王發心。自己先成佛後，則所做的事業自然可以令一切眾生皆得成就。二、舟子發心。船夫和乘客一起到達彼岸，也就是說要和眾生一起成佛。三、牧羊者的發心。牧羊者在後面驅趕羊隻先走，也就是希望眾生先成佛，自己再成佛，就像是文殊菩薩的發心一樣。不論哪種方式的發心都是不捨眾生，希望無量無邊的眾生都能得到佛果。如此的發心聽起來雖然很簡單，但是在經典裡記載，下根器的人需要三十三無量大劫，中根器人要七大劫，上根人也要三大劫才能成佛。達賴喇嘛在台灣演講時說，顯教經教說要三大阿增祇劫才能成佛，非常有道理；在密續裡雖說現世就可以解脫，但如果沒有真正明瞭其中的道理，而以為現在修行馬上就能成就，結果隔天後還沒什麼感覺，若因此出現邪見，反而不好。

另外還有一種菩提心的分別方式，是以五道菩薩次第來講：在資糧道及加行道時候的菩提心稱為信行發心，純粹只是世俗菩提心。菩薩初地到七地時，對勝義菩提發心略有了解，叫做增上清淨發心。經由這個階段中禪定的修持，在出定

時的後得智與我執日漸減少，障礙漸漸消除，所以稱為增上清淨發心。八地以上稱為成熟發心，因為從前在資糧道及加行道時所發的願，已經由於空性的證悟而得到成就。到了第十地時稱為斷障發心，因為此時已經是要證得最後的真實成就（勝義菩提心）。在證得十地之前煩惱障已斷除，但是仍有細微的所知障，經過最後的斷障發心，再加上密續的大光明灌頂，就可以得到究竟的佛果。經典裡提到如果沒有得到諸佛的灌頂，並不能算是真正的成佛。煩惱障及所知障的意義繁多，因各教派不同而有不同的解說，在此無法詳細說明。

發起世俗菩提心的依止是由我們一般的分別妄想而升起的。之前提到過緣眾生悲和法緣悲，是由對眾生的觀察開始，眾生因為無明愚痴的關係，不知如何種下安樂的因，所以我們希望他們能得到佛法的教授。而無緣大悲是指真正了解到了空性。有些人問說如果沒有執著的話，怎麼升起悲心呢？我們現在因為有執著的關係，所以很難真正升起無我的悲心。當證悟到沒有執著之後，我們自然能夠體悟到那種悲心，如今我們不過是慢慢培養自己朝那個方向去做罷了。八萬四千法門都是悲空雙運，密續修本尊是依悲空雙運的見地來化現，而所謂的魔鬼也是三毒所化現出來的。如果在修忿怒本尊的時候，若是不了解悲空雙運的意義，而只是修一個忿怒相而已，就會跑到邪魔去了。就如同一把刀子，懂得用的人可以拿刀子來做事，不懂得人拿刀子殺人，文殊菩薩拿刀子把智慧斬出來。所有佛法都是好的法門，主要是要適應眾生根器的不同而有不同修法。

何謂勝義菩提心？它是分別的妄念融入法界所顯現出來本來的智慧。

世俗菩提心又可分為願菩提心及行菩提心兩種。願菩提心是看到一個目的而願意達成目的的菩提心。行菩提心則是為了要得到果位而去行動。世俗菩提心可由儀軌而升起，但是勝義菩提心是否可以藉著儀軌而升起，則有不同看法。這裡先不對這些辯論多做說明，明天所要受的菩薩戒是依據吉天宋恭承襲帕摩竹巴所傳下來的菩薩戒儀軌，其中同時包括了世俗菩提心和勝義菩提

心的內容。簡單的說，世俗菩提心是發起救渡眾生的心願，因此是可以經由儀軌而產生，但是勝義菩提心指的是空性的證悟，必須經由禪定才能產生。所以就有許多是否也能藉由儀軌而獲得的辯論。什麼是儀軌？儀軌是一種方法。雖然我們說勝義菩提心必須經由禪定才能產生，但是這個修行的開始還是需要方法，就比如禪宗棒喝可以讓人開悟，這個棒喝也就像是一個儀軌。對利根的人而言，也許一棒子打下去就開悟了，但是對頓根的人而言卻未必有用。

行菩提心基本上是指行六度波羅密：一、布施，分財施、法施、無畏施三種。財施除了指金錢之外，布施給餓鬼道也是一種財施。布施時應當抱持不要希望得到回報的心態，不希求因布施而得到善果，同時希望布施的善果能夠迴向給所有一切眾生，都能得到佛果。更大的布施是「捨」，如佛陀前世捨身飼虎等本生故事。法施就是為眾生講解正確的佛法。無畏施是保護眾生、免除他們的恐懼。

二、持戒，分攝律儀戒、攝善法戒、饒益有情戒。攝律儀戒是斷十惡、行十善，從中可以再細分為種種別解脫戒律，如優婆塞、優婆夷等等。受戒的動機必須正確，比方說不是為了逃避法律的制裁才來受戒的。如果動機是為了自己的解脫而受戒的話，只是小乘動機；如果是為了眾生的解脫而受持戒律，才是大乘的動機。攝善法戒指的是為了修行種種善法而持戒。傳統上中觀派及唯識派對饒益有情戒有兩種不同的說法。按照中觀派的講法，寂天菩薩依據虛空藏經，提出了十八條戒律，包括國王五條，大臣五條，人民八條。詳細內容請參考岡波巴《解脫莊嚴寶論》的說明。其中有一條提到不能對根器不足的人說空性，就好像沒有足夠福德資糧就要修大手印，大圓滿一樣，是不可以的。正如我之前講過的，空性就好像母親，什麼都能出生，必須要悲空兩者雙運才不會走錯路。另外有一條戒是不能對大乘行人說光發心沒有用，應該去行小乘道，或是告訴小乘行人持戒無法成就，大乘行人不需要戒律。由於自己的忌妒心而自讚毀他、為了自己名望而詆毀別人的過錯、用各種方法強迫他人供

養、對提供供養的人說人家已經不需要供養了、對剛剛開始修習止觀的人說這個法們太幼稚了等等，都是犯戒的事情。

無著菩薩對饒益有情的願菩提心戒，提出：
1. 不捨眾生，這是非常重要的。也就是說縱然有些眾生傷害了我，我也不捨棄他們。2. 思維眾生對我們都有無比的恩德。3. 要不斷積聚福德。4. 斷除四黑法，成就四白法。（出於《寶積經》）。5. 不捨遍智佛果。其中不捨眾生和不捨遍智佛果是最主要的，如果沒有的話，其他的幾項也都無從生出。

三、忍辱，同樣可以分為三種：1. 對他人加予自己的侵害都心無記掛的接受；2. 對苦痛和折磨之忍耐，應觀察苦痛之自性而行堪忍；3. 善思法要，以欣樂心來接受折辱及苦痛。

由於時間的關係，其他的部份請參考岡波巴大師全集的說明。

明天受了菩薩戒之後，各位就轉化成了菩薩。就戒律的意義而言，別解脫戒就好像是個陶碗，破戒就像陶碗破了，很難再加以修補；而菩薩戒就如同是個銀器，如果凹陷了，還可以敲回原形。根據西藏傳統，受持菩薩戒之後，如果犯戒的話，應該以持誦《三十五佛懺》，來作為自己懺罪的修法。



菩薩戒會場，朗欽加布仁波切講解傳授菩薩戒

菩薩戒

大乘十八根本墮

- 一、讚自毀他 — 讚美自己、毀謗他人。
- 二、不施法財 — 心生慳吝而不行財施及法施。
- 三、不受悔謝責打他人 — 不接受他人懺悔或感謝而責罵毆打他人。
- 四、誹謗大乘說似是法 — 毀謗大乘法門，改說其餘相似法。
- 五、竊奪三寶財務 — 偷竊、奪取三寶之財。
- 六、謗捨佛經 — 毀謗或捨棄佛經之言語文字。
- 七、逼凌僧侶 — 毀謗或凌辱出家僧侶。
- 八、造無間罪 — 造殺父、殺母、破和合僧、殺阿羅漢、出佛身血等五無間惡業。
- 九、執邪惡見 — 執著不正邪見。
- 十、毀滅城邑 — 攻打毀滅城市居處等。
- 十一、向非法器說甚深法 — 對於不適當根器之眾生宣說甚深佛法，致生邪見。
- 十二、勸退大乘 — 勸說他人不信大乘，退轉其發心。
- 十三、勸捨別解脫戒 — 勸說他人捨棄，不持守別解脫戒。
- 十四、誹謗小乘 — 誹謗小乘佛法。
- 十五、妄說上人法 — 自己不懂卻隨意妄言上師法語。
- 十六、收三寶財物 — 非出正因收受三寶之財物。
- 十七、制立惡律 — 隨己意制定非佛法之邪惡律例。
- 十八、捨菩提心 — 捨棄菩提心。

瑪爾巴譯師傳 (3)



之後，瑪爾巴又想去東方藩伽羅，那兒有一個天然生成的喀隆巴尼佛像的寺廟，瑪爾巴想去朝拜，並順便找盧譯師談論一下摩訶麻耶的法。又適聞盧譯師正在那爛陀寺與帕里達巴論師學法，瑪爾巴便向該處直奔而去。一天，瑪爾巴買了些可口的湯飯，與盧譯師共用，席間又辯論起摩訶麻耶的法，最後瑪爾巴獲勝。盧譯師問：「傳你此母續法秘方的導師是誰？」瑪爾巴隱瞞上師的姓名答道：「我的導師具足三瑜伽，其貌不揚卻精通密法，是得究竟法的瑜伽師，又是指示解脫道的師父，現在駐錫迦毗羅衛城。」盧譯師聽後便直奔迦毗羅衛城，尋訪指示解脫道的師父的住處，人們回答說：「舉凡一切師父都是指示解脫道的，你要找的是誰？」盧譯師想想也是，看樣子瑪爾巴是隱瞞了師父的真情。盧譯師雖知如此，但仍多方打探。據傳起初沒有問出個所以然，後來雖問出師父住在毒海洲，但又不肯前往，因此他也未能見到古古熱巴。

瑪爾巴回到師父那洛巴跟前，向那洛巴稟告道：「我遇到盧譯師，與他辯論母續，結果我獲勝。他便問我傳我母續的師父是誰，我沒有告訴他。」那洛巴說：「師父是誰倒用不著保密。他的金子再多也沒甚麼意義，需要的是福氣和修積。」瑪爾巴請求師父准許他去見麥哲巴，那洛巴高興地答應了。瑪爾巴又向師父那洛巴奉獻另師歡喜的供養，並贈勇父、空行母及金剛兄妹法友等以薈供朵瑪。他祈禱免除一切障礙，結果獲得若干稀有的吉兆。

瑪爾巴動身上路，邊走邊問麥哲巴的住處。有人告訴瑪爾巴說他住在如火燃燒的一座山上的寺廟裡，且通往那兒的路實在艱險難行，還是不要去的好。瑪爾巴想：我今生不是為求財而來，而是為求法而來，縱死無怨，決意要去。於是毫不猶豫地繼續前行。只走了少半天，就到了麥哲巴

的住處。適逢麥哲巴正坐在尼拘屢陀樹¹下乘涼。瑪爾巴見到上師，好像常啼菩薩見到法上菩薩²一般，高興至

極。向上師禮拜七次，供上黃金，並獻上讚頌上師身語意三密功德的道歌一首。唱道：

「您為超度芸芸眾生，投生瞻洲王族之中，內外諸種修法皆通，我向麥哲巴您禮敬。至尊度母作了授記，加持盡把災厄除去，我禮靜修王您的足，我讚美您阿哇都帝³，您身珍寶金山一般，智慧願力清淨非常，煩惱病患一掃而光，我讚美您佛法太陽。您心已用金剛空性，摧毀我見⁴大山無影，見到諸法平等真性，我把無比師尊您頌。瞻洲化身一切之主，金剛薩埵⁵體性堅固，具悲藏地眾生怙主，我讚美您作頂怖殊。人與非人一切妖魔，毫不例外都甚驕惡，莫不降伏無一逃脫，我讚美您持金剛者。具大悲的善逝喇嘛，捨棄王位修習正法，在那洛巴諸師門下，求諸教授獲益甚佳，又把多數續部⁶學完，去到南方劇毒海邊。依止希瓦桑布近前，得諸教授受益不淺。請尊者以大悲攝授，我不惜命來把您投。今於燃火山寺裡面，尼拘屢陀樹蔭下邊，有幸與您得以見面，麥哲巴您佛子一般，頓生如日升騰信念，縱以身殉也不退轉。我的心口一致虔誠，祈請您賜攝授無間。

¹ 尼拘屢陀：即榕樹。

² 法上菩薩：即古印度法勝論師；常啼菩薩是法勝論師的弟子之一。

³ 阿哇都帝：麥哲巴的別號。

⁴ 我見：指五蘊假和合之心身，視為常一之義，謂之我見。

⁵ 金剛薩埵：又稱金剛勇士。密乘百部本尊之共主。右手當胸執剛杵，左手持鈴置左股上，兩足結跏趺坐，身色潔白，皎如皓月。

⁶ 續部：恒特羅部。解脫大乘教中金剛乘或密乘灌頂、道次建立、修法和法術等的佛說經典。

今得大婆羅門風範，來到化身靜修王前，為了求得無上法門，那達頂首深奧義理，祈請您把遠離二邊⁷，虛空般的大手印⁸傳。」

經瑪爾巴如此請求，麥哲巴點頭答應，便為他傳授全部大灌頂，並賜給他「突吉多傑」⁹的密名¹⁰。當時瑪爾巴供奉了使上師滿意的供養，並作了使空行護法歡喜的薈供，因此得到許多奇異的祥兆。麥哲巴於是給瑪爾巴傳授大手印的法門連同親授，並傳了本續的讚歌連同解釋，以及歌謠講解等。總而言之，舉凡可解疑團的，麥哲巴全都傳授給了瑪爾巴。瑪爾巴依據上師所傳之法進行實修，立即生起殊勝證悟，心中無限歡喜。為酬謝上施大恩，瑪爾巴舉辦法會，席間向上師奉獻供養，並將自己實修所悟作成一首道歌，呈請上師指正。歌中唱道：

「頭頂大樂無量宮¹¹，無垢蓮花日月座，於中大悲救主坐，請您加持我心續。您與三世一切佛，以及本尊與天眾，毫無分別一般同，都帝巴您更堪敬。請坐我心蓮台中，加持我將語諦成，在那印度淨土中，有那洛巴等大德，他們踐履之足堅，我悉恭敬奉頭頂。本續雖已聞多遍，但我從不覺自滿，今天我至尊者前，請把正法為我傳，特別祈請師憐憫，為我傳授大手印，斷除已知法疑團，於未知法勤研習。又得薩日哈密傳，同得感應與證悟。我將心中諸證悟，作此道歌獻我主。了悟內外諸教派，全集大手印之中。一切無邊不實境，雙運平等幻化成。此種無斷法爾¹²性，是自覺性不昧靈。雙運覺性本自然，便是本智天成見。

四威儀中入定出定，三世不離如水流行。瑜伽現識¹³無有遮蔽，也無散亂是為修行。三世身語意業諸法，錯綜不定而又恆常，不變無為體性平等，如同變化是為其行。於剎那間所悟體性，頓然了悟無減無增。自我解脫¹⁴本分安樂，斷離希疑¹⁵是所證果。種種教言應聞盡聞，始悟因為心性法身，始能斷疑生起篤信，始能夠斷除迷亂之本。對於世俗無所欲想，對於佛尊無所希望，全賴依止就主近旁，領受大法修果輝煌。又賴歷代上師感應，今始奉獻了悟驗證。祝願在座師尊弟兄，身心快樂珍重珍重。」

麥哲巴聽了之後，又為瑪爾巴講說十二要法，並作金剛道歌如下：

「弟子弟子你且細聽，為師所唱牢記於心。如果你的信根不固，不二之根亦不堅固。汝若不生無私悲憫，二種色身¹⁶亦不可得。汝若不習三種勝慧，相續心上證悟難獲。汝若不依尊勝上師，二種悉地¹⁷將不可得。汝若無決心之根本，決無法將意識分離。汝若未證所現色相，不應沉靜而為大樂。汝若生起貪耽之心，應修極喜大象之行。有時煩惱於心生起，應常觀心專注修習。若因外緣妨害此心，當長修持四灌頂法。若墮煩惱自續之中，應將上師教誨憶誦。若是不能專心祈請，怎能感應堅賢心意。若不交修生圓次第，怎悟生死無別之理。若得此歌十二要法，外加正念一共十三。瑜伽行者依之修習，登十三地絲毫無疑。」

瑪爾巴聽了麥哲巴的教誨，心中十分欣慰，對麥哲巴生起毫不更移的信仰。

隨後，瑪爾巴辭別麥哲巴返回布拉哈日，到了那洛巴跟前，那洛巴說：「在南方毒海的索薩嶺尸陀林，住有一位佩戴骨骼裝飾的空行母

⁷ 遠離二邊：即無邊。二邊指斷常二邊或生死涅槃二邊。

⁸ 大手印：亦稱大印。舊密所說究竟果位或殊勝成就，極無變異之樂，與第一剎那所印證此樂之一切種色，無污無盈，體性如初，乃至虛空未盡，常住常靜，斯之為印；斷、證、心德三大具備，斯之為大，故名大印。

⁹ 「意金剛」之意。

¹⁰ 密名：受灌頂時所賜的名字。

¹¹ 無量宮：即安堵宮；材料、規模以及功德無可比量的本尊宮殿式壇場。

¹² 法爾：即法性，亦是空性。

¹³ 瑜伽現識：四種現識之一。

¹⁴ 自我解脫：密乘大圓滿四解脫法之一。自然本智從未受任何對治之所造作，凡所顯現，蛇結自解，不待其他能解脫者，故稱自我解脫。

¹⁵ 希疑：希望和疑慮。

¹⁶ 色身：由於有緣福德資糧究竟圓滿，面對一切淨與不淨所化眾生應現利他的有貪報身及無貪化身的二種身形。

¹⁷ 二種悉地：即二種成就—殊勝成就與共通成就。

哲澤頓登，你可以去那兒，請她傳你四座法。此外，也可以向你所敬信的『古蘇魯』行¹⁸者請法。」

瑪爾巴聽從師命，前往索薩嶙尸陀林，尋找那位瑜伽母。哲澤頓登住在一間茅草屋裡，瑪爾巴前往拜見，供上黃金曼達，並請求她傳予法要。瑜伽母果然應允，高興地將四座法的灌頂及教授全部傳授予瑪爾巴。之後，瑪爾巴又到森格嶙巴等地，參訪坐於屍陀林及樹下的具德「古蘇魯」瑜伽師，求得生起圓滿二種次第的灌頂與教授。同時，瑪爾巴也趁機請求，獲得許多即刻急需的零星教授，而成為教授的大庫藏。

參訪之後，瑪爾巴回到那洛巴跟前，向上師頂禮問安。那洛巴問瑪爾巴：「你是否對那些灌頂與教授生起極大信心？」瑪爾巴便將經過情形一一稟告，上師聽了非常高興。瑪爾巴又請求那洛巴傳授勝樂輪的灌頂與教授，並講解本續的疏釋。那洛巴答應他的請求，並說：

「此法實修至關緊要。」且並，又為瑪爾巴傳授四大口傳教授之一的那洛六法¹⁹，以及直指本心俱生妙智的大手印等教法。瑪爾巴依上師所傳進行實修，心中生起許多無上密宗的殊勝經驗，尤其是實修拙火²⁰，現證樂、明、無分別雙運，於三業毫不動搖中，經七晝夜，獲得堅定，起現十種驗相，使他心情歡樂地度過晝夜。

至此，瑪爾巴心想：我在尼泊爾與印度大約十二年，期間不僅獲得許多灌頂與教授，就是對於文字義理的學習與實修，也作了問心無愧的努力，因此所講與所修的法均可不求他人。現在，由於金子即將用盡，應暫且回藏地，再籌措些金子，以便重返印度供養上師，令其歡

喜；屆時，可將從前已得諸法的疑惑，予以認真解除，未得諸法，盡量訪求。瑪爾巴也立下宏願：無論如何，要在西藏弘揚佛法，尤其是實修的密宗²¹。

於是，留足回藏地的路費，瑪爾巴將剩餘的金子全部置辦成物品，召請婆羅門殊迦母底與瑜伽母殊迦朵日等，舉辦一個齋供，以酬謝班欽那洛巴之恩，並表示祝賀。席間，瑪爾巴心想：我從西藏來到印度，訪見並受教於諸多學問精湛、成就非凡的大師，聽聞學習不少本續及疏釋；印度語言及翻譯，也已通曉；實修上，心中也能生起無誤的驗證，但願從此沒有障礙災厄，使我回到西藏。此時，瑪爾巴真是快樂不過！於是唱了八大道歌，其中第一首是仿琵琶長調體系韻律，將所證悟唱出，獻給具德那洛巴尊者：

「具德法主上師寶，往昔修積造化好，因此您才有福運，得以親見帝洛巴。對於世間所難捨，諸多煩惱您輕瞧，十二大行銳意修，苦惱一概腦後拋。以此苦行誓願力，求得剎那見真諦，室利曼那僧地呵，我恭敬地禮您足。西藏譯師小衲我，前世積造緣不薄，今生幸見您那洛，予我教授喜金剛，又賜摩訶麻耶法，以及心要之勝樂，更將那四本續²²之，秘蘊心義作抉擇。格瓦桑摩並賜許，攝授如水流不息，親示四灌頂妙義，生起無漏三摩地，命勤遷轉²³的日月²⁴，投入不動虛空裡。舉凡自然俱生力，樂、明、無別心生起。習氣睡眠的迷亂，了悟光明道本體。意之所動之二取²⁵，溶入無相法身裡。幻術所便內外境，了悟無生大手印。在內作能執意識，如同舊友重相逢，自己認識自體性，如同啞巴作睡夢，唯觀無言的道力，如同少年享安樂，

¹⁸ 古蘇魯行：即乞士行，捨棄一切如乞丐。

¹⁹ 那洛六法：古印度佛學家那洛達巴所傳修道六法。一說為臍火、光明、幻身、中有、往生與奪舍；另一說為臍火、光明、幻身、雙運、往生與奪舍。

²⁰ 拙火：猛厲火，或名臍輪火、絕地火；梵音譯作旃陀離。密乘圓滿次第根本法之一；集中堅守脈、風、明點，以使臍中針影〔形如倒豎梵文字母阿〕燃起樂煖。功能猛厲，焚燒一切不淨蘊界，滅盡一切煩惱尋思，而迅速生起俱生妙智。

²¹ 實修的密宗：即道統；師徒授受修行訣竅的傳承。

²² 四本續：四部、四續部；即事部、行部、瑜伽部及無上瑜伽部。

²³ 命勤遷轉：一種主生命的風息修法。

²⁴ 日月：此處指紅、白菩提。

²⁵ 二取：能取與所取。

證得難表的悟境。恩重如山那洛巴，
以後再勞您尊駕，請授灌頂賜加持，
以其大恩救度我。」

道歌唱完，那洛巴將手放在馬爾巴頭上，也
以道歌形式回答，作為教言：

「西藏譯師馬爾巴你，別求今生世間八法²⁶，
別分別能所你我界，別毀謗親屬為仇敵。
聞思二學是除暗燈，別堵殊勝解脫路徑。
對於從前有德大師，爾後仍應敬奉如始。
自心本是無價珍寶，別以我慢之水灌澆。
應當防護謹慎不亂，則諸願望應會實現。」

此外，還說了許多慈愛的話，馬爾巴聽了
很是高興，於是立誓今後仍然回到師父跟
前，便辭別那洛巴啟程回西藏了。

(下期待續)

(查同杰布著，張天鎖等原譯)



馬爾巴之上師 —— 那洛巴



菩提心讚頌寶炬 (4)

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

昆努仁波切

རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི། །ཐབས་མཚོག་ཅི་ཞེས་དབྱེད་པ་ན།
 རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་འབའ་ཞེས། །ཡིན་པར་ངེས་ནས་དགའ་བས་བསྐྱེད།
 འབྲས་བུ་ལན་ཅིག་མིན་འབྱེན་བྱང་སེམས་དགེ།
 །རྣམ་མཁྱེན་བར་དུ་མི་ཟད་ཡོངས་སུ་འཕེལ།
 །རྣམ་མཁྱེན་རེག་ནས་གཟུགས་སྒྲིའི་ཆུ་འཛིན་ལས།
 །དམ་ཚོས་ཆར་གྱིས་འགོ་དགོ་ལྷུ་གུ་རྒྱས།
 རིག་པའི་ནང་ན་ནང་དོན་རིག། རིག་ཆེན་ནང་ན་ཡིན་བཞིན་ལོར། །
 ལྷུང་འགོའི་ནང་ན་ཅང་གེས་ཏེ། །སེམས་ཀྱི་ནང་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས།

- 12 若為自利與利他
審慎抉擇殊勝法
既定菩提心最勝
當下欣喜令增長
- 13 菩提善業之果報
證遍智前難用盡
遍智色身法雨雲*
滋潤諸善之苗芽
- 14 智慧中之內義智
眾寶中之如意寶
騁馳者中之駿馬
心意中之菩提心

*遍智乃法身；象徵報身與化身的雲、雨乃為色身

²⁶ 世間八法：八風，八世風。指對自己稍有損益即生喜怒的世間八事：利、衰、譽、毀、稱、譏、苦、樂。

༄༅། །། བཏམ་པ་སྤྱི་ཚལ་གྱི་སྒྲོལ་གར་བཞུགས་སོ།།

出世法言、蓮苑歌舞 (3)

巴楚仁波切 烏金吉美秋吉旺波 著

說畢，奄奄一息。達陽此時猛覺痛苦如利刺穿心，悲極不能對答。剛才哎呀一聲，突然狂風裡灑下猛烈冰雹，高空裡嘩啦啦響起迅雷，天上閃光像鮮紅的火練飛舞起來。達陽不知所措，慌張躲進斷岩穴中，連呼啊啣啊啣！接著冰雹愈益猛烈，飛洪滾石遍山滿野，霹靂吼聲破天裂地，河下到處驚濤翻滾，駭浪滔天，高山夷為深谷，平原佈滿卵石，池水沸揚如血，芳草鮮花，大者摧毀，小者倒伏，長者折斷，短者淹沒，纖細者皆已散盡，杳無蹤影。過了一陣之後，烏雲都散盡了，明朗的太陽出來了。此時，達陽起身向蓮苑走去，但見那些生長在草地和池塘裡的花朵：粗大的還伏倒在地上，細小的連痕跡都不見了。生長在水裡的蓮花，冰雹下降時全都淹沒在水下；雹過天晴，便又伸出水面，重新開花，蜂蝶三五，飛舞嬉戲，頗為歡樂。阿寧所在的花朵雖然未被冰雹毀滅，由於深深淹在水底，阿寧氣息閉塞已經死去，屍體捲曲，附著花心。面對此景，達陽橫被極度悲傷之所壓抑，痛苦鉅心，珠淚滿目，往昔燦爛的陽光，怒放的花瓣，歡舞的蝶蜂等一切引發歡樂的景物，都成為痛苦的益增，以非常悲哀的聲音哭訴道：

嗚呼嗚呼嗚呼，好苦好苦好苦！
輪迴痛苦本性，請看如此苦景！
無常幻化村落，請看如此廢墟！
無常迷眼宅舍，請看如此傾圮！
欺誑不實妙欲，請看如此變異！
適才錦繡花團，此時落英殘敝；
適才肥碩綠葉，此時飄零滿地；
今晨幸福樂土，現時悲苦畢集；
從前相伴良友，而今身心分離；
前此樂觀達陽，而今希望斷絕；
從前可愛妙欲，而今都成苦因；
今晨良好六足，此時已為死屍；
言念此情此景，哀哀我心悲哀，
昏昏我心昏迷，攘攘我心擾攘，
顛顛心驚肉顛！驟然死神魔鬼，

已經先臨她身，何時來臨我體，
知此為有師尊！苦也達陽苦也，
願得師尊賜福，轉我心向如法！

達陽如此哭訴多時，心中異常悲傷，無心在此久留，隨即飛向高峰蓮花山前，在婆羅門徒少年蓮喜住地附近，滿垂露珠的翠柏葉間盤旋悲歌道：

嗚呼可喜百花快樂園，
本是不可喜愛苦難村，
可愛妙欲五境諸享受，
本是可憎無常遷流苦；
傾心愛侶終身永世伴，
已成不可愛憐腐爛屍。
知曉知曉三寶全知曉，
思念思念自念出世法，
急迫急迫急趨正法路。
築成皆倒宮殿有何用？
積來皆散財物有何用？
會聚皆離親戚有何用？
高位皆顛權力有何用？
有生皆死現世有何用？
業作之合親愛好配偶，
此刻容或已入中陰境。
死後指望唯有出世法，
有用佛法自己若不修，
資材雖富有錢無處買，
朋黨雖眾有力無處奪，
意氣雖投有朋無處贖，
善業饋贈禮物無處獻，
閻王判決緩期無可延。
擱置不修多聞終無益，
荒棄不耕田土終無益，
放置不騎良馬終無益，
從今始念一切皆不需，
有生餘年一心修佛法。
不思怨仇不謀克敵術，
不思親友不勞結納心，
不思貨財不暇累積蓄，

不思祿位不含笑奉承，
 不思朋黨不求互愛憐，
 不思衣裳不恃溫柔軟，
 不思食物不擇甘味美，
 不思居住不據城郭堡，
 不思今生現世是魔鬼，
 不思一切幻景是怨敵。
 無分別中舒暢安然住，
 無思慮中平等自緩馳，
 無修習中親自見法身，
 高臥山谷證士真安樂！
 幻景息滅尋思不負多，
 去取息滅部矯揉造作，
 疑望息滅遠離希求欲，
 錯亂永滅通人真安樂！
 心不造作平常本來心，
 髮不修飾披髮自下垂，
 行不造作任性不檢點，
 斷絕造作瑜伽師安樂！
 臍輪火燃無衣坦蕩蕩，
 定力馴熟無食樂融融，
 內證通達赤身無拘束，
 道相淳厚得道真安樂！
 毅力堅強自心樂苦行，
 能守誓言獨自安然住，
 飲水吞石便足養生命，
 戒禁成就仙人真安樂！
 如法修行一切皆安樂，
 貪戀今生是誰也痛苦，
 靜幽山野永時皆安樂，
 輪迴城邑隨處皆痛苦！
 依靠三寶經常稱心願，
 貪圖名譽恆常遭禍殃！
 上對官家交納復交納，
 交納無已就此可罷休；
 下對僕役賞賜復賞賜，
 賞賜無已就此可罷休；
 中對親友撫育復撫育，
 撫育無已就此可罷休；
 怨家仇敵爭鬥復爭鬥，
 爭鬥無已就此可罷休；
 熟地良田耕植復耕植，
 耕植無已拋捨成荒地；
 造就宮室居住復居住，

出離心有近似法：

- 一愛盛裝改舊衣，
 - 二圖安逸處幽閑，
 - 三圖咒力修念誦，
 - 四為遊覽朝聖地，
 - 五因疑怨捨八法，
- 近似出離非出離。

居住無已徒步入空山；
 充飢食物吞嚙復吞嚙，
 吞嚙無已就此修苦行；
 禦寒衣裳穿著復穿著，
 穿著無已赤身自遠離。
 立刻就行立即行佛法，
 立刻就修立即修死道，
 此即誓言諸佛請垂念，
 此即諾言我心自主張。

對此，仙人蓮喜心中揣度：金蜂達陽雖早已熱愛佛法，諸事穩重，心地純良。此番遭逢時變，偶爾生起出離之心，難免不能長久，我且先作考驗。因而唱道：

喂喂金蜂達陽心中友，
 獨自引吭悲歌所為何？
 今朝宿業注定終身侶，
 突然死魔套繩牽引去，
 不當灰心但應更堅毅，
 出世法基世法宜圓滿，
 不為安樂出世法何益？
 勤修佛法就為求安樂。
 一友死去何至更無友？
 世上從無一死便計窮，
 時苦時樂本是輪迴性，
 心覺安樂還有百次來，
 偶爾厭離天王所幻化，
 君豈不知此中無真情？
 信心乍現本是心變異，
 君豈不知此心不長久？
 孟浪布施本是輕率行，
 君豈不知此舉無後果？
 突遭厄難暫現一剎那，
 君豈不知于意無得失？
 二道圓滿聖者所力行，
 君豈不知內有解脫道？
 妙欲會道密乘巧辦法，
 君豈不知其中有捷徑？
 爭取王位即是佛子行，
 君豈不知中有利生事？
 聚斂貨財有力興布施，
 君豈不知彼具六度行？
 當知心意不定多許諾，
 最後終成各種違犯因；

毅力不堅許諾修苦行，
 小心終成邪見生起因；
 持續不久厭世想出離，
 小心終成自己失策因；
 未得定力獨自隱深山，
 小心終成感覺厭煩因；
 未證空見猛浪入險地，
 小心終成神鬼捉弄因；
 大道未成率爾行戒禁，
 小心終成墮進地獄因；
 本性未移外表改束裝，
 小心終成被人恥笑因；
 不經觀察草率多心計，
 小心終成生起悔恨因；
 事無定準行為多紛異，
 小心終成完全厭惡因；
 未證見道為人說先知，
 小心終成自他俱毀因；
 悲心不淳許諾利生行，
 小心終成生起執著因；
 未曾嚴謹思考與觀察，
 不可隨心所欲衝口出，
 不可口中所說都實行，
 做到掌握不失是關要，
 做到執持不捨是關要，
 做到言不虛妄是關要。
 精明金蜂君意善存念，
 此是散人蓮喜心中言，
 是我由衷體驗莫譏笑，
 是我親切密語莫指責，
 此是實語留心審觀察！

說到這裡，金蜂覺得有些與心不合，隨即
 唱道：

哎呀幽靜山林中，婆羅門仙多悠閒，
 貝瑪杰巴多歡快！對我孤零小蜜蜂，
 肯作衷友情義深，對我悲吟小達陽，
 講說密言心意長；對我憂傷小金蜂，
 賜予安慰恩德厚！尊言二諦圓融中，
 若有至理真奇怪！面對輪迴痛苦情，
 小蜂我心生厭離。往昔我曾衣善士，
 一心嚮往如來教，修道誓言銘心中，
 決非偶爾故作態，一心眷戀幽靜林，
 一心景仰上人行，凡夫意想決不存。

厭世心有近似法：
 一是事敗圖逃避，
 二是衝動妄輕狂，
 三誇大口未思量，
 四是無聊輕貨財，
 五是愚魯計謀窮，
 近似厭世非厭世。

全意傾向佛法僧，恭敬頂戴大恩師，
 歸心處所決無誤。寬宏大肚對怨敵，
 情意長遠對親戚，惡計嗔恨決不作。
 供物上供三寶前，布施下捨弱無力，
 無效施捨決不作。自己功勞深隱匿，
 他人功勞張幡旗，魯莽傲慢決不作。
 註定終身永久伴，忽被死神套索牽，
 今日親眼見無常，悲傷厭離由衷生，
 言下絕無假造作。誓言銘刻在心中，
 勤勉修行自鞭策，所說絕無虛偽情。
 意氣相投蓮喜君，曾經親謁上施佛，
 深妙教言已得否？曾經聞思緒經論，
 話裡虛言已斷否？曾經修道處空閑，
 真實證悟已生否？曾經歡歌山岩前，
 證境功能已顯否？行徑曠達多隨便，
 聖道一味已躋否？輪迴城裡觀劇來，
 厭倦由衷已生否？請君出言順正法，
 請君唱歌合聖道，請君為講無常喻，
 請君摧破輪迴城，講論解脫道功德，
 讚美幽靜深山谷！金黃小蜂我達陽，
 定把空林當居處，定把佛法當愛侶，
 觀劇要從自心觀，同君共談同心話，
 請賜教言莫隱曲！

唱畢，婆羅門仙人蓮喜，也覺得金黃小
 蜂達陽秉性善良，志趣堅定，不同一般孟浪
 輕浮，雜念眾多之輩。總之，就其當下的語
 氣聽來，似於佛法深懷信念，故我說話當契
 合其機。隨即唱道：

哎呀同氣心中友，金黃小蜂達陽君，
 汝心所向在三寶，信念殷切對正法，
 厭患出離收亂心，有志自甘力修行，
 足見前生有宏願。有為無常知為幻，
 輪迴城中生厭倦，遠棄八風現世心，
 樂自獨處空山谷，足見於法有宿緣。
 聞思境中智慧生，深思業果去取明，
 了知妙善佛子行，已經獲得聖道門，
 足見已得賢師引。得為賢師弟子我，
 特為有緣小蜂君，提醒美好抉擇慧，
 願君增加勇氣魄！下界某一輪迴城，
 器世間名虛幻境，情世間名頑固迷，
 一時情器兩會聚，行惡爭奪復爭奪，
 痛苦蔓延如林火；行善背離復背離，
 安樂稀疏如晨星，惡行志願連志願，

世道衰如夜幕臨。凶惡嗔恨石磨中，貪欲執著磨眼中，注進人趣炒麥花，磨粉情入惡趣底。上界減少日益盛，下界增加日益多，因果道理細且微。往昔瞻洲人世間，村落邊際緊連綿，交往近便鴻飛至，享受安樂與天齊，轉輪聖王作主宰，運轉權威憑金輪，僕從小洲繞四洲，綱紀十善盛流行，人世增上生天界，天增花朵滿樂園。而今劫濁惡世間，村落邊際頽垣連，荒蕪田地連成片，享用血肉作飲餐，地獄走卒充主宰，運轉權威憑屠宰，惡業有情作僕從，狡詐相食作綱紀，後繼之人唯奸佞，惡趣門邊奸佞盈，寒熱地獄增益多，戰地羅剎修羅勝，婚姻瘟神配鬼王。座上國君行奸詐，施展毒計害無辜，栽誣列舉臣樸罪，狡詐殃及自與他。傘下喇嘛行奸詐，借得佛法作掩體，冒充神通說似疑，買賣灌頂如貨物，憑藉咒力諛官家，作法禳災走鄉曲。山中修士行奸詐，身處山寺作屍臥，一見凡人便端居，暗中隱藏私有財，諂曲奉承施主前。世俗凡夫行奸詐，存心如同陶人車，且看所需且轉盤；出言如同鐵匠錘，相機隨宜轉話頭，行事如同初夏天，眼前睛明眼前黑；情義如同蜜蜂口，吮時尚有過時無；情面如同捲軸畫，畫面美好畫無底；信心如同肺片湯，湯面似有湯底無。佛教信徒行奸詐，聞思如同蝌蚪形，頭部粗大尾部細，求道如同蛤蟆口，聽時便有修時無；憑藉誑言欺上師，詐將非法充正法，詭言修行徒空談。大地奸詐風行時，真實正道何處尋？幫國虛偽遍佈時，賢善道理向誰說？國君自毀王法時，農民疾苦望誰憐？師尊尋求私利時，利濟貧困誰實作？主人殘害僕從時，弱小照拂指望誰？嗚呼噫嘻再噫嘻，小子由衷心厭離，無常羅剎牙齒間，三界有情流且轉，仍執有常被緊縛。此生反覆謀自利，臨終懊悔椎胸泣。一心追求明日計，來世佛法往後推，且看今晨活身體，今夜即便名死屍。

明日來世誰先到，事前已曾知也未？今我小子蓮花喜，有幸親身遇佛師，幸蒙慈悲賜接引，信仰信任心專誠，詐現恭敬未嘗作；所告皆是直爽言，設詞裝腔未嘗作；行為樸實渾且厚，狡猾兩面未嘗作；傾心一師一本尊，別尋歸依未嘗作。聖賢門下長時居，善良上師依止多，無類經教見聞廣，是故能辦法似法。金色小蜂達陽君，苦時真心欲修行，苦時衷心生厭離，須戒似是而非法。初期尋求正法道，厭離心有近似法：一是逢苦始厭苦，二遇逆緣偶灰心，三對密友存怨望，四因勞苦怨艱辛，五恨時移身衰老，近似厭離非厭離。出離心有近似法：一愛盛裝改舊衣，二圖安逸處幽閑，三圖咒力修念誦，四為遊覽朝聖地，五因疑怨捨八法，近似出離非出離。住岩棚有近似法：一是表嚴裡懈弛，二是凌亂心放蕩，三為研學巧技術，四為臨時瑣事多，五為寢臥度人生，雖住岩棚終無益。厭世心有近似法：一是事敗圖逃避，二是衝動妄輕狂，三誇大口未思量，四是無聊輕貨財，五是愚魯計謀窮，近似厭世非厭世。遊方域有近似法：一是好奇觀景物，二無信仰朝聖地，三不知益轉經輪，四貪財食行狡詐，五不思索但浪游，似是巡禮非巡禮。閉關亦有近似法：一無本尊亂諷誦，二棄知念修生圓，三欲咒力修誅法，四計遍數耗時日，五貪現世修羯磨，似是閉關非閉關。中期實地修行時，皈依亦有近似法：一味口頭累遍數，二昧專信三寶知，三昧殊勝皈依境，四昧三寶勝功德，五存願望修皈依，近似皈依實無益。發心亦有近似法：一思獨善故發心，二思獲得異熟果，三為悲心存偏向，四說發心徒空談，五味戒條作耳風，名為發心實無益。生次亦有相似法：一離光明唯佛慢，二無佛慢但光明，三執平庸存疑望，四修威猛無悲心，五不結合淨圓熟，名生次實輪迴因。圓次亦有相似法：一味光明修風脈，

二不習幻觀夢境，三昧未解行方便，
 四昧自解修印圓，五執現分修超越，
 名為圓次實無益。最後修出成果時，
 利他亦有相似法：一待證景說前知，
 二憑鬼神顯成就，三為八風講正法，
 四聚徒眾非佛徒，五無證景妄指引，
 貌似利生實無益。凡此廿五近似法，
 非照他人過失鏡，我亦依此自省察，
 願君亦常繫心間。是否誤將近似法，
 當作如理真實行，應當鄭重細改正。
 所言雖不甚悅耳，含義深奧滋味多，
 無等上師親口傳。倘欲真心修妙法，
 不可誇口說空言，不可鋪張講排場，
 不可定期選時刻。佛法不須別追求，
 出世法如肢與體，隨即需要皆在側。
 剎那剎那須勤勉，頃刻頃刻須銘記，
 瞬間瞬間須改正，日日回向須檢點，
 朝朝須發宏誓願，座座皆須細觀察，
 附帶順便須不離，經常永時須不忘。
 若不實地行修習，大事張揚稱佛徒，
 形四佛法終無益。一為偷懶避深山，
 二為放蕩居寺院，三為安逸尋幽靜，
 較此更壞世上無。知否金蜂天之孫，
 樂不可愛苦可愛，樂時煩惱五毒盛，
 苦時宿積惡業盡，苦是上師大慈恩。
 稱不可愛譏可愛，稱讚我慢傲心盛，
 譏毀自罪全佈露，責言都是天賜禮。
 高不可愛卑可愛，居高遭忌生驕慢，
 處卑悠閒增福善，卑是高位敷坐墊。
 富不可愛貧可愛，富時守財憂苦多，
 貧時苦行佛法就，乞丐身是法所託。
 與不可愛奪可愛，賜與增添來世欠，
 劫奪清償前生債，知足實乃總聖財。
 親不可愛仇可愛，親戚障礙解脫道，
 仇敵都成忍辱田，平等一味修道關。
 如法修行須如此，心若已定須如此，
 隱居山林須如此，雲遊四方須如此。
 深妙教誨六關鍵，唯一父師親口傳，
 唯一弟子心所託。精華之精此六言，
 除卻唯一良友君，一字未向他人說。
 吁嗟金蜂天之孫，聖地高峰蓮花山，
 唯一本尊度母剎，大悲觀音菩薩宮，

蓮花王者修行地²⁵。且看此山形圓滿，
 心性安息聖者身；且看岩上無量數，
 天生六字聖者語；且看林間茂盛景，
 瓊葉淨土蒼翠苑；凶猛毒蛇周匝繞，
 無緣凡夫難侵入；普陀靈山風物全；
 前有意化蓮花生，放散化身利有情；
 近有聖母華麗宮，聖母利生時機熟；
大悲觀音心胸間，蓮喜修道仙人窟，
 本尊依止觀自在，真言念誦六字明，
 修習妙法慈與悲，恪遵佛子安樂道，
 心欲受苦反得樂，今安後樂啊啦啦！
 啟白應請上師尊，大悲不捨啊啦啦！
 祈請本尊觀世音，成道不遠啊啦啦！
 啊啦啦，真美好！美好也否天之孫？
 一則我心有誓願，二則君意懷希求，
 二人同趣高士行，遠棄八風如路屍，
 永斷現世如怨毒，勤勉修習細檢點，
 正對過失行教誡，揚棄浮誇與空談，
 發心直奔菩提道。當否眼前須議定，
 同心協議兩兄弟，解脫道上結伴行，
 輪迴邊際乘願往，生生世世締善緣，
 共同入行菩薩行，善否願否天之孫？
 名言畢矣啊啦啦！至理備矣噯嗎伙！

話至此處，達陽非常稱心合意，證得究竟智慧云。

儼然秋夜月漫空，相好韶華妙音尊，
 一切勝者智勇識，一切有情心法性。
 無邊有情苦自性，慈手愛撫目不瞬，
 一切勝者大悲心，六道眾生解脫種。
 執掌大乘密深藏，諸佛密主持金剛，
 諸佛智慧與功業，明空淨存眾生界。
 佛師三姓主無別，恭請啟白求加持，
 緊隨部主至成佛，大悲賞賜大悲攝。

《出世法言·蓮苑歌舞》乃依門弟子札西格勒勸勉，散人·室利著。

（全文畢。摘錄自《慧光集》，祝維翰原譯）

²⁵ 聖地高峰蓮花山，...，蓮花王者修行地：表示丹科地區以及聖山的特色，還有巴楚仁波切閉關的巖洞，岩石上自然顯現的聖相與文字，以及極為特殊的樹林等，至今沒有損壞，仍在當地。西藏國王松贊干布時，為了降服地障而建立邊服、極服四個鎮肢廟，其中之一的臚塘卓瑪寺，即在此區。



岡波巴簡訊

⌘ 朗欽仁波切與敬安仁波切應費城佛教信眾之請求，於 911 驚爆慘案後，代表佛教界於費城普門寺舉行超度及祈求和平法會。仁波切在開示中解說緣起與無常，並強調修福修慧的迫切與重要。

⌘ 朗欽仁波切於去年十月赴尼泊爾視察帕竹佛學研究院的學務與建築工程。在堪布巴吉多傑的教授帶領下，學院課程已進入正軌。校舍、教師宿舍與關房的興建，目前正順利的進行，預計 2003 年出時可完工。

⌘ 來自於印度拉達的止貢曲吉多滇仁波切，於去年十一月間至美國弘法，並於十八

日蒞臨新澤西岡波巴中心，以三天的時間為中心弟子傳法，並給予九尊長壽等灌頂。

⌘ 堪布天津尼瑪自去年十一月起進行閉關，預計三月出關。《入菩薩行論》的講授，將於堪布出關後在排定課程。

⌘ 岡波巴首屆春季佛學營，已排定於今年五月十八日至五月二十六日在費城普門寺舉行，歡迎所有三寶弟子參加。岡波巴中心另不定期舉行法會與活動，如果您想及時收到通告，請將您的 email address 寄至 jenyu@hotmail.com。



聞、思、修的喜饗

岡波巴春季佛學營



二〇〇二年五月十八日至五月二十六日

岡波巴首屆春季營，乃為學佛者所舉辦的佛法密集教授，此次的內容包括修行初階：《大手印五支前行指導》，灌頂，以及六字大明咒共修。佛學營將假費城普門寺舉行，大費城地區佛友並提供住宿接待。歡迎所有三寶弟子共襄盛舉。

5月18日：四臂觀音灌頂。止貢敬安仁波切主持

5月19日 - 5月25日：朗欽加布仁波切教授 《大手印五支前行指導》

5月26日：藥師佛灌頂。朗欽加布仁波切主持

每日晚間共修：六字大明咒

詳情與報名請參閱報名表，或電詢 856-358-5177 或 860-519-7780

唐卡簡介

十六羅漢系列之三：伐那婆斯尊者（住密林者）



伐那婆斯尊者生長於雙親為婆羅門的家庭，年少時即離家去跟隨隱士仙人修習世間三摩地之法。當世尊觀察時機，知其成熟心續之時已至，遂步往尊者之居所。尊者一見世尊，當下即誠信皈依，並依世尊所開示之無常、苦諦及無我之教導修行，得證羅漢果位。他被讚為世尊眾出家弟子中最能常住蘭若者（故名為住密林者）。現與一千四百阿羅漢同住於七葉山中。

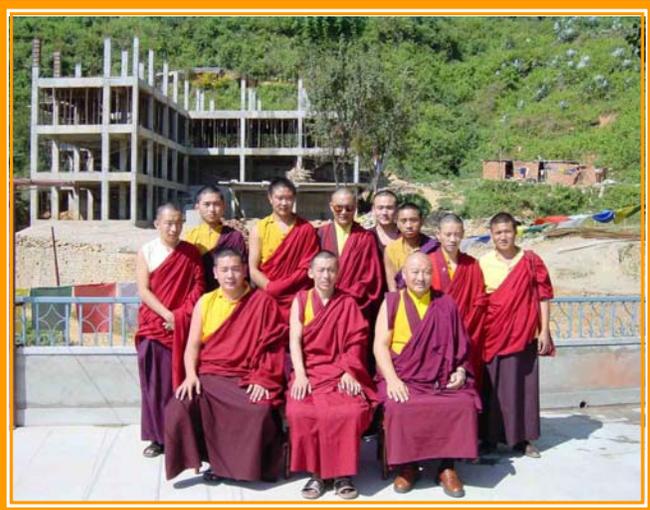
། གནས་བརྟན་ཚེན་པོ་ནགས་ན་གནས།

གནས་བརྟན་ཚེན་པོ་འདི་ནི་བྲམ་ཟེ་བཟའ་མི་གཉིས་ཀྱི་སྲས་སྲས་ལ་བྱུང་ས། རིམ་གྱིས་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་བས་བསྐྱེད་ནས་
 དྲང་སྲོང་རབ་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་པ་དག་གི་དྲུང་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་འཛིག་རྟེན་པའི་བསམ་གཏན་ལ་བརྩོན་པར་
 མཛད། དེ་ནས་སྟོན་པས་འདི་ཉིད་འདུལ་བར་དགོངས་ཏེ་སྤྱི་གསལ་དེར་བྱོན་པ་དྲང་སྲོང་གིས་མཐོང་བས་གིན་ཏུ་
 དད་དེ་བསྟེན་པར་རྫོགས། སྟོན་པས་མི་རྟག་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་དང་བདག་མིང་པའི་དོན་བརྟན་པ་བསྐྱོམས་
 བས་དགའ་བཅོམ་པའི་གོ་འཕང་མཛོན་ཏུ་མཛད། འདི་ཉིད་དགོ་སྲོང་དབེན་པར་གནས་པའི་མཚོགས་ཏུ་འང་བསྐྱགས་
 བར་མཛད་དེ་འཕགས་པ་ནགས་ན་གནས་ཞེས་ཀྱན་ལ་གྲགས། གནས་བརྟན་འདི་ཉིད་གིང་ལོ་མ་བདུན་པའི་
 རིང་སྤྱུག་ཏུ་འཁོར་དགའ་བཅོམ་པ་སྟོང་དང་བཞི་བརྒྱས་བསྐྱར་ཏེ་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་སོ།

新聞剪影



朗欽加布仁波切與止貢敬安仁波切於費城普門寺主持 911 受難者超度法會



朗欽加布仁波切 2001 年十月訪察尼泊爾帕竹佛學院，於興建中的校舍前與師生合影