



1999年北美創刊

A photograph showing a long line of Buddhist monks in a large hall. The monk in the foreground is wearing glasses and holding a ceremonial object with five lit candles. The monks are dressed in traditional maroon and saffron robes. The hall has a high ceiling with a grid pattern and colorful Tibetan-style decorations on the walls.

www.drikung-kagyü.org.tw



A Buddhist monk in a red robe stands in a traditional Japanese garden. A large, gnarled tree trunk arches over him. In the background, a building with a tiled roof is visible, surrounded by lush greenery. A white bench sits on the right side of the garden.



A Buddhist monk with a shaved head and glasses, wearing maroon robes over a yellow shirt, is speaking at a podium. He is surrounded by microphones. In the background, there is a large, ornate altar with statues and candles. Several people are seated in the foreground, listening to the speaker.



本期內容

照片集錦	1
四灌頂(2)	2
大乘精要 (7)	4
大乘精要 (8)	12
瓊嘎仁波切	18
菩提心讚頌寶炬 (20)	24

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: gampopa.tpe@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。

四灌頂

朗欽加布仁波切之開示是應中華佛教直貢噶舉

甚深圓滿協會中心主辦

「法器訓練與人才培育訓練班」之邀請

開示無上密續圓滿「四灌頂」的真實義

2009年7月26日新店中心

多傑喇嘛翻譯

總之，當我們觀想本尊的形象時，不是將本尊觀想成現在這樣的血肉之軀，而是要觀想成如虹彩般的身相，但以虹彩本身而言，是沒有任何知覺的，所以要觀想本尊為彩虹般，且有無生本智之相、具備覺知。如果不這樣的話，即使觀想生起次第，都會有所錯繆與歧途。當然這些必須要在善巧的上師跟前來加以指導，在這裡僅是跟各位以譬喻的方式來作講解。

「由自上師額喉心臍處」，在這裡是把字意簡略了。意思是當獲得寶瓶灌頂時，從上師的額頭放射出「白光」，藉著白光的照耀與融入，自己「身體」的罪障被淨化，也同時觀修佛身，而獲得顯空雙運的幻化之身，藉此證得化身佛。當光芒照耀自己時，就獲得這樣的成就。所謂的灌頂就是能夠獲得觀修本尊之權力，因此稱為「灌頂」。

另外，我們還強調所謂的「雙運」。這個雙運請各位千萬不要誤會，遍知一切的龍欽饒降巴在藏文裡所說的雙運並非指雙身，而是指「密不可分」的意思；就像水和濕潤是絕對分不開的，雙運並非是雙身的意思。

所謂的「顯空」，「顯」是指外境。我們以為所看到的外境是外面的顯現，其實是自己心裡面所顯現的，這是符合科學的。科學家們說所看到的影像其實是自己眼根的反射，從眼根裡面顯像出來的。所以我們所看到的一切境相，是自己心的顯現，而不是外境的顯現。因此，像我們所看到的一切外境，如顏色是與貓、狗所看到的完全不同。以這色相來加以仔細研究分析，是絕對

可深入的。若能將自己的身體以「顯空不二」的本尊形象加以觀修時，日後在中陰階段就能證得化身佛。總而言之，灌頂所指的就是顯空不二之幻化身了，這就是寶瓶灌頂之義。所謂的密咒要點都在這當中，無論我們所說的「四階段」或是「四空」，都囊括在這當中。總之，所謂的密宗、密咒，都囊括在灌頂裡。

接著，由上師的喉嚨放射出「紅色」的光芒，淨化所有的語業與氣息蔽障，藉此讓自己的「語」能證得「聲空不二」的境界。在此之前我們曾說過，所謂的「勤命報身成就」就是藉著氣的淨化而證得報身佛。因此，我們藉著對上師的祈請獲得秘密的灌頂，在自己的語上獲得「聲空不二」的成就。

接著在上師的心間放射出「藍色」的光芒，藉此證得智慧的灌頂。上師給予這樣的灌頂時，要觀想自己所有「意」的蔽障完全被淨化，而使得「俱生智」得以現前。為了使俱生智能夠現前，在平常的時候我們就要進行這樣的觀修。

接著是「黃色」的光芒從上師的肚臍處放射照耀到自己的肚臍，淨化了三門等分的障蔽，藉此也淨化所有的邪氣。

最後我們看到「而後上師化為光彩式」，指的就是化為光蘊身的意思。

「上師三密融納於己中，自身三門亦同成無二」。上師的尊身化為光蘊之後，融入於己。這裡的「三密」是比較深奧、難以理解。所謂的顯空不二的佛身，必須要和氣脈、紅白心等理論來做講解。總之，除了「幻化化身」及「勤命報身」等外，由於上師雖具備法報化三身，但並非我們所能理解，因此我們一直把他看成與自己相同的身口意，上師的三身或三門就是我們的三密。「三密」指的就是「身金剛」、「語金剛」及「意金剛」。我們無法理解，因此稱為是秘密。

藉著「心氣不二」或藉著屬於氣息的「聲空不二」成就「報身」；藉著上師聖意中的「明空不二」成就「法身」；藉著「顯空不二」成就「化身」。將上師的身語意三金剛融入於自己的身口意當中，觀想上師化為光蘊而融入於自己心裡。自己就在這樣的狀態中，毫無造作、自然的入持於這裡所說的「大等持」或所謂的「無分別」之靜坐。藉著這樣的理解來求取灌頂。由於我們時間不夠，所以我們在最後結尾時會顯得比較簡略。但無論如何，如果自己不加修持的話，我們說的多好都沒有用。我們必須要實際的加以修持，藉著修持，我們才會知道問題和疑問、以及錯繆在哪裡。藉著修持，錯誤出現之後，再到具相合格上師跟前，去遣除自己的疑惑及問題。

就像我們生病時，必須去看醫生，告訴醫生我們的病痛在哪裡，醫生再藉由問者把脈，理解我們的病痛，再進一步的治療。同理，我們現在都是被三毒煩惱所侵蝕的病人，只有上師才能給予我們去除病痛、如藥般的甘露。因此我們必須要實際的修持。這裡我已經把吉天頌恭的「上師供養法」盡自己所知的為各位作講解，心中覺得十分的歡喜，各位應該要生起自己有著這樣的福分與意願來進行修持。最後藉由修持所產生的力量，願吉天頌恭的教法能與虛空同等安住。在這邊和各位說謝謝！



大乘精要(7)

朗欽加布仁波切 講述

直貢敬安仁波切 口譯

2006 年 10 月 14 日於美國中心

岡波巴編譯小組 紀錄

願使一切遍虛空，慾求樂，卻得苦的眾生，均能離苦得樂。因此生起強烈悲心來聽聞大乘精要論。並於接受的同時，願我能領會大乘精要真實含義，以此動機來聽聞。

我們繼續 (二)思惟此道的「思惟因果法」：使此生變得有意義。

一般而言：因果與業是如何形成的？這要由緣起性空來解釋，業果其實是由我們的分別念與執著而形成。業果本體的究竟本性是不成立的。在修習大印中，至少要到一味瑜伽時，才能開始了解最初無有自性的業果本質。一般凡夫的情況下，是無法了解最細微業因果的究竟本質。我們只能從業因果的粗體來進行了解，從業成熟的方面來做解釋。在論中，主要是從業因果的成熟粗重來讓我們理解業因果。在講述業因果中，不論菩薩、佛或任何一界，凡所造的因，都要受成熟業果(果報)。在論典中，講到我們的導師 (釋迦牟尼佛)，也因過去所造因，而承受到果報。

若有人問，佛陀成佛後，還會再受果報嗎？不可能。因已成佛，就不會再有造作之因，所以不可能有果報。在修証上，佛教特殊之點，即在滅因，而不是專注於滅果上。一般外教徒是著重於滅果上，因而形成他們一些獨特的方式來進行修証，如用鐵鏈抽打自己來進行懺悔，或單腳獨立，單手撐天的各種苦行來滅果，但在究竟上還是沒有滅因。佛陀既使在成佛的這

一世，也都還要受果報。那是過去生所種的因，在成佛之世也還要示現果報的成熟。但在未來，佛再不會隨迷亂分別念而造作執著之業，也就不可能有果報成熟。

佛陀吃腐食之業報故事。佛於扎榻的故事。

佛陀從印度 巴的地方雲遊到了寧壩(寧壩是一種樹名，可能當地有很多這種樹而得名)。此時，扎榻的國王，巨木，為一婆羅門，向佛陀請求，要在結夏期間供養全部僧眾。得到佛陀允諾後，國王即要大臣安排結夏三個月用的米、豆、及菜類，並向佛陀請求，勿再接受他人供養，完全由他來供養結夏安居所需。此時，國王作了一個夢，夢見自己肚爆腸流，且腸子繞了王城一周。醒來後，他非常恐懼，覺得這真不好，即請來一預卜先知的婆羅門來占卜夢兆，婆羅門告知：「這是不好的惡兆，可能會喪失王權。」當時，他非常害怕，即詢問可有迴避的方法。婆羅門就告訴國王，你就走到無人之處，三個月內不要接觸任何人，三個月再回來，就可躲過這一劫。當時，國王說，這是非常簡單的事情，於是對整個國家宣佈，他三個月內不接見任何人。若有人打擾他，將受到懲罰。他就到無人的地方去了。此時正當佛陀與僧眾結夏安居開始，佛陀的大弟子阿難就告訴國王的大臣，結夏已開始，可是尚未見到準備的食物，請他們去準備。當時大臣就答說：「國王是有要我們去準備，可是並沒有明確指示是要供養誰。」阿難就要他們去問國王。可是大

臣說：「我們沒辦法，國王已下達命令，誰打擾他就有殺頭之罪，我們只有一個頭沒有兩個頭，我們不敢去。」當時，佛陀就要阿難去街上問問，三個月內可有人願意供養。可是其他的婆羅門都不敢供養，因國王有令，此結夏期間只有國王可以進行供養。此時，從北方來的一個商隊，有500匹馬，當向隊長托鉢時，隊長就告訴他們：「目前我們沒有很多食物可以供養你們，但是我們有很多餵馬剩下的豆類，如果你們願意接受，我們可以供養。」當時，他們檢視馬食時，發現有些豆子已經腐爛了，就請示佛陀還可以使用嗎？佛陀說：「非常好，可以使用的。」就開始問，有多少比丘要結夏安居？本應有500人，但只有498位，少的兩位比丘，一個是舍利子，他有一種類似氣虛的病，若吃了腐爛的東西，就會不利，所以他就沒去。另一個是陪伴、服侍他的目犍連。目犍連就用他的神通從須彌頂第四天拿來甘露供二人飲用。而佛陀與其他比丘則是食用腐爛的馬食。阿難即對佛陀跪拜說：「你過去生多劫以來，進行佈施供養等行一切善德，為何今生要受腐爛之食？」佛陀即將口中剩食分了一點給阿難。阿難吃時，覺得味如甘露。佛陀乃告知阿難：「在我的嘴裡，任何食物都有如甘露般，無任何差別。為何從外看來，我現在是吃腐爛之物，這是有一個過去因的故事。」同時，佛陀的一個大施主孤獨岩聽到這消息，就馱著500人所需的食物運往佛陀處，但在途中，碰到連降暴雨，食物都被毀壞不能使用。此時，供養馬食的施主，也再運來一些食物供養佛陀。佛陀也向他的一切功德隨喜，並預示他未來將轉生成為一王妃。三個月後，國王出來了，了解到佛陀、阿難他們吃了近三個月的馬食，他非常痛苦，暈倒在地。當他醒轉時，拜在佛陀腳下，請求佛陀接受他的懺悔。佛陀問國王：「當我們結夏三月期間，你是否處於無人之地？您對您的惡業感到認知並進行懺悔，則您的善業將不會漏失。」

現在講述「過去因」的故事。佛陀說，在人壽8萬歲時，當時的佛，名儺偃，即遍世佛，有很多施主供養。一個具有500眷屬有名的婆羅門，

看到很多人對佛供養，而產生很大的妒忌心，覺得對這些假行善的光頭不用供養這麼多食物，只要隨便給他們一些腐爛的食物就可以了。其中498人都隨聲附和，只有其中2個婆羅門主張應該給他們供養甘露。當時那位有名的婆羅門就是現今的佛陀，而當時隨聲附和的498人，就是當今跟隨佛陀結夏安居的498位比丘。當時主張供養甘露的二人，就是舍利子和目犍連。在恆河流域之各城市中，都有很多類似的因果故事。

善惡混雜之業的故事。佛陀的腳如何被黑木的刺刺到的故事。

有一次，佛陀在行走時，看到路邊黑木的刺，而引用了一句偈頌：「您所作的業，是無法逃開迴避的。」佛陀了解不論是上天或下海，是一定會被這刺刺上。當時，佛陀就把腳放下去，這麼小小的一個刺就直接刺透佛的腳掌。目犍連就試著把刺拔出來，怎麼都無法拔出。佛告訴目犍連：「即使你把三界動搖，都無法拔出來的。」

當時，在旁邊的比丘長老就問佛陀，您為何被刺所傷？佛陀說，在過去，有兩位在大海撈寶的船長，同時出海撈寶。因順風，二隻船順利到達很多寶藏的區域。其中一位船長(名大悲)撈得剛好是船可承載的重量；而另一位船長(名：米那董董)過於貪心，撈得太多，過重，在回程途中，船就沉了。大悲船長先將與這位貪心船長體重等重的寶物扔出去，才將這位船長救上船。這位船長被救上來後，心生妒忌，認為大悲船長心想事成，滿載而歸，而自己什麼也沒有，就想將大悲船長的船戳個洞，兩敗俱傷。當他這個想法出現時，大悲船長早已察覺到。當時，船上載有修証已達真實諦的500個商人。大悲船長心想，若將這500個商人的生命傷害，那所造的罪業是非常大的，那還不如由我來先將他殺了。當時的大悲船長，就是佛陀。大悲船長(即佛陀)因殺害了米那董董船長，而有殺業之罪。這個業使他在地獄中受了千百年的苦，

即使在成佛的這一世，佛陀還要接受被刺，使最後的業消盡，但也因他過去做此業是依於強烈利他之心所造作，累積了大資糧，使他得以圓滿成佛。

由這故事告訴我們，所作任何業果都將成熟。反觀我們自己，當我們在進行修法時，遇到些許障礙，就產生疑問：「為什麼在修法了，還會遇到障礙。」其實連佛陀都要接受果報。我們理解，過去所造的業，就必須要受這個報，這並不代表，我們現在修了法，就會離開這些障礙。

從這些故事裡，了解果報是不虛的，果一定會成熟的。業不論善或惡，都將成熟果報。業報經：「若善業沒有經過迴向，那您的善業將會被惡業的妒忌、嗔心給漏盡，使它無法成熟。您的善業將被它淹沒了。」要成熟惡業的果報，也需要因緣聚集，果報才會成熟；當因緣不是很集合時，這成熟的果報，也可依於過去、現在善業的力量，使這業果成熟，但馬上又會漏盡。這是善業的力量蓋過惡業。

天子無垢的故事。在印度過去歷史傳統中，王權轉移有二種方式：一是國王自覺年老而傳位王子，另一是國王死亡，由王子繼位。雖然在過去中，從來沒有要殺死父王而讓王子自己繼承的情況，但王子就碰到一位具邪見的導師，勸他盡量想辦法讓父王死亡，那你就可得到王權。當時，他就殺害了父王，他的母親在知道他殺父之後，因悲傷不已，在極度悲傷下也死亡了，這變成了他殺害自己的父母；五無間罪中的兩種罪業他都做了。

當這位國王有一次出外遊玩，經一密林，遇到一位仙人在那裡修行(仙人名：千把大師)。當時，國王很驚嘆仙人所做之事，在密林中不懼虎、豹、獅、野豬等野獸，也不在乎飲食、寒暑冷熱，國王覺得仙人在做一種苦行，很讚嘆仙人的行為，如何能做到這一點。於是問仙人：「你為何要受這樣的苦？」仙人很自然平靜的

回答說：「我所受的苦是很小的苦，並不算什麼苦。我將於未來劫圓滿很多資糧，成就解脫之果，對我來說，並不算苦。而殺父母才是最大的苦，這個苦將來是要受的。」國王又問：「解脫證果後，佛又是什麼？」仙人說：「就是因為不了解佛、法、僧三寶，才會行一切惡業。」這一句就戳到了他的弱點，產生了懼怕心。當時，他即請求仙人開示佛、法、僧，又請仙人開示：「若有人殺害自己的父母，將要受什麼果報？如果了解三寶，將會得到什麼果報？您所進行的這樣一個苦行，最終您會得到什麼？」

當時，仙人回答：「如果你要我來開示，首先，你應誠心合掌來聽聞。」國王即遵照仙人所囑方式，合掌跪於仙人前。仙人即開示三寶的功德，以及為何進行苦行。若未進行苦行則無法得到三寶的功德，以及承受傷害父母、傷害眾生的一切罪業。當時，國王聽到這一切開示之法，即刻使他產生強烈懺悔之心。對佛法僧產生強烈信念。但他對於自己過去所作的懺悔心念過於強烈，以至當下死亡。因這當下死亡故，使他馬上轉生 33 天的天界，成為一個非常華美的天子，並成為一個內臣，就叫無垢。

不論所造是善業或惡業，比較強烈的業先成熟。死亡當下所造的業也非常重要。因為這個原故，無垢天子在死亡當下對佛法僧產生強烈信念，並對自己所造罪，產生強烈懺悔之念，使他得生33天成為天子。

這就是為什麼密續部中以大日如來儀軌為淨除惡業的主要法門，其主要是依於無垢天子。當時無垢天子得生33天以後，即運用天界所擁有的神通，預見他未來會受很多三惡趣之苦，他即尋求可脫離之法。當時，佛陀就給他講述大日如來佛的淨除垢障儀軌。所以在儀軌中，有他的故事來源。

這就是對業從未知到理解，原要墜惡趣的惡業，但在死亡當下，若有強烈的善業之念，即得往生33天境界；同時，強烈懺悔自己所作的

惡業，請求解脫的方法，從佛陀處領受佛法，最終使自己惡業淨除，以大的善業功德，使惡業轉弱。同理，若本來是很大的善業，可是沒有進行迴向等等，那當惡業示現時，就會把你的善業漏失。這就是由另一種角度來看，善惡業二者均可改變。

儀軌中有修持長壽或財寶的方法，是立於一個過去造因的基礎上，這些方法只是幫助你果報成熟而已。若於過去生沒有做過有長壽或擁有財富之因，那這一切都將不成立。此二法皆為助緣，只是使果報快速呈現出來。

在此，就可理解佛陀因過去殺害（黑人船長）之業因，而使他要受腳掌被刺之苦；反觀，若他不成佛的話，可能還要墜入地獄中受苦，但因他已成佛，以修証的力量，地獄之苦轉變成受刺之苦。

由故事我們理解到，雖然已在進行修証，但過去生所造之業，今生還是要受，可是依於善業的力量可使它減輕。

仁波切的上師，庸格仁津，的故事。

庸格仁津是一位非常有名的上師。因為他在喉嚨部位長了一個瘤，開了一個傷口，不能飲食，只能在肋骨部位開一個洞，將食物灌進去，在印度蓮花湖附近接受治療。庸格仁津是一個類似瘋狂的行者，他在生時好喝酒。他快走了還說：「我快走了，嘴裡不能喝，但管子裡可以喝。」就叫人將酒倒到管子裡。他的學友之一，也是一位非常有名的修行人，祖恭曲列，是一位非常有名的閉關導師。當他聽到庸格仁津病得很嚴重，就到蓮花湖探望他，看到了他的傷口，也看到了庸格仁津瘋狂的行為。當時，祖恭曲列就對他說：「你已經到如此危險的地步，還要喝這個酒，我已經為你從很遠的地方趕來，你需不需要我替你唸三天的文武百尊修法，淨除你的垢障。」庸格仁津就告訴祖恭曲列：「我一生都在淨除這個業，都還沒辦法淨除，你三

天能做完，那是不可能的。你要了解，像金剛經講的一樣，我用了一生的修証，使我過去生種的因能現在都受了，我不懼怕這個。」意思是現在受完過去一切的果報。他受這些苦報，其實是示現因果給我們看。庸格仁津涅槃於蓮花湖，荼毗之後，他的身體留下很多唵啊吽三字、度母像、法像等等的東西，成就者的象徵都呈現出來。

在修証佛法後，並不代表我們就可豐衣足食，任何食物、錢財都會自然而來。或有人說，我修法後，就產生各種疾病。要了解並非法而引來這些事，這乃是過去生所造的因，而使果報成熟顯現。

前行比正行更為重要。有人一開始就想去了解空性之類的法門，空性雖然高深法門、名字好聽，但依於空性的原理，空性就是一種變化，任何皆可顯現，當未達圓滿時，所帶來、顯現的，也不是很好。

首先講菩提心時，告訴我們，要了解空性之前，要先發起菩提心。當願心開始時，會讓我們心愈來愈接近勝義菩提，愈來愈接近勝義菩提，本來具有無垢的體性力量會增上，覺性就會展現出來。回顧過去所教、理解的，我們心性本體是由空性而來，但是首先要了解前行的發願發心是非常重要的。由這樣發願發心出來的是一種強烈的悲心，這種悲心與空性結合，才能有效的夠清除我們的垢障，悲空雙運才最為正確。只是口頭上的「有無空性」，將不會為我們帶來好處。

當悲空雙運時，就有人說：「若要產生悲，一定要有緣境才能產生悲。若沒有一個眾生為對境，就無法產生。」那你的空性就變成有執著，若有此問，表示其實是對空性本體尚未達到究竟了解。當了解究竟空性本體時，已處於無有能所對立的緣取。這樣產生的悲是一種具生的悲，是對未証得空性的人示現出來的一種力量。就像春天的土和水，大地開始濕潤時，

任何一切皆可生長出來，這就是自然的力量。這個悲沒有任何造作，不是有心將它拉扯出來的，它是自然生出來的。上師常會說：「可憐(悲啊)！」這個悲並不是針對我們本身，而是對我們的無法理解，所自然產生的悲。

(二)「思惟此道」中的第四「思輪迴過患」來對治對三有的執著。

不論出生在六道(地獄道、餓鬼道、旁生道、人道、阿修羅道、天道)的那一道中，果報部份都必將成熟。廣大遊戲經：「世人因無明故，一直流轉於六道之中。」從善趣的角度，雖流轉於人道、阿修羅道、天道當中，但也會流轉到三惡趣(旁生、餓鬼、地獄)當中，我們一直在六道中流轉，有如製陶罐的底盤，一直不斷的在轉動。

地獄道，包括八熱地獄、八寒地獄、日壽地獄、近邊地獄。

護善賞庸對佛請問經 (佛陀給他開示地獄道的狀況)：「若出生於地獄道的血海當中，其身體就有如血的顏色一樣。若出生於無淵海中的眾生，其身體就像一種黑雲般的顏色。若出生於鹽水當中的眾生，其身體就像青色雜色(類似癩蝦蟆)的顏色。一般地獄道的眾生，身體都很大(超過八尺)，全身長滿毛，四肢粗陋，惡形惡相。南瞻部洲之人是看不到地獄道眾生。若看得到，將會恐懼吐血而死。」入菩薩行論：「不要以為已是地獄之身，就認為已經過完。其實還會有比這更恐怖的果報出來。」

「八熱地獄」又分等活、黑繩、熱、極熱、號叫、大號叫、眾合、無間地獄。

1. 等活地獄 (還生地獄)

正念經：「到處皆是一片火山，投生此處眾生，在此當中燒烤，身體化為灰燼後，出現一個聲音：『再還生』。身體又再出現。在此眾生

不只火燒，還要被地獄道夜叉手持刀、劍、長矛各種武器刺死。之後，又再一次生還，又再死亡。」

世間經：「投生此處眾生，因造作殺生因，所受之苦是在八千年中一再被燒，被砍殺，死亡後，又再出生，再死亡之苦。」

經云：「此還生地獄中所接受的是刀、劍、矛各種武器的刺殺。」

出生此地獄之因是依於三毒、造作十不善業，雙方之間不斷進行爭鬥傷害，所有出生於此還生地獄的眾生，死亡後又出生，又死亡，不斷循環。為何等活地獄死亡後又快速再出生？地獄道眾生，大部份以化生為主，都是被業引領，隨業流轉。就如同在夢幻當中，會出現死亡、出生等各種現象。就如同這樣，你是被你的業所迷惑而產生出來。

2. 黑繩地獄：

世間經：「出生於此處的眾生，會投生於燒滾的鐵水之中，又有地獄閻王等會用刀從你的頭頂一直劈到肚臍部位。之後再將你倒轉過來，再由腳底劈到肚臍部位。此時，你的上半身已恢復過來，就又調轉回來，再由頭頂劈下來，一直重覆受這個苦。一種是用燒紅的鐵鏈，繞著身體打格子線，再延著線將你切開，受這種苦。」

出生此地獄之因，乃是因對父母、佛陀、聲聞乘產生不歡喜的心(妒忌心)，作一些無利益的事。業果經：「若從事挑撥，進行陰謀，使人不和睦，都會出生於此地獄當中。」

3. 熱地獄：

此地獄的地基就是火海的大地。閻羅王等會手拿燒紅的鐵來戳你，並從上倒鐵水下來。

世間經：「一直在受炙熱火的燒烤之苦。故稱為熱地獄。」

出生此地獄之因，是依於三毒所起。所緣乃燒燬佛殿，燒燬森林等等，故而出生於此地獄。

4. 極熱地獄：

整個身體被剝成一塊一塊，插在三叉楫上。再將身體放進去烤，比前熱地獄更炙熱，故稱極熱地獄。要受比熱地獄多幾百倍之熱苦。

出生此地獄之因，是因毀謗清淨的佛、殺生、產生斷見等，都會出生於此。

5. 號叫地獄(哭喊地獄)：

此地獄四面皆為火焰，無法逃離。地獄使者手拿鐵水灌入口中，是非常痛苦，嘴裡即哭喊號叫父母。這是以過去社會角度來解釋地獄，用鐵水灌、用火鍋燒煮。以現在社會來說，應該說被形容為被絞肉機絞爛，或是被火箭的火焰燒炙。這是我(仁波切)自己的看法。這一切都是迷亂現象，眾生的迷亂有不同的顯現。以前人沒見過飛機，夢中就不可能出現這種影相，因為沒有這種習氣。可是現在人的習氣念頭愈雜，在地獄中所受的苦也可能更複雜。

出生此地獄之因，是因破戒、偷盜他人財物、殺生等，對懲罰僧人，都會出生於此地獄。

6. 大號叫地獄(大哭喊地獄)：

此地獄比前號叫地獄更加痛苦，哭喊更甚。為何叫大號叫(大哭喊)，因比之前燒炙更加多倍，哭喊痛苦也更多幾倍，故稱大號叫地獄。

出生此地獄之因，是偷盜天人、仙人、婆羅門等苦行人的財物，殺害苦行之人，並進行謊言、欺騙他人，都將投生於此地獄。現在投生

於此地獄之人可能會比較少一點，因現在已經很少天人、仙人等苦行之人。

7. 眾合地獄：

此地獄整個地面是一片火海，投生於此眾生會先滑倒。同時，出現一巨大鐵錘，由上而下敲擊你。也有被圍在鐵欄之中，被千百頭鐵象踐踏，也有被輪子絞碎，也有處於如羊頭的二座山之間，二山互相頂撞，在中間被擠壓而死。這個地獄之苦，即地基被毀壞，又被鐵錘擊碎，又被擠壓，其苦是無法想像。

出生於此地獄之因，是因殺害各種動物，如牛、羊、豬等等。

8. 無間地獄：

出生此地獄眾生極為痛苦，有如出生於無門窗的鐵房子中，並被十一面的火所焚燒(11面即8面再加上、中、下三面，共11面)。在房子中，有火焰放出幾百火舌，其中並有一非常恐怖的動物，也是口吐火舌來吃食你。

出生此地獄之因，是因輕視法、毀謗法、出佛血、破和合僧、斷見，都將出生於此。對傷害修行功德高之行者、父母、上師等等，也將出生於此。

沒有比這更壞的，且所受苦時間是無量劫的時間。

這8個地獄的四邊又各有火焰、屍墳、刀林、鐵刺林 四邊地獄。此每個四邊地獄又各有四邊，合為16地獄，都是200或500由旬¹之劫量。

¹ 由旬是測量距離的單位，在此可只是口誤。

問答錄

Q：凡夫理解因果業報時，看佛陀多生多劫所有惡業在最後成佛的這一世完全的顯現，是一種示現。從算術的角度來看，是否真的多生多劫所有的業，在最後一世都可以完全淨除？

A：這裡講的「最後」，就是「剩餘」。以另一個角度來解釋，就是因為不再結因，所有才說有「剩餘」的出現。以我們來解釋，一切皆迷亂的顯相；在我們認為，數字就是一個迷亂的幻相

Q：我們都了解有業要受，本來就知道在這裡有苦，但是等到真正有苦不能忍受時，我們要怎麼辦？

A：當了解因果後，苦出現而又難忍時，就要有一個堅定的信念。

上等者，就是了解本來具有如來藏的體性。第二種，就是當業成熟時，理解到承受業報的這個心，與過去造因的這個心是相同的。當了解皆是此心時，就不只是一味承受在苦中，而是去利用這個苦。就如菩薩道的自他相換，來接受一切眾生的苦，類似這種方式來進行。或是對自己過去所造的業當下進行懺悔，發下誓言，未來再也不作，那才有幫助。

有一個故事，佛陀過去生中在地獄是拉車伕，他不願看到同伴所受的苦，他有這個心，願去受同伴的苦，當下就使他脫離這苦，接受他人的苦是非常重要的。我(仁波切)以前生病時，寫過一首道歌：「可以運用自己過去從善知識處得到的，了見見地。當病痛出現時，心不再看著於苦痛上，而是著重於自然本體的見地上。」其實病痛並不會影響你，法才在這個時候利益我們，法才能真正的幫我們自力更生。由世間角度來看，將法與心相應，對世間的事物會有

一定的智慧出現，對佛法的理解更深刻，自己的心胸也愈來愈廣闊。這些都是心與法相應時才產生出來的。

Q：仁波切剛才所說悲空雙運中的悲，是否已是勝義諦的菩提心。

A：是。這就是一種勝義諦的悲。這就像似小孩在爭奪玩具。雖然他們在很強烈的爭奪，可是在大人看來，認為這是一種無意義的事情。搶奪之物只是一個玩具，根本沒有實質意義，實在沒有必要爭奪。就如成就者看我們，我們為了自身舒適所作的一切事物，只是一種苦痛執著，在未來，也終將捨棄這一切，與小孩爭奪玩具類似。我們為何還執迷不悟？故他們產生出強烈的悲念。

Q：是否要能夠了解到真正空性，才能達到那樣的悲。

A：對。隨自身証悟的增長，就會對此更加了解。

Q：在講業果時，想到唸阿彌陀佛的往生淨土，對往生者與在世者有何不同影響？之後，業果還是要受？在死前修阿彌陀佛，或是平時就有修阿彌陀佛，有什麼不同？

A：寧瑪大師巴珠仁波切說：「僅了解修法上的知識，即便聽過百種法之人，也未能比得上雖無知但非常誠心的人。」此意指雖了解百種法門，但未經誠心修証，是根本無益處。雖是無知，但內心非常誠信，如前面故事中的無垢天子，當他一旦了解三寶功德，以及他對自己所作產生的強烈懺悔心念，當下，他即得生天界。類似如此，以誠願能得生淨土，不曾懷疑將得生淨土。在淨土中，再接受阿彌陀佛教法，淨除過去所作一切惡業，使未來有機會得証佛

果。但若對此淨土尚有些許懷疑，那當下之念雖得生淨土，可能還是包在蓮花當中。

欲往生淨土最為重要，雖未曾了解很多法，但平時保持對淨土強烈的信念及對阿彌陀佛的願力，日夜思念淨土及阿彌陀佛，並在平時稟持一切善念，將使你成辦得生淨土，頗瓦法也有幫助。

不論是對他人或為他人所造的業，其果並不會成熟於他人身上，而是成熟於自己身上。經云：「鐵會生鏽，而鏽也會慢慢腐蝕掉鐵。」當未經觀察而為他人作事時，你將承受此事所帶來的果報。

龍樹菩薩的勸戒王書中，對國王勸戒說：「不要為了眷屬、比丘、父母、王妃、王子臣民，而作出任何惡業的事情。你若為此而作，那你所受的將是寒熱地獄。」雖然你覺得你只是替別人做，但是你在作，業報這個苦也是你來承擔的。

業果一定會成熟，自身一定要受果報的。不要認為，不在乎下一世出生在那一道，只要今生能享樂、快樂就好，這是錯誤的。你在六道中也永遠要接受此苦，不要為此而作。

Q：耳朵雖有聽到地獄之苦，但無法進到心裡，無法升起真實的恐懼。怎麼辦？

A：首先要用意念思惟，如思惟火焰如山一般看待。每個地獄的情景很難去下一個定論。只有遍智的佛才給了我們一個結論。如經書中講述，如火焰山，出生於地獄的眾生非常的高大，三角形的眼，想像這種意境出來，並想像自己就是其中眾生，整個在燒，這是一種意念。在現實當中，先從小魚蝦的感受開始，感受活活被放在鍋中煮，在火熱的油中燒烤，感受那種痛苦。從這樣開始體驗。

Q：不用感受，只用聽的就嚇死了。所以要發誓往生淨土。不墜三惡道，就不用受這個罪了。那裡會受得了。

A：現在的人真的無法體驗苦，太享受了。不用說感受地獄之苦，就是國家或家，若有大變化，我們都無法承受這苦的。苦是有功德的，苦能使你產生「出離心」。這時才能真正理解大德所講，才憶念佛法的重要性。

Q：上課講到為他人所作，業也是會報在自己身上。那當我們佈施乞討者時，往往不知他是將錢用於何處，也有可能去買酒或毒品。可是，當初的念雖是佈施的動機，但是反而造業。

A：首先，自身的動機是非常重要的：「是要他好」。若動機不很純淨，可能依於這個佈施，買了酒或毒品，那你也可能一起受垢染。若動機純淨，是不會的。但是這細微的因果，只有遍智佛的境界才能了解。就針對佈施而言，在佈施裡是不允許佈施武器、毒品的。假若已經知道會去買毒品、武器，就不必去佈施了。

Q：在西藏，屠夫是服務業。假若他們不殺，那大家都要餓死了。那他們殺生的業要怎麼解脫不入地獄？

A：西藏屠夫並沒有特別待遇，大家都要受業報。屠夫在做這事時，有人可能是以佈施的心態，但大部份是自己為了生存。所作殺業並不代表沒有果報，果報同樣要受。就像共業，大家會失去自己國家、家園一樣。



大乘精要(8)

朗欽加布仁波切 講述

直貢敬安仁波切 口譯

2006年10月28日於美國中心

岡波巴編譯小組 紀錄

今天來聽聞此大乘之法，從耳聞、思惟、並在行為上進行修證。因遍一切如母眾生，在無量劫中都做過我們的母親，他們雖欲求樂，但不知求樂之因，思惟與行為皆成顛倒，至使他們錯亂。願此遍一切如母眾生均能由顛倒之見中脫離出來，並證得究竟佛果，以此動機來聽聞。

無間地獄四周又有分為4個近邊地獄。每一近邊又有4個近邊地獄，共16個近邊地獄。

4個大的近邊地獄為：

1 火焰地獄

如火焰般的地獄。噴出約一旬左右的火團，如日本火山的火焰噴射般，會將身骨全部燒盡。

出生此地獄之因，是因做為一個有情，卻不精進，未能圓滿守護自己的身語意。

2 屍墳地獄

充滿腐爛屍體的沼澤屍墳場。你會陷入此腐屍的沼澤中，並被具鐵嘴的蚊子吃食。

出生此地獄之因，是因為邪命所感，進行偷盜、殺生等不正當生活者。

3 刀林地獄

外圍有一坡道，佈滿刀林，刀林上方有火焰噴射，當往上爬坡時，上方的刀口向下對著你，當順坡而下時，又有刀口向上對著你。在此受刀兵、火之苦。

出生此地獄之因，是因不去接觸清淨之法，予人開示不淨之法，自己也學習不淨之法。

4 鐵刺林地獄

在刀林地獄受刀火苦時，見外圍有一樹林可為躲避，旋即逃出，但當到達時，才知是一劍林。當風吹動時，劍如雨點般射下；哭喊時，又有貓

頭鷹和各種飛禽來噬食你。在劍林外圍，又有帶刺刀和矛狀之槍林，如高山般。此地男女眾生對彼此有愛戀之心，在山頭時，會聽到愛戀之人在山下呼喊，當前往山下時，即會受被槍矛戳刺之苦；到了山下時，又會聽到愛戀之人在山頂呼喊，即又往山上去，又會再受上方槍矛戳刺之苦。一直遭受上下循環被戳刺之苦。在此槍矛林的外圍，又有火山爆發時噴出岩漿流下來，在接觸到四邊的水時，造成水的洶湧翻滾。

這一切均是由貪嗔痴的行為而產生出來的，假如只是為了不受苦，而不進行這些行為，這也只是戒律性的，根本上尚未斷除貪嗔痴。做為一個佛教徒，最大特殊之點，就是要尋求滅因，現在所受的都是依於過去習氣而產生。在開始學習佛法時，當知這是一種習氣，在了解本具如來藏本體的當下時，自性當中自然清淨這習氣，不受這貪嗔痴之苦。另一方面，使現在粗的習氣，用密咒乘的方便之法，將習氣轉化變得細微。要理解在清淨道路過程中，一切都在轉化，一切皆由思惟所形成，不做並不代表不會發生，每個法都用不同的方式來教你了解習氣。在兩千多年前，佛陀就教導我們如何斷除習氣。雖然佛陀是以兩千年前人的思惟方式來開導，如解釋黑繩地獄時，就說身體畫上很多線，用鋸子去鋸。當時沒有電鋸，要用手鋸，現在可能會說是用電動的機器直接切割。這一切皆由思惟的方式所形成。我們應用清淨的心來理解這件事，此乃隨順每個眾生的根器，或各人習氣來示現不同法門。佛陀乃依循每個眾生的習性來調服。我們現在能學習，乃是過去對佛法種下的善緣，故不要只是聽聞講述，要去思惟所聞。

出生此地獄之因，是因對深水的動物、海鳥之類燒烤、啖食。

依循各人過去所造之因，有的人受全部18地獄，也有人只受大地獄，也有受完大的再受小的，皆不相同。佛法雖然把地獄分成18個層次，其實從某種角度來看，自身的分別念何止只有18種。因「念」無邊，地獄也可能無邊。

佛法將地獄分成18層。寒、熱地獄各8層，再加上近邊地獄及日壽地獄。西藏曾有一則笑話，一般人在談18層地獄時，只知寒熱各8層，但對另外二個地獄的名稱並不清楚。因為當時紅帽法王及黑帽法王很有名，就說二位法王的名字是另外二個地獄。不要只是記得名相，而根本不知道其意義。我們在學習佛法時，要真正了解，不要只知名稱，如此並沒有真正進入佛法。

地獄眾生之壽量，在世間經及智慧解脫經中都有提到。人壽50歲，是四天王天的一日，30日為一月，12個月為一年。500年為四天王天的壽數，這是總體的來解釋，以此壽數為等活地獄之一日，如此500年是等活地獄的壽數。也有從地獄道脫離出來，投生天道，而有不同的算法。再生地獄一日是人壽97萬年¹。對無間地獄眾生受苦時間是超乎想像的，在成住壞空各20劫後，又要再受一次。

父王經：「在無間地獄中，將受百千年之苦，直至業受盡。」龍樹菩薩勸戒書中，也是同樣講到，這一切都是你的意識錯亂，分別念所產生出來的，一切都是你不善業習氣所產生的形體，並不是另外產生的，是你自己習氣所產生的，由過去的業所產生，如同夢一樣，你會於夢中接受這一切。護善請問經：「輪迴是如何幻化而轉？輪迴苦轉是由你的業力所轉。不只是你身體所展現，一切是由分別念產生而轉。就像地獄眾生的身體是由自己的分別念所形成。你現在的身體也是經因緣聚合，由你的念而產生出來的，因過去不同的業因，而產生不同的身體，有長腳或不長腳的，如同人類的長相五官，各各互異」。解深密經：「我們皆被自己的分別念所束縛，而受這苦。就像蠶

是被自己的絲纏繞，當絲吐完自己也滅亡。又像蜘蛛，它的絲雖然不是束縛自己，卻是束縛他人。類似這種，我們是被我們自己的念束縛了自己。」入菩薩行論：「地獄之火由誰作？一切愛戀之人的呼喊由誰起？一切皆由自己惡心所產生。」告訴我們，一切皆由自己念而轉，不論如何，當業未完，必將受此苦。

前面講完八層熱地獄，再講八寒地獄。

1. 水泡地獄：裸身於比常溫冰寒千百倍的水中，且有寒風吹動，寒凍到遍身起水泡。
2. 裂泡地獄：寒冷增盛，水泡破裂，膿血都流出來。
3. 緊牙地獄：寒不能忍，非常痛苦，只能咬牙。
4. 哈啾地獄：更痛苦，叫喊。
5. 嗟呼地獄：更寒冷至上下牙齒碰嗑，最後嘴都張不開來，唯有氣息呼呼出入。
6. 裂如青蓮地獄：皮膚凍成藍色，裂成四瓣。
7. 裂如紅蓮地獄：皮膚凍成紅色，裂成八瓣。
8. 裂如烏巴拉花般地獄：皮膚裂成千瓣。

其壽數是非常長。在印度莽噶那地方，以64升芝麻為單位來計算，每100年取一粒芝麻，取盡之時，才是水泡地獄眾生的壽數。裂泡地獄以上要兩倍兩倍往上計算，以此比論。世親菩薩俱舍論中，也是如此比喻。即100年才拿出一粒芝麻來計算地獄眾生壽數。

日壽地獄：

此地獄眾生可能生在石頭裡(被封在其中)，而可能反被其他生物吃食。經中說，有些日壽地獄在六道中是可以被看到的。在西藏往西藏神山(扎日及喀烏噶庫)的路上，可看到日壽地獄之苦。從前有二個朋友，發誓義結金蘭，以無名指打勾結盟(因無名指乃命脈所在，表示二人同命)，其中一人是認真的，而另一人則有欺騙之心，最後此人投生於日壽地獄。我(仁波切)的上師之一就看到過，在扎日的山洞中，可看到此人有二個頭，身體則是被其他動物咬食(在現實世界中，有時也會看到)。在喀烏噶庫山，也有一人有一張畸形的

¹大印前行了義成就乘：人壽100年為三十三天之一月。1000年為三十三天之壽數。以此為黑繩地獄之一日計算。1000年為黑繩地獄之壽數。以此兩倍兩倍而上計算。極熱地獄眾生壽數等同半小劫。

臉，臉如牛頭，且頭上有長角，很多人在路上都看到。這個女的在織布，大家都笑她，她就告訴大家：「不要笑我，我是因為過去自己的業產生出來的，你們應該向喀烏噶庫多多祈禱。」

近邊地獄：

出生於此地獄眾生被放在燒滾水的鐵鍋中，受不了時，又被放入寒冷的水鍋中，一直輪替。也有可能出生於門、柱子或抹布中，或是在旁生道耕地的犁中(此出生指意識進入)。勸戒書：「每天用長矛刺300次的苦，也不及地獄眾生所受之苦。」我(仁波切)剛到台灣時，曾聽說在馬來西亞有一個女人，身上長滿魚鱗片，且每年都會換鱗片，非常痛苦，類似近邊地獄之苦。日壽地獄的眾生，現世有時也可以看到。當聽到地獄之苦太苦時，相較之下，可能覺得餓鬼道稍輕，不如投生餓鬼道，其實是錯誤的。餓鬼道眾生所要受的乃飢餓之苦，因自己貪求未遂，所受之苦是更苦。

餓鬼道：

外障餓鬼眾生，其顯相一切皆顛倒。如常人覺得太陽是熱的，但他們感覺是寒冷的。在冬天我們覺得太陽很溫暖，可是他們卻覺得非常的寒冷。在夏天，月亮原是清涼的，但是對他們來講，卻是炎熱的。對他們來講，一切都是顛倒。因吝嗇故，所呈現的都是一種飢餓。當他們看一片密林時，樹林就會乾枯；看到水時，水都會乾涸；所處一切時，都有如在火山谷中，一切都如沙漠般，一切都化為乾枯。這種外障餓鬼，不要說食物，連食物的名字都聽不到。因這故，身體變得非常脆弱，當想要起身時，連骨節都會脫散。龍樹菩薩：「惡道諸眾春季時，月兒炎熱而日寒，如意寶樹亦無果。因顛倒之故，外障餓鬼所見的顯相均為顛倒。」

內障餓鬼，其身很長，整個身體皮包骨，其筋骨及大的骨架均歷歷可見，口很小，脖子很長，食道有如馬尾般細，可是肚子卻很大，四肢如草根般大，就像是在骷髏上包一層皮。這可能可以成為一商機，製成玩偶出賣，又可介紹餓鬼道。

勸戒書：「餓鬼道眾生頭小如針眼，食道細如馬尾，不能進食，故不得滿足。如山大的肚子，即使能將食物吃進，但如草根般的四肢，也無法將身體支撐起來，受如此之苦。」

食物所障餓鬼，呈現的是一個乾枯的身體。心中經常想著食物，可是當遇到有食物可進食時，食物就變成一個火球，根本無法吃到。受如此之苦。勸戒書：「這種餓鬼口中常吐火焰，自己無法飲用任何食物。只能吃食自己身上長的膿包腫瘤，自己的血肉。」

過去佛陀在王舍城給孤獨園時，當地有一個家族剛生了一個兒子楚辛紀，長相完美，且在一個耳朵上有一價值千萬的金象。當小孩慢慢長大，到處玩耍時，總看到父親很辛苦的在做農務，就問父親：「為何他還需要這麼辛苦的做農工？」父親說：「我們需要累積財富，萬一有天沒有財富了，要如何生活？」兒子遂要求也出去作生意。開始時，父親覺得危險，不同意他出門，最終抵不住兒子的一再要求，答應他出門經商，出海撈寶。母親遂發願，希望在有生之年，能再見到兒子。楚辛紀聽到後，心中覺得不吉利，就非常憤怒，用言語刺激母親。於是母親告訴他：「不應如此對待母親，應該向母親懺悔。」他就對母親進行懺悔。懺悔完後，楚辛紀就帶著他的家當出海撈寶。楚辛紀出海撈得了很多珍寶，就在回到岸邊的晚上，與其他一起出海撈寶的商人共同商量，怕一起會太過喧揚，遭到強盜搶劫，於是他們就各自帶著寶物悄悄的離開了。到早上醒來時，只剩下楚辛紀一人。當這些商人回到家鄉，被問到：「楚辛紀呢？」答：「隨後就到。」可是他一直沒有回來。其父母就蓋了一個小佛堂祈願：「他若還在世，希望他早日歸來；若不在人世，也希望他投生到一個好人家。」話說楚辛紀醒來後，一直往前走。直到日落。他似乎看到前方一個宮殿，見有一著華服之人，及4名隨侍的女子，但當太陽升起時，宮殿就消失了，只見4隻黃狗在咬噬一個倒覆在地的屍體。當他再往前走，在日落時，又見到此著華服之人及四名美女。當時，楚辛紀進入他們的住宅，要求給他一口飯吃，並詢問他們是何來歷。

此著華服之人就告訴楚辛紀，他過去原是一個城市的屠夫，當他遇到聖者噶答亞那時，曾對聖者發下誓言，他只在白天屠宰，晚上就不宰殺。依於此，他現在所受的業，就是在黑夜時，受4位女子服侍，但在白天時，即轉化為四隻狗來吃食他。著華服者說他的兒子也是屠夫，如果楚辛紀到了他家，請將他埋在地下的金子取出，供養聖者噶答亞那，請求他幫忙迴向，使他不再受這苦。楚辛紀在此沒有得到食物，當他再往前走，看到一個美女服侍著一人，白天是如此，但到了夜晚，這個美女就變成一條大蛇纏繞著這人，並將他的腦髓吃掉。原來此人的過去生是一婆羅門，婆羅門是不能對父母打罵的，但他卻有這樣的行為。雖然對聖者噶答亞那發下誓言，但因只在白日持戒，而夜晚並沒有，所以才受這樣的苦。此人也有一個金寶瓶，請楚辛紀供養聖者，並請求聖者幫忙迴向，能不再受此苦。楚辛紀又沒得到食物，只好再往前行，碰到一個很高的黑人，手持一根棍子。楚辛紀看到雖然心裡很害怕，但是又很口渴，就請問黑人：「有水嗎？」這黑人沒回答，但當「水」字剛出他口時，週圍就出現了幾千百個餓鬼眾生，身體乾枯，全身長滿毛。請楚辛紀可憐他們，向黑人要求施捨一點水。楚辛紀就問：「那水在哪裡？」這些餓鬼眾生說：「我們怎會知道，我們在這12年中，第一次聽到「水」這個字，哪裡會知道水在哪裡？」。從一般角度來看，12年沒喝水一定會死亡，那是因出生在這樣一個道中，就如我們在夢境中，是無法真的死亡、出生，這些都是自身的幻現。於是楚辛紀問到：「為何會出生於此道？」餓鬼眾：「因我們乃吝嗇之人，太吝嗇故而無法向上供養，也沒有向他人佈施，所以才出生於此。」楚辛紀再往前行。見到一非常華麗的宮殿，在很高的座位上，坐著一位女子，但她週圍四邊有四個餓鬼。當楚辛紀向女子請求食物時，女子就給了他一些食物，並囑咐他千萬不要給四個餓鬼任何食物。但他見四個餓鬼很渴求，非常可憐，就給了他們一點。但是給四個餓鬼眾生的食物，一個變成麥壳，一個變成鐵球，一個變成膿血，一個變成自己的肉。這時就問道：「是過去什麼業讓你們出生如此？」這位女子答「一個是她的先生，一個是她的兒子，一個是她

的媳婦，一個是她的僕人。因當初聖者噶答亞那來拖鉢時，他們四個人一個說給麥壳就好，一個說給鐵球就好，一個說叫他吃膿血，一個說叫他自己吃自己的肉就好，所以變成現在的業果。而她佈施聖者噶答亞那，所以她依自己的願投生天界，而其他四人因嫉妒她，所以出生於此。她是因自己善業功德，而成為此道中的王者，享受食物等一切。女子請求楚辛紀在到了涅不同城時，告訴她已變成妓女的女兒，把過去藏在家裡的金子，拿出來供養聖者噶答亞那，並請求迴向，使他們惡業漏盡。楚辛紀在不知不覺中，在外繞行了12年。當他回到家鄉，父母因年老故，已不認得他的聲音，他的母親更因年老故，眼睛長了一個水泡而看不見。但因見其返鄉，非常高興，喜極而泣。當眼淚一出來，將水泡擠破，眼睛又可看見了。於是他將所見所聞，及依所託付而完成各事均告訴家人，並要跟隨聖者噶答亞那受戒，成為一名比丘。

由此故事可知，所受之苦的大小差別是與對境有關，當對境是一個聖者或凡夫時，業報也會不同，對對境的恭敬施捨心是非常重要的。也理解到楚辛紀為何要走完這12年之路，讓他看見這些業，也是他過去生所造之業。這些事並非不可思議，回顧我們的一生就是如此。就像我(仁波切)出生於一個偏僻草原、雪山之間的牧區，中間又經過戰亂，到了一個極熱的地方，現在又到了一個非常富饒的國家，這些皆是自己的業所做，這一切皆是幻現。我們不要把所見一切認知執實，這不只是業的故事，也是讓我們對業的認知理解。

兼俱外、內障之餓鬼，是食肉的，住於類似墳場的鬼怪。有些飢餓的痛苦，雖不能吃食一般食物，但可飲用一些煙供，以嗅覺得到煙。食煙之後，可填平飢餓。在正念之經中有提到這類鬼怪的故事，如比丘三藏的故事。這類餓鬼道眾生，住處無定，有住於地下500由旬，也有住於南澹部洲或其附近。勸戒書：「其壽量是百千年，在此百千年終，是要受飢餓、口渴、心中痛苦等之苦。」世間經：「此餓鬼眾生之壽量是人類一月為其一天

來計算，共500年，有些也會在中間死亡。」戒王書：「因業之束縛，受此不間斷的苦，在千萬年都無法受完。」當知道餓鬼道眾生要受如此之苦，且壽量又長，相較之下，還不如出生於旁生道。其實，這是錯誤的。戒王書：「旁生道眾生也要受殺、捆、刺、打、及雙方間的廝殺等，各種不同的苦。因為不知善，故所造一切皆為惡。」

旁生道：

這類旁生道眾生住於路地、海裡，其數量之多，如同酒糟般無可比擬。如鯊魚最凶猛，吃食海裡其他生物，互相鬥殺；也有住於路地，如牛、馬、羊等，受人類驅使、鞭策，有時即使不堪負重，也還是要擔負，還為了要它的皮毛、肉骨、角、牙，被人類用不同的方式殘殺。且它們本身也會自相殘殺。戒王書：「人類會為了珍珠、肉、皮、骨而殘害旁生道眾生，或策使他們。也有旁生道出生為蝨子、跳蚤等。因過去貪戀家人，而出生為他們身上的蝨子。」在西藏，因天氣寒冷，人們穿著皮襖，就有很多蝨子，找到蝨子時，就用二個手指掐死它；或將皮襖翻開，放在太陽下將蝨子晒死；或用棍打皮襖，將蝨子打脫，讓它被凍死。在尼泊爾因為天氣比較暖和，沒有穿皮襖，但是穿布衣也有有蝨子，將布衣放在熱水中，將蝨子煮死。旁生道眾生的壽量及身體大小均不一定。

世間經：「旁生道眾生之壽量難定。最長壽者為一龍族，阿里答麻。以前有一比丘，在行走時，他的披肩被一根刺掛住，他非常生氣，將刺拔斷，且嗔恨心全部匯集於那根刺。當他死後，因嗔心，使他出生為龍族，非常長壽，同時他的頭頂也生出刺來，他的壽量有一劫之久。阿里答麻就是刺的樹名。身體最大的旁生道，身高非常高，如飛天般；也有壽量小如早生晚亡；或有些小到肉眼看不見。

當我們看到三惡趣的苦，相對比較，還不如前往善趣。但善趣也是苦，可能有人認為善趣是樂，其實這個樂都是暫時的，講最多的還是苦。即使是天界，與人道相比，當然天界的樂更多，

應算大樂，但是這種大樂最終還是要受死亡之苦。我們應該不要沉迷於世間之樂當中，應尋求從此脫離，因凡是人道眾生都有死亡之苦。龍樹論：「如果世間人秉守世間淨法及十善業，當然可以出生善趣當中，可是，你在善趣當中時，能不被世間之樂所染，還有脫離之心，那解脫就在你身邊，你已非常接近解脫了。」

過去，佛陀在王舍城時，經過一婆羅門多利多的家中拖鉢。當時此婆羅門已往生，但他有一個兒子念住（意：鸚鵡）。當佛陀經過時，看到在高處有一隻身白如海螺般的狗，正在舔食一金屬碗中的米與肉煮後剩下的羹湯。當這隻狗看到佛陀時，就叫了兩聲。佛陀就對它說：「你還對著我叫，你的心還沒攝服嗎？」當佛陀向它時，這隻狗就表現的好像有點嗔心，又有點傷心的樣子。狗從座位上下來，把臉都縮起來，好像很悲傷的樣子。當時念住由外面回來，看到狗躲藏在他的座位下，就覺得與平常不一樣。問到家人：「你們有對狗做了什麼嗎？為什麼它與平常不一樣？」家人說：「我們沒有做什麼。只有佛陀來的時候，有跟它說話而已。」念住就很生氣，去找佛陀。此時佛陀正在講經，遠遠看到他來，佛陀就告訴弟子：「你們看那個要過來的人，他是充滿嗔恨之心，若是他現在就死亡的話，他將直接墜如地獄當中。」當時念住到了佛陀跟前，佛陀正在對500比丘講經說法，無法靠近佛陀，他就在旁邊很生氣的問佛陀：「你對我家的狗做了什麼事情，使它變成這個樣子？」佛陀說：「我沒做什麼。只是問它一句，你還沒有調服你的心嗎？」念住就對佛陀說：「您知道它的過去嗎？」佛陀告訴念住：「你的問題，我現在先不回答你。」可是念住嗔心很強，一直逼問佛陀，佛陀就告訴他：「這隻狗就是你的父親，你父親投生成了白狗。」念住說：「這不可能。因為身為婆羅門的父親，在生時，做過很多火供供養，對梵天具有強烈的信心。他應投生於梵天天界，不可能投生為狗的。」佛陀告訴他：「不是的。你父親其實是一個具強烈慢心之人。他是一個我慢之人。他投生時還貪念他給予你的財富，所以才會投生成你的狗。不信，可以去問這隻狗。」念住說：「怎麼問？」佛陀就告訴他：

「你可以問它，它是不是你的父親多利多？假如是的話，請它坐上座，它會坐在白布的座位上。再問它，它給你的財富在那裡，它就會指示給你看。」念住就回家問這隻狗，叫著父親的名字，問你是不是這隻狗。是的話，請上座。這隻狗真的是坐上去。又問它：「你給我的財富在那裡？」這隻狗把念住帶到他們以前的家，用鼻子聞，找到一處，用腳去挖，念住就跟著挖，挖出了很多金銀財寶。念住非常的高興，覺得佛說的是真實的，就跑去見佛陀。佛陀在遠遠處看到他過來，就對大家說，若他現在死亡的話，他一定會投生善趣。念住此時對佛陀已產生一點信心，且心中充滿歡喜，不像以前充滿嗔恨的心，所以現在死亡，一定是投生善趣。

由因果來看，一切皆由心來決定未來生。由業的角度來講，業多的先受，或先做先受。所以臨終時的善惡業非常重要。典故告訴我們，「心念轉變業」及「因果」的關係。念之經：「依於自己善業心念所作，人天福報一定能得到，但是雖可得，苦還是有的。」月稱戒弟子書：「我們出生的時候，就在受苦。在意識進入母胎中時，如進入黑暗臭氣之黑夜。在身體剛開始形成時，是整個身體萎縮在母胎中。從出生的開始，就同時受著這樣的一個苦。」

戒王書：「凡是人類，生老病死是必經的過程。我們的苦永遠在此過程中受報。」又說：「年老摧毀我們年青煥發的姿態活力；病痛摧毀我們強壯的身體；死亡是將我們的生命毀壞。」我們會思惟如何脫離此生老病死，思維有什麼方法、什麼力量可以抵抗、迴避此，或是否可用財富來贖回這一切，這時我們會發現是無法做到的。譬如說現代美容可將皺紋去除，那只是表面而已，並不能真正除掉老化。不論在三界，天界、龍界、人間，都無法脫離生老病死。

在死亡的火焰中，沒有任何護主可以幫助我們，唯有「出離心」才能從這痛苦中脫離。若沒有出離心，我們就會一直在六道中流轉。

問答錄

Q：心念可以改變業力。雖心念很強，但很難改變對這件事的看法，若要改變，就會影響到對這件事的感覺和行為。說來容易，做來很難。

A：並沒有說心念可以改變業，只是成熟不同。如善惡業，若善念先到，則善業先成熟。平時做功課，就是讓我們有一個善的習氣。願我們在死亡時，能接觸善的緣。現在有機會，就要去建立善的習氣。

Q：因一切錯亂的意識，及不善習氣，會具體顯現。地獄眾生，因有分別念，而顯現身體，才會感覺受苦。以因果的順序，有分別念、習氣，才有身體之苦。請問分別念的角色是什麼？

A：就如銅器，剛開始並沒有生鏽，但銅生鏽後，若沒有清潔的話，就會生鏽。生鏽產生後，就開始腐蝕下去。生鏽是依於習性產生，因為有過去習氣，而產生念。如果一定要分前後，銅器是因為念進去，才使它產生鏽。

Q：雖投生地獄道，若能於地獄中，不生分別念，那就不會受苦了嗎？

A：現下的分別念是由你過去的習氣，使你有這個念存在。所以你過去的習氣是一直連續下來。如何可能在地獄不受這個念呢？除非你是佛陀。就像在夢中，一直隨幻境而轉。你在夢中是否有自知的明？當有自主時，就成功了。可是沒有。當熟夢時，無法知道，在稍薄時，又隨夢轉無法自主。出生於地獄，一定要受地獄苦的煎熬。不可能產生無念。

Q：假如知道自己在作夢呢。

A：知道還不夠，要能改變它，轉換環境，去往淨土。有時候會知道在作夢，但還是繼續在作夢。

Q：修証到一定程度，在禪定中即可清淨業嗎？

A：証量高，是可以從束縛中脫離出來。可是業還是要受，如佛陀腳受刺的故事。

Q：在往生時，年紀比較大會幻想，到了中陰，沒有身體了，但幻想、妄念還會存在嗎？

A：中陰本來就是幻相。如蓮花生大師在兩千年前，跳金剛舞時，是右腳或左腳先伸？我(仁波切)沒經歷過，無法告訴你。當棍子落入水中，只能隨水漂流，是完全沒有一點自主的力量。不過我們現在修觀音或任何善法，在中陰是會有一點幫助。

指導止貢法王閉關的上師

瓊嘎仁波切

朗欽加布仁波切 口述

劉國威 編譯

轉登自止貢顯密季刊



瓊嘎仁波切是我逃到印度之後才認識的止貢長者。因為以前在西藏的時候，我是屬於止貢噶舉四大仁波切中鍾楚仁波切的寺院——圖登謝祝林(佛教宣證寺)，位於青海玉樹(Nangchen)(註一)。而瓊嘎仁波切屬於止貢帖寺(註二)，是前代法王謝威洛竹的嫡傳弟子。以前路途遙遠，再加上瓊嘎仁波切又經常雲遊四處、閉關修行，所以直到抵印之後，因為大家都是同一傳承的行者，才逐漸熟悉起來。

瓊嘎仁波切算是我的長輩老師，但是我並未追隨他很久，因為那時候我在流亡政府工作，比較忙碌。可是瓊嘎仁波切很喜歡我，認為我的智慧不錯，曾傳授我一些不共的大手印口訣，他曾和喬佩喇嘛說：「嘉波他很聰明，我可以將所有修行口訣傳授給他。」(註三)因此，我對瓊嘎仁波切的生平事蹟大略知道一些。

瓊嘎仁波切是多虛地方人，也就是今天的日窩切(Riwoche)地方。他的家族名叫企或，父親是位寧瑪派的在家阿巴(Sngaga Pa)(註四)，生有六位子女，三男三女。在瓊嘎仁波切小時候，他的父親就帶著全家人到西藏

各處朝聖，先到拉薩，又到哲蚌寺參觀。瓊嘎仁波切對我說：「我還記得，那時候我們六兄妹坐在兩匹犏牛身上，一路上互相打打鬧鬧的隨父親四處雲遊。」最後，一家人來到拉薩旁的止貢地方，他父親覺得這個地方很好，就在這裏定居下來，並且讓瓊嘎仁波切在止貢帖寺出家。

在止貢出家沒有多久，瓊嘎仁波切就至止貢的尼瑪江若(Myi. Ma. Ichang. Rwa.)學院(註六)研習經綸及諸續部法門，也包括「大圓滿」的「寧體教授」，「龍欽七藏」等等修習要門；一共達五年之久。隨後，瓊嘎仁波切就進入關房開始長達十年的精進修行，先拜在策登仁波切門下，又向瘋行者安貢仁波切學習，然後至擦喔追隨多傑洛哈仁波切，勤習止貢「五支大手印」及「那洛六法」。

談起瓊嘎仁波切的這三位老師，就止貢噶舉近代歷史而言，都是赫赫有名，而且是一生專修的典範。在前代法王謝威洛竹的時候，止貢帖寺修院(Sgrub Khang)金剛上師策登仁波切圓寂，必須由修院行者中選出下一位的繼承者。那時法王暗中選定策登仁波切(同名)、安貢仁波切、多傑洛哈仁波切這

三位，準備第二天由他們三人中選出一位繼任。結果，當天晚上，多傑洛哈仁波切似乎得知法王心意，但是他不願意當金剛上師，於是一聲不響的離開止貢帖寺，不知躲到哪裏去了。過了好一段日子，才知道他跑到以前吉天頌恭閉關所在的擦峨山洞修行。法王知道後，也就允許他繼續在那裏專修。

第二天，得知多傑洛哈仁波切失蹤後，法王就準備從安貢仁波切及策登仁波切兩人中擇一繼任。結果又生怪事，安貢仁波切突然在關房發瘋了，他從房子裏面衝出來，拿著刀子到處要殺人。別的弟子趕緊報告法王，怕是安貢仁波切修行得走火入魔，請法王裁示該如何處置。法王說：「他是真瘋還是假瘋，現在還不能確定，過一會兒我們再看看。」不多久，關房外的安貢仁波切仍在拿著刀子追人，但是關房山上又出現一位安貢仁波切，大喊：「你們在幹什麼？我在這裏呀！」法王得悉後，知道他是不想當上師，故意示現瘋相。於是下令全寺，以後安貢仁波切做任何事都不必管他，可以自由出入各地。從此，瘋行者安貢仁波切仍住在他自己的關房修行，但是他的神異事蹟，卻逐漸傳遍康、藏各地。

在我的故鄉，安貢仁波切的名聲甚至比法王還要大，我的父母也去止貢見過安貢仁波切，其中還有些故事。現在對安貢仁波切一生事蹟知道最詳盡的，就是前代法王的管家；達姆撒拉的西藏文獻圖書館曾請他口述錄成錄音帶，準備編輯出書。上次我回印度時，請那裏的朋友幫忙謄一份草稿寄給我，現在還沒收到。希望以後能為安貢仁波切做一次詳盡的介紹，讓台灣的具信子弟也能瞻仰當代成就者的些許德行。

於是，策登仁波切就成為修院的當然金剛上師了。

瓊嘎仁波切向策登仁波切及多傑洛哈仁波切學習了許多修行法門。反而安貢仁波切從來沒有正式教過瓊嘎仁波切任何教法。瓊嘎仁波切曾和我說：「有一次，我向安貢仁波切請示『大手印』的修行要訣，安貢仁波切推辭說他不知道。卻拉著我的手爬上關房屋頂，打掃屋頂的灰塵。那時，安貢仁波切指著屋頂的一棵小樹苗說：『你是否知道這棵樹的意思？他從種子開始發芽，茁壯成長，一直都是這樣自然不造作才長成今天這棵樹。』停了一會兒，他看著我又說：『我的大手印就是這個。』那時我不明白他的意思，以後閉關修行的時候，才突然領悟到安貢仁波切指的正是我們的如來藏性(佛性)，它一直是法爾如是，毫不造作的。」成就者的教導，往往不在於正式的教學傳法，日常生活中的隻字片語，都是指明心性修持的要訣啊！

瓊嘎仁波切說：「那時候在止貢帖寺，真正的仁波切(珍寶)有八位。他們不是轉世者，也不是披著漂亮法衣，徒有虛名的僧侶。」我只記得六位了，除了前面那三位仁波切以外，還有策瓊仁波切(修院另一位指導上師)、洛卓仁波切(他留著一把白鬍子)，南仁波切(他常常修夢光明，示現睡相)。這些成就者都是將一生的時間完全獻於閉關修行，我們止貢噶舉也因為有這些精進的行者，此傳承方不致墮落或中斷。

經過十年的修行，瓊嘎仁波切已成為一位解行俱佳的止貢僧侶。止貢法王也認可他的修行成就，認為他可以開始傳法教導後學，同時囑咐他：「你和蒙古有因緣，你應該到那裏去傳法。」並且特別傳給瓊嘎仁波切一些秘密不共的灌頂。但是瓊嘎仁波切不想去

蒙古，他又不能回絕法王的吩咐，於是留了一封信，帶著自己的法本秘密的離開止貢帖寺，信上說：「法王，對不起，我不習慣做那種坐在法座上的上師，我沒有辦法遵照您的指示去蒙古傳法。我只有以一生閉關專修的成就做為曼達，供養給您。」沒有人知道瓊嘎仁波切躲到哪裏去閉關。

瓊嘎仁波切其實是跑到以前岡波巴閉關修行的達波地方，在那裏精進修行。一年後，有位止貢弟子發現瓊嘎仁波切在達波閉關，於是他又逃跑了。他跑到紮日(註六)那裏，瓊嘎仁波切後來和我談過那時閉關修行的情形。他說，那時候在紮日有一位格魯派的僧人和他一起閉關修行。兩個人並且約好，每個人在各自的山洞裏閉關，早上起床後就禁語修行，中午兩人才一起輪流煮茶吃糌粍，直到吃完飯方能開口說話。瓊嘎仁波切說，那時的修行境況非常好，很有進步。

那位格魯派僧人慢慢了解瓊嘎仁波切的行持後，還特別請瓊嘎仁波切為他講授岡波巴寫的「勝道寶鬘」。以後，兩人結伴到印度朝聖，沿路化緣前往，一直到了印度，瓊嘎仁波切才發現那位格魯派僧人很有錢，他在印度銀行中頗有些積蓄。隨後他們在印度分手，瓊嘎仁波切繼續一邊朝聖，一邊修行，經由尼泊爾到達岡底斯山，就在岡底斯山住下來，專心修行。

後來消息傳回止貢，法王知道後，因為以前止貢噶舉在岡底斯山有「多津」(金剛持明)此一頭銜，就賜給瓊嘎仁波切「多津」一職。瓊嘎仁波切也就接受了，並在那裏隨順教導了一些徒眾。(註七)

在岡底斯山時，瓊嘎仁波切的修行仍是非常精進。他曾和我說那時候常常不吃飯專

修，而且就算吃了東西，所排泄的糞便也絲毫沒有臭味。瓊嘎仁波切在岡底斯山並沒有教很多弟子，因為瓊嘎仁波切是位精進的行者。同樣的，他的脾氣也非常強悍。如果你向他學法，一開始他並不會教給你很多，而是教了一點兒之後，就囑咐你去修行，比方像是一萬遍或兩萬遍的大禮拜，他會看你的修行是不是很精進。如果相當精進，瓊嘎仁波切就會很高興，甚是親自做飯給你吃，以免耽誤修行的時間；但是如果修行懈怠，不是一心專修，他也不會罵你，可是你要學習進一步的修持，他就會推辭不知道，絲毫不肯再多傳其他的法門。瓊嘎仁波切就是如此一位行者，我看他和馬爾巴(註八)上師差不多，有時候弟子修行不用功，他甚至會打人。

後來，因為一件事情的發生，瓊嘎仁波切才轉到尼泊爾的拉企(註九)地方繼續修行，事情經過是這樣的：

從前蓮花生大士進入西藏傳播佛法時，曾留下許多秘密法本，形成以後的伏藏(Terma)傳承；同時又留下許多預言，其中一種預言就是有關「秘境」(Spas Yul)的預言。蓮師曾經說過，在西藏危難或是戰亂時，有一些從未有人跡的荒涼秘境，可以躲避戰亂，在那種地方有吃喝的東西，氣候溫和，是藏人良好的避難場所。(譯註：類似中國傳說中的世外桃源)

某次修行的時候，瓊嘎仁波切突然見到空行母向他說起有關「秘境」之事。並且告訴他往拉薩北方去，到某個地方即可找到。瓊嘎仁波切知道以後，並沒有馬上採取行動，到時中共已進入西藏，但還未和藏人起爭執。但瓊嘎仁波切已感受到這股危機，他想如果能夠帶一些藏人到秘境避難，那也是件好事。於是他先和住在岡底斯山附近的朋友說明此

事，慢慢的，一傳十，十傳百，就號召了一大批人要和瓊嘎仁波切一起去尋找「秘境」。沒有多久，他們一行人就在瓊嘎仁波切的帶領下出發了，從岡底斯山往拉薩北方走去，一心往理想中的秘境前進。

當他們走到北方的某處地方時，突然被當地的宗本(註十)攔下。因為那時的情勢不同以往，地方官吏看到這麼一大批人走在一起，懷疑他們的動機及目的。於是就把全部人抓起來審問，瓊嘎仁波切據實以告，可是那宗本不相信，就把瓊嘎仁波切關起來嚴刑拷打，瓊嘎仁波切怎麼說，他們都不信，過了不久才把他放了，但是依然不准一行人繼續前進尋找秘境所在。那時瓊嘎仁波切心裏很生氣，就想：「好，我一心為眾生做事，卻因你們這些西藏人的無知與懷疑，將緣起全都破壞了。我要回西康去帶西康部隊來打你們。」他一發脾氣，就氣呼呼地要趕回家鄉去找幫手。

在回程路上，瓊嘎仁波切經過止貢北方，遠遠看見一座名叫安多巴特的山。在止貢歷史中，此山的山神以前曾向吉天頌恭皈依。在路上，瓊嘎仁波切看見這座山，突然想到：「他以前也曾向吉天頌恭皈依，成為佛教的護法。我也是一名大乘佛教的弟子。但現在發出如此巨大的瞋心，以前所立下的利他菩提誓願及戒律全都毀壞了，這樣怎能算是佛弟子呢？」一想到此，瓊嘎仁波切就向這座山拜了三個大禮拜，於是轉道回止貢，將一切財物都布施出去，一個人跑到拉企閉關修持。瓊嘎仁波切曾對我說：「安多巴特真的是吉天頌恭的弟子，沒有他的提醒，我的菩提心就此將忘失得一乾二淨。」

到了拉企之後，瓊嘎仁波切收了兩位非常精進修行的弟子，但可惜都不長壽，後來

到印度時都生病圓寂。瓊嘎仁波切曾說：

「如果這兩位弟子仍健在，對止貢噶舉教法的復興一定非常有用，現在年輕一代向他們這般精進的行者已不多見了，其中一位甚至曾親見勝樂金剛。」

那時候，瓊嘎仁波切也曾去錫金拜訪蔣揚欽哲秋吉羅卓，欽哲仁波切見到他非常高興，說：「這是真正的成就者。」那一陣子，兩位仁波切常常關起門來互相傳法。欽哲仁波切看到瓊嘎仁波切身旁兩位優秀的弟子，想請瓊嘎仁波切送給他做弟子，但是瓊嘎仁波切說：「別的東西我都送你，就是這兩位弟子，我想自己親自教育他們，不能送給你。」

瓊嘎仁波切的脾氣就是說一是一，絕不通融。像是法王閉關的時候，別的人告訴瓊嘎仁波切：「法王身兼傳承領導的重責，事情很多，希望你在八個月內傳完『那洛六法』。」瓊嘎仁波切說：「哦！不、不。這樣子的教法我不知道，以前我們止貢噶舉的傳法，都是邊教邊修，不能因求快速就躐等而行，這是你們大人物的閉關，不適真正的閉關。這樣子我就不教了。」甚至後來法王在拉達克平陽寺三年閉關專修時，法王母親重病，有生命危險，來信希望法王去看她，法王親自拿著信去請示瓊嘎仁波切，瓊嘎仁波切說：「嗨！這不是最重要的，你覺得媽媽死掉最重要，那你還是不知道什麼是無常。你又不是醫生，去有何用？」就是不准法王中斷閉關離寺，由此可見瓊嘎仁波切的作風。(譯註：法王母親現仍健在。)

瓊嘎仁波切一直待在拉達克的平陽寺及喇嘛玉如寺，最後一次傳「那洛六法」也是在那裏，現在的修院上師天津喇嘛及喬佩喇

嘛都是那時候和法王一起閉關學習三年圓滿的弟子。

瓊嘎仁波切圓寂的時候，法王正在寺內閉關。圓寂的前一天，瓊嘎仁波切將法王請到自己房間裏，躺在床上對法王做最後的囑咐：「法王，今天你在這裏閉關專修，我很高興。也不枉我當年向前世法王謝威洛竹立下的誓願一以一生的修行為曼達供養。從前您被中共關在拉薩，我很怕止貢噶舉傳承就此斷絕；您逃出來後，又去美國三年，我也很怕你因為外面的花花世界而忘了佛法，今天您肯拋棄外在的名位向我這麼一位平凡人學習修行，我相信您是位真正有菩提心的法王，而不是像其他人只是披著外衣，用布做的法王。相信在他的領導下，止貢噶舉必能繼續發揚，我的時限已到，大概明天就要走了，你好好閉關修行，不必為我擔心，這是我們最後一次見面，你回去吧！」法王邊聽邊流淚，瓊嘎仁波切也哭了。

法王離開後，瓊嘎仁波切和喬佩喇嘛說：「你回去吧！明天早上十點再來看我。」

第二天九點，喬佩喇嘛就因擔心上師的身體而提早來看瓊嘎仁波切。結果看到瓊嘎仁波切趴在床緣嘔吐，喬佩喇嘛就馬上過去服侍上師，並問瓊嘎仁波切要不要起來盤坐休息，瓊嘎仁波切說：「不用。別人都認為端坐圓寂才是大成就者，但釋迦牟尼也是吉祥臥而逝，我就和釋迦佛一樣的姿勢就好了。」於是喬佩喇嘛幫他調整為吉祥臥姿。瓊嘎仁波切一手枕在頭上，一手拉著喬佩喇嘛的手，向喬佩喇嘛說：「我要走了，你要幫我誦『吉祥上師祈願文』，好好修行啊！再見。」說完就閉上了眼睛。但喬佩喇嘛因為過度的悲哀及震驚而唸不出聲，瓊嘎仁波切又張開眼睛說：「你怎麼不唸呢？來！我

們一起唸。」說著就搖著喬佩喇嘛的手帶著喬佩喇嘛一起唸，喬佩喇嘛就流著眼淚，啞著嗓子隨上師唸誦。瓊嘎仁波切越唸越小聲，手搖的幅度也越來越小。慢慢的，終於鬆開了手。

三天後，瓊嘎仁波切離開定境。弟子們要移動上師的遺體，因為那時候氣候相當寒冷，大約零下二、三十度，大家都怕遺體因僵硬而不能換裝，結果遺體一如生前般柔軟。數日後，舉行荼毘典禮，火才剛點著，瓊嘎仁波切全身就自動起火燒遍全身。這應是他一生修持「拙火」的緣故吧！

那時我因為在流亡政府做事，沒能在身旁隨侍。一年後，我才到拉達克去，到寺院後，看到地上銅做的水管都因天冷而迸裂，才驚訝那時瓊嘎仁波切的遺體柔軟是多麼不可思議！

我對這位成就者的事蹟就知道這麼多了。另外，瓊嘎仁波切還曾應達賴喇嘛之請，私下傳達賴喇嘛一些「大手印」不共修持口訣。像瓊嘎仁波切一生這樣精嚴的修行，是止貢噶舉八百年來傳承不斷的主要原因。

希望台灣的弟子們因讀瓊嘎仁波切的事蹟而激發出精進求證菩提的誓願！

譯者補述

一九九〇年春天喬佩喇嘛至顯密精舍塑造多瑪時，偶然曾談到瓊嘎仁波切有一次曾誤食毒物，因當地偏遠又無醫生可救治，就以自身一夜禪定的功力將毒素化解。這是喬佩喇嘛親眼所見的事情。

關於瓊嘎仁波切的生卒年月，仁波切記得並不清楚。這次法王蒞台弘法，隨行的

瑞津喇嘛；出身喇嘛如玉寺，他答應譯者回去後將瓊嘎仁波切的這些細節查證後寄給我。此次出刊時限之故，待資料獲得後再行補敘。

註釋

註一：止貢噶舉除了止貢姜貢澈贊法王，止貢姜貢瓏贊法王之外，尚有四大仁波切：赤查嘉若仁波切—在止貢帖寺；尼宗赤巴仁波切—在今四川境內；鍾楚仁波切—在青海玉樹；嘎仁波切—在青海玉樹。

註二：止貢帖寺是止貢初祖吉天頌恭於 1179 年在現今墨竹貢卡縣所見的寺院，歷代法王均駐錫於此。此地昔稱止貢，故傳承名為「止貢噶舉」。

註三：喬佩喇嘛是拉達克人，是瓊嘎仁波切的弟子。曾於 1989 年隨止貢法王訪問台灣，現為喇嘛玉如寺指導上師（竹奔仁波切）。

註四：阿巴直譯為咒士。乃是西藏佛教中對在家行者的尊稱，但以寧瑪派居多。

註五：尼瑪江若。前代法王謝威洛竹時所建之止貢噶傳承佛教學院，由寧瑪賢嘎堪布弟子乃絨祝固領導創建，在當時名聲甚高。中共入藏時將其改建為人民公社。昔日在尼瑪江若名不見經傳的學生，現在都已成為錫金、不丹等地的著名教授，由此可見當時尼瑪江若的學生程度。

註六：紮日。在續部中記載紮日為勝樂金剛壇城，吉天頌恭弟子嘎當巴首去紮日修行，隨後多津、夠峨切率五萬零五百二十五止貢行者至彼處專修。藏人習俗每至申年至紮日朝聖，人稱「紮日巡禮」。

註七：講到這一段事蹟時，電視上的「八千里路雲和月」節目正好播放岡底斯山的影片，仁波切覺得緣起甚為殊勝。特此記之。

註八：馬爾巴。噶舉派西藏傳承初祖，密勒日巴尊者的上師，當初為消弭密勒日巴之業障，多施以打罵之嚴厲教育。

註九：拉企，密勒日巴尊者閉關成就之聖地。

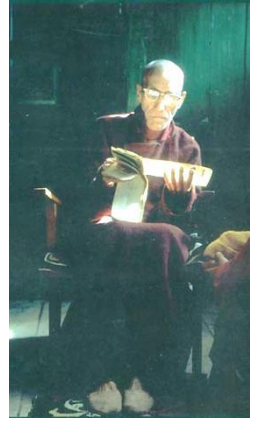
註十：宗本。昔日西藏地方上的官職名稱，大約相當於今日的縣長。



菩提心讚頌寶炬

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

昆努仁波切丹津嘉參



118

地上聖士白善心，縱使聚合而融一，
如凡樹比如意樹，菩提心分無可比。

119

以菩提心潤心續，棄捨障礙樂意成；
修持善德樂意成；遣除懼怕樂意成。

120

當菩提心成友伴，如同須彌山堅固；
無論憂惱如何大，彷如獅子畏懼除。

121

無作殊勝菩提心，出生不壞並增長，
一切相智之果位，必定無疑決定證。

122

欲使高位蓮綻放，親嚐定勝之蜂蜜，
殊勝佛佛子生處，
依止(如同)百日(光耀)菩提心。

123

恰如虛空如何廣，菩提心廣亦同彼；
恰如大海如何深，菩提心深亦如彼。

124

縱是寬闊之大地，以菩提心亦可搖，
如同如意寶一般，所具能力難思議。

118

ས་སྤེང་སྒྱུ་བོའི་ནམ་དཀར་སེམས། གཤམ་ཏུ་བསྐྱས་པར་གྱུར་པས་ཀྱང་། །
ས་བརྟོལ་དག་གིས་ཡོངས་འདུ་བཞིན། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཆར་མི་ཤོད། །

119

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་རྒྱུད་བཞན་ན། སྤྱིག་པ་སྤོང་ལ་དགའ་བར་འགྱུར། །
དགེ་བ་སྐྱབ་ལ་དགའ་བར་འགྱུར། །འཇིགས་པ་སེལ་ལ་དགའ་བར་འགྱུར། །

120

བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་མཛའ་གྱུར་ན། །དེ་ནི་རི་རབ་བཞིན་དུ་བརྟན། །
ཉམ་ང་ཆེ་ཐང་ཅི་བྱུང་ཡང་། །སང་གེ་བཞིན་དུ་ཡང་བྲལ། །

121

བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་བཅས་མིན་སྒྱུས། །མི་ཉམས་གོང་དུ་ནམ་འཕེལ་ན། །
ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡི། །གོ་འཕང་འཕྲོག་པ་གོར་མ་ཆག། །

122

མངོན་མཐོང་ཀ་མལ་ནམ་པར་བཞད། །དེས་ལེགས་སྤང་ཅི་ཐོང་འདོད་པས། །
སྐས་བཅས་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས་མཆོག། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྤང་བརྒྱབ་སྤྱོད། །

123

ཇི་ཉར་ལྷ་ལམ་རྒྱ་ཆེ་བ། །དེ་བཞིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་རྒྱ་ཆེ། །
ཇི་ཉར་རིན་འབྱུང་གཏིང་ཟབ་པ། །དེ་བཞིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་འདི་ཟབ། །

124

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རབ་ཡངས་པ། །བརྟན་པའི་འཛིན་མའང་ནམ་པར་གཡོ། །
ཡིད་བཞིན་འོར་བུའི་རྗེས་འགོ་བ། །འདི་ཡི་རྒྱས་པ་བརྟག་པར་དགའ། །