

大乘精要 9

朗欽加布仁波切講述

敬安仁波切口譯

2007 年 09 月 22 日於岡波巴中心

一切遍虛空如母眾生雖原本欲求一切樂果，但因所思惟、所行的一切均為顛倒，故所得反為不欲求之苦果。就有如盲人行於荒野中，不知方向一般。在聽聞佛法之前，首先生起有緣取之強烈悲心，再以智慧緣取此等如母眾生，願度其均能得證究竟佛果。以此動機來聽聞大乘精要之法。

善趣：人道、阿修羅道、天道

人道：相對惡趣之苦，在人道中是比較好。可是並不代表沒有苦。人道的苦，有生老病死，怨憎會、愛別離，慾求不得，及不欲求的東西而得到的苦。

生苦：《入胎經》中有解釋人道出生的過程：於中陰意識之身入胎的過程中，若自身福德不具足時，當下是一片黑暗，進入無明恐懼中；若具足的福德圓滿時，入胎當時，顯現的均是壇城，無量宮等。再細分時，若父母福德圓滿，而自身福德不具足時，將不會出生。若父母福德不圓滿，而自身圓滿具足時，所產生的是身心上的某些障礙，種種不同。

在意識進入母胎後，其極細微的微塵在母胎當中形成乳狀，團狀。依於不同的氣，產生了我們這樣的人身。

因：乃是依於過去的業。緣：乃是要依靠父母的福德、身體而定。

在藏傳佛教中，不只在經典，在醫續中也有解釋：入胎後，所生之人身的四大是否圓滿調和，一切均由業及福德來區分。有如現今以基因來區分。

當意識進入母胎中，明點會產生乳狀、團狀，再裂開、集聚、成熟，最後慢慢的開始形成脈氣。當脈氣形成時，感官的知覺開始形成。感官的知覺出現時，冷熱的知覺也產生。此時，也可感覺到母親飲食的冷熱。所以，從胎中就開始要承受這樣的苦。在經典中也講到，當母親吃的太飽的時候，胎兒有一種被夾緊的感覺。當四肢、五官任何一個部位長成的過程中，都會產生很強烈的痛。所以說，人是從胎中就開始受苦。而在出生的當下，母親與嬰兒都要承受這個過程所的痛苦。如經典中所講，是將一個粗狀的身體由一個很細的孔中強力抽拉出來的感受。在現今，也許母親可以注射麻藥，可能不必受此痛楚，但是胎兒所承受的仍是有如剝皮般的苦。因為在出生之前，胎兒一直處於母親腹中，身體皮膚非常敏感。當從母體中脫離的當下，外氣接觸到胎兒細嫩的皮膚時，是有如剝皮般的痛苦。有如用一根毛撥弄我們的眼睛，立刻會有有強烈的感覺。

出生七天後，身體就會產生八萬四千種不同的細菌。依於這些細菌的不調穩，就會有四百二十多種病態。即有如八萬四千種煩惱所產生的四百二十種病，及外在的八萬四千種魔障。

依於此，痛苦的基礎已奠定，無常亦同時具足。仁波切說數字並非會那麼固定地產生。

在身體由微塵開始形成的當下，無常即已同時存在。雖然我們並不是強烈地感覺到老化的過程，但從無常的角度來看，我們是一瞬間一瞬間的在改變。當無常存在時，苦是肯定具足的。

苦是瞬間瞬間改變的，如在身體很健康之下，突然產生病痛，這就是改變之下產生的苦。

老苦：當我們年齡增長時，失去過去青春的光澤，身體就成為有如枯樹般或破損的房屋般。幸好老苦是一步步地增加，若是一次到位，那我們是無法承擔的。當我們年輕時，有如美麗的花朵般，但在老化時，卻只見到皺紋滿面。這時，我們本身的精進力量及智慧都在減少，身體的光澤也在減退，最終，被死亡之魔帶走。當老化時，外在的皮膚、肌肉都已經開始萎縮。身上的脈變得更粗壯，更清楚。頭髮也轉為白色。平常對話中聽到的都是「痛」、「痛」、「痛」字。慢慢地，心智也不是很清楚，親朋之間也開始無法溝通，這時，就知自己已老化，此即是老的苦。

病苦：當痛苦產來時，有突然之間因病所帶來的苦痛；或病苦變成長期，所受之苦更苦；或因病會產生口乾，無法飲食等之苦。若醫院的醫生曾接觸過及理解「悲」的重要性，也許對我們有點好處。但是當有些醫生，雖具有人性本具的善念，可是處於現今的物欲社會，一切皆是以金錢為主，當你進入醫院，他們所想的並非的治癒你的病，而是想要如何賺取更多的錢。病苦，對我們來說，就是要接受這一切之苦。醫生會給盡量地很多各種藥物給病人，好像食物一樣，要我們接受，但也許並非病人所需。而我們無法確認這些藥物會幫助我們四大調和，或是使四大更亂。這一切也是要看過

去福德資糧是否具足，若資糧具足，就可碰到好醫生，這些均是依於每個人過去的因緣。

經過長期治療後，若無法治癒，醫生就會開始放棄你。就有如嘔吐般、當吐出後，不會要再收回。當醫生放棄你時，現在醫院的處理方式，可能會以各種儀器維持拖長一點我們的生命。其實此時，醫生已捨棄你，護士也已產生厭倦的心態，並不是很積極的照顧你，只是以儀器來延長一點我們的生命。然而我們所承受的是更多的苦，可是對醫院來講卻是可以接受更多的財物來源。

最終要理解的是，即使如佛陀般具足三十二相八十隨行好，都要走向涅槃。我們就更不用提，最終也一定會走向死亡。病苦的最終，是當四大收攝，內外氣斷後，隨我們走的，獨有我們有生之年所行之善惡，依於善惡業決定我們善惡趣的走向。若平時了解自己的本來面目，並且有修證過這樣的法門，那表示將可得解脫。

現在很多人對「解脫」與「善業」沒有搞清楚。二者之間是有差別的。善業代表可引領你走向善趣。但依於理解了對自心本來面目的解釋等等，才可以得到解脫。

解脫又可以細分為：

阿羅漢的解脫：乃個別自身的解脫。

大乘的解脫：是菩薩乘的解脫。依循不同層次，慢慢而上最終目標即成就佛果。

當提到佛果時，並非是得到某種物品或走向某處，而是依於善業所得到的人天果報，或是依阿彌陀佛的願力，得生淨土。在此淨土再修證，最終得證佛果。而在淨除一切煩惱障、所知障，無明垢障後，才稱為圓滿佛果。佛教不同於其他宗教，並不是要到達某個神和造物主旁，而是自身要得到解脫，自身將成佛果。

在此自求佛果表達：成為解脫之因的如來藏是本來具有的。當了解此如來藏是被垢染障

蔽時，就有去除垢障的欲求，於是學習《大乘精要》，人身難得、無常等，生起希求解脫的心念。而強烈的「知苦」是讓我們生起強烈的信念，並且有精力、毅力地精勤，最終通達解脫。

在入道中，有生、老、病、死苦，再加上與敵人相接觸的怨憎會苦、與親人離別的愛別離苦、欲求不得之苦、不欲求而得到的苦等八苦。

由以往到現在，一些過去所受的苦雖已淡忘，但仔細想想，苦是永遠存在的，尤其是現今的五濁惡世，我們一直都在承受著苦。

如同有錢人在世上，為了競爭，為了得到幸福圓滿的生活，要受很多的苦。可是在得到後，又怕失去，有害怕失去的苦。所以有錢並不代表沒有苦。他有怕失去財富的苦，又要處心積慮為擴張而受苦。長期下來，可能會導致心理受到強烈創傷的苦，或導致自殺的可能等等。沒有錢的人，則因為無法在生活品質上與他人同等，是另一種苦。

因此了解到：世間一切皆是苦的自性。當觀察苦的根本時，會發現苦的根本是源自我們的自心。我們需要學會對此心不要有太強烈的貪執。當沒有強烈的執著時，便可以由世間入道的法中慢慢開始學習，到最終學會解脫之法。

苦是廣大無邊的。有時，雖然我們認為是樂，其實卻是遍佈苦。強烈的貪著之心，只會給我們帶來苦。故應捨棄一切的貪著的心。有一比丘，因為他生前貪著於自己的鉢，他死後，轉生成蛇，住於鉢中。

我們應試著減少「貪著」。仁波切說：以究竟來說，這種「欲減少」的思惟也是一種貪著。要如何慢慢減少貪著呢？我們要學習佛法：從十二因緣開始，認知世間的一切器物皆是幻化。既知是幻化，為何還要去貪著？因為我們的貪著太強烈，即便在夢中都有一種貪著。但反觀聖者，聖者亦視一切如幻化，即使不在夢

中，所以我們要向聖者學習，看待整個人生都是一種幻現。

阿修羅道：我們可能會認為他們並沒有那麼苦。其實，他們也承受著強烈的苦。

當我們平時講「世界」的時候，指的是地球、人類存在的世界。但從續部經典中來看，世界並不只這個範圍。它可分為三界，包含欲界、色界、無色界。再一千、二千、三千個而上的大世界。其實世界是千百億的小世界組合而成。每一世界都是依於過去的業所顯現。業顯時，又可分為個人的業及共業。

我們現在所處的是須彌山南部的南瞻部洲。阿修羅所處的則是延須彌山地基上，靠海邊的一個區域。這個區域的層次階段，每部經有不同解說，但共同點是這區域都是在須彌山地基往上的位置。阿修羅道與人不同之處，乃是他們具神通，神變力量的功能。有些阿修羅道也可飛天，可視為天道的一部份。

阿修羅道的苦是當往上看到天道的逸樂，而自己這邊無法圓滿時，對天道產生嫉妒的心念。當他們看到天道的物資及天女的美貌——人道的地貌一絲都比不上，會產生強烈欲搶奪的心念。為此，雙方常常爭戰。但因天道層次及神通力量的差別，每次戰爭，天道永遠都贏。佛教中也有比喻「回教」如「阿修羅道」。因他們也有強烈搶奪、剝奪的心念。

在阿修羅道與天道的戰爭中，天道的帝釋天執有三十二支大象頭的戰旗，又有天子、日神、月神相助。而阿修羅的主將塔嚩有龍神、羅叉相助。雖然有時具大神通，可以遮障日月光芒的羅睺羅也會出現相助，但是，阿修羅還是屢戰屢敗。每次戰敗都會有很多屍體掉落在須彌山的海中——這是小乘經典中講述的。

在續部裡，則是解釋太陽系的日月蝕是因太陽、月球的軌道運行，將光芒遮住之現象。當解釋「是被羅睺羅的神通黑夜的氣息障住

時」，也可能是依於人類戰爭的炸彈等，影響大氣軌道運行而產生的現象。

當講「羅喉羅」時，並不代表是一種物質，而是一種可以遮障的氣息。羅喉羅梵文西藏譯為昌綽，為「遍入」之意，表示很廣，並非單一可以表達。

阿修羅道之苦是恆常處於戰爭中，再加上，他們的死亡與人道一樣，死後不能復生。但天道則在死亡後，給予甘露，又能再復活。因此使阿修羅產生更強烈的嫉妒，更加地痛苦。

天道：由此看到，我們可能認為天道最好，沒有痛苦，其實不然。天道的出生屬化生，也屬神變。不必像人道般去積聚衣食等物，自然擁有。他們「光」的身體，一出生就具香味，毫無臭味。於出生時也具有衣服。他們以肩膀等區分「天子」或「天女」。四大天王與天道稍微不同，他們比天道層次稍低，居於須彌山腰，其身體衣物也是幻化自然擁有。依於過去的福報，天道有無量宮、甘露池、飲食等。這些外在天界是福報自然形成。

天道的死苦有：死亡之苦及知道死後果報的苦。

天道可細分：

欲界天：又可分為有戰爭及離爭：離爭又分為：離爭天、具喜天、化自在天與他化自在天是離開一切戰爭，享受一切欲求，故稱欲界天。不需與阿修羅戰爭。

色界天：並不具有如人般的有為之身，是類似意識之身。雖然非常長壽，但在末劫時，也要受火焚之苦。分一禪、二禪、三禪、四禪。每一禪也都歷經火劫、水劫、風劫後毀滅。

無色界天：對於內心禪修比較有成就的外道，才會出生於無色界，稱生死四邊。因不夠究竟，仍有細微執著之念，會再墮入輪迴中。

整個三界天，也都是為苦所攝受。天道之苦，除死亡之苦，還有墮落之苦。當享受完天道的欲樂之後，所要受的就是墮落於苦處中的苦。天道的壽命，離爭天的七天大約是人道的二千五百年。天道是屬於長壽的。

不論隨順惡果到惡趣中，或是依善果到善趣當中，在天道中所受到的都將是苦。現在我們所認知的天道之苦，只不過是表面粗的苦。而細微的苦即：行苦，則是我們尚無法了解的。對我們來說，現在認知的樂其實就是行苦。

行苦，就好像我們認知的樂。在認為是樂沒有苦的時候，行苦其實已遍佈。苦的根源就在樂當中，以食物比喻，我們認為吃素、吃菜對我們健康有益處，我們也喜歡吃。但從某種角度來說，由菜的來源、耕、種的過程中，已經將很多苦加在一起。此外，對食物味道的好壞等，我們貪著的心念已依住於其中。雖從飲食角度看是正常現象，其實行苦業已遍佈。我們雖然無法清楚的看到苦，可是已在此上產生細微的貪著，苦已形成，並種下墮落惡趣之因。

若是本來的基礎是無變的樂，則不論在享用任何東西時，樂都是不可改變。但我們認知的樂並非永恆，它具改變性。所以，當我們飲食過度、一直不停地接受食物時，我們感到飽足，其實也有苦。若因過食而產生病痛時，就更苦。因此，這個樂並非永恆，它是改變性的。

所以從本質上了解，就可知道苦的存在。這是以比喻的方式解釋。細微的行苦，只有聖者才能真實了見。聖者離開一切苦的根本，因為他住於平等的體性中，所以非常清楚地了知一切行苦。我們因不在平等體性中，所以無法理解這個苦。其實在我們生活當中，所有衣食住行都遍佈行苦，但是我們無法了知。就好像拿一根羽毛刷身體，我們不會有多大的感覺，但是如果刷眼睛，就會有強烈感覺。類此，聖者就可以了解行苦的根源，我們則否。

道的部份

學習此道：當我們瞭解六道當中皆離不開苦，故想要脫離這種苦，想要達到解脫。解脫需要尋求方法。

首先，要尋找一個能帶領我們解脫之人，亦即一位已從苦中脫離的人。所以，我們從學習皈依開始。接下來講所要學習之法，分四：1. 學習如何皈依，2. 學習如何斷除煩惱，3. 學習如何建立慈悲的菩提心，4. 學習如何觀修前三者的方法。

學習如何皈依

當理解輪迴當中一切皆苦。若想要學習如何從苦中脫離的方法。父母只能教導我們如何處於世間，如何學習世間之法，但也無法幫助我們從苦中脫離。當我們還在嬰幼兒階段，父母是我們的皈依處。父母教導我們一切世間的衣、食、住、行之法，如何在世間立存，所以說父母恩重。當我們成年後，變成父母向我們皈依，我們開始去幫助父母。但這些皈依均非究竟的皈依。當自己成年後，不能再依靠父母，所尋求的依護變成是自己的上級等。這些也只是改善生活，並非究竟。當尋求上級依護，但也無法解決某種心中苦難時，人類就開始轉向日、月、樹、大自然等等外境，尋求心靈的依護。向這些尋求依護皈依，也只是暫時的安慰，也都是不究竟。當再理解時，最究竟的皈依，就是佛法僧三寶的皈依。當我們處於輪迴當中，也只有三寶能幫助我們從苦中脫離，才是最究竟的救怙。

「佛」為何稱佛陀為我們最究竟的皈依處，由藏文詞意就可看出。藏文「佛」即：Sang 就是清淨、清除一切煩惱及一切所知垢障；gye 即廣大遍佈，一切智慧廣大增長，只有離一切垢障，積聚一切智慧的佛，才能救護我們。

當我們了解佛是可以救度我們的，如何救度呢？要了解佛教導我們，給予我們開示解脫

道路的方法，但是真正解脫救護是要靠我們自身的努力，才能達到。而不是說將一塊石頭扔到天堂裡，那是不可能事。

「法」，在輪迴中，佛陀已離一切苦，他示現是為了救渡我們，告訴我們如何從苦中解脫的方法。有些允許我們做，有些不允許我們做，所以有一個教導的方式，稱為「法」，也是屬於道的部份。

「僧」，雖然佛陀已不住世了，但是有許多了義、了不義的佛陀教言，需要有人幫助我們理解與學習，我們稱為助友。

故我們皈依三寶。經云：「佛法僧是尋求解脫之人最終的皈依根本。」佛教是以佛法僧之根本行皈依，而其他教派，則可能有數個皈依根本。

佛陀在世時，施主查修淨，在他的向佛請問經中問：「對於佛法，我們應向您皈依。在這麼多教言中，最重要及最初的入門，應該如何著手？」佛答：「最初入門開始的學習是皈依佛法僧，皈依是一切的根本。」

在漢、藏習俗中，常以「有沒有皈依」作為入門的識別。但在真實含義上，在過去，當接受皈依時，會先解釋皈依三寶。而現今，都只是一種行為上的皈依。

最初進入一切佛法的入門是皈依，所以皈依是佛教的大門。而打開皈依大門的是信心，所以信心是皈依的大門。但信心不能是迷信。而是要學習理解何為三寶。所以，首先「理解的信」很重要，然後有「清淨的信」，到最後的「虔誠信」。

皈依時，應對自己的皈依境有所了解，並知道皈依境的功德等，才能圓滿的皈依。否則，不了解皈依境的功德等，只是匍匐在地，好像很虔誠的樣子，就有點像迷信。

就有如共產主義認為我們是「唯心」派，只是向偶像、塑像行供養。這不可能提供食物、

衣物給我們，所以，認為這是一種迷信。但以我們的角度看共產主義，也覺得他們是一種迷信，因為他們並未真實了解共產主義：在究竟上能否成就善業？是否能引領走向樂？所以，就迷信本身而言，二者均是迷信。

當我們向雕像、塑像行供養禮拜時，是因為我們知道它是代表佛的象徵，向其禮拜供養是表達我們的虔敬。真正最清淨究竟的皈依，是要了解真實含意的皈依，外相只是一種表證而已。當對這雕像、塑像有虔敬的心念，認知它是佛的真實化現時，我們會因此累積福德資糧，並種下解脫的種子。但從另一角度而言，也只是累積福德資糧及種下解脫種子而已，並沒有就此得到解脫。佛法上並沒有這樣說。

當我們尋求遍智的佛果時，首先要觀察皈依的境是否有能力使我們解脫，可否向此境皈依。當我們了解三寶特殊的境時，可以從佛陀在平凡身時觀察。當時，佛陀只是一個地方的王子，因為對世間的苦，產生出離的心念；經修證後，斷除所執的一切貪、瞋、癡三毒煩惱，使自身從垢障中脫離。我們了解處於輪迴的苦患，其根本來源是煩惱，而煩惱是由三毒而生。

知道佛陀可以給予我們如何脫離垢障的方法，使我們由苦中脫離，因此認知這是我們可以皈依的境。我們也可觀察：當佛陀，我們皈依的導師，在開示佛法、教導脫離一切垢障的方法時，是否對不同的人有差別待遇。佛陀的教導是無敵友之分，並沒有只教導親人、不教導敵人。佛陀對一切眾生均同等看待，並以慈悲及智慧教導。當我們看到佛陀此無差別的心境時，也就了解到這就是我們要皈依的對象。這樣理解才能成為我們皈依的境，也以這樣的方法，我們才能解脫。理解到佛陀是我們可以皈依的。這是以佛尚是王子、在凡夫位時解釋。其實從大乘的角度而言，佛本初就已經是佛，但為眾生故，再次示現成佛的過程。並為不同眾生，示現不同的相：為人道眾生示現人身，為畜生道示現畜生相，以攝受不同眾生。

有一部讚揚佛的影片〔聖者特別讚揚〕，讚揚佛與外道不同的地方。特別讚揚佛的行為與見地。告訴我們佛陀對我們的教導，是完全不同於外道。

其他外道在向一般世間的神行皈依時，只能在自身福報具足時，給予一切。但在福報漏盡時，也只能將我們踢下去。也有些教法告訴我們，用生命來進行供養，這只會帶引我們走向更壞的道路。更有些教法，告訴你，我們一起去死亡，即將升往天國等等之類。這一切都是愚昧之法。而佛陀所教導我們的是無任何傷害，是一條清淨智慧的道路，這才是我們皈依的地方。

當皈依時，初學行者首先要皈依法。藉由理解法，才真實認知什麼才是究竟的皈依。所以，對初學行者「法」是第一個皈依。

三寶中，皈依恆常不變的「佛」，指的是佛的法身。法身本體是無盡無漏，本體即無為之法。因無為故，無任何改變，我們是向無為恆常之法進皈依。此無為恆常之法是無盡無邊，與有為法的恆常不同。我們是向本具的法性體性之身行皈依。

《金剛經》：「世人以音聲或色身見我，是人行邪道，不能見如來。」這告訴我們，若將究竟的如來或皈依，認知為執實之物，是錯誤的。我們是向無邊無盡的本具體性皈依。

可能有人會有疑問：若此為究竟的皈依，向佛行供養禮拜又有何用？答：在我們垢障未清淨之前，無法理解無邊的本體，所以需要積資除障，最終才能真實理解無邊的本來涵意。

即使由科學的角度，也是首先從有的地方著手。從解剖大體、再細分為小分，再由小分中分類出細分子，從而理解本來的含義。由有到無，是相對進行修證。

就像我們執著的習氣是無始以來的累積，非常強烈。如同我們以為自己不會死，而一直計劃明天、明年、一直計劃。這種非常強烈習

氣的執著，以為我們會一直活著。要了解死亡無常的概念，慢慢淨除這種習氣。

《吉祥鬘請問經》：「真正法身的本體是無盡的。因為離開一切概念，所以它是寂靜的」。當真實了解無盡寂靜本體心的本體，也就了解皈依的本體，這才是最究竟。

當我們經開示理解佛、法、僧三寶之後，才進行皈依，依循次第而上，累積資糧到最終成佛果。要使它成熟，必須循序漸進，不可能突然之間立即開悟。這並不容易，循序漸進才是究竟的方法。

但是也有特殊情況，如果過去生已圓滿累積資糧，於現世之福報得遇善知識，而理解心的本體，也是有可能。

仁波切勉勵弟子：在學習佛法過程中，要不間斷地行聞思修，才能理解。就像滴水，要一直持續滴落，方能慢慢溶化土塊。若不能持續滴落，而只是一次倒一大盆水，不見得會將土塊溶化。對佛法有強烈的誠信，佛的加持能力，會使我們最終得到解脫。希望大家平日多讀經書，有問題儘量問。雖然不可能如遍智佛一樣，圓滿回答所有問題，但會盡自己所學作答。

問答錄

問：羅睺羅是何人？

答：有一位寧瑪派的護法名羅睺羅。傳說他與印度的遍入天有些相像。總之，他是護法，外相非常恐怖。

問：三乘均有其修證次第。講大乘時，提到依思惟無常、人身難得、因果，再開始修止觀、修大手印、大圓滿，依次第而上。我以為大手印、大圓滿是屬於金剛乘，也是大乘嗎？

答：大手印、大圓滿是大乘的一部份，再細分，才是金剛乘。其實都是名相而已，所要修證的都是同一目標。

問：四大天王比天界低一點，也是屬於天界嗎？

答：四大天王在須彌山的四個方向。現在台灣不是也有四大天王嗎？

問：仁波切提到的八苦，與漢人所說的八苦有些許不同，其中生老病死，怨憎會，愛別離，求不得相同，那「五陰熾盛」是什麼意思？

答：八苦中，「不欲求」之苦屬五蘊之身的苦。由色受想行識來講，雖不欲求這樣的色體，仍會產生，與「五陰熾盛」只是用詞不同，意思是相同。色受想行識也都一樣。譬如不想聞到臭氣，是我們不想要的東西，可是卻已經聞到了。觸受也是同樣的東西。

問：在唐卡上，畫有阿修羅與天人的戰爭，畫中有一棵樹，請講解其意。

答：畫中的樹叫如意樹。長出的果實被天道享用，可是樹根生在阿修羅道，所以阿修羅認為樹是他們，因此生嫉妒之心，這是戰爭的起源。任何爭鬥的開始都有一個緣由，所以用這樣的方式解釋。如同地下的寶藏礦藏，每個國家都因此爭鬥。

問：為何阿修羅很醜，可是女伴卻很美？

答：可能是從天道搶來的，所以很美。其實阿修羅並不醜陋，他比人道更高一層，比人更莊嚴。他的頭、手臂都可以示現各種神通。但相對天道，依於福報的大小，而有所差異。因為佛教講六道，所以相信這種說法。旁人外道可能就不承認這些。

問：請仁波切講阿修羅的故事。

答：不管怎麼講，六道輪迴都是被苦圍繞，而這些苦的根源都是由貪著而來。有一個故事比喻輪迴如吃人肉的羅叉。

在森格林的地方，有一商人坐船出海做生意。船被風吹轉向南方，到達羅叉女的地方。羅叉女顯現出各種美妙的身體、食物、房舍，讓商人們享受於欲樂當中。有些羅叉就告訴他們，不要再向南方去，於是船長就等他們熟睡後，悄悄的往南方探看。他看到一座鐵城，鐵門關著。鐵門旁有一棵樹，他爬到樹上往城裡看，看到很多人非常痛苦地被關在城裡。於是就問他們，為何會被關在城裡。他們就告訴船長說：「我們以前也是像你們一樣，做生意到這邊，被這些羅叉以各種化現的五慾，讓我們貪著於此。現在享用完了，他們就要吃食我們的身體，所以把我們關在這裡。」船長問：「你們怎麼不逃跑呢？」答：「我們已經進入鐵城裡，無法逃離出去。如果挖地道，土愈挖愈厚，如果爬牆出去，牆是愈爬愈高。」船長又問：「不在城裡的人，有沒有方法逃跑呢？」答：「當然有。在滿月十五的時候，有金色的天馬會在你們住處前的廣場上吃草、打滾，牠會說人話，當牠問：『有誰願意跟我到其他洲，離開這個地方？』你要毫無猶豫地立刻撲上去，即使只抓住牠的一根毛，都可被帶離。可是如果你回頭，你會掉下來。」於是船長就告訴其他商人，在滿月十五的那天，抓住天馬，即可得以逃脫。可是還是有人回頭，掉落回去。這雖然是一個故事，但也是一種寓意。「回頭」是一種貪著，所以我們應該不要回頭。「天馬」表示心的本來清明。如果能抓住，就不會墮入貪著之苦。

問：有人說「曾見過鬼」。但是否有見過天人或阿修羅？

答：有可能。有人可以看到天界及阿修羅道。在佛的經典中，有很多類似情形，以及佛對它的解釋。鬼是可以看到的，它是屬於六道中的餓鬼道。若能看到這些，是在禪定上具一定的修為才行。

問：前面所講「輪迴有如吃人肉的羅叉」的故事中，為何騎上天馬後，不可回頭？

答：因為如果回頭的話，羅叉女又會顯現各種美妙欲養，使他再貪著，當他一有貪著，就會掉下來。

講完皈依後，就會講大乘的發心部份。講完大乘，就是咒乘部份，會開始講生起次第，圓滿次第，到整個的密咒乘。這是一個依層次而上的次第。為何有層次？因為所有六道，世界任何顯現的產生，都是依於心的執著。心有執著，就產生心執著的微塵。當微塵累積到某種程度，就示現不同世界。因此，依層次而上清淨垢障。

問：可否再多解釋「無為恆常」？

答：講法身時，「法身」只是以名相或象徵來表示，不能用色身等方式體驗。所以說法身無為法，因無為故，離一切恐懼，離生死戲論。當離開了生死戲論，就達到無為之身。當離開了生死的無為之法時，即表達接近恆常的法身。當理解恆常時，就表示已經達到佛果。所以，只能在法身的自性本體上解釋，也只能以「離邊」，「空」解釋，無法真實的去體會。所以需要止觀等種種修證：開始學習止時，要斷住分別之念。首先要讓心沉靜下，如同將一直亂跑動的心，用樁釘住，不讓它跑動。在止的修證方面，也只能抓住心寂靜的一面。並不能抓住心本覺體性清明的一面。

所以要再解釋心的本來清明面。心的本來清明面，但我們無法馬上認知。就有如同鏡子上有塵垢，若要看清楚鏡子，首先要擦拭。當前行講完，到真實修證時，有個別開導的解釋，讓我們體認。在課堂上，只能圍繞著本體、離邊、空，作解釋。在修證時，就要依個人修證的體證理解，再個別教導。現在有些人對空性的認知，是認為空性是全無的空。假若如此，空性應該是什麼也沒有。但也並非如此。我們首

先要將一個有的東西變成無，這需要一個過程。

也有一些人的認知是「空性」不是空，這是以「有」作為基礎。當以「有」作為基礎觀待時，又無法尋找到「有」。於是又再將它歸納於「空」。所以若要理解心本

體的一面，必須精進修證，及對佛法的誠信。精進是非常重要的。

從性相上的解釋，雖然可以非常廣博。若只是精於闡釋，是沒辦法達到究竟。唯有自身體證，才能達到最究竟。

岡波巴中心記事

- 朗欽加布仁波切協同參與主法之第八屆直貢巴紀念大法會，於2014年6月22日在台北圓滿舉行。徹贊法王意外蒞臨會場予以開示與加持，請見封底照片集錦。
- 朗欽加布仁波切所著之藏文文集，第一冊已於2013年11月於印度出版，預計出版4-5冊。
- 敬安仁波切協助翻譯之《頂髻尊勝佛母烏波羅花蔓儀軌》將於2014年7月，為直貢徹贊法王尊勝佛母灌頂之用。重譯之《如來藥師七佛本願功德念誦儀軌甘露供養法》亦即將付梓。
- 堪布天津尼瑪於2014年2月在印度強久林，協助講授冬季佛學講座，請見封面照片集錦。
- 直貢噶舉2014 Momlan 世界和平祈福法會，北美岡波巴中心共募得\$8,330美金供僧。主辦單位特致感謝函予岡波巴中心，請見封面照片集錦右下方。
- 噶札西寺阿尼寺院初期興建之募款已圓滿，阿尼寺院將如期於2014年8月，由朗欽加布仁波切親臨開光。

感謝十方對仁波切佛行事業之贊助，並隨喜功德

三惡趣之苦，往生西方極樂淨土。之後，寧達桑傑弘傳頗瓦法，攝受利益許多弟子。

編輯伏藏法，或掘藏並加以弘傳者，皆稱為「法主」，所以寧達桑傑是頗瓦法的法主。寧達桑傑將此法門傳予與他有深厚因緣的虛空幢；虛空幢再傳予修證極有成就的善賢僧。雖然，虛空幢與善賢僧都可稱是頗瓦法的持有者，但是後者卻一直未能尋得可持有此法，並弘傳的善根器的弟子。後來經空行授記，在西藏的偏布地方，將有一牧羊者名無垢慧將弘傳此法，最後無垢慧也將得證相應的成就。無垢慧再傳予曲吉桑傑嘉成以及他上千的弟子，使他們最

終都獲得解脫。之後，曲吉桑傑嘉成傳予洛恭簡成上師；再傳至直貢的雅若嘎地方的堪布霍扎朋措南傑〈圓滿尊勝〉，由此開啟了直貢頗瓦法的傳承。之後又傳至堪布南久。經過歷代傳承而至上師朗欽加布仁波切；仁波切再傳予我〈敬安〉。

直貢行者對此傳承的上師及法門都懷強烈的信念，具格弟子亦依之精進修證，得到許多成熟的功德徵相，終使直貢的頗瓦法最終能聞名於西藏。



大乘精要 10

朗欽加布仁波切講述

敬安仁波切口譯

2007 年 10 月 06 日於岡波巴中心

一切遍虛空如母眾生，雖欲求得樂，但卻不知如何尋得樂因，而承受著苦的因與果。為了使一切為苦所纏繞的眾生能得到遍智的佛果，我們以此動機，來聽聞大乘精要法。

《大乘精要論》在解論時，是依初善、正善、結善三個部分來解釋。初善包括：論名、頂禮對象、解釋頂禮。正善包括：讚誦供養、造論誓言、論文解說；其中分說是以基、道、果三個部分，分別詳細解釋。

基：講述的是眾生本具的如來藏體性〈根本的基礎〉、此本具的如來藏體性如何被迷惑、遮障住，以及如何藉由聞思修去除迷惑的部份，循次第而上修持，最終證得如來藏的體性。若無聞思修等次的修習，一般是無法了解法的真實體性。但也有少數人，因過去已圓滿資糧故，此生則不須如他人般進行聞思修，於瞬間即可了證體性。要了解，我們能聽聞到佛法，並能

用心實際去相應，代表由過去到現在有累積善業資糧的種子，才會有心要聽聞。所累積的資糧圓滿，才能真實具備這一切。

道：了解所依的基礎之後，即開始學習道，可分認知、思惟，以及學習之道。

認知此道：首先理解並認知學習道路上善知識的重要性、其所應具備的性相，以及如何去依止。最終，依善知識所給予的教法，成熟心續。

思惟此道：依「轉心四法」：以思惟死亡無常對治貪戀此生、以思惟人身難得對治放逸懈怠、以思惟業因果使此暇滿具義、以思惟輪迴過患來對治對輪迴的樂執。

我們對治此生的惰性及放逸，而不該浪費此生，所以應思惟暇滿人身難得。所得的人身，本體其實也是無常，故思惟死亡無常。但無常

並不代表「一切都沒有」。我們仍隨著過去的業因承受應得的果，故應思惟業因果。由業因果，也了解因之而生的輪迴。當理解這樣的輪迴世界，也才知道，因此分出的三善趣、三惡趣；因善惡之故，才承受不同的樂苦的善惡業報。

依次第而上聽聞佛法是非常的重要。否則，如果一開始即聽聞空性的本體，即可能產生否定因果等的邪見。反之，若對因果有基本的認識時，才會對佛法有深切的體認。昆努仁波切曾說：「因果是佛法教授中最特殊的一部分。」依於過去福慧資糧的因，方能成就法色二身的果。因果中的「因」，是因緣而生，所以稱「性空」。其本質是空性，但並不代表一切皆沒有。空性並非一切皆沒有的頑空。當理解「緣起性空」，禪定達到「一味」時，即能如實了知因果，但這並不容易。

因果是相對而產生的，當要用理論辯證時，就須要採用相對的方式。如同科學研究在剖析到最細微時，由於某種因緣它又會再生。因而理解一切法，均是因緣而生。例如：如果不是同類的種子，不可能生出同類的豆子；而豆子不可能直接生出豆子，豆子需要變成種子後，經由種子才能長出豆子。這是一種緣起。沒有一個東西可以直接從本來個體自然產生出來。因果是最難理解的法。但當我們對空性有了一定的理解時，其實對因果也能達到定解。

學習之道：分為皈依、持戒、生起菩提心、灌頂，四個部分。

皈依

若要脫離輪迴的苦患，則需尋求脫離苦患的方法，因此須要有皈依處。

首先，皈依的對境是佛法僧三寶：承認導師，承認法，承認僧眾，即為內道佛教徒。吉天頌恭說：「內外道區別在於皈依。」皈依之後，即承認佛陀為導師以及佛陀所講述的一切

法，它涵蓋所有的見修行。至於寧瑪等其他教派則認為，尚須具備佛教見修行。

吉天頌恭說：「一切諸法皆總攝於皈依。」我們應思惟所要皈依的佛法說的是什麼。應了解，皈依不僅僅是向佛像禮拜，更應了解「佛」的意思。

「佛」的意思是「正覺」。為何稱為正覺呢？當釋迦牟尼還是王子的時候，看到世間的痛苦，並希望能從苦中解脫。他一開始學習外道，並經歷六年的精進苦行，最後理解到苦行並不能圓滿，學習過程應不落二邊。他後來飲用了牧羊女所給予的牛奶，身體恢復以後，產生內證體驗。最終佛陀不隨四魔所誘惑，在菩提樹下睜眼入三摩定，脫離一切希望與疑惑、並以慈心懾服四魔，證得正等正覺。

當我們本來具足的基〈如來藏〉無垢清淨時，與佛無別。能將被污染的如來藏清淨，達到最究竟時，才稱為「佛」。從內意上理解，佛意即是如來藏，佛陀已達究竟的解脫，故稱他為遍智，他已離一切垢障，是一切功德的來源。我們向佛皈依，請求佛陀教導離垢的方法，並願跟隨學習，皈依因此成了誓言。佛陀說：「我開示解脫之法。但是否達到解脫，則有待各人的努力。」

對於凡夫位的我們，因為強烈的我執，認為有一個「我」以及所皈依的「佛陀」，希望佛陀來幫助我們。雖然，我們向佛供養、禮拜，幫助累積福德資糧，但講述最究竟義的離障時，我們要學習的是佛陀離障的方法。所以法是最根本、最重要。

經思維，理解佛陀是最清淨的，向他皈依學習他的方法，而對佛陀產生虔誠的信心，這就是誠信。《大乘精要》告訴我們，一切眾生的無上皈依處，即是佛、法、僧，三寶。如果對皈依沒有一定的理解，或誠信，將無法正式趣入於佛法。

大學者、大智者的阿底峽尊者在西藏時，一再地開示皈依之法。有人告訴他：「若您只是一再地講皈依，可能會有人給你取名『皈依大學者』。」尊者回答：「若給我取這樣的名字，那連我的名字都能幫助別人，對佛法事業也有貢獻，豈非最好的方法。」

為何皈依三寶？無上導師佛陀所行一切皆是以利他為主，無有任何自利，所以我們皈依於佛。皈依佛之後我們再也不會去向其它的樹、或山等皈依。

佛陀殊勝讚：「頂禮無上導師，頂禮無上救怙，頂禮無上引導者。」其中「頂禮無上導師」是指皈依佛陀。「頂禮無上救怙」意思是只有法才能真實地救怙我們，學習法並真實修證，才能從苦中解脫，所以無上救怙。「頂禮無上引導者」是指僧寶；由僧寶引導如同灌溉田地，須引水入田，以此表達僧寶的重要。

皈依有世間的皈依與出世間的皈依二種。世間的皈依是為了此生的榮華、或脫離病痛，而向三寶皈依。其他不清淨皈依，如外道向大自然、山、水等皈依；但因所皈依的對象是天龍八部，他們自身仍在五毒中，尚未從苦中脫離，不可能成為我們終究皈依之處。另外，還有一些是以生命獻供等，都是屬於不清淨的皈依。

出世間的皈依：最究竟的皈依是恆常地向佛皈依。我們稱為「恆常皈依」。「恆常」是指法性本體，乃無為之法，而非一般所指的不變。它已脫離生、老、病、死等幻相，自在任運。因此，我們是向此究竟、恆常的佛陀皈依。

《大乘精要》對恆常皈依究竟的「佛」，是以「離一切垢障」、「恆常不變」、「寂靜」解釋。「離一切垢障」即無生；「恆常不變」指無滅；「寂靜」是指離一切煩惱傷害。也就是此法是無生、無滅、離一切戲論之邊。《心經》：「不生不滅，不增不減」是表達佛的本體，最究竟的皈依。

寂靜、清淨的法身之體，是皈依的佛身。一般講的無色身，仍是意識身，仍是粗體。當達到寂靜法身時，則是已離開任何粗細煩惱，所以稱為「無身之身」。法身能示現任何顯相，因為不可思議，所以稱它為「常法」。它已脫離一切無明有漏之法，也已脫離最高禪定的無漏業的垢染。佛所體證的即是無生的法身。而此無生法身的基礎，我們也具足，只是我們所擁有的基被客塵垢染所遮障。因此佛教導我們如何從客塵垢染中脫離。

當理解如虛空般無生本體時，如虛空般無任何色彩，本體基礎離一切邊，無有任何危難產生，也無有任何業可生。我們現世所受的一切病苦障礙，都是緣於過去的業因果，但對佛陀而言，因為已得證無生離邊之體，離一切垢障，所以沒有業可集。

如果現世所受的苦是過去的因再加上現世的緣所生，那有人會說：如果發生災難，也不必向佛陀祈請了。這其實沒有理解因緣的含義。佛的慈悲力量的展現就是一種緣，我們向佛祈求即是一個因。但佛陀也說：「苦是業，當業成熟時，佛陀也無法幫忙。」業是依煩惱、行為而生，有過去及現在的業，而未來的業，我們現在正在累積。

因皈依佛陀，使我們脫離如敵人、水、火、野獸等障礙，或是外道、不究竟等法的障礙，使我們不落入常我見地中，我們因此得到救怙。緣於過去無量劫資糧的累積，使我們能夠聽聞佛法，不落入「常我」之見、邪見、不能趣入佛法、或無一法可進行。

得遇佛法是非常的殊勝難得，必須具有以下的圓滿：

稀有難得：在南瞻部洲的佛教徒只佔少數，因此稀有。而對佛法的三寶皈依有真實理解者，更為難得。

無垢：離煩惱及所知障礙，所以無垢。

具力：依於佛陀的教法，淨除一切垢障，證三摩定，神通功德展現，所以具力。

世間莊嚴：世間穿戴鑽石、珠寶，代表身的莊嚴，而三寶則代表一切善業的莊嚴。

殊勝：三寶不只是世間，也是一切出世間善業，所以殊勝。

奔達天津堪布解釋世間莊嚴：天界之寶是天界帝釋天的一個寶物，是天界莊嚴。龍界之寶是地下龍界龍王頂上托著的如意寶，是龍界莊嚴。人間之寶是佛陀的舍利，乃人間之莊嚴。

經云：「世間莊嚴，人間之寶，佛陀舍利。向之祈願，所願皆成。」佛陀的舍利並非我們現在看到或所認知的舍利。真正的佛陀舍利堅硬無比，若將它放在鐵砧上以鐵錘敲打，舍利子不但無有損壞，鐵錘和鐵砧反而各凹了一個洞，所以稱為金剛鑽石。即便佛為世間展現的色身舍利的力量，都有如此大的功德，佛意法身的功德則更無法細述。

對初機行者而言，因為我執，而有執實的佛陀對境，向此世間莊嚴祈請時，一切願望皆可成。但對已離一切對境、視一切法為如幻之行者而言，亦可以緣起性空，於如幻中累積，資糧圓滿。

皈依時，我們首先了解的是輪迴的苦患，希望能脫離苦患；也認知有一個已從苦患中脫離的佛陀。所以初始是對外在的佛，如佛的塑像等皈依。之後，思惟現下皈依的對象只是一種表徵。進而開始了解為何稱為佛？為何稱為正覺？「佛」是離貪嗔痴三毒，並淨除一切煩惱及所知二障。我們進而思惟是否自己也具足這樣的條件？佛於成佛前也與我們一樣，是由凡夫位證得佛果。佛已清淨垢染，但我們仍在垢染之中。因此，若要淨除垢染應皈依法，向法皈依。

能使我們脫離垢障的法是最重要的一環。我們學習佛法，並不只是口誦經文，而是理解法的內意，對因果與淨除二障的功德，生起強

烈信念，與法相應。當意的垢障淨除時，即展現證佛的功德，現證佛果。

我們所要得證的是滅諦的法身，但凡夫的思惟所求卻有不同：有些所求的是得到世間暫時的榮華，或是脫離苦痛。有些因為對死亡恐懼，或希望在來世有所具足，或是希望要達到人天果位。或是了解到現世的榮華或來世的人天果位仍處於輪迴，而祈求脫離輪迴，尋求自身的解脫，這是聲聞乘的思惟。也還是在自利的當下，雖得證阿羅漢果位，但仍未脫離苦患，未得證佛的無漏的功德。而大乘行者的思惟是願得證佛的果位，脫離輪迴、涅槃二邊，達證最究竟的功德，因此理解學習佛法的重要。

我們以佛法來對治一切煩惱，因煩惱源之於心。問：是否就直接觀待心，毋需再作任何有為的善業？答：如同生火，火不可能自燃，需要有牛糞、木材等種種燃料具足，才能將火生起。同理，如佛法中的方便法是非常的重要。佛陀說：「不捨方便，終得佛果。」

有人認為密咒乘行者只作觀想（如生起次第的部份），沒有太多用處，還不如修持禪定。這是對密法的誤解。密法的修習是不離方便與智慧，二者雙運而行。如生起次第藉著觀想，將外在不淨的顯相，轉化為瑜珈淨化覺受的顯相，最終再將覺受顯相回歸到性空本體。不論是種子字或咒輪的觀想，均是三摩定的禪定。依著禪定，積聚功德，心不再外散，開始具足力量，不再為外境所染。

舉例來說，在西藏當地，當狼要襲擊牛群時，假若牛群不騷動、亂跑，狼不敢輕易靠近。但是當牛群開始騷動，狼才會撲上攻擊。如果心的本體安住不動，任何外境或顯相都無法擾害。如密勒日巴大師處於禪定時，鹿、狗等亦皆脫離恐懼，如朋友般與之相伴。此外，如屋區托密大師等，也有許多動物在他面前聚集，不再互相爭食等。這都是禪定的力量。所以不捨方便，最終才能達到究竟果位，一切都須因緣具足。如同需雙手相擊才有聲音，一個巴掌無法拍響。

修証密乘的施身法就是為斷除我執。當沒有我執時，任何外在障礙都不可能擾害。反之，若有些許的執著，有礙之魔（外在的，可現見的，如野獸等）與無礙之魔（無形的三毒）的傷害，都可能隨之而生。

問：能否只需智慧即足？若資糧具足，何時可捨棄方便之法？答：因眾生根器不同而有別。從佛法的究竟上而言，智慧與方便缺一不可。如果智慧圓滿者不需方便，則智慧尚未圓滿。智慧圓滿時，方便同時具足。佛陀在智慧圓滿時，亦無捨棄律儀與方便之法。

如果思惟「需要有方便」是「希望」；反之，如果思惟「不需要方便」則是「疑惑」。若仍處於「希望」與「疑惑」，則尚未圓滿。脫離希「希望」與「疑惑」二邊，才是方便智慧的圓滿。對於喜歡禪定者，這點非常重要。

經由前面的講述，我們了解佛、法、僧三寶，是最究竟的皈依處。我們學習佛法並非只是為了個人自身的解脫，最終是為了救度眾生。所以大乘的皈依是源於悲心而皈依。皈依在思惟上的差別，前面已講完。

皈依在時間上的差別，可區分為下乘的皈依時間是在未證與證阿羅漢之間，大乘則是在未證與成佛之前。

皈依在方式上的差別，是依於對佛法的信仰而接受皈依，並學習佛法。現代人認為可經由電話等通訊皈依，但從傳統的角度，過去沒有電話，所以也無許或不許。從內意而言，皈依與否是取決於思惟。當思惟已趣向佛法時，內意上則是已接受皈依。

當皈依「佛」之後，則再也不向外道的神，如梵天、遍入天等創造之神皈依。《律儀經》：「有情因畏懼故，皈依於世間的神，山、水、地等。」但這皆非究竟的皈依。究竟的皈依是向三寶皈依。最究竟的皈依則是皈依自身本具的如來藏種性。

探究我們為什麼會畏懼，其實是因為我們對「我」及「我所」的強烈執著。因為有我，就有執持的生命，害怕被傷害等的各種恐懼因此而生。但我們須要了解，當死亡接近時，身體終需捨棄。若理解佛法、現證本初如來藏基礎、已離開我執的行者，則無有恐懼。死亡來臨時，因已離二障，死亡時即可解脫。

凡夫向山、水、等神祇皈依祈求，其實是錯誤的。我們觀察一切眾生，即可以知道人道是福德最厚的眾生；如果反而向福德比我們低的餓鬼道皈依——這是上品向下品皈依。

當皈依「法」之後，應捨棄對一切眾生的傷害，因法講的是悲心。如果沒有法，則無法了解三寶的根本意義。不了解法義，便會對「我」及「我所」產生強烈的執著，例如使用我的權力，又害怕失去權力等，不論個人或社會都因此衍生種種問題。所以，當我們對法有一個程度的了解時，即使在人世間，也可因此而了解彼此的重要性，而和平而處。此外，《指鬘請問經》中，佛云：「文殊，應知一切眾生皆是我們的父母或兄弟姐妹，一切眾生皆具如來體性，不應傷害。」

當皈依「僧」之後，則不再跟隨外道顛倒邪見。因為跟隨外道之初，可能不喜歡他們的行為，但時間久了，則可能覺得也沒什麼不好；再經過他人的影響之後，也開始跟隨。所以不應該跟隨外道，不是完全不接觸，而是時間久了，容易受影響。

蒙格賢女是佛弟子的女兒，長大後，印度南方有人要迎娶她。她父親便請示佛陀，佛陀依遍智的力量觀察後，告訴說：「你的女兒嫁到那裡將有很大的利益，會種下解脫的種子。」於是賢女便嫁到南印度。

賢女本身非常賢慧，出嫁後對老人尊敬，對小孩、鄰居也很好，當地的人都非常喜歡她。可是，她並不是很快樂。族人問她：「我們擁有一切，衣食不缺，你為什麼不高興？」賢女說：「不是你們對我不好或有何缺乏，我只是

感到悲傷，因為你們沒有田。」族人說：「我們家族多的是田。」賢女說：「我指的是福德之田。」族人說：「我們也有福德之田。」於是，他們請來自己所信仰的外道與瑜珈士，進行供養。

賢女則說：「這雖然可做為福德之田，但仍不夠圓滿」。族人便問：「你的福德田是什麼？你也可以迎請自己的福德田。」賢女便將整個家族地方灑淨、塗香。地方人士不解為什麼要弄那麼大的地，還說家裡不夠容納，不知她要請多少人。賢女告訴他們，這地方對所要迎請的福德田不夠。地方人士又問：多久會到？賢女答：「以三摩定的禪定神通而來，瞬間可到。」語畢，至屋頂上誠信祈請並唸誦：「迎請佛陀，一切無餘眾生怙佑主，請求降臨於此。」。

此時，佛陀說：「賢女正在迎請我們，降服南印度外道的時間已到。凡有神通的，都應去那裏接受供養。」佛陀便與各徒眾示現神通而降，羅喉羅示現國王相及眷眾圍繞，阿難騎龍，也有騎虎或獅子等。整個地方出現彩虹，降下鮮花等。

賢女擔心食物不夠供養，但佛陀以三摩定的力量，使之成為無漏之食。因佛陀等示現神通降臨，攝受整個地方的人成為佛弟子。賢女依於誠信的力量，迎請到佛陀。這也表達賢女雖與外道而居，但其心不變，依於皈依三寶的力量，不為外道所染。

在西藏，密勒日巴大師也曾示現類似的故事。在雪山阿豁地方，有一個大圓滿的行者，在山洞中修行。當他聽到密勒日巴大師的名字後，即敲鼓迎請，並請求成就瑜珈士示現神通降臨。密勒日巴依耳神通聽到後，告訴弟子激光：「有人在迎請我，你可抓住我袈裟的一角，可隨我一起去。」隨即前往接受供養，並用神通示現「啊」字。

向僧寶皈依〈僧寶包括友伴，助友，週圍的朋友〉是非常的重要。依於下等友伴，他們

一開始可能都展現好的一面，但逐漸地將我們帶向壞的方向。依於中等友伴，也不會往上或往下，影響不大。若是上等友伴，能開顯給予我們智慧，使我們智慧增長。所以依止的友伴，必需戒律清淨，自心已達寂靜，且具廣大世間的智慧。

止貢噶舉傳承的「戒印無別」所強調的是：調伏己心，戒律方才清淨。一切煩惱皆出自於心，若心尚未調伏，而只注重外表的規律，則只是外表的戒律清淨。當能調服己心，內在戒律清淨，大印也同時證得。修證需要依次第而上，只是聽聞，也只是思惟之見而已。

對外在一切代表佛的畫像、塑像，都應視為佛的化現。若有這樣誠信的認知，將累積無量功德。根據經典：「若是內心十分誠信，為一切眾生而供花頂禮，即使僅是一盞油燈，所累積的功德亦是無量。」依過去佈施的力量，使今生財富圓滿，今生亦應如是無量的佈施。

過去有南北兩個國家，南方國度常有飢荒、天災、火災，而北方國度則非常富裕吉祥圓滿。南方的國家就請示卜卦，以曆算算出北方有一個湖，湖中有一菩薩轉世的龍王，因此北方國家比較富裕。南方國家便問：「如何可以抓到龍王？或有什麼寶物可使國家富饒？」得到的答案是可以做到，派咒士諸伽滴去，可能可以抓到龍王。於是南方國王給咒士許多錢財，請他捕捉龍王。之後，咒士在湖四週插上檀香木的鏹，開始唸咒。因咒士咒語的力量，龍王在將不得不現身之際，看到一位獵人。龍王允諾獵人若用箭將咒士射死，將給予獵人所許的一切。於是獵人射死咒士，但同時龍王也消失不見。後來獵人將此事告訴住在湖邊的仙人，仙人告訴他：「龍王的寶物中有一個如意繩套的寶物一定要得手。」

於是獵人在湖邊不停地呼叫龍王，龍王出現後，獵人便向龍王要如意繩套。龍王告訴獵人：「如意繩套是用來是保護自己不為金翅鳥所擾，但既然允諾只好給予，請善加保藏。」獵人不知道如何使用繩套，於是再找仙人。仙

人便說：「梵天仙女們會在一定時間下到凡間，仙女中最漂亮的奪魂女，若用如意繩套住她，她就再也飛不回去。」

時至十五，仙女們在湖裡戲水。獵人突然出現將奪魂女套住。仙女奪魂女便告訴獵人，不要觸碰她的身體。獵人心想：若是獻給國王，或是賣給富人，應可得到許多錢財。於是獵人就抓著仙女上路。在路上，他們碰到洛桑王子。獵人當場被王子的威儀震懾，害怕若是賣給王子，可能會使自己有生命危險，所以就將仙女獻給王子。

王子得到奪魂女後，回到家鄉，彼此非常相愛。之後，王子的國家被他國入侵，發生戰事，但王子因為太愛妻子，不願去打仗。最後，國王警告他，若再不去打仗，他們的國家可能滅亡，王子才上戰場。可是王子也擔心，仙女沒有如意繩套套住，可能會飛走。所以，王子將繩套交給皇后，並交待除非仙女有生命危險，否則不可將繩套解開。但王子在外打仗時，有一大臣隱約知道奪魂女是被繩套控制住的仙女，而是想要奪取奪魂女，控制王室。於是策畫謀反，最後威脅到奪魂女的生命，皇后不得不解開繩套，奪魂女因此飛回天界。

在奪魂女飛回天界之前，請湖邊的仙人轉告王子，她不得不離開，並請王子不要追到天界，因為王子會因此承受很多苦。王子知道後仍堅持前往，一路上遭遇許多野獸等障礙，但他也依於自己福德的力量一一征服，最後終於到達天界。

王子到天界後，碰到一位正在打水的侍女，便向侍女打聽奪魂女的下落。侍女告訴王子，奪魂女已回來，但因長期待在人間，身上的人味太重，必須清洗，她打水正是為了給奪魂女沐浴。於是王子把他的戒指扔到水桶裡，奪魂女因而知道王子已到天界。奪魂女向她的國王父親請求見王子。國王回答：「那要將王子切割成百塊。」奪魂女告訴父親：「王子在人間是很有福德，不可就此斷言。」並請求允許二

人在一起。後來國王同意了，王子與奪魂女從此一起生活。之後，洛桑王子回到他的國度。他確實是一個福德圓滿之人：在世時，他處所的大門連門閂都沒有，門永遠是敞開著，無限量的佈施，所以人稱他為無限量佈施之王。在一個佛陀的偈誦中有提及，洛桑王子是佛陀的過去生。當時他的太太則是奪魂女的轉世。

這個故事告訴我們：若累積無量福德資糧，即便有難以達成之事，也可以成辦，一如洛桑王子得到仙女。但如果只是思惟，不付諸行動，則不可能成辦任何事情。我們應恆常累積自己的福德資糧，切勿累積不利於福德資糧的業。如同獵人所累積的業，就是不具福德資糧的業，即便他殺死咒士，得到奪魂女，也是無法保有。

【問答錄】

問：法身或如來藏是否就是原始的智慧？雖不能以存在於空間時間來形容，但可否說除此之外，一切皆是無常？

答：一切有為法皆無常。法身或如來藏是無為法，超離常與無常。

問：如來藏是否真實存在？我們的意識有可能〈與此真實接觸嗎〉？

答：阿賴耶清淨時是如來藏，不清淨時是阿賴耶識。阿賴耶識依於我執，而生染污識〈第七識〉，其他五識再隨之而生。從本體來講，意識不可能與阿賴耶本體有連繫。因為意識是粗重之體，只有將意識清淨到最細微時，才可能回歸到阿賴耶的本體。

問：阿賴耶與如來藏本來是相連的，但是因為垢染的關係，所以看不見相連嗎？

答：在理解本體時，只是理上了解而已，還沒有如實達證，這二者之差別，最重要的是修證。你的智慧很高，如果不是以意識去尋找，而是往內證上去修證，可能就可以達到本來面目。



大乘精要 11

朗欽加布仁波切 講述

敬安仁波切 口譯

2007 年 10 月 20 日

講於美國岡波巴金剛乘佛學中心

願度一切遍虛空如母眾生得證圓滿佛果，
我們以此清淨動機來聽聞大乘精要論。

《大乘精要論》在解論時，是依初善、正善、結善三個部分來解釋。初善包括：論名、頂禮對象、解釋頂禮。正善包括：讚誦供養、造論誓言、論文解說；其中別說是以基、道、果三個部分，分別詳細解釋。

基：講述的是眾生本具的如來藏體性〈根本的基礎〉、此本具的如來藏體性如何被迷惑、遮障。

道：了解所依的基礎之後，即開始學習道，可分認知、思惟，以及學習之道。

認知之道：首先理解並認知學習道路上善知識的重要性、其所應具備的性相，以及如何去依止。最終，依善知識所給予的教法，成熟心續。

思惟之道：教導「轉心四法」：以思惟死亡無常對治貪戀此生、以思惟人身難得對治放逸懈怠、以思惟業因果使此暇滿具義、以思惟輪迴過患來對治對輪迴的樂執。

學習之道：分為皈依、持戒、生起菩提心、灌頂，四個部分。

前次已講述完皈依，接下來繼續學習之道的講授，講解持戒。

持戒

皈依戒是一切戒律的基礎。《三寶云經》：「一切善處的來源是依於戒律。一切增上的戒律，均是依於皈依的戒而得。」強調皈依戒是一切戒律的根本。《俱舍論》：「別解脫戒的基礎是依皈依戒而成立。」依皈依戒而上，菩薩戒、密乘戒方得以成立。世親菩薩也說：「皈依是一切的基礎，是開顯走向光明解脫之道的依據。」所以皈依是一切修學的根本基礎。

藉由皈依，可以清淨垢障。因為我們所皈依的佛已離一切煩惱，皈依的法能教導我們如何捨棄種種煩惱；皈依的僧，在我們學習的過程中，能幫助、開顯我們。所以，經過皈依佛、法、僧三寶，自身垢障將會減少。猶如黑暗與光明不可能同時存在，當有皈依，我們的垢障將開始減少，如同火可焚盡一切乾柴。《三摩云經》：「只要零星的火，即可焚盡一堆乾草。依於法，即能焚盡一切的煩惱。」

藉由皈依三寶，一切人、非人等均不再能對我們產生障礙。《三寶功德經》：「天人、食香、夜叉等無形羅刹，不對汝生障礙。」也因此，我們的福德、智慧資糧得以增上。

若要對法有真實的認知，須對三寶具堅定的誠信。之後，生起強烈的出離心。此時，才正式步上解脫之路。

若依次第而上，了解解脫之因非常重要。雖然佛為了隨順不同根器的眾生講述八萬四千法門。其中，針對上等根器的弟子，直接教導無相法，但他們必須先了解有相法的根本體性，才能夠真實理解無相的體性。

當樂、苦現前時，若仍認為樂、苦是相，需對治樂、苦的煩惱，我們則仍有執著。當對此生仍貪著，又如何說無相之法？當對此生無貪著時，才可說離一切相之法。所以，對一般根器的弟子，仍應先以有相法對治煩惱，我們應先了解「解脫之因」。例如日常所做的課誦功課，如果沒有真實了解「解脫之因」，課誦功課也只是進行一項工作而已。如果，作功課的心態，只是自利，也是錯誤。我們應將心態放在利他之上。

講到解脫之因，無人能勝過密勒日巴大師。密勒日巴大師的道歌提到：他在無人煙的山頂，因無法驅散輪迴苦患所帶來的痛苦感受，令他生起強烈的出離心。大師是經由實際的學習體驗而來。他的一生，失去所擁有的一切，包括父母，家產等。只有馬爾巴大師所教授的法，讓密勒日巴大師對輪迴生起強烈的出離心念，真實地嚮往解脫。密勒日巴大師理解到：只要具此蘊體，就會有行苦。惟有對輪迴的痛苦產生強烈的出離心，對涅槃才有強烈的歡喜心，才能真正走向解脫的道路。

「出離」，並不是馬上出家。宮親龍欽大師說：「出小家，進了大家，其實還是在家裡。」真正的出離心應是不再嚮往善趣的人天福報等。就像密勒日巴大師年輕時，也曾擁有富人所具的一切，但這些並不是恆常，終將毀滅。自己的身體，也終將痛苦死亡。所以，對善趣的人天福報不再嚮往；對惡趣、地獄、惡鬼的苦痛，生厭離恐懼。依此強烈思惟，知道於輪迴中，一切皆苦；認知唯有從六道輪迴中脫離，才是真實的解脫。《中觀四百論》：「若對痛苦沒有深刻的省思，則無法得到強烈的嚮往寂靜涅槃的心。」

因此，因此，思惟「苦」十分重要。了解苦才能對輪迴生起真實強烈的出離心。「苦」，不只侷限於一般的苦，還包括富裕所帶來的痛苦，因為無常所以會失去。達賴喇嘛在得到諾貝爾和平獎之後，曾告訴記者：「一切均是無常，所有聲名都不重要，它是無常的體現。」當嚮往佛法與強烈生起出離心時，才是真實修証的開始。基於此，不論是修禪定或其他方式，才有力量、才能圓滿。

或問：以我們現在所行的有為造作之念，如日常課誦發心的「願我之怨敵……」，如是發心可否成為解脫之因？是的，它可以是解脫之因，但未臻圓滿，也無法與密勒日巴大師深切的出離相比。

基於出離，我們行修持，依於對「空」的理解，斷除流轉輪迴之因的我執，最終解脫。唯有離一切邊的空性，才能對治我執。因此，雖具強烈的出離心，但仍不具成佛因緣。除了強烈的出離心〈解脫之因〉之外，還須具備遍智之因，也就是慈悲心。這也就是吉天頌恭敬教導大印五支時，首先講慈悲心、菩提心的理由。具有解脫之因的出離心，與遍智之因的勝義菩提，二者圓滿時，才具足成佛因緣。

在學習成佛的過程中，我們培養慈心與悲心，行世俗菩提心，學習放下自我。但於世俗菩提無法達到究竟無我。這時，我們需要學習勝義的菩提，才能體證如菩薩們般的真實無我，理解空性。沒有強烈的自我，才可以將身體完全布施，方能到達圓滿的無我。

為何要講解脫之因、遍智之因？因為因緣具足才能圓滿。或問：如果本具佛性的種子，則不須作任何事，但為什麼沒有果？答：若只具足部分的因，例如有種子，但沒有其他因緣，如鬆土、灌溉等，則不可能出現果實。《中觀四百論》：「佛性如種子雖具足，但不能成就一切，尚需其他因緣，方可結成果實。」所以，在學習過程中需要如法地聞思修，才能具足成佛的因緣。

日常課誦時，我們常唸到「甚深廣大」。「廣大」表達思惟廣大，以菩提心為主，為菩提心的展現。「甚深」是指法性、體性，解釋性空之義。在悲、空雙運，是成就佛果的不共之因。此時的悲，已非有緣、有相，而是無緣的大悲。

所以，具強烈出離心並誠信皈依後，經典告訴我們：誠信皈依三寶者將不墮三惡趣。憶念三寶，即不受天人、惡鬼之障。若對傍生道眾生唸誦三寶名號，也可種下它們解脫的種子，使之不墮三惡趣。例如佛陀時代有一位學者，於臨終前，唸誦「南無佛、南無法、南無僧。」佛陀觀十方世界時，看到他沒有墮入三惡道，而升入三十三天界，成為天子「無垢寶」。

有一位天界的天子，享受天界所有的欲樂、食物，天女也向他獻供，他的身體散發出香氣，以花蔓為穿戴等，十分愜逸。但在他的天界福德即將漏盡時，身體的花蔓開始枯萎，天女也不再接近他，其他的天人也洞悉死亡的徵兆，在遠方向他灑花。這天子用他天人所具宿世神通，知曉自己的福德資糧即將漏盡，未來生將流轉於印度塞加的沼澤地，並投生為豬。這天子十分痛苦，於是向帝釋天請求脫離此苦的方法。帝釋天告知只有佛陀可以幫忙。於是他到佛陀跟前，佛陀給予他皈依，使他免墮於三惡趣，而轉生於梵天。

經云：「若對佛法具強烈信念，即使於天界福德漏盡、將墮入惡趣之際，因依於皈依的力量，仍得出生善趣。」如果不離皈依，未來將解脫成佛。也因對法的恭敬誠信，不只於此生，甚至未來世也能聽聞到佛法，並於未來終究成佛，轉動法輪，為菩薩眾所圍繞。這些都是皈依三寶所具的功德。

因此，應深切思惟對人身具義、死亡無常、因果不虛、輪迴過患等，才是真實的皈依，同時，在受皈依戒時，得到戒體。但若對三寶生邪見或沒有強烈信心時，則戒體已失。但若能在日夜六個時段中，再生強烈的信心，並行懺悔，則仍可再復得戒體。於皈依後，堅決地斷

除一切惡法，捨棄惡念，並生善因。當捨棄惡法的心念非常強烈時，方才具戒。《入菩薩行論》：「具強烈堅決地捨棄惡法心時，方為真實的具戒士。」基於此，才再有別解脫戒、菩薩戒等戒律。

戒律的目的是幫助我們在身、心、行為上，不墮落，保持莊嚴行徑，如大地般穩固。更重要的是，戒律應該是由內往外，當內心條件完全具足，於外顯的行為真實的呈現。也就是吉天頌恭所說的「戒印無別」。從心的角度解釋，因真實堅固的思惟，所以不再有心造作之行徑，身語意離一切欺詐、不造作，所以戒律堅固不變，是真正具相之戒。

從律學來說，比丘戒有二百五十三條，包括：四種他勝罪、十三種僧殘罪、三十種捨墮罪和九十種單墮罪、四種向彼悔罪、一百一十二種惡作罪。但依傳承的不同，所受持的戒律在數量上也有些許差別。

解脫戒依傳戒之依止因上，而有比丘父母、沙彌父母、居士父母、及善學士（如指導八關齋戒）之分。依儀軌上則有比丘戒律、沙彌戒律、居士戒律、學僧等戒律之別。

《戒王書》云：「八戒為不殺生、不偷盜、不邪淫、不飲酒、不食非定時之食、不坐高位、不唱歌跳舞、不穿戴華麗服飾及佩戴珠飾。」八關齋戒是指，從今天至明日太陽升起前，守持此八戒。八關齋戒之功德非常大，如果以大乘的發心受持，即成為大乘之戒。八關齋戒對在家居士而言，是在一定時間內護持戒律的方式，即便是居士也能具比丘菩薩般的功德。

佛陀時代有一位大悲心王王子，佛陀曾告訴他：「若能受持八關齋戒八學處的戒律，你將成為具相居士。」後來王子成為轉輪聖王，名給哇固巴（攝善法王）。

另外，當年佛陀在王舍城壘地修行時，有一位大施主頓間常行布施，不論任何種姓，只要有需要，他們都會慷慨布施。某次，南方的

五百位仙人來至此地，希望得到布施。因為仙人們長途跋涉，一路行來已十分飢渴，身體也無法支撐，只能坐在一棵大樹下。因為十分疲憊，感覺似乎快要死亡，於是向天呼救，希望能脫離飢渴。這時，大樹發出聲音：「具學知識眾，毋需擔心，再往前走，有一個水池，池邊許多食物可享用。」於是仙人們努力向前行，不遠即看見前方有許多水鳥，知道是大樹指引之處。不久，果真看到水池以及食物。享用後，發了許吉祥願文才再上路。但於途中，有人提議：應該知道是誰供養食物。於是，其中一位仙人回到發聲的大樹旁，請示大樹：「是誰供養食物？天界或龍界？」

大樹告訴仙人：在郭域地方，曾經有位無護布施的老施主，他供養所有受持戒律的行者。但曾有一位婆羅門行者，前來請求食物，但是主人沒有給他上等的供養，因為婆羅門行者沒有接受持守任何佛法的戒律。主人告訴他：若接受八關齋戒，即可得上等供養。於是這位婆羅門行者受持了八關齋戒，並得到上等的供養。之後，這位婆羅門行者到另一婆羅門行者家，這家人要供養他，請他一起用餐。但是這位婆羅門行者說：「我不可以吃，因為我受持不定時不食的戒律。」但這婆羅門的友人向他勸說，毋需相信佛陀所言。於是，當這位婆羅門行者破損了戒律，食用了不定時之食。當天晚上，即被一頭牛撞死。這位婆羅門行者原本可以往生三十三天，可是因破戒而降生於四大天王的天界，名為索瓊，化現為大樹，對他人行供養。

這位婆羅門行者雖然破損一戒，可是依於曾受持八關齋戒的功德，他還可以出生於四大天王的天界，示現神通行布施，可見受持八關齋戒的功德之大。如果他能完整地守持戒律，不使受損，則功德更大。於此之上，若繼續接受比丘戒等，功德將更大。

正式接受律儀，是為了成為出家眾。過去佛陀為了能證菩提而接受律儀，這是屬於接受大乘律儀的方式。而別解脫戒，是逐漸一切破、立上學習，增上而至圓滿，是屬於個別解脫。

或問：「個別解脫與律儀之別？」《集慢語請問經》：「具大乘的發心才稱為律儀。」是保護、守持的意思。

若人說：「只是受戒出家，並不需要學處。」這說法並不正確。出家和受戒律時，需要理解律儀的內容，例如要破除或成立的是什麼、要守持什麼、以及自性戒所造罪與受戒所造罪的區別。律儀基本上是立一切善業，破除一切不善業。《別解脫經》：「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。」即是律儀的守持方式。

善與不善業之別，凡以三毒為動機者而生者，均屬不善業。或為贏得他人稱許，只是表面功夫，外相看似善業，但內在動機不淨，所以其自性仍屬罪業，需要破除。究竟而言，若全然無貪、瞋、癡，則所行一切皆善業，是佛所開許成立的善法。《解脫律儀經》：「凡有心造作〈有為〉，動機不純、或緣三毒所起之一切，均為不善因。」

律儀的守持

以嚮往涅槃的心為基礎，首先要有捨棄一切不善的心，守持五種根本墮到各種細微的不同層次的戒律。《大涅槃經》有一個譬喻：律儀如同我們前往彼岸所乘坐的牛皮船。渡海時，海中的羅刹若要求將牛皮船給他們，我們當然不會給。因為如果給了船，我們將會溺斃。即便羅刹只要求二分之一或三分之一，甚或更小，我們也不會給。因為我們如果給一點點，整隻船都將毀壞，我們也將溺水而亡。所以在輪迴的苦海中，應如是守持所受持的戒律，最終才能夠達到究竟涅槃的佛果。

若心能如法守持律儀，則任何奢侈欲樂，衣物、房舍等，皆不為所限，因為欲樂對行者而言已非障礙，其已持戒到彼岸，無有許或不許。如同熬湯，只需喝湯的精華，剩下的湯底可丟棄。所以，以心守持律儀最為重要。心已

持戒到彼岸的菩薩，其作為亦如是。惟一般情況下的行持，仍以律儀為主。

《地藏十輪經》：「若已具足別解脫的戒律，於行坐、飲食、房屋等，皆不應過度的享用豐盛之物。具如法持戒到彼岸之行者，應了證佛所說：『我的教法在此。此地清淨光明，一切圓滿，無有空虛。我對此沒有任何疑惑。』」續言：「如寶燈般，佛之教法依守持戒律而立。」《虛空藏經》：「如是持戒到彼岸，如虛空般，一切皆是無為之法，遠離一切生滅、無漏、離一切分別念，是無念之法。」以「虛空」表達持戒到彼岸，即「戒印無別」之意。

佛陀的教法若無守持戒律的出家眾維持，可能已不復存。心雖嚮往佛法，但時為他利的痛苦所擾，唯有維持佛法的出家眾可予以幫助。猶如芒果樹的種子，若剛發芽即剪去芽苗，則根本無法長成為芒果樹。

《龍王請問經》中，有一段佛陀與埃日烈達馬見龍王的對話。當佛陀在哇爾拉塞傳法時，此埃日烈達馬見龍王化身轉輪聖王供養種種物品，千百萬的兵團與嬪妃們也手持千瓣傘蓋寶傘，出現在佛陀面前。當時佛陀正對百眾弟子說法，在場弟子們也都目睹了這一情景。有人詢問：這國王是誰？有人猜測：其必非一般人界之君，可能來自天界。也有猜測是帝釋天王。佛陀的眷眾中，也有部分比丘對此心生羨慕、嚮往。

國王後來到佛陀跟前頂禮，並於佛陀座下聽法。佛陀告訴國王：「你過去在迦葉佛時，因未修習正法，所以轉生至旁生道。你現在還要自我欺騙？還不展現真實的身體嗎？」國王回答：「我的眷眾都是龍族，因為害怕天敵金翅鳥侵犯噬食我們，所以不敢現身。」於是，佛陀命大勢至菩薩阻止金翅鳥前來侵犯，國王即現出原形，他的頭在哇爾拉塞聽佛講法，尾巴卻延伸到現今葛西米亞附近。龍王有七個頭²，

看似權威、富裕，可是每個頭上卻滿是血與膿；其上長有逸荔樹，樹為蟲蛀蝕，蟲又被鳥啄食，所以承受相當的痛苦。

佛陀的眷眾問到：「這麼可怕的東西來自何處。」佛陀告訴他們：「這是先前部分比丘所羨慕、嚮往的轉輪聖王真正的身體。」他為何會得到這樣的果報？在迦葉佛時期，埃日烈達馬見龍王是一位三藏具足的學者比丘。他常到某幽靜處禪修，但每次他起身活動時，他的頭常會碰到一棵逸荔樹的樹枝。幾次之後，便生起瞋心。最後一次，他又被樹枝打到頭，於是瞋恨心完全爆發，他氣憤地將這棵樹砍成數段。也因此，他犯下不傷害生命之體的戒律〈比丘不可割草〉，所以出生龍族。

講持守「所受戒」及「自性戒」時，提到一切均來自動機心念。雖然這位學者比丘沒有產生非常邪惡的瞋心，可是依於動機心念，當瞋念起現時，就是一種毒，也因此使他承受這樣大的罪痛。因此，持戒不應只是外相上的持守，真實地以心持戒才最正確。

守持時，應心不放逸地守持正念。曾有一位擅於耍刀的人，在教導他人時，不小心砍死自己的妻子。但他說：「不是我的刀殺人，而是我失去專注的心念，因我放逸的心殺了人。」對初機行者而言，念知非常重要，應隨時提醒自己，保持清明念知，方有助益。

位於帕顛地方有一個小國，國王東波穰穰，脾氣暴烈，有強烈慢心，貪心，非常自滿。當他的國家發生瘟疫，無數人民因此死亡時，佛陀以神通力了知調服此國王的時機已到，便令聖者噶答亞那帶領五百隨眾攝伏國王。

他們途中經過一個小國昆贊，聖者有一位婆羅門友人住在那裏。此婆羅門人育有一女，非常漂亮，留有一頭十分亮麗的長髮。當地有一名歌舞表演者，非常的喜歡她的頭髮，願出價一千海螺購買。〈海螺過去曾作為錢幣來交

² 龍族中，是以擁有龍頭的數量來決其權威與富裕。

易〉。但因婆羅門種姓是不允許剪髮，所以無法出賣頭髮。但是，當婆羅門女回到家，看到母親非常悲傷，便問是何因。母親告知，聽說聖者噶答亞那將到此地，因為他是婆羅門女的父親幼時的最好朋友，因此想去親近，可是因婆羅門女的父親已往生，家裡貧窮，只剩母女二人相依為命，所以無力供養聖者。於是婆羅門女便想賣掉頭髮，將所得供養聖者。於是，她找到歌舞表演者，可是對方說：「當初一千海螺是我正需要，但現在我並不很需要，所以只能給你五百。」婆羅門女不得已賣了，並徵得聖者迦葉允許，在聖者噶答亞那及其眷眾經過他們家門口時，能進行豐盛的供養。她母親到聖者座前聽聞佛法。但聖者問到：「你的女兒到那裡去了？」母親回答：「因毀壞婆羅門的戒律，所以不敢見人。」

聖者說：「此女是具善心之人，請立刻帶她來。」於是母親帶領婆羅門女到聖者座前，並問聖者：「她現在已是光頭了，可以做什麼好呢？是出家作比丘尼呢？還是有什麼正當的事情可做？」因為依當時的習俗，只有家中有人往生時，才可以剃光頭以為懷念，但仍會在頭頂梵穴留一撮頭髮，女性更是不會剃光頭。

聖者噶答亞那說：「她雖不具出家的條件，可是她具有女性內在的五種功德，外相的特徵〈如寂靜尊的佛，自然具備手鐲、項鍊、柔軟等〉，以及能調伏五種層次的殊勝氣質。因為具備這些功德，她會找到好的出處。」母親回說：「我們這麼窮困，怎麼可能富裕？」聖者答：「此女對種福田有強烈的嚮往和誠信，一定會有福報，不必傷心。」

當聖者噶答亞那及其眾即將來到帕顛的同時，瘟疫也開始減少。然而婆羅門眾卻向國王邀功，聲稱是因為婆羅門眾日夜不停祈禱的功勞。國王不確定是誰的幫助，但仍然下令供養聖者噶答亞那，並觀察聖者與婆羅門眾雙方，再做決定。

侍者首先供養馬的食物予聖者與婆羅門，婆羅門眾的反應是議論為何國王供養不是人吃

的食物給他們；聖者的眷眾則是不分好壞，照常享用。於是國王令侍者請示聖者們的意見。聖者表示：無論施者所施，受者皆受。接著，國王請雙方移往較乾淨的住處，並供養較好的食物。婆羅門眾變得十分高興，盡情地享用。比丘眾則依然是無論施者所施，受者皆受。

經過這些觀察，國王認為聖者及比丘眾才是應供養的福田，於是將婆羅門眾請走，另再禮拜迎請聖者，並請求傳法。國王也舉行盛大的宴會，宴會中有許多美妙的歌舞表演。國王問聖者噶答亞那：「你可聽見這美妙的歌舞？」噶答亞那答：「沒聽見。」國王不相信。噶答亞那說：「你請一個人捧著一盆滿溢的油，並請他欣賞歌舞，可是同時告訴他，若有一滴油溢出，站在兩旁的武士就會砍他的頭。」國王照做之後，再問這個捧油人是否欣賞歌舞，捧油人說：「整個過程中，我只專注在油上，根本沒有感受到歌舞的好壞。」噶答亞那告訴國王：「您現在可以理解我的回答不是妄語吧。我們的過去生就是因為放逸無記，才會生生世世受輪迴之苦。」

之後，噶答亞那為國王講法，並告訴國王：「雖然您的布施非常殊勝，可是在我前來貴國的途中，有一位婆羅門女更殊勝。她為了供養比丘，自願剃髮、賣髮。」國王即詢問此女下落，之後並迎請她作為王妃。婆羅門女所具備的功德，正如當初聖者所言，於現世即顯現。

若以因果來講，布施的功德大小依對境，可以決定果報成熟的速度。

【問答錄】：

問：上課時講到先要了解有相法，才能趨入無相法。請問什麼是有相法？

答：有相法，例如頂禮、供養等積資除障等方式，凡依心的有為之法，都屬有為法。無相的意思，是指證得離邊的甚深空性。

問：具相戒是否除了禪定外，都要將戒律引伸到日常生活中？如果是，會不會過度執著在戒律上？是否要等我們習慣了這些行為，沒有執著念頭，但一切都仍在戒律範圍。是不是要做到這一點？

答：是這樣子。

問：講到皈依的重要性，因一般西方人會覺得禪修很好，所以開始學習禪修，但是他們並不願意接受皈依等其他的教義。那在這種情況下進行禪修可以嗎？或是不如法？

答：一般西方人獨立自我的意識很強烈，每個人的思惟都以自我為主。在這樣強烈自我的環境裡，傳法人不能如法的教導，只能方便的因應而已。

各地環境習俗的不同，無法以一層不變的方法教導。如果禪修只是以思惟研究的方式來進行，沒有經過如法的過程，禪修只是讓心安定。這並不具足解脫之因、沒有發心，也沒有檢視自身為何禪修。對他們來說，還有世俗樂的貪著，苦的怨念；這樣的禪定，只是一種心靈上的休息而已，我們稱它為休息定。

以教授經驗來說：首先是以演講的方式開示佛法；但這還不算傳統正式的開示佛法。但對他們來說，若以正式方式說法，他們可能無法接受，所以僅能以演講的方式，簡短的開示、介紹佛法。當他們有了興趣，再慢慢導引到正規方式的教導。確實也有些人經歷這些過程，對佛法產生興趣，皈依並正式趨入佛法的學習佛法。這是一種方便法。

問：最終當他有了興趣後，還是要從皈依做起？

答：正式的話，是要以此為學習基礎，才能具備解脫的條件。我們可以思惟，若對佛法沒有產生強烈的誠信，覺得只是皈依是一個方法而試一試，其實已經不具備正確的發心，所做的事情因此也難有圓滿的結果。如果對佛法沒有誠信，所做的事也就不如法，這是可以比量的。

問：上課講到我們需要解脫之因以及遍智之因。我不明白為什麼遍智之因是從悲開始。能否請仁波切解釋多一點。

答：以前已講過許多次，菩提心要從慈心開始，再慢慢產生悲心。或不講慈心，而從悲開始理解，不止於對自己父母發起悲心，還應再擴展到過去世曾經都做過我們父母的受苦的眾生。當悲心生起時，希望他們脫離苦，因此要先淨除自己的垢障等，使自己的力量產生，才有度眾生到佛位的強烈心念，由此生起菩提心。

菩提心可分為世俗菩提心與勝義菩提心。依於菩提心，理解佛法與無我的體性。遍智是已了解了整個過程，而其原因稱為遍智之因。從淨除垢障、累積福慧資糧、到產生圓滿的本具智慧才稱為遍智。遍智的智是遍佈一切的智，它不只是對一法，而是對萬法的了知。當完全理解一切有情生命時，已無邊際時，才稱為遍智。整個過程產生的原因就是遍智之因。

問：所以，遍智不是果嗎？

答：也可說它是果。但是果的成立必須要有本來的因；若不是同因，不可能有同樣的果。

問：遍智等於般若空性嗎？

答：對，般若空性在藏文裡意思即是遍智。



大乘精要 12

朗欽加布仁波切 講述

敬安仁波切 口譯

2007 年 11 月 03 日

講於美國岡波巴金剛乘佛學中心

一切遍虛空如母眾生，雖欲求離苦得樂，但所行卻成苦因，所受皆為苦果。在聽聞《大乘精要》時，應生起強烈悲心，願度一切遍虛空如母眾生，皆能從苦海脫離，並證得遍智佛果。

《大乘精要》是分初善、正善、結善解釋，目前我們講解正善。正善的「論文解說」，又分為「總體解說」及「分支解釋」，分支部分又可分为「基、道、果」。

基：講述的是眾生本具的如來藏體性〈本基〉、此本具的如來藏體性如何被迷惑、遮障住。

道：了解所依的基礎之後，開始學習道，分為認知、思惟，以及學習。

認知此道：先理解並認知學習道路上善知識的重要性、其所應具備的性相去依止。最終，依善知識所給予的教法，成熟心續。

思惟此道：依「轉心四法」：以思惟死亡無常對治貪戀此生、以思惟人身難得對治放逸懈怠、以思惟業因果使此暇滿具義、以思惟輪迴過患來對治對輪迴的樂執。

學習此道：則分為皈依、持戒、生起菩提心、灌頂，四個部分。皈依包括：皈依的學處、

對境以及利益。持戒則是對治一切煩惱的基礎，我們今天繼續講述「學習戒律」。

戒律是一切功德的來源，猶如地基。《頂髻經》：「依於持戒，方能生起禪定；依於禪定，方能生起智慧。如是增上戒、定、慧，最終方達無漏智慧。」持戒作為地基，才能引伸出智慧，使三學處圓滿，走向解脫的道路，達到圓滿解脫。

持戒的方式

從小乘「不破損」的持戒，到菩薩戒、密乘戒，依眾生根器的不同，持戒方式也有差異。《曉集經》：「持戒可使我們斷除走向旁生道，脫離八無暇，具足趣向人天果報。」這是因為持戒並不損所得的功德。經云：「不論清醒或睡眠，若能具足持戒，無需長時努力，即可迅速得到解脫。若於此戒上，嚴謹增上受持比丘戒，則功德更大。」《賢愚經》講述：有二居士接受八關齋戒，其中一位居士守持完整不破損，另一位則於午後破損一戒，最後守戒不破損的居士轉世為轉輪聖王，破損者則生轉世為龍族。

聖者且健連某次到惡鬼城，見比丘們白日有美好的飲食、享盡富裕，可是在夜晚卻爭吵追殺，周而復始循環不已。這是因為他們生前

在白日守持八關齋戒，所以有聚積功德；但是於夜間破損戒律，因此得到惡業果報。

若能如實地守持戒律，不使之破損，保持戒體圓滿，將使來世成佛的道路更圓滿，並得到解脫。《三寶來源經》：「如同捏榼茁地的大樹，若幼時不殘缺，則茁壯成長、枝葉茂盛。若持戒不破損，亦能得如是圓滿；依於持戒所生之一切功德，最終得究竟智慧。」經云：「具戒比丘，收攝五官，節制飲食，不需長時，即得解脫。」五濁惡世，若能持守戒律，其福報功德將愈大。《月燈經》則一再闡述，於佛法逐漸消失的惡世，若能持守一日夜的戒律，功德無可度量。這也是提倡八關齋戒的原因。《應度亡懺悔經》：「若只持守一般戒律，不如於晨間持守佛法的戒律，其功德更大。」

對小乘的行者而言，如果知道自己即將破損戒律，他們會先將戒律歸還受戒師，因戒體仍具，之後可重新受戒、恢復戒律。否則如果在具戒之下破戒，即如同將樹從根拔除，或如陶罐一旦破損，無法恢復。大乘菩薩的戒律，戒體則猶如金屬器物，破損後仍然可以修補。但若有破損，則仍可恢復。而密乘的戒律，戒體則如提煉金子，可以將它再精煉再提昇。

《地藏十輪經》云：「若一比丘已破損戒律，卻假裝未有損壞，其已如行屍，無有用處。」吉天頌恭從大乘戒律的角度解釋，而認為如是比丘雖破損戒律，但因受戒時，有守護戒律學處的心，所以還有些許功德。如大象、麝鹿死亡後，屍體雖無用處，但象牙、牛黃、麝香仍可使用。同理，比丘雖已如同行屍，但若有守護戒律學處的心，能令他人覺悟或產生信念，所以有功德。

如前所述，小乘的戒律，若戒體已破損，將無法恢復。但是若在破戒之前，將戒交還給受戒師，因戒體還在，未來仍可以再受戒。對大乘行者而言，若破損戒律，則應以「四力懺悔」的方式對治，吉天頌恭也如此認為。大乘

《金光明經》：「若具強烈的四力懺悔，無量劫以來所犯之殺盜等罪，皆可洗淨。」《大方廣解脫經》：「若具強烈誠信或向善的心，將可恢復戒體。但若不具信，則皆不成立。」

為什麼依於懺悔可清淨我們所犯的罪業呢？因為一切的罪業，皆是依於心的造作而生。心造作生時，是瞬間產生；滅的當下，也是瞬間消失。心的造作是瞬間的生滅之法。若依四力，瞬間生起強烈的懺悔，所造的罪業也將瞬間滅除。《淨除因果經》：「因一切皆回歸至空性的本體中，故說一切法皆為生滅法。」《清淨業障經》：「具有強烈的懺悔心，以四力進行懺悔，能使一切業障轉重為輕。」

一切作惡的心，皆由因緣產生，加上外緣的起現，所生惡業的行徑；具強烈善念之心，也是依於生滅之法而生。二者都是生滅之法，一切法皆是依於因緣，其體性本空。因此，若能住於一切法體性本空的當下，則沒有比此懺悔更有力。

經典告訴我們，一切法皆空皆是無為之法。因此，首先以四力的方式懺悔，使重業變為輕業；再依勝義菩提心，使一切業障最終得到清淨。如太陽雖被烏雲遮住，但當烏雲散去，陽光依然照耀。然而，所謂的空性並不是一般的頑空、完全無有。《清淨業障經》：「依於四力的懺悔，可攝伏一切惡障，使之轉輕，最終能使一切垢障淨除。」

四力懺悔是指：厭惡力：對自己的惡業行為生起厭惡，而行懺悔。對治力：依於厭惡力，以大乘的《三十五佛懺》、或以咒乘的觀想金剛薩埵等方式，向諸佛菩薩懺悔。受戒力：以不退轉的力量，進行懺悔。依止力：以諸佛菩薩為依止對境的力量懺悔。

一切惡業的皆是依因緣而生，所以其本體性空。從無始輪迴至今，不論自作、使他人作、或隨喜他人作，均可以以四力懺悔，空性之法，

清淨一切垢障。但如果對懺悔產生疑惑——例如：懺悔是否會清淨的垢障，則障礙就更大。因為這是對對治的依止境生疑惑。此外，如果只是唸一部懺悔經文隨意地懺悔，而沒有由衷地生起強烈的懺悔，也不可能清淨罪障。懺悔必須要有強烈的持戒、而且不再犯的心念，並誓言即使在未來死亡來臨、惡緣現前時，也不犯一切惡業，才能從根去除一切的垢障。

身為大乘學子，若能以大乘的方便、無量大悲進行懺悔，則能夠淨除一切垢障。《大密方便經》：「若以菩提心行懺悔，是從根本、圓滿的累積資糧，將能淨除一切垢障。特別是具足勝義的菩提心，是沒有不可淨除的。」

《入菩薩行論》：「猶如於世俗，經過危險的道路，因依於勇士的保護，得以走完。具正念者人，雖於無量劫曾造惡業，但在理解菩提心後，依於菩提心的正念，得走向解脫的道路，淨除一切垢障，最終得以解脫。菩提正念，如末劫之火，能焚盡一切惡念。」大智慧之人，若已體證離邊的空性，則一切惡業皆可根本淨除。佛對善業光量開示：「汝雖殺三千人，但若生起強烈的懺悔，依於大悲心，惡業不住內，也不住外，一切皆依於汝心，而汝心不住任何一處。」

瑪紀札國王前世是一位具修證的仙人。當他在一清淨的山林中修行時，遇見舍迦王³的軍隊在追捕一個犯人。軍隊詢問他是否看見犯人？仙人依於神通，因此知道那犯人並沒有犯罪，所以想保護他。他因為害怕犯人生命的安危，所以告訴軍隊他沒看到。但是軍隊後來還是在山林裡逮搜捕到這名犯人。舍迦王因此對仙人說：「仙人從不說妄語，但你犯此妄語，應處死。」正當仙人將被處決之際，仙人生起強烈的瞋心，並思：「你雖然有福德成為國王，並且不懂道理要加害於我。我要以修證的力量，將來成為你的兒子來復仇。」死亡當下，瞬間

的思惟非常重要——仙人因此出生為舍迦王王妃的兒子，之後並殺死舍迦王，自立為瑪紀札國王。他不僅有此殺父之罪，還有其他的無間罪。他曾與提婆達多一起誣蔑佛陀，於大庭廣眾之下，誣蔑婆羅門賢女腹中之子是佛陀的；又與提婆達多出佛血；也與提婆達多殺害阿羅漢。因此犯下所有的五無間罪。其業果成熟時，他得了一種怪病，整身長滿膿血，非常疼痛，並且發臭，臭味傳遍全城。

後來，空中傳來一個聲音告訴他：「八天後，你住處的地下將裂開，你將直接掉入地獄。」因為他罪業非常大，已無死亡的過程，直接趨入無間地獄。無間的意思，就是沒有任何間隔，可直接進入地獄。他因此生起強烈的恐懼，希望能減輕這罪業，所以詢問六個外道，但也束手無策。最後，他詢問一位著名的藥師，藥師告訴他：「你應該向佛陀請示。他正在壘地，或許可以幫助你。」國王說：「佛陀為清淨的阿羅漢們所圍繞，像我這樣有怪病的罪惡之人，佛陀不會理睬我。」藥師說：「佛陀平等對待一切眾生，無有任何差別。他對智慧第一的舍利子開示佛法，也對愚痴的壤窮比丘開示。佛陀會向舍迦王國王托鉢，也會向窮人巴族達托鉢。佛陀對待自己的孩子羅睺羅與對待提婆達多沒有任何差別，皆平等看待。無需擔心。」因為他對下無間地獄的預言感到非常恐懼，所以對藥師說：「如果我在尚未見到佛陀，理解佛陀真實語諦前，即掉往地獄，請務必拉住我。」瑪紀札國王帶著眷眾及藥師前往佛陀的住處。當他們仍在遠處，佛陀即喊兩聲「國王、國王」，他們都以為佛陀正與帝釋天或梵天說話，但當佛陀第三聲著國王的名字時，國王隨即感受佛陀的悲憫，而當場昏厥。當旁人用冷水將他潑醒，他在佛陀跟前禮拜三次，並說：「願我與一切眾生的罪業都能清淨。」佛陀就告訴國王：「你不止懺悔自身的罪業，也

³舍迦王是佛陀時代的王，曾親近佛陀，並有很好的修證。

為一切眾生懺悔，善哉。」當下，國王即達到法忍之境地。

《國王四力懺悔經》云：「依於如是開示，聽聞、學習佛法，能淨除一切垢障。」由此故事中，可以知道「因」成熟的力量的不可思議。其中的仙人，雖然已有很好的修證，但是在修證過程中，瞬間的惡緣使得原本救人心念的善緣，摧毀他修證。我們自己在的修證過程中，更應小心，切勿被瞬間的惡緣動搖本來修證的正念。像這位仙人，為什麼會被會瞬間惡緣所影響，只有遍智的佛陀才能知道。我們在修證中，瞬間惡緣會突然來到，我們應以不變的心，不隨惡緣而轉。依於瞬間惡緣產生惡果，使仙人做了許多惡業，但是在他虔誠的懺悔後，瞬間又生善緣。依此善緣，得以接觸善知識，現見真實諦，之前的惡業也得到清淨。心的本來面目是空，惡業的本體也是空。但若不依福德則無法體證空性，依於誠信，福德的力量則更強大。

《無垢稱經》提到，有二比丘些微地破損戒律，但不敢在佛陀面前發露懺悔，而對聖者的侍者懺悔。當時具大智慧的無垢稱居士在旁邊，便對侍者說：「以心戒的角度來說，持戒在乎心，只是再一次規定比丘持守戒律。若還有些微破戒之心，只不過是讓心再一次混淆。」持戒與破戒，往內與往外看，皆沒有一個持戒之心的本體，一切皆是因心煩惱故。

完全了解心的本性後，戒才會清淨，才能到達清淨解脫的道路。一切法都是生滅之法，如閃電般瞬間產生。如能理解心的幻滅〈生滅法〉，將之視為幻化般，無所見而見，才是持戒的比丘，才是佛陀所謂的善持戒者。經云：「最上乘之弟子，應如是持戒。」對初行者尚未達到此見時，應在生起行惡業的惡念時，將惡念捨棄，拋棄惡業；如大海浪濤將屍體拋向岸邊，不浮載這個屍體。不住於無記業當中，隨喜所作瞬間善業功德，以四力進行懺悔。若

有無記，則以菩提心攝持，使之達究竟。這是初行者所行的方法。

戒體是何時得到、何時損壞？在戒師或三寶前，對業因有強烈認知，對戒律產生強烈守持的信念，即具此戒律。在個別解脫戒中，取決於是否還戒，來決定戒體是否存在，死亡即戒體毀壞。大乘的戒律，是從心的角度來解釋，死亡時仍戒體不損，依於誓，不論過去的善惡業，戒體依然存在。

【問答錄】：

問：當皈依三寶，受持五戒之後，如果想要去修理人，或去做壞事，可以先把戒還給三寶，再回來懺悔、受戒嗎？

答：皈依是戒律的根本。向三寶皈依時，就有了戒律的基礎，在此基礎上，再接受五戒、沙彌戒、比丘戒等，這時戒律才開始繁多。若有生命有危險要進行還擊時，應先將戒體先放在一旁或將戒體還給戒師。在個別解脫戒中，當有了戒體，是該還給當初給予你的戒師，但沒有提及三寶。仁波切並不很清楚小乘還戒的細節。但一般而言，是先將戒體放在一旁，再來做其它的事。

問：戒師不在時，是否還給三寶？

答：那應該是秉持著戒師就在自己前方的思惟。

問：若是還給了三寶，戒體就沒有了。假如沒有還，就去做的話，就算破戒？

答：對。如果沒有將戒體還給你的戒師，就再也不能恢復戒體，這是小乘的見地。大乘不採用這種看法。就好像和尚、比丘「還俗」，是把他的戒體還給了戒師。

問：這是沒有起心動念的還俗。可是假如在不得已之下要去做壞事才還俗呢？

答：重點是在未破損前，就交還給戒師，以後就有可能再受戒，因為還有一個戒體在。假如戒體已破損，就不可能。這是戒律的一種方式。

問：萬一還沒有還戒就做了壞事，之後再來懺悔。可以嗎？

答：從小乘角度，若已做，戒體即已破損。在未做前，要先思惟戒律的重要，不能破損；將來我還要再受持戒律，所以先還給戒師。當做了之後再來懺悔，這是以思惟的方式來解釋。

問：假如這人是有預謀作壞事，才先還戒呢？

答：那要看各人思惟而定。佛教不像其它宗教，完全照文字規定。佛法的戒律在思惟

上是自主的，能夠從自己的心裡守持善，才受戒，就是以「守善為戒」。若每次都犯戒，根本沒有守戒之心，也就不需要守這個戒體了。這就好像你所說的「預謀」。

問：請問用大悲力懺悔，有沒有具體的方式？

答：用大悲、四力的方式，已經教過許多次。各位就像有洞的容器，教什麼都漏出去。在普門寺就講過，當有悔心時，首先懺悔，唸誦「願我及一切有情眾生…」來進行懺悔；以四力來進行大悲懺悔；觀修金剛薩埵，對其皈依，發願、行菩提心。仁波切每次講經或開示，都是繞著大悲來解釋。每個眾生都是因過去不善的業，得現在的惡果。當看到自身所受的惡果時，也理解到是因不善的事。每個眾生包括自己，都不欲求苦果，想脫離此惡果。所以用「願我及一切有情眾生」這大悲的方式來進行懺悔。每堂課開示都一再告訴我們，要從大悲的角度來修證。

尼泊爾地震災後寺院重建及協助災民募款徵信

尼泊爾地區於今年四、五月間，發生數次強烈地震及餘震，地震摧毀當地的寺院、住所、學校及交通路線。北美岡波巴中心響應直貢噶舉澈贊法王之呼籲，以及帕竹佛學院之損壞眾況，有以下專案募款：

- 拉契雪山專案：共募得 \$4,614 美元，北美岡波巴中心亦響應捐款\$2,500 美元。
- 帕竹佛學院：總共募得 \$10,990 美元，所有款項將用於來年之整修。

感謝十方對贊助，並隨喜功德



大乘精要 13

朗欽加布仁波切 講述

敬安仁波切 口譯

2007 年 11 月 17 日

講於美國岡波巴金剛乘佛學中心

首先對一切輪迴苦海中的眾生生起強烈的悲心，並願度一切眾生得證無上菩提，以此動機來聽聞《大乘精要》。

《大乘精要》是依循初善、正善、結善三部分解釋。「初善」包括論名、頂禮的對象及解釋頂禮。「正善」包括讚誦供養、造論誓言及論文解說。正善的論文解說又分為「總說」與「分說」。「總說」如人體的軀幹，是以總論的方式解釋。「分說」如人體的四肢，是以分支廣解的方式解釋。在分說的部份，又分為「基、道、果」。

「基」是講解眾生本具的如來體性為何被遮障，及如何去除此遮障。「道」可分幾個學習的方式：1、認知此道：首先要觀察與了解善知識的性相，之後依止恭敬善知識並隨其學習佛法。2、思惟此道：世間諸法無常，不應放逸；了解人身難得，不應浪費此生。由善業、惡業了解因果，而知輪迴過患，故不應放逸於輪迴的喜樂。3、學習此道：包括皈依三寶，學習守持戒律以斷除煩惱，以及修習菩提心。

今天繼續講述道的部份的學習無量菩提心，可分為總說及細解二個部份。

總體而言，首先應了解慈悲心，才能生起菩提心。雖然守持基本善心，會得人天果報，但這仍舊是暫時的果報，並非究竟涅槃，它的自性仍是苦，實非有利。是否守持能使自身得到解脫的戒律，即可脫離這種輪迴之苦呢？這

種自身個別的解脫，其實也非究竟，不能達到無上正等菩提。無著菩薩在《住乘論》中提到：「雖證得阿羅漢果，因尚未達到究竟，故並非利益。反而是處於地獄道的眾生，因仍有障礙，並承受業障之苦；在越過障礙、脫離地獄道後，仍有機會學習證得無上正等菩提。」證阿羅漢果位者，若貪著禪定，反而成為障礙；因此還需脫離此等障礙，才能證得無上菩提。

若別解脫戒律不夠究竟，我們為何要接受別解脫戒，而不直接受大乘的戒律？阿底峽尊者言：「我們先接受別解脫戒，用以攝持我們的身、語、意，並使我們的心續成熟。如此依次第而上，才是最正確。」阿底峽尊者的《道燈論》：「應先有基礎，由皈依、再受持戒律，如別解脫戒、五戒等各種戒律，在此之上再晉昇，才能達到最究竟的菩提。」持戒是達證菩提的所依的基礎，修證也需依次第而上。

《地藏十輪經》：「新製造的陶罐，不能直接使用。在使用之前，它需要經過灌油等程序處理，才可拿來盛水、使用。同理，若心續尚未成熟，則無法納受甚深之法。」如果心續未成熟就給予甚深之法，講法與聽法者都將生惡業，同時存有罪過。因此，若根器或心續尚未成熟，未達大智慧時，不宜宣說大乘之法。當捨棄一切不善業的思惟之後，才可以依止，學習菩提心。圓滿的佛陀果位是依於菩提心而產生，沒有完善的菩提心種子，將不會長出圓滿的苗芽。大小乘的差別並非在於見地，而是

在於是否具有菩提心。因此，縱使學習般若，如果不具菩提心，也非大乘根器。

《般若經》中，舍利子請問佛：「為何修證無願、無相、空三解脫門的弟子，有些成為聲聞，有些證得無上菩提？」佛答：「若不具備遍智的因、菩提心，不論修持任何一項解脫門，都只將成為聲聞。其他者因為未離遍智方便，所以修證三解脫門時，即能證得無上菩提。」

吉天頌恭在《一意》中提到悲心與菩提心的差別。菩提心是包括一切遍智、一切種智。雖然菩提心是由悲心而生，但二者之間仍有區別。菩提心不只是一般的悲心，從世俗菩提心的「願度一切眾生得證佛果」而言，即有別於悲心。

不只是佛教，連外道也有悲心。例如：印度教的聖地岡底斯山附近，有很多裸衣派的外道行者那裡修行。裸衣派的自在天為了考驗他們的修證，便在山上化現一個宮殿，並在宮殿內的法台上放一隻狗。但是裸衣派行者並沒有進去搶佔法台的位置，而寧可在宮殿外忍受風寒。有人問：「為何不趕走狗，進去坐呢？」裸衣派行者答：「狗也有生命，所以寧願自己死去，也不願見其他生命死亡。」從這個角度來看，外道也具有悲心。

〈大乘〉佛教與外道的差別，在於是否具願一切有情生命的眾生，能達到究竟佛果的願心。願眾生均能得證無上究竟佛果的思惟就是世俗菩提心。在理解世俗菩提心本體含義，在此之上修證，就是勝義菩提心。但現今常有人將悲心與菩提心互相混淆。

如前面《般若經》所說，不論是獨覺或聲聞，雖修持內容相同，但因發心的差異，在果位上也有差別。《龍王請問經》：「佛告大伽葉，應具菩提心，才能證得無上菩提。」若要陽光普照，必需天空沒有烏雲，才能感受體驗陽光。同理，要拋棄自利的心，所具有的增上發心才能生起，才能得證無上菩提。

如昆努仁波切所說，因為海水所生的龐大水蒸氣，所以烏雲都聚集在海面上。同理，具有悲心的人，因有強烈的增上發心，一切行徑也都是利他。因此，欲證得無上菩提，首先要接受菩薩戒，也就是增上發心，然後再增上，直至最終證達究竟菩提。獲得菩薩戒後，就變成可被頂禮、被供養的對象。所以增上的發心非常重要。就像我們看初五的月亮，雖只見到一點彎彎的上弦月，但心中已充滿歡喜地期待滿月的出現；可是見到滿月後，卻反而沒有太強烈的歡喜，這是因為知道滿月的出現是必然。所以發心才是最重要

如何生起菩提心呢？首先要先了解一切有情，在無始輪迴中都曾經是我的母親。知母報恩的思惟非常重要，達賴喇嘛曾說：「西藏的經典中，使用的辭句都非常好。例如在發心部份，都是『願一切如母眾生』，而非『願一切如父眾生』，這表達母親的偉大。」不只是人類，若將旁生道的羔羊與母羊分開，小羊還是可以找到自己的母親。所以首先要學習「知母」。

當了解一切眾生都曾是我的母親之後，接著學習「知恩」。母親從懷胎、生產期間，身體已承受許多痛苦，嬰兒再從出生到長大成人，其間母親所付出的一切更是無比廣大。從給予生命的恩惠、或供給財物，以及在精神與觀念取捨等的教導，直到幫助我們進入社會等等，都是母親所給予的恩德。而不只是現世的母親，無始輪迴以來過去生生世世的母親，都曾給予這樣的恩德。由此，在無始輪迴當中都曾經是我們的母親的眾生起強烈的悲念，願他們能從痛苦中解脫。由這樣的慈心再漸次擴及到悲心、菩提心。

《大般若經》：「『愛己』雖是錯誤，但將一切眾生執為『己』時，就是諸佛的佛子。此時的『愛己』則不是錯誤。」當理解到一切眾生都是我的母親時，就沒有強烈的「我」念。為了利益眾生，也可以捨棄自己；不只使眾生脫離痛苦，也願他們都得到遍智的果位。依這

點修證，將能證得無我的智慧，也才是勝義的無我。

無垢稱菩薩在《維摩經》中也提到如是「愛己」的觀念。這樣的「愛己」並不是單純的我執，而是執「一切眾生」為自己的母親的「己」。而不論將之視為無明或是愛，都是菩薩的種姓。依於這種執一切眾生為己的心，即有所緣的對境。因著造作的對對境憶念的恩德，才有生起慈心。這樣的愛己已經脫離自我，是一切菩薩的種姓。這裡講的無明，是指將一切眾生視為自己母親的「執著」，不是未見本俱如來藏的無明。

這樣菩薩的種姓是從本體究竟空來解釋，已超離有無眾生的含義。如果從菩提心方便智慧的角度來解釋，這是本具菩提心的展現。這點是非常的重要。而這裡講的愛，是以整體生命的角度來看，願度一切眾生脫離苦難、得證佛果。這樣對眾生的一種思念，所以「愛己」是一切菩薩的種姓。以整個有情生命的角度來解釋，而不是以個人自我的角度。這就是慈中的緣眾生的慈。

如同肥沃的土地才能長出莊稼，作為初學者，首先應破我執，將我執轉變為對眾生的執，如此產生緣眾生的悲念。再依次而上，轉變成緣法的悲念與無緣的悲。龍樹菩薩說：「當真實了解無緣本體的空性，對一切眾生的悲再也不是造作的心，而是無造悲念。」假如只講空性或佛的如所有智，而沒有解釋佛行事業的圓滿，將無法完全了解佛所具有的如所有智及盡所有智。由悲心的生起，依次而上才有世俗菩提心的產生，最終才能圓滿勝義菩提。

當我們真實觀察「空」的本體，它如同虛空〈未包含任何一物〉，然而從「空」性中能開顯一切法，如虛空可生雲雨般。觀修無生，從而理解法的本體是無有三時，即是證悟。此時，對不了解的眾生所生的悲心，已非造作，而是自然生起。無為法非一切概念、思惟可形容，它不僅含括並空性，也包括緣起——當解釋緣起時，也要講述空性，二者並論才能涵攝

一切法。因此，以「執一切眾生為我」為基，不偏離空性或緣起任一邊，才能證得無上〈果位〉。

大伽葉：「因有煩惱眾生，才有佛的悲念展現。」因有大海，所以才有各種湖泊形成，才有月影的倒映在每一個湖泊。因眾生故有佛。

以上是由慈悲心而成立菩提心的總說。以下是分說。

如同前述的知母之恩，孩子希望母親得到樂。不止是現世的母親而已，而是視一切眾生如母般，願她們都能得到樂。這就是依於知母、知母恩，希望她們都得到樂；當這種思惟產生時，就是慈心的展現。《施主請問經》：「生起願一切眾生離苦得樂等思惟，即慈心的展現。」

慈心可分為三種：**緣眾生慈**：思惟一切眾生如自己的母親，願他們均得樂。**法緣慈**：了解一切眾生所受之苦皆源自己過去所造的業，因此受此果報。依於法的角度思惟苦因、及所受果報，所生的慈心即法緣慈。**無緣慈**：已脫離思惟概念，已離開能、所二執之境，即為無緣慈。

初學者所生的是緣眾生慈；當行持菩薩行時，所生的是法緣慈；當達到無生法忍時，所生的就是無緣慈。三者中以無緣慈最殊勝。因了悟慈心的本體，對眾生已無貪執或傷害的心，所以最殊勝。

要如何修證慈心？首先要有知恩的思惟。先觀想自己現世的母親，感受她所給予的一切恩德。思惟在我們出生時，她所受的一切苦，我們希望她能得到一切、永遠的快樂。思惟不只是現世的母親，擴大到一切都曾是我母親的所有有情，希望都能如現世母親般，具足一切樂。在知恩的思惟中，感受、憶念從出生、成長的過程中，母親所給予的一切恩德。由母親慈愛的眼神、手來撫摸我們等的細節來觀想現世的母親，如是生起慈心，希望他們都能離苦

得樂。如是再慢慢擴大到在自無始輪迴中，都曾經做過我的母親的一切眾生，希望他們都能得樂，不再在輪迴中受苦。這種思惟再擴大，直至沒有任何造作的思惟。

法稱法師：「母親從我們出生開始不僅是以母乳哺育我們，清理我們的大小便，並且幫助、教導我們。即使極惡之人，也無法捨棄對自身有如此大恩德的母親。」由此理解到：一切眾生所給予我們的恩德之大。依於一切眾生，我們才能證得無上菩提，證得佛果。

經過這樣的思惟，依於「眾生慈、法緣慈、無緣慈」的層次而上，最終理解慈心的空性本體，才是真正證得的覺悟。若只是落於空性的一邊，將不是圓滿的佛果。因為我們過去的業，而存有俱生的無明我執，所以做任何的事都是圍繞著「自我」。因此，首先培養慈悲的心念，非常重要。

修證慈悲時，首先由自己現世的母親開始，再擴大到自己居住的地方、整個區域城鎮、整個國家，再繼續擴大到四大洲，最後再擴大到括及整個三千大千世界，逐次地擴大。

雖然這部論教授我們依次第修證的方法，但也可以思惟一切眾生皆是自己母親的方法修證。總之，是要將慈心擴大到遍虛空的一切眾生。對一切遍虛空的眾生，願成為他們的救怙，願他們皆能由苦中脫離。

菩薩的心是涵蓋一切，不僅是三千大千世界，更是遍及一切佛的淨土。由小的三千世界到中的三千世界，再到大的三千世界。如是將自己的思惟擴及一切微塵眾生，進行觀修，所得的利益功德將是無量，並能得到諸佛菩薩加持攝受，福慧增長，心想事成，淨除一切垢障，不受外在鬼眾擾害。在人天中將得到大眾的恭讚，最終能得證無上菩提。《三寶云經》：「供養十方淨土行，不如一念的慈心。」表達其功德之大。這裡講述的慈心是緣一切眾生的慈心，並非一般有目的的慈心。

如前所說，慈心的功德是不受毒物、武器等一切擾害。慈心也是最好的護輪。依於慈心，不只能保護自身，也能保護他人遠離一切傷害。

根據科學研究，在和平時代與戰爭時代出生的人，心態是不一樣的；也就是人心尚未充滿煩惱的時代與煩惱增盛時代的人，心態有別。《解脫經》：「雖具墮落三惡趣之業，然而因具有慈心，惡業亦將消除。」也許這墮入三惡趣之業，於現世果報可能只是頭痛而已。

過去，有五個夜叉想傷害楊柳宮的多聞天王。多聞天王知道後，就將他們趕出天。當這五個夜叉降到瓦爾拉薩時，沒有人供養食物、獻奉花蔓，使夜叉們生起強烈的瞋心。夜叉們因此使壞，放出瘟疫，使疫病流行，但一般人看不見夜叉。地方百姓就向國王稟告瘟疫的出現，並問消除之法。國王向全國發佈：「我日夜修證慈心，你們也要像我一樣修持，即可消除一切病疫。」當全國國民都修證慈心時，五個夜叉就無法傷害他們。當時，有一個牧童和幾個紡毛的人，能看見夜叉。夜叉問他們：「難道你們不害怕我們嗎？」牧童們回答：「不怕。國王告訴我們應觀修慈心。因此對你們，我們也生起慈心，願你們也能得樂。」夜叉們無計可施，於是就前往他處。

隔了一段時間，夜叉們又化身為婆羅門到國王的花園。見到國王，夜叉們請求國王佈施。國王立即下令準備許多食物。可是夜叉們說他們須要吃帶血的肉。於是國王就派人到市集去購買。但是夜叉們又說，他們不吃三淨肉，要吃現殺的肉。國王心想：不可能找到現殺的肉。因此告訴夜叉們：我可以供養你們自己的身體。於是國王吩咐侍者砍下他的手臂、大腿，供養夜叉們。可是侍者下不了手，於是國王自己動手，將自己佈施給夜叉。這時，國王是依於菩薩的心，所以有能力做到給予自己的身體。此時，這五個夜叉完全被國王的慈心懾服，夜叉們因此對國王說：「依於您慈心的力量，您將證得無上菩提佛果。當您證得佛果時，請求您攝受我們。」國王回答：「當我證得佛果時，

不會捨棄任一眾生。你們也是眾生。我的法的甘露將首先落於你們口中。」當初的國王〈慈力王〉即是佛陀的前世。這五個夜叉即佛陀的五個弟子。這故事表達了慈心的力量。

現在講述悲心。依慈心而生的悲心，可分為「緣眾生的悲、法緣悲、及無緣悲」。

看到痛苦的眾生，希望他能脫離痛苦，這種強烈的願求，是悲的本質。《莊嚴經》：「悲的本質就是希望眾生從苦中脫離的強烈願望。」

悲的本質，對不同眾生，可分為四種。1、對沒有財富、承受貧困之苦的眾生，所生的悲。2、對有強烈傷害他人之心、以怨報德，不知取捨的眾生，所生的悲。例如此生想要殺害他人，當此墮入地獄後，一再反覆承受著生又死，死又生，一再循環的死苦。對這種有瞋念的眾生，所產生的悲。3、對放逸的眾生所生的悲。這類眾生雖得到很難得的人身，卻不知如何利用，也不知累積善業與知足的心。完全沒有一點知足之心的眾生，所產生的悲。4、對隨外境而轉，完全沒有自主力的眾生，所產生的悲。對於隨順顛倒貪念的眾生所產生的悲。以現世來說，染上對毒癮，是顛倒的貪著，希望此等眾生能從顛倒貪著中脫離。以上解釋的悲，是有目標、取境，是有差別的悲。

我們所要學習的是「緣眾生的悲」。如同觀修慈心，由觀待自己現世的母親開始，希望自己的母親能脫離痛苦，進而推及到一切都曾為我母親的眾生，希望一切眾生都能從苦中脫離。這是「緣眾生的悲」。

「法緣悲」是指：對於因未能認知自己所造的業，對因果無知，對法不了解，而生果報的無邊有情眾生，所生的悲念。《地藏十輪經》：「在菩薩道上，對於為追尋短暫的樂，卻帶來無盡輪迴中受苦的一切有情眾生，發起強烈的悲願，願此一切眾生都能從無盡輪迴中脫離。願此一切眾生都能趨向沒有畏懼、無有塵垢的遍智佛。」沒有任何塵垢，表達已脫離

一切煩惱的垢染。遍智的佛表達修證已達最究竟。

「無緣悲」，是已超離能、所二元的對境，所以稱大悲。《虛空請問經》：「若還有我，則所緣的一切眾生及所具的悲心，仍有相，是造作的心。」佛開示：「若是超離我、所緣一切眾生與悲心時，就是無緣悲。」

菩提心是依悲心而生：於心續中，生起願一切眾生脫離苦的強烈心念，逐漸生起菩提心。也就是由「緣眾生悲」開始，慢慢地理解一切是諸法如幻相的展現，才會有「法緣悲」的產生。當幻相展現時，視一切眾生與自身皆為幻化。當法緣悲生起之後，再進一步理解悲心的本體，就成離邊的悲。離邊的悲就是「無緣的悲」。

如何修持悲心，首先要從現世的母親開始。先知母，而知恩。此恩德與解釋慈心相同。講母親如何在懷胎、出生、成長期間，所給予我們的恩德，且不僅是對現世的母親，而是對從無始以來都曾作過我的母親之一切眾生。猶如當見到母親溺水或火燒的痛苦時，作兒女的應該去保護她產生報恩責任般。看到母親依於業力受苦，想要使她從業力的苦中解脫出來的強烈心，就是悲心的培養訓練。

悲心能真正從心續中生起時，就是無量的悲。這種無量的悲是難忍的，是由心中不斷生出來的悲。過去在噶當派有一位噶西切噶瓦，隨時都將披肩披在頭上，不停地哭。有人問到：「你有什麼痛苦，為什麼一天到晚都在哭。」切噶瓦也不回答，只是哭。後來有人請示噶當派的智者宗喀巴，宗喀巴回答：「如果我們了解他哭的原因，就不會問了。他的悲是很難忍的。每每有狀況，對眾生強烈難忍的悲就生出。」因此，有時候哭也可以淨消很多業障。由悲心淨除業障，有很大的功德。

過去，無著菩薩在雞足山修證十二年，都不能現見彌勒菩薩。十二年後，無著菩薩在下山途中，看到一隻母狗，牠的下半身已經潰爛

並長滿了蛆蟲，但上半身仍然完好並仍有傍生的瞋心，而想咬人。無著菩薩對牠產生強烈的悲心，想替牠清除傷口，但因怕傷到牠不敢用手抓蟲子。無著菩薩便閉上眼睛，用舌頭去舔。在舔的當下，狗不見了。無著菩薩看見了彌勒菩薩。於是無著菩薩問：「為什麼我修證十二年都無法見到你，現在才見到。」彌勒菩薩回答：「其實我一直都在你面前，只是你的業尚未清淨，所以看不見。今天因為你大悲的心念，清淨業障，所以一切都顯現可認知。」這是悲心呈現的力量，而因為對對境已無分別，所以是無緣的悲。

我們無法產生悲的原因，是因仍有強烈的貪執有一個我的存在。學習悲就是將消除貪執、自我的心。當心放開，就可理解無緣悲。無我智慧的產生，是要依層次而上修習。身為大乘佛子，了解悲心是必要的。平時不論修持任何法門，恆常憶念「悲心」，是非常重要的基礎，才是最究竟。

所有世間的眾生出生之後，都要經歷老、病、死等，不知在世間中如何取捨；而世間能教導正確取捨的善知識又十分稀少，所以眾生都是處於無明，而走向三惡趣深淵。思維及此，即應對眾生產生強烈悲心，願他們都能從無明中脫離。依此思惟修證，定將證得遍智佛果。

法稱法師曾說，現在的母親只是你現世的母親，然而一切眾生也都曾是我們的父母，因為過經生死，所以無法明白。但是在理解認知之後，若仍然沒有報恩的心，那我們就是無恥之人。我們對他們應有報恩的心念。

悲心的利益是非常廣大：依於悲心，才能得證真實的菩提心，得到菩提本智。依於悲心，能脫離一切無形鬼眾的擾害，脫離四大的病苦，幫助我們消除過去及現在累積的一切業障，最終達到遍智的佛果。

《毘盧遮那續》：「要達到遍智佛果，根本是由悲而生。故圓滿佛果，須具有悲。」佛陀的《清淨法經》：「法不需要多，體解『悲

心之法』即能圓滿一切。」總之，悲心乃最根本。依於悲，菩提的心念才得生起。

【問答錄】：

問：「明空無二」與「一切種智」有什麼不一樣？

答：「一切種智」是遍智的意思，斷除一切迷惑，通達諸法的本體。「明空無二」是在修證過程中的體驗。

問：現下有很多年青人，當孩子生下來之後，就把孩子殺了。這算是什麼？

答：這很難回答。無法解釋的社會變態。

問：對一切眾生生起慈心比較容易，對人起慈心比較困難。

答：當提到緣眾生、一切眾生時，還只是思惟，不是發自內心。若能真實從內心思惟一切眾生時，人也已經包括。聽聞佛法是一回事，可是實際行持時，並非那麼簡單。必須自己一點一點地修持、練習。就好像機器的運作是慢慢的，須要一個過程；或像是季節的轉換，由秋入冬，從時熱時冷，慢慢進入寒冷。

問：思惟一切眾生如母。是假設好的母親。假如母親不好，這思惟就比較困難。

答：在這裡的解釋母親是如過去傳統的時代，整個社會對母親的恩德都有很強烈的認知。不像現代，如你所說，有時母親會把小孩當大小禁一般處理；有時自己不照顧，而讓別人撫養；在醫院裡也有嬰兒被拿錯，種種狀況。現在的人大都是以個人利益為主，心思已不放在慈愛上，形成非常壞的世風。故此時修持慈心的修更為重要。

問：照您所說，在次第上來講，是由現世的母親開始思惟再慢慢擴大到一切眾生。但是在日常課誦本中，皈依發心的部份，是以

「我之怨敵」開始。是否在不同階段，出發點是有一點不一樣？

答：不一定。這本論是以觀母親來解釋。吉天頌恭是以反方向來解釋，從令我們生起瞋心的怨敵為修證的對象，反向修證。不一定要觀想母親，也可觀想現世中最愛的人。

問：自己雖然學了很多不同的呼吸、觀想的修行方式，也知道發心是所有修行的原動力，但是自己的發心不夠堅強，會像波浪般時上時下。這本論很詳盡的說明、解釋，都剛好可幫助增長發心。

答：若要趨入佛果的路，發心非常重要。在做任何修證之前，必須有正確的發心，才能導向真正的佛果。在每次修證之前，思惟眾生的迷亂的念如雪花般的不間斷地漫舞，而希望眾生能脫離迷亂。如此一再思惟並發心，可幫助我們走向佛果之路。

問：每次只在修法之前觀修一下內心，而覺得「在家人」好像是如此忽冷忽熱，是否須要專門學禪定呢？

答：修證時，當然要先觀修悲心，再修習禪定，最後迴向，這是培養悲心。下座後，不論

做任何事之前，都思惟「願所作一切皆能幫助別人，利益眾生。」如此思惟，終將趨向善道。

問：怎麼看三年閉關？

答：以前的行者並沒有三年、五年的觀念。修證是一生的修證，放下一切世俗，投入修證，並沒有以年來算。後來因為環境改變，才開始有三年閉關的傳統。三年之內，放棄一切世俗之事，全心全意投入修證。可是現今，要做三年閉關也變得很難。所以我們現在能做的是將每個思惟動機放在向善之上，盡量把握時間地修證。

問：四無量心的慈悲喜捨與願菩提是一樣的嗎？

答：如前面講述，當生起慈悲心念後，接下來就是歡喜的心念，願眾生離苦得樂的歡喜；不只是針對一個眾生，而是遍一切眾生。這就是四無量心。在講願菩提時，不僅願眾生離苦得樂，並願他們都得到遍智佛果。二者是有一點前後差別，首先須要有四無量心，才有願菩提的產生。

岡波巴中心記事

- 朗欽加布仁波切於 2016 年 1-5 月間，陸續於美國各地弘法，包括杭士維爾與華盛頓特區等。6-8 月間，再度應邀前往歐陸弘法，訪問俄羅斯、德國等國家。
- 敬安仁波切持續於藏傳教典之中譯與重譯。並於 2016 年夏天回臺灣弘法。
- 堪布天津尼瑪於 2016 年 6-8 月，隨同朗欽加布仁波切前往歐洲弘法。堪布回美後將再繼續教授《入中論》。

感謝十方對仁波切佛行事業之贊助，並隨喜功德



大乘精要 14

朗欽加布仁波切 講述

敬安仁波切 口譯

2007 年 12 月 10 日

講於美國岡波巴金剛乘佛學中心

首先對一切輪迴苦海中的眾生起強烈的悲心，並願度一切眾生得證無上菩提，以此動機來聽聞《大乘精要》。

《大乘精要》是依循初善、正善、結善三部分解釋。「初善」包括論名、頂禮的對象及解釋頂禮。「正善」包括讚誦供養、造論誓言及論文解說。正善的論文解說又分為「總說」與「分說」。「總說」如人體的軀幹，是以總論的方式解釋。「分說」如人體的四肢，是以分支廣解的方式解釋。在分說的部份，又分為「基、道、果」。

「基」是講解眾生本具的如來體性，其為何被遮障，及如何去除此遮障。「道」可分幾個學習的方式：1、認知此道：首先要觀察與了解善知識的性相，之後恭敬依止善知識並隨其學習佛法。2、思惟此道：世間諸法無常，不應放逸；了解人身難得，不應浪費此生。由善業、惡業了解因果，而知輪迴過患，故不應放逸於輪迴的喜樂。3、學習此道：包括皈依三寶，學習守持戒律以斷除煩惱，以及修習菩提心。

今天繼續講述道菩提心〈分說〉的部分。菩提心是依於悲心而成。我們應具備何種「因」，才能分辨是否具有菩提心的菩薩呢？從一般的角度來說：不論是人道或旁生道都具有一些微的悲心。猶如旁生道對自己的小孩和伴侶也有愛護之情，具有悲心。但佛法所說的菩

提心則是比較廣大。《律儀經》：「一個人從思惟、言論或外在徵相上，均可分辨出是否具慈悲心。或由比量觀察，也可知此人是否為菩薩。」《十善法經》：「有煙即可比量是有火，有水鳥即可比量是有水。具有善心的人，可以比量知其是否為具有菩薩種性之因。」由此表達，真正的菩薩，在外相上已捨棄粗魯、卑劣的言語與行為；對眾生均具有慈愛歡喜的心，並且完全沒有欺誑的行為。因此由外相即可看出是否具菩薩種性。

然而，是否僅由外相就可確認是不是菩薩呢？。《十善法經》中解釋：僅由外相尚不能成立，還需具備生起菩提心，以菩薩開顯種性。菩提心開顯才能確定為菩薩。《十善法經》中也提到：開顯所具之菩提種性須具備四種因。1、依於接受佛法的教化，成為佛子，並對輪迴產生強烈的出離心。2、當聽聞到圓滿佛果時所生的嚮往，與聽聞到一切佛均源於菩提心時所生的歡喜讚嘆。3、對處於輪迴痛苦中的眾生產生強烈的悲念。4、生起欲現見或聽聞佛陀的功德的心。也就是對過去一切的諸佛及佛子產生強烈虔誠的心念，並生起強烈嚮往，累積無量福德資糧。身為佛子，於無量劫對度眾利生無任何憂惱，並以全部身心投入，才能生起真實的菩提心。

能否具足菩提心〈或成為菩薩〉其差別在於皈依。大乘的皈依包括特殊的四無量心及菩提心，有別於小乘的皈依。

在大乘、密咒乘所稱的勝義菩提心，其真正的生起之因，是依止於上師、認知上師與佛無別。彌勒菩薩的《現觀莊嚴論》：「依於對善知識的誠信、恭敬、供養，視善知識為怙主，於其前學習，才能真實成為能納法的善器。」

依於前述的四種因，才能生起菩提的心。如果沒有過去累積的資糧，不可能生起菩提心，更不可能聽聞有關菩提心的法教。經典提到：「不可能在牛走過泥地留下的凹陷的牛蹄印的牛跡中尋獲寶物，只有在大海中才能找到寶物。」如同這個譬喻，只有在過去累積無量的資糧，才能產生真實的菩提心。《如來本智手印三摩定經》：「如果沒有累積足夠資糧的善根，是沒有機會生出菩提心，也無法聽聞到生起菩提心的法教。」當逐漸累積善根，具備誠信之後，才會漸漸生起菩提心。誠信地供養千萬佛，可能生起菩提心，但也可能會衰損或無法增廣。誠信地供養百千億佛，世俗和勝義的菩提心都將增長、增廣。

以上一再解釋、強調：是否圓滿具足菩提心的差別在於福德資糧。當福德資糧圓滿具足時，將增長菩提心。福德資糧不完全具足時，則菩提心仍會破損。因為雖然累積了些許資糧，並有機會聽聞菩提心的教法，但未必能堪忍實踐菩薩行，所以仍有可能破損。

除此之外，空性是菩提心佛法的最究竟義，也就是所謂的「見地」。當福德資糧不夠具足，真實究竟的見地則無法生起，所以必須圓滿累積福德與智慧的資糧。世俗與勝義的菩提心應相輔相成，也就是「悲空無別」。

因此，首先要依次第地累積資糧。當善根具足，會有淺薄的發心，才能接受、聽聞佛法，但並不表示可以立刻生起出菩提心。此後尚需繼續累積資糧，才会有更大的發心，也才能接受更深的教法。但這不表示可以增廣菩提心，有時會因資糧不具足，因障礙而使我們捨棄佛法。甚而無法了解佛法空性見地，當聽聞宣說

菩薩的行為時，無法承擔菩薩難忍的悲。也因此，需要繼續累積更廣大的資糧，使發心愈來愈增上，並有懺悔的心念，以及更強烈的菩提心。此時，開始了解較深的佛法。然而，雖了解菩提心的體性、境界。但卻無法進一步地使心進入三摩定，這表示資糧尚未具足，仍須繼續累積資糧。

當真實圓滿具足一切資糧時，不但聽聞理解甚深的法教，也能真實地實踐、體驗菩提心。此時，若是完全精進投入、忍受一切因實踐所生的痛苦，這才是真正的法忍。此時，可遠離一切障礙，再不受邪見圍繞。也許我們於修證過程中，身心會出現些許障礙或疾病苦痛等，則應以堪忍這些障礙苦痛來實踐自己的行為。因此累積資糧非常重要。

生起菩提心所需具備的因緣：

1、當接受菩薩戒時，需供養三寶，向善知識供花，清淨居處並以鮮花嚴飾。為使一切因緣具足，在發願成為菩薩並發菩提心之初，累積這樣的因以接受菩薩的戒律，在本論中一再提述，非常重要。

《賢劫經》講述：過去有一個牧童只是供養如來一種可以清潔牙垢草本植物的葉子。從那一刻起，就種下他生起強烈菩提心的因。往昔有一個織布人，只是向如來供養一小匹布，也種下生起菩提心的因。另外也有人是供養燈火、洗牙木等。也有一個窮人，因為身無一物，見到如來時只是合掌而已，即生起強烈的悲念。由此可以理解，這一切皆是累積對菩提心的嚮往之因。

那是否只要有對菩提心的嚮往，即不需任何供養，就成為菩薩？吉天頌恭認為：當具足財富時，應供獻財富，才能生起菩提心。過去的人並不富裕，但他們由內心真誠地以所有供養如來。《賢劫經》：過去有一個國王，因為供養琉璃宮殿及一切眷眾，使他生起菩薩行的

心念。《大悲蓮花經》：某位佛過去生，因曾在自己身上，掛滿五百個燈供養如來，因而生起菩提心。因此，每一階段之始，都應要誠敬供養，才能真實得到菩提心。2、依於皈依三寶發心。皈依佛，是皈依二淨圓滿的佛陀。二淨圓滿是指法身清淨圓滿，以及報身捨俗圓滿。捨俗圓滿就是離開一切煩惱、垢障，成熟圓滿具足一切功德。皈依法是皈依法寶，也就是向大乘的一切教法及修證與勝義菩提心。皈依僧，皈依於僧寶，皈依一切登地菩薩。於此表達，菩薩戒的皈依不同於一般共通的皈依。

《寶性論》：一般小乘的皈依三寶，是共通的皈依。但仍不究竟，其可遠離煩惱障、得證阿羅漢果位，但未能達證功德圓滿之佛果位，所以不是菩薩戒的皈依，仍需再修證，故應皈依最究竟功德圓滿的佛陀。如同以船渡河，渡河之後船最終仍要被捨棄。皈依只是一個過程，仍非最究竟。同理，小乘是帶領我們走向解脫的道路，但是還未達到最頂端最究竟。我們尚須繼續，直至達到究竟。只有皈依佛陀，證得十地菩薩，才達證得圓滿佛果。

《寶性論》中一再強調：唯一法身的佛陀，才是真實究竟的皈依之處，其餘皆非究竟。為何要皈依法身？因為法身是無盡、不變的，離一切垢障，所以是唯一的皈依處。身為佛教徒，從最初的皈依到最終的了解法本俱的體性，唯有理解法的勝義、無生的本體時，法身就是最究竟的皈依。因此，皈依由思惟、對境、時間上得不同，可以分別究竟的皈依或與共通的皈依。在皈依的時間上，究竟皈依是從此到達證圓滿佛果之間。

3、四無量心是：「願一切眾生都能得樂，願一切眾生都能離苦，願一切眾生都能具足歡喜，願一切眾生都能具足平等捨」。此四無量心均具足慈心與悲心：願一切眾生都能具足歡喜就是慈心；「願一切眾生都能離苦」，就是悲心。四無量心以慈心與悲心為作代表，五天頌恭在《大印五支證道歌》中，首先就是以

慈悲心修證，最後以菩提的心圓滿成就佛陀。另外，《解脫經》：「願一切眾生脫離一切苦難。」是表達一種悲念，「願一切眾生處於法樂。」是表達處於法的體性中之樂。以此為基礎，最終圓滿菩提心。

4、視自己的善知識如佛陀般。菩提心是佛最究竟的內義，所以只有視善知識為佛，才能理解佛最究竟的真實義，使自心與佛意融為一體，才能真實生起菩提心。

當此四種因緣具足時，菩提心才能完全生起。《三寶云經》一再講述這四種因。經典中也一再強調應「視善知識為佛」，才能真實生起菩提心。如果只視善知識為菩薩，也圓滿生起菩提心，何況視善知識視為凡夫，菩提心則完全無法生起。

而菩提心的次第是由「世俗菩提心」的願菩提心、行菩提心開始，再到「勝義菩提心」。《莊嚴經》：「當具願菩提心，已接近三世諸佛。若行菩提心，已接近一切法及其所遍佈之境。當勝義的菩提生起，已與佛無別。」從勝義而言，一切三世諸佛本具的體性無別。當證得本具的體性時，即為勝義菩提心。當具有堅固的願菩提心時，三界圓滿，欲求一切善法的強烈心念循環不間斷，而直接為行菩提。這樣的行菩提，其所行一切皆為菩薩之行。《入菩薩行論》：「即使在虛空中，任何須臾，均不間斷地累積增長善根，如同虛空廣集善業。」

菩提心所具功德，《現觀莊嚴論》是以十二種功德方式解釋。

1、如大地般：菩提心能使一切白善法，如大地般生出各種糧食作物。

2、如黃金般：表達菩提心如黃金般，直至菩提不會改變。金子埋藏在地底，本質永遠不變，不像其它的物質會變質腐敗。

3、如初月般：表達菩提心如上弦月般，逐日增上。

4、如火般：表達菩提心如火燃燒般，能焚盡一切垢障。

5、如寶藏般：形容菩提心如地底的寶藏，能圓滿吾等眾生的願望。行者佈施到彼岸，能滿眾生願。

6、如寶源般：藏文中「寶源」是大海的意思。一切寶物都是由海中而生，表示行者持戒到彼岸。持戒是一切功德之所依，也就是一切功德都由持戒而生。

7、如大海般：菩提心如大海，雖然表面波濤洶湧，但是海底卻是紋紋不動。忍辱到彼岸能堪忍一切逆緣，也如大海能涵納一切外來的垢障。

8、如金剛般：菩提心本來具有，如金剛般不可摧毀、破壞。表示行者精進已到彼岸。

9、如山王般：菩提心如須彌山王般，〈散亂〉不可動搖。表示行者達禪定已到彼岸。

10、如良藥般：菩提心如良藥般淨除一切病苦，表達行者智慧已到彼岸，煩惱垢障盡除。

11、如善知識般：菩提心如善知識般不捨眾生，利他渡眾得證佛果。表達行者方便到彼岸。

12、如如意寶般：菩提心如如意寶般能滿一切眾生之願。表達行者願到彼岸。

13、如日般：菩提心如日般能成熟一切作物，成熟所化。表達行者力到彼岸。

14、如歌聲般：表達如歌聲般，依眾生之根器開示不同的法教。表達行者妙智到彼岸。

15、如國王般：表達如佛的宿世神通，能知眾生的過去與未來，力無有礙如國王。

16、如寶庫般：指福德、智慧資糧圓滿，如儲滿寶藏的倉庫。

17、如大道般：菩提心是一切佛子達證佛果的道路。

18、如寶車般：菩提心如寶車般，引領眾生解脫，不墮生死輪迴、涅槃。

19、如水渠般：表達聞、思、修已達證圓滿，聽聞法教源源不斷。

以上一到三屬於資糧道，是初發心的功德；四屬於加行道，是行心的功德；五到十四屬於見道與修道的功德，十五到十九屬於佛地的功德。

20、如音樂般：表達揚佛法如妙音，甚深廣大。

21、如大河般：表達自利、利他如大河般，是無有任何間斷，利己也可饒益眾生之需。

22、如浩雲般：法身如虛空，色身則如浩雲般，為利眾生降下法的甘露，救度一切眾生。

寂天菩薩云：「為利眾生故，堪忍百千的苦難。為度眾生故，為滿眾生所求之樂，不應捨棄菩提心。」《龍王請問經》：「龍王向佛陀釋迦發願，願我恆時得以聽聞佛的菩提心要。願我於修證時，得不愚昧令智慧增上，願我於善業道上，得生智慧。願我生起慈悲心。各位弟子亦應如是發願。」

如果以地道的方式解釋菩提的發心：《現觀莊嚴論》是由五道十地的角度解釋發菩提心，分為誠信發心、增上清淨發心、成熟發心、捨障發心四種方式發心。於資糧道累積福慧資糧、

加行道再增上，是稱為「誠信發心」。此時，雖已生起世俗菩提心，但對究竟勝義的菩提，也就是究竟勝義空性，尚未有真實的理解，只有誠信而已。於見道〈七地〉時，則為「增上清淨發心」。但只是假名安立。根本位時，以平等心入定，一切染污識盡除，不再生任何障礙。於後得位，雖然有些許垢染，但無有影響。所以是增上清淨發心。於修道〈八地到十地〉是「成熟發心」。此乃假名安立。在資糧道與加行道時，所發的願如播下種子。在修道時，如果實成熟，可以開始行利他之行。所以是成熟發心。在佛地時，則是「離障發心」。於佛地時，已離有無發心的世俗概念，亦無需假名安立。例如我們在唸誦菩提心願文的「直至菩提我皈依…」，於佛地時，自然無緣的悲是捨或離障發心，但也只是假名。

《父子相會經》：「為何已證佛地，能假名捨障發心？雖已證佛果，但於百千億劫對度眾生之願力永在，故為稱捨障發心」。《無二增勝續》：「已證佛地本不需再假名發心。但於證佛地後，利眾生之悲願永不間斷。因為不斷，故假名捨障發心。」

以下講授世俗菩提心：可以分為總說與細解。

總說

世俗菩提心，包括願菩提心與行菩提心。發願菩提心時，已經甚為稀有，若更進一步修證，則更為稀有。《入菩薩行論》：「思惟行菩提心，是願菩提心。將思惟附諸加行，是行菩提心。」

在願菩提心的階段，福慧資糧尚未圓滿。在行菩提真實修證時，福慧資糧則永不間斷。一切的修習，思惟與加行必需相輔而行。願菩提心是願一切眾生皆證得佛果位，是對果的皈依與誓言。果為誓言若是沒有行菩提以三界為

因成辦言，則二者無法圓滿。所以，二條道路必需結合，相輔相成。

細解

阿底峽尊者《菩提道燈論》：「若僅具思惟而無實際作為，將不生果實。」若要正式行菩薩心，則須接受菩薩戒。接受菩薩戒必須遵循自佛陀以來不間斷的戒體傳承，由具格的戒律師處接受菩薩戒律。具格的戒師必須非常了解所有的菩薩戒律，並了知在適宜的時間因緣下，傳授最殊勝的戒律。阿底峽尊者《菩提道燈論》和法稱論師都開示：具格的傳戒師具備：廣聞、了解佛法的真實義諦、善說佛法、具慈悲的心等四種性相，弟子才可由接受菩薩戒。

接受菩薩戒的功德利益有多大呢？經云：「如虛空般廣大。」《秘密不可思議經》：「若將初發的菩提心比喻為色體，將虛空比喻為容器，則容器是無法容下此色體。」初發心即有如此廣大的功德。《了義不了經》佛陀對文殊菩薩開示：「當菩提心生起之當下，無有不善，即可攝一切萬法，功德是無法限量。」在佛經中解釋菩提心的譬喻，其數量無以為計，《華嚴經》裡的譬喻就有兩百多種。

例如將菩提心譬喻為種子，若不具備種子，則苗芽不可能生，更遑論豐碩的果實。因此菩提心是最根本的種子。依於菩提心的種子，才有持戒、精進等六度的圓滿，最終達佛的遍智果位。反之，如果沒有菩提心的種子，雖然修行持戒、精進，則無法達彼岸，更不用說佛的果位。

或將菩提心譬喻為肥沃的土地，在此之上才能積聚資糧。若沒有這肥沃的土地，只能到達見道位下，雖然累積了資糧，但不圓滿。或譬喻菩提心如佛塔，是一切天人供養之處，佛塔下的微塵都可被頂禮供養。或譬喻菩提心為深藏於地底下的黃金，黃金的本質不會改變，如同具菩提心，一切煩惱垢障終將去除、漏盡。

或譬喻菩提心為如意寶，能圓滿眾生願。或譬喻菩提心如日、如月、如寶劍等，無以數計。

當真實具備菩提心時，身心將不被五毒所憂擾，一切煩惱垢障都將漏盡，一切資糧開始圓滿。經云：「具菩提心即如一切河川匯流於大海，其所行之善業均會以菩提心為本而聚集」。《攝善法經》：「佛陀說將三千大千世界的微塵轉化供養阿羅漢，所累積的功德不可思議。但向初發菩提心而成為菩薩的凡夫供養，功德尤勝於前者。何以故？因菩提心三寶種子不斷。」

修證世俗菩提心非常重要，於早課或禪定前，首先要發起強烈的悲心與世俗的菩提心，再進行修證。真實現見勝義菩提時，才能真實斷除一切煩惱垢障。

為何說菩薩代表三寶的傳承？所謂的佛是指佛所具有的佛性，也就是菩提的心。而當了證佛所說的悲空無別時，才真正地承繼佛的傳承，三寶的傳承才不中斷。當我們初發的菩提心時，已比聲聞緣覺更加殊勝，因為我們的身、語、意已屬大乘的瑜伽士。《寶集經》：「當具菩提心，對一切眾生已不期盼任何回報。」如同，我們所居之地、所飲用的水、使用的火，對我們是都不求回報；地、水、火的本質無有改變。具菩提心者的奉獻，完全無希求回報。

初發的菩提心如上弦月，只會愈來愈增廣；或如太陽的光明能量，能使我們本具的智慧增長。具菩提心之人，如獸王獅子般，無有任何畏懼；或如大鵬鳥，雖未出生在蛋殼中，但只要一出聲，就能攝服一切鳥類。菩提心生起的當下，即將攝服所有聲聞眾。雖然已具菩提心，但仍然為無明的外殼束縛，為證佛果故，仍應不間斷地迴向所有善業

《菩薩經》：「轉輪王因其所具得福德，世間的神祇都會予以保護。當生起菩提心時，世間的神祇給予雙重的保護。」當具備菩提心，

不論在放逸或熟睡中，一切天人、非人、鬼怪無法擾害。當具備菩提心，即如金剛鑽石般，其貴重勝於其他金銀堆積的寶石，既使有所缺損，本質永遠不改變，仍是最優的寶石。當具備菩提心，可攝服一切聲聞、緣覺眾。所以初發菩提心的功德無比廣大。

從前在佛陀的聲聞弟子們前往無憂王馬紀札地方時，無憂王的女兒大約十二歲。當比丘們到達時，公主端坐在王座上無意起身，表現得甚為傲慢。馬紀札國王問公主：「為何不起身向比丘們恭敬頂禮呢？」公主答：「你可曾聽過轉輪王或帝釋天王向其他王恭敬頂禮嗎？或日月向螢火蟲頂禮？獸王向其他傍生頂禮？完全不可能。」公主認為自己已發起無量菩提心，已具有獅子吼的力量，不需要起身向聲聞乘眾頂禮。國王因此對公主說：「你不禮敬聲聞比丘，非常傲慢。」公主答：「你不禮敬窮困之，慢心更大。」

國王反駁：「做為初發菩提心者，不應傲慢。對一切眾生應平等看待。妳卻充滿慢心。」公主解釋：「初發菩提心的菩薩，為成就一切眾生願，不論他們貪瞋癡有多重，都應捨棄傷害他們的念，向他們禮敬，使眾生菩提心成熟增上，最終圓滿菩提。但是聲聞眾持戒、修持到達某種階段，便不再增長，無法達到遍智的佛果，無法佛相比。」這裡表達聲聞比丘才是傲慢者。就像滿瓶的水，不論有再多的雨水，瓶中的水再也無法增加，因為再也加不進去；他們的智慧與禪定也不可能增長。但是身為具菩提心的菩薩則如大海般，不論多少雨水都可容納。具菩提心的菩薩對一切眾生無任何分別之念，完全包容，無有任何傲慢。

公主又說：「假如以具神通之力讓我禮敬，請問具神通第一的目犍連尊者，你現下就可到達遠方的香煙淨土嗎？」目犍連回答：「公主，我從未聽聞此淨土，如何前往？」公主仍端坐說：「佛陀於經典中講述，當真實菩提心生起，即能攝服一切聲聞眾。依於佛陀真實語之力，

請現顯香煙淨土。」語畢當下，香煙淨土顯現，諸眾聞到檀香等香味，佛陀也同時出現，並對公主說「當真實生起菩提心，即能攝服一切聲聞眾。」在場所有的聲聞眾也聽聞。公主又轉向目犍連問：「你知道這個香煙淨土有多遠嗎？」目犍連答：「不知道。」公主回說：「三千大千世界的阿羅漢全部加起來，也無法量知淨土的遠近。」語畢，淨土即消失。

羅睺羅尊者隨後向公主說：「女性不允許坐在法座上向聲聞眾宣說佛法。」公主反問羅睺羅：「你知道什麼是被允許，什麼是被不允許嗎？」羅睺羅說：「我當然知道，凡是沒有違背學處者，都是被允許。凡違背學處者，就是不被允許。」公主回答：「所謂學處一切律儀之處，其實都不被不允許。根據佛陀教言，一切分別念之所生皆不清淨，唯有無念才最清淨。」

國王隨後斥責公主：「羅睺羅尊者對學處的學問極為殊勝，也是佛陀之子，怎麼可對尊者說教？」公主回答：「你聽過獅子會生出狐狸嗎？如具有獅子般的能力，就不可能是狐狸。假如真的是佛陀的兒子，一定具有菩提心。」就在這對話之時，馬紀札國王的二十位王妃，及天上的一百位天子，均生起菩提心。同時，三世一切諸佛皆讚嘆「諸位皆為佛子！」此時，羅睺羅亦生起菩提心。公主隨之下王座，請求大比丘聲聞眾接受她的頂禮、供養。之後，公主與其父母前往靈鷲山聽聞佛法。佛陀預言，公主未來將成佛，名無憂佛。

這故事表達發心的重要。而菩薩戒若有衰損，因為它就像金剛鑽石，所以還是可以修補回復。

【問答錄】：

問：對菩提心的二十二個功德，請再總體的講解。

答：這二十二種功德包含了世俗菩提心與勝義菩提心。前四種是資糧道與加行道，屬於世俗菩提心。從第五開始逐漸增上，屬於勝義菩提心。最後到達究竟時，就是圓滿佛果。

問：在集聚資糧時，意供與真實的供養有什麼差別？

答：物質的供養是屬於有漏善業的積聚。最重要的是在進行供養時，自心必須清淨。這樣再加上意供養，則十分圓滿。若心不清淨就不太好。如果已具有作物質的程度，但卻說只要意供就好，這是心量還未足，仍有雜染不夠究竟。

問：請問這二十二種功德是在講五道十地的功德。那其中第十五心如國王般的功德是講十地菩薩的功德，那第十六之後呢？

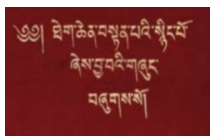
答：這是以五道十地的方式解釋菩提心的功德。從第十六如寶庫般的功德開始，講的是十度波羅密。

問：請問第十九是講五種佛地的功德。可是十九之後，只有三種。這三種是在二十二種功德一起嗎？

答：是涵括在內，只是分開解釋。

問：請問十地菩薩不是佛嗎？為何將十地菩薩功德與佛的功德分開解釋。佛是在十地菩薩之上嗎？

答：本論的後面還會再解釋。這裡是以二十二種譬喻作解釋。但後面還會以「道」的角度解釋。雖然看似有別，但是以道的角度而言，當達證十地時，即已達到佛的果位。



大乘精要 15

朗欽加布仁波切 講述

敬安仁波切 口譯

2007 年 12 月 15 日

講於美國岡波巴金剛乘佛學中心

首先對一切輪迴苦海中的眾生生起強烈的悲心，並願度一切眾生得證無上菩提，以此動機來聽聞《大乘精要》。

《大乘精要》是依循初善、正善、結善三部分解釋。「初善」包括論名、頂禮的對象及解釋頂禮。「正善」包括讚誦供養、造論誓言及論文解說。正善的論文解說又分為「總說」與「分說」。「總說」如人體的軀幹，是以總論的方式解釋。「分說」如人體的四肢，是以分支廣解的方式解釋。在分說的部份，又分為「基、道、果」。

「基」是講解眾生本具的如來體性，其為何被遮障，及如何去除此遮障。「道」可分幾個學習的方式：1、認知此道：首先要觀察與了解善知識的性相，之後恭敬依止善知識並隨其學習佛法。2、思惟此道：世間諸法無常，不應放逸；了解人身難得，不應浪費此生。由善業、惡業了解因果，而知輪迴過患，故不應放逸於輪迴的喜樂。3、學習此道：包括皈依三寶，學習守持戒律以斷除煩惱，以及修習菩提心。

前面已講到第三學習此道的修習菩提心，也就是別說的慈心、悲心、菩提心的部分。由世俗菩提的發心到勝義菩提心的發心。今天上課是講授願菩提心，包括菩提心之利益與學處。

生起菩提心能捨棄煩惱障、業障、習氣障等三障。因為當生起菩提心時，業與煩惱也開始減少。如同冶煉黃金，用一兩水銀，即可以將千兩的金礦冶煉成金。當菩提心更強烈時，更可開顯一切智，如金子發光般。依於智慧，而漏盡一切業及煩惱。

生起世俗菩提心，能使我們不再為輪迴的痛苦所煩惱。如同點亮一盞燈，能照亮整個黑暗的房間。世俗菩提心不只能照亮我們自己，同時也照亮在黑暗中的一切眾生。生起勝義菩提心則能將一切的業及垢障都將漏盡。《增廣信心力經》：「如倒入千兩的毒到大海中，毒性也將被消融。」當具備如大海般的菩提心願，一切的業及煩惱都將清淨〈漏盡〉。若具墮入惡趣之因，也均將消融。

此外，生起菩提心也能令福慧增廣。如學習之道的教導：首先以純正的菩提心為動機，作為一切善業之根本，最終迴向祈願一切眾生均得到遍智的佛果。以如此的發心加上結行迴向，將成為無盡的寶藏，能增廣一切福慧資糧。

《大密方便經》：「若具菩提心，即使僅佈施眾生一口之食，其善行雖小但發心廣大，可令福慧增廣。」願一切眾生皆離苦、離障，及終究成佛的心，並非僅針對單一眾生，而是對一切眾生。一般的善心、善行猶如香蕉樹，生長出香蕉之後便結束，日後再生長則需要新樹。但是菩提心，則如菩提樹，能永遠增長、

增廣。具菩提心的菩薩，是以願一切有情皆達證佛果為目的，完全不希求回報。為利眾生作一切善業之根本，而初發起菩提心的當下，即已成佛子。而在菩提心發心的瞬間，即脫離痛苦，並令守持善法的神祇都產生希望。因此，當發菩提心時，世間神祇都會向其禮拜。

《寶積經》中佛陀向太迦葉開示：「當王妃在初懷轉輪聖王之時，胎兒尚未成形，五根也未成熟，但守持善業之法的神祇已生起強烈的希望。因為當此聖王一出世，即可帶領眾生遠離垢障，呈現善業的景象。但對於擁有世間名聲之士、或已具八禪境界¹者，守持善業的神祇反而不抱持希望。」由此表達：即便佛子尚未完全具足智慧的力量，但未來必將成為士夫，並能救度許多眾生，故能為守持善業的神祇的所託。

具菩提心的菩薩若於死亡當下也能保持菩提心時，上等根器者將得證圓滿佛果，中等根器者將進入十地的菩薩位，下等根器者則將永遠不離三寶。《戒王經》：「不論出生為天人或王者，雖然仍有業，但因具菩提發心，如是善行之菩提的心願，將不受影響。」《般若經》：「若具菩提心，則將轉生於善趣，如世間聖王或婆羅門。以菩提心為因，究竟的果即是圓滿證得佛果。」

《無憂王懺悔經》中佛開示：「若欲求涅槃，則應發菩提心。只有發菩提心，才能證得究竟涅槃。」一般的有情眾生，因畏懼輪迴，故發起菩提的心願。聲聞、緣覺因不具菩提心，故未能證得圓滿佛果。《無憂王懺悔經》中又說：「菩提心是一切功德出生之處。過去、現在、未來的一切諸佛，皆由菩提心而生。」當具備願得遍智佛果的心願，再如是行菩薩行，就會產生無量增上的心願。

供養：無論是上供三寶或下施眾生，或即便對有情眾生僅施予一口食物，都要依菩提心

攝持，才能累積無量的福慧資糧，並渡過輪迴的苦海。

隨念：由見到菩提的心願，隨念菩提心的功德，即具有菩提心，則一切的福德、吉祥都會由此而生。具菩提心，三摩定即離一切傷害，因此不論四魔、天人、非人都不能產生擾害，甚而對其有利。

生起菩提心即能攝受一切眾生，並成為一切人、天等如頂戴般恭敬的對象。所處之地皆呈現圓滿。好比一棵樹長出成熟的果實，一切眾生都將聚集環繞。這就是菩提心所具的功德。具菩提心的菩薩，因其菩提心可攝受一切眾生及事物，如同轉輪聖王不論到何處，所具菩提心都會有七政寶相隨出現。七政寶包括：

法輪寶：譬喻不論聖王去往何處，均有法輪寶為前導。表達行持任何法皆以菩提心為引導。

馬寶：菩提心如寶馬，能如願抵達目的地，也就是達到遍智的佛果。

大臣寶：當國王尚有一些未完成之事，多由大臣們輔佐完成。因具菩提心故，一切未完成之事均能圓滿成辦。

將軍寶：如將軍般能震懾一切外敵。具菩提心故，能摧壞四魔之敵。

大象寶：如大象般能承受一切重量。具菩提心故，心量能如大象般，能承受一切眾生的苦痛。

王妃寶：無論任何人目睹王妃，都會心生歡喜。具菩提心故，一切都會令人歡喜。

¹八禪境界：四禪天及四無色天。

如意寶：如意寶可滿足一切願。具菩提心故，能圓滿一切眾生的心願。

依此七政寶再有輔助之七寶：

沐浴宮：如精美的壇城宮殿般〈亦有說如烏巴拉花般〉，能攝受一切眾生，沐浴於安樂中。意指菩提心能攝受一切眾生。

寶靴：具此寶靴，可不受任何塵染，快速到達目的地。意指具菩提心不受輪迴之染，快速達到究竟涅槃。

寶床：床能讓人感覺舒適。意指菩提心可使一切眾生身心安逸。

寶劍：當寶劍出鞘即能攝伏所有敵人。意指菩提心能攝伏一切。

園林：處於國王居住的園林中，即使時間短暫，亦能令人感到非常舒適。意願恆常安住於菩提心。

寶衣：具此寶衣，將不受一切塵染，也不受外在傷害。意指具菩提心，不再受外在垢染或非人擾害。

王宮：天界的王宮能無障礙的睹見日、月、星空。意指具菩提心，即處於三種無礙的狀態。

在發心初期，為利眾故，依所行善業，皆能化現攝受一切眾生。在中期，能現見諸佛菩薩。在後期，依於善根，能圓滿證得佛果。

《寶集經》：「任何的發心，不論是最初為解救痛苦眾生的心願或最終達證佛果的心願，都要攝持菩提心。」

菩提心能轉化煩惱成清淨，是一切福德出生之處。一切的發心都是從菩提心開始，雖然已發菩提發心，但平時仍有煩惱，但如點石成金般，菩提心可使煩惱轉化成清淨的果。其功德可想而知。

過去，大眼佛陀〈藏名：金乾佈〉為弟子眷眾開示六度波羅密時，有位比丘起立請教如何修習菩薩學處。大眼佛陀開示：「不應存有憂惱眾生的心，不應有傷害眾生的心。」當下，比丘即發下誓言：「於未證佛之前的生生世世，我不會對眾生產生任何瞋心、傷害的心。我所踏的每一步都不離菩提心；若有違背即是欺詐諸佛世尊。對一切眾生不生貪著，若有此心我亦欺詐諸佛世尊²。」之後，這位比丘沒有破壞任何一個所發之誓言。這印證了大眼佛陀之授記：此比丘依如是發心，未來將於東方現喜淨土成為不動佛。

故於恆時，不論做任何事均應以菩提心攝持。

菩提心之學處：

如何修習發揚增廣菩提心？於六時，向菩提心行七支供養能使其發揚增廣。七支供養是：禮敬、供養、懺悔、隨喜、請轉法輪、祈請不入涅槃、迴向。

《寶匣經》：「文殊，必須四處散播檀香樹種，檀香樹才得增廣。依菩提心所累積的善根，必須依迴向才能得證佛果。依於攝持菩提心故，任何事業均得增廣。」

《戒王經》中佛陀對他的父親說：「父王，您身為國王，要處理很多世俗的事情，無法像一般人依循次第修證佛法，但能依佈施等六度達證般若，能依地、道直至圓滿。從最初先對菩提心生信心，再發菩提心。當具有菩提心，

²此處的貪著，是指不落於一般小乘的，有貪著的發願心。

再對此菩提心產生更強烈的信心。在強烈的信心之下，不論於行、住、坐、臥，每一件事都能以如是發心精進修持。對他人所做之一切善業，均隨喜讚嘆。將所行之一切迴向於一切有情，最終將能證得佛果。如此，能真實得到究竟的無上菩提。若能如此，則於世俗的事沒有衰損，對所要證得的遍智佛果亦將圓滿。這才是一條最究竟的路。」

下面幾個原因，可能會使我們捨棄眾生：
1. 沒有正確的理解佛法，變成頑空〈無因無果〉。2. 因為時間長，眾生無量，不易產生難忍的心。3. 隨順煩惱，放逸自身，貪戀世間，所行一切均為自利或害他。4. 雖然傾全力幫助眾生，但眾生總是以「傷害」回報。因此產生捨棄眾生的心。經云：「如此思惟有誤。一切淨土皆因有情而生。每個淨土其實就是心的顯現，每個眾生有其不同顯現的淨土。要了解眾生是如意寶，只有眾生的存在，才能滿菩提心如願。因為依於眾生，才能發大悲心願，證得佛果。對眾生所作的一切，均不應希求回報，不動搖所發的菩提心。應如過去的諸佛怙主，視眾生如頂戴般頂在頭頂護持。」

在唸誦皈依發心文時，第一句就是「願一切我之怨敵」。首先，就是將具傷害的眾生放在最前面發心。《寶源經》：「若捨棄異常粗劣難調的眾生，而只想讓自己到清淨的淨土，不受持此等眾生。若是如此發心，是非常大的錯誤。」

其實，發心需要對境，也就是眾生。如果沒有眾生，則菩薩無法成立。對於世間上不精進佛法、智慧低劣的眾生，也要有度脫他們的心願。特別是在過去或現在已捨棄佛法的眾生更願度他們脫離苦海。當發起強烈的心願時，便能撼動整個鬼界，並摧破他們的心念。

釋迦牟尼佛之所以被比喻為如為白蓮般出污泥而不染，就是因為他發願要度脫在娑婆世界，如我等般的一切難調眾生。

此外，應進行四種白善業之法，而捨棄四種黑業之法。

四種白善業之法：1. 對一切諸佛菩薩產生強烈的增上心願。2. 視眾生如佛、如法、如導師般。3. 對一切眾生生起無上菩提心，以避免讓他們墮入聲聞、緣覺的境界。4. 對一切眾生不欺詐、妄語。

無上恭敬諸佛上師是白善業。若有妄語、欺詐、謾謗、不恭敬三寶、上師，則為黑業。《入菩薩行論》：「對引領我們走向正確道路的善知識，直至生命終止前，都不應捨棄。恭敬一切眾生，不應對之謾謗，應視一切眾生如菩薩。」因為我們不知道菩薩到底在那裡，如同芒果，有時外熟內生，有時內熟外生，無法確知。當具菩提心時，對年長者，應恭敬、禮敬。對同年齡者：應懷歡喜心，無我慢心。對年紀較輕者應如實平等恭敬看待，並稱讚、隨喜他們的一切功德。

經云：鐵只能以鐵鍛鑄，植物草木是無法鍛鑄成鐵。恭敬地視一切眾生如菩薩般，才能增長善根。貪、瞋、癡諸毒只會令善根衰損。更不應以瞋恨的詞語傷害菩薩，否則是黑業法；對之恭敬、禮敬，則是為白善業。《增上心經》：「若見菩薩墮損，而以言語貶視、批評、宣說，則是欺詐佛陀。當見到受戒比丘或在家居士在修證時享受五欲，而對他們產生不敬、不信，並有不利的言辭，都是對佛陀的一種欺騙，均不應行。」

《增上心經》：「貶視、謾謗菩薩，較殺害阿羅漢或毀壞舍利塔之惡業更大。特別是菩薩貶視或謾謗菩薩，將墮入『號叫地獄』，受一劫之苦。出生於此地獄時，會生五百個頭，五百大舌頭，遭受獄卒耕舌之苦。」這表示一切如來皆是由菩薩而生，若貶視、謾謗菩薩，即是斷了佛因。猶如金鋼鑽只能被另一金鋼鑽所破壞，菩薩已發菩提心故，若謾謗則不僅謾謗凡夫身，也謾謗所具的菩提心。這一切善根

真實的墮損，是最大的惡業，將墮入地獄。若認為只是針對個人，而非菩提心，也將會墮損善根，這也是錯誤。

四種黑業法，就是反白善法而行。

過去，佛陀生在一富饒的城市瞿曇，當地住有一位供養迦葉佛的陶器師桡俊，他是一位得悟真諦之人。陶器師桡俊有一婆羅門好友〈後來稱丘悟喇嘛〉，出身高貴、長相俊秀莊嚴，非常了解婆羅門的教法。有一天，他想再進修一些婆羅門的竅訣，於是帶著眷屬坐著馬車前往學校。在路上，他很高興地遇到正供養完迦葉佛的陶器師。陶器師就邀他一起去並向佛頂禮供養迦葉佛。但是，婆羅門丘悟告訴陶器師：「你不要去，他其實是一個光頭騙子。你若跟著他，將得不到什麼正果。」「快不要這樣說。」陶器師連說三遍，同時跳上馬車，抓住婆羅門的頭髮，強拉著他去見迦葉佛。當時，婆羅門丘悟心想：「陶器師雖然是我的朋友，但心性粗暴，我今天竟被這樣愚笨的人抓住。」便對陶器師桡俊說：「為甚麼要為如此一件小事，而對我做出這樣的行為。假如你覺得是很重要，請放開手，我們一起去就是。」於是二人就坐著婆羅門丘悟的馬車前往晉見迦葉佛。見到迦葉佛時，陶器師立即頂禮並坐於佛旁，但婆羅門丘悟因為對三寶不具信心，並未頂禮。陶器師向迦葉佛請求開示。迦葉佛即開示一些清淨法門。

陶器師桡俊就向婆羅門丘悟說：「你能聽到如此清淨的法門，即應追隨迦葉佛成為比丘。雖然我自己很想，但是尚須供養瞎眼的父母，因此我只能做陶器供養。」婆羅門丘悟經陶器師的勸導，跟隨著迦葉佛成為比丘。後來，迦葉佛最大的施主至矧王問迦葉佛：「在供養中，有誰能與我相等？」迦葉佛說：「當然有，陶器師桡俊即具有如此功德。」

此婆羅門是佛陀的過去生。當初，婆羅門初見迦葉佛時，只是以凡夫的角度看待他，也

沒有對迦葉佛菩提心恭敬。因為曾說過迦葉佛沒有菩提心，所以在成佛的這一世，還需受六年苦行。假如他有言語譏謗，說根本沒有佛或是沒有證得佛果，所要經歷的可能就不只是六年苦行，甚至要再經三大阿僧祇劫的磨難，才能證得究竟佛果。

過去，佛陀住於王舍城時，有一位三學圓滿俱舍的比丘郭卡里，在沙康山上修證，受到眾多婆羅門的供養。當佛陀的二大弟子目鍵連與舍利子來到山上時，郭卡里非常恭敬地邀請他們住在山上，並接受供養。目鍵連與舍利子要求不要讓其他人知道，否則將離去。因比丘也答應不告訴別人，於是目鍵連與舍利子決定安住，並接受比丘的供養。

當時，比丘的一位大施主的兒子對郭卡里深具信心，願追隨成為比丘。郭卡里比丘表示，出家首先需要徵得父母的允許。但是最終，沒能得到父母的允許。郭卡里比丘後來因有事須前往他處，所以請他的近侍供養目鍵連與舍利子的生活所需。目鍵連與舍利子因為有他的供養生活，精進修行，而得證阿羅漢。此時，施主的兒子又來見郭卡里比丘，因比丘不在，就跟隨目鍵連與舍利子，並接受比丘戒，聽聞佛法，因此證得阿羅漢果。之後，慢慢地傳聞佛的二大弟子在當地修行，於是就有很多人要求供養他們。但目鍵連與舍利子先前已說明若有人知道他們的住所，便將離去。此時，郭卡里比丘的一些近侍弟子都要跟隨二大弟子而去，但是二大弟子勸說他們應前往王舍城。之後二人就自行離去。

當郭卡里比丘回來時，發現一些弟子們已隨二大弟子而去，有些生氣。當他拜訪他的大施主時，施主告訴比丘，他的兒子也隨二大弟子而去。郭卡里比丘得知在未經他的同意之下，這個兒子在二大弟子之前接受比丘戒，變得非常的生氣。郭卡里比丘因此一路追趕。適巧看到目鍵連與舍利子在一牧羊人的山洞內避雨，

並看到二名牧羊女從山洞中出來。比丘因此對二大弟子產生很大的邪見，並說許多惡言惡語。

到了王舍城，郭卡里比丘也向原先的弟子及佛陀，傳播二大弟子所行不淨。佛陀因此告訴他：「二大弟子是已知一切梵行之行者，知一切取捨之分，不應這樣說他們，應對他們心生歡喜。」可是郭卡里因強烈的瞋心，完全不聽勸告，起身離去。在他行出當下，身上就長出很多如疥子般大小的紅色痘子，慢慢的這些紅色的痘子長得如木瓜般大小，最後，郭卡里吐血而死。郭卡里死後，即墮入地獄中，變成一具巨大的身體，並有一根很長的舌頭。獄卒用耕犁不斷地在耕耙他的舌頭。目鍵連與舍利子示現神通，到地獄看他。當郭卡里見到他們時，瞋心更重，更生氣，心想：「已到地獄了，還不放過我！」在他更憤怒的當下，舌頭變更長。耕犁由五百耙增加到一千耙。。當目鍵連與舍利子向佛陀講述郭卡里在地獄所受之苦時，佛陀告知：「他與提婆達多所受的邪見之苦是同樣的。」

佛陀開示：對無意識之物都不能生瞋恨心，何況是有意識之體。眾生無法明瞭比量彼此之間所具的功德。故不應對眾生譏謗或惡語。也只有遍智的佛才能分辨。當未瞭解時，觀察外在的特徵：如其交友、眷眾、親屬、見聞、行為舉止、身語意的功德等，化解內心的仇恨。對已發起菩提心的菩薩，產生歡喜、恭敬、信心，才是白善業之法。欺騙供養之境、反悔之心、捨棄眾生，欺詐眾生，都是屬於黑惡業之法。當實踐白善業之法時，對菩薩本身並無所謂的好壞，只是在為自己累積福德資糧。

在經中解釋：若有一個眾生發心，「願失去眼睛的所有眾生都能具有眼睛。」而有另一眾生對此發心心生歡喜並隨喜，其隨喜之功德則是無量。文殊開示：「當一切眾生處於牢獄中時，有一眾生發心，願一切眾生均能脫離牢獄之苦。同時另一眾生對此大乘發心的眾生發

出強烈隨喜的心，那此人所具之功德更是無量。」

對善根產生反悔之心，是非常重的惡業。經云：「殺害一切有情，惡業當然重大。但是阻止他人供養菩薩，惡業更大。」特別是對於初發心的菩薩言說邪見之語，如不應發心等等，惡業更深重。《攝善法經》：「雖說五無間罪甚大，但是捨棄白善法，斷除菩提心，其惡業更大」。表達犯五無間罪是違犯戒律的一部份，而斷除菩薩的發心，是斷除成佛的根本，所以其惡業更大。

本論一再解釋，殺害阿羅漢是很大的惡業，但是讓一個發菩提心菩薩捨棄發心，惡業更大。因為一切佛皆由菩提心而生，當捨棄菩提心，就是毀滅一個佛。應對菩提的心產生歡喜、隨善、恭敬的心念。

若行四黑業法，是否會破損菩提心？不會。因為並非百分之百破損菩提心，仍是可以恢復。

【問答錄】：

問：剛開始講受這本論時，仁波切提及此論不只是解說顯密的道次第。也解說是以三界〈戒〉修行。請問是三界或三戒？

答：三戒。前面戒律部份已解釋過聲聞的增上戒，現在已解釋菩薩戒。

問：在家居士於親近上師、善知識之前，需要先觀察。但是一般人都會在觀察以後，互相討論心得，若不相應，可能會講一些不太恭敬的話。這是否是譏謗？應該怎麼辦？因為彼此討論一定會講的嗎？

答：當然是譏謗。本論強調對無意識之物都不能譏謗，更何況是有意識者。最重要的是，

若存懺悔之心，還可以將發心恢復。觀察上師是屬密教的部份。在經教中，是以是否具戒來判斷比丘。其他教派，也大概以戒律來判斷。當我們的煩惱未淨前，垢染還在，需要恆常懺悔。不只在家人如此，出家人也是一樣。

問：平日上班，身為治療師有時會遇到凶狠的病人，講話十分惡毒，同事都覺得很受不了。假如病人不願意接受治療，放棄他們是很困難的。就像仁波切說，放棄眾生是不好的。在這種情況下，要如何維持菩提心？

答：這些病人都是妳發悲心的對境。他們的行為可能令妳覺得不太想幫助他們，但不要太介意。菩薩戒還是可以經過懺悔修復。如果非要打他們也可以。口唸觀音菩薩六字大明咒，持悲心的心念，直接打下去也

沒關係，因為內心沒有瞋恨是慈悲的，是為了他們好。如同母親為了孩子好而打她的孩子，沒有太大惡業。

問：平常講三大阿僧祇劫是比喻時間很長。最近聽到一種講法是說三大阿僧祇劫並非指時間，而是指眾生無量的貪瞋癡。可以這樣講嗎？

答：其實在經典裡講得很清楚。每一大劫得過程都解釋得非常清楚。假如解釋成是指煩惱，將煩惱淨化至菩提，也需要有一段過程與時間，所以道理相同。煩惱未淨時，無法證果。這些都是經典中講的。密咒乘中解釋，積聚資糧的方式則是比較廣泛。

岡波巴中心記事

- 今年(2017) 適值朗欽加布仁波切八十大壽，台北岡波巴中心特於三月間為仁波切舉辦長壽祈請暨慶生法會，美國中心亦將於七月份為仁波切舉辦八十聖壽法會。十方弟子亦於今年持誦白度母心咒與長壽佛咒以祈請朗欽加布仁波切長久住世、法輪常轉。
- 朗欽加布仁波切於 2017 年 6 月間，將再度前往歐陸弘法。
- 敬安仁波切持續藏傳教典之中譯與重譯。
- 堪布天津尼瑪於 2017 年 6 月隨同朗欽加布仁波切前往歐洲弘法。堪布每周固定為噶札西寺僧侶線上授課《一意》，並帶領美國弟子共修。

感謝十方對仁波切佛行事業之贊助，並隨喜功德