

大乘精要(1)

朗欽加布仁波切 講述

敬安仁波切 口譯

2005 年 12 月 3 日於美國中心

岡波巴編譯小組 紀錄

編輯註：目前大乘精要只有藏文版。以下為此論在印度轉印的序文。

Several years ago, the collected works (*gsung-'bum*) of 'Bri-gung Skyobs-pa 'Jig-rten-mgon-po Rin-chen-dpal (1143 – 1217) in five volumes were published in a limited edition in New Delhi. The next most important works for the study of the classical 'Bri-gung-pa tradition are the *yig-cha* of the *Dgongs gcig* and *Bstan snying*. At the same time that the *gsung-'bum* of Skyobs-pa 'Jig-rten-mgon-po was under consideration for publication, a copy, unfortunately incomplete, of the *Bstan snying yig cha* turned up in Ladakh in the library of Rtogs-Idan Tshang. The publication of the *Bstan snying* could not be completed until the missing leaves were discovered. Recently another copy of the collection belonging to Bsod-nams-'byor-dpal of G.yu-ru Dgon-pa in Ladakh became available and the publication could at last proceed.

The blocks for the printing both the *Bstan snying* and *Dgongs gcig* were preserved at 'Bri-gung Thil in Tibet. They belong to the middle of the 16th century, and recent impressions are never clear. Consequently, it was necessary to resort to tracing to produce a text adequate for reproduction.

The author of the *Bstan snying yig cha* texts was a student of 'Jig-rten-mgon-po known variously as Ngo-rje-ras-pa, Ngor-rje-ras-pa, Bal-bu-gong-pa, Bal-bu-gongs-pa, and Zhe-sdang-rdo-rje. He received teachings from Kha-che Pan-chen Śākyaśrībhadrā as well.

首先升起菩提心，願以道次第的方式，引領流轉於輪迴苦海中，執苦為樂之遍虛空如母眾生，離苦得樂，最終得證究竟佛果，以此菩提心的動機來聽聞。

佛法主要是以經、論為主，今天要講的是以論為主。過去印度有二大佛學寺院，一為那爛陀寺、另一為超言寺；今天是以那爛陀學院的方式來解釋此論。那爛陀寺對佛教的教導是非常圓滿的。

過去菩薩對經論都是用五種方式來解釋，我(仁波切)在此也用五種方式來講述：1、造論者

2、引證的經論 3、論的類別 4、論的內容 5、講述的動機。

1. 造論者：

作者帕布孔巴：「作為一個造論者必須具足三因。上等的作者：是以能達證法性者；中等的作者已具本尊現前；下等的作者至少對佛法五明³已有徹底的了解。此乃一個造論者應具足的三因」。仁波切：「若能圓滿具足三因，是上上等，如不能具足三因，起碼要具足其中之一。」

³ 五明：聲明、工巧明、醫明、因明、內明。

關於帕布孔巴，有人說他屬於其他種教法；也有人說他是大乘心要裡一個叫日顯的人，屬於薩迦派；也有人說他是噶當派；不論如何，他是一個有名的佛學智者。他想與吉天頌恭辯論一些理解見地，但覺得不適合，可是為了要釐清疑惑，故前往直貢吉天頌恭處，在辯經前吉天頌恭就已洞澈他的疑惑，於是吉天頌恭就將其疑惑很詳細的講解。當下他就對吉天頌恭產生了非常大的信心，視吉天頌恭為根本上師，如佛三身一樣。在跟隨吉天頌恭後，現證自己的心性光明，得到傳承上的一切口訣及修證方式，再加上他過去是一個很好的佛學學者，這使他成為一個非常有名的智者兼成就者。當他在西藏南方波達修證時，就已證得無修的果位，現證本尊、證得地一樣。在一個經的道歌中提及，這時帕布孔巴是吉天頌恭的心子之一，也是一個無與倫比的大成就者。如是，這位作者是具足了佛法五明、現見本尊、了證法性，這三種因。

帕布孔巴在吉天頌恭的八大弟子中，叫涅青⁴，是白色布衣的意思。若以他過去家族姓氏來稱呼是哦爾大瑜伽士；也有人叫他的真實法名持戒寶；他的密名稱為貪嗔金剛，以嗔金剛為主。

2. 引證經論：所引證的經均以大乘經典及持明續為主。
3. 論的類別：此屬大乘。
4. 講述的內容：由內意來講，是從最前面的發心到六度，把纖密的道次第非常清晰的解釋出來。

5. 講述此論的動機：以眾生為主，把教主吉天頌恭所證得的證量很清楚明細的做一解釋，讓未來的傳承可以更加瞭解。如是的以此方式來進行。

在解論時，是以前善、中善、後(結)善來解釋。

前善分為論名、頂禮的對象及如何頂禮。

A. 論名：論的梵文名稱 Mahayana Nuede Shasana Cildaya，中文為大乘心要明解(釋)。

講述此論與眾不同的七種特殊之處，是引證攝集經或勝觀莊嚴論(此處大部分引用勝觀莊嚴論)的大乘觀點。

1. 大對境：解釋所觀緣的境，以無量眾生或法身為所觀境。
2. 大修行：表達在進行道和行為之修證時，是自利與他利二利圓滿。
3. 大智慧：已證得人無我和法無我，表達已現證悲空雙運，以此稱大智慧。
4. 大精進：表達為眾生於無量劫行一切菩薩行，所以稱為大精進。
5. 大方便：表達不住輪涅二邊，所以具有方便的智慧，故稱之為大方便。
6. 大證量：是說在證果之後，得到佛般具足的證量，以此故稱大證量。
7. 大事業：直至輪迴未盡，行一切利益眾生之行，故稱大事業。

以上是依勝觀莊嚴論來解釋。

從直貢傳承教法來講述此論特殊之處，是由法與菩提修證上來解釋：

⁴「涅青」在藏文中的意思是「大布衣」。在過去他們修證拙火等等之類的修法時，可達到再也不需要厚重衣物的意思。表達一種成就所進行的修法，果的現前一樣，所以稱「涅青」。

1. 大法：在其他一些大、小乘經典中，當解釋法的時候，為表達其「法」的大，常由文以層次分類來表達，而此論是以經本身以及引證所用的經論來定解(引證多以般若八千頌等為主)。
2. 大發心：發心就是發菩提心，願一切眾生皆得佛果，所以稱大的發心。
3. 大誠信：對甚深廣大之法產生誠信。
4. 大增上心：在菩薩行上，能達證自他平等，故稱大增上心。
5. 大資糧：在不斷修證下，證得當下或更上一層地道位；不斷的增上如累積大資糧一般，故稱其為大。
6. 大時：在時間上，需要三大阿僧祇劫，故稱其為大。
7. 大果：不捨眾生，為眾生而證得三身，故稱其為大果。

以上七點在菩薩所知論中有明確的解釋。

我(仁波切)覺得在此論裡面也包含了密咒乘的次第，所以除了以上所講述的七大特殊之處外，還有殊勝之處。我(仁波切)尚未達到用大智慧來開示一切論典，所以只是用我的分別念在作解釋。

1. 前面所講述的大法，不只是般若八千頌等稱之為大法，此論也是屬於密咒乘，要了解其甚深廣大，所以是持明大法。文殊真實名經：「甚深廣大故，故此與大法一樣，稱大乘之法。」
2. 從發心的本質來講，以悲心不捨眾生，以智慧緣取眾生，達證佛果；以證得三身之相，破除眾生一切有相之體，如離三種分別垢念的金剛一樣，稱此為大發心。在文殊經裡也有講述大明咒、大密

咒，能使一切眾生開顯智慧，表達咒語的廣大之處。「大法」之意也存在於此。

3. 大誠信上：對此大法有甚深廣大之誠信，對一切情器之法產生平等清淨的觀念。文殊真實名經：「上師密咒大密咒，以大乘形象而現身。」即是此意。
4. 大增上心：以出離之心不墮於輪迴之處，以大悲心不處於涅槃當中，以大金剛之身度眾生，能使五毒自解，故稱為大增上心。文殊真實名經即有講過悲及智慧力量的廣大。在此是以廣大方便攝受眾生，所以稱為大增上心。
5. 大資糧：從初地起每增一地所累積的資糧。持明續：「生圓次第能在瞬間以果位證得資糧圓滿，故稱為大資糧。」文殊真實名經：「積聚二資糧能證無上資糧故」。
6. 大時間：以無量眾生、無量劫來稱時間之大。在此表示以恆常不斷的轉動來表示，所以稱大時間。
7. 大果：證得十地圓滿，最終得到佛的光明大灌頂，圓滿證果。在此所講的大果，即是在此生就能使地道功德圓滿，故稱此為大果。表達身與智慧都能在密乘的大加行中進行。從「道」來講，直接講解大印本體的本質。時輪金剛續：「依於第六佛金剛加持，得證金剛乘果位，能使五毒轉五智，以此為大果。」在此表達二障清淨。以大捨故，能恆常遍佈有情，能任運進行度攝眾生。

在此時可能有人產生疑問：吉天頌恭本身的教義裡表示大小乘之區別只在發心。那又如何解釋這七種的不同呢？吉天頌恭以發心為準而有大小乘之區別，但也依發心才能產生對悲及空性本體的了解。智慧現成續：「依於悲和智慧，才能現證圓滿大乘之心一菩提心。」

在此也了解到，從本身剛開始的發心到證得人無我，再從法無我的智慧與不捨眾生整體來講，「發心」就是要達到這一切的智慧而種下的種子。吉天頌恭是把一個廣解用最簡單、最精要的話濃縮在一起，如果沒有這樣一個發心，後面的這一切將不成立。我(仁波切)為了很清楚的解釋這無上的纖密之法，所以用這七種方式來細解，與吉天頌恭所說的不相悖。

B. 頂禮的對象：對諸佛及佛子頂禮。

C. 如何頂禮：以三門恭敬誠信向佛與佛子頂禮，並以無二的智慧來進行。是屬於勝義之頂禮。

中善包括讚頌供養、與發下所造論之誓言。

A. 為甚麼要讚頌供養，用五種原因來解釋：
為自他故、為大資糧故、為出離邪念、
為圓滿自己所造論、為了需求得到吉祥。

從自他的觀點來看，以非常善妙的詞句來進行解釋，使有疑惑之心的人從論中得到清楚解答。

法身，沒有一個開始或一個終結之身；因無為故，法身是離開一切名相之法，所以稱為寂靜之法；也表示法身乃離一切三障之垢染，為清淨之身。因法身是離一切戲之故，所以它是一切大平等的法界體性。龍樹讚：「此法身是無始無終、無生無滅之相。」表示是一個無二智慧之體，離一切垢染清淨之相。金光明經：「法身是離一切煩惱垢障，圓滿具足一切善業之法。」集一切智慧之體，充滿一切本體之智慧，故稱法身。法身是一個非常清淨之體，報身、化身是依於此基礎來進行。法身本體是如來本體的體性，是無念智慧本體，如虛空般不受任何垢染之體。

報身，是與法身無二，具足一切大樂，是一切清淨莊嚴，能示現一切淨土，只有十地菩薩

才能現見。報身是具足五種圓滿——處所圓滿、時間圓滿、導師圓滿、眷屬圓滿、法圓滿。

「炯滇巴」藏文意思指「破懼者」，是指釋迦牟尼佛能破四魔，具六種功德者。在此是指釋迦牟尼佛的報身，因無為故，能破除四魔，具足五種功德，吉祥圓滿大智慧。「墮巨」藏文意思指「報身之體」。依於法身無二故，能任意的運用俱生的智慧，而能顯現身與淨土。意念甚深圓滿，並能示現大事業，對法是不間斷的恆常轉動，能滅一切煩惱，故稱「破」，是十地菩薩所能示現的莊嚴吉祥，故稱為「破懼者」。報身是具足三十二相、八十種好，是一個光明之身。法身如同虛空般，報身則如彩虹般，非凡夫身所能現見。

從另一個角度來講，由一個平凡身來解釋此三身的體性，乃凡夫之身依於分別念的產生而有煩惱，依於煩惱而造業，依於業而受果報。如同此般，依於法身的無二智慧而現起報身，報身展現化身，而有菩薩等等各種顯相。所以當我們看自己平凡之身時，所受之果，如何受果？因所作業。而業如何產生？因煩惱而生。往內看煩惱之念是從哪裡來？是由我們心所做。而這個心，我們去觀待時是找不到一個真實的心。如同此般，法身是無法尋求的。

報身所表達的是悲智具足，如同悲智之主一樣，依於此而產生化身。報身是具足佛所講述的十力圓滿，依於十力圓滿而能悲智任運，而能通達住境、時間、眾生誠信、眾生三摩定的區別，眾生其細微的身、業等的過程。當證得十地圓滿任運時，即能理解最細微的部分。講授者很仔細的解說「佛能」，形容法身如虛空般，報身如彩虹般。

我們尊稱佛陀為法主，即是對佛陀的一種讚供。佛陀能使我們從生死的困惑中脫離出來，是我們的依護，是救度我們的。也表達佛陀能寂滅我們的生死之苦，能使我們達證無死的境界。同時，也如佛陀般，向我的上師吉天頌恭讚供，表達上師本身即寂滅死亡之主，本體是無為清淨之體。

B. 造論的誓言：此法能寂滅煩惱之毒，能遠離一切所知的垢障，寶性論：「能使我們離一切分別念，垢染之造。」表示對此法的一種恭敬讚頌。

此法能使我們脫離無理智之分別念(垢染念)。

此法能寂滅一切垢染。

此法能示現離一切邊之正見。

此法能消除一切煩惱之毒病。

所以稱之為「大藥」，把一切經與論之精華，結合教主吉天頌恭所得證的本體含義予以教授，稱此為「大乘精(心)要」。此法能寂滅四魔⁵，離一切邊，猶如大海般寬廣。此法乃過去佛陀及任何得證十地菩薩所現證的。將此法的精要，依龍樹、無著菩薩等教導，並加上吉天頌恭心意的口訣，分為基、道、果的方式來解釋，使眾生如獲得龍王頭頂上的寶物般高興。

將此論總體做一解說。

基：這裡講為何要希求此法。講述基、道、果，進行聞、思、修，現證佛果。這三種方式如同依於一個圓，再產生一個圓，它們是串連的連環之體，分不開的。本來的論其解說是廣解，但我(仁波切)以論的本體來解釋。此論整個在講述的就是自性本體是清淨的，所示現的是如來精要，我們要追求的就是如來之境。若要達到此如來之境，應隨順上師的教導。首先應依於如日四法：遍虛空的眾生心續中如何具足法身：法身是如何住於眾生心續當中？我們要如何證得法身，如何運用方便來得證？就是要依於上師的教導。

如日四法：

1、首先尋找一具格上師；

2、如何恭敬依止上師；

3、為報恩故如何用方便之法使上師歡喜；

4、如何讓自己圓滿，具足上師心意中所具有的一切口訣的功德。

依止上師的同時，也從上師處得到個人所需的對治五毒之法。依於此對治五毒的法門，應去向寂靜處修證。寂靜之處具有以下五種功德：

1. 首先去除心中散亂之念，將心處於清淨當中；

2. 對所求之法產生強烈信念，若對法不具誠信將不得果；

3、依於此法使自己得到利益；

4、觀想此法的功德，產生歡喜的心；

5、能令心處於「止」的當下。

道(學處)：首先以死亡無常、人身難得、業力因果、輪迴等四種方式來進行修證。

首先由暇滿人身開始講解。要理解「人身難得」，否則我們將浪費此生，應利用這難得的人身累積資糧。所要累積的是善業的資糧，並捨棄一切不善的資糧。累積資糧就如同我們去累積世間的財富，如果沒有善巧方便的去累積善業而當無常的死亡降臨時，你或子孫未必能享用這些財富，有時反而變成子孫的爭論。所以對累積財富一定要有所認知。

「無常」：一切有為法皆為無常之法，瞬間在變化。死亡之後隨自己的業而去，而無自主的能力。依於這個「業」，流轉於「輪迴」之中，也有可能流轉於三惡道中，只要在輪迴當中，就要忍受輪迴之苦。

有了前面這四種認知，下面是四種學習的方法：

⁵四魔：煩惱魔、五陰魔=蘊魔、天子魔、死魔

1. 皈依學處；
2. 別解脫戒(戒律學處)；
3. 菩薩學處；
4. 咒乘學處。

所要修證之法，即是此論本體所講述的；就如大印五支般，由菩提心、本尊、上師、大印、到迴向來進行。

細解分支部分。

如雲眾生本來如何俱足，本體又如何被污染垢障？

總體而言，佛陀開示的就是在說明眾生的界。首先佛陀以王子身出現，經過整个人生的十二種示現，最終證得佛果；並開示眾生的自性清淨界是本俱的。文殊幻化續：「諸法本體是清淨的，離一切生滅。」也講述佛開示這一切法門，是為了讓眾生本體的界從垢染出脫離出來，並使其增上。一般外道是以造物主來解釋，一切皆由造物主所造，若能使造物者歡喜則得赦免一切罪業，如不使其歡喜，則受其懲罰。但對佛教而言，眾生的本體就是佛，但其呈現的是垢染的一面。不論任何金屬物質，都有會生鏽的層面，生鏽的面就是垢染的部分；如果把鏽的部分清除，金屬則又回復本俱的功能，此表達垢染的部份。佛陀開示我們，有生鏽的界的存在，就有清除鏽的時候；同理可知本俱的成佛之因也同時存在，所以佛陀講自性能成佛。從我們的角度來看，當我們垢染尚未清淨的時候，我們只能到達阿彌陀佛淨土或說是到佛的跟前，但當你垢染圓滿清淨的時候，你就是佛。

如何清除能生垢染的界呢？就如同一寶物(此寶物乃指眾生本俱的本體)，本來在泥垢之中，但當寶石被取藏出來之後，先要用鹽水清洗，再用粗糙物質去打磨。當經過此二手續，

寶石還不能呈現時，就還要用酒鹽醋之類物質去浸泡，再用細膩物質去打磨。若還是不能呈現，就要用藥物之類去浸泡，再用更細膩的物質去擦磨，直到寶石光芒呈現出來，這時才算一顆寶石完成，才稱它為寶物。如琉璃光之類寶物，是經過整個的處理過程，眾人才認知是一個寶物。

所以要如何去淨除善男子、善女人所被垢染的部分？佛陀開示的第一法輪，講述一切法的無常，一切相的不淨，以及無我等善法意，這就是首先開示的小乘之法。我們先要了解輪迴是一種惡，是一種苦，希望從苦中出離。出離的方式如何進行？先向三寶進行皈依，並用律儀來約束自己、淨化自己。經過這樣的過程還不能清淨時，就要用慈心、悲心的過程來清淨。若經過這兩種方式，還不能完全清淨，就需要了解法自性本體的空和對因果的空，達到空、無願、無相的三解脫門。經過這三種解脫門，還不能清淨圓滿，就要用任運的方式，來達到真實現前，所以有了密咒之乘。如是經由小乘到密乘(金剛乘)的過程，最終就是為了瞭解如來法性(如來藏)，得圓滿二淨身。「淨」是表達本初本體清淨故，故不再受客塵垢染；以此能力淨除分別客塵的垢染，得到二淨之身，證無上佛果。

如來法性如何處在眾生的心續當中？如來法性是自性清淨，與前面所說的本初的清淨是一樣的。這本初的清淨是沒有什麼需要捨除垢障的，也沒有什麼可取的功德。本初就是清淨，可用覺空雙運的方式來表達。吉祥幔請問經：「眾生本初所俱有的界，就是如來的界，是眾生成佛之因，也是眾生成佛的種性之體。」此乃解說法身的界與眾生的界是沒有區別的，這二者的界是無別的。

我們是用佛性來看待法身。當證佛時，就俱足法身，但在眾生位(有情位)時他不是佛，但俱法身。法身無變，從因位來講，上至十地菩薩，下至凡夫眾生，如來藏完全俱足、沒有差別，是平等、遍一切的。如水的本身是清淨

的，在混濁時我們用另一名稱，稱它不是水；當沉澱後，乾淨的水出現時，我們才稱它是水，二者本質是同體的。如來藏的本體無好壞、善惡之分，色自在王請問經：「無垢的如來藏本體是不分前後，不分善惡區分，本體是一切眾生本俱的清淨本體。」

心所五十一煩惱：「煩惱障是眾生都有的。」煩惱的本體是一種分別性向，是指分別客塵，瞬間發生的客塵垢障。但依於本體的空性，是可以淨除而達到本來清淨之體。經云：「已經離開一切執著、執取，是一種本體清淨如空一樣。」寶性論：「眾生本俱的自性光明。」所以明和空二者是一種無分別的法性如來藏，明即是空，空即是明。寶性論：「無上不為空。」表達不著於空，也不著於明，是一種明空無別的法性之體。在這種無分別的法性上，再也不分前後、有無，佛與眾生；這個無分別的法性，是遍一切眾生的。

我們為何會成佛？因為有妄想故，所以有垢障。在眾生位時，像前面講的一樣，眾生依自己的分別念產生煩惱，其實這是一個很好讓我們思維的方式。依於煩惱產生這種業，再由業產生各種苦樂之果。就像一個人依於自己的煩惱，進行一些事業行為而受其果；再回過頭來看，所作之果，是由業所作；而業是由煩惱所作，而煩惱又是因分別念；而分別念是依於我們的貪著之心而產生；再來看貪著之心，當我們回歸看心的本體時，心的本體無任何一法。如前所述，如來本體的智慧是遍一切眾生，本初清淨的，因為有妄想故，才產生執著，所以有了垢染。因為有妄想故，對「無我」產生「有我」這樣一個執著之念，所以有垢染，不能了解本體的本初的如來清淨。當離開了「有我」的執著之念時，佛本俱的遍一切智慧就開顯出來。

從聽聞佛法的弟子看來，能有這樣一個願聽聞的心，也是因為過去與佛有緣，才会有這種對法的歡喜，想要聽聞。所以當聽聞佛法時，我們要進行觀心，打坐來淨除心所產生的垢障。

在這方面我們開始累積資糧，終歸有一天自己的這個種性會甦醒過來。若已能理解本初俱有的智慧，那就不需要精進即可證得佛果，就是「無勤」。但是在還沒有證得的時候，就需要去精進。了證的過程分為三個階段：由不了解、到了解、到達圓滿。

如來法性清淨俱足，分三個不同的階段：

1. 眾生位時，如來法性處於「不了解」的階段，是處於眾生界的「因位」，稱「眾生界因」。
2. 當這體性有所證悟時，處「了解」的階段，聖者稱此為「菩提」。
3. 當這體性達到最極盡的清淨，得「圓滿」時，稱此為「二淨之身」，就是佛身。「二淨之身」乃本初清淨與分別垢染清淨之身。

吉祥幢請問經中告舍利子：

1. 具眾生界因者：眾生在輪迴之海漂流，在這階段稱「眾生界」。
2. 具菩提者：在此當中眾生產生出離苦之念，離開一切貪著，出離了苦，進行六度般若密，我們稱此為「菩提薩埵」。
3. 具二淨身者：到最後法性，離一切垢染，得自在之時，稱為「佛」。

本體清淨如虛空般的體性，被無明垢染而障。依於如烏雲的無明，我們的三界，上至天人下至地獄，均被無明所障。

在寶性論中用九種比喻來解釋：

1. 如在蓮花中的佛，例如在講極樂世界裡有在蓮花當中出生、或被蓮花遮住。

2. 如在蜂窩裡的卵蟲被障住。
3. 如米被米糠皮裹著。
4. 如麥被胚外衣包裹，就如前面所說的「在不淨物中有金子」。

寶性論裡有詳細說明為何用此比喻，是從三毒與平等的四種方式來解釋。以上是從粗糙方面來做解釋，表達粗的三毒垢障，此指「欲界之身」。

5. 如我們無法知道有寶藏埋在地下。此處指的是一種三毒同體，細微的隨眠(暗藏)氣息。上界雖然沒有像我們這種很粗體的三毒，但也有細體的隨眠習氣，此是指色界、無色界，如聲聞、阿羅漢等。

接下再以苗芽和破衣中裹的佛相來做比喻：

6. 苗芽是指凡夫在進行大乘之行，在見道位已捨，但對名相、假象、所知障還有些許障礙，稱為芽苗之障。
7. 裹著破衣的佛：表達聖者、菩薩眾在俱生的無明中，還有細微的所知障，此已到達「修道位」。

以下的修捨和見捨，是從學術上來做解釋。

8. 婦女胎中的嬰兒，有可能是轉輪之王：表示是具七地以下菩薩的垢障。
9. 泥土中的金子，是指清淨三地(八、九、十地)的垢障。只要把泥土清乾淨，金子就出來了。指在現證佛果之前，還有一些細微的垢障。

這種被垢障的界，是依於層次而有輕重，界本體是不受垢染的。吉祥懺請問經：「不論佛有無現前，如來藏的本性是眾生本俱，此法性是清淨的。因本淨故，眾生皆可得涅槃。」

當這種法性被垢障後，會產生什麼樣的過失？故行一切非理之行，因而產生了十二因緣⁶。沒有了解到本體是清淨光明的，所以「無明」；依於無明產生了不清淨，所以有了你我他這種垢染(行)；依於行的緣而產生了意識(識)；依於意識產生了果，就有了出生；有了出生就有名色蘊體(名色)；色體的產生在剛開始是極細微的，慢慢地變粗重，而產生眼耳等五根的形成；依於五根向外境，而有了觸；五根加意等於六根⁷。依於六根開始執著於境⁸，依於二者相碰而有了觸，當與外境相觸就產生了一種感受，就如由眼產生色境，鼻產生香境，耳產生聲境，所以稱為受。六根經過觸，對外境產生執著，以色境來表達時，就如白色、紅色這樣的境產生，開始對顏色有了喜不喜歡的觀念，當此取捨之念產生時，就是所謂的「愛」。在這裡的愛，變成有欲求的一定要拿到，變成「取」；就如同看到水還不夠，還要喝。當取產生時，依於此就有了「有」，因為有了輪迴的「有」就有了「生、死」這種業的產生。由於生就有了果，這是一種無常之果，外面看起來是一種很緩慢的改變，但是從細微來講時時都在改變。任何的物體在形成的當下，就不是處在剛才的階段，任何階段都在改變當中，稱此為「無常」。這與現代科學所講的微塵和物質是同理的，產生的同時就在改變，沒有一個是不變的個體。依於此觀念就開始了老死，我們可以從自己的身體上了解到，從一個細微之體到整個身體的組成，如果我們身體是有常，就不會有老化現象；身體一剎那都不會常住，所以有老死。當老了，死是同時存在，所以稱為老死。如是這十二因緣就是這樣轉動起來。我曾看到鐘面是用十二因緣，是有道理的。

大悲經說依於我們凡夫身的本體細微的分別習氣，有了非理的意念，依於非理的意念，產生了煩惱。有了「無明」，有了「所愛、能取」。十二因緣將「無明、愛、取」放在煩惱中，由這三種煩惱形成了業。十二因緣中將

⁶ 十二因緣：老死、生、有、取、愛、受、觸、六處、名色、識、行、無明。

⁷ 六根--眼耳鼻舌身意

⁸ 六境--色聲香味觸法

「行與有」放在業裡，業產生的「名色、六入、觸、受」，乃是十二因緣的苦因。咒乘沒有特別解釋十二因緣，但解釋由煩惱產生業、再產生苦，已把十二因緣包括在內。經教中對十二因緣有許多不同的解釋，凡夫身從總體來講，因為無明故，所以未見我們本來的清靜之體，所以無明。如果明白本體，就證得涅槃。這是本論一再重複解釋的。當了證自性本體清淨，就再也不會被十二因緣所動。因斷無明故，以下的行識均斷除，一切法都是依於前面一個，是因緣法，這些都是依假名所成立的一切法。當所依法滅時，再也沒有依止，就全部斷滅。緣起是很難了解的，所以為什麼說緣起是一切諸法的本體藏。依於緣起故，一個小事變成一個大事，若一個小事能斷止惡緣的話，大的事就不會產生。因為人對小事情有貪著，才會有更大的貪戀產生。維摩詰經：「當了證心性的生滅後，就不再流轉於生滅之法。」這時再也不會隨入心、意、識等之中。依於此，再也沒有阿賴耶識的能依與所依。根本上已理解心的本體，離開一切生滅之法，這時也可理解心與心性之間的區別。本論所講，當心性證得時，再也不隨入於心意識三者當中，所以沒有任何非理之念產生，就再也不受生滅法的困擾。雖然有可能理解，但念仍產生，但已不受制於這種生滅法，了解生滅法為自性空。因為沒有非理之念，就再也沒有無明，所以明見本性，斷除了輪迴之法。

我們雖然還不能很清楚的了解，但是心裡有一種願：「希望未來能夠了解這一切清淨之念」，就已經有很大的功德。佛陀在世時，告訴一個國王，如果因你現世做了國王，不能如是修行佛法，但心中有如是期望，能最終了解的話，這就是無比的功德，將來一定成佛。

問答錄

Q：用恭敬、誠信與無二的智慧向十方佛頂禮，這種無二的智慧，應用什麼心態去做？

A：首先須要對佛法有很深的了解，才能真正的明白本身的涵義。勝義之拜，是表達用「身語意」三門來進行頂禮，了解「身」本體是無自性，也了解「語、意」無自性，了解一切之法皆是任運顯相之見，所以是用任運之見來進行頂禮，這是需要慢慢的去了解。這種勝義之拜在剛開始時是很難去達到的。

Q：大乘的經點，我們比較知道，但在續部中，持明的續是指那些？

A：持明的續是講整個的續部，沒有特別講那一部，持明是指密咒乘，全部的續部。在講經時，是指整個大乘的經部。

Q：在講述基道果、聞思修而得證佛果時，用一個圓來做「分開、連續」的比喻，請問「分開」是什麼意思？

A：我(仁波切)並沒有指分開，只有圓圓連續，指方便、智慧是同體的，不可能有分開之法，任何的法都是緣起在一起的。就直貢來講，一切都是依次第而上來進行得證，從來沒有一個迅間得證果位的。直貢教派中指的利根，雖然在表面是現世得證果位，但也是依過去生累積如是的資糧而得證果位。就像很多層的布將其疊起來，用一根針刺過去，似乎在一瞬間就穿過去，但在仔細一看，它是一層一層的刺下去。所以所謂的利根者，也是由過去的次第而來，並不是在瞬間得到果位的。

Q：前面講到凡夫之身依於分別念的產生而生煩惱，依於煩惱而造業，依於業而受果報。又說看現在的果報而知以前的造業，如此倒轉回去。這是不是就是所謂的十二因緣？

A：剛剛並沒有特別的講述十二因緣，只是講述法報化三身如何的示現。有了這個分別念產生了煩惱，依於煩惱而造業，依於業而受果報的過程。倒轉回去是指就像我們蓋了一棟房子之前，有了貪著念、分別念、煩惱，而來蓋房子；回頭來看此心，此心並不成立，沒有一個實體之心，用此來表達法身之體。如此來解釋法報化三身，並沒有特別用十二因緣來解釋業。如果要解釋業，那現在所受之業有過去的業，而過去的業又有再過去的業，一直連續不斷。在這裏只是用「心」來解釋法身之體，從垢染、清淨的方式來比喻。

Q：在解釋法報化三身的這一段，只是對吉天頌恭的讚頌，認為吉天頌恭是法報化三身，為什麼需要講到法報化三身的由來呢？

A：表達吉天頌恭本體就是聚集這三身之故，所以向他讚頌、頂禮。就像我們人的本體，就俱足這三身的能力！我們只是現在用輪迴、凡夫之想來看待。用本體三身俱足開始來進行頂禮。解脫莊嚴論中也是由本體開始講起，後來再慢慢解釋本體垢染的部份。剛開始會比較困難，慢慢的就會更清楚了解些，要從法報化三身去理解。

Q：應用無二的智慧、勝義的見地來頂禮，但我離這境界還很遠，知道我的身語意不夠清淨，但我每天燒香禮佛，都說用我清淨的身語意來燒香禮佛，這樣行不行？

A：可以！非常好！

Q：因為我的凡夫之身，所以看不到法報化三身，只好去看唐卡、佛像。在顯教中好像有很大的差別，在密教中是如何去表達這三身的差別呢，例如身上有沒有戴什麼東西啦？

A：一般來講，在化身時佛只穿三法衣等。而類似像觀音、文殊，頭戴五佛冠等，稱之為報身，也有本尊呈報身之像。中國的阿彌陀佛為化身之像。報身會有佛母之身而化身是不會有佛母之身的。法身如普賢王如來，身上無任何衣物，以裸身之像來表達法身。法身如同虛空般，報身如彩虹般無自性，五智任運，方便與智慧的任運，故頭戴五佛冠等，不像我們血肉之身可以接觸。化身為利益眾生故，現各種像，如出家像等。

Q：凡夫要達到何種境界，才能看到報身？

A：十地菩薩。但也有依於密乘觀修的功德，產生一種習氣，慢慢的現見本尊的報身，但不能像十地菩薩如是的在報身之處聽聞佛法等等的功德。

Q：什麼是隨眠習氣？

A：隨眠在藏文有「隱藏」的意思。就像瞋念是本來就存在的，一般時候是沒有，但當外緣接觸時就有了瞋，這是粗的隨眠。對阿羅漢而言，雖然已沒有粗的隨眠，但還有細微的隨眠習氣。



大乘精要(2)

朗欽加布仁波切 講述
2006 年 1 月 7 日於美國中心

敬安仁波切口譯
岡波巴編譯小組 紀錄

此論之總體架構分為三個部分：基、道、果。分說也分為三個部分，前次已講解了基的部分：「如何安住於本初的基」、「本初的基如何被垢障」、與「如何去除這種垢障」。

在如來藏本體上，雖有不同的分別客塵垢障，但如何去除此分別客塵垢障，可分兩個方式：「漸次」或「剎那間」(頓然之間)。此論是以「漸次第(三身)」的方式來解釋。解深密經言：「太智菩薩請問佛：如何淨除我的垢障，應以漸次第或頓然的方式？佛答：應用漸次第方式才可清除分別垢染。」佛陀以三種比喻，要眾生以漸次第的方式來進行淨除垢染：樹木的成長，是需要一定的過程才能長成大樹；芒果的果實，需要一定的時間才能圓滿成熟；做陶罐，需要一步步的過程製作才能做成。這些比喻都是說明一切是需要一定的程序。當瞭解如何用漸次第的方式淨除分別客塵垢障，也就了解了本初的基如何淨除垢障。

在修道中有四個如何理解道的部分：「認知此道」、「思惟此道」、「學習此道」與「修證此道」。如何趨入此四種修道當中，首先要認知此道是一「不顛倒」路。首先要依止一位具足性相的上師。

要如何依止一位上師呢？我們要尋訪一位能指示清淨道路的人。我們「本初的基」是被分別的客塵所垢障，所以要有一位如明燈

般的上師來指明，使我們本初之基甦醒過來，猶如在夢中甦醒過來一樣。因此了解使我們本初之基甦醒的外緣乃是需要依止一位具格上師。

所依靠的上師分不同的階層：

- (1) 凡夫位的上師
- (2) 登地菩薩上師
- (3) 化身的上師
- (4) 報身的上師

在修證的道路上，我們尚無法具足能力向登地或化身、報身的上師請教佛法，首先我們應接觸凡夫位的上師，這是我們初修者最重要的部份。太智菩薩請問佛：如何淨除我的垢障，應以漸次第或頓然的方式？佛答：應用漸次第方式才可清除分別垢染。」佛陀以三種比喻，要眾生以漸次第的方式來進行淨除垢染：樹木的成長，是需要一定的過程才能長成大樹；芒果的果實，需要一定的時間才能圓滿成熟；做陶罐，需要一步步的過程製作才能做成。這些比喻都是說明一切是需要一定的程序。當瞭解如何用漸次第的方式淨除分別客塵垢障，也就了解了本初的基如何淨除垢障。

在依止善知識後，心無懈怠的精進學法，此時四魔(蘊魔、煩惱魔、天子魔、死魔)對我們均無法擾害。

蘊魔：乃「色、受、想、行、識」五蘊。魔障所要擾害的就是一個蘊體，束縛我們產生一些痛苦，故稱之為蘊魔。

煩惱魔：蘊體乃是我們被縛之基，是什麼把我們束縛住？乃是「煩惱」。如貪，當一個人的意念產生了一些執著，當貪念過大，產生一些外緣及一些圍繞的障礙，身心上面的一些病痛開始產生，因而顛倒了一些取捨之分。依此，產生了不同煩惱及不同業。不只是貪，嗔癡亦如此，三毒使我們產生這些煩惱。我們被此煩惱業束縛住我們的蘊體，故稱此為煩惱魔。

天子魔：我們進入佛法，但是還是被外在的各種顯相所迷惑、吸引，使心一直的放逸，不能趨入正道，故稱為天子魔。

死魔：依於此緣，我們開始放逸，死亡過程也開始出現。死亡本身就稱為死魔。

善知識如護法般，能使我們脫離四魔的擾害。依於善知識學習正道，如金剛般破除一切圍繞的障礙，能去除一切眾生的邪見、我執見、斷見等等，能依於此除去障礙，稱它為甘露之法。也表達善知識是使眾生從苦海中脫離出來的大船。如果我們是智者，就應恆常時間的去尋找善知識並依止他，至為重要！

我是否可尋找任何一位做上師呢？尋找可指明清淨道路的人，應該尋找一位俱性相的上師。如何尋找一位俱性相的上師呢？

龍樹菩薩言：一個俱性相的上師應具備以下十二種條件：

- (1) 多聞；
- (2) 大智慧；
- (3) 不放逸於世間瑣碎之法上；
- (4) 不執受於世間名利；
- (5) 具大菩提心；
- (6) 具大悲心；
- (7) 具大精進心；

- (8) 對修習正法無唉歎之心，反而具更強烈信念；
- (9) 具足一切正法口訣；
- (10) 自身已得解脫；
- (11) 對眾生根器一一了解；
- (12) 能引領一切眾生入於正法。

彌勒菩薩言：一個俱格上師需要具備七種性相：

- (1) 已調伏自身心續，持戒清淨，對佛法信念清淨；
- (2) 已能達寂靜三摩定禪定；
- (3) 已能依禪定的能力產生一切觀的大智慧；
- (4) 已能達聽聞、思惟佛法的功德；
- (5) 具利他的心念；
- (6) 對一切經續均已了然於胸；
- (7) 了義，了知一切經典內義，能善言解說，並對佛法講述沒有一點衰退唉歎之心。

阿底峽尊者言：俱格上師應具備的四種性相：

- (1) 不毀謗他人講述的見地；
- (2) 能依不同根器的眾生闡述不同教法；
- (3) 對佛法保持恆常精進力量；
- (4) 不貪著於世間榮華富貴，只為圓滿菩提心願。

在此五濁惡世，能尋找到百分之百具足性相的上師非常難得，但試著尋找多具足以上條件的上師，至少也要是位具大菩提心的上師，才為最重要。其他的論典也有講述尋找上師的條件，並講述弟子應具足的部份，但此論中並沒有特別說明弟子的部份。

一個俱足性相的上師，是以四種增上心來宣說佛法。

1. 只講對我們有意義的，不說無意義的言論。無意義的言論如外道，說一些共讚，或對孩童說一些儀軌，說牲畜的一些知識。

2. 只講俱足一切法要的言論，不講不具法要者。不具法要之言有如外道的常見或斷見，或講個人利益、戰勝等之言論。

3. 只講滅除一切煩惱之言論，不講增加煩惱之言。增加煩惱者有如進行將人或牲畜血供來迎取神明高興的方式。

4. 所講述的具涅槃的功德，不再講述具輪迴的功德。

我們應當將講述以上四種方式解釋佛法的善知識，視之為佛。

當我們了解應視善知識如佛般，但應如何依止善知識？我們應將求法之心，保持非常精進，而非哀傷的心。

例如商人兒子善財童子如何依止一百一十二位善知識(在藏文本中說是五十六參，在中文本中說五十三參，可能是過去翻譯不足故)。善財童子首先依止文殊菩薩，文殊菩薩向其開示：「應不具哀傷的心念，應具精進心念來求法。」(仁波切笑言：我們去五台山時看到文殊洞/善財洞，可能那時在那裏依止也不一定。) 文殊菩薩教導善財童子在尋求善知識時，不應依善知識示現的方式，而產生憤怒、痛苦等。應視一切為上師的一種教導方式。

我們應該像那洛巴大師依止帝洛巴大師：那洛巴只是個捕魚者，並有妻室。又如密勒日巴大師依止馬爾巴大師一樣，在依止善知識時，不應產生憤怒或痛苦的心念。有時在求法的過程中有痛苦的經驗，但不應有哀傷的心念。如在進入大寺院時，初期求法的過程是非常辛苦的，但不應退失求法精進的心。

又如常啼菩薩在法盛菩薩處求得佛法。當初常啼菩薩為了要能了解般若之意，願交付自己身心來尋求此法門。當他走到一廣大無人的區域，空中傳來聲音說：「你若要尋找

此意，應往東方去。」他即不顧自己身體的疲憊、飢餓，繼續往東。在往東途中，更感疲憊，此時虛空中又傳來聲音說：「不應畏懼一切苦難，繼續前往。你將得到所求的般若之意。」他又繼續往東，但就是不能達到盡頭。此時空中聲音又說：「你繼續往前約五百由旬的地方，有一清淨聖地，具一切檀香，種種美妙，那裏有位法盛菩薩，跟隨著六萬一千名仙女享用種種妙樂。你在那裏接受佛法，將會尋找到般若之意。」當常啼菩薩聽到就快到了，心有如被箭射中一樣震撼。當時他想到快要見到大菩薩了，但沒有任何東西可做供養，就想到可以將自己的身體賣出去，看看能得到什麼作為供養？當時他就問周邊的人，有沒有人要買他的身體？當然是沒有。此時，帝釋天示現來檢測他，就對常啼說我今天要做天供，需要血、肉、骨髓等物，你能給我嗎？當時常啼毫無遲疑的將手上的脈戳穿，讓血流出來，並從大腿割下一塊肉。當他正在尋找如何將骨髓取出時，有一商人的女兒見到此，就問他：「你為什麼要傷害自己的身體？」常啼答曰：我是為了要尋找「般若法意」。商人之女又問：「為了尋求法意，而對自己的身體進行傷害，是有什麼功德？」常啼答曰：「我若能得到般若之意，即能現前菩提，成證佛果，此時，我即能示現三十二相八十種好，我能利益一切眾生。」當時，帝釋天聽到常啼菩薩所表達的勇猛之心，就對他說：「你應不要退轉此勇猛之心，且應更增上。」商人之女覺得常啼菩薩的行為非常精進，於是對常啼菩薩說：「請等一下，我先去向父母稟告要跟隨你，並隨侍供養你一切法事，幫你得到此法。」當下，即得到父母的允許，其父母並攜家僕五百餘人及各式供物，跟隨常啼菩薩同去。常啼菩薩在很遠的地方就看到法盛菩薩在講法，當下就感受到初禪，樂的覺受。商人女等幾位均從馬車上下來，跟隨著常啼菩薩去見法盛菩薩。當此五百人見到法盛菩薩所示現的種種神變，心想菩薩都能如此，佛的示現更不在話下。當下即對佛法產生強烈信念，也發起菩提心。在路程中，見到諸

多如來的種種示現，當商人等問到：「這些如來，現在在哪裡？」法盛菩薩回答說：「此一切如來未曾去過任何地方，也未曾來過任何地方，一切法就是無有來去。」說完，法盛菩薩即起身回房。此時太陽也下山了，而常啼菩薩心想，我來此地即為聽聞佛法，我願站在法座前不去任何地方，就等法盛菩薩回到法座來講法。而法盛菩薩回到屋室中，一打坐就是七年，而常啼菩薩一站就是七年。我(仁波切)笑說可能就是因為此所以才叫常啼，一直站在那一直哭。在這七年中，常啼菩薩自身沒起任何他念，沒有會擾害他的分別念，也處於定當中。虛空中的聲音又起，說道：「七天後，法盛會從禪定中出來，再會宣揚佛法。」當時，常啼非常歡喜。七天後法盛菩薩又回到法座開始講法，講述「般若之意」，甚深不可思議之境。使常啼得到三摩地的種種法門，展現各種三摩定。

經續中均引用求法者應不顧身體、性命來尋求佛法，奉獻一切，不為過程中所產生的哀痛而退失信念。求法者應具的強烈恆常的精進心念。生活中任何舒適的善緣、助緣都不可能幫你得到很好的菩提成就。應該要拋棄世俗的種種煩瑣，才能成為智者。我們應恆常依止善知識，從善知識處學習佛法。在學習的過程中不應有「學完了」的念頭，當有此心念時，即尚未學完，還不能自立。學習過程當中產生「脫離上師」等心念時，即表示被魔擾，對法產生疑惑等，產生了放逸的心念，與上師距離愈行愈遠，此即被魔擾。我們應恆常不離上師，如果你脫離上師，即使佛陀現在握住你的手，也不能得到解脫。是須淨除垢障，聚集二資糧，才能得到解脫。

金剛頂續：「當恆常依止善知識(上師)。對上師不恭敬，不能隨順上師的教導、對法產生懷疑心態、不發心者，將未得成就之果。」

涅槃經有講述善星比丘的故事。善星比丘服侍佛陀十二年，得四禪境界，能背誦佛的

十二分支教言。但他覺得佛陀是在傳假法，是一個造作之人。當時，善星比丘跟隨佛陀去往印度城市明噶西噶，即現今之瓦拉那西，進行托鉢講法。佛有一功德，即行走時之腳印會留下很長時間，而善星比丘都在後面將腳印擦掉。在城中，遇到一裸衣行者(印度外教行者有一派是不穿衣的)坐著吃酒糟。善星見裸衣行者即說：「世間若有阿羅漢，此人即為阿羅漢，他已無因無果而得證。」佛言：「你是錯誤的，阿羅漢是不喝酒、也不欺騙、無貪欲。但是此人喝酒、此生弑父、欺騙等不淨的行為，死後將墮入地獄。」但是善星還是說：「四大地水火風均會改變，但此人是不会墮入地獄的。」接著他們就前往王舍城，又遇見一裸衣行者，此人言：「世間一切煩惱的產生並無過去的成因與外緣，乃是無因無緣。」善星：「世間若有阿羅漢，此人即是阿羅漢，他已得解脫。」佛言：「此非解脫之人，還是煩惱之人。」善星：「阿羅漢(指佛陀)怎麼對阿羅漢產生忌妒之心。」其實佛陀並未對此人產生忌妒之心。佛言：「你是愚人。此外道於七日後，將因消化不良而死，他的意識將轉化成一個吃人嘔吐物的餓鬼，他的屍體將運往墳場。」當時善星要讓佛陀出醜，就跑到外道前，重複了佛陀所說，並囑咐他七天不要吃任何通西，若七天沒死，就可讓佛陀出醜。此裸衣外道也盡力忍到第七天，實在口渴就喝了一點冰水，吃了一點紅糖。就依這原因，他就死掉了。當時正如佛陀所說，他的屍體被運往墳場，而他的意識已變成一個餓鬼，與他過去生一模一樣，只是現為鬼相。七日之後，善星與同修一起看到裸衣行者在餓鬼道中(當時善星是可以看到他的)，模樣與過去生一樣，就問：「你是死了還是沒死？」外道答：「是真的死了。難道你不知道嗎？此地已是墳場，是我的同修將我的屍體運到這邊來。你的導師釋迦牟尼所說的一切是具有真實義諦的，你應該對他進行懺悔。」之後，善星回到佛陀跟前，告訴佛陀：「裸衣行者已往生到三十三天了。」此時佛陀就示現神變，將外道轉成的餓鬼道相，示現給他看。但是善星仍不

承認此一切，仍強辯：「其實根本沒有什麼三寶、地獄。你只是一個會掐算的人，所以可以講出這些話，我不承認你。」之後，善星就離開了佛陀，住在一條叫噶汲河流的地方，他住的地方整個裂開，整個人活生生的掉入地獄之中。

若欲求善知識所證得的證量，應多聽聞，並接受善知識所教導的一切方便法。幻化續：「欲求上師真實語諦，三門與上師相應，應隨聽上師的一切言教，不用太接近，但也不遠離上師，但心續與上師永遠相通，此乃最為重要。」續中也提到：「應對同上師般的金剛師兄、同一種性或同一教派，都應以有益歡喜之心跟隨在一起。」恆常實修上師所教導之法語，若能如是接受法語，其一切功德都會展現出來，並能助你開顯一切智慧。上師給予的個別修證口訣，應恆常去觀修及實踐。

要開顯智慧，口訣只是很小的一部份，必須要專注把握，才能讓智慧開顯。有關上師口訣的故事：在吉天頌恭的時期，在衛藏有一非常有名的學者，他的雙腳有關節病。他聽到吉天頌恭已證得緣起法，有很多口訣可以幫助清除病苦。他就前往吉天頌恭處，當他見到吉天頌恭時，講述了他過去也曾跟帕摩竹巴(吉天頌恭之上師)學習過及現在的病痛，希望吉天頌恭能給予他一個方法去除這些病痛。當時，吉天頌恭就告訴他：「你就將你的根本上師觀於頭頂、喉間、心間及臍間，心念多集中於臍輪的部分，你就多觀修。」當時，他覺得這個我也會，平日我也常做，這沒什麼特別之處，也沒有什麼了不起。他回去之後，還是照這方法做了一下，做了之後確實有些好轉，做著做著，越來越好。可是他想我是一個學者，不能就靠吉天頌恭的這樣一句話，使我的腳好轉，我應該找另外一個方式。他就前往西藏「扎」的地方去泡溫泉。當他再一次回到吉天頌恭大師面前時，他的腿疾已大部分好了，只有腳跟還有一點一撇一撇的。吉天頌恭問：「你有

沒有修我的口訣？有沒有幫助？」學者答：「你的口訣我修是修了，可是最重要還是溫泉水有幫助。再下來還有什麼其他口訣可以教我的？」吉天頌恭答：「我也沒有什麼口訣可以給你，你就多去泡溫泉好了。」

當我們在跟隨上師時，要是真實修證上師給予的口訣，這樣才能讓智慧提升。若沒有實踐上師的教導，你的智慧也不會增長。有如要嘗到味道首先要用舌頭去舔，不然就像用木匙去攪動菜餚，是嚐不到味道的。必須實際去修證。

當我們再跟隨上師時，要遵循上師的指導，若不遵循可能就會如同黑行者。以下是黑行者的故事。黑行者的上師--札然達拉，有一天黑行者要去喋哇拉柵，乃空行聚集的地方。上師說：「你的證量不夠，還不能去，對你的修行會有障礙，此處不可去但可以去其他的地方。你在途經時會找到一個寶匣，但你千萬不要打開，拿回來交給我就可以了。」可是當他找到寶匣時，心想我為什麼不可以打開，我一定要看一看。當他打開時，看到裡面有一套骨飾及一個法鼓，他就把骨飾穿在身上，搖動法鼓。突然之間，虛空中產生五百個法鼓的聲音，並有五百位居家男女眾現前。黑行者當時心中非常害怕，就立刻將骨飾脫下和法鼓放回寶匣中，且離開當地。當他回來交給上師時，上師問他：「你有沒有打開或做其他的事？」他說沒有。雖然黑行者沒有去喋哇拉柵，可是他還是違背上師的教導打開了寶匣，這就是不遵循上師的教導。之後，他經過另一個墳場，在墳場有一比丘問到：「你是誰？」他說：我叫「黑行者。」行者是指瑜珈士。比丘就說：「如果你是行者，就給我示現一些梵行。」當時黑行者就騎在屍體上，將嘴及其他部位的肉吃掉，並在地上打一個滾，變成一隻烏鴉，示現了一些自己的神變。即對比丘說：「我已行(表現)我瑜珈的行為了。」其實這是黑行者故意給比丘難看，因為比丘是不吃葷的素食者，而他故意吃人肉給比丘看。之後，

他經過一片密集的果林，看到一位女侍在林下，他要求施捨一些果實，女侍沒有給他。這時，這時黑行者就行一些法印，眼往上看，整個水果就從樹上掉下來。而此時，女侍也施法印，整個掉到地上的水果又都回到樹上。黑行者一氣之下，將果樹連根拔起。女侍也非常生氣，瞪著黑行者的下身，令其流出膿血，黑行者又行瑜珈的行為，拿一個頭蓋骨將血接住然後喝下去。當他正在飲血時，女侍又瞪著頭蓋骨，血就一直從頭蓋骨中漏出去，黑行者就一直喝不到。接著黑行者去往海邊，尋找海浪的結晶體為藥引(西藏，海浪的泡沫結晶可作為藥用)，來治療自己的病。但在路途當中，空行示現一些神變在他身上，他也知道即將身亡。就告訴周邊的人，請七天不要碰觸屍體，七天之後他將會回到這個身體當中。這時，空行就化現為一平常婦人，告訴村人有一個屍體，應該火化掉否則會變成殭屍，不然七天後會對地方不利。雖然剛開始找不到，可是最終還是被找到，就將屍體火化了。七日之後，黑行者手持鈴鼓示現於空中找尋他自己的身體，但已經找不到。在此表達，黑行者雖修證已有一些成就，但是違背教言，就會出現很多障礙。

再說世親菩薩的故事。他是小乘中有名的大師智者，對佛陀教典了然於胸，有人稱他為第二佛。他原是跟隨在天齊地方的一位名普善的班智達，而他的兄長乃是無著菩薩，是大乘的主要學者。兄弟二人在佛法上沒有相互學習，本來世親菩薩並不承認大乘佛法，他認為此非佛教。但經過慢慢研讀，認為大乘的一些觀點非常重要而產生了一些信念，後來就學習大乘教法，最後對大乘佛法融會貫通。可是當他對大乘佛法比較了解後，反而覺得小乘不夠究竟，而對小乘產生捨棄的心念。世親菩薩運用辯證種種方式，使很多小乘行者捨棄小乘而轉為大乘。此時他的上師普善聽到一些有關他的言行總總，就想要來與世親辯證，問他為何由小乘轉為大乘。當世親知道後，基於不好意思，就前往尼泊爾來避開普善。當他到了尼泊爾看到一些佛

教徒穿著法衣在耕地，他就對佛法感到很悲哀，後來就在尼泊爾涅槃了。涅槃時，他將尊勝頂髻母的咒語顛倒的唸。世親菩薩的靈塔即建於尼泊爾。在此表達，違背上師的教言而產生的一些障礙。

在五濁惡世中，上師示現各種法門來調服攝受眾生。應將上師的一切如佛般看待，視師如佛。如金剛頂續經、無二別續等皆說：「只要理解上師乃開導我們解脫道路的人，了解上師乃三世諸佛之唯一本體。上師示現各種不同的方便，我們無法確知，所以不應對上師的行為產生邪念，應視師如佛。」

過去佛已涅槃，未來佛未出世，現在佛事業的支持者乃以善知識為主。故應視善知識如佛的示現，應了解佛的如來藏與上師的如來藏是無別的。小品般若：「過去一切佛，現在的善知識，其本體的如來藏是無區別的。」

各種續部、密集續等：視師如過去諸佛般看待，對自己善知識上師能恭敬誠信的供養，所累積的功德是無量的。

要如何恭敬供養上師呢？

1. 用世間財富來恭敬供養上師：這會使自己得到很多利益，使自己產生增上的心與修法的能力。居士請問經：「不論佛陀或善知識，給予你即使是一個偈頌，也應以虔敬心或財物來供養，不可含有一絲狡詐的心念，才能得到正法。」
2. 儘量圓滿上師心中所有的願望：雖然上師心中所想的只是小小之物，但因你滿足了上師之願求，功德資糧是很大的，例如能得世間的榮華富貴。
3. 以無我慢心來進行供養：無我慢乃指恭敬護持的心態，須以非常虔誠恭敬

的發心來進行供養上師。許多經續皆指出對上師的誠懇信心是非常重要的。幻化續：「具誠懇信心的弟子，就能得到具證量的成就，如乾淨器皿中清淨的水能呈現月亮的倒影。」三寶云經：「無誠信就如被燒過的種子，不可能長出豐碩的果實。」

4. 以恭敬欲求心來憶念上師的功德：應全身汗毛張開、眼含淚水，對業及因果產生強烈的信念。以上三種屬於清淨的信念，以此信念來了解業與因果的觀係，進而脫離業因果，達到涅槃。當理解了輪迴、業、因果的一些過患，要欲求涅槃時，欲求的信念就會產生出來。能具足如是信心，真正法的種子才能在心續中開始出現。

三寶明燈經：「就如手腳對人的重要，信心就如世間寶藏，但雖有誠信而有慢心，則仍不能得到究竟。」笑說西藏人的祖先是猴子與羅刹交合，外貌不是很好看，好像是泥巴戳了幾個洞；所處之地為貧困之地，稱惡鬼地。西藏人不好看又愚笨，那還能生什麼慢心呢？

三摩地功德經：「善男子應如何對善知識誠信的去理解聽聞呢？」

1. 應非常恭敬的供養善知識(導師)。

要以一種懷念的心態來珍惜擁有並愛護他，理解到失去他們是非常可惜的。莊嚴經：「善男子應視己為病人，視善知識如醫生，其過程(次第)視為藥方看待。有如遵守醫生所開的處方來吃藥一樣，修證自己的聽聞實修。如是地恭敬誠信來恆常依止上師」。三寶云經：「有如所有江河支流都匯集於大海，若沒有慢心，對於善知識所給予的一切教導，均可融入心境當中。若一菩薩具有慢心來修行，則不可能產生功德信念，他是被魔的慾鉤所勾住。」經云：「自己於供養善知識時，

應捨棄自己身體一切的不良行為，如法的恭敬供養，講述正語，意亦如是，凡事以三門清淨供養上師」。別解脫經：「佛告舍利子，菩薩應捨棄一切，恭敬供養善知識，此能斷除一切束縛之觀念，能行一切功德。」

2. 不墮損誓言的戒律來依止善知識。

經云：「一切善知識(導師)是願一切眾生具樂，得證菩提。」當我們不墮壞三門戒律，如是修習善知識所給予的正法，就是最好的供養。如是進行這樣一個正法，捨棄一切不善業。攝集經：「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。」捨棄一切不善業—即三學處的持戒圓滿；守護一切善業—即三學處的智慧圓滿；將一切攝聚於此心—即三學處禪定圓滿。

前面所講三種供養：財富、三門清淨及三學處之供養，以修證，即進行三學處來進行供養最為殊勝。維摩詰經：「一切最勝供養中，法供養乃最為殊勝，也是無上之法。」又對太自在天說：「不應以財富供養，應以法供養，為最殊勝。」極寂靜聞經：「如文殊菩薩言：對恆河沙數般諸佛，以恆河沙數般珠寶來供養，也不如在善知識處聽聞佛法、思惟，實際在心中修證之功德，此功德最為殊勝。」可是這也不能有慢心。雖不能實際到善知識處，但是在心中思惟，願能前往善知識處聽聞佛法、思惟並進行修證，這思惟的功德便大於恆河沙數劫財富寶的供養。若只是思惟即有如此大之功德，實際去做就更不用說了。

依止善知識所得到的利益是什麼呢？乃是世間不善業的想法不生起，淨除一切垢障，不為非人擾害，不墮三惡趣，並使未來能得見具相善知識的因緣。莊嚴經中對依止善知識所得的利益，亦持相同說法。莊嚴經：「能如是恭敬供養善知識，佛陀都會感到歡喜。不違背上師言教之人，會愈來愈靠近遍智。對上師之教導無任何疑惑之人，則善知識的一切功德都將具足。恆常意念善知識的

人，所欲求的一切事業均將現前。在依止善知識時應不懈怠，不應以放逸之心進行。」

依止善知識後，應不懈怠，首先應聽聞具義之法。經云：「聽聞有如開啟一切道路之明燈，是其他盜賊無法偷走的；聽聞能開啟一切愚痴的黑暗；聽聞是斷除一切愚昧的武器；聽聞是得知一切方便法的友伴；聽聞是一切如寶藏般的名聲；聽聞是你永遠不變的朋友。」

當貧困時，有些朋友可能會離開你，但聽聞經續所得到的知識，才是最好永遠的友伴。聽聞能幫忙進行整理比較；能祛除一切名聲，變得謙虛。你的聽聞能讓眾人歡喜。但是只有聽聞而有慢心，又不具修證的訣竅，即使是表面如禪定，也已被慾望之鈎勾住。

慧海請問經：「即使是做了一些聽聞，遠離吵雜、前往幽靜之處，少做造作之事，心中進行禪定，依於定念而產生了一些歡喜，降低了自己的一些煩惱，但也只是開始降低煩惱。倘若沒有利他之心，為成熟眾生心續的歡喜心，此也是被慾望之鈎所勾住。」

前者是有些許聽聞但無修證且不具口訣，慢心生起，是一種慾魔之鈎。後者乃雖具廣的聽聞，但只有利己而無利他的心念，是屬於第二種慾魔之鈎。

集學處經：「因未聽聞，故心不能調伏，會產生如掉入懸崖、墮入地獄般的痛苦。若要脫離此痛苦，應廣聽聞。聽聞是非常重要的部分。」律儀經：「有一屬於弱智的羅漢，因沒有口訣的肯定，故有過患。」

在一事續的經典中說，在聽聞時應捨棄一些教典，如一些世間法(如何看待男女、動物、寶物、武器、醫藥、心算等之世間法)，應學具義之法，具義之法乃是聽聞對治煩惱之法，這裡講的是指修證時的觀念。捨棄一切的榮華富貴，乃指捨棄一切為此世富貴所修口訣

的世間法。但也有其他的經典教導我們，作為一個菩薩，任何醫學、心算等都要學習。

薩拉哈哩道歌：「應尋找具義之法。具義之法如同上師之口訣，有如甘露能熄滅一切煩惱。無義之法如處於沙漠之地，雖口渴但卻無法解渴。」經云：「應學習一切具義之法，捨棄一切無義之法。並不隨學有斷見、外道行為之法，不學任何不合解脫道路之法。」

如何進行攝受具義之法？寶性論：「應聽聞具義之法，並接受與佛法有關之法，能捨棄三世一切煩惱之法。」法代表能寂滅寂靜、一切煩惱，法是具足利益，我們要聽的是佛所講的，接受能仁的真實語諦，其他的均應捨棄。

理解法從頭到尾皆為善。文殊真實名經：「智慧勇識妙吉祥，真實名號最殊勝，是甚深義廣大義，無比大義最寂靜，初善中善及後善，過去正覺等已說，於未來中當演說，現在圓滿諸正覺，亦皆再三而宣說。」如我(仁波切)上課時，皆由初善、中善、結善來解釋。

法自始至終，均以善為主。應如法修行，並積聚二資糧—「有緣取的福德資糧」與「無緣取的智慧資糧」，或兩者雙運，福慧二資糧的積聚。秘密不可思議經：「整個即在講二資糧，以有緣無緣來積聚二資糧。」

在聽聞善法之前，聞法之器(聽聞之人)也要清淨，才能接受此法。聽聞之人在聞法時的三器過，以聞思修來解釋：在進行聽聞時，應捨棄器物倒覆之過失；在進行思惟時，應捨棄有漏失之過失；在進行修正時，應捨棄有毒垢染之過失。聽聞之人應以增上善心來聽聞，若沒有一個進取善心(很好的記憶善之心，而非忘卻之心)，不可能產生正知正量。

利益增上心經：「如同甘蔗，甘蔗的精華是在裡面而非在甘蔗的皮。當嚐到甘蔗皮的一點甜味就以為是甘蔗的甜，是沒有得到甘蔗的精華。所以我們在學佛的過程中，不要只學外在的皮毛，應該實際體驗內在的精華。」

聽聞之法而沒有進行思惟，將不可能將煩惱寂滅，會隨煩惱流轉輪迴，就如口渴之人也會被水給淹死一樣。只是廣聽是沒有用的，會要思惟，前往幽靜之處進行所思惟之意。

問答錄

Q：關於常啼菩薩的故事，商人女及其家僕五百人後來如何了？

A：法盛菩薩已經是一個禪定百門自如之人，他所攝受之眾生都是有根器的。這五百人能跟隨常啼菩薩去晉見法盛菩薩，他們既有此緣起，一定也得法意。法盛菩薩有六萬一千個女侍圍繞。以大乘角度來看，一切眾生皆有佛性，皆可成佛，表示男女平等，是已達成就自如之人。其最主要是表達為什麼他們能不捨五欲，表達他對菩提的心念以及對空性在修證中的理解，能夠無一絲毫的利己之念，所以可以不捨五欲，而現這樣一個法相。

Q：世親菩薩的故事，棄小乘轉大乘，在我們的觀念中是正確的，後來世親菩薩也不願與上師起衝突，但為何後來他是違背上師呢？

A：主要是說上師教導的重要性。在他學習其他教法後，雖然沒有正式面對上師說你的法是錯誤的，可是從另一角度講，他將很多弟

子轉變為學習大乘，在上師的本意裏，那就是一種違背。表達上師的言語是非常重要的。

從小乘的角度講，主要是以律儀為主，一個律體清淨、證得的善知識，乃是以利己為主。大乘則是利己利他。菩薩乘不只是清淨戒體，還有其他差別，如是否具足利他之念等。密咒乘是視師如佛，一切成就來源均得自上師。世親菩薩是將二者相混雜，總的來說，就是有違背上師之言語。

Q：世親菩薩往生時，咒語反著唸是什麼意思？

A：這是一種緣起。尊勝頂髻母是一祈願長壽的法，他倒著唸的時候，就是說他準備死的意思。一切法皆是緣起，他開始示現涅槃。

Q：世親菩薩這樣做，是涅槃或是自殺？

A：世親菩薩在印度地方是可以稱為第二遍智之人，對生死已經自如，不需要用自殺來進行。一個自殺的人首先要尋找一種方法，還需要經過痛苦，不可能反著唸咒語就達到死亡，這是不可能的事情。這裡表示他對生死已經自如。如果我們試著反著唸，想死也死不了。

Q：視上師如佛，上師與佛的如來藏是無二無別，眾生與佛的如來藏是否一樣？

A：當然一樣。在如來藏的本體上沒有任增減，大家都是同等。因為有如來藏，所以可以成佛。

Q：我們也應視自己如佛？

A：如果視自己為佛，那就還有一個「我是」、「我」的念的執著，那是一種「慢」，是被分別客塵垢染所垢障，垢染清淨才能成佛。

Q：黑行者的故事，因違背上師囑咐打開了寶盒，因而遇到了障礙，後來在墳場行梵行應該不是障礙吧？

A：這裡表達瑜珈行者有一個能力能夠轉化自如。他本來可以行更大的利他事業，但因為他違背誓言，所以無法把利他事業的能力圓滿。他曾不只一次違背誓言，但都還可以示現修證的能力。他本來可以成為一個最殊勝的利他瑜珈士，但他因違反誓言，所以無法圓滿這一切。像勝樂續裡的六個續的註解都是黑行者所講解的，他的成就上是無以比喻的，但因為他違背誓言故，所以無法廣大利他事業，就如他沒有好的徒眾來接受他的法典之類。他是有點我慢又性格強烈的人，屬印度八十成就者(如那若巴等)同時代的人，應為南印度人。

Q：善星比丘已達四禪的境地，還是沒有達到佛的正法，表示只是禪定不足以生慧。中國人常說的戒定慧，達到甚麼樣的定才能生慧？

A：這裡是指禪定由欲界達到色界再達到無色界時，應已達到無念，但對空性還有一些細微的執著之想，如認為空性如虛空般之念。因為安住在這個「想」上面，所以無法產生智慧。智慧是不安住在此想上，是離四邊，它不只不安住在此想上，任何一切相均不執相，但能使相解。在這種覺性上，岡波巴的解脫莊嚴論也講述這種定，在經過無念的定後，最終還是會落入細微的想蘊上。從他的故事中可以看到他認為裸衣行者無因無果，也可以知道他的理解程度是落在哪一邊。理解空性之人，他對因果緣起、緣起之法更能細微的理解。空性的意思，並非是將一種物

體拿走後的空，乃是物體本身就是無自性的空，依於緣起慢慢產生外相。

Q：所以依於佛法才能發慧，而非因禪定才能發慧。

A：同樣的道理，光「定」不能產生「慧」，要經過聞、思、修的整個過程。但是禪定也有它的能力，比如「他心通」等。像世間其他教派的禪定都具有這樣神通的能力。從最初大家共通的「定」到最終，區別出佛教的不同。佛教的「定」是本身自性具足的，不需外求。

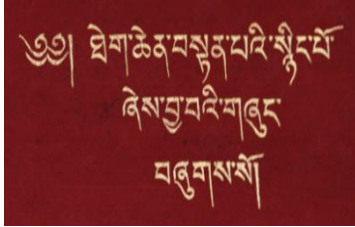
Q：一般了解聞後而持戒，思後而得定，修而得慧，禪定與此定是不同之定？

A：三學處，「諸惡莫作」代表持戒學處；「眾善奉行」代表禪定學處；「自淨其意」代表智慧學處。聞乃聽聞，到思才有思考。從共通的角度來講，禪定本體的意義是一樣的，只是到了佛教裡才慢慢分為不共的禪定。

以菩提心來解釋三學處：如接受菩薩的戒，從世俗菩提心到勝義菩提心，首先接受菩薩戒二十種戒，屬持戒學處，進行菩提心禪定七種因果禪定法，屬禪定學處，勝義菩提心離一切邊，指智慧學處。

Q：不共禪定是什麼？

A：共通指屬於止再進入觀，不共的乃指止觀雙運。



大乘精要(3)

朗欽加布仁波切 講述

2006 年 1 月 21 日於美國中心

敬安仁波切口譯

岡波巴編譯小組 紀錄

首先，在聽聞佛法前之動機是願度一切為無明所轉、於輪迴中流轉之如母眾生皆能脫離輪迴苦海。大乘精要的講解在西藏的傳統，是以如身體軀幹及四肢的架構來解說。

上次講到了「基、道、果」的過程。基是指眾生本具如來藏，卻被分別客塵所垢障，如何被垢染及用如何方式來淨除無明垢染。道的部分，要認識此道並加以學習。應如何學習而知道此過程，及學習後如何去修證，最後把它體驗出來等步驟。分支部份，就講述了聞、思、修的過程。在聞、思的過程中，如何去依止上師、上師所應具備的條件、弟子應具備的條件、及聽聞佛法後如何去思惟此佛法。

這次要講述「修證」的部分。先經過聽聞之後，再經過思惟，對佛法產生一定的定解信念，當有了這樣的定解信念，就開始走向修證的道路。在思惟佛法過程中，定解是非常重要的。當對佛法有了真實的了解後，以此作為基礎，才能進入下一步的修證。

修證首先需要依止的是一個幽靜的處所。當我們在學習佛法中，經過思惟產生「定解」，這是一個非常重要的基礎。假如沒有很好的定解，即使前往幽靜處也可能待不到一兩天，更別提年或月。即使待下來也可能心無法靜下來打坐，所以在思惟佛法時，定解是非常重要的。如何依止幽靜之處呢？目前我們所處尚不算幽靜之處，仍屬吵雜人聚之處。此幽靜之處是指過去傳統的真實修證所要依止之幽靜之處。去幽靜之處，對自己

思考理解所得的定解做真實的修證，此乃一切善業中最殊勝的。

三寶經：「慈氏，做為一個供侍菩薩之人，所得善業是非常廣大的。在供侍時應以侍者的方式，對進行早晚課讀誦的菩薩進行供侍，可從中得到一些如讀誦經文之法門，這是很好的功德。」對於清淨正念修證的菩薩進行供侍是最殊勝的，因為我們供侍的是無上、殊勝的智慧。

三摩殊勝經：「雖進行無比的供養與布施，均不及對一個日夜禪定之人進行供養。」因雖進行大量布施、持戒，但在尚未達到禪定前，雖有些善業，但因廣聞、持戒、布施等行，會產生一種強烈的慢心，促使他最終墮入三惡趣當中，即使從三惡趣當中脫離出來，也可能不是個具足圓滿的人身。所以還是以禪定、定念為主最為殊勝。若人具有三摩定的禪定，能斷除一切生死妄念，將脫離生死的觀念，達到無上智慧，這才能清除一切惡障。

如能遠離世間吵雜處而前往幽靜地，依於幽靜處的禪定是會愈來愈增上。雖然在村城中也可進行禪定，但在幽靜處其功德是無量的。在月燈經中特別提到幽靜的功德，告訴我們修證之人應前往幽靜處，離一切吵雜，如獨處的犀牛般(犀牛乃獨立生存的動物)，將得證禪定功德。我們應依於幽靜處，離開城村約五百由旬之處(指寺院)，內心依於正確思惟進行修證，這是一切諸佛成佛所行之路，未來也將依此功德，一切圓滿任運。其

利益功德，如人世間的榮華富貴，象群中之象王，但這些均非究竟。作為一個禪定之人，應捨一切有為之法。當心嚮往幽靜處，只要往幽靜處走進七步，其功德就已增上了。

各色花佛的故事是在說「人能具有三千大千世界之福德，卻不及一個具出離心之人的福德。」在迦葉佛，多量劫之前，出現一位佛陀名各色花佛，有一轉輪聖王名元龍王，他已有一千個王子，其後又有兩位王子從他的胸中化現出來，一名法，一名賢。當時，此轉輪聖王對各色花佛及其八萬四千家眷的菩薩比丘們進行了八萬四千年無比的供奉。此二位王子去到佛前，用意念請問佛，他們的父王經過八萬四千年所累積的功德，有沒有任何他法可超過此功德。當時，地產生了六種震動，法、賢二位王子遂請問佛為何有此異象？佛答：「此乃因為二位所問為殊勝的問題，當然有此現象。」當時有一位佛的比丘弟子名賢善：「請再詳述你的問題。」當時各色花佛即打了一個響子暗示二位王子，二位王子就站了起來，各色花佛即告賢善及其他比丘眾：「之前二位王子所問，有何可超越其父功德之法？」當時，此轉輪聖王所累積的功德雖不可思議，但其所有的善業功德，也不及能使心住於正念的三摩地中，亦不及前往幽靜處的方向前進七步的心念。為何稱此功德無量？因一切諸法本無來去、生死，能夠住於當下，其功德是無量的。當各色花佛講完，二位王子就出家了。當時迦葉佛：「過去的此轉輪聖王即是我迦葉，王子賢即太迦葉，王子法即文殊菩薩，比丘賢善即目藏菩薩。」

當二位王子在各色花佛前出家後，就進行禪定，並沒有進行任何繞佛塔等行。當時即有人對二位王子提出議論，因其不對如來、及舍利塔進行供奉，故此二人乃非正法之人。此二王子比丘即回答：「您知道是何因成為佛舍利塔？是何因使其成為如來？如何使其歡喜？因過去的如來是以持戒禪定解脫及所產生的智慧而得此一切，如今我也如是以這

樣的因向他們供奉。」有人問：「你的意思就是我們不必去繞佛塔了嗎？」持戒本身的意義是不做任何造作之事，智慧本身的意義是離一切有為的智慧。應如何進行供奉呢？應進行無為的供奉，而非有為之行。應如何進行無為的供奉呢？王子比丘說：「朋友，你們因為有一個「我」，所以有一個對象要進行供養。但對我而言，已經沒有我和我要供養的佛，所以我是以無任何所見進行供養，這就是無為的供養。若你對特定的佛進行供養，則你將無法圓滿供養，更不必提供養之物。若真正對如來學處真實理解，那也無任何要進行供養的，也無所供或沒供的懷疑心態。」以此譬喻來進行，應如是處於幽靜之處，做無為的供養，供養諸佛。如果未能處於幽靜之處，有何害處？若一直處於吵雜城村當中，未來可能墮入三惡趣當中。

編輯註：中間錄音漏掉一段，敬請包涵。

應尋找大成就者、比丘們過去修持或加持過的地方來進行修證，或是尋求對身心無傷害、有水草樹林的環境來進行修證。支阿闍維：「所要尋求的幽靜之處，乃過去獨覺、菩薩、如來等，進行修證、累積功德或加持的地方，可幫助我們得成就。若未能尋得如此加持之處，也應尋找清靜之處。」所講清靜的地方是有溪流、花草、無毒物、充滿藥材的清靜的地方，日間無人吵雜，夜間無野獸擾害的地方。三寶云經：「清靜之處也指離托鉢不太遠的地方，易於取得飲食，水、木材、火都不缺，遠離盜賊的地方，若是洞穴就更好。」在托鉢路途中遠離一切危險之處，是最殊勝之處。以前是沒有汽車的，所以大部分的地方都是這樣的。有人又問：「有如是具足功德幽靜之處，我們就住在那裡，可以嗎？」答：「只是住在那裡也是沒用的，我們應尋幽靜之處精進。」所以我們要思惟為何來此？是為了圓滿一切善根，願得清靜正等禪定，如此開始精進。

某施主請問佛：「只住於幽靜處，是否圓滿？」佛答：「應思惟為何要去往幽靜處，若只是居住於此幽靜之處，而稱這就是修士，是不對的。有如獵人或動物，他們也住在幽靜之處，他們也是修士嗎？他們的名字是不能稱為修士的。此時應修思惟我願圓滿一切善根，將所思惟的真正究竟義現證出來，這才是我們要趨向究竟的明確方向。處於幽靜之處時，對持戒、禪定、智慧如理做到，使自己不為分別妄念所轉。」又問：「若往幽靜之處只是達到身語清淨安定，是否即達修證？」答：「若只是身語的清淨而認為這就是清淨，那是不對的。你會慢慢產生一個強烈的「慢」，認為「我」在打坐、在修證，你將被煩惱意識所轉。當心一直放逸於我慢煩惱之中，將不可能達到究竟。」

般若八千頌：「若只是進行身語的清靜，則連世間的禪定都未能達到，更遑論菩提。」施主請問經：「我獨處幽靜之處時，是將門敞開著而不關門的。我若有存在、所求、執著等之類的想法，則這一切都是錯誤的。我應放棄一切執著觀念，當真正沒有執著時，即便處於吵雜人群中，也不會有什麼區別。」處於幽靜之處的人像住於山洞中，洞口是沒有門的。若有執著存在，則將被愚痴所染。若一直沉睡在放逸當中，就是一種執著。學處經：「若人一直處於放逸、渙散的心，一直處於睡覺中，就如被愚癡所染，此時可能就被非人、天龍八部所妨害。當貪睡一次後，這習慣性就會越來越多，進行禪定時，都不可能有很清淨的心念，不可能達到清淨的見地，智慧會越來越遲鈍，然後開始有惰性，無智慧等害處，因被睡意所困，身體也漸感無力。此時對精進之人反而會說：「幹嘛跑的那麼快，做得那麼勤快。」會把自己所具有的一切白善業都毀了，反而變得很無力、煩困。於幽靜處是應捨棄一切貪著放逸之心。」

於幽靜之處，如何進行思惟？迦葉請問經：「請問佛陀如何依止於幽靜之處？」

佛答：「依止於幽靜之處，意應處於八種方式。應捨棄一切對身體、命、事業的執著，應處於一切佛法功德當中，處於法的本性本體當中。不住於邪命的生活當中，力求圓滿，一切所要證得的義當中。」

迦葉問：「如是依止幽靜之處，身體應該如何？」佛答：「坐在舒適的坐墊上，具五支禪定的方法。」五支禪定乃指調服身體的五種氣：上行氣、下行氣、平等氣、遍行氣、持命氣。我(仁波切)認為馬爾巴大師的的坐姿，如唐卡所繪是五相坐姿。腰挺直，雙腿跏趺正念之；腰挺直調服持命氣，雙腿跏趺坐調服下行氣，雙手置膝調服平等氣，氣息自然呼吸調幅上行氣，眼微睜直視前方調服遍行氣。應捨棄對禪定的一切過失，以具禪定一切功德來進行，讓身體與心趨向平等。不過於放逸自己的身體，也不讓身體有過多的造作，讓「定」住於自然的禪定中。腰挺直，雙手執定印。執定印的方式是左手放下、右手放上，拇指相對觸，此乃如來之寂靜定印。眼如如來般禪定，如佛相般，釋迦摩尼佛的眼是未閉的，依於如來的身相般。這種腰挺直、持定印所修行的功德，是我們脫離一切放逸的根基，使我們的心處於清淨當中。

律儀經中也有講述到這樣的坐姿所得到的利益。當時，在忉利的地方，有一個甚尖的山頭上，住著五百獨覺佛。其對面的山上也住有五百外道仙人，五百隻野豬及五百隻猴子，均處於此幽靜之處。當這五百隻猴子繁殖越來越多時，猴王開始擔心食物供給不足。所以當有小猴子出生時，猴王就會去殺掉剛出生的小猴。母猴們就商量，當有小猴子出生時，不要去告訴猴王，來保護小猴子的生命。有一個母猴如此保住她的小猴，在小猴稍大時，被猴王發現，即將此母子趕出猴群。如此母子二猴輾轉流浪到五百獨覺禪定的地方，間接也聽到一些他們的說法，吃食獨覺們剩下倒掉的水果維生。平日獨覺們持定印打坐，猴子也學習跟著依樣打坐，

慢慢變成一種習慣，跟著獨覺們該吃的時候吃，該打坐的時候打坐，行為上是越來越像，猴子也越來越喜歡。之後，當獨覺們示現涅槃、展現神通，上身化火焰下身化水而去。當時，兩隻猴子非常痛苦獨覺們都不見了，遂又開始流浪去到五百外道仙人的地方，聽仙人講法，吃仙人剩下倒掉的食物，猴子就又在此住下來了。當猴子見到仙人用其他不同的姿勢進行禪定，有雙手往上，或一手往上，或眼盯著腳等時，就會用手去打仙人的雙手，要他們將手放下，改用猴子已習慣的禪定方式。仙人們覺得猴子們對他們的苦行有障礙，遂要求對面獨覺地方的人請將猴子帶走。對方乃告知仙人此猴子乃是在有念知之情況下禪定，與你們的禪定不同，其實猴子是在教你。仙人沒辦法只得照著持定印的坐姿打坐。然而猴子的持久力比仙人還長，慢慢的仙人們的善根顯現，也得到了世間的禪定。依於過去累積的善業福報，開始顯現本具的智慧，真實得證菩提。這個故事是說明身體的坐姿要點也是一種功德，其利益之大。經云：「如同過去釋迦摩尼佛是在菩提樹下以金剛跏趺持定印的方式得證菩提，我們也應如此。」

現在要再一次講述如何去思惟甘露四法。

1. 思惟死亡無常，對治貪戀此生。
2. 思惟人生難得，對治放逸懈怠不精進。
3. 思惟因果，使此生變得有意義。
4. 思惟輪迴過患，對治對貪著此生的享樂。

思惟死亡無常。當在此生，不應為謀求名譽、財富或世間的成就而進行修證。秘密瑜伽續：「不為此生而修證，就如外道裸衣派等所進行的修證，也不應為此生牟利而去修夜叉、養小鬼之類等，也不應以持咒持氣修證神足(可以走得很快)，也不應為謀求自己能看到地下寶藏而進行對眼的修證，或修證可以使用心術將國王的心迷惑的修法，

或只是為了個人世間的財富而用各種不同方式進行息增懷誅。我們不應去做此細微成果之修，應將心放置於無妄念，而專念於達到究竟解脫之果。若只是以「只為此生利益」的觀念而進行修證，是無法達到殊勝成就的。在心續中沒有生起強烈的死亡無常的觀念，是無法達到正確的修法人。雖然說是一個精進者或是智者，均非圓滿，總是會被拖下去的。

我們現在很多修行人，均被世間八風所染，心續沒有真實生起死亡無常的觀念，這也是為什麼在許多法之前都要講四加行。這裡所講的死亡無常即是四加行中所說的死亡無常。這與蓋房子的地基是最重要的道理相同。當一個學佛的人心續中未將死亡無常的觀念正確建立，雖然想要修習正確佛法，想要理解達證空性，雖有此想法但根基卻不穩固。常常覺得在修法過程中需要很多助緣，譬如去進行閉關，但當助緣具足時，又覺得身體不適、不能睡覺、有魔障害、又有甚麼細菌干擾，各種情況出現，又會退失出去。這就表示在心續中未將死亡無常的正確觀念生起。

在內心中死亡無常真正生起時，應該是放棄此生，一心專注於修證。當未曾真正生起時，是無法將此生放下，還是會有很多貪念，無法從貪念中脫離出來，做任何事還是又回到原點，任何修證都不能達到一個很好的標準。大方廣遊戲經：「不只是人無常，三界一切也是無常，如同秋天的雲，天氣也是變化無常，人生如夢，壽命如閃電，如瀑布流水，也是一剎那一剎那。」表示三界一切均在剎那間變化，一切均是無常。

當思惟人無常時，首先是往外去思惟器物。世間器物由須彌山到四大洲，一切均是無常。如過去經典中解釋般，最初世間是一片空寂，空寂中產生微風，微風越來越強烈，其間形成如鼠毛尖般最微細的微塵，微塵愈積愈大，才開始展現東南西北上下的方

位，當方位愈來愈大，才開始形成水域、地基、須彌、四大洲，宇宙才開始成立。簡要解釋與一般佛教講的世間宇宙是一樣。首先成立的是外在世間器物，當外在世間器物成立後，才有人類的形成。以佛教的解釋，此時即欲界光明天形成，當光明天開始變成粗狀時，就產生了人類。這一切都是從無常開始，本來是無開始而到有，當世間一切形成的同一剎那又在改變，最終在末劫時，一切被火焚盡。末劫之火有如七個太陽的熱量，此時整個世間的草木均被燒盡，水、河流全部乾涸，四大洲全部被焚滅，連梵天及梵天以下全部焚盡。以上在大方廣遊戲經中有所說明。由此告訴我們，世間一切均為有為之法，一切均為不堅固，沒有任何地方可歇息，一切皆為無常，隨時都在改變，不應對世間法執著。

龍樹菩薩勸戒文提到：「思惟外(大)世間器物，連四大洲須彌山都不留一點灰燼時，弱小如我們人的身體就更不用提了；思惟內(小)南瞻部洲，可由四季的改變，春生、夏長、秋收、冬藏，而知道一切都是在無常之中；思惟有情世界，思惟人生無常從出生、成長、到老，我們都會經歷這些人生過程，一切都在改變。」從個人的改變也可看到整個國家也在改變，也可從世界看到大國侵略壓迫小國，一切都在無常當中。

由此也可理解到自己不可能無死長住，自己也終將走向死亡。以壽命的角度來看，也會因年月日秒都在瞬間剎那間改變，沒有任何一個地方是可以停息的。當一切都在瞬間改變中，我們是愈來愈接近死亡。觀察周遭的親人或鄰居，不論已往生或在世者，對無常的觀念便更將清楚。理解到一切都將毀滅走向死亡，心中才會想到自己也終將回歸死亡。

特殊集語：「當去墳場看到那些屍體慢慢腐爛發臭，皮膚光澤盡失，這時就要想到自己最終走向也是如此。入菩薩行論：

「當我去往墳場看到墳場中的白骨時，想到現今雖活著的我，最終也會如此一堆白骨，願我心中也能生起無常的觀念。當看到肉體被焚化餵鷹，當思惟我的身體最終也將步上如此過程。」戒王經：「最終我們的身體就如同墳場中的屍體，雖有眷屬在哭喊，但不論是餵鷹或焚化，終將走向死亡。如同眾生的無常，國王你的身體也是一個無常之體啊。」

對內有情的無常，我們應該一直思惟人身無常。因為我們平常對自己的身體都有無明的執著，認為身體非常好，要擁有它保持它，這叫做「常執魔」。我們應該用人身無常來對治此常執魔。應理解身體是無常之體，是不堅固，非常脆弱，是沒有一點精華的。要了解身體只是血肉膿血組合而成的一個身體，當你對自己身體產生執著時，五臟肺腑所產生出來的不淨物，其實只是一種病體垢染的來源。自己呼吸氣息的改變，或由嬰兒期到現在行走的改變，都可看出這一切都是無常的過程。

無垢稱經：「身體其實是一切病體的來源之因，它只不過是如同海泡一樣，比較堅固而已。雖然海泡剛接起時，可當藥用，但也只是短暫的堅固。當再用力壓時，它是會破的。人的身體也如同河流或水上的水泡，是剎那顯現、剎那消失的。也如同芭蕉樹、蔥一般，一層層剝落後，最終是沒有一個實體的。此身也是如同由魔法變現的幻身，若對此身有執著，就如同在夢中的執著。」

身體是依附於過去生的業力所展現出的色相之體，是要依於外緣才能成立。就像空谷之音必須先喊叫才会有回音，身體也是要靠外緣才能成立。身體改變四大而產生病源，就如同秋天的雲，剎那間從晴天變成陰天。身體看似是我們的執實之體，其實是我們畏懼之體，最終是要丟棄的。

龍樹菩薩的勸戒書：「人的生命是非常脆弱的，會被外在的一切所擾害。生命如同水泡般，人的生命是依於睡夢中的氣息，在呼出吸入之間，當下還能醒來已是非常奇妙，這一切都是無常。依此慢慢回歸到自己身體，了解人身一切均為無常，以此思惟。」特別要思惟沒有一個永久無死的地方，每個人都在死亡無常的過程中，可能很長壽也可能明天或當下就死亡，是不能確定、無法預知的。

涅槃經：「有生必有死，有年輕就有老化的過程，這一切都不離無常。當我們認為很健壯時，病可能就出現了。當我們認為會長壽時，死亡之主已接近，一切都處於無常中。在佛的生辰傳記中提到：「請問你在世間是否有看到或聽到未曾死亡之人？若有則我們可以成立「沒有無常」之說，但是從未見到，所以一切皆是無常。」

理解此身一定會死亡，一切法為「有為法」，所以觀「思惟無常」。凡依有為之法，一切事物都將會破滅。就像一個東西，有為法都是集聚的，如世間財富最終還是會漏盡，當集聚離開時就會破滅，表示任何都是一種有為而成立的，就是一種破壞之法，就是一種無常。過去佛、比丘、羅漢們均捨身而去，身體示現的都是無常，那我們就更不用提了。

經云：「一切有為之法如同陽焰、海市蜃樓般都是無常，這一切都是有為之法。壽命也是瞬間之無常，應以無常而觀之。」人的壽命由母胎開始，意識進入，微塵展化、化現開始改變，至胎兒出生，嬰兒由年輕到年老，整個生命都在瞬間改變，一再無常。也可由有為之法來說，如上午有那麼多人集聚在一起，下午時就一片空寂，這一切都是瞬間在改變。

入菩薩行論：「如同白天的太陽，不會長年都是白天，也會轉變為黑夜。如同此般，我的生命也不會永遠住在這裡，它一直

都是在改變，也不可能用甚麼東西去延長壽命。日夜都在循環中，我的壽命也在生死循環中，應觀此生就是一個無常。生命就像瀑布之水，沒有一刻停留，都是直接向下流。我們對於世間的無常平時就要有準備，就像與朋友相聚應常思考無常，理解我們現在有聚也可能分開，這種觀念平時就要建立，並不是所有事情都能如你所願做到，因世間一切都是無常，應將無常關注於每一個當下。」

總之，表達生命之無常如帶往屠宰場的牲口，當我們業現前時再也無法迴避只得隨順。死亡的惡緣隨處都有，但活著的順緣則非常稀少，生命如同風中之燭，瞬間就會被風熄滅，即使是轉輪勝王最後也會像風中之燭，還是會被熄滅。當對無常之法有思惟時，才會有強烈的修法心念產生出來。

問答錄

Q：在幽靜之處若只是身、語定而意不定，這樣的禪定，還不如世間的禪定。請再加以說明何為「世間的禪定」？

A：無意識界、無想界，都屬於世間的禪定，在尚未脫離念知的情況下，都屬於世間禪定。

Q：仁波切解釋了依止幽靜之處的功德。但當平日上班不能依止幽靜之處，也會因疲倦貪睡而變得懶惰散煥，有何方法可以改變自己，轉為精進？

A：我們要了解此論乃是講述針對一個已放棄此生，直接出離修定的人的過程。我們是處於在工作中同時修證，二者是有一些區別。在世間上，為工作勞累，思惟全在工作上，回到家已非常疲勞也只能睡覺。所以此論為什麼說「首先要脫離世間」，原因在此。自己必須用世間的方法幫助自己，不要馬上被隨性拖住，可以先開始做點功課，讓精神恢

復一點，或喝個咖啡、做點運動，讓心情開朗一點。

Q：每人所需睡眠的時間不同，睡到自然醒如何？

A：應以個人身體狀況而定。以藏區的角度來看，晚上睡眠時間是以個人狀況而定，但白天是主張不睡的，尤其是中午，對膽或潰瘍之類非常不利。雖然睡眠因體質不同而有差異，但有時也是惰性，會自然再繼續睡下去，這樣就不應該。睡覺是一種休息，但若慢慢學會打坐入定，禪定與睡覺的休息程度是相同的，且更甚之。

Q：醫生說睡眠多一點較不容易得老年癡呆？

A：真的有可能。豬睡的很多，但有人說豬很聰明。

Q：既然我們在世間修，是不是有變通的方式，可以去往幽靜之處，如閉關？

A：這個方法當然最好。有休息的時候，做一兩天的閉關。剛開始的時候不要太多天。禪定的誓言是不要超過自己的能力，不要違背誓言，對將來不利。誓言將時間慢慢增加，禪定就會自然累積。譬如說一天，就要把一天做得清淨、如法。西藏的習俗，若有誓言要做七天，一定要圓滿，若沒有圓滿七天就中斷，這是非常不好的緣起，因為違背了自己的誓言，以後做任何事都無法達到圓滿。開始由短的，熟悉之後再放廣，不要違背誓言，緣起是很重要的。

Q：由聞思修而產生的定解是最重要的，可不可以請仁波切多講一些「思」。

A：其實在聽聞時即是在思惟當中，如是聽聞、思惟是同一法門。在聞、思的同時，思最重要的。讓所聽聞的本來意義，在自己心續中有所了解，這就是思的過程。將過去所聽聞的意義，在心續中思考體驗，在下次聽聞到同一法時，就會有如是感受。若沒有做到這一點，就會覺得過去好像有聽過，那就是你過去沒有去思惟，在這就會出現困擾。如讀誦密勒日巴道歌傳記，第一次只是唸過，並沒有去思惟，看過就算了。在第二次讀時，好像有一些思惟，這就是第一次沒有正式去思惟，所以一次、二次、三次都有不同的理解，這就是思惟的過程。

Q：上回提到何為具格上師，請問何為具格弟子？

A：忠實、堅定、心意不會亂轉。可使心寂靜、不常發怒之人。具智慧。能忍一切苦，能忍不論從佛法上的苦行或世間的惡言惡語。秉直忠實之心，沒有奉承阿諛之心態。行一切善法，捨棄一切不善念。對眾生有慈悲之心。對上師給予的教導，不論上刀山下火海都會去做。對上師、同修師兄或他人所做一切善業都能生起歡喜之心，非常喜歡修證、做共修等。一生修證非為此生世間之樂，願來世能得證究竟果而修。上師與弟子之間如同密勒日巴依止馬爾巴大師般，亦如同那若巴依止帝洛巴一般。

我們今日非常幸運，口訣如流水般普遍。然而過去的上師為求得一個口訣是歷經艱辛。當他們要求得一個口訣時，上師不會馬上傳授，首先要先觀察你的心續，會先遭到為難，讓你產生恐懼抗拒，讓你本來的貪嗔癡念流露出來。這時，你應將這些心念降低，更加虛心求教，上師才會給予，經歷這樣一個苦難才求得一個口訣。

由馬爾巴大師傳記中可看到很多例子。如他的一個大弟子，俄巴大師請求給予勝樂

金剛的灌頂，把所有家產及所擁有的一切都奉獻給上師，當俄巴大師將所有家產全部供養時，家中只剩下一隻跛腳的山羊。為此馬爾巴大師不給他灌頂，因「你還留著一隻跛腳的山羊」，俄巴馬上要派人去取，馬爾巴大師說：「是你要灌頂，怎麼可以叫他人去取，應該你自己去取。」俄巴的家在很遠的地方，又因為山羊是跛腳的，俄巴只得背著牠走回來。當他把羊背回來後，馬爾巴大師說：「我的弟子為求法是如此的虔敬，我應該給予所求。」當準備灌頂時，密勒日巴想說：「我蓋了那麼多房子，為他做了那麼多事情，也一定可以得到灌頂。」他就坐在最後準備請求灌頂，可是馬爾巴還是說：「你不夠格，出去。」此時，密勒日巴心裡只有一個念頭，那就是去死，他心裡覺得他是無法求到法，只有求死才能得以解脫。這時，馬爾巴才把他拉回來，給予灌頂。從這些故事裡可以看出過去求法是多麼的艱辛。當我們看到這樣的行為時，並不是上師為難你，而是幫助你，讓你覺得在這一生裡這個口訣是最重要的，你的心才能精進專注於此，所以過去有那麼多人有成就。現在口訣像流水一樣流給我們，但我們卻不覺得很重要，而失去了精進的心。我（仁波切）和你屬於同一時代的人，我們沒有精進心，我們一生所做都不及他們過去一天所做。

Q：仁波切講解死亡無常，我心中感到很消極，覺得一切所經歷的都如夢幻泡影。如何能改變此心態轉為積極？

A：如密勒日巴大師，當他產生厭離心，他的心情也是非常痛苦。他就憶念當下已擁有上師所給予他的學佛修証口訣功德等等，他可以把過去所做改變過來，盡力的把心放在修證的口訣上面，這才是當下應該做的。這就像瞭解無常，心裡很難受，在難受過程中，應要了解其實我已是很幸運的，我已接觸佛

法也可以有時間去修法，應該把時間精力多放一些在修證上。應以這種心態來看待，不然也應了解思惟，若沒有利用時間去做有意義的事情，那又是一種浪費。當有難受心情時，更加深念法的功德，我再也不應該浪費，將此意念提升。密勒日巴大師剛開始時，也對死亡產生恐懼，即往深山進行修證，最終了解無死之路，再也不對死亡產生恐懼，而可以坦然面對死亡了。

Q：前面講到貪睡的問題，但是睡不著怎麼辦？應起來做功課嗎？

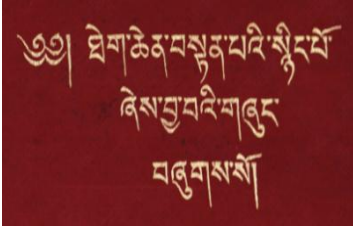
A：應思無常。真睡不著時就打坐，若打坐也不行，就念誦一些法本。

Q：要如何好好睡覺？

A：一般睡不著可能是時差或對公事一再思考，對事情有方法了，其實就可以睡覺。是要想儘快完成一件事情或是有疑惑，在這兩種心態下才睡不著。這兩種心態尚未完成之前，就會一直保持在思考中，讓你睡不著覺。

Q：若因修法而睡不著覺呢？

A：剛剛你們是說想睡覺，可是我們所講的目標是如何修證這個法，不是睡覺的問題。當你說修法讓你睡不著，讓你精神好，那可以一直以的修法下去，這是好的現象。但是在修法當中，心裡想著我為什麼還不睡覺的心態存在的話，那你的目標還是在思惟睡的過程，這樣思惟已經在改變了。睡覺是需要有一個規律的程序，每天睡前保持有相同的過程，睡覺會比較穩。如果有時睡有時不睡，有時又要工作，生理上自然無法入睡。



大乘精要(4)

朗欽加布仁波切 講述

敬安仁波切口譯

2006 年 8 月 26 日於美國中心

岡波巴編譯小組 紀錄

為引導因顛倒之見而迷亂，流轉於輪迴苦海中之遍虛空如母眾生到清淨正確的道路，以清淨的動機來聽聞大乘精要。

在藏傳大乘佛教的傳統，任何法門的開示都是依過去大菩薩的論著做為基礎，在此論的基礎上來進行開示，均不會偏離道。現今已很少有用這種方式來做開示，而只是直接教導一般世間的開示，那只是暫時給予我們心靈上的一點安樂。開示時並沒有以論述作為基礎，也沒有給予每個階段的口訣，會使我們覺得法不甚深。其實法是非常甚深的，從頭到尾是有一定的過程，開始去理解什麼是最初的動機、本具的基，再引用經典來開導，使我們走向最終究竟的果，是循一定階段層次而上的。一般世俗只是教導一些善心之類，給予一些暫時的安樂，並不能給予我們對真實本來究竟的甚深法門有所理解。

上次已說明在論的總說部分，如人的身體軀幹來解釋基、道、果，另用人的四肢來表達廣解部分來解釋。在基的部分，基礎乃眾生本具的如來藏，分障與不障，淨與不淨等區別；如何去淨除垢障，得到本來清淨的如來藏體。在道的部分，分四點來解釋：1. 所要認知與學習的是什麼。2. 思惟此道。3. 正式學習此道。4. 實踐修行。要認知自己的上師，如何決擇自己的善知識，一個善知識應具足的性向是什麼；如何去依止善知識；如何將上師給予的法門實踐修行。

認知善知識的部份是非常重要的，不論是經教或密教，我們一定要理解一個善知識所應具足的性向。若未能具足全部性向，但至少此善

知識不是以自利為主，而以利他之心為主。首先依止善知識，觀察至為重要。

從總體來說，在學習認知或請法時，應以恭敬法喜之心來求法。求法時勿以為高深的法門才是好的，而解釋較平凡的法門時就認為太普遍了，這是錯誤的觀念。就有如無常法，覺得是一個很普通的法門，常常聽到，但是要真正理解無常法是很難的，一定要從心續中生起無常法才是正確的。當苦現起時，能理解一切乃變化的體性，就不會為苦所轉。若內心沒有達到一定的見地，即使是聽聞一個高深的法門，也是沒有幫助的。

吉天頌恭的一意：「在他人教授中認為是平常的法，但在我的教授中卻是最深的法。」密勒日巴大師就是在心續中真實生起無常的心念，依於這個力量使他一生中見修圓滿。一直以來，我們對享樂的心態、需求他人的讚頌、供養奉承等這些貪戀，讓我們流轉於輪迴世間中。要如何對治？則須依於無常法，認知死亡隨時會來，沒有任何不死之地或以財富等來贖命的方式，可以讓你不死或能讓你從死亡的束縛中脫離出來。應知苦與死亡所帶給我們的感受是有功德的！若無真實生起對苦和無常的觀念，是無法從世間出離的。因為這種感受使我們生起趨向佛法的強烈心念，及催動我們精進修法。

我們開始此次的講述。死亡是無定期，在母胎、孩童、青年、老年的四個過程，均會發生死亡，並不是只有老年才會死亡。經云：「不要以為現在的身體是活力充沛而不會死亡，那是錯誤的。對死亡來講，死亡的惡緣是很多

的，而存活的善緣卻是很少的」。經云：「死亡是無法確定的。若認為今日狀況不錯，明天還會活著，其實是錯誤的想法，有可能下午就亡故了，誰也無法確定何時死亡。」不要被「會活著」的心念執以為常所擾亂，應常執「無常」的心念。一切生活的資具均可能成為死亡的惡緣，如房子可能因地震塌陷，衣服可能將小孩的頭悶住，食物可能中毒，親人可能爭鬥而死亡。

經云：「將四條不同的毒蛇放到一個器物中，因毒蛇們各有其食物嗜好，有的愛好藥草、牛奶、一般食物或是好血等。當只餵食其中一種時，其他三種就會攻擊傷害。就如身體的四大，要保持平衡是非常不容易的，當四大不平穩時，即會產生死亡的相徵。」以藏醫的角度來看，當四大中之一增勝或四者均微弱等的四大不調時，均會產生死亡的徵兆，如因四大不調而產生病源、細菌。四大是自己本身具有的，因不同的增勝、不調、不穩時，即產生各種不同的死亡徵兆。此表達生命有如馬尾巴毛般的微細。佛陀在廣大遊戲經中云：「趨向不死之地是不可能的，不論是住在天空、海上或深山裡，都不可能有一個不死之地。」

我們應理解死亡的惡緣那麼多，而使生命存活的善緣卻又那麼少，我們應該盡量把心趨向修行佛法。首先由一般的有漏善業之法，去增加累積福德資糧；再深入學習無漏的善業，深入佛法。不要認為現下身體很強壯，什麼都很好，其實這是一種錯誤的觀念。

廣大遊戲經：「生命如閃電一樣，很快會消失、又如未經燒烤的陶罐會被水溶解、又如水泡般、如芭蕉樹般…等等來比喻生命的脆弱。」菩薩請問經：「生命如花草上的露珠隨時都會消失，是非常脆弱的。」金剛經：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」表示一切有為法均為無常。

即便現世富可敵國，令人羨慕，但當死亡來臨時，這一切都無法幫你，你也不能帶走一

點東西，一切只能留予他人，甚至可能變成他人鬥爭的惡因，而做下惡業。廣大遊戲經：「當富可敵國時令人羨慕，但當死亡來臨時，這一切都不可能幫助你，也不可能帶走一分；但沒有財富，也是一種苦。」告訴我們這一切皆為有為法，一切積聚皆為苦，一切皆為無常。反過來思考，一切皆由心所進行，佛法講如何調伏、調轉你的心，來轉換你的看法。人行論：「在世時，擁有很多財富被人稱誦，但死亡時有如一個被強盜洗劫的老太婆，是一無所有。」

佛在講戒律時，有一則故事。有一聖者名涅槃，在腰下部位長了一個很痛的膿包。求醫時，醫生診斷是因為身體氣的不調，所以要先恢復氣的能力，就必須要快點喝牛油。涅槃就派侍者去準備牛油和擦膿包用的布。第二天醫生看到他，問：「喝牛油了嗎？」答：「尚未喝。」醫生：「若你沒快點喝，膿包又擴大，情況就更不好了。」涅槃問侍者：「你們怎麼沒有聽到醫生說要我快點喝嗎？」又想：「膿包又變大了，我需要更多的牛油和擦布。」就吩咐侍者再去多準備一些，因而這天又沒喝牛油。隔天醫生再來看他，問：「喝牛油了嗎？」答：「還未喝。」當下醫生很生氣說道：「你現在病情已嚴重到你包到牛油裡也沒有用了，你已被閻羅王的鉤子勾住了。」涅槃一聽，立刻喝下一大鉢的牛油，但因無法消化，就死了。他去世後，在他房子裡找到有三萬兩黃金，於是大臣就稟告國王，國王隨即派人將他的房子查封、留下黃金，然後將他的屍體火焚了。當時佛陀向阿難言：「一個比丘在享受這種世間供養時，尋求越來越多的牛油就是一種貪念。從今而後，一切比丘應捨棄一切過餘的需要。」後來阿難到了當初涅槃比丘居住的國度中，見到了此國度的國王舍伽王，告知國王：「我們國度的比丘是沒有這樣的貪念，也沒有這麼多的財富的。」

此故事表達不論死亡如何臨近，都要有知足心；若隨順貪求無厭、放逸自己，終將走向死亡。在此也講述了死亡無常與對財富知足心的觀念。表達當死亡來臨時，生命是無法用財

富贖回的，不論親人或任何一切均不能對你有所幫助。廣大遊戲經：「當死亡來臨時，即使是最眷戀的人都要分開，就如一片楓葉不自主的被風吹走，完全沒有自主的能力。」人行論：「當死亡來臨時，最眷戀的人都將成為無有。最不喜歡的敵人也將成為無有，連自身也將無有，一切皆為無常。」

死亡之後並不表示結束，是還要再受一次業報。雜阿含經中引用舍伽王故事。舍伽王的妃子承天瑪懷胎時，有一大臣之妻也同時懷胎，依於習俗邀一婆羅門來預測並取名。王妃之子取名甚生，大臣之子取名害母(因為令其母親懷胎時肚子非常疼痛)。當此二人長大後，常一起結伴出遊打獵，有時他們打獵時會超越國界，到釋伽族境內的一個漂亮的花園內，因而常破壞花園的環境，如僕從常將馬糞垃圾丟棄於花園中，而引起釋伽族青年們氣憤，建議要殺死他們。但釋伽族的年長者勸解說這只是突發，忍耐一下，因而並未發生爭鬥。但甚生與害母回去後，聽到有「要殺他們」時非常氣憤，遂帶領更多的軍隊和大象去糟蹋蹂躪此花園。當釋伽族的青年趕來時，他們已離去。於是釋伽族人就用言語辱罵他們說：「那個窮人的兒子跑到哪裡去了？」這話就又傳到甚生王子的耳中，他就非常生氣發下誓言：「當我登上王位後，一定要將他們全部滅亡。」可是經過了很多年，舍伽王都仍然在位，於是害母就向甚生王子獻計：「不如挑撥他們君臣來逼舍伽王退位，你就可以登上王位了。」經他二人挑撥離間後，幾乎舍伽王的五百個大臣都同意王子來繼位。有一次在舍伽王去考察釋伽城時，剛好釋伽牟尼佛在當地說法，舍伽王就想要去見釋伽牟尼佛，他的侍從仁布就安排舍伽王去那裏聽聞佛法，並將身上武器全部取下。此時侍從仁布心想：「王子若在國內登基，若我不回去則對我的將來不利。」他就將帶來的隨從全部帶回國內。當舍伽王聽完講法，心理非常歡喜，可是發現要回去的馬車僕從都不見了。打聽之下，才知道僕從們都回國內，而大臣們已擁戴甚生王子為王了。他沒辦法只得走路回去，在路上碰到出來尋找他的王妃承天瑪。一問之下，

承天瑪告知：「因為你沒有回來，而王子也已升為國王，所以我出來找你。」因國王年老，只得拄著拐杖兩人慢慢往回走。路過舍衛城時，舍衛王知道是舍伽王，覺得不應視他如平民，應該去迎請他。正在準備迎接事宜時，因舍伽王年老，在路上沒吃、也沒水喝，當他看到有蘿蔔時，吃了一點就往生了。當舍衛王準備好儀仗隊前來恭迎他時，只見舍伽王整個人匍匐在地，手裡拿著一個蘿蔔。舍衛王覺得這樣真是不堪，應該早點來，覺得應該以國王的方式來茶毗他。在此表達，舍伽王在過去是如此富有，但當死亡來臨時，卻依然是無水無食。這也表達，這是過去自己所造的業，而成為你死亡的一種惡緣。

弟子問佛陀：「舍伽王是如此富足顯赫，又是佛陀的最大施主之一，為何死時是如此悲慘？」佛告訴弟子此原由。因為過去舍伽王是婆羅門家的一個孩子，因家境貧困，孩子們必須出去討食。有一天他討到一條蘿蔔，回來後交給母親替他保管後再出去討食。剛好在城外山上住著一位修禪定的獨覺尊者下山來托鉢，他母親心想：「這真是很好，可以替兒子積點功德。」就將蘿蔔供養尊者了。歷來的習俗，尊者是不言語的，他們只是示現身體方面的神通。當獨覺尊者收到蘿蔔後，就如鶴一般飛走了。母親想：「真有這種能力！」接著兒子沒有討到食物就回來了，詢問母親他的蘿蔔呢？母親告知為了替他累積功德已供養尊者了。兒子聽了之後非常生氣，覺得我已經沒得吃了，還要把吃的東西給他，就發了一個毒咒，希望這個獨覺尊者在沒吃到蘿蔔前，就匍匐在地死掉(如舍伽王之死狀)。因為他所發毒咒的對境是獨覺尊者，依於境的業力，要使他在地獄道受過千百種的業報，此次舍伽王的業報是最後一個業報，這個業才完全受完。

當死亡來臨時，不論是國王或是有多大的權勢，都無法逃避。就如現在非常愛護的身體，在死亡之時，都只是一堆發臭的肉，不論用多華麗的衣服來裝飾現在的身體，都是沒有用的。廣大遊戲經：「當死亡來臨時，你愛護的身體，

就如深山裡動物的屍體，只是一堆隨便扔在那裏的腐肉。」龍樹菩薩的勸戒書：「你所愛護的身體在死亡後，只是經焚燒後的一把灰而已。你以為乾淨的身體，其實是不淨的，是一切惡臭腐爛的來源。」

若認為無常法是普通的法，其實是錯誤的。首先，要了解無常，對世間產生強烈的出離心念，當你有了了解脫的心念才会有皈依的心念。在進行皈依後，再進行發心的動機，由世俗諦到最終理解勝義的菩提，是循一個層次而上。若「法」沒有循層次而上，就如同將房子地基建於冰塊上，是不可靠的，當春夏來臨時房子就會毀壞。

在我們的心續中若沒有真實生起無常的心念，只是嘴上說說，只為了今生苦樂而擾，不論我們有多高的見地，都還只是落在此生當中，是無法對世間產生強烈出離心念，無法達到真實究竟。經云：「若未於心續中生起無常心念，只是做完一件事，又想著下面要做的事，一直延續這種想法時，死亡其實已經來臨。所以能生起無常心，是一切法的根本及一種助伴。」大涅槃經：「一切足印中最殊勝的是大象的足印；一切農地中最殊勝的是有果實的農地，能豐收飽足肌腹的農地；一切認知中無常是最殊勝的。」大集雲經：「對天神進行千年的供養，其功德不如聖者用一個下午的時間來講述空性、無我。一切有為法均乃無常。」

有人認為一切的有為法皆是無常，就不需要做甚麼事了，沒有什麼意義了，這是一種錯誤。應將一切有為法如夢如幻的來看待，不要加入執著。若已能脫離執著，則能將有為法如夢如幻般的去看待，就沒有說不要做一切事，最重要的是斷除執著。若認為不做任何事就能離開的話，其實是沒有辦法離開的。在有為法之中，還是要繼續生活的，最重要的是不要貪著執著。

我們已講完「基」，「道」也講完了「認知」，在「思惟」部份也已講完了「對治貪戀

要用無常」。接下來要講「對治放逸懈怠、不精進，要思惟人身難得」。

如何對治懈怠不精進？首先，心續中應生起強烈的無常之心，這點非常重要。若未生起此心還是會隨念而轉，所以在心續中生起無常的心是最基礎、根本的。

平時我們只是聽到「人身難得」，並沒有真實的去思惟它，真實的去了解這個身體是如何難得，如何去利用此難得的身體。我們是依於過去累積無量的資糧為基礎，才能得到這樣的人身，這個人身是非常難得的。

從總體而言，由相對六道中的其它五道來解釋「人身難得」，但要得到「暇滿」的人身則更是難得。入行論：「稀有的人身是非常難得，在得此人身之際，應將人身作有利益之用，這才是世間正士夫。此人身得八有暇、十圓滿之身，才屬正士夫。」日光經：「得能學習佛法的人身已很難得，而聞法之人更難得。」表達這些都是非常難得的東西，現下應將此身放在聽聞、修證上面。

「難得」的意思就要從「八無暇」和「十圓滿」來解釋。「八無暇」乃指地獄道、惡鬼、畜牲、邊地、長壽天、邪見、暗劫與癡啞，我們是從此八無暇中脫離出來。「八無暇」：地獄道受劇烈寒熱痛苦所逼；餓鬼道受飢渴之苦、心如火焚；畜牲道(旁生道)屬愚痴並彼此殘害；生邊地取捨顛倒而行、難遇善知識；長壽天則無想；邪見根本無法入正道；暗劫佛不出世、不遇佛法；癡啞不能言語、不能解義。詳解請看大手印五支前行指導了義成就乘。未出生在以上的地方才能稱為「有暇」。

除了以上這「八無暇」外，從數量上看，人身也是難得。若以相對比例來看，地獄道與惡鬼道是惡鬼道較少。惡鬼道與旁生道相比，旁生道(有棲居於陸與海上兩種)又比較少。再從旁生道看人道，人類數量更為稀少。所以從數量上看，人道真是稀有。但在從人道內以

「八有瑕、十圓滿」來解釋，得此暇滿的人身更是稀有難得。

喜自在讚頌經：「人的身體裡具有八萬個如細菌般的小生命，而這八萬個小生命中的每一個生命又具有更小的五百個生命。一個人的身體就是很多的生命在一起，我們去到墳場，看到有很多很小的螻蟻，但是往內看其實更多。」經云：「細微的去解釋，其數量是無法用言語來表達的。」我們只是看到粗糙的表面身體而已，無法從細微的角度來看。

在「長壽天」裏，根本沒有修佛法的意識存在。從「邪見」而言，根本沒有佛法出現，一切行為都是愚昧傷害，雖有類似宗教但是以殺害生命為主，所以佛教稱此非宗教。從「癡啞」來解釋，五根不全，根本無法聽聞佛法。

在其他的道中，是無法有能夠聽聞佛法的人身。經中又提到：「遇到正確的導師、遇到開示佛法的正士夫善知識是很難得的，引導我們走向正確的開示之法，也是很難得。作為一個修行人是以正命養活自己，過去的一些成就者等都行苦行，用正確、不是邪命的佛法來進行維持自己的生命。

所謂「十圓滿」乃指「五自圓滿」與「五他圓滿」。在此並不分別解說，以總體說「導師圓滿」。佛陀請問經：「人身非常難得，能遇佛出世講法也是難得，能得證菩提心也是難得，能對佛法產生強烈正確的誠信也是難得，我們應儘量把握此難得的機會。」

廣大遊戲經與律儀經云：「有一無憂聖者對一國王說：在世上有一種烏巴拉花是非常難得見到的，而佛陀降世比這更稀有難得上千百倍。」烏巴拉花乃出生於須彌山的東北角，當有佛降世時才會開花。只有在佛準備入胎時，生長花的那塊土地才開始濕潤肥沃；當佛出世時，才開始下種子；當佛開始可以走動時，才開始發芽；當佛示現正覺時，花才開放。另一經云：「烏巴拉花是不會再來一次的。」表示

有佛出世是非常稀有難得的。在過去四十大劫裡，佛都未曾出世，在未來六十大劫，佛也不可能出世。

寶積經云：「現在屬於有佛出世的賢劫中的住劫，當未來佛依次出世後，就進入滅空劫。當這一大劫結束後，要經六十大劫，是沒有佛出現的。現在的賢劫有千佛出世，是非常難得的。」每一大劫分成、住、滅、空，各有二十小劫合成一大劫。現在屬於上弦期，還在向上，壽命是從無量壽減至現在的百歲，在此期間也只出現了四個佛，所以稱釋迦牟尼佛為第四佛。依此而知，佛在世間降世是非常難得的。

雖然佛降世，但能開示佛法則更為難得。若未宣說佛法，則不能令眾生心續成熟，特別於此五濁惡世更為難得。說法之人能釐清法的取捨細微之分是為難得，而佛能宣說法更為難得。且所宣說法也依眾生不同根器而分小、大乘，我們稱大乘為殊勝，向大發心的眾生所講述的法更為殊勝。

為何說正法難得？密集續：「從燃燈佛開始直到現在，才開始講述密法，因此尚有未能接受大乘的根器眾生。大乘之法是在釋迦牟尼佛的教法中才有的開示，殊勝的密乘是在釋迦牟尼佛這一劫才有的法門，是非常難得。

我們在進行觀察時，有些小乘是不承認大乘。其實過去龍樹、無著等聖者均已辯證過，且都是以小乘的經典為備證，來引證大乘及佛所說。大乘是承認小乘的，但因小乘沒聽過大乘的佛法，所以不能引述大乘的經，故以小乘經典為引證。大乘對密乘而言，也有些人不承認密咒乘。只有在大乘中對中觀、唯識真正有研究、多廣聽聞進行修證的人，才對密乘有正確認知，承認密乘。而對未廣聽聞又偏激的人，就如小乘之於大乘，他們是不承認密乘的。密乘也是直接引用大乘經典即大乘之法。這一切於過去歷代的成就者均已做過辯證及解釋。

過去的聖者及菩薩均以見修行來進行研究引證，給予一個正確答案，令雙方均能認同。而現在的研究是有點偏離見修行的方式。考證佛陀在世時講的是梵文，又有說是巴利文，再回過來又說是梵文；就如同，佛陀在世時，並沒有用文字來宣法，是佛涅槃後，才由大迦葉將佛所說的寫下來。若照如此解釋，小乘說的法也不是佛說的法，是由小乘自己寫的法，問題就出來了。

如何考證這一切的見修行？應依佛的律儀，不離俱舍的法性範圍，在經、律、藏三者中來進行。

從「律儀」來解釋，主要是以身作為約束，行為一定要與律儀相等。當別人第一眼看到你時，即見到你是非常約束自己身體的，以此為根本來作為約束自己行為的方式。從「經」來解釋，主要是以「三摩定」與「利他」的心為主來解釋。從「俱舍法性」來解釋，見地有否超離它。依不同根器有不同的領悟，所以不能達到相等。有如進食，有人好辛辣有人好清淡，嚐到的味道均不同。一切應與律儀相等，如密咒乘行者以修本尊為主，當修到一定證悟時，一切意識形態均在本尊當下，一切粗細煩惱均不離本尊的認知中。這就是在律儀方面的認知。

觀本尊時，首先是為利益眾生而修此法，與經中講的發心是相同的。當發心完進行本尊部分，心中咒輪放射光芒射向六道眾生，淨除他們的垢障，屬三摩定方式於定中現力量，經中的發心與定是相等的。在自觀本尊視一切諸法是顯空無別的，而不用刻意以如夢如幻來看待。再下來了解到究竟清淨的見時，即與俱舍的法性無偏離，一切現見均為覺性的展現當中，相同於「色不異空、空不異色」的理念，所以與俱舍的法性不偏離。最終回歸進入圓滿次地、究竟體性當中。經迴向累積了智慧資糧，再經發心等累積了福德資糧，二種資糧於圓滿中。

在進行禪定前，首先就要發心：「我為眾生而進行禪定」。進行禪定完後，視自己的善

知識如佛般看待。從密乘來看，視一切傳承上師跟佛陀一般，以這樣一個心念看待，希望此傳承或上師加持能進入我心續。如此，就沒有不成法的東西，一切均為如法之行。故應視上師為佛陀般看待，才能生起堅強的信心，才能趨入「定」中。禪定分為「止、觀」的層次，我們需要在「清明」的止當中，而不是昏沉的止，再慢慢達到觀；再慢慢增上，最終希望瞭解一切如佛的遍智的定，以此思惟來進行禪定至為重要。佛陀、正法、定均是難得的。

我們現在，在佛法上有選擇大乘法的機會，在未來，要如法的去達到見修行，可能很難，可能將世界宗教都混雜在一起講了。因此，外在時代在改變，內在也可能在改變。所以現在能了解正法，是很難得的，聞法更難得，能現見大乘的善知識更是難得。無善知識的指導是無法走入正確的道路。大乘善知識一生是不緣取、不貪著自身的利益或眷屬等。對法均以正法來開示，也不為名聲而作，只為真實學習佛法的人而開示，以悲心攝受一切眾生，這是非常難得的。

觀過去噶舉派傳承大師，如密勒日巴大師、岡波巴大師並沒有要蓋一間大寺廟，他們都是以山洞作為居所，來進行修證。到吉天頌恭雖說有寺院也不是很大，也都是在山洞中閉關修行，只是到後期才變成大寺院。而現今，卻比較誰的寺院大，誰的人數多。其實，正確的應以過去歷代大師的修證角度為依據來進行，而非以大寺院作為依據。

緣過去傳承上師的加持，以他們的行為作為模範，到現在為止，還是有人願意去偏遠的地方去做閉關，如直貢方面巴瓊仁波切、丹滇仁波切，他們閉關的地方都是非常簡陋。依過去的傳承，還有人有這種心。現在大部分人都是以寺院名聲的大小而選擇聽聞，而不是以哪個法正確而進行聽聞。過去我（仁波切）剛到台灣時，就遇到一個情況。被問及其上師何人？答：「昆努仁波切」。有人就嫌棄，既不是達賴喇嘛也不是大寶法王，覺得上師的名字都沒

聽過，那你也沒什麼。我(仁波切) 是秉持經論作為依據，給予弟子教導。過去佛陀也講述過，未來將以文字來教導眾生，所以應秉隨過去歷代大成就者所著論述來進行修證。善知識是非常難得的。

在他利圓滿部分。雖有一個嚮往佛法的心，希望作為一個秉持正確修法的低等修法人，但也要有一個施主的供養，才能圓滿佛法，成究竟修行的事業。能具足這一切就是他利圓滿。

問答錄

Q：在佛教裡有吃法藥之類的情形，在臨終時，比較有見地者就說吃法藥有幫忙，不相信佛法的人就告訴他：「信了就有用。」藉此來延緩死亡的時間。應如何看待此事？

A：從經教來解釋，享用佛舍利子或其他加持物，是依過去佛發願的心，而使他種下未來善業的種子，生起發願的心。如過去菩薩的發願：凡接觸到我的影子，都能撐起善業的信念。是如同這般來解釋。以法藥來解釋，因法藥是由密乘修法來製成，是具六種功德：口享用、身觸、火觸等，都能種下善的種子、法緣的習氣。就如旁生道眾生，給予它們法藥或念經迴向，雖然現世不能聽聞、不能接受佛法，但依於法藥的力量跟他結個善緣，使他產生善念，將來能聽聞佛法，這也是一種願力。佛經中曾說：「有一隻蒼蠅曾經在刻有經文的水輪上停留，隨水輪轉了一圈，佛陀就告訴弟子，它已種下解脫的種子，未來它將解脫。」

Q：過去聖者以見修行來引證，仁波切講基本上就是用經、律、俱舍(藏)證明。但是其中俱舍(藏)的內容是什麼？是佛所說或成就者所說？我們平時所說經、律、論三藏的論又為何？

A：「俱舍即藏」就是見地。經、律、藏均為佛所說。論是後來聖者所寫的，是根據佛講的經來解釋，並不是從哪邊拿過來的。

Q：觀本尊的時候，一切諸法是顯空無別，我們不需要再看它如夢如幻？

A：在這裡講如夢如幻就是在講一切諸法無自性的意思。當你在觀自身為本尊時，心即是處於明空無別中，現見一切事情均不處於執著。有實有自性成立之體，而均為無自性的。因從最初開始就是一個無執的心態，所以沒有刻意的以如夢如幻的去看。其本身就是一個無自性之體，就像夢一樣，當理解夢是虛幻，就沒有什麼不一樣。但尚不理解時，在夢中認為是真實時，樂苦的感受就同時存在。

Q：因平時發菩提心乃有緣取是比較刻意的，到了對一切事不需要如夢如幻去看待時，真正的菩提心是不是就自然流露，不用特別「發」菩提心？

A：世俗諦中講述你有一個願度一切眾生的心時，剛開始將眾生如母的觀待時，產生的悲只是悲，還沒有到菩提心。當對眾生願度他們脫離一切苦難，得証遍智佛果時，才是世俗菩提心圓滿。到勝義菩提心時，瞭解一切無有自性，依於過去資糧的累積及對善知識的教導與口訣，有了正確的了知之後，所現的就是一種自然的表徵。現在悲心與菩提心都混在一起。譬如說，去幫助他人時，說要有菩提心啊，其實這根本不算菩提心，連悲心都不到，只能算是一點利益他人的心。如何去培養菩提心是從知母、知恩、報恩，一層層往上才了解。如是，才能了解什麼是如法、不如法，循次第而上，才會真正理解正確的法是什麼，慢慢的經聞思修而上。正確的到了最上等的時候，那就是勝義的菩提，那就是大法眼了。

Q：如何循次第而上？

A：首先培養知母之心，從自己母親開始觀修，不只是現世的母親，觀整個一切的眾生都如母般看待。知母後，知道母親所給予的恩德，現世母親所給予的恩德，那過去累世的一切母親，一切有生命的都給予過恩德，所以你如何去報恩，你的侷限從剛開始小一點再擴大到最大點，讓你的悲心展開。但有了這種悲還不夠，雖然產生了悲，但他們還是處在輪迴當中，你願他們最終都能體證法，得証究竟遍智。這時，慢慢地你的心才開始圓滿世俗的菩提心，再往上才是勝義的菩提心。其內容非常廣，後面會詳細講解。也有的是從見地生起悲心，每個眾生領悟不同。



大乘精要 (5)

朗欽加布仁波切 講述

2006 年 9 月 9 日於美國中心

直貢敬安仁波切 口譯

岡波巴編譯小組 紀錄

一切遍虛空如母眾生，因於自己的顛倒之見，把一切本來實無的東西執為實有，將一切無常執為有常而產生錯誤之見，因此顛倒流轉於輪迴之中。今日聽聞殊勝佛法，願引領此一切眾生脫離此顛倒之見而走向解脫之路。願以此動機來聽聞佛法。

當我們開始學習佛法，首先要從聽聞佛法開始，再從所聽聞的佛法進行思惟，然後再進行實際修證，才不會在學習過程中產生迷亂。有時若未經過一定次第而上，佛法只是變成一個個段落，內容變成一節一節，而無法把它連接在一起。有些人未經過聞、思、修，就進行禪定；或自稱為密乘之人而直接教人打手印或唸些咒語；或觀想一兩個本尊，就說是圓滿了；這些人看似很好，但沒有循次第而上，其實是一種錯誤。今天所教導的「大乘精要」就是一個依於次第而上的教法。

上次已說到「基」和「道」的部分。

在「基」的部份，說明眾生的基礎是本俱的光明之「界」(如來藏)。在未證悟了解前，這如來藏如何被無明所遮止，我們要用什麼方法將無明摘除。

在「道」的部份，說明要如何「認知此道」，如何看待一個善知識。觀察此善知識是否擁有本來應具足的法要；又如何依止善知識，從善知識那裏獲取法要，最終自己修證。

接下來又說明要如何常常「思惟此道」，以甘露四法來對治無明。

1. 以無常的觀念對治有常：當死亡來臨時，任何一切，包括你這一生的榮耀富貴，對你都沒有任何幫助。
2. 人身難得：若只是為了滿足自己的欲望而行，那就是浪費了寶貴的身體。

這次上課，要講述如何利用人身，使之有意義，故說明了因果之法。

在「思維此道」中，要思惟「業因果」，使此生變得有意義。因果之法乃是過去進行的白善業，所得的果報即為樂；若過去進行是黑業之法，所得果報即為苦。

寶積經：「我們所做的善惡，都將隨善惡之業流轉，此善惡之業從來不會漏失，都會產生果報。」文殊根本續：「不論所做，善有善報，惡有惡報，善惡混雜有混雜的報，每一報都不會漏失，都會應驗。」在對佛請問經裡，佛曾對一窮人地巴開示：「因果就有如種下的種子，甜的種子即得甜的果實；若是苦或辣的種子，所得的果實也是苦或辣的，從來不會有所改變。」

佛陀在世時，每當講經說法，都會有很多人供養食物，因而每天都有五百名乞丐跟隨其後，如此他們也可以得到一些食物。因為一直跟隨著

佛陀，漸漸的這些乞丐也開始聽聞佛法，而產生了信心和嚮往，進而想學習佛法。當他們有了這樣的心願時，佛陀就告訴他們：「我所講述的教法不是強迫性的，我的教法是不分貧窮富貴，任何人都可以學習，是如水一般能清淨一切垢染，如火一般能焚盡一切的惡業，我的教法如虛空般廣大，能容一切事物。」所以依於此，這五百名乞丐即成為佛陀的弟子，並得證阿羅漢果位。

當時在佛陀講經的地方，一些百姓和國王開始有一些怨言。因為過去印度是一個種姓懸殊的地方，當一些大的王族種姓要向佛陀頂禮，恭敬跪拜的進行食物供養時，並將這些供養與五百乞丐分享淨用，這讓這些王族受不了，覺得他們向比他們低等的種姓進行供養。佛陀是過午不食的，於是這個國家的國王就邀請佛陀到他的花園午餐，國王及大臣並建議不要帶這五百名乞丐，聲明只是邀請佛陀而已。佛陀就告訴這五百乞丐先去北俱蘆洲托鉢，之後再過來這邊。因這五百阿羅漢皆具有神通，就飛去北俱蘆洲托鉢又飛回來。當時，佛陀和國王正在共進午餐，這五百個羅漢即從空中像鳥一樣飛了過來，國王非常讚嘆這五百人，並問這五百人是從哪裡來？為何具有像鳥會飛的神通？佛陀就告訴國王，這就是那五百個乞丐。當時國王感到非常羞愧，就問佛陀為什麼這些低等種姓的人能得到如此的成就？

佛陀就開始講述，過去此地，即現今瓦爾馬塞，有兩千個仙人在修行。當地有一供養仙人的施主東氣，因久未雨乾旱，仙人還要在山上修行，要求東氣可不可以再供養他們十二年。東氣覺得仙人的飲食有限，遂答應他們，但得先回去查看儲藏的糧食是否足夠。當保管糧食倉庫的人答稱十二年應該可以，東氣即派五百人每天專門給山上的仙人準備飲食，當時有一條狗也跟著他們每天上山。這五百人每天都做著這同樣的事情，日久心生煩累，有一天就甚麼也沒做，也沒上山。可是這條狗還是時間到了就自動上山，在山上沒

見到人就一直叫。仙人以為食物送到了，就出來看，發現沒有食物，就跟著狗下山來，而見到這五百人根本沒有做飯。此時，天正要下雨，五百人就對仙人說：「你們別閒著，也該做點事情！」就叫仙人去耕田，仙人以非常歡喜心去做這件事情，於是就在田裡長出一棵非常大的椰子樹，在椰子中可以長出各種食物。這五百人原先不太相信仙人，至此才非常讚嘆稱奇而心感羞愧，因他們沒有做食物給仙人吃，又叫仙人去耕田。即向仙人懺悔：「我們做了令你們不該做的事情，將來一定會受報，但祈願你們最終仍能讓我們得到解脫的果。」由於這因果報，這五百人在五百世一直成為乞丐，直到最後一世依於當時的願力，遇到聖者得到解脫。當時五百個送飯的就是這五百個乞丐。在佛陀講的經典中，均可找出很多種什麼因得什麼果的因果故事。

在惡業的部份，一般講述的十不善業，可分為身、語、意三個部分。

龍王請問經：「若世人、聲聞或一切行善之人，若想得到解脫之路，應捨棄一切不善業，此不善業乃是從身語意產生的十不善¹，應棄捨。」

依於三惡業所產生的果報²，可分為

1. 異熟果報：投生三惡趣中；
2. 等流果報：又分為「造作等流果報」及「受用等流果報」；
3. 增上果報。

在「異熟果報」中，金剛懺續：「此十不善業皆由貪、瞋、癡三毒所產生，所得果報即墮入三

¹身：殺生、偷盜、邪淫

語：妄語、綺語、兩舌、惡口

意：貪心、害心、邪見

²果報的受報方式請參考朗欽加布仁波切所著大手印五支前行指導

惡趣當中。」土地經：「依於此三毒的輕重，再分判落於哪一道中。」

在十不善業的「等流果報」中，又可分為：

身的部分：

殺生：過去世種下以殺生為主的因。

「造作等流果報」：未來果報也是一直維持在殺生上。

「受用等流果報」：因殺生故，現世會短壽。

不予取：過去世種下與偷盜行為相應的因。

「造作等流果報」：即使已經很富有，心續中還有想偷的種子。

「受用等流果報」：因偷盜故，現世會變得很貧困。

邪淫：過去所種下的因。

「造作等流果報」：現世一直維持同樣行為。

「受用等流果報」：現世變得短命或夫妻不和之類。

語的部分：

妄語、綺語、兩舌、惡口：過去種下的因！

「造作等流果報」：現世還是如是再做同樣的因。

「受用等流果報」：現世即使講真話，人家也不相信，令你感到困惑。

當年王舍城在鬧飢荒時正值佛陀閉關，只有在十五日才會接見比丘進行戒淨心、懺悔等。當時有一提婆達多(經常與佛陀作對之人)，趁此機會攻擊佛陀挑撥僧眾，說佛陀在此飢荒時期，食物都沒有了，不但不去照顧僧眾還去閉關，是違背佛陀自己所講的一切教法。而他則是願將施主所供養的一切資具與願跟隨他的所有僧眾一起享用。這時，就有五百比丘帶著自己的戒尺，隨他而去。接著，提婆達多又提出現應跟隨他學習而

捨棄佛陀的教法，例如我們不應住在幽靜之處，因幽靜之處有很多戒律要去護持，而佛陀則是住在幽靜處享受，故不應跟隨佛陀；佛陀是食用任何施主給予的食物，而我不吃肉的；佛陀是吃鹽的，那是不淨的，因鹽是從鹹水中提煉出來的；佛陀是喝牛奶的，牛奶是從牛身上而來，而牛是旁生愚痴，我是不喝牛奶的；佛是將施主所給的衣服剪成一塊一塊的使用，這是很浪費的，我則是將施主給的完整利用。於是提婆達多就找了一個地方，向郭括里巴卡達薩瓦及其他比丘開始講述他自己的教法。此時郭括里巴卡達薩瓦就去請問佛陀，為何你的親戚提婆達多會做出這種事情？佛陀乃對此比丘講述了因果，佛言：「比丘，過去所做任何因都不會漏失，都會受報，凡事身由心使，當一切因緣聚集時，果報將成熟。」佛陀就開始講述這件事過去的因。在過去無量劫的蒼青天時代，有一修證很好的仙人，有五百弟子，同時，也有一位具智慧及辯證能力的婆羅門，在講解辯證因明方面很有成就，也有五百弟子。此婆羅門想把一些仙人的弟子拉過來，就悄悄的去教導仙人的弟子一些辯證的能力，最後仙人的五百弟子都隨婆羅門而去，只剩下仙人。過去的婆羅門就是我，因為過去的想法與行為，我受了很多的果報，最終我得到證悟解脫。但是在我證果的今世；最後還有一點的果報。這就是我的五百弟子被拉去的原因。因果是不虛的，即便是佛陀都會呈現。

另一個例子是在帕摩竹巴大師時代，他有一證悟非常高的弟子，有一天瘋了。其他弟子就去問帕摩竹巴，為何會這樣，是否證悟令他成瘋？帕摩竹巴答：「其實不應是他的問題，應該是我的原因使他成瘋。因為此證悟的弟子見我一直收弟子，一直講經，他心中想為什麼要這樣忙於收弟子，不如自己去修行而有所成就。因為他的這樣思惟，心續混亂突然就瘋了。」弟子問：「對上師產生邪見會墮入地獄道，為何他沒有？」帕摩竹巴答：「因為他證悟高的緣故，所以現在就是受這

個果報，這個果報就是瘋。這個瘋的時段則依於他證悟程度高低，過了這個時段就會恢復。」果真過了一段時間他就恢復過來了。所以不論證悟多高，所受因果是不虛的。因為證悟高，所以不必依於此因而墮入地獄道，而是現世受報，但仍是因果不虛。

意的部分：貪心、害心、邪見。

貪心、害心：都會產生「造作等流果報」及「受用等流果報」，因果不虛均會受報。

邪見：依於過去的因，不是很正確的學習、思惟佛法，或沒有時間來聽聞。

「造作等流果報」：在現世對闡述的法都會產生遠離心、疑惑心。

「受用等流果報」：已遠離佛法(不是很正確的學習、思惟佛法，或沒有時間來聽聞。)、處於邊地當中。

在十不善業的「增上果報」(自主果報) 又分為：

殺生的果報：業果經云：「因過去殺生的業，出生的地方都是戰爭、爭吵，地方也是高低不平、荊棘、地不富饒。」

偷盜的果報：出生於飢荒、災難的地方。

邪淫的果報：出生於熱帶潮濕又泥濘的地方。

妄語得果報：出生於食物稀少且無味。

兩舌的果報：出生於山崖陡峭、非常辛苦的地方。

綺語的果報：出生於雖有密林但不產果而無收穫的地方。

惡口的果報：出生於沙漠有刺、無其他生物出沒的地方，如黃土等。

害心的果報：出生於飢餓有戰爭的地方。

貪心的果報：出生於雨水不足欠豐收的地方。

邪見的果報：出生於沒有任何物產果實的地方，沒有任何慾求圓滿的地方。

當斷除此十不善業，即為十善業：「不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不兩舌、不綺語、不惡口、不害心、不貪心、不邪見。」

三寶經云：「斷除此十不善業即十善業，具足此十善業即持戒的圓滿。勸戒經云：「儘量守持此十善業，一切善業根本即增長，所得的果報即是離一切苦。」地藏十輪經云：「捨棄不善具足此十善業，就有如過去戰爭中，戰車上的十個輪子(十轂)，運用十轂所向無敵。」表達依於此十善業，戰勝一切煩惱之毒。告訴我們業果不虛，盡量守持善業，捨棄一切惡業。

斷除不善業的不同方式，依眾生不同根器不同思惟而異：

依身語戒律方式守持誓言；

依禪定修證的力量而不生惡之妄念，使一切自解；

依觀想本尊、佛尊而捨棄不善業。

依於十種善業累積的數量大小，所得不同果報：

小：得生人道；

中：得生欲界天；

大：得生色界天。

加上進入學習佛法，由聲緣獨覺到菩薩的果報，最終到解脫。

地藏十輪經云：「如人進入三乘之道(聲聞、緣覺、菩薩)，就是趨入無迷亂之道中，因秉持十種善業，故稱為無迷亂之道，依於無迷亂，三者均得解脫。因秉持十種善業，過去、現在、未來的佛陀皆因此而成佛。」

龍王請問經云：「何能證得佛的果位？」答：「秉持十種善業之後，才得證佛陀的果位。」以「所得果報」來講，「造作等流果報」是不喜歡殺

生，「受用等流果報」是長壽、無病、自在、出生在環境良好、不聞惡口兩舌各種不利聲音、一切皆圓滿的地方。

對於禪定(不動的業)的果報，也有說明。依於未曾真實了證大中觀、大圓滿故，只是在五智禪定，心續如在虛空般無任何雜念，處於一切都是無有的觀念中。此果報是生於無色界。當有了清淨的見地即超離此無色界。

針對佛教究竟的觀念而論，雖說不究竟，其實已是一種非常高的境界，是處於一種不受任何苦的禪定之樂當中。外道中若比較有邏輯、有比較高等的見地，才會生於無色界天。佛教則是從止(開始進行修證)，中觀、大手印、大圓滿層次而上。

這種「不動的業」也稱為「無漏的業」，是屬意識，只有細微的貪著樂受，但最終是不淨的，應捨棄這一點。勸戒王書云：「依於我們的觀點，它是細微、無漏的，其並沒有對「無」的對治，只有對禪定的樂受；有極細微的貪著，最終是不淨的，終應捨棄這一點。」於證佛後，依於佛力功德，以五種智慧產生能量，現前無量的淨土。以功德來說，無色界較不究竟。在這裡是解釋禪定裡面的細微過程。

不管是什麼樣的業和因，不要認為今天做的是小的惡，因而將它淡化，這是不應該的行為，因為小的惡因會產生大的果報。當將小的惡行放逸輕視，有一次就會有第二、第三次，有如滴水般慢慢的也會湧滿整個器物。同理，也不要以為是小小的善業而小看它，要好好地看待，小善業也可以得到大的果報。

有一故事曾說：有個小孩沒有任何資具只有七粒豆子，但他心嚮供養，因為他的個子小只能將豆子往法座扔去，而其中一粒豆子正好落入鉢

中，因為對境者是一個聖者，故因此功德後來轉世成為轉輪王(即母濡王)。

如果小的善業具有大的發心，以無量眾生為主進行迴向，則其所種下的果報也就是菩提的果報。如果小的惡業沒有重視它，就會變成大的惡報。經云：「若對貪嗔癡三毒一直相續進行，就成了十不善業，所得即是大的惡報。若以慈悲喜捨、菩提心來攝持相續進行，所得即是善的福報。」提示我們一切的業果出發點是由心開始，並非行為。在心裡不要讓一種惡的思惟相續進行，例如不要讓嗔心連續下去，變大，不然其所受的果報也會變的很大。

在小乘經典中，對於供養僧寶的戒律，有很嚴格的看法。享用僧人的財物，所得的惡報是非常大的。享用供養僧人的食物就有如毒火會將你焚盡，當享用過後，即使還回去，還是會留下一個影子，還是要受這個苦，沒有任何懺悔可淨除。以大乘菩薩行的角度來看，當然有懺悔可淨除。僧人也要進行菩薩的四種佈施，懺悔可淨一切垢障，懺悔中沒有不可以淨除的。懺悔中的第四力(誓言力)，以不再犯最為重要，若無此不再犯的誓言力，就有如一個漏底的器物，不論如何清理還是會再漏。誓言力的力量還是最重要的。

百業經中有一則故事。在鹿野苑一處沼澤地，有一個頭如人身的動物，被很多的小蟲啃噬其身，非常難受的在地上打滾。因為這是一個很奇特的光景，就有很多人來觀看，佛陀就想到可以用這個故事來開示因果關係，遂來到這個地方。佛陀問這動物：「你是不是三藏？」答：「我是三藏。」佛又問：「你知道現在為何要受這個業報？」答：「因為我過去身、語的業，現在要受這個果報。」佛又問：「你現在知道是過去不善的業造成的果報，是誰讓你有這不善的業？」答：「是我的心。」當時旁人聽到二人的對話就覺得很不尋常。阿難就問佛陀：「這是什麼原因？」佛陀告訴阿難，過去無量劫時出現一位遍智佛，當時有一

位富有的施主，對佛法有嚮往、學習的心，因而成為一個很好的講說佛法之人。當時有七萬七千比丘聚集學習三學法、有學道、無學道，而負責他們飲食的管家叫三藏。正巧有五百商人出海經商回來，隨喜讚嘆比丘們精進修習佛法，想要供養比丘們一些金銀來累積自己的福德資糧，若是不能接納金銀，他們也可以供養其他的物品。當時三藏見此大量金銀，心起貪欲想自己享用，遂只將少許金銀換取糧食供養比丘。因為僧眾太多而食物有限，故無法維持溫飽，於是有一些比丘就請他再多準備一些食物。三藏言：「已無再多的食物了。」比丘們就問：「可否可再向施主要求多一點供養？」三藏言：「我都做過了。」此時從海上回來的五百商人正好也有部分在場，比丘們於是向他們化緣。這些商人告稱：「我們已供養了許多金銀，為何不夠？」於是大家對峙現場，三藏仍說：「這是不可能的，我已全部將商人們的供養用於你們的飲食。你們作為一個比丘眾應該捨棄一切世間財物，專心修習佛法，不應為此爭吵。」當下三藏心中非常生氣並發誓：「我若有侵吞你們的任何財物，我願投生於沼澤地，被萬蟲咬噬的果報。」這就是現今他的果報。佛授記：「他將受無量劫的這種果報，直到千佛劫的顯現，才得聖者位。」當時有很多觀看的人對佛法產生了信心，而向佛陀請教佛法並皈依成為佛弟子。

百業經是屬於舊式傳統論的著作，大部分都是引用故事來講說，其中有很多因果故事，一再重複引經備證，故此論有一個別名，多備證論，雖不像現代人的講法方式，但是有很深的意義；就像在因果經中了解到業果不虛。若與佛法有所接觸，那麼佛法最終是不會捨棄你的。就像三藏雖受到這麼一個果報，最終還會成為一個聖者，善思維之。

功德田就如佛、法、僧、聖者，在功德田前進行佈施，所累積的善業是無量，其功德很大；同理，在功德田或佛像前(依止處)做了一些惡業，惡果業報也是很大的，因果業是依於對境的大小

而立。寶積經云：「虛空是無法用尺量，依止處所做善惡業也是無法比量的。在上等的功德田(三寶、聖者等)及父母田裡累積的善業是功德無量的。」

律儀經中有一則父母田的故事。過去在雜拉瓦薩(現今之地名)的地方，有位很有名的商人雜喔，他非常富有，可是每次得子都死亡。當他再一次有孩子時，他怕又失去這孩子，就依世間的方法替他取了一個女生的名字叫雜慕(賢女之意)。有一次雜喔出海撈寶時，就在海上往生了。照以前傳統習俗，兒子必須承接父親所從事的行業。當雜慕長大後，問母親：「父親以前是做什么行業的？他也要繼續下去。」母親心想：「要是告訴他，父親是個商人，是要出海撈寶的，兒子可能也會像父親一樣死在海上。」於是母親就編了一個謊言，說父親是做米生意的。於是雜慕就開始做起米生意，每天可以賺進四個貝殼(以前錢幣是以貝殼來計數的)。在做交易時有人告訴他：「你父親並不是做米生意的。」當他再一次問母親時，母親又編了一個謊言說：「你父親是做香的生意。」他就又開始做香的買賣，每天可賺進八個貝殼。因為他生意做的很好，遭到其他賣香的人的忌妒，就告訴他：「其實你父親不是賣香的，是做買賣金子的生意。」於是，雜慕又開始做買賣金子的生意，他也是做的很好，每天可以賺進幾個貝殼。又引起其他買賣金子的人的忌妒。賣金子的因為知道他父親原先是做什么生意的，於是直接告訴他：「其實你父親是出海的商人，你也應該做出海的生意。」於是他回來見到母親說：「你騙了我，你是一個騙子。你為什麼要騙我？」母親告訴他：「是因為不願見到你和父親一樣在海上發生意外，所以才騙他。」可是雜慕不顧母親的哭泣，執意要從事與父親相同的商人行業，遂招募了五百人準備出海。在出海的當天，母親非常的悲傷，因為母親過去的孩子都已死亡，只剩下雜慕。母親就抱著雜慕的腿不讓他走，可是兒子執意要出海。在臨出門時，他用力甩腿不讓母親抱住，因而不幸踢到母親的頭，雜慕就出海去了。當母親爬起

來後，發願希望「兒子踢到母親」的這種果報，不要印驗在兒子身上，希望他能順利回來。後來雜慕在海上遇到蛟龍之類而船全確，他則抓到一塊木板，得以還生回到陸地。路經一個城市，名歡喜城，有四名天女給他食物，並勸告他不要往南方去。他因為業的關係，心理一直有往南的趨向。當他往南方行時，經一城市又有八名天女出來給他食物，告訴他不要再往南方去，應該回去了。可是他心裡一直有往南的動力，於是又繼續往南。到了一個城市，又有八位天女出來招待他，也是勸他不要繼續往南，可是他還是繼續往南行。又經過一個叫蒼巴拉馬(意：焚天城)的地方，又有三十二位天女出來招待他，同樣的還是勸他不要再往南，再走下去會對他非常不利，可是因為業力的關係，雜慕仍然繼續往南行。接著他來到一個鐵門大開的城市，當他一進去之後，鐵門就關了起來。這是一個三重的門，他一重一重的往內進(表示這是一個活生生的人，直接進入到地獄道)，在這地獄道裡，雜慕看到一個人夾在中間，只要旁邊的大叫一聲，就有兩個巨大的鐵輪將此人的頭絞碎，其原因是因為此人對自己的母親非常不好。這時雜慕心中感到非常的害怕，心想接下來就要輪到他了，因為他對自己的母親也不好，於是心中就產生了很大的懺悔之心。此時空中有一聲音：「一切束縛者得解脫(鐵輪就停下鬆開)。」再傳來：「得解脫者將束縛(鐵輪又降下夾緊)。」就在聲音傳來的同時，鐵輪就到了他的頭頂開始轉動而開始受這個苦。當問到他要受這個苦多久時，得到的答案是十萬年。又問：「是否是踢母親這樣的惡因？」所得答案是：「當然是對母親的不敬。」當下他就對自己的錯誤產生強烈的懺悔之心。心想我已經在受這個苦了，就發願一切在這個地獄受苦的人的苦都由我來承受。當他發完願時，鐵輪就自動的遠離，同時，他亦往生天界。在此表示對自己父母的不孝不敬，所受果報就是如此。地獄道其實是化生出來的，所受的苦猶如在夢中，是要用心去受苦的。以上故事中商人的兒子雜慕就是佛陀過去的不淨身，及其所受的苦。

如果對聖者的父母做出不敬，則所受的果報是很強烈。應減少對這些對境產生不恭敬的心。

有些人認為自殺就能脫離「苦」，其實就是一種最大的錯誤。因為心受到苦才決定自殺，並不代表死亡之後就一了百了，完全沒有了。在自殺時要受一定的煎熬苦，然後依於死亡的習氣，要一再受這種自殺的苦痛，這種業受會一再的輪換下去，不是這生結束就沒了。所以淨除習氣是非常重要的，要理解到因為我們一直在累積串習這種惡的習氣，所以一直在輪迴中受苦。現在應將惡的習氣去除。

如同前面三藏比丘的故事，佛問：「是誰使你受到如此果報？」比丘答：「是我自己的心。」從這個故事理解到是自己的心一直造作這種事，串習這種習氣而連貫下去。因這種習氣令我們愚昧，一直做錯事情，這愚昧的後面代表的就是無明。我們必須要將無明淨除，所以要由聞、思、修、打坐來修證佛法，使我們本俱的智慧光明顯現出來，才能將這無明淨除掉。

當了解了這一點，進行修證時，才能將自身本俱的自明、自覺展現出來，這時即不再受束縛，可以從無明解脫出來，所以稱它「如來藏」(本來俱足的能量)。但是要達到這種自明自覺的覺念，並非只靠打坐就能達到這種程度。首先，要對輪迴有強烈的出離心念，對佛法的認知和自己的善知識有強烈的信念，對修習的嫻熟圓滿。這些都具足才能從無明路脫離出來，不然的話，只打坐是不可能脫離出來的。

另一業果不虛的故事，是有關佛陀的大弟子，神通第一目犍連尊者。目犍連和舍利子依神通力前往地獄界，見到裸衣派的一位上師，因過去生講述顛倒之見(邪見)故，而正在地獄受耕舌之苦(有五百個耕犁在耕他的舌頭)。裸衣派的上師即請求二人回到世間，告訴他的弟子別再學習他

的邪見，也別對他的靈塔進行供養，因為每一次他的弟子做供養，他就在地獄受到刀劍刀雨降下之苦。當目犍連和舍利子來到王舍城時，就將裸衣派上師在地獄界的話傳給他的弟子，裸衣派的弟子就非常不高興，認為他們在毀謗裸衣派，於是就準備趁目犍連和舍利子分開時加以傷害。在普賢王如來言教品中提及，舍利子先向裸衣派弟子傳話，可是他們聽不太懂，於是目犍連就加以解釋舍利子所說，而引起裸衣派群起攻擊。本來目犍連是神通第一，身體已金剛不壞，但是此時，他的身體卻有如陶罐般脆弱，整個被打爛，就快往生了。當時，印度的國王衛生王很憂傷，就派兵去抓裸衣派，而裸衣派均已做鳥獸散。國王就帶著尚未斷氣的目犍連來到佛陀跟前，問：「為什麼會這樣？」這時目犍連才斷氣。佛陀回答國王：「這就是目犍連過去所種的因，現在所受的果報。」當舍利子見到目犍連已證達這種果位也不能迴避果報，心理很難過，也不願在此地逗留下去，就去往另一城市。此時，也有很多其他的比丘也相繼走了。目犍連的果報是因為，過去有一婆羅門育有一子，長大娶妻後夫妻感情甚佳，但婆媳不和經常爭吵。因為兒子心偏袒妻子，母親就常嘮叨：「為何你對媳婦比較好，對我比較不好？」他被夾在中間，有一天就把母親揍了一頓，差點打死。基於這個業，這個兒子的每一世都是被人打死，一直要受這個苦，直到最終一世，遇到聖者，都已證果，還是要圓這最後的業。即使目犍連證到神通第一，業果還是不虛。

另一個業果的故事，有關具壽者比丘揆芎。在西藏有一個不成文傳統，大家都不喜歡唸到揆芎的經，因為讀他所寫的書，心中會不舒服，覺得會對自己不利。在鹿野苑有一非常貧窮的婆羅門家庭，平日以乞食為生，在他們兒子出生後，就一點都討不到食物，這剛出生的小孩也是非常乾瘦，全身都是彎曲的，所以取名揆芎。當他吸母乳時，母乳都乾掉，只有用牛奶來餵食他。他長大後父親就告訴他，他們本來就是一個乞丐家

庭，可是自從他出生後就討不到食物，所以他也要去討食。可是每次揆芎也只能討到一點點的食物，聊以維生。當時他就來到鹿野苑，請求佛陀讓他成為僧眾，揆芎也遵從舍利子所說，徵得父母的同意受戒出家。他在成為比丘後，跟隨著其他比丘，也能分得一些食物。但這些比丘都為修證之人，不可能養活他一輩子，就告訴他必須自己去討食。然而他能討到的食物，也只能僅僅維持生命而已。每當施主供養僧眾時，輪到他的時候，食物都剛好用罄，要不然就是被撞，鉢被打翻之類，他就是討不到食物。於是僧眾就想讓他坐到前面，比較可以分到食物。可是他坐到首座，還是吃不到食物，僧眾們就覺得很奇怪，去問佛陀這是什麼原因。佛言：「不應該讓他坐在首座。」佛也告訴揆芎：「你不應該坐在首座，坐在首座的都是證悟很好的人，若要食物，也要等他們接過食物後才可以，否則，你等於是在積惡業。」於是，揆芎又回去坐在他原先的位置。佛說先讓他去打掃寺院，慢慢地，他的食物也變多了一點。他平日不只清潔寺院，也開始學習佛法，進行禪定。自己的精進心也開始漸漸地增加，最終也證得阿羅漢果。當他證得阿羅漢後，知道這些都是過去的因果業報，他必須要受這個果報，於是他更精進的做打掃清潔的工作。

一日揆芎在打掃完整個寺舍後，想要去替佛陀房間清潔打掃，但是另一比丘已打掃完畢，於是他就去托鉢了，可是也沒有討到食物，於是他就不再去托鉢，而開始禁食。第二天他想早一點去清潔佛陀的房間，可是又已經被清潔完畢了。這時他聽說佛陀要前往施主家加持，於是他想可以先去施主家中清潔。但是，他在去施主家的路上，就碰到已在回程路上的佛陀，於是這天他又再禁食。這時，阿難知道他幾天都沒有食物，就請施主能不能將第二天的食物給揆芎，施主也答應了。當揆芎去施主家時，施主卻因有事出去了，所以又沒討到食物。已經第五天了，阿難就帶兩個鉢去乞食，準備一個給他，阿難自己吃完了一

鉢，而另一鉢卻在路上被狗搶食了，揆芎又沒得到食物。隔日，阿難還是帶兩個鉢去乞時，在經過一個花園時，被一個石頭絆倒，鉢中食物全部傾倒出來，又被鳥吃光了。這時，阿難就覺得自己怎麼都幫不上忙，就去請舍利子來幫一下。舍利子也帶了兩個鉢去，可是要給揆芎的那一鉢卻被無形的天神搶去吃掉。隔天一大早，舍利子就去找揆芎，看他梳洗乾淨沒，可一起早點去托鉢，當舍利子將鉢交給揆芎時，揆芎一不小心把鉢掉在地上，而鉢就一直往地裡面下掉，愈掉愈深。這時，舍利子就用神通將鉢撿回來。於是，二人就一起去討食。可是，當一討到食物時，舍利子的食物可以入胃，而揆芎的食物入嘴就消失了。這時，揆芎非常口渴，他請舍利子拿點水給他喝，當舍利子將一鉢水給他時，就被天神在鉢裡撒了一把灰土，揆芎喝下了灰水後就死亡了。這時，他整個身體現出達證阿羅漢的各種徵兆，上身現出火的三摩定，下身現出水的三摩定。大家就對他的身體進行供養後，即去問佛陀是什麼原由。

佛陀就講了下面這個故事。在過去有一富可敵國的家庭，此富人是對一切善業均修持的人，非常樂善布施，對婆羅門，即使是窮人，都進行很大的布施。對於自己的孩子也非常疼愛，給予這孩子任何的武術技巧及一切學問的學習。當富人往生後，其妻也是如同他的先生般進行大布施。但當這兒子長大後，就覺得父母的布施是一種錯誤行為，若繼續如此布施，有一天連自己住的房子都會沒有了。當時母親並沒有聽兒子的，繼續進行布施。這時，兒子就在心中計畫，先娶一個妻子，然後讓母親住在一間小房子，只給一點點的食物就好了。於是，對母親說他要娶妻，以後你就不用再出去布施，只要在家裏，我會供養你，我以後也不想做那麼大的布施了。母親就向兒子請求：「我不想住在這裡，我要搬出去。」但是這吝嗇的兒子心想：「假如母親搬出去，就要分一些家產給母親。」他就覺得沒有必要，於是將母親關在家裡，沒有食物也沒有水，但是這兒子又顧

忌會被鄰居發現。第七天他去察看母親時，母親已奄奄一息。就在此時，母親要求兒子給她一點水喝。兒子則心想：「假若母親活下來，她一定會將此事講出去，不如讓她死了算了。」就在水裡加了一把土。所以當母親喝了這髒水，就往生了。此故事的兒子就是揆芎，因為她在七天之內未給母親任何食物，並致母親死亡。依於這個果報，他在地獄受千年之苦，才得轉為人身。得遇聖者學習故，才可將未來要在地獄受的苦在現世受完。這是真實現見的「受用等流果報」。因為強大父母田的對境、行為的不淨及所用物質的不淨，此三種不利故而產生這種果報。若俱足三種清淨善業，功德即是無量的。功德田、增上心、所施物三種要清淨要圓滿最為重要。善業清淨故，功德圓滿。

問答錄

Q：起心動念都是業，若能帶業往生阿彌陀佛淨土，是不是全部業力告一段落？

A：業在淨土也是要聽聞佛法才得淨除清淨，業不可能到淨土就全部沒有，連佛陀都要受最後的業，如腳掌受刺等等。

Q：到淨土就可以清淨了？

A：要慢慢清淨，到淨土是有機會清淨，這是很殊勝的，在阿彌陀佛面前聽聞佛法是不一樣的。往生淨土的準備要從現在開始。

1. 要有往生的強烈願力。
2. 對現在的行住坐臥都要以淨土看待。
3. 所做一切均為累積功德資糧。
4. 所做一切均迴向眾生。

以上四點具足，當資糧圓滿時，才有可能往生淨土。



大乘精要(6)

朗欽加布仁波切 講述

直貢敬安仁波切 口譯

2006 年 9 月 23 日於美國中心

岡波巴編譯小組 紀錄

首先生起強烈悲心，願引領一切因無明而流轉於輪迴中之如母眾生均得證解脫之果，以此來領受聽聞大乘精要。佛法的基礎均根據經與論，要如何宏揚佛法，首先要先理解經與論，這是需要經由聽聞、思惟到修證。佛法能否長住，全視佛法有否進入學者的心續當中。今天要講解的大乘精要即是由最底層的基礎開始教起，直至最精要的部分。

前面已講述了總的概念，並以「基、道、果」的方式分說如下。

基的部分：眾生如何本俱「如來藏」，及在未了證前是如何被無明所障，解釋了「了證」與「不了證」。

道的部分：

(一)認知此道：在求法前如何尋找善知識，先觀察再依止學習，最終將善知識所給予的教導，在心續中如法相應。

(二)思惟此道：以甘露四法，對治無明垢染

1. 思惟無常：對治貪戀此生。
2. 思惟人身難得：對治放逸懈怠。
3. 思惟因果法：使此生變得有意義。

惡果的部份解釋了所要承受的成熟的業果是一定要承受的、無法脫離的，即便是神通第一

的目犍連或阿羅漢的揆芎，都已得到很好的成就，但是過去生所造業的果報還是要受。

現在要繼續說明如何「思維此道」。思維因果法（業因果）來使此生變得有意義；思維直接在現世所受的報（現世果報）；及思維善業的果報。

善業的果報可分：

1. 對境清淨，如佛、菩薩、阿羅漢。
2. 供物清淨，非偷盜取來的。
3. 思惟清淨，非利己私利之心。

當三者均清淨，且對境是非常有力時(此為非常重要的一點)，現世的果報也會變得很強。

舉一個現世善業果報的例子，是承天瑪王妃的故事。當時，佛在舍伽國中一個叫納芽茁蒂的公園講法。納芽茁蒂是一樹名，可能在公園中很多這種樹因而得名。在公園附近的一個山腰下，有一對婆羅門夫妻，生下一女名達悅(月光之意)。當此女稍長時，父親就往生了，於是母親即尋一富有人家，將女兒送去幫傭，做些照顧花園飲食之類的工作。月光很會照顧花園也很會做花蔓，大家就叫她承天瑪(具花蔓的意思)。當時佛陀的精舍就在附近，她每次見到佛陀講經說法時都深受感動，心生信心，可是她沒有任何東西可以進行供養，她就想到：「不知主人給她的食物可不可以進行供養？」當她這樣想的同時，佛陀已經

知道了，就來到她跟前托鉢，月光問佛陀可不可以把自己的食物供養，佛陀說：「當然可以。」就接受了月光的食物，月光當即向佛陀進行大禮拜，同時也發願，願以此供養的功德，於來世勿再做傭人。之後，一日，月光父親的朋友，也是一婆羅門種姓，乃是一個會看手相的特異稟賦之人，由遠方而來，問到月光女才知其父已往生，母及弟弟去往他處，而她自己則在夏加明清富人家中為傭。於是月光父親的朋友替月光看了一下手相，發現月光手心處有法輪的印，腳掌心也有房子的線條，就告訴月光，不用擔心，她很快就會成為王妃。月光覺得這是不可能的事情，我不過是一個傭人，但是月光父親的朋友確是非常肯定月光一定會成為王妃。

舍伽王來到夏加明清居處附近時，見到月光，心中很喜歡月光的行為及美貌，問月光是從何而來？月光告知她只是夏加明清的女傭，舍伽王不信，覺得月光一定是夏加明清的女兒，就派人去夏加明清家中詢問，舍伽王被告知月光確實是傭人，他不相信會是如此，他覺得月光應該是女兒才對，就要求夏加明清將月光送給他，夏加明清也很歡喜如此，就為月光準備了很多嫁妝如嫁女兒般將月光送給了舍伽王，舍伽王於是宣布月光（承天瑪）為他的王妃。舍伽王一生中只有二位王妃，一為蘇尚瑪（意指身段曼妙之女），另一為非常賢慧的承天瑪（即具蔓女）。這表示對境的重要性及力量，因為對境是佛陀，再加上思惟，供物的清淨，其現世果報強大；若不淨的話，現世果報又不同。

另一個現世果報的故事。在札厝的國王，名儒真亞那，有二大臣嘿努噶和巴努噶，及其子卓珀即是後來的巨頂王。同時，在王舍城的具舍王亦有一大臣亞戡及王妃呂胖（意指身體很好）與所生之子馬紀札，其後來成為一位有名的護持佛

法的國王。當時，二個國家之間有些經濟來往。有一次，儒真亞那國王就在一個寶匣中放滿了寶物送給了具舍王，於是具舍王也在寶匣中盛滿了綢緞衣物等物回送給具舍王。經過了第一次互贈，第二次儒真亞那國王又送了一付頂級的盔甲給具舍王，具舍王也想要回送一件上好之物，但正在煩惱尋思，其大臣亞戡就上言：「在您的國度中就有一件無價之寶，佛陀正在你的國度中傳法，這才是真正的無價之寶。你應繪製一幅佛陀的相作以回送。」於是具舍王即請求佛陀應允，並找來畫師開始畫製，並將有正轉及逆轉的十二因緣圖畫在其中，更在畫下方寫下偈頌：「秉持清淨的心，如象脫泥般的趨入佛法，依止律儀將得證解。」如象脫泥般是比喻象的力量大，不會陷于沼澤或泥土中，表示要如此般的心趨向佛法。具舍王即將畫相裝在金銀的寶匣中回贈儒真亞那國王。當時，在札厝也有許多王舍城的商人們，當他們看到畫相，立刻頂禮佛陀、頂禮正覺之王。儒真亞那國王就覺得甚為奇特，為何拜此人？就問商人們：「此為何人？現在何處？」商人告知：「佛陀現在正在巨賢輪的河邊傳法（巨賢輪以前是一條河流，現在已經是一個小水溝了）。並告知佛陀如何從一個王子到正覺，現在已是證悟的正覺之王。儒真亞那就非常誠信，並開始細瞧看這幅畫，由十二因緣的正轉及逆轉的關係中慢慢悟出一些道理，心即趨向平靜，慢慢的也得到了預流果位。他非常感激具舍王贈畫，並請問是否可去晉見佛陀？具舍王即去佛陀跟前請示是否可行，佛陀即以神通了知，儒真亞那須要由聖者噶答亞那來攝受，於是就派了噶答亞那及跟隨他的五百比丘去傳法。儒真亞那國王即隆重的接領他們，並請求他們開示佛法。從此札厝的十萬多民眾均得到很好的清淨了證，有些並得證預流果或一來果或不還果等不同果位。在其中有二個家族的兒子清巴佳和噶加亞，跟隨聖者學習，更得証阿羅漢的果位，示現阿羅漢涅槃（上身放火，下

身放水)，大家對此感到很殊勝，並對此產生特別的信心，就蓋了二座塔來紀念他們兩位。當時，儒真亞那國王的二位王妃也很想聽聞佛法，但限於女身，不能直接跟隨聖者嚧答亞那來學習，於是請求佛陀，可否派一位比丘尼來講述佛法。當時，佛陀感到王妃們可以由馬瑞瑪來攝受，於是比丘尼馬瑞瑪也帶了五百僧尼來向王妃們傳法。在經馬瑞瑪之講經傳法，月光王妃也得到很好的修證，並往生四大天王之境。月光王妃非常感謝佛陀給她的加持，示現神通來到佛陀之前，放射光芒及花蔓供養佛陀，當即光芒及花蔓四射，非常奇特。眾人問及佛陀，佛陀才告知，此乃月光王妃已得生四大天王之境，是王妃回來做供養。月光王妃也去見儒真亞那國王，國王也非常高興。王妃乃告知：「我已具神通，出生於四大天王之境，你若要像我一樣，那你必須具有與我等同的證量。」王妃說完，就不見了。儒真亞那國王就馬上向國家公布，將王位傳給卓珀，即巨頂王，他要到王舍城佛陀跟前受戒開始修習佛法。可是巨頂王繼位後，一切所行均與其父相違，所行殘暴。老國王的二位大臣嘿努嚧和巴努嚧一再勸誡：「一切法應向善而行，你的所作乃是錯誤。」沒有多久，巨頂王就將這兩位大臣於以放逐，而起用另外二個惡臣，形成整個國家都在做不淨的事情。因札厝與王舍城有商業來往，由商人處老國王就聽到了一些巨頂王的惡行，心中非常難過，逐告知商人請他們轉達巨頂王，請他如法治理好國家。當傳到二位惡臣耳中時，他們覺得若此話傳到巨頂王耳中，將會對他們不利，於是二人計劃要把老國王殺死，於是此二惡臣去往巨頂王跟前謊報說，他們聽到一些對巨頂王不利的消息，老國王在王舍城正在進行奪回王位的陰謀。他們會做進一步的打聽，若事屬實，他們就會用一些方法來對治老國王。於是，此二惡臣就開始計劃準備殺死老國王。於是二惡臣寫信請老國王回來，在同時，老國王自己也想回去勸勸他兒子，於是

老國王去見佛陀請示，本來老國王已快證到阿羅漢果位，佛陀告訴他：「在你去勸你兒子時，請不要忘記，業報是要自己受的。」老國王即動身獨自回國，在路上碰到二個惡臣派來的殺手，老國王在被殺手團團圍住的當下，就想起佛陀對他說的果報是要自己受的，他就想，現在就要往生了。此時，他非常難過，為什麼在即將證果之前，要受這樣一個果報呢？老國王就請求殺手能網開一面，只此一次，老國王也保證這是他必須要受的業，他一定會受的。於是老國王就在附近的一棵樹下，進入禪定，得證阿羅漢果，證得人無我。此時殺手是四面環繞著他的，但老國王本想在證得阿羅漢果後，用大神通去勸勸兒子，可是因為業報的關係，他的神通無法示現，現在他只有受此果報。老國王在被殺前，請殺手帶一個口信給他的兒子巨頂王：「你已犯下了殺父及殺阿羅漢的兩大五無間罪，你將受無量劫的惡報，你最好能有懺悔之心，向心佛法，也許罪業可減少一些。」當時，巨頂王在二個惡臣的聳恿之下中殺害了老國王，故犯下了五無間罪中的殺父罪及殺阿羅漢之罪。在老國王被殺的同時，在另一處佛陀忽然微笑，並由口中放射光芒。阿難就問佛陀：「為何有此一動作？」佛陀乃告訴阿難：「老國王已證阿羅漢果位並已涅槃，而他的兒子也要正式開始受地獄的果報。」之後，殺手將老國王的頭顱送到巨頂王面前，並稟報巨頂王已將敵人消滅，再也沒有人會危害巨頂王的王權了。巨頂王問：「是誰會危害我的王權？」殺手答：「是老國王，我們已將他解決了。」巨頂王又問：「老國王帶了多少軍隊？」殺手答：「他並沒有軍隊，他只有鉢、錫杖及法衣。」當巨頂王聽到這三件東西就昏厥過去了，當巨頂王甦醒過來後問：「老國王可有口信？」殺手答：「老國王說他已證得阿羅漢，已涅槃，已無任何痛苦，但你所犯乃殺父，殺阿羅漢之五無間罪，你若要減輕罪業，你要向佛法進行懺悔。」當時，巨頂王心情非常沮

喪。這時，這二個惡臣心想這下可能會對他們不利，就訂下計謀去找了二隻小貓咪，將他們養在為清巴佳和噶加亞所建造的阿羅漢塔之下，並將小貓取名為清巴佳和噶加亞，又訓練小貓繞塔，每繞塔一次就給一點食物，這二隻貓就這樣被二惡臣訓練得非常聽話。這時，這二個惡臣就去見老國王的另一個王妃，提到要讓巨頂王的心情愉快，恢復健康，有二件事可行，一是王妃去告訴巨頂王，他所殺害的並不是他的父親，另一件就是二惡臣要作的，是要讓巨頂王相信，他所殺害的並非阿羅漢。於是王妃就編了一個謊言告訴巨頂王，你不用因為殺父而有懺悔心，心情難受，其實你的父親不是老國王，你是我跟別人生的，是我一直保守秘密，你不用擔心，老國王其實不是你的父親。接著，二惡臣也告訴巨頂王，你不必擔心殺害阿羅漢，其實此世上根本沒有什麼阿羅漢，根本不用擔心，但是巨頂王說：「這是我小時候親眼現見清巴佳/噶加亞的阿羅漢證果、涅槃示現神通，為何會沒有？你們不能撒下這麼大的謊言，這是我不能接受。」巨頂王非常生氣，這二個惡臣乃解說，其實這二個阿羅漢已轉世成為二隻貓，你可以自己來看，也可帶食物去餵牠們，同時，這二個惡臣也招集了很多人到塔前，巨頂王用過去二位阿羅漢的名字呼叫那兩隻貓出來餵食，也叫那兩隻貓繞塔，貓就照做，巨頂王覺得這真是玄，也變得相信沒有阿羅漢。接下來，巨頂王就公布：「看，世上根本沒有什麼阿羅漢果，不用這麼勞累去供養這些僧眾，將他們驅逐出境。」在巨頂王公布的同時，噶答亞那及馬瑞瑪以神通知道這件事，就故意出來托鉢，當巨頂王看到二位聖者來托鉢，心裡就覺得不舒服，就問二位惡臣：「為什麼他們還來托鉢？」二臣答：「因為他們對殺害老國王，又將他們僧人驅逐出境，心中不高興，他們是故意來的。」如此一說，巨頂王更氣，就將所有的比丘、比丘尼全部活埋。此時老國王的二個舊大臣嘿努噶及巴努

噶是心向佛法之人，就開始對活埋之處禮拜，發願希望不要受此業報、不要與此有關聯，因為他們知道這是很壞的行為，可能現世就要受報，他二人一直在哭喊發願、懺悔。因為比丘、比丘尼是不會反抗的，所以全部被活埋。而二聖者是具神通，是不會被活埋的，當此二舊大臣正在心中非常難過的當下，忽然現見二聖者，即問聖者：「將會有什麼事情發生？」聖者告訴他們，七天之內此城將被地所覆蓋。他們又問：「那是什麼樣的狀況？」聖者說：「第一天，會起大風，第二天，會下花雨，第三天，會下衣服綢緞，第四天，會下錢幣，第五天，會下金子，第六天，會下土，依此順序，第七天，此城即被土淹埋。」當下，這二位舊大臣就向聖者請求發願不要受此報業，請求能否能逃離此處？聖者即告知：「你們不會受此報業，你們應等到第五天金銀下來之後，帶著金銀，去往海邊，坐船離開此處，你們就不會受此報。」之後，這二位舊的大臣又去問到巨頂王：「您活埋比丘、比丘尼，您覺得這所作之事是對的嗎？您是否有懺悔心？」巨頂王說：「我覺得是對的。」二舊臣舉手向天道：「您現在真的是會受現世果報的。」二人就走了，等到第五天，金銀下來，他們就帶著一些，坐船離開了札厓。當時，整個國家非常高興，覺得他們沒有做錯事情，天上會降下花、衣服、金銀等物，可是到第六天，天就降下土來，將整個城淹沒了。佛陀就告訴阿難等弟子：「巨頂王現在受的就是一個現世果報，整個被土淹沒的地獄，而他的業報尚未完，他還要繼續受下去，因他殺害的，不只阿羅漢，還有很多證得預流果、一來果、不還果的比丘、比丘尼。我們看到的，就是他現世所受的報。業果不虛，業是一定要受的，當業果消盡時，所證得的果位就是阿羅漢。」

當時，弟子就問佛陀：「為何像老國王，已成為富有的國王，如此的心向佛法，且受戒成為

比丘，並進行修證，得阿羅漢的果位，最後還是要受這樣的業報，被砍頭的死亡過程？」佛陀為弟子講解，為何老國王要受如此業報。話說有一富有的獵人，常在一個小水潭附近佈置陷阱進行打獵，其實這個獵人已經非常富有，並不需要以打獵為生。同時，有一位對貧窮之人特別有悲心的獨覺，在托鉢後常尋一幽靜處禪坐，即找到這小水湖處。當他在禪坐那天，獵人的陷阱都沒捕到任何獵物，第二天，又空無一物。獵人發現獨覺在大湖處禪坐，就想一定是這個原故，令他無物可捕，於是心中懷恨，故在箭上塗了毒藥，要加害於獨覺。獨覺中箭後，心中生起強烈悲心，發願要來攝受此獵人，即示現神通，懸於空中，獵人非常驚奇，立刻頂禮獨覺，並懺悔射箭此事，請獨覺下來，他可以用金子替獨覺消毒，可是獨覺說，現在已不用你來癒合，我的事業已了，我涅槃時間已到。即入涅槃，當時獵人懺悔不已，即在獨覺面前發願：「希望我這惡業將來不要受大的惡報，希望以你的悲願，未來我能現見如佛陀般導師，希望我能在導師前達到如你或更高的善行，成為一個具律行者。」於是將獨覺的身體帶回家，用牛奶洗淨，再用壇香木火化，放入金銀的寶瓶中，並蓋了一個塔供奉寶瓶，並對它進行供養懺悔。此獵人即是老國王儒真亞那，他所受的果報是多世要於地獄中受報，五百世要在旁生道遭人射殺而死，最後的業也要被武器所殺。雖然有殺業，但是這一世還是可以成為國王。佛陀說：「因為他對獨覺有懺悔的心念，並供養、繞塔，懺悔故，使他這一世成為國王，並成為一具律的比丘。」

那比丘與比丘尼遭到活埋的原因呢？為何百姓及聖者被土埋，及二大臣又可走避災難？佛陀回答弟子，在過去劫，有一位甚具悲心的獨覺，於托鉢時，行至一人家，正好這家的女兒在門口掃地，就將掃帚扔到獨覺的頭上，而這女兒也沒

有產生悔改的心，獨覺就走開了。一天下來，都沒有人再來乞捨，哥哥就問妹妹：「為什麼今天都沒有人來乞捨？」妹妹就告訴哥哥：「可能是因為她今天將掃帚扔到獨覺的頭上，今天就沒有人到門口來乞捨。」於是哥哥就像隨喜的心態笑笑。如此就傳出去成為「若不想有人到門口來乞捨，就用掃帚掃他的頭。」此地就變得愈來愈少人來乞捨，後來，又來了一群苦行的仙人也被他們用這種方式趕走，到最後，連他們自己的父母也被他們用這種方式趕走。當時，整個地方的人都做著這相同的行為，只有兩戶人家的主人持不同看法，覺得這是不好的行為，並勸解其他人不要如此，可是都沒有人聽信他們。此女兒即巨頂王，此兩戶勸解他人的主人即二舊大臣嘿努噶和巴努噶。此地方的人即札厝國被土埋的百姓。此哥哥即噶答亞那，因當時只是微笑並沒勸解，所以也要受活埋的果報，但因證果的功德，具神通所以並沒有死掉還可以出來，而其他也有很多比丘、比丘尼都已被活埋但並未死掉。這種業報即是現世業報，現世就可看到。

「欲知過去事，今生受者是，欲知未來事，今生做者是。」這是「來世果報。」是否要受來生報，均由自己現在決定。且果報並不是只有未來一世而已，而是要經過很多世的報。就如同前面故事中老國王先在地獄道，再在旁生道、五百世，以這方式受報，一定要將過去的殺業全部報完。百業經：「具生者所造業，永不漏失，當緣起和合時，業即會現出，就要受報。」

有人疑問：「業都是要受，那現在的一切修持都是白費，沒有用處。」這是錯誤的。由上面故事中，老國王阿羅漢雖因過去殺業要受報，但是經學習佛法得以增上，最終現證阿羅漢果，未來已斷一切惡業的報，斷一切苦，當一再受過去殺業的報時，業也會一再增加，為了不使這種業

增加，那就是對自己的所作，以各種方式進行懺悔，譬如密咒乘、唸百字明咒，就是不令我們的業增加，每天二十五遍可不令業增加，同樣唸佛號，三十五佛懺，如能做到，業就不會增加。

由善業的角度來看，進行迴向，如種子般可使一切善業增長。若未經迴向，貪嗔癡心會將善業的種子漏失。我們現在是善業、惡業，善惡混雜業不斷造作，若能在學習過程當中增強見地與學習，有一個好的果報，那就是正果。若我們沒有這麼做，就沒有把苦斷掉，苦會相續下去，我們會一直在三惡趣中，無法得到佛法，這就是為何要將善業迴向，令其增長。現在能得這個人身，學習佛法，也是過去善業的累積，我們應該把握所累積的些微善業，進行迴向，使累積增加，精進於此，我們最終成佛。

下面為來世報的故事。在靈鷲山的山腰下有一塊大石頭，中間有一個小洞就是佛陀住的夜叉洞。當時，提婆達多帶著五百個眷屬計畫謀殺佛陀，開始使用拋石器向佛陀扔大石頭，在空中就被手持金剛擰碎，但仍有塊狀碎片掉下，在當時佛陀住的洞中也住有一個夜叉沽俞那，他去接這掉下的石塊時，也被砸死。在當時，夜叉是往生天界的。而其中一小塊石頭就砸中佛陀的腳，割了一個傷口。當時，這傷口血流不止，弟子們就問到為什麼會這樣？佛唸了一個偈誦：「不論住於那裡，即使在虛空中，也不能躲過業報。」弟子們找來很多醫生，都無法將血止住。當時，就有一個做檀香生意的商人，聽說有些檀香可以止血，就獻上檀香，希望能止住佛陀的血，基於此善念，佛陀授記，他於未來將成為「檀香佛」。後來又有一放牧女，獻上牛奶，希望牛奶能配合其藥物，止住佛陀的血，佛陀也授記，她於未來亦將成為「牛乳佛」。但是用盡所有方法，佛陀腳上的血就是止不住。此時，大弟子大迦葉，來

到佛陀的腳傷前說：「過去佛陀您說一切無有親戚，無有怨敵，一切皆平等，若是這樣的話，您的兒子羅睺羅與提婆達多是無有任何分別。若您已達證此法性見地一切平等，願法性平等見真實語的力量能止住這血。」當大迦葉一說完，佛陀的血就止住了。有些弟子就問佛陀：「佛陀，您既已知用真實語諦的力量就可止血，您已達證法性的境界，為何之前還要他們做止血，供養這些事情？」佛陀告訴弟子：「我是使他們累積善業功德，過去所作的業，果報大家都要受，即便是佛陀，業果亦是不虛。」

大藏經中有很多此類的故事，聽這些故事時不要只是聽故事，而是要從故事中吸取業果的教訓，理解到業果不虛，如何把我們現在的心守持在善業，不讓自己再增加惡業果報，有心向善法的動機，這才是聽故事所累積的功德。平時多累積善業功德，只會有利益不會有危害，善惡並非由東西來決定，而是從心起，心是非常重要的。將聽聞，講述佛法的一切善業功德，迴向一切眾生均得證究竟佛果。



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。此人也有一个金寶瓶，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。