

A JOURNEY TO THE WEST

西遊回憶錄

(下)

三十年前隨上師去歐美

索達吉堪布 編著



# 目錄

<b>華盛頓</b>	<b>1</b>
到了華盛頓 . . . . .	3
四諦法輪 . . . . .	6
在根桑白玉秋林 . . . . .	22
天時地利人和 . . . . .	24
國家廣場一日游 . . . . .	29
《文殊靜修》的由來 . . . . .	33
去航空航天博物館 . . . . .	42
《手中賜佛》第一節課 . . . . .	45
草地上的黃色袈裟 . . . . .	60
《手中賜佛》第二節課 . . . . .	62
加持喇榮 . . . . .	79
《手中賜佛》第三節課 . . . . .	79
美國副總統的來信 . . . . .	95
參觀白宮 . . . . .	95
臨別贈言 . . . . .	98

## **紐約** **106**

來到紐約 . . . . .	108
紐約弘法一覽 . . . . .	110
紐約喇榮顯密中心 . . . . .	112
參觀聯合國總部 . . . . .	114
一位哈佛教授的回憶 . . . . .	117
不可再現的世貿中心 . . . . .	118
喇榮居士林的由來 . . . . .	121
「我給法王當司機」 . . . . .	122
談談蓮花生大士 . . . . .	124

## **波士頓** **139**

在波士頓傳法 . . . . .	141
聽法是要收費的 . . . . .	145
不落的太陽 . . . . .	147
去看大西洋 . . . . .	150
神奇的香巴拉 . . . . .	151

## 哈利法克斯 161

來到加拿大 . . . . .	163
採訪二十問 . . . . .	166
法王生病了 . . . . .	173
智慧與慈悲 . . . . .	175
對三寶生起信心 . . . . .	189
四種殊勝性 . . . . .	206
我留下了一顆牙 . . . . .	209
兩個灌頂 . . . . .	210
對上師的不共信心 . . . . .	217
「他是超越時間的偉人」 . . . . .	220
臨別忠言 . . . . .	222
留下指印的水晶 . . . . .	225

## 蒙皮立 228

飛抵列繞林 . . . . .	230
我是列繞朗巴嗎？ . . . . .	232
興盛金剛槩的緣起 . . . . .	242

在上師身邊 . . . . .	249
一生成佛的秘密 . . . . .	253
我也講了幾堂課 . . . . .	265
門措上師 . . . . .	267
欣賞風景 . . . . .	271
直指心性的竅訣 . . . . .	275
看得見的緣分 . . . . .	286
頓超引導 . . . . .	290
離別心語 . . . . .	294
又採訪二十問 . . . . .	297
親見法王如意寶 . . . . .	302
仁者無敵 . . . . .	304

**歸來 308**

經過香港 . . . . .	311
去台灣 . . . . .	313
上師的上師 . . . . .	321
回成都 . . . . .	325

不變的信心 . . . . .	327
疾病消失了 . . . . .	328
回到喇榮 . . . . .	330
<b>後記</b>	<b>333</b>
<b>附錄</b>	<b>336</b>
<b>圖片目錄</b>	<b>349</b>
<b>編按</b>	<b>350</b>



WASHINGTON, D.C., USA

第 5 站

7/23 - 7/31

美 國

華 盛 頓

# 行程

## SCHEDULE

7月23日，抵達華盛頓

7月24日，傳講「四諦法輪」

7月25日，下午《項袋金剛槩》灌頂

7月26日，參觀國家廣場

晚上《文殊靜修大圓滿》灌頂

7月27日，參觀美國航空航天博物館

晚上《手中賜佛》第一節課

7月28日，給出家人講持戒功德

晚上《手中賜佛》第二節課

7月29日，晚上《手中賜佛》第三節課

7月30日，參觀白宮，去中國駐美大使館

7月31日，臨別贈言

## 到了華盛頓

經過六個小時的飛行，我們從西海岸飛到東海岸，抵達美國首都華盛頓。剛一下飛機，就看到各種膚色的佛教徒手捧哈達，列隊歡迎。他們包括白種人、黑種人、黃種人，有藏地的出家人，也有西方的出家人。每張臉上都洋溢著興奮的表情，經過日夜的等待，他們終於盼到了法王的到來。



圖 5.1: 阿貢拉姆（左一）與僧俗弟子在機場迎接法王

出了機場，我們發現，相比西海岸的自然風光，東海岸的華盛頓更具人文歷史氣息。作為美國的政治中心，雖然只有不到 300 年的歷史，但這座城市的氣勢非常宏大，白宮、國會大廈等一系列建築成為其獨特的文化景觀。



圖 5.2: 法王加持小女孩 (左上); 大眾來到機場大廳 (左下); 一名非裔僧人與法王合影 (右)



圖 5.3: 華盛頓全景

*The Greatest Spiritual Teacher  
Still Living in Tibet Comes to the West*

**HIS HOLINESS  
KHENPO JIGMEY  
PHUNTSOK**



July 24-29, 1993  
Washington, DC  
& Maryland



*The essence of Buddhism is to subdue and transform one's unruly mind; to minimize harm towards others while doing the maximum*

*to help them; to perfect oneself individually and then to help others to do the same. One's mind is the most important. Unless the mind is subdued and transformed into something better, you will be unable to help others...because everything depends on the mind. If the mind is troubled, then nothing can be achieved. The root of Buddhism is the mind. To be able to understand the world, a trained mind is required. There are two levels of peace. If the individuals are at peace, the world will be at peace.*

— HIS HOLINESS KHENPO JIGMEY PHUNTSOK

His Holiness Khenpo Jigmei Phuntsok is considered one of the most extraordinary Buddhist lamas or teachers of this century. Tireless in his commitment to continue teaching in Tibet, he comes to the West for the first time to share his profound teachings on wisdom and compassion, thus fulfilling a sacred prophecy.

His Holiness is renowned for his revelation of *terma*, or hidden teachings, mastery of all lineages of Tibetan Buddhism, and his pristine monastic discipline.

Many have witnessed his Holiness' miraculous activity, such as leaving footprints in solid rock. Mantras, statues and holy objects have spontaneously appeared at sites where he has prayed, and emanations have shown themselves hundreds of miles from where his physical body was, in order to increase people's faith in the potency of the Buddhist path.

**A RARE PUBLIC APPEARANCE**  
*for those of all spiritual paths*

July 24, 2pm-5pm

**BODHICITTA &  
DZOGCHEN TEACHINGS**

The Lansburgh Theatre  
470 Seventh Street, NW, Washington, DC

*In* Buddhist thought, compassion is the activity of a mind which wishes others to be free from suffering. The aspiration to rescue all sentient beings from the sufferings of cyclic existence and to bring them to enlightenment is known as Bodhicitta.

Dzogchen, "The Great Perfection," is the most pristine view in Tibetan Buddhism, concerning the spontaneous presence of the natural perfection of all things, transcending logic and intellectual contrivance. The main principle in Dzogchen is to go beyond mind, to transcend the ordinary, thinking mind altogether and to reach the primordially pure state of our pristine awareness.

**KUNZANG PALYUL CHÖLING**

July 25, 2pm-5pm

COMMENTARY TEACHING &  
**PHURBA GURKHUKMA  
EMPOWERMENT**

July 26-29, 7:30pm-10pm

TEACHINGS ON BODHICITTA:  
**CULTIVATING THE HEART  
OF COMPASSION**

Bodhicitta, or compassion for all sentient beings, is the foundation of all Buddhist teaching. This in-depth teaching will help participants to deepen in their understanding of compassion as a way of life.

"If you can live an extraordinary life solely to end the suffering of sentient beings, not only are you purifying your mind, which is the antidote for self-absorption, but you are also a contributor to an idea we should hold as very precious: the idea of a world free of pain." —Jetsunma Akhön Lhamo

**REGISTRATION INFORMATION**

Preregistration for all teaching events is recommended. Early arrival and seating is advised.

There will be no childcare available July 24. If you need childcare July 25-29, you must register your child in advance by July 14 by calling Lynn at (301) 231-3963. There will be a daily fee which will include snacks and materials.

Advance tickets for the July 24th teaching are also available at dZi, Rick's Books, and Yes! Bookstore.

Nearby accommodations: Red Roof Inn, Gaithersburg 1-800-848-7878, and Marriott Courtyard-Rockville 1-800-321-2211.

KUNZANG PALYUL CHÖLING is a Tibetan Buddhist center for study and practice in the Nyingma tradition. Jetsunma Akhön Lhamo, a reincarnate lama, is the spiritual director. KPC located at 18400 River Road in Poolesville, Maryland, which is approximately 13 miles outside the Capital Beltway. For more information please call 301-428-8116.

圖 5.4: 法王課程法訊及簡介

據當地人說，美國建國後想確定首都的位置，南方各州希望首都設在南方，北方各州希望首都設在北方，最後雙方互相妥協，在南北方分界線上，規劃了一個面積為100平方英里的菱形區域作為首都，並以美國第一任總統的名字命名，這就是華盛頓。

在這裡，法王將有一週的弘法時間。

## 四諦法輪

7月24日，在蘭斯伯格劇院（Lansburgh Theatre），法王開始了他在華盛頓的第一次演講。這一天恰好是藏曆六月初四，佛陀初轉四諦法輪的節日，無獨有偶，法王所講的也與四諦有關。



圖 5.5: 蘭斯伯格劇院

演講前，主辦方先說了一段話：

「下午好！今天能在這裡介紹法王晉美彭措仁波切，我感到無比的幸運和榮耀。

法王是當今世界上最了不起的大德之一，我們可以邀請他來華盛頓，親眼目睹他的金容，不知道我們是怎麼積累了這麼大的福報。我希望每個人都能盡最大努力抓住這個美好的機會。

佛法中有一個初學者必學的重要教言，那就是，一旦進入佛門聞思修行，要像歷經磨難來到了一個寶洲，千萬不要空手而歸。今天演講的題目與四諦和大圓滿有關，這些都是佛法的精髓，祝你們回家時收獲滿滿，而不是兩手空空。

最後我想說：這個機會，真的比你能想像到的最好的機會還要好。我無法用語言表達這個機會有多重要。只能再次感謝你們的到來，也感謝你們積累了這麼好的業，才有機會來到這裡。」

接下來是法王給大家開示：

首先要講的是，我等本師大慈大悲、善巧方便的佛陀，在多劫之前發起殊勝菩提心，中間用三大阿僧祇劫積累資糧，最終在印度菩提伽耶現前正等覺，七七四十九天後為了利樂人天等一切眾生而初轉法輪的吉祥日，正好是今天這個日子。這個緣起不謀而合，也是內、外、密吉祥善妙圓滿的瑞兆。

在這樣一個不平凡的日子裡，我很高興來到這個在全球近200個國家中首屈一指、擁有無與倫比經濟實力的美國的首都。原因有三：第一，從美國領導人的角度來看，他們都有著與眾不同的膽識、才智和勤奮，可以使世界全人類走上和平之路。想到這些傑出的人物住在這裡，我很開心。第二，從美國公民的角度來看，你們都擁有財富、自由，享受著美滿幸福，這是極其難得的。尤其是這個地方，環境非常優美，無論從山林、花園、住宅哪方面看，都彷彿天堂落到了人間，來到這裡真的很歡喜。第三，我在東亞國家的時候，聽說有這樣一個地方，早就渴望有機會來這裡。這一刻，我的願望實現了，自然增添了一份意外的喜

悅。尤其是看到你們各個道場的負責人和所有弟子對佛法有極大的歡喜心，對上師有極大的信心，甚至連神態都能做到畢恭畢敬，這種行為符合佛教徒的威儀和人類的高尚規範，所以我深受感動，也十分開心。

在美國這個地方，以丹嘉仁波切為主的藏族上師來過不少，他們長期以來對佛法做出了不可思議的貢獻。所以，今天在我們聚會的這個大廳裡，才有這麼多身披紅黃袈裟的西方僧人，讓人見而生喜。

不管在什麼地方，只要具備出家的比丘、比丘尼，在家的男居士、女居士這四者，就可以說有完整的佛法。這其中不管缺了哪一個，都叫不完整的佛法。如果一個地方只有出家人或在家人，那麼佛法就不完整，而你們這個地方，佛法是完整的，應該可以稱為佛法的中土。



圖 5.6: 法王宣講「四諦法輪」當日恰逢佛陀初轉法輪日

尤其是出家人非常重要，原因是什麼呢？所謂佛法住不住世，只看有沒有出家人。當然，密宗法門沒有不住世的時間，天、龍、夜叉、乾闥婆、迦樓羅等的不同世界，都有實修密宗的，所以密法永遠不會消失。而佛法在什麼地方消失、在什麼地方興盛，唯一要觀察的就是有沒有出家人。正因為如此，這裡有這麼多的出家人是非常難得的。

或許有人問：「佛法還會住世多久呢？」

住世 5000 年。佛陀的教典中說：「佛法臨近毀滅時，由北向北而興盛。」未來除了里地（新疆或尼泊爾）和藏地，印度等其他地方的佛法都將消失，這意味著戒律會消失。而現在，不僅藏地還有這麼多人受持戒律，西方國家也是如此，說明藏地乃至整個世界的佛法會長期興盛，有這樣一個圓滿的緣起。因此，如果你們以後能將佛法、尤其是出家戒律弘揚開來，真的會給整個世界帶來繁榮與和平，消除一切疾病、饑荒、戰爭。我真誠地祈禱你們能記住這一點。

這以上是我隨順世間法則，有感而發說了幾句話。現在，我結合佛教的法理簡單講一下：

從我等本師善巧方便的大悲尊者在印度鹿野苑，為人類眷屬五比丘與八萬天人初轉四諦法輪以來，已有將近 3000 年了。根據吉祥普巴派的歷算，今年是佛歷 2873 年。按照全世界佛教徒的通用算法，今年是佛歷 2537 年。下面我以隨念佛的方式，簡單講講佛所說的法。

## 總說四諦

佛陀說了什麼法呢？諸法因緣生，如來說是因，諸法因緣滅，是大沙門說。也就是緣起咒「唵耶達瑪黑德抓巴瓦，黑登得堪達塔嘎多哈雅瓦達，得堪匝喲呢若達，誒旺巴德瑪哈夏瑪那索哈」。

那麼，緣起咒是什麼意思呢？

這是佛陀給眾眷屬初轉四諦法輪時講的。一、「此乃苦諦，

此乃苦集諦，此乃苦滅諦，此乃苦道諦」，這四句明確了四諦的本體。

二、「當知苦諦，當斷集諦，當現滅諦，當依道諦」，這四句明確了四諦的作用。

三、「苦無所知，集無所斷，滅無所現，道無所依」，這四句明確了四諦的究竟。

如是講了三遍四諦，一共十二句。佛陀說出這十二句後，人類的五比丘等依次證悟了阿羅漢果，八萬天人現量見到了法性真諦。也就是說，佛陀除了上面的十二句法之外，並沒有宣說其他法，但僅僅依靠善巧方便、大慈大悲的佛力，加上其眷屬都是具信心的最後有者，就現前了斷證功德。三遍中的後兩遍，是為了教導已得聖果的人，所以這次我用歸納的方式簡單講一下其中四句。

怙主彌勒菩薩，現居兜率天，是釋迦牟尼佛的補處，我根據他的註釋給你們解釋：

佛陀通過比喻闡述了四諦。第一句是，就像身患重病的人，首先需要認清疾病之苦，這是「當知苦諦」。第二句是，如果想擺脫疾病，就要知道它是由飲食、行為等什麼病因引起的，然後斷除它，這是「當斷集諦」。第三句是，如果病沒了，身心就會舒適安樂，這是「當現滅諦」。第四句是，遠離苦集二諦的滅諦，不是無因無緣產生的，就像擺脫疾病必須依靠醫藥一樣，為了現前滅諦，必須修持正道，這是「當依道諦」。

## 一、苦諦

就像需要認清病苦一樣，我們必須認識到，無論轉生到三界輪迴的什麼地方，都是痛苦的自性，會有苦難紛呈，如同跳進火坑、接觸兵刃一樣，不會有絲毫安樂的機會。



圖 5.7: 法王看向虛空

那麼，輪迴眾生是如何陷入唯一的痛苦中的呢？

我們有身體上的病痛、精神上的苦惱，還有對物質財富、權勢地位的求而不得，暫時高高在上，終究墜落於地，這些都是痛苦，誰也不會否認，這就叫變苦。

一切我們認為能帶來快樂的東西，比如財富、地位、名聲等，也是痛苦的自性。為什麼呢？拿財物來說，有了一個，就想要兩個，有了兩個還想要三個，就算你掌管一個國家的所有政治和經濟，還是想要其他國家的財富。貪得無厭的心總是隨著欲望散亂，除了痛苦永遠不會有安樂。

再想想物質財富。積累之初，你需要進行各種勞動，經歷很多艱辛，這是積蓄的痛苦。中間擔心被敵人、盜賊等掠奪，這是守護的痛苦。最後，你一天到晚想的都是物質財富，有了一個想兩個，有了兩個想三個，如此除了痛苦，根本不會依靠財富而獲得快樂。

想想自己享受快樂的情況。打個比方，如果一個人擁有整

個美國的所有物質財富，那麼除了吃得好一點，穿得柔軟一點，臥室和房子舒服一點，沒有其他可以享用的地方和享用的時間。所以，除了口中吃的、身上穿的，再多的財富也沒太大用處，反而是很多煩惱的起因。

另外，即使一個人擁有了世界上所有的物質財富，也沒有權力在死的時候帶走一針一線。同樣，哪怕是全人類的領袖，也沒有權力在生命的盡頭帶走一個人，他們只能空手獨自離開，這一刻終將到來。這短暫的一生，實在沒必要貪圖大量的財產。佛教裡說知足少欲是最大的財富，連帝釋天王都難以享受。這是絕對的事實。

我們不應該迷戀物質財富，重要的是修持清淨的法。雖然從表面上看，親戚、朋友、摯交越多，越讓人高興，但真正說來，這些越多，越讓人痛苦。因為要操心他們所有人的吃穿，解決他們的矛盾，維持和諧的關係，要管的事情特別多，除了徒增散亂，沒有任何好處。同樣，權勢、地位、名聲等一切都沒有超越痛苦的本質。

一般來說，乞丐需要經歷磨難才能得到一點財物，而普通人需要經歷同樣的磨難，感受同樣的痛苦，才能事業有成，獲得高位。即使是高高在上的人，也怕自己一落千丈，想往上爬，想升官，所以心裡有很多苦。那些有聲望有名氣的官員，比起普通人，希求和擔憂要多出百倍千倍，自然更是雪上加霜。一個底層的人只想提高衣食住行各方面的生活水平，根本不用擔心官位的升降。而身居高位的人非常渴望升到更高的位置，又擔心跌到更低的位置，所以有希求和擔憂兩種痛苦。地位低的人只有希求

的痛苦，沒有擔憂的痛苦，所以地位高的人更痛苦。如果你是一個普通人，除了找一份好工作、衣食無憂之外，不需要太擔心名聲、權力、地位，晚上睡得也香。但如果你身居顯位，會整天考慮自他的各種利益，會有睡不著的失眠痛苦。

即使你的財富、名望應有盡有，它們也不會恆常、穩固，所以也是痛苦的自性。比如上半生是個有錢人，下半生卻成了乞丐，上半生高高在上，下半生卻跌入低谷，甚至是上個月還財大氣粗、一切美滿，下個月卻變得極其悲慘，這種現象並不少見。所以，對一切不貪執、無掛礙才是根本。

沒有人不追求財富和名聲，但如果你過去積累了善業，不用刻意努力就會成功；如果沒有善業，哪怕在有生之年多麼拚命、多麼努力，都得不到名利。所以大家要學會放下，不然再怎麼忙碌，輪迴瑣事也難有做完的時候。

我們曾經有過的快樂和繁華、名望和聲譽，以及這一生所遭受的痛苦，如今都成了回憶，不會再重來，就像昨晚的夢一樣。在夢裡即使享受了很久的快樂，或者遭受了很久的苦難，醒後都會一切成空，這些苦樂並不真實。同樣，當我們死的時候，終生的快樂和終生的痛苦都沒有實義，所以不要貪圖幸福、財富、名聲等等。

大悲佛陀曾說：就像在不淨室裡，只能聞到臭味，根本聞不到香味，同樣，無論轉生於六道的哪一處，都只會有痛苦，根本不會快樂。你們深入思考就會明白，苦和樂都是痛苦的自性，根本沒有快樂可言。如果意識到輪迴處處皆苦，相續中就會生起想脫離輪迴、不想住在這裡的無偽意樂。

## 二、集諦

如果你想離開痛苦，就必須致力於斷除痛苦的因，否則，痛苦本身是無法自然斷除的。而痛苦的因是集諦，集諦有煩惱和業二者。

### 1. 煩惱

煩惱有三種：貪心、嗔心、癡心。

所謂貪心，是指對物質財富、權勢地位、朋友愛人的貪執。簡而言之，對一切悅意事物的掛礙，就叫貪。如果被它控制，就會產生無盡的痛苦，所以，首先要想方設法斷除貪欲。

所謂嗔心，就是希望別人遭受苦難，在此基礎上還會發怒。嗔恨的起因是什麼呢？就是損害你和你喜歡的親友，或是別人饒益你的敵人，這就是憤怒的原因。如果不從根本上斬斷這一切，就會感受無盡的痛苦，所以嗔心也必須斷除。



圖 5.8: 佈置莊嚴的法座和傳法現場

所謂癡心，是指對取捨的無知，不知行善也不知斷惡，對這些一無所知。癡心分為未證、邪證兩種。「未證」是指我們雖然都生在南瞻部洲，轉生為不同於其他眾生的的人類，但如果不勤於行善斷惡，沒有任何宗教信仰，整天無所事事、迷迷糊糊，就會像牛馬一樣。牛馬也是只知道吃喝、逃避災難，除了牛馬是不穿衣服的，人是穿衣服的，沒有什麼區別。

在這個世界上，有三大宗教，也有很多不同的小宗教，大家還是要選擇一種信仰，否則，只是渾渾噩噩地活著，這是一種嚴重的愚癡。比如我之前在加州的時候，那裡有很多牛定期被殺，但它們只是在草原上快樂地吃草，沒有一頭試圖逃跑。同樣，也有人認為自己不需要信仰宗教，沒有什麼理想和追求，只是停留在吃吃喝喝上，這會不會連牛都不如？不能這麼做。

「邪證」是指雖然有信仰，但對事物的真相並不完全了解。所以要謹慎對待自己想加入的宗教，分析真假，問問別人。否則，在沒有任何觀察和分析的情況下，隨便加入一個宗教，並不是一件好事。我們對一天的食物都會仔細觀察它香不香、乾不乾淨、有沒有毒，更何況是給生生世世帶來永久大利的法了，所以一定要慎重考慮。

有些人無緣無故地愛一種宗教，恨另一種宗教，這是沒有道理的。我們應該通過理證的分析，謹慎安排人生的行程和歸宿。要思考什麼是正法、什麼是邪法，什麼是有利的法、什麼是不利的法，需要深入細緻地研究。不做任何分析就貿然加入宗教，也叫愚蠢，所以這一點有必要斷除。

在這個世界的宗教中，有的人聲稱與他人邪淫、偷盜、搶劫是善法，有的人則聲稱殺很多人、害眾生是善法。仔細想想，這樣的貪嗔之事，今生中甚至違反了國家的法律，更不要說是一種獲得後世安樂的方法了，畢竟害人永遠不會給你帶來好處。

而且，有些宗教雖然在追求幸福，但只讓自己、自己的親人、皈依自己宗教的人受益，根本不考慮別人。這比世間的普通

人好一點，但它只幫助自方，並不是最好的宗教。無論什麼宗教，只有對自己和其他一切眾生都有利，才是最好的。哪裡有這樣的宗教，我們就應該皈依它。

當然，僅有一顆利益自己和他人的心，並不能帶來廣大的利益，就像斷臂老婦眼睜睜看著兒子被水沖走，除了希望兒子不要淹死，她什麼都做不了。我們要有英雄父親把兒子留在戰場上一樣的勇氣和毅力，盡一切可能去成辦自他二利，哪裡有自利利他的方便法，我們就必須去學修。

利己利他的正確方法，必須以教證成立、以理證成立、以修證成立，也就是通過三量來成立。以前很多智者和成就者的選擇一定是基於經論，不能僅憑一兩個人的估計就下定論，所以要有教證的出處。而且，如果理證不成立，就好比一個當權的人聲稱「只有與我的法結緣，才會快樂幸福，否則會遭受痛苦和不幸」，這是不可信的，必須用嚴謹的推理來證明。接下來，要通過修證來成立，如果修了這個宗教的法，你會獲得暫時和究竟的果，一定要有這樣的修證體驗。沒有這個果，光說一大堆也沒用。

在這個世界上，所有致力於利樂有情的宗教，都是由釋迦牟尼佛的事業和大悲的牽引才顯現出來的。印度教認為釋迦牟尼佛是遍入天的幻化，從佛教的角度來看，大自在天是觀世音菩薩的化身，只看這個宗教成辦今生安樂這一點，就足以說明它是佛陀的大悲化現。拿基督教來說，它的目的是培養對眾生的慈悲和博愛，這也是佛教的核心，可以說是佛陀事業感召的。所以，不

管你是誰，對世間上興盛的宗教都不要偏執愛恨，所有宗教和睦共存、團結友愛至關重要。

說真的，除了佛的教義能被教證、理證、修證來證明之外，其他宗教幾乎不可能。如果想了解更多，參閱各大宗教的書籍就明白了。否則，我很難在今天這麼短的時間內，把佛教的特點和其他宗教的觀點完全講清楚。總之，你們把一兩千年以來的書都看一遍，一定會生起誠信的。

就拿我來說，我本身是個佛教徒，生活在佛教興盛的地方，但我從來沒有因為自己是佛教徒，就對自己的宗教產生貪執，對其他宗教產生反感。依靠對所有宗教的長期深入研究，所以我能分辨好壞。當今佛教有南傳佛教、漢傳佛教、藏傳佛教三種，其中我長期學修和研究的是藏傳佛教，對佛法的殊勝性或超越性堅信不移，所以告訴你們這些。你們也要從現在開始仔細觀察法的好壞，如果你想加入哪個宗教，加入之前一定要慎重考慮。不加任何觀察和分析就加入，也就是我們藏族諺語說的，就像餓狗遇到肺一樣。雖然動物體內的肺比其他肉都差，但饑餓的狗會來不及觀察就吃掉它。同樣，不加分析地盲目追隨一種宗教，也是絕對不行的。

總之，認清痛苦的第一個因——貪嗔痴三種煩惱後，應該想方設法擺脫它。



圖 5.9: 法王開講前祈禱

## 2. 業

接下來，痛苦的第二個因是不善業，我們也要一一斷除。

第一、不殺生：不管是誰，都要杜絕殺生。雖然其他一些宗教宣稱不殺人而殺其他眾生，是無罪的。但仔細想想，你會發現，無論什麼眾生都怕死，死時都會有痛苦，所以都不能殺。比如一隻小螞蟻，它也愛惜自己的生命，為了不被傷害，會想盡辦法逃跑，保護自己。眾生都一樣，你有什麼樣的痛苦，其他眾生也有那種痛苦，所以首先要從根本上斷絕殺生。

第二、不偷盜：如果以自私心去偷別人執為我所的物質財富，不僅會給別人帶來傷害，也會間接給自己帶來痛苦，所以應該斷除偷盜。

第三、不妄語：如果用謊言嚴重欺騙別人，不僅會對他人造成極大的傷害和困擾，也會失去一個好人應有的品質，所以必須斷除妄語。

第四、不邪淫：如果和別人的妻子或丈夫邪淫，如上所述，有很大過失。原因是，別人最貪愛、最執著的，沒有比自己的妻子或丈夫更厲害的了，所以它的罪業大過偷盜。

第五、不飲酒：就是要斷除一切罪過的根本——酒。如果喝酒，會給身體帶來許多疾病，也會成為修行正法的違緣。心不受控制的話，就會失毀其他一切戒律，所以必須戒酒。

斷除身語四種不善業和酒，就叫五戒。只要是入了佛門的人，最好能斷除這一切，如此必有不可思議的功德。特別是在斷

除了這些行為的基礎上，若能在他人面前受居士戒，以此護持自相續，更有百倍千倍的功德。所以，你們以後受個居士戒來行善，就更好了。

在座的所有出家人，戒律基本一樣，但與在家人有兩點不同：第一是平時要穿僧衣。不穿僧衣就像個在家人，沒有所謂的出家相，所以，出家人和在家人的區別，就在於平時是否穿僧衣。第二，如果是在家人，與妻子或丈夫行淫，不會有邪淫的罪過。但只要是出家人，就要斷除非梵行，否則就從根本上破了戒。今天這個道場有很多出家人，所以我專門講了四根本戒和酒戒這五戒。以後你們要穿好僧衣，守護五戒。就算守不了其他大戒，也沒關係。



圖 5.10: 聚光燈把法王襯托得金光閃閃

根據藏地的律典，如果沒有受出家戒，就沒有資格穿僧衣。但在這個地方，如果你們暫時不具足受出家戒的順緣，只要能穿上僧衣，護持三皈五戒，也是可以的。一旦穿上佛陀的袈裟，就會為所有看到它的眾生播下解脫的種子，不會受到一切鬼魔障礙的侵害，並能順利快速地生起覺受、證悟。總有一天，當順緣具足時，你們一定會受出家戒的。否則，明明具足順緣卻不受出家戒，這是完全說不過去的。

### 三、四，滅諦和道諦

善業的究竟果是什麼呢？是佛果，它是根除痛苦的無上安

樂。得到佛果，叫現前滅諦；要獲得這樣的滅諦，就要依止道諦。

道諦，是指相續依止正道。在這個世界上，佛法有小乘和大乘兩種，其中大乘分為顯宗和密宗金剛乘，總共有三乘。

所謂「小乘」，就是皈依釋迦牟尼佛，在此基礎上斷除害他的一切意樂和行為，只求成辦自利。現在斯里蘭卡、緬甸、泰國等地，很多人都在修小乘法。

所有的大乘法，除了自利，更注重利他。專門利他，意樂和行為只成辦他利，護持將一切眾生安置於佛果的慈悲心，就叫「大乘」。如果你是一個小乘行人，需要斷除害他及其根源；如果是大乘行人，不僅要斷除害他，還要唯一行持利他。實修這種法的人，如今在漢地大部分地區和日本能找到。

以大乘為基礎，具有很多殊勝的竅訣，就叫「密宗金剛乘」。它不需要長時間的苦行，就能成就佛果，在諸多方便和智慧幫助下，成佛是可以在一生中完成的。其中，「方便」生起次第是把自己觀成本尊等，「智慧」圓滿次第是將諸法觀為空性等，生起次第、圓滿次第這兩種道，都屬於密宗金剛乘。在藏地和不丹等地，有許多人實修這種密宗金剛乘。如今在美國，很多藏傳佛教上師的道場和弟子也在修。還有很多藏傳佛教的上師，在其他地方廣興道場，大力弘揚密宗金剛乘的法。

密宗金剛乘中，堪稱諸道之究竟、諸佛之密意、萬千佛母空行之心血精華的法是什麼呢？是光明大圓滿。如果你知道修持此法的殊勝方便竅訣，那麼確實是日修日成佛，夜修夜成佛，具宿緣者不用修也能成佛。光是聽到它的名字，就能阻擋惡趣之

門；光是看到經函上的文字，接觸它、憶念它，就會輕鬆快速地到達圓滿佛地。

它像摩尼寶一樣，並非時時出現。這個法即使是一個忙於理想和追求、瑣事繁多、成辦今生事業的人去修，也是簡單易行，短時間內就能得果。但是，除了有緣人，一般人是不可可能遇到這個法的。如果你遇到了，靠這個法不可可能不解脫。

在藏地，最早樹立密宗法幢的無與倫比的尊者，是鄔金蓮花生大士和布瑪莫札。此法是兩位尊者以至寶的方式傳給諸位心子的甚深法，即使在藏地，也很難獲得。在修傳八大派的眾多法中，光明大圓滿唯一是前譯寧瑪派的特法。



圖 5.11: 法王合掌，表情肅穆

我之前在舊金山說過，在你們美國，很多人都是大圓滿的所化眾生。雖然我也講過很多其他法，但都沒有那麼受歡迎，而講到大圓滿的時候，大家都特別歡喜，從表情上也能看出非比尋常的信心和恭敬心。你們這裡經濟很發達，人們要成辦各種事物，要追求很多目標，修其他的法想必難有成效，而這個簡單有效的大圓滿法更適合你們。我認為，西方許多佛教徒都是大圓滿的所化眾生，希望你們現在和將來好好實修大圓滿。扎西德勒！

## 在根桑白玉秋林

在華盛頓的這段時間，法王住在根桑白玉秋林（Kunzang Palyul Choling）。這裡環境清幽，樹木蔥鬱，置身其中，彷彿來到了佛陀時代的鹿野苑。



圖 5.12: 根桑白玉秋林

這個道場是阿貢拉姆（Ahkon Lhamo）建立的。她是貝諾法王親自認定的女活佛，雖然是在家身份，卻培養了不少出家人，這在西方國家是相當罕見的。

阿貢拉姆在被認證為活佛之前喜歡收集水晶，道場裡隨處可見各種顏色的水晶。她特別邀請法王觀看，法王想找一種純天然的八角水晶，對大圓滿修行有幫助，但是我們找了半天也沒找到。

在接下來的幾天裡，法王經常是白天遊覽華盛頓的著名景點，晚上給大家灌頂或傳法。



圖 5.13: 阿貢拉姆邀請法王觀賞水晶

## 天時地利人和



圖 5.14: 僧俗弟子分別在道路兩側列隊迎接法王

7月25日下午，法王傳授了《項袋金剛橛》的灌頂。因為聽眾太多，所以在不同房間設置了閉路電視進行轉播。期間，法王提到了這樣一段話：

俗話說「吃飯前要供養，做事前要發言」，在正式傳法之前，我簡單說幾句。



圖 5.15: 各個房間內架設閉路電視轉播傳法現場

按照我們藏族的傳統，首先要問候這個道場的住持、主管身體安康，送上吉祥的祝福；接下來，我要向曾經去過藏地求法、長期聽受教言的美國弟子們，送上吉祥的祝福；我也要向與我同一家鄉的色達僧人和來自尼泊爾的藏族同胞，送上吉祥的祝福；還有，向在場所有前來求法的人，送上吉祥的祝福。其他幾位都是跟我一起來的，所以不需要祝福。(眾笑)

祝你們身體健康！祝佛法興盛！

這一次，我在這裡傳法，也是具足了與眾不同的殊勝緣起，是一件值得高興的事。是什麼緣起呢？就像我昨天說的，這是堪為世界之最的美國的首都華盛頓，在這個地方廣泛傳播佛法，從處所而言，是極其令人歡喜的。然後從法、本師、眷屬來說，當今世界經濟實力最強的是美國，佛教最興盛的是藏地雪域，如果雪域的正法和美國的經濟實力能夠互補，那麼整個世界將呈現一派和平繁榮的景象。而且，在這樣一個吉祥的時刻，與大家歡聚一堂，更是增添了一份喜悅。

從時間上來說，昨天是我們大悲本師佛陀初轉法輪的節日，本月初十是鄔金蓮花生大士在西南乳海不依父因母緣而以自然覺性頓現的方式誕生的重大節日，不僅如此，這也是蓮師前往妙拂羅剎洲調伏眾羅剎的特殊節日，恰好趕上時間圓滿。在佛教中，所有出家人行持律藏三事的特殊時間，是本月十五日，此時他們開始在夏季安居三個月，依次行持布薩、開遮等廣大律法行為。就密宗佛教徒而言，初十是所有勇士、空行自然聚集的特殊日子。鄔金蓮師也說：「上弦月之初十日，鄔金降臨諸藏土。猴年猴月之初十，化身不變遍藏土。」鄔金第二佛會在初十踏遍以藏

地為主的世界各地。在新派的密續中還提到，在這個勇士和空行自然聚集的特殊日子，也是所有密宗行者自然開啟密宗壇城之門的時候。特別是從藏曆六月十五日起的六個月裡，恰好是所有大圓滿修行人實修三層虛空等大圓滿見解的特殊時間。

一般來說，無論什麼時候修大圓滿法，都會獲得加持與悉地。不過，印度和華盛頓是非常熱的地方，現階段正好氣溫略有下降，身體四大平衡，在此期間，初學者從本月十五日開始修行六個月，很容易現前覺悟，也有利於修行境界的護持，因此，所有前輩持明者的常規做法，主要是定在本月十五日之後。據說正是考慮到這樣一個特殊的時間，丹嘉仁波切也計劃在這段時間來這裡，可能會推遲一兩個月。我相信他所有的佛法意願都是為了大家能去修行。

就像藏族諺語說的「人為緣起非為妙，自然緣起即微妙」，特意安排緣起不太好，但如果是自然的巧合，就非常好了。我沒想過要在箕宿月初轉法輪日來美國首都講四諦法門，你們也沒有這樣的安排，但是依靠上師三寶的大悲力，自然促成了這個緣起，這是自他都值得高興的事情。

對我自己來說，從 25 歲到現在，成辦任何弘法利生的事，也大多是從這個月開始的。我簡單給你們講了一下近年來做的事情：

1985 年，我去了伏藏大師列繞朗巴的寺院坐床，發願護持廣大的弘法事業。從此，我致力於雪域每個角落的僧眾團結和合、清淨戒律、聞思修行，行持了難以形容的廣大事業，也成辦了前所未有的利他之事。

1986年六月初四，為弘法利生，我發起了殊勝菩提心，走訪了多康下部二十大聖地及各地寺院。那段時期，二十大聖地自然出現了前所未有的文字、佛像、佛塔等，我也開取了很多甚深伏藏品，呈現出諸如此類不可思議的驗相。單單從身披袈裟的出家僧團來說，「文革」時期佛教衰落到低谷時，每個地方只有一兩個出家人。之後，我和我的主要弟子們到處傳出家戒，現在僅僅在我的家鄉周圍，大約就有2萬名僧人受持清淨戒律。完成了這樣一件大事。

1987年，我帶領一萬多名藏族僧俗，還有不少漢族人、蒙古人去了東方五台山，念誦了幾千萬遍《普賢行願品》。每一個去那裡的人，根據自己的緣分，上等者親見怙主文殊菩薩的尊顏，聽到了他的言教，得到了他的智慧加持；下等者看到彩虹、光芒、神奇的瑞相等。現前了這樣的成果。

1988年，我對新龍十三座寺院的全體僧人，傳授了灌頂、傳承、引導，樹立了講修法幢。

1989年，在木雅古屋神山，為大約三千名弟子灌了《四心滴》的頂。

那些年，我的佛學院僧團蓬勃發展，多的時候僧眾人數達到六千左右。通常在這個時候，他們正精進於發殊勝菩提心。

1990年，我按照大成就者貝諾法王、頂果欽哲仁波切等幾位大德的意願，前往印度。這個月初四那天，在座的南珠堪布、索達吉堪布、吾智多傑和我們家三人，還有兩位僧人，我們師徒共八人，去了丹嘉仁波切的精舍。在古老的觀音像「吉眾覺沃瓦

德桑布」前，我和丹嘉仁波切共坐一座，發下了殊勝菩提心。這個月初十，我去了印度南部的邁索爾（Mysore），在貝諾法王的南卓林佛學院，我為一千名僧人，尤其是四十位堪布、活佛，灌了《文殊靜修大圓滿》的頂。從那以後，我所做的任何事都是一帆風順，沒有違緣，圓滿成辦。

說這些的目的不是宣揚我了不起，而是為了讓你們更歡喜、更高興。所以，這次在這個地方，緣起不謀而合。通過講法和聽法，想必能成辦弘法利生的大事，滿足我的所有願望。這是令人非常開心的，不是偶然的運氣造成的。所以，我簡單地講這些，也是為了讓你們開心。

如上所述，你們美國的經濟實力相當於好食材，我們藏地的正法相當於好調料，兩者缺一不可。食材再好，不加調料我們也不想吃。同樣，經濟實力再強，如果不與正法事業相結合，雖然此生會快樂，但後世未必幸福。現在，當好調料配上好食材，是時候享受美食了。（眾笑）



圖 5.16: 法王拿著金剛橛加持大家

如果今天來的不是我，而是一個有錢人，可能會給你們道場的所有修行人擺一桌豐盛的美食大餐，但我卻設了一桌正法盛宴來款待你們。大家願意享用嗎？（掌聲）

## 國家廣場一日游

7月26日，法王來到華盛頓的中心地帶——國家廣場（National Mall），這裡是美國國家慶典和儀式的重要場所，旅遊景點相對集中。

首先看到的是華盛頓紀念碑（Washington Monument），它是華盛頓的地標，為紀念首任總統喬治·華盛頓而造，高169米。美國政府曾宣布，華盛頓的任何建築都不能超過華盛頓紀念碑。這塊碑上一個字也沒有，就像武則天的無字碑一樣。有人說，這意味著他的功績無法用語言描述；有人說，這意味著他的功過留給後人去評判。



圖 5.17: 華盛頓紀念碑

接著，去了林肯紀念堂（Lincoln Memorial）。這是為紀念美國第16任總統亞伯拉罕·林肯而建造的。一進紀念堂，就看到了中央的林肯雕像。雕像上方有一句題詞——「謹以此殿堂紀念亞伯拉罕·林肯，他為全體美國人民挽



圖 5.18: 索達吉堪布（左一）在林肯紀念館

救了聯邦」。這裡也是尋求和平者的聚集地，馬丁·路德·金（Martin Luther King, Jr.）曾在此發表過演講《我有一個夢想》。



圖 5.19: 林肯紀念館

然後，我們去看了越戰紀念碑（Vietnam Veterans' Memorial）。它由黑色花崗岩砌成，長約 500 英尺，上面刻滿了越南戰爭中陣亡將士的名字。法王在這裡停留了較長時間，為那些逝去的人念了經。



圖 5.20: 越戰紀念碑



圖 5.21: 法王為逝者念經祈禱

最後一站是國會大廈（United States Capitol），它是美國的心臟，大多數總統就職典禮都在這裡舉行。國會大廈是一座五層建築，最引人注目的地方是中央圓形大廳，這裡有氣勢宏偉的壁畫和歷史人物的雕塑，展示了美國歷史上的一些重要事件。大廳的南北兩側分別是眾議院、參議院，見證著美國重大決策的通過與否決。



圖 5.22: 國會大廈



圖 5.23: 法王一行參觀國會大廈（左）；現在的中央圓形大廳（右）



圖 5.24: 法王一行在美國首都留影

## 《文殊靜修》的由來

當天晚上，法王給大家傳授了《文殊靜修大圓滿》的灌頂。灌頂前，說了這樣一段話：



圖 5.25: 法王為阿貢拉姆戴上哈達加持

這個《文殊靜修速賜加持》的灌頂，我簡單介紹一下它的由來：

1987年，我和一萬名藏族僧俗去了東方五台山，怙主文殊菩薩真正安住的地方。當時不僅有藏族人，還有漢族人、蒙古人和許多朝聖的外國遊客。大家在釋迦佛舍利塔前共誦《普賢行願品》幾千萬遍。依靠文殊菩薩的智慧妙力，那裡上上下下的人都相應自己的緣

分，獲得了不共的加持：上等者親見文殊菩薩，聽到了他的言教，得到了他的智慧加持；中等者在覺受中出現這些；下等者在夢中見到文殊菩薩的尊顏；最下等者也看到了文殊加持的光相等在《五台山誌》中提到的十種驗相，似乎無人不得加持。

發願結束後，大部分在家人完成了今生和來世的發願，平安返回各自的地方。五百多名想一生修成佛果的出家人，在五台山聖地住了一百天，在怙主五部文殊居住的五個台和其他菩薩、成就者去過的多個聖地修行。



圖 5.26: 1987 年法王帶領眾弟子在五台山靜修三個多月

我們出家人主要住在幾個地方：一個是五台山西台靜處、怙主文殊示現神變的清涼石。在這上面，我於六月初四到初十給眾弟子傳了法。初十那天轉廣大薈供輪時，空中出現了彩虹和光自性的文殊身、獅子、文字、手幟等，在場的五百僧人全部目睹。

第二處是東台下方的善財洞，這是善財童子在文殊菩薩前發殊勝菩提心與如海普賢行願的地方。我們在這裡發願的時候，現場有六百多名漢族在家信徒，大多都看到了空中的文殊菩薩，也有人看到了獅子等境象。

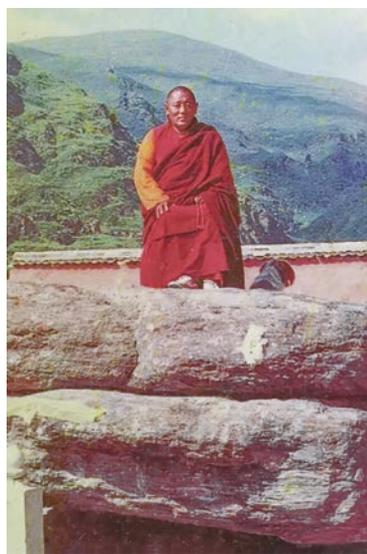


圖 5.27: 法王在清涼石



圖 5.28: 法王在善財洞

還有一個地方是東台頂附近的那羅延窟（Narayana Cave），也被稱為無愛子洞，這是佛在《華嚴經》中授記從初劫到末劫文殊及其一萬眷屬恆常安住的地方。在那羅延窟，依靠文殊菩薩加持入心的力量，我將此法立成了文字。所有實修此法的人，都會無勤生起覺受、證悟，至少會生起不一樣的信心、悲心等。它的加持非常明顯，所以在整個雪域弘揚得很普遍。



圖 5.29: 法王在東台頂傳法

1990 年，我去印度時，也毫無保留地為諸多智者、成就者、持教大德，獻上了這個法的灌頂、引導和教言。依靠這一因緣，此法比以前傳播得更廣，在印度、尼泊爾、不丹及漢地普遍弘揚開來。

今年，依靠往昔的緣分和願力，我來到了美國。一開始我並沒有打算灌這個頂，但經過他們的再三勸請，再加上願力和時機成熟，到了乃瓊寺我就傳了此法，每個人都充滿信心、恭敬無比，似乎真的要受持這個法脈。

之後我去了科羅拉多的道場，在給眾眷屬灌這個頂的時候，回想起我去五台山時突然寫的預言，於是當眾念了出來。是怎麼寫的呢？雖然這個法的起源地在東方，但廣泛利眾的興盛地卻在西方。當時在場的那些人，由此生起了極大的誠信，全部承諾要實修它，所以，他們的信心叫做勝解信。

尤其是在加州的道場，我也傳了此法的灌頂和引導。道場那些上師，擁有佛教裡說的功德，以他們得受此法的緣起所感召，許多弟子都生起了勝解信或不退轉信，利根者更是信心大增。

所以，你們對這個法只有欲樂信是不夠的，應該生起勝解信。這種信心來源於字義裡的特殊加持，否則，隨便聽別人講講而產生的信心，是很容易退失的，今天有信心，明天可能就沒了。另外，你們對我的虔誠恭敬，也可以歸功於勝解信。為什麼呢？如果拿我和你們的上師比，無論是名聲、地位、內在功德，她真的比我好百倍千倍，但這一次，她是跟在我身後，恭敬得像最低等的僕人。佛陀曾在法藏中說：「恭敬眾生，當起斷角牛想。」所以，她一定有特別虔誠的信心，否則不可能做到這一點。

不僅僅是她，我這次的五位眷屬中，美珠、門措都是我的家人，她們虔誠的信心本就不可思議。還有南珠堪布、索達吉堪布、吾智多傑，前兩年我們一起去印度時，他們做了六個月的侍者，忙前忙後，沒有厭煩。今年在美國也是，日日夜夜不知疲倦，我就像轉輪王，他們就像乞丐一樣隨侍服務，說明他們真的有不退轉信。

對上師的恭敬和信心，如何才能知道是不退轉信呢？從以前的歷史可以知道：往昔釋迦牟尼佛在世時，有一個大國王，叫波斯匿王（Prasenajit）。他對佛陀生起不退轉信之後，不僅對真佛，包括見到佛的眷屬，也恆常頂禮，解開頭髮鋪路。一天，來了許多遍行者，國王以為他們是佛的隨行者，於是進行頂禮，以

髮鋪路。當地人嘲笑他不應該這樣做，於是他向佛陀請示：「請開許我為您所有的聲聞，供養不同於遍行者的衣服。」佛陀開許了，這就是現在出家人穿的三衣。以前在印度，對上師特別尊敬和信任，就標誌著具有不退轉信。

在藏地，也有這樣的國王。從前，有一個法王叫赤熱巴巾 (Tri Ralpachen)，是統治廣闊領土的大國王。他留著長髮，每當僧眾到來，就把頭髮鋪在地上，讓僧人在上面走。他對僧人非常恭敬，被稱為「具髮髻法王」。

像這些國王一樣，如果你對上師特別恭敬，說明你有不退轉信。

## 對持教大德的教誡

到了華盛頓以後，我希望這裡的利生事業比夏威夷和加州更廣大。原因是，現在貝諾法王被任命為整個前譯寧瑪派的教主，在寧瑪派中，沒有人比他更有說服力和權威性。長期以來，我對他佛法方面的功德、世間方面的做法，做了深入細緻的觀察和分析。從佛法方面來說，他既有智慧，又有成就，品行無與倫比；從世間方面來看，他也是心地善良、高瞻遠矚、有情有義、表裡如一。像他這樣的上師，恐怕當今世間已經不多見了。而被貝諾法王認定的阿貢拉姆，如今也是名氣在外，事業廣大。我希望她不只是一個虛名，而應該是名副其實。就算她有一百位根本上師，頂上唯一的寶珠也是貝諾法王，她要自始至終盡力實現他的廣大意願。這是第一點。



圖 5.30: 法王看向大眾

貝諾法王以無礙的智慧，照見並授記了這個地方，任命她為此地的法主。不像其他地方，這個地方是在美國的首都，所以我希望它成為一個與眾不同、獨具特色的佛教基地。這是第二點。

要成辦這樣弘法利生的事業，不可能無因無緣，首先自己必須具備功德。就她而言，我相信她有與生俱來的功德，但要維護道場、培養僧才，光有俱生的功德是不夠的，還必須有學修的功德。原因有二：第一，自己雖然具備智慧和成就的卓越功德，但只有對佛法廣聞博學，才能說服其他眾生。這個世界上，不可能有一個人的俱生功德比釋迦牟尼佛還多，但是佛陀還依止了讓坡、拉修兩位上師，來讓世人生起信心；就悟道成就而言，不可能有人超過鄔金蓮花生大士，但他也依止八大成就者等很長時間；同樣，布瑪莫札也依止西日桑哈 21 年，無餘得受了他的教言。所以，即使自己擁有俱生功德，也要依止上師，聽受教言，盡可能地學修究竟，這是非常重要的。

第二，雖然大部分上師前世成就了不可思議的功德，但是會被習氣障、胎障等所遮蔽，為了開顯它，即使他們功德豐富，也需要依止上師，廣學佛法。佛陀在《攝持功德續》中說：「無有上師前，佛名亦無有，千劫之諸佛，皆由依師生。」這一點已經講得很清楚了。

根據我在遠方了解到的情況，她依止貝諾法王後，得受過《伏藏寶庫》等的灌頂、傳承和引導，聽說她還依止過很多來自藏地的上師，所以我相信她也有學修的功德。就算有了這樣的功德，要攝受弟子的話，普通功德是不夠的，必須要有超越的功

德。比如，阿彌陀佛親現為人身的無等阿底峽尊者，為了培養弟子、攝受他眾，一生依止了 150 多位上師，把所有教言研究得極為透徹。且不說他精通完整的成佛之道，而且還能相應上中下根基的所化眾生宣說種種法。否則，只有一份功德的話，是做不到廣泛利他的。比如對於疾病，熱病要用熱病的藥，寒病要用寒病的藥，而且要能根據各種疾病對症下藥，否則單靠一種藥是不能祛除所有疾病的。我覺得美國所有的藥店也是針對不同的病開不同的藥，而不是一種藥就能消滅所有的病。所以一個教言是不夠的，要通達很多教言。她也是在以前功德的基礎上，還依止了很多具功德的上師，努力提升自己的功德，這一點很重要。佛陀曾說：「縱然已成無學，也要示現有學相。」很多大德就算到了佛地，也要示現學法相。所以，希望她還能廣泛地學修佛法。

作為弟子，你們今生不要專注於求食、求財、求名等，而要放下一切，得受此法之後實地修行。我覺得這才是值得我交付此法的法器，我也會很開心、很歡喜。

我今天灌頂，明天講引導。對你們要講的，一句也不會保留，關鍵是你們不要浪費了。千萬不要表面上修行一兩天，我走了以後就不重視了，不然我傳這個法就沒有意義了。

這次，我對你們有三點希望：第一，一定要全力以赴去實現貝諾法王等所有持教大德的意願；第二，想方設法讓佛法在這個地方興盛起來，發揚光大；第三，不要捨棄《文殊靜修大圓滿》，要好好實修它。我以後很難親自來美國了。假設我來不了，也可以互通書信，我想清楚地了解你們的實修情況，所以希望你們繼續好好修行。

你們這些富有功德的人，受教於我這個一無是處又滿是過失的人，就像獅子被狗教訓一樣，是不應理的。美國首都的名氣很大，我坐的這個法座很高，今天因為病情大有好轉，很多話都脫口而出。如果有觸動你們內心的，就請記住；如果沒有什麼觸動，請見諒。

## 去航空航天博物館

7月27日上午，法王參觀了美國國家航空航天博物館（National Air and Space Museum）。館內雖然沒有陳列年代久遠的歷史文物，因為航空航天發展的歷史只有一百多年，但它展示了人類最前沿的科技成果。

在大廳中央，可以看到歷史課本中萊特兄弟首飛駕駛的「飛行者1號」，還有第一代超音速試驗飛機、美國第一顆衛星……這裡收藏著在人類歷史上留下濃墨重彩的各類飛機、火箭、導彈、宇宙飛船、宇航員用過的器物等，而且展品基本都是實物，即使有一些仿品也是等比的。在有限的展館空間裡，看到這些真的飛機、發動機、火箭等，自然會產生強烈的視覺衝擊。



圖 5.31: 萊特兄弟發明的「飛行者1號」



圖 5.32: 航空航天博物館

法王專門參觀了人類首次登月使用的阿波羅登月艙，這是飛船直接在月球著陸的部分。登月艙只能使用一次，下降後會被丟棄在月球表面，所以博物館展出的是備用的阿波羅 2 號，而不是 1969 年首次登月的阿波羅 11 號。登月艙旁邊有一台電視機，一直在播放阿波羅 11 號登月的紀錄片。

這項被載入人類史冊、具有劃時代意義的成就，被稱為「個人的一小步，人類的一大步」。法王對此很感興趣，詳

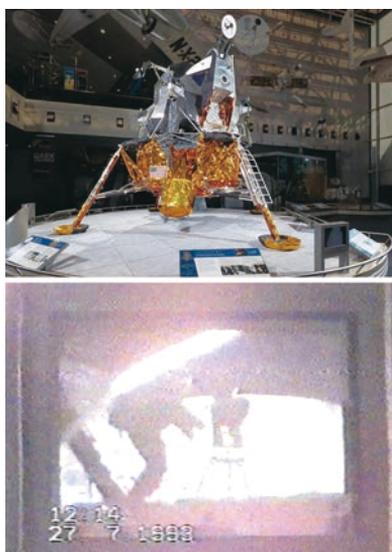


圖 5.33: 阿波羅 2 號 (左); 阿波羅 11 號登月的紀錄片 (右)

細了解了第一次登月的全過程。看完這些，我也是大開眼界，感覺美國確實是一個科技強國，他們科技創新的歷史令人震驚。



圖 5.34: 法王一行近距離感受先進的航空科技

## 《手中賜佛》第一節課

這次歐美之行，法王先後五次講了《文殊靜修大圓滿》。在其他道場講這個法的時候，「大圓滿」部分都是念傳承的，但是在這裡，法王是完整傳授的，所以我也把這個版本的內容全部整理了一下。

這個講座有三節課，當天晚上是第一節課：

我要講的法是《文殊靜修大圓滿》引導文——《手中賜佛》。它由兩部分組成：總說道次第、真正解說引導文。

### 一、總說道次第

在此法的分支《忠言心之明點》中，道次第是這樣的：

#### 1. 知足少欲

首先，修這個法的修行人要知足少欲。對自己的物質財富感到滿足，叫「知足」；沒有把別人的物質財富據為已有的欲望，這叫「少欲」。今生的物質財富、美滿幸福、名氣聲望都沒有實質，越是享受，就越是助長貪婪，所以欲妙對我們沒有好處。不僅如此，如果自己沒有往昔的福德，再怎麼努力也得不到這些。因此，要對今生的美滿、安樂、名聲無欲無求，唯一修行正道。

當然，不求吃、不求穿也是不可能的，除了滿足吃穿之外，我們要從根本上斷除對一切物質財富的貪執。同樣，對於權勢地

位，除了是自然獲得的，也不應該有想得到更顯赫地位的貪念，以及想名揚十方的心態。

全知上師無垢光尊者在《四法寶鬘論》中說：「欲念窮盡彼即真聖者，欲念寡鮮乃賢聖種姓。」這裡說得很清楚，少欲是聖者的種姓，滅盡一切欲望才是真正的聖者。也就是說，無論是誰，這輩子為了衣食住行、名氣聲望等一直散亂，就不會有修成聖道的緣分。任何人都需要知足少欲，只有不貪今生瑣事，唯一想要實修正法的人，才會具有修行此法的緣分，故稱為聖者種姓。

因此，在修持此法之初，你們也要觀察一下自相續，看看自己是否具足知足少欲。假設以前不具足，那可以從現在開始拋開今生大大小小的一切瑣事，有個真實堅定的誓言去唯一修行正法，最好是修持這部法。如果你不重視它，只是沒信心地順便修修，在衣食住行、伏敵護親等今生瑣事上卻花費大量精力，那麼裝模作樣地修行此法是不會帶來太大利益的。所以，在開始的時候，一定要努力生起知足少欲的善意樂。

## 2. 依止善知識

知足少欲的修行人要想趨入道，首先必須依止具法相的善知識。如果沒有依止善知識，自相續中就不會擁有一分功德。當然，隨便依止上師也是不合理的，因為上師也有真上師和邪上師，所以要依止的是具法相的上師，而不是不具法相的上師。

若問：「具法相的上師是什麼樣的呢？」

比如，如果要講大圓滿這樣的法，上師的心相續中要具有

它的覺受和證悟境界，這是第一點；有樂於攝受一切眾生的慈悲心，這是第二點；能消除他們所有的邪分別和懷疑，具有精通教義的智慧，這是第三點。如果這三種功德都具足，就可以稱之為好上師或具相上師。如果這三種功德不全或者只有一種，就不是真正的上師。如果一分功德也沒有，則是根本不能依止的上師。

對於具相上師，要比自己的眼睛與心臟更珍惜，歡喜踴躍地依止。依止方式：真正讓上師歡喜的，是調伏自心，勤修清淨善法，所以，上等者以修行供養而依止；即使不能行持如此廣大的善法，也可以盡力成辦上師如法的一切事情，做中等承侍供養；如果這一點也做不到，那就對於上師行善斷惡的如法事情，盡己所能毫不吝惜地供養一切財物，這是下等者以財物供養而依止。需要通過這三種方式長期依止上師。

依止上師之後該怎麼做呢？

在上師面前聽聞佛法。聽聞方式是以清淨的信心來聽。

那麼，需要什麼樣的信心呢？

如果聽聞顯宗的法，需要以上師與佛平等無別的信心來聽；如果聽聞密宗的法，需要對上師有真佛想來聽；如果聽聞光明大圓滿這個法，就要了知上師在恩德方面勝過佛陀百倍千倍，以勝於佛的信心和恭敬心，在上師面前聽法。

實修大圓滿的修行人，對上師要有勝過佛的信心，但你們具不具足這一點呢？如果對根本上師比釋迦牟尼佛、鄔金蓮花生大士更歡喜，這種信心是無與倫比的。即使沒有，也要有上師與

他們無別的信心。如果連這點也沒有，把上師當成一個普通人，那麼正所謂「視師為常人，水中無加持」，上師的加持是無法入於你相續的。即使有一點加持，也是清湯寡水，得不到其餘的加持和悉地。

此處你們需要明白：這些是道次第，我前面提到的那些，每一個都要按順序修行。也就是說，首先具備知足少欲，然後尋找並依止上師，對上師生起信心。下面要講的內容，全部是道次第，需要在具備前前功德的基礎上，才能趨入後後的修法。大家要記住這一點。

### 3. 持戒清淨

對上師有信心後，還需要什麼呢？

需要受持道的所依——戒律。

如果不具備清淨的戒律，怎麼能獲得究竟佛果呢？連暫時得到人天安樂的機會都沒有。同樣，破了戒的人，即使上供三寶等福田、下施乞丐等悲田數十萬年，也一定會墮入惡趣，得不到人天善趣之身。所以，受戒後破戒的人，只會墮入惡趣，沒有第二條出路。

要想生起菩薩乘和密宗金剛乘所講的道之功德，也必須是具有清淨戒律的人，而其他人是很難生起的。佛陀也說「戒如大地」，意思是，能走路的人和牛馬等，以及不能走路的草木林苑，這一切都依賴大地，沒有大地，任何生物都無法安住。同樣，如果沒有清淨的戒律，也就沒有任何生起功德的機會。



圖 5.35: 法王傳法中

一般來說，戒律有三種：別解脫戒、菩薩戒、密乘戒。這裡說的是，必須具備別解脫戒。

如果有人想：「如果不具備別解脫戒，只有菩薩戒。靠它能獲得解脫或遍知佛果嗎？」

這是根本沒辦法的，因為菩薩戒只有在別解脫戒的基礎上才能獲得。你要接受密宗的任何灌頂，也要在別解脫戒和菩薩戒的基礎上，才能得到它所有的誓言和戒律。所以無論是菩薩戒還是密乘戒，只有具備別解脫戒才能生起。

若有人問：「既然要具備別解脫戒，那除了出家男女，其他俗家男女都沒有別解脫戒，難道就不能生起功德了嗎？」

其實受出家戒叫人天應供處，是最好的供養對境，而在家男女若受居士戒和齋戒，也叫別解脫戒。就地域而言，在藏地、印度、不丹等地，修行清淨法的出家人可謂比比皆是。但在美國這個地方，由於環境和文化的限制，出家還是非常難的。我來美國後，從來沒有說過一句「你要出家」的話，主要是說「你要受居士戒和齋戒」。但是在這個道場裡，有這麼多出家人，真的很少見。當然，更重要的是，出家的人數要繼續穩步增加，希望住持、主管和弟子們牢記這一點。

我個人而言，在出家和在家二者中，如果出家人多，我會非常歡喜。原因是在釋迦佛的教法中，出家人比在家人更重要。而且，大成就者貝諾法王、丹嘉仁波切等，以及他們的繼承者和諸位心子，都是出家人。

出家受戒，必須遠離生戒、住戒、勝戒的三種違緣。其中，

生戒的違緣是指，不是所有人都能受出家戒。律藏中說，比如殺父殺母的人，根本生不起戒體，所以不能受戒。

住戒的違緣是指，受戒的障礙是父母未開許、配偶不同意、有權勢的國王不准許，如果未經他們允許出家，將來修學就會受到阻礙，甚至不得不還俗。所以，沒有這些違緣是很重要的。

如果有人問：「國王、父母、配偶若是不同意，即使受了戒，也生不起戒體嗎？」

雖然不是生不起戒體，但是會對護戒造成障礙。如果不構成障礙，那麼過失就不會太大，即使沒有父母的允許，也可以出家；即使沒有配偶的同意，也可以出家。但我們要考慮的是會不會有違緣。

勝戒的違緣是指，得了重病根本不能行善的人不能出家，世間瑣事繁多沒有緣分行善的人也不能出家，否則會因守不住戒而無法增上殊勝功德。如果這些不構成違緣，那就可以出家。

在你們道場裡，除了出家人，其他人最好能受居士戒，或者至少想辦法受八關齋戒，不然，得一個人身就沒有意義了。

所應守護的戒條，我最近在華盛頓講法時，都詳細地講解了。如果是出家人，就應該身著僧衣，從根本上斷淫；如果是在家人，即使受了居士戒或齋戒，也不用穿出家衣服，當然，也不需要對配偶戒淫。除了這兩點不同，基本都是一樣的。

今天之所以要廣講戒律，是因為這個道場不像其他地方，出家人和在家人都非常多，所以我特意做了明確的解釋。



圖 5.36: 法王超然的眼神

最近方便的時候也會傳出家戒。沒有上述三種違緣，出家也是很好的。將來上師們來到這裡，可以傳沙彌戒和比丘戒。如果出家人越來越多，僧團越來越興盛，這是特別有必要的。有什麼必要呢？

我們所在的地方，有佛法興盛的中土、不興盛的邊地。其中，「中土」是指有比丘、比丘尼、男居士、女居士的地方。沒有這四眾眷屬中的任何一個，或者四眾眷屬都沒有的地方，就叫「邊地」。這樣說來，美國以前應該是邊地，後來變成了佛法中土，所以，僧團的存在非常有必要。現在和將來，大家都要盡力去落實，不要忽略這一點。

#### 4. 聞思修行

如果問：「有一個清淨戒律就夠了嗎？」

不，在它的基礎上，還需要聞慧，在具法相的上師面前聽受顯密及明處的法，依此在自相續中播下解脫的種子，驅除一切無明愚癡黑暗，清淨一切罪障。就聽聞佛法的功德而言，經中說，直接聽法當然有功德，甚至為了提醒聞法而擊法鼓、吹法螺，傍生聽到這些聲音也會得到解脫。所以，精勤聽聞佛經和解釋其密意的論典，是非常重要的。

那麼，只是聽聞就可以了嗎？

也不是，還要思惟所聞之義而生起思慧。比如今天，你聽了我的講法，但下課後，心散亂在工作上或無所事事，這是不行的。你們要反覆思考詞句是怎麼說的、意義是什麼，對它進行觀察分析，並向別人請教，最後應該做到沒有任何疑惑。如果不具備這種思慧，那麼我剛講的《手中賜佛》引導文，雖然言簡意賅，沒有別的，但你只是聽了一遍，不思考的話，實際上根本不會去修。所以，一定要真正深入思考佛經，尤其是對自己有益的法，然後再實修。否則，靠推測或想當然來一本正經地修行，是沒有意義的。

修行之前一定要思考，必須做到沒有懷疑、真正通達了。怎樣才算通達了呢？首先要把上師親口說的詞句、它的意義、自相續的修行這三者，結合起來進行對照並實修。哪怕做一件世界上很平常的事，也需要先思考。比如開車，不經過一定時間的訓練就不會開，修行比它更難，思慧相當於先把車練好，修行相當於以後真正上路，所以，在修行之初一定要非常認真地思

考，否則，沒有真正的思慧就裝模作樣修行，肯定是弊大於利。如果不具備思慧就開始修行，就像藏地上師薩迦班智達（Sakya Pandita）說的：「愚者修行大手印，多數趨向惡趣處。」不經思考、不依止上師，只憑著估計修行，大多數會轉生為山兔和旱獺等，這沒有必要。這是他非常誠懇的言教。

所以一開始就要注意，必須斷定自己會修行了才能修，否則什麼都不懂就直挺挺坐著，根本不是修行。如果你真的會修行，這是最好的，要努力勤修；假設不會修行，那就念誦觀音心咒和蓮師心咒，祈禱三寶，這是最保險的。無論什麼樣的觀修，都不能只是直直坐著，把自己弄得腰酸背痛，一定要知道怎麼修。而且，知道以後一定要修，否則，光知道不修是不行的。

## 二、真正解說引導文

以上已經講了道次第，下面就是真正修行的時候了。觀修方法是從前行的四種厭世心到大圓滿依此進行，具體內容在這個《手中賜佛》中，你們打開法本，我按順序解釋一下：

### 文殊靜修大圓滿·手中賜佛

所謂「文殊靜修」，一般來說，文殊修法有寂靜文殊和忿怒大威德兩種，而這就是寂靜的修法。其中，文殊靜修的灌頂和儀軌，昨天已經完成了。「手中賜佛」是指通過這個引導文，把佛果真正交到你手中。

覺空本來怙主妙吉祥，證悟無離無合而頂禮，

如果無誤證悟了心的法性，那麼它就是文殊菩薩。自己的

心不存在一個有離有合的法，怙主文殊與自心本就無二無別，證悟了這一點，就叫以通達見解而頂禮。

我為心子開示精華要，汝亦切莫捨棄當實修。

所謂「精華要」，是指將大圓滿一切續、教、竅訣的所有要點歸集起來，變成言簡意賅的語言，讓人輕易快速地證悟。我把它傳給各位如心臟般的弟子，並教誡道：「不能只是聽聽就把它扔到一邊，要實地修行。」

### 人身難得

諸位有緣者首先應當思惟：

有緣修持此法並對它有信心的所有堪為法器的修行人，一開始應該這樣思惟：

自己如今已獲得了從因緣、比喻、數量觀察都極為難得

具全十八暇滿的人身寶非常難得。怎麼難得呢？從因緣方面來說，不守護清淨戒律，不以清淨發願銜接，不以布施等作為助伴，就不會得到它。從比喻方面來說，它比向光滑的牆上撒豆子，豆子可以黏在牆上還難。從數量方面來說，所有三惡趣的有情多如大地上的微塵，人天眾生少如指甲上的微塵，其中修持正法的人就更少了。所以，無論從因緣、比喻、數量哪方面來看，這個珍貴的暇滿人身都是難得的。

且能成就三士道菩提果位的暇滿人身寶，

這個人身不僅難得，如果得到了還意義重大。那麼，意義如何重大呢？

如果你只想修行「小士道」，以遠離三惡趣而得到人天善趣之果，那你已經得到了這個能修此道的殊勝所依身。如果你想修行「中士道」，離開一切輪迴，尋求自我解脫的聲緣阿羅漢果，那也可以靠這個所依身來實現。如果想修行「大士道」，讓自他一切眾生獲得永久安樂的佛果，也可以在這個所依身上成辦。為此，能成就三士道中任何一種的這個人身寶，我們如今已經獲得了。

並遇到了具有法相的善知識

不僅是獲得了人身，更難得的是，遇到了上師善知識。

宣說甚深妙法。在具足此等順緣之此時，

不僅佛陀在這個世界上已出世、宣說過佛法、佛法仍住世，上師善知識也攝受了自己，並傳授與自己相應的清淨法，這就更難得了。這一次，我們已經擁有了所有的順緣。

應當反覆思惟而立誓毫不懈怠地勤修正法。

得到這個殊勝所依身之後，一定要真誠地發誓，不能讓它白白浪費，必須修持清淨的妙法。

以上是第一引導「思惟暇滿難得而立誓修持正法」。

**壽命無常**

思惟此身也必定死亡、死期無有定準、死時除正法外一切都無有利益的道理後，

雖然獲得了如此寶貴的暇滿人身，但它注定會死，只要有生就絕對有死，除了死路一條，沒有別的地方可去。而且死緣是

不固定的，它數不勝數，病魔、怨敵、火災、猛獸、懸崖、險地等多之又多的外緣，都會致我們於死地，能活下去的外緣卻少之又少。雖然衣食是活下去的緣，但飲食不當也能成為殺手，人也會為了衣服與敵人拼死一戰，所以生緣未必不會成為死緣。正因為生緣少、死緣多，所以死期是不定的。

想想過去和未來的眾生，就會明白這個身體必定死亡。今天之前的世間一切眾生都是無常的，百年之前的人，現在幾乎一個也沒有了。我們都離不開這種自性。同樣，整個世界的有情也是如此，現階段距離美國建國已經過去 217 年了，建國時的所有人現在都已經去世了。美國歷代共 42 位總統，現在也所剩無幾，大部分已離開了這個世界。所以，思惟以前的眾生，都不會長存於世；想想未來的眾生，再過一百年，現在世界上所有的人，除了一兩個，恐怕都會死。我們無法超越這種自性，尤其是明年這個時候，現在的很多人肯定都去了後世，誰也不能斷言自己不在那群人中。

所以，必須知道自己一定會死，而且死期沒有定準。佛經中說，你有多大把握明天不會死？你和死主閻羅又沒約定過，不會因為你們關係好，他就給你下了不死詔書，所以你沒有任何把握明天還在。為此，必須在死亡來臨之前多行善法。

應當下定決心迅速勤修善法。

因為不知道自己什麼時候會死，也不知道是不是很快就會死，所以不能想「明年後年再修法吧，這個月我好好工作，多攢點錢，下個月再請假去修法」。不能這樣一拖再拖，而要想「不知道死亡何時來臨，我必須儘快行持善法」。

以上是第二引導「思惟壽命無常而決定迅速行善」。

### 因果不虛

一切眾生死後都並非一無所有，而必將隨黑業白業無欺感受痛苦與安樂。

如果死了像火滅了、水乾了，那就好了，但事實並非如此。真相是，行善會獲得人天善趣等殊勝安樂，造惡會遭受三惡趣的痛苦。為此，因果何時也沒有欺惑，即使波浪離開大海，業因果也永遠不會改變。所以，從小善做起、從小惡斷起，誠信業因果而認真行善斷惡，這是非常重要的。

以上是第三引導「思惟業因果無欺而鼓勵取捨善惡」。

### 輪迴痛苦

尤其對廣大、漫長、難忍的輪迴痛苦生起定解後，

我們要在心裡思惟：「有了業因果的感召，無論轉生於輪迴何處，都是痛苦的自性。尤其是三惡趣的痛苦，更是範圍廣、時間長。」那麼，輪迴的痛苦範圍有多廣呢？以惡趣中地獄的痛苦為例，怙主龍猛說：「於此一日中感受，三百短矛猛刺苦，彼較地獄最微苦，難忍之分亦不及。」如果世界上有一個大罪人，每天被人用箭、矛、刀等砍殺，然後起死回生，繼續遭受這樣的折磨，我們都會覺得太痛苦了，但這連地獄裡最輕微的痛苦也比不上，惡趣的痛苦比它強烈得多。尤其是如果轉生於熱地獄，遍地都是燃著熊熊烈火的燒鐵，自己承受著劇烈難忍的痛苦。當獄卒用斧頭、鋸子等砍割你的上半身時，下半身會復活；砍割下半身時，上半身會復活……需要長時間感受這種無法忍受的痛苦。

思惟痛苦持續的時間漫長：復活地獄是所有地獄中壽命最短的地方，但人間十萬年過去了，復活地獄的一天還沒有過去，用人間的壽量計算，需要連續承受幾千萬年的痛苦。復活地獄的痛苦是最輕的，但也要感受這樣的痛苦。眾合地獄、號叫地獄等其他熱地獄，是在它的基礎上，依次增加七倍痛苦。

此外，還有所謂的八寒地獄，那裡有極其難忍的嚴寒之苦。所以，惡趣地獄有著無法形容的寒熱之苦。

之後思惟餓鬼：所有餓鬼眾生，不要說食物，大多數十二年連一滴水都喝不到。雖然他們得不到飲食，但因為業力還死不了，要一直這樣受苦。假設得到一點食物，它也會燃起火焰，從裡到外燒遍全身。復活後，繼續感受饑渴的煎熬。

再思惟傍生：生活在海裡的海居傍生，小傍生都以大傍生為巢，一直享用它的肉，大傍生也在吞噬小傍生，雙方有互相啖食的難忍痛苦。散居傍生，如人間的野獸和家畜，有的因為肉被宰，有的因為皮被殺，有的因為骨而死，有的一直被役使，想走也沒自由，想坐也沒權力，只能承受馱東西、被騎等說不盡的痛苦。

其實在沒有行善的眾生面前，這樣的三惡趣之苦一直在等著。不同的人應該想一想，你一生做過多少善事，累積了怎樣的罪業？恐怕很多人只做了一兩件善事，行持的善法少之又少，造的惡業多之又多，如果是這樣，你的去處只有惡趣。惡趣的痛苦如此可怕，所以現在當你自由的時候，前半生已經無意義地虛度了，但是後半生，每個人都要努力去行持清淨善法。

以上是第四引導「思惟輪迴痛苦而激勵修行正法」。

立誓修持能解脫輪迴的廣大法門。

思惟了輪迴過患和業因果之後，就要發誓去修廣大的正法。

猛烈祈禱上師、本尊，加持自己實現以上所發的三誓願。

如前所述，思惟暇滿難得而立誓修法，思惟壽命無常而立誓快速修法，思惟業因果和輪迴過患而立誓修廣大法。祈禱上師、本尊加持，這三種誓願可以迅速成就，並對上師的教言依教奉行，這是依止善知識的引導。

以上四種厭世心，是與小乘所有聲聞緣覺共同的外前行。依靠這四種厭世心的修法，生起對一切輪迴無有貪執的出離心，進而趨入大乘道。今天的課就到這裡。

## 草地上的黃色袈裟



圖 5.37: 法王在草坪上對西方僧眾教誡戒律的開遮持犯

7月28日，法王對這個道場的所有僧人，講了護戒的功德和破戒的過失。法王一直非常重視戒律，在藏地培養了一大批持戒清淨的僧人。這個道場之前有一些出家人，

法王到來後，又有一批新人剃度受戒。雖然總共有幾十名出家人，不像在藏地動輒成千上萬的僧眾，但在美國能有這樣一個出家群體，真的非常難得。

我至今忘不了那一幕：法王坐在樹蔭下，講著戒律的開遮持犯，身披黃色袈裟的僧人們圍坐在草地上，恭恭敬敬地聽著……那種場景和氣氛，宛如佛陀在鹿野苑為五比丘轉法輪。我這一生也見過僧眾聚會的各種場面，但是這麼多西方面孔的出家人聚在一起，真的很少見，也很感人。

當天，聽完法王講的出家功德，他們感到無比喜悅，整個道場彷彿增添了一份別樣的色彩。



圖 5.38: 此場景宛如佛陀在鹿野苑為五比丘轉法輪

## 《手中賜佛》第二節課

當天晚上，法王繼續傳講《手中賜佛》：

今天是一個世界各地洋溢著吉祥氣氛的好日子，也是藏地所有前譯寧瑪派聚在一起隨念鄔金蓮花生大士的特殊節日。比如我們佛學院，去年的今天，三千僧眾一起受用了「四臂文殊」薈供輪。今年的今天，緣分也特別好，主要是依靠堪布們的幫助，這裡已有三十多人出家受戒。我由衷地感謝大家！

總的來說，美國的佛教徒雖然很多，但出家人還是很少。在今天這個日子裡，許多人不僅入了佛門，而且剃度出家。所謂入了佛門，是指對佛法產生信心，受了皈依戒，隨行三寶而修行正法。出家僧團一旦建立，就奠定了佛法的基礎。只是皈依和信佛，還是有變成其他宗教徒的危險性，但只要出了家，就成了真正的佛教徒，很少有出家人變成外道的。

我不知道在美國建立這樣一個出家僧團的歷史，但我猜這也是美國歷史上罕見的輝煌事件。比如，說到佛法在藏地興盛的歷史，藏地最初有天赤七王、地上二王、地勒六王、水德八王、中贊五王，其中第一位國王是釀赤贊波（Nyatri Tsenpo），到了第二十八代拉脫脫日年贊（Lha Thothori Nyantsen）時期，是佛法的開端，但當時更多的是只入佛門、對法有歡喜心和信心、受皈依戒的人，根本沒有建立僧團。後來，法王赤松德贊在世期間，從印度迎請了堪布菩提薩埵，才開始有了藏族預試七人出家。從那時起，眾所周知，藏地出現了一個建立佛法基礎的僧團。而在你們這裡，出家僧團已經建立，將來可能會出現像藏

地一樣佛法興盛的圓滿僧團，所以你們師徒眾人都需要加倍努力。

沒有出家的人，還是要深思，出家不能有三種違緣。如果你對出家有信心，最好儘快受戒。目前，我們還會再待三天。在此期間，如果有人想受戒為僧，趁著堪布們在，會比較方便。否則，以後想出家受戒，只能持出家相再等幾年了，畢竟傳出家戒的人直接來這裡還是很難的。就算來一兩位上師，也不知道他會不會傳戒、有沒有時間傳。所以這次有時間的話，能傳一兩次出家戒還是很好的。

對於在家人，我的一點希望是，如果你們平時對這個僧團給予各種支持和幫助，對自己的今生來世都有利益。你們所有出家人也要認真守護學處，只要自己沒有變壞，環境這個外緣還是特別好的。

前兩天聽說這個道場有個女尼穿著袈裟在白宮工作，這是一件很光榮的事情。在總統、副總統等行政人員面前穿僧衣上班，恐怕在全世界都是非常罕見的。懷著無比喜悅的心情，我獻給她一條哈達，向她表示祝賀。吉祥如意！

（法王現場向那位女尼獻哈達）

以上是課前開示，現在開始正式講課。你們所聽的法是《文殊靜修大圓滿·手中賜佛》，前面已經講了四種厭世心的引導，下面講不共前行。首先是皈依的引導：

## 皈依

皈依是一切道之基礎。

無論實修什麼法門，皈依都是不可或缺的基礎。如果沒有皈依，就不能修行佛陀所說的任何法。

能令我們趨入佛門。

有了皈依，那麼就是內道佛教徒；只要沒有皈依，就不能稱之為佛教徒。所以，皈依可以讓我們進入佛教徒的行列。

因此應當依照儀軌中所說而明觀皈依境：

皈依的修法是，首先要按照文殊靜修儀軌中所說，如是明觀皈依境：

空性之中，於自己前方虛空中觀想：極為莊嚴的虹光白雲中，本體為根本上師，形象為文殊智慧勇識。

於自己的前方觀想：在極其莊嚴的虹光白雲中央，本體是根本上師，形象是文殊智慧勇識。

文殊智慧勇識身色金黃，一面二臂，右手持智慧寶劍揮舞空中，左手執青蓮花，上面有經函。其身以綾羅、珍寶飾品莊嚴，雙足金剛跏趺，安坐在蓮花月墊上。身體圓滿一切自然續部壇城本尊，上方安住著諸上師，中間安住著諸空行，下方安住著諸護法。

觀想完畢，應當思惟從今起乃至菩提果之間，我只皈依您，依教奉行，在未得怙主上師果位之前，與見行相同的諸位道友一併不斷勤修。如此發誓願，即是顯宗共同之皈依法。

除了大恩根本上師您，我不僅在現實中不尋找其他皈依處、救護處、怙主、友軍，甚至在夢裡也不尋找，唯一依止您。這相當於對佛作本師想而皈依。

從現在起直到獲得菩提果或佛果，我唯一依止與文殊菩薩無二無別的大恩上師您，除了對您的教言依教奉行，不做其他任何事。這是對法作道想而皈依。

之後，與隨行於您的弟子見行相同，行持菩提道。這是對僧作友伴想而皈依。

與往常皈依不同的是，這次是唯以依止上師來皈依。這種以本師、道、助伴的方式修行正道，就是因皈依。在沒有獲得與怙主文殊無別的大恩上師您的果位之前一直修行，這是果皈依。相續中要有這樣的立誓。以因皈依、果皈依兩種方式來皈依，是與顯宗相應的共同皈依。

安住於證悟本來大清淨之自心，即是了義文殊勇識之本性，護持所了知的境界，是自宗不共之皈依法，自己盡力不離此境界

我們心的自性本來就是無生空性，從了義上說，就是所謂的文殊菩薩。認識了這樣的本來面目，於自心本位的境界中一緣平等安住，就是大圓滿自宗的皈依。

而盡力念誦皈依偈：

གཞི་དབྱིངས་ཀ་དག་གཞོན་ནུ་བུམ་པའི་སྐྱུ།

基界本淨童子瓶佛身，

གདངས་རྩལ་མ་འགགས་རང་རིག་བྱང་ཚུབ་སེམས།

妙力不滅自證菩提心，

ངེས་དོན་འཇམ་དཔལ་དཔལ་བོའི་བདག་ཉིད་བུ།

了義文殊勇識自性中，

ངང་ངོ་ཤེས་པའི་ངང་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆོ།

了悟本來面目而皈依。

上面這個皈依偈，需要盡力念誦百遍、千遍、萬遍直至十萬遍。

皈依戒：平日不離祈禱上師三寶，對上上下下各層眾生都不損害，對所有聖者僧眾以虔誠的信心恭敬依止。

皈依的功德：今生會消除疾病、魔障、怨敵、猛獸等八難或十六難等一切違緣，後世不僅能遠離三惡趣等一切苦難，還可以暫時在人間天境享受悅意、身體安康的所有快樂，究竟獲得正遍知佛果。這一切唯一依賴於皈依，所以大家一定要勤修。

接下來是發殊勝菩提心的引導：

### 發心

觀想如果連續不斷地感受無邊痛苦的一切眾生能擺脫痛苦該多好！一直觀修到生起強烈悲心而流淚為止。

發殊勝菩提心是怎樣的呢？

就是要思惟：「天邊無際的一切眾生，無一未曾當過我們的父母。當他們是我們的父母時，就像今生的父母一樣，最好的食物給我們吃，最好的衣服給我們穿，以無比慈愛的意樂和行為養

育我們，是我們最大的恩人。然而，這些大恩父母雖然想要快樂，卻不知道快樂的因是行善，雖然不想受苦，卻不斷造下殺生、偷盜等痛苦的因，所想與所行背道而馳。為此，所有曾當過父母的有情正無依無靠，如同被遺棄在荒野的盲人一樣。」我們要對一切有情生起悲心。

所謂的悲心是指什麼呢？

就是希望所有眾生都遠離痛苦的意樂。如果長時間觀修讓一個個眾生遠離痛苦，那麼總有一天，看到一個眾生受苦時就會流淚。在沒有達到這種境界之前要一直修。

生起悲心的標準是怎樣的呢？

今生自己親生父母中的任何一人，如果被當權的國王抓起來，正在被箭、矛等各種利器刺殺，自己沒有方法也沒有能力去營救，只能心疼地情不自禁流淚。同樣，在沒有對無邊無際的一切有情生起真實父母想之前，需要一直修悲心。

這是發心兩個側面中的第一個，以悲心緣利他的側面。

我今必須修成能救度眾生的佛陀果位。

這樣觀想：「雖然我悲憫一切有情，但還不具備救度眾生的能力。現在，如果我要想救度眾生，除了佛果，沒有其他選擇。所以，我要修成佛果。」這是以智慧緣菩提的側面。

如此誠心誠意為了利益一切眾生想修成佛果的立誓，一旦在相續中真正生起，就是願菩提心。



圖 5.39: 法王傳講了三節《手中賜佛》的課程

不觀待長久苦行、順利迅速成就此佛果之道，唯有光明大圓滿，因此應當實修大圓滿法。

一般來說，如果修持顯宗乘等道，需要很長時間才能成就佛果。但與此不同的是，幾個月就能迅速成佛的方便法，就是光明大圓滿。所以，我們要實修光明大圓滿道，這就是行菩提心。

最後於邊解脫直定中安住而盡力念誦發心偈：

ལྷོ་བུར་འབྲུལ་སྣང་སྐྱུ་མའི་གྲོང་ཁྱིམ་ལ། །

暫時迷現幻化之城中，

ཨ་འཐས་ཞེན་བས་ཁོར་མོར་འཕྱུན་པ་རྣམས། །

頑固貪戀不斷漂流眾，

ཡེ་གྲོལ་ཚེས་སྐྱའི་ས་ལ་དབྱུགས་དབྱུང་ཕྱིར། །

為於本解法身得安慰，

མཐའ་གྲོལ་ཅོག་བཞག་ཆེན་པོར་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །

邊解大直定中而發心。

只想實修大圓滿道還不足夠，還要安住於邊解脫直定的境界中。安住的同時，念誦儀軌中的發心偈，需要盡力念百遍、千遍、萬遍直至十萬遍。

最後觀想從皈依境聖尊心間放射無量光芒照耀我與一切眾生，從而無餘淨除罪障。自身也化光融入皈依境中。如是於無執中入定。

在皈依、發心任何一個修法的結尾，都要觀想皈依境的聖

眾心間放射光芒，照耀自己與一切眾生，依此清淨了一切罪障，最終自己與一切有情都化光融入上師心間，然後在無所執著的境界中入定，最後善根迴向菩提。皈依或發心結座時都需要這樣來迴向。

皈依和發心的戒，你們今天灌頂時已經得到了。在念誦數百、千、萬直至數十萬遍皈依偈和發心偈時，心裡要有自己灌頂時已得到戒體的念頭。得菩薩戒後，一般有許多學處，但歸納起來，都攝集在恆時修四無量心中。

四無量心是指什麼呢？

相續中生起「一切眾生獲得內心歡喜、身體安康該有多好」的意樂，稱為慈無量心。

相續中生起「一切眾生身體上沒有任何病痛、心裡沒有任何痛苦不幸該有多好」的意樂，叫做悲無量心。

對幸福美滿的一切有情，由衷地生出喜悅，就叫喜無量心。

對自己的親人朋友沒有貪念，對其他敵人沒有仇恨，而是一視同仁地想：「願所有眾生平等地離苦得樂。」這叫捨無量心。

日日夜夜猛勇修行這樣的意樂是根本。

皈依和發心的戒都有一個捨因，所以我們要非常注意。以什麼會捨皈依戒呢？無論誰認為自己不再是佛教徒，不皈依三寶，不修持正法，直接做背叛三寶的事，或者心裡是這麼想的，從那時起就破了皈依戒。

破皈依戒有什麼罪過呢？

破了皈依戒的人，只會墮落三惡趣，根本得不到人天善趣，有無量的罪過。

破菩薩戒的因是什麼呢？

自己本可以讓眾生安樂，卻沒有讓他們安樂，由衷希望一切有情都有痛苦，或者實際行動中讓眾生痛苦，這就會失毀菩薩戒。

如果破了菩薩戒，不僅會失去自己相續中的善法，還會退失利樂一切有情的行為，因此，這種罪業是世間其他惡業無法比擬的彌天大罪，異熟果報也是極其嚴重的，會長久流轉在輪迴中感受難忍的痛苦。

接下來，我用幾句簡短的話來說說菩提心的功德：

如來所說的八萬四千法門中，特別甚深究竟的就是唯一修菩提心。如果菩提心已經在相續中生起，就會消除輪迴中身心的一切痛苦，快樂歡喜，很快就會獲得無量功德。因此，它有著其他任何法不可比擬的巨大功德。

只要生起了菩提心，當下他的名字就叫菩薩。只要是這位菩薩安住的地方，不要說帝釋天、梵天、夜叉等具神通者都會跪拜，甚至菩薩踩過的塵土，他們也會頂戴。未以菩提心攝持的身體頂禮轉繞、口中誦經持咒等所有善根，會被嗔恨的惡心所滅，但只要被菩提心攝持，就不會被嗔恨等惡業所毀，反而會越來越增上。如果不以菩提心攝持，善法的果成熟一次後就滅盡了。但若以菩提心攝持，即使只念一句觀音心咒，不僅暫時會在人間多

次生為轉輪王、在天界多次生為梵天帝釋，最終還會獲得正遍知佛果。一旦生起了菩提心，不僅普通的小罪會從根本上清淨，就連殺父、殺母等定生惡趣的滔天大罪，也只需在彈指間感受惡趣的痛苦，就能得到解脫，有不可估量的功德。

所以，過去、現在、未來三世諸佛菩薩來來去去的必經之路，或者說最究竟的所修之法，唯一就是菩提心。依靠它，會獲得佛菩薩的果位；只要沒有菩提心，就永遠得不到這些聖果。

所謂好上師和壞上師也需要這樣區分：誰相續中有菩提心，誰就是好上師；如果根本沒有菩提心，他就是壞上師。一位上師好不好，只以是否有此菩提心就可以劃分。

一個有菩提心的菩薩，不但自己安詳快樂，而且他所居住的地方，也有著不可思議的安寧和喜氣，周圍的一切眾生幸福快樂，佛陀的證法和教法如意寶自然會廣弘興盛。就像太陽升起來了，自然會光芒普照，黑暗消散。

以上稍稍廣講了菩提心的本體、學處、破戒之因、功德利益等。之所以這麼講，是因為前兩天海報上的講座雖然寫了菩提心，但是第一天講四諦法輪時，時間都用完了，來不及詳細講解菩提心的功德和菩薩戒等。後來講《手中賜佛》的時候，第一節課的時間也用完了，沒能滿足你們的願望。考慮到今天方便，我稍微詳細解釋了一下。

## 上師瑜伽

### 如前明觀上師

上師瑜伽的引導，正如之前皈依境時所說的，是在前方虛空中觀想。

誠心祈禱：從今起生生世世中，我除一切皈依處總集之大恩上師您以外，甚至夢中也不尋其餘指望處，只以您為皈依處，並以自己的身體、一切受用及三世善根供養您，

觀想：從現在起直至獲得菩提果，除了上師您，我連夢中也不去找其他的皈依處、救護處、怙主和友軍。以對上師作佛想來皈依。只依止大恩根本上師您作為皈依處，將您執為最珍貴的至尊，在心裡永遠也不捨棄。

這到底是怎樣的呢？就是將自己最難割捨的身體，也供養大恩根本上師您；比它少一點執著的，是自己的物質財富，將這些受用也供養根本上師您；其後，讓自己掛礙貪執的，就是三世積累的少分善根，將三世善根也供養您。總之，就是將執為我所的三事都供養您。然後觀想將世間一切有主人、無主人的悅意事物，也都供養大恩根本上師您，並真實陳設水、燈、燒香、塗香等供品。

這是與上師瑜伽相關的曼荼羅引導。

發露懺悔無始以來所積累的一切墮罪。

從無始輪迴以來到現在，我們生生世世在貪嗔痴煩惱的驅使下積累的所有不善業，全部觀想於心。然後在諸佛菩薩面前發露，對過去所造的罪業感到後悔，發誓以後絕不再犯。完全具足四種對治力來懺悔。

如是普皆懺悔，是依靠上師而清淨障礙的引導。



圖 5.40: 法王深邃的目光

祈願成熟解脫我相續，加持我究竟證悟光明大圓滿，獲得殊勝導師您的果位。邊觀想邊一心意念誦祈禱：

依靠光明大圓滿聖道，自相續中沒有成熟的，以它的灌頂來成熟；沒有解脫的，以它的教言來解脫。所以，祈禱加持我修持光明大圓滿的本來清淨直斷和任運自成頓超得以究竟，最後獲得與大恩上師您同緣分的果位。帶著強烈的深情，念誦下面的祈禱文：

གཞོན་ནུའི་སྐུ་ལྷན་འཆང་བ་པོ།

具有童子身，

ཡེ་ཤེས་སྒྲོན་མེས་རབ་དུ་བརྒྱན།

莊嚴智慧燈，

འཇིག་རྟེན་གཏི་མུག་མུན་སེལ་བ།

能除世癡暗，

འཇམ་བའི་དབྱངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

祈禱文殊尊。

怙主文殊您，外現為十六歲妙齡童子身，以佛陀無分別智慧燈而善加莊嚴，能驅除世間一切眾生相續中未證、邪證、懷疑的黑暗，祈禱怙主文殊菩薩加持我相續。

這一偈頌需要盡力念百遍、千遍、萬遍直至十萬遍。

最後觀想上師三處放射出白紅藍光融入自己三處。從而清淨三門罪障，現前身語意的一切功德，最終上師也化光融入自己。於離意本性中入定。

即將結座時，觀想上師從頭頂或眉間放射出白光、喉間放出紅光、心間放出藍光，分別融入自己的眉間、喉間、心間三處，以此清淨了自己身語意的障礙，獲得了上師身語意的一切功德。其後，上師化為光團，從自己的頭頂進入，向下融入心間，觀想自己的心與上師的智慧融為一體，在這種境界中盡量安住。

從中出定時了知現有一切皆為上師之本體。善根迴向菩提。

從中出定時，將現有一切觀為上師，外器世界是上師，內情眾生也是上師的遊舞。在一切皆為清淨的境界中，將善根迴向菩提。

圓滿次第：自身庸俗而住，觀想正中蔚藍色如竹箭般的中脈上端於頂處開口、下端於臍下閉合。

圓滿次第的引導：自己的身體是怎樣，就要觀成那樣，也就是自身平常而住。在它的中央，觀想一條無有彎曲、端直而住的脈，它叫中脈，顏色淡藍，帶有光澤，粗細如竹箭或自己的無名指。它的上端於頭頂開口，下端於臍下閉合。

其右方紅色血脈及左方白色精脈的下端與中脈如恰（ཅ）字形相連，上端插入雙鼻孔。邊觀想邊除垢氣。

中脈右側為紅色的血脈，左側為白色的精脈。這兩脈的上端分別插入左右鼻孔，下端與臍下的中脈相連，形狀如藏文的恰字，三脈匯合於一處。之後，觀想體內所有病魔、罪障、墮罪垢染得以清淨，雙鼻孔向外排三次垢氣。

明觀吸氣時氣從二鼻孔經精血脈而接觸臍下三脈交叉處下

端堅固、上端尖銳、十分熾熱、青稞許的絕地智慧火，從而使火焰更旺，將一切有漏身體包括風脈明點皆焚盡無餘，最後消失於無緣中。

向內吸氣時，觀想風經由精、血二脈進入，到達臍下三脈匯合處，觸及臍下那個位置的絕地火——它下端堅固、上端尖銳、十分熾熱。依靠風的力量，火焰更加熾然，從而燒盡自己的有漏身體包括風脈明點，最後這一切消失於無緣空性中。

又於空性中將自身觀為文殊金剛身，內外通徹，如胎盤滿氣一般。

又在空性中，將自己觀成文殊金剛身，內外透明，就像充滿氣的胎盤或水晶球一樣。其服飾按照儀軌來觀想。

這是觀想外身體。

明觀中間三脈四輪以及臍部短阿（ $\wedge$ ），中脈上端有集諸佛之本體、僅憶念便能生起空樂覺受倒立的白色杭字（ $\text{ཨ}$ ）。

在上面提到的身體中央，觀想中脈、右側血脈、左側精脈這三脈，以及四輪——頂上大樂輪有三十二個白色脈瓣，喉間受用輪有十六個紅色脈瓣，心間法輪有八個藍色脈瓣，臍間幻化輪有六十四個黃色脈瓣。所謂的脈瓣，像傘輻一樣從每條脈向外散開，頂間的所有脈瓣朝下，喉間的所有脈瓣朝上，心間的脈瓣朝下，臍間的脈瓣朝上。

觀想在頂間中脈的上端，有一個集諸佛之本體、只憶念就能生起空樂智慧的藏文「杭（ $\text{ཨ}$ ）」字，將其觀成白明點的形相，是這樣一個接近滴落的明點。

這是觀想內脈。

從鼻孔吸入的氣觸及臍部絕地火（即短阿），針尖許的火焰上升接觸到頂上的杭（𠄎）字，火焰更加旺盛，從中不斷降下甘露，火與明點以相互追逐的方式

從雙鼻孔向內吸氣，當風觸及臍下三脈匯合處的絕地智慧火時，火焰從中脈向上燃起，接觸到頂上的「杭」字時融化了「杭」，甘露滴落在火焰上，就像火上澆油般火焰更加熾然。當融化頂上的「杭」字時，從中不斷降下甘露，依次充滿各脈輪處。火與明點以你追我逃的方式下降，持心於此。

依次充滿四輪，從而領受四喜、四空之智慧，現前空樂義智慧，於此境界中盡力安住，最後迴向善根。

降下的甘露充滿頂間大樂輪，然後依次充滿喉間、心間、臍間的所有脈輪。依靠它的力量，分別於頂間等四處，獲得喜、勝喜、殊喜、俱生喜的四喜智慧，以及空、極空、大空、一切空的四空智慧。這兩種智慧是無二一體的，從大樂光明的角度，稱為喜智慧；從喜不成立的角度，稱為空智慧。

觀想相續中生起了四喜與四空的智慧，之後於不可言說的境界中入定。

這個圓滿次第，不能只修一次，在自相續中沒有生起喜智慧與空智慧的殊勝覺受之前，要反反覆覆地觀修。

最後從中出定。將此修圓滿次第的善根，迴向一切眾生獲得佛果。

## 加持喇榮

在華盛頓逗留期間，一天晚上，法王以夢幻身回到了喇榮。

當時，一種嚴重的傳染病正在喇榮流行。法王去了嘎多堪布等人的僧房，清楚地聽到了他們的談話，並了解了在佛學院發生的一切。

第二天，法王對身旁的弟子說：「我昨晚依靠夢幻身回佛學院了。許多僧人正患重病，我們應當念經加持。」然後帶大家共修了一些儀軌。

回來後證實：當時佛學院的確有傳染病肆虐，沒幾天又莫名其妙地消失了，時間完全對得上。

## 《手中賜佛》第三節課

7月29日晚上，法王講了《手中賜佛》最後一課：

這次外內密的順緣樣樣齊備時，大家不要自己欺騙自己，而要盡可能修持珍貴的佛法，這是非常重要的。但是，在修持佛法如意寶的時候，若沒有認清它的本體，就不知道所入的行境。所以，第一關鍵是要認清：最初能打開佛教之門的是信心，中間修行的正軌是慈悲心，最後的究竟成就是成辦眾生利益。

首先，所謂的信心，有緣於佛寶的清淨信、緣於法寶的欲

樂信、緣於僧寶的誠摯信這三種。其中，緣於佛寶，完全了解佛具有無與倫比的智、悲、力功德，從而生起清淨的心態，就是清淨信。緣於法寶，生起想斷除佛法四諦中的苦諦和集諦、想證悟滅諦和道諦的真實意樂，就是欲樂信。緣於僧寶，認為他們是所有眾生中的佼佼者，不同於天人等其他世間眾生，原因是僧人相續中具足戒律與覺受證悟的功德，並能從罪業中解脫，有具足與解脫兩種功德，所以對僧眾發自內心地信服，就是誠摯信。

中間的正軌，主要是專注於修行「希望無偏的一切有情具足安樂」的慈心，以及「希望他們遠離痛苦」的悲心。

有些宗教和教派說，貪欲是法、嗔恨是法、愚癡是法，這都叫邪法或非法。有些人雖然口口聲聲說只有慈悲才是法，卻以仁慈維護自方，憎恨他眾，這只是相似的仁慈。有些人只是對全人類慈悲，卻對其它動物不慈悲，這也是相似的慈悲。而佛教徒，是恆時希望一切眾生與自己無有差別地離苦得樂，所以更加超勝。

佛教的究竟成就是什麼呢？

就是將一切有情安置於安樂之地。想讓一切眾生離苦得樂，其他任何方法都做不到，只有興盛如來的教法和證法如意寶才能做到。

所謂佛法，也就是教法和證法。通過講聞受持教法的人、通過修行受持證法的人，在世間上共稱為持教大德。除了這兩種人，其他的都不叫持教大德。

我等本師，善巧方便、大慈大悲的佛陀，最初發殊勝菩提

心、中間於三大阿僧祇劫積累資糧、最終圓滿成佛的究竟目的，是讓一切眾生安樂。要讓眾生安樂，唯一就是弘揚教法和證法。所以，我們也應追隨具大悲心與大恩德的佛陀，最重要的是講聞教法、修行證法。

下面接著講《手中賜佛》，它分為初善、中善、後善三個引導。初善是相應顯宗的引導，中善是相應總密宗的引導，昨天和前天已經講完了。後善是真正大圓滿的引導，它包括前行、正行、後行。

大圓滿分三：一、前行；二、正行；三、後行。

一（前行）分為三門引導身語意前行、三身引導四大瑜伽前行、覺性引導區分有寂前行。

大圓滿的前行內部也有三種。

（一）三門引導身語意前行，分為身之前行、語之前行、意之前行三種。

身之前行：將自身觀為一個藍色迸射火花的金剛杵。

首先將自己的身體觀成一個藍色的三股金剛杵，然後長時間做金剛坐式來觀修。

長時間做金剛坐式，結果身體不由自主地跌倒，斷盡分別念時自然安住而休息。如此反覆修練。

這樣長時間做金剛坐式，在身體沒有不由自主地跌倒之前，一直堅持。當身體不由自主地倒下時，就讓它倒下，當下觀心的本體，自然安住。



圖 5.41: 法王溫柔的目光

語之前行：觀想心臟內的神識以吽（）字形象而住，

語言的前行：自己的心與風成為無別一味，觀想心臟內有一個藍色「吽」字。

從中接連不斷地出現無數細微吽字，

以那個本具的「吽」字為源頭，一個接一個放射出無數細微的「吽」字。

觸及外境中的山洲房屋等，結果均變成了吽字，

觀想「吽」字觸碰到所有的山、洲、房屋舍宅，結果，這一切都變成「吽」字。

外面的吽字入於自身，自身也變成了吽字，最後所有的吽字皆消於法界中。自然安住而休息。

起初觀想所有外器世界變成「吽」，再觀想所有「吽」收回來，融入自己的身體，自己的身體也變成「吽」。所有「吽」一個接一個收回後，融入那個本具的「吽」，最後它消失於法界中。

修此法時應當以悅耳之音長久唱吽歌。

在觀修這一切的過程中，應當一邊用悅耳的聲音長久唱誦吽歌「吽吽吽吽吽吽吽」，一邊修持之前的觀想次第。

意之前行：斷定一切輪涅諸法均為心之幻化。

心的前行：比如做夢的時候，夢到的那些場景只是心的幻現，並不存在真實的高山、大河、險隘。同樣，我們也要知道，

今天的這一切景象，都只是內心習氣的顯現，並不存在於外界。所以，我們需要斷定，一切的根本就是心。

觀察心從何處生、住於何處、去往何處。

心最初從何處產生，現在住在何處，最終去往何處，一邊想一邊觀察。

則一切粗大的無情法可抉擇為微塵，微塵可抉擇為無分微塵，無分微塵抉擇為無基，從而可斷定心無有生、住、滅。

如果認為心是從柱子等由微塵形成的粗大無情法中產生的，那就把它截成三段，但是沒辦法從這三段中生出三顆心。如果認為是中間那一段產生的，也可以把它分為三段，這樣，所有粗大的法都可以抉擇為微塵，微塵抉擇為無分微塵，無分微塵抉擇為根本不存在。由此可以確定，無情法中沒有心的生處、住處、去處。

若觀察心是否有形、色、聲、香、味、觸，則何者也不成立，甚至明覺者也只是名言宣說的而已，此外無法得到真實確定的依處。因此應當擊破實執的心房，了達無我之義。

在觀察心本身時，它不可能是四方形、半圓形等形色，也沒有白色、紅色、黃色、藍色等顯色，所以可以斷定心不是「色」。同樣，心也沒有悅耳、刺耳、中等的聲音，所以心決定不是「聲」。如果觀察心有沒有妙香、惡香、中香的香氣，它也沒有，那麼心絕對不是「香」。同樣，心也沒有舌頭嘗到的甜、酸、苦、澀、辣、鹹這些味道，可以斷定它不是「味」。接下

來，心沒有身識對境的柔、重、輕、暖等所觸，因此它決定不是「觸」。

如果說「心只有一個明覺」，這個明覺其實只是嘴上說說，實際上根本不成立。依靠它不成立這一點，來摧毀像房室一樣實執的心。

以上是破心障的前行。對於這樣的無我義，要引生定解。

（二）三身引導四大瑜伽前行：自心似乎融入了地水火風之聲中一般，專注此境界而安住。

比如，手拍地的聲音、水流動的聲音、火燃燒的聲音、風在空中吹的聲音，心似乎融入了所有這些聲音裡。專注於這種境界而安住。

不生任何分別執著時，應當於此境界中自然放鬆而認識心之自性。

不思惟一切而安住時，就知道心的自性到底是怎樣的。

（三）覺性引導區分有寂前行：隨意做六道眾生三門的行為。妄念紛紛時猛呼一聲「啪的（པཎ）」便可斷絕妄念。觀當下之心的本面，乃至未得無基離根定解前反覆修練。

區分有寂的時候，要區分輪迴的邊、涅槃的邊這兩者。要區分它們，首先要用心觀想地獄、餓鬼、傍生等六道眾生正在感受痛苦，口中說著六道眾生的各種語言，身體做著六道眾生的各種行為。然後，突然猛喝一聲「啪的」，當下觀心的本體，了

知心沒有來源、遠離根本，這就叫涅槃。在這種境界中反覆修持。

最後於三門不動搖中自然而觀本住之心的本性，

所謂本住的引導，是在區分有寂的結尾，身體不動、口中不言、心不思惟，就像疲憊不堪時休息一樣，安住於本位，這叫本住引導。

從而了達無念法身之見解。

之後做如聲緣一樣的寂靜行為，做如菩薩一樣的中等行為，做如忿怒本尊一樣的威猛行為，此三行為與觀心之本性相結合。前行時應當圓滿止觀修法而入道，即恢復到本性中。

一開始，在寂靜調柔的威儀中做毗盧七法，看自己能否處於止觀的境界中；中間，只是行持行住坐臥等中等威儀，看那種狀態下止觀與它能不能相融；最後，做極端猛烈的行為，一邊喊著「哈哈、呵呵」，一邊跑跳戲耍等，這期間看誰還能處於止觀的境界，如果能，那就是入道了。在此之前需要一直修行。

大家現在正在修五十萬加行，因此不需要再解釋了，尤其是你們修大圓滿的前行，還要花很長時間。我今天講的課並不是修行引導。在修行引導期間，每一個法都要修很多天。以區分有寂為例，以前的持明者們有過修七年的歷史。現在的下等者再怎麼差，區分有寂至少也需要修一百天，否則不代表區分過。身語意的前行、四大瑜伽也是一樣。以後大家都要長期修行，這一點非常重要。



圖 5.42: 法王慈悲而堅定的笑容

## 二、正行本來清淨直斷

正行本來清淨直斷，就是抉擇諸法無生。

### 自心不改、自然安住

一開始，自己的這顆心無所思惟，自然安住。

直觀其本性時，徹底證悟本空離根通徹、遠離內外中邊、自相不滅、無有任何分別動念、不可言說之義，從而了知三世諸佛之智與不清淨眾生之心無有賢劣，認識一切皆圓滿於明空智慧中的本面，即是所謂的見解如山直定。

認識到這顆心是無生的，是本體空性法身；無生的同時，以心斷定本性，是自性光明報身；接下來，佛陀的心與眾生的心沒有好壞，於明空中一味，是大悲周遍化身。

以上是見修行果中的見解如山直定。

在認識見解本面而自然安住時，無有任何有無是非執著的所修對境，遠離破立等分別伺察之染污，法性本住之禪定與自明本面之勝觀雙運，稱為修行如海直定。

在這一見解的境界中自然安住時，沒有任何有無是非的執著，沒有什麼可觀修的，沒有跟隨分別念的散亂，在無修中照見法性的勝觀與自然安住的寂止，也就是在止觀雙運的境界中護持相續，這叫修行如海直定。

不斷修行時，顯現任何六聚境心，皆不應改變、取捨，不失覺空本來自性而行持，則其妙力中所現的一切法均無利無害，如波浪融入大海，名為行為顯現直定。



圖 5.43: 莊嚴的法王

護持修行的相續時，顯現眼耳鼻舌身意的六聚、有境的任何分別念、色聲香味觸法任何對境時，對一切都不貪執，也不進行任何破立，只是護持覺性本身的境界，就像波浪融入大海一樣，所有分別念無利無害而融入覺性，這叫行為顯現直定。

如此修習，最初認識覺性本面時，分別念自解脫如蛇結自解；

在修行的最初，生起任何分別念時，如果當下認清它，這個分別念的相續就不能再延續下去了。就像蛇打結，來不及打就解開了一樣，會生起分別念自解脫於本地的覺受。

中間圓滿妙力時，任何分別識聚均無利無害，如空屋入賊；

中間，了知心是空性，當證悟的根本妙力圓滿時，顯現好的分別念也不會歡喜，顯現不好的也不會悲傷。這就像空屋子進了小偷，因為沒什麼可偷的，所以沒什麼可擔心的，也不會因為沒進賊而高興。中間會得到這樣的覺受。

最後獲得穩固時，不清淨之法尋而不得，現前自性義智慧，如於金洲不得土石，此名為果位覺性直定。

最後，任何平庸的分別念都不會產生，唯一產生的就是覺性。就像到了金洲，除了金子找不到普通土石，一切都變成了法身。這是直斷的究竟見解——果位覺性直定。

### 三、後行任運自成頓超

為了現量見到非以伺察意安立的覺性光明密意，要修任運自成頓超法門。

後行任運自成頓超的引導：自心本來就安住著法身普賢如來，並不是以思惟而安立它有，或以伺察意而安立很可能有，而是因為親眼所見。為了見到它，就要修任運自成頓超之道。

修行時，身要：依三坐式任何一種；

修頓超時，有六種要訣。其中，身的要點是，以獅子般的法身坐式、臥象般的報身坐式、仙人蹲坐的化身坐式中任意一種來觀修。

語要：禁語，口中緩慢呼吸；

語的要點是，口中禁語或少說話，風從口中緩慢進出。

心要：依直斷直定自然慧燈；

心的要點是，在前面講直斷時提到的那種境界中安住，這叫自然慧燈。需要處於那一要訣的境界中。

境要：無雲晴空及日月明燈等；

對境的要點是，專注於遠離垢染的虛空，或者專注於太陽、月亮、燈中的任何一個。

門要：上視、平視、垂視；

門的要點是，法身看式：向上看眉間；化身看式：向下垂視；報身看式：雙目平視兩側。

顯現要：如此而修便會現前法界淨燈、明點空燈與覺性金剛鏈。法界淨燈即具有五光輻的藍色周遍法界。明點空燈即內外多層五光圓形明點中央。覺相金剛鏈即如水晶珠嚴飾的金線般。

顯現此等現相時令其穩固、毫不動搖，將自己的呼吸、眼識、意識三者都融入此境界中，專注於此，無有任何伺察意相狀分別識聚長久修習，從而可明顯地見到法界淨燈、明點空燈與覺性金剛鏈，即是法性現量相。

遠離一切分別念，明顯見到法界淨燈、明點空燈、覺性金剛鏈，這是四相中的法性現量相。

彼等顯現愈加明顯、愈加穩固、愈加圓滿並出現無量光芒，即是覺受增上相。

法界、明點、覺性都越來越明顯、越來越穩固、越來越圓滿、越來越多、越來越增上，這是覺受增上相。

法界淨燈顯現清淨為剎土，明點空燈圓滿為無量殿，覺性金剛鏈成熟為佛身，所現前的全部是清淨現相，即是覺性如量相。

法界淨燈清淨為剎土、明點空燈圓滿為無量殿、覺性金剛鏈成熟為本尊身，沒有一個不清淨的顯現，這是覺性如量相。

身智等無邊有法的一切顯現均入於法性童子瓶佛身界中，獲得不現一切的堅地，即是法性盡地。

雖然一切不清淨的顯現在覺性如量相時已經滅盡，但一切清淨的身智顯現，於內法界中獲得堅地，不現而融入於內法界中，這是法性盡地相。

之後在所化剎土中顯現的一切莊嚴三身均是善願聚合而產生的無欺自果。

雖已現證了法身佛的果位，但於所化界中，以佛的發願和所化的善資糧增上的力量，顯現化身和報身等一切。這是以善願聚合的緣起而顯現的。

倘若今生未得穩固殊勝的境界，則臨終時，於心間將自心觀成白色阿（ཨ）字，被風吹送而融入頂上安住的上師心間，上師也越來越高，去往極樂世界，即是自心與上師之意無二無別中入定而往生。

臨死中陰的引導：臨近命終時，將自心在心臟裡觀成一個白色「阿」字，一心一意祈禱安住於頂上的上師，觀想那個「阿」字向上融入了上師的心間，上師越來越高，去往極樂世界。在自己的心與上師的智慧無別的境界中入定而往生，這就得到了法身佛的果位。

法性中陰時，無論出現聲音、光芒、光線等任何身智之遊舞顯現，都應當了知是自現，並以直定見解安住於所認識的本性上。在一切妙力顯現未融入本基界中之前，應當一直安住。

法性中陰時，會出現聲音相、光芒相、光線相、聖尊身相、智慧相等許多相，此時要知道，這一切都是自現。在這種境界中安住，一切分別念就會融入法界。這是法性中陰引導的精要。

如夢般出現轉世中陰顯現時，一心一意敬信上師、本尊，實修臨死中陰竅訣，則可於自性化身剎土中獲得安慰。

轉世中陰，顯現六道眾生的業感相時，祈禱本尊和上師，觀修臨死中陰的竅訣而遷識奪捨，自心明觀為白色「阿」字融入

上師心間，上師去往極樂世界，這樣就會解脫於自性幻化剎土中。

如是修法佛賜手，吾之智慧中流露，  
個別詞句分別造，然於某些初學者，  
會有利益而著此。以造此論之善根，  
願遍虛空諸有情，同於法界得安慰。

《手中賜佛》的真正要點，雖然是從覺空大圓滿的境界中流露出來的，但後面的個別詞句並沒有在心中原原本本浮現，想到可能會給所有初學者帶來一點利益，就以分別念將其立成文字。在藏地，這是初學者的一個實修法，以後還需要多看大圓滿的續、教和竅訣。

但是，對於大部分西方國家來說，自始至終需要的就是這個法，別無其他。如果不能看很多、不能修很多、修行的時間很少，那麼有這個就夠了。

以此造論的善根，願一切眾生都獲得法身果位。

此文是在文殊幻化殊勝剎土——五台山靜處非天洞或名那羅延窟，阿旺羅珠宗美於晨息間撰著。

引導文《手中賜佛》的完整內容，已經圓滿了。順應各位的意願，我們講法和聞法全部善始善終了。

## 美國副總統的來信

法王在寺院傳法時，收到了美國副總統高爾（Al Gore）1993年7月23日寫的一封信，內容大致如下：

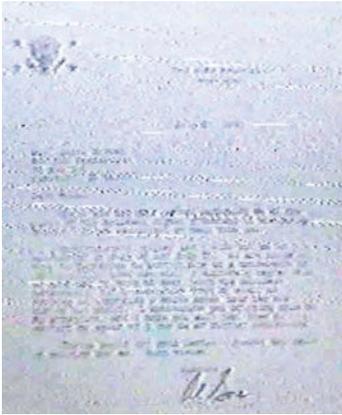


圖 5.44: 當年美國副總統艾爾·高爾的來信

「很高興聽到法王晉美彭措來訪美國。不巧的是，這個週末我要去參加一個會議，7月30日和31日都不在華盛頓。這次不能和法王晉美彭措見面，真的很遺憾。不過，我已經安排了工作人員在白宮接待法王參觀。如果還有其他事情，請隨時和我聯繫。

最美好的祝福！

艾爾·高爾」

後來，法王傳法圓滿後，在副總統的安排下前往白宮。

## 參觀白宮

7月30日，法王參觀了白宮（The White House）。這裡是美國總統府，是美國總統居住和處理國家事務的官邸，因此，遊覽區僅限於部分區域，只在特定時段對外開放，而且不允許外國遊客直接參觀。



圖 5.45: 白宮

受副總統高爾的委託，一名叫凱倫·威廉姆斯 (Karen Williams) 的工作人員帶我們進入白宮。白宮由三部分組成：主樓、東翼、西翼。東翼是宴會活動廳；西翼是行政辦公樓和總統辦公室；主樓外觀



圖 5.46: 白宮內部

三層，其實有六層，總共 132 個房間。工作人員不僅作為嚮導對每個區域進行了詳細的介紹，還向我們展示了一些平時不對公眾開放的地方。有趣的是，這位工作人員是

一名美國出家人，她穿著藏傳佛教的僧衣，常年在白宮工作，看上去有點稀有。

白宮的牆壁上，掛著歷任總統和第一夫人的肖像，以及各種小照片。無論是走廊還是房間，到處都是歷史文化氣息濃厚的藝術品，陳列著白宮用過的精美瓷器、玻璃器皿、金銀餐具。由於當時美國的在任總統是柯林頓，這裡有很多他和家人的照片及影片。



圖 5.47: 白宮的走廊

下午去了中國駐美大使館。接待我們的大使比較和氣，讓我們匯報了在美行程、出國和返程的時間等，問了一些相關細節，然後我們就回去了。



圖 5.48: 向中國駐美大使匯報旅美行程



圖 5.49: 與中國駐美大使合影

## 臨別贈言

7月31日，法王完成所有的傳法內容後，為了表示慶祝，不同膚色、不同國家的佛教徒在草地上搭起帳篷，以自助餐的形式舉行了一場歡喜盛宴。那天的天氣非常晴朗，樹木也顯得格外綠，聽著鳥兒宛轉動聽的歌聲，聞著空氣中沁人心脾的花香，大家輕鬆悠閒地享用著美食，心情十分舒暢。



圖 5.50: 草地上的自助餐盛宴

在臨別之前，法王給大家講了一段話：

今天，我有幾點希望要給你們講。

一般來說，像我這樣的人，沒有功德、多有過失，教導你們是不應理的。但這一次，我們被師徒的誓言緊緊聯繫在一起，不僅是這輩子，生生世世都要不分離，所以我也鼓起勇氣說幾句話：

### 一、對道場主管的希望

首先，我對道場主管阿貢拉姆有兩點希望。她所有的功德，可以歸結為兩個方面：一是自相續有真修實證的功德，二是她弘法利生的事業。希望她能盡力保持之前的兩種功德不退失，還要努力獲得前所未有的更多功德。

### 二、對出家人的希望

接下來，我對你們出家人有三點希望。是什麼呢？你們要團結和合、清淨戒律、精進聞思修行。

#### 1. 團結和合

說到團結和合，本來不僅是佛教徒之間，對基督教、印度教等也要做到關係和睦。相互勾心鬥角、紛爭不止只會有害，不可能成為安樂之因。所以我想說的第一點是，各宗教之間，尤其是佛教各教派之間，更重要的是藏地興盛的四大教派等諸多派別之間，團結和合應該是基礎，不可缺少。

與過去二、三十年相比，現階段佛教在世界上很多國家都很興盛，但現在有一個大魔在作祟，就是不團結。說實話，如果

一個地方有兩位上師，很少有總是關係融洽的；如果是兩個道場或兩個僧團，也很難和睦相處。因此，做到團結和合是非常重要的。佛陀曾說：「僧眾和合即安樂，和合苦行更安樂。」僧眾和合是極大的安樂，僧眾和合而斷惡行善，就會更加安樂，所以這必不可少。



圖 5.51: 西方僧眾開心地與法王合照

## 2. 清淨戒律

清淨戒律是根本。你們已經受戒了，如果守護戒律，今生來世都會安樂，不會遭受痛苦。一旦破了戒，必定會墮入惡趣，沒有其他出路。為此，戒律有很大的利害關係，必須小心守護。

## 3. 精進聞思修行

所謂的修行是什麼？就是認認真真、扎扎实實地實修。

所謂聞思，就是盡心盡力地講法和聞法。如果你能為別人講經說法，那很不錯；如果做不到這一點，自己也要勤於聽法。假如講法和聽法都能兼顧，那是無與倫比的；即使兩者不能兼得，但其中一個必不可少。

### 三、對在家人的希望

我對在家群體也有兩點希望。不要殺生、不要偷盜，盡量做一些頂禮轉繞、誦經念咒等善事，這是第一點。對於三寶，尤其是僧寶，要有信心，要向他們祈禱，要為他們服務，稍微有點財物，也盡可能供養僧眾，這對自己的今生來世都有大利，這是第二點。

### 四、對所有人的希望

我對大家有一個共同的希望。就是你們所有人要不遺餘力地維護整個佛教，尤其是這個道場，要千方百計不讓它千瘡百孔，成為眾矢之的。如果這個道場出了什麼問題，且不說在別人面前抬不起頭來，甚至會讓整個佛教蒙羞。所以，對此要非常小心。

你們這個道場，需要特別注意幾點：第一，男女僧人之間

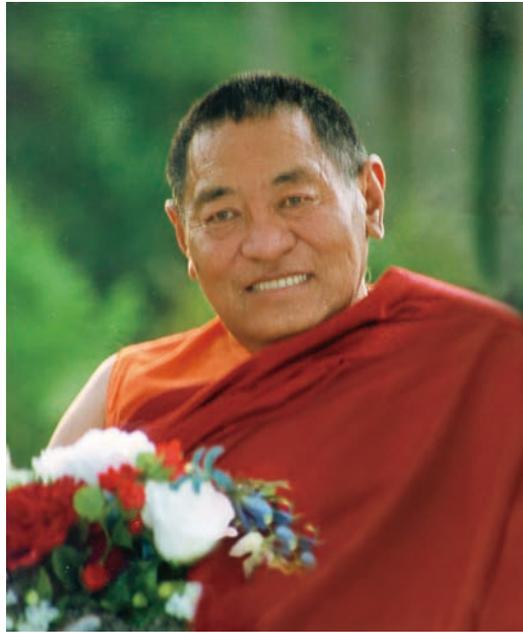


圖 5.52: 法王閒適地坐在餐桌前

一定要嚴守戒律，否則出了差錯，沒什麼比這更糟糕的了。對於方式方法，道場主管應該制定嚴格的紀律。有條件的話，可以把男女僧人的禪房分開，中間隔斷，從一開始就防止出現問題，這點相當重要。如果對此不太注意，出家男女和在家男女混在一起住，那是很難守住戒律的。



圖 5.53: 陽光照在法王臉上

以我自己為例，我的佛學院有 1000 多名尼姑、1000 多名喇嘛。當他們在聽法時，要坐在不同的地方，相互之間有很長的距離，不允許坐在一起。走路時不能從同一個門進出，尼姑從一個門進出，喇嘛從另一個門進出。另外，他們的生活區相隔很遠，平時也不能隨便聯繫和見面。如果不這麼做，長期生活在一起，總有一天很難守住戒。

所以你們也要從一開始就護戒，否則破戒有非常大的罪過，會墮入幾十萬世都脫離不了的惡趣。因此，首先要嚴加守護自己的戒律。



圖 5.54: 不論是出家或在家眾，法王真誠地祝願大家戒律清淨、行持十善

第二，盡可能提高警惕，不要破壞別人的戒律。如果你破了別人的戒，那比自己破戒還可怕。為什麼呢？比起毀掉幾千萬

座佛塔，破壞別人戒律的罪過更大。即使造了殺生、偷盜等其他罪業，雖然注定墮入惡趣，但也可以清淨，而破壞了出家僧人的戒，就是近無間罪，死後會立即生於無間地獄，沒有解脫的機會，所以要特別小心。

無論是誰，即使不能成辦廣大善法，這也不會有過失，但一定要想方設法、竭盡全力不給其他修行人守護淨戒製造障礙。如果讓一個具戒的人破了戒，且不說幾十萬世都遇不到三寶，甚至會轉生到連三寶名字都聽不到的黑暗邊地。

可能有人認為：「雖然破了戒，但是通過修行，實修一點密法，不會有大的過失吧？」

正所謂「破戒者修密，佛說不成就」。只要破了戒，無論你怎麼聞思、怎麼求學、怎麼修行，去處都只有惡趣，得不到任何利益，所以必須極其謹慎。

如果你實在守不住戒，也不要妨礙別人守戒，而要給他們提供順緣，這樣你也可以得到別人守戒的功德。

總之，我對你們道場的主要負責人講了兩個希望，對男女僧眾講了三個希望，對在家男女講了兩個希望，這些你們平時要記在心裡，不要忽視。我走了以後，不要將其置之腦後，不要從貼身的口袋裡漏出，每個人都要小心翼翼藏好，不要丟了。（眾笑）

最後，我說三個祝願：

第一，祝願住持長久住世、事業興盛；第二，祝願所有僧人戒律清淨、智慧圓滿；第三，祝願在家善男信女對三寶堅信不

移、行持十善。祈求諸佛菩薩加持，我能實現這些願望，同時為了圓滿所有的願望，也請你們鼎力相助。

至此，華盛頓的弘法行已經圓滿。



圖 5.55: 法王與眾人親切交談



NEW YORK, USA

第 6 站

8/1 - 8/8

美 國

紐 約

# 行程

## SCHEDULE

8月1日，來到紐約

8月2日，傳講《時輪金剛》的內容

8月3日，上午參觀聯合國總部

晚上傳授《文殊靜修大圓滿》灌頂

8月4日，上午參觀世貿中心

晚上傳授《項袋金剛橛》灌頂

8月5日，做金剛橛方面的公開演講

8月6日，傳講蓮師修法

8月7日，上午傳授《傑珍寧提》灌頂

下午傳講《傑珍寧提》

8月8日，上午傳講《傑珍寧提》

下午傳講《傑珍寧提》

## 來到紐約

8月1日，法王乘飛機離開美國政治中心華盛頓，一個多小時後抵達美國經濟中心紐約的拉瓜迪亞機場。



圖 6.1: 美國最大的城市紐約

紐約是美國最大的城市。1789年，它成為美國的臨時首都，也是第一任總統華盛頓就職的地方。自19世紀以來，紐約以其獨特的地理位置，一直是美國的經濟中心和金融中心。二戰後，隨著美元地位在世界上的確立，紐約一躍成為世界金融中心。在這個面積不足60平方公里的曼哈頓島上，金融和外貿機構數不勝數。全世界的信息都集中在這裡，地球上發生的一切都與它有著千絲萬縷的聯繫。

法王在紐約居住的地方，叫做鮑爾瑞大街 222 號（222 Bowery Street）。這座建築已有上百年歷史，許多有影響力的藝術家曾在此居住。後來一些藝術家給它起了個綽號，叫「地堡」（The Bunker），至今仍是紐約的標誌性建築。上世紀 70 年代，敦珠法王的一位弟子將其買下，改造成一個寧瑪派的道場，名為「蓮師中心」。



圖 6.2: 鮑爾瑞大街 222 號

法王在這裡住了大約一週。



圖 6.3: 「地堡」中的「蓮師中心」

## 紐約弘法一覽

時隔三十年，法王在紐約、波士頓兩站的傳法資料已經丟失。雖然我多方打聽、到處詢問，但能找到的內容寥寥無幾。無奈之下，我只能根據我得到的資料，把當年法王的傳法日程記錄下來。以後如果能找到相關資料，再詳細分享給大家。

8月2日，覺囊派中心，傳講《時輪金剛》的內容。

8月3日，佛恩寺，傳授《文殊靜修大圓滿》灌頂。

8月4日，蓮師中心，傳授《項袋金剛橛》灌頂。

8月5日，蓮師中心，做了金剛橛方面的公開演講。

8月6日，蓮師中心，傳講蓮師修法。

8月7日，蓮師中心，上午傳授《傑珍寧提》灌頂，下午傳講《傑珍寧提》。

8月8日，蓮師中心，分別在上午和下午傳講《傑珍寧提》。



圖 6.4: 紐約的傳法現場

**GIORNO  
POETRY  
SYSTEMS**

H. H. KHENPO JIGMEY PHUNTSOK (TERTON SOGYAL)

DORJE PHURBA GURKHUKMA *Empowerment*

August 4, Wednesday, 7:30 pm, \$15

DORJE PHURBA GURKHUKMA *Teachings*

August 5, Thursday, 7:30 pm, \$15

\* \* \* \* \*

*Outer, Inner, and Secret Teachings on  
The SEVEN LINE PRAYER - TSIG DUN SOL DEB*

August 6, Friday, 7:30 pm, \$15

\* \* \* \* \*

CHETSUN NYING THIG

August 7 & 8, Saturday & Sunday  
10 am - noon, 2 pm - 5 pm, \$25 each day

*The CHETSUN NYING THIG, the Heart Drop of Chetsun, is a transmission lineage belonging to the Men Ngag Dey, Secret Oral Instruction class of the Great Perfection - Ati Yoga.*

*The great Jamyang Khyentse Wangpo remembered precisely the time and place where the great Chetsun Senge Wang Chug (10th Century) had passed away in a rainbow body of light. At that time the dakinis sang a song of lament and sadness. Due to this, his Primordial Wisdom Body appeared and conferred upon them the teaching entitled Dampai Nyingpo, the Essence of Instructions. This was then kept by the dakinis, until Khyentse Rinpoche wrote it down. This lineage embodies and maintains one of the most potent and precise oral transmission of Trekcho and Togal. Melding into one stream the Pure Perfection (Dag Nang) Terma Lineage of Khyentse Rinpoche and the extensive transmission lineage of the Great Perfection - Ati Yoga, which comes unbroken from Bimalamitra, Long Chenpa, Jigme Lingpa, and on down to the present lineage holders.*

GIORNO POETRY SYSTEMS INSTITUTE, INC.

222 BOWERY NEW YORK, NY 10012 • 212-925-6372 • FAX 212-966-7574

A NON-PROFIT TAX-EXEMPT FOUNDATION

圖 6.5: 法王在紐約的法訊

## 紐約喇榮顯密中心

法王在紐約期間，想建立一個喇榮的佛教中心，讓很多人可以繼續學習顯密佛法，並讓我負責這件事。

雖然我人生地不熟，語言也不通，但在國外註冊道場相對容易。於是在信眾的幫助下，經過多次討論和對接，我在短短幾天內完成了道場註冊、場地選擇等，成立了喇榮在紐約的第一個道場，取名「喇榮顯密中心」。起初為了方便交流，成員以華人為主。



圖 6.6: 索達吉堪布和紐約喇榮顯密中心的成員



圖 6.7: 法王為道場眾人賜予加持

法王親自來到這裡開光，傳授了《文殊智慧勇識》的灌頂及相關開示，並給大家一一加持。關於「喇榮顯密中心」的成立，《紐約世界報（New York World）》、《紐約新聞週刊（Newsweek）》也在頭版用醒目的標題刊登了這一消息。

這個道場經營了一段時間，後來因為通訊不便等原因，沒有辦法堅持下去。但以此緣起為開端，很多人與法王的法脈結上了



圖 6.8: 法王手持佛像為大家加持

善緣，對他們的解脫起到了很大作用。當時的有些人，據說現在還在學修喇榮教法，也影響了周圍很多人。



圖 6.9: 每位佛教徒不論身在何處，都能開啟傳播佛法的事業

## 參觀聯合國總部

聯合國副秘書長莫里斯·斯特朗（Maurice Strong）致信法王，歡迎他參觀聯合國總部（United Nations Headquarters），並委託不丹代表擔任嚮導。

8月3日，法王來到聯合國總部。大樓前懸掛著184個成員國（現為193個）的國旗，主旗杆上是聯合國的旗幟。

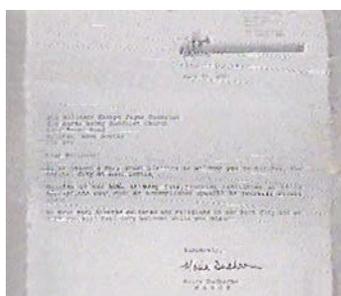


圖 6.10: 聯合國副秘書長致法王的信



圖 6.11: 聯合國總部前合影留念

不丹代表帶我們逐一參觀了秘書處大樓、大會場、會議樓和圖書館。他特意給我們介紹了一副著名的鑲嵌畫，叫《黃金法則》。這部作品強調不同種族、膚色、信仰的人和諧相處，享有同樣的尊嚴。在這幅畫的底部有一句英語：「Do unto others, as you would have them do unto you.」翻譯過來就是，你希望別人如何對待你，你就應該如何對待別人。



圖 6.12: 不丹代表帶領參觀



圖 6.13: 《黃金法則》

之後，法王去了聯合國大會廳，也就是各國代表開會的地方。那天大會廳沒有會議，空無一人，但法王對此特別感興趣。為了世界和平，法王祈禱了很長時間，並和我們隨行人員一起念了《大自在祈禱文》。



圖 6.14: 法王在聯合國大會廳裡念誦《大自在祈禱文》，祈願世界和平

## 一位哈佛教授的回憶

哈佛大學有個教授叫珍妮特·嘉措（Janet Gyatso），我去哈佛演講的時候，兩次都是她接待的。1993年她也見過法王，並擔任翻譯。我最近採訪了她，她回憶的大概是這樣：

「那年我在阿默斯特學院教書，還沒去哈佛大學任教。因為法王翻譯的父親生病了，要回去探望，於是在紐約期間，我給法王做了一段時間的翻譯。法王說話帶有果洛口音，我的藏語也不是很好，但他很善於用淺顯的語言表達，思路也極為清晰，所以我完全能聽懂他的話。

法王身材魁梧高大，第一次見到法王，我就被他的身高震住了。

當時我正在翻譯晉美林巴尊者的傳記，準備出版它的英文版，於是就向法王請教了這本書的相關問題。記得其中一個是：晉美林巴尊者有兩部自傳，一部的名字叫《空行大密語》，我不太明白為什麼他的傳記叫空行母之語，因為他明明是男性？法王



圖 6.15: 現在的珍妮特·嘉措

耐心地給我解釋，當時他的解釋非常巧妙，徹底打消了我在這個問題上的困惑。這是我記得比較清楚的。

後來有一天，法王去聯合國總部參觀，我和五、六個人陪同。聯合國有來自世界所有會員國的代表，當我們到達時，不丹代表來迎接法王，並帶我們四處參觀。那裡有一個很大的聯合國大會廳，是所有代表一起開會的地方。法王對此非常讚歎，說居然有這樣一個地方，可以讓世界各國的代表聚在一起，共同討論一些問題。然後他問了不丹代表很多問題，比如代表們怎麼投票、怎麼交流，了解了很多聯合國運作的細節。

其實法王真的非常偉大，別的不說，光是他創辦喇榮五明佛學院，就是一件了不起的事。喇榮規模龐大，力量極強，對整個藏傳佛教有著舉足輕重的影響。而且喇榮有數量可觀的男女僧人，這對藏傳佛教長久住世極為重要。

另外，值得一提的是，喇榮藏族堪姆編著的藏傳佛教女性成就者叢書非常棒，這也是對藏傳佛教的一大貢獻。我覺得她們之所以能做到這一點，正是因為受到了法王的感召，隨學法王的願力。」

## 不可再現的世貿中心

8月4日，法王參觀了舉世聞名的世貿中心雙子塔（Twin Towers of the World Trade Center）。這兩座摩天大樓高聳入雲，共110層，高417米。它們被稱為「世界之窗」，是當年世界上最高的建築，也是美國繁榮的象徵。



圖 6.16: 曾經繁榮一時的世貿中心

進入大廈前，樓下有個紀念品商店，圍了很多人。我們走過去，看到各種柯林頓人形板，遊客會和它們合影。甚至還有惡搞柯林頓的玩具，比如有人頭狗身的柯林頓布偶，人們騎在上面擺出奇怪的造型。我們請法王也拍張照，於是法王把手搭在「柯林頓」的肩膀上，合影留念。



圖 6.17: 索達吉堪布俯瞰曼哈頓全景



圖 6.18: 法王與索達吉堪布

然後我們乘電梯直達 110 層頂樓。那裡有許多望遠鏡，我們輪流看了一會兒，領略了紐約這個世界金融之城的風采。再往上是大廈的天台，視野更開闊，不僅可以俯瞰曼哈頓全景，還能看到不遠處的自由女神像。自由女神像是一座代表自由的雕像。它是美國建國一百週年之際，法國送給美國的禮物，後來成為美國的象徵。



圖 6.19: 自由女神像

世貿中心是一座令人驚歎的建築。它歷時 7 年建成，耗資超過 10 億美元。但就是這樣一座看似堅不可摧的摩天大廈，卻在 2001 年 9 月 11 日遭到了恐怖分子襲擊，兩個小時內徹底倒塌。後來，紐約市政府決定重建世貿中心，計劃新建五座摩天大樓和一座遇難者紀念館。現在這些建築已經陸續完工。

雖然當年的世貿中心已經不在了，法王也離開我們二十年了，但是法王在那裡拍的照片，我還一直保留著。

## 喇榮居士林的由來

過去在藏地，雖然全民信教，但幾乎沒有在家人集體學佛的傳統。在紐約的一天，法王突然對我們幾個人說：「我得到一髻佛母（Ekajati）的授記，要在喇榮建一個居士林，這將使很多在家人受益，幫助他們趨入解脫。所以，回去之後我會建個居士林。」

我不敢多問授記是一髻佛母親自現身告訴法王的，還是法王在覺受或夢中得到的。但聽到這個消息後，我特別高興，因為父母正在佛學院，還沒有回家鄉，我很想讓他們留在喇榮，所以立馬給他們報了名，也算是一個緣起吧。

秋天，法王回到佛學院後，親自在喇榮谷下方選了一塊地，開始修建居士林經堂，這可能是藏地第一座在家人的經堂。起初，居士林只有四戶人家，包括我父母一家。

自從經堂建成後，慕名而來的人越來越多，居士林的規模也越來越大。在這裡，許多在家人通過精進修行，臨終時出現了不同程度的成就瑞相。

此後，藏地其他地方紛紛效仿，開始建立居士林，創造了藏地居士共修佛法的因緣。

## 「我給法王當司機」

本來找不到任何關於法王在紐約傳法的資料。幸運的是，有一個叫伊文·肖斯布蘭奇（Yvon Chausseblanche）的人當時給我們開車，他私下錄了法王的幾節課。這些課都保存在磁帶上，大部分因為年代久遠已經聽不清了，只有一個還比較清晰。在感謝伊文的同時，我們順便採訪了他。當提到法王時，他非常激動，熱淚盈眶。他告訴我們：

「法王來紐約的時候，住在鮑爾瑞大街 222 號，那裡是眾多藝術家聚集的地方，接待過很多大德。

那一週，我大部分時間負責給法王一行開車。通常法王等人下車後，我需要先去停車，然後趕去會場。法王來紐約的機會千載難逢，所以我帶了錄音機，把法王的傳法錄

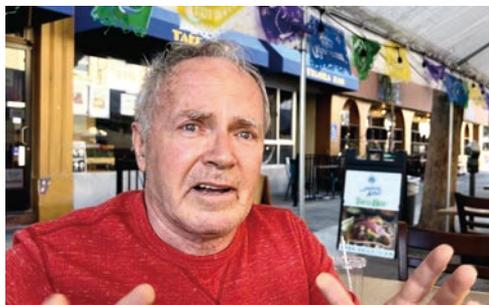


圖 6.20: 回憶起當年就熱淚盈眶的伊文·肖斯布蘭奇

在磁帶上。但是有時候停車花的時間長，錄得不完整，而且因為是外錄，所以聲音效果不盡如人意，有一些雜音。

法王灌頂的時候，我感覺就是文殊菩薩在親自灌頂，應該是因為法王剛開取這個伏藏沒多久吧。後來我去波士頓時，得到了一張法王在五台山開取這個伏藏時期的照片。

《傑珍寧提》那場灌頂，有三種語言，索達吉堪布負責漢語翻譯。有一個場景給我留下了很深的印象：法王講完出離心的修法後，讓大家打坐觀想。過了一會兒，法王說：『今天在場的有西方人，藏族人，漢族人。我發現你們中有一種人，身體不動，頭卻轉來轉去；有一種人，頭不動，眼珠卻轉來轉去；有一種人，眼珠和頭都在轉，這是最糟糕的。你們認為自己是哪種人呢？』大家聽後哄堂大笑。

法王在紐約的最後一天，一想到法王第二天要去波士頓，我就哭得像個嬰兒。過了兩天，我實在按捺不住想念法王的心，就跑去跟老闆請假。他一點頭，我就跳上摩托車，一路開到波士頓。結果天公不作美，下了一路暴雨，我也不管了。有時候雨下得太大，我就躲在高架橋下。

到了之後，很幸運地再次得到了法王的灌頂。也有人祈請法王傳了一些法，給予了傳承。

你可能會笑我，到了波士頓，我想祈請法王如意寶灌《忿怒蓮師》的頂。找到主辦方金剛界的工作人員，他們說，這個星期法王已經灌了幾次了，你們這次有多少從紐約過來的人想參

加？記得當時我回答說『幾個』。結果他們給法王說的是 25 個紐約弟子。

灌頂的時候，法王看了看大家，然後開玩笑地問，25 位從紐約來的弟子是哪些呢？我當時特別不好意思，沒敢舉手。法王給我們灌頂後，再再強調我們要修、要弘揚這個法，並說，任何人對這個法有信心，希求這個法，你們都可以把他帶來，一定會滿他的願。

我們都特別感動。後來才知道，其實當時法王身體不好，嚴重的時候差點要取消後續行程。但是因為強烈的慈悲心，法王真的是傾其所有，一一滿足了我們所有的要求。」

## 談談蓮花生大士

8 月 6 日，法王在蓮師中心講了蓮師修法。這節課的資料好不容易找到。提供者當年給法王開車，聽課前因為要去停車，錯過了開頭的一點點。不過其他內容比較全，在這裡分享給大家：

怎麼調整意樂呢？要通過廣大意樂菩薩乘的發心、廣大方便密乘的發心這兩者中任意一種來調整。

### 一、廣大意樂菩薩乘的發心

廣大意樂菩薩乘的發心是怎樣的呢？

只要虛空無處不在，眾生就無處不在；只要眾生無處不在，業和煩惱就無處不在；只要有業和煩惱，就決定有無盡的痛苦。

感受無盡苦難的眾生，無始以來無一沒當過自己的父母，這個道理，佛陀在佛經中講得很清楚。所有眾生成為父母時，和現在的父母沒什麼區別，都是用純淨的意樂、善良的行為來養育自己，恩德極大。這些大恩父母雖然希求快樂，卻不知道快樂的因是行善；雖然不想受苦，卻不斷造作痛苦的因，以至於他們想的和做的背道而馳。因此，要萌生「一切苦難眾生遠離痛苦該有多好」的善良意樂。



圖 6.21: 法王安坐於法座上

當我們想到要讓他們離開痛苦時，還需要生起「將他們安置於身體安康、心情快樂等圓滿安樂中」的善良意樂。但是，具足安樂的所依身，三惡趣的眾生根本沒有，而人天善趣雖然會享受一些安樂，但那也只是暫時的，實際上不會持續很久，超不出

變苦的範疇，所以沒有實質。可見，即使把一切眾生安置於人天安樂，也不會有太大的利益。

我們還要認識到，就算遠離了輪迴之因的業和煩惱、輪迴之果的痛苦，獲得了聲聞緣覺果位，具有自利圓滿的安樂，但因為沒有機會行持廣大的利他，所以將眾生安置於那些果位也無大利。因此，要通過證悟無我的智慧，從根本上斷除輪迴的一切痛苦；依靠大悲而不住涅槃，乃至虛空際利益眾生，也就是說，要發起殊勝菩提心，將一切眾生安置於不住有寂二邊的正等覺佛果。

這樣的佛果，不是無緣無故產生的，需要學修能成熟它的圓滿因。是什麼呢？就是圓滿戒、圓滿定、圓滿慧。

### 1. 圓滿戒

如何才能守護清淨戒律呢？從根本上斷除害他，就是別解脫戒；不怕累劫的時間長、眾生的數量多和難調化，發願利樂一切有情，就是菩薩戒；可以輕易快速地成辦自他大利，就是密乘戒。「輕易快速」中的「輕易」是指，隨意享受五種欲妙而不必捨棄，同時獲得大樂的境界；「快速」是指，無需觀待長久的苦行，在濁世中用短短一生就能成就金剛持果位。

### 2. 圓滿定

心一緣安住，就叫定。令心安住的竅訣，是斷除五過、依止八行、修行九種住心方便。它的果就是九種次第等至。詳細內容可參照彌勒菩薩的論典。從竅訣而言，以心觀心，自然安住，逐漸止息一切分別念，這就叫定。

### 3. 圓滿慧

慧有三種：聞慧、思慧、修慧。聞慧，是在具法相的上師面前，清楚地聽聞顯密佛法，尤其是自己所實修的法。思慧，是指對於聽到的那些法的句義，要反反覆覆分析，驅除所有未證、邪證、懷疑的黑暗，對實相義生起定解。修慧，就是把斷除疑惑的意義結合自相續去反覆實修。

所以，要實修能獲得佛果的因——戒定慧三學。

這次在這裡，你們要調整自己的發心，聽一個清淨的修法。

#### 二、廣大方便密乘的發心

廣大方便密乘的發心，是指通過明觀五種圓滿來聽法。五種圓滿是指，以此時講聞佛法為例，處圓滿：把這裡觀想成真正的銅色吉祥山蓮花宮。本師圓滿：將說法者觀想成真正的鄔金蓮花生大士，以虔誠的信心恭聽。法圓滿：以了知密宗金剛乘之道稀有深廣的心態來聽。時圓滿：通過了知「只要具緣者存在，佛陀講法事業就不會過期」的講法自性來聽。眷屬圓滿：以了知聽聞者是持明勇士勇母的自性來聽。

首先，你們要調整為顯密的這兩種發心來聽法。接下來，所聽的法就是：你們和其他眾生不同，具足修行正法的四種順緣，對此要生起歡喜心。

四種順緣是：一、出生在難以投生的南瞻部洲，值得歡喜。二、不僅得到了瞻部洲的人身，還遇到了高僧大德和說法的上師善知識，這也是一種善緣。三和四、之所以能成就以上兩種順

緣，是因為自己往昔的善願和所積福德的結果，所以要生起無比的歡喜。擁有如此圓滿的順緣時，自己不同於其他普通眾生，而是對正法有信解，這也是修法的殊勝因緣。所以，修持正法一定要具足這四種順緣，有了這四者，我們的順緣就齊全了。

即使具足了四大順緣，自己也不會一直住留，也是必定會死，死期不定，死時除正法外皆無益。因此，從現在開始，一定要修行清淨的佛法。

關於佛法，佛陀隨上中下眾生不同的界性、根基、信解、意樂，宣說了八萬四千法門，這些不需要全部通達，也不需要全部實修，一切法的要點可以合而為一，就是修悲心與信心。想方設法斷盡一切眾生身體的病痛和內心的痛苦，這就是悲心。消除一切眾生痛苦的方法，就是對諸佛菩薩懷有信心，虔誠地祈禱，否則隨便想一下眾生的苦，不是單靠這個就能消除的。



圖 6.22: 東西方佛教徒恭敬地聞法

## 蓮師的不共功德

如果要虔誠祈禱諸佛菩薩，現在經典中單單是諸佛菩薩的名號，都無法一一念誦。而諸佛菩薩總集的本體，是鄔金蓮花生大士，如果一心一意祈禱蓮師，那麼所有的佛菩薩都包括在內。鄔金蓮師是從一切法身佛的密意中顯現的，是一切報身佛所加持的，是一切化身佛任命他為補處的。

若有人想：「他怎麼會是諸佛總集的本體呢？」

蓮花生大士是在一切所化的清淨福德成熟時，三世諸佛的身語意功德事業合而為一，變成「舍」字，收攝於無量光佛的心間，再投射於鄔金西南乳海。在沒有父因母緣的情況下，他是自然覺性以頓生的方式化生的。當時，他的身體具有與法身金剛持無別的相，所有空行與勇士都奉其為部主，加以承侍，稱之為「鄔金海生金剛」。

為了消除眾生的貧窮之苦，鄔金國王恩札布德去海島取寶。途中經過西南乳海時，遇到了這位化身，以太子的身份迎他回宮，立他為王位繼承人，使其擁有整個國政，如理維護王朝，被稱為「蓮花王（Pema Gyalpo）」。

後來他放棄王位，以覺性禁行在八大屍林（Eight Great Charnel Grounds）等處，為諸位勇士和空行轉大乘法輪，被稱為「日光（Nyima Odzer）」，具有行走時乘著陽光像風一樣無礙雲游的神變。

在阿闍黎札巴哈德（Acharya Prabhahasti）等印度八大成就者面前，他通過依止，成為精通浩瀚共不共宗派的智者，被稱為「愛慧（Loden Chokse）」。

在阿蘇拉山洞，他在佛陀的侍者阿難座下出家，守護清淨戒律，持比丘相，被稱為「蓮花生比丘（Bhiksu Padmasambhava）」。

在菩提伽耶期間，他的身體變成純金色，觀察他的所作所為，似乎與佛陀無異，被稱為「釋迦獅子（Shakya Senge）」。

到了印度北方後，在薩霍國（Zahor），為了讓君主行持正法，他依止業手印曼達拉娃公主（Princess Mandarava）做覺性禁行。薩霍國王想將他活活燒死，他並沒有被火大所焚，而是泰然自若地坐在具八功德水的湖中央的蓮花蕊上，被稱為「顛鬢妙力（Pema Totreng Tsal）」。

後來在尼泊爾的瑪拉蒂卡山洞，他依止曼達拉娃明妃，成就了無死的壽自在持明，被稱為「無死蓮花生（Chimé Pema Jungney）」。

在尼泊爾的揚列雪岩洞，現證大手印成就後，為了降伏一切兇神惡煞、魔鬼、壞誓鬼，示現忿怒明王金剛手的形象，被稱為「獅子吼（Senge Dradok）」。

其後，他依止獅面佛母（Lion-Faced Dakini Marajita），摧毀了許多難以想像的外道城市。這以上是鄔金蓮花生大士在印度和尼泊爾弘法利生的情況。

接下來，在今天不丹一個叫虎穴的地方，他懷柔震懾了現有一切驕慢的鬼神，讓他們立下誓言。之後，在藏地的上阿里三地、中衛藏四翼、下多康六岡，隱藏了不可思議的法伏藏、物伏藏等伏藏品，授記未來會有 108 位伏藏師相繼出世，並做了發願、交付、印持，被稱為「忿怒金剛（Dorje Drolo）」。

蓮花生大士在藏地住了 55 年左右。在圓滿了南瞻部洲的所化事業後，為了調伏兇殘猖獗的羅剎，他前往妙拂羅剎洲，震懾了所有羅剎，弘揚佛法。為了使羅剎進入佛門，他示現威猛身相，被稱為「威猛妙力（Dorje Drakpo Tsal）」。

在諸多較廣的伏藏品中，為了表示不同的成就相，也有多面多臂的威猛蓮師。威猛蓮師在妙拂洲吉祥山，不捨肉身而起現大虹身，至今仍在住世說法。

現在蓮師住的地方叫妙拂羅剎洲，周圍有二十一個羅剎境，中央是銅色吉祥山，形狀如心臟。在這座山的山頂，有一座名為蓮花光的三層宮殿：下層是化身剎土，是羅剎王繞恰托創（Raksha Thotreng）為眾羅剎說法之處；中層是報身大悲相以具五決定的方式說法之處；上層有法身普賢如來，入定於法性無生義。有這樣一個殊勝的無量殿。

妙拂吉祥山蓮花光宮殿的四方四隅上下等三十六處，鄔金蓮師以三十六種不同化身正在利益眾生，也正在為現場聚集的弟子君臣、獲得成就的不可思議持明眾、有緣的所化眾生轉法輪。

## 蓮師的伏藏法門

後來，藏地出世的諸位化身伏藏師，都曾在蓮師眾會中受用過蒼供輪，蓮師親自將獻新交付某位化身，告訴他需要前往藏地雪域利益眾生。所有那些伏藏師，大多數都能自在地駕馭甚深地伏藏、廣大意伏藏。

化身伏藏師的傳承，有三大獨特的殊勝之處：一、這位伏藏師一生如何利生的事業，全部需要蓮師時時告知，所以稱為付教授記傳。二、蓮師或丹瑪則芒、貝若札那、益西措嘉，無論哪一位將法寫在伏藏黃紙上，依靠蓮師密意交付的力量，黃紙上的一切詞義，除了甚深伏藏主本人，誰也看不懂，這叫黃紙句傳。

三、不僅授記業手印和發願，還交付不可思議的護法空行母，委任她們輔助某位伏藏師，這是空行交付印傳。

所有的交付印持，最初是在桑耶寺頂層的三樓，蓮師與君臣二十五大弟子等聚集一堂時，做了許多交付印持。那時候沒有發願交付印持的，後來有很多在妙拂吉祥山重新做了交付。就這樣，化身伏藏師在復興弘法利生事業、給眾生帶來安寧快樂方面，有許多完全不同於其他行人的殊勝特點。



圖 6.23: 法王停下來等待翻譯

化身伏藏師生於什麼地方呢？

總的來說，世界上任何地方都會有幾位，但大多出生在藏地雪域，這是蓮師先前的密意交付方式、委託交付諸位護法神、加持伏藏地的原因所致。

這些成就的化身伏藏師，在哪個宗派中有呢？

隨行於蓮花生大士的寧瑪派中才有，其他教派中很少有這樣的成就者。

蓮師所有伏藏法藏的伏藏者和開取者是誰呢？

他的明妃，大空行母益西措嘉。蓮師去了羅剎洲後，益西措嘉用七年時間結集了蓮師的所有言教，然後在各地隱藏伏藏，並做了發願印持。如今，一大批相繼湧現的伏藏師取出的大量伏

藏品，也都源於益西措嘉。對於藏地雪域受持蓮師法脈的人來說，恩德與蓮師無有差別的，唯一就是益西措嘉。蓮師前往羅剎洲之後，她實修了七年文殊大圓滿法，成就大虹身後，去往妙拂洲的蓮師真身前，現在也住在那裡。具有如是恩德的蓮師佛父佛母，如今就在遙遠的妙拂羅剎洲。

## 蓮師的七句祈禱文

我們祈禱蓮師，不可能得不到加持，因為他親口說過：「住信士前未離去，生六趣中我皆引。」如果在修行時祈禱蓮師，會比祈禱其他佛菩薩更有加持，尤其是，它還是上師的修法。我們實修前譯寧瑪派的人，全部都要祈禱蓮師。諸續部中說：「觀修十萬本尊身，不如一剎那憶念上師的功德大。念誦數百萬、數千萬的咒語儀軌，不如祈禱一次上師的功德大。」

從哪方面講祈禱蓮師的加持更大呢？



圖 6.24: 法王的教言讓聽聞者受益匪淺

從發願力來說，蓮師不同於其他諸佛，他特別眷顧瞻部洲的眾生。蓮師的傳記中記載：「為利瞻洲眾生，日升日落乘光而

來。」明確說了他恆時乘著日出日落的光輝，來利益這個世界的眾生。而且他親口說過，諸佛雖然功德相同，但是以他不共的發願力，修他會比修其他佛更快得到百倍千倍的加持。蓮師還說：「敬我敬諸佛，見我見諸佛，我集諸善逝。」如果修持他，就是修了一切佛；如果見到他，就是見了一切佛，他是一切佛總集的本體。

那麼，他是如何總集一切佛的呢？

蓮師說過：「往昔佛陀無量光，達拉山怙觀世音，達那夠夏蓮師我，顯現三身唯表相，實則無別無他體。法界淨刹普賢王，密嚴刹土金剛持，菩提伽耶大牟尼，自成無二蓮師我。」所以要知道，比起在許多劫中祈禱、觀修其他佛菩薩，在短時間內祈禱蓮師，會更快得到加持和悉地。

關於蓮師的修法，雖然各個伏藏品中有很多廣修法，但這一切修法的究竟，唯一就是金剛七句祈禱文。

這個七句祈禱文，不是普通人造的，而是從法性無生界與報身無滅妙力中顯現並傳出的金剛自聲。只要是隨行於蓮師的化身伏藏師，他的伏藏品中似乎不可能沒有七句祈禱文。這也是昔日迎請蓮師至薈供處的諸位空行母的表示語。即使你不明白它的意思，只是簡單地念誦詞句，蓮師也會從妙拂洲降臨並賜予加持。

這個七句祈禱文，在基位表示七識聚，在道位表示七覺支，在果位表示七勝義。此祈禱文的蓮師修法，可對應依外祈禱方式的修法、依內結合生起次第的修法、依密解脫道的修法、依極密方便道的修法、究竟大圓滿竅訣的修法。這一切都攝於七句祈禱

文的詞句中，不需要其他詞句來補充，它的原句就有全部完整的內容。

在此，我簡單講一下依外金剛七句如何修上師瑜伽：

你們自身平常而住，在前方的虛空中，明觀鄔金無垢達那  
夠夏深海充滿八功德水，在自生蓮花的花蕊上，鄔金蓮師與益西  
措嘉白裡透紅、神采奕奕，佛父佛母無二雙運，勇士、空行、護  
法所有眷屬燦然安住。

觀想：「從現在起直至獲得菩提果，無論我是苦是樂、是凶  
是吉、是高是低，除了鄔金仁波切您，我不尋求任何其他指望處  
和皈依處，唯一祈求您的加持。」要生起強烈的信心。

觀想自他一切眾生以身語意恭敬頂禮；供養各種真實和意  
幻的供品；帶著猛烈的悔恨，發露懺悔無始以來累生累世犯下  
的一切墮罪。要修七支供的前三支。

然後，沒有嫉妒地隨喜自他三時所積的一切善業；祈禱蓮  
師您無死寂滅的殊勝之身長久住世；勸請您為一切眾生轉妙法  
輪；此時積累的所有善根，為獲得蓮師您的果位而普皆迴向。需  
要如理實修這後四支。

再觀想：依靠這樣虔誠的祈禱和七支供積資的威力，蓮師  
身體放射出種種光芒，照耀我和一切眾生，從而清淨了身語意的  
障礙，有緣獲得了清淨身語意的悉地。盡己所能念誦七句祈禱文  
和蓮師心咒：

吽 哦堅耶傑呢香燦 吽 鄔金西北隅  
巴瑪給薩東波拉 蓮花蕊莖上

雅燦巧格悟哲尼	稀有成就尊
巴瑪炯內益色扎	共稱蓮花生
括德誇卓芒布果	空行眾圍繞
切傑吉色達哲吉	我隨汝修行
辛吉拉協夏色素	祈臨賜加持
格熱巴瑪色德吽	格熱巴瑪色德吽

唵啊吽 班匝<sub>兒</sub>格熱巴瑪色德吽

雖然以前也有用諸位空行母的表示語來念誦七句祈禱文和蓮師心咒的傳統，但現在我們沒有一個人會說空行的表示語。你們念誦時，就用藏語念，它是蓮師親口答應加持的語言。

有人會想：「是根本不會用空行母的表示語來念嗎？」

會是會，所有化身伏藏師都會念。空行母的表示文字，在空行洲的主要三十二部中，有三十二種不同的表示文字。在它所有的表示文字中，這七句以前已經廣為人知，但化身伏藏師們，誰也沒學過空行表示語，都是用藏語念的，所以你們也可以發藏音。即使學了空行母的表示語，也只有諸位空行母才懂它的意思，其他人並不明白。就算知道個別單詞，像威猛蓮師的心咒「唵阿則內則……」，但也沒有人能理解。如果用藏語念，該解釋的詞句，我們可以做解釋。空行表示語是怎樣的呢？就像我們藏語有許多方言，其中嘉絨的有些方言誰也聽不懂，空行表示語也是如此。

你們一心一意地祈禱蓮師，最後觀想從蓮師的眉間、喉間、心間三處放出白光、紅光、藍光，分別融入你們的三處，無餘獲得蓮師身語意的加持和悉地。然後蓮師佛父佛母化光，變成一

個白裡透紅、光彩奕奕、由「吽」字嚴飾的明點，融入自己的心間，上師的智慧與自己的心成為無二無別。心一緣安住於無有任何散收的境界中。出定後，了知一切顯現是上師的身、一切聲音是上師的語、一切分別念是上師的意，將此應用於行住坐臥四種威儀中。

以上就是蓮師的修法。



圖 6.25: 法王與蓮師像

如果想成辦浩瀚的事業，必須依靠蓮師《心願自成》中具有十三個如意寶般竅訣的七句祈禱文。所以，諸佛浩瀚法理中的究竟深法，沒有比祈禱上師鄔金蓮花生大士、修持光明大圓滿法更好更深的了，請時刻牢記在心並實修。

至此，紐約的弘法行已經圓滿。



BOSTON, USA

第7站

8/9 - 8/16

美國

波士頓

# 行程

## SCHEDULE

8月9日，來到波士頓

8月10日，《普巴金剛》灌頂

8月11日，《忿怒蓮師》灌頂

8月12日，《空行心滴》灌頂

8月13日，《文殊靜修大圓滿》灌頂和開示

8月14日，傳講《手中賜佛》

8月15日，傳講《手中賜佛》

8月16日，《格薩爾王》灌頂和開示

## 在波士頓傳法

離開紐約後，我們坐了四個多小時的車，到達了美國文化中心波士頓。

這是美國最古老、最有文化價值的城市之一，既有歐洲風情，又有美式味道。它沒有紐約那麼繁華和快節奏，更偏向於保守和傳統。

這座城市見證了美國從殖民時期、獨立建國到繁榮昌盛的變化。

波士頓最初是由英國清教徒移民建立的。他們大多在牛津和劍橋接受過傳統的高等教育。為了讓他們的後代在新的土地上接受良好教育，美國歷史上第一所大學

哈佛大學於 1636 年成立。此後，麻省理工學院等多所學校也相繼成立，這裡有非常濃厚的文化氛圍。



圖 7.1: 法王抵達波士頓



圖 7.2: 波士頓市區

His Holiness Tertön Sogyal,  
Vidyadhara Khenpo Jigme Phuntsok Jungnye  
*At Ashoka House*

Born in 1933, H.H. Khenpo Jigme was recognized at age two as the reincarnation of the previous Tertön Sogyal, Lerab Lingpa, widely renowned as a principle Root Guru of the great Thirteenth Dalai Lama, and closely associated with Jamyang Khyentse Wangpo & Jamgon Kongtrul Lodo Thaye.

H.H. Khenpo Jigme has taught in Tibet continuously since the Chinese occupation at remote caves and retreat centers in the mountains of Eastern Tibet. He has ordained at least 10,000 monks and nuns inside of Tibet in addition to founding retreat centers and colleges, and teaching on the Sutra and Tantra traditions of all lineages. A manifestation of the Bodhisattva Manjushri, His Holiness is a Rime master equally at home with the view and tenets of Nyingma, Sakya, Kagyu, Gelug, Jonang and Bon. Many students of His Holiness have obtained rainbow body as a result of applying the instructions bestowed by this precious Master. This is a rare opportunity to receive teachings and empowerments by one of this century's great teachers of Dzogchen.

Teaching Schedule

---

Vajrakilaya Tuesday, August 10     \$ 30

Empowerment 1:00 - 3:00 p.m., Teachings 7:00 - 9:00 p.m.

While on his way to meet the Dalai Lama in 1990, His Holiness revealed this treasure sadhana, "*The Single Kilaya of Enlightened Mind, a Branch of the Kilaya Tantra mGur Khug Ma*", at the Asura cave in Nepal, where Guru Padmasambhava accomplished the mandala of Vajrakilaya and achieved the realization of Mahamudra Vidyadhara. Restricted to Vajrayana students.

The Wrathful Guru Dorje Drollo Wednesday, August 11     \$ 30

Empowerment 1:00 - 3:00 p.m., Teachings 7:00 - 9:00 p.m.

In accordance to an ancient prophecy by Tertön Druk Dra Dorje, His Holiness revealed this *Dorje Drollo* accomplishment practice at the Tiger Den, Paro Tak Sang cave, Bhutan, where Guru Padmasambhava manifested as *Dorje Drollo* in order to subdue the eight classes of arrogant demons plaguing Tibet. Restricted to Vajrayana students.

The Innermost Essence of the Dakini Thursday, August 12     \$ 30

Empowerment 1:00 - 3:00 p.m., Teachings 7:00 - 9:00 p.m.

The *Khandro Nyingthig* Dzogchen cycle was revealed by the Tertön Pema Ledreltsal, and widely propagated by the great 14th century Dzogchen scholar and commentator, Kunkhyen Longchen Rabjam. The *Khandro Nyingthig* has a vital place at the heart of Nyingmapa Dzogchen teaching, being the Dzogchen lineage of Guru Padmasambhava. This will be a rare opportunity to receive this vital transmission, essential for those interested in pursuing the swift path of the Great Perfection. Restricted to Vajrayana students.

Manjushri Empowerment Friday, August 13     \$ 30

Empowerment 7:00 - 9:00 p.m.

In 1987, His Holiness visited the Sacred Mountain Wu Tai Shan, in China, traditionally regarded by Mahayana Buddhists everywhere as the seat of the Bodhisattva Manjushri. While there His Holiness revealed the *Jampal Shi Drup*, "*The Peaceful Accomplishment of Manjushri*". Open to the public.

Buddha in One's Palm Seminar Saturday & Sunday, August 14 & 15 \$ 125

Breakfast 8:30, Sitting 9:00, Teaching 10:00, Lunch 12:00, Discussion 1:30, Sitting 2:15, Teaching 3:00 - 5:00 Both Days. Sunday Reception 8:00

The "*Dzogchen Sanggye Lhag Ter*", or the "*The Dzogchen Treasure Placing Buddhahood In One's Palm*" was revealed as part of the peaceful Manjushri cycle. These extremely concise instructions begin with the common foundations of Hinayana and Mahayana, "*The Four Thoughts Which Turn The Mind Toward Dharma*", and conclude with instructions on the practices of the Dzogchen Upadesha Series including Thregchod and Thogal. The price includes the Manjushri empowerment. Restricted to Vajrayana Students.

圖 7.3: 法王在波士頓的弘法行程



圖 7.4: 法王在波士頓



圖 7.5: 傳法中的法王

法王在波士頓也待了一個星期，傳法的日程安排如下：

8月10日星期二，《普巴金剛》灌頂，30美元

8月11日星期三，《忿怒蓮師》灌頂，30美元

8月12日星期四，《空行心滴》灌頂，30美元

8月13日星期五，《文殊靜修大圓滿》灌頂，30美元

8月14日-15日，週六、週日，傳講《手中賜佛》，125美元

（兩天安排：早餐 8:30，打坐 9:00，開示 10:00，午餐 12:00，討論 1:30，打坐 2:15，開示 3:00-5:00，週日宴會 8:00）

8月16日星期一，《格薩爾王》灌頂，30美元

地點：法界禪修中心阿育王樓

## 聽法是要收費的

在西方，每個道場都要收取傳法的費用，這對於很多東方人，尤其是藏族人來說，有點難以接受。其實這並不是因為他們靠販賣佛法賺錢，而是因為西方傳法的環境與東方不一樣。那裡的道場很少有



圖 7.6: 法王賜予《普巴金剛》灌頂

人供養，而道場要想維持，就必須支付房租、水電費、維修費、各種稅等費用，尤其是在迎請一位上師的時候，他的路費、餐飲費、住宿費、交通費都要由道場自己解決。如果不收取一定的費用，道場很難長久生存。

當然，這無疑提高了聞法的門檻。如果經濟條件不允許，人們可能沒有機會聽聞佛法，這和藏地有很大的不同。記得法王在華盛頓傳法時，台下就有一個中國大學生，聽了《手中賜佛》的第一節課，手裡的錢不夠了。為了讓他順利聽完後面兩節課，我私下幫他交了 70 元美金。



圖 7.7: 觀眾凝神傾聽法王教授

雖然和我們的習慣不同，但從另一個角度來說，很多人僅僅因為交了錢，就把每一次傳法都當成了一件重要的事情，對佛法的態度和聞法的效果也大相徑庭。

所以，孰是孰非，有時候很難界定。在不同環境下傳法，只能入鄉隨俗，符合當地的文化和人們的習慣。

## 不落的太陽

8月13日，法王在傳授《文殊靜修大圓滿》灌頂時，說過這樣一段教言：

每當我離開一個地方，重感情、信心大的人都會忍不住流淚，就像母子離別一樣，這樣的人很多。其實，我們不僅在這次講法期間聚在一起，而且已經建立了生生世世穩固不變的密切關係。



圖 7.8: 法王總是熱忱地傳講佛法

前段時間我在洛磯山的道場講法時，突然想起一個預言。是怎麼說的呢？「普利之日輪，雖從東山起，光芒照西方，無知眾小山，莫思我高傲，自前影遮蔽，汝雖暫自由，終為光普照。」就像太陽升起時不會被群山

遮蔽一樣，這個法也會逐漸在世界各地弘揚開來。從驗相、跡象來看也是如此，所以我當眾給大家做了解釋。

一般來說，我要做任何事，無論大事小事，都會向上師和本尊祈禱很久，不經過深思熟慮和仔細觀察，是不會真正開始做的。但今年是個例外。我來美國，只想看看對這個地方的人有沒有幫助，能不能弘揚佛法。況且我在紐約說過，我來不是為了賺錢，也不是為了得到什麼地位，而是依靠怙主文殊菩薩的大悲與

加持，身不由己地來到了美國這個地方。這次利益你們的時機已經成熟，想必我也是依靠怙主文殊菩薩的加持，才被送到這裡的。雖然你們每天都有不少收入，但也全部放棄了，不由自主地聚集在這裡，我想這也是文殊菩薩的加持。總之，我們今天聚集一堂，唯一是來自文殊菩薩的大悲攝受。

這一次，你們不僅要聽法，還要實修這個法，以後將它廣弘給他眾。這既是我的希望，也是你們的責任。如果做到了這一點，會讓自他受益匪淺。



圖 7.9: 法王燦爛的笑容

從以前的歷史看，英國統治世界的時候，曾經宣布：「在我們的領土上，太陽永遠不落。」就像這個比喻，只要齊心協力，我們也可以說「修此文殊靜修法的人，太陽永遠不落」，已出現了說這句話的善緣。

它的意思是，當美國太陽落山，你們正在睡覺時，我們亞洲各國的傳承弟子正在實修此法，念誦文殊心咒「唵阿 Ra 巴匝那德」；而我們在睡覺時，太陽在你們頭上升起，你們開始念誦「唵阿 Ra 巴匝那德」。因此，完全可以說，在這個世界上，修行此法的人，頭上是不落的太陽。

現在已經快 11 點了，亞洲大部分修持此法的人，不僅躺下了，還睡著了，而這裡正是進行文殊灌頂、念誦文殊心咒的時

間。今晚我們躺下的時候，正是亞洲各國弟子修文殊心咒的時候。

大後天我就要告別美國了。藏地曾經有個大德叫倉央嘉措 ( Tsangyang Gyatso )，他的道歌中說：「書寫之黑字，會被水滴抹，未繪之心畫，抹亦抹不去。」比如用墨水在紙上寫一個字，然後在上面蓋個印章，四大的危害會摧毀它，但我們心中的愛和法的傳承永遠不會被摧毀，應該像畫一樣把它刻在心裡。



圖 7.10: 法王祝願加持美國弟子對佛法的信心永不改變

最近，我在美國的很多弟子都說：「希望您能再來美國。」雖然無論從哪方面看，我覺得恐怕都不會再來了，但我不會忘記你們。不管我以後能不能再來美國，你們都要持之以恆地修這個法。如果能精進修這個法，就和我來沒什麼區別了。只要我在美國的所有弟子不改變意樂和對法的信心，我也絕對不會改變，就像日月運行永遠不會偏離自己的軌道一樣。

中央妙高山，堅固不變住，日月之運行，永不離軌道。(掌聲)

最後，法王用悠長的曲調唱了三遍這個偈頌，作為對大家最後的祈願。

## 去看大西洋

在波士頓期間，離我們住處不遠的地方，可以看到大西洋。有一天，法王來到那裡，看著波瀾壯闊的大西洋，聽著當地人的各種介紹，心情很好。



圖 7.11: 觀看大西洋

海邊的岩石上，長著像石頭一樣的牡蠣，有人拿給法王看。我們第一次看到這塊「石頭」裡的生命，感到非常驚訝。法王也說眾生的業力不可思議，還特意對它做了加持。



圖 7.12: 法王加持「石頭」裡的生命——牡蠣

無論法王還是其他大德，顯現上都很喜歡海。的確，當我們來到海邊，所有的分別念彷彿都被海浪捲走，融入了無邊的汪洋，只剩下清淨無別的法界。

1990年我和法王一起看過印度洋，1993年隨法王來美國看過太平洋、大西洋。雖然這些海洋看起來沒什麼不同，但我總覺得只看過世界四大洋中的三個，還差一個北冰洋，希望也能和法王去看看。我年輕時有過這樣幼稚的夢想，後來也沒有實現。

## 神奇的香巴拉

8月16日，法王來到香巴拉道場，給大家做了一場開示：

今天有兩件事：首先介紹一下香巴拉，第二個是《格薩爾王》灌頂。

### 介紹香巴拉

介紹香巴拉，一般來說，就是介紹香巴拉的起源和歷代國王的所行事業。

#### 1. 香巴拉的歷代國王

香巴拉的起源是怎樣的呢？

我等本師，善巧方便、大慈大悲的佛陀，無量劫前先發殊勝菩提心，中間於三大阿僧祇劫積累資糧，最後在印度菩提伽耶

示現成佛。為了利樂天界等世界的一切眾生，佛在鹿野苑初轉四諦法輪，當今世界上，斯里蘭卡、緬甸等許多國家的人都在修這個四諦法。之後，佛在靈鷲山轉無相法輪，現在漢地和日本等地的很多人，也在實修這一法理。最後，佛陀在蓮花城等地轉善分別法輪，它是連接顯宗與密宗的法。接著又在天、龍、夜叉、乾闥婆等不同境域，為諸位有緣眾生轉了密宗金剛乘法輪。現在很多人比如藏族人、不丹人、美國人等，主要都在修密宗金剛乘的法。

鐵龍年角宿月（三月）十五日，81歲的大悲佛陀在印度南部的具德米積大塔處，宣講了《時輪金剛》、《文殊真實名經》等密宗金剛乘的法。當場的眷屬有人、非人、天人、夜叉等許多眾生，其中，首座弟子就是香巴拉的國王——月賢法王。



圖 7.13: 法座上的法王從不疲憊

月賢把時輪金剛的所有法合而為一，結集成一萬兩千偈頌，在月賢、他的兒子和孫子等七代法王期間，他們都要聞思修行此法。這一時期的香巴拉像印度一樣，分為王族、商人、平民、賤種等不同種姓，有「下等種姓不能得法、高貴種姓才能得法」的傳統。以上這些法王在位期間，香巴拉的四個種姓中，只有金剛種姓才能接受這個法，其他三個種姓則不能，所以他們不能被稱為具種者。

七代法王之後，具種王妙吉祥稱出世。他說：「對於受持和

護持佛法而言，種姓並不是最重要的，有功德才最重要，要受持佛法的根本。」他將所化的四個種姓全部歸為金剛種姓，並賜予他們灌頂，因此，他被共稱為具種王。《時輪金剛續》中說：「四種一種故，具種非梵種。」他的事業今天也在維護著香巴拉，在其境內，不分種姓高低，任何人都可以學修佛法。

具種王的第一位就是妙吉祥稱。他把祖上七代法王時期的全部時輪金剛法，重新結集並做了解釋，撰著了共五品的《時輪金剛略續》。比起他祖上的七代，他的事業更勝一籌。

繼他之後，他的太子白蓮具種王執政，造了一部《無垢光大疏》，來解釋他父王的《時輪金剛略續》。

在此之前，香巴拉行人實修的法只有兩個：《時輪金剛根本續》和《時輪金剛略續》。所謂《根本續》，是祖上七代法王時期的那個續；所謂《略續》，就是妙吉祥稱具種王所造的共五品的那個續。

所有具種王的每一位，都是從登基開始統治 100 年，然後由太子繼位。其中，難勝和勝海兩位比較特殊，他們的總任期是 403 年，其餘的任期都是 100 年。這裡的年數不是指他們的壽量，而是指執政的時間。從壽量來說，他們在登上王位之前，已經住世了很多年，太子繼位後還會繼續住世很多年。

現階段是第二十一代具種王執政，他的名字叫不滅，今年是他在位的第 67 個年頭。

繼他之後，他的太子將是第二十二代具種王，人中獅王；他執政 100 年後，他的太子，也就是第二十三代具種王大自在

王，將繼承王位；之後是第二十四代具種王無邊尊勝王執政；最後是他的太子具種王勇武輪王出世。

第二十五代具種王所行的事業是，當這個瞻部洲和其他洲的一切眾生都在遭受各種不安和苦難時，他顯現威猛的身相，讓所有眾生重獲安樂。他不僅會降伏許多殘害世間眾生的殘暴野蠻之徒，還會統治西牛貨洲、北俱盧洲、東勝身洲等地。自登基以來，他一直廣弘以時輪金剛為主的正法。屆時，無論從佛法、世間法哪方面講，他的廣大事業都將勝過祖上七代法王和二十四代具種王。所有秉承和維護他事業的人，也讓他的事業幾千年都經久不衰。

他的繼承人，是太子梵天和天王，二人行持和維護父王的廣大事業。

以上簡單講了香巴拉歷代國王的生平歷史。

## 2. 香巴拉的具體位置

那麼，香巴拉在哪裡呢？

中央菩提伽耶的北方，有一個叫勒（Li）的地方，它外面有座雪山叫具德（Snow Mountain Possessing Glory），再往北就是香巴拉國土。

那座雪山在哪裡呢？

它位於中央菩提伽耶的北方，越過九座非常高的黑山。

在具德雪山的外面，有一座香熏山（Fragrant Mountain）。香熏山和具德雪山之間有一片海，叫無熱惱海（Anavatapta

Lake )。這個世界上所有河流的源頭，就是無熱惱海。香熏山的外面，就坐落著香巴拉城。

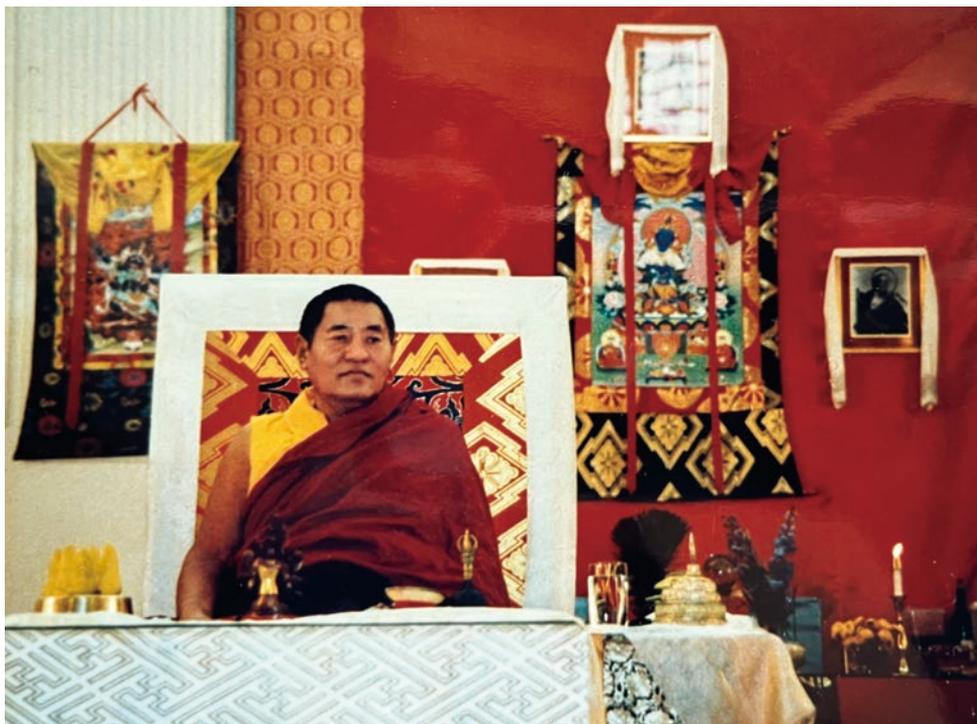


圖 7.14: 法王的慈悲周遍一切

九座黑山 ( Nine Black Mountains ) 和具德雪山不是很小，而是特別大的山。粗略估計的話，就像今天藏地和尼泊爾的邊界，有一座喜馬拉雅山，其頂峰海拔 8848 米。當今世界上大約有 180 個國家，沒有一個國家有這麼高的山。你們美國最高的山是麥金利山 ( Mount McKinley )，海拔也只有 6000 多米。九座黑山就像喜馬拉雅山一樣，不是普通的山，那裡有大海、雪山、岩山、林苑等，除非是具有神變者和被本尊攝受的人，一般人很難隨隨便便到達。

很多人會想：「所謂的香巴拉，根本不可能存在，因為世界上的科學家都沒見過它。」

雖然世界上所有的科學家普遍都是好的，但他們和佛陀完全不同，他們的智慧還需要提高、完善。佛陀說香巴拉是存在的，則勒巴班智達等許多人，以前也都去過。而現在的科學，其實還有很大的發展空間。以醫學為例，在這個世界上，美國的醫藥可以算是一流的，但很多新的疾病仍無法治癒，醫生們似乎都在深入研究。假設一個科學家說這個地方會有一場大風，雖然他知道風會來，卻不知道如何阻止它。如果是佛，根本不可能只知道風要來，卻不知道阻止的方法。所以，就像所有孩子都需要逐漸成長一樣，科學也需要進步和提高。

我還聽說一位科學家宣布，會出現一個像太陽光一樣的強大電光，可以照亮世界上所有的國家。當時不僅大家都急著去看，還有很多人提醒我去。我認為這是不可能的。後來聽說那個電光出了問題，就沒有顯現。像他這樣的語言，佛陀永遠不可能說。但關於香巴拉的形成和歷代法王出世的情景，佛陀全部都有宣說。



圖 7.15: 傳授《格薩爾王》灌頂的現場

香巴拉的領土面積，大約是這個世界的三分之二。香巴拉的外面被雪山環繞，裡面有 960 百萬個大城，這裡也被雪山環繞。在中央，有一座城市叫嘎拉巴，歷代國王都住在那裡，香巴

拉的所有河流都流向嘎拉巴城。香巴拉被許多雪山和大海包圍著，所以，如果沒有得到殊勝的神變，自然不會到達。具有神變的蓮花生大士去了香巴拉後，曾在法王月賢面前，得受過《時輪金剛》和大圓滿法。

香巴拉所有人和國王的所行事業是怎樣的呢？

他們有兩種所行事業，一種是對傷害、損惱一切有情的眾生，施以降伏的誅業；一種是對具緣的所有修行人，施以正法的善妙事業。

比如具種王勇武輪王，前世是蓮花生大士；中間在這個世界興起各種苦難和不幸時，他以格薩爾王的身份，出現在我們藏地下康區，消除了一切災難。

有人說格薩爾王只是一個神話，有人說格薩爾王確實存在。那些聲稱格薩爾王只是一個神話而不是真人真事的人，只是對盲聾講講罷了，根本沒有人會相信，因為格薩爾王與大臣居住的城堡遺址，現在可以被我們親眼看到。如果去藏地朝拜，你就會看到它。

例如，格薩爾王有一座宮堡叫獅龍虎頂。1990年我去青海朝拜時，路過那個地方，發現並大致認定了這是格薩爾王獅龍虎頂宮堡的舊址。當時除了一片草原，連遺跡都沒有。據說後來在重建格薩爾王宮堡的過程中，出土了王宮的牆壁和一些普通財產等文物。當今深入研究格薩爾的藏漢學者，也對此深信不疑，並且非常高興。在平整場地做奠基儀式時，南珠堪布、吾智多傑，還有我們都在現場。

在未來的末法時期，格薩爾王會以具種王勇武輪王的身分出現。

## 介紹這個香巴拉道場

這裡的香巴拉道場，大家都很清楚，學修方式有兩種：一個是香巴拉的學修，一個是佛法的學修。

學修香巴拉的法是怎樣的呢？

眷屬是不是佛教徒不重要，不管是誰，只要有信心就好。無論是世界上哪個國家的哪個人，對上沒有嫉妒，對下沒有欺凌，而是善待一切眾生，主要是在慈悲心的基礎上，竭盡全力利益上上下下所有眾生。

有些人會認為：「在香巴拉的眷屬中，有金剛護法，基本類似於軍隊，這會有害於國家和人民吧。」

一點也不。回顧之前的歷史，我們會清楚地發現，比如在這個國家，香巴拉道場已經建立了很久，但是在這期間，這個道場從來沒有對以美國為主的任何國家做過絲毫傷害，也沒有做過傷害上中下各層眾生的一件事情。



圖 7.16: 聽眾們全神貫注地看著法王

金剛護法將來會轉生為勇武輪王的眷屬，廣泛地利益眾生，現在已創造了這樣的緣起。所以，香巴拉道場學修的，是一種無

害寂滅之道，只會對這個國家的人民有很大好處，這完全是一件好事。

香巴拉道場的第二個學修內容，就是學修內道佛法。在這個團體裡，所有修行人都是先修前行、寂止、觀想金剛瑜伽母，再學修大手印和大圓滿。如果你只學修香巴拉的法，也可以；只學修佛法，也可以。主要是，香巴拉的學修與佛法的學修並不相違，如果能把兩者結合起來修行，那麼今生安樂，後世也安樂，會帶來不可思議的美滿幸福。長期以來，一直有很多弟子維護著這個道場的傳統，但最重要的是，你們要加強香巴拉的學修和佛法的學修。

主要的情況你們都清楚，我只是簡單介紹一下香巴拉道場的清淨學修。這樣的所行事業，我不知道有沒有向別人解釋清楚，也可能會給這個道場帶來很多混亂。



圖 7.17: 法王圓滿了波士頓的弘法行

怎麼會造成混亂呢？有些人可能擔心香巴拉的學修有害於國家和人民。再者，在道場內部，如果不明白香巴拉軍訓和學修佛法是一個要點，兩者之間就會產生很多矛盾。總之，就像我之前說的，香巴拉道場的學修絕對是無害寂滅之道。如果知道這兩種學修並不衝突，是一個要點，那麼不僅你們受益、國家受益，名聲也會越來越遠揚，事業也會越來越興旺。

之後，法王以自己造的儀軌，傳授了《格薩爾王》灌頂，還念了《格薩爾王供·事業自成》的傳承。最後，法王說：「為了你們心想事成，我對護法神也委託了事業。以後你們如果念護法供，廣中略的儀軌，我已全部念了傳承。」

至此，波士頓的弘法行已經圓滿。



HALIFAX, CANADA

第 8 站

8/17 - 8/22

加 拿 大

哈利法克斯

# 行程

## SCHEDULE

8 月 17 日，上午來到加拿大

下午接受採訪

8 月 18 日，晚上在達爾豪斯大學公開演講

8 月 19 日，上午抵達多傑丹瑪林

下午傳講「對三寶生起信心」

8 月 20 日，《文殊智慧勇識》灌頂和開示

8 月 21 日，上午《項袋金剛槩》、《忿怒蓮師》

灌頂和開示

中午觀看香巴拉軍隊操練

8 月 22 日，臨別忠言

## 來到加拿大

8月17日，法王結束了在美國的所有行程，飛往下一站：加拿大。

加拿大在17世紀早期是法國的殖民地，後來被割讓給英國，直到1982年才真正獨立。我們1993年去那裡時，加拿大人口不到3000萬，但它的國土面積比美國和中國都大，是僅次於俄羅斯的第二大國家。

加拿大雖然是美國的鄰居，但生活節奏完全不同。這裡的人做什麼都慢悠悠的，看起來非常有耐心、非常有時間，有點像藏族人，所以我們比較適應。來到這裡，不知不覺就會拋開壓力，進入一種難以言喻的境界。

從美國波士頓出發，飛到加拿大哈利法克斯，只需要一個多小時。因為美加兩國關係好，所以通關很順利。離開機場後，我們去了當地一個名為夏日親林（Sharchen Ling）的道場，在那裡住了兩天。

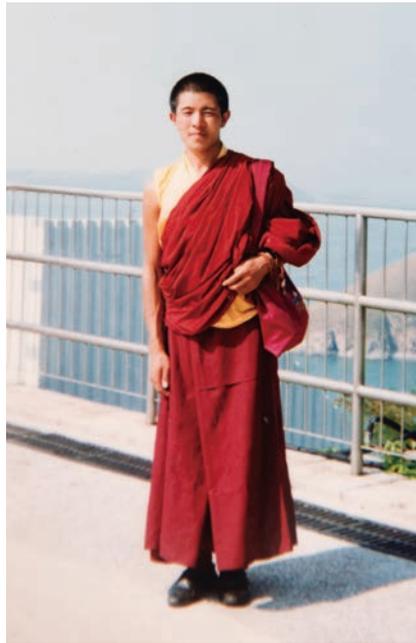


圖 8.1: 索達吉堪布和身後一望無際的大西洋

與以往不同的是，這次法王住在三樓，而不是一樓。房間外面有一個很大的露天陽臺，可以看到一望無際的大海，也可以眺望遠處的島嶼和城市，視野非常開闊。



圖 8.2: 索達吉堪布所拍攝的法王

8 月的加拿大，是一年中氣候最好的時候，不僅不那麼潮濕，而且晴空萬里，陽光普照。下午，法王坐在陽臺上和大家喝茶聊天。望著水天一色的美景，法王神清

氣爽，不禁讚歎：「這裡有藍天、有大海、有山川、有森林，景色非常迷人。在我去過的所有地方中，這裡是最美的！」

看到法王心情不錯，一掃前幾天的病容，身體也顯得很年輕，我趕緊拿出相機，想抓拍幾張照片，回去給僧眾當禮物。法王笑意盈盈地配合我，在室外拍完之後，還回到屋裡去拍。記得在拍一張照片時，我提前跟法王說，這張想以後發給大家。法王就安住在特殊的境界中，給所有看到照片的眾生賜予加持。



圖 8.3: 索達吉堪布拿起相機捕捉難得的瞬間

其實法王只要出去弘法，所有弟子最想要的禮物，就是他老人家在當地的照片。大家每次拿到都如獲至寶，有人供在佛堂，有人掛在牆上，有人隨身攜帶，作為自己祈禱的對境、觀想的所依，也體現了他們對根本上師的信心。

尤其是索頓喇嘛，他家裡掛著各種法王的照片，每一張都很大。他私下跟我說，給法王拍照時，一定要多拍法

王的全身照，前面不能被法座擋住，旁邊不能站任何人，最好是法王在微笑。於是，我當時就想：「像索頓喇嘛這樣的道友，這次一定會滿意的。」果然，大家看到照片後都很開心，特別喜歡。後來這張照片廣為流傳。

## 採訪二十問

當天下午，法王接受了當地一家佛教媒體的採訪。內容如下——

1. 問：尊貴的仁波切，您能介紹一下自己嗎？為什麼人們都叫您「上師」？

法王：我出生在藏地的子美曲列，位於今天的青海省，現在住在四川色達。我常年學修佛法，後來被授予堪布學位。根據一些前輩大德的授記，我還有一個伏藏大師列繞朗巴轉世活佛的稱號。我這輩子所做的，就是一心一意傳講佛法、修行佛法、行持佛法，由此聚集了很多來自四面八方的信眾弟子，這也是我現在有這個稱號的原因。

2. 問：我了解過您的一些事蹟，比如在石頭上留下腳印。我很好奇，這是真的嗎？

法王：沒錯，有類似的巧合，發生過幾次。（眾笑）

3. 問：您這次來西方的目的是什麼呢？

法王：根據我的了解，西方國家的佛法，沒有藏地那麼興

盛。所以，我來這裡主要是為了弘揚佛法、利益眾生，盡可能為人們的幸福安樂起一點作用。這是我此行的主要目的。

4. 問：您對紐約的印象怎麼樣？

法王：紐約是美國最大的城市，也是全球約 184 個國家的聯合國的所在地。那裡不僅有美國人，還聚集了許多不同民族的人。此外，紐約擁有世界第二高的摩天大樓，我很高興看到許多我從未見過的景象。

5. 問：您為什麼想來加拿大的佛教中心呢？

法王：和我之前去美國的目的一樣，我來加拿大也是為了利益眾生、弘揚佛法。同時，我想藉此機會看看不同國家的風土人情，也是一種觀光吧。



圖 8.4: 法王心情愉悅地接受佛教媒體採訪



圖 8.5: 法王安住在特殊的境界中

6. 問：您有什麼想對我們西方人說的嗎？

法王：不僅僅是在美國，無論我走到哪裡，都想看看我是否能依靠我一生所修的慈悲心，為眾生帶來一些利益。你們也應該盡力通過這種無害寂滅的唯一妙道，來幫助一切眾生。這是我的教導，也是我的希望，僅此而已。



圖 8.6: 時而嚴肅

7. 問：就藏地和西方而言，佛法在哪裡傳播得更廣？

法王：在我們藏地，大約 99% 的藏族人熱愛並信仰佛法，其中有出家人，也有在家人，尤其是出家人非常多。相比之下，西方國家雖然很發達，但佛法並不像藏地雪域那樣興盛。

8. 問：許多西方人花大量時間追逐金錢，您認為對待金錢的健康心態是什麼？

法王：在這個世界上，一個人最珍愛的是自己的生命，因為非常愛惜生命，所以為之積累錢財很正常。如果能在賺錢的過程中結合慈悲心，佛法和世間法就可以並行不悖，兩全其美。但若通過害他的心態和行為來賺錢，那利益就不大了。

9. 問：您能談談對創巴仁波切的看法嗎？

法王：創巴仁波切似乎是當今時代所有藏地上師中最早來到美國的上師。他依靠兩種善巧方便來弘法利生：一種是對於不想入佛門的人，暫時讓他們學習和訓練香巴拉的法，盡一切可能

利益他們；另一種是對於信仰和希求佛法的人，讓他們學習佛法。如今，他這種獨特的事業得到了廣泛弘揚，這是非常稀有的事。

10. 問：您對基督教有深入的了解嗎？您如何看待它？

法王：據我所知，基督教主要踐行慈悲和博愛，我認為這非常好。

11. 問：與東方相比，您覺得西方的慈愛教育做得怎麼樣？



圖 8.7: 時而輕鬆

法王：雖然利益眾生的目的大概差不多，但採用的方法各種各樣，行持的方式也各不相同。

12. 問：在您看來，這個道場會成為佛教的最大中心嗎？

法王：這要看上師們以前的授記，尤其是你們上師在這方面給過一些開示，此外我沒有什麼特別的認定。

13. 問：對您來說，家鄉人和外地人，您更偏愛哪一個？

法王：不管是誰，都有一個很深的習氣，對家鄉有著偏愛和執著。我自己的兄弟姐妹等親人都在藏地，但到了美國不久，我發現美國人也很善良，心地純潔，尤其是他們非常關心我，我好像對他們也有和家鄉人一樣的歡喜之情。

14. 問：這個地方的人都不是很樂觀熱情，您怎麼看呢？

法王：沒有人能斷言哪裡的人更樂觀。比如我們一家人，隨著有沒有生病，身體和心情都不一樣，時而快樂，時而憂傷。藏地也一樣，有些人非常樂觀，有些人則很悲觀。西方也是如此，每個人的心態都不相同。恐怕很難說西方人和藏族人誰更樂觀，這就好比問桑吉和晉美誰更開心一樣。



圖 8.8: 法王恰如其分地回答所有提問

15. 問：您如何看待北美人為了健康而花大量時間運動？

法王：當今世界各國，人們都很重視鍛鍊身體，不想生病。我的看法也是一樣的，除此之外沒有別的。

16. 問：修四無量心的核心是什麼？

法王：四無量心是發自內心地希望一切眾生擁有安樂、遠離痛苦，身體上要斷絕殺生等害他的行為，盡可能地廣行布施等。

17. 問：藏地和西方在弘揚佛法的方式上有什麼不同？

法王：就像我前面說的，如果以佔人口的百分比來衡量，西方的佛法並沒有藏地那麼興盛，但是漸漸地，也有可能會超越它。所以，你們需要努力。我相信佛法會在這裡發揚光大，我也如是發願。



圖 8.9: 法王的眼神堅定而有力量

18. 問：您如何看待香巴拉的學習和軍訓？

法王：你們的上師通過善巧方便，先引導大家進行香巴拉軍訓，主要修持無害利他的方便法。然後再讓他們逐漸入佛門，這一點非常重要。



圖 8.10: 法王親切地看向提問者

19. 問：您有過焦慮或者心情不好的時候嗎？您有什麼妙方可以傳授嗎？

法王：無論悲傷還是快樂，我平日裡唯一祈禱上師三寶。除此之外，我也沒有在修行其他法上下功夫。

20. 問：您和丹嘉仁波切的關係如何？

法王：他的前世，和我的前世伏藏大師列繞朗巴有著非常密切的師徒關係。主要是這個原因，1990 年我去印度時拜見了他，他也很親切地接見了我。

## 法王生病了

8 月 18 日晚上，法王在達爾豪斯大學有一場演講。然而，當天法王血壓特別高，高燒不退，不停嘔吐。阿里美珠特別擔心，說高血壓容易引起各種併發症。我們把法王送到附近的醫院，希望通過輸液來降低血壓。但是，加拿

大不能隨便輸液、打針，甚至連藥也不給開，除了抽血化驗，他們沒有做任何治療。我心急如焚，卻無能為力。

前兩天在波士頓的時候，門措上師也病得很嚴重，有一次需要去醫院，灌頂不得不取消。我們也建議取消當晚的演講，但法王堅持要去。臨走前，法王在廁所吐得很厲害，我在一旁不知所措，恨不能以身代受。但沒想到的是，法王正式講課的時候，整個過程就像沒生病一樣精彩。

演講結束後，法王又示現生病，而且病情嚴重，情況看起來很不好。這讓我不由得想起二世敦珠法王、第十六世大寶法王都圓寂在國外，法體後來都是用飛機送回去的。我特別不安，心想法王萬一出事了怎麼辦？

接下來，法王還要去歐洲幾個國家傳法，行程也安排得很滿。因為擔心法王身體受不了，經過反覆討論，我們決定縮短行程，取消去英國、荷蘭等國的傳法，只是象徵性地去一下法國，然後就回去。

在西方傳法，和我們藏地不一樣，如果臨時取消法會，道場將遭受巨大的經濟損失。但為了法王的健康，也顧不得那麼多了。甚至我心裡想：「如果需要一些賠償，我會自己想辦法支付。」後來那些道場得知此事，都說可以理解，儘管有一些損失，但他們可以自己解決。

法王雖然沒有去成英國、荷蘭等國家，但有了這個緣起，希望未來還能續上。

## 智慧與慈悲

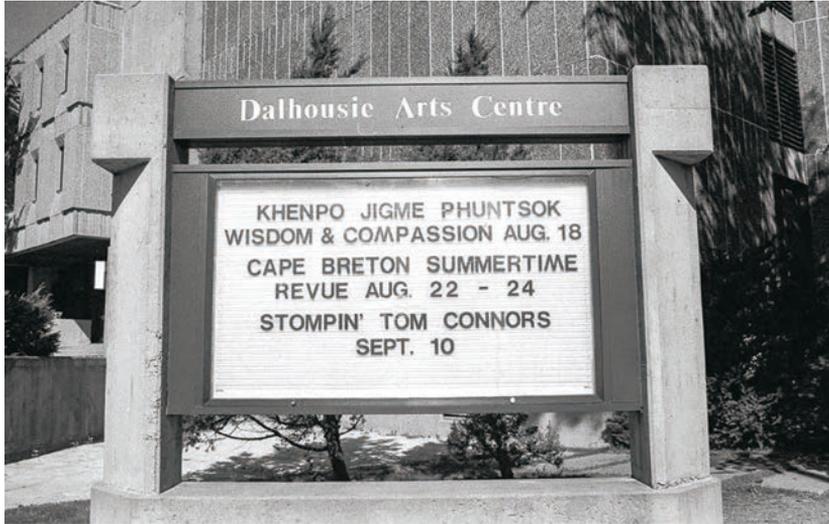


圖 8.11: 達爾豪斯大學藝術中心外的活動告示牌

晚上，法王來到達爾豪斯大學（Dalhousie University），給當地信徒和部分師生，做了一場主題為「智慧與慈悲」的公開演講。

達爾豪斯大學由第九代達爾豪斯伯爵於 1818 年成立，旨在創建一所不論階級、不分宗教的高等學府。如今，它已經發展成為加拿大的頂尖大學，曾出過三任加拿大總理、一位諾貝爾獎獲得者。



圖 8.12: 達爾豪斯伯爵

在該校的達爾豪斯藝術中心（Dalhousie Arts Centre），法王登臺之前，上千個座位座無虛席。主持人興奮地向大家介紹：

「歡迎各位來聆聽法王晉美彭措仁波切的開示！」

法王 1933 年出生於藏地東北部。大約十多年前，法王開始在西藏各地廣泛弘揚佛法。自此，佛教被禁錮數十年後，開始逐漸復甦，他肩負起佛法再弘的重任。



圖 8.13: 在達爾豪斯大學參加法王演講的聽眾

法王這次能夠走出藏地，到西方弘法，我們感到非常幸運。在此之前，他只在 1990 年出訪過印度。這是法王的第一次西方之行，能夠蒞臨新斯科細亞省（Nova Scotia），更是我們莫大的榮幸。

不得不提的是，這個行程是法王在最後一刻臨時加上去的，他說他想來這個地方，可想而知我們是多麼幸運和歡喜。下面有請法王仁波切為大家開示。」

接下來是法王的正式演講：

今天，在這個吉祥圓滿的日子裡，我從東亞的一個國家來到了加拿大，這個臨近世界北方的特殊國度。見到你們成百上千的人，我感到很高興。我們都出生在這個殊勝的南瞻部洲，還得

到了寶貴的暇滿人身，此時就要盡量利人利己，摒棄害人害己的行為。這一點大家務必要深思。

## 信仰哪一個宗教

有人會問：「怎麼樣深思呢？」

世界上有兩種人，沒有任何宗教信仰的普通人和有宗教信仰的人。沒有任何宗教信仰的人，一門心思追求溫飽，只考慮自己這輩子的生計，絲毫不會為了後世而行善斷惡。其實就算是牛馬，也能做到只想溫飽、只求吃喝，所以這種人屬於比較愚蠢的人。至於第二種人，與普通人相比，還是比較有特色的，他們不僅僅求溫飽，為了暫時和長久的利樂，還會加入某個宗教。

在我們擁有人身的這個時候，如果白白虛度，一方面自己會感到慚愧，另一方面，在其他明事理的人看來，也成了恥笑之處。所以，信仰宗教非常重要。

至於什麼是最好的宗教，我們需要提前觀察，因為宗教可以成辦長久的利樂，如果不分析就直接加入，是一個非常大的錯誤。用我們藏地俗話說，就像餓狗遇到了肺。肺是所有肉裡最難吃的，但餓狗不管它香不香，一見到就會吞下去。同樣，當你遇到任何宗教、任何上師時，如果不加觀察就依止那位上師，加入那個宗教，這種做法非常愚蠢。

信仰宗教是長久之計，必須慎重考慮。我們對於一天的食物，尚且會多方觀察，分析它的質量好壞。其實，無論食物是上等還是劣質，很快就會變成不淨糞，而與生生世世永久大計相關

的法如果是錯的，那就真的耽誤了長遠的未來。所以一定要仔細分析。

## 認清真正的宗教

有些宗教宣稱，傷害他人的嗔恨是法；有些宗教宣稱，與有夫之婦邪淫、偷盜財物的貪欲是法；還有些宗教不加思索就直接把自己的想法教給別人，這是把愚癡當成了法。

大家可以想像，聲稱嗔恨是法的，並不是清淨的正法。如果別人打你殺你，恐怕沒人喜歡。同樣，如果你打別人、殺別人，也根本不可能有人願意。由此可知，認為「嗔恨是法」，純屬本末倒置。

再想想那些宣稱貪欲是法的宗教。如果自己的妻子被別人搶了，肯定不會歡喜；如果自己的財產被別人佔了，肯定不會願意。同樣，你以貪欲去害別人，也是不合理的。宣稱「貪欲是法」的，多半是邪說。

以愚癡為法的，也會把人引入歧途，根本不值得推崇。比如想去加拿大首都的人，誰也不想被帶到美國華盛頓。同樣，沒有人願意自己生生世世被引入邪道。由此可以斷定，把愚癡當成法的，也不是正法。

無論是什麼宗教，只有指明成辦利樂的方法，才會被認定為正法。當然，即使有成辦利樂的方法，某些宗教如果只利益自己、自己的親人、自己的信徒，卻不願幫助其他人，那麼這些方法雖然不是顛倒錯誤的，但它也稍遜一籌。



圖 8.14: 亮麗的法座

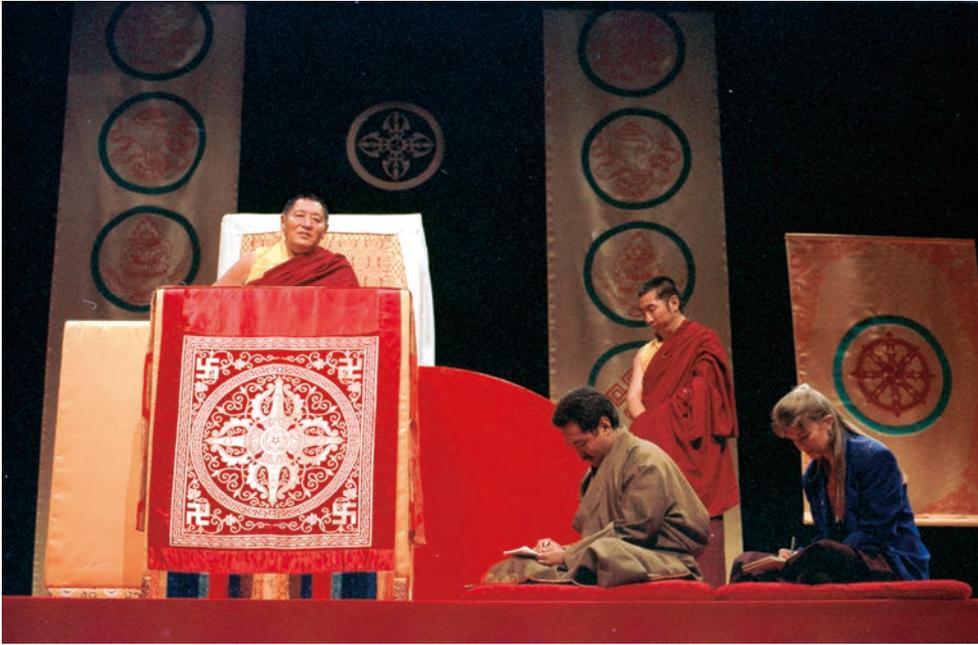


圖 8.15: 翻譯全神貫注地速記法王的教言

有些宗教不僅利益自己，還造福全人類，但對動物等其它眾生卻不利濟，這也不是最殊勝的宗教。要知道，人類如何珍惜愛重自己的生命，牛馬等其它生靈也一模一樣；人類受到傷害時會感到痛苦，動物被害也會痛苦。所以必須認識到，只有利益一切眾生的方便法，才是真正的正法。只有具足願一切眾生安樂的慈心、願一切眾生離苦的悲心，並言行一致地盡力幫助眾生，這才是正法。

這個世界上有很多宗教，從懷著無惱心、實踐無惱行來看，基督教和佛教還是有相似之處。當然，基督教和佛教也有很多不同，但我不知道怎麼說——因為在我們藏地，基督教非常非常少，基督教傳教士講的書更不多見。我只在西方待了兩個多月，

雖然研究了一點，但是不廣泛，所以，基督教和佛教有怎樣的區別，確實不太會講。

如果你們認為基督教和佛教自始至終沒有區別，也可以無差別地實踐它們；如果覺得二者略有賢劣不同，那就深入細緻地思考，然後去實修更好的那個。作為一個佛教傳法者，我簡單給你們講一下什麼是佛法。

## 佛法的核心

佛法有兩個宗旨：斷除一切害他之事，在此基礎上成辦一切利他之事。第一，不害他的教義，在當今泰國和緬甸等南傳佛教國家比較興盛；第二，不僅不害他，還要愛他勝過愛己，這種唯一利他的教義就是大乘，它主要在漢地等地興盛。此外，精勤於無有艱難地迅速成辦所有眾生廣大利益的方便法，是大乘密宗，主要流行於藏地和印度的大部分地區。

所有這些佛法，都是同一個本師、同一個教義，最後的果也一樣。但若詳細抉擇，這三者分別是成辦利他的小方便、大方便、大方便且能快速成就，所以要認識到後者比前者更好。

當然，所有佛法的究竟教義都一樣，都包含在不害他眾、調伏自心這兩點裡。如果不先調伏自相續，就不可能利他，因為即使你不想傷害別人，但隨著放逸也會害人。所以首先調伏自心是根本，這離不開特殊的慈悲和非凡的智慧。

### 1. 慈悲

慈悲是什麼樣的呢？心裡想著「如果一切眾生都能遠離痛

苦，那該有多好」，從而生起善意樂，竭盡全力讓他們遠離痛苦。

它的修法有兩種，即自他平等、自輕他重。如何修自他平等呢？比如，一個人的身體就算有頭、手、腳等很多部位，也會想盡辦法讓各個部位不受傷。同樣，無論什麼樣的眾生受苦，同樣都很痛苦，我們要像對待自己一樣，盡力讓他們離苦得樂，這就是所謂的自他平等。

之所以要利他，是因為佛說眾生無始以來無一沒當過自己的父母。在做父母時，即使是虎豹之類的猛獸，也像我們今天的父母一樣，慈愛地養育我們這些幼崽，恩重如山。所以，如果不報答這些眾生的大恩，反而去傷害他們，這是一種莫大的恥辱。

佛陀還說：「在這個世界上，所有的安樂與祥和，都源於希望別人快樂的善心和善行；所有的疾病、饑荒、戰爭等苦難，都源於只想自己一個人快樂而讓別人不快樂的惡心。」之所以這麼說，是因為我等本師，善巧方便、大慈大悲的佛陀，他唯一利益眾生，而且多生累

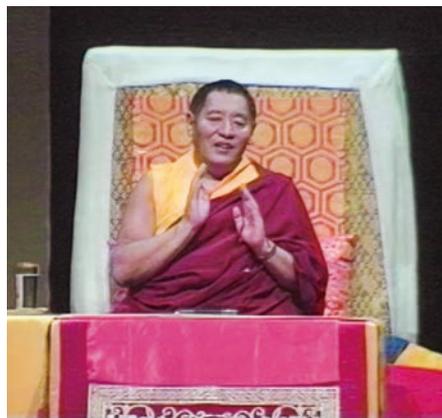


圖 8.16: 法王投入地開示

世、不惜身命，由此成就了不可思議喜樂的究竟果位。但是一般的眾生，無始以來只想自己快樂、別人不快樂，所以至今還在感受無盡的痛苦。

要想利益眾生，就不能嫉妒一切比自己優秀的眾生，排斥一切和自己平等的眾生，歧視一切不如自己的眾生。心態要公平正直，行為要力求完美，平日多修四無量心，也就是願眾生得樂的慈心、願眾生離苦的悲心、隨喜他人享樂的喜心、不貪親嗔敵的捨心。這就是慈悲的修法。

## 2. 智慧

即使你想讓一切眾生離苦得樂，但如果不知道它的方法，只有慈悲也無濟於事。所以，必須要生起它的助伴——無垢的智慧，也就是要了知成辦自他二利、避免自他二害的方法。

當然，這樣的智慧不會無緣無故產生，光靠絞盡腦汁也無法了知。要想了知它，就必須依止一位勝過自己、勤於學修、有智慧有功德的上師，在他面前精進地廣聞佛陀所說的法。什麼法呢？比如在藏地，大約有 300 多函從印度傳承下來的《甘珠爾》和《丹珠爾》，還有幾千卷藏地上師撰著的論典。

對於這些，上等者最好全部學習並修行。即使做不到這一點，也必須在上師面前認真聆聽自利利他、免受損害的菩薩法藏，然後將所聽到的句義進行實踐，詳細觀察自己到底懂不懂。如果你只是聽聞，但根本不分析，就沒有機會真正領受這個法。舉個例子，一個學生在老師面前聽了十幾年的課，如果完全不思考，那一句也不會懂，更不要說實踐了，就如同只知道打方向盤踩油門卻從來不開車上路一樣。

要知道，你所學的一切，最終還是要付諸實踐。否則，所聽到的法從不結合自相續，知道再多也派不上用場，就像會開車卻不開，那跟不會開也沒什麼區別。因此，要想生起無垢的智

慧，首先要聽聞，中間要思惟，最後要修行，這三者必須次第行持。

## 智悲雙修

在這裡，我簡單給你們講講如何修行智慧和慈悲。

怎麼修呢？心中觀想：眾生無始以來無一未曾做過我的父母。他們做父母時，就像現在的父母一樣，最好的食物先給我吃，最好的衣服先給我穿，以極其慈愛的心行養育我。但是，這些對我有大恩的眾生，雖然希求快樂，卻不知快樂之因；雖然不想痛苦，卻不由自主去造痛苦之因，真的很可憐。

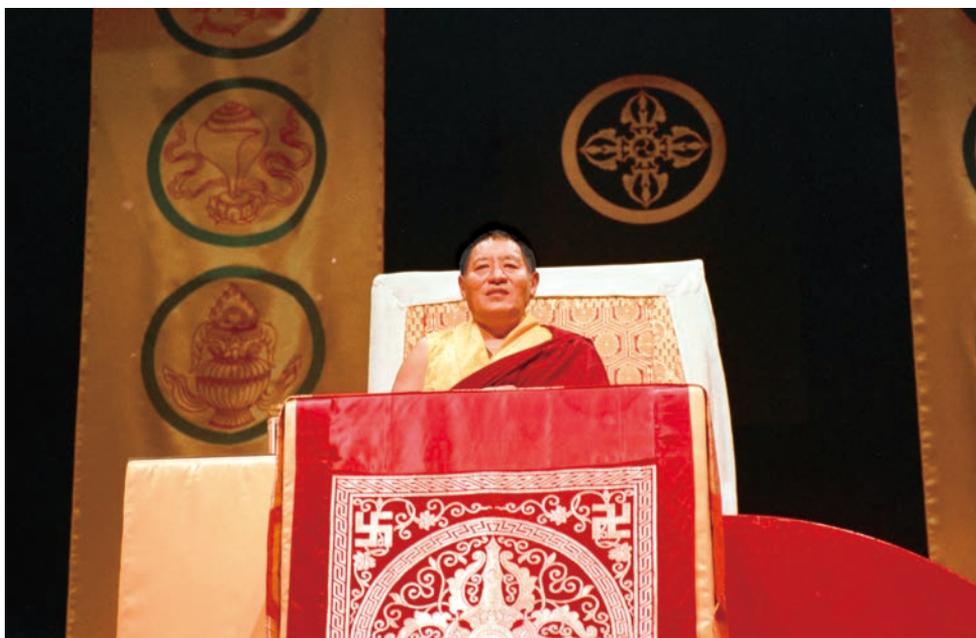


圖 8.17: 法王望向最遠處的聽眾，慈悲地關注著每一個人

這些眾生所想與所行背道而馳，就像迷失在荒野的盲人。比如，他們大部分人為了長壽而殺生，遇到敵人時，擔心如果不殺他，他會反過來殺自己，結果敵人越殺越多，尤其是殺了一個眾生，還要償還五百次生命。這些完全是顛倒的想法和行為。

或者是，他們為了得到財產受用去偷東西，這只會讓自己遭受各種不幸，也是耗盡自身受用豐厚的因。特別是，以偷盜業力的程度輕重，還會成為相應的貧窮人。他們對此卻一無所知。

可見，眾生不知道如何得樂，也不知道如何避苦，我必須行持一個方便法，讓所有眾生離苦得樂。但是，我現在沒有利益他們的能力。怎樣才能獲得利益他們的能力呢？必須要獲得佛果，這樣就能毫無困難又非常快速地利他。認識到這一點後，心裡要這樣立誓：為了利益一切有情，我要修成佛果。

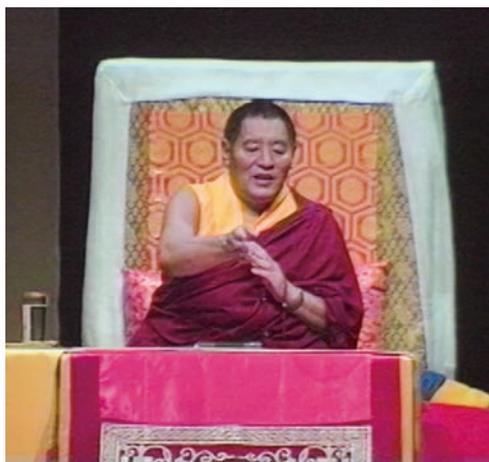


圖 8.18: 法王繪聲繪色地傳講

當然，佛果不會無緣無故產生，必須努力修持它的因，也就是六度。

第一、布施度：就是把自己的身體、受用、善根，毫不吝惜地布施給一切眾生。

第二、持戒度：不但不傷害一切有情，還要千方百計地利益他們。

第三、安忍度：無論眾生如何傷害自己，不僅不恨他，還想方設法給他帶來無盡的利益。

第四、精進度：為了成辦利樂一切眾生的事，歡喜踴躍地行持清淨善法。

第五、禪定度：心不隨貪嗔痴所轉，一緣安住於善念。

第六、智慧度：了知因果無欺，對所知義不愚昧而悟入。



圖 8.19: 法王看向台下的大眾

這六度有以慈悲緣眾生、以智慧緣佛果兩個側面。平日裡要勤於這樣實修，這裡面包含了佛法的全部精要。所有想修佛法的人，修行的核心就是慈悲和智慧，所以要一心一意地修。

深入研究佛法是否清淨正確的人，也要思考這一點。修無垢的慈悲、無誤的智慧，應該與自相續結合，如果它有錯，那佛法就有錯；如果它沒錯，佛法也沒錯。一旦你明白佛法沒有錯，就應該果斷地趨入。如果明知佛法正確無誤卻仍不趨入，聲稱「這是我祖輩父輩的規矩」而執有偏見，這是非常愚癡的。

我們藏族有句俗話叫「羊群盲目跳河中」，意思是一隻羊先跳進河裡，其它羊不管會不會被淹死，都跟著它盲目地跳河，這是不合理的。不知道你們加拿大的羊會不會這樣？我們藏地的羊就是這種情況。如果前面的羊跳了，後面的羊明明都看到它淹死了，但還是會跳。同樣，即使是祖輩傳下來的規矩，如果不經過深入觀察就成為首選，這就像羊群跳河一樣，應該受到譴責。(眾笑)

我們藏地的一位上師曾經說過：「智者自己能觀察，愚者總是隨聲行，如同老狗狂亂吠，群狗亦是隨聲奔。」如果是智者，在入道前會經過一番觀察；如果是愚者，則會隨波逐流。就像一隻老狗在村子上方狂吠，其它狗也會無緣無故一起叫，同樣，愚者也是如此。所以，我們不要不加觀察就人云亦云。

對此，你們真的應該思考一下，不要認為我是一個佛教的傳法者才這麼說。我 7 歲入佛門，現在整整 60 歲了，從來不迷信佛法是好的，但經過深思熟慮，以我畢生的經驗得出一個結論：佛法是世界上所有宗教中最超勝、最可靠的。所以，我修行

的核心就是清淨的智慧和慈悲，我究竟的皈依處就是三寶。如果這與你們的心相應，你們也可以這樣修。

這次我來西方國家，在美國待了兩個月，發現美國人心地善良、笑容滿面、非常熱情。同樣，加拿大人和美國人一樣熱情，我來到這裡也很開心。今晚這麼長時間，本來想有時候講講法，有時候開開玩笑，但這次我身體很不舒服，只能講這麼多，請原諒。

坦白說，我這次來加拿大，不僅受到了大小市政官員的歡迎，他們向我表達了希望以後再見面的願望，也受到了你們的隆重邀請、熱烈歡迎，在此我表示衷心的感謝。

最後，祈願我們今生還能再相見，並通過修行佛法，未來往生極樂世界，在阿彌陀佛的足下再聚首。扎西德勒！



圖 8.20: 法王雙手揮舞著紅珊瑚念珠道別，並祈願與大家在極樂世界重聚

## 對三寶生起信心

8月19日上午，法王離開夏日親林，坐了兩個小時的車來到多傑丹瑪林（Dorje Denma Ling），然後被迎請至校屋（Schoolhouse）並住了下來。在這個道場，法王將傳授四天的佛法。



圖 8.21: 早年的多杰丹瑪林

多傑丹瑪林，以格薩爾王大臣丹瑪（Denma）的名字命名，他是法王前世丹哲意吾布美（Tenzin Yuö Bummé）的父親。道場距離哈利法克斯 140 公里，是香巴拉為數不多的可長期居住的閉關中心之一。它坐落在一個叫坦特瑪古馳（Tatamagouche）的村莊裡，據說這裡是幾千年來美洲原住民的神聖聚集地。它遠離城市的嘈雜紛擾，周圍有森林、草原等，是一個特別適合修行的清淨地方。



圖 8.22: 多杰丹瑪即格薩爾王的大臣，也是法王前世丹哲意吾布美的父親

下午，法王給這個道場的佛教徒，以及來自美國、加拿大的數千名信眾，做了一場精彩的開示：

今天，我簡單講一下與佛教有關的話題。

## 具足順緣

大家要知道，我們現在有很好的機緣。什麼樣的機緣呢？

### 一、生於南瞻部洲

我們有幸出生在了南瞻部洲，這是非常難以轉生的地方。南瞻部洲具足修行的圓滿條件，而其他世間剎土，如東勝身洲、西牛貨洲、北俱盧洲等，雖然受用豐厚、幸福圓滿，卻沒有修行正法的緣分。所以要知道，南瞻部洲比其他洲更超勝。

### 二、得到珍寶人身

在南瞻部洲獲得珍寶人身，也是極其難得的。

如果生在地獄、餓鬼、傍生、非天等處，這些地方的痛苦非常難忍，而且沒有修行佛法的機緣，特別可憐。如果生於天界，雖然有著極其稀有的善妙快樂，但長期一直處於散亂放逸中，也沒有因緣修行正法。

不僅如此，佛陀所傳的法，如聲聞乘、菩薩乘、密乘，都要依靠人身才能獲得成就。而天人等其他眾生，依靠自己的所依身，無法成就一個完整的道，也沒有修行的機緣。所以人身是非

常難得的。佛陀及其所有追隨者，特意讚歎的「勝過天人身」之處，就是這個珍寶人身。

現在我們都獲得了這樣的人身，應該生起極大的歡喜心。

### 三、佛陀出世

佛陀來到人間，也是極其難得的。佛陀出世之劫，謂之「明劫」；佛陀沒有現身於世的劫，稱為「暗劫」。其中暗劫是反覆多次出現，而明劫，像釋迦牟尼佛出世的這個賢劫，只是偶爾出現，所以非常罕見。佛陀之所以沒有出世，是因為眾生修行佛法的善緣和機會很難得。

### 四、佛已說法，佛法住世

現在佛陀不僅出世，次第轉了三次法輪，而且正法的光明並沒有隱沒，還存在於世，這個也非常難得，緣分十分善妙。這是一件非常可喜的事情。

### 五、師已攝受

縱然佛陀已宣說正法、佛法也住世，要想得到佛法的真諦，還必須遇到上師善知識。如果沒有遇到上師，依靠自力沒辦法修學所有佛法。所以，能被上師善知識攝受，如理修持上師開示的佛陀言教，就更難得了。



圖 8.23: 一縷陽光照在法王身上

現在，我們所有這些順緣都具足了：投生到了難以轉世的南瞻部洲；難以出世的佛陀已經出世；難以宣說的正法也宣說了；不僅宣說了妙法，佛法至今還沒有消失，依然住於世間；而且遇到了能開示正法的上師；不僅遇到了上師，上師還在講經說法。這麼好的機緣比曇花一現還要難得，我們應該感到高興。

### 三種信心

從外部看，各種順緣都具足了。從自身的角度而言，圓滿的信心是不可或缺的。

什麼是信心呢？可以分為三種：清淨信、欲樂信、勝解信。其中，緣佛寶所生的，是清淨信；緣法寶所生的，是欲樂信；緣僧寶所生的，是勝解信。

#### 一、緣佛寶所生的清淨信

對佛陀生起不共的歡喜心，可以稱為「清淨信」。

之所以要對佛生起歡喜心，是因為在這個世上，曾經出現過大自在天、帝釋天、梵天等，但佛陀不同於他們中的任何一個，佛具有無與倫比的功德。佛陀有哪些與他們完全不同的功德呢？就算是佛的一個功德，登地大菩薩幾十萬年也說不盡，更何況佛陀的完整功德了。



圖 8.24: 來自美國、加拿大的數千名佛教徒在法王座下聽法

一般來說，佛陀具有無量功德，即使我們不能知道全部，也必須知道我們迫切需要的至關重要的功德。我們迫切需要的功德是什麼呢？就是了知暫時獲得人天安樂、究竟成就無上佛果的方便法。佛陀雖有無量功德，但若對我們沒有利益，我們也沒必要對他生起歡喜心。就像這個世界上，有許多大權在握的君王，如果對百姓沒有饒益，憑什麼要喜歡他？任何一個君王，只有給百姓帶來幸福，才會被百姓喜歡，所以佛陀的功德一定是能利益我們的。這一點務必要明白。

那麼，我們迫切需要的佛功德是什麼呢？是智、悲、力這三種功德。

### 1. 智

如果佛不知道讓無量眾生獲得安樂、遠離痛苦的方法，就不可能利益到眾生。但事實上，佛陀無餘徹知一切所知法。

### 2. 悲

佛陀雖有無盡的智慧，但若無慈悲心，也不會饒益所化眾生。比如，一個人雖然才智出眾，但如果他對別人心存惡念、行為殘暴，那他根本不會幫助別人。所以在智慧的基礎上，還需要慈悲的功德。

佛陀有什麼樣的慈悲功德呢？佛陀對所化眾生的慈悲，超過母親對獨子的愛百倍千倍。為什麼這樣說呢？無論佛陀在因地學道，還是現前了圓滿佛果，他都不惜自己的身命來利益眾生。

有人會想：「佛陀往昔在因地時，是怎樣不惜身命而利益眾生的呢？」

在佛陀初轉法輪的印度鹿野苑，為了使眾生獲得利樂，他曾數十萬次地布施過頭顱，這是佛陀親口所說。其實，佛陀不只在鹿野苑這樣布施，在瞻部洲的其他地方，甚至瞻部洲以外的許多地方，為了利益眾生，也無數次布施過自己的身體和生命。

而且，佛陀的慈悲是沒有偏袒的。如果佛只保護自己最親近的人和喜歡尊重自己的人，對其他人漠不關心，這樣的慈悲就不平等了。但佛陀的慈悲並非如此。到底是什麼樣的呢？佛陀在世的時候，如果右邊是帝釋天用旃檀水恭敬為他沐浴，左邊是提婆達多以惡心用利刃砍割他，佛陀對他們的慈悲沒有任何差別，都會將其安置於無上的安樂道中。

佛的慈悲如果只給予種姓高貴、受用圓滿的眾生，而不給予可憐無助的下層眾生，那就是狹隘的。但事實並非如此，與高層人物相比，佛陀對下層的可憐眾生更有慈悲心。佛陀的慈悲絕不像今天某些政客那麼狹隘。他們是什麼樣的？如果看到成千上萬的人來，對自己會非常有利，就表現出非常善良和熱情的樣子，但卻不會真心幫助一兩個可憐人。而佛陀即使為了一個可憐眾生，無數次付出自己的血肉，他也絕不吝惜。佛陀能如此苦行數億年，並且沒有厭倦心，這種慈悲是至高無上的。

也正是因為這個原因，往昔佛陀在地獄轉生為加巴謝達時，有一個同伴叫嘎瑪熱巴，獄卒把馬車套在他們脖子上，讓他們拉，還用兵器毆打他們。當時加巴謝達就想：「與其兩個人受苦，不如讓我一個人受苦。」於是他對獄卒說：「大人，請聽我

說，我願意承受同伴的業力，把馬車的繩子都套在我脖子上吧，讓我一個人拉，請讓我的朋友得到安樂。」獄卒聽後勃然大怒，說：「地獄裡的所有眾生，業力必須自己感受，誰又能代受呢？」然後他拿起鐵錘，狠狠砸在加巴謝達的頭上。加巴謝達被打死，當下轉生於三十三天。這在佛陀的傳記中有記載。

此外，恆時與佛陀競爭、敵對的提婆達多，過去的生生世世一直專門害佛陀，這輩子就更不用說了。可是為了提婆達多，佛陀也願意捨命饒益他。所以，佛陀對眾生的悲心，真的是無以言表。

### 3. 力

佛陀雖然有這樣的智慧、慈悲，但還需要具備力的功德，否則，光靠智慧和慈悲是不夠的。就像一個沒有雙臂的母親，眼睜睜看著兒子被水沖走，雖然她對兒子有著難以想像的愛，卻無法把他從水裡救出來。同樣，如果沒有能力，光是悲憫一切有情也沒用。但實際上，佛陀是有能力的。

那麼，佛陀有什麼樣的能力呢？有身功德力、語功德力、意功德力。

#### （1）身功德力

佛的身功德力是怎樣的呢？只要親眼見到佛身，就能擺脫三界輪迴的痛苦，趨入究竟安樂的解脫道。

有人會問：「親自見佛有這樣的功德，那麼現在佛陀不在了，我們還能得到這樣的利益嗎？」



圖 8.25: 法王在帳篷中的法座上傳法

當然可以。如何得到呢？就像佛陀親口所說「化現種種相，令眾行善法」，佛陀會幻化出各種不同的身相來利益眾生。比如以鑄像為例，無論是佛的金像、土像、木像、石像，對其頂禮、供養、發願，與禮拜佛陀真身並無區別，這個道理在佛經中也有宣說。再來說說畫像，無論佛像畫得莊嚴與否，任何人看到都會獲得不可思議的利益。

對於佛的身相，如果滿懷信心和恭敬心去瞻禮，有功德是毫無疑問的。就算懷著嗔心去看，也能在不久的將來得到佛果，這在經典中有詳細的描述。

## （2）語功德力

佛陀的語功德力，是指佛在世時能親耳聽到佛陀的教言，或者現在通過全心全意的祈禱，在覺受或睡夢中也會見到佛，並聽佛傳法。這些都是殊勝的功德，可以迅速獲得佛果。

（法王笑著說：「我還以為沒給我麥克風呢，原來它在抽屜裡，而我還不知道。誰關上了抽屜？是你倆還是我……是我嗎？我不知道它在抽屜裡，以為沒有麥克風就大聲地講。後來聽到咚咚的聲音，才發現它就在我身邊。」）

不僅是佛親自講的法，就是現在立成文字的佛法，如果你能親耳聽到，也有不可思議的功德，一定能遮止惡趣之門，獲得長壽無病、受用圓滿等利益。甚至是不像我們一樣有緣聽到佛法的人，以及一些飛禽走獸，若能聽到提醒傳法時間的擊鼓聲、法螺聲，也可以在不久的將來擺脫輪迴的痛苦。

## （3）意功德力

佛陀的意功德力是怎樣的呢？佛陀的大慈大悲事業，一切時處都在利益眾生，就像波濤永遠不會離開大海，佛也根本不可能有不利益眾生的時候。

佛陀在十方幻化剎土中，對於應以佛身得度的眾生，就以佛的身相度化；應以菩薩身得度的眾生，就以菩薩的身相度化；應以聲聞身、緣覺身得度的眾生，就以聲聞和緣覺的身相度化。此外，佛陀對於非人類的眾生，在飛禽前化為飛禽，在野獸前化為野獸，在魚類前化為魚類……總之，佛陀會化現許多身相來度化眾生。

不僅如此，佛還會幻化成山川、林苑、森林等開演佛法，給眾生帶來無量的利益。所以，佛陀對每一個眾生，晝夜六時恆常以各種方便進行饒益，不可能不饒益眾生。

現在再重申一下上面講的內容：

佛陀如果不知道利樂一切眾生的方法，那麼喜愛佛陀就沒有意義了，可事實並非如此，佛具有遍知萬法的智慧；佛陀雖然是遍知，沒有慈悲心的話，也不會給所化眾生指示解脫道，但佛陀具有無量的大慈大悲；佛陀雖有智慧和慈悲，如果沒有度化眾生的能



圖 8.26: 法王笑容可掬

力，也不能成辦他們的利益，但佛陀具有無礙的能力。如是無與倫比的智、悲、力功德，唯有佛陀才具足，除此之外，世界上其他人很難擁有。所以，靜下心來仔細觀察後，除非是身體裡沒有心臟、腦袋裡沒有大腦的人，否則，不會對佛陀生不起清淨的信心。

## 二、緣法寶所生的欲樂信

欲樂信，就是對佛陀所說的妙法，要生起想如實修行的殊勝信解。

有人會問：「那該如何修行佛所說的法呢？」

必須行持眾善法，斷除諸惡法。

善法是什麼呢？對一切眾生沒有傷害、損惱的意樂，而修慈悲心，這就是善法。不善法又是什麼呢？對於上中下任何眾生心存害意、行為粗暴，就叫不善法。

關於不害眾生的道理，佛陀宣說了沙門四法。之所以叫沙門四法，是因為佛陀的追隨者都叫沙門，他們行持的法有四種：第一，「他怒不還怒」，別人對我怎麼發怒，我也不會嗔怒於他；第二，「他罵不還罵」，別人對我怎麼謾罵，我也不會反唇相譏；第三，「他打不還打」，別人用石頭、棍棒、兵器等打我，如果我是佛陀的追隨者，就不應該還手；第四，「尋過不還報」，別人說我父母的壞話，說我長得醜、沒錢，叫我盜賊和騙子……不管他怎麼揭露我的過失，我都不能反過去指責他，這就是佛法所說的「虧損失敗自取受，利益勝利奉獻他」，所有好事、勝利統統給他人，吃虧、失敗全部留給自己。如果能實踐這樣的沙門四法，就可以稱得上是一流的佛教徒。否則，僅僅持有一個佛教徒的形象，口頭上說自己是佛的隨行者，卻做不到沙門四法中的任何一法，那你只是名相上的佛教徒，不是真正的追隨者。

那麼如何修沙門四法呢？

一般來說，別人傷害自己的時候，普通人怎麼可能不記仇？尤其是你平時把這個人當兒子一樣照顧，明明沒有過錯，卻被他無端陷害。但即便如此，你也不能恨他。比如，一個母親的兒子瘋了，他再怎麼傷害母親，母親也不會生他的氣，只會想著「兒子什麼時候才能好起來」。同樣，當你幫助過的人反過來傷害你時，你也要想「他什麼時候才能脫離這種煩惱」，要這樣來修慈悲心。

如果你曾傷害過對方，他報復你是很正常的，怎麼能生他的氣呢？但如果你連針尖許的過錯都沒有，他卻要砍下你的頭，你也不應該動怒，而應該觀想「願他所有的罪業和痛苦，都成熟於我身」。要生起這樣的善念。

再者，如果有人揭露你的過失，你也不能生氣。即使他對你的惡語和指責傳遍了很多國家，你也要高高興興地宣揚他的功德。

另外，如果一個勝過你的人對你百般欺凌，這很正常。但若是一個遠不如你的人侮辱你，你不但不能對他懷恨在心，反而要畢恭畢敬地接受。這也是佛教的宗旨。

因此，佛陀的正法絕對是毫無損惱、專門利他的無害寂滅妙道。

可能有人會想：「佛陀的法確實非常好，但真正能做到的寥寥無幾，所以沒辦法實修。」

其實是有辦法的。當然，如果一開始就要求這樣，不要說剛入佛門的你們，就算是我這樣的藏族僧人，甚至是上師，也不一定能真正做到。所以，我們要量力而行，對佛陀所說的這個法，要循序漸進地學修。

像我們藏地一些德高望重的上師，縱然捨棄自己的生命，也根本不會殺生、偷盜。但對你們來說，恐怕很難從現在開始再也不殺一個眾生、不偷一個眾生的財物。即使如此，你們也要盡量逐步學修，努力不做傷害眾生的事情。

佛陀曾經說過：「若害他眾非沙門。」如果對別人心存害意、

行為粗暴，那就不是佛陀的追隨者，這是佛陀斬釘截鐵說的。佛陀還說：「自淨其意，莫擾他心，此乃佛教。」我們要慎重守護自己的心，不擾亂別人的心，盡己所能地做到這一點。

那麼，如何守護自己的心呢？

當不符合佛法的惡念湧現時，不管是嚴重的嗔心、巨大的貪心、對他人的嫉妒心、高人一等的傲慢心，我們都應該馬上認識到它正在產生，然後立即斬斷它的相續，用正知正念來攝持自心。與此同時，盡力祈禱上師三寶加持，以後不要再生這種惡分別念。



圖 8.27: 法王與聽眾互動，大家紛紛舉手回應

如何不擾亂別人的心呢？

我們身體的惡行、語言的惡語、心中的惡念，都會擾亂他人的心。如果出現這種惡劣的心行，最好是從根本上斷絕。假設做不到這一點，自己也要警醒自己，心裡想：「雖然我是佛的追隨者，但還在做擾亂別人的行為，從今以後不能再這樣了！」要發起堅定的誓言，同時盡力祈禱三寶。

有人會問：「這樣不擾亂別人、守護自己的心，有什麼必要呢？」

今生會長壽無病、受用富足、相貌莊嚴、受人恭敬等，得到諸如此類的眾多功德；後世也會往生極樂世界等淨土、獲得佛果等，得到遠離一切痛苦的圓滿安樂。

總之，佛所說的這種妙法，如果一個人行持，他自己會離苦得樂；如果一家人行持，全家都會擁有安樂；如果一個城市的人行持，整個城市會得到暫時和究竟的利樂；如果一個國家的人行持，整個國家將會國泰民安；如果全世界的人行持，整個世界都會變得美好，呈現出和平的祥瑞，沒有苦難的眾生，人人快樂，家家幸福。



圖 8.28: 法王與翻譯交流

只要是眾生，誰都喜歡快樂、不喜歡痛苦，沒有人願意失

去快樂、遭受痛苦。而讓一切眾生離苦得樂的方法，只有佛陀講過。如前所說，如果深入思考、仔細觀察，除非是身體裡沒有心臟、腦袋裡沒有大腦的人，否則，沒有人會對佛法不感興趣。

既然已經深入思考、仔細觀察了，如果還有人不信佛陀的教法，我們藏族會稱這樣的人為「沒心沒腦」。倒不是說他真的身體裡沒有心臟，腦袋裡沒有大腦。在佛陀的追隨者看來，體內那個肉團心並不是特別珍貴；所謂的腦，像乳酪一樣亂七八糟的腦漿，也不值得重視。誰有正確的見解，才被稱為「有心有腦」。

如果你們也想有心有腦，就要無誤了知自己所修的法。不然，只懂睡覺、走路、穿衣和吃喝拉撒，誰也不會管他叫有心有腦的人。

總之，這就是緣法寶所生的欲樂信。

### 三、緣僧寶所生的勝解信

僧寶，是佛陀的追隨者，他們唯一的目的是精勤地自利利他。

佛陀的追隨者分為三種，就瞻部洲而言，小乘僧眾是不傷害眾生；大乘僧眾不僅不傷害眾生，還要饒益眾生；利眾廣大、無需勤作、迅速成辦眾生利益的，則是金剛密乘僧眾。

如果認識到這三種僧眾都是對眾生有益的，沒有人會不信任他們。比如你有一個朋友，他當著你的面欣賞你、恭敬你，背後也是讚歎你、饒益你，這樣的朋友肯定值得信任。而有些朋

友，表面上讚歎你，背後卻說你壞話，給你造成各種傷害，這樣的朋友沒人會信任。同樣，我們要對僧寶生起信心，也是這個道理。

以上簡單講了三寶的功德。

## 皈依三寶

你們現在喜歡三寶嗎？喜歡的舉一下手，讓我看有多少？(大家紛紛舉手)……不喜歡三寶的，也舉一下手。(沒人舉手)……非常好，看來每個人都喜歡三寶。(眾笑)

你們從現在起，生生世世要祈禱圓滿的本師佛陀，要修行無害的妙法，要恆時交往實修佛法的助伴僧眾，心裡要立誓修行佛法。帶著這樣的誓言，請在心間合掌，隨我念三遍「皈依師、皈依佛、皈依法、皈依僧」。

(法王給大家傳授皈依)

現在大家都得到了皈依戒。從今天開始，你們就是真正的佛教徒了。從此刻起，你們做任何世間法和出世間法，都會遣除違緣、成就所願，遇到人、非人、鬼神、怨魔等所造的種種損害時，也會得到三寶的大悲護佑。如果你們能表裡如一不捨棄三寶，不僅今生安樂，來世也不會轉生到地獄、餓鬼、傍生等惡趣。所以，你們剛剛立下的誓言，若能堅定不變，得這個人身也就有意義了。

在座的大多數是加拿大本地人，也有些是美國人。恐怕在你們的一生中，沒有像今天這樣具有重大利益的時刻了。為什麼

這樣說呢？因為在你們的生活中，除了週六、週日，平時都是為了吃穿、名聲、金錢而忙碌。其實，以你們這輩子的努力程度，似乎即使得到美國首富洛克菲勒（David Rockefeller）那樣的財富，也應該不是什麼大問題。然而，現實情況卻是，你們得到的財富、吃穿、名望也就那樣，沒有什麼特別的成就，那一生的努力又有什麼意義呢？相對於一生努力的成果，你們今天取得了人生中最大的成就。（眾笑）

這裡的大多數人以前就是佛教徒，有些人今天才成了佛教徒。不管怎麼樣，如果對佛法生起了不退的信心，我來到這個地方就是有意義的，在我看來，你們這次參加法會就是善緣。

接下來說說皈依的學處：從現在開始，皈依佛後，平時不要忘記祈禱佛陀；皈依法後，要盡量不害眾生；皈依僧後，對佛陀所有的隨行者，盡量生起信心和恭敬心。若能如此，你們心中所想的就會如願以償。

以上我講了怎樣對三寶生起信心，希望大家從中得到廣大的利益。我口才不是很好，聲音也不動聽，可能你們不太喜歡，但我所講的核心內容，是對你們今生來世有利的善妙法語，所以希望你們用心去體會。

今天的課就到這裡。明天和後天還有安排，你們可以隨意選擇。

## 四種殊勝性

8月20日，法王在傳授文殊灌頂之前，是這樣講的：

下面要進行的《文殊智慧勇識修法·速賜加持》灌頂，我先簡單講一下它的歷史由來。



圖 8.29: 法王傳授文殊灌頂

一般來說，這個世界的中心是印度的菩提伽耶，那裡是三世諸佛成佛的聖地，僅僅是對它朝拜、頂禮、發願，也能清淨無始以來所積的墮罪。在菩提伽耶以東的摩訶澤納，有一個聖地叫五台山，這座山有五個山峰，自古以來就是怙主文殊菩薩真正居住的地方。

在第十七勝生周火兔年（1987年）藏曆四月十五的吉日，為了以《普賢行願品》等進行發願，我特意帶領眷屬去朝拜五台山。當時，幾乎上上下下所有人，都看到了文殊菩薩以大悲顯現的光芒、幻化相等各種瑞相。依靠文殊菩薩的大悲加持，這個法也從我心中流露出來。誰修這個法，無論根基利鈍，都有不可思議的利益。尤其是對西方人，加持更迅速，這是與你們有緣的深法。

今年，在文殊菩薩的大悲加持下，我不由自主被勾召到了這裡，你們眾弟子也因為前世的緣分雲聚而來。這一世，我已有

的眷屬和你們眾弟子相當於此法的首批眷屬，如果實修它，加持更是特別大。

這個法的修法和引導文，具有四種殊勝性：第一，它的詞句非常簡短，意義卻完整包含了佛陀及其隨行者的所有法要，因此它凝聚了一切密要。第二，與其他法不同，這個教言通俗易懂，即使沒有經過長期學修，也能輕鬆理解。第三，它的加持力勝過其他法，所以是應時之法。何為應時呢？外部世界會有很多變化，所以每個時代都需要一個相應的法，而現今，正好是大家需要這個法的時候。第四，它是必定會讓你們受益的特殊法，就像治療熱病要用冰片一樣，它是一個能遣除所有業和煩惱、賜予利樂的清淨法。因此，你們應該滿懷信心地恭敬聆聽。

下面，我將傳授這個具四種殊勝性之法的灌頂和引導。以後你們自己要實修，也要將它廣泛傳給其他有緣人。總之，繼承文殊菩薩的這個法脈很重要，大家一定要記住。為了讓你們生歡喜心，我簡單介紹了一下這段歷史。

接下來，你們在接受灌頂時，要觀想上師不是不清淨的凡夫俗子，而是真正的



圖 8.30: 灌頂中加持信眾

文殊智慧勇識。然後帶著虔誠恭敬的心，祈求上師賜予能成熟的甚深灌頂。

當灌頂進行到「直指心性」的部分時，法王講了一個竅訣：

首先要明白，輪涅一切法只是心的幻現，在外境中了不可得。之後要認識到，心在不觀察的情況下，就像水中的月影一樣，似乎真實存在，而一旦觀察，則是無所成立的空性。

知道這些還不夠，平時要安住在這種見解中。在修行的過程中，無論顯現的外緣是好是壞，都不加破立、不加分別，要護持這種見解的相續。

若能如此反覆修持，你們的貪嗔痴慢嫉等極其強烈的惡分別念，總有一天會像黑旋風消於空中一樣融入法界，無需尋求就能任運自成佛陀的功德。因此，這也被稱為大圓滿或大手印的見修行果。



圖 8.31: 法王慈悲地賜予灌頂和引導

## 我留下了一顆牙

在多傑丹瑪林期間，雖然環境非常美，但我沒心情欣賞，因為法王身邊的事情太多，每天忙得不可開交，而且我牙疼得厲害，幾乎每晚都睡不著。我深深體會到藏地的一句諺語真實不虛：「致命的疾病中，頭疼最安逸。不致命的疾病中，牙疼最痛苦。」

被牙疼折磨了一段時間後，有一天我實在受不了了，就一個人去附近找醫院。走了大約一公里後，我找到了一家牙醫診所。醫生的態度非常好，給我打了麻藥，然後把我的一顆上白齒拔掉了。結帳時需要支付 70 加元，相當於 350 多元人民幣。聽到這個數字，雖然牙不疼了，但是心開始疼了，如果是在藏地，拔牙最多也就幾塊錢。

回來的路上，我看到了一塊空地，突發奇想，把這顆昂貴的牙齒埋在那裡，發了個願。如果以後有機會去加拿大，我應該能在那片土地上，找到這顆牙的藏身之處。

## 兩個灌頂

8月21日上午，法王給大家賜予了兩個灌頂，第一個是《項袋金剛橛》，第二個是《忿怒蓮師》。

法王先完成了《項袋金剛橛》灌頂前所行的一切法，之後介紹了《項袋金剛橛》的起源：

往昔，鄔金第二佛蓮師為了降伏藏地的一切邪惡鬼神，使佛法在藏地弘揚興盛起來，他在尼泊爾揚列雪岩洞，潛心勤修此法，獲得了與吉祥金剛童子同緣分的悉地，證得了大手印的殊勝果位，金剛橛的所有續部和修法也清晰呈現在他心中。



圖 8.32: 傳授《項袋金剛橛》的灌頂

當時，鄔金蓮師預見到了一種特殊的必要性，他在《根本伏藏》中說：「自生蓮王我，佛法一切續，究竟藏唯此，交則那莫札，莫捨而實修。未來之末世，汝所幻化士，值遇護教法。」為了利益尼泊爾國王則那莫札等五位眷屬及未來眾生，鄔金蓮師從脖子上的袋子中取出《項袋金剛橛》的教言，以發願交付印持的方式，全部交付於則那莫札。然後對十二護橛母等護法神委託事業，明確給予了未來廣弘此法的授記。正如授記的那樣，當未

來的地點、時間、眷屬這些緣起聚集在一起時，我以回憶的方式抉擇出此法。

這段歷史，我之前在洛磯山佛法中心廣講過，請大家記在心裡。

接下來，在傳授《忿怒蓮師》的灌頂時，法王穿插了這樣一段話：



圖 8.33: 接著賜予《忿怒蓮師》灌頂

你們所聽到的，是從不丹虎穴取出的甚深伏藏品《忿怒善逝總集》中的一個忿怒蓮師略修法。現在就是這個法的灌頂。

此法無論世間何種人修行，均可長壽無病、受用豐富、消除一切違緣障礙，命終後立即往生妙拂洲吉祥山蓮花光宮殿或西方極樂世界，享受不可思議的無漏樂果。它是獲得殊勝寂滅佛果的不共近因。

尤其是這個道場的弟子，如果修行此法，就會得償所願，有特殊的必要性。其原因，雖然在空行表示教等中沒有明說，但我個人估計，創巴仁波切以前從不丹虎穴中取出的《忿怒金剛》伏藏法，和我這個法基本一



圖 8.34: 法王笑盈盈地看向聽眾

樣。所以我相信，如果道場的弟子們修持我所取的《忿怒蓮師》儀軌，就會無礙實現你們的願望，對弘揚佛法也有很大的幫助。

至於以後修此法的方式，你們可以按照我傳的去修，也可以修持你們上師傳的那個。無論如何，此法應該是這個道場所有弟子的根本修行。我也在波士頓從總、別的必要性，廣講過它的歷史，可能有人比較了解。此外我沒什麼要講的了。

我在美國待了兩個月，但這個灌頂幾乎沒有傳過，所以要明白，它是你們道場的一個獨特修法。我在其他地方捨不得給別人的美食，私下給了你們道場，懂嗎？(眾笑，掌聲)

**灌頂進入正行時，法王說：**

比如，無論風和雲如何在空中動搖，最初都是從虛空中產生的，最後都會融入虛空，不會離開虛空。同樣，外器世界和有情世界的所有顯現，就像夢境一樣是心的幻變，這是首先要明確的。



圖 8.35: 金剛護衛在旁隨護著法王

那麼，心作為現基，是一種什麼樣的法呢？不觀察的話，它就像水中的月影一樣現似存在，然而一旦觀察分析，內外空無一物，是無所成立的空性。

這種對心的斷定，就叫「見」。護持這種見解的相續，就叫「修」。訓練修的妙力，就叫「行」。得到修的堅地，就叫「果」。倘若如實證悟了這種境界，那就是噶瑪巴巴協，也是忿怒蓮師，總之，兩者都是與心無別的自性。

若想認識心的本來面目，請聽這段直指的教言……

在藏地所有的上師中，噶瑪巴巴協是個例外，這是有原因的。事實上，創巴仁波切所取的《忿怒金剛》，也是與噶瑪巴巴協、忿怒蓮師本體無別的一個修法。

從過往歷史來看，鄔金蓮師曾在《集上師密意》中授記，噶瑪巴德松欽巴、巴協等都是他的化身。噶瑪巴巴協給漢地國王

當國師時，也示現過各種各樣的神變，說：「時而我是蓮花生，時而大聖薩繞哈」，親口承認過他就是蓮花生大士。我講這些不是懷著什麼目的讓你們開心，而是讓你們知道一個事實：噶瑪巴巴協、忿怒蓮師、自心並沒有什麼不同。

這個法的最後，不像其他法那樣要念誦吉祥偈和發願文，而是要求修行者不要離開「一切色法都是忿怒蓮師的身，一切聲音都是忿怒蓮師的語，一切分別念都是忿怒蓮師的智慧」的佛慢，並把這種境界應用於其他威儀中。除此之外沒有別的了。

圓滿灌頂後，法王給大家講了一段話：

今年我第一次來到西方美洲大陸，然後來到你們的道場，和你們一起享用了不可思議的大乘喜宴。現在，隨著美國和加拿大的弘法行接近尾聲，在準備告別之際，我想為這個道場的所有人留下幾句話。



圖 8.36: 法王向上凝視

雖然我們自始至終都沒有刻意去建立彼此之間的親密關係，但是善妙的緣起不謀而合，自然促成了吉祥圓滿的結果，這也是因為往昔的宿願和不可思議的緣起力。

你們不僅在佛法上與我結下了善緣，還從世間角度給了我意想不到的細緻照顧，非常感謝！以後我也會再三祈禱，希望

你們各個道場團結一致、同心同德，讓弘法利生的事業蒸蒸日上。

我再重申一下：創巴仁波切歷經千辛萬苦，冒著生命危險來到西方國家，就是希望弘揚佛法、利益眾生。請盡力把這個事業堅持到底，這是我的肺腑之言。大家要念念不忘他的全部事業。在西方國家佛法最初還不興盛的時候，他為了隨應世間眾生，做過各種苦行，比如為別人栽花種樹等。後來他能夠建立這些道場，是因為他具有「文殊師利勇猛智」般的強大毅力。我對他所做的事業既有悲憫心，又有信心，也向他做過祈禱。你們也要將他的付出銘記於心。

希望我們師徒這輩子能再見面，一起享用大乘妙法，命終後立即往生西方極樂世界，在怙主阿彌陀佛座下再相聚。扎西德勒！



圖 8.37: 法王慈愛地注視大家



圖 8.38: 法王看向鏡頭

## 對上師的不共信心

當天中午，因為法王即將離開加拿大，金剛界中心的金剛護法們按照最高禮儀，為法王表演了香巴拉軍隊操練，唱誦了香巴拉贊歌，獻上了特殊的法供養，創造了未來佛教戰勝邪魔的緣起。



圖 8.39: 法王觀賞香巴拉軍隊的操練



圖 8.40: 特殊的法供養創造了未來佛教戰勝邪魔的緣起

法王在藏地的時候，對於金剛娛樂法會、金剛歌舞、《格薩爾王傳》說唱等，就很樂意接受。所以當天法王看得非常認真，表情上也顯得很歡喜。

這種軍隊操練，是創巴仁波切為了讓大家克服貪嗔痴三毒，以堅強意志學習正念與覺察，引導大眾向善的一種善巧方便。看到那麼熱愛自由、不喜歡被束縛的西方人，像士兵一樣排隊，喊著口號，循規蹈矩地服從命令，感覺有點不可思議。

看完表演後，法王給金剛護法們做了開示。在這個過程中，每次提到創巴仁波切的名字，在場的很多人都熱淚盈眶，非常激動。其實不只是加拿大，我們之前去美國很多道場時，那些弟子也是這樣。



圖 8.41: 看完金剛護法們的表演，法王十分歡喜



圖 8.42: 法王、索達吉堪布、米滂仁波切等人

我也問過道場的一些人，為什麼一提到創巴仁波切，他們的表情就那麼不一樣。他們說不知道為什麼，每次聽到上師的名字，就會勾起自己和上師在一起的美好回憶，藏在心底的某種東西會被喚起，眼淚就忍不住流下來。

其實，這就是上師的意傳加持融入了弟子相續，弟子從上師那裡得到了無法言喻的利益，這對一個佛法修行者來說尤為重要。雖然創巴仁波切攝受弟子的方式與傳統方法不同，但由於他的大願和善巧方便，許多弟子的相續被徹底改變，人生也發生了巨大的變化。即使幾十年後我去西方傳法，只要聽法行列中有他的老弟子，聽到上師的名字，還是會淚流滿面，表現出極大的信心和恭敬心。

他們對上師的思念，並不會因為時間的流逝而減弱，甚至消失，而是會永遠留在心中，歷久彌新。

## 「他是超越時間的偉人」

法王在這個道場期間，很多人都表現出極大的信心，其中有一個人叫理查德·佩辛格（Richard Peissinger），他負責接待並保護法王的安全。最近我們聯繫上了他，問他一些當年的回憶，他告訴我們：

「在我 43 歲時，作為金剛護衛的橙色軍將軍，我有幸見到了法王。當時我已經做創巴仁波切的弟子 17 年了。金剛護衛是金剛護法中的一支，主要職責是承侍和保護上師們。橙色在四莊嚴中代表溫順的老虎，意為勇士之旅的基礎——腳踏實地、謙遜溫和。老虎的訓練是克服傲慢，培養對自他的友善。

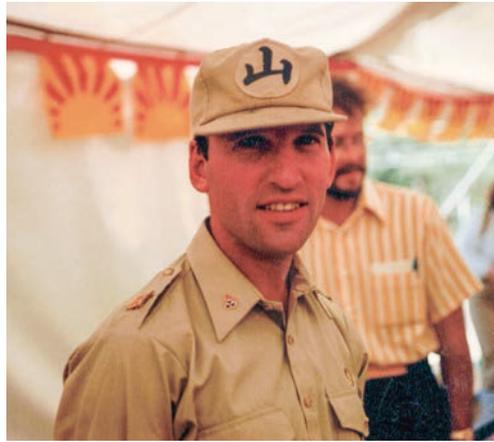


圖 8.43: 當年的理查德·佩辛格

那是多傑丹瑪林第一次舉辦大型法會，地點在一個新搭建的大帳篷裡。在我的記憶中，法王私下接見了我們這個小組的金剛護衛，並對金剛護法軍表現出極大的好奇。不知道當時法王私下給我們開示的筆記還能不能找到？

實際上，金剛護衛這個角色，讓我有幸接待了很多重要的上師，比如頂果欽哲法王、第十六世噶瑪巴等。這些經歷也讓我

對證悟者體現出的特質，有著更敏銳的洞察力。法王身上的那種特質是顯而易見的，雖然當時他身體不好，但他就像佛法的太陽，源源不斷的法義自然脫口而出。

給我印象最深的是，法王身上散發出風馬的光芒。他的氣場真誠、自信、有力量，具有統率風範。據我所知，法王一生都生活在東方的藏地，這是他第一次來西方，但是他對陌生環境沒有一絲不適應，反而非常自在，有種大權在握的王者風範。我記得他的皮膚有一種粗糙的質感，我當時就被這種粗狂吸引住了。現在回想起來，它應該是與元素緊密相連，多傑卓羅應該就有這樣的皮膚質感吧。



圖 8.44: 穿著黃色外套的法王

我記得法王闡述了關於香巴拉和我們上師的授記。我從未聽過別人用這樣的表達來描述我們上師，以至於我時常會重溫法王的這段開示。我覺得，這一開示彰顯了法王的超群境界，顯示了法王與香巴拉的非凡連接。

法王在多傑丹瑪林的時間雖短，但那種影響力非常深遠，至今仍在加持著我們。他是一位超越時間的偉人。」

## 臨別忠言

8月22日上午，在多傑丹瑪林，法王先給眾人念了《大自在祈禱文》，然後做了一個簡短的開示：

今年我去了美國，又來到加拿大，到今天已經兩個月零五天了。我本人和美國、加拿大的幾萬人結了緣，傳播了佛法，這讓我心滿意足。

今天，我將帶著吉祥的祝福跟大家告別。諸位弟子，你們要進一步提升自己以前的功德，盡量生起許多前所未有的功德，祝願吉祥的光芒周遍一切。

我也發願：從現在起直至獲得佛果，我將盡我所能把一切伏敵護親等世間瑣事，大的放下，小的捨棄，竭盡全力弘揚佛法、利益眾生。



圖 8.45: 法王臨別前給予開示



圖 8.46: 臨別前坐在法座上

你們都是追隨過去忿怒蓮師、現在格薩爾王、未來勇武輪王的人，他們三位所做的，就是弘揚、受持、保護佛法如意寶，希望你們也能隨學這三種事業。

那麼他們是如何弘揚佛法的呢？往昔，藏地處於非常黑暗的時候，鄔金蓮師就把佛法從印度傳到了藏地，降伏了從中作梗的一切怨魔、壞誓鬼等惡神，讓他們發誓守護佛教。當佛法衰落到低谷時，格薩爾王在這個世界上弘揚佛法，征服了所有作害的魔軍。在未來，當佛法基本上被邊地邪教摧毀時，勇武輪王將消滅所有這些教敵，並將時輪金剛的《根本續》及其註釋廣為弘揚，以此受持佛法。後來的幾千年間，佛法一直處於鼎盛時期。

以前，佛法在加拿大並不興盛的時候，主要是因為藏地的大德們樹立了法幢，引導大眾受持佛法；現在，你們佛教徒也要將佛法傳播開來；未來，要以香巴拉學修的事業保護佛法。如此最初樹立佛法、中間受持佛法、持續保護佛法，你們的事業就包含在這三者之中了。所以說到底，每個人的終極願望都是為了給一切眾生帶來幸福安樂，這唯一依賴於受持、保護、弘揚佛法。

在香巴拉學習、訓練的金剛護法和金剛護衛等，就像鐵圍山，而學修佛法的人，就像裡面美麗的樂園。雖然暫時而言，你們各自的學修方式略有不同，但究竟目的都是為了給眾生帶來安樂，這唯一的途徑就是實修佛法，請大家要牢記在心。

最後，法王唱誦了一些吉祥偈：

祈願佛法廣弘興，一切眾生皆安寧，  
晝夜行持微妙法，自他二利任運成。

金剛上師久住世，僧團增盛講修興，  
施主權勢財富豐，佛法長存遍吉祥。

願具三學披袈裟，僧眾遍佈此處所，  
恆常講修至有際，佛法興盛普吉祥。

傳法結束，法王給大家摸頂加持，同時給每人發了一條金剛結。按照道場的傳統，眾弟子列隊送別，唱起了「革革！索索！拉迦羅！」在激蕩人心的歌聲中，法王依依不捨地乘車離開，帶走了這裡所有美好的回憶。



圖 8.47: 信眾一一上前領受加持

## 留下指印的水晶

在去機場的路上，法王參觀了加拿大的海岸風光和城市建築。

下午離開哈利法克斯，坐了近兩個小時的飛機，到達美國波士頓的機場，準備晚上飛往法國。

在機場，美國和加拿大的許多弟子前來送行。嘉哲仁波切向法王告別時，法王恰好手裡拿著一塊水晶，說：「這個給你，作為信心的所依。」然後輕輕一捏交給他。

後來發現，這塊水晶居然被捏成了食子狀，上面清晰可見法王手指的輪廓。直到今天，這塊水晶仍然被珍藏在扎西秋林。這也是法王在離開美洲之前，向一些西方弟子示現神通的特殊加持物。

臨別時，法王還留下了三句珍貴的竅訣：

「你們西方國家的人，首先最重要的是，要全心全意、滿懷信心地祈禱三寶。中間最重要的是，在善心、慈心、悲心的引發下，真正生起菩提心。最後最重要的是，要修持光明大圓滿，一生成就佛果。」

至此，加拿大的弘法行已經圓滿。



圖 8.48: 法王把水晶輕輕捏成了食子狀



圖 8.49: 在機場準備啟程前往歐洲



圖 8.50: 法王在機場



MONTPELLIER, FRANCE

第 9 站

8/23 - 8/30

法 國

蒙 皮 立

# 行程

## SCHEDULE

8月23日，來到列繞林

8月24日，上午《緣起除障法》灌頂

8月25日，會見道場的高層管理人員並開示

8月26日，參加《緣起除障法》大薈供

8月27日，《甚深精藏橛》灌頂和開示

8月28日，傳講「一生成佛的秘密」

8月29日，下午傳講「直指心性的竅訣」

8月30日，上午《文殊智慧勇識》灌頂，傳講  
「頓超引導」，做離別心語

下午接受採訪

## 飛抵列繞林

法王從美國波士頓飛往法國巴黎，橫跨大西洋，飛行時間七個多小時。到達巴黎後，又搭乘另一班飛機，一個半小時後飛到蒙皮立。然後坐車一個多小時，前往列繞林（Lerab Ling）。



圖 9.1: 大眾在路旁恭迎法王

在通往列繞林的山路上，許多佛教徒早早就排起長隊，在道路兩旁高舉哈達，熱烈歡迎法王的到來。整個場面非常隆重。



圖 9.2: 索甲仁波切（右一）與主要代表恭迎法王

進入列繞林後，法王被迎請到上師宮住下。據說，他住過的房間，後來還接待過貝諾法王、薩迦法王（H.H. Sakya Trichen）等大德，成為列繞林最神聖的中心。

列繞林，是《西藏生死書》作者索甲仁波切（Sogyal Rinpoche）創立的佛教道場，1990年由頂果欽哲法王選址，1991年

由多智欽仁波切加持，是法國最大的藏傳佛教中心之一。道場的景色和藏地非常像，周圍是鬱鬱蔥蔥的森林和壯麗的山景。每年夏天，這裡會為僧人和信眾舉行定期、不定期的佛事活動。法王去的時候，正好趕上他們三個月的禪修。遠處的山坡上，數百個小帳篷整齊排列，供大家修行用，帳篷有著相同的顏色和款式，就像軍營一樣，看起來非常壯觀。他們平時聽聞佛法的地方，是附近的一個大帳篷，在接下來的七天裡，法王也會在那裡傳法，林谷祖古仁波切（Ringu Tulku Rinpoche）擔任翻譯。

這兩天法王從加拿大飛到美國，再到法國，整個旅程非常漫長，光是乘機、候機、坐車的時間，加起來將近 20 個小時，因此，法王顯得很疲憊。看到這種情景，索甲仁波切說：「您這次在西方弘法這麼久，時間又這麼緊，一



圖 9.3: 禪修者的白色小帳篷（上）；傳法的大帳篷（下）

定很累了。您不必像在其他道場那樣，這個道場的時間是長是短，我說了算。您先好好休息，好好調理身體，想怎麼樣都可以。只要您老人家歡喜，這就是法！」

的確，法王一路太辛苦，拖著沉重的病體，一場接一場地傳法，睡不好，沒胃口，來不及倒時差，整個過程是對體力和心力的極大考驗。所以，當聽到仁波切這樣說時，法王輕鬆了很多。

不過事實證明，後來法王親自安排的傳法，還是很多、很緊湊，一點也不亞於其他道場。

## 我是列繞朗巴嗎？

8月24日上午，法王照樣傳法，傳授了伏藏大師列繞朗巴的灌頂——《緣起除障法》。灌頂前，索甲仁波切向大眾介紹了法王：

「法王如意寶，被認證為19世紀偉大的伏藏大師列繞朗巴的轉世。法王的父親來自敦珠法王的家族，第三世多智欽仁波切是法王父親的叔叔。法王從小就進入寧瑪白玉派寺院洛若寺（Nubzur Monastery）學習。

18歲時，前往石渠江瑪佛學院（Changma Buddhist Academy），



圖 9.4: 法王開始了在法國的弘法行程

依止托嘎如意寶（Thubga Yidzhin Norbu）為根本上師，歷經六年苦行，滿瓶傾瀉式地獲得了所有金剛乘、尤其是大圓滿法教的傳授。

法王在藏地建立了許多聞思修的寺院和中心。他在色達創辦的喇榮五明佛學院，是一個不分教派、具有高級聞思修行的佛教大學，常駐僧眾數千人。法王一生為成千上萬的男女修行者剃度出家，並開取了許許多多伏藏。



圖 9.5: 索甲仁波切殷重地介紹法王如意寶

今年，法王第一次來西方弘法，從美國、加拿大到法國，來到我們的列繞林中心。首先，我謹代表個人對您的到來表示最熱烈的歡迎！

您非常慈悲地來到列繞林傳法，對我們來說是莫大的加持，言語根本無法表達我們對您的感激之情。列繞林是以伏藏大師列繞朗巴的名字命名的，而您正是列繞朗巴大師的轉世。因此，您的到來，對我們來說是非常殊勝的因緣，意義重大。

您不僅是伏藏大師列繞朗巴的化身，也是一位非常偉大的上師。我們久仰您在藏地令人驚歎的弘法事業。多年來我一直聽說您不可思議的種種事蹟。您是一位偉大的大圓滿持教大德，是這個時代蓮師的代表，也是最清淨的伏藏教法傳承上師。這裡的

每個人都聽說過您在藏地令人難以置信的弘法事業，您早已經聲名遠播。

毫無疑問，您在藏地復興佛法、引導眾生修持佛法的事業無人能及，所有在西方的藏傳佛教信徒都被您深深感動。我們在這裡展開的佛法事業，也只是對您偉大行為的卑微模仿。我們都覺得和您很親近，和您是一體的。我們非常仰慕您所做的一切，也非常感恩您慈悲賜予我們教法和灌頂。」

緊接著，法王這樣回應道：

在這個美好的時刻，很高興與大家相聚在列繞林中心。伏藏大師列繞朗巴的轉世索甲仁波切就住在這裡，我也很高興見到他，有機會共享大乘佛法。

在此，首先感謝索甲仁波切對我的認可。這樣的認可都是有必要而說的，不然我真的有這樣的功德嗎？根本沒有。他這樣說是有特殊需要的。就像給狗起名叫獅子一樣，像我這樣一個滿身過失、沒有真正功德的人，因為表面上有這個名稱，並持有修行人的形象，所以他才這麼說。

儘管我沒有一分功德，但在釋迦佛的末法時期，畢竟我坐在大法座上為眾人傳法，這是誰也無法否認的。過去在迦葉佛教法時，哲哲國王（Kriki）做了一個有十八種預兆的夢，其中一個預兆是，有隻猴子坐在獅子的高座上，許多獅子在它前面聽法。這是什麼意思呢？預示著在未來釋迦佛的末法時期，坐在法座上的人就像沒有功德的猴子，而聚集在他周圍的弟子，則像獅子一樣充滿功德。不可否認，這個比喻很容易聯想到我。



圖 9.6: 法王在蓮師唐卡前

我小時候讀書學習很聰明，持戒也很嚴謹，所以被命名為列繞朗巴的轉世，當時我對此進行了反駁。因為列繞朗巴的祈禱文中說「降魔金剛身幻化，金剛亥母語加持，鄔金蓮師意遊舞，開啟甚深伏藏門，調化眾生持明者，祈禱列繞朗巴尊」，可見他是佛，佛會流轉輪迴嗎？如果會，他也許會變成一個普通人，也許會是我，否則，根本不可能是我，所以我小時候就從來不承認。不過，成年之後，就像華智仁波切說的「虎頭蛇尾比丘」一樣，我的比丘戒一開始嚴格受持，後來就有點鬆懈了。隨著年齡的增長，我也考慮了很多事情。按照列繞朗巴的授記，他的大部分弟子和施主都會給我轉世活佛的名號，但我不會因此就成了列繞朗巴，只不過這看起來有一些必要，所以我暫時就不再反駁。



圖 9.7: 法王停下來等待翻譯

我不反駁的根本原因是，如果有列繞朗巴轉世之名，就我個人而言，能做一點點弘法利生的事情；其次，列繞朗巴的伏藏法處於傳承中斷、接近隱沒的邊緣，為了復興這些，有必要給我掛上他的尊名。由此，我盡力弘揚他的伏藏法，我把他散於各地的木刻版法藏收集起來，把老鼠啃壞的舊木刻版重新刻印，把他的寺院和道場進行修繕，一直到今天。

從第一位伏藏大師桑吉喇嘛（Sangye Lama）到現在，似乎從來沒有一位伏藏大師像列繞朗巴那樣，具有無邊的成就、智慧和事業。正因為如此，列繞朗巴在世的時候，在藏地雪域，第十三世土登嘉措、第十五世噶瑪巴卡恰多吉、蔣揚欽哲旺波、貢哲雲丹嘉措、全知麥彭仁波切等薩迦派、格魯派、寧瑪派、噶舉派、甚至包括苯波教在內的智者和成就者都敬其為上師，他是這樣一位化身伏藏大師。

第十三世土登嘉措時代，根據授記，邊地軍隊將十二次入侵藏地雪域。到了第九次，列繞朗巴將其全部擊退，所以被命名為遣除整個藏地災難的尊主。為了雪域的弘法利生，他一生經歷了難以想像的艱辛。所以他住世的時候，藏地沒有受到疾疫、饑荒、戰亂等任何災難的破壞。

在列繞朗巴的所有弟子中，最重要的是嘉瓦土登嘉措和多哲丹畢尼瑪（The Third Doderupchen Tenpe Nyima）。關於多哲丹畢尼瑪，蔣揚欽哲旺波親口說過他只能住世 50 歲，但列繞朗巴明確表示，在他自己的事業沒有圓滿之前，兩位法主弟子不會圓寂。

列繞朗巴有一個管家叫阿陳，如果他和根本法主西炯活佛

慈誠桑波 ( Tulku Tsultrim Zangpo of Shukjung Monastery )、多哲丹畢尼瑪、嘉瓦土登嘉措這四位能齊聚拉薩布達拉宮 ( Potala Palace )，列繞朗巴給他們傳授自己的伏藏《幻化密藏修法》及續釋等諸多引導，以此吉祥的緣起，就可以保證在列繞朗巴轉世、再轉世的時代，藏地雪域不會有災難。但由於眾生的業力和福報淺薄，多哲丹畢尼瑪未能抵達，嘉瓦土登嘉措考慮到這一點，派出特使去迎請他。當時，西炯活佛扮成乞丐的樣子，說：「我先去等著」，然後到了拉薩。大成就者多哲丹畢尼瑪高高興興去拉薩的途中，渡過多科河時，馱著他的牲口卻不走了，僧人們就用鞭子抽它、用石頭打它。丹畢尼瑪非常善良，由此生起厭離心，他說：「我們才出發不到一聞距，就造了這麼大的惡業。那到了拉薩的話，惡業遠遠大於善業。」於是他乾脆取消了行程。與此同時，阿陳管家圓寂了。

後來正月初一，列繞朗巴去見多哲丹畢尼瑪。他們二位離別的時候，列繞朗巴說：「在過去，離別時沒有獻哈達的傳統，但這次我要給您獻一條哈達。雖然這輩子不會再見面了，但乃至生生世世，我們永遠不會分開。」

此外，列繞朗巴在東方的娘波耶則 ( Nyenpo Yutsé Mountain )，開取了伏藏馬頭明王和金剛亥母的魂石，從一開始就以秘密的方式交給了嘉瓦土登嘉措，如果其歷代轉世沒有離開它，這將成為善妙的緣起。後來，魂石又傳到了丹嘉仁波切手中，1990年我見到他時，他親自給我看過。當年他在臨走時，心裡想：「不管遇到什麼艱難險阻，真正能保護我生命的，就是它。」這個魂石，上方是馬頭明王的自然顯像，下面有自然顯現的「旺

哈熱訥薩」(金剛亥母心咒)，現在就在他手裡。我想，丹嘉仁波切應該不會被違緣障礙所左右。



圖 9.8: 列繞林大眾聚精會神地聽法

同樣，列繞朗巴大師的前世——密咒師降魔金剛，深受鄔金蓮師、法王赤松德贊的器重，他是一個不同於任何君臣、忠心耿耿辦事的人。有了這個緣起，後來他每一次轉世，都有廣大的弘法利生事業。

就效忠赤松德贊而言，他是赤松德贊的首要大臣，也是一位譯師，還是鄔金第二佛蓮師來藏地的迎請者。在法王赤松德贊統治期間，許多國王必須做的事都由降魔金剛來成辦，後來太子莫德贊普 (Mutik Tsenpo)、莫赤贊普 (Mutri Tsenpo) 等執政時，也把國王的一切事情都交給了身為大臣的他。沒有人像他那樣深得大法王 (赤松德贊) 的信任。

對鄔金蓮師而言，君臣眾弟子沒有一個像降魔金剛那樣，在他身邊侍奉過。當蓮師從揚列雪去藏地時，降魔金剛一直背著行李，在路上做各種承侍。當降魔金剛向蓮師求金剛橛法教時，所獻金銀、松石、珊瑚等供品之多，令人難以想像。不僅如此，他還在不傷害一個眾生的情況下，供養了大量薈供肉，這在金剛橛的歷史中有記載。

蓮師也說：「眾弟子中，降魔金剛如風般無礙。」降魔金剛不僅是證得成就無礙，還被任命為蓮師所有追隨者中無礙擊鼓持橛的密咒師之首，擊鼓者沒有比得上降魔金剛的，持橛者也沒有比他能力更大的了。

現在，索甲仁波切和我也都有一些能力。既然是列繞朗巴的轉世，那降魔金剛現在就是我們兩個了。他手裡拿著一個鼓，我手裡持著一個金剛橛，我們倆的能力到底怎麼樣，全世界應該都清楚了吧。（眾笑）

不僅如此，因為降魔金剛深得蓮師歡喜、供養豐厚與眾不同，所以，降魔金剛歷代轉世的伏藏品也不同於其他人，原料上乘，形態莊嚴，持明鷲翎尊者的大多數伏藏品就是如此，列繞朗巴的伏藏品更是這樣。這些伏藏品，我也有很多。如今列繞朗巴的伏藏品都分發給了各位法主，所以在各地都有。

總之，對我個人而言，我沒有說自己不是列繞朗巴，這也是出於自私的考慮。為什麼呢？因為即使只冠上降魔金剛和列繞朗巴的名字，也能起到不可思議的弘法利生作用。

前不久我在美國時，據報導，將有一場毀滅性的大風席捲

波士頓。雖然我不是非常有把握，但還是告訴嘉哲仁波切：「如果在這之前有大風，那與我無關，但從現在開始，這裡不會有大風了。原因是我有降魔金剛之名，依靠這個名字來成辦一件事，現有的鬼神根本無法作害。舉個例子，如果是一個沒有任何本事的普通人，他有美國總統的簽名，還在他的名字上蓋了章，單憑一點也會有很大的影響力。同樣，雖然我根本不是降魔金剛，但如果我以他的名義吩咐一切鬼神，應該還是會起到作用。」所以，這也是我沒有否認我是降魔金剛的一個原因。

當然，我只是沒有否認，但也從來沒有承認過自己就是列繞朗巴，這是事實。不過我相信，我還是受到了他的特殊加持。

對其他的伏藏大師來說，他們的伏藏法都有自己的果期、修期、教期、唯持形象期。他們住世時這個法的加持特別大，到了他弟子那一代，加持沒有那麼大，越往後，加持就越小。但是列繞朗巴和他的轉世，無論從事業、能力哪方面來說，加持都在百倍遞增，越來越大。列繞朗巴自己也說過：「我伏藏法的教期，是人間五百年。在此期間，這些法經久不衰，興盛圓滿。」

今天，我來到了列繞朗巴的道場，心裡非常高興，說的話有點囉嗦，時間也有點拖長。接下來的除障灌頂比較簡短，你們再坐一會兒，不會很辛苦的……

## 興盛金剛槩的緣起

8月25日，法王會見了列繞林的高層管理人員，並給他們做了內部開示。當天法王沒有公開傳法，而是讓南珠堪布給大眾講了一些教言。



圖 9.9: 南珠堪布傳講教言

8月26日，正值藏曆初十，法王出席了列繞林舉辦的《緣起除障法》大齋供。

8月27日，法王傳授了列繞朗巴《甚深精藏槩》的灌頂。灌頂前是這樣講的：

好了，我們現在開始灌頂。首先分為上師所行之事、弟子所行之事。

其中，「上師所行之事」就是先按照傳承上師的常規做法，非常簡略地行持，這個已經完成了。

接下來，弟子接受灌頂的話，需要遣除違緣、成辦順緣。

「遣除違緣」有淨化內在的障礙將身體觀想成忿怒甘露漩之身而做沐浴、摒除分別念所生的一切外魔鬼神而修護輪這兩個，我們也完成了。

「成辦順緣」分為發殊勝菩提心、供曼荼羅。其中「發殊勝

菩提心」是指你們把心態調整成這樣而觀想：「為了利益普天下的一切眾生，我今生要真實修成雙運四身五智本性、遍主本來怙主法身普賢如來的果位，為此接受能成熟的灌頂，進而實修能解脫的一切道次第。」這樣發殊勝菩提心來聽聞。

所聽聞的法是，我等本師，善巧方便、大慈大悲的釋迦佛，相應眾生不同的界性、根基、信解、意樂，宣說了不可思議的次第法。所有這些法歸納起來，有三種：斷除害他及其根源的聲聞乘，成辦利他及其根源的菩薩乘，依於善巧方便和殊勝智慧而順利快速成辦利他的密宗金剛乘。此法屬於密宗金剛乘。

密宗金剛乘有兩種：依靠三世人身和十六世人身等而於他世成佛的外續、即身成佛的內續。這個法屬於內續。

即身成佛的內續，從藏地弘揚的情況來看，也分為兩種：從圍彌桑布札（Thönmi Sambhota）到榮索班智達之間翻譯的經續，稱為前譯舊派；在大譯師仁欽桑波之後的所有譯師的翻譯，被稱為後譯新派。我這次在這裡講的法，屬於前譯的範疇。

前譯法也有兩種：從金剛持開始的如來密意傳、持明表示傳、補特伽羅耳傳三種傳承不曾間斷的法理，都稱為經教；在這三種傳承的基礎上，還具備另外三種傳承，叫做伏藏。這次所傳的法屬於伏藏。

伏藏也有兩種：總的伏藏類和真正的伏藏。總的伏藏類，是過去就存在的。往昔密主為五聖賢宣說了密宗續部，尤其是在樂積塔傳的所有修部類，被空行母業自在（Dakini Karmendrani）隱藏成伏藏，後由印度八大成就者開取。此外，漢地的西日桑哈大師把大圓滿分為耳傳和口傳兩種，其中耳傳的所有法類被隱藏

在菩提伽耶，後由嘉納思札開取。諸如此類的伏藏類，早在鄔金蓮師之前就存在，但那些不是現在所說的伏藏。這方面有很多依據，但今天在這裡不廣講。

所謂真正的伏藏，就是蓮師去妙拂羅剎洲之前，給所有君臣信眾以發願交付印持的法，以及蓮師如今在銅色吉祥山蓮花光宮殿對有緣者時不時以發願交付印持的法。這次的法，就是眾所周知的真伏藏。

真伏藏從種類來分，有法伏藏、甚深伏藏、聖物伏藏、智慧伏藏、密意伏藏等十八種。伏藏大師列繞朗巴是駕馭了所有十八種伏藏的尊主，至於詳細情節，在他的傳記裡有明確記載。其中，單就法伏藏而言，有甚深地伏藏、廣大密意伏藏兩種。這個法屬於甚深地伏藏。

這次的這個伏藏法，在前三種傳承的基礎上，加上發願伏藏傳、付教授記傳、黃紙詞句傳，總共具備了六種傳承。

這個法是怎麼來的呢？當年鄔金蓮師降伏了藏地所有的黑方鬼神，把他們懷懾成白方護法神，奠定了藏傳佛教的基礎。然後，當蓮師在桑耶青普的紅岩格倉，為君臣九位心子開啟神秘的八大法行壇城而做灌頂時，各位心子選擇本尊的花都落到了有緣本尊的壇城中，尤其是益西措嘉的花，落到了事業金剛橛的壇城中。後來，益西措嘉開啟了金剛橛壇城，獲得了與吉祥金剛童子同緣分、攝受十二護橛神母為僕等的殊勝和共同悉地。這是鄔金蓮師修部所有法教的第一批眷屬。

當時降魔金剛不在現場，得知益西措嘉是修成金剛橛的瑜伽母，於是他在鴿子的脖子上綁了七枚金幣和一封信，信中寫

道：「請賜予我金剛橛的全部灌頂。」益西措嘉收到了飛鴿傳書。看完之後，她收下了所有的金幣，沒有任何回覆，而是全身心投入金剛橛的修行中。

七天後，半夜時分，十二護橛神母直接現身，對益西措嘉說：「現在是時候勸請鄔金上師仁波切，為降魔金剛等具緣者開啟金剛橛的甚深法教之門了。」益西措嘉對十二護橛神母，一句溫和的答覆也沒有，只說了一句：「諸位僕女請閉嘴，我依上師言教行，我亦認識汝鬼神。」說完一言不發，一緣安住於境界中。

黎明時分，本尊吉祥金剛童子現前，對她說：「弘揚金剛橛廣大法教的時機已成熟，可以去祈請鄔金上師傳授。」益西措嘉當時想：「本尊雖然不可思議，但上師比他更重要。在鄔金上師仁波切沒發話之前，我需要保持沉默。」於是她也沒有給本尊答覆，而是專心入定於三摩地中……

所以在藏地，浩瀚無邊的金剛橛法教，至今依然廣為流傳，沒有任何障礙，這個緣起全是她促成的。對於上師和本尊二者，如果認為本尊更好，那她就破壞了所有緣起。在過去，有些大德正因為認定本尊比上師更重要，所以稍微破壞了緣起。

你們要明白，在上師和本尊之間，平時要更重視上師。今天，如果本尊吉祥金剛童子親自降臨，不知你們大多數人會不會說：「我在索甲仁波切面前已經學了很多法，所以今天要在本尊面前得法。」如果你這麼說，那就真的錯了。以前有這種惡分別念的，應該遣除，因為三世諸佛的總集是上師，所以要把上師看得更重要。



圖 9.10: 慈祥的法王



圖 9.11: 傳法中歡喜的法王

今天我說得太多了，希望你們不要生厭煩心。你們禪修了三個月，很辛苦；尤其是昨天參加了一天一夜的大薈供，也很辛苦；今天又聽我囉嗦這麼久，可能更辛苦了。但大家都要打起精神，我的傳法還有三天就結束了。往昔大悲佛陀在因地時，在弗沙佛的山洞外，口誦「天上天下無如佛，十方世界亦無比，世間所有我盡見，一切無有如佛者」，以一隻腳站立的方式，七日七夜以此偈讚佛，從而圓滿了精進度。這次，我們一天一夜或者今天一整天都振作精神，大概也會圓滿精進度吧。

到了第四義灌頂時，法王是這樣說的：

根據不同續部的觀點，這第四灌頂可以分為大樂灌頂、表示灌頂、句灌頂三種。

第一、大樂灌頂，是《密集續》、《吉祥密藏續》中直接宣說的第四灌頂。按照經教部索巴派的觀點，在第三灌頂的結尾，是感受上降十六喜，依靠它來直指大樂智慧。

第二、表示灌頂，在《大圓滿十七續》、尤其是《四心滴》等的最無戲灌頂中，它主要是頓超的灌頂，依靠表示法來直指。

第三、本來清淨的句灌頂，是依靠詞句的表述法，現量開顯覺性自然本智。它主要是直斷的灌頂。鄔金蓮師大部分伏藏品中的第四灌頂，就是這種灌頂方式。

之後，法王講了大圓滿的見修行果：

現在你們用心去觀心，就可以斷定，心的自性本來不成立，就像虛空一樣，沒有任何可貪執的。這不是依靠書本明白的，也

不是依靠推理分析的，而是完全通達的，這叫認識見解。或者說，如果你們以心觀心，依靠領受力，知道心是空性的，本來就不成立，這叫做大圓滿的「見」，除此之外沒有別的。

在這種境界中，護持其相續而串習，就叫「修」。

無論顯現什麼樣的分別念和境相，我們都不去跟隨，而是看覺性本身是否持在本位，這就叫「行」。

通過修行，不隨昨天今天的惡分別念所轉，而是赤裸裸地顯露全部覺性，這稱為「果」。

每個人都需要明白這一點。明白了，就根本不會修偏。即使你沒有高深的修證境界，也要對大圓滿的這些意義稍有串習。

以上簡單總結了所有續、教、竅訣的精髓。

## 在上師身邊

在很多人眼裡，我跟著法王去那麼多國家，到處旅遊觀光，一定很快樂、很享受。但實際上，作為侍者，不僅要承侍上面的法王，也要護持下面的信眾，還要和中層的其他人對接，裡裡外外要安排的事情很多，心裡時時刻刻有一根弦緊繃著，連正常的吃飯睡覺都成了奢望。

以吃飯為例，經常挨餓是家常便飯。因為法王的行程是連軸轉，中間很少有休息的時間，經常是法王在這一站吃完，就匆匆趕往下一站，幾乎沒有時間收拾行李。所

以，法王在吃飯的時候，是我收拾行李的最好時機，收拾完還得仔細檢查一下，看看有沒有東西落下。就算是平時，我也會趁著法王吃飯有點空閒，出去問問接下來需要做什麼準備，比如要帶什麼東西、灌頂需要什麼法器、跟誰對接、現場情況怎麼樣……不可能像客人一樣心安理得地坐在飯桌上，更不可能在大家吃完後讓他們單獨給我做。偶爾得到一塊麵包，一邊做事一邊吃，就很滿足了。

至於睡覺，很多道場把心思都放在法王身上，隨從不一定會得到很好的照顧。隨從有時被安排住在離法王很遠的地方，有時又和法王住在一起，這對我來說是絕對不可能的。考慮到法王的安全和方便，我不能住得太遠也不能太近，所以只能在外面找個角落隨便睡一晚，有時候連枕頭被子都沒有。

比如在列繞林期間，雖然他們給我安排了一個地方，但是離法王太遠了，我就自己去找地方睡，要麼在法座旁邊，要麼在樓梯下面。尤其是法王身體不好的時候，我肯定會睡在門外，他一叫我就聽見。

有一次，我在樓梯下面睡了好幾個晚上，結果被法王發現了……其實每個道場都有自己的難處，我們作為客人，只要他們把法王照顧好，就已經很感激了，自己怎麼樣都無所謂，也不可能向對方要求什麼。

在西方，我就像之前去印度時一樣，每天照顧法王的衣食住行，幫忙接待各種客人，但各種事情變數很大，隨

時都要跑來跑去，整天忙得團團轉。不過，我還是非常開心，也沒有什麼煩惱。儘管身體不太好，但每次跟法王出門，這個身體還是很爭氣，基本不會給我添麻煩。

在法王身邊，我不僅要照顧好法王，還要照顧好他所看重的人。法王最看重的就是眾生，不管對東方人還是西方人，都是發自內心地關愛。那些遠道而來拜見法王的人，除非是病重，法王都會盡力給他們加持。所以，我也要盡可能對眾生好，即使不能讓所有人滿意，也要用溫和的語言、慈愛的態度對待每一個人，不能隨自己的心情草率應付。

有些人在上師身邊待久了，自視甚高，誰都不放在眼裡，這樣很不好。我們必須經常提起正知正念，否則上師非常慈悲，而旁邊的弟子傲慢易怒，也會影響上師的事業。

特別是如果上師有弘法因緣，弟子不能把上師當成自己的私有財產，保護起來不給任何人見，阻止眾生與上師結緣，這樣會妨礙他的事業，對上師是很大的損失。所以，只要上師身體允許，弟子再累再苦，也要多安排上師與眾生結緣。因為很多人平時沒有條件聽法，這輩子可能只有一次機會遇到上師，哪怕被他摸個頂，念幾句咒語加持一下，也能種下解脫的種子。

我在這方面還是很注意，非常希望與法王結緣的眾生越多越好。這樣的大菩薩在人間時，眾生跟他結上一點

緣，利益也是不可思議的。所以，只要有人想拜見法王，我都盡量安排。

法王加持他們時，有時直接用手，有時用寶傘一樣的「覺般」，同時會念文殊心咒、蓮師心咒、七句祈禱文。遇到修行好的人，還會給他們念一個偈頌「吽 本來怙主自成尊，於心無別安住光，將諸輪迴迷亂暗，消於等性大樂界」。

法王的覺般是自己做的，裡面裝有繫解脫、聞解脫、觸解脫的經文，出國時常常會帶著它來加持信眾。有時候我看到大家加持完了，也會把頭湊上去，接受法王加持。此時，法王會用他寬厚溫暖的大手，重重按在我的頭上，我頓時感到無比幸福，彷彿所有的煩惱都消失了。

作為一個隨從，最麻煩的是經常有人向法王告狀。有時候我也知道是誰、有什麼目的，但我不會放在心上。如果法王看起來不高興，我不會討厭告狀者，反而覺得這是一個反省自己的好機會。所以，我從來不會追究什麼，更不會對法王產生邪見。

總的來說，外人覺得上師身邊的人都很幸福。但事實上，無論是身體上還是心理上，他們經常面臨強大的挑戰，並沒有看起來那麼風光。

## 一生成佛的秘密

8月28日上午，法王給大家介紹了藏地各教派之間互不相違，並講述了大圓滿的不共特點：

我等本師，善巧方便、大慈大悲的佛陀，在了義中早已現前了正等覺，但在所化眾生面前，他仍然示現最初發殊勝菩提心、中間用三大阿僧祇劫積累資糧、最後在印度菩提伽耶圓滿成佛。

成佛後，他在鹿野苑初轉四諦法輪，在靈鷲山中轉無相法輪，在蓮花城等不定的地方末轉善分別法輪，將共同的所化眾生安置於正道。

### 佛陀宣講的密續

對於不共的所化眾生，佛陀在天界、龍宮、夜叉和乾闥婆的境內傳授了密宗廣大法，並在人間的烏仗那國傳了《密集續》，在米積大塔處傳了《時輪金剛》。佛在住世期間，只是簡單宣講了這樣的密法。

當佛陀臨近涅槃時，他說：「我為密宗共同所化眾生，已廣講了共同乘的法。但不共的了義密宗金剛乘，未來會在28年後才廣為人知。」根據佛陀的授記，28年後，國王匝皇宮的屋頂上出現了金剛手佛像和密續經函，這是瑪哈約嘎興盛於世的由來；後來密主金剛手給五聖賢廣講密法，阿努約嘎由此出現；密主金

剛手向持明嘎繞多吉詳細宣講了大圓滿的所有密續和竅訣，此後，阿底約嘎逐漸興盛開來。

本師大悲佛陀的一切教法，如果匯集其要點，可以說為了斷除八萬四千種煩惱，宣講了八萬四千法門。但就得果而言，大致可分為三種法道：經過幾個阿僧祇劫才能成佛、經過幾世才能成佛、即生成佛。

第一種是顯宗乘，認為眾生本來不是佛，為了成佛，需要經過多生累劫，最後才能修成佛果；第二種是外三續，認為眾生通過次第的方便法，歷經幾世才能成佛；第三種是無上續，認為眾生本就是佛，通過修道認識了自己的本來面目，即生就可以獲得佛果。

無上續，本來是不可言詮的，但從其主要內容來說，分為三種：宣說五次第實修為主的父續，如《密集續》；宣說道果、法理的母續，如《喜金剛》；宣說無二或無勤作的修法，如《吉祥時輪金剛》的圓滿次



圖 9.12: 法王笑臉盈盈

第六支加行。在這三種無上續中，最殊勝的是《吉祥時輪金剛》六支加行的修法。《密集續》的五次第、《喜金剛》的道果、《喜金剛》的法理等，與《吉祥時輪金剛》相比，都成了有勤作的

法。因此，密宗新派的所有續部中，最高的就是《吉祥時輪金剛》。

在我們藏地，後譯新派興起的四大教派，各自以不同的續部作為主要修行法門。比如，噶當派和格魯派主修《密集續》，薩迦派主修《喜金剛》的道果，噶舉派主修《喜金剛》的方便道那若六法和解脫道大手印，覺囊派主修《吉祥時輪金剛》外內他三種生起次第的竅訣和圓滿次第六支加行。所有這些教派都有主修的不同續部。

前譯寧瑪派則與之不同，它具有上述這些教派從來沒有講過的最殊勝的竅訣，包括以方便生起次第為主的父續瑪哈約嘎、以智慧圓滿次第為主的母續阿努約嘎、以無二自住本智為主的大圓滿阿底約嘎。

## 各個教派互不相違

說到前譯舊派和後譯新派，就像昨天講的，後譯新派是在大譯師仁欽桑波之後的各個教派，比如薩迦派、噶舉派、格魯派等。

可能有人會問：「寧瑪派會不會修《時輪金剛》、《密集續》之類的新派法呢？」

事實上，寧瑪派囊括了所有的佛經和續部，古大德也說：「顯密法理全無誤，智成持明傳承軌，佛教精藏前譯密。」將顯密所有法理完整翻譯出來的，只有前譯寧瑪派，而後譯派的譯師，只是零星翻譯了一部分。我們要認識到，前譯寧瑪派的主要

特點是顯密法理完整，其中內續三約嘎、尤其是大圓滿，更是其他教派所不具備的。

可能有人會認為：「這樣的話，前譯寧瑪與後譯新派的教法、前譯寧瑪與後譯新派的智者成就者的密意，不就相違了嗎？」

並不相違。從各派持教大德來看，無等阿底峽尊者、至尊宗喀巴大師都是鄔金蓮師的幻化，這在《噶當弟子問答錄》裡講得很清楚。再者，怙主文殊化現的薩迦班智達，也是鄔金蓮師的化身，這一點在他的傳記中有明確表述，鄔金蓮師在許多伏藏法中也有授記。不僅如此，覺囊派的全知朵洛瓦，噶舉派的岡波巴和噶瑪巴巴協等，也是蓮師的真實化現。總之，藏地所有這些持教大德，無一例外都是蓮師的化現，所以，他們的意趣並不矛盾。各派教法的要點只有勤作、無勤作的不同，並沒有太大區別。

有人又會問：「那麼，新派與舊派的法有什麼區別呢？」

新派的續部中宣說過一生成就雙運金剛持果位的方便法，寧瑪派的父續母續等中也講過即生成佛的方便法，這是相同的。兩者之間最大的不同是，寧瑪派自宗承許，就大圓滿而言，能在濁世中用短短的一生成佛，從更密的竅訣部而言，還有三年或六個月就能圓滿佛果的方便法。所以，新舊二派只在修道快慢上有區別。

綜上所述，我們應該認識到，所有的佛法都是佛語，所有的上師都是蓮師化身。

## 給弟子的教誡

下面，我想以好心鄭重對大家說幾句話，請你們牢記在心。是什麼呢？

此前，以丹嘉仁波切為主的大德，包括敦珠法王、第十六世噶瑪巴等，依靠殊勝的發心，長時間歷經千辛萬苦，讓佛法在西方開始扎根，並像早上的太陽一樣冉冉升起。現在，我們藏地的大乘法教，比其他時代更加興盛，在西方弘揚得非常廣泛，從外內密的驗相來看，這得益於住在這裡的諸位仁波切和在印度的藏族上師們所做的一切。

但是俗話說「道高一尺，魔高一丈」，當這樣的教法和持教大德的事業越來越興盛時，就會出現惡友和惡知識把你們引入歧途，一定要小心。他們是怎麼出現的呢？

在我們藏地，最興盛的是修傳八大教派，他們的教義都是佛陀親口所說的清淨教法，這一點沒有任何區別。但作為你們，以後有人會說「少數上師是成就者，大多數上師是魔」，這樣的人肯定會出現。藏地歷史上也發生過這種事，比如宣稱「國王朗達瑪是觀世音菩薩的化身，鄔金蓮師是魔的幻化」、「宗喀巴大師等諸多大德，是魔子魔孫的幻變」。或者，他們會說，有些法是清淨的，有些法是顛倒的。比如聲稱「我們寧瑪派的這個法是正法，薩迦派、噶舉派等新派的那些法是邪法」，還有人鼓吹「只有新派的法才是正道，寧瑪派的法是邪道」。像這樣的語言是根本不能聽的。你們必須明白，這些人一定是魔，會把你引入邪道、指示魔道，是毀壞生生世世永久安樂、讓你深陷無邊惡趣的魔知識。

如果你們遇到這種惡知識，生起各種邪分別念，一定要去找具有法相的上師善知識，來消除你的疑惑。我在藏地曾廣泛講過這方面的教言。真的想想，現在我看不清楚，思惟也越來越遲鈍，但僅憑我這麼一個老人，也可以建立並受持「修傳八大派的所有持教大德密意一致、教法全部是正法」這個觀點。所以，希望大家不要誤入歧途。

將來你們可以看到，在我離世後或離世前，會有人站出來說「這個上師很好，那個上師有問題」、「這個法是對的，那個法是邪法」，這樣那樣的人會很多，一定要小心警惕。這是我發自內心的忠告！



圖 9.13: 法王傳法時神情投入

當然，並不是說所有教派的法在深淺上沒有差別。即使在寧瑪派內部，相較於父續、母續，無二續阿底約嘎更深、更快、更易行，它們之間也有天壤之別。但這並不意味著一個是壞的，一個是好的。這些法都是佛陀根據眾生不同的界性、根基、信解、意樂而宣說的。其中，佛所說的諸乘之巔或之最，是大圓滿阿底約嘎。大家應該明白，大圓滿清楚揭示了佛語的所有要點，是一切聖教的總釋，是三世諸佛的微妙密意，是一切眾生成佛的完整無誤之道。

## 大圓滿的不共之處

可能有人會覺得，這種說法有點像鸚鵡講法。我們藏族有一種說法，鸚鵡嘴上說不要殺蟲、不要殺蟲，自己卻在吃蟲子。我現在也是，一邊說著不要偏袒宗派，一邊又唯一讚嘆大圓滿。(眾笑)

其實，我讚歎大圓滿並不是出於對自宗的偏袒，而是有許多可靠的依據。

### 1. 回顧歷史

回顧過去的歷史，我們可以看到，持明者嘎繞多吉、蔣花西寧、西日桑哈、嘉納思札等都成就了大虹身，而且鄔金第二佛蓮師、布瑪莫札不捨肉身，現在分別住在西南妙拂洲吉祥山和漢地五台山。諸如此類，似乎所有寧瑪派的傳承上師，都成就了離塵虹身或大虹光身的任意身。

時至今日，在藏地的上中下地方，很多實修大圓滿的修行人，也呈現了外內密的瑞相和虹身成就相，具體情節在敦珠法王的《藏密佛教史》中有記載。而且，還有很多《藏密佛教史》沒有記錄的虹身成就案例，這種事蹟實際上層出不窮。單憑這一點，像大圓滿這樣的法，似乎在整個人間都是前所未有的。

### 2. 成道快慢

成道的快慢，需要以各派的教義為準。比如，《密集續》和《時輪金剛》等中提到，具有大精進、大智慧的人，即生會成就佛果。但他們對「即生」的定義，也是在一百年之內，此外並沒有說還有比這更快的。既然沒有說，我們也不能強加給他們。

那麼，大圓滿是怎麼說的呢？《四心滴》等教典中說，大精進者可以在三年內成就雙運果位。甚至竅訣書《傑珍寧提》中提到，具有上等根基或上等信心的人，最快可以六個月成就大虹身。這些都是大圓滿中的教言。如果以此為參照，像大圓滿這樣的成佛捷徑，在新派的任何續部中都是不多見的。



圖 9.14: 穿越時空的加持

### 3. 簡便易行

在新派的所有續部中，《吉祥時輪金剛》是最深的法，沒有比它更好的了。而它的無勤作之道，是圓滿次第六支加行的修法。就實修六支加行而言，深入了解就會發現，當觀修第一個加行「攝收瑜伽」時，它有點像大圓滿，也宣說了身語意自然安住、眼觀離雲無垢虛空，但在後續的加行「禪修瑜伽」和「隨念瑜伽」中，有很多魔障、很多歧途，想增進修行的話，還需要很

多竅訣。特別是，若沒有依止一位廣聞博學、精通教義、實修經驗豐富的上師，是根本沒辦法修行成功的。這個道理可以從覺囊派全知的引導文《見而有義》等中了解。在當今時代，要實修這樣的道，真的很難。

但要修大圓滿的話，只需要有視師如佛的信心，虔誠地向他祈禱，並修持一個自然安住的竅訣，其他什麼都不需要。《傑珍寧提》中也說：「尤其以無偽強烈之信解，恭敬懇切祈禱上師，是一切除障與增進境界之最。」除此之外，不需要任何其他的修行，舒舒服服躺著坐著都可以。如果這麼說，沒有哪個法能像大圓滿一樣。

#### 4. 應時之法

當眾生的煩惱越來越重，相應地，法也需要越來越深。就像一個病重的人，如果不給他開特效藥治療，他是沒有辦法康復的。佛法也是如此，在圓滿初劫時，一切眾生的煩惱特別少，他們的對治法就是事續；在三分劫時，是行續；二分劫時，是瑜伽續；具諍劫時，眾生煩惱特別粗大，要宣說無上續；在較具諍劫更甚的今天，五濁橫行，眾生剛強難化，除了唯一的大圓滿，其他任何法都無能為力。就像噶陀都德大師（Kathok Dudul Dorje）說的：「八乘宗派難化時，開顯頂乘阿底法。」在這個時代，八乘任何法都難以調化，只有頂乘阿底約嘎才是應時之法，所以它超群絕倫。

#### 5. 佛法住世期

總的來說，佛陀的教法大多數已接近圓滿。佛法的住世期

包括四個階段：果期、修期、教期、唯持形象期，而現在，我們正處於教期中剛結束戒學、進入定學的時期。

就總的續部來說，大部分續部也到了它們的末法期，即將在這個世界上隱沒。以《時輪金剛》為例，在七代法王和二十五代具種王時期，前期會廣泛傳播教法，後期是勇武輪具種王的兩個兒子廣弘時輪教法。現在是前期教法，七代法王時代已經結束，二十五代具種王中的第二十一代不滅具種王，登基至今已有 67 年，前期教法基本快圓滿了。教法住世期越接近尾聲，法的加持或力量就會變得越慢。

而大圓滿的教法，正如《應成根本續》所說：「持德空行母，受持此教法，人壽十歲興，爾後不住世。」現在正是廣泛弘揚大圓滿的時候，許多女性修行人將來都會虹身成就。這個續部還提到，尤其是在人壽 10 歲時，持德空行母將出世弘揚大圓滿，凡是見聞憶觸她的眾生，都會證得大虹身的果位。因此，這個階段，是弘揚大圓滿、實修大圓滿的鼎盛時期。

關於大圓滿的殊勝性，如果讓一位獲得總持的菩薩來講，他幾個劫也講不完。即便是我這麼差的人，也可以講好幾天的長篇大論，但由於時間關係，今天就講到這裡吧。

## 結語

為了表示緣起，我用兩個教證來總結：

一個是，持明者嘎繞多吉在《一子續密釋》的結尾寫道：「三世一切佛，無量竅訣中，勝竅訣一子。較此更甚深，

無邊剎絕無。」也就是說，過去、現在、未來三世諸佛都宣講過無量的教法，但歸納其全部精要，沒有一個超過諸佛之子、自然教法《一子續》這個大圓滿法。就像我們藏族人以拉薩來發誓一樣，持明者嘎繞多吉為了讓我們相信，也發了誓，做了保證。大家要記住這一點。

另一個是，對我們有無等恩德、被譽為諸佛無分別智慧現為善知識形象的全知麥彭仁波切，也親口說過：「濁世衰敗罩如暗，蓮師事業明如月。」在這個五濁黑暗猖獗的時候，疾疫、饑荒、戰爭，尤其是內在的貪嗔痴等煩惱越瀰漫，蓮師的事業就越興盛。比如越是黑暗的夜空，月亮就越明亮。同樣，濁世黑暗越遮蔽一切，蓮師的加持就會越快。

因此，我請求你們把大圓滿作為自己唯一的修行法門，把鄔金蓮師作為自己最主要的依止上師。這是我對你們的祈請！

我和索甲仁波切都被稱為列繞朗巴的化身。對於我們來說，這一生的依靠處，唯一就是上師鄔金蓮花生大士；盡心盡力實修的法，唯一就是大圓滿。所以我再次祈請你們，想追隨我們兩個，特別是索甲仁波切的人，也要這樣去做。

今天講的核心內容，就是唯一要修大圓滿，這也是你們上師的意願。

不是我撒謊，真的，我來到列繞朗巴的這個道場，雖然一個字也沒有準備，但好像一開口就停不下來。結果越講越廣，今天還沒講到大圓滿的正行。這個法，你們過去也修過，現在正在修，將來還會修，所以就這樣也可以。假設還有時間，明天或後

天，我可以再簡單講講。如果沒有時間，你們長期依止上師，向他請教，解除疑惑，這樣也足夠了。

我這個老僧人有點反常，一直講個不停，繼續這樣下去的話，恐怕太陽都落山了，我還在喋喋不休。但時間已經到了，那就這樣吧。



圖 9.15: 來到列繞林後，法王講起課來滔滔不絕

最後法王停頓了幾十秒，即興作了一首詩：

列朗道場廣闊如虛空，索甲化身加持如日光，  
吾之發言無窮亦無盡，面面俱到講述終為難，  
因時間故暫且言至此。

## 我也講了幾堂課

當天晚上，應道場信眾的邀請，我給大家講了一堂課，主要介紹了伏藏大師列繞朗巴和他的轉世。尤其是結合法王傳記，著重分析了他老人家身語意的功德。



圖 9.16: 索達吉堪布在列繞林結合法王傳記，介紹大伏藏師列繞朗巴及其轉世

這次隨法王出行，不僅是列繞林，在其他幾站，我也講了一些課。比如在納帕谷，我講了文殊菩薩的修法，做了兩次現場問答。在波士頓，我講了「三殊勝」和「無我」的教義，念了金剛橛儀軌的傳承。

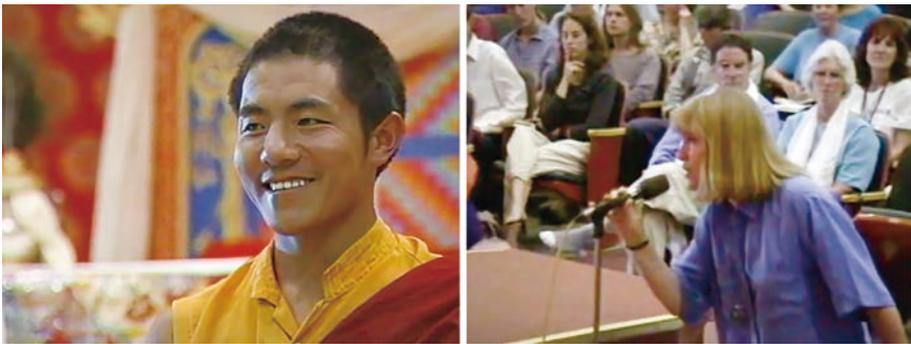


圖 9.17: 堪布在納帕谷與觀眾互動問答



圖 9.18: 堪布在波士頓講了「三殊勝」和「無我」的教言，並念了金剛懺儀軌傳承

特別是在抉擇無我時，我運用不同論師的推理，基於龍猛菩薩《中論》的五相車理、月稱論師（Chandrakirti）《入中論》的七相車理、靜命論師《中觀莊嚴論》的離一多因、寂天菩薩（Shantideva）《入行論》中對整個身體乃至六識都不是「我」的觀察，分析了眾生執著的「我」並不存在，引導大家用理性方式來認識「我」，並講解了修無我的具體方法。

其實在西方弘法，要麼應該像法王如意寶一樣，具有不共的傳承加持、超群的修行境界，可以給一切結緣的眾生種下善根，有信心的人甚至能當下解脫；要麼在西方待過多年，熟悉他們的煩惱、興趣、文化，同時了解現代心理學等調心的方法。

至於像我這樣的路人，沒有什麼修行境界，也不太了解西方文化，僅僅像蜻蜓點水一樣給他們上幾堂課，對他們來說起不了多大作用，真正利益眾生還是很難的。

所以這本書主要是編輯法王的金剛語，至於我講課的內容，還是不獻醜了，免得惹人笑話。

## 門措上師



圖 9.19: 年輕的門措上師在傳法

8月29日上午，門措上師給大家授予了《忿怒蓮師》的灌頂。這次幾乎每一站，她都應道場的不同希求，傳過

《項袋金剛橛》、《文殊智慧勇識》、《緣起除障法》、《觀音菩薩》等灌頂。

在提倡男女平等的西方，很多人對門措上師有一種特別的歡喜，她在每個道場都受到與眾不同的歡迎。因為去西方弘法的上師中很少有女性大德，能給大眾傳法灌頂的空行母和女活佛就更少見了。很多人見到門措上師後，都覺得她是慈悲的化身，她的目光和笑容散發著溫柔的光芒。哪怕只見過她一面，也會被她獨特的修行氣質所吸引。尤其是對於很多女性信徒來講，門措上師給她們帶來了希望，增加了她們修行的勇氣。



圖 9.20: 門措上師在夏威夷 (左); 門措上師在馬里蘭 (右)



圖 9.21: 門措上師與西方弟子結下殊勝法緣 (上圖在紐約, 中、下圖在納帕谷)

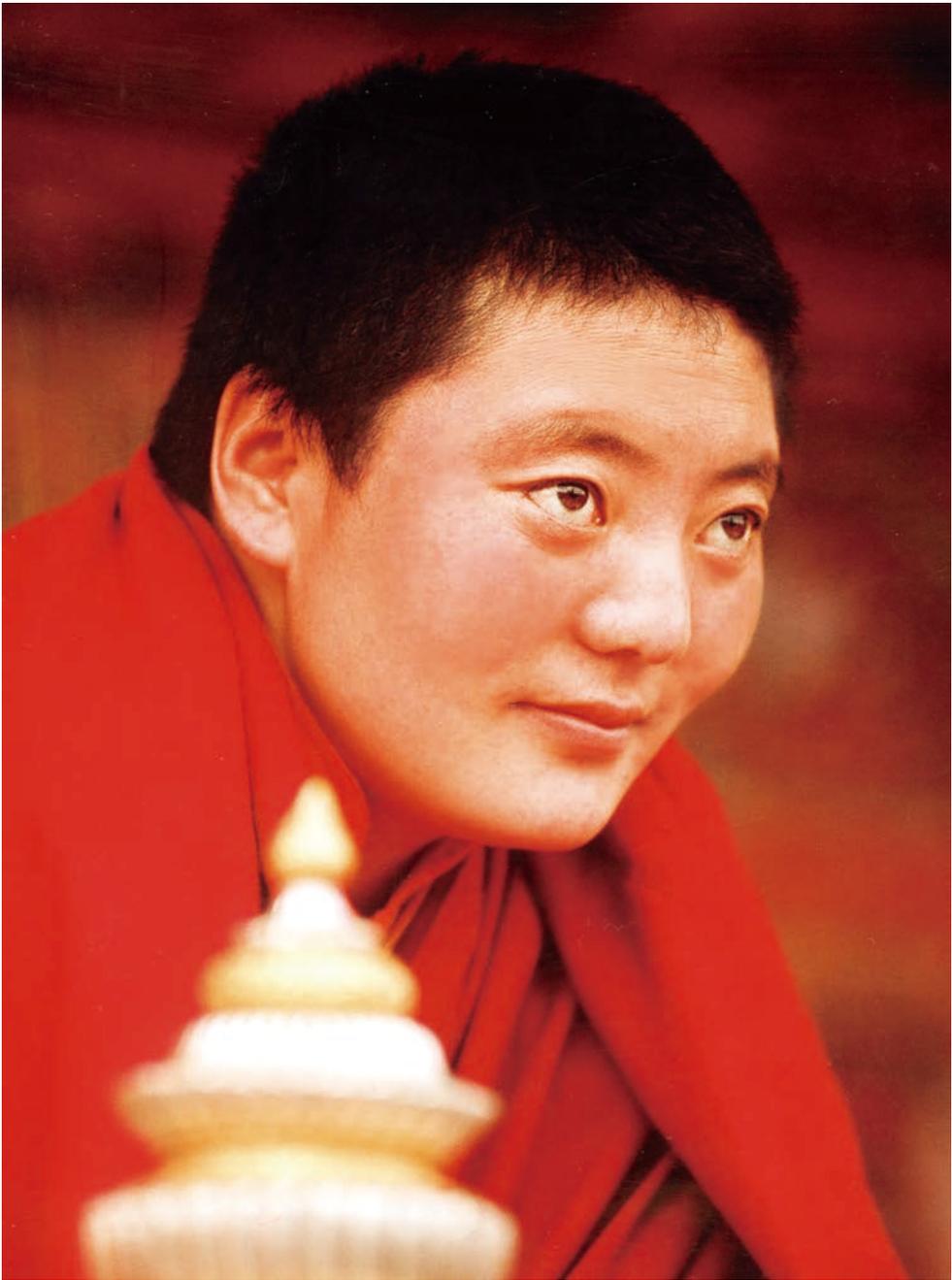


圖 9.22: 門措上師明亮的眼神

我跟隨法王去國內外很多地方時，和門措上師有過近距離的接觸。且不說她超凡脫俗的境界、精通顯密教法的智慧，單單是日常生活中的待人接物，她也不像世間有些女性那樣脆弱、敏感、喜怒無常。她生性恬靜寡言，對世俗沒有什麼貪戀，衣食住行都很簡單，出門在外從不挑剔吃住。

跟舅舅法王如意寶、母親阿里美珠在一起時，我從沒見她發過脾氣，她的言行總是畢恭畢敬，全心全意地承侍他們。在法王和眾弟子之間，她從不搬弄是非、挑撥離間，而是常年如一日，對每個人都表現出慈愛和關懷。

她有著過人的智慧和非凡的記憶力。例如，我們忘記把行李放在哪裡了，她立刻就能想起來，對於發生的每一件事，甚至日期，都記得清清楚楚。她唯一喜愛的就是修行，平時除了持咒和念課誦，不喜歡說很多閒話。

對我個人而言，她在世間、出世間方面的恩德都很大。如今，她也是喇榮五明佛學院所有僧眾的金剛上師，為大家不斷地灌頂傳法。祈願她長久住世、常轉法輪！

## 欣賞風景

門措上師灌頂後，索甲仁波切邀請法王去列繞林的山頂上一起煨桑，法王欣然同意。

乘車到山頂，那裡掛著許多經幡和格薩爾王經旗，列繞林的弟子們會在殊勝節日來此煨桑。這裡風景開闊，周

圍的山谷一覽無餘，還可以看到西班牙和法國交界處的比利牛斯山脈（Pyrenees Mountains）。他們向法王介紹了附近的山脈，以及歐洲各國的大致方向。之後，法王和大家念誦儀軌，做煨桑，供護法，共同祈願佛法長久住世、廣利眾生。



圖 9.23: 索甲仁波切邀請法王去山頂煨桑



圖 9.24: 法王與諸位佛教大德開心交談

下山吃了午飯後，法王在幾位大德的陪同下，被請到了「茶屋（Tea house）」。它是索甲仁波切在森林裡建造的小木屋，位於傳法大帳篷下面的山谷中，在一個瀑布附近。通往那裡只有一條崎嶇的山路，車輛無法直達，法王在大家的攙扶下，上上下下還是有點吃力。



圖 9.25: 法王和索甲仁波切



圖 9.26: 法王緩緩走在林中

到了茶屋，法王一邊欣賞風景，一邊講了蓮花生大士、菩提薩埵來藏地弘法的故事，然後就列繞林的弘法現狀，聊了很長時間。



圖 9.27: 一行人於瀑布邊的茶屋休息聊天

## 直指心性的竅訣

下午，從茶屋回來後，法王給大家講了大圓滿的十一句義和直斷要訣。

今天，從諸乘之巔、三世諸佛究竟密意的光明大圓滿入手，我給大家講幾句：

盛行於當今時代的大圓滿教法，在人間，最早付教給持明者嘎繞多吉，他將所有大圓滿法結集成六百四十萬偈。蔣花西寧將其分為外心部、內界部、密竅訣部。西日桑哈將竅訣部分為外類、內類、密類、極密心滴類。大班智達布瑪莫札又將極密心滴類分為兩種：所有即生解脫的竅訣，都叫口傳；所有解脫於中陰自現智慧的竅訣，都叫耳傳。

在藏地雪域，對於口傳和耳傳這兩種法理，全知龍欽巴的《七寶藏》、《三休息》是以廣大班智達派的講解方式來抉擇的，《四心滴》是以甚深古薩里派的講解方式來抉擇的。這些竅訣的傳承，當今以文字保留的有續、教、竅訣這三種。其中，就續而言，主要有《甚深精藏十七大續》，加上《明界熾燃續》、《黑護法忿怒續》，共有十九續。就教而言，有《金文》、《璽玉文》、《碑磬文》、《鑲文》四部甚深書函。就竅訣而言，有 119 個竅訣精華。

總集這些要點的實修方式，是全知法王龍欽巴具有五十一法部的《上師心滴》。如果按照它去修，就會非常完整、無不攝集。



圖 9.28: 笑容可掬的法王

## 十一句義

可能有人會問：「《上師心滴》的竅訣是根據什麼續來解說的？」

主要是根據《珍珠鬘續》。而《珍珠鬘續》，又是通過十一句義來講解的。

十一句義是什麼呢？

《珍珠鬘續》中說：「基迷周遍理，處道門與境，實修量中陰，解脫地十一。」

第一句義——基：在最初既沒有出現證悟的佛陀，也沒有出現未證悟的眾生之前，基的本體是一種無記法，以本體空性、自性光明、大悲自相可現的方式安住著。它可分為五身、五智、五風、五空行、五光等五組五功德。

第二句義——迷理：以本體來提供空間，將自性執為對境，將大悲執為心，眾生以三因四緣，接連不斷地漂泊在輪迴中。其中，「三因」是指同性無明、俱生無明、遍計無明，由這三種無明導致迷亂。「四緣」是指增上緣、所緣緣、因緣、等無間緣，通過這四緣導致迷亂。從本基中顯現基現時，普賢如來了知基現就是自現，從而當下解脫。解脫方式有六種特法，也可以歸為三種。是什麼呢？非由因所生的果、非由教所生的竅訣、非由心所生的佛，以這三種特法而解脫。

第三句義——周遍理：如是顯現輪迴和涅槃的無量相，在如來的自性中從未動搖過。要想抉擇這個觀點，在顯宗中，有第三轉法輪詮釋如來藏的十部佛經，以及揭示這些佛經密意的、彌

勒菩薩《寶性論》中的九喻九義、龍猛菩薩《法界贊》中的六喻六義；在密宗金剛乘中，有《幻化密藏續》、《佛陀平等行續》，還有榮索班智達的《建立顯現即本尊》、《建立有境即本智》，以及全知龍欽巴尊者的眾多善說。我們應該根據上述經、續、論來理解其義。

第四句義——本智處：覺性自然本智住於何處呢？真正的本智是住在八棱形的心寶無量宮裡。其現相是在頭頂的顱腔無量宮、能見的眼無量宮、能行的脈無量宮裡。總共有四大無量宮。在心間珍寶無量宮的中央，住著寂靜身的本尊；在頭頂的顱腔無量宮內，尊眾以忿怒相而安住；在能見的眼無量宮中，以光線相而安住；在能行的脈無量宮裡，以光的自性而安住。

第五句義——本智道：從嘎德水晶管脈中分出兩根白絲，細而盤旋，分別插入左右眼，由此顯現自然本智。

第六句義——所現之門：在這個肉眼中央，有一種根部細、頂端粗、狀如牛角、清澈光明的「遠索水燈」，自然本智是經由這個門而顯現的。

第七句義——所現對境：在離垢虛空中，法身所依是太陽，報身所依是月亮，化身所依是燈。依靠這三種所依，可以顯現具有五光輻的藍色周遍法界的「法界淨燈」、如投石入泉般有內外多層五光圓形明點中央的「明點空燈」、如水晶珠嚴飾的金線般的「覺相金剛鏈」。

第八句義——實修法：如果「基」為本來清淨，「道」以直斷來修，「果」則清淨為微塵；如果「基」為任運自成，「道」以頓超來修，「果」則解脫為虹光身。



圖 9.29: 法座上的法王



圖 9.30: 法王的種種笑容

第九句義——修行量：以法性現量相、覺受增上相、覺性如量相、法性盡地相這四相，來認定修行的量。

第十句義——中陰竅訣：按照密類以下的說法，中陰有六種；按照極密心滴類的不共說法，中陰有四種。具體而言，在安立中陰的界限上，蓮花生大士和布瑪莫札略有不同。但總的來說，中陰分為四種：自性中陰、臨死中陰、法性中陰、轉世中陰。「自性中陰」是通過聞思來斷除增益，憶念如燕入巢的教言；「臨死中陰」是提醒不能明觀者令其明觀，憶念如美女照鏡的教言；「法性中陰」是堅信一切皆為自現，憶念如子入母懷的教言；「轉世中陰」是依靠善業來延續後世，憶念如接通水渠的教言。

第十一句義——解脫地：依靠真實圓滿正等覺、現前圓滿正等覺這兩種中的任意一種而解脫。

這十一句義，完全涵蓋了大圓滿的所有續、教和竅訣，也是當年蓮師在桑耶不變自成宮的中殿「燃璉玉」中，給密咒師降魔金剛所傳的法。這次我以攝要的方式給你們講了。

以上解釋方法，大多來自廣大班智達派。今天我直接講這些，可能你們還不能完全理解，但是依靠緣起力，我在列繞林這個道場，給你們簡單講述了大圓滿所有續部的要點。

## 直斷要訣

接下來，應索甲仁波切的要求，我所講的核心意義，是大圓滿本來清淨直斷的見解。

關於直斷，各大持明者的究竟意趣都一樣，但也有不同的說法：持明者嘎繞多吉將其解釋為直指本性、斷定自決、定見自解，即擊要三句。後來，西日桑哈依靠決定法盡大本淨、離作通徹赤裸攝要、普解脫大平等持綱，對此進行宣說。蓮花生大士將本體空性直指為法身、自性光明直指為報身、大悲周遍直指為化身，以此做了抉擇。嘉納思札是基於四種安住方便竅訣進行抉擇：見解直定、修持直定、行為直定、果位直定。全知龍欽巴雖然有很多一般的講法，但特別是根據《實相寶藏論》，以無有、唯一、平等、自成四者來抉擇的。榮索班智達以「以大正知之器攝持大圓滿之義，安住於大等捨的境界中」這兩句話，概括宣說了大圓滿的所有續、教和竅訣。

今天我根據全知麥彭仁波切的教言，將這些傳承持明祖師的竅訣合而為一，用一句話總結就是，上師面對面給弟子直指的方法有兩種：寂止門引導和勝觀門引導。這兩者的定義是，「寂止門引導」是從修上尋找見解，類似於大手印的總法規；「勝觀門引導」是從見解上尋找修，類似於大圓滿的總法規。其中，勝觀門引導，按照全知榮索班智達及其隨行者的方式，側重於抉擇本體空性的見解；按照全知龍欽巴及其隨行者的方式，側重於抉擇自性光明的智慧；全知麥彭仁波切結合了這兩位尊者的密意進行抉擇。

全知麥彭仁波切的廣大言教，如果歸納其全部要點，就是認識本面、自然安住這兩句，除此之外，並沒有其他的大圓滿要訣。這兩句是什麼意思呢？不管這顆心安住也好、動念也好，當你坦然觀它的本體時，會認識到心在外中內何處也不存在，是虛

空般的空性，這叫「認識本面」。認識到心是無生空性後，雖然沒有能知所知，但可以自然斷定它的自性，就像明眼人見到色法一樣，當這樣的境界現前時，就是「自然安住」。也就是說，了知無生和自明自知，是護持自性的「見」。

修行時，不要失去無生的境界，要在沒有任何起心動念的境界中安住。對於了知無生，我剛才引用了榮索班智達的一句話：「以大正知之器攝持大圓滿之義，安住於大等捨的境界中。」正知的哨兵不會讓任何分別念進來，而是安住於自明自知的境界中，這就是大等捨，也叫「修」。

「行」就是無論什麼好的壞的念頭出現，都不要去管它、不要跟隨它、不要以對治去壓制它，只是保持覺性自住不動而護持其相續，這就是認識本面、自然安住的竅訣。

這兩者妙力圓滿的「果」，是徹底成就法身和色身。

或者總結其要領，用其他竅訣直指的話，所謂大圓滿的「見」，就是了知無生。所謂無生，沒什麼不好懂的，你們觀自己的心，不管它是散射還是安住，根本就沒有成立過，如同鏡子裡的影像。如果明白了這一點，這就叫見解。

這其實很好理解，就像多哲丹畢尼瑪說的：「內觀的當下就能獲得。」尋找心的蹤跡時，根本找不到它，就像水中的月影。月影正在顯現時，你看著它就可以，不然，用棍子去攪拌水，月影絕不會顯現。同樣，你們向內以心觀心，心本來就不成立，這就是覺性；你們向內以心觀心，了悟心的本體明覺不滅，這就是

覺性；你們向內以心觀心，這顆心自然安住、不增不減，它在當下的狀態，這就是覺性。

鄔金蓮師也說：「現今明覺不滅了了然，普賢本來怙主即是彼，無所成立空界普賢母，證悟彼性剎那圓正覺。」用心去觀自己的心，它在外中內什麼地方都不成立，就叫普賢佛母 ( Samantabhadri )；在空性的同時，可以散現種種妙力不滅，就叫普賢如來。如果認識到這兩者無別自性，瞬間就會獲得圓滿佛果。其實，認識本性就是這樣。

可能有人認為：「真的有那麼容易嗎？應該比這要難吧。」

其實這是一種誤解。上師全知麥彭仁波切說：「自心簡易難信之秘密，願以上師竅訣力見之。」意思是，它簡單到令人難以置信，我們要以上師的教言斷定、認識本來面目，在這種境界中不斷護持其相續，這就稱為「修」。修行的時候，沒有什麼可修的，只要不忘失這種境界而安住，別無其他。第一世敦珠法王的教言中說：「修時無所修，觀虛空即可。」

所謂「行」，是指為了增進境界而修練妙力。也就是在湧現任何分別念時，既不開心也不難過，就像老人看小孩玩耍一樣，除了覺性自持本位以外，對賢劣的分別念不喜不悲。

雖然除了覺性以外，不存在一個他法，但人們卻一直追隨由覺性妙力所顯現的分別念。有朝一日，覺性若能自持本位，任何分別念都無法動搖它，這就是妙力圓滿的「果」。

對於大圓滿，我有兩種解釋方法：有時候我會說大圓滿是

最簡單易行的法，有時候我會說大圓滿經過多生累劫的修行也無法通達。今天我用的是第一種方法，這樣你們就可以獲得所有大圓滿的法了。



圖 9.31: 大家非常珍惜來之不易的聞法機會

最後，為了讓你們生起歡喜，我引用全知上師的兩個教證。全知龍欽巴在《勝乘寶藏論》中說：「我等師徒定於數多阿僧祇劫中積資淨障，因已值遇普賢如來心法之故。」意思是，因為我們往昔在多劫中積累過資糧、淨除過罪障，所以今生遇到了大圓滿教法。你們是不是很开心？而且他還說：「我等師徒於此生或中陰或自性化身剎土任意一時決定迅速成佛，因為已值遇決定成佛之因、具無礙能力的清淨果法，並對此信解行持。」這個推理是正確的。只要大家對上師不發生嚴重矛盾，對法不妄生邪見，決定於今生或中陰成佛，這是絕對沒有欺惑的。

所以，我們應該感到快樂。就像華智仁波切說的：「靜處瘋僧眾人之愛子，生菩提心勝意眾依怙，斷除你我偏袒普慈境，我

等前往何處皆快樂。」我們今生快樂，來世快樂，除了快樂，不會有痛苦和悲傷。大家真的快樂嗎？(眾笑)

全知麥彭仁波切曾說：「已與最後有法結善緣，未修隨意悠閒自安樂。不知真相愚眾苦哀嚎，三傳上師竅訣刻心底，享用離心本智甘露藥，未修隨意悠閒自安樂。」我們已與最後有者之法——大圓滿結上了善緣，如果能修持它，這是最好的；就算不修而天天睡覺，在這片大地上，也沒有比我們更幸福的了。就這樣快快樂樂地下課吧。

## 看得見的緣分

法王在列繞林待的時間不長，但是三十年後，很多人提起法王的到訪，依然歷歷在目，印象深刻。列繞林在世界各地的學佛組織叫本覺會（Rigpa），最近採訪了那裡的幾位老弟子，讓我們聽聽他們是怎麼說的——

1. 卡琳·貝倫特（Karin Behrendt），現在是本覺會的資深老師。談到法王，她說：

「每當想起法王，我都有一種很特別的感覺。法王身形魁梧，神態威嚴，卻又謙虛得令人難以置信，自然展現出無限的溫暖和慈悲。

最讓我感動的是，法王如意寶與索甲仁波切，他們二位非常恭敬對方，也非常親近。

對於法王的慷慨和努力，我感激不盡，感謝他來到列繞林，

也感謝他讓我們參與到伏藏大師列繞朗巴的歷史中來。我確信，哪怕只見過他一次，在目睹了他淵博的知識和甚深的證悟之後，對我們人生的影響，絕對會遠遠超過任何一個凡夫人以分別念所能想像的。」

2. 賈博拉·阿努爾 (Jaborah Arnoul)，是本覺會在德國的一位老師，1993年在列繞林見過法王，她說：

「當我第一次見到法王時，自然生起了一種深刻而強烈的信心。當時由於經濟有限，我沒有多少錢和珠寶來供養法王。我對此感到非常難過，因為我想把我的一切都供養法王。

但是在心裡，我已經這麼做了。」

3. 簡·佩克漢姆 (Jane Packham)，是索甲仁波切的老弟子，一位資深的佛法老師，她說：

「我在 1994 年才開始追隨索甲仁波切，很遺憾沒有機會見到法王，但我們總是聽到索甲仁波切講法王的功德。

而且，列繞林和世界各地的本覺會，每天都在共修《緣起除障法》



圖 9.32: 現在的賈博拉·阿努爾



圖 9.33: 現在的簡·佩克漢姆

的薈供。薈供時，會播放法王念誦的《大自在祈禱文》，這個傳統一直保持到現在。

所以，雖然從未見過法王，但每一次薈供時，我們都能從法王的念誦中感受到他的加持。」

4. 雷娜特·漢德爾（Renate Handel），1993年作為索甲仁波切的侍者，她說：

「我對法王晉美彭措仁波切的印象非常深刻。與我以前見過的任何上師都不同，他是一位非常有力量的上師，極其令人難忘，而且那麼和藹和慈悲。

雖然我記不清他講課的具體內容了，但仍然記得他是那麼有力量。由此可以推斷，伏藏大師列繞朗巴在當年肯定也是一個與眾不同的人物。

還記得索甲仁波切對法王一行的接待非常重視，容不得半點閃失。法王來到列繞林後，他很在意法王的種種感受：在列繞林住得是否舒服？飯菜是否符合法王的口味？……我從未見過他對待其他來訪的上師，就像他對待法王一樣，整個過程一絲不苟。

能認識伏藏大師列繞朗巴的轉世，絕對是一次非常特別的經歷。」

5. 珍妮·舒爾茨（Janine Schulz），在提到法王時回憶道：

「1993年，藏地伏藏大師列繞朗巴的化身法王晉美彭措，到訪列繞林，與索甲仁波切見面。



圖 9.34: 法王觸動人心的笑容

當時有兩件事給我留下了深刻的印象：第一件事，法王剛到列繞林後不久，有一次在大帳篷裡講法時，他對在場的所有人說：『索甲仁波切是伏藏大師列繞朗巴瘋狂智慧的真實化身。』法王這樣說並不是因為我們對此有所懷疑。



圖 9.35: 把念珠掛在耳朵上是法王的一大特點

還有一件事，法王喜歡用紅色念珠，平時不用的時候，經常把它掛在他那碩大的耳朵上。」

## 頓超引導

8月30日上午，法王給大家傳了《文殊智慧勇識》的灌頂，講了大圓滿中頓超的引導法：

今天你們聽到的法，是諸乘之頂巔、諸教之總釋、三世諸佛之最深密意——大圓滿，它有外、內、密許多分類。這裡我簡單講一下光明頓超的實修法，它是極密心滴類的無垢宗軌，密類以下的法門中都沒有提到。

頓超包括前行、正行、後行三個次第。

第一、前行：分為三門引導身語意前行、三身引導四大瑜伽、覺性引導區分有寂的行為。



圖 9.36: 法王與文殊菩薩

1. 三門引導身語意前行：把自己的身體明觀為一個藍色的三股金剛杵，長時間做金剛坐式。斷盡一切分別念之際，觀心識的本體，自然安住，長時間護持，這叫「身前行」。

將身語意三者合而為一，觀想成「吽」字。按照《大圓勝慧》中所說，專心學修印持、修練、調柔、入道這四者，稱為「語前行」。

在尋找心的最初生處、中間住處、最後去處時，最初無有生處，直指為法身；中間無有住處，直指為報身；最後無有去處，直指為化身，這就是「意前行」。

以上這些稱為身語意前行。

2. 三身引導四大瑜伽：一般來說，在全知法王龍欽巴之前的時代，有廣修四大瑜伽的傳統，在他之後的今天，幾乎很少有人實修它。但按照續部自身的觀點，就像心融於地、水、火、風的聲音中一樣專注，護持覺性本體的境界，這稱為四大瑜伽。

3. 覺性引導區分有寂的行為：把自己觀想成六道眾生，隨意做他們的三門行為。妄念紛飛的時候，猛喝一聲代表方便和智慧的「吽」，令其戛然而止。隨後再三觀心識的本體，區分輪迴之邊與涅槃之邊，這就是區分有寂。如是區分究竟後，身不動，語不言，心一緣安住，處於本住等持中。之後，為了止觀雙運的等持入道或復原，首先相應聲聞而行持寂靜威儀，中間相應菩薩而行持中等威儀，最後相應忿怒本尊而行持威猛威儀。將此應用於日常威儀中。

以上簡單講述了前行次第。

第二、正行頓超：總的來說，各大持明者的引導方式有很多種，但這裡主要遵循全知麥彭仁波切，根據六個要點來講。

1. 身要：依任何一種三身坐式安住。法身坐式如獅子挺立，報身坐式如大象臥下，化身坐式如仙人蹲坐。

2. 語要：禁語，口中緩慢呼吸，一緣專注修行。

3. 心要：將過去、現在、未來的一切分別念斬斷於法界，自然安住來觀修。

這是三門的要點。

4. 門要：法身看式，眼向上視；報身看式，雙目平視；化身看式，雙目垂視。依靠這三種看式來修。

5. 境要：依於離垢虛空、日月燈光等。

6. 顯現要：有法界淨燈、明點空燈、覺性金剛鏈。「法界淨燈」是具有五光輻的大周遍藍色法界；「明點空燈」是如投石入泉般顯現內外多層的現相；「覺相金剛鏈」是如水晶珠嚴飾的金線般顯現彎曲動搖之相。



圖 9.37: 法王笑著摸了摸自己的頭

內在的自然慧燈，通過具足直斷的四直定見，眼、意、風三者不跟隨覺相金剛鏈而將它限定在法界淨燈與明點空燈的範圍內，一緣專注觀修。

以上是觀修頓超正行完整的六個要點。

這樣觀修時，首先，法界淨燈、明點空燈、覺相金剛鏈會全部顯現，這是「法性現量相」。這些越來越明顯、越來越穩固、越來越增上，就是「覺受增上相」。一切不清淨的顯現得以清淨，法界淨燈清淨為剎土，明點空燈圓滿為無量殿，覺性金剛鏈成熟為佛身，所現皆清淨的妙力已經圓滿，即「覺性如量相」。最後，一切清淨的顯現入於內明童子瓶佛身界中，獲得不現一切的堅地，稱為「法性滅盡相」。

第三、後行：以三不動為基礎，以三安住為定量，以三獲得來印持，以具四確信解脫量來如理實修。

這些就是光明頓超的實修攝要。我已經按照持明傳承祖師的竅訣，完整無誤地講完了。

## 離別心語

之後，本次傳法接近尾聲時，法王給道場的弟子們講了一段教言：

這一次，依靠特殊的緣起，我們具有引導六道的六能仁之數目、掛有「持藏法師」虛名的師徒六人，按照日月運行的方向，繞著整個地球轉了一圈，最後來到你們列繞林道場。我在這裡受到了索甲仁波切和所有道場弟子難以想像的盛情款待，如同母親對待遠來的遊子一樣，為此我發自內心地道聲感謝。看到你們如此精進地行持清淨正法，我不是故意當面讚歎，而是非常真誠地表示隨喜。

就像剛才主持人說的，兩位列繞朗巴的化身很辛苦，這確實是真的。索甲仁波切調化黃頭髮的人很辛苦，我調化黑頭髮的人也很辛苦（眾笑）。但我們兩個這輩子的困難只是微乎其微，未來要做的事可能會更加艱難曲折。我們倆的發心和行為都是隨學菩薩，要想乃至虛空際一直弘法利生，在這個越來越惡濁的時代，一切會變得越來越困難。



圖 9.38: 法王手持麥克風傳法

這種辛苦是你們所有弟子有目共睹的。對於我們兩個來說，給點吃的喝的，不算什麼大的恩惠，我們自己也會想辦法解決。最重要的是，利益眾生的過程是非常艱難的，希望你們不要把老上師一個人驅逐出境，拋棄他。大家應該齊心協力，以善妙的心和圓滿的行為，成辦弘法利生的事業。這是我的肺腑之言。

我們師徒的緣分，就像藏族俗話說的：「前言猶如哈達結，後語其上蓋印章。」不僅是這一輩子，生生世世都不會改變。倉央嘉措也說：「書寫之黑字，會被水滴抹，未繪之心畫，抹亦抹不去。」今後，不僅僅是索甲仁波切，他的任何一位真正的弟子，如果去藏地，我都會發自內心地歡迎。說我會給你們提供一切服務，那是假的。對我來說，這個世界上沒有比貝諾法王恩德更大的了，但去年他來藏地的時候，我也沒能供養一毛錢。如果你們去了，我不能保證給你們提供一切所需，但會盡力幫助你們。



圖 9.39: 與大眾合影留念

接下來，在諸佛菩薩的見證下，我最後做一些祝福：第一，願索甲仁波切長久住世，事業興旺；第二，願這個道場不斷發展壯大，自然享受圓滿四德；第三，願所有弟子以善心善行，為世界和平盡一份力，世間與出世間的一切善舉順利成辦；最後，願我們師徒今生能再相見，共享大乘妙法，命終後立即往生西方極樂世界，面見阿彌陀佛，親聽他的言教，獲得成佛的授記。從此成為文殊菩薩的伴侶，乃至虛空際，和他一起精勤廣行弘法利生的事業。



圖 9.40: 現在的列繞林

為了實現這些願望，祈求十方三世諸佛菩薩加持，尤其是在座的眾多上師善知識們，以及有信心有智慧的弟子們，要鼎力相助！

## 又採訪二十問

當天下午，法王接受了列繞林媒體記者的採訪。

1. 問：這次採訪的問題，是供大家學習用的。我們本來有很多問題，但最近您在傳法時已經解決了，還有幾個問題可以在這裡問嗎？

法王：可以、可以。

2. 問：這是您第一次來西方，是什麼讓您在這個時候做出這個決定的？

法王：我來這裡，主要是看能不能對弘法利生起一點作用。在此期間，從眾人的表情、心態的變化各方面觀察，我相信佛法對他們已經產生了很大的幫助。除此之外，這個時候我來這裡，沒有其他任何目的。

3. 問：您對西方佛教徒的印象如何？和藏地修行人有什麼不一樣？

法王：印象很好。在藏地，出家人非常多；在西方，出家人比較少，但信佛的人還是很多，這有點出乎意料。除此之外，似乎沒有太大區別。

4. 問：西方的生活方式與藏地完全不同，比如有許多東西讓人分心。佛教中有很多方法，哪一個更有利於西方人？您在這方面有什麼想法？

法王：一般來說，佛教的根本，是盡可能平息世間八法，而佛教的精要，唯一就是慈悲心。當然，要在一天之內平息世間八法，那是有困難的。如果慢慢地盡力平定世間八法，然後把慈悲心作為教育的主要內容，這對他們大有好處。

5. 問：西方人也應該主要修這些嗎？

法王：是的。

6. 問：索甲仁波切經常說，對上師的信心非常重要，您在講座中也談到了這一點。據說您的根本上師是托嘎如意寶，您對他主要事業最深的記憶是什麼？

法王：托嘎如意寶的主要事業，正如佐欽堪布阿吾拉貢（Khenpo Abu Lhagang）造的祈禱文中所說：「佛法戒律極清淨，教證法理講修弘，斬斷八法魔軍索，具德師尊前祈禱。」這也是他一生中最重視的事情。

7. 問：他在向弟子傳授大圓滿時，有什麼不共的特點？

法王：除了幾個有緣的弟子，他不會大規模地做大圓滿的灌頂和傳法。

8. 問：他最看重什麼？

法王：前面的祈禱文中提到，他和他的弟子最重視清淨戒

律、弘揚教法和證法、斬斷世間八法的魔軍繩索。這是他們一生都在做的事，也是教育別人的主要內容。

9. 問：您是伏藏大師列繞朗巴的兩大或三大轉世之一。很多西方人對一個轉世可以理解，但同時有幾個轉世很難想像，您能解釋一下嗎？

法王：從獲得一地起，在一個時際剎那，就能示現一百個化身；二地菩薩能示現一千個化身；三地菩薩能示現十萬個化身……獲得佛地時，能示現等同世間微塵數的化身。

至於列繞朗巴，他在世時就曾示現過化身，一個化身去了漢地，一個化身在衛藏講經說法，相關情節在他的傳記中有記載。所以，示現兩個化身是輕而易舉的事。

10. 問：關於列繞朗巴的諸位轉世，您還有什麼可以教誡的嗎？

法王：據說在伏藏大師列繞朗巴的授記中，說他會有 101 個化身，這是他的主要法主與弟子們曾經說的，我從未見過這方面的文字資料。但在《總集經教》中，是有詳細文字記錄的。

11. 問：您能講一下列繞朗巴諸位化身的未來事業嗎？

法王：列繞朗巴親口說過，他下一世的事業會更加興盛，教法住世長達五百年。

12. 問：很多大德都確認您是列繞朗巴的轉世，您自己對此有什麼記憶？

法王：從我自身而言，沒有太多。就算有，作為佛教徒也應該保密。我是一個比丘，而作為比丘，沒有特殊必要是不允許談論這種事情的。

13. 問：列繞朗巴是個傳奇的伏藏師，他的伏藏物和伏藏法有哪些與眾不同的特點？

法王：關於他的伏藏物，他可以在一兩天內，取出很多箱金佛像、寶篋等。而他的伏藏法，比如《長壽修法儀軌·如意寶》之類的深法，許多在藏地雪域未曾有過，非常不可思議。

14. 問：有人說，《緣起除障法》是在西方的空行母或其他人的幫助下才開啟的。這是真的嗎？

法王：那要看看列繞朗巴的傳記，我現在想不起來。

15. 問：我們所有道場長期修《緣起除障法》和《金剛橛》，以後還應該學修哪些列繞朗巴的伏藏法呢？

法王：他在世的時候，主要就是這兩個法。目前列繞朗巴的著作中也有許多法，最好盡量去實修，不用擔心會修得太多。但最重要的還是《緣起除障法》和《金剛橛》。

16. 問：過去出現過很多伏藏師，並廣傳伏藏法。未來在藏地等很多地方，興盛伏藏法的遠景如何？

法王：佛法沒有隱滅之前，鄔金蓮師的事業不會消失；蓮師的事業沒有消失之前，正所謂「遍地湧現伏藏師，猶如草地長蘑菇」，伏藏師會接連不斷地來到人間，開取各種伏藏法。

17. 問：那麼，西方會出現伏藏師嗎？

法王：當然。哪裡有所化眾生，伏藏師就會在哪裡降臨，他們怎麼可能只待在一個地方？

18. 問：您一生都生活在藏地，當年他們摧毀佛法時，您仍在不斷地修行和傳法。您是怎麼做到的？

法王：唯一就是祈禱三寶。依靠三寶的大悲力，我自己沒有遭受任何迫害和磨難，修行和傳法也沒有出現任何障礙。這就是三寶的加持。

19. 問：最近我得知，您以訪問教授的身份，在中國藏語系高級佛學院傳法。當時他們聽法和修行是認真的嗎？漢人對此的看法有沒有根本上的改變？

法王：那裡的學員不是特別多，但僅有的少數人也是表裡如一地喜愛佛法，熱衷於修行。我傳法的時候，大家都滿懷喜悅，並在認真修行。除此之外，我對大多數漢人的情況不太了解。

20. 問：最後，您對我們在座各位有什麼特別的教言嗎？

法王：好好，你們要對三寶有信心，尤其是對你們的上師仁波切有信心，要對一切眾生有慈悲心，要持之以恆地修持迅速成佛、稀有難得的光明大圓滿法。除此之外，沒有什麼其他的教言了。

## 親見法王如意寶

林谷祖古仁波切，是法王在列繞林期間的翻譯。多年後我們採訪他時，他是這樣說的：

「1993年，法王晉美彭措仁波切造訪法國列繞林時，我有幸作為仁波切的英文翻譯來承侍這位大德。對我而言，這是最珍貴的機會。那時，隨同仁波切的有他的妹妹阿里美珠和外甥女至尊門措仁波切，還有兩位極為出色的年輕堪布：索達吉堪布和南珠堪布。在這之前，我聽說過很多關於這位偉大上師鼓舞人心的故事，也知道喇榮。但這一次，直接從法王座下接受這麼多甚深的教法和灌頂，真的是我整個人生中最美妙的一段時光。

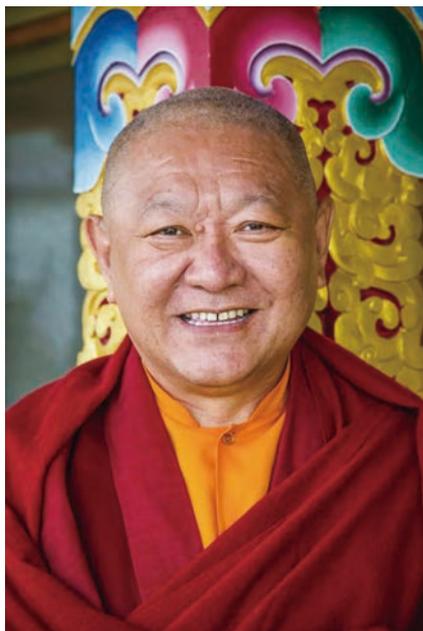


圖 9.41: 現在的林谷祖古仁波切

我自己不敢要求私下拜見法王，因為他的身體不太好。但一天早晨，十分意外地，堪布們把我帶到法王的房間，讓我有機會單獨與法王交流。在這樣一位偉大的上師面前，我所有的問題都瞬間消失了。不自覺地，我只是和他談起我在藏地的寺院，那是在康區一個很小的噶瑪噶舉傳承的寺院，叫林谷寺（Rigul

Gompa )。當時有一些『文革』後倖存的僧人正在重建寺院，當地的老鄉也在幫忙。我告訴法王，我們想盡力培養一些年輕僧才，但還沒找到一位能為他們授課的堪布。事實上，我每年都會寄些錢回去，讓他們不做別的，只能用在培養僧人上。法王於是跟我強調了聞思佛法的重要性，因為不聞思，就不知道怎麼完整地修習佛法……

我並沒有佔用法王很多時間，也沒有更多的想法和期待了，他的到來和他的教法對我來說已經遠遠足夠。

幾年後，我震驚地聽到一個消息：法王晉美彭措仁波切回到藏地後，在喇榮佛學院專門成立了一個『噶舉研修系』，並委任一名博學、有實修的堪布傳授噶舉傳承的論典。我甚至聽說，這件事情的其中一個緣起，是因為一位曾在西方為法王擔任翻譯的噶舉活佛做了這樣的祈請。

我不知道這個消息是不是真的，也不確定是否還有別的噶舉活佛為法王翻譯過。但確實如法王所願，之後藏地很多優秀的噶舉派堪布都是從這個噶舉研修系畢業的。我寺院裡的一些僧人也去了喇榮求學，他們不但成為了優秀的學者，也變成了真正意義上的佛法修行者。每個在喇榮學習過的人都會說，那裡的氛圍可以完全轉變你的感受，會讓你的修行變得容易又自然。

如今，喇榮依然延續著法王如意寶晉美彭措仁波切的佛法精神，在他的無盡加持下，眾多偉大的堪布們繼承了這一清淨的傳承。喇榮佛學院仍然是這個地球上最大的佛教中心，從佛法的興盛而言，它的影響力在世界上是無與倫比的。」

## 仁者無敵

帕特里克·加夫尼（Patrick Gaffney），畢業於劍橋大學，是一名翻譯和作家，也是籌備法王去列繞林的成員之一。對於法王的回憶和感悟，他有很多話要說：

「1993年，法王晉美彭措蒞臨法國列繞林。當時，作為籌備組的一員，我感到非常榮幸。我們早就聽說過法王在亞洲復興藏傳佛教學修傳統的不可思議的壯舉，同時也懷著極大的興趣期待著伏藏大師列繞朗巴兩位真實化身的相遇。



圖 9.42: 現在的帕特里克·加夫尼

三十年前，法王來到列繞林，在一個寬敞的大帳篷裡向大眾傳法。聽眾中有經驗豐富的喇嘛，更多的是參加了列繞林舉辦的三個月夏季閉關的佛教徒。當我聽到法王的開示時，瞬間被他那巨大的能量、滿腔的熱忱和由衷的喜悅所感染，更別提法王的淵博學識和深邃教言帶給我的震撼了。法王整個人坐在那裡，以及他傳法的聲音，對我們有著不可思議的攝受力。每天，法王都會給我們傳授寧瑪教法和大圓滿法，包括金剛樞修法、直斷、頓超。他的智慧和辯才源源不斷地流露，令大眾完全著迷，在場的大德也紛紛讚歎法王的甚深智慧。



圖 9.43: 法王清晰的笑容

法王賜予了列繞朗巴伏藏法的兩個灌頂，《緣起除障法》和《甚深精藏櫛》，這是兩個對本覺會極為重要的修法。法王還傳授了自己的伏藏法《文殊靜修大圓滿》。在賜予我們灌頂時，他非凡的氣度為我們營造出一種出世間淨觀的氛圍，讓我們在一切都是清淨顯現的感受中得到加持。在講到大圓滿修法時，法王流露出無比的自信和斷定，非常清晰地介紹了心性，讓我們與大圓滿傳承祖師建立起直接的法脈關係。追溯到大圓滿人間初祖嘎繞多吉以下的歷代祖師，似乎法王與每一位祖師都有著密切的私交。當然，法王除了深切的慈悲與熱情洋溢的慷慨，他身上還散發著一種極為謙遜的氣質。

傳法結束後，我們有幸對法王做過一次簡短的採訪。在休息時，法王欣然同意了我們的請求，林谷祖古仁波切充當翻譯，地方就在列繞林最早那棟樓的一個房間裡。那天下午，法王背靠著床，邊休息邊接受我們的採訪。期間，我鼓起勇氣問法王『文革』時是怎麼熬過那段艱難歲月的，我被他簡潔的回答完全怔住了。法王說：『我只是把全部的信心交付給佛法僧三寶，一切困難就都迎刃而解了。』這個簡短到令人懷疑的答案，清楚地傳遞出一個讓我們難以抗拒的信息，那就是信心帶來的鮮活力量，以及它能成辦種種事業的功德。

除了法王的不共功德和證悟加持，我還經常思考這位偉大的上師對列繞林帶來了怎樣的影響。當年法王來列繞林為我們傳法，從那以後，列繞林日漸發展壯大，不斷地傳授佛法，舉行法會、閉關禪修等活動。法王早年的蒞臨，不僅在眾弟子心中留下了持久的記憶，也對列繞林的未來發展產生了深遠影響。

對於我們來說，法王晉美彭措仁波切的到來，是歷史性的一刻，具有深刻的意義和不可能被遺忘的加持。這種無可比擬的偉大迴響，將長久地被我們感知。」

在這段回憶中，加夫尼提到了法王對他們道場的深遠影響。其實我也有這種感覺，不僅是列繞林，還有多傑丹瑪林、澤噶貢智仁波切的道場、嘉哲仁波切的扎西秋林和慧藏中心，都是剛建立不久法王就去了。直到現在，他們的道場仍然比較興旺，很多佛事活動也都在延續。可以明顯感覺到，1993年法王去了西方後，給很多道場帶來了繁榮和發展的緣起。

至此，法國的弘法行已經圓滿。



RETURNING

第 10 站

8/31 - 9/24

歸 來

# 行程

## SCHEDULE

8月31日，離開列繞林

9月1日，在巴黎轉機

9月2日，抵達香港

9月3日，《文殊靜修大圓滿》灌頂

9月4日，《緣起除障法》灌頂

9月5日，《項袋金剛橛》灌頂和開示

9月6日，飛抵台灣

9月7日，《蓮師灌頂》和開示

9月8日，《甚深精藏橛》灌頂和開示

9月9日，《文殊智慧勇識》灌頂和開示

9月10日，傳授破瓦法和開示

9月11日，《文殊靜修大圓滿》、《項袋金剛橛》  
灌頂

9月12日，《忿怒蓮師》灌頂和開示

9月13日，回到香港

9月14日，到達深圳，後飛抵成都

9月15日，上午為清定上師傳《長壽佛灌頂》

下午住院體檢

9月16日至17日，體檢

9月18日，出院

9月19日至20日，在茶店子為信眾傳法灌頂

9月21日至22日，到康定，向有關部門匯報行程

9月23日至24日，從康定出發，回到喇榮

## 經過香港

8月31日，法王離開列繞林，乘車到蒙皮立機場，飛了一個半小時到巴黎，晚上住在那裡。第二天下午，我們在巴黎轉機。飛行十個多小時後，9月2日抵達香港，住在香港白玉中心（Hong Kong Palyul Center）。



圖 10.1: 回程先抵達香港

貝諾法王為了廣利眾生，在世界各地設立了許多佛教中心，香港白玉中心成立於1990年初。1990年底法王從尼泊爾回來路過香港，在那裡住了兩三天。該中心直接隸屬於貝諾法王在印度的南卓林寺，寺廟的優秀僧人被派往那裡，住持道場並宣揚佛法。

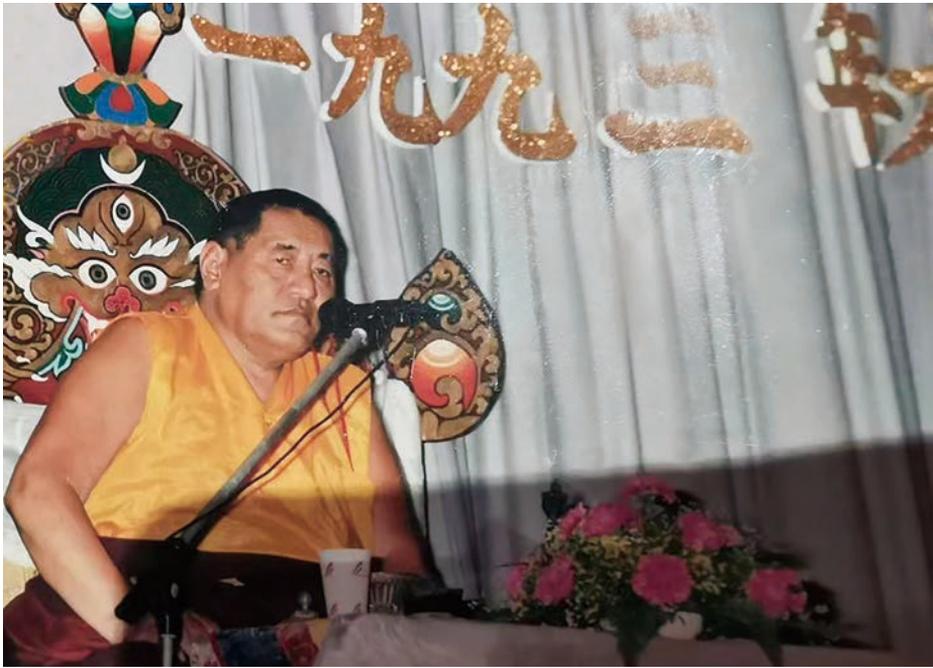


圖 10.2: 短暫在港的三天期間，法王無有停歇地繼續傳法

剛結束了在歐美的弘法，法王雖然特別累，但並沒有休息，而是在香港舉行了三天的傳法活動。這期間，我做漢語翻譯，其他人做粵語翻譯。

9月3日至4日，給白玉中心的一些內部弟子，做了兩場灌頂和開示。第一天是《文殊靜修大圓滿》灌頂，第二天是《緣起除障法》灌頂。

9月5日，在一個千人大會場，法王舉行了普巴金剛法會，給大家灌了《頂袋金剛橛》的頂，做了皈依，講了大悲菩提心的教言。從表情上也可以看出，他們對法王很有信心，主辦方還穿插了抽獎活動，現場氣氛十分熱烈。

這次在西方待了三個月，我發現東西方人的性格差異很大，感動他們的淚點不一樣，笑點也不一樣。雖然當時香港受英國管轄，還沒有回歸，但香港人的性格還是比較東方，感性、熱情、開朗，有什麼就直接表達出來。在他們喜悅的眼神中，法王傳法更加輕鬆，講了很多對他們有利的教言。



圖 10.3: 上千人的大會場坐滿了信眾

## 去台灣

9月6日，法王坐飛機一個多小時，從香港飛抵台灣桃園機場。許多當地信徒，包括藏傳漢傳、在家出家，手捧鮮花和哈達來機場迎接。



圖 10.4: 僧俗弟子在台灣桃園機場接機



圖 10.5: 台北

離開機場後，法王直接前往台北的新店白玉中心，這是貝諾法王在台灣的七個白玉中心之一，全稱是「白玉祥丘達吉林佛法中心（Palyul Jangchub Dhargye Ling Dharma Center）」。在台期間，法王一直住在這裡。

接下來，法王要進行為期六天的弘法活動，我負責每天的漢語翻譯。

9月7日下午，在新店白玉中心，法王傳授了《蓮師灌頂》，講了皈依方面的教言。門措上師傳授了《觀音灌頂》。

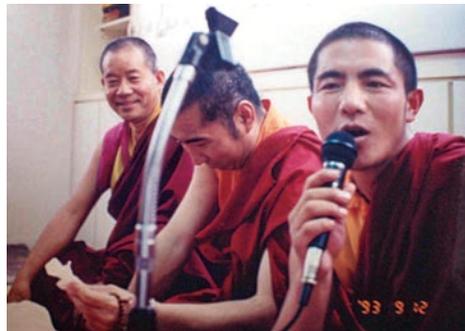


圖 10.6: 索達吉堪布負責漢語翻譯

9月8日上午，在新店白玉中心，法王傳授了《甚深精藏橛》灌頂，講了菩提心方面的教言。

9月9日，坐了三個小時的車到台中，在田璧雙居士1985年創立的密藏院（Tantrayana Treasury Dharma Center），法王傳授了《文殊智慧勇識》灌頂，並講述了修密法的重要性。當天乘車返回台北。



圖 10.7: 田璧雙居士恭敬頂禮法王



圖 10.8: 法王在新店白玉中心



圖 10.9: 法王在各個道場傳法



圖 10.10: 法王一行在台灣



འཇམ་དཔལ་ལྷན་ཅིག་གི་འཇམ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་

白玉祥丘達吉林佛法中心

HSIN TIEN PALYUL CHANG CHUB DHARGYE LING DHARMA CENTER

台北縣新店市中正路542-4號6樓

6F, 542-4, CHUNG CHENG ROAD, HSIN TIEN, TAIPEI, TAIWAN, R.O.C.

TEL: (02) 2182486-7 FAX: (02) 2183463

晉美朗措法王傳法預見表

貝諾法王

白玉傳承領袖

上午

下午

9月7日  
星期二

14:00 (新店白玉中心)  
蓮師灌頂(法王傳授)  
觀音灌頂(法王之女耶些措嘉轉世傳授)

9月8日  
星期三

10:00 (新店白玉中心)  
金剛普巴灌頂(法王前生尋獲之密藏)

9月9日  
星期四

中午(台中密藏院)  
蓮師或文殊灌頂加持

9月10日  
星期五

10:00 (新店白玉中心)  
頗哇法

9月11日  
星期六

14:00 (北平西路火車站礼堂)  
文殊和普巴灌頂(法王前生尋獲之密藏)

9月12日  
星期日

10:00 (新店白玉中心) 14:00 (新店白玉中心)  
忿怒蓮師灌頂 共修荟供  
大圓滿開示

HEAD OFFICE: NYINMAPA MONASTERY, P.O. BYLAKUPPE DT. MYSORE KARNATAKA INDIA 571104

圖 10.11: 法王訪台的弘法行程

9月10日上午，在新店白玉中心，法王傳授了破瓦法。

9月11日下午，在台鐵大樓演藝廳，法王傳授了《文殊靜修大圓滿》、《項袋金剛橛》灌頂。

9月12日上午，在新店白玉中心，法王傳授了《忿怒蓮師》灌頂，講了大圓滿的來歷和功德。下午和大家一起舉行薈供，然後接見了籌備方的相關人員。

9月13日飛回香港。



圖 10.12: 法王接見主要籌辦方



圖 10.13: 法王在貴賓廳候機

## 上師的上師

最近，我們採訪了丁乃竺，她是法王去台灣的主要籌劃者之一，也是最早的一批藏傳佛教弟子，曾於上世紀 80 年代邀請了許多藏傳佛教大德赴台弘法。在談起法王時，她回憶道：

「我在台灣大學哲學系讀書時，就接觸了藏傳佛教，在朋友的介紹下加入了五峰山南方寶生佛剎中心，那是台灣最早期的一個藏傳佛教中心。80 年代中期，我開始邀請一些仁波切來台弘法，也有幸邀請到了寧瑪派的教主貝諾法王。貝諾法王第一次來台是住在我家。那之後，貝諾法王又來過幾次，短短幾年就建立了白玉中心，攝受了眾多弟子。

1990 年左右，貝諾法王來台弘法時，親口對我說：『晉美彭措法王是我的根本上師，他來台灣時請你一定要盡力接待、好好護持。』聽到貝諾法王的話，我有點驚訝，因為他是如此了不起的上師，又是如此有份量的證悟者，那麼他的根本上師會是什麼樣的人物呢？

受到貝諾法王的囑託，我們非常重視晉美彭措法王來台弘法，與新店白玉中心、密藏院一起，為迎接法王的到來做了充分準備。1993 年 9 月，晉美彭措法王如約來到台灣，我們也見證了法王在台弘法的盛況。

無論法王在台北還是台中的活動，都有很多佛弟子慕名而來，有藏傳弟子，也有漢傳弟子，雖然他們秉承的傳承不同，但

都是為了與法王這樣偉大的上師結上法緣而聚集在一起。期間，有一場大型的灌頂活動，在台鐵大樓演藝廳舉行。為了那天的灌頂法會，我們特意提前為法王定製了一個近 2 米高的法座，並用八吉祥、各種鮮花等供品裝飾會場。

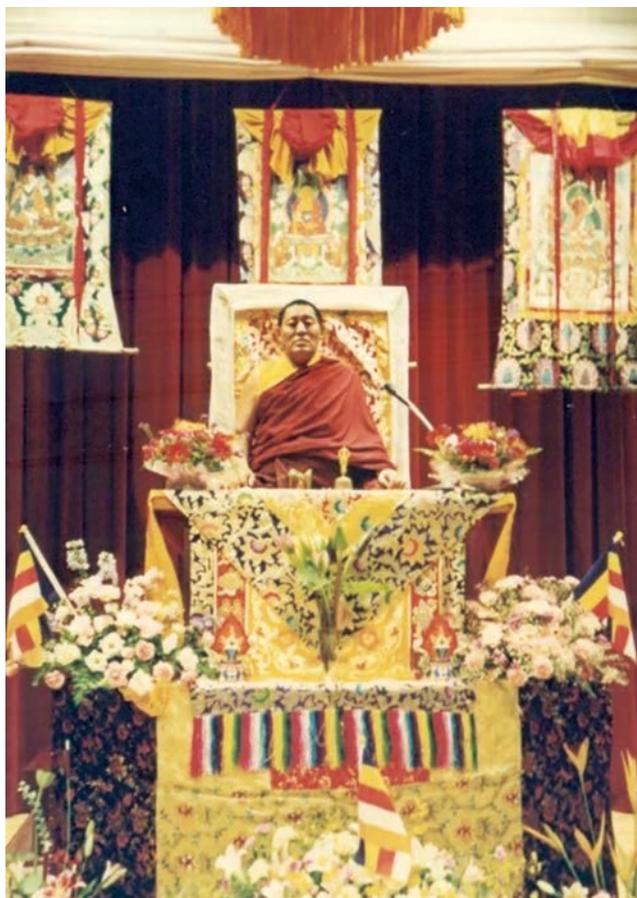


圖 10.14: 法王在近兩米高的法座上

第一次見到晉美彭措法王，我就深深感覺到他是一位非常有力量的上師。他的能量如此強大，讓我感到震撼。在見到晉美彭措法王之前，我有幸近距離接觸過敦珠法王和頂果欽哲法王。

這兩位上師也散發出巨大的能量，但相比敦珠法王那種極致柔和、近乎母性的能量，頂果欽哲法王那種高大、威嚴的氣勢，晉美彭措法王整個魁梧的身軀透露出一種如利刃般直接、鋒利的強大氣場。這種能量讓我印象非常深刻。

與晉美彭措法王同行的，還有兩位尼師，一位是他的妹妹，另一位是他的外甥女，也是益西措嘉空行母的化身。隨行的還有幾位喇嘛，其中一位是索達吉堪布，當時我很驚訝，這麼年輕的一個藏族出家人，中文竟然這麼好。他那時很年輕，有點不苟言笑，讓我們覺得有一些嚴肅，但又非常莊嚴。

法王在台的行程幾乎都是灌頂，我們也非常珍惜在他座下求得的每一個法。讓我感到特別的是，法王灌頂後，經常由他的外甥女來賜予灌頂相關修法儀軌、引導文的口傳。他的外甥女很年輕，很莊嚴，很安靜，全身上下透著一種如水般極其柔和的氣場。那個年代，不僅在台灣，就是在西方，也很少有女性上師傳法。所以這一幕，直至今天，我還記得清清楚楚。

灌頂期間，法王會時不時給大家講講他的一些經歷。我記得法王好像提過一次神奇的取伏藏經歷，那個伏藏是在飛機飛行過程中出現的，當時法王睡著了，然後取到了伏藏，細節記不清了。

我還從別人口中聽說過法王年輕時的一段經歷。當時的法王非常精進地聞思修行佛法。一天，一個年輕美貌的女人來到他面前，告訴法王，她是與法王具有宿緣的業手印，請他接受。法王想了想沒有同意，於是女人告訴法王，她會在某個地方等他一個月。結果一個月過去了，法王依然沒有改變主意。據說那個女

人就消失不見了。後來，法王遇到他的一位上師時提到此事，上師嘆了一口氣，說：『你只了解法莊嚴的一面，卻不懂它的另一面。』

法王的這段經歷對我啟發很大，尤其是他上師的那句話。作為一個修行人，不是只有出家才可以成就，在家也同樣可以。依靠佛法的加持，無論出家、在家，都能獲得殊勝成就。

作為接待方之一，我很榮幸能有機會單獨拜見法王。當時我帶著小女兒一起接受法王的摸頂加持，讓她種下善根。法王把他大大的手掌放在我頭頂，念著經文，一股暖流盈滿了我全身。那時，我得知法王患有眼疾，應該看不清周圍的一切。但在近距離接觸法王的過程中，完全看不出他是一個有眼疾的人。

其實，當時我白天要工作、照顧兩個女兒，工作之餘還要協助先生賴聲川一起處理表演工作坊的事務，非常非常忙。但是，晉美彭措法王來台弘法時，我盡全力調配了一切時間，參加了法王在台北的所有佛事活動。對於法王的到來，我們每個人都覺得非常幸運，非常感恩。

雖然法王已經圓寂近 20 年了，但每次想起他，一股強大的力量就會自然而然將我包圍。」



圖 10.15: 現在的丁乃竺

採訪結束時，丁乃竺摸了摸自己的頭髮，半開玩笑地說：「我的頭髮染成了彩虹色，因為我非常喜歡彩虹。即使這輩子不能成就虹光身，也要把『虹光』戴在頭上，時時提醒自己，總有一輩子要成就虹光身。」

## 回成都

9月14日一早，我們從香港坐車通過海關到達深圳。那時候每次過海關都有點緊張，擔心各種刁難或者檢查。還好，這次回來時比較順利。

通關後，法王去一家餐廳吃早飯。一些人專程從香港趕來送行，並請法王為他們題詞。法王用藏文親筆寫了一首偈頌，翻譯過來就是：「佛法遍十方，吉祥功德盛，施主康長壽，受用福祿增。」法王說，這也是對此次弘法所有結緣眾生的一個祝福。

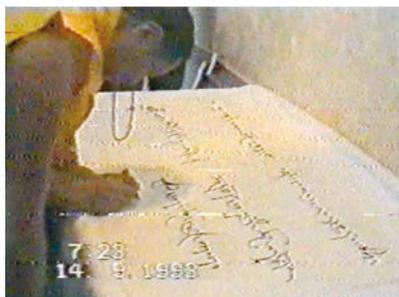


圖 10.16: 法王親筆為趕來送行的香港弟子寫了一首祝福的偈頌

在深圳機場登機後，兩個多小時飛抵成都雙流機場。成都的天氣特別熱，但是再熱也比不上眾弟子的熱情。學院裡很多出家人聽說法王要回來了，已經在這裡等了好幾天了。丹增活佛、慈誠羅珠堪布、希阿榮博堪布（Khenpo Sherab Zangpo）、齊美仁真堪布等高僧大德也從學院趕來迎

接法王。來自全國各地的許多佛教徒，這一天也聚集在這裡，人山人海，熱鬧非凡。當他們期盼已久的法王出現在面前時，100 多個日日夜夜的思念頓時化為淚水。他們大聲而激動地歡呼著，用各種方式表達著對法王的思念，據說這是機場建成以來最熱鬧的一天。



圖 10.17: 歷經 100 多天的歐美弘法行後，法王在眾多僧俗弟子的盼望下抵達成都

之後，法王前往康定酒店（今甘孜賓館）休息。坐車去的路上，我和齊美仁真堪布、諾爾巴堪布在一輛車上，我們愉快地聊著各種經歷。因為這三個月不方便通訊，我就問他們我父母怎麼樣了，想知道他們是否健在。答案是：「他們還在學院，一直在等你回來。」

來到酒店，看到法王身邊圍繞著這麼多老弟子，我覺得非常安心，不然，我一個人在外面還是會有各種擔憂。現在，法王在國外沒出什麼意外，平安歸來，我也可以鬆一口氣了，身上的重擔終於卸下來了。

那天晚上，我睡得特別香，這是我三個月來睡得最踏實的一次。

## 不變的信心

這次隨法王出去，我對他老人家的信心更大了。

在法王身邊，常常能感受到他非凡的智慧。依靠某種因緣，他自然會流露出一些不可思議的境界。這些都是法王與生俱來的，並不是通過今生努力才有的。它也是前後世存在的鐵證。

在我心目中，真正的善知識，就應該像法王一樣，除了他老人家，不會有更好的上師了。即使是蓮花生大士、龍欽巴尊者等祖師大德，也只是與法王生活的時代不同而已。如果法王身處那個時代，肯定和他們一模一樣。我經常生起這樣的信心。

這種信心不需要刻意觀清淨心，從法王的言談舉止哪方面看，他都超越了常人的境界。不管是誰，只要看到法王的身體，就能迅速轉變自己的心；只要聽到他的聲音，就會不由自主地被吸引；只要祈禱他的心，就會得到巨大的加持。這是佛菩薩與眾不同的地方。

在我依止法王的 19 年裡，從 1985 年第一次見到他，到 2004 年初最後與他分離，從來沒有產生過一剎那的邪見。現在想想，這應該是我這輩子最大的成就。

法王常說，弟子即使不願意，終究也會離開上師。法王離世後，我就像一個失去父母的孤兒，孤獨地留在這個

世界上，每次想起他老人家，心裡總是空落落的。我經常安慰自己：「上師的色身雖然融入了法界，但他的法身永遠不會離開。」即便如此，現在除了在視頻裡看到上師的身影，在錄音裡聽到上師的聲音，在夢裡接觸到上師的身體。這個世界上，再也找不到上師了。

對很多人來說，越接近上師，越覺得他像普通人，越容易發現他的過失。然而，我越接近法王，信心就越強，通過多年的依止，這種信心絲毫沒有改變，而且一天比一天堅固。父母離世後，對他們的思念可能會隨著時間而淡化，但上師離世後，那種思念越來越強烈。正如法王所說：「我一旦離開，你們可能會對我更有信心。」確實是這樣。

## 疾病消失了

我們 1991 年在綿陽、重慶等地建立了多個道場，在當地弟子的邀請下，法王答應 9 月 15 日前去傳法。但當天突然得知清定上師病危，阿里美珠也病重，法王不得不臨時取消行程，並派遣慈誠羅珠堪布、丹增活佛等四位弟子代替自己前去。

上午，法王前往成都昭覺寺探望了清定上師。當時，清定上師面容憔悴，病得很重。法王給他傳授了《長壽佛灌頂》，依靠這個緣起，清定上師的健康情況逐漸好轉。

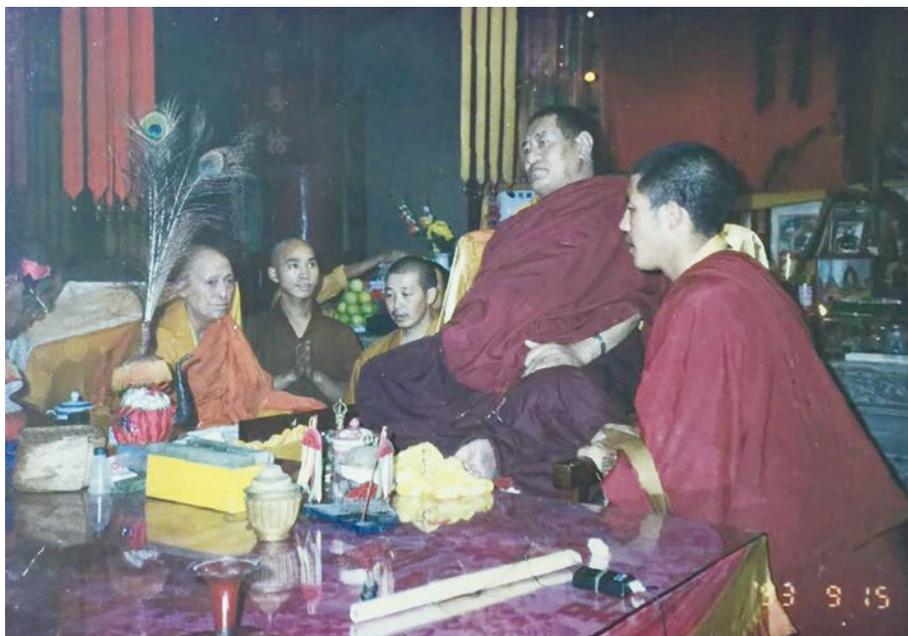


圖 10.18: 前往昭覺寺探望重病的清定上師



圖 10.19: 法王和清定上師

阿里美珠到陸軍總醫院檢查後，確診為急性闌尾炎。因為法王在國外很累，回來後也需要檢查身體，當天他們都住在醫院，我來做翻譯和陪護。阿里美珠原本需要手術，經過複查，醫生說可以先輸液消炎。結果輸液一天後，症狀基本消失。法王體檢了一兩天，沒發現什麼異常。兩天後，他們一起出院了。

出院後，法王住在茶店子，用中藥調理身體。與此同時，許多信徒從全國各地趕來，天不亮就在那裡排隊，樓道裡擠滿了人。法王為了滿大家的願，從早到晚給他們摸頂加持、灌頂傳法。

這期間，法王為了學院僧眾方便，還給男女眾買了兩輛東風大卡車。車上裝滿了一袋袋大米，準備回去分發給大家。

我沖洗了一些法王在西方的照片，作為法王回去後送給僧眾的禮物。

## 回到喇榮

9月21日從成都出發，到達康定。法王在那裡待了一天，向有關部門匯報了行程，並參加了一個座談會。

23日離開康定。路過塔公時，受到塔公寺的迎請，為舍利寶殿開光。隨後，在塔公覺沃佛像前，法王帶領大家念誦《普賢行願品》，並給寺內僧眾和當地信徒進行加持。

到達八美後，龍多活佛（Tulku Lungtok）在路邊搭起帳篷，也就是現在寺廟所在的地方，迎請法王休息。期間他供養法王兩個大海螺，法王當場吹了一下，然後送給了我們金剛降魔洲（Dule Namgyal Ling）。

傍晚時分，到達龍燈草原上的燃姑寺。因為法王的弟子很多，寺內每個僧人帶一個人去自己房間休息，其他人就睡在大殿裡。

24日早上從寺院出發。車隊抵達道孚時，法王為大白塔開了光，給信眾做了加持、開示。

這一路，隨處可見各個寺院的僧眾和信徒。他們有些在路邊搭起帳篷，祈請法王進去歇息，有些在路邊熏煙，歡迎法王歸來。法王時而搖下車窗，給他們摸頂加持，時而給他們做個簡單開示……



圖 10.20: 迎接法王歸來的僧眾和信眾

下午，終於回到了喇榮。身披黃色袈裟的僧眾在道路兩旁列隊，到處燃著熏煙、奏著法器，舉行了非常隆重的歡迎儀式。法王直接去了大經堂，向僧眾介紹了這一次的出國經歷。然後，在師徒重逢的喜悅中，法王回到了自己的住處。

至此，歸來的弘法行已經圓滿。



圖 10.21: 終於回到了喇榮，僧眾們無比歡喜與激動，燃著熏煙、奏著法器，隆重恭迎法王

# 後記

10月底，我和丹增活佛一起到色達縣城，花了五天時間剪輯我從國外帶回來的音像資料，並配以藏漢兩種語言的旁白，製作了一部關於法王西行弘法的紀錄片，時長約三個小時，然後做成VCD在學院裡流通。

之後，法王根據在美國時一髻佛母的授記，為了利益和自己年齡相仿的老年人、沒有緣分出家的在家人，決定建立一個藏族居士林，並著手修建居士林經堂。最早報名的有四戶人家，我父母是其中之一。後來隨著規模越來越大，居士林的人越來越多，覆蓋了喇榮溝下方的陽山和陰山。過去藏地沒有建居士林的傳統，法王的這一創舉無疑開啟了藏傳佛教的新篇章。

其實，不僅僅是居士林的建立，法王這一生還有很多不可思議的創舉。比如，「文革」後整頓僧團內部的弊病，違背戒律和誓言者不得與僧眾共住；在喇榮建立大規模的尼眾道場，廣泛攝受尼眾；去漢地傳播佛法，攝受漢族弟子……這一個個佛教史上不可磨滅的里程碑，彰顯了法王偉大的遠見和非同凡響的願力。

法王回到喇榮後，繼續按部就班地為僧眾傳法。冬天，講了龍欽巴尊者的巨著《大圓滿心性休息大車疏》。

雖然藏地的天氣非常冷，但圍在法王身邊享受大乘妙法，聆聽法王的諄諄教誨，每個人都覺得無比溫暖。

此後，在法王座下，我們一如既往地不斷聞思修行……

師教甜美甘露滴，加持溫度未消散，  
為令有緣智者喜，設此盛宴回憶錄。

身之青春日日衰，心之杲日時時明，  
此乃以信依師教，所嘗妙法甘露果。

大恩上師言教義，隻言片語不忍失，  
發心精進立文字，具緣諸眾令歡喜。

意義之要無錯謬，措辭若有欠妥處，  
於三根本護法眾，及諸道友前懺悔。

撰此若有少善根，迴向老母諸有情，  
願彼獲得上師果，無餘直趨本來地。

此《西遊回憶錄》，名為索達吉者於水兔年二月二十五日（2023年4月15日）撰著圓滿。



圖 11.1: 喇榮

# 附 錄

## 法王傳法一覽

- 上 冊 -

### 緣 起

6 月 15 日 鄔金蓮師、戰神格薩爾王、紫瑪護法祈禱文 / 020

### 第一站 美國·夏威夷

6 月 18 日 傳授菩薩戒 / 028

介紹大圓滿法 / 047

6 月 19 日 《文殊靜修大圓滿》灌頂開示 / 063

修行的基礎 / 063

6 月 20 日 與乃瓊護法神的因緣 / 071

觀修文殊上師瑜伽 / 076

觀修蓮師上師瑜伽 / 078

6 月 21 日 再次提到乃瓊護法神 / 088

## 第二站 美國·波德

- 6 月 23 日 佛教的慈悲觀 / 102
- 6 月 25 日 密宗的明心見性 / 113
- 6 月 26 日 米拉日巴的修行次第 / 127
- 6 月 27 日 談談香巴拉 / 145
- 6 月 29 日 告別金剛界 / 152

## 第三站 美國·洛磯山

- 7 月 1 日 開啟法門的三個原因 / 163
- 7 月 2 日 《大鵬展翅》第一節課（摘錄） / 167
  - 《大鵬展翅》第二節課（摘錄） / 171
- 7 月 3 日 《大鵬展翅》第三節課（摘錄） / 173
  - 《大鵬展翅》第四節課（摘錄） / 174
- 7 月 4 日 《大鵬展翅》第五節課（摘錄） / 175
  - 大塔前的開示 / 182
- 7 月 5 日 《項袋金剛槩》的獨特之處 / 188
  - 佛陀與佛法 / 191

- 7月6日 《文殊大圓滿》要義 / 203  
    《項袋金剛橛》略修法 / 212  
    離別祝福 / 215

#### 第四站 美國·納帕谷

- 7月10日 《傑珍寧提》第一節課 / 226  
7月11日 兩個實修深法 / 239  
7月12日 《傑珍寧提》第二節課 / 243  
7月13日 《傑珍寧提》第三節課 / 256  
7月14日 《傑珍寧提》第四節課 / 271  
7月15日 密宗保密原因 / 285  
7月16日 加持交付印持 / 290  
7月17日 《甚深精藏橛》 / 295  
    《佛子行》的功德 / 299  
7月21日 生死竅訣 / 323

- 下 冊 -

**第五站 美國·華盛頓**

- 7 月 24 日 四諦法輪 / 006  
7 月 25 日 天時地利人和 / 024  
7 月 26 日 《文殊靜修》的由來 / 033  
7 月 27 日 《手中賜佛》第一節課 / 045  
7 月 28 日 《手中賜佛》第二節課 / 062  
7 月 29 日 《手中賜佛》第三節課 / 079  
7 月 31 日 臨別贈言 / 098

**第六站 美國·紐約**

- 8 月 6 日 談談蓮花生大士 / 124

**第七站 美國·波士頓**

- 8 月 13 日 不落的太陽 / 147  
8 月 16 日 神奇的香巴拉 / 151

**第八站 加拿大·哈利法克斯**

- 8 月 17 日 採訪二十問 / 166

- 8 月 18 日 智慧與慈悲 / 175  
8 月 19 日 對三寶生起信心 / 189  
8 月 20 日 四種殊勝性 / 206  
8 月 21 日 兩個灌頂 / 210  
8 月 22 日 臨別忠言 / 222

### 第九站 法國·蒙皮立

- 8 月 24 日 我是列繞朗巴嗎？ / 232  
8 月 27 日 興盛金剛橛的緣起 / 242  
8 月 28 日 一生成佛的秘密 / 253  
8 月 29 日 直指心性的竅訣 / 275  
8 月 30 日 頓超引導 / 290  
離別心語 / 294  
又採訪二十問 / 297

# 圖片目錄

5.1	阿貢拉姆（左一）與僧俗弟子在機場迎接法王	3
5.2	法王加持小女孩（左上）；大眾來到機場大廳（左下， 圖片來源： <a href="http://palyulmedia.smugmug.com">palyulmedia.smugmug.com</a> ）；一名非裔 僧人與法王合影（右）	4
5.3	華盛頓全景	4
5.4	法王課程法訊及簡介	5
5.5	蘭斯伯格劇院	6
5.6	法王宣講「四諦法輪」當日恰逢佛陀初轉法輪日	8
5.7	法王看向虛空	11
5.8	佈置莊嚴的法座和傳法現場	14
5.9	法王開講前祈禱	17
5.10	聚光燈把法王襯托得金光閃閃	19
5.11	法王合掌，表情肅穆	21
5.12	根桑白玉秋林（圖片來源： <a href="http://www.tara.org">www.tara.org</a> ）	22
5.13	阿貢拉姆邀請法王觀賞水晶（圖片來源： <a href="http://palyulmedia.smugmug.com">palyulmedia.smugmug.com</a> ）	23
5.14	僧俗弟子分別在道路兩側列隊迎接法王（Henry Torrie 拍攝提供）	24
5.15	各個房間內架設閉路電視轉播傳法現場	24
5.16	法王拿著金剛槭加持大家	28
5.17	華盛頓紀念碑	29
5.18	索達吉堪布（左一）在林肯紀念館	29
5.19	林肯紀念館	30
5.20	越戰紀念碑	30
5.21	法王為逝者念經祈禱	30
5.22	國會大廈	31

5.23	法王一行參觀國會大廈（左）；現在的中央圓形大廳（右）	31
5.24	法王一行在美國首都留影	32
5.25	法王為阿貢拉姆戴上哈達加持（圖片來源：palyulmedia.smugmug.com）	33
5.26	1987 年法王帶領眾弟子在五台山靜修三個多月	34
5.27	法王在清涼石	34
5.28	法王在善財洞	35
5.29	法王在東台頂傳法	36
5.30	法王看向大眾（圖片來源：palyulmedia.smugmug.com）	39
5.31	萊特兄弟發明的「飛行者 1 號」	42
5.32	航空航天博物館（Qi Ziqiao 拍攝）	43
5.33	阿波羅 2 號（左）；阿波羅 11 號登月的紀錄片（右）	43
5.34	法王一行近距離感受先進的航空科技	44
5.35	法王傳法中（圖片來源：palyulmedia.smugmug.com）	49
5.36	法王超然的眼神（圖片來源：palyulmedia.smugmug.com）	52
5.37	法王在草坪上對西方僧眾教誡戒律的開遮持犯	60
5.38	此場景宛如佛陀在鹿野苑為五比丘轉法輪	61
5.39	法王傳講了三節《手中賜佛》的課程（圖片來源：palyulmedia.smugmug.com）	68
5.40	法王深邃的目光（圖片來源：palyulmedia.smugmug.com）	74
5.41	法王溫柔的目光（圖片來源：palyulmedia.smugmug.com）	82
5.42	法王慈悲而堅定的笑容（圖片來源：palyulmedia.smugmug.com）	87
5.43	莊嚴的法王	89

5.44	當年美國副總統艾爾·高爾的來信	95
5.45	白宮	96
5.46	白宮內部	96
5.47	白宮的走廊	97
5.48	向中國駐美大使匯報旅美行程	97
5.49	與中國駐美大使合影	98
5.50	草地上的自助餐盛宴	98
5.51	西方僧眾開心地與法王合照 ( 圖片來源 : palyulmedia.smugmug.com )	100
5.52	法王閒適地坐在餐桌前 ( 圖片來源 : palyulmedia.smugmug.com )	101
5.53	陽光照在法王臉上 ( 圖片來源 : palyulmedia.smugmug.com )	102
5.54	不論是出家或在家眾，法王真誠地祝願大家戒律清淨、行持十善 ( 圖片來源 : palyulmedia.smugmug.com )	103
5.55	法王與眾人親切交談 ( 圖片來源 : palyulmedia.smugmug.com )	105
6.1	美國最大的城市紐約	108
6.2	鮑爾瑞大街 222 號	109
6.3	「地堡」中的「蓮師中心」	109
6.4	紐約的傳法現場	110
6.5	法王在紐約的法訊	111
6.6	索達吉堪布和紐約喇榮顯密中心的成員	112
6.7	法王為道場眾人賜予加持	113
6.8	法王手持佛像為大家加持	113
6.9	每位佛教徒不論身在何處，都能開啟傳播佛法的事業	114
6.10	聯合國副秘書長致法王的信	114
6.11	聯合國總部前合影留念	115
6.12	不丹代表帶領參觀	115

6.13	《黃金法則》	116
6.14	法王在聯合國大會廳裡念誦《大自在祈禱文》，祈願世界和平	116
6.15	現在的珍妮特·嘉措	117
6.16	曾經繁榮一時的世貿中心	119
6.17	索達吉堪布俯瞰曼哈頓全景	119
6.18	法王與索達吉堪布	120
6.19	自由女神像	120
6.20	回憶起當年就熱淚盈眶的伊文·肖斯布蘭奇	122
6.21	法王安坐於法座上	125
6.22	東西方佛教徒恭敬地聞法	128
6.23	法王停下來等待翻譯	132
6.24	法王的教言讓聽聞者受益匪淺	133
6.25	法王與蓮師像	137
7.1	法王抵達波士頓	141
7.2	波士頓市區	141
7.3	法王在波士頓的弘法行程	142
7.4	法王在波士頓	143
7.5	傳法中的法王	144
7.6	法王賜予《普巴金剛》灌頂	145
7.7	觀眾凝神傾聽法王教授	146
7.8	法王總是熱忱地傳講佛法	147
7.9	法王燦爛的笑容	148
7.10	法王祝願加持美國弟子對佛法的信心永不改變	149
7.11	觀看大西洋	150
7.12	法王加持「石頭」裡的生命——牡蠣	150
7.13	法座上的法王從不疲憊	152
7.14	法王的慈悲周遍一切	155
7.15	傳授《格薩爾王》灌頂的現場	156
7.16	聽眾們全神貫注地看著法王	158

7.17	法王圓滿了波士頓的弘法行	159
8.1	索達吉堪布和身後一望無際的大西洋	163
8.2	索達吉堪布所拍攝的法王	164
8.3	索達吉堪布拿起相機捕捉難得的瞬間	165
8.4	法王心情愉悅地接受佛教媒體採訪	167
8.5	法王安住在特殊的境界中	168
8.6	時而嚴肅	169
8.7	時而輕鬆	170
8.8	法王恰如其分地回答所有提問	171
8.9	法王的眼神堅定而有力量	172
8.10	法王親切地看向提問者	173
8.11	達爾豪斯大學藝術中心外的活動告示牌（Marvin Moore 拍攝提供）	175
8.12	達爾豪斯伯爵	175
8.13	在達爾豪斯大學參加法王演講的聽眾	176
8.14	亮麗的法座（Marvin Moore 拍攝提供）	179
8.15	翻譯全神貫注地速記法王的教言（Marvin Moore 拍攝提供）	180
8.16	法王投入地開示	182
8.17	法王望向最遠處的聽眾，慈悲地關注著每一個人（Marvin Moore 拍攝提供）	184
8.18	法王繪聲繪色地傳講	185
8.19	法王看向台下的大眾（Marvin Moore 拍攝提供）	186
8.20	法王雙手揮舞著紅珊瑚念珠道別，並祈願與大家在極樂世界重聚（Marvin Moore 拍攝提供）	188
8.21	早年的多杰丹瑪林（上圖來源：dorjedenmaling.org）	189
8.22	多杰丹瑪即格薩爾王的大臣，也是法王前世丹哲意吾布美的父親（圖片來源：dorjedenmaling.org）	189
8.23	一縷陽光照在法王身上	191
8.24	來自美國、加拿大的數千名佛教徒在法王座下聽法	192

8.25	法王在帳篷中的法座上傳法（Dorje Denma Ling Archive 提供）	196
8.26	法王笑容可掬	198
8.27	法王與聽眾互動，大家紛紛舉手回應	201
8.28	法王與翻譯交流	202
8.29	法王傳授文殊灌頂	206
8.30	灌頂中加持信眾（Dorje Denma Ling Archive 提供）	207
8.31	法王慈悲地賜予灌頂和引導	208
8.32	傳授《項袋金剛橛》的灌頂	210
8.33	接著賜予《忿怒蓮師》灌頂	211
8.34	法王笑盈盈地看向聽眾	212
8.35	金剛護衛在旁隨護著法王（Dorje Denma Ling Archive 提供）	213
8.36	法王向上凝視	214
8.37	法王慈愛地注視大家	215
8.38	法王看向鏡頭	216
8.39	法王觀賞香巴拉軍隊的操練（Dorje Denma Ling Archive 提供）	217
8.40	特殊的法供養創造了未來佛教戰勝邪魔的緣起（上圖來源： <a href="http://dorjedenmaling.org">dorjedenmaling.org</a> ）	217
8.41	看完金剛護法們的表演，法王十分歡喜（Dorje Denma Ling Archive 提供）	218
8.42	法王、索達吉堪布、米滂仁波切等人	219
8.43	當年的理查德·佩辛格	220
8.44	穿著黃色外套的法王	221
8.45	法王臨別前給予開示	222
8.46	臨別前坐在法座上	223
8.47	信眾一一上前領受加持	225
8.48	法王把水晶輕輕捏成了食子狀	226
8.49	在機場準備啟程前往歐洲	226

8.50	法王在機場	227
9.1	大眾在路旁恭迎法王	230
9.2	索甲仁波切（右一）與主要代表恭迎法王	230
9.3	禪修者的白色小帳篷（上，Lerab Ling 提供）；傳法的大帳篷（下）	231
9.4	法王開始了在法國的弘法行程	232
9.5	索甲仁波切殷重地介紹法王如意寶	233
9.6	法王在蓮師唐卡前	235
9.7	法王停下來等待翻譯	236
9.8	列繞林大眾聚精會神地聽法	239
9.9	南珠堪布傳講教言	242
9.10	慈祥的法王	246
9.11	傳法中歡喜的法王	247
9.12	法王笑臉盈盈	254
9.13	法王傳法時神情投入	258
9.14	穿越時空的加持	260
9.15	來到列繞林後，法王講起課來滔滔不絕	264
9.16	索達吉堪布在列繞林結合法王傳記，介紹大伏藏師列繞朗巴及其轉世	265
9.17	堪布在納帕谷與觀眾互動問答	265
9.18	堪布在波士頓講了「三殊勝」和「無我」的教言，並念了金剛橛儀軌傳承	266
9.19	年輕的門措上師在傳法	267
9.20	門措上師在夏威夷（左，Joshua Mulder 提供）；門措上師在馬里蘭（右，圖片來源： <a href="http://palyulmedia.smugmug.com">palyulmedia.smugmug.com</a> ）	268
9.21	門措上師與西方弟子結下殊勝法緣（上圖在紐約，中、下圖在納帕谷）	269
9.22	門措上師明亮的眼神	270
9.23	索甲仁波切邀請法王去山頂煨桑（Lerab Ling 提供）	272

9.24	法王與諸位佛教大德開心交談（Lerab Ling 提供）	273
9.25	法王和索甲仁波切	273
9.26	法王緩緩走在林中（Lerab Ling 提供）	274
9.27	一行人於瀑布邊的茶屋休息聊天	274
9.28	笑容可掬的法王（Lerab Ling 提供）	276
9.29	法座上的法王	279
9.30	法王的種種笑容	280
9.31	大家非常珍惜來之不易的聞法機會	285
9.32	現在的賈博拉·阿努爾	287
9.33	現在的簡·佩克漢姆	287
9.34	法王觸動人心的笑容（Lerab Ling 提供）	289
9.35	把念珠掛在耳朵上是法王的一大特點	290
9.36	法王與文殊菩薩（Lerab Ling 提供）	291
9.37	法王笑著摸了摸自己的頭	293
9.38	法王手持麥克風傳法	295
9.39	與大眾合影留念（Lerab Ling 提供）	296
9.40	現在的列繞林	296
9.41	現在的林谷祖古仁波切	302
9.42	現在的帕特里克·加夫尼	304
9.43	法王清晰的笑容（Lerab Ling 提供）	305
10.1	回程先抵達香港	311
10.2	短暫在港的三天期間，法王無有停歇地繼續傳法	312
10.3	上千人的大會場坐滿了信眾	313
10.4	僧俗弟子在台灣桃園機場接機（Tantrayana Treasury Dharma Center 提供）	313
10.5	台北	314
10.6	索達吉堪布負責漢語翻譯	314
10.7	田璧雙居士恭敬頂禮法王（Tantrayana Treasury Dharma Center 提供）	315

10.8	法王在新店白玉中心 (Tantrayana Treasury Dharma Center 提供)	315
10.9	法王在各個道場傳法 (Tantrayana Treasury Dharma Center 提供)	316
10.10	法王一行在台灣 (Tantrayana Treasury Dharma Center 提供)	317
10.11	法王訪台的弘法行程 (Tantrayana Treasury Dharma Center 提供)	318
10.12	法王接見主要籌辦方 (Tantrayana Treasury Dharma Center 提供)	319
10.13	法王在貴賓廳候機 (Tantrayana Treasury Dharma Center 提供)	320
10.14	法王在近兩米高的法座上 (Tantrayana Treasury Dharma Center 提供)	322
10.15	現在的丁乃竺	324
10.16	法王親筆為趕來送行的香港弟子寫了一首祝福的偈頌	325
10.17	歷經 100 多天的歐美弘法行後，法王在眾多僧俗弟子的盼望下抵達成都	326
10.18	前往昭覺寺探望重病的清定上師	329
10.19	法王和清定上師	329
10.20	迎接法王歸來的僧眾和信眾	331
10.21	終於回到了喇榮，僧眾們無比歡喜與激動，燃著熏煙、奏著法器，隆重恭迎法王	332
11.1	喇榮	335

# 編按

本書為索達吉堪布編著的《西遊回憶錄——三十年前隨上師去歐美》之繁體中文版。

《西遊回憶錄——三十年前隨上師去歐美》一書中，索達吉堪布仁波切不僅以近侍弟子的身份重現了法王如意寶三十年前講學歐美的卓越風範，更是集結了法王的精萃教言。初讀之時好似在堪布的帶領下，回到三十年前，與法王一同踏上歐美的弘法旅程，經歷各種異國風情和趣事。再再閱讀時，則逐漸沉浸到佛法的喜悅裡。書裡匯集了法王三十年前弘法過程中的開示和言教——從佛教與其他宗教的共性，到佛法的道次第、顯密教法、乃至大圓滿法。透過法王這些深入淺出的妙語，讀者能夠輕易地體悟佛法的精奧，堪為佛教徒終生修行之指南。

在從原文簡體中文轉成繁體版的過程中，雖然存在一些文字表達的差異，但為保證法義的精準性以及傳承的加持力，編者嚴謹保持索達吉堪布仁波切的原文。在此基礎上，考慮到讀者閱讀的流暢性，編者將地名替換成了繁體中文慣用的表達，並且為書中提到的主要城市景點、參訪的道場、佛教尊者之名等附上英文以供參考。至於書中大量的密宗教法、儀軌等名稱和譯文，雖然在繁體中已有一部分慣用的術語，但編者並未做改動和調整，而是完整地呈現了堪布的譯文和表達。

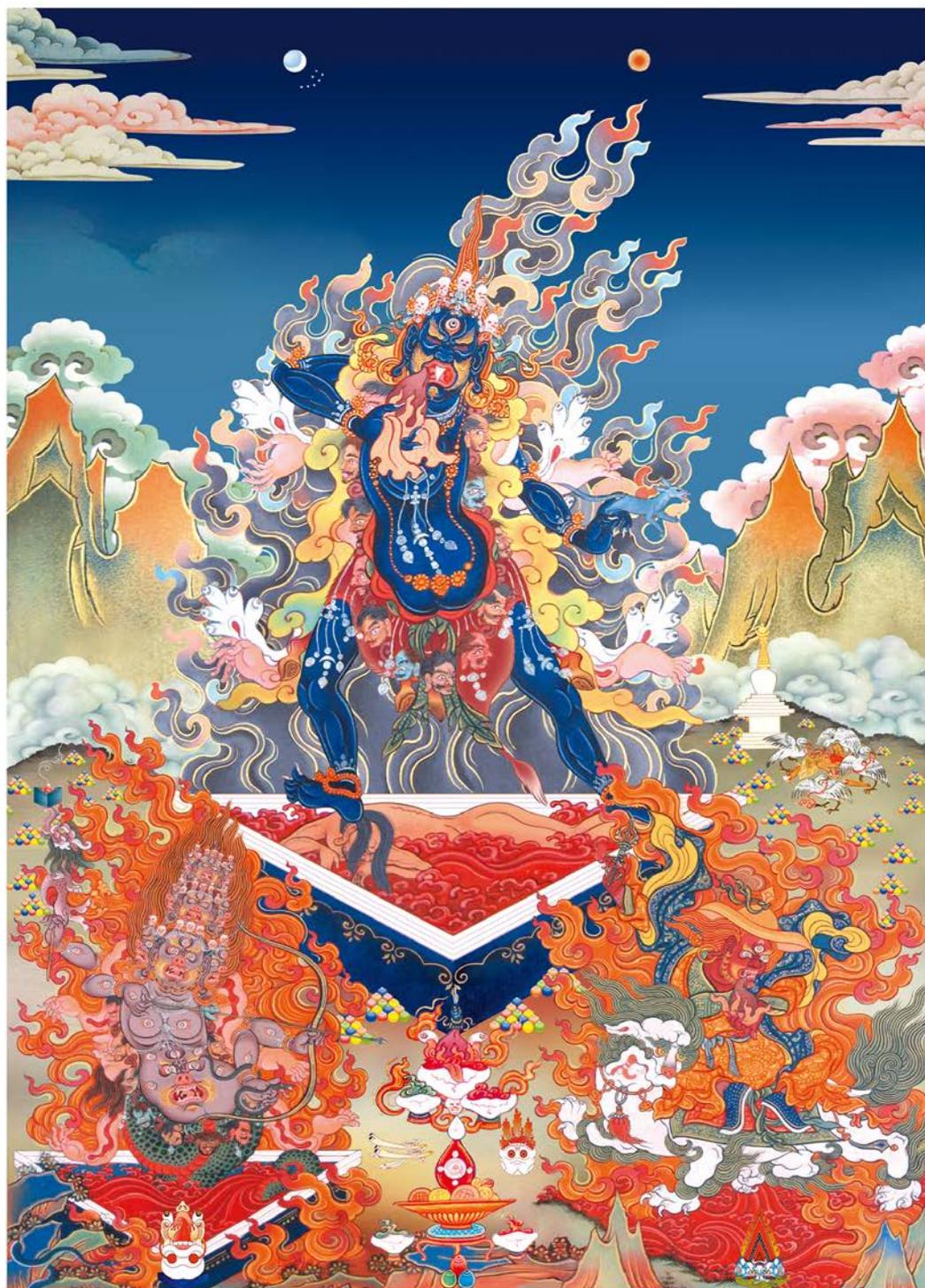
索達吉堪布仁波切不僅是一位精通顯密教法的上師，更是一位漢藏佛法互譯的權威譯師。弘揚大圓滿法的偉大導師法王如意寶，親自授權索達吉堪布翻譯並傳講大圓滿法，並為此親手賜予堪布無垢光尊者像一尊。為使中文弟子能系統地學習藏傳佛教，堪布將大量的藏文經論翻譯成中文。此外，堪布亦將《地藏菩薩本願經》、《觀經》等漢傳經典譯成藏文。堪布仁波切日不缺講，夜不乏譯，利益了無數漢藏弟子。

在此，特別感謝普賢法譯小組協力校對繁體文字、對一些名稱的使用提出寶貴建議，使這套繁體版更加完善。另外感謝科羅拉多大學的格倫·艾薩卡瓦（Glenn Asakawa）授權提供波德站首頁風景圖和肖恩·貝格蕭（Sean Bagshaw）拍攝提供洛磯山站首頁風景圖給本書使用。

在編輯的過程中，編者盡力讓繁體版達到完善，給讀者一個最好的閱讀體驗。但若仍有不足之處，望各位讀者海涵及斧正。

2023年，剛好是法王如意寶赴歐美弘法三十週年暨圓寂二十週年的特殊的一年，為創造吉祥緣起，《西遊回憶錄——三十年前隨上師去歐美》同時發行了包括繁體中文在內的多種語言版本。以此善根，願法王如意寶傳承法脈興盛於十方，結緣眾生速疾獲得上師無別之果位！

《西遊回憶錄》繁體編輯小組



護法三怙主



khenposodargye.org  
contact us: [info@khenposodargye.org](mailto:info@khenposodargye.org)



ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྩ་དྲུག་པ་འདི་དཔེ་ཚའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཚད་ཅི་ཅི་འདྲར་  
བཞག་མས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཙུ་རྩུང་ལས་གསུངས་སོ། །