

第二次的達賴喇嘛弘法

喇嘛江秋在參加達賴喇嘛的灌頂法會後，當晚於中心共修時的開示

如果我們去聽達賴喇嘛演講，覺得很順、好聽，就只是如此的話，他開示的內容及我們自己是一點也沒有關係。但若回來之後我們能依上師的開示去修持，在心理上作調整，行為上作修正，這樣對我們才有助益。在演講中必定有一些很殊勝的道理，是平常我們沒聽過的，依照這些道理去實修的話，真的會對我們有幫助；如果我們平時所想的、或做的跟上師所教導的是一樣的話，我們就應該加強它，繼續做下去。參加法會是很有意義的，但我們如果只是去湊熱鬧，去追求上師的加持，就只比你沒去還好一點。平常我也不反對你們去參加一些法會，但我認為參加法會，要有正確的「機」才會有收穫。相反而言，如果只是想要加持或立刻得到一些好處，那就沒有大的幫助。在今天的演講中，達賴喇嘛開示說到：（這也是我平時所想）成佛是我們修行的目的，要將它擺在很遠的地方。你的目標是成佛，所以就穩定地一步一步走去。終有一天到達。如果只是現在很用功、努力，把它看成很容易、很快就可以達成的話，這種方法絕對不會到達目的地，尤其我們現在的生活，我們都在「忙」之中去修行，成佛真是連想都不用想了，試問我們在一年之中，能有多少修行的時間呢？但是，修行是累積的，講清楚點，做好事或做壞事都是過日子，但做壞事絕對沒有好處，所以我們要做好事，如果把修行看的太容易，會產生很多問題。所以最重要的是要用身口意認真的作一些福德，當福報夠時，就能解決我們很多問題。尤其是如果了解業力因果，對我們會很有幫助。我們人是須要快樂的，如果我們用貪心去追求快樂，那永遠也不會滿足，貪心只會增盛。如果了解業力因果，心裡若能懂貪心、嗔心的壞處，你會明白追求外象是沒有用的，因為我們想要的不是這些，這世上我們需要的東西不多，但想要的東西太多了。所以我們若清楚自己真正不需要那麼多，我們會很快樂。就目前而言，在座的每一個人吃的、穿的、住的，都不，可是如果我們用貪婪的角度去想，就什麼都了。如果我們去想很遙遠的事，誰也想不清楚，我們的壽命有多長？誰也不知道，我相信如果你有長壽的福報，命中該得到的不管你追不追求都會得到。佛曾說過，過去我們所做的福德，現在可以用。我們已經帶來了一些福報，這些福報是跟著我們的命一樣長的。所以如果心裡知足、滿足，

自然可以過的很好，很快樂。如果你貪心的話，什麼事都做的出來，但它絕對不會帶給你快樂。就像我平常說的，我們要做一些福德。今天達賴喇嘛灌頂時也說：我只是幫你們灌頂，灌頂是得到了，但若沒有修持，就沒有什麼大意義。所以平常在家有空的時候，要盡量用功，在家沒有空，就應該來參加共修，我會帶著大家修法。參加共修是很重要的，千萬不要小看。我們平常自己思維、觀照自己，心中生起貪嗔癡時要告訴自己，不能有如此的心念，最要緊的是，自己非常清楚自己所做的事，這是真正的修行人，平常我們糊裡糊塗去造業，若我們能捉住自己的心，很清楚自己做的事，那造惡業的部份就會減少，我們所做的都會是好事，所以能夠不忘記自己，專心認真觀照自己，是非常重要的。



尊聖的 達賴喇嘛 第二次蒞台弘法

尊聖的 達賴喇嘛於四月初時，再度來台弘法，可謂佛教界的一大盛事。達賴喇嘛尊者幽默的話語及睿智的神情令人折服，尤其是尊者在開示有關“菩提心”的教法時，有感於過去大菩薩慈悲心，尊者因而感 落淚。

此次弘法法會，在中國佛教會的領導下，各界齊心襄助，使法會順利圓滿，尊者的法雨遍灑寶島，利生中心表示隨喜贊歎。祈願 達賴喇嘛尊者，在很快的將來，三度前來台灣。



與喇嘛江秋閒談偶得



最近一次上山的路上，喇嘛胸懷暢開，跟我聊了許多，字語殊精，在此簡記如下：

我問：顯密在見行上的差異是什麼？

喇嘛江秋回答：基本上顯密在見道上是沒有根本的差別，你的意思是應該是在問台灣大乘顯宗的修行人與西藏藏密佛法修行人，這兩者在對佛法見解心態上的差別吧？我的想法是大部份台灣的佛教徒比較重視現世福報的實踐，比如現在很流行舉辦“祈福法會”，似乎大家都希望藉著祈福來消除現下一切的障礙。

基本上祈福是一件很好的事，藉著祈福來消除自己與眾生過去，現在與未來的業障，在佛法上是有這樣的法門。所以像有人來請法時，我通常會向請法者說明業與因果的觀念，佛法本身是不會有錯的，我們主要的問題是在根本上對佛法的要義認識不夠所致，如果我們能對佛法的要義精髓有所體悟與瞭解，那心中便會很坦然舒服，不會想要再多求什麼，比如說上師要你修噶瑪尼貝美吽，你便會心無旁騖地去修，而不會想東想西的。

再問：所以最重要的便是要瞭解佛法的要義精髓囉！那佛法的要義精髓是什麼呢？

喇嘛江秋：因果，因果的道理是一切佛法的基本亦是最殊勝的見解，沒有因果那佛法跟外道是沒有兩樣的，因為瞭解因果所以知道現下所受的一切苦樂是

過去所造之業而成，而未來之苦樂則取決於現在之所做，過去所造之業因為已經積造，所以後悔抱怨是沒有幫助的，所以深信因果才知道放下。

那我覺得因果知道是知道但卻無法擺脫業力的巨風，一直隨著業力的追逐又令我們無知的去造作新的惡業，這就是輪迴的眾生（喇嘛這樣強調）。

接著喇嘛江秋做了以下說明：

要瞭解止觀首先要講一下心的本質。眾生都是有心的，一般我們所看到的眾生是有身跟心的，但更有無數的眾生只有心而沒有身的存在。

當我們在行善業的同時，我們的身旁的無量眾生是與我們一同行善的；而當我們在造惡業的同時，我們的身旁的無量眾生是與我們一同在造惡的。

心的本質是什麼呢？

有三：一是清、二是明、三是空，

什麼是“清”呢？清是能清楚的瞭知一切外顯內在的現象；

什麼是“明”呢？明是能明辨一切外顯內在的現象的差異；

什麼是“空”呢？空是無有阻礙清明的本質能無礙的運作；

比如說呢，空就像是一條道路，而清及明便如在道路上行駛的汽車。沒有道路，車子便無法行走。也就是說，清及明是要依於空才能發揮作用的。



比丘 確吉蔣措

門的願心。大乘法門的願心，就是我們將我們所聽聞得獲的法教，能夠真正的帶入實修當中，不只是爲了我們一己痛苦的脫離，而是爲了幫助所有無一例外的眾生，都能夠得到真正的利益。所以當我們在聽聞法教，領受開示的時候，應該保有非常正確的態度，也就是要有一心的專注力，以及純正的 機發心。

爲了能夠讓我們真正聽聞到所傳法教的文辭跟含藏的義意，真正了解它的真義；爲了幫助我們自己能擁有正確純正的 機，在我們心中常保這樣的善念；同時爲了讓我們自己能夠牢記這個所傳法教的文辭和意義。爲了能夠讓上述這三點真正的發生，最重要的是我們要保持我們心的安止，我們的心沒有任何妄念、混亂的干擾，而能讓我們的心，真正的安住在明 及淨純的境界當中，這是非常重要的。因爲一般來說，我們的心都不處在這種安止當中，都不斷的在不安止當中混亂，讓我們的心，無時無刻充斥著各種妄念的干擾和混亂，同時我們的心，也會隨著妄念和念頭而流轉。因此，有的時候我們會聽聞佛法，了解它的意義，但是沒有聽清楚它的文辭，或著是聽到了文辭，但是沒有真正了解它的意義，這都是因爲我們的心，無時無刻不隨著念頭到處流轉所使然，所以在這 掘滬威I是：當我們在聽聞佛法、領受法教開示時，我們的心必定要保持在安止、淨純的境界當中。有時候即使我們的心沒有被這種念頭的干擾、混亂完全占據，卻在領受法教之前，對即將領受的法教，自己先準備好一些見解，例如你從其它書上面學到了一些知識，或是來自聽過的事，或是我們個人現有的主見和概念，那麼我們很習慣 的，會加上自己的意見、自己的主觀概念進去。所以當我們領受法教、聽聞佛法講示的時候，如果我們沒有開放清淨的心，準備好

來領受法教，是以我們已經準備好的主觀概念，要加入在我們將要領受的法教中，這種主觀概念，將有可能會阻斷我們聽聞及了解法教，這是有可能的。所以我們應該保有開放的心，沒有預設概念的領受法教。如此，安住我們的心，同時將我們的心從會阻撓我們了解真實意義的主觀概念中解除出來，前者是讓我們的心安住在安詳和純淨中，我們要準備好我們的心，那麼就要透過禪修，因此這個課，就從禪修開始，讓我們的身體自然的放鬆，同時我們的心自然的放鬆，沒有任何壓力，沒有任何緊繃，沒有任何的造作。

爲了針對無數所有不同根器、不同需求的眾生，釋迦牟尼佛以他甚深的智慧及無上的善巧，開演了無數無量的法門，所有無數一切佛陀的法門法要，都含藏在三藏之中。三藏所有的要點，都是爲了能夠幫助所有一切眾生，去除他們的惡業，同時也是爲了幫助所有一切眾生能夠去除一切的煩惱習氣，特別是爲了能夠幫助所有眾生從痛苦的根源-我執-中解脫出來、拔除出來，因爲一切痛苦的根源是來自我們的我執，因此佛法是爲了對治不同根器眾生的需求而開演的。以三藏中的第一個律藏爲例，律藏是著重於戒行、行爲之上，在律藏中，著重於什麼樣的行爲是會讓我們造作、累積惡業，要如何才能夠避除惡業的累積，換言之是累積善業。第二個是經藏，它著重煩惱是一切痛苦的根源，同時來教導我們如何能從不同的煩惱當中解脫出來。第三個是阿毘達磨 (abhidharma梵文，論部之總名)的論藏，著重於煩惱的根源是我執，因此如何能夠達到無爲、讓我執真正的根除，逐漸使我執全部根除，所以佛陀開演無量法門的精髓，是如此經由經律論三藏精確的表達。

在這三藏之中，每一藏都有它兩個要點存在：第一個是相對方面的，我們可以說是方法上、法門上或稱爲學識上的。就方法上、法門上而言，它可以含藏無數的要點、很多的可能 或哲理，可以依照不同的次第來修學、學習，這是屬於三藏在學識、相對方面的。第二個是屬於三藏在智慧方面的，或稱爲究竟真理面的，這是專注於實修上，尋求內在修持展露的。所以整個三藏專注所在是：要如何才能將法的真實義闡釋出來，同時融入在實修當中，這是屬於智慧面的，從實修者的觀點來看的。因此經律論三藏都是具有兩方面的，一個是哲理面、相對面的；另一個爲實修面的。

真正來說，我們應該融合上述兩種方式來修學一切佛法，學識上面和實修上面。剛開始時，主要專注於學識或法方面的累積，這樣能夠幫助我們熟悉相對的法門的修持。逐漸的我們可以將這學識上的學習跟實修融合在一起，最後我們可以漸漸地將專注轉移到實修上。這是一個非常理想的修學方式。就如同阿底峽尊者所說的：時間是非常的短暫，而學識是無限的，我們的生命是無常的，所以我們應該要像一種鳥類一樣，能從牛奶與水混和的液體，吸取出牛奶的成分。就如同我們現在所處的環境當中，相對於我們要學習的無限領域而言，我們的時間是非常短促的，死亡無常是隨時會來臨的，生命是無常的。如此我們別無選擇，從實際的角度來看，最重要的重點應當放在能夠了知實修面的佛法精要，就如同天鵝從水中吸取牛奶的方式，我們應當要能夠選擇法教的精要，即是修持佛法。

仁波切知道愈來愈多人對佛法、佛法的學識方面有興趣，一般而言，這是一個好現象，仁波切關心的是：有多少對佛法有興趣的人，能夠實行佛法，就是真正來作實修。但是通常對佛法產生興趣的人，似乎有一種特別的概念：他們認爲：對佛法愈了知、獲得越多佛法的學識，將會對自己愈有利益。在面對難題

、混亂、困難來臨時，他相信佛法會給他答案，同時幫助他來解決這些困難。透過佛法知識的蒐集，能夠幫助他解除內心的衝突、煩惱，使心中的衝突、煩惱得以消弭。所以他會到這裡領受一些法，到那裡再領受一些法。他會認爲：如果法的學識蒐集的愈多，這就表示自己愈好。這樣就好像在看報紙一樣，看越多報紙就有越多知識，這樣就覺得自己越好。對佛法的態度也是和看報紙一樣，哪 冪卍桶調 完整的新聞，哪 媒I讓他得到更多的知識，這裡看看那裡看看，到處在蒐集。如同前面所提到，如果我們僅以這種相對的哲學面來學習佛法，我們所學到的就是法上面不同的次第、不同的層次、不同的領域等等。但是當你實際面對的問題，痛苦的問題是源自於惡業，當你面對因爲煩惱、我執而帶來的痛苦的時候，你所蒐集、所累積的學識，根本無法來幫助我們對治這些難題、痛苦。所以對治這些難題、痛苦，要將心和法融合，要將法的修持與所面對的問題互相影響，如果沒有這樣的互相影響，僅僅只是想要透過學識上來有所幫助的話，這對我們來說是根本沒有助益的。所以當我們面對時間的短促，以及各種不同的難題的時候，我們應該持有的方法是：將我們的心專注在一法上，好好的來學習，這樣一定會產生很強烈的影響，然後將它應用在實修上，這時候你可以就自己的經驗告訴自己說：這個是真正對我有好處，這真的有效用！這才是從實修面來趨近佛法的最佳方法。專注於一法的要義和重點上，而不是四處徘徊、四處累積各種佛法的學識。

仁波切舉一個非常簡單的例子：當一個人非常飢餓的時候，他想要解決飢餓這個問題，如果你向他描述：這水果吃起來感覺如何、滋味如何，這水果含藏什麼樣的養分，如含有蛋白質，以及所含有養份的種類和 分比等等。或是你告訴他牛奶所含有的成分、肉類吃起來的滋味如何，以及吃了這些東西以後有什麼好處等等。他聽了這一切以後，他的飢餓感還在。又好比一個人很口渴，你告訴他：你喝這種果汁、那種果汁好，喝果汁比喝水還好等等。你告訴他要喝什麼果汁的原因，卻不給他喝，那他口渴還是存在。雖然他已經了解你所爲他說明講解的，在他還沒有喝到以前，口渴還是存在。但只要你給他一種食物吃，不用多只要一種就好，就能將飢餓解除。相同的，你解釋了一大堆，但只要你給他喝了任一種飲料，口渴就解除了。這好比是任何人對佛法的渴求，當面對難題、困難的時候，對佛法的渴求是一樣的。無論你領受到什麼樣的法教，你只要能夠將這種法教，好好的如理如法的來修持，修持愈得深入，所得的獲利益也愈大。但是如果你去聽聞了很多很多的法教，甚至於你得受了每一種法教不同次第的詳細解說開示，但是你不把它帶入實修當中的話，它不會帶來任何好的結果，反而會造成更多的混亂而已。因此，作任何法門的修學，最聰明的方式就是：將你所學得的法門帶入實修當中。

關於三藏的法要，三者皆是相關的，每一個之間都是相關聯的。如同一切的佛法，亦是如此。這次我們主要講授的法門，專注在修心之上，就是如何去調伏我們的自心。這一次所傳授的法要，完全是依止經藏而開演。特別是大乘法的精要、精髓，就是修心。這個法要的來源追溯自大成者謝林巴，他是阿底峽尊者最主要的上師。由他那兒開始傳下這個法要，傳給了阿底峽。經過不間斷的傳承，傳到了西藏。這個傳承含藏了學識上及實修上兩方面的傳承，一直傳到現在。這個傳承當中含藏了不間斷的口訣傳承，及不間斷的實修傳承，上師傳給弟子，就這樣不間斷的傳到現在。這樣一個修心的法門被稱爲「修心七要」，這修心七要當中含藏了特別的七個要點。



“仁波切知道愈來愈多人對佛法、佛法的學識方面有興趣，一般而言，這是一個好現象，仁波切關心的是：有多少對佛法有興趣的人，能夠實行佛法，就是真正來作實修。”

這個法要的修持當中，最主要中心部份的就是藏文稱為「勒迦」的修持，意思是：修心。修心的法門就是：當我們現在體驗各種不同的痛苦、混亂。這樣的體驗是因為來自於過去惡業的累積所使然，惡業的累積是來自於我們各種不同煩惱的造作，煩惱是來自我們的無明和我執，執著「我」的這種虛幻的自我存在及珍惜。所以為了能夠幫助我們從一切痛苦當中解脫出來，我們就必須從業當中解脫出來，從煩惱、我執當中完全解脫出來。這個最主要、最有效的方法，能夠幫助我們將心中一切區別都解除，特別是能夠根除我們的我執、煩惱，這個最重要的必要修法，藏文稱為「勒迦」，也就是修心的方法。

仁波切再一次要強調的重點：我們必須要以正面的態度來學習修持我們的自心，即使傳授了修心法要，或者是領受了修心的法門兩者，是不是已經修心了，這還不確定。但是還是要給自己一個機會試試看，明天我們再繼續修學、繼續下去(指繼續下一日的課程)。

在我們做佛法的修學上，不論聽聞法教、或經由不斷的思維來了解法中的精義、或者將法教帶入實修當中，透過聞思修三者來修持佛法。我們應當要以一個非常純正的 機、見地和態度，來作佛法的聞思修。因為我們可以很清楚的看到，在這個世界上很少的人有這樣殊勝的機會，能夠得遇到殊勝的佛法，在這些有機會可以得遇法教的人之中，我們可以很清楚了解到：大部分的人都不知道學習佛法時，持有的正確的態度、正確的 機的重要。例如有些人在做佛法的聞思修上面，是以一種非常世俗、短視的 機來修學佛法，希望能夠透過佛法的修持或法的加持，可以得到壽命的延長、身體的健康、沒有任何病痛、以及自我財富資糧的增長。但我們卻不思索其實我們惡業的累積，是從無始劫以來就開始了。我們是因為過去一切的無明煩惱而造作許多惡業，因此這些惡業在我們生活中、生命中成熟，譬如會讓我們的事業、生意不順遂，或者是身體的病痛等等。當惡業的果成熟在我們生活當中的時候，我們就開始對佛法產生懷疑，懷疑佛法是不是沒有什麼助益。因此我們對佛法的信心就會消滅，開始疏離佛法。這就是一種在修學佛法上，不正確、不純淨的 機、態度和見地的結果。其他的人也是相同的，即使沒有世俗的 機、見地和態度來修學佛法，卻懷有不正確的期待，認為修行的結果應該會很迅速、立刻的顯現。但是我們不思惟過去所累積的惡業，是從無始劫以來的。所以我們要去、淨化這些惡業，必定須要一段很長的時間，以及非常勇猛精進的態度。如果我們擁有一分之 的能力、 分之 的根器，但是我們卻可能只用了當中的 分之一在佛法的修持上面。當然，我們無始劫以來所累積的惡業，當然不會透過 分之一的修持，得到立即的結果。所以當我們不合理的期待立即的結果時，我們也開始退失對佛法的信心，同時也不再實修。這都是因為我們不正確、不清淨的 機、態度和見地所使然。所以我們不只該了解什麼是清純、正確的 機和態度，同時我們要時常、不斷的來增強、堅定我們正確修持的 機和態度，這是極為重要的。

仁波切談到：如果說我們在佛法的修學上面，是以一種非常世俗的 機和發心，如前面所提到的，以這樣一種世俗的發心來學佛的話，這樣是非常短視的。如此便錯用了一個法可以給我們帶來無限利益的機會。我們必須要了知的是：不管我們的生命會有多長，最多都是在一 歲之內。在這一 年當



“在佛法中已經告訴我們這個事實：在一切有生命的有情的當中，人身是最珍貴、最稀少的。特別是我們現在所得獲這樣的人身，能夠讓我們沒有任何障礙，具足一切因緣去修持”

中，你所謂的成功、幸福等等，這都是無常的，都是會改變的。也許暫時的幫助會帶來暫時的利益，可是這樣一種暫時的利益，你所利益到的他人、眾生，僅只於你非常親近的家人或親戚等等，這樣的利益不可能超越這些。所以如果在修學佛法上面，是以這樣世俗的見地、 機和態度來修持，這樣是非常短視的。對我們來講不會有任何大的利益。所以我們知道經由修持佛法可以得獲無限的利益，同時我們也可以透過功德的累積、體驗，能夠讓我們得獲快樂，這快樂不只是現在的，可以延續到未來。這是究竟的快樂，不變的快樂。同時可以幫助我們去除未來當中一切痛苦。這樣是一種究竟的解脫，可以讓我們不再有任何痛苦的體驗，不會再有任何的痛苦。這是必須要經由正確的佛法修持，正確的見地、正確的態度、正確的 機來修學佛法。那麼在佛法的修持上面，同時我們必須要融入一個大乘的願心，也就是利益無一例外的眾生，這樣的願心，要融入我們的修持當中。這樣的話，法上所帶來的利益就絕對不是暫時的利益。同時也不會只有利益少數的人，而是一種永恆、長久、長遠對眾生的利益。所以我們必須要深刻的思維這樣的真實，並且保有這樣重要、珍貴的 機和態度來修學佛法。我們會得獲到多少法上面的利益呢？是視我們修學佛法時所能夠具有的 機發心的大小、純淨的程度而定。同樣的，非常重要的就是：除了要有正確的 機和發心之外，當我們修持佛法時，我們不應該期待有立即、即刻的結果來臨。因為我們已經得獲業報真理的法教，我們知道我們的惡業是從無始劫以來累積到現在。所以必須要花上長久的時間，及許多功德的累積，才能幫助我們建立一個究竟解脫的基礎。就如同過去諸佛及許多大成就者的例子，他們也是花下了許多的時間，經過了許多世，以及一切精進勇猛的修持，才能幫助他們消弭一切的染污，以及累積功德，因此我們也應該要以這樣的見地來修持佛法。當我們有了這樣的見地，以及對業報因果真理的了解，當你有了快樂的體驗的時候，你會立即作佛法的修持，因為你知道這樣一個快樂的體驗，是來自於你過去累積的善業、所作善行的結果。當你在生活當中碰到逆境和困難的時候，你更加努力來作佛法的修持，因為你知道這樣一種不想要的痛苦，是來自於我們過去世當中所造作一切的惡行跟惡業累積的結果。所以為了讓我們不再有痛苦的體驗，同時幫助我們淨除一切的惡業，我們應該修持佛法，同時也幫助所有無一例外的眾生得到究竟的解脫，不論一個人遇到快樂或痛苦，都是增進對佛法的基本了解、成為對佛法的 力。這些一切對我們修持佛法上，都是輔助，而不是擁有一個不正確的 機，滋長懷疑，造成我們修持上的障礙。因此在修學佛法上，正確的 機

、見地和態度是非常重要的。

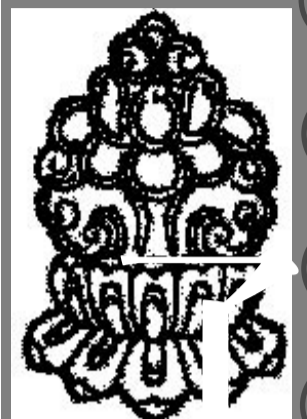
在這幾天開示的主題是修心七要，仁波切表示我們沒有足夠的時間，所以沒有辦法依照儀軌的細節從頭到尾詳細講解。所以比較好的方式是我們專注在修心七要儀軌的要點來作講述。當然如果談到我們所要講述的要點，仁波切也沒有太多的時間作比較長的講述，所以我們要專注在整個儀軌當中實修的部分。修心七要的第一個要點是：前行法的修持。

修心七要的第一點：前行修持的部分，修心的前行部分就是：要做四種思「修心於四思維之中」。這四種思維的第一個是：「人身難得」，思維珍貴的人身。這樣的人身是非常難得的。什麼是四思維中第一項要思維珍貴的人身難得呢？仁波切說：即使我們對很多事物會產生疑問，對很多世俗的活、事業會產生興趣，但絕大部分的人都從來沒有想過、真正深刻的去想、去思維：人身是如何得來的？大部分的人，不會去做這樣的思維。有些人不知道，更不願去思維，更糟的是很多人對於人身得獲，有一個錯誤的想法、錯誤的知見。在佛法中已經告訴我們這個事實：在一切有生命的有情的當中，人身是最珍貴、最稀少的。特別是我們現在所得獲這樣的人身，能夠讓我們沒有任何障礙，具足一切因緣去修持。例如我們具足了才智、智慧、聰明，同時有許多好的因緣來進行修行，以及健康等等。這樣一個好的人身，也就是目前我們所體驗到的。當然，人身的得獲並非偶然、偶發的，或者沒有任何因果所依，偶然得來的。事實上，每一個現在我們所有好的體驗、善好的因緣，都是來自於我們過去世中善業的累積，而帶來的結果。以及除了善業累積之外的，我們願力的融合所得的結果。讓我們得獲珍貴稀少的人身。所以我們要深刻的了解這樣的真實，知道我們現在具有了大好的機緣、機會。因此我們要好好的善用它，有意義的來用它。何謂善用呢？怎麼樣才是好好的利用這個人身？就是透過佛法的修持。因為在究竟上而言，修持佛法是唯一有意義的事情。所以在現世當中我們得獲這樣珍貴、稀有、難得的人身，是我們過去世善業和願力結合而得獲的，我們不應該白白的浪費掉。如果我們將它虛擲的話，這對我們來說是最大的損失。也就是我們完全錯用了珍貴難得的人身。接下來我們做一小段時間的禪修，在禪修當中我們要好好的思維珍貴的人身難得。同時讓我們的心能夠熟悉這樣的真實。

未完待續



蜂



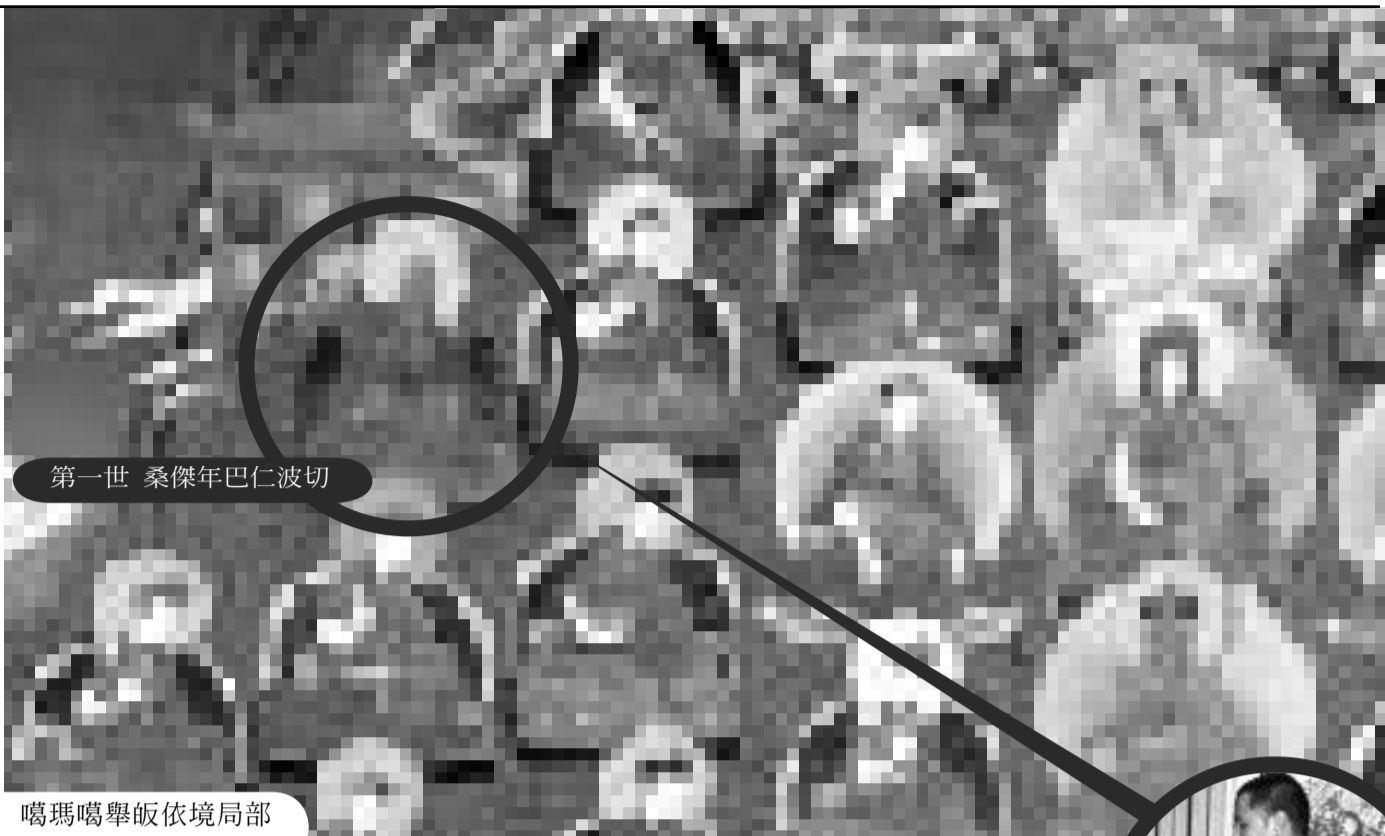
麤

踢

攪



創



第一世 桑傑年巴仁波切

噶瑪噶舉皈依境局部



仁波切簡介：

尊敬的 桑傑年巴仁波切在噶瑪噶舉的地位極為崇高，又以第一世 桑傑年巴仁波切列於“皈依境”之中而為大家所熟知（請見上圖）。第一世 桑傑年巴仁波切是尊聖的第八世 大寶法王的根本上師，第八世 大寶法王為第一世 桑傑年巴仁波切寫了一份簡短的傳記，說到：「這是我真正的喇嘛，他對世間的追求，已完全斷除。相對二元與業力明點之結，已完全鬆綁。呼氣的業風，自然地平息。點燃拙火與融化脈輪的歷程，超乎想像之外。純淨的心靈與般若的智慧，充滿了整的中脈。睡眠的狀態已轉化為純粹的光明。所有的染污，自然地解脫。一切所顯，都成為本尊的形象。他的心，經驗綿綿不斷的殊勝加持。透過示現神蹟與透視力，他降服與

加持和他有緣的眾生。這是我已經成就的上師，是大成就者上師的寫真。」（節錄自「尊貴的桑傑年巴傳承傳記」一書）此世（第十世）

桑傑年巴仁波切於1964年，生於不丹的帕若(Paro)。自幼即學習噶舉與寧瑪等不同傳承的佛教哲學，包括由尊聖的第十六世 噶瑪巴及尊聖的 頂果欽哲仁波切的傳授。他完成在隆德寺那瀾陀佛學院的九年教育，並獲得了阿闍黎的頭銜。再三年的進階學習，他獲得大成就者班智達的地位。現今， 桑傑年巴仁波切駐錫在加德滿都的邊債賈措大吉領寺，並擔任那瀾陀佛學院副校長一職，負責教育僧才。

「了義炬」簡介：

「了義炬」是噶瑪噶舉派對修行所做的通俗開示。

——尊敬的第一世 卡盧仁波切

「了義炬」一書是由尊貴的第一世 蔣貢康楚仁波切以藏文所撰寫，內容包括四加行的修行開示和理論闡釋，而四加行就是西藏佛教噶舉派最基礎的修行法門。

——節錄自「了義炬」中譯本

西藏佛教的修行基礎——四加行，是皈依發菩提心、淨業除障、圓成福德、祈求上師加持的不二法門。

——節錄自「了義炬」中譯本

「了義炬」中所包含的義理，即使聽一遍也不會嫌多。

——喇嘛江秋

利生中心 佛學講座 課程時間表

仁波切將分六堂授課，時間如下：

六月20日（星期三）	晚上7：30	六月23日（星期六）	下午2：30
六月21日（星期四）	晚上7：30		晚上7：30
六月22日（星期五）	晚上7：30	六月24日（星期日）	晚上7：30

地址：台北市華陰街187號3樓 電話：(02)25500726

恭請尊敬的 桑傑年巴仁波切 講授