

愛慧人 3



大圓滿佛教中心

本刊免費贈閱 原載於大圓滿佛教中心愛慧人資訊網
www.greatperfection.org.hk

人間淨土 新道場啟用



目錄

- ① 大圓滿與禪
- ⑧ 人間淨土－新道場啟用
- ⑩ 金剛薩埵息災、增益、懷愛灌頂祈福大法會
- ⑪ 歡欣同樂贈米行
- ⑬ 地藏王菩薩

大圓滿與禪

(續上期)

那麼大圓滿與其他教法有何不同之處？一般來說，我們可從密法和佛經的層面開始，仔細地去分析其採用的方法差異之處，而較易著手便是細看其不同悟道的方便。小乘採用的是棄絕的方法，密乘則採取轉化的方式，而大圓滿所用的是自解脫的方法。很明顯的，當我們真正深明大圓滿的教義時，便能在佛經裡找得著大圓滿這套教法。相反，在未了解它的精髓前，大家應從知識性入路，而其他途徑則可能會有差別。捨離是佛經所說的基本方法，無論小乘也好，禪宗也好，甚至是龍樹菩薩的大乘佛教追隨者也好，大家都是採取這種方式。由此入路的話，要成為佛教徒，首先便是

要皈依。在皈依過程中，實質是要我們放棄負面的一切，譬如皈依後，我們會被賜予一個法名；到底我們為何要在這一刻領受一個新的名字呢？這例證正好說明了，我們由此刻開始，就應該捨棄過去的一切。假若我們再推深一層，最好就是今生出家為僧，因為這是最神聖的生活方式；而且剃度為僧後，便可真真正正圓滿保存和支持佛法的心願。究竟是甚麼原因令人確認僧人的重要性呢？最大原因是世人皆視他們為出離世俗的典範和代表；透過運用一些對治方法，如這裡所指的捨離，來調伏一切負面情緒或事物，例如用慈悲來對治仇恨心一樣。

運用這方法有兩種方式，一是循序漸進式，二是直接了當式。前者是指藏傳佛教的經論，如蓮師傳教的時期。大家也許會覺得蓮師並不是位善於講經的上師，因

為蓮師所弘揚的是密乘；而在密乘盛行之前，中國已有 一位佛教大師被藏人稱為和尚 Haxan Mahāyāna (Ha Shang) 的。西藏和中國的佛教徒在思惟上及表達佛法的方式上，各有千秋。有的說藏傳佛教最早從中國傳入；而最古老的西藏學說則指他們有位大迦葉的傳承弟子，名叫菩提達摩他拉 Bodhidharma (Bodhidharmottara)。大迦葉是釋尊十大弟子之一。他們均指出和尚 Haxan 經已接受了「完整」的經典教法。於是問題便出現了：怎樣才算是「完整的經典」？甚麼是「不完整的經典」？幸好西藏的佛教徒並不接受這一套，因為他們對這位和尚似乎顯得有點兒抗拒。

念青生支移喜是蓮師其中一位得意弟子，他寫了一部極殊勝的著作——The Samdan Migdron。Samdan的意思是「禪定」，而 Migdron 是指「眼神」。在大圓滿教法中，這是一部很重要的書，不是密法。一部由人間導師所寫的書。這可說是一部清晰地說

明了中國佛教、大圓滿教法、藏傳大乘佛教和密宗之間的差別的書。所謂重要，首先是因為作者完全摒棄了各宗派的論說和限制，再者，作者對大圓滿的理念有一定的體證。第二，作者曾親身修持過這幾個法門，例如和尚曾在很多藏密書籍裡，被指為是中國的佛教徒。他們不是想攻擊他、討論他或否定他，相反，他們卻想對這被攻擊中的中國佛法，對其原則有不間斷的詳細闡述。正因為 Samdan Migdron 一書的作者極能掌握中國人的教法，故各宗派的理念和原則都能加以詳盡介紹。而事實上，作者確是用心下過一番工夫，對各派別的發展史都極有研究，可算是漸悟派的對手。當一些西藏歷史研究員說到拉薩時，常談到那位被邀到拉薩與和尚辯經的蓮華戒，如何被這位中國代表擊敗而退的故事。對很多人而言，尤其是對漸悟法門的人來說，蓮華戒這場論戰十分具影響力；但卻不像藏人的具爭論性的文章所說似的，因為



他們的目的，只是想否定和與來自中國的頓悟派支持者來一次評論，卻從沒有想過要論說和尚當時的處境。

大致上，我們可依據這兩方面的說法去觀察事物。當我們說到如蓮華戒的法門時，即是說要透過實修、前行和奢摩他Samatha來調伏一切事物；例如用慈悲來對治憤怒的情緒。經過一段時間的修持，我們便能達致無分別心的境界，亦即是不受思緒所影響。因此，若能如法修持，從而

達致最高的境界的話，到最終也能漸漸體證宇宙實相。另一方面，雖然中國傳統佛教並不是由他們設立，但最低限度他們也從經典中獲取啟示；例如《楞伽阿跋多羅經》，經中說到有一個從開始就以體證真實為自己修行目標的人，而這理念正好與西藏傳道的和尚的理念融合。這位便是把這獨有的理念傳入中國，後來稱為禪宗第十一代禪師；而在他之前的十位禪師，作者已在Samdan Migdron的第五課裡，清楚描述他們如何以體證真實為修行目標。

其實他們的理念十分簡單。如果一個人無念，念頭這話兒根本不存在；而如果沒有念頭的話，即是無念。換句話說，兩者是相對的。不過，當我們了知兩者是相對時，遂處於無念之狀態。但這不是一個推斷體證空性的方法。以不二分的進路著手，透過修持和親身體驗，頓悟修行者相信這樣才可達致不散渙的境界，即真正的無念狀態。其實，和尚這



派系也很提倡這個概念；他又指出，

一個已體證這境界的人，已再不需要任何教法、方法或規則了。（註：任何念頭若在這位已體證這狀態的人生起時，無論這念頭是惡是善，也沒有兩樣。）他以一片遮蓋太陽的烏雲和一片白雲，兩者同樣都是遮蓋太陽的雲，來說明以上的概念。但是，這看法似乎難以滿足蓮華戒的追隨者，因為他們所依循的教法，是強調要透過相對性的概念來修持並加以發展，才能達致無念狀態的。

從這點看來，大圓滿教法與中國佛教的禪非常雷同。大圓滿教法同樣地也是包涵了如好與壞等等的相對性的論點；不過這並不表示我們就要放下或忽視相對性的境況。我已說過，當你發現自己處於無念的狀態時，甚至沒有察覺到自己已在這狀態時，其實，很明顯地，你並不是不理會相對性的事物。因此，我們可知

道，基本的修禪方法，便是找出一個進入無念狀態的途徑。而這基礎便是中國佛教和大圓滿共同之處。不過，千萬別要因而認為它們是一樣或是同樣的東西；永遠謹記著它們是兩個不同的方法——一個是自我解脫，而另一個是捨離。再者，從一開始，兩者之原則已經是截然不同。

每當我們說到教法，都必有一個基礎、有其方式，有其證悟的果。大圓滿教法又被稱為自我圓滿的教法，即是說每個人本身已具備的自我圓滿狀態，而大圓滿教法的目的，並非如一般佛教經論所指要達致對空性的體證，或是證實相。Samdan Migdron 引用了一個很清晰的例子：當我們集中注意力去拾起落在地上的種子時，我們根本看不見地。在尋找種子的過程中，我們的目標和注意力都放在種子上，而不是在地上。另一個例子：當我們在穿針引線，看針孔又看不清楚的時候，很自然地會把針舉起，利用針背後的光線來穿

線；但在穿線的過程中，我們只是集中注意力在針孔上，而不是背後的光。以上兩個例子很清楚告訴了我們，當我們說到二諦和空性時，所指的是甚麼意思。

這也是一個很好的方法來了解密乘所說的轉化。總的來說，密乘是用轉化的方法，而不是用捨的方法。當一些事物能被轉化的話，亦即是說有方法可令它們融而合之。再談談地上那些種子的例子，其實我們凝視的不是種子，而是地面。這裡，地就是用來象徵我們本初的狀態，亦稱為續 Tantra。我們必須謹記，轉化的過程和方法，是要透過和依靠集中的意念，而且可能要涉及多個不同的途徑。假如我們想將地方或某大廈轉化為另一樣東西，首先我們必須集中自己的意念，而且必須視為真實的轉化。一旦把轉化看為真實時，我們便立刻自然地體證空。不過空不應是我們的目標，況且我們也不應轉向它。比起經中所說的空性，這個空

的含意更闊更廣，因為它包含了一個活生生的示現。因此，透過生起這示現的能量，即是透過壇城的顯現，以及寂靜和憤怒尊的種種示現，便能圓滿利樂眾生的使命。這便是密乘獨有的轉化方法。

大圓滿教法的基礎是自性圓滿，因此轉化對他們來說是漸悟的方法。自性圓滿的意思是指一切所謂客體的事物，其實只是自己本初狀態的能量的顯現。修習大圓滿必須很清楚知道這能量的原理及其意義；而自性圓滿就是指每一眾生本來已圓滿的狀態。另一個說法是，這個本初的狀態，即真實的狀態，具有其本質、屬性和能量。教法中亦解釋到三身如何終極地透過本質、屬性和能量而顯現出來。而這個顯現則要通過我們的氣脈。這方法可被視為主體，甚至是客體的。顯現自己的能量有兩個方法，一個是zal，另一個是rolba。單是概念是不足夠的，我們必須實修。懂得如何運用我們的能量，便能「圓滿覺

醒」。所以，大圓滿和禪很明顯地是兩個截然不同的教法，別把它們混作一起。

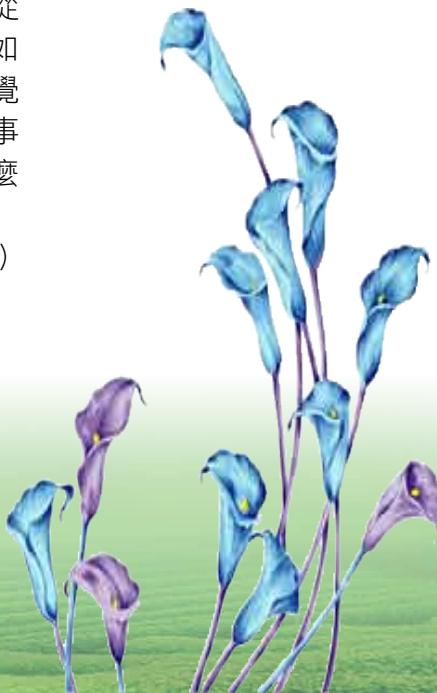
為了進一步了解能量是甚麼，它是如何運作，現在讓我們詳細說說zal。Zal是一個以實物來示現能量的方法，就以水晶為例，光透過水晶會發放出彩虹般的光，照遍整個房間。我們可從這例子而想像到，水晶就象徵著我們本初圓滿的狀態，而任何東西經過我們對事物的看法和理解，仍然保持純淨，或是會被我們的意念所染污，就如光經過水晶的折射一樣。當我們說到純淨的觀察力時，這個人具備洞察力和觀察力，他也能直接領悟五大的屬性，以及它們怎樣以顏色顯現出來。相反地，當我們說到不淨的觀察力時，即是說這人只能察覺得到物質性的光，而不能洞察五大的屬性。淨與不淨的觀察力，構成了我們處理事物的能量。縱使光線經過水晶，變了不同顏色的光，畢竟仍然是那線光。這就是了解能量如何顯現出來的其

中一個例子。

另一個顯現能量的方法叫rolba，這裡的事物就像是主觀地在主體內呈現出來，正如我們照鏡一樣；我們本初的狀態就像鏡子，任何事物呈現在這面鏡子前，都會如實地反照出來。如果以這層面來看事物，我們往任何角度望進鏡子，雖然反照出來的，可能是美麗的，亦可能是醜陋的，但對這面鏡子來說，卻沒有甚麼分別，而且在鏡內的事物，不但不可顯現於鏡外，也沒有反照的能力。這就是rolba。當我們進行轉化的修煉時，我們會把意念集中在自己眼前的實際情境以外的東西上。無論觀想的對象是如何地龐大和美麗，無論我們是用那一種密法來觀想，仍然是rolba這種顯現的能量。很多人以為觀想只是一種幻想。雖然這確實是一種幻想，但這幻想是可以變真的。為甚麼？因為rolba這一層的能量，就是我們本初狀態的能量，也因此成為大圓滿修習者必須懂得怎樣去運用的能量，

而且對他們來說，極為重要。懂得運用示現出來的能量，便沒有任何事物需要捨棄了。為了對自解脫的方法有更清晰或精確的理念，以及它與轉化有甚麼分別，我們往往以下一個常用的例子來說明之。一種極具毒性的東西，也可作藥用；這是一個說明轉化的最好例子。不過，在大圓滿教法而言，其原則是究竟能量是如何從中生起的呢？無論它是物質性或非物質性的，這能量可從zal或rolba的層面理解得到。如果我們明白了的話，而且發覺自己處於以能量來體證所有事物的狀態時，那麼便沒有甚麼東西需要被轉化了。（待續）

（譯自《Dzogchen & Zen》）



本刊免費贈閱 原載於大圓滿佛教中心愛慧人資訊網
www.greatperfection.org.hk

人間淨土 — 新道場啟用



萬派朝宗佛海深
願力無量度眾生
莊嚴道場功德海
勝緣廣結禮佛心
願佛妙法永昌隆
眾生無邊誓願度的金剛
上師卓格多傑，多年來在教法
方面悉心導引眾多不同根器的
徒眾，讓具信者堪成修行佛法
之法器，次第修持，修福修

慧，成就無上菩提。

慈悲的上師尤對五濁惡
世福薄慧淺、罪深障重的眾生
生起憐憫之心，為使更多有緣
人容易瞭解成佛精髓，故讓眾
生先感受佛光的慈照，使大眾
親自感受佛陀清淨自在的心
靈，因而特邀台灣著名造佛像

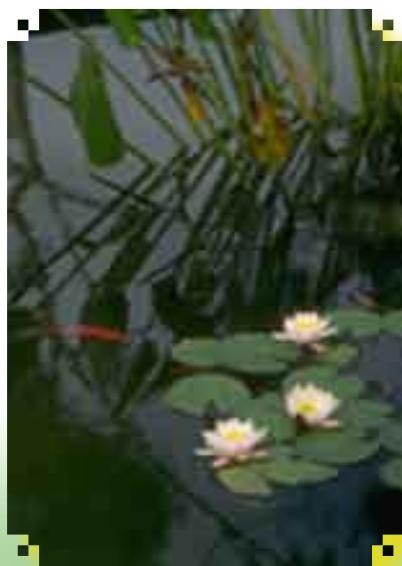
工匠和設計師，經數月多番修改，六尊金身佛像終於在千禧年十二月三日開光啟用，並舉行開光儀式，與大眾共沾法益，同禮佛心。

為配合六尊金身佛像莊嚴的法相、宏偉的氣勢，讓每一位禮拜的善信都沾到諸佛菩薩的慈光普照，慈悲的金剛上師卓格多傑特別將道場改建成兩個大殿——顯宗釋迦堂和密

左，座落於顯宗殿；而密宗蓮師殿當然少不得我們紅教教主蓮華生大師，蓮師右邊是息災懺罪的金剛薩埵，而左邊是賜樂豐財的黃財神。

善信不但可於顯宗殿透過功德的積集，而於生前死後都獲佛光的慈照；若於密宗蓮師殿積集功德的話，更可懺除罪障、積聚財福。可謂莊嚴道場功德海，顯密雙運福慧增。

簡單、隆重、莊嚴、殊勝的開光儀式，參加者無不感受到諸佛菩薩的加持，無不透過大眾誠懇持念黃財神心咒的興震共業，獲黃財神靈驗的祝禱。



宗蓮師殿。釋迦牟尼佛於中，觀世音菩薩在右、地藏菩薩於



金剛薩埵 息災、增益、懷愛 灌頂祈福大法會

2001年2月18日，我們在尖沙咀街坊福利會舉行每年一度弘法盛事——金剛薩埵息災、增益、懷愛灌頂祈福大法會。當日，出席人數大約有數百人，男女老幼，非常熱鬧。

在法會未開始之前，各弟子率領善信齊心合力以萬張大悲咒紙摺合成一艘開運大船，祈求香港繁榮祥和，大眾安樂。同場，另有圖片、實物介紹藏傳佛教歷史，密宗一般手印和正確佈壇的方法，並設有「經輪」供善信隨緣種福。

三時正，大堂四周開始播放悅耳和動聽的音樂——六字大明咒，灌頂祈福大法會便在音樂聲中正式開始。在法會期間，慈悲的金剛上師卓格多傑為芸芸眾生清淨病魔罪障，將【普巴金剛法】的傳承和要

訣傳授給有緣的善信並賜予灌頂，幫助所有立志修行的人遠離災障、增長福德，並獲得世間和出世間的成就，得成佛果；並且向在座的善信開示佛教經典《佛說八大人覺經》，祈願他們聞法信受，勤修精進，淨業成佛。最後，慈悲的金剛上師更為各善信加持法物和贈送結緣禮品，法會在愉快的氣氛下，圓滿結束。



歡欣同樂贈米行

我們在2001年1月21日舉行「第三屆愛心無界敬老慈善贈米同樂日」，地點選了本會會址附近的九龍公園，今次用了新的形式與長者同樂。在節目未開始前，我們準備了汽球，一組義工忙著充氣，另一組義工送汽球，更有義工們與長者聊天，逗他們開心，一群表演的長者舞蹈團大清早便來準備，穿著鮮艷的舞衣，拿着彩扇，還以為是妙齡少女，原來她們都



是六十至七十多歲的長者，她們在廣場邊綵排，確令我們大開眼界，節目仍未開始已使我們精神為之一振。

我們這次的重頭戲是弟子們合唱「迎財神」賀歲歌，祝願大家五福臨門、滿堂吉慶、慈愛別人。新的一年迎接新的希望。台上一面唱歌，台下的長者舞蹈團跟從節拍一邊跳舞；參加的長者不斷揮手，與歌聲和應，好一片歌舞昇平，大眾同樂的景象。再加上蒞臨嘉賓的鼓勵和另外兩組舞

蹈員精湛的舞藝；使在場的人仕都精神高漲。而「同樂日」的高潮是本會宗師金剛上師卓格多傑蒞臨為各長者祈福和贈送福壽康寧袋和愛心白米。在場每一位義工都以尊敬、至誠的祝福送出禮品包和白米給各長者。我們今次共送出二千份禮品和二千包白米，但我們沒有忘記住在老人宿舍的長者。在節目完畢之後，另一組的義工乘車往深水埗和油麻地的老人宿舍，繼續派送禮品包和白米給住院的老人，當他們收到我們所送的禮物時，開心得流出眼淚，在場的宿舍員

工和負責人都感謝我們的探訪和慰問。這樣有意義的活動，希望不久將來又可以舉行；並且讓愛心和歡樂散佈香港每一角落和每個人的心底深處。



本刊免費贈閱 原載於大圓滿佛教中心愛慧人資訊網
www.greatperfection.org.hk

地藏王菩薩



地藏菩薩是釋迦牟尼佛委派祂來救度末世眾生的，何謂末世眾生？就是我們出生在佛滅後千年的都名為末世眾生，我們的特點如佛所說：末世眾生福德薄弱，就算相信佛，但讀佛經，這邊讀跟著就忘記，命運也一時好，一時壞，令到自己內心很不舒服；這都是我們末世眾生共同業力的作用，我們就是苦得很！

慈悲的釋迦牟尼佛在祂八十四歲快將入涅槃時，用神

通力看到這點，內心很難過。但祂一定要示現涅槃，讓我們了解凡夫都可以成佛。這一回釋尊可急了，祂到天上的忉利天想辦法，幸好地藏王出現，祂的誓願就是救度末世剛強難伏眾生。眾生如此之多，雖然祂幻變出百千億身，但仍是難以完成救度，幸好，祂有發願輔助的四位菩薩幫忙，祂們就是堅牢地神、普廣菩薩、主命鬼王和虛空藏菩薩。第一位堅牢地神，祂是地球的總護法

神，釋迦牟尼佛亦讚歎祂的功德和神通比一般的地神要大千百倍，地神向世尊發願護持供奉地藏菩薩或讀誦《地藏經》的人以至一切水、火、盜賊、大小橫禍等一切惡事，都全部消滅。第二位護法是普廣菩薩，佛陀囑咐菩薩要作出種種方便，護持《地藏經》，並依照地藏菩薩的廣大願力將《地藏經》流佈，令所有眾生，證涅槃樂。第三位護法是主命菩薩，這位菩薩主管閻浮提世界人命的生、死。在眾生出生和臨終時，保護他們不受妖魔鬼怪的侵擾、迷惑，這鬼王誓願盡形壽去保護眾生，生時、死時都得安樂，只要眾生相信祂說的話，都可獲大利益，佛陀還與祂授記說，此鬼王一百七十劫後成佛，名為無相如來。第四位護法虛空藏菩薩，祂是主管使人頭腦清明，容易從迷思中清醒的護法。

只要我們禮敬地藏王菩薩或誦讀《地藏菩薩本願經》，便可得諸菩薩及護法的眷護，祂們的慈悲的確是不可

稱量不可思議的，就算我們五毒病發，在不知不覺間或一時衝動下做錯了事，只要我們心中時常憶念諸佛菩薩，誠心誦讀經文，也可因我們的善良本質的顯露而獲菩薩救護，佛力實在是不可思議！

禪定十益

The Ten Advantages of Meditative Stabilization

(1) 安住儀式——不勉而中

Dwell in the sanctity of Bodhisattva's Activity – acquiring the Middle Way beyond effort.

(2) 行慈境界——無傷殺念

In the state of Bodhi at all times – mind free from hostility and killing.

(3) 無煩惱——貪等不生

Free from afflictive emotions – no greediness, hatred, ignorance, pride, nor jealousy arises.

(4) 守護諸根——不惹五塵

Five aggregates being protected – indifferent to the objects of the five senses.

(5) 無食喜樂——禪悅資神

Unnourished state of joy and bliss – mind nourished with joyful meditative equipoise.



(6) 遠離愛欲——心不馳散

Free from desire of love and attachment – non-distracted state of stabilization.

(7) 修禪不空——不隨斷滅

Not attached to emptiness – no secondary cutting through.

(8) 解脫魔罣——遠離三界

Liberated from the traps of the four demons – transcended the three worlds.

(9) 安住佛境——證入涅槃

Dwell in the Bodhi state – attain nirvāna where there is no more afflictive emotion.

(10) 解脫成熟——生死不繫

The fruit of liberation ripened – free from birth and death.

(愛慧人第三期選輯網際版)



本刊免費贈閱 原載於大圓滿佛教中心愛慧人資訊網
www.greatperfection.org.hk