

大圓滿佛教中心第八季刊

# 愛慧人



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](http://www.greatperfection.org.hk)

身心受苦害，邪見罪爲因。  
惡斷則無苦，智巧故無憂。

*On account of abandoning vices, one does not suffer, and  
on account of being wise, one does not become troubled in  
mind: for mental pain is due to false conceptions, and  
bodily pain is due to sinful actions. The body is well on  
account of merit: and the mind is joyful on account of  
wisdom. What can afflict a compassionate one who stays in  
the cycle of existence for the sake of others?*

福德引身適，智巧令心安，  
爲衆處生死，菩薩豈疲厭？

第七品・二七、二八頌  
*Chapter 7. verses 27 & 28*

繼偉大的釋迦牟尼佛、大能的蓮華生大師後，八世紀印度有寂天菩薩承文殊師利的般若智慧，撰寫下震撼人心的論典《入菩薩行》。自此，佛教各宗各派的大德、大成就者，無不以《入菩薩行》爲修行不可或缺的無誤指引，讚歎不已；祖師巴楚仁波切更在他自在流浪化渡有緣衆生期間，本論典成爲他隨身行李之一，可想而知《入菩薩行》可貴之處、寂天菩薩與追求解脫者心靈之相應。

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](http://www.greatperfection.org.hk)



出版消息

太陽光上師——咕嚕尼瑪偉瑟 1

一百五十讚佛頌 7

虎姑婆的故事 9

十七大班智達祈禱文 14

名相解釋 18

發心放生 19



目

錄



修行解脫之道，六度萬行，積集無量福德，因緣俱備，修學般若空慧才是斷除輪迴之苦的

正因。

《入菩薩行講義·下卷》將輯錄慈悲的上師多年來悉心宣說的第九〈智慧品〉和第十〈迴向品〉精彩內容，免費結緣，廣利有緣信眾。願與本論結上善緣的眾生，早證涅槃之樂！

假如你想發心，希望更多眾生也從而獲益，請隨緣樂助，功德無量。



入菩薩行講義·下卷

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](http://www.greatperfection.org.hk)



## 八變蓮師之太陽光上師 —— 咕嚕尼瑪偉瑟

海天

正如我上一期已說過，咕嚕尼瑪偉瑟一般被視為是蓮華生大師的第二化身。由於咕嚕尼瑪偉瑟所行的智慧事業以凡夫看來似乎比較瘋癲，所以我先將咕嚕羅登楚詩介紹給大家，好讓大家能以學徒和密乘初階者的身份來理解蓮師的成就。

讀畢本文，你應該能夠對咕嚕尼瑪偉瑟的神通事業生起感恩之心。蓮師的八種神變是可以同一時間顯現，又或是在不同的地方變現，不受任何二分的理解所局限；從字面上看來，或是按時間的先後，這似乎很難以猜得透。且從一般的認知層面去看吧。咕嚕尼瑪偉瑟與咕嚕羅登楚詩是同時期的化身，也可以是分先後出現。咕嚕尼瑪偉瑟是一位很特別的佛，其化現是為了增長大空樂之覺性。祂是大樂和喜悅的覺悟境界主。祂遍遊整個印度，常以種種不同的裝束出現，化度有情眾生。

咕嚕尼瑪偉瑟其實有很多的化現，不只是一般在唐卡所繪的相狀。有時候，他會化現成一位具威力的修行者；有時候卻顯現

成虛弱的乞丐；甚至更以不同的傍生的外貌出現；通通都是為了化度有緣的眾生。總的來說，祂的事業超越任何條件的局限。我想在此介紹給大家，究竟咕嚕尼瑪偉瑟是如何得「太陽光上師」一名的。咕嚕尼瑪偉瑟常四出遊歷，例如是八大尸陀林、三十二處主力地、偏僻荒地，甚至是大城市，去時都會做一些充滿智慧的瘋癲行徑。其遊歷的程度，實非一般的思想概念所能理解。從歷史角度再重新計算的話，當祂離開鄔金國土時，便走到了一個著名的智利窟（墳場）去，並且在這裡進行了五年時間的修法。在這段期間，咕嚕尼瑪偉瑟內調伏了一些剛強難馴的眾生。

一次，咕嚕尼瑪偉瑟來到波羅奈斯（即今瓦臘納西），現今恆河一帶的一個大城市，當時已是一個很繁榮的地方。當地有一位賣酒的女人，咕嚕尼瑪偉瑟一看便知道，倘若祂能夠與這位女人結上緣的話，定當能帶領過百的人達致覺悟。這女人名叫雲妮斯加。

今次，咕嚕尼瑪偉瑟就以一

身粗獷的瑜伽士打扮，  
右手握著一枝喀杖嘎，  
去到雲妮斯加的店子。  
一見到雲妮斯加，咕嚕  
尼瑪偉瑟便開口問：  
「妳有啤酒沒有？」

「當然有。」

「真好。那妳有多  
少？」

「五百加侖。」雲  
妮斯加將她店子內的存  
酒量都告訴這位客人。

「好極了！就全部  
給我拿來！」

於是，雲妮斯加拿了一大碗  
的啤酒給這位瑜伽士打扮的咕嚕  
尼瑪偉瑟；喝完後，祂要求多一  
碗；可是雲妮斯加卻說：「剛才  
你還未付錢，請先結賬。」

當時印度用的貨幣是一種  
珍貴的貝殼；然而咕嚕尼瑪偉瑟  
就連一個貝殼也沒有，但祂竟然  
向對方保證一定會付賬。雲妮斯  
加只好再為祂斟多一碗啤酒。那  
時候沒有樽等盛器，只是用大碗  
或瓶去裝飲料。每次當咕嚕尼瑪  
偉瑟飲完一碗啤酒，祂都要求添  
斟；飲完，又添；直至雲妮斯加  
作出了這麼的反應：



「喂！我決定不再斟啤酒給  
你了，除非你真的結賬吧。」

忽然，咕嚕尼瑪偉瑟將喀杖  
嘎舂在地上，喀杖嘎的倒影投射  
在檯面上，跟著說：

「只要這影子稍為移動的  
話，我就結清這張賬單。」

接受了咕嚕尼瑪偉瑟的建議  
後，雲妮斯加繼續為祂斟酒。咕  
嚕尼瑪偉瑟仍然一碗接一碗的將  
啤酒喝下，可是影子卻絲毫沒有  
移動的跡象，而咕嚕尼瑪偉瑟已  
經將五百加侖的啤酒都喝光了，  
太陽在虛空仍保持在地平線上盤  
旋，還有一樣不變的，就是咕嚕  
尼瑪偉瑟繼續要求更多的啤酒。

咕嚕尼瑪偉瑟丁點兒的醉意也沒有，鄰近的人對這件事十分感興趣，皆因太陽已經有幾小時沒移動過了，白天已是不尋常的長，公雞則已經開始在啼叫。

聽聞有關在這客棧發生的事，大家都洞悉這一定是位很厲害的瑜伽士。太陽沒有在天空掠過，說明地球不再轉動了。這件事傳到去國王處，國王十分關注，於是便派遣羣臣去看個究竟。他們發現原來這一切都是由一位粗獷的瑜伽士所為，身無分文，喝完啤酒，又沒錢結賬。

於是便前去為祂付錢。說過感謝後，咕嚕尼瑪

偉瑟便將喀杖嘎拔起。太陽隨即變得赤紅紅的，然後往下降，倒影在大地之上，大地亦驟然變成了黑夜。

這次的示現，幫助了當地

過百的眾生達致覺悟。就是這次的經歷，咕嚕尼瑪偉瑟或「太陽光」，便成了這位瑜伽士的稱號，而且當地的人亦永遠記著這位能控制太陽移動的瑜伽士。

至於客棧的老闆——雲妮斯加，則是被這次經驗深深打動的其中一人。「太陽光上師」離開波羅奈斯後，雲妮斯加很希望可以再見到他。知悉咕嚕尼瑪偉瑟正在禪修，雲妮斯加便前往求法。咕嚕尼瑪偉瑟將大圓滿教法直接傳授給她，使她頓成一位偉大瑜伽女。到這位瑜伽女可以將特別的教法教授他人時，便攝引了無數的徒眾，並且形成了雲妮斯加一系的傳承。

內在地，咕嚕尼瑪偉瑟其實意味著對人的身心體格構造有很清晰的瞭解。祂是一位與奧秘的經驗和內心的覺醒相關的佛。這就是化身咕嚕尼瑪偉瑟最主要想揭示出來的訊息。要知道一個人的生理機能內在結構之奧秘，其意義距離發現本初智慧經已是非常接近。由此可見，熟悉自己身體的微細構造是十分重要的。在內密續來說，這指的就是住脈、風的運行和明點。





我們所有的經驗、思惟形式和眼、耳等感官的顯現，其實都是這三種結構的反影。要徹底地明白這一點，就必須要與自身內

在世界和外世界的能量有直接且深入的溝通。

我們所見的地、水、日、雲、風和火，通通都只不過是我們內構造的一個反影。說具體一點，樹木、草、水和山等色，其實是脈的反影；而聲響和回音則是風運行的反影。你的外世界映照出你的內在構造。內在地，本初的本質就以明點，即身的主要元素而顯現出來；所謂紅明點和白明點兩種形式；兩者皆遠離一切的組成，不能被看得見，就安住在圓滿平靜的循環之中。而明點則外在地反影在行星、日、月和星辰上，它們的光和明表示出一種發放光芒的開放性，皆是身的主要元素的一些反影。我們一般會以為日和月是兩樣個別的東西，但根據佛的教示，宇宙有過百萬的日，無數的月和行星，全



部都是依每個人的需求而顯現出來，全部都是本初智

慧無量實相的反影，一切只不過是以這種形式顯現而已。

能夠明確地了解三金剛身之間的相互關聯的動力，很容易就能夠讓本初智慧覺醒起來。本初智慧光亮和清明的光芒，就是這些內在結構的主要來源；必須明白這一點。身內所隱藏著的這些構造一旦顯現出來，大喜和大樂便隨之而生起，亦即是大樂。

大樂是本初真實的一種本然本質。透過調校至其金剛結構，洞察（觀）和喜悅的經驗便會生起，這時超越一切痛苦和困難覺受。完全了解內宇宙，相等於能夠掌握外元素。這就是咕嚕尼瑪偉瑟能無礙地操控日光或是自己的壽命的原因。透過內智慧和外戒行，咕嚕尼瑪偉瑟得以主管這些事物。他體認到行使自己的意願，具有某程度的彈性，更有著

一種善巧方便，是我們現代的見解難以明瞭的，同時也是了解咕嚕尼瑪偉瑟的一種外在方式。

說到內在方式，可就是去了解你自己的內構造，亦即是說大樂、大平靜和完全了悟本初智慧了。當你能夠默然地熟習自己身內的氣脈；當你能夠了解到身的主要元素的周期，這時你將享受到一種逐漸次第引領至本初智慧的清明。這就是了解咕嚕尼瑪偉瑟內層意義的方式。

修持咕嚕尼瑪偉瑟，就是要觀修慈和悲，深入地去感受心



的深層本質。觀想咕嚕尼瑪偉瑟在一般唐卡上所繪畫的外相，這是祂的報身相。一面、二臂、二腿，膚色呈紅金色，半帶忿怒的臉容，雙眼明睜，且微微凸出。長長的頭髮披散在肩膀上，其中一些則束在頭頂的五髻冠上。咕嚕尼瑪偉瑟有鬚，亦有鬍子，而且還帶著骨飾；袒胸，穿上虎皮裙子；左手結剋期印，似乎正在將日光傳送到自己的指尖上。咕嚕尼瑪偉瑟右手握持喀杖嘎，坐在日月輪上的蓮花上，左腿半伸，右腳全屈。

在觀修咕嚕尼瑪偉瑟的時候，觀想祂具足智慧的形態，以虹身的慈和悲顯現，沒有實體。然後一邊唸誦蓮師心咒，一邊觀想咕嚕尼瑪偉瑟發放出來的光芒，觸及一切有情眾生，就連淨土也閃耀起來。佛的加持力如雨下降至化現成紅金閃閃的咕嚕尼瑪偉瑟，光芒繼而籠罩著你自己，與自己的氣和脈產生共振，不但如此體驗著，並且要強化覺性。

觀想咕嚕尼瑪偉瑟融入紅金光芒中，再融入你的心中，與心之本質互攝互融。隨宜寬坦地



安住在此境界中。請謹記，我們對現象的視覺和觸覺、聽覺神經的震動，和我們對光與虛空的經驗，全部都只不過是在我們的風和脈內所進行的轉化程序的一些外顯現而已。確認到這一點後，主要元素就會立即轉化成大空樂。安住在其中，我們就能夠解脫一切的不安、痛苦和困難；一切一切皆轉化成大樂。這就是觀修咕嚕尼瑪偉瑟的方法。



# 一百五十讚佛頌

淨觀

( 續上期 )

## (二) 讚因頌

- (10) 取捨之疑惑盡掃除，  
發願護持這個無助的世界。
- (11) 祢的善心不必求，  
祢的慈愛無條件，  
祢乃陌生人之友，  
無親眷者之眷屬。
- (12) 祢將身肉盡布施，  
受用財物何用說。  
善心者啊！隨順眾生所願求，  
自身性命也交付。
- (13) 眾生性命受威脅，  
祢將性命換取之，  
如此經歷無數次。
- (14) 內心僅存清淨念，  
是祢修善之動機，  
從不畏獄求生天。
- (15) 恆常捨棄歪離想，  
僅將心繫正直念，  
祢乃領受清淨之無上根器。
- (16) 受損予以威盛力，  
摧毀一切煩惱染；  
煩惱逼害之眾生，  
聖者心內唯有悲愍眾生念。
- (17) 眾生救回自身性命之喜悅，  
遠不及祢救他命，  
內心所生之喜悅。
- (18) 任由他們將祢宰成多少截，  
不管苦楚與次數，  
唯有大悲向他轉。
- (19) 祢的珍寶菩提心，  
圓滿正覺之種子，  
偉大的勇士啊！  
只有祢才了悟它們的精義。



凡夫總皆難明瞭。

(20) 「無忍不能證涅槃」：  
如此思惟力量生，  
然祇從不為己想。

(21) 精勤修善無動搖，  
祇已達致最勝境。

(22) 修行從無福樂想，  
內心僅生悲愍念。

(23) 快樂雖勝但難以共分享，  
不偏不倚的佛啊！  
令祇痛苦實在比快慰更多。

(24) 祇已習染善話語，  
逃避惡語如劇毒，  
兩者之中祇只選取甘露語。

(25) 終身只取智慧言，  
惜福者啊！  
生生世世精勤只有為覺悟。

(26) 故此三無數劫祇也緊追隨，  
內心唯有堅定意志常伴隨，  
祇已獲證無上正等正覺。  
(待續)





# 虎姑婆的故事

如空

於此世界中，

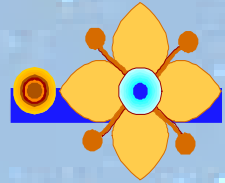
從非怨止怨；

唯以慈止怨，

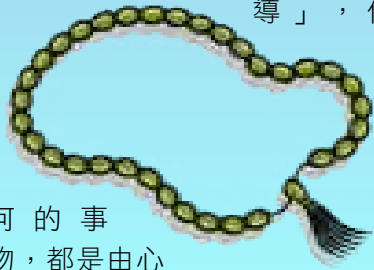
此古聖常法。

這法句出自《法句經》〈雙品〉。自古至今，在世界每一個角落，人與人之間，種族與種族之間，甚至是國與國之間，一切的衝突、爭執、歧視、戰爭等，人們內心的不安、社會的不和諧，都是根源於凡夫對世間諸法存有常、樂、我、淨四種顛倒見。內心的不安令怨恨心生起，原因是每個人都認為「我」一定要比別人好、比別人富貴、比別人勝，才是恰當。於是低者埋怨，對優越者生怨恨的嫉妒心；高位者又瞧不起卑下者，認為對方卑劣，心生傲慢，要打壓對方。結果互相怨恨，付諸行動。一般人往往都以為用以怨報怨的方法就可以解決問題，就可以消除內心的不安和彼此之間的不和諧；可是以怨恨為因，就必

定引生怨恨的果，又豈能止息怨恨呢？後果只是積怨難解。



偉大的佛陀在舍衛城給孤獨園說法期間，曾因虎姑婆的事緣，解說世間的一切怨恨，是不能用怨恨來解決的。要止息怨恨的心，唯有用安忍慈悲的心為因，才能熄滅怨恨，除此之外，安忍慈悲更能產生和諧的果；如是因，如是果；這是古今不變的聖法。正如上一期「護眼尊者的故事」中的偈頌說：「諸法意先導」，任



何的事物，都是由心意引申出來，所以如果心意是污染的，例如是怨恨，「是則苦隨彼，如輪隨獸足」，怨恨心就會生生世世伴隨著你污染的心。

請用心領會以下「虎姑婆的故事」一則，究竟是怨止怨，抑

或是慈止怨，留待大家明察。

在給孤獨園附近，有一家以農為生的三口子。父親死後，兒子便要擔起養扶母親的責任，除了每天辛勤勞苦地耕種外，家中事無大小，幾乎全靠他一人。母親不忍心兒子獨個兒工作養家，便催促他快些成家立室，家裡好多一個幫手。

可是兒子卻不著急，對母親這樣說：「這事不急，我會一輩子孝養你，待你百年後再作打算吧。」

「為了家務和耕種的工作，你實在太辛勞了，我的心總是感到不安，所以才希望你早日成家立室。」

兒子耐不了母親日夜嘮叨，只好答允。婚後，婆媳三人一起生活。

抱孫心切的母親見媳婦多年來還未有孕，又擔心無人傳宗接



代，便責怪兒子選的妻子不好；母子二人每天總是為這個問題吵個不休。於是母親建議兒子娶小老婆。媳婦怕婆婆找的小老婆欺負自己，於是便說要親自為丈夫找生育對象；而丈夫亦答應了太太的要求。

一般的人都不會甘願當人家的小老婆，可是為了繼承財產，還是會有人份傳宗接代的任務。



大老婆找到了一位小女孩，但內心總是嫉妒，因為若然小老婆真的為丈夫誕下兒子的話，便可獨佔家裏的財產。於是便對小老婆提出要求：「妳懷孕的時候，一定要先告訴我。」天真的小老婆果然答應了。

不久，小老婆懷孕了，亦守諾言，第一個便通知大老婆這個喜訊。原來大老婆早有預謀，知道這消息後，便在燒飯的時候，暗中在食物落毒，令小老婆流

產。

喜訊再度傳出，惡毒的大老婆又再度下毒手，目的只是不願見到小老婆順利生產。鄰居們都知道小老婆兩次不幸流產的事，覺得有可疑，便暗中提醒小老婆。自此，她不再信任大老婆了，因為她也覺得大老婆為了自己的地位和財產，所以妒忌她，向她下毒手。

幸虧小老婆第三度懷孕，雖然肚子總是會一天比一天大起來，但她今次決意不告訴大老婆懷孕的消息。等到大老婆發現時，胎兒已經相當大了。大老婆責罵她不守信，小老婆反唇相稽：「當初又是妳找我來幫你們傳宗接代的，可是害我流產兩次的又是妳，明知妳不懷好意，我又怎會告訴妳我有喜呢？」

大老婆眼見小老婆胎兒日漸長大，內心的不安促成她伺機再下毒，希望令胎兒早產。小老婆始終逃不過厄運，胎兒不但早產，而且更是難產；小老婆痛苦難耐，瀕死掙扎時，滿懷怨恨地痛斥大老婆：「是妳主動帶我來到這個家庭的，如今卻又害我三次流產，現在我快將送命了，在

我如此慘悽的一刻，我發誓：將來要當一個虎姑婆，吃掉妳的孩子。」

小老婆滿懷瞋怨，最後氣絕身亡，死後轉生為一隻貓，而且還投生在原來的家中。丈夫知道小老婆和三個胎兒都是被大老婆下毒加害而死的，氣憤得將她拳打腳踢，頭、頸、全身均狠狠地揍了一頓，活生生地將她打死；大老婆隨即轉生為一隻母雞。

母雞長大後開始生蛋，怎知蛋一生下來，就被貓吃掉；第二次再生蛋，貓又來將蛋吃掉；到了第三次，貓不僅將雞蛋吃



掉，就連母雞也想吃掉。貓攫住了母雞，母雞奄奄一息時，心想：願我死後，再來吃掉牠的孩子。

帶著怨恨心死去的母雞，今次轉生為一隻豹；而貓後來轉生為一隻母鹿。母鹿三次生出的





小鹿，都先後被豹吃掉；最後一次還抓住母鹿。當母鹿還

在垂死掙扎喘息之際，心裡想著：我將來也要像豹一樣，吃掉牠的孩子。

母鹿轉生變成一個虎姑婆，而豹則轉生成為舍衛城一個女孩子。小女孩婚嫁後，虎姑婆化身成為她的密友。女孩懷孕生產時，虎姑婆前去探望，並假裝關懷的說：「讓我看小嬰兒是男抑或是女！」轉身便隨隨走入了房間，虎姑婆連忙將小嬰兒抓著，立即放進口裡，就這樣便把嬰兒吃掉了。

一而再，再而三，到女人第三次即將生產前，便告訴丈夫：「這裡有一個很可怕的虎姑婆，專吃掉人家初生的嬰孩，她已殘忍莫名地吃掉了我們兩個孩子，

我不想留在這裡生產，我要回娘家去。」

今次虎姑婆有事在身，沒有趕來，但到再來的時候，當然找不到他們，於是便向鄰居打聽：「我朋友一家人去了哪裡？」鄰居照直說：「這裡有一個虎姑婆，專愛吃小嬰孩，所以她回娘家待產了。」虎姑婆也只能等她回來，才把小嬰孩吃掉。

女人順利生產後，在回家途中，經過給孤獨園的寺院旁一個水池時，將嬰兒交給丈夫，與丈夫二人交替照顧嬰兒，然後到水池洗澡。當丈夫洗澡的時候，女人便餵哺嬰兒，怎料離遠看到虎姑婆逐漸走近，還自己奔跑過來，嚇得驚惶失措，大聲叫喊：

「她又來了，我們快走！」倉惶之際，他們就跑進了寺院。

這時候，佛陀正在說法，女人將小嬰孩放在佛陀足前，苦苦哀求說：「我已將嬰孩交給您，請救救他吧！」寺院的護法神將





此古聖常法。」



虎姑婆擋在外面，佛陀命阿難去叫她進來。女人一見到虎姑婆，就驚畏地嚷著：「她來了！她來了！請救救我的孩子！」佛陀安慰她說：「請不要緊張，也不用害怕。」

於是，佛陀開始向虎姑婆闡明說：「在這世界上，是絕對不能以怨恨來止息怨恨的，唯有是無怨恨，才可以止息怨恨，這是永恆不變的真理。倘若大家今天沒有來到這裡，妳們的瞋恨心會像烏鴉和貓頭鷹、蛇和老鷹一樣，彼此間的仇恨是永遠無法解決的。唯有明白善心、包容心和友誼，才能夠將冤冤相報的瞋恨心化解。」

佛陀即說偈曰：

「於此世界中，

從非怨止怨；

唯以慈止怨，

她們聽過佛陀的教示後，當下就放下了仇怨，成為真正的好朋友。聽聞者莫不同沾法益。

〔註：傳說虎姑婆（Aunt Tigeress）能幻化成人形，是吃掉初生嬰兒的貓妖。〕

# 尊勝那爛陀寺十七大班智達祈禱文

## —— 喚發三種信心

大直

為利眾生悲願圓滿地化現，  
已達護持、出離、覺悟無上境界  
勝諸天，  
緣起教法導引眾生臻解脫——  
遍照眾生導師佛陀向祢我虔敬頂  
禮！

祢以邏輯深奧方式推論緣起之法  
則，  
將實相真實意義智慧地闡釋，  
此乃般若佛母之究竟意趣，  
佛陀親口預言中觀勝乘之始  
祖——  
聖者龍樹上師向祢我祈禱！

祢乃龍樹之上首弟子，  
學問、成就皆卓越，  
自宗內外所有佛教學院的上師，  
亦是龍樹學說所有追隨者中最榮  
耀之頭鬘寶——  
聖天菩薩向祢我祈禱！

祢將諸聖的智慧意趣闡釋，  
亦是緣起教法最究竟義理，  
還有世俗約定俗成事物的深層與  
關鍵要義，  
祢已達致無上成就之境界——  
聖者佛護足下向祢我祈禱！

偉大的班智達！祢創立了廣博的  
系統，  
破除事相實有等邊見，  
接納世俗共許事物和中效的邏輯  
方式——  
阿闍黎清辯向祢我祈禱！

祢將整套顯密道次第發展並開顯  
發揚，  
更將中觀對現象與空性深廣之義  
理善巧地開示，  
以互為緣起之法則破斥二邊之謬  
見——  
聖者月稱菩薩向祢我祈禱！

祢以深廣之推論等種種方便，  
將最妙微不可思議之大悲道，  
善巧地向眾多有緣徒眾開示——  
菩薩寂天向祢我祈禱！

祢將中觀量論靈巧地融為一派，  
依個別根器教授中觀空性二諦，  
並將佛陀聖教法帶進雪域——  
大堪布寂護向祢我祈禱！

謹依經續具足智慧定立修行道次  
第，

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](http://www.greatperfection.org.hk)



超越二邊將中觀與止觀雙運互相  
融合，  
祢能清晰地把佛陀無謬之教法在  
雪域弘傳——  
聖者蓮華戒向祢我祈禱！

備受彌勒親自護佑和眷顧，  
祢將一切大乘教法竭盡力量使之  
發揚光大，  
並且善巧地定立廣大之戒行，  
佛陀預言唯識教派始創者——  
聖者無著上師向祢我祈禱！

祢將阿毘達磨七部聖典與空性二  
諦妥善地保存，  
並能清楚分析有部、經量部，與  
及唯識之學說，  
南瞻部洲智者頂嚴遍知第二  
佛——  
阿闍黎世親向祢我祈禱！

天賦聰敏推論眼光獨到邏輯師，  
祢能運用數百方式將正確認知定  
下結論，  
又以無可爭議的邏輯令佛陀教法  
發放光明——  
聖者陳那足下向祢我祈禱！

通達自宗內外各派整套邏輯所有

範疇，  
透過推論揭示經量部和唯識宗廣  
大精確之意趣，  
祢能善巧地傳遞出佛法所提供之  
一切奧妙法門——  
聖者法稱菩薩足下向祢我祈禱！

祢將明燈燃起令聖典《現觀莊嚴  
論》放光明，  
以及無著兄弟所傳之般若智慧  
義，  
證中觀道離一切實法非實法之邊  
見——  
聖解脫軍足下向祢我祈禱！

正如佛陀預言祢將般若佛母詳闡  
述，  
並且依止怙主彌勒傳授之教示，  
闡述三種解釋殊勝般若智慧之經  
典——  
阿闍黎獅子賢向祢我祈禱！

祢將廣大律藏義理具足智慧地總  
結，  
並且依據說一切有部的教義，  
將別解脫戒圓滿無誤地解釋——  
戒行精嚴學者德光足下我祈禱！

祢已獲得三學寶藏之功德，

廣博經典義理具足智慧地解釋，  
全為保存佛制戒之無誤教法——  
律藏最高擁有者聖者釋迦光足下  
向祢我祈禱！

透過向上中下士開示修行道，  
祢將佛陀宣說深廣教法傳授，  
令佛陀教法在雪域發揚光大——  
慈悲的珍寶阿底峽尊者向祢我祈  
禱！

透過這首我以真誠堅定信心而撰  
寫的祈禱文，  
我向宛如寶鬘嚴飾且令世間更豐  
更美赫赫之學者祈禱，  
祢們是一切奧妙殊勝教法之最勝  
泉源，  
願我得加持使內心成熟解脫！

願我得獲聖加持而奠下解脫道之  
基礎：  
願我能解實相根本之本質，還有  
二諦真實義；  
更獲四諦之定解，輪迴如何得以  
止息，  
及以正確的認知，對三寶生起堅  
定永恆的信心。

願我得獲聖加持，掌握本然無作

菩提心，  
與及菩提心  
之根  
源：  
一顆  
追求究  
竟解脫為  
目標之出  
離心，

種種形式痛苦及

苦因，徹徹底底被摧滅，  
還有一個救度無邊虛空眾生之悲  
願。

願我得獲聖加持，聞思修持諸偉  
大前輩上師經典著作，  
與及大乘、密乘道上一切深奧之  
義理，  
因而生起堅定解。

願我生生世世常得修持三學之圓  
滿因緣，

願我能為教法出綿力，如同往昔  
偉大前輩諸上師，  
再透過教授和實修，  
願我保存及增潤教法之意義。

願於世間每一角落中，有更多偉  
大學者修行者，  
完全遠離所有不正命，



全然投入聞思教授與修行，  
令整個世界變得更豐盛更美麗！

願我以此禱文的力量，  
迅速越過整套顯密圓融系統地與  
道，

達致當下自利利他遍智佛境界，  
只要虛空尚存，  
願我仍能不斷滿足眾生的願求！

以上十七位闡釋了佛陀博大精深教法的印度大班智達，打開了具足覺悟能力眾生之慧眼。縱使歷盡二千五百多年，教法至今仍廣受信眾聞、思、修。故此我，釋迦比丘丹增嘉措，心堅緊隨聖者之足跡，撰寫這篇祈禱文。

於佛曆二五四五年（二零零一年十二月十五日），在北印度喜馬偕爾邦岡格拉城鎮西部達蘭莎拉的德川禪定洲，撰寫《尊勝那爛陀十七大班智達祈禱文——喚發三種信心》。

願吉祥！





# 四灌頂

在金剛不能毀的秘密真言乘中，有四種由善知識傳授，成熟道上種種加持的灌頂；它們分別是：瓶灌、密灌、智慧灌和詞句所示勝義灌頂。前三種灌頂分別能成熟身、語、意之功德；而第四種詞句所示勝義灌頂則是由善知識將心的本質授予受灌者的方便。學徒若希望了解更多有關四灌頂的意義，可參考《功德寶藏論》和《秘密心髓續》兩書，內有詳細的闡釋。對於依止善知識，又能接受口耳相傳的修行者來說，便可透過觀修四種融合，獲得四灌頂。偉大的吉美嶺巴這樣說：

安住現空融合（不二）得瓶灌！

觀修明空融合（不二）得密灌！

觀修樂空融合（不二）得智慧灌！

觀修覺空融合（不二）得詞句所示勝義灌！

## 名相解釋

# 發心放生

在丙戌年十月二十二日，大圓滿佛教中心舉行了海陸空放生法會，一眾弟子有幸跟隨師父實踐菩薩六度萬行，攜著由各方善信捐獻的功德金，為有緣眾生贖命。

放生是表達出一種對生命的尊重，一種對養育人類自然的感激之情，一種對



人類自身道德的要求。戒殺放生是一體兩面的，須要相輔相成，雙管齊下，效果才會顯著。戒殺只是不造殺業，不再積欠新的殺債，是消極地不再造業；而放生則是積極地償還以前所欠的殺債。

以上所述驟聽起來似乎很

簡單；但它的效力完全依你的發心、相信因果的程度及信心的多



少，這直接與你得到師父及諸佛慈悲的加持力有關，因而產生不同程度的效力。消業及改善來生看來如此簡單，但為何又沒有發生於每一個人身上，而只發生在有福德和智慧的人身上呢？由此就可以知道其差別了。毫不發心的人就算做了，也得不到同樣的益處。

慈悲的師父教導我們在實踐善行時，無論事情或大或小，應依三殊勝法來增益善行，來鞏固擴大善行的功德。在行善前，應以生起之菩提心作為一種善巧方便，使之成為未來的福德資源，這就稱為三殊勝法中的「加行發心殊勝」。慈悲的師父開示，發

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](http://www.greatperfection.org.hk)



心是修學大乘之根本，發心依本質的分類，可分為世俗菩提心和勝義菩提心。在世俗菩提心中，願菩提心訓練的第一步，就是要視眾生與自己皆平等。我們從無



始以來不止息地沉淪在輪迴苦海中，是因為我們相信，在無主體中



有一主體，在無我中有一實我；而且這個我，在一切中是最珍貴，最重要的。

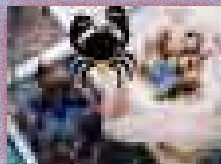
世尊教導我們，其實在三界裡的一切眾生都和我們一樣，希望離苦得樂。再者，這些眾生從無始以來，無一個不曾當過我們

的父母。慈悲的師父教導我們，應當以慈愛之心，對待我們所有被迷惑纏縛的父母，並不再視他們與我們有任何不同。今次我們放生並不是以高等生物自居，自以為高人一等，更不要以為人是萬物之靈，可操控其他生物的生死大權，不喜歡便殺，喜歡便放。相反，我們視眾生與自己皆平等，一樣有生存權利。我們有幸獲得人身，便應在牠們被宰殺之際，盡力助其解除苦難，令牠們重獲生機。如此的發心就是在願菩提心訓練中，踏出了一步。

我們有幸得慈悲的師父攝受為徒，修持正法，能聽聞到師父無上佛法的開示，了解到成就正覺不可或缺的最究竟法門：自他相換菩提心。要真正實踐這行菩提心，是要有非常高的德行和修為，才能做得到，絕非福德淺薄的我們所能做到。縱使如此，若能訓練自己先行觀修自他相換菩提心，也可算是好的開始。現在看來，這些魚蝦蟹、禽鳥走獸和我們好像風馬牛不相及，但其實我們無數劫以來，亦無數次生而為牲畜，所以牠們不僅無數次做過我們的兄

弟姐妹，而且還無數次做過我們的父母親，同樣保護照顧餵哺過我們。

當作  
為父  
母時  
給我  
們的



其他動  
物的吞  
噬而毫  
無選擇  
地被虐  
待……

恩情全不望報，然而我們欠下他們的父母恩卻是難以估計。

我們反覆地觀想自己身為動物的時候，觀想牠們的痛苦在自己身上成熟，遭受其他動物的吞噬，或毫無選擇地被人虐待、斬殺，深深感受到刀口的冰涼，在被宰割殘害時，種種恐怖……等。就在此時，以沉思拔走牠們的痛苦，以自己的念力來承擔牠們的痛苦，然後用個人的念力將自己一切都貢獻出來，讓牠們都離苦得樂，欣然獲救返回大自然，重獲自由。這一切是何等的歡樂快慰呢？將這些快樂延展至一切眾生，希望他們也同樣地享有快樂和幸福。如果大家能真的如上所說般感同身受，將我心比他心，慈悲心自然流露，修行這種施與受的修持，便真正感受到戒殺放生的微妙意義了。

再者，我們反覆地思惟下生為動物的痛苦，例如愚癡至極、遭受

等。不但其他動物會吃自己，而且人類也會加害和虐待，最後把自己吃掉。要不再輪迴三惡趣，離苦得樂，就得努力跟隨師父修學正法，實踐行菩提心，即修持六度。當發心正確，是次放生活動便具足六度的修持了。

跟著要做到三殊勝法的第二項，即是「正行無分別殊勝」。在行善過程中，避免任何形式之分別活動，這便可以保護功德，以免受其他因緣所損。例如在放生活動時放下散逸，不斷地專注覺察，使心持正念地進行。遇到任何困難，譬如籌集贖命善款的困難、早起、捱餓、暈船浪至嘔吐不適，或可能被蟹夾傷，被鳥獸抓傷等等，也不對牠們起瞋恨心，一切沉著應付解決，一心為盡快解除物命的痛苦為唯一目標努力，其他種種在所不計。

最後把放生善行之功德迴向成大菩提因。慈悲的師父教導我們，自己的善行能否成為圓滿菩提之因，便取決於迴向力了。任何不以此方便迴向之善根，其果成熟一次，立刻耗盡；相反，任何迴向究竟菩提的功德，就算成熟百次，善果不但不會耗盡，更會確使福德永遠繼續增長，直至獲得圓滿正等正覺果位。這就是三殊勝法中的「結行迴向殊勝」。

放生一事，在現在末法時期所遭受的誹謗批評最多，也最不容易提倡，這是因為眾生業障深重的緣故。因其業重，物命無福值遇善人受救活命；因其業重，人們無福救贖生命，償還殺債。其實面對外界的謾罵批評，只要我們心存慈悲正念，一切的橫逆毀謗就等於是在消我們的業障，成全我們的道業。《金剛經》云：「若為人輕賤，是人先世罪業應墮惡道，以今世人輕賤故，先世罪業則為消滅，當得阿耨多羅三藐三菩提。」且讓我們心平氣和地面對一切放生的誣蔑輕賤吧！只要隨時反省自己，關於



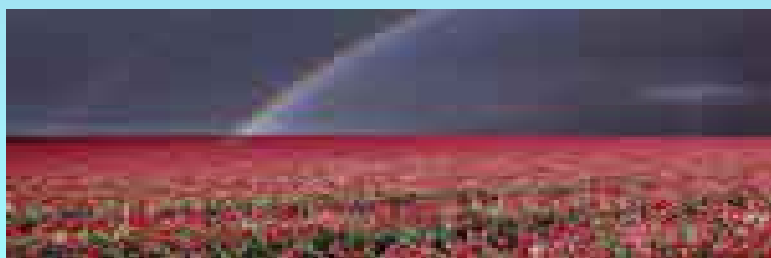
放生自己是否盡心盡力，問心無愧，則千萬人吾往矣！所有的毀謗批評都是菩薩度我，都是消我的業障！

智慧無上的佛陀早在《梵網經》殷殷告誡我們：「若佛子，以慈心故，行放生業，一切男子是我父，一切女人是我母，我生生無不從之反生，故六道眾生，皆是我父母，而殺而食者，即殺我父母。」更明白地說，六道眾生，皆我父母，放而生者，即救我父母。而面對質疑指斥我們放生是一個非常普遍的現象，也是一個非常悲哀的現象。不僅是一般人對放生多多指責批評，連那些已發心放生，甚至放生已有一段時間的居士們，也常因為自己的無明業障，缺乏智慧，對放生善舉產生困惑，甚至對教導自己放生的善知識也產生懷疑，不自覺地被怨親債主阻撓，被魔王邪

眾蠱惑，用自己的愚知愚見百般推理，再加上亂聽別人用似是而非的學問邏輯，或者引用一些有名有勢的大人物或者所謂專家、教授、學者一些反對放生的言論，漸漸地退失放生的初心，放棄了償債贖罪的大好機會，這種人多不勝數。

希望各師兄法友、有緣善信，能堅固自己放生這善行的信念，多些解釋給身邊親友知道，令來年能籌得更多贖命善款，令更多歷世父母脫離痛苦，領受慈悲的上師說法皈依，為牠們念佛和懺悔，因而所救的不只是眾生的生命，還救了牠們的慧命。

（愛慧人第六期網際版）





# 無界

## 敬老

## 齋宴

### 同樂日

每一屆同樂日的高潮都是在師父金剛上師卓格多傑步上台洒淨開始。第七界同樂日在二零零五年十一月二十日舉行，慈悲的上師為贈送給長者們的禮品祝禱，還親自送上紅封包，長者一位一位的逐個上台領受，他們恭敬，冀待的顯然不是物質性的東西。

當他們上台前，不約而同的都合起手掌，靜靜的期盼著；到達台上了，打開手掌，迎接慈悲的上師送上的一封紅包，這個紅包好像發放著無限的光芒，驅走了長者的負面黯暗念頭，一剎那間，生命的光明傾注入長者的身體。紅封包的重量也不只千斤重，乘載著滿盈的祝福，被祥和幸福包圍著；師母這時再送上洒淨過的禮品，濃濃的關愛，令長者們都感動不已。為了其他長者也能分享這份難得的祝福，他們都依依不捨卻又靜靜的步下台階。

當天我們對長者的關懷並不只此。我們特別設計了四個遊戲與長者同樂，目的旨在提醒長者注意日常生活中多做好事，多修善法，使福壽無量，日後自然福德延綿，安享光明健康長壽的善果。

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](http://www.greatperfection.org.hk)



咕嚕尼瑪偉瑟



太陽光上師

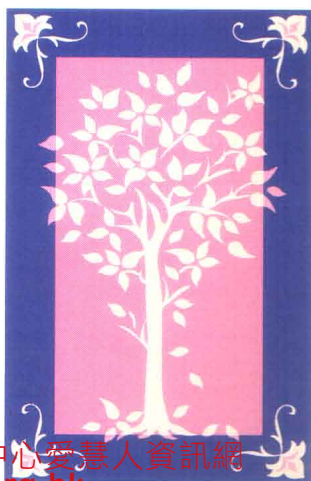
免費贈閱  
歡迎索取

愛慧人第六期

敬請贊助  
功德無量

本會為政府認可慈善團體

督印	金剛上師卓格多傑
編輯	嘉措卓瑪
工作人員	吳燕珠居士 楊少霞居士
倡印者	大圓滿佛教中心
地址	九龍尖沙咀漢口道三十五至 三十七號四樓A座
電話	二四一五 四八七六
傳真	二四一五 三二六七
國際書碼	九六二八〇一九四二二



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](http://www.greatperfection.org.hk)