



# 愛慧人

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

不生亦不滅，不常亦不斷，  
不一亦不異，不來亦不出。  
能說是因緣，善滅諸戲論；  
我稽首禮佛，諸說中第一。



## 《中論》〈觀因緣品〉第一標宗偈——龍樹菩薩

I prostrate to the Perfect Buddha,  
The best of teachers, who taught that  
Whatever is dependently arisen is  
Unceasing, unborn, unannihilated, not permanent,  
Not coming, not going, without distinction, without identity,  
And free from conceptual construction.  
(Mūlamadhyamakakārikā, Chapter 1 Examination of conditions,  
Pedictory Verses)

釋迦牟尼佛在靈鷲山二轉法輪，勸弟子捨小向大，並開演悲智法門，成立佛教正宗大乘(摩訶衍那Mahāyāna)。為了令正法久住，釋尊預記龍樹菩薩摩訶薩出世，並囑咐佛弟子遵行其道。

《入楞伽經》(Lāṅkāvatāra) 記載：「大慧汝諦聽，有人持我法。於南大國中，有大德比丘，名龍樹菩薩；能破有無見，為人說我法，大乘無上法，證得歡喜地，往生安樂國。」

相傳龍樹菩薩生於佛滅後四百年；不過根據歐洲學者如穆帝 (T.R.V. Murti) 推定祂約於西元二世紀中葉住世。

## 目 錄

- 八變蓮師之蓮花王(蓮華生大師-咕嚕啤瑪嘉玻) 1
- 一百五十讚佛頌 8
- 尊者周利槃陀伽的故事 9
- 在日常生活中修大圓滿 15
- 免費結緣佛學講座 18
- 名相解釋 18
- 介紹 本報免費贈閱 原載於大圓滿佛教中心愛慧人資訊網 19
- 喜訊 [www.greatperfection.org.hk](http://www.greatperfection.org.hk) 20



# 八變蓮師之蓮花王 —— 咕嚕啤瑪嘉玻

海天

八變蓮師的第一變化身就是咕嚕啤瑪嘉玻；嘉玻意指王。咕嚕啤瑪嘉玻是蓮師在我們這個世界最初示現的相狀。祂與西方極樂的阿彌陀佛，以及大悲觀世音菩薩有直接的關係。阿彌陀佛代表法身，觀世音菩薩代表報身，而蓮師就是化身；三者蘊含了三身的所有化現。你或許會質疑法身普賢王如來、金剛總持和金剛薩埵是怎樣蘊含在內？其實祂們都涵攝在阿彌陀佛、觀世音菩薩和蓮華生大師三身之內。而事實上，諸佛整個壇城與及所有三身都在蓮師內；所以蓮師不僅是蓮花部一個重要的部主，祂更蘊含整個壇城。



五方佛中蓮花部的三位佛陀就象徵著三身，而每一身則代表著個別的本初智慧。在世間而言，蓮花部是世間凡夫的覺知；在秘密層面來說，它與我們的業風息息相關，是語的中心。透過與蓮花部的本初智慧——例如利樂有情的慈無量和悲無量——產生深化的共振，世間見將會被轉化。而透過智慧風的上昇，慈和悲會在脈道中流動，並且散發出來；這是蓮花部的內流動。

在釋迦牟尼佛生平種種利益事業之中，一般有十二項特徵被記錄了下來，當中的語便是佛陀最具威力的一項事業。縱然佛陀具足大慈大悲，然而祂不能將每一個眾生如變魔術一樣從輪迴苦海中解脫。有情眾生皆受制於各自的業力，就算諸佛也必須承認這一點。佛語的威力便是賦予智慧來對治一切苦難，幫助救度有情出離輪迴，並安置有情眾於覺悟境界裡。沒有語言能力，佛對眾生便沒有多大的幫助，除非眾生天賦上根，能在報身的層次接受教法。蓮花部象徵慈悲心的語

威力；而金剛部、寶生部、羯磨部和佛部，四部皆在蓮花部——一切佛部之蓮花王——涵蓋和顯現。而蓮師便是諸佛的殊勝總集體。

現在我將咕嚕啤瑪嘉玻早期的事蹟介紹給大家。根據藏史記載，咕嚕仁波切是在佛大般涅槃四年後出生。雖然釋迦牟尼佛預言蓮師是祂入滅後八年出生，但由於印度所採用的方法，是將月滿和月缺一個月分成二的系統。依藏曆，佛陀是在鐵龍年入滅，而蓮師則在木猴年猴月出生，所以藏傳佛教認為猴年便是蓮師之年。

菩提伽耶是印度東北的一個村落，釋迦牟尼佛就是在這裡成就正等正覺的；因此，所有佛教徒都認為菩提伽耶是一個地理的靈性中心，宇宙無比力量的集中點。在西藏，我們稱此為金剛座，意指「金剛不能毀的法座」；經云賢劫千佛都是在這裡成正覺的。而佛教的宇宙觀則解釋說，數百劫後，這個世界將會被火、水和風完全的毀滅，所有東西都會被還原成原子，然

後散播於虛空之中，無一倖免。不過，在菩提伽耶的金剛座下，有一個不會被水、火所滅的十字杵；十字杵能越過我們這個世界的劫末。外在顯現為菩提伽耶的金剛座，其內在則是引領達致體證我們本初本質之道。

蓮師就是在菩提伽耶西北的烏仗那國出生的。烏仗那國常被視為一個極神秘的地方，在金剛乘的文章裡常被讚頌。這個不可思議之地表示了地大的本然力量和比較細微的環境結構，成為秘密金剛乘教法的原始資料主要來源。烏仗那國的中央便是空行之城，而赫嚕迦宮殿就在這個城中，宮殿的西北處，有一個名叫但拿哥沙的小湖泊。

阿彌陀佛從自中央化現出金色光芒，變成一枝刻有「啥」HRI字的五鉗金剛杵，剛好投落在一朵生長在但拿哥沙湖極稀有寶貴的蓮花——烏巴拉花上。童身的蓮師就在刻有HRI字的十字杵和這朵美妙的千瓣蓮花交匯處，微妙地示現。凡夫都是從父母而出生，但從咕嚕啤瑪嘉玻的自生顯現，正好打開了我們觀看



真實本質的全景。為了打破我們在子宮內孕育而漸漸出生的慣常樣式，蓮師便展示出轉瞬出生的自由，顯示出一道嶄新之門：本初因緣之大開放性。

烏仗那國的國王是一位非凡的人，名叫恩扎菩提。國王不但非常仁厚，而且慈悲慷慨。一次嚴重的飢荒，恩扎菩提王將國庫內的物資財富全部分給所有國民，可是物資未及足以分給每一個人。出海尋寶是古時印度很普遍的謀生行業，國庫盡施，於是國王與大臣便出海尋寶，在附近一個島嶼帶了一些金銀珠寶回國。回國途中，國王造了很多美麗的夢境。一回，他夢見一枝散發金光的五鉗金剛杵，並且移近他身旁，他甚至親手執著它。同時，國王又夢到太陽和月亮一齊從東方升起。這些好徵兆出現的翌日，恩扎菩提王便遇上了咕嚕啤瑪嘉玻。

當船隻逐漸駛近岸邊，船上的人都看見一道一道莊麗的彩虹懸掛在虛空；一大群雀鳥盤旋在空中，哼著悅耳的曲譜；天界之芬芳洋溢大氣層之中，各人

頓時生起樂受。想起自己昨夜的夢境，國王感動得將之敘述給大臣們聽。轉乘較細的接駁艇，他們立刻向彩虹的出處出發。當他們逐漸走近時，竟看見一朵他們從未見過那麼壯觀的蓮花，這朵蓮花除了異常大之外，色彩更是艷麗非常，而且花胚上還坐著一位相貌端好，令人讚歎的八歲男童。男童結金剛跏趺座，彩虹亮光更從他身上散發出來。看到此情景，國王感到十分驚訝。

雖然咕嚕仁波切示現人身，但祂在此所證明給我們看，祂能在蓮花中央示現於世，完全超越了

我們的二分概念，祂不是從生物基礎的父母和局限的見



解而出生；這證明了蓮師是離貪離瞋的，不伴隨著任何的負面情緒（煩惱）。取而代之，他將一切瞋恚和貪欲降伏，並轉化成它們相應的智慧，亦即是這朵蓮花所象徵的意義。意思即是說依循蓮師或釋迦牟尼佛的道路的修行人，必須斷除和轉化貪、瞋、癡。

在此之前，恩扎菩提王有一隻眼是瞎的，但如今卻突然痊癒，這種神變的現象實在令他感到驚異；國王問了這位在蓮花中出生的小孩五個問題：「你是從哪兒來的？」「你父親是誰？」「你母親是誰？」「你是做甚麼的？」「你吃甚麼來維生？」蓮師回答：「我從無生法界而來；普賢王如來是我父親的名字；普賢王佛母是我母親的名字。」藏文的「普賢」是「時常也好」的意思，永不變改的好，昨天好，今天好，明天仍然是好。至於「你是做甚麼的？」小孩便這樣回答：「我來這裡是幫助六道的所有眾生的。」這是一份長工，蓮師將永永遠遠也不會失業！至於食物呢！小孩說：「我吃下二

分概念，而我的說話則利益所有眾生。」身為佛教徒，恩扎菩提王對以上的答案深感滿意，對於如此卓越非凡的示現，國王當然更是感到興趣，再聽過小孩的答話，確實令他感動不已。從小孩的身和語散發的光芒，滲透國王深心處。仍未有子嗣的國王向小孩問道：「你可否到我的皇宮與我一起生活？」童年狀的咕嚕啤瑪嘉玻接受了國王的要求，跟著一眾隨從到皇宮。

恩扎菩提是一位非常仁慈的人，心靈不但極開放，而且還如法地觀待他的子民；而咕嚕啤瑪嘉玻被撫養成一位王子。王子以菩提心協助國王統治國家，引領子民趣向覺悟正道。他教子民如何遠離困擾和煩惱憂慮，全國上上下下皆由和諧與平和所統治。後來咕嚕啤瑪嘉玻與美麗的奧琪瑪結婚；奧琪瑪是「光芒四射」的意思。一日，金剛薩埵示現，告訴蓮師離開烏仗那國，目的是要更加積極地利益眾生。聽從金剛薩埵的訓誨，蓮師就在三十歲那年離開了烏仗那國。

蓮師徒步走離皇宮，到過很

多地方流浪，在祂最基本的行程中，可說是也很不平凡。祂可以瞬即便到達祂想要去的地方，基本上時間對祂的事業來說，起不了甚麼影響。踏遍整個印度，咕嚕啤瑪嘉玻常到最具力量和駭人的八大尸陀林，調伏八部魔崇，指示他們踏上悲智雙圓之境界的菩提心之道。

至於世間方面，蓮師帶領烏仗那國所有國民於覺悟道上，令他們達到和諧的境界，從而擅於平和、慈、悲的修持。內在地，祂調伏了八部魔崇，並且要他們修煉菩提心。被勇父空行所圍繞，咕嚕仁波切展示出祂殊勝的智慧，隨即便能調伏最厲害的色和無色界的眾生，這些眾生也因而視咕嚕仁波切為他們最勝的統治者或王。這是咕嚕啤瑪嘉玻——蓮花王——真正的勝利，是蓮師一個能攝入覺知和超越我執與煩惱的概念，且同時積極地令我們的喜悅、平和與內心的覺醒增上極為獨特的化身。

我們必須要理解攝入的

意思，這並不是指將一樣外在的東西，例如是另一個眾生，帶到我的控制下。攝入某人的覺知是控制凡夫習氣的心的意思。假如你內在缺乏這種能力的話，你便不能攝入或幫助其他眾生。由於你仍有點野性和瘋癲，你又怎可能調伏其他的人呢？瘋癲的你是不可能幫助他人的。當我們一旦有能力去控制自己二分覺知和習性時，我們便能自然而然地攝持別人。觀修蓮師為咕嚕啤瑪嘉玻能超越世間見和虛妄的情緒，並且令我們的二資糧增上。

咕嚕啤瑪嘉玻開放地將蓮花部的智慧光輝與莊麗展示出來。

被一群接受祂的教法的神聖勇父和空行所圍繞，再透過這個鋪張的展現，祂將同等的財富獻給所有眾生。這就是理解蓮師這個化身的外在方式。

在內在的層面上，咕嚕啤瑪嘉玻開示說，依循此道，行者必須控制自己的感官，學習覺知，降伏我執，並且超越自己的情緒。若然你能



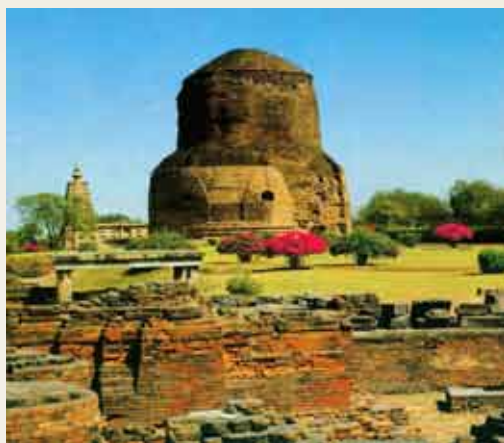
斷除我執，你便是一個偉大的統治者；你已掌握到你跟所有你所見所聞的事物的關聯。能夠完全控制自己的感覺和反應，你已具備一個輝煌的國王或皇后的力量和尊嚴。降伏了我執和煩惱的執著，你已得到真正的勝利。

在西藏，克服所有的負面惡業，相當於獲證英雄級的境界，這人已是一位戰利

者，或宇宙的統治者。根據古佛教的宇宙觀，世間統治者或轉輪聖王是一位統治四大部洲的聖王。不再有我執，遠離了瘋狂的行徑，即是完全覺醒所有勝利者都是自己。簡單來說，這就是蓮花王——咕嚕啤瑪嘉玻的意思。

咕嚕啤瑪嘉玻膚色呈粉紅或赤紅，法衣色澤偏向紅多於黃，近似橙色。祂被觀想坐在日月

輪上的蓮花上，寬坦國王座姿，一面二臂二腿，半忿怒相，因此有說法要觀想祂為四臂。長長的頭髮結成一頂髻，而且用白布包裹著，最頂尾端有一束小小用絲做的紅絮，披在身後，在風中搖



曳。頭戴五寶冠，右執小鼓，左執代表智慧的鏡和勾。雖然諸法皆無自性，但透過智慧，諸法皆如是如是地顯現。現象的生滅就如色出現在鏡中一樣，如突然出現，卻又快速消逝的海市蜃

樓。鏡子代表無止息的顯現，離執於實有的客體。另外有一些關於咕嚕啤瑪嘉玻的成就法指蓮師左手持鈴和勾，另有一些又說蓮師左手是拿著一枝修法用的箭。勾象徵大悲，拯救所有被輪迴經驗捆縛住的眾生。這就是觀修蓮師為咕嚕啤瑪嘉玻的外相。

其實生死輪迴就只不過是我們的念頭和概念而已；你的經驗



絕大部份都是你自己如夢如幻的覺知的釋義，既沒有真的基礎，也不指涉實在的個體或質實的對境。這只是一場夢，甚至可能是一場惡夢。在夢中受苦害的人不會確認這是一場惡夢，這確實不是一個質實或決定性的真實，然而，發夢的人對自己經驗的理解，卻教人以為它是真實的。對於所有暫時被這幻覺困著的眾生起大悲心，並且柔和地引領他們達致解脫。對於大悲，絕不輕易放棄，也不退失。緊貼著，並引導所有眾生達致無上正覺。

如同其他的修法，開始時修皈依和發心，對所有眾生皆心生慈愛和悲憫，然後修定片刻。觀想前面虛空有一紅色小光環，瞬間變成咕嚕啤瑪嘉玻，一邊觀想，一邊唸誦十二字咒，愈久愈好。結座時，咕嚕啤瑪嘉玻融入紅光，然後融入自心，你與咕嚕啤瑪嘉玻無二無別，於此坐定，愈久愈好。最後念迴向文，將功德迴向。這殊勝的修法力量非常大，能令你洞察力大增。



# 一百五十讚佛頌

淨觀

(續上期)

## (四) 讚妙頌

- (42) 戰勝魔羅人稱奇，  
與祢偉大功德相比下，  
又怎算得是稀奇。
- (43) 安忍在祢寶瓶身，  
如何被猛烈突襲，  
絕不是甚麼重擔。
- (44) 真正了不起的是：  
在祢戰勝魔羅降魔的當晚，  
祢已調伏自心一切煩惱魔。
- (45) 對祢戰勝怨敵驚訝者，  
太陽散發千幅光芒驅走黑暗，  
同樣亦會嘖嘖稱奇。
- (46) 祢以三事克服三難題：  
感性克服無動於衷，  
慈愛用來克服瞋恚，  
智慧克服愚癡無明。
- (47) 善行祢讚許，  
惡行祢責備，  
但對造業者，  
無有「順」或「逆」。
- (48) 內心超越貪戀聖者、  
厭惡劣者，  
還有甚麼雅頌更能讚美形容祢？
- (49) 祢不執著善功德，  
亦不思念具德者。  
看啊！聖者內心最極平靜之清淨！
- (50) 且看祢感官不被動搖之平靜，  
便能了知祢內心之恆常平靜。
- (51) 愚者尚且了知祢心之清淨。  
善語善行反影祢之清淨念。
- (待續)



# 尊者周利槃陀伽的故事

如空

「勤勉不放逸，

持戒自調伏，

智者自作洲，

不為瀑流沒。」

〈不放逸品第二十五偈〉

從前，在王舍城有一大富人，父母都很嚴厲管束女兒，不准她與外界接觸，這反促成她與家僕發展出一段戀情。倆人畏罪私奔，遠走偏僻地方一起過活。過了一段日子，妻子懷了孕，想到要撫養孩子是一件辛苦的事，在臨盆前建議丈夫一起回娘家。丈夫當然恐怕舊主人怪罪，不敢答應妻子的要求；做妻子的亦體恤丈夫的憂慮，但心想自己畢竟也是他們的親女兒，相信父母總也不會為難自己，遂將家中整理一番，請鄰居代轉告丈夫，然後獨自一人返娘家去。怎料孩子在半路中出世，幸好丈夫及時趕到。夫妻倆皆認為無回娘家的必要，亦將嬰孩取名叫「路」。

不久，妻子再度懷孕，所有

經過如同上一次一樣，第二名男嬰同樣都是在途中出生，小男嬰取名「小路」（周利槃陀伽），而哥哥則改名叫「大路」。夫妻倆帶著兩個孩子返回大家原來居住的地方。

孩子長大後，看到別的小孩都有叔叔、伯伯等親戚，於是便問母親：「媽，我們是否沒有親戚的嗎？」

「你們有一個非常富有的外祖父住在王舍城，還有很多的親戚，可是在這裡我們倒真是沒有任何的親戚。」

「那我們為何不住在王舍城呢？」

被孩子這樣一問，夫妻倆人就決定帶兒子到王舍城去。妻子先請人帶信給父母，告之自己帶著兩個兒子回鄉。誰知父母接過消息後，竟然這樣說：「在生命輪迴中，誰不曾互為父母、子女、兄弟姊妹呢？在這一世中，他們曾深深地傷透過我們的心，要再讓他們生活在我們眼前，已是不可能的事了，還是叫他們帶著這些錢到自己喜歡的地方過

活，孩子倒可以讓他們送到這兒來！」

夫妻倆人不得不依雙親的意思。將孩子託付信差後，便傷心的離開王舍城。

孩子在外祖父母家日漸成長，大路還跟著外祖父一起去聽聞佛法，而小路年紀尚小，只得留在家中。因為經常有機會親近佛陀，聆聽法音，大路心中萌起出家的念頭，更得外祖父的允



許，跟佛陀出家。大路出家後，不但十分精進，而且亦了解佛法義諦，不久便證得阿羅漢果。大路度化弟弟小路出家，然小路生性比較闇鈍，例如大路教一句偈頌：「注視著佛陀的光耀，讚歎佛陀的光明，如清晨紅蓮之綻放，亦如麗日中天。」小路花上

四個月仍學不曉。

原來小路在迦葉佛的時期，是一位聰敏慧黠的出家人，因為一次開玩笑，模仿一位遲鈍比丘的行徑，令他因被嘲弄而不願再修學。小路種下了這個業因，於是此生生而為呆鈍的人，每每學一字，便隨即忘卻先前所學的一字。

出家四個月了，即使小路多精勤修學，總是無法記下哥哥所教的一句簡單偈頌；大路只好對弟弟說：「花四個月也不能記好一句偈頌，如何能做好一個出家人呢？你還是離開吧！」然而小路偏喜愛佛法，不想還俗。

一天，耆婆長者前來邀請佛陀和比丘們接受供養。大路負責安排僧眾應供的執事，把弟弟從名單上剔除。小路知道後傷心極了，心想：「尊者接受眾比丘應供，唯獨是我一人被剔除，哥哥顯然是對我失望透頂，我勉強留下來又有甚麼意思？不如早日還俗回家，多行布施等善行，過在家生活吧！」

翌日一大清早，小路便離開僧團，準備回家去。佛陀於這



天清晨，以神通觀察娑婆世界，得悉此事，於是便在小路必經的路上，漫步起來。小路離遠見到佛陀，就上前頂禮。問明原委後，佛陀以佈滿千輻輪的細軟手掌摸小路的頭，叮囑他留下來，然後帶他到小香屋，讓他在跟前坐下。佛陀用神通變現出一塊淨布，並對小路說：「小路，你要好好留在這裡，面向東方，用心搓揉這塊布，常記住一句話：『把污穢除去，把污穢除去。』」

佛陀率領比丘眾到耆婆長者家接受應供，坐在已鋪設好的座上。而小路亦面向太陽坐著，邊搓淨布，邊念著「把污穢除去，把污穢除去」；淨布被他一搓，竟愈搓愈髒，小路心想著：「原本乾淨的布，因我的緣故，改變了原來的模樣，變得這麼髒。因緣和合的事物，的確是無常！」內心生起了對變異、壞滅的深切體悟。

佛陀知道小路有所體悟，以神通力向他開示說：「小路，原本乾淨的布，因為灰塵而弄髒了；試想想你內心不是也有如塵

灰般激盪不穩的情緒嗎？把它們也除去吧！

『貪著是塵垢，亦非塵垢，塵

著，住於佛陀正法之比丘，不為塵垢所縛。瞋恚是塵垢，亦非真塵垢，塵垢乃瞋恚，住於佛陀正法之比丘，不為塵垢所縛。愚癡是塵垢，亦非真塵垢，塵垢乃愚癡，住於佛陀正法之比丘，不為塵垢所縛。』」

佛說偈已，小路立即體悟證果，具足四無礙解，一切三藏的義理全了然於心。其實小路在過去世曾是一位國王，在一次繞城巡行時，汗水從他額前淌下，他用乾淨布抹拭，布變髒了，於是心中有感：「因為這身體，如此乾淨的布就改變了樣態，變得髒了；因緣和合的事物，的確是無常。」對無常的思惟，成就他開發智慧的重要助緣。

耆婆長者為佛陀送上供水，可是佛陀用手蓋住鉢盂，然



後問：「還有比丘留在寺院中嗎？」大路尊者答：「世尊，沒有比丘在那兒了。」

佛陀對耆婆長者說：「還有，還有。」

耆婆長者便差遣人前往寺院一探究竟。

此時在寺院的小路尊者想：「我兄長說寺院中已無比丘，我要讓他們看看尚有比丘在此。」隨即，整個芒果園到處都是比丘眾——有的在縫製服、有的在染衣、有的在閱讀，變化出一千個各自做著不同工作的比丘。打探消息的人看過這情景後，回來報告耆婆長者：「主人，整個芒果園到處都是比丘僧，小路尊者也在呢！」小路尊者變化出一千個像他一樣的比丘後，便安坐在美麗的芒果園，等著接受邀請。

佛陀吩咐那人：「你到寺院去說佛陀傳喚小路尊者。」依佛陀的指示去傳喚時，誰知一千張嘴竟同時回答：「我是小路。」那人回來說：「世尊，他們每個人都叫自己做小路尊者。」世尊教他：「你今次去，看誰第一個說『我是小路』的，你就抓著他

的手，其他的就會消失無蹤。」那人照做，頓時一千個比丘消失了。小路尊者便跟他一起前往耆婆長者的家裡去。

應供完畢，佛陀向耆婆長者說：「耆婆，握住小路尊者的鉢，他將為你說齋後的祝願與開示。」耆婆依著去做。小路尊者以三藏的甘露法義，如年輕的獅子一樣做一次獅子吼般的飯後祝願和開示。而後，佛陀離座，率同僧眾返回精舍。

傍晚時分，比丘們聚在一處，大家都認為無上正等正覺佛世尊只在一頓飯之間，就令小路尊者證得阿羅漢果，具足四無礙解，了解三藏法義，佛陀的威德，實在不可思議。

佛陀在小香屋以清淨無礙眼觀知此事，便走到小香屋外的法堂中央，佛光四射，向大眾開示：「比丘們，小路尊者不只此世呆鈍，過去世亦是如此；他不只是此世依止我，過去世亦依止我；過去世我使他獲得世間財富，而現在世我則令他擁有出世間的財富。」

佛陀應比丘們的要求，詳



述過去的故事：昔時，波羅奈城有一個人到竺剎尸羅大學求學。由於他為老師服務，在五百名求學者當中，他成為了師長的學法住校生，由為老師按摩腳到所有的事他都做。可是他生性呆鈍，學不到任何東西，老師心想：「雖然這學生資質不夠，無論我怎樣用心去教導他成為有學養的人，也無法做得到，但他對我的幫忙，實在又功不可沒，我要為他創編一個咒語，以回報他的功勞。」

老師帶他到林間，將所創編的咒語「努力，努力，為何如此努力？對此，我很清楚，我很清楚」重覆教他好幾百遍；又對學生說：「人一旦擁有一項技藝，是永不會忘記的，去吧！每天不

斷地背誦，好好記住這咒語。」然後便送他回家。

回家後，母親以為兒子學成回來，心感引以為榮。與此同時，國王為了要了解民情，於是便微服出巡，藉此深入探討百姓對自己治理國事的看法。

國王剛好碰著兩個小偷挖掘一條地道，直通兩戶人家，而國王就躲在屋子的陰影處觀看著小偷潛入屋中。當小偷正在尋找財物之際，那個從竺剎尸羅回來的學生正好醒來，口中背著老師教他的咒語：「努力，努力，為何如此努力？對此，我很清楚，我很清楚。」小偷還以為被人發現，嚇得落慌逃跑。國王看過整個過程，返回皇宮後，第二天就傳喚一個人來，說：「你到某某地方，那裡有一間房子被人挖了一條地道，屋裡有個從竺剎羅學成回來的年輕人，你就把他帶回來。」使者依旨將年輕人帶回皇宮。國王對他說：「年輕人，將你所學的都教我。」教完後，國王賞賜了一千枚金幣作為報酬。

城中一位將軍以一千枚金幣賄賂國王的理髮師：「下次當

你替國王刮鬍子時，就用剃刀切斷地的喉嚨，屆時，你便是大將軍，而我就是國王了！」到國王刮鬍子的那天，理髮師如前用香水在國王的鬍子上塗肥皂，手持鋒利的剃刀，握住國王的前額，心想：「一定要一刀就切斷他的喉嚨，這剃刀似乎不夠鋒利。」於是便走到一旁去磨刀。此時，國王記起自己的咒語，隨口便背誦起來：「努力，努力，為何如此努力？對此，我很清楚，我很清楚。」理髮師頓時嚇得目瞪口呆，直冒冷汗，手中的剃刀掉在地上，匍伏在國王跟前。國王心知有異，就對他說：「嘿！惡劣的理髮師，你以為國王甚麼都不曉的嗎？」

「陛下，請原諒我。」

「好，那你原原本本將事情說出來。」

「陛下，將軍給了我一千枚金幣，要我在幫國王刮鬍子時，切斷國王的喉嚨，他便當國王，我就是將軍了。」

國王大怒，將將軍放逐。後來傳喚老師，對他說：「老師，因為你的關係，保存了我的性



命。」國王自始對他崇敬有嘉，並賜與殊榮。

佛陀說罷故事，續開示說：「小路尊者過去生中亦是呆鈍，因他曾依止我，故獲得世間的財富，而得以自立。比丘們，不只是現在依止我，以前也是。過去世中，我令他擁有世間的財富，現在，我則令他獲得出世間的財富。那時候的小富翁的學生就是小路尊者，而會觀星相的智者便是我。」

「比丘們，在我的教法中，只要精勤不懈的人，一定可獲得超越世間的法益。」佛因此而說偈言：

「勤勉不放逸，持戒自調伏，智者自作洲，不為瀑流沒。」〈不放逸品第二十五偈〉

佛說偈已，會中多人證得須陀洹等果位，教法助益了整個教團。





# 在日常生活中修大圓滿

## 頂果欽哲仁波切教授

大直

大圓滿之日常修持，其實就只不過是訓練出一種徹底自在無慮的接受，一種對任何處境也無局限的開放。

我們應確認到這種開放是我們情緒的遊戲場地，與他人皆無虛偽、操控式或運用任何手段的結緣。

我們應該全面地去體驗每一事物，不要像早獼猴縮在洞穴中般退縮。這種修煉將釋放出大量能量，而這些能量一般都被我們依靠某些指定的參照點而限制著。這種實在的證明，便是我們退避日常生活中的直接經驗的過程。

當下的存在起初可能會引起畏懼。若我們能以完全的開放來迎接畏懼的感受，便能斬斷由情緒習性所引申的種種障蔽。

在我們修習尋覓虛空時，我們應發展出一種將自己完全開放至整個宇宙的感覺中；以絕對的簡單和內心的赤裸把自己開放出來。這便是脫下自我保護的面罩最有力和最普通的修法。

我們不應在禪定中劃分出覺

知和覺知的境，不應如同盯著老鼠的貓兒般；要確認禪定的目的並不是「深入自己」，或是從世間抽離。禪修應該是自在的，無概念的，不應受內省和集中所制約。

廣大無生自放光明的智慧虛空是存有的基——迷惑的始和終。覺性在本初境界中的存在對覺或不覺皆不偏不倚。這個稱為清淨心或本來心的存有的基，是諸法生起的源，亦稱為偉大之母，諸法就是在這個具足潛能的母胎中生起，並且於自然自圓滿和絕對自然中融化。

諸法現象的所有狀態都是完全的明澈和清晰。整個宇宙都是開放和無礙的——所有事物都是互相涵攝的。

察看到所有事物皆是赤裸、明澈和自在無礙後，便了知無所獲得或體證了。諸法的本質自然而顯現，而且還是自然地在超越時間的覺性中存在。諸法皆如是如是自然地圓滿。所有現象皆在其獨特性中顯現，如一個不息地變幻的樣式中的一部份。這些樣

式在剎那間顫動著，並且充滿著意義和重要性；然而在超越它們表達自己的剎那間，執實它們的意義卻又絲毫沒有重要性。

這便是五大之舞步，當中的物質（事物）便是能量的象徵，而能量就是空性的象徵。我們便是自己覺悟的象徵。無勤無修，解脫或覺悟早已在。

大圓滿之日常修法便是日常生活本身。由於未生起的境界並不存在，所以無需矯揉造作，或試圖去獲得任何超越自己現狀或在現狀以上的東西。不應有任何渴望達致某些「不可思議的目標」或「高境界」的感覺。

追求這些境界是一種神經錯亂，這只會支配著我們，成為心的自然流動的障礙。我們亦應該避免去想著自己是沒用的人——我們本來就是自然而然的自在和無緣的。我們是本質地覺悟，無有欠缺的。

在進行禪修時，我們應感到這就如進食、呼吸和大便一樣自然不過，並不是甚麼專門或正規的事情，無需視之為認真和莊嚴而自驕自大。我們應該確認禪修是超越精進、修習、目標、目的和解脫非解脫之二分。禪修是恆常理想的；沒有任何東西需要修改。由於所有生起的事物就只不

過是心的活動，所以無所謂不完美的禪修，也無需判別念頭的善與惡。

因此，我們只須簡單的坐下來，

簡單的留在你的住處，利用你自己現在的緣便可以了。忘記自我意識的感覺，不必去想「我在禪修」。我們的禪修應該無勤、不緊、不試圖去操控或用力，不嘗試去變得「平靜」。

假如我們發現自己因以上的問題而打擾著自己的禪修，便應該暫停，休息一會，放鬆一下，然後才繼續。要是在禪修時或禪



修後有「有趣的經驗」的話，我們應該避免認為這些體驗有何特別。花時間去想著這些體驗只是一種散亂。其實這些體驗只不過是禪修的一些徵兆，應視之為一些短暫的事情，不應試圖去再體驗，因為這樣做只有令心的自然流動失真。

一切現象都是全然的嶄新和不同，絕對的獨特和完全遠離一切過去、現在和未來的概念。它們是在無時間中被體驗著的。

在每一剎那中生起的新發現、啟示和靈感的不停流轉，其實就是我們清明的顯現。我們應該學習視日常生活就是壇城——經驗一方的光芒，就是從我們這個存有的空性本質自然地發放出來的。我們生命經驗中日復日的客體在舞動中，又或是宇宙的活動，便是我們壇城的一切一切。透過這種象徵意義，內上師將存有的甚深和究竟重要性顯示出來。所以，我們必須保持自然和本然，接受所有事物，從一切事物中學習。這樣做，我們就能夠看到經常令我們煩惱的事情的諷刺性和有趣的一面。

我們能夠在定中看透過去、現在和未來的幻象——我們的經驗變成了當下這一剎那的延續；過去就只是留在此刻的一個不可靠的回憶；而未來就只是我們現在種種概念的投影。在我們試圖去捉緊現在這一剎那的同時，它便會自我消失，我們又何須嘗試去設立一個質實的基的幻象呢？

我們好應該從自己的過去回憶和禪修的假設概念中釋放出來。禪修的每一刻都是完完全全獨特的，都是充滿著潛能的。此時，我們將不能用過去的經驗、枯燥平淡的理論或空洞的言辭去判斷自己的禪修。

就在此刻當下，簡簡單單的直接投入禪修，全心全意，不遲疑、不厭倦、不興奮；這就是覺悟。





## 名相解釋 決定行為重要五種因素

在欲界中，行為的重要性，孰善孰惡，取決於五種因素。

- (1) 穩定：對所作之行為有一種持續的意願。
- (2) 決心：行為者不受其他興趣影響而忘失了自己的目標。
- (3) 不退縮：當反對的力量削弱了自己的意願時，也不退縮。
- (4) 功德福田：行為是否以功德福田作為行為的對境。
- (5) 利樂恩田：行為是否以利樂福田作為行為的對境。

功德福田是對三寶的一個名相；而利樂恩田則指行為者的現生父母，因六道眾生皆被視為歷劫父母，所以還包括了報恩的冤親債主及一切予以大悲的對象；例如是長期病患者、疲累的旅客或乞丐。

故此，評估一個善行或惡行的重要程度，便取決於究竟該行為是  
否以上述兩種福田其中之一為對境，以及是否具備上述第一、第二和  
第三種動機性的因素。 ———吉美嶺巴《功德寶藏論》

### 免費結緣佛學講座

《入菩薩行》佛學講座已於本年度五月五日圓滿結束。宗師卓格多傑上師悲智任運，將窮盡我們一生有限的智慧和福德也難以完全理解的菩薩行，用了逾四年時間，為大眾開示；聞者皆法喜充滿，獲益良多。

對世俗諦層面的菩薩行有深入認知後，接著，慈悲的卓格多傑上師將開講另一部被藏傳佛教譽為「論典之王」的《入中論》。

《入中論》Madhyamakāvatāra為古印度大班智達、那爛陀寺住持——月稱論師所寫。月稱菩薩將上師龍樹菩薩所寫的《中論》集解，著成《入中論》，開演大乘正宗證悟法無我真義，如何行持異生地三法、聖位有學十地和無學果地大乘菩薩成佛之道；乃勝義諦層面，般若菩薩廣行正見及修行次第之論著。

有緣善仕，人身難得今已得，何況宣講佛陀正法的善知識更是難能可遇，如今機會現前，未來會否再有這個善緣，你我也難以肯定；且將無意義的俗務暫時放下，來學習偉大的聖者如何臻達圓滿的境地吧！

《入中論》第一講  
二零零七年六月二日星期六下午四時，觀音講堂恭候。



# 大圓滿佛教中心之 【觀音講堂】正式啟用

二零零七年三月十日是我們很值得紀念的日子，是我們期待已久的日子，這正是【觀音講堂】正式啟用的大日子。

【觀音講堂】是宗師金剛上師卓格多傑多年來致力將釋迦牟尼佛和密乘紅教正法延續弘揚，實踐菩薩大悲宏願，利益無邊有情，另一個極具意義的里程碑。

師父依蓮師心間伏藏及月稱論師大雄觀世音祈請文設計了一尊「盛世大雄觀世音菩薩」聖像，坐鎮講堂；善信有緣參拜聖像，如獲「盛世大雄觀世音菩薩」摸頂加持，有求必應，心想事成；大眾若發心護持，必能沾得到觀世音的光彩，喜悅清涼！

顧名思義，講堂除了舉辦定期結緣佛學講座外，師父還於每次講座完畢，將功德迴向，灑淨加持220公斤白米，翌日由師兄弟親手贈送給各區獨居長者，並予以慰問祝福，務求將「愛心無界敬老贈米」志業一直延續；長者享食甘香米飯，並歡喜結佛緣！身體健康！平安大吉！

農曆二月十九觀音誕，二十多位與佛有緣善信，老老少少，歡欣無限，聚首在【觀音講堂】，在眾親友的見證下，由宗師攝引入佛門，進行結緣皈依儀式，皈依三寶，正式成為佛陀的追隨者。師父對有情惟抱終極關懷，於農曆六月十九觀音誕再次攝引善信結緣皈依佛、法、僧三寶。你也希望加入佛陀追隨者的行列？請撥電話2415 4876，與我們聯絡。

一份精美的禮物——八達通卡套——正在等待大家免費索取。一面印有「盛世大雄觀世音菩薩」的聖像及延命十句偈，另一面則印有2007年至2008年五月期間之公開結緣佛學講座日期；相信大家不但會愛不釋手，而且更可以隨時隨地觀看到「盛世大雄觀世音菩薩」。只要在中心開放時間內，或於每次講座期間，便可免費索取。



### 喜訊

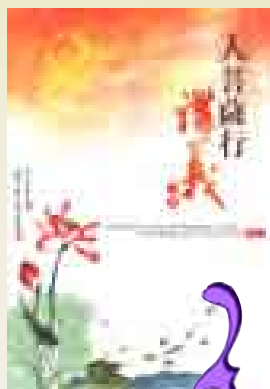
經多個月來覆核、排版、校對、修訂、設計……

在金剛上師卓格多傑悲智雙圓的大願下，一部印製精美，而且充滿著生命無限美意的內涵，大家亦期待已久的結緣書——

### 《入菩薩行講義·上卷》

現已準備就緒。

有緣人！請到大圓滿佛教中心會址：尖沙咀漢口道三十五號四樓A座，免費索取。贈送親友，使他們也能親自領受諸位菩薩聖者的加持祝福，是獲得法樂的一份最好禮物。



（愛慧人第八期網際版）



**講堂開光圖(一)：**二零零七年三月十日觀音講堂正式啓用，善信聚首一堂。



**講堂開光圖(二)：**師父為【盛世大雄觀世音菩薩】開光，法力加持，為善信祈福開示。



**贈米圖(一)：**師兄將師父加持祈福的白米，親手傳遞到長者家中，長者完全不用日曬雨淋。



**贈米圖(二)：**長者安享各界對他們的關愛慰問，師兄們更是樂此不疲。



**贈米圖(三)：**每一個月，師兄們都懷著師父對有情無緣大悲的愛心，將四十包白米贈與各區長者。



蓮華生大師  
咕嚕啤瑪嘉玻



愛慧人第八期

免費贈閱 歡迎索取  
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：吳利色 費贈閱 原載於大圓滿佛教中心愛慧人資訊網

國際書碼 9628019422 [www.greatperfection.org.hk](http://www.greatperfection.org.hk)

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：2113366 傳真：2113366

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