

愛慧人

大圓滿佛教中心



第23期
2011年7月

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

新書 簽名會 入中論講義



慈悲的師父自03年開始傳講《入菩薩行》後，將講義結集成書，先後送贈各界已達八千多冊。慈悲的師父弘法事業延綿不斷，緊接是另一劃時代佛學鉅著——《入中論講義》，經過48次的講座後，終於出版了。自慈悲的師父着力推崇弘揚中觀正見以來，



中港台三地的佛教界上下，都對中觀學說有重新更深更透徹的理解，謬見消除，獲益匪淺。對佛學原典及英、梵、漢、藏等譯文一絲不苟的考證，兼有實修體證的金剛上師卓格多傑，為現今佛教紀元的一



代宗師，實在當之無愧。

《入中論講義》結集了自07年開年的講義，再經師母日以繼夜的對等，繁複工序，希望起及於佛情，同資佛誕。在五月

一講，便舉行了悲

義》簽名會。當日與會師兄善信，鼎力助印之餘，各人更是欣喜地獲贈三本，並懷着感恩虔敬的心，恭請慈悲師父在書上簽名留念，祈願能與慈悲

始，一共宣講了四美術設計修訂校讎前面世，利益有七日《入中論》最悲師父《入中論講

義》簽名會。當日與會師兄善信，鼎力助印之餘，各人更是欣喜地獲贈三本，並懷着感恩虔敬的心，恭請慈悲師父在書上簽名留念，祈願能與慈悲



師父結下永世的善緣。

目 錄

- ① 探本尋源見月稱
- ⑥ 緣起讚五十八頌
- ⑧ 衆志成城弘佛法—佛教博覽會紀實
- ⑪ 佛入滅後，大迦葉設方便令阿難發奮上進
- ⑬ 名相解釋：五戒
- ⑭ 解答常見疑難饒益徒衆如意寶鬘
- ⑮ 金剛薩埵之禪修
- ⑯ 中英對照：大圓滿—佛陀的終極理念



(續上期)

月稱菩薩與密續

阿底峽尊者在著述中表明了祂對藏傳佛教教理是充滿著興趣，而且還熱切於修習；故此我們可以這樣假定：當期時的佛教徒普遍也是熱衷於修密，智作慧和智藏也不例外。然而，這三位學者在論中並沒有提過他們對月稱菩薩的文章感到興趣是與後期的印度藏傳佛教有任何的關聯。這一部份將會探討幾位曾經就月稱菩薩的見解而發表了明顯相關看法的作者，還讓我們清楚明白他們從一開始已欣賞月稱菩薩在於對勝義諦的理解、追求勝義諦中現量的缺陷性，與及對密續的見解等三大課題深感共鳴，最終取得他們的廣泛應用。

月稱與密續並列而尊

從俱生金剛（又稱沙河遮金

剛）(Sahajavajra)集解梅紀巴（又稱梅傑巴達）(Maitrīpāda)的《真如十頌》(Ten Stanzas on Reality)這套當時的密續中找到有關月稱菩薩的一些重要資料。⁽⁷⁶⁾雖然這裡所說的未必及得上文中有關月稱菩薩的見解般令人振奮，然而在談論到第二頌時，俱生金剛就特別引用龍樹、聖天和月稱等菩薩對緣起論的闡述。⁽⁷⁷⁾作者更指出月稱菩薩在《入中論》述說印度佛教中「唯識學派」⁽⁷⁸⁾的學說是不了義的。⁽⁷⁹⁾從上述兩項資料都沒有清楚交待為何俱生金剛要把月稱菩薩的闡釋獨立出來，直到一位後期的印度藏密學者卻給祂定位為權威人物來引用，這一個具啟發性的鐵一般的事實。很多時人們都會把梅紀巴與阿底峽尊者一起討論，有時說他是尊者的上師；當尊者的身份是超戒寺(Vikramāśīla)的住持時，他便是尊者的弟子；更試過有一次因梅



紀巴違反了密法的修持而被逐出寺院。⁽⁸⁰⁾由他所撰寫的大手印修持法亦是一個不可或缺的資料來源；再說，他所有的著作，包括《真如十頌》，全都輯錄在藏版密續的《密集續藏》（*Tantra Commentaries*）之中。藏傳佛教的噶舉派更尊他和巴操尼瑪扎二人為應成派傳承的祖師。⁽⁸¹⁾

從援引的噶舉派和俱生金剛的密續可見，梅紀巴是支持月稱菩薩所演繹的中觀見解的。可是俱生金剛所說的，並不能讓讀者深入洞悉他對月稱菩薩的見解欣賞之處，只能夠將月稱菩薩的演繹與十、十一世紀時在喜瑪拉雅山一帶建立和流傳的某些獨特的密續，建立了一些關聯。我們不難想像到，因月稱菩薩反對當時在後千禧年盛行的學究式佛教所建立的現量方法，而得到那些獨特的密法行者的認同和接受。再者，月稱菩薩對勝義是超越人類

認知範疇的瞭解，確實與密法追尋的那種清淨、本初究竟（勝義）境界之意境，至為圓融；反觀那種老是困於主客二分的人類意識，實在發揮不到任何作用，無有意義。

在《妙言集》（*Compendium of Good Sayings*）⁽⁸²⁾中，我們再度發現月稱菩薩對勝義的見解與後期印度佛教密續之間的關係。《妙言集》是一部詩集，內容大部份是從《無上瑜伽續》抽取而成的佛經經文，還包含了大約三十句的《入中論》偈頌。⁽⁸³⁾在《妙言集》的集註引用了月稱菩薩說到世俗諦與勝義諦之關係的文句，跟智作慧和智藏的做法一樣，將之與寂天菩薩對世俗諦與勝義諦的說法聯結在一起。⁽⁸⁴⁾這部集註援引了更多月稱菩薩一些有關因果的概念，與及從勝義諦的角度，根本連因果也不存在。⁽⁸⁵⁾這些偈頌是用來進一步解釋龍樹菩薩驚世的四句否定之後，亦為月稱菩薩於《淨明句論》批判勝義智慧由常規推論而來的有效性，敷設了長篇細緻的機會。⁽⁸⁶⁾雖然《妙言集》只引用了月稱菩薩《入中論》的偈頌，但在祂的《淨明句論》卻



承擔了這樣的含意：《妙言集》認同月稱菩薩對勝義的演繹，當中正規的推論是全然無用，這一觀點與密續則相當圓融哩。

月稱菩薩破斥從「四邊」生的偈頌，《妙言集》在此之前則套用了著名的密續大師薩惹哈（也有人認為是密行者聖天菩薩所著）相似的說法；指出實相是離開有、非有、亦有亦非有、非有非非有。⁽⁸⁷⁾這些由密行聖天菩薩寫作的偈頌，更被十一世紀初的密行者採用於最少四部密續中，⁽⁸⁸⁾當中包括了集解《時輪金剛續》（Kālacakra Tantra）的《時輪金剛無垢光疏釋》（Stainless Light）。⁽⁸⁹⁾《妙言集》將這些偈頌與月稱菩薩破斥生之見解相並列，正好把月稱菩薩與密續對勝義瞭解聯在一起；換句話說，從後期的印度佛教密續支持者極度反對與作者、有和非有（能生和所生）之二分，反映出他們十分重視和推崇月稱菩薩的知見。由月稱菩薩與後期密乘兩者之間的見解的圓融可見，月稱菩薩知名度的崛起，確實與在千禧年之始於印度興起的「無上瑜伽續」有密切的關聯。

（待續）

註釋

⁽⁷⁶⁾梅紀巴（Maitrīpāda）所著的是《真如十頌》，德格版2236；而俱生金剛寫成集註的是《真如十頌注》Tattvadaśakaṭīkā，德格版2254。

⁽⁷⁷⁾俱生金剛這樣說：dbu ma pa 'phags pa klu sgrub dang / 'phags pa lha dang zla ba grags pa la sogs pas bzhed pa rten cing 'brel bar 'byung pa'i mtshan nyid de / de bzhin nyid ni 'dod pa'i don yin par 'gyur ro // 「中觀聖龍樹、聖天、月稱等菩薩提出緣起的本質是真如——所願之境。」

⁽⁷⁸⁾唯識宗。

⁽⁷⁹⁾neyārtha，意指「導向」。在說到《入中論》之前，俱生金剛先引了《三摩地王經》Samādhirāja Sūtra，並且輕描淡寫指出《入中論》支持近似的見解。

⁽⁸⁰⁾參考Mark Tatz 在Tibetan Studies: Proceedings of the 4th Seminar of the Inter-





八十，接著是寂天菩薩的《入菩薩行》第九品頌二、三十三至三十五、五十四和五十六至五十七。智藏則引了《入菩薩行》第九品頌二和三十三至三十五。

(85)《妙言集》(1903:390-392)以《入中論》第六品頌十二、十四至十七和一〇三至一〇五頌來解說這論點，否定了從自生、他生和無因生（然並沒有引用過否定由自他共生）。而月稱菩薩則主張就算在世俗角度而言，從「四邊」（四句否定）生也應被否定。

(86)這就是龍樹菩薩《中論》最有名的第一頌：na svato nāpi parato na dvābhyaṁ nāpy ahetutah/utpannā jātu vidyante bhāvāḥ kva cana ke cana//「諸法不自生，亦不從他生，不共不無因，是故知無生。」《妙言集》(1903:389)用自性

national Association for Tibetan Studies，編者：Helga Uebach和Jampa L. Panglung (Munchen: Kommission für Zentralasiatische Studien Bayerische Akademie der Wissenschaften, 1988) 頁473-482中撰寫的《梅紀巴與阿底峽》(“Maitrī-pa & Atīśa”)。

(81)請參考D. S. Ruegg在Orientalia Iosephi Tucci memoriae dicata，編者：G. Gnoli 和 L. Lanciotti (Rome: Istituto italiano per il Medio ed Estremo Oriente, 1985)頁1252-1279撰寫的“A Kar Ma bKa' brGyud Work on the Lineages and Traditions of the Indo-Tibetan dBu ma (Madhyamaka)”。

(82)即《妙言集》(Subhāśitasaṃgraha)，由Cecil Bendall編輯，Muséon IV (1903)：頁375-402，和V (1904)：頁5-46和245-274。筆者已無從確定這部佚名著述的寫作年份，按文章的節錄可推斷出可能是在公元1000年左右。

(83)《妙言集》與智作慧集解寂天菩薩的《入菩薩行》，是月稱菩薩的《入中論》梵文版本零碎部份的最重要來源之一。

(84)在闡解月稱菩薩的二諦時，《妙言集》(1903:396)引用了《入中論》第六品頌七十九和



*bhāvā*代替了自生*bhāvāḥ*。月稱菩薩起初在回應清辯對佛護的批評時，支持佛護對這一頌的集解，然後還用了很長的篇幅來批判清辯所堅持和強辯——認為了解空性必須用推論的主張。詳情請參考普氏撰寫的 *Mūlamadhyamakārikās de Nāgārjuna avec la Prasannapadā Commentaire de Candrakīrti*, Bibliotheca Buddhica, 4 (Osnabrück, Germany: Biblio Verlag, 1970) 14.1-36.2。

⁽⁸⁷⁾ Bendall 撰寫的《妙言集》(1903:389) 這樣說：na san nāsan nasadasan na cāpy anubhayātmakam / catuṣkoṭivinirmuktam tattvam mādhyamikā viduh// 「中觀提出實相離開四邊：有、非有、亦有亦非有、非有非非有的本質。」《妙言集》引了這一頌和前兩頌，亦即是密乘修行人聖天菩薩的《智心髓集》*Jñānasārasamuccaya*中的頌二十六至二十八；參考 Katsumi Mimaki 在 *Wisdom, Compassion, and the Search for Understanding: The Buddhist Studies Legacy of Gadjin M. Nagao*, ed. Jonathan A. Silk (Honolulu: University of Hawai'i Press, 2000) 頁240-241 中編寫的 “*Jñānasārasamuccaya* kk. 20-28,

Mise au point with a Sanskrit Manuscript”。正如Bendall在頁389n.4指出，智作慧也在他集解《入菩薩行》（普氏撰寫智作慧的集註[1905]：359.10）時引用了最後一頌。亦可參考Ruegg寫的Three Studies頁142-145，作者提到這一頌曾經出現在梅紀巴的著述中，並且說明了一些較早期的經典的來源。

⁽⁸⁸⁾ 《妙言集》沒有說出頌文的作者，這說明了它與 *Jñānasārasamuccaya* 原著相隔一段很大的距離（時間）。

⁽⁸⁹⁾ 請參考 John Newman 的 “*Buddhist Siddhānta in the Kālacakra Tantra*”, *Wiener Zeitschrift für die Kunde Südasiens* 36 (1992) : 頁229-230。





大直

(六)

從這究竟實相，
我明徹地了知你的教示，
就連敵人也找不出依理的破綻
來挑戰你的教法。

(元)

為甚麼呢？
因為提出這教示的，
能使我們遠離對實非實
增減的戲論險境。

(二)

藉此最恰當的緣起之道，
見證了你的語是無與倫比的，
我也因此而對你其他所有教法
生起堅信。

(三)

你透過如是之善見而善解說，
任何依循你的足跡而修行的人，
都能遠離一切的惡濁；
皆因過患的根本盡被斷除。

(三)

至於那些違背你教法的人，
縱然恒常與困苦搏鬥，
可是過患罪苦依然不斷增衍，
全因這些人仍舊繫執「我見」不
放。

(三)

啊！智者一旦領悟到
兩者之分別，
彼時又怎不會從心深處
對你生崇敬！

(四)

從你浩瀚的教法中，
那怕僅是短短數句偈頌的意趣，
甚或只是粗略地生起定解，
也能為他們帶來殊勝的喜悅。

(五)

喲！我心受無明愚癡的支配，
縱使經久皈依於你，
可是在你最殊勝的功德海中，
我卻得不到一少份的功德。

(五)



姑勿論如何，
在我這期生命終結前，
能夠對祢生起絲毫的敬信，
就這一點，我已感恩自己是
個幸運兒。

(弔)
緣起教法導師中的導
師，
緣起智慧中的智慧——
宛如世間王者中之最勝，
除了祢，有誰？
祢是最能勝解通曉教法的人。

(弔)
祢所教示的一切，
都以緣起為綱領；

為我們展現涅槃大道，
一切事業無不帶來寂靜之境
界。

(弔)

噢！祢的教法就是如此殊
勝，
能令聞者得寂靜，
信靠祢教法的人又怎會
不頌讚祢？

(弔)

它正正能破除所有的質疑，
內中教示皆離所有的矛盾；
它甚至能圓滿眾生兩個目的——
因祢的教理使我喜悅日增。

(待續)



最新活動消息

金剛上師卓格多傑傳講 印度大乘經典佛學講座

8月6日 9月3日 10月8日（星期六下午四時）免費結緣

慈悲的金剛上師卓格多傑深入浩瀚佛典，繼《入中論》後，續為有緣善信開講龍樹第二佛寫給摯友寶行王的信函，後人命名為《寶行王正論》。內容大致善勸國王修勝生、持定善之方便法門，實在是贈予友人多生多世無上至佳饋寶；進而推及所有與之結緣的眾生。究竟龍樹第二佛所述勝生定善法門如何殊勝？敬請萬勿錯過慈悲的金剛上師對此深度及獨到生動之演繹。

眾志咸城弘佛法

佛教博覽會紀實



在5月8至10日，香港會議展覽中心舉辦了第一屆的「香港國際佛教用品博覽會」。這是香港首次舉辦國際性的佛教文化展覽會，慈悲的師父一直扎根心繫於香港，因此「大圓滿佛教中心」當然不遑多讓，鼎力支持及參與今次盛事。

是次博覽會的主辦單位，早於



大半年前已經展開籌備國際性的宣傳活動，除中港台三地外，還遠遍至英美加澳、南韓、日本、東南亞、越南、泰國等地，吸引二百多個團體參展，名乎其實是一項國際佛教盛事。大會將場地佈置得莊嚴高雅，於入口當眼處，在淡紫色的光亮背景前，襯

托出一尊四十呎高的白色大佛，兩旁更掛上寫有「浴佛滌心斷塵障，修戒臻慧證圓滿」的對聯，一片虔敬禮佛的氣氛瀰漫着整個會場。

適逢五月十日是佛誕，主辦單位特設了四千平方呎的禮佛浴佛區，在展覽會期間供入場善信浴佛，藉以洗滌心靈，祈福許願，還有福米一包贈予長者。短短三日的展期，便成功吸引了超出預計的兩萬七千名人士，扶老攜幼進場參觀。

展覽會除了浴佛區外，當然是大型的展覽區。匯集了200多個來



自世界各地的參展單位，展出他們的佛教產品，以及一些罕見珍貴的佛教法器文物，好讓善信和公眾人士參觀之餘，更可即場採購心儀合用的佛教用品。

然而，在芸芸商業販賣攤位中，脫俗而出的，便是「大圓滿佛教中心」近200平方呎，佈置得別樹一幟的大型攤位了。今次雖是本中心首次參與的展覽活動，但要將慈悲師父顯密圓融的中觀教法宣揚至更高層面，負責的眾師兄們都全力以赴，不容有失。展覽會前三個月，已完成計劃建議書，給師父師母參考過目。個多月後，選定了專業展覽攤位服務公司，負責承建。

攤位有圓型拱門的設計，典雅獨特。主板正面中央，便是慈悲師父圓滿佛智加持印的法照，兩旁並列了道場供奉著的顯宗及密

宗殿六位主尊的等身法照，莊嚴輝煌。左側面主板印滿了自94年以來慈悲師父的帶領下，徒眾依循慈悲的師父精勤不懈的意志，相繼舉辦過多項弘法濟世，慈善

救度的志業活動的照片，讓

參觀人士能瞬間對「大圓滿佛教中心」的歷史，過往弘法利生的活動有所認識，並留下了深刻印象。

右側面主板，介紹慈悲師父的人生抱負，密乘龍欽心髓派的傳承體系，及師父十多部著作的簡介。還有，慈悲師父侍奉的四位偉大印度中觀瑜伽師的介紹。右主板旁更裝置三座七呎高，印有六字大明咒的經輪，吸引參觀者轉動祈福。

攤位中央放有縱橫書桌，展出師父多部著作，作重點推廣介紹；其中當然包括



了慈悲師父師母多月來用心整理，趕及是次展覽會出版的《入中論講義》。

由於攤位佈置脫俗高雅，加上師兄們著力支持推廣，帶同親友到訪攤位，令攤位更覺擁擠，經常出現多位當值的師兄應接不暇的場面。本中心的攤位旨在宣揚慈悲師父獨特顯密圓



融的教法，推廣師父的佛學著作為要，全無商業色彩，並達到弘揚「智信」，而非「迷信」佛教的崇高要求，令不少到訪參觀的



有識之士另眼相看，樂意捐助功德，予以支持。當中很多善信得

知慈悲師父將於下月初首度開講《寶行王正論》，更是踴躍報名留位，甚至急不及待爭先報讀七月尾才開班的「佛教戒定慧基礎班」呢！

除免費派發精美的觀音講堂八達通咭套、佛曆2555年記事簿、般若心經小冊子外，當值的師兄們遇有合適的善信，更會送贈近

十年來，慈悲師父費盡心力宣講及整理出版的《入菩薩行講義》



及《入中論講義》。如此慷慨獲贈內容深

入淺出，製作詳盡嚴謹，兼印刷精美的兩部佛學鉅著，善信無不感恩，愛不釋手，對「大圓滿佛教中心」，對慈悲的師父讚佩不已。



過往香港佛誕節日，只有零星浴佛活動，與長洲飄色、搶包山盛會相形見绌。但在本港及海外各地佛教徒的努力，及各方護持協助，今次大型佛教文化展覽會非常成功，豐盛圓滿，更獲各地傳媒及互聯網上廣泛報導；總算為慶祝佛祖降誕，為弘揚佛法，做出點意義來。眾師兄們亦希望在慈悲的師父帶領下，不遺餘力地協助師父弘揚正法，令佛陀正法在香港至全球，永世興盛。



佛入滅後 大迦葉設方便 令阿難發奮上進

如空

大迦葉尊者與一千位比丘來到王舍城耆闍崛山上，告訴阿闍世王：「我們將會在此結集經藏，不可被其他的事情分散，請每天供應我們僧眾食物。」於是，大迦葉尊者等人便在此進行三個月的結夏安居；首十五天頌念戒律，聚集了和合僧眾。

此時，尊者於定境中，以天眼觀察僧眾中誰個仍未盡煩惱而應被逐。眾中只有阿難一人未斷煩惱，其餘九佰九十九人有漏皆清淨，內心無有垢染。

尊者出定後，走到眾中，牽著阿難的手，對他說：「要知道我們一群清淨的僧眾正在結集經藏，可是你至今煩惱仍未斷盡，你是不應該逗留在此的。」

阿難聽後慚愧不已，飲泣暗想：「廿五年了，我跟隨著佛陀侍奉左右，內心從來也未曾試過如此苦澀悲痛。佛陀確實是一位充滿著慈悲和安忍的大德。」

想到這裡心有不甘，便對大迦葉尊者砌詞說：「以我的力量，

我應該一早便證道了。可是在佛的教法中，阿羅漢卻未能向我們提供協助，甚至任何足夠的指導，以致令我仍未能完全斬斷殘餘的煩惱。」

尊者回答：「罪過！罪過！佛陀的心意是不希望讓女性出家，因你的請求，佛陀才允許，條件是她們必須真誠的求道才可以出家。就是這緣故，佛的正教便在五百年後沒落，甚至衰滅。你已犯了突吉羅罪（duṣkr̥ts）。」

「我只能說自己實在憐愍瞿曇彌；諸佛之教法皆有四眾，為何只有我們的釋迦佛沒有呢？」

尊者說：「在佛陀將要入涅槃，快到拘尸那城時，祂背脊開始疼痛，於是便把鬱多羅僧袍（即上衣）摺疊成四層，然後躺下身來，並且對你說：『我要水。』當時你沒有拿水來給佛陀，這時你犯了突吉羅罪。」

阿難答道：「那時候有五百輛馬車渡河過來，令水變得渾濁骯髒。這是我當時沒有拿水給佛陀

的原因。」

「佛陀有大神力，就算馬車駛過令水變髒，連大海的水不淨，祂也總能使之清淨。你能探明佛陀的玄妙而不拿水給佛陀嗎？你這樣便是罪過；現在就立即作突吉羅懺悔吧！」

大迦葉尊者繼續勸導阿難：「再說，佛陀也曾經告誡你，祂說：『若這裡有位圓滿修持四神足的人，祂的壽命可延續多一劫或接近一劫。』佛陀是修持四種神足圓滿者，祂希望自己的壽命能延續多一劫或接近一劫。可是你當時緘口不言，內心無動於衷；祂把這番說話向你重覆了三遍，你是故意不作任何回應的。

只要你當時回應佛陀：『佛是修持四種神足圓滿者，佛陀應留住世間多一劫或接近一劫。』因為你，佛陀才迫不得已提早進入涅槃。這是犯了突吉羅罪。」

說到這一點，阿難還敢饒舌狡辯：「我心被魔羅蒙蔽才不能發一言，我是沒有任何惡意不回應佛陀的。」

尊者內心很清楚是非黑白，義正辭嚴地指責阿難：「你在為佛陀摺疊僧服的時候，竟然踐踏僧服。你又犯了突吉羅罪。」

阿難不知悔改，又想出藉口來：「當時剛好刮起大風，而且四周又無人協助；在我拿起僧服時，是大風將它吹到我的腳下的。我並沒有對佛陀的僧服不敬，也沒有蓄意踩在上面。」

「佛陀般涅槃後，你刻意將佛的陰藏相顯露給女人看，你是何可恥！你又犯了突吉羅罪。」

為自己辯解開脫，這一點倒難不了阿難：「當期時我有這想法：『假如女性見過佛陀陰藏相的特徵，她們便能自然而然對女身感到羞恥，因而希望未來能轉男身而積極修善，最終獲得佛的德相。』所以我才展示這個特徵給女人看，並不是因為我無恥而故意犯戒。」

「你已犯了六種突吉羅罪，你必須於僧伽面前發露懺悔。」

最後，阿難只有無可奈何地認句錯：「好了！好了！我當隨順大迦葉尊者和僧伽的教誨。」然後跪下來，雙手合什，袒右肩，脫下革屣，為自己犯下六種突吉羅罪而懺悔。大迦葉尊者在眾中牽著阿難的手，帶他離開，並且告阿難：「徹底斷除你的有漏煩惱，然後才歸來。餘惱未盡，你也不得回來。」說罷將門關上。



名相解釋

五戒

《六度實義論》

質疑：行者應如何受五戒？

解惑：受戒儀式如下：

跪下合掌，然後念誦戒文：「我，某某，皈依佛，皈依法，皈依僧。」如是念誦三遍。接著念：「我，某某，今已皈依佛，今已皈依法，今已皈依僧。」如是者念誦戒文三遍。

接著立誓：「我，某某，我已成為釋迦牟尼佛下的優婆塞，我，某某，祈願、保證及確認從今天開始，有生一天，也要皈依三寶。」

授戒師答：「優婆塞，請聽：如來、阿羅漢、正遍知是人中的智者，是人中的正見者。祂如是將五戒授予你，你要盡形壽也持守五戒。」

何者為五？盡形壽也不殺害生命，是優婆塞的戒律。從此，你盡形壽也不蓄意殺害生命。假如你做得到這一點，你便答曰：『我立誓不殺生。』

盡形壽也不犯不與取，是優婆塞的戒律。從此，你盡形壽也不犯不與取。假如你做得到這一點，你便答曰：『我立誓不犯不與取。』

盡形壽也不邪淫，是優婆塞的戒律。從此，你盡形壽也不邪淫。假如你做得到這一點，你便答曰：『我立誓不邪淫。』

盡形壽也不妄語，是優婆塞的戒律。從此，你盡形壽也不妄語。假如你做得到這一點，你便答曰：『我立誓不妄語。』

盡形壽也不飲酒，是優婆塞的戒律。從此，你盡形壽也不飲酒。假如你做得到這一點，你便答曰：『我立誓不飲酒。』

求受優婆塞的五戒後，善男子、善女人今後要盡形壽去持守奉行，並應當向三寶奉上供物，供養佛寶、法寶、僧寶，精進地廣修善業福德，以踏上成佛之道。」





解答常見疑難饒益徒衆如意寶鑑

淨觀

(續上期)

只要有這一枚硬幣，就足以斷除各種匱乏，究竟這是哪一種貨幣？

就是靈性修行的信念：無人可盜取，又能驅除心底的迷惘。

需要時，他總能及時援助扶持，這位善友是誰？

是指示靈性修行的正念，這些都是從你以往聞、思所學習得來的。

哪一個寂靜處可以讓這顆煩擾的心安住下來？

就在穩定的三摩地定境中，這是不受散亂意念所動搖的居處。

是哪雙精明的眼睛，能現見世間、出世間諸法呢？

是那洞見二諦的明澈智慧。

有一位具足智慧的導師，能令人

們放棄作惡，他究竟是誰？是那股令人醒覺到當下實相的專注力量。

是誰個堅強得不會遭任何人的傷害？

是那個能掌管自己的情緒和能力，不會自取其辱的人。

眾多猛人之中，誰是最佳的演講者？

是那個最能廣說佛教聖典的智者。

誰是一切眾生中最備受尊敬的人？

是那個具足智慧，能不迷於實相的勝者。

(待續)



金剛薩埵 之禪修

深慧

(續上期)

我們應盡自己能力，堅毅不撓。感到厭悶了，便由它悶吧，只管繼續修下去。我反而覺得沉悶是一件好事，因為越是悶就越多進步的機會。禪修並不是用來迎合短暫的專注，更加不是每二十秒便來一次驚喜刺激的廣告短片，禪修期間是不會隔二十秒便發現有趣新奇事物的。

且看看電影發展的趨向。舊電影多是長片，對話也長，情節卻沒有太多的變化。反觀現代電影片段，每隔數秒便轉個不停，動作也多的是呢！現代人往往就是充滿著這種期望。電影製作者為了滿足觀眾的期望，更希望製作賣座，而觀眾亦期待著要不斷有新鮮的刺激，結果雙方便互動地堅持著這份迷亂的情況出現。

現代人的生活和思想正被電影

迷惑著、影響著。很多年青的尼泊爾人，不論男女，受印度及美國電影的影響非常大。他們的所行所為以至所穿都務求與片中人相近似，自己都變成了仿製品。這些迷惑都是互相依賴，雙方同時發生的。

我們須要的其實是一顆自然的心——不迷亂、不顛倒、不虛幻。我們須要一顆既自然且清新，本來覺醒狀態的心來斬斷迷惑的河流，粉碎一切障礙，如同被燒毀了的繩結一樣，完全不堅實。

喜悅和精進都是證悟的基礎。若我們內心不安止，卻又試圖刻意的用力，最後可能會陷入瘋狂；千萬別要這樣！又或者當我們放逸時過度愉悦而行歪了路，感到亢奮；此時內心又陷入狂喜的話，我們便如同「哈瑞奎

師那」(Hari Krishna)的信徒，內心困在大堆情緒之中而不自知，瘋狂歌唱著「哈瑞奎師那」。(譯註：印度外道支派，認為狂熱忘我地唱誦Hari 和 Kṛṣṇa rāma可以喚醒神我。)

真正的靈性修行並非培養如何被狂喜控制，把自己纏綁起來。反之，如果我們能時常都維持覺醒心，外表看似有如一個大聲唱頌著、感動得淚流滿面的「哈瑞奎師那」尚且無傷大雅，最重要的是內在的覺醒沒有迷失，這樣做便完全不成問題；因為我們知道自己不執著那份情緒便可以了。

有問題的，現在可以提出。

學生問：「請仁波切對金剛薩埵的修法再加以闡明，我尚有點不太了解呢！」

仁波切答：「金剛薩埵之修法本身是最簡單的，沒再多的複雜字語。如果有人希望加入多些文字意義，也是可以的。它本身已圓滿具足。首先是皈依發菩提心，然後便是正行部份，即超越一切概念，你可以觀想自身為本尊，又或者金剛薩埵尊現於面前虛空。到最後唸誦『嗡，班扎薩埵，阿。』時，觀想自身便是金

剛薩埵，所有能見的都是金剛薩埵本質（的顯現），一切聲音都是咒音。『觀所顯現都是本尊殊勝的境界』，這句話並非依字面直譯，我們四處可見的都是手持金剛杵和鈴的金剛薩埵。較正確的應該是：一切外境具無礙的特質，能顯現但本性空，便是金剛薩埵的形相。」

在芸芸傳統的三三摩地本尊法——如是三摩地、光明三摩地與及種子三摩地——從種子三摩地中推展出來的，是非質實的，是明澈通透的本質；並不是一些堅固實在的物質，亦非任何平常可見的事物一下子變空或消失掉；最後只剩下一位真正的金剛薩埵。大家應這樣理解：整個生起次第本質是非堅實的，這便是金剛薩埵尊的體性。

(全文完)

譯自：Carefree Dignity





中英對照

法海

第二十章 日常如何修大圓滿心

髓

1 我有沒有力量去發展這種「任運地覺醒」？

你有欲念嗎？

2 有。

你有欲念便可以轉化智慧，這種把欲念轉化智慧有助你「任運地覺醒」。

在「大圓滿」的教法，當你知道如何進入和安住「內心本質的覺醒」時；換言之，讓你的「意念回家」，所有你的欲念，都只是幫助你發展成智慧的經驗。欲

The way of integrating the heart essence of Dzogchen into our daily lives

1 So, how does one develop and access this kind of spontaneous awareness?

Have you ever experienced of any disturbing emotions?

2 Sure.

Once we train, any emotion or desire is used to transform into wisdom and trigger our recognition of spontaneous awakening. Simply let your mind return home then you know how to enter and reside in the awakening state of intrinsic nature. Thanks to afflictions and desire for we get a chance to develop wisdom. In synthesis,

念和智慧，都是自己「内心本質覺醒」的能量展現，將欲念和智慧跟甚深禪定整合，便可「任運地覺醒」。

3日常生活中，我們至少可以做些甚麼來訓練自己「任運地覺醒」？

依我個人經驗，有幾點可注意：

1 假如你生活過於動盪及混亂，你應該鬆弛下來，給自己私人空間。例如度假或到清幽的地方閑坐。

2 假如你筋疲力竭，你應好好休息。

3 避免依從很精確的規則去上班、辦事。

4 要時刻記著自己的目標是把任運地覺醒與生命整合。

5 要堅信社會的完美是透過每一眾生靈性進化，靈性進化是通過禪修而來。

6 無論在任何生活層面都要

emotion and wisdom, nevertheless become the display-energy of the awakening state, in their entirety, spontaneous awakening dawns naturally.

3Any method, on daily basis, can you suggest us to explore this vast state?

As a serious practitioner on the path, I can confirm that my personal experiences give a lesson and advice.

1 If you find your life too chaotic or confused, you'd better relax and get enough time in solitude, by having a vacation or staying in a calm and beautiful place.

2 If you are exhausted, you should take a decent rest.

3 Keep yourself from working with strict schedules.

4 Always remember the goal of unifying your life with spontaneous awareness.

5 With firm conviction, a perfect and beautiful world is born out of the evolution of every single being, and spiritual evolution only takes place through meditation.

6 Establish yourself, in all aspects of your life, in the state of presence and awakening to



保持「任運地覺醒」，以避免不必要的障礙。

7 要知道將所有時間進行任運地覺醒，比學習禪定修行技巧細節來得重要。

4 上師，這樣說來大圓滿的修行是叫我們喚醒內心的智慧，而不重視正襟危坐的集體、廟宇式、經院式的修行。

大圓滿的原則是：「最基礎的事情不是禪定，而是智慧。」沒有智慧，布施、持戒、忍辱、精進和禪定都只是人類虛妄意念的構造，修行只是表面化和膚淺。

大圓滿的教法不只在寺院中找到，並非只記載在佛經內，相信大圓滿的教法是記錄在每一個眾生的內心，它只不過是人類對內心那份原始、簡單、清淨、光明的真實了解。

avoid stirring up unnecessary obstacles.

7 To develop and remain in spontaneous awakening is far more crucial than ruminate over all sorts of codified meditative techniques.

4 Master, don't you imply the appraisal of arousing our inner wisdom but not to be mistaken as engaging serious meditation formally in groups, in monastic or canonical traditions?

A principle in Dzogchen depicts clear that "wisdom as the foundation of all practices rather than contemplation". Without wisdom, generosity, discipline, patience, diligence and concentration are not other than designations of human's deluded mind. Even more to the point, practice without wisdom is nothing if it is not superficial, formal and narrow.

Not only appeared in monastery or scriptures, the teachings of Dzogchen are something already present in the mind of each and every sentient being, suggesting the real understanding of our inherent nature to be pristine, simple, pure and clear.

八達通咁套



時光消逝，轉眼間新的一年又來臨，新一年度的八達通卡套已經面世了，封面是慈悲莊嚴的【盛世大雄觀世音菩薩】聖像，背面是2011年印度大乘論典之《寶行王正論》的舉行日期。

相信經常將這個卡套帶在身邊的信眾會感受到它庇佑，不單與慈悲的觀世音菩薩形影不離，最重要的是跟隨著每個月的講座日期出席《寶行王正論》，領受慈悲的師父指引，開啟了佛法智慧之門，誠如師父時常開示所說，一個得到佛法智慧的人，一生必會幸福快樂，富裕滿足！快快將這個無窮的寶藏帶給身邊親友罷，讓他們也可以共沾法益，活出快樂的人生！

贈閱佛經《入菩薩行講義》一套兩冊

追逐財富名利真的令你活得自在，值得嗎？

擁有名譽地位可以歷久不變嗎？

免費贈閱，與你結緣！把握機緣吧！

結集金剛上師卓格多傑五年來41次公開講座。全書661頁，《入菩薩行講義》被中外譽為佛法修行書王，令你愛不釋手。印刷精美，中英對照，淺白詳細的解釋，從此改變你的人生觀。

中英對照、中、英、梵索引，方便佛學研究

歡迎親臨會址索閱



本會為香港特區政府認可非牟利慈善團體，秉承佛陀慈悲救苦的精神，本會設立了出版基金，希望各位善長大德，值此機緣，廣種福田，你們的一分捐獻，便多添一份佛教智慧，啟導眾生。

願以此功德 莊嚴佛淨土 上報四重恩 下濟三塗苦

若有見聞者 悉發菩提心 盡於未來際 修行無上道

本人_____先生/女士（聯絡電話：_____）

樂意捐助：港幣一百元正 港幣二百元正 港幣三百元正
港幣五百元正 港幣一千元正 其他_____元正

(如需收據，請加勾號 地址：_____)



清明超度大法會



慈悲的師父於四月四日晚主禪了辛卯年清明超度大法會，賜給我們一個鉢附緣濃情深的七世父母、歷代

祖先，及苦苦牽纏冤親債主的殊勝因緣。今年廣事破壘特別多，當晚慈悲的師父便召請了滅劫天大菩薩降臨，為善信及各功德主消災解難。常有人問：既得修證圓滿的師父無比佛力淨罪，理應一次超度便是夠，何謂每年法會都要重新再做功德呢？慈悲的師父不但沒有嫌弟子福薄愚昧，反而更細心解說：理論上的確一次便夠，但勿忘衆生一日未成佛，一日會不停地

作惡業，以密乘的觀點來看，四日不懺的罪

業便成為定業，無法磨滅，必定受報。因此除了每天應該要勤修金剛薩埵百字明稍作緩解外，一年各一次的清明和盂蘭大法會，已是不容有失，切是驕矜，誠心懺罪，一日惡業未斷，都仍然有機會落入三惡道，大家要珍惜將煩惱災障斷

滅盡的難得機會。



封底說明



釋迦牟尼佛的本生故事之十一：捨離

悉達多太子毅然取出匕首，只一揮就把自己的煩惱髮絲削去了。

Renunciation

Prince Siddhattha took a sword and cut off his hair with one blow.

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

捨離



愛慧人 第23期

督 印：金剛上師卓格多傑

編 輯：師母嘉措卓瑪

工作人員：吳燕珠居士 袁維康居士 電 話：2415-4876 傳 真：2415-3267

本刊免費贈閱，原載於大圓滿佛教中心愛慧人資訊網
潘也誠居士 劉鳳茵居士 網址：www.greatperfection.org.hk

本會為政府認可慈善團體

倡印者：大圓滿佛教中心

會 址：九龍尖沙咀漢口道35-37號4樓A座

www.greatperfection.org.hk