

愛慧人

大圓滿佛教中心



第28期
2012.10

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

孟蘭超度大法會



壬辰年孟蘭超度大法會於八月二十九日，在慈悲的金剛上師卓格多傑主持，率領信眾修持蓮師超薦度亡大法，金剛薩埵上師心要聞即解脫伏藏法及持誦本門傳承「九頭天蠍忿怒王」靈驗神咒，功德圓滿。

慈悲的師父開示說，「九頭天蠍忿怒王」雖面相猙獰恐怖，但內心卻蘊涵著大慈悲，如同要教化懲治窮凶極惡的罪犯般，只有顯出大能大悲的力量，才能摧破清淨眾生心相續潛藏的邪毒醜惡。加上當晚法會各項極具效力的超度功德，如山盆大法等，再結合信眾的誠心共業，如明燈一盞來光照我們無始無終藏在內心深處的黑暗，加持力實不可稱量。但眾生意志福德薄弱，惡氣纏身，黑暗瞬即掩至。此刻，雖然你得到上師三寶原諒，若然自甘墮落，歪念一起，誰也救不到你。所以慈悲的師父提示我們平日要勤修戒定慧，聆聽師父在各佛學講座中宣說的正法，多聞熏習，如理作意，法隨法行，積資淨障，降伏客塵、煩惱，用正理打破習性的愚癡，恢復本來清淨自性。



目錄

① 信心之樹：自我教誡

④ 緣何立名阿難

⑦ 斷除我執禪觀要義

⑩ 名相解釋：靜慮波羅蜜

⑭ 信心

⑰ 中英對照：大圓滿一佛陀的終極理念

Dzogchen—the ultimate teaching of Buddhas



信心之樹： 自我教誡

仲敦巴造

海天譯

（續上期）

佛說業如鳥兒及其影，
一直步步緊逼，不要說你從未
看見它；

一直悄悄隨行，不要說你從未
聽聞它。

業就藏在你相續中，切莫向外
追尋；

詭詐正是它的專長，切莫順從
它；

若你長（與惡業）為伴，解脫
便沒有可能，

視它猶如大海中的屍骸。⁽¹²⁾

猶如木頭燒成灰燼，

惡業損毀你賴以走完基和道的
肢體；

如傳染病，它會在不知不覺間

侵襲你；

就算遇到外敵，至少你還可逃
避遠離。

這頭惡作賊犬已多番將我拖
垮。

噢！勝者之子仲敦巴，請好好
緊閉三門。

噢！具足本生智慧的法王，請
清淨內心。

這就是真實了，請開廣對至深
業力之承諾，以不變的虔敬常駐
你的業行。

就如化身文殊宣說黑白雜染之
比喻，⁽¹³⁾

時間已在晝夜間默然吞噬人們
的生命。

煩惱以歡娛來蒙騙我們；

我們飲下毒藥，還誤作甘飴。

噢！子啊！切莫把解脫生命拱手魔羅，

唯有晝夜六時皆依止上師的大加持。

與善知識為道上的殊勝友伴；

謹記心莫離開守持淨戒者；

嫻熟所有宣說因果法則的甚深經教；

噢！仲敦巴，證悟之道漸漸呈現。

尤其是從三學之海洋，

提取珍奇滿願之如意寶。

以強力之（對治力）潮水沖走業惑煩惱。

啊！仲敦巴，要是你能達到，就可成為一位智者。

成辦善行，你是眾生的榮耀。

燈火之處定見光明；

同樣，現在的因產生未來的果。

對此法則不可失壞，然後踏上究竟之修行正道。

晝夜六時思惟輪迴過患，

唯有這樣，你才會心生出離，

以上述說旨在將輪迴之因果過患揭示出來。

現在宣說涅槃的利益——

噢！仲敦寶，思惟下列幾點：

宛如刺透水晶的日輝，

（涅槃）徹底驅散世間黑暗，
照破眼根之色境就是閃耀光亮的緣起法則。

同理，萬千光芒從本自清淨虛空，

將輪迴與涅槃全然照亮。

因果業力非實有，都是虛幻的輪迴和涅槃的因。

現見道理並依法而行的勇士，
最為殊勝；

了解且實踐的智者，最為殊勝；

從輪迴與涅槃中解脫的瑜伽



士，是最為喜悅；
具備體證諸法的習性，
就是充滿喜悅之善士，
皆因他透析諸法並解脫出來。

對業和業的道理生起定解的聰明人，是最快樂的；

清淨無染的禪修者是快樂的。

具足善巧的人過去積累了滿願的福德。

噢！一切善士，這些正是善業的力量。

當自他的善果成熟，

此人全身發光，相好莊嚴；

說話是具足六十種音調之無上法音；

內心成就究竟智慧與大悲，圓滿證覺，二資糧亦得以圓滿。

過去已得最勝涅槃果。

這是涅槃利益之略述。

已獲十控制力的至尊法王，⁽¹⁴⁾
廣大神通力是他善功德的收穫（成果），

在心繫一境三摩地開展內心，
種種等持融於一味；

這也是恆時住於喜樂之方便與智慧不二。

噢！仲上師！我們的上師、勝者之子，請諦聽。

這些是超越輪迴的利益。

（待續）

註釋

⁽¹²⁾這裡暗指的是早期佛經有一則很著名的譬喻。世尊曾向比丘說，正如大海永不留住一條屍骸，海浪會將之推上岸邊，比丘應與行惡者隔離。月稱菩薩在《入中論》也引用了這個譬喻（2:8）。

⁽¹³⁾這裡應該是指龍樹菩薩，祂被確認為佛的智慧化身——文殊菩薩。雖然我不能找到這譬喻的出處，但在“Mind Training: The Great Collection”頁四四六至四四七有同樣的譬喻，來形容我們這個不實的存在。

⁽¹⁴⁾十控制力分別是能控制：一）壽命；二）心；三）物質東西；四）業；五）生；六）信念；七）願；八）神通事業；九）現象；和十）直覺。

高階菩薩就具有這十種能力。



緣何立名阿難

如空

質疑：究竟是何因緣阿難尊者得到這樣的名字？是先世因緣所種下的果報嗎？是阿難的父母給他嗎？還是另有特別原因令阿難得此稱謂？

解惑：這完全是從前生因緣所致。亦是由阿難父母親所立和源於特別的因由。

質疑：那麼，前生又有何因緣呢？

解惑：往昔，釋迦牟尼佛曾有一世為陶匠，被稱為「大光明」，與此同時，另有一位佛亦名為釋迦牟尼佛，亦有同名同姓的弟子分別稱為舍利佛、目犍連及阿難。這位釋迦牟尼佛和祂的弟子在陶匠家中住了一晚。陶師精心製作了三件物品來供養佛和比丘眾：草墊、明燈和石蜜糖漿。更由此而發願：「願我於苦受老、病、死、五蘊魔所折磨的未來五濁惡世轉生成佛。願我

也得名為釋迦牟尼佛，及我的弟子亦能繼承釋迦牟尼佛弟子的名字。」阿難就是憑藉佛陀發願而得到這個名字。

此外，阿難曾多生多世發願：「願我成為釋迦牟尼佛眾多聞弟子中的第一，願我的名字是阿難。」

再者，經過多世修習忍辱令阿難擺脫瞋恚，所以阿難生來容貌端正英俊。每一個見到他的人都非常愉快，他的父母親因此而給他取名為阿難（解作歡喜）。這種種都是宿世的因由。

為何阿難的父母給他這個名字？往昔有一位日種國王稱為「獅子頰」。國王有四位皇子，第一位名「淨飯」，第二名「白飯」，第三名「斛飯」，第四名「甘露飯」；而女兒則名為「甘露味」。淨飯王有兩位兒子，悉達多及難陀。白飯王也有兩位兒

子，毘婆及跋提。斛飯王的兩位兒子分別是提婆達多及阿難。甘露飯的兩位兒子是摩訶男及阿那律。而女兒甘露味的兒子名為施婆羅。

期間，漸漸成長的悉達多菩薩捨棄了轉輪聖王位。月明夜深時分，悉達多菩薩離開皇宮來到優樓頻羅國的尼連禪河畔，立志修持六年苦行。淨飯王掛念愛兒，時常派遣大臣慰問悉達多，他渴望知道的是：「我兒證道沒有？」「他生病嗎？或是他已死了？」

使者們相繼回報國王：「菩薩僅存筋絡繫縛的皮骨而已。乾癟的他身體非常虛弱。或今天或明天，他已不在。」

消息刺痛了國王，淨飯王內心墜到憂慮及痛苦大海中。「我兒不僅不能成為轉輪聖王，也沒有證得佛果。他在一無所得中死去是何等的悲慘！」淨飯王飽受憂惱折磨，內心孤寂迷失，整個人混亂失措。剛巧，菩薩離開苦行地，享用了令體力恢復的乳糜。在尼連禪河沐浴後，來到了菩提樹下的金剛座，向自己

發誓：「只要不破斷蓮花跏趺，我一定能證得無上智。若我不成正覺，誓不起座。」

魔王知道了，立即統領所有魔子魔孫，雲集十八億眾，來到金剛座前試探菩薩的成就。菩薩以金剛智慧力，徹底擊敗魔軍，魔王自知敵不過菩薩而撤退，旋即心生惡念：「我雖不能戰勝菩薩，那我可以折磨他的父親。」於是魔王來到皇宮，欺騙淨飯王說：「今夜是最後一面，你的兒子終於死去。」國王立即崩潰倒在床上，仿如躺臥熱沙的魚兒一般痛苦。

國王哀泣而說偈曰：

阿逸多空話妄語，
所言瑞兆缺憑證，
允諾成就之聖名，

最終竟然無所獲。

這時，菩提樹樹神充滿大喜悅，持天上曼陀羅花來見淨飯王，向他說了四句偈頌：

你兒已證得正覺，
魔軍亦被擊敗潰

散。

祂如破曉的曙光，





照遍所有十方世界。

國王半信半疑駁道：「在你之前也有一位天神來跟我說：『你的兒子已經死了。』剛來的你又說他打敗魔王及已證道。孰是孰非，究竟應該相信誰？」

樹神續說：「這些全是真實語，並非妄言。早前的『天神』是由惡魔所變，企圖誑騙你，因為他充滿嫉妒，唯有令你痛苦來洩忿。今日，天、龍、神祇降下花香及寶蓋供養，你兒子全身發放普照天地的大光明。」

聞言後國王即從痛苦中得到解脫。國王宣告：「雖然我兒捨棄轉輪聖王的王位，但他現在獲得轉法輪的王位，他確實得到大利，沒有絲毫損失。」國王心中極為歡喜。

這時，斛飯王的家使來到，對淨飯王說：「你尊貴的幼弟得男。」

國王滿心喜悅說：「今天是大吉祥的日子，是歡樂之日。」國王轉頭向使者說：「這男孩應名為阿難（『歡喜』）。」因此，阿難父母就給他起了這個名字。

還有那些特別因緣而立名呢？原來阿難體型優雅，純淨如明鏡。人的年齡、容貌、舉止皆反映在身上，阿難的身體明淨光亮。女子望向他時，都會不期然暗動欲心，所以佛陀允許阿難把衣袍遮蓋肩膊。阿難能令見者歡喜，故稱為阿難。

龍樹菩薩總結造頌

於是，造論者讚歎曰：

阿難容如無瑕月，
雙目仿如青蓮花，
佛法浩瀚大海水，
如如灌注阿難心，
能為望向他的人，
悉皆帶來大歡喜。
所有求見佛陀者，
彬彬得體地引領。





斷除我執禪觀要義



淨觀

嗡 沙哇底！
頂禮超勝一切神祇，
及與文殊金剛無二無別的
大恩上師寶宗喀巴，祇赤裸裸
地顯現了
無始以來清淨的本性。

沉睡者心內的夢中所緣境，
魔幻師變化出來的馬象：



不過是諸法現象；
根本毫不真實，只是心識顛倒
作意。

同樣，世間諸法不外乎
是名言和心識的投射。
渺小如一粒微塵亦不能自我存
在，
缺乏獨立和自然存在本性。

然而眾生內心被無明所障蔽，
諸法在他們看來，
均被錯認作最終真實，
且看世俗的心是何等執著！

執迷的心視「我」
為獨立存在的實有，
得證成就者已全然否定，
審察相信它的心是何等重要！

如果這個名為「我」確實存在，

並不僅僅是加諸身和心的標籤，

「我」不會與「我所」的身和心相連；

則它們有如各據東西的兩座大山。

當人試圖以因果來尋找「我」，

產生了我是否有身和心、抑或我是身心以外的提問，

顯露如虛空般廣大的空性智慧，

將執著實相的念頭融化。

智慧是正觀，

加上正知正念的

監察

和堅定三昧，將

行者送抵

清淨、

喜悅、無

分別

的修

持頂

峰。



安穩的內心不斷前進，
得到金剛般堅定的體證，
如以百支堅牢的大釘為利刃，
定能挫毀整座自我大山。

禪觀時要保持內心

如虛空般無有障蔽；

出定後，視流轉的現象為虛幻
如彩虹；

種種誘惑的世間事物，

徹底了悟如虛幻不實的幻象。

樂與苦純粹是夢境舞動；

色和眼識是一個由魔術師幻化
而來的蜃樓；

聲音就是自聲的空谷迴響；

緊抓不放此等東西的人是迷失
的稚童。

清晰可見的鏡中影像，

正好就是鏡前的男子，

一切皆是明淨和本空，

故知因果不壞的道理。

因此，棄絕惡行，勤修善行，

令內心緊緊繫於三法，

過着連微小過患也沒有的生
活，

容易而快速地達臻究竟成佛的



目標。

此身正如一個盛滿血液、膿和
糞穢的容器，

財產就像蜜蜂採集得來的蜂
蜜；

親友是市廛中偶遇的過客；

榮華和享樂全是佈置陷阱的刺
客。

此生不停疾奔死亡，
恰如俯衝懸崖之瀑流；
誰可確保能活到
日落西山下的今晚！

耽著世間八風的晃盪，
世人如欠缺深度的孩童。
看著他們在虛妄和爭鬭中掙
扎，
我等內心只有痛苦神傷。

若你期望成就殊勝圓滿佛果，
定要晝夜觀修證悟心行，
僅藉身、語、意來行善，
不足以令你實踐大乘。

生起從未如此巨大的覺醒波
濤，
猛力澎湃地跨渡



菩薩無垠功德海的彼岸。
一如佛所宣說的經密續教法。

願這正見禪觀的道歌，
像飛龍般吼醒
從無始以來沉睡愚癡的眾生；
願世間無止息的欲求稍得滿
足。

後記

在甘丹桑珠寺閉關院的札西
德勒喇嘛的多次請求，我編寫了
這首斷除我執的觀、修和行的頌
文。這是由黃教傳承的怠僧格桑
嘉措撰寫。



名相解釋《六度實義論》

靜慮波羅蜜

經云：心不散亂，亦不耽於逸樂，就能圓滿靜慮波羅蜜。

如論云：

引言

質疑：何以菩薩瑜伽士會捨棄有情？

菩薩是以帶領一切眾生獲得解脫為己任，為何他們仍悠閑地安住於山林野外，甚至獨居深山裡，只求自利而把利益眾生的事棄置一旁？

解惑：出於自他二利的發心，修習靜慮來獲得智慧。

菩薩雖則身似遠離眾生，其實內心從未離棄任何人。為了證得等持三摩地的正智，祂唯有在寂靜處勵力修持，未來才有能力帶領眾生解脫。

一 譬喻：如治病必須要服藥

正如病者要先放下家中事務，服藥靜心養病使身體早日康復一樣，當病人體能回復正常，便一如以往般工作。心已安住在禪定的菩薩，情況都是一樣，菩薩必須要運用禪定的力量來攝取如靈丹妙藥的般若智慧。

接著，菩薩重回眾生群中，成為他們的父、母、妻、兒，或者是師、徒、師長，甚或是天、人，亦有可能會下生為傍生。此時，菩薩能善用語言和種種善巧方便來導引他們。

二 菩薩善修生起福德之三門

再者，菩薩修持布施、持戒、安忍，所謂





「福德之門」；經歷多生多世的修持，轉生為南瞻部洲的轉輪聖王，他會布施七寶、衣服和五欲物給眾生。不論是現世或來世，眾生也有豐足的受用。誠如經云：「轉輪聖王開示十善業道，眾生未來世悉皆能生天。」

菩薩生生世世都只為眾生的利益而活，令他們獲得快樂。不過，這種快樂只是短暫的，未來世仍然要被迫繼續受苦。菩薩因而生起大悲心，發願眾生能得涅槃之樂。這種涅槃樂從般若智慧而生，般若智則從心一境性之三摩地而生。

三 譬喻：油燈在無風的房間裡才能顯現光明

正如一盞油燈，在颯颯強風的地方是發揮不了作用的。假如我們將之放在無風的房間裡，便能盡顯其光明。同理，處於散逸心中的智慧也是一樣，雖有智慧，缺乏了等持三摩地的定境，其

作用也不圓滿。當菩薩證得三摩地，真正的智慧就會自然生起。

就是這個原因，縱使身住離開眾生寂靜處，實則菩薩正在精勤觀修，希望能獲證三摩地。由於三摩地清淨功德，菩薩的智慧也同樣的清淨。如同一盞油燈，若然油燈是潔淨的話，它所發出的光芒也會同樣的潔淨無垢。由此可見，要獲證清淨智慧的話，便應修持三摩地。

四 心要專注

心不專注，就算是處理世俗事務也好，恐怕亦不能完成。想要體證甚深之佛陀聖道，又不勵力修持三摩地，就更是難以成辦。

1 妄念之譬喻：羽毛、風、猴、閃電

三摩地能使紛亂散逸的心（妄念）專注下來。妄念比起羽毛更加輕浮；它們會不停漫無目的地飄移；比起旋風舞動得更快；那種難以控制和無法停止的特性，更甚於躍動的猴子；它們突然出現又消失，比起瞬間行雷閃電更加難料。

2 必須運用禪定力令心專注

無休止、停不了是妄念的特性。要令它受控，疏於修禪，根本不可能達致三摩地。如頌云：

五 靜慮的利益

1 靜慮的讚頌

靜慮是尋找智慧的寶藏，
也是珍貴的功德福田。
如淨水一樣，
能夠滌清欲念之塵垢。
禪定是金剛鎧甲，
能夠遮擋煩惱之亂箭。
雖尚未達致無餘依涅槃，
但也得享涅槃之樂。
達致金剛喻定的行者，
已將如山的煩惱粉碎。
獲得六種神通後，
能度化無量的眾生。

躁動
的塵垢
遮蔽了
日月虛
空，
只消
一場大
雨就能

將之沉澱下來。

思慮之風刮起了內心的散亂不安，
靜慮三摩地方能把它息滅。

2 精進勵力修習禪定的必要

再說，三摩地並不容易獲致，除非行者能心繫一境，專注勵力無間缺地修持，就算是天或神祇也不能獲致，更遑論是懶惰懈怠的凡夫。

3 故事：魔女試探佛陀

一次，佛陀在菩提樹下坐禪時，魔羅三個女兒出現，頌曰：
獨個兒坐在林中六根靜且定，
祇像是失去了一顆珍寶似的，
卻又遠離了苦悶帶來的痛苦。
相好如祇在三界中無人能及，
可是坐定時卻又常閉上雙眼。
我們心間耿塞著一個大疑問：
「究竟祇在這裡追尋些甚麼？」

此時，薄伽梵以偈頌回應：
覓得涅槃滋味，
凡夫愛染無樂可言。
驅逐內心竊賊，
妳們的父親也一樣，
心賊已滅，
並且追求閉關獨處。



我已發現了甘露的滋味，
於寂靜與喜悅的境界中，
我安坐於林間。
為利益沉醉愛慾的眾生，
我由此生起大悲心。
三個魔女至此深感慚愧而

說道：「這人已超
越了欲念，心堅不
移。」

說罷隨即消失
得無影無踪。



最新活動消息

金剛上師卓格多傑傳講

印度大乘經典《寶行王正論》

11月3日 12月1日 1月5日(星期六下午四時)

釋迦文佛悲智圓融，以八萬四千法門示教利樂一切衆生，無論任何根器，若行正法，必生利益。慈悲的金剛上師卓格多傑開講《寶行王正論》，正是最能普度有情離苦得樂的佛教論典。論中從基礎的行善積福，到甚深的空性智慧教法都有詳細的闡解，從淺入深，次第條理，依之奉行，才能種下勝生定善之因。

接著下來，慈悲的師父將繼續解說本論的第二品——佛的三十二相和八十種好與其因，請依時帶同你的良朋親友，來到觀音講堂聽受佛陀的莊嚴功德，大眾必定讚歎不已，歡喜而回。



信心

深慧

（續上期）

另有一個關於獵人其拉瓦剛波多傑的故事。其拉瓦剛波多傑本來是一個瘋狂獵人，任何在視線範圍內的動物，他一律會殺死，從不落空，直至遇到密勒日巴尊者，獵人對尊者生起強烈的虔敬心，隨即棄絕世俗惡行，更於此生轉生淨土。因此，明白因果法則是非常重要的，這也是釋迦牟尼佛初轉法輪時所說的教法，祂闡明苦及苦集（苦之因）是我們要摒棄的，而道及滅（道之果）是我們應追求達致的。要增長信心，須要對因果法則有絕對信念，做得到的話，信心會為我們帶來美好的結果。

古印度有一位博學的外道哲人，名叫無敵黑毒蛇（Durdhar-

sakala）。他對科學的知識於當時是無人能匹敵的。他心想：「在印度再無人能及我博學了。」他便直往當時住有五百位佛教班智達的那爛陀寺。博學的他，擊敗了大多數跟他辯論的班智達。正當差不多班智達們一敗塗地時，大班智達聖天菩薩來到他面前，坐在石上與他展開激烈的辯論。結果，聖天菩薩辯贏了無敵黑毒蛇，根據當時國王的法令，要接受砍掉雙手的懲罰，以後要留在那爛陀寺的大門口，由見習僧負責照顧他的飲食，他所坐之處能清楚聽到那爛陀寺的班智達們唸誦三藏經文。有一天，他如常的聽著經文，可是今次竟倏然了悟經文所誦的內容，全部與他有關。佛陀早已預言有一位在那爛



陀寺辯論被擊敗的外道哲人，最終會對佛法生起無比的信心，成為正法的積極擁護者。就在那一瞬間，無敵黑毒蛇內心對佛陀的教法生起了極大的信心，隨即請見習僧給他找來一整套三藏經典，他將經文放在頭頂祈請：「假若佛陀的預言是真確的話，請以這力量令我雙手復原吧。願我將佛法廣傳，並且獲得裨益。若預言是假的話，我願立即死在此地。」憑藉佛陀的加持力，還有預言的真確力，祈請完畢，雙手果然真的恢復原貌。這位外道學者不單走上佛法之路，後世更推崇他為印度史上最著名的四位上師之一，他便是鼎鼎有名的馬鳴菩薩。這故事收錄在巴楚仁波切有關修持大乘經續利益的著作中。當中還有很多陳述因果法則的例子。

當我們對因果法則生起莫大的信心時，我們根本就不會再任意造作不善行，還會自然而然地行持善業，正如一個病人知道服藥會令病情轉好的話，無論多酸多苦，他還是

會毫不猶豫地服用的。



三 你要念死和觀生命無常。

你不能確定何時死去。雖然你擁有寶貴人身，但它全然是無常的；無疑它將會被死主奪去，然後又再一次徘徊於生死輪迴中。只要是身處輪迴，有生必有死、有聚必有散、有合必有分、有起必有落。

那麼，到底死亡何時會來臨？誰也不能確定；況且無人能預知直接引至死亡的原因。我們這一生中有幾多認識的人已經過世？罹患重病？現正受着各種的痛苦？按此推想，不難看清楚無常的作用。這個念死的方法能催促我們要安住寂靜處，然後全心投入善法修行。這就是密勒日巴尊者何以要選擇荒蕪之地修煉苦行，因為他反覆感受到痛苦和死亡的逼迫。



四 謹記著：死亡來臨時，你將要與你的侍從和財富分離。



死亡降臨，這些東西統統都要留下帶不走，因此它們

對你根本一無是處。

曾經有一位名叫頂生王（King Mandhata）的宇宙統治者，七種莊嚴特質他全部擁有，又能坐雲飛天；黃金輪令他能統治一切地方。頂生王與四大王共同管治四大部洲，他的權力大得能升上三十三天與帝釋天同享帝位。可是他曾生起一個念頭，想到假若自己能獨佔這個帝位有多好時，只不過是這一個惡念，即時令他變成了一無所有的乞丐。我們現在的情況也是一樣，就算是聲名遠播如千龍轟鳴，現在活得如何精彩美妙，這些東西都不會跟著我們跨越生死輪迴，更不會在死亡到臨的一刻幫助我們。富有如多聞天王（Vaishravana），死亡到來時，連自己身體也帶不去，更何況是一分一毫；我們擁有的一切都只

得留下。我們將被自己曾經擁有的財富、名望和權力狠狠的揪著走，就好像從牛油中拔出一條頭髮，不會沾上丁點兒的油份。這對於凡夫以至是宇宙帝王如頂生王也好，都是真確無誤的事實，就是已證悟了的佛陀都一樣。佛在世時有一眾阿羅漢聲聞緣覺伴



隨著飛天，現在祂已離開了這世間，除了祂的生平故事和證覺之外，我們已再看不見祂的存在，但我們絕不可對自己說：「我一

點都不擔心，死後我定能往生佛土。」因為這根本不能被決定或預測。

（待續）



大圓滿佛陀的



終極理念

Dzogchen: the ultimate teaching of Buddhas

第二十四章 蓮師對大圓滿心

髓的開示

Chapter 24

Padmasambhava's pith instructions on the innermost essence of Dzogchen

1 蓮師對大圓滿心髓可有遺

教？

我謹錄下蓮師對「內心本質的覺醒」的教示：

唉瑪伙！（奇爾哉！）

這直接即時的本質的覺醒是空、明澈和一切遍滿；

僅是這樣，它即在所有「觀」的頂峰。

1 Any final teaching is transmitted by

Guru Rinpoche, our exalted lineage master, on quintessence of Dzogchen?

I hereby address, in great reverence, the precious instructions to all Dzogchen aspirants, from Guru Padmasambhava on the

intrinsic nature of awakening:

Emaho! (How marvelous!)



「內心本質的覺醒」是沒有任何的概念；

僅是這樣，它即在所有「修」的頂峰。

「內心本質的覺醒」不是建構，不可以用世間的言語概念來表達；

僅是這樣，它即在所有「行」的頂峰。

「內心本質的覺醒」不必去追求，無始以來它即任運地自我圓滿；

僅是這樣，它即在所有「果」的頂峰。

2 上師，弟子和您的對話將快完結，請您總結如何修大圓滿心髓。

我依蓮華生大師的教誡，再向你說明：



The direct and instant primordial awareness which is empty, luminously clear and all-pervasive.

Nothing will surpass, this is the peak of all views.

The intrinsic nature of awareness, in its true condition, is entirely beyond all concepts or limit of mind.

Nothing will surpass, this is the peak of all meditations.

Uncontrived, indefinable by worldly words, thoughts and speech, neither creation nor mental fabrication is the intrinsic nature of awareness.

Nothing will surpass, this is the peak of all activities.

Do not search elsewhere, from beginningless time it is self-perfected in absolute spontaneity.

Nothing will surpass, this is the peak of all fruits.

2 Master, our conversation will end up soon. With compassion, please share us with an extract on the supreme





你不要抓緊現在生起的念頭，應讓意念安住如虛空的狀態。在這裡沒有禪定對象，所以無須禪定；在這裡沒有散亂，所以你可持續穩定地專注。在這裡你只有赤裸地呈現內心本質的覺醒，這種覺醒是自在、純淨和燦然的。

這種覺醒猶如朗日出晴空，它被稱為菩提心，覺醒的意念。還要記著，在進臻佛果的道路上，並沒有任何被體證的事物及能體證的「心靈」。

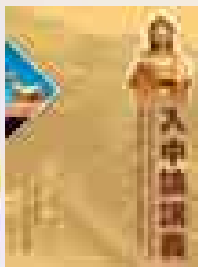


teaching of the Great Perfection.

According to the sacred admonitions revealed by Guru Rinpoche, I explicitly speak in few lines :

Do not grasp or cling to any arising thoughts. By contrast, just place unwavering your view in state that of the limitless expanse of emptiness. Within this, there is nothing to meditate upon, there is no need to meditate. No more distraction within, leave your mind continuously and unobstructedly in non-conceptual equanimity. Above all, you whatsoever distinctly manifest is the naked awareness which is inherently liberated, pure and brilliant. Just as the radiance of the rising sun permeating in stainless sky, it is the Bodhichitta, the enlightened mind. Bear in mind there is nothing to be realized nor mind that realizes, on the path to perfect ultimate Buddhahood.

《入中論講義》 Collected Lectures on Entering
the Middle Way, Madhyamakāvātāra **已經出版**



自07年中入菩薩行講座完結之後，慈悲的金剛上師卓格多傑再以多年時間，花盡心血將印度極負盛名的中觀應成派繼承人月稱菩薩鉅著——《入中論》，深入淺出地在講座中以白話解說，論中甚深奧妙，一般人都覺得艱澀難明的文句，經師父平白而實在地演繹出佛意高深的般若智慧，令有緣聞法的善信獲益不淺，大家亦由此提升了佛學智慧。

慈悲的師父為今後世間更多廣大有情能閱讀到這部大乘經典正宗，把四十多次的講義輯錄成七百多頁的書本，免費送贈給有緣善信。而作為大乘修行人，這是聞思修不可缺少的五部大論之一，虔敬的佛子更應每人擁有一本在手。大家請把握機會，第一時間取得這無價之寶《入中論講義》哩！

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

智
慧
增
值



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，請加附地址，原載於大圓滿佛教中心愛慧人資訊網）

佛教

戒定慧基礎班



在觀音講堂上課，為期五個星期天的〈佛教戒定慧基礎班〉在八月十九日完滿結束。本會宗師金剛上師卓格多傑，每次都因應善信的根器，依止着釋尊原典，作戒定慧經典的導讀，因材施教。慈悲的師父更親授禪定功夫，強調毘盧七支座結雙跏趺坐姿的重要，並詳細闡釋九住心，如何心住一境等禪定竅門。課堂完結後，不少學員懷着感恩的心，欣然向慈悲的師父求皈依，成為佛子。



放生

十多年來，本中心在慈悲的師父、師母引領及諸佛菩薩護持下，一直不遺餘力的開展布施護生善行。繼三月觀音菩薩聖誕的大型海上放生，九月適值龍樹



菩薩聖誕，又舉行了一次如法贖命的放生

活動。負責的師兄們一早便帶著籌集得來放生基金善款，到街市海鮮檔贖買物命。今次救活的是經常被煎皮拆殼的鹹水蟹類傍生，如紅蟹、紅膏蟹、黃肉蟹、三點蟹和一些在香港水域土生土長的雜蟹等。經慈悲的師父為物命懺罪皈依後，隨即將他們送到

偏遠的海邊，放歸自然。由於停車地點與海邊有一段距離，運送過百斤的鹹水蟹經過佈滿碎石、顛簸不平的泥灘，並非易事。雖然烈日當空，師兄們都搬得大汗淋漓，可是眼見傍生的痛苦，給放生自由後的喜悅，各人都不敢懈怠，奮力行事。師父、師母教示佛事精嚴，要確保螃蟹、蜆介回潛大海，保障安全，放生後各師兄弟過了一小時才離開。放生過程中，讓我們真實地體會到眾生物命皆有靈性，皆有知覺，皆具佛性率皆平等一如的真理。

封底說明

釋迦牟尼佛的本生故事之十六：魔女敗退

魔王三個女兒欲撫慰誘惑佛陀，佛陀不為所動，最終魔女失敗而回。

Mara's daughters

The three daughters of King of Evil (Mara) tried to solace and fascinate the Buddha. But their endeavour was in vain.

魔女敗退



愛慧人 第28期

本會為政府認可慈善團體

督 印：金剛上師卓格多傑

倡印者：大圓滿佛教中心

編 輯：師母嘉措卓瑪

電話：2415-4876 傳真：2415-3267

會 址：九龍尖沙咀漢口道35-37號4樓A座 網址：www.greatperfection.org.hk