

愛慧人

大圓滿佛教中心



第29期
2013.1

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

2013 八達通卡套

轉瞬間新一年又來到，大家翹首以待的八達通卡套經已面世了！2013年卡套的一面展現了觀世音菩薩一雙慈悲慧眼和眉間白毫，妙相莊嚴，令有緣得見者如受菩薩現前護祐一樣，立刻感到心靈平靜祥和！

慈悲慧眼，表示了觀世音菩薩時刻也在眷顧著受苦的衆生，助我們拔予安樂。白毫光音菩薩數，卻已恩重的



除痛苦，給。眉間發出，顯示觀世雖已度人無仍然母忘自師父——阿彌陀佛，從尊師重道而成就白毫，更是我們學習和追隨的典範。

過往從未間斷出席佛學講座的善信，都會感受到每次座無虛席的情景，很多時候還加插更多坐椅以敷應用，受歡迎程度與日俱增，這全是慈悲尊貴的金剛上師卓格多傑弘法利生的宏願，為善信每月安排學習聖賢智慧的成果。

大家在抓緊這個上好的聞法機緣之餘，同時不忘將卡套送贈身邊親友，與他們一同依著新一年的時刻表，出席講座，同沾法益！

目錄

- ① 信心之樹：自我教誡
- ⑥ 拘舍彌城比丘爭鬥的故事
- ⑧ 觀修圓滿菩提心殊勝功德
- ⑩ 名相解釋：精進波羅蜜
- ⑬ 信心
- ⑯ 中英對照：大圓滿—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

響；

色猶如水中非質實的水泡。

若有貌美侍女凝望鏡子，

映照出一張明眸皓齒的臉龐。

遠離的她又再次凝望，

由於（她的影像）是一種互為緣起，原來的鏡影已不復再；

雖說是有，一旦發現到它的源頭，影像即告消失。

說它不存在，卻又與它的清晰呈現相違。

聲音是一股沒有前後相續的迴

雖樂卻不要執著，否則（涅槃）
倒變成繫縛之源。

雖則我唱出這首甚深義理的道
歌，

句語不外是空的迴響，豈會是真
實？

若將意思濾去，結果只剩餘諸法
和空性。

偉大的中觀顯現了雖則究竟是空；

雖則現起，卻不再執它為有；
雖則虛假，卻又帶來了快樂；
故說現象是錯謬而小觀它們，實在是愚昧。

伺察種種虛假讓我了知森羅萬象；

如果（覺知）是實在的話，侍女的身軀理應倍增，

又或是兩者（呈現）皆不存在。

既然它們（兩種覺知）相違，誰又會視它們為真實？

在它轉變時，誰會執著它為恒常不變？

它是短暫的，故缺乏自生的力量；

勝者稱它為「殼」、「像」和

「無核」，⁽¹⁵⁾

述說它沒有了一個內核。

廣義來看，輪迴界的事物似有真實自性；

然而聖者又怎會執著任何事物！愚稚未及審察而被瞞騙。

了知令我不再執實，甚至吹散輪迴事物。

它們就如國王般的北山王那樣崩裂和粉碎；

它們又儼如皇后般的南山一樣消失幻滅；

它們宛若駿馬般的西山一樣飛逝；

它們彷如將軍般的東山一樣被俘虜抓緊。

是我迷亂嗎？

無疑，這是妄想者最純熟的想法。



這個欺誑的世俗本是一個大謊話；

既然夢境已現，請莫再沉睡。

噢！無染法王慈父啊！在這個不能感知的界度裡，

這統統都是事實。究竟是甚麼一回事？

正因為無自性的顯現是如斯（無核）的模樣，

要是提出實有的人所說是對的話，

諸法（現象）又怎能固有於虛空中？

師父啊！立刻斬斷這（執著）認知的繩索；

勿再傳遞從投射現象而來的種種不實妄境吧。

啊！諸法就只不過是變化萬千的顯現而已。

就算天下的人包圍指罵，與我爭論現象是實有，

我，仲敦巴，視他們為最大的笑柄，

反問他們在說甚麼？請不要再將你錯誤的覺知傳開去。

且不要把一條完美的直線扭彎，妄說它不正；

莫以妄想分別來竄改其中真義。將二諦——現象和空性——的精華

令心繫一境地專注觀修，

直至輪迴全然空盡，而你又達致涅槃（寂滅）為止。

縱已得證菩提，願我仍以菩薩身存留世間；

秉持圓滿如母眾生的願望。

願我以二種身來利益眾生，

以最適合他（她）的示現來呼應每一眾生的需要。

這套甚深的教法，是至極寶貴之心髓，⁽¹⁶⁾

潛藏在守護聖潔菩提心至深心房——

以眾妙物莊嚴四周，

願我心中恆常珍愛此教法，

惟願世世不離我殊勝的上師、勝者、勝者之母及其子。⁽¹⁷⁾

作為一位擁有甚深廣大真諦的秘密瑜伽士，

願我由此刻開始，以至遍滿十方際，

縱已離惑的我，也寧可展露備受煩惱折損的行為，

開示教法來利益具緣眾生心流。

於十方三世中，

祈願諸佛及菩薩聖眾

同時在我心中現起。

願我證得同等的成就。

這便是標題為〈信心之樹〉的一篇自我告誡，是加行明點。⁽¹⁸⁾

（修法的）次第如下：⁽¹⁹⁾一）以三字加持自身三門；二）祈請上師身、語、意安住自身三處；三）由於眾生（特別是罪業深重的人）認知之分歧（所帶來的挑戰和障礙），祈請上師與自己永不分離；四）懇請瞬間有緣親見祂；五）既能親見，立刻將祂安住在自身三處，隨即念誦上師禮讚文；六）立誓；七）皈依；八）發心；九）思惟輪迴過患和調伏各類眾生的困難，找出其方法或其根本原因；十）所以應告誡自己要先達致安穩的成就；為此十一）憶記得證的諸佛；十二）然後觀修暇滿人身

之難得，而且極其容易又失去；告誡自己不要墮落怖畏的深淵，為未來更要奠立一個鞏固堅實的基礎；十三）死亡和無常；十四）業及業果；十五）輪迴的過患；十六）涅槃更殊勝的功德；十七）不執兩者為捨和取（之對境），它們是現象與空性之二諦；十八）（最後是）願文和迴向。

（待續）

註釋

⁽¹⁵⁾有一關鍵的藏文版在此用了gsebtshags，但我認為應改寫成gsebtshags。在眾多解釋中，藏文字典用了「無種子」、「之間」和「裂口」來指gseb的意思。我則選用了「無核」，因它包含荒蕪的意思，用來表達文中所說的意思至為貼切。

⁽¹⁶⁾這是參考《噶當書》的甚深開示，其正行修法與世



尊、觀世音菩薩、聖度母、阿底峽尊者和仲敦巴有關。

(17)此處是指阿底峽上師、世尊、般若佛母和菩薩聖眾。

(18)在《噶當書》中，修持的主要元素往往被稱為明點（thig le），如「十六明點」。

(19)以下一段有點含糊，尤其是首句「（修法的）次第如下」，意思翻譯成「這裡的次第也如此。」這段最好是以總結來閱讀，大有可能是《噶當書》的編輯後來加插的，因而把仲敦巴〈自我教誡〉中的所有修法也包括在內。為了方便起見，我把每一項修法編上數目次序。



拘舍彌城比丘爭鬥 的故事

如空

龍樹菩薩前言

人若為瞋恚控制，則有如虎狼一樣，難以交往共處；充斥著瞋恚的人又如隨時破裂和潰爛的膿瘡；更如滿懷敵意的毒蛇，無人喜與他相遇同行。積聚仇恨的人在不知不覺中助長了自己的惡心，任何壞事都會斗膽謀劃而行，如弑父、弑君，甚至連對佛陀也會生起邪見和歹念。

故事：拘舍彌城比丘眾之爭鬥

上述情況，正好由拘舍彌的僧團反映出來。比丘們竟因微不足道之事，互相爭拗，嚴重得令僧團分裂成對立的兩部。依當時的制定，如果他們想脫離關係，一般需進行三個月的靜居；可是，他們仍然沒法消弭雙方的分歧。最後，佛陀來到想替他們平息紛爭，在僧眾的大集

會中，佛舉起了輪相之手向他們宣說，與會的比丘們全皆靜默無語。

「諸眾比丘們，莫使起爭端：
惡念續滋長，苦報極深重。
應記求涅槃，放捨世間利。
安住善法時，何會藏瞋爭？
世人起忿恚，尚可祈寬恕。
彼眾已出家，甚可相諍鬥？
比丘心生瞋，毀己解脫命，
宛如冷雲佈，閃電擊燒身。」

比丘們聽聞佛開示後，向佛作是言：「佛陀是法之王。可否懇請佛稍稍緘默，因為我們遭受到這群比丘的誹謗攻擊，絕對不能不還擊，我們是不會姑息來解決。」

佛陀思量：
「這些人實是難以度化。」佛陀在僧眾會中，越空而



去，到林中平等安住於三摩地。

在這次僧眾的糾紛中，心懷瞋恚的人已走入了極端窮途，就連佛陀所說的教誡也不接納，拒絕訓誨。因此，世人定要斷除瞋恚和修持安忍。

再者，若人能修持安忍，則有助內心生起慈愛和悲心，最終才得以成就佛道。



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》

2月2日 3月2日 4月6日（星期六下午四時）

慈悲的金剛上師卓格多傑講經說法，有緣善信專心一意聽聞正法開示，如同置身於佛光的慈照，備受加持庇佑，內心清涼，智慧增上。

慈悲的師父繼續開講《寶行王正論》第三〈菩提資糧品〉，我們很感恩也很慶幸今生有福德得遇難聞的佛法，更何況慈悲的師父嫻熟顯密精義，能正確無誤地導引我們進入佛法

功德海，循序漸進地由做一個善人開始而達勝生安樂，甚而

趨往定善解脫。這亦是龍樹菩薩在《寶行王正論》

中勸勉寶行王的教誡。



歡迎大眾懷著歡喜心來到觀音講堂，每月
第一個星期六的約會，大家切莫忘懷啊！



觀修圓滿菩提心殊勝功德

淨觀

頂禮世尊，兩足人中尊，
能喚醒愚癡沉睡中一切諸眾生的
三界人天主，祢顯現真如之門的
千軸耀眼光芒。

即使以淺法寶鬘將大地覆蓋，
光芒還不及一粒閃爍的金剛末；
同樣，一位發菩提心的修行者
能令所有小乘人相形見绌。

菩提心，一切修行功德的根源，
極為殊勝，
菩提心，諸佛由此而生，
我今當至誠吟誦讚詠。

僅僅冒起利益他人的念頭，
已經是果實無盡的妙樹；
只消輕輕觸及它的汁液，
甚至令「痛苦」一詞消失。

僅僅饑餓和匱乏無依，已令人懼
怕得臟腑不寧；
菩提心是療癒諸種欲念的靈藥；

就像龍王的明珠，
能令餓鬼的饑渴得飽足。

畜牲被本性蒙昧自心，
愚癡令牠們見不到靈性修持：
菩提心是驅散諸種障礙的太陽，
它是燃亮著無盡光芒的火炬。

那些流落貴胄門外的乞丐，
菩提心擔承了
華衣美饌處的守衛；
它能令一切世間的欲求得滿足。

只有菩提心，成佛之因，
徹底清除至醜惡的極重罪——
帶來痛苦的罪業，
丁點兒便足以將我們打垮。

確實微妙的它——菩提心
可摧毀從今以後的痛苦，
彷彿傳說中能為臨盆的母親
開啟產道的靈藥。



一切只以利
他想，
以成就正覺
為目標，

來饒益世間的珍貴菩提心，
是佛世尊眼中至高無上的修行。

為了自利利他，
播下肥沃的菩提心種子，
無有窒礙地茁莊結成佛果，
並令其堅牢如山。

佛說：「培育菩提心的種子，
可以生起所有修持功德。」
誰已生起菩提心，
堪稱為大醫王。

如經論中所云：
菩提心是通往大乘之門，
發菩提心的殊勝修行人，
將成為諸佛善逝子。

一個人是菩薩與否，
取決於是否已發菩提心；
只有塗上菩提心的檀香，
才算是最豐盛至勝功德的嚴飾。

那管是百鳥之王的隼鷹，獨翼也
不能飛翔。



世人只求覓得「了知空性」雙
翼，
唯獨那些以菩提心為翅膀者，
才可飛達遍知佛地。

持守菩提心的無量利益，
廣大如虛空也不足藏納。
一剎那生起利他想的善業福德，
猶勝以七寶供養十方諸佛。

上述種種不過是發菩提心無量功
德中的點滴，
甚至佛也無法言喻。
請以慈愛和大悲為你裹肩的披風，
這是諸佛所走過的正道，
親證它成就解脫和智慧的傳說。

憑藉道歌的功德，
願能作為引導大種眾生化成相好
莊嚴諸佛的法藥，
願一切眾生達至
廣無邊際的利他境地。

後記

因格桑達吉和格桑札西兩位來自
沙瓦地區的隱逸修行人多番請求，
這篇菩提心殊勝觀修法為通往大乘
道路的集要頌文，由格桑嘉措居於
卓甘山宮時編撰寫成。

精進波羅蜜



經云：身、語、意離諸懈怠和放逸，就能圓滿精進波羅蜜。

解釋：

引言

精進，梵文Vīrya。

一 何解在六度中，精進排列第四？

質疑：精進是一切善法的根本，應為六度之首，為何列於第四？

1 為何前三項波羅蜜不求精進？

解惑：布施、持戒和安忍畢竟是長存於世間的概念，正如一旦有布施行為出現，就必定已有主客兩種關係的成立；在動物世界裡也如是。

推動人行布施有各式各樣的原

因，可能是為了今生，或是未來世的利益，又可能助道而欣然為之，所以不必額外施以精進度。

至於持戒，我們會因見到他人犯法受到法律的制裁，而聯想到自己未來會受苦果，心生怖畏，衡量利害而不敢行惡。亦有些人本性善良，他們怎也不會犯上惡業。另有些人則出於畏懼來生受報受苦，今生才不犯惡業，讓自己守持戒度。

還有一些人甚至僅聽聞過以堅持守戒為因，就能超越生、老、病、死，自始立下決心，誓要「從今開始，我不會殺害任何生命！」

以上所舉例子，與持戒同義，所以說我們何須特別要精進度來持戒呢？

說到安忍



嘛，對於一個行持善法和追求覺悟之道的人來說，就算自身遭受罵、打，甚至是殺害也好，內心仍然能夠保持澄明平和，不思報復，因為他會擔心和害怕受治罰，甚或不欲作惡而令自己力量削弱。上述的情況都無須精進度來修持安忍。

2 何以靜慮和智慧必須要精進度？

是時候如法地了知諸法真實義，趣向般若波羅蜜多時，行者便應修靜慮波羅蜜多，因為靜慮是進入正智之門。故此應勤奮地修精進度，心繫一境地修持靜慮奢摩他。

3 警喻兩則：掘井和生火

再者，布施、持戒和安忍能帶來寧靜、安穩和快樂等諸大功德，令人得美譽和所欲如願的善果，也因此而親嚐功德之味。

然而，到了這階段，行者當然希望進一步修持殊妙的靜慮和般若

波羅蜜。情況就仿如掘井一樣，當我們發現已挖到濕土時，因為知道就快找到水源，自然就會特別起勁而加強力度繼續挖掘。生火跟掘井也是一樣，當我們見

到煙已開始冒出來，亦會加倍用力來鑽，因為我們深信火很快便會燃燒起來。

4 成佛二門：福德和智慧

要成就佛果，一般來說是要進二門：第一門是福德，其二是智慧。布施、持戒和安忍是獲得福德之門。摩訶般若波羅蜜多了知諸法真實義，是得智慧之門。

菩薩進入福德之門，會遣除一切罪業，一切願求皆得圓滿。要是願求未能圓滿，純粹是菩薩的殘餘罪垢障礙著祂的前進。

一旦突破智慧之門，菩薩不會特別厭惡生死輪迴，對涅槃寂靜也不會特別感喜悅，皆因祂體證到其實輪迴和涅槃不二。

5 智慧以靜慮為基

若然行者希

望摩訶般若波
羅蜜多生起，
而般若波羅蜜
多的主因是
靜慮，進入
靜慮之
門

倚仗精進力。原因是散逸和迷亂的心根本無法得以了悟實相中諸法真實義。

a 譬喻：燈光

強風下晃動的燈火難以照明，相反，靜室中僅僅一點微弱燈火也可以照亮整個房間。

靜慮和智慧。一旦成就兩者，其他種種的修持也隨之而得圓滿。出於以上原因，精進便排列在六度的第四，也是靜慮和智慧的最根本。前三度雖已包含了一定程度的精進，卻不必如此強力，這是我們還未論及的。

b 福德跟靜慮和智慧無關

靜慮和智慧不能透過福德獲得，亦不要期望可從福德而得到。粗思生不出靜慮和智慧。身與意勵力勤奮地專注修習兩者，絲毫不鬆懈；唯有如此，方有證悟的可能。誠如釋尊所說：「就算要我竭盡全身的血肉脂髓，只剩下皮骨腱，我的每一念也不退精進。」

6 總結：靜慮和智慧必須要精進

要具足上述的態度，才能獲得





(續上期)

五 謹記著：你是沒有選擇投生於哪處的能力。

未來將會被業力牽引到何處，對此你一無所知。

除非已累積了相當的善業，否則我們不能投生上三道。若果曾造惡業，不論權力有多大，死時我們都逃不出它如影隨形般的牽引，我們永不可能與自作的業力果報分割，所有善業和惡業的烙印統統刻在各自心相續中，進入中陰身時，那正是你唯一沒能力揮去的，它是跟定了你。舉個例說，如果我們曾說過一句令人難堪的說話，這句話就會刻在我們心識中。同理，如若我們曾生起虔敬心，這顆心亦會印在我們心識中。那麼，曾行持廣大善行的話，我們將能夠往生淨土，親見佛陀傳授教法；或至少會投生到善趣為神為人。相反，惡業熾盛的眾

生，無論喜歡與否，都會如擲石子般直墜惡趣。

最根本的問題是我們對未來世的存在都是盲目的；一生只會竭盡時間和精力追求眼前的財富受用，費盡心思剷除任何妨礙我們發展的人，設法保護自己所親愛的；成功的話，還自滿地想：「我真是一個聰明的人啊！」所造一切其實對自己的生命毫無實質的幫助，甚至覺得身處自己建立的堡壘中，安全得是。可惜事實並不然；我們只是被自己所造作的業力牽著走，至於將會投生何處？更是渾然不知，到頭來甚至不察覺這一切的後果，均完全是源於自己所作所為。

六 請謹記：現在擁有的暇滿人身，實在非常難得。

將閒暇和圓滿，以及兩者之共因聚合起來，極其困難。

現在，我們擁有這人身，又得遇靈性導師，得到上師的教導，其實已跨進了佛法的門檻。我們已將所有能令今生證得佛果的條件握在手中。事實上，人身彷如一艘黃金船，我們要好好利用它，因為死主會隨時前來奪它走；試問有誰敢肯

定自己下一世能再遇上佛陀的教法呢！就算真的再得遇佛法，你又能肯定自己對佛法仍然生起興趣？定能相遇善知識？所以，現在眾緣具備，正是我們好好利用這個暇滿人身的機緣，好像生病的人會設法尋找良醫、合適的藥物，疾病未療癒，縱使幾經辛苦，病人都會繼續求醫。同樣，此刻我們已遇到良醫，他正是我們追尋的上師，獲得合適的藥物，即是那如甘露的教法。現在我們已擁有修持佛法的必備條件，與其荒廢這難能可貴的機會，何不充分利用，善加把握？倘若我們今生能夠圓滿地修持，到死來臨的一刻，我們就會體認得到一切都是法身佛的光明。假如修行功德只屬中等的話，其實我們亦能自信地預期死後能往生淨土，在那裡繼續修行。要是連這一層都失守的話，最低限度也要具足信心地對自己說：「我已完成某某數量的修持，不會下墮惡趣。」

僅是生而為人是不足夠的，對暇滿人身來說，實在沒有太大的意義。世間數以億計的生命也同樣擁有人身，可惜不是全部都是暇滿的人身。暇滿人身必定具備五種自圓滿和五種他圓滿的條件；缺乏了，

就如沒有眼睛能看，沒有鼻子能聞，沒有舌頭能嚐味一樣，是一條無有是處的生命。

春天的白晝，農夫努力犁田、播種，一直到晚上才歸家，皆因這是一年之中最適合耕種的季節；錯過了的話，秋天不會有收成。對我們來說，現在正是最適當的時機，因為我們都已具備八種閒暇和十種圓滿，又已值遇上師，與其被懈怠和懶惰而白白虛耗了生命，我們倒不如抓緊良機，精進勵力修行。

七 謹記著：生死輪迴中只有苦。

世上沒有一樣東西能離開三種苦。

我們為何要解脫輪迴？因為當我們檢視輪迴時，便會發覺六道中一切皆離不開苦。地獄眾生受的是寒熱之苦；餓鬼則要受饑渴的折磨；傍生除了要被奴役之外，還得要受愚癡和被殘殺吞噬的苦；人呢？除了生老病死苦，還有怨瞋會、愛別離、不欲臨、求不得之苦；阿修羅



面對嫉妒的煎熬，因而與天人不斷鬭爭；福德享盡，天人就要受下墮和失去久享安樂之苦。六道裡，沒有一處能超越苦。身處輪迴，我們感到有如囚犯被困在牢獄一樣，「我何時才能離開這裡？今晚我會重獲自由嗎？或會是明早？」腦海裡不停重複著這些念頭。一旦體會得到自身正處於輪迴深廣的痛苦後，我們便會想到：「怎樣才能逃出這輪迴苦海？何時能解脫出來？有甚麼方法能迅速淨除多生多世輪迴的業力呢？」

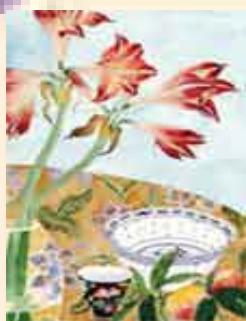
八 你要確認三寶的廣大功德。

有甚麼東西能令我們解脫生死輪迴呢？他們自身必須已不再受輪迴的束縛；具足這功德的，就只有是佛、法、僧三寶，我們要從三皈依處才能找得到這些功德。「佛」是指已淨除自身所有缺失和已圓滿一切功德的人；仿似一位非常富有又具足利他心的人，他的財富才能利益廣大眾生。只要我們對三寶生起一刻的信心，甚或只是向祂禮拜一次，不用再次祈請，祂們也自然會示現在面前。三寶的加持力強大得僅是聽聞祂們的名號，就令我們免下墮惡趣了。可是，能聽聞祂們的

名字依然非常稀有和珍貴的，我們必須積集了大量的功德資糧，祂們才會示現，就算付出千億黃金也不能收買聽聞三寶名字的機會。對於那些陷於極端痛苦的眾生來說，例如是傍生、地獄眾生，甚至是那些在無間地獄受極難堪忍之苦的眾生們，只要他們有一刻於心內憶記起三寶的名字，已足以令他們有等同的一刻身處淨土。可惜這情景很難會發生在他們身上。為何？因為他們沒有能令這念頭從心生起的相應功德；過去世，他們從來未曾有轉心向法修行之心。再者，在佛陀臨處及教化之地，就是小孩子亦有幸得與佛陀結緣，而且年紀小小已經懂得說：「我禮敬上師、禮敬佛、禮敬法、禮敬僧。」結上這個善緣，在孩子們的心相續中，將會遵循著佛陀的教法。

祂們永遠保護我們免於輪迴之苦。

獲得三寶之保護，輪迴將離我們愈來愈遠，涅槃便相應地愈來愈近。佛智慧的心充滿著慈悲，無論是誰，只要能與祂結緣，最終都能踏上解脫之路。對其他眾生來說，不論是野獸或禽鳥，只要能聽到佛法的聲音，每當牠們聽到三藏的唸



誦聲時，就算對此不明白、生不起信心、得不到要領，一股法音的加持力已在此時把下三惡道的門關閉；取而代之的是被引領走上佛法之道。

誰能揭示給我們三寶的圓滿功德，又能在修行道上使我們領悟這些功德？答案是靈性修持上師。

九 請常閱聖者的生平與事蹟。

聖者所有身語意的活動全不沾染過犯或缺失。

遇上偉大的學者，你出於仰慕之心而努力學習，希望自己也變得和他一樣博學。遇到有大成就的人時，你可能會考慮開始修行，希望有一天也能像他一樣覺醒。由此可見，遇到博學或是有成就的人，內心不期然生起一股自發的渴望，很想獲得如他們一般的成就。看看密勒日巴尊者的生平：他的故事——他怎樣捨棄世俗來跟隨上師，經歷重重苦難，最終達致覺悟——非佛教徒都很熟悉祂的故事，是很多人讚歎和敬佩的對象。同樣，讀過蓮

師的生平事蹟——怎樣保護眾生遠離三惡道，安置他們於解脫道上，以及怎樣降伏西藏的一切惡力——都很想皈依於祂。

見到上師身語意的功德，能激發我們修行佛法。在身方面，他可能是穿三衣的圓滿僧人，我們心感喜悅而想：「這是一位捨離世俗，放下家庭束縛和負累，付出生命來修行佛法的人。」我們都曾聽過大導師們，如夏嘎·宗竹讓卓（Shabkar Tsogdruk Rangdrol）的教法，或是讀過他們的生平——捨離世俗，隱於深山修行，從而激勵自己向他們學習，然後全情投入佛法修行。意方面，接受教法並思惟其意義，我們明白到前行的修習能幫助我們開展覺醒的心靈、求解脫的決心和信心；正行則引領我們得到經驗及體證；聽到佛的名號能免除我們下墮三惡道之苦；這一切都出於上師覺悟心靈的功德，直接傳遞了悟給我們。上師就是一顆無瑕純淨的珍寶，猶如一滴清純的水珠，其光芒足以令汙泥中混濁的水變成究竟清澈。同樣，真正的靈性修持導師，以他自身覺悟功德之光芒，足以令周圍的人將心轉向善念和正法。

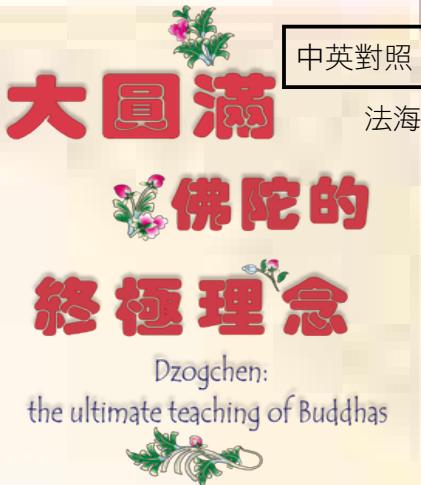




第一章 佛法的延續：密乘

1 上師，我看過您的著作《如何修證密法》，知道佛教中有「大圓滿」一種教法，是比較直接、有效地使眾生「即身成佛」，我很希望上師略加指點。

佛教中的密乘教法是極端神聖的；另一方面，它更是難以捉摸的。尤其接受西方文化的現代城市人，受著種種社會學、心理學、法律、政治、經濟學意識的概念，在「知性教育」中徹底迷失，失去「本心」、「本性」，對「虛構」完全認同，對「本來真實」完全否定。他們看「宗教」或者「密乘」，可能像接受西方文明的態度一樣——「超級市



Chapter 1 Continuation of Buddhadharma : Vajrayāna Buddhism

1 Master, in your book "Koan of Chogtseg Dorje" reveals the teaching of "Dzogchen", a direct and swift path among Buddhist teachings delivering us to Buddhahood in a single lifetime. Please render us a brief overview of the teaching. Vajrayāna teachings in Buddhism are extremely precious and divine, and on the other hand, subtle and highly abstruse for men receive modern education and are convinced predominantly by western philosophy. Completely going astray and losing one's inherent mind and nature in acquiring vast fields of conceptions of sociology, psychology, law, politics, economic and so on, we perceive reality in a confused way by rejecting our true pri-



「場式買賣」。以所謂追求「知識」態度認知「大圓滿」，對「大圓滿」進行整體的割裂，這種態度只會帶來「障礙」和「誤解」。

大圓滿的教法為人類引進了現象世界的真實性，外人看來是不尋常和偏離「常軌」的，（這「常軌」是指人類由虛妄所產生的規範，剛巧與佛陀發現宇宙真實的法則完全對翻，）密乘的教法是具足能力，深不可測和令人驚訝的。但修密乘成就的人覺得這一切原本都是很簡單，甚至極端簡單的。

2 上師，我常聽到別人說一切宗教都是導人向善，難道佛教不是？

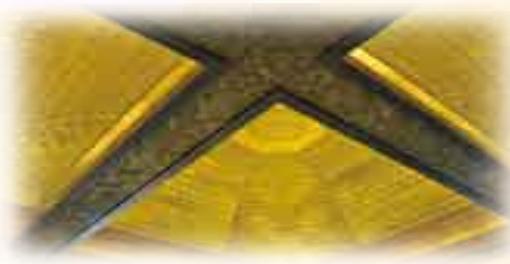
你應當加上「單」字，佛教不單是導人向善的宗教，甚至很

mortal state yet establishing the mentally created falsifications as real. Not only do our attitudes towards religion or Vajrayāna teaching remain full of Western influence, the “pattern of supermarket shopping”, approaching Dzogchen at an intellectual level becomes partial and produces numerous serious misconceptions and obstacles. See what really is — the true state of our phenomenal world is what the Dzogchen teaching benefits us which, in the eyes of layman are so unusual, eccentric and contradictory to their “convention”. (Virtually, these sets of norms and ordinary reasoning arising out of the mind’s delusion turn the absolute truth of all things and phenomenon discovered by the omniscient Buddha upside-down.) The teaching which seems so extremely simple to realized dzogchen practitioners, is not at all universal for anyone who is too fascinated by its magical power.

2 Master, a well-known saying which goes every religion has its goal the development of one’s intention to benefit others and perform altruistic deeds. Isn’t Buddhism defined in this way?

You’d better add the word “merely”. Not limited to different world religions, Bud-





多偉大的宗教，亦像佛教一樣，不單是要人做「好人」，還要人「懂得生命終極意義」、「懂得終極奉獻」、「懂得自己真實存在的意義」。諸如此類，認為一切宗教都只是導人向善的人只會把宗教（至少是佛教）平庸化，假如提出這理論的人是佛教徒，他應被教主釋尊記耳光。



3 應怎樣來了解密乘？

要了解密乘，首先應清楚密乘的藏文原義，它有「連續」的意義：它連續了佛陀在小乘、大乘的教法。它連續著佛陀和祂的追隨者證悟的心靈和口訣，它是延展佛教道路的繩線，但實際卻沒有這條連續的繩線存在。



dhism is not taken simply a spiritual path of inspiring one to be a good man, at least opening us totally “to discover the ultimate meaning of our lives”, “to discover absolute devotion”, and “to discover our ultimate nature of existence”. Surely, presuming all the religions of the world (or at least Buddhism) as a path merely to cultivate good hearts and good deeds is too prosaically ordinary when, reflecting such erroneous view among Buddhists, they tend to have a corresponding lack of concern for the fundamental feature and brought displeasure to the Lord Buddha.

3 How can we approach Vajrayāna Buddhism ?

It is highly important to begin with the word “tantra”, which in Tibetan literally means “continuity”. Inseparable from the rest of the Buddhist paths, Vajrayāna is a continuation of the core teachings of the Buddha in the preceding two yānas, Hīnayāna and Mahāyāna. Running through and further expanding the contemplative experiences and transmission of Buddha and his followers is this continuous thread, which is never broken. Apart from true existence while at the same time, such a thread, in actuality, is continuous.

《入中論講義》 Collected Lectures on Entering the Middle Way, Madhyamakāvatāra **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！



重新編制 內容更豐富

慈悲的金剛上師卓格多傑給社會、信眾、弟子和自己四種忠告，師父的訓言，立身處世，金石良言；中英文對照。二十二幅觀音聖像，莊嚴法相。心經白話譯文、般若心經靜坐法、心經英文譯文、諸佛菩薩聖誕……全部輯錄在這本袖珍小冊子，方便攜帶。

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 幱嚴佛淨土 上報四重恩 下濟三塗苦

若有見聞者悉發菩提心 畫於未來際 修行無上道

本人 本刊免費贈閱 原載於大圓滿佛教中心愛慧人資訊網
先生/女士 (聯絡電話:)

樂意捐助：港幣一百元正 港幣三百元正 港幣三千元正 www.greatperfection.org.hk

港幣五百元正 港幣一千元正 其他 元正

(□如需收據，請加✓號 地址：)





延續關愛與方便

《愛慧人》資訊網

大圓滿佛教中心會刊——《愛慧人》——是由慈悲的師父、師母精心籌劃，從美侖美奐的設計印刷，到翻閱傳遞釋尊和蓮師大悲與智慧的文章故事，發人深省，令人愛不釋手。自2000年二月創刊至今，追隨著慈悲的師父和師母的大願與毅力，不經不覺間《愛慧人》已實幹地跨越了第一個十年！選文和製作皆嚴謹，內容豐富，篇幅較長而彌足珍貴的修心指導則以連載方式刊載，其中輯錄了持明敏珠多傑的殊勝伏藏法〈阿彌陀佛成就法〉，就由第12期連載至第17期；另一篇傳世的讚佛詩歌〈一百五十讚佛頌〉，也需要十二期連載。若讀者錯過了其中一期，便有如斷櫱禾蟲，確實遺憾。隨著《愛慧人》資訊網的成立，讀者已不必再四出找尋。除印刷文字媒體外，中心已將過往出版的愛慧人會刊，以PDF檔上載到本中心www.greatperfection.org.hk網頁。大家只要在首頁點擊「愛慧人」，進入資訊網後再點擊「進入《愛慧人》智慧之旅」，然後選擇期號，便可瀏覽和一再重溫各期精采的內容，以後無需再為欠索遺失問題而煩惱了！



封底說明

釋迦牟尼佛的本生故事之十七：平等合一

提謂和波利兩位商主將自己的麥糧供養佛陀，四天王亦捧上四個鉢盂的食物獻給佛陀；佛陀將之混和為一。

17 Uniting the bowls

Two merchants named Trapuṣa and Bhallika gave the Buddha his barley meal. The Kings of four directions offered the Buddha four bowls. He made them to be one bowl.

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

工作人員：楊少霞居士 吳燕珠居士 袁維康居士 潘世誠居士 劉鳳茵居士

平等合一



愛慧人 第29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

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