



上師的叮嚀





節錄於 金安仁波切 無常篇開示



噶舉巴大師們總是說：

最偉大的成就需要最大的耐心和最長的時間，不可以過分的期待和盼望

因為今生的成長需要時間

今生修行的旅程，是一種不斷的學習和淨化的過程。





節錄於 滇貝仁波切 普賢上師言教開示



我們要在輪迴中點點滴滴
累積習氣的方式

在生活中一點一滴的去改變


自己的觀念和行爲

並培養正面的習氣和能量

就這樣點點滴滴不斷的與佛法相近

最終達到證悟。





編輯小組

「飛越千萬里，不辭辛勞苦，數年如一日，歡喜亦無憂」這就是我們的上師滇貝羅卓仁波切。上師在我們學佛過程中，乃至成佛前，就像是黑暗中的燈塔，綻放著智慧與光明，指引眾生走向解脫，讓眼盲的我們不再迷失於輪迴的大海之中。暇滿難得，無常隨現，雖耳熟能詳，但是否真能透由思惟而結合自身心續呢？上師用身教教導我們如何去珍惜眼前所擁有，又如何善加利用難得人身的機會。今年除了台灣的幾場法會，青海竹節寺也舉辦大型法會，仁波切不辭辛勞的青海——台灣二地來回奔波，爲了眾生法身慧命的延續，弘法事業一刻也未敢停歇。

每年正月初十蓮師燈供，同修總在上師引領之下齊心協力共同成辦；萬盞油燈的光明與溫暖頓時劃破三界六道黑暗。上師總是諄諄叮囑；除了身體力行去累積資糧外，更應藉助法會，盡己之力祈求台灣及全世界都能風調雨順、和平安定、繁榮昌盛。

普巴金剛灌頂法會，仁波切爲了不讓大家在灌頂、除障，整個上午的前行教授，不斷安立大家正確的動機與發心。勸勉大家傳承再好，如果內心沒有對法及上師生起信心，還是徒勞無功；然而傳承再殊勝，不去運用它，亦是徒勞；再殊勝的法門，都應作爲修持而非觀賞用！更策勉大家面對現實生活裡的一切，無論好與壞，都是學習的對境，藉由這樣的學習，去體認這個世界與六道的苦，真實的在內心生起想要利益自他究竟離苦得樂的正念。

七月在青海竹節寺舉辦「馬爾巴十三密續灌頂法會」，近二千僧眾參與此殊勝的法會。在康區要承辦如此大型的法會極為不易，法會一切所需及秩序的維護都極龐雜；法賴僧弘傳，為苦癡迷眾，燃亮正法燈，教法的建立與延續，對仁波切而言，視之比自身性命更為切要的當務之急。

雪域那爛陀——「竹節寺」重建計畫在仁波切的悲願之下，整體建設已漸次完成，大殿的細部裝修也陸續進行中，儘管物資貧乏所求不易，但以珍寶心供如來，大眾所供養的百盞晶瑩剔透水晶燈也將齊列於大殿。竹節寺不僅是諸佛菩薩的歡喜地，更是三界六道有情的皈依處。

善知識心念所緣皆為利益一切有情，對一個真正想要修行的人而言，如果能透由聞思修去觀察自己的內心，進而擁有一次改變生命的機會，無非都是來自上師最大的加持。趣入菩提道的修學過程中，上師的加持極為重要；而這樣的加持能否延續，掌握在自己是否能珍惜眼前的暇滿與值遇佛法、值遇具清淨傳承上師的機會。如入行論云：「若具行善緣，而我未為善，惡趣眾苦逼，屆時復何為？」期望我們都能夠把握生命，感念善知識不離不棄的引領，因為想再獲得此一人身，是如爪上塵般的微乎其微啊！

仁波切說故事

.....

63

竹節快遞

.....

71

學習心得

.....

77

善行加油站

.....

85

2012活動集錦

.....

88



目錄

上師的叮嚀

.....

01

編輯小組

.....

04

妙法甘露

.....

09

專題饗宴

蓮師燈供開示

.....

37

普巴金剛灌頂

.....

47





為了利益一切眾生
誓志成就正等正覺的心願
就叫做菩提心



妙法甘露

七因果法

滇貝羅卓仁波切 開示



七因果法

「七因果法」，對一個佛教弟子，學佛的人來講，是無上的珍寶。「七因果法」是什麼？就是大乘弟子修持菩提心的方法。

七因果法是怎麼來的呢？在藏傳佛教的最初期，有個教派叫做噶當派，是格魯巴的前身，因為受了噶當巴的教法之後，才衍生出格魯巴。噶當巴是由印度大師——阿底峽尊者到了西藏之後開始講述，也是阿底峽尊者時代的西藏的教法之一。阿底峽尊者有兩個教法「七因果教法」跟「自他相換法」，皆得自於印尼蘇門答臘的金洲大師，都是修持菩提心的。在印度像月稱菩薩、遍林照大師以及妙月大師都是修持七因果法。而自他相換法，最具有代表性的就是寂天菩薩，在寂天菩薩所著作的「入菩薩行論」裡面，有非常多關於自他相換的教法。


對於任何大乘修行者，菩提心是非常重要的；其實不僅僅是大乘的學習者，任何一個想要成佛的眾生，菩提心都非常重要。現在要去蘇門答臘是不需要花很長的時間，如坐飛機、或者坐快艇都可以到蘇門答臘。但是當時在沒有便利的交通工具情況下，阿底峽尊者足足走了十三個月才到達蘇門答臘，之後在金洲大師座前，領受了七因果法及自他相換法，且在金洲大師座前足足待了十二年；也就是說，阿底峽尊者花了十二年的時間去修持菩提心，且完全具足了菩提心；圓滿修持菩提心之後，才離開金洲大師。

阿底峽尊者雖然具有「七因果法」及「自他相換法」兩個傳承，但是阿底峽尊者到了西藏之後，在所有的公開場合，只教授七因果法；由於自他相換法太過深奧，心境層次需要更高，因此在西藏並沒有公開講授。阿底峽尊者僅將自他相換的教法，傳給他首座弟子仲敦巴仁波切，後來到了宗喀巴大師時期，宗喀巴大師將七因果法及自他相換法融合在一起，提出了十一智的修習方法。這兩者的結合有它殊勝不共的特點，我們就沿著最初、最原始的方法，去了解七因果法。

在七因果法中，首先我們要知道菩提心是什麼？是爲了利益一切眾生，誓志成就正等正覺的心願，就叫做菩提心。也就是說，今天我們所修的、所念的、所接受的任何教法，最終的目的是什麼？就是要從心中知道爲了饒益一切眾生，誓志成願，誓言成佛的這樣的一個決心，就是菩提心。

爲什麼講這個教法爲七因果法？因爲它有七個內容。七個裡面的前面六個就是前因，由前面六個所產生最後的一個果，就是菩提心。不僅是這樣，我們從理論上講菩提心是什麼？是爲了饒益一切眾生，而矢志成就正等正覺的心，叫做菩提心。那麼從一個實證的方面去看，我們倒過來說，怎麼樣才能夠從內心生起爲了饒益一切眾生，矢志成佛這樣的一個心，要如何生起？當然，一定要有一個我要救度一切眾生





的責任心，沒有這個責任心，菩提心是無從產生的。在藏文裡面把這種責任心叫做「拉桑」，也就是中文裡面所提到的「增上意樂」，增上意樂就是一種責任心。

首先要有這個責任心，而這個責任心是從那裡產生的？是源自於大悲心，如果沒有大悲心，要救度一切眾生的這個責任心是無法產生的。那麼大悲心是從那裡產生？是從慈心產生，沒有慈心，是無法產生大悲心；那麼是怎麼樣的慈心？以我們現階段來講，我們的慈心是對於喜歡的、覺得很投緣的人，會有一份慈愛的心；但是對於陌生的人，及我們所痛恨的人，目前來講會不會有慈愛的心？是沒有這個慈愛的心。那怎麼樣對所有的人、所有的生命體，都能夠生起一個慈愛的心？因此，我們要知道所有一切的生命體，在無始輪迴的過程當中，曾經無數次做過我們的母親，也就是知母。所以，先要認識母親，而且要知道母親的恩德，然後生起報恩的心；有了報恩之後，我們才會產生慈心；有了慈心，才会有大悲心；有了悲心，才会有前面所說的增上意樂，或者說救度一切眾生的這種責任心；有了責任心以後，才會從心底開始產生所說的，爲了饒益一切眾生，而矢志成就正等正覺，也就是成佛的一個概念。

七因果法爲什麼叫做因果法？它的七個內容中，第一個叫做認識一切有情爲己母，就是認識一切的眾生是我們的母親，第二個就是認知一切如母眾生的恩惠，第三個叫做是感恩圖報，第四個是慈心，第五個是大悲心，第六個是增上意樂，最終是菩提心。在菩提心之前的六個內容就是前因，只有這六個因才能夠產生最後的一個果——菩提心。

剛才從實證方面已經倒推過，知道說其中的任何一個都依賴於前一個而產生的，所以它叫做因果法。

寂天菩薩曾經講過如來有八萬四千種的教法，所有法門的精華是什麼？是「菩提心」。藏傳佛教從一開始小乘的教法，直到最後金剛乘的內容，是一個非常完整的教法；在這樣的教法裡，任何修持的人最終是要具足菩提心；也就是像寂天菩薩所說的一樣，佛陀所有教法的核心，精髓是什麼？是「菩提心」！沒有菩提心是無法成道的。修持菩提心的過程中，前面跟大家說過阿底峽尊者足足花了十二年的時間去修持菩提心。

「七因果法」是訓練我們每一個人，怎麼樣去生起菩提心的一個方法。第一個方法，就是認識一切有情為己母。在此之前，我們一定要先訓練一個心，是什麼心呢？就是「平等的心」。先有了平等的心，才能夠很平等的、對等的、平衡的去對待所有的眾生；如果我們事先沒有這個平等的心，想要去認識所有的眾生都是我的母親，可能嗎？對於活生生的人，你也許會想到他曾經有可能是我的母親；但是對於從你面前爬過去的螞蟻，當你看到牠的時候，你會感覺牠也曾經做過我的媽媽，有可能嗎？或者在你眼前飛過的蚊子、蒼蠅你心



中會有一個認識或者想法說：「唉，有可能哦！」這樣的想法會產生嗎？我想應該是不會的。


我們應該思惟一下爲什麼不會？當看到活生生的人，我會假設有可能是，但是當看到其他飛的也好、水裡游的也好，我爲什麼沒有這個感覺？那是因爲在我們的意識深處裡，已經把所有的生命分類了，也就是「分別」；有了這個分別之後，對於人而言，我們會分朋友、一般認識的、陌生的、恨的、愛的。對一般的眾生則分爲，牠是寵物、牠是該殺來吃的等等。在這樣的一個前提之下，我們要真正從內心自然的去思惟，然後馬上就認識到所有的眾生，在過去世無數次做過我的母親，有可能嗎？是不可能的！所以，我們修持七因果法之前，最先得修的是什麼？就是要修「平等的心」。

那我們要如何修這個平等心呢？也許你曾經聽過七因果法，也聽過很多關於如何去修持平等心的方法，如果你有修過，希望你繼續努力運用這個方法；總之，我們的目的的是什麼？是讓我們們的內心完全能夠生起平等的心。在七因果的教法裡面，也告訴我們如何運用方法生起平等的心，就是在我們的面前觀想三種人：最先觀想你最痛恨的人，接著在他的旁邊，觀想一個你今生最愛的人，最放不下的人；然後在他的旁邊再觀想一個，你根本就不認識的陌生人，我們去觀想這三種人，但不是說我們面對面觀想著這三種人，然後就能生起平等心，這是不可能的事情；那麼怎麼樣進一步去做呢？首先，先一個、一個的去思惟。



我們先從這一個最恨、最不想看到的人思惟起，爲什麼我這麼恨這個人、這麼討厭這個人？除了少數一、兩人個會有前世的記憶外，百分之九十九的人不會有前世的記憶。我們腦海裡面有記憶的只不過是今世，既然有記憶的只有今世，那麼今天爲什麼你這麼恨這個人？比如對一個老人而言，也許是在你年輕時、也許是去年、前年、或者在更久遠時，這個人他不只一次、兩次、三次、四次的迫害過你，對你有所不利，因此你才會這麼的恨；如果你從來不認識這個人，跟他完全沒有任何的接觸往來，你怎麼會對他產生恨意？是不會有的；那會產生恨的原因很簡單，因爲這個人也許不只一次、兩次、十次，甚至二十次的傷害過你，傷害的原因也許是跟利益有關係，或跟物質有關係；有時在別人眼裡只是個雞毛蒜皮的事情，只是你把它小題大作了；不管是什麼原因，總之，我們會得出一個結論，那就是這個人曾經對我不利，傷害過我，所以我恨這個人；其實我們應該要去思惟，這樣的恨意值不值得、有沒有道理，或者代價會不會太大。

當我們在修持菩提心時，應該都是一個非常有正信正念的佛教徒，如果不是一個具有正信正念的佛教徒，有很多的思惟是沒有辦法思惟起來的；爲什麼會沒有辦法去思惟？首先，我們要先明白生命是流轉的，才有辦法去思惟。假設這個人現階段，也就是在今世曾害過你，可是在你的前世呢？在你的前前世呢？再這樣的往前推，我們



就會知道在六道流轉過的次數是無法計算的。在很多的教法中我們都有學到，或者接觸過一個理論，就是所有的眾生在這個無始的輪迴裡面，都會無數次做過我們的母親；如果僅僅只是這一生，對我們有所破壞或不好，但從一個無始輪迴當中來看，與他曾給予我們的恩惠、給予我們的利益相比之下，你想想那一個份量重？

再看看我們最親最愛的人，爲什麼你會這樣的愛這個人，執著這個人，只不過今生他給你了一些好處，幫助過你，照顧過你，或者提供你更多的財源、提拔等等，因爲這樣的緣故，我們就執著他。同樣的道理，在無始輪迴的過程裡，難道他從來都沒有害過我們嗎？他永遠都是幫助我們的嗎？是不確定的。而且有可能他害你的次數，遠多過於今世所幫你的次數！那至於陌生人，所謂的陌生也只是當下的一個名詞而已，他永遠會是個陌生人嗎？不會，你只是今世不認識他，你確定前世或者來世，你不會認識他嗎？來世他不曾是你的媽媽嗎？或者過去世他不曾做過你的母親嗎？同樣的，他也曾做過你的母親。


很多人會覺得說這個人我根本不認識，對我而言沒有任何的感覺，他好或者不好，關我什麼事；而所謂「關我什麼事」只是眼前當下而已，爲什麼呢？因爲在我們一生中，很多的事情誰能夠想像得到去年他是我的朋友，也許今年就變成是仇人；去年是我的仇人，但是今年不一定還是仇人。這個世界萬象就是這樣，從年輕一直到老死，或者從步入社會以來，我們會有很多這樣的現象，有時候再恨的人，經過了一段時間的磨合，或者由於現實等等的因素，也會化敵爲友的。有很多人過去是我的至親至愛，但也因爲

種種原因，最後導致反目成仇也是有的；因此，在今世我們就有這麼多的變化，那麼在無始以來的流轉過程中，就更是難以形容了。

所以，我覺得對於恨一個人，或者執著一個人、冷漠的對待一個人，有這樣的必要跟理由嗎？我記得台灣人很喜歡每件事情前面都加一個爲什麼，你爲什麼幫我？你爲什麼害我？你爲什麼把我帶到這裡？你爲什麼……？那麼現在你可以將這三種人觀想在面前，然後從頭到尾幾百個幾千個爲什麼的問下去。我相信最終你會得出一個結論，其實恨一個人、太愛一個人都不值得，那怎樣才是值得的呢？用一個很平衡的方式，就是最好的處理方法。

證嚴法師的靜思語說：「對別人好一點，其實是對自己好。」或者說「原諒別人，其實也是在善待自己。」爲什麼這麼說？就是講一個平等的心。其實很多的事情，除非我們完全證悟了，能夠做到像佛陀一樣，用祂的神通力、祂的智慧、祂的功德超越一切六道輪迴、解脫，並給眾生帶來無限的慈愛；不然大家都要受到輪迴的約束；你恨一個人或者你執著一個人，所帶來的後果是什麼？只會讓我們在這個輪迴的漩渦裡越滾越深，越滾越難超越。很多人覺得做人要恩怨分明、是非分明、敢愛敢恨，其實敢愛敢恨的結果帶來的是什麼？只會讓自己越來越苦而已。

佛陀的教法，爲什麼可以讓我們有機會去思惟到這麼多的問題？那是因爲我們不




是盲目的去追隨釋迦牟尼佛，而是用祂所遺留下來的教法，從我們的內心深處，將整個心念轉化。佛法絕對不是迷信，當我們聽聞到很多法理之後，在修行的方面就要學會去思惟。所以，在輪迴的整個過程裡，比喻來說，今天你恨的這個人，不要說很多次，僅就一次，他只要做過一次你的母親，當他在過去世做你母親時的付出，縱然今世他對你有萬般不是，但感念他過去做你母親的那一世所付出的恩德，想想我們又將如何去報這個恩？有可能他前世就是我們的母親，如果沒有前世母親的照顧，我們也無從成長，甚至今天我們有可能連獲得人身的機會都沒有。

所以，我們一定要學會怎麼去思惟，生起那平等的心；當然只有一次的思惟，我相信大家不會有什麼太大的改變，還是原來的樣子；依然長時間鑽在那個牛角裡面出不來，也許耗上一年、兩年的時間也說不準。我就是恨這個人，你怎麼說我都恨，不論怎麼思考，還是覺得我恨他是對的。就算你現在暫時走不出來，但最終你還是需要利用這樣的思惟，或者是親身的經驗走出來，否則你就會註定在這個漩渦裡一直沈淪下去。

我們在這人世間的生命到底能有多久？它是個未知數，不管我們找通靈的，或者找算命的，算命先生跟你說，你可以活到八十八歲、一百二十歲，結果不巧就在三十歲的時候，你死了，多冤啊！不要以為自己還有很多的時間，壽命本身就是一個無常；說不定我們往後剩下的歲月，可能只有一年，甚至更短也說不準，這樣的去恨一個人，你覺得值得嗎？用計算的方式算一下，你覺得划得來嗎？是划不來的。因為瞋恨的心，可以讓一個人下墮到三惡趣去；而對於人事物的那種貪欲執著的心，也會讓一個人在很久很久的時間中，一直在輪迴的漩渦裡面打轉。

今天我們有機會接觸到佛法，但是不一定每次都會有機會聽到很多的法。然而說到生命是怎麼樣的流轉、眾生是怎麼樣做過我們的母親，這樣的教法比比皆是；在顯乘的教法，還有在藏傳佛教很多的書籍裡面，都多次的提到；雖然這樣的教法大家都聽過好幾遍，但問題就像前面所提到的平等心，講起來很容易，如果自己不親自去思惟，不去反覆的訓練，僅僅只是透由聽聞，它就會生起來嗎？是不會生起平等心的。所以不僅僅只是聽，還要實際的去做。在不斷地重覆思惟的過程中，當我們對於恨的人，不再那麼的恨；對於愛的人，也不再那麼的執著；對於陌路人，也不是那樣冷漠時，我們已漸漸開始有了這個平等的心，也已經朝著這個平等的心出發了。而且再過不了多久，我們就會擁有這個平等的心；當我們擁有這個平等的心，再繼續去修持時，那將會更容易修持，所以很重要的功課都在於這個——平等的心。

在每次的共修、法會，或者自己做功課的時候，都會唸四無量心，但很多時候只是文字的念誦而已，我們真的有生起四無量心嗎？當唸誦「願一切眾生具樂及樂因，離苦及苦因。」時，很多時候心裡還會加上幾個字，說除了我恨的人，我不喜歡的人，總是有這個心念的產生，當這個心念開始轉動時，也等於你已唸誦了這個部份。所以，如果我們沒有辦法平復心裡面那種恨、愛，或者無法達到平衡時，即使我們唸了一萬遍、幾千萬、幾億萬遍，是沒有任何意義的，希望大家好好的思惟。我們將所說的這三種人擺在前面，一個一個面對面的去思惟，我覺得是非常有意義，非常有意思的教法。不論對於恨的人、愛的人、還是陌生的人，當我們的心開始有一個平衡時，就開始真正的進入到七因果法的第一個因，認識一切有情為己母。




在很多教法中，關於一切眾生是我們的母親的論典，相信有很多，這一部份稱做爲引經據典；而今天我們所要提的叫作「推論法」，它是用一個很實際的方法去推論。有一個論點叫做「心念本身是生生不息的」。心念本身是流轉的，是生生不息的，那我們怎麼去推呢？也就是說我現在的心念是從那裡來的？心念的源頭在那裡？找源頭！當我們往回推的時候，現在的心念是來自於前幾分鐘，或者是前幾秒鐘開始產生的心念，才有了現在當下的心念。那麼前幾分鐘的心念又是從那裡來的？就再推回去前面的幾分鐘；那這一個小時的心念從那裡來的？是前一個小時心念的產物；那今天的心念又是從那裡來的？是昨天心念的產物。那我們老年的這個心念是從那裡來的？是從年輕時來的；那年輕的心念又是從那裡來的？是從少年、小孩的時候；那麼當小孩出生時的這個心念又是從那裡來的？是來自於懷孕期間，胎兒在母體中的這個心念來的；那麼胎兒受孕時的心念又從那裡來的呢？是延續你前世的心念所產生。

心念的源頭是從那裡開始的？當你無法找到它的源頭時，你會獲得一個結論，就是心念本身是永續的。在這樣無停息的心念的轉動過程中，我們經歷了無數次的生與死，生的心念來自於前世死亡時的心念。那麼前世死亡之間的心念是從何而來的呢？是在死亡之前，或者是更久遠前來的。很多人說我不知道有前世，也不相信會有來世，那你現在的心念，這一生所有的思惟邏輯，你的意識是從那裡來的？絕對不會像石猴一樣，從石頭裡面蹦出來的，是不可能的。所以我們現在的這個心念，將來也不可能會憑空的消失；當心念永續的論點成立時，生命的流轉自然是成立的，所以不可能只有今世而已。我們在生命整個流轉的過程中，每一世都會有母親跟父親，不可能沒有父母，因爲你的

境界沒有達到蓮花生大師蓮花化生的境界，也沒有往生到西方極樂世界，所以在六道中大部份都是胎生的，只要是人，都是胎生，因此我們在無數的流轉過程中，會有無數個母親。

以這個心念相續的推論方式來看，雖然眾生的數量是無邊無際的，但是我們在六道流轉的次數，卻是遠遠超過且無量無邊，而每一世我們的心態、形象，是千差萬別的。我們每一世的父母，不一定都是同一個，所以每一個眾生在流轉的過程中，曾經好多次做過我們的母親，這是不為過，也是理所當然的。雖然我們知道在無數次流轉過程中，會有無數的母親，但有可能覺得它只是一個數字概念而已，甚至對於做過母親又怎麼樣？好像不會有太大的感覺。那我們該怎麼做呢？就是以我們今世的母親為思惟的對象，去思惟。我相信每一個人對於今世的母親應該很有感覺，尤其是學佛的人，對於盡孝道應該會看得較重些，不會說完全沒有感覺。你對今世的母親有所感覺，那就應該思惟今世的母親在過去世裡，也像其他眾生一樣都做過我們的母親，不僅僅是今世；前面提到說，我們流轉的次數遠超過眾生的數量，也就是說每一個眾生在過去世裡面，不僅一次做過我們母親，已做過好幾次。

所以，今世的母親在過去世，也如同其他的眾生一樣做過我們的母親，用這樣的方式去想像、思惟一下，其實所有的母親都是相同的。當你反覆的思惟說，我現在的母親在過去的流轉過程中，不只一次的做過我們的母親時，你心裡面會有什麼樣的感受、體



會，或者體悟？不可能什麼感覺都沒有，當我們從現世的母親開始，有一點點這樣細微的變化時，你就開始去思惟你的爸爸，開始去思惟你的朋友，最後去思惟那個你最恨的人，在過去世裡，他也做過好幾回你的媽媽。

因此，當我們在講理論時，每一個聽起來像似很簡單，並不特別、普普通通的；但是在你的內心會生起這樣的覺受嗎？任何的修持，包括思惟的方法，不僅僅只思惟一次就夠了。就像我們持咒的時候，你說我學了這個咒語，念一遍會了，就成就了嗎？並沒有，我們要累積無數次，才開始有一點點的覺受。對很多的教法，不僅僅只是聽而已，還要不斷的重覆思維，也許很枯燥，也許在開始的時候是非常造作、刻意的，但不管是造作還是刻意，或者枯燥，我們一定要去做，才有辦法一步一步的走進去並提昇自我。


所以，我們從現世的母親、父親、朋友到敵人，甚至所有的眾生，如何認識到所有的眾生都是我的母親？如何知道我已有了發自內心的認知？很簡單，剛才最前面說過，當你眼前飛過一隻蚊子，你見到這隻蚊子的時候，第一個心念是什麼？你覺得它是誰呢？你剛開始的時候是完全沒有感覺的，對不對？有一天當這些飛的、從這裡爬過去的、走過去的，任何的牲畜和任何的眾生，在你的心裡面，都了知他曾經做過我的母親，的確確是我的母親；當有這樣的一個心念產生時，就說明你認識了一切眾生都是你的母親。

阿底峽尊者花了十二年，修持七因果法與自他相換法，且完全證悟了菩提心，後來阿

底峽尊者不管見到任何眾生都會合掌，說你曾經是我的母親，對我來講有非常大的恩德。剛開始或許你覺得這道理很簡單，或認為這只是理論而已，因為我們在學校理論聽得太多了，所以很多人會覺得理論歸理論，實際歸實際；如果你還是這麼認為的話，我們一切就都白聽了，甚至所有的心咒都白念了。

當你認知到一切眾生都會是你的母親之後，我們才有辦法繼續再修第二個方法，就是認知一切如母有情的恩惠；如果你沒有先認媽媽，怎麼有辦法了解到他對我們的恩德，是沒有辦法了解的；所以我們要先認這個媽媽，才有辦法去感受他對我們的恩德。然後再來看看這些偉大的母親是如何以恩德對待我們。這個部份其實在很多的教法，不管是入菩薩行論、菩提道次第，還有佛子行三十七頌等等，都多次提到母親的恩惠。

在教法裡面大部份都提到母親，感覺上好像是忽略了父親，其實不是父親的恩德不大，父親的恩德同樣的大；但我們從媽媽十月懷胎期間，在這個階段裡面，所忍受的一些痛苦，以及當小孩出生後，包括我們長大成人以後，媽媽在心理上面所承擔的這個責任是無法言語的。所以，如果沒有媽媽，我們根本就不可能活生生的坐在這裡。在懷孕受胎期間，如果不是媽媽細心的照料，包括飲食、運動等等，如果不是很刻意的去保護這個胎兒的話，小孩下來會是什麼樣子？有可能有些變成是畸形。在現實生活中，雖然有很多的畸形兒可能是因為遺傳，當然也有可能自身需要去受業報的。就算這些小孩是受業而來，但當一個小孩出生之後，百分之九十九點九的媽媽，還是照樣的會去照



顧他的孩子。所以單單從一個心量來講，除了媽媽之外，又有多少人能夠這樣去奉獻，我想應該是沒有的。

從今世來講，我們從一生下來開始，不會走路，每天只會哇哇哭，如果沒有媽媽的照料，我們有機會長大嗎？如果不是媽媽一步一腳印的教導，我們會成長嗎？是不會的。當然有一些可能是因為過去的因緣，或者現世的生活壓力，有些父母會棄嬰，但這是非常的。總而言之，我們要從今世的母親開始，慢慢的去了解媽媽，從受孕開始到目前為止，媽媽為我們所付出的代價，所忍受的痛苦、壓力；然後再慢慢的了解，不僅僅是今世的母親，在過去世，生生世世無數次的流轉過程當中，所有媽媽都是同樣的付出。因此，你要了解媽媽的恩德，你必須要先了解媽媽是怎麼樣照顧你、為你付出。

當你知道了恩惠，就會想應該怎麼去報恩，所以，第三叫做知恩圖報。如何知恩圖報？當我們實際了解到一切眾生曾是我們的母親，並且認知到母親對於我們的恩德；這個時候應該思考如何去報答母親的恩德，我們有沒有能力去報答母親的恩德，你要好好的去思惟，如果我們以正面的方式來思惟，我們是有能力報答的。有什麼能力呢？因為我們今世有個好因緣，什麼好因緣？我們遇到了教法、遇到了上師，而且能夠聽聞到圓滿的教法；如果我們依著教法去修持，我們不僅是聽到了，也具足了這個方法。既然入了大乘道，在修持的過程當中，如果我們能夠善加利用這個機會，我們是有辦法具足這樣的一個能力，去報答我們所有母親的恩德。

反過來說，今天我們雖然獲得人身，也遇到教法，遇到一位好的上師，自己也進入了大乘法道；但如果沒有抓住這個機遇，只讓這個機會從我們眼前晃過，那我們是不會有機會報恩，也不可能有能力去報恩。所以報恩不是只用嘴巴講，也不是天天像逛超市，或逛百貨商場的顧客一樣，光顧所有的法會，你認為這就是報恩嗎？這不是報恩。你拿什麼去報恩？如果我們的心態像一個顧客一樣，去光顧任何的法會、接觸任何的上師時，我們的心在想什麼？當我們坐在法會的現場時，我們的心又在那裡？如果我們的心像外面的飛鳥一樣，飛來飛去，那你何時才會具足這樣一個報恩的能力？

所以，我們先要知道，最好的報恩方法是什麼？就是讓我們一切的母親，完全從痛苦中解脫出來，提供他們清淨不染的安樂。你有辦法提供給他這樣一個殊勝的方法嗎？把他們完全從痛苦裡面解救出來，並賜予他們所希求的一切安樂，而且這個安樂是清淨的、不染的，為什麼叫清淨不染的安樂？因為六道中所有的快樂都稱做為有染的、有漏的快樂。為什麼是有染的、有漏的？因為在六道裡面，其實每一個快樂，它不是單純的快樂。那麼人的快樂是不是很單純？你的快樂是不是持久的？我相信大家都明白，都不是持久的；而快樂的背後是什麼？有可能是一個非常慘痛的代價，大家在努力之後，雖然說我終於獲得安樂，我幸福快樂了！但是由於過去，為獲得這個幸福而付出的代價，使得最後雖然表面上看起來你已經擁有了幸福，但是過去所付出的代價，始終糾纏著你的心；所以，你在享受這個幸福的過程當中，總是被過去所付出痛苦的代價，纏繞著自身、束縛著自己而無法償還。



接著，我們再看看天界，看起來是非常的享受，但是當天人臨死的前七天，他就開始明白，他要死了，而且死後會去那裡；然而僅僅這七天裡所受的痛苦，遠遠超過他之前所享受過安樂的百倍；所以看起來是安樂，但最後所付出的代價是墮落到三惡趣。然後，非天是終年處於戰爭中，會有快樂嗎？是不會有快樂的。


我們講三善趣，人道是其中之一，從一個修行的角度，人身是最寶貴的，因為只有人能感受到痛苦，有機會認識自己的痛苦與煩惱，也有機會超越這個痛苦跟煩惱；天人因為過於享受而沒有這個機會。非天因終年處於戰爭，所以也是沒有機會的。因此，在六道中才把人當做是寶，尤其是出生在有佛法，且能夠修持佛法的地方；為什麼當做是寶？因為如果一個人能夠去抓住這個機會，他就有機會超越，有機會獲得究竟的安樂，而且不僅是自己能夠獲得安樂，也可以為所有的眾生帶來安樂。

我們從報恩的角度來看，最殊勝的報恩方式就是用佛法來報恩。當然資具方面，包括提供衣食住行等等，這些資具方面的報恩也是需要的；並不是像有些人說，用佛法報恩就好了嗎，那很簡單，我每天幫你多念幾遍阿彌陀佛，之後我就不用在給錢了，媽媽你挨餓也好，受凍也罷，反正我已經報你的恩了；不要說從修行的角度來講，從人道來講已經說不過去了，我想你的思惟應該不會偏差到這麼離譜吧！做為一個佛教徒，真正最終的報恩方式是什麼？「佛法」！就是要徹底解決他的問題，資具的提供，只是暫時性的，從長遠來講，重點不是放在這裡，重點是在修持。

所以，你要學會怎麼樣去報恩，有了報恩的心，就開始會有慈愛的心，怎樣叫做是慈愛的心呢？就像一個媽媽對著他唯一的孩子時，會是什麼樣的一個情形？在他的眼裡，他的孩子是最好的、最美麗的、最可愛的、最出色的；應該不會覺得說我的兒子是最醜、最沒有能力，我想任何一個媽媽都不會。甚至更激烈的媽媽會怎麼樣？不僅認為自己的孩子是最出色的，而且不允許別人說一句孩子的不好。

所以，當一個母親對著他唯一的孩子，那時母親的感受就是慈愛的心。今天不只是給你的孩子這份心，而是當你對所有的眾生都有這份心的時候，就叫做慈愛的心。很多人會覺得說這怎麼可能？但是從一個實證，實際修持的方法，從這個角度來講，我們如果把前面平等的心、認識母親的恩德等等這些方法修得很好，那麼這個慈愛的心，自然而然就很容易產生。反過來說，如果你前面的這些方法沒有修持好，你要生起慈愛一切眾生的心，是沒有那麼簡單的；但是如果你前面的部份修好了，那這個慈愛的心自然而然會產生。

在修持的過程中，你必須要思惟一個事實，雖然一切眾生都想獲得安樂，可是他們都沒有得到真正的、清淨不染的快樂；我們透過這樣思惟之後，才會慢慢生起一個強烈的意願、一個心願，什麼樣的心願？就是願所有眾生都能夠獲得安樂及安樂的因，並且希望他們永遠能夠安住在快樂當中。開始的時候，從你的母親、子女，或者親朋好友，在你內心深處能夠生起這個慈愛的心，然後慢慢擴展到所有的眾生。當擴展到所有眾生



的時候，你就開始要去思惟，任何一個眾生誰不想要快樂？誰都想要快樂；可是以當前來講，誰又獲得了真正的、清淨不染的快樂呢？是沒有的。


所以，我們從內心產生一個強烈的心願，願所有的眾生都能夠獲得安樂及安樂的因，並且能夠長住於安樂之中；而且要發自內心的去祈請我們的上師，祈請上師的加持能夠圓滿我們這樣的一個心願，在不斷的對上師祈請，及不斷修持前面我們所講過的這些方法過程中，我們自然而然能夠產生慈愛的心；有了慈愛的心，就比較容易生起大悲心，那麼大悲心又是什麼樣子呢？大悲心在整個佛教的教法裡，可以說是釋迦牟尼佛教法中最獨特，且最具有特色的一面。在整個修習的最初階段，它是讓我們進入大乘道的因；也就是說在最初階段，如果沒有大悲心，我們無法入大乘之道。

大悲心是六度修行的核心重點，也就是從六度開始，不管是布施、忍辱，還是持戒，爲什麼他本身的修持是大悲心？因爲他絕對不是刻意去造作、刻意去強忍，或者刻意去改變自己；而是在整個修持六度的過程中，以大悲心爲己要、爲核心，包括布施、持戒、精進，都是由大悲心而產生。所以沒有了大悲心，以布施來講，你到底是以前什麼樣的心態去布施？這是很複雜的。又如持戒，僅僅是因爲我怕破戒，所導致的後果就強忍。想想那些佛子大菩薩們，在修六度的過程中，是那麼的自在、那麼的歡喜去修持，爲什麼？因爲他有這個悲心；終極來講，修持六度時，大悲心就是修持的核心；因爲有了大悲心才會產生菩提心，有了菩提心才能成佛，所以它又稱爲成佛之因——大悲心。

大悲心是佛陀教法最具特色、最殊勝的地方，當成佛之後，也是以大悲心，以各種諸佛菩薩的行徑來利益一切眾生；如果沒有大悲心，要怎麼去利益一切眾生？因此我們要清楚知道大悲心是什麼樣子，實際怎麼去修持，之前我看過四川五明佛學院的一個影片，內容為提倡放生，片中拍攝某個屠宰場宰殺牲畜的一個過程，如果要知道怎麼樣訓練大悲心，你去觀察、思惟，當一個牲畜在被宰殺的整個過程，從割喉嚨，將所有的血流乾，剖開肚子，整個剝皮，然後五臟六腑整個切開。觀察之後，你漸漸的就會被感化、有所改變，我們就是要利用這些來思惟。

在菩提道次第下士道的內容中，提到很多關於三惡趣種種的苦。以眾生為對象，在十八層地獄，熱地獄也好，極寒地獄也好，在這樣一個對境過程，他忍受種種的苦；再去思惟你所認知一切有情為己母的認知，想像一下被宰殺的就是你的媽媽，然後想像整個在三惡趣受苦的眾生也一樣是我們的母親；你就會產生一個心念，希望一切的眾生都能夠離苦的這樣一個平等的心願，我們會有這樣的一個心。如慈愛的母親，當你對著你唯一的孩子時，那個感受、那當下的心情就是慈愛。

那什麼樣的境界叫做大悲心？當你看到你唯一的孩子，在遭受著劇大的痛苦時，你會有什麼想法？在你整個腦海、整個心念裡面，只有一個想法就是，希望他馬上能夠從這個劇烈的痛苦當中解脫出來，是不是會有這樣的心？這個心就叫做大悲心。如果沒有這份心，菩提心是沒有辦法生起來的。所以漸漸的，好像從外表看起來，這個人的感情



越來越豐富了，看到那一個痛苦，那一個受苦，眼淚就掉了下來。對一個修行人來講，這沒有什麼滑稽，沒有什麼可笑的，那是發自內心的真感情，真實的那種悲心產生之後所表露出來的。

但要記住，不論慈心，還是悲心，不僅僅是對你的親朋好友，或者是對人而已。當你看到青蛙、毒蛇、虎豹的時候，會不會有這個心？哇，那個好可怕，我不要！這就說明你的悲心還沒有生起來，最起碼的你還無法升起所有眾生都是你的媽媽的心；所以，在整個修持過程中，我們要慢慢的、漸漸的去提升。到最後生起怎樣的大悲心呢？如前所說，就像一個母親對著他唯一的兒子，正遭受著巨大痛苦時，當下母親的那種感受就叫做大悲心；那一天你對所有的眾生有了這樣的心，就是生起了大悲心。

有了大悲心之後，第六個方法叫做增上意樂。什麼叫做增上意樂？在經過了上述這五種修持之後，在你的心裡面會開始產生一個觀念，我必須獨立承擔起救度一切眾生苦難的那種責任心，我們把它稱之為增上意樂。因為直接將所有眾生的這些苦，救度的責任當成是自己必須要承擔的責任；所以菩提心源自於一種救度一切眾生的責任心，當這個責任心產生時，就叫做是增上意樂。那麼增上意樂源自於哪裡？源自於大悲心。如果沒有大悲心，我們是不會有這種責任感的。

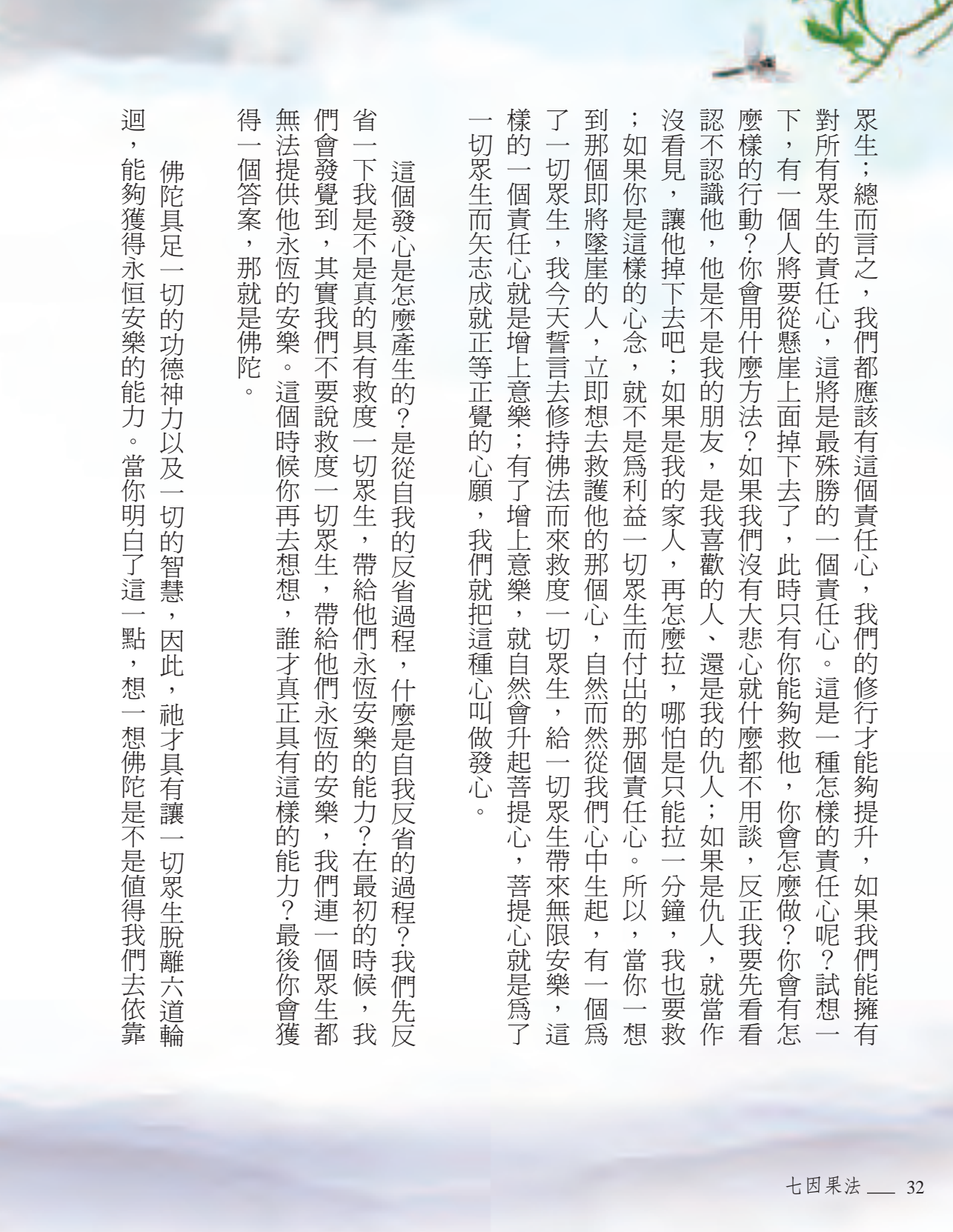
「增上」講的是一種獨特，或者說不共的方法，為什麼是不共、獨特的呢？在佛陀的教法中，尤其是在大乘教法裡，才擁有這樣的特性，所謂的不共也就是說非常獨特。

所以有了大悲心的人才會產生這樣的責任心，這種我要救度一切眾生於苦難的責任心，除非有了大悲心，否則一般的人是不會擁有這樣的責任心。因此，在這個層面把它稱做爲「增上」，也是不共的一個心境。

有了這個責任心，我們才會往前衝，才會精進的修持，如果沒有這份責任心，有可能在我們整個的心念裡，只講究是否過的安穩，或者是能獲得人天福報就夠了；如果是這樣的話，那我們就不會有積極的一面。所以在很多教法，很多論典，以及很多上師教導中都有提到說，其實佛法根本不是消極的、逃避的；它是積極的、超越的。怎樣的積極？它是能夠有這樣一個心胸，能夠擔負起這個責任，爲完成這個使命與責任而發奮圖強精進的去修持，而不是去逃避。

爲什麼人家說我們學佛的人是在逃避？那是因爲我們的價值觀也好，或者說目標訂的不一樣，我們追求的不是世間所追求的方向，這是第一個方面。第二個方面，我們好像都是消極的；當然在學佛的人裡面，的確有些是因爲逃避而來，並不是積極向上的。實際上在我們今天學佛的行列裡邊，也有部分是因爲在現世中，受到很大的衝擊而來逃避、躲避的。所以任何一個人最初是以什麼樣的心態、動機進入佛門，難到每個人在還沒有進入佛門之前，就了解到六道的苦，然後說我想超越六道？我想應該大部分都不是的。

做一個學佛的人，多多少少都需要有責任，不管這個責任是爲自己，還是爲所有的



眾生；總而言之，我們都應該有這個責任心，我們的修行才能夠提升，如果我們能擁有對所有眾生的責任心，這將是最殊勝的一個責任心。這是一種怎樣的責任心呢？試想一下，有一個人將要從懸崖上面掉下去了，此時只有你能夠救他，你會怎麼做？你會有怎樣的行動？你會用什麼方法？如果我們沒有大悲心就什麼都不用談，反正我要先看看認不認識他，他是不是我的朋友，是我喜歡的人、還是我的仇人；如果是仇人，就當作沒看見，讓他掉下去吧；如果是我的家人，再怎麼拉，哪怕是只能拉一分鐘，我也要救；如果你這是這樣的心念，就不是為利益一切眾生而付出的那個責任心。所以，當你一想到那個即將墜崖的人，立即想去救護他的那個心，自然而然從我們心中生起，有一個為了一切眾生，我今天誓言去修持佛法而來救度一切眾生，給一切眾生帶來無限安樂，這樣的一個責任心就是增上意樂；有了增上意樂，就自然會升起菩提心，菩提心就是為了一切眾生而矢志成就正等正覺的心願，我們就把這種心叫做發心。


這個發心是怎麼產生的？是從自我的反省過程，什麼是我反省的過程？我們先反省一下我是不是真的具有救度一切眾生，帶給他們永恆安樂的能力？在最初的時候，我們會發覺到，其實我們不要說救度一切眾生，帶給他們永恆的安樂，我們連一個眾生都無法提供他永恆的安樂。這個時候你再去想想，誰才真正具有這樣的能力？最後你會獲得一個答案，那就是佛陀。

佛陀具足一切的功德神力以及一切的智慧，因此，祂才具有讓一切眾生脫離六道輪迴，能夠獲得永恆安樂的能力。當你明白了這一點，想一想佛陀是不是值得我們去依靠

、跟隨？祂的教法是不是值得我們去學習、去修持呢？你應該會覺得是值得的！在這樣的一個自我反省之後，我們獲得的結論就是具有能力的是佛陀，因此，我們從內心開始有一個信念產生，就是要依止佛陀的教法，隨著佛陀教法的教導方式去修持，然後自己也具足這樣的能力，這個發心就開始了。

當我們具有這樣的心，追隨佛陀的教法去修持之後，再反過來思惟，我們真的能夠做到嗎？我們真的能夠成就如來一切功德嗎？是能夠的！因為，我們已經獲得了人身，並且有機會進入佛門，聽聞到佛法，值遇到上師，也就是說，我們有了一個很好的修持環境；如果這個時候，我們不能夠成就如來一切功德的話，那麼什麼時候才能夠去做？是沒有機會的。所以，今天我們的心態、我們的精進度到位，自然可以達到。為什麼呢？因為我們看到很多前輩，以一樣的方式追隨佛陀的教法，運用佛陀的教法而具足如來一切功德的大有存在啊。在藏傳佛教裡，有那麼多的上師利用他一生的時間，或者更短的幾年裡面證悟也是有的，只是看我們每個人怎麼去做。所以我們要去思考怎麼樣去做、去行，才能夠達到這樣的目的。

這個目的是可達到的！很多人說：唉唷，沒有辦法，他們是成就者，我們是凡夫俗子。現在我們所祈請的十方諸佛菩薩，也是從眾生位到達佛國境地的，並不是開始就分化了；如果說這些是佛菩薩，這些是凡人，這樣的話我們豈不是白學、白唸了嗎？在藏傳佛教裡說眾生具有如來藏，就是成佛的因。



我們的本質是一樣的，只是在過程裡面，我們出了一點點差錯，而諸佛菩薩在過程當中沒有出差錯，所以現在已經是諸佛菩薩。那我們在過程裡出了一點問題，就如同電器裡面叫做短路，因此變成了眾生。但是暫時的短路是可以修、可以變好的。

同樣的道理，我們本質一樣，只是過程出了差錯，最終我們仍有可能回歸原本，回歸到本性。今天在藏傳佛教有很多仁波切、很多的轉世，他們轉世在人間，一方面是來渡化一切眾生，另一方面是示範讓我們知道，在凡夫位是可以達到成就的。他們轉世到世間，並非是炫耀他們的成就，或者做一個偶像；他一方面是引導，一方面示現做為榜樣，任何一個人，如果能夠像他們一樣，立場如此的堅定，胸襟如此的廣闊，如此精進的修持，自然可以成就的。所以，我們每一個人都應該要相信，我們都是有機會可以成就如來一切功德。

在最初的時候，我們可以把菩提心稱做為「作意菩提心」。所謂的菩提心，並不是說一切都等待到最後，自然而然的就產生這個菩提心。而作意菩提心是說，我們可以允許一個造作的過程，然後刻意的去發這個心，刻意去造作，這在最初時是可以的。透過這樣一個造作的方式，然後再運用我們今天所學到的七因果法，自然而然的發自內心，不是刻意，是自然的產生，產生了什麼？產生爲了利益一切眾生，或是救度一切眾生的心，時刻存在我們內心，就叫做菩提心。所以，我們透過七因果法，菩提心是自然可以產生的。

想一想，阿底峽尊者運用了十二年，也許很多人覺得很漫長，總而言之，對一個大乘

的弟子來講，哪怕就是單單認知一切有情爲己母的這樣一個方法，運用到我們這一生的生命，我覺得就已值得；總比盲目、糊裡糊塗的去唸一輩子強得多。當我們遇到任何一個人的時候，從我們心裡面自然生起一個，我要利益一切有情，要成就一切眾生，救度一切眾生的苦難，成就他們一切的安樂，這樣的心隨時隨地在任何時候，不需要造作思惟，能自然的生起時，就是產生了菩提心。有了這個菩提心的人，我們通常都稱之爲「佛子」，佛的心子，如果我們沒有菩提心，雖然修持總是會有功德，但是成佛一定要具足這些基本條件，如果不具足是沒有辦法達到這樣一個境界的。以上就是七因果法。

在阿底峽尊者的這個教法裡，剛才前面提到還有一個自他相換法，其實自他相換法到了後期在西藏是廣傳的，不是密傳。在阿底峽尊者到西藏時，剛開始是密傳，不是在公開的場合傳自他相換法，原因是爲什麼？不是阿底峽尊者捨不得，而是由於這個法，其實，當你運用七因果法都無法運用自如的時候，你想用自他相換法去修菩提心，難度是更高的！由於這樣一個考量之下，阿底峽尊者就沒有廣傳而是密傳。雖然今天到處都在宣講自他相換法，而我只提七因果法，因爲自他相換法是較難的，非要你把人家的痛苦背上，把自己的快樂贈送給人家，我想大部分人應該是不會去選擇。所以今天選擇七因果法，對於我們修持任何一個法門，菩提心是很重要的。在學佛過程當中，一定要弄清楚你的目標是什麼？你的責任是什麼？這樣你修起來才會有那個力道，才會起勁。



供養光明是為了自己及
所有迷失在輪迴當中的眾生
並不是佛菩薩缺燈
是我們缺少一顆
光明、明亮、清淨、清澈的智慧心。

因此

透過對佛菩薩這種光明的供養
淨除我們每一個人內心的愚鈍與無知。



專題饗宴
蓮師燈供開示

滇貝羅卓仁波切 開示

蓮師燈供開示

蓮花生大師，我們稱之為第二佛陀。凡是金剛乘的弟子，不論那一個教派，蓮花生大師都是非常重要的一位上師。蓮花生大師到了西藏，圓滿在西藏所有度化的事業之後，前往了鄔金剎土。在臨行之前，親自許諾，在這個娑婆世界裡的任何眾生，只要祈請蓮花生大師，那麼蓮花生大師會眷顧所有的眾生。不僅眷顧所有的眾生，而且每個月的初十，會親臨這個娑婆世界，這是蓮花生大師對眾生的許諾。

每年農曆的正月初十，我們會共同舉辦一個萬盞的燈供，不僅是身體力行去累積資糧，更藉助這樣的一個法會，透過每個人的力量，祈求全世界的和平與繁榮昌盛。

不知道各位是怎麼看待燈供的？我做為一個出家人，接觸的是佛法，信仰的是佛法，深深的體會到或者說認知到，人的生命當中可以什麼都沒有，但不能沒有信仰，不能沒有修行。我希望將自己的這種認知、體悟傳達給每一個人，希望每一個人在現實生活中，對於佛法有所改觀，對於佛法的修行，從各自的態度到行為，有所變化。

我們每一個人內心當中的心態往往不同，對於世俗裡面的物質，看法與態度也不一樣，因此我們會有歡喜、會有煩惱，



有願意去做、也有不願意去做的，雖然在這樣的一個過程裡，我每一年都會堅持去辦這樣的活動。中國有一句老話叫做：「生不帶來，死不帶去。」任何一個人來到這個世界上，來的時候，是光禿禿的來，當有一天要離開這個世界的時候，我們依然什麼都帶不走，唯有一件，那就是自己的業如影隨形，這是唯一的一件事情。

今天我信仰的是佛教，我對於佛陀所講述的，所傳達的所有理念，我是毫無疑問發自內心的信任，而且是堅定不移。也因為這樣的堅定不移，當今天看到所有的世人，爲了生存，在那種奔波忙碌的過程裡，不斷累積著各種各樣的業，我不敢說我會替他難過，但至少會有所感觸。我會想到當大家要離開這個世界的時候，會是如何去面对，在中陰的階段裡面，你叫天，天不應，叫地，地不靈；唯有在生的時候，你所造的業，所產生的各種幻境、各種恐怖的景象，讓你身心疲憊，這些景象出現時，在那個當下，你會如何的去面對？其實我自己會感到害怕。

你我同是這個地球上的人，從過去到現在，我們有很多很多共同的觀念，有很多很多共同的行爲；由於這種共同的觀念、共同的行爲，這樣的緣故，我才會感到恐懼，才會感到害怕。因爲我想到我也曾經有過這樣的觀念，這樣的行爲。

所以，當你我都要離開這個世界的時候，無論是上師、弟子、出家人、還是在家人，我們每一個都會有業，在那個當下，我們又將如何？今天很多的人，都是爲了現

實生活在生存，包括很多學佛的人，其實並不是爲了去改變自己的生命，改變自己內心的觀念和行爲而去學佛；我們只不過是爲了想過更好的現實生活而去學佛。

當看到這些時，我很希望大家能夠有所轉變，從觀念到行爲有所改變。只可惜因爲我自己知道的佛法特別少，然後在傳達佛法的過程裡又不怎麼會說，很多時候，總是不從心。看著大家，心裡知道說不應該是這個樣子，但無濟於事。所以，總是想要用各種方法，希望能夠起到改變的作用。

我曾經說過，很多人對於自己用在世俗上所花費的錢，不會有任何的感覺；但對於其他種種的供養，總覺得自己做了很多，那怕只是一點點而已，也覺得已經夠了，不能再做了，等等這些的觀念很容易出現。這些觀念的出現，就會導致很多的不歡喜，所以，爲什麼我們要去改變這些觀念？當我們產生這些不歡喜心的時候，就說明了，我們的內心對於金錢是非常執著的；而這種執著在我們接下來的生命裡面，會不斷影響著我們的觀念和行爲，更帶來很多很多的煩惱與負面的東西。

佛陀說過，如果一個人要歡喜，就要學會放下，放下才有可能產生歡喜；如果不放下，只是一味的執著，無論我們做多少，總而言之，很難產生歡喜。歡喜絕對不會從天上掉下來，快樂也不會從天上掉下來，因爲煩惱從心生，快樂自然也要從心生。如何讓一個不快樂、煩惱的心變成快樂呢？那就必須要轉變自己內心種種的觀念。無論你我在現實當中是多麼尊貴，物質是多麼富裕，但有一點是你我無法避免的，那就是不久的將

來，我們都要面對死亡，當這一刻到來時，我們什麼也帶不走，唯有的就是一個業。所以，我們一定要認真的想一想，你今天所擁有的要如何去善加利用，如何用到一個有意義的地方，從這方面去思考。

今天我們所擁有的並非白白送來，這是我們過去世累積了很多的資糧，從開始的善心、善行去累積資糧所獲得的結果。假如我們每個人的觀念不轉變，那麼接下來產生的問題就會很多。所以，我希望各位在平常就記得善心跟善行，而不是只等到問題產生的時候，才會想到該去做些什麼。當問題已經發生，你才想到要慷慨，才想到要去，是否會覺得有種為時已晚的感覺呢？

希望各位不要有所後悔，更希望在現實裡面，一定要知道快樂源自於放下。所有的幸福莫過於內心的快樂，這一切都要從放下執著開始，我們才有可能有機會獲得快樂，獲得真正的幸福。沒有放下，我們永遠帶著很多很多的壓力，很多很多的欲望，當這些欲望無法實現的時候，不論用什麼方式，我們的內心依然是沒有辦法快樂和幸福的。所以快樂幸福必須要從那裡來？要從放下執著開始。



身外的這些物質，今天來，明天去，世間萬物如此，我們沒有什麼好去想的。今天擁有的，你不能確定你將永遠擁有，今天沒有的，你也不用在乎說你永遠都不會有，我想這種擔心跟執著是沒有必要的，所有一切都是無常。今天擁有的，明天失去；今天尚未擁有的，明天獲得，人生就是這個樣子。所有的一切，包括我們人與人之間的情感、友誼都是如此，今天愛得要死要活，明天卻恨得要死要活；今天因為有愛成爲夫妻，明天因為恨而離婚，其實世間就是這樣。今天你我有共同的利益成爲朋友，明天我因爲利益的衝突，我們成爲仇人；今天因爲利益的關係，我們凝結在一起，相聚在一起，明天也依然是因爲利益的關係，我們各自分散在各個地方，不歡而散，人生就是如此。

我們想想，這一切源自於什麼？源自於執著，所以我們只有放下執著，才有可能產生快樂。點燈、行善爲的是什麼？爲的是將自己從小養成的一種習慣，執著世間一切的這種執著心，透過這些簡單的或者點點滴滴的一些行爲，去學會放下，去轉變，這就是修行！我們要練習面對的就是這個世界上，任何人都無法避免的一些問題，那就是世間當中的煩惱、痛苦和壓力；而更大問題，就是生老病死。當這些無法避免的問題產生時，我如何能夠以最平靜的心去看待、去接受，那就需要從內心的觀念去轉變。

今天無論是供燈，還是布施，我們的心境不應該僅僅只是思考自己而已，不應該有這樣的一個狹小、自私的心態；我們應該有一個廣闊且無私的心，去做每一件善事。

善事的量不是問題，而是這個心，行善的這個心才是真正的重點。所以，我們應該以一個歡喜的心、以一個恭敬的心，去把握每一次，無論是大、是小的機會。因為人生有太多的可能，有太多的不確定，我們今天有機會在這個地方燈供，下次是否依然還會有這樣行善的機會，其實很難講。因此，我們應該把每一次行善的機會，都當做是唯的一次去看待、去珍惜。

佛陀說一切的功德、一切的加持與悉地，源自於「恭敬的心」。我們每一次行善，都是因為過去累積的資糧，使得諸佛菩薩眷顧所有的眾生，因此，我們獲得了這樣的一個機會。感恩所有的佛菩薩，感恩所有今天讓我們能夠相聚在這個地方，一起共同去行善，及創造這些機會的所有眾生，讓我們帶著一個歡喜的心去感恩這些眾生。如果我們分散了，一個人的力量是渺小的，但是今天由於各方所有有心人的努力，讓我們共聚在此，有這樣殊勝的機會去行持，圓滿一個如此殊勝的佛行事業，所以我們應該感到歡喜而去。

供燈時，我們將所有的光明，供養給十方諸佛菩薩



，我們供養光明，並不是爲了佛菩薩，而是爲了自己及所有迷失在輪迴當中的眾生。我們的迷失，是因爲我們的愚昧、無知，觀念與智慧當中的黑暗，導致我們輪迴；假如所有的眾生能夠真正了解到什麼是痛苦、什麼是煩惱，以及了解到痛苦與煩惱的根源，我們今天也不會輪迴。因此，透過對佛菩薩這種光明的供養，讓我們產生很大的願力，這種願力是願所有被黑暗、無知所籠罩的眾生都能夠生起光明，讓每一個人都能真正看到這個世界，了解到真正生命的本質，這就是供養光明的利益。

我們要清楚明白，並不是佛菩薩缺燈，是我們缺少一顆光明、明亮、清淨、清澈的智慧心，因此，透過對佛菩薩這種光明的供養，淨除我們每一個人內心的愚鈍與無知。所以，燈供是爲了自己，爲了所有的眾生，不是爲了佛菩薩。所有的善行都是如此，我們是爲了所有的眾生，不是自私的。我們輪迴就是因爲有太多的自私，也就是說，自私才會導致輪迴，無私才能夠獲得解脫。

一個修行人該如何從自己的角度去看待所有的眾生？我們應該帶著一個善心，善心是沒有分別的，善心是沒有親和怨，善心不分種族，善心沒有國籍，善心更沒有人類與畜生道的分別；因爲善心本身是沒有相，沒有形，善心是一個信念。那麼這種信念是什麼？我們希望所有有呼吸、有生命的眾生都能夠快樂，其實就是這麼簡單。

當供養這個光明時，我們該如何思維？願透過我的一個小小行爲，雖然看起來是微小的光亮，但是當這個光跟我的心念相結合在一起時，因爲心念的廣大，這個光亮也就變得

，我們供養光明，並不是爲了佛菩薩，而是爲了自己及所有迷失在輪迴當中的眾生。我們的迷失，是因爲我們的愚昧、無知，觀念與智慧當中的黑暗，導致我們輪迴；假如所有的眾生能夠真正了解到什麼是痛苦、什麼是煩惱，以及了解到痛苦與煩惱的根源，我們今天也不會輪迴。因此，透過對佛菩薩這種光明的供養，讓我們產生很大的願力，這種願力是願所有被黑暗、無知所籠罩的眾生都能夠生起光明，讓每一個人都能真正看到這個世界，了解到真正生命的本質，這就是供養光明的利益。

我們要清楚明白，並不是佛菩薩缺燈，是我們缺少一顆光明、明亮、清淨、清澈的智慧心，因此，透過對佛菩薩這種光明的供養，淨除我們每一個人內心的愚鈍與無知。所以，燈供是爲了自己，爲了所有的眾生，不是爲了佛菩薩。所有的善行都是如此，我們是爲了所有的眾生，不是自私的。我們輪迴就是因爲有太多的自私，也就是說，自私才會導致輪迴，無私才能夠獲得解脫。

一個修行人該如何從自己的角度去看待所有的眾生？我們應該帶著一個善心，善心是沒有分別的，善心是沒有親和怨，善心不分種族，善心沒有國籍，善心更沒有人類與畜生道的分別；因爲善心本身是沒有相，沒有形，善心是一個信念。那麼這種信念是什麼？我們希望所有有呼吸、有生命的眾生都能夠快樂，其實就是這麼簡單。

當供養這個光明時，我們該如何思維？願透過我的一個小小行爲，雖然看起來是微小的光亮，但是當這個光跟我的心念相結合在一起時，因爲心念的廣大，這個光亮也就變得

「灌頂只是一個開始，它並不是結束！」

一次的領受灌頂
等同於開啓一個大門
通往解脫的一個大門





專題饗宴

普巴金剛灌頂

滇貝羅卓仁波切 開示

普巴金剛灌頂開示

在台灣目前為止有這麼多的佛學會，這麼多的上師在台灣弘法，在座各位接觸的上師也非常多，那麼在這樣的過程裏面，其實台灣已經形成一個，我認為是台灣式的弘法模式。

日常生活當中，因為家庭、工作太過於忙碌，實質上很多人不見得有靜下心來去實修佛法的機會。這人世間的本質就是煩惱，就是一個不斷障礙的結合體，所以在這種重重障礙、重重煩惱的當下，面對這樣煩惱的時候，很多人希望透過既簡單、又方便的方式去淨化，或者去除這些障礙；所以很多人有意無意在內心中，當聽到灌頂、當聽到除障這些字眼與看到海報時，自然會有很多人心動，很多人想利用這些方式，去達到自己內心渴望的一種境界。所以漸漸地在無意識的狀態能成爲一個到處去參加法會的人，只懂得不斷的頭上，參加了一次又一次的法會之後，其實自己都不知道。

所以我期望大家能夠改變一下，我們過去



普巴金剛

對於法會的觀念；因此，我最後決定先讓各位了解灌頂真正的內涵，然後讓你自己去抉擇，到底我要領受這個灌頂，還是不要領受這個灌頂。當然有可能整個上午不管我講什麼，你心中的那個觀念始終是無法改變的；但是我相信至少你聽了一個新的、不一樣的觀念。現在有可能你我因緣未到，你不會去改變內心既定的一些觀念，但我相信總有一天你有可能會去改變；對我而言，我願意去嚐試、去等待你最終的改變。

所以爲了希望讓所有的人，對佛法有一個正確認識，真正的做一個學習與修持佛法的人，因此，無論是成功還是失敗，我們必須要用最傳統的，或者說我認爲正確的弘法方式。對於現代生活非常忙碌的人，或許你們認爲不適合，但我認爲恰恰是現在，不管是在台灣或任何一個地方，我們都需要去反省自己，需要去改變我們現在這種學佛的態度。剛前面跟各位提過，在台灣有這麼多的佛學會，有這麼多的上師、法王都親臨過台灣，大家都參加過很多的法會；你們有沒有感覺到最後在你的內心，其實已慢慢無意識的在變化，你對好多東西好像沒有最初的那種熱衷，不管是什麼法門，最終好像都會達到一種叫做平常心，好像沒有太大其他的感覺。這個時候你有沒有想過，或者在你的內心有沒有閃過一個念頭，就是自己真正的心魔或者說阻礙自己修行、學佛的障礙已經出現了，有可能你永遠也不會這麼想！


在我們的觀念裏，大家認定的障礙是什麼樣子？或者說心魔是什麼樣子？有可能你想的是一種疵牙裂嘴很恐怖的景象，有可能你所謂的障礙只是從世俗觀念去認定的

。沒有想過從佛法角度來講，所謂的障礙並不是以這樣的方式去認定，不是以這樣的方式去界定。對我們現代人來說，當有一天你拿起法本確陷入昏沉的時候，這就是一種障礙、一種魔障；當你對一切的善念提不起任何精神的時候，這就是魔障；當我們內心深處漸漸地改變了自己，對於佛法不再熱衷的這種變化，就是最大的障礙。除此之外，還有什麼其他的障礙？

每個人踏入佛教學習，不管是顯教，還是藏傳佛教，當我們唸誦皈依發心文時，應該清楚認識到一點，我們的終極目的並不是發財致富，也不是在世俗裡面名利雙收；我們要追求的是一種發自內心的釋放與解脫。每個學佛的人，學佛的因緣不同，很多人是因為現實生活當中遇到了很多問題，才開始學佛的。因為這樣的因緣，有可能我們一生學佛的目標，就訂在這麼一個短淺、世俗的目標中；因此學了一生，大概還是為了解決家庭、世俗的問題在學佛；真正來講，這與學佛是背道而馳的。

在現實當中所有的一切，都是我們學習的對境，讓我們從裡到外去認識這個世界，認識六道當中的苦難，從而讓內心生起脫離這些苦難的一個念頭。但我們似乎在學習的過程當中，不單沒有認識到這一點，反而更加去執著世俗，花費更多的時間去打理事俗的事情，甚至最後也不是應用佛法，來為我們世俗目的去服務；所以到頭來，對於自己學習佛法就失去實質的意義。






到目前為止你有可能是一知半解的，甚至有可能沒有任何的感覺，唉呀，人家都說參加法會可以消災解厄，所以參加唄，就這麼簡單。人家說普巴金剛是幹嘛的？普巴金剛是可以消除所有的障礙、所有的苦難，所以我就來參加灌頂唄！很多人說藏傳佛教的灌頂是什麼？是直接利馬可以消除苦難，障礙可以盡除，所以我來參加。其實在你們的腦海裡，有很多人僅僅只停留在這麼一個觀念！當然我們不能把佛跟人性同等相比，但就像人與人之間，你我之間如果沒有任何的交集，沒有任何的交情，他無緣無故會幫你嗎？不會幫你的！所以臨時抱佛腳最後的結果會是什麼樣子？就叫臨時抱佛腳，沒有任何意義！所以，從開始的時候，我希望大家可以去改變自己的觀念。


「人生苦短！」從文字上容易理解，聽的時候也聽得多，但關鍵問題是不入自己的心；當自己沒有任何覺知的時候，這些所有的文字，不管之前聽過多少次，都是那麼的無力而蒼白。就像我到台灣已經十年了，當我們每個人提到這個數字時，感覺就像昨天一樣這麼短暫，為什麼會覺得這麼短暫？因為在這十年當中，我們並沒有認真認真的去把握過、珍惜過，所以對我們來講好像是昨天一樣；而我們每個人還會擁有多少次十年的機會，其實是很不確定的！所以先不管到底還有沒有十年的機會，但至少我們要懂得去把握當下，懂得自己該做什麼、不該做什麼。

其實普巴金剛是所有本尊裡面，盡除障礙最殊勝的一個法門！但是如果我們自己




不去修持，僅僅一次迷迷糊糊的灌頂，就能去除所有的障礙嗎？而且我不知道台灣的學習方法是怎麼形成的，怎麼養成的都不知道，但是大家都喜歡先看上師是什麼來頭？在藏傳佛教裡面哪一個教派？這個教派它又是什麼？先要了解清楚，然後還要再了解，他傳的這個法跟一般我們聽到的，又有哪些地方不一樣？有什麼獨到之處？有可能還要看傳承等等的，我們才有可能去提起這種興趣。所有的海報裡面，不是大法王就是大活佛，沒有一個不大，小的一個也沒有；然後所有的傳承全是黃金傳承，沒有一個是銀的、銅的，爲什麼？因爲不是黃金傳承就沒人要。其實我發現這種現象在海外是蠻普遍的！當然我覺得這是種畸形的學佛方式，不是正常的；所以導致你的行爲也是瘋瘋癲癲的。

你們參加這麼多次的灌頂，接觸這麼多的上師，你對每一個上師是否都能夠抱持一個清淨，很純淨的一種信心？其實很難！因爲現在的人，普遍喜歡看所有人的缺點，而不看優點，這是現在人的心理。所以看上師都看有什麼缺點，坐在那個法座上的法師，或者這個上師到底有哪個地方不對，他的手勢不對？還是他的表情不對？還是他講得不對？當然我相信你是無意識的，不是刻意去尋找缺點；但這是你平常的習性所養成的一種行爲，那就是看哪裡不對！所以凡是被你抓到一點，你心裡就開始不舒服，就開始後悔，甚至有可能後悔去認識這個上師；然後，從自己內心的最深處去改變所有對這個上師的觀念。那麼在這個時候，對一個藏傳佛教的弟子而言，便意味著我們對於自己的信仰、對於自己的這種修持的一種否定。一旦對自己的信仰、對自己的修持否定了之後，你覺得還有可能產生加持力嗎？其實就無法再獲得加持力了！



在我的觀念裡，對於現在這麼忙碌的你們，沒有這麼多時間去修行，若能值遇一個真正讓自己觀念改變、行爲改變的一個上師，不管他是大，還是小的；不管他有名，還是沒有名，我覺得都是值得去追尋的，值得去學習的。所以，你在書本上所吸收的觀念，不管你是帶著顯教的觀念去學習藏傳佛教也好，或者你僅僅是透過書本對藏傳佛教有個新的觀念也好，不管是什麼原因，總之，你認可也罷，不認可也罷，藏傳佛教的規則，上師就是所有一切的來源，他是源泉，所有修持、加持、成就的來源，所以在藏傳佛教裡面，有一句話叫做：「成功也是上師，失敗也是上師。」這是無法改變的，也是最基本、最根本的原則。所以，不管在海報上看到的所有的傳承，只要是能導正任何人心的一個教法，我相信都是殊勝的，沒有不殊勝的。

所有的問題，只存在於對這些殊勝的方法如何去運用？往往問題都是出現在自己的運用方法上面，而並非這個傳承、或這個法門殊勝不殊勝的問題。傳承再好、上師再大，如果自己內心沒有對這個上師產生信心，還是會徒勞無功！傳承再殊勝，你不會運用它，再殊勝對你而言又有何用？所以再殊勝，或者是不管什麼樣傳承的法門，都是用來修持而非欣賞用的！很多人喜歡現在式的佛法，就是停留在觀賞；就像去博物館裡欣賞那些文物一樣，僅僅就是這樣產生一個觀念而已，這就是我們學習佛法的態度。因此，以這樣的一個學習態度，今天就算我們的祖師來了，對於此生的解脫，假如你完全不會應用，也不見得能產生很大的作用力。



在灌頂之前，了解上師是很重要的！對於上師，在你還沒有接受灌頂之前，你可以否定他，可以不接受他；但當你灌頂了之後，你已經沒有退路了，你認可也罷、不認可也罷。總而言之，不認可要想辦法認可，不接受的也要想辦法去接受，因為這已經沒得選擇了！在藏傳佛教裡面，灌頂上師是非常重要的，是引領我們解脫之道的人，也就是我們真正的善知識。

有些人可能在沒有充分了解之前，迷迷糊糊的接受了灌頂，但是當灌頂開始時，我們是把上師認定為壇城之主，是本尊、是上師、是佛去領受灌頂，所以在灌頂之前是必須要先去了解上師的。

另外，還有一個條件，就是需要培養對這個法的信心及興趣，不要老是在除障上面打轉，當內心清淨的時候就沒有任何障礙。為什麼會有障礙？是因為自心不清淨，當然會障礙重重，而且到處是障礙、是煩惱。當你的心清淨了，那麼一切都是歡喜的，一切都是善的。所以，我們需要把注意力，轉移到改變自己的內心上去。因此，灌頂之前對上師的了解，對上師最基本的信心，及對法的信心與歡喜心，這二者是必須具備的。這樣去領受灌頂，不管是什麼灌頂都是殊勝的！反之，則不管灌什麼頂，最終還是一樣的。總之，不要盲目的去灌頂，更不要渾渾噩噩的去學佛，這樣沒有任何意義！


藏語裡面，佛法的「法」字叫做導正，而且一定要記住，不是讓佛法去適應你現在的習性，而是讓你的習性去適應佛法。如果讓佛法去適應你現在的習性，那麼這個佛法

就變成世俗，就不是法了；如果讓你的習性去適應佛法，那你的習性就是佛法。我們在日常生活裡面一直保持著過去的觀念，如果我們在學佛的時候，只是讓過去的觀念變本加厲，那就不是學佛，而是學習世俗與輪迴；反過來說，我們因為過去的觀念、行為有所不正確，爲了導正這些不正確的觀念與行為，今天踏入佛門學習佛法。所以要記得，佛法是在改變我們的觀念、我們的行為，不是我們的觀念行為去改變佛法，如果是這樣的話，那就顛倒了！

現在，不僅僅是台灣、全世界，甚至西藏人，是如何學習佛法的？就是讓佛法適應自我的行為、適應自我的觀念！最後佛法落得是什麼下場？是成爲你去犯罪之後，給犯罪行為尋找一個藉口跟理由的方式、工具，這就是你最後學佛的成果！我們犯錯了就會用三寸不爛之舌，去爲自己錯誤的行為辯護，會引經據典，拿一堆佛法的理念去解釋自己現階段的這些觀念、行為是正確的；到頭來我們學佛的目的，就是用佛法爲自己錯誤的觀念和行為做辯護的工具。以這樣的心態學習佛法有意義嗎？這豈不是掩耳盜鈴嗎！

所以，我們的觀念與行為，的確需要去改變、去導正





；而且要知道，修行絕對不是只憑藉著單純參與法會，坐在這裡二個小時之後就會有成就，這是不可能的事情。真正的實修不是靠聽來的，是自己要實際的行動；所有的佛法都是必須實踐、去實修，這是肯定的！所以說：「灌頂只是一個開始，它並不是結束！」一次的領受灌頂等同於開啓一個大門，通往解脫的一個大門。但現在的人灌頂之後，就如同灌頂結束，大家的心也跟著結束了；實質上這才剛剛開始！


我相信有很多人，在藏傳佛教傳入台灣時就開始接觸，你想想在當時，當你聽到灌頂、大手印、大圓滿時，你是什麼樣的一種心境？過了這麼多年之後，當你再次聽到灌頂、大手印、大圓滿，你的心境又是如何？是不是平靜了許多呢？我相信你已經平靜了很多！因為那時候年少氣盛，容易激動；現在成熟了，所以也就比較平靜一點。但從佛法的角度來看，你是否認識到一點，那就說明你的溫度越來越低，對於這個法的熱衷也越來越少。現在僅僅是因為現實生活當中有太多的不如意，爲了改變這些不如意不得不參加，好像被迫著來的，對吧！是現實生活逼迫你參加，並非是自己真正的認識、理解了佛法；對佛法有真正的興趣，對佛法有熱衷來參加的，而是在現實生活的逼迫下沒得選擇，因爲這個當口太無助了。想一想，我們的觀念改變有多大？

要得到灌頂的加持，最起碼的熱衷是需要的，對法及上師最起碼的信心也是需要的，但是有嗎？你說我對上師有信心，那有可能你是乘願再來的，因爲不需要了解任何上師，一聽到上師就有歡喜心，與生俱來的吧！但是現代人，有多少人真正擁有這樣一顆心？對所有人都抱著一顆感恩、歡喜的心，誰能做到？沒有這種歡喜心、沒有這種信心

，何來加持？所以學佛的態度不一樣，得到的結果也就不一樣。我們同樣去領受一個灌頂，但是參與者有可能獲得的結果是截然不同的！

很多人說我學佛是爲了清淨，但爲什麼越學越煩惱呢？那是因爲你滿腦子都是煩惱！從一開始帶著煩惱進來，帶著煩惱出去，從來沒有把煩惱放下過，當然最終註定是煩惱的。我們要懂得把煩惱放下，可是並沒有；所以是越學越煩惱。到頭來漸漸對佛法的熱衷越來越低落，且對自己的行爲不願做任何改變。一旦我們對佛法失去熱度之後，法就不能入心，法不入心，修行就不會有任何的進步，在這樣一個狀況下，我們的修行只會倒退。

我所說的內容大家可能已聽過無數次，但問題不在於聽過多少次，問題在於我們是否真正去思考過？然後選擇自己的修行方式！當你聽了這麼多的佛法之後，對於六道的看法是什麼？對於自己身處在六道之中的觀感又如何？對於自己未來又有什麼樣的規劃？這些才是真正聽了佛法之後，要去思考的重點！否則我們就變成像現在一樣，整天依然忙忙碌碌，依然把所有的重點都放在世俗事務上。這也就說明了一點，不管你聽了多少次，佛法照樣沒有進入你的內心，你始終還是這種觀念。我並不是要所有人放下世俗一切的事物去修行、去出家，但是至少我們應該要知道一個方向，要知道自己的未來該何去何從。



現今很多學佛的人，有太多太多的障礙，我所說的障礙不是指外在的，而是內心深處的障礙太多了。當你拿起法本的時候，變得如此的昏沉；當你想修行的時候，內心變得如此的急躁；當你需要去行善的時候，打從內心完全提不起任何的精神，這些在我看來是最致命的障礙；甚至當我們聽了無數次的課以後，還是依然堅持己見，我認爲這些都是最可怕的障礙！是阻礙自己生命前進的障礙，是阻礙自己改變生命的障礙。


我很真誠的希望每一個人，不論是跟那位師父學習佛法，總之，你能夠接觸到佛法而不去浪費佛法，那才叫珍惜，才叫福報！遇到了寶卻未能得到寶，那才是可憐！世間的一切，縱然我們擁有百億千億的財產，那只不過是一個短暫的、曇花一現的東西，它並非是永恆。如果一個人能夠真正擁有一顆明亮的心念、透徹的心情，那才是真正的永恆！所以，我希望每一位學佛的人，在自己能力所及，去實踐所學到的佛法，我相信這也是每一位上師，每一位弘揚佛法的人所期望的。如果我們把所有的問題都丟給弘法者、傳法上師，僅僅希望透過一次法會活動來解決所有的問題，那是天方夜譚。即使是世俗的事情，所有一切也都需要很多因緣聚合、多方面出力的配合、積極的參與才能夠成辦，更何況是修行。

修行不僅僅需要上師的引導，更重要的是需要做弟子積極的參與、認真的去實踐，才能夠真正達到最終的目的。上師的加持，可以讓我們擁有一次改變生命的機會，這是上師最大的加持！讓我們每個人在現實生活當中，有機會去看到自己的內心，這也是來自上師的加持！這種加持能不能延續？是要看弟子是否能夠抓住這種機遇，真正去看到

自己的內心。我期望每一個人都能夠把握自己的生命，因為你能認識並去改變命運的機會，有可能只有這一生，僅此而已；再獲得同樣的機會，其實是很難的事情，希望大家可以去把握！


我希望透過修持普巴金剛這個法門，讓每個人在修行的道路上，有機會去成長，有機會看到世俗的缺點、不利之處，因為你看到世俗的不利才有辦法遠離它；如果你始終都認可它、認定它，那又怎能遠離它？我們要解決一切的煩惱，必須是遠離世俗，這是肯定的！而非讓你溶入到世俗裡面，再從世俗裡面，用以毒攻毒的方法；在世俗的輪迴裡面可以找到解脫之道嗎？是不可能的！但是別忘了，修行是為了解脫，而不是發財致富，也不是為了名利雙收去學佛的，這不是佛法的內涵，也不是佛法最終的結果。所以，你千萬別把自己的方向定錯了，千萬別以為學佛就是獲得名利。

很多人說修什麼護法就可以讓自己發財，修什麼法們就可以讓自己升官，別自欺欺人，也不要褻瀆這些本尊、護法。所有一切的本尊、護法是用來平靜自己的貪瞋癡，絕對不是來助長自己的貪瞋癡，佛教裡面絕對沒有這樣的本尊，不管是顯教還是藏傳佛教，我相信是沒有的。很早以前我跟大家說過，如果我所修的護法裡面，有一個護法是可以讓我發財致富，那我是頭一個發財致富的，因為我懂得比你們早啊！對不對？護法是為了讓每一個眾生有機會走上正確修行的道路，並去除修行的障礙。修行



其實，你越不敢面對的問題越是事實，我們遲早要面對死亡。所以，我們一定要懂得在活著的時候，訓練到能夠坦然的去面對即將要發生的事情，這本身是一種心的練習、是一種修持。如果當我們最在意的死亡都能坦然面對時，我相信你心的這種承受能力，在你生命遇到任何事情時，你都能坦然的去面对，所以說這就是一種修行。我們都不知道生命能有多長，但請你記得把握當下，佛法不是開玩笑的，不能當兒戲，這要慎重！

有很多人希望我能迎合現代人，現代人喜歡什麼，我就說什麼，但是我永遠無法做到；他們說：師父，如果你這個樣子的話，你永遠都會侷限在那裡，你的弟子不會很多，也沒人接受你的思想。我說：我寧願只有一、二個弟子，因為為人師表，應該要把正確的佛法傳達給後人，而非把不真實，或者不正確的佛法傳達給後人，若是這樣的話，當你的子孫聽到佛法時，可能已經是一個似是而非的佛法了，我不希望看到這樣，我寧可侷限，但至少我們所接觸到的是個正確的觀念。現在的人對佛法都是挑著聽，其實應該想一想，當你聽到某些觀念感到特別心痛時，這說明什麼？說明這真正講到你缺點上面去了，越痛的東西越應該要去思考、去吸收，這樣才能夠讓你自己有所改變，希望各位好好想一想、好好思考！

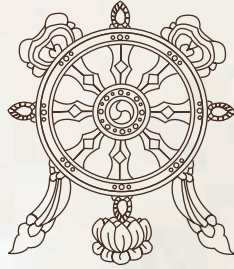


其實，你越不敢面對的問題越是事實，我們遲早要面對死亡。所以，我們一定要懂得在活著的時候，訓練到能夠坦然的去面對即將要發生的事情，這本身是一種心的練習、是一種修持。如果當我們最在意的死亡都能坦然面對時，我相信你心的這種承受能力，在你生命遇到任何事情時，你都能坦然的去面对，所以說這就是一種修行。我們都不知道生命能有多長，但請你記得把握當下，佛法不是開玩笑的，不能當兒戲，這要慎重！

有很多人希望我能迎合現代人，現代人喜歡什麼，我就說什麼，但是我永遠無法做到；他們說：師父，如果你這個樣子的話，你永遠都會侷限在那裡，你的弟子不會很多，也沒人接受你的思想。我說：我寧願只有一、二個弟子，因為為人師表，應該要把正確的佛法傳達給後人，而非把不真實，或者不正確的佛法傳達給後人，若是這樣的話，當你的子孫聽到佛法時，可能已經是一個似是而非的佛法了，我不希望看到這樣，我寧可侷限，但至少我們所接觸到的是個正確的觀念。現在的人對佛法都是挑著聽，其實應該想一想，當你聽到某些觀念感到特別心痛時，這說明什麼？說明這真正講到你缺點上面去了，越痛的東西越應該要去思考、去吸收，這樣才能夠讓你自己有所改變，希望各位好好想一想、好好思考！



只要想修學的人，一定要尋找老師
一旦依止之後
在上師座前領受了許多的灌頂、教法及竅訣
我們就無法選擇了
對於上師的任何顯現
都要以一切皆為清淨作意。



仁波切說故事

信心應師心

美妙的淨信心

乘著上師意趣的成就者

信心應師心

噶舉巴的祖師那若巴是印度的成就者，在他還沒有成爲帝洛巴的弟子之前，當時已是一位班智達。（在印度班智達指的是學者，不僅在學術上面有很高的造詣，且修行方面也已獲得蠻不錯的成就。）

有一天他夢見本尊告訴他說：你的上師應該在印度的東方，有個叫做帝洛巴的大成就者，去依止他。那若巴醒來之後，就到印度東方去找尋這位上師。到了印度東方，他到處問人說：你認不認識大成就者帝洛巴？結果沒有一個人認識大成就者帝洛巴。後來他想想真正的大成就者，有時不一定都用一個標準的形象來示現。於是他就問當地的人說：這裡有沒有叫帝洛巴的人？他們說有一個乞丐就叫帝洛巴。接著問：那帝洛巴在那裡？他們回答說：就在那個破圍牆的後面。於是那若巴就去到破圍牆後面找帝洛巴。

當他第一眼看到帝洛巴時，帝洛巴前面放著一個盆子，那盆子裡有死的、有活的魚，然後他正在烤那個魚吃著，吃完魚，他就彈了一下手指。（在金剛乘裡面，大部份的成就者，透過這麼一個簡單的手的動作，就可以將眾生度到淨土。）那若巴看到，便上前去頂禮，並請求帝洛巴攝受，收他爲弟子。帝洛巴說：我只是一個乞丐，怎麼有能力收你爲弟子。經過那若巴再三的請求



噶舉祖師 那若巴尊者

那若巴再三的請求之後，帝洛巴才願意收他為弟子。

帝洛巴示現乞丐的相，是不是他真的沒有吃的，只能吃魚？我想應該不是的。對於一個真正好的上師，上師與被度化者中間一定要有個線連起來，這叫做緣，如果沒有這個緣，是很難去度化的。經典裡也說：佛不度無緣人。一定要有這個緣，緣是一種牽引力，是一條線，透過這條線把有緣的眾生連結起來，才能夠去度化他。所以，帝洛巴很顯然是來度化墮入在餓鬼道不知因果取捨的眾生。因此，他透由吃這個魚的肉，直接跟牠們結上這個緣，然後超度這些眾生。

帝洛巴顯現的是一天到晚吃魚的乞丐的行相。以現在一般人的觀念而言，我們誰都不會找帝洛巴做上師。但在印度不僅僅是帝洛巴，像薩惹哈、夏瓦熱都是鼎鼎有名的印度八十大成就者之一，而薩惹哈示現為一個弓箭手，夏瓦熱則是一個獵人。

所以，在這個娑婆世界裡，真正的成就者有可能顯現出許許多多的相；有可能是種族裡最下等的種姓，有可能是以最不好的行相來度化眾生。但是，只要想修學的人，一定要尋找老師，一旦依止之後，在上師座前領受了許多的灌頂、教法，及竅訣，我們就無法選擇了。對於上師的任何顯現都要以一切皆為清淨作意。在入菩薩行論及佛子行三十七頌中都提到，誹謗菩薩是非常嚴重的一個罪過。



美妙的淨信心

在西藏有一個很出名的上師——竹巴根列仁波切。他的形象是完全不受拘泥的，就是一個很奇怪，看起來完全不像上師的樣子，瘋瘋癲癲的。而且竹巴根列仁波切本身從不接受任何供養，因此也沒有什麼財富可言。有一次，他到一個寺廟說我今天要來供僧，然後只拿了一把茶葉，請廚房的廚師煮給寺廟一千個喇嘛喝，廚師雖然聽過竹巴根列仁波切的名號，但並未生起信心，便以一個平常心去煮茶，結果熬煮出來的茶，果然是可以供一千個喇嘛喝。然後到大殿供茶時，一般我們都會拿哈達獻給大殿裡的佛像、護法，供哈達的人一定會拿著一把香，不僅是供養這個香，而且透過這個香將哈達清淨之後，再供上去；但竹巴根列仁波切他沒有香，也覺得說沒有關係。

如果你們見過藏傳佛教寺廟中的共修，他們都是面對面的坐，然後中間有一個豎向的走道，竹巴根列仁波切就撩起他的袈裟，跑在中間的走道上，前後放屁。一般坐在最前面的都是比較有輩份的，也是寺廟裡的長輩，他們看到竹巴根列怎麼是這個樣子，而且一點恭敬心都沒有，跑到大殿裡面到處放屁。結果他們所聞到的屁當然是很臭很臭的，而在中間一段及往下面的一段，大部份都是對竹巴根列仁波切很有信心的，因此他們所聞到的全都是檀香的香氣。

我相信竹巴根列仁波切所放的屁應該都是相同的，不可能前面放臭的，後面放

的是香的。這僅僅是我們每一個人如何去看待竹巴根列仁波切，這樣的心態所導致的一個結果。

所以，當我們自己的心不乾淨、眼不乾淨時，所獲得的就是不乾淨的訊息。因此，我們應該好好檢討自己的心，試著去改變自己的心，而不是去評價我們的上師是不是現在不好了，以前覺得他蠻不錯的，怎麼現在越看越不像樣了。西藏有一句諺語說：金做的釋迦牟尼佛，看久了，也就是那麼個黃塗塗的，沒什麼了不起的。這是看久之後的一個心態。所以如果我們沒有時刻保持一顆清淨的心，是很容易迷失自己的，也會從自己上師的身上看到一堆的缺點。



乘著上師意趣的成就者

中國四川，有一個非常有名的成就者叫做阿曲仁波切。他有一個禪修院，叫做阿曲尬（譯音）。阿曲仁波切是怎麼樣獲得證量的呢？他原先只是紅教一位非常有名的成就者身邊的侍者，他服侍了這個上師四十年，在這四十年中的服侍過程中，他用著一顆堅信、恭敬的心。不管上師叫他做什麼，他都是以上師的意趣、意樂為主。上師所要他做的任何一切，甚至在這個過程裡面，不管上師對他辱罵也好，或者說其他種種，他當這一切都是為了度化他。所以，阿曲仁波切雖然沒有經歷過一個精進的，像密勒日巴尊者在山洞當中長期的禪修過程，但是因為他的信心、恭敬與承侍的精神，使得將上師相續當中的任何一切功德延續，或者說吸收到了他的相續，而獲得今日的成就，這是現世的例子。

所以弟子應該要像什麼？像一匹馴服的良馬一般，不論主人如何的折騰，他都能够默默的承受，默默的服從於主人。對於上師的指派，來往奔波而生煩惱，我們誰都曾經如此；但是就上師和弟子之間來說是不應該的，就算上師一個星期都沒讓你睡覺，你也還是要很歡喜的去做。就像船筏一樣，不管什麼時候承載都可以；能夠承受上師所交待、吩咐任何好壞的事情，就像橋一樣，橋絕對不會分這是好人可以走，壞人不可以走，我只讓好人過，不讓壞人過，是不會有這種分別的。

因此，對於上師，你要學什麼？你要學橋，你要學船，你要學良馬。在你忍受上師所交待的事情的整個過程裡，任何的艱難、困苦、寒冷、炎熱等等一切的困難、辛苦，你是否能夠克服？對於弟子而言，一定要克服，這是沒有選擇的；不但要克服，而且要歡喜的克服，這是必然的。





入行論云：
多劫佛深思
見此最饒益
眾生依於此
順利獲勝樂



竹節快遞

竹節寺硬體建設

瑪爾巴十三密續灌頂法會

竹節寺硬體建設實況

青海竹節寺已有三百多年的歷史，因舊建築物年久失修，加上僧眾的快速增加，早已不敷使用；爲了弘揚教法、僧眾的修習環境及饒益有情的佛行事業考量之下，滇貝仁波切便積極構思將舊建築物依功能重新整合及相關擴建計畫

。終於在二〇〇三年破土動工，但緊接著面臨經費不足、高原環境建築專業經驗的缺乏、政令法規的配合種種因素，再加上雪季，每年工期最多只有半年；二〇一〇年玉樹大地震之後，更面臨著許多天然與人爲的挑戰。

然而，在滇貝仁波切與金安仁波切的悲願帶領之下，僧眾投入大量的人力，同心協力克服種種艱困的條件，陸續完成建設的硬體設施：護法殿與護法閉關房、行政中心、教學樓、閉關中心、僧舍。且修繕寺院體系下的貢波金剛寺、騰普大密成就寺、哲堆永盛寺、蓮師巖洞以及尼眾寺院——度母菩提寺大殿與閉關中心。除了僧眾的修習外，仁波切更心繫在家眾學習的重要，因而建造了極樂殿提供在家眾修學佛法的環境。

目前正積極進行中的新大殿共三層：一樓是舉行共修與法會的大殿，二樓是瑪爾巴十三密續立體壇城，三樓是圖書館。從二〇〇八年興建至今，硬體主結構已完成，細部的多項工程也陸續進行中；一樓大殿內部天花板的彩繪工程，已於今年二〇一二年的夏天順利完成。

寺院的建設一路走來，就如同當初仁波切在描繪建設的藍圖時，所說：「一切的建設都是以實用的角度來考量，而絕不以外相的莊嚴為目的。」還說：「竹節寺的重建是眾生累積資糧的曼達盤。」希望大家能共同發心並隨喜重建這雪域那爛陀；所有寺廟的建設都將一一落實在培育僧才、實修，以及舉辦各種法會的種種佛行事業裡。



瑪爾巴十三密續灌頂法會

爲了正法的弘揚以及傳承無間斷的延續，竹節寺預計每兩年舉辦一次對外公開以出家眾爲主的大型傳法法會，於今年二〇一二年舉行的是「瑪爾巴十三密續灌頂法會」。

當初傳承祖師——瑪爾巴尊者前往印度求法，接受了密續重要的十三個本尊傳承，並將之帶回西藏，到了近代卻逐漸式微，缺乏實修之人，甚至連儀軌法本都已殘缺散佚，傳承的維繫岌岌可危。金安仁波切及滇貝仁波切，希望能將此教派中最重要的法脈傳承下去並加以弘揚光大，之前金安仁波切花了四、五年的時間接受灌頂口傳、蒐集儀軌法本，期間曾數次於淨觀中得到瑪爾巴尊者示現提示，直到二〇〇九年整套完整的儀軌法本才完成並付印。


今年的灌頂法會爲期約一個月，寺廟提供早餐、午餐、奶茶和住宿，以接待從各地不同寺廟來參加灌頂的出家眾。法會所需的種種資具，負責的執事最遠需到車程十幾個小時以外的西寧市採買，需往返奔波數趟，用幾輛卡車才能載回所有採購的物品。



法會期間，迎請供養的音樂、多瑪、金剛舞及種種對上師僧眾的供養，這些都花費了許多的人力、物力和時間，才能一一呈現在大眾面前。一場法會的圓滿順利成辦，實因眾生的福報而具足了種種的順緣，最終的目標是希望正法能因此而流傳，無遠弗屆的利益有情。

竹節寺之前就已建立了瑪爾巴十三密續閉關中心，並持續有人閉關實修；再加上新建大殿二樓的瑪爾巴十三密續殿堂，往後也將於每年舉辦一次為期七天的「十三密續大修持」。種種聞思修的條件都已具足，當初仁波切發願要將接續自祖師瑪爾巴的密續傳承加以發揚光大的願望正在逐步的實現當中。





雖然我們在佛法中浸泡
卻不去實修
也無法使我們自己的相續有所改善



學習心得

祈願

師恩

供養我敬愛的上師

車禍的省思

法會實修受用心得

祈願

最近發現這幾年，我做了許多年輕時視之爲迷信，造作的事：我拜佛、持咒、手持念珠、口中念念有詞，做上師交代的功課以及誠心的祈求世界和平。過去，我認爲只需做好自己，別人與我何干；現在，我了解一切已發生、正發生、將發生都與我有關，從遠在千萬里之外的南極融冰，到近在日本的大海嘯事件，都是累世交錯的因緣與共業，我都必須承擔責任以及付出關懷，迴向以及向三寶祈求。身爲正在學習中的佛弟子，雖然還不能改變現行，但我看到了轉變，知道所求的已不同於過去。

我祈求上師三寶加持，使我從懷疑中覺醒

我要對因緣及業果，發起堅固不疑的深信

我要對上師三寶，發起堅固不疑的淨信心

我要具弟子相，得大善知識教導，了佛法究竟意，我要做師所喜

我祈求上師三寶加持，精進用功，不懈怠，不退轉

我祈求上師三寶加持，使我觀察到自己粗重、細微、更細微的煩惱習氣，加持我勵力對治

我祈願廣植善因，集聚智慧福德資糧

我祈願以廣大福德資糧，供養三寶，布施眾生

我祈願將佛法一一實踐在日常生活與待人接物上；面對一切境時，都與佛法相應

我祈願遇到善緣，感恩、迴向；面對逆境，安忍、感恩、懺悔、迴向、求加持

我祈願起心動念，不再爲自己想，而爲盡虛空，遍法界一切眾生想

我祈願學習足夠的智慧，得以善巧方便，精進修行，幫助眾生

我祈願有情眾生，遠離疾病、饑餓、戰爭、貧苦
我祈願有情眾生，離苦得樂，不論信仰
我祈願盡虛空眾生皆能修習佛法，離真實苦，得究竟樂，至無上菩提
我祈願對待眾生各個緣起，不起惡心，不說惡語，不生分別
我祈願去除高慢，於內心真正發起對同行善友之觀功念恩，隨喜讚嘆
我祈願隨時隨地，誠心隨喜，迴向，而不流於口語形式
我祈願得上師三寶加持，所有的祈願，都能轉為正願、正力、正行

師恩

不知多少次的輪迴，茫茫無知漂流六道
積累無數惡業習氣，讓生命難以掙脫痛苦枷鎖
以苦為樂沈淪世俗，自以為是洋洋得意
直到遇見了您——大寶恩師，我生命中璀璨的如意寶
以生命血汗，教導調伏堅硬如石般的我
多少次的傷心失望，您依然視我為獨一愛子
呵護、教誡
時而怒目、時而慈愛
多少生多少世，您牽著我的手，以佛陀法乳滋養
為了眾生究竟安樂，大悲攝受護佑一切有情
您是一切功德悉地的來源，遍知一切的佛陀啊
願我生生世世拉緊您的手，生起慈悲，成就菩提，利益有情

供養我敬愛的上師

每每聽到您的開示，總覺得是最幸福快樂的時光，您的聲音、您的法語就像細流水般不斷的貫穿著我的全身，那種全然被洗滌、被淨化，徜徉在那清淨無垢的大海中，時而笑、時而哭，但那都一種幸福的表現吧！在黑暗中看到光芒的喜悅是筆墨所難以形容的，對於怕黑的我感受特別深！

以前，總以為聽到也聽懂了，但在最近透由不斷不斷地重複聽聞過程中，才發現上師的心有多麼的細膩、多麼的寬廣、多麼至誠懇切的希望我們能好好學習，能夠脫離這苦難的輪迴大海。有太多太多是以前沒聽到、沒聽懂的，那麼聽懂的到底是什麼呢？原來是自己的煩惱，無始劫的煩惱！我哭笑不得的去接受這個事實。

就像上師說：「參加法會時，是帶著煩惱來的，結果結束之後，是帶著更多的煩惱走。」因為我把聽到的都用到法鏡照別人去了，法理清楚的用在別人身上。還記得上師說：「看得到對方的臉上走著一隻蝨子，就看不到自己的臉上爬著一頭牛，龐然大物在這裡，但是不會看見的。」我就像處在全然黑暗的房間中，能看到一絲光線，而這絲光線透進我的心，能發現自己內心的這個點，是多麼無比的歡喜呀，這也是上師對我最大的加持！我們的毛病在哪裡，上師總是清楚明白，總是會善巧適時的點出，只要我願意打開眼睛去看，打開耳朵去聽，打開心認真去體悟。

學習佛陀的教法已經十來年，一路走來，其實是迷迷糊糊的，但我卻還在這兒坐著、聽著、思惟著、內省著、實踐著，這無非是上師的恩德。哪怕自己是那麼的不足，但每每憶念到上師的一顰一笑，不放棄我們那顆堅定的心，就會讓我想要緊緊拉著

上師的手一步一步跟著走，踏實踏穩每一步；哪怕是狂風暴雨，上師都會展開他那無邊際的雙翼保護著我。無限生命有無限的喜悅，乃至歡喜的踏上成佛的那一步，因為內心中找到一個永遠的依怙！

感恩上師為蒼海眾生而來，這是最美最幸福的一件事！

車禍的省思

上師常常告訴弟子們：「不要把佛法留在佛堂，佛法要用在生活中。」一直到最近，我才真正體驗到上師的苦口婆心，其實深深蘊含著對我等一切有情的憐憫及慈悲救拔之心。

幾個月前，一場出乎意料的車禍，讓我深刻感受到世間的一切毫無確定性而且是完全不可控制的。上師說我們每個人都是帶著業來到這個娑婆世界，我們隨時會被捲進種種煩惱與痛苦的漩渦裡，生命隨時會消失，而我們卻沒有一絲一毫的控制權。經歷車禍後，我再也快樂不起來，不是因為車子毀了，也不是因為身上的傷痕，而是因為終於明白了上師的法語，而陷入難以言喻的悲傷中。

就這樣我沉溺在悲傷的大海裡，載浮載沉，幸賴上師和三寶的加持，我才能漸漸的釋放所有憂傷的情緒，並且從佛法的角度，去看待發生在自己身上的事。世間一般人認定的違緣及障礙，對於一個佛弟子來說，卻可能是邁向未來解脫的順緣和助力。像我這樣初入佛門的凡夫，還有什麼事比真正了知輪迴的過患以及培養堅定的出離心更好的助緣呢？每每思惟上師的教導，就更清楚體悟到上師的慈悲和加持無時不在，無所不在。對上師和三寶的感恩之情，也自然而然從心中湧出。

法會實修受用心得

曾經，我真的以為我可以坦然面對母親圓滿捨報的不現，或掙脫業病障的繫縛。

然而在母親喪儀圓滿後，生活頓然失去重心，惶惶不可終日的恐懼，不斷湧現，苦惱不堪。透過經常的探視、關懷協助病友和同行時，方能覺照自己的心業相；或者在聽經聞法，每日持咒用功後，內心才能感受到片刻的寧靜。

睹物思人，無法割捨的親情是不可承受之重，而此時竟發現心臟不適，困擾月餘的腎結石更屢屢發作，血尿、結石苦痛更是逼惱身心。然而除了等待醫師不斷的檢查和治療決定外，我只能每日持咒用功，祈請上師、三寶的救怙。終於感得 仁波切慈悲的開許，讓我參與護持「25•直貢巴紀念法會」，安立身心。

法會圓滿成辦時，學習到的是「觀待緣起」，放開心量，安立發心意樂，共同體證同行和合；而不會由於執著於更有效率的經驗方法與抉擇，而起爭執或滋生煩惱。因而能夠突破法會過去的組織經驗，更用心的規劃，充分運用有限的人力，通力合作，相互協調支援；金剛師兄們更是在體力透支情況下，仍然勇悍的承擔多重跨組工作，因此法會才得以順利運作。

而後金剛師兄與親眷們，更遵從仁波切的教誡，運用法會殊勝的因緣，對境實修，全力護持「尊勝佛母千供大法會」。在與「竹節家庭」密集互動過程裡，更充分感受到在仁波切眼底下成長的金剛師兄們和「竹節寶寶」，身語承事的清淨信心是多麼的令人讚歎。這些都是由於弟子與上師間，多生多劫的因緣維繫，才可能不需要借助任何儀軌或其他的修行，就能夠自然生起虔誠的淨信心。

瑋瑋曾經分享說：金安仁波切曾經開示『淨觀』淨信心是修行的精要：「當一切思想都充滿對上師的恭敬心時，就會產生自然的信心。」因而大家也都能體證到虔誠的淨信心，應該才是法會和修行最究竟的圓滿因。

清楚記得去年紐渥時，及今年「25•直貢巴紀念法會」期間，也許是功課做的比較紮實，心中的障礙比較少，因此每當面對仁波切時，就會比較容易生起虔誠的淨信心。不論面對何種法相、言語示現，仁波切所說的每一句話，就會聽的格外真切，字字入心，因而能夠對自己的修行產生法教的覺受，領受到仁波切慈悲的加持。更有「一切聖言現為教授」，被上師攝受、心意相通的契合。所以我們才能夠更清楚的覺照自己的身口意業，調伏妄念。

每當憶持上師恩德，身口意所映現的盡是領受自上師法教的密意與加持時，就會感念不已，更加提升對上師的淨信心。因此在對境時，就能夠如理轉念，將一切對境外相視為上師智慧和慈悲的化現，並以其證量加持，幫助我們淨除業障及無明習氣，或重業輕報，終將淨除我們的修法障礙。實證究竟，貪執親情和業病障等修法障礙，將會由於對上師虔誠的淨信心，轉化成爲修法的逆增上緣，而能夠安住修法，無有罣礙。

弟子虔誠發願，真心信守三昧耶戒，增益對上師的清淨信心，全力護持上師的佛行事業，透過爲眾生拔苦與樂的終生行持，維繫上師長久住世、常轉法輪的菩薩願力，救度一切有情眾生。



堆繡唐卡—高30米（3000公分）、寬25米（2500公分）



善行加油站

小善滿大福

猶如小水滴

徜徉海懷中

福慧無邊際

善行加油站

佛初發心，中集資糧，最後現證圓滿正覺，一切皆是為利有情，善知識所開展的每一項弘法利眾事業，都是為了能讓廣大的眾生在聞思之後能如理行持、造種種善業，並藉種正因來累積廣大資糧，成就解脫之道。過程中雖遇種種艱辛，但總遇難不退，因為想幫助眾生得到究竟快樂的心，是亙古不變的。

今生能值遇佛法、得善知識攝受，並共造建立教法的善業，是宿生累積善因緣而來；然而要如何走增上生道，必須在眼前的每一步都能種正因。若能擁有一份善妙殊勝的發心，將讓弘法利眾的事業更增添美妙的光采。

各項事業贊助：竹節寺建寺、護持弘法中心——竹節佛學會、法本印製、佛像鑄造、各種法會……等等。

自從二〇一〇年四月青海玉樹發生七·一強震後，造成萬人傷亡的慘況，家園幾乎全毀，無數的孩子流離失所，他們幾乎是來自藏族的貧農或牧區，且多數是正值學齡的孩子，想再繼續完成學業的機會是微乎其微。滇貝仁波切深感教育的重要，不忍孩子們學業就此荒廢；且漸失的藏區文化也賴代代學子傳承相續，雖然寺廟建設工程已非常艱困，但仁波切悲心流淌，悲憫眾生的苦難，毅然決然的發起助學計畫。

今年已邁入助學計畫的第三年，有百位學子的學習因而受到照顧。身在富饒自由的台灣，「學習」對我們來說是一件容易的事；但對這些孩子來說，能夠繼續就學，卻是他們生命中非常珍貴的一件事。

每位贊助人——每年五〇〇〇元便能提供一個學子一年的學費，不僅能幫助孩子順利完成學業，更能溫暖他們那顆向上、向善的心，這份愛的波動也將無限延續，無遠弗屆。

弘法利眾事業

青海學子助學計畫

隨喜

5000元/年 亦可隨喜



劃撥帳號

戶名：台北市直貢噶舉竹節佛學會
 銀行：台北富邦民生分行 代號：012
 帳號：454-102-301-049

會員家族	巨幅直貢巴堆繡唐卡
<p>歡迎您加入竹節家族的行列，每個月固定的捐款供養，一百元不嫌少，一萬元不嫌多，讓俗務繁忙的現代人不忘持續恆常供養三寶，累積快樂與成佛的資糧；不論每個月供養善款的多或少，只要內心具有純淨的意樂與動機，即便是一點一滴的小善，所累積的福德都是大海難以容納的。誠摯邀請您速速加入竹節會員！</p>	<p>堆繡唐卡—高30米（3000公分）、寬25米（2500公分） 如此高廣的大唐卡是非常珍貴稀有，也將是一個寺廟的鎮寺之寶；在藏地一年一度的曬大佛（又稱展佛），是諸佛歡喜、人天共鳴、萬眾歡悅的大法會。 唐卡中莊嚴慈悲的大佛，猶如真佛現前；任何一個眾生，乃至天空的飛鳥，地上爬著、走著、奔著的動物昆蟲，只要能瞻仰大佛一眼都能受到極大的加持；曼妙的風兒鼓動著唐卡，將佛的慈悲與微妙法音飄送至遙不可及的遠方，饒益著無邊際的眾生。 一生中能有機會發心參與巨幅唐卡的製作，是非常難得殊勝；因為隨著我們小小的善行，可受到利益的眾生卻是廣大無邊。至誠邀請您一起來共襄盛舉！</p>
每月固定/金額不限	隨喜



2012活動集錦



2012 01 15 財神增益火供



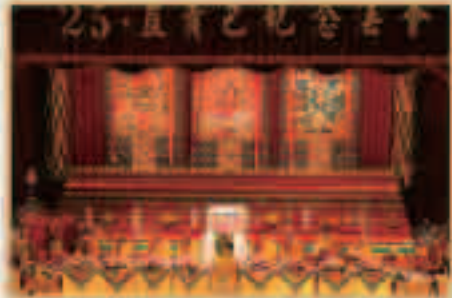
2012 02 18 蓮師火供



2012 02 05 基隆和平島放生



2012 01 21 阿企護法除障法會



2012 05 19 直貢巴紀念法會

2012 01 23 正月初一燈供與上師薈供



2012 02 01 正月初十蓮師燈供



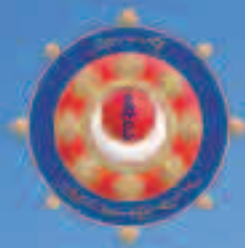
2012 09 12 上師生日薈供



2012 02 28 阿彌陀佛超渡法會

願諸僧伽藍，誦習以興盛！
僧伽常和合，僧事悉成辦！





台北市直貢噶舉竹節佛學會

Taipei Drikung Kagyu Drubgyu Buddhist Center

台北市民生東路五段70號2樓

2F., No.70, Sec. 5, Ming Sheng E. Rd., Taipei 105, Taiwan

TEL:02-2764 3146 FAX:02-27641032 Web Site:<http://www.drubgyu.org>