

# 不丹佛教近況

## ——專訪寶幢化身二世

／編輯室採訪·整理

**問：目前不丹國內薩迦、格魯、噶舉、寧瑪的情形如何？**

答：寧瑪派方面，蓮花洲（貝瑪林巴）的伏藏法流傳非常普遍，因為他出生在不丹，是不丹人，而且取出伏藏法的聖地也在不丹，有許多處，他的子嗣傳承，弟子傳承分佈極廣。排名第二是隆欽心要的傳承，有一部分。噶舉方面，不能像西藏一樣四大八小都流行，整個國家包括政府的教派，是竹巴噶舉。以前四大教派都有流傳，但是在一些時期中沒落了，沒有發展。現在還留下一些格魯、薩迦古老的寺院，薩迦派還有一些，格魯已經完全沒有了。竹巴噶舉的發展約經歷了五百多年，現在不丹政府是屬於政治性的政府，以前尊侍語王尊勝（霞仲昂旺南杰）時代是教政二具的政府。由尊侍語王尊勝建立教法政治的政府直到現在，絲毫沒有沒落過。竹巴噶舉的實修中，生起次第有主要九本尊，現在進行生次九尊儀軌及其相關實修的僧院（札倉）總共有十八座，最大的僧院有僧侶一千五，最小者有二十五至三十人，此外也協助進行陽冥二利的經懺，另外政府的事情必須進行法事時，也由他們來作，政府長官或皇寺高僧來往的接送安排也由他們準備。其次，學院方面，以前曾經規模很大，約六十餘年前，不論是學院或修院都已經極端沒落，現在力圖重振，約有八座學院，最大者約有二百人等，最小者約有三十人。大的學院九年學大論，小的學院約五年。修院方面，在尊侍語王尊勝時代廣大流傳，之後一度沒落，現在修院約有二十餘座，包括政府及民間。

修院中的學習，生次九尊的觀修，圓次九大指導（或教王總教誡）的觀修。由前行至最後的實修，一定要閉關至少實修三年，最多九年。在修院中如此實修畢業了，如果屬於官方僧侶，將被官方延聘為上等教師或上等上師，頒封較高地位。其中如果內在觀修非常好，對外教授也非常善巧，就會被聘為修院上師。少數一些人則花十二年、十五年在修院中持續實修。不丹約百分八十是佛教徒，其中約百分之六十至七十是竹巴噶舉的弟子。一般家庭中，不管有無實修教法，大都是皈依三寶者，打獵殺生、抓魚等惡劣行業的人，家中一年請僧侶來修法不可能少於二次，這是家傳的習慣。不管是官方或民間，都極力弘揚佛教。所修的本尊，釋迦牟尼、觀世音、蓮花生、金剛手、文殊，以此為主。實修蓮師的原因，蓮師由印入藏時先到達了不丹，最後離開西藏後也是先到了不丹，因此不丹各處是蓮師的足印、手印，伏藏聖地，不丹以前可以說是魔窟，這些魔崇全部都被蓮師降服，以誓言約束，這個地方佛法才開始順利傳開。此後在尊侍語王尊勝未來前，約距今五、六百年前，這個地方沒有國王，沒有法律，沒有教法，可以說是化外之邦，尊侍語王尊勝來之後，他是第一位上師，也是第一位國王，開始組織百姓，所以建立了最早的教政、王政，教政二具政府，一直持續到現在。不丹是高山丘陵此起彼伏，沒有廣大的平野。整個國家是森林，主食是米，其他的穀類

也很多。以前沒有商業，現在因為造了車路，所以也有商業，辦公室、學校、醫院等等也有了，已經進步了。就佛教而言，外表看起來好像各地傳播，有了進步，但內在勝義證悟功德也更加困難。以前時代未進步前，教法的學習與實修是最主要的事，此外沒有別的事可作。現在時代進步，不學佛法，也有很多事情可作，因為有很多事情可作，教法變得不似已往重要。但是我們許多上師僧人，不管內在功德如何，都盡力在維護保存佛陀教法。不丹國內，寧瑪、噶舉的僧人尼師總計將近七千人。另外也有一種密咒士，單單實修密法，沒有出家當僧人尼師，也沒有僧院，住在城市鎮上，有時候作世俗的事，有時候學佛法，這種人也有很多。連這些學法者一併算的話，僧尼密咒士約將近一萬人。就學習佛法來看，內容是非常豐富的，但世俗角度而言，國家不算富有，有點貧窮的，特別是鄉下。人民百分之七十到八十是農牧業，以此為生。

### 問：目前尼師的情形。

答：不丹以前尼師的寺院約有六座七座。但是在六〇、七〇年前當國家正開始進步時，尼師寺院差不多已經都凋蔽了，除了一、二座外，其他完全蕩然無存。現在這個國王，則思建設，特別下令恢復尼寺，目前政府與民間合計，約有七間尼寺。此外也有一些婦人，沒有出家，已經結婚生子，但平日單純實修密咒法，這種女密咒士也有一些分布在小鎮鄉下之中。尼寺建好至現在未超過十年，但尼師之學院及修院則完全沒有。百年前尼師有許多實修者，證悟者也有很多，都有事跡傳記流傳。我個人的主要目標就是要與建尼師的修院與學院。尼寺最大者四十~五十人之間，最小者也有十五人。今年我回去後立刻就要興建八間關房，這是尼師的修院，加上一位老師，一位雜務工，共有十人，同時一間大殿，這是二個月後立刻要開始的工程。這個修院的工程已經確定了，建好後就是現代不丹第一座尼師修院。閉關實修課程的順序也都編行好了，由三年、六年至九年，依閉關者的能力上中下的情形而定。至目前為止，尼師的最主要責任是斷食齋戒，念誦斷食儀軌，其中斷食齋戒進行八次至百次之間的人都有，我的尼寺則每年只能進行八次。我未來的希望是進一步興建尼師的學院，在衣、食、土地、房屋、教師薪資方面都有許多困難。台灣的尼師都已經從學校畢業了，到了寺中立刻可以實修。不丹不是如此，婦女住在鎮上鄉下，都不識字，到了寺院才開始教導字母、文字書寫，認識字後開始背誦法本儀軌，所以在教導上不是容易的。在蓋寺院前要先向政府申請，得到允許後才可以蓋房子，但不會得到生活的補助，衣食要靠自己想辦法，我是靠路邊化緣的方式來蓋尼寺及修院。但也受到許多人的批評，許多人不贊同我的作法，為什麼呢？多數人認為女眾不能作出偉大的事業，很難成為教師或者傳法的上師，除了自己努力作實修外，不能利益社會，所以我進行的工作沒有大的意義，許多人有這種想法。所以我化緣的時候也很辛苦，認為幫助尼師沒有大的成效可言。我進行了六、七年後，將遇到的困境向國王報告，由國王個人贊助尼師每人每月生活費不丹幣二百元，這不是由政府撥發的，是國王私人贊助的。所以我的工作只得到一個人的幫助，但是他的幫助很大，因為他是

國王。

### 問：竹巴噶舉的特色。

答：特色當然是別人沒有的。學法時「棄捨此世」是竹巴噶舉的最大特色。因此在西藏、不丹、印度，以前學竹巴噶舉的人最多。有句俗話說：世人半竹巴，竹巴半乞丐。乞丐半證悟。即使是現在，徹底棄捨此世，在深山蘭若專一掩關靜修，在竹巴噶舉中仍是最被稱讚的實修者。在竹巴噶舉的傳統之中，修院與學院二者，特別的重視修院。不論內在是否證悟，四大教派中修院最多，最重視者，應該就是竹巴噶舉。寺廟蓋的美麗、僧院蓋的大，這些並不重視。最好的行者是徹底棄捨世俗而一心實修者。

### 問：修院中實修之內容。

答：首先是大印前行，修四個月，其中一個月是聽聞講說指導。之後上師法也是一個月的指導，包括灌頂、指導、口傳，實修五個月。本尊總攝輪的修咒，一個月灌頂、指導、口傳，修咒四個月半。空行以亥母為主，二十天灌頂、指導、口傳，實修四個月。事續方面不動明王的修咒，灌頂、指導、口傳及實修，加上最後的火供，要四個月。閉關時前行法不是只修一次，每年首先修前行法，所以三年的閉關要修三次前行法。之後修威猛蓮師三個月，中間每隔二個月、三個月，要觀修大印，這是中間休息的時候。第二個三年關，那洛六法為主，大印四瑜伽在第一個三年關只修了第一項專一瑜伽，第二個三年關要全部修畢六法及大印另三項瑜伽。如果只結束第一個三年關的人，則沒有修六法及三項大印瑜伽。六法及大印包括根本及分枝，分枝的部份很多，第三個三年就是實修這些分枝，另外再加特別上師法，講說指導一個月，實修四個月，緣起七項，講說指導如果是輕鬆簡單的進行要一個月，實修七個月。第三個三年沒有再拿著典籍來閱讀的，而是要將讀過的，修過的，使其威力一定要產生。這是我帶領的修院實修的內容。其他的修院大概不能如此，有一些是在三年關中實修三根本中任何一種的修咒，之後直接修六法。目前規模還不算完整，生次九尊每一尊修咒不同，將來還要漸漸安排在其中。如此實修完畢的閉關者，不管如何都是首屈一指的好上師，在此世的身體上即使不能具有佛菩薩的力量，在中陰時必然成佛。

眾生要登入佛地，須經過聞思修，但是其中在證得佛果上沒有比觀修更重要的事。以前諸佛菩薩都是經由觀修而證得佛菩薩的功德，沒有經過觀修而成佛者從來沒有發生過，因此在觀修上的時間愈多愈好，修法的時間如果不多，要得到大的功德能力是不可能的。居住凡俗塵世之中、寺之中，事務干擾很多，有必要在寂靜深山掩關專修，目的就是得到最多的時間，使一分一秒都沒有浪費掉，因此有必要興蓋關房修院。

### 問：對台灣的看法如何。

答：外表看起來，經濟繁華非常富裕圓滿，佛法的實修究竟是什麼情況，也許因為語言不能溝通，實在也沒看清楚。但人民的確是對佛法信心虔誠，令我驚訝。聞思修的情形如何我還不了解。

**問：在何因緣下特別要建立尼師寺廟及修院。**

答：我的上一世，有一位殊勝尼師弟子，一生閉關，不開門一步不出，壁上挖了一個小洞，由外面送食物，每十二小時送一次，也由小窗戶進行教法的教導。如此閉關了三十餘年近四十年。當時有許多商人、富人是她的功德主，隨她學習佛法的尼師三十餘人，聚集四周自然形成一座尼寺，一直到這位尼師圓寂。這位尼師在觀修上沒有修不修的差別，這是根本與後得合而為一，日間所顯與夢中所顯也合而為一，這是大印或是大圓滿的境界。尼師房中沒有被子、沒有枕頭，只有坐具，不睡覺，實修不斷。

尼師圓寂後功德主四散，附近弟子所住的房子日久失修，搖搖欲墜。目前尚住有四、五位尼師，這些尼師再三祈請我蓋好寺院房子可以繼續實修，或則經常跟隨我，盼我能照顧，因為這也是我的本份，我才決定蓋好寺院與修院。現在實修的尼師要達到這種境界很困難，但是希望蓋好修院後，尼師的實修更加進步，將來也能達到這種境界。

### 寶幢化身二世簡介

寶幢化身二世，不丹人，四十餘歲，首次來台，係東不丹重要上師，一生致力興建閉關房及學校。前世係不丹近代大成就者釋迦師利主要弟子，且擁有弟子千餘人，係釋迦師利弟子中，擁有徒眾最多者。化身二世有感不丹近代，法隨師而興，而蔽，因此立志興修關房、學院，以使規模長存，不因人而變異。師有行者風範，對台灣之藏教風氣，多所針砭，皆由肺腑。

師七歲入寺，十二歲得戒，一生閉關實修多年為人耿直，夙為不丹王室，法王所倚重。授課時妙語橫生，為特色之一，乘其來台之際，盼以此文更增讀者對不丹佛教之認識。

### 瑪尼之歌

瞻洲世界這裡	投生有如夢中
生後無權久留	追趕進入死路
還在活命之時	無暇實修正法
某日身體財物	遺留世上此處

除了罪業之外  
後世除了惡道  
現在算算瑪尼  
瑪尼美調唱著  
上師觀世之音  
祈願悲鈎攝受  
真誠信心猛烈

拿的實在沒有  
看看還去哪裡  
願關惡道生門  
走進解脫道路  
願由內心祈請  
口唱瑪尼之人  
反覆再三祈禱

不丹流行歌曲，寶幢化身撰詞

