

棍秋久美仁波切專訪



● 本刊編輯室 整理
● 蘇南望傑 翻譯
● 棍秋久美仁波切 口述

本刊很榮幸有機會訪問台北市寧瑪巴白玉祥丘達吉林佛學會住持棍秋久美仁波切，請仁波切談談有關寧瑪巴教派的特色、入門、修學及其殊勝之處，以饗讀者，邀您共探藏密法門。

問：請仁波切為我們談談寧瑪巴派的特色和殊勝之處。

答：很高興能有這個機會來到慧炬，個人今天來此做佛法上的問答，希望能對台灣佛教有一些貢獻。

身為仁波切或上師也好，做為一位出家眾或是在家眾也好，必須福德因緣具足，才能在佛教團體中做事，讓人對佛教產生信心的同時，也能夠累積許多功德。當一個人有了福報之後，對於佛法真理的認識就會帶來幫助。沒有福報的人，雖然學習佛法，卻無法懂得佛法的真理。有福報的人，即便在工作上遇有障礙，也能藉由福報來消除，因此，就個別來講，從事佛教事業相關工作的人，可累積很多的資糧和福報，這是很有意義的事。

就整個西藏佛教來講，藏文經典可分舊譯和新譯兩個部分，舊譯就是今天我們所要談的寧瑪巴的這個部分。舊譯是在印度佛教很興盛的時候，以那爛陀佛學院為中心的時代所翻譯出來的藏文經典，寧瑪巴就是以這些經典為中心的一個宗派，以靜命堪布、蓮花生大士及赤松德贊國王等人為中心。新譯則是在印度佛教即將走入歷史，也就是印度佛教即將滅亡時，傳到西藏的傳承，即薩迦、噶舉、格魯的傳承。這四個傳承構成了西



藏佛教四大教派，它們雖然都是承接佛陀顯密傳承的宗派，不過每個傳承又有其各自的特色和特點。舉例來講，如同一堆糖果，它們的味道都是甜的，但由於糖果放置地點的不同，享受糖果的人不同，就會產生不一樣的覺受和體會，因此，我認為小乘佛教也好，大乘佛教也好，西藏佛教也好，都是佛法的傳承，如同糖果一樣，原本並沒有任何的不同，大小乘佛教只是針對眾生根器的不同所開示的法門，但總括來講並無任何區別，只是傳承各有特色。

一位叫做戎松的班智達（博學之士）佛教大師表示，寧瑪巴比起其他教派，有六個殊勝之處。

第一是地點的殊勝。西藏有位名叫松贊干布的國王，他是觀音的化身。這位國王經常思考如何能讓佛法在西藏弘揚開來，因此松贊干布國王娶了唐朝的文成公主，而文成公主是度母的化身，另外，他還娶了來自尼泊爾的赤尊公主，她是綠度母的化身。之後，松贊干布在西藏拉薩建造了大昭寺和小昭寺。在松贊干布之後，又有一位國王叫赤松德贊，是文殊菩薩的化身，他在西藏建立了桑耶寺，這是西藏的第一座寺院。赤松德贊回想松贊干布已將佛法引進至西藏，因此自己應該要讓佛法弘揚光大，於是，他邀請了蓮花生大士和靜命堪布兩位大師，在桑耶寺和大昭寺這兩個地方進行佛典的翻譯，這是第一個殊勝。

第二是供養品的殊勝。據說當時赤松德贊國王是個有能力享受天界、地界財富的人，因此他在請法的時候，特別在鹿皮裡裝滿了黃金獻給所有的翻譯師，此為第二個殊勝。

第三是翻譯師的殊勝。在當時一百零八位翻譯師裡，有位叫做貝魯札那的譯師和名為噶、覺、項的譯師，據說他們都是菩薩的轉世，因此在譯經時，不僅與原典相當吻合，校對也相當仔細，因此這是第三個殊勝。

第四是班智達的殊勝。班智達中譯為佛教大師，



剛提到的翻譯師都是藏人，而班智達則都是印度人，他們都是從那爛陀學院被邀請過來的。那爛陀學院當時正處於印度佛教最興盛的時期，請來的班智達都非常的有名氣，計有一百零八位，他們和當時的翻譯師共同合作，因此譯經和校對都相當完整。

印度的傳統，將包含佛教知識在內的所有知識，分成大、小五明，十明都精通的人就稱為班智達，摩訶班智達就是大班智達之意，也可稱之為佛教大師。

註：「班智達」出自印度梵文，意為「精通五明的學者」；「五明」包含了佛學、正理學、聲律學、醫學與繪塑造像等工藝學。

第五個是法的殊勝。在印度佛教最興盛的時代，佛典經由上述這些班智達譯成藏文，他們所翻譯的都是最正統的佛教名詞和經典，是後來西藏大藏經的內容，而此大藏經將佛法分成甘珠爾和丹珠爾兩個系統，是整個佛教的精華所在。

除此之外，當時翻譯的部分還包括了密法，許多密法是由當時蓮花生大士從鄔金淨土和空行淨土請過來的。後來的阿底峽尊者，在西藏看到許多在印度那爛陀學院不曾見過的經典，非常讚歎，這便是法的殊勝。

第六是請法者的殊勝。請法者在此是指赤松德贊國王，他不僅是文殊菩薩的化身，也是當時的西藏國王，他運用國力推動所有經典的翻譯，由於他對西藏佛教的資助實非一般人所能比擬，就請法者而言，這亦是一大殊勝處。

以上是寧瑪巴教派的六大殊勝。後世有位名叫俄的譯師（俄·羅丹喜饒），他翻譯《現觀莊嚴論》時，其中有個名相「阿拉達」，將之譯為無血，俄譯師其實並不知這個名相的原意為何，因此去查對當時舊譯的《現觀莊嚴論》，發現舊譯《現觀莊嚴論》的譯義為「無貪」，意在教人行布施時不要執著，為此，俄譯師寫了一個讚頌詞，大意是說寧瑪



巴的翻譯師有如虛空般無量無邊，如同太陽和月亮，自己與之相比，則有如螢火蟲的光芒般渺小。

在西藏四大教派中，寧瑪巴是舊譯的系統。薩迦、噶舉、格魯都是新譯的系統，阿底峽尊者等人亦屬新譯系統的翻譯師，在他們翻譯經典的那個時代，已是印度佛教漸走下坡的階段，相較於寧瑪巴當時的狀況差距甚大。

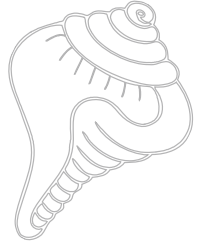
寧瑪巴還有一大特色就是大圓滿法。寧瑪巴的傳承分為遠傳和近傳，遠傳是指經典的傳承，就是將佛陀所說的法譯成經典，近傳則是指伏藏法，伏藏法是蓮花生大士在一個很特殊的狀況下親自給某人灌頂、洗禮後直接傳出來的法，許多大圓滿法都源自於伏藏法，這也是寧瑪巴的一個特色。格魯、噶舉也有一些伏藏師，不過數量很少，像格魯第五世的達賴喇嘛就是伏藏師。不管是哪個派別的伏藏師，傳承的來源都和蓮花生大士有關，因此，不管這位伏藏師是格魯或是噶舉的傳承，他所修的法也屬於寧瑪巴的法。寧瑪巴主要有六個根本道場，白玉是其中一個，白玉本身也有很多分寺，聽說在西藏就有一百零八個分寺，白玉所修的法，是以惹納林巴和敏居多傑這兩位伏藏師所傳的伏藏法為主要的傳承。

問：藏傳佛法有所謂四皈依，顯教則是三皈依，請問二者有何不同？另外，藏傳佛法是依法不依人還是依人不依法？

答：西藏佛教就金剛乘密法的部分來講，是四皈依，如果不是已經開悟且有證量的話，離開上師是沒有辦法成就的，密法裡常常也提到賢劫千佛是因為上師才成佛的，如果沒有上師，就不會有賢劫千佛的出現，因此，就密法來講，如果沒有根本上師的加持，佛法的功德無法在自己的身上展現，也無法認知自己的究竟自性。如果沒有上師，佛法的傳承也會中斷，不管三皈依也好，四皈依也好，其實都是同樣的內容，藏傳佛

法講四皈依是因為還包含密法的部分，在密法裡，上師等於是再來的佛，因此我認為這兩個部分是沒有衝突的。

我們如果從皈依佛法僧三寶的程序來皈依的話，佛法的加持也可以融入弟子的身心，功德也可以在其身上展現出來，這也是沒問題的，不過，若前面加上「皈依上師」，這是因為皈依的重點不同，所以做這樣的安排。



問：請問是不是跟了上師，上師就會根據弟子的資質次第指引，以期發覺自性，事實上上師給的仍是佛法，只是因為每個人根器不同，所以要跟隨上師學習，如前所言，想要獲得佛法的證量，必須皈依、跟隨上師學法，才能發掘內在的自性？所以密法的修持還是依法不依人？

答：可以這麼說。所謂的「依人不依法」，是指依止的這個人和佛法是一體的，當他完全吸收了佛法，和佛法融合為一無法做任何區分時，依止他其實就是依止法，就像大圓滿裡所說的，法是大圓滿法，如果被依止的這個人只是凡夫，則此人大圓滿法其實是有明顯區分的，但如果大圓滿法已完全融入此人身心，那麼就可以依止這個人或是上師。就像牛奶和水，如果牛奶沒有壞的話，就能加在水當中，和水融為一體，如果牛奶壞了，加在水裡，就能區分得出水和壞掉的牛奶。人也是一樣，如果他和法本身已融合為一，這個人可稱其為人，也可謂之為法。

對於修學密法的人來說，上師所扮演的角色和地位是至高無上的，因為他是教導你如何修學成佛的人，是你修學佛法的嚮導，這樣的上師應是被許可的一位上師。什麼條件的上師是被許可的上師？在經典及密法當中都有許多的要求，能達到要求就是真正的上師，因此真正的上師是一個自性解脫的人，而自性解脫的人是與佛沒有兩樣的。至於一些假借上師名譽傳法的人，他們當然是不及格的上師，依止他們的話，對今



生或來世都沒有幫助。

問：請問修學藏傳佛教應具備哪些條件？白玉派傳法的重心和修行次第為何？

答：主要條件是信心——不退轉的信心，如果弟子對密法的信心不穩固，密法對他而言不會有任何幫助。

白玉修法的重心沒什麼特別，重要的仍是淨化自己，往此目標修法即可。修行次第上，先修五十萬遍的四加行，再修脈氣相關的法，之後再修大圓滿的法。大圓滿法當中以頓超為主，從頓超實修之後，眼睛會看到一些光芒及光點，如果頓超練習得非常好，從這些光裡就可看到一些寂靜尊和憤怒尊，也會認識自己本來的面目。當這樣的過程結束後，就可以進行一對一的大圓滿教學，在此階段，上師會教導弟子如何認識自己的心，以及心的本性是什麼，對於根器較好的弟子，上師會直指本性，弟子當下即可開悟；如果弟子的根器不是那麼敏慧，也可再行練習，之後再向上師報告，這是白玉最主要的修行。

問：仁波切來台快滿四年了，請問仁波切對台灣弟子在修學佛法上，有哪些期望及勉勵，現代人如何本分修行？佛滅渡後，佛弟子以戒為師，以三法印分辨正邪，請問寧瑪巴是否也有此說法？

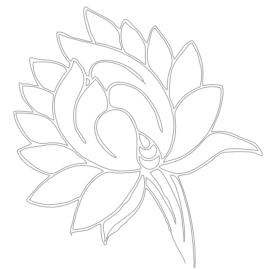
答：台灣是佛法因緣很不錯的一個地方，學佛的弟子也相當虔誠，有許多值得讚歎之處。個人覺得佛法就是「講」和「修」，也就是傳法和修法，台灣也有許多佛寺，但如果沒有佛法的實修，寺院也只是房舍，將無法傳承真正的佛法，因此寺院講堂除了硬體設施之外，還需要有實修佛法的人和佛學院，讓說法和修法結合，才能讓佛教久遠的傳承下去。

身為一個佛教徒，心量要放寬，理想要高遠，心量如果能夠放寬，理想也是至高無上的話，就像大圓滿法所說的，即身也可以成佛，受此三昧印，就可成佛，在末法時代，這樣的成佛並不是不可能。有些修學密法的弟子在持咒或在觀想本尊時，能夠面見本尊，但也有很多弟子因無法見到本尊而退失信心，因此我們要放寬心量，不能退轉，只要有心，理想一定可以達成。在末法時代，很多人學佛不但沒有用心，而且還失去學佛的信心，這是不應該的。人身難得，生而為人且又有機會修學佛法，是件很有福報的事，如果沒有福報，不會值遇佛法。在末法時代值遇佛法，如同鑽石般珍貴稀有，這是值得珍惜的事，因此我們要以一份歡喜和難得的心情來修學佛法，在證悟上才會有幫助。

西藏佛法也是有正法、像法、末法時代的講法，甚至講四法印，這與漢傳佛教是一樣的講法，但不一樣的地方是，寧瑪巴認為在末法時代，大圓滿的佛法會特別興盛，如同燃燒的火一樣，會越燒越旺，這是寧瑪巴特殊的地方，大圓滿法本身的加持也會越來越強，而律法則會慢慢走向衰退。佛陀涅槃前，告訴阿難陀尊者，說他度化世間的時間已結束，將入涅槃，且向阿難陀尊者授記蓮花生將會出現，他會把密法弘揚光大，密法在末法時代將更為興盛。

問：請問什麼是菩提心？佛弟子應如何生起菩提心？如何將修行融入生活當中？

答：菩提心是整個佛法的精髓，想要成佛，只有菩提心才有辦法成辦，若離開菩提心，則無法成佛，因此菩提心是成佛最重要的資糧。菩提心對於個人乃至整個社會也是非常重要的，國與國之間會發生戰爭也是因為菩提心不夠，因此小至希望家庭和睦，大至祈求世界和平，都必須修習菩提心。有些人的菩提心是與生俱來的，他先天就有





菩提心的修為，而有些人的菩提心是修習出來的。修習菩提心有一定的次第，透過練習，可讓它逐漸在自己的內心生起。

如果我們對如母有情有份願心，願一切有情離開苦與苦因，具足樂與樂因，這是多麼美好的事情，如果能這樣訓練自己，慢慢的，菩提心也可以從自己的心中生起。舉例來說，就算是一隻螞蟻也會有離苦得樂的願望，只是牠是昆蟲，不知該如何修習，如何才能離開痛苦，我們雖然無法給予牠幸福安樂，卻可以發願——如果牠能具足樂與樂因，遠離苦與苦因，會是多麼好的事情，能這麼想的話，就能讓菩提心逐漸生起。

有的人在聽聞佛菩薩的故事或傳記，或是在見到自己的上師會不自覺留下眼淚，這就表示此人有菩提心的因，有菩提心的種子。也有的人，當他看到別人肚破腸流，卻沒有生起絲毫悲憫之心，這樣的人可能就是沒有菩提心。當我們遠離貪瞋、遠離執著時，我們的修行就可以融入生活，反之，若貪瞋之念還在，修行當然就無法融入生活了。🕉

佛法的修行

棍秋久美仁波切 開示

所有對佛法有信心的大眾，都冀望藉由修行佛法，以求自輪迴的痛苦中解脫，並得到究竟解脫的快樂。所以有心修行的大眾應當將後續所載之佛法精華內容牢記於心，以便實修實行。

此生中，我們有幸投生於暇滿珍貴的人身並有機會修學佛法。而與生俱來地對於修行佛法具有希冀，並且天賦異秉的可以接受精神導師的引導教授，這樣可以體會佛法義理的基本條件是很難覓得的，這是極為重要的難得條件。因此，我們應該戒除所有會虛擲生命、讓珍貴人身喪失的不善行，並自許在此生與來生中，都當奉獻此身於利樂之源的純淨精神持修，也就是佛法。