

賈札仁波切談素食護生（一）



● 本刊編輯室 整理

編按：

夏札仁波切，又名桑吉多傑、朝嘉多傑、夏札布達班札。尊者是寧瑪巴大圓滿成就者，藏人稱之為「夏札」，即捨世之意。此篇訪談稿源自於二〇〇七年十一月月出刊的《白玉法訊》，內容詳載仁波切針對素食、肉食過患、護生等問題提出的精闢見解。專訪結束後，仁波切對來訪者說：「今天你來此問以上問題，而且我也回答了。這非常好，我很高興。你必須將我們的問答記錄下來，以便流傳。我們在這兒，這裡是蓮花生大士的巖洞，我們在這兒進行問答。讓其他人聽聞到這些內容是非常好的。當你寫書時，記得把我們的訪問放在前頭。謝謝！」

壹、仁波切談素食的八項問答

一、您為什麼決定吃素？何時做此決定的？

答：在許多基乘（小乘）與大乘的經論裡都有提到我們不應吃肉，在密續裡也有提到我們不應享受酒肉。我作此決定，因為我是釋迦牟尼佛的弟子。作為一位修行者，我不沾酒肉，也要求別人不要碰這些東西，我之所以這麼作是想鼓勵別人。當我在四十七歲抵達菩提迦耶金剛座時，在十方諸佛菩薩前，立下盡形壽不食酒肉的誓願。

二、為什麼您覺得素食對修行而言是重要的？

答：如果我們吃肉，這將違背我們皈依佛法僧三寶的誓言。因為當你吃肉時，必須有一生靈死亡。因此我放棄肉食。

三、有人說，當我吃肉時可為牠迴向發願，因此吃肉是慈悲行。除了最高成就的喇嘛或瑜珈士，您同意這種說法嗎？

答：確實某些已經證悟的成就者，可藉由某種禪定力所引發的神通，讓他僅吃動物的少許肉，便能將被吃的動物從死亡中復活、往生三善道或獲得覺悟。但是這麼做的目的不是為了一己的維生，而是只為了幫助那個眾生。我本身沒有那種神通的力量，因此我不吃肉。在一餐中吃肉，與藉由神通力吃少許肉以超渡眾生，是有天壤之別的。我本人只是個普通凡夫，並不具備那些功德。因此，我吃肉的結果與你們或其他在家人吃肉的結果相同，會違背戒律，造下惡業。我不會假裝有特殊功德與神通而吃肉，因此我完全禁絕之。

四、您是否認識其他喇嘛素食者？

答：有許多西藏的喇嘛是素食者。他們有來自寧瑪、薩迦、格魯等教派。但是，相對於吃葷的喇嘛，素食的喇嘛是比較少的。我現在已經八十八歲（二〇〇九年已屆九十七高齡），至今我曾碰到不少來自西康、安多等地的西藏素食喇嘛。有些喇嘛吃葷，有些喇嘛吃素。在我西藏的寺廟裡，吃葷、吃素的喇嘛都有。

五、許多美國的佛教修行者吃葷，是因為他們的西藏上師也是吃葷的，您對這件事的看法如何？

答：許多古代印度的成就者喝許多酒並展現許多神通。其中一位叫做毗魯巴，他喝了整天的酒，然後用神通力將太陽在空中止住不西沉。另外像那若巴、帝洛巴等偉大上師。如果你也有那種功德與神通，你就可以不用遵循一般人的戒律標準，你可以喝酒吃肉。那些具足神通力用者可以傳授許多偉大的教法，並利益所有眾生。這些都端視行者證悟的深淺而有不同。一位喇嘛只要具足如上所說的功德與神通，他便可以喝酒吃肉，並將眾生安置於正道。

六、依您看，流亡在外的西藏佛教徒是否已經在減少葷食，而盡量素食？或者，葷食已經成為西藏文化根深蒂固，難以改變的傳統？

答：在西藏，除了肉類與糌粑之外別無主食，西藏地處高緯度，近似凍原地帶，因此蔬果極少。但是當我們流亡到南亞地區後，各種蔬果極富營養，且垂手可得，因此我們沒有必要依循過去西藏的飲食習慣。我們不可以過去西藏的習俗當作吃葷的藉口。依據我的經驗，素食有許多利益，我現年八十八歲，打從我斷絕肉食之後，從未生過重大疾病。不僅如此，我吃得好、睡得好，四肢敏捷，耳聰目明，這些都是素食帶來的利益。不吃肉並不會讓我生病或死亡，甚至連一丁點負面的影響力也沒有。無論是坐船、搭飛機等交通工具，我不曾嘔吐、昏眩或頭痛。我跟大家一樣是血肉之軀，且證實素食不會如許多西藏人說會影響健康。從我身體力行中證實，素食只會帶來利益。

七、許多西藏人引一段經文，說明三淨肉（不見殺、不聽聞殺、不為己殺）是可以被接受的，仁波切的看法如何？

答：吃沒有見到被殺的肉，就好像偷東西沒被抓到一樣。如果只要沒被抓到就不犯偷盜，或許吃沒有見到被殺的肉就不犯戒是有可能的。但是，事實不是如此。就好像說髒話只要沒被聽到就算無過，這是沒有道理的。殺、盜或其他惡行是無法逃過因果的。就算其他人沒有看到你的惡行，佛菩薩及本尊們都已經清楚地看到了。有句西藏的諺語：「雖然犯罪沒被別人抓到，但是每次都被上天抓到。」要想人不知，除非己莫為。我們的一舉一動，天地神明與本尊們都清楚地看到了。他們看到，且知道你吃肉意味著你正在協助屠夫殺害生靈。這就是我的回答。

八、有些出家眾說既然在種植蔬果時也傷害了許多的昆蟲，因此吃這些蔬果與吃肉沒有甚麼差別。仁波切的看法如何？



答：這意味著你不可吃任何食物，且會餓死。倘若你決定在一個月內不吃任何會傷害昆蟲的食物，那麼你將會死亡。如果你死亡，你寶貴的暇滿人身就浪費掉了。因此，若你讓自己的身體毀壞，這與自殺無異。當你從稻米中看到昆蟲時，可以將牠安置在他處放生之，你並不需要殺害生靈以獲取食物。就像是我們走路時也會踐踏到小昆蟲，但並不因為我們沒有看到就表示我們沒有造任何殺業，畢竟因果絲毫不爽。

貳、有關菸酒的開示

仁波切位於聖地楊列雪的寺廟有兩個看板提到肉食。第一個看板位於任何信徒進入寺廟前，都會看得到的地方，這四公尺見方的看板上頭以藏文、尼泊爾文以及英文寫著：「本寺嚴禁肉食、菸酒及玩牌賭博。」除了不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語之外，佛教的主要戒律還有不飲酒。在家的西藏佛教徒把不飲酒戒持守清淨的並不多，但是仁波切一點也不能忍受弟子中有飲酒惡習者。幾年前，在仁波切的房間內有一張已經往生喇嘛的相片（很確定是這位喇嘛的弟子放的）。當仁波切看到這張相片時，說道：「這個人有飲酒的惡習，他已經破戒，不要將他的照片放在我房間，將它拿開！」侍者將此照片從木框中取出，且發現此照片下有另一張照片。仁波切又問這人是誰，侍者說是這喇嘛的兒子，而他也是一名酒徒。仁波切說：「他們父子一個樣，將他們的照片都拿開！」有關抽菸，仁波切曾說：「抽菸的主要過失在於它會將頂門的梵穴封住，在臨終時，將很難修持頗瓦法以脫離輪迴或往生上三善道。因此，所有修行者，無論是為自己或他人著想，千萬不要抽菸！」

第二個看板立於大殿外，以藏文及英文寫著：「吃眾生肉以長

我肉，怎能修持大悲心？為了健康、環境與動物著想，請斷絕此卑劣惡習。」此用保護框框住的大看板是南印度卓千寺廟的動物權團體所製，由此可看出仁波切是多麼重視這個戒律。

寧瑪偉大上師塔唐祖古仁波切的女兒貝瑪與賈札仁波切家庭很熟。在西元二〇〇〇年的訪談中，她曾經透露素食在仁波切慈悲心修持上的重要性：

在賈札仁波切座下修學佛法，吃肉是最忌諱的事。仁波切與動物關係極為親密，他十分愛護動物。他喜歡看有關野生動物的電視影帶。他的大悲讓他斷絕肉食。在卡窟塔，他將所有資財換得七十輛大卡車裝運的魚，然後將之放生。這是他每年最重要的慈悲行之一。在每一大桶魚放生之前，他會為之唸誦祈願文，讓這些眾生得以往生三善道。在佛法上，光是諸惡莫作還不夠（如不吃肉等），我們還需眾善奉行（如積極護生）。對此，仁波切身體力行不輟。他與廣大眾生的因緣極深，他非常關心牠們的苦難。

仁波切常去印度充滿血腥、殘忍的動物屠宰場。有一次，他帶我及他的女兒薩喇瓦媿去那兒走一趟。這是一個外表很華麗，有鮮花與雕朔裝飾的建築物。仁波切買了一些籠中鳥，後在屋頂將之放生。之後，我們到達羊屠宰場。一開始，我無法睜開眼睛看這恐怖的一切，但無論如何，我還是看到了一些。無辜的羊兒被殘殺，血流滿地。我真的嚇呆了！仁波切平靜地走在血泊中，如同在修持動中禪定一般。見到這些，他一點也不膽怯。☉（待續）

本文節錄自《白玉法訊》第八期
民國九十六年十一月出版

