

從玉樹說起(一)

◆ 希阿榮博堪布

編按

希阿榮博堪布誕生在聖地玉隆下邑容擦朗地區，從小就具有強烈的慈悲心，相續剛正、聰慧伶俐，對所有人都具有饒益之心。他尤其喜歡布施，而且誓言堅貞、膽識過人，無論面對高貴或卑賤者，待人處世皆十分果斷。堪布自青少年時期起就未曾間斷過講經說法，後來在喇榮五明佛學院時，更是年年輪流擔任顯宗五部大論密續班、共同學科班、修心班，以及大圓滿竅訣班等各班級的授課任務。作為授課的主要堪布，俱生就擁有許多世間與出世間高尚品行的他，擅長以幽默或玩笑的方式導人向善，為眾多求法者常年不間斷地傳法，培養出不少具備戒、智、賢三德的優秀弟子。除了講經說法，向眾人廣宣共、不共之佛法精髓，堪布同時對藏民族的歷史文化、語言文字、風俗習慣等寶貴傳統，亦強調繼承與發揚光大，以清淨的發心，將藏文化的歷史重任，自覺地承擔起來。

頂禮本師釋迦牟尼佛！

頂禮大慈大悲觀世音菩薩！

頂禮大恩根本上師法王如意寶！

壹、無常

災難，猝不及防。儘管我們聽聞過有關無常的教言，明白

萬事萬物時刻都在變化，人生不免在得與失之間起起伏伏，可我們還是難以接受生活以這樣猛厲的方式揭示無常的真相。無常，為什麼不能來得溫和一些？

時間也是空間，隔開了災難與我們。對大多數人來說，只有隔著適當的距離，才能把事物

看得更清楚；而太近，會被情緒淹沒，太遠，就遺忘了。

無常似乎總是不夠溫和的，因為我們只有在面對強烈的痛苦、分離或死亡的時候，才會注意到無常。佛陀說諸行無常，一切合和的事物都是無常的。我們能理解這層真理，但落實到個人體驗上，無常仍然是指事物不按我們的預期或喜好發展時，令人懊惱、憤慨的狀況。

說到底，我們還是不夠謙卑，不肯完全放下心中的傲慢和成見去認識無常。

如果我們認為某些無常是好的、溫和的、可以接受的，而某些無常是不可接受的，那麼我們並沒有真正領會諸行無常的深意。

如果我們認為某些人、某些物、某些現象理所應當比其他人、物、現象更具恆常性，那麼我們也沒有真正領會諸行無常的深意。

地震後，有些弟子問我，

為什麼在全民信佛、寺廟遍佈的藏區也會發生這樣的災難？

出於虔誠的信心，很多人會想：凡是與佛教相關的東西都應該能夠憑藉某種神祕的力量而逃脫無常的定律。看來大家還是願意相信存在一個恆常的東西，期待自己敬仰傾慕的人、自己喜愛、熟悉的事物和狀況永遠保持讓人滿意放心的那個樣子；然而佛陀希望我們明瞭：一切都會耗盡，一切都是無常的，沒有例外。

即使佛陀本人也示現了疾病、衰老和圓寂。在佛陀的教法中，具足地道功德和神變的結集經教的五百阿羅漢，以及後世無數的大成就者，四大自然，水不能溺，火不能焚，遠離損害，最終也都一一趣入涅槃。

當年學者雲集、盛極一時的印度那爛陀寺，曾是佛法傳播的中心，後被外道侵佔、摧毀，如今只剩下荒野裡幾處殘垣斷壁。蓮花生大士開光的桑耶三層寶頂宮殿，遭受火災，

毀於一旦。阿育王興建的佛塔，美輪美奐，轉眼間也化作風中的粉末，消逝無蹤。

佛陀傳下來的八萬四千法門，無數的經典，一部部都將失傳。光芒萬丈的教法，給無量眾生帶來利益、引導我們究竟解脫的具有不可思議加持力的教法，終將湮沒在歲月的長河中。

三寶的護佑和加持不是要強化自我和安全的幻覺，讓我們相信自己套上了一個「金鐘罩」，從此刀槍不入，水火不侵。懷著這種心態面對變化莫測的世界，我們只會更脆弱。三寶的加持，關乎我們內心的轉化。不論通過何種形式表達對三寶的皈依，如果我們的內心因此而不斷向良善的方向轉化，空性的見解和菩提心不斷增上，那便是得到護佑和加持了，因為沒有什麼比這更能讓一個人的內心堅韌、寬廣。

有人說這次地震，震區的藏族人面對家破人亡，表現出別樣的悲傷。沒有慟哭。沒有

呼喊。街邊的廢墟提醒著地震的剛剛發生，而整個城鎮的氛圍卻是平靜的。

人們積極地自救，互相幫助。年僅幾歲的孩子都硬是靠手挖，把壓在廢墟下面的奶奶救了出來。有的人自己家裡遭了災，失去了親人和房子，但是活下來的人一起步行了近一個小時，去幫助另一個朋友。

帳篷醫院裡，年輕的母親用藏袍兜著一歲大的女兒，見有人向孩子表示友好，她轉過身讓小孩離人家更近一些，語言不通，她回頭輕輕地笑。她的丈夫在地震中去世了。

十一歲的鄔金丹增和三歲的妹妹成了地震孤兒，媽媽去世，爸爸不知在哪裡。他每天照顧受傷的妹妹，陪她玩，哄她睡覺。他說自己要想辦法養活妹妹。趁妹妹睡覺的時候，他去安置站的空地上同小夥伴踢球。他說：如果我妹妹一醒，我就不能陪你玩了，快點踢。他背著妹妹去已成廢墟的



家裡把媽媽喜愛的塑膠花挖出來。他希望媽媽在另一個世界過得幸福，也希望「媽媽，保佑我們」。

有的家庭誰也不提逝去的親友，但每晚睡覺前，都各自躺在帳篷裡默默地念經。不想打擾其他人。人們以自己的方式懷念死去的親人。

大多數家庭都有親人罹難，財產損失，有的一貧如洗，但是他們說：只要別人會好，我們就會好。

由於佛法的薰陶，在這片高原上生活的很多人，都能坦然地接受生活中一項基本的事實——無常。他們不認為事情必須按自己的心意發展才對。有生就有滅，有聚就有散。這不過是事物平常的狀態。堅強或者脆弱，接受或者抗拒，生活都會繼續。在繁華中，在廢墟中，生活都在繼續。

關於無常，佛經中講過這樣一個故事。佛陀在世時，有一位叫喬達彌的婦人，她年幼

的孩子病逝了，她非常傷心，到處問有沒有藥能讓她的孩子起死回生。後來，她找到佛陀請求幫助。佛陀說，我可以為你調配這種藥，但需要特殊的配料。你去城裡找一戶從來沒有死過人的人家，向他們要一些芥菜籽拿回來給我。於是，喬達彌高興地去城裡挨家挨戶打聽，卻發現所有人家都曾有人去世。她終於意識到並不是只有她一個人遭受失去親人的痛苦。

她再次來到佛陀面前，佛陀悲憫地開示：你以為只有你在受苦，而事實是一切都是無常。

我們每天都在面對無常，都在面對痛苦和死亡。我不知道怎樣的痛苦和死亡才算溫和。也許是因為我身分的原因，周圍認識我的人，如果親戚朋友遇到不幸、災難之類的事，總會告訴我，希望我能給他們一些安慰和幫助，所以幾乎每一天，我都會聽到一些壞消息。這給我很好的機會，讓我熟悉

人間的苦難、世事的無常，也讓我迫切感受到修行的重要。

大多數人面臨死亡，不論何種形式的死亡，都是身不由己、極度惶恐的。他們所有的知識、技能、思想都只能應對現世的、與生相關的問題，而死亡是什麼，該怎麼辦，他們很少考慮過。

人的一生即使不經歷大災大難，也是很短暫的，幾十年轉眼就過了。也許是日子太平靜，人們輕易就忘記老之將至，死亡不可避免。不要說年輕人，連很多老人也是這樣，好像相信自己能夠一直活下去。前年春天，我在筍熙寺見到那裡的老喇嘛日嘉，八十歲了，修行還是不怎麼精進。他可能覺得自己是索南嘉措上師的外甥，與眾不同，不必為死後能否解脫的事擔心。我當時說了他一頓，死亡近在眼前，他一定要抓緊時間修行。沒想到當年秋天，他就去世了。由於長期接受佛法的教育，面對生活中一般的變化和痛苦，我想日嘉喇

嘛應該能夠坦然處之，但死亡是極其劇烈的變化，伴隨巨大的恐懼和痛苦，我不知道，沒有做好充分準備的他該如何面對。

面對死亡，順利地走過死後中陰的陷阱，是藏族人生命中的大事。只有修行成就很高的人才能做到死生自如，在死亡來臨時自主地決定何去何從；而一般人在感受到死亡的劇烈痛苦時，都不免驚慌失措，全然忘記平日的修行，喪失對中陰境相的判斷力而誤入歧途，失去解脫的寶貴機會。這個時候，如果有人在一旁安慰、提醒、指導亡者克服死後的驚恐，鎮定下來，清晰無誤體認自性之明光，或者辨認其後出現的諸佛菩薩清淨淨土之顯現，那麼亡者即可獲得解脫。誠信佛教的藏人在親友死後，一定會想辦法為亡者超度，幫助他們順利度過死後中陰這個至關重要的階段。這次地震中，若家裡有人不幸遇難，活下來的其他人，首先考慮的不是自己有

多悲痛，或者以後的日子怎麼過，而是一定要想方設法找到亡者的屍體，為他們超度，因為活著的人還有機會修行，還可以繼續為解脫做準備，而死去的人若不能把握住這次機會，再循業流轉，以後還有沒有這麼好的解脫的因緣就很難說了。無論天葬、火葬或其他喪葬形式，都有特殊的超度儀軌和安排，不是簡單地把屍體處理掉。對佛教徒來說，幫助親人獲得解脫就是對他們最有力、最有意義的關懷。

人生短短幾十年，我們要面對大大小小無數的變故，要一次一次痛苦地面對親友的離世，最後是自己離世。

如果能認真把佛陀的教言融會於心，我們的人生也許會更從容一些。

貳、因果

每一件事的發生都是眾多因果關係共同作用的結果。由

於認識能力的局限，我們往往只能看到無限的因果相續中有限的某個片段。當事物的來龍去脈在空間或時間的跨度上，超過了目前的認識範圍，人們很自然就會懷疑是否凡事真的有因有果，可是我們要知道，細說從頭，連神通廣大的阿羅漢也不能完全說清楚啊。

據說佛陀有一位叫周利盤陀伽的弟子。他當初想出家，卻被佛陀其他的弟子攔在門外。佛陀問：為什麼不讓他出家？那些弟子都是有神通的阿羅漢，說觀察過這個人，五百世都沒有跟佛結過緣。佛陀就說：你們只能看到五百世以內的因緣，五百世以前他曾投生為一條狗，無意間供養過我，跟我結了緣，所以這一世會跟我出家學法。

南瞻部洲是業力之地。投生到這裡來的眾生，絕大多數是被往昔的業力牽引而來，所以這一生的際遇不僅與此生的身心活動有關，而且反映出

前世的行為所產生的後果。有些果報的起因可能要追溯到幾世、幾百世之前，但是不論時間隔多久，果報都不會自動消失。拿惡業來說，清淨惡業主要有兩種方式：主動地積植德行，懺悔、清淨業障；或者被動地等因緣成熟、果報顯現，顯現後因果自然了結。

當年，舍衛城的帕吉波國王率軍進攻釋迦部落，大肆屠殺釋迦族人。佛陀的聲聞弟子中神通第一的目犍連尊者為了保護佛陀的親人，用神力把他們裝在鐵鉢中舉到半空，以為這樣就能躲過劫難，可是等敵人退去，鐵鉢拿下來一看，裡面血肉模糊，所有人還是死了。可見因緣一旦成熟，沒有什麼力量可以阻止果報顯現。

即便是斷除一切業惑障礙的佛陀和阿羅漢，顯現上也要感受自己的業果。在帕吉波國王殺戮釋迦族人的同時，佛陀也頭痛起來。眾弟子請問原因，佛陀說：以前釋迦族人以捕魚殺魚為

生。一天，他們捕到兩條大魚，沒有立即殺死，把它們繫在柱子上。兩條大魚感受無法忍受的乾燥之苦，在地上輾轉翻跳，他們發願將來一定要報仇。以此因緣，兩條大魚後來轉生為帕吉波國王和瑪拉洛大臣，被殺的其他魚類轉生為二人的士兵。今天他們要將釋迦族斬盡殺絕。我當時投生為一位漁夫的小孩，看到那兩條大魚受苦的情形，禁不住笑了起來，以此業力感得今天頭痛。假使我現在沒有獲得功德圓滿的佛果，今天也將被帕吉波國王的軍隊殺死。

這個世界看上去千頭萬緒、混亂無章，充滿不可思議的巧合和令人費解的衝動，但其實每個人都被業力牽引，各自造作因緣，各自感受苦樂的果報，不會有錯漏。這次地震，我聽說有一個叫香巴的德格生意人，在玉樹安家落戶。不知為什麼，地震那天凌晨三點，他突然跑出家門到外面的旅館去住。地震中，他家的房

子完好無損，家裡人都沒事，他住的旅館卻塌了，他被壓死在裡面。香巴的妹妹怕後面的餘震傷到孩子，決定帶孩子回德格老家，誰知就在臨行前與親友告別時，她一不留神，孩子被車軋死了。另一個我認識的人，地震時卻是因為外出住旅館而逃過劫難。像這樣的故事還有很多很多。

業是動態的，在梵文中，業的原意是「行為」，行為產生後果，後果引發新的行為，如此因因果果前後相續，構成一股勢能，不斷有新的因緣加入其中，雖然其整體趨勢很難改變，但新的因緣（即新的行為）卻能增強或削弱它的力量。比如有一些人今生修持善法、修習空性，本來後世將轉生惡趣的業便在今生成熟，在投生為人尚有取捨善惡的自由時，感受惡報的痛苦，了結一段惡性因果，以後便不會再受此一報。同時，因為此生受惡報時，內心懷著善意的發心，也就開啟了新的良性的因果。

如果新的因緣本身力量足夠大，完全改變業的趨勢也不是不可能的。就像密勒日巴尊者最初造罪業，本來一定會墮入地獄，但他後來以常人難以想像的堅強毅力和堅定決心，精進修持正法，不但沒有墮地獄，反而即身成就了佛果。

當我們看見別人在災難中死亡、受苦，不要認為這一切都是無緣無故、偶然發生的，也不要想那是他們咎由自取。有些人可能是佛菩薩，以死亡和苦難這種特殊的方式向我們示現無常、無我和慈悲。有些人通過積植德行、修持正法而改變了往昔的因果，重罪輕罰。有些人了結了某些因緣，將要去往別的淨土……

世間萬象如此複雜深奧。我們須保持謙卑，以及探究真理的熱情。

參、共 存

為什麼會有災難？

希望我們問這個問題，是出於對眾生共同命運的憂慮，和對人類自身行為的反省，而不是想找一個責備的物件。

我們生活的這個星球好像從來就不缺少問題，天災人禍從未曾間斷過。翻開報紙，每一天都有災難、衝突、搶劫、淫亂、詐騙的消息，每一天都有人因此在死去、在受苦，而我們總要等到災難近在咫尺，才意識到問題的嚴重。

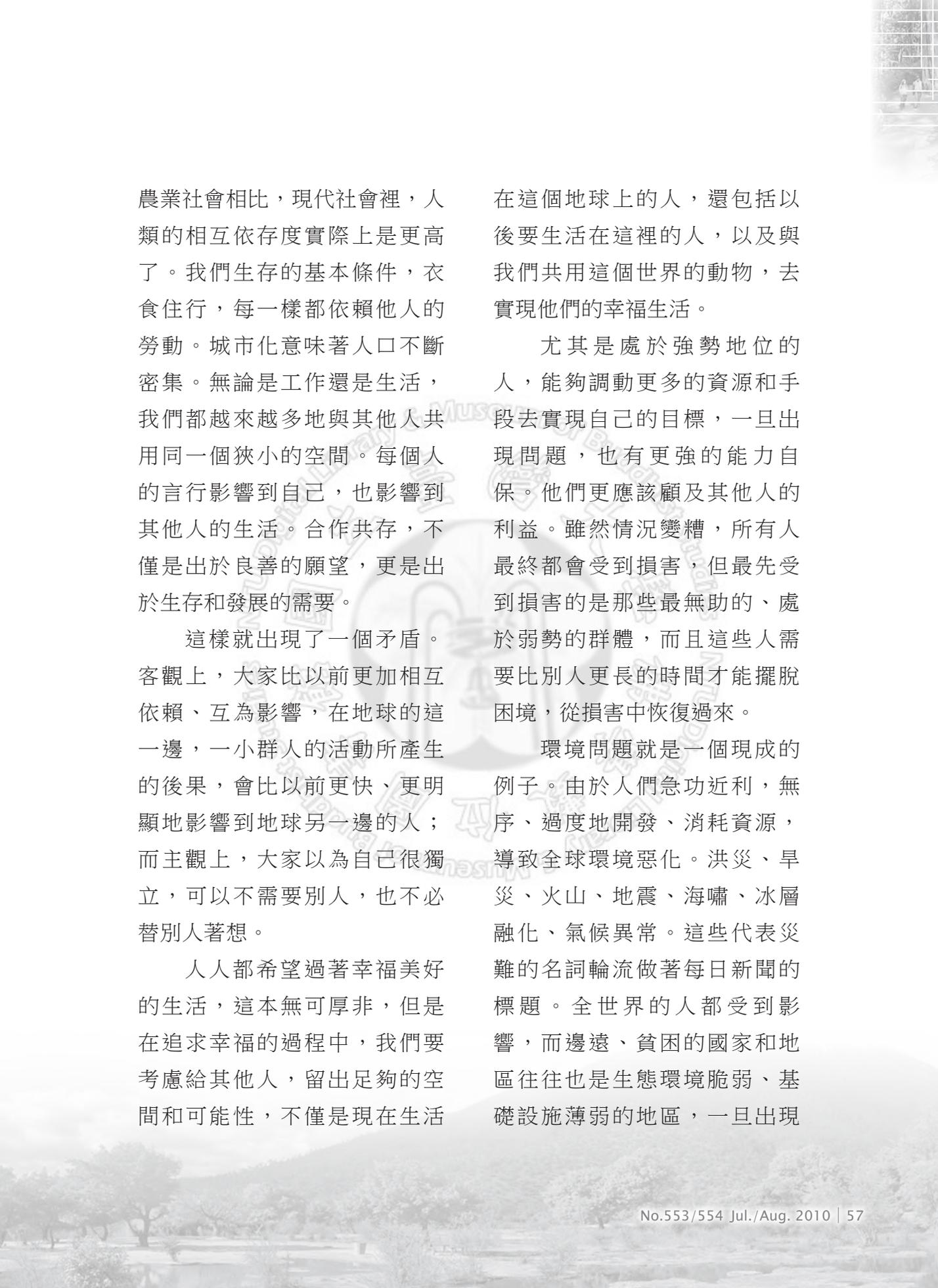
這正是癥結所在：我們只關心自己，以及周圍極其有限的空間裡的幾個人、幾件事。在這個小圈子以外發生的事情，不過是又一條新聞而已。有人遭受災難，經歷痛苦和死亡，又不是我們造成的，再說，我們又能做什麼呢？

相信自己與萬物是分離的，這樣一個錯覺，強化了人心的冷漠，讓人不覺得自己應該對他人、對社會和整個世界承擔什麼責任。

的確，現在人們的生活越來

越依賴機械和只要花錢就能買到的服務。很多事情，以前可能需要一家老小齊上陣，甚至呼朋喚友一起來做，才能做好，現在只需打個電話給專業公司就行。這當然有其積極的一面，我們的生活更方便、獨立了，但同時，我們也越來越難得有機會在商業關係之外，與他人交往、交流。現在的人不善於建立、發展友誼，交往的圈子很小，除了同事、家人外，沒有多少朋友，而實際上，友情，朋友之間相契相投、可以分擔憂愁、分享快樂的這種關係，對我們的人生來說非常重要，也是其他很多關係的基礎。人們把擁有盡可能大的獨立性看成是人生成功的標誌，有自己的車、自己的房子、自己的辦公室等等，盡可能地不需要別人。有人因此認為能否過得幸福快樂完全是自己的事，與其他人沒有什麼關係，只要自己有能力得到想要的東西就行了；至於其他人是否過得幸福，也與自己無關。

另一方面，與自給自足的



農業社會相比，現代社會裡，人類的相互依存度實際上是更高了。我們生存的基本條件，衣食住行，每一樣都依賴他人的勞動。城市化意味著人口不斷密集。無論是工作還是生活，我們都越來越多地與其他人共用同一個狹小的空間。每個人的言行影響到自己，也影響到其他人的生活。合作共存，不僅是出於良善的願望，更是出於生存和發展的需要。

這樣就出現了一個矛盾。客觀上，大家比以前更加相互依賴、互為影響，在地球的這一邊，一小群人的活動所產生的後果，會比以前更快、更明顯地影響到地球另一邊的人；而主觀上，大家以為自己很獨立，可以不需要別人，也不必替別人著想。

人人都希望過著幸福美好的生活，這本無可厚非，但是在追求幸福的過程中，我們要考慮給其他人，留出足夠的空間和可能性，不僅是現在生活

在這個地球上的人，還包括以後要生活在這裡的人，以及與我們共用這個世界的動物，去實現他們的幸福生活。

尤其是處於強勢地位的人，能夠調動更多的資源和手段去實現自己的目標，一旦出現問題，也有更強的能力自保。他們更應該顧及其他人的利益。雖然情況變糟，所有人最終都會受到損害，但最先受到損害的是那些最無助的、處於弱勢的群體，而且這些人需要比別人更長的時間才能擺脫困境，從損害中恢復過來。

環境問題就是一個現成的例子。由於人們急功近利，無序、過度地開發、消耗資源，導致全球環境惡化。洪災、旱災、火山、地震、海嘯、冰層融化、氣候異常。這些代表災難的名詞輪流做著每日新聞的標題。全世界的人都受到影響，而邊遠、貧困的國家和地區往往也是生態環境脆弱、基礎設施薄弱的地區，一旦出現

災害、災難，那裡的人們沒有多少資源和手段可以保護自己，只能聽天由命。

我們曾經認為天災和人禍是兩類性質完全不同的問題，但現在我們逐漸意識到兩者之間的界線其實並不是那麼明確。每一件事的發生都是眾多因果關係共同作用的結果。我們不需要懂得深奧的佛理，或成為所謂唯心主義者，也能知道人的心理活動會影響外在的物質世界，因為正常狀態下人的思想會指導人的行為，而人行為的結果是改變其生存的外部環境。災難不是一朝一夕之故，也不是單純地由某一個原因造成的。自然因素當然發揮著重要作用，在災難爆發的一剎那，自然因素往往是主要的觸發因素，但壓倒駱駝的最後那根稻草不是駱駝背負的所有重量。探究深層的原因，災難背後總能看到人的身心活動所產生的關鍵性影響。

當然，社會學家們對各

種社會活動及其與人、經濟和環境的關係，有專業深入的研究，他們絕對能比我這個外行更全面、準確地分析把握這些問題。我在這裡只是從一個沒有受過專業訓練的普通人的角度，談一談我的觀察和體會。

我發現，人們的生活條件不斷改善，身心的痛苦卻並沒有越來越少。由惡劣的生存環境導致的疾病的確比以前少了，但取而代之的是層出不窮的「現代病」、「富貴病」，像高血脂、痛風、肥胖症。在經濟相對發達的地區，人們的精神壓力也普遍較大，失眠症、抑鬱症的發病率非常高。我們知道，巨大的精神壓力不僅帶來心理上的痛苦，也是眾多生理疾病如心血管類疾病、腫瘤等的重要誘發因素。🌀

（待續）

本文轉載自菩提洲網站
<http://www.ptz.cc/page/index/index.aspx>