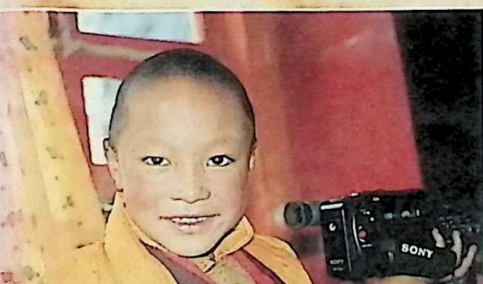


第16期

三乘雜誌

一九九二年九月十日出刊 寶塔山噶瑪噶居寺發行 雙月刊



- 十七世噶瑪巴找到了！
- 達賴法王認定噶瑪巴轉世
- 歡迎加入反菸毒義工行列



創刊人的話

真理的實踐——朝山行



七月，南台灣的太陽像老虎，滾沸的空氣似鐵棒，真讓人受不了。但赤誠的信心却能軟化依賴的環境，外緣的一切阻擋不住內心的渴求——嚮往真理的實踐——朝山行。

一群台大的學生，在導師真量居士的帶領下，頂著大日如來的慈光，不懼炎炎的太陽。從台北乘火車到台南，又從台南坐興南客運搖搖晃晃回左鎮。自南新公路三步一拜，一步一佛號，六字大明不絕於耳，整齊莊嚴的朝向心中堅固的皈依所——寶塔山而來。

柏油路上的小石塊，上下起伏不平彎曲的水平線，每個人臉上的神情，雙頰流下的汗水，混合了寧靜而生的對話，表露無疑，多麼令人感動的畫面。這裡在學生的心目中無疑已是一處淨土，菩提樹長大了，樹蔭正為遊子而成。迷途已久的羔羊，回來享受這份大自然的草園，牧羊人永遠愛著他的羊群。我即是那位牧羊人。

希望之鎖已被發現，泉源將更光明的為人所取，門外徘徊的孩子，望源不近是無法得到的。這時北大的學生做了一件另人高興的事，因為他們的童心發掘了明日傳奇的寶藏。

傳說中，有佛塔處將有聖人出世。信心是一切力量的來源，下一波的朝山將會更盛大，因為寶塔山的寶塔，已經完成了歷史上的一頁，佛陀將再度降生……。



創刊人／洛本仁波切

發行人／王鎮熊

編輯／李克明、周頻伶

財務／柯寶琴

翻譯／林澤君、高文正

陳伶美、釋道妙

協助員／釋道法、郭文宏

陳翠蓮、郭桂秀

蔡錦枝、李素琴

陳大雄、沈怡君

發行小組／陳玉印、林泰宏

婦女會、沈錦慧

發行所／三乘雜誌社

台南縣左鎮鄉左鎮村91-2號

電話／(06)5732103

(06)5731156

傳真／(06)5731146

郵政劃撥／03676623 馬溪祥

打字／日進電動排字社

電話／2220229

地址／台南市衛民街102號

承印者／立展印刷所(施朝原)

地址／台南縣仁德鄉太子村

1-1號

電話／(06)2728081

(06)2723607

傳真／(06)2726941

行政院新聞局登記證／

局版台誌字第7598號

執照登記為雜誌類

中華郵政南台字第459號

目錄

封面：十七世噶瑪巴轉世靈童

法眼

1／編輯室譯

開示專欄

大寶法王語錄

5／釋道妙譯

大手印礎石一四加行

7／夏瑪巴

金剛乘灌頂

8／蔣貢康慈

兩種真理的結合

9／蔣貢康慈

覺悟心光明心

13／蔣貢康慈

三輪法輪

15／蔣貢康慈

高雄工專學生參訪錄

17／編輯室

淺說心經

19／洛本

傳記與文藝

感言

21／楊安民

傷心與發現

22／蔣揚巴也

珠磯集

23／編輯室

白雲之路(十)一雪域行

26／編輯室

西藏行腳

29／編輯室

學佛論著

修行一解脫心要

31／頂果法王

會務報導

39／高文正等

流通啓事

42／編輯室

功德專欄

45／財務組

煙毒復健系列一藥物濫用(一)

51／編輯室

十七世噶瑪巴找到了

55／無爲

請踴躍投稿

歡迎助印

每本工本費五十元

尊貴的達賴喇嘛認定噶瑪巴的轉世

第十六世大寶法王曾經由法王達賴喇嘛所認定。第十六世大寶法王是為西藏佛教噶居傳承之首，於1981年十一月六日圓寂。

其轉世，烏金聽吉，於1985年6月26日出生在一個遊牧民族的家庭，在西藏東部的拉朵已被找到了。

大寶法王的傳統都會留下一封預言的信函細述他們的轉世將在何處。藉由如此預言信函的幫助，達賴喇嘛傳統的做出轉世靈童最後的確認。在1992年初，達賴喇嘛當時在巴西旅遊，被通知到有關十六世大寶法王的預言信。在研讀過那封信和有關在西藏出生的八歲的男孩的消息後，達賴喇嘛確認那男孩是為十七世大寶法王。

在1992年6月29日親見法王期間，依據轉世靈童的詳細情形鑑定。法王接著提出正式的確認信函。信內容如下：

於（藏曆）木牛年生於噶瑪東竹和洛噶的男孩與（由大寶法王留下來的）預言信為同一人，因此確認是為十六世大寶法王的轉世。為他的福祉與他功德的成就而祈禱。達賴喇嘛

由札希旺狄卡龍簽字（代理人）

編輯處譯

致十七世大寶法王長壽祈禱文

法界空性示生起
極其微細且恒久
您以神奇幻化力
示現身相於人間
您以身口意加持
安定人們自然性

喔 噶瑪巴
祈禱您自身無盡
事業繁榮遍世界

嘉察仁波切
中譯 美美

致轉世仁波切，喇嘛僧眾，和傳承的追隨者：

依據大寶法王所留下來無誤的信函和尊勝的皈依與保護者達賴喇嘛的神聖觀察力而完成了皈依與所有他的隨者十七世大寶法王尊貴轉世的認定。這在1992年6月7日由達賴喇嘛確認了。確實的在藏曆的四月十七日新的大寶法王轉世被邀請到「吉尼希達多龍」祖普寺的偉大寶座去，而在祖普，計劃他將在錫金隆德寺登基。顧及到珍貴轉世大寶法王事業的發展和此事業能免除障礙，因此非常重要的所有的僧眾修持者應儘可能的多修瑪哈噶拉和瑪哈噶里法，廣大譯文的十萬薈供，和其他適合的祈禱文。敬請將以上之文屏記於心。

由大寶法王的佛法地方...隆德寺

泰錫度仁波切	祖普嘉厝仁波切
烏金祖古仁波切	貝魯欽智仁波切
創古仁波切	波噶仁波切
本洛仁波切	桑傑年巴仁波切
足芒噶旺仁波切	秋吉寧瑪仁波切
洛本切秋	噶美欽楚仁波切
力巴天貝寧瑪仁波切	卡楚竹殿仁波切
東卓仁波切	利殿吐谷仁波切
旺秋秋楚仁波切	作吉傑聰仁波切
突托吐谷仁波切	年多祖吉仁波切
竹奔仁波切	年多固穹仁波切
狄雅竹奔仁波切	

噶居傳承在達瑪薩拉政府的代表：
洛卓塔欽和棍噶T·塔摩桑

本寺譯經組譯

「十六世大寶法王預言函」

噯瑪霍·自我，覺醒通常都是大樂的；
而法界是無中心亦無邊緣的。

由此處往北方去在東方的冰雪之地。

那兒是為有著神聖雷電自生閃耀的鄉村。

在有著牛隻足跡美麗的遊牧民族地區，

「法門」是為東竹(Dandrup)，而智慧是
為洛拉噶。

出生在所用的土年時，

那個優雅遙不可及的聲音，帶有不可思議
的奇蹟，

這即是為眾所週知的噶瑪巴

他由尊貴的（阿摩噶西狄）所支持著，

身為無教派分別者，他往所有方向傳播，
並無與何者親近和與何者遠離。

他是為所有眾生的保護者，

利益他人的佛法之子始終都是閃耀著的。

請以最誠敬的心來面對這份寶貴的原文。1992
，7月於錫金隆德，由Michele Martin所翻譯
寶塔山噶居寺翻譯組譯

夏瑪巴的認證函

於1992年5月19日泰錫度仁波切，蔣貢康
慈仁波切，嘉察仁波切與我舉行了一場會議，
於此泰錫度仁波切呈示大寶法王的預言信，神
聖的遺囑給我們。這是由錫度仁波切的保護護
身符裡找到的。在那當時，小小的疑惑在我心
中升起，但現在我對錫度仁波切已有完全的信
心了，根據此信，轉世靈童已和此信的內容
被確實的找到了，且更進一步的由達賴喇嘛所
確認是大寶法王噶瑪巴的轉世。

我樂意的承認且今後我將不再繼續進行神
聖遺囑的調查。

夏瑪巴簽名
由烏金祖古仁波切見證
寶塔山翻譯組譯

達賴喇嘛的簡要忠告

致錫度仁波切和嘉察仁波切

於6月30日早上10：45分在「達拉薩拉」錄音

主要的是只有錫度仁波切，與嘉察仁波切
和那些與尋找大寶法王有較密切關聯的人和我
，而我對此事甚感欣慰高興。大致來說大寶法
王是佛法教派裡一位尊勝的上師，西藏的一位
莊嚴喇嘛而特別的是在噶居傳統的噶瑪堪倉傳
承。去找到他的轉世，因此在大致上來說對佛
教一個偉大的利益，而更特別的是對噶居傳承
，所以我非常的高興。

在西藏有個諺語，有偉大佛法的地方就有
絕妙的瑪拉，所以雖然會有些不合協與一些困
難的情形，但這並不是很重要的。重要的是專
注著重在真實和深奧意義的事上。直至目前為
止你們都如此的努力著，將最重要和精華的屏
記在心中，而繼續專注著這些是為重要與嚴厲
的事情。

在今天的世界上，許多人在大致上對佛法
有積極的興趣，而特別的是對東方哲學而更特
別的是為對將經續與密續傳統帶領一起的西藏
佛法。

在未來，會有更多的人對此有興趣。前一
世十六代大寶法王的事業是最為成就的，他深
植了佛法的根且完全的已發揚光大。在此時，
我們佛教徒，追隨著相同的上師，釋迦牟尼佛
，且自認為是祂的弟子，應持續的保有著清淨
的觀和一樣的心為佛法努力，所以無數的眾生
或許能享受到幸福的泉源。通常我們是祈求教
法會幫助所有的眾生，如果這並無立即性的可
能，而至少我們能幫助這些在地球上的，而特
別是為人類。這是非常重要的，所以每個人應
試著任何可能別去傷害到其他的人且能推廣和
平的尊貴法門。

我所求這轉世靈童長壽和他的事業將如前
世大寶法王一樣為了佛法和眾生的利益而發揚
光大。任何他所願之事祈願都能自生的成就完
成。我祈願你們都吉祥如意。

譯自達賴喇嘛的信函中譯美美

墾丁之旅

在短暫的令人心疼的相聚，學生
與我緊連在一起

強勁的海風，夾帶著鹹鹹的味道。弟子們全家親子與北部朝山而來的學生大約百人，一起歡遊台灣最南端——墾丁——。夏日的人潮，青翠的山巒，湛藍的大海，引發遊客的興趣，投入在自我的陶醉幻想中，心境就如海浪，識時是水，迷時是浪。我……向偉大的藍天盡情傾訴，那幻化如網的自性，展露瑰麗的幻覺，「它」其實是無根的。泡沫的追逐，就像一場遊

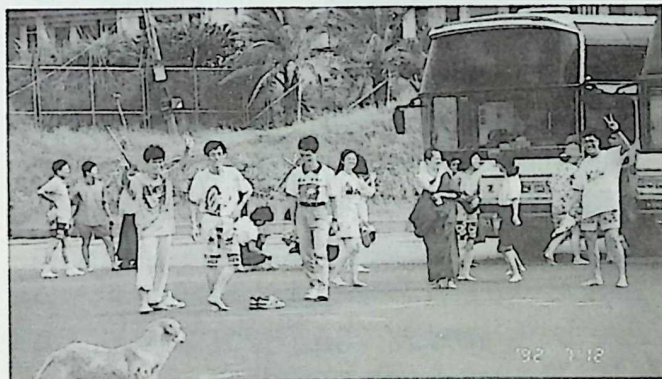
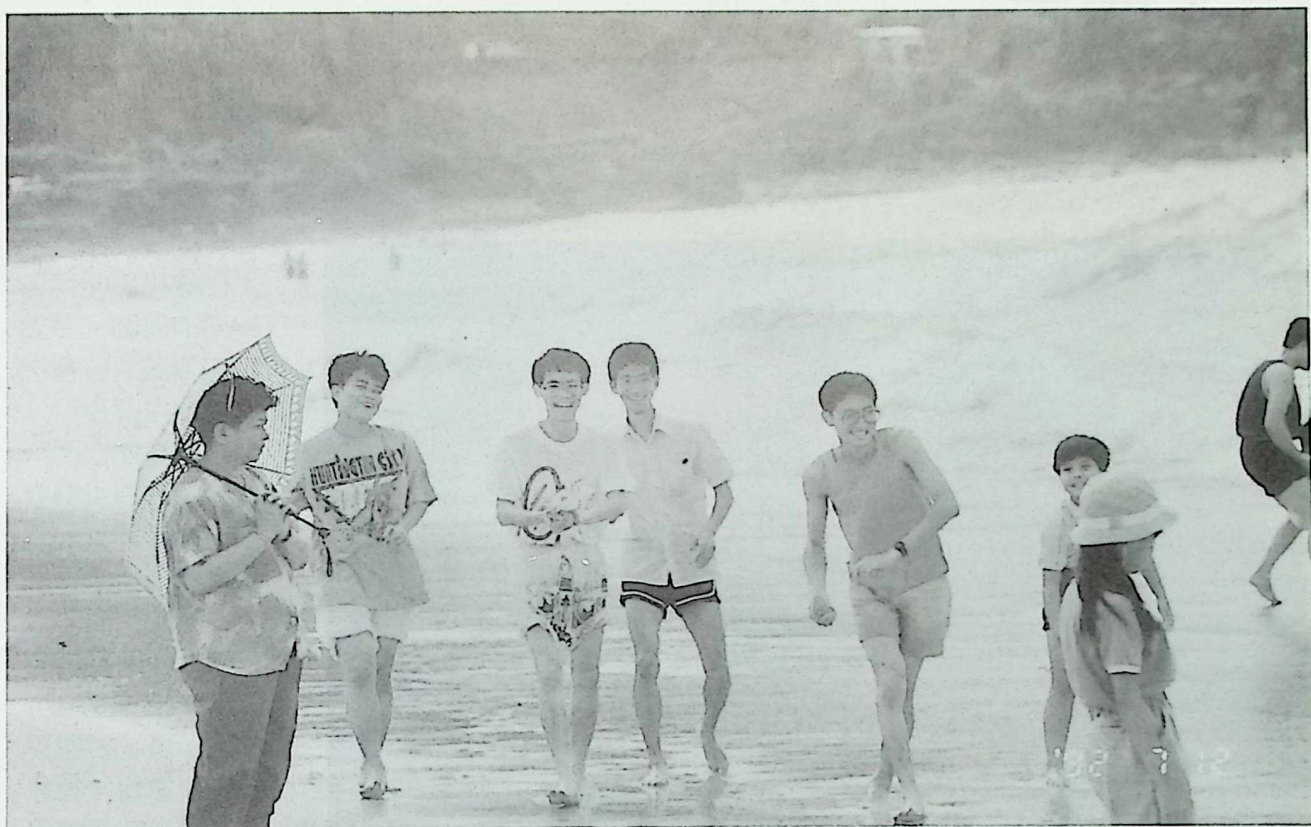
戲那麼無常，此刻的我已讓海洋包圍，海天一線已破滅。無知的遊子，你們不曾了解，無常就如泡影。

看大家滿臉的歡笑，竟也忘了山中歲月催人老，雖無老人月長明。心境頓時讓我感到特別明亮，因為我已投入歡笑之中。是夜，營火棒把夜點綴的鬼異，安民與菲菲賣力的主持讓這鬼異消失了。

我張開雙手，向大家告別晚安，那時真想把大家擁在懷裡，就在這一刻，在音樂、歡笑、起哄、海風、初露、疲倦及無語。你我的互望之中，另一股無須多去解釋的力量，緊緊的握住我們……那就是——愛——

（無為記于墾丁）

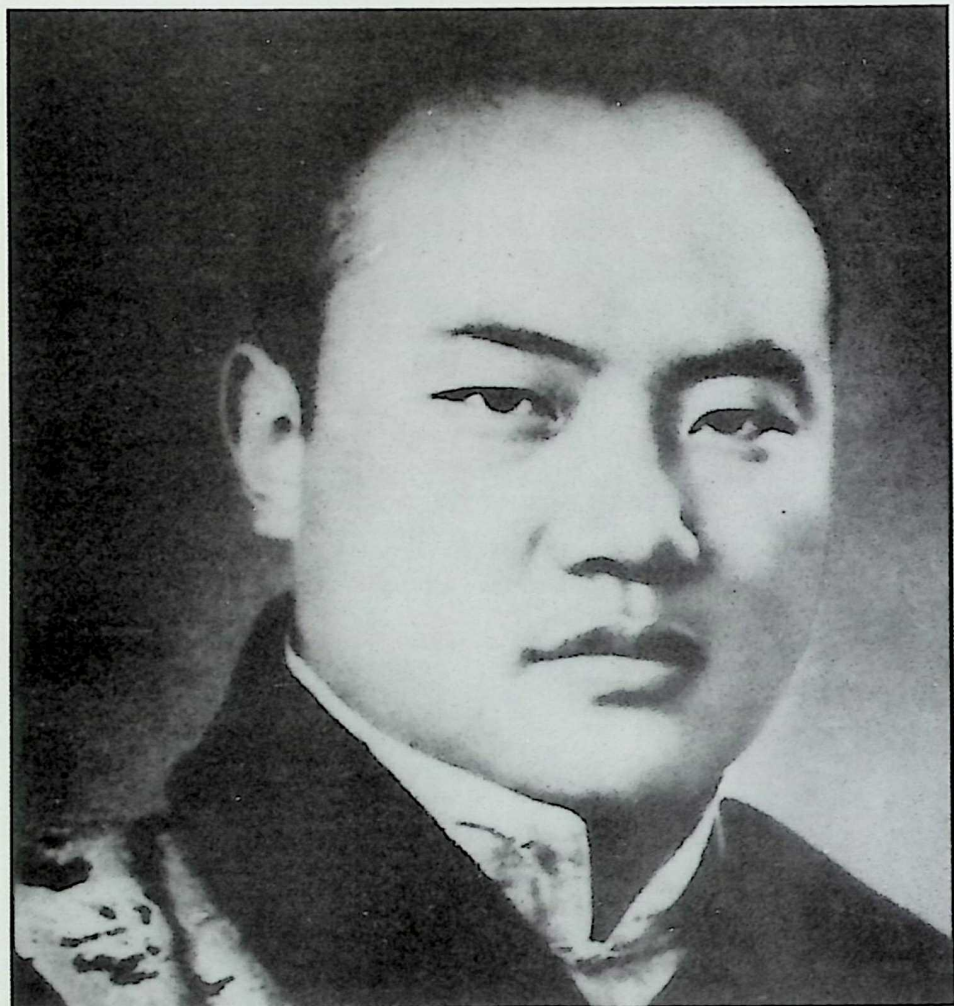




●各項活動精彩的永恒。

法王開示 大寶法王語錄

釋道妙恭譯



●十六世噶瑪巴(大寶法王)。

第十六世大寶法王一九八〇年（電台）採訪集

以下的問題和答案是廣播電台為十六世大寶法王所採訪的摘錄續集。連續刊載的首篇是在Densal的秋季版上。

如何洞察生死輪迴

問：我相信大寶法王對此問題的解答，能談論好幾小時之久，但我覺得有此發問的必要。對生死輪迴的洞察請給予我們更好的解釋。

答：在這世界上有許多人相信輪迴再生，但也有許多人不相信。相信輪迴之說的人，就能輕易的採信業的法則，或因與果的法則。在佛學裡，一個人的生命特質是奠基於：個人對業法

則的誠信度。如果在這寶貴的生命期間，你表現了德行的行為，有利益的行為事業，也就是幫助其他的人，與仁慈和慈悲的事業，如此就有可能，甚至可確定的說，你在來世的生命中，將會體會到幸福的來生。

這就如同是播種一顆好種子一般，接著必須藉助它必要的水份、營養等等，來助長它的成長。因如此的努力，一個確定的結果是：你將會有朵美麗的花朵。

這和生命的道理是一樣的。如果你表現了有利益的事業且能尊重業的法則，有可能你將會轉世為人，有着良好的機會與先決條件，讓你去了解宗教法門的奧秘、與宗教修持，如此使你自已進步到一個不退轉的方向。然而；如果你將你的生命花費在沈迷的惡行上；毀滅你自己和他人的行為，如此即使你在下輩子轉世為人的話，或許你也奪取了更進一步發展的可能性，有可能會出生到一個完全困苦貧乏的環境。這種情況的轉世，不幸的，將會引導至更為否定的事業去，也就是說痛苦的影響結果，而接著會再一次承受着你轉世貶黜墮落的特質。將此簡而化之來說：

你的轉世是依你對宇宙法則，因果法則的遵行而定。

問：我們如何能讓一世的生命，或者是每一世的生命，能圓滿的完成我們的命運，且能不只對人類，甚且整個宇宙盡最大的服務？

答：完成你生命命運的方法，就是跟隨佛法，藉由將大乘教法的學習，且附諸於修持的方法，來利益其他的人。但要使修持成為你生命的根基，你首先必須先了解轉世的過程、和能對業的真實、因與果的真實性有信心。

如果你在生命過程中，有信心且有了解的去追求大乘的教法，你將會因由體會、覺醒、證悟而完成你的命運。如此做了之後，毫無疑問的，你將處在一個幫助人的情況下。不只是你能利益眾生、而且是能普及的。在此觀點之

下，教法是非常有實效。有許多種不同的方法、或巧妙的法門，是我們能適用於生活的。這教法談論到圓滿的道、圓滿的布施、圓滿的持戒、圓滿的忍辱、圓滿的精進、圓滿的禪定、圓滿的智慧。我們能以如此的一個方法，朝向圓滿我們的生活，經由天生的本能，在自生的利益他人的同時，也發展了我們的命運。自動自發、同時且有能力去利益其他的眾生，是來自於「持續且圓滿果報」（其他佛陀的教法），這也就關係到。

圓滿的巧妙法門、圓滿的力量、圓滿的祈求、圓滿的智慧、圓滿的果報。

問：大寶法王可否以結束的評論來給予我們榮耀？

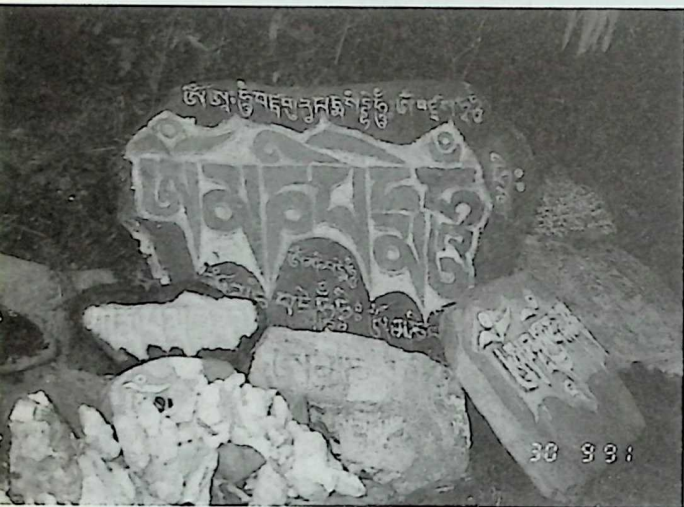
答：大寶法王說：他願意表達他個人的想法，使這國家的人民能在物質設備上、在教育的觀點、在人們和宗教自由的無偏見觀點上、能有順利富裕的生活外，並無其他特別的評論。這種情形提供了美國人民一個確實的機會，以他們純真無偏見的心，佔上適合他們的優勢。宗教特質的統合、調整進入他們的生活、似乎是非常重要的。

法王對這國家的人們，有著非常喜愛與感激的心，而且對政府在他的工作上所給予的合作，非常的感激。這對他來說是極具鼓勵、啟發的，但相對的它也帶有極大的責任感。在世俗的層面來看，保持世界的和平是一種使命。由佛教的觀點來看，發展且升起證悟的心態，經由個人的事業行為、個人的心態、利益所有的眾生為使命。而且最基本最至少：不要去傷害到別人，發展證悟的心態是非常重要的。

大部分的時間都是花費在日常的工作上，嚐試着去滿足世俗生活和其他我們之所須，在如此做的同時，或許有些宗教的修持能夠統合在我們的生活中。這是每個人都有能力去做的事，我們每個人都具有先天本能去發展，只要我們能不從這寶藏的島嶼空手而出。

夏瑪仁波切開示 大手印礎石—四加行

整理：盧家昌、王鄭翰



● 六字大明咒石刻。

四加行對修行具有極大助益

你做完四加行嗎？四加行對修行具有極大的助益，就算不能完成每一個加行十萬遍，仍要持續地去做。它雖然被認為是加行，但是很精深，有很深的涵義。如果把四加行做好，未來修正行、踏上解脫之道，便沒有什麼問題；如果不先將自己良善的品質準備好，即使佛在這裡教你，也沒有用。

四加行最主要就是淨除自身的罪障、累積功德，在抵達目的地之前，我們需要一對好的眼睛，可以看得很清楚；需要一雙強壯的腿，可以行走很遠；需要強健的體力，可以持續到成佛的目標。大禮拜、六皈依、金剛薩埵都可以淨除我們的罪障，供曼達可以積聚功德，上師相應法會將我們過去的善果、善德都發展出來。

四加行是很重要，四加行基礎打得好，良善的品質將深厚，修行就可以迅速的進展，可能今晚修大手印，明早就開悟，甚至可能一剎那就頓悟。

良善的品質、因緣都具足，修大手印的時機很快就會到來

淨化罪障的金剛薩埵法如同有一對好眼睛，供曼達如同有一雙好腿，六皈依、大禮拜可以培養我們的力量，上師相應法等於一個指標，告訴我們怎麼走，使修道越走越清楚、明顯，知道該怎麼走才是正確。如果良善的品質、因緣都具足，修大手印的時機很快就會到來。

修持四加行，一般來說，要圓滿十萬遍，可是，修完十萬遍應該有瑞象，如果瑞象沒有出現，則修十萬遍、二十萬遍都不夠。四加行的圓滿現象，感覺不再情緒化，感覺七情六慾絲毫不存在，像貪、瞋、痴自然地消失，並且發展出很自然、很虔誠的信心，此時心將非常清澄，自然地朝悟道方向行走。

那個時候，我們的心境完全不一樣，現在你們雖然有虔誠心、有信心，可是不同，那時信心會很自然地生起，我們一定要不斷培養菩提心然後來完成四加行，以便朝向解脫之道，不斷地培養菩提心，是極為重要的。通常我給的忠告就是這些，無論是高的、低的、還是中等的根器，我都是給予這方面的開示。

蔣貢康慈仁波切開示 金剛乘灌頂

編輯室



●第三世蔣貢仁波切荼毘前，由眾喇嘛恭請。

一九九〇年加拿大多倫多時輪金剛灌頂前開示

執着的態度凝固在我們經驗中，在傳統顯教經典中被視為困境根源，因此顯經對遣除執着相當在意，尤其是去除感官的執着，而金剛乘並不是藉由易於控制的咒力，或特別的東西去掌握自己的力量，以使經驗的客體被改變；事實上，遣除執着的力量，才是金剛乘主要的關切所在。金剛乘的力量係遣除我們自身的執着而來。

僅有顯乘修持也會成就

正確地說，沒有經過相當顯教基礎的磨鍊，要理解金剛乘的修法是不可能的。也許有人會問：「那麼不經金剛乘而修持顯乘就可以成就嗎？」答案是：「可以，僅有顯乘修持也會成就。」因為必要的法要都已包括在顯乘中，只不過它是以體悟種子起修，因此顯乘成佛要花極長的時間，以長養、耕育這些種子。

金剛乘與顯乘，在作為上沒有太多的不同

，但在方法上是有分別的，金剛乘直接多了，但二者所做完全是同樣。你們必須了解，這是非常重要的。

我想再次談到，金剛乘並沒有藉由某種魔幻的符咒，去轉變認知對象物的方法。而是遣除我們經驗世界中根本的執着。我們可以發現，當我們感到執着後，發現出來的就是不淨的經驗世界。

金剛乘並不存在使用咒術

我要再度強調此點，因為它是非常地重要。金剛乘並不存在使用咒術，以力量控制種種對象，或運用某些藥物、東西，去影響某種變化。許多人都有某種神奇的力量在運作想法，而一個人不是單靠魔法行術就能夠解脫，遠離生命的問題。

當修行帶給我們趨向大悟時，我會看到自己存在於迷惑之中，缺乏生命中的滿足或意義。若以上述錯誤的認知而修行，便會活在迷惑之中，那是一道完全附加的夾層，而全不會帶領我們步向正道中，金剛乘所關切的是執着的遣除，它的目標則與顯示毫無分別。

蔣貢康慈仁波切於美國的開示 兩種真理的結合

編輯室



● 第三世蔣貢仁波切茶毘賓雲集。

前言

世界上有好幾個精神傳統的主流，仁波切認同這些系統的目標都朝向提昇人格，與鼓勵人們發揮潛能達到最高的水平。這些傳統之間的交融非常重要，因為它能促進更大的了解與溝通相互激動的泉源。每一個傳統都是殊勝的，它能恰當地適應各類人群的才智；每一個傳統都有它特殊與專門的方法來表達它的意義與利益。在這講詞中，仁波切把佛教傳統殊勝的精神形象與大家分享。

超越斷滅論與永存論

佛教的教主釋迦牟尼佛作了許多闡述來顯示佛教的看法。佛陀全部的教法，所謂八萬四千法門，可以歸納為兩種真理：即相對的真理與絕對的真理。這兩種真理的割離性是佛教基本的看法，意謂這兩種真理的體性超越永存論與斷滅論的短視定見。任何情況，基本上沒拘束，自然超脫這兩種觀念的範疇。

永存論謂某些東西自己獨立，永久存在。如果這種說法是真實的，那就是說沒有任何東西會改變。但我們知道這並不是現象世界的性

質。世界上的物品都由多種不同的東西合成，某一物品是由各種被命名完全不同的現象所聚合，然後安上一個名堂，被辨認，而後來被當作是一種永久可靠的存在物。不但任何物品都是眾緣和合所產生，任何物品的起源與存在也是相互依賴。因此所有現象究竟缺乏固有的存在性，它們的本質是沒有實體的。佛教的觀點就超越永存論的說法。

斷滅論是說什麼東西都沒有，任何東西都是空洞與抽象。這種見解也不對，因為活動實在有進行，現象的確有生起。佛教的空觀顯示超越永存論與斷滅論的看法，但空觀常被誤為斷滅。即在佛教某些宗派也認為沒有東西、沒有動靜。正確的觀點是超越永存論與斷滅論的。

現象的本質是缺乏有的存在性

為破除永存與斷滅兩個極端，佛陀顯示兩種真理——絕對的真理與相對的真理。相對的真理泛指我們所見和所經驗有各種現象的世界，它的相對性正如我們觀看這個世界的現象而並不是事物的真面目。現象的基本性質就是它們缺乏應有的存在性。可是相對的，這多種現

象的世界存在我們的經驗中，在此，真理的涵義是指從某一程度對某些事物的作用的想法。

例如所有的東西都是相對的存在，所以就產生了長與短的概念，好與壞的差別。如果沒有長的東西存在，就不會有短的東西。如果沒有「好」來比較就不會有謂「壞」，有這個所以有那個，在這相互依賴的相對世界中，當每一事物「長」了，就有它長的作用，當它短了，也就有它的作用。好壞也是如此。因此我們的存在是實在的，在相對的範圍裡這樣子。佛陀指示說如果我們沒去注意觀察所看到的現象，就產生了相對的真理。相對是說它存在，但並不是究竟存在或根本就存在，只是在某一場合它是真理，它有作用。

這相對存在的真理使我們不墮入斷滅論的看法。在某一程度真理中存在的事物，並非究竟存在。許多因素構成某種整體，而不是它們原來就是或單獨就是某種東西。一件事物由許多部份結合而成，因此它缺乏自性。一件事物沒有自性是因為它的生起是眾緣所合成的。沒有短，長就不可能單獨存在；只有在有長的狀況下，短才能存在。瞭解這種構思與現象的互相依賴的性質，可以使我們不致跌進永存論的極端看法，而以爲某些東西會永遠存在。

杯子能盛水已反映它的無常

了解無常觀也能避免一個人去相信永存的論調。如果一件事物永久存在，它就不會變異，也不會活動了。如果有動作，那就顯示了無常。好比如果有人說：「這杯子是無常的。」（上師指他座旁的杯子）他的用意是說，當這個杯子破時，這杯子就不存在了，所以說是無常的。但這只是粗淺的無常觀，更深入的無常觀是指這杯子存在時，時時刻刻它都在蛻變。這杯子能盛水已反映它的無常了。因為它開頭時並不盛水。當這杯水被喝了，這杯子就空了也顯示無常。如果沒有「這是一個杯子」的概念，它自己本身不能證明它存在而顯示它的無常，因此它缺乏所謂「杯子」實在的存在。總

括來說，我們可以看到任何由不同的物體結合而成的東西都是非永久性的。因此世上沒有任何永久存在的東西，沒有任何永久存在的東西，沒有任何經常都不變的事物。如果有某一事物是永久性的，那意味著它是不變的；如果它永久不變，它也就不會有任何活動了。

相對與絕對的真理

回到相對與絕對真理的問題，一個簡單的例子可以幫助闡明兩個之間的差異。（上師把手舉起來）不論我們用那一種語言或特定的字眼，我們大家都會同意這是手。如果有人說這不是手，我們會想他的思路有點不對。從相對的觀點看來，這是手。由於它是手，它能做手的活動，好像拾起一樣東西，把持一樣東西。我們還沒有真正地去考究它，就認定它是手。佛陀並不否認這些動作，也不反對手的作用，這就是相對的真理。

從絕對的觀點看來，當我們辨認手究竟是什麼東西的時候，我們會發現它缺乏手的真義。我們仔細看它，可以見到姆指、食指、中指、無名指、小指與掌。如果我們再詳細觀察，可以見到指甲，不同的關節與包裹它的皮膚。姆指並不是手，每一根手指也不是，掌不是，皮也不是，每個關節也不成爲手。實際上並沒有手，只有一堆的東西結合起來，這個結合體就名爲手。根據命名，這「手」是真實的，但從物體本身來講，它就不真實了。既然世上並沒有所謂「手」這個東西存在，它只是一個集合體，由人命名，而我們向來沒有想到去分析它。因為我們執著這特別的形象，我們從來沒去探討它不是「手」的可能性。從絕對的觀點看來，手的概念，把手看成好像真實存在一樣，同時也缺乏真實存在的條件，這才是絕對的真理，手的絕對真面目。

相對真理不抵觸絕對真理的地位

乍看起來，絕對真理與相對真理好像各走一端，但是並沒有內在的矛盾絕對標題手的不

存在實相。從這沒有矛盾的觀點看來，我們可理解在前頭所提到佛家對這兩種真理不可分割的基本觀點。我們通常思考時，總把事物相互分類，當我們說某事物是如此這般，那就意味它不可能是別的事物了，當一事件事物不存在時，它不可以同時存在。如果它存在，就不可以不存在。

但這兩種真理却包含兩種可能性：根據標題來說。這東西名為手，但手的實性並不存在。這兩種說法並不衝突的見解名為中道，或中道的中觀見解：非是也非不是。這兩種真理並不相妨礙，相對真理不抵觸絕對真理的地位，絕對真理也不抵觸相對真理的地位。中觀的見解超越是與不是，超越有和沒有而本身乃是諸法的實相。

問題解答

問：西洋科學以事物的性質來表示一件事物的存在，對於原子和原子之間的吸引力，有何高見？

答：從佛教的觀點看來，理智探討的作用在於能從我們的生活經驗中，正確地利用事物的真實性能，而不是幻想中的性能。要能身歷這種清醒的經驗，我們先要以理智與分析的眼光來研究事物的性能。如果我們檢驗外在的現象，好比原子，我們會發現沒有任何東西由它自己生出來或自己存在，而是依緣而生起，依緣而存在。

一件事物缺乏固有的存在這一事實顯示它需要外力來使它存在；如果它能單獨存在，則應有能力自己存在。當許多原子結合時，我們可以看到一件東西，但一顆原子本身亦由他物所造成。其中某些成份我們看不到，即使用最先進的科技儀器也沒辦法。在科技還沒有發展到目前的水平以前，我們從沒想到會有東西比原子還小，有可能我們目前認為是最細小的粒子，會由其他更小的微粒所構成。

當分析外在的現象時，時間是一個應考慮

的因素。最細小獨立存在的微粒並不一定獨立存在。這只是時間問題。過去的性能立刻就過去了，現在正移向過去而未來正移向現在。在這三際中沒有任何事物永恒存在。在過去與正移向過去的現在之間與未來之間，沒有任何東西是永恒的。因此通過佛陀的顯微眼睛觀看現象的性質，佛陀看不到任何永存不變與獨立存在的事物。

問：依據佛教兩種真理的看法，人生的目的是甚麼？

答：當我們談起一個人，我們並不側重他的軀體而偏向他那會知、會想與會記憶的心。身心合成一個人，但我們所指的人是指他的心思而不是指他的身體，因為身體只不過是表達心境的興趣、知識、混亂等等的工具。

我們可能在瞬息之間內心比較不混亂而見到兩種真理不可劃分的真相的可能性，這一閃而過的直覺，就是心境的真面目。這種無分別的經驗乃是我們的本性，能以無分別心來待世界乃是覺悟心境的完全清醒。

人生的目的或利益繫於我們有潛能來經驗這完全清醒的心境，不受任何限制。它把我們從由於不能充份瞭解與體會兩種真理的無分別性而產生的混亂中解放出來。人生一直有某種限極，某種不滿。不論我們擁有什麼財產或信賴，不滿現實總會持續，因為我們不確知我們究竟是誰。如果我們有自知之明，那我們就會從不滿與它的隨從——失望中自我解放。

佛陀的信心及安心之所在那裡

問：從宗教的觀點看來，佛陀的信心在那裡？每樣事物在不斷的變動——沒有一樣東西是不變的，只有不是不變的。手所以名為手是因為這樣才不致與腳混淆起來。信心在那裡？從佛教的觀點看來，那裡是安心之所呢？

答：在相對的真理或現實中會有安全感。在此，信心指人對某些事物有信仰而產生一種安全

感。但在相對的存在中也會有不固定、動搖與不可預測的情形。您能有信心與有東西被您所信的事實也顯示沒有信心的可能性。如果有安全，有某事物可依賴，那麼就會有沒得依賴的可能性。如果一個人一定常常需要安全，那就顯示本身的可損傷性。真正的安全是超越安全和不安全的，那才是自在的安全。真正的信心要超越有信心和沒信心，那才是最高最純正的信心。

要擴展我們的理智、了解力和體驗這真正的信心與在我們生命中的安全，我們先要看看我們的價值觀和看它們如何被反映在我們處世的方法。目前這些價值觀和什麼是真和假的理解來自雙重觀點。一個主觀的執著把世間分成己和他。當佛陀初轉法輪講四聖諦，就把這情形闡明了。第一苦諦令人知道痛苦，佛陀並沒有說苦不存在。第二集諦指出痛苦的來源，我們的無知、我們的經神病。第三道諦指出我們有辦法從這苦的因或無知中解放出來。第四滅諦顯示苦與其因的解除，這是我們實在可以體驗的，它就基於我們本身的能力。因此說：通過相對的真理，我們可以體會絕對的真理。通過體驗絕對的真理，我們經驗到與看到這兩種真理的不可割截性。

沒有任何事物是可預期的

問：如果世事都在不斷的蛻變中，而每一事物都是結合體，那裡有可預期的可能性？預期會從那裡來？

答：沒有任何事物是可預期的。我們在生活中所經歷的憂慮和失望來自信賴某些不可預測而却以為可以預測的事物。當現實打擊我們的時，我們就經常感到失望。因此，如果您能對任何事物不作任何預期，對您會有幫助。

問：您描述人與真理的關係好像有意使它非常單獨化和回到現象的本性和人的本性。

答：修禪的用意在於實行這種看法，使我們不僅在理智上明瞭這種看法的真諦，同時也在實

際上體證這種真諦。我們並不拘於外在的形式而求的是內涵的體會。行持的意義在於運用我們的智識和經驗來幫助人們，培養這種見解與禪修建立一個確實的基礎來指導別人。

我們所修的道有三個階段，就叫做三乘道：小乘、大乘和密乘。小乘道注重身和口的規律，這使意志納入正軌而不作任何傷害的事情。大乘道栽培一個健全的，富有慈悲仁愛的意念。行者自然對一切衆生流露無限的親切，柔和與關心。一視同仁是利益衆生主要的關鍵與基礎。

在密乘中健全的態度會更進一步發展，使我們深深地感到每一衆生的可貴，一切衆生都有它值得尊榮的地方。進修密乘道時我們體證內在的聖財，我們也體會到一切衆生的尊貴與神聖，就在這樣的步伐下，我們向前邁進。

觀點和實際相結合

問：在佛教裡是否有講到道德關係？您對世人的看法怎樣？您對他人的苦難等採取什麼行動？

答：由於我們的時間有限，而大家也許會對這種看法比較有興趣（上師已將佛教超越斷滅論與永存論的看法簡單解釋）。當這種看法超越了斷滅與永存，它顯示世界的實相，即超越所有現象（器世間）與所有衆生（情世間）。它非存在也非不存在，因此這種看法也超越了橫（水平）和豎（垂直）它是普及一切的，因為一切事物的本性是空的，而空性普偏於一切。

這觀點和實際相結合。依照佛教的傳統，我們談到根、道和果。根就是兩種真理不可分割的性質的見地，道是智慧和妙用的不可分割，而果乃是覺性的雙重證悟——如實甚深的經驗和普遍的用，這就是現象的本性。

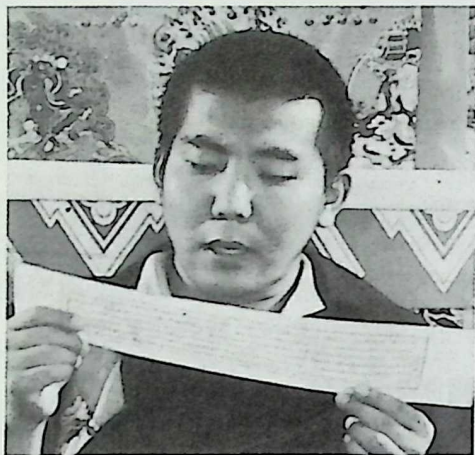
另一種看法是談論見解、修禪和行持。正確的見解並不基於狂熱的信仰，這也不是由重複加深印象令人信以為真，也不代表一個沒有經過考察的地位。

蔣貢仁波切開示

覺悟心、光明心

第三世蔣貢仁波切講授

編輯室恭譯



● 第三世蔣貢仁波切修法神情。

心靈是一切人類的基礎

在世界上的幾個主要宗教傳統中，佛教已持續傳承兩千五百年以上。它是在東方，由釋迦牟尼佛所創立，但這個事實並不代表：佛教僅僅是東方的傳統或文化。從佛教的觀點而言，心靈是一切人類的基礎，並且無一例外，每個人都有達到最高的可能，聖者是指完全覺悟心的天賦潛能。佛教所介紹的即是：認識和體驗這種潛能的方法。

不論我們是誰，想要認識真實的心靈，能夠接受一種文化同化與滲入是重要的；從另一方面來說，特殊的傳統、信仰的背景，並不能同化真實的心靈。由於佛教提出什麼是現象世界，與我們存在的真實基礎，所以佛教並不是為特殊團體、地域所設計的信仰與傳統。

有兩種方法被我們用來描述現象世界，和描述自己。第一是我們通常認知的現象世界和自己的方法，第二是了知事物的基礎與究竟真

實的狀態。與周遭世界的關係，大部分的時間裡都是它知覺在作用，而不是依據它的本質作用，所以無法體驗到我們的本性，那種完全覺悟境界中心的潛能，僅僅體驗到我們所見的。

無論目標似乎已達成，仍若有所失

結果，生命中產生巨大的煩惱、衝突，無論我們怎樣努力去解決，總是有不順心、不平、不安，總有所失。無論目標似乎已達成，仍若有所失。無論我們已完成多少，仍有更多要去完成。這種不滿的持續與增加，乃因我們對本質認知不同所造成。

當我們依據對世界錯誤的認知及執取它為根本實相而行時，仿如它由外面而來般地起了混亂、不安的反應，感到被威脅、被犧牲上當，因迷亂使我們把這些外在環境問題誤以為真實，所以必須遠離不安的原因。雖然嘗試許多的方法想要逃走，但從未真正地想過運用自身的可能性。

假如我們開始依自己的存在而行，如果有個有用的環境，將會受外在的影響一起運作，我們的現前處境，其中，包括被意識所執持的外在對象，以及意識本身、意識的執持與認知，接受或排斥這些對象的實體。因未能認識主客體二元困境，所以無法認識它不僅超出自己本身，而正在威脅我們發生混亂，而且因此我們誤認個體對象是混亂、問題、不安的原因。

混亂不安的持續，是隨錯誤的認知而來

當我們開始對主和客間的關係有些知覺時，我們可能已開始看到自己心理的投射，我們以為問題存在於我們之外，而取代它就是我們自己，並且嚐試在外在解決它。事實上混亂與不安的持續顯現，是隨著我們錯誤的認知而來。

西藏語「年巴」(nangra)一詞，具有主觀化的意義，指出我們需要反向內觀，並具在我們自身運作。藉此做為對我們真正是誰的清楚感知，生起對自我的存在，與周圍所有的人有關的感覺。

如果向外觀照，並試圖去指出什麼是迷亂認知的基礎，或將永遠無法認識我們是誰。根本實相的體驗是痛苦或快樂，不過是外在所發生的等同內部反射，苦或樂的體驗主要是一種心境。無論我們體會世界是圓滿的、迷惑的，都依心境而定。

迷惑的另一個原因是：誤解萬法的本來面目。我們和世界的關係是緊密的，現象界的存在乃由於緣的互相依賴，不僅是最複雜的，而且沒有任何事物是獨立、永恆地存在。

任何問題、不安，均直接由自己而來

不論如何真實、如何永恆、如何可靠，客體的存在只要依世界與現象的真正本質來考量，它不是真實的存在，我們的自心也同樣，若以相反的觀點來反應現象界的真正本質，我們便給自己找了麻煩。

從佛教的觀點而言，任何問題、不安，均直接由自己而來。我們必須了解這點，以建立健康的人生基礎，並且去洞察不安是：心理習氣表露。因為我們尚未認識自己的源頭，所以乃熱中、沈湎於錯誤模式。我們雖繼承了一筆基本的財富，但由於習氣的執著，以達到我們所有的，與我們的本來面目反向而行，以致於經驗到煩惱、衝突。就像被寵壞的孩子一般：孩子開始並非那樣，而是被外在影響力所組成的壞小孩所影響。

「我」在世界中的基本表現，是完全的無力

認識不斷地自稱「我」正在做這、做那，「我」在世界中的基本表現，卻是完全的無力，這是件非常有趣的事。由於思惟與認知的心被持續地紛擾著，因此我們一點也控制不了。我們對發生的事沒有真正智慧或記憶力。我們是被外在現象所反射，被我們所見的魅惑，及主張「我」正在做、「我」正在控制任何狀況等等，所操作的一部機器。

當我們具有正確的心識，一顆具有機敏，專注的心時，才會開始真正具有力量，才能了解周遭所發生的事。它是生命活著或死亡的要素。我們經營生命的方式像個大笑話，每個人都好像是個虛位大領導者，一點權力也沒有，甚至不曉得發生了什麼事。我們有個大大的虛名「我」，只是如鸚鵡般的重覆著，「我」想要全世界認識「我」，如機器被人從後搖控而毫無改善，對當下真正的生命毫無感知。我們的生命正被迷惑、障礙、紛擾、散亂的習氣所遮覆和指揮。

為了要改變這種情形，佛教介紹禪定修持的巧妙方法，要開始學習和自己生活，並使真正的自己感到更舒適。禪定的修持並不意謂著，要有個禪定於其上的東西，或是和生活所發生完全不同或新的事物為標的。

禪修的用意是為培養健全而理智的習慣

禪修的用意簡單地說：為是培養健全而理智的習慣，成為對不健全、被迷惑、有害習氣的矯正方法。禪定修持能使我們體驗自己念頭與認知，禪定完全是心法，為了要體驗這點，我們必須重覆地運用其方法，因為習氣不論健康的、不健康的，都是藉由反覆薰習而成的。

總而言之，佛教是宇宙性的，是基於世界和自身的根本實相，無論我們是誰、有那些問題、有任何特別的歷史背景，均適宜。

蔣貢康慈仁波切開示 三轉法輪



● 第三世蔣貢仁波切修法神情。

客體是部分所衆合、組成的

佛陀諸教法的名字雖然有別，卻非互相離異，而有彼此間基礎地關聯，他們代表佛法是修漸進之道。我們全都具有對我們所住現象世界的感知，因為我們已見到變遷的發生，周遭事物是無常，我們也體驗了宇宙、物質世界的徒勞無用，生命更進一步的向我們顯示，沒有任何一事物是它自己獨立存在的。

客體是部分所衆合、組成的，然而我們犯了錯誤的認知，以為它們是真實、實在的。例如，我們對這所西藏的佛寺有個概念，但基本上這裏並沒有什麼西藏、佛教的東西。有的是種子、壁角和牆把這些放在一起，然後給個名字罷了。

接着我們執著這個名字，而突然間有了一座西藏佛教寺院。雖然一切現象都是複合的，而且隨時間而暫存，但我們或多或少執著其為永恆；我們有了一種印象。然後決定緊緊抱住它，拒絕所有的改變。

這種執著實在的方式，在觀念的世界中扮演著特定的舞台。初轉法輪便是基於這個特殊型態的我執。四聖諦中，佛陀教授苦的真理：我們必須知苦、苦因（我們所必須遣除的）、可被跟隨的道路（在道上，健康的善行帶來利益，而不健康的惡行換來痛苦）、以及痛苦的止息（一旦道路被迫隨到底的話）。

沒有任何一個東西是自己存在的

在初轉法輪中，佛陀強調沒有任何一個東西是自己存在的，並且一切都是被分解的主體，由於事物係組合而成的本質，所以是無常的；由於無常，所以就有痛苦。

在這個特別見解的表現中，我們能夠洞悉佛陀如何的教授：取代否認存在（存在被當做是教法的一個基礎）。在這方法下，該教法成為可被接受的，因為佛法若不表現於那種存在的模式之上，它將相當難以被理解、接受。

佛陀善巧方便的另一個例子，是教授一切事物的空性本質。幫助遣除一種根本層次上對宇宙的自我中心見解，在闡明他自己的方法上，佛陀說過：他並沒有呈現任何道路，而僅是

使人們認識他們所見經驗。

初轉法輪後，將人們改變到相對實相——苦，但這個層次對達到圓滿正覺的人而言並不足夠，因此佛陀轉了第二次的法輪。在第二次轉法輪中，佛陀給予更進一步的教法——究竟本性之實相，都是非實體、非複合而成的。爲了顯示萬法的本質、空性的本性，佛陀運用了空性的四邊、八種複雜性（the eight complexities）與十六種分類（the sixteen classifications）。

離於有、無、有無二者及非有非無

他所呈現的見地並非永恆不滅的常見，亦非否定一切的斷見，而是一種離於斷常的見解。四邊，它藉著顯示見地如何離於一切四種限制：離於「有」、「無」的觀念，有無二者或非有非無之執著。而協助闡明了此點，究竟見地接著洞見世界的幻化本質，並了解究竟本質爲空性而離於實質存在。

究竟見地並不斷定，假設存在或不存在，它是超越任何一方，超越「有」與「非有」的觀念。如果有「有」或存在，我們便被極端的常見所逮住；如果萬物皆空而不存在，我們便做了另一種斷見的極端的賭注。所以，此究竟見地係遠離、超越所有的二元對立，它甚至不是居於二者之間，而是完全超越有與非有。

在三轉法輪中，佛陀強調一切衆生無有遺漏的皆具有佛性。這個教法恰使第二次轉法輪時的空性教法平衡，它指出圓覺之心更近於智慧的一面。如果萬法皆空，那麼什麼會是菩提心或善巧方便的基礎呢？

兩種空性見地：自空與他空

在中觀學派中，有兩種空性的見地；自空與他。只要看一張桌子之類的例子，就能理解自空，因爲當我們分析它時，我們無法發現任何東西就是桌子本身；桌子僅僅是由不同的東西安置在一起，並賦予個名相罷了。在那名

相之外，一個所謂的桌子並不存在，任何被判定爲客體的對象物，都不是什麼實存的東西，其狀態全是完全地空性。但無論如何，這並非究竟的見地，否則果真如此的話，現在怎麼可能有佛陀的事業活動、圓覺之心的展現、或佛陀的貢獻與特色呢？

想了知究竟見地，我們必須進一步進到他空見。除了實際的術語外，此見地並不特別關切空或非空。事實上，他空意謂著佛性是染污的空性，而且造做、染污的自己也是空性的。

總而言之，在初轉法輪時，佛陀教授了苦及其原因的相對真理。但如果我們僅僅只持續以此教法，就有墮入常見的可能。在第二次轉法輪時，佛陀教授了空性——萬物沒有實存的本質。當這方面被太過強調時，我們就變得執著於空性之概念，而落入斷見之虞。這種極端實際上要比常見更加危險。

具有對相對實相的正確了悟，才有究竟實相的了悟

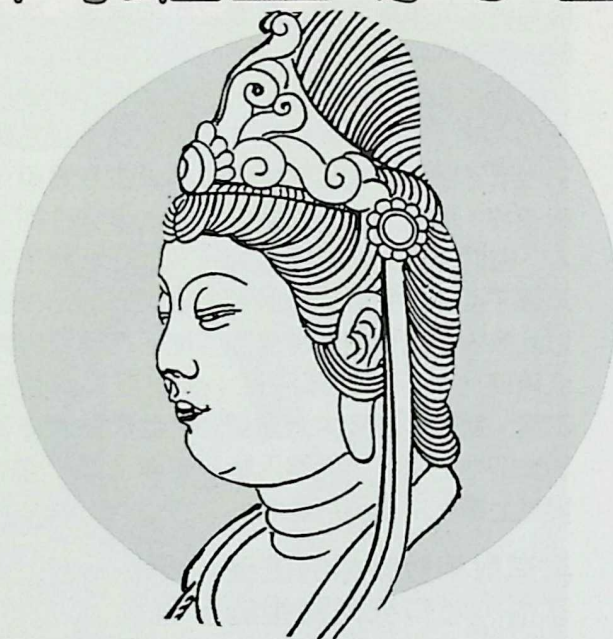
在三轉法輪時，佛陀詮釋了佛性，圓覺的智慧，以及佛的事業活動。這三種教法離於斷常的係依據究竟真理而發露的。但無論如何，我們仍有必要去敘述全部的轉三次法輪，以開展究竟菩提心。而也許有人會問：如果我們已具有究竟菩提心的體會，我們還有必要去體驗相對菩提心嗎？事實上，我們若具有對相對實相的正確了悟，然後才會有究竟實相的了悟。

一、佛性不在內，不在外，不在身體中亦不在名相內，若你說它存在，它其實不存在；而如果你說它不存在，它則實在存在。

二、也就是說，自空顯示了一切衆生皆有佛性，或有體驗空性的能力。在此體驗之外的空性生起圓覺智慧的展現。這個圓覺智慧是空性的另一面，也就是我們所謂的他空。因此，它對於成爲佛性的空性並不討論，而是對於佛性變成染污的空性，以及明瞭圓覺智慧的探究。

洛本仁波切開示 高雄工專學生參訪語錄

編輯室



開示

學生常常會從好奇心、甚至是莫明奇妙的心，去參加法會，在這樣子的動機之下，還好。假使，你把信仰宗教，當做是一種自我滿足的追求，而不是超越的追求，那麼因在因地的不明，你所追求到的，就是一種有問題的佛教，它不但不能讓你超越對擁有的執着，還會讓你陷入對擁有的執着。

我個人非常贊成年輕朋友學習佛法，但是不要把佛法當做一種法術，認為學了佛法之後，你就能千變萬化、呼風喚雨，這都不是佛家的本意。而什麼是佛家的本意呢？就是要讓我們知道、告訴我們：如何去超越，遠離一切的痛苦，避免一切的輪迴，這才是佛家的本意。如果，沒有這樣的觀念，那您學佛就會越學越偏，尤其是長年來密宗，帶給國人一種非常神祕，以及一種非常可怕的錯誤觀念，希望能夠在我的引導之下，讓大家更進一步認識清楚。

問答

問：如果你在一種自己很不喜歡的環境裏，感到非常厭惡的話，那應如何調適這種心理呢？

答：你先找出厭惡的因。

問：如果找出來後仍無法解決呢？

答：那你再來找我。

問：如何才算是有智慧的忍辱？

答：行菩薩道。

問：什麼叫菩薩道，我不懂？

答：不懂？既然你不懂菩薩道，那麼你如何曉得有忍辱、有智慧？這表示你是看書得到的，是不是？

問：不是的。

答：那你如何獲知的？

問：當別人辱罵你，或是冤枉你時，當時自己很生氣，而為避免當時正面衝突，是否應忍下來。如果忍下來，心中卻無法舒解。怎麼辦？

答：和悅說明，而不是忍下來，把你認為對的講出來，也許你們之間有誤會，如果你不講的話，把它強忍下來，並不會因此而減輕對方的憎恨，反而會使他對你產生更強的憎恨心，反觀亦然。所以我給你一個建議，心平氣和的把它講出來。

是誰在快樂、快樂的是誰？是誰在痛苦、痛苦的是誰？

問：今天我們所受的種種苦，是否為前世所造的業，如果是的話，那如何歡樂的去接受呢？

答：你可以了解十二因緣。

問：有沒有較簡單、明白的方法呢？

答：若以實際來講，那你要去想一下，是誰在快樂、快樂的是誰？是誰在痛苦、痛苦的是誰？

問：請問天道和佛法有何分別，有何差異？

答：這個娑婆世界就稱為三界，欲界、色界、無色界。天道只是在於色界之間，並沒有超越三界輪迴，雖然，天道有一些神通、天人福報，但這是不究竟的，天道還是受輪迴的。

問：有人告訴我，他願意認識佛教，要我向他介紹佛教，那我要如何去介紹呢？

答：現在有很多的正信寺廟，你可以帶他去看看。

少講一句話、多唸一聲佛

問：自己常不小心講錯話，那應該怎麼辦？

答：不小心原因就是不小心，所以你就小心一點。

問：要如何小心？

答：在講話前先想一想。

問：那是不是每一句話都如此呢？

答：我們會造很多口業，就是因為我們常常口若懸河。少講一句話、多唸一聲佛，那是最好的方法。如果你經常講話，那就要去學習禁語，不要把講話變成一種習慣。而在必要時如需講話，也要常常讚歎別人，不要去挑剔別人毛病，我們長眼睛，不是去看別人的，而是看自己的，看到別人的缺點，更應反觀自己。

爭執的原因，是人人都以「我」為出發點

問：社團內的幹部，常常為了社務而爭執，應如何解決？

答：爭執的原因，是人人都以「我」為出發點。如果你能以「他」為出發點，去為別人

想，那自然就不會爭執。

問：有時候情緒低落，看事情都很悲觀，那應如何去控制自己的情緒？

答：放下。事實上，當你快樂的時候，或是痛苦、生氣的時候，在那當下，如果你沒受過特殊的訓練，那你實在是無法去控制自己的。無論是三歲的小孩，或是八十歲的老太婆，都是如此，這就是人的煩惱障。人之所以煩惱，就是因為受到外在的喜、怒、哀、樂所左右，所以當你生氣之後，你再反過頭來想一想，剛剛生氣的那個人是誰，那個人到那裏去了。如果經常做這樣子的反觀，自然當你去發現到：剛剛那個人是不存在的。那你就學會如何去控制你的情緒，而不是為你的情緒所控制。

內心的苦悶必須藉佛法的力量，去引導疏解

問：當你快樂時也是這樣子嗎？

答：對。當你快樂時，你要去把這種快樂帶給別人，讓別人也能感覺到你的快樂。

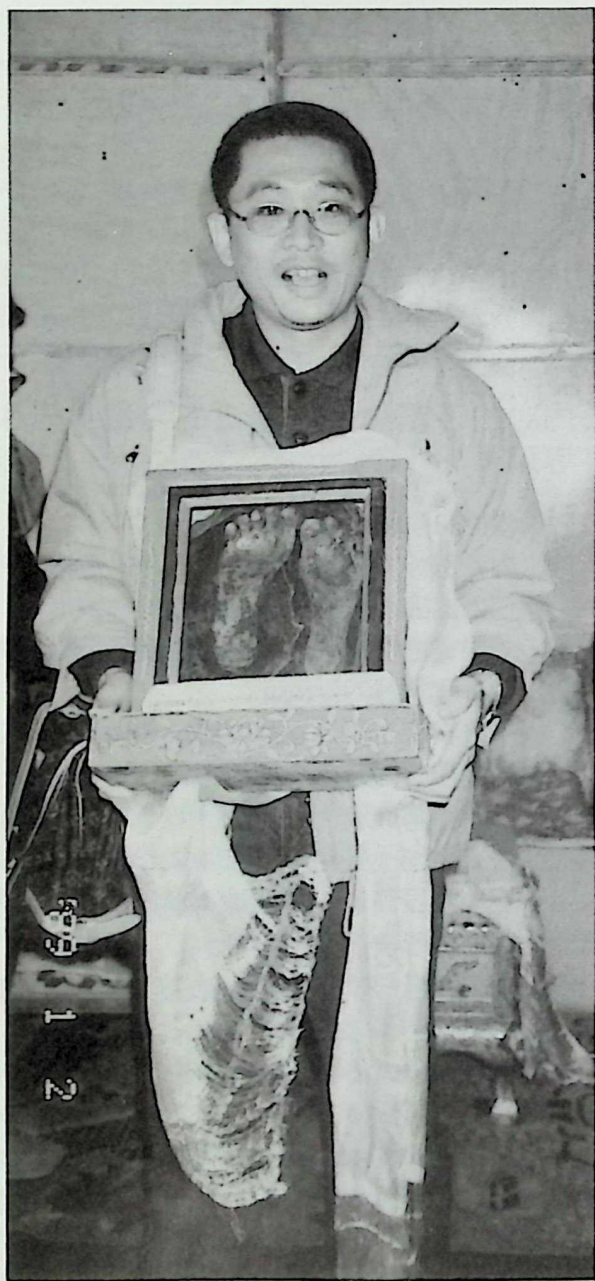
問：如果情緒不是外來的，而是自己本身感覺的一種莫名的苦悶呢？

答：一般說來，人幾乎都因外境而影響到內心。而內心的苦悶，要如何去引導、舒解，就必須藉佛法的力量，不要刻意的去製造快樂，也不要刻意的去製造悲傷，那種莫名，本身就是一種執着，要曉得如何去舒解它，不要去壓迫它。

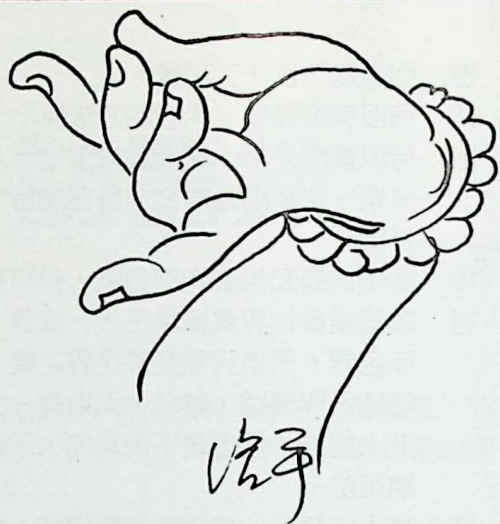
問：請問一名初學者，要如何去選擇一個正信的道場？

答：那很難，因為每個道場都會說：自己是正信的道場。所以唯有多看、多聽、多想，多看：就像你們這次參訪；多聽：正如你們現在坐在這裏；多想：在聽了、看了這麼多的法師開示，這麼多的道場，回去之後自己想想，你最適合那裏，我想這就是你心目中正信的道場。

洛本仁波切開示 淺說心經



● 洛本仁波切恭請噶瑪巴脚印。



前言：

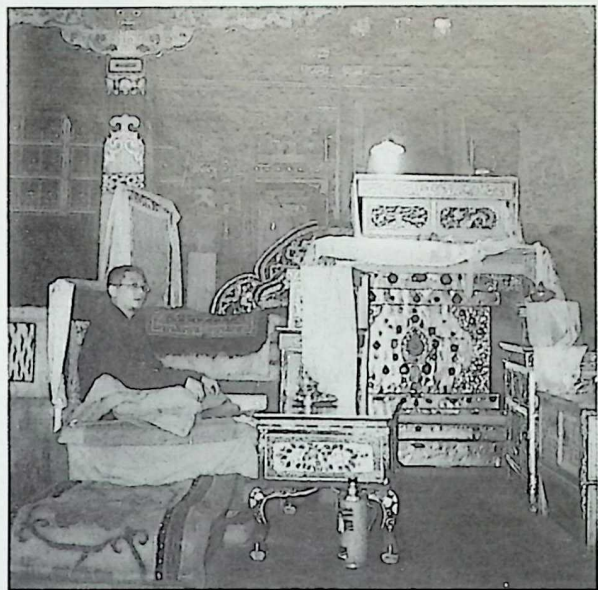
佛法的智慧是超越世俗的，非一般俗智。般若心經乃大乘經典，主要是解釋一切實性空理。中國人特別喜歡讀誦心經，除了讀頌外，若再加上研究文意，將有助於初機者了解「空性真理」。於是在靜夜中淺談心經，阿彌陀佛。

我如是所聞：

有一次佛陀與許多修行眾（比丘僧）及大菩薩眾一起安住在王舍城的靈鷲山，當時世尊正進入一種「深遠的禪定」之境，是時觀世音菩薩也正在實行深遠的「超越智慧的圓滿定」時，而觀照到一切眾生都是五蘊所構成，然而其五蘊自性皆無實體（空的）。

此時長者舍利弗明白佛的威神力（相應），於是向聖者觀世音菩薩請示：「假使有那一位善男子或善女人，希望實行深遠的『超越智慧之圓滿法』時，該如何學習呢？」

於是觀音大士便對長老舍利弗說：「舍利子，凡是有那一位高貴的男士或高貴的女人，希望實行深遠的『超越智慧的圓滿法』時，都必須如此觀察省覺，『一切眾生都是由五種要素構成妙有（五蘊），但諸要素的自性都是無實體的真空。』



●仁波切安座於祖普寺大寶法王法座前。

就其「色」來說，色蘊（指的是物質現象）的真空定義是，一切外在物質的顯現，其自性是沒有實體的（空性）。沒有實性的物質就是現象。因此實性真空也不會從物質中消失。假有物質也不會從實性真空中離異。

色不異空，空不異色

若以火為喻，火苗由木頭燃燒而來，但火本身卻無實體可言，故說色不異空，空不異色。舍利子！如此所有存在的東西，都具有非實體的特色，所以它不是生起，也不會消滅，不被污染，也不離染污，不會減少，也不會增加。

舍利子！因此在沒有實體的虛空中，就沒有真正物質的存在現象，所以沒有感覺，亦無表象，沒有意識作用，及沒有知受（此五種要素，即五蘊）。沒有眼，沒有耳，沒有鼻，沒有舌，沒有身，及沒有意（此六種感官稱為六根）。沒有形色，沒有聲音，沒有香氣，沒有味道，也沒有觸的對象，及沒有意念的對象（此六種對象稱為境）。

沒有眼的能見，沒有意的能知、所知（此

等共十八種知的領域稱十八界）。沒有覺智、沒有痴迷，更沒有覺智迷的滅盡，甚至於沒有老死，及老死的滅盡沒有苦苦惱，苦的結集，苦的滅盡及滅苦的道（四聖諦）。沒有智慧，沒有所得（任何的東西）以及沒有無所得。

超越智慧的圓滿法門

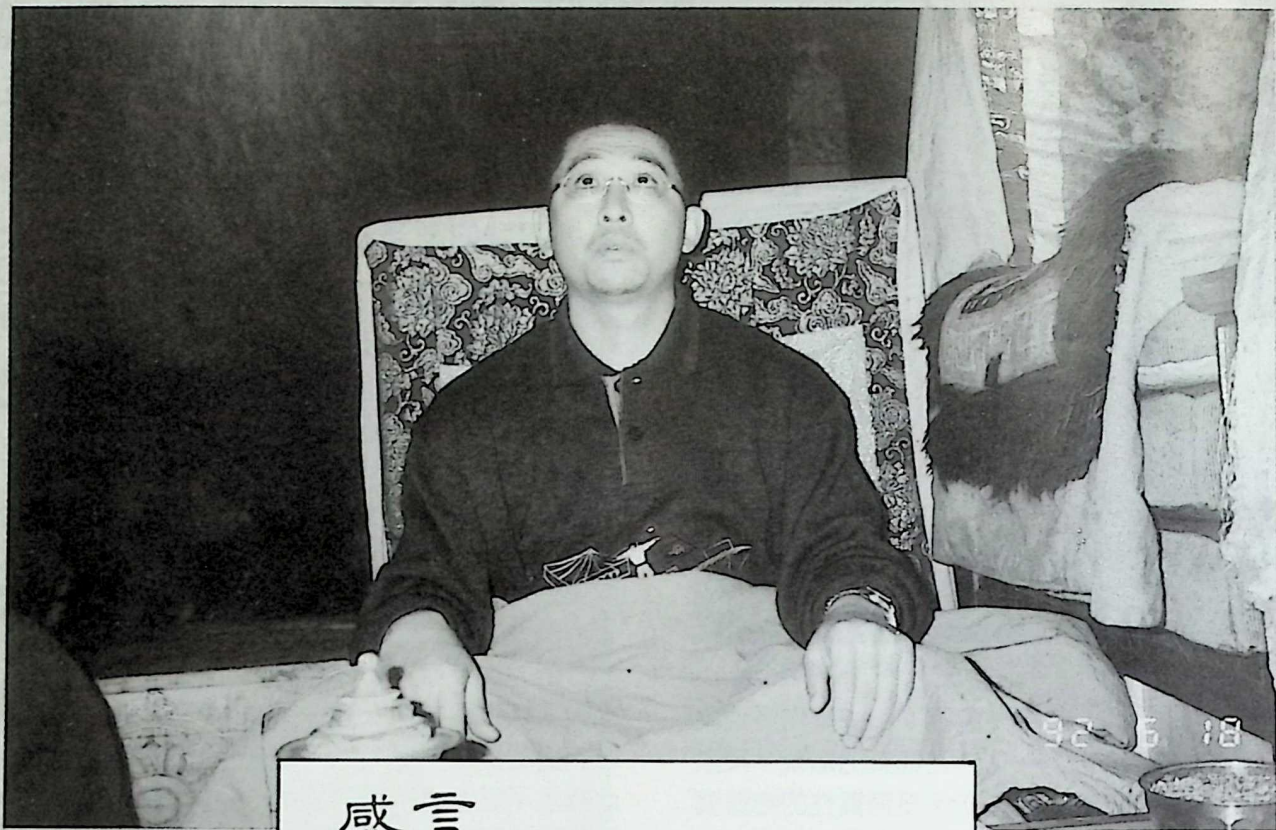
舍利弗，因為沒有其所謂真正取得擁有的緣故，凡是能依止諸菩薩的『超越智慧的圓滿法』有修持的人，就能過著心無罣礙的生活。因為心無罣礙的緣故，所以這種人能沒有恐怖，並且遠離一切人生的顛倒夢想，如此就能安住永遠平安的境界。無論過去、現在、未來的三世諸佛也都依此『超越智慧的圓滿』法門，而達到『體證無上正確的完全開悟之圓滿覺境』。

因此大眾應該知道，超越智慧的圓滿真言（咒）是大明智的真言，是無上的真言，是無以倫比的真言，是消除一切苦惱的真言，因為此真言不是虛偽不實的，所以是真實的。在這超越智慧圓滿的法門完成當中，所說的真言，大意就是這樣，超越者，再超越者，證得光明覺境者，完全無漏了達自性者，覺悟者！甚希難有！

信受奉行

舍利弗！菩薩應該如此學習深遠的『超越智慧的圓滿』法門。」此時觀音菩薩說完後，世尊正從甚深三昧禪定中起來向聖者觀音菩薩表示讚言說：「很好，很好，善男子，正是這樣，高貴的男士，應該照這樣，實行深遠的『超越智慧的法門』。如你所說的法都被已證悟的人們（如來）及可敬的人們（阿羅漢）所喜歡。」

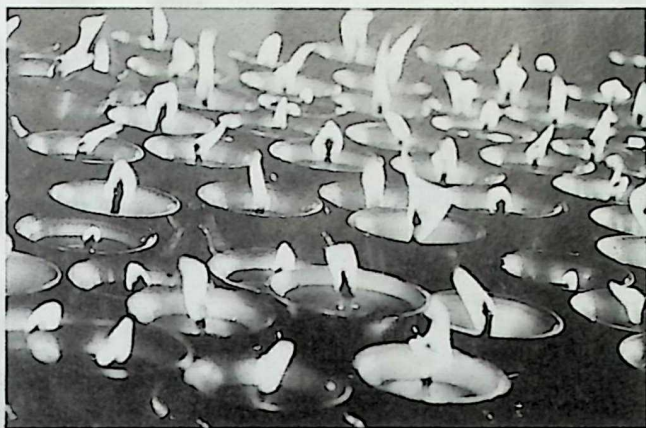
如此說完時，長老舍利弗，聖者觀世音及一切大眾、天人、阿修羅、乾闥婆與世間的生存者都非常喜歡世尊所說的話，因此，「超越智慧」的心經也就圓滿的完成了。



感言

走過巔巍的脚印
步履中透示著亙古的悲憫，
看盡凡塵裏的悲歡離合，
笑嘆人性中的貪婪瞋癡，
卻忍不住施捨葫蘆裏的甘露，
用蒲扇去直指人心！
寶塔山曾是荒煙蔓草
弟子們都在紅塵浮沈
您卻帶著歲月的叮嚀
讓傳說在這裏生根
巍峨莊嚴的佛刹
稟負著大寶法王的漢族傳承
尊貴的洛本仁波切留您駐足
依舊如童稚般的一片純真
卻是字字珠璣
催喚弟子們塵封的慧根

三寶弟子楊安民敬撰



傷心與發現

蔣揚創巴仁波切造

如果滿月沒有掛天空，
怎麼可能見到池中影？
如果老虎有利爪，
怎麼可能不用到？
如果無火？
我們怎麼烤麵包，
噶瑪巴死時我們變成和藹及虔信。
這是真的，
凡未曾於其生命中哭泣的，
此時皆哭泣。
所流之淚水足將淹地球，
那樣子，
我們能……造出更多花兒與綠葉。

珠磯集

雲霧漂渺似仙境

午後大洗滌山頭，柔軟的風吹的讓人清爽，師在戶外用餐，幾個人湊過去，請求開示。

師頭一偏，指着對面山頭，看，這是什麼，層層氣氛宛如仙境，剎時眾人皆無語。

師曰：行雲出岫，幻化無窮，心動耶不動，五蘊色身對境如幻即如此！參

客曰：爲人如何。

師答：沒有什麼不好。

客曰：人本性空無，一切皆妄緣所生，而分別，如何息妄，歸還空處。

師謂：輪涅是不二，分別何所存，忘情不須息，嗟來皆般若，虛空亦實體。

客曰：不懂！

師謂：懂了不好，還是不懂好，當下此念甚是！

客曰：懂了，多謝師父！

師謂：這次真的不懂啦。

客問：「什麼是真西來意」。

師曰：先把假的西來意告訴我，我再告訴你真的。

客曰：別人說的，我都認爲不見性，我想聽聽活佛的意見。

師曰：等死了，我再與你講。

客曰：死了怎麼講。

師不語。

忘其了心。

師立於炎陽下，原來是忘其了心。

師謂：人王、法王，各自照了，吃飯，各自飽了。

一日有人請求加持，並向師要一串唸珠，師曰，我唸的不能給，這串新的給你，可是師父手上明明沒有唸珠。

師謂常住，外草長了，趕快出去拔，記得裏面的也一起拔（裡面是大理石做的）。

師曰：魚本水中遊，多事造景養泥鰍，一潭死水生子蟲，堪笑蚊子叮石頭。

徒曰：趙州茶有名，師覺如何。

師謂：有毒！

徒曰：如何有毒。

師謂：體質不良，曰有毒、米不熟、如何吃、石頭也能當飯吃。去！去！去！想喝，我請你。

徒曰：師父，娑婆世界是苦，怎麼離苦？

師謂：琉璃世界真美，很快樂。

徒曰：那裡是琉璃世界，不是佛經上才有。

師謂：這裡，這裡（手指之處，有一狗糞）。

客曰：師父給我加持！

師謂：好！（師將頭低下一付領受的樣子）。

客曰：不是啦！是給我。

師謂：對啊！趕快。

客曰：（起身跪拜）請求加持！

師謂：（端座）全知的佛啊！祈求您加被，遂將手掌置於弟子頭頂唵……所哈！好了，下次講清楚。

師曰：吹月光燈、擊石頭鼓、豁開雙眼、夜月日現、一切放下、靈光獨耀、自性如塵、不離三界、三界不着、

千幢相迎、鐘鼓齊鳴、枕上相思、行不得也、起來依舊、吹無孔笛。

師曰：天地陰陽結合，不離五行，男歡女愛，原本天經地義。惟婚外情，造成家庭不幸，不可不慎。當女子哭訴丈夫外遇時，除了告訴這些太太們須更愛先生以外，身為先生的，更需愛你的太太，勿須讓自己的自私，破壞原本幸福的家庭，擁有其實是一種負擔。

師曰：住在寺裡福報享盡，人自然留不住，自己會走。

師曰：人總是喜歡聽些誇大其詞的話，會慘。

師曰：修行若無對境，怎麼修？遠離一切獨處，不叫修行，因為未發菩提心，沒有利益眾生故。

師曰：未學佛法前，就先分別顯密是不好的，因有分別故，妄念也。

師曰：在寺廟裡，連一點責備都禁不起，那五毒如何減，安住道場爾後息妄，精進佛道方宜。

師曰：人人本性空寂，因顯而生，故有人我之別，用功息妄，莫執於息，妄不得息，任運自然，自然能見。

師曰：佛平等性，賢愚皆一，唯有可度者，吾度！

師曰：吃飯看時間，食不得，餓了再吃，食得。

師曰：阿彌陀佛，人人會唸，三歲孩童也曉得，八十老翁行不得。學佛、唸佛，不對。應行佛，法佛菩提。

師曰：學佛，不解佛法，只會拜佛，石頭也會禪定。

師曰：敬佛，罵和尚，自造妖孽。

師曰：大道小道步步紅塵，大法小法悟悟琉璃。

師曰：外面的門總是窄的，裡面才寬。曰：晚霞塔影是棲處，莫把晨鐘給錯過。

師曰：誰人背後無人說，誰人背後不說人，說由他說且莫己舌。

師曰：看鐘響、遍雲霄、醉心法海、虛空剎那皆諸佛聞石鼓、震雷開、盜師家當，大地一片光彩彩。

師曰：古言，「石壓句斜出、崖懸華倒生」。一把兩片刀，生死明暗揀。

師曰：諸佛原來是個牢，放下千百斤重擔，海天一線望不盡，點點漁火任群翔。

師曰：加持不如供養，供養不如參然，（參訪本然）發明力量源於信心，這樣才對。

師曰：聽到就好，不要告訴別人，因為開口便是錯。

師曰：只當老二，因為煩惱皆因強出頭。

師曰：做人要謙虛，低一點，人格要謙悲，高人一等。

師曰：各人吃飯、各人飽，不要忘記那個煮飯的。

師曰：煮飯的，功德很大，但要以歡喜心來煮，若起憎恨心，將與大眾結惡緣。

出家記

某日有君頂禮 洛本仁波切，請求落髮，時師正在出坡，頂著炎炎太陽雙鬢滾下斗大的汗珠，謂之，先至禪房休息待我工作完成再與你談之……

師問：出什麼家？

客答：默然，眼紅

師問：出家不是逃避，世俗紅塵一點挫折算什麼？告訴我心裡真正的話，為什麼昨晚沒睡好。

客答：是！昨晚沒睡好，從小父母離異，我待朋友不薄，但朋友總是負我，這是我的痛苦。

師示：待人若求回報，因地不正，「果」當然痛苦若因此而出家，出不得！

好好想想，動機在那裡，想通了找我，再說。

用過晚餐後，該生求見，師示，不須告假，想走就趕快回家，天晚了。唉！一場出家記，原先以為是莊嚴的捨離，神聖的出世，沒想到，怎麼會如此。奇怪了，師父又怎麼知道，他要離開。

戒子 記于僧院

觸情

炎夏裡，師父經常頂著大太陽，站在塔前沈思、默禱沒有人清楚，師父在想些什麼？

某日此刻，師父主動告訴翻譯：唉！活著時不親近，等到那天被供在上面，想要親近，就遲了。翻譯當下若有所悟，立刻接口，師父啊，天下眾生需要您，您需長壽呀！師言，算了，長壽做什麼，太老不好，趁着力壯多打點，就可以了！

戒毒

客問：師父我心裡難過，吸毒了，我知道不好，但是大家給了我壓力，我該如何？

師答：放輕鬆慢慢告訴我詳情。

客言：爸爸已經死了，媽媽整天嘮叨，不准這個不准那個，生活沒有情趣，太太也是一樣，常把我的隱私告訴別人……（煩不勝記）。

師答：當你爬山時，仰望山頂會不會感覺，山整個壓下來，客答：會。對了，這個就是壓力，它來自於你自己的內心，其實山還是好好的，不是嗎？知道吸毒不好，必須要有毅力的戒了它。每個人總有不能突破的時候，誰也無法幫你，只有佛陀，世尊能給予你信仰的力量，讓我們一起祈禱，全知的佛，寬恕無知的眾生，此時打板聲響，師言，先至客堂隨喜，吃個齋飯，等下我會給你一些加持藥方，服了它，對你有幫助，去吧！

謝謝師父。

笑話

師父不開口時，讓人感到威嚴十足，但是一旦你與師父熟悉了，你就會發現，其實師父很容易親近的。外表嚴肅，內心熱忱，如何證明，待我以這一則笑話與您共享。某人曰：師父我說則笑話，您別介意！

師曰：好啊！此人說：男人裸奔叫什麼？叫吊

兒郎噹，女人呢？師不語，叫空穴來風，那小男孩呢？師說不知，叫來日方長，哈哈……師父忍不住說「妙」。

師曰：那和尚呢？餘人皆愕然，師父哈哈大笑！叫空無一物！。

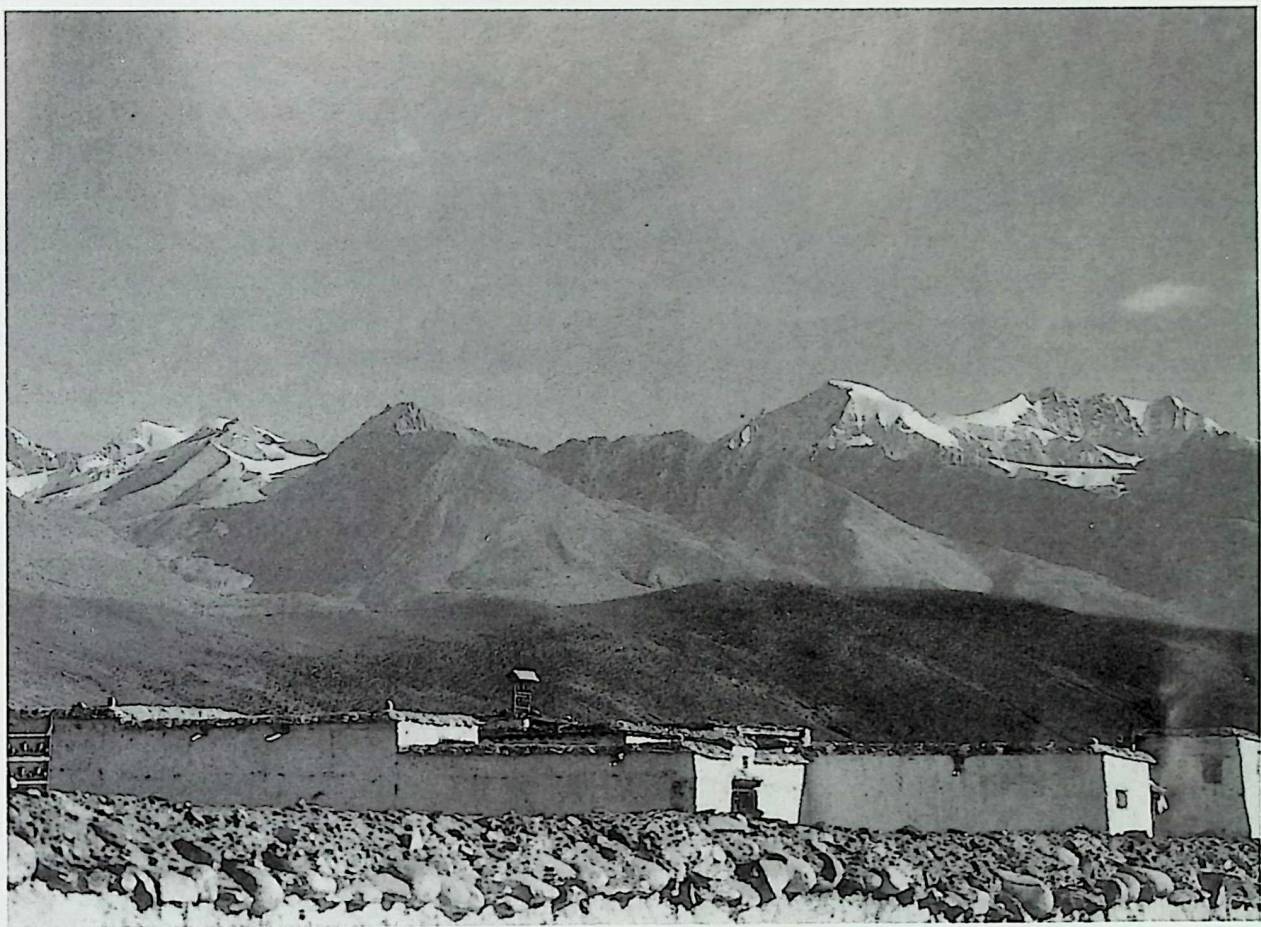
此地與西天無別

一日徒與師對話！徒說，昨天夢見夏瑪仁波切從塔院前方而來，是何意。

師謂：夏瑪巴仁波切乃彌陀化身，此地與西天無別，塔將為勝地，建梵剎名寶塔山。

白雲之路(十)——雪域行

編輯室



在白雲之路上

在貢（Ghoom）安定下來之前，然後，我獨自居住的鄉下小房子裡，爲了能夠在寺院的鄰近地區不受干擾的生活著。而去追隨上師的意願，刺激著我，超越了由冰雪所覆蓋到越過地平綫被禁止；很快的我發現自己身處在這結隊旅行的車馬隊中，正越過山區去做我對西藏的「第一瞥」。

雖然已是季節之末，而且我知道我無法前

進的很遠，因爲要不然通道或許會被冰雪所阻擋了起來而無法讓我在我處理的時間內再回去（而且在一個受限制的旅遊准許之內的約束下）。我應該永遠無法忘懷“允諾之地”的第一印象，因爲那是在上師離開我之後西藏所給我的感覺。

這趟旅程有如夢般的特質：雨、霧和雲變換成了處女叢林、山和岩石、峽谷和懸崖，成爲一個神秘超自然變化的世界；奇幻的外貌，以如此意外的顯現和落入，使人開始會去懷疑

他們和自己的真實性。巨大的瀑布由不可見的高度吐出，且同等的再進入到無底不可見的深處去。在狹窄的通道上面和下面的雲，湧而上又再沉下。在頃刻顯現出了使人屏息的莊嚴；而在下一刹那卻又消失去了。

樹木如同許多手臂的巨人般有著灰絨的苔蘚，在蔓草上糾纏著。且與這棵樹到那棵樹上懸掛著的淡綠色精緻花環結綵著。在較低的高度盛開著蘭花和由樹幹與樹枝上盛開的羊齒，然而由景觀中藏著在地下不可測知的樹叢。雲、岩石、樹和瀑布製造了一片仙境宛如一副羅曼蒂克富有想像力的中國風景；而小小的結隊旅行的人和馬在其中的移動就如同在一大副目錄中縮小的形狀。

結隊旅行的車馬一步一步往上走，穿過了一層又一層的雲層。我們昨天所見的天空，今天卻如狂暴的一片大海洋般的，徜徉在我們的腳下，而在最底層卻是為人們所隱藏的世界。那就宛如是一個經由不同的世界去計劃進入到遙遠不可知的旅程。向上攀升似乎是無止盡的，事實上，即使是天空也是不再有極限的了！而每一個階段又再顯現出了一個新形象的風景，氣候和植物的生長。

豐富、潮濕溫暖，水蛭群襲橫行，且熱病苦惱的熱帶處女森林，在這裡，羊齒類長的如樹般的尺寸，而竹林如同綠色爆竹般的爆炸，如同優雅羽毛）。在彎曲成串的長葉高莖中更適應了亞熱帶和溫帶地區的嚴肅樹林；在那兒樹林回覆了它們的單一體且花朵們能夠去與較淡的草叢爭奪直到它們顯露出鮮黃色，橘色和紫色的地毯。（在微暗高山樹林的針樹下。）

很快的，甚至這些都被丟在後頭，而我們進入到了接近北極地帶的地區，在此只有矮小的樅樹和矮小的杜鵑屬植物，除了石南屬植物，苔蘚和青苔，能生存在一個巨大的岩石世界，冰雪覆蓋的山峯，和深綠的湖裡。在這之間，在低處飄蕩的雲和迅速突然充滿的陽光，產生了一個持續變化之燈與影的舞劇。風景是處

在一個持續的變化境界，宛如它就是時時刻刻被產生出來的一般。一分鐘前在此的景象在下一分鐘便消失了，而風景在我們眼前顯現出了一個新的景象。

而接著而來的是偉大的奇蹟，一個重覆它自己和震顫了每次路過到西藏去的我；在通道的最高點，雲群聚著澎湃洶湧，兇猛、危險的且黑暗的靠著山壁，宛如利用神奇般地溶入到稀薄的空氣裡。天堂的大門敞開著，而一宇宙的光亮色彩在一片深藍色天空下在人的雙眼前伸長而猛烈的太陽，照亮了通道另一面被雪覆蓋的斜面。所以，一個人雖然因他們的聰明；卻也宛如幾乎是瞎子一般。

在雲和霧掩藏了錫金的風景之後，它幾乎超越了一個人的包容力去吸取如此多的顏色和亮光。即使是影子的深顏色也似乎在發亮著；而孤獨白色的夏天雲朵，幸福地飄浮在光滑柔軟的深藍色天空；而在遙遠紫色雲朵之間的山排列著，只強調且增強與空間的深度和色彩光輝的感覺。

那是在此刹那，當我第一次放眼在西藏神聖的土地上，而我知道從此時開始我將會跟隨著白雲之路進入到我上師的這片仙境裡，去學到它更多的智慧和去發現在它自然的巨大無法測量的和平與美麗的啟示。我知道，從現在開始我將永遠收回到這光輝的世界，且我的生命也將迴向到它的勘查中。

正如同在我之前的許多朝聖者一般，我嚴肅的試探了註明通道最高點的石標，重覆著上師的咒語，我感恩的加上一塊石頭於紀念碑上宛如是為被安全的引導到上面之感恩象徵，也好比是在未來我所選擇繼續進行的通道，也如同是對未來隨我而來經過此通道的所有朝聖者和旅遊者的一個加持。接著一個傳說為由未來佛彌勒佛所作的詩中，當他仍是流浪和尚，徘徊在這世界之中國詩的字語進到了我的心中：“孤獨的我流浪了千里路……，而我從白雲遙問我路何在。”

在整個到秋比(Chumbi)峽谷的路上，我心都充滿了幸福。很快的冰雪給予了花的毛毯並經暴風雪的打擊，減低了矮樹的活動力。以鳥和蝴蝶在陽光中和清潔的環境。輕快的飛舞著去妝麗針樹的樹林。空氣感覺起來是如此的神秘。光亮與令人愉快，使幾乎無法容納我的愉悅。雖然我意識到很快的我就必須下降到通道另一面微暗濃霧的世界，且再一次的下坡到濃霧的熱帶叢林。但我很有信心，早晚我將能夠超越我現在的地平綫而追隨著白雲之路。在神聖的秋摩拉利(Chomolhari)山上，白色的錐頂，如同天女多傑帕摩的寶座，似乎在向我招手。

而事實上，經由最不期待種類的環境，這在回頭看時，我只能想像為一個直接暴力的影響。在我內心，二者和在這些是為能有益地去除所有存在的困難。我很快的再一次發現自己在結隊旅行的車馬中，正往超越喜馬拉雅山不可預知的地區前進著。

這一次，無論如何，我的目標是為西藏的西北部，而在一九三三年的春天，我參與了我旅遊第一部份，一個在斯利納噶(Srinagar)之雅堪薩拉美(Yakand Sarai)的結隊旅行車馬，經由喀什米爾、巴替斯坦和小西藏(拉達克)而旅遊，這些後來都成為往昔故給(Guge)王國的部分。在卡記爾(Kargil)我離開了我旅遊的伴侶所結隊旅遊的車馬。有名的印度學者拉呼拉桑故里塔雅雅納(他在當時仍然是個佛教的和尚)在列(Leh)。我獨自旅遊，只有二個西藏人伴隨著我，他們的馬攜帶著我少量的行李和食物補給品。

在過去的那個星期期間，我使自己堅強去面對氣候的情況，睡在開敞沒有帳篷的地方，對抗著雪和雨的只有一個多多少少有點防水的南達(一個大的毛毯所做的毯子)。我將這鋪在我露宿的茅屋上。拉呼拉對後者有益的認為是一種奢侈品，直到當我們第一次越過喜馬拉雅山脈的通道時我們碰上了一場雷雨，伴隨著

正和冰雹，後來在晚上也變成了好大的冰雪。第二天早晨，當我從厚重的被雪覆蓋且已結冰的南達下面露了出來之後，我無法找到我的伙伴，直到他有點喪氣的如隨風飄飛的雪般出現在我面前正發抖著冒了出來。

幸運的是，大致上來說，天氣是乾燥和晴朗的，事實上太陽是比印度還要更猛烈，雖然因為冷空氣的原因我們無法了解這一點；直到我們的皮膚儘管以軟膏來保護仍以薄片狀；從臉和手脫落了。

然而，現在我再去張倉(Chang Thang)的途中，西藏北部巨大的高地，有著藍色湖泊的地方，金黃色和黃銅色的山丘與有著牧草地寬廣的峽谷，在那兒北部的游牧民族以他們的犁牛毛的帳篷和他們的畜群生活著。我有著清新與清新與舒暢的感覺，在拉達克招待週到的寺院待了一段時間之後，現在我在尋找的是為超越由雪所覆蓋的山脈，它伸展在印度西北部的河流和喀拉崑崙山脈之間，較上面延伸到未知的孤獨土地。

一個超過一萬八千呎高的通道橫置在我們的前面，而我們跟著一個寬廣緩慢升起的峽谷。太陽幾個星期來無止盡地殘酷打擊在這乾燥的土地上。自從早上較早的時刻已藏匿在烏雲的後面，而一陣稀薄的毛毛雨如上千條細細的針般地，傾注打在我們的臉上。每一件事情突然的以兇惡，脅迫的情形出現，而峽谷，伸展進入到烏黑的雲裡，且繞過山脈像岩石齒般的側面，而它們的山峯都消失在幽暗的霧裡；宛如是一個巨大的猛哭大開的嘴巴般的顯現出來。

二個伴隨著我的伙伴看來似乎也領悟了相同的情緒。沒人講一句話。每個人都全神貫注的在他自己的思想中，即使是那些馬兒也都如同在夢的境界般地無意識的走著。我覺得有點不安的，便是想著在接下來的那一晚，當越過恐怖的通道我們現在這趟旅遊的最高點時被一場暴雪的視野所捕捉了。

西藏行脚



●仁波切與第一世洛本仁波切家屬合影。



●仁波切與第一世家屬見面感人的情景。



●常住桂秀與泰宏合影於雪域。



●布達拉宮重建，工人一邊工作一邊對唱，歡樂的情景。



●常務護法李本源攝於杜甫草堂。



●雪域行團員攝於楊八倩夏瑪巴本廟。

修行——解脫心要

包楚仁波切造
頂果仁波切講
中譯：高文正



●最尊貴的頂果法王。

生起正確發心

為攝受勝妙教授首當生起正確發心，確定不為自了而受法修持，乃為脫度輪迴苦海一切衆生故，此乃廣大菩提心意。

遍虛空的衆生皆願離苦得樂，然因不知樂乃從清涼佛法而來，甚至反其幸福之道而行，不知所造一切乃苦因，終至迷失絕望於無盡之輪迴。視衆生如迷路盲者，我應慈悲相待，更要尋求讓他們脫離常苦的正道，而唯有修持佛法可辦得到。

目前我處于（三岔路口），具暇滿人身，遇具德上師，身心健全堪為法器，從此可決定我將上行開悟道，或仍舊沈溺於苦海永不渡脫。

我們要以滅度一切衆生登達彼岸為修行宗旨，為圓滿此一目的，首要清淨聞法，不落習染、三毒、五惡見及六垢以免枉費時日，而且要以合於六度的無礙心，專心一意地受教。

今天我們要學些甚麼？這本是類似一般的「論善業的根、道、果」一類的教授，但有一個廣義的標題稱為：「修行—解脫心要。」，本文是由偉大的包楚仁波切所造，他的本質乃寂天菩薩圓滿的化現，他的應化外相，則出現于對無量弟子的大慈悲，及湛深知見和無所着於世俗。

一切教法究竟指授開悟

尊貴的佛陀具足善巧方便，以大慈悲心教授之深廣法門，如今收集于三藏之中，其註解及各種教授盡收錄於後來印度班智達們及西藏的大學者所集結的論藏之中。一切教法究竟指授開悟，而其廣泛的內容則是為了利益道上不同根性次第之行人故。

論善業之緣、行、果編排得易懂易修，儘管如此其內涵仍囊括了顯密之要義，依照傳統，這些教授分成三個部份包括：標題、前言、本文及總結。每一部份各有主題，如：錯誤的頹廢習性及末法的極苦衆生、見地、顯密的禪

修及事業、離諸世法等等。

講過標題再來說前言，主要談的是第一聖諦苦諦，佛陀首轉法輪教授輪迴唯苦，一切衆生如螻蟻皆願安樂，然因無明故而反其道行，無明衆生受自心好惡妄念所欺騙，而不相信快樂唯有從圓滿無垢的佛法而來，反而受無明網罟之苦。

目前是回憶的時代，追尋的是過去黃金歲月的圓滿功德，衆生於末世多背離正法，攝受正法之聖衆希有如鳳毛，衆生心皆願快樂，但末世邪見及惡業令墮更苦深淵，甚而受惡道之苦，尤以地獄道更非我們所能想像，在地獄中衆生苦於寒熱，餓鬼道衆生則受飢渴之苦，畜生道衆生則常受役使及愚笨之苦，三塗苦實非我所能想像，因此至少我們要檢點所作一切，會令我墮落的惡業吧！就如偉大噶當巴上師說的：「此無上教授為揭露我不察之漏業」。

在我們認知了苦及認清了自己的過失，再讓我們研究其原因，苦的根本是無明，來自一種對自我錯誤的信仰，如尊貴的月稱所說：「因著我想，由生我執，再生我所，至生物慾，對無涯苦海衆生，生悲心者我致敬禮」，執著於我的身體，我的心，我的名字，貪所愛遠所惡，即是我執—根本苦。前言主旨如是教授乃向末世衆生由衷致哀，並由此悲心生大願，願清淨無明習染。

勝妙佛法的見、修、行

而如此尚不足以解脫，因而論善業之二，所論乃指勝妙佛法的見、修及行，主旨為對治衆生之苦及惑，首要乃對法之正見，正見乃圓滿正覺的種子，正見既生當依作禪修，持續不斷果必成熟。如云：「乳經熬煉酥油自出」，如何是果，智慧之外相是謙沖有禮，而禪修的表現是妄念斷，如此品德將深植心中，並自然地合於正見的表現之中。

論善業之三，也就是結論：主旨為對輪迴生厭離心，消滅對輪迴亦有樂處的迷惑，藉佛

法的禪修，出離心自然生起，自然的遠離苦果，緣於轉心向法而真正的要捨棄俗業，由此彼岸可及矣。

在前言簡介之后，就是本文而以禮敬開始。

那謨羅紀喜哇辣

意爲：

敬禮觀世音菩薩，
世上至尊諸佛根本大悲之應化，
爲利衆生現菩薩，
悲心被及衆有情，
上自皇族下百姓，
遍及四聖法界處，（聲聞、緣覺、辟支佛、菩薩）
大悲無別等佛性。

悲心亦作覺心

爲何佛法以悲心爲首要呢？因爲悲心乃深廣菩薩道的根本，悲心亦作覺心。

十地菩薩觀世音
無量淨土諸佛子
無量淨土由此生
由是亦生應劫王
因此世間稱至尊
超凡最尊之法王
了無三界諸塵勞
離諸生老病死苦
於衆生示解脫道
三世佛亦隨之行
此乃偈首致恭敬

又讚：

名似甘露灌我耳
得聞法音無量劫
妙三寶緣此善故

願一切臻最圓滿

由此禮讚三寶佛法僧，但聞三寶名號，得令不生惡道，甚有種善根於法上生決信，若蟻虻且令不墮落得入無上正道，若聞聖號呼聲得世俗安樂，並究竟得解脫大樂，若以細說此：佛陀是導師，佛法是道，而僧伽是法侶。

諸佛之中，釋尊爲賢劫第四佛，於兜率天應化，於法身他知一切如理，於報身他離生死轉法輪不斷，於化身他生爲釋迦族王子，幼享王國安樂，後捨世俗而修六年苦行，終捨苦行而在印度菩提樹下的金剛座得正覺，爾后三轉法輪利益一切有情衆生，並於善幸衆生滅渡后入般若無餘涅槃，爲衆生得修習體驗佛性智慧而教授八萬四千解脫法門—三寶之二。

佛陀在鹿野苑初轉法輪教授四聖諦，爲二乘共同法門，在王舍城靈鷲峯二轉法輪開演大乘，乃勝義諦無相法首傳，離諸戲論，此含攝於十萬頌之般若波羅密多經內，於三轉法輪時佛陀施無礙金剛乘法教。

一般來說，佛法可分教法及證法，佛陀的教授總集於三藏之中，包括了律、經及論，其體用則是戒、定、慧三無漏學。僧伽就字義爲善社，依大乘傳統僧伽是菩薩衆，而小乘則意指聲聞衆及辟支佛，然任何于法上行聞思修者亦稱僧伽。

三寶爲無上依怙及修行基石

三寶爲無上依怙及修行基石，恭敬三寶俱以讚嘆，若以包楚仁波切之見，三寶乃無上導師，從來延續圓滿之智慧，所開演者乃清淨圓滿之實相，包楚仁波切是以正見、離外道五濁等三德相以爲化導，他于自心已契法義，離諸驕慢，由是他發無緣大悲極謙虛地說：

果熟而落然實猶青澀，
相似行者然心未契合，
雖受命造論實不足道。

事實上包楚仁波切是圓滿瞭解菩薩事業者，蔣揚欽哲汪波讚曰：

稱吉味秋寄汪波我祈求，
寂天菩薩形於外，
夏瓦利巴是內涵，
救苦觀音秘密心。

此說非僅口頭讚嘆，若見其生平、心地、言行，則圓融于聖教，正因如此他才作謙卑言語，接下去他又說：

為依要求造此論
尊貴行者之熱心，
末法離幻我實說，
謹贈數語請思量。

在此包楚仁波切如是說：「我雖未得大悟，若能鼓舞眾生的出離心及慈悲心，就有所助益了。」

末法過患：

末法眾生若能知己過，
對治之道必然自生起，
若常附和阿諛令歡喜，
不利用展行者之根器，
如是教不斷自省之法，
正確對治門及真利益，
千捶百煉方把純金得，
不斷依教授自省己過，
諸漏可成正覺之門。

恭敬轉三寶之后，包楚仁波切開始造論。
偈曰：

大聖釋迦眾神之神，
經正道證無上菩提，
於眾生示無誤道路，
由於此而號稱大聖。

佛陀勇猛衝關之為利他

說到聖人意為：經修定及專注而得神通的人。此聖人據傳壽元一劫之長，具天眼通，能乘風飛行，但這樣的聖人念根未斷，心生傲慢，于稱譽生起執著；但是佛陀——無比釋迦族的王，自開悟當下我執之根已斷，何以能如此？事實上他勇猛衝關只為利他，這就是尊稱大聖的原由，於一千又二尊佛願饒益眾生；之時，本師釋迦牟尼佛立誓在此黑暗時代幫助眾生，他對五濁眾生粗重漏業、受情慾風吹、心狂難定諸現象毫不退縮，因此精神當于千佛之中稱白蓮，從開悟的剎那起他捨「我」念，唯思利益他人，爾後他積聚三無量劫之功德，逾百生百世不思議饒益一切有情。他捨身以救度眾弟子，以精進故證圓滿果位、無上菩提。

偈曰：

因精進成無上覺，
經正道真捨自我，
故佛陀如太陽光，
普照宇宙眾有情。

當今緣佛教諸善根，令行者得學真實法義證圓滿果位，若人以正念行道如佛陀得正果、滅人我見，這樣的人每出真實語，讚嘆契合法義，無虛誑之言。

包楚仁波切之語，自釋迦牟尼教法直接之傳承，換言之其言不異佛語。

本文續曰：

阿賴耶，
末法眾失正業心，
人皆狂妄無誠信，
發偽心信從何取，
出誑言相互欺騙。

末法眾生充滿欺誑、害他之念

在黃金（正法）時代，人具圓滿功德，後漸餘其三，再而餘其二、至今世稱末法、衆生充滿欺誑、害他之念，自私自利、遠君子近小人，如是人心如樗、癭節夾纏，每下愈況終至失道，此世衆生心懷毒念，而迷失於無涯輪迴，故噶當巴大師曰：

於心門前謹慎矛，
隨起伏念而警戒之。

本文續曰：

阿賴耶！
末世衆何其愚蠢，
無有人言可取信，
見此處處舞魔影，
表明人人唯自助。

何謂自助？首要知曉輪迴之間有生必有死，有聚必有散，有得必有失，凡逢高必落，此娑婆中如火坑，如蛇窩鬼市，一切皆苦，見此輪迴實相就當以法對治之。

本文續曰：

無始來我識迷惘，
因業風吹而受生，
若取奶油中毛髮，
捨牽絆獨自離去。

死期唯一伴侶—業力

於前生今世中我獨自受生，出自娘始沒有任何眷屬，如今我得友朋及仇冤，然于無常死臨頭，我將離去如取出奶油中的一絲毛髮，沒有任何沾粘，無人能助力，若天神衆如婆羅門及帝釋亦無能爲力，我愛色身尚且不能忍針刺火燒之苦，然而面對死亡又是唯一的命運，認清死期之伴侶唯有業力。

因此當尋求正法以爲助力，如聖者岡波巴曰：「死期一到，眞行者可識得死即法身，究竟自性，較差的行人若心中明白，亦可得個寶貴人身再受正法」。已經真正瞭解死亡時是孤獨無助的，還不該捨俗業而修正道嗎？

若人有權力將以力取財，不誠實的人會以違法逃稅而致富，但一切財富、美貌、權力死時都帶不走，雖然人可能自名位、財富、讚美中得滿足，而這一切却都是未來痛苦的根源，人一受八風撼動則妄念及債業就會成熟，如此一來就確定走上輪迴荆棘道了，若人眞想作一些對自己有意義的事，令自己滿足的事，只有轉心向法一件事了。

本文曰：

如是雖不著力，
然爲己之利故，
若未成就正法，
莫讓此生虛度。

悟則自利，慧則利他

雖然認爲保衛親人征服仇敵是利己事業，事實則否，唯有轉心向法才能自利，目前尚未調伏我心，未曾大力斷我執之根，故若說利他，則屬口惠而已，因此有云：「悟則自利，慧則利他。」修行初步，必要集中精力，決心爲自己拚命作功夫，作見、修、行的功夫來調伏心性，則諸漏漸止，菩薩之性漸綻放。

故曰：

或從粗重漏業覺醒，
改過去種種歸正道，
恰似破烏雲之明月，
更勝昨日無垢光明。

無論我執深重，可以降伏，而慧心可起，於法就文字上及意義兩方面瞭解後，必不受世

法染著，然而不幸如我（欽智仁波切自喻）著諸塵勞，資糧道亦未登，今天在此高座上賣弄唇舌，實在有辱佛法，而于法上：法本自圓滿，包楚仁波切之著作，如佛親說，符合上來之意。

故曰：

心住教法不住人，
請勿於我生惱意。

於上師處生決信，一切功德自然生

如何圓滿正法？受任何此丘戒律是為根基，以自我調制，經清淨持戒可培養於道上作取捨之能力。復次，融合諸廣大教授而學之，但這是很不容易作到的，可是若能得具德上師，學見、修、行而實踐之，就可得正法心髓，更其者若於上師處生決信，則一切功德自然生起，就如同在喜瑪拉雅山上檀木林中的雜樹一樣，長年浸浴在檀樹葉滴落的水滴中，受其香氣薰染，而終與檀木不可分了，但若不尋善知識為法侶而與狐犬為黨，就好似菇莎草生泥溝，不得清淨了。

故曰：

首要覓明師，
隨侍受正法，
禪修實習之，
正道順利行。

本文續曰：

暗世衆生意卑劣，
一無是處是品行，
行止自私且詭異，
能知自利已希有，
要利他則更不易，

捨緣法擾攘善乎。

一旦兩手皆放下，一切成就剎那間

今世，雙親不能依法教我見、修、行，我的親戚朋友都想積聚永久的財富，征服敵人，保護自己，這樣念念之中不斷取捨，心唯私慾，菩薩最勝事業盡失，是不是信賴善知識而捨去富衣食諸煩惱會更安心呢？至聖噶當巴的上師常修苦行，無視於舒適享樂，就像本師釋迦牟尼佛捨宮庭享樂苦行六年，我等行者是否也要捨一切俗業，忘却慾樂、親友，追隨明師而行呢？若想滿今生諸願求，則時不我予矣。

故曰：

一切計較如兒戲，
一一行之無窮盡，
一旦兩手皆放下，
一切成就剎那間。

本文又曰：

上者逢迎亦不悅，
下者挾持亦不足，
好心終常遇野狗，
如此思惟生決定。

要認清俗業緣法究竟無有意義，如噶當巴大師常說的：

吾心當常住法地，
修行當要修苦行，
苦修緣觀死亡故，
獨居唯可觀無常，
居得深山野洞窟，
斷諸擾攘煩惱塵，
此是確保修行法，

常思上生諸喜悅，
常保謙恭自足心，
衣食用以養諸親，
如是滿足世俗願，
臨到捨報不着力，
迷於權貴令心狂，
滿願慾如火加油，
都是錯誤慈悲心，
真慈悲令無死樂，
究竟圓滿成佛果，
謹記在心自充實，
實在利他第一步。

爲激勵故又曰：

雖已學而法未弘揚，反多辯駁，
雖成就而衆生未利，反多批評，
雖在高位不求利他，反而自傲，
若汝思世事因無力，感而傷心。

衆生因偏見而不取信

雖大師出世、悟大道，利益末法衆生，然如水銀落沙地，泥牛入大海，飽學上師們擁有一切學問，並恩賜具緣弟子，若弟子未加實習，則成個知解宗徒，徒生慢心而已，也許有人持少許戒律，亦只會使他執著福德，或有得高位者，唯使更多貪婪怠惰而已，如此弟子與無緣衆生何異，於法上於衆生都沒有利益，爲何大善知識亦難度衆生？

文曰：

雖有實語者常招誤解，
雖真心利他也遭污擊，
今因邪見心凡事歪曲，
利他不著力失望而去。

有人說法，人曰：「愚蠢啊！法又不能吃

。」有人說至樂解脫惡趣之道，衆生因偏見而不取信，就像人見盛熾陽光而遮蔽雙眼，因此所見皆暗，而誤信爲真黑暗一樣，如此一來安全感就沒有了。復次，有自未圓滿而行利他，反招更多迷惘，所以最好學習密勒日巴，切斷所有俗業專心一意地修法去吧！

以悲心之力無事不辦

偉大的噶當巴上師們有感於無別的空悲是佛教至寶，他們不斷觀修四無量心——慈、悲、喜、平等捨，從中自然生起利他的力量，這些上師們因於法上心、行一致而聞名，他們先致力於聞法，爾後實習之以修，此乃直達大樂究竟佛位道，尊貴的成就者阿底峽「第二佛」，把菩提心及馴心的法藥帶到了雪國西藏，他從自修中不斷開展慈悲心，在心中結結實實的培養起，天下沒有成就不了的覺悟觀念，如果不是這樣，則慈悲心就不實在，有云：「若願他人，甚至敵人得快樂，就是大樂的根本，到此地步，慈悲心就不壞了。」

當佛陀降生兜率天將要應劫成第四佛時，他曾授記：「我將應運降生于南瞻部洲，以出現佛之事業！」而諸菩薩衆諫曰：「時屬暗世，外道流行。」佛曰：「我確知利他之願心。」爲何佛陀具此信心？因悲心無量故，佛陀知道以悲心之力無事不辦，爲確認他大吹法螺，表出以最高音聲集聚無量衆生。

爲起大悲心必要捨却俗法，調伏頹劣的心，若出世入世不分，則證悟非真，像成色不足的黃金一樣，也就是說要先在心地上用功，躁進只能得個菩提心的樣子而已。由空悲不二的瞭解自然就會走上菩薩道，若見察世法實相——因欠深究之故，致生幻覺而誤取俗諦實有——這也就是幻像的定義。

境由緣生，諸緣無常，無常是苦

若仔細看可發現世界情境如彩虹一般，色彩光鮮，但非實有，我們通常沈迷於身口意之

名相之中，說到身體。

文曰：

佛曰清境如魔幻，
迷惑乃迷心幻影，
畏怖世法類唐性，
若惡幻師造魔境。

幻師變出馬、牛、車輛等，雖亦可動，可乘騎，然實非真有，然而想要識得諸境本空，現象是幻，在今天是非常困難的，惑生於迷，如彌猴學樣，緣無知而以訛傳訛，我等受愚甚深而不識出路，實相之見已失，至令人此生虛度。

過去佛曰：

境由緣生，
諸緣無常，
無常是苦。

因此識得諸法本心生，捨財衣食諸緣法，生起汝心向法去，棄緣法定證道果，有菩薩或人能識得境乃幻生，則稱主人翁，無視於妄念，我執塵勞，如幻師知道諸境由自己所造，定當不生迷惑，知緣法空相，定當不加攀緣，不患得不患失，於學處生信心，更進而思惟實習之，不斷趨向開悟解脫。

覺者教語如迴聲，
更似迴聲生迴聲，
當捨一切古人語，
緣是違背古人意。

娑婆之中語及意，不論哀樂善惡，皆空谷迴音，有人口蜜腹劍，亦有拙於言詞，故於恭維中慢心不生，要視若夢中幻影，發聲於石壁前必有迴音，故無緣由對迴音生心意，同此亦無緣由於世俗毀譽生心意（唯有成覺者值得被

讚嘆），偶有批評當樂受、檢點，於修行中發露我諸漏業。

有曰：

惡業罪行對禪修，
如同樹根對花果，
破我貪執之上師，
諷叱勵精進持戒，
我何上報此恩惠。

了知諸語本性如夢，菩薩的禪修因批評而長進，不論順逆境中，功德智慧不斷增長，何以故？因無憂、無惑故，心安住於圓滿正見地，離諸緣法，不爭故有，如我等，甚或供獻身家之名聲亦有人毀；或有勇猛之名，美貌之譽，或位高權重亦如過眼雲煙，若有具足應作是契合佛法的緣故，若受批評應作悲心及出離心的警鐘，

文續曰：

所見皆偽，
所聞皆虛，
天下無信，
唯有獨居。

夢境皆由心動生，綺語令我心迷離，何不閉門求精進？由於此處生慈悲心，依此修行假以時日，當可行菩薩無量慈悲，一切時中依菩提心修行，直到確定明白此上諸行空無實有，諸願失望，進而體會娑婆眾生之苦，則出離心自然生起，以此緣起，大乘種子將會成熟茁壯，或者可說：出離心未堅，不能真修行。

文又曰：

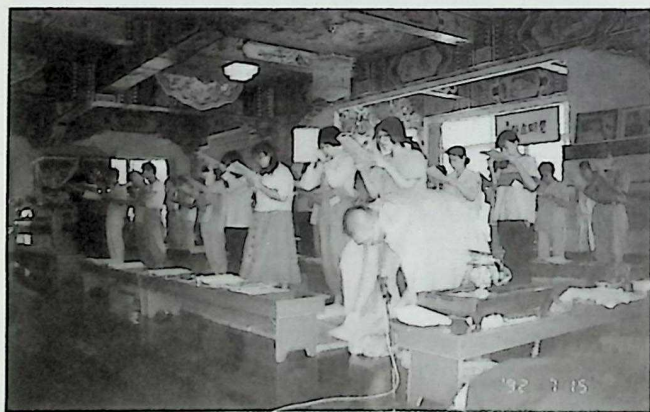
若依教行眾皆毀，
真言語者眾皆怒，
心有正念眾嗜愚，
離群索居此其時。

會務報導

緣起：

宗務委員會已於三月七日正式成立，噶瑪噶居佛學院也於三月十五日開學，會務報導最

主要是報導佛學院及本山四會（宗務委員會、金剛護法會、蔣揚慈善基金會、婦女會）活動狀況。



● 會務活動集錦

金剛護法會會訊

高文正

時間：八十一年六月二十八日下午二時

地點：僧院一樓

重要決議事項：

- 一、七月十三日至十六日觀音齋戒閉關期間，由金剛護法輪職護關。
- 二、為舍利塔完成驗收在即，各項工程款也面臨支付之際，將以發起全體護法弟子勸募運動，洛本仁波切鼓勵與會金剛護法，藉此募化運動與更多衆生廣結善緣，由應對中啓發自身佛性，讓更多人來作寶塔山的主人。
- 三、成立「千元護山運動」小布施大功德。

蔣揚慈善基金會會務

李素琴

蔣揚慈善基金會，在尊貴的洛本仁波切及董事長謝德旺的熱心領導下，已邁入第四年，這幾年來的努力，已得到政府機關及社會人士的肯定，使本基金會成為台南縣政府立案三家公益財團法人之一。

關懷

為響應政府，加強防治青少年學生濫用藥物、菸害及預防感染愛滋病，以維護學生健康促進身心正常發展，為國家培育優秀青年。此亦是本山住持洛本仁波切，多年來所關心的利生事業之一。因此本會依仁波切指示參加八十一年度台灣省政府教育廳主辦的「春暉專案」

健康、安全、關懷、雷射演唱會、贊助高雄縣政府教育局，台幣壹拾伍萬元協辦。

仁波切攜同本會董事長謝德旺參加，會中謝董事長應邀致詞，勉勵學子們，孝順父母，避免一切不良菸害、毒品之引誘，生動的致詞中，學生抱以熱烈掌聲。主持人亦特別介紹仁波切與學生們認識，聲光舞影是學生最愛，但是仁波切到來增加些許莊嚴，憑添不少氣氛，途中仁波切即離席，出了會場外只聽仁波切講裡面是屬於青少年的世界，紅塵滾滾……

各項捐款

本會今年度董事特別捐款為：曹黛雲壹拾萬元。

六、七月份繳會費會員芳名：張茵琇、張琇、賴素鳳、李建輝、施秀枝、林碧香、劉維翰、凌金土、黃文淵、黃河清、黃美燕、張永才、彭昌義、卓綉燕、徐照安、賴美娟、周清和、鄭文發、林淑禎、張茵琇、謝輝憲、李芳珍、黃清豐、陳麗娟、葉美貞、許嫚倩、許哲禎、許嘉凌、林舜英、林芬芳、劉貞秀、劉盛彰、劉曜銘、吳淑卿、王秀緞、張慈修、伍國田、王文靜、蔡秀雲、葉筱俐、陳小萍、曾莉淑、林意瑩、黃清華、吳淑君、鍾淑珍、楊舜惠、張素雪、林秀玲、曾桂玲、洪春金、張翠芬、洪惠苓、唐淑君。

隨喜贊助：黃素芬、黃阿月肆佰元、黃文頃、李欣諭柒佰元、林秀芬伍佰元。卓麗娟、陳柏含壹仟壹佰元。

婦女會會訊

鄭燕鰲

婦女會於西元一九九一年三月十二日成立，在會長沈素珠的領導下，會員已增至數百人，多項活動順利開展，本會的職責：負責號召

並結合婦女力量，支援本山各項活動。

戒癮協會訪問

高雄市基督教戒癮協會之訪，終於在敲定的日子—7月6日，成行了。婦女會多位幹部及成員，再加上張老師一家人的參與，足可謂行列浩蕩，看來，大家對寺中成立戒癮所，期盼的心，是殷切的。

在聽取該協會張主任的簡報中得知，該協會另附設有希望之家，提供給有意願永遠戒癮者一個場所，進行心理輔導及人格的再建立，使其經由新的認知及理念，改變以往壞的生活態度，永遠脫離藥物或酒精的殘害。

離開時，大家共同期勉着，能以宗教的力量，來幫助一群酒精，藥物成癮者，揮別晦暗的日子，重獲新生。

活動集錦

火炬勵進會於7月12日在體育場舉辦了殘障者愛心園遊會。婦女會熱心參與，贊助三千元，並將攤位轉贈自閉症協會義賣。

八十一年度全國報恩供佛齋僧大會，於八月十四日在高雄市元亨寺舉行，婦女會派員多人參加，予以人力支援。

八月三日，台南市寶島珠寶公司，重新裝潢，新開幕且擴大營業，主人是對寺務極發心的金剛護法謝文明及婦女會公關組組長鄭淑珠夫婦倆。多位金剛師兄都參加了當天的鷄尾酒會，熱鬧得很，也都祝福寶島珠寶公司，大發利市。

歡迎加入義工行列

讓我們一起來關心青少年！

「天下父母心」，望子成龍、望女成鳳，我們無怨無悔地為孩子付出，總盼望他們成大器；給孩子我們從前所沒有的幸福，不讓他們

再受我們所遭遇的痛苦……然而，要是一旦孩子誤入歧途，教人如何忍受那椎心刺骨的傷痛？電視新聞中，做案歹徒雙親老淚縱橫的畫面，誰不同情呢？所以，將心比心，唯有人人發揮「老吾老以及人之老、幼吾幼以及人之幼」的博愛胸懷，對社會上需要幫助、需要輔導的青少年伸出援手、付出關懷，才能讓自己的孩子在純淨的環境中安然成長，進而共創幸福圓滿的未來。

安非他命在校園的氾濫，有如瘟疫蔓延；不但行為偏差的學生吸食，連功課優秀者也不例外，因此誰也難以保證下一個染上毒癮的不是自己的孩子。吸毒原因，或因家庭失和、學業壓力，或因交友不慎、一時好奇，或為發洩偏激不滿和憂鬱消沉的情緒，而藉此反抗、逃避。若不防患未然與亡羊補牢雙管齊下，則當前菸毒之危害、終將不亞於清末鴉片之禍國！有鑑於此，慈悲的 洛本仁波切預定成立煙毒復健中心，將佛法結合醫學和心理輔導，幫助不幸染上毒癮的青少年朋友，能夠祛除惡習、淨化心靈，而撥開迷霧、迎向陽光！

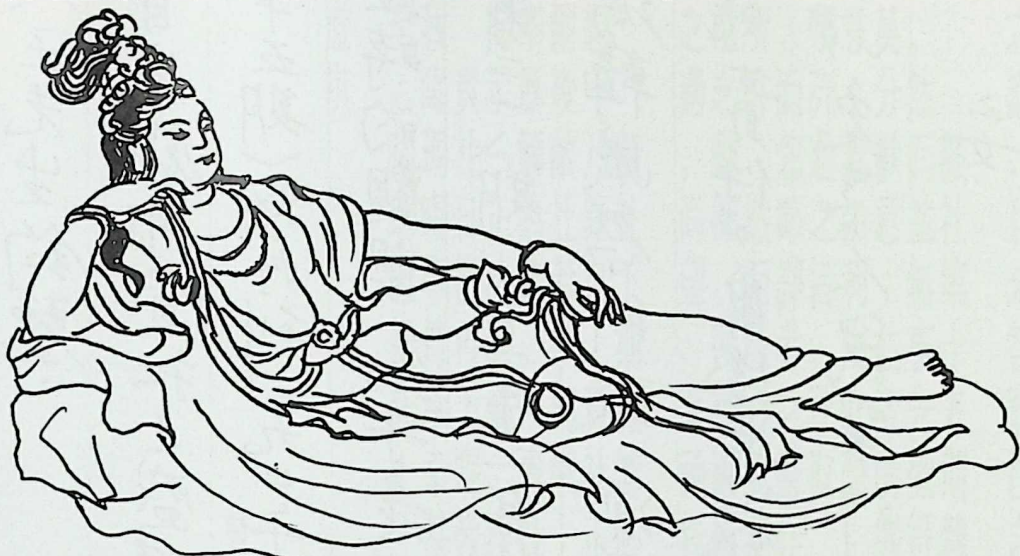
這是結合眾人愛心與智慧的時刻！

我們即將有一套完整的實踐計劃，並著手進行各項籌備活動。其中，需要徵求「義工媽媽」加入我們反菸毒的行列。不分宗教、不限婦女會成員，只要您願意付出時間和愛心、願意為孩子們的希望和未來奮鬥，就是我們的好伙伴！「義工媽媽」組織成立後，將聘請專家進行一連串的「心理輔導」訓練課程，在自我充實之中奠定助人的基礎；爾後有個案需要輔導的時候，希望隨時可獲得您誠心不吝的支援，非常謝謝！至於往後的各項計劃和活動，將會陸續通知您。

「愛自己孩子的，是凡人；能愛別人孩子的，是菩薩。」能奉獻才是幸福的；佛菩薩將力量賜給幸福的人；能開導他人才是具有智慧的人。且讓我們共同開發幸福、力量、智慧之源，為迷失的人開導、護持、奉獻！

流通啓事

藏密薩嘉派「道果根本頌金剛句偈註」



道果，是藏傳佛教中薩嘉派最高、最深、最廣、最重要的一個教法，它鉅細靡遺地統攝了如何由粗劣凡夫位起修，即身登臻圓滿四身果位的修行次第、抉擇理趣、經驗過程乃至於成就驗相，囊括世出世間的修法訣要，同時也是大手印傳承中次第最清楚、教法最完整的教授，這就是它何以名之為「道果」的理由。

所謂「道」是指本法修行中所修橫向的廣中略三道及縱向的深中淺三道，其內包括了三現分、三續、四量、六教授、四耳傳、五緣起、守護偏墮方便、智慧及二邊，世出世間中的脈、氣、明點、瑜伽修法……至於四層灌頂中廣略修法，多不勝載。

「果」，則是綜結通徹此中諸道後，得具自利、利他、自他二利之三種果德。

本書直接譯自藏文「道果根本頌金剛句偈註」原本，由薩嘉班智達講釋畢瓦巴祖師所教示的金剛句偈頌文，現在漸為人知的三現分、三續，僅是書中的一部分，至於內容其他部分，則有漢譯者對道果傳譯源流與傳承祖師等之

介紹及其內容概述「道果概說」，印度薩嘉中心所出版三十一冊道果法集分冊細目的「道果總目錄」，德格版西藏大藏經祖述部所收錄畢瓦巴之「道果金剛句偈本頌」正文，續部總集所收錄「道果金剛句偈科判」，道果法集中之「輪涅無別見」等，以及探討「大乘要道密集」與「道果金剛句偈註」之間的差異一文，因何「大乘要道密集」一書不能稱為道果？與金剛句偈註的科判表五張，厚達七百頁，其內所有關於種子字、咒語部分之藏文，均以電腦系統列印出藏文原文，方便研究，內容包羅萬象，言前人所未言，讀過本書，您將讚歎欽服「道果」及薩嘉派之偉大！實為教內研究密宗之學者實修行者不可或缺之寶典。

現書流通定價壹仟肆佰元，掛號寄書！緇門二眾八折優待，海外另加一成郵費。

郵撥：16081161號

帳名：李敦儀

連絡電話：02-4632291

連絡地址：基隆郵政15-28號信箱

貢 嚙 精 舍 用 牋

發行人王先生鈞鑒：

首先感謝貴社之盛情，致贈嚙精雙月刊。然此期（第十五期）雙月刊，九二年七月份，有一篇文章——修持紐理時的觀想，似乎是錄自敝社所發行之正法眼月刊第二八期（八十二年二月份）之內文，此舉或許是因貴社編輯疏忽所致。現在文章已經刊出，敝社不再追究責任。爾後若欲登載敝社之文章，務請告知，以免落人鼠輩行徑之譏評。順頌

法安

正法眼雜誌社發行人

童大真 仝

八十二年七月二十八日



寶塔山

噶瑪噶居寺專用箋

住址：台南縣左鎮鄉左鎮村九十一之二號
Address: No. 91-2 Dso-Jern Tsun, Dso-Jern Hsiang Tainan 71301 R.O.C.

TEL: (06) 5732103, 5731156
FAX: 886-6-5731146

發行人童居士法鑒：

之謬，賜且函未咎已敬往悉之。責渥，蒙至為貴社厚愛，不吝匡正敝社

之權所，囑意萬，過之許而流；分然，動，忽通蓋歉而敝，尚機然略之由意並社望。而譯旨利；無第復發者，生並事十海加心之逕之澄先五涵編並著取想清徵期包輯非作，緣得雜容行自版尊欲由同誌，事利權貴令如意，並倉，。的有下，實請促故此夏情，殊轉，絕舉瑪同轉深載大一無雖佛霑載愧有度時蓄不爺法之咎見疏意為之益初，貴諒忽侵世智，，特社！，犯問慧遂實以所而智法法遵無專譯成慧之語佛剽函之無財律刊經竊致文心產令登附之達稿

道至我揭奉爾想
棋。噶貴示厚後
噶瑪社一籌敝乃敝
瑪噶日正為社錄社
巴舉後法謝若自下
遷傳再眼。欲期
諾承予藏轉貴雜
！幸賜、貴載社誌
甚教涅社正必
敬！，槃月貴法定
頌佛倘妙刊社眼補
教能心之之雜載
幸交一於大誌聲
甚流，密作，明
矣智更法，以
！慧是宏必明一
於、福陽當尊修
此和德，請重持
不合無居允禮紐
勝團量功在敬涅
企結！厥先之時
禱，誠偉，誠的
之則願；並。觀

寶塔山

八三山
十乘噶
一雜居
年誌寺
八社
月
五合
日十



蔣揚慈善基金會濟助報導

總幹事：李素琴

本會宗旨

本着佛教「慈悲喜捨」之精神，實踐佛陀「同體大悲之法教」，讓佛法的甘露遍灑有情世間為目的。

非常感謝善心人士及機關的轉介，使得濟助活動能遍灑整個台灣，更歡迎您加入慈善濟助的行列，您可以加入基金會，讓基金會幫您施善濟助，也可以透過我們的報導，您直接向需要濟助者施善，感受人間至善至美的溫情。

以下是六、七月新濟助的案件，由於基金會財務有限，我們的期望：

能雪中送炭非錦上添花，需要濟助者我們將儘量繼續，若已得到照料我們將告知大眾，感謝大家濟助。

新增案件

個案編號：210

來源：南化社工員

案主：余×海

住址：台南縣南化鄉西埔村12鄰西埔153號

案由：案主長子多年前死於車禍，而媳婦又改嫁。留下一子一女由案主夫婦撫養，但因老邁體衰，多方面均不能好好照料兩位孫子女。

補助：本會已對案主作長期補助，每月參仟元對案主有實惠的幫助，雪中送炭更需多方輸助，如有大德願發心贊助，本會可代轉。

個案編號：211

案主：陳×斌

住址：台南市安南區本田街360巷2段17號

來源：黃景胤居士轉介

案由：案主自幼患小兒麻痺而不幸因骨頭缺血壞死，必需開刀裝人工股骨頸，醫療費用龐大，因家境清寒沒錢就醫，而服農藥欲自殺，經人送醫急救，案情穩定。

補助：新台幣壹萬元，並派人做心理輔導，讓案主穩定心情，安心養病，並祈佛加被。

個案編號：212

來源：玉井社工員

案主：李×居

住址：台南縣玉井鄉玉田村17鄰玉田220號

案由：案主患有腎臟、膽結石及肝硬化病多年未癒，而兒子又離家棄之不顧，平常靠媳婦照顧，多年來醫療費均花費不少，而媳婦收入有限，經濟已陷入困境。

補助：予壹萬元補助，並作長期追蹤，也希望案子能返家盡孝道，讓案主能安享晚年。

個案編號：213

來源：左鎮社工員

案主：車×

住址：台南縣左鎮鄉左草山村5鄰61號

案由：案主未婚患有精神分裂症，無工作能力，長期以來靠政府補助，因深居山地交通不便，看病拿藥往返需花費參仟元（每個月）。希望本會能以補助每月固定開銷。

補助：長期補助每月參仟元，並補助就業讓案主能身心正常，進而能照料自己，願佛加被。



住址：台南縣左鎮鄉岡林村10號

案由：案主中風一直臥病在床，而案妻身體亦極差，曾動過腦部手術，神志不清，須靠扶助器才能行走。二老醫藥及生活費只靠三子供給，但三子尚有一位幼子須扶養，可謂經濟極困倉、盼給予定期扶助。人間苦楚莫過於此。

補助：給予長期生活補助貳仟元，並轉介其他慈善機構，能得到更多人的關心及照料。希望善心人士能予關照，意者請與本會李小姐聯絡。

個案編號：215

來源：南化社工員

案主：潘×完

住址：台南縣南化鄉關山村8鄰西阿里關163號

案由：案主家無恆產，因颱風吹毀一小木屋，目前住長子所搭建的鴨寮，而夫婦二人老邁，案夫又長期臥病在床，二人生活三餐成問題。

補助：每月補助生活費參仟元，並派員前往探望。輔導。



個案編號：216

來源：林玉琴轉介

案主：蘇×清

住址：台南市光華街119巷240號

案由：案主年紀老邁，妻子離家出走，現患重病入加護病房，醫療費龐大，需要大家幫助，雖有子女，但經濟狀況亦不佳。

補助：新台幣伍仟元，因兒子均已長大成人有工作能力，故不予長期生活濟助。



● 創霜的臉訴說著同情的無言。

個案編號：214

來源：左鎮社工員

案主：穆×墻

後記

為尊重案主隱私，而將案主姓名加以「×」，詳細資料本會有留案追蹤，歡迎十方信眾發心察詢捐助。

舍利塔功德欄

財務組



● 舍利塔

目前舍利塔工程業已大致完成。塔頂安裝已於八十年十二月廿八日完成。塔內神殿安奉法、報、化三身聖像—法身佛阿彌陀佛、報身佛觀音菩薩、化身佛釋迦牟尼，兩旁配祀十八阿羅漢。神殿上層計有十八座金字塔型之基座，佈滿萬餘尊蓮師塑像。主要部位安立中脈

即是能量中樞並且築壇、寶蓋法幢，種種珍寶莊嚴供養。

尊貴的夏瑪巴仁波切、頂果法王、薩迦教主、烏金祖古、達桑仁波切、天噶佛爺等都會明白指示，此塔之殊勝及建塔之功德。

本塔開光後將對全世界尤其是台灣帶來和

平的訊息。本着對大寶法王清淨的信念以及四眾弟子的發心，這期間雖逢景氣不良，亦未造成工程上的障礙，全是龍天護法的護持。為感念各位功德主的捐輸，茲將芳名記述於下，功德無量。期望大家繼續贊助，使舍利塔早日圓滿。

塔院釋迦牟尼佛雕塑基金

塔院釋迦佛泥塑金身，承十方信眾樂捐，每名肆萬元功德金，業已圓滿。感謝之至，各位芳名亦鐫刻在金剛寶座上，與佛長存。隨喜信眾功德金轉為建塔功德，願佛光加被。茲將功德主芳名節錄於下：林天賜、李金珠、陳金英、蔡秉翰、蔡國壽、張肇元、蔡政華、徐士超、徐真量、張秋燕、陳趙麗群、李克明、鄭有財、陳寶綢、陳秀珍、楊海龍、呂伯爵、陳春賢、郭雪惠、陳麗真、蕭進明、孫陳水治、沈怡君、葉福榮、鄭成榮、葉亭廷、沈素珠、方鄭來春、方秀櫻、鄭賢宗、鄭岳昌、呂正生、沈錦慧、楊存賢、孫素專、王秀蓮、張明仁、許杏如、陳惠珍、賴乃正、許介壽、葛曉峰、葛陳春甘、汪麗珍、邱思宗、陳堃惠、郭鈴珠、林學培、施朝原、黃翠吟、裘菲菲、林元吉、黃德義、何德彰、蘇鍾秋月、郭侯雲緣、李政忠、翰昌文坊、徐蔡柳雲、張陳綉枝、張金山、葉清子、薛國利、呂天賞、胡荷香、葉清玉、謝文成、林美玲、葉清英、源豐機械公司、陳昱潔、曾錦旗、王招治、陳誼雯、黃崇銘等七十五位，共轉法輪。其中李金珠居士個人貳拾萬。

賢劫千佛浮雕

釋迦牟尼佛曾說：本劫為賢劫，賢劫將有千佛出世，度化有情，行大廣長舌。釋尊為賢劫千佛第四尊佛，未來佛彌勒菩薩為第五尊佛，大寶法王為賢劫第六尊獅子吼佛。

在舍利塔釋迦牟尼佛兩側，將矗立大型賢劫千佛玻璃浮雕，以莊嚴佛陀，特徵求一千位贊助功德主，每位功德金壹萬元，功德主芳名將刻於浮雕之上；贊助賢劫千佛浮雕，即與賢劫千佛結下深緣，必受賢劫千佛度化，將來必往生諸佛淨土，並於未來成佛。

以下是功德主芳名（八十一年六月一日至八十一年七月卅一日止）：

壹萬元：黃申申、楊正龍、江蔡迎、林旭昇、陳秋英、朱林粉、林正吉、張孟華、鄭力維、鄭若翔、吳碧蓮、鄭文華、吳萬金、吳昭桂、蔡政憲、謝鏡清、黃玉琴、呂長軒、簡天來、簡李愛治、吳美富、楊宗翰、莊粗、黃舒宜、黃宇佑、廖再有、廖黃玉統、林昭雄、陳世昌、蔡瑞鋌、徐忠俊、陳麗珠、張聰梧、劉軒誌、劉純渝、葛曉峰、葛欣華、謝春伶、李清標、邱柏凱。

舍利塔建塔基金

舍利塔工程浩大，建設項目繁多，除以實物說明捐獻外，其餘均列入舍利塔捐獻項目，將來本塔完成，凡供養壹萬元以上功德主，芳名將刻碑留念。

以下為八十一年六月一日至八十一年七月卅一日止，功德主芳名：

壹佰壹拾伍萬元：謝德旺。

伍拾肆萬元：曾秀英。

伍拾萬元：陳大雄。

參拾伍萬元：徐真量。

參拾萬元：噶瑪戒法忍、張秋燕。

壹拾陸萬元：劉煥祥。

壹拾伍萬元：蔡錦枝。

壹拾萬元：王金興、心佑法師、方惠麗、王楊瑞寶。

伍萬元：龍天下股份有限公司黃明正、郭陳玉鳳、黃裕郎。

肆萬元：陳春賢。

參萬元：施治明、吳麗卿、張陳綉枝、張哲輝。
貳萬元：杜明倫、黃水池、鄭明和、鄭東良、
溫俊明、張聰梧。

壹萬玖仟元：張明仁。

壹萬元：王福記股份有限公司、李清標、魏世昇、楊樹春、林娟如、黃龍泉、黃謝金蓮、謝鳳美、陳明振、鄭明瑞、林重慶、張水河、林麗珍、陳炳芳、王奇瑜、鄭岳昌、蔡芳儀、郭桂秀、蔡振東、吳延陵、吳李順、吳水森、林天賜、李金珠、林玉蓮。

捌仟元：魏美鈴。

柒仟元：蘇秀賢。

陸仟元：林麟書、吳守貞、莊粗。

伍仟元：吳丁山、王敏、林春發、黃茂峰、姜盈甄、張秀美、楊富麟、張胡春朱、楊振男、涂麗娜、林瑪莉、隱名氏。

肆仟肆佰元：劉美櫻。

肆仟元：張瓊花、池秀蘭。

參仟陸佰元：隱名氏。

參仟元：楊文欽、游麗珠、謝玲英、李清仁、林姿秀、郭宗宏、楊繼宗、詹鄭春霞。

貳仟伍佰元：呂惠美、蔡文登、鄭方錦秀、吳秋月、張秋鳳。

貳仟壹佰元：林振強。

貳仟元：黃彥文、郭憲松、蘇貞安、黃春宗、洪春宗、林梧、王娟娟、尹明和、李泳成、洪新進、吳敏枝、李阿珠、郭美華、余文雄、謝婉雯、林慧珍、蘇美敬、林健二、許明賓、游麗珠、隱名氏、林迫、陳淳隆、黃金興。

壹仟伍佰元：王政常、呂玉珍、隱名氏。

壹仟元：黃進興、鄭乃志、沈金龍、隱名氏、林滿珠、林順貞、高添正、孫文賜、鄭王枝、紀錦惠、林東權、黃培華、許媚慧、李美賞、陳阿良、林芬芳、張瑞安、吳劍山、邱秀月、張宇宙、言立華、張啓祥、林萬勝、佳品電子公司、陳寶雲、湯富星、許仲川、秦賀忠、林政德、呂惠真、魏宏光、李玉塵、邱清子、黃政源、吳文賢、黃阿秀、陳玉甚、林郭秋、方

銘彬、玗通企業股份有限公司、吳明吉、簡坤森、戴先茂、戴吟真、呂宗倫、林雲龍、何懷德、鄭國華、周小姐、江玟玲、李佩芬、楊立彬、趙俊榮、盧澄壽、林紅淑、田李宋妹、楊懿純、陳昭容、隱名氏、歐梅、桑佩齡、張鳴蘇、潘希德、陳原樸、陳文玲、施國強、何秀蓉、張佩雲、李景宏、周基錦、楊菁菁、李惠芬、朱勵恆、饒志忠、黃阿連、趙國安、李福海、游冬慧、林秀鸞、葉麗玉、鄭美玉、張福雄、謝文正、謝欽煌、余玉雲、謝文婷、謝文鎰、謝文萍、謝再福、謝文炯、謝文煜、盧亮子、陳安綺、謝文泓、陳文雄、沈金城、江蔡迎、曾廣志、顏瑩忠、張家源、陳永慶、黃惠珠、余景月、陳文田、楊書婷、張磚、何崑生。

建寺基金

以下為八十一年六月一日至八十一年七月卅一日止功德主芳名。

肆萬元：張陳綉枝。

壹萬元：黃文淵。

柒仟元：大洋羽毛公司。

陸仟元：郭紹鑫。

伍仟元：李春祈。

參仟元：林燕川。

貳仟元：周怡村、郭宗宏、陳大泳。

壹仟伍佰元：鄭玖米。

壹仟元：林丁伏、邱創雙、陳黃近、林順發、黃良輝、吳四雅、李鴻志、羅巧芬、張芝、趙國昭。

佛學院建設基金

噶瑪噶居佛學院已於八十一年三月十五日正式開學，為給學生一處良好的修學環境，本寺特別發起興建佛學院教室、宿舍基金，歡迎四眾弟子隨喜贊助，凡贊助壹萬元以上功德主之芳名，將鐫刻於佛學院院史之上，以下是

八十一年六月一日至八十一年七月卅一日止功德主芳名：

壹萬元：游家添、林士雄。

壹仟元：楊三嬌、吳柏喬、隱名氏、鍾文漢。

伍佰元：林麟書、曾啓昌、張清藍。

本寺每個月爲護法、功德主（一年內供養十萬元以上者）設立迴向祿位，使護法、功德主事業興盛、身心安樂。誠摯歡迎十方信眾隨喜點燈（每盞隨喜金一百元）、設立祿位（每座一千元）、共修。

助印三乘雜誌功德欄

「三乘」自民國七十七年創刊，至今已邁入第十三期；由草創初期單張刊物，成長至今的精美彩色書報型雜誌，內容不斷的提昇、充實，以滿足各位讀者的需求，並於八十一年三月起由季刊改爲雙月刊。

「三乘」屬非賣品，免費贈送歡迎索取。本雜誌屬於十方，期望您的指正與來稿，來稿一經刊登將致以稿酬；同時我們更需要您的支持與助印，使佛法廣傳法輪常轉。

以下是八十一年六月一日至八十一年七月卅一日止，助印功德主芳名：

壹萬元：洛本仁波切。

陸仟元：郭雪惠。

參仟參佰元：心喜。

貳仟元：陳國呈、簡明滄。

壹仟玖佰伍拾元：林淑禎。

壹仟元：黃淑貞、劉枚、秦賀忠、陳阿良、鄭賢宗。

伍佰元：黃彥文、黃盟心、陳華醇、邱和妹、盧葦州、侯隆晉、隱名氏。

消災疏文芳名如下：

馬溪祥	曾文錡	謝德旺	陳大雄	李本源
呂正生	沈素珠	李克明	黃文鴻	黃明道
施朝原	張明智	郭文宏	陳玉印	蔡馬陵
高文正	曹黛雯	柯寶琴	方美珍	沈錦慧
蔡東坡	林旭昇	李宗榮	陳丁財	張秀鳳
吳秋月	賴慶鐘	林政男	李建輝	魏榮輝
黃明德	李銘彬	趙宏澤	謝文明	蘇文禎
許杏如	裘紹基	謝進興	莊國年	黃明正
郭紹鑫	陳翠蓮	蔡錦枝	林秀玫	郭桂秀
林麗珍	沈怡君	陳貞惠	鄭燕釐	鄭淑珠
洪茂榮	呂清良	王英林	王金興	王金蓮
王淑芬	方秋菊	陳幸輝	李瑞娟	李美祝
李麗紅	李松華	林峻邦	沈惠淵	邱妍妍
郭有道	郭雪惠	陳秀英	陳宏裕	陳雙喜
黃淑珠	黃德駕	鄭力維	鄭明瑞	許清賓
張世昌	張明仁	馮慧瓊	潘慧如	蔡文登
魏文玲	魏榮華	蕭孟珍	釋心佑	林泰宏
李素琴	劉惠芬	許介壽	謝金石	雷和榮
謝邱玉秀	賴張麗娟	謝進發	徐真量	吳進
丁 穎	賴蓉嫻	薛丁仁	陳玉蓮	黃文淵
林蘇	銘月	吳錫來	益華（股）公司	董海樹
姚	瑞龍	何德彰	陳麗真	李金珠
林天賜	王楊瑞寶	洪茂森	黃明正	黃明強
塗坤	謀	黃榮棟	張秋燕	徐士超
陳國恩	張陳	綉枝、大洋羽毛（股）公司、林東明、陳品妙、陳俊尹、陳貞雅、李清風、張小寶、張靜玲、黃明良、黃馬金枝、陳勝德、蔡蘇玉春、萬福緣、陳全成、洪芳松、劉惠芬、魏榮昌、魏榮謨、王鎮魁。		

千燈供佛度母消災法會

尊貴的洛本仁波切悲願具足，有鑑於緣度母法對末世衆生特別具有大加持力，除指定爲寺中每日早課必修之外，更於農曆每月初一上午六時舉辦大型薈供，由具德上師、喇嘛修法，並供燈千盞，廣立長壽祿位，撰寫疏文，將功德迴向予本寺護法、功德主，期令大眾消災延壽，諸事順利。

藥物濫用(一)

取材自行政院衛生署刊物



● 跟毒品說「不」。

一、前言

深受鴉片之毒害的中華民族，幾十年來對毒品深惡痛絕，訂有對鴉片嗎啡等麻醉藥品最嚴格的管理和處罰法律，家家戶戶的長輩莫不對晚輩諄諄告戒：「千萬莫讓毒品沾身。」然而，近幾個月來，安非他命迅速地蔓延到青少年，向工廠學校擴散，來勢兇猛，使得日理萬機的總統和行政院長都呼籲全民積極投入反毒的行列，以徹底剷除毒害。

被濫用的藥物包括：由醫師處方的藥物如嗎啡、安眠藥，不必處方就可以在藥房買到的藥物，如感冒藥，以及天然的或人造物質，如某些野生菇、強力膠、汽油等。這些物質都包括在本專輯所稱的「藥物」裡。這些被濫用的藥物都具有改變使用者的情緒，知覺及大腦功能之特徵。由於具有這些特徵，容易讓使用者產生心理依賴，沒有藥物會渴望得到它。不少藥物，會經由新陳代謝速率的增加或藥物受體之耐受性改變，產生耐藥性，要增加劑量才能達到相同效果。這時，若突然停藥，會產生戒

斷症，為避免不舒服的戒斷症狀，使用者戒藥更難，癮上加癮，形成更嚴重的問題。

濫用藥物較常見的有中毒、驚懼反應、精神病、器質性精神疾病、戒斷症狀、迴藥反應等。各類藥物常出現的問題會因其藥物作用而異。因此，本專輯選擇了鴉片（麻醉劑）、安非他命和古柯鹼（中樞神經興奮劑）、巴比妥鹽（中樞神經抑制劑）、強力膠（有機揮發劑）、大麻、benzodiazepine類（抗焦慮劑）、和香煙等為代表，分別簡介這些藥物濫用的特徵。另一最常濫用的藥物——酒，則另出一輯——專門介紹。

藥物濫用是十分複雜的現象，本輯分從生物學、心理以及社會文化的角度，來探討藥物濫用的成因、治療、和預後，希望經由本小冊，讀者對藥物濫用有初步認識，一則積極預防其發生和漫延，二則盡力協助已染濫用習慣者戒除毒害。這就是台大精神科同仁編這本專輯的目的。

二、藥物濫用及成癮的定義

精神科門診中，常常有病人很緊張的問醫師說：「我吃安眠藥已經一年多，會不會上癮了？能不能停掉？」。也有一些病人總是要求醫師加胃藥，止痛藥等等，雖然醫師經過仔細檢查後，向病人解釋沒有必要服用這些藥，病人仍然相當地堅持，這種情形算不算是成癮呢？

藥是用來治病的，如果不是以醫療為目的或者沒醫囑之下使用，即使像胃藥這種似乎無害的藥，也是一種「誤用」，像前述第二種病人就是誤用胃藥和止痛藥。如果是為了滿足自己的需要，明明知道用藥後會產生一些不良反應（但是還沒有達到上癮的程度）而致傷害個人健康，社會功能或職業適應，甚至危害社會，依然過度地使用該藥物，這就稱為藥物「濫用」。更進步，如果是為了獲取某種藥物帶來

的精神效果，或者為了避免沒有服藥時產生的不舒服，而必須強迫自己週期性或連續使用藥物，明知道傷害個人或社會也控制不了，這就已經到了藥物「成癮」，或稱為藥物「依賴」的程度了。

上述有關成癮的定義，包括「生理依賴」及「心理依賴」兩種。有些藥物會改變身體的生理功能，一旦停藥，體內失去平衡，會產生種種不舒服症狀，醫學上稱為「戒斷症候群」。最典型的例子就是嗎啡戒斷，會有噁心、嘔吐、腹瀉、流鼻水、流淚等等症狀。這些會產生戒斷症候群的藥物經常在使用一段時間之後，必須增加用量才能達到原先期望的效果，這就表示已經產生「耐藥性」了。生理依賴就是指長期使用某種藥物後，產生耐藥性及戒斷現象；心理依賴是因為用藥後產生鬆弛、止痛或欣快感，以致為了追求這些效果，而繼續依賴藥物。古柯鹼就是一種沒有生理依賴，但有很強心理依賴的藥物。

理論上，什麼藥物都可能被誤用，濫用或成癮，但是一般我們所講的藥物濫用主要包括所有能產生精神作用的物質。其中有些可能是合法的，如酒精或香煙；也可能有些可能是合法的但限於醫師處分的，如鎮靜劑及某些興奮劑；還有一些則是非法的，如鴉片、速賜康，紅中、青發、白板、安非他命等，以下我們將一一加以介紹。

三、藥物濫用的生物學因素

在藥物濫用的臨床研究中，時有報告指出遺傳因素的重要性不可忽略。且由於分子遺傳學快速發展，專家們亦正努力於了解人類對藥物之所以有不同反應的遺傳機制。因此，目前大家致力的課題之一是結合臨床醫學與基礎醫學的研究並有效控制環境因素，以更確立藥物濫用的遺傳及其他生物學因素。

我們先由大家熟知的酒癮談起。由於某些

人體對酒的生化反應形成的保護作用，使得一部份的人可免於酒癮的威脅，但也有某些生物學上的因素會促使一部份人去喝更多的酒，藥物濫用的問題也有類似的現象。那麼，究竟是什麼生物學上的因素會促使人們在用藥之後還會想要再次使用，甚至不能自拔呢？

依據行為學的原則，行為發生的多寡和個體是否得到報酬、獎勵而獲致正加強有直接相關。一般來說，報酬愈多則行為益見頻繁。在此我們所說的報酬，大抵不外物質，如食物和金錢的獲得或精神上的讚美、鼓勵。藥物濫用此種行為，若由此觀點加以討論，則其「報酬」絕少是來自於前述二者而是藥物直接對腦部的報酬系統的刺激作用後，致使行為（藥物濫用）頻數增多。在動物實驗中，以電極刺激動物腦部的多巴胺神經系統後，此動物會很想要再次得到同樣的刺激，若任由動物自行操作此電極刺激則動物會讓自己重覆得到此刺激甚至直到衰竭為止。故，多巴胺系統可說是一「報酬系統」亦即只是純粹為了刺激此系統，動物即可增加其行為次數，如拉槓來得到此電極刺激。目前在對人類的研究裡，亦發現一些物質如酒精，中樞神經刺激劑——安非他命類及鴉片類等皆可增加多巴胺系統的活性。所以在物質濫用（酒及其他藥物）中，使用者很有可能為了要再次獲得對多巴胺系統的刺激而增多此類物質的使用，而這種傾向的強弱多少則是由遺傳決定的。

藥物濫用的生物學因素不止一端，且各藥有各藥的特點，惟有更多、更的研究才可進一步修正，改進目前的知識以更有效的防治此人類的苦難。

四、藥物濫用的心理因素

依照早期心理分析學說的看法藥物濫用者由於情感失調，藉著藥物用來消除緊張焦慮；或是由於內在控制衝動的能力不好，想藉著藥

物的效果來找尋較強烈的歡樂。近年來的趨向認為這些濫用者人格結構中的本我部份較弱，缺乏處理痛苦的情感和醫藥、法律經濟問題的能加。有些成癮者在分辨和描述自己的感覺時遇到極大的困難。流行病學的研究發現藥物濫用者的人格特質傾向追求獨立，而非學業成就，他們較能容忍偏差行為，有許多人在第一次使用嗎啡類藥品之前就有種種問題少年的行為出現。此外還有一些可能是直接誘發藥物濫用的因素，例如親子關係不良，自尊心低、生理障礙，客觀尋求刺激，家族之中有藥物濫用史，同儕團體有藥物濫用情形，以及藥品的取得容易等等，這些因素都會使一個人產生藥物濫用的危險性增高。不過，從流行病學研究的證據顯示，精神病理和藥物濫用之間的關係是複雜的，它可能是下列三種情形。第一種是上面提到的心理分析學說，認為成癮者的主要情緒問題是憂鬱，而藥物濫用是為了消除這些不愉快的情緒與阻止焦慮的產生。在第二種情況，病人的精神症狀是藥物濫用所造成的生理、社會及心理之併發症，比如焦慮是酒精或鎮定、安眠劑的戒斷症之一，也可能是中樞神經興奮劑或幻覺劑等的中毒症狀。第三種情形，是病人同時有精神疾病的症狀和藥物濫用。例如許多報告顯示「反社會性人格違常」合併「兒童注意力缺乏症」和藥物濫用有關係，顯示早期中樞神經的病變可能導致成長過程中衝動控制不良和成人時期的藥物濫用。

根據研究結果，超過百分之十的藥癮者同時合併有精神疾病，以鴉片類藥癮者為例，百分之八十七的病人在一生中的某個時候患有精神疾病，最常見是情感性疾病、酒癮、反社會人格違常和焦慮病症，其中有一半以上的病人，罹患兩個或更多的精神疾病。

五、藥物濫用的社會文化因素

藥物濫用的發生不僅與生物、心理因素有關，社會和文化因素往往也是不可或缺之一環；在藥物濫用的形成過程中，社會文化因素不單是扮演催化的角色，有時更扮演決定性的角色。社會環境因素往往與個別的生物與心理特質交互作用而導致藥物使用的頻率增加。

現代化及工商社會的發展，使傳統的家庭和鄰里社區對個人的影響產生很大的變化，不但在遭遇困難或危機時支持的力量減少了，相形之，對個人行為的約束力也減少了，因此在競爭壓力增加而人際關係日漸疏離之下，個人較容易遭遇挫折，而且傾向於以自己的方式處理自身的情緒困擾，這樣的社會文化背景自然會成為藥物濫用的溫床。

根據若干研究結果，某些家庭特性也和藥物濫用有關，藥物濫用者的家庭成員之間互動較差，而且家族史中有男性成員對家庭較不關心的傾向，藥物濫用者以男性為主，可能也與男性社會角色的調適壓力有關。

分離焦慮感、環境剝奪、低收入等一向被視為藥物濫用重要的社會文化因素。近年來，同儕的影響也被列為重要的因素之一，尤其是青少年時期的違禁藥品濫用，有些是受了好奇心驅使，加上朋友的慫恿而開始嚐試；有些藥物濫用本質上就是團體族群中日常行為的一部份，甚至以使用違禁藥物，販賣違禁藥物為榮。暴露在這樣的環境之下成長的青少年，若本身原已具有成癮的體質，則日後成年時期極易成為藥物濫用者。當然，工業化造成種種成癮性藥品的產量增加，使得接觸、獲取這些藥品的機會也比過去增加很多。

一個地區對各種成癮性藥品的管制程度也直接影響到藥物濫用的頻率，例如香港地區海洛因藥品濫用情形就很普遍，而目前台灣地區的安非他命濫用情形增加迅速，主要原因則在於地下工廠製造此類藥品十分容易。

六、鴉片類藥物

鴉片是由罌粟種子萃取出來的植物鹼。遠在西元前四百年的美索布達米亞，就有關於鴉片的記載。鴉片屬於麻醉性的止痛劑，主要包含自然提煉出來的植物鹼及半合成的生成物。嗎啡即屬於後者，於1803年從鴉片中被分離出來。雖然嗎啡的應用是近百年的事，但我們的祖先在數千年前就已經發現鴉片的效用，如鎮痛、止咳、止瀉等等。

和其他類藥物濫用者一樣，濫用嗎啡者通常都有人格上的障礙，他們面對挫折的忍耐力較一般人低，自我的認同感也較差。嗎啡的濫用多半經由朋友的引介而逐漸成癮。

嗎啡成癮性強，容易造成生理上及心理上的依賴。在進入人體之後，會產生一連串的生理反應，包括：耐痛力升高，嗜睡、欣快感、血壓及血糖下降、便秘、排尿困難、抑制呼吸等症。若是使用過量，甚至會中毒死亡。嗎啡戒斷的症狀發生在長期或大量使用之後，突然中斷或減量時，常包括下列症狀：如強烈渴望服食嗎啡的心理、煩躁不安、失眠、疲倦感、血壓上升、心悸、盜汗、流淚、流鼻水、腹瀉、骨骼或肌肉酸痛等。這些現象主要是由於中樞神經長期受嗎啡抑制，突然失去抑制而反彈造成的結果。

不論是嗎啡中毒或戒斷，均需要住院治療，一方面隔絕藥物來源，一方面以替代藥物來幫忙患者度過危險期。戒斷症狀通常出現在最後一次使用後的8至10小時左右，此一戒斷期大概維持7至10天。戒斷症消失之後，失眠的問題往往會困擾病人長達數月。

嗎啡濫用的理想治療模式，應該從生物、心理、社會三個層面來考量。除了住院治療外，出院之後的照顧也同樣重要。比方說環境的改變、家人在情緒上的支持、醫師的心理治療、或參加團體治療互相分享經驗及互相鼓勵等等，這些治療主要為了重建患者對於自我的認同，以及打開心理的癥結，以避免病人再次落入藥癮的泥沼。

十七世噶瑪巴找到了

據夏瑪巴仁波切，錫度仁波切，嘉察仁波切，共同確認，前世大寶法王預言函中，有關轉世詳情。依此尋獲轉世靈童。並於六月十七日迎請回西藏祖普寺。

十七世大寶法王是自一九五九年以來，中共首位批准認定的轉世仁波切。噶瑪巴現年八周歲，轉世地點在西藏自治區昌都縣謂多鄉巴

果村，頓珠利洛噶夫婦之七子，上有六個姊姊二位哥哥。巴果村人指出，噶瑪巴誕生之日，天空中出現三個太陽，依此瑞兆，大家確認，此小孩一定不平凡，八年後果然應驗，有關確認相關事宜，待後詳述。

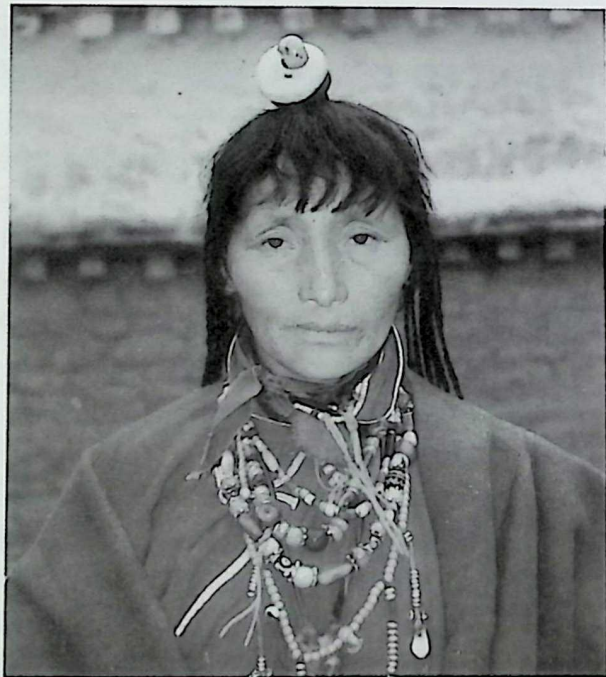
（無為）



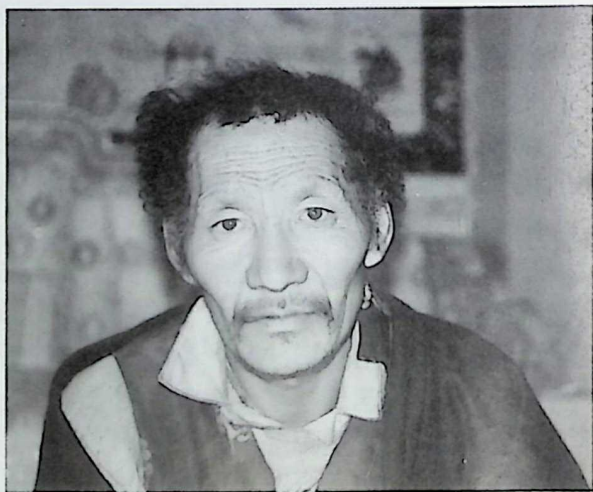
●十七世噶瑪巴(前排中立)與父母及弟妹合影。



●十七世噶瑪巴



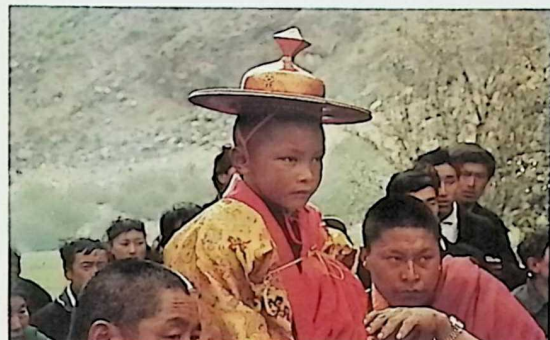
●轉世靈童的母親。



●轉世靈童的父親。



● 迎接十七世噶瑪巴行進中之隊伍。



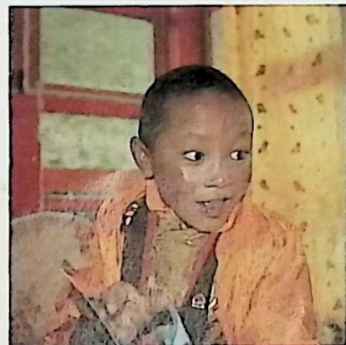
● 轉世靈童特寫鏡頭。



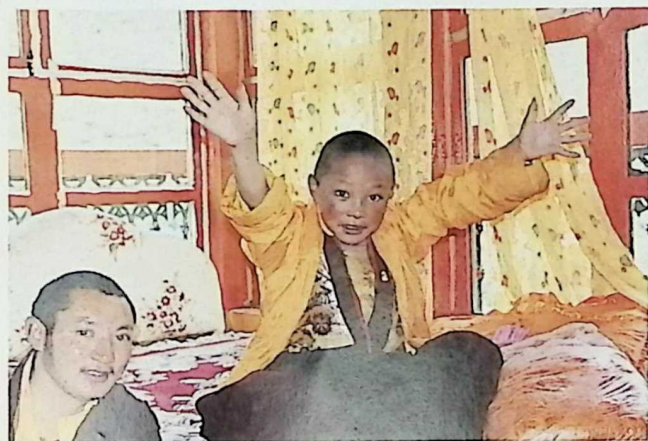
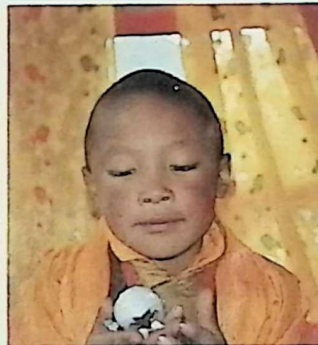
● 十七世噶瑪巴陞座時之神情。



● 等待陞座前之靈童



● 不失童真的噶瑪巴。



● 歡呼中的靈童。



● 竹奔德千向十七世噶瑪巴獻供。

第十七世噶瑪巴



閱畢後，請傳閱有緣，以利流通