



三乘雜誌

第21期

藏密中國本土化紮根

一九九三年七月一日出刊 雙月刊



- 頂果法王講解四加行
- 蔣揚慈善基金會義賣
- 朝山特寫
- 藏傳佛教研習營
紐涅閉關開始接受報名

下期預告

- 菩薩道行者角色扮演
- 戒癮相關法令講解
- 蓮花生大士傳



創刊人的話 忠言



三乘是一份屬於噶居傳承的刊物，它不隸屬那一位仁波切的私有。繼第20期刊載了有關噶瑪巴之確認印證、德欣謝巴預言書，以及近幾年錫金隆漣寺年鑑表等資訊，無疑是想將最正確的認知告訴大眾，以免被不實的謠言所迷惑。

本人由衷的勸請大家，不再傳播不實的話。各位應該以出離心來學習佛法，而不是加入幫派自我設限，以為是誰的弟子，就不顧一切的批評攻擊另一位。大家應當冷靜的想想，當你批評的時候，你獲得了什麼，批評的究竟根源又是誰呢？如果那是大寶法王的話，你當如何想？

學習佛法，不要學習西藏的特有文化，請您常唸噶瑪巴千諾，不作任何假想與譎惑。

瞋是心中火，能燒功德林
欲行菩薩道，忍辱善為最

洛本仁波切
歲在癸酉梅月

創刊人 / 洛本仁波切

發行人 / 王鎮熊

編輯 / 劉柳樺

李克明、周頻伶

財務 / 柯寶琴、李素琴
方美珍

翻譯 / 林繹君、高文正
陳伶美、釋道妙

協助員 / 沈怡君、郭文宏
陳翠蓮、郭桂秀
蔡錦枝、陳大雄

發行小組 / 林泰宏、沈錦慧

發行所 / 蔣揚慈善基金會
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 / 30882682、
噶瑪噶居寺

打字 / 法德電腦排版公司

電話 / 2755231~2

承印者 / 秋雨印刷

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

開示專欄

四加行講解

1 / 頂果法王

分享生命傳奇

5 / 洛本

專題報導

蔣揚義實

10 / 編輯室

朝山

湧泉之歌

16 / 葉昆山

見即解脫吉祥光塔千言碑

楊懿恭

佛學講座

智慧的喜悅

21 / 丁乃竺

供佛要領(三)

25 / 欽喜喇嘛

紐涅

28 / 編輯室

藏漢佛學研習營

傳記專欄

密勒日巴

31 / 編輯室

移喜磋嘉佛母的密行(四)

文藝專欄

白雲之路 第二部

39 / 編輯室

戒癮協進會

清除校園毒害漫畫比賽

心理衛生專輯

49 / 衛生署

人間故事

觀音臉上慈悲的淚化成度母

蔣揚基金會

寶塔山會訊

蔣揚慈善基金會報導

李素琴

中國噶居協進會會員信條

/ 編輯室

舍利塔的感謝

財務組

交流道

請踴躍投稿

歡迎訂閱 每季工本費三百元

頂果法王講解

四加行

高文正恭譯

爲得教授，首先要依經教生起正確的發心，發大心願爲利他而成正覺，佛陀爲各種根器傳廣大教授，其中根本法叫做加行，有兩部份：外叫做共同加行，內叫做特別加行。

共同加行

以信心爲行道長進之本說起，每一課開始都要觀想對面空中或頭頂上有我的根本上師現蓮師相安住，智慧顯赫，露大悲微笑，坐在虹彩之中，然後我們虔誠恭敬的唸誦三次「喇嘛千諾」意思是：上師知我如指掌，祈求上師加被令我即身證道，上師放光清淨我的無明蓋障，使我充滿加持。

現在講共同加行，內有六章，以觀人身難得起，可令我轉心向法，接著是觀死亡以及無常，令眾生知時不我與，鼓勵精進修持。第三說業報因果，使我知因果不虛，第四說輪迴皆苦，第五說如法受持能了娑婆苦，證無上正覺，最後第六章講成就端賴上師的加持與指授。

觀人身難得

試問地球上有多少生物，相對的就能了解人的稀有，再看看有幾人確知事實進而受持佛法，持續不斷又有幾人，幾人終成正覺，覺者正如鳳毛麟趾一般。

世間人分好幾種，有人庸碌一生，有人日近彼岸。受生人道貴在具足善緣，能自由受持佛法，無有八逆緣障道，但是光有閒仍然不足

，尚需十圓滿善緣襄助，其中五善緣依個人，另五種善緣則依他或外緣，

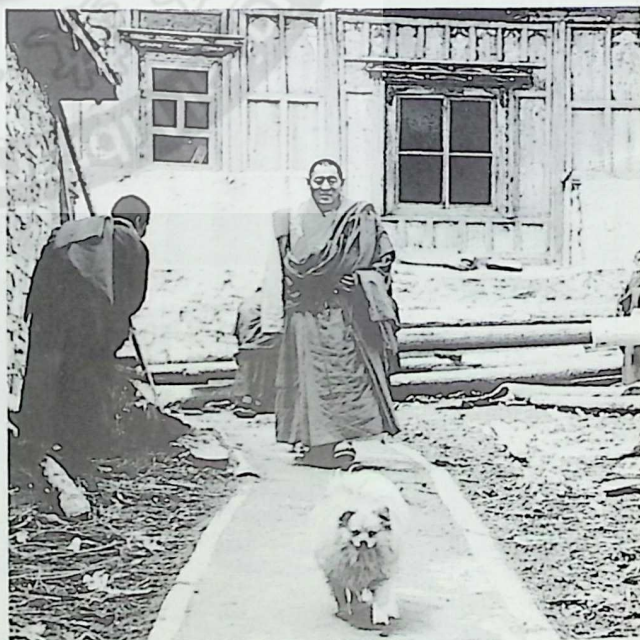
五種自備的善緣有：受生爲人，生於佛法國地，肢體健全，生活不違正法，於信處已生信心（對三寶三根本生信心）。

我們受生爲人，是爲必要，人道是唯一有種種痛苦，恰好能讓我們生起出離心，而這種痛苦又不至於讓我們無心修行。

受生中土，也就是能得佛法教授的地方。

需要具足完整肢體以攝受、持行法教，因盲人不能閱讀經典，聾人有不能聞法之苦。

生活必需合正法，生活違背正業，從事如獵人，盜賊，甚至一生征戰，自然而然就導向



頂果仁波切駐錫不丹行宮之一

違背佛法處。

必要向接引開悟處——佛、法、僧三寶以及上師生起信心。

五種依他的善緣則有：佛已降生我受生的劫運，法輪已轉，佛法傳世，得受持正法，得遇明師。

在這些條件下受生為人，善緣具足能自由的修行，如此乃稱珍貴人生，而貴從何來？因為可以用此受生即身成佛。所有的大成就者皆曾為凡夫，一但得入佛門，依止明師，一生如法修持，他們可以展現大菩薩眾的開悟事業。

仔細觀察六道諸苦就可以了解，人道之外的道障都太大，下道如地獄道眾生痛苦不斷，無有機會亦不曾生修法之心；天道眾生可任意飛翔，享諸美食欲樂，上緣具足，但天道眾生的心沈醉於欲樂，痛苦又太輕，因此難捨娑婆不思修行，所以我們如果不能善用人生，就會像滾下山的石頭永無回轉的機會了。

觀生死無常

受生人道尚有不足，因死無常故，死的時間和情況永遠都不確定，沒有人敢說：我會享壽多少年幾個月，你我一生中行、住、吃喝、玩樂等各種行為都可能變成死因。

無常影響的並非只是生靈，宇宙山河亦然，這個世界看似堅固，一旦劫數到來，就為水火所毀，從四季變遷之中，我們可見山川林木的景象日有不同，月有更迭，時日、天候、明暗隨時都在改變，眼前的河流分秒變化，強國亦有亡國日，有人巨富轉眼成赤貧而遭遺棄，因此情器世界諸相無一可確定為恆常。

為何要一再觀想無常？因為我們都有頑強的習性以為器世界是永恆的，因此就對世間產生頑固的執著，這樣是不對的，如果不斷地觀想無常，就會強烈地激發向法的心，我們要時時警覺到我已受生，日近死亡，死不可避免，隨時光的消逝，生命亦日近終點，當時辰一到，任憑重權在握也片刻不等，縱然富可敵國也不得通融，就算是元帥亦無能陳兵抵抗，雖有

王嬙西子之美也無法讓死神稍停，死亡——無能抵擋。

捨報剎那，唯佛法可用，生平所遇的恐懼無一能比死亡，所以要早為死亡作準備，莫到臨終才忙燒香，目前想修法還有能力，否則死到臨頭時就無能為力了，死亡時我們受身體的痛和精神的苦所壓迫，根本不可能想到修法，所以聰明的人都未雨綢繆，我們現在就要熟悉面對死亡的法門，片刻都浪費不得，要如心臟中箭的戰士知道自己僅有一息尚存而己的緊迫，現在我們身體還健康，可以享受身心諸樂趣，也正是修法之時，且莫拖延遲疑，我們要了解，死亡對沒有準備的人而言，是一件非常可怕的事，千萬不能有為時尚早的念頭，我們很可能晚飯時吃錯東西中毒而死，諸如此類的意外比比皆是。

無常的例子各式各樣都有，權貴變賤民，巨富成赤貧，愛親摯友終將離散，常感覺到死亡的威脅，我們就不會多作無義之事。

觀業報因果

如果死亡真能一了百了那倒還好，那也只能稍微鼓勵我們修持，然而事實並非如此，當身與心分離之後，身體會遺留下來，但是心卻會一再受生，基於這一點，唯一能決定我們往何處去的，只有我們生時所作的和深深埋在我們意識之中的黑白業力，如果黑業勝過白業，我們就會投生下道受盡苦難，如果白業取勝，我們就能投生上道，善有善報，惡有惡報，並不是臨終之時或者中陰身階段才決定的，因為死到臨頭我已無能為力，所有的賬已作決算，業力已經形成了。

目前，當我們能自力自主之時，無論作甚麼一定要考慮業的因果，如果有人以為，作自己喜歡作的不管善惡，只要修一些法就可以像乘飛機一樣直達開悟，這可是很離譜的誤會。

在中陰身階段，就算我們對所作惡業有所後悔，也不能挽回墮落下道受生的事實，覆水難收，因為業早已經積聚起來了，因此我們必

須從現在起就小心行事，確實做到：勿以善小而不爲，勿以惡小而爲之，別忘了滴水穿石，積沙成塔，千萬不要走到再回頭已百年身的地步。

然而，縱使惡業已造，也不要再有絕望的念頭，任何深重罪業皆可清淨，所以我們要作懺悔以償惡業，用積沙成塔的方法，日復一日，以我們的身、口、意努力地積聚善根，這樣的善根就能在面對死亡的恐懼時來幫助我們。業的大小輕重並不在外相體積的大小而定，舉手之勞也會造成很大的結果，這完全要看我們的心態，以慈愛的心來作一件小善事可得大善報，而隨口說菩薩一句壞話，也一樣會造下無邊惡業的。

眾生於娑婆的境遇都是幻境，一切有爲法也都是苦因，如果我們對惡業不加理睬懺悔，終有一天積重難返，深厚的業障終將使我們無法領受到佛陀和上師的加持，也無法增長善的覺受和了解，因此我們心中時時都要善惡分明才能免造惡業。

每日晨起要常想到：我有幸受生人道，入得正法之門，遇具德明師並得教授，今天我必如法修持，作一切善業，以此善根平等的來利益一切眾生。

到了晚上就寢之時，應該反省當天所作所爲、所說所想，若有任何善業當歡喜迴向：願眾生由此迴向功德力皆能成佛，並祈求明天能作更多善業；反過來說，如果發現已造惡業，就要立刻懺悔：我有幸受生人道，入得正法之門，遇具德明師，卻仍然行爲不檢，真是不該，發露懺悔之外更要下決心不再做錯。

要行事謹慎就得隨時省察自己的心念，一般人於娑婆一再輪轉，卻從不去想到自己所做的違逆行爲是錯誤的，會造成傷害，縱然稍有感覺也不曾在意，更不會去改過，這也就是輪迴的緣起、生死的原因了。所以每個人都要念茲在茲，留意自己的心態與行爲，第一要件是清楚的了解當作當捨的行爲，其二就是做事要遵照是非善惡良知。

爲了養成敏銳常久的省察心，一定要了解自己的狀況，我們自己在輪迴受苦完全是因爲自己所造的惡業的緣故，惡業一日不止，惡報一日不停，培養善的身、語、意就可爲自己贏得快樂，如果能深切了解這層道理，自然就會時常注意觀照自己的心念了。

觀輪迴是苦

爲甚麼要發展善業避免惡業？因爲輪迴本來就是苦而已，這個道理可以從觀察六道的情況得到了解：在地獄道有難忍的寒熱之苦，而這種苦是來自於眾生的嗔恨心；餓鬼道已經很久沒聽過飲水食物這回事，這是因眾生的貪愛及吝嗇所造成；畜生野獸不能見道開悟，也不知苦樂從何處而來，家畜受奴役屠宰之苦，這是因爲愚癡，善惡不分的緣故，這些是三塗之苦。

此外還有三處投生之道稱爲三上道，即人道，阿修羅道和天道。人道有八苦，諸如出生之苦、疾病、年老和死亡之苦，遭遇仇敵的怨恨苦，與愛別離之苦，求不得之苦。

非天（阿修羅）常受嫉妒心折磨而仇視天道眾生，這是因爲如意樹的根長在非天道而卻在天道處結果，每當非天看見天人享用如意果以及各種佳餚美食，以及一些非天根本得不到的享樂，實在就忍無可忍，在妒火中燒之下發動對天人的戰爭，而每次都嘗到失敗的結果。

就天道眾生而言，雖擁有一切享樂，如華美的宮殿，處處鳥語花香，美麗的神仙眷屬以及美饌佳餚等，不受一般眾生之苦，然而一旦這些微的福報享盡時，馬上會投生到娑婆之中最苦的地方去。

觀解脫的功德

如果你能體會到輪迴一切都是苦的話，厭惡之心自然會生起，你會想到要如何從這痛苦中解脫，這種心情叫出離心，一種逃脫娑婆的願望，這也是一個人會開始修行的基礎。如果有人被暴君下獄，他一定會日夜思量，我真是

倒霉，怎樣才能脫身呢？誰能夠幫我的忙呢？同樣的道理，一旦發現娑婆之中只有不滿和痛苦時，你就會想：我如何才得解脫？誰能幫助我？解脫的真義是甚麼？如果你加以深思就會明白你需要明師的接引，而你也必須捨棄苦的行爲，也必須耕耘樂報，這就是行佛法正道。

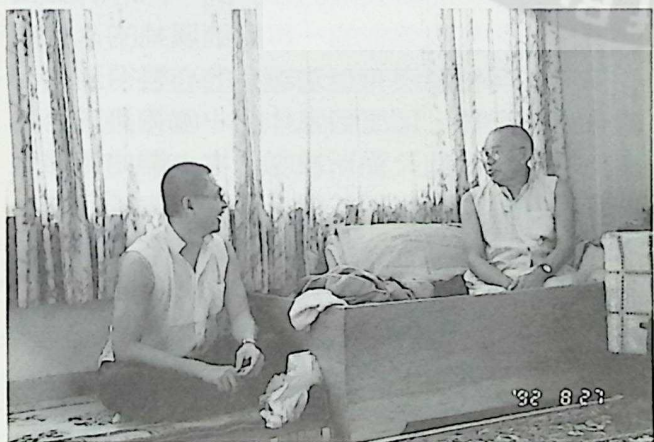
此外，要入得佛法門檻並不是說要作一些表面文章，而是要警覺於娑婆中無止境的痛苦與過患，清楚明白解脫的不壞功德。

反之，如果不知娑婆根本是苦的話，就沒有出離的動力，也會把對佛法的興趣投注在怎樣來增加福報上面，處心積慮於如何得高官厚祿，就是作一些善業也因此而無益於自己和眾生的解脫了。

你要了解一切的眾生包括你自己都在受苦，因而勇敢的想到：我要解救一切的眾生，因此要先自救，要證得圓滿正果。要以這樣的發心來作修行的原動力，常此以往，逐漸地你就能因此善根開悟成佛，而真正能幫助眾生。

觀依止明師的重要

父母、朋友和一般的老師沒有辦法幫我們得到解脫，因為他們本身都無法脫離娑婆之苦。要開悟成佛一定要得到具德上師的接引，否則就像沒有舵手的船一樣，那裡也到不了，不要高估自己的能力，應該尋覓具有德智慈悲的上師，虔誠地加以依止，對所學的精進受持。



洛本仁波切會晤烏金祖古開懷一隅

對以上六個主題觀想思考並加以持行就是所謂的「前行」，但是說前行並不表示不很要緊，穩固的基礎之上才能建造堅固的房屋，修行也是同樣的道理，修加行或前行不能光算數字，而是要能真正的體會出：人身難得，佛法乃稀有渡海法船，以及修行的要緊處，真切地了解到輪迴是苦，而苦緣起於業的惡報，若真能得到如此的知見，就是得到加行真髓，光想不行沒有用處，要確實做到成為生活的一部份才好。

對輪迴生出厭棄出離的心態會逐步引導一個人成佛，修行起步會小有困難，但愈來愈容易，光說不練起先很好過，但愈來愈會愈苦。

於修行的各次第中，心裡要明明白白：我們修行是為了一切的眾生之故，一切的眾生並非有一個確定的數字，因眾生無量無邊無盡如天空一般，如果我們把任何所有的善根都迴向給一切眾生，這些利益就會不斷增長，直到我們開悟成佛，為他人著想的願心就是開悟的根本。

修加行有一些偈要唸誦，首先如下唸誦：

喇嘛千諾
難得珍貴人身我已得
圓滿福報閒暇我擁有
願常不忘無常和眾生
為從三界苦海中解脫
為不昧當修當捨之間
願我於道上堅固持行

在各加前行法門中，以口耳傳承的為例，唸誦部份都要比這個法詳細，但是無論如何，光是嘴巴上唸並無利益，應該要邊唸邊能體會深察詞句的本義，不要有口無心的唸誦，必須確定輪迴唯一苦，心中不可稍忘無常，洞察時光消逝的無情，看清死亡的逼迫，留意一舉一動不忘業報因果不虛，要認知解脫之道唯有依止明師，而把佛教本義真正化為自己的知見是最要緊的了。

探索宇宙奧秘 分享生命傳奇

每個人都沒有辦法拒絕成長，更沒有辦法避免衰老。因此，生由不得你，死更由不得你。生死事大；很多人都認為死亡是結束，殊不知死亡所代表的是另一個業力輪迴。每個人過去生生世世都受到業力的牽引，於是在六道裏不停地輪迴流轉。但是只要精進修持，了悟心性本質，真正做得了自己的主人，就能超越輪迴，掌握自己的來生，甚至乘願轉世。在此，我願意以我本人轉世的故事，和學佛的心路歷程與各位分享。

我是道地的中國人，生在這裡，長在這裡。在我二十九歲之前，足足準備了超過五年以上的時間想要出家。我告訴自己：出家是一種高尚的職業。於是在因緣成熟之際，自然地成為噶居巴的僧侶。在這之前，有人問我是否在感情方面遭受挫折、又想不開，於是剃度了此餘生。事實上，在我像你們這般年紀的時候，也曾有過多彩多姿的青春年少時光。我交了很多女朋友，但是和女朋友相處的時候，環繞在我心中的結始終解不開；就是女朋友帶給我的痛苦，總是比快樂還要多。既然如此，為什麼我就爲了那麼一點的快樂，而去擁抱這麼多痛苦？於是在我二十七歲那年正式和女朋友分手。可是那時候，對婚姻確實還懷抱希望。由於我在家排行老大；中國的傳統觀念，認為老大總是要承襲香火。那麼假如我出家了，會不會對不起父母？年老了沒有子女爲我送終，又該怎麼辦？不料，非常幸運地，在一個偶然的機

會中，閱讀了「廣欽老和尚紀念專輯」。在這之前，雖曾聽聞過廣欽老和尚的故事，但是無緣拜見。當我從書中看到他荼毘時，成千上萬的弟子從各地雲集而至的景象，剎那之間，這個心結解開了。因爲在正常狀況之下，結婚只能一次，就算有十次婚姻，每一次都生十個孩子好了，總共是一百個小孩；可是爲廣老送終的弟子大概超過一萬人以上。所以如果能夠成爲一位好和尚，那麼將來弟子必定很多，這樣我何必擔心沒有孩子？這些弟子不正是我想要的孩子嗎？所以，我就在那年，下定決心出家了。

之後又醞釀了兩年的時間，在這兩年裡頭，也許是老天特別地厚愛我，讓我多食人間煙火兩年，終於確定人生的目標。這時，我毫無預設地涉及一切過去所未嘗試的事情——抽煙、賭博、上舞廳，可是再怎麼玩都感到索然無味。每次回來，我總是一個人倚靠在牆角暗自流淚。因爲，曲終人散的那一刻，內心的孤獨，不是剛才笙歌舞影的一幕所能填補的。既然世俗的一切快樂沒有辦法讓我的心靈得到片刻的休息與安穩，那麼到底什麼才能夠真正滿足我自己？於是我又重新找回法本，開始如理如法地修持、學習，終於慢慢找回迷失的自我。於是在二十九歲那年，我很幸運地在少許的父母壓力之下，我很堅定地圓頂，並且把我一生最精華的時間供養在此，爲的就是當我聽聞「噶瑪巴」名號時，便堅決認定他是我唯一的依

靠。

其實，在我剃度之初，我對密宗幾乎沒有概念，但我信心十足，因為我知道，只要勇往直前，就是對的。這段時間，將近三年，除了出國，我很少離開過這裡。外界給予我的評語，有褒亦有貶，但我不會因誇讚而感到很快樂，也不因毀謗辱罵而悲傷，因為這番作為都是我自願的，是我心甘情願這樣做的。這麼不論譏毀的一個願望，就是希望能夠在台灣建立一座能夠提供修行的清淨道場，讓十七世大寶法王有機緣來到台灣，能夠擁有一個屬於他自己弘法的場所。沒有人強迫我，沒有人告訴我一定要這樣做，是我自動發心行身口意供養。當時，我的法名是「釋道本」。

一個令人始料未及的消息傳來。八十年元月在本寺舉行了大寶法王紀念法會；隔天，噶居巴的攝政法王夏瑪巴仁波切傳喚我到高雄法輪中心。法王親口告知，我是轉世的仁波切。當他看到我一臉狐疑，便再次告訴我：「是真的！你高興嗎？」我本想告訴他——我會哭啊！但我說了：「是的，謝謝！」就回來了。九月三十日，在十七位弟子的陪同之下，我回到了大寶法王在錫金的寶座所在地——隆德寺，由夏瑪佛爺為我舉行傳統的座床大典。陞座改變了我的今生，並承襲前世的名號（第三世噶瑪札巴拉傑巴爾桑波仁波切）和身份。

轉世傳奇

西元一八八〇年，在西藏靠近拉薩附近的祖普寺，有這麼一位看起來不怎麼樣的人出生了，這就是第一世洛本仁波切。他很小的時候就被送到寺院去，成為一位小沙彌。那時候第十五世大寶法王還住世。傳說中他非常聰明，並對哲學有相當大的興趣。二十歲，便受了具足戒，三十歲就榮任祖普寺的「多傑洛本」。「多傑洛本」的職位相當於寺院的金剛上師、指導老師。他的地位非常崇高。能夠登任「多傑洛本」，必須精通三藏十二部經典；並且對於一切修法完全了義、通達。在三十歲到五十

歲整整二十年歲月，他履行了一位金剛上師所應盡的責任。那時候祖普寺的僧侶大概有五、六百人，而他如理如法將法傳給這五、六百個人，如此將畢生精力奉獻給祖普寺，而維繫了噶居傳承的清淨法脈。在十五世大寶法王圓寂之後，他更是祖普寺裡最重要的佛爺，不僅要教導寺中的大小喇嘛修法與禪坐，甚至還指導修習那洛六法。大家應知道，禪坐是十分危險的，假如沒有一位真正了解你的上師監督指導的話，那麼你等於將生命拋向空中。所以大家要學可以，但切忌自己看書打坐。如幸運的話就沒事，不幸的話，也許會瘋瘋癲癲、語無倫次、走火入魔了。

當十六世大寶法王十一歲之時（十六世大寶法王大概在十歲左右登基），扎巴拉傑仁波切便辭去了祖普寺多傑洛本的職位，改由胡瑟鳩內來延續。此時為了使自己的心性與禪定更趨穩定，便在祖普寺後山的一間禪房中閉關。從他入關的第一天起直到六十八歲圓寂為止，從未踏出關房一步。他在關房中修了瑪哈嘎拉那洛六法和大手印瑜珈。在圓寂之日，保持了禪定的姿態一整天，依常理，人死後頭一歪，身體便隨之傾倒。而且一般人死後八小時，身體就會冷卻、僵硬。但是一個有成就、有修養的人，在斷氣後身體不會馬上僵硬，同時亦能夠保持禪定的姿勢。至於可保持多久，則視其成就而有所異。有的大成就者可保持一星期以上不會發臭，並且皮膚雖冷卻了仍保持彈性。假如以醫學觀點分析，實在頗具爭議，但這並不在今天的話題之內。之所以提到這點，是想藉此告訴大家：一位修行成就者在圓寂後不會馬上變成一具死屍，要等到他的心識離開身軀的那一刻才算。在這之前，一般便稱為進入「甚深三昧耶定」。扎巴拉傑定境保持了二十四個小時，象徵著他足以再次轉世的最有力證明。果真他很快地乘願再來，但是可能因環境因素或違緣所阻，所以在他七、八歲時便圓寂了。然後在一九六〇年（民國四十九年）他再次誕生了，那個人就是我。

夏瑪仁波切如此告訴我的時候，剛開始我真的不相信，很難接受自己就是一個佛爺的事實。因為佛爺只是西藏人慣有的傳統，對中國人而言，五千年歷史中並沒有轉世的認定制度。而我怎能可能成為第一個漢人轉世？但是，我卻因而聯想起一種微妙奇特的經驗，就是夏瑪佛爺談到，當扎巴拉傑辭去了多傑洛本的職位後，他一直待在關房中閉關直到圓寂為止。而從我小時候開始有作夢的記憶以後，我一直夢到一個相同的情境，那夢境將我帶到一個自己從不認識的地方——群山環繞，卻又沒有鬱鬱參天的古木，光禿禿的山上滿佈大岩石；而我在那裡看到了一間由石頭砌成的小房子；不知怎地，自己就站在房前流淚，而且清楚、篤定地認為這就是我的家。這個夢境一直重複出現著，甚至持續到十幾歲時還曾經有過。如果說它只是一個夢，但很多夢醒了便忘記；可是這個夢讓我感到如同身歷其境，好像真的一樣。我曾一度懷疑自己是山胞。在小學時，同學為我取個外號叫「天送」。因為有一次我告訴同學，我可能不是平地人，可能是山胞，同學就說我是天送來的，於是給我「天送」的外號。對照前後的本末因緣，轉世的傳奇，果然其來有自。

出家是爲了利益眾生

再談到何謂佛法？何謂修行？不要將學習佛法定義在吃素、唸經。吃齋、念佛雖是一位僧侶、出家眾必須要做的事；但這樣並不代表就是一個修行者。因為吃齋、念佛是自己的修爲，而更重要的任務是利益眾生，所以必須將自己所學去影響、去幫助需要幫助的眾生。自利利他，圓融無礙，才是一位圓滿的出家人。

首先，我們要知道，佛性存在眾生之中，六道眾生皆有佛性。舉個例：一整瓶的芝麻油是從芝麻而來，表面看不出油脂，但是只經過榨取加工就得了。這就像佛性，你不用懷疑。

什麼是佛？擺在那裡的絕對不是佛，而是佛像，它是泥塑銅雕的；反倒是坐在下面的你們才是佛。然而為何你們還是眾生呢？為何你從未有一刻感受自己是佛？如果你跟別人說自己是佛，別人會說你是瘋子。佛性展現是在日常生活當中。而什麼叫做佛性呢？佛性必須經由上師指導心地法門而開展。修行就是告訴你佛性是什麼以及佛性的所在。經由特殊的訓練，達到一個平衡、穩定的境界。此時，在穩定的境界中，佛性就如虛空一般，非因所造，並非透過任何的「因」而造就佛性。相對地，也沒有任何「業」能夠摧毀佛性。

舉個例來說，你或許聽過地球毀滅的故事，你可曾聽聞虛空被毀滅？沒有。再者，上師給予你的指示，所賜予你的，其實是你本身所具足的寶藏，並非上師能夠特別製造出來「佛性」。再將這神秘的東西送給你，讓你成佛。



佛法引導眾生 尋求永恆之樂

前面提到心地法門，佛法涵蓋八萬四千多種不同的法門，每一法門皆不離心法，離開心者就不是佛法。可是當今很多人將「佛教」與「佛法」混淆，我願藉此機會和大家談談什麼是佛法，什麼又是佛教。佛法是釋迦牟尼佛在菩提樹下六年參悟所証出來的真理——空性。

佛法可分為二個部分：一部分是由釋迦牟尼佛親口宣說，一部份則是釋迦牟尼開示後，再經由不同的上師加以闡述，而成論著（大成就者開悟、成佛後所說的話亦是佛法）。佛法可教導我們超脫一切輪迴、達到永恆的快樂，而快樂是眾生所共同追求的人生目標。論人生，年輕本身就是一種美，但是我們沒有辦法拒絕年輕和成長；同時，成長過程中，必然面對的衰老與死亡的恐懼，也是大家所無法避免的。生死不斷、輪迴不休，於是佛陀慈悲地告訴我們輪迴是苦，並教導我們藉由菩薩行、菩薩道來訓練自己如何出離輪迴，使自己的心能夠慈悲無我、徹底開悟，而達到圓滿無礙的境界。到那時，就沒有生、也沒有死。「尋求永恆的快樂」，從有人類開始，便一直是眾生所追求的目標。有人便有團體；有團體便有宗教的產生。但很可惜的，大家往往將宗教搞混了，好多人以為他拜觀世音菩薩，所以他是佛教徒。其實如果你問他：佛法是什麼？他並不知道，他只認為求個平安與心靈寄託就是了。然而真正

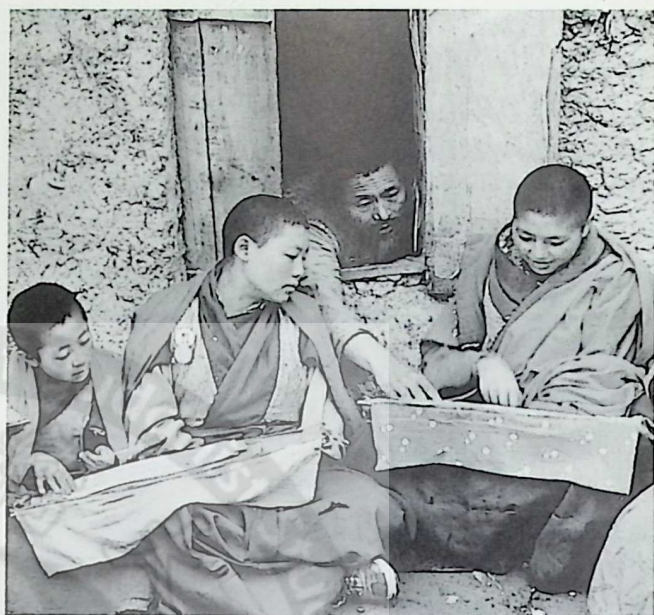
的佛法並不僅止於此。「宗教」，根據韋氏大辭典的解釋是信仰神並向祂祈禱，從神那裏獲得平安，這只是宗教的定義，這和佛法存在極大的差距。佛法是教導眾生能夠從自信中獲得圓滿與幸福；你是自己的主人，只有你才能夠讓自己成佛，不是佛讓你成佛（當然要成佛有其一定的修行次第和過程）。

金剛乘是殊勝的妙法

同學們十分幸運，這麼年輕便能夠和金剛乘結下殊勝因緣。當你們想進一步探求佛法時，你們必須要先對「佛教」及「佛法」有一健康的認知。「佛教」是佛法傳到中國，經過中國固有的文化薰陶，並融合了民族性所孕育而成的教團，這教團就是中國的佛教。在原始的佛法中沒有佛教這一名詞，而且也沒有宗派之別（如禪宗、淨土……）。此外，很可惜地，金剛乘一直沒有在中國普遍弘傳，甚至不被認為是佛法，此乃缺乏知見所致。大家不要認為



佛法只有一句口頭上的「阿彌佛陀」，或是持齋就等於修持，這些和佛法的精髓相去甚遠。金剛乘是精密深奧的妙法，金剛乘行者多為發大菩薩心的佛子，絕對不是像你們聽聞中的喇嘛如此恐怖神祕（金庸小說的紅衣大喇嘛，似乎個個身懷絕技？）這些統統是誤傳；我想西藏或許有不肖子孫，但不能以偏蓋全，密宗在當今有許多不同的宗派，像是唐密、台密、東密……，本寺弘場的是藏傳的密法。藏密佛教之所以冠上「佛教」之名，可想而知，西藏的佛法亦融合了當地的民俗，但我們要學的是最甚深微妙的心法。同時也不要因為有人把頭理得光亮，也披著紅色袈裟，就認定他是喇嘛；如果看到他去電影院，就以爲喇嘛去看電影，其實不是喇嘛，而是那個人。



藏傳佛教 非喇嘛教

另一方面藏傳佛教在教科書中，被我們編輯委員將它定義爲喇嘛教，這是不對的，「喇嘛」的意思是上師、仁者，是佛法中的珍寶；如果要翻譯成中文，喇嘛教不就是上師教了？而且，一提到「喇嘛」，似乎帶有輕蔑不敬的意味，事實上喇嘛是一個十分高貴的尊稱，就像我們尊稱法師、大師一般。很遺憾，最近這一點也爲人所曲解。造橋發生車禍時，報紙刊載台鐵請了一些法師去誦經超渡，可是那根本不是法師，只是人們俗稱「菜姑」的在家眾。可見，普遍地一般人顯然無法接觸真正的佛法，加上媒體的誤傳，嚴重錯謬的程度，彷彿真的到了末法時期！甚至七月普渡，放焰口等正式法會，竟然女眾戴上了五佛寶冠，這實在不倫不類！五佛寶冠絕對不是一般居士所能戴得起的。舉凡種種顛倒、迷信的現象，正需要高懸法幢以破邪顯正。這是佛弟子任重道遠的荷擔，也是在座諸位發願獻身之所在。

菩薩畏因 眾生畏果

一席長談之後，不知道各位是否心有所感？各位如果想和我討論佛法，我十分願意和你們談談，也願意就你們的問題給予答覆，增加我們彼此的交流與認識。這裏的將來是要靠你們，我們會老，但不要現在就談到出不出家的問題，這是不成熟的想法。現在最重要的是，你們要先把書唸好，然後將你們去 Pub、去跳舞、去做一切不必需娛樂的時間拿來學佛，不要像我。因為我有特殊使命，所以雖然繞了一圈，但我還是回來了。你們可就不一樣，你們好比一隻獨木舟，如果將它放在太平洋上，可能就無法回岸了。習氣是最難改的，不要讓自己養成不好的習氣，然後再來懺悔；當你想要做一件壞事，你必須先想想做了的後果是如何？「菩薩畏因，眾生畏果。」戒之！慎之！

蔣揚慈善基金會慶祝母親節 寸暉寸心表孝心義賣活動

開鑼!!!

五事

· 清寒獎助學金
· 關懷青少年反煙毒
· 提供人間淨土塔位
· 急難救助
· 社會福利公益活動
· 此次義賣全部收入
· 供做以上用途

母親節

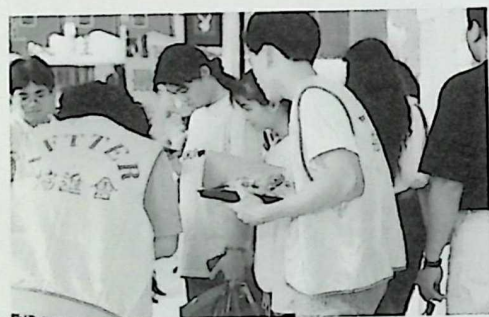
蔣揚慈善基金會



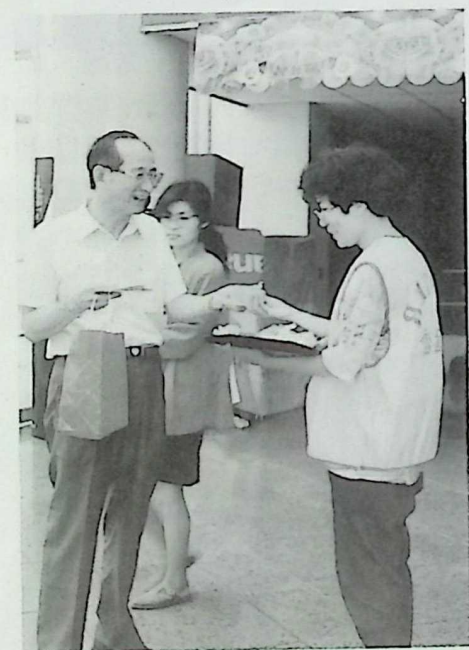
愛是力量的表現。愛你的家人，朋友，更愛你的敵人。
但要先從愛自己做起。



「買朵花送媽媽，又能表達我對社會的關懷，真好。」



不買沒有關係，停下來認識蔣揚也好。



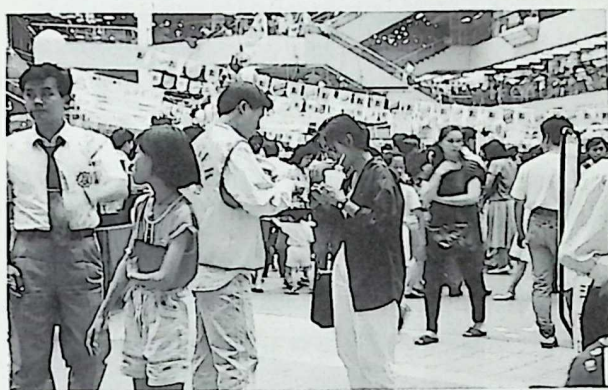
蔣揚慈善基金會與台南市戒癮協進會，為感恩母親節特舉辦「煙毒者中途之家」基金及清寒學子獎助學金義賣活動。

中途之家是台南市戒癮協進會未來工作計劃重點，成立的構想是以心理輔導及多元化的課程協助戒癮者，獲得一技之長並適應社會生活；清寒獎助學金是為了濟助家貧而有心向學的學子完成學業。兩者皆是菩薩道行者從事社會福利工作的具體展現。

母親花一朵50，T恤一件200，
金額不大，卻能幫助很多需要的人



母親的心最能顯示出菩薩的慈悲，我們在母親節義賣以喚醒社會大眾對煙毒者及清寒學子的關懷。



東帝士廣場熱鬧滾滾，大德，請駐足！



銘感賴慶鐘師兄鼎力相助，提供賣場。



感謝

蔣揚基金會董事

馬溪祥
蘇文禎

呂正生
賴慶鐘

謝文明
徐小翠

趙宏澤
郭文宏

戒隱協會理事長
許重卿

蒞臨指導

聞而啟賢能知道

噶瑪戒素芬



早在二月中旬，我們這群身為 洛本仁波切弟子的學生，在徐老師與徐師母的帶領下，就開始為噶瑪噶居寺舍利塔落成暨大寶法王殿動土的盛典展開活動的籌劃。

利用周日共修圓滿以後的時間，師母帶領我們對工作的分配與人員的編制展開討論。整個典禮的過程中，學生負責朝山、舍利塔落成剪綵、大寶法王殿動土、會場的秩序維持與清潔維護，因此需要許多人手，不僅職事的安排、人員的調配頗費周章，連服裝都經過慎重的考慮。在籌備期間，師母很是辛苦，安排職事之後，就常常耳提面命地提醒我們各條注意事項，深怕我們之中有人迷糊誤了事；勞心勞力之餘，還關切地問我們：「要求會不會太嚴格了？」其實，經過這些日子的共事，大伙兒都能體會到這是一個稀有難得的勝會，絕不是隨便湊和就了事的。師母的慎重其事，影響所及是學生們都認真地進行事前的演練，包括朝山時敲引磬的同學練習法器，以及負責動土、剪綵、叩鐘的禮生，在典禮前一週及前一天實地到噶居寺演禮。

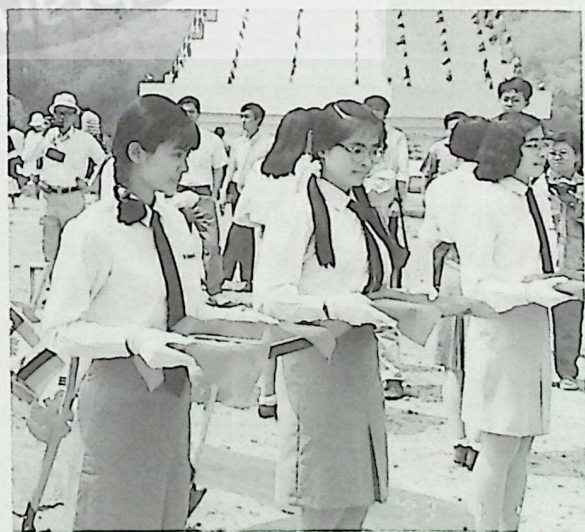
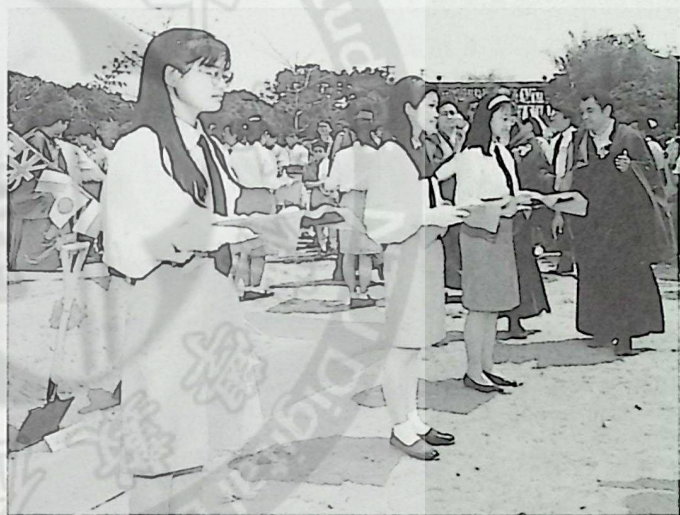
民國八十二年四月四日，是一個殊勝的日子。天色微微透亮，霧氣還未散去的時候，祝賀觀禮的人潮就漸漸地湧到會場各角落。這一天，南台灣的天氣非常宜人，噶居寺的裏裏外外到處見得到花的芳蹤；蔚藍的晴空下，五色的除障旗迎風飄舞；精心繪製的各式海報也叫人眼神為之一亮，處處呈現出喜氣洋洋的景象。我在寺裏到處遊走，一方面看看還有什麼要幫忙的事，一方面享受溢滿會場的喜慶氣氛，同時在心裏復習典禮的走位，心情是既歡喜期待盛會的到來，也因擔心臨場失常而緊張，畢竟，為了這一天的到來，我已經期待了一個多月啊！

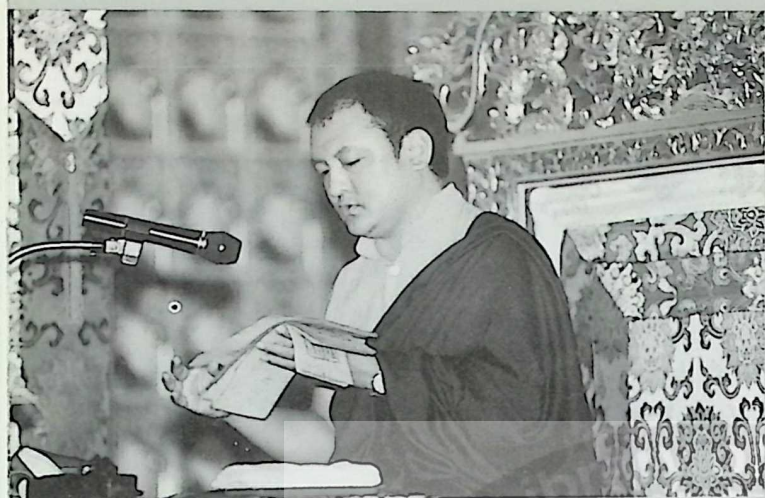
在尊貴的 夏瑪仁波切為大寶法王殿的啟建修法以後，典禮正式開始。在男女金剛護法的迎請下，諸位仁波切們朝動土的地點走來，擴音器傳來司儀的介紹語，雖然這些話在演禮期間我都聽得熟悉了，但是此時聽來仍然掩不住內心的激動與歡喜，我發覺身邊的人臉上也都綴著燦然的笑容，是的，殊勝莊嚴的典禮已經揭幕了！

主席、夏瑪仁波切、洛本仁波切以及與會貴賓們致詞之後，祥龍獻瑞的表演在鞭炮聲中，燃起了觀禮人潮的熱情，掌聲與驚歎叫好聲交織成一片。面對群眾，我有點兒緊張起來，下一個就輪到我們禮生出場了，但我仍不忘提醒友伴要面帶笑容，她們看起來不比我輕鬆多少。禮生就位後，隨著動土的貴賓一一被迎請出來，人潮也愈擠愈近，想來是為了睹仁波切們的風采。在熱鬧人陣裏，我的緊張被一掃而光，因為每一個人無不興高采烈的笑開了懷，這真是一個人人喜歡雀躍的稀有盛典啊！

遞過動土的手套與紅包，我們禮生小跑步到下一個地點——舍利塔。剛才的歡樂場面還縈繞在心頭、笑聲還停留在耳際，沿路就又看到另一批同學帶領的朝山隊伍正向舍利塔彎沿而去，感動與讚歎之心油然而生；還沒走到舍利塔，就聽到六字大明咒的咒音，塔前圍坐著誦咒的，正是朝山而來的人們，心裏的感動幾乎使我濕潤的眼睛落下淚來，為了難為情的顧慮，只好硬是忍住。這些朝山者用他（她）們的身體和聲音來莊嚴今天的法會，真是難能可貴，我想，諸佛菩薩以及護法聚眾也都要受到感動而齊聲讚歎啊！

舍利塔的門在貴賓們剪綵之後，由 夏瑪仁波切和悟明長老齊手推開，司儀隨即吟道「佛老雙手引門開，寶塔莊嚴見如來；但願芸芸有情眾，再續法緣渡苦海。」塔前的銅鐘同時也悠揚地響起來，揉合在六字大明咒的聲音裏，這樣的落成典禮怎能叫人不印象深刻呢？觀禮的人潮在貴賓們進入塔院後，傾刻之間湧滿

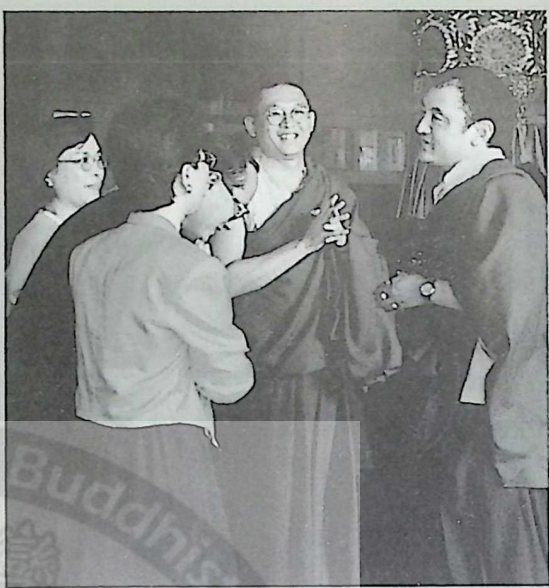




了塔門前的空地，禮生們事先就被告知要維持秩序，這固然是一個周到的先見，可是卻沒能發揮作用，因為人太多、太擠了。

舍利塔落成典禮圓滿後，悠揚的鐘聲還在響著，似乎要提醒人們，盛會尚未結束呢！點燈供佛的節目才正要開始。不多久，塔院的周圍亮起一盞一盞的燭光，若是在夜裏，會是怎樣的一幅美景呀！

早上的節目告一段落了，午餐過後，眾人稍作休息或者穿梭在攤位間，打齋供眾也好，認識戒癮協進會也好，訂閱三乘雜誌也好，加入蔣揚慈善基金會也好……，都有助於瞭解洛本仁波切的佛行事業，以及圓滿施與受二種福德資糧。最後的一個節目是目前台灣絕無僅有的「大手印讀傳」，塔院裏早已坐滿殷切聽法的人，我被擠在佛座下的小角落裏，動彈不得；空氣宛如凝住不動了，現在吸的這口氣好像還是剛才吐出去的那一口。身體雖然難受，可是大家頻頻朝塔門望的眼神，只期待著 夏瑪仁波切的出現，似乎沒有幾個人還有多餘的心思去管身體舒不舒泰了。夏瑪仁波切先開示有關大寶法王的事蹟，然後開始大手印讀傳，雖然除了喇嘛，在場的人都不懂藏文，自然不知道 夏瑪仁波切在讀什麼，但這畢竟是個百千萬劫難遭遇的殊勝法緣，我們何其有幸，能夠親臨如此殊勝的法會——身處佛陀尊身舍利塔中，耳聞無上傳承之法音，為此，我要發一個願：



願生生世世不離寶上師（洛本仁波切），修習無上傳承之法教；願度一切有情眾，同證法身永離垢。

經過一個早上的活動與大手印讀傳，夏瑪仁波切想必是很疲倦了，但仁波切仍慈悲地接見信徒，令信徒有緣得見法顏。最後，仁波切在眾人歡送之下，搭車離去。正當大家依依不捨地聚在僧院前，發生了一小段插曲：寺裏的拉巴微令堪布，送走了與 夏瑪仁波切同來的喇嘛，也揮手向我們告別，朝山門走去。大家還在捨不得 夏瑪仁波切離去之時，看到堪布也要離開，急得異口同聲大叫：「堪布！」這實在叫人難過極了。卻在此時，有人發覺堪布穿了一雙棉布拖鞋，兩手空空的，身上什麼也沒帶，這才回過神來，笑罵堪布的惡作劇，頓時，大家心頭鬆了一口氣，全場一片笑聲。這算是這天活動的一個甜蜜結局吧！

太陽西斜了，大家也都累了，可是花兒依然含笑，海報的美麗顏色依舊，除障旗也還在空中飄舞著，人雖散了，殊勝的典禮活動那裏是落幕了呢？這才只是一個開始呀！是舍利塔光昭人心的濫觴，是 洛本仁波切弘法利生事業的跨步，是噶居法音宣流的號響！

各位大德大家好，在左鎮住了六年，本該與鄉親打成一片，由於開山困難，因緣無法具足，無法與各位談論佛法，現在有這榮幸受邀，來跟在座諸位共同研究，這是個好的開始。

湧泉之歌(一)

尊貴的洛本仁波切應邀左鎮佛學講座

整理：葉昆山

宗教信仰在台灣是很自由的，很多人把宗教界於教化人心從善、勸導諸惡莫作，如此對宗教的認識，會受到主觀意識所限制。我個人認為宗教是超越種族、超越地域、人物，宗教不僅能淨化人心，還能提升心靈生活。把宗教定義為淨化人心，勸人為善……這似乎是不夠的，有時我們看到有些人一生做了很多的善事，可是他的遭遇是不平的；而有些人做惡多端，但是他卻享受了很多榮華富貴，我們眼睛所看到的是景象之相，我們對人生產生了莫大質疑，這一切到底為什麼？

有一些存在地球上的宗教，像南韓的統一教，似乎也造成了某些人特別嚮往而入教，但是在這宗教背後，是不是蘊藏了一些權慾，為這一襲宗教外表所蒙蔽呢？這也是各位在信仰一個宗教時所必須注意的。容我在此，以我個人所了解的佛教，來與各位一起分享，同時我也希望各位能以愉悅，自在的心來聽聞，以歡喜、奉行的心坐在這裡。

佛轉法輪

佛教並不是一個宗教，所謂宗教，從韋氏字典的記載，宗教是源自於人對天地的敬畏而產生一種膜拜的情結，希望從神那裏，獲得保障、獲得庇護，這就是宗教的來源。

為何我說佛教並不是宗教？眾所皆知，佛教是印度在二千五百多年前，由一位王子也就是我們後世尊稱的釋迦牟尼佛所創造，對於佛陀的故事，我做簡略的說明。佛陀降世貴為王子，有一天他跟他姨媽走出城外看到很多人在修剪花草，他就問他姨媽，這些人在做什麼？佛陀的姨媽就回答他因為這些花開了，又謝了必須修剪，佛陀當下悟出一個道理，此落根生，花開花謝，這是個循環，也是個無常。於是他有所感的，決定去觀察看看這人世間為何有生死的循環，佛陀遂分別由東、西、南、北門出去，看到了生老病死，感受到人的痛苦受之於生老病死限制，後來他發明心地，了解生命的本質是什麼，為什麼人會死、會老、會痛苦，經由佛陀一連串的悟道、修道，最後大轉法輪，佛陀總共宣說三次法，也就是三轉法輪的緣由。佛陀說法四十九年，四十九年之中，他談了八萬四千法門，為什麼講這麼多法門？這是為了啟蒙、引導不同的根性、習性的眾生，所以他說了這麼多的法。這些法在佛陀轉法輪的時候，並沒有特別去強調我現在講的是大乘佛法，或是小乘佛法，但是為了方便後代，使現代的人一覽無遺地了解佛陀所說過的法教，於是前人做了一個經藏的集結，衍生出我們常稱三乘佛教——小乘、大乘、金剛乘。



尊貴的洛本仁波切與左鎮佛學講座全體學員合影



由左鎮鄉服務分社，左鎮鄉教育會，左鎮鄉婦女會合辦「佛學講座」，洛本仁波切應邀演講盛況。



仁波切贈予文殊菩薩唐卡，祝福大眾福慧增長

三乘佛教

小乘佛法宏揚於東南亞、泰國一帶，小乘可稱聲聞乘、緣覺乘，所以這一小乘佛教也被稱為二乘法教，小乘佛教主要是自修，一個人了悟生命的苦是無窮無盡的，於是他想要斷掉輪迴，所以這被稱為小乘的發心，除了小乘之外，還有大乘。大乘是菩薩乘、佛乘。在大乘裡頭分為顯密二乘，顯教分為十宗，發揚於中國、日本，這是屬於大乘佛教。除了顯宗之外還有密宗，密宗就是金剛乘，它宏揚於西藏。大家可以很自然的觀察到，從西藏、泰國、日本到中國，這些和尚、喇嘛所穿的衣服看起來都不一樣，就連釋迦牟尼佛的基本造型都不一樣。

為什麼會如此？釋迦牟尼佛兩千多年來只有一位，可是每個國家雕刻出來的佛像都不一樣，為什麼？原來佛法是一理相容，但是佛法傳到世界各國地方後，融合當地民俗風情，形成佛教，既然有當地文化成份在裡頭，很自然的這些佛像隨順當地人民所需，而把它創立為一個假像。談到佛像存在台灣，中國也罷，宗教信仰大概都會有佛像金身，一般的民間信仰，道家的信仰也都會有金身的形像。

這裏有一個故事可以提出跟大家分享。有一天有個婦道家帶了一尊王爺到寺裏，她把神像往桌子上一擺，那個人看起來相當神經質、瘦瘦黑黑的，由外表的觀察可見這人可能生病了，情緒非常不穩定，我問她有什麼事？她跟我說你是活佛你就應該一看知道，我說我知道也要你講，就算看病也應該告訴醫生你那裏不舒服，她說（指著塑像）就是這尊像，它玩弄了我二十幾年。我問，它如何玩弄你？她說，它一會兒讓我頭痛，一會兒肚子疼，鬧得我家破人亡。我就問她，好呀！既然它這麼厲害，為何還乖乖地坐在那裏，我這裏很缺這樣的厲害人物，那你送我好了，「你回去吧！」婦人說它會跟我回去嗎？我說它如果跟你回去，我就不讓它回去，於是我叫旁邊的人拿了一把電鑽，二隻腳鑽了兩個洞，它既不會叫、也

不痛、不流血，我用鎖把它鍊起來，你回去吧！這婦人說你會慘，你會慘，但是我到現在還好好的，可是為什麼我要這樣子做？並不是我不尊重一般的神明，我很尊敬的，但是我要破眾生的執著相，很多人都會相信這佛像有神，所以它會庇佑我們。不對，這佛像沒有神，為什麼我說這佛像沒有神呢？如果有神它就本然存在了，但是沒有看過任何一個佛像是本然存在的，是人有了這念頭，想要塑造起來供養，所以把一根木頭雕塑成一尊佛像或者把石頭刻成佛像。因此我不認為它有神，可是它有形，像是我們左鎮最尊敬的玄天上帝，它腳踏著龜蛇，拿著一把劍，從歷史的典故，我們知道它的造型是如此，所以我們塑了這金身來加以供養，那麼金身塑造之後就是玄天上帝這個神的代表，而不是有玄天上帝住在裡面，它不住那兒，可是我相信任何一尊莊嚴神像都有護法保護，這一點大家一定要有新的認識，所以很多人把拜得不平安的神像，丟到我這裡來，我自嘲這裡像是福德坑。

從來就沒有一尊神要人家拜它，完全是弟子作孽，自己把它雕刻成神來拜，供奉後有好的不講，壞的全都怪罪這尊神像，事實不然，是你自己的心在作祟。

釋迦牟尼佛只有一位，但是在眾生心中卻有千百萬位，因為你心中的佛跟他人心中的佛不一樣，有時候還會打架，怎麼說打架呢？經常有學生為了一句佛語吵得不歡而散。

學佛要解行並重

所以我常告誡親近我的這些學生，法門有二：一則解門，一則行門，二者缺一不可。

如果你把佛法當做是一門學問研究，花上十輩子的時間，你也無法研究透澈，要知道佛的智慧，浩瀚如大海，所以把它當學問，這是沒得研究，可是你不懂，學佛先要學理，如果理都不懂，要如何行修呢？

結果就會盲修瞎練。今天給大家正確的觀

念，釋迦牟尼是佛而不是神。佛與神有什麼差別呢？神是各個宗教所立的天地主宰。基督教有一個神耶穌，道教也有一個萬能的神——玉皇天帝，而回教就有阿拉。每個宗教都告訴你有一個神，但那個神又是誰創造出來的呢？

各位有父親，而你的父親也有一個父親，可以往上追溯很多宗教都告訴我們這是萬能的神，萬能的神又是誰創造的呢？有很多基督教朋友找我，我就這樣問他們，難道天父自己會無中生有，天父如果會無中生有，那麼基督也不用天父生了，應該是無中生有的！

我不是在批評或攻擊說那個宗教不對，而是藉這個理論來讓大家了解，神是不可預測的，沒有辦法提出一個說法，來告訴我們它存在的事實。

諸法無自性

佛說過：「諸法無自性」，過去我們把出家人界定於他是因為感情，或人生的挫敗，才想要逃避出家為僧尼，這是不對的。別人也許受到這些逆緣而想到出家，遠離塵囂，這種出家不能說好也不能說不好。如此他獨處也不錯，至少不會為害他人，可是在大乘佛教裡他並沒有發菩提心，他的修行只是利益自己，因此這是一種小乘的修持。

今天大家都非常幸運，在這個窮鄉僻壤的地方，能夠擁有一座金剛乘的道場，這是大家累世共同的因緣聚集而成的。噶瑪噶居寺是目前台灣最具規模屬於西藏傳承的寺廟。

在目前全球歐洲有將近三百個噶瑪噶居傳承之中心，在美國有一百多個，蘇俄也有道場，日本西藏密教遍布，目前噶居寺在台灣也占了一小小地位，今年年初成立了噶瑪噶居協進會，聯絡全球的噶瑪噶居弟子。

「拉薩」兩字就是佛的淨土，拉薩是西藏人民的聖地，佛國的淨土。而噶居寺也能成為台灣的淨土，世界人民朝聖的指標。

這是非常可能的，就看我們怎麼做！

見即解脫吉祥光塔千言碑文

無塵敬撰

戊辰仲春，師往詣尼國朝聖，喜見「布達」舍利塔莊嚴寶相，深感其饒益有情之功德，遂發願在台啟建佛塔、以利斯土。仰承佛恩加被，師德感天，得龍天護持，謝德旺居士等發心隨喜，十方大德共輸淨資，喜緣際會，佛行事業終告成熟，自己巳年初冬，禮請嘉察仁波切灑淨動土以來，歷時三年有六月工程完竣。

聖塔全名「見即解脫吉祥光塔」，簡稱「（菩提）舍利塔」。初由創古仁波切賜予「示意圖」，經宗薩欽智仁波切指導，陳大雄君擘畫而成。所本乃十九世紀西藏大喇嘛蔣揚欽智旺波之傳承法要，外觀形製導源古印度佛塔，如法圓滿，在台罕見。造塔期間，各教派佛爺殷垂護念，承烏金祖古、欽智伊喜、秋竹、天噶、央湯、薛拉嘉晨等上師仁波切多所加持，利美精神於此末法再現，不啻眾生之福。乃更殊勝者，佛塔將奉為最上供養，謹獻尊貴的第十七世大寶法王嘉華噶瑪巴，迎請法足蒞臨弘法。凡此空前的佛行事業，已為藏密傳台勒記新里程碑。

舍利塔高三十八公尺，佔地二十公尺見方。前有叩鐘亭、蓮池，塔周設兩百零一個轉經輪。塔基地下三層，可安奉先人遺灰；塔身五層，盡攝法界莊嚴。大殿供養阿彌陀佛、觀世音菩薩，釋迦牟尼佛，表如來法報化三身。陪祀有十六阿羅漢暨第一世大寶法王等。承天噶仁波切指導，裝藏咒慢無數，蓮師聖像萬餘尊，壇城九座，丹珠爾甘珠爾大藏經各乙部。寶塔眼光門鑄鑲釋尊妙相，內則安立「能量通天柱」，並裝藏供奉迦葉佛、釋迦佛及歷代噶瑪巴舍利；併諸傳承寶物、佛陀時代之小舍利塔、岩藏佛像、金汁書寫之金剛經，與無量珍寶瓔珞。

銅製塔尖十三層，高十一米、重十六噸，頂嚴五方佛種子字、日月輪及摩尼寶珠，並懸華蓋、寶鈴以為飾。聖塔潔白不染，幽林掩映、群巒拱翠，益顯其高貴。引湖光而耀日月、氣象萬千；悟佛理而參天地，磅礴莊嚴。置身其中，不覺心凝形釋，無疑佛國勝境。

舍利塔象徵諸佛三身，緣起生滅，攸關佛教昌盛；今寶塔既出，不異世尊再現娑婆，承佛萬德宏恩慈佑，自將聖教大興，宇內安寧。凡與聖塔結緣者，剎那即種解脫之因，漸次圓成世間殊勝福報與菩提道之究竟利益，乃至徹悟佛性，終得紫金莊嚴身、現作天人師。夫舍利塔不可思議功德，巍巍若是，誠願見聞者，悉發菩提心，緬懷前人悲願梵行而勤精進，並回向功德，祝禱正法常住也，眾生恒離苦！果能依此續佛慧命、度盡有情，則我等雖九死其猶未悔，效犬馬而無怨。作偈頌曰：

菩提寶塔鎮群峰，
威德普濟恒沙眾；
金剛不壞千百劫，
無為道本妙圓通。

中華民國八十二年歲次癸酉梅月吉旦

分享智慧的喜悅

丁乃竺

很高興看到各位同學能在這麼年輕的歲月裡，就開始對心靈之路的追尋有相當的興趣。雖然多數同學還都是在摸索的階段，很辛苦；但是也許要有摸索才是好的，因為你開始有疑惑和摸索，才可以追尋到你所想要的。

心靈的道路有很多，在這個世界上有各種不同的宗教，各種不同的信仰。每一個信仰都有它的文化背景，都有它的成因。事實上每一條道路都有它一定的價值，不能說這一條道路一定比另外一條道路好。我們不可講基督教比天主教好，或是說佛教就一定比所有的宗教好。但是我們可以試問每一種信仰究竟追尋的是什麼？它在人生的道路上所指引的是什麼？它的基礎是什麼？我們開始要接觸的時候，從這些方面慢慢地分析，慢慢地探索。同時，也要看自己最能夠契合的是什麼。在那樣的情況下，你可能可以選擇到目前你認為最適合的一條路，我們不能說那一條道路一定就是最適合你的。在這道路上最重要的是：如果你有任何疑問應該盡量提出來。信仰不是盲目的，它必須要有理由。為什麼你對這樣的道路產生信心？如果人家說什麼你不加思索就相信的話，那才是「迷信」。因為那是一種迷惑，而沒有一個因正確了解而產生的信心，這不是真正的信仰。真正的信仰是要確實實地從內在反省，然後把反省所得，放到日常生活裡面來做，在你生活中的每一件事情，你都能看到它真正的成果。

無明的困惑

記得有一次，一位朋友問我的老師：如何方能看出一個人的修行好或不好？我的老師說：事實上並不是看到一個人能夠念咒語，能夠有天眼通、他心通就是好修行人，這些都是非常渺小且旁枝末節的成就。

我們要觀察這個人內在執著的習氣是否愈來愈少？驕傲心是否愈來愈輕？貪愛是否愈來愈微少？憤恨是否愈來愈少？這個朋友竟然問說：「那這豈不變成木頭人了嗎？」很多人都會問，是不是成佛就跟木頭一樣，什麼感覺都沒有了。沒有感覺那是頑空，另外一種斷見，不是真正我們所謂的空性。我們因為有執著，所以會帶動很多負面的情緒。這些負面的情緒有人稱它為煩惱。煩惱是什麼？那就是使我們不開心的一切。比方說我會憤怒，人家講了一句話，傷到我們自尊心，我們馬上會憤怒，我們的嗔心就出現了。或者你看到一個東西很好，就想得到它，貪愛就昇起了。那股貪念很強，可是得不到滿足時，便會憤怒。當看到一個人做事做得很好時，就產生一種心理：為什麼不是我呢？我也可以像他那樣好啊！為什麼偏偏是他，不是我？這樣是一種煩惱，我們稱之為嫉妒。還有「無知」，其實幾乎所有的凡夫都是在無明的困惑中。這種現象我們稱為煩惱，也稱為五毒。在佛學上，我們稱為貪、嗔、癡、慢、疑。

事實上任何的東西都有它正面及反面的作用。當我們認為貪是壞的時候，同時我們也要了解，貪也有正面的意義。我認為最貪的人是誰？可能就是觀世音菩薩。你要貪，就要像觀世音這樣貪盡一切眾生，讓他們都能夠踏上正途。你要貪，你就要有這麼大的願望來貪，你希望一切眾生都能夠踏上最快樂的道路，你要了解這個貪。僅是爲了渺小的自我喜怒哀樂而起貪著時，那就太可惜了。

所以如果能夠透視這五毒；比方說，當我透視貪時，若能了解到貪原來的究竟本性是空時，就不會受到貪的左右，那麼這個貪自然能夠在它自己的狀況裡面得到均衡。當一個接一個的煩惱念頭湧出時，你不要去追尋它們，讓這些念頭在一個最自然的狀態之下歇息。於是你就能了解，這樣的究竟本性所呈現的是一種奇妙的觀察智慧，它能夠產生奇妙的觀察作用。很多人以爲成就最究竟的佛性之後，什麼觀察力便都消失了，好像就變成一個傻好人一樣。其實不然。你能有非常奇妙的觀察力，也依然能夠區別一切而不受這個「區別」所左右，你不會在看到好東西時，就非常想要擁有它。你也不會看到壞的就排斥它。因爲你了解在實相中，這一切都是空性。但是這並不阻礙本身已有的區別能力。如果一個人很驕傲，或者是很自卑，我們稱爲地大元素不平衡，如果能了解到「傲慢」最究竟的實性也是空性時，你就不會被煩惱所左右。

平等空性

我們必須了解，在究竟的空性上，我們是平等的，但在相對的境界上，卻有許多的不同。我們不能說玫瑰就比牡丹花漂亮：它們各有各的性質，各有各的特色。有了此種認識，我就能尊重自己，同時也能尊重別人，甚至對於別人不同的差異我也能夠了解。因爲沒有兩個人的想法是一樣的，也沒有兩個人長得完全相同。但是這個相對上的不同並不阻礙我對自己或對他人的尊重。你能夠這樣看待時，地大元素便能夠均衡，你也就能夠將傲慢轉化爲一種平等性智。

避免壓抑 透視五毒

很多人對治五毒的方法是先壓抑。事實上，在學佛的心靈道路上，是不談壓抑的。因爲任何東西愈壓抑反彈力就愈大。我想每人大概每天都會感受到無數的五毒作用。有些時候五毒升起，我們會很清楚地看到它，彷彿毒素洩發一般。當一個人生氣時，你不覺得他正吐發一種強大的毒？當一個人嫉妒的時候也是一種毒。而這一切煩惱的根本，都來自無明，也就是不了解事情的真相。事情的真相是什麼呢？佛陀說就是空性。但是空性不是什麼都沒有，而是說一切事情的背後並不是有一個恒常的實質。我們大部分都認為事物是真實存在的，所

以我們的我執心便昇起了。想要的時候就非要得到不可，不想要的時候便排斥逃避：於是很多很多的煩惱便由此而出。

五大元素構成萬物

這五毒從何而來呢？是不是五毒也是從本性中出來的呢？事實上我們可以說，這五毒也是來自我們的究竟本性。佛法提到，一切現象皆是由五種元素所構成，稱為五大。這五大是一種象徵性的分類：就是說具有這種性質的，便歸為一類。

五大是地、水、火、風、空。這五種元素各有它的性質。地的元素具有堅硬的性質，所以我們把它歸納為地大的元素。火大元素是什麼？你看到具有熱的性質的就稱為火大元素。水是流動的，沒有一定的形狀，但它有流動的性質，具有這樣的性質的一切現象都是由水大元素所構成的。至於風大元素，我們可以感覺到外在的風；就內在而言，我們可以感覺到身體內的氣，我們內在的氣在流動，這個氣也就是屬於風大元素。空是什麼呢？虛空就是空大的元素。

以人的身體內部構造來看，地元素指骨骼（它具有堅硬的性質）：我們的熱能是火大元素；而呼吸過程中，氧氣、二氧化碳的互換都是屬於風大的元素；水大元素即是我們的血液；空大元素是我們的意識。所以這五種我們稱為五大元素。

事實上宇宙萬物一切都可以歸納為這五種

性質，這五大元素有其外在的作用，在我們的內心它也有它的作用。事實上當五大均衡的時候，便處於一個非常祥和而和諧的狀態。所以有時候，我們看到一個人，覺得他很安詳、很和諧，看了就有一種很想親近的感覺，那就是它內在一切都非常和諧，也就是處在一種平衡的狀態中。

然而只要這各大元素彼此不平衡時，我們便會產生許許多多的情緒。如果一個人的地大元素不平衡時，他會覺得自己很了不起，要不然就覺得自己很糟、很差。所以這種情況通常來自於地大元素不均。如果一個人水大元素不平衡時，他會變得非常貪心，慾望很強。而火大元素不均勻時，他容易表現出很生氣的樣子。而風大元素不平衡的時候，他會非常容易嫉妒。空大元素不平衡時，會變得很愚癡。所以五大元素不均勻的時候，它就會呈現出我們所稱為的「五毒」。

轉化五毒

那麼要如何轉化這五毒呢？尤其在金剛乘，絕對不談壓抑。當我們面對我們負面的情緒時，該如何透視它呢？我們說這一切都是空性。事實上我們講的貪、嗔、癡、慢、疑五毒，如果你能夠了解這五毒的究竟實性是空性，你就不會被它所轉，不會受到情緒的左右。如果你能了解貪的究竟實性是空的時候，就能均衡水大元素，也就可以得到我們所稱的妙觀察智。

觀照

我們大概每天都要生很多次氣：生別人的氣，也生自己的氣。大部分的人都會覺得是因為別人的狀況才使我生氣，就是這個人才令我生氣，只要這個人不存在我就不生氣了。其實不然，同樣一件事情，十個人有十種反應。因為每一個人他的覺受都不一樣，他的感官都不一樣，因此他的反應會不一樣。當你的水大元素愈均衡時，就像一面鏡子，能照見一切。一切現象到它前面都能夠照見，但是從來不為影像所左右。我們從未看過一面鏡子因為一個影像來的時候，它會很喜歡這個影像或者很生這個影像的氣。它沒有受到影像的左右，沒有受到影像的控制。所以如果你的水大元素均衡時，便能照見一切，而不為一切所左右。它能了解到憤怒的實性，它的真相就是空性。

能有這樣的了解時，就能將五毒轉化為大圓鏡智，像一面鏡子可以照見一切而不為它所左右。當風大不均衡時，你會很容易生氣，很容易嫉妒別人。如果你的風大元素均衡，你看到別人做好一件事；比如我們今天看到這塔蓋起來了，非常莊嚴，建塔的功德是非常大的，你心中會有一份喜悅，你會隨著人家的功德而喜悅，隨著別人的成就而喜悅。如果你看到一個人長得漂亮，接著就想出一百種理由覺得她仍不夠漂亮，那麼你在風大元素不均衡的時候就會被嫉妒所帶動。

如果你是在一種均衡狀態的時候，你就會了解你也同時能做到。你如何能夠做到？這是有條件的，要做好任何事情都要有條件的。今天一個人能成就一番事業，一定要有他的功德，要有他的努力。所以有了這種認識，你就能了解，人家的成就是有許多的原因，同時也有他一定的福報跟功德，才會有所成就。如果要有同樣成就的話，我們要種下同樣的因，同時也要累積同樣的功德，於是嫉妒心就能轉化為成所作智，也就能夠成就這一切的事業，而不會起嫉妒心了。因此稱為風大元素的均衡。

如果空大元素不均衡時，這個人就會變得愚癡，人家講什麼東西都有點聽不懂，事實上如果能了解空大元素，而且在它的均衡狀態之下，也就能夠將這根本無明轉化為法界體性智。

在學佛之道中，當我們遇到了五毒之時，不要心生恐懼。要有觀照的力量，去觀照並透視它。了解到貪、瞋、癡、慢、疑的究竟實性即是空性的時候，我們就能將五毒轉化為五種智慧。

供佛要領(三)

編輯室

「施身法」之功德利益

「施身法」藏語爲「ཀུན་ཀུན་ཀུན་ཀུན་」，在金剛乘裡是無上的供養，並非容易修行的法門。修施身法時，行者須觀想：對身壇城有瑪姬佛母，及施身法之傳承上師，大成就者，出現對面空中。觀想自己的意識，從肉體中脫離出來進入瑪姬佛母的心裡，與佛意識合而爲一。即先讓我們意識與佛母合而爲一，意識一旦出離五大之假體，這身體就死了。再觀想瑪姬佛母心中放出紅色的「𑖀𑖄𑖥」字化變，此字再化成金剛亥母。金剛亥母將我們所留下之屍體供養給佛母以及傳承上師。

先觀想金剛亥母手持彎刀將我們屍體的頭蓋骨切下來，此時我們要唸「嗡、阿、吽」。同時觀想頭蓋骨變得如浩瀚的大海般，金剛亥母將我們的屍體切成碎片，放入頭蓋骨裡。當這些屍體碎片加以淨化後，轉變成智慧甘露供養佛母及傳承上師。如此不但能利益我們來積聚無量之功德，並且能消除「我執」成就「無私」的智慧。

ཇོ་མོ་གླང་ 藏語的意思為「斷我執」。由於斷我執之後才能成就無私的智慧。

煙供

煙供藏語爲「 $\frac{\text{ཕ}}{\text{མ}}$ $\frac{\text{ཀ}}{\text{མ}}$ 」，與火供有些相同，但修煙供時，不用觀想火中有本尊壇城及火神等，但要觀想供品須清淨及增長。煙供之對象有四個：1. 上師、本尊 2. 護法 3. 六道眾生 4. 魔障（即過去之魔障，今天償還）觀想上師、本尊、護法如雲海般聚在對面空中，無量無邊。而六道眾生及魔障在地上，我們向他們供養。

供養上師本尊，可利益得到他們的加持。供養護法可得其護持，使我們能成就世俗及究竟之成就。供養六道眾生，因其為我們發展慈悲心及佈施之對象。供養魔，主要是償還過去對他們的虧欠。

修煙供時，有特別的儀軌法本，如無法本，則可持誦任何本尊之心咒來作供養。

手印教導

獻曼達手印：

中央「須彌山」

北俱瀛洲

東勝神洲

西牛賀洲

南瞻部洲

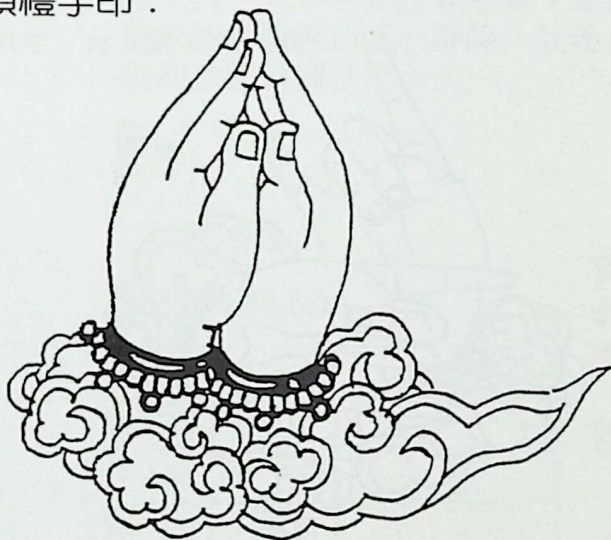


中央兩隻無名指直立，表「須彌山」
由七寶石構成。此山上面較大下面較小，

呈倒立的形狀，在它下面有四大部洲。右手食指與左手中指相合，代表「東勝神洲」。右手姆指與左小指相合代表「南瞻部洲」，左手姆指與右手小指相合，代表「西牛賀洲」。左手食指與右手中指相合代表「北俱瀾洲」。結獻曼達手印時，兩手手掌心要放些米，代表作三十七供，將三千大千世界所有的珍寶，包括太陽、月亮等都包含在此手印裡。

獻曼達結束後，要把左手手心的米倒入右手的手心，然後向前撒出去，代表將三十七供裡一切的珍寶供養給三寶。

頂禮手印：



頂禮時雙手合掌，掌心呈中空，大姆指前端第一關節稍微彎入掌心內，如同兩手中間捧著供養的如意寶石一般，這是依照金剛乘密續之開示。如果把姆指放到外面，嚴格來講是外道的一種拜拜或頂禮之方法。頂禮時，將雙手放於頭頂、喉頭及胸口時，各別都有觀想：

- (1)置於頭頂——觀想諸佛菩薩予吾人身密之加持，同時能將身所造的業及身體上的障礙得到清淨。
- (2)置於喉頭——觀想諸佛菩薩予我們口密之加持，並能淨化由口所造的業及障礙。
- (3)置於胸口——觀想諸佛菩薩予我們意密之加持，同時清淨我們由意所造的業及障礙。

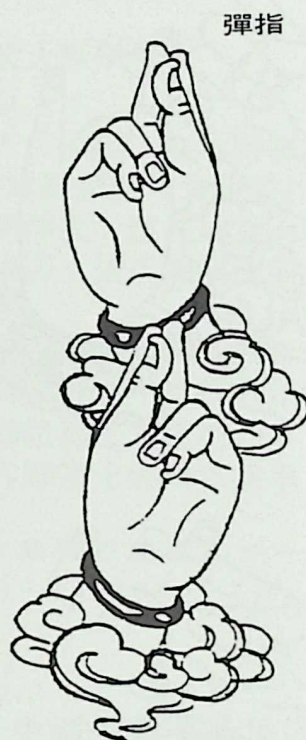
作八供手印之前，要作一種很柔軟的擺動手印，這是代表「供養天女」跳舞的姿勢，她們擅長跳舞，姿勢非常優美。根據金剛乘的儀軌，我們作供養時，須觀想從心中放出無量無邊的供養天女，她們將供品供養給諸佛菩薩。

八供作完，最後彈指，代表請諸佛菩薩享受這些供養。

迎請手印：

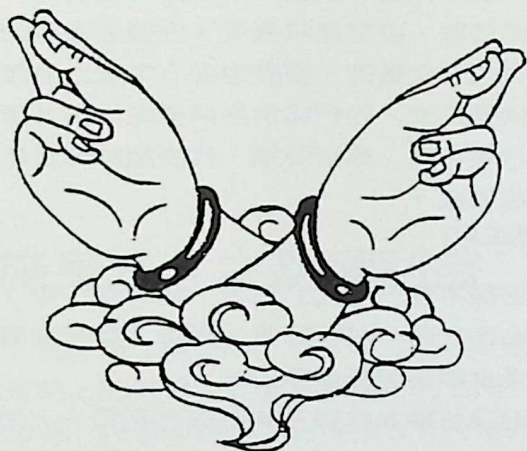
迎請本尊——吟咒「班雜 薩瑪雅 雜」時，將右手在前，左手在後，彈指；表示迎請。皈依境全部出現在虛空中。

迎請智慧本尊與三昧耶尊合而為一，即迎請智慧本尊進入我們的身體裡，自己就變成三昧耶尊，手印為：「右手在外，左手在內，交叉胸前，彈指」。



迎請本尊手印

彈指



有關「迎請」及「迎請合一」之兩種手印，幾乎所有法本儀軌都完全相同。但就本尊儀軌而言，金剛亥母、紅觀音、上樂金剛、喜金剛時輪金剛手印相同，普巴金剛及綠度母手印相同。

當迎請智慧本尊與三昧耶尊合一時，須唸「雜、吽、榜、和」咒語。

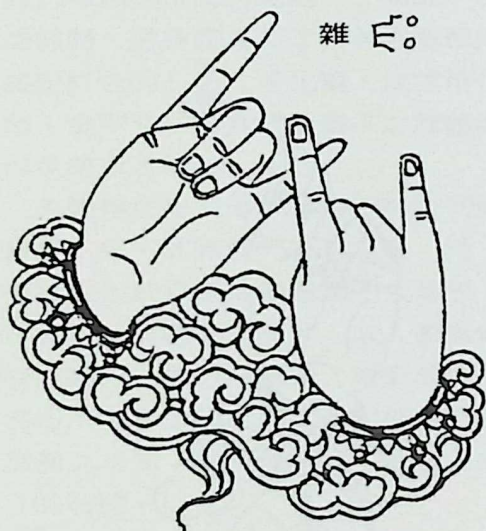
「雜」—迎請本尊進入我們身體。

「吽」—本尊與我們自己無二無別合而爲一。

「榜」與「和」—長久安住不分離。

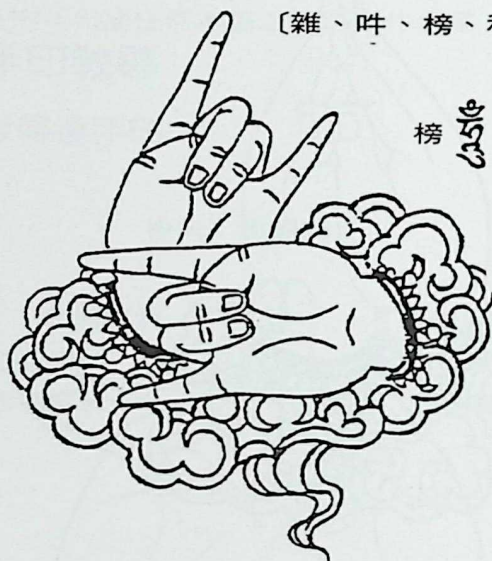
迎請智慧本尊與三昧耶尊合一手印

雜 𑖀𑖳𑖦𑖫𑖞



〔雜、吽、榜、和 手印〕

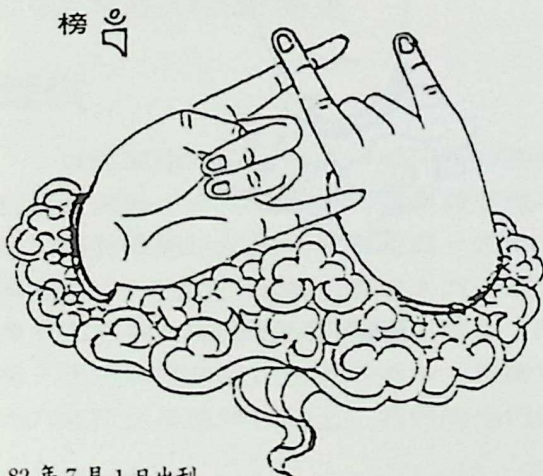
榜 𑖀𑖳𑖦𑖫𑖞



和 𑖀𑖳𑖦𑖫𑖞



榜 𑖀𑖳𑖦𑖫𑖞



一九九三年噶瑪噶居寺暑期大專八關齋戒法會

千手千眼觀世音菩薩法門閉關

導師：洛本 仁波切

教授：貝瑪 堪布

千手千眼觀世音菩薩法門閉關，藏語“紐涅(NYUNG NAY)”其意乃禁食持齋的修持法。“紐涅”的閉關時間極短，而功德福報極大，是非常適合現代人的實修法門，由於在關房中持守三天二夜之八戒，身、口、意不再造作粗惡業，並藉著觀想、持咒和虔誠的禮懺而使得過去的業障得以逐一淨除，且使自身的菩提資糧日漸增長，所以是自利利他的殊勝法門。

《紐涅時間表》

日 期	時 間	內 容	備 註
8 · 3	16 : 00	報 到	
	17 : 30	藥 石	
	20 : 00	入 關	
8 · 4	5 : 30	雲 板	
	12 : 00	午 齋	
	20 : 00	安 板	
8 · 5	全 日	閉關中	禁食、禁語
8 · 6	5 : 30	雲 板	過午不食
	12 : 00	午 齋	
	20 : 00	安 板	
8 · 7	5 : 30	雲 板	
	8 : 00	出關灌頂	
	10 : 00	會 供	

對 象：一般大專學生。

名 額：一百人。

費 用：每人1000元。報名時需繳費為憑。
(道場維護費及會供費用)

注意事項：自備睡袋、盥洗用具一律穿著樸素寬鬆衣服。染患疾病或宿疾者，請勿參加。

報名須知：意者請即於7月15日以前，以明信片填妥姓名、性別、年齡、就讀學校、聯絡地址及電話回本寺。

本寺即寄上郵政劃撥單，以便劃撥。

地址：臺南縣左鎮鄉左鎮村九十一之二號

電話：(06)573-2103 • 573-1156

主辦：中國噶瑪噶居協進會

地點：寶塔山噶瑪噶居寺

第一屆藏傳佛教研習營

……重新面對生命的重要時刻

由於西藏民族對佛法的虔敬，加上其特殊之地緣環境，釋迦牟尼佛珍貴的法教一直被圓滿無缺地保存在西藏高原上，只因群山的阻隔，世人總對其神秘面紗後的真實面目不得而知。

第一位漢族台籍轉世佛爺，尊貴的 第三世洛本仁波切為了讓青年學子對藏傳佛教有正確的認識，特舉辦此研習營以解行並重的方式，引領大家進入浩瀚遼闊的藏傳佛教世界。

師資簡介：

尊貴的第三世洛本仁波切

台南左鎮噶瑪噶居寺開山住持——尊貴的洛本仁波切，為近代首位漢族台籍佛爺。經攝政王夏瑪仁波切認證後，八十年九月三十日在錫金隆德寺舉行座床大典，繼承法號「第三世噶瑪札巴拉傑巴爾桑波仁波切」，正式納入噶瑪噶居傳承，並派任為大寶法王在台寺院的行政代表。八十一年二月一日在台舉行二度陞座，藏密中國化的積極作為，於焉開啟。

第一世洛本仁波切乃噶瑪巴的上首弟子，精通那諾六法、通達大手印妙義；曾任噶瑪噶居總部祖普寺的多傑洛本。於二十年任內期間，主持了第十五世大寶法王的圓寂荼毘大典，與第十六世大寶法王的座床大典。晚年閉關，圓寂時跏趺而坐，入甚深禪定一晝夜，非凡成就，不啻為乘願再來的最佳証明。

第三世洛本仁波切於民國四十九年轉世到台灣，自幼夙慧過人，而事親至孝。為了啟建道場供養噶瑪巴、迎請法王蒞台弘法，仁波切遂於七十五年開山建寺，並興築菩提舍利塔以利益眾生。七十七年出家，在夏瑪巴、欽智伊喜、創古、烏金祖古等諸大仁波切的指導下，納

受甚深珍妙諸法，並致力於藏密移植中土的教史任務。此外，蔣揚慈善基金會與台南市戒癮協進會的成立，更是仁波切教化弟子廣行菩薩道的體現。

夏瑪佛爺曾當眾開示：護持洛本仁波切就等於護持大寶法王。殊勝自不待言。

堪布貝瑪蔣稱

堪布十七歲時在尼泊爾發心出家，精進勤修，曾閉關三年三個月，並於關中圓滿四加行的修持。

1979 至加德滿都參訪大成就者——烏金祖古仁波切，且於座下受教。

1981 由於大寶法王的悲願，蒙受祖古仁波切的特選派往隆德寺那瀾陀佛學院繼續深造。

1990 取得金剛阿闍黎的資格。

1991 授以堪布學位且留駐那瀾陀佛學院任教。

1993 奉夏瑪仁波切的法諭出任噶居巴在台根本道場——寶塔山噶居寺的堪布。

十年樹木 百年樹人

《藏傳佛教研習營課程表》

	7/13 (二)	7/14 (三)	7/15 (四)	7/16 (五)	7/17 (六)	7/18 (日)	
5:00		打板				朝山	
5:30		早課					
6:30							
7:10	報到	早齋 · 出坡				結業式 仁波切開示 (皈依) (供養) 午齋 · 養息 密續概論 (一) (二) (三) 小組討論 藥石沐浴自修	
8:30							
8:40		四臂觀音	四臂觀音	四臂觀音	四臂觀音		
9:40		共修	共修	共修	共修		
9:50		三十五	三十五	三十五	三十五		
10:30		佛懺	佛懺	佛懺	佛懺		
10:50		靜慮	靜慮	靜慮	靜慮		
11:50		靜慮	靜慮	靜慮	靜慮		
12:00							
13:50							
14:20		密續概論	密續概論	密續概論	小組時間		
15:30		寺院禮儀	(一)	(二)	(三)		賦
16:20							
16:30	環境認識	小組討論			晚會準備		
17:30							
17:30	藥石沐浴自修				歸		
19:50							
20:00	仁波切	相見歡	仁波切	仁波切		傳燈	
22:00	開示	之夜	開示	開示	之夜		

時間：八十二年七月十三日至七月十八日

地點：寶塔山噶瑪噶居寺

台南縣左鎮鄉左鎮村 91~2 號

電話：(06) 5732103. 5731156

參加對象：全國各大專院校男女青年 (限額一百名)

報名方式：將報名表同貳佰元保證金

(全程參加者於課程後悉數退還)

台北市金山南路二段一〇一巷四號一樓

(藏傳佛教研習營 收)

報名日期：即日起至額滿止

報到：八十二年七月十三日下午二點至三點

於噶瑪噶居寺

供養金：隨喜

注意事項：請自備盥洗用具，換洗衣物，新拖鞋等

寶塔山噶瑪噶居寺近期活動預告

每月初一	放生
每月十五	四事業火供
每星期五晚上七點半	台南分院教授四加行
每星期六晚上七點半	本寺開示見地
7月13日~7月18日	藏傳佛教研習營
8月3日~8月7日	1993「紐涅」法會
11月底12月初	南區大專佛學講座

大譯師馬爾巴傳承

次說瑜伽自在成就師

在達日王（吐蕃第三十一王）時，其族姓總名瓊波，密勒是其族性的別名。其先輩於嘉區創建莊園，因賭博失敗而遠遁他方，來到閭潤地方後始傳嗣，出有密勒蔣采和雍嘉二者。至尊密勒日巴係父協嘉和母梁薩嘎金之子，於庚辰年（宋仁宗康定元年公元一〇四〇年）誕生。命名安巴嘎（譯音為「聞喜」）不久父親逝世，那時其母年僅二十四歲，叔父強命其母必須與叔子為妻，母不允，叔大怒而掠奪其母所有財物，以致家境十分貧困。有一次密勒日巴在教讀師魯杰巴那裡飲酒後，歌唱而回家。以此母親怒而道：「你父密勒蔣采生了你這樣的劣子，我們這般貧弱的家境，你還有心高興歌唱！現在你應該去前後藏在一精通咒詛（註十〇）法師座前，學會咒詛來將一切仇敵消滅為要。」至尊密勒說：「那麼，我決定按照母親所說的去作。」於是母親酌量自力備了一些財物遣送密勒出行，密勒在伯謨伯塘村頭等候同路友伴，賢良的路伴也未拖延時間而來到。遂訪問誰人具有大咒詛法術，聽說雅隆地區有名梁·雍敦措嘉的咒師有大咒術，以此去到咒師前而說道：「我係從上區來此，只帶有薄資具前來求教咒詛法。」咒師作有許多零碎的咒詛法，密勒同其他來學咒詛的五人一起學習而住了一年，在那裡學的是咒詛的支分，學完後其他諸學友認為滿足而去。至尊密勒歡送諸同學一程仍回師處，咒師說：「你怎麼不走？」密勒說：「他們只為得溫飽而來學咒詛，我是有堅定的承許——不學咒詛到手，我決定不走的。」咒師說道：「那麼，現在章絨區的拉杰魯穹和我二人有咒詛術與降雹術互換之約，



及著名的噶居派(二)

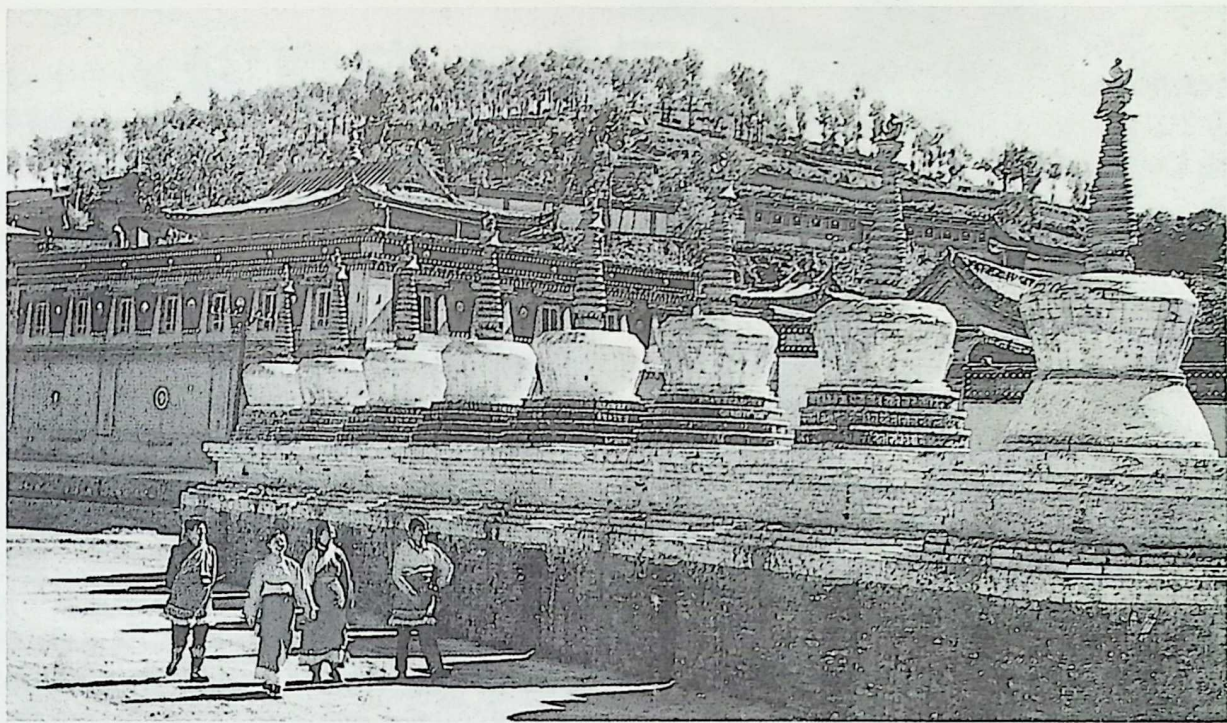
密勒日巴



即是在我這裡學咒語的可以派送到他那邊去學；在他那邊學降雹的也可以派到我這裡來學。以此你到魯穹那邊去學吧。」於是給密勒一些資具和書信一封，內容是：「我有個可憐的門徒，請你傳授他一種真實不虛的咒語命他學習。」而派他到魯穹座前，魯穹說：「那麼，現在你應該作閉關而修。」答：「能作。」於是修造了一間較好的地下室，在室內精修咒語。修到第十四日發現正確的咒語徵相，魯穹知道後來到密勒那裡說道：「妥巴嘎（聞喜），你到門這邊來我給你說：昨天空行、護法等配合協助猶如月光放彩，發現將仇敵三十五人除掉的徵相。我要在護法前供朵瑪來作酬恩。」那時，他的叔父雍嘉之子娶妻，正逢結婚喜宴時，房屋突然塌陷壓斃三十五人，僅留其叔和姑母未死。密勒在魯穹座前聽受了許多幻變法術，在那時至尊密勒心中正想我為聽從母親的話，而造下了這樣的大罪孽，生起內疚追悔時，母親復寄來訓示說：「你父密勒蔣采生了你這樣的兒子，能於一時中，使仇敵三十五喪命。我是心滿意足的！但是此鄉土人眾對我十分惱恨，你須在此間鄉土上降下有三層牆厚的雪雹。能如是辦到，我雖死也無悔恨！」密勒見魯穹師時，將此情稟告後，魯穹師說：「那麼，你到雍敦師那邊去吧。」密勒去到雍敦師前稟明情況而請求傳法。雍敦師遂命密勒在碉房內土窟中閉關修降雹法，修不到一月的時間，發現了降雹的正確徵相，密勒遂配合月日時辰，帶領雍敦師的一位勇敢僕人作伴而前往家鄉。在抵鄉後的晚間，先在許多田土上，預行投置冰雹法，繼即去到山頂念動真言；並作號咻，

以此法力使一切山谷地帶都普降大冰雹，鄉人得知密勒主僕在山中作法，以此密勒先逃，與僕約在定日地方相會時間。而勇敢的僕則候追捕兵丁來時，對兵衆說：「我是妥巴嘎（聞喜），由於欺負我難忍忿怒！而略施報復，這下你們快樂嗎？我還要使此鄉間不留一人。」說後直入軍隊中，誰也不能掀著他故而得逃。之後主僕二人去到前後藏，密勒仍回拉杰魯穹師處而住下，僕人則往雅隆去了。密勒一心憶念正法而不能求得。有一天魯穹師有一賢良的施主逝世，魯穹悲傷而說道：「聞喜，我兩人積下最大惡業。因此，或許你來求一清淨正法，而我作引導；或許我來求一清淨正法，而你作送口糧者。」密勒說：「那麼，由我來求清淨正法吧！」於是去到絨區哲敦·拉嘎座前求得『大圓滿』（註十一）法門，雖經修習也未生起成相。以此哲敦對密勒說：「我的法門本來極難修，而你也怠惰於修事，這樣是無濟於事的。現在應是這樣——聽說至尊那若巴和彌枳的弟子瑪爾巴譯師住在妥普曲切城，這是一位能使身配合緣起，而心也能受他極大感染的大德。你到他那裡去吧！」密勒一聞師名油然而起敬極生歡喜！遂來到曲切城，僅一見師面感覺即時改善。上師瑪爾巴命他修築許多碕房和耕地等工作，他的背部因經常背負石塊磨穿而流血化膿，仍勤勞不已。在這般勞動的時候，有楚峨等大人物門徒前來，上師瑪爾巴為他們傳授灌頂時，密勒想參加灌頂向師請求，上師瑪爾巴一也不允傳授。對此情節，師母（即瑪爾巴之妻無我母）心中不忍，而以那若巴的珍貴加持物紅寶石一顆給密勒作為禮物，命他到楚峨的座前去；並附寄楚峨書信一封說：「由於上師（瑪爾巴）繁忙，請你將諸教授傳授給密勒。」於是密勒來到熊日窩後，楚峨對他說：「我的家畜被野謨哇奪去，你先修降雹法為我報復。」密勒降雹已，去到楚峨座前說：「請給我應得的法，可是我是一個罪孽深重，必須淨治的人。」楚峨說：「這也無妨，不礙於事。」遂將於方便道中諸教授都傳給密勒；並命密勒住洞中閉關尊修。在此時中楚峨接到大

譯師（瑪爾巴）的指示說：「我的九層碕房完工，其上短圍牆所需檉柳，你必須去採運。」楚峨遂帶領密勒作僕役；並備辦以『寶積經』一部為首的許多供品；而且在途中辦齊了八十捆檉柳。在將供品和檉柳等物供獻於師及一切事務辦完後，上師瑪爾巴吩咐無我母（瑪爾巴妻）設備會供（註一二），當師徒齊集食用會供時，瑪爾巴怒目注視楚峨而說道：「楚峨劣徒！你為什麼將教授傳給我的妥巴嘎（聞喜）？」楚峨答道：「是有上師你的禮物所賜示的。」瑪爾巴注視密勒而說道：「是誰拿給你的禮品？」密勒答道：「是師母拿給我的」上師瑪爾巴聞言突然起座用手操起一根棍棒時，無我母立即逃走。上師入座微笑而說道：「將無我母喚回來。」無我母來後，瑪爾巴說：「給我取佳釀來，師徒們須得談一下。」遂對密勒說道：「我知道你是有緣弟子，然而由於你有大罪孽，故我使你入於折磨苦行以淨治。楚峨因傳教授，已離我座前而逃走了。」當楚峨走時密勒送他到很遠的路程。此後上師瑪爾巴遂將諸教授完全正式傳授給密勒而說道：「我可以在空行母作證前發誓我所有殊勝教授完全傳給你了。從卓波隆上區前行到達納普（黑馬洞），你在那裡閉關尊修吧！」密勒雖努力勤修仍未生起巨大功德。關於此諸情節，有後來在賜與細哇峨（寂光）而作的道情歌詞：「那麼可愛我孩兒，你求通達聽我說，你今生是否識相？你若不識我名相，密勒日巴是我名。貢塘下區斷臍處，前後藏區廣求學，諸師上人以為首，絨敦拉嘎以前師，有恩上師約十人。特在拉杰魯穹前，求得威猛咒詛法，內證高深見智慧，導修作法亦精通，人我戲論但未斷。那若麥枳施加持，身合緣起諸要點，心與法性母相會。聽說師住妥普曲，譯師美名心領會，僅一聞名信毛豎（生信時汗毛豎立），途徑險苦來師前，一見師顏生感動，似乎是我多生師。具恩父師之座前，栖止六年又八月，如影隨形伴不離，雖無財物以供師，身語汗勞作承事，意誠師喜盡傳我，一切耳傳諸教授。」以上我（著者）略作詳細錄出，由於見有許多出自杜撰



，遂想只寫這些比較合理。統計至尊密勒三十八歲時去到瑪爾巴座前，一直依師到四十四歲之間，從四十五歲進入專修。其它書中所載及枳貢法王所說是：至尊密勒直到逝世之間有四十年是身不離禪帶（註一三）而專修的。他從瑪爾巴座前來到途中復在楚峨師座前拜謁；抵家鄉時，其母早已逝世，用破舊衣服裹屍而安放在一間廢屋的土窟中，他以舊衣包裹作枕而臥，一日間得水穎悟，罪孽盡消。繼即火化其母屍體。雖有一妹早已遊浪他方。母子有一應得田地，誰也不敢去耕種而拋荒，有一姑母原先雖有冤仇，這時也用甜言巧語來取得密勒歡心，以田地給姑播種而承擔密勒的口糧。密勒遂在城郊盡頭的聖山腳下靜修，雖起了一些暖熱但不甚大，繼後依照一位空行母的教導而修，才使暖熱熾然起來。密勒生起了這下我已有熟煉喜樂的功能，於是走出鄉境，而留戀往返於吉絨的諸山穹谷。普遍傳稱的密勒六寨也就在吉絨諸山中。於此諸山經九年的時間，有他以草麻為食的說法，總之是以猛利堅強的精進力而修，始獲得風息（即氣息）的自在功能，真空智慧豁然現起。在他人從外表看彌拉似乎

是十分辛苦的樣子，而在密勒自己則是安住「大樂三摩地」（定）中，並且也說出「六樂」的道情歌詞。九年過後密勒已獲得「自在三摩地」，他為了利益許多牧人，而去到定色一帶，那裡有一苯波（註一四）能跨鼓騰身到雪山之頂，至尊密勒刹那即到雪山頂峰，而使朗薩熱葛江巴（苯波之名，意為單衣行者）連人帶鼓一起從山坡滾下。顯示了如是等神變後，密勒遂前往下部地區，有朵謨等許多施主對他作承事服役；並請求他到杠謨伽住一年，他未允請求而他去。不久朵謨等一些施主心想至尊密勒沒有生活資具一定會死去，須得尋找。當尋找到一山邊時，有一雪豹在巡視他們，待雪豹返去時，他們也追下去，得見雪豹去的路上有人的足跡，繼即看見有一山洞中冒出一些烟來；而且傳出道情歌聲，遂得來到至尊密勒的跟前。密勒說道：「你們真是傻子！為什麼要這樣走來？我從山邊看見你們到了這樣的地方，現在再不必徒勞走動了。」眾人說：「不見至尊只見一雪豹」密勒說：「那雪豹是我。」又說：「最初我來這裡時，只帶有三斗糌粍（註一五）和一腿岩羊肉，每餐非四握糌粍不飽肚

。剩餘的糌粑和羊腿肉給你們吧！」眾人說道：「現在鄉人都爲你而悲傷！我們爲此而來代衆鄉人向你問安好！」密勒說：「瑜伽我身甚安樂！施主貴體亦安否？」唱出了如是等許多歌詞。繼後密勒去到曲壩（河間）時，以德威鎮伏了鬼神大軍。此後他去到各城鄉和各種寂靜處所安住；並教育徒衆。印度達瑪若提也來和他相會，對密勒敬重頂禮。蕩巴桑杰（註一六）住在定日時也和密勒相會而作暢談。密勒在曲壩鬼神大軍來到的時節，蕩仲敦巴說是壬辰年發生的事，那時至尊密勒年屆七十三歲。

至尊密勒的弟子：普遍傳稱有八位熱巴師兄弟：即是貢塘的惹瓊熱巴，江隆的蕩仲熱巴、達謨的枳貢熱巴、峨察的色本熱巴、尼香的奇惹熱巴、熱巴細哇峨、鄧哇郡（護樂）、惹枳熱巴等八人。

又穹昌巴·耶協喇嘛（智慧師）說：密勒的首要弟子有熱穹巴；及一生補處佛位菩薩化身的至尊崗波哇大師；能忍苦修行的絨穹熱巴；獲得暖火自在的瑜伽士細哇郡（寂護）；具足信解的爲枳貢漾勒；及覺朵；香納；色本敦穹；魯崗熱巴；女施主勒色；瑜伽女江麥和準勒等許多通達法性的弟子。弟子中熱巴細哇峨（寂光）、桑杰交（佛護）和絨穹熱巴三人離



此世界向往空行利土；還有江謨·巴達、哲色、却季絳秋（法菩提）、正昌瑪·巴操薩等也是即身前往空行利中。弟子中還有能調伏人類有情的上師崗波巴；能調伏非人（又名阿修羅）衆的上師扎咕澤仁（吉祥長壽）；能調伏扎根瑪（一種神名）的上師阿杰吞季杰比準麥（咒生俱生明證）等人。如是諸人也不過舉其大略而已。而且此諸人士在一地中復示現各種身相；在許多地區中能利那來到而作利益衆生事業。至於至尊密勒的全體弟子，誰也不能詳盡地舉其數字。諸成就大師都說，這位至尊密勒即是阿闍黎絳伯協業（文殊友）。至尊密勒日巴大成就師享壽八十四歲，於癸卯年（宋徽宗宣和五年，公元一一二三年）在鄭區示現圓寂。荼毗後雖少許骨灰和舍利也未發現。有一些徒衆們在一位度母化身的女修士座前問道：「至尊密勒是否已成佛？」答道：「以密勒的精進來說，他者無與倫比。因此，決定他已成佛。」

註釋：

- 註十 咒詛：即是誦咒以打擊和傷害別人者。
- 註十一 大圓滿：西藏寧瑪派的一種「修行要法」名。
- 註十二 會供：西藏佛教徒用於集會祭祀的供品。男女齊集時名會供輪。
- 註十三 禪帶：修禪定打坐時，套在雙膝及頸上的帶子。
- 註十四 苯波：古代西藏原始宗教名，創始人辛饒。早期但以禱神祭鬼爲人禳災和荐亡爲業。松贊干布王以後，王室尊仰佛教廢除苯教，佛苯之間有一時期鬥爭甚爲激烈。苯教純粹不是佛教，自己沒有見、行、修道之法，長期抄襲佛教經典和理論。
- 註十五 糌粑：藏族主食品，係以青稞或豌豆炒磨而成的炒麵粉。
- 註十六 蕩巴桑杰：印度佛教中成就者入藏首創息結派，以修般若經義，斷除生死涅槃一切苦惱爲其派義。

《密乘寶典》

移喜磋嘉佛母的密行(四)

—此處要簡述一番關於磋嘉在精神成就上的修法，在帝卓的空行聚會所秘密中的修持，以及在一些其它地方的修行。

剛開始我住在帝卓聚集會所角落的一個密洞中，地方上的施主慷慨地供應我糧食。我在此精勤地修持，了悟在蓮師不受限制的實相中安詳的蓮師之法。經過短期的禪定，我身體轉成天神般絕妙的形態，並親眼見到本尊現前。我覺察到脈與氣即是空行的壇城，我一開始息增懷誅的轉化活動，便自然地成就了。受上師加持之故，自心本性的明點以上師的舞蹈形式生起，一切現象都以上師淨土的情況展現出來。我對上師真實無二的虔誠與敬意自然現起，外在的壇城如同虹光似地繁盛起來，佛父佛母，結合一體，在我感官知覺前閃爍。

在這片明亮的光中，我到達空行淨土，鄔金康卓林。在這淨土上，果樹如同刮髮刀一般，地面以肉敷蓋着，山丘是一堆堆聳立的骷髏，其他還有散的碎骨片，像是一堆堆土塊和石塊。在此曼達拉中央，是一座難以估量的大宮殿，由溼與乾的頭蓋骨堆建而成，天花板和門簾則由人皮做成，以此宮殿為中心，方圓三十萬里的地方，有一圈火山帶環繞，另有杵牆，雷電，八個墓地擁繞，以及由美麗蓮花組成的牆。在此邊界內，是一群吃生肉，喝生血的鳥，邪魔似的野人，男女都有，和其他的野獸。他們包圍着我，威脅地看着我，但過一陣子後就變得既不敵對也不友善。

然後我進入宮殿，經過了接連三個門道，映入眼簾的是很多具有人形的空行，她們帶着各種不同的供養來給一位主要的空行。有些用刀子從身上割下一片片的肉來，並以肉做薈供，並做禮拜。有些放出血管中的血液，有些挖出眼球，有些割下鼻子、舌頭或耳朵，有些割下心或肺，有則供養骨髓和一些體液，有些獻出了生命力或呼吸，有些則割下頭或四肢。她們割下種種並準備了供養，然後就獻給她們主要的空行和其同伴，這位主要的空行及其同伴

加持她們並再分配給她們，當作信心的標示。

「你們為何如此地追求痛苦？」我問她們。

。

「若妳要把持生命，怎麼可能到達成佛的彼端呢？」她們答道：

「喔，有着拖延心的女人啊，成就的上師，真實的上師，立即地就會給予他的慈悲，如果知道什麼會取悅他卻延遲了他的喜悅拖延，功德便失去了——拖延，阻礙便倍增了，只要妳在究竟真理上的認知是瞬間的，像一頃刻真誠的信心般迅速，而你不能於覺性初升時供養它，拖延，功德便失去了——拖延，阻礙便倍增了。只要我們片刻擁有此身，只存在片刻可資慶祝此途徑，當你擁有吉祥之身卻沒能供養它，拖延，阻礙便倍增了。因為上師僅僅出現片刻，進入神秘之門也只有片刻，當你擁有它卻沒能供養此教法，拖延，阻礙便倍增了。」

聽到這番話，令我深感慚愧。

在回向供養功德的同時，一位金剛瑜伽母現身於每位獻身的空行之前，並在大拇指與食指之間一彈，隨刻消失，一切都變得和從前一樣。然後每位空行都在那位主要的空行入定前向她請求教法。一天之中，她們的供養和禪定期重覆十二次，每個通向禪定室的門內都有守衛，壇城的中央站立了金剛瑜伽母，她的光明那樣地強烈以致於幾乎無法凝視她。

（磋嘉在其他淨土所見的寫在別處）

當蓮師再來訪時，我描述了所經驗到的各種不同的境界。「我想要修行一些那樣的苦行

，「我告訴他，「請接受我承擔這種犧牲的誓言。」

「那些都只是象徵性的境界，」蓮師答道，「妳現在並沒有做實際的肉體的供養的需要，有比那更好的，修這些苦行。」

上師授予我成就本尊——秘密上師——之法，秘密灌頂授權；介紹我認識自身即是勝妙壇城，脈、氣、明點分別是本尊，咒語及大手印。然後，又指示我如法修三或七天。

我依教而修，如一盞點燃的油燈般封閉住身體，致力於禪修，直到那灌頂價值的覺性強烈地生起。剛開始我焦憂而感鬱悶，後來各脈輪自然發出咒意共振，我完全地覺醒，並能完全地控制命息和氣，本能而立即地知道可運用它們；我直覺地了解到明點即大手印的意義，徹悟無比的暖樂力。業劫氣原來變化無測，現也平息下來；智氣入中脈，成就徵相現起。

然而上師吩咐我「勿吃未成熟的大麥」即我所受的灌頂未完全。我對蓮師的信心超過了對佛陀的信心，對他說道：

「喔尊貴的鄔金仁波切，

較三世諸佛更殊勝，

請將智慧灌頂，

賜給我和其他平庸卑微的眾生吧。」

上師現「紅黑魯嘎」的壇城，極威猛紅光自他心中的「吽」字射出，再聚回其壇城中。他手中舉起如矛一般的「絕對黑魯嘎」並答道：

「攬！罕！

專注諦聽，空行磋嘉瑪，

專注諦聽，普賢王如來佛母，

若妳希望明點注入妳密壇，

就供養自身密喜壇城，

勿向他人道此法，否則自破三昧耶。」

我脫下世俗表相而進入淨樂的赤裸中，以五甘露莊嚴自身大樂壇城，並請求道：

「大樂金剛，依您願而為吧，

大樂上師！

我充滿著真實的活力及喜悅，

懇求您將明點射入密壇中，

我願以生命守持此法的秘密。」

接著我以三隻手指撥動蓮花的粉塵，以強烈的蛇舞將身壇城供養上師的身壇城。在含攝一切的虛空大壇城中，大蓮花黑魯嘎以雙手結鈎輪印，至尊放射金剛黑魯嘎，莊嚴熱型的金剛杵現強掠猛烈之勢，上師舒開皺紋，投射完全的化身。他以一種嘲弄的宏亮笑聲洋溢於榮耀的外貌中，駕馭蓮花寶座，將其轉成淨樂。此刻他為我開啓如烈日的遍虛空壇城，並賜我權能之力。

在此秘密結合，方便智慧雙俱，燦爛的淨身與光明種子壇城——四輪之主四黑魯嘎莊嚴淨土之純淨身及一億個光明種子字中我受四喜灌頂。

自我們相結合的頂輪大樂波，體驗強烈的喜悅覺受之中，生起了三十二個次級的白色樂土。每個淨土上都有一位白黑魯嘎佛父母雙運主尊，周圍環繞難以數計的相同的雙運身，在這廣大的壇城中央是一切黑魯嘎之主，我進入此主尊父母的本覺智喜而得灌。此喜樂淨化瞋毒，清淨身體習慣的行動與反應模式之軌跡，並證加行位，暖、頂、忍、世第一法的見地，而能利益十方的七個世界。此刻我得到密灌法名「淨樂白天女磋嘉」。

喉輪處亦有十六個次等的黃色淨土，每個淨土上都有一黃黑魯嘎佛父母雙運相，周圍也同樣地有難以數計的同尊雙運相圍繞。此壇城中央為眾尊之主，寶生雙運主尊，我接受了進入一切無限潛力的勝喜灌頂，淨化貪毒，所有行動與反應模式之跡都根除了，而我獲得十住、十行、十回向的資糧道之力，能利益十方二十個世界，此刻我得到密名「功德增益黃天女磋嘉」。

心輪處亦有八次等的藍黑色淨土，如前般地，有八位藍黑色黑魯嘎佛父母雙運主尊，周圍圍繞著數不清的同尊雙運身。中央是一切藍黑黑魯嘎之主，為我灌妙喜大手印之頂。此時根除了所有心中本具的欲種，得以洞察無學道各支分，利益十方二十六（三十六）個世界，此刻密名為「解脫三昧耶磋嘉」。

臍輪的地方有六十個次級紅淨土，六十位黑魯嘎佛父母雙運結合，周圍各圍繞成千上萬

同等的雙身相，其中央爲主尊。我進入其俱生喜智得灌，所有情緒上的執著，無別身語意行動與反應模式之跡都根除了，我以洞察修道支分之力而能利益無量無邊的法界。此刻密名爲「無邊覺磋嘉」。

上師指示我：「在四喜根本壇城中，自授四灌入四智，如是七天，並觀『愛』的上升即是覺智。」

透過「愛—覺」的灌頂要點，四喜無礙地進行，體驗日益加強。但如果漏失明點，就會成就殺不變光佛之業而將投生至金剛地獄，我以撤收之力，用生命力的基本能量提起菩提明點，持於腹部的寶瓶中。我不斷地憶念不爲色慾染污的喜悅，脫去心意造作的三昧。絲毫不落入麻木中，體驗覺性的增長。

我於蓮宮中堅固憶念菩提心，淨化「無明支」，在第一個接合點壓抑劫氣一千零八十種流動，圓成量與質雙重全知的覺智，到達見道位獲證初地並出現了超知覺之力。接著提起菩提明點並束於密輪淨化「行支」，在第二個接合點抑氣，獲證二地，在密輪與臍輪之間束定菩提明點，淨化「識支」，在第三個接點阻抑氣流，獲證三地，再將菩提明點束定於臍輪，淨化「名色支」，當第四個接點的氣息阻抑時，我證悟四地；致輪涅之心，本覺智及俱生喜也都淨化了而成就如來自性身在臍輪與心輪間束定菩提明點，淨化「六入支」，第五個接點阻抑氣流，我證悟五地。於心輪束定菩提明點，淨化「觸支」，阻抑了六個接點之氣，我得臻六地；由於淨化了凡夫的睡意與特殊的喜悅之心我成就如來法身的果位。在心和喉輪間束定菩提明點淨化「受支」，我在第七個接點阻抑氣流而證七地。於喉輪束定菩提明點淨化「愛和取」我在第八個接點抑氣而成就八地，淨化夢與勝喜而成就如來勝妙受用的報身。在喉與頂輪間束定菩提明點，淨化感官的迷惑，阻抑第九個接點之氣而證九地；在頂輪束定菩提明點淨化「有支」，阻抑在第十個接點氣的流溢，而證十地。前五識自眠中醒來，體內的脈和氣以及喜智覺淨化了，我便成就如來無垢化身之果位。再將菩提明點束於頂輪與頂髻之

間淨化「生支」，於第十一個接點處含受氣流，我成就十一地在頂髻輪收縮及束定菩提明點，輪迴的十二因緣，包括「老死支」均得淨化。而於第十二接點阻抑二萬一千個業劫流，淨化色慾、睡、夢、醒這四種心靈不淨的狀態，並經脈氣明點與四喜的淨化，我成就了十二地。

於是我具備了如來純淨之身以及一切功德，能以生存的價值意義及灌輸法界內一切含識的純淨身，獲得了悟及自在運用如來任何特質的俱生能力。

在六個月內我已達到三個灌頂的目的，上師指示我，

「人類女子空行母，
一個完全十八種瑕滿條件，
又能耐苦的勇敢身體，
偉大的智慧之母妙音天女，
豬面空行秘密女王，
如今自他甘露已釀成，
趨向成熟的秘密之門也對妳開放了，
喔，偉大的人，取用一位同伴吧！」
然而我以自身及財物辦香供，向蓮師祈請
「尊貴的鄔金之主，天靈蓋花鬘善巧者，
祕主金剛持，
您浩瀚的恩惠難以酬謝，
任何能令您喜樂之物，
我發誓要不惜身體或性命來供養您，
請給我最後的灌頂，
大圓滿勝義灌頂，
願上師今日恩賜這四灌吧！」

「妳修行不費力的阿底瑜伽時機尚未成熟」
蓮師應道：

「堅持妳在大乘秘密之途上的修行。女孩，妳現在苦缺具方便的同伴，就無法體驗續部的祕密。可以這樣說：『鍋不加熱如廢物，無木之處無法舉火，沒有水的滋潤，種植苗木就沒有用』妳到尼泊爾的山谷去，那裡有位十六歲大的青年，右胸上有顆痣，他是馬頭金剛的化身，名叫阿札拉沙雷，從印度的色林飄蕩到那裡，去找他並使他成爲妳的盟伴，妳會很快地發現淨樂之域。」未完待續

白雲之路

活的語言——色調

每次我回到西藏，看到意識型態的改變，和我第一次在夷噶卻林寺時所感受的情形相似。以較寬的尺度來看，此處與我所熟悉的世界之間關係非常簡樸；高海拔對生理的影響也相對的造成心理上的改變；這個改變在性靈上的重要性並不因有生理因素在而減少。瑜珈本身是一種身、心、靈的交互作用，藉由調息、身體、姿勢，與集中精神的結合，創造想像力豐富，心靈的覺醒和情緒平靜的作用。

高海拔區稀薄的空氣對控制呼吸有著異曲同工之妙，特別是在攀登或是長途跋涉時，我們所吸入的空氣要比海平面多二至三倍，使我們要以一種特別的方法來調節我們的呼吸，心臟的負荷也較吃重。從另一個角度來看，因為體重減輕了，似乎可以毫不費力的將人舉起。值得注意的，這也正是危險的因素所在，一個人在沒有意識到肺和心臟正處於極不利的情況下，而且呼吸窘迫，心臟也會碰碰跳，提醒人活動要節制。

西藏人走路步伐很穩定，特別是隨著誦咒的韻律起伏下，呼吸與行動很協調，走路幾乎成為意識的「哈達瑜珈」（Hatha-yoga），這樣可以使人非常平靜並有補充能量的效果，這也是西藏人的習慣。

色彩對人類心靈的影響

在同時我也了悟到色彩對人類心靈的影響，除了唯美的樂趣之外，我曾嘗試在繪畫與素描上，捕捉某種色彩造成意識變化的因素，這也就是為什麼，對西藏和整個密乘而言，色彩被禪定給予如此重要的意義。色彩是光的活力語言，意識實質的明証。色彩的抽象意義就如同在中陰「推朵」（藏文中眾所週知關於死亡

的書）所強調的說明與象徵。這種超自然的事實是由不同型式「光的體驗」產生，藉由燦爛而純淨的色彩表現，一位現代嚴肅的思想家阿爾多斯赫胥黎（Aldous Huxley）曾做了一個有趣的結論，「色彩是『非常實在的試金石』。」

依他的說法，我們的概念、理性的象徵和外表的形象是無色彩的，而內在的直覺是有色彩的。

事實上，後者的色彩比外表更加地強烈。在某一部份或許可以被詮釋為：我們外在的感覺是受到心靈層次的想法所左右。我們總是會把自己的念頭，用一套自創的理論變成可見的東西。

但這樣做，就已經破壞念頭的原來面目。在心的另一面是或多或少非語言所能傳達，有別於概念的一套東西，如此我們的視覺所見才能常保鮮明，沒有障礙，被語言文字變成沒有生命的抽象化。

預言之夢

色彩品質的特性是以一種燦爛的光輝散放出光彩，這樣不可思議超自然的事卻是完全自然的。通常，我們透過語言、科學和我們自己的幻想來製造這特定的世界。

西藏風景的外貌與色彩有著完全強烈的率真，使我聯想到自己曾有過一個預言的夢。在夢中所顯現出的色彩是超現實的清晰和鮮明，足見與普通的夢境有所不同。

現在我彷彿重回當時的夢境：深藍的海中現出小島的外貌，透著光彩微明的曦色。我滿溢著不可思議的激動——這必定就是傳聞中的南海天堂罷！

第二部

當我來到西藏時，我認出這些色彩景像，相同的喜悅再度湧現，如同那令人難以忘懷的夢。但是為何我會夢到山由深藍色的海裡升起呢？這另我困惑了一段時間。直到有一天我們經過一座由淡黃色岩石所圍繞的峽谷，正午的太陽直射過來，炎熱狹小的山谷聚集了陽光所有的溫度，好似在薩哈拉沙漠一般，而事實上，我們正在一個標高一萬四千呎的高原地方。

直到到達一個溫暖的河邊時，平靜流動的水吸引我就此駐紮，我無法抗拒河水的誘惑，脫下衣服享受一次奢侈的泳浴，拉達克的同伴們對我的舉動驚愕不已。

洗過澡的我，感覺非常清新振作，可惜未能持續多久，隨著走過的峽谷愈來愈熱時，我們的情緒也隨之逐漸枯竭，河流漸漸消失在檸檬黃色的湖水中，我們以沈重疲倦的步伐前進，我正在考慮，我們必須忍受這樣的景象多久，突然，一個奇怪的現象止住我的思路，一座燦爛藍色的物體矗立在眼前，貼近峽谷向後傾斜，那銳利的曲線正如金飾表面被切割的寶石般，從內部透射出強烈的藍光。

旅者的拉切——金字塔

是如此的出人意料之外，完全不在我原先所預設的範圍內。害怕成為幻覺的犧牲者，我興奮的叫喊我的同伴：看！那是什麼？LOOK！

「厝！厝！旁真厝！」他們得意非凡的叫喊著，高高地將他們的帽子扔進天空，宛如他們征服了什麼巨大的危機。而事實上，我們眼前所矗立的龐大物體是「拉切」，一座由過去旅人所遺留下來的記號——石頭金字塔。

由雄偉的巴貢湖旁一瞥即可見，我們也加上我們的石頭，感激能從令人窒息的峽谷脫逃出來。但我仍然無法確信我眼前所看到的——水，這片無染發光的實體。

很快地我們離開峽谷，熱度已到達盡頭，在我們前方延伸著一座琉璃色的湖，沙灘遠遠地向著岸邊擴展出去，逐漸消逝在遠方深藍交雜乳白的綠色中，山脈由金黃土、印度紅，和有著紫色幻影的黃褐色組成，明亮的陽光從水藍的湖中晃晃，構成我夢中的燦爛景色。

往左邊的山脈呈現出立體切割的外貌；山的另一邊展現一系列立體感的巨石，山頂有著亙古的冰河與雪嶺，知名的巴貢山脈平行壟斷似峽灣的巴貢湖和雅厝湖，形成了一個連續超過一百尺長的水灣。

抓住永恆

當我們抵達雪山湖畔山腳的營地時，湖光山色的美景震撼了我內心的韻律，頓時我忘記了飢餓和疲倦，立刻抓起畫板、紙和粉筆，嘗試抓住這令人感動的永恆。

我往回走了幾哩路，身上只帶充飢的乾糧「固家」（註解），為了怕錯過下一個紮營的地點，我以非常快的速度，熱忱地完成二到三幅素描，有限的時間使我不敢做絲毫的拖延，我隨時提醒自己必須在日落之前回到營地。

不幸的是，當我舉起步伐準備返回營地時，發現自己被陷在一個未曾經歷的瀑布狂流前。先前在我渴望到達我素描的地方時，沒注意到自己跨過一片乾枯的河床，雪山所溶化的冰河沖刷下來，脅迫性地快要切斷我回歸營隊的路。

現在每一分鐘都顯的異常珍貴，我飛濺著冰水向前奔進，連續疾步通過三或三個水路線的河床，終於喘著氣回到營處，菩薩保佑，總算是有驚無險。我也非常興奮自己能成功的捕捉到這片景色的美和清新，記憶彌新永難忘懷。

註解：「固家」是一種硬硬的甜麵包，由未加酵粉的麵粉和牛奶混合製作，放在爐裡烘烤而成。完全乾燥的「固家」可以幾乎無限期的保存，因此被拿來做急難時不可或缺的乾糧。

台南市戒癮協進會

觀摩相關機構活動紀錄

- 地點：(1)政府：衛生署麻醉藥品經理處
台北地檢署榮譽觀護人協進會
台灣更生保護會
(2)民間：花蓮主愛之家、台北晨曦會
愛滋義工團體、董氏基金會
慈濟醫院及精舍
桃園療養院（精神科及社工室）
(3)台北煙毒勒戒所、草療煙毒勒戒中心等公立煙毒勒戒處所



執筆：蘇郁媛

衷心銘感

中國工商建設研究會常務監事王川

國民黨花蓮縣主委郭志龍

及各相關機構鼎力協助

啟程

霧朦朧的清晨，工作人員睜著惺忪的雙眼，搭乘計程車直抵台南火車站趕搭普快到高雄火車站。天未拂曉的冬日使人特別感到陰寒，凜冽的冷風襲來，讓人忍不住打個冷顫！

於緊迫的狀況下上了普通快車，已經好長一段日沒有坐這種「古早」火車了！原為墨綠的色澤已褪成暗淡無光的黑綠椅子，腦中浮現的是一幕幕兒時的記憶，猶記得小時候，父親常帶我們幾個孩子艱辛得擠上車，那時的人潮與現今的清冷形成了強烈的對比，也許歲月真是不饒任何事物吧！

在火車有規律的向前搖啊！搖啊之中，太陽在烏雲的層層包圍下，逐漸展露它的笑臉，對於我們這一群常是太陽照到屁股才起床的晏起者，能目睹日出的冉冉升起，在幽暗的雲層中綻放柔亮的七彩，令人感到興奮不已！

抵達高雄火車站，清晨的陰寒已一掃而空，南台灣的太陽使人備感溫暖。下了火車，工作人員再度提著沈重的行李趕往別的月台換直達台東的自強列車。

哇！海耶！一望無際的蔚藍大海，在晶亮陽光的閃耀下，呈現多種彩麗面貌，加上乾淨無雲晴朗天空襯托下，使人忍不住多看兩眼，心中由衷讚歎「真美」！

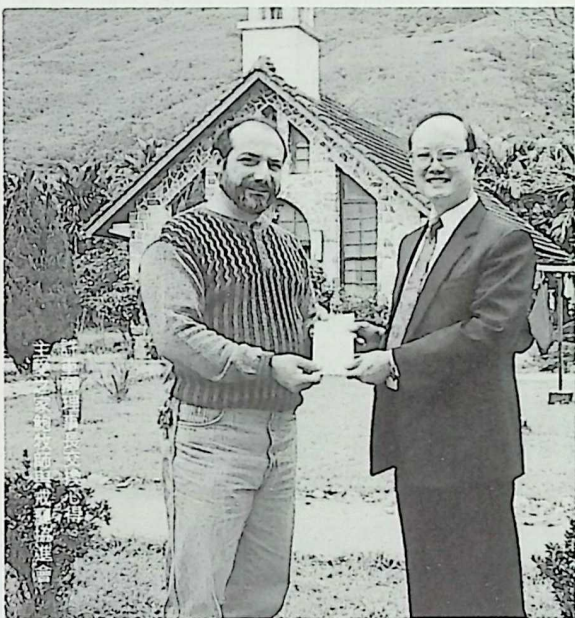
匆匆趕搭開往花蓮的自強號列車，抵達花蓮已經是下午三點多了，坐了幾近十個小時的車程，工作人員都覺得疲憊不已！幸有理事長的好朋友接車，使我們不必煩惱交通問題。熱心豪爽的王大哥先帶我們一行人到他家喝茶，順便開開眼界，欣賞精緻典雅的珠寶及古玉，然後偕同美麗優雅的王夫人一起到鯉魚潭欣賞樸實的自然景觀。

晚上投宿救國團花蓮團委會，工作人員皆早上床，養足精神好去參觀行程的第一站——主愛之家。

主愛之家

駛向玉米田旁的小道，終於看到被翠綠青山環抱的主愛之家。沒有柵欄，沒有扣上枷鎖的大

門，只見遍植草木的庭院有兩三人漫步，態度十分悠閒自得，狗兒四處溜達，方正的石椅上有人閒坐泡茶，一排平房建築中，以紅白相間建築的教堂最顯眼，由此可看出他們對自己精神力量發源地的重視。親切和藹、留著腮鬍的鮑牧師招待我們坐在樹蔭下的石椅上閒聊，操著不甚流利的國語，為我們介紹主愛之家奮鬥的過程，也引見兩位在那裏作研究的花蓮師院學生讓我們認識，從他們口中得知陸續有學校單位願意作戒毒機構方面的研究，顯示戒毒方面的工作已較受正面的重視。



鮑牧師感慨地述說，八年多的奮鬥，一股熱誠幾乎快被一些沒有毅力戒毒的個案所竭力使用的騙術給磨平了！有些住了二、三天因耐不住痛苦跑掉了；有些帶孩子來戒癮卻自己溜了！孩子頓時沒有依靠，只有留在主愛之家；年紀最小的吸毒者，安排他就學，他卻費盡心思辦法逃學……，像這樣的例子不勝其數。當然，也有很多戒毒成功的個案，其中甚至自願留下來當組長，以過來人的身份協助新進人員戒癮，個中的酸甜苦辣不是三言兩語能說清楚的！

鮑師母在百忙中抽空帶領我們參觀主愛之家周遭環境，簡單樸實的設備卻有詳細的分工，大家各司其職、互相協助。目前正在搭建的兒童保育室、圖書室……等設施，經費卻尚無著落！隨行的王大哥提供一些建議：第一、與公益社團多聯繫；第二、成立委員會、顧問會等組織；第三、花時間以專案來了解相關社團。除了加強彼此的了解與聯繫外，更希望透過協助、合作的方式共同來開發社會資源去幫助這一群被社會遺忘的人。

用完便餐後，一些「過來人」，即熱心邀請我們到石椅上閒坐喝茶，在微風吹拂的慵懶午後，款款訴說他們與毒品掙扎的心酸史！有些是在無知的虛榮心下不小心染上的；有些甚至不知道「它」就是毒品，在他人的慫恿下，不知不覺成癮；有些為了提神，卻不明瞭它的可怕性而就此陷入不可自拔的泥沼中……；從這些慘痛的血淚史，更讓我們瞭解到宣導的重要性。「無知」造成了多少數不清的悲劇一再重演！推廣藥物濫用問題嚴重性的相關知識，達到預防勝於治療的效果，正是每個人責無旁貸的重任。

下午花蓮縣政府舉辦員工暨退休人員新春聯歡會，主愛之家的合唱團應邀參加，我們也趕到會場觀賞他們的演出，沒有華麗的舞姿，沒有職業水準的一流歌聲，卻有發自內心真誠的表演，看者莫不動容，報以最熱烈的掌聲。

慈濟醫院

晚上與慈濟醫院精神科王浩威醫師相約在環境雅緻的茶藝館碰面，向他討教目前國內的毒癮患者狀況及一些該注意的問題。王醫師建議本會可與某些健全的醫療單位合作，多吸取一些臨床經驗；另外可幫助個案寫自傳，以報導文學的方式來處理，這些是很實際的做法。具親和力、擁有一股學者氣質的王醫師，以他的實務經驗及所知訊息，為本會提供不少寶貴經驗，他個人除了讚許本會的成立外，也由衷希望有更多類似的社團投入這個工作行列。

慈濟精舍

起個大早，趕往擁有百萬信徒的慈濟精舍。潔淨的環境中，放眼望去盡是綠的景緻，使人感到心高氣爽，抵達精舍正逢證嚴法師在主持青少年冬令營的結業式，站在台上的證嚴法師顯得十分瘦弱，但散發出的堅毅神態及不卑不亢的談吐，令人信服。

在廚房用完湯圓早膳，隨意參觀四周的環境，被青山環抱的寧謐居處，有一大片的木瓜田；有製造麵茶類的設備；有製造蠟燭的簡單機器……，堅持「一日不作、一日不食」的原則，在那裏處處可見辛勤工作的尼眾。

參觀告一段落，我們前往慈濟醫院社會服務室拜會。和藹可親的鄧主任為我們細細解說慈濟志工整個運作的狀況，如職前訓練前的個別面試、座談會的舉行，志工工作的分配……等等，皆有簡單明瞭的介紹。除了感謝鄧主任不厭其煩地為我們作說明外，也希望彼此多交流，一起為社會盡一份心力。

台北晨曦會

再度搭乘自強列車前往台北，工作人員皆在車上閉目養神，希望能以更好的體力繼續拜訪北部各相關機構。

陽光才微微展露它的笑臉，我們一行人即抵達位在永和市的晨曦會。踏進設置在社區內的福音戒毒中心，讓人有股家的親切感，簡單的陳設作最大的利用。地下室傳來劉牧師宏亮有力的講課聲，激動高昂的語調，讓人明顯感受到他的投入與專注。

由於臨時停電，故移到採光良好的六樓上課，我們一夥人也隨行參加他們的課程。劉牧師以聖經為讀本講授福音，並以鏗鏘有力的言詞強調克服心毒、心魔的重要性，奉勸在場聆聽的人們，切勿嘗盡苦頭才想戒，要下定決心趕快把毒戒掉……，這番發自內心的忠言相勸，字字深入人心，相信只要是有心人聽了，一定會增強其戒毒的信念。

劉牧師講課告一段落，即邀請本會的楊總幹事上台介紹台南市戒癮協會的緣起及概況。總幹事除了重點介紹本會的成長歷程外，並請在場人士以過來人的經驗為本會提供意見。

會場的發言十分踴躍，大家對於宗教的包容性及本會未來預建的佛陀之家十分感興趣，並提出一些細部的問題，心思十分縝密。楊總幹事表示，有關佛陀之家，本會尚未作詳細的規劃，不便作清楚解答，但她相信，宗教的目的都是在「助人」，如果因信仰的差異來拘限即失其美意，重要的是大家都在為應做的事努力。本會理事長在百忙中趕到晨曦會，除了肯定該會的成果外，也希望彼此能多作經驗的交流。

劉牧師表示，他很高興有類似團體的誕生，大家一起來為美國學者所聲稱的「厭惡性的行業」作奮鬥，並一再強調，不要去排斥別的宗教，應集思廣益，惟有匯集才能發揮它的力量。劉牧師提供協會一項很好的建議，他鄭重表示，在宣導上要注意「字」的運用，避免反宣導的憾事發生，並落實地去探討吸毒者的背景因素，了解真正的情形再去作宣導，才能達到預期的效果。

衛生署麻醉藥品經理處

在晨曦會簡單用餐後，旋即趕往衛生署麻醉藥品經理處拜會，希望能多了解政府方面的作業情況。廖處長在衛生署一開完會即趕回麻經處。擁有儒者氣質、深具學者風範的廖處長明白指出，政府方面也很重視藥物濫用的問題，他認為要遏止這股逆流要從根本做起，故建議課本應納入宣導反毒的觀念，讓青少年們意識到毒品的危害性。他個人對於協會的宗旨精神很感動，並表示願意爭取這方面的預算，加強藥物濫用的防制，對於協會所舉辦的活動十分樂意出席，以表示政府的全力支持。相信在政府與民間團體的通力合作之下，一定會有一筆可觀的成績單繳出。

台北地檢署更生保護會

在有限的時間下，我們又匆忙地前往台北地檢署拜會，在簡報室內，檢察官、觀護人、台北榮譽觀護人協進會及台灣更生保護會皆派代表列席。

檢察官詳細說明有關毒品的相關法律知識，並強調，法律條文是基本準則，一般可依犯罪數量，是否有前科來酌量判刑，法務部擬在花蓮建造一座煙毒勒戒所，這項計畫目前正在積極統籌中，讓我們拭目以待。榮譽觀護人協進會曾理事長簡單扼要介紹該會，並強調溝通、談話技巧的重要性，最後，以他多年投入該會的工作心得警惕我們，「善心是不能濫用的！」，絕對不能慣壞求助者，以免造成彼此不必要的困擾。

「台灣更生保護會遍佈全省，所做的保護管束與一般的機構不同，分為直接保護、間接保護與暫時保護等等，而其中以就業輔導最為普遍……」更生保護會代表人娓娓介紹該會的運作狀況。

來回的奔波拜訪，不知不覺中，天已撒下漫天的夜網，不一會兒，整個天色就如國畫大師大毫一揮，墨汁迅速染滿天空。太陽公公結束一天的工作躲進雲層中，手錶上的時針、分針明顯指出晚餐時間到了！難怪肚子不時發出抗議之聲——咕嚕、咕嚕地叫，這也提醒了工作人員晚上與中華民國愛滋病防治協會誼光義工團體之約。



愛滋病防治協會 誼光義工團體

國內首席愛滋防治團體有榮總的護理長、作家、研究助理……等等，來向各階層的匯集，一起為推廣防治愛滋病教育而努力，其中一位志工提到自己心理掙扎後的重要感想，「要先知道自己的恐懼處，承認它再來作心理建設才能適度調整」，能勇敢地面對自己的害怕，並克服的人，其精神可嘉，娓娓訴說自己的心情與有心人分享，讓人感受他們的熱誠與推動正確的愛滋病防治觀念的信念和執著。

在輕鬆的氣氛中侃侃而談，藉交談中讓我們更進一步了解愛滋患者的狀況，實務經驗豐富的護理長以生動自然的方式述說她的臨床經驗，讓我們知道愛滋患者所面臨的心理困境，他們需要的是大眾的關懷與接納，而不是一味地躲避與摒棄。

這一頓簡餐增加彼此的熟稔度，從交流中學到很多不同的經驗。兩個單位的地理距離雖然相隔甚遠，卻不會阻礙合作的腳步，兩者一南一北相呼應，對防治工作本身應有莫大裨益。

台北市煙毒勒戒所

天還未亮即出門，才發現老天不作美地飄起雨來！工作人員們你望望我，我望望你，雨傘竟放在住處，這下子只有以領巾來代遞了！

抵達位於山腰地帶的台北市立煙毒勒戒所，映入眼簾的是高大豎立的圍牆，到達簡報室，鄭輔導員為我們介紹勒戒所的概況，除了由法院送來需要勒戒的人外，還收自費勒戒，且做定時追蹤。鄭先生捧來一堆他們所做的追蹤資料，讓我們作參考。參觀周圍的環境，半山腰的景色十分怡人，飄雨的天氣使整個勒戒所籠罩在一片煙靄中，空氣清新舒爽，使人不禁想伸展筋骨、作個深呼吸。

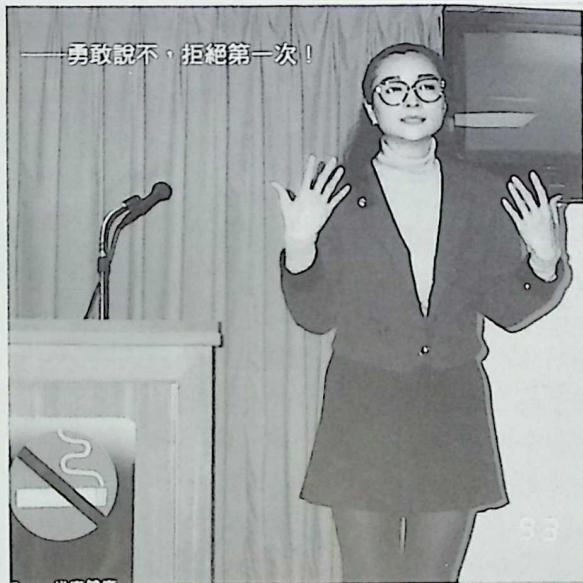
鄭先生提到，勒戒所在今年六月可能會併入台北市立療養院，屆時就看政府單位如何去規劃，期待政府能在毒品勒戒工作多作些努力與改善。

董氏基金會

參觀完台北市立煙毒勒戒所，雨粒漸行漸密了！找個餐飲店躲雨並用午膳，台北下雨的日子，交通擁塞的情形更形嚴重！招不到計程車，工作人員只好在雨中振步疾走，好不容易走到董氏基金會，工作人員個個已變為落湯雞，在門外整理過略為散亂的外表，才敢踏進董氏基金會的大門。

二百坪的大型辦公室，為該會董事長的遠見所購置，除了分租給其他公司外，還有一個寬敞的會議室。在會議室桌上放置董氏基金會宣導資料，秘書姚小姐先簡略介紹該會；她強調，董氏基金會的工作不侷限於防菸的工作，只要是社會所需，他們就會去做，例如：器官捐贈的觀念，即是該會近年來極力推廣的工作。

董氏基金會終身義工陳淑麗小姐也上台述說她當義工的心得，「以自然的平常心來做，認為無形的付出即有無形的收穫，只要是對的事，就她行事的原則，她強調「只要有心就能改變」。陳淑麗以不卑不亢的語調徐徐轉述她內心的感受與觀點，讓人體會到一片真誠熱忱的心。



諾大的會議室四牆掛滿了各國的防菸海報，琳琅滿目頗具震撼力。完整的資料蒐集，以成功的公關作為宣導的助力，為本會可多加學習之處。

公關林組長以幻燈片來輔助說明為我們介紹該會推廣戒菸、防菸工作的概況，他們除了到學校宣導，並與公司團體合作，開設公司戒煙班……這些策略皆成為防菸活動的幕後功臣。

臨行前，林組長放一卷「尊重生命」的宣導短片，由已故歌星薛岳主講，該會製作，以感性誠摯的重點訴求——請尊重生命，看者不禁淚滿盈眶！一位年輕、才華洋溢的歌手，以垂危的生命作見證，請大家珍惜寶貝的生命，怎不令人動容呢！

除了感謝董氏基金會提供不少資料供本會參考，更期待兩個民間團體有機會合作，一起為社會福利而奮鬥。

桃園療養院

今日是參觀相關機構行程的最後一天了，工作人員莫不提振精神，再繼續趕往桃園療養院。

桃療王社員工為我們解說，桃園療養院是以精神科為主，病房分為急性及復健病床，社區計劃的設置有康復之家及日間病房……等，郭總醫師也在百忙中抽空過來，告訴我們一些他臨床的經驗，郭醫師表示，醫院原則是收藥物性精神病患，戒癮是附帶的工作，其中以安非他命的個案居多，鴉片類的求戒者較少，門診的人數有增加的趨勢……，對於本會致力於第一階段的宣導工作，他有幾項建議：了解使用毒品的族群，以他們易於接受的方式來作宣導，可能更容易達到預期的效果。事實上，往往「知道」是一回事，「做」又是另外一回事，以認知層面去影響心比較難；抓住大眾心理，以「認同」加上知性與感性的訴求，可能比較容易得到回應，達到宣導的目的。郭總醫師這番話，的確是很好的意見，這又是本會參觀相關機構的重要收穫之一。

草屯療養院

在桃療附近用完簡單午餐，一行人又浩蕩南下，去拜會草屯療養院。

佔地寬廣的草屯療養院附設有煙毒勒戒中心，除了法院移送來的勒戒者外，自八十年三月開放自費戒癮，且於出院後繼續以門診方式作追蹤……，該院唐醫師為我們詳細說明該院狀況。唐醫師表示，以他多年的經驗發現，以意志力來戒癮的人們，其再犯率較低，「猶豫」是最大的變動數，目前吸毒的年齡層有逐漸下降的趨勢，這是令人憂心的社會現象！

對目前毒品嚴重氾濫的現況，他是採比較悲觀的看法，但他相信，「只要有努力，就會有改善」。並建議本會可以針對女性患者多作服務，因為女性吸毒者的背景可能比較複雜，其問題所涉及的層面也比較廣泛，是急需協助的一群。

聽完唐醫師巨細靡遺的懇談，工作人員真是獲益良多，可攜帶回去的珍貴行囊又加重了。踏出勒戒中心監所似的建築，這也是我們拜會行程的最後一站，結束為期七日的環島拜會相關機構，提回來的不是沈重的行李，而是一箱箱寶貴的知識、經驗與心得。「讀萬卷書，不如行萬里路」，此時終能體會這句話所蘊含的深意了！

這趟環島參觀相關機構，除了十分感謝各單位的傾囊相授外，背負著各方的期許，台南市戒癮協會也將會以更兢兢業業的態度，努力達到預計的目標，讓社會更加和諧，生命更有意義。

下期預告：

貪婪，淹沒福爾摩斯的美名。

毒品壓迫蓬萊子民。

到底毒品如何使台灣社會千瘡百孔，相關法令的防範又如何呢？

下一期戒癮協進會

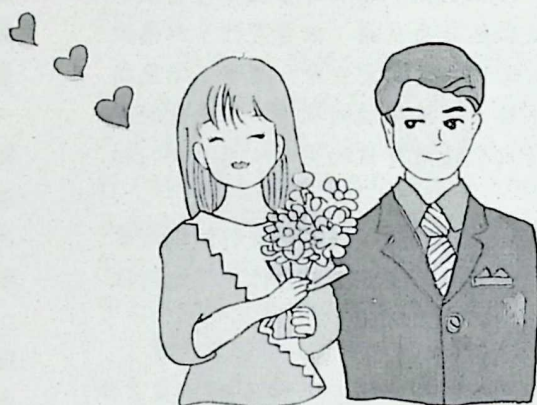
將有分析報導。

「清除校園毒害，防制愛滋傳染」漫畫比賽

台南市戒癮協進會主辦

雖在愛欲生活之中
應令自己不被愛欲束縛

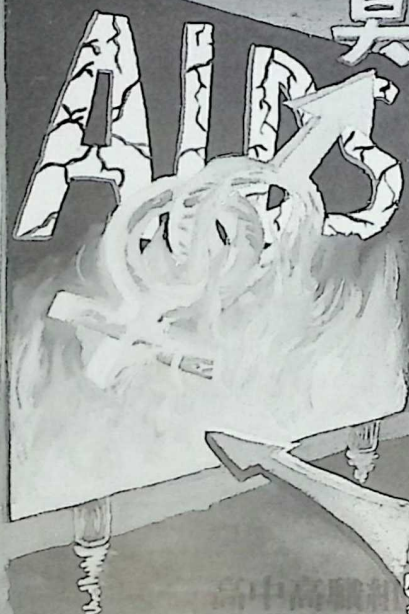
昔日：火山李予
今日：AIDS



愛的路上兩人行
忠實伴侶最保險

販毒者，你是在殘害自己的子子孫孫，
想想你自己的孩子，
你所做的一切又是為了什麼？

選擇光明正道
莫入



高中高職組第一名
台南一中 陳宏仁

「清除校園毒害，防制愛滋傳染」漫畫比賽

台南市戒癮協進會主辦



昔日：意氣風發
今日：痛不欲生

念念是善
心即道場

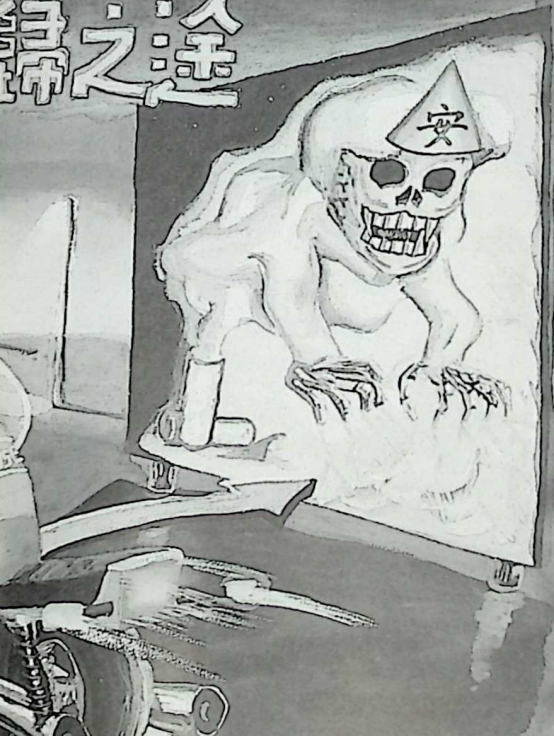


拒絕毒害誘惑
大家一起來做

高中高職組第一名

台南高商 李惠琴

歸之途



吸毒是受害者，因為誰也無法拒絕誘惑，
當你碰上與他相同遭遇時，
或許你比他更嚴重。

認識妄想性精神病

《心理衛生專輯》

取材自行政院衛生署刊物

某太太其他都好，就是老會懷疑她先生有外遇，經常檢查她先生的信件，查先生的行蹤，事實上她先生是位有口皆碑的標準丈夫。又如某公司職員十多年來工作表現尚可，但他很多疑，動輒說別人在注視他、取笑他或責備他，有時甚至說報紙刊登的新聞與他有關，電視上的節目在影射他，有人在跟蹤、監視或要害他等等。什麼是妄想呢？簡而言之，就是沒有的事卻偏偏信其為有。自古以來妄想就是一種極為普遍的精神症狀，同時妄想性精神病的形成與型態又相當的富於變化。

現在分別說明如下：

妄想病 是一種慢性進行且以有系統、有組織的妄想為主的疾病。病人的人格、智能以及他和環境間的關係並沒有太大的障礙發生，也沒有幻覺的症狀。例如某些女性患者充滿了病態性的樂慾幻想及行為，又如某婦人幻想有某位知名人士愛上了她，而且這種愛戀是一種祕密的事，其實在現實生活之中他們之間根本不可能有她所想像的關係出現；有些人在訂婚或結婚之後發生病態性的嫉妒念頭，一直對配偶持著懷疑的態度，經常檢查對方的書信，查對方的行蹤甚至跟蹤，但旁人往往很難看出他們這種病態的關係；又如某些人充滿了病態性對權力或財富的妄想，相信自己從小就有當科學家、藝術家或發明家的天才，而事實上並沒有證據可支持他的說法。諸如此類的人很有可能就是得了妄想病。

分享妄想狀態 係指妄想型精神病人的妄想被跟他關係密切的人所認同，如果只被一個關係密切的人認同，而且兩人維持著相同的妄想我們稱為**雙人妄想狀態**，這種情形常發生於母女、姊妹或夫婦之間。有時妄想也會由三個以上的人來共同持有，倘若整個家族都有同樣的妄想，我們就稱之為**家族妄想狀態**。

急性妄想病 通常指急性發作且持續的時間不超過半年的妄想病。這種病常發生在環境有急速變遷的人身上；如移民、流浪漢、戰俘、初入伍者或初次離家者。

由於一般的妄想型精神病患，比較多疑，對外界缺乏信任感，大部份沒有病識感，所以往往不願接受治療。有時家人或醫療人員也會被病人牽扯進入到他的妄想內容裡面，使得治療更加困難而耽誤了治療。病人是否願意接受治療以及是否能被帶去接受治療，這兩點跟病人身邊親近人士在說服他時所採用的態度、方法都有很大的關係。病人的家屬或跟他親近的人應該對他的妄想型精神病有所瞭解，以愛心、耐心來對待他，並且苦口婆心的勸他去就醫。在勸病人就醫時可以說看病對他的失眠、焦慮、急躁不安會有幫忙，而暫時不要提到他的妄想病症，等到症狀改善以後再慢慢指出他的妄想是和現實不符的。

在以下情況之下應該接受住院治療：1. 病人不願接受門診治療及其他的任何治療時。2. 病人的妄想影響到他的社會功能時。3. 因妄想的關係而有破壞、自傷、自殺、傷人、他殺之傾向或行為時，最好能強迫他住院。。

妄想性精神病住院治療時，很可能馬上就吵著出院，也可能會去控告不讓他出院或強制他住院的人，此時家屬要配合醫療人員，設法讓他繼續接受治療，不可半途而廢，答應其要求而讓他出院。

治療方法有：1. 藥物治療：以抗精神病藥物為主。2. 心理治療：首先需建立良好的治療關係。3. 團體治療：較少使用這種方法。

妄想性精神病患在經過適當的處置與治療後有較佳的預後，大約三分之二的病人可以治癒。



· 人間故事 ·

觀音臉上慈悲的淚化成度母

每個人都會過
在他們每一個
都曾灼熱過

的許一個案中
滴下的淚水
我們的懺悔

見識了多少民間疾苦，

在窮鄉僻壤中，

體察到多少孤苦眾生的呼援呻吟，

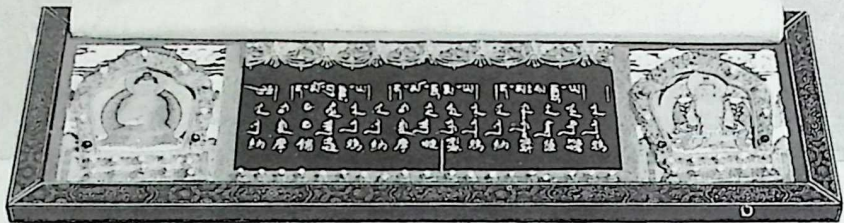
很多的他們，會哭、會抱怨、

會訴苦、會無奈、會捶胸頓足，

可是，她沒有，她只是勇敢地面對生命的一切。

～記阿吉的阿母

· 人間故事 ·



她不是什麼家喻戶曉的大人物，只是一頭花白髮，年屆七十五的山地老婦人，滿臉的皺紋，顯示歲月帶來的滄桑，平凡的像是傳統市集中，隨時可以擦身而過的老嫗。她的偉大，僅在於她是一位無怨無悔的「母親」。她是阿吉的媽媽。

阿吉（化名），民國 42 年在岡林出生的山地同胞，罹患空腸破裂合併腹膜炎，多年臥病在床。由於地域的影響，祖孫三代皆虔誠信奉基督教。

原本有正信佛教色彩的蔣揚慈善基金會在第一次家庭訪視時，由鄰居口中得知他們的背景後，有那麼一絲多慮，希望他們不要因為宗教信仰不同而拒絕我們善意的幫助。

懷著忐忑和特別謹慎的心情踏進病房，映入眼簾的是微禿的後腦勺，左下腹掛著一包尿袋，皮包骨的軀幹，焦黃色的眼白，這些缺少生命力的癥兆，我們警覺到阿吉病情的嚴重，在蔣揚社工員溫柔誠懇的殷殷詢問及關懷下，阿吉和他媽媽終於放掉宗教的界限，款款自然的跟我們聊著病情、心情及生活的點點滴滴。

入院已經半年，臥病在床的這些日子，不論日夜，都是拐著風濕腳的媽媽在照顧，為孩子鋪床換衣清尿袋，再苦再累她都無怨無尤的扛下，不曾訴過苦，未曾掉過淚，但她柔軟慈悲的心，讓阿吉勇敢面對病魔，也令所有周遭的親友動容。

再次前往成大醫院探望阿吉時，他的氣色好多了，倒是阿吉的阿母形枯消瘦，「太累了吧！」我們想。一位七十五歲的老人，白髮人照顧黑人，一天二十四小時未曾稍息，如此日復一日，抱著一絲希望守候。只有母親的愛才可以如此「衣帶漸寬終不悔」「蠟炬成灰淚始乾」罷！

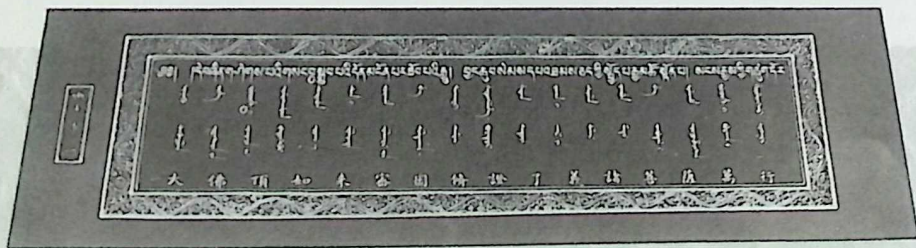
奉上蔣揚的醫療補助費，也尊重他們的信仰，握住他們的手，我們說：「願上帝保佑您們！」掩不住他們的激動與讚嘆，眼眸透出感動，阿吉的媽媽伸出手，緊緊握住：「謝謝，謝謝！」

隔壁床的家屬似乎也被我們這一幕所感，好奇的走近詢問：「究竟是那一個佛教團體這麼積極熱心地從事社會福利工作。」四十好幾的阿吉暫停他那祖傳根深蒂固的觀念——「神父說：不可與『拜偶像』的魔鬼打交道。」阿吉害羞又充滿期待的問我：「出院後可不可以去寶塔山拜訪您們。」我為這突然掉落的宗教藩籬所帶來的興奮給怔住，趕快點頭回答：可以啊！非常歡迎，一定要來喔！

雖然沒有刻意如何，我們的誠心已在無形中換得他們對佛教的感激，這是最實在也令人興奮的。

遙祝阿吉趕快恢復健康！

謹記於阿吉最後一次手術前



中國噶瑪噶居協進會會員信條

- 一、恭敬佛法僧三寶，於顯密不生分別，願正法得永住人間。
- 二、禮清淨傳承上師，於修行不生退轉，願親近一切善知識。
- 三、遵循五戒十善法，於生活不生放逸，願與衆生普結善緣。
- 四、習菩薩六度萬行，於利他不生執著，願發無上正等覺心。
- 五、證般若菩提心，於諸行不生煩惱，願諸有情早成佛道。

一粒種籽 無限果實 關懷佛教教育 廣邀善士植福田

十丰樹木，百丰樹人，
教育是根本，

第一屆藏傳佛教研習營 1993暑期八關齋戒紐涅法會 第31屆南區大專佛學講座

徵求發心大德，廣結善緣，
敬希十方善信早日登記，俾便註疏立位
或利用郵撥帳號：30882685

噶瑪噶居寺

齋列：

- | | |
|-------|-----------------------|
| 一、吉祥齋 | 伍仟元，閣府設消災長壽祿位一座，光明燈一盞 |
| 二、如意齋 | 叁仟元，個人設消災長壽祿位、光明燈一盞 |
| 三、羅漢齋 | 壹仟元，光明燈一盞 |
| 四、隨喜齋 | 金額多少不拘，普皆迴向 |

大寶法王殿基金

壹拾參萬元：夏瑪巴仁波切

參萬元：悟明長老

伍拾萬元：顏秀真

壹拾伍萬元：江文裕

壹拾貳萬元：周三逢

貳萬元：王亮均、黃水池、郭有道

壹萬元：永興祥木業股份有限公司、張陳綉枝、

張哲輝、魏世欣、潘博文、謝天秀、

黃水河、大內國中、賴仙拋、

基隆無相共修會

陸仟元：洛本仁波切、蔡金銓、黃士池、大洋羽毛公司

伍仟元：蔣宜君、蔡金水、蔡吳綢、楊源、

楊鄭看、莊璇珠、陳均嘉、郭朱金匙、

徐惠娟、吳榮貞、林正吉、呂健山、

吳慶山、羅哲義

參仟肆佰元：徐惠娟

參仟貳佰元：陳秋雯

參仟元：陳正義、黃仕坤、林梧、鄭東良、

貳仟伍佰元：陳建良、徐惠娟、饒家麟

貳仟元：準嶸公司、蔡朝生、黃志民、林添丁、

徐昭義、孔振開、廖文廷、王錦治、

曹敏郎、林冠宏、徐劉紫榮、魏呈芳、

李美玉、黃彥文、徐進生

壹仟柒佰陸拾元：孫一

壹仟伍佰元：台大晨曦社、王鵬翔、郭彩娥

壹仟貳佰元：王英川、趙俊榮

壹仟元：黃仁首、陳慶山、呂昌道、李順得、

魏上傑、鄭方錦秀、楊水池、楊瑞煌、

王秀華、楊振男、楊瑞捷、李蔡麗香、

洪棍、陳昭德、魏榮昌、蔡金榮、

林俞成、陳金生、郭士賢、蘇俊安、

廖桂珍、姚彥瑄、趙俊榮、陳鴻榮、

陳冠宇、郭再發、楊進財、鍾秀靜、

陳春財、陳怡君、劉枚枋、陳盈銘、

張瑞安、邱永祥、鄭淑芳、郭清欽、

鄭淑文、郭民偉、趙素禎、郭瑞斌、

趙秀芳、王俊傑、張雛雛、楊正龍、

陳蔡迎、劉珍如、謝琴、徐王草子、

(冤親債主)

陸佰元：陸哲維、鄭春秀

伍佰元：林輝燦、侯水發、沈金城、賴登城、

葉京棟、黃聖躬、陳建良、凌金土、

郭至斌、洪若文

參佰元：黃櫻柳

貳佰元：歐招義、倪鶴英、施麗美、柯道良

贊助舍利塔落成大典功德主

82年4月1日至82年5月31日

壹佰萬元：陳均嘉

伍拾萬元：皇龍建設、蘇文禎

參拾捌萬元：謝德旺

壹拾萬元：許重卿、謝文明、呂樑檻、黃秀孟

台灣鐵線公司、許杏如、賴乃正

呂正生

伍萬元：鄭東良、噶瑪戒典

肆萬元：邵之真

壹萬參仟元：謝進興

壹萬元：黃財順、楊安民、裘菲菲

陸仟元：李建輝、楊明鋒、胡碧鈴

伍仟元：台南市教育會、許文正

壹拾壹萬零肆佰元：慶祝阿羅漢法會

福田一方

廣邀天下善士

供養賢劫千佛浮雕

壹萬元：張芙美、薛丁仁、盧建宏、許阿照、
陳清武、陳怡堯、陳郭惠苓、陳怡舜、
許嘉凌、許哲禎、許嫚倩、蔡聰田、
蔡宛潔、許淑文、邱榮華、陳振裕、
朱鑫全、余陳美月、陳均嘉、徐孟弘、
謝國平、湯榮昌、劉寶玉、湯文泰

供養萬佛牆功德主

伍萬元：許介壽、陳永財
貳萬伍仟元：葉泰欽、永興祥木業公司、楊坤龍
王三江、沈寧標、沈炳裕、沈世芬、
詹信雄、詹許阿玉、詹惠文、許通鵬、
詹宏仁、詹宏義、詹宏智、許天送、
許啟川、吳振聰、吳銘哲、林華、
林漢珍、蔡瑞山、林蔡水錦
潘玉華、潘碧珠、潘洪瑛、潘振興
陳偉廷、湯惠蘭、潘振德、沈許阿月

贊助台南分院

(2至5月)

肆萬元：邱振盛、鄭先生
貳萬元：吳明玉、鄭盛耀
肆仟元：郭福順
參仟柒佰伍拾元：林隆文、陳玲琴
參仟元：楊安民
貳仟元：吳岡市
壹仟元：楊莉莉、錢有道
陸佰元：單紀憲、黃玉

供養油香

參仟陸佰元：謝金汀
伍佰元：曾廣志

三乘雜誌訂閱芳名

參年讀者：洪孟里、藍黃弘、潘博文、張秋燕
李士賢、鄭純輝、林道生、魏榮華
花蓮噶瑪噶居法輪中心、黃嘉仁、林炳坤
貳年讀者：林金龍、魏宏光、鍾台芳、陳素嬌
李銘恭、蘇陽孜、沈迺敦
壹年讀者：吳光政、曾廣志、朱泰山、郝萬年
張念慈、洪明傳、陳麗雲、張炯聰
徐興雄、王哲釗、黃同賢、邱宜炎
林生茂、張盛堂、莊素芬、林秀玫
Cybele yang、吳秀緞、王自廣
黃智、林峻堤、楊坤龍、傅南錡、戴麗花
林俊權、莊海清、李清榮、洪銘宏
石筱平、莊曄宜、王左佐、簡秀娥
卓秀香、楊淑媛、李奇諺、李蔡麗香
李慶祥、賴永昌、黃素卿、陳林合
施麗美、柯道良、黃文淵、郭至斌、洪敏義

助印三乘雜誌

貳仟元：王秀蓮
伍佰元：李宗碩

實物供養

方鄭來春：白米壹佰公斤
洪茂松：葵花油拾箱
趙秀芳：白米伍拾公斤
趙俊榮：白米伍拾公斤
賴陳瑞春：濾水機壹套
趙嘉鴻：濾水機壹台
鄭東良：全自動軟化機
曾秀英：米糴
李文隆：台南分院禪修坐墊貳佰個
黃玉：即溶奶茶一箱、素粽二串
素料十盒、水果一箱

推廣受惠者付費的觀念

歡迎訂閱三乘雜誌

上師的本意

因有弟子，故有上師。在未開悟之前，上師是唯一指引你，步上究竟解脫者。也是你宗教生涯中，唯一端賴的人；任何一位菩薩也都以上師為頂嚴。

三乘佛教中對上師的認知稍有不同。在小乘裡，上師是一位長者、出家師父（對一切出家為僧、尼者，皆稱師父。）在大乘裏，他是善知識、法師，能教一切經教者。金剛乘的上師是絕對的、唯一依賴者，師徒的關係非常直接、肯定、虔敬及清淨的，有時幾乎接近獨裁。

為何在金剛乘裡，上師的地位如此崇高？因為上師代表你成佛道上神聖的誓約。上師的身是佛的身代表；上師的語，即是法；上師的心是佛意。

在皈依大禮拜時，你的大禮拜是對著你的上師，視他為金剛總持；因此金剛上師在密乘的修行裡是非常重要的。具足金剛上師資格，不是自己講的。上師的認定應該由傳承持有者加以認定。

編輯室報告：

三乘雜誌自本年度起提倡受惠者付費的觀念陸續已受到愛好本刊讀者的響應。以文字般若啟發眾生的慧命，是最好的佈施。

每年祇要參佰元印刷工本費，您就可擁有一本具有正知正見的好雜誌。

凡是訂閱一年者，本刊將贈寶塔山菩提舍利塔介紹圖冊。

若您有意訂閱三乘雜誌，請填寫下您的資料，並將工本費以現金袋或郵撥的方式寄出。

讀者資料卡

姓名：

電話：

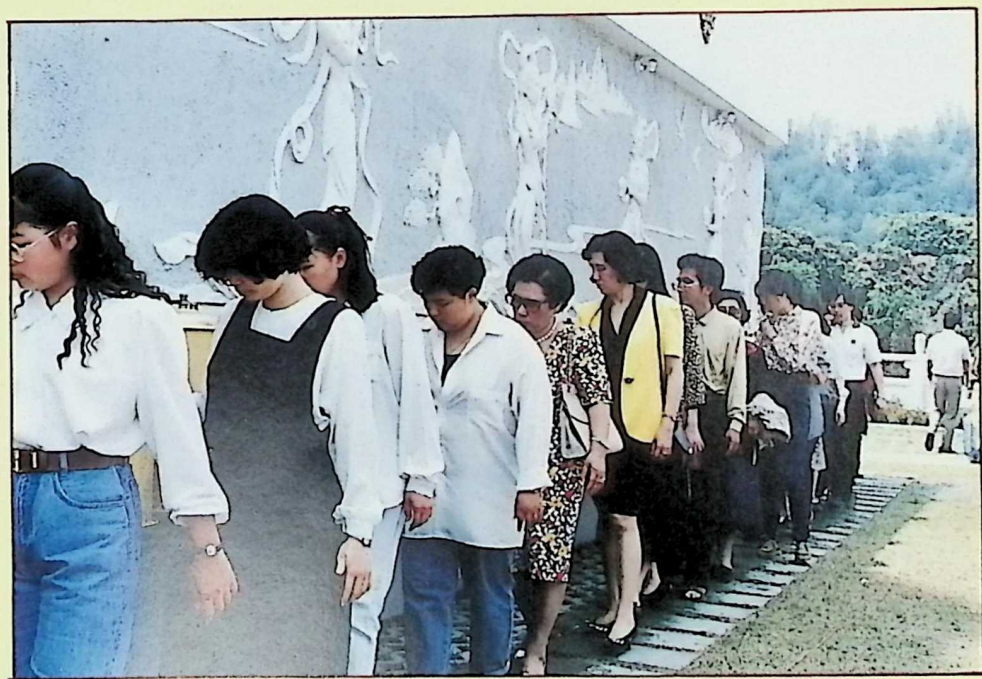
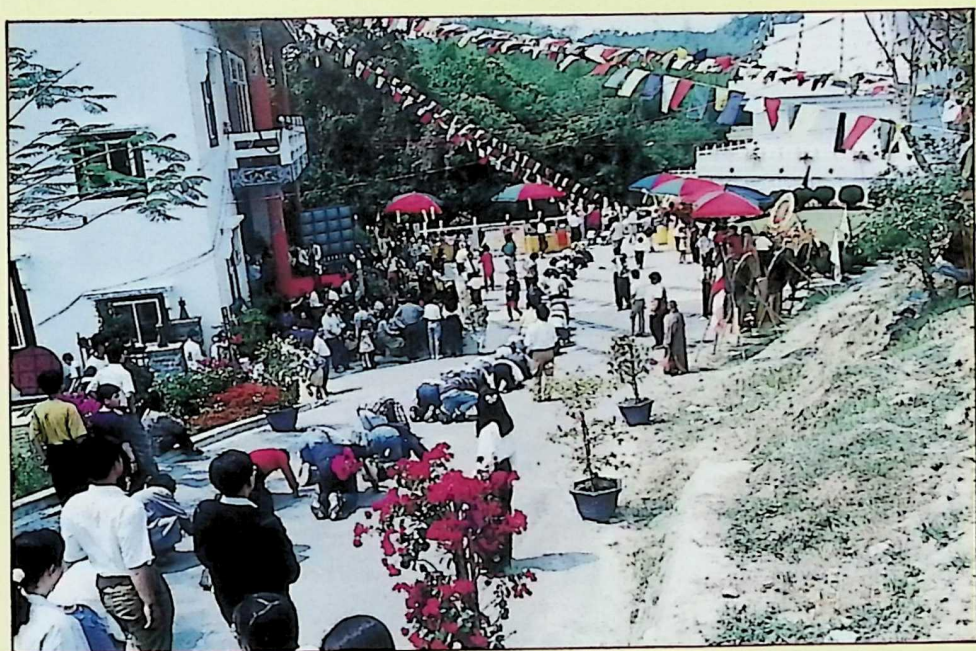
地址：

☐ 本人願意訂閱三乘雜誌一年。

☐ 本人願意訂閱三乘雜誌二年。

意見欄：

盛塔落成日 信衆朝山繞塔盛況



從文字裡獲得般若

思想與慈悲的源泉
慈悲與智慧的源泉

予賜的慧智

福報的積聚

功德的輝光

感恩的情懷

