

# 幸福人生的關鍵字

## 光與熱

(一)

● 第二世卡盧仁波切 ● 林彥宏 整理  
● 林彥宏 整理

### 編按

十月二十二日，全台正傾灌著梅姬颱風所挾帶的豪大雨，許多縣市紛紛宣布停止上班上課，其中也包含了台北縣石碇鄉中，位居台灣地理位置上號稱「最高學府」的華梵大學。雖然雨未停，雖然風無止，雖然落石也止不住腳步，然而大崙山上有二世卡盧仁波切到訪華梵大學，演講「光與熱」，於是那個下午就變得亮了、暖了。

第一世卡盧仁波切是一位不可思議的實修上師，他的佛行事業遍及西康、衛藏（前藏），直到印度、不丹、錫金與尼泊爾。一九七〇年以後更多次前往亞洲、歐美等地傳法，是早期於西方國家轉動藏傳佛教法輪的仁波切。第一世卡盧仁波切圓滿其佛行事業後，於一九八九年圓寂，其轉世第二世卡盧仁波切在一九九〇年誕生。在九歲之前，仁波切由雙親照顧，一九九八年父親往生之後，由波卡仁波切給予二世卡盧仁波切修持上以及佛法上的教授。為了延續上一世卡盧仁波切的願力——弘揚實修的教法，波卡仁波切開始興建香巴噶舉閉關中心，卻在閉關中心尚未完工之際，波卡仁波切突然圓寂。

二世卡盧仁波切於二〇〇八年，圓滿了三年三個月的嚴格閉關，出關後的卡盧仁波切開始他的弘法教化步履，十月二十一日才剛圓滿了韓國弘法行程，便即刻抵達台灣，次日蒞臨華梵大學，分享佛法。以下是仁波切的演講記實：

### 生活與佛法

今天來到這麼莊嚴宏偉的大學裡，跟各位分享佛法，看

到各位這麼燦爛的笑容，心中也自然生起了歡喜心。佛法與生活應該同步、同時的學習，而不是斷然分開的。如果能夠把佛法與生活結合，對於佛法將能夠有進一步的了解。今天的講題就圍繞在「生活與佛法」，同時我也會分享個人在生活、以及修持上的經驗。

我得到了上一世卡盧仁波切的轉世認證，也因為上一世卡盧仁波切的名號，讓我得到所有法友弟子們的尊敬，然而坦白說，我自己並不太相信這件事，為什麼呢？因為上一世卡盧仁波切是一位偉大的菩薩，具有非常高深的證悟，如果說我是仁波切的轉世的話，這些佛法的道理應該在一出生，就自然而然的明白了悟，但是事實上我還是需要透過很多的學習、很多的努力。但是無論如何，今天我有了這樣的一個名號，我要盡我所能來利益一切眾生，我也會特別以自己的心得來分享佛法，以自己的經驗與修持來利益大家。

## 佛法無分別

在座的各位，每個人都有一些期望，有些人想得到建議，有些人想來聽聽，到底我說些什麼道理。本來今天是一個佛學講座，但不如說是佛法的分享會更為恰當。首先我想分享的是，我來自於印度，穿著與此地不同的僧服。有的人看到這身打扮會認為：啊，這是金剛乘，這是很高層次的佛法；或者認為金剛乘、大乘是有分別的，我認為並不是這樣子。之前在韓國的時候，有人就認為：「你們是藏傳的佛教徒，我們這邊有韓國的佛教徒。」我看到這樣的情況認為並不正確，我一直在努力，想促成佛教徒們呈現融合、共同的情景。為何如此呢？因為我們都是在學習佛法，而佛法是佛陀所教授的，從教法上並不能作分別，真正會去分別的是人的心，不同的人有不同的因緣，對於佛法便有不同的了解與體悟。我們平常所謂的金剛乘、大乘、小乘等三乘教法，事實上都



是佛所宣說的教法，眾生因為過去不同的因緣。產生了對佛法不同層次的瞭解，所以才有這樣的區別，事實上三乘佛法的整體精髓是無異的，都是佛所宣說。台灣的寺廟裡有佛像，佛教徒要做頂禮、祈請；同樣的，在印度一樣有寺廟，佛教徒仍要對裡面的佛像做頂禮、祈請。雖然頂禮的人、頂禮的地點有所不同，但同樣都是為了眾生，盡可能發心利益他們，追求共同的目標——證悟成佛，這樣的道理，內涵是沒有分別而一致的。至於為何會有這些分別呢？可能是有些人，他存著私心，說這個宗派、這個傳承好像有所不同，或者說只有自己的是正確的。事實上，我們都希望能夠從輪迴之苦中解脫，能夠得到永恆的安樂，這個結果是一樣的，所以我們共同追求的佛陀、正法、僧伽三寶，無論在基礎、修證、結果上都是共同的。

如果我一來就強調：啊！我的宗教、我們這個金剛乘如何如何，這樣就是在做一個分別了。我希望大家能夠瞭解佛法是共通、融合，沒有分別的。不管我們是哪邊的佛教徒，我們都是追隨佛、法、僧三寶在修持，所以說不要看到仁波切穿著不同的服裝，就認為代表了不同的教理。我們要用「心」去體會，所有的傳承都是佛陀所宣說的，如果我們不去瞭解心的層面，只因形象、造型，或僧服的不同而作區別，那麼這樣的學識、常識是不足的，甚至是愚蠢了。佛教徒就都是追隨三寶的修行人，我們應該了悟這一點。

有些人聽到金剛乘就被吸引，但其實我們都是一樣的。我並不是在鼓吹：「我們都是一樣，所以你們都來當我的弟子！」而是要表明不論金剛乘、大乘、小乘，最重要的是追隨上師、追隨三寶。有時候我們會聽聞到所謂「不共」這樣的形容詞，但事實上有許多共同的基礎，共同的核心，是我們所應該瞭解的，就像我們所說的菩提心，我們所受承的三乘戒律，在家的、出家的、男眾的、女眾的戒律等等，以及我們知道的慈悲心、愛與關懷，這些都是非常重要的「共」的內容。



## 生活是美好的

無論工作或家庭都是好的，我們也應該盡量去用心經營，讓我們的生活能夠延續、支持下去。不要因為自己接觸了佛法之後，看到其他人就去鼓吹、勉強別人，說這一切都是在輪迴裡面，一切都是無常。我們講了很多所謂無常的道理，告訴別人所謂的輪迴，但是我們是不是真的瞭解了輪迴？我在韓國的時候，問了大家一個問題：「什麼是輪迴？」有的人回答：「生跟死就是輪迴」我又問：「輪迴在哪裡？」有人回答：「輪迴就在我們的世間。」事實上這樣的體會是很有局限的。如果我們說世間是輪迴，可是世間就是我們所存在的世界，世界給我們水、空氣、暖熱等等生存的條件，怎麼可以說世界是輪迴呢？有人會問，卡盧仁波切你到底在說什麼？怎麼說我們的世界不是輪迴呢？那到底什麼才是輪迴呢？其實，我們自己才是輪迴，輪迴是由我們自己所創造產生的，但也必須靠我們自己去結束，讓輪迴走到盡頭。無明、嫉妒等等種種的煩惱，這些才是真正造成輪迴的原因。我們有時候會覺得我有無明，我有貪瞋癡煩惱，但是這個我並不是真正的自己，真正的自己是「佛性」。我們會覺得現在的我，真的有貪瞋癡煩惱，也因為貪瞋癡煩惱，讓我們無法認清自己的佛性。因為我們隨著貪瞋癡煩惱，沒辦法自我控制，所以才產生了輪迴；也因為我們沒辦法控制這些煩惱，所以我們希望可以離苦，但是卻無法真正得到苦的結束。

## 無常的另一面

談到輪迴，就會想到無常。我們通常都害怕無常，但其實並不需要害怕，很多無常是好的，有些無常也帶來了快樂。什麼是無常？無常就代表「一直在改變」。我們常常說有生就會有死，至於什麼時候死卻無法預測，我們對於無常的瞭解往往停留在這個層面。然而，有些人會



追求恆常，但這個恆常如果變成一直保持同一個觀念，對於形象產生執著，這樣的話就變得很無聊，因為如果都是一樣的話，就沒有變化，所以說改變有時候是會帶來快樂的。比如我們都希望有一個更好的未來，這就需要靠改變，由此可知因著無常的本質，我們的未來才有改變的希望。所以無常會帶來痛苦，但有時候也帶來了快樂。那麼到底是什麼原因造成了快樂跟痛苦呢？主要是因為業力，我們要相信業力，然後再從業力中著手，從無常中離苦得樂。

### 修持為要

既然我們不希望痛苦，我們就必須要修持，沒有修持是無法離開痛苦的。以我自己為例，我平常話講得太多，修持得太少，常常到各地去都是在講話，但自己做得很少，也因為講話而失去了許多修持的機會。如果想要真正的瞭解佛法，必須由修持做起，沒有修持很難真正了悟。即使我們從別人的開示、演講、教學中得到了佛法的內容，但是我們是否真正了悟呢？這是很困難的，為什麼呢？因為這些內容，是老師以他們自己修持的經驗，傳授給我們，並不只是從書上看一看加以轉達。老師是靠修持、體驗，從內心裡了悟道理，才能夠與我們分享，因此我們也必須透過修持來獲得這些經驗。當我們心裡想要幫助別人，卻沒有修持，那麼要利益別人是很困難的。做為初學者，書籍經典有助於我們了悟佛法，但是除此之外，還要更上一層樓，更進一步的修持。至於修持，首先有一個重點，就是找到一位具格的老師，然後跟老師學習，這是極為重要的。

### 宗教必須快樂

宗教的意義是能夠給人們帶來快樂，如果不能給人們帶來快樂，

就不是真正的宗教，而快樂則有「暫時的」與「永恆的」。宗教不能只是相信，如果只有相信，卻不能帶來快樂的話，這樣就變成了迷信。真正的宗教是要人們得到快樂。至於得到快樂的方法是「捨棄慾望」。有慾望就無法快樂，這說來容易做來難，平常一個儀軌或經典，我們可以花兩個小時讀完、看完、念完，可是真正要完全瞭解內容含意，卻需要一年又一年的長時間。有時候我們看到一句佛理，可以延伸到數十種道理，如果我們沒有平時的修持，看到一個字、一句話，就只能瞭解表面上的字義。

### 更深層的愛

佛教常提到下一生，但是並不該凡事只寄託於未來，反而眼前的事情都沒照顧好。我們首先就是要做一個快樂的人，然後有一個快樂的家庭，如果家庭裡沒有愛與關懷，家庭就不會和樂。如果我們有很強的關懷和愛，不論外面發生什麼事情，都可以光明面對，因此我們要盡量的去關愛我們的家人。但是這樣的關愛必須沒有貪著、慾望，如果我們要做到這一點，就必須瞭解更深的層面。我們從佛法上可以知道，這種愛是可以擴及到所有眾生，也就是對所有眾生都懷有「慈悲心」。

我們跟別人分享佛法、教學或講道理時，必須觀察對象理解的程度、根器、喜好。如果給一般人太深奧嚴肅的道理，他反而不能接受。對於所有的眾生，我們要像家人一樣去利益他們，這其中不能帶有自私之心——想要因此而更有名氣或賺更多的錢，而是必須以一種無私的心，去利益慈悲眾生。平常我們要好好的過家庭生活，持續我們的工作。

對於佛法有更深入瞭解的人可能會出家，把自己的一生都投入修持。大致可以分成三種：一種是過平常生活的一般人；一種是知道輪迴，但還沒有捨棄輪迴的人；還有一種是完全斷除輪迴了，出離一般家



庭來做修持的人。當我們在分享佛法時，要小心依照對方的程度來分享，這樣的話才能對他有幫助，不然的話我們講的他不關心，這樣反而無法讓他得到佛法的利益。有些人到佛法中心（道場）就是想要得到自在、歡樂、放鬆，如果一開始就對他說什麼好、什麼不好，該修什麼、哪個又不能做，反而會讓他更迷糊，因為他們並不是依這樣的目標而來的。對這樣的對象我們應該保持關心與愛心，這也是很重要的修持。

### 對佛法的尊重

雖然我們說要保持世間的愛與關懷，但我們對佛法還是要尊重。現代人可能自己解釋佛法，甚至自己創造佛法，用自己的方式來講佛法，這都是不恰當的。我們應該對佛尊敬，保持高於我們之上。如果要把佛法講得簡單一點，就是不去傷害眾生，禮敬三寶，如此一來，修持便有個簡單的重點。

有時候我們會認為佛教徒就有佛教徒的傳統，其實佛教沒有所謂的傳統，國家文化才有傳統，而佛法都是從心做起，所以並不是要以傳統來勉強別人，要求家人朋友一定要遵照這樣的傳統。我們先要做好自己，不要刻意突顯自己有何不同，其他人都要照我的意思做才是對的。我們該扮演好自己的角色，真的讓別人感到歡喜，真的去瞭解別人，對眾生施以更宏大的關心、愛心、慈悲心。眾生會感到舒服，自然他們就會喜歡跟我們親近，進而瞭解為什麼我們有這樣的改變？我們是為何才有這樣關懷別人、愛別人的力量？然後自然對佛法產生歡喜。如果不是這樣，一旦我們到寺廟做修持，回到家裡就變得怪怪的，這個也不行、那個也不行，他人就會說「都是去了那個地方才害了你」，反而因此遠離佛法。🕉（待續）

文章大標為本社編輯所加