

第十五期 普賢上師言教開示輯要 2、如何同時成為一位修行者與生意人、法國聞法之旅、聖度母大法會獻詩、「欽哲基金會」英文版《入中論》開示檔案索取方式

《普賢上師言教》開示輯要之二 .....	1
如何同時成為一位修行者與生意人？ .....	5
法國聞法之旅.....	14
聖度母大法會獻詩 .....	18
「欽哲基金會」英文版《入中論》開示檔案索取方式 .....	21

《普賢上師言教》開示輯要之二

開示 / 宗薩欽哲仁波切

翻譯 / 項慧齡；校對 / 馬君美

我們都希望摧毀這迷惑之網。我們都希望去了解真理。因為不了解真理，使我們陷入越來越深的無明，永無止境地停留在迷惑之網中。這是為什麼我們要斬斷這迷惑之網，終止相續不斷的迷惑。為了這麼做，必須先找到正見。舉例來說，一直到今天，我們都不知道組合的事物是短暫無常的。我們或許明白有些事物是短暫的，但仍然渴望、希望或期待某些事物，例如涅槃或自我實現，是永久的；快樂、生命、天堂是永久的。為了瞭解這些必須要學習和修持深奧的小乘、大乘和金剛乘的道路。由於這是大乘、金剛乘的修持之道，因此第一要務是調整或集中態度和發心。

你為什麼要學習這個？為什麼要修持這個？你的發心和態度是什麼？因為無論修持什麼法門，都大大仰賴你的發心。如果你有強烈與清晰的發心，在初始的階段，這個發心將一而再、再而三地引領你走上修行的道路。這是調整發心或態度的一大好處。當你修行的時候，如果你有正確的態度或發心，將獲得勇氣與信心。許多人都了解第一要務：擁有正確的態度、正確的發心來修道。但是，在成為佛教徒五年之後，看盡了佛教徒各式各樣的醜陋嘴臉（笑），他們對上師、老師、修行之道及法友開始失去信心。接著開始失去動力。這是因為打從一開始，你就沒有真正思考你的態度，沒有真正提振你的發心。所以發心非常重要。它不只在修道之初，在中間也很重要。當你走過這永無止境的心靈旅程之時，正確的發心永遠是你的支柱。成為佛教徒和修行者二十年後，我們仍然在自己身上看到同樣的貪和瞋，仍然犯

相同的錯誤，仍然是一個脆弱、容易受傷害的人。有什麼不一樣嗎？調整發心相當重要。態度不僅在修道之初和中間很重要，即使到了最後，也很重要。因為如果你有正確的態度，就知道如何有正確的期望。然後，知道如何專心致力，如何去實行，而實行伴隨著某種特定的態度。這是為什麼帕楚仁波切強調，一開始就要有正確的發心。我們應該觀察自己的發心。在東方，例如亞洲國家，人們修持佛法是為了長壽、豐收、生意興隆。例如，修財神，如果真的發揮作用，那很好。但能有效多久呢？可能一次、兩次、三次有效，一旦功德用盡，無論修持什麼法或持什麼特殊的咒語，可能都不會發揮作用了。當那一天到來的時候，你會想：「啊，佛法不再管用了，它不再給我任何我想要的事物。」這種情況在亞洲屢見不鮮。在西方，也出現類似的問題。大多數人的態度或發心不在成佛，而是想得到涅槃。我認為這兩者是不同的。笑。我認為某些人有六〇年代有關涅槃的概念，認為涅槃是達到某種狀態，在這種狀態中，你們可以用光擁抱每一個人。笑，令高潮倍增等等。笑。另一些人則具有這種態度：「喔，我感到沮喪，我感到內疚。」於是你修持佛法，讓自己走出沮喪。根據帕楚仁波切，這種態度非常糟糕。修持佛法不是讓自己走出沮喪。要遠離沮喪可以去找治療師，用不同的治療方式，或做任何你想要做的事。修持佛法是為了成佛，不在乎沮喪與否。我們要的是成佛。這種態度非常重要。許多人懷著某種期望、某種態度與動機來接觸佛法、親近老師，認為這些可以搞定我的人生等等。如果懷抱這種態度，就會一再的失望。於是，你們會很不公平地把錯都怪到佛法頭上。或者比較公平地把過錯歸咎於老師身上，有時候，事實確實如此。但是怪罪佛教、修行之道、佛陀的法教、怪罪所有組合的事物皆無常。諸行無常、所有煩惱的行為都是痛苦的。有漏皆苦、所有現象都沒有真實存在的自性。諸法無我、涅槃或成佛超越極端或造作。涅槃寂靜是不應該的。不應該怪罪這四法印。四法印沒有做任何的承諾。發心是非常重要的。

帕楚仁波切解釋了兩種方法，兩種態度。一種是廣大無邊的菩薩行，大乘的行為。另一個是金剛乘廣大無邊的善巧方便。兩者皆是態度，其中一個比較像一種方便，大乘菩提心是一種意圖或態度。當我們修持佛法的時候，則是具備這種發心，然後使用金剛乘廣大無邊的善巧方便。這條修行的道路非常完美。

首先，我們建立四根支柱，或四個見地。要證悟四種見地需要兩件事物：一是菩薩道廣大無邊的發心。因為，如果沒有這種廣大的菩薩發心，就沒有勇氣去瞭解、去面對「組合的事物是無常的」。我們了解某些事物是無常的，但是面對某些事物，特別是自己所愛的人的時

候，就很困難。所以，為了瞭解四種見地，必須有廣大的發心。

還要有勇氣，因為建立四種見地是件大事。我們可以了解接受「組合的事物是無常的」。但是，對「所有的煩惱都是痛苦的」，這就有點無法接受了。我們會想，某些煩惱，的確令人感到痛苦，但又怎麼樣呢。

佛陀和你都同意要追尋快樂。佛陀非常希望大家快樂。事實上，佛陀的整個法教、經律論三藏、八萬四千個法門，都是去享樂。這是真的（笑）。但是我們和佛陀意見相左之處，在於如何去追求快樂。我們積聚某種因去追求快樂，但是佛陀想：「這會讓你痛苦，而不是快樂。」這就是問題所在。

「解脫超越造作」、「解脫超越輪迴和涅槃」、「解脫沒有煩惱」。一旦解脫，就不能看連續劇了（笑）。一旦解脫，就不能猜測了。解脫之後，有很多事不能做了，不能猜測、不能打賭。打賭的樂趣在於不知道誰會贏，誰會輸。但是你已經成佛了，看透每一件事的來龍去脈。你不能打賭（笑），不能看連續劇。因為你通曉每一件事，知道未來會發生什麼事，彈指之間就知道每一件事。基本上，你什麼事也不能做。你不能買股票。你什麼事也不能做。為什麼呢？因為一個成佛的人是一個完全的成就者。從我們的觀點來看，它是一個非常非常無趣的狀態。因此，如果沒有正確的發心，就不會尋求解脫。誰想要這種解脫（笑）？不能打賭，不能約會，不能因為對方是否喜歡你而感到焦慮，誰要這種解脫？

第二，擁有廣大無邊的善巧方便。因為，擁有正確的發心是一回事，但如果沒有豐富的方便，會在修行之道上花很長很長的時間。根據大乘佛教的說法，要花三大阿僧祇劫的時間，這挺令人沮喪的，不是嗎（笑）？因此，我們需要許多善巧方便，它們如同工具一樣，我們需要一個金剛乘的工具箱（笑）。我們需要能夠做得又快又好、多功能、不會花太多錢或不花一毛錢的工具。不需要像大乘佛教所說的，供養頭及四肢（笑）。需要容易使用，像那些現成的東西。我們需要廣大的發心和金剛乘廣大的善巧方便。

這些是很重要的論點，因此我稍微多做一些闡述。當我們講到地獄道的時候，講的速度就會很快了。你們可以自己讀，聽說這本書翻譯得非常好。

對於想要遵循這條修行道路的人，擁有正確的發心是非常重要的。甚至連聽聞這個法教，也要擁有正確的發心。聽聞這個法教，不是為了完成你的博士論文。也不是為了要完成一篇關於東方思想的論文。如果來這裏，純粹是為了完成論文，或只是為了想多了解一點佛教。就

聽不到「所有組合的事物都是無常」的完整訊息。你或許在聽，但是不會把這個訊息聽進去。出自好奇來聽法教，就只會知道這麼多，不會了解背後的含意。

我們應該擁有什麼樣的態度？對於那些認真的想要遵循修行道路的人而言，應該擁有的態度：聽聞這個法教，把它應用在修行上，令一切有情眾生成佛。大乘的發心非常非常重要。它之所以重要，有很多原因。聽聞這個法教，如果是因為厭倦輪迴，想要自己涅槃或成佛，不在乎其他眾生，這個動機相當好。但這不是最好的、究竟的發心。我們應該為了一切有情眾生聽聞這個法教。只希望自己獨自成佛的心願本身，即是無明。因為每件事物都是相互依存的。沒有「我自己獨自成佛」這回事。每件事物都是相互依存的。這是為什麼打從一開始，就要有希望一切眾生成佛的願望。不只因為它是一個好的想法，高級的想法，在哲理上、究竟上，它也是正確的想法。因為，沒有獨自一人成佛，而不在乎其他人這種事。因此，每當我們說「為了一切眾生」的時候，我們不只是要做個好人，它觸及現象的實相。你們要把這個記在腦子裡。

如果你在開始聆聽法教或開始修行的那一刻，即懷有「為一切有情眾生聞法修行」這種廣大的心、廣大的態度，修行的道路將不被干擾。非常非常大的狀況，或許會干擾你的修行，否則諸如婚姻破裂等小事，不會太困擾你。然後是金剛乘廣大無邊的善巧方便。有了這種發心，再以金剛乘的方便來聞法。所以接著我們要談談「觀想」。

## 如何同時成為一位修行者與生意人？

開示 / 宗薩欽哲仁波切

翻譯 / Serena ; 校對 / 馬君美

整理 / Anika Tokarchuk、吳青蓉

一生當中，如何同時成為一個小乘行者、大乘行者、金剛乘行者、商人、台灣人？如何同時做個好學生、好老師、好人？

談到佛法，人們很自然地把佛法和生活分開來，佛法並不包含在生活之中，人們認為修法是生活以外的另一件事：修法只在寺廟當中，而在辦公室、洗澡的時候、搭火車的時候、交通壅塞的時候等等。人們以為修法要剃頭、改變服裝，或最少在家裡應該有一個佛堂；還要有一個特定做功課的時間，比如說是早上或晚上；加上一些佛像、佛書，甚至一個法名；身上需要戴一些象徵性的東西 - 例如金剛結，來證明自己是一個佛教徒。這是一般的狀況。

我常常跟人們說：這樣的佛教修行，對我們可能沒什麼幫助。檢查一下自己，我們真的是一個金剛乘行者嗎？不要說金剛乘，金剛乘有點太高遠了，就以小乘來說吧，我們算得上是一個小乘行者嗎？幾乎不是。同樣的問題：我們真的是大乘行者嗎？可能也不是。或許在名義上算是吧，也許我們遇過一些大乘的和尚、金剛乘的喇嘛，他們給我們一些教授或灌頂，我們就認為自己是大乘或金剛乘的學生。做為一個大乘的學生，你們一定接受過很多關於慈悲的教法了，但是我們真的慈悲嗎？幾乎沒有。我們都聽過慈悲的教法，但是「聽過」和「具備」是不一樣的。除非真正具備慈悲，才是個大乘的修行者，否則你只是個聽聞佛法的人。所以我們到底是什麼呢？我們只是大乘、小乘、金剛乘的「聽聞者」，而不是大乘、小乘、金剛乘的「修行者」。

而且，我們真的想要成佛嗎？我不這麼認為。也許有一些人對「成佛」有些概念。如果我們真的想要成佛，就不會對此生如此地執著。我們擁有的東西，朋友、房子、車子，我們對於這些還是有著很多的執著，這證明我們並不想遠離這些東西、遠離輪迴，這也間接指出了我們並不想成佛、也不追求成佛。

然而，我們都學過「成佛」的概念，人們也常談到「成佛」、「法身」、「報身」、「大圓滿」、「大手印」；人們聽到、談到「大圓滿」、「大手印」這種高深的教授，就像是某種你這些日子想聽的音樂一樣，讓我們的腦子放鬆而已。事實上，人們通常不修行它，包括我也一樣。或

許在座有些人不是這樣，但是我真的是這樣。

所以，學習和追尋是不同的。先回到最初的問題：我們真的是小乘行者嗎？也許你想問：我們真的需要變成一個小乘行者嗎？可能很多人都被大乘的老師寵壞了，也一定聽過大乘的老師提到，小乘比大乘在層次上低。金剛乘的老師，大多數也很看不起小乘行者。我個人的意見是，如果小乘基礎不好，就無法學好大乘；大乘基礎不好，就學不好金剛乘，一定要全部都學。目前在座有兩位尼師，或許將來會有更多人出家，這些學習「律藏」，都必須學習小乘並且依此修行。

然而，做為一個小乘行者，並不代表要將頭髮剃掉、到廟裡出家。如何成為一個小乘行者的台灣商人？要知道，小乘的基本教法只有一句話：捨棄傷害別人的因以及傷害別人的行為。作為一個生意人，應該可以做到這一點；如果你有這種純淨的動機，就算沒有辦法幫助別人，至少可以不傷害別人；這樣的話，作為一個商人，就可以同時也是小乘行者。

或許你認為，不傷害別人是很容易的事，但事實上，我們經常在無意間傷害了別人。你所吃的肉，究竟對動物造成了多少傷害？就算是開車吧，不讓別人超車也可能傷害了他。很多這樣微細的事一直在發生，所造成的業雖小，卻連佛陀都無法幫你找藉口。舉例來說，很多金剛乘的學生請上師修法，為了生意順利。如果這是出於好的動機，或許沒什麼問題，但我知道很多人請法，只是想要變得有錢而已。有人想要獲利，就是另外人的損失。這些金剛乘的學生們不喜歡對方，有時會到上師面前批評別人，或許不是用很直接的方式，而是用間接、拐彎抹腳的方式表示，像是說：「那個人話很多喔」等等。這也是一種傷害別人的方式；或是，不讓上師到別人的家裡去，這樣也是傷害別人。也許你不認為這是傷害別人，你可能認為，身為一個佛教徒，只要不殺生就可以了，然而殺生只是一種很粗重的傷害形式，但生活當中微細的傷害行為，就往往被忽略掉了。

很多類似的情況，我相信你們都可以了解。如果你真能避免那些無論是粗重或微細而傷害別人的行為，能具有很清淨的動機，就可以成為清淨的小乘行者，同時具有商人等身分。只要做一個好人，好好經營你的事業，除去傷害別人的動機與行為；像是公車裡的推擠行為，都是一種傷害。這是很簡單的事，但常被我們忽略掉了。

如何成為一個大乘行者以及一般人？大乘行者，不只不傷害別人，還要去幫助別人。小乘行者要做的很單純，不去傷害別人、不要介入別人的事件當中就好了。但大乘行者還要去幫助別人。然而若要幫助別

人，首先便要釐清：到底要如何幫助別人？如果不夠聰明，有時候你認為的幫忙反而是一種傷害，所以你需要一些方法。最重要的是：幫助別人的動機是否純正？也許你的行為很粗魯、很溫柔，或是各種不同的行為，內在都必須要有清淨的動機、慈悲、與慈愛。

如果不知道如何去做，幫助別人有時候是一件很困難的事。在大乘的修持當中，最重要的是修「心」，這個基礎若是穩固的話，在幫助別人的時候將更容易。你可以由於「不打擾」而幫助別人，也可以「去打擾」而幫助別人；可以用歡喜、讚嘆來幫助他們。來到一座美麗的寺廟，沒什麼可以幫忙的，那你可以讚嘆說：啊，真是一個美好的寺廟，多麼適合讓人修持佛法！這也是一種幫助，心智上的幫助。像這樣有善良的動機，常常歡喜讚嘆的人，就不會傷害到別人。不傷害，便是一種幫助。

綜而言之，關心別人是最重要的；如果你關心別人，就不會打擾到他。有時候上師好像都不關心你、不理會你，或許這就是他的關心。談到如何同時成為一個大乘行者及好人，你不需要改變任何東西，只要達到這樣的品質就好了，甚至不需要大乘或小乘的名號。只要避免傷害別人、同時盡量幫助別人，就算是一個大乘行者及小乘行者了。名稱並不是很重要，在佛教裡稱為大乘行者，在基督教、回教等其他宗教裡有別的名稱，這些都不重要。名稱不能改變事實，名稱只是造出來的。

再來，如何成為一個金剛乘行者又同時是個生意人？要成為金剛乘行者，同時必須是大乘行者。經典中提到，大乘分為兩部分，一個是「因」乘，一個是「果」乘。「因」乘就是一般所謂的大乘，「果」乘就是金剛乘。修法的主要目的在清淨。在清淨的過程裡，「被淨化」的對象是衣服，「能淨化」的物質是水和肥皂。然後，洗衣服的結果是「一件乾淨的衣服」，另外還有那被洗掉的污垢。各位需要有一個基本概念：所謂的「淨化」都可以分為這幾個部分：（被清淨的）基礎物（所洗掉的）塵土、清洗劑（淨化的方式），以及淨化的結果。

頂禮就包含了這四個過程，當你頂禮的時候，你所洗掉的污垢是「我執」、「傲慢」；淨化的方式是頂禮的動作，因為「自我」平時是不會將自己放得那麼低的。淨化的結果是成佛之後，就會有「無見頂相」（頂髻），而這裡的基礎是佛性。以洗衣服來說，所清淨的基礎物是衣服；能夠清淨的東西是水和肥皂；所洗出來的髒東西是汗水、污垢等等；結果是衣服變乾淨了。為什麼大乘稱為「因」乘呢？因為他們

談論污垢和能清淨的肥皂、水。而在我們所說的「果」乘的大乘，也就是金剛乘，它並不強調污垢、水和肥皂，而著重在衣服本身。金剛乘認為，衣服不可能本來就是髒的；如果它本來就是髒的，就不可能被洗乾淨。因為污垢只是一種忽然、暫時的狀態，因此可以被洗掉。所以，我們不是在洗衣服，而是在洗污垢。衣服從來不需要被清洗，衣服永遠只是衣服，它不是髒的、也不是乾淨的，因為你沒有辦法讓它乾淨，如果你要讓一個東西變乾淨，它必須原來是髒的。這是為什麼大家認為金剛乘是最好的原因，但我不相信這樣的說法，我認為金剛乘比小乘更低等，小乘是最高等的，你認為呢？

所以各位已經知道所謂「因乘」的大乘和「果乘」的大乘：「因乘」的大乘教法，就是要去幫助別人；現在要說明如何成為一個金剛乘行者的商人。身為一個金剛乘行者，最重要的是「淨觀」(sacred outlook)。小乘行者最重要的是「不傷害別人」；大乘行者最重要的是「不傷害別人，又幫助別人」；金剛乘行者最重要的是「淨觀」。人們都很懶惰，他們去傷害別人、不幫助別人，也根本就把別人都看成是糟糕的：唉唷，這個人有個大鼻子、那個人有個長鼻子、短鼻子，看到的都是糟糕的外表；或是，他真笨、她很漂亮，像這些，都是以分別心來看待事情。要斷除這類東西，只要想著，大家都是好的、神聖的。就算你沒有辦法做到這點，起碼要做到把大家看成不好也不壞。你就是一個很好的金剛乘行者。為了讓大家修持這一點，金剛乘上師就教導很多不同的法門，像是觀想每個人都是本尊；這就是要讓你知道，每個人都是清淨的、同等地清淨。

以「如何成為金剛乘行者又是生意人」這個教授來說，也可以談到如何成為一個「大圓滿行者」和商人，以及如何成為「大手印行者」和商人，也可以談如何成為「對輪迴、涅槃沒有分別心的行者」和生意人。

我們所犯的最大錯誤，就是認定自己是某先生、某小姐，而這是小乘、這是大乘、這是金剛乘、這是大手印、這是大圓滿；我們把自己與這些都分開來了——這不是我。你們接受過灌頂嗎？我相信你們一定接受過上百種灌頂了吧，你們真的曾經想過自己是一個菩薩嗎？我猜是不敢想，因為你認為菩薩就應該是在壇城上這些有四隻手臂、第三隻眼、其他的腳、不尋常的身色，你是這樣想的。在接受過灌頂之後，你已經受了菩薩戒，表示你已經是一個菩薩了。這並不表示你已經升官了，而是表示你有更多的事情要做，必須要去幫助別人。為什麼你不認為自己是菩薩？第一個原因是不敢想、而且也不願意去想，甚至你不關心、也根本不知道菩薩到底是什麼。所以就算你接受了幾百萬



個灌頂，也不會有效。

在灌頂的時候，你跟著上師唸誦的內容一開始是皈依，唸皈依文、剪頭髮、取一個法名，這些到底有什麼用？你依然有這麼多、或許更多的欲望，有那麼多、就算沒有更多的憤怒，有那麼多的問題，為什麼？因為你從來沒有真實而真誠地皈依佛、法、僧三寶，因為你從來沒有在快樂的時候想到它，只有在不快樂的時候想到佛法。這表示三寶是你責怪的對象，而不是皈依的對象。你如果是以這樣的態度皈依，不如不要皈依。一旦你皈依了，不論面對好或不好的處境，你都要想到三寶。我看到很多人帶著護身符，這多少表示我們還沒有真正皈依三寶。如果三寶不能保護我們的話，這些繩子能保護我們嗎？你不相信佛，而相信這些繩子；同時也不相信法和僧。

所以，你們真的皈依過嗎？從心裡真的皈依嗎？好好想想。傷害別人、不幫助別人，而且也從不認為別人是清淨的，分別朋友和敵人、分別上師的不同，就算在朋友之中也是有分別心，對於美、醜也有分別心，如果這樣，就不是一個金剛乘行者。金剛乘行者必須對每個人都有「淨觀」。現在有一些金剛乘行者，由於他們的欲望而有所謂的伴侶，他們並不是在修金剛乘的修持，而是在修自己的欲望。如果他們真的是很好的金剛乘行者，就算走在街上遇到一條母狗，都應該可以和母狗修持雙運。這是個例子，問題是如何修持「淨觀」？若要重覆告訴自己眾生都是神聖的，這不僅很難、也是個謊言。你所修持的法本，也一樣不斷告訴自己，大家都是好的、大家都是好的；然而，一旦出了門，你還是覺得大家都是壞的。

像是唸「諸法化空咒」，觀想一切眾生都化空，每個人都變成蓮花、佛陀，你這樣騙了自己一個鐘頭，你應該覺得慚愧，尤其在大寶法王、蓮師、文殊菩薩、佛陀十二相成道圖、以及壇城上的龍等等的面前，你應該覺得慚愧，因為你對他們說了一小時的謊。你口中唸著一切眾生都是好的，但是並沒有從心裡這樣認為；因為，當你離開修持的地方、進入你平常生活的環境時，開車、塞車、推擠等等很多人、事、物讓你忌妒、憤怒，這些情緒就算沒有更多的話，也依然在你心理升起。

所以，別再說謊了，我們必須一步一步來，不要想一下子跳到最高深的教授，首先，就算你無法把每個人都看成是清淨的，起碼你對上師要有淨觀。我所要求的是：只對一個人有這樣的想法，只要想「我的上師是好的」就可以了。不管他做了什麼、也許很瘋狂，你們會想：上師好像有點問題，他像我一樣，會吃東西、打哈欠、上廁所、發現漂亮的女孩子也會瞄一下，對於嘮叨也會不耐煩等等。你不認為上師

是清淨的，而對上師有淨觀是很重要的。不過，在台灣有個很大的問題——你們有很多的上師，你們不只需要將成千上百的眾生看成是清淨的，還得將成千上百的上師看成是清淨的，這真有點困難。

也許，在我們把上師看成清淨之前，我們必須先認為自己是清淨的。認為自己清淨，並不表示自己是最好的，也不需要認為自己在任何方面都超越別人，如果這樣想，表示你在和別人比較。在你的裡面有一個東西，在不和別人比較的情況之下，就是好的。

我們在意識中可能不認為自己是壞的，但潛意識當中，我們總認為自己缺乏了什麼。你應該思索的是：「自己缺乏了什麼東西」這樣的念頭之所以出現，是因為你和別人比較的結果。因為你認為別人在享受、而我在受苦；別人都很有價值、而自己總有點自卑，所以認為自己沒什麼用，潛意識裡你是這樣想的。所以不要跟別人比較，不要和社會、歷史、格言、道德等等比較，讓你只是你自己。沒有敵人可以恨、沒有朋友可以愛，如果這個世界只有你一個人，該怎麼辦？試著想想這種情形。

或許在這樣的情況之下，你會知道，如果不依賴上師，就不可能成佛。所以把上師看成是清淨的，並且有虔誠心是很重要的事情。但要小心你的虔誠心，通常我們只會對言行舉止符合我們期待的人有虔誠心。你會喜歡的上師就是那種你所喜歡的人，而非你需要的人。你需要的人，才更重要。

當然，每個人都有自己的習慣，我希望別人照我所希望的去做，我希望別人向我頂禮，你或許希望別人跟你握手，他或許希望別人照他想的去做。我們對待上師也是一樣，我們希望他們能照我們需要的做，這樣想是不好的。我們應該去做他們要我們做的事，而不是我們希望他去做我們想要他做的事。我看到很多這樣的邏輯，像是一種賄賂的行為，學生賄賂上師、上師賄賂學生，很多這樣的情形。純正的金剛乘行者不是這樣，這不是淨觀。

如何成為一個「大手印」行者的生意人？你不需要改變什麼，而需要具備三種特質。身為一個小乘行者，能夠不傷害別人；身為一個大乘行者，能夠不傷害他人並幫助他；身為一個金剛乘行者，需要知道什麼是淨觀，同時具有這三種特質。這跟之前提到「把每個人都看成是清淨的」很相似，只不過是不同的路徑。從字義上來說，你必須知道的是，每件事情都是一味。「大手印」提到每樣東西都是同樣的味道，而不是素食或非素食。現在這個品嚐的人，不是只用舌頭嚐味道，而是用六識品嚐味道。為什麼我們用「味道」來做比喻？因為每一件事情都是來自經驗與感受。所有這些感受與經驗，不論是好的、壞的，

都是「心」製造出來的。你只有一個心，而它有六種不同的僕人。假設你從來沒有眼睛的話，你會有視覺嗎？如果你從來沒有眼睛，你就看不到東西，那還會有所謂美、醜的分別嗎？

同樣地，如果你沒有耳朵的話，會有什麼事情發生呢？有聲音存在嗎？所以一個接一個地，你把這些所有都摧毀掉了，然後你什麼都沒有了，所有的東西都只是存在那裡，美麗的物體、醜陋的物體，美麗的聲音、吵雜的聲音，都只是在那裡。因為你有這些感官存在，然後你認為這是好的、那是不好的；因為你有這個「心」，於是你製造了這些美醜。因此，同樣的東西對某些人而言是好的、對另一些人而言則是不好的，好和壞並沒有真的存在，是由不同的人所捏造出來的。這些捏造又是從何而來的？是從習慣來的。

故而，身為一個大手印行者的生意人，需要不去分別好壞、美醜。這樣的哲理很好聽，但是在日常生活中很難修持，然而從另外一個角度來說，也很簡單。我們需要做的是減少極端的想法，這是很重要、但又很難簡單說明的。舉例來說，很抱歉拿這裡的住持來解釋，如果他很喜欢這個佛堂的地板，而我把水滴到地板上了，他或許會生氣，這便是個極端的想法。也許他站起來，而把所有的水倒在地上了，由於是他自己做的，所以他沒生氣，這也是個極端的想法。我們要減少這些極端的想法，在日常生活中不斷地思量這個道理——比如說，有個蚊子在咬你，而你反手就打，這是非常不好的。蚊子又不認識你，牠只是認為這裡有一大塊食物，牠是為了早餐而來的，這麼一個小東西能夠拿走你多少血？可能也是一點點而已。你用這麼大的手打下去、還帶著這些毛髮，取了牠的生命，像這個就是極端的念頭。

減少這樣極端的念頭吧，慢慢地減少，你會逐漸習慣這樣的狀況。以喝酒來說，當你出生的時候，並沒有帶著酒瓶、酒杯，那你是如何開始喝酒的？首先，你從會喝酒的老師那兒學到喝酒的方法，而你第一次喝酒的經驗並不好、很熱，這就是四加行。然後你越喝越多，變得很擅長喝酒、是一個很好的學生。之後你再也不需要老師，而且可以教學生。像這樣，一個人可以越來越習慣一些事情，所以，要減少極端的想法，然後對於好壞的分別心便會逐漸減少。

很抱歉這麼說，對於西藏人而言，台灣人有太多的迷信。如果在修法的時候下了雨，有時候也許是好的，很多人很高興地認為這是個加持；若是另一個仁波切在別的地方修法，或許他們則會認為下雨是障礙。如果看到彩虹，會認為是很吉祥的事；或者晚上夢到你的上師來到你面前，你會認為很好。這些都是極端的想法，減少它們，不要在意，不要太去想它們。就算釋迦牟尼佛走進來，把手放在你頭上，你

也不要動；就算你真的動了，之後也別去在意，這樣子你就成為「大手印」行者了。因為不管是什麼來了，佛來了也好、魔來了也好，都是你的眼睛、你的耳朵、你的舌頭所感受到的，不過如此。由於你們是噶舉派行者，所以我從我的觀點來談了「大手印」。

剛剛我是用一種簡單的方法來說明，就像你可以買到的英文範本、數學範本一樣，這是一個佛學範本。

問：如果我們修持一個本尊很久，也很誠懇、專注，有一天本尊真的來到面前，我們是不是應該跟他說，你都是我眼睛的幻現，快走吧？

仁波切：你什麼都不要說，甚至連想都不要想第二遍，更不要想該如何處理？如果你一旦想說該怎麼辦，就表示你有期待與恐懼。這樣的話，就不能成為很好的戰士，如果你聽過「覺悟戰士」的開示就知道，你會因此失掉你的戰場。

問：可是通常當我們做事的時候，如果沒有動機的話，就會變成盲目地做。

仁波切：我並沒有談到不要有動機，而是說你不要去捏造一些東西。

問：可不可再說明一下「捏造」？

仁波切：就是去認為什麼是好的、壞的。

問：何謂「淨觀」？

仁波切：這是個好問題，意義很多，表示某種可以給你加持的東西，什麼樣的加持呢？不要把淨觀看成是會給你灌一些甘露等等的東西，這不是所謂的「加持」。你認為某個杯子是壞的、是個極端；而那個是好的、是個極端，所以我想要那個、不想要這個。試著這麼想，每樣東西都無所謂好壞，認為它們都是清淨的、不好也不壞，接著你就不會因為它壞所以想推開它、也不會因為它好所以想擁有它，於是你就不会痛苦。這就是加持，獨特的加持。你認為把手放在頭上就是加持嗎？其實不是的。然而以大寶法王、薩迦法王、頂果欽哲法王來說，如果他們把手放在你頭上，則是五方佛的加持。不過以我們這種人來說，（把手放在你頭上）只是一種按摩而已，並不會讓你沒有痛苦。甚至在公眾場合來說，這樣做讓我覺得更不好意思，好像自己是耶穌基督。我覺得握手或許加持更大，可以有很多感覺，也可以彼此按摩一下。

問：如果我們不能把人認為是清淨的，是不是可以認為他們的心是清淨的？

仁波切：這很好，是第一步。不要去想這是中國人、那是美國人、這

是西藏人、那是非洲人，大家都是人，如果你能這樣想，真的會幫助你。廣東人、福建人、台灣人等等，不要去想這些東西，就能夠幫助你；道教、佛教、基督教、印度教，如果你能夠不這樣想的話，就能夠幫助你；大乘、小乘、金剛乘，不要再想了，大家都是佛教徒；各大宗派的想法也都可以放下了，你可以有很多方法去想大家都是清淨的。

或許剩下的以後再說吧，講了這麼多罵人的話，下次不知道什麼時候才能來了。（笑）你們很幸運，因為這裡有喇嘛、寺廟，可以做很多事，可以修很多東西。

譯按：這是仁波切於一九九〇年四月二十五日受邀到台南左鎮寶塔山噶瑪噶居寺所做的演講內容，當時由於譯者為第一次正式口譯，再加上剛入佛門不到一年、也還未出國磨練過，以至於翻譯得狀況百出、錯誤多處，實在慚愧。這十多年來，譯者一直希望能有機會將正確的譯稿刊出，於得到了仁波切的准許之後，終於在 Anika（英文繕寫）、Sabina（中文整理）、Jimmy（內容校對）的協助下，得以讓這篇開示「重見天日」，非常感謝諸位法友的容忍與幫忙！

## 法國聞法之旅

撰文 / 張和惠

當有位師姐於三月間邀我八月同去法國中南部（Dordogne）聽宗薩欽哲仁波切『究竟一乘寶性論』的教授時，說真的我並沒有很強的興趣；可是接著SARS事件、仁波切延遲來台的日期之後，確實讓我體悟到一切都是那麼的不確定；直至看到仁波切在英文網頁上對該項教授所宣說的一番話後，我的動機開始與日俱增了：思及SARS可以在三日內結束一條人命，再加上仁波切的話，我想我該把握此次機會——儘管在呈上報告請好假之後，有人說仁波切很有可能也會在台灣講此法教，我也不動搖了。

從原本可能是五位女性的法國之旅，到兩男三女的組合，期間也確實蠻戲劇化的；從訂機位，請當地中心的人幫忙找住宿地點，到法國時的交通問題，課程結束後回巴黎的住宿等問題，真是曲折萬分，總之終於在父親節後搭國泰航班前往，一顆心也才真正落實。

經過十多小時的長途旅程，抵達戴高樂機場是清晨六、七點，我們先去租車；很不幸、沒有租到，據機場的租車辦法，如果沒有預定，就得等到中午還車時間才能有機會租到。租不到、就得想第二方案，是否去坐火車——火車一天有兩班，八月十日是假日，五人是否都能上得了火車，這是大夥兒所緊張的。直到近午，幾位師兄師姐不死心，再去找車子看看。這時，沒事的人，念經的念經，念咒的念咒，真是阿彌陀佛，終於租到一部可以把我們的行李塞得剛剛好且蠻新的休旅車了。

然而這部可愛的休旅車正如男士們所擔心的，是歐洲所通行的手排車，他們都已多年不熟悉此車種了，於是就輪流將停車場當教練場先繞它幾圈，然後才踏上高速公路往殊勝的上課地點去。法國的高速公路做得真不是蓋的，時速可以飆到一百七、八，坐在車裡還不會感覺震動呢！（我們其中有四位是第一次到法國，我這張姥姥初來乍到，見啥都覺新鮮。）一路上風景幾乎都是綠的，行程中還出兩個小意外，一個不小心繞到一個不知名的小鎮，初次看到法國小鎮，那麼袖珍可愛，可惜大夥為了趕路無心逗留，拍幾張相片就走了；另一個則是一不小心沒繞出去高速公路，多走了一個多鐘頭的路，但也看到了一個奇異的天象。

直到七、八點比約定的時間晚了一個多小時，才到了我們所租的房子所在地 Plazac 小鎮——好小的一個小鎮，主街不到一百公尺。等到屋主來接我們時，都已快天黑了。（按：法國夏天的天黑是在八、九

點。)我們隨著他走，七拐八彎的路又小，還要經過林間小道；我們一路納悶，怎會找到這裡。終於，我們來到一間小小古堡似的房子，它是那麼的小巧精緻、又離群索居，可是景觀又是那麼的好，它所面對的正是大片的各個閉關中心林；又有小游泳池、小菜園，裡面又有電視、電話、傳真機等除了冷氣機外之家電用品，這麼一大片的土地就是這麼一家人住，幸福吧！在此屋我們住了十天，屋主是第一次將他們的家讓出來當民宿，他們在屋子的旁邊搭帳篷露營。說真的，我們還真不忍心讓他們住外面呢！（因為後來竟然下了幾天雨，下雨時屋主還體貼地拿塑膠布來蓋我們放在門外的鞋子呢！）說來也真巧，屋主也是藏傳佛教徒，家中有一間小小的佛堂；他很精進，他的家也因此佈滿了佛像、唐卡、甚至連浴室也有大鵬金翅鳥。

Plazac 距上課地點( Association du Centre d'Etudes de Chanteloube ) 只要十五分鐘的車程，很近，但我們幾乎每天都趕九點上課。課程是從十一日到二十日，由於該地是閉關中心，地方不夠容納一兩百個人，只好在戶外搭帳篷。由於法國天氣反常，南部也一樣酷熱；有時上課到一半，還會灑水在篷上降溫，甚至有人坐在篷外上課。上課時間是從九點到十二點，參加的人包括我們從台灣去的十人，還有從香港、加拿大、美國、希臘、德國、英國、奧地利、紐西蘭、巴西等國來上課的。仁波切在法國教學，看起來心情蠻輕鬆的，同時依然那麼睿智，舉的例子也非常精闢 - - 在台灣聽仁波切開示都有中文翻譯，但這裡只有公開的法文翻譯，不過由於我們有十人前往，又很幸運的有兩位師兄師姐私下為我們逐步翻譯，真是幸福呢！

這是我第二次出國聽法，前次是到溫哥華上『入菩薩行論』最後一講，當時有一天突然悟到我們中國人所講的「四海之內皆兄弟」，大家從世界各地群聚一堂聽法，這不正是如此嘛？想到此，心胸不禁為之放寬，此次亦有此感受。到外國上課，除了接受精彩的法教之外，我個人最喜歡的部份，就是聽聽外國師兄的發問（雖然我實在才疏學淺，不是聽很懂）；他們的問題很多都是很有深度的，你會感受到他們實在是很用功的，在國外上課，每天都安排有複習、問答等時間，聽說都有十個左右的人參加。

在國外聽課，處處都很新鮮，一方面可以交交外國朋友，知道他們與仁波切的故事；另一方面仁波切見我們的機會也較多。我們在上課第二天就有機會見到仁波切，仁波切也跟我們話家常，問我們上課的情形，住的地方好不好？多少錢？我們順便邀請他到我們的住處吃飯，他一口答應，還說要邀請吉美欽哲仁波切一起去（此次上課，吉美欽哲仁波切坐在仁波切旁邊，仁波切說吉美欽哲仁波切是他的顧問；他

的英語非常好，非常謙虛，與仁波切在一起除非不得已，總是坐得比仁波切低，總是微笑）。仁波切也問到台灣的情形，他建議我們多去看看法國的古堡，享受南部的生活，看看花園，省錢回巴黎看博物館；香蘭會長也藉機為台灣朋友請求仁波切來台講授此法教等等。

接著在第三天，我們又有機會見仁波切，這次場景非常殊勝，是在仁波切住屋外面大樹下的木椅上。我們圍著他、向他禮拜，他還說：「你們在做什麼？」禮拜完之後，他要求我們坐在地上，他向香港朋友說，我們台灣人都不喜歡坐地上的。仁波切此次告訴我們，在該地的人都非常謙虛，因為教課的仁波切都要求他們要謙虛再謙虛，不少人都做過三年的閉關，甚至還有人做過九年的閉關；而且那邊的人也都非常用功，常逼得仁波切都得要好好看書才行。他舉了幾個例子，譬如說此次擔任法文翻譯的先生，原本是個傳教士，他的教派指派他來學佛法、做比較；他來了以後，不僅做了三年的閉關，也從此沒再回去了。而上課中有位師姐發問，講了我國道生禪師讓石頭點頭的公案，表示石頭也具有佛性的故事；這位法文翻譯聽了之後竟然可以接著說，他知道這是道生的故事，他還簡單敘述了那則故事，課後更進一步討論呢！仁波切說這位翻譯也聽得懂中文的。

話說仁波切要到我們的住家來做客，這是我們的大事：我們五個人平常幾乎是不下廚的，為此我們就得到超市去採購、試做料理。我們有一個星期的時間學習做菜，為此我們常聚在一起討論菜單；屋主一家也非常興奮，常拿他家菜園的菜給我們研究。到了那天，我們上完課、在隔壁卡盧仁波切的閉關中心戶外、吃最便宜的簡餐——那是我們後來常去光顧的地方，由於是戶外，每個人都先點餐、然後在其四周找地方坐下，等做好後、他們會大聲吼叫你的名字前去拿（奇怪他們怎麼不用麥克風？），我們常常聽錯而跑錯了，好有意思。之後，我們便上超市買菜、買水、買花等回家大掃除，佈置住家；屋主也買了燭台（因為我們前一天決定在戶外宴客）、玫瑰花及精緻蛋糕等贊助我們；香港來的師姐則幫我們插花、佈置、煮料理等，大家忙得不亦樂乎！兩位仁波切依約前來，宗薩欽哲仁波切看起來很輕鬆，他看看我們的廚房，我們還介紹了最有意思的小小洗手間（在樓梯邊，法國樓梯都是旋轉式的，睡前需開燈，否則夜半起床如廁，一不小心就會滾到樓下去的）。吃飯時，仁波切要求史嘉章告訴吉美欽哲仁波切，多年前在日本料理店裡落淚的情形；我們可愛的史嘉章，講著講著又落下了兩行熱淚，仁波切看了都笑翻了。看到仁波切這麼開心，真是鬆了一口氣。這是我認識仁波切五年多以來，他這麼開心的一次，我真是滿心的希望他能常常如此輕鬆、愉快！

課程結束後，我們一行回巴黎，男士們有其他旅程，先行回港；



正如仁波切所說，我們女士們參觀博物館，看看古老教堂，這都已不是重點了。總之，每次出國聽法，都會有好多的收獲。朋友，如果時間允許，荷包又還好的話，出去聽聽法非常好，絕對物超所值，箇中滋味就有待您自己去品味囉。

編按：去年八月，大約十位華人不約而同到法國聽聞仁波切講法，收穫頗多，本篇為張和惠的心得分享。仁波切今年六月與七月分別在舊金山（『入中論』之二）與巴黎都有系列講座，明年一月及二月則在加拿大已有排定行程，詳情請上網查詢

<http://www.siddharthasintent.org/programs.htm>，祝福大家都有機會能到異地體驗不同的法要！

## 聖度母大法會獻詩

作者 / 任祥

桔梗工筆般寸染著她的紫白  
飛燕難得地放下她的孤傲  
文竹伸長他對您的攀附  
繡球刻意佔據了耀眼的位置  
卡斯比亞一反她平日的禁忌  
尤加利本能的煽動著他的激情  
雲龍柳還想上達天庭的門口  
他們都相約在這聖度母的殊勝法會

這些花兒為什麼如此燦爛？  
這些葉兒為什麼這般挺立？  
她們只祈能再靠近您一些  
他們只願能與您親近一回

您的眼輕輕飄過花的身上 稍作停留  
您的氣緩緩流過葉的脈上 輕留痕跡  
花與葉猶如等候多時 天降甘霖

她們睜大眼睛 他們屏息呼吸  
靜觀您手的語言 聆聽您心的聲音  
追隨您眼的方向 接受您語的叮嚀

隆重的號角聲交錯響起  
虔誠與紀律反覆的堆疊  
右手灑著花朵泛起漣漪  
左手的金鋼杵優美迴旋  
紅綠藍白黑的旗幟飛揚  
唱頌吟咒的高昂與低迴  
你聽那鼓聲的節拍急促  
你聽那鈴聲的再三告誡

誰住在頭上 誰住在心尖  
結構的改變 笛子的聲音  
灌頂與持咒 供養與讚頌  
明點脈與氣 上師本尊和空行  
回歸於智慧 為利益眾生  
呼喚您名字 迎請您慈悲

放下了自我 眾生皆平等

親愛的仁波切呀 為何我不斷的流淚  
親愛的仁波切呀 請告訴我法的根本  
親愛的仁波切呀 您要佑我全家安康  
親愛的仁波切呀 請您照顧我的事業  
親愛的仁波切呀 要保證我的退休金  
親愛的仁波切呀 可否讓我早日成佛  
親愛的仁波切呀 請您看管我的股票  
親愛的仁波切呀 可要讓我的候選人當選  
親愛的仁波切呀 我可不可以去拍電影呢  
親愛的仁波切呀 親愛的仁波切  
您背負著多少的承諾  
親愛的仁波切呀 親愛的仁波切  
您承受著多少的寄託

該讓我們為仁波切祈求 不要再為眾生流淚  
該讓我們為仁波切祈求 福德智慧永遠雙全  
該讓我們為仁波切祈求 您的身體永遠健康  
該讓我們為仁波切祈求 您的佛法遠流弘揚  
該讓我們為仁波切祈求 您有無數的退休金  
該讓我們為仁波切祈求 您已經成佛再成佛  
該讓我們為仁波切祈求 您本人就是績優股  
該讓我們為仁波切祈求 不必理會誰將當選  
該讓我們為仁波切祈求

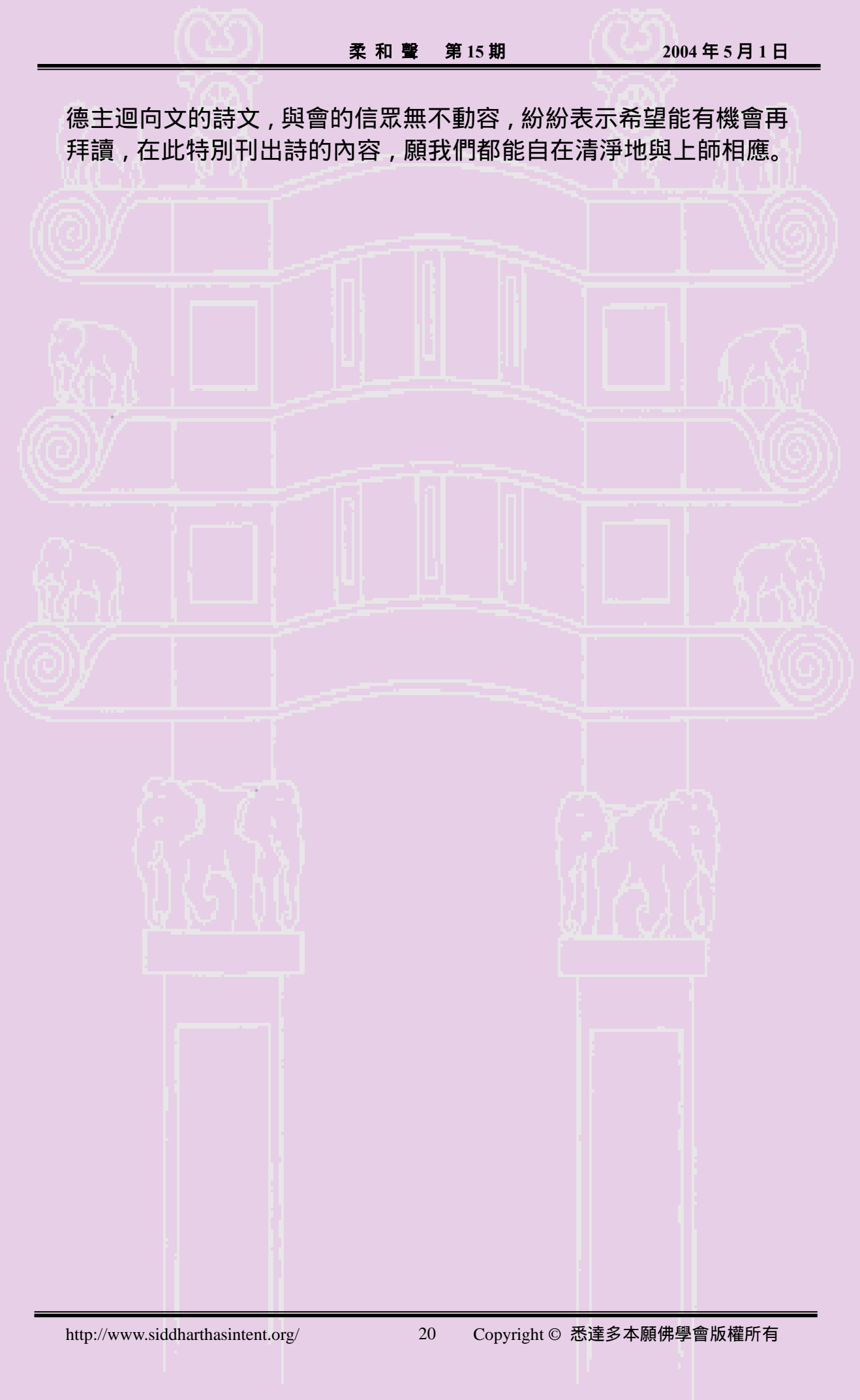
Nicole Kidman 將是您下部電影的女主角

我們只祈求您加持學生們有承受困難的勇氣  
我們只祈求您加持學生們有鍛練智慧的能力  
我們只祈求您神通傳法度有情  
我們只祈求您恆常住世至永遠  
我們只祈求您神通傳法度有情  
我們只祈求您恆常住世至永遠

願此祈願善德之種子 無誤二諦溫潤而滋長  
成熟為一燦爛之果實 飾三界以最勝之吉祥

編按：在聖度母大法會圓滿當天（元月十一日）供讚時分，共有十位來自海內外的師兄姐表演，這首由任師姐結合法會期間「供茶」功

德主迴向文的詩文，與會的信眾無不動容，紛紛表示希望能有機會再拜讀，在此特別刊出詩的內容，願我們都能自在清淨地與上師相應。



### 「欽哲基金會」英文版《入中論》開示檔案索取方式

最近有不少讀者詢問如何索取「欽哲基金會」英文版《入中論》的開示檔案，煩請各位利用電子郵件 [info@khyentsefoundation.org](mailto:info@khyentsefoundation.org) 索取(並非上網下載) - 請用英文書寫您居住的國家與城市，便會得到下載檔案的說明；未來若有修正內容將通知曾經索取的人，因此要麻煩各位親自索取，才能保障您的權益。謝謝！