



- 宗薩欽哲仁波切於哭牆之祈願
- 楊列雪
- 漢普郡
- 生命、幻影、藝術
- 請問，何時有法會？

宗薩欽哲仁波切於耶路薩冷哭牆之祈願



「願我再回到此地，成為一個獨裁者，七天之內解決這所有的混亂。」

願我永遠——現在及未來——保護那些沒有受到保護的人，引導那些迷路的人，成為渡洋者之舟，成為過河者之橋，成為身處險境者的庇護所，成為沒有光明的人之燈盞，成為缺乏庇護的人之避難所，並成為所有需要幫助的人之僕役。」

楊列雪

鄔金督佳仁波切 講述

尼泊爾·楊列雪 / 2018年5月18日

（英譯前言）某晚，當仁波切行經楊列雪的上洞時，他停下來，坐在洞口，念誦一些祈請文。隨後，為了給現代朝聖者一些靈感啟發，他不由自主地開始講述「阿蘇拉洞」的歷史，用他那獨一無二的方式講述。

對寧瑪巴來說，楊列雪是這世界上最重要的聖地。對我們而言，蓮師是一切皈依來源的體現，是過去諸佛的化身，是現在諸佛的攝政王，是未來諸佛化現的基礎。

釋迦牟尼佛曾預言，一個比他自己更偉大的眾生將出生於世；那就是蓮師。

釋迦牟尼佛從子宮出生，蓮師的出生則是個奇蹟。釋迦牟尼佛是個平凡的化身，而蓮師是殊勝的化身——一個把所有壇城放射出去又收回融入自己的金剛上師。釋迦牟尼佛證入般涅槃，而蓮師仍在世間，尚未進入般涅槃。

在此世間，釋迦牟尼佛展現了十二種行誼，蓮師展現十一種。人天導師示現入般涅槃——他的第十二種行誼；但蓮師未入般涅槃，他仍活在世間，直到劫數盡、宇宙滅。這是為什麼，對寧瑪巴而言，蓮師是所有上師中最珍貴的。

在蓮師展現十一種佛行事業的教示中，最重要的一項是證悟。雖然他從來都是覺悟的，但是他以完成大手印持明的無上成就，在世間眾人眼前示現證悟。密續有四種持明果位，大手印持明果位即證悟。為了圓成這個果位，蓮師來到楊列雪，它位在「尼泊爾與西藏的邊界」和「印度與尼泊爾的邊界」處。

秋吉林巴取出的伏藏包含一個「卡唐」（Kathang），或說「蓮師生平紀事」，那是《甚深七伏藏法》（Seven Profound Cycles）的其中一部分。蓮師自己口述故事，由依喜措嘉寫下，然後作為伏藏埋藏起來，後由秋吉林巴取出。故事說了些什麼？

在楊列雪的上洞裡

既然說「上洞」，就暗示楊列雪還有個下洞。若真有第一層，那麼我們只談房屋的第二層。所以，

在楊列雪的上洞裡，

我修持極榮耀的「揚達嘿魯嘎」。

蓮師為了證得大手印成就，必須修「揚達嘿魯嘎」。如同釋迦牟尼佛在即將成等正覺時，遭到魔軍的幻術攻擊，蓮師在即將獲得證悟時，魔軍也展現了幻術威力。

《甚深七伏藏法紀事》中說道：

在楊列雪的上洞裡，

我修持極榮耀的「揚達嘿魯嘎」。

爾時，各種障礙折磨著印度和尼泊爾，令其受苦。

諸魔為了給蓮師製造障礙，在印度和尼泊爾的土地上降下乾旱。所有的田地都變為塵土，各種瘟疫疾病造成人們極大的痛苦。這些障礙後面的主要肇事者是一個名為「努千·貢馬卡」的龍，牠就住在楊列雪這裡的一個水塘裡。

修「普巴金剛」可以驅除障礙，沒有任何一個法比「普巴金剛」更強而有

力。所以蓮師差遣了一個信使到印度，請求聚集在金剛座的五百名班智達把「普巴金剛」的法本給他；他們照做了。我們的《甚深七伏藏法紀事》寫道：

我向諸大師們請求一個可以驅除障礙的法

印度大師們給的「驅除障礙的法」是《殊勝智慧普巴金剛續》（*Vidyottama Vajrakilaya Tantra*）。

他們派人帶著普巴金剛的《殊勝智慧續》法本

然後，

當那人一踏進尼泊爾，障礙盡皆平息。

那位攜帶法本的信使，僅僅只是抵達尼泊爾，便足以弭平一切障礙。

而後我證得大手印的無上成就

蓮師說，他在尼泊爾證得大手印持明的無上成就。意即，這個岩洞，這個上洞，正是蓮師圓成大手印持明果位——無上證悟成就——的地方。所以如同蓮師所說，他透過修持「揚達嘿魯嘎」圓成證悟，並以「普巴金剛」驅除當時出現的障礙。

蓮師透過「普巴金剛」去除障礙、透過「揚達嘿魯嘎」圓滿證悟之後，為了爾後的世代，他寫下結合「揚達嘿魯嘎」和「普巴金剛」的儀軌。在寧瑪傳承裡，我們稱為「揚普法」（*Yangphur practices*），那是「揚達嘿魯嘎」和「普巴金剛」的合修法。「揚達」是為了圓滿成就，「普巴」為了去除障礙，

二者的寂靜相是「金剛薩埵」——諸佛之尊。

這裡是蓮師要求「普巴金剛」護法們立誓的地方。據說，加德滿都山谷四位卡莉之一的達克欣卡莉（Dakshinkali），成為保護「普巴金剛」教法的其中一位護法。在伏藏教法裡，當描述到十二丹瑪女神（twelve Tenma sisters）如何立誓時，提到「阿蘇拉洞」（註：楊列雪上洞），「阿蘇拉」在梵文裡的意思是「秘密岩洞」。

司徒確吉炯內（Situ Chökyi Jungné）有個學生名叫康楚確吉尼瑪（Khamtrul Chökyi Nyima），他曾徹底研究那些發生在千年以前的事件的真相，然後寫成一本朝聖指南。他們師徒二人曾造訪尼泊爾，並待上很長一段時間。兩人都是噶陀仁津千波（Kathok Rigdzin Chenpo）的學生。噶陀仁津千波是藏地一位很重要的上師，也是一位成就者。他初次拜訪尼泊爾是受國王之邀請，因為國王的印度祭司們沒有治好他所患的嚴重疾病。噶陀仁津千波給國王一些藥，自己念了一些咒，便治好了國王的病，於是國王成為佛教徒。然而幾年之後，國王向印度教獻祭。噶陀仁津千波感到非常生氣，於是痛打國王。在仁津千波停手之前，國王幾乎已成一具屍體，四肢無法移動，更別說是起身——但內心充滿了怨憤。仁津千波做的太過份了，他不只毆打國王的身體，還坐上國王的寶座！

因此國王派出千名士兵去殺仁津千波。有三天的時間，士兵一再增強對仁津千波的可怕攻擊，但甚至沒有一支矛或箭在他的身上留下一絲刮痕。所以國王再次成為佛教徒——他沒得選擇！

告訴你們這故事是為了讓你們了解噶陀仁津千波仁波切是怎樣一位上師。司徒確吉炯內和康楚確吉尼瑪都是他的學生，他們的故事刻在斯瓦揚布納特（Swayambhunath）佛塔的銅片上。幾年前，塔唐珠古（Tarthang Tulku）想要為佛塔鍍金，在移除佛塔的外層時，內層顯露出來，那時，印刻的文字才被發現。

是康楚確吉尼瑪這位上師，寫下有關尼泊爾所有聖地的朝聖指南。也是他

曾經說過，對於追隨蓮師的寧瑪弟子而言，楊列雪和金剛座完全一樣，二者沒有絲毫差別。釋迦牟尼佛在金剛座獲得證悟，蓮師在楊列雪的阿蘇拉洞獲得證悟，這是為何楊列雪如此神聖的緣由。

蔣揚欽哲確吉羅卓也來過這裡，並且以預言的方式寫下對此聖地的描述。索甲珠古和我一同朝聖時，曾要求我解釋那篇文章。其中，確吉羅卓仁波切甚至精確地預言，他的轉世將會在哪些年份來拜訪此地。那篇文章當時被印出來，貼在這牆上，但現在已不在了。

這樣清楚了嗎？金剛乘弟子如果不知道這些事，是很丟臉的。我以前告訴過你們，若是到像這樣的地方，卻完全不知道與它相關的宗教或信仰的歷史，那你就像是呆呆跟在主人後面的狗一樣。

這裡正是蓮師證得大手印持明果位的地方。這句話什麼意思？大手印持明果位的無上成就是透過禪修而證得。佛沒有任何不清淨的感知，所有一切都是清淨的。其實那甚至不能說是清淨，因為佛的法身是宛如虛空一般的智慧。當一個地方受到虛空般智慧的加持，它就變得神聖了。

你我都無法加持任何東西，然而據說，當蓮師在桑耶的清埔（Chimphu）給予某個灌頂時，在他迎請加持之後，地板、石塊等所有東西都搖晃了數小時。那是當事物以空性的顯現之姿出現時會發生的情況。這種加持是無窮無盡的——空性不會耗盡，對吧？

所以現在，我們只需要和這個地方結緣。任何一種緣都可以，善緣、惡緣、僅僅路過……不論哪種緣都有益。但如果內心覺知這地方的神聖性，我們接受到的加持會更大。

打個比方：如果點燃一個很大的篝火，只要靠近它便會感覺到溫暖，不管你喜不喜歡。喜歡溫暖是「清淨感知」，不喜歡溫暖是「不清淨感知」；但是在佛智慧的果位上，那並沒有差別，因為據說佛的悲心是「遍在的」，對吧？那個「溫暖」指什麼？佛的功德。佛的功德一直都在，不是這一分鐘在，下一分鐘就不見了。

這是為什麼我們應該拜訪這類地方——有無窮無盡加持的地方。只要來到楊列雪，它的加持便會自動進入我們。所以如果能夠到這裡，這地方會加持我們。我們習慣於這種想法，喇嘛灑米或灑麥來加持眾人或佛像。那是很有效的加持方法，但比不上蓮師能給我們的加持！沒有任何人的加持比佛和蓮師給予的加持更有力量。

基本上，佛的功德不可思議——我們甚至無法想像，更別說是描述它們。你我都藉助修持生起次第及禪修宇宙眾生的無邊清淨來仿效佛。我們禪修這個世界和整個外在宇宙，思惟它們是本初清淨的，對吧？所以當我們在這洞裡禪修時，要觀想這個洞變成本尊的越量宮。但是我們的禪修不穩固，反之，蓮師的禪修很穩固；蓮師的禪修不只是穩固，它還保持不變。沒人可以影響它。就算十億魔軍試圖改變它，也不會有絲毫影響。蓮師的禪修不只是穩固，它持續保持不變和穩固直到今日。沒人能影響它！就算有十億魔軍也無法以任何方式改變它，或造成絲毫影響。這是蓮師的禪修功力，被稱作「金剛三摩地」。你我無法理解，因為我們沒有清淨感知；但如果我們有，我們便能看見整個宇宙的無邊清淨。

這樣清楚了嗎？其他人好像都不知道這些事。稍早時，我和宗薩欽哲略微談到這些，然後他用微信問了我好幾次。

今天確吉尼瑪告訴我，堪布晉美彭措曾在這裡待二十天，堪布說這個岩洞周圍的石頭裡，充滿著伏藏。

（藏譯英：Gyurmé Avertin；英文編輯：Janine Schulz；英譯中：柔和聲編譯組）



漢普郡

撰文：Janine Schulz

這張老舊的髒照片是仁波切的，那是 80 年代晚期我第一次認識他時的照片。那時候，他常在萊徹斯特廣場的漢普郡飯店喝茶，雖然那裡相對來說比較貴，但也有種「家」的味道和舒適，而且所有最好的電影院就在旁邊。通常我們一大群人擠在長絨毛沙發和深凹靠背的大椅上，我們有點太過興奮，眼裡充滿期待之光。我常想，那些帶位服務生會怎麼看我們。

有次，仁波切舒服地坐在一張沙發上，然後開始一段關於研讀佛法如何重要的極有說服力的解釋。他特別提到，整體來說，研讀佛法沒有受到大圓滿愛好者的重視，以及如此發展下去的危險性。那是他較為激烈的薩迦派時刻。

我仔細聽著，並且感到羞愧。對於那時的我而言，佛法**就是**大圓滿，那一刻我才理解到，自己對於其他證悟之道的所知是多麼的少。當然，我竭盡所能地推銷虔敬心的力量，以及那些我認為應該尊敬的神聖事物。然而仁波切——

這位辯論大師及文殊菩薩真身，用強烈的邏輯光焰消融我的每一個論點。接下來幾個月，我讀書，讀了一大堆書。當仁波切再次造訪倫敦時，我開始找機會用上我的閱讀。

可巧的是，我們再度在漢普郡飯店碰面。雖然我知道這完全是捏造，但我的記憶堅持地認為，所有的人都坐在跟上次相同的位置，一個不差。

令我驚訝的是，仁波切即刻回他上次的主題：研讀的重要性。但這次他帶來相反的觀點。他告訴我們，研讀對於精神之道大概只有 2% 的用處，因此總的來說，是在浪費時間。我們該做的是實修，因為最終而言，只有實修可以開啟解脫之門。我吃驚到下巴瞬間掉落。我向仁波切指出，上次我們就坐在這同一個房間裡，他給我們的訊息和剛才說的截然相反。他笑了。接著我相當無力地試圖替研讀的利益辯解，而一如以往，他以工業般的精準粉碎了我每一個論點。

在那之後，我們很快地離開去趕電影。我始終不解的是，仁波切是有目的地提起研讀和實修的正反兩面立場，或是他的建議是當時自然生起的？不過最重要的是，我希望我那時隨身帶著一台錄音機……

（柔和聲編譯組譯自作者的部落格 Roiling and Rusty Mind。）

生命・幻影・藝術

撰文：Jeebesh Rayamajhi

不丹導演宗薩欽哲仁波切（亦名欽哲諾布）談被稱為「生命」的幻影，以及為何「有生命便有藝術」。

生命本身貧瘠而醜陋，是藝術使它美麗而值得去活。這是來自不丹的宗薩蔣揚欽哲仁波切——亦以「欽哲諾布」之名為人所知——認為藝術在人生中極為重要的原因。他是藏傳佛教傳統中一位高階的轉世喇嘛。除了要監管、護持位於不同地區的寺院和佛教組織，以及至世界各地弘法，他還是位活躍的電影人。

了解生命

電影於他而言是個媒介，是種語言，是個工具，「用以表達感情，表達一個人的處境，表達世界、國家、家庭、文化、傳統等等的處境。」

「電影是個媒介，就像打字機或是筆。你可以用筆寫很糟糕的東西，激怒每個人，讓大家互相攻擊。或者，你可以寫些有深度、具有啟發性或慈悲的東西。」

他建議大家要善用電影、電影製作，因為「電影只是個媒介，真正重要的是如何使用它。」

對於生命，仁波切說：「它是個幻影，但我們常忘了這一點。」因此，「我們認為金錢是真實的，兩性關係是真實的，權力是真實的，影響力是真實的，成功是真實的，失敗是真實的，然後我們在這過程中受苦。」

他強調，我們需要知道生命是個幻影。

說到此，他解釋了電影藝術所扮演的角色：「藝術，尤其是音樂和電影這類藝術，如果我們使用得當，它可以讓我們一瞥這個幻影，幫助我們了解這個幻影。」

有生命便有藝術

是創造藝術的動機，讓人和精神領域有所連結。他把靈性或精神定義為超

越我們所見所聞的凡俗世界的途徑。

他進一步說明這個觀點：「當我看著某人，他看起來像是個好人，或他看起來像是個壞人。然而靈性之道會引導我超越『好人』和『壞人』。」

然後他也說：「藝術是人為的，是你造作或創造出來的東西。」但是，關鍵在於動機——「創作的動機真實地說出實相」。

「所以，有時因為實相超越了文字，超越了造作，唯一能把實相分享給其他人的方式就是透過創作，透過造作。換句話說，藝術幾乎就像是透過謊言來說出實相。」

對他而言，沒有一個生命不蘊含著藝術，有生命便有藝術。他相信每一個人都是藝術家，「一個唱著搖籃曲哄孩子的母親，就是一個很善巧的藝術家。」

最初的啟發

有很長一段時間，他深受印度導演薩吉雅·雷的啟發，但現在他最喜愛的電影導演是日本的小津安二郎。

「小津的電影是關於日常生活。他可以拍攝一個單一事件的電影，比如你現在採訪我——而觀眾仍看得下去，因為有劇情。」

他建議大家去看電影，看「不同的電影」。他推薦尼泊爾的年輕導演看《波米叔叔的前世今生》(Uncle Boonmee Who Can Recall His Past Lives)，這是泰國導演阿比查邦·韋拉斯塔古拍 (Apichatpong Weerasethakul) 的藝術電影。他也推薦所有小津安二郎的電影。

對他而言，拍電影最重要的是故事。「你的故事必需真誠，並且是原創的。如果問我『如何才能原創出一個故事？』我給年輕導演的建議是，絕不要輕視、小看自己的點子。不論發生什麼事，都應該繼續拍片。」

他把寶萊塢和好萊塢的電影視為很大的障礙，雖然他也喜歡看那些片子，因為「很容易看，不需要思考」。

他建議不要抄襲。「很多時候，我想年輕導演看過寶萊塢和好萊塢的電影，然後試著在這裡或那裡複製它們——別那麼做。」

充滿靈感的尼泊爾

人們是他的靈感來源。「我喜歡很世俗、很平常的故事。」這位以《高山上的世界盃》、《旅行者與魔術師》、《舞孃禁戀》以及《嘿瑪嘿瑪》等電影獲得好評的仁波切導演如此說。

他日前在加德滿都，為取材於尼泊爾的新片而來。在談到他新片的靈感來源時，他說：「作為一個佛教徒，尤其是金剛乘佛教徒，我們相信整個尼泊爾，尤其是加德滿都，是一個非常重要的壇城，一個密續的壇城。它給予我靈感，我的下一部電影就是受到這種情感的啟發。」

他一生的夢想是拍一部有關佛陀生平的電影。「這是我的願望。拍電影不是我的工作，我有其他的工作，但是我想拍一部有關佛陀一生的電影。這對我來說很重要，而尼泊爾對這樣一部電影很重要。」

擁有佛陀

綜合他的夢想計畫和尼泊爾人對佛陀及佛出生地的情感，他說：「最近我聽說許多尼泊爾人不開心，因為人們說佛陀不是出生在尼泊爾。當我聽到尼泊爾人因此而不開心時，我感到很高興。」

(本文譯自「喜馬拉雅時報」(Himalayan Times)，尼泊爾最大的英文報。2017年12月23日)

請問，何時會有法會？

撰文：張瑞哲（悉達多本願佛學會會長）

「師兄，什麼時候會有法會？」

「會長，法會什麼時候開始？」

「師姐，有法會嗎？」

「好想再去排隊繞壇城喔！」

「好想再去供花喔！」

……

自從 2016 年底的佛頂尊勝佛母法會及地藏法會圓滿後，隔不久 2017 年初，就開始陸續有人來詢問佛學會的執事義工，什麼時候會有法會。

我常覺得，能參加由具德具格的上師、修持嚴謹的喇嘛、莊嚴的壇城、豐富的供品、虔敬的大眾組合而成的法會，是需要善根、福德、因緣都具足的。我很慶幸能有這樣的福報參加了數次這樣的法會，尤其在如此末法的時代，更是難得。有時候想著想著，不禁流下感動、感恩的眼淚。

但是即使宗薩欽哲仁波切每年都來舉辦 10 天的法會，而我們也有因緣能天天參加，那也只是 365 天當中的十天；如果其他三百多天我們就放任自己，順著自己的貪、嗔、癡、慢、疑、自私、二元分別、無明等等而活，那就可惜了。

如果我們能夠在日常生活中抱持淨觀，以不二的智慧去擠公車、搭地鐵，那是繞壇城。發菩提心、用慈悲待人接物，那是供花。

《金剛經》描述了佛陀於午飯後，洗鉢，疊袍，敷設禪墊，將其妥適地放在地上，坐在墊子上，然後禪修。之後，佛陀與弟子須菩提開始了一段很長的對話討論。快結束時，佛陀問他的弟子：「我給了教授嗎？」須菩提回答：「沒

有，您沒給教授。」佛陀說：「好極了！我從來沒給過教授。」

究竟來說，我們從來沒有舉辦過法會。

「師兄，什麼時候會有法會？」又有人來問了。

當不二菩提心及般若智慧生起時，法會就開始了……

許多朋友所期盼、關切的第9屆佛頂尊勝佛母千供
法會，將於今年2018年11/23~12/2在台灣舉行，詳細
的時間、地點等相關訊息，將儘早於官方網站公告，特
此預告說明。 悉達多本願佛學會 敬上