



ལྷ་མོ་པའི་ཚེས་གྲིང་།

聞 喜

ལྷ་མོ་པའི་ཚེས་གྲིང་།



2002 年 7 月

1999 年北美創刊

第 7 期

本期內容

賀 劉國威博士榮獲止貢羅札授證

美國新澤西州岡波巴中心，於今年六月八日，在止貢敬安仁波切的主持下，為新取得哈佛大學博士學位的止貢弟子劉國威慶賀，並由朗欽加布仁波切授予他止貢羅札瑪尼噶師利(止貢譯師寶吉祥)證書，以及班智達之帽。第三十六世法王澈贊仁波切也於當月底在證書上蓋印認可，隨喜祝賀。





出離與出離心

問者：岡波巴編輯小組

答者：朗欽加布仁波切

翻譯：止貢敬安仁波切

時間：二零零二年一月

地點：北美岡波巴中心

編：過去三期的「聞喜」連續刊載巴楚仁波切的寓言故事，「出世法言 蓮苑歌舞」，這篇文章最後一再的提到出離與出離心的重要。在讀完這一教言故事後，我們想就這一個與修行相關的主題，進一步請教仁波切。

仁：你們先講講你們對這個題目的了解是什麼？

編：就像噶舉教派所主張的，出離會使修行容易些。提到「出離」，一般人的聯想是類似出家，就是牽掛與牽絆要少。最有名的例子是釋迦牟尼佛，他當年毅然捨棄王子的身份以及王宮的生活而出家修行，終至成佛。此外如密勒日巴的出離，在山洞中修行而成就。另一類的代表就是馬爾巴，他在拜師修行有了相當的基礎後，就結婚生子，但仍能以在家人之身修行並教授佛法，他自己與弟子都有相當的成就。現在我們這些學佛的在家人，雖然也都曉得「出離」的說法，但遇到生活現實狀況，並不一定能實際的運用「出離」。所以我們才想進一步請教仁波切。

仁：一般我們談「出離」，是以輪迴為對象，生出離輪迴的心。六道輪迴的自性是苦，而輪迴中的一切現象都是變動不定的：貧、富、地位高下，都可能在剎那間改變，這就是無常之苦。想脫離這無常之苦而得解脫，就是「出離心」。

輪迴不僅限於此生苦樂的交替，果真如此，那麼這一生一結束，就沒事了。不幸地是輪迴是苦樂生生世世不斷持續的運轉，而當我們想要從這一持續的轉輪中解脫出來，就是有了出離的心。

瞭解了輪迴之苦，自然要出離輪迴；想要出離，得先曉得遍知解脫果之道。解脫的道路有許多，其中第一個就是出家，出家人從受戒開始步

上解脫之途，尋求一己的解脫。如果嚴格遵守佛時代所制定的別解脫戒，則在現代社會中不能開車，不能有自己的財物，每日僅能食一己托鉢所得的食物，依此奉行，終究得到「個別」的「解脫」。若是進入了別解脫道，但對輪迴沒有真正的出離，僅是身出離而心不出離，缺乏禪定、智慧，還沒有遍知解脫的想法，這樣是不能跳出輪迴的。獨自居於深山的修行人，若我執、我慢之心仍存在，那麼與山中的野獸無別，仍是處在輪迴之中。

第二種遍知解脫之道是菩薩道的示現。趨入此道的人從內心深處對輪迴心生厭離；有了出離心，並瞭解佛法「不執取」的教導，但仍然能為利益眾生而示現各種善巧方便。如馬爾巴譯師，蓮花生大士，或在中國聞名的鳩摩羅什譯師等，都是心中絲毫無執取的代表。我們讀馬爾巴的道歌，看到那洛巴鄭重地告訴馬爾巴：「雖然從外表看你對此生有許多貪執，但在內心底你已有很好的見地，無所執取，所以你死時會得到解脫。」

每一位補特迦羅（藏文「慳薩」，指輪迴轉生之主體）的業與福報是不同的。寧瑪派的大修行人龍欽那蔣巴曾說：「有些人的出離輪迴，只是捨棄小家而進入大宅，在行為上仍為利益而營生。」所以你們不要認為在家人不可能比出家人修行的好，因為你們修行的機會，可能比出家人更好。但我們也不能因此把在家人與出家視為平等，因為出家人穿的是佛所制之衣，代表了佛之教法，所以我們應對他們恭敬。這就像國王任命某人為將軍，並授給他軍官之服，大家自然會對此人心生敬畏；即便是鬼道眾生，也會對他懼畏。我們以前常聽說僧服有驅魔的作用，最近的事例，是發生在一名逃亡到印度的西藏僧人身上。從1959年後，許多逃到印度的西藏人被徵

召從軍，某些出家眾也不能免於到印度軍隊服役。出家人一般對僧服很珍重，所以此一僧人在當兵後仍隨身攜帶，保管他的僧服。部隊在四處調駐時，常常發生一整隊的軍人因鬧鬼而夜晚不得安眠的情形。某日這名僧人想起了僧服能驅魔的傳說，便在晚上就寢前穿上僧服，然後坐在床上打坐，結果當晚整隊的士兵都睡得很好，他因此親見僧服對非人所具有的震攝力。這名僧人修行很精進，他後來退役回到寺院，繼續修行。

編：我們聽到仁波切剛剛所說的，是對出離做了總體的介紹，重點第一是要對輪迴有正確的見地，第二是心很重要....

仁：對，心非常重要！

編：....真正地有了出離的心，不管出家或在家，都可能出離達解脫。但是對我們這種見地並不圓滿，修行基礎並不深厚的在家眾而言，在面對生活裡現實的狀況下，有時自己很難知道具體上應如何做才能確保身心趨向出離。我們剛剛也聽到仁波切特別提出每一眾生的福報業緣各不相同。是不是說個人的業報，加上前面的兩項提綱（見地，發心），就解釋了每一個人能做到出離的程度？對一個渴望出離的人，我們還能不能進一步追問他/她如何才是正確地通往出離之路？

仁：前面所說的要點的確已概括答覆了第一個問題。一般而言，清淨的見地，和利他的菩提心，是入一切道的根本。我們剛剛所提到的「慷薩」（中文意為補特迦羅），在藏文中「慷」是盛滿之意，「薩」是漏失之意。「慷薩」有兩種類型：一種是人一味的去盛滿他人的缺失，而漏失了本有所具的善德；另一種是藉行善與隨喜功德來盛滿自我，同時不斷漏除貪嗔痴等不善。將此「滿」、「漏」運用在出離輪迴上；如果我們只是心想：「我要出離輪迴」，那沒有用，我們得瞭解輪迴的自性，從瞭解的當下慢慢地體悟，才能真正出離輪迴。最近一年內我們看到紐約最高的兩棟樓，以及在阿富汗的古佛被摧毀，都是發生在剎那間的事。要學會將「滿」、「漏」運用在無常上，每天都去觀察一日中的苦與樂，這樣慢慢訓練自己。

當我們生出渴望出離輪迴、尋求遍知解脫的心之時，我們已經趨入解脫道了。佛經中說若我們對空性有一點點的疑惑而開始進行討論，都是能幫助我們解脫的助緣。我們今天能坐在這裏討論這個主題，已經代表我們在進入解脫道。我不能肯定你們今生能得證遍知果，但我可以確定你們已趨入解脫之道。

編：雖然在理論上出離心可以在任何情況下生起，我想請問是不是有某些特別的狀況能幫助修學佛法的人升起出離心？如果我們看現在一般的在家人，都是追求安定的生活，有房子，有車子，銀行有存款，拿固定薪水，但這種安定的日子，是不是對我們出離心的生起反而是一種障礙？尤其考慮到無常（的實相）？

仁：障礙不僅限於你剛才所提的安適的生活，障礙其實有多種，隨時會出現。當我們在日常生活中慢慢地、依「滿」、「漏」之法逐漸去做，就能慢慢消除自己的執取，也可以趨入出離之道。當然每個人的心態不同，有些人在生活上安適後，可能執取心反而越大，造成更大的障礙，有些人以為出家後阻礙就沒了，豈知出家後有更大的障礙。每個人不同，一切都是心。

編：我同意一切都是心。不過對過著安逸生活的在家人來說，我們要怎麼訓練自己的心？

仁：你講的是真的。安適的生活可能是出離輪迴最大的障礙；越苦出離心越易生起。我們知道「苦」的功德就在於沒有苦就不會有出離。我們得要了解現在所擁有的安適與幸福，是否能長久？這點很重要。有些人不去善加觀察，就自認將來仍能夠再得人身；其實如果不曾好好的去觀察過，自己就沒有把握（能再得人身）。在現代的五濁惡世，財富更是不恆常的：你可以很快的發財，也可能很快的破產，沒有什麼是恆常的。瞭解幸福安適不恆常，不要去執著它，但我們可以去利用它。至於怎樣去利用它，就涉及到見地了。

編：我想問一個實用的問題：有了出離心之後，在日常生活人際關係上，要如何運用？舉個例子，自從我學佛後，就不常參加外面的宴會、應

酬、社交活動。在多次拒絕參加工作同事的活動後，似乎會被另眼看待。我昨天破例，與同事一起宴會，心裡想或者可以讓他們高興。所以出離心如何應用在這類的情境，是我很感興趣的主題。另外，為了契合現代人根性，社會上很流行出手冊或指南教人做事。不管學電腦也好，修車也好，甚至結婚或離婚，坊間都有簡單易懂的手冊，一步一步教導人該怎麼做。美國社會的手冊文化中有一個運用得很成功的例子，就是戒酒協會（Alcohol Anonymous）的十二步課程。我想問仁波切的是，有沒有可能也給我們一個類似的指南？例如「解脫十二法」之類的？

仁：我不可能當下就提出一套如何一步一步奉行的解脫指南，但如果佛陀在世，可能可以馬上為你們做出一套這樣的東西。其實在平常修法中，你們已經照著佛的教導，依順序在做了。從思惟暇滿人身、無常、輪迴過患到業與因果等，就是一步一步重複地練習。當你了解暇滿人身後，你不會浪費它，對那些不瞭解人身珍貴的人，你能生起悲心而決定去參加宴會使人高興，也減少我的隔閡；因為別人歡喜，你也有滿足感，所以你沒有把你的暇滿人身浪費掉。內心裡不執著是最重要的！當你去參加宴會時，你做著跟別人相同的事，但宴會的活動不是恆常的，三、四個小時後，聚會散了時你會瞭解到：這就是無常。其他人在散會回去後，有的可能很快樂，有的可能在爭吵，有的可能昏昏沉沉的；而你瞭解：這就是輪迴的自性！能做到這樣，那麼你就沒有浪費人身。

編：看樣子「解脫十二法」已經有了四步了——轉心四法！

編：延續前一個問題，我想請教另一種情況：為了不讓人覺得佛教徒很怪，或是與社會脫離，所以最初我會勉強自己參加宴會或應酬。但可能因為自己的定力不夠，所以參加聚會後，自己常常混亂很多天，又因為在社交的情境中，我會不時的想起無常而對眼前玩樂生起厭惡感，所以後來我就不參加了。這種心理需不需要調整？

仁：你不一定需要改變這種心態，這完全取決於你自己覺得需不需要改變。如果覺得有些社交活動一定得參加，那就依照前面所說的方式去參加，也沒什麼。這並不是說去了一次以後就要每次都去，或再去第二、三、四次。這些都是方便。如果時間與時機的條件具足，那就去做。參加活動時最好能照著前面所說的方式。（即思念人身暇滿等）

我看過吉美朋措法王那裡的一個錄影帶，紀錄他們夏季的活動。如果依世俗嚴格的眼光去看，那麼喇嘛等出家眾跳金剛舞似是違背了別解脫戒；但是從方便的法門看來，許多信眾來參加這一活動，藉此而能瞭解佛法，是一種善巧方便。

編：最近有幾次我聽人勸道：「修行不用急，因為需經三大阿僧祇劫才會成就，我們這輩子不可能會成就，下輩子還得再修。」我自問心急可能不對，但對下輩子會到哪裡去也沒把握，應該怎麼辦？

仁：經教的確有三大阿僧祇劫的說法。但你現在學密乘，密乘的教法是：如果你精進，此生可能就會成就。法都是需精進修學的。照密乘的說法，上等根器者可以在此生獲得解脫，而中、下根器者則在七世或十六世之間得成就，在聽聞了「三大阿僧祇劫」的說法後，我們當下應發願在三大阿僧祇劫之間，都會精進地、恆常地去修行。「三大阿僧祇劫」是要我們發恆常的願、誓言，而不是說因時間很長，就可以慢慢來。當佛陀說修行人在第一劫發菩提心，第二劫會如何、第三劫會如何時，意思是說行者在歷經多劫以來都不曾放棄菩提心。有這樣的瞭解很重要。這裡強調的是心續，也就是菩薩戒所注重持守的菩提心。相對而言，別解脫戒所持守的是外在的，行為的戒律，身體消散後就沒了。

編：所以我這樣不算執著？

仁：先以執著為道，再視執著為幻，最後一切放下。精進若成了習慣，一切都是自然的。

編：謝謝仁波切。



瑪爾巴譯師傳(4)

三、獲得灌頂及教授等妙法後返回西藏的情形

瑪爾巴的衣食用品將盡，虐譯師的費用也已用完，於是彼此約定時間結伴回藏。虐心裡暗想：「我二人中，論起金子固然我多，論起學法卻是他精。」，因而生起嫉妒的惡念。那時，與虐譯師一起的有兩位班智達，一位游學僧，及幾位旅伴。虐譯師的書籍等物品全都托他們帶著，而瑪爾巴則將書籍打成包袱，自己背著行路。虐譯師說：「我們堂堂的大譯師，親自背著包袱，成何體統？還是交與游學僧帶上吧！」瑪爾巴照其所說，將包袱交給了游學僧。虐譯師暗中賄賂那游學僧，教唆道：「你將瑪爾巴的書籍經卷故作失落扔到河中！」那游學僧從其奸計，當船行至恆河的中央時，便故意將瑪爾巴的書籍經卷扔到水裡。瑪爾巴料到這是虐譯師所為，他想起籌措金子的艱難，到印度訪師求法的苦處，求到的法門與教授又是別處稀有，那樣珍貴，而現在卻化為烏有，心中十分痛苦，幾次想投河自盡，此刻，忽然記起上師的教誨，心中的痛苦稍為減輕。瑪爾巴本無報復之意，只想把事情弄個明白，便問虐譯師：「這都是你做的好事！」虐師矢口否認說：「我不曾做。」瑪爾巴無可奈何。但當船一靠岸，瑪爾巴即將游學僧捉拿到當地國王處講理，游學僧只好將虐譯師教唆的全部底細供出。於是瑪爾巴便將心中所想到的作成如下道歌，用以羞辱虐譯師。歌中唱道：

「聽呀！業力所合友，相邀結伴同行入，
大家同是入法門，應當互學求奮進。
何況稱為班智達、譯師、大德等名人，
共乘一船難離分，同心同德同命運，
縱不能利情可原，但加以害理難容。
尤其對於佛法，我及一切諸有情，
如此傷害太蠻橫，天理人情怎能容？
煩惱五毒惡意行，將我書籍拋水中，
豈知害人即害己，致你受損也不輕，
同時將你成就名、佛法、黃金拋水中。
不是我視己非凡，而是法門別處罕，
今日尚未利益他，是故心中不安然。
但是我已勤求學，使得法與自心合。

文字不忘心明記，
我還可再印度去，
向那洛巴等大德，
把諸佛法重學習。
誰知你竟是這般，
上師譯師責不擔，
如今含羞返家園，
你應深刻悔罪過，
自恃大師只能把，
但卻怎使有緣者，
人身如寶得不易，



落得狼狽不堪言。
莫要錯上再加錯。
愚蠢之人欺騙過，
獲得成熟與解脫？
勸你別修三惡趣。」

瑪爾巴唱完道歌，虐譯師便說：「不用擔心，我有書的原本，可以借給你抄。」瑪爾巴心想：你會不會借給我原本，還很難料；即便借給，由於你我上師不同，教授不一，抄寫了也沒有什麼用處。倒是我心中所記得的那些要比你的書好得多。不過我還是速去印度才好。瑪爾巴雖然心裡是這樣想的，但是嘴裡卻說：「那就請你把書的原本借給我吧！」

之後，到了尼泊爾。瑪爾巴心想：與虐譯師同行，必然多造罪孽，於是便推故暫住此地不走。臨分手時，虐譯師便囑咐瑪爾巴道：「那麼，經書弄落水中之事，請你不要向任何人張揚，回藏以後，請到我處抄書。」瑪爾巴答應了虐譯師的請求。於是虐譯師從尼泊爾率先出發前行，到了尼藏交界處，曾給家裡寄信，求派人迎接，家裡接到信後果然派了人來，虐譯師便同迎接的人一起到喀日去了。而瑪爾巴卻去拜見基特巴大師，以哈杜噶波為首的諸位同學，對瑪爾巴殷勤款待，並且說：「這回虐譯師嫉妒您，將書拋入水中的時候，而您不但不發怒，而且反用歌勸他，我們聽後，都讚嘆十分稀奇。您的修養功夫已經達到如此境地，這是生起妙善無邪的見地的標誌，請您為我們作歌，開示最究竟的見解，不要援引經典，只講您自己的實悟。」瑪爾巴答應了他們的請求，便唱道：

「救度眾生的大德師尊，哈杜噶波為首的同學，
顯密經教學而有成者，請暫聽我唱支西藏歌！
達到究竟境界的見地，十分殊勝而又最稀奇，

是極無所住的妙雙運，此是三世諸佛的心印，凡許方便智慧相分離，便是墜於邊際而應破¹。此事雖對諸君難言明，但是仍需盡力講說清，故將佛法作歌請諦聽。執著實有法²者是應破，因降魔軍聖說一切無。義既如是執著則生障，生死涅槃乃是諸法本，尤其能使成為方便捨，愚者遂許所及為斷空，破壞善根³終落為斷邊⁴。貪愛虛空花朵的人們，本是冰雹毀禾的邪見，故當善解虛空的性相⁵。諸凡若不善解空義者，必於無者反增益為有：只因顛倒視陽焰為水，迷於真理故成輪迴因。

自宗唯識⁶、外道⁷數論⁸等，

便許方便智慧相分離，

他們各自所許的宗義，猶如枯樹開花一樣的，如此離言之義無所住，唯有般若⁹才能悟其意。無住生死涅槃寂靜¹⁰邊，大悲具有空寂之實情，方便智慧相互不分離，這個便是自然俱生合，空樂無別¹¹了空也無別¹²，這些我皆了悟又通達。無緣慈悲本來自性空，無分別的真如¹³離戲論，諸法應該如此來領悟。僅於見地所示之詞語，取耽著境¹⁴權作為己有，世間道的這一種見地，對因果業生起了勝解，即是百劫也不會壞滅，智慧至尊他是如此說。任何沒有悲愍心之人，

猶如芝麻顆粒被火焚，既是這樣果實怎能結？沒有原因怎會有差別？於此並非有大乘之教，這是智者納喀卒那說。如果沒有見到所緣境¹⁵，傳授正法其意則虛空，就和無實糠粃一般樣，這是譯師瑪爾巴所講。諸位有智慧的大德們，我論若謬祈請能諒忍。」

瑪爾巴唱完了這支道歌，尼泊爾喇嘛及哈杜噶波等都很高興。

之後，瑪爾巴又由此出發，向西藏方向前行，到了尼泊爾與西藏交界之處，有一座叫做「里學噶日」的城市，是個大稅關，只好在此住了幾天。最後一天的夜晚，瑪爾巴做了一個夢，夢見空行母將他裝入轎子裡抬著就走，直到南方吉祥山，見到大婆羅門薩日哈，加持了瑪爾巴身語意三業，傳授了他精要佛法大手印的了義，於是身上生起無漏安樂，心中開悟不顛倒的正見，使他感到無限歡喜。醒來以後，夢中所見仍然清楚憶起而沒有忘失。瑪爾巴懷著歡喜的心情，到了芒隅¹⁶區的郎布喀，在該地又講了兩個月的法。其時後藏榮普的大德洛迦覺色已經圓寂，繼承他住持寺廟的長子聽到這個消息，便派人迎請瑪爾巴來吉隆，瑪爾巴答應日後一定前往。到了約定的日期，迎接的人便到班柯的拉錯森錯，把他接至榮普，殷勤供養款待，建立了一個一月的講經大法會。在那月的上弦初十日，又作了勇士慶會的薈供曼陀羅。在會席間，覺色對瑪爾巴說：

「從前我父子曾熱情接待過師父您，今天我又再次接待您，我有一個要求，請您在這會席間，唱一支以前所未宣講過的詞與意義諧合的歌！」瑪爾巴回答道：「不久以前的春天，我從尼泊爾中部出發，行了一尖之路¹⁷，來到一個名叫「里學噶日」的邊城，這是個稅關，我在那裡住了數日。有一夜我作了一個夢，夢見一個具有善種德相、婆羅門裝束的女子，她說了聲『請到南方吉祥山去吧！』便把我帶到了南方吉祥山，見到大婆羅門法王，這時從未作意便聞真實究竟義理。於是

¹ 應破—理智所分析排除的事物。

² 實有法—事，性。具有功用，能生起各自取識和各自後續自果之一切色法、心法及不相應行法。

³ 善根—善法聚，善資糧。福德資糧和智慧資糧。

⁴ 斷邊—否定一切或說一切皆無的偏見極端。

⁵ 性相—實有三法全具備者，為諸法性相。如能托屋樑是柱之性相。

⁶ 唯識—唯識宗。是隨順聖者無著主張的一個宗派，以理論破斥外境的實在，唯許心識實有。此分實相派和假相派。

⁷ 外道—不皈依三寶、不承許四法印的教派，佛教徒稱之為外道。

⁸ 數論—古印度一教派名。

⁹ 般若—梵音般若波羅密多的略名。意為智度，即智慧到彼岸。

¹⁰ 寂靜—離煩惱曰寂，絕苦患云靜，即涅槃之理也。

¹¹ 空樂無別—小樂方便與空性慧一味雙運。

¹² 了空無別—明空無別。心與空性融合一味。

¹³ 真如—自性，本性。真者真實之義，如者如常之義，諸法之體性，離虛妄而真實，故云真，常住而不改，故云如。

¹⁴ 耽著境—內心耽著而了別者，即尋思心所，耽著其印象而堅固受持之對境，如由比量所得之境。

¹⁵ 所緣境—心識所向之對境。如尋思聲是無常之所緣境為聲，大慧心之所緣境為眾生。

¹⁶ 芒隅—西藏自治區的阿里普蘭至後藏昂仁、吉隆等縣一帶與尼泊爾接近的地區古名。

¹⁷ 一尖之路—晨間出發至打尖時為止所行的路程。

便仿照大鵬展翅調的韻律，開示心地法門，唱了如下的朵哈金剛大道歌。歌中道：

「時值吉祥月上弦，殊勝初十這一天，
勇士慶會宴席間，弟子你等守誓言。
洛迦覺色你請我，唱支昔未聞之歌。
我經長涉途中險，身體疲憊不堪言，
歌又不美修辭欠，縱唱難動人心弦，
但念朋友您情面，賞臉作歌獻尊前。
我唱未聞稀有事，亦即婆羅門勝願，
在座顯密眾大賢，安祥諦聽記心間。
不久以前三月天，我返故土把路趕，
至尼泊爾腹地段，一尖路處有座山，
謔扛牟山堆巴堅，是個邊城設稅關，
稅吏橫暴又刁蠻，欺我藏人力弱單，
恣意不容我分辯，強行扣留住數天。
有天夜晚夢正酣，見婆羅門二女仙，
種姓高貴梵繩¹⁸拴，嬌含微笑秋波傳，
移動輕步近我前，令去南方吉祥山，
我答未曾到那山，恐不識途成行難，
二位女仙開了言，
『尊聲大哥聽心間，您足不必受磨難，
我等將您扛於肩。』
言罷即刻就把我，扶進彩轎將身安，
身隨轎起飄飄然，如同傘蓋空中懸，
恰似電閃傾刻間，來到南方吉祥山。
拉廈樹陰下面的，帝熱若墊的上邊，
見婆羅門薩日哈，容光滿面不平凡，
身佩骨飾更好看，二妃侍立在兩邊，
他展歡顏啟問我，
『弟子你安到此間？』
我見救主心喜歡，汗毛豎動淚濕衫，
繞行七周磕長頭，以頭頂禮主足尖，
請求以慈悲攝授，他全應允如我願。
主尊以他的身密，加持弟子我身業，
手撫我頭做灌頂，我身沉無漏樂中，
如同象醉狂奔行，達到無動證悟境。
主尊以他的語密，加持弟子我語業，
運用性空獅吼聲，講說無字深妙義，
如同啞巴做睡夢，達到無言證悟境。
主尊以他的意密，加持弟子我意業，

始把俱生法身¹⁹的，無往無復之理明，
如同屍挺屍林中，達到無思證悟境。
隨後主尊又為我，廣為宣說大樂淨，
還把道歌之寶瓶，大加開啟不密封，
運用梵音對字聲，宣示法性如虛空，
表本性的金剛歌，使我頓聞法無生。
頂禮空性悲無別，真實常住本原心²⁰。
從清淨的真如性，見到虛空接虛空。
身根住于家中故，始為意識所禁錮，
當用修習之後知，始能于心有所補。
需知萬物均無性，對治²¹、觀修不可能，
心之實像難想像，只好任運自然成。
若見此義得解脫，弟子應觀下劣行。
看到食肉鬼瘋狂，好比膽小獅子樣，
心似大象任遊蕩，請看蜜蜂採花忙。
不把輪迴作過患，要得涅槃實在難。
了知劣行將自宗，置于純潔行列中。
你對諸事未了悟，是故取捨才無住，
如其不然請看那，離戲虛空的中部。
諸法徹底精要義，正見頂峰大手印，
切中心要的語義，自婆羅門口中聞。
剎那之間睡眠醒，不能忘懷憶念清。
無明²²睡眠暗窟中，開啟智慧意識窗，
無雲天空日出樣，迷亂黑暗一掃光。
三世佛面雖曾見，日後求問恐無緣，
心頭生起失望感，意識盡轉頗希罕。
本尊、空行的授記，上師宣說的教理，
雖然曾經有告諭，這些不能講出去，
但是今夜若不講，實在沒有別巧計，
僅自此次開新例，過去未曾有舊習，
今後是否重講起，可以留神聽消息。
昔日長涉遠方人，我無親友無旅伴，
身疲腹飢不堪言，幸虧弟子你掛念，
接待盡美又盡善，我實難忘記心間。
恩德超世的良友，高位穩坐的上師，
能施悉地的本尊，可除障的護法神，
請別怪我言不慎，若有謬誤望容忍！」

¹⁹ 法身—斷證功德已達究竟的果位身。

²⁰ 本原心—原始心。正常狀態的心意。佛書譯作基位心，指與微細持命風並存不離之心而言。

²¹ 對治—壓服、醫治、制止、滅除對立之事物的方法。

²² 無明—痴。六根本煩惱之一。是智慧異品，不能如實了知三界所有業果、諦實等諸道理，能令雜染生起。

¹⁸ 梵繩—藏傳佛教密宗教徒修行母續密法時交叉佩帶於肩頭腋下的細繩。

羅賈覺色聽了這首道歌，感到面見瑪爾巴如同親見釋迦佛一樣。

此後，瑪爾巴便啟程回洛札，他想：我回去的途中，順便到虐譯師處去一趟，他前次曾答應借原本給我，雖然他那裡沒有，但是試探一下也是可以的。於是來到喀日，向虐譯師索借經書的原本。虐譯師向瑪爾巴獻了一兩黃金，一個曼札，並說道：「摩訶麻耶的法，你很熟悉，用不著原本，就請你作摩訶麻耶等母續的教主，講說該法！我作集密等父續的教主，講說此法。」結果未借給原本。瑪爾巴懷著從速再次赴印的強烈願望，回到洛札。

當瑪爾巴回到家中之時，父母已經去世，他的師父和哥哥殷勤接待了他。因為瑪爾巴是弟子，師父沒有請他講法，但尊重他的法。由於這個緣故，附近的人，誰也沒有向他求法和頂禮，顯得不那麼信任。與此相反，打從距離洛札很遠的地方來的人，請瑪爾巴灌頂、傳法者有之，向瑪爾巴頂禮和供養少許物品者更多。

以上首次赴印的情形第一節完。

第二節 第二次赴印之事跡

中間這次赴印，與上次相同，分為三個部分。

一、尋求黃金，遇諸弟子的情形

當時，洛札地方有一些僧徒向瑪爾巴上師求法，上師只向他們傳授了一些念誦儀軌及其程序之類，以便外出尋求黃金時，帶領他們作為侍從。隨後，瑪爾巴攜帶了上好的法器和供物，騎著高頭大馬，師徒數人便出發尋求黃金去了。

一日，瑪爾巴師徒一行來到衛地一大河之南岸，正在河邊打點吃飯，有兩位密教僧人，好似師徒，其中一位師父模樣的人說：「請問諸位由何處來，到何處去？」瑪爾巴上師的徒弟中有一位能言善辯者回答說：「有關我師父的情形二位也許有所聞吧？」瑪爾巴上師自己也說道：「我是印度大德班欽那洛巴的親傳弟子，名叫瑪爾巴譯師。我們師徒一行，四處遊化，為有緣者

度化其成熟解脫，與無緣者結個善緣。尤其為了佛法和眾生，我想再次赴印度遊學求法，為籌集赴印度資糧，前來化點金子。」便將來此種種詳情講說一遍。那人聽後便道：「啊！師父大名我早有所聞，很想前來拜見，不料今日在此相遇，今晚請到我處歇息。」遂迎瑪爾巴一行至雄·熱阿穹頂寺。此人便是瑪爾巴諸弟子中最初遇到的一個大弟子，名叫雄·俄敦曲多。在雄地，俄敦曲多對瑪爾巴善為款待和供養，並請求傳法。瑪爾巴便傳給他海生金剛派的薄伽梵歡喜金剛灌頂與修法。他供養了瑪爾巴上好衣物等許多供品。又讓他的弟子和施主多人向瑪爾巴求法，向上師祈請並請求灌頂，瑪爾巴為他們傳法兩個月，所收供養物甚多，上師聲譽也廣為傳揚。

此後，瑪爾巴師徒一行又到了彭域²³，住在色薩瑪，用格里亞法²⁴救活了九個色巫²⁵乳嬰的性命，收了每個嬰兒一兩一錢金子，又傳了熱瑪底佛母法的開許和羯磨集²⁶，在那裡傳了一段時間的法，所有聽法的人很生敬信。

正當瑪爾巴上師為許多人傳授歡喜金剛大灌頂之時，適逢北方當雪寧仲地方之瑪爾巴郭勒來前藏做生意，見許多人聚集于山梁之上，便上前去問道：「是何人，在這裡幹什麼？」聽法之人回答說：「那洛巴大師的親傳弟子瑪爾巴譯師在為人們舉行灌頂法會。」瑪爾巴郭勒心想：「原來也是我們的同宗，他若是一位很好的上師，我也應該向他求法。」便拿出兩腔羊肉，半馱鹽供養給瑪爾巴。言談之下，郭勒遂產生了敬信，他想：我一定要迎請這位大德到我的家鄉去。隨即對瑪爾巴說道：「你如為尋求去印度供養給上師的金子，在彭域是尋求不到金子的。俗話說『至窮不過彭域，至富不過羌塘』。在土地貧瘠的彭域，一只小鳥也要被宰割成小塊平分；在水草豐美的羌塘，小野牛也是整腔整腔地奉送。彭域人性情刁頑，無信無義；羌塘人性情寬厚，待人至

²³ 彭域—地名。在西藏自治區拉薩市北面，彭玉年曲流域。

²⁴ 格里亞法—事部。佛教密乘四續部之一。以沐浴、清潔等身外行事為主。

²⁵ 色巫—幼兒，小孩。

²⁶ 羯磨集—匯集各本尊所有息實、增福、懷柔、制伏等羯磨儀軌於一處者。

誠，請到北方朗堅去吧，在那裡，外出騎高頭大馬，身著披風，住下來坐高廣軟墊，食牛羊酥酪。」瑪爾巴聽了後便說：「那麼我也到你們那地方去吧！」郭勒說：「我一定派人來迎請您，務請駕臨。」二人言定，郭勒做完生意之後，便回北方去了。不久，郭勒果然派人趕著乘馬、馱畜，帶著衣物及路途資糧前來迎請瑪爾巴。瑪爾巴便與來人一同起程北來。郭勒聽說瑪爾巴快要到了，便親自騎馬前來迎接瑪爾巴。行至當楚巴粒，見到上師，見上師仍穿著幾件舊衣服，自己所供養的新衣並未穿用，便說道：「我們北方住牛毛帳篷的人們很講究服飾打扮，請將那些破爛衣服脫掉，換上新衣服吧！」上師道：「俗話說『魔鬼雖惡也不危害自身財物』。我的這些衣服是大德那洛巴加持過的，是絕對不能拋棄的，我要將它帶回洛扎。」於是，便將舊衣物脫下，裝在皮袋裡。接著又說：「我也要讓你高興。」將俄敦曲多和郭勒供養的新衣穿上，郭勒又將自己的乘馬送給瑪爾巴乘騎，大家復又動身上路。一路上，郭勒心中暗想：「不僅我給上師送了新衣，其他人也送了新衣服，但他卻捨不得穿用，他是吝嗇貪財的那種人嗎？固然有許多大德的所作所為一般是很難猜測的，如果真是吝嗇愛財，那就是一大過失，由於要信奉他的教派，上師是否真是這種人，我要考察一下。便對瑪爾巴說：「你的新衣服中，不光是我供養的，還有其他人供養的，上師當初為何不穿？」瑪爾巴回答說：「衣服不便帶往印度，若是穿舊了，便賣不成金子，所以將新的留著，好換成金子，以便拿到印度去供養我的上師大德那洛巴等，現在依你歡喜，我才穿上了。在印度，沒有黃金是求不到法的。」郭勒聽後，心想：他原為到印度求法，並非吝嗇，這不但不算過失，反而是一大功德。瑪爾巴郭勒由於宿緣觸動，感動得熱淚盈眶，對瑪爾巴大師肅然起敬，心中生起特別的敬信。從而發願一心要追隨於他，依止他求聞佛法。

他們行至當雪寧仲，郭勒原是這一游牧部落的頭目，於是命令手下僕從，善為款待瑪爾巴一行。瑪爾巴郭勒自己也按照所發誓願入了法門，求得灌頂與教授，並普勸他的僕從和親友行善修法。在這裡，瑪爾巴又作法救活了不少嬰兒，化得許多金子。前後共有九十餘人向瑪爾巴求法，供養了許多金子和其他財物，瑪爾巴將其他財物

全部變賣成黃金。此時，恰值羌塘金礦甚旺，籌得不少黃金。郭勒自己也供養給上師黃金十八兩，名叫雍珠郭噶的良馬一匹，還有許多牛羊和各種器物。瑪爾巴看著這些黃金和供養物，心中甚為滿意，心想：現在該到印度去了。

於是，郭勒自己和幾個學法的人一起隨從瑪爾巴前往洛扎。他們行至雅魯藏布江的北邊，應堆地之楚敦旺額之請，瑪爾巴師徒一行來至堆地，楚敦旺額如法供養，請求傳授密集金剛的教授與灌頂。瑪爾巴遂先傳灌頂，便說：「這次我走得匆忙，以後再來傳教授²⁷。」楚敦供養了很多東西，為求得教授，也跟隨上師一同前往。此後，俄敦曲多又將上師迎請到雄地方，供養了許多黃金和器物，也追隨瑪爾巴一道同行。他們師徒一行剛到達卓窩隆地方，有帕讓巴瓦金者，將他們迎至洛拉業，請瑪爾巴傳摩訶摩耶法，瑪爾巴傳法灌頂後，他供養了很多財物，為護送供養財物和依止上師所求聞大法，也隨從瑪爾巴回到卓窩隆。瑪爾巴為答謝諸大弟子的盛情，遂在卓窩隆為他們傳法灌頂，他給俄敦曲多灌歡喜金剛頂，給瑪爾巴郭勒與楚敦旺額傳了《密集本續》及《五次第分明解說》，給帕讓巴瓦金傳受了《摩訶摩耶注釋》。

一查同杰布著，張天鎖等原譯（下期待續）

佛書流通

新澤西州岡波巴中心現有朗欽加布仁
波切所著之

《大手印五支前行指導》

供北美讀者請閱。因數量有限，歡迎
及早請閱。外地讀者欲請書者請附郵
資\$3，將您的姓名地址寄至以下地址
索書：

Y. Huang
82 Dutch Row Rd.
Elmer, NJ 08318

²⁷ 這裡根據拉薩木刻版譯出。

隨師參訪印度與尼泊爾簡記 (上)

劉國威

第一日 4月20日 [自臺出發]

此次印度與尼泊爾之旅，主要是隨同上師朗欽加布仁波切至北印度拉達克 (Ladakh) 參訪，同時到西藏流亡政府所在地的達姆薩拉 (Dharamsala) 會見一些仁波切的老友，也順便到尼泊爾嘉德滿都視察帕竹佛學院的工程進度。而這一趟到拉達克地區一行的因緣，主要是去年十一月時，止貢噶舉派在拉達克地區地位最高的多丹仁波切 (Rtogs ldan Rinpoche)¹ 應邀訪美弘法，中途至紐澤西州岡波巴中心拜訪。兩位仁波切是多年的好友，鑒於朗欽仁波切已多年未曾造訪拉達克，故多丹仁波切盛情邀請一遊。

拉達克位印度最北端，屬今日喀什米爾與蔣木省 (Province of Kashmire and Janmu)，面積約佔全省的三分之二左右，地勢高峻，平均約三千六百公尺，與拉薩的高度相當。當地文化自古即深受西藏影響，有「小西藏」的稱號。其適合旅遊的期間一般是每年的五月至九月中旬，而仁波切決定在旅遊季開始前的四月下旬前往。

我們一行四人—仁波切、Su、小芬、我，搭乘華航剛於四月份開啟由台北直飛印度首府新德里的新航班，於20日下午五點三十分起飛，經七小時的飛行，於當地21日凌晨兩點三十分到達新德里機場。可能是新航班的緣故，班機僅半滿，所以在機上我們都能有充分的空間得到休息。

第二日 4月21日 [抵達印度，前往達姆薩拉]

這次的行程計劃，主要是透過仁波切的老友—台灣「達賴喇嘛西藏宗教基金會」的主任阿底峽先生 (Mr. Atisha) 的安排，所以一到了新德里機場，就有一位格魯派的旺秋喇嘛來迎接我們。

旺秋喇嘛現年四十六歲，是格魯派上密院派駐新德里的代表，負責管理上密院在當地「西藏村」(Tibetan Village) 所經營的旅館 Gyutuo Guest House，任期三年，他已在此任職兩年，明年將回到位於東印度的本寺。

「西藏村」位於新德里的 Majnu-ka-tilla，原本僅是當初西藏難民逃到印度時的帳棚寄居地，逐漸發展成為一個數千人的社區，雖然所有的建築都屬違章，但是這麼多年來，印度政府也是睜一隻眼閉一隻眼，有相當多的小型商店、餐廳、旅館在此。上密院的旅館已經有點陳舊，所以旺秋喇嘛安排我們住在一間才開張兩星期的「藏巴拉飯店」(Zanbhala Hotel)，雖名為飯店，只是間乾淨的小旅社，而且沒有冷氣，但是因為我們隔天就要乘車去達姆薩拉，所以也就將就一下了。

早上八點用過早餐後，我們去旺秋喇嘛那裡打電話，仁波切連絡上他的老友—克珠先生 (Mkhas grub)。克珠住在新德里的另一頭，住在這裡已經有三十年了，是個生意人，也是已故薩迦派德松仁波切的親戚。克珠到了之後，我們一起去找仁波切的另一位朋友—尊珠僧格先生 (Brtson grub Seng ge)，他就住在西藏村裡。尊珠僧格是仁波切的同鄉，以前曾是止貢噶舉派的喇嘛，並得到阿闍黎的學位，後來還俗娶妻生子，成立出版社，現今止貢噶舉在印度所出版的一切書籍，都是由他所印行的。

尊珠僧格沒想到仁波切會突然到他家拜訪，相當驚喜，很熱誠的招待我們。他和仁波切聊了一些近況：原本在強久林寺 (Byang chub gling) 所進行的法本輸入電腦計劃，現已移到他的出版社來進行，有五位年輕的喇嘛在做這些輸入校對的工作。

¹ 此文中所用的藏文羅馬拼音，乃以學術界通用的藏文「偉力」拼法 (Wylie Transliteration)。一般地名等乃沿用現今印度與尼泊爾的習慣拼法，若非必要，不予還原成梵文原名。

之後我和仁波切到他的地下室書庫選購一些他所出版的書籍，像是剛出版的吉天宋恭全集、敬安札巴瓊內全集、敬安謝惹瓊內全集等，仁波切另外買了一些儀軌法本，準備帶去給尼泊爾帕竹佛學院的喇嘛們用，我則另買了一些舊版的書籍，如桑傑多傑全集（他是第四世竹千法王貝瑪噶波的弟子）、艾宗耳傳（艾宗日巴是密勒日巴的弟子）等。

中午大家一起到附近的 Rab gsal Hotel 吃午餐。飯後有兩位負責打字的年輕喇嘛來到仁波切的房間向仁波切請教有關金剛亥母儀軌的內容，因為舊的手抄本中有許多錯誤，他們無法判定，所以來請仁波切給予一些指導，我則和克珠先生天南地北的聊天。後來尊珠僧格先生也來到仁波切房間，和我們結算書錢。Su 則代表仁波切贈予尊珠僧格先生與五位喇嘛每人一件岡波巴中心的 T-shirt，以及每人五百盧比的供養，以答謝他們為整理止貢噶舉傳承法本所貢獻的心力。

在 Zambhala Hotel 用過簡單的湯麵後，旺秋喇嘛就送我們去搭乘七點鐘開往達姆薩拉的汽車。車程約十二小時，路況不是太好，但還好車子只有半滿，我們每人都可以佔個雙人座勉強休息，除了蚊子的偶而叮咬外，一路上還算平順。

第三日 4月22日 [在達姆薩拉拜訪仁波切的朋友們]

早上七點鐘到達達姆薩拉，上密院的促慶喇嘛在車站等我們，他是旺秋喇嘛所安排的，協助我們旅館住宿與訂購回程車票的事宜。我們住在 Surya Hotel，那是當地印度人所開的飯店，設備很不錯，不過價錢也不太便宜。在用過早餐後，仁波切的老友札西策仁先生 (Bkra shis tshe ring) 來到飯店，然後我們一行人就到他所主持的「阿尼瑪千機構」(Animachen Institute)。

札西策仁先生是知名的藏籍學者，長年任職於「西藏檔案文獻圖書館」(Library of Tibetan Archives and Works)，對西藏傳統文獻相當熟悉，這幾年他和另外幾位藏籍學者合組成「阿尼瑪千機構」，以保存西藏傳統文化為目的，出版了許

多英文、藏文的各類學術書籍。他在 1998 年參加於美國印第安那大學所舉行的第八屆國際藏學會議時，我在 Gene Smith 先生那裡曾和他見過面，不過沒有時間向他多請教。之後他兩次造訪紐約，都曾到岡波巴中心來看仁波切。仁波切這次到達姆薩拉，其實主要也是要找札西先生，因為仁波切花了數年時間所寫的《囊謙地方志》，敦請他做校對編輯，然後由「阿尼瑪千機構」出版。這本書不僅經過他的詳細審訂，他也加入許多他所珍藏的相關照片。經過他與仁波切的最後討論定稿後，這本書將於六月底出版。

我也藉此機會向札西先生請教了一些自己做研究上的資料問題，頗有收穫。札西先生真的對西藏傳統文化的保存相當有心，舉例來說，以前西藏牧人傳統上會攜帶一種舊式鳥槍，這種槍類似十八、十九世紀那時的來福槍，一次只能打一發。藏人使用這種槍的歷史相當久，甚至到 1959 年的逃難打游擊時仍在使用的，但現在因為環境以及科技進步的因素，藏人已經不再使用這種鳥槍，這種傳統也逐漸失傳。札西先生蒐集了不少藏文的相關資料，也很慷慨的給了我一份 copy。有一件有趣的記載到頗值得一提，聶拉·貝瑪對杜 (Nyag bla Padma bdud 'dul, 1816-1872) 是一位寧瑪派的成就者，主要生活在瞻對地方，² 在他的著作中，有一段勸戒藏人不要使用鳥槍的教誡，他說你們如果不停止使用這些武器，現在這種槍只能一發打死一條生命，將來會有更新、更好的武器，一發可以殺死成千上萬的人。可惜沒人聽從他的勸告。

中午我們大家一起到 Tibet Hotel 吃飯，同行的尚有達瓦策仁先生 (Zla ba tshe ring)，他剛從台灣的「達賴喇嘛西藏宗教基金會」調回來，任職於流亡政府的外交兼新聞部，因為他十年前才從青海逃出來，所以漢語講得相當不錯。飯後仁波切和札西策仁先生回去繼續討論有關書籍之事宜，達瓦則帶我們去「諾布林卡」參觀。

「諾布林卡」(Nor bu gling ka) 本來是達賴喇嘛在拉薩時的夏宮名稱，現在達姆薩拉則將之建

² 瞻對乃清代的中文地名，藏名 Nyag rong，現為四川省甘孜藏族自治州新龍縣。

成西藏傳統工藝的訓練中心，教授繪畫、雕刻、木工等課程，並且也展售他們所做的工藝品，Su 與小芬買了他們所做的木製香爐，我則買了他們所出版的藏文雜誌與書籍。

回到旅館後，Su 及小芬回房休息，我則去「阿尼瑪千機構」找仁波切他們。仁波切正在檢視札西策仁先生由住在上密院的第十七世噶瑪巴那裡所借來的四十卷《噶瑪洽美仁波切全集》(Karma chags med, 1613-1678)手抄本，這一套書我去年去北京「中國藏學研究中心」開會時，在他們的圖書館裡見過，那時館員跟我說是在四川成都私人出版的。仁波切叫我幫他從中找一些資料，我也順便看到一些和我的研究課題相關的著作，像是《大悲紅導發心儀軌》(thugs rje dmar khrid sems bskyed) 但限於時間，沒辦法 copy。³

回旅館吃飯的路上，碰到仁波切的另一位朋友—噶瑪秋佩先生 (Karma chos 'phel)，他是前任的流亡政府議會議長，現雖卸任，仍任議員一職，他約仁波切隔天中午一起吃午飯。

晚上在 Surya Hotel 用晚餐，仁波切的另一位藏人弟子—嘉物敦珠先生 (Rgyal bu don grub) 來和我們一起用餐，他說十幾年前他到台灣時曾見過我，我倒是完全記不得了。因為前一天晚上在汽車上度過，大家都有點累，所以飯後各自早早休息。

第四日 4月23日 [在達姆薩拉，傍晚搭車回德里]

上午八點用過早餐後，我們就先向旅館辦理退房，因為我們搭下午六點的汽車回新德里。十點十分，札西策仁先生帶領我們去參觀他所任職的「西藏檔案文獻圖書館」，看了不少流亡政府的珍貴收藏。

札西先生特別向我介紹一套他們圖書館獨有珍藏—《普札板·甘珠爾》(Bka' 'gyur, Phug brag

edition)，這是 1959 年那時某位喇嘛將「普札寺」所藏的這套藏經帶出來的手抄版本，這個版本珍貴的地方在於它包含了至少十五部在其他版本中所見不到的藏文經典。因為是手抄本，所以僅此一部，我們只知道它應於 1706 年以前便存在。第五世達賴喇嘛在他的《聞法錄》(gsan yig) 中曾記載有數部經典在目錄上他看到名字，但卻不存於他所看到的各類藏經版本中，他希望有人將來能夠找到這些經典，有趣的是，這幾部五世達賴未見到的經典在這部《普札板·甘珠爾》中可以找到。以前我在圖書館曾大略翻過札西策仁先生及其同事們所編撰的這部甘珠爾的目錄，但沒有注意到其中的特別處，經其費心解釋方知其珍貴。還好這部藏經已經由沈家楨先生在紐約所創辦的「世界宗教研究院」翻製成微縮影片，不難取得。但我沒想到它的原本是這麼大一本，而且保存的如此完好。

接著仁波切到藏醫院 (sman rtsis khang) 買一些藏藥，我則順便買了一些他們所出版的書籍。中午和噶瑪秋佩先生在 Tibet Hotel 一起吃飯，同桌尚有仁波切的老友—藏醫透美先生 (Thog med)。透美是本教徒，也是現在流亡政府議會的本教代表，醫術相當有名。這一餐飯有十幾個人一起吃，相當熱鬧。飯後透美先生為仁波切把脈看病，我們其他三人也好奇請他診斷，大家都覺得很準，連 Su 曾經開刀過他都診斷得出來。

飯後下起雨來，我們就回 Surya Hotel 休息聊天，我又向札西策仁先生請教了不少西藏的歷史課題，頗長見識。雨停後，跑去書店又買了幾本書。回來後，大家就在餐廳吃點湯麵，邊吃邊聊，嘉物敦珠先生還把他的全家人帶來請仁波切加持。

我們搭乘六點鐘的汽車回新德里，回程的乘客較多，而司機又繞路攬客，所以一路上坐的不太舒服。

第五日 4月24日 [在德里辦事，準備前往拉達克]

³ 不過六月份回波士頓參加畢業典禮時，Gene Smith 先生告訴我他的「西藏佛教資源中心」已經將這一套書掃描入電腦中了。

早上七點鐘到達西藏村的 Zambhala Hotel。小芬和班倬喇嘛 (Dpal 'byor) 出去辦美國簽證與買東西，Su 因為沒有睡好，先回房休息。我和仁波切則去尊珠僧格先生那裡，剛好秋佩喇嘛 (chos 'phel) 也在。秋佩喇嘛是拉達克人，和仁波切同歲，年輕時到止貢本寺學法，曾任「喇嘛玉如寺」的閉關中心指導上師，現在主要在尼泊爾進行其弘法事業。在其德國弟子們贊助下，秋佩喇嘛在佛陀出生地的藍毘尼興建了一座比佳德滿都 Bauddha 佛塔還要雄偉的佛塔，將於明年落成開光。

仁波切與喇嘛兩人聊了一下近況後，就一起下樓指導年輕喇嘛們校訂金剛亥母儀軌，我則跑到書店去看書。

中午由小芬的安排，我們一行人請秋佩喇嘛到 Hotel Intercontinental 去吃自助餐，那是家五星級的飯店，我們也乘機享受一下，暫時逃避新德里的炎熱天氣。

飯後回到 Zambhala Hotel，因為天氣實在太熱，大家都不想動，就在房間收拾準備去拉達克所要帶的行李。後來旺秋喇嘛來和我們商討拉達克的行程機票等事宜，他的兄弟住在拉達克，他也想藉此機會順便去探訪親戚。期間並有一位加拿大籍的尼師—尼瑪卓瑪 (nyi ma sgrol ma) 來向仁波切請教到台灣受比丘尼戒的資訊，她現在在法王即將成立的「松贊圖書館」工作。

晚上六點三十分旺秋喇嘛請我們到 Wangchen Hotel 吃晚飯，吃的是相當美味的西藏菜。飯後回來整理東西，然後大家提早就寢，因為我們必須於凌晨兩點起床，到機場趕五點四十分飛拉達克的班機。

第六日 4月25日 [因天候不佳，故續於德里待一日]

凌晨三點鐘到達機場，但飛機一直拖延起飛時間，也不說明理由。等到七點三十分，才正式宣佈因為天候不佳，今天停飛，旁邊的同機的印度小姐說昨天也停飛，還好航空公司的招待還不

錯，讓所有旅客住機場旁的 Radisson Hotel，這是美國的連鎖飯店，設備滿好的，我們可以休息一天。

等所有行李搬到旅館，完成住房手續時，都已經快十點了。等大家梳洗過後，仁波切提議去參觀德里的「西藏屋」(Tibet House)。「西藏屋」其實相當於流亡政府設於某些大城市的西藏文化中心，而位於德里的這所是其中歷史最悠久的。到了那裡，其實沒有什麼遊客，我們隨興參觀其各層，有文物展售中心、博物館、以及圖書館等，我買了兩本他們所出版的藏文書籍。因為天氣實在太熱，我們待了大約一個小時，就趕緊打道回旅館吹冷氣去，午餐吃的是航空公司招待的自助餐。

下午我們各自在房內休息，因為我和仁波切同一房間，閒著沒事，仁波切就把我剛買的書拿來看看。第一本是十七世紀寧瑪派北藏 (byang gter) 傳承祖師旺札多傑 (Dbang drag rdo rje) 的自傳與著作，仁波切對北藏傳承很熟悉，但他也沒看過這本書。第二本書是覺囊派祖師貢噶種秋 (Kun dga' grol mchog, 1507-1573/4) 的自傳，這本書因為以前寫論文時用過，而作者又是我極感興趣的歷史人物，所以看到這本書一定要買。仁波切在翻閱這本書時找到不少有用的資料，例如貢噶種秋在詳述其前生事蹟時，記載他曾為巴絨·達瑪旺秋 ('bar rom Dar ma dbang phyug) 與鈕譯師 (Gnyos Lo tsa ba)，前者是巴絨噶舉的始祖，而後者則是止貢噶舉初祖吉天宋恭的主要弟子之一，有關此二人的傳記資料本來就不多，但貢噶種秋在編寫這些傳記時，談到他是參考、匯集以前的傳記所寫成的。仁波切本來就在蒐集有關早期噶舉傳承的歷史資料，所以看到這本書相當高興，下午花了大約三小時在翻閱此書，看到有趣的地方還分析給我聽，長了我不少見識，也節省我一些以後查閱此書的時間。所以我和仁波切開玩笑說，我是預感到這兩本書仁波切會用得到，所以才買的。

晚餐就在旅館的餐廳用膳，當然還是航空公司招待的，飯後我們提早就寢，因為凌晨兩點十五分要起床，繼續趕飛往拉達克的飛機。

第七日 4月26日 [抵拉達克，多丹仁波切熱情款待]

五點四十分的飛機終於順利起飛，從窗口望去，雖非萬里無雲，卻也是陽光普照，待接近拉達克區域的喜馬拉雅山脈北端時，新雪覆蓋遍山，看來前兩日的風雪的確不小。

來到拉達克朝聖，應當對拉達克的歷史背景要有所瞭解，不然就不知其何以特殊。拉達克(La dwags) 這個地名是個藏文名字，拉的意思是山，拉達克的意思是「翻山」的意思，但是這個名字出現地不是太早，大約是十五、十六世紀時方有。以前藏人稱呼這個地方叫「瑪域」(mar yul, 低地)，是所謂的「阿里三圍」(mnga' ris skor gsum) 的一部分。這個區域受到西藏文化的影響，是十世紀才開始的事情，而我們對之前的拉達克古代史，還是有很多不清楚的地方。

來到拉達克的最早人種，應當是所謂的 Dardi 人，屬於早期來自中亞的印度-伊朗民族(Indo-Iranian) 的一支，這個民族直至今日仍主要生存於拉達克南部（他們現在稱呼自己為 Maknopa）。人類學家對現今拉達克地區民族混合情形的研究顯示這裡的人種主要是 Dardi 人與西藏人的混合人種。在希臘人入侵西北印度建立犍陀羅王國(Gandhara)時，希臘文文獻已經有關於 Dardikai 人的記載，這表示他們大約在西元前二、三世紀時已經來到這個地區。在同部文獻裡，我們也看到所謂中亞地區有會挖金礦的螞蟻的記載，這段傳說在歷史上相當有名，有學者指出這段傳說源於對 Dardi 人在拉達克與巴提斯坦(Baltistan)⁴ 地區挖金礦的模糊記憶；這個地區和黃金的關係在歷史上相當著名，這可以由漢文史料找到證據。

由在拉達克所發現的古老伽盧文(Karosthi) 碑文大略可證明這個地區在西元初、二世紀時是受貴霜王朝的統治，不過有關這段時期的資料實在太過片段，我們無法得知當時的實際狀況，但

是由它先後受犍陀羅王國與貴霜王朝的統治來看，佛教傳入此一地區應該相當早。

在中國史料裡，這個區域很早就有記載，法顯(337-422) 的《佛國記》稱此為「褐叉」，但他沒來過這地方。法顯以後約兩百年，玄奘由西域經現今之巴基斯坦進入北印度，根據他的《大唐西域記》，從北印度的「屈露多國」(今印度 Kulu) 向北走，經「洛護羅國」(今印度 Lahul) 再向北走，就到「秣邏娑國」，此國又稱「三波訶國」，可是玄奘對「洛護羅國」與「秣邏娑國」的記述，乃是根據傳聞而來，他自己也沒去過。學界一般公認「秣邏娑國」就是現在的拉達克地區，但是這個名字的來源卻頗有爭議；有人認為這是音譯藏文的「瑪爾薩」(Mar sa, 也是低地的意思，是拉達克古名「瑪域」的同義詞)，但是這個說法現在看來很有問題，因為首先我們要承認在西元七世紀的時候，拉達克已經在流行藏文了，這似乎是不太可能的事，其次，玄奘在《大唐西域記》中，對印度名字的音譯是很規律的，從未曾用「邏」字來轉譯 ra 這個音的情形。玄奘在書中提到過「金國」(Suvarnagotra)，是在「大羊同國」的區域，顧名思義，此國盛產黃金。「大羊同」就是西藏歷史中位於西部的「香雄」(zhang zhung) 王國，也是傳說中本教的發源地。在敦煌的藏文歷史文獻中記載，西元 719 年時，西藏對「香雄」與「瑪」(mar) 做了人口調查；本教的歷史文獻常常提到「香雄瑪」(zhang zhung smar)，這名詞在敦煌文獻中也出現過兩次，顯示「香雄」與「瑪」這兩個地方有相當的關聯。進一步的研究發現，在現今本教所保存的香雄語字彙中，smar 這個字的意思就是黃金，因此我們大約可以從這些資料判斷：1. 拉達克的古名「瑪域」和低地無關，而與黃金有關。2. 玄奘所稱的「秣邏娑國」，這個名字應當來自當時的香雄語，而非藏語。3. 這個地區和玄奘所稱的「金國」有關，都是古時「香雄」地區(或「大羊同」)的一部分。

在西藏文化未影響此地區以前，這裡的佛教主要是從喀什米爾那裡輸入的，這可以從現今所遺留的一些八世紀左右時期的碑文與佛像看出來。

⁴即漢文古籍中的「大勃律」國，屬今巴基斯坦東北地區，後深受西藏文化影響，今日仍可見之。

拉達克雖然在七世紀時曾經納入松贊岡布所建立的吐蕃帝國版圖，但隨著帝國勢力的衰退，政治上並未真正掌控此區域。直到朗達瑪王 (glang dar ma, ?-842) 被殺後，他的大王妃之子掌控了中央西藏，小王妃之子則被排擠，逃到拉達克，在地方貴族的支持下，建立了王國。兩代以後，傳位至季德尼瑪袞 (skyid lde nyi ma mgon, 約 975-1000 在位)，他將領土分封給三個兒子，長子的後代繼承了拉達克的王位，形成了拉達克的第一個王朝—「拉千」王朝 (lha chen)。

「拉千」王朝和當時的西藏一般，也頗致力於佛教的導入與振興，例如西藏佛教後弘期的大譯師仁欽桑波 (Rin chen bzang po, 958-1055) 曾在尼瑪袞與其子巴吉袞 (Dpal kyi mgon) 在位時，於拉達克地區興建了一百零八座佛教寺院，至今雖然大部分已經不存在了，我們仍然可以在拉達克找到一些遺跡，像是「喇嘛玉如寺」(現屬止貢噶舉) 與「阿記寺」(A lci, 現屬格魯派) 等寺院，以及數處殘存的舍利塔。

止貢噶舉與拉達克王朝很早就建立了關係，在吉天宋恭七十三歲的時候 (1215)，他派遣弟子古雅岡巴 (Gu ya sgang pa) 到岡底斯山建立寺院，那時的拉達克王—拉千峨住袞 (Lha chen mngos grub mgon) 就是他的施主之一，從此止貢噶舉在拉達克建立了教派勢力。同時，可能是在止貢噶舉的影響下，拉達克的佛教形成了新學僧人必須到西藏留學的傳統，這樣的傳統對拉達克有相當長遠的影響，使得西藏保持在思想文化上的優勢，並將兩地間的關係拉的更為緊密。

十五世紀時，由於宗喀巴 (1357-1419) 所新建格魯派的影響，當時的拉達克王—札本德 (Grags 'bum sde) 將一座建於十一世紀的古寺—「貝土寺」(Dpe thub) 送給格魯派，宗喀巴的一位拉達克弟子—謝惹桑波 (Shes rab bzang po) 建立了「大模拉康」(stag mo lha khang)，而謝惹桑波的姪子謝惹札巴 (Shes rab grags pa) 在其旁建立了「企色寺」(Khrig se)，這即是現今拉達克格魯派最高位仁波切—巴庫拉仁波切 (Bakula) 的所在寺院。

札本德有位弟弟名叫札巴本 (Grags pa 'bum)，傳到孫子名叫拉千巴乾 (Lha chen Bhagan)；札本德將王位傳予其子洛卓邱丹 (Blo gros mchog ldan)，但隨後拉千巴乾即將洛卓邱丹推翻，建立新的王朝，這也就是拉達克歷史上的第二個王朝—「南嘉」王朝 (Rnam rgyal)。而止貢噶舉也在此時重新和新王朝建立了關係。

拉千巴乾之子札西南嘉 (Bkra shis rnam rgyal, 約 1555-1575 在位) 是一位相當強勢的國王，他阻擋了來自土耳其的勢力入侵，並擴張拉達克的領地；另一方面，他迎請止貢噶舉的旦瑪·貢噶札巴 (Ldan ma Kun dga' grags pa)，奉為上師，為其建立了「平陽寺」，並又將包括「喇嘛玉如寺」在內的許多領地賜給他管理，這是止貢噶舉教派勢力在拉達克第二次復興。也是在這位國王的時候，立下每個家庭至少有一位男孩必須出家為僧的規矩。

下一位國王是策旺南嘉 (Tshe dbang rnam rgyal, 約 1575-1595 在位)，他大概是拉達克歷史上最善於戰爭的國王，往東他攻佔了西藏西部的昂仁 (Ngan rings)、古格 (Gu ge)、普蘭 (Pu rangs) 等地；往南攻佔了現今的 Kulu 與 Jumla；往西進攻回教勢力的巴提斯坦地區，成功的擴張領土，並且為了商業交通，大力興建道路、橋樑，可以說南嘉王朝在他的統治下奠定了基礎。

到了蔣揚南嘉 ('Jam dbyangs rnam rgyal, 約 1595-1616 在位) 的時候，他因為介入北方 Purig 的戰爭，反被巴提斯坦的回教軍隊所擊敗俘虜，使拉達克的佛教遭受到非常大的破壞。巴提斯坦的國王強逼他娶其女為妻，後生下一子；巴提斯坦與拉達克聯姻，是為了使回教勢力進入拉達克，但是在這位國王回到拉達克以後，他晚年卻是完全轉向於宗教，致力於拉達克佛教的重建，並親自參予編纂經典。

蔣揚南嘉與巴提斯坦的回教公主 (Rgyal Khatun, 拉達克人認為她是白度母的化身) 所生子即是僧格南嘉 (Seng ge rnam rgyal, 1616-1642)，他是拉達克歷史上最受人崇敬的國王。在政治上，他與巴提斯坦作戰，成功收復了父親未能攻佔的 Purig；另一方面，征服了東面的古格王朝 (Gu

ge)，以及桑斯噶 (Zangs dkar) 地區；同時，又阻擋了來自衛藏地區藏巴汗的軍隊攻擊，保存了拉達克的獨立地位。在宗教上，最主要的就是迎請來自西藏的竹巴噶舉成就者達倉日巴 (Stag tshang ras pa, 1574-1651)。關於達倉日巴，在拉達克流傳有這樣的故事：當僧格南嘉的曾祖父札西南嘉迎請旦瑪·貢噶札巴到拉達克時，他想請這位止貢噶舉的成就者作為拉達克王室的上師，貢噶札巴拒絕了，但他預言說：「將來你會有一位名為「獅子」的子孫，有一位名叫「老虎」的竹巴噶舉成就者會來到拉達克，因為獅虎相和，他們會結成師徒關係。」僧格南嘉的「僧格」藏文意思就是獅子，而達倉日巴的「達」就是老虎。在僧格南嘉的支持下，達倉日巴建立了「黑米寺」(Hemis)，它不僅是現今竹巴噶舉在拉達克最大、最重要的寺院，也是拉達克王室的寺院；達倉日巴也幫助僧格南嘉於 1623 年在「謝寺」(Shel) 建造一座三層樓高的彌勒佛像，以紀念王的父親蔣揚南嘉，這座佛像現今仍保存完好。達倉日巴對拉達克佛教的影響是相當深遠的，由於他的感召，竹巴噶舉不僅從此成為拉達克的最大勢力的教派，他的上師一居於衛藏的勇津仁波切 (Yongs 'dzin) 傳承也成為拉達克王室永遠的上師 (dbu bla)。另一方面，由於達倉日巴的開明作風，以及拉達克一直維持一個世俗皇權的關係，竹巴噶舉雖然在拉達克成為王室的信奉教派，但各個教派的發展都很均衡、和睦，不像不丹的竹巴噶舉政府或後來西藏的格魯派政府一般，因為由僧人統治，造成某一教派的獨大。

僧格南嘉之後的拉達克歷史，其實是夾在西藏的格魯派政府與印度的回教蒙兀兒王朝 (Moghul) 間求存的奮鬥紀錄。先是面對西藏新建立格魯派政府的軍事侵略，遂向蒙兀兒王朝請兵救援，回教軍隊幫助拉達克擊退了西藏，但是隨後就開出了條件：拉達克王德勒南嘉 (Bde legs rnam rgyal, 約 1680-1691 在位) 須改信回教、向喀什米爾納貢、在拉達克振興回教等，導致從此拉達克的宗主權就落入回教的蒙兀兒王朝手中，直到十八世紀中葉蒙兀兒王朝消滅為止。

被此消息震驚了的西藏政府，再派遣僧人代表至拉達克展開談判，拉達克王在不能忽視與西

藏的文化、商業關係下，又接受了必須信佛教、劃定邊界、納貢等條件，從而使得拉達克喪失了東面的大量領土。

到十九世紀中葉以前，拉達克一直處於這種夾縫中生存，雖然如此，比較起來，拉達克的經濟發展仍相當富裕。到了 1834 年 8 月，位於蔣木 (Janmu) 的錫克教王國，在將軍 Zorawar 的帶領下，率 Dogra 軍隊攻佔拉達克王國，對佛教寺院造成了極大損害；錫克教軍隊本欲進一步進攻西藏，因遇大風雪而失敗。1842 年，錫克教王國與西藏訂約講和，拉薩與列城間的商業交通又再恢復，但拉達克已經完全納入錫克教王國的統治，也就是說，南嘉王朝到國王策帕敦珠南嘉 (Tshe dpal don grub rnam rgyal, 1802-1840 在位) 時完全結束，然其王室家族仍延續至今。

1846 年，錫克教國王與英屬印度政府簽訂協定，成為喀什米爾的統治者，拉達克也因此納入其部分。這樣半獨立的地位維持到 1947 年，印度與巴基斯坦脫離英國統治各自獨立，由於印度教與回教間的複雜歷史關係，展開了延續至今有關喀什米爾的紛爭：1954 年，喀什米爾併入印度成為一省，拉達克也因此歸入印度，但印度與巴基斯坦間為喀什米爾所展開的紛爭，在 1965 年、1971 年分別開戰過，到現在還沒有解決，所以也造成拉達克在地理位置上的敏感。直到 1974 年，印度准予拉達克開放觀光，這也是拉達克今日經濟收入的主要來源之一。

關於拉達克的佛教，如前所述，主要就是以竹巴噶舉、止貢噶舉、以及格魯派三大教派為主，薩迦派有一間寺院—「瑪卓寺」(Ma spro)，寧瑪派以前也只剩一間「札大寺」(Brag stag)，近年新建一所。有關格魯派近代在拉達克的重興，其歷史並不長，主要是在南嘉王朝滅亡後，受西藏政府影響所致。

我們的飛機於七點鐘到達拉達克首府列城 (Leh) 的唯一機場，這機場實際上是個軍用機場。拉達克的地理位置，鄰近印度、巴基斯坦、阿富汗、以及中國新疆的交界，由於近代印度與巴基斯坦對喀什米爾的主權爭議所引出的暴力，另外受 911 事件以來圍剿阿富汗塔立班政權戰爭的影

響，所以一到機場就到處可見荷槍實彈的軍人。其實在新德里機場也可見到軍人警戒，因為我們到印度的這段期間，剛好又碰上古佳惹特省 (Gujarat) 印度教徒與回教徒位爭奪聖地所引起的嚴重暴亂，所以機場戒備特別森嚴。

才剛進入航空站，就見到十幾位喇嘛手持哈達在那等著，我們三位弟子沾仁波切的光，身上也多了好多條哈達。Su 與小芬雖然知道拉達克會冷，但沒有料到地勢這麼高，Su 的身體沒有什麼高山反應，小芬則是一下飛機就開始頭痛不舒服；我倒是還好，本來擔心會有高山症反應，下飛機後只稍覺得氣喘，其它倒都沒什麼感覺。一行人分乘幾輛車來到「藍毘尼飯店」(Hotel Lumbini)，這是多丹仁波切的太太所開的，我們接下來這幾天都將住在這裡。到了飯店，多丹仁波切已在門口等著我們了。

多丹仁波切是此地止貢噶舉派的領袖，領有「秋傑」(chos rje, 法主或法尊之義)的頭銜。第一世的多丹仁波切是止貢噶舉第十七代法王仁欽奔措 (Rin chen phun tshogs, 1509-1557) 的弟子，出生於貢波地方 (Kong po)，和拉達克沒有關係。事實上，前五世的多丹仁波切都是在康藏地區活動，從未到西部地區傳法。直到第六世的多丹仁波切丹津秋札 (bstan 'dzin chos grags)，出生於衛藏地區，被邀請到拉達克成為「平陽崗溫寺」(phyi dbang sgang sngon dgon pa) 的住持，並成為兩任拉達克王—策旺南嘉 (Tshe dbang rnam rgyal, 約 1760-1783 在位) 與策丹南嘉 (tshe brtan rnam rgyal, 約 1783-1802 在位) 的上師，可以說因為他的關係，止貢噶舉與南嘉王朝王室的关系重新達到了高潮。他晚年回到止貢成為「楊日噶寺」(yang ri sgar) 的住持，並在兩位法王均不在位時，曾任止貢噶舉教派的攝政。

第七世的轉世名為阿旺格勒旺秋 (Ngag dbang dge legs dbang phyug)，亦出生於衛藏，回到「平陽崗溫寺」，成為王子吉美貢噶南嘉 (Jigs med kun dga' rnam rgyal) 的上師，自 1830 年起，兩人一同成為拉達克的攝政王。這位不幸的王子在拉達克被錫克教王國的 Dogra 軍隊擊敗後，逃到英國屬地，於 1835 年過世。仁波切則前往印度朝聖，於曼迪 (Mandi) 的湖邊圓寂，年二十五。

第八世多丹仁波切與拉達克王室關係最為密切，他就是前述拉達克王子的兒子，名為阿旺洛卓嘉參 (Ngag dbang blo gros rgyal mtshan)，回到「楊日噶寺」受戒學習，成為一位著名的學者。在返回拉達克後，他重修了「平陽崗溫寺」與「喇嘛玉如寺」(Bla ma g.yu ru)。

第九世多丹仁波切出生於拉達克北部的一窮人家中，回到止貢學習，他對大威德金剛的修持成就在當時相當有名。我對他的生平所知尚少，但在多丹仁波切的房內見到過他前世的照片。

現在第十世的多丹仁波切於 1939 年生於拉達克北部的喜瑪拉雅山區，十四歲時回到「楊日噶寺」學習，1959 年中共入藏後，仁波切回到拉達克，繼續領導止貢噶舉各寺院在當地延續其傳承。1998 年，仁波切被選為喀什米爾省的「拉達克兼公共事務局長」(Minister of Ladakh and Public Affairs)，也就是拉達克地區的最高行政長官，任期到今年八月為止。

多丹仁波切和仁波切聊了一會，因為仁波切的心臟不太好，也有點高山症反應，就讓仁波切先好好休息一下。十一點的時候，仁波切叫我和他一起去多丹仁波切家裡找仁波切聊天，讓 Su 與小芬好好休息一下。中午大家一起在飯店的餐廳吃飯，吃的是拉達克地方風味的西藏菜。

下午仁波切帶我們出去到列城附近參觀名勝古蹟，因為仁波切擔任拉達克行政長官的關係，我們出去的車隊前後都有軍車導引護衛，雖然現在還未到旅遊季節，路上不是很熱鬧，但車隊一路呼嘯而過，也頗引人側目。

我們先到列城城郊一座相當大的舍利塔參觀，這是十幾年前由日本日蓮宗妙法寺所捐贈的，雖然是西藏樣式，但當地人俗稱「日本塔」。塔在半山，剛好可以俯瞰整個列城，景色頗為優美。塔側有一日式小廟，但無日本僧人，僅有一老喇嘛看管。我們進去禮佛時，多丹仁波切還很有趣地唱起日文的「南無妙法蓮華經」，那是當初開光時他聽日本僧人唱誦時所學的。

隨後仁波切帶我們到列城另一頭山腰的王宮遺跡去參觀，此宮名為「大列吉祥宮」(Gle chen dpal mkhar)，這是拉達克歷史上的英主一僧格南嘉所建造的，原樓高九層，現在雖然多已破敗，但仍可想見當年之盛容，當地人說拉薩布達拉宮的樣式就是參考此宮而建。此宮內藏有拉薩版的甘珠爾，拉薩版並不是很老的版本，可能因為放在這裡的佛堂受風吹影響，看起來很舊。這個王宮其實不小，但是因為仁波切剛到，有點高山反應，不能爬上爬下走太多樓梯，所以我們大略待了二十分鐘就走了。

接著多丹仁波切請我們到他的行宮坐一坐，也就是他的私人寺院 (Rtogs ldan pho brang)，因為難得來一次，仁波切中午吃飯時請多丹仁波切讓我們幾位台灣弟子看看他所珍藏的宗教寶物，所以多丹仁波切特地帶我們過來看看。

這座行宮還算很新，包括有大小佛堂三處，以及仁波切自己的住家、圖書室，達賴喇嘛於1998年曾來此開光，多丹仁波切還將當時達賴喇嘛曾住過的房間原封不動的保存下來。接著仁波切領我們到一間小房間，把侍者支開，然後打開佛龕下已經上鎖的櫃子，一一展示其收藏，真的開了不少眼界。其中一些重要的記錄如下：

1. 釋迦牟尼佛舍利：這是仁波切由止貢本寺所帶出來的舍利子，放在一個小玻璃罩的舍利塔中，但仁波切自己也好久沒有打開看過，這次打開給我們看，竟然又生出了許多大大小小的舍利子，有些還附著在玻璃上，多丹仁波切非常高興，我們也都沾光分了一點。
2. 秋傑林巴 (Chos rje gling pa) 的蓮師像：這是他所取出的伏藏。
3. 拉龍·巴吉多傑 (Lha lung dpal kyi rdo rje) 的普巴杵：他即是藏史中刺殺破壞佛法的藏王朗達瑪的那位還俗僧人。
4. 止貢噶舉第三十一代法王姜貢·圖傑尼瑪 (Skyabs mgon Thugs rje nyi ma, 1828-1881) 所作的馬頭明王普巴杵。

5. 兩支古董大威德金剛杵：這是多丹仁波切當年逃出西藏時自止貢本寺所帶出來的。
6. 止貢噶舉第二十六代法王瑞津秋札 (Rig 'dzin chos grags, 1595-1659) 所作之綠度母佛像：他著作甚豐，曾傳授大威德金剛予第五世達賴喇嘛。
7. 瑞津秋札親繪之大威德金剛唐卡：這幅異常珍貴的唐卡，多丹仁波切平日不隨便拿出來給別人看，今天因為朗欽仁波切是仁波切的好友之故，我們才沾光得見。多丹仁波切的前世是一位專修大威德金剛的成就者，當他在止貢「楊日噶寺」學習時，第三十三代法王謝威洛卓 (Zhi wa'i blo gros, 1886-1943) 將這幅瑞津秋札親繪的唐卡贈與他，因為瑞津秋札本人即是大威德金剛的成就者 (止貢噶舉的大威德金剛傳承即是由他所傳下)，法王並於唐卡背面親書祝辭，蓋上手印。此唐卡的畫風屬「舊欽派」(Mkhyen rnying lugs)，雖然止貢本寺的唐卡大部均屬此風格之畫派，但這種舊派的唐卡現在確實難見。
8. 來自達隆寺的普巴杵：這也是仁波切自西藏帶出來的。
9. 黑石頭上的天然的白色「阿」字，以及白石上的拇指印：這兩件東西關係到仁波切早年所作的一個有關取出伏藏的夢，在他醒來後就自然擺在床邊，當年曾聽朗欽仁波切說過此事，今日終於能見到。但遵照仁波切囑咐，此事詳情不能公開。
10. 白石之綠度母：這是仁波切所取出的伏藏之一。
11. 噶·秋丁巴的長壽佛像：他是吉天宋恭的主要弟子之一，也就是現在噶千仁波切轉世傳承的第一世。
12. 第三十三代法王謝威洛卓所作的密集金剛。

很感謝仁波切非常有耐心的將其珍藏一一展示給我們看，許多東西不僅是古董，在宗教上，

特別是止貢噶舉傳承的歷史上，更具紀念價值，讓人藉此得以追憶當年這些成就者的行誼。

晚上在旅館享用過豐盛的晚餐後，就提早歇息了，因為今日一早趕飛機，再加上初到高地，還是要好好培養體力準備接下來幾天的參訪。



（左圖）二十四代法王瑞津秋札所親繪的大威德金剛唐卡，其背面上方（右圖）是第二十九代法王貝瑪嘉稱的手印，下方則是三十代法王邱吉蔣稱的手印。多丹仁波切珍藏。

菩提心讚頌寶炬（5）

༄༅། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བསྟོན་པ་རིན་ཆེན་སྟོན་མ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

昆努仁波切

15. 日月星辰雷電縱明耀，何能照徹心內之晦暗。

菩提心照眾生內無明，至極遍滿聖者故讚揚。

16. 一切利樂泉源處，即是佛子菩提心。

是故如意摩尼寶，與之匹敵無能有。

17. 芭蕉生果即枯萎，再要結實其力無；

妙菩提心所滋德，其果復生無盡增。

༡༥ ཉིན་རྒྱ་བསྟོན་མ་སྟོན་གི་མེད། །གསལ་མོད་ནང་གི་མུན་སྟུགས་གཡས་ལ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་འདི་འགྲོ་བའི་ནང་གི་སྒྲིག་ །མཐའ་དག་རྩད་ནས་འབྱིན་པ་རང་པས་ །བསྟུགས། །

༡༦ ཡན་བདེ་ཀླན་གྱི་འབྱུང་བའི་གནས། །རྒྱ་བའི་སྒྲིག་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས། ། །དེ་ལ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བྱ་ཡིས། །འབྲན་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་རེ་སྟན། །

༡༧ རྩ་ཤིང་རང་འབྲས་བསྐྱེད་ནས་འཛད། །སྒྲིང་ཡང་འབྲས་སུ་འབྱིན་མི་རྒྱས། ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་དགེ་ །འབྲས་སུ་འབྱིན་ཡང་མི་ཟད་འཕེལ། །

唐卡簡介

十六羅漢系列之四：迦里迦尊者

迦里迦尊者為一富有地主之子，出生時天降花雨於宅，其後身上即具花香。當阿那律尊者觀知成熟其心續之因緣已至，遂授其沙彌戒，復賜比丘戒。迦里迦尊者得證阿羅漢果後，為教化後世弟子棄捨貪執之故，遂住於墳場，依就地所得之衣食而修行。迦尊現與一千一百阿羅漢同住於印度西部桑林地區。

། གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་དུས་ལྔ།

གནས་བརྟན་དུས་ལྔ་ནི་ཁྱིམ་བདག་ལྷན་ཅིང་ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་བ་ཞིག་གི་སྐུ་སྲུ་བཙུང་གིང་བཙུང་མ་
ཐག་སྐྱ་མའི་མེ་ཏོག་གི་དྲི་དང་ལྷང་བ་དང་མེ་ཏོག་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཆར་ཡང་བབས་པར་བྱས། རི་ཞིག་ནས་
འཕགས་པ་མ་འགགས་པས་དེ་ཉིད་འདྲེ་བའི་དུས་གཟིགས་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྟེན་པར་རྫོགས་
པར་མཛད་དེ་མཐར་དག་བཙུང་པའི་འབྲས་བུ་མཛོན་དུ་བྱས། བྱི་རབས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་ནམས་ཆགས་
ཞེན་སྦྲང་བ་ལ་སྦྱོབ་པའི་བྱིར་དྲུང་ཁྱོད་ལ་གནས་ནས་རོ་རས་བཟུས་ཏེ་ཁ་བསྐྱར་བའི་ཆོས་གོས་གྱོན་
ཅིང་ཐས་གོས་དྲུང་ཁྱོད་ལ་བསྟེན་པར་མཛད། འདི་ཉིད་རྒྱ་གར་ལུ་བཟོགས་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་གི་ཐངས་
སྤྱིང་ན་ལའོར་དག་བཙུང་པ་སྟོང་དང་ཆིག་བརྒྱས་བསྟོར་ཞིང་འགོ་བའི་དོན་མཛད་ཅིང་བཞུགས་སོ།



岡波巴秋季佛學營

二〇〇二年十一月二十六日至十一月三十日



二〇〇二年岡波巴秋季佛學密集課程，是由朗欽加布仁波切傳授達波札西南嘉的著作《密咒總義摩尼寶光——密宗道次第心要》，對四部密續總義，做整體架構的講解。

達波札西南嘉是十五世紀人，曾任薩迦派那爛陀寺住持，後於岡波巴之達波寺任住持，對於薩迦及噶舉兩派之教法均精通。達波札西南嘉以著作「光明三要」——《大印月光》、《喜金剛日光》、《密咒總義摩尼寶光》聞名。

參加資格：能全程參加者

詳情與報名請電詢 860-519-7780 或 856-358-5177

Email: cpeng@rdg.boehringer-ingelheim.com