

朗欽加布仁波切 講述

瓊達 翻譯

2008/11/02 於 費城 普門寺

小結一下前面所講述的，我們首先要了解暇滿人身的難得珍貴，否則我們很可能就輕易地浪費它。對於「執常」，我們以觀修無常來進行對治，一旦死亡來臨，一切都將太遲，以此我們會珍惜時間，善用此一暇滿人身。此外，我們還需要了解因果業報，這樣才不會因為果報顛倒，由無明造下惡業的，進而更善用此一人身。我們更需要了解業的本質，業帶動煩惱，將我們帶入輪迴，是痛苦的根本。也就是因為無明、煩惱與業風使我們輪迴、生死與痛苦中流轉，因此我們了解輪迴的過患，並希求從輪迴中解脫。個別的解脫，如獨覺，並不圓滿；我們更進一步地思惟一切眾生曾為自己的母親，為了報恩所以我們發心，希望一切如母眾生均能得到解脫、證得佛果，所以我們發菩提心、行菩薩行。以菩提心為根基，我們尋求殊勝道以求解脫，所以接下來我們講述「道」。

【得到菩提金剛乘之道，所述乃成熟解脫精要，恆時三戒轉勝俱增上，積極精進即是我忠告】金剛密乘之道是我們成就菩提佛果的迅速道路，「菩提」在藏語有成熟的意思。也就是說金剛密乘之道得以清除、清淨我們在無數劫裡所造下的罪業與障礙，並且使我們在究竟上認識與生具足的如來藏，也就是佛性。這裡要特別說明的是，金剛密乘的修行根基是眾生本具的如來藏。眾生都有「心」，這個「心」與佛的「心」的關係就如同牛奶與酥油：牛奶中自然有酥油。

我們現在所擁有的身體其實是一個由口鼻五官所組成的粗分的血肉之軀，相對於粗分，細分的身體稱做「本元身」，是身體形成的根本。概括地說，「本元身」是由白、紅、氣心¹

¹又稱業氣或稱羅睺羅氣。

〈業氣或稱羅睺羅氣〉三者組合而成：白是指父精，紅是指母血，白紅相結合加上氣心合一，便形成極細微的身體。接著身體由破、散、引、熟四個過程的反覆作用，身體開始由碗豆般大小慢慢地長成如乳酪般由小而變大，然後生出骨骼四肢。接下來由臍間生出臍輪，最初也是極為細微，三脈四輪也開始形成等。拙火的修習便是跟這個氣脈明點有關。一般我們說「氣脈明點」，氣是指我們的意識，心依於氣，否則就沒有生命；身體的形成則依於脈的增長；另外由父白形成骨骼，母紅形成血與肉。父精母血與氣心三個因緣相結合才形成生命，如同汽車的引擎一般。密乘裡的金剛身即是從這細微的氣、脈與明點著眼。大圓滿的修行則強調於根、根脈與心的作用〈另外還有極細微的光脈〉——這裡必須強調這個極其細微的根脈與一般所說的粗分脈不同。例如經由眼根我們看到外在的事物，然後藉由極細微的根脈傳遞到我們的心，我們因此有所感受。根脈與心二者是互動的：如果沒有根脈的傳送，心本身不會作用、不會有所感受；如果沒有心，只有根脈，那試問是誰在感覺與經驗呢？這也就是所緣與能緣的關係：細微的根脈是所緣，心是能緣。其他諸如耳、鼻、舌等也是藉由根脈傳送到心，於此不加贅述。密乘的修行是從外境、內身、與秘密心三者的互動進行修持，而由氣、脈、明點的清淨成熟身、語、意三金剛的道路，這是需要有成熟的灌頂與詳細的解說才可以進行，這裡只是給予概述。

密乘中的身、語、意，粗分的身是與細分的紅白氣心所構成，粗分的語與細分的氣有關，粗分的意與細分的明點有關，這粗分與細分的關係可以用「雙運」來表達，也就是彼此之間有互動依賴。這就是所謂的「雙運金剛乘」，依此道理我們觀想諸佛菩薩或本尊。當然除此根基之外，成熟的灌頂是必須的，由此才能進一步修習。「灌頂」的在這裡的意思是「使種子成熟」，也就是基於我們本來具有的身、語、意三金剛的種子，藉由灌頂成熟身、語、意三金剛，最終達到解脫。所以「所述乃成熟解脫精要」具有成熟與解脫兩種意義。在顯教〈因乘〉的開示中僅些略提及眾生本具如來藏，在密乘中則進一步開示身、語、意三金剛的意義：身即是佛身，語是咒語，意是法性。所以除了前述成熟的灌頂之外，尚須

進一步的解脫的講解，這便是觀修本尊或佛身的道理，而我們將現有的凡夫之身觀想為佛的清淨之身，語為清淨之咒語，心觀為本元之心。

舉例來說：我們觀修觀世音菩薩為本尊，我們便觀想自身即是觀世音菩薩，待觀修嫻熟之後，凡俗之身消除，不僅自覺自己是觀世音菩薩，他人看我們也是觀世音菩薩。語的方面，所聽所聞所語均是觀世音菩薩的六字真言，凡俗之語消除。意念上則是安住於法性之上，沒有凡俗的妄念與執著。也就是身、語、意均達至觀世音菩薩的清淨境界，不再有凡夫的不淨觀，而呈現「明空」的狀態——空但本質是明，明但本質是空，也就是明空無別。消除不清淨而轉為清淨，最終則修證成就虹身。

在這裡我們試著以顯教的《心經》所說的：「色即是空，空即是色，色不異空，空不異色」加以闡述。就色身來說，儘管如細微的色身，也有所謂的紅、白、氣心，其中，白色明點具有嗔恨的本質，紅色明點具有貪欲的本質，氣心則具有癡的本質；換句話說在細微身體形成之初，紅、白、氣心一開始聚集貪、嗔、癡便已經存在。欲轉化這個凡俗之身成佛的三金剛身，便是去除我執，成就「顯空雙運」。如此儘管紅白的物質仍然存在，依舊顯現，但本質是空。這裡的關鍵是以觀我為佛來轉化具妄念的我執，如觀修觀世音菩薩。所以儘管外相如觀音身仍然顯現，其本質是空，極其清淨，便是「色即是空」；因為觀音其本質是空，所以安住於法性，但仍具觀音之身，便是所謂的「空即是色」。密乘所謂「明空無別」即是「色即是空，空即是色」。這裡是由於講述方便才以此相對應的說法與以闡釋，一般講述宗律時，因為理論體系不同，不可混為一談。我們也必須明白儘管理論基礎不同，所達到的目的應是一致的。

所以這個「心」，說壞可以極其地壞，一切三毒、五毒、貪嗔癡慢疑均可以由此而生；但說好也可以極其地好，慈心、悲心、利他之心以及智慧也由此而生——它可以是一體兩面的。也就是我們如果利用它本身具足的條件，從好的方面發展，我們就能證得佛果；反之，往壞的方面發展，也是可以將我們自己投入地獄。這一切完全取決於我們自己。

接下來【恆時三戒轉勝俱增上】，這裡涉及的儀律甚廣，我們僅僅概略講述。恆時是指過去、現在、未來。對於前述的成熟解脫的精要我們必須在三時依戒律轉勝與增上。密乘裡，在灌頂的同時弟子也受了三昧耶戒，也有所謂三昧耶戒是灌頂的性命的說法。在灌頂之後弟子便必須遵守三昧耶戒，這戒律跟聲聞乘遵守戒律的意思是一樣的。三昧耶戒包括內、外、密三種涵義：外戒是指別解脫戒，也就是從皈依戒開始到比丘沙彌戒等，主要是指聲聞乘所守的戒；內戒是指菩薩戒；金剛密戒則具有轉勝與增上的意義。外別解脫戒以十惡為根本，從根本四戒加九戒到二百五十三條比丘戒等，從根本的殺、盜、淫、妄的四戒，加上酒戒成為五戒等，是以出家眾為主所遵守的戒。舉淫亂為例，它是不淨的行為，也就是非梵行，因為它視女身為不淨，所以利用「白骨觀」或「不淨觀」將女性觀為腐屍來對治。或是以殺生為例，別解脫戒是完全不開許，但在菩薩戒的階段，如果沒有個人私利，在為利眾生的前提下，部份是可以開許的。密乘對女身的態度則完全不同，首先密乘以菩提心為基礎的話，一切眾生皆為父母，沒有凡俗之見；其次女性也是佛本尊，所以女性也是清淨之身，因此對女性也沒有貪嗔癡之念。這裡便是密乘裡轉勝——也就是對於貪嗔癡之念，密乘以轉勝對治。

例如嗔恨的妄念一出現，我們便觀想它為金剛薩埵，安住在金剛薩埵本尊的形象上，作為轉換。這是以生起次第為基礎的轉換方式，但是對於了知自性熟悉本覺的行者而言，妄念一出現，行者便了知妄念本質是空性，因此妄念便得自解。這個部份必須經由上師的口訣傳授，行者方能進行修持。對於初機行者來說，嗔恨的妄念一出現，如果可以想到金剛薩埵或觀世音菩薩來了，慈悲心生起便可對是嗔恨；貪欲出現時，則以觀想無量光佛來對治；嫉妒念頭出現時，則以觀想不空成就佛來了來對治。簡言之，對於貪嗔癡慢疑這五毒，我們可以以五方佛來進行轉換：五毒的本質即是五智——如果不能瞭知這個道理，五毒就是五毒；反之，如果可以了解，我們即可轉換五毒到清淨的佛身。這是轉換的講解。

煩惱五毒的消解便可以俱增上。無論顯乘或密乘，基本上都是要對治五毒，但所用的

方法有所區別。而儘管密乘的見地清淨，但所使用的方法對顯乘而言，則是相當粗鄙，因此密乘的修持方式遭到顯乘相當多的批評。但如果顯乘是以戒律的方式進行修持，密乘則認為究其根本五毒仍未消除。這就如同在一個房子裡堆積東西，勢必會堆滿。但密乘的轉換方式，則是一有東西進來就將它放置到別的地方去，因此不會堆積——例如嗔恨念頭心一旦出現，即觀想金剛薩埵。這樣的修持必須恆時精進，這便是曲吉札巴的忠告。

【成就根本金剛上師尊，珍惜誓言護持恭敬之，所示根本墮犯及支分，修持根本即是我忠告】一切成就的根本是金剛上師，對於上師與三昧耶戒要珍惜與護持，三昧耶戒中的十四根本墮²以及其支分也應修持，這是法稱大師的忠告。這裡對十四根本墮稍略解釋：第一個根本墮是「違依止敬謗辱師」，這是最重要的。第二個根本墮是「違越善逝語教誡」，對釋迦如來所開示的教法不能違犯。第三個根本墮是「金剛兄弟起紛爭」，在同一個曼達〈壇城〉下求法聽法的弟子即是金剛兄弟；金剛兄弟之間要和睦相處，不要有嗔恨紛爭。這是近的眷屬，推而廣之可以是佛弟子，甚至一切眾生。第四個根本墮是「失慈悲嫉有情樂」，也就是喪失慈心。第五是「畏難不度退菩提」，也就是喪失菩提心——菩提心是一切法的根本。第六是「毀謗自他宗派法」。第七是「於未成熟宣密法」，對於心續未成熟之人不能開示密法。顯乘也有相似的說法，例如律宗說對於不能守戒之人，不能開示律儀。第八是「輕蔑蘊即玉佛體」，我們的蘊體雖然是五毒的顯現，但其本質是五智，是五方佛的顯現，所以不能輕蔑它，視之為不淨。第九是「疑諸自性清淨法」，也就是具清淨觀。第十是「於毒常具大慈心」，也就是對非常殘忍或違背佛法的人，可以用誅法，但是以慈悲為根本，就如大咒士以猛烈的方式攝受凶狠眾生。但這是密乘的開示，顯乘並不允許。第十一是「分別離名等諸法」，也就是甚妙三昧耶戒要恆常守持，恆常安住於甚深的空性之中，這個部份並不容易。第十二是「破壞具信心眾生」，對於具信眾生不使之衰損。第十三是「不依已得三昧

²十四根本墮：違依止敬謗辱師；違越善逝語教誡；金剛兄弟起紛爭；失慈悲嫉有情樂；畏難不度退菩；提毀謗自他宗派法；於未成熟宣密法；輕蔑蘊即玉佛體；疑諸自性清淨法；於毒常具大慈心；分別離名等諸法；破壞具信心眾生；不依已得三昧耶；毀謗婦女慧自性。

耶」，具三昧耶之甘露得以享用，這是很高的密乘見地。第十四是「毀謗婦女慧自性」，也就是不輕蔑女性，應以波若佛母觀想。這是十四根本墮的概述，其他詳細的支分因時間關係，無法多作說明。

問：能否請仁波切就「俱增上」多作一點說明？

答：在前面講述轉勝之時就已經有提到了。我們對治五毒，例如嗔恨心一起，我們便觀想金剛薩埵，這樣不僅是轉換嗔恨心，並且得到戒律增長了功德。轉換之後自然是增長。

問：仁波切提到顯乘是由因位上作修持，其他書中也提到金剛乘是由果位上修持，能否請仁波切就金剛乘的部份開示？

答：簡單地說顯乘是因乘，密乘是果乘。對於五毒我們需要消除，這是顯教說的，但消除五毒之後的果位，則是密乘所開示。其他諸如修持方法等也有所不同。

問：密乘是用轉勝的方式對治五毒，所以貪嗔癡生起時便藉由觀想金剛薩埵等本尊的方式，讓自己減少貪嗔癡，如此精進修持最後希望能成就果位。

答：你說的對，但在真正修持時候，首先我們需要積聚資糧等，它有一定的次第與方法。顯乘沒有本尊的觀想，基本上是以藉由對空性的認識來進行修持；如何認識空性，上師指點的方式也有所不同，但顯乘主要是由禪定的方式來修持，並以觀五蘊或數息的方式進行禪定。對於空性的觀修，方法也有所區別，如同由真空裡看空間，或由窗戶裡看空間，或由虛空裡看空間，方法是截然不同的。

問：仁波切提到「色即是空，空即是色」時以觀音作比喻，因為觀音本質是空，但以觀音之相顯現，所以色裡頭是空，空裡頭有色。

答：以密乘的生起次第對照來說，這是對的，也就是明空雙運。

問：仁波切提到藉由觀想金剛薩埵等本尊的方式來對治五毒，但是我們往往不能及時察覺五毒，是否有方式讓我們可以及時覺知呢？

答：我們不能及時察覺五毒，就是無明。例如嗔恨心起，將我們的心遮蔽，讓我們無法覺知，就是無明。但是如果進一步觀察嗔恨的本質，它並沒有自性，但是們的心卻被它遮蔽。對治的方式是熟悉本尊的觀修，如觀音菩薩，在對境出現時便可以及時察知與對治，不為所轉；否則便是為其所轉。如寂天菩薩所說：對治嗔恨心比殺敵人還要困難；這是因為嗔恨心會隨時生起，但敵人殺了就不會再來。所以能對付敵人不是英雄，能對付嗔恨心才是英雄。

前面講到，在金剛密乘的修行中，我們轉換凡夫的身、語、意到佛菩薩的身、語、意，也提到了細微的本元之身與粗分的血肉之軀之間的關係。接下來我們從第八個偈頌開始。

【一切功德之基為知足，捨棄逸樂去向清淨處，如同受傷之獸藏隱秘，獨自安住即是我忠告】一切功德的根本、基礎是知足，也就正知念。如同我們正面對著險境，我們必須對自己有所認知與自制，才能通過險境。以佛法來說，輪迴就是我們所面對的險境，如同懸崖或深淵，如果沒有出離認知與自制，一不小心就會掉下去。即便如此仍然不夠，我們進一步需要避開誘使我們心散亂的逸樂，前往僻靜之處獨自安住。往昔諸佛菩薩對於幽淨之處十分讚許：前往這些地方不僅可以避開喧囂，並使我們心志清明，禪定生起，放下煩雜的心緒，敵人也不會出現，並遠離親情束縛。在西藏如密勒日巴與巴珠仁波切都是長期隱居僻靜之地，進行禪定修持，他們曾經讚美岩石如天梯，身處雪山之中時，讚嘆頃下的雪水如同水晶宮。《佛子行三十七頌》也有對前往幽淨之處功德的讚頌。如同受傷的野獸藏匿於隱秘之地，我們於山林之中安住禪定，這是法稱大師的忠告。

僅僅讓我們的身與語處於僻靜之處，是不夠的，更進一步地是使我們的心也能安住。心的安住是共同的修行方式，但如果是菩薩道的行者，則進一步需要放下個人志業的心念。

【復次行於放逸野獸眾，雖住清淨之處亦無益，積極精進強烈摧動念，捨棄放逸即是我忠告】其次，不僅如同受傷的野獸般，讓我們的身與語處於僻靜之處，更重要的是捨棄放逸之念，精進修持。精進可分為三種：首先是披甲精進，猶如披甲上陣的勇士的決心般，在未證得菩提之前，我們立下誓言精勤不懈地修持。其次是加行〈攝善〉精進，如同毒蛇掉到我們身上，我們想要地即將它撥開，除了精勤修持的決心之外，我們還要當下在〈加行〉法上，毫不懈怠地修持—如同毒蛇掉到我們身上我們想要地即將它撥開。最後是無饜足精進，也就是在未證得菩提之前，對於所有菩提善業心無饜足、不斷努力。

精進的相反則是懶散，通常就是貪睡昏沉，這與飲食也有關係，如果晚上吃得太飽，隔天早晨醒來大多仍是十分昏沉；但若適量攝食，精神則十分清明。所以經典上也開示，食物對身體與精神的影響，適量飲食有助於心志的清明。根據西藏醫學的說法則是，肚子的三分之一是食物，三分之一是水分，另外三分之一則應留空。

【雖住任何之處與誰行，莫貶他人勿言無益語，雖牽動他心亦無利益，住於正直即是我忠告】這個偈頌說明不論身處何地，與人交往毋需深交，不說無用、傷人的話語，以正直誠心即可，更重要的是專注於修持。

【其他教法宗派之間者，取捨破立此後之隨行，盡皆棄捨平等而置之，修持師教即是我忠告】不論佛教本身或是外道都有許多的宗派，例如聲聞乘有十八個部派，顯乘有四宗之說，均有各自的主張與論述。對於些論述，就行者來說，一旦破立取捨之後，便只須跟隨上師的口訣精勤修持，無須再對其他論述進行攻訐。

【自身修持從內未生起，理解見地若不修觀行，如同辯論不會見真道，恆常修持即是我忠告】我們首先聽為佛法，之後詳細思惟與抉擇，最後必須觀修，這便是所謂的聞、思、修。如果沒有觀修，僅僅只是聽聞、閱讀與思辯經書，就只成為「辭句佛法」——僅僅於字面上討論這個對、那個不對，並沒有太大助用。要使辭句變得有意義，唯有進行觀修。有了禪修的經驗與覺受，見地才能夠增長與確定。這裡強調的是禪修經驗，便是「岡波巴

四法」中的「道除惑」的方法：心入法、法入道之後，修行的道路上患惑的消除，而觀修、禪修便是除患的方法。所謂的禪修，這裡強調的是一種習慣，並不是高深的禪定或修法；也就是由禪修的習慣，讓我們逐漸熟悉與精通道。如同學生上學讀書，她們不見得是學習高深的學問，但是一旦習慣，就能駕輕就熟，禪修也是如此。

禪修最好可以到山間，不然每天進行一段時間也可以——從三皈依到發心，然後使自己的身心放鬆、休息。逐漸熟悉之後，便是所謂的「休息禪定」。這樣的「休息禪定」就像在炎熱的夏日，有個旅人背著沉重的行李，長途跋涉之後，在蔭涼的大樹下休息。修行的道路上，也需要這樣的休息，這是初學者的禪修。如同旅人尚未到達目的地，我們仍有惑幻，在休息之後，我們仍須再度進行修持。

以四臂觀音的禪修來說，首先我們皈依發心。其次觀己身為觀世音菩薩、語誦觀世音菩薩心咒、心安住於種子字上。到最後種子字收攝，逐漸變成針間大小，心安住於其上。觀修時間不必太長，反覆練習，如此心可得到休息，心志也將變得清明。

這樣的禪修，並無法將我們的惑幻轉換成本來智慧，如「岡波巴四法」中的「惑證智」，因此我們需要大手印，也就是【若無一解百解之大印，滿足博學教法之名譽，死時如同蛇蛻皮一般，終將仍以悔恨心而逝，修持究竟即是我忠告】這個偈頌。要轉惑成智，我們所需了知的是知一解百、一解百解的法——我們現在是知道一切，卻不認識自己的本智。因為不了解本智，內在煩惱五毒與外在情器的本質，也無法得知。唯有了知自己的本智這個要點，一切所有的本質與功德方得以顯現。這個一解百解的法門，在噶舉傳承是大手印，在寧瑪傳承是大圓滿，在波若乘是大中觀，在薩迦傳承是輪涅無別之見。儘管名相不同，修持方法上則有些許差異，但究竟意義上並無差別。如果不知這個一解百解的大手印法門，儘管是飽學經書的博學之士，在死時就像蛇蛻皮一般，神識脫離軀體，仍流轉於輪迴，終將悔恨。

從辭句來解釋大手印，「手印」如同國王頒布法律時所用的印璽，從此命令法律所到之

處，百姓均得服從；之所以「大」，是因為它涵蓋一切輪涅之法。我〈仁波切〉在台灣的電視上曾經看過有人問某大師甚麼是「大手印」，某大師就比了一個供曼達的手印，說那就是大手印，各位千萬不要誤解那就是大手印，大手印不是手掌，與手掌無關。

從實義來解釋大手印，「手」是指心淨法身，也就是煩惱與業自然解脫，親見心性法身。執實的分別念與妄念再也無法超越，就是「印」。在因位顯乘與果位密乘中它是最高之法，所以是「大」。若問大手印在哪裡？它既無外境也沒有對象，本初以來即安住於己，惟自己可見；所以大手印無法外尋，每個人必須向內尋求。因此第一個階段是往自己的內心去內尋求——試著找尋是否有個具體有形有色的心？如果找不到那就是空。可是如果是空，又怎麼會有苦樂的感受呢？這個自性需要自己來解——它必須經由對上師虔敬、累積福慧資糧、並有求得修持口訣的願望、一心修持方能得證。換言之，這著個自性是一切輪涅的根本，為了尋求解脫，了達這個自性，我們發願並虔敬祈請、尋求上師。對上師虔敬，再由上師傳授口訣，自心相續成熟之後，即可了知自性。這同時我們也必須累積資糧，否則雖經上師指點，瞬間我們可能有所體悟，但也旋即忘卻。總之，惟有了解這一切輪涅根本的自性，方能一解百解，否則我們終將悔恨地流轉於輪迴。

前面提到，粗分之身是血肉之軀，細分之身是紅白加上氣心。當我們死亡之際，組成粗分之身的地水火風逐次分解，當呼出的氣吸不回來的斷氣之時，便是一般所謂的死亡。但此時細分之身的紅白氣心仍然存在，並開始有所變化：白道與紅道到交接出現，眼前時紅時白的感覺出現，分別心與妄念停止，也就嗔恨引起的三十三種妄念、貪念引起的四十四種妄念、愚痴引起的七種妄念，都會在這時候停止。白與紅消散之後，便進入黑道，眼前一片漆黑，所有分別妄念不再生起。黑道維時長短則因人而異：有些人幾分鐘、有些人幾小時，但最長不超過三天。最後識〈氣心〉融於本初智慧，如果我們認識大手印的要義，有禪定基礎，便可認識這個本覺。否則，「我」念生起，意識身便形成。

因為智慧本具，所以稱為「實相大手印」；修持大手印過程中，體現殊勝大手印的要義，

稱為「道大手印」；因為修持終將成就，所以稱為「果位大手印」。有人問大手印是甚麼？答：大手印是空性。有些人可能會以為空就是什麼都沒有，而因此感到害怕恐懼，因為無始以來太習慣於我執；或有人以為空本身也是空，而造成斷見。其實藉由我們本具的智慧，是可以了解這個空性，也就是「自見」。這個空是超越有、無二邊而安住：因為不是真實存在，所以是非有；因為可以自見，所以非無非，所以是有非無的中道。因此，行者如果可以在四大消解後，安住於本智融入証得清淨身，最後只剩頭髮與指甲，這就是虹光身。所謂的神通，如他心通、天眼通等，也是因為了証空性之後，隨之而生的功德。了証空性之後，另一個隨之而生的是悲心，悲空是合一的。有人會問悲心從何生起呢？如果悲心不是本具，就像石頭雖然親見痛苦，也不會有任何感受，生不起悲心。那的我們悲心是怎麼來的呢？我們的悲心是本具的：在如來藏中，具有無量的大悲，在遇到痛苦的對境時，悲心便隨之而生。龍樹大師說：「因為存於如來藏中的大悲，當我們了解無生空性義時，對遊蕩輪迴的眾生，悲心便自然生起。」也因為有悲心的生起，我們得知如來藏的存在。〈否則我們就會向石頭一樣，無動於衷。〉當我們了解無生空性義時，自然會對不了解無生空性義的眾生，生起悲心，這也就是無緣大悲。無緣大悲也是佛教與其他宗教慈悲最大的不同之一：其他宗教也有悲憫的心，所以協助他人。佛教則有緣眾生的生緣悲，緣法理的法緣悲，以及對空性了悟的無緣悲。這樣的大悲，是漢藏佛教文化的特色之一，沒有這樣的大悲，爭鬥與矛盾便很容易產生。

【達官權貴富賈勇士等，雖具名望最終入中有，此類傲慢惡習無解脫，行持正法即是我忠告】任何的達官顯貴或勇士，雖然擁有名望，但在死亡進入中陰時，這些名望與傲慢的種種惡習，對解脫是沒有助益的，惟有依止佛法方有助於解脫，因此行持正法是我給予的忠告。

問：仁波切前面提到死亡時本覺的出現是在紅白道出現之時？還是在黑道出現之後？

答：是在黑道出現之後。這些細節的部分，往後在中陰的授課中會詳細介紹。

問：仁波切前面提到瞋恨心出現的時候，可以觀想金剛薩埵或觀世音菩薩來了，那我們怎麼準備呢？

答：準備一把好刀子啊——這個刀子不是一般鐵做的。各位知道古時後西藏房子的窗戶不是向外開，而是向上開，也就天窗，白天打開，晚上或下雨時則用陶罐蓋住。有一個修行人在進行禪修，禪修之時，天窗上的光線就被陶罐擋住了，這人以為有人再跟他搗蛋，就想拿刀子去刺那個搗蛋的人。後來他先在準備刀子之前，還是先請示他的上師。他的上師知道之後就告訴他，貿然刺上刀子不是很妥當，不如在刺那個人之前，先用墨水在他身上畫個標記。隔日在禪修之時，他的光線又被陶罐擋住，所以他就照著上師的話，先用墨水在他身上畫個標記。之後他才發現在他自己的肚子上有自己先前畫上的標記。這說明了這個修行人的覺知力不夠，所以出現幻覺。能有覺知力才是真正的智慧寶劍，對付的敵人的利器。沒有這個智慧寶劍，瞋恨心一起就直接向一人衝上去，是很容易傷到自己的。

回到你的問題，平時我們應多累積資糧，祈請傳承上師加持進入我們的心相續，特別是瞋恨心起時能夠覺察，修習禪定、心續成熟並經上師指點，便可以做好準備。當然，一但覺察，對治力——金剛薩埵也必須出現。

問：仁波切提到我們應多累積資糧，與上師心相續、心續成熟等等，心續成熟是甚麼意思呢？

答：心續不成熟是因為心有煩惱，在加上業力，便有我執，三者又交互作用。所以要消除煩惱、對治我執就必須具有虔敬心、信心、精進、累積資糧以及智慧等等，如此心續得以成熟。