



大乘精要 (9)

朗欽加布仁波切 講述

敬安仁波切 口譯

2007年09月22日於岡波巴中心

[動機] 在聽聞佛法之前，首先對一切遍虛空如母眾生（此眾生原本雖是欲求一切樂果，但因所思惟，進行的一切均為顛倒，而所得反為不欲求之苦果。就有如盲人行於荒野中，不知方向一般。）生起有緣取之強烈悲心，再以智慧緣取此等如母眾生，願度其均能得證究竟佛果。以此動機來聽聞大乘精要之法。

[前言] 認知次第之重要。縱觀現在一般人，均有好高騖遠的心態，一味想追求高深的佛法。如大圓滿，大中觀，大手印等。希望快速成就，遂到處去尋求高深的法。可是到頭來還是要依循次第的方式而上，才能真實圓滿一切。在西藏有一個譬喻，當要趕驢子馱貨到拉薩去時，在路上不可急速趕韃驢子，應以驢子自己能承受的程度行進，並供給足夠的草糧及水，那一定可以到達拉薩。否則，驢子可能會在路上出問題，那將導致你浪費更多的時間。

各各學習的次第：三乘均有其各自的道次第

[小乘的次第] 首先應捨棄一切苦，由理解苦(苦諦)，知苦的來源(集諦)，能現證(滅諦)，及知如何現證滅諦之(道諦)。

需依一定層次而上。知苦之後，了知道苦的來源是集諦，是由煩惱中產生出來，那如何對治煩惱，引生出來各種不同次第。從三摩定的方式，四念處的方式，到止觀，慢慢而上，到最終現證滅諦的果。

[大乘的次第] 首先了知人身難得，如何利用此難得的人身。了解人身乃無常，並非有常之法，並了解無常並不只是代表身體而已，一切外在器物及內在有情，皆是無常的展現。但是這無常並不代表絕空，而是要了解由無常隨轉而來所產生的一切皆是苦的來源。由知苦因而知道了六道輪迴的產生，由此就知道了輪迴是依於過去業因果所產生。我們為學習斷除苦、因果時，就學會了止觀，再慢慢而上，接觸到大手印，大圓滿，一切均是依層次而上。

[金剛乘的次第] 以大乘的次第做為基礎。在此之上，理解到，圓滿積聚資糧，淨除一切垢障，再加上大恩上師加持，當這一切因緣具足時，才能理解心的本來面目。當尚未達到時，首先應進行積資除障，在積資除障的方式中，由皈依開始做起，到金剛薩埵的觀修來淨除一切垢障，到供

曼達來累積資糧的方法，再到上師之間的相應之法，類似而上，達到了解自身本來面目的一個方法。此乃屬於金剛乘的一個次第。

依次第修證時：依於我們過去的業，當我們接觸到愈高深的佛法時，對我們身心產生的障礙就愈大。這個時候，我們要對苦產生強烈的忍辱來超越這些障礙。不只是我們需要積資除障，即使是我們的導師(佛陀)也都要經過 6 年苦行等，最後才圓滿佛果。且不僅於此，當佛陀在現證佛果的黎明之際，連平日最忠實的也如魔般來對佛陀產生障礙。(這裡的魔講的是內在習氣的一種顯像)。我們一再修證，就是要把我們這種習氣淨除。在我們修證時，堅固我們學法的心念是非常重要的部份。

“大乘精要”就是依循道次第的方法來進行解釋。

[復習] 正善 (c)論文解說： 在西藏，講解一部論時，是以人的身體結構作為比喻來分類講解。總體架構的講解比喻有如身體軀幹。當分支解說則比喻有如四肢展延般分支細說。在分支細說部份分為三部份：**基、道、果**。

基的部份： 解釋了我們如何擁有這本初的光明基礎。這光明基礎是如何依住在我們的本體上。此光明基礎為何被障，如何被障，為何要除障，為何要了知這本來面目。我們所要學習這光明基礎的整個步驟。

道的部份： 分為

- (一)認知此道：首先要了解何為一個具相善知識，及我們如何依止此善知識，因為若不依止上師是無法理解佛陀的根本教義，並且於依止後，從善知識處學習。
- (二)思惟此道：
 - 1。以死亡無常的方式來對治，對於貪著輪迴的這種心念。
 - 2。以難得人身的心念來對治，心的放逸怠懈。
 - 3。思惟要如何將此難得的人身作有意義的事，開始理解業因果的產生。
 - 4。由業因果產生的善趣，惡趣之果，思惟輪迴過患。

(惡趣 [地獄道、餓鬼道、旁生道] 過患已講完。)

[今天上課] (繼續) 善趣： 人道、阿修羅道、天道

人道： 相對惡趣之苦，在人道中是比較好。可是並不代表沒有苦。在人道中的苦，有生老病死，怨憎會、愛別離，慾求不得，及不欲求的東西而得到的苦。

(生苦)：引“入胎經”中有解釋人道出生的過程：當中陰意識之身入胎的過程中，當自身福德不具足時，當下是一片黑暗，進入的是無明恐懼中，若具足福德圓滿時，入胎當時，顯現的均是壇城，無量宮等。再細分時，若父母福德圓滿，而自身福德不具足時，將不會出生。若父母福德不圓滿，而自身圓滿具足時，所產生的是身心上的某些障礙，種種不同。

在意識進入母胎後，其極細微的微塵在母胎當中形成乳狀，團狀。依於不同的氣，產生了我們這樣一個人身。

因：乃是依於過去的業。緣：乃是要依靠父母的福德、身體來決定。

在藏傳佛教中，不只經典，在醫續中也都有解釋。在入胎後，所產生人身的四大是否圓滿調和，一切均由業及福德來區分。(有如現今以基因來區分)。

當意識進入母胎中，明點會產生乳狀、團狀，再裂開，再集聚，再成熟，最後慢慢的脈氣開始形成。當脈氣形成時，感官的知覺開始形成。感官的知覺出現時，冷熱的知覺也產生。此時，母親飲食的冷熱均可感覺到，所以，從胎中就開始要承受這樣一個苦。在經典中也講到，當母親吃的太飽的時候，在胎中是有一種被夾緊的感覺。當四肢、五官任何一個部位在長成的過程中，都會產生很強烈的痛。所以說，人是由胎中就開始受苦，而在出生的當下，母親與嬰兒都要承受這個過程所產生的痛苦。如經典中所講，是將一個粗狀的身體由一個很細的孔中強力抽拉出來的感受。(也許在現今，母親可以打麻藥，可能不必受此痛楚)，但是胎兒所承受的是有如剝皮般的苦。因為在出生之前，胎兒一直處於母親腹中，身體皮膚是非常敏感的。當從母體中脫離的當下，外氣接觸到胎兒細嫩的皮膚時，是有如剝皮般的痛苦。有如用一根毛去撥弄我們的眼睛，我們立刻有很強烈的感覺，就如此般。

當出生七天後，身體就會產生8萬4千種不同的細菌。依於這些細菌的不調穩，就會有4百20多種病態。(即有如8萬4千種煩惱所產生的4百20種病，及外在的8萬4千種魔障)。依於此，痛苦的基礎已奠定，無常亦同時具足。(仁波切說數字並非那麼固定會產生。)

在身體由微塵開始形成的當下，無常即已同時存在。雖然我們並不是那麼強烈感覺到老化的過程，但從無常的角度來看，我們是一瞬間一瞬間的在改變。當無常存在時，苦是肯定具足的。

苦是瞬間瞬間改變的，如身體很健康之下，突然產生病痛，這就是改變之下產生的苦。

(老苦)：當我們年齡增長時，失去了過去青春的光澤，身體就成了有如枯樹般或破損的房屋般。幸好老苦是一步步增加的，若是一次到位，那我們是無法承擔的。當我們年輕時，有如美麗的花朵般，但在老化時，卻是只見到皺紋滿面。這時，我們本身的精進力量及智慧都在減少，身體的光澤也在減退，最終，被死亡之魔帶走。當老化時，外在的皮膚、肌肉都已經開始萎縮。身上的脈變得更粗壯，更能清楚的看到，頭髮也轉為白色。平常對話中聽到的都是“痛”“痛”“痛”字。慢慢的心智也不是很清楚，親朋之間也開始無法溝通，這時，就知自己已老化，此即是老的苦。

(病苦)：當痛苦產生出來時，在突然之間因病所帶來的苦痛，及病苦變成長期，所受之苦更苦。因病會產生口乾，無法飲食等之苦。若醫院的醫生是曾接觸過及理解“悲”

的重要性，也許對我們是有點好處。但是當有些醫生，雖具有人性本具的善念，可是處於現今以金錢為主的物欲社會，一切皆是以錢為主，當你進入醫院，他們所想到並非要治癒你的病，而是想要如何賺取更多的錢。病苦，對我們來說，就是要接受這一切的苦。對病人來講，醫生會給很多各種藥物，也許病人並不需要，但是醫生會盡量開給你，好像食物一樣，要我們接受。而我們無法確認這些藥物是會幫助我們四大調和，或是使四大更亂。這一切也是要看過去福德資糧是否具足，若資糧具足，就可碰到好醫生，這些均是依於你過去的因緣。

經過長期治療後，但無法治癒時，醫生就會開始唾棄你。(就有如嘔吐、當吐出後，不會再要收回的)。當醫生捨棄你時，現在醫院的處理方式，可能是會以各種儀器維持拖長一點我們的生命。其實此時，醫生已捨棄你，護士也已產生厭倦的心態，並不是很積極的照顧你，只是以儀器來延長一點我們的生命。然而我們所承受的是更多的苦，可是對醫院來講卻是可以接受更多財物的來源。

最終要理解的是，即使如佛陀般具足 32 相 80 隨行好，都要走向涅槃。那我們就更不用提，最終一定走向死亡。

病苦最終，當四大收攝，內外氣斷後，隨我們走的，獨有我們有生之年所行善惡，依於善惡業來決定我們走向善惡趣。

若平時了解自己的本來面目，並且有修證過這樣一個法門，那表達你將可得解脫。現在很多人對“解脫”與“善業”沒有搞清楚。二者之間是有差別的。

善業代表可引領你走向善趣。

但依於理解了對自心本來面目的解釋等等，才可以得到解脫。

解脫又可以細分為：

阿羅漢：乃各別自身的解脫

大乘：是菩薩乘的解脫。依循不同層次，慢慢而上最終目標即成就佛果。

(當提到佛果，並非是得到某種物品或走向某處。是依於善業的樂所得到的人天果報，或是說對阿彌陀佛的願力，得生淨土。在此淨土再修證，最終得證佛果)

當講佛果時，是淨除一切煩惱障、所知障，無明垢障時，才稱為圓滿佛果。

佛教不同於其他宗教，並不是要到達某個神和造物主旁，而是自身要得到解脫，自身將成佛果。

在此表達自求佛果。成為解脫之因的如來藏是本來具有的。當了解此如來藏是被垢染障住時，就有了希望將垢障去除的欲求，於是來學習“大乘精要”(人身難得，無常等等)。一個希望解脫的心念產生出來

想得到解脫，首先要對苦有一個強烈的認知。否則就不會有精力、毅力去達到解脫。[知苦]是讓我們生起強烈的信念，達到解脫。

所以在人道中，就有了生、老、病、死苦。再加上與敵人相接觸的苦(怨憎會)，與親人離別的苦(愛別離)，欲求不得之苦(求不得)，不欲求而得到的苦，共八苦。

由過往到現在，一些過去所受的苦雖已淡忘，但仔細想一想，苦是永遠存在的，尤其是現今的五濁惡世，我們是一直都在承受著苦的。

就像有錢人在世上，為了競爭，為了爭取得到幸福圓滿的生活，要受很多的苦。可是在得到後，又怕失去，又要受怕失去的苦。

所以有錢並不代表沒有苦。他有怕失去財富的苦，又要處心積慮為擴張而受苦。長期下來，可能導致心理受到強烈創傷這種苦，或可能導致自殺等等。那也有沒有錢的，因為無法在生活品質上與他人同等，這也是一種苦。因此了解到：在此世間，一切皆是苦的自性。

當觀察苦的根本時，會發現苦的根本是來自我們的自心。我們需要學會對此心不要有太強烈的執著(貪著)。當沒有強烈的執著時，可以慢慢由世間(人天)的法中開始學習，到最終學會解脫之法。

苦是廣大無邊的，有時，雖然被我們認為是樂的，其實卻是遍佈苦的。強烈的貪著之心，只會給我們帶來苦。故應捨棄一切的貪著之心。有一比丘，因為他生前貪著於自己的鉢，在他死亡之後，轉世成為蛇，(即可住於鉢中)。

我們應試著減少“貪著”(仁波切說：其實以究竟來說，這種“欲減少”的思惟也是一種貪著)。那要如何將這種貪著慢慢減少呢？所以我們要學習佛法，從十二因緣開始學習，減少我們的貪著，認知世間一切器物皆是幻化。既知是幻化，那又為何還要去貪著！因為我們的貪著太強烈，即使連在夢中都有一種貪著。但反觀聖者，即使不是在夢中，聖者亦視一切如幻化，所以我們要向聖者學習，看待整個人生都是一種幻現。

阿修羅道： 我們可能會認為他們並沒有那麼苦。其實他們也承受著強烈的苦。

當我們平時在講“世界”的時候，是指地球。人類存在的世界。但從續部經典中來解釋，世界就並不只這個範圍。它可分為三界(包含欲界、色界、無色界)。再 1000 個、2000 個、3000 個而上的大世界。其實世界是一個千百億的小世界組合。每一世界都是依於過去的業所顯現的一個世界。(業顯時，又可分為各人的業及共業)我們現在所處的是于須彌山南部的南瞻部洲。阿修羅所處的則是屬於延須彌山地基而上，靠海邊的一個區域。

對於這個區域的層次階段，每個經中都有不同解說，但是共同點，是這區域均是在須彌山地基往上的位置。

阿修羅道與人類不同之處，乃是他具神通，神變力量的功能。(有些阿修羅道也可飛天，可算天道部份)

阿修羅道的苦，是當往上看到天道的逸樂，而他自己這邊無法圓滿時，他對天道產生嫉妒的心念。當他看到天道的物資及天女的美貌，(人道的美貌是連天道美貌的一絲都比不上)，會產生強烈欲搶奪的心念。為此，雙方常常爭戰。但天道依於層次高低的差別及在神通力量上的差別，每次戰爭，永遠都是天道贏。(佛教中也有比喻“回教”如“阿修羅道”。因他們也有強烈搶奪、剝奪的心念，所以有如此比喻)。

在阿修羅道與天道的戰爭中，天道的帝釋天執有 32 個大象頭的戰旗，又有天子、日神、月神來相助。而阿修羅的主將(名：塔尚)也有龍神、羅叉來相助。雖然有時具大神通，可以遮障日月光芒的羅睺羅也會出現相助，但是，阿修羅還是每次戰敗。每次戰敗都會有很多屍體掉落在須彌山的海中 -(這是小乘經典中講述的)。

在續部裡，則是以太陽系日月蝕(太陽、月球軌道運行將光芒遮住之現象)來解釋。當解釋“是被羅睺羅的神通(黑夜的氣息)障住時”，也可能是依於人類戰爭炸彈等等影響大氣軌道運行而產生的現象。

當解釋“羅睺羅”時，並不代表以一種物質來看待，也是一種可以遮障的氣息。羅睺羅(梵文)西藏譯為(昌綽)意即(遍入)。表示是很廣的，並非單一可以表達。

阿修羅道之苦是恆常處於戰爭之中，再加上，他們的死亡是與人道一樣，死後不復生。而天道則在死亡後，給予甘露，又能再復活。因此使阿修羅產生更強烈的嫉妒，更加痛苦。

天道： 由此看到，我們可能認為那天道最好，沒有痛苦，其實不然。

天道的出生屬化生，也屬神變。對衣食等物不必像人道般去積聚，是自然擁用。他們是屬於“光”的身體，毫無臭味，一出生就具香味。衣服也是於出生時就具有。他們是以肩膀等來分是天子或天女。

四大天王與天道稍稍不同。比天道層次稍低，居於須彌山腰，其身體衣物也是幻化自然擁有。

依於過去福報，天道有自然的無量宮、甘露池、飲食等等。這些外在天界是福報自然形成的。

天道的死苦有：死亡之苦 及 死報之苦(知道死後果報的苦)。

天道細分：欲界天：又可分為有戰爭及離爭：

離爭又分為：離爭天 / 具喜天 / 化自在天 / 他化自在天
是離開一切戰爭，享受一切欲求，故稱欲界天。
(不須與阿修羅有戰爭)。

色界天：並不具有如我們這樣的有為之身，類似意識之身。
雖然非常長壽，但在末劫時，也要受火焚之苦。
分一禪、二禪、三禪、四禪。
每一禪也都歷經火劫、水劫、風劫、後毀滅。

無色界天：對於內心禪修比較有成就的外道，才會出生於無色界。
稱生死四邊。因不夠究竟，仍會產生細微執著之念，
又再會墮入輪迴當中。

此整個三界天，也都是被苦所攝受。

天道之苦，除死亡之苦，還有一種墮落之苦。
當享受完天道的欲樂之後，所要受的就是墜落於苦處當中的苦。
天道的壽命，離爭天的 7 天大約人道的 2500 年，天道是屬於長壽的。

不論隨順惡果到惡趣中，或是依善果到善趣當中，在天道當中所接受到的都將是苦。現在我們所認知的天道之苦，只不過是表面粗的苦。而細微的苦(即：行苦)，則是我們尚無法了解的。對我們現在的認知來說，我們現在認知的樂其實即是行苦。

行苦，就好像我們認知的樂。在認為是樂沒有苦的時候，其實行苦已遍佈。其實苦的根源就在樂當中。以食物來比喻，我們認為吃素、吃菜是對我們健康有益處，我們也喜歡吃，但從某種角度來說，由菜的來源、耕、種、等等的過程中，已經將很多苦加在一起了，及對味道的好壞等等，我們貪著的心念已依此住於其中。雖從食物角度來看是正常(現象)，其實行苦業已遍佈。

雖然無法清楚的看到苦，可是已在此上產生細微的貪著，苦已形成。已經種下墮落惡趣之因。

若是本來的基礎是無變的樂，那不論在享用任何東西時，樂都是不可改變的。表達我們認知的這個樂並非永恆，它是改變性的。

當我們飲食過頭的時候(一直不停的接受食物)，當我們感到很飽的時候，其實也有苦。若因過食而產生病痛出來時，那就更苦。(表達這個樂並非永恆，它是改變性的)。

所以要從本來基礎上來了解的時候，就可知道苦的存在。

這是以比喻的方式來解釋。

細微的行苦，也只有聖者才能真實了見。聖者是離開一切苦的根本。他住於平等的體性中，所以他對一切行苦了知非常清楚。我們因不在平等體性中，所以無法理解

這個苦。其實在我們生活當中，所有衣食住行都遍佈行苦，只是我們無法了知。就好像拿一根羽毛在身體上刷，我們不會有多大感覺，但是拿到眼睛上刷，就會強烈感覺，就如此一般，我們不能，可是聖者就可以了解行苦的根源。

道的部份： (三)學習此道：

當我們瞭解整個六道當中，皆離不開苦，故想要脫離這種苦，想要達到解脫，那就要尋求一個方法，能從苦中脫離出來，使我們達到解脫。

首先，我們要尋找一個能帶領我們解脫之人，一個已從苦中脫離出來的人來引領我們，所以我們從學習皈依開始。(接下來講所要學習之法)

- 分四：1。學習如何皈依
2。學習如何斷除煩惱
3。學習如何建立慈悲的菩提心
4。學習如何觀修前三者的方法

1。學習如何皈依：

當理解到輪迴當中一切皆苦。若想要學習如何從苦中脫離出來的方法，父母也無法教導。父母只能教導我們如何處於世間，如何學習世間之法，但也無法幫忙我們從苦中脫離。當我們還在 2、3 歲嬰幼兒時，父母是我們的皈依處。父母教導我們一切世間的衣、食、住、行之法，如何在世間立存，所以說父母恩重。當我們成年後，那變成父母向我們皈依，我們開始去幫助父母。但這些皈依均非究竟的皈依。當自己成年後，不能再依靠父母，那所尋求的依護變成是自己的上級等等。那這些也只是改善生活，也並非究竟。當尋求上級依護，但也無法解決某種心中苦難時，人類就開始轉向日、月、樹、大自然等等外境，尋求心靈的依護。向這些尋求依護皈依，也只是暫時的安慰，也都是不究竟的。

當再去理解時，最究竟的皈依，就是佛法僧三寶的皈依。

當我們處於輪迴當中，也只有三寶能幫助我們從苦中脫離出來，這才是我們尋求的最究竟的救護，唯有三寶才能幫助救護我們。

[佛] 為何稱佛陀為我們最究竟的皈依處，由藏文詞意就可看出。

藏文“佛”即： Sang 就是清淨(清除一切煩惱及一切所知垢障)

gye 即廣大遍佈(一切智慧廣大增長)

只有離一切垢障，積聚一切智慧的佛，才能救護我們。

當我們這樣了解到佛是可以救度我們的，那如何救度呢？

要了解，佛是教導我們，給予我們開示解脫道路的方法，而真正解脫救護是要靠我們自身的努力，才能達到最究竟的解脫。(而不是說將一塊石頭扔到天堂裡，那是不可能的)

[法] 在輪迴中，佛陀是已離一切苦，他開始展現救渡我們。但在救渡中告訴我們如何從苦中脫離出來的方法。有些允許我們做，有些不允許我們做，所以有了一個教導的方式，即稱為“法”，也是屬於道的部份。

[僧] 佛陀雖然不住世了，但是佛陀的教言有很多了義、了不義的部份。我們需要有一個人來幫助我們理解學習佛陀的教導(法)，我們稱此為助友。
故我們向三寶皈依。

經云：佛法僧是尋求解脫之人(即我們)最終的皈依的根本。

佛教是以佛法僧之根本來進行皈依，而其他教派，則有的以一個或 4、5 個為其皈依根本。

佛陀在世時的一位施主(名:查修淨)，在他的向佛請問經中問到：“對於佛法向您皈依是理所當然，在這麼多教言中，最重要的部份及最初入門，我們應該如何著手？”佛答：由向佛法僧皈依為最初入門開始學習，皈依是一切的根本。

在漢藏習俗中，常以“有沒有皈依”當作一種入門的識別。但在真實含義上來講，在過去，當接受皈依時，會對三寶有一個皈依的解釋，而現今，都只是在行為上的皈依。

進入一切佛法的最初入門是皈依，所以皈依是佛教的大門。
而打開皈依大門的是信心，所以信心是皈依的大門。

當經過這種皈依時，我們對皈依具有信心，但這信心不能以迷信來進行。而是要學習理解何為三寶。所以，首先“理解的信”很重要，再下來開始有了“清淨的信”，到最後達到“虔誠的信”。

當進行皈依時，應對自己的皈依境有所了解，知道皈依境的功德等等，才能達到圓滿的皈依。否則，在並不了解皈依境的功德等等之下，只是匍匐在地，好像很虔誠的樣子，這就有點像迷信。

就有如共產主義“看”我們，認為像我們這種唯新派，只是向偶像、塑像進行供養，這樣並不可能提供食物、衣物給我們，認為這是一種迷信。但以我們的角度來看共產主義，也是覺得是一種迷信，因為你並未真實了解你的主義，在究竟上能否成立善業，及是否能引領走向樂這個問題，所以就迷信本身來講，其實二者均是迷信。

然而當我們向偶像、塑像進行供養禮拜時，是因為我們知道這是佛的一種象徵代表，向其禮拜供養是來表達我們的虔敬。真正的最清淨(究竟)的皈依，就是要了解真實含意的皈依，外相只是一種表證而已。當你對這種偶像、塑像有了虔敬的心

念，認知這就是佛的真實化現時，當然，你會因此累積福德質糧，並種下解脫的種子。但從另一角度來講，也只是累積福德質糧及種下解脫種子而已，並沒有說就此得到解脫。佛法上並沒有這樣說。

當我們尋求遍智的佛果時，首先要觀察這皈依的境是否有能力使我們解脫，可否向此境皈依。當我們對三寶(特殊的境)進行了解時，可以從佛陀在平凡身時，即進行觀察。當時，佛陀只是一個地方的王子，因為對世間的苦產生一種出離的心念，經修證後，斷除一切煩惱所執貪、嗔、痴三毒之後，使自身從這種垢障中脫離出來。我們因而了解到處於輪迴的苦患當中，根本來源是由煩惱產生，而煩惱是由三毒所產生。知道佛陀可以給予我們這個如何脫離垢障的方法，使我們由苦中脫離出來，我們因此認知這是我們可以皈依的境。我們也可觀察，當佛陀(我們皈依的這個導師)在開示佛法時(脫離一切垢障的方法時)，是否對不同的人有差別待遇；而佛陀的教導是無敵友之分，並沒有說對敵人就不教導，只教導親人。佛陀對一切眾生均同等看待，並以慈悲及智慧來教導一切眾生。當我們看到佛陀此無差別的心境時，也就了解到這就是我們要皈依的對象。理解到這樣才能成為我們皈依的境，也以這樣的方法，我們才能解脫。理解到佛陀是我們可以皈依的。這是以佛尚是王子時來解釋，將佛在凡夫位來解釋。其實從大乘的角度來解釋，佛本初就已經是佛，為眾生故，再一次示現成佛的過程。為不同眾生示現不同的相，為人道眾生示現人身，為畜生道示現畜生相，以不同相來攝受不同眾生。

有一部讚揚佛的影片“聖者特別讚揚”，讚揚佛與外道不同的地方。特別讚揚佛的行為與見地。告訴我們佛陀對我們的教導，是完全不同於外道。

其他外道在向一般的世間的神進行皈依時，只能在自身福報具足時，給予一切，但在福報漏盡時，也只能將你踢下去。

也有些教法，告訴你，用生命來進行供養，這只會帶引你走向更壞的道路。

更有些教法，告訴你，我們一起去死亡，即將升往天國等等之類。這一切都是愚昧之法。而佛陀所教導我們的是無任何傷害，一個清淨智慧的道路，這才是我們所要進行皈依的地方。

當皈依時，最初行人，第一皈依是向法皈依。首先我們理解這個法，才真實認知到什麼是我們所要的 究竟的皈依，對最初行人[法]是第一個皈依。

對三寶中的 [佛] 不變恆常的皈依，表達法身的意思。法身本體是無盡無漏，所要表達法身的本體即無為之法。因無為故，無任何改變，我們是向這種無為之法的恆常來進行皈依。(表達這與 有為法 的恆常是不一樣的)。

此無為恆常之法是無盡無邊的。回過頭來，我們是向我們本具的法性體性之身進行皈依。

金剛經：“世人以音聲或色身見我，是人行邪道。”

告訴我們，如將究竟的如來或皈依，認知為執著之物，那是錯誤的。

我們是想無邊無盡的本具的體性皈依。

可能有人就有疑問，若究竟的皈依為此，那向佛進行供養禮拜又有何用處？

答：因為在我們垢障未清淨之前，無法理解無邊的本體。所以我們需要積資除障，能積資除障時，才能真實理解無邊的本來含義。

即使由科學的角度，也是首先從有的地方著手。從大體的東西作解剖，再細分為小分，再由小分中把細分子分類出來，從而理解到本來的含義。由有到無，是相對的來進行修證。

就像我們的執著習氣是無始以來所累積的。這種習氣是非常強烈的。就像我們以為我們自己不會死一樣，一直計劃明天、明年、一直計劃下去。這種習氣非常強烈，執著我們還會在。要理解死亡無死的概念，需要慢慢淨除這種習氣。

吉祥幔請問經一再告訴我們：“真正法身的本體是一種無盡的，因為離開一切概念，故它是寂靜的”。

當真實了解到這種無盡寂靜本體(表達心的本體)，就是了解皈依的本體，這才是最究竟的地方。

當我們開示理解佛、法、僧三寶之後，才進行皈依，再循次第而上，累積這種資糧到最終成為佛果。

要使它成熟，主要就是依循次第而上的方式，不可能突然之間馬上開悟。這並非簡單的事情，必須要循此第而上才是最究竟。

但是也有特殊情況：對於過去生已圓滿累積資糧，及現世福報得結遇善知識能理解心的本體，這也是有可能的事情。

仁波切勉勵弟子：

在學習佛法過程中，進行聞思修，要一直保持不間斷，才能理解它。就像水滴，要一直持續滴落，也可將土塊慢慢溶化。若不是持續慢慢滴落，只是一次用一大盆水倒下去，也不見得會將土塊溶化。

對佛法有一種強烈的誠信，佛的加持能力，最終會使我們得到解脫。

(希望大家平日多讀書，有問題儘量問。雖然不可能如遍智佛一樣，圓滿回答所有問題，但會盡自己所學作答。)

問答錄：

Q：羅睺羅是何人？

A：有一個護法叫羅睺羅(特別是寧瑪派)。有人說他與印度的遍入天有些相像。不論怎麼說，他是屬於護法。看他外相是非常恐怖。

Q：三乘均有其修證次第。講大乘時，提到依思惟無常，人身難得因果，開始修止觀，再修大手印、大圓滿次第而上。我以為大手印、大圓滿是屬於金剛乘。是大乘嗎？

A：其實它是大乘部份，再細分，才是金剛乘。其實都是名相而已，所要修證的都是同一目標。

Q：四大天王是比天界低一點，也是屬於天界嗎？

A：是在須彌山的四個方向。(現在台灣不是也有四大天王嗎)

Q：仁波切提到的八苦，與漢人所說的八苦有一點不一樣，其中生老病死，怨憎會，愛別離，求不得相同，那五陰熾盛什麼意思？

A：八苦中，“不欲求”之苦屬五蘊之身的苦。由色受想行識來講，不欲求這樣一個色體然而產生在你面前，與“五陰熾盛”只是用詞不同，意思是相同的。色受想行識都是一樣的。譬如不想聞到臭氣，是我們不想要的東西，可是卻已經聞到了，觸受也是同樣的東西。

Q：在唐卡上，阿修羅與天人的戰爭中，畫中有一棵樹，請講解

A：是有一棵樹叫如意樹。長出的果實是被天道享用，可是樹根是在阿修羅道，故阿修羅認為樹是他們的，因此產生嫉妒之心，這是戰爭的起源。

任何爭鬥的開始都有一個緣，所以用這樣的方式來解釋，有如地下有一個寶藏(礦藏)，每個國家都在為此爭鬥，是一樣的。

Q：為何阿修羅很醜，可是女伴卻很美？

A：(可能是從天道搶來的，所以很美)

其實阿修羅並沒有醜陋，他已經比人道更高一層，比人具有更多的莊嚴。他的頭、手臂都可以示現各種神通。但相對天道，依於福報大小，而有所差別。

是因為佛教講六道，所以相信這種說法。(旁人外道可能就不承認這些)

Q：請仁波切講講阿修羅的故事。

A：不管怎麼講六道輪迴，都是被苦圍繞，而這些苦的來源都是由貪著而來。

有一個故事 比喻 輪迴 如吃人肉的羅叉。

故事：

在森格林的地方，有一商人坐船出海做生意。船被風吹向南方，到了羅叉女的地方。羅叉女顯現出各種美妙的身體、食物、房舍，讓商人們享受於欲樂當中。有些羅叉就告訴他們，不要再向南方而去，於是船長就等他們熟睡後，就悄悄的往南方去探看。他看到一個鐵的城，鐵門是關著的，但鐵門旁有一棵樹，他就爬到樹上往裡看，就看到很多人很痛苦的被關在城裡。於是就問他們，為何會被關在城裡。他們就告訴船長說：“我們以前也是像你們一樣，做生意到這邊，被這些羅叉以各種五慾化現，令我們貪著於此。現在我們享用完後，他們要吃食我們身體了，就把我們關在這裡。”船長問：“那你們怎麼不跑呢？”答：“我們已經進入這鐵的城裡，是跑不出去的。若挖地道的話，土是愈挖愈厚，若想爬出去的話，牆是愈爬愈高。”船長又問：“那我們不在城裡的人，可不可以有辦法跑出去呢？”答：“當然有。在滿月十五的時候，有金色毛的天馬會在你們住處前的廣場上吃草、打滾，它會說人話，當它問說：有誰願意跟我到其他州，離開這個地方？此時，你要毫無猶豫的，立刻撲上

去，即使只抓住它的一根毛，都可被它帶走。可是假若你回頭，你還是會掉下來。”於是船長就告訴其他商人，在滿月十五的那天，抓住天馬，即可得以脫離此地。可是還是有人回頭，又掉落了回去。

這裡雖然說是一個故事，其實也是一種寓意。“回頭”屬於一種貪著。(所以我們應該不要回頭)。“天馬”表示心的一種本來清明。如果能抓住，就不會墮入貪著之苦。

Q：曾有人說“見過鬼”。但是否有見過天人或阿修羅的這種事？

A：有可能。有人可以看到天界及阿修羅道。在佛的經典中，有很多類似情形，及佛對它的解釋。鬼是可以看到的，它是屬於六道中的餓鬼道。當能看到這些，那是在禪定上具一定修為才能達到。

Q：前面所講“輪迴有如吃人肉的羅叉”的故事中，為何騎上天馬後，不可回頭？

A：因為若回頭的話，羅叉女又會顯現各種美妙慾養，使他又再會貪著於此，當他一有貪著，就又会掉下來。

[開示]：在講完皈依後，就會講大乘的發心部份。當大乘講完，就到了咒乘部份。乃是依次第而上。開始也有了升起次第，圓滿次第，到整個的密咒乘。是一個依層次而上的次第。為何有層次？

表達所有六道，任何世界，任何顯現的產生，都是依於心的執著。心有了這種執著，就產生了心執著的微塵。當微塵累積到某種程度，就示現不同世界。

(表達，依層次而上來清淨垢障。)

Q：可否再多解釋“無為恆常”？

A：其實在講法身時，“法身”只是以名相或表徵來表示它。不能用色身等等的各種方式來體驗。

所以說法身無為法，因無為故是離一切恐懼，是離生死戲論。

當離開了生死戲論時，就達到了無為之身。

當離開了生死的無為之法時，即表達接近法身的恆常。

當恆常理解時，就表示已經達到佛果。

所以在解釋時，只能在法身的自性本體上來解釋，也只能在“離邊”，“空”的上面作解釋。無法真實的去體味，所以為何要進行止觀，開始種種修證的方式。

當開始學習止時，要將很多分別之念斷住。首先是要讓心沉靜下面。(好像將一直亂跑動的心，用一個樁打住，不讓它跑動。)

在進行止的修證方面，也只能抓住心的寂靜的一面。並不能抓住心的本覺體性(清明的一面)。所以要再解釋心的本來清明的那一面。

心的本來清明的那一面，是無法馬上認知的。(就有如鏡子上有塵垢，要清楚見到鏡子，首先要經過擦拭)

當在進行修證時，當前行講完，到了真實修證的時候，就有各別的开導解釋。讓我們去體認。在課堂上，是只能圍繞著本體、離邊、空，來作解釋。在修證時，就要由各人修證體證理解上，再各別教導。

現在有些人對空性的認知，是認為空性是全無的空。假若如此，那空性應該是什麼也沒有。但也並非如此。我們首先要將一個有的東西變成無，這是需要一個過程的。

那也有一些人的認知“空性”不是空。那就是以“有”作為基礎了。當以“有”作為基礎來觀待時，又無法尋找到“有”的東西。於是又再將它歸納於“空”。

所以若要理解心的本體的一面的時候，必須要在修證上精進，及對佛法的誠信上來進行。精進是非常重要的。

從性向上的解釋，雖然可以非常廣博。可是經由真正實證的體驗，只是精于闡釋，是沒辦法達到究竟的。唯有自身體證，才能達到最究竟。