

Ekayana

2015 第一期

一乘



一乘显密佛教中心

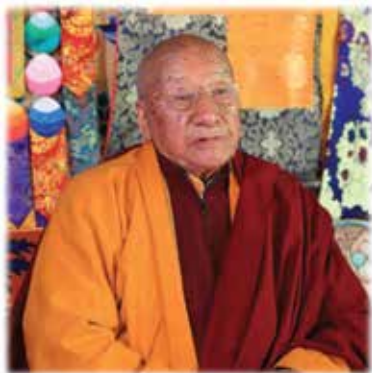
Ekayana Sutra and Tantra Buddhist Centre

105 Sims Ave #09-04 Chancerlodge Complex Singapore 387429

Tel: (65)67443171 Email: info@estbc.org Website: www.estbc.org

一乘显密佛教中心利生祈祷文

三传三根皈处总集者
恩德无等邬金仁波切
胜解猛利信心作祈祷
今世后世中阴慈悲摄
我等众生相续转向法
一生获得佛果求加持



第四世多智钦仁增·丹比尼玛

应新加坡一乘显密佛教中心众弟子祈请而作

丹增拉巴堪布译



佛陀教言

大势至菩萨念佛圆通章

先贤足迹

龙树菩萨传

咕噜龙树菩萨传（中、藏文）

经论闻思

龙树菩萨劝诫王颂

实修引导

五方便念佛门

佛化生活

《在家居士修行之道》连载【四】

圆护诸宗

《密宗断惑论》连载【四】

日本密教与西藏密教关系初探（中日文对照）

朝圣之旅

朝圣，沿着智广阿闍梨雪域求法的足迹

穿越川藏的朝圣之歌

一乘访谈录

大堪布益西彭措仁波切对
“一乘”参访团的开示

大堪布索达吉仁波切访谈录

重回圣地亚青，再会阿松活佛
——“一乘”参访团拜会
阿松活佛访谈纪实

噶陀圣地的温暖雨夜
——“一乘”参访团拜访莫扎法王纪实

问答录

如何保持道心坚定？

一乘要闻

本中心导师智广阿闍梨
在日本种智院大学做专题演讲

琉璃净土宣法音
——本中心与中国无锡显云寺
联合举办第一届药师法会

以厚实的基石筑起成佛的阶梯
——马来西亚海滨学修营之教法篇

鼓乐众伎亦是用功办道
——马来西亚海滨学修营之才艺篇

学修营汉服翩翩 续传承古礼重现
——马来西亚海滨学修营之礼仪篇

大势至菩萨念佛圆通章

乌长国沙门弥伽释迦译语
唐天竺沙门般刺密帝译
菩萨戒弟子前正议大夫同中书门章事清阿房融笔受



大势至法王子。与其同伦。五十二菩萨。即从座起。顶礼佛足。而白佛言：我忆往昔。恒河沙劫。有佛出世。名无量光。十二如来。相继一劫。其最后佛。名超日月光。彼佛教我。念佛三昧。譬如有人。一专为忆。一人专忘。如是二人。若逢不逢。或见非见。二人相忆。二忆念深。如是乃至。从生至生。同于形影。不相乖异。十方如来。怜念众生。如母忆子。若子逃逝。虽忆何为。子若忆母。如母忆时。母子历生。不相违远。若众生心。忆佛念佛。现前当来。必定见佛。去佛不远。不假方便。自得心开。如染香人。身有香气。此则名曰。香光庄严。我本因地。以念佛心。入无生忍。今于此界。摄念佛人。归于净土。佛问圆通。我无选择。都摄六根。净念相继。得三摩地。斯为第一。

注：此文摘录自《乾隆大藏经·大佛顶如来密因修证了义诸菩萨万行首楞严经》卷第五。

由于净土宗第十三代祖师印光大师的提倡，成为净土宗五经一论中的一品经。大意为，在楞严会上，释迦牟尼佛询问诸大菩萨进入禅定、获得开悟的方法，大势至菩萨言其以念佛三昧而得圆通。





龙树菩萨传

姚秦三藏法师鸠摩罗什译

大师名龙树菩萨者。出南天竺梵志种也。天聪奇悟。事不再告。在乳哺之中。闻诸梵志诵四韦陀典各四万偈。偈有四十二字。背诵其文而领其义。弱冠驰名。独步诸国。世学艺能天文地理图纬秘藏。及诸道术。无不悉练。契友三人。亦是一时之杰。相与议曰。天下义理。可以开神明悟幽旨者。吾等尽之矣。复欲何以自娱。骋情极欲。最是一生之乐。然诸梵志道士。势非王公。何由得之。唯有隐身之术。斯乐可办。四人相视。莫逆于心。俱至术果【注：《乾隆大藏经》原文为“果”，按上下文之意可能为“家”】求隐身法。术师念曰。此四梵志。擅名一世。草芥群生。今以术故。屈辱就我。我若咒法授之。此人才明绝世。所不知者。唯此贱法。若得之便去。不复可屈。且与其药。使日用而不知。药尽必来求。可以术屈。为我弟子。各与青药丸。告之曰。汝于静处。用水磨之。以涂眼睑。则无有人能见汝形者。龙树菩萨磨药闻气。便尽知药名。分数多少。锱铢无失。随其气势。龙树识之。还语术师。此药有七十种。分数多少。尽如其方。药师问曰。汝何由知。答曰。药自有气。何以不知。师即叹伏。顾斯人者。闻之犹难。而况相学。我之贱术。何足惜耶。即具授。其四人得术隐身。自在入王宫中。宫中美人皆被侵陵百余日。后宫中人有怀妊者以事白王。王大不悦。此何不祥。为怪乃尔。召诸智臣。以谋此事。有旧老者言。凡如此事。应有二种。或鬼或术。可以细土置诸门中。令有司守之。断诸术者。若是术人。足迹自现。可以兵除。若其是鬼。则无迹也。鬼可咒除。人可刀杀。备法试之。见四人迹。即闭诸门。令数百力士。挥刀空斫。斫杀三人。唯有龙树。敛身屏气。依王头侧。王头侧七尺。刀所不至。是时始悟欲为苦本。厌欲心生。发出家愿。若我得脱。当诣沙门。求出家法。既而得出。入山诣佛塔。出家受戒。九十日中诵三藏。尽通诸深义。更求诸经。都无得处。雪山中深远处有佛塔。塔中有一老比丘。以摩诃衍经与之。诵受爱乐。虽知实义。未得通利。周游诸国。更求余经。于阎浮提中遍求不得。外道论师。沙门义宗。咸皆摧伏。即起骄慢心。自念言。世界法中。津涂甚多。佛经虽妙。以理推之故未尽。未尽之中可推。而说之以悟后学。于理不违。于事无失。斯有何咎。思此事已。即欲行之。立师教诫。更造衣服。今附佛法。所别为异。方欲以无所推屈。表一切智相。择日选时。当与诸弟子。受新戒着新衣。便欲行之。

独在静室。水精地房。大龙菩萨。见其如此。惜而愍之。即接入海。于宫殿中开七宝藏。发七宝函。以诸方等深奥经典。无上妙法。授之龙树。龙树受读。九十日中。通练甚多。其心深入。体得实利。龙知其心而问之曰。看经遍未。答言。汝诸函中经。甚多无量。不可尽也。我所读者。已十倍阎浮提。龙言。如我宫中。所有经典。诸处此比复不可知。龙树即得诸经一箱。深入无生。三忍具足。龙还送出。时南天竺王。甚邪见。承事外道。毁谤正法。龙树菩萨为化彼故。躬持赤旛。在王前行。经历七年。王始怪问。此是何人。在吾前行。答曰。我是一切智人。王闻是已。甚大惊愕。而问之言。一切智人。旷代不有。汝自言是。何以验之。答言。欲知智在说。王当见问。王即自念。我为智主。大论议师。问之能屈。犹不足名。一旦不如。此非小事。若其不问。便是一屈。迟疑良久。不得已而问之。天今何为耶。龙树言。天今与阿修罗战。王闻此言。譬如人噎。既不得吐。又不得咽。欲非其言。复无以证之。欲是其事。无事可明。未言之间。龙树复言。此非虚论。求胜之谈。王小待之。须臾有验。言讫。空中便有干戈兵器。相系而落。王言。干戈矛戟。虽是战器。汝何必知是天与阿修罗战。龙树言。构之虚言不如校以实事。言已。阿修罗手足指及其耳鼻。从空而下。又令王及臣民婆罗门众。见空中清除两阵相对。王乃稽首。伏其法化。殿上有万婆罗门。皆弃束发。受成就戒。是时龙树。于南天竺大弘佛教。摧伏外道。广明摩诃衍。作优波提舍十万偈。又作庄严佛道论五千偈。大慈方便论五十偈。令摩诃衍教。大行于天竺。又造无畏论十万偈。于无畏中出中论也。时有婆罗门。善知咒术。欲以所能与龙树净胜。告天竺国王。我能伏此比丘。王当验之。王言。汝大愚人。此菩萨者。明与日月争光。智与圣心并照。汝何不逊。敢不推敬。婆罗门言。王为智人。何不以理验之。而抑断一切。王见言至。为请龙树。清旦共坐政德殿上。婆罗门后至。便于殿前咒作大池。广长清静中有千叶莲华。自坐其上而诃龙树。汝在地坐如畜生无异。而欲与我清净华上。大德智人。抗言论议。尔时龙树亦以咒术。化作一六牙白象。行池水上。趣其华坐。以鼻缴拔。高举掷地。婆罗门伤腰委顿。归命龙树。我不自量。毁辱大师。愿哀受我。启其愚蒙。有一小乘法师。常怀忿嫉。龙树问之言。汝乐我久住世不。答言。实不愿也。退入闲室。经日不出。弟



子破户看之。遂蝉蜕而去。去世已来。始过百岁。南天竺诸国。为其立庙敬奉如佛。其母树下生之。因字阿周陀那。阿周陀那树名也。以龙成其道故。以龙配字。号曰龙树也。依付法藏经即第十三祖。三百余年任持佛法。

注：此文选自《乾隆大藏经·西土圣贤撰集》。



附录：

咕噜龙树菩萨传

明吉·金贝巴班智达口授传承

蒋扬·钦哲·汪波等编纂

这是大师龙树菩萨的故事。

龙树菩萨是印度东方嘎尼札地区中噶候拉当地的人，属于婆罗门种姓，最终由于度母的殊胜加持而获得了成就。

当时的噶候拉有一万五千居民，盗劫盛行。婆罗门众对此难以忍受，就开会商议：“这里纷争层出不穷，不适合我们居住，还是离开到他乡去吧。”龙树菩萨听到了这个消息，就派人告诉婆罗门众：“请你们不要去别的地方，别的地方也会有别的痛苦，为了你们的安乐，请你们把我的财产拿去。”

大师把全部财产布施给了婆罗门众以后，自己从噶候拉来到了凉园那边的那烂陀佛学院出家，修学五明，结果通达一切，成为了一位大学者。

有一段时间大师对讲授感到厌倦，就专事禅修，因此亲见了度母。大师离开了住有百位僧众的那烂陀佛法中心，去到别的地方，过着托钵乞食的生活。后来大师又再度回到了那烂陀寺。

大师觉得这样不能完成对众生的利益，为了获得功德来完成对众生的利益，大师来到了王舍城。在王舍城，大师作了降服十二魔女的念诵修持，第一天地大震动，第二天起大水，第三天出现大火，第四天刮起大风，第五天天降兵器，第六天天落石雨，第七天众魔女来障挠阻碍龙树菩萨，但是菩萨的心毫无变异动摇，丝毫不受影响。众女夜叉们齐来询问菩萨需要什么，她们愿意供养。菩萨回答：“别的什么都不需要，只要供养我的生活所需。”所以夜叉们就每日供养菩萨四次米、五次蔬菜。大师接受了他们的供养，在十二年中专注地禅修。

后来，大师聚集了一百零八位女魔的力量来利益众生，他来到了卡达希拉山，想要把整座山变成黄金来利益众生。大师先将整座山变成了铁，再将铁变成了铜，这时文殊菩萨现身告诉大师：“这样会引起人民的广大争斗，会造下大恶业。”大师就停止了这项决定。现在卡达希这个地方仍有紫色的铜山。

大师又前往印度南方的圣山。在途中来到了大河边，遇见了许多牧童，大师问他们如何能过河。有人就故意指引大师到一条险道上，那里既有凶猛的鳄鱼，又充满了急流。但是有一个牧童善意地告诉大师：“这条路不好走，请走这一边。”并且背着大师走过去，到了水中央时，大师化现了许多可怖的凶残鳄鱼等种种危险。牧童反而安慰大师：“在我未死前，请您不用害怕。”大师驯服了那些化现的鳄鱼，终于来到了岸上。

大师就告诉牧童说：“我是龙树菩萨，你知道吗？”牧童回答并不知道。菩萨就告诉牧童：“你把我从水里带过来，我将送你一个礼物。你想要什么？”牧童说：“我想要成为一个国王。”大师就将水洒在路旁的一棵沙拉树上，树马上就变成了一只大象，并且听从牧童国王的命令，当需要军队时，大象叫一声，军队就马上出现。国王名为沙拉邦札，王后名为辛蒂。他成为巴希达那地方的贤明国王，统治着八百四十万个纳税的城池。

龙树菩萨来到了南方的圣山，在这里长期禅修，国王沙拉邦札很想念上师，就亲自来到了圣山。向大师顶礼绕行过后，国王告诉大师：“国家朝政微渺而琐碎，罪恶却是很大，我不需要了。我请求能留在您身边。”大师告诉国王：“不要放弃王政，我有一串宝贵的念珠可以帮助你治理国家。”大师就传授他可以免于非时死亡恐惧的心要教授。国王说：“如果我能够和上师住在一起，我就愿意修持此心要口诀，并统治国家，否则我两者都不要。”国王就留下来陪伴上师。

龙树菩萨给予了国王口诀教授，国王在国家中修持无死的心要口诀，在百年中统治国家。而在这百年中人民生活富裕美满，山林中鸟兽也平安快乐。对于龙树菩萨在这百年

中光大宏扬佛法，天魔心生忌妒，就想制造出种种障碍乱象。因此，日月变得暗淡无光，女人多成为仆役，果实未熟自然掉落，雨水失时，生灵遭逢饥荒的痛苦，疾病和战争时时发生，草木花树都干枯死亡等等怪异凶相都出现了。

国王沙拉邦札自忖：“这些凶兆没有别的意思，就是要对我的上师有所不利。”就把王位传给了儿子正谛古马拉。仅带了一个随从到圣山见龙树菩萨。大师问他：“儿啊！你来这里做什么？”国王回答：“我和众生的善业尽了，佛陀的法教也没落了，黑暗遮闭了四方，大悲上师如月亮般的明亮皎洁，现在由于天魔的作祟，被雨和乌云障蔽了。如金刚般的清净上师，将如有漏世法般地坏灭吗？”

菩萨告诉国王：“众生有生即有死，有聚即有散，有合即有灭，诸行有为法最后必然是无常坏灭。这有什么好不愉快呢？你应该继续修持摄生术。”国王回答：“如果我留在上师身边，就愿意修持摄生术，如果上师不再住世，我就不需要再修法。”

龙树菩萨就把所有的财产布施给别人，大梵天此时化现成一个婆罗门，来向菩萨求取人头，菩萨答应了将头作布施。国王沙拉邦札不能忍受上师将入涅槃的痛苦，就以头顶礼碰触上师的莲足而往生了。

众人都责怪这个婆罗门。然而菩萨的头无论如何都切不断，只有用吉祥草才能把头切下来布施给大梵天。

菩萨涅槃后，从此树林都干枯掉，人们的福德都退失了，以前的八大女夜叉至今仍守护着菩萨的身体。菩萨的舍利遗骸存在处，也有龙王菩萨守护着，有光芒射出如同月光般。而龙树菩萨的身体在弥勒菩萨来临时，将会再度起来以利益众生。

注：本文摘自持明佛网《八十四大成就者传》中文版，并由《一乘》杂志社翻译部根据蒋扬·钦哲·汪波等编纂的藏文版校勘。



ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བཞུགས་སོ།།

གུ་རུ་རྒྱ་ལྷ་རྒྱ་ན་སྐྱོ་སྐྱོ་དཔོན་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ནི། དུལ་རྒྱ་གར་ཤར་སྐྱོགས་ཀའི་
ཞེས་བྱ་བའི་བྱེ་བྱག་ཀ་ཉོ་ར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། རིགས་བཅས་ཟེ། དངོས་གྲུབ་སྐྱོལ་མ་ལས་སྐོབ་པ་
ཡིན་ནོ།།

དེ་ཡང་ཀ་ཉོ་ར་ན་གྲོང་བྱིར་སྤྱོད་གཉིས་ཡོད་པ། ཀུན་ལ་འཛོམས་པ་དང་
འཕྲིག་པ་བྱས་པས། བཅས་ཟེ་ཀུན་འདུས་ནས། འདིས་འོ་སྐྱོལ་ཐམས་ཅད་ལ་མི་འཛོམས་པ་
བྱས་པས་འདི་དང་། འཐབ་པ་བས་ཡུལ་གཞན་དུ་འབྱམ་དུ་འགྲོ་བ་གྲག་ཅེས་པའི་གྲོས་བྱས་
པའི་གཏམ་དེ་སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་གསན་ནས། བཅས་ཟེ་ཀུན་ལ་མི་བཏང་ནས་བྱིད་ཡུལ་གཞན་
དུ་མ་འགྲོ་ཞིག། དུལ་གཞན་དུ་སྐྱབ་པར་འོང་བས་བྱིད་ཅག་ཀུན་ཁོ་བོའི་རྩལ་འདི་རྣམས་
བྱིར་ཅིག་གསུངས་ནས་ནོར་ཐམས་ཅད་སྐྱོན་པར་བཏང་སྟེ། སྐྱོབ་དཔོན་ཀ་ཉོ་ར་ནས་སྐོས་
ཏེ་བསེལ་བ་ཆོལ་གྱི་པ་རོལ། རྒྱ་ལེརྒྱར་བྱོན་ནས་རབ་དུ་བྱང་སྟེ་རིག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་
སྐྱབས་པས་མཁས་པའི་མཐར་ཐུག་པར་གྱུར་ཏོ།།

དེ་ནས་བཤད་པ་ལ་སྐྱོན་སྐྱོབ་པ་མཛད་པས་སྐྱོལ་མའི་ཞལ་གཟིགས་ཏེ། དཔལ་རྒྱ་
ལེརྒྱ་པའི་ཆོས་སྐྱོར་དགེ་འདུན་བརྒྱ་བཞུགས་པའི་འཆོ་བ་དང་གནས་སྐྱབས་ཏེ། གཞན་དུ་
བྱོན་ནས་གྲོང་བྱིར་གཅིག་དུ་བསོད་སྐྱོམས་མཛད། སྐར་རང་གི་གནས་སུ་ལོག་ནས་བདག་
གི་བསམ་པ་འདི་འདྲ་བས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མི་འགྲུབ་པས་ཡོན་ཏན་སྐོབ་པར་བྱས་པ་ལ་
འགྲོ་དོན་བྱ་སྐྱམ་དུ་དགོངས་ནས་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་དུ་བྱིན་ཏེ། འབྲུང་པོ་ཁྱུ་མཆོག་གི་འབྲུང་མོ་
བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བཞུས་པ་བྱས་པས་ཞག་དང་པོ་ལ་ས་གཡོས། གཉིས་པ་ལ་རྒྱ་དང་། གསུམ་
པ་ལ་མེ་དང་། བཞི་པ་ལ་རྒྱུད་དང་། ལྷ་པ་ལ་མཆོག་། དུག་པ་ལ་རྡོའི་ཆར། བདུན་པ་ལ་
དངོས་སུ་འབྲུང་མོ་ཀུན་འདུས་ནས་བར་ཆད་བྱས་པས། སྐྱོབ་དཔོན་གྱི་སྐྱགས་དམ་ལ་གཡོ་
བ་མེད་པས་བར་ཆད་མ་ཆུགས་པ་དང་། གནོད་སྐྱོན་མོ་ཀུན་འོངས་ནས་བྱིད་ལ་ཅི་དགོས་
དེད་ཀྱིས་སྐྱོན་ཟེར་བ་ལ། གཞན་མི་དགོས། དའི་འཆོ་བ་སྐྱོར་ཞིག་གསུངས་པ་ལ། དེ་
རྣམས་ཀྱིས་འབྲས་ལུལ་བཞི་དང་ཆོད་མ་ལྷ་རྟག་དུ་སྟེར་བ་དེ་བཞེས་ཀྱིན་སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་
ལོ་བཅུ་གཉིས་སྐྱབ་པ་མཛད་པས།

འབྲུང་མོ་བརྒྱ་ཙ་བརྒྱད་དབང་དུ་འདུས་ནས་འགྲོ་དོན་བྱ་སྐྱམ་པ་དང་། རི་རྩ་རྩ་ཤི་
ལར་བྱོན་ནས་རི་དེ་གསེར་དུ་བརྒྱར་ལ་འགྲོ་དོན་བྱ་སྐྱམ་ནས། རི་རྩ་གསེར་སུ་བྱས། རྩ་གསེར་
ཟངས་སུ་བྱས་ཅན་ན། འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་ཞལ་ནས། འདི་ལ་སེམས་ཅན་ཀུན་ཚྩད་
པ་ཆེན་པོ་འབྲུང་བས་སྤིག་པ་གསོག་པར་འོང་གསུངས་ནས་འཕྲོ་ཆོད་དེ་བོར་གསུངས། ལྷ་
རྩ་ཤི་ད་རྩ་འང་ཟངས་མདོག་སྐྱབ་པོར་ཡོད།

དེ་ནས་སྐྱོ་སྐྱོགས་དཔལ་གྱི་རི་བོར་བྱོན་པའི་ལམ་བར་དུ་གཙང་པོའི་འགམ་ཞིག་དུ་
བྱིན་པ་ན། བ་ལང་རྩི་དུ་མ་དང་ཕྱད་ནས་ཆུའི་ལམ་དྲིས་པ་ན། ལམ་ངན་པ་རྒྱ་སྤོན་དང་
ངམ་གྲིག་ཅན་གྱི་མི་བདེ་བའི་ལམ་བསྟན་པ་དང་།

བ་ལང་རྩི་གཞན་ཞིག་འདུག་པ་འོངས་ནས་ལམ་འདི་ལེགས་པ་མ་ཡིན། འདི་ནས་
གཤེགས་ཟེར་ནས་དེས་སྐྱོབ་དཔོན་ཁྱུར་ནས་བྱིན་པས། ཆུའི་དཀྱིལ་དུ་སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་སྐྱལ་
པའི་རྒྱ་སྤོན་ལ་སོགས་པ་འཛིགས་པ་སྐྱ་ཆོགས་བསྟན་པས། བ་རྩི་ན་རེ། བདག་མ་ཤིའི་བར་
དུ་མ་འཛིགས་ཤིག་ཟེར་བས། སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་སྐྱལ་པ་བརྒྱལ་ཏེ་རྒྱལ་སར་བྱིན་པ་དང་།

སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་ང་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ་ཡིན་ཏེ་བྱིད་ཀྱིས་ངོ་ཤེས་སམ་གསུངས་པས།
གཏམ་ནི་སྐོས་ཏེ་ངོ་མི་ཤེས་ཞུས་སོ།།

སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་བ་ལང་རྩི་དེ་ལ་བྱིད་ཀྱིས་ང་རྒྱ་ལས་བསྐྱལ་བའི་རྩན་པ་ཅི་དགོས་པ་
སྟེར་བ་ཡིན་ནོ།།

ཞེས་གསུངས་པས། བ་ལང་རྩི་ན་རེ། བདག་ལ་རྒྱལ་པོ་འོང་བའི་ཐབས་ཤིག་ཞུ་བེར་
ནས། སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་ས་སྐྱོགས་དེ་ན་ཤིང་སྐྱ་ལའི་སྡོང་པོ་གཅིག་འདུག་པ་ལ་རྒྱ་སྐྱོར་བས་
ཤིང་དེ་དེ་མ་ཐག་སྐྱང་པོ་ཆེར་གྱུར་ནས་རྒྱལ་པོའི་བཞོན་པ་བྱས། དམག་ཆོགས་དགོས་ཞུ་བ་
ལ་སྐྱང་པོ་ཆེས་འབྲུན་པ་ན་དམག་འོང་བ་ཡིན་གསུངས་པ་དེ་བཞོན་དུ་བྱང་སྟེ། རྒྱལ་པོའི་
མིང་སྐྱ་ལ་རྩ་རྒྱ་ཞེས་བྱ་ལ། བཅུན་མོའི་མིང་སི་རྩི་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏོ།།

གནས་གྲོང་བྱིར་རྩ་ཏེ་ཏ་ན་ཞེས་བྱ་བའི་ཡུལ་བྱང་པར་འཕགས་པ་ཞིག་གྲུབ་སྟེ། རྒྱལ་
པོ་ལ་ཁྲལ་འཇལ་བའི་གྲོང་བྱིར་འབྲུམ་ཆོ་བརྒྱད་ཅུ་ཙ་བཞི་ལ་དབང་བྱེད་པའི་རྒྱལ་པོར་བྱས་
ནས། སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་སྐྱོ་སྐྱོགས་དཔལ་གྱི་རི་ལ་བྱོན་ནས་སྐོམ་སྐྱབ་མཛད་ཀྱིན་ཡུན་རིང་དུ་
བཞུགས་པ་ལ། རྒྱལ་པོ་སྐྱ་ལ་རྩ་རྒྱས་ལྷ་མ་དུན་ཏེ་དཔལ་གྱི་རི་བོར་འོངས་ནས། སྐྱོབ་དཔོན་
ལ་ཐུག་དང་སྐྱོར་བ་བྱས་ཏེ། རྒྱལ་པོས་སྐྱོབ་དཔོན་ལ་ཞུས་པ། རྒྱལ་སྤྱིད་ནི་གཞོག་ཆུང་ལ་
ཉེས་པ་ཆེ་བར་འདུག་པས་བདག་ལ་མི་དགོས། བདག་སྐྱོབ་དཔོན་གྱི་སྐྱབ་སྐར་སྡོད་པ་
ལགས་ཞུས་པས། སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་རྒྱལ་སྤྱིད་མ་སྐྱར་བར་རིན་པོ་ཆའི་སྤང་བ་ལ་སྐྱོབ་དཔོན་
གྱིས་ལ་རྒྱལ་སྤྱིད་སྐྱོང་། ཏུས་མ་ཡི་པའི་འཆི་བའི་འཛིགས་པ་མེད་པའི་བཅུད་ལེན་སྐྱོན་གྱིས་
གསུངས་པས། རྒྱལ་པོ་ན་རེ། སྐྱོབ་དཔོན་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་འདུག་པའི་སྐབས་ཡོད་ན་
བཅུད་ལེན་དང་རྒྱལ་སྤྱིད་དགོས། དེ་མ་ཡིན་ན་མི་དགོས་ཞེས་ཟེར་ཏེ། འགྲོར་མ་འདོད་
པར་དེ་ཉིད་དུ་གནས་པར་གྱུར་པ་ན། དེ་ལ་སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་གདམས་པ་གནང་སྟེ། རང་
ཡུལ་དུ་བཅུད་ལེན་བསྐྱབས། ལོ་བརྒྱའི་བར་དུ་རྒྱལ་སྤྱིད་བཟུང་སྟེ་གནས་སོ།།

དེའི་བར་འགྲོ་བ་ནམས་འབྱོར་པ་དང་ལྷན། རིའི་བྱ་དང་རི་དྲགས་ཀྱན་ཀྱང་བདེ་
བར་འཆོ་བ་ལས། ལོ་བརྒྱ་ནས་སློབ་དཔོན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་
མཛད་པ་ལ། བདུད་དགའ་རབ་དབང་ལྷག་ལྷག་དོག་སྦྱེས་ནས་བར་ཆད་ཀྱི་ལྷས་བཀྲ་མི་
ཤིས་པ་སྣ་ཆོགས་བྱང་སྟེ། ཉི་ཟླའི་སྤང་བ་མེད་པ་མོག་མོག་པོར་བྱུར་པ་དང། ཤིང་ཐོག་
ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲུལ་བ་དང། ཆར་ཆུ་དུས་སྤྱོད་མ་བཅས་པས་སྟོག་ཆགས་ནམས་
ལྷ་གས་གཟེར་བ་དང། བད་དང་མཆོན་གྱི་བསྐལ་པ་དར་བ་དང། ཅི་ཤིང་ནགས་ཆལ་ལ་
སོགས་པ་ཀྱན་སྐམ་པའི་ལྷས་མི་ཤིས་པ་སྣ་ཆོགས་བྱང་བ་དང། རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་ལ་སྒྲུག་འདི་
སྟམ་སྟེ། འདི་དག་ནི་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། ངའི་སྤྱོད་ལ་གཞོན་པའི་ལྷས་ཡིན་སྟམ་པ་རང་གི་
སྤྱོད་ཅི་ལྷོ་ཀྱ་མ་ར་བྱ་བ་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་བྱེད་ཏེ། འཁོར་ཉུང་ཟད་གཅིག་དང་བཅས་ཏེ་དཔལ་
གྱི་རི་བོར་སློབ་དཔོན་གྱི་སྤྱན་སྦྲུལ་བྱེད་པ་དང། སྤྱོད་པས་སྤྱོད་ཅི་ལ་འོངས་དྲིས་པ་དང།

རྒྱལ་བྱ་ན་རེ།
བདག་དང་མཐུན་ཅན་སྐལ་བ་ཟད་བྱུར་ཏམ།
རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཉམས་པར་བྱུར་ཏམ་ཅི།
ནག་པོའི་སྟོགས་ནམས་རྒྱལ་བར་འབྱུར་བ་འམ།
སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཟླ་བ་ལྷ་ར་དཀར་ལ།

ཆར་སྤྱོད་དང་འབྲའི་བདུད་གྱིས་བསྐྱེདས་སམ་ཅི།
རྟོ་རྗེ་ལྷ་བུའི་སྤྱོད་པ་དམ་པ་ལ།
འདུས་བྱས་རང་བཞིན་འབྱུང་ངམ་སྤྱི་ལྷས་ནམས།
བྱང་བས་བདག་ནི་འདིར་ནི་མཆིས་པ་ལགས།
སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོས་དགོངས་ལ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས།

ཞེས་ཞུས་པས་སློབ་དཔོན་གྱིས་གསུངས་པ། རྒྱུས་པ་ཐམས་ཅད་འཆི་བ་ཡིན། འདུས་
པ་ཐམས་ཅད་འབྲལ། བསགས་པ་ཐམས་ཅད་འཛད། འདུས་བྱས་ཀྱི་མཐའ་ཐམས་ཅད་མི་
ཉག་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་མི་དགའ་བ་ཅི་ཡོད། ཁྱེད་རང་བཅུད་ལེན་བྱིང་ལ་སོང་ཞིག་གསུངས་
པས། དེ་ན་རེ། སྤྱོད་པའི་རྩ་བ་བཅུད་ལེན་ཟེ་ཡིན་འདུག་ན་འདུག། སྤྱོད་པའི་བཞུགས་ན་
བདག་ལ་བཅུད་ལེན་མི་དགོས་ཟེར་ནས་དེར་འདུག་གོ།

དེ་ནས་སློབ་དཔོན་འཕགས་པས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པར་བཏང་བ་ལ། ལྷ་
ཆོངས་པས་བམ་ཟེ་གཅིག་ཏུ་སྤྱུལ་ནས། དབུ་སློང་པས། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་སྤྱོད་པར་
ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་དང། རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་ལ་སྒྲུག་སློབ་དཔོན་འབྲོངས་པའི་སྤྱོད་པས་ལ་མ་
བཟོད་ནས། སློབ་དཔོན་གྱི་ཞབས་ལ་སྤྱོད་པོས་བཏུགས་ཏེ་བྲོངས་སོ།

མི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བམ་ཟེ་དེ་ལ་ཁ་ཟེར་བར་བྱེད་དོ།

དེའི་དུས་སྤྱོད་པ་སློབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་བྱིན་པ་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་མ་ཆོད་པ་ན། རྩ་ཀྱ་
ཤ་གཅིག་གིས་རང་གི་དབུ་བཅད་ནས་ཆོངས་པ་ལ་སྤྱོད་ནོ།

དེ་ནས་ཤིང་ཐམས་ཅད་ནས་ཆོངས་པ་ལ་སྤྱོད་ནོ།

དེ་ནས་ཤིང་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐམ། མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཀྱང་འགྲིབ་སོ།

སྤྱོད་ཀྱི་གཞོན་སྤྱོད་མོ་བརྒྱད་གྱིས་སློབ་དཔོན་གྱི་སྤྱོད་ལྷས་བསྐྱེདས་ནས་ད་ལྟ་ཡང་ཡོད་
དོ།

སྤྱོད་པའི་གདུང་འཆོབ་ཏུ་སྤྱོད་བྱང་ཆུབ་བཞག་པའི་འོད་རླབ་མོ་འཕྲོ་བ་ཟླ་རེ་ཙམ་ད་
ལྟ་ཡང་ཡོད་དོ།

སློབ་དཔོན་གྱི་སྤྱོད་ལྷས་དེ་རྒྱལ་བ་བྱམས་པའི་བསྟན་པ་ལ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པའི་ཞེངས་ནས་འགྲོ་བའི་
དོན་མཛད་གསུངས་སོ།

གུ་རུ་སྤྱོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སོ།



龙树菩萨劝诫王颂

唐三藏法师义净译



此颂是龙树菩萨以诗代书。寄与南印度亲友乘土国王一首。此书已先译神州处藏人多不见。遂令妙语不得详知。为此更定本文。冀使流通罔滞。沙门义净创至东印度耽摩立底国译

有情无知覆心故 由此兴悲为开解
大德龙树为国王 寄书与彼令修学
此一行颂乃是后人所述标书本意也

具德我演如如教 为生福庆而兴述
真善宜应可审听 此颂名为圣祇底
随何木等雕佛像 诸有智者咸供养
纵使我诗非巧妙 依正法说勿当轻
王虽先解如如教 更闻佛语增胜解
犹如粉壁月光辉 岂不鲜明益姝妙

佛法并僧众 施戒及与天 一一功德聚 佛说应常念
十善诸业道 身语意常亲 远离于诸酒 亦行清净命
知财体非固 如法施苾刍 贫贱及再生 来世为亲友
众德依戒住 如地长一切 勿冗瘦杂怖 佛说应常习
施戒忍勇定 慧不可称量 此能到应修 渡有海成佛
若孝养父母 其家有梵王 现招善名称 来世生天堂
杀盗淫妄语 耽食爱高床 断诸酒歌舞 华彩及涂香
若女男能成 此八支圣戒 欲界六天上 长净善当生
慳谄贪恚 慢淫嗔氏族 多闻年少娇 并视如怨贼
说无生由勤 有死因放逸 勤能长善法 尔可修谨慎
先时离放逸 后若改勤修 犹如云翳除 良宵睹明月
孙陀罗难陀 央具理摩罗 达含绮莫迦 翻恶皆成善
勇进无同忍 勿使忿势行 终得不还位 佛证可除嗔
他人打骂我 欺陵夺我财 怀恨招怨滞 舍恨眠安乐
知于水土石 人心尽彼同 起烦恼前胜 爱法者如后
佛说三种语 人美实虚言 犹如蜜花粪 弃后可行前
今明后亦明 今暗后还暗 或今明后暗 或今暗后明
如是四种人 王当依第一 自有生如熟 亦有熟如生

亦有熟如熟 或复生如生 菴没罗果中 有如是差别
人亦同彼四 难识王应知 勿睹他妻室 设观如母女
姊妹想随年 起贪思不净 如闻子藏命 防持躁动心
兽药力怨火 无令欲乐侵 由欲作无利 譬如兼博果
佛说彼应除 生死牢枷锁 谄逛常摇境 能除斯六识
执仗扫众怨 许初为勇极

臭气九门众秽室 行躯难满薄皮缠
请看少女除庄彩 析别形骸恶巨言

癞虫穿已痛 求安就火边 止息无由逸 耽欲亦同然
为知真胜理 作意观众事 唯斯德应习 无余法可亲
若人具族望 貌美复多闻 无智破尸罗 是人何足贵
若人无族望 貌丑寡知闻 有智护尸罗 人皆应供养
利无利苦乐 称无称毁讥 了俗世八法 齐心离斯境
再生天乞士 父母妻子人 勿由斯造罪 狱果他不分
若行诸罪业 非如刀斩伤 待至临终际 恶业果全彰
信戒施净闻 惭愧及正慧 七财牟尼说 共有物诚虚
博奕乐观喧杂境 懒惰恶友敦亲志

饮酒非时行六过 此劫芳名尔应弃

求财少欲最 人天师盛陈 若能修少欲 虽贫是富人
若人广求诸事者 还被尔许苦来加
智者若不修少欲 受恼还如众首蛇
禀性抱怨如杀者 欺轻夫主如勇愚
纵使片物必行偷 宜可弃兹三贼妇
顺若姊妹慈如母 随从若婢伴犹亲
如兹四妇宜应供 应知此室号天人

受餐如服药 知量去贪嗔 不为肥骄傲 但欲任持身
勤躯度永日 于初后夜中 眠梦犹存念 勿使命虚终
慈悲喜正舍 修习可常研 上流虽未入 能生梵世天
舍离欲苦寻喜乐 随业当生四地中

大梵光音及遍净 广果天生与彼同

若恒修对治 德胜愍众生 此五行为善 不行为大恶
雨盐咸少水 岂若泻江池 纵令微罪业 善大殄应知
嗔掉举恶作 昏睡欲贪疑 如斯五盖贼 常偷诸善利
有五最胜法 信勇念定慧 于此应勤习 能招根力顶





病苦死爱别 斯皆自业为 未度可勤修 对品忘骄恣
若希天解脱 尔当修正见 设使人行善 邪见招恶果
无乐常无我 不净审知人 妄念四倒见 难苦在兹身
说色不是我 我非有于色 色我非更在 知余四蕴空
不从时节生 非自然本性 非无因自在 从愚业爱生
戒禁见身见 及毗织吉蹉 应知三种结 能缚木叉门
解脱终依己 不由他伴成 勤修闻戒定 四真谛便生
增上戒心慧 兹学可常修 百五十余戒 咸归此三摄
于身住身念 兹路善修常 如其亏正念 诸法尽沦亡
寿命多灾厄 如风吹水泡 若得瞬息停 卧起成希有
卒归灰灿烂 糞秽难久持 观身非实法 灭坏堕分离
大地迷卢海 七日出烧燃 况此极微躯 那不成煨燂
如是无常亦非久 无归无救无家室
生死胜人须厌背 并若芭蕉体无实
海龟投木孔 一会甚难遭 弃畜成人体 恶行果还招
金宝盘除粪 斯为是大痴 若生人作罪 全成极蠢儿
生中依善友 及发于正愿 先身为福业 四大轮全获
佛言近善友 全梵行是亲 善士依佛故 众多证圆寂
邪见生鬼畜 泥犁法不闻 边地簸戾车 生便痴哑性
或生长寿天 除八无暇过 闲暇既已得 尔可务当生
爱别老病死 斯等众苦处 智者应生厌 说少过应听
母或改为妇 父乃转成儿 怨家翻作友 迁流无定规
一一饮母乳 过于四海水 转受异生身 更饮多于彼
过去一一生身骨 辗转积若妙高山
地土丸为酸枣核 数已形躯岂尽边
梵主世皆供 业力终沦地 纵绍转轮王 回身化奴使
三十三天妓女乐 多时受已堕泥犁
速疾惨毒经诸苦 磨身拭体镇号啼
妙高岑受乐 地软随其足 转受糖煨苦 行经粪屎狱
欢喜芳园里 天女随游戏 堕落剑林中 截手足耳鼻
或入曼陀妙池浴 天女金花艳彩容
舍身更受泥犁苦 热焰难当灰涧中
欲天受法乐 除贪大梵天 更堕阿毗止 薪焰苦恒连
或生居日月 身光遍四洲 一朝归黑暗 展手见无由

三种灯明福 死后可持将 独入无边暗 日月不流光
有命黑绳热 合吼无间下 斯等恒缠苦 烧诸恶行者
或若麻床毗 或粉如细末 如利斫斧木 犹如锯解剖
猛火恒煎煮 令饮热铜浆 驱令上剑刺 叉身热铁床
或时高举手 铁牙猛狗餐 鹰鸟嘴爪利 任彼啄心肝
虻蝇及诸虫 其数过千亿 利嘴啖身躯 急堕皆餐食
若人具造众罪业 闻苦身肉百千堕
如此顽駸金刚性 气尽泥犁遭猛火
时观尽变闻应念 读诵经论常寻鞠
泥犁听响已惊惶 如何遣当斯异熟
于诸乐中谁是最 爱尽无生乐最精
于众苦内谁为极 无间泥犁苦极成
人间一日中 屡刺三百槊 比地狱轻苦 毫分宁相拘
此处受极苦 经百俱胝秋 如其恶未尽 命舍定无由
如是诸恶果 种由身语心 尔勤随力护 轻尘恶勿侵
或入旁生趣 杀缚苦恒亲 远离于寂善 更互被艰辛
或被杀缚苦 求珠尾角皮 锥鞭钩斫顶 踏拍任他骑
受鬼望不遂 无敌苦常临 饥渴及冷热 困怖苦恒侵
口小如针孔 腹大等山丘 饥缠纵已糞 得少定无由
形如枯机树 皮方作衣服 炬口夜夜燃 飞蛾随充食
血脓诸不净 福少获无从 更相口排逼 还餐瘰熟痛
月下便招热 日中身遂寒 望果唯空树 瞻江水剩干
如是受众苦 经万五千年 长时系身命 良田苦器坚
若生饿鬼中 遭斯一味苦 非贤涩者爱 佛说由慳垢
生天虽受乐 福尽苦难思 终归会坠堕 勿乐可应知
厌坐衣沾垢 身光有变衰 腋下新流汗 头上故花萎
如斯五相现 天众死无疑 地居人若卒 闷乱改常仪
若从天处堕 众善尽无余 任落旁生鬼 泥犁堕一居
阿苏罗本性 纵令全觉慧 忿天生苦心 趣遮于见谛
如是漂流生死趣 天人畜及阿苏罗
下贱业生众苦器 鬼趣兼投捺落迦
纵使烈火燃头上 遍身衣服焰皆通
此苦无暇能除拂 无生住想涅槃中
尔求尸罗及定慧 寂静调柔离垢殃

涅槃无尽无老死 四大日月悉皆亡
念择法勇进 定慧喜轻安 此七菩提分 能招妙涅槃
无慧定非有 决定慧便溺 若其双运者 有海如牛迹
十四不记法 日亲之所说 于此勿应思 不能令觉灭
从无知起业 由业复生识 识缘于名色 名色生六处
六处缘于触 触生缘于受 受既缘于爱 由爱招于取
取复缘于有 有复缘于生 生缘于老死 忧病求不得
轮回大苦蕴 斯应速断除 如其生若灭 众苦殄无余
最胜言教藏 深妙缘起门 如能正见此 便观无上尊
正见命正念 正定语业思 此谓八圣道 为寂可修治
无由集爱起 托身众苦生 除斯证解脱 八圣道宜行
即此瑜伽业 四种圣谛因 虽居舍严饰 智遮烦恼津
不从空处堕 如谷因地造 诸先证法人 皆凡具烦恼
何假多陈述 除恼略呈言 事由情可伏 圣谈心是源
如上所陈法 苾刍难总行 随能修一事 勿令虚天生
众善皆随喜 妙行三自修 回向为成佛 福聚而恒收
后生寿无量 广度于天人 犹如观自在 极难等怨亲
生老病死三毒除 佛国托生为世父
寿命时长量叵知 同彼大觉弥陀主
开显尸罗及舍惠 天地虚空名遍彰
大地居人及天众 勿使妖妍女爱伤
烦恼羁缠有情众 绝流生死登正觉
超度世间但有名 由获无生离尘浊

阿离野那伽曷树那菩提萨埵 苏颡里离佉了 阿离野是圣。
那伽是龙是象。曷树那义翻为猛。菩提萨埵谓是觉情。
苏颡里即是亲密。离佉者书也。先云龙树者讹也

注：此文选自《乾隆大藏经》。《大正藏》中还有其它两个译本：《劝发诸王要偈》，宋天竺三藏僧伽跋摩译；《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》，宋闍宾三藏求那跋摩译。另有译本《亲友书》，索达吉堪布译。





五方便念佛门

天台智者大师撰



一凝心禅。二制心禅。三体真禅。四方便随缘禅。五息二边分别禅。凡住心一境名曰凝心。且如行者念佛之时谛观如来玉毫金相。凝然寂静了亮洞彻。名凝心禅。次前虽凝心。所习惯驰散令制之。令还谛缘金相。名制心禅。复次前虽制心得住定境。既非理观。皆属事修。今体本空。谁制无佛无念。名体真禅。复次前虽谓体真。犹滞空寂。无量名相昧然不知。今以无所得而为方便。从空入假万相洞明。不为空尘之所惑乱。名方便禅。复次体真及以方便各据空有。不离二边。令谛观静乱本无相貌。名言路断。思想亦绝。名息二边禅。从浅至深。如是分别。原夫圆观亦无浅深。而浅深宛然。叙开念佛五门。第一称名往生念佛三昧门。第二观相灭罪念佛三昧门。第三诸境唯心念佛三昧门。第四心境俱离念佛三昧门。第五性起圆通念佛三昧门。诸佛大慈悲常教敕说法诸菩萨等。以种种方便。令众生易解。又自以种种方便。开示般若波罗蜜。以何义故说是般若波罗蜜。佛言。欲令诸菩萨等增长念佛三昧故。以何因缘令念诸佛。佛言。若念佛者当知是人即与文殊师利等无有异。以何故。此三昧者诸佛世尊之所游戏。首楞严等诸大三昧始出生处。是知将入诸佛法。方便诚多。若以一言而具众门。无过念佛。所以者何。一切贤圣皆从念佛而生。一切智慧皆从念佛而有。假如十信菩萨及三贤菩



萨。皆不离念佛念法念僧。乃至不离念一切种智。初地菩萨乃至八九十地菩萨亦不离念佛念法念僧。乃至不离念一切种智。但以念知差别。随义立名。众生迷名。妄生异解。漂坠魔界。遂轻念佛之名。仍谓已修别为胜业。为愍此故。今略言之。若论修因之人。不离三贤十圣。若论证果之者。即是诸佛如来。修因之人系心常思念十方一切佛。证果之者又特启此。以为微妙清净第一禅。是知易入而证深。无过念佛。嗟呼末学之流。轻其易入。失其证深。为见所缚良可悲矣。又诸佛以众生乐称诸佛名生彼国者。则示以称名往生门。众生有乐睹诸佛身俱障不见者。则示以观相灭罪门。众生有迷心执境者。则示以诸境唯心门。众生有计实有者。则示以心境俱离门。众生乐深寂定趣无生灭者。则示以性起圆通门。大哉世尊善拔我等。开示一道。直至菩提。甚深法门所谓念佛。唯有大智度者。生而知之者。深修定慧者。善经论者。请捡此门。与了义大乘等经。有收义不尽处请试言之。是知称一佛名。智深则深。一言而具众门。信有微矣。既叙五门来意竟。更叙入方便次第。假如行人。口称南无阿弥陀佛时。心必愿生彼国土。即是称名往生门。行者想像佛身。专注不已。遂得见佛。光明赫奕照触行者。尔时所有罪障皆悉消灭。即是观相灭罪门。又观此佛。从自心起无别境界。即是诸境唯心门。又观此心。亦无自相可得。即是心境俱离门。行者尔时趣深寂定。放舍一切心意意识。将入涅槃。缘十方佛加被护念。兴起智门。行者尔时于一念顷。净佛国土。成就众生。如何前四门所有功德百千万分不及其一。何以故。无功用位。能以一身为无量身。任运修习故。佛观护故。诸佛法源尽穷底故。普贤愿因悉圆满故。本愿力故。法如是故。即是性起圆通门。已上五门竟。

问。云何为一行三昧。答。大宝积经第一百一十六云。文殊师利白佛言。世尊当云何修行能速得阿耨菩提。佛言。一行三昧。善男子善女人修是三昧者。速得阿耨多罗三藐三菩提。文殊师利言。云何名一行三昧。佛言。法界一相。系缘法界。是名一行三昧。若善男子善女人欲入一行三昧。当先闻般若波罗蜜如说修行。然后能入一行三昧。如法界缘。不退不坏不思议无碍无相。善男子善女人欲入一行三昧。应处空闲。舍诸乱意。不取相貌。系心一佛。专称佛名字。随佛方所。端身正向。能于一佛念念相续。即是念中能见三世诸佛。何以故。念一佛功德无量无边。亦与无量诸佛功德无量辩才。如是入一行三昧者。尽知恒沙诸佛法界无差别相。此文良证。

问曰。人多画像而以观礼有何圣教。答。大宝积经第八十九云。尔时大精进菩萨持画佛髣像。入于深山寂静无人禽兽之间。开现画像。取草为座。在画像前。结跏趺坐。正身正念。观于如来。谛观察已。作如是念。如来是希有微妙。画像尚尔。端坐微妙。况复

如来正遍知身。复作是念。云何观佛。尔时林神知彼菩萨心之所念。白菩萨言。善男子。汝念云何观佛。答言。若欲观佛。当观画像。观此画像。不异如来。是名观佛。如是观佛。如是观者。是为善观。时大精进作如是念。我今云何观此画像与如来等。复作是念。如是画像者。非觉非知。一切诸法亦复如是。但有名字。如是名字自性空寂。本无所有。如来之身其相如是。画像非证非果。非证者非得者。非住者非去来。非生非灭。非净非色。非贪嗔痴。画像非阴界入。非初中后。一切诸法亦复如是。如来身相亦复如是。如此画像非觉非知非作。一切诸佛亦复如是。观如来身相亦复如是。乃至六根亦复如是。菩萨如是观如来身。结跏趺坐。于三七日中。成就五通。供养诸佛。诸天散华以为供养。为佛所赞。会中二万人住阿耨多罗三藐三菩提。无量阿僧祇【注：《大正藏》原文为“阿僧祇”，按上下文之意可能为“阿僧祇”】人住二乘功德。大精进者释迦牟尼佛是也。此文明矣。约四教者。夫心不独生。必谄缘起。行者念佛之时。意想为因。如来毫光为缘。亦名法尘。以对意根故。所起之念即是所生法。观此根尘能所。三相迁动。新新生灭。念念不住。分折方空无佛无念。藏教小乘也。即观念佛心。起能生所生。无不即空。妄谓心起。心实不起。起无自性。体之即空。所观佛相如镜中像虚空华。无佛无念。通教大乘也。即观念佛心。起即假名之法。浅深洞鉴无量名相。如观掌中。了知此心。有如来藏。历劫断惑。方证真常。离边显中。无佛无念。别教大乘也。即观念佛心。起即空假即中。若根若尘。并是法界起。一念亦尔。尘刹诸佛一念照明。六道众生刹那普应。初即是后。今始觉知。如大福人执石成宝。必无舍念别求离念。即边而中。无佛无念。圆教大乘也。璎珞经明顿悟如来。此之谓也

五方便念佛观门一卷

注：此文摘自《大正藏No.1962五方便念佛门》。





《在家居士修行之道》连载【四】

智广阿阇梨

前几次，和大家学习的是关于修行人如何力行孝慈等人伦关系的教言，今天要跟大家一起学习印祖关于修行的一些要诀。

【原文】

初心念佛，未到亲证三昧之时，谁能无有妄念？所贵心常觉照，不随妄转。喻如两军对垒，必须坚守己之城郭，不令贼兵稍有侵犯。候其贼一发作，即迎敌去打。必使正觉之兵，四面合围。俾彼上天无路，入地无门。彼自惧遭灭种，即相率归降矣。其最要一着，在主帅不昏不惰，常时惺惺而已。若一昏惰，不但不能灭贼，反为贼灭。所以念佛之人，不知摄心，愈念愈生妄想。若能摄心，则妄念当渐渐轻微，以至于无耳。故云：学道犹如守禁城，昼防六贼夜惺惺；将军主帅能行令，不动干戈定太平。

这一段，印祖开示的是如何对治习气的一些方法。我们每个人都有习气，如果不能对治的话，修行就不能成功。无论是修哪个法门，在对治习气方面，都是一样重要的。印祖在这方面给我们传授了很多要诀，如果懂得用这些要诀来对治习气的话，就可以获得解脱。

初心念佛，未到亲证三昧之时，谁能无有妄念？

我们都是初学佛者，都没有证得三昧，而三昧是一种非常高的修行境界。念佛，有念佛三昧；念《法华经》，有法华三昧；修持《首楞严经》，有首楞严大定，这些都是三昧的境界。我们没有得到三昧之前，每个人都是有很多妄念的。

我们持咒、修法、念经，甚至听法的时候，都会有很多的妄念，平常就更不用说了。既然每个人都有很多妄念，怎么去对治这些妄念呢？印祖在这里传授了很重要的要诀。

所贵心常觉照，不随妄转。

这句话就是重点。你为什么会产生妄念？关键是什么？就是因为你失去了觉照，就像灯关掉以后，黑暗就会出现，我们正念失去以后，妄念就会产生。怎样才能消除妄念呢？最重要的就是“心常觉照”，时时刻刻要保持觉知。我们的心时时刻刻要保持觉知，就像房间里面一直要亮着灯，黑暗就不可能有了。

“心常觉照，不随妄转”，但也不是说我们保持觉知的时候，妄念就不会产生了，不是这样的。当妄念产生的时候，你是非常地清楚，“不随妄转”，不会被妄念所带走。我们最怕的是什么呢？产生妄念，然后又被妄念带走了。开始轮回了，自己还不知道，这是最可怕的。所以，产生妄念不是最可怕的，最可怕的是产生妄念还不知道，被妄念带走了。而当心常常觉照的时候，即使产生妄念，也能够及时对治，不会被带走。

喻如两军对垒，必须坚守己之城郭，不令贼兵稍有侵犯。候其贼一发作，即迎敌去打。必使正觉之兵，四面合围。俾彼上天无路，入地无门。彼自惧遭灭种，即相率归降矣。其最要一着，在主帅不昏不惰，常时惺惺而已。若一昏惰，不但不能灭贼，反为贼灭。所以念佛之人，不知摄心，愈念愈生妄想。若能摄心，则妄念当渐渐轻微，以至于无耳。故云：学道犹如守禁城，昼防六贼夜惺惺；将军主帅能行令，不动干戈定太平。

这段是一个比喻。就是心里要有觉照，时时刻刻要保持清醒，不能够失去正念，不能够失去觉知。比如说，打妄想的时候，我们内心不知道自己已经打妄想了，这就有问题了。如果我们内心当中能够保持觉知的话，妄念并不可怕，就像两军对垒一样，我们时时刻刻要守护自己的城池，不令妄念贼兵稍有侵犯，如果贼兵一出现，马上去打，这个妄念就投降了。

“其最要一着，在主帅不昏不惰。”我们糊里糊涂的时候，妄念就产生了。如果我们时常“惺惺”，这里的“惺惺”就是保持觉知、保持清醒。你能够时时刻刻保持觉知，保持清醒的话，就没有问题。妄念产生，我们马上就知道，知道的话，我们就不会被它所带走，那么妄念就不会起作用。就像房间里面有主人在，有灯亮着，小偷就不会进来，一样的道理。

“所以念佛之人，不知摄心，愈念愈生妄想。”我们念佛、念咒、念经、听法时，为什么会有很多妄想？因为我们不知道“摄心”，已经失去了觉知，失去了正念。如果我们能够“摄心”，时时刻刻保持觉知、保持正念，“妄念当渐渐轻微，以至于无。”时时刻刻保持正念的话，一开始还是有很多妄想，但日久功深，慢慢、慢慢妄念自然就会消除了。所以“学道犹如守禁城”，我们修行学道就像守住自己的城池一样。“昼防六贼夜惺惺”，昼夜都要保持一种觉知，提防妄念的产生。“将军主帅能行令，不动干戈定太平”，只要我们的（主帅）保持觉知，最终我们一定能够获得胜利，一定可以战胜妄念。觉知，就是我们面对妄念最重要的方法。

这段开示告诉我们的道理是：没有亲证三昧之前，修行人一定是有妄念的，有妄念的时候，最重要就是“心常觉照，不随妄转”。“心常觉照”，就是时时刻刻保持一种觉知，“不随妄转”，就是妄念产生的时候，我们不被妄念所带走，回到正念上来。这是我们对治妄念最重要的要诀、窍诀。





《密宗断惑论》

连载【四】

索达吉堪布



【即身成佛】

有些人说：“显宗最利根者需经三大阿僧祇劫才能成就佛果，密宗宣说即身成就显然不应理，因两者观点相差悬殊。”

之所以产生这种疑惑,实际上是没有了知如来的密意而造成的。释尊为了度化不同根基的众生而宣说了种种法门，粗略看去，似觉多有相违之处。比如,有些经典说有我，有些经典又说没有补特迦罗之我，有说涅槃诸法为空性，有说如来藏成实不空等等，但只要真正具有正规传承，或经过长期闻思修的人，便可知彼等不但互不矛盾，且隐含有极大的密意。佛在《解脱经》中云：“所谓的无数大劫(阿僧祇劫)是指众生无量界、根、信解不同而说。”《金刚顶五种密经》云：“于显教修行，须经三大阿僧祇劫，然后证果。”及“若依密教，则由加持威力故，于须臾顷，当证无量三昧耶，无量陀罗尼门”。一般的众生成佛需经三大无数劫，若特别利根者或具足善巧方便等则可极快成就。比如坐火车从成都到北京需两天两夜，但乘飞机只需两小时即可到达，我们便不能因极大多数人坐火车而否定有人坐飞机可快速到达的可能性。同样，因众生中不同因缘的聚合，有些钝根者需经长时修证，但也有些利根者仅凭自己对上师三宝的信心和通过修了义教法而疾速成佛。此有佛陀亲口宣说的许多教典来作证明。《普作续》云：“人天诸众异根基，有为天生利根者，有为修学之根基。”《等合续》中也云：“众生有本来的利根和其余根基。”

显宗经论中对此也有明说。《解深密经》云：“有者自性利根众，有些钝根而安住。”《俱舍论》也云：“有者初为彼种姓，有者后由炼根成。”此上根利智即是指信根或精进根之力具足，此理前已宣说。

显宗了义经典也明示利根者不一定需经三大阿僧祇劫，可见即生成就的捷径大道在显宗中也应承认，只是显宗没有广泛宣说即身成就之法。《大密方便经》中云：“证一地后，若欲成就者，七日便能成佛。”《楞严经》云：“不历僧祇获法身。”《摩诃止观》云：“利根者圆教下一生顿超十地。”达摩祖师在《破相论》中，将三大阿僧祇劫释为三大恒沙毒恶之心。《宗镜录》云：“一念成佛。”《法华经·法师品》云：“须臾闻之，即得究竟阿耨多罗三藐三菩提。”《法华经·提婆达多品》中说8岁的龙女因献上宝珠，刹那间便已成佛，圆满相好，并立即前往南方无垢世界，坐上宝座，为众生说法。又《顿悟入道要门论》中云：“若悟道，现前身便解脱。”此外，释尊在世时有位老人，佛讲述他八万劫前，身为樵夫在山上砍柴时，遇到一老虎，当时惊慌中喊出一句“南无佛”，以此善因，而于现世出家，并证得罗汉果。无垢光尊者在《如意宝藏论》中指出，以不净心见到佛像也是证菩提之因。《法华经》中云：“若人散乱心，入于塔庙中，一称南无佛，皆已成佛道。”又“或以欢喜心，歌呗颂佛德，乃至一小音，皆已成佛道。”由此可见，以散乱心等念佛颂佛，也能得这样殊胜的加持，那么以一心一意来修持无上密法，为何不能迅速成就呢？

又有认为密宗之即身所成之佛是罗汉，只要稍为涉足密续，便可知此言大谬。旧译派的九乘佛法、新译派的六乘佛法中,声缘罗汉都在最初的外三乘内，而且罗汉只证到人无我的空性，对法我尚有执着，对究竟的光明更是如聋如盲，而密乘最终所证的已是觉空无别的佛的境界。连大小乘的基道果也分不清楚，还为人讲经说法，可能是闭眼专修的原因。若追求自己的解脱，则专学一门，或可成功；

要摄受弟子，则必须广闻多学，方能调化不同根基的众多有情。即使未皈依佛门的人，也不会误认为密宗只证得罗汉果位。大部分众生需经三大阿僧祇劫成佛，利根者短时间内即可成佛，这些都是佛为不同根机的人而宣说的法，我们都应该承认。需要再三强调的是，当我们在遇到观点不同的佛经论典时，千万不要以一己之私见对自己不太理解的那一部分，遽然断定为非理。若立为非理或断定是邪道，那必须有真实的教证与理证。有人偏激地说学密是即身堕地狱，此言出自学佛人之口，实在令人痛心。即身成就，是佛亲口宣说，并已由众多高僧大德所亲证的事实，一个既然是相信因果的人，怎么能对此无上法要信口雌黄？若破了密乘戒，则即身堕地狱是无可挽回，但显宗中也同样如此，若犯了谤法、五无间罪等，除非发心改过，猛厉忏悔，否则临终直堕地狱！密宗即生成就，是佛的教言，净宗即生往生，也是佛的教言，对于一个佛教徒，怎么能对佛的教言作一取一舍呢？佛在《楞严经》中云：“末法时代，邪师说法如恒河沙。”又陈那论师曾说：“邪道极无边，一一难破尽。”若凭自己感觉测度圣意，建立一家学说，难免在因果上自招过愆，也必将受到方家的取笑与历史的唾弃。

【五毒与五智】

又有些人说：“密宗将烦恼宣说为智慧，五毒宣说为五智，因此无法为显宗所接受。”

此实是未领会到烦恼即智慧的深意，《大圆满心性休息》中明确指出，并非烦恼的现象，而是它的本性是智慧。而这并不是密宗所独有的见解，显宗中也同样可找出类似的教证。《文殊游舞经》云：“诸烦恼为菩提金刚之基。”《文殊幻化经》云：“非除轮回而修涅槃，是缘轮回即是涅槃。”龙树菩萨在《中论》中也说轮回和涅槃无有稍许差别。《无垢称经》云：“诸烦恼即是善逝舍利。”《六祖坛经》云：“烦恼即是菩提。”禅宗五祖弘忍在《最上



乘论》中广说了本来清净之见。无垢光尊者在《大幻化网广释》中引用显宗的教证说：“若食牛犬马，人肉象肉等，则成诸功德，吾等之誓言。”《摄乘论》云：“若见诸大方便者，烦恼即成菩提支。”《华严经》中论述云：“吾与一切佛，自性平等住，不住亦无取，彼等成善逝，色受想行识，无数善逝众，彼成大能仁。”《摩诃止观》云：“若达诸恶非恶，皆是实相，即行于非道，通达佛道。”《无行经》云：“贪欲即是道，恚痴亦如是，如是三法中，具一切佛法，若人离贪欲，而更求菩提，譬如天与地，贪欲即菩提。”《维摩诘所说经》云：“佛为增上慢人，说离淫怒痴为解脱耳；无增上慢者，说淫怒痴性，即是解脱。……一切尘劳，即如来种。”密宗是建立在显宗的基础上，并且把显宗中隐含的最了义观点加以明显宣说，与显宗并无冲突。如果上述密宗中的“烦恼即菩提”、“轮回与涅槃平等”不能成立，则显宗中类似的观点又该如何解释呢？

密宗中“众生即佛”的见地，也是直接从胜义实相而作的宣说。若从名言现相上讲，众生则还是众生，仍被烦恼障和所知障所障蔽，与佛有别。如《喜金刚续》云：“诸众生为佛，然被客尘遮。”《时轮金刚》云：“诸众即是佛，于此世间中，余无大正觉。”《瑜伽母续》也云：“此等众生五佛性，如现舞者及画师等。”显宗大乘经典中也云：“一切诸法，于诸时，圆满现前菩提也。”《圆觉经》云：“始知众生，本来成佛，生死涅槃，犹如昨梦。”《维摩诘所说经》云：“一切众生即菩提相，不可复得……即涅槃相，不可复灭。”《圆觉经》云：“善男子，一切障碍，即究竟觉；得念失念，无非解脱；成法破法，皆名涅槃；智慧愚痴，通为般若；菩萨外道，所成就法，同是菩提；无明真如，无异境界；诸戒定慧，及淫怒痴，俱是梵行；众生国土，同一法性；地狱天宫，皆为净土；有性无性，齐成佛道；一切烦恼，毕竟解脱；法界海慧，照了诸相，犹如虚空，此名如来随顺觉性。”因此说显密的见解在究竟上并不矛盾。

【双运与降伏】

有些人认为：密宗里的双运和降伏与显宗相违，让人无法理解与接受。

大凡没有依止过具德善知识或未广泛学习过佛法的人，难免对佛教中许多观点感到无法理解。比如从来未学中观的人看到《心经》中的“色不异空，空不异色，色即是空，空即是色”时，会对空与色这种关系感到矛盾，而已通达经论的人，则知道不但并不矛盾，而且揭示了诸法极为深奥的本性。同样，从未修学过密法的人，对双运与降伏产生疑惑也实属自然。但明智的人只要坚信佛陀圣言量的正确性，了知这些行为虽不为自己的分别念所理解，但必有其殊胜真实的含义，这样自然可避免谤法的无边罪业。实际上密宗的双运和降伏并不是一般凡夫的淫乐和杀生的行为，诸佛菩萨早已断除了此类习气，但在度化众生中，有必要时也会本无贪心而示现贪欲相，本无嗔心而示现愤怒相。如显宗的《父子相会经》云：“虽无贪欲现贪相，虽无嗔恚示怒相，本无愚痴现愚相。”及“彼等幻变种种身，调伏一切诸有情”。因此看到密宗的双运佛像，或双运修法时，不能生起贪等烦恼，更不能生起邪见，双运的真实含义是指现空无二或智慧方便无别，《金刚鬘续》云：“世俗胜义谛，远离二分别，何时正相合，说彼为双运。”同样，降伏并非恶劣的杀生手段，而是瑜伽士以无上的大悲心来调化业力深重的有情的殊胜方便。《红大威德续》云：“奇哉杀成善，杀众未杀彼。”

双运和降伏在显宗中也有隐含式宣说，如《女身令佛欢喜经》云：“菩萨者，为令诸佛生喜，将自身化为女身，常行于善逝之前。”又说：“以大悲心降伏损法者等等。”《释迦牟尼佛广传·白莲论》中论述：释迦牟尼佛在因地时，曾经是一位名叫其吾嘎玛的婆罗门，已出家修梵行多年，后来进城时，有一商人的女儿对他生起了贪爱之心，几欲死去，为此婆罗门生起了极大的悲心，便舍戒与其结



婚做不净行，以此功德，顷刻圆满四万大劫的资粮。又释尊曾做大悲商主时，与五百商人一起乘船入海取宝，天神告知其中有一人欲杀死五百商人，此商主思维，其余商人均是不退菩萨，若那人杀业成功，必堕无间地狱。因此发起了大悲心，宁可自己下地狱，而杀死了那个图谋不轨的人。以此大悲心驱使的行为，圆满了八万大劫的资粮。

故此小乘中本为根本重罪的杀生与淫业，只要由大乘的大悲心或由密乘的大智慧来摄持，也可成为积累资粮的殊胜方便。密法有以方便法借助空行母而成就，也有直接依解脱道而成就，无论方便道还是解脱道，都是无上的成佛妙法，因此应切切注意，不要因一时误听他人错误的言论而诽谤了正法。一分钟时间，造了谤法的口业，将招来无量劫地狱中的痛苦。犹如俗语所说的“度日如年”，地狱中的一天，就等同于人间的漫漫千年。到时，即使再多的弟子眷属也难以救拔，法王如意宝也示现了在几十年讲法中唯恐有出错的地方，而经常念心咒忏悔，更何况一般的人。如果以教理对照，发现了错处，犹如弘一大师那样及时忏悔，也仍不失为合格的佛弟子，大家也会深感随喜，共同光大佛教。佛经中也云：“从来不犯过失者是高举佛教幢幡者，若犯而知忏悔者也能摧毁魔幢，犯而不改，则是举魔幡者。”如果人们发心清净，确立依据教证、理证的标准，则佛理会越辩越明。如果唯恐损害自己的名闻利养，唯恐脸上无光，不以理智抉择，因辩论而生起了嗔恨心，则去道不知已有多远了。

（未完待续）

注：此文乃大堪布索达吉仁波切亲自授权刊登。根据智慧佛网繁体版校勘。





日本密教与西藏密教关系初探

智广阿闍梨

南无格日！

【自我介绍】 【自己紹介】

尊敬的赖富本宏教授，各位先生、女士们，大家好！

我来自中国，今天能够来到日本，在日本佛教真言宗著名的高等学府种智院大学，和诸位高僧大德、专家学者们共同交流佛法，对此我感到非常荣幸。

尊敬する赖富本宏教授、ご来場の皆様、こんにちは。

私は中国から参りまして、今日、日本仏教の真言宗で有名な高等学院の種智院大学にて、高僧大徳、専門学者の方々と共に仏法の交流が出来ることを光榮の至りに存じます。

我本人从很小的时候开始先学习了汉传佛教各个宗派的显密教法，1996年开始学修藏传佛教，2004年开始到日本学习真言密教、天台密教等教法至今，曾经到高野山、醍醐寺、比叡山等地做过一些深入的学习。从1993年开始一直从事佛教的教学工作。

私は幼い頃から、漢伝仏教の各宗派の顕密教法を学んで来ました、1996年からチベット仏教を勉強し、修法をを始めました。2004年から日本に参り、今まで真言密教と天台密教などの教えを勉強して来ました。また、高野山、醍醐寺、比叡山などの各所で、より一歩深く踏み込んで学びました。1993年から現在に至るまで仏法の教えを教え続けております。

这里阐述的观点是本人学修佛法三十多年的心得，并借鉴了日本一些高僧大德的观点。



これから申し上げる観点は全て私自身が三十年間に渡って仏法の教えを研修し、会得したものであると共に、日本の高僧大徳の方々のご観点を参考にしたものです。

【日本密教与藏传密教同源异流】 【日本密教とチベット密教の同源異流】

西藏密教与日本密教，皆源自于印度，但是从宗教形态上看，两者如今全然不同，包括修行的理念和方法也有所不同。虽然两者存在很多的不同，但也有很多的共同点。

チベット密教と日本密教の源は同じくインドでありながら、今の両宗教の有様は全く違います。修行の理念と方法もそれぞれです。しかし、多くの異なりがあっても、ある程度の共通点があるのも事実です。

首先，各派密教虽然形态各异，但是同源源于印度密教。而且修行的目的都是一致的，就是即生成佛。

まず、各派の密教は有様が違うけれど、同じくインド密教に伝承されたものです。また、修行の目的は皆一致で即身成佛することです。

但是，日本密教与藏传密教彼此的实修方法，有相当的不同。在日本密教中，传承法脉与实修方法并没有完全统一，如真言宗和天台宗就是两大宗，而且在这两大宗之下，还分成几个流派。

しかし、日本密教とチベット密教の實際の作法はかなり異なっています。日本密教の中で、伝承法脈と実修方法はまだ完全に統一していません。例えば、真言宗と天台宗の両宗に大きく分かれています。その両宗はまたそれぞれ多数の流派に分かれています。



日本密教の修法，基本上有两部大法，一是根据《大日经》成立的胎藏界法，一是根据《金剛顶经》成立的金剛界法，至于如《理趣经》法中的一尊法等（依《理趣经》之曼荼罗为本尊的修法），也是依胎藏界法和金剛界法的次第而成立。

日本密教の修法は基本的に二つに分かれます。一つは《大日経》から生まれた胎藏界法，もう一つは《金剛頂経》から生まれたの金剛界法,そして，《理趣経》法の中の一尊法など（《理趣経》の曼荼羅を本尊としての修法）、胎藏界と金剛界の次第によつて生まれたのです。

日本密教中，真言和天台两宗各自也有一些流派，各流派在实修的细则上也有所不同，但是四度加行、一尊法（如观音等皆以一尊作为本尊而修）的整体架构，大致都是差不多的。

日本密教の中で、真言と天台兩宗の各自の流派では、実修の細則は異なっています。しかし、四度加行、一尊法（観音などの一尊を本尊とするの修法）の中心部分はほぼ一緒です。

藏传密教则更为复杂些。藏传密教最主要的流派有宁玛派、噶举派、萨迦派、格鲁派等，宁玛派被称为“旧派”，其他三派被称为“新派”，各派修法也各具特色。

チベット密教では、さらに複雑になってます。主な流派はニンマ派、カギユ派、サキヤ派、ゲルク派などがあります。ニンマ派は“旧派”と呼ばれます、その他の三派は“新派”と呼ばれています。修法も各自の特色があります。

藏传密教和日本真言密教的不同，其中之一在于，藏传密教的修法体系中，一般都由显入密，先要学显宗，后再学

密宗，大乘佛教的理论基础，清晰可见。其中比较著名的论著有：格鲁派的《菩提道次第广论》《密宗道次第广论》、宁玛派《普贤上师言教——大圓滿前行引导文》《大圓滿心性休息》，在这些论著中都体现了藏传佛教由显入密的特点；日本密教中尤其是真言密教，在古代很多高僧大德也是显密双修的，但在现代的修法体系中，一般真言密教都不学习显宗而直接进入密宗，天台密教则有先显后密的学修次序。真言密教中认为，由显入密是迂回之机，直入密乘才是直往之正机。

チベット密教と日本密教の主な違いとして、チベット仏教の修法体系では、顕から密に入るのが一般的で、顕宗を学んでから密宗に入ります。このことは大乘仏教の基礎理論によく見られます。なかでも比較的有名な論著は、ゲルク派の《菩提道次第広論》《密宗道次第広論》、ニンマ派の《普賢上師言教---大圓滿前行引導文》《大圓滿心性休息》があります、内容はチベット密教の顕から密に入る事が特徴として表してあります。日本密教のうち、特に真言密教では、昔は多くの高僧大徳は顕密兼修でいらしやいましたが、現代の修法体系の中では、真言密教は顕宗を学ばず、直接密宗に入ることになりました。天台密宗には、まず顕宗、それから密宗という学修順序があります。真言密教では、顕宗から密宗に入るのは遠回りで、直接密教に入るのは最も近道であり、かつ正道であるとされています。

另外，密教的特点之一就是如大海能纳百川，包容力极强。以密教之融摄各地的民族宗教，进而改头换面看来，即知此事。

また、密教は広大な海のように、包容力が非常に大きいのが一つの特徴である。このことは密教が各地の民族宗教と融合していることから分かります。

只是比较起来，藏密的变化幅度尚属有限，而日本的密教，经由中国引入，和印度密教相对照，有的形式上已经变化较大了。

ただ、比較的にはチベット密教の変化は少ない一方、日本の密教は中国を経由して伝わって来た為、インド密教と相対的に比較すると、形式上大きく変化した部分もあります。

日本の密教并非自印度直接传入，而是在公元九世纪初，经由中国辗转传来。虽然日本密教继承的是公元八世纪前印度密教的主流，因为中国文化的影响，并且密教在日本扎根的过程中，也融摄了日本固有的民俗信仰，而后形成现在的宗教形态。

日本密教は直接インドから伝わって来たのではなく、公元九世紀初に中国を回って伝わって来ました。勿論、日本密教は公元八世紀前のインド密教の主流を継承してありましたが、やはり中国文化の影響を受けた上で、日本に浸透する過程で、日本古来の民俗信仰を取り入れられて、現在の宗教形態になりました。

在很多年前，日本就有一些高僧大德前往印度等地去了解藏传佛教。例如，松长有庆、赖富本宏等先生都在印度了解过藏传佛教，这些高僧大德也都著书来比较藏传密教和日本密教的异同。在这些研究成果当中，有两个观点值得大家了解。第一个，他们认为西藏密教比日本密教更加忠实于印度密教原来的样子。相对于日本密教，西藏的密教是从印度直接传入西藏。西藏密教之继承印度密教，就较为忠实，藏人承袭印度佛教文化，毫无保留，藏人翻译佛经，务求忠实，以藏译佛经加以逆推，几乎能直接还原梵语原经文，由此即可见其忠实之程度。藏传密教不仅在翻译上完全复制了印度密教，在仪轨上、思想上，大多保存了印度密教的内容。就学术考证而言，藏密的价值，即在于能够借以了解印度密教的原貌，可说极其珍贵。比如说

传入日本的胎藏界、金剛界的曼荼罗，其中无论是佛像、菩萨的绘法，还是整体的构图，多处与原经典记述的不符；但是，藏密中金剛界的曼荼罗，却与经典记述的内容完全一致。由此而知，如要了解印度密教原来的样子，西藏密教将会是很好的参考。第二个研究成果表明，印度后期密教几乎没有传入日本，但是传入了西藏。所以我们要了解印度的密教，特别是无上瑜伽部的密教，就要通过藏传佛教。



何十年も昔、松長有慶様、頼富本宏様含め、多く日本の高僧大徳の方々はチベット密教を深く知る為にインド等に赴けられました。この高僧大徳の方々も皆チベット密教と日本密教の異同を本に書記して比較しました。この研究結果の中で、二つの観点をぜひ皆さんに知って頂きたいと思います。まず、彼らはチベット密教は日本密教よりも、インド密教本来の様式に近いと考えました。日本密教と比べ、チベット密教は直接インドから伝わった



為、忠実にインド密教を伝承して来ました。チベットの人たちは經典を翻訳する際にも、極めて忠実で、チベット語で訳した仏經を逆に翻訳したら、ほぼ原經典に還元される事ができることから、その高い忠実度が分かると思います。そして、經典の翻訳が完全かつ忠実なばかりでなく、儀軌の内容も、思想の内容も、インドから伝わって来た通り、そのままに保存されています。學術の考証の立場から言うと、チベット密教の価値は、インド密教の本来の姿が分かる事が出来る事です。貴重価値の極みと言ってもいいでしょう。例えば、日本に伝わって来た胎藏界、金剛界の曼荼羅については、仏像といい、菩薩の絵描き方といい、全体的な構図といい、經典の記述通りではない所があります。一方で、チベット仏教では金剛界の曼荼羅は經典の記述と完全に一致しています。この事から分かるように、インド密教本来の様子を知りたいのであれば、チベット密教を参考にするのがとても良いと思います。次に、もう一つの研究結果から、インドの後期密教はほとんど日本に伝わっておらず、チベットには伝わっていたことが分かります。ですので、インド密教、特に無上ヨ-ガタントラを知るためには、チベット仏教を参考にしなければなりません。

据我了解，近现代日本的佛教界对藏传佛教做了很多深入的了解，从现有资料来看主要以格鲁派为多。松长有庆先生在他的著作《东方智慧的崛起》中也对日本密教和西藏密教进行了比较，也主要是日本真言密教和藏密格鲁派的比较，我就不再赘述。

私が把握している限りでは、近現代、日本の仏教界ではチベット密教に対して、より深くの研究が進んでおられるようです。今までの参考資料から見ると、主にゲルク派に対しての研究が多いと見られます。松長有慶先生は自ら執筆された《東方智慧の崛起》の中でも、日本密教とチベット密教、主に日本の真言密宗とチベットのゲル

ク派の比較論を述べていらしゃいますので、私がここで贅言するまでもないと思います。

在此我想简单介绍一下目前在中国乃至全世界比较兴盛的藏传密教流派——宁玛派。

ここで、中国また全世界の中で今比較的に盛んでいる、チベット密教のニンマ派について簡単に紹介させていただきます。

【介绍宁玛派的九乘佛法】

本人在藏传佛教的学修过程中，四个教派都有学习，其中对宁玛派的学修最多。

私自身はチベット密教の学修の間に、四つの宗派とも学んで来ましたが、特に最も多かったのがニンマ派の学修です。

宁玛派是最早传入西藏的一个佛教流派。宁玛派的最大一个特点就是把所有的佛法分成九乘，宁玛派云丹嘉措尊者所著的《自性大圓滿支分決定三戒论释》中对此九乘法做了介绍：

“此依大圓滿自宗，声聞緣覺菩薩乘，
称为法相因三乘，事行瑜伽外三续，
无上父续大瑜伽，随类瑜伽即母续，
明点瑜伽无二续，称内三续九乘摄。”

ニンマ派は一番最初にチベットに伝わって来ました仏教流派であります。ニンマ派は全ての仏法を九乗に分かれてあるのが最も大きな特徴です。ニンマ派の云丹嘉措尊者が著作された《自性大圓滿支分決定三戒論釋》の中で、この九乘法について、紹介してあります。



“此依大圓滿自宗，声聞緣覺菩薩乘，
称为法相因三乘，事行瑜伽外三续，
无上父续大瑜伽，随类瑜伽即母续，
明点瑜伽无二续，称内三续九乘摄。”

所谓的九乘法即包括因三乘、外三乘、内三乘。

いわゆる九乗仏法は因タントラ、外タントラ、内タントラを含めてあります。

因三乘都是属于显宗的内容，包括声闻乘、缘觉乘和菩萨乘，其中声闻乘、缘觉乘属于小乘的教法，菩萨乘属于大乘佛教。“自己从善知识处听闻佛法，并将所闻之义传授他人故称声闻；最后有者不依靠他者独立自主便能现前超胜三有轮回之果，故而称缘觉；为成就圓滿菩提，利他心不怯懦、勇往直前，故称菩萨。”在印度，菩萨乘主要包括中观和唯识两宗。“诠释修持此三乘可获得相应之果的途径，是故称为法相，并且此三乘只是获得自果的直接因、获得究竟大菩提果的间接因，并非是果转道用，为此称为因三乘。”

因タントラは小乗及び大乘の經典に依拠した顕宗の内容で、声聞乗、緣覺乗と菩薩乗を含まれてあります。中には声聞乗、緣覺乗は小乗仏法で、菩薩乗は大乘仏法になります。

“善智識から仏法を聞いて、また聞き取れた仏法を他人に伝授するものは声聞と呼ばれます。他者に頼らず、自らで悟りを開いたものは緣覺と呼ばれます。自らの為のみならず、一切の人間の悟りのために修行している、自利利他のものは菩薩と呼ばれます。”インドでは、菩薩乗には中觀と唯識が含まれてあります。“このタントラによつて、相應の果位に到達できるルートを示してあり、故に法相と呼ばれてます。しかも、このタントラはそれ

をもつて自らがそれ相應の果位に到達する直接の要因であり、悟りを開いた仏の境地に至るの間の要因であり、従果向因(じゅうかこう因)ではなく、従因至果(じゅういんしか)であるので、因のタントラと呼ばれてます。

“外三乘分为事续、行续、瑜伽续。事续主要宣说外在的事宜，故称为事续；行续见行平等受持，因此称为行续；瑜伽续主要宣讲内在修行，故而称为瑜伽续。此三乘与因乘的方式相似并且从他处寻觅悉地，因而称为外三续。”事续比较注重外在的形式，所以叫做事续；行续的修法特点则是外在和内在同样重要；瑜伽续则比较注重内在修行，不太重视外在形式。

“外タントラはクリヤー乗、ウバ乗、ヨーガ乗に分けてあります。クリヤー乗は主に外的な行為を中心とする説いてあります。ウバ乗は修法の外的、内的の行為とも平等に視されます。ヨーガ乗は主に内的な修行を説いてあります。このタントラは因タントラの形と似っている上、また他のルートを見つけて悉地に至るので、外三統とも呼ばれます。”クリヤー乗は外的の面を重視されてます。ウバ乗の特徴は外的、内的とも重視されてます。ヨーガ乗は比較的に内的な修行を重視されてますが、外的な形は重視されていません。

在藏传佛教中也有《大日经》和《金剛頂經》，藏传佛教一般认为《大日经》就属于行续的修法，《金剛頂經》属于瑜伽续的修法。但是根据我对日本真言密教的了解，虽然《大日经》和《金剛頂經》本身是属于行续和瑜伽续的修法，但是，空海大师做了很多发展，很多的观点已经超越了行续和瑜伽续的观点。我个人认为，日本真言密教的很多观点已经比较接近于无上瑜伽部的观点。例如，真言宗传法院觉饒撰の《真言净菩提心私記》中の观点就比较接近藏传密教的大手印与大圓滿の观点。



チベット仏教にも、《大日経》と《金剛頂経》があります。チベット仏教では、《大日経》がウパ乗の修法に属してある、《金剛頂経》がヨーガ乗の修法に属してあるのは一般的に考えられてます。でも、私は日本の真言密宗への勉強によって、知っている限りでは、《大日経》と《金剛頂経》は元々ウパ乗とヨーガ乗に属してありますが、空海大師は更に発展させられたお陰で多くの観点はウパ乗とヨーガ乗を乗り越えています。ですから、個人的には日本真言密教での多く観点がもう既に無上ヨーガ部に近いと考えております。例えば、真言宗の伝法院の覚鑊上人著作《真言浄菩提心私記》の中の観点は比較的にチベット密教の大手印、ゾクチエンの観点に近いです。

宁玛派比较独特的教法是内三乘，“内三乘包括大瑜伽（玛哈约嘎）、随类瑜伽（阿纳约嘎）、明点瑜伽（阿底约嘎）。与外续相比，尽管有许多超胜之处，但归纳而言，因见修行不同故称为无上续部。如果详加分析，则主要讲述方便生起次第为父续，称为大瑜伽；主要宣说智慧圆满次第的为母续，共称随类瑜伽；主要宣讲双运光明次第的为无二续，也叫明点瑜伽（阿底约嘎、大圓滿）。特点是圓寂时会出现虹身成就的现象。此三乘证悟轮涅为净等，并且不从他处寻求悉地，所以称为内三续。”

ニンマ派の最も特徴的な教法は内タントラです。“内タントラにはマハーヨーガ乗、アヌヨーガ乗とアティヨーガ乗に分けられています。外三統より優れている所が沢山ありますが、纏めて言うと、因の見解の修行の違う事で無上統部と呼ばれます。もっと詳しく分析するならば、方便生起次第を説いているのは父タントラであり、大ヨーガとも呼ばれます。空性大樂の獲得(智慧円満)を目指す究竟次第を説いているのは母タントラであり、随類ヨーガとも呼ばれます。それらを不可分に実践するのは不二タントラであり、明点ヨーガとも呼ばれます(ゾクチエン)。特徴としては、円寂した時に虹の身体を得るこ

とです。このタントラは悟りを開き、輪廻も涅槃も清浄を求めて、他所に悉地を求める事無くことから内タントラと呼ばれます。”

玛哈约嘎主要偏重于方便的生起次第，阿纳约嘎主要宣说智慧的圆满次第。我个人认为，日本密教的金剛界的修行很多地方比较接近玛哈约嘎，而以内在的气脉明点为主要修行方法的阿纳约嘎在日本还未曾看到，气脉明点的修法是无上瑜伽部的重要内容之一。

マハーヨーガ乗は主に方便生起次第を重視しています。アヌヨーガ乗は主に智慧円満の次第を説いています。個人的には日本密教の金剛界の多くの修行がマハーヨーガ乗に近いと考えております。けれども、内在的の氣脈明点を主な修行方法とするアヌヨーガは今の所日本にはないと思われます。氣脈明点の修法は無上ヨーガ部の重要な内容の一つです。

最后，宁玛派最重要的阿底约嘎，被称为方便与智慧双运的光明次第的修法，阿底约嘎还有一个非常著名的名称：大圓滿。大圓滿的特点是临终时会出现虹身成就的现象，在西藏，很多宁玛派的修行人在临终时他的身体会化成虹光，修得最好的人整个身体会全部化成光，全部消失掉。如果没有全身化成光的话，身体也会缩小。在我自己的传承上师里面，在二三十年中已经有好多位出现虹身成就的现象，例如新龙的阿曲尊者、色达的年龙上师、亚青寺的阿秋喇嘛等，这是宁玛派比较独特的地方。

最後に、ニンマ派で一番重要なアティヨーガ乗は、方便と智慧の双方の働きによる光明次第の修法と言われていますが、もう一つ別の有名な名称は：ゾクチエンです。ゾクチエンの特徴は臨終の際に虹の身体を得る現象が起きることです。チベットでは多くのニンマ派の修行人が臨終の際に虹の身体となり、一番良く修得できた人は全

身が光と化し、全てが完全に消失します。もし全身が光とならない場合でも、身体全体が縮小します。私に継承してくださっている師匠の方々の中にも、この二三十年の間に多くの方に虹の身体が成就する現状が起きました。例をあげると、新龍の阿曲尊者、色達の年龍上師、亜青寺の阿秋喇嘛等の方々です，これがニンマ派の特有な部分です。

【第十五世大宝法王的预言授记】

今天因为时间关系，不可能做很详细的介绍，只能给大家做这些最简单的汇报，未来大家有兴趣的话，再做进一步的深入交流。

本日は時間の関係で、もっと詳しく紹介することはできませんでしたが、これらの至って簡単な報告をさせていただきました。もし皆様にご興味があれば、今後は是非更に深い交流ができたらと思います。

最后给大家分享一个很有趣的预言（授记）。在西藏噶举派的最高领袖第十五世大宝法王的时代，有这样一事情，有一不丹弟子送第十五世大宝法王一个日本的象牙雕刻，上面雕刻着释迦牟尼佛成道的故事。

最後に、皆様ととても興味深くおもしろい预言(授記)をお分かちしたいと思います。チベットガキユ派の最高指導者、第十五世大宝法王の時代、こういう事がありました。プータン王国のある弟子が第十五世大宝法王に日本の象牙彫刻を贈りました。その彫刻の表面にはお釈迦様が悟りを開いた物語が彫られていました。

当时大宝法王得到这个象牙，听说日本佛法非常兴盛，他非常地惊讶，（这大概是一百多年前的事情）,他想，在那么遥远的一个岛国，居然佛教这么兴旺，这个非常不可思议，因此他非常地高兴，专门花了三天的时间修法诵经、回向

发愿，然后他做了一个预言，他说，在未来，如果日本密教与藏传密教能够结合，世界上的佛教将会融合与兴盛。

当時(大体百年ほど前の出来事ですが)、大宝法王はこの象牙の彫刻を受け取り、日本では仏法がとても盛んであると聞き、とても驚いたそうです。あんなに遠い島国でありながら、仏教がこんなにも栄えている事を彼は非常に不思議に思い、このことで彼は非常に喜び、特別に3日間お経を唱え、回向を唱え、その後彼は一つの预言をしました、曰く、未来にもし日本密教とチベット密教が結合できたなら、世界中の仏教が一つに融合し栄えるであらう。

在西藏，基本上大家都认为大宝法王的预言是比较准确的。在此，我也倡议日本密教与藏传密教所有的高僧大德，大家一起努力，以开放的心胸互相交流、学习，促使佛法兴盛，能够利益一切众生！

チベットでは、大宝法王の预言はほぼ的中であると考えられています。ここで、私も日本密教とチベット密教全ての高僧大徳の方々に申し上げたいと思います。私たちは皆、互い心を開き交流し、勉強し、仏法の繁栄のを促進し、この世の全ての生けるものの利益となる為に、共に頑張つて行きましょう。

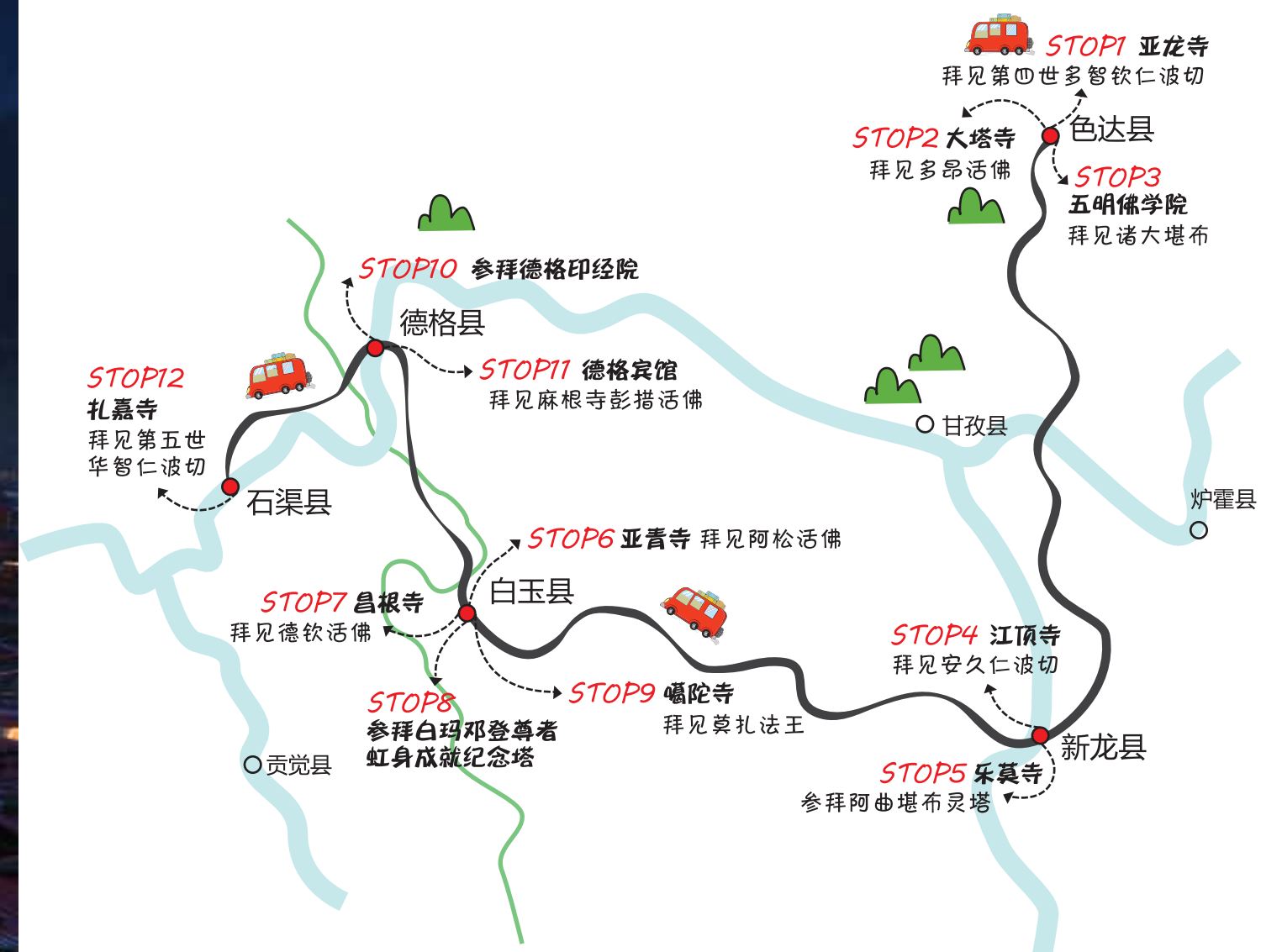
以上浅見，抛砖引玉，希望为日本密教与藏传密教的交流贡献微薄之力。不当之处，请各位高僧大德批评指正。谢谢！

以上で私の拙い見解ですが、日本密教とチベット密教の交流に微力ながら貢献できればと切に願います。高僧大徳の方々にぜひご指導ご鞭撻を賜りますようよろしくお願い申し上げます。有難うございました。

（依据在日本种智院大学的演讲稿修改）

朝圣，沿着智广阿闍梨 雪域求法的足迹

智德 妙明 妙行



《妙法莲华经》云：“若善男子、善女人，种善根故，世世得善知识，其善知识能作佛事，示教利喜，令入阿耨多罗三藐三菩提。”又云：“当知善知识者是大因缘，所谓化导令得见佛，发阿耨多罗三藐三菩提心。”

曾经有弟子请求晋美彭措法王如意宝著自传，法王说：“我没有什么传记可写的，但有一点，凡是我所依止过的上师，我从未做过令他们不欢喜的事，对任何一位上师都是恭恭敬敬，谨遵师教，这是我一生中唯一的传记。”

成佛的道路就是一条如理依止善知识的道路。

2014年8月19日—9月3日，新加坡一乘显密佛教中心参访团在终身名誉会长、导师智广阿闍梨和会长郭思锐先生的带领下，沿着恩师智广阿闍梨当年寻访、参拜、依止善知识的路线进入中国四川省甘孜州，进行了一次殊胜、难忘的朝圣之旅。

智广阿闍梨修学佛法30多年以来，依止了汉传、藏传、南传、日本佛教各宗派共80多位善知识。也许是心中早已立下的“众生无边誓愿度，烦恼无尽誓愿断，法门无量誓愿学，佛道无上誓愿成”的四弘誓愿，也许是善知识们一声声“广弘佛法、利益众生”的殷殷嘱托，如那永不西落的日轮般，照耀着阿闍梨依师求法的路途，指引着他漂洋过海、跋山涉水，三十年如一日地行走着这条依止善知识的路……

此次甘孜朝圣之旅是沿着阿闍梨当年入藏求法的一段最主要的路线。智广阿闍梨从1996年开始学习藏传佛教，1997年于梦中三次见面藏传佛教祖师莲花生大士，乃知因缘成熟，于当年西行入藏求法。阿闍梨在藏地先后依止法王如意宝晋美彭措上师、亚青寺阿秋仁波切、江顶寺安久仁波切、竹巴噶举传承青美南嘉仁波切、噶陀寺莫扎法王、雅砻寺第四世多智钦仁波切、扎嘉寺根桑旺姆空行母、第五

世华智仁波切丹增曲却、伏藏大师班玛成列林巴仁波切等诸多高僧大德，系统闻思修学了宁玛、噶举、格鲁、萨迦等各传承的教法。

在长达十多年的岁月中，阿闍梨几乎每年都会带着精心准备的供品前往藏地，拜见给过自己甚深教授的大恩上师们，向他们做三喜供养（财供养、承事供养、法供养），依止他们闻思实修。

谈起大恩上师们，阿闍梨的感恩之情溢于言表。阿闍梨说：“我今生所得到的任何一点利益无一不是来自善知识，我的任何一点成长全都离不开善知识，我个人虽然没有什么成就，但最深的修行体悟就是如理依止善知识是一切功德之源。”阿闍梨言传身教的依师之道，不仅令弟子们感动，更令弟子们领悟了修行成佛的根本就是如理依止善知识。

考虑到路途坎坷、行程艰辛、车辆调度等问题，这次2014年甘孜朝圣之旅只接受了80多位道友的报名。无疑，能够身临其中，跟随阿闍梨一起去朝圣是无比幸运的，然而阿闍梨无论走到哪儿心中装着的都是所有的弟子、所有的众生。无论是朝拜、绕塔、还是挂经幡，阿闍梨都要为所有弟子、所有众生祈祷；无论是建寺、供佛、还是供僧，阿闍梨都在为所有弟子、所有众生回向；无论是接受灌顶、传法、还是亲近善知识，阿闍梨都在为没能来到的道友以及更多的众生考虑，至诚恳切地祈请大善知识们能安排时间莅临中国汉地、新加坡、欧洲、澳洲等地弘扬佛法、利益众生。

8月21日，“一乘”参访团的道友们跟随着恩师一路驱车，首先到达了心中无比敬仰和向往的圣地——色达，在这块圣地上有着如群星般闪耀的寺庙和圣者。

Step 1

亚龙寺第四世多智钦仁波切

“一乘”参访团此行拜见的第一位善知识是当今世界最杰出的法门大士之一——第四世多智钦仁波切。第四世多智钦·仁增丹比尼玛仁波切是龙钦宁提法脉的持有者和传承者；是龙钦心髓的法主之一。

在智广阿闍梨的带领下，道友们一一向尊贵的仁波切敬献哈达，供养代表身语意的殊胜供品等。仁波切已经80多岁了，依然慈悲地一一给道友们的加持，并赐予长寿佛灌顶和《晋美林巴发愿文》的传承。阿闍梨向仁波切敬献《一乘》杂志，并汇报“一乘显密佛教中心”的弘法利生活动，祈请仁波切指导“一乘”的闻思修行和弘法事业。仁波切显得非常欢喜，在“一乘”会长郭思锐居士的祈请下，当场为“一乘显密佛教中心”写了一篇祈祷文，祈愿“我等众生相续转向法，一生获得佛果求加持。”（此藏文祈祷文后由喇荣五明佛学院大堪布丹增拉巴仁波切译为汉文）



- | |
|---|
| 1 |
| 2 |
| 3 |
| 4 |

- 1 第四世多智钦仁增·丹比尼玛仁波切
- 2 多智钦仁波切赐予长寿佛灌顶和晋美林巴发愿文的传承。
- 3 多智钦仁波切为一乘显密佛教中心撰写祈祷文
- 4 与多智钦仁波切、青泽尼玛活佛合影



Step 2

大塔寺多昂活佛

当天，阿闍梨带领众弟子还拜见了恩师多昂·丹碧尼玛活佛。多昂活佛是喇荣五明佛学院晋美彭措法王如意宝之上首大弟子，是伏藏大师、大圆满成就者、莲师伏藏金刚橛成就者。

很多年前，多昂活佛曾经在浙江宁波智广阿闍梨的家中将一幅无比珍贵的不空绢索观世音菩萨像的拓本赠与智广阿闍梨，并嘱大力弘扬此见解脱像。据当时多昂活佛说，此拓本的原版已经在文革中被毁，所以这张拓本无比珍贵。智广阿闍梨不负上师教言，将此殊胜的见解脱像以各种版式扫描印刷，广泛结缘。多昂活佛专门为“一乘”参访团的道友传了“不空宝珠供云咒”等若干殊胜法要，还特别开示了法王如意宝的遗教：“莫舍己道，勿扰他心”。



1 多昂·丹碧尼玛活佛

2 供养多昂活佛

3 大塔寺



Step 3

喇荣五明佛学院

在色达这片佛法的天空中，群星拱月般地闪耀着喇荣五明佛学院的灿烂光芒。喇荣，这里曾经住锡过一位殊胜的圣者——法王如意宝晋美彭措勇烈吉祥贤，30多年前，法王在这里创办的五明佛学院如今早已成为世界上最大的佛学院。

智广阿闍梨当年入藏求法的第一站就是喇荣五明佛学院。如今，当年紧紧追随和依止过的大恩根本上师法王如意宝

已经为众生示现往生了极乐世界，而曾经悉心教授过智广阿闍梨的大堪布仁波切们正带领着五明佛学院上万僧众开创新的辉煌，弘法利生事业如日中天。阿闍梨今天带领着弟子们来到喇荣，让弟子们来瞻仰这一份伟大的佛陀事业，在这一片红色木屋的海洋中为一切轮回苦海的父母众生而发起殊胜的菩提心。





丹增嘉措活佛

当晚在喇荣五明佛学院坛城宾馆下榻，很多道友都产生了高原反应，大家早早休息。第二天（8月22日）经过一上午的休整，我们全体去拜见了五明佛学院的副院长丹增嘉措活佛，听受了活佛传授的文殊语狮子修法、前行仪轨-开显解脱道、皈依，以及四臂观音修法等特殊传承。

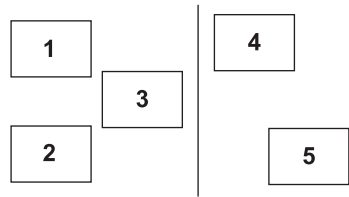
丹增嘉措活佛见到智广阿闍梨非常高兴，关切地说：“你又来了，好像多了很多白发啊！”听到阿闍梨带领着众多在家居士在工作生活中修行，弟子如理如法修行“开显解脱道”，很多都圆满完成了五加行，活佛很高兴，给大家一一加持并赠送了殊胜的唐卡和加持品。



大堪布益西彭措仁波切

8月23日上午我们来到大经堂听大堪布益西彭措仁波切讲课，下课后堪布仁波切亲切接见了我们，并且专门为我们做了近一个小时的开示。（本期“一乘访谈录”栏目中刊载了开示全文）虽然已是午饭时间，但堪布仁波切说，今天吃一顿饭稍微迟一点没什么关系，大家交流佛法这是有价值的。堪布仁波切又为我们赐予了《随念三宝经》的传承，并赠予每个人堪布仁波切所著的书籍。

堪布仁波切的慈悲让我们无比感动，我们对仁波切献上供养，依依不舍中，我们离开了大经堂，堪布仁波切没有离开法座，又开始了下午的讲法……



- 1 丹增嘉措活佛
- 2 丹增嘉措活佛传授文殊语狮子修法、前行仪轨-开显解脱道、皈依，以及四臂观音修法等特殊传承
- 3 益西彭措仁波切为每位道友赠送著作及加持品
- 4 丹增拉巴仁波切
- 5 一乘显密佛教中心参访团向索达吉仁波切赠送了《天台宗全书》及《续天台宗全书》



大堪布丹增拉巴仁波切

智广阿闍梨另一位非常重要的上师大堪布丹增拉巴仁波切对阿闍梨再次来到学院非常欢喜，23日下午亲自到“一乘”参访团所住的喇荣五明佛学院坛城宾馆和道友们的座。

谈起当年阿闍梨在五明佛学院闻思修行的经历，堪布仁波切告诉我们，阿闍梨每年都会来，长则大半年，短则三四个月，那时候阿闍梨每天在经堂听法王如意宝、索达吉堪布、益西彭措堪布、慈诚罗珠堪布等仁波切们的讲课，下课了就拿着笔记本到丹增拉巴仁波切的住处请求继续辅导，得到了不少殊胜传授！

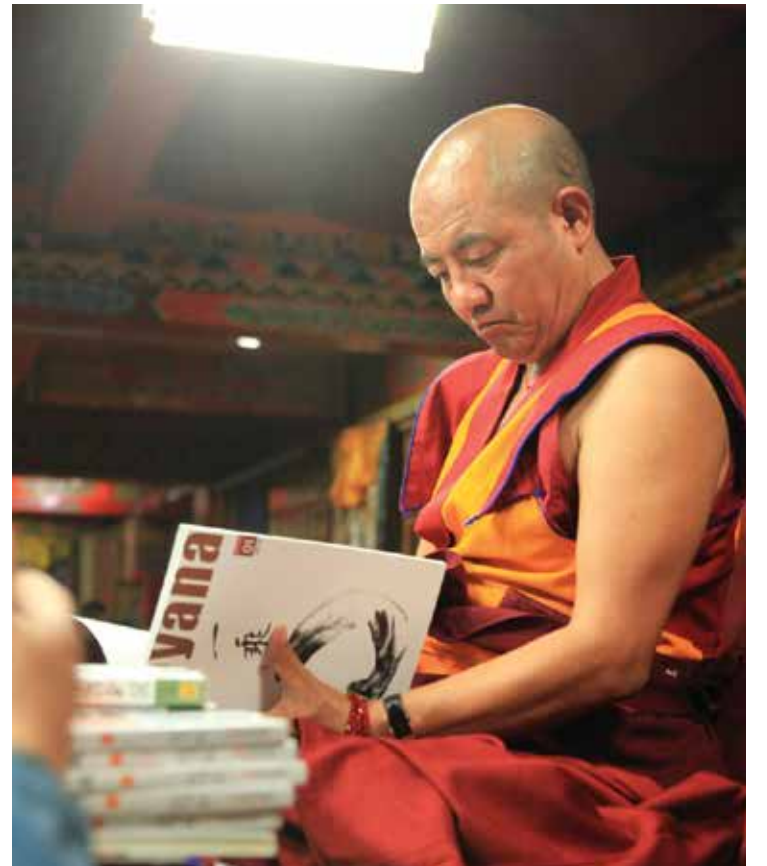
堪布仁波切为“一乘”参访团的道友们的传授了《般若摄颂》、《佛子行三十七颂》、“法王如意宝上师瑜伽”等特殊显密法要，并告诉大家自己一生中从来没有一刻把上师法王如意宝视为凡夫。

大堪布索达吉仁波切

8月22日晚，我们在汉僧大经堂和五明佛学院的僧众们一起聆听了大堪布索达吉仁波切开示的《现观庄严论》课程。

8月23日晚7点30分，我们来到大经堂观摩喇荣五明佛学院期中考的颁奖仪式，大堪布索达吉仁波切亲自莅临颁奖。看到这里的四众弟子发菩提心精进修学，并以优异的成绩获奖，我们万分随喜赞叹。颁奖仪式结束之后，“新加坡一乘显密佛教中心参访团”留下来单独拜见了堪布仁波切，堪布仁波切欣然接受了《一乘》杂志记者的采访。（详见本期“一乘访谈录”栏目）

8月24日，我们转绕了大幻化网见解脱坛城，并参拜了白水晶金刚萨埵像和法王如意宝蜡像，然后依依不舍地拜别了喇荣五明佛学院，驱车前往新龙。

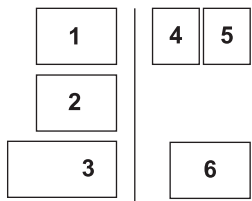


Step 4

江顶寺安久仁波切

8月25日晚，我们跟随智广阿闍梨拜访了如真佛一般藏地的月亮——江顶寺现任住持安久仁波切。老人家现已80多岁，是喇荣五明佛学院和亚青寺等寺院诸多高僧大德的上师。怀着无比崇敬的心情，我们一一顶礼供养安久仁波切，智广阿闍梨也在一旁一一介绍我们每一位弟子的修行情况。得知大家都如法依次第修完了内外前行，安久仁波切显得非常开心，他说：“你们这样修行很好，就这样继续好好修，我会给你们多多做加持。”

在智广阿闍梨的祈请下，安久仁波切为我们赐予了极其殊胜的白玛邓灯尊者《甚深遍空本自解脱》等灌顶传法以及列绕朗巴大师殊胜的伏藏法。白玛邓灯尊者是宁玛噶陀派的一位大成就者，于1872年示现无余虹身成就。据《白玛邓登尊者传》记载，尊者住世时曾在朗炯扎噶的摩尼珍宝岩（即雄龙西朗朗白岩神山）掘取出称为《大圆满心髓甚深遍空本自解脱》的密法宝藏，分大、中、小三部，囊括了所有密法的方方面面，堪称秘籍宝藏。莲师在世时曾授记：“《甚深遍空本自解脱》在任何时候都是无比殊胜的、不可思议的、稀有难得的。凡是接受此法灌顶而不背弃誓言者，七世之内必定成佛。”1998年新龙的阿曲尊者也是依靠此法获得虹身成就。白玛邓灯传承在现代依旧不断有虹身成就的案例，《甚深遍空本自解脱》这个传承莲师曾授记未来将有数十万人虹身成就，白玛邓灯尊者也曾授记将来会有汉族弟子前来求法，这个法未来会弘扬到大海边上。



- 1 安久仁波切
- 2 安久仁波切赐予传法灌顶
- 3 与安久仁波切合影
- 4 5 乐莫寺阿曲尊者
- 6 亚青寺阿松活佛接受《一乘》杂志专访



Step 5

乐莫寺阿曲尊者

8月26日在前往亚青寺的路上，我们拜访了白玛邓灯大弟子荣仁多吉仁波切所造的寺院乐莫寺。乐莫寺（即鲁木饶寺）位于地势独特、风景幽美的佛教圣地，四周神山环绕、草地秀美、森林茂密、溪水潺潺、瀑布长流，早在一千多年前就是宁玛巴的道场。莲花生大士的大弟子、大译师贝若扎纳等众多贤者曾在此闭关修行，大译师贝若扎纳的修行山洞至今仍在。

在山上我们参拜了无余虹身成就者阿曲尊者最后虹化时所住的木屋，远远眺望了其闭关三年的山洞，在木屋前大恩智广阿闍梨带领众弟子念诵了《文殊大圆满基道果无别发愿文》等殊胜的经仪轨。



Step 6

亚青寺阿松活佛

在圣地亚青寺，曾经赐予过智广阿闍梨甚深密法的阿秋法王也已经将色身融入了大圆满光明法界，亲切接待“一乘”参访团的是阿秋法王的心子、现任住持阿松活佛。阿闍梨带领众弟子对阿松活佛和亚青寺献上广大供养，祈请阿松活佛为我们开示殊胜法义。

阿松活佛对道友们克服在家修行的种种困境而精进修完了五加行，表示随喜和感恩，他说：“我知道你们在新加坡、在汉地修行的环境没有我们这里好，在我们藏地容易修法，没有什么障碍，你们那个地方信佛、修法的人有点少，修法不是很容易，在修法方面有很多障碍，在这样的条件下，你们信佛、修法、有发心、有信心，加上你们按照上师的教言一步一步次第地修，在前行基础上修五加行，有些人不是修一次，第二次都圆满了，我真的非常非常随喜你们、感恩你们。”

智广阿闍梨至诚祈请阿松活佛到新加坡等地传法和指导修行，阿松活佛说：“你们以弘扬佛法和利益众生的动机来请

我，我也为了弘扬宁玛派殊胜的见解和弘扬大圆满法而答应你们以后会去新加坡，希望可以成行。”在两个多小时的座谈中，阿松活佛还接受了《一乘》杂志的采访。（详见本期“一乘访谈录”栏目）



Stop 7 & 8

德钦多吉仁波切和白玛邓灯纪念塔

在离开亚青寺前往白玉县的路上，我们拜访了阿弥陀佛的化身又称“见解脱”的德钦多吉仁波切，仁波切慈悲接见了大家，并且给每个人做了加持。

参访团还特地绕路去朝拜了白玛邓灯尊者虹身成就的纪念塔，并念经修法，转绕佛塔。据说转绕此佛塔可以获得殊胜的功德，特别可以治疗疑难杂症，有很多当地的修行人来到这里转绕修行。



Stop 9

噶陀寺莫扎法王



8月29日朝礼世界第二金刚座噶陀寺、拜见噶陀寺黄金法台莫扎法王的经历非常神奇。本来估算时间赶不及而决定放弃参加噶陀寺当天上午的灌顶法会，然而当我们中午赶到时，却意外而惊喜地得知莫扎法王和几百位僧众一直在大经堂等我们，连中饭都没有吃。我们怀着无比惭愧和感恩的心情供养法王，然后一一落座，法王却不急着传法，而是娓娓讲述起噶陀寺的历史故事。正在众人纳闷好奇之间，“一乘”参访团绕错山路的一组成员姗姗来迟，并没有人告诉过法王，然而法王却知道这时才算是到齐了，于是让僧众带领大家念诵

百字明，开始了无比殊胜的噶玛朗巴《寂忿密意自解脱》的灌顶。经历了很长时间的灌顶传法后，四众弟子边饮用会供的甘露美食，边接受法王赐予的见闻触忆都可获得解脱的《大悲观音六字真言极速祈加持颂》的传承。

然而不知所以然的我们还没有意识到其中更为神奇的密意！直到后来听到阿闍梨为我们开示说：“《白玛邓灯祖师全集》中有这样的记载，莲花生大士的金刚语授记：当未来出现《遍空自解》与《寂忿密意自解》合修之时，就是空尽轮回众生到来之时……白玛邓灯祖师又在伏藏当中授记说：当未来遍空自解传承和（噶玛朗巴的）寂忿百尊传承一起弘扬之时，所有接触以及听、闻、修持的众生均能获得自然解脱……”

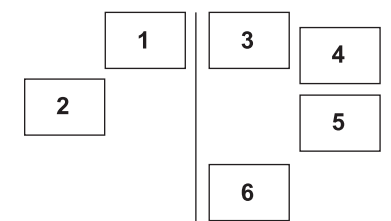
原来，“一乘”参访团的朝圣之行从安久仁波切到莫扎法王，善知识们已经默契地赐予了我们最圆满的殊胜灌顶与传法！恍然间，我们才知道原来无处不在、无所不知、无所不能的上师三宝已经慈悲地为我们做了最好的安排！

晚饭后，莫扎法王又单独接见了“一乘”参访团，他老人家



给每一个人都结缘了殊胜的阿弥陀佛唐卡，还为道友们传授了《阿弥陀佛修法仪轨》并讲解了修行的关要和窍诀。法王说：“你们尊贵的上师（智广阿闍梨）已经得到过这个阿弥陀佛的灌顶，他也有资格灌顶，完全可以给你们灌顶。”莫扎法王还赠送给智广阿闍梨一整套法衣，并亲自把噶陀寺开山祖师噶当巴德协仁波切的《阿弥陀佛灌顶仪轨》的法本交给智广阿闍梨，说，这就是极乐世界的门票。法王再三嘱托智广阿闍梨未来要多进行灌顶传法。

在接受《一乘》记者采访时，莫扎法王娓娓讲述了自己依止善知识的往事，以及噶陀寺的历史故事，让我们生起了对上师三宝的信心，以及对如何依止善知识的深刻领悟。（详见本期“一乘访谈录”栏目）



- 1 参拜白玛邓登尊者虹身成就灵塔
- 2 拜见莫扎法王
- 3 朝拜寂忿百尊坛城
- 4 莫扎法王接受《一乘》杂志专访
- 5 莫扎法王给予灌顶传法
- 6 向法王汇报《一乘》的工作



Step 10 & 11

麻根寺彭措活佛

8月30日参观完德格印经院后，阿闍梨在德格宾馆与麻根寺现任住持彭措活佛亲切会见。彭措活佛是阿闍梨的恩师竹巴噶举大手印传承上师青美囊嘉仁波切的儿子，在与阿闍梨以及“一乘”会长等人共进晚餐时，彭措活佛和智广阿闍梨都分享了很多上师青美囊嘉仁波切的生前事迹。阿闍梨关切地询问了麻根寺的情况，并向弟子们介绍了青美囊嘉仁波切、彭措活佛以及麻根寺的功德。

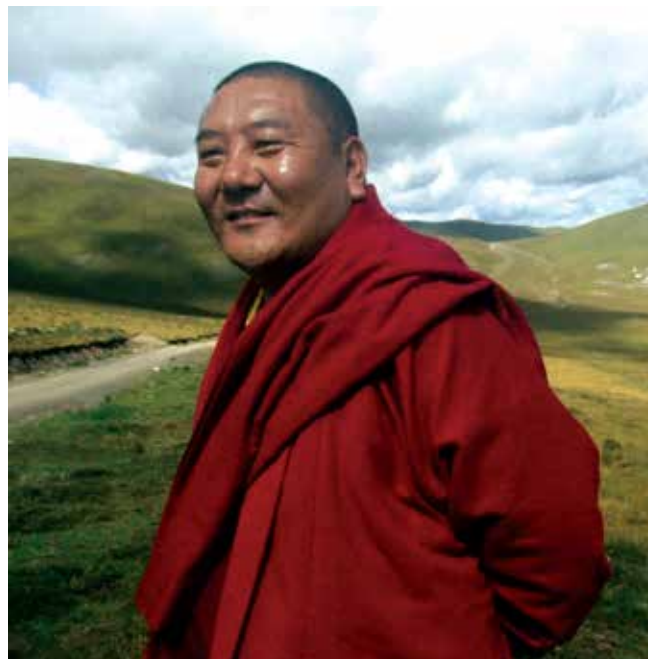
当天晚课时，智广阿闍梨对弟子们说，自己依止的八十多位善知识有些已经圆寂了，有些还住世，对于他们带给自己、带给众生的佛法利益，自己永远都要感恩，也要尽一切力量去回报他们的恩德、护持他们的弘法利生事业。无论是喇荣五明佛学院、亚青寺，还是噶陀寺、麻根寺等；无论是已经圆寂的法王如意宝、青美囊嘉仁波切等善知识，还是仍然住

世的安久仁波切、莫扎法王等善知识，我们都要尽力去供养和护持他们的弘法利生事业，这不仅是报答善知识们如海般深广的法恩，也是积累我们自己解脱成佛的福德资粮。



Step 12

扎嘉寺光明任运自成洲闭关中心



8月31日—9月3日是“一乘”甘孜朝圣之旅的最后一段行程，在扎嘉寺光明任运自成洲闭关中心，智广阿闍梨带领我们拜见了尊贵的第五世华智仁波切——大堪布丹增曲却仁波切。扎嘉寺是大圆满龙钦宁提的祖庭，而闭关中心的后面，就是当年晋美嘉威组固及其弟子第三世华智仁波切闭关修行的山洞。道友们的恭敬朝拜了圣地，并在此挂上《大自在祈祷文》的经幡，为世界和平、正法弘扬而祈福。

- | | |
|---|-----|
| 1 | 3 |
| 2 | 4 5 |
- 1 智广阿闍梨会见彭措活佛
 - 2 第五世华智仁波切
 - 3 华智玛尼墙
 - 4 赐予《千佛灌顶》
 - 5 仁波切为众弟子开示大圆满法《三句击要》

华智玛尼墙

离闭关中心不远的世界上最大的玛尼墙，由第一世华智仁波切散丹彭措所建，距今已有三百多年的历史。墙体厚2-3米，最高处约3米，周长3.2公里，由数以百万计、凝聚着无数信众虔诚信心的经石，经三百年堆积而成，具无比的加持力，其殊胜功德唯佛乃能知之！已经渐渐适应了雪域高原的“一乘”道友几乎每个人都围着玛尼墙转绕了三圈。



灌顶传法

在堪布仁波切和智广阿闍梨的教导下，我们在闭关中心进行了短期的闭关修行。仁波切为我们传授了千佛灌顶，对完成五加行的道友给予了龙钦宁提最高法要《益西喇嘛》的灌顶传法，还用了三天时间开示了殊胜的大圆满法《三句击要》等窍诀，并亲自带我们修法。传法过程中，堪布仁波切曾一度感动落泪，他语重心长地对我们说：“我反复地思维，还是应该把这些最为殊胜的法要传授给你们，因为你们是晋美丹贝尼玛仁波切（智广阿闍梨）带来的弟子。晋美丹贝尼玛仁波切是一位真正具德的上师，所以我相信你们也是真正的

法器。希望你们不要辜负了上师，不要辜负了三宝，一定要好好发菩提心，好好修行。”

早在2007年，智广阿闍梨与丹增曲却仁波切就建立了深厚的法缘，他们一起在更桑旺姆空行母面前接受灌顶，智广阿闍梨也在堪布仁波切面前听受了很多教法，包括龙钦饶降巴的教法，以及《四心滴》、《七宝藏》、《寂忿密意自解脱》、《益西喇嘛》等完整的传承和全部的修法，还有《晋美朗巴大师全集》的大部分。这些年，智广阿闍梨也经常带领弟子们来到扎嘉寺，在堪布仁波切的指导下闭关修行。



扎嘉寺纪念法会

这次朝圣，“一乘”参访团全体道友在堪布仁波切的带领下于9月1日朝拜了扎嘉寺，当天正逢二世如来芽尊者诞辰，在纪念法会上，堪布仁波切对“一乘”的众弟子致欢迎词，正式认证智广阿闍梨为扎嘉寺转世活佛，并委任智广阿闍梨为扎嘉寺光明任运自成洲闭关中心第二住持。智广阿闍梨代表“一乘”道友们对全寺僧众进行了普同供养。

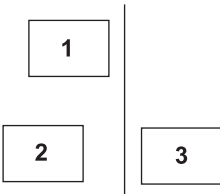


大经堂

法会后，仁波切特别带领“一乘”的道友参观扎嘉寺新建的大经堂，大经堂金碧辉煌，精雕细琢的木刻上涂着纯金，无比庄严。仁波切带着我们从一楼参观到二楼，指着一间间宽敞明亮的大房间，告诉我们从设计之初就已为我们汉地的弟子考虑了专用的经堂、餐厅、寮房甚至洗手间。智广阿闍梨从2008年大经堂筹建之初起就一直鼎力支持，从财力到人力，大经堂有了今天这样的规模，阿闍梨也是第一次观瞻，

无比地欢喜，恭敬赞叹堪布仁波切的殊胜功德。堪布仁波切也表示非常感恩和随喜阿闍梨和众弟子的建寺功德。

跟随着两位大善知识，“一乘”的道友们还前往堪布仁波切父母的住所，看望、供养两位年迈的老人家。看着这里一张张亲切温暖的笑脸，闻着那清新芬芳的草原气息，想起这一路如灿烂日轮般照耀着我们的大善知识们，道友们对这一片雪域生起了依依难舍之情。



- 1 第五世华智仁波切正式认证智广阿闍梨为扎嘉寺转世活佛，赠送佛像等加持品。
- 2 建设中的扎嘉寺大经堂
- 3 在第三世华智仁波切修行的闭关洞前合影

朝圣之旅圆满结束

2014年“一乘”甘孜朝圣之旅圆满结束了，藏地那湛蓝的天、碧绿的地，刻着心咒、飘着经幡的山，还有那如童话般的彩绘房屋、悠闲自在的牦牛、淳朴善良的藏民，都给我们带来了心灵的欢歌；一处处如繁星般闪耀的圣地、一个个史实中虹身成就者的故地、一位位硕果仅存的前辈圣者、成就高深的当代智者、事业广大的弘法大士们，更是给道友们的赐予了无比殊胜的佛法利益；还有一路上可以围坐在恩师智广阿闍梨的身边听恩师开示、与道友分享朝圣心得的幸福时光更是令人难忘，尤其难忘是恩师为我们讲述他当年在藏地求法时依止自己的大恩上师们的那一幕幕往事。

雪域朝圣之路就是随学大恩上师智广阿闍梨如理依止善知识之路，愿我们在这条闻思修行的成佛之路上，一步一步地沿着上师的足迹不断前行，相信在不久的将来，有那么一天，我们的心会和上师的心相融，相融在心性的光明里……

静静地，耳畔轻轻响起了深情而悠扬的《光明》之歌，那首大恩上师智广阿闍梨在雪域所作的献给大恩上师们的歌——

《光明》

清晨我站在青青的草场
看到山间露出了曙光
就像那仁波切的慈悲
为我们众生带来希望

黄昏我站在高高的山冈
看到天边那落日西下
人生无常犹如那流水
都奔向死亡一个方向

谁能帮我超越生死啊？
让我从轮回苦海中解脱
从此苦不再有，慈悲在增长
父母众生都离苦得乐

蓝蓝的天空阳光普照
仁波切带来智慧的光明
无上大圆满如同太阳
消除我们心中无明黑暗

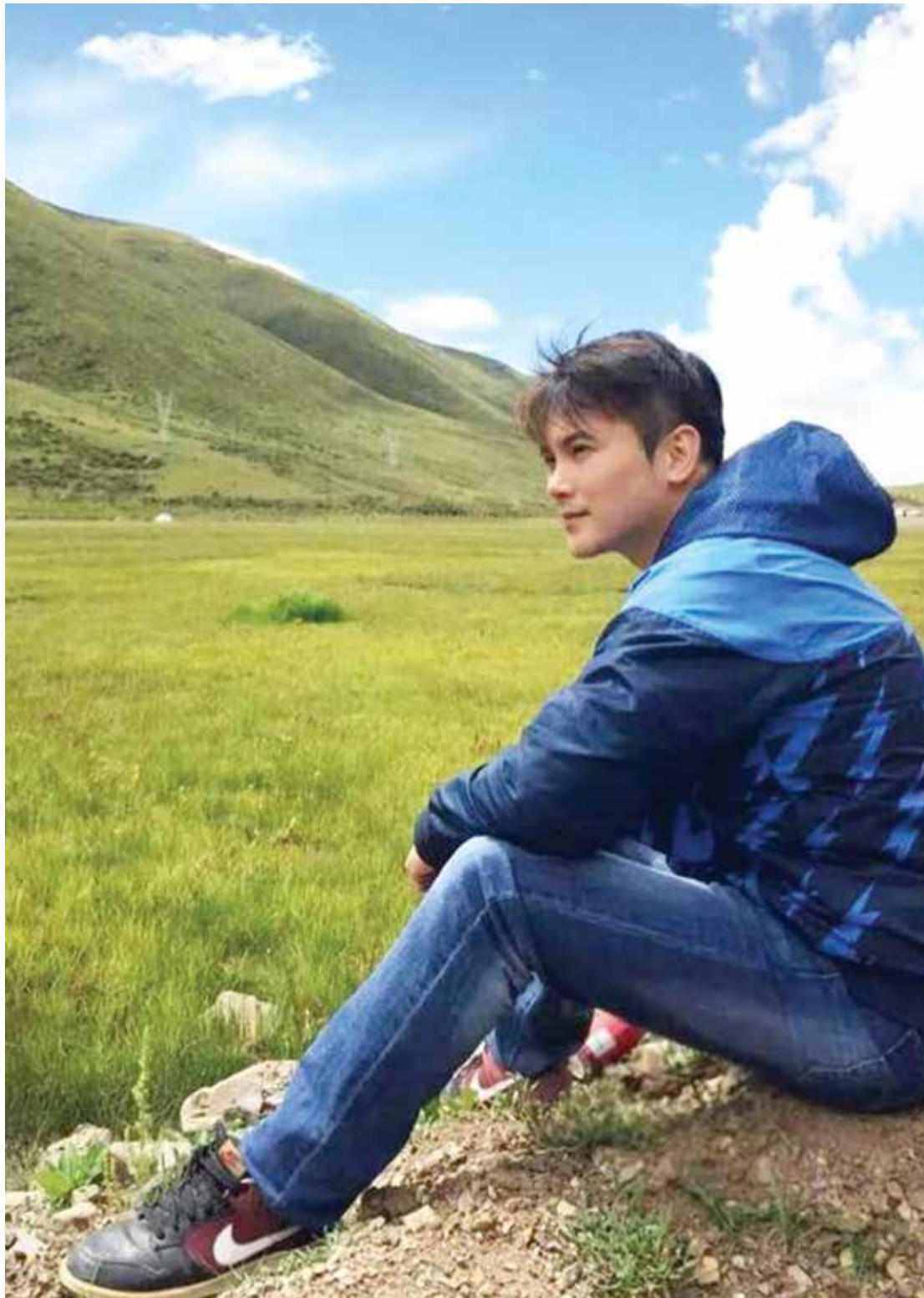
那是一种神奇的妙法啊！
所有烦恼变成了智慧
轮回的痛苦都自然解脱
幸福的歌声传遍四方

那是无上光明大圆满啊
带我们走进佛陀心中
慈悲和智慧的光芒无量
佛行事业周遍十方



穿越川藏的朝圣之歌

沈炜竣



蓝天白云 心旷神怡
西藏之美 心灵之旅
大恩上师 指点心性
窍诀指引 心中光明

“能跟随大恩上师去藏地朝圣，这一生就没有空过。”孟老师的这句话深深把我唤醒，让我踏上了难忘而珍贵的藏地朝圣之行。

2014年8月，同修们都在筹备着、期待着藏地朝圣之行。我虽然是向往着但是也犹疑着，因为每年的8月都是我非常忙碌的一个月，新加坡的国庆，加上中秋节临近，需要参与许多策划和主持的活动。那时的我也只有衷心地随喜同修们的福报。自己也给自己一个非常肯定的答案：“别想了，应该没有机会去的，等下次因缘到了才去吧。”

孟老师的那句话，的的确确把我敲醒：下一次？我还有下一次跟随大恩上师去朝圣的机会吗？明年我还能活着吗？这些对话，一直在我的脑海里浮现，我相信一定是上师三宝的加持。的确，一切无常啊，如果我不珍惜这次的机会，可能就错过了这一生中唯一的一次机会。我还没完成五加行，本来也没资格报名，这次特别开放给新加坡一乘显密佛教中心的理事，我到底还在犹豫些什么呢？难道还有什么事会比这更重要吗？我当时就下定决心要把我的工作放下，这一次无论如何一定要跟随大恩上师去朝圣。

出发前，大恩上师一再地提醒我们，去藏地并不是去旅行，并没有想象中那么舒适，尤其是对都市人，可能会觉得比较辛苦。但是上师说，虽然会辛苦，但只要有正确的发心，那么从计划去朝圣的每一个念头开始，朝圣地踏出的每一步开始，都有巨大的功德，所以一定要珍惜这其中的每一个点点滴滴！大恩上师的教言让我更珍惜所走的每一步，内心充满着期待和感恩。

到藏地的第一站是色达县，许多道友都有了高原反应，我也开始感觉头痛、胃口不适、想呕吐。勉强吃了一点点饭菜，然后就接过道友递来的氧气罐吸氧。下午大恩上师带我们拜见了两位非常了不起的高僧大德：第四世多智钦仁波切和多昂·丹碧尼玛活佛。我的中文水平有限，加上高原反应，没有太听清楚这两位仁波切的功德介绍，但是拜见时那庄严的场景，和内心肃穆虔诚的感受却深深印刻在我的脑海中，大恩上师带领着我们做了殊胜的供养，并且恭敬地向仁波切汇报“一乘”的弘法利生工作。两位仁波切特别地慈悲，都给我们传了殊胜的法。在多昂活佛那里，还为我们特意送来了大桶的藏民自制的酸奶，我吃了一小碗觉得高原反应舒缓了很多，慈悲的道友又为我盛了一碗。

拜访完两位高僧大德后，我们就来到了梦寐已久的色达喇荣五明佛学院，沿着两边密密麻麻都是红房子的道路，我们驶向山顶的坛城宾馆。置身于这片红色的海洋，



我不禁想起家中很早就供奉着的法王如意宝的照片，今天我终于来到了他老人家一手创办的当今世界最伟大的佛学院！夜幕已经降临，望着藏地的夜空、满天的繁星，想起法王的教言：只要对上师三宝有信心，精进地闻思修行，在法王所传承的麦彭仁波切的法脉中证悟的弟子就像天上的星星那么多。

当晚下榻坛城宾馆，高原反应更为剧烈了，大多数道友都倒在床上起不来了，我只觉得头痛欲裂、胃肠翻滚、寸步难行，这时，我想到大恩上师十几年来来这里求法的辛苦，现在我们住着宾馆还有丰盛的饭菜，而大恩上师那时的条件艰苦多了，住在放一桶水隔夜都结成冰的小房子里，每天除了土豆就是方便面，但是为了得到殊胜的法，大恩上师离开家人独自到藏地，我所受的这一点点苦算什么呢？再想到这些辛苦其实都是在消除自己往昔的业障，也是自己修自他相换的好机会，想着想着自己也乐了。大恩上师知道我有高原反应还很慈悲地说：“要多休息，过两天就会好的。所有的辛苦都是在消除业障、积累福报，一切都是值得的！” 道友们也非常地关心我，内心无比感恩大恩上师的慈悲和道友们的关怀。



在五明佛学院，我们有幸拜见了丹增嘉措活佛、大堪布丹增拉巴仁波切，还在大经堂聆听了大堪布索达吉仁波切和益西彭措仁波切的开示。在现场听闻堪布仁波切的开示真是法喜充满，而且还能很熟练地跟随着学院的汉僧们一起念经，因为大恩上师传给我们的功课里也有这些。真没想到自己有这么大的福报能在五明佛学院里和上师、大德们一起修法诵经，真像是在做梦一般。

也许是上师三宝的特殊加持吧！堪布索达吉仁波切在开示中讲了一段深深触动我心的开示，他说，现在很多社会名流和明星也被媒体暴出各类烦恼和问题，现今社会患忧郁症的都市人越来越多，面对无形的心理压力和很多解决不了的问题感到心力交瘁，甚至崩溃。我相信这一切的显现都是上师的加持，提醒我要看破外在一切的名和利都是虚幻不实的，并不能让我们得到真正和永恒的快乐，“一切有为法，如梦幻泡影。” 我们在这一生中努力追求的世间法，一切终究也会离我们而去。人身难得，佛法难闻！身为佛弟子一定要精进地闻思修行，如理地依止善知识，对治贪嗔痴、破除我执，才能够真正地离苦得乐、明心见性，才有能力真正去帮助一切的众生。

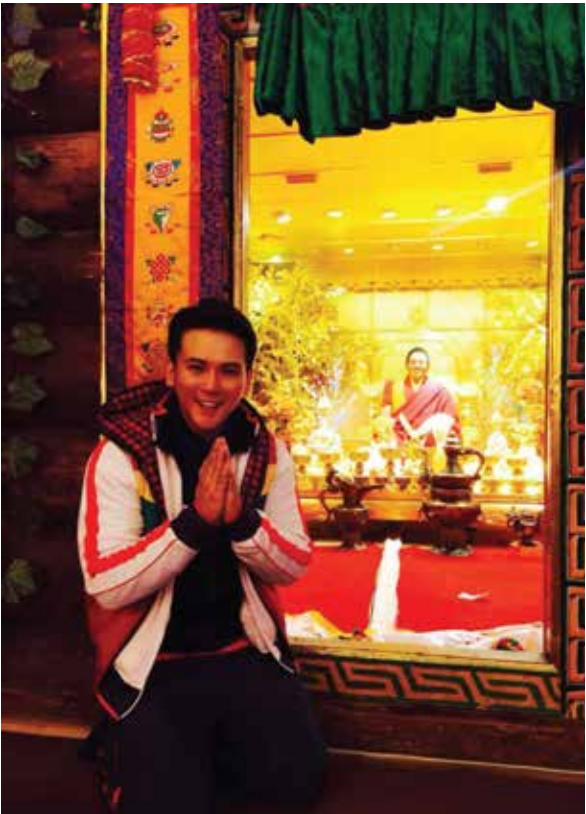
大恩上师经常告诉我们，所有上师传授给我们的这些有清净传承的法都是无比珍贵的，所以我们得到这些殊胜的法一定要好好地修持，要发菩提心，更要一代一代传

下去，利益更多的父母众生。大恩上师的教言让我对这些历代祖师传承下来的法生起无比的信心。

离开五明佛学院当天，我们朝拜了法王如意宝的蜡像，没有想到是那样地栩栩如生，如同就在我们面前一样，我的内心非常震撼和感动，当下泪流满面，一遍又一遍，我五体投地顶礼着法王，一遍又一遍，在内心默默为一切众生发愿。

我们开始了第二站的行程，行程的路上也朝拜了很多寺庙，拜访了许多高僧大德。藏地的路的确很颠簸，我们在路上一直都有持咒，祈祷加持。我发现自己在藏地念了非常多的咒和经文，远远超越了平时在新加坡念诵的，在藏地一天可以念超过 300 多遍《大自在祈祷文》，而在新加坡，一天最多念 21 遍 到 50 多遍。加持力真是不可思议啊！

8 月 26 日我也在藏地度过了我的生日，虽然没有蛋糕，但是有道友们的陪伴和祝福，一起分享亲手制作的糌粑团也开心无比。其实在母亲过世后，我就没有再特别庆祝生日，这一天在这殊胜的圣地过生日也非常有意义，无比感恩父母亲赐予我珍贵的生命，让我能今生得遇佛法，得遇大恩上师，特别把一切功德回向给我的母亲和所有的父母众生。



在亚青寺拜见阿松活佛时，我非常惭愧，阿松活佛非常重视五加行，当他听说我们的团队中大多数都修完了一遍甚至两遍加行时，非常高兴地感恩和随喜我们，并做了很多的开示。而我因为忙于工作等种种理由迟迟都没有修五加行，其实新加坡是个节奏很快、压力很大的地方，但还是有六位道友用了半年时间闭关修完了五加行，还有边工作边修的，也用一年时间修完了，关键是看能不能下定决心，我不禁暗暗在心里发愿回去一定要开始修五加行了！

在新龙拜见安久仁波切是一次非常殊胜的经历，安久仁波切是在一个居士的家中接见我们的，并没有做任何传法的准备，但是当大恩上师为我们求法时，安久仁波切传法需要的所有法器都一应俱全了，尤其是雪峰老师在五明佛学院请的一个水晶球更是雪中送炭。灌顶传法之后，安久仁波切对我们说：“这是最好的喇嘛，你们要好好跟他修。” 无比感恩大恩上师赐予我们的殊胜法恩。大恩上师二十几岁时就依止安久仁波切修行了，如果不是跟随着上师，我们怎么能够见到这些大成就者们，怎么能够得到这么殊胜的法宝呢？



到达噶托寺，第一次见到莫扎法王，法王非常地慈悲，满脸的笑容。虽然法王年纪大了，行动不方便，但他还是为我们做了非常殊胜的开示和灌顶传法。法王讲述了当年的修行经历和噶陀寺重建的艰辛过程。看见法王的眼神就感觉法王像慈父般给予弟子们加持与慈爱。当时的我只能感恩，也告诉自己要随学上师们对法的精进和对众生的慈悲。

晚上，莫扎法王也特别接受了《一乘》杂志的专访，还亲自赠送所有弟子阿弥陀佛唐卡。这珍贵的唐卡现在也供奉在我的办公室，每一次看见唐卡，就想起莫扎法王的教言，提醒自己一定要做好佛弟子的本分，更要精进地闻思修行，信愿坚定地求生净土。

朝圣路上，我们也有幸拜访了许多高僧大德虹身成就的圣地。在无余虹身成就的大堪布阿曲尊者圆寂的木屋旁，上师带我们共修了《文殊大圆满愿文》等殊胜的功课，当我们转绕虹身成就者白玛邓灯尊者的纪念塔时，大恩上师慈悲地对我们说：“即身成就的案例你们看到了，其实我们每个人都本具佛性，能够得遇教法，好好修行，每个人都能解脱成佛。”一路上，大恩上师的教言和加持让我时常都在反思我自己，我知道自己的习气太多、业障深厚，我执和分别念让自己的人生道路上遇到了很多障碍。但是我也知道上师就是我成佛路上的导师，他时刻照亮着我的内心，驱除一切的黑暗和恐惧，对上师的信心也让我生起了对法的信心，和对自己的信心，我相信依止上师三宝好好修行，证悟是必定的！

朝圣之旅最可贵的就是和上师同行，和老师、道友们同行。上师的一举一动都是给弟子们做表率，都给予弟子们无量的加持。看到上师拜见每一位高僧大德都非常地恭敬，让我一次次地想起《如何依止善知识》里的教言。还有老师们和所有的道友，也是非常恭敬大恩上师和所有的高僧大德，都让我非常钦佩。我也看到许多高僧大德对大恩上师都非常赞叹，也非常慈爱。大德们知道我们是上师的弟子，也传授给我们许多殊胜的法。其实要见这些大德们是非常不容易的，更别说传授殊胜的法，我深深感到身为大恩上师的弟子是大福德中的大福德啊！

在藏地比较偏僻的寺庙，上厕所对于我们这些习惯了“豪华厕所”的人来说是非常难以接受的，因为藏地厕所卫生条件相对较差，加上天气冷，所以上厕所成了我们的一件“苦行”。我更是第一次这么多天没洗澡，非常不自在。记得老师们也常常提起，大恩上师年轻时身体并不是很好，却长年累月地坚持在这么艰苦的条件下跟随高僧大德们学习佛法、闭关修行。想想上师以前求法的艰辛，就是为了要把这些法脉传承下来，传授给有缘的弟子们。如果我们连这些小小的苦行都不能安忍，真地有愧于上师和自己！这样一转念，也就慢慢能从这“苦行”修净观了，所以说一切都是修行，都是加持啊！

藏地的最后一站是扎嘉寺。当我们抵达扎嘉寺时，得到了僧众热烈的欢迎，当天恰逢是第二世如来芽尊者诞辰纪念日，我们也有幸参加了扎嘉寺殊胜的法会。在扎嘉

寺纪念法会上，大恩上师智广阿阇梨代表众弟子对第五世华智仁波切及僧众做供养。华智仁波切带领大家参观了建设中的大经堂。我们每天跟随华智仁波切诵经、闻法，深深感受到暇满人身的意义，每一天都过得非常充实有意义。

华智仁波切也跟众弟子们开示，得到了殊胜的法，一定要踏踏实实地去修。如果求了法，还不抓紧时间修，每天耗费光阴，不好好修正自己，就有如蛇被困在管子里，不是往上爬，就是往下掉。意思是，作为金刚乘的弟子，受了灌顶传法之后，关键是要依止上师三宝如理如法地修正自己的行为，一步一步踏踏实实地往上修。

否则，破了三昧耶戒，掉下去恶道也是非常快。这提醒我一定要更精进，注意自己的身语意，依止大恩上师的教言好好闻思修行。

这次的藏地之行，获益良多，一句话，此生无遗憾。在行程结束前，道友们的围坐在大恩上师的身旁，每一个人都谈了这次朝圣之旅的感受。从大家的分享中，深深地感受到每一位老师和道友对于大恩上师的恭敬心和信心，大恩上师能培养出这么多优秀的老师和道友，真的令我感到十分赞叹！想起我从2012年第一次开始上老师们所讲的课程以来，课程所带给我的智慧我非常认同，但是让我更想深入学习下去的是我从每一位老师身上所看到的文化修养和智慧，我很想认识老师口中经常提到的“我的老师”，我很想向“老师们的老师”学习，终于我有幸能依止大恩上师直到今天！

我也很感恩一乘显密佛教中心的良师益友们的陪伴和鼓励，这四年多，不管是家庭、事业，还是自己的内心都发生了巨大的转变。

还记得，我就是在这次藏地之行时，在色达喇荣五明佛学院接到我荣获“世界十大杰出青年”的好消息，那时我的确觉得不可思议，也很开心自己是在这么殊胜的圣地得到这消息。爸爸知道这好消息后给我的第一句话就是：“一定是上师的加持才让你有机会得到这奖项的！”的确是如此，我也是这么认为的！

希望下次能有福报和因缘跟随大恩上师到更多的圣地去朝拜和修行。每一次亲近上师，都得到很大的加持，包括现在写这篇心得，都能感受到大恩上师的加持，否则我是不可能完成的。虽然写得很差，但还是感恩《一乘》杂志给我这样的机会。在此，弟子发愿生生世世不离师！祈愿大恩上师长久住世、长转法轮！祈愿世界和平安宁、众生离苦得乐、解脱成佛！也祈愿所有的道友们的福慧圆满！

外现圣贤相，内密菩萨行，一乘甘露行，证悟满天星！





大堪布益西彭措仁波切 对“一乘”参访团的开示

采访：妙净 编辑：孝永

8月23日上午我们来到大经堂听大堪布益西彭措仁波切讲课，下课后堪布仁波切亲切接见了我们。面对新加坡一乘显密佛教中心参访团的50多位同修，堪布仁波切坐在法座上，没有休息片刻就开始了近一个小时的开示。

堪布仁波切说，这里成千上万四众弟子每天都在闻思修佛法，来这里的人都是有福报的。新加坡的道友们花了这么多的人力、精力、财力来到这么遥远的地方，建议大家去参拜一下法王上师亲自开光加持过的金刚萨埵佛像，并且在这样殊胜的道场和三宝面前，要好好发愿。念《普贤行愿品》或者是《极乐愿文》，用这些圆满究竟的佛菩萨金刚句的发愿文来发愿，在真实的状态当中好好发愿，结上善缘。

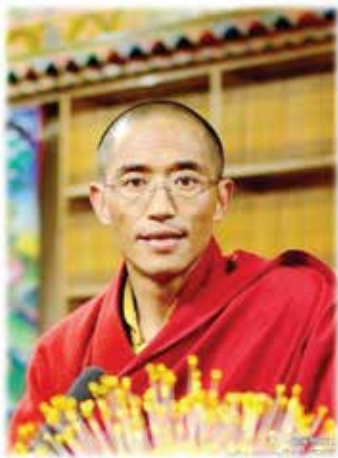
虽然已是午饭时间，但堪布仁波切说，今天吃一顿饭稍微迟一点没什么关系，大家交流佛法这是有价值的。堪布仁波切慈悲地专门为我们做了重要的开示，直到下午上课的学员们都陆续进入经堂了，堪布仁波切又为我们赐予了《随念三宝经》的传承，并赠予每个人堪布仁波切所著的书籍。堪布仁波切的教言深深触动了我们每一个人的心，堪布仁波切的慈悲更让我们无比感动。依依不舍中，我们离开了大经堂，堪布仁波切没有离开法座，又开始了下午的讲法……

我们将这段殊胜的教言整理如下，愿大家都能从堪布仁波切慈悲的智慧甘露中同沾法益。



珍惜佛法闻思修，才能自他二利

新加坡是法王上师亲自加持过的地方，法王上师曾经不止一次在新加坡弘法，在我们自己的心目当中，新加坡的很多华人跟法王上师的法脉特别有因缘，确确实实有很深的因缘。今天我们大家有因缘见面，一起闻思修佛法，因缘非常殊胜。



益西彭措堪布

法王上师曾经说过“佛法的命根就是闻思修”，就像我们人的命根一样，佛法的命根必须要听闻佛法、思维佛法、修持佛法才可以的。大家应该要彼此尊重、团结，做好出家、在家的身份，好好遵守自己所受持的出家、在家的戒律，在此基础上要好好闻思修佛法。

不要表面形象上的热闹

皈依三宝不是为了健康、长寿、发财、升官等等享受人世间的五欲六尘，不是仅仅这么小的发心。我们是为了成佛、为了普度众生而皈依佛法僧三宝的。如果整天都忙忙碌碌地忙于烧香拜佛而不肯安静地去修佛法，在外面搞这样、那样的佛教活动，看起来好像很热闹，实际上我们的烦恼不在外面，而在心里面，我们的业障在我们心里面，我们的痛苦也在我们的心里面。虽然特别热闹，但是东南西北到处来很多人，这个是什么成就者，那个又是佛菩萨转世等，真真假假的都辨不清楚。当然一方面佛菩萨有可能

转世来度化我们的，但是我们自己没有学修佛法，整天都是表面上、形象上的热闹就不值得了。所以在新加坡也不要太隆重搞热闹等等类似的活动。

要扎扎实实把基础打好

我们有时候想：“我多闻思没有必要，打打坐、修修禅，就很好。”其实修行佛法不是说打个盘腿就是实修者，这个在外道内道都有，这不算什么佛法，佛法需要有智慧。真正禅宗讲的禅，不是坐在那儿，而是六度当中的般若度安住，这才叫真正的最了义的禅修。但是如果我们佛法基础都不学不修，那大彻大悟的禅修也很难达到。

所以我们一定要从基础法下手，就像建房子，首先扎扎实实把基础打好，有一个很好的基础，一步一步、一层一层修上去就很好。如果基础法不学不修，而是在那里等开悟，或者等阿弥陀佛、释迦牟尼佛，或者你的上师来，把你像扔石头一样扔到极乐世界去，这是不可能的。如果真能这样，佛早就把我们轮回六道所有众生都扔到极乐世界去了。因果是自作自受，不可能错乱的，所以我们要修行因果，修行善法，修好这些基础法，然后在此基础再往上去修。

过有意义的人生

虽然新加坡、马来西亚、香港、台湾这些地方物质条件很好，但是生活压力、工作压力也很大，人感觉越来越忙，好像一年365天当中，没有好好修行的几天。我看很多新加坡的道友也会有这种体会。

轮回的事情是没完没了的，反正有吃、有穿、有住就可以了，还是要抽出来一点时间来闻思修行。相比世间的事情，出世间的闻思修佛法是更有价值、更有意义的。为什么这么说呢？人生很短暂，一眨眼就过了，就好比是一场梦，我们想一想，到了死的那一天，你一辈子辛辛苦苦、忙忙碌碌所做的能带得走吗？家里的孩子、老人带得走吗？一辈子的精力所积累的财产带得走吗？甚至我们一辈子拥有的身体带得走吗？一切的亲朋好友全部各奔东西。这个时候除了学修的佛法以外什么都带不走，这才是有意义的。世间的一切不仅毫无实意，而且放不下、执着还会障碍往生、障碍修行。

我们没有从小像小学、中学、大学学知识那样地去学习佛法，如果从小学习佛法那不得了，那今天大家就有可能是真正的修行人、成就者的身份了！虽然新加坡物质基础看起来比一般人好一点，但从大的方面看，大多数还是特别重视人天乘的善法，天天烧香拜佛就是为求发

财、长寿、健康，根本没有从生死轮回里出去的想法，连希求解脱，从轮回出去的出离心都没有的话，那出得去吗？

就像监狱里面的犯人从监狱里出来的想法都没有一样，我们从轮回里面出去的想法、出离心都没有，忙忙碌碌一辈子就这样过去了，那好不好呢？我们都已经是身心成熟的大人了，自己不能骗自己。所以希望新加坡的道友要多闻思修佛法，不要凑热闹，凑热闹等外在的这些不能真正调伏我们的心。因为我刚才说了，我们的烦恼、我们的业障、我们的痛苦不在外在上。如果在外在上，那不管是西医，还是中医，还是藏医，确实我们想一切办法在身体的外在或者内在五脏六腑去开刀找一找，看看究竟怎么样可以减少这些烦恼、业障和痛苦。

在心外求解脱是外道的观点和见解，内道是从内心上下手，开智慧，树立正见，求解脱道。因为我们的的心要从轮回里面出去，我们的心断除烦恼，我们心里面的业障清净，我们的心里面法喜充满，是这样一个境界，所以必须要依靠佛法。

现在大家依靠法宝闻思修的越来越少，依靠热闹、依靠外在的形象做一点人天乘的善法，仅仅停留在这个层面上的人越来越多。这样，佛法没有好好学习，没有好好修的

话，连加持也得不到，修行佛法、解脱成佛什么都不会有。不管台湾还是新加坡，物质条件相对好一点，但是从佛法修持上来讲，日日夜夜不断闻思修才是大乘佛子行的修法，所以希望大家彼此要团结，守持出家和在家的清净的、根本的戒律，然后在这个基础上弘法利生、自利利他，这叫做真正从光明走向光明，否则这一辈子吃的、住的、穿的、享受的很好，但是没有解脱的话，下辈子再轮回甚至造杀盗淫妄恶业的果报投生到恶趣，就是从光明走向黑暗，那就不好。像非佛教者天天杀盗淫妄、天天自己享受，从黑暗走向黑暗就更危险就更不好了。我们现在得到人身，遇到三宝，又学习佛法，然后为了解脱，为了成佛，为了普度法界众生，我们学修佛法，这就是从光明走向光明，所以这一点我们要明白。

虽然我们新加坡的很多道友都在学习，大大小小的佛学小组都在学习，但也不是特别差，也不是特别好。我们把时间都花在杂事上面，一早一晚一直在忙，甚至星期天一天时间抽出来看书、学习佛法都没有时间。然后要学的时候好像情绪也不好，不高兴的态度，因为心里有压力，生活压力、工作压力、追求的目标都太大，连星期六、星期天安静下来、放松下来跟道友们开开心心一起学佛法的心态都没有，说明压力太大了。



所以美国、新加坡、台湾还有中国上海等等这些地方不敢去待，这些大城市里面生活的要求都很高，工作压力很大，办个事情出去半天都回不来，何必搞得这么有压力呢？你想一想，我们这个身体的四大不是从前世带过来的，也不是要带到后世去的，就是这辈子父母的精血造成的这个四大和合的身体，这是借用给我们的东西。而且这五脏六腑是个移动的厕所，今天厕所里面不干净的东西大便小便，就是从这个身体出来的。为了这个身体的吃穿每天去造杀盗淫妄的业值得吗？为了这个移动的厕所，生命时间都花在这个上面，非常不值得的。

所以有吃有穿就可以，你要上天堂一样的什么都要享受，这样越享受对五欲六尘的贪心就越大，越会堕落。所以轮回的贪欲不要增长，要稍微刹车，不要再加油，不然一加油的话，在轮回苦海当中就没完没了的，一直堕入到三恶趣最底的地狱里面去的时候，我们会满足吗？不会满足的。在内心上稍微知足是很好的，现在全世界很多人包括中国人，13亿接近14亿人当中就有接近一个亿的人精神上有问题，忧郁症啊等等，乱七八糟、奇奇怪怪的病。现在的年轻人年龄小一点的、20到30岁左右的，很多人心理、心态不健康，精

神上有些问题，这些说明我们的烦恼太重了，我们的欲望太多了，这样反而是可怕的路。

胜利者和失败者

我们遇到三宝是非常幸运的，能相信因果是很好的，在这样的前提下，我们自己要不断地行善。释迦牟尼

佛也说过：“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教”，没说天天烧香拜佛叫佛教。诸恶莫作，众善奉行，佛法的正见，佛法的智慧，佛法用平等心、用慈悲心来帮助众生，这才是真正佛法的智慧。慈悲平等心，相信因果，这些是离苦得乐的因素，这多好。否则你烦恼心、欲望心、焦躁心、自私自利心，以为能够骗别人，能够自己发财，能够自己升官，就以为是自己成功了，但是按照佛法来讲，是自己给自己骗了！因为你拉的是毒品、吃的是毒品，你的烦恼造的是恶业，罪业的果报不可能让你幸福，不可能让你快乐。只有造善法才有快乐，才有幸福感，所以真正要想离苦得乐，又幸福、又快乐、又安宁，要想真正拥有幸福感的话，必须如理如法地断恶行善，如理如法地修善法，一切从自己的身口意开始修持。在身口意中，你心里面要断恶，断除烦恼，断除杀害别人、损害别人，断除欺骗别人，断除打妄语，断除偷盗等等这些所有的因因果果，大家要明白，都要从这些一步步下手，所以我认为谁是发财者？谁是失败者？谁是胜利者？佛法的智慧才是

胜利者！佛法的東西学到了，不违背因果地修行叫胜利者，违背因果的叫失败者。所以胜利者和失败者不是从世间人的想法来界定，而是如理如法地取舍因果叫修行者、胜利者，违背因果叫失败者。我们每天胜利还是失败？每天是真的成了合格的三宝弟子还是对不起三宝而修持种种的对众生、对自己不利的事情？看我们自己的身口意就知道，尤其是我们的心态上。

真正离苦得乐依靠的是什么？

佛法不仅是开智慧的，而且是初善、中善、后善，纯金一样的东西。一切暂时的、究竟的利益都要依靠闻思修佛法才能成就，不单是所有的凡夫，包括一切声闻、缘觉、佛、菩萨都是依靠佛法成就的，十法界的一切众生全部依靠佛法而得到暂时和究竟的安乐，所以我们对佛法的信心多大，你自己想一下，对真正的佛法八万四千甘露妙法有多大信心呢？佛发大愿辛辛苦苦三大阿僧祇劫行持六度万行，今天示现圆寂了，但给我们留下了什么呢？留下的就是无比珍贵的甘露佛法妙法，这是真正的了生脱死唯一的解脱道成佛的妙法。如果我们不闻思修佛法，不管我们新加坡的道友还是全球任何地方的道友真正要离苦得乐、解决生死大事的，谁都解决不了，必须要依靠佛法。



益西彭措堪布为每位道友赠送著作及加持品

有时候我们可能也想，不一定吧，佛法没有也可以吧？佛法不闻思修，有上师就搞定了嘛！这个搞不定的。我们自己不闻思修，认为别人来救我们的话，这样的想法是不对的。皈依内道不是别的，佛法是救度众生的，不是有个人就解决了的。比如说你生病了，有个医生坐在那里，你的病会好吗？不会好。医生不给你药，你的病不会好，虽然需要医生，但是更重要的是好医生开的药，你要服下药，药到病除，药吃了才可以好。就像佛法没有闻思修的话，你的烦恼断除不了，你的业障清静不了，你的法身慧命的境界不会现前，所以你们一定要把佛法当作甘露妙药，像我们每天吃饭一样，每天都要学修佛法。我们一天不吃飯都不舒服，同样，每天不学修佛法，解脱成佛是没有办法成就的。

所以我们把佛法当作第一位、最珍贵的。为什么呢？因为佛法能够彻底解决生生世世的生死大事。要想生生世世不再感受生老病死的苦，就只有依靠佛法可以搞定、可以成就。无比珍贵的就是佛法，包括释迦牟尼佛当时转法轮的时候，对般若法门恭恭敬敬的，连法座都是佛自己来摆设，佛对法宝顶礼赞叹。我们想一想，我们今天对佛法一点都不重视，没有信心，不闻思修行，这是我们最需要改变的地方，如果这个都不改变，改变命运是没有希望的，我们的观念转变不了，我们的烦恼对治不了，我们的业障没有办法忏悔。

你相信也好，不相信也好，佛法就有那么大的加持力，就像一个人相信毒和甘露有差别一样，你相信也可以，不相信也可以，吃毒就是对



你不好，吃甘露就是会对你好。就像善有善报、恶有恶报，佛法好、魔法坏，你相信是这样，不相信也是这样。就像火的热性，你相信是这样，你不相信也是这样，你不相信拿到手里就把你烫到了。佛法修了就把你的烦恼断除了，佛法完全可以搞定一切烦恼，所以八万四千法门归根结底来讲就是调柔自心、对治烦恼、开智慧，这就是佛法。

所以佛法是有道理的，佛法是开智慧的，佛法是给众生带来利益的，一丝一毫不会对众生有损害和给众生带来痛苦，佛法就是这样的一个纯粹的、纯金一样的初善、中善、后善的法宝。我今天为什么一而再、再而三地强调，希望你们闻思修佛法，依靠佛法来往生，依靠佛法来成就自他二利，不要用世间的发心到寺院去求，去点点香、磕磕头，然后说我是大乘修行人，我在家里念《金刚经》，那不一定能解脱啊！你的心态、你的目标如果是追求人世间的需求，你拿佛法搞世间法，这很不好。真真正正名符其实的佛弟子，必须要学修佛法。就像现在中国儒家的教育，原来几十年前都有，那个时候做人谁都孝顺，谁都做很好的人，后来把这些儒家的教育全部扔掉了，佛教的教育也全部扔掉了，大家都崇拜西方的科学知识，最后的结果是好的科学没有学到，垃圾的知识学到了。

现代人如何走出困境

现在做个好人都很难，想要孩子顺利、健康地成长，成为对社会有价值的人都做不到了。为什么呢？因为从小接受的教育是乱七八糟的东西，不说佛法，单单是几十年前人们唱的歌、跳的舞和今天的年轻人唱的歌、跳的舞，一比较就知道，原来的人很淳朴、很有规矩，一唱歌、一跳舞大家开开心心很轻松；今天的年轻人一唱歌、一跳舞，就像发疯了一样，唱的也是乱七八糟增长贪嗔痴的歌曲，跳舞的动作也是一直跳来跳去，安静不了。头发、手、脚的颜色，黄色红色，一看就像魔鬼一样，我观察到他们的烦恼太重了，必须用外在强烈的东西来刺激他的感官，才有感觉，才会快乐。但真正的快乐不是这样的，越安静下来越轻松，越有善良心越开心，心里善良了然后才有开心，才有幸福感，不是说贪嗔痴越增长越有快乐感。

所以现在众生的共业多严重啊！而且大城市有很多做杀盗淫妄的人，奇奇怪怪的病也很多，医生也治不了，这些都是众生的共业成熟时产生的综合的疾病，所以在这些地方我们要彻底地觉悟：原来我们哪里走错了、想错了、做错了，对不起天下苍生，对不起我们自己，对不起父母亲，没有一点知恩、感恩、报恩的心来做好事，这些地方我们

要反省。我们现在学修佛法，要在自己的心态上、自己的观念上有天翻地覆的转变，这才是有进步。所以高僧大德说，修学佛法，上等者每天一个进步，中等者每月一个进步，下等者每年一个进步。现在我们每年有进步吗？每个月有进步吗？每天有进步吗？我们没有这些进步反而是每天贪心增长了一点，这就是我们众生的特征。但是也不要怕，为什么呢？我们有不可思议的佛法的甘露，永远让你得到快乐，就像一个好的医生，你的病再重，针对你的病，吃几付药就搞定了。佛法，你真的实修起来的话，你所有烦恼、问题都可以解决。

我认为现在21世纪，人们身体虽然有苦，不是特别严重，人们心里面的苦是可怕的，非常严重。在这个时候，其他的、世间的方法，包括医生都解决不了心里苦的问题，吃饭也不行，穿衣也不行，吃药也不行，因为这是心里的苦，精神上的苦，没有安全感，没有幸福感，没有真正自由自在的、充满智慧、充满法喜的快乐。

所以在21世纪，哪怕你形象上不皈依三宝也好，或者皈依三宝也好，不管怎么样，每个人精神、心里面要离苦得乐必须要有佛法、妙法才能够搞定。我们从小到大都在训练追求五欲享受，追求物质的东西，望眼世界，虽然西方国家原来几十

年前追求物质的享受，但是今天开始刹车了，所以说物质再多也不一定真的彻底让你快乐，物质不会让你的愿望梦想成真的。但我们现在东方人，华人和中国人，还是特别追求物质，佛说这种对外在物质的追求是得不到真正的究竟快乐的。

佛在经典当中有个比喻，人把石头扔到狗的面前，狗不会抓这个扔石头的人，它跟着石头去跑，抓石头然后想吃石头，那么硬的东西它吃得下去吗？如果把石头扔到狮子面前，狮子才不管这个石头，谁扔的石头狮子就把扔石头的人抓住，想把他吃掉。这个譬喻说明我们众生不往内去破除我们的无明烦恼，而是往外追求物质的生活、物质的东西、向外追求，就像狗去追石头一样，这样就是没有智慧，反而颠倒梦想一直沉迷下去，这就没完没了，轮回就没有边际。而佛说有智慧的人就好比是狮子，它不去抓石头，它抓扔石头的人把他吃掉，这一世我们轮回六道的一切法全部是万法唯心造，从心里面变现出来的，是你的心里面有烦恼、造了业、有习气、有业力而变现的，不会来源于外在。直接从根源上找到内在的、无明的烦恼，把无明的烦恼通过佛法的智慧从根上断除，树根伐掉了，树叶自然掉下了，这样，轮回的根、无明烦恼一断，所有的枝叶花果一样的轮回的其他的烦恼当下就消于法界。

不要天天去追求物质的东西，一辈子忙忙碌碌，这样太不值得了。因为前世做了上供下施、守过戒今天才得到暇满人身宝，用这个人身宝天天造恶业、天天追求物质生活的话，就好比是到了一个大海边，海里边有很多如意宝珠，我们一个都没有拿回来，空手回家一样的。现在是网络时代、信息时代，大家看电视、玩电脑、玩手机，以为用这些东西的时候好像在享受，其实是手机在用你，网络在用你，电视在骗你，不用说众生，这些无情的东西都在利用我们。你用这些网络去传播佛法、去利益众生是可以的，但是偏偏我们的暇满人身用来看电视、玩电脑、上网看乱七八糟的内容，天天玩手机、打电话，这样浪费我们宝贵的人身值不值得？这辈子什么修行都没有成功，就这样离开人间值得吗？非常不值得！

所以我们自己要提醒自己的正知正念，人生短暂就如一场梦，不要太过分地骗人，不要太过分地打妄想，不要太过分地杀盗淫妄，否则就有过患，非常可怕，比吃毒还严重的，下一世到地狱、饿鬼、旁生三恶道承受果报，可怕得不得了！所以不要自己欺骗自己，现在应该是皈依三宝、相信因果的时候，应该断恶行善，应该求往生净土，尤其老年人就像西方的太阳一样，大家知道西方太阳马上就要落山了，老人现在人老了，头发都白了，牙

齿都掉了，连吃个饭都消化不了，老有老的病，这就是轮回的迹象。尽一切办法想要只有生、没有病、没有老，然后快乐地就离开人间，是不可能的，我们绝对不可能避免生老病死的，因为佛说过，生老病死就是我们生命的四个阶段，这是人类的特征，凡夫的一个特征就是这样，必须要面对病，必须要面对老，必须要面对病苦和死亡。所以在轮回苦海当中，我们先要从这苦海里出去，我们就再也不要执着于自己的身体、自己的五脏六腑、三十二个不净物组成的身体，走的那天还放不下这个业报身，那就成了障碍。

我在讲往生修法的时候说过，对我们解脱、对我们往生最大的障碍就是耽着自己，贪着自己的身心和亲朋好友，这就是最大的障碍，不是什么外在的魔一个一个把你抓住不让你往生，不是这样的，而是我们心里面的贪欲烦恼为主来做种种严重的障碍。现在活的时候不注意，到临终的时候你处在迷迷糊糊的、颠三倒四的状态，几个道友给你念几句佛号，你能够往生吗？有把握吗？不可能有把握的。所以不如现



在当下要珍惜这个因缘，要好好地闻思修行解脱和成佛的妙法，这是重中之重，真是特别特别重要。

今天给你们从不同的角度一而再、再而三地强调，你们从千里迢迢的远方来到我们法王的道场，听到了佛法的殊胜性和闻思修佛法的重要性，我们21世纪当前这个新时代，没有佛法，很多的生命会因为心里的苦、精神上的很多问题没有安全感、没有幸福感，所以不管是从暂时究竟还是自利利他，还是自己家里，还是工作单位，还是从自己孩子下手，都是一样，心里要有正确的信仰和正确的因果观，正确地信仰三宝，然后断恶行善，这是永远的光明路，永远地走这条光明大道的话，这对生生世世都有利的，你们一定要记住，这是特别特别重要的。不然的话，我们求上师灌个顶、摸个顶，然后很热闹地荟供一下，开个什么法会，听起来好像特别热闹，是不是跟极乐世界法会一样？好像阿弥陀佛在开法会一样的？其实我们的心里面是很空虚的，没有佛法就没有智慧，没有智慧我们的烦恼怎么能够断除呢？就像没有药我们的病怎么能够好呢？

无常随时会出现

所以希望大家每天闻思修佛法就像吃饭一样，如果你起码相信三宝、相信佛法、相信修佛法能够成佛的

话，每天要抽一点时间，24小时当中抽出1到2小时用于修行，不然轮回没完没了。我们在座中80%的人这一辈子一大半的时间都过去了，你们新加坡道友40岁以上的、50岁左右的就像下午三四点钟的太阳一样，再过几个小时就到了晚上，太阳没了，就像今晚一样。人生短暂，一生大部分的时间都过去了，只剩下有限的时间，真的比较着急啊！要好好抓紧时间行持一切善法，导归极乐、往生西方极乐世界，不然的话真的来不及了！我们想的是“不会死、不会死”，如果没有修无常观的话每天认为我“不死不死”，到了死的那一天还认为今天我不会死，一辈子每天都会“不死不死”的状态在过的，真正要死的时候是什么时候来呢？不知道！你知道哪天你还在这个娑婆世界吗？你有保证吗？不要说360天以后，连三天以后你在不在人间谁都不敢保证，长寿佛也没跟你说你是长寿佛，阿弥陀佛也没有跟你说你可以活20年，世界上谁都不能保证你明年还在这个娑婆世界，谁都决定不了，所以无常随时都会出现。

我们看看比我们老的、比我们年轻的、比我们还小的，那么多人都在死亡，我们天天在看这些死亡的消息，我什么时候会死呢？到那个时

候会不会有人给我加持、超度、让我念佛法呢？我们自己每天都在想死亡随时都会来，但我们有时候不愿说死，认为说死是不好的，那死亡来临的时候就完了，彻底完了！所以要念死无常，要有无常观。尤其是老人没有无常观真的来不及了，不如为了生生世世、为了下一辈子更幸福快乐，每天种一点善根，每天修一点佛法，这个非常重要。

前世和后世

我和一些朋友交流的时候说有前世、有今世、有后世，很多人说“没有没有”，不相信前世今生。我说：“没有昨天有没有今天？”他们说：“肯定有昨天才有今天”，我说：“没有今天有没有明天？”他们说：“不会有”，我说：“没有白天这样的醒觉，会不会晚上睡觉做梦？”他们说：“都有，有昨天、有今天、有明天，有白天、有晚上、有晚上睡觉做梦”，我说：“这个道理你相

信的话，我就往前推，没有昨天不可能有今天，没有前世不可能有今生，没有今生不可能有下辈子。就像没有今天不会有明天一样，没有今生不可能有后世，没有白天觉醒不会有晚上睡觉做梦，没有今生，做梦一样的中阴不会有的。”

只是我们的身体换一个，但是我们的心识、我们的精神、我们的神识一直从前世到今生，从今生到来世，从小到大，一直这样子，心识是一个相续过来的，不是换了两个、三个、五个，不是这样的。一直是你自己的这样一个众生的心相续自己在走，虽然从前世到今生，从今生到来世，包括你白天或是晚上做梦，你的心识上面都是有这样那样的种种变化，现前的一个相不同而导致心态不同。但是这个心的相续用一个很形象的比喻，就如你睡觉之前，有很多的想法，分别、观察、辨别等等，接近真正要睡的时候就想不了了，开始迷迷糊糊的了，睡觉以后呢，一开始不是一下子就做梦的，有个短暂的过渡时间再进入梦境，做梦的时候形形色色的东西和见闻觉知的一切都会在梦中出现，然后梦醒到日常生活的白天，就是这样前世到今生、今生最后死的时候迷迷糊糊的状态，然后做梦一样中阴的境界现前了，然后同梦醒以后过渡到后世一样，又到了后世的日常生活当中去了。



这个道理非常形象，通过这个比喻就可以了解到，我们不得不相信有前世有后世，而且我们的心就是这样子的：觉醒位到做梦，从前世到今世，今世到后世。断除烦恼我们的心变清净了，我们的心就有智慧了，智慧是代表解脱成佛，成佛就是智慧的境界了，法身智慧就是这样的。所以我们一定要知道，佛法才是真正最可靠的，最能给我们带来利益的，最有好处的且永远有好处的，佛法不会出现一点对你不好、对你有损坏的事情，也就是说，其他的人、知识、东西都不可靠，都是无常的、变化的，所以对佛法要坚定不移地高度地重视。

无上救度即法宝

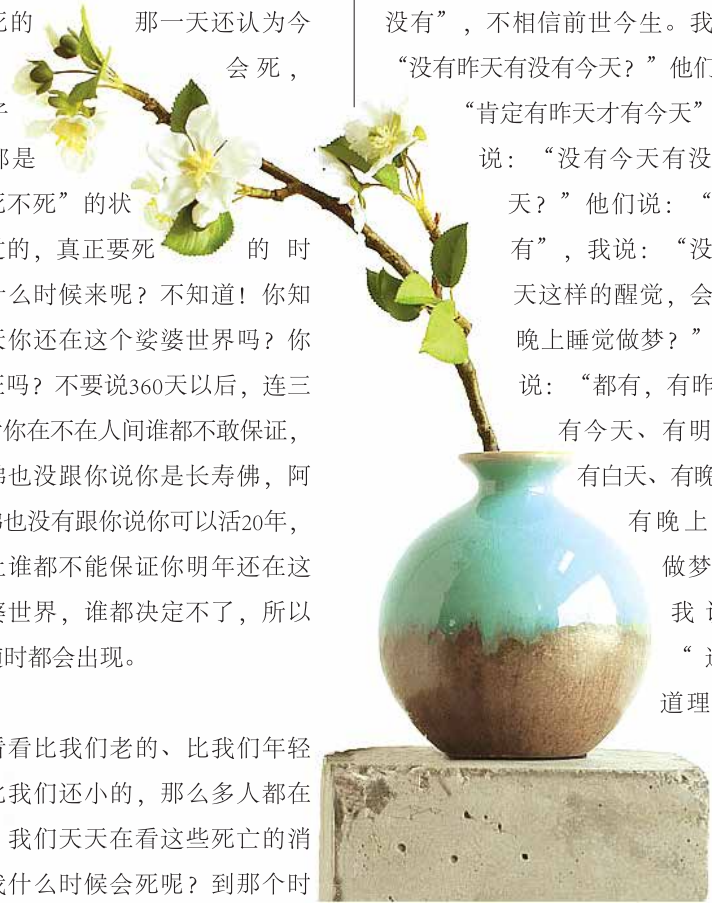
第一闻思修佛法，不能把闻思和修割裂开。你听到的内容是要思维的，你思维修的时候就在思维佛法的内容，你修的佛法也是这样的。你听到的就是你思维的内容，你听到的就是你修的那个，闻思修是前因后果的关系，必须有的三个。通过闻，认识很多问题；然后思维来断除很多疑惑、断除邪见；最后通过修来彻底断除烦恼。总之是这样的，一个都不能缺。

虽然我今天这么强调，肯定比我们说个热闹、搞个什么其他的更有价值、有感觉、有体会。那个只是暂时让你们高兴而已，真正有没有对

你们生生世世有利益呢？但是这个佛法的东西在你们心里面会生起闻思修的智慧，这才是对你们非常有利益的。所以我现在说，随人不随法是外道的观点，不随人随正法这个是佛法。佛说的，不依人依法，所以用法来救度我们，我们说“无上救度即法宝”。救度我们的是法宝，不是什么别的僧宝啊佛啊，佛都只是带我们往那个方向走的导师，就像我们旅游的时候前面有导游带领一样的，佛只是带领，要彻底解脱的话需要自己走出来，“无上救度即法宝”，这非常重要、非常有价值。

如何修学佛法

不管自己时间多紧张，一定要抽时间修学佛法，学的太多、学的太杂也没有必要，要根据自己的身体、自己的工作、自己的年龄、自己的知识、自己的根基、自己的福报、相应的法来做重点修持。跟老人们讲的话就像汉族人天天吃大米饭，然后吃一些菜，主要吃大米饭，然后菜嘛多多少少都可以，夏天多一点或者冬天多一点，调一调就可以；就像我们藏族人主要是吃糌粑，然后其他的加一点减一点都可以。以老人家为例，必须要以念佛为主，如果年轻人，要着重于闻思修。学大乘的般若还是学其他的经论都要扎扎实实的，一通百通，要在一个法上面下手，不然很杂很乱





什么结果都没有，好像猴子掰包谷一样，这儿抓一个、那儿抓一个，最后一看什么都没了。东抓西抓、东学西学，太杂乱了这也不是太好。就像只吃大米饭、不吃菜，只吃糍粑、没有酥油，没其他东西也不行，稍微闻思修八万四千法门，根据你的状况，你哪个地方烦恼重，哪一种法能对治你的，就修哪个法。八万四千法门都是佛法，需要平等地做皈依，没有哪个需要取舍，大家根据自己情况，就像到医院去，你需要找不同的科来治，像是吃中医的药还是西医的药，这个可以辨别的，佛法没有任何高高低低的、好不好的差别，都是平等的，但是根据你的因缘、根基不同而可以采取不同的方式来闻思修，这个不要搞乱，不然的话，有时候说只学一个不学两个，有时候要二十个，同时

学不到，你们本来就没有时间，连一个都学不懂，十个怎么能学得懂呢？所以不要搞的太乱了，我认为我们这个时代有点乱，什么都乱了，因为全世界成了地球村、一个家，各个宗派、各个知识信息、事物太多。

比如说新加坡，我估计一个居士他有十个上师、有不同的传承、有不同的法脉学习、修的这个又念的那个，看的这个想的那个，一大堆太乱了，就像乱吃东西搞坏肚子一样，把自己的根基因缘全部都错过了。所以要中道，不要太杂也不要太少，就像我们吃早饭时候，要有米饭、稀饭还有小菜，中午又有菜又有饭，就像这样，根据你的时间，根据你能够接受得了的、当下对你来讲很重要的一步步学。想一步登天，就像回自己的家里，不坐电梯不走楼

梯一下子就到家里了，这是不可能的。修行也一样不能一下子到很高的修行境界，要有前行，要有基础，所以基础法需要重视，基础法需要扎实，要扎实地修基础法。

当然大中观、大圆满、什么明心见性等等这些现在都不重要，就算是最殊胜的灌顶，三天三夜就可以开悟的，就像曾经密勒日巴，听说白天修大圆满白天开悟，晚上修大圆满晚上开悟，他就天天坐在那，白天想，晚上睡，一点没感觉，所以不是两下就能搞定的。现在我们的根基是什么呢？最重要的基础应该是在皈依、在因果取舍上，在天天祈祷三宝上，尽心尽力地在基础法上下功夫，而且要用无常观修清净的解脱法，这样才是善始善终、如理如法。



因为我们见一次面也不容易，我也不说你们是菩萨啊、你们福报很大啊，这对你们没有什么利益，不如直接把心里的想法跟你们说，我一而再、再而三地强调闻思修佛法的重要性，前提是大家要团结、要受持在家出家的根本戒律，在这个基础上的闻思修行是生生世世对大家有利益的，包括死的那一天能跟着你走的，就是这个佛法的修行，其他所有的哪怕全世界的财产在你家、在你旁边，一丝一毫连一分钱你都带不走的，这没有多大的价值，不要一辈子精力都花在这上面。希望你们是这样，但是对你们不可能完全跟出家人的要求一样高，毕竟你们是在家人，要做在家的事情，照顾老人、养孩子、要工作上班，但是一个星期当中修习一天，或者说闻思修佛法一天，这个

都抽不出时间，这个都急急忙忙的，这样的话，一个月只有四个星期，每个月只有四天，那一年当中有多少天？五年当中有多少天？十年当中有多少天？仅仅这样我们能开悟成就么？我们不要为了这个肮脏的移动厕所天天杀盗淫妄啊！这个真的值得我们为此奔波吗？为了吃、为了穿天天这样骗众生，一辈子不做善法。有点吃的有点穿的，还不满足，还要天天杀盗淫妄，说话也是骗人，行为也是骗人。如果有人骗了你，你感觉怎么样？别人把你的孩子打了，你感觉怎么样？别人把你孩子杀了，你感觉怎么样？那时你会认为全世界最坏的就是他。同样的道理，将心比心就很清楚，所以因果方面是非常平等的，希望大家在相信善有善报、恶有恶报的基础上要祈祷三宝、跟随三宝，

要想到生生世世利益他人。我们的心趋入佛法、我们的心与佛法相应，佛法是清净的，佛法到我们的心里我们的心也清净了，这个叫佛法清净，我们的心清净。因为我们的心相信佛法，清净的佛法融入我们的心，我们的心自然会清净，那么心清净了万法就清净了。

这些甚深的道理是佛法里面讲的，其他地方看不到、听不到、学不到、修不到，所以一定要珍惜，我认为比什么都珍贵。所以我们要珍惜闻思修佛法，要修佛法才能自心二利、彻底圆满成就。



大堪布索达吉仁波切访谈录

采访：妙净
编辑：孝华



8月23日晚上7点30分，我们来到大经堂观摩喇荣五明佛学院期中考试颁奖仪式，大堪布索达吉仁波切亲自莅临颁奖。看到这里的四众弟子发菩提心精进修学，并以优异的成绩获奖，我们万分随喜赞叹。颁奖仪式结束之后，“新加坡一乘显密佛教中心参访团”留下来单独拜见了堪布仁波切，堪布仁波切接受了《一乘》记者的采访。

《一乘》：尊敬的堪布仁波切您好！非常感恩您接受我们的采访。今天我们终于来到了仰慕已久的喇荣五明佛学院，这里的很多上师包括法王如意宝、门措空行母以及诸多堪布、活佛都是我们的传承上师，大家对学院特别有信心。首先，能不能请您为我们介绍一下法王如意宝当年创办佛学院的一些事迹和他老人家的功德，以便让我们后辈能深入地了解，生起更大的信心，利于大家的修行。

索达吉堪布：正如相关授记中所说，法王如意宝是莲花生大士的一个补处，是末法时代拯救这个世界的一位高僧大德。我们并不是站在是法王弟子的立场上讲的，而是站在一个客观公正的角度说的，他对当今佛教的复兴，包括教法和证法的弘扬，在这方面的贡献有目共睹，起到了不可估量的作用。

当年法王创办佛学院的时候只有32人，三十多年后变成了世界上公认的最大佛学院，如果没有巨大的弘法力量，一般人是无法想象的。我们且不说他前世的修证成果，即使是今生中他所创办的佛学院的规模、教化弟子的这些教言、弘法利生的精神，都是这个时代中很多人难以相比的。虽然二十世纪和二十一世纪有许多高僧大德，但我认为法王如意宝是非常特殊的一位。他的加持力，他摄受众生的怀业自在，还有他刚好是在文化大革命期间，在藏地的佛教受到灭顶之灾、奄奄一息时可以说是起到了起死回生的作用，大家稍加思维就应该明白其中的缘起和意义。

法王圆寂以后佛学院的发展，大家是可以看到的。如今藏地很多寺院的出家人越来越少，但在佛学院，出家人减少得不是很明显。虽然我们也希望能尽量少一些人，因为规模太大很难管理，但这背后有一种吸引力，很难以控制。除了我们肉眼看不到、分别念测不到的一些加持，还有法王的愿力，他弘扬佛法的一种缘起，所以这一点我们也需要思考。

《一乘》：就像刚刚您提到的“文革”结束时藏地的佛法几乎是一片废墟，法王如意宝能在这样的情况下竖起正法的法幢，有人把这段历史称为藏传佛教的再弘时期，堪比当年莲师入藏的前弘时期和阿底峡尊者的后弘时期。法王如意宝虽然示现上已经圆寂，但就像您说的，佛学院的弘法利生事业越来越广大，您认为是什么原因使法王如意宝能承办这么伟大的事业？

索达吉堪布：法王如意宝当年若没有担起这样一个如来家业，的确藏传佛教会面临着极大的危险。因为那个时候，高僧大德有些圆寂了，有些离开了家园，致使年轻一代不知道佛法到底是什么样，佛教是什么样。在这非常关键的时刻，法王披上了勇猛的铠甲，重新树立佛教

法幢，他所承受的一切，是非常难以想象的。当今世间人心非常散乱、浮躁，他能给大家留下这些甘露般的正法，这背后有一个特别强大的力量。

早在一两百年前，还有七八十年前，很多大德就预言法王如意宝是莲花生大士的化身，这方面有明确的文字记载。我自己分别念比较重，学过逻辑、因明，不容易相信各种预言。但有时候独自思考，对于法王的这些授记，我还是非常相信。比如，两百多年前菩提金刚授记说，法王是莲花生大士的化身，喇荣山谷将聚集众多的四众弟子，把显宗和密宗的教法弘传于世界，凡与法王结缘的众生都将往生极乐世界……如今这些已一一应验，所以我觉得，法王应该是莲花生大士的化身，或者是莲花生大士的特殊加持融入内心的一位大德。以这样一个身份来人间度化，才有这样的力量。否则，一般世间的伟人或名人，可能在世时受万人敬仰，事业极其广大，一旦离开了人间，事业也会由此而消失。但法王圆寂之后，他的愿力使我们仍在不断续佛慧命，弘法利生的事业日益广大，这是一种比较特殊的加持，也是诸佛菩萨怀业自在、任运自成的一种表现。

《一乘》：当今世界，佛教传承有很多，有时候各派之间会有互相诽谤、诋毁的情况。对于这样的情况，法王如意宝在《怀业时语》中曾说：“切莫偏袒执着各宗派，造下毁坏自他舍法业，修持有缘本尊之法门，净观一切他宗我心语。”能不能请您就这个偈颂给我们开示一下，谈谈对佛教各大教派相处之道的看法。

索达吉堪布：法王的这个教言告诉我们：在建立自己的教派时，如果诋毁别人的教派，很可能造下弥天大罪。每一个教派的存在，都有其特定的历史和因缘，不管你选择哪一个，所修的本尊法门跟自己有缘就可以。比如说，藏传





佛教中有格鲁派、萨迦派、宁玛派、噶举派等，每个教派的本尊修法显现上有所不同，但只要跟你有一种特殊的缘分，你就可以接受，没必要改变。你若学某个教派的法，那就好好学，但同时也不能排斥其他派。

其实，我们选择哪一个教派，只说明自己与它有缘。我上师如果是格鲁派的，我就学格鲁派的法；我上师如果是汉地净土宗的，我就学净土宗的法。但在此基础上，要掌握分寸，不能认为自己的教派最如法，对其他教派嗤之以鼻，乃至排斥，这是非常不合理的。法王的意思就是说，对其他教派也要观清净心。

不单是观清净心，还要有一种包容心去学习。如果你的见解和行为已经稳固，那不妨看看其他教派、其他宗教，甚至是非宗教的很多知识，这对建立自宗很有帮助。人类不同的见解之间，求同存异、互相学习、互相理解很重要。法王就是在提醒我们，不要在见解上争执不息。正是法王当年的这些教导，藏地历史上法师与法师之间、教派与教派之间的冲突，和一些不好的现象，从此就结束了。

在我们佛学院，不光是口头上这样提倡，而且发自内心地对其他教派观清净心。如果你想学修其他法门，我们也会给与很大的学习空间，非常自由。只有包容心越来越大，身边的朋友才会越来越多，否则，心太狭隘，对不同的事物一概排斥、不承许，那自己的空间也会越来越小，这是一种自然规律。

我年轻时在这方面没有太多思考，后来越来越感到：法王当年哪怕是一句话，也给后人留下了非常珍贵的思想，特别适合这样一个时代。否则，我自认为是藏传佛教的，对汉传佛教、南传佛教都非常排斥，那自己的空间就会越来越小。如果佛教各大教派不团结、不融合，佛

教也没办法弘扬。

当然，我们也不能因为包容，就失去了自己教派的主导思想。今天跟这个合在一起，明天跟那个合在一起，恐怕也不是有智慧的行为。既要包容，也要有原则，这其中的微妙关系需要好好分析。

《一乘》：佛学院每年举办的四大法会：持明法会、金刚萨埵法会、普贤云供法会和极乐法会，我们“一乘”也组织道友们积极地参与共修。请您开示一下，这样共修有哪些是需要注意的？

索达吉堪布：现在是网络时代，人与人之间的交流没有隔阂，不管是大海这边、大海那边，或是高山这边、高山那边，只要有一个共同的心愿，依靠一些便利手段就可以完成。所以，佛学院的法会基本都在网上同步直播，给大家提供一个比较方便的平台。

无论是参加法会，还是行持放生、供灯等善法，对此我们都很随喜，但在这个过程中，大家一定要注意：若有人借此平台以各种名义募款、化缘，我们佛学院是反对的。

即使你在当地做一些善行，每笔款项最好也要有明确的账目记录。我们佛学院的原则就是不介入金钱经济，纯粹是佛教的共修，这是再三强调的。否则，佛学院很大，各方面的发心人员很多，这其中有非常好的善心人士，用真诚的心做功德，但也有一些别有用心的人混进来，以前就发生过一些情况。所以，大家应时时用一种清醒的智慧来观察，在各地做善事时，也要用一颗纯正的心去做。这些道理，老的佛教徒都明白，但新来的不一定懂，希望大家能坚持这个原则和传统，这一点很重要。

《一乘》：现在很多居士在学习佛法时，往往处理不好工作、生活，包括跟家人的关系，相信您对这种现象也很了解。请问，在这样的时代中，在家居士应如何处理好佛法修行和生活、工作的关系呢？

索达吉堪布：有些人以前没有信仰，遇到佛法之后，有一种冲动，在冲动下所做的抉择，就不一定很明智。所以，刚开始学佛或者修行，不能太冲动，学佛是一件长远的事，甚至是生生世世的事。

作为一个在家居士，如果处理不好与单位、家人、朋友的关系，对你造成的违缘是极大的。因为这是你生活的重要组成部分，若没有安排好，你就不会有自由，学佛也一定会受影响。

有些人没有学佛时，特别执著孩子、爱人、父母，经常围着他们团团转，但学了佛之后，又把他们抛之脑后、不闻不问，这都不是很好，太极端。跟家人的关系，要想尽一切办法平衡，因为你的心是无常的，过了两三年，对佛教的信心淡了，跟家人的关系又闹僵了，那时就一无所有了。所以，学佛要提前做好心理准备，不能得罪自己的家人，否则，等你学佛的兴趣不那么强烈了，可能想回家也进不了门了。

真正成功的修行人，会把里里外外的事情都处理好。感情也好，生活也好，工作也好，都照顾得比较周到，此外再拿出一部分时间，就可以用来学佛。学佛过后，你可能觉得以前的生活方式很无聊，这个时候需要一种安忍、需要善巧方便，至少不得罪家人，不影响工作，这样才能保证自己的闻思修行也不受影响。

其实你最了解自己身边的人，只要肯动脑筋，就知道用什么语言可以说服他，一定要照顾到他最脆弱的点。否则，你不理他，不给他打电

话，甚至狠狠地骂他、经常吵架，他带来的违缘就会很大；如果你修忍辱，经常关心他、体谅他，他也会给你提供更多顺缘。所以，有时候不一定用强硬措施，太强硬了，自己反而会变成弱者。

《一乘》：现代社会物质越来越发达，网络也很发达，但是现代人分别念炽盛，对佛法抱着怀疑、将信将疑的态度，我们也关注到您近几年在各大高校演讲，并受邀前往欧美等高校，特别对知识分子去弘扬佛法，您也参办论坛、研讨会，出版畅销书籍，办学校，参与慈善事业，还用微博、微信这样现代化的手段来弘扬佛法，好像和传统的高僧大德弘扬佛法的方式不太一样，您是不是认为在现代这样的背景下，用现代化的方式方法更能让众生接受佛法呢？

索达吉堪布：我所传播的佛法内容，跟传统的佛教老师讲的，可能没有很大差别。但我们生长在21世纪，信息爆炸化的特殊时代，大多数人沉迷在这样的环境中，如果不用网络、微信、微博这些媒介，就很难利益更多众生。其实，我对网络、微博并不是特别有兴趣，看这些对眼睛不好，无意义的信息也会成为散乱之因，但是没办法，对于这个时代的弘法工具，有时候也不能不用。

我跟高校师生、知识分子有一些交往，也没有特意联系。作为一个佛教徒，弘扬佛法是随缘的，只要有人请，不管是什么样的人，贫穷也好，高贵也好，我都尽量去。但如果没有因缘，也不会强求。

我也不知道是什么缘起，慢慢就走到了今天。以前我曾开玩笑说，想用佛法帮助政、商、学等不同领域的人，比如出版几本书、出去做些交流，希望能对他们起到一些作用。尤其是高校，我希望可以圆满100所大学讲座。不过，



《一乘》参访团拜会阿松活佛访谈纪实

重回圣地亚青，再会阿松活佛

采访：妙净
编辑：孝诚



亚青寺阿松活佛

我当时发愿时，不要说去大学，连中学和小学也没人请。后来可能是因缘成熟了吧，个别学校让我去讲，讲完之后，就有越来越多的学校请我，这也是一种发愿吧，我随缘去。

在这个过程中，我发现这样交流还是很有意义，如果一个老师重视传统文化，他身边的很多学生就会受到影响。其实，现在的学生有各种苦恼，只要老师稍微指点一下，对学生的帮助特别大。等这些学生到了我们这个年龄时，就会成为时代的主人，他们年轻时受到的正面影响，对自己的生活、对将来的社会，都会起到正面的作用。

所以，后来我对去学校越来越有兴趣。不但想去学校，更想去监狱等很多地方。

总之，我的原则比较随缘。虽然今天在这里讲，明天去那里讲，白天晚上一直坐飞机，飞来飞去，有时候也比较累，但一想到佛法可以

帮到这么多人，自己活在这个世上，依靠有漏的臭皮囊能做一点点，也是可以的。

我也相信，佛法的未来需要大家努力。虽然一方面人心比较复杂，很难用佛法来调化；但另一方面，很多年轻人非常有善根，很多中年人也经历过不少事情，所以懂得佛法的珍贵，就愿意接受它。尤其人在特别痛苦时，佛法就像清凉的雨水，可以熄灭各种情绪的烦躁。为什么那么多人听了佛法之后，真正有一种收获？就是因为他们用得上。如今大多数人比较现实，不讲历史，不讲传统，只讲对自己有没有用，如果有用，就感兴趣。现在，世人的欲望比较大，竞争心、攀比心特别强，佛教的理论知识和修行次第无疑可以化解身心疲劳，让人们得到真实的利益。因此，在这个时代，有这么多人对佛法感兴趣，也是一种殊胜的因缘吧。

《一乘》：非常感恩您的智慧开示。最后祝愿堪布仁波切法体安康、法轮常转、长久住世！



8月27日上午我们排成整齐的行列，手捧哈达跟随着智广阿闍梨鱼贯进入亚青寺现任住持阿松活佛的会客厅，拜见阿松活佛。

阿松活佛是亚青寺前住持、大圆满成就者阿秋喇嘛的最杰出的心子之一，由喇嘛阿秋仁波切亲自印证为往昔印度八大持明尊者之一“吽嘎喇”的化身，以及莲花生大师二十五大弟子之一“南卡娘波”的化身。

去年“一乘”的朝圣之旅也来到了亚青寺，荣幸地拜见了阿松活佛，听受了活佛赐予的殊胜教言。一年过去了，智广阿闍梨带领着弟子们来向尊贵的阿松活佛恭敬汇报一年来“一乘”的闻思实修和弘法利生情况。阿松活佛听说去年来过的“一乘”参访团中有六位新加坡道友回去后用半年时间闭关修完了五加行，“一乘”的整个团队中已经有120多人修完了五加行，而今天来到亚青寺的大多都是修了一遍、两遍五加行的道友，阿松活佛非常欢喜，他说：“以前我们互相不了解，现在经过一年多，我感受到你（智广阿闍梨）和这些弟子们都很好，我非常感恩你们精进地修行五加行，我知道你们在新加坡、在汉地修行的环境没有我们这里好，在我们藏地容易修法，没有什么障碍，你们那个地方信佛、修法的人有点少，修法不是很容易，在修法方面有很多障碍，外在的环境当中还有很多让心散乱、贪嗔痴增长的束缚，在这样的条件下，你们信佛、修法、有发心、有信心，加上你们按照上师的教言一步一步次第地修，在前行基础上修五加行，有些人不是修一次，第二次都圆满了，我真的非常非常欢喜你们、感恩你们。作为出家人必须救度众生，释迦牟尼佛的法门要弘扬，我的任务就是这个。今天我非常高兴，你们能这样好好修法，我感恩你们，随喜你们。”

智广阿闍梨代表弟子们诚挚地祈请阿松活佛能进一步指导“一乘”弟子们的修行，阿松活佛说：“你们要在现在的出离心、菩提心，和对佛法、对三宝有信心的基础上，要不断地增上，不能退转，这个是非常重要的。现在我们藏地也好、汉地也好，有些人很不稳

定、不老实，今年有信心，明年又退信心；今年有出离心，明年又没有出离心；今年跟这个上师学，明年又舍弃这个上师，这个样子很不如法。希望你们以后要越来越增长出离心、菩提心和信心。增长的方法是什么呢？方法就是按照华智仁波切的《普贤上师言教》好好闻思、实修。不然的话，出离心增长不了，菩提心也增长不了，对上师的信心也增长不了。”

当智广阿闍梨祈请阿松活佛将来能莅临新加坡给予更多不能来到亚青寺的弟子们殊胜的传法和窍诀指引时，阿松活佛说：“你们以弘扬佛法和利益众生的动机来请我，我也为了弘扬宁玛派殊胜的见解和弘扬大圆满法而答应你们以后会去新加坡，希望可以成行。而你们以后有时间也可以来亚青寺住上一个月或者一个星期，学一个窍诀再回去修，这样就比较好。”

接着，阿松活佛欣然接受了《一乘》杂志的采访。

《一乘》：活佛您好！我们知道亚青寺是当今世界著名的道场之一，他的创办人阿秋法王即生成就虹身，他的美名已经传扬了全球，祈请阿松活佛为我们介绍一下法王生前的一些事迹和功德，让我们后辈弟子深入了解以生起更大的信心，好吗？

阿松活佛：亚青寺是全世界在大圆满实修上的很殊胜的一个道场。我们这里过去有一个昌根寺，是红教派（宁玛派）的一个寺院，这个传承是噶陀的一个传承，住持上师是昌根阿瑞仁波切。昌根阿瑞仁波切18岁的时候就没有世间八法的念头了，上山去修法，在山洞里面一辈子修法成就，是观世音菩萨的化身。上师喇嘛仁波切开始是萨迦派的，17岁的时候去了寺院学习闻思。那个地方离自己家里很近，喇嘛仁波切经常要到自己家里去来回兜，修行有障碍，八个月以后，上师喇嘛仁波切想离开自己很近的家乡，去远的地方闻思，协庆寺啊，还有竹庆寺。

这个时候理塘的一个上师讲了萨迦派的“道果法”，讲的时候喇嘛仁波切碰见了昌根阿瑞仁波切，住在同



一个帐篷里面，这样昌根阿瑞仁波切就了解了喇嘛仁波切。昌根阿瑞仁波切就说：“你跟我一起来吧。”昌根阿瑞仁波切当时在一个山洞里面闭关，在修法，喇嘛仁波切开始没有同意。回来后母亲对他说：“一定要追随昌根阿瑞仁波切，要一辈子跟随他一起去修法，别的地方哪里都不要去。”他的母亲说：“哪怕我去世了也不要回来见面，你的身语意要完全地供养给昌根阿瑞仁波切，你修法成功也好，修法圆满也好，成就也好，不成就也好，你跟昌根阿瑞仁波切去，做昌根阿瑞仁波切的一个保姆，能做得到的话，我作为一个母亲的心就满足了。”

喇嘛仁波切就开始跟昌根阿瑞仁波切去山洞里面，接了大圆满法（龙钦宁提传承与龙萨传承），在昌根阿瑞仁波切那里是萨迦派的传承与宁玛派的大圆满法两个都要学的。上师喇嘛仁波切一生中无论何时都没有离开过昌根阿瑞仁波切，一直在学大圆满法，在大圆满法学习的时候，上师讲了他就修，修了就自己了知，了知证悟了以后又传下一步。上师不传的话，阿秋喇嘛仁波切没有提过“上师，我需要什么法、我需要灌顶、我需要传窍诀、我需要这个样子……”，一次都没有说过。

喇嘛仁波切去了昌根阿瑞仁波切那里以后就烧茶、挤牛奶、拣牛粪、晒牛粪、接待客人。有些没有信心的人说：“阿秋法王很不好，他一辈子连7天的关都没有闭过，怎么传大圆满法？他怎么成就？一辈子7天的关都没有闭过。”喇嘛仁波切说：“对，他们说的对，我一辈子连7天的关都没有闭过，我一辈子在寂静处没有离开过上师。”他的功德就是承事上师的功德！

在四十年里，昌根阿瑞仁波切跟喇嘛仁波切一起学大圆满法，后来昌根阿瑞仁波切可能还有一个授记，昌根阿瑞仁波切的一个弟子阿嘎尼玛做梦在点一个灯，一个灯亮了，所有的地方都很亮，是这样子的一个梦，它的意思是什么呢？上师喇嘛仁波切当时服伺昌根阿瑞仁波切，在以后的话，昌根阿瑞仁波切的大圆满法在全世界弘扬光大，是这样的一个缘起、一个授记，在授记了以后，昌根阿瑞仁波切所有的大圆满法都讲给了上师喇嘛仁波切，完全交给了上师喇嘛仁波切。

益西措嘉佛母跟莲花生大士有授记，在亚青这个地方建一个我们的道场的话，以后有十万个虹身成就者，因此在这里建了一个塔，慢慢、慢慢弟子就有了这么多。弟子在学的过程中，成就的显现自己能感受得



到，成就的瑞相能看见，所以他们越来越相信，有信心了就增长这么多人。现在亚青寺，世界上很殊胜的亚青寺有名气的原因是什么？第一是我们上师的传承是很清净的一个传承，现在在全世界喇嘛仁波切这么有名，他们知道的愿意来；第二在亚青寺的传法是很系统的，上师喇嘛仁波切传窍诀很认真，按照上师以前的传承不变。有些人说我现在传窍诀，也是按照以前喇嘛仁波切怎么传窍诀的，我也不变他的传承。我常给这里的僧众说：“上师在批评人的时候怎么样子批评人的，我们要以上师的传承批评人；上师怎么样子开玩笑的，这个样子的传承也要在。这个传承变了的话，就没有了殊胜的加持，殊胜的加持力必须要依靠上师的传承。”

现在有些年轻人说，以前上师们的脑袋里的思想是以前古老的思想，现在我们21世纪全世界都在科学发展，所以要发展、要改变。我说上师的脑袋是普贤王如来的脑袋，很殊胜吧！我不变了，那次我跟他们聊天开玩笑说。

他们修的时候自己感觉得到这个法的加持力，是殊胜的法、成就的法。慢慢地，亚青寺在全世界有了名气。现在喇嘛仁波切圆寂三年时间了，加持力还是有的。

《一乘》：谢谢活佛，阿秋喇嘛仁波切不管生前生后都能成就如此殊胜的功德，您认为这个主要的原因是什么？对我们后辈修行人有什么启发呢？

阿松活佛：这个原因我刚才说了，最重要是要完全依靠上师，还有精进修法。最重要的是，在上师喇嘛仁波切阿秋法王的母亲已经完全将阿秋法王供养给了昌根阿瑞仁波切以后，从这一天开始到昌根阿瑞仁波切圆寂，阿秋法王都没有离开过上师，这个原因吧！身语意完全供养，最重要是这个，在我们红教（宁玛派）也好、黄教（格鲁派）也好、白教（噶举派）也好，都是要依靠上师得到成就，不依靠上师的话就没有成就。

《一乘》：我们都知道亚青寺都是依靠实修而闻名的，很多人就像您说的在这里获得了殊胜的成就，那请您给我们开示一下，实修的意义是什么？实修和闻思的关系又是什么呢？

阿松活佛：有些人说亚青寺是实修的地方没有闻思，这个不对，有些人说色达五明佛学院没有实修而是闻



会长及代表献上供养

思的地方，这个也不对。我们解脱的道路上，实修与闻思是一定不能分开的，就像走路要用两只脚一样，亚青寺也有闻思，五明佛学院也有实修。喇嘛仁波切给亚青寺起了名字“亚青邬金禅林圣土”。色达五明佛学院是后来取的五明佛学院的名字，以前敦珠法王（第一世）在的时候，这个地方有13个虹身成就者，光闻思的话，怎么成就呢？以前法王如意宝在的时候，很多次讲过这个地方是大圆满实修的一个地方，佛学院是他周围的一个学校，最重要的是，以前这个名字我翻译不来，喇荣...（念一段藏文），是说我们密法虹身成就的一个寂静处，后来才改为了“喇荣五明佛学院”这个名字，都是要实修和闻思，不能分开的。

在实修广大还是闻思广大上这个有一点区别，我们亚青寺在闻思上不是很广大的，并不是从早到晚都在闻思，不是的。比如这两天，早上7点钟到8点钟，我们很多堪布要讲课闻思，9点钟到11点半我给他们讲上师喇嘛仁波切的教言。下午2点钟到5点钟他们有些要打坐实修，有的时候他们要背一背我们的教言，闻思的这些要背，一天里面闻思、实修都是有的。以前的这

些高僧大德写的这些论里面也都是需要实修的，不需要实修的一个都没有，一章都没有。他们有人那样讲是他们自己的错误，是不了解，说亚青寺是实修的道场，其实实修必须要闻思，不闻思的话实修什么？

现在很多人认为实修是在一个无念的状态，其实无念的状态不算禅定，更不是大圆满。你看,大圆满刚开始的三殊胜里面，首先讲动机，动机是要边听边实修，没有不需要闻思而实修的。现在很多人说要学打坐、学大圆满法，学的时候什么都不想，一直压住念头，在无念的这种状态坐下去，他们认为这是学大圆满法，不是这样的，这种是在以后的修行过程中。没有闻思上师教言，一直要压住念头的話，很多人会背痛、心脏不舒服、心不清晰啊！问题很多的，压住念头会产生很多问题的。

《一乘》：再想请教您，因为当今世界上有不同的佛教的传承，而且各个传承之间有时对同一个问题会有不同的看法和讲法，对我们很多修行人来说无从选择，所以想请您开示一下，如何看待或者对待不同佛教的传承。

阿松活佛：佛教的传承，都是佛陀讲的法，这个没有什么区别。佛陀讲的八万四千个法门，是对八万四千种众生的根机来讲，不是佛陀的法变来变去，今天说一个，明天说一个，不是这个样子的，是对众生来讲的。现在我们在因地的话，很多都在次第里。在我们藏地有很多教派，都是佛陀法的传承，这些上师们的教派都是对不同众生的根机，什么样的缘分来了就讲什么样的法。比如说，我们今天去拉萨的话，没钱就必须走路去，有钱的就开车去，更有钱要坐飞机去。修行要看自己以前是不是业障清净、有没有资粮。去的目的地都是一样，你走路是去拉萨，坐车也是去拉萨。我们所有的教派都是一样趋向佛的果位，显宗是佛的果位，红教（宁玛派）是普贤王如来的果位，其它教派有的是金刚持的果位，名字不一样，但都是一体的，金刚持跟普贤王如来都是一体的，在我们众生面前的显现有些是化身显现，有些是报身显现，有些

是法身显现，这些都是在我们众生面前显现的，他们没有什么区别的。教派和教派之间不能说“我的教派殊胜，你的教派不殊胜”，这个完全不能说的，说了以后会有很大的一个过患。

每个教派带往成佛的路，方法上面有区别，结果上没有什么区别。我们有些教派虽然在辩论，辩论是辩论，但辩论的时候不是因为我这边的教派有贪心而跟你辩论，你这个教派有嗔心才跟我辩论，不是这样的。我们两个教派各自的殊胜的地方是什么，我们是在这个方面辩论。但是现在有些人不了解，以为从黄教（格鲁派）看来，红教（宁玛派）肯定是错误的，说红教“莲师也没有出家，有空行母，不好；很多传承是从瑜伽士传下来的，很不好”，“我们黄教以前都是宗喀巴大师传承下来、没有空行母，我们的传承更殊胜……”这样的话不能说，这样大家一样在攻击。我们佛教都需要团结，这是非常重要的。我们要扶持佛法，让佛教没有障碍，愿意互相团结，这个非常好。我们所有的这些教派，哪个殊胜哪个不殊胜，自己修了以后才知道，几千年传下来的法，我们这一辈子一二十年的时间不能说全部特别了解了吧！

《一乘》：我们在家居士很难像喇嘛仁波切那样依止寂静之处，因为还要工作。请您为我们开示一下，怎么在繁忙的工作生活之余，好好地修行呢？

阿松活佛：如果像以前上师喇嘛仁波切他们一模一样的话，我们一天都做不到，但可以在我们心里发愿可以做到这个样子，这个愿大家心里需要有。以前上师们艰苦地实修，我们随喜他们，发愿自己也要是这个样子。最重要是，在我们的21世纪，说是说很快乐的一个世纪，但真正从佛法角度来说的话不是很快乐，在这个末法时期，我们所做的都是恶因，种的都是痛苦的因。城市里的学法人心里有一个正知正念就非常好，要记住轮回的过患，不知道轮回的过患就会做贪心、嗔心的事情，完全没有贪心我们暂时做不到，这要慢慢对治；自己的菩提心要重视，不伤害别人是非常之重要。有些人做些没有意义还伤害别人的事，比



如在马路上放钉子让轮胎爆了希望得钱财，这样我宁愿一分钱都得不到，伤害别人的事不能做。比如说到大城市去我们随地吐痰，这个是不能做的，随地吐痰得到了什么？什么也没有得到。外面的环境一点都不能破坏，大家要正知正念，就算别人没看到自己吐，自己也有了这个过患，小的方面我们以后都要正知正念，修法人更是如此。我们现在在家的修法要有一点相应，正知正念是最重要，不正知正念的话容易做恶业。

《一乘》：仁波切，网上有个说法，说以前昌根阿瑞仁波切修过七十多遍加行，有这个说法吗？

阿松活佛：七十多遍？没有吧。以前华智仁波切听了21遍加行，修了21遍五加行；昌根仁波切21遍有没有，这个不知道，但是他一辈子磕大头把这么厚的木板都磨穿了，他的膝盖、他的两个脚两次磨破了，这个是的。

《一乘》：听亚青寺的某些弟子说：不用修加行可以直接修大圆满，有没有这种说法呢？

阿松活佛：有是有，但不修加行很不好，第一是传承上变了，前两年有这个样子，现在我很警觉地管他们。以前我到汉地去的时候，跟汉族弟子们说“需要修加行”，他们吓死了。现在在五明佛学院，慈城罗珠堪布也讲，强制要修，索达吉堪布也讲……以前一般汉族人怕累，现在应该好了。以前我教他们修窍诀的时候，我们好像谈生意价格一样的，比如说一个窍诀要修一个月，他们说：“能不能15天？能不能7天？”什么什么哪里不舒服啊，还有气候不适应啊……我说：“我不是跟你做生意的，不是的，不用你谈这个价格。”一定要把上师们的传承延续下来，加行必须要修，加行不修，大圆满证悟空性很难的。

访谈在轻松、亲切的氛围中进行，阿松活佛那具足加持力的智慧教言如甘露般流入我们每一个人的心中，尤其是阿秋法王一生依止上师昌根阿瑞仁波切的感人

故事令我们更加体会到《如何依止善知识》中的甚深法义，深刻认识到依止上师是成就一切世出世法的根本要道。怀着无比恭敬的心，智广阿闍梨祈请阿松活佛能够进一步了解“一乘”的道友们，带领着“一乘”的道友们能够一步步地按照次第修上去，以期早日获得成就、解脱成佛、度化众生。

阿松活佛说，观察弟子是非常重要的，弟子像病人一样，医生不知道病人的状况怎么给他开药？而且弟子有什么病？什么时候得的病？现在又是什么样？该用什么药？这些医生一定要考虑，不能马上就开药。活佛说，他收弟子必须要在对弟子的根器了解的情况下，要用相应的法使弟子的心相续改变，可能有些用讲，有些用骂，有些甚至要暂时开除，弟子的心相续才会改变。亚青寺有一万多弟子，阿松活佛了解其中大部分的人格，不仅在平常的生活上观察，还要了解一个人父亲母亲的遗传，还有以前的经历等等。

阿松活佛说，观察了以后才收弟子，才能救得到众生，自己不想为了名气等等去新加坡传传法就可以了，而是希望能真正地让大家的心相续有所改变，真正得到这些法的殊胜利益。

道友们认真聆听着阿松活佛慈悲智慧的谆谆教诲，转眼两个小时已匆匆过去，怀着依依不舍的心情，我们向阿松活佛拜别，阿松活佛说：“一般人来的话，我不想讲很多话，一是我没有空。你们今天在我家，我讲了这么多话，这个原因是什么？你们修了一遍两遍加行，修法这么认真，我必须给你们讲几句。”

感恩慈悲的仁波切！

噶陀圣地的温暖雨夜

“一乘”参访团拜访莫扎法王纪实

采访：妙净 编辑：孝诚





莫扎法王

8月29日晚，坐落在白玉县朵念山山腰的世界第二金刚座噶陀寺大雨倾盆，在大经堂做了一整天灌顶传法的莫扎法王仍然慈悲地接见了新加坡“一乘”参访团。被誉为噶陀寺黄金法台、噶陀之父的莫扎法王今年已经86岁了，但依然精神矍铄、神采奕奕，如慈父般的眼光和笑容，使每一位道友都倍感温暖和亲切。

尊贵的法王仁波切给每一位道友都赠送了殊胜的阿弥陀佛唐卡，并赐予了来自噶陀寺开山始祖噶当巴德协仁波切的《阿弥陀佛修法仪轨》的圆满传承。法王仁波切慈悲地告诉我们，噶陀寺跟阿弥陀佛有着非常特殊的因缘，尤其是噶当巴仁波切的《阿弥陀佛修法仪轨》里面特别提到，是阿弥陀佛亲自给噶当巴仁波切说的，任何一个众生忆念阿弥陀佛的功德，念诵阿弥陀佛的佛号，都可以去西方极乐世界。因为这样的缘起，法王发起制作了6000个阿弥陀佛唐卡结缘给有缘众生。

莫扎法王开示说，只要有慈悲心，并且对阿弥陀佛生起不共的信心，忆念阿弥陀佛殊胜的功德和不可思议的愿力，然后双手合十祈祷阿弥陀佛加持我等一切众生都能够往生西方极乐世界，我们这样祈祷的话，临终就绝对可以往生极乐世界，阿弥陀佛绝对会来迎接我们去极乐世界！尤其是对马上要离开这个世界的人来说，最好让他们多看看阿弥陀佛的唐卡，让他们念阿弥陀佛的佛号，这个时候是比较重要的时刻，最好能够让他们对阿弥陀佛生起信心，并且希望往生西方极乐世界，以这样的信愿祈祷阿弥陀佛，阿弥陀佛一定会来迎接他去极乐世界，这是阿弥陀佛不可思议

的愿力，是阿弥陀佛的金刚语，真实不虚！阿弥陀佛是不会欺骗众生的，关键是看我们的信心够不够，只要我们有虔诚的心、信心足够的话，都可以获得阿弥陀佛的殊胜加持，绝对没有问题！

莫扎法王还为道友们传授了修持噶当巴仁波切《阿弥陀佛修法仪轨》的关要和窍诀，并说：“你们尊贵的上师（智广阿闍梨）已经得到过这个阿弥陀佛的灌顶，他也有资格灌顶，完全可以给你们灌顶。”莫扎法王还赠送给智广阿闍梨法衣，并亲自把噶当巴德协仁波切的法本交给智广阿闍梨，说，这就是极乐世界的门票。法王再三嘱托智广阿闍梨未来要多进行灌顶传法。

雨夜的噶陀寺虽有阵阵寒意，但是围坐在至尊法王莫扎仁波切的面前，法喜充满的道友们都倍感温暖和幸福。在道友们的恭敬祈请下，法王仁波切欣然接受了《一乘》记者的采访，在娓娓道来的岁月故事中，传承的却是一位大成就者的修行精粹和智慧精华，在此以纪实的方式，与读者共飨殊胜法味。

《一乘》：噶陀寺是藏传佛教著名的道场，是莲师亲临加持13次，被喻为除印度金刚座之外第二殊胜的地方。今天下午的法会上您也给我们介绍了，历史上有数十万的虹身成就者，而且您也谈到了噶陀寺的历史和传承源流，文革时期噶陀寺是一片废墟，连躲雨都要到村民的家里去，想请教法王当时是什么样的力量支持您把噶陀寺重建？

莫扎法王：这是由于诸多上师们的交待。文革的时候，我第一时间知道可能要有这个动乱，之前上师也授记了肯定会有这么一个阶段和时期，我已经预知到了方方面面，所以跑到了拉萨那边去。那边有一个莲花生大师的圣地，但是并没有开发，是人类没有办法进去的一个地方。通过很多伏藏大师来开启这个神山才可以直接进去的这样的一个地方。然后我也想去那个地方。那个地方是不用丢掉这个身体就可以去的。当时因缘没有成熟，所以没有开启成功。因为伏藏大师需

要娶一个空行母，这个空行母是竺巴国王的外甥女，娶到这个空行母才有这个缘起可以开启。但是因为当时的伏藏大师敦珠仁波切是一个流浪者，并没有什么身份地位，所以竺巴国王也不愿意他的外甥女嫁给他。因缘没有成熟，伏藏大师等方方面面的缘起没有成熟，所以开启并没有成功。

当时我的上师钦哲仁波切还有夏扎仁波切和敦珠仁波切，我去拉萨那边，夏扎仁波切和敦珠仁波切他们劝我回到噶陀寺。当时刚好在噶陀寺的钦哲仁波切也不断地给我写信说要回来，赶紧回来，钦哲仁波切还给夏扎仁波切和敦珠仁波切也写信说莫扎法王必须要回到噶陀寺。虽然之前也看到很多伏藏大师的授记，肯定会有这么一个动乱的时代，但是因为上师们劝我回来，所以不敢不回来。

回来以后，所有的人都逃走了，只留下了我，当时我的妈妈说哪怕是死，也得要死在这个地方，就是不同意去别的地方。上师们的嘱咐不敢违背，不敢不听上师们的话，其次还有妈妈不同意走，就这两个原因，我就留在了噶陀寺。当时在文革的阶段，我特别难过，很伤心，觉得为什么他们留下我这样的一个什么都做不了的人，眼睁睁地看着像噶陀寺这么大的寺庙毁掉了，自己一个人偷偷地很难过、很伤心。

自从1984年开始，因为想了各种各样的办法，最后国家批准可以恢复印经院。印经院恢复以后，慢慢地又批准了恢复寺庙。从那时开始，一点一点直到现在，把房子建起来了，噶陀寺也是恢复如初，而且比原来更殊胜、更庄严。我觉得当时上师们早就已经知道我应该有这个义务和责任，应该是可以担当得起这样的重任，所以对这些上师们更加生起信心，自己也很喜悦和欢喜。现在国家的管制也不是那么厉害，宗教信仰也是自由的，所以方方面面的条件还是很好的。我一直以来爱国爱教，为了更好地建设噶陀寺及弘法利生，我会去遵守每一条法律。

为什么噶陀寺面临这样的问题呢？这也是有缘起的。

当时噶陀寺的一位大成就者叫嘛尼仁钦，他所有的师兄都在这边学习，但是他的上师嘱咐他：“你要去咕噜却旺那边去求法”，在拉萨那边。然后他求法求了很久以后，得到了上师所有的传承，而且上师给他讲，上师的女儿要许给他，因为是上师给他的，他不得不接受，就带着空行母回来了。回到噶陀寺的街上，刚好这边结夏安居，看到所有的人都穿着法衣，都是清淨的比丘，受持比丘戒，他就觉得心里挺惭愧，外面去求学那么多年，回来的时候带着一个老婆，觉得有点丢脸的感觉。心里这样想的时候，空行母有神通，已经知道了他的想法，然后就飞走了，这时他就开始后悔，就赶紧抓她，可惜只抓到了空行母十三根头发，是这样的一个因缘。如果他当时就乖乖地把空行母带到噶陀寺，那么噶陀寺就不可能出现任何的障碍和违缘的。因为这个因缘，噶陀寺有很多“十三个”的事情，比如说噶陀历代十三莫扎世系、还有噶陀历代十三仲巴世系、吉祥圣胜噶陀金刚座十三上师世系、还有十三代堪布等，很多都是到了十三代的时候就有些违缘。这也是因为当时空行母的缘起，如果空行母带回噶陀的话，噶陀寺也不会有任何违缘和破坏，当时空行母是没有丢掉这个身体直接飞往空行刹土了。

《一乘》：法王，您刚刚提到在文革当中，藏地佛法遭到了很大的破坏，而且我们也知道您本人在这次历史的浩劫中也遭受很大的磨难，在监狱度过了二十多年。您能不能为我们开示一下这一段艰苦的历程对您来说对修行有什么样的作用？当一个修行人面临违缘的时候他应该怎么办呢？

莫扎法王：这也有一个笑话给你们讲，“因果不虚”（法王用汉语说）。虽然当时名字不叫监狱，但是比监狱还要可怕、还要恐怖，说是一个学习班，名字取得很好，但是里面很痛苦的，都不给饭吃，很多人当时就圆寂了。但是呢，有一只老鼠来供养我，当时我是用一根木头当枕头，晚上就听到老鼠进来了，早上看到有花生米，大概是一碗的花生米送过来了。我把花生米的一半留给老鼠自己吃，一半是我和空行母两个人吃。花生米的营养价值还是很高的，一天只吃大



概半碗的花生米，就维持生存了下来。几个月就这样生活的。这就是因果不虚，你问我真的假的？真的哦，几年时间，这是我的亲身经历。

《一乘》：那如果修行人遇到这样的遭遇和违缘，应该要如何面对呢？

莫扎法王：我当时第一就是祈祷上师三宝，祈祷噶陀寺的吉祥天女等殊胜的护法，不断地祈祷希望早日能够消除这样的违缘。第二，自己发愿可以代受众生这样的违缘，这种修法是非常地殊胜。但是上师三宝的加持是不可思议的。拿我的空行母来说，我们两个的待遇不一样，我是不可以出去的，她的待遇好一点还可以出去，但是新换的门卫不知道她是可以自由出去的，他们以为是违反了规定，然后他们就打了枪。但是子弹从她身上只是滑过去并没有受一点点的伤，但是滑过去以后却打到对面的人，死了两个人，伤了两个人。打了枪，但是她就是刀枪不入，这也是护法的保佑和加持，“三宝是有的”（法王用汉语说）。她有的时候会叫，外面就会放枪，打过很多次枪，但是中枪后并没有伤口，子弹是打不进身体的，有时候空行母穿的棉衣里会找到子弹，这都是三宝的护佑。

现在一个天珠的价格可能是上百万，但是那时候如果你有一个天珠可以去换成半袋的芋头回来吃，那就算很不错了，那时要用这种方式来维持自己的生活。本来从噶陀寺的安排来讲，我应该是要娶一个当地最有名、富贵的家族或国王的女儿作为空行母，但是我不听话，两个人就私奔了。还好后来在那样的时代，就是因为她的家庭很贫穷，所以国家没那么严厉，她来来回回还是很自由的，如果我娶的空行母是那个密宗国王的女儿，那现在我就不在了。

《一乘》：我们知道法王有很多的上师，其中，有一位非常重要的上师，他就是蒋扬钦哲曲吉罗珠，他是第一世蒋扬钦哲仁波切的殊胜化身，《西藏生死书》的作者索甲仁波切把他喻为所有上师的上师，在当时的藏地享有极高的声望。能否请您介绍一下第二世蒋

扬钦哲曲吉罗珠的功德，您在他面前得到过什么样的教言，上师的教导对于您一生的修行和弘法利生有什么样的影响？

莫扎法王：我的第一个上师就是阿格旺波尊者，也是阿格旺波尊者认证我为转世活佛的。当时上师阿格旺波尊者并没有去过我出生的地方，但是他就跟别人说，某个地方是我出生的地方，还有我的父母，还有我的属相，哪一年出生，现在有多大，全部说得都非常地详细，以这种方式去寻找的。然后，根桑他们去寻找我，根桑是我前世的儿子，去寻找我的转世。因为阿格旺波尊者已经说得很详细，到了那个地方一问，的确有这么一个家庭，但是刚刚搬走，去到西藏江达那边去了。搬到那边是因为听传闻说有汉人过来活埋孩子，就被吓到了，抱着儿子就去了江达那边了。去了江达那边，家里特别贫穷，住在别人的羊窝里面，母子都住在羊窝里面，别人就是借给我们一个羊窝。我那时候很多东西都知道，知道那天会来接的，然后就自己偷偷地跑到路边去等，等着等着，他们骑着马过来了，我就开始喊：“你们是不是来接我的呀？”就不让他们走，说：“你们肯定是来接我的。”他们也很高兴，路上就碰到了，因为找是很难找的，在羊窝里面不好找，还好我在路边等到了他们。他们带了很多东西，两个铃铛、两个鼓、两个佛珠……其中一个 是法王前世用过的，一个不是。然后我就一个个全部认出了前世用过的，全部正确。然后还问我，你的房子在哪？你的寺庙叫什么名字？我就说是噶陀寺，包括噶陀寺在什么样的一个地域，一个一个地讲得非常详细。并且让我说出我的房子在什么地方，我的房子的门是怎么样的。我都说出来了算是及格了。但是当时特别严格，最后都到了这个程度他们还是不带我走，等到把这些资料拿到噶陀，阿格旺波尊者说的确是这个，然后才来接回去的，当时认证活佛的方式是特别地严格。

阿格旺波尊者见到我的时候，因为我很黑、黑头，所以阿格旺波尊者就给取个小名叫紫黑。阿格旺波尊者给我专门灌了登都多吉和龙萨娘波所有的灌顶和传

承。灌顶的时候，拿着水晶，开始问我，反正阿格旺波尊者开玩笑时，总是把我当成一个玩具，问一些问题。阿格旺波尊者问我：“你的心到底是什么样子的？”斯德仁波切大我两岁，就偷偷跟我说：“你回答说是白色的”，我以为是真的，就回答说：“我的心是白色的”，所有现场的受灌顶的人都笑了，我觉得有点不好意思，斯德仁波切又偷偷地跟我说：“你要说红色的”，然后我又说：“我的心是红色的”，大家又笑了。阿格旺波尊者经常跟我开玩笑。

在钦哲仁波切面前我接受了《大宝伏藏》的全部传承和灌顶，因为当时钦哲仁波切只允许有80个人接受这个灌顶，全部是高僧大德，其中也有我。每一次灌顶之前，钦哲仁波切要我一个人到他跟前给我传窍诀，那些大圆满法的窍诀都是专门给我一个人讲的。大概八个月的时间，灌顶灌了八个月。

当时还不错，方方面面很有智慧，很厉害的。现在比你们还要差，现在烦恼也很重，方方面面很落后。因为要修建寺庙，所以到处去化缘，用的信财太多了，因为这个障碍，现在什么神通都没有，什么都不知道。过去的人有那么大的成就，都是因为很朴素，很简单，修行方式、方方面面都没有太多的要求。但是现在呢，表面上是要建造一个金碧辉煌的寺庙，但是都有点世间法的成分，里面都有名闻利养。过去是“心依于法，法依于穷”；现在是“心依于法，法依于钱”，很多都是退化了。过去，噶陀寺闭关修行的，虽然不是很多，十三个，但是都可以飞的，其中一个不能飞成功的，因为他的饭碗比别人的大了一点，他也是用的信财。（编者注：法王以自谦之词作为表法，以警示世人。）

《一乘》：大家都知道第一世蒋扬钦哲仁波切和蒋贡康楚丘吉林巴等高僧大德一起发起了无派别运动，这个运动对于挽救和传承当时各个教派，起到了非常重要的作用。那么，当今世界各种佛教传承众多，各传承之间有时也会有互相诽谤、诋毁的情况，请法王为我们开示一下，如何从无派别的角度来看待当今佛教



莫扎法王给予灌顶传法



赠送法衣给智广阿闍梨

界各种传承以及各传承之间的关系。

莫扎法王：这种争论或者辩论在历史当中的确是有过的。文革的时候，因为大家都处在困境当中，也不存在这种你争我夺的情况，所以那个时候没有的。现在比以前历史来讲的话，还是比较好的，彼此都很和睦，互相都是很尊重的。但是随着社会日益发达，佛教界也好，方方面面也好，有时候由于自己五毒烦恼的严重，会有一些你你我我的一些说法，赞自宗、毁他宗这种情况，有些地方可能会出现一点点。这些问题是出自过度的我执和烦恼。人们的物质生活都好了以后，就开始承载不住这种生活，我们常常会说：“没有吃不了的苦，只有享不了的福”，寺庙也是一样的道理。有时候方方面面越来越好的时候，就坐不住了，就开始去跟别人攀比、比较、争论之类的。有一点现在还算是比较好的，总体还是比较团结的。



严格来讲，佛陀的教法像一块红糖一样，无论是从哪一个角度去吃，都是甜的，都是正确的。但是人们的执着和烦恼很强烈的时候，觉得自己这一方面是好的，人家的那一方面的是不好的，这个已经完全说明自己的烦恼很严重，佛法还没有融入到自相续，佛法还没有毁掉自己的烦恼。按理来讲，佛法是一种断除烦恼的方法，我们没有利用好佛法，所以烦恼还没有断除，这是烦恼的一种表现。有自赞毁他的情况，说明我们佛法还没真正融入自相续，自相续中还有很多严重烦恼心的缘起，自相续中还是有很多烦恼，所以才会出现这样的问题。有烦恼的时候，跟自己合意一点的就觉得好，如果不合自己的意念、不合自己的想法，就觉得不好，跟一些普通的在家人没有两样，一点区别都没有，这个呢算是佛法里面已经融入了世间法。

《一乘》：我们还要请教法王最后一个问题，就是因为我执深重所以我们要学佛，学佛的在家居士也有很多，那您认为在家居士学佛，可不可以一生当中成就？如果可以的话，怎样才能达到这个目标？

莫扎法王：一生太快了！任何一个修行者都可以成就的，即身成就肯定是有的，在家人一样可以即身成就，这个呢有案例。我小时候经常为了噶陀寺去化缘，在德格那边有一个老头，念了六字真言，虹光身成就的。他的上半辈子是无恶不作的，经常以打猎为生，后来觉得自己罪恶深重，然后断恶行善，改变了自己一切的错误，开始行善积德，一直念诵六字真言，最后虹光身成就，只留下了头发和指甲，当时还有一个人把他的头发和指甲戴在自己脖子上当作护身符。当时我是十七岁，蒋扬钦哲仁波切跟我说，现在还算是很好的时代，因为德格那个地方还有虹身成就者，这个老人只会念诵六字真言，而且上半辈子都是打猎为生的，但是只要努力，只要有信心，也是可以成就的，并且可以是虹身成就！佛陀说穿上佛陀的袈裟，四个人里面肯定有一个是佛菩萨的化身。但是我们现在看到100个穿袈裟的人都看不到一个佛菩萨，这是什么问题呢？

《一乘》：我们自己业障深重，所以看不到？

莫扎法王：也是自己业障深重不清净，也是信心不够的原因。阿弥陀佛说谁祈祷他，谁忆念他，阿弥陀佛就来迎接谁去极乐世界，但是你相信吗？

《一乘》：相信，我们都相信，有法王的加持我们会相信！

《一乘》：听说法王一辈子见过一些虹身成就者，能不能请法王给我们介绍一下，您亲自见过的几个虹身成就者？

莫扎法王：新龙乐莫寺阿曲堪布虹身成就是1998年，连头发和指甲都没有留下。然后，就是信雄仁波切的前世，前世圆寂的时候呢，是有两个信雄仁波切的，因为当时在青海那边，很多人都有点怀疑，最后他们一起圆寂的，一起圆寂之后，身体只有一肘高的，两个都是这样的。因为他是登灯多吉的转世，登灯多吉的系列转世当中，每次圆寂的时候都是身体缩小到这么高，包括这个信雄仁波切圆寂的时候，身体也是缩小到这么高，这也算是一个虹身成就。这些是我看到和听到的。我已经八十六了，什么都见过了，什么都看过了。

《一乘》：谢谢法王接受我们专访，祝您法体安康，长久住世！祈愿法王到新加坡、马来西亚更多地方来转法轮！



如何保持道心坚定？

问：我们常说凡夫“发心容易恒时难”，如何保持道心坚定？

答：根据我30多年来学佛的经验，我认为最重要的是依止良师益友。打个比方，如果一个人在半夜前往从未去过的马来西亚原始森林中的某个地方，我想几乎很难顺利到达目的地。但如果此时有一个熟悉路线的向导为你带路，同时你有很清晰的地图，另外还有30个同伴陪你一同前往，这样一来，就没什么好担心的了，再困难的路也能比较顺利地到达。

修行的道路也是一样，向导就是善知识，善知识所教导的佛法就是地图，同伴就是同修道友。如果我们具备了这三个条件，就可以保持道心坚定，乃至究竟解脱成佛。

在三个条件中，最根本、最重要的是如理如法地依止一位具德的善知识。学佛就是不断削弱乃至放下我执的过程，依止具德善知识是最近、最轻松的一条路。一位具德的善知识传授给你的一定是最适合你的修行方法，我们按此修行成就会比较快。在菩提的道路上想要走得稳、少走弯路、不退转，最好的方法就是如法依止具德善知识。

智广阿阇梨解答



在日本种智院大学做专题演讲 本中心导师智广阿闍梨

晞矇



智广阿闍梨与种智院大学前任校长赖富本宏先生

为加强中日佛教传承深度交流，日本种智院大学与新加坡一乘显密佛教中心共同发起举办了观音信仰纪念法会，2014年6月27日，法会在日本种智院大学隆重举行，本中心导师智广阿闍梨在法会上做了《日本密教与西藏密教关系初探》的专题演讲。（演讲稿详见本期“圆护诸宗”栏目）

种智院大学简称为“种智院大”，前身是由空海大师于828年（天长5年）创立的“综艺种智院”。1200多年前的日本，只有贵族才能进入学校，庶民没有入学学习的机会。空海大师争取了当时的天皇、贵族及佛界要人的支持，创立了综艺种智院。“综艺”意为学习各种各样的学问，“种智”意为将佛陀的教诲广弘于世间。普通的平民可以在综艺种智院中全面学习儒释道三家的学问。昭和年间，这所日本最早的私立学校被更名为“种智院大学”。现在，种智院大学在人文学部中设立有佛教学科和社会福祉学，属真言宗系的大学。古义真言宗的仁和寺、宝山寺、醍醐寺等14个本山参与策划经营，真言宗智山派、真言宗丰山派及新义真言宗这三派给予教育振兴方面的协助。佛教学科主要以学修真言密教为主。

法会伊始，种智院大学前任校长赖富本宏先

生亲自为智广阿闍梨引磬，引阿闍梨入座。接着，以庄严的祈福法会作为开场，先由“东道主”种智院大学学僧以日文诵经，紧接着由到访的新加坡一乘显密佛教中心的全体道友以华语诵经。之后，赖富本宏先生做了《遍地开花的观音信仰》的演讲，介绍了观音信仰在印度、中国、日本的传承历史，如何传到日本并在日本兴盛。

随后智广阿闍梨做了题为《日本密教与西藏密教初探》的专题演讲。阿闍梨据引教证理证，并结合自己近30年来对各宗派的修学心得，对日本密教和西藏密教的异同进行了深入浅出的剖析。在演讲的最后，阿闍梨倡议日本密教和中国密教所有的高僧大德一起努力，以开放的心胸，互相交流学习，促使佛法兴盛，利益一切众生。

之后由种智院大学的宗教部部长SHAKYA Sudan先生致辞，他说，非常感谢智广阿闍梨所做的主题演讲，阿闍梨演讲的内容对种智院大学乃至日本整个佛教界都是非常新鲜的内容。同时也很感谢新加坡一乘显密佛教中心全体道友的诵经，这对在场的种智院的师生们是很新鲜的体验，虽然语言不通，但是听完感觉内心非常清净。最后，他强调种智院大学很重视这次交流的缘份，他祈祷双方未来能进一步增上交流。

本次阿闍梨的演讲是该大学自建校起一千多年来迎来的第一位华人演讲。智广阿闍梨长达十年的赴日求法过程中，一方面对日本佛教逐步进行深入学习和实修，另一方面，也向日本佛教界介绍了中国汉传、藏传佛教的诸多显密教法，对于中日佛教的交流和互动，做出了很多努力。

最后，法会在双方互赠礼物之后圆满结束。

本中心与中国无锡显云寺联合举办第一届药师法会 琉璃净土宣法音

妙恭

2015年1月31日-2月2日，新加坡一乘显密佛教中心和中国无锡显云寺联合举办了为期三天的药师法会，法会在线上线下同步举行，法师大德与近百位居士齐聚无锡显云寺药师佛道场，全球道友则汇聚在网络“一乘显密讲修院”里，共襄殊胜的药师法会。

显云寺位于美丽的太湖之滨无锡市太湖镇方庙村，始建于明弘治年间，距今已有500多年的历史，现为中国少有的药师佛道场。2015年新年伊始，显云寺住持计华法师闻听新加坡一乘显密佛教中心导师智广阿闍梨拥有清净的唐密药师法门传承并在大力弘扬药师法门，法师无比欢喜，通过有缘居士大德向智广阿闍梨诚挚祈请，祈愿阿闍梨能在此药师道场广宣法音、广弘药师法门，以利益无量无边的父母众生。智广阿闍梨对计华法师的慈悲愿非常赞叹，郑重接受了法师及大德居士们的祈请，为药师法会主法开示。

三天的药师法会，在太湖之滨的琉璃净土，维那和法师们每日带领线上线下的道友共修智广阿闍梨传承的《药师法门修持略轨》，恭诵《药师琉璃光如来本愿功德经》及药师咒，智广阿闍梨也为在场的法师、信众及网络上的全球道友播洒了契合现今时代众生的药师法门甘露法雨。

在法会开始时，阿闍梨开示说：“《药师琉璃光如来本愿功德经》这部经典在我们中国从唐代流传至今，可谓源远流长。但可惜的是，弘扬这本经书的高僧大德从历史上看不算太多，跟西方净土法门相比相当薄弱。”阿闍梨还引用了历史上的玉琳国师和弘一大师等高僧大德弘扬药师法门的史实和教言，阐述了药师法门的重要性。

明末清初名僧玉琳国师在《药师经题语》中说道：“予辞恩绝尘，不暇披览，偶入藏阅药师如来本愿功德，不觉手额失声，愿人人入如来愿海也。”玉琳国师第一次读《药师琉璃光如来本愿功德经》就生起了无比的欢喜心，感叹众生应“人人入如来愿海”，人人修学药师法门。

弘一法师是六百年来重兴律宗的祖师，是一位苦行的高僧。法师一生极力推崇药师法门，在《药师如来法门一斑》中，法师说道：“药师法门甚为广大。”

净土宗第十三代祖师印光大师对《药师琉璃光如来本愿功德经》的赞叹到了极点，他在《药师如来本愿经重刻跋》中说：



“故玉琳琇国师，常持此经，及此佛号，是以禅教律净之总持法门。”印光大师评价药师法门是禅宗、律宗、净土法门的总持，包含了最殊胜、最圆满的法。

东西两法并行不悖

学佛是为“了生死”，活的时候幸福圆满，死的时候超越轮回。我们大部分现代人，活的时候八苦交煎：生老病死苦、求不得苦、爱别离苦、怨憎会苦、五蕴炽盛苦；而死的时候则在医院抢救，正如古人所讲的“不得好死”，非常痛苦。

佛法的作用就是让一切众生破迷开悟、离苦得乐、了脱生死，让我们能够“活得自在、死得优雅”。如今，净土法门广弘于世，智广阿闍梨学佛三十多年亦坚持诵持“南无阿弥陀佛”万德洪名，求生净土。阿闍梨说：“求生净土是我坚定不移的一个发愿。但是大家一定要记住：求生西方与修持药师法门并不矛盾。”

西方的阿弥陀佛像乐法门让我们找到生命的归宿，在临命终时往生极乐、脱离苦海、解脱成佛，得到究竟的安乐；东方的药师琉璃光如来的法门让我们于现世当中离苦得乐，获得幸福圆满的人生，并在此基础上得以成就无上菩提。尤其是我们发愿往生西方极乐世界，又同时修持药师法门，临命终时，药师琉璃光如来还会派八大菩萨送我们往生极乐。《药师琉璃光如来本愿功德经》云：“**复次，曼殊室利，若有四众：苾刍、苾刍尼、邬波索迦、邬波斯迦，及余净信善男子、善女人等，有能受持八分斋戒，或经一年，或复三月，受持学处，以此善根，愿生西方极乐世界无量寿佛所，听闻正法，而未定者。若闻世尊药师琉璃光如来名号，临命终时，有八大菩萨，其名曰：文殊师利菩萨，观世音菩萨，得大势菩萨，无尽意菩萨，宝檀华菩萨，药王菩萨，药上菩萨，弥勒菩萨，是八大菩萨，乘空而来，示其道路，即于彼界种种杂色众宝华中，自然化生。**”

弘一法师在《药师如来法门一斑》中说：“现今出家人或在家人修持此宗，求生西方极乐世界者甚多。但修净土宗者，若再能兼修药师法门，亦有资助决定生西的利益。”印光大师也说：“故受持者，或生净琉璃世界，或生极乐世界。待至豁破凡情，圆成圣智，则直契寂光，东西俱泯。而复东西历然，随愿往生。则与弥陀药师，同归秘藏。是

名诸佛甚深行处。” 可见，东方药师如来的法门与西方阿弥陀佛的极乐法门丝毫没有矛盾，我们应当并行而不悖。

药师法门尤其契合末法时代众生

十方一切诸佛皆大慈大悲，而药师如来尤为超胜。释迦牟尼佛八万四千法门，讲经三百余会，其中，《药师琉璃光如来本愿功德经》是佛陀专门“**为拔业障所缠有情，利益安乐像法转时诸有情故**”而宣说。

药师如来所发十二大愿，皆为一切众生现世离苦得乐、获得世间种种圆满，在此基础上还能够解脱轮回、成就无上菩提。这个发愿与其他佛陀不同。药师法门是一个非常高级的圆顿法门，非常殊胜、了义，上根者可以即身成佛，下根者可以现世安乐、临终往生。

末法时代，药师法门的威力将越来越强大，特别契合现在众生的根器。弘一大师云：“深契时机的药师如来法门。”藏传佛教噶举派当今的领袖十七世大宝法王也曾经说过，药师佛法门是特别为末法时代的众生宣说的，由于佛的愿力，药师咒的力量在末法时期反而更加强大。

玉琳国师在《药师经题语》中说道：“予见世人顺境沦溺者不一。富贵可畏，甚于贫贱，今此如来，使人所求如愿，遂从此永不退道，直至菩提，则欲于王臣长者，一切人中作同事摄。不乘如来愿航，何从济乎？”世间人被顺境所沦溺，容易生起修行意乐。药师法门不会让我们沉溺于世间法，相反，修持药师法门能够让我们在得到世间安乐的同时获得出世间的解脱成佛，这是最殊胜的利益。弘一法师说药师法门“惟是一乘速得成佛的法门”。

现代社会，很多人追求世间的功名富贵，也希冀获得出世间解脱成佛的成就。而药师如来发愿让众生在富贵之中也能修行，在此末法时期，药师如来的法门恰好可以满足现代人世出世间的心愿，不仅现世“使人所求如愿”，而且“从此永不退道”，最终成就无上佛果。这也正是智广阿闍梨大力弘扬药师法门的重要缘起所在。

无锡显云寺显密讲修院成立

在此次法会圆满之际，应显云寺住持计华法师以及各位法

师、道友的热切祈请，无锡显云寺显密讲修院正式成立，新加坡一乘显密佛教中心导师智广阿闍梨和无锡显云寺住持计华法师共同为显云寺显密讲修院成立揭牌。值此重要的历史时刻，智广阿闍梨应计华法师的祈请出任显云寺显密讲修院院长。



智广阿闍梨与计华法师
为显云寺显密讲修院成立揭牌



智广阿闍梨接受聘书
出任显云寺显密讲修院院长

计华法师致辞说：“尊贵的智广阿闍梨慈悲，能够担任我们显云寺显密讲修院的院长，实在让我们无比激动！感恩上师，让我们有这么殊胜的因缘亲近大善知识，得闻正法宝藏！希望我们能够跟随上师的步伐，得佛力以及恩师大威德力的加持，凝聚更多的慈悲和智慧，每个人从自己、从家庭、从企业做起，真正创造一个祥和、宁静的人间琉璃净土！同时也恳请上师经常来到您的药师道场——显云寺显密讲修院，让我们能更多、更好地亲近佛法、了解佛法、学习佛法。感恩上师！”

对于显云寺显密讲修院的成立，智广阿闍梨致辞道：“法师跟我商量如何把药师法门发扬光大，如何带领我们所有

的菩萨道友系统、完整地学修药师法门，达到自觉觉他、自利利人。法师的大愿我非常赞叹、非常感动。法师这么谦卑，我相信这是菩萨示现，为我们演示求道之心。我也在各位法师和各位道友面前表态，只要大家需要，我一定全力以赴！”

琉璃梵呗 法会乐供

药师佛第十二大愿有言：“**愿我来世得菩提时，若诸有情，贫无衣服，蚊虻寒热，昼夜逼恼，若闻我名，专念受持，如其所好，即得种种上妙衣服，亦得一切宝庄严具，华鬘涂香，鼓乐众伎，随心所玩，皆令满足。**”《妙法莲华经》亦云：“**若以欢喜心，歌呗颂佛德，乃至一小音，皆已成佛道。**”

在药师法门中，智广阿闍梨开示道：“如果我们具足信心唱诵药师佛名号、药师七佛功德，这也是一种修行，而且是‘轻松修行、快乐成佛’，特别契合我们当今时代众生的根器。”

在药师琉璃光如来的慈悲宏愿中，众生在歌舞升平中亦能成就无上菩提，“鼓乐众伎”不仅是一种殊胜的供养，更是将佛法寓教于乐的一种弘扬方式。为了随学药师佛，也为了力行阿闍梨的教言，在法会的最后，现场居士组织了一场精彩的“琉璃梵呗——药师法会乐供”，以佛法中积累资粮的殊胜法门——“普贤七支供”的方式进行歌舞伎乐供养。乐供的七个节目分别以：顶礼、供养、忏悔、随喜、请佛转法、请佛住世、回向为主题，以歌舞、诵经、插花供奉、弹奏古琴等方式，供养尊敬的智广阿闍梨、计华法师以及各位法师、大德、道友。

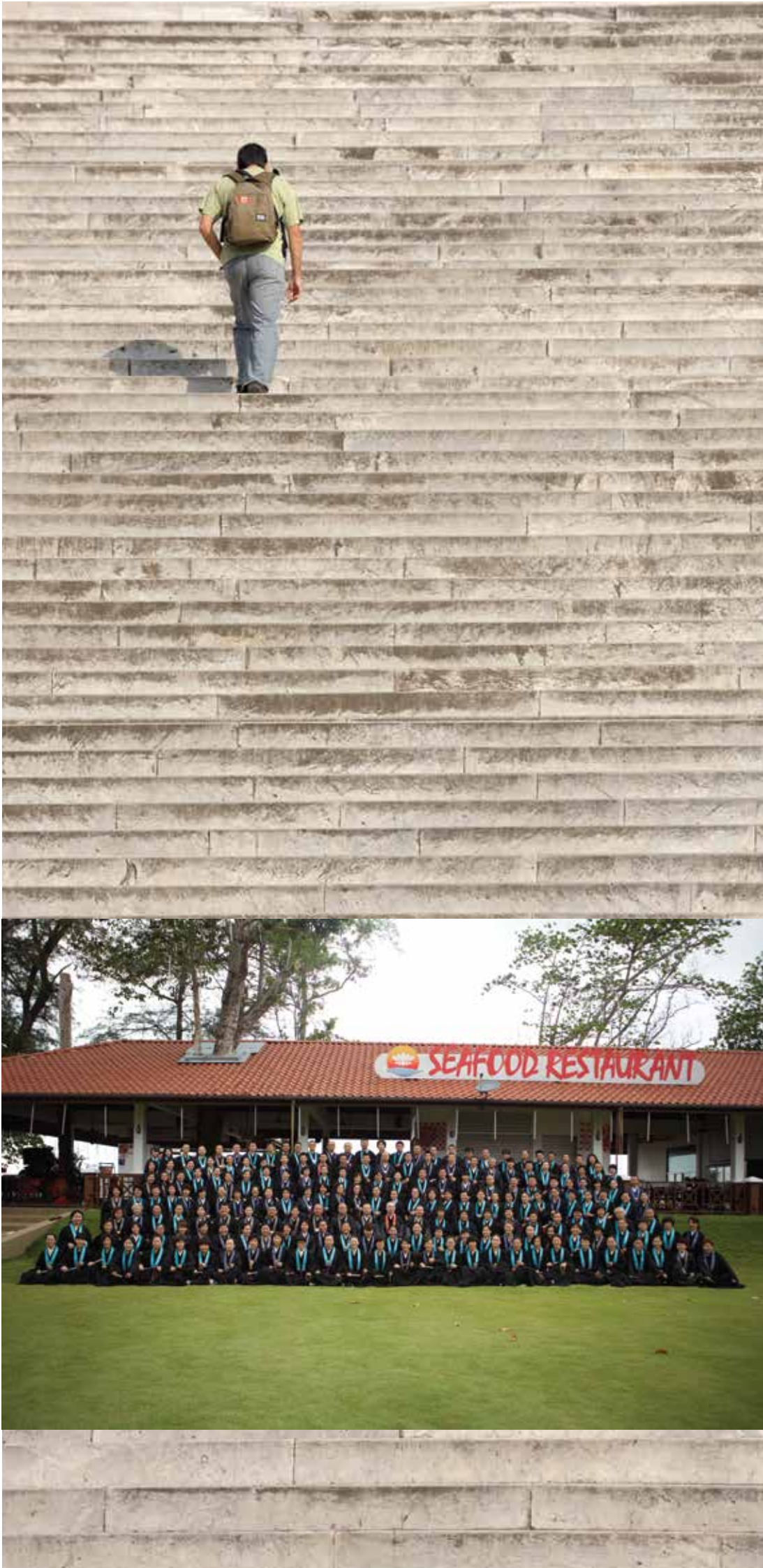
在法喜充满的歌乐声中，为期三天的药师法会告一段落。各位现场的法师、居士以及全球通过网络直播参与法会的道友们都得佛力加持，欢喜踊跃，发愿谨遵师言、依教奉行，如理如法修持药师法门，最终能获得药师法门的殊胜利益，并随学药师佛的十二大愿广利众生、成就菩提。



以厚实的基石筑起成佛的阶梯

马来西亚海滨学修营之教法篇

妙慈



智广阿闍梨开示



维诺领诵

2500多年前，释迦牟尼佛在印度弘扬佛法，每年的四月十五到七月十五，印度处在雨季，外出行脚很不方便，于是佛陀便让僧众们安住下来，大家不再外出，而是一起闭关修行，这个制度被称为“结夏安居”。通过三个月的闭关静修，很多人都会证得圣果，未来能对众生做出更大的利益，足见在静处安住共修的力量之大。这样的一种传统，在后代佛弟子的修行过程中，常被遵循。

在智广阿闍梨所引领的“一乘显密佛教中心”的学修体系中，很早就有带领道友们进行集中封闭式学习的惯例。多年来，“一乘显密佛教中心”的道友，几乎每年都会在智广阿闍梨的带领下，选择一个山清水秀的地方，在一周、或一个月，乃至半年一年的时间里静心学修。这段时间里，道友们离开故乡，暂时放下工作和家庭，全力以赴地闻思修行，以期快速提升智慧、净除罪障、积累资粮，更快更稳地走在解脱成佛的大道上。

在2009年、2010年，智广阿闍梨带领弟子们各进行一次为期一个月的封闭学习。在那两次的学修营中，众道友每日不间断地精进闻思修行，学习了因果、出

离心、菩提心、依止善知识等诸多汉藏传承的殊胜教法，同时，每日在三宝所依前供养千灯千水，行大礼拜，持咒诵经，精进地净除罪障、积累福智资粮，以期早日业净福崇，证悟本心。学习期间，值遇殊胜日，众道友还进行了广大的放生，一方面实践慈悲菩提心的教法，救度旁生有情；一方面也回向所有住世高僧大德皆能健康长寿、广益有情。

2015年3月，智广阿闍梨再次带领弟子们进行为期一个月的封闭式学修。来自世界各地的近200位道友，绝大部分都已经圆满了一遍以上的五加行，大家聚会一处，在善知识的引领下，每日早起晚睡，为着上求下化而精进闻思修行。

在这段时间里，众道友每天上、下午闻法，学习了从人天乘乃至无上乘的殊胜法要。同时，每天有清晨、上午、傍晚、夜间四座共修，共同诵经、持咒、修法，还在殊胜日进行了两次放生。如此闻思与实修并进，时间安排非常紧凑。虽然从身体方面而言，不能说一点也不疲劳，但大家内心都是法喜充满、道味弥甘。

对于绝大部分已经圆满五加行的道友，智广阿闍梨给予了无上乘的殊胜指引，并给予了两次灌顶，以期大家能在坚实的基础的前提下，更上层楼，早日证悟成佛。

智广阿闍梨在很多开示中多次指出，我们应当追随前辈高僧大德、传承上师的足迹，如法依止善知识，注重贤良人格的培养，生起坚固的出离心、菩提心，努力净除罪障、积累福智资粮，观修上师瑜伽，祈祷传承上师的加持，如此则能得到传承上师的殊胜加持而在一生中获得证悟成就。

一月的时间飞速而过，学修结束时，无论是在教法的闻思，还是证法的修持上，道友们都收获满满，在成佛的阶梯上，又更加迈进了一步。同时，大家也共同发无上菩提心，祈祷历代传承上师加持，愿佛法兴盛、世界和平、众生安乐，一切有情早日成就无上佛果。



鼓乐众伎亦是用功办道

妙慈
妙使

马来西亚海滨学修营之才艺篇



为微剧获奖小组颁奖

任谁也不会想到，2015年春的海滨学修营会那么强有力地开发出每一位学员的内在潜能，那么全方位地让学员进行了从道到术、由体致用的全面学修。

3月1日—3月13日的第一期学修班学员个个都是本着“闭关修行”的想法来的，却不料在紧张充实的闻思修之余，还必须以小组为单位排练出高质量的文艺节目，在第一期结营前的3月12日要呈现出高水准的文艺晚会向上师三宝做“乐供”；3月15日—3月28日的第二期学修班学员人人都是为着“求高深大法”早证菩提而来，未曾想在高屋建瓴、醍醐灌顶般的大法之外，更多的是夯实地基般的基础学修，另外还必须以小组为单位在短短几天内完成“孝道”主题微剧，在结营前夕亮相展播、评优颁奖，而且还要举办颁奖文艺晚会。

这一切貌似意外，但细想想并未离于“一乘”学修体系的大纲。

“志于道，据于德，依于仁，游于艺”，这是智广阿闍梨一贯的训导。民国时期衍圣公府主任秘书李炳南老先生，曾认为这四句话是中华文化的核心。智广阿闍梨也认为，一切的学问，包括佛法的学修都要遵循这四句话，从道到术、由体至用。“体”即道、德；“用”即仁、艺，这是整个中华文化最重要的纲领，儒释道的核心精髓皆包含其中。

尤其是大乘佛教教义的精粹在于“为了一切父母众生解脱成佛而誓愿成佛”的菩提心，更是体现在用佛法的智慧去引导众生，用佛教的慈悲去利益众生。为了将一切众生最终安置于究竟安乐的佛果，佛菩萨修六度、行万行，甚至以千百亿化身陪伴在六道众生的身边，以千百亿方便救度众生。《维摩诘经》云：“先以欲钩牵，后令入佛智。”菩萨为了度化众生，也需要修四摄法“布施、爱语、利行、同事”。

智广阿闍梨说，一切的法归根结底要归于“道”——解脱轮回、成就佛道，所以我们的学修根本就在于“志于道”；道体现于“德”，因此要“据于

德”，德不是说教，是具体的实践；“德”最具体的展现是“仁”——慈悲，“依于仁”也是大乘佛子的菩提根；而因为慈悲，因为行愿，我们需要世间技能，需要才艺，需要契合时机的方式，“游于艺”也是度化众生不可或缺的重要方法。

不仅如此，“游于艺”也是一种修行的方便法门。《药师琉璃光如来本愿功德经》中，药师琉璃光如来所发的第十二大愿即是：“愿我来世得菩提时，若诸有情贫无衣服、蚊虻寒热、昼夜逼恼，若闻我名，专念受持，如其所好即得种种上妙衣服，亦得一切宝庄严具，华鬘、涂香，鼓乐众伎，随心所玩，皆令满足”。在歌舞升平中修行，这也正是行药师佛之大愿利益众生、修行成佛的一种法门。《妙法莲华经》中也说：“箫笛琴箏篪，琵琶铙铜钹，如是众妙音，尽持以供养。”“或以欢喜心，歌呗颂佛德，乃至一小音，皆已成佛道。”以欢喜心唱颂佛陀的功德，哪怕唱很小的一个音节都可以成佛！

尤其在金刚乘中，有无数的方便法，歌舞礼乐都可以产生修法的妙用。《吉祥偈》云：“诸现清净身庄严，诸声圆满密咒性，诸念成熟智慧中，盛德圆满愿吉祥。”只要我们掌握了修法的窍诀，一切外境都是真如的显现，一切时处都是修行的当下。《三相灯论》中说：“一义亦不昧，不难方便多”。阿闍梨曾经讲过一个故事：在古印度有个音乐家水平非常高，你心情很好的时候，他唱首歌，马上能让你心情变坏，弹琴弹到“火”的时候，琴都可以烧起来。有一天这位音乐家正在开音乐会，“噶举之父”帝洛巴大师跑去“踢馆”，一直在那边唱歌，最后把音乐家给度化了，这位音乐家最终也证悟了大手印……



为微剧获奖小组颁奖

所以，在这次的马来西亚海滨学修营中，阿闍梨和老师们布置的这些特殊的作业，也的确是“一乘”教法的一种体现。但是，在短短的时间内，在毫无准备的情况下，来自五湖四海的道友们要合作完成高质量的文艺节目和影视剧作，这还是相当艰巨的任务。与其说是闻思修之外的放松娱乐，不如说是挑战大家的极限潜能！于是，来到这个被誉为“心灵假日”的学修营不久，道友们就开始了“朝五晚一”的作息生活（听说古代佛陀和僧众都是初夜、后夜勇猛精进，只是中夜休息，也只睡四个小时）。

毕竟“游于艺”还是作为副业，“志于道”的闻思实修永远都是海滨学修营的主旋律，所以真的叫做“挖掘”：挖掘时间、挖掘道具、挖掘人才、挖掘精力、挖掘你无尽的潜能……所幸的是，Desaru海滨度假村有的是沙滩、美景，还有舞台，不用挖掘景别，拍一个电视连续剧都有足够的地方；不用挖掘场地，每个节目都能找到美滋滋的排练场所。

虽然筹备时间很短，排练的时间更是见缝插针，但是“一切都有无限潜在可能性”！在



武术舞蹈同台演出





上师三宝的加持下，节目质量超乎想象，既体现了佛教文化的“高大上”，又趣味横生、意味深远。在3月12日的第一期海滨学修营“心灵之梦”文艺晚会上，两个多小时精彩纷呈的节目，或让人捧腹大笑，或让人热泪盈眶，或让人击手欢歌，或让人轻声吟和，节目技艺之精湛、现场氛围之热烈、人们身心之喜乐堪比中国中央电视台的“春晚”。

同时，整台晚会融入的佛法深意，更使晚会不啻为一场修法。晚会以“为实现让一切父母众生解脱成佛的梦想”作为“心灵之梦”的主旨，以主题合唱《三宝歌》的皈依之心作为整台晚会的开场，《快皈投佛陀座下》、《六字真言颂》藏族舞、《穷子回家》（《法华经》情景剧）、《我爱你，佛陀》、《雪域之歌》……节目内容或赞叹佛陀，或带来加持，或引领修法，或忆念恩师，晚会在赏心悦目的欢快气氛中给大家播撒着佛法的甘露。接近尾声时，在老师们的带领下，全场一起唱起誓愿成为“真心英雄”的歌：“在我心中，曾经有一个梦，要用智慧让你忘了所有的痛。灿烂星空，谁是真的英雄，伟大的佛陀给我最多感动。把握生命里的每一分钟，全力以赴我们心中的梦。不经历风雨，怎么变彩虹，没有人能随随便便成功……”最后，在众弟子的祈请下，智广阿闍梨唱了一首听闻解脱的《金刚歌》，赐予大家无量的加持，使晚会在无尽美妙的吉祥之中画上了圆满的句号。

在第一期道友的预告下，3月15日开始的第二期学修营的道友们有备而来，带来了各地道友平常排演节目的服装、道具等等，报上来的节目也是形式多样：相声、歌曲、武术、诗朗诵、藏族舞、广场舞、情景剧、三句半……各位道友都想尽己所能，把精彩的才艺展现出来，供养上师三宝。然而，第二期的重点又转向了影视制作，200多位道友，分为十六个大组，每组必须在十日内完成主题为“孝道”的一个大型专题片的剧本，和一个6分钟左右的微剧作品。

又是一场挑战极限的脑力运动，对于绝大多数道友来说都是史无前例的尝试。经过了两场专业人员（道友中专业从事摄像制作的师兄）给大家的集训和急训，大家硬着头皮上岗了，基本上都是现学现卖：从下载编辑视频的软件开始起步的制作，到拿着苹果手机录音的配音；从挖空心思在道友里找素材的编剧，到装模作样把自家故事搬上荧幕的导演；从第一次把摸摄像机的摄像，到第一次出现在镜头里的演员……反正“说我行我就行能行则行，说我不行也得行不行也行”，谁让我们发了大菩提心要行菩萨道呢！不怕的，“一切皆有无限潜在的可能性”，种子法则说了算，这次不行，种下的种子将来一定会发芽！

26日晚终于要全场展播了，结果出人意料！在一切都不充分的条件下，竟然脱颖而出出了好几个优秀的微剧作品，金奖、银奖、铜奖个个堪当，最佳创意奖、最佳编剧奖、最佳表演奖……各显其能。尤其是所有作品的主题思想都非常好：制作手法堪比大片的金奖《选择》，着眼于“爱敬”的相处之道；感人至极、催人泪下的银奖《趁来得及》，立足于孝道的大菩提心；以主题曲串联起故事素材的铜奖《当你老了》，表现出佛道的姐妹情谊……连道友们都自己惊讶，原来自己真的有无穷的潜能、无穷的可能性！

27日晚，“心光灿烂”微剧盛典颁奖晚会隆重举行，获奖道友踏着红地毯走上这人生重要的领奖台，心中不忘上师三宝寄予佛子的厚望；精心排练的节目呈现在“乐供”的舞台，道友们的真心供养上师三宝。

特地从新加坡赶来主持的沈炜竣师兄，还为阿闍梨献上了一首《忆恩师》，演唱前炜竣师兄真诚地分享了他依止智广阿闍梨修行的心得，以及在获得2014年“世界十大杰出青年奖”的整个过程中上师三宝加持的神奇感应。炜竣师兄感人的分享和感恩的歌声，令在场的老师和道友们都非常感动，尤其是他边唱歌边顶礼大恩上师时，很多道友都禁不住感动落泪。

沈炜竣师兄是新加坡知名艺人、行善大使、青年大使，同时也是新加坡一乘显密佛教中心的理事。炜竣师兄是将鼓乐众伎转为道用的一位修行典范，不仅时时将上师三宝和父母众生放在心上，在他的演艺工作中尽力去行善、行菩萨道，而且还用他纯净专业的美妙歌喉录制了智广阿闍梨教授的《南无药师琉璃光如来》的歌曲，让这首极具加持力的佛号歌曲在广大听众中传唱，很多道友的家中尤其是有病患的家庭，经常播放着他唱的这首药师佛号的歌曲，利益了无量的众生。



沈炜竣献上《忆恩师》供养上师三宝

当今时代的三宝弟子，很多时候做的事情跟佛法没有直接的关联，如果不能转为道用就白白浪费了时间，非常可惜。像沈炜竣师兄这样依止上师的教言，随时随地以菩提心来摄持，那么不仅仅是演艺事业，任何事情都能够用来自利利他、自觉觉他，所做的所有事情都会变成成佛的资粮。

智广阿闍梨一直倡导佛弟子要“用高尚引领时尚”，作为一个现代社会的修行人要有文化、有才艺、有品位，会闻思、会修行、会做人、会做事，用高雅、高尚的方法引领家人、引领社会大众学修传统文化、走上解脱大道。

佛法里面的五明“内明、因明、医方明、工巧明、声明”，其中内明是佛法，因明是逻辑学，可以用在推理佛法上，也可以用在推理其他事情上，医方明、工巧明、声明，显现上都是世间法，怎么给人看病，建房子，或者怎么写文章，怎么唱歌等等。从古到今有很多高僧大德不仅精通佛法，整个五明也都是很精通的。

当代的三宝弟子不仅要精于闻思修佛法，还应该具备多种技能，尽可能全面发展，这样不仅能对自己的为人处世乃至修行都有所帮助，而且能接引更多有缘的众生，更好地弘扬佛法利益众生。

“朝五晚一”的海滨学修营在“心光灿烂”的晚会中接近尾声，这半个月、一个月的全面学修带来的心灵提升是不言而喻的。虽然曲终人散了，但这样在鼓乐众伎中的用功办道给每一位学员都深深地植入了一颗最圆满的菩提种子，愿它生根发芽、茁壮成长，早日长成参天大树！



2015年3月，华夏大地还是初春乍暖还寒的时节，异国他乡的马来西亚依然以它不变的夏日热情拥抱着来自世界各地的朋友。Desaru海滨度假村美丽依旧，与以往不同的是，旖旎的热带风情中增添了一道亮丽的风景线——款款行步于酒店长廊和海滨的“中国古人”——他们都是一袭汉服，男子举止庄严、气质儒雅，女子端庄飘逸，宛若画中走出来的人儿……

新加坡一乘显密佛教中心组织的海滨学修营正在这里举行，来自全球不同地域的二百多名道友齐聚一堂，进行为期一个月的学修活动。这次活动要求每位道友都准备了海青、缦衣、中衣、木屐、足袋、轮袈裟、折扇等各种配套的礼仪服饰。智广阿阇梨在开营仪式上特别强调了此次学修营的礼仪规范，并且要求在着装、行堂等行住坐卧中练习威仪，修炼自心。

阿阇梨开示说，中华民族自古就是礼仪之邦，特别体现在服装和行住坐卧的威仪上面，但是在明代以后，只有寺院里一直保存着相当完好的汉服体系和行住坐卧的规范礼仪，汉服的 tradition 只在出家人身上保留了下来。全世界几乎所有的民族都延续着本民族的服装，只有我们汉民族几乎已忘失了汉服的 tradition。这实在是一件非常可悲的事情。



净心书道

马来西亚海滨学修营之服饰篇

学修营汉服翩翩续传承古礼重现

于东亮

然而汉服却跟随着当年的遣隋使、遣唐使漂洋过海来到了日本，演变成为大和民族的和服，并在日本的寺庙里庄严地保留了下来。阿阇梨在日本比叡山行院修行时，体验了中国礼仪之邦的风范：劳动和洗漱的时候，要穿作务衣；吃饭和上课的时候要穿道服跟轮袈裟；如果是入堂修法，必须穿素绢跟白茹条的袈裟，这是最正规的一套衣服。有时从早晨起来到晚上睡觉要换九次衣服。不同的场合要穿不同的衣服，这也是礼仪。

虽然西方没有严格的规范，但是也有很多的礼仪，比如工作的时候要穿西装、衬衣，扎领带、领结，出席盛大的晚会要穿特殊的晚礼服等，反而我们中国现在什么传统礼仪都没有了，作为中华民族的儿女，我们应该把这种礼仪很好地恢复起来……

在本次学修营活动中，每位道友都切实体验了唐代基本的着装礼仪：内穿白色中衣，外罩黑色的海青，右衽的中衣露出Y型的领口，刚好与海青相配，内外衣领层层对齐。受过五戒的道友还需要搭缦衣。白色的足袋踏上木屐，右手执折扇，左手持念珠……而且还必须遵守一些礼仪规范：早晚课念经及法会时要穿海青、搭缦衣；上课时穿海青、戴轮袈裟；吃饭时可穿海青亦可穿中衣；去洗手间时必须脱去海青。另外，不穿海青缦衣时，都要以规范的方式整齐地将它们折叠好。

特别是这个戴在颈上、精美古典的锦制轮袈裟，还有一个动人的来历。相传过去在日本有一位圆仁法师，被称为慈觉大师，在日本天台宗的地位仅次于天台宗创始人最澄大师，是一位很了不起的高僧大德。慈觉大师在唐代时候到中国来求法，刚好碰到唐武宗灭佛，佛教受到很大的摧毁，所有出家人都被迫还俗，不能穿僧衣。然而道心坚定的慈觉大师把袈裟折成五折，像围巾一样挂在脖子上，意思是说我虽然不能违背国家的命令，但是我还要保持我的道心……现如今在日本，轮袈裟已经演变成一种常见的佛教饰物，在穿袈裟不方便的时候，就用轮袈裟来代替。所以平时为了表示对佛法的尊重，以及保持这样一个道心，上课、会客等正式场合都要戴这个轮袈裟。



列入堂

在轮袈裟的下面还挂了一枚弘一大师手书的铜质“一乘”的标志，经中之王《妙法莲华经》云：“十方佛土中，唯有一乘法，无二亦无三，除佛方便说”，代表小乘、大乘、金刚乘的教法，其本质都是一佛乘。同时，这个标志也是新加坡一乘显密佛教中心的标志。

每天清晨五点半，海上地平线还没有现出一丝曙光，只有涛声阵阵、椰风习习，连度假村里的鸚鵡们都还在说着梦话，所有穿戴整齐的道友们就已经在教室外列队，准备入堂上早课了。

您看，整齐庄严的队列，诚意正心的状态，随着辅导员孝文老师的一声口令：“礼！”相对而立的道友彼此互行鞠躬礼，次序步入教室。步伐从容坚定，心中默诵咒语，面容温和而庄重。进入教室后，首先向佛像及辅导员老师行鞠躬礼，然后沿着规定好的路线缓步前行到法座和佛像前方，一齐鞠躬问讯，然后两两分开，走到自己的座位前，等待其他道友次第进入……整个过程虽然简短，但在浓浓的庄严氛围中，起心动念都充满恭敬虔诚，举手投足都尽显汉唐风范。这真可以说是“一张一弛体会行住坐卧之威仪，一点一滴感受上师三宝之加被”。

经过本次海滨学修营传统礼仪的洗礼，仅仅就日常起居的服装上，所有参加的学员都深感带给自己身心由外而内的变化。正所谓服章之美谓之“华”，礼仪之大谓之“夏”，身为一个修行人，应当以善知识为榜样，共同担起华夏道统，从日常生活中的点滴做起，在着装、行住坐卧中立我威仪，修我佛心。



主办 Publisher

一乘显密佛教中心

Ekayana Sutra and Tantra Buddhist Centre

刊号 Newspaper Permit

No.MCI(P)103/02/2015

总编 Editor-in-Chief

陈超

副总编 Deputy Editor-in-Chief

守愚

执行总编 Managing Editor

夏卫娟

编辑 Editor

妙使 孝诚 孝华 孝永

美术总监 Art Director

盛韵

翻译 Translator

石清（日文） 伯益（藏文）

校对 Proofreader

王净 胡玉英 段梦茹 王玥菊 赵盈 朱毅

张云 常冬云 阮翠玲 宋轩 蔡茵 秦翠



此完覽經中 可天誦之罪