



藏密流傳

Jan. 2007 NO.02

ཨ། །ལུང་ལ།

Ut-pa-la



Karma Thegsum Chöling - New Jersey

大寶法王行宮

來自法王噶瑪巴的祝福



THE KARMAPA

The New Jersey KTC (Karma Thegsum Choling) Dharma magazine will be known as the *Ut-pa-la*.

While congratulating all the members of KTC for launching this Dharma magazine under the directorship of Lama Tsultrim Gyaltzen, I hope this will facilitate spreading the activities of Karmapa and Kagyu Lineage for the benefit of all sentient beings.

Tashi Delek and sincere prayers to all and especially the *Ut-pa-la* editorial board of the New Jersey KTC .

The 17th Karmapa
Sidhbari
August 31, 2006



至尊第十七世噶瑪巴·大寶法王
邬金欽列多傑

封面：尊聖第十四世達賴喇嘛與十七世噶瑪巴合影於印度

ལུ་པ་ལ།

གྲུང་བཟོད།

謹致 各位同參道友及廣大的讀者朋友：

扎西德樂！吉祥如意！

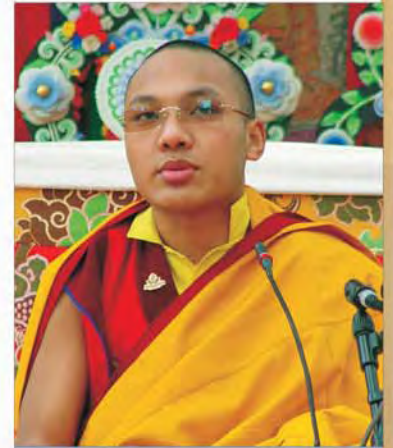
自從佛陀的法教在雪域西藏得到廣弘至今，出現了相當多殊勝的博智賢達之士，彼等基於對後世學子的慈悲，而依照自己的修證經驗，留下了諸多的口訣、法要與知識典籍。

然而，此類法門既深且廣，初入門者實難體證，因此，當世聖賢將此等深廣法要總攝要義、清晰闡釋，令人頓生正信，並透過種種途徑宣揚：譬如將廣播上說法的內容記錄成文字，再利用電腦，將藏文典籍翻譯為漢文；更有許多不共法要，以各國語文透過網路傳遞，使得對於正法有興趣及信仰的人，能夠因此了解法義，並知曉修行之道。

這些作為，並非是為了利益在寺宇經院中學習及畢業的沙門，而是專門利益那些初入佛門、對佛法初感興趣之人。同樣地，在美國紐澤西州的噶瑪三乘法林—大寶法王行宮 (KTC-NJ) 也以同樣發心出刊了 Ut-pa-la 法訊，然而我等在編輯與校對上之經驗有限，在記錄眾多廣播要文、翻譯的過程當中，或因內容語音不清等違緣而有所疏漏在所難免，願博學讀者能多見諒，若有錯謬閃失，懇請大德們不賜教。

噶瑪巴千諾！

大寶法王行宮 2007.01 於美國紐澤西州



ལུ་པ་ལ།

Ut-pa-la

The 17th Karmapa
Sidhbari
August 31, 2006



本法訊承蒙第十七世噶瑪巴·如來大寶法王的祝福，賜名「Ut-pa-la」。內容涵蓋了佛法修學開示、佛教傳承與歷史文化、法訊通知等各方面訊息，期將世尊釋迦牟尼佛所傳授的三乘法教一小乘、大乘、金剛乘分層次地講解闡釋，來利益現代人心，並進一步能循續漸進地修學，願以此更能莊嚴世界，利樂群生！

發行人：喇嘛 次成嘉增
發行所：大寶法王行宮
編輯組：喇嘛 財旺仁波切
喇嘛 扎西噶瓦
李雅雯
設計：李雅雯

Publisher: Lama Tsultrim Gyaltsen
Issued by: KTC-NJ
Editors: Lama Tswang Rinpoche
Lama Tashi Gawa
Ya-wen Lee
Design: Ya-wen Lee

དགའ་ཆག

རྒྱབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོའི་བཀའ་སློབ།

04 རྒྱབས་མགོན་ཏུ་ལའི་སྒྲིམ་མའི་བཀའ་སློབ་གཙུག་ལུ་གུ་ལ།

05 རྒྱབས་མགོན་ཀམ་པའི་བཀའ་སློབ་བཀའ་བརྒྱན་སློན་ལམ་རྒྱབས་སྣུལ་བ།



རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་སྒྲིམ་མའི་ལུང་།

06 རྣམ་དག་གསུམ་དང་ཡོངས་དག་བཏུ་གཉིས། མཁའ་པོ་རྒྱལ་བའི་ལམ་རིག་པོ་ཆེས་བཀའ་བྲིད་བརྒྱདས་པ།

སྐྱེས་ཆེན་དམ་པའི་ཟབ་འབྲིད།

14 རྒྱབས་འགོ།

18 ཡུལ་འཆོལ་བའི་ཕན་ལོན།



ནང་ཚེས་ལ་བཞུགས་པའི་ཚྭ་ང་།

20 ནང་ཚེས་གྱིས་པའི་མེ་ཚོམ་བདེ་བ་བསྟུན་པ།

ཚེས་སྤོགས་གསལ་དགུ་འགྲུབ་གནད་ཆེ་ལག།

22 བཀའ་བརྒྱན་སློན་ལམ་ཐེངས་ཉེར་བཞི་བའི་མཛད་རིམ།



ཚེས་འབྲུང་སློབ་འབངས་དགྱིས་པའི་དགའ་ཚོལ།

24 བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་ཚེས་འབྲུང་གོ་བདེ་གནད་བསྐྱེས་སུ་གྲུབ་པ།

26 ཡོད་པ་ལ་ཀམ་པའི་གནད་སྐྱེས་འབྲུང་སྐྱོངས་སུ་བཏུག་བཤའ་སྤྲོད་སྤྲོད་ཚེས་འཁོར་གྱི་ལོ་ལྟུང་།

28 རེ་ལུ་འཇར་སི་རྒྱལ་བ་ཀམ་པའི་ཚེས་ཚོགས་སྐོར།

ནང་ཚེས་དང་འབྲེལ་བའི་རིག་གཞུང་།

30 མཚོད་པ་སྐྱེ་བརྒྱད།

34 ནང་ཚེས་དང་འབྲེལ་བའི་བོད་ཀྱི་ལོ་གསལ།

རེ་ལུ་འཇར་སི་ཀམ་པའི་ཐེག་གསུམ་ཚེས་སྤྱི་དགུ་ཚེས་བདུ་གསལ་བསྐྱེད་ལུ།

36 རྒྱུ་ལོ་༢༠༠༢་ལྟར་ལོ་ཚེས་༢་ཉིན་མཁའ་པོ་ཀར་མཐར་རིག་པོ་ཆེས་སྒྲིམ་མའི་རྣམ་འབྲོར་དང་སློལ་མའི་བཀའ་དབང་བརྒྱལ་བ།

38 རྒྱུ་ལོ་༢༠༠༢་ལོའི་སྐབས་ཀྱི་ནང་ཚེས་བདུ་གསལ་བསྐྱེད་ལུ།

མཚར་གཏམ་སྣང་བ་གང་གསལ།

40 སློན་ལ་བྲིད་ཐེབས།



法王開示

- 04 至尊 達賴喇嘛的精要開示
- 05 至尊 大寶法王·噶瑪巴的開示
——摘錄自 世界噶舉祈願大法會上的教言

佛言祖語

- 06 《三清淨與十二畢竟淨》——堪布·竹清嘉措仁波切開示

甘露法雨

- 14 皈依
- 18 頂禮的功德簡介

學佛心得

- 20 佛教如何改變我的生命

法界要聞

- 22 【第二十四屆噶舉祈願大法會】報導

法脈源流

- 24 藏傳佛教源流概述（完結篇）
- 26 印度·法輪中心—隆德寺簡介
- 28 北美·大寶法王行宮簡介

佛教文化

- 30 如何設八供
- 34 藏曆新年

行宮法訊

- 36 2007年5月27日《上師相應法暨白度母灌頂》
——恭請尊貴的堪布·卡塔仁波切主法
- 38 2007年一~六月 週日共修及法會訊息

笑口常開

- 38 成功的胎教!



至尊 達賴喇嘛的精要開示

【摘自 哲蜂寺羅薩僧院版本】

一個真正的慈悲心的生起，是需要知道自、他、旁三者都同樣欲樂不欲苦，都同樣有權去拔苦求樂，慈悲心便是在此種基礎上產生的。

那些「毫不利己專門利人」、能挑得起重擔的思想，正是在此種心量中產生的！如此這般的思維就稱作慈悲心。

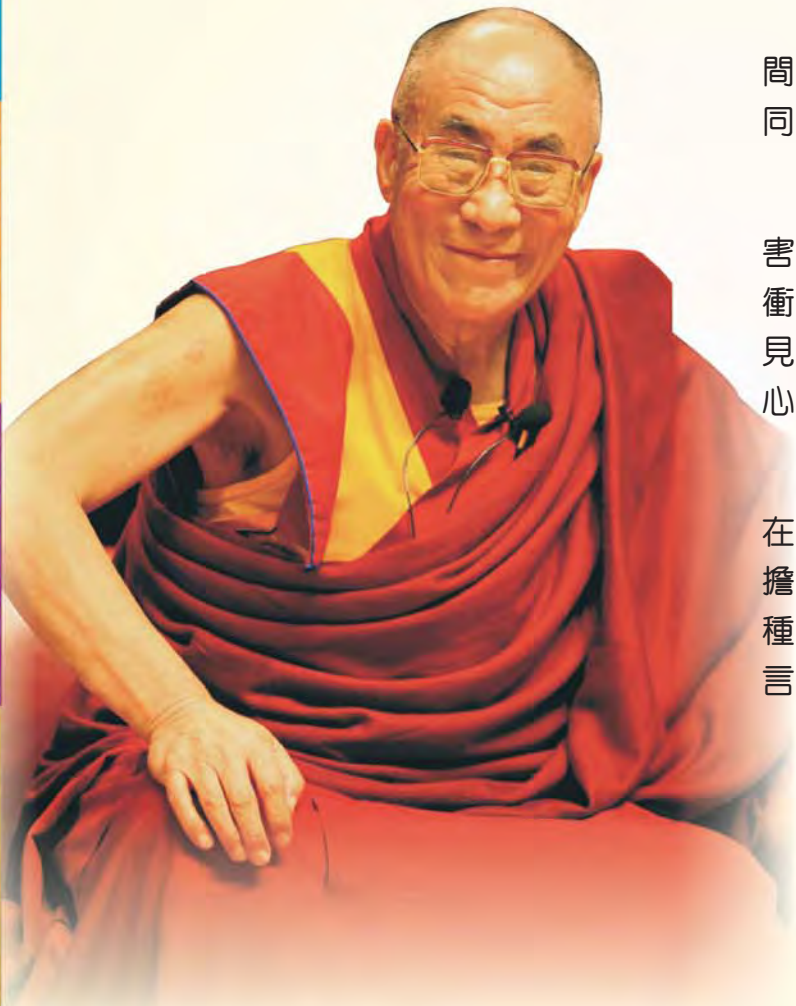
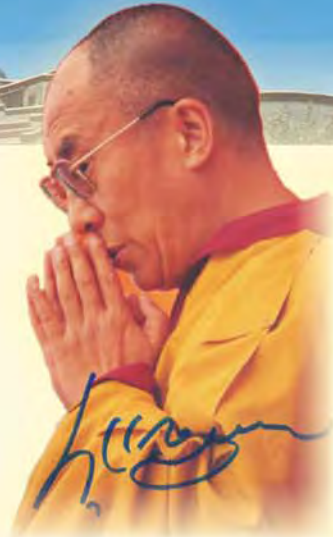
但是，對於許多的個人或羣體間的商業往來，若是對社會產生不良影響或重大傷害，例如販賣鴉片等活動便是傷害社會的行為，因此就不允許做販賣鴉片的生意；同樣的，參與這種活動的人也被視為罪犯。

從這個觀點上來講，國家與國家之間進行軍火的買賣，與上述的情況也是同屬一類啊！

若沒有慈悲心，即使是宗教也會傷害人類社會。觀察目前這個時代，許多衝突與麻煩的產生，就是由於對宗教歧見的不同情況下造成的，也因此，慈悲心就成了根本。

此種慈悲心是內心力量的源泉，它在增長內心力量的同時，也能夠增長出擔負利他事業的堅定的奉獻心。有了此種心念，就不會被違緣所左右，總體而言，對許多事便能夠如願以償。

(翻譯：穹達)



法王開示

至尊 噶瑪巴·如來大寶法王的開示

【摘錄自 世界噶舉祈願大法會上的教言】

「我們當要研究歷代至尊大德們在過去歷史上的事蹟功業，就算在這惡劫時期，若能依教奉行如法修持仍是至為重要。」

——噶瑪巴

...所謂「噶舉祈願法會」並不是我們來到印度之後才產生的，早在三百多年以前，第七世噶瑪巴·確札嘉措、第八世噶瑪巴·米覺多傑、第九世噶瑪巴·旺秋多傑、以及第十世噶瑪巴·確映多傑等時期，確有舉行過將大多數的噶舉教派匯集一處，感懷本師釋加牟尼佛之恩德，並祈禱世界及周圍區域的和平安樂，當時雖未稱為「噶舉祈願法會」，但其意義是與噶舉祈願法會相似的。

若以第七世噶瑪巴確札嘉措的時期而論，在佛教四大節日，尤其是神變節時，便有習俗舉行盛大的祈願法會。他們陳列當時最為不可思議的聖物，並於聖物前方供有黃金、紅金等豐盛供養，而且每天更換過去藏地未聞未見的各式各樣供品。第七世噶瑪巴·確札嘉措更是自己在薄墊上行禮拜。清晨唸誦祈願文，當時採用現今極為重視的「大法行文」中的「大祈願文」，噶瑪巴並依照「清淨佛土願文」的唸誦方式，親口奉誦祈願文。午後，安排有為印、藏諸多賢哲與諸善王說唱歷史的活動，以及巨型歌舞表演。第七世噶瑪巴·確札嘉措平日沒有賜見諸多信眾的習俗，而在神變月和藏曆新年兩大節日會合之際群眾聚集的五六天內，唯有在茶會時給予片刻的賜見，並不允許長時間的會見。而當時的祈願法會，在清晨奉誦祈願儀軌時因香較長，諸多信眾時常只為了瞻仰而來。此外一般的人則是為了看表演，相互談論新年的節目多與少而來。上述所言皆為歷史的記載。



總之，既然我們大家都認為自己在追隨著過去的至尊大德們，因此勢必要真的付諸實行，切實的效法。我們當要研究歷代至尊大德們在過去歷史上的事蹟功業，就算在這惡劫時期，若能依教奉行如法修持仍是至為重要。我自己也不斷的參閱了許多祖師前輩的傳記事蹟，也希望噶舉祈願法會到目前為止不僅是好而已，而是能夠更精益求精、更上層樓。

༄༅། །རྣམ་དག་གསུམ་དང་ཡོངས་དག་བརྒྱ་གཉིས། །

The Three Perfectly Purities & The Twelve Completely Purities

三清淨與十二畢竟淨

【堪布·竹清嘉措仁波切 2004年9月於大寶法王行宮之教授，翻譯：穹達】



• • 尊貴的堪布竹清嘉措仁波切，生於1934年康藏地區，是藏傳佛教噶瑪噶舉傳承的首席學者及詩人、大手印傳承的證悟者，也是瑜伽行成就者。

• • 仁波切早年在山區及墳場長期閉關，由第十六世大寶法王傳授大手印及直指心性，得證大手印並授與「堪布」頭銜，在印度亦得到達賴喇嘛認可的格西學位。1975年，他在十六世大寶法王勸請下出關弘法，巡迴世界講學，以訓練西方佛法翻譯員更了解藏傳法教為重點，足跡遍及五大洲，近30年不曾間斷，並且和創古仁波切在那爛陀佛學院負責訓練新一代堪布。

• • 多年來，仁波切在不丹、西藏和尼泊爾的密勒日巴山洞，成立多處閉關中心，更為女性修行者創建了阿尼寺院，其智慧與慈悲，深受藏傳佛教四大教派所尊崇。仁波切以無與倫比的證道金剛歌，教導弟子唱誦禪修口訣，講學風格活潑多變，能犀利察覺學生心性，但又不失幽默隨和，生活樸素自在，被譽為「現代密勒日巴」，仁波切也是十七世噶瑪巴·大寶法王—鄔金欽列多傑的經師之一。

༄༅། །ཀ་པ། །རྣམ་དག་གསུམ། །

The Three Perfectly Purities

གཅིག་ཀྱི་ །འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་དག་པས་གཞུགས་རྣམ་པར་
དག་པ། །གཞུགས་རྣམ་པར་དག་པས་འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་དག་པ་
སྟེ། །དེ་ལྟར་ན། །འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་གཞུགས་རྣམ་
པར་དག་པ་འདི་ལ་གཉིས་སུ་མེད་དེ། །གཉིས་སུ་བྱུང་མེད། །སོ་
སོ་མ་ཡིན། །ཐ་མི་དད་དོ། །

1 · 1 **Desire** is perfectly pure and therefore **forms** are perfectly pure. **Forms** are perfectly pure and therefore **desire** is perfectly pure. Thus, **desire**, perfectly pure, and **forms**, perfectly pure, are not dual, cannot be made dual, are not separate, and are not different.

༄༅། །三 清 淨། ༄༅།

貪清淨即色清淨。
色清淨即貪清淨。
何以故。
是貪清淨與色清淨。
無二無二分無別無斷故。

引自唐玄奘所譯『般若經』

欲望清淨故**形色**(形體與顏色)是清淨的，
形色清淨故**欲望**也是清淨的，
因此，**欲望**清淨與**形色**清淨，
是沒有二者的；是不可二分的；
是非各自的；是沒有區別的。

(根據藏文譯為現代通俗中文)

༄༅། །仁波切：經文與口訣用唱誦的，既可以思維又可以禪修，是非常好的修行方式。

¶ १ འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་དག་པས་ཚོར་བ་རྣམ་པར་དག་པ།
ཚོར་བ་རྣམ་པར་དག་པས་འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། དེ་
ལྟར་ན། འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་ཚོར་བ་རྣམ་པར་དག་པ་
འདི་ལ་གཉིས་སུ་མེད་དེ། གཉིས་སུ་བྱར་མེད། མོ་མོ་མ་ཡིན།
ཐ་མི་དད་དོ། །

1 · 2 Desire is perfectly pure and therefore feelings are perfectly pure. Feelings are perfectly pure and therefore desire is perfectly pure. Thus, desire, perfectly pure, and feelings, perfectly pure, are not dual, cannot be made dual, are not separate, and are not different.

欲望清淨故感受是清淨的，感受清淨故欲望也是清淨的，因此，
欲望清淨與感受清淨，是沒有二者的；是不可二分的；是非各自的；是沒有區別的。

¶ २ འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་དག་པས་འདུ་ཤེས་རྣམ་པར་དག་པ།
འདུ་ཤེས་རྣམ་པར་དག་པས་འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། དེ་
ལྟར་ན། འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་འདུ་ཤེས་རྣམ་པར་དག་
པ་འདི་ལ་གཉིས་སུ་མེད་དེ། གཉིས་སུ་བྱར་མེད། མོ་མོ་མ་ཡིན།
ཐ་མི་དད་དོ། །

1 · 3 Desire is perfectly pure and therefore discriminations are perfectly pure. Discriminations are perfectly pure and therefore desire is perfectly pure. Thus, desire, perfectly pure, and discriminations, perfectly pure, are not dual, cannot be made dual, are not separate, and are not different.

欲望清淨故認知是清淨的，認知清淨故欲望也是清淨的，因此，
欲望清淨與認知清淨，是沒有二者的；是不可二分的；是非各自的；是沒有區別的。

གཉིས་¶ ༡ ཞེ་སྤང་རྣམ་པར་དག་པས་གཟུགས་རྣམ་པར་དག་པ།
གཟུགས་རྣམ་པར་དག་པས་ཞེ་སྤང་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན།
ཞེ་སྤང་རྣམ་པར་དག་པ་དང་གཟུགས་རྣམ་པར་དག་པ་འདི་ལ་གཉིས་
སུ་མེད་དེ། གཉིས་སུ་བྱར་མེད། མོ་མོ་མ་ཡིན། ཐ་མི་དད་དོ། །

2 · 1 Anger is perfectly pure and therefore forms are perfectly pure. Forms are perfectly pure and therefore anger is perfectly pure. Thus, anger, perfectly pure, and forms, perfectly pure, are not dual, cannot be made dual, are not separate, and are not different.

嗔清淨即色清淨。
色清淨即嗔清淨。
何以故。
是嗔清淨與色清淨。
無二無二分無別無斷故。

怨恨清淨故形色是清淨的，
形色清淨故怨恨也是清淨的，
因此，怨恨清淨與形色清淨，
是沒有二者的；是不可二分的；
是非各自的；是沒有區別的。

引自唐玄奘所譯『般若經』

(根據藏文譯為現代通俗中文)



གསུམ། ༡ གཉི་མུ་ག་རྣམ་པར་དག་པས་གཟུགས་རྣམ་པར་དག་པ།
 གཟུགས་རྣམ་པར་དག་པས་གཉི་མུ་ག་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་
 བ། གཉི་མུ་ག་རྣམ་པར་དག་པ་དང་གཟུགས་རྣམ་པར་དག་པ་འདི་
 ལ་གཉིས་སུ་མེད་དེ་གཉིས་སུ་བྱར་མེད། མོ་མོ་མ་ཡིན། ཐ་མི་
 དད་དོ། །

癡清淨即色清淨。
 色清淨即癡清淨。
 何以故。是癡清淨與色清淨。
 無二無二分無別無斷故。

引自唐玄奘所譯『般若經』

3 · 1 Stupidity is perfectly pure and therefore forms are perfectly pure. Forms are perfectly pure and therefore stupidity is perfectly pure. Thus, stupidity, perfectly pure, and forms , perfectly pure, are not dual, cannot be made dual, are not separate, and are not different.

愚癡清淨故形色是清淨的，
 形色清淨故愚癡也是清淨的，
 因此，愚癡清淨與形色清淨，
 是沒有二者的；是不可二分的；
 是非各自的；是沒有區別的。

十二畢竟淨

༡། །ཁ་པ། ཡོངས་དག་བཅུ་གཉིས། །

། བདག་ཡོངས་སུ་དག་པས་འདུ་བྱེད་ཡོངས་སུ་དག་པ། འདུ་
 བྱེད་ཡོངས་སུ་དག་པས་བདག་ཡོངས་སུ་དག་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བ།
 བདག་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་འདུ་བྱེད་ཡོངས་སུ་དག་པ་འདི་ལ་
 གཉིས་སུ་མེད་དེ། གཉིས་སུ་བྱར་མེད། མོ་མོ་མ་ཡིན། ཐ་མི་
 དད་དོ། །

我畢竟淨即行畢竟淨。
 行畢竟淨即我畢竟淨。
 何以故。
 是我畢竟淨與行畢竟淨。
 無二無二分無別無斷故。

參考：唐玄奘所譯『般若經』

The Twelve Completely Purities

The self is completely pure and therefore formations are completely pure. Formations are completely pure and therefore the self is completely pure. Thus, the self, completely pure, and formations completely pure, are not dual, cannot be made dual, are not separate, and are not different.

我完全清淨故行動是完全清淨的，
 行動完全清淨故我是完全清淨的，
 因此，
 我完全清淨與行動完全清淨，
 是沒有二者的；是不可二分的；
 是非各自的；是沒有區別的。

仁波切：能够對自己的五毒產生淨觀，才有能力對他人產生淨觀。

༄༅། །གཟུགས་ནས་རྣམ་ལུང་མཐེན་པར་གྱི་
འགྲེས་རྒྱུ་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱུད། །

The 108 Ratiocinations
from Form to Omniscience

◇ 色至一切相智間可推演的一百零八法相 ◇

five aggregates 五蘊

- | | | |
|--------------|-----------------|---|
| 1. གཟུགས། | forms | 色 |
| 2. ཚོར་བ། | feelings | 受 |
| 3. འདུ་ཤེས། | discriminations | 想 |
| 4. འདུ་བྱེད། | formations | 行 |
| 5. རྣམ་ཤེས། | consciousnesses | 識 |

Six faculties 六根

- | | | |
|----------|------------|---|
| 6. མིག། | the eyes | 眼 |
| 7. རྒྱ། | the ears | 耳 |
| 8. ལྗེ། | the nose | 鼻 |
| 9. ལྗེ། | the tongue | 舌 |
| 10. ལུས། | the body | 身 |
| 11. ཡིད། | the mind | 意 |

six focal conditions 六塵

- | | | |
|-------------|-------------------|---|
| 12. གཟུགས། | forms | 色 |
| 13. རྒྱ། | sounds | 聲 |
| 14. དྲི། | smells | 香 |
| 15. རྩ། | tastes | 味 |
| 16. རེག་བྱ། | bodily sensations | 觸 |
| 17. ཚོར་བ། | phenomena | 法 |

Six consciousness 六識

- | | | |
|---------------------------|--------------------------------|----|
| 18. མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། | the eye sense consciousness | 眼識 |
| 19. རྒྱ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། | the ear sense consciousness | 耳識 |
| 20. ལྗེ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། | the nose sense consciousness | 鼻識 |
| 21. ལྗེ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། | the tongue sense consciousness | 舌識 |
| 22. ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། | the body sense consciousness | 身識 |
| 23. ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། | the mental consciousness | 意識 |

Six contacts 六觸

- | | | |
|----------------------------|----------------------|----|
| 24. མིག་གི་འདུས་ཏེ་རེག་པ། | the eye's contact | 眼觸 |
| 25. རྒྱ་བའི་འདུས་ཏེ་རེག་པ། | the ear's contact | 耳觸 |
| 26. ལྗེ་བའི་འདུས་ཏེ་རེག་པ། | the nose's contact | 鼻觸 |
| 27. ལྗེ་བའི་འདུས་ཏེ་རེག་པ། | the tongue's contact | 舌觸 |
| 28. ལུས་ཀྱི་འདུས་ཏེ་རེག་པ། | the body's contact | 身觸 |
| 29. ཡིད་ཀྱི་འདུས་ཏེ་རེག་པ། | the mind's contact | 意觸 |

Six feelings from the conditions of the six contacts 六種觸受

- | | |
|--|---------|
| 30. མིག་གི་འདུས་ཏེ་རེག་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཚོར་བ། | 眼觸為緣所生受 |
| the feeling arising from the condition of the eye's contact | |
| 31. རྒྱ་བའི་འདུས་ཏེ་རེག་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཚོར་བ། | 耳觸為緣所生受 |
| the feeling arising from the condition of the ear's contact | |
| 32. ལྗེ་བའི་འདུས་ཏེ་རེག་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཚོར་བ། | 鼻觸為緣所生受 |
| the feeling arising from the condition of the nose's contact | |
| 33. ལྗེ་བའི་འདུས་ཏེ་རེག་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཚོར་བ། | 舌觸為緣所生受 |
| the feeling arising from the condition of the tongue's contact | |
| 34. ལུས་ཀྱི་འདུས་ཏེ་རེག་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཚོར་བ། | 身觸為緣所生受 |
| the feeling arising from the condition of the body's contact | |
| 35. ཡིད་ཀྱི་འདུས་ཏེ་རེག་པའི་རྐྱེན་གྱིས་ཚོར་བ། | 意觸為緣所生受 |
| the feeling arising from the condition of the mind's contact | |



ལྟ་གང་འདི་མི་ལམ་ལྟ་སུའི་གཟུགས་དེ་ནི་མ་བཅིངས་མ་གྲོལ་བའོ། །

Like dreams,
these forms are neither bound nor liberated.

གང་འདི་སྒྲ་བརྟན་ལྟ་སུའི་གཟུགས་དེ་ནི་མ་བཅིངས་མ་གྲོལ་བའོ། །

Like music,
these forms are neither bound nor liberated.

གང་འདི་མིག་ཡོར་ལྟ་སུའི་གཟུགས་དེ་ནི་མ་བཅིངས་མ་གྲོལ་བའོ། །

Like optical illusions,
these forms are neither bound nor liberated.

གང་འདི་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་སུའི་གཟུགས་དེ་ནི་མ་བཅིངས་མ་གྲོལ་བའོ། །

Like reflections,
these forms are neither bound nor liberated.

གང་འདི་སྒྲིག་རྒྱ་ལྟ་སུའི་གཟུགས་དེ་ནི་མ་བཅིངས་མ་གྲོལ་བའོ། །

Like mirages,
these forms are neither bound nor liberated.

གང་འདི་སྒྲུལ་པ་ལྟ་སུའི་གཟུགས་དེ་ནི་མ་བཅིངས་མ་གྲོལ་བའོ། །

Like miraculous emanations,
these forms are neither bound nor liberated.

此如夢之色乃未縛未解。這夢境一樣的形體與顏色，它們既沒有束縛也沒有解脫。

此如音之色乃未縛未解。這音波一樣的形體與顏色，它們既沒有束縛也沒有解脫。

此如影之色乃未縛未解。這光影一樣的形體與顏色，它們既沒有束縛也沒有解脫。

此如像之色乃未縛未解。這影像一樣的形體與顏色，它們既沒有束縛也沒有解脫。

此如映之色乃未縛未解。這陽焰一樣的形體與顏色，它們既沒有束縛也沒有解脫。

此如幻之色乃未縛未解。這幻象一樣的形體與顏色，它們既沒有束縛也沒有解脫。

༄༅། །ཀ་པ། རྣམ་དག་གསུམ། །

The Three Perfectly Purities

三 清 淨

1. འདོད་ཆགས། Desire 貪 2. ཞེ་སྤང་ Anger 嗔 3. གཉི་མུག་ Stupidity 癡

༄༅། །བདག་གི་རྣམ་གྲངས་བཅུ་གཉིས། །

The Twelve Ways of Saying "Self"

「我」之十二種名相

- | | | | | | |
|--------------|--------------------|------|----------------|-----------------------|----|
| 1. བདག | The self | 我 | 7. ཤེད་ཅན། | the strong one | 士夫 |
| 2. སེམས་ཅན། | the sentient being | 有情 | 8. ཤེད་བདག | the leader | 意生 |
| 3. རློག | life-force energy | 命者 | 9. བྱེད་པ་བོ། | the doer, the creator | 作者 |
| 4. གསོ་བ། | the caregiver | 養育者 | 10. ཚོར་བ་བོ། | the experiencer | 受者 |
| 5. རྒྱུས་ལུ། | the person | 生者 | 11. ཤེས་པ་བོ། | the knower | 知者 |
| 6. གང་ཟེག | The individual | 補特伽羅 | 12. མཐོང་བ་བོ། | the seer | 見者 |

參見唐玄奘所譯『般若波羅蜜多經』第百八十五卷

Six elements 六大

- 36. སའི་ཁམས། the element of earth 地界
- 37. སའི་ཁམས། the element of water 水界
- 38. མའི་ཁམས། the element of fire 火界
- 39. རླུང་གི་ཁམས། the element of wind 風界
- 40. བསམ་མཁའི་ཁམས། the element of space 空界
- 41. རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས། the element of consciousness 識界

Twelve links of existence 十二源起

- 42. མ་རིག་པ། ignorance 無明
- 43. འདུ་བྱེད། karmic actions 行
- 44. རྣམ་ཤེས། consciousness 識
- 45. མིང་གསུགས། name and form 名色
- 46. རླུ་མཚེད་རྒྱུ། the six sources of consciousness 六處
- 47. རྟོག་པ། contact 觸
- 48. ཚོར་བ། feeling 受
- 49. རློད་པ། craving 愛
- 50. ལེན་པ། grasping 取
- 51. སྲིད་པ། existence 有
- 52. རླུ་བ། birth 生
- 53. ལྷན་གྱི། aging and death 老死

Six paramitas 六度波羅密

- 54. རླུ་བའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ། transcendent generosity 佈施度
- 55. རླུ་བའི་ལྷན་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ། transcendent ethics 淨戒度
- 56. བཟོད་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ། transcendent patience 安忍度
- 57. བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ། transcendent joyous diligence 精進度
- 58. བསམ་གཏན་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ། transcendent concentration 靜慮度
- 59. ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ། transcendent wisdom 般若波羅蜜多

Eighteen emptiness 十八空

- 60. རྣང་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of the inner 內空
- 61. བྱི་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of the outer 外空
- 62. བྱི་རྣང་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of the outer and inner 內外空
- 63. སྣང་པ་ཉིད་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of the emptiness 空空
- 64. ཚེན་པོ་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of the vast 大空
- 65. དོན་དམ་པ་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of the genuine reality 勝意空
- 66. འདུས་བྱས་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of the composite 空有為
- 67. འདུས་མ་བྱས་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of the non-composite 無為空
- 68. མཐའ་ལས་འདས་པ་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of what is beyond extremes 無際空
- 69. ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མེད་པ་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of that which lacks beginning and end 散空
- 70. དོར་བ་མེད་པ་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of what should not be abandoned 無變異空
- 71. རང་བཞིན་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of the true nature 本性空
- 72. ཚོས་ཐམས་ཅད་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of all phenomena 一切法空
- 73. རང་གི་མཚན་ཉིད་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of defining characteristics 自相空
- 74. མི་དམིགས་པ་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of the imperceptible 不可得空
- 75. དངོས་པོ་མེད་པ་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of the nonexistence of things 無法空
- 76. རོ་བོ་ཉིད་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of an essence 空本質
- 77. དངོས་པོ་མེད་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྣང་པ་ཉིད། the emptiness of an essence in the nonexistence of things 無性自性空



Thirty-seven branches of enlightenment **三十七菩提分**

Three doorsof liberation **三解脱門**

- 78. དྲན་པ་ཉི་ལེ་བར་བཞག་པ་བཞི།
the close placements of
mindfulness 4 **四念住**
- 79. ཡང་དག་སྲོང་བ་བཞི།
the perfect abandonments 4 **四正斷**
- 80. རྩ་འཕུལ་གྱི་རྐང་བ་བཞི།
the foundations of
miraculous feats 4 **四神足**
- 81. དབང་པོ་ལྔ།
the powers 5 **五根**
- 82. ལྷོ་བས་ལྔ།
the strengths 5 **五力**
- 83. བྱང་རྒྱུ་གྱི་ཡན་ལག་བདུན།
the branches of enlightenment 7 **七等覺支**
- 84. འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད།
the eight-fold noble path **八聖道支**
- 85. འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི།
the noble truths 4 **四聖諦**
- 86. བསམ་གཏན་བཞི།
the concentrations 4 **四靜慮**
- 87. ཚད་མེད་བཞི།
the immeasurables 4 **四無量**
- 88. གཟུགས་མེད་སྟོམས་འཕྲུག་བཞི།
the formless equipoises **四無色定**
- 89. རྣམ་པར་ཐར་པ་བརྒྱད།
the eight perfect liberations **八解脫**
- 90. མཐར་གནས་སྟོམས་འཕྲུག་དགུ།
the nine successive equipoises **九次第定**

- 91. ལྷོང་པ་ཉིད།
emptiness **空解脫門**
- 92. མཚན་མ་མེད་པ།
signlessness **無相解脫門**
- 93. ལྷོན་པ་མེད་པ།
wishlessness **無願解脫門**
- 94. མངོན་པར་ཤེས་པ།
the clairvoyances **五眼、六神通**
- 95. ཉིང་ལེ་འཛིན།
the samadhis **一切三摩地門**
- 96. གཟུངས་གྱི་སྒོ།
the doors of retention **一切陀羅尼門**
- 97. དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟོབས་བརྟུ།
the tathagatas' strengths **佛十力**
- 98. མི་འཇིགས་པ་བཞི།
the fear lessnesses **四無所畏**
- 99. སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་བཞི།
the perfectly discriminating
awarenesses **四無礙解**
- 100. བྱམས་པ་ཆེན་པོ།
great love **大慈**
- 101. ལྷིང་རྩེ་ཆེན་པོ།
great compassion **大悲**
- 102. མངས་རྒྱས་གྱི་ཚོས་མ་འདྲེས་པ་བཅོ་བརྒྱད།
the buddhas' eighteen unique qualities **十八佛不共法**

仁波切：〈三種完全清淨〉是每一個人都可以進行的修持。



Shravakana's four fruitions 聲聞乘果

- 103. ལྷན་དྲུ་བཞུགས་པའི་འབྲས་བུ། 恒住舍性
the stream enterers' fruition
- 104. ལན་ཅིག་བྱིར་འོང་བའི་འབྲས་བུ། 一來不還果
the once-returners' fruition
- 105. བྱིར་མི་འོང་བའི་འབྲས་བུ། 預流果
the non-returners' fruition
- 106. དགྲ་བཙུམ་པ་ཉིད། 阿羅漢果
arhats

Pratyekabuddhaya's fruition 緣覺乘果

- 107.. རང་བྱུང་རྣམས། 獨覺菩提
solitary buddhas

Three wisdoms 三智

- 108. ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད། 一切智
knowledge of all aspects of the ground
- 109. ལམ་གྱི་རྣམས་པ་ཤེས་པ་ཉིད། 道相智
knowledge of all aspects of the paths
- 110. རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་མཁྲིན་པ་ཉིད། 一切相智
omniscience

參考：唐玄奘大師所譯『般若經』

Under the guidance of Khenpo Tsultrim Gyamtso Rinpoche, translated by Ari Goldfield, May 2004, Karma Tengyal Ling, Menz, Germany.

Note:

do not recite 103-7 in the "perfect purity" sections;

在堪布慈澄(竹清)嘉措仁波切的指導下，
穹達2005年十一月譯於紐約。

注：在演誦“清淨”時勿念103-7號；
在演誦“畢竟淨”時勿念108號。



**堪布 竹清嘉措仁波切
長壽祈請文**

俱生榮耀戒律功德田，
法義大海因而明確現。
於十方誦見修深妙曲，
祈願真善知識長住世。

您與生俱有榮耀的戒律，您是一切功德的福田，佛法意義的大海，因為您，而清晰明確地展現，於十方之中。您唱誦見、修的甚深、美妙之歌，真實純正的善知識啊，祈願您 長久住世！

此無等善知識堪布竹清嘉措之長壽祈請文，是由我自身對於聖者的虔敬，與許多具有信心寶的東方弟子眾們的一再敦請，有善緣領受其良藥甘露妙語之噶瑪巴 鄔金欽列巴殿旺吉多傑，於聖地上密院寺院之頂，以清淨意而祈請。願如是而成。

撰寫：第十七世大寶法王·噶瑪巴 鄔金欽列多傑
地點：印度 達蘭沙拉 上密院
翻譯：Ari Goldfield (藏翻英)
Zabsang Shedrub (偈頌英翻中)
釋妙融 (撰著因緣藏翻中)

圖文摘自：

第十七世大寶法王噶瑪巴官方中文網 www.kagyuoffice.org.tw
堪布 竹清嘉措仁波切網站 www.ktgrinpoche.org (英)
www.hwayue.org.tw/tsultrim/intro.htm(中)



皈依

關於皈依與發心，可先講有關皈依的法。正所謂「**皈依即入門之法**」，皈依就是進入佛教的第一個大門。大門是區分裡邊與外邊的界限，你進了門就會到屋裡，出了門就只能到屋外去了。所以，在此以大門譬喻皈依，就是因為內道與外道的區別是在於皈依上，也就是有沒有進入佛門是從皈依三寶與否來決定的。因此皈依有『入教聖門』的說法。

先前的噶當尊者們(阿底峽師徒幾代大師)說到：「如果在自心相續中沒有皈依的話，即便學到很多佛教的論典而成為大乘者，也並沒有成為內道，沒有進入到佛門。」也就是即便一輩子都在學習佛學典籍，但是假如在自己的內心裡還沒有生起一個清淨正確的皈依，在實際的意義上，這個補特迦羅(人)就沒有進入到佛門裡。所以說，必須要好好学习有關皈依的法，而且要按照你學到的一樣在自己的內心相續上一定要生起來，這是極其重要的！

所謂的「皈依」，並不是指口裡唸誦著什麼一個東西，而是一個心態上的區別，是需要建立在自己的內心理。口唸皈依文的作用，是讓自己的心裡想到皈依用言語來表達罷了。所以假使內心裡沒有真正地理解而產生皈依感的話，那就即使口誦皈依文也並不能確定內心是否已皈依了！

所以，要想生起一個真正的皈依，就有必要首先知道有關皈依的法。也就是必須首先聽聞皈依，然後思維皈依，這樣透過聞思以後，

才有可能產生一個清淨正確的皈依。

概略而言，皈依可分為四項內容：

- 一、因何而皈依？
- 二、向誰皈依？
- 三、如何去皈依？
- 四、皈依要學什麼？

自從阿底峽大師開始，諸噶當祖師就按照以上四項內容來學習皈依的。

首先，能否皈依，就需要具備一個因，沒有皈依的因，就不會有皈依的果。也就是——為什麼要皈依呢？當人們處在危機與恐懼當中時，假如脫離這一危機與恐懼的能力與方法自身不具備，但是另外一人能夠搭救你、能夠幫助你，那就需要依靠他。所以說，要皈依就需要一個原因，沒有什麼原因的話，就沒有必要皈依了。因此皈依有兩個大因，即恐懼與信心。因為沒有恐懼就沒必要皈依，而對救助自己的對 沒有信心，就不會去皈依，所以**恐懼與信心是皈依不可或缺的二因**。

對惡趣的痛苦產生恐懼後，去尋找皈依處是一種理由，也就是當我們想到來生要是生在惡趣裡，那麼地獄裡有冷熱的痛苦，餓鬼有飢渴的痛苦，旁生有暗啞的痛苦及驅使的痛苦，這些每一個痛苦都是極其難忍的大苦。造成如此大苦的很多業力，就已經累積在自己的相續當中，所以說，能夠從以上這些大苦中救渡出來的一個皈依處，從現在開始找不出來的話，到時後已經生在地獄餓鬼旁生處時，就不可能再找到什麼皈依處了，如此從內心深處清楚認

識後，再應以此恐懼心的促使之下去尋找皈依。這種僅僅因懼怕來生惡趣之苦而皈依，就是「**小士**」的皈依；不僅僅是惡趣的痛苦，即使獲得了善趣人天的果位，也是因為陷入業及煩惱的束縛，產生了種種總體與個別的輪迴之苦，懼怕此種輪迴之苦而去皈依，就是「**中士**」的皈依；不僅僅是自己懼怕輪迴的痛苦，而且害怕所有眾生陷入輪迴的痛苦，從而去皈依，就是「**大士**」的皈依，是大乘佛教不共的皈依。所以，無論是小士的皈依還是中士與大士的皈依，三種情況都是因恐懼而皈依的，因此也可以這麼說吧：因為有三個不同性質的恐懼，所以才有了三士不同的皈依。

然而，雖然有一個對惡趣或輪迴痛苦的恐懼，但假使對三寶有能力救渡你沒有一個信心的話，也不會去皈依的。比如在我們世間，如果有一人犯了王法，那麼他就需要去找一個有能力救渡他的特別人（如果有這個可能），他就會去投靠那個人，去皈依順他，但是假如他不相信那人有這種能力的話，他就根本不會去投靠與歸順了。正因為這樣，首先需要去認識皈依的對象。

正如「佛陀法教及僧伽，欲求解脫者皈依」的開示，所要皈依的對象應該是具足佛寶、法寶、僧寶的三寶，否則任何一個對象都不可能救度輪迴與惡趣的痛苦。比如一個單一的恐懼，非人造成的恐懼、兵器的恐懼、毒物的恐懼、地水火風空的恐懼等，都可以被一個特定的皈依處可以救渡的。如果皈依一個特別的神明，祂就可以幫助你救度一個各別的恐懼，但是要救度所有惡趣與輪迴的痛苦，非具足三寶不可！所以說要認識皈依的對象——「三寶」。

三寶當中最主要的是**佛寶**；佛寶所開示的道路是**法寶**；實踐這個道路的人是**僧寶**，因此，首先需要明白**佛就是最究竟的皈依處**，也需要明白為什麼是皈依的理由。

什麼叫佛呢？

已經完全捨棄掉煩惱障及所知障，甚至於習氣在內的一個補特迦（人），就叫做「佛」！

「佛陀」二字有「覺悟」及「增上」的涵義，
因捨棄煩惱障故是「覺悟」，
因捨棄所知障故是「增上」。

一般詳解「佛陀」之義時，就會以覺醒、醒悟或從清淨圓滿而降魔的功德方面去闡述的。

佛是由於完全捨棄包括習氣在內的煩惱障，所以佛就沒有煩惱，是煩惱覺醒了；由於捨棄了包括習氣在內的所知障，所以佛就沒有什麼不知道的，是智慧增長了！正因為這樣，一個完全不產生包括習氣在內的煩惱障與所知障的補特迦（人），一個圓滿的人應該會是什麼樣呢？他就是一個窮盡一切缺陷、圓具一切功德的人；是一個沒有一個缺點不消除的，沒有任何一個功德不具足的人；是該捨棄的缺點完全捨棄，該具足的功德完全具足的一個人。這樣的一個人就叫做「佛陀」。通俗一點來講，是盡善盡美者，這樣的佛，才應該去皈依！

那為什麼說應該去皈依呢？

因為佛才是

- 1.自己從一切恐懼中得到了解脫，
 - 2.而且能幫助他者從一切恐懼中解脫出來，
 - 3.擁有無數善巧方便，且不分親疏遠近地對所有眾生懷有慈悲，
 - 4.不管報恩與否，能為一切眾生謀福利。
- 以上四點，就是可以去皈依的四個理由。

假如自己沒有能夠從一切恐懼當中得到解脫的話，就不會有能力解救他者。這好比是搭救一個落水的人時，一個熟習水性、對水沒有恐懼的一個人才可以搭救的。一個自身掉進水裡的人是不可能去搭救另一人的。所以自己還沒有從輪迴與惡趣的痛苦中得到解脫，還沒有從一切恐懼當中得到解脫的人，就不可能把另一人從那個恐懼當中救度出來。無論是梵天、帝釋、自在天或任何一個神明，祂們自己並沒能從輪迴與惡趣的痛苦中解脫出來，所以也不可能把他者從輪迴與惡趣的痛苦中解救出來。

所以一個究竟的皈依對象，祂首要的一個條件就是一必須自身從一切恐懼中解脫出來，假如自身並未從一切恐懼中解脫出來，那麼救助他人是不可能的事情。就像藏人的俗話一樣，「上師自身難保，談何超度亡靈？」(泥菩薩過河，自身難保!)，既然自身都難保，那怎麼可以當救度者呢？所以說，**佛成為皈依對象的原因，就是佛經脫離了一切恐懼。**

那麼產生恐懼的原因是什麼呢？

煩惱障和所知障是產生恐懼的原因。

一個完全捨棄一切煩惱障與所知障的人，是沒有任何一個產生恐懼的地方。所以說，善逝佛是自己遠離了一切恐懼。但是這裡還有一個問題是，即使自己脫離了一切恐懼，但如果還沒有一個善妙的方法，就不可能解救其他眾生。比如想救一個落水的人，就要自己善於游泳或自身對水性有一定的把握才行。也就是說，如果還不具備一個從恐懼中解救的巧妙方法，就有可能自己也陷入恐懼當中。這裡所提到的善妙方便，指的就是如來佛遍知眾生的種種信願思維、時機與調化意義等等。擁有善妙方便的如來佛，就能把一個根器極其愚痴的小道之人，也能安置在阿羅漢的果位上；即便是一個被巨大的貪欲所驅使的可憐之人，被貪欲完全充昏頭腦如同難陀的人，也能安置到解脫的果位上來；即便是一個完全陷入瞋恨當中的央掘魔羅，也能安置到解脫的道路上來。

這是怎麼來的呢？

是因為如來佛是善於隨機說法的，就能按照眾生各自的種種信願思維，順時應機，而開示一個恰如其分的教法，佛就是具有這樣的能力的。所以說，只有佛才能自己解脫一切恐懼，又能善於把他者從一切恐懼中解救出來。然而，即便佛有如此的能力，但是假使沒有一種對一切眾生不分親疏遠近的慈悲，那就會成為一個「贊我者親，不贊我者不親」的情形，這也就像那些世間神明，對供奉自己的人就給予幫助，而不供奉自己的人就不予理睬，這種有親疏遠近的觀念者是不可能成為皈依對象的。

一般來說，一個自己解脫一切恐懼，而且善於把他者從一切恐懼中解救出來者，不一定有不分親疏遠近的大慈悲，但是，該不該去皈依的時候，必須要思考到你所皈依對象具有一種不分親疏遠近的大慈悲精神，這是一件很重要的事情。如果是一位慈悲不分遠近者，那就會誰都可以皈依，不會是一些人得到救度，一些得不到救度的一種情況，假如是這樣子。那麼即便你去皈依，也不一定得到皈依。

所以對如來佛的不分親疏遠近的大慈悲，有一個「檀香與斧頭相等」的口頭禪。這個典故很有意思，也就是當年佛陀還沒成道時候，曾行苦六年。那時一方面一些虔誠的人認為那裡有一個大苦行修士，就用檀香去塗擦佛身。(在印度的傳統文化中，供養的一種方式是用檀香去塗擦身體，比如婆羅門的額頭上會塗上檀香，在天神的頭部也會塗上檀香)。也就是一方面一些放牛的小孩在世尊入定時塗上了檀香，另一方面一些不解世尊苦行時的模樣，不解是人還是木頭而用一個小斧頭去砍了！但是佛陀對於塗檀香者與砍斧頭者，就是沒有親近一個而疏遠另一個的思想。所以也就有了這個「檀香與斧頭相等」及「黃金與蜜蜂相等」的說法。所以說世尊的慈悲就是沒有親疏遠近的。魔鬼天授(提婆達多)吃了一個紅色的藥丸後，由於未能融化而產生了巨痛，當

時醫師養生童子說到：「除了如來佛能救助之外，我醫師是沒有救助你的希望了！」天授(提婆達多)是一個任何時候都喜歡跟佛陀做對的一個人，有一天佛陀懷有氣血方面的一種疾病時，醫師養生童子把那種紅要與酥油配合而製作成藥後，獻給世尊三十克的藥量，由於如來佛是具有行蘊之身的原因，就有能力用上三十克的藥量，而天授是凡夫身，沒有能力消化這麼多的藥。但是天授還是問了醫師養生童子：「世尊吃了多少藥呀？」醫師回答：「共吃了三十克藥。」天授說：「我也要三十克！」當醫師說：「你不能消化得了」時，天授又說：「能不能消化是我自己知道，你用不著管了！我用法喉將會吞下這些藥丸！」於是硬著吃了那麼多的藥，結果不能消化而得病了！這樣得病而醫師無策時，實在沒有別的辦法而報告了世尊，於是世尊把手放在天授的頭頂上說：「我的親生兒羅喉羅，以及常與我作敵對的天授(提婆達多)，二者間我從未生起過親疏遠近的念頭，如果這句話是真實不虛，那就把天授從疾病中康復吧！」如此世尊一出真言，天授就從疾病中獲得解脫了！這些是人人有目共睹的一點點例子罷了。所以佛是如此之擁有不分親疏遠近的大慈大悲者，是把一切眾生平等相待的。所以也就有了把佛可以當作皈依處的理由了。

佛雖然不分親疏遠近地懷有大慈大悲，但是如果還不能做所有眾生的事情、不能做一切不管能利益與否的一切眾生的事情的話，就有可能還會剩下一些眾生。假如佛對那些依止供奉者去利益，而不去利益那些不做供奉者的話，那也就會出現一個差別。所以，佛就能做一切不管利益與否的所有眾生的事情。就像從佛經裡面開示的一樣：「大海之浪有還退之時，如來佛之事業無還退之時！」當所要化的眾生的界、思、根成熟的時候也好，無論是任何一個狀態當中，佛的事業是仍能進入的，是能夠救度一切眾生的。所以佛就能做一切眾生的事情，不管眾生對佛有無利益。而且佛救度眾生

的時間是無限的。因此也就有了第四個佛可以做為皈依對象的原因了。如果從四個理由來理解佛就是應該去皈依的對象的話，那真正該皈依的就是這個法了！佛就把自己從這些道路上所如實地見到的東西開示給他者，所以如來佛所開示的這個聖法就是不帶任何欺騙性的，正如「如實見而開示者，如是知者乃無上！」的贊句一樣（《緣起贊》）。如來佛是如實地知道了事物的實際狀況，然後把那個所知道的东西往內心裡覺受去了以後，依照具足八支的聖道，如來佛自己把煩惱五毒的業障及習氣都統統捨棄掉了，於是才把如何從自己的位置到善逝如來佛之間的所有方法竅訣都開示出來了。這裡如何成佛的這些道路絕不是從其他眾生那而聽到過或自己給猜測出來的。所以這樣一個佛自己如實見到過後才開示的法是沒有錯謬的，是不會帶有欺騙性的。

所以，消除我們內心中的不善之因——煩惱障與所知障的能力，就在三寶上！窮盡一切缺陷，具足一切功德的補特迦羅是佛寶；滅、道二者合起來的法是法寶；(聖者的相續中存在的等持智在內的就是道諦，能夠顯現等持智的殊勝解脫道是滅諦。)真正的法寶指的是滅諦和道諦二者，能夠顯示這些經典的經文法典就是從範疇上屬於法寶了。去實踐如此的道路時，在自心相續中能擁有道諦的，就是這些僧伽了。聖士補特迦羅是僧伽，所以一個僧伽團，必須有五個或四個比丘集合在一起，這才叫僧伽。就這樣，如來佛是自己從一切恐懼中解脫出來，而且善於把他者從一切恐懼中救度出來，對所有眾生懷有不分親疏遠近的大慈大悲，不管有無利益能做一切眾生的事情，所以應該可以去皈依；佛所開示出的法是自己真實知道的無謬之法，所以也就能真正解救恐懼；而且這個道路是佛自己已經在相續中熟習過了，所以誰要想真正體驗這個道路，就需要有路伴了，因此也就有必要皈依僧了。就這樣一個簡要的皈依道理報告完了。（翻譯：穹達）

頂禮的功德簡介

—乃郎·財旺仁波切



承認因果報應的任何一個佛弟子，當他們拜見到安住有身語意能依的殊勝處所、或上師善知識時，會立即身首伏地而頂禮。這一不共的傳統歷經千百年的過程，一直流傳至今。但是，究竟為什麼頂禮？如何才算頂禮？大多數人並不知道，所以在此做一簡要的介紹。

頂禮，就是從身、語、意三方面行以大禮。也就是——

- 從身體方面 俯身而行禮；
- 從語言方面 吟誦贊誦文而行禮；
- 從心意方面 一心增長虔敬心而行禮。

頂禮能使人生不遇惡因，且能使對治俱生煩惱的佛菩薩及上師的加持力進入到自心相續當中，從而能夠消除三門所造惡業！

頂禮的對象，是自己的根本上師與賢善功德高於自己的聖士，三寶之體性，身語意的能依，本尊眾天及空行護法。

頂禮的方式，有「伸展大禮」及「俯身之禮」二種。無論是何種方式，首先都應該雙手合掌，掌心虛空而做含苞待放的蓮花狀。十指指尖相觸表十地。掌心觸於頭頂，喉嚨、心間三處、是為了清淨身語意之一切障礙！



第一，俯身行禮時，所謂「身首著地」就是把額頭、雙手及膝蓋要著地。所能如此行禮，就能清淨貪、瞋、癡、慢、嫉五毒。獲得五道以及身語意功德事業五種的加持。

第二，行伸展大禮時，要讓身體像大樹倒一樣橫俯在大地上，雙手直舉而在頭頂處合掌，同時額頭亦需磕地。此處身如樹倒而行禮，是為了表示有很大的罪業及強烈的懊悔心，或者也可以認為是表示「傲慢之山夷成平地！」





頂禮，就是從身、語、意三方面行以大禮

身體方面	俯身而行禮
語言方面	吟誦贊誦文而行禮
心意方面	一心增長虔敬心而行禮



那麼，頂禮時應該如何用心呢？

應把頂禮的對象倍奉為殊勝的皈依處，從而甘願奉獻一切自己的身語意三門大權，『一切暫且及永恆的祝福全由您鑒知！』應當如此思惟才行。另外，藏文中頂禮，即「恰察」。其「恰」字為清除罪障之意，「察」為求功德之意，合此二字，即有祈願清除三門罪障，生長三學功德的意思。所以也可以這樣去思惟。特別是應當把所頂禮之對象視為所有皈依處的總集而口誦皈依文。

大多數藏人，晚上入睡前要頂禮不少於三遍，早上起床後，也要至少頂禮三遍，為什麼這麼做呢？首先，晚上入睡前行禮，是因為自己獲得了一個難得的暇滿人身寶，值遇到了難遇的法寶，這完全是三寶的大恩，而三寶的大恩是

永遠不帶有欺騙性的，所以，也就可以想到要一心皈依三寶！

『從今起我的一切所累積的善根迴向給三界有情。一切所累積的罪障，要在三寶的聖座前懺悔！』可以如此思惟而頂禮。

早上起床後頂禮時，應當如此思考：

『一切有為法的自性是無常，尤其是自己的生命也是無常，但我現在能夠不死而站立在這裡，完全是三寶的恩德，所以要向殊勝的三寶皈依，直到獲得佛果為止，要皈依三寶！從今起直到死亡為止，要精進加入棄惡從善的事業，祈願三寶讓我如願以償吧！』



（以上是簡要的頂禮功德） 翻譯：穹達



How Buddhism is changing my life

— By Lori Volpe

Raised by Catholic parent in a Christian community, I am an unlikely Buddhist. In retrospect, it seems that suffering was the friend that led me to the Buddhist path. When I was a child of eight, an arsonist destroyed my home, causing me to lose every childhood treasure along with any feeling of safety and security. Our house, rebuilt using the same frame, retained a faint smell of burnt wood, a continual reminder of life's unpredictability and impermanence. The fire was followed by a series of deaths - uncles, aunts, my beloved grandmother and then my father. Despite my religion and parent's efforts, I could not make sense of these devastating losses. So began my search for guidance on how to live with uncertainty and the inevitability of loss.

After reading a book on Buddhist teaching as a teenager, I knew in my heart that the Buddhist view of life made sense. I tried meditation, but did not like the experience. Busy with school, work, married life and then children, I kept Buddhism in the back of my mind, but preferred an intellectual rather than practice-based approach.

But without actually applying the teachings, I realized little benefit. My life's purpose became avoidance of the suffering I knew from the past. I was functioning on two levels: feeling angry, sad, scared and unworthy deep down, while pursuing shallow pleasures that temporarily dulled my pain. Futile attempts to find safety and security were shrinking my world. It was not a satisfactory way to live. Despite having all the makings of a good life, there was no peace or joy. I knew there must be a better way to live.

Nine years ago, after reaching a point of desperation, I committed to a meditation practice. Soon, with wonderful teachers and Sanghas for support, I began the difficult and painful task of looking closely at my own mind.

It was a pivotal moment when I realized that my way of view of the world was contributing greatly to my own suffering. Meditation offered a way to break through habitual patterns of thoughts/emotions, and helped me to let go of some fear and anger. Connecting with a consciousness beyond thoughts and emotions led to a radical new perspective and a way out of despair. My heart started to become more tender and open, and my life took on qualities of freedom and joy. Looking at my own mind helps expand my compassion towards others. My character and personality are changing from someplace deep inside.

Having recently started the ngondro practice, each prostration is made with genuine devotion I never imagined possible. I have ultimate faith in the Buddha, the Dharma and the Sangha and feel enormous gratitude that I have access to these precious teachings. The Buddhist path asks a lot from practitioners.

But the hard work can bring profound happiness in this lifetime, as well as a favorable rebirth. Of this I have no doubt.

【中譯】 佛教如何改變我的生命

在基督教的環境及天主教父母撫養下的我，似乎不可能成為一個佛教徒。在記憶中，彷彿痛苦曾是我的朋友並帶領我走進佛教的旅途。在我八歲的時候，我的家被一位縱火犯給毀滅。我不僅失去了兒時最心愛的寶物，也失去了對生命的安全感。雖然我家重建了，但原有的支架仍保有令人窒息的碳燒味。那味道一直提醒我生命是如此難測及無常。

緊接著那場火災之後是一連串往生的消息。包括我叔叔，阿姨及我敬愛的奶奶及父親。儘管在我的宗教及親人的努力之下，我仍然無法相信這一切的損失。於是我開始尋找如何生活在無常及無可避免損失的答案。

青少年時，在我閱讀了一本有關佛教的書籍後，更打從心底認同了佛教的人生觀。我試著打坐，但並不喜歡這種體驗。接著我為學校，工作，婚姻生活，及撫養孩子而忙碌，而將佛法置之於後，並採取"佛教知識的聚積重於實修"的想法。然而只是聽聞教法而不去實修並沒有太大的利益。我的人生開始在逃避以前所認之的痛苦。我那時有二種生活方式，是內心深處感受氣憤、傷心、恐慌及無價值感，與追求短的快樂來麻痺我的痛苦。徒勞無益的追求安全感將我的世界慢慢的縮小。但我並不滿意這種生活方式。儘管我擁有一個好的生活，但我內心感受不到平和及喜悅。我知道一定還有更好的生活方式。

九年前在我人生最絕望的時刻，我決定開始做禪修。很快的，在多位具德的上師及同修學員們的支持下，我開始走上認識自心本性這艱辛的佛行道路。

我的轉捩點就是我已認同我對這世界的執著就是我痛苦的因緣。禪修打破了習慣性的思想及情緒，並且幫助我舒解恐懼及憤怒的心情。認知超越思想及情緒的意識能導治對事物新的看法，並走出絕望之路。我的內心開始覺得比較溫和及開放。我的生命也更具有自由及喜悅感。認識自心本性幫助我擴展對他人的慈悲心。我的性格及習性在心中開始改變。

最近我開始修持四加行的皈依大禮拜，每一跪拜都是我以前認為不可能完全出自內心誠摯的奉獻。我對佛，法僧有絕對的信心。並對能接觸這些珍貴的法教，心存絕對的感激。

學佛之道要求甚多，但所有的努力都將能為生命帶來無比的幸福及完美的來世。我對此深信不疑。





第二十四屆噶舉祈願大法會

The International Kagyu Monlam

• 地點：印度 菩提迦耶 金剛座/德格寺 • 時間：2006年12月27日～2007年1月3日



第二十四屆噶舉祈願大法會在2006年12月27日展開序幕，超過4500的位僧眾、2000位來自世界各地弟子信眾及2000位來自喜馬來雅山區的藏民，以及傳承上師如尊貴的 蔣貢仁波切、明就仁波切、天噶仁波切、創古仁波切、堪布竹清嘉措仁波切、竹奔德千仁波切及眾多祖古等亦前來參與盛會。



法王噶瑪巴現場親授《密勒日巴尊者傳》並以中、英、韓、俄語同步翻譯。此次的《大祈願文唸誦彙編集》中文版亦在法王的親自指導下付梓，期能為來自世界各地的華人弟子們帶來方便，法王在《大祈願文唸誦彙編集》的序言中特別開示：

「我祝願，在祈願法會的時候，唸誦者們意所生、口所出的每字每句，都成為金色的形體，字字充滿遍佈於世界的所有空間，清洗寂滅污煙、哀嚎與戰聲，讓慈悲的字句與眾生的善心結合，如同日月、星辰般照耀，以溫暖慈悲與清涼智慧的萬丈光芒，照射至每一位眾生，滌淨自身沉睡已久的無明與貪欲瞋恚的黑暗。」

晚間在給予國外信眾『禪修指導』時，噶瑪巴也特別對噶舉祈願法會的歷史、舉辦目的與利眾事業，向大眾說明：

「噶舉祈願法會是代表著我們向全世界、人類及一切有情生、與世界環境的的關懷，透過此法會，期能將此種關懷帶到社會，將每個人心中的關愛力量牽引出來，這才是祈願法會最主要的目的。」

12月28日，法王帶領僧俗信眾受持大乘八關齋戒，並發如是願：

「直至勝菩提。皈命諸佛前。法及菩薩眾。
如是亦皈命。如過去諸佛。已發菩提心。
於菩薩學處。希如次而住。」

噶瑪巴勉勵大眾不只要深具信心更需要透過智慧來思維法義並實修法教。需要具備無比的精進與修持，長遠心、大精進心、正念覺性對修行人而言是很重要的。法王表示在量典中談到「疑惑要去消除而不是保留」，要消除各種懷疑忌、分別、惡心，就要隨時以光明面正念持守，盡量給予善心，關懷利益他人，這樣對整個社會或自己都會非常好，這是很重要的。



12月29日，噶瑪巴給予大眾不動佛灌頂前行法開示。後於德格寺接見從遠道而來菩提迦耶朝聖的藏民及國外信眾。

12月30日，在給予不動佛灌頂法會上，法王開示具備信心的重要性，信心是得到加被的根源，如果具備了真實的信心，很多覺受是都可以生起的。大眾在接受不動佛灌頂時即已領受了誓戒，即『未成佛前都不棄一個眾生』，我們應隨時具備這樣的正念和覺性。

12月31日，繼續講授《密勒日巴尊者傳》。在祝願迴向的開示裡法王提到，整個佛教的興盛是取決於僧團的興盛。我們也當思惟祖師大德的恩德將傳承法脈延續到現在。法王並親自以華語祝願迴向功德主名單。

1月1日，繼續講授《密勒日巴尊者傳》。之後的《度母修持》，維那以法王新編的曲調帶領大眾誦唸。下午記者招待會，噶瑪巴透過媒體向大家祝願新年快樂，並因噶舉祈願大法會的舉行而使大家聚集於此聖地，共同為世界和平而祈願，是一件有意義的事。

在給世界年青人的話中則談到，年青人雖有強烈的自由意識，但面對未來世代所處的環境，仍須負有責任，必須學習由內心的寧靜來轉化外在的寧靜，由內在的平和來創造外在的平和。

1月2日，法王帶領具戒僧眾肩抬大藏經繞行正



覺大塔，此為藏傳佛教的傳統特色，沿路大眾持花香環繞，來迎請大藏經的繞行。繞塔後，所有僧眾一起讀誦整部藏經做迴向。中午時分，五百多位具戒出家眾攝持心念，依制行托鉢，法王指示為遵佛制，避免金錢供養，故沿路來自各國的信眾皆把握這實修福慧的機緣，廣施飲食供養！下午的《供奉上師儀軌》修持，則以盛大的蒼供品予與會的僧俗信眾分享。



1月3日，噶瑪巴主持明就仁波切之德格寺開光法會。針對素食議題，噶瑪巴勉勵噶瑪噶舉傳承下所有寺院及僧俗弟子們儘量發願茹素，為了關愛法界的一切眾生，也是讓我們的上師長壽永固最好的方法！

下午啟建「酬謝施主」法會，由今年主要功德主台灣化育文教基金會代表向尊貴的法王噶瑪巴獻身口意供養。法王也帶領全體僧眾以八吉祥頌等加持祝願所有法會之功德主們善願圓成，吉祥如意！

晚上點燈祈願法會，上萬僧俗信眾手持燭光在法王噶瑪巴及傳承仁波切的帶領下虔心祈願，並演唱由法王作曲之藏/中/英版《點燈祈願文》。法會最後在聲聲的『噶瑪巴千諾』中圓滿劃下句點！





藏傳佛教源流概述 (完結篇)

作者：穹達

後宏期各大教派的形成歷史

公元十一世紀，藏地開始出現了“一地一師，一師一法”的百花齊放的局面逐漸地形成了寧瑪、噶當、噶舉、薩迦等主要的佛教派別，西藏的土著宗教苯教也有明顯佛教化的發展。

朗達瑪滅佛後仍有不少在家居士隱修前宏期所傳的密法，經過代代相傳，到了十一世紀的復興時代，僧戒也得到了恢復，陸續發掘了很多早先伏藏起來的法要，修建了嘎陀寺等許多佛寺。於是為了區別於後期新譯的其它教法的傳承，把原有的傳承稱為寧瑪派，即為舊派之意。這一派在十四世紀和十六世紀分別出現了龍清饒降和晉美嶺巴二位大師，使舊派體系得到完整的重建和發揚。甯瑪派先後建立了多、敏、嘎、白、希、佐六寺為主的眾多支系。此派主修「九乘次第法」，即修化身釋迦佛開示的「共三乘」，報身金剛薩埵開示的「外三密」，普賢如來開示的「內三密」，以「大圓滿法」為九乘之巔，可謂寧瑪派的特法。

除了復興的寧瑪派外，後宏期相繼出現了噶當、噶舉、薩迦等新派。其中噶當派是由名震全印的阿底峽大師到藏後所傳的法門。在仲敦巴等藏人弟子的請求下，阿底峽大師主要傳授了顯乘菩提道的法門。這派主修《菩提燈論》和「三士道」次第，修習佛陀的所有言教。噶當派道風嚴謹，持戒清淨。桑普佛學院的學風及那唐寺《大藏經》的編纂刻印等對後世整體藏傳佛教的響至深。然而其“重顯輕密”的傳統在普遍顯密雙融的其它教派的響下逐漸式微，在其基礎上取而代之發展起來的是新噶當，即通常所說的格魯派。

公元十五世紀，宗喀巴大師繼承了阿底峽大師「三士菩提道」的精深修持次第，同時又注入了瀕臨失傳的中觀正見的心髓，並薈萃了早已傳入藏地的噶舉、薩迦、布頓等新派密法的內容，著述了《菩提道次第廣論》和《密宗教次第廣論》，從而疏通了從皈依法門到時輪密法的整個顯密佛法修持道路。後經甲曹傑與克珠傑等弟子的鞏固發展，新生的格魯派在藏地得到了普遍的歡迎。隨著達賴班禪兩大轉世活佛的出現，更是成了具有絕對優勢的教法。格魯派在全藏區建立了以拉薩甘丹、哲蚌、色拉三大寺為主的六個大寺，其僧人的數量，學制的完善，寺廟的規模，以及與世俗統治力量的關係都達到了所有教派的首位。特別是與滿清皇室建立了密切的關係，在蒙、滿、漢、土、裕固等各族中有廣泛的傳播，並把整部的藏文大藏經分別翻譯為滿文和蒙文。



拉薩 哲蚌寺



寧瑪派—蓮花生大師



噶當派—阿底峽尊者



薩迦派—薩迦五祖



噶舉派—瑪爾巴大師



格魯派—宗喀巴大師

薩迦派是源自十一世紀著名的卓彌譯師譯傳的新密。其高徒昆·貢卻傑布正式建寺派。經過“薩迦五祖”的努力，薩迦派形成了以「喜金剛密法」二次第的修持為綱要，具足顯密所有修持之道的法門—「道果法」。同時吸收了源自毗哇巴等印度大師及藏地其它譯師的眾多顯密法教，以「十四金法」為其不共法。薩迦派在十三世紀出現了極為博學睿智的大師薩迦班智達和八思巴大師，使得弛騁歐亞大陸的蒙古帝國跨下馬背，踏入了佛門，把佛法一度推向了元朝的大都城，留下了北京白塔寺等眾多的歷史古蹟。隨著元朝勢力的衰微，薩迦派的影響範圍也削弱了。而在藏地，薩迦派所傳的顯密佛法發展為“薩、俄、察”三系。到了二十世紀，以卓瑪宮與平措宮為教派之主，繼續得到了弘傳。

噶舉派源自印度帝洛、那若兩位大師。公元十二世紀，瑪爾巴大師留學印度十七年，



譯傳了「那若六法」等眾多的密法。並由其高徒密勒日巴立了藏傳佛教瑜伽士虔誠精進而道行高深的風範。被密勒日巴贊為猶如“太陽”的高徒崗波巴大師，融

「達波噶舉」教法—崗波巴大師

彙了源自印度阿底峽大師的顯乘菩提道的次第法，於是誕生了顯密圓融的「達波噶舉」教法。而「大手印」即是此派的最高法門，也是其特有的法門。噶舉派在其發展過程中得到了最為廣泛的傳播，曾一度形成了四大八小之龐大分支體系，其中「止貢」和「竹巴」二系一度發展驚人。而始終保持完善與嚴密傳統的「噶瑪噶舉」派，隨著大寶法王噶瑪巴的轉世系統的延續，得到長足的發展，形成了上部楚布寺，中部噶瑪寺，下部巴蚌寺的體系，在眾多的噶舉支系中可謂代表。

還有一些諸如香巴噶舉派，希解派，寧主派，布頓派等曾經出現的教派，後期都融合在其它大派裏。然而從大派中演化而來的覺囊派等新派，又以其獨特的見地和深密的修持方法，在一些特定的地區得到了延續。最有爭議的苯教，雖在西藏腹地明顯受到牽制，然而仍有麥日寺和如拉寺的延續，更在藏東嘉榮等偏遠地區有明顯佛教化的發展。

隨著二十世紀中葉的時代大變更，藏傳佛教的前途似乎應驗了公元八世紀蓮花生大師的預言，『借助鐵鳥的翅膀飛向了世界！』

【全文刊登完畢】

印度錫金·法輪中心—隆德寺簡介

Dharma Chakra Centre, Rumtek Monastery

法輪中心—亦名隆德寺，是噶舉傳承在西藏境外最重要的主寺，位於印度錫金的首都岡托(Gangtok)城市山頂邊，距離第九世噶瑪巴所建的老噶舉寺院約兩公里遠。隆德寺山水秀麗，雪山在前，後靠高山，前七條雪脈流向它，七座山丘面向它，低處河流像法螺一樣繞山而下，具足成為大寶法王噶瑪巴駐錫地的吉祥條件，在這裡，第十六世噶瑪巴堅定地把佛行事業和噶舉傳承的延續責任一肩挑下，寺內亦保存著第十六世大寶法王舍利塔和珍貴「黑寶冠」等聖物。



第十六世噶瑪巴

錫金隆德寺由尊貴的第十六世大寶法王噶瑪巴創建，他在1959年中國共產黨軍隊進入西藏前，離開西藏祖普寺前往不丹，後接受當時錫金國王邀請，選擇在錫金「隆德」這個地方，興建海外的主寺。歷經四年的努力，以及錫金王室、印度政府支持，義工、弟子們的投入，隆德寺終於在1966年1月1日宣佈啟用，取名為「嘉華噶瑪巴的寶座：佛法教學傳播及修行中心」，並成為國際噶舉總部所在地，更是年輕一代噶舉上師的培育中心，他們在這裡學習噶舉傳承800年來無間斷的法教及禪修，將佛法及傳承弘揚到全世界各地。



第十七世噶瑪巴

隆德寺主寺的建築係仿西藏祖普寺而設計，為一座四層樓的寺院，牆上裝飾著豐富而莊嚴的彩繪壁畫、浮雕，展現傳統藏式風格。錫金政府特別頒給建寺計劃執行人(第十六世噶瑪巴的祕書長達卻雍督)建築設計獎，這是在錫金第一座完全依照西藏傳統所興建的佛教寺院，亦成為此後在印度興建寺院的典範。





寺院的周圍為僧寮及一寬闊的廣場所圍繞，廣場為舉辦金剛舞的地方，中央有一根方柱，上面記載了由噶瑪巴以藏文所寫有關隆德寺的歷史。

廟頂以金瓶嚴飾，由下往上的五個部份，象徵著五佛部：蓮花象徵阿彌陀佛、法輪是昆盧遮那佛、金剛鈴代表不空成就佛、寶瓶是不動佛、而寶珠則是寶生佛。在寺院三樓的頂端置有一對「祥麟法輪」的傳統佛教標記。

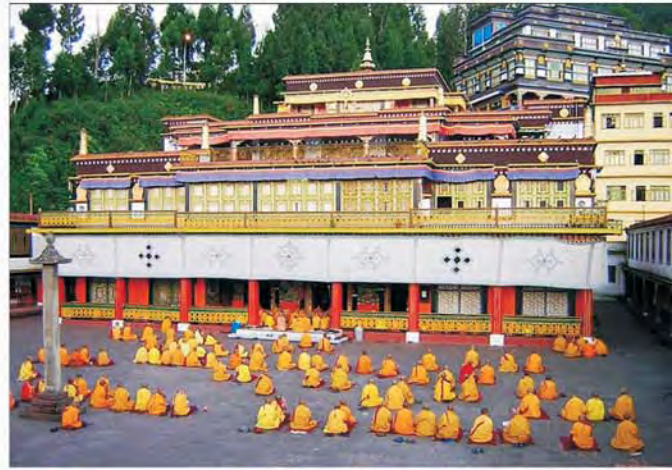


主殿的一樓與二樓，有六個勝利的寶幡為飾。大殿的入口繪有四天王像，象徵四大天王誓願在未來際保護一切僧院和寺廟。象頭財神的壁畫，則是第十六世噶瑪巴在一個勝觀中，見到象頭財神協助建寺而緣起。

寬闊的大殿由四支紅色的大柱所支撐，柱上掛著圓形的絲幡及古繪唐卡。壇城的中央主尊是釋迦牟尼佛，舍利佛與目犍連尊者隨侍兩側。主尊佛像的兩側另有一千尊泥塑塗金的小佛像，象徵此賢劫千佛的降生。此外，甘珠爾（經藏）和丹珠爾（論藏）也莊嚴了整個大殿。無論朝聖者和一般民眾都可以觀賞表演並認識西藏文化。

大殿兩旁的壁畫繪有八大菩薩、十六羅漢以及二勝六莊嚴（註：寂護、寂天、龍樹、聖天、無著、世親、陳那、法稱）。在主尊佛像的前面是第十六世大寶法王的寶座，以及四法子的法座。金剛上師、維那師以及僧眾在修法時則坐於鋪著紅毯的貼地長板凳上，而掌堂師監督大殿裏面的動靜和僧眾的律儀。修法時，僧眾常要在佛前獻包括食子的七供以累積功德。大殿的右後方是護法瑪哈嘎拉與瑪哈嘎哩殿。僧眾必須每天早晚在此輪流修法，瑪哈嘎拉是噶舉傳承的特別護法，信徒也可以到此祈求消除個人在生活上的障礙。大殿的左後方有長壽佛母殿—噶舉傳承的女性護法，以及忿怒蓮師殿。

隆德寺每年定期為大眾舉辦宗教活動，夏、冬兩季都有盛事。每年藏曆四月，舉行為期10天的蓮花生大士或普巴金剛法會，接著在第十天有傳統而神聖的金剛舞表演，主題為蓮師八變、本尊或護法。冬季活動則在藏曆十二月（約西曆二、三月之間）舉行十天瑪哈嘎拉（Mahakala）護法法會，接著是瑪哈嘎拉金剛舞表演，之後慶祝藏曆新年，為期3-8天，節目以文化和宗教為特色，邀請藏族歌唱家、舞蹈家表演，使賓主盡歡，在新年期間參訪隆德寺，無論朝聖者和一般民眾都可以觀賞表演並認識西藏文化。



法輪中心-隆德寺·Rumtek Monastery

Dharma Chakra Centre

P.O. Rumtek Monastery

East Sikkim, India 737-135

Tel: 91-3592-252329

Websites: www.rumtek.org

E-mail: webinfo@rumtek.org



北美·大寶法王行宮簡介

Karma Thegsum Choling-New Jersey

「大寶法王行宮」為藏傳佛教噶瑪噶舉法王一噶瑪巴座下的佛學中心。緣起於2001年時，具福林耀輝夫婦，懷著對佛陀教法的虔誠信心，向至尊第十七世大寶法王·噶瑪巴·鄔金欽列多傑，獻奉了一幢二層樓的西式別墅和150英畝的土地，以供法王將來在北美弘法時的主要行宮，以及講經佈道的所在。慈悲的法王欣然受此供養，並做了廣大的祈禱後賜名【噶瑪三乘法林】- Karma Thegsum Choling, New Jersey. 簡稱 KTC-NJ。

行宮位於美國紐澤西州的 Shamong Township，後依濃密的國家公園原始森林，左右與前方是一片使人心曠神怡的大草坪。

大殿位於行宮一樓，內供主尊釋迦牟尼佛、千手千眼觀音、二十一度母、阿彌陀佛、文殊菩薩等佛像以及瑪哈噶拉壇城。牆上懸掛著諸佛菩薩及護法的唐卡畫像，並供有全套藏文大藏經《甘珠爾》、《丹珠爾》及中文大藏經。

大殿全景及瑪哈噶拉壇城(右下圖)





藏文大藏經《甘珠爾、丹珠爾》

大殿左側為藥師殿，殿內專設有北美洲少數供奉著完整藥師八佛的殊勝壇城，牆上懸掛藥師八佛唐卡畫像。



藥師殿於2005年圓滿落成，壇城的建造依循傳統藏傳佛教方式，尊貴的巴都祖古仁波切及住持次成喇嘛並為八尊佛像裝藏了六十多種以上的加持珍寶：迦葉佛舍利，蓮花生大士甘露丸，尊聖祖師加持，歷代噶瑪巴聖 加持丸，大黑寶丸，長壽丸，血寶丸，第十六世噶瑪巴舍利，西藏印度聖地之聖土藥礦，各種藥材與奇珍異寶...等殊勝裝藏。啟用後的藥師殿亦經過尊貴的巴都仁波切、堪布卡塔仁波切、明就仁波切、堪布竹清嘉措仁波切及堪千創古仁波切等尊聖的祝福加持，將此無邊勝福普皆迴向，饒益一切有情，更是此壇城殊勝之處。

新年祈福

藥師壇前供奉著數十座的藥師水晶琉璃燈，二側設置消災祈福光明燈，日夜為一切眾生祈福息苦。藥師佛曾立下各種誓願，解脫一切眾生的痛苦，特別是五大失調而引起的種種身心靈障礙，故修持、憶念藥師佛而生起其廣大的慈悲以消除疾病或障礙是極為有效的，尤其能向藥師王佛及其七眷屬一七藥師如來的壇前清淨修法，供燈祈福，依於藥師八佛的慈悲願力與加持力，實具不可思議的功德利益。

行宮每年舉辦各種法事活動，迎請諸大堪布、上師祖古來講經賜灌，內容包含一切三藏四續的顯密普及法門。定期舉行「千手千眼觀音紐涅」（八關齋戒），由住持次成喇嘛及常住喇嘛帶領學員進行短期閉關，學員可在修行方面向喇嘛請教探討。週日常修觀世音菩薩、無量光佛、度母、藥師佛儀軌，平日傍晚則修瑪哈噶拉儀軌，祈禱一切眾生離苦得樂，早登佛土。

在歲末年初之際、適逢各大節日及有特殊的要求時，信眾可在行宮親點供燈。每年藏、農曆新年期間，法王行宮將舉行一連串的除障、祈福共修法會，常住喇嘛及信眾們以傳統的西藏習俗來慶賀新年，亦為一大特色。



北美-大寶法王行宮·KTC-NJ

Karma Thegsum Choling New Jersey
690 Atsion Road
Shamong, New Jersey 08088 U.S.A.
Tel: 609-268-3341 Fax: 609-268-8501
Websites: www.ktcnj.org
E-mail: info@ktcnj.org



佛教文化

如何設八供

在此佛光普照世界各地，對如海深廣的顯密教法進行聞思修的時代，如何擺設八供也是有關積聚廣大資糧的一個條件，或者可以說是個分支內容。向一個殊勝的對象可以做供養，也可以做禮敬，而做供養的方式可以說有五種：

第一是 **實物供養**；

第二是 **意化供養**；

第三是 **願力供養**；

第四是 **無上供養**；

第五是 **贊頌供養**。

其中在這裡我們只談前二供，即實供及意供。

其中實物供養又有兩種：

即「有主供養」與「無主供養」。

在此，首先談一談有主供養。一般來說，無因無緣而生起菩提心於自心相續是不可能的，必須要具足資糧因緣。

對此聖龍樹菩薩和無著大師都開示說：「要想生起一個無偽的菩提心，必須要有一個圓滿資糧及心地清淨者，要不然很難生起一個真正無偽的菩提心。」

又開示：

「一切積聚資糧的方法中，供養是最殊勝的。擺設一個清淨的供養，就能清淨心緒。」

所以，當阿底峽大師到達藏地時，藏人向大師求了有關「發心」的法，大師說：「要擺設供養！」當人們設供時大師又說：「怎能如此設供？」就這樣沒有賜教心法。據說如此反覆設了幾次供養後，終於才傳了「發心」法。



獻供是佛法修習的一部分，寺院中所看到的供品是依傳統方式獻供的。

這些獻供不僅僅是儀軌的一部分，而是發願服務眾生的延長。

獻供是執與貪的對治方法。

獻供有其物質的意義，就是一個人獻出他所有的有價值的物品。或者，某些人可能象徵性地獻出所有財物，想像眾生因此獲益，一切困乏獲得補償，圓滿布施波羅蜜。

— 摘自堪布·卡塔仁波切之開示



設供時應具備三清淨，即：

思維清淨，剎土清淨，實物清淨。

第一，思維清淨是指：

為了讓菩提心珍寶生長在自心相續中而設供。

第二，剎土清淨是指：

心念三寶或一個清淨皈依境的功德而設供。

第三，實物清淨是指：

材料好，質量佳，乾淨、美觀，非慢心和炫耀心、吝嗇所染污的物質之供養。

如此設供將能積聚廣大資糧。接下來可談一談「無主供養」。概括來說，十方世界中的所有財富，只要是自己所見所聞，都可做供養。這種供養方式叫「無主供養」。

第二種供養方式是「**意化供養**」。

給佛身或佛像敬獻沐浴、擦拭、衣飾、妙食、妙香等，總之以七種不同的方式敬獻供養。

所以，我們平時所獻的八供，也是意化供養的所依。此八供是：

- (1) 水，
- (2) 水，
- (3) 花，
- (4) 香，
- (5) 燈，
- (6) 塗，
- (7) 食，
- (8) 樂。



佛桌上八供之排列次序



八供的意義與修持儀軌時獻供的手勢



飲用之水

第一個「水」為「水供」，
是供養給佛飲用的。

也就是諸殊勝的皈依處雖然本沒有什麼口生乾渴之飲的事情，但是為了圓滿我們自己的資糧，而且借由此種力量來消除我等眾生的饑渴之苦，才做了這種水供。



「阿岡」



浴足之水

第二個「水」為「浴足」，

也就是用來洗浴諸殊勝皈依處的聖足的。

這裡諸殊勝皈依雖然本沒有什麼污垢可言，但是為了積聚我們自己的資糧，而且借由此力來增長佛的功德於自身相續當中，所以才有了這種浴足供養。



「巴當」



鮮花或人造花

第三「花供」，

是獻給諸殊勝皈依處的聖眼的。

這種供養雖然對於諸殊勝皈依處來說是沒必要的，但是它能圓滿我等的資糧。而且借由此力將能往生淨土，即便不能如此成就，也不論生為何種六道眾生，都會獲得美妙之身。



「布貝」



香

第四「香供」，

是獻給諸殊勝皈依處的聖鼻的。

這雖然對於諸殊勝皈依處來說是沒有必要的，但是它能圓滿我們的資糧，而且借由此力來消除二障，圓滿種種善妙功德。



「都貝」

八供陳設

使用金、銀、銅、瓷為杯，除三杯水外，餘杯皆盛米或珠寶(碎寶石/珊瑚粒/珍珠...)依「水、水、花、香、燈、塗、食、樂」由左至右陳列。每日晨供時，要換上新鮮的水。晚上撒供，將水倒出後供杯拭淨倒放。若自身能力所及，可每天更換鮮花，或以優美的人造花代替，長期使用。「香、樂」可長期使用。「燈」需注意添加燈油並定期清潔燈杯。「食」若以食子供養，便不需經常更換，若以餅乾糖果、水果等實物供養則需每日換新。



油燈

第五「燈供」，
是獻給諸殊勝皈依處的聖眼的。
慧眼本無遮障之別，故無需任何燈光，但它卻能圓滿我等的資糧，而且借由此種力量能消除我等的無明障礙，增長智慧！



「阿洛給」



塗香之水

第六「塗供」，
是獻給諸殊勝皈依處的尊身的。
雖諸殊勝皈依處本無任何垢染，但它卻能圓滿我等資糧，消除我等的身語意障礙！



「根點」



食子

第七「食供」，
是「朵瑪」供養。
這「朵瑪」是集合各種食物之體性的表示。
諸殊勝皈依處雖無任何饑餓之苦，但它卻能圓滿我等的資糧，能消除我等的貧困之苦，而且能增長財富。



「內威喋」



跋(法器)

第八「樂供」，
是音聲的供養，是獻給諸殊勝皈依處的聖耳的。
雖然諸殊勝皈依處是沒有什麼需要的，但它卻能圓滿我等的資糧，而且借由此力用法之音聲來調化自心相續。



「夏打」

總之，無論是實物供養還是意化供養，都要供養美觀的形象，動聽的音聲，噴香的氣味，可口的美味，舒軟的衣物...如是能做供養者，其功德是不可思議的。

—此一簡要供養之功德，由乃朗·財旺仁波切收集整編。穹達翻譯。

佛教文化



藏曆新年 ~ 西藏最隆重熱烈的傳統佳節

藏人普遍信仰佛教，新年亦洋溢著濃厚的宗教氣氛，是個娛樂、慶祝和祈禱兼具的民族節日。

新年前夕，每戶都要準備叫做「切瑪」的木製彩繪吉祥斗，盛放著炒麥粒和酥油拌成的糌巴，插上青稞穗和酥油彩花，預祝新的一年吉祥如意；並將長出1-2寸長的青稞苗，供奉在神案上，祈禱來年五穀豐收。

婦女們精心製作金黃香酥的「卡賽」(油炸果)，用彩色酥油花塑成「洛郭」的樣子(羊頭)象徵六畜興旺、年年富足；還有各種水果、酥油茶磚…等貢品，熱熱鬧鬧的疊放在案上供奉。

裹以砂糖、上色的「卡賽」有各種形狀花樣，既是裝飾神案的藝術品，也是款待客人的可口佳餚，常成為女主人勤勞、智慧和熱情的象徵，在節日裏份外引人注目。

藏曆12月28、29日，家家戶戶打掃庭院，並在門上、廚房牆上用糌巴粉畫上八吉祥圖案，一派喜慶的氣氛！29日除夕夜，全家圍爐吃一頓藏族傳統的年夜飯—放入牛羊肉、蘿蔔、用9種材料成的麵疙瘩「古突」，有趣的是，這些麵疙瘩會做成許多不同的形狀，或是分別包著小石子、錢幣、鹽巴、辣椒、木炭、羊毛等，每人盛上一碗小心地吃著，看誰吃到什麼東西，代表了此人未來一年的運氣：



「古突」

- 月亮形狀 = 有好心情
- 太陽形狀 = 會出名
- 石子 = 心腸硬
- 羊毛 = 脾氣好
- 辣椒 = 潑辣
- 木炭 = 心黑
- 硬幣 = 財運
- 鹽巴 = 懶惰…

吃到的人必須當眾吐出來，大家相互戲論，哄笑聲不斷，其樂融融，掀起歡樂的高潮！吃完古突後，舉行隆重的送鬼儀式，以示驅鬼避祟。



佈置好的「切瑪」



層層疊疊的「卡賽」與供品



**西藏新年吉祥話：「扎西 德勒 彭松措！ 阿媽 巴珠 工康桑！
頂多 德瓦 吐巴秀！ 朗央 總久 擁巴秀！」**

大年初一，藏胞們等待破曉時分，到溪邊或水井"搶"新年的第一桶水，傳說這時的水最聖潔清甜，最先汲取到吉祥水的意味著能獲得最好的運氣。主婦也會以吉祥水煮一鍋"羌枯"一放有糌巴、紅糖和奶渣的青稞酒，給仍在被窩裏的每個人，喝完了又繼續蒙頭睡覺。天亮後人人穿上新衣打扮，互道「洛薩扎西德列！」來恭賀新年。到佛寺禮佛也是這天的重要活動，家家戶戶燃香供佛，在佛前獻上潔白的哈達，頂禮祝禱。

到處都在祝福、慶祝、歌舞狂歡。民間藝人也四處串門，演唱藏戲和"折嘎"，折嘎藝人頭戴白面具，手持木棍，用即興編唱的讚許歌詞愉悅主人，一般都能得到好酒好肉的酬勞。



藏曆年初一，一般互不拜訪。初二開始，親朋好友開始串門子拜年，熱絡持續三至五天。客人登門必在門外高聲祝福「**洛薩扎西德勒！**」（新年好！）主人則趕緊捧起「切瑪」到門口迎接，以吉祥話互相問候：

「**扎西德勒彭松措！**」
... 願吉祥如意美滿！

「**阿媽巴珠工康桑！**」
... 願女主人健康長壽！

「**頂多德瓦吐巴秀！**」
... 願歲歲平安吉 ！

「**朗央總久擁巴秀！**」
... 願年年這樣歡聚！

然後入坐飲酒聊天，女主人會提著掛著哈達的銅壺，頻頻向客人敬酒。不管認識不認識，

初三一大早，人們就在房頂上豎起新經幡，印有藏經文的藍、白、紅、綠、黃五色經幡，象徵藍天、白雲、紅火、綠水、黃土之意，祈求新的一年五穀豐饒、吉祥如意。在拉薩市中心一大昭寺前，經幡飄揚在十多米高的經幡柱上，信徒們絡繹不絕地繞著經幡柱祝願，場面蔚為壯觀。

藏曆新年從元月1日~15日結束，新年期間藏人們相互拜訪、串門娛樂持續3-5天，然後逐漸轉入佛事活動。

初四起，拉薩地區會舉行西藏最大的宗教節日—「傳昭大法會」，西藏三大寺上萬名僧人集中在大昭寺釋迦牟尼的佛像前祈禱，其它地區的信徒們也到此點燈供佛、齋僧布施，直到元月15日迎請彌勒佛後圓滿結束。



青稞酒

大昭寺廣場高聳的經幡柱

上師相應法 暨 白度母灌頂



恭請 尊貴的堪布·卡塔仁波切講授、灌頂

時間：2007年5月27日(日) 上午10:00-12:00講授《上師相應法》；下午1:30《白度母》灌頂

地點：大寶法王行宮 KTC-NJ TEL: 609-268-3341

690 Atsion Road, Shamong, NJ 08088 (紐澤西州)

上 師 相 應 法

佛陀傳下了廣大甚深的教法，目的就是令眾生消淨成佛的障礙，積聚成佛的資糧，岡波巴大師將一切的法門歸納為四個步驟，也就是四加行。

第一加行「皈依大禮拜」

以皈依及禮佛來堅定信心，積聚福德，消除業障，開啟智慧。

第二加行「金剛薩埵法」

持誦金剛薩埵百字明，發菩提心，消除業障。

第三加行「獻曼達」

觀想將自己所有的財富物資和全世界最好的東西供養上師與諸佛菩薩，用來消除修行人的貪著念頭，並因真誠的供養心而增長積累功德。

第四加行「上師相應法」

為領受上師的加持，使各種特質圓滿，以便能開悟成佛。

其中，上師在我們的證覺過程中，扮演一個非常重要的角色，決不只是一種象徵而已。我們必須認出自心本性，但要經驗到真正的醒覺之心，則要有瞭解方法、具備善巧方便及經驗之上師的指引提醒，而「上師相應法」即是認出心性之最佳法門。

尊貴的堪布·噶塔仁波切，於西元1924年誕生於藏東玉樹，自幼學習藏文及各種經典，12歲於創古寺出家，此後依止多位具德善知識，並完成了傳統閉關修持。

仁波切圓具三戒，行持嚴謹清淨，博學謙遜，尤其精通大手印及止觀禪修具足實修證量，是一位極有成就的偉大上師。1975年被第十六世大寶法王嘉許為「至高佛法上師」。

仁波切自1976年起，擔任噶瑪三乘法輪寺(K. T. D.)的住持方丈至今，也是噶瑪妙禪林閉關中心(Karma Ling)的實修指導上師。

佛母勝身如月色
一面二臂具喜顏
面如秋月光明相
窈窕柔善體端嚴



白 度 母 簡 介

《度母二十一讚》記載，觀音菩薩由其淨土向下觀望娑婆世界，雖已救渡出無數眾生，但仍有無量眾生執迷不悟，輪迴於生死苦惱大海，菩薩不禁悲從中來，心生慈憫而雙淚俱下。左眼的淚珠神奇的化成白度母，右眼的淚珠則化成綠度母，不斷地做利益眾生的事。

度母是完全證悟者，化現女相以母性的慈悲調伏威脅生命的種種惡緣。白度母之臉、手、足心合有七眼，故亦稱「七眼佛母」。白度母一頭二臂，身白如皓月，頭戴寶冠，右手置膝施與願印，左手當胸捻鄔波羅花，花梗沿手腕由臂而上至耳際。身著五色天衣網裙，耳璫、手釧、指環、臂圈腳鐲俱全，全身花鬘莊嚴，雙足金剛跏趺坐，安住於蓮花月輪上。

修持白度母法，能消除病因災劫，增長壽命及福慧，斬斷輪迴之根，免除八難、魔障、瘟疫、病苦等，凡有所求無不如願。

要有效地修習度母法，正確的動機與信心是必須的。正確的動機，意指修法的發心是基於慈悲心與菩提心。信心是指相信此法正確而有效，故能將此信心專注於本尊及其所源自的傳承是最好的。

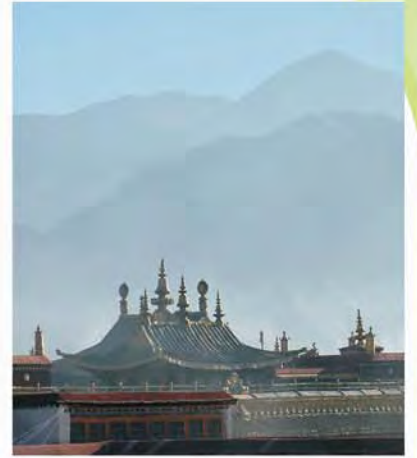
尊 的堪布·卡塔仁波切於五十多歲時生命中遇到壽危，在尊勝第十六世噶瑪巴·如來大寶法王指示下，修持白度母法得而延壽至今。

故能於圓具三戒，行持清淨且具足實修證量的堪布·卡塔仁波切處求得「白度母」灌頂，實為無上勝妙機緣。

祈盼大家珍惜此殊勝之法緣，發心修學清淨之教法，圓滿自利利他二事。



笑口常開!!



拉薩·大昭寺晨曦

… … 成功的胎教！

有一位懷孕的婦女終日盼望生一個乖巧有禮的小孩。

她的醫生也經常叮嚀有關胎教的重要性。

因此，她每日誠懇唸經拜佛並常去拉薩大昭寺繞塔祈願。

由於產期已過了一個月，她非常擔心。一天，她決定去看看醫生並問個究竟。

孕婦：「醫生，我產期已過了一個月。我肚子裏面的孩子為何還不出世？」

醫生：「妳先別著急，我現在就用儀器來幫妳檢查。結果很快就會出來的………」

孕婦：「真希望這生出的孩子乖巧有禮。

我可是遵照你的叮嚀一直在胎教上下功夫啊………」

過一會兒，醫生拿著測驗報告回來

醫生：「恭喜妳啊！妳懷的是雙胞胎！」

孕婦：「果真如此？那真是太好了。可為什麼他們還不出來呢？」

醫生：「他們之所以還不出來...是由於妳的胎教非常成功，

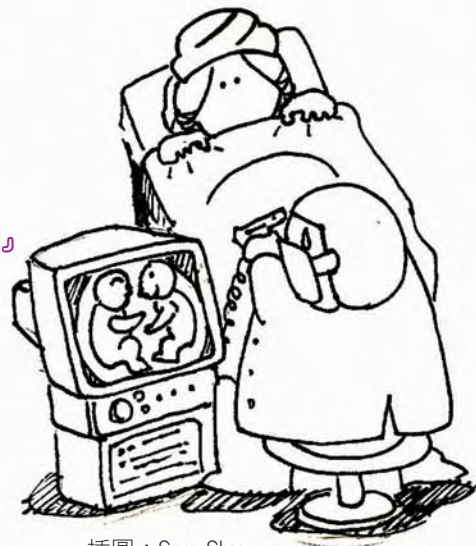
這對有禮貌的雙胞胎在妳肚子裏一直相互說道：

『你請先出去。』

『你請先出去!』

『還是您先請……』

『不不不…您先請……』



插圖：Sam Shu



日復一日的辛勤工作後，您是否想暫時拋開日常瑣事與煩惱，
清淨身心，讓心靈充電一下呢？
歡迎您一起來做個周休二日的八關齋戒短期閉關，
相信會給您一個全新的體驗與意想不到的收穫！

歡迎參加 大寶法王行宮 KTC-NJ 定期舉辦
持戒護關 千手千眼觀音紐涅(八關齋戒)閉關

2007	1月27-28 (六/日)	3月17-18 (六/日)
	4月28-29 (六/日)	5月30-31 (六/日)

。古藏文"紐"其意為"少"；"涅"為"安住"。亦即以禁食、行齋戒，將身心安住在善業之境，就是「紐涅」。紐涅齋戒要從八個支分去受持：不殺、不盜、不淫、不妄語、不飲酒、不眠高廣大床、不歌舞香飾、不過午食，也就是【八關齋戒】。在修持一套「紐涅」時，為了消除身障，第一天「過午不食」，第二天則完全戒飲食，同時要做大禮拜等修持。為了消除語障，第二天要戒除貪言及妄語，誦持大悲咒。為了消除意障，從已有法緣的上師或阿闍黎處求得「紐涅」齋戒後，嚴守戒律、且按照儀軌的順序觀想觀世音的生起次第。直到第三天清晨圓滿修法後，才賜飲甘露，並進食早餐，此為圓滿一次「紐涅」。

。我們應以清淨的發心來受持紐涅，深切體會眾生飢渴之苦，以此調伏妄想雜念，捨離惡業，增長智慧，心中自然生起利益眾生的慈悲心，令身心安住於清明體性中。

「紐涅」的功德利益

《妙法蓮華經》及《嘛呢遺教》開示：「如能修持一次『紐涅』八關齋戒，必不墮惡趣！」正確持守紐涅，如法恭敬思維，依觀音大慈大悲加持力，必能減少心中的五毒煩惱，在此生，不僅不會被任何冤親債主、人及非人傷害到，且足慈悲，能成自他二事，在中陰階段能得解脫。無論男女，在此世或未來世，一切世出世間之所求皆能滿願！「紐涅」有道不盡的功德利益，更是忙碌的現代人遠離八萬四千煩惱痛苦的殊勝修持法門。



大寶法王行宮

Karma Thegsum Chöling - New Jersey

地址：690 Atsion Road 電話：(609) 268-3341 網站：www.ktcnj.org
Shamong, NJ 08088 U.S.A. 傳真：(609) 268-8501 電郵：info@ktcnj.org