



金剛乘季刊 劉鏡之



法王法相之莊嚴

床在置使即。壞損以加勿更，瀆褻有稍可不，敬恭心存須必，像佛見凡：德功像佛敬恭
兩於人一 云要心大廣示開爺佛程澤桑根巴迦薩。大甚罪其，越跨至甚，下地或、上
其，德功此以，人二此如；物淨他易，垢履以，至人一又。之蓋履草拾急，塔泥小見中
成為可皆，塔佛、像佛見或，名之寶三聞說故。王輪轉之輪金為皆者三，人塔造與後
。子種佛

日十二月八年九十七國民華中

日一初月七年午庚曆農

期 4 4 第

དཔལ་ལྷན་གྱི་མཛུགས་ལ་ལྷན་པར། །སངས་རྒྱལ་ལྷན་པའི་མཛུགས་ལ།

始從四念住。究竟諸佛相。

ལམ་གྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། །ལམ་གྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།

道諦隨順中。由三智分別。

སྤོ་བའི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། །སངས་རྒྱལ་ལྷན་པའི་མཛུགས་ལ།

弟子及菩薩。諸佛如次第。

སྤོ་བའི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། །སྤོ་བའི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།

許為三十七。卅四三十九。

སངས་རྒྱལ་ལྷན་པའི་མཛུགས་ལ། །དེ་ལ་དགའ་བའི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།

昔承事諸佛。佛所種善根。

དགའ་བའི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ། །འདི་ལྟར་ལྷན་པའི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ།

善知識攝受。是聞此法器。

本期目錄

本會法訊	鍾棣相 4	香港金剛乘學會勝住記盛	梁啓祥等攝 22
聖者 敦珠甯波車簡略自傳	黎日光 5	靜坐留痕	朱雨田等攝 24
出關口占分別以贈諸子	劉銳之 5	灌頂翦影	25
法王在臺中學會佛像安藏紀盛	劉銳之 6	大手印簡介	26
「七之殊勝」抒所見	林聰阿閣黎 10	西藏佛教概說——達賴喇嘛演講	
參禮法體文叢		最大之青銅佛像——釋迦牟尼	簡家恆、林崇安合譯 27
敦珠法王廟巡禮——記台灣金剛乘學會會員尼泊爾行	林崇安 11	輪迴與涅槃的科學證明	鍾棣相 31
瞻仰法體及朝聖有感	李銘國 12	捐助本刊芳名	資料室 36
朝聖日記	慧泉 14	封面：法王法相之莊嚴	
桑耶寺中之蓮師二像	劉銳之 17	封面裡：現觀莊嚴論頌	(39)
臺南學會釋尊成道壁畫	劉銳之 19	封面裡：嘉德滿都蓮師關房前石猴與石金翅鳥	
		封底裡：甯瑪巴師佛傳承系統	(28) 渣華卓揚教主

國內

臺中市西屯區寧夏東一街三十七號二樓
 (國內助印請利用郵撥〇一五〇九八九一四號)
 金剛乘雜誌社

國外

一、香港：灣仔克街一—五號展鴻大廈一樓A座
 二、星加坡：Block 111, 11-19B, BUKIT PURNEI RD, BUKIT PURNEI ESTATE SINGAPORE, 0409.
 三、馬來西亞：9B, SENING GARDEN, 3400 TAIPIING, PERAK, MALAYSIA.

凡向當地索閱，請附回郵費，國外助印，請以外幣匯票或現金掛號直接匯交臺中市西屯區寧夏東一街三十七號二樓。任何助印，必在下期季刊公佈徵信。

出版者：金剛乘學會
 發行所：金剛乘雜誌社
 發行人兼社長：董淑惠
 副社長：林崇安
 執行編輯：鍾棣相
 社址：臺北縣永和市秀朗路一段九十一號
 通訊處：臺中市西屯區寧夏東一街三十七號二樓
 郵政劃撥：〇一五〇九八九一四號金剛乘雜誌社
 印刷者：永裕彩色印刷公司
 地址：臺北縣中和市中山路二段三五九巷三號一樓

行政院新聞局局版登誌字第一一九八號
 中華郵政登字第四四〇二號執照登記為第一類新聞紙類
 中華民國雜誌事業協會會員

金剛乘學會

香港方面

香港灣仔克街一—五號展鴻大廈一樓A座
 電話：五七五〇八〇八

台灣方面

台北市南京東路三段二七八號四樓
 電話：(〇二)七五二七三〇七 七一—一四九九

台中市西屯區寧夏東一街三十五號三樓
 電話：(〇四)三二五〇六一

台南市安平路三二四巷九〇號
 電話：(〇六)二二三三三三九

高雄縣鳳山市新富路三九一號十二樓
 電話：(〇七)七四七八一九〇

密乘出版社
 通訊處：台中市西屯區寧夏東一街三十七號二樓
 電話：(〇四)二五四七九四八 三三三三三四一〇
 郵政劃撥：〇五一—一四二二一〇密乘出版社

本會法訊

鍾棟湘

兩年來，星加坡眾弟子多次來函及長途電話敦請劉上師前往傳授毘盧七支靜坐法，並云報名參加者超過百人，上師早已答應，但弘法及閉關事忙，遲遲未有成行，今次特別排出三個月之時間（六月至八月），作為星馬港巡迴弘法，馬來西亞佛敎團體獲悉，便速傳真及來信邀請，計有古晉佛敎居士林、沙巴普陀寺、吉隆坡、檳城、太平等各地，香港會則由北角遷到灣仔克街，須於農曆六月初一日前趕回，主持勝住典禮。

弘揚佛法——是一項艱苦之歷程，眾生難度，祇有具足大菩提心以應付之，常因人因地而運用種種方法，令其趣入佛道。弘法項目、地點及日期，簡述如下：

一、傳授西藏密宗靜坐法：星加坡——六月二日至六日，共五會，每晚七時卅分至九時，假座那爛陀會所，參加者五十七人。吉隆坡——六月十八日至廿二日，共五會，每晚八時至九時卅分於弟子朱玉麟住宅，參加者廿四人。香港——八月四日開始，逢星期六、日，每晚七時卅分假座溫莎公爵大廈，八月十九日晚圓滿，參加者二百五十五人。

二、文殊師利菩薩灌頂：星加坡——六月三日，受法者六十八人。古晉佛敎居士林——六月十日，受法者一百一十一人。沙巴普陀寺——六月十五日，受法者二十七人。

。檳城——六月廿四日，受法者三十六人。香港金剛乘學會——七月廿九日，受法者達二百五十人。此外，星加坡與吉隆坡傳授蓮華生大士灌頂，太平則傳長壽佛及無死蓮師灌頂，參加者共四十八人，香港傳一髮母及綠度母灌頂，傳法後並即詳細開示儀軌。

三、大手印開示：六月八日晚於古晉佛敎居士林。六月十四日於沙巴普陀寺。六月廿三日於吉隆坡，六月卅日於太平佛敎會。

此外尚有講授四加行、菩薩戒、傳四皈依、飲空增壽法、開示會供儀軌，並於檳城開示如來禪與祖師禪；於前曾受二級灌者，特別開示亥母五層及傳授金剛薩埵二級灌儀軌，至於太平之同學，福報更好，得受普巴法及施食法，並得大圓滿簡介開示。

香港金剛乘學會於七月廿二日（農曆六月初一日）上午九時開光，參加者非常擠擁，座無虛席，晚上假座敦煌酒樓素宴。本會更安排出一連串之項目，如往大嶼山朝大佛、大型放生法會。上師親自主持會供，並開示亥母、觀音、蓮師、蓮師財神等儀軌，更舉辦公開講座——大圓滿簡介；逢星期一至五講宗喀巴大師顯密修行次第科頌，星期六、日下午三時半至五時，親自答弟子問，並於八月五日下午舉辦懷愛火供，參加者凡二百餘人，極一時之盛。

聖者 敦珠甯波車簡略自傳

再傳弟子 黎日光恭譯

吾敦珠無畏金剛智在第十五個耀宗之木龍年，出生於啤嗎角之隱蔽地方，父名針普羅布汪帖爲卡南之皇裔。三歲時被認出爲大巖取者敦珠甯巴之轉世，由其弟子所攝受，從此進入佛法之門。稍長，從師學習，師云：「閱讀及寫作，爲知識之根源。」督令勤奮，又要牢記儀軌、禱文及其他，並應勉力，如何可使身、語、意不作黑業，及循規蹈矩之教誨。而歷史、寓言及加行，也不斷修習，因而隨著歲月增長，智慧略開。復蒙有學識與成就之上師慈悲指導，使學習因明、拼字法、文法、偈誦、天文學及醫學等之基礎學科，並學習中觀、般若波羅密多、慈氏五論、入佛子行論、三種誓句等註疏。特別注重甯瑪密咒傳統，教傳及巖傳、能成熟及解脫之密續導引與口訣。由金剛上師十三大行開始，乃至各種傳統修習之基礎，製造與裝飾食子、跳神、繪畫壇城、梵唄及音樂等，持明傳承之全部修習細則，亦須勤奮學習，無一遺漏。同樣以四加行之修習，及累積爲開始，進而正行即生起次第，及圓滿次第之見與修，均盡力持之，全部圓滿所需念誦之基數。

然受上師名號之負累，致爲雜務之勞役，說爲利益佛法及眾生者，以此之故，所得成就之少若龜毛。而曾接受之一切法乳，均已大部份按他人之根器，盡力講解

及宏揚。自問雖不配列爲有數學者之一，但均能滿求法者之願；且以期爲佛法略出綿力之故。並曾書寫結集越二十大冊，如甯瑪教法史、甯瑪宗義、西藏歷史、三戒逐句註釋及很多密續之教授及導引等。說者認爲受法之結果，爲有能力寫作，吾雖無此期望，但亦無疑慮將之寫出。

感謝諸位偉大聖者上師之慈悲，使吾之清淨見不迷，且從未積集邪見、誹謗他人教法，或其他等違背佛法之黑業，常以不自欺之態度自勉。

毫不懷疑，是屬於慈悲佛陀四部侍從之一，雖或屬最低層者，然亦常以此自傲，正以顯示吾無法分別聖凡也。此爲吾一老密行者之簡略自傳。

出關口占分別以贈諸子

劉銳之

我在掩關修 得爾爲隨侍
願以此因緣 了生死大事
仰兌幻化網 關中亦弘法
長日侍經筵 勝義期通達

第二百日關期於民國第二庚午浴佛節後二日圓滿

法王在臺中學會佛像安藏紀盛

劉銳之

民國七十三年秋，臺中金剛乘學會修建落成，已請吾師敦珠法王題字，並依西藏寺廟規格：屋頂嵌雙鹿伴法輪，門前奉蓮華生大士聖像。因而函稟恭請法王蒞臨主持勝住（俗稱開光）典禮，已得俞允，指定十月十日舉行，隱然與漢族締造共和之日相同，聞之不勝驚喜。

十月八日 法王親偕 佛母、及率仙藩師兄、千媚詩靈兩師姊，從法國輾轉降臨。行裝甫卸，即與仙藩師兄逕登佛殿，面對所塑釋迦牟尼佛、金剛薩埵、觀世音等巨型佛像，躬自指揮，由仙藩師兄主持其事，余及港臺部份同學輔助之，一一加以安藏（俗作安臟）。勝會而後，得師兄將此次安藏物品，分甲乙兩種開示，照錄如左：

（甲）普通物品

- 一、純金（戒指耳環項鍊均可）
- 二、純銀（同上）
- 三、水晶石（需天然所成，且透明，勿用人工所造。）
- 四、強力膠
- 五、西藏紅花
- 六、乾的香花（茉莉花、洛神花、菊花。葉亦可用，莖不可用。）

- 七、名貴寶石（珍珠、瑪瑙、鑽石、珊瑚。）
- 八、紅綿布廿五碼（寬度以最寬為原則，約三尺。）
- 九、藍綿布十碼（同上）
- 十、紅絲綢六尺（同上）
- 十一、白紅藍黃綠五色壁報紙（十二點五公分見方，各色五十張。）

- 十二、粗線五色（如前）二套
- 十三、細線五色（如前）二套
- 十四、小臉盆黃紅綠各一個
- 十五、紅線九〇〇尺（結金剛結用）
- 十六、剪刀四把
- 十七、布袋針三口
- 十八、圓木頭二點五尺長
- 十九、黃金加熱成水以便寫字用（改用金箔貼上）
- 二十、口罩二十個
- 廿一、瞬間黏劑五支（Stic黏劑一瓶）
- 廿二、繪圖筆十四號三支
- 廿三、乾木棒三支（需判知樹之根部及葉之方位）
- 廿四、影印咒字一千五百張
- 廿五、玉香（紅黑色各五把）
- 廿六、紙箱三個

廿七、金屬小盆四十、七十公分長各一個

廿八、細且長白米二公斤

廿九、世界各國硬幣（日本、中國較多）

三十、天然石頭（雲母石、花蕊石、白石英、琥珀、紫

石英、鐘乳石、寒水石。均寶石類，不能加工混

入雜質。）

卅一、牛肉兩磅半（其中一些供護法）

卅二、威士忌酒一瓶

卅三、化學黏土（白兩磅半、紅藍黃綠各一磅半。）

卅四、小塑膠袋一千份（以便裝加持之餅乾）

卅五、紅花二十小包

卅六、白麵粉八公斤以上

卅七、玉米粉一包（以增加黏性，做多瑪之用。）

卅八、生米十五公斤以上

卅九、植物性 Butter，紙裝五至十條

四十、紅糖一盒

四十一、大印泥一盒

四十二、眠爐一個置中間

四十三、香爐二個餘二壇用

（乙）聖者法物

一、迦葉佛舍利（嘉什甯巴巖取）

二、大圓滿堪（甘）甯波車舍利

三、阿彌陀佛長壽丸（許多巖師所取）

四、嘉頓甯波（約釋尊時）報生多世清淨舍利

五、普巴金剛甘露

六、金剛薩埵甘露

七、文殊師利語舍利（巖取）

八、大鵬鳥舍利（鄔金笛甯巴巖取，火燒時可降大雨

。）

九、化身山巴甯波車身鹽

十、君桑俄些（巖傳導師）舍利（能將觀音像照石上）

十一、君桑俄些之骨

十二、東初惹巴（木訥祖師時）之腦

十三、嘉頓甯巴之腦

十四、蓮師造『些』字丸（笛打甯巴巖取）

十五、蓮師法衣（山威甯巴巖取）

十六、龍清巴之腦（食後病可愈）

十七、親美洪珠之腰帶

十八、龍波嘉之皮鞋

十九、那惹多眞之髮

二十、昆盧渣那之鞋皮

廿一、明珠多傑之髮

廿二、蓮師父母明點（親尊巖取）

廿三、移喜磋嘉之髮

- 卅四、龍清巴之衣
- 卅五、多傑力巴肩飾（德嘉那巴巖取）
- 卅六、些那空行之髮
- 卅七、釋迦詩列之髮
- 卅八、德鍼卻真甯巴之髮
- 卅九、敦珠甯波車之髮
- 三十、昆盧渣那墨寶
- 卅一、空行母墨寶（登打甯巴巖取）
- 卅二、化身生遮字
- 卅三、無畏寶之衣
- 卅四、敦珠甯波車之衣
- 卅五、啤嗎榮增之衣
- 卅六、迎卻嘉新羅布之衣
- 卅七、席冬南卡多傑之髮
- 卅八、德森的敦之衣
- 卅九、中新甯波法衣
- 四十、德青多傑波密之字（紅色獨一個）
- 四十一、德青貢噶甯波之衣
- 四十二、嘉馬巴斯之衣
- 四十三、嘉敦冷噶之帽
- 四十四、貢噶渣楚之舍利
- 四十五、德些空行母之金

- 四十六、鄔金甯巴之皮
- 四十七、敦珠多傑之帽
- 四十八、蓮師之髮
- 四十九、密彭之珠
- 五十、蓮師之像（黃獨一個）
- 五十一、十二生肖壇城鏡（獨一個）
- 五十二、打哦汪姑空行母之頭顱
- 五十三、啤嗎嘉波之前額
- 五十四、噶拉喇嘛（古代）之帽
- 五十五、觀音丸（幾種集中）
- 五十六、噶倫多傑（七次投生清淨）一百種合成之丸
- 五十七、黑繩所造之蠟子
- 五十八、敦珠甯波車前世之髮
- 五十九、釋尊舍利

（附）小金剛薩埵安藏寶物

- 一、蓮師父母甘露
- 二、迦葉佛舍利
- 三、七生聖者舍利
- 四、甘甯波車骨舍利
- 五、卻冷貢南舍利
- 六、釋尊舍利

執筆至此，前塵影事，湧上心頭，茲略記之：

諸同學有知昔承事 師受四級灌頂時， 師示：甯瑪巴之規矩，凡受四灌，可稱為甯波車。因對曰：不敢！今後對甯波車之尊號，祇尊稱吾 師一人。如窺基師，祇尊玄奘大師一人為上人而已。（其後 師賜戴蓮冠時，又說：今後可稱為舒囊卓之贊青喇嘛，「藏人尊稱釋尊亦名釋迦喇嘛。」我更不敢以此自稱也。）為使代攝受弟子，更將從第一級瓶灌，至第四級名詞灌頂之法物，盡量賜與以為信。所以認為學會之勝任可由我主持，不必擾 師僕僕來往。但我所知 師所存歷代聖者法寶甚多，常以藏局不甯，損失不少，屢擬加以疏散。備承眷念，已寄賜藏文甘朱一套凡百鉅函。又如蓮師所加持之傳承湯嘉九幅，雖美國某學院出資鉅萬不與，而以不丹皇室名義帶至香港賜給，飭為隨身至寶。其餘如鈴杵鼓念珠顱器舍利，應有盡有，不斷賜與。故於此安藏法寶殊勝且多，更感 師恩之浩蕩，吾人後此更應非常珍惜也。

翌日 師步出前門，仰視所塑蓮師立像，默然而歎，蓋以高不可攀，無法安藏為憾。余乃自告奮勇，師交來蓮師舍利，遂利用建築所用高架鐵梯，攀登而上，以竣其事， 師心乃釋然。

詩云：雖無老成，尙有典型。今吾 師雖已圓寂，而歷代得大成就之祖師，所遺留之法物，凡數十種，均

是為我輩後學之典型，吾 師不以自珍，賜予本會同人所瞻仰，其恩海豈可量哉。

去年冬有部份同學，以臺中學會，來學者日多，艱於容納，乃發願遷址擴充，此種紀念 師祖弘恩，思有以發揚光大，極堪嘉獎。因飭將 法王題字，及所安藏之佛像，速同繪繡湯嘉，門前蓮師立像，甚至屋頂雙鹿法輪，亦須隨遷安置，後以因緣未具而止。似此一念擴充之誠， 法王亦必護念加持之矣。

所有港臺學會之藻飾，均依西藏模型，雖未至畫棟雕樑，然綺麗遙皇，多姿多采；令人見之而留戀，有如大手印所示「觀佛殿之嬰兒」。然一切器世界均先無常，所有儀軌，均作此開示矣。又如王輔仁西藏密宗史略，佛教出版社八四頁云：「桑耶寺是八世紀末葉由寂護和蓮花生兩位大師所設計建造的西藏第一座正規的寺院，又是最早傳授甯瑪派密法的一座寺院。：：：因幾次遭火災而焚毀。有一火災之後，由薩迦派派人修整恢復，從那以後，桑耶寺的寺政權力有一大部份歸薩迦派掌握，只有護法神殿，歸甯瑪派僧人掌握。」桑耶寺尙且如是無常，其他又何足道。因憶韓非子有云：「鄭人爲木蘭之櫝，薰以桂椒，綴以明珠，飾以玫瑰，輯以羽翠。楚人買其櫝而還其珠。」亦可笑也。

「七之殊勝」抒所見

林聰阿閣黎寄自澳洲悉尼

曾閱劉銳之上師「七數字之殊勝」一文，吾亦曾於各宗教中深討數字學，今將所知公開，不可算是心得，只是歷年來學到的知識整理成文而已，作為續劉上師之文，與諸同修研究。

古希臘從Pythagoras聖者始，幾乎所有之學者都認同自然界之始（太初）至終都依數學方式設計安排，他們把自然的形形色色之特性歸結為數。此學派為西方文明之父，他們把整個世界看成是數的和諧系統，以「一」為眾神之母，萬物之基。此與中國之術數（氣功、軍事、小卦、算命、甚至中國哲學、中醫學之根基）甚為接近，道德經云：「道生一，一生二，二生三，三生萬物」，與及周易中我們聽到「無極生太極，太極生兩儀」這些都是以數描述宇宙規則的學問。

「七」此數一向以來皆認為是靈性數字，神秘而殊勝。

聖經中，由首至終，「七」數不斷出現，如

創造宇宙之七天

七重天堂

七寶座

七個印

七個教會

環繞Jericho圍牆之七日步行，至第七日，牆倒下。

由大衛至耶穌中間剛好是七代

啓示錄中上帝差遣七個天使至地球

Enoch言及主之七個天使在大地上來回行走（註：某些學者認為「七天使」譽七個星球）

在埃及宗教中亦提及此「七天使」

另外，在不同宗教中，「七」都有特殊之意義：印度教相儀七個主神；希伯萊秘密教義（卡巴拉教義）中有七個宇宙點；猶太教中有七大天使長；波斯祆教（即火教）中有七聖典。

在很多文化、哲學及宗教中，「七」都代表了宇宙之法則。「七」同時是一個原數，只有它可以除永恆之數。以下是一個例子：

「一」代表了宇宙之始（宗教中有把它稱作「道」、「上帝」或「大梵」），「〇」代表了「永恆」、「宇宙之母」、「無極」，把「一」放在「〇」之前，然後隨便我們加任何數目的「〇」（永恆數，無始終之數），除以七，都得142857之重複數。

參禮法體文叢

敦珠法王廟巡禮

記台灣金剛乘學會

會員尼泊爾行

林崇安

西元一九八七年一月十七日，西藏密宗寧瑪派領袖敦珠法王於法國圓寂，入定十餘天後，身體逐漸縮小，示現密宗「即身成佛」之殊勝成就。台灣金剛乘學會會員聞訊，莫不期望能親朝法體，但以時間倉促及手續不便而難以如願。其後，佛母於尼泊爾嘉德滿都之大白塔附近蓋建法王廟以供奉法體，於一九八九年初完工，法體於一月底由法國迎往供奉並舉行祈禱法會，台灣學會會員乃紛紛辦理觀光簽證，以參加此盛會。由於師尊之加持，百餘位台灣會員終能共聚廟中，親禮法體，達成心願。茲略記之。

一、啓程

從一月十日起，台北、台中、高雄及台南四會會員分批組團出發。首批爲楊東賢、何雪霞、陳貴枝及楊焜暉，先赴尼泊爾辦理準備事宜。一月十七日，上師及香港會員由港赴尼。第三批爲莊金沛等九人，於三十一

日出發。第四批爲南部之王俊雄、蔡河源等二十九人，於二月一日出發。第五批爲台北之蔡影輝、王昌齡等十九人，第六批爲台中之李銘國等十九人，第七批爲王志中、陳國政及余等六人，以上三批皆於二月二日出發，唯旅程不同。第八批爲二月七日出發之林秀梅、周德等七人。以上共達一百會員，經香港轉赴尼泊爾後，於嘉德滿都先朝見上師，致令師所駐錫之處熱鬧非凡，沒有身在異地之感。

二、共聚法王廟

二月四日，香港與台灣會員百餘人及馬來西亞會員數人，在上師之領導下，於清晨步入法王廟內，共修祈禱法會。在頂果甯波車之主持，法會在莊嚴肅穆中進行。喇嘛們之唱誦悠揚，引起大眾對法王無限之追思。數年前爲台中學會開光及加持情況，音容猶在目前，而今莫不虔誠祈禱早日乘願再來，拔濟芸芸衆生。法會時，台灣會員臨時帶來之千餘冊「敦珠法王與金剛乘學會」分贈喇嘛們，彼等見到法王與上師之封面合照，及內頁藏文、英文說明後，對上師至爲恭敬。法會後許多喇嘛及外國人亦來索取此紀念冊。

二月五日爲農曆除夕，晚上由上師主持布薩法會，港台會員在廟內依次上座而後誦戒（外人則不準入廟），此情此景，與在台灣布薩無異，唯在翌日即傳出

上師主持布薩時，廟外喇嘛們見廟內放光並有咒輪呈現，因而認爲師乃大成就者，故其後對之更爲恭敬，而有許多喇嘛紛來拜會，留下地址，邀請參觀。故在此次共聚法王廟後，明確顯示上師在寧瑪派中之地位，及金剛乘學會之受重視。

三、殊途同歸

由於台灣學會會員之假期長短各不相同，旅程亦不相同，在共聚而後，乃分途觀光，回歸台灣。途中種種際遇亦大不相同，但皆深感師尊之加持，再略述之。

台灣各會不同批去朝拜蓮師閉關處，巧遇戚操甯波車，蒙賜甘露丸，後來始知此甘露丸，卻即是法王所造。

陳貴枝、何雪霞等許多會員，都祈請能找到理想之法器，後來皆能在「最後時刻」請到。陳紀麗紅及楊瑞英由尼返經香港，原先定好赴大陸之機位竟被取消，經祈請師尊加持後，起飛前恰有二位空下，乃順利成行。王俊雄、蔡河源之團，於印度菩提伽耶巧遇賴教授，由其引介乃能拜見上師之舊友悟謙法師。並於金剛座靜坐，深獲加持。

余等及林秀梅一行七人，皆能順利參觀各地，據云前後有許多旅行團在此假期內，由於機位少而被「放鴿

子」或飛機過站不停，而學會會員參加之團，則都逢凶化吉，順利成行，並快樂回來。

有許多台灣會員，雖因事不克前往法王廟，但亦有所感應，例如謝順良於此期內，夢見法王賜「大圓滿」之經書給上師。而在尼泊爾之戚操甯波車（爲法王之弟子）則親找上師。並給一套「龍青寧梯」（爲寧瑪派最重要之大圓滿法），豈非巧合。

在這如夢之人生中，尼泊爾之行，無疑是一甜美之回憶，許多會員都表示希望再做一次這種夢，願此夢成真。

瞻仰法體及朝聖有感

李銘國

西藏密宗寧瑪巴（紅教）法王敦珠寧波車於於七十六年一月十七日示寂後，印度、錫金、尼泊爾等國均請法體返國供奉。經佛母考慮，決定尼泊爾，並於嘉德滿都白塔附近，將前建廟，加以擴建供具緣有情瞻仰。港、台各會弟子均日夜期盼早日建妥，終獲喜訊，知於七十八年二月四日舉行奉安大典，在台各會共計一百一十餘位師兄，紛紛組團前往恭參盛典。

本團三十三人於二月二日由台出發，經香港轉搭尼航，抵嘉都已深夜矣！第二天上午朝謁師佛，得展示法王舍利，及貼身衣物，與眾結緣；下午全體弟子，

共謁 佛母仙藩寧波車及二位佛女，數年不見，格外親切。並到一樓頂禮 法王法體，廟內莊嚴無比，爲有生以來所僅見。學會所製胸章，內有 法王、師佛標幟，以爲識別證，喇嘛們見之，均豎起大拇指，讚嘆有加，不但頗受禮遇，且得到極大便利。

二月四日上午八點開始修法，共修十四天，因緣殊勝，直至圓滿。筆者謹將期間所見所聞之瑞相，或殊勝之事，臚列如下：

1 法王示寂時，法體逐漸縮小，此乃無上密成就之徵兆，全體密乘弟子爲求法王德澤惠長垂，祈禱留下法體，終能如願，以饒益有情。

2 法體依西藏例，空位安置以鹽，而於鹽中喜獲無數舍利，實在不可思議。

3 安奉法體之塔，周圍流出甘露，有甜的、酸的，酸的好像西藏某種藥物之味道，有位師姊以手沾後，從早到晚，香氣四溢，殊勝可知。

4 廟旁玻璃上顯現虹光，經請示得知此乃 法王大成就之示現。

5 師佛請得 佛母許可除夕夜在 法王廟內舉行 布薩（誦戒）法會（農曆每月月底港台各會弟子均在學會佛殿布薩），戒壇中 法王放光加持，大喇嘛們見此勝境，嘆未曾有，因此知漢人中也

有嚴守三昧耶之大成就者，此後不少大喇嘛紛紛請求 師佛予以摩頂加持（此乃筆者親睹也），殷盼師兄們珍惜、掌握此勝緣。

6 法會期間有多位師兄分別見到 法王示現於門邊，及窗戶玻璃上，十分殊勝。

7 法會中喇嘛在定中看到咒輪光圈，中有種子字，想係 法王親臨放光加持與會同人。

8 筆者於二月九日搭華航返台，起飛不久，從窗戶向下欣賞海上風光時，突然看見飛機影子周圍包一圈彩虹，約莫五秒鐘光景，瞬即消逝，當係 法王無限加持也。憶及 法王蒞台臨行時開示：「無論到何處、何時，一定加持港台各會弟子，直至菩提。」

二月六日下午遊覽蓮師閉關聖地，山頂上遺有蓮師膝印及脚印，也有降伏阿修羅之巖洞，史蹟殊勝；在山腰下亦有蓮師閉關巖洞，蓮師修普巴法、證虹身、降伏魔女之史蹟，喇嘛們均津津樂道，詳加解說，宛如身歷其境。該巖洞旁有一寧瑪巴廟，廟之主持威操寧波車，見本會弟子求見，十分高興，特別陞座開示：「本人與你們上師係同一師承，我們都像一家人一樣；你們的上師係 法王之唯一傳承弟子，希望你們每個人都應珍惜此殊勝傳承，認真修行，成就之路指日可待。」此番開

示振奮所有師兄們，皆發願隨侍 師佛，直至菩提。

二月七日（農曆正月初二）晚七點，宴請佛母、仙瀋寧波車、二位佛女、孫女暨眷屬十一人，宴會中氣氛融洽，團聚一堂，宛如一大家庭，互祝新春快樂，賓主盡歡，實乃難得之盛會。又宴會中仙瀋寧波車提及「金剛乘學會全體弟子對上師之恭敬心、誠信心，實乃彼此保持清淨三昧耶及願力之顯現，令喇嘛們敬佩萬分，誠不可思議。」筆者憶起 法王蒞台時之開示「福德法幢（劉銳之上師），不為名利恭敬，是台灣真正的上師，金剛乘學會在其領導下，是一有組織、有紀律之僧團，若依止之，此生或下世必可成就。」

此次尼都之旅，在台師兄有不少因經濟上困難，幾無法成行，但信心堅定，日夜虔誠祈禱 師佛加持，終能突破困境，搭上最末班機，達成願望，個個法喜充滿。又若非 師佛與 法王願力之結合，弟子們實無法得此殊勝法緣，廣霑法益，謹竭誠心祈禱 師佛健康長住世，饒益諸有情。

朝聖日記

慧泉

敦珠法王法體奉安典禮與修法，雖然是由一九八九年二月四日至十九日，但金剛乘學會同仁分別自台灣、香港、澳門、馬來西亞太平四方輻輳而至，時間有先有

後，人數亦有多寡之不同。有停留嘉德滿都壹周的，也有兩周的，也有多至二十七日的，各各機緣不一，而去朝聖瞻禮的心情則一，而祈禱 寧波車早日乘願再來的希望亦同。

若綜而觀之，此次朝聖瞻禮，台方四會共計赴會者有一〇六人。香港方面有五三人，澳門二人，馬來西亞太平方面十一人。

茲分日記錄大事如下：

一月十四日 台方派出四名先頭部隊，先到會場籌備一切，他們分別為楊東賢、陳貴枝、何雪霞、楊焄暉。

一月十七日 劉上師率同王麗東、陳寶芳、鍾棣湘、朱文進、羅啓安、王棣儀、蘇麗嫦等八人前往嘉德滿都，準備迎接法體。

一月十九日 太平方面三人到。

一月廿七日 香港方面六人到。

一月三十一日 台中九人。澳門二人到。

二月一日 香港十一人到。

二月二日 台方八十五人隨團抵達。香港八人，太平二人同時亦到。

二月三日 齊集 法王廟朝 佛母及其眷屬，獻哈達。並得朝 法體。

二月四日 法會開始。廟方特為「金剛乘學會」同仁設

一修法之區域，由八時至十時修一壇。十時後之各壇可自由參加。是日佛塔之窗上現出五色明點，此爲法王已證虹光身。據佛母云：此乃象徵當日會場內將有一大修行成就者出現。

二月五日 農曆年廿九，在廟中布薩。是夜六時由劉上師主持，依戒臘坐定，港台等衆弟子接近二百人便把會場坐得密密滿滿的。上師布薩後，宣講了一番話。大意說：來到尼泊尔 敦珠寧波車廟布薩可說不幸，也可說是幸。不幸的是我們少了一位依怙的師祖，幸的亦是我們今日能夠五地區的衆弟子集合一起，同在師祖廟中布薩，這個機緣實爲難得。劉上師接著又諄諄地勸勉我們要向四位侍候寧波車圓寂的活佛學習守戒和三昧耶，不求名利恭敬，不諱衆取寵。會中並用佛母所賜 寧波車常用的鈴杵對我們一一加持，獲贈壓歲錢。我們並派代表向師父致頌意，各自發心供養。

是晚，據現場的喇嘛所見，佛塔內放出無數種子字，而廟外出現幾道虹光湧入廟內。

二月六日 農曆元旦。同仁等在法會開始前先後向上師獻哈達，拜年。不少外國人也跟著跪拜。

二月七日 農曆年初二，藏曆年初一。是晚七時假(Shen Ten Hotel)設自助餐公宴 佛母及其眷屬。會中，

上師、佛母、仙藩寧波車都分別講了話。劉上師說：多謝佛母及眷屬和各位嘉賓光臨，酒微菜薄，不成敬意。佛母致詞說：很高興今日大家濟濟一堂參加此一殊勝法會，只要大家能持守清淨三昧耶，同心合力救度衆生，一定可以在同一壇城得大成就。並祈禱劉上師長壽住世，多作弘法利生之事，最後祝大家如意吉祥。仙藩寧波車致詞說：祝大家有一個藏曆、農曆的愉快新年。依藏俗元旦，家人不出外，留在家中大團圓。今日大家分從四海來到這裡，猶如一家人團聚，現在更像是一大家庭一樣，意義不比尋常。敦珠寧波車圓寂此事並不意外，幾年前，訪台港時，已經說出了。這並不等於源流終斷，反之，其法乳更見強有力地傳揚下來。則其圓寂，不外表示此世界之事經已完結罷了。今日，我在白塔和幾位喇嘛談起，發現法王正不斷加持我們，除了虹光明點之外，喇嘛迎請上師時清楚地觀想法王身作虹光中更有種子字，凡此皆可證明大家得其加持，這都是我們的幸福。你們對劉上師的崇敬態度，已經給當地喇嘛留下深刻的印象。最後我謹祈禱劉上師長壽住世。

是夜，港、台、太平、澳各派出代表向佛母、仙藩寧波車、二佛女獻上哈達及果儀，並逐個分會拍照留念。宴會中，賓主盡歡，觥籌爲樂。

是日，佛塔流出甘露，味酸似藥。牆上亦流出甘露，味甜似蜜。

二月八日，十時許，仙藩寧波車蒞臨法會，與上師品嘗甘露。不少師兄弟亦得同霑法味。

上接第10頁

$$\begin{aligned} 100,000,000 \div 7 &= 14285714.2857\dots \\ 10,000,000 \div 7 &= 1428571.42857\dots \\ 1,000,000 \div 7 &= 142857.142857\dots \end{aligned}$$

故此142857是西方算術之神聖數和，把它之單獨數字加起，即 $1+4+2+8+5+7$ 得27， $2+7=9$ ，「9」代表物質世界之最完美境界。

上述整個計算過程（在西方算學中），是整個物質宇宙從無（混沌、無極、零）至有（一、太極、太初）至物質的出現，發展至完美的全個過程的數學方程式。

在佛學上，有一點很多學者也忽略了，佛陀坐著蓮花，雖然有說千瓣、八葉等等。其實蓮花原種是七葉的，而且在植物學上，凡是純種花都一定是七葉的，而純品種的花不多，蓮花是其中之一。二千五百年前，印度還沒有植物專門學者，也不知道蓮是純種植物（未曾天然混種），但佛教剛好以蓮為佛座及配以特殊教義，是否巧合？

上接第37頁

星加坡方面（星幣）

- 陳少來 陳有來各捐五〇〇元 謝文藝 邱鍵謁各捐一〇〇元
- 梁正愛 譚極蘇合家捐一〇〇元 司徒德亮 許祝安 盧德安
- 李文發 龍玉貞 蔡春林 黃細妹合家 宋福基 林明亮 蘇加楓 譚發祥 黃國興各捐五〇元 Tan Yong Hai 辜識光 唐永良各捐三〇元 王滯慧 王瓊慧各捐廿五元 朱少姬 梁蓮英
- Ku Pak Lee Ku Pak Min 陳德昌 福名式 劉玉葆 陳秋媚各捐二〇元 Ho Mun Chong Goh Cheng Huat Chua Kor Beng
- Siah How Hin 彭迺高 曾錫漢 吳高才 郭德倫 李鑑蘇 李運光 葉金枝 陳有淵各捐一〇元

馬來西亞方面（馬幣）

- 太平弟子交來郵費一五八四元 古晉各界佛友捐八九一五元 古晉佛教居士林捐五〇〇元 檳城弟子捐四〇〇元 馬亞登捐四〇〇元 釋遠通捐三〇〇元 蕭開南 王秀姿 黃賽專 周德財各捐一〇〇元 太平金剛乘弟子捐一〇〇元 張瑞炳捐六〇元 陳美清捐五〇元 郭火生捐廿五元 陳廣義 許如佑 劉佑南 洪梁毅 林心瑛 李碧金各捐二〇元 林善賢捐一五元 陳在喜 譚士根 杜織成 張宏生 陳有連各捐一〇元 麥達成 陳亞南 馬成興 邱寶光各捐五元
- 葉文意捐港幣一〇〇〇元 美國龍震明捐美元二〇元
- 臺灣、星加坡弟子捐助印佛經與佛友結緣
- 臺灣陳正輝捐港幣一三二八六元
- 星加坡弟子捐星幣：司徒德亮 許祝安 盧德安各捐五〇元 辜識光捐二〇元 彭迺高 曾錫漢各捐一〇元

桑耶寺中之蓮師二像

劉銳之



蓮花生塑像



石刻造像——蓮花生

本刊第三十二期所刊「寺是一座山、山是一座寺」所敘述之桑耶寺，內分「千寺之祖」「布局奇特」「一寺千塔」及「豐富多彩的壁畫」等非常詳盡。

頃讀「桑耶寺簡志」之責任編輯洛平於書後所作之略述，特擇錄其片段，如云：

「赤松德贊（亦作赤松德真）親政後，派大臣巴賽朗等人到長安去取佛經並迎請漢僧。由於當時吐蕃內部反對佛教的勢力非常強大，巴賽朗被貶到芒域當地方官。他利用機會經尼泊爾到印度，朝拜了大菩提寺和那爛陀寺等一些佛教聖地。在回歸途中遇到了當時印度著名佛學家寂護（史華楚），徵得赤松德贊同意，邀請到吐蕃傳教。他住在桑耶附近的青朴，但吐蕃內部反對佛教的勢力公開反抗，加之當時吐蕃境內發生了「雷霹紅山宮，以及年荒、人病、畜瘟等災禍。」他們說這是信奉佛法所得的惡報，而對佛法大生反感。寂護無可奈何，只好回尼泊爾。臨行前，建議赤松德贊延請蓮花生進藏。蓮花生是八世紀印度僧人，被稱為「鄔金大師」。他出生於烏仗那（今巴基斯坦境內），為印度佛教密宗大師。寂護是由於對吐蕃的反對佛教勢力無能為力，才回印度請蓮花生來吐蕃弘揚佛教。史籍描寫蓮花生到吐蕃

的經過時說，他預先知道吐蕃贊普要邀請他，便主動起身，和迎請他在芒域相會，接著一路“降伏鬼魔”，許多魔怪都被他用密咒調伏了。還說他是人間最大的咒師。根據印度歷史記載，西元八世紀下半葉佛教在印度早已衰落了，所以蓮花生的主動進藏，是他為印度佛教謀求出路的。而所謂蓮花生一路“降伏鬼魔”，則反映了印度佛教的密宗戰勝吐蕃苯教的事實。桑耶寺的地點就是由蓮花生選定，並一般認為甯瑪派是由蓮花生傳下來的，後世藏傳佛教甯瑪派尊他為“祖師”。另外，據《巴協》記載，寂護和蓮花生來到桑耶寺後，便準備建立佛法會址。這時，苯教徒及崇苯官員抗議，於是，赤松德贊提出讓佛教和苯教的代表人物進行辯論。辯論結果，苯教以“理由微小無力”而失敗，佛教以“理由深廣有力，論諍出色，智慧敏銳”而取得勝利。隨後就決定推行佛法，建造桑耶寺。在赤松德贊、寂護、蓮花生等人的積極籌備下，建造桑耶寺已成為當務之急。為了取得更多人的支持，赤松德贊採取了宣傳鼓動，感化百姓等一系列措施。使這座宏偉的建築，從奠基動工到竣工使用了很短的時間便拔地而起。「於是可見藏王赤松德真對蓮華生（亦作蓮花生）大師之尊敬與重視，而桑耶寺就是蓮華生大師共同準備建立的主要人物，且寺從建成至今，分別有蓮華生大師之石刻造像及塑像各一

尊，巍然立於寺中，釋尊亦只雕像一尊而已。

核閱呂澂所著「西藏佛學原論」（商務版第二十三頁）有云：「寂護請於藏王，由烏仗那延蓮華生入藏宏法，蓮華生偕其弟子二十五人，在藏約經數月，以密乘法，摧伏外道，為佛法之護持，厥功甚鉅，後世為之史傳者，因附會其辭，涉於荒誕。於蓮華生學說傳承，反無著錄；又蓮華生自身亦無著書表見。……或者以為西藏密乘即始傳於蓮華生，此說難信。」

關於「學說傳承無著錄」及「自身無著書」兩點，已於本刊第廿五期「甯瑪十萬續之選譯」一文，述及甯瑪派之嗎哈、阿努、阿的三約噶，經續已極浩繁，復有十萬續等，均都以倘傳非其人，或非其時，與非其地，則藏諸巖庫，並委託諸空行護法，加以守護，從無公開之理，使後之學者，不至再受所迷；而於呂澂非密宗之瑜伽修行人，尚可加以體諒。若於桑耶寺之興建故事，及塑雕石像之情，於藏文如是通達，應有所知，如是，恐是別有成見矣。

生依於法 法依於窮

窮依於死 死依於巖

臺南學會釋尊成道壁畫

劉銳之

銳之一介書生，僑居香港，少年時值日寇侵略，國土淪亡，每聽抗戰歌曲「九一八」之類，即熱淚盈眶，不能自止，乃請命於父母，准回國請纓。如是歷充第六十二軍軍部參議，第十二集團軍總司令部秘書，第三十五集團軍總司令部秘書，及廣東全省保安司令部主任秘書。由南而北，轉戰各方，身為軍用文官，不須步行前進；因而經過地方甚多，而於故宮博物館等，多所游觀，關於圖畫，古今名作，美不勝收；但於洋畫接觸不多。

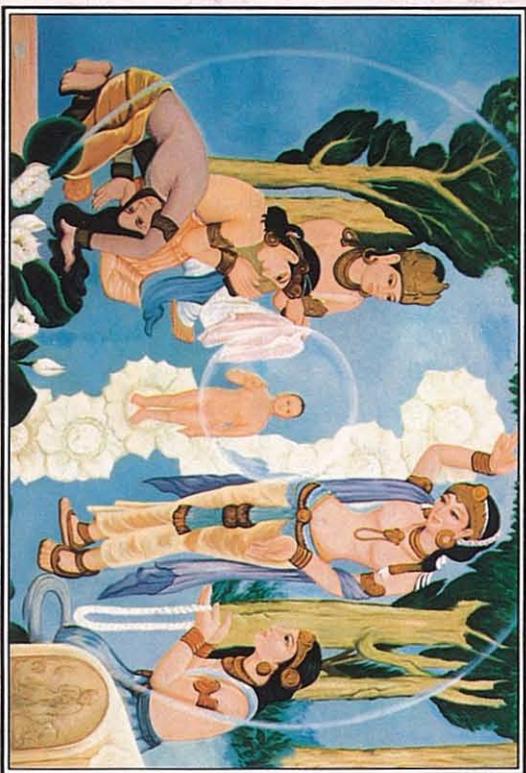
民四十八年（西元一九五九年）春求法天竺，先朝拜八聖地，至鹿野苑，有一大廈，龐然陳列，攝影之所謂「鹿野宏規」也。廳事廣袤，緬甸國所築者；其廳內之頂，遍繪釋尊成道之壁畫，如是八相，曰兜率下降、乘象入胎、樹下誕生、乘馬出家、降魔成道、奉獻乳糜、初轉法輪、大般涅槃。高逾一丈，闊則倍之，色彩鮮豔，表情精到，維肖維妙。全數印度名畫筆法，歎觀止矣，有徘徊久之，而不能去之留戀。

乃至噶林邦，晤陳健民師兄談及，他亦大加讚賞，英雄所見略同，並輾轉托人購得以贈，故人情重，亦可紀也。

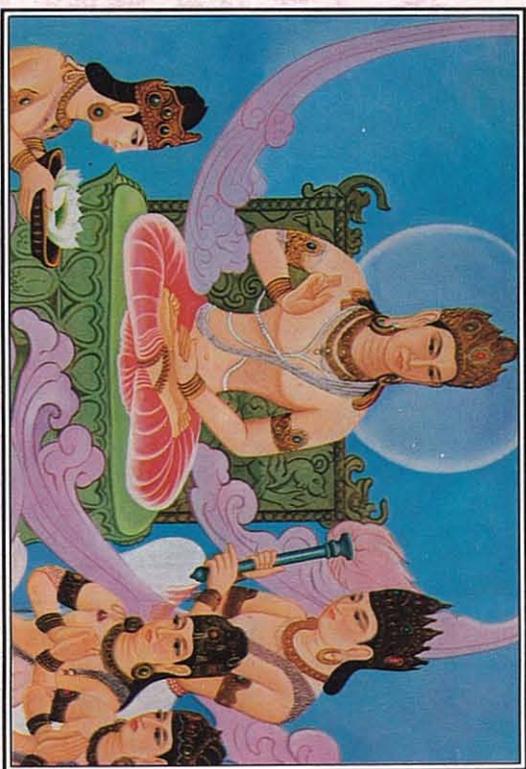
前年臺南學會會長蔡河源，計劃建新會所，廣闊為各會之冠，以牆上之繪事，頗費周章，因出此圖付之，使繪壁上，亦一新國人之目焉。



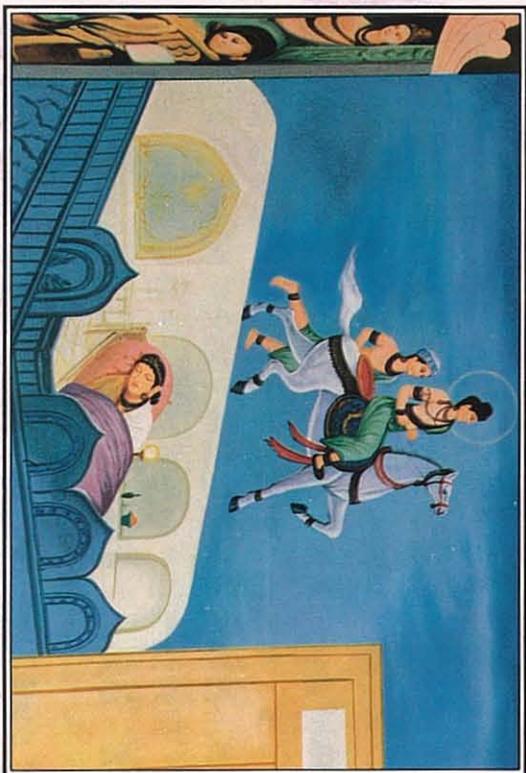
鹿野宏規



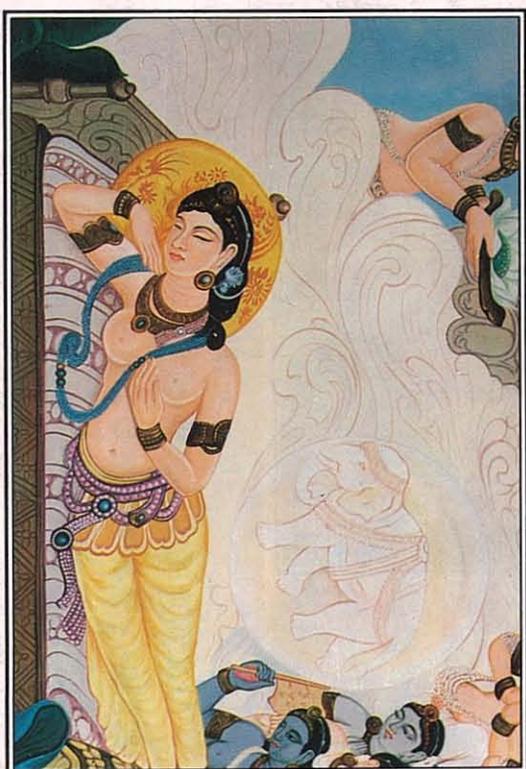
生誕下樹



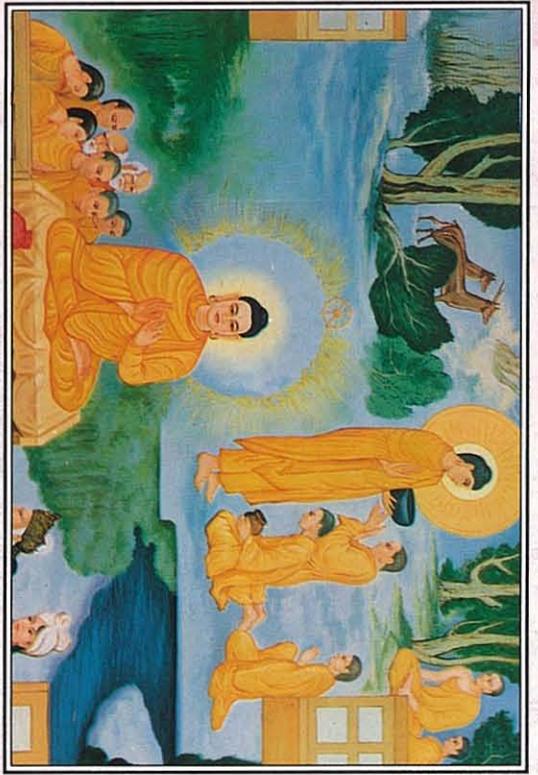
降下率兜



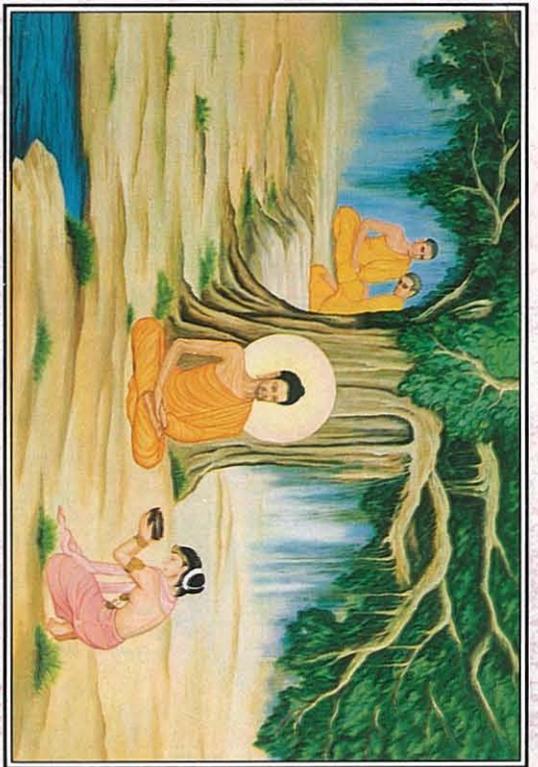
家出馬乘



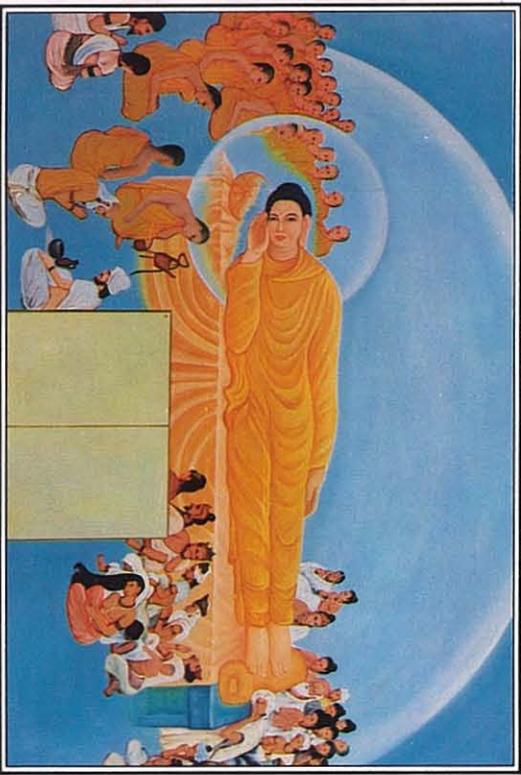
胎入象乘



輪法轉初



糜乳獻奉



槃涅般大



道成魔降

香 港 金 剛 乘 學

① 為諸佛菩薩勝住



② 佛殿莊嚴

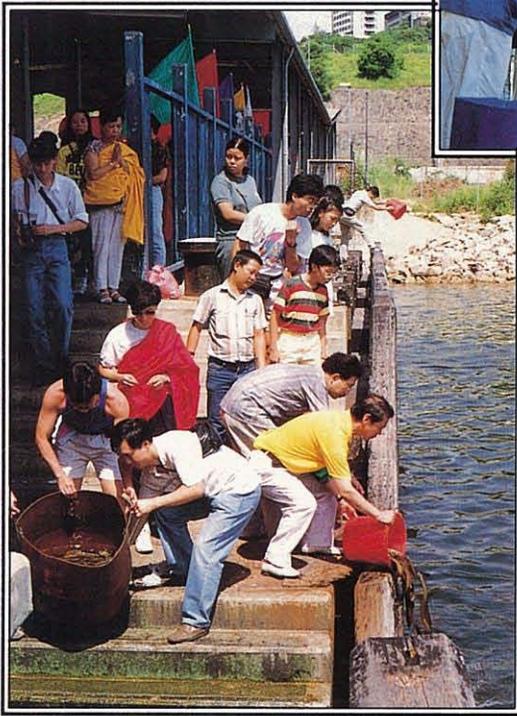
③ 臺灣子弟
共參盛會



④ 樓酒煌敦宴設

會 勝 住 記 盛

會 法 生 放 ⑤



學 立 公 嶺 粉 於 ⑥
供 火 行 舉 校

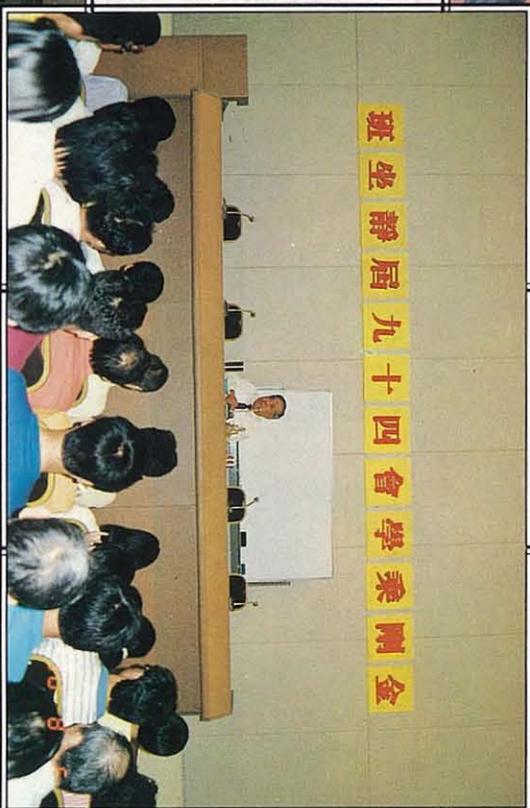
痕留坐靜



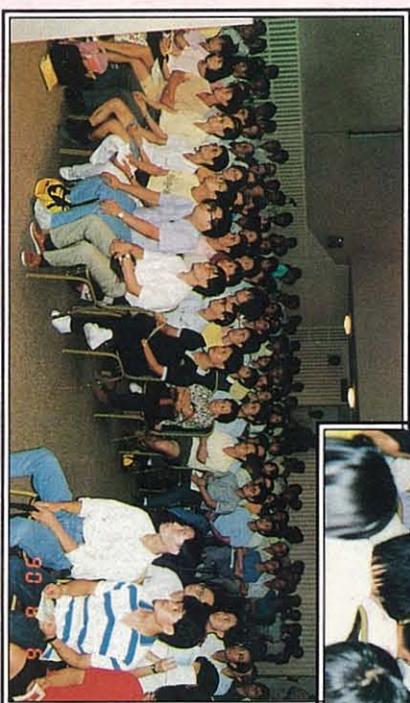
班坐靜坡隆吉 ②



班坐靜坡加星 ①



班坐靜港香 ③



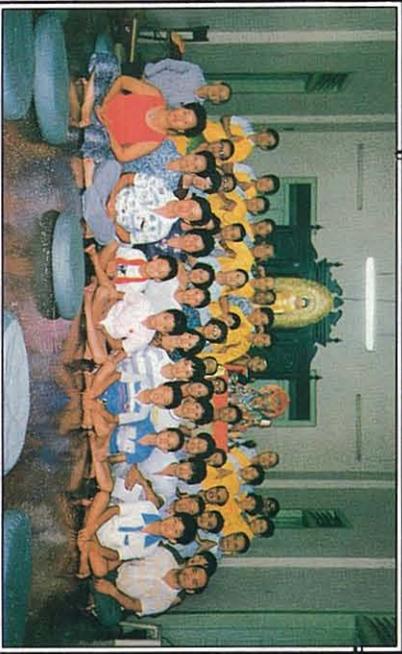
影 剪 頂 灌



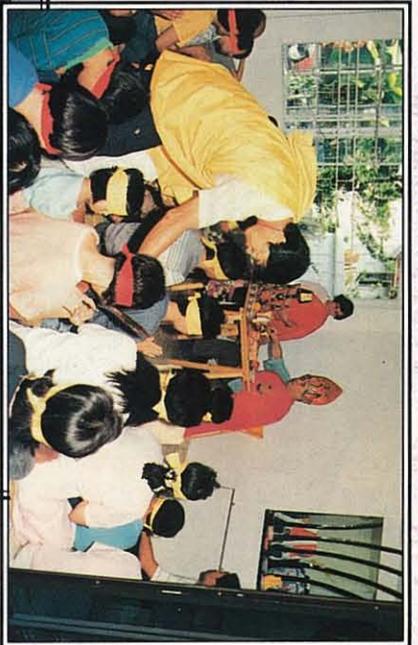
④ 吉隆坡



⑤ 檳城



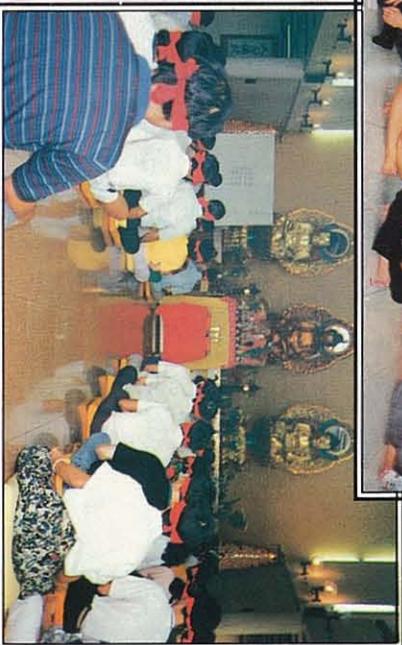
⑥ 太平佛教會



① 星加坡文殊灌頂

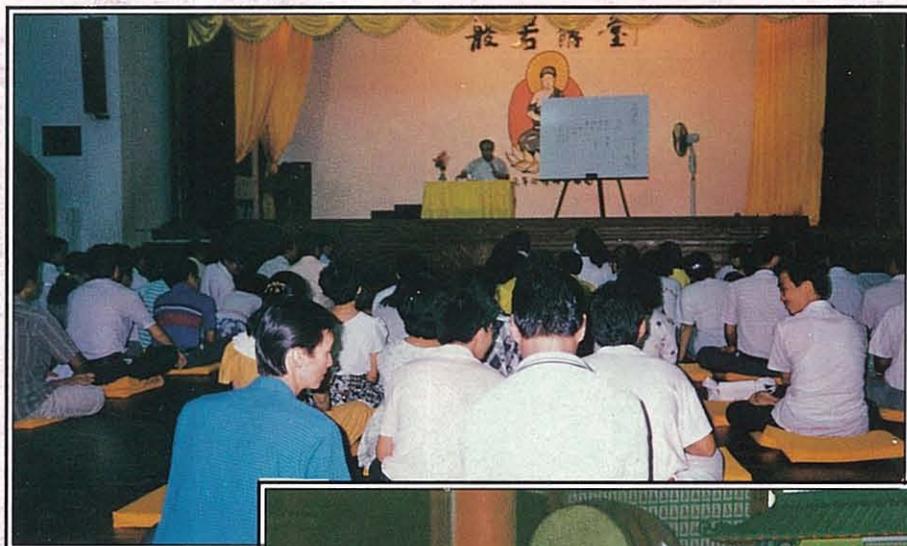


② 星加坡
蓮師灌頂



③ 古晉佛教居士林

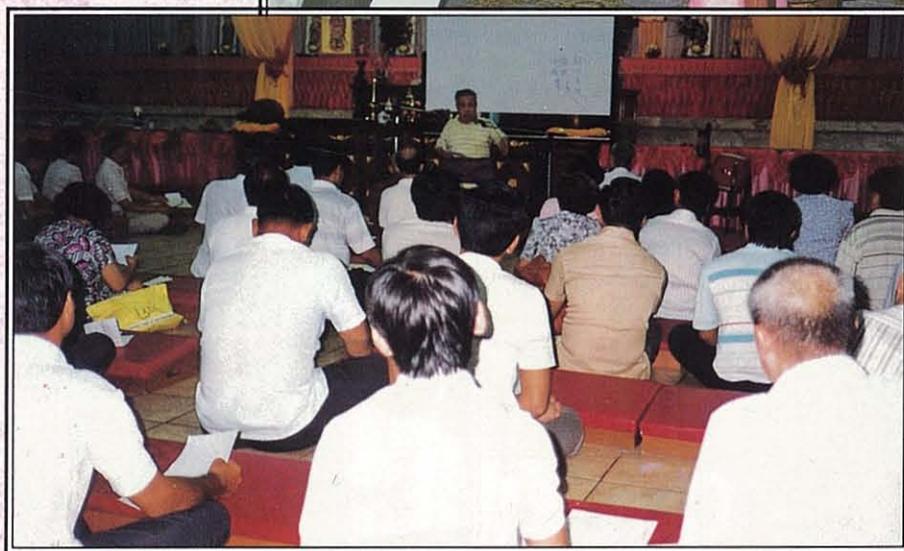
大 手 印 簡 介



① 古晉佛教居士林



② 沙巴普陀寺



③ 太平佛教會

西藏佛教概說

達賴喇嘛演講

緒言

本文係第十四世達賴喇嘛於西元一九七九年在美國加州之日本禪修中心所作之演講，今將其主文譯出，並加上段落標題。

一、慈悲是佛教的根本

慈悲乃佛教的根本。通常我們說「小乘」及「大乘」，但我個人較喜用「聲聞乘」和「菩薩乘」的稱謂。聲聞乘的要點，在於「不傷害他人」，此乘的所有架構含攝在止觀二法，而以戒律為其基礎。不以暴力及不傷害他人為（聲聞戒律的）根本，因此，慈悲是聲聞乘中的基礎教法。

菩薩乘的要點，在於服務他人、幫助他人，其慈悲心更趨圓滿。若幫助他人的能力尚未具足，你想開始修練慈悲心，便是先要「不傷害他人」；當你能力具足後，你就要接近他人、幫助他人。因此，以上兩種情況，指出（佛教的）基本教法是慈悲心。

毫無疑問，慈悲對宗教信仰徒，非常重要，就是對非

簡家恆、林崇安合譯

宗教信仰徒，也非常重要。即使在物質社會中，慈悲心仍然是快樂的基礎。不論是否相信有來生、是否信奉佛教、是否奉行菩薩道，愛心與慈悲，除了對出世間生活有助益，對世俗生活亦有助益。愛心與慈悲亦為任何宗教所共通——包括基督教、印度教、回教、猶太教、錫克教等等。其價值對信徒或非信徒皆很明顯。

佛教有許多培養、訓練及實踐慈悲的方法解說。因此佛教對現代社會，有很大助益，尤其當社會正面臨戰爭、動亂、暴力及恐怖主義的問題危機，在此環境下，慈悲和愛心的力量，是不可或缺的。任何與人類社會有關的活動事業，慈悲與愛心是最重要的，不管他是：政治家、商人、科學家、工程師或其他人。假使他們的職業具備善良動機，他們的工作將變成一種為人類謀福祉的工具。反之，若用其職業技能，而存有自私或瞋恨動機，其專業技能，將遭歪曲；不僅無法為人類謀福祉，由於專業技能所獲得的知識，反而帶來更大災難。因此慈悲是必要的，但願大家都能奉行慈悲。

二、戒學

以下我將依戒定慧三學，淺談西藏佛教。聲聞經典中，戒學是「避免傷害他人」。而菩薩經典中，戒學則以「克制自私」為基礎。在密乘系統中，戒學的實行，則是以「克除凡夫的顯現及凡夫的分別心」為中心。

三、定學

至於禪定方面，其修行過程，在聲聞乘經典中有敘述。菩薩乘經典中，雖提出各種不同禪定，其修法過程之性質仍是一致。在密乘中，修定方式則更為深奧。

藏語「靜慮」含義恰好與「禪」相通。在此扼要說明如何達到禪定：當修禪定之時，首先要有一觀修對象：可以為一外在對象或「心」本身。後者以「心」為觀修之對象，此修法較為深奧。在姿勢方面，可採雙跏趺或單跏趺坐姿，兩手結等持印，左手置於右手之下，兩拇指微觸，作出三角形，其底置於臍下約四指處。用坐墊將臀部墊高，使你耐久坐而無倦意。脊椎挺直似箭，頭微俯，兩眼由鼻端向前凝視。舌抵上顎，脣齒保持自然，兩臂略為放鬆，避免壓迫身體。

若心充滿貪念或瞋念，首先務必採取方法使其鬆脫。以數出入息廿一次為主要方法。由於心本身無法同時存在兩種念頭，此（數息）法，使貪念或瞋念消退。然後必須發起慈悲與利他的動機，希望去幫助他人。

（我們）開始處理心的世俗與勝義的情形：這裡你

先安置心的世俗的狀態。就是過去不思，未來不引，而令「心」明朗不假任何造作，使「心」如本來樣子。當你保持如此，你將明白「心」如同一面鏡子，而各種對象，各種分別心如同影像，在某些條件下顯現出來；心的本體只具備「明」和「覺」的性質。當你確知心的本體為「明」和「覺」時，保持這份唯有明與覺的覺知——並維持此念。

以上即是將「心」本體作為觀修之對象，以達到禪定的過程。若非「心」本體而是用身外之境物作為觀修對象，例如文殊菩薩像，首先注視他莊嚴的像，並同時以心觀想，令心內呈現菩薩影像。

不論觀修對象在身內（心）或身外（例如佛身），必須藉助方法，使心能夠明顯地持住對象。由於聲音會障礙靜慮，因此最初選擇一處安靜地方，如修行中心，是必要的。另外在觀修對象方面，「住分」及「明分」亦為必要。阻礙「住分」的是心的散亂或掉舉。當心未住於對象而分離、散亂或激動時，會因「粗分掉舉」而失去觀修對象；或假使對象並未失去，但因「細分掉舉」分心想到其他事物。所以必須辨別散亂或掉舉，並利用「正念」使心不受其影響。

昏沉的身心沉重，是「明分」初步的障礙。心的沉沒會障礙明分。沉沒沒有粗細之分。在粗分沉沒中，心往

下沉，觀修對象會呈模糊而失去。在細分沉沒中，雖然對象未失，而對象的明分及心的明分都會消失，心力減弱，此爲心過於放鬆所造成。

對治散亂或掉舉的方法，在於降低心的執持。同樣，如果昏沉產生時，則提高心的執持。將心的執持維持中庸是必要的。如果發覺有掉舉的危險，要降低或放鬆，如果有昏沉的危險時，則要提高。

因此，修習禪定的力量來自「正念」——正念是持住對象而不分散，由此而熟悉的一個心所。維持這個過程的是「正知」——經常觀察昏沉或掉舉，是否生起？據說，常以正念和正知維持觀修對象，並有善良福德等順利情況下，在六個月之內，就可達到禪定。

在修禪定時，你的心將歷經九心住的過程，簡言之，首先你必須努力使你的心住在觀修的對象，接著，你將可斷續此專注於對象，而不需太大的努力，進而更加輕鬆地專注它而不間斷，最後你將自然地住於對象，不需依賴任何努力去對治昏沉或掉舉。假使你能夠止住達四個小時，且持續住於觀修對象，而不費力，那麼，你已達到心的專注。身心的不順，會使身心難以走向善，今由修定，使不順去除，維持身心的氣，亦除去不順，得到身心輕安之樂而使身心向善。於此，你達到禪定的「止」。雖然這種禪定，是達成更高的道所不可缺少的

，但在本質上和印度教及非佛教系統共通。在外道系統，達到禪定之「止」稱之爲「未到定（近分）」，此爲初禪之預備，然後再透過六種心，達到初禪、二禪、三禪和四禪，然後再進入四無色界定——空無邊處、識無邊處、無所有處及非想非非想處（有頂），依次增加較細的禪定。就佛教顯教，尤其是密乘而言，認爲只要達到初禪加行之「未到定」便可以，更高層次的禪定，並非必要。

達到禪定的目的爲何？其目的不只是爲了獲得更高層次的定：例如，初禪，視低層次爲粗，高層次爲細——此只暫時將粗煩惱壓伏；（佛教修禪的）目的不只是爲了修習世俗之道而已。禪定目的係作爲一基礎，以達成出世之「觀」，以體悟「無我」而將煩惱永遠完全斷除。

四、慧學

爲期於心續中產生體悟「無我」的智慧，首先必須瞭解無我空性之內涵。「修信心」意指你心中產生信心即可，而「修無我」則意指要將「無我」或「空性」作爲修的對象——作爲心的對象。爲此，必須瞭解什麼是「無我」、「空性」。

龍樹中論中很清楚地談到，一切現象皆空，並非基於無法作用的理由；而是因其係緣起之故。龍樹告訴我

們，一切現象之所以空，其理由非爲「無作用」，而是以「緣起」這一事實作爲理由。由此可瞭解到空性的內涵，即是緣起的內涵。

既然一切事物，皆是緣起，皆是相依存在，所以沒有任何事物是獨立存在的。「相依」與「獨立」顯然已相互排斥。因此若事物係相依存在，它們就絕對不是獨立的。「獨立性」或「不相依」——「依自力而存在」——稱之爲「我」；因爲它並不存在，所以我們說爲「無我」。

依照真正集合龍樹思想之應成派的說法：兩種無我：人無我和法無我，其差別只依照「對象」——人與法——來區分，此皆無我，皆非獨立存在。其差別非依據「空性」來差別。

爲了確認「無我」的意義，通常你必須從事「觀察修」；經常配合理由來分析。這就是龍樹在中論中提出許多理由的原因，由各種理由來證明萬法都不是以自力存有，故自性空。

大寶積經迦葉品於三解脱門中，簡要地說明，色並不是因空性而空，而是色本體即是空。因此，空性並非表示將現象空去其他東西，而是現象本身就是空，「自性實存」。是故，現象並非一種他空，而是自空，是將物體空去其內裡的實在性。

同理，心經說「色即是空，空即是色」。以色爲例：「色即是空」意味著，色的最終本質即是其本來之自性空，因爲色爲緣起，色沒有獨立自存的本質。

「空即是色」意味著「以自性空」——這個最後本性（空性），依賴其他因素存在的事物沒有基本自存的原理——使色成爲空性所呈現的遊戲，並依賴條件而成。因爲色是無真實性，色爲空性的根基——所以「空即是色」；色宛如是空性的影像反射。

色的最終本性即是缺乏不依賴其他因素的特性，「色本體」並非是其最終本性，而是空去其（實有之自性）爲最終本性。因此，色爲空性的遊戲。猶如手掌兩面，由這面望去，看到「以自性空」，此爲最終的本性；從另一面看去，則看到空性的「根基」的顯現。兩者是同一體性。因此，色即是空，空即是色。

由這種方式去觀察空的意義，你將在修道上逐漸進步。修行進度可由心經中的咒語來指示：「揭諦、揭諦、波羅揭諦、波羅僧揭諦、菩提薩婆訶」。第一句「揭諦」表示資糧道，第二句「揭諦」表示加行道。經這兩個階段，是以「二顯的心」去確認空性，並瞭解到空性。「波羅揭諦」是指由世俗走向出世道之見道，此時「二顯」已不存在。「波羅僧揭諦」是指在修道位中，你將見道初次體悟之空性不斷地熟悉，經過修道，最後你

超出輪迴而到達（菩提）——成爲幫助衆生，快樂之源。
這是一個有關「空性」的扼要說明，其對象（空性），初修者依次產生聞所成慧，思所成慧，最後依之（空性）而修，逐漸昇高修行次第。

五、結論

以上係說明顯教之戒定慧三學。在無上密修持空性主要是利用「安立修」而非用「觀察修」。其中有許多方法均涉及著重在身體內重要部位，四或六輪等等。在這方式，說明了一個實踐的系統，在此一個人同時修習了三乘——外住在別解脫戒；內則實踐利他之心以證菩提；密則配合密咒（密續）。此即西藏佛教情況概要說明。

法語選輯

大圓滿中妥噶之「殊勝差別」：

- (一) 顯現五種光差別
- (二) 淨除業氣差別
- (三) 現證法性差別
- (四) 地道頓超差別
- (五) 慧眼能見差別
- (六) 空色金剛練續差別
- (七) 虹身差別

最大之青銅佛像——

釋迦牟尼

鍾棟湘

七月廿四日上午，追隨 劉上師前往大嶼山寶蓮寺朝禮釋迦牟尼佛，港臺弟子隨往者凡一百人，早上八時，衆人齊集港外線碼頭，八時十五分乘渡海小輪出發，九時廿分到達大嶼山，遊覽車已在等候，於是蜂擁上車，一路蜿蜒，車亦彎曲前往，經過四十分鐘行程，一尊宏偉莊嚴肅穆之佛像，顯現眼前。

據云：寶蓮寺之僧團主事者，多年來已有心塑立一尊巨大混合土之佛像，以茲事體大，未能立刻成辦，經過多次之研討，乃得中國航天部提供技術協助，專家們之悉心指導，一尊在世界上最大之青銅佛像，始得圓滿完成，將見必能名揚世界。

佛像之外觀，是用無數青銅片合併而成，其中以臉部及兩手掌，各佔一片，顯現得完美無缺，右手作施無畏印，左手作接引印，兩掌中心具有法輪，表法輪常轉，心中有卍（萬）字，表四無量心，外披法衣，坐於蓮花座上，每瓣蓮花，書有一施主之名字，表贊助一百萬港元踴躍參加之施主功德，共襄盛舉，而蓮座之下，是仿照北京天壇建設而成，非常壯觀，遊人可於此隨處走動，暢覽無遺，佛像之內部是用鋼架結構，根據製造火

箭電腦專家之分析，此佛像絕對防風、防水、防熱、防壓力，即遇颱風、雷電、甚至天災，絕不受其影響，而於冷縮熱脹之原則，亦可避免，蓮花座下廣場，懸有一個大銅鏡，以供早課之用。座下空地甚多，朝禮者憩息其間，大可託庇佛陀，遠離魔障也。

參觀過後，轉回寶蓮寺茹素午膳，列席九桌，與眾濟濟一堂，齒頰留芳。寺並提供錄影帶，介紹大佛之建造過程，供遊人欣賞，實令贊嘆不已。由於臺灣數位師兄，須於是日乘航機返國，匆匆拍攝照片數禎，趕上歸途。

如此龐然宏偉，舉世無雙之佛像，從構想、而設計、奔走、聯絡、安排、布置等，均由青年尼師宏勳師一手主辦。尼師於上師以軍政界高級官員，來港違難時，曾與其母合營商業，正值她發願出家，恰當綺年，發心可嘉，邇來十八年矣。其後她復畢業大學，於世出世間法，交資互進，前途未可限量，今茲所為，乃初露頭角而已；昨曾謁師，因得見之，且聞其母亦已出家，真一門善士也。

此行領隊者，為香灼璣師兄，兄特囑寶蓮寺安排專車，直上大佛座下工地，為『閒人免進』者，余等亦得參加，得益不少。兄為將門名種，留學美國，返國執業建築師，年前從師學西藏密宗靜坐法，宿疾全愈，是

年報名來學超過一千人，亦可紀也。



大嶼山釋迦牟尼佛像 蔡泳攝

輪迴與涅槃的科學證明

林崇安

以往有不少學者，配合科學來解說佛法，但對於「輪迴」及「涅槃」這一重要論題則未曾觸及。今思及眾生的輪迴與涅槃，實決定於心理的運作，因而這一論題的癥結在於要能找出「心理行為方程式」，如此才能以科學來具體證明輪迴與涅槃。經過一番思索，發現心理行為方程式的形式可以用物理方程式來表示，只是各項的意義截然不同。以下按次序分成七個步驟來成立輪迴與涅槃，此中詳細的運算則不列出，以省篇幅。

第一步：建立「精神質點」與「精神質量」的觀念
首先，將每一眾生的精神，視為一精神質點（稱為精神子）並具有精神質量（ m ），在心理行為作用力（ F ）的作用下，呈現出心理行為來。此作用力即是「業力」。

第二步：建立心理行為的「經典方程式」
心理的經典方程式如下：

$$F = \frac{dp}{dt} = -\frac{dV}{dx}$$

$$p = mv$$

$$v = \frac{dx}{dt}$$

此中 t 代表時間。 x 代表理智。 v 代表心理行為， p 代表感情。 m 代表精神質量。 V 代表心理行為作用力的潛在勢位。 v 及 p 的正值及負值，只表示此時理智隨時間增加或減少。

第三步：找出心理行為作用力的基本形式
最簡單的心理行為作用力，是一種簡諧形式的力，可表示如下：

$$F = -kx$$

此中 k 稱為心理行為力的「力常數」，是一個固定值。此式表示此作用力會隨理智而增加（也表示著知識愈高愈固執）。配合第二步的經典方程式，可得出下列式子：

$$V = \frac{1}{2}kx^2$$

$$T = \frac{p^2}{2m}$$

$$\frac{p^2}{2m} + \frac{1}{2}kx^2 = E$$

此中 T 代表心理行為的動力意志。 V 代表簡諧勢位意志。 E 代表總意志，為一固定值。此中第三個式子明顯示出感情（ p ）增加時，理智（ x ）就減少，此點合乎事實。另一方面，人剛出生時，感情為主，此時知識

(理智 x) 近乎零。中年時，則理智強，感情弱。至年老時，又恢復至感情為主。故此式子也明確表達人的一生的基本心理行爲的特徵。

第四步：建立「心氣雙象性」的觀念並找出「心理測不準原理」

爲了探討心理行爲，必須了解到心與氣是雙象性的性質強烈時，理智明顯而感情不顯。氣的性質強烈時，感情明顯而理智不顯。在此雙象性下，有心理的「測不準原理」表達如下：

$$\Delta x \Delta p \geq \frac{\hbar}{2}$$

$$\Delta E \Delta t \geq \frac{\hbar}{2}$$

此中 x 、 p 、 E 及 t 分別代表理智、感情、意志與時間的測不準值。 h 爲心理行爲的量子常數。第二個式子可說明如下：當我們的呼吸週期變長時 (Δt 大)，則此時 ΔE 變小，表示意志集中，故亦合乎事實。

第五步：建立心理行爲的量子方程式

由於心氣雙象性的成立，因而精神質點（精神子）的行爲，須由下列的量子方程式（或稱波動方程式）來表示：

$$-\frac{\hbar^2}{2m} \frac{\partial^2 \Psi}{\partial x^2} + V \Psi = i\hbar \frac{\partial \Psi}{\partial t}$$

$\Psi(x, t) =$ wave function

此中的 Ψ 稱作心理行爲的波函數。當心理的潛在勢位意志 V 已知，則可以解出心理的波函數。當 V 不隨時間變化時，可以析出如下的本徵函數 ψ 的量子方程式：

$$-\frac{\hbar^2}{2m} \frac{d^2 \psi}{dx^2} + V \psi = E \psi$$

今考慮第三步所找的簡諧勢位意志的形式，因而有心理行爲的量子方程式如下：

$$-\frac{\hbar^2}{2m} \frac{d^2 \psi}{dx^2} + \frac{1}{2} k x^2 \psi = E \psi$$

$\psi(x) =$ eigenfunction

將此式子解出結果來，可得到本徵函數（略）及意志值如下：

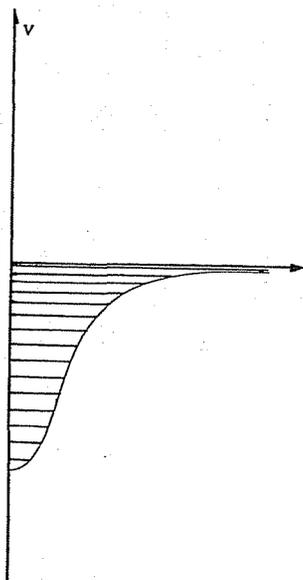
$$E_n = \left(n + \frac{1}{2}\right) h \nu \quad \nu = \frac{1}{2\pi} \sqrt{\frac{k}{m}}$$

此中 n 稱作量子數。量子數大時，對稱的意志 (E_n) 也就變大。 ν 爲頻率，其倒數即爲週期。

第六步：解釋所得結果的重要意義

由第五步所得到的一個重要結果，是意志的量子化。此表示所有眾生的意志有不連續的差額。各種量子化

的意志，對應出來，就是佛教所說的「六道」，每一道中（如天道）又分成許多意志階。今圖示如下：



前面第五步是用簡單的簡諧勢位意志V所得出的 E_n ，若依實際情形，有如此圖所示，在下層的意志階位間格較大些，在上層的間格較密。下層表示地獄，上層表示天道，故六道是自然形成的，至於眾生如何落到那一道，就要依據第四步的第一個式子來說明： Δx 代表理智的測不準值，在人初生時，此值代表著人的「俱生無明」，是一種盲目的我執，人在一生中所作所為不斷薰習著無明，到了臨終斷氣時，此時累積出一個新的無明（ Δx ）來，此值若比最初的小，則 Δp 甚大，因而會使「精神子」上升至高的意志階（經由吸收一個意志量子）。反之，若新的無明比俱生無明大，則會下墮至下方的意志階（並釋放一個意志量子）。由此可以明顯看出由於無明的多寡而有了六道輪迴。當無明消除時，由式子也可看出，此時 Δp 可以超出束縛的簡諧勢位意志，因而脫

出束縛，此即是「涅槃」的證明。也明顯示出要想超出輪迴，必須斷除無明。當「精神子」解脫束縛後，稱作「自在精神子」，此為羅漢以上的精神境界。

第七步：建立「相對論心理」的觀念

在前列所舉式子，都是假設「精神質量」為一定值下所得的結果，今進一步探討在相對心理行為下的情形。此處有二個假說：（一）有「至善的心理行為」存在，其符號為c，任何自在精神子都認為此值為一相同的定值。（二）所有心理行為的方程式，對自在精神子都形式相同。在這二個假說下，可以得到下列的重要結果

$$E = mc^2$$

$$m = \frac{m_0}{\sqrt{1 - \frac{v^2}{c^2}}}$$

$$E^2 = c^2 p^2 + m_0^2 c^4$$

第一個式子表示意志與精神質量可以互換，c為至善心理行為。m為靜止的精神質量。由第二個式子可看出精神質量會隨心理行為而起變化，此精神質量就是「心性」、「佛性」，是所有眾生所共具。當心理行為達到至善時，此精神質量就成為無窮大，此為佛所特有，眾生經修行也都可以達成。當m為無窮大時，由第一式子也可看出此時意志為無窮大。由第三式子也可看出感

情亦爲無窮大，此即是大悲心的意義。

結語

以上扼要提出心理行爲的方程式，並用以解釋「輪迴」及「涅槃」，尚有許多細節可以探討。例如第五步所得的頻率與精神質量的根號成反比，在相對論心理學的修正下，此質量與心理行爲有關，由於每個意志階的意志值不同，衆生在初生時（ x 爲零處）其精神質量並不相同，愈上層精神質量愈大，故其頻率愈小，因而其週期愈大，此表示其一生的壽命將愈長（將週期除以二即爲壽命），這些推論都合乎佛經記載（上層的壽命長）。至於下層的衆生，例如地獄，其無明大，因而上升不易，不斷在同一層生生死死，累積下來，要非常長的時間才能脫離。故透過心理方程式，我們可以把佛法合理的解說，一點也不具有「迷信」的色彩。由心氣的雙象性，也可以看出密宗爲何注重修「氣」的理由，只有氣調順了，感情才能提昇並推廣。「心」的修練，可使智慧（般若）提昇，必須要有「氣」的配合，才易悲智雙運。這是合乎科學的！至於精神（或精神質量）的連續性，就跟「質能的守恆定律」同樣是一個基本的公理。所有否定精神連續的理論，若將之分析，都是不成立的。要正面的成立精神的連續，則有待科學更進一步的投入。

編者附記：本文作者爲美國萊斯大學太空物理博士，現爲國立中央大學大氣物理研究所教授。本文以科學方式來闡釋佛教的業力、輪迴、涅槃及佛性，目的在於接引科學家們了解佛法。

捐助本刊芳名

本社

台灣方面（台幣）

周樑生 周楊育芳捐助印工 臺南金剛乘學會捐三〇〇〇元 陳松貴捐二〇〇〇元 五福國中捐一五〇〇元 楊寶祥捐一四〇〇元 馬克仁 林振亨 陳國政各捐一三〇〇元 廖千瑩捐一二〇〇元 劉瑞林 張黎玲 王慈芳 郭安男（迴向母親郭陳婉往生西方） 邱永定各捐一〇〇〇元 陳冠諭 蔡東雄 陳立臺 陳慧芬各捐九〇〇元 劉秀萍 林敏龍 顏輝濱 凌蕊珍 陳聖嚴 陳淑婉 陳立言 李元煒各捐八〇〇元 呂建興 高雄陳貴枝 李清平 柯智鐘 鄧淑文 張山田 閔蓉蓉各捐七〇〇元 黃文淵捐六五〇元 邱秋滿 陳建夫 陳林和妹 張永和 華苗安親中心 陳勝義 呂明華 謝淑惠 陳正輝 柯玉燕 楊茂宏各捐六〇〇元 王俊雄 何素真 周金陵 許月勤 陳美珠 羅珠聯 張永明 林鳳美 蔡建華 蔡義男 陳碧欲 鄭木森 張慶華 凌克信 江炳森 金鴻國 方慶肇各捐五〇〇元 何沛書 黃耀賢 許德發 陳光華 陳喆 蔡麗鳴 柯旭武 劉印連 劉明松 彭晃晉 李銘國 賴麗峰 黃棟樑 林曉燕 黃輝玉 張素香

簡毓彥 李宗南 林美馨 蔣志湘 陳祈忻 周德 廖雪蓉 周
 弘道 張家睿 張家源 張千德 韓希聖 熊式中各捐四〇〇元
 張惠玲 張清義 林崇安 吳素修 王昌齡 沈才淵 游錦文
 殷第勤 林秀玲 胡勵真 陳秀華 劉文鑫 周玲華 趙品尊
 趙品森 簡毓麟 林斯文 蘇玉華 劉添萬 林玲瑛 劉麗枝
 陳淑娟 莊樂禪 莊金沛 黃敏玉 曾正德 張瑞呈 許芳瑛
 郭安男 林素真 陳光智 韋靈隱 李富吉各捐三〇〇元 謝睦
 耀 劉祐精各捐二五〇元 黃秉坤 洪仙文 許鳳秀 吳素珠
 許淑珠 高秀穗 李碧娥 許正鑫 林翠琴 柯惠芬 蔡文隆
 許德仁 黃隆芳 林慈文 彭古勝 鄧天一 朱文進 吳敬子
 高錦 羅宇授 蕭慶秋 謝順良 郭秀琴 鄭錦富 劉怡君 紀
 麗紅 陳凱玲 陳俐妘 陳琮元 林永福 何雪霞 葉文宗 蕭
 永美 楊淑卿 楊琇惠 陳雪華 潘春賢 柯佳茵 廖慶民 楊
 秀鈔 楊文福 鄧立光 鍾棟湘 曾添旺 林坤旺 楊金勳 黃
 敏源 賴文彬 林昇一 唐金源 趙崇溪 黃淑珠 劉錫清 劉
 立德 劉靜儀 蔡淑真 李潔明 陳建突 林玉圓 龐萬春 林
 樹發 丁天禧 尤佰忠 林景煌 詹宜容 楊東賢 許正宜 黃
 詣順 高國華 馬文驢 吳宗明 王金霞各捐二〇〇元 孫梅瑞
 陳清忠 郭乃慧 黃瑞賢 林啟明 廖中山 黃秀美 胡正之
 潘忠強 陳錦燦 彭令聞 張錦燦 朱樹鶴 霍麗明 詹榮勝
 蔡影輝 張基源 李正一 廖金旺 翁錦明 林銘銘 龔信儒
 李金鉞 陳慧君 陳振揚 唐久寵 趙一峰 姚信安 姚志明
 姚汪庚 姚曉蒼 許芳蘭 翁錦娥 陳錦德 殷第文 楊美禎
 陳光炳 黃榮滿 徐力廷 張媛如 葛守美 彭獻瑩 張憲昌
 何佳蓉 徐玉貞 劉阿桂 楊蕙如 楊惠嫻 楊惠嫻 楊東龍

賴仲奎 陳貴枝 馮道蕩 彭英來 張秀滿 沈明義 方傳松
 傅邦武 魏松林 翁崇周 陳雲漢 蔡宜樺 白釀豐 蔡承利
 蔡金蓉 蔡佳璋 盧東火 沈玲燕 周焜 張廖貴斌 葉娟美
 廖翠梅 張英珠 張蕙芬 王宜 乃銘淵 賴陳貴枝 陳澄華
 張榮彰 許錦華 蕭澤郎 徐文哲 彭忠文 吳世烈 賴建吉
 連士水 官振國各捐一〇〇元

香港方面 (港幣)

Yeung Chi Keung 李榮輝各捐一〇〇〇元 林志豪 An Sin Ngau
 Johnson Li 各捐五〇〇元 陳美瑤 李百行 Tang Kwok Shing
 Cheng Hong King 張劍生 許樂怡 郭弼佳 Cheng Hong King
 各捐三〇〇元 劉新和 袁群娣合捐三〇〇元 林俊雄捐二五〇
 元 Mrs. S. Y. Tang 捐二七元 葉寶瑩 程廣順 華嚴蓮社
 鄭毅文 林秀花 蘇麗嫦 高貴興 蘇燦光 陳慧高 吳國新
 曾永傍 趙國樑 嚴寶光 潘玟諾 彭高倂各捐二〇〇元 許健
 芳捐一五〇元 黃銘錫捐一二〇元 羅錦華 孫艷芳 湯鎮祥
 呂耀樞 汲永華 黎日光 文建軍 林漢雄 歐陽國棟 Lau Kin
 Yui 馬世銘 陳國奇 關家強 徐子貞 梁俊有 陳建強 羅美
 玲 關秀英 張偉文 李桂芳 蔡長倫 趙安邦 梁法明 楊冠
 輝各捐一〇〇元 余明輝 甘萬歡 何年捷 Mok Wai Kin 商利
 花 何志強各捐五〇元

更正啓示：

四十三期第36頁捐助本刊芳名第二行李陳玉菊爲李
 陳玉蘭之誤。
 編者謹此致歉

Bless us to develop uncontrived respect and devotion.
Bless us to reduce mental activity about unobtainable things.
Bless us to establish the Dharma in the depths of our minds.
Bless us to go with diligence to the depths of Dharma practice.
Bless us to liberate our mind-streams, which is the ultimate goal
of practice.
Bless us to be free of obstacles in our practice.
Bless us to have the results of our practice ripen immediately.
Bless us so that our contacts with others may be meaningful and
beneficial.
Bless us to destroy the duality of hope and fear.
Bless us to see the non-dual primordial wisdom.
Bless us to recognize the self-face of our own primordial
wisdom.
Bless us to abide in the secure place within ourselves.
Bless us to gain the great certainty without effort.
With the vast vajra weapon of primordial wisdom, which has
been present from the very beginning,
May the hollow existence of samsara and nirvana be cut in one
instant.
In the ceaseless great bliss of Nyema's celebration,
May we always enjoy the activity which is beyond union and
separation.
In the expanse of the all pervading equalness even the name of
suffering does not exist,
So who could there be still searching for happiness?
Where happiness and suffering have the same taste and grasping
is self-liberated
Is the Kingdom of Samantabhadra: May we attain it in this very life!

*

CORRECTION for No.43. VAJRAYANA QUARTERLY

p.p. b first line

**Even though we think we possess the precious training of the
Bodhisattva,**

p.p. c & p.p. b change each other

Recalling them now, we become despondent;
Looking towards others just increases our sadness
Since we can find no beneficial friends to assuage our distress.
If we do not look after ourselves now,
Then when caught by the messengers of the lord of Death
No one will be able to help us, and all hope will be lost.
Waiting with such empty hopes, is this not cheating ourselves?
Thus, remorsefully, regretfully, recognizing our own defects,
Whatever transgressions, faults, downfalls and degeneration of
the Dharma have occurred,
We will not keep secret now nor conceal them in the future,
before those who possess the eyes of wisdom.
We confess from the depths of our hearts: With your compassion,
please forgive us.
Protect us from the terror of the precipice of the wrong path;
Inspire us so that we may follow the utterly pure path of
liberation.
We spent a life busy doing this and accomplishing that,
Yet we are empty-handed, without so much as a single result.
Abandoning now the path of knowing many things but
experiencing just suffering,
Why shouldn't we enter the path of knowing the one thing that
liberates everything?
Unfailing true benefactor, our sole hope and reliance,
Root Guru, who encompasses all refuges,
Praying to you with one-pointed devotion,
Most kind and revered supreme refuge, please hold us with your
compassion:
Bless us to see our own faults.
Bless us to have no desire to examine the faults of others.
Bless us to pacify all turbulent, cruel and disturbing thoughts.
Bless us to have good thoughts arise from deep within.
Bless us to reduce craving and to increase contentment.
Bless us to remember that the time of death is uncertain.
Bless us to have no concerns at the moment of death.
Bless us to generate great confidence in the Dharma.
Bless us to practice impartial pure perception.

A PRAYER BY WHICH WE RECOGNIZE OUR OWN
FAULTS AND
REMEMBER THE OBJECT OF REFUGE (2)

by H.H. Dudjom Rinpoche

Outwardly, we appear disciplined and well behaved, yet
Inwardly, attachment, craving, desire and greed burn like fire.
Even if we keep our bodies secluded in the mountains,
Our minds stray ceaselessly, day and night, to the cities.
Not having gained confidence ourselves in our experience and
practice,
Trying to guide others to accomplishment is like a fairy tale.
It is impossible to be cheated by the compassion of the Three
jewels,
Yet due to a failure of devotion, we are worried and cheat
ourselves.
In this way, towards the Guru and the holy Dharma,
Although we are free from the wrong views that arise from a lack
of trust,
Yet due to these difficult times, sentient beings act negatively and
remain unfulfilled,
Understanding and realization having fallen under the power of
destructive impulses;
Not having protected mindfulness and introspection, we
suffered a great loss.
The time has come to examine ourselves!
All our actions have merely added to our confusion,
All our thoughts were tainted by emotional afflictions;
Without seeing that even our virtuous activities were always
adulterated by sin,
Where is there to end up ultimately but in the lower realms?
Regarding our actions and patterns of behavior,

However, led astray by having the unfortunate title of lama, I became a slave of those distracting activities which are said to be for the benefit of the Doctrine and beings and for that reason, I got about as much sign of accomplishment as feathers on a tortoise. Whatever nectar of Dharma that I received, most of it I explained and propagated as much as I could to others, according to their nature. Though not deserving to be numbered among the learned, yet so as not to be a disappointment to those who requested me, as also with the hope that I might be of some service to the Doctrine, I wrote and compiled more than twenty volumes, of which, for example: The History of the Nyingma Dharma; a General Survey of Nyingma Teachings; a History of Tibet; a word by word commentary of the Three Vows; Instructions and Guidelines of many cycles of practice, etc. It is said that the result of receiving teaching is the ability to compose, so without expectation or trepidation I wrote this down.

Thanks to the kindness of my great and holy teachers, the eyes of my pure vision were not blinded, and I never accumulated the bad karma of abandoning the Dharma - of having wrong views and criticising the teachings of others, or anyone at all. And I am continually training myself in the wholesome attitude of abandoning deceit. But as I do not have the slightest doubt that I belong somewhere in the four retinues of the compassionate Buddha, even if in the lowest ranks, sometimes I have a slight feeling of pride. Which all goes to show that I can't even tell the difference between the Holy Dharma and non-virtue. This is a short life-story of myself, an old tantrika.

A SHORT AUTOBIOGRAPHY OF

H.H. DUDJOM RINPOCHE

I, Dudjom Jigdrel Yeshe Dorje, was born in the year of the wooden dragon of the 15th rabjung cycle. My birth place was the hidden land of Pemakö and my father was Jampal Norbu Wangyal of the royal line of Kanam. When I was only three years old, I was recognized as the emanation of the great Tertön Dudjom Lingpa by his disciples who took me for their own. and thus I entered the door of Dharma. "Reading and writing," my teacher said, "are the root of knowledge," and he made me study hard. At the same time I had to memorise the rituals, prayers and so on. I received instructions on how to avoid negative actions of body, speech and mind, and how to behave virtuously. I also studied history, spiritual tales and preliminary practices and, thanks to this, my intelligence developed a little. As the years went by, and according to my ability, I was compassionately guided by learned and accomplished lamas. I studied all the basic sciences such as grammar, orthography and poetry, astrology and medicine as well as the Dharma texts and commentaries of Madhyamika, Prajñāparamita, the five Doctrines of Maitreya, the Bodhicaryavatara, the Three Vows and so forth. In particular, I considered as primary the maturing and liberating tantras, commentaries and profound instructions of the oral and terma transmissions of the Nyingma mantra tradition. Beginning with the thirteen great activities of a Vajramaster and up to the structure of the various traditions of practice, as well as the making and decorating of tormas, dancing, drawing mandalas, chanting and music, without overlooking anything I trained most diligently in all the practical details of the Vidhyadhara lineage. Likewise, beginning with the accumulations and trainings of the Preliminaries (Ngön-dro) and up to the main practice, namely the approach and accomplishment sections of the Generation (Kyerim) and Perfection (Dzogrim) stages, I preserved as much as I could, making up all the necessary numbers in the recitation.



༡༡། གཤམ་མཚོ་གམ་ཚིམ་སུ་དཔལ་བྱི་དཔེ་བུ་ ། ལྷ་སུ་དཔེ་བུ་ཚོ་གཤམ་པ་སུ་བུ། །
 ལྷ་སུ་མ་དཔེ་བུ་དཔེ་བུ་དཔེ་བུ་གཤམ་པ་སུ་བུ། ། ལྷ་སུ་མཚོ་གཤམ་པ་སུ་བུ་གཤམ་པ་སུ་བུ། །

28. rGYAL.BA.mCH'OG.dbYANG. In the Sacred Hermitage of Glorious Chimpu, He propitiated the Padma Sung Concourse of Deities, Proclaiming control of the three worlds with a neigh from his stannelle—Homage to Gyalwa Cho'kyang!



ཕྱི

གསང་སྔགས་དྲེ་ཐེག་པ།
བདུ་རྗེས་ཀྱི།



VAJRAYANA QUARTERLY, NO. 44. AUG., 1990.



攝賢東楊

鳥翅金石與猴石前房關師蓮都滿德嘉