

# 故事集

(封面内页和封面一样，  
加：封面摄影：陈亚华，放在  
右下角，字体小，繁体)

喇嘛梭巴仁波切 開示  
釋妙喜 恭譯

願這本書的每一個字，  
都成爲每一位讀者迅速成佛的因。

願一切有情安樂之源——佛法，  
尤其是大乘教法，永遠弘興十方！

願所有的具德上師長壽、健康，  
他們利生的聖願當下圓滿！

願所有的正法道場具足弘法利生的一  
切順緣，所有的障礙立刻、永遠止息。

願世界和平，一切有情身心安樂！

# 目錄

聞法發心	5
如法的修行	6
兩位弟子	7
狗牙變舍利	8
修行的決心	9
修成餓鬼	10
阿底峽尊者	12
種敦巴	15
阿育王的前世	20
<b>發心的重要</b>	<b>22</b>
兩個乞丐	23
殺阿羅漢	25
老比丘的猝死	26
佛像與鞋	27
菩薩船長	28

念死無常	31
明天就太遲了	32
<b>輪迴無常</b>	34
親人成家畜	35
鴿子變學者	37
<b>佛塔的威力</b>	38
蒼蠅繞塔	39
<b>神奇的療癒</b>	47
手勢	48
大悲水	49
土丸	51
慈悲	53
降服魑魅	57

<b>自我療癒</b>	58
愛麗絲	59
艾倫	62
露西	63
舅舅	64
盧克	66
李先生	70
<b>愛惜其他眾生</b>	72
佛的本生故事	73
無著見彌勒	74
沙彌稱布瓦	77
<b>附錄</b>	
總迴向文	79
作者簡介	83
FPMT 簡介	85

## 聞法發心

思惟：有情是我過去、現在、未來所有的安樂之本。在我的生命中，他們是最寶貴的。我必須消除他們所不欲的一切苦，並帶給他們一切安樂，尤其是成就佛果的安樂。我必須為量等虛空的慈母有情中的每一位成辦佛果。這是我人生的目的。不管要花多少劫，不管多麼艱辛，我必須證得一切種智，消除一切無明障，圓滿一切證量，成就佛果。

願這個教法的每一個字，當下調伏一切有情的心。願整個菩提道次第，尤其是菩提心，儘速在一切有情心中生起。

# 如法的修行

瞭解什麼是法、什麼不是法，  
什麼是佛法、什麼是世俗法，  
什麼是善、什麼是不善，  
它們的分界線何在，  
極端重要。

## 兩位弟子

西藏的某位上師有兩位弟子。這兩位弟子（不是坐汽車或飛機）從很遠的家鄉走回他們的寺院，上師給他們涼茶。有一位弟子心想，上師真壞，他們走了這麼遠，精疲力盡，上師竟然不把茶熱一下再給他們喝。另一位弟子想著，上師真仁慈，知道我們走了很遠，會精疲力盡，特意把茶放涼。結果，認為上師很壞，給他們涼茶的弟子只蒙受弊害的果報。他不但沒有獲得任何利益，諸如解脫或成佛的證量，反而只造成一大障礙。另一位弟子由正面的角度看事情，思惟上師的慈恩而發展依止心及恭敬心。他積極的想法所帶來的純粹是證悟的大利益，使他更趨近解脫及佛果。

## 狗牙變舍利

有一位老太婆想要得到佛的舍利，而要求她的兒子找一個給她。她的兒子在回家途中，才想起他還沒有找到佛的舍利可以給他的母親。於是他在路上找了一根狗的骨頭給他的母親，告訴她那是佛的舍利。他的母親產生信心，相信那是真的舍利，每天膜拜。有一天她真的得到佛的舍利，從骨頭長出來。那根骨頭僅僅是助緣，她的依止心才是長出舍利子的主因。

依止上師也一樣。即使上師不是佛，如果弟子本著依止上師的清淨見修心，由於依止上師是菩提道的根本，弟子便能夠見上師為佛，因而獲得加持。由於上師的加持，他們便獲得菩提道次第的證量。即使上師是覺者，如果弟子不把他們看成佛，便不能夠視上師為佛，而得到加持。假如弟子

僅僅把上師看成凡夫，那麼所見的上師就沒有什麼特別，僅僅是凡夫而已，心流中便不能得到加持。如果弟子把上師看成菩薩或佛，便得到比較大的加持。你把上師看得越清淨，便能獲得越多的加持。

## 修行的決心

第一位教我認字的老師——阿庫·雷謝，他時常告訴我，整個問題完全在於無法下定決心修行。從他第一次教我字母，就這樣教我，直到他過世前我們最後一次聚會，談到修行，他還是這麼說。

無法下定決心，是困境和障礙的根源。你自己的心創造困難。由於自己的心使然，所以不容易修行並生起菩提道的證量。假使下定決心修行，就不會有困難，不下決

心，就困難重重。從佛法或菩提道方面，都不會帶來任何困難。困難不是來自外在。修行的困難，來自你自己的心，來自你無法下定必要的決心。而使你無法下定決心的，是世俗八法的念頭。

## 修成餓鬼

有一個特別的故事，發生在西藏。曾經有一位修行人，一輩子都在閉關，禪修本尊大威德金剛，也就是文殊的極忿怒相。在那人死後，有一天傍晚，他的一個朋友正在修一個叫做「餧」的特別修法。把糴粑、麵粉、穀物放在木炭上燒，布施這些食物的氣味給餓鬼。修那個法的利益，是能夠往生淨土等等。有一位餓鬼來吸取食物的氣味，看起來好像是大威德金剛，多手多腳。原來那位閉關禪修大威德金剛的人，

死後轉生爲餓鬼，長相非常嚇人。這種餓鬼叫食氣鬼，靠食物的氣味維生，這不是唯一的例子，在印度也發生過同樣的例子。

有的人一輩子閉本尊關，卻不懂得如何修行佛法，這是問題、錯誤的根源。雖然在觀想本尊、持咒、修密續，一輩子都花在那上面，卻不懂得如何修行佛法，修行不如法。縱然做了閉關，甚至閉關一輩子，卻不修菩提道次第：出離輪迴、菩提心、空性。由於不具備這樣的修行態度，發心純粹是貪著今生，導致行爲不如法。

## 阿底峽尊者

阿底峽尊者完成了有關菩提道次第的第一本論著《菩提道燈》。他是一位偉大的學者，具有無量的知識和證量，令佛法廣布。尊者通達五明，實證心一境性定和神通，而且受到許多本尊的指點。他在印度、西藏和尼泊爾建造了許多佛寺。尊者於西元 982 年誕生，1054 年圓寂，住世 72 年，其間在西藏停留 17 年。

由於尊者著述《菩提道燈》的恩澤，使我們這些接觸菩提道次第的人，沒有不得其門而入的困惑。有些人即使學了許多經論，當你問他們：「你如何開始修道？」，他們往往答不上來；就是回答了，答案也是本末倒置，把後後的道次第，提到前前的道次第前面。

我們極其幸運！阿底峽尊者在《菩提道燈》中，把佛陀整個經乘、密乘——聲聞乘、波羅密多乘、金剛乘的教法統合起來——把整個道建立成有次第的修行法門，使我們可以依其成就佛果。從教法方面來說，一切都非常清楚；唯一的問題是，我們不修行！

阿底峽尊者有許多出色的弟子。在印度方面，主要有大學者布米撒拉和瑪哈巴利王；在西藏，除了他的心傳弟子種敦巴以外，有三位噶當派格西——貢巴瓦、那丘·查克翠周和蔣曲·仁千。還有其他許多弟子，諸如智慧光王的侄子，菩提光、仁千·桑坡和那措譯師。即使是尊者的弟子，都有無量的功德，在他們的傳記中有所記載。

阿底峽尊者即將入涅槃的時候，那丘·查克翠周格西請示尊者：「尊者圓寂之後，弟

子想全心禪修，好嗎？」，尊者答道：「放棄一切惡行！」。尊者並沒有說禪修很好，他不是說：「喔！是的，那太好了！」，反之，他說：「放棄一切惡行！」。

那丘·查克翠周又問尊者：「那麼，我時而說法，時而禪修，好嗎？」，尊者的回答還是一樣。那丘·查克翠周再想出更多要做的事，向阿底峽尊者提議。可是無論他怎麼說，尊者的答覆一直都沒有變。最後，那丘·查克翠周問道：「那麼，我該怎麼做才好呢？」，阿底峽尊者答道：「打從內心，捨棄此生！」。

那丘·查克翠周把尊者的告誡謹記在心，在瑞亭寺附近的杜松林中居住，過著和森林中的野獸無異的生活。這還沒有談到他的心，只是他的身體。他獨自住在森林中，甚至不見其他人影，就在那裡度過一生。

## 種敦巴

阿底峽尊者的譯師種敦巴，生在拉薩北方，很靠近耶喜喇嘛的誕生地頭隆。這是宗喀巴大師遇見密集金剛和大黑天的聖地。我曾在 1987 年到西藏朝聖時，在那兒傳授觀音灌頂。這也是下密苑僧眾考試，聽聞他們的住持和尚講解密續根本經典，以及練習唱誦的地方。種敦巴的誕生地似乎就在那附近。

度母曾經預言種敦巴的誕生，說他是觀世音的化身，總持佛法，內心富饒教量和證量的無限功德，而且會見到不可計數的本尊。

種敦巴在到達西藏中部成爲阿底峽尊者的譯師之前，是薛尊喇嘛的侍者。見到尊者後，種敦巴向尊者請示，自己以前的一切

作為之中，那些是最好的修行。同時，他向尊者稟告他的各種修行，以及如何竭力服事薛尊喇嘛。夜晚他全副武裝地守護喇嘛的牲畜。白天還做很多事情，生火都由他包辦。喇嘛的妻子擠牛乳的時候，把種敦巴當做椅子坐。他一面用手紡紗，兩腳還要把牛油揉入乾燥的獸皮使其柔韌；同時背上還揹東西。多年來他一直是這樣，同時做好幾件事情。種敦巴一五一十地向尊者報告這一切。尊者說：「在你做過的所有事情之中，辛勤地為薛尊喇嘛效勞，是真正的法。」

種敦巴如法地依止阿底峽尊者，達十七年之久。自從遇見尊者之後，他從未讓尊者夜裡待在黑暗中，每晚都在尊者的房間供一盞油燈。

種敦巴其實是第一位噶當派格西。他有三

大弟子：博多瓦格西、陳嘎瓦格西和普瓊瓦格西，他們都總持佛法，具有無限的證量。種敦巴在西元 1057 年建立瑞亭寺，之後又住世七年，享年 51 歲。

種敦巴不是出家人，他是受持五戒的在家人。在觀想菩提道次第的傳承上師時，你所觀想的種敦巴是一位西藏的牧人，穿著厚暖的藍色藏服，有獸皮的滾邊。

種敦巴總是穿著很破舊的衣服。有時他把藏服的袖子搭在肩膀上，去到杜松林。就像西藏牧人一樣，種敦巴會把二、三根竿子綁在一起，上面蓋著獸皮，搭成小帳篷，就在裡面禪修。

有時走過森林的時候，種敦巴會一面背誦龍樹菩薩《致親友書》中的偈頌：

「得、失、毀、譽、稱、譏、苦、樂，  
這些世俗八法，我都不放在心上。  
對我來說，它們都一樣。」

他也會唸誦《入菩薩行》中的偈頌：「我是尋求解脫的人，沒有必要受恭敬、利養的束縛。」，有時是唸誦整個偈頌，有時只是起頭的部份。他會邊誦邊搖頭，表示沒有必要受恭敬、利養的束縛。

其他的格西說：「種敦巴本人並不需要過苦修的生活。他純粹是爲了追隨他的弟子，才這麼做。」

種敦巴完全捨棄一切世俗活動。有一次他受邀到「榕」的地方，在法會中供養金錢給僧眾。他把弟子佩給汪卻叫來，對他說：「這次你去，我不能去。我在此設法捨棄此生。」。

有一天，種敦巴遇見一位老人在繞塔。種敦巴問道：「你在做什麼呢？」老人說：「我在修行。」種敦巴答道：「繞塔是好事，不過，如果你去修行，不是更好嗎？」老人便不再繞塔。

他想，種敦巴所謂的修行，意思大概是讀經。於是他開始讀經典。之後，有一天種敦巴到來，遇見老人在誦經，種敦巴又問：「你在做什麼？」老人說：「我在修行。」種敦巴又回答：「讀經典是好事，不過修行不是更好嗎？」

老人想，或許種敦巴說的修行，是指禪修。於是他不再誦經，開始禪修。又有一天，種敦巴來了，看見老人在禪修，便問道：「你在做什麼？」老人說：「我在修行。」種敦巴還是說：「禪修是好事，可是修行豈不是更好嗎？」

老人感到很困惑。他已經試過所有這些事情。每次他都認為：「這是修行，這是佛法。」最後卻搞不清楚到底什麼才算是修行。所以，老人問種敦巴：「你說的修行，到底是什麼意思？」種敦巴對他說道：「打從內心，捨棄此生！打從內心，捨棄此生！」。

## 阿育王的前世

有一次當本師釋迦牟尼佛外出托鉢的時候，遇到三個男孩在玩沙。其中一個男孩想用手捧一些沙供養佛，可是他構不到佛的鉢。於是他站在其他兩個男孩的肩膀上供養。他觀想自己正在供養黃金給佛陀，便造下實際供養佛黃金的功德。由於那個業緣，那個男孩後來有一世轉生為阿育王，而且能夠對僧伽做出很大的貢獻，因為他有很大的權勢和財富。

由這個故事，可見業如何增廣以及如何修行佛法。即使一文不名，照樣能夠造大功德。能夠生為阿育王，在那一生及未來的生生世世，感得好的果報，這一切都來自把沙子觀想成金子。所以即使做微小，輕而易舉的事，造微小的善，都可能導致無法置信的樂報及種種的圓滿。所以，應該恆時造功德、做好事，即使是微小的善行也不要輕忽不做。如果你像故事中男孩那麼善巧，便能夠成辦非常多的功德。如果修行不善巧，便很難辦到。

# 發心的重要

經典上說：「世界是由心所主導。」意思是說，心是世界的創造者。苦樂的關鍵在於發心。

一切安樂都導自善心——天人的報身、好的處所、合意的感官對境等——都依善心而生起。

所有的苦都導自不善心，一切惡事——苦趣異生的報身、惡道等——都依不善心而生起。

## 兩個乞丐

從事佛法活動之前，發心最爲重要。一個人如果懷著惡意談話、做事，後果就會是受苦，就像頭被輪子輾斷的例子。反之，如果用平和的心說話、做事，就會得到安樂，就好比樹蔭移動的例子。

有兩個乞丐分別向一個寺院乞討食物。其中一位傍晚的時候去，正好僧眾禁食，就得不到任何食物。另一位乞丐去的正是時候，僧眾正在吃中飯，所以得到很多食物。

沒有討到食物的乞丐非常生氣，就說：「但願我能夠砍掉所有僧眾的頭，看著它們掉在地上！」說完不久，當他躺在路旁，有一輛馬車經過，其中一個車輪輾斷他的頭。

另一個乞丐得到很多食物，十分高興。他很感激僧眾，就說：「但願我能夠以天人的甘露，供養僧眾！」這個願望在他的心中生起很大的功德。之後，他到公園的一棵樹下躺著，當天一直留在那裡，而樹蔭一直沒有離開過他的身體。那時當地人正在找一個具有特殊功德的人當他們的新王，見到乞丐一直被樹蔭遮蔽，就請他當領袖。

有三種業，依其成熟的時間而異：有些是今生造業，今生受報；或者今生造業，下一世受報；還有，今生造業，好幾世以後才受報。即使上述的那個乞丐實際上並沒有供養甘露給僧眾，由於僧伽持守很多戒律，是非常有威力的受供對象，光是動念要供養僧眾甘露，就累積很大的功德。因此，當生就受用果報。

## 殺阿羅漢

有一位阿羅漢十分痛苦，就要求他的一位比丘弟子把他悶死。他的弟子照做了，然後去請示本師釋迦牟尼佛他這種行爲的業果。釋尊告訴他，由於他的行爲發心良善，所以沒有造下殺阿羅漢的業，亦即五無間惡業之一。由於那位阿羅漢極度受苦，殺死他的行爲是出於善心，佛陀說，那不構成無間惡業，唯成爲善業。

不過，關於殺眾生以解除其痛苦，還要考慮另外的層面。如果一個人或動物即將投生地獄，由於在人道受的苦和地獄之苦比較起來，根本微不足道，最好讓他們在此多留一天，少受一些苦。假如那個眾生是要投生到更高的善趣，當天神或人，那只是換個身體而已。這需要透澈的考量。事實上，我們必須有神通，才能做這類的決定。

由於是本著善心，殺受苦的眾生可能成爲善業；不過若考量該眾生來生，到底是會到善趣或惡趣，所做的決定會有所不同。所以《菩提道燈》說，沒有神通，很難爲眾生服務。

## 老比丘的猝死

有一個老比丘猝死的故事。他有一個兒子，也是比丘，住在同一間寺院。有一天寺院的鐘聲響了，召喚所有比丘去作懺悔。年輕的比丘聽到鐘聲，就告訴父親要趕快走。老比丘因爲走得太快而猝死。年輕的比丘去請教佛陀，佛陀說，由於他的行爲是本著善心，所以不構成殺父的無間惡業。

## 佛像與鞋

有一個人見到佛像在外面淋雨，就把他的鞋子放在佛像頭上遮護。雨停了之後，另一個人走來，說：「喔！把鞋子放在佛像頭上，真是罪過！」就把鞋子拿掉。這兩個人人都造了轉生為轉輪聖王的因。為什麼呢？因為兩個行為都發心良善。把鞋子放在佛像頭上遮雨，以及把鞋子拿掉的人都造了善業。

## 菩薩船長

在佛教的教法中時常提到，菩提心是累積功德的特殊善巧方便：

「對大多數人而言，殺生是惡業。不過，菩薩船長殺人的行爲，是出自大悲心的發心，所以不構成惡業。此外，這也是圓滿功德的特殊善巧方便。」

本師釋迦牟尼佛在過去世中，曾經殺過一個人。當時他是船長，載了五百位商人，其中一人打算把其他人全都殺掉。船長得知這件事，想到這個人的計謀如果得逞，會墮地獄受苦好多劫，因此對他油然而生起無限的悲心。他想：「我要代他下地獄。我要在他有機會殺其他人之前，就把他殺掉。即使造下殺他的業，勢必令我下地獄，我還是要這麼做。」就這樣，船長出於無限的悲心，殺了那個商人。

由於大悲的發心，這個殺業不但不構成惡業，反而變成累積功德的特殊方便，而且縮短他滯留輪迴的時間達十萬劫。教典在此說得很清楚，這個行爲不構成惡業，船長累積了大量的功德，是因為他完全自我犧牲，寧可自己投生地獄，爲了不讓那個人墮地獄而殺死他。

有時候這一點會被爭議。有些人很難接受出於悲心的殺生是善行。他們辯稱，發心雖然良善，行爲本身卻是惡的，所以菩薩船長理應爲此受一些惡報。有些格西可能基於聲聞乘的教義而這樣地論辯。但是在波羅密多乘的教典中，這方面講得非常清楚，船長的行爲不是惡業。

依照聲聞乘的教義，三種身惡業（殺、盜、淫）和四種語惡業（妄語、兩舌、綺語、惡口）一定是惡行。聲聞乘強調行爲本身

勝過發心，因此不會開許這些行爲。但是在大乘（波羅密多乘），如果菩薩見到某種行爲一定能帶給眾生很大的利益，佛陀便開許這些行爲，因為這不會危害到菩薩的心性發展。他的行爲不但不會障礙成就佛果，反而實際促使菩薩更迅速地成佛。

聲聞乘是波羅密多乘的基礎，可是聲聞乘不談菩提心。波羅密多乘揭示的菩提心，可以把惡業轉爲善行。在心性發展的過程中，首先是把非善非惡的心，轉化爲善心，然後發菩提心，並逐漸加以發展，過了一段時間，你會進步到甚至可以轉惡爲善。菩提心使我們能夠做到這個地步。

# 念死無常

最好是每天清晨唸：「我今天就會死了。」這麼做，可以斷除所有的問題。光是思惟今天就會死亡還不夠，這個想法應當說服你去修行佛法，不要浪費生命。

記住，你可能突然死亡。你可能很活躍，正在工作，突然間兩眼往上翻，就死了，甚至可能經歷投生惡道的徵兆。你可能某件事做了一半，突然間身體變成死屍，沒有呼吸，動彈不得。這件事隨時會發生在你身上。

## 明天就太遲了

約翰尼斯堡的一家周日報紙報導：有一位南非商人在演講中警告大家，死亡隨時會來臨，之後片刻就倒地身亡。丹尼·杜朵，49歲，上星期在這附近的一個輪流主持演講的俱樂部聚會中，就「應該活在當下」發表演講之後幾分鐘，咸認是被薄荷噙住而死。杜朵最後說的話是：「你們應該及時享受人生，明天可能就太遲了。」

他在熱烈的掌聲中坐下來，當下一個演講人開始演講時，聽眾聽到他噙喉的聲音。演講俱樂部主席周范協說：「起初我們以為他癲癇發作，之後才發覺他停止呼吸了。另一個俱樂部的來賓為他做口對口呼吸急救。」范協說趕來現場的醫護人員也設法救他，可是有東西哽住他的氣管。周遭並沒有食物，他唯一可能吃的東西是薄荷。

范協說：「我們都很震驚。這場演講證明了未卜先知，太神奇了。」

演講人說，你們要享受人生。他並沒有澄清如何享受人生，所以還有問題。他遺漏掉「人人都有必要修行佛法」的重點。

有一個人從東方回來，他在那裡製作了許多部電影。當他正在放映其中一部電影給一群人看的時候，觀眾看到銀幕上顯現奇怪的東西。當他們轉身去看，竟然發現他死在椅子上。有的人在喝茶的時候死了；就在茶杯碰到嘴唇之前，死在椅子上。有的人在飯還沒有吃完之前死掉。每天都有人在做某件事當中死去。這種事每天都在發生。

# 輪迴無常

《三摩地王經》提到，在輪迴之中，必定會變化。父親變兒子，母親變太太，仇人變成親友。

輪迴之中沒有什麼是固定不變的。

## 親人成家畜

釋尊有一位弟子舍利弗外出托鉢，從一個人的家門，看到做兒子的，腿上放著他的小孩。他的太太在屋子裡面。一家人在吃魚，有一隻狗正在啃魚骨，被兒子打。舍利弗發現那家人的父親，生前一輩子都從屋後的水池中捕魚，所以死後轉生為魚。那家人捕來吃的魚，就是他們的父親。做母親的，因為很執著那一家，所以死後轉生為狗，住在家裡。兒子的仇人，很貪戀他太太，死後投胎到太太的腹中，作他們的小孩。兒子抱在膝蓋上的小孩是他的仇人。

舍利弗說：「吃父親的肉，打母親轉生的狗，把仇人抱在腿上。可笑的輪迴，荒誕的輪迴景象！」由此可見，從一世到另一世整個狀況、人際關係全部改觀。一度是

瞋恨、傷害的對象，仇人，現在變成最鍾愛的兒子。所以，沒有什麼是一成不變的，輪迴的不定過患，就是如此。

我們應該把這個故事，關連到自己的人生、家庭。現在我們非常執著的小孩、親友等等，過去曾經是仇人。今生的仇人，曾經是過去世的朋友，一度是我們非常親密、貪愛的對象，如今卻成爲瞋恨的對象。同樣，家裡的動物，貓狗，牛馬等，就像前面的故事一樣，那些動物不會無緣無故和我們住在一起。它們今生會和自己在一起，一定是由於過去世造的業緣。

## 鴿子變學者

世親菩薩曾經每天誦《阿毗達磨俱舍論》給他茅蓬屋頂上的一隻鴿子聽。這隻鴿子死後，世親阿闍黎觀察之後，發現牠轉生的地方。於是下山去見那家人，詢問他們是否可以由他來照料那個小孩。那家人答應了，他便把小孩帶回他的茅蓬。小孩成爲他的弟子，之後出家，變成在《阿毗達磨俱舍論》方面的專家，那是他過去世當鴿子時所聽的教法。他被稱爲安慧阿闍黎，隨後寫了四個釋論，闡釋他過去世所聽過的法典。

# 佛塔的威力

佛塔的形狀具有重大的意義，從佛塔的底部到頂部，把整個菩提道表現出來，包括基（世俗和勝義二諦）、道（方便和智慧）和果（成就佛清淨的聖身及聖心）。

每次繞行佛塔等聖境，都將帶來無法置信的果報，淨除往昔的惡業和無明障，促使我們實證整個菩提道，成就圓滿的佛果。

## 蒼蠅繞塔

往昔有一批印度商人航海遇難，船幾乎被一隻巨鯨吞食。當他們大聲地唸歸依文時，巨鯨閉口，不再吞食，以致餓死。之後這隻鯨魚轉生爲人，名叫吉祥生，最後出家，證阿羅漢果。此人前生有一世曾經生爲蒼蠅，停在牛糞上繞塔，這個業使他得以入寺爲僧。

吉祥生老年才開始修行，當生成爲阿羅漢。八十歲時，他還是在家人，家人都沒有善待他，令他很受不了。所有的孩子都戲弄他。有一天他實在受不了嘲弄，心想：「離開家去住寺院，該多清淨！」

於是，吉祥生便離家出走，到附近的寺院，寺院的住持，是本師釋迦牟尼佛的心子之一舍利弗。舍利弗是智慧圓滿的阿羅漢，

經過審查之後，他找不到老人有出家爲僧的業，就對老人說：「在寺院中，出家人一般必須學習，如果沒有辦法學習，就要服事其他的僧眾，做清掃工作等等。你太老了，如果出家爲僧，既不能學習，又不能工作。」因此，舍利弗拒絕爲老人剃度。

老人爲此感到十分苦惱，哭了又哭，把頭撞到寺院的大門。不久，走到附近的公園，還是一直哭。那時本師釋迦牟尼佛在印度。佛的遍智心恒時照見一切有情，每當一位有情的業成熟，堪受佛的教導，佛立刻以契機的形相現前，教導他們。

即使在凡夫眼中，佛和吉祥生相隔甚遠，佛立即出現在老人面前，問他出了什麼事。老人說明了一切，包括舍利弗不允許他住進寺院。佛告訴他：「舍利弗還沒有圓滿智慧和方便兩種資糧。我已經圓滿兩種資糧，而且成就圓滿的佛果，所以，我看

得出來你確實具有出家爲僧的業。」

佛的意思是說，舍利弗雖然是阿羅漢，卻還有無明障，所以看不出微細的諸法。阿羅漢的字義是「殺敵者」。這不是指外在的敵人，而是指內在敵人——製造一切苦的煩惱及其種子。阿羅漢徹底消滅了內在的敵人，臻至究竟永恆的解脫樂。不過，阿羅漢還沒有圓滿兩種資糧，所以還有微細的無明障。雖然他們具有不可思議的神通和證量，卻仍然無法澈見一切微細的法。

反之，佛已經圓滿兩種資糧，也就是說，已經淨除兩種無明障，具有遍智心，所以能夠澈見一切微細的法。換句話說，老人出家爲僧的業，是微細的業，唯有佛才看得出來。

佛看得出，吉祥生從前造過出家爲僧的業，雖然那發生在無法思量的久遠以前，

而且是在非常遙遠的地方。佛向吉祥生說明，在無法計數的過去世之前，曾經有一世他是一隻蒼蠅，繞行過一座佛塔。有一種說法是，蒼蠅停在浮在佛塔周圍水面的牛糞上，當水流經佛塔四周時，蒼蠅也跟著繞塔。另一種說法是，那隻蒼蠅尾隨佛塔周圍的牛糞味，因而很幸運地繞塔一周。

雖然蒼蠅不能辨識佛塔是聖境，也不知道繞塔會造下成佛的因，它不經意的繞塔，仍然淨除了惡業，造下功德，形成安樂因。蒼蠅繞塔的行動，完全出於貪著牛糞的氣味，動機完全不善。然而，基於聖境的力量，它的繞塔變成善業。佛說明了吉祥生出家為僧的緣由，來自繞塔的微小善業。

師長要教導弟子，他們之間必須有業緣。如果沒有業緣，師長不可能真正裨益弟子。經過佛的審查，和老人有業緣，能夠照顧他的師長，是目犍連——神通圓滿的

阿羅漢。佛有兩位心子——舍利弗智慧第一，目犍連神通第一。佛把老人交給目犍連，他也是一所寺院的住持。

吉祥生出家為僧之後，年輕的僧眾還是嘲弄他。有一天老人再也受不了受人嘲弄，就逃出寺院，決定到附近跳河。那時目犍連正好去找老人，在寺院裡到處都找不到他，就用神通查看老人的去處，發現他剛剛跳河。目犍連馬上出現在那裡，把老人從河裡撈起來。吉祥生很震驚，因為他並沒有告訴老師他打算做什麼。他一下子說不出話來。目犍連問他為什麼要跳河，他答不上來。他完全嚇住了，只是張著嘴巴站在那裡。

最後吉祥生終於能夠說明一切，目犍連對他說：「你從寺院逃跑出來跳河，表示你欠缺出離輪迴的心。」目犍連叫老人抓住他的僧衣一角，然後帶著他飛向空中。

他們一直飛，越過海洋，來到一座骨頭堆成的巨山，才停下來。老人問老師：「這些是誰的骨頭？」目犍連答道：「哦！這些是你前生的骨頭。」原來老人前生曾經是一隻鯨魚。吉祥生一聽到老師這麼說，全身毛髮直豎，頓然生起出離輪迴的心。他了悟到輪迴本質上唯是苦，而且輪迴之中，沒有什麼是一定的，因此下定決心，解脫輪迴的所有苦及苦因。

之後吉祥生入道，當生成為聖者。雖然他到八十歲才開始修行，可是他不但出家為僧，而且成為阿羅漢，克服生死輪迴，徹底解脫輪迴苦。阿羅漢徹底解脫一切苦及苦因，包括煩惱的種子。阿羅漢會安住在自己的境界好幾劫，直到佛看見時機到了，便從手中放光，並對他念一首偈，勸服他進入大乘道。阿羅漢才會進入大乘道，並實證大乘聖道，逐步消除細品的漏

垢。一旦滅盡細品的一切漏垢，便圓滿菩提道而成佛。然後，便能夠啓迪其他無數的有情成佛。

這位老人在能夠令無數的有情成佛之前，自己必須成就佛果，那之前必須入大乘道，其前又必須入解脫道，成爲阿羅漢，而那又緣自他出家爲僧。至於他之能夠出家，是因爲前生做蒼蠅時，所造的微小善業。那隻蒼蠅根本不曉得佛塔是聖境，可以淨化內心，只是出於貪欲，追逐塔周圍的牛糞氣味，而完成繞塔。包括解脫道的五道、大乘道的五道，乃至佛果的所有證量——一切都肇自蒼蠅繞塔的那個微小善業。這顯示佛像、佛塔、佛典以及其它的聖境，具有威力帶來證量。聖境非常有益於淨化內心，帶來直到佛果的一切安樂。佛塔是威力很強大的聖境，甚至連無心地繞塔一周，都足以讓我們淨罪集資。

繞塔——尤其是懷著善心，發願利益其他有情，勢必更具威力，比起蒼蠅繞塔，既無認識，也沒有良善的動機，所帶來的善報勢必更大，感應也更迅速。

# 神奇的療癒

一個人能夠做神奇的療癒，和任何的外物都不相干。

一般來說，療癒力得自他們本身的善心。這種人通常都很熱誠、關懷別人，不會唯我獨尊，而且愛惜他人超過自己。

## 手勢

我曾經在美國遇到過一位來自中國大陸的華裔年輕人，做過許多神奇的療癒。他演講的候時，甚至不必碰觸對方，便能夠治好聽眾席中的病人。有些人多年來一直坐輪椅，沒有辦法走路，突然之間能夠站起來走路。他並沒有實際碰觸病人，只是在遠處做一個手勢，他們便馬上覺得好得多，不必靠別人幫忙，自己就會站起來。他很慈悲，在中國大陸以神奇的療癒聞名。他有一本相簿，裡面有許多人的照片，都是僅僅在和他見面之後，多年的宿疾便不藥而癒了。

## 大悲水

在馬來西亞，我有一位朋友——王統尼，他是華裔的商人，一生充滿神奇療癒的事蹟。他是虔誠的佛教徒，曾經多次為來自西藏佛教四大傳承的喇嘛，安排訪問馬來西亞。統尼沒有單獨的修法場所，就在自己的辦公室做療癒的法事；房間的一側是他的佛龕，另一側則是他太太的佛龕。每逢周末，他的辦公室都擠滿了等待治療的人；有些人甚至坐在外面的階梯上。

統尼的佛龕上供奉觀音像，他只不過是在觀音前面放一瓶水，然後領眾不斷地持觀音咒三、四個小時。中國人和西藏人一樣，慣於唱誦好幾個小時之久。西方人就不同了。

我曾經問過統尼，是否做任何特別的禪修

或觀想。他說，根本什麼事也沒有做，只是把水放在佛龕上，然後領眾唱誦；唱誦之後，把水分給大眾。他和病人雙方，都深信水已經受到加持了，雖然那些被治好的人，不見得是佛教徒。

統尼講了許多故事，許多重病的人在唱誦、喝水之後，馬上開始好轉。有些人甚至隔天就完全康復了。有些癌症病人第一天來的時候，自己還走不動，必須由兩個人扶著。隔天喝下加持水之後，那個人就能夠自己走進辦公室了。統尼曾經親眼見到許多這種神奇療癒的案例。

這些沒有做特別禪修的神奇療癒，到底是怎麼發生的？其中一個因素是統尼的心力。統尼本身很真誠、慈悲，畢生奉獻在服事別人，他從來不會拒絕向他求助的人，總是盡全力幫忙；這就是他的修行。

另一個因素是他的信心。他深信光是把水放在觀音像前面，水就得到加持了。療癒的力量，多半得自他和喝加持水的人，雙方內心的信心。

我們往往寧可相信外在的療癒力，其實沒有這回事；所有的療癒力，都來自心——主要是信心。王統尼的案例即是如此，他並沒有透過觀想加持水，卻發生許多不藥而癒的奇蹟。加持來自內心——尤其是積極的信心；那是緣起的現象。

## 土丸

信心是療癒成功的要因。有時候治療的技巧似乎很滑稽，但是只要病人對它深具信心，就可能被治好。發生在印度西孟加拉省巴薩的一個故事，可以用來說明這一點。

我從西藏逃出來之後，曾經在巴薩住過八年。巴薩炎熱且不衛生，很多僧眾染患肺炎和其它疾病。許多僧眾病死在那裡，多半是因為無法適應印度的氣候和食物。西藏佛教四大教派的僧眾，每天早上都會在一個平台上集合，課誦、修法。因為天氣很熱，大家都汗流浹背。有一天早上，在修法時，有一位僧人告訴隔壁的僧人，他生病、發高燒。另一個僧人就在自己身上搓出一些塵土，揉成一個小丸給那位病僧，告訴他那是加持丸。病僧信以為真，就把它吞下去，而且很快就退燒、痊癒了。病僧之所以能夠痊癒，並不是由於吃下土丸，而是來自他對土丸的治療力量深具信心。療癒力來自他的心——來自他對加持丸的信心。

## 慈悲

具有大悲心者的每一氣息都是藥，痰、尿、糞、血，以及其它任何來自他們身體的東西，也都是藥。病人光是碰觸到菩薩的氣息，就可能痊癒。碰觸到菩薩，甚至只是碰到他們的衣服，都會得到大加持。喝他們的尿或者把它塗在患部，便具有加持力、療癒力。

許多修行者的故事，可以說明這一點。在西藏，如果有人昏倒或發狂，往往會把一位高證量喇嘛的衣服或頭髮拿去燒，之後，讓那人吸燒出來的煙。昏倒的人會很快恢復意識。某些基督教國家，也類似這樣地運用聖佛倫斯和其他賢者的舍利。耶喜喇嘛和我參觀義大利的一些教堂和寺院時，曾經親眼見過這種事。義大利的某些教堂，保有一些基督教賢者的衣服。他們

把一小片布塊分給病人，讓病人去燒或吃那塊布。病人吃下布塊之後，往往會立刻嘔吐，然後逐漸復原。據說致病的邪魔便從此離身了。療癒力源自那位賢者的高證量——尤其是他們的慈悲心。

尼泊爾的梭羅昆布有一所容納僧眾和尼眾的寺院，這所寺院的首座喇嘛已經往生了，目前住在那裡的僧眾不多。那位首座喇嘛是證量很高的苦行者。他是從西藏逃出來的，早年曾經是西藏一所大寺院的當家。那所寺院是色拉昧學院的支院之一。他的職事是從和他的寺院有關連的各村莊，蒐集穀物和其它食物，然後把它們賣出去，以支持寺院。他做當家失敗了，因而生起出離心，下定決心解脫輪迴。

辭掉當家的工作之後，他去晉見一位非常博學的大喇嘛——林且金剛持，在他的座

下接受菩提道次第的法教，然後到山中的偏僻處禪修。他曾經在一個簡陋、泥濘，從山壁挖出來的洞穴，住了六、七年。

從前西藏許多高山的山頂上都鑿滿了洞，好像螞蟻窩，那是修行人爲了實證菩提道，到山中禪修時所住的洞穴。他們就在山上挖一個洞，然後把入口封起來。這種山洞現在已經很罕見了。

這位喇嘛閉關六、七年之後，證得止及菩提心，也成就了密續的證量。成就止的人具有一心不亂、不爲所動的定力；心一放在某個所緣境上，便可以隨心所欲地專注在那上面，入定好幾個月、幾年甚至幾劫之久。身心會變得十分微細。身體上的毛病——疾病、疲倦等等，都不至於形成禪修的障礙；而且會體驗到身心極度的喜樂。

他實證了止之後，便具有神通力，能夠指點別人解決困境。這種成就使他非常聞名。他在西藏的烏藏地區建造一所寺院，容納僧眾和尼眾。西藏被中共佔領時，這位喇嘛和他的僧眾、尼眾逃到尼泊爾。他向達賴喇嘛尊者請示是否應該去印度。尊者指示他住在梭羅昆布，於是他便在勞朵山洞下方的山邊，蓋了一所寺院容納僧眾和尼眾。由於他的成就，不久他在梭羅昆布也相當有名。

這位喇嘛往往會叫他的侍者，把他喝剩的奶茶和糌粑拌在一起，做成藥丸，分給來看他的病人。許多人吃下藥丸之後，病馬上被治好了。喇嘛偶而會突然示現患了重病，然後吐血，有時候血多得足夠裝滿一小鍋。然後，他的弟子會把吐出來的血和糌粑拌在一起，做成藥丸給病人。通常病人吃了以後就康復了。由於他具有菩提

心，凡是和他的身體有關連的一切，都具有療癒力。人們甚至拿他吃剩的食物、尿液和私人用品，來治療自己。

## 降服魑魅

在西藏有一個人家的女兒，長期被魑魅附身。他們請了許多喇嘛去修法，但是都沒有辦法使他們的女兒康復。有一天來了一位很樸實的僧人，到他們家托鉢。那家人邀請他進門，並請他幫助他們的女兒。在唸誦祈請文及供食子，修法除魔時，那位僧人發現魑魅也在做同樣的法事。僧人看得出做法事無濟於事，就用披肩把頭罩起來，禪修悲心，魑魅才離開那女孩。魑魅向僧人致歉道：「請為我指路。」

# 自我療癒

一般來說，禪修可以療癒疾病，不過，還有必要改變自己的心態和行爲。

最要緊的重點是，不再造病因。如果我們不減少害人害己的惡業，即使康復之後，還是可能再造病因，而導致舊病復發。

## 愛麗絲

愛麗絲發現自己得了癌症後，我建議她禪修金剛手——佛所示現的忿怒尊，對於療癒癌症，極具威力。我只教她觀想金剛手在她的頭頂上，降下甘露光淨化她。我也勸她去買有被宰殺危險的動物，送到安全的地方放生，使它們能夠活得更久。

當愛麗絲接到我的指示，必須做這兩項基本的修法時，人在醫院。她向醫生解釋，她想離開醫院，以便遵照這些指示去做。他們勸她留下來，不過如果她真的相信這些方法，也可以離開。於是她離開醫院。

愛麗絲從餐廳和其它地方挽救了許多即將被殺的動物，把它們放生。我建議她放生的動物數目，等同她的年齡。不過，實際上，她放生了兩、三千隻動物——大都是

雞、魚和蚯蚓。她把雞放在農場受照料，而把魚送到開放的水域放生。因為蚯蚓便宜而且容易取得，她也買了一、兩千隻蚯蚓，然後在屋子外面的花園放生。放生蚯蚓是好主意，因為它們一被放生就直接鑽到地下去。這樣，它們便獲得若干保障，不會遭遇天敵，可望活得更久。如果把動物放生到森林、湖泊或海洋，可能會遭遇天敵，不一定能夠活得久。

愛麗絲修完這些法之後，回到醫院做檢查，醫生居然完全找不到癌症的蹤跡，令他們感到非常驚訝。這是他們首次見到有人透過禪修把癌症治好。

有幾年她一直都很好，不過大約五年之後，她感染到一種病毒，導致癌症復發。她曾經長期很有規律地修行，可惜當時她已經停止修法，生活變得很混亂了。她再

度禪修金剛手、放生並受持大乘八關齋戒——守一日戒，不造八種惡業，她的癌症很快就消失了。當她再去做檢查時，醫生說癌症已經完全消失。

雖然我們可以透過禪修把病治好，不過如果我們不守護自己的心，生活會再度變得混亂，老毛病就會復發。如果我們任憑自己的身體隨順自我愛惜、貪欲和其它的煩惱，內心沒有守護，便只會造下病症復發的因。

## 艾倫

艾倫在好幾年前死於愛滋病。原先他住在澳洲的一個禪修中心，當時他相當自律，每天做幾座禪修，主要是修藥師佛，另外也修其他的本尊法。這些本尊很有威力，他們的咒語也頗具加持力，所以禪修這些本尊非常有效。他的修法必然強化了他的心，使他受到鼓舞。外貌反映內心的狀況。當我們禪修而且生活有規律，因而內心愉悅時，會從外表表現出來。艾倫所修的這一切法，使他看起來好像完全沒有病，還能夠幫忙禪修中心的各項活動。

但是不久之後，他回到市區，用意是去幫助其他的愛滋病患者。問題是他沒有辦法繼續修行，生活變得混亂，身體狀況也惡化了。發願幫助別人當然是很可貴的想法，問題在於必須顧慮到自己可能因而無法保持必要的自律和修行水平。

## 露西

澳洲籍弟子露西多年前告訴我，她得了癌症。那時我建議她做幾次禁飲食齋。禁飲食齋是和大悲佛觀音有關的淨障法，每次做兩天的閉關，必須齋戒以及做許多大禮拜。第一天吃一餐，第二天不吃、不喝。禁食本身並沒有什麼特別——事實上它本身僅是一種折磨的形式。不過，禁飲食齋是基於特殊的動機——發大悲心，自己負起責任，解除一切有情的苦及苦因，帶給他們安樂。露西在菩提迦耶做了幾次禁飲食齋閉關。菩提迦耶在印度，是釋迦牟尼佛成佛的聖地。

此外，我也建議她持中軌觀音咒三圈念珠之後，吹氣在水面上，做成加持水，然後每天喝幾次加持水。露西從印度回到澳洲之後，還一直繼續做加持水的修法。之後，我在倫敦、澳洲遇見她時，她都還很健康。

## 舅舅

即使醫生診斷正確，同時做了正確的治療，病人不見得會復原。唯有在下功夫修淨障法之後，才有可能康復。

以我的一位舅舅爲例，多年來，他一直陷在極大的痛苦中，睡不好覺，整夜輾轉反側，不能成眠。他去西藏請教過許多醫生，都無濟於事。最後，舅舅去見一位修行者，就住在離勞朵山洞不遠的洞穴。那位修行者用占卜查過舅舅的狀況之後，告訴他，那是業障病。當然我們的疾病和其它所有的困境，都是惡業的果報，不過，這位修行者的意思是說，以我舅舅的案例來看，光靠服藥，沒有辦法把病治好，必須先修一些淨障法。他指示我舅舅持十萬遍的金剛薩埵百字明咒。金剛薩埵是佛的一個特別身相，能夠帶來威力強大的淨障。另外，他還需要做十萬次大禮拜。

不同的佛有其特殊的功能，金剛薩埵專精於淨障，就好比醫生各自專精一科，例如心臟科醫生專精於治療心臟方面的毛病。金剛薩埵法和大禮拜，都是爲了淨除我舅舅真正的病因——往昔所造的惡業，以及那些惡業留在他內心的習氣。心淨化了，身體的病也會跟著痊癒，因爲身體的毛病來自心。

我舅舅先在勞朵山洞修金剛薩埵和大禮拜，之後又在岩山高處，蓋了一間隱居的小茅蓬。他大約花了六、七年，修這些法。同時，他也照顧我的祖母，當時她已經很老而且眼睛瞎了。在那幾年當中，他幫她煮飯，帶她到外面上廁所。這樣一來，他的情況便開始改善，逐漸變得越來越健康，最後完全康復了。

一般來說，藥物或加持水對人有益，但是

對某些本身有嚴重障礙的人，卻沒有功效。這些人不能夠靠很簡單的療法治癒，往往必須先透過別的方法，譬如禪修或淨障法；之後，藥物才能夠生效。

## 盧克

當新加坡籍的華裔弟子盧克到醫院檢查時，醫生告訴他，他得了愛滋病。他是一個很虔誠的人，就寫了一封信給他的上師拉多仁波切。拉多仁波切是一位高僧，曾經住在印度達蘭薩拉，現在已經往生了。盧克的業緣很好，他從上師那裡獲得禪修的諭示。雖然拉多仁波切本人當時示現病相，他還是很慈悲地寄給盧克一份特殊的慈悲心禪修法，稱為「施受法」，以下是其中主要的偈頌：

「祈願令母有情業障苦  
當下無餘成熟於我身  
並令我樂善果盡施他  
以使眾生皆具足安樂」

在施受法的禪修中，爲了修悲心，我們把其他有情包括疾病在內的所有苦承擔下來，用它來消滅我們自己的自我愛惜——這是我們一切苦的根源。這種禪修直接對治我們通常不想被其他人傳染到疾病的心意。爲了修慈心，我們要把自己的身命、財產、安樂和善能量供養給其他有情。施受法是菩提道次第教法中常見的禪修法門，既不神秘，也不稀奇。

盧克獲得拉多仁波切的指示之後，僅僅禪修了四天，便到醫院再做檢查，醫生根本找不到任何愛滋病病菌的蹤跡。我問他做過多少禪修，他說每天僅僅禪修三、四分

鐘，令我非常驚訝。我以為他會說，他禪修了好幾個小時。

必須了解的關鍵是，他禪修的那幾分鐘，力量非常強大。在他的禪修中，他完全沒有想到自己和自己的病——就好像他自己的問題並不存在一樣。他只想到其他有情的苦——尤其是愛滋病患者的苦，而生起強烈的悲心。每當他禪修時，他總是淚流滿面，不是因為關切自己的狀況，而是由於他對其他愛滋病患者以及遭遇其它困境的人，懷有深切的悲愍。他對他們的關切，遠超過自己。而且他有很強的依止心。在禪修之中，他感到上師與他同在，一直在引導他。

重病患者如果僅僅服用少量弱效的藥，必須花很長的時間，才能夠把病治好。反之，如果服用的是強效的藥，即使僅僅是少

量、少數幾次，也能夠迅速地恢復健康。盧克能夠迅速地康復，得力於他自己的心力，得力於他禪修時感同身受的悲心——即使他禪修的時間那麼短。他所生起的強烈悲心，淨除了大量的惡業和無明障——愛滋病的肇因，使他得以迅速地康復。盧克曾經再回到醫院檢查過好幾次，始終很健康。他透過禪修徹底治好愛滋病。

禪修施受法是療癒的心髓。一旦我們明瞭這個禪修法，我們大可把它應用在生活中所遭遇的每一個困境，把所有的困境轉化為安樂。問題僅在於我們是否禪修。只要我們肯禪修，不可能會感到沮喪，因為我們的困境當下就會轉為安樂。這個殊勝的禪修法是最好的藥。其實，施受法最重要的利益不在於把病治好，而在於它有助於開展我們的慈心、悲心和菩提心——這是成佛的主因。

## 李先生

李先生是新加坡籍的華裔生意人，用禪修治好自己的胃癌。第一次遇見李先生是在新加坡的一家保齡球館，當時我在那裡說法，他很瘦弱，必須由他的太太攙扶，才能走路。醫生說，他只能夠再活幾個月。

我勸李先生禪修度母，尤其要誦二十一度母讚。李先生是生意人，經常到世界各地旅行，不過他還是向度母虔心地祈求，不久他的胃癌就完全治好了。

之後李先生告訴我，他不但治好自已的胃癌，還把他兒子嚴重的心臟病也治好了。他在夢中見到一個輪子在他兒子的心臟部位旋轉，之後他兒子的病就好了。李先生還治好其他許多人，尤其是受魑魅和巫術傷害之苦的人。他用加持水治好魑魅附身

的人。有一個被魑魅附身的女人不願意走出她的房間。李先生走進她的房間時，看到她變成一個露出獠牙的魑魅。她臉部和聲音的變化，提醒他那是魑魅附身。不過，當他用加持水灑到她的身上，她就逐漸平靜下來了。

李先生所具有的療癒力是從哪裡來的？表面上看起來，李先生有能力治好自己和別人，是得力於外境——度母。其實，那主要是得自他自己積極、善良的心態。他療癒的力量得自他對度母具有強烈的依止心以及守戒清淨。

## 愛惜其他眾生

即使僅只是愛惜一位有情，不管是人或動物，只要是犧牲自我去照顧他們，都會帶來大淨障，淨除所有的惡業——也就是疾病和其它一切困境的肇因，令身心康復。

即使只爲了一位有情而犧牲自己，便能夠造下不可思議的功德。

## 佛的本生故事

釋迦牟尼佛在菩薩位時，曾經千百次為其他有情犧牲聖身。佛曾經千百次布施眼睛給盲者，布施四肢給需要四肢的人。例如，有一次他捨身餵養即將餓死的一隻老虎。佛同時發願，由於這些老虎吃他的肉而和他結緣，來世會轉生為人，成為佛的弟子。佛也發願要為他們開示菩提道。由於和佛結緣，這些老虎後來都轉生為人，直接聽聞佛開示教法，並實證菩提道。

佛在菩薩位的另一生中，曾經布施他的血，給五位飲血夜叉，並發願來世為他們開示菩提道。之後五夜叉轉生為人，成為佛的第一批弟子。佛在印度鹿野苑初轉法輪，教導他們四聖諦。

釋迦牟尼佛的另一個前生，曾經和另一位

地獄有情，一起在地獄的火熱鐵地上拉馬車，馬車上坐的是業卒。佛的前生對那一位地獄有情所受的苦，生起非常強烈的悲心，所以他寧可犧牲自己，由自己一個人拉馬車，讓另一個地獄有情免於受苦。而且他也發願藉此代替所有眾生受苦；令已經造下惡業的有情，免於受苦。那時，業卒說他瘋了，並搥打他的頭。當下他便從地獄解脫出來，往生兜率淨土。教法中說，這是佛首度發大悲心。

## 無著見彌勒

無著是大學者，也是菩提道次第的傳承上師。爲了親見彌勒佛，無著隱居禪修了十二年之久，卻一直無法見到彌勒佛。每做完一次三年閉關，他都會很灰心地離開隱居的地方。之後，又會受到某種遭遇的激

勵，而再回去隱居，繼續閉關三年。這種狀況重覆發生過三次。到了第十二年，他還是什麼都沒有看到。

無著最後一次放棄閉關，離開隱居的地方，走下山，在路上遇見一隻傷狗，下身有一個長滿了蛆的傷口。無著一見到傷狗，馬上生起難忍的悲心，情願犧牲自己，去幫助它。他想到，把蛆從傷口拿起來之後，它們需要食物存活，於是從自己的大腿割下肉來，鋪在地上，再把蛆拿起來——因為唯恐會掐到它們，所以不用手指拿。他閉著眼睛，打算用自己的舌尖把蛆舔起來，卻發現搆不到它們，好像空無一物。一張開眼睛，赫然見到彌勒佛就在眼前。

無著向彌勒佛抱怨：「爲什麼這麼久了，您到現在才出現？我已經禪修您好幾年

了！」彌勒佛答道：「不是我不在那裡。我始終和你在一起，只是你看不到我。」無著隱居時，有吐口水的習慣。彌勒佛把無著在他的法袍上吐口水的痕跡，指給他看，以證明他一直在那裡。彌勒佛說：「我一直都在那裡。但是由於業障，你始終沒有辦法看見我。現在你見得到我，是因為那些業障已經被你的悲心淨除了。」

在無著對傷犬產生強烈悲心的那一刻，惡業完全淨除了，才終於見到彌勒佛，那是他閉關十二年中求之不得的證量。爲了在他眼中看來是傷犬的一位有情，無著不惜自我犧牲，因而造成這麼重大的差異。

## 沙彌稱布瓦

沙彌稱布瓦的上師黑行，是證量很高的大瑜伽士，打算前往金剛瑜伽母 24 個聖地之一鄔仗那，去修一個特殊的密法——那是即將成就佛果之前必修的法。到了河邊，看見一個女人全身罹患癩病而畸形，看起來很醜，皮膚黝黑，而且淌膿。這個女人請求黑行帶她過河，卻被拒絕了。

之後稱布瓦也來到同一個地點，癩病女同樣要求他帶她渡河。稱布瓦對癩病女感到不堪忍受的悲心，雖然出家人不方便碰女人，他還是毫不遲疑地，把那個女人揩起來，即使自己可能因而染上癩病，也在所不惜。到了河中央，癩病女突然變成金剛亥母，那是金剛瑜伽母的一種形相。稱布瓦基於難忍的悲心，不惜犧牲自己，幫助

癩病女，因而感得金剛瑜伽母帶著他，以人身前往金剛瑜伽母的淨土聽法，因而圓滿菩提道。

其實癩病女始終是金剛瑜伽母，但是由於業障，稱布瓦最初見到的是患癩病的女人。只有當他發起大悲心，犧牲自己，去幫助癩病女，才看得出她是覺者。就在他為癩病女生起難忍悲心的那一刻，曾經障蔽他的惡業完全淨除了，他才終於看到金剛瑜伽母的身相。

## 附錄

# 總迴向文

由於我及諸佛菩薩、其他一切有情三世所累積的功德，願我及其他一切有情所有的安樂和成功之源——菩提心——愛惜其他有情，捨棄自己、捨棄「我」，連一秒鐘都不延遲地在我及其他一切有情內心生起。願已生起的菩提心更增長。

由於我及諸佛菩薩、其他一切有情三世所累積的功德，願所有的父母有情具足安樂；願三惡趣永遠成空；願所有菩薩的祈願立刻成功，願我能夠獨自成辦這一切。

由於我及諸佛菩薩、其他一切有情三世所累積的功德，願大悲佛達賴喇嘛尊者與其他一切聖者，以及我們所有的善友，尤其是喇嘛梭巴仁波切壽命穩固，恆久住世，常轉法輪，願他們所有的聖願當下圓滿。

由於我及諸佛菩薩、其他一切有情三世所累積的功德，願我從今起乃至盡未來世，都能夠具足如同宗喀巴大師一樣的功德，並且如宗喀巴大師般，帶給一切有情浩如虛空般的利益。

由於我及諸佛菩薩、其他一切有情三世所累積，徹底非由自己方面存在的功德，願徹底非由自己方面存在的我，成就徹底非由自己方面存在的釋迦牟尼佛果位，並引導徹底非由自己方面存在的所有有情成就同樣的果位。願這一切都由徹底非由自己方面存在的我獨自成辦。

由於我及諸佛菩薩、其他一切有情三世所累積的功德，願凡是接觸我、聽到我、憶念我，談及（不管是讚揚或毀謗）我、虐待或虧待我，以任何方式和我結緣者，僅僅由於和我結緣，便永遠不墮惡趣。願那些有情立刻解脫一切疾病、魑魅傷害、惡業和煩惱，對業果產生信心，並實證整個

佛道，尤其是菩提心，迅速成就佛果。只要我一聽到有人生病，願即刻令那人完全康復，得以修習大乘道，過有意義的生活。只要我一聽到有人死亡，願即刻令那人往生得以成佛的淨土。

由於我及諸佛菩薩、其他一切有情三世所累積的功德，願我、我的家人、這個機構所有的弟子和施主，以及其他一切有情，盡未來世唯值遇圓滿具格的大乘上師。願從我們這一方唯把他們視為佛。願我們唯做最令善友聖心歡喜的事。願我們能夠立即圓滿他們所有的聖願。

由於我及諸佛菩薩、其他一切有情三世所累積的功德，無論我的際遇如何——好或壞、苦或樂、生病或健康、稱讚或責難、得或失、美名或惡名、長壽或短壽，甚至是墮地獄，無論我的遭遇如何，願那一切遭遇只會裨益有情——由我獨自令一切有情成就佛果。

由於我及諸佛菩薩、其他一切有情三世所累積的功德，不管我身在何處——無論是哪一個宇宙、世界、國家、區域或地方，僅僅由於我在那裡，願那個宇宙、世界、國家、區域或地方的一切有情永遠不墮惡趣。願他們立刻解脫一切疾病、魑魅傷害、惡業和煩惱；願他們實證整個佛道，尤其是菩提心，因而迅速成就佛果。願所有的災荒，如戰爭、飢荒、疾疫、地震、水災、火災、颱風等，立刻、永遠平息。

願我成爲有情的如意寶，能夠圓滿他們所有的如法善願。

## 作者簡介

喇嘛梭巴仁波切是國際上知名的西藏佛教大師之一，自 1984 年以來擔任護持大乘法脈聯合會（FPMT）的導師，領導全球將近 150 個佛法中心，永不懈歇地精勤修行、弘法、護教，從事深廣的利生活動。

仁波切的法號「梭巴」，意為「安忍」，這正是仁波切最貼切的寫照。仁波切的利生行誼，在在流露出菩薩行者，難忍能忍，難行能行的風範。正如【修心八頌】所說：

「我於一切有情眾，  
視之尤勝如意寶，  
願成就彼究竟利，  
恆常心懷珍愛情。」

仁波切的侍者普賢法師說：「如果有一位有情眾生出現在面前，需要幫忙，仁波切不管多麼忙碌都會停下來，爲了這位有情眾生，他有的是時間。」

仁波切眼中的一切都是「不可思議」的清淨、完美。仁波切可以從任何人身上發掘無數的優點，由衷隨喜讚嘆。然而，當別人讚美仁波切的時候，仁波切總是一再否認，並且說：「那是因爲你的心很清淨的緣故；但願我能像你所說的那樣。」

目前已經出版的仁波切中文開示錄包括：滿足之門、心匙、轉困境爲安樂，究竟的康復、宗喀巴大師上師相應法釋論、親愛的喇嘛梭巴、安樂之道，等。

## 護持大乘法脈聯合會（FPMT）

護持大乘法脈聯合會（FPMT）是一個蓬勃的國際組織，成立於1970年代早期，一直致力於教育和公益服務，目前包含將近150個佛法中心、閉關中心、臨終關懷服務中心、癲瘋病診所、貧民收容所、翻譯人才培訓學校、出版社、監獄弘法專案，等，遍佈33個國家，而且持續為世界帶來啓迪人心的訊息——慈悲、智慧與和平。FPMT的國際網頁：[www.fpmt.org](http://www.fpmt.org)。

## 護持大乘法脈聯合會組織

台灣

釋迦牟尼佛中心

406 台中市北屯區旱溪西路三段 301 號

電話：(04) 2436-4123

傳真：(04) 2436-4122

## 經續法林

105 台北市八德路三段 81 號 12 樓之一

電話：(02) 2577-0333

傳真：(02) 2577-0510

## 上樂金剛中心

高雄縣橋頭鄉仕隆路曾營巷 9-1 號

電話：(07) 612-5599

傳真：(07) 612-5556

## 新加坡

**Amitabha Buddhist Center**

No.44, Lorong 25A, Geylang,

Singapore 388244.

電話：(65) 6745-8547

傳真：(65) 6741-0438

Website: <http://www.fpmtabc.org.sg>

馬來西亞

善慧稱佛法中心

Losang Dragpa Buddhist Society

No.1, Jalan 17/21F,

46400 Petaling Jaya,

Selangor Darul Ehsan, Malaysia.

電話：( 603 ) 7968-3278

傳真：( 603 ) 7956-7280

Website: <http://www.fpmt-ldc.org>

**Chokyi Gyaltzen Centre**

37Y, Lorong Zoo 1,

11500 Ayer Itam, Penang, Malaysia.

電話：(604) 829 1924

## 普爲捐資助印受持讀誦輾轉流通者迴向

願以此功德	消除宿現業	增長諸福慧
所有刀兵劫	疾病饑饉等	悉皆盡滅除
一切助成人	輾轉流通者	現眷咸安樂
先亡獲超昇	風雨常調順	人民悉康寧
普願諸眾生	悉發菩提心	速成無上道

這本小冊子的資料摘自  
梭巴仁波切的中文著作，  
希望所有的讀者，都能拜讀原著。

非經版權所有者授于書面的許可，  
不得複製本書的任何部分。

## 請愛惜佛書

請以恭敬心看待含有和佛法相關的文字及藝術品，不要放置地面、坐在其上、踐踏或跨越。

在搬運、攜帶過程中，應該妥善包裝，避免受損。平時應當把佛書放在潔淨的高處，不宜和世俗物品混雜，或把其他物品壓在其上。翻書頁時，不宜以指頭沾口水。

佛書破損時不宜扔進垃圾堆裡。不得已燒毀前，必須先持誦「唵阿吽」，然後觀想佛書中的圖文融入「阿」字，「阿」又融入自己。如此觀想之後，再點火、焚化。灰燼也應當放在清淨處。