

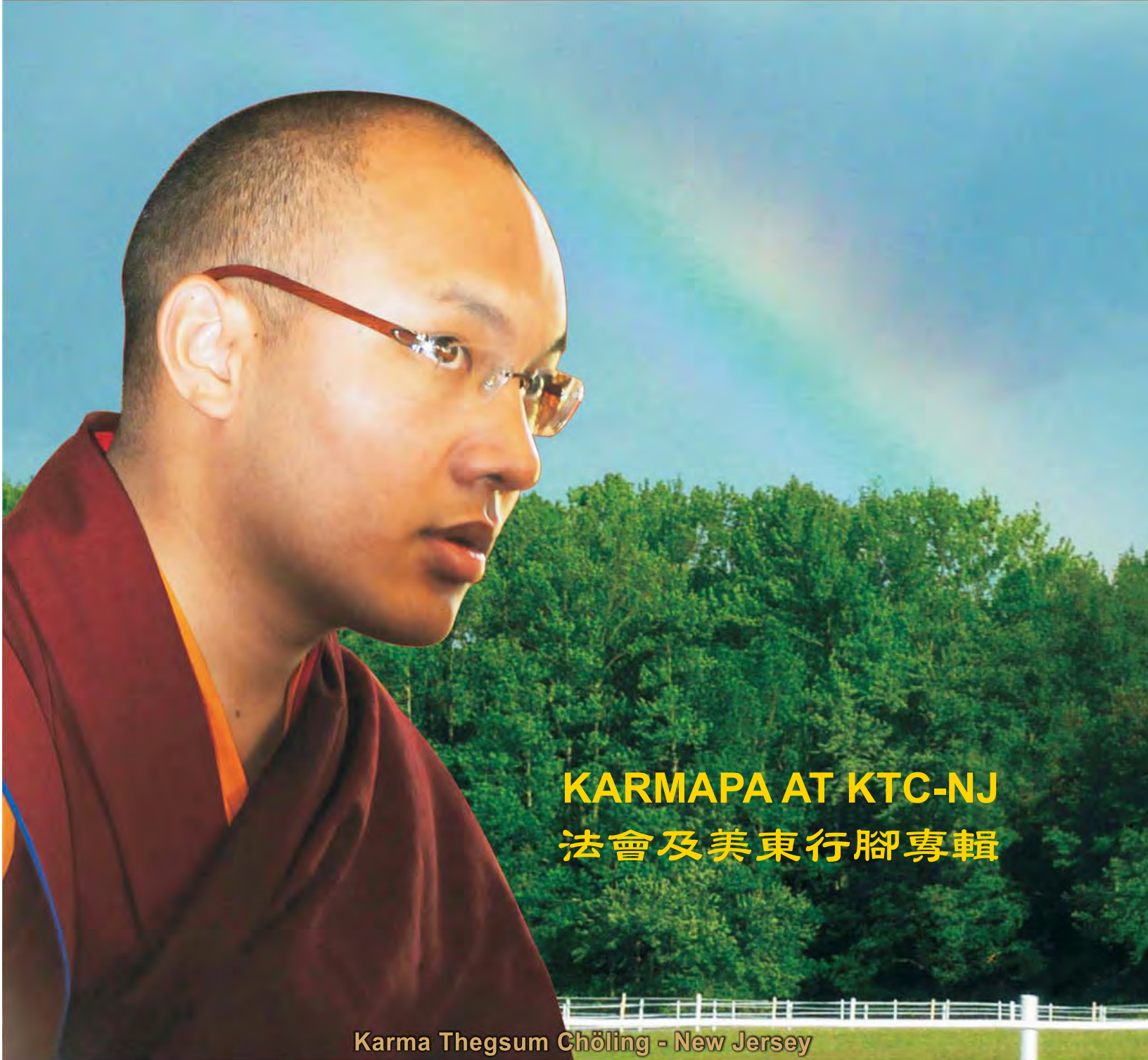


藏密流傳

# འུ་པ་ལ་

Ut-pa-la

Jan. 2009 NO.05



**KARMAPA AT KTC-NJ**  
**法會及美東行腳專輯**

Karma Thegsum Chöling - New Jersey

大寶法王行宮

# 第十七世大寶法王噶瑪巴長壽祈請文

撰寫：尊者 達賴喇嘛

中譯：妙融法師 作曲：林隆璇 演唱：寧潔

## 喻梭帝

圓滿十力具德釋迦王，觀世自在佛海觀世音，  
大悲主者蓮花金剛足，願諸皈境賜今時妙善。  
殊勝發心如曙光導引，勝化身啟白晝之相好，  
令此土光明善生緣起，而成我等希望具義者。  
佛法教證法理聖執持，悲心大海普遍大自性，  
任運獲得灌頂之事業，頂禮持金剛尊噶瑪巴。  
行佛事業白色之光紋，歷代噶瑪轉世珍珠鬘，  
一切行傳如理而執持，具德有情怙主常住世。  
廣大教之曼妙絹飄揚，殊勝覺證珍寶頂嚴飾，  
智慧金柄極堅固無變，勝生聖教法幢常住世。  
成就頂嚴羅扎馬巴等，成就大海口訣藏得獲，  
成就種性持增教之怙，勝成就壇城主常住世。  
漢藏並與東西方諸域，隨所行作畢竟攝諸土，  
樹立眾生之善樂根本，圓滿法財善規得增長。  
上師本尊三寶真聖化，法性緣起雙運實質性，  
清淨勝意真實語嚴詞，諸祈願處無勤任運成。

最勝意念噶瑪巴仁波切尊聖化身鄔金卓都欽列多傑，在被確立的同時，司徒仁波切與嘉察仁波切便敦請我為噶瑪巴命名。當時我想應能盡快地在授與比丘戒時為其命名，卻延宕至今。如今，有隆德寺楚布法堂、智慧林法堂、熱朗法堂等一起努力地請求我為噶瑪巴著作長壽祈請文的同時，便配合著我為噶瑪巴所起的「持教普遍自在金剛」之名，而作此文。願此長壽祈請能任運滿願。釋迦比丘僧丹增嘉措，以淨念書於第十七個六十丁卯之火牛年十月十七日。西元一九九七年十二月十五日。

本期內容摘要



本刊承蒙傳承根本上師 尊勝第十七世大寶法王噶瑪巴祝福，賜名為 "Ut-pa-la"。內容涵蓋了佛法修學開示、佛教傳承與歷史文化、法會課程...等訊息，期將世尊釋迦牟尼佛所傳授的三乘法教—小乘、大乘、金剛乘，分層次地講解闡釋，以利益現代人心，進一步能循序漸進地修持佛法，培福植慧，並願以此更莊嚴世界，利樂群生！

導師 法王噶瑪巴  
 發行人 次成喇嘛 Lama Tsultrim  
 發行所 KTC-NJ 大寶法王行宮  
 690 Atsion Road  
 Shamong, NJ 08088  
 New Jersey, U.S.A.  
 電話 1-609-268-3341  
 傳真 1-609-268-8501  
 網站 www.ktcnj.org  
 電郵 info@ktcnj.org

編輯組  
 財旺仁波切 Tsewang Rinpoche  
 扎西喇嘛 Lama Tashi Gawa  
 穹達 Kyungdar  
 李雅雯 Ya-Wen Lee  
 本期特別感謝：  
 金吉祥女、劉馨蔓、鞏萬祥

珍惜資源 請多傳閱  
 免費結緣 歡迎助印

- 法王開示.....
  - 02 達賴喇嘛尊者的精要開示
  - 03 大寶法王·噶瑪巴的開示
- 甘露法雨.....
  - 04 十明學
- 法會報導 KARMAPA AT KTC-NEW JERSEY.....
  - 10 大寶法王於紐澤西法王行宮開示及賜予藥師佛灌頂
- 18 彩虹上師—2008年大寶法王美東行腳之一.....
  - 紐約市曼哈頓中心·漢墨斯坦大廳
- 21 彩虹上師—2008年大寶法王美東行腳之二.....
  - 紐約市渥道夫·亞士托利大廳
- 23 彩虹上師—2008年大寶法王美東行腳之三.....
  - 紐約上州噶舉法林寺、噶舉三乘法輪寺
- 27 彩虹上師—2008年大寶法王美東行腳之四.....
  - 紐約上州屋士達市·噶舉三乘法輪寺
- 29 彩虹上師—2008年大寶法王美東行腳之五.....
  - 紐約上州噶舉三乘法輪寺
- 33 彩虹上師—2008年大寶法王美東行腳之六.....
  - 紐澤西州香鬘市·大寶法王行宮
- 38 法王行宮2008相片集錦

封面故事：

尊貴的第十七世大寶法王噶瑪巴，於2008年五月首次訪美弘法，並撥冗親臨紐澤西大寶法王行宮，給予信眾藥師佛灌頂和開示。在面積不大的行宮後方草地，搭起棚帳，活動當日，行宮湧進2000多名信眾一睹法王莊嚴丰采，並在祥和自在的氣氛中，接受法王賜予的藥師佛灌頂。本期特別刊登法王於行宮法會之開示中譯文，利益十方方法友，詳細內容請參閱第4頁。

**噶瑪巴千諾！**



## 至尊 達賴喇嘛的開示

持續地修行，  
我們一定會改變

問：請問法王，眾所皆知，你是非常忙碌的人，同時有許多事要做。你能否指導一個有家庭和工作要求的在家人如何發展出一套系統性的修行佛法的方法。

達賴喇嘛：

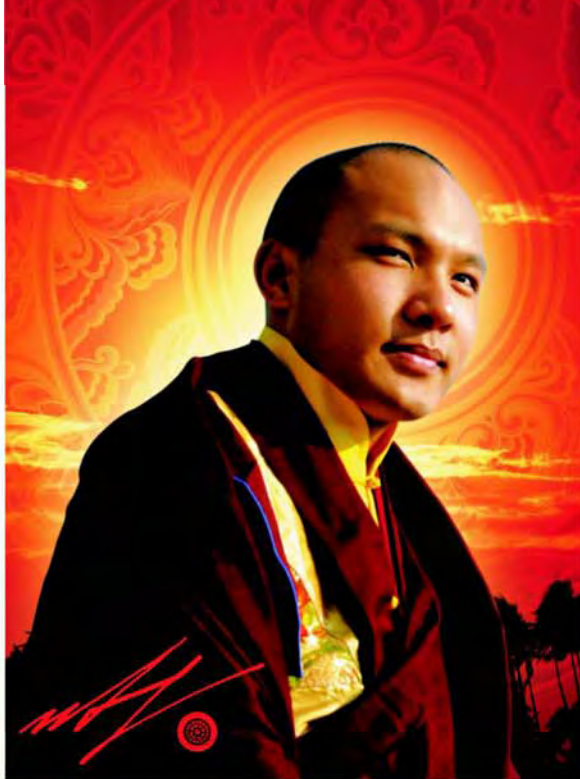
我的西方朋友經常問我有沒有最快、最容易、最有效的甚至最便宜的修行方法。我想要找到這種方法是不可能的！也許這是一個失敗的象徵。我們應當了解，事實上佛法的修持是一天二十四小時都要做的。這就是為何我們要區分真正入座禪修的時段和出座時段，主要的意義是在你入座及出座時，你都應該完全不離佛法的修行。

事實上，我們可以說出座的期間是你修行功力的真正試驗。在正式入座禪修時，可以說你是在充電，所以當你出座後，你就有較好的準備來處理日常生活的種種要求。電池充電的目的就是要讓它能用，不是嗎？同樣地，不管你透過那種修法，一旦你把你自己準備好了，做為一個人，你不可能避免日常生活的常軌，而且就要在這段期間，你當能依據你的修持原則而生活。

當然在一開始的階段，對初學者而言，你是需要有集中禪修的時段，這能讓你有一個可開始的基礎。這當然是要緊的。但是一旦你已建立了那個基礎，那麼你要能過一種至少是依佛法原則行事的生活方式。因此，這些全都在說努力的重要性。不費點力量，是不可能把我們的生活和佛法的原則結合在一起的。對一個認真的修行者而言，最認真的努力是必須的。光是一些簡短的祈請、誦一下經、用念珠持一下咒，那都是不夠的。為什麼不夠呢？因為僅憑這個不能轉化你的心。我們的負面情緒是如此的 而有力，為了要對治它們，持續的努力是必須的。如果我們持續地修行，我們一定會改變。

## 大寶法王 噶瑪巴的開示

本篇為2008年法王噶瑪巴生日時在印度帝洛普的開示。



「上師的特質」這個定義要能符合對一切眾生都適用，是很難的。因此，當我們依止一位上師時，不需要去管他對其他人示現得是過患還是功德，要看的是他對我們自己是否具備了上師的特質，是否功德更多。

也就是說，一個人的優點，很難讓每一個人都對他有同樣的看法。就算是一個好人，卻也有人因為不同的心態，甚至是頭腦有問題，而覺得他不好。因此，要能讓人人都覺得是好的優點特質，是無法成立的，因為沒有人人都共同承認是「優點」的特質。

因此，自己的上師，別人看他是好是壞，並不重要，我們自己要能誠懇的、真誠的去思考，自己的上師有著善的特質，還是惡的特質，這才是最重要的。

就像我們後面的塑像，帝洛巴大師。當那洛巴依止他的時候，那時帝洛巴的行為，表現得是不共的密行，因此多數的人都看他是個瘋子，不覺得他是上師。甚至在傳記當中，都說是「瘋子帝洛」而不是「上師帝洛」。所有人都叫他是乞丐，沒有人認為他是具德的上師，是一生成就的大成就者。那洛巴當時並不理會他人的看法，自己在經過大苦行尋師之後，他看到了帝洛巴的功德，於是便依止為上師。這個故事主要告訴我們，他人的看法不重要，一旦自己對於上師，肯定了、確信了他的功德，就能夠去依止。

總之，在還未依止上師前，應該好好的觀察，一旦依止了上師，就不應該看上師的過患，即便上師示現有過患，我們也要盡可能的去看他的功德。因此，在依止上師之後才覺得上師有過患，這就太遲了，這些是之前就要去觀察的。任何人在觀察上師是否具德時，是需要時間以及不畏艱難的去觀察，就像密續經典中說，要觀察十二年。然而如果還不能確定上師是否具德，即便十二年期滿了，卻仍要再忍耐的去觀察，但是若已經確定了上師是具德的，而仍然不去依止，這樣就有過失了。

所以，如果不確定上師是否具德的話，即便是觀察十二年，也不稀奇。一旦確定了上師具有功德，就不要因為懶惰等原因仍不依止上師，因為善知識是難遭難遇的，不應浪費這機會。



## 十明學

【編按】根據西藏文化的觀點，人類所有知識可以分為五大類，稱為五明。五明又分大五明和小五明。大五明包括聲明學、因明學、工巧明、醫方明和內明學。聲明指聲律學（或特指梵文語文學）；因明指正理學，即邏輯學；工巧明是指工藝學；醫方明指醫學；內明指佛教哲學。小五明包括在大五明之內，指修辭學、辭藻學、韻律學、戲劇學和星象學。這樣共有五明科（小五明）十種學問。

為了對雪域西藏的十明學有所印象，下而要做一簡要的介紹。十明學可分為大五明和小五明兩個部分。首先可以從大五明說起。

《經莊嚴論》云：若不精進於五明，  
世尊亦不得遍知，  
斬斷邪說聲因明，  
攝授有緣工醫明，  
遍知自我內明學。

### 一、聲明學

想要斬斷或消除詞句上的迷惑，就需要精進於聲明學，也就是有關梵文的自性、因緣、變換等語言學，以及有關藏文的虛詞、補助詞、動詞等的《三十頌文法》及《陰陽學》等。語言學理論是通過書寫符號，增加涵意，變換等方法，使得句義分別顯現出來的一種能說者，是一個人們可以去聽聞音聲而明了自性的學處，所以也就叫「聲明學」。

據傳，從前在三十三重天上，有一個叫薩瓦甲提婆的聲明學者，他首先編撰了有關聲明學的著作，對此經過帝釋天王的加持後，形成了一個聲明學的經典論著。後來帝釋天王就教給了木曜仙人，於是木曜仙人就變成了眾天神的師長了。當眾天奉他為天神之上師時，木曜仙人覺得自己是最為精通聲明而大起慢心，這時，帝釋天王就取出一瓶水於海中，再用一根吉祥草蘸一滴水說道：「聲明經典如大海，我所知者僅一瓶，你已知道一滴水！」就這樣降服了此仙人的我慢後，仙人覺得實在不好意思而無心教授聲明學時，帝釋天王又吩咐他

可教授自己所知的部分。於是，仙人就不好推辭而又開始教授了聲明學。

就這樣，當這個聲明學的典籍傳到人世間很長一段時間後又消失時，在西印度出現了一位叫巴尼呢的精通聲明的婆羅門學者。他也撰寫了很多聲明學的論典，後來降生於南印度的贊札果彌大師也撰寫了眾多的聲明學的論典。另外在印度南方的「大域」國度裡，出現了一位精通所有學處的梵行居士阿奴部帝薩都匝熱雅(後合善自性)大師，他被妙音天女攝授後，著述出來了《妙音聲經》，對於這部經典，這位大師又作了論疏了。一般來說，除了以上提到的這些聲明學論典之外，並非沒有其它典籍，只是從最有名聲的角度來說而已。

雪域西藏的聲明學，是隨著通彌桑博札等譯師翻譯梵文佛經到藏文時開始流傳下來的，這樣在前弘期時期雖然在藏地出現了很多精通聲明學的大師，但是直到薩迦班智達為止，西藏還沒有出現過「聲明經典」等名相文化意義上的典籍。後來，薩班的弟子及再傳弟子翻譯了很多梵文聲明典籍到藏文，甚至後期覺朗、遍知多羅那陀譯著了《妙音聲經》，而五世達賴喇嘛時達爾譯師阿旺平措龍珠又撰寫了《妙音聲經論疏》。司徒，曲吉究乃也翻譯了很多有關聲明學的著作。總之，直到現在，對以上這些大師的論典進行聽聞傳授的學人，仍然並未斷流，還有不少通曉聲明的學者。

## 二、因明學

因明學是一個決擇承許與否的破與立的正理知識。是用邏 推演法或宗、因、喻三之作法而為言論之法。

此因明學或正理學，並非被佛陀直接單獨開示，而是分教地開示在各種經、律、論當中。後來被法獲阿羅漢集結而作了《正理論典言說之燈》。再後來世親大師的四大高足之一的陣那大師，把所有正理的要點集合在一起，撰寫了《集一切正理》及其論疏。另外吉祥法稱大師也作了《因明七部論》及更詳盡的論典《釋量論》等諸多論典。當然也有很多其它印度大師的論典。

對於雪域西藏來說，早期的嘎、覺、香三大譯師，雖然譯出了不少陣那師徒的因明典籍，但並未形成廣大的聞思傳統。到了後弘期時，譯師夏瑪森嘉和瑪格威洛周二人譯出了很多因明學的論典，於是因明學方面有了一定的傳播，後來俄譯師洛丹希饒撰寫了很多因明學的著作，也聚集了上萬弟子來學因明。其中持此傳承的恰巴法獅子就用自已的研煉和智慧，開闢了富有藏地獨特風格

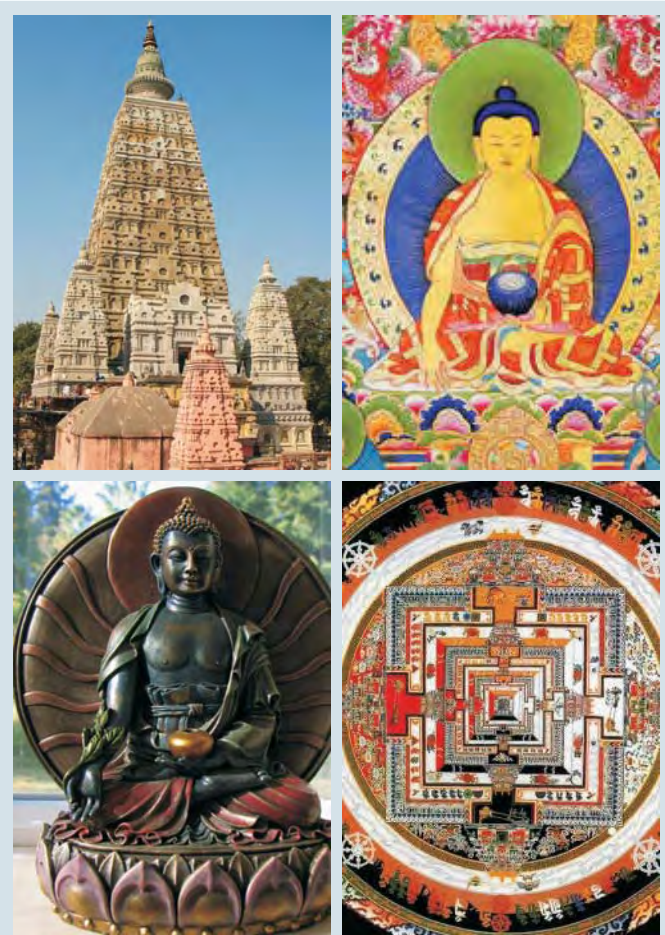
的《因明攝集論》及眾多大論的註疏，從此開創了藏地智者撰寫因明學論典的先河。於是就有了無數的雨後春筍般的因明學大師及論典開世了。直到現在，不論藏地內外，都有眾多精通因明學的善知識。

### 三、工巧明

工巧明是指任一三門所造的文化。即：身、語、意方面所造出來的東西。一般來說印藏等世界各地的人類在現實生活當中早就自然產生過工巧明，並且不斷地發展變化著。在此我們主要聯繫佛教來講一講有關身、語、意的所依的話，精通五明的蔣貢公珠云丹嘉措曾講道：「一切工巧明都可包括在身、語、意方裡。」在此要談的主要是身體方面的，也就是從一切工巧明當中，最能利益暫時與究竟兩者的自然是與三寶有關的身、語、意的所依了。這三個所依中，對於此劫的教法來講，首先產生了心意法身的所依。在佛祖誕生時，淨飯王等眾人建造了蓮花蘊塔，接著建造了菩提塔等善逝八塔及裝藏著聖髮及指甲等的佛祖舍利塔，還有很多聲聞阿羅漢的舍利塔，都是由堅影王等信眾陸續建造的。

身的所依來講，雖然有在第一劫波中，從梵天處產生的說法，但按人類自己的歷史而言，是從毗夏噶瑪大師開始的。毗夏噶瑪制定了能依身相的大小等比例。從此也就有了精美的人類工巧明的傳統。

最初的佛畫是由摩揭陀國的堅影王給 聲王 鄔札雅那送禮的「取水能乍佛」，還有還贈室利蘭卡珍珠王的「具光能仁佛」。最早的塑像是，當世尊到三十三重天時，波斯匿王為了有個頂禮供奉的能依，建造了一尊檀香木的佛像，後人稱其為「檀木佛」。後來佛祖入涅槃時，為了把教法安住世間，而且為

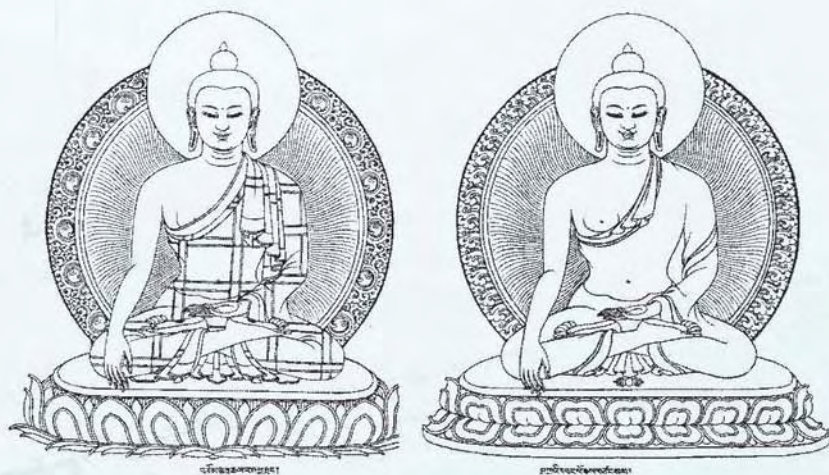




了調服外道，吩咐後人修造世尊替身像，於是就出現了報身雪海佛等眾多的塑像。

語的所依來講，也就跟文字有密切的關係。而文字又是跟隨發音與詞句而各地間千差萬別，所以沒有辦法用同一個標準來解釋。比如在印度，曾經出現過三種最主要的文字，而現代的印度文是佛教在印度滅亡以後發展出來的文字。最早的語所依經函，是由帝釋天王用琉璃汁所寫。第二轉法輪的經函，即《法幢頂巖》之經函懸掛可勝利幢的頂端故，遮回了阿修羅的大軍。後來，經過幾次結集，出現了各地不同語文的經函。以上是蔣貢公珠仁波切所開示的。

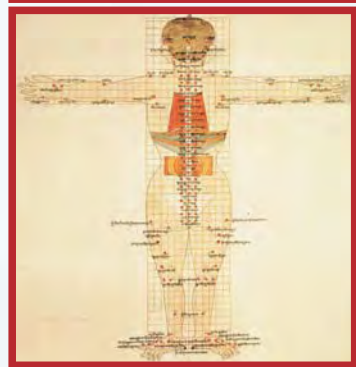
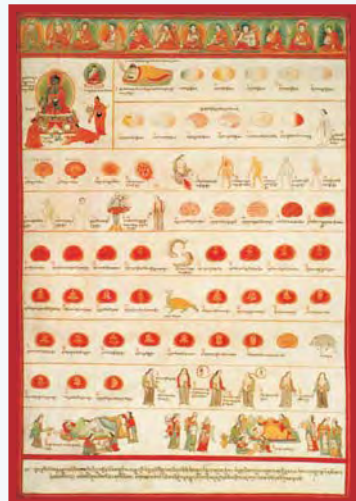
對於雪域西藏來講，木工造房等工巧明是早在佛法還未傳到藏地時就存在了，但是自從佛法入藏以來，西藏的工巧明得到了很大的發展。從藏王松贊干布開始，就興起了佛像的藍圖，佛塔的藍圖，還有壇城及字傳的藍圖等。比如大昭寺，小昭寺，桑那寺，布達拉宮，還有很多大大小小的藏區各地佛寺來講，每一個寺院的木雕，石雕等工藝都是極其精美的。而且在這些寺院的金頂及華蓋等很多造形是具有鮮明獨特的藏民族特色。另外也有很多先賢古德的著作，甘珠爾及丹珠爾大藏經等無數的典籍都有木刻版。在這些寶典中有很多印度、漢地及尼泊爾等地的工巧明知識，這些都是歷代大智者們從其它文化中吸取過來的。比如在《丹珠爾經》中有水銀的提煉方法，煉金術的祕典，佛塔的構造，香料的兩已色別方法等二十二種卷宗。還有很多工藝學的著作。另外相關的典籍也有二十多部。至于唐卡繪畫的技巧及風格也有很多種，其中最有名的是「衛唐」及「噶瑪噶制」二者。另外也有很多跟民間生活聯繫在一起的多種工藝，都可以包涵在這個工巧明當中，但是由於篇幅的關係，在此只能略講，若想詳細了解，請查其它資料。



#### 四、醫方明

醫方明是指尋找病因、解除疾病、預防疾病為要點的生命學，也是因為能使人延年益壽故，稱之為養生學。

在雪域西藏，雖然在第二十八代贊普陀陀日念贊之前，也有盛行很多醫療方法，但是據說還沒有出現藏地本土的有關切脈法等方面的理論巨著。也就是這位藏王贊普在世的時候，正好從印度來了兩位叫毗奇嘎切和毗嘎拉孜的醫生，這兩位醫生在藏地傳授了所有他們所掌握的醫學知識，因此也得到了藏王的器重，甚至把公主許配給毗奇嘎切。後來他們生有一位名叫「白螺頂髻」的公子，這公子長大成人後編撰了《五部養生醫療經典》及其煙麻方法及解說。他也就成了國王的御醫，其子大智、超智、明智、藏智、親智，都成為歷代國王的御醫。雖然由於在藏王松贊崗波以前，西藏還沒有文字，所以並未能夠得到很大的傳播，但是松贊崗波法王時從印度迎請了拔熱達匝，從漢地迎請了皇太文航（音譯），從大食迎請了格里努，這三位醫師與西藏的藏醫



一起翻譯了三部醫典，另外漢地和尚摩訶提婆與西藏譯師法藏一起合譯了文成公主從漢地請來的《醫療大典》，後來到了藏王赤頌德贊時，由於從印度迎請了大堪布菩提薩埵與蓮花生大師等大師，大大地宏揚了佛法，出現了很多比丘善知識，這些智者們又到印度和尼泊爾等等周 國家去取經譯法時，同時也翻譯了不少有關醫學及天文星算方面的典籍。就這樣，在前宏期有毗盧遮那譯為首的很多譯師，後宏期有仁青桑波為首的諸多譯師，他們以廣大的菩提發心譯出了《八支醫典》等醫方明典籍，這些典籍現編進《丹珠爾》大藏經裡，共有五大卷宗及七部大典。尤其是所有藏醫的頂上莊嚴（醫王），老玉陀、雲丹貢布編撰了很多醫藥學及天文星算學的著作。也培育了上千名弟子，而且遍遊所有藏地醫治病人，解救了幾十萬人的生命。後來，後宏期又出現了一位醫聖新玉陀雲丹貢布，他繼承了老玉陀的法脈，就其弘揚了《四部醫典》及其支分教授，為醫方明在西藏的普遍傳播，作出了巨大的貢獻。如此，歷代出現了無數精通醫方明的大士，這些大士們的大恩大德，直到現在還沒有退散。

## 五、內明學

內明學是指以三學為內容以三藏為結構的一個知識體系。是一門於內能調服自心相續之學處，故而名稱內明學。其內容均為調服內心的方法，即善逝諸佛的開示及諸大菩薩、大智大成者們的著述。也就是具有改造和拯救二種功德的一切顯密經典。律藏能使人遍知戒學，是主要對應于見、修、行三者中的「行為」；經藏能使人遍知定學，是主要對應于見、修、行三者當中的「修習」；論藏能使人遍知慧學，是對應於見、修、行三者當中的「見地」，如此以來，不難理解三藏為傳三學為用的關係問題。戒學雖在外道中也有，但在佛教中有三種，即：別解脫戒、菩薩戒及密戒。從定學來講，任何人的心是剎那間都是變化不定的，從上師處求取能使內心安住的竅訣後禪修，就能調控自心，能使內心如願安住，如此才叫獲得寂止。如實守戒後對經典教義進行聞思修以後，再可以進入三昧定的禪修。正如經上所云：「如法持戒具聞思，方可進入修定力。」

通過對論藏的聞思修，掌握了慧學以後，才能在自心相續中產生調服自心的最終極智慧，即諸法的實相。一般來說智慧有兩種涵意，即對俗義諦上的五明具有識知能力的智慧、以及了知勝義諦實相的智慧，在此應當理解為第二種智慧。

對於西藏來講，三百多部經涵的《甘珠爾》及《丹珠爾》大藏經，還有藏地智者們編撰的諸多典籍，都要進行徹底的講解辨析，形成了這麼一種傳統。也就是對於現在的學經僧人來講，他們在修學選擇見地的中觀與因明的典籍，抉擇禪修的俱舍論及般若的典籍、抉擇行為的戒律之典籍，這樣集成五部大論來進行講修。學因明時以《量論》作為根本，再展開對因明的學習。在學般若時，以《現觀莊嚴論》為根本，展開學習經藏的內容定學的廣大次第。然後從月稱大師的《入中論》的根本入理，學習論藏的中觀大典，要抉擇下來能夠了知諸法實相的中觀見地。接者根據對世親大師的《俱舍論》的學習，展開學習到論藏的知識。根據功德光大師的《律儀根本經》為根本，展開對律藏之學習。總之是對所有內明學的內容進行著聞思修。以上是從才旦夏榮大師和木格桑木丹師的開示中摘錄出來的。

以上這些常識的要義，是從《雪域大五明的要義及諸法脈的源流》中所編選出來。有關小五明的介紹，請見下期刊物。

# KARMAPA AT KTC- New Jersey 法會報導



## 大悲壇城具足 法王賜予藥師佛灌頂 新澤西法王行宮開示

緣起：

尊貴的第十七世大寶法王噶瑪巴，於2008年五月首次訪美弘法，並撥冗親臨紐澤西大寶法王行宮，給予信眾藥師佛灌頂和開示。在面積不大的行宮後方草地，搭起棚帳，活動當日，行宮湧進2000多名信眾一睹法王莊嚴丰采，並在祥和自在的氣氛中，接受法王賜予的藥師佛灌頂。以下便是法王給予灌頂前的開示。

地點：KTC-NJ 紐澤西州大寶法王行宮

日期：2008年5月23日

記錄整理：劉馨蔓

攝影：鞏萬祥



根據今天的行程，我首先要給大家開示，然後再給予藥師佛的灌頂，第一個部份就是給各位簡單的說幾句話。我自己是個佛教徒，所以平時最熟悉的就是有關佛教的知識，若是從佛法的角度給各位講幾句話，也許意義更大一些；今天並不一定要講佛法的見地，因為佛法的見地對我來說，我自己也是在學習的階段，今天雖然我是從佛法方面給各位開示，但是平時，我並非只著眼於佛法，因為現在是21世紀，在這個新的世紀裡，有各種複雜的環境，我們必須面對很多問題，也需要很多新的思維、新的方法，去追求我們的幸福快樂。因此從這個角度給各位說些話，也許對各位會有些意義。

在這樣的時代，借助語言的溝通是一個很好的方法，就像今天，我說藏語，接著翻譯成英文，再接著翻譯成中文，這也可以說是一種新的思維。從我自己的人生經驗來說，我學過藏語、英語、中文，運用這些語言，也認識許多說這三種語言的人，能用這三種語言溝通，



## KTC - NJ Welcomes His Holiness THE 17th Gyalwang Karmapa

為我增加了很多自由，透過良好的語言溝通，可以促進更多的和諧、歡樂、自他的福祉。這個世界愈來愈小，但是對每個人來說，追求和平和幸福，是大家共同的目標。

許多人都知道，我是在藏地出生，是來自西藏的男孩，我的童年是在西藏的語言和文化下成長，所以西藏佛教和文化，是我生活的一部分。不過，我不只是熟悉西藏文化，也同時多少了解漢地的文化，因為在我這一代的西藏青年，漢地的文化和漢語也普遍在藏地傳播，西藏文化和其他民族可以圓融的在工作和生活中去學習和了解這些文化，這是我這個時代的一個特點；也因為這樣的因緣，使得我對漢文化也充滿歡喜的去學習，因此可以說我對西藏文化和中國文化也都有機會去學習和了解。

了解不同的語言對我很有幫助。在藏地由於地域不同，人們說不同的方言，有時互相不容易溝通，從這個角度來看，如果我們可以說中文，透過中文溝通，也許在藏人之間也可以達到溝通的目的地，會有很多好處；至於英語，當你到各地，為了要利益他人，也需要借助英語和其他外語來實現這個願望，也就是說這個

廣大的世界上，人與人之間溝通和創造幸福，許多美好的建設，都離不開語言和對互相文化的了解，對個人來說是這樣，對整體更是如此，對整體社會來說，要想建立一個美好繁榮的社會，借助語言的溝通和理解，才能夠互相交換思維，才能為這個社會帶來和平，也才可以創造更好的機緣，這些都是來自對各種語言的認識和欣賞。

所以談到和平，根據我自己的經驗和感覺，去超越自我的界限是很重要的。要超越這樣界限，必須先從自己開始邁出去，走向你的鄰居，從鄰居走向城鎮，從城鎮走向自己整個國家，再從國家面向所有的世界，像這樣的打破界限，才能談得上有和平；也就是說，和平的實現，就取決於能不能超越這樣的界限。我們平時在生活上遇到很多困難，根源都是因為自他的分別，在自他有別的問題上遇到了困難；我們可以想想，從小我們都是從自己開始思考，只要不是自己的，是自己以外的一切「他者」，好像就沒有那麼重要，這是我們已經固定形成的自他觀念，總是把自己擺在很重要的位置，有關自己的一切，都一定是好的一定是善的，我需要的就是幸福，都是「我」和



「我的」追求，都是著眼於自己延伸出來的東西。對於「他者」，似乎覺得他擁有也好，沒有也無所謂，沒有那麼關注，所以這一切的問題，都是從自他界限上如何看待而產生的，也因此實現和平的理想便成了問題。

我的一些朋友也談過有關利他的問題，他們認為去利他很麻煩、很困難，常常變得更受挫折，產生更多問題，而自利也許更容易些，也比較順利，好像事實就是這麼一回事，到底自利和利他真的有區別嗎？例如給人倒一杯茶，好像不能直接拿杯茶給人，必須先問人：你想來點茶嗎？好像得知道他喜歡茶之後，才可以倒茶給他，否則如果貿然送杯茶給人，要是那個人不喜歡茶，也許他會生氣。好像首先必須先知道他到底要什麼，知道他的想法，才可以去利他，要是不知道他的想法就去做的話，會成為一個很冒險的舉動，反而遭到人家的不喜歡，這其中就是一個很複雜的問題。而自利就相對簡單多了，自己當然知道自己要什麼，滿足自己的願望好像比較簡單，所以在這個問題上，利他相對的麻煩，有很多問題要去思考。

我這裡提一個例子，當我在西藏的時候，很多西方人到西藏旅遊，遊客總是短暫停留，語言也不通，然後就繼續到下一個地點，因為我們不熟悉他們，就以為西方人和我們完全不同，在某種程度上會想，他們喜歡的一切一定是我們不喜歡的事物，而我們喜歡的事物一定是他們不喜歡的。這個例子就像是一種負面的想法，因為我們放任自己去這樣想，完全沒有去求證，也因此產生自己和西方人在基本上就是很不一樣的見解。

後來，當我有機會開始去接觸西方人為他們開示佛法的時候，剛開始我很猶豫，因為我認為也許西方人和我是完全不一樣的，最初的時候，我很少說話，不能冒險去和他們說太多的話，害怕他們一定會生氣，而做為一個精神領袖，讓他們生氣是一件不好的事，後來慢慢的溝通，我開始試探的說些笑話，看看他們會不會發笑，看到他們笑了；接著我另外試探稍微說些悲傷的事，會讓人掉眼淚的事，看看他們有什麼反應，我看到他們同樣也表現出傷心落淚的態度，我發現當我們有苦樂的時候，西方人也和我們一樣有苦樂的感受，這樣交流更多了，我就有信心和他們溝通，才敢去講有關佛法的內容。



法王與香鬻市的市長鐘·薛  
佛盧(Jon Shevelew)握手

人們想要知道他人喜歡什麼，有時是可以去問人家喜歡、不喜歡、想要什麼、不想要什麼等等，但是問太多問題，好像是侵犯到他人的隱私，並不是個好主意；然而，在基本共通的層次上，每個人都有一個共同的追求，那就是我們都在尋找快樂，而不要痛苦，都希望能夠轉苦為樂，你不必去問人他們是不是要快樂，他們是不是不要痛苦，因為這是每個人的共識，就因為我們每個人都有這樣的共同需求，可以互相支持，互相同情，產生慈悲，因為就這一點來說，我們都是一樣的。

這個有關喜歡或不喜歡的想法，是曾有人問我最喜歡的食物是什麼？我不知道，因為我走到各地，人們給我的有西藏菜、中國菜、西方菜，我喜歡吃，但並不知道這些菜名，很難去認出這些菜是什麼，也許我應該這樣說，我喜歡的食物，就是我最想吃的時候所吃的東西吧。

由於時間關係，我就說到這裡，接下來要開始給予灌頂。

(藥師佛灌頂開始，法王先唸誦經文。)

接下來我要給予藥師佛灌頂。一般而言，從歷史來看，至目前為止只出現過一位佛，就是世尊釋迦牟尼佛。我們相信釋迦牟尼佛有很多好的善的功德，不過這個世界也有其他人和世尊釋迦牟尼佛一樣，擁有善的功德，過去有，未來也會出現，人們相信和世尊具有同樣功德的人很多，若從這樣的角度來看，我們可以說這個世界上也有很多的佛。

我們可以從功德方面來認定他是不是佛，但是不同的人，有不同的顯像和表情，不見得每尊佛都有一樣的裝束和表情，過去在藏地，成佛的人很多，但是沒有一個佛和釋迦牟尼佛的裝束和表情是一樣的，未來在西方也會有佛出現，但是這個佛不一定在形像上也是和世尊釋迦牟尼佛一樣。不過對於藥師佛，在形象上和世尊釋迦牟尼佛沒有差別，是著三法衣，所不同的只是形體的顏色不一樣，藥師佛是藍色的琉璃像。

說到藥師佛，各位一定會立即想到醫師，會聯想到穿著白袍，耳上掛著聽診器的醫師，不過我們說的藥師佛可以說是一個傳統的醫師，他是拿著傳統藥草的，藥師佛是右手持有



佛鉢、左手持有藥草，這樣一個形像。

有時候，人們會問說，在藏地有太多的本尊，有財神，想長壽有長壽佛，不想生病可以向藥師佛祈請，有這麼多的本尊，恐怕你們就不會得病，也不需要醫師吧！從佛法的角度來說，我們仍需要修持這些本尊，特別是藥師佛；不過從醫學的角度來看，藥有很多種，對治不同的疾病，想獲得治療，必須知道疾病的原因，這是很重要的，而疾病形成的原因可以概括成兩點：一是遠因或稱作原始的因，一是近因或稱作立即的原因。這裡說的遠近，不是依照時 來計算，而是從最初最基本的原因，叫做遠因；而會直接帶來結果與作用的叫作近因。談到遠因，並不將眾生身體內的細菌當作遠因，而說的是貪嗔癡三毒給人們帶來疾病。

這三毒是疾病的根本遠因，其他還包括地、水、火、風這四大氣是否調合。三毒和四大氣之 是有關係的，三毒增長時，四大的結構就會被打亂，因此產生疾病。例如，貪欲多時，會影響到水大，瞋恨升起時，會影響火大，無明癡迷增長時會引起風大和地大增加；如果體內的四大氣平衡存在，肉體就不容易產

生疾病，相對的要是這四大被打亂時，身心都會帶來痛苦，因此我們內心的三毒會影響體內四大氣的結構問題；總之，因為內心中的情緒而產生煩惱，是會干擾身心不平衡，帶來疾病。

特別是在這個時代，由於社會的各種變化，使得人們內心的煩惱多數是負面消極的，身心上都帶來痛苦與疾病，這些疾病不見得都是身體內細菌或是微生物的作用而造成，也有可能是情緒的關係，大部分的疾病都是因為負面的情緒，是自己精神方面的不平衡，因此需要精神上的修持，必須從精神層面去對治，也因此有了藥師佛法門的修持方法，世尊釋迦牟尼佛也是因為這個原因而開示了藥師法門。對佛法的修行者來說，即使當自己病得十分嚴重，仍會希望有一個直接可以依賴的對象，依然會一再祈請祖師釋迦牟尼佛，並把世尊觀為藥師佛，通過這樣一個法門來做修持。

因為內心的情緒和煩惱，使自己身心產生不舒服，或遇到很多的困難，有什麼方法去對治呢？就是要讓我們的內心靜下來，讓我們的內心不要往粗分的噪動上惡化下去，而是要讓





心平息下來，待心愈來愈平靜之後，相對能夠減少這些痛苦，為了讓內心平穩，便有了藥師法門的修持，所以有必要在此給予藥師佛的灌頂。

灌頂並不僅僅是給各位賜予什麼權力，而是給我們的心一個力量和能力，讓心可以獲得平穩和專注，運用灌頂所給予的力量，去平息內心與外在所有的煩惱和念頭，而且重要的是與本尊的相應，這種相應就是明晰覺受。因為平時我們心中有很多粗分的妄念雜念，必須要讓它們平靜下來，就是透過明晰的覺受來靜心。你的念頭就好比是瓶子裡的水，要是不斷的晃動，是沒有辦法讓塵埃和汙濁平息的，要是沒有受到攪動，那些混濁會沉殿到瓶底，我們就可以看到水的清淨；同樣的，我們的心能夠安住時，就不會受到干擾，我們內心混濁粗分的心，可以透過藥師佛法門的修持，使得煩惱減少，讓內心平穩安住。

有關灌頂的內容和細節，在此我不做太仔細的解說，因為剛剛說過，灌頂最重要的是信心，所謂的信心，一般在佛法見地或經典儀律上，是非常嚴格的，是需要方方正正，不偏不

倚，那種嚴格的信心是相當困難的，大部分的人沒有那樣的信心，即使有也可能是圓的或是其他的類型；不管你帶著的是何種信心，在這裡說的是要有一種親近的感覺，帶著這樣的態度，就可以接受灌頂。所以我就不多做解說，因為灌頂若解釋太多，有時會帶來更多困惑和問題。我所講的信心，不是那種什麼都不懂、糊里糊塗、盲從的信心；而是一種親近的感覺，但是最重要的是，你必須要有基本的開放態度，允許讓這些祝福加持，以及密法中的經文和咒語盡可能的接近自己，和自己產生親密的連結。

至於在嚴格的佛教經典儀律上，此種方方正正的嚴格的信心，我自己都不敢說絕對有，按道理說，經典意義上的灌頂，是必須明白嚴格的經典儀律後才允許灌頂；不過也有佛法中開示說，以大慈悲心來為眾生灌頂也是允許的，因此我今天就以大悲心作為發心，來為各位灌頂，把一切眾生安置在大悲壇城裡給予灌頂，今天大家自發的有這麼多人聚集在這裡，已經足夠形成一個大悲壇城，既然如此，我們就允許灌這個頂，大家有一個清淨的信心，就可以接受灌頂。至於哲學佛法見地的信心，我



們要學習這些律儀，恐怕是花上25年也很難明白，既然是這樣的現實，我就教各位一個最簡單的方法，就是你的心能響往法性，就是最殊勝的信心，大家可以把自己浮誇、噪動粗分的念頭安定下來，把心自然安放在一個法性狀態上，就能感應並獲得灌頂，所以最重要是把心放在法性中，要是沒有像這樣把心放下來，即便我在那兒搖鈴打鼓，給各位賜灌頂，恐怕也很難感應，現在請大家把心安住，開始灌頂。。

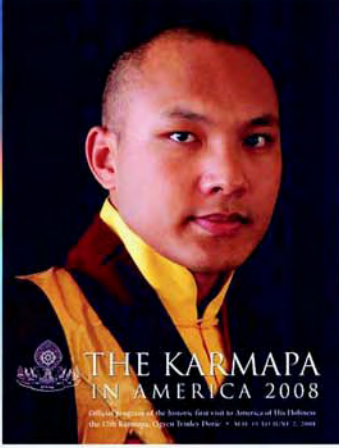
(接下來是法王給予灌頂)



最後我想說，我今天來到這裡，跟大家會面，十分的歡喜，就好像回到了自己久違的家一樣，好像與自己失散以久了親人重逢那般，我感到歡喜，也讓我的臉上出現微笑，我本來是一個很難在臉上展現笑容的人，但是自從來到美國，好像臉上多了許多笑容。你們都是我的兄弟姊妹，我永遠不會忘記你們任何一個人，我永遠不會忘記你們的微笑，希望我們的笑顏可以給各位帶來幸福快樂，也希望這個笑顏可以延續下去。

法會中文翻譯(左)一穹達先生，英文翻譯(右)一耶喜喇嘛。





# 彩虹上師

2008年大寶法王美東行腳

## 彩虹上師—2008年大寶法王美東行腳之一

時間：2008年5月17日星期六  
地點：紐約市曼哈頓中心，漢墨斯坦大廳  
報導：金吉祥女

車子筆直地在80公路上奔馳，在由紐澤西往赴法王首度歷史性訪美的路途上，內心卻有著一股炯然不同的感受。以往是自己到印度看望法王，現在是法王來到自己生活工作的國度，看望關懷包括自己在內的許多眾人，那是一種倍受恩寵的感動。

主辦單位刻意地將法王在紐約初轉法輪的地點設在位於第34街的曼哈頓中心 (Manhattan Center) 中的漢墨斯坦大廳 (Hammerstein Ballroom)，因為在西元1974年第十六世大寶法王在此處給予了第一場的佛法開示，而正式敲響了大印西傳的第一響鐘聲。昔日聞法的聽眾恐怕半數已不在這個世界上了，而當年豆蔻英挺的青春男女，現今已髮班班、視茫茫，危危顛顛地來赴這場34年後人生中意外的團聚。

法王在5月15日凌晨抵達美國，15日當天的時代雜誌 (Times Magazine) 就刊出了一篇「世界下一位傑出的上師」 (The World's Next Top Lama) 的專題報導〈註1〉。隔天16日紐約時代日報 (New York Times) 也以一篇「年輕的精神領袖抵達紐約—預備授教並且也受教」 (Young Spiritual Leader Arrives in New York,

Ready to Teach and Be Taught)〈註2〉，鮮活地點出了法王此行的多重意義。

這天17日星期六是法王在「返回」北美在紐約的第一場開示，講題是「喚醒明覺之心」 (Awakening the Heart of Enlightenment)，有如許多藝術家在紐約的首演往往預示了其未來藝術生涯的成敗，法王如何契入紐約複雜多元的文化，如何通過紐約客刁鑽求疵的檢測，如何與紐約的眾生結下殷深的法緣，這第一場的開示至為關鍵。

在卓千波若仁波切以及達賴喇嘛的代表扎西汪第的致詞後，法王出場了。舞台上強烈的燈光，令甫出場的法王完全看不到坐在觀眾席中的兩千五百位聽眾，冒出的第一句話竟是：「什麼都看不見?!」。但法王畢竟是法王，稍事調整後，便也就開始侃侃而談了。

法王首先交代了來到紐約的緣起，那是因為第十六世大寶法王多次受邀訪美，在此處結下了許多的法緣，做為現任的法王，他有責任延續十六世所開展的佛行事業。

在體驗了紐約大都會生活兩天的法王，即刻引用了都會生活的忙碌，車子剎止剎衝的險境，就連紐約市的建築物也一個個競相比高的種種體驗來做為引子，來反問挑戰聽眾如何能夠保有內在的祥和與穩呢?!法王告訴大家，他自

己也是非常忙碌，甚至很可能修行的時間與機會比大家都來得少，那麼在這麼忙碌，甚至還夾雜著許多的困難和挑戰的情況下，法王是如何地辦到保有內在的祥和與穩定的呢？

法王說重點是不能任忙碌、困難與挑戰破壞我們內在的祥和與穩定。這就好比是在鏡子前放



著一個很重的物體，鏡子可以很清晰地照映出這個重物的形像，但是鏡子卻不會因此而負擔重物的

重量，而鏡子更不會被壓垮。法王指出我們內在的狀態也應該像例子中的鏡子一樣，可以明晰地照映出種種發生的事情，但是卻不會為它們所壓垮，而仍舊是可以保有祥和與穩定。

那麼如何才能做到這一點呢？法王說道這需要忍耐和勇氣。這裡所說的忍耐，並不是消極地忍受，而是一種能夠獨立自主地把握自己的力量，是一種因誓願自己可以做到這一點而得來的力量。

法王說到這裡又唯恐大家過於嚴肅地執持於信誓旦旦過於努力的修持，反倒會變成適得其反的反效果，於是又接著說了下一段以一種戲謔的輕鬆態度來對治過於用力的執持。

法王說我們和煩惱之間的關係，其實是有些可笑。我們之所以心中有煩惱，是因為在某種程度上，我們對它有所珍愛與執著，而突然間我們卻又要將它消滅。認識到了我們與煩惱間既愛之又恨之的可笑關係，那麼我們不妨也採用以一種戲謔的方式來看待它。

解說至此，法王又擔心將佛法的修持當作一個

戲謔的玩笑，便又苦口婆心地提醒大眾，勿忘修持的目的是為了獲得內在的祥和與穩定，而這並非是一個戲謔的玩笑；若是法王千里來到紐約只是和大家說說玩笑，那麼他此行就沒有什麼意義了。

下午的節目兩點鐘開始。先是著名的搖滾歌手一盧·瑞 (Lu Reed) 為大家獻



上一曲自己作詞作曲的抒情歌「喔！多麼美好的一天」(Oh! What a Perfect Day)。三點鐘後，法王才給予開示。

法王接續著上午所講的內容，首先說明了修持是一種漸進的過程，而修持的重點在於愛與慈悲的培養。法王強調我們對他人的關愛與慈心，並不能僅僅是內在的活動，而是要將我們的關愛與慈心展現出來，讓它彰顯在山之巔，讓它散佈到全世界。

法王的藏語開示後，接著便是英文的翻譯。在這樣翻譯的空檔中，我突然發現法王以一種非常專注的表情深邃地看著坐在黑暗中的聽眾，法王似乎想努力地透過他的眼神，透過他整個人的存在，傳遞給聽眾一種無以言喻的東西。若是強以言語來形容，我想，它像是一種悲切深情而動人的關愛。而法王似乎是在即席演示著他所開示的：關愛不僅要說出來，並且是要由內心中散發出來，讓關愛穿透到對方的心中，讓關愛跟隨著對方直至天涯海角。

法王亦提到從佛法的觀點而言，「自」與「他」是不可分割的，而對「自他不可分」的認識並不能僅止於邏輯概念上的推理證明而已，法王說道他自己就深切地體認到，「自他

不可分」的實際體證，與「自他不可分」的邏輯推理之間，有著極大的不同。一般人之所以不易修持愛與慈悲，是因為尚存有「自他」的分別心所致。而佛陀的愛與慈悲，一直到今天都還被強烈地經驗到，是因為佛陀已消弭了「自」與「他」的分別。接著法王以人的身體為例來說明「自他」就如同是我們身體中不同的部位，當我們真正能體認到「自他」一體時，那麼才有可能真正地升起菩提心。

雖然才到紐約三天，法王卻也體驗到了紐約出了名混亂的交通，接著便以聽眾生活中熟悉的行車經驗，來剖析什麼是憤怒(瞋恨)。無可厚非地，我們追求所欲，而遠離所惡，但是問題出在我們的反應往往過偏執而極端。我們會因為不喜歡局部少數的幾項特性，而將整體全盤否定。相對地，我們也會因為追求局部的少數特點，而將整體予以美化粉飾。這種偏執氾濫的觀點是問題的根本所在，我們有必要培養對局部與整體之不同的辨別能力。

法王自述八歲時第一次在楚布寺見到美國人，直到今天終有機會實際造訪美國。法王說到自己今天能來到這裡，是代表著第十六世法王對大家的愛與關懷，也代表著第十六世法王不曾忘懷大家，而這件事情本身的意義，勝過所有今天所說的話。

最後，法王告訴大家，今天所開示的關愛與慈悲，應該要能夠延伸到中國的地震以及緬甸的風災；尤其是法王和中國有著很深的因緣，在此，法王特別呼籲大家各盡所能地救助中國的地震。

法王在紐約初試聲啼的第一場演講，贏得了滿堂熱烈的掌聲。眾人各自滿心歡喜地踏上歸程

；一輛載滿了來自紐約上州艾爾本寧市(Albany)噶舉佛學中心與香巴拉中心(Shambhala Center)法友的返程巴士，在旅途中，全車的人看見空中出現難得稀有的雙彩虹<註3>。很遺憾的是，因為今天的活動不能帶相機，所以並沒有留下任何照片記錄，留下的反而是目擊者內在永不磨滅的心續記錄。

這個在傍晚時分出現的雙彩虹，已是繼法王抵達美東以後，在法王所經之處與各地噶舉中心所應化的第三個彩虹。

<註1>時代雜誌「世界下一位傑出的上師」的專題報導：

<http://www.time.com/time/world/article/0,8599,1807103,00.html>

<註2>紐約時代日報「年輕的精神領袖抵達紐約—預備授教並且也受教」的報導(Young Spiritual Leader Arrives in New York, Ready to Teach and Be Taught)

<http://www.nytimes.com/2008/05/16/nyregion/16karmapa.html>

<註3>雙彩虹是同時出現出現具有同一個圓心的兩個彩虹。多數情況下，內圈的彩虹較為明亮，而外圈的彩虹較為暗淡。



法王看著聽眾關愛的眼神。



## 彩虹上師 —2008年大寶法王美東行腳之二

時間：2008年5月18日星期日

地點：紐約市渥道夫·亞士托利大廳

報導：金吉祥女

法王在紐約的第二場演講安排在法王此行的下榻旅館——渥道夫·亞士托利(Waldorf-Astoria)的會議廳。渥道夫·亞士托利旅館座落於第四大道的第49街與第50街之間，是一所歷史悠久堂皇典雅的旅館，也是招待所有國家總統以及政經要員紐約住宿的元首級旅館。



由於與會人數眾多，只有約一半的人(約五、六百人)能在主會場聽法，其餘的人則是被安排在後面的演講廳，透過大螢幕來聞法。不知是不是主辦單位聽聞到法王的願望與聽法者的心聲，今天的會場講臺與觀眾席上都打得燈火明亮。

一開場，是保存西藏典籍的學者金·史密斯(E. Gene Smith)的致詞，接著是紐約市長麥克·布侖伯格(Michael Bloomberg)的代表在會中宣讀市長聲明，聲明中歡迎法王來到紐約這個文化與宗教多元的大都會，並且制定了每年的5月15日至21日為「噶瑪巴週」，真可說是為法王歷史性的訪美，留下了歷史上的記錄。

法王出場坐定後，開宗明義地說明了今天的講題是「斬斷迷亂，領悟心的智慧」(Cutting Through Confusion: Discovering the Wisdom of Our Own Minds)。法王先是解釋了什麼是「妄相」，接著在解釋什麼是智慧時，法王輕

鬆地開了個翻譯的玩笑，說道：我的英文翻譯名「耶些」，藏文「耶些」就是智慧的意思，所以對於「智慧」，是不需要再多解釋的了。會場的聽眾都給逗得哈哈大笑。



法王指出科技的發展的確讓現代人看到以前不能夠看到的現象。但是一味偏執地去鑽研這些現象，有時反倒是會成為修行上的障礙。這就好比是在值遇金剛乘即身成佛的法教時，寧可延遲成佛的機會，而去鑽研密法為何能夠成就的理論與現象，這反倒是本末倒置，沒有抓到重點了。

法王說道，現象自然的升起，而我們自身如何看待現象則形成了所見的妄相。我們往往是造作地賦予現象某些特質，然後對它有所反應，進而製造了更多的妄相，最後不斷地迷亂造業。而我們對現象的執持所形成的妄相，就好比是戴著太陽眼鏡看東西般地，看到的其實並非實相。

我們不僅人為地強加特性給現象，並且還進一步地對現象有所劃分——「自」與「他」的分別。法王舉了一個例子來說明「自他」分別所引起的問題。法王說有「自他」分別地看待事情時，就好比是透過一個小窗子看外在的世界。正因為我們是透過自我的小窗戶向外看，所以當不悅意的事情發生時，我們就感覺到自我的這個窗戶受到了威脅。只要這個窗戶不消失，我們就無法有真正證悟的體驗。

法王又更進一步地舉例來說明，究竟透過窗戶看世界與真實的世界有什麼差別？法王說透

過窗戶看到的世界就像是投射在知性概念之螢幕上的虛擬世界；有時候當窗戶外沒有好景致可欣賞時，我們甚至會自己在窗戶上貼上好看的圖案來自娛。這種透過窗戶看到的虛擬世界也像是電腦螢幕上所顯示的影像，它當然也是可以被關掉的。

法王雄銳  
的眼神



這是法王連續兩天在紐約第二次講到了「自我」分別所引起的過患了。仔細想想，在西方文化中的個人主義，自我形像，與世俗觀念中的獨立自主，的確是比東方文化強烈許多。而西方人在這方面所經歷的痛苦，的確也形成了超乎想像的嚴重社會問題。不僅如此，在西方社會強烈的競爭壓力下，極度容易引起焦慮、憂慮，以及忽高忽低、患得患失的情緒。

法王接著便談到了如何面對負面的情緒。當負面情緒來時，我們整個人都被負面情緒所擄獲，幾乎完全忘了我們也有快樂的時候。對治的方法便是回憶我們曾經有過愉快的經歷；另一個對治的方法則是運用「七支供養」中「隨喜功德」這一支的修持，要憶念起他人所言所行的善業功德，而從內心中升起歡喜與讚嘆，這樣不但能消弭自身負面的情緒，並且可以快速地積累自身的功德。

法王亦提到，並不是問題本身引起煩惱，而是不願意去接受問題而將煩惱引來引起。法王鼓勵大家，一旦學會如何接受一個困境，那麼我們就能學會接受所有的困境。而一旦心平靜了下來，

它就不會再有分別，因為此刻的心，經歷的是全然的整體，而非執持一個特定的片面。

這時，法王講了一個西方人過於拘泥於形式的笑話。英文翻譯喇嘛耶些先是自己噗嗤一聲笑了出來，待他的情緒稍稍穩定下來後，一張口翻譯，卻又噗嗤地笑得滿臉通紅。耶些一張口就笑場的情況，來來回回了4、5次，吊足了滿場觀眾的胃口，大家都很想知道法王究竟講了個什麼這麼好笑的笑話？！最後耶些警著氣，強作鎮定地開始翻譯，原來是關於一對夫婦的故事；妻子是西藏人，丈夫是美國人。每回這個美國丈夫需要放鬆情緒時，便要正經八百地上座，擺上正式禪修的姿勢，為此，他的藏人妻子常常笑話他。耶些翻完了故事，自己突然發覺沒那麼好笑，額外補了一句：「咦！怎麼翻出來後並不太好笑。」倒是這句話，讓因期望過高而有點錯愕的聽眾，又再度哄堂大笑了起來。

法王此次在紐約的第二場，也是最後一場的演講中，看上去輕鬆了許多。演講中不時地穿插著玩笑。由於場地比之前的小，聽眾與舞台上法王的距離又更近了；法王可以與聽眾四目相接，可以看到聽眾對他所說的每一句話的反應，法王專注地講著法，聽眾專注地聽著法，會場中充滿著一股熱切——有法王想要契入西方文化的熱切，更有聽眾想要跟法王相連結的熱切。

活動的最後，由一位參與此次組織策劃的一位女士代表致詞。這位女士與聽眾分享了她在自從得知法王來訪獲准的消息，一直到法王抵達紐約後的這十個禮拜，這中間酸甜苦辣種種的心路歷程。在極度疲憊的時候，她甚至也升起若是沒有法王訪美這件事情的話，她的生



## 彩虹上師—2008年大寶法王美東行腳之三

時間：2008年5月19日星期一

地點：紐約上州噶舉法林寺、噶舉三乘法輪寺

報導：金吉祥女

結束了在紐約曼哈頓市中心連續兩天的公開演講後，法王在清晨六時許就啟程前往下一個目的地。

在返回法王在北美的法座——離紐約市區約一個半小時車程的噶舉三乘法輪寺(Karma Triyana Dharmachakra)之前，法王受邀先至第一世卡盧仁波切(Kyabje Dorje Chang Kalu Rinpoche)與喇嘛諾那仁波切(Lama Norlha Rinpoche)，離三乘法輪寺約一個小時的噶舉法林寺(Kagyü Thubten Choling)，做短暫的停留。

位於紐約上州達確士縣(Dutchess County)瓦屏九瀑布市(Wappingers Falls)的噶舉法林寺是在西元1978年，為第一世卡盧仁波切(The first Kalu Rinpoche)在北美所創建的香巴噶舉(Shangpa Kagyu)佛學中心。法林寺座落於哈德遜河畔(Hudson River)，寺內建有佛堂與僧眾寮房一棟二層建築物、甫興建完成的正覺佛塔(Enlightenment Stupa)、三年傳統閉關的男女關房、以及剛破土的彌勒文化中心(Maitreya Culture Center)。

自1971年起，在第十六世大寶法王的敦促下，第一世卡盧仁波切開始在歐美各地弘法，在全球設立有50所佛學中心與20所閉關中心，是70至80年代，與香巴拉中心的創始者創巴仁波切(Choyam Trungpa)，同為噶舉傳承在北美洲最重要的兩位弘法上師。目前十八歲的第二世卡盧仁波切正在印度進行第二次的三年閉關，

活該會是多麼地平靜與輕鬆。但是在與法王相處的短短幾天之間，她很快地又對法王有了依依不捨的感情。會場的聽眾隨著這位女士又哭又笑的告白，也跟著哭哭笑笑。法王莊嚴俊挺的外貌，也令西方人的眼睛一亮，這位女士不禁開了個法王的小玩笑，藉由一個小故事來隱喻用來指稱法王的英文縮寫HH(His Holiness 意為尊聖者)，有了另一層新的解釋，而為His Hottiness(意為火辣者)，來代表這位在西方人眼中火辣辣、超人氣的法王，證明了刁鑽古怪的紐約客，也不禁對既是「尊聖」又是「火辣」的法王敞開了心門。

這位女士最後的一段話，很能代表西方的高級知識份子對這位年輕俊美又略帶靦腆的法王的期望：

「感謝您願意在這個如此瘋狂與困頓不安的世界中，承擔而做為一位領袖。」

最後這位女士說為了確保法王能夠再度回到紐約弘法，她要親手獻上了兩件禮物：一個水晶做成的蘋果(紐約的暱稱為大蘋果Big Apple)，以及一本「美國俚語」(America Slang)一書，希望法王能夠很快地以英文為大家開示。

我想，這位女士可能沒有想到，真正能確保法王再度回到紐約的禮物，應該是來往美國的期限一年的來回機票啊！



而法林寺在喇嘛諾那仁波切的帶領下，寺內出家的西方僧眾人數堪稱為所有噶舉中心的第

一。

喇嘛諾那仁波切率法林寺全體僧團的歡迎隊伍。



5月16日的下午，也就是在法王抵美的第二天，法林寺所在地的上空，出現了一個巨大的長條形彩虹，歷時約半個 時之久；當地的報紙樸科西(Poughkeepsie Journal)還特別刊登了這幅奇景。這是在法王抵達北美後，在噶舉傳承的佛學中心出現的第一個彩虹吉祥景觀。隔日17日中午過後不久，法林寺附近的天空，出現了一個巨大的雙彩虹，寺內的僧眾議論紛紛，喇嘛諾那仁波切也評論道，就連在西藏也沒有看過這麼特殊的景觀。這是第二次的彩虹吉兆，無非是預示著大成就者的即將到來。



記者史賓塞·艾英斯力(Spencer Ainsley)在5月16日所拍攝到的巨大長條形彩虹。

這天19日法王在清晨約九點半抵達法林寺，受到了法林寺僧眾的熱烈歡迎；先是在法林寺的佛殿接受了傳統的奶茶與甜米的供養，接著法王來到戶外搭建的白色帳篷中，給予在寒風中

等待的僧伽與信眾簡短的開示。其後，法王步行至法林寺河畔邊的正覺佛塔，給予加持，同時也加持了彌勒文化中心興建工程工地。最後，法王造訪了去年12月份入三年傳統閉關的男女行者，在關房內也給予他們開示與加持。法王約在11點鐘時離開，正式啟程前往法王在北美的法座——KTD《噶舉三乘法輪寺》。



中午12點鐘不到，座落於屋士達市(Woodstock)綠茵山(Meadow Mountain)頂的三乘法輪寺中已旗幟飄飄，而寺內更是擠滿了心情亦正飄飄的信眾、僧團、與媒體記者。幾乎所有由噶瑪林閉關中心「畢業」的喇嘛都回來了。僧眾們拿著傳統的法器、法螺、法鼓、法幢、法號，組成一支長長的歡迎隊伍，三乘法輪寺的住持上師——84高齡的堪布卡塔仁波切，上了年紀後，因關節退化，平時走路緩慢細步，但今天卻手持牌香，一邊大步疾走，一邊笑得合不攏嘴。我從來沒有看過仁波切這麼開心過，也從來沒有看見過仁波切走路走的這麼快過。



噶瑪林閉關中心「畢業」的喇嘛拿著法幢。

法王比預定的時間晚到了大約半個小時，在寒風細雨中，身上只穿著單薄的僧衣、露著臂膀的僧團，在這個氣溫足以下雪的天後中，咬著牙、扛著法器，凍僵的臉龐仍然掛著燦爛的笑容。旁邊一起等待著身著羽絨大衣的信眾半開玩笑地說：這可是在考驗喇嘛們在三年閉關中所學到的生起拙火能力的時候到了！

第十七世大寶法王在今天終於要回到在北美的家了。這整件事情對在寺中等待的三百位賓客而言，仍然像是一個夢，仍然像是一個令人無法置信的夢。這天在三乘法輪寺中觸目所及的建築物、土地、僧眾、花草樹木、聚集的賓客、風中飄揚的夢旗，感覺上都像是飄浮在虛空中的境相，沒有任何一樣東西看上去是真實的。

門口歡迎的隊伍吹響了法號！眾人都在期盼著，法王的座車駛進三乘法輪寺的那一刻，法王的雙腳踏在三乘法輪寺土地的那一刻，法王坐上大佛殿中法座的那一刻，究竟，在自己在這麼多關鍵的「那一刻」的當下，所感受到的又是什麼滋味？

法王的座車緩緩地開抵三乘法輪寺的主殿前，在眾人的擁簇下法王進入了主殿，法王先是向殿中莊嚴的世尊佛像禮拜，接著等待主人已久的法座上的布被揭開了，法王踏著法座旁邊的階梯而上，在法座上坐下——幾秒鐘的靜默後，主殿的內外響起了一陣歡呼與掌聲——三乘法輪寺的主人真的是回來了！



歡迎隊伍擁簇著法王

法王對著情緒激動的眾人有了如下的開示。法王說道噶舉三乘法輪寺寺名中的法輪，代表的是建寺的第十六世大寶法王證悟之心的精髓，這麼多年來，在巴都仁波切、堪布卡塔仁波切、天津穹尼的帶領下，你們為實現第十六世大寶法王的願景，而無倦的在此服務付出。你們一直都生活在大寶法王證悟之心的氛圍當中——接下來的這一句話法王是用英文講的：「And I want to say sorry, maybe it is all my fault.」（意思是：我要對大家說聲抱歉，或許這一切都是我的錯），（接下來回到用藏文）一直到今天，你們才看見了大寶法王的肉體形像——當下的那一刻，大眾才恍然大悟，原來，法王從來沒有離開過三乘法輪寺，更從來沒有離開過大家！



法王為大佛殿剪綵。



法王向世尊禮拜的「那一刻」。

法王再次感謝大家為圓第十六世大寶法王的願景，在法王的壇城中和諧合作。像是安慰著剛剛回到母親懷中受驚的孩子般地，法王說，我現在在這裡了，我的愛與關懷會永遠跟隨著你們，永遠準備好等著你們。

傍晚時分，三乘法輪寺的上空出現了一個亮麗的彩虹，這是法王訪美以來出現的



第四個彩虹吉兆。這個美麗的彩虹，像是諸佛菩薩歡喜讚嘆的厚禮，恭賀三乘法輪寺重新尋回了自己的魂魄。



法王開心地看著眾人。

後記：  
當晚回到旅館的心情有點錯愕迷惑，在認識了四年多的三乘法輪寺的工作人員與法友，今天才發現從來沒有見過大家這麼高興快樂過。就連看到平時討厭的人，在今天也都覺得對方可愛。是法王返回寺院的這件事讓大家這麼快樂嗎？不完全是吧，我想，法王返寺這件事應該只是個觸媒，法王傳遞給大家心中強烈的被愛與被關懷，有如骨牌效應般地奇蹟地打開了大家愛與關懷他人的能力，使得大家也自然地散發著愛與關懷的能量。尋思至此，我好像開始能夠瞭解到法王在祈願法會中，以及在紐約市的開示中一再說的，將愛與關懷散佈到全世界是什麼意思了，也似乎看見了此事成辦的真正可能性。

## 彩虹上師—2008年大寶法王美東行腳之四

時間：2008年5月20日星期二

地點：紐約上州屋士達市噶舉三乘法輪寺

報導：金吉祥女



法王主持大佛殿的開光加持法會

上午十點鐘開始，是法王帶領所有僧伽，在三乘法輪寺的大佛殿主持的開光加持法會。這是法王返寺以來，所住持的第一場法會。三乘法輪寺所在地的屋士達市市長偕同妻子一起出席了這個盛會。

十點鐘，法王準時進入大佛殿，在禮拜世尊時，觀眾席中一位坐在父親肩頭觀禮的小女孩，突然劃破靜肅的空氣，高興地喊出一聲「耶 ~~~!」，大家也跟著笑了出來。

這聲童稚無心的歡呼，卻很能反映出大家當時的心情：昨日法王返回三乘法輪寺的種種，就像是在夢境中一般。今晨，夢醒時分，大家又忙不迭地趕回寺裡，再次看見法王的法相身影，好端端地坐在大家的眼前，這下才真正地相信，法王是真的回來了；內心的踏實與感動，不禁令人要大聲地歡呼慶祝。

這場法會在壇城供桌前司職的喇嘛，正是來自加拿大的喇嘛扎西(Lama Tashi Dondup)。喇嘛

扎西是在第二十五屆噶舉祈願大法會後，所舉行的三天藥師佛法會的請法者。1977年第十六世大寶法王指示各地噶舉寺院開始藥師佛心咒的唸誦，以消弭末法時代眾生的病苦，目標是一億遍的藥師佛心咒。當時，年方二十出頭的喇嘛扎西也參與了這項唸誦的計劃，沒多久，就傳來第十六世法王在北美芝加哥近郊圓寂的消息。喇嘛扎西為此未完成的任務，二十多年來，一直耿耿于懷；終於在去年12月份，特別請示第十七世大寶法王，在聖地菩提迦耶主持三天的藥師佛法會，把之前未能圓滿的藥師心咒補足。法王當時在藥師法會中，曾半開玩笑地說，喇嘛扎西為了這場藥師法會，可是用罄了一生的財產。

現在看著喇嘛扎西站在法王的身邊，盡忠職守地協助法會的進行，喇嘛扎西所散發出來，全然投入守護上師的心情，著實令人感動。

法會現場的大佛殿只能容納兩百人，場外中庭的臨時搭建起的白色帳篷內，設有液晶大螢幕，將法會的實況轉播給場外的觀眾。三乘法輪寺細心的工作人員亦安排場外的觀眾，輪流坐進大殿，讓每一個人都能親近法王。法會歷時約一個小時。

這天山上的氣候非常濕冷，是絲毫不減帳篷中觀眾觀禮的熱切。一位以前從來沒有見過法王的女士，在法會結束許久之後，眼眶中仍然含著感動的淚水，雖然互不知道對方的姓名，我們給了彼此一個會意的擁抱。我好奇地探問著，從來沒有見過法王的她，今天第一次透過場外的螢幕見到了法王，究竟是什麼東西令她如此感動不已？這位女士說，當她看到法王的臉時，所感受到的強烈的愛令她淚流不止。

另一位素未謀面的女士，也敞開心扉，向我訴說見到法王的心情。她說，今天一見到法王，她所有以前對於佛法的疑慮，剎那間煙消雲散，她對佛法昇起了從所未有的信心，從今以後，她要更加努力的修持佛法。

下午的節目安排為感謝多年來對三乘法輪寺有諸多貢獻的僧伽、工作人員、以及功德主的酬謝典禮。一點半，法王入座後，三乘法輪寺約十位帶領全體與會人士，一起獻唱英文版的「世界啊！」，曲畢法王亦歡喜地在座上鼓掌。

獻唱英文版的  
"世界啊!"



來自俄亥俄州哥倫比亞噶舉佛學中心的駐錫喇嘛一喇嘛凱西·衛斯理(Lama Kathy Wesley)為此典禮的司儀。喇嘛凱西將逐一地唸出250位貢獻者的名單，然後由法王親手一一頒發感謝狀。這250的人當中，有些人是從不同的州、不同的國家趕來領取這項殊榮，而有些人卻早已離開了這個世界，而留下與會者對他們深深的感念。



在三乘法輪寺要感謝的對象當中，有幾位是特別值得一提的人。首先是去年11月份在紐約上州莊嚴寺，以95歲高齡圓寂的佛教界巨擘沈家楨居士。現今三乘法輪寺的所在地，便是沈居士在1978年買下供養給第十六世大寶法王的。1981年第十六世法王在芝加哥近郊就醫時，一度需要輸血，當時65歲的沈居士即刻捲起袖子請求讓他輸血給法王，其後當醫生告之血型不符時，第十六世法王露出大大失望的表情。第十六世法王圓寂後，遺囑中交代將火化後的舍利子分作兩份，一份供養在西藏主廟，一份授予沈居士。由此可見第十六世法王與這位出生於中國浙江，在美國創業成功的航運界鉅子之間深厚的情誼。

今天的酬謝典禮上，沈居士的幼女沈馥女士代表父親，從法王的手中接受了感謝狀。

第二位一出場，便贏得滿場掌聲雷動的，便是今年84高齡的堪布卡塔仁波切。堪布卡塔仁波切在52那年，領銜受命建設三乘法輪寺，30多年來仁波切孜孜矻矻地聚沙成塔，一點一滴地實現第十六世法王在北美的弘法願景，在大印黃金傳承最困頓的時期，仁波切轉法不輟，廣植佛種，在邊地培養出一批批的佛法人才。

第三位亦獲得眾人歡喜讚嘆的，是第三世巴都仁波切。巴都仁波切與堪布卡塔仁波切同一時期負命建寺，當年二十出頭的仁波切，也曾捲起袖子，和工地的義工們一起打地基灌水泥，一磚一瓦地建立起三乘法輪寺的佛殿。其後，仁波切持續地在三乘法輪寺以及其附屬的佛學中心傳法渡眾，三十年來如一日。

第四位值得一提的貢獻者的名字唸了一半，司儀喇嘛凱西禁不住地哽咽了起來。他便是今年

## 彩虹上師 — 2008年大寶法王美東行腳之五

時間：2008年5月21日星期三

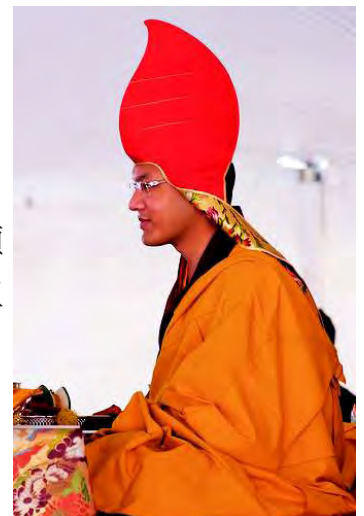
地點：紐約上州噶舉三乘法輪寺

報導：金吉祥女

今晨是法王在三乘法輪寺、也是在北美所舉行的第一次灌頂——蓮花生大士的灌頂。中外約兩千位賓客參加了此項盛會。

在法座上 容坐定後，法王戴上了一頂紅色尖頂的法帽。為什麼戴上這個法帽呢？在座的西方法友都點點頭、會意地笑著。在因為1974那年，第十六世法王在美國中部亞利桑那州 (Arizona) 印第安人保護區中，為荷比族人 (Hopi) 舉行了一場著名的「紅帽」法會 (紅觀音灌頂)。依據荷比族的長老所述，荷比族的先人曾留下一則預示，預言「當西方的宗教力量衰敗之時，會有一位戴著紅帽的人，前來幫助他們的族人」〈註1〉。而第十六世大寶法王的來訪，恰恰好印證了這個神聖的預言，也替荷比族帶來豐沛的雨水，解決了乾旱的問題；這不禁讓人臆想，噶舉傳承與美國印第安人之間，究竟有著怎麼樣的神秘因緣。

刻意地安排在北美的首次灌頂法會上，戴著西方法友熟悉的紅色法帽，法王滿意地說，這是個很好的緣起。



戴紅色尖頂  
法帽的法王

四月份因胃癌捨報往生享年75歲的聽列·裘就 (Trinley Chojor)。聽列出生自西藏藝術家家族，許多藏區重要廟宇的彩繪，多是出自聽列家族的妙手。整個三乘法輪寺由內到外的雕樑畫棟，便是由聽列一手依西藏傳統藝術而設計完成的。三乘法輪寺的美麗與莊嚴，不但是西藏宗教藝術的極品，也代表著聽列留給世代最美好的禮物。

典禮的終了，法王提醒眾人不忘屋土達當地政府的支持與貢獻。

法王向眾人開示了「噶舉三乘法輪寺」更深一層的意義。法王說道，三乘法輪寺並不是一個存在於身外的一個地方，而是，任何時間地點，當你修持佛法時、為佛法而服務時，法輪 (寺) 就成為了你的一部分，因此之故，你也成為了眾生的蔽護之所。

我想，這一段話，是法王對所有與三乘法輪寺有緣者的最大加持。法輪 —— 這個代表著法王證悟之心的精髓，不但永不捨離三乘法輪寺的佛子，並且會持續地給予佛子們，利益眾生、護庇眾生的廣大力量！

今天的天氣依舊陰冷，法王說就跟西藏的氣候沒兩樣，他更是覺得回到家中了，他內心的喜悅，就跟他的身體所感受到的寒冷一般，真是無法言喻啊！



三乘法輪寺的董事  
天津穹尼

灌頂開始前，法王先是說明了領受皈依與領受皈依戒的不同。接著給予簡單的皈依，並且簡單地說明了皈依後應有的正確知見。

法會中間笑語掌聲不斷，法王一度說得快點進行，否則就來不及完成了。接著半開玩笑地抱怨三乘法輪寺的董事天津穹尼，在之前一再向法王擔保戶外天氣會很好，坐在室內反而會很熱等等，結果呢？法王說：「現在卻把我冷個半死。那麼，我想大家現在都應該認識到了一點，那就是：我們得儘快地完成三乘法輪寺的興建工程了！」法王語畢，會場聽眾掌聲與歡呼聲不斷，好像大家都已看見了三乘法輪寺擴建完畢的美妙景象。大家心中暗暗想著，但願法王明年依約歸來之時，能夠親自主持三乘法輪寺的竣工開幕大典。



根據第十六世大寶法王所留下的口述資料，創建三乘法輪寺的緣起有三：一、佛教經典中曾預示，當今的這個時代，佛法會在西方興盛廣佈。二、西藏的政治變遷使得以往隱蔽山林的大成就者移居印度、尼泊爾等地，而令密法開始彰顯於世。三、西方人多次到印度、尼泊爾等喜馬拉雅山境求法，而令佛法西傳的因緣日趨成熟。

整個三乘法輪寺的建築藍圖更是由第十六世法王親自設計的。第十六世法王對於三乘法輪寺的願景規劃有四：一、它將會是眾人學習傳統佛法正法的中心，也會是僧伽在此生活、學習、修行、修法、為眾生祈福的地方。二、它將會是將佛法翻譯為英文的翻譯中心。第十六

世法王認為佛法西傳，最重要的是能夠打破語言的樊籬。三、它將會有一個專門



收集、保存所有法教法本的圖書館。四、它將能提供完善的閉關設施，以供願意身體力行實修實練者，進行閉關的學習訓練。

目前三乘法輪寺已有的是一棟兩層的主要建築物，一樓內設有大佛殿、度母殿、圖書館，二樓是法王的私人佛堂、寢室，以及仁波切們的住所。如四合院般地圍繞著主建築物的建地，則是正在興建中的寮房工程，其內將設有書局、餐廳、辦公室，以及住宿的房間。2005年寮房的興建工程在排除萬難後開始動工，破土以來，所募集的捐款金額，經常是趕不上物價飛漲的速度，竣工日期一拖再延，令三乘法輪寺的董事天津穹尼急煞了白頭。截至目前為止，外部工程總算已告一段落，所剩下的內部工程，據估計仍需三百萬美金才能圓滿完成。

法王接著繼續灌頂的前行，說明了觀想本尊於自身頭頂是代表著對上師的虔敬。而對上師的虔敬，時時憶念上師的功德與慈愛，圓滿上師的願景，是金剛乘中即身成就的要點。針對前的末法時代，以及末法時代眾生的根器，法王殷殷叮囑大眾絕不能因為看見上師的缺失，而全盤否定了上師同時具有的功德特質；另一方面而言，即使上師是完美無缺的，但是看在顛倒夢想的眾生裡，還是會被認為是有缺失的。因此，大家不要懼怕看見上師的缺失，而是要能夠肯定上師所具有的功德特質。

法王接著指導眾人如何安住在自心本性的空性



與明覺當中。法王講到了蓮花生大士是住在紅巖山上，但因在藏區沒有紅色的山，所以法王也一直不相信這個說法，但是今天到了美國，卻看見此處的確有紅色的山，法王笑著說，他要謝謝大家讓他對此教法更具有信心了。

灌頂結束後，法王給予了一段真情的告白。法王說他自小就讀過許多西方的兒童書，因此，他也經常夢想著西方世界的模樣。現在，真的來到這裡了，法王衷心的感謝大家讓他實現了童年的夢想。而當他看到在座的許多西方人的臉孔長相，竟然是跟法王幼年時讀的兒童書一模一樣！在場的聽眾，當時的腦海中，恐怕同時都浮現起了，童話故事中如卡通般人物的影像，再左右轉頭看看週圍的同伴的長相，不禁為法王這段又感動又可愛的話，而逗得哈哈大笑。

法王又說自己此次的美國之行，是他真正自由的開始。法王說此行的促成，背後固然有著許多人的努力與因緣條件的配合，但他也要感謝在座的每一個人，讓他能夠來到這裡。法王說來到這裡，他是真正地感到快樂。

我遂想起了1999年12月28日的冬夜，14歲的法王帶著5位喇嘛隨從，坐著車、騎著馬、乘著直升飛機，歷經9天8夜的艱鉅旅途，在2000年1月5日抵達印度的德蘭莎拉。而法王此次2008年的美國之行呢，越過的不再是喜馬拉雅山，而是浩瀚無垠的平洋，依靠的不是五位西藏僧俗的力量，而是東西方成千上萬信眾的努力與祈請。這趟橫跨洲際的旅程，所費的時間，不是航空飛行的18個小時，也不是當年的9天8夜，而是扎扎实實的8年啊！

在用過三乘法輪寺為賓客所精心準備的簡單午

膳後，下午的活動於一點半準時開始。法王上座後，先是三乘法輪寺18位法友再度領眾獻唱英文版的「世界啊！」，接著法王依據19世紀的蔣貢米滂仁波切的論述，來為大眾簡短地開示了「蓮師七支祈請文」。席間，法王輕鬆地講著小時候唸蓮師心咒的故事時，不時地更正喇嘛那些英文翻譯的用詞，逗得大家開懷大笑，看上去，法王這幾天下來的英文聽力，已著實進步不少。

下午的活動在三點鐘左右結束。法王稍事休息後，旋即展開各地團體的接見。

美國福德海雙月刊約一百位華人，首先覲見了法王。福德海的主要負責人阿尼洛卓，喇嘛武芳，以及Raymond·吳首先代表大眾獻供。接著正式開始的前五分鐘，法王先口傳觀音六字大明咒，然後帶領大家一起唸誦觀音大明咒，以迴向給中國四川地震的罹難者。之後，法王口傳了大手印傳承祈請文、釋迦牟尼佛、藥師佛、阿彌陀佛、不動佛、文殊菩薩、綠度母、蓮花生大士心咒、噶瑪巴千諾心咒等咒語。特別是以中文口傳了四加行簡軌。



法王有感於西方社會中，華人可能遇到的困難，而以自己曾經經歷的困難環境來鼓勵大家，給予大家希望。法王提到修持正法的機會不是很多，希望大家好好把握每一次聞法的機會，善用每一個修法機會。法王提示到，順應你的生活來做修持，那麼修持也就不那麼地困難了。最後，眾人一一上前供養法王，並分成三組一一與法王照了團體照。覲見的時間歷時約一個小時。

這天下午三乘法輪寺的大佛殿中來往著川流不息觀見法王的賓客，一直到傍晚時分七點左右，三乘法輪寺才稍稍恢復了昔日的靜謐。但且稍慢——還有人要趕來觀見獻供呢？！

不知何時，法王已佇立在三乘法輪寺的屋頂上，似乎是準備好了要接見這位最後的神秘要賓。突然間，環繞著三乘法輪寺四週的山頭發出了一個亮點。這個亮點慢慢地擴散，強度愈來愈強，色彩也漸次地分出了七彩色光，不一會兒功夫，天空中被劃出一道彎彎的弧線，接著，又是一道弧線。啊！是彩虹哪——



個眾人此生從未見過的巨大雙彩虹。聚集在屋頂上的三乘法輪寺工作人員，目睹一個光點逐漸在空中「成長」為兩個橫跨天際的彩虹的過程，個個震驚地張大著嘴，半晌說不出話來；好不容易回過神來，吆喝著快點拿來相機，對著眼前若無其事笑著的法王，搶拍下幾幀歷史性的鏡頭<註2>。

今晚，出現在三乘法輪寺頂空的巨大雙彩虹，已是繼法王抵美以來，在噶舉傳承的佛學中心所出現的第十個彩虹的應化。

今晚，出現在三乘法輪寺頂空的巨大雙彩虹，已是繼法王抵美以來，在噶舉傳承的佛學中心所出現的第十個彩虹的應化。

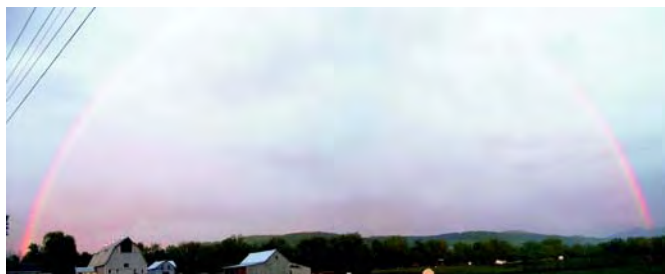
<註1> 第十六世法王在為荷比族人舉行的著名法會錄影紀實：

<http://www.youtube.com/watch?v=q8a-0wheAEk>

<註2> 這個三乘法輪寺頂空的巨大雙彩虹的錄影記錄 (by John Chacona)：

<http://www.youtube.com/watch?v=R3p9BthxkKY>

<http://www.youtube.com/watch?v=bct9MxanDTs>



致謝：  
感謝美國噶瑪巴基金會  
美國福德海雙月刊、與  
紐約噶舉三乘法輪寺惠  
允使用照片

## 彩虹上師 —2008年大寶法王美東行腳之六

時間：2008年5月23日星期五

地點：紐澤西州香鬘市大寶法王行宮

報導：金吉祥女



位於紐澤西州香鬘市 (Shamong) 的大寶法王行宮，是法王2008年歷史性訪美於美國東岸的最後一站。

就在法王抵達行宮的前一天——5月22日星期四下午三時許，行宮後院正在趕工的工人，突然張張嚷嚷了起來，驚動了正在行宮內部忙碌的義工。看哪！南方的天空出現了一個又大又明亮的彩虹。行宮的義工聞聲而出，搶拍下了這個難得一見的瑞相。彩虹消失沒多久，約半個小時後，東南方的天空又出現了一個同樣光彩鮮麗的彩虹。這是繼法王踏上美洲大陸以來，出現的第七次彩虹瑞相。



當時，行宮的義工們並不知道，在其他地方的佛學中心所發生的故事。但是，彩虹應化的故事並還沒有完……

在這之前，22日的中午，法王應邀至三乘法輪寺的閉關中心——噶瑪林閉關中心訪問。法王在噶瑪林閉關中心臨時搭建起的帳篷內開示時，日正當中的太陽四週出現了圓圈形的彩虹，歷時約一個小時，當時包括喇嘛凱西·衛斯理 (Lama Kathy Wesley) 在內的許多僧眾與賓客都目擊了這個彩虹瑞相。這是繼法王踏上美洲大陸以來，出現的第六次彩虹瑞相(由於行宮的彩虹出現的時間比較晚，所以行宮的彩虹被算成是第七個)。甚至活動結束後，眾人紛紛踏上歸途，沿路上不斷地有彩虹的應化。一位由噶瑪林閉關中心開回紐約長島的法友，在3、4個小時的車程中就另外目睹了4個彩虹。

22日的當晚約七時餘，法王所住宿的三乘法輪寺正下著綿綿細雨，法王坐在雨中三乘法輪寺的頂樓，法王的侍者撐著傘隨侍在側，像是在等待什麼地似的。十餘分鐘過後，雨中陰暗的天空出現了一個圓弧形的彩虹，但這個彩虹並不很亮，而持續的時間約十來分鐘。當時與法王一同在頂樓的目擊者還有三乘法輪寺的工作人員：派崔克·克萊厄特 (Patrick Cliett), 祥·克萊厄特 (Shane Cliett), 以及丹·克提斯 (Dan Curtis)。這晚在三乘法輪寺上空出現的雨中彩虹，已是在一個星期之內的第八個彩虹瑞相。

5月23日的這一天清晨，法王的座車由三乘法輪寺啟程出發。由三乘法輪寺至大寶法王行宮，正的車程約4個小時，在警車開道的護持下，法王的車隊約3個小時後，就抵達了行宮。此時，法王已抵美一個星期了。在這個短短的一

個星期中，法王由紐約曼哈頓的水泥叢林，到紐約上州位於爵士樂重鎮屋士達(Woodstock)山巔的三乘法輪寺，一直到紐澤西州南部草原遼闊的大寶法王行宮，法王對行宮的駐錫次成喇嘛表示，他的內心更是無比的暢快與放鬆，有一種回到家與家人團聚的感受。

大寶法王行宮的英文縮寫為KTC-NJ(Karma Thegsum Choling-New Jersey)，由來自台灣的林先生夫婦於西元2001年供養給法王。今天是法王第一次來到行宮，林先生夫婦特別帶著法王開車巡視了行宮的「版圖」一圈。行宮的幅圓廣闊，佔地150英畝，土地的中央建有一棟兩層樓的西式宅院，四周白色柵欄圍起來的面積約5英畝。由行宮的宅院向前看，是一片遼闊的平原，向後看，則是一片濃密的森林(瓦頓森林區Wharton State Forest)。平時，行宮將前面的草原租賃給附近的農民耕種。法會前兩天，農民才收割了行宮右側的小麥稻田，騰出來的空間，預計可以停放800輛車子。

藍天、白雲、綠茵、蛙鳴、農舍、還有淡淡的



青草香，這是法王在紐澤西的家——大寶法王行宮。

來行宮之前，5月21日法王在三乘法輪寺的法會

上與大家分享了法王此次來美的心情。法王說道，在來美之前，他曾經有過一些夢境，夢中看見自己身處一個很大的農場，這樣的夢境重複了幾次。當夢中草原的青草香味愈來愈濃郁時，法王說，他認識到了自己造訪美國的時間應不遙遠了。巧合的是，就在法王15日順利抵美的前兩天，行宮租賃出去的部份稻田，正在舉行收割，那兩天的新鮮青草味，瀰漫在行宮空氣中的清香久久不散。殊不知，法王在夢中竟已神遊至此了。

今天行宮的法會是下午兩點鐘開始，頭一個小時是開示，接著才是藥師佛的灌頂。法會的地點設在行宮後院搭起的白色帳篷內。壇城位於帳篷的最前端，在它的右側排放有約一百個坐椅，是出家僧眾的座區；而帳篷的最尾端也放了些椅子，以供無法席地而坐的信眾們使用。其餘的空間則鋪有防水尼龍布，由信眾自行攜帶坐墊席地而坐，看起來倒像是郊遊野餐的聚會。據次成喇嘛說，這是西藏式的法會。



上午10點鐘不到，行宮的白色圍欄外，已有信眾在排隊等候。

12點鐘，開始開放入場。會場中有150位義工，秩序井然地執行起



各項任務：有帶位的，有安檢的，有發放飲水的，有販賣紀念品的，有指揮交通的，有在廚房中做菜的，各自安靜地忙碌著。參加法會的人數共兩千人，其中包括有各教派的代表，各

宗教界的人士，以及來自台灣、香港、加州的信眾。香鬘市的市長鐘·薛佛盧 (Jon Shevelew) 協同另一位市政要員也出席了這項活動。



法王在頭一個小時的開示中，強調了文化與語言的溝通是促進和諧的重要因素。現今有更多的人可以透過國際語言英語來溝通，增進對於彼此的了解，這代表著建立一個祥和的世界是非常地有希望。法王說，將祥和與快樂的修持保守在內在是不夠的，必須要能夠將我們內在的祥和與快樂向外延伸至我們生活、工作的環境中，延伸到社會當中，乃至所居住的國家當中。藥師佛灌頂的一開始，法王先開示了疾病形成



的遠因與近因，以及我們的貪、瞋、痴三毒如何地擾亂我們體內的地、水、火、風四大，而引起種種的疾病。法王亦提到了在這個時代，社會壓力與生活的緊張忙碌讓現代人遭受著各式各樣疾病痛苦的折磨，唯有透過內心修持的力量，才能真正地消弭疾病的因素。

此次法王給予的藥師佛法會，對於行宮而言，更是意義非凡。因為，行宮的藥師佛殿是北美極為少見供奉有8尊藥師佛的道場。更殊勝的

是，噶舉傳承的上師仁波切，如第三世巴都仁波切、堪布卡塔仁波切、堪布竹清仁波切，都曾經給予藥師佛像內裝藏聖物的加持；裝藏的60餘種聖物珍寶包括有蓮師與歷代噶瑪巴所留下的藥草、第十六世大寶法王的寶血丸與舍利子、大黑寶丸、長壽丸、以及來自西藏與印度的珍石藥材。許多人到行宮閉關修法時，都能感受到這個在2005年開光啟用的藥師佛殿不可言喻的加持力。今天法王所給予的藥師佛灌頂，更是對藥師佛殿的一大加持。與會的一位師姐申請為罹患癌症的母親在藥師



佛殿點琉璃燈，並提出當天就將母親的名字寫上，希望能藉助法王當晚住宿行宮的因緣，讓母親能夠得到最大的加持。法會的義工有感於這位師姐的孝心，馬上付諸行動，半個小時不到，就為這位師姐的母親在藥師佛殿寫上名牌，燃起一盞琉璃燈為之消災祈福。

另外，法會圓滿後，一位西方信眾希望能請回法王壇城法座上的一條哈達，以轉贈給目前罹患癌症的一位知名的瑜珈教師。法會的義工也是在請示後，很快地將哈達交到這位信眾的手中，滿了她的願望。

晚上，行宮在人潮褪去的白色帳篷內，擺上



後記：

1。因為法王的來訪，人煙稀少的香鬘市頓時熱鬧了起來。隔日5月24日星期六當地的兩家紙亞特蘭大報導(Atlantic Press)與 伯靈頓時代報(Burlington County Times)都報導了這項活動。

2。彩虹應化的故事是不是到此可以劃上一個句點了呢？5月28日大寶法王行宮的工作人員寄來當天出現在行宮上空的彩虹，同一此時，法王已在西岸加州進行訪問了。至於是不是要將它算上第九個彩虹呢？我想，這就由讀者自己決定了。我所追蹤的「彩虹上師」的行腳，23日以後在東岸就此打住，而所追蹤到的結果，除了在不同的文章中分別提出外，在此也全部列成一個總表以供參考：

編號	時間	地點	形狀	照片	目擊證人
1	5月16日 星期五 下午2、3點	噶舉法林寺	長條形	有	噶舉法林寺僧眾以及當地的報紙朴科西(Poughkeepsie Journal)的攝影記者史·賓塞·艾英斯力(Spencer Ainsley)。
2	5月17日 星期六 下午2、3點	噶舉法林寺	雙圓弧彩虹	無	包括喇嘛諾那仁波切(Lama Norlha Rinpoche)與阿尼德琪(Ani Dechi)在內的噶舉法林寺僧眾。
3	5月17日 星期六 傍晚6點	由紐約市區回艾爾本寧市(Albany)的87公路上	雙圓弧彩虹	無	返程巴士上艾爾本寧市噶舉佛學中心與香巴拉中心(Shambhala Center)的道友。
4	5月19日 星期一 傍晚7點	噶舉三乘法輪寺	單圓弧彩虹	無	包括有派崔克·克萊厄特(Patrick Cliett), 喇嘛耶些(Lama Yeshe)等在內的噶舉三乘法輪寺工作人員。
5	5月21日 星期三 傍晚7點	噶舉三乘法輪寺	雙圓弧彩虹	有	所有當時在三乘法輪寺場的賓客與僧眾。並有錄影記錄。
6	5月22日 星期四 中午	噶舉三乘法輪寺之噶瑪林閉關中心	圓圈形彩虹	無	包括有喇嘛凱西·衛斯理(Lama Kathy Wesley)在內的許多閉關中心的賓客與僧眾。
7	5月22日 星期四 下午2、3點	大寶法王行宮	單圓弧彩虹	有	于遼姪(Laura Yu)、搭帳篷工人, 以及大寶法王行宮的義工。
8	5月22日 星期四 傍晚7點	噶舉三乘法輪寺	單圓弧彩虹	無	包括有派崔克·克萊厄特(Patrick Cliett), 祥·克萊厄特(Shane Cliett), 以及丹·克提斯(Dan Curtis)在內的噶舉三乘法輪寺工作人員。

3。彩虹在美國很常見嗎?特別是在彩虹應化出現的地點是不是常常會有彩虹?這個問題，我不僅問過自己、問過公司的同事、也問過彩虹應化的目擊證人。答案是：並不常見。有人告訴我可能一年看見過一次，也有人說一年兩、三次，也有人說好幾年才看見那麼一次；但是，從來沒有人一個星期中看見過七、八次的彩虹！甚至，有人一生當中從來沒有看見過雙彩虹。從統計的觀點來看，我們是可以說這些出現彩虹的事件，與法王在美東訪問的這件事之間，的確是有著極高的關聯性。

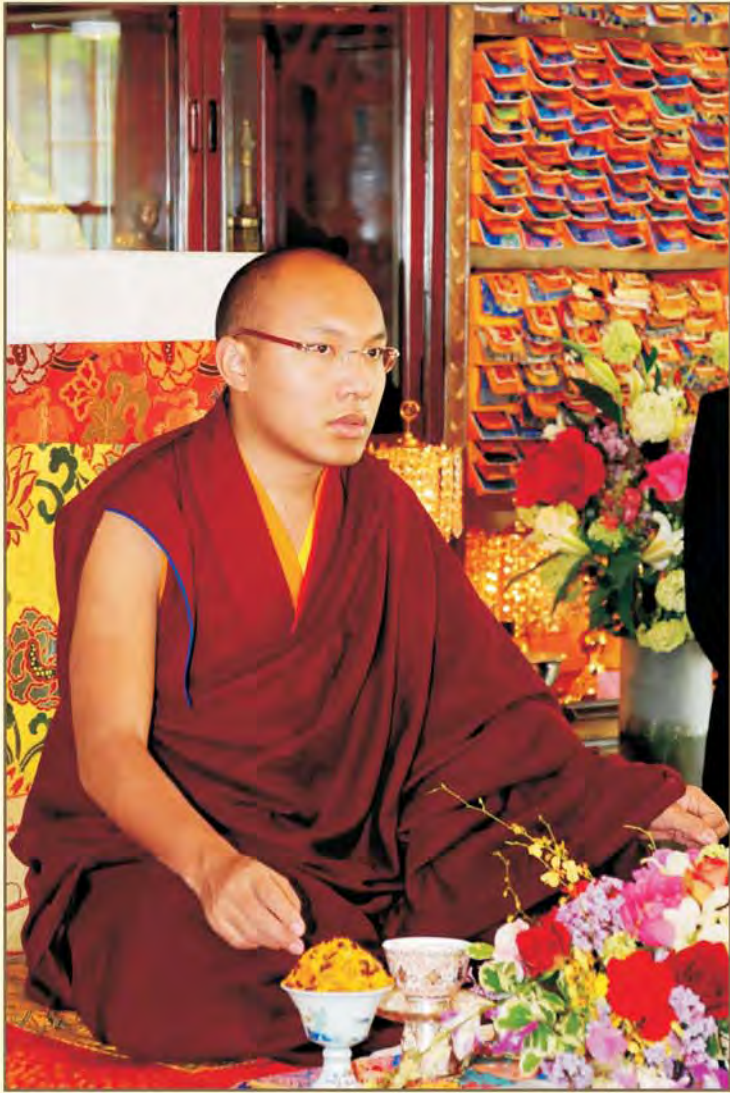
4。出現彩虹的意義是什麼?從科學的觀點而言，彩虹的出現是有一定的物理條件。例如必須有足夠的在大氣中懸浮的水滴，太陽光照到水滴的角度以及觀察者的角度必須剛好恰當等等。若是能夠掌握這些重要的因素，人造彩虹也是可以產生的，但是，它的大小就很有有限。由這幾次應化的彩虹來看，首先它們的尺寸都非比尋常地大，太陽的方位與彩虹的方位並不常見，甚至有些是天色暗了才出現的彩虹。所以，能夠將這些不尋常的物理條件聚集在一起而產生彩虹的本身就不是一件容易的事情。

從佛教的觀點而言，出現彩虹有著諸佛菩薩蒞臨的吉祥意義。如前所言，顯然地現象界的活動有其物理科學的基礎。但若是我們進一步地問這些眾多的物理因緣是怎麼「剛剛好地」具足時，也許會發現現象的背後或許還有其他未知的因素。

致謝：感謝美國大寶法王行宮、美國福德海雙月刊惠允使用照片。 〈全文完〉



**KARMAPA AT KTC- New Jersey 2008相片集錦**









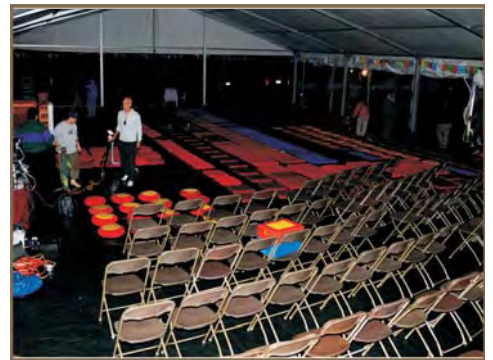


















**KTC-NJ 大寶法王行宮 2009年1~6月 週日共修及法會訊息**

月份	日期	星期	上午：10:00~12:00	下午：1:00~2:30
一 月	1/4	日	四臂觀音儀軌	法器教學
	1/11	日	阿彌陀佛儀軌	生機飲食
	1/17~18	六/日	紐涅共修(十二月廿二、廿三) ◎請自備睡袋及隨身用品◎費用：隨喜供養	
	1/21	三	供瑪哈嘎拉食子，誦瑪哈嘎拉儀軌	
	1/22~24	四/五/六	瑪哈嘎拉長軌	
	1/25	日(除夕)	瑪哈嘎拉大薈供	
	1/26	一(初一)	<div style="text-align: center;">  <p>農曆大年初一，新年慶祝活動</p> </div> 上午 9:00 吉祥文、瑪哈嘎拉火供、瑪哈嘎拉招財迎福大薈供 接財神、供養法王法相、獻哈達 11:30 - 12:00 戶外誦經、掛五彩運旗 12:30 - 3:00 午宴、NewYearParty	
	1/27	二(初二)	阿彌陀佛儀軌	大寶法王親作供燈祈請文及阿彌陀佛極樂淨土願文
	1/28	三(初三)	煙供	
二 月	2/1	日	藥師佛儀軌	瑜伽教學YogaTeaching
	2/7~8	六/日	紐涅共修(元月十三、十四) ◎請自備睡袋及隨身用品◎費用：隨喜供養	
	2/15	日	蓮花生大士儀軌	四加行：大禮拜
	2/22	日	四臂觀音儀軌	生機飲食
三 月	3/1	日	阿彌陀佛儀軌	瑜伽教學YogaTeaching
	3/8	日	藥師佛儀軌	四加行：金剛薩埵
	3/14~15	六/日	綠度母閉關(二月十八、十九) ◎請自備睡袋及隨身用品◎費用：隨喜供養	
	3/22	日	蓮花生大士儀軌	佛法釋疑
	3/29	日	大藏經唸誦	大藏經唸誦
四 月	4/6	日	阿彌陀佛長軌	阿彌陀佛極樂淨土願文
	4/11~12	六/日	紐涅共修(三月十六、十七) ◎請自備睡袋及隨身用品◎費用：隨喜供養	
	4/19	日	綠度母儀軌	瑜伽教學YogaTeaching
	4/26	日	四臂觀音儀軌	生機飲食
五 月	5/3	日	阿彌陀佛儀軌	四加行：獻曼達講解
	5/9~10	六/日	紐涅共修(四月十五、十六) ◎請自備睡袋及隨身用品◎費用：隨喜供養	
	5/17	日	藥師佛儀軌	法器教學
	5/24	日	蓮花生大士儀軌	禪修
	5/31	日	綠度母儀軌	四加行：上師相應法
六 月	6/7	日	四臂觀音儀軌	佛法釋疑
	6/14	日	阿彌陀佛長軌	阿彌陀佛長軌
	6/21		尊貴的第十七世大寶法王噶瑪巴 廿四歲慶生法會	
	6/28	日	火供儀軌	火供儀軌



## 大寶法王行宮定期舉辦**紐涅**及**短期閉關**

# 2009

**1月17-18 六/日**  
農曆十二月廿二、廿三

**2月7-8 六/日**  
農曆元月十三、十四

**3月14-15 六/日**  
農曆二月十八、十九

**4月11-12 六/日**  
農曆三月十六、十七

**5月9-10 六/日**  
農曆四月十五、十六

◎綠度母閉關◎

歡迎隨喜贊助護關及法會點燈，同霑法益！

**持 戒 護 關 點 燈**

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，誦持六字真言。

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、且按照儀軌的順序來觀想本尊的生起次第。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」。我們應以清淨的菩提心來受持紐涅，深切體會飢渴之苦，使大慈悲心自然生起，依此調伏心中的惡念雜念，捨離惡業，令身心安住在清明體性之中。

### 「紐涅」的功德利益

《妙法蓮華經》及《嘛呢遺教》中開示：「如能修持一次『紐涅』八關齋戒，必不墮趣！」在此生，不僅不會被任何冤親債主、人及非人傷害到，如能正確受持八關齋戒，如法守戒，就能減少心中的煩惱雜念，具足慈悲，成就自他二事，在中陰階段能得解脫。

「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