

十萬《二十一度母禮讚》法會
宗薩欽哲仁波切開示
密意藏度母甚深精髓

2026年9月29日下午 | 北印度·宗薩佛學院



祈請度母救護 ❤️ 感恩上師

今早，我提到並談論了「皈依」。「皈依」的核心要點，可理解為「信心」或「確信」。

就像這個例子：如果想到水，水是濕的；火是熱的。瞭解這種本質、相信它、接受它，然後對此做出確信。我們就能取得與所理解本質相符合的結果。

同樣地，當我們尋求皈依時，對於還不了解的人，我要解釋此，即是：當我們說「一切有為法皆無常」時，這是符合事物的本質。它是無常，就如水是濕、火是熱。當我們「皈依」或「尋求皈依境」時，我們皈依的對象必須是「不欺誑（真實不虛）」的。我們的皈依境並不是像帝釋天、梵天，或是世間天神或護法神。縱使他們有大威力、大力量、大神通；歸根究柢仍是世間者，尚未解脫，缺乏悲心，仍受煩惱支配。因此，他們讓人無法完全地信任與依賴，並非是我們的皈依處。真正能讓人寄予信任的穩固皈依境，是佛、法、僧三寶。

那麼「法」是什麼？就如方才所說，「一切有為法皆無常」。佛陀出世之前，一切有為法就是無常；佛陀宣說「諸行無常」時，也是無常；佛陀涅槃之後，還是無常。因此，毫無誤解的空間，它是如此穩當，我們對此生起定解、產生信賴。因為事情本就如此，而且一直以來都是如此。

當我們將信任寄託於此時，即使我們可能無法理解佛陀所說的每個字，但就像現在英文常用「Therapy（療法）」這個詞，主要針對身心的痛苦，例如「Massage（按摩）」，按摩之後便得以舒緩。現今，這類方式很多，但都不夠圓滿。所有這些減輕身心痛苦的方法，都完全涵蓋在「四聖

諦」中。例如，當佛陀提到「有漏皆苦」時，這就是一套完整教導，讓人理解如何克服這些身心苦難。但，因為我們目前的理解能力有限，無法完全明瞭佛陀所說「知苦」的本質深意。

好比「水」，我們確定了「水是濕的」，就能用它來洗滌清潔、洗衣服、洗東西，或是拿來泡茶等等。我們之所以使用水，確信水能用於這些用途，是因為我們確定它是濕的。同樣地，一旦明白「一切有為法皆無常」，在我們的生命中，這將會為我們的生活與運作方式帶來劇烈的改變。例如，現在我們購物時，無需去實體店，直接線上購物。我們買東西時，以為事物會維持很久。例如；買房子，有人想著「還能再住一千年」。我們心深處有這種潛在信念，認為這些事物是確定，穩定，且永久存在。如果心有這樣的想法，不瞭解無常，一旦無常降臨，或與事實不符時，就會經歷痛苦。

因此，佛法中談到「諸行無常」，「有漏皆苦」，其他還有很多。如果我們能確信佛陀的教言，並將心安住於這些實相，那麼「法」就是我們的皈依處、怙主、引導，就是「道」。而在作為皈依的「法」之外，最究竟的皈依處，則是「佛」。

重複說有些冗長，但當我提到「心」時，自心的本質上是「明空雙運」(空性與明性的雙運)，這就是「佛」。上師指引我們認識此，從認得這實相的那刻起，內心真正體認到「原來本性即是如此」時，就超越了所有的錯亂與迷惘，就不會落入謬誤、欺誑或被誤導的狀態。

這種信心是無可動搖的，因為諸法實相，如文殊菩薩的「空性」智慧、「緣起性空」永遠不會改變。這即是「諸佛之母」，即是「空性」。在經典中談到「一切現象的本質皆空(空性, Śūnyatā)」時，對這個實相具有信心、達到確信與皈依。經典講述有許多不同方式傳授這些教導；如此皈依，肯定會有功德。

對我們現在來說，我們的內心有許多煩惱與習氣。在許多教法中，會描述我們的心所處的狀態，也會使用許多不同的比喻或分類來解釋「煩惱」，依照不同人的理解，予以教導。例如，當我們談到煩惱時，我們會提到貪著(欲望)、懷疑、瞋怒(厭離)以及邪見。這是理解煩惱的一種方式。

如果從這個角度談「煩惱」，當我們說「貪著或渴望」時，我們通常所認為的「貪著」，是一種非常粗淺的渴望理解。例如，對食物的渴求，或者對一般身體感受的渴求。從身體感受、身體狀態或財富當中得到滿足，顯然是一種渴望，但那是一種非常粗重、非常表層的貪著。

真正的「貪著」是什麼？理解它方式是：僅僅是「想要某個東西」這個念頭，心中單純的一個「我想要某樣東西」的念頭，本身就是一種貪著。佛學院中有許多人正在學習研讀經典，如果沒有仔細聽，就有可能誤解或扭曲所說的內容。

所以，理解這點非常重要，因為即使是「想要成佛」的願望，或「想要證悟解脫」的想法，也同樣在「貪著」的狀態中。然而，暫時而言，因為一個人必須走過法道，必須踏上這條法道前進，所以在道上，某些事物仍然是有用、有意義的。

同樣地，當我們談到煩惱時，儘管它們的作用是阻止我們茶几到事物的本性，並將我們的注意力從事物的本質上引開——我們可將煩惱稱為「阻止我們看見或遮蔽事物本質的東西」。同樣地，「瞋怒(反感/厭惡)」也是一種煩惱。

但是，當我們從更深層角度談「瞋怒」時，它其實只是單純地讓自己的心與事物保持距離，或者希望把自己與事物隔離開來，心裡想著：「這是壞的。」所以，即使想著「貪著是不好的」或者「瞋怒是不好的」，這個想要把自己與它保持距離的願望，本身也成為一種厭離(瞋怒)。

當我們談到「驕慢(傲慢)」時，一般的理解是：「我是最好的，沒有人可超越我，我是最偉大的。」這就是我們心中所產生的念頭或感受。我們再深入一點，當我們談到「傲慢」時，它其實只是一種「感到滿足」的形式。也就是想著「我很好，我現在這樣、我所處的位置挺好的」，並對此感到滿足，本身就是一種細微的驕慢。所以，如同我說的，因為妳們許多人正在積極學習，儘管這與平常所描述的方式，稍微有所不同，我認為用這樣的方式探索很重要，因為這是一種更深入的思考方式。

例如，當我們說「感到自豪」時，心想著：「我已證得佛法，我想證得佛法，或者我已生出離心。」僅僅因為獲得了這些就感到滿足，這本身就是有害的。即使我們並沒有主動地想著「沒有人比我更好」，也沒有拿自己與別人比較，只是想著：「我也許不是最好的，但我現在的狀態已經夠好了。」這樣的心態或感受本身，也會成為我們增長功德、繼續進步的障礙。所以，不要過度自滿。這是一種更細微的理解方式。

現在，當我們談到「疑惑(疑)」時，通常疑惑是指不確定。例如：「我是要去達蘭薩拉，還是要去措貝瑪？」這種優柔寡斷的心態無法確定，這就是疑惑。但是，另一種更細微看待懷疑，是對因果業力的微妙運作產生懷疑、不確定與猶豫。當然，對空性(Śūnyatā)的深刻見地有所懷疑或不確定，也是如此。這樣是很好的，但這本身也是一種煩惱。

聖天菩薩(Aryadeva)曾說過：即使妳只是產生一個疑惑，想著「事物也許是空的？」聖提婆說，光是這個「事物可能是空的」的懷疑，就足以動搖輪迴最根基。

然而，在所有煩惱之中，最難以斷除的，是我們所謂的「見地」。當我們談「見地」時，是指對極端對立的見解，例如常見或斷見、常或無常。我們在此所說的「見地」，是指所有二元對立的見解，而這些都被視為屬於煩惱。

因此，為了不在輪迴中無止境地漂流，一個不欺誑、可靠的皈依對象，就是「聖度母」。向她祈求，向她祈請。

藏人可能不會這樣問，但這裡的外國人會問這類問題：「當我們說『願我能實現一切所願』時，這是什麼意思？」(藏人常說的「心想事成(ཅི་ཁོང་གི་འདོད་ཀྱི་འགྲུབ་པ་)」)

我開玩笑地回答說：這真的能實現嗎？或者我很好奇，一個人是否真的能得到他所希望的一切？但凡心念變化無常、慾望無窮，如果心中所想的一切通通實現，房子可能都裝不下，甚至會讓人發瘋。例如，我們有很多念頭，就像一個人喝得爛醉時所產生的各種願想。所以，得到自己所希望的一切，真的有必要嗎？或者，這真的會是一件好事嗎？因為我們所希望的事情，並不總是好的。

也許更貼切且符合佛法的祈願應該是——「願所思所想皆能如法成就(འདོད་ཀྱི་འགྲུབ་པ་ལྟར་འགྲུབ་པ་)」。『如法』意味著符合佛陀的教法，也符合事物真實本質的實相。

有時我們祈求某些事情卻沒有實現，這其實是一件好事。正如吉美林巴(Jigme Lingpa)所說：當一百個願望沒實現，卻有一千個非所願(這些與法如實相應)實現了。

(補充：「百般思量事未成，無心隨順法自彰。」未能順應凡夫私慾，反而是佛法在冥冥之中護佑著我們。)

回報上師恩德 祈請上師久住傳法
迴向無上菩提 祈願眾生速證佛果

Cindy 隨記供養, 遺漏謬誤, 請寬宥。