

# 瑪爾巴野餐高歌



## 卡片故事與啟發

瑪爾巴回憶自己，歷經千辛萬苦而再次見到那洛巴後，獻上自己準備已久的黃金，卻被那洛巴不屑一顧地順手丟入森林中。早在這次啟程前，瑪爾巴就得知那洛巴的遁世離去，但他仍然努力不懈地尋找，終得再見那洛巴。

沒有任何一條有意義的道路是明確而穩定的，將時間與心力花在提出良好的計劃避險，其實只是在拖延罷了。因為，當我們付諸實踐，會發現實際的情形與我們的計劃相差甚遠。付諸實踐，努力投入，是走在自己想要的道路之上，唯一而不變的法則。

## 詩歌與背景故事

瑪爾巴拜辭了梅記巴、吉祥寂靜賢和智藏等恩師，並打算冬天在尼泊爾稍事休息。當他在返蕃路途中行至尼泊爾的龐廷時，基特巴·法眼上師已經圓寂，只有本達巴為首的法友們前來迎接他並舉行喜宴。

宴席中，本達巴說到：「大譯師！我早就說過，您師徒二人必因慈悲與虔敬的相應和感召，而得相會，後來果然聽到您們相會的好消息！我和您會一起學法，除此之外您又會到何處求法？拜見哪些上師？見到哪些殊勝的功德與稀有的景象呢？除了那洛巴和梅記巴兩位上師外，您又依止了多少上師？」

我們為了慶祝您無礙返鄉，才舉辦了這場喜宴，所以也請您用歌唱回答我的提問，以答覆我們的款待！」瑪爾巴用《護法高音韻》唱出《解憂之歌》作為答覆；歌中描述他拜見上師的八個奇景，以供養上師與同學：

“ 2.6.1「金吉祥大師為首的在座同學們，請聽我唱：

2.6.2我是出生在蕃地中土的翻譯家瑪爾巴，曾求學於蕃南和尼泊爾，共往返印度三次，這次終得圓滿了！

2.6.3我曾拜在座下的普通上師極多。

2.6.4而神力自在且能轉化外境的上師共有十三位，以吉祥獅子洲上師為首；其中，如眾中之塔的『人中佛陀』，便是無比那洛巴上師，他對我的恩德極大、難以言盡！

2.6.5因此，我這次去尋找他的化身時，四處求尋，他的影像一開始似有似無，無法確定。

2.6.6接著，我在暗黑樹林邊的一顆稀有水晶磐石上，看到大師如同浮雕的足印，實在殊勝無比！

2.6.7我又看到旃檀藥樹上，出現『喜金剛九尊』的法像，其中的『俱生母』之心窩上有八個梵文咒字，細緻地如羊毫繪成一般。

2.6.8依憑著那洛巴大師的慈悲幻化之力，這組法像放射出各色的光芒，實在殊勝無比！

2.6.9我不自主地淚流滿面，至誠哭嘆、一心一意地祈請上師！

2.6.10當下，大師突然出現在我眼前，我狂喜如親見真理一般，實在殊勝無比！

2.6.11我向大師供養積累已久的金沙，上師回答：『我不要這個。』

2.6.12我一再請求上師納受，上師回答：『那供養三寶吧！』便隨手拿去、撒入林中。

2.6.13我當下既驚嚇又感到可惜，上師回答：『你要的話，我這裡還有啊！』他雙手合掌，攤開之後，掌上就有一掬跟原本一樣多的金沙。

2.6.14上師更以腳趾碰觸大地，瞬間將整片大地的沙石變為金沙，他說：『此地現在也充滿了黃金。』這個景象實在殊勝無比！

2.6.15上師用觀視法看向天上，天上瞬間落下一條魚，魚的體內裝滿了美味的供品，實在殊勝無比！

2.6.16上師接著在池塘中沐浴，此時出現一隻烏鴉，叨走上師掛在池邊樹上的護輪；上師用觀視法看那隻烏鴉並結忿怒印，讓那隻烏鴉瞬間癱瘓、落到地上。

2.6.17上師說：『我們已戰勝魔障了，你不要拖延，快回蕃地吧！在北方的雪山中，有等待你教導的法器弟子！』上師的這段預言實在殊勝無比！

2.6.18此時正值五濁惡世，所以，如果我向在座以外的人，分享我的上師—化身大智那洛巴的八大稀有事蹟，恐怕難以取信於人、還會引來邪見嫉妒者的誹謗。

2.6.19所以，請各位承諾不要向外人分享上說的事蹟，只需深藏自心。

2.6.20上說的歌曲供養各位，希望各位都喜歡。」

眾人聽畢後都很感動。

🕒修訂版本 #2

★由 Admin 建立於 2025-11-11 06:19:46 UTC

🔧由 Admin 更新於 2025-11-17 11:11:11 UTC