

岡波巴喜聞心性



卡片故事與啟發

岡波巴向他的老師詢問他過去所吸收到的價值觀是否正確，老師用五個譬喻來告訴他，一切都要向內尋求。

找一個浮木來攀住，是我們每個人遇到問題時的常見反應；但事實上，我們只需要向內尋找出內心的力量與篤定，那麼不論面臨到什麼情境，都能怡然自在地面對它們。

詩歌與背景故事

尊者又說：「法師，歡迎你啊！」大師問到：「《密集金剛》與《金剛四座》等續典中都談到：『供師一毛孔，勝供三世佛。』可見，將珍寶堆積得如須彌山一樣高來供養三世一切佛陀，都不如供養上師一毛孔的福德量。」

請問上師，是否有比這還要深奧的積累資糧之法門呢？」尊者回答：「有。」大師再問：「請將此法門傳授給我。」尊者說：「那就是毫無懷疑地實踐上師教授的口訣。」

大師又問：「我曾經問過善知識鈕絨巴：『我們有可能即生、即身成佛嗎？』他回答：『那必須對此生無絲毫的期待。』我將同一個問題拿去請教雅曩巴善知識時，他回答：『這種主張是暫時的教導、而非究竟的教導；只有那些透過煉丹而使自己的壽命等同日月、正值修密法後的第七次轉世、又親見本尊並能夠前往空行世界的人，才能達成。』請問上師，是這樣的嗎？」

上師回答：「這種主張反而是真實的教導而非暫時的教導；行者不但要毫不期待此生，還必須作為一個適格的弟子。他必須先在適格之上師的指導下，於秘密曼陀羅中得到圓滿的灌頂，進而毫不間斷地修持生起次第和圓滿次第，這樣方能即生成佛。」

中等的狀況，則是在臨終、或是中陰時成佛；而就算是最懶惰的人，也能在七輩子或十六輩子後成佛。否則，就是此人的誓言有所損壞，那可能會墮落惡道。醫門法師啊！你切莫與空談理論的人喜好相投，也不要追隨或聽取他們的建議；你要與實際禪修者有志一同，並追隨、聽聞他們的建議。

總之，你要成為一個徹底放棄此生一切的大士。有些不受此生所牽引的人，仍然會追求世俗的毀譽，有些則陷入了空性的歧途，後者包括：令空性淪為封印、將空性視為現象、令空性淪為對治或貪著空性，共四種歧途。令空性淪為封印，意指認為：『能執、所執等一切心識的境界都是空性。』將空性視為現象則是主張：『輪迴與涅槃的一切法都是空性。』

令空性淪為對治則是主張：『直視內心出生的一切煩惱與分別念，它們都是空性的。』貪著空性者則會主張：『修無所修，一切所修都是空性。』這些都不是正途，不過是經論上為了扭轉初學者心中的真實執著，而提出的說法。禪修者在尚未認定自心的根本前，那就算產生了樂、明與無念的三種體受，也尚未超越輪迴、這都屬於『未篤定的覺受』。什麼才是正途呢？這必須經由一個合格的上師的引導，直指了適格弟子：

本來識普遍一切眾生、照明了諸佛的法身之光明，是禪師透過無量方法來象徵性地修持者。如此方能間接體會並證悟其正見，任煩惱自動停止、使紛擾的妄念間接停歇並間接展現本智。在這個當下，禪修者的體悟實在難以訴諸語言，就像小孩的狂喜與啞巴作夢一般。

然而，雖然一切有情都具備此本基，但眾生們都沒有認識到它，所以依止一個具有傳承的上師至關重要。因此，『本來之識』無法被控

出來、也無法被遮蓋住，不為任何譬喻之象徵和任何言語詮釋所及，也不是任何詞句所可表達。你應該毫不刻意、毫不造作，自然地放置在這個狀態中。」接著唱了這首歌：

“ 4.3.1 「醫門法師啊，請諦聽：

4.3.2 『正見』的關鍵是觀看自心，朝自心以外尋找『正見』，則如富商尋寶一樣毫無意義。

4.3.3 『正修』的關鍵是不需去除昏沉與掉舉的缺失，努力消除它們就如在白天點燈一樣毫無意義。

4.3.4 『正行』的關鍵是不求取捨，忙於取捨只是在作繭自縛。

4.3.5 『誓言』的關鍵是維持對正見的篤定，尋求此外的其他戒律，則如河水逆流一般毫無意義。

4.3.6 『結果』的關鍵是篤定於心，尋求此外的其他結果，則如烏龜高躍想要飛天一樣毫無意義。

4.3.7 醫門法師啊，請諦聽：

4.3.8 上師就在心中，尋求心外的上師，實在徒勞。

4.3.9 當知，一切顯相，皆歸於心。」

專有名詞介紹

1 正值修密法後的第七次轉世：密法認為，如果得到無上密的教導並沒有違背其誓言，那麼最多轉世七輩子後，就能得到覺悟。

1 秘密曼陀羅：密法儀式時所進行的場合。

1 中陰：佛法理論中，死後、生前的過渡期。

1 醫門法師：主角-岡波巴在出家前是一位醫師，所以往往被他人稱為「醫門法師」。

1 掉舉：禪修時常出現的兩種挑戰之一（另一為昏沈）意指胡思亂想。

🔄 修訂版本 #2

★ 由 Admin 建立於 2025-11-11 07:01:15 UTC

🔧 由 Admin 更新於 2025-11-17 11:31:29 UTC