

# 博多瓦訪卡熱小禪師



## 卡片故事與啟發

知名的博多瓦禪師打算去拜訪卡熱小禪師，卻在後者的門口看到了他的修行心得。

親朋好友是因緣聚合才會伴隨在身邊，自然當環境改變時，他們也都會一一離去；唯一能夠陪伴我們走到最後的，只有篤定的智慧、努力不懈的態度與安寧的心理。所以，依靠自己比什麼都重要。

## 詩歌與背景故事

頂禮上師！博多瓦大善知識和卡熱小禪師，曾一同在澎地的寺院後方之山窟中比鄰而居。當時博多瓦心想：「這位卡熱小禪師[1]很努力禪修，但似乎修的是愚禪，如果他向我討教的話，應該能讓其修持走在正確之道。」某日，他們在大殿外相遇，博多瓦問：「您很用心禪修，請問已依序產生了哪些體受？」

卡熱小禪師回答：「我禪修『人身難得』和『死亡無常』，已經厭離這輩子。思考『業因果報』和『輪迴過失』而厭離了輪迴的安樂與享受。禪修『無論轉世何處皆無快樂』而厭離轉世。」

禪修『慈、悲和菩提心』以扭轉對個人寂靜安樂的追求。禪修『諸法無自性』以扭轉對一切二元的執著。」博多瓦聽了之後心想：「這不是小禪師、是位大禪師啊！」他懺悔了自己的失禮：「我明早再去與您論法，可否請您將禪修體受寫下來？」

第二天一早，博多瓦善知識前去拜訪小禪師，他看到禪師在其住處外面的東南西北四方共立了四個牌子，並依序在這四個牌子和門簷和門檻上寫下六個偈言：

“ 5.4.1 「如我這樣的粗鄙之徒，生活中滿是艱難險阻。

5.4.2 但當我的修行趨於穩定時，這些障礙都會化為助力，好比森林中的火與火星一般。

5.4.3 所以，我立誓要獨居修行。」

5.4.4 「高枕而臥容易使人忘記死神不停逼近的臉孔，但我根本沒有任何地方可以逃離祂。

5.4.5 誰知道祂何時會來呢？

5.4.6 現在累積的衣食終會在未來散失，但未來則不會再有覺悟的機會。

5.4.7 因此，屏棄執著於親友與死敵，致求覺悟、以利來生。」

5.4.8 「文字和語言有其極限，若有人想要取用佛陀的智慧寶庫，應如犀牛一般獨居於祖師的靜處。」

5.4.9 「禪師們雖然不忙於積攢衣食，但你聽過有禪師餓死或凍死嗎？

5.4.10 所以，專心禪修吧！」

5.4.11 「如果多了些朋友，卻是群無情、好論且自私等只會增加有漏的人，這樣的朋友沒有也罷！」

5.4.12 「智慧與精進二者，就是禪師的好友；有他們的相伴，一切的滿願皆唾手可得。」

---

## 專有名詞介紹

❶ 卡熱小禪師：噶當派善知識，師承仲敦巴弟子袞巴瓦等人多年，後精勤修持於今山南市浪卡子縣卡熱山，故得名卡熱小禪師。

❷ 博多瓦大善知識：仲敦巴三大弟子之一。· 澎地：於今拉薩市林周縣。·

---

🔄 修訂版本 #2

★ 由 Admin 建立於 2025-11-11 07:19:42 UTC

✍ 由 Admin 更新於 2025-11-17 11:35:41 UTC