

# 密勒日巴返家



## 卡片故事與啟發

密勒日巴出生望族，因為夢境的啟發而決定回到離家多年的故鄉，卻發現所有的一切都頹敗無比。

驟然到來的困境與危機，從來都不是突然發生，往往是我們忽略了生活中點點滴滴的改變與累積，才會感到「無常」到來得如此突然。無常的好消息是，只要我們創造正面的條件與要素，那情況就能「慢慢」累積，變成我們想要的樣子。

## 詩歌與背景故事

尊者回家後，看到父親的骨頭已經長了鏽，塞在房子的牆孔中，母親鮮白的骨頭落在門檻上，妹妹流浪他方、四處乞討。村里的人都說他家裡住著鬼，房子變得如鬼城般空無，整塊田地雜草叢生，四面的牆壁已經倒塌、頹敗，只剩下骨架，後院衰敗得形如老驢的耳朵。

鎮宅之寶的經典的經板與串繩被人拿走，只剩散落一地、長滿雜草的內頁。早上有狐狸、野狼等動物在那裡遊蕩，晚上有各種食草野獸躲在裡頭鳴叫。看到這些景象後，尊者內心非常難過，當晚他就睡在那裡，其睡眠狀況是前所未有的。

他在醒過來後，內心篤定地覺得：「除了修行之外，其他的一切都不重要了！」清晨時分，他內心悲傷、憂戚地唱出了《徬徨之歌》：

“ 3.3.1 哀哉！輪迴中的眾生啊，一切的思慮都是苦惱，一切忙碌都在創造痛苦，所有的一切只會讓人更深陷輪迴；對如我這般受業力之風所控制的眾生們來說，只有『佛法』是珍貴的。

3.3.2 所以，不動性大悲上師！請加持貧子，讓我終得閉關山居。

3.3.3 故里無常幻化，使我這遠來的遊子心感悲悽：我的家鄉—貢塘草原[2]，本來是家畜的放牧之地；而今一無所有，這就是一切無常如幻的證明啊！此證讓我斷然決定要修持瑜伽。

3.3.4 四柱八樑之樓而今破敗得像獅子的爪子一般，四面八角之院而今頹壞得像老驢的耳朵，三角良田現在成了野草叢生鄉，這就是一切無常如幻的證明啊！此證讓我斷然決定要修持瑜伽。

3.3.5 過去有求於我們的親友，現在都變成了敵人，我的爸爸—密勒·拓巴色和媽媽—娘氏白莊嚴，如今都必成了白骨。這就是一切無常如幻的證明啊！此證讓我斷然決定要修持瑜伽。

3.3.6 家裡的總管現在成了他人的僕役，家中珍惜供奉的《大寶積經》，現在成了鳥雀築巢處，這就是一切無常如幻的證明啊！此證讓我斷然決定要修持瑜伽。

3.3.7 比鄰的雍巴叔叔現在成了我們的敵人，我的妹妹—瓊·琵達則不明行蹤，這就是一切無常如幻的證明啊！此證

讓我斷然決定要修持瑜伽。

3.3.8所以，不動性大悲上師！請加持貧子，讓我終得閉關山居。

## 專有名詞介紹

1 不動性大悲上師：無上密中一向視自己的老師是一切覺者的秘密心意之融合，而此融合的形象在專有名詞上稱為「不動金剛」。不動性大悲上師，意指密勒日巴敬稱其老師是本質上就是不動金剛。

1 貢塘草原：密勒日巴家鄉，位於今日喀則市吉隆縣貢當鄉。

🔄修訂版本 #2

★由 Admin 建立於 2025-11-11 06:33:29 UTC

✎由 Admin 更新於 2025-11-17 11:15:30 UTC