

本尊原理與度母時代

宗薩欽哲仁波切 開示
鹿野學苑·比爾·印度
2017年4月2日

各位來炯達拉參加二十一天的度母法會，在此我很簡短地跟你們談談「本尊原理」。你們當中有些人可能只是來這裡旅遊、玩滑翔傘等等，如果你只是剛好路過，我也不能把你趕出去。你可以坐在這裡旁聽，但你可能完全搞不清楚狀況，也不明白我在說什麼。

法會在梵文的意思是「供養」。當我們談到供養，通常指的是供養物質，像是花、香、燈等這些我們可以實際供養的物品。我們也可以供養想像出來的物質。

當我們談供養，我們會想到進行供養的人，以及——也許是更重要或更有趣的——接受供養的對象。此次法會期間，接受我們供養的對象正好是度母。度母的概念非常廣闊、深奧且無窮盡。相對於般若智慧——「無眼耳鼻舌身意」等這類的教法，當你踏進炯達拉的寺院時，看到佛像，聽到誦經聲，這些看起來不只像是有神論，有時幾乎像是薩滿巫術。

於是你會忍不住想問：「這在做什麼？我們在崇拜某個人嗎？我們是在崇拜二十一尊度母嗎？」

這就是為什麼我想要跟你們談談本尊原理的重要性。

什麼是「本尊」？根據字典上的定義（仁波切從手機上查到英文定義）：任何受到崇敬的超自然存在體，它控制著某一部份的世界或某一層面的生活，或它是某種力量的擬人化身。英文的解釋很奇怪，但我想後面這部份——「某種力量的擬人化身」，和我們產生一點共鳴。我想這大概是最接近我們所謂「本尊」的定義。藏文的本尊叫「拉」（Iha），順帶一提，我有種模糊的感覺，藏文「拉」跟「阿拉（真主）」的「拉」有關，我有一點這種感覺。

總之，密續佛法中的本尊是什麼？如果我告訴你們答案，你們不僅不會相信，同時也無法理解。如果我說「本尊就是一切」，這非常抽象。我說的「本尊就是一切」，究竟是什麼意思？

但我說的其實是事實。你們看，（仁波切拿起他的涼鞋）這是本尊。我是說真

的，千萬不要以為：「喔，因為那是仁波切穿的涼鞋。」不，不是的，完全不是這樣。吉安，你把你的涼鞋拿過來。（吉安舉起他的涼鞋）是的，吉安現在舉起一位本尊。

所有一切都是本尊，地板、天花板、天空，一切都是本尊。但更重要的是，你，你的本性，你的自我的究竟面向，就是本尊。但問題是，你的行為不像本尊。你的行為像是本尊嗎？你的行為不像本尊，你的思考不像本尊，你看事物的方式不像本尊，你吞嚥時不像個本尊，你聽講時不像個本尊，你品嚐食物時不像本尊，你走路時不像本尊，你咀嚼時不像本尊……你們明白我在說什麼嗎？你看起來不像本尊。看看你們自己，我的意思是，也看看我，我們都不像本尊。你看起不像是個本尊，你思考也不像本尊，你聞起來也不像本尊。

而且，本尊聞起來是什麼味道？你看，這正是問題所在。

因此，你稱呼自己其它名字，即使你實際上是本尊！這是為什麼我們須要做些事情。

我們須要做什麼？我們須要真的去接近這個「自我本尊」。藏文中我們稱之為「涅巴」(nyenpa)。「涅」意為「靠近」。但在靠近這位本尊之前，你必須有點喜歡它。你必須渴望它，你必須興奮起來，感覺很重要。

你可以利用所有的感覺、行動和反應——無論是你走路的方式、吞嚥的方式、咀嚼的方式——把它們當作肥料。肥料有臭味，是骯髒的、染污的，但你可以利用它。因為那是你僅有的，所以你可以利用它。用它做什麼？用它來接近本尊。就像我剛才說的，為了接近這位本尊，你必須喜歡這位本尊。

喜歡、傾慕、渴求這位無所不在並且其實就是你自己的本尊之後，你須要持誦他、向他祈請。這是一個很大的把戲，也是最有趣的一個把戲。這有點像是，你已經到達那個你想去的地方，但是你自己並不真正知道，所以你必須裝作前往一個你已經到達的地方。你們明白我的意思嗎？因此，玩這個把戲你必須擁有渴望，然後你須要持誦、你須要祈請。

我們西藏人很熱愛數字，印度人則不同。當印度人持誦二十一度母時，他們從「嗡」(OM)字開始念，他們的「嗡」拉得很長，像是「嗡嗡嗡嗡嗡嗡」。但西藏人不是這樣，我們在 21 天內念完十萬遍，所以我們把「嗡」字念得很快（仁波切快速地念誦偈頌）。聽見了嗎？這個「嗡」字我念得很快。其實，你們應該把「嗡」字拉長，就像「嗡嗡嗡嗡嗡嗡」，你們應該這樣念。但西藏人喜歡累積數字是有理由的，這是個很好的策略，這種西藏式的策略是：念誦很

多遍！如果你念錯一次，也許其他次會念對。

所以我們以念誦很多遍的方式來以防萬一。如果你從早上八點坐到下午四點半，不太專心地念誦《二十一度母禮讚文》，但如果你念很多遍，也許至少有一次你真正憶念起聖度母，那就已經非常好了。那就是策略，懂嗎？我們喜歡數字，我們喜歡供養一大堆的物品，我們熱愛數字。

但主要的重點是——現在要嚴肅一點——當你聽到「空性」、「慈悲」這些詞彙，經論中所談的與我們在這裡講的是同樣的東西，但我們不稱它為空性、慈悲，我們稱「聖度母」。這位本尊即明空雙運，他是空性與慈悲的結合。

那麼為什麼有二十一尊度母呢？其實二十一尊是最縮簡的形式了，因為有非常非常多的度母，甚至有一組包含了一億萬尊度母，每一尊都各有自己的特徵和細節。度母的信眾，尤其來自偉大的那爛陀大學的追隨者，他們對度母很瘋狂，他們渴望度母、讚美度母、祈請度母、懇求度母。

許多偉大的詩人曾為度母撰寫詩文。有一首詩寫得非常美，我記不得完整的詩句，但這位詩人對一位非常忿怒的度母說道：「聖度母啊！我懇求您，向我眨個眼吧。」他似乎像是在請求度母喜歡他。但從另外一個角度來閱讀，由於這是一尊非常忿怒的度母，她的眼白非常強烈、具穿透力，當她眨眼時，就像一道強烈閃電，能夠鎮住你散亂的念頭。你所有散亂的念頭都變得癱瘓、毫無用處，並且完全失序而大亂。癱瘓你散亂的念頭，還有什麼比這更好的加持？

回到剛才的問題：為什麼有二十一尊度母？這有點像是供需問題，其實就是這個邏輯。我們有無數的妄念、染污和情緒，為了跟它們搏鬥，我們需要二十一尊或甚至更多尊度母。

順帶告訴你們，很多本尊都是度母。例如咕魯咕列佛母（Kurukulle）就是度母，她與二十一度母坐在一起。還有卡莉（Kali）也絕對是度母。

這引導到下一個我想簡單談論的主題：度母的時代。現今是度母的時代，我這麼說是因為這是卡莉的時代。「卡莉的時代」是什麼意思？看看今天的頭條新聞是什麼，（仁波切拿出筆記型電腦），今天 BBC 的頭條新聞——「搶救哥倫比亞的土石流」。這就是了。而且每天總有一些跟川普有關的消息。現在是動盪多變的時代，不穩定的時代，失衡的時代。

事情總是上上下下，世界的變動、國家和環境的變動、家庭的變動、人際關係的變動。所有一切都是善變的，氣候也善變，而「善變」是卡莉的特徵。

雖然「善變」聽起來像是負面的，但如果你很精明、很聰明，善變可以轉為對你有利的因素。如果你擅長，這會是個獲取利益的時機。現在是達成靈性成就的時機，你的悲心、愛心，所有這些特質也將成熟、進步，並能利他。

這其實正是我要你們來這裡的主要原因。當你們在宗薩佛學院裡，隨著西藏傳統一而再地念誦，我想要你們做的是祈請。祈請、祈禱，很重要。祈請是禪定，祈請是「止」，祈請是「觀」，祈請非常重要。

大家都說禪修是如何重要的事，尤其那些便秘的正念專家，他們老是說：「啊！要專注！要正念！」老是炫耀他們的打坐蒲團，炫耀他們筆直的身體姿勢。我的意思是，沒錯，你們應該隨喜他們所做的。能夠安住在當下，不住於過去、不住於外來，能安住於當下是非常困難的，所以你們仍然應該禪修，仍應該利用蒲團之類的東西。

但你我這種人，尤其是我，我們天生充滿了情緒，常見、斷見、愛哭訴、愛抱怨，「喂，拜託幫幫我！」你明白嗎？我們很愛寫電子郵件、發送簡訊。所以，祈請非常重要，祈請就是一切。祈請也是謙遜，祈請讓你變得謙遜，因為你祈請說：「我沒有這些東西，懇請您賜我這些東西吧！」你已經承認你缺少某些東西，所以祈請是謙遜。祈請非常重要。

那麼應該祈請什麼呢？

向聖度母最重要的祈請是：「讓我變成您。」基本上，那就是你祈請的。「讓我變成您，讓我變成您，讓我與您無二無別。讓您變成我，讓我變成您。」明白嗎？那就是你必須一直念的祈請文。

不過既然你們是這可悲、愛發牢騷的二元分別眾生，敬仰著法座上的二十一度母，因為你仍然是這可悲、無用、又壞又怪的臭傢伙，那就持誦其它的祈請文。所以我們祈請：「請您像母親愛護獨子一般地愛護我。」另一件很棒的事情是，聖度母在這個時代是以女性的形象出現。女性是開放的、善於接納的、寬容的。度母總都能理解你，她具有母性的、姊妹的能量，這是我們要充分利用的一點。因此我們說：「是的，請看顧我，就像看顧您的孩子一樣。」你應該像這樣祈請。其實，我以這種方式祈請比用前面所說的那種方式多得多。

「不只現在，從現在起一直到證悟為止，請看顧我；護衛我、照顧我、引導我、養育我、保護我。請您像看顧唯一的孩子一樣地看顧我，滿我所願。」

但同時也要這麼想：但願我的願望最終皆能合於佛法。無論你祈願什麼——美麗、漂亮、有錢、有勢、敏捷、緩慢、瘦、胖，變得豐滿性感——都無所謂，但是你要加上：「但願我因此而獲得某些人的注意，然後這個人永遠欠我業債，因此他將成為我菩提心的『受害者』。」你要發願，無論你祈願什麼，最終都能合於佛法。當然，也要祈願相對菩提心與究竟菩提心在你心中毫不費力地增長。

「祈願惡念及惡行永不出現，即使它們出現了，也不要出現太久，只短暫出現。祈願我能長壽、健康、富裕。祈願我的禪修能達至了悟的境界。並懇請保護我免於短暫危險的恐懼，譬如各種自然災難、地震、山崩等等。也懇請保護我免於重大的危險、輪迴中的危險。即使像是不做惡夢這等小事，也請您保護我。並且祈願這個地球維持和平、和諧。

「祈願這個國家和平、和諧；祈願這個世界和平、和諧。祈願各國領袖能確實依因果定律領導自己的國家，無論他們規劃什麼，願那些計畫都能成功。願虔信佛法的人，都能長壽富足。願戰爭和飢荒都消失或平息。願佛法的研究與修持遍及一切處。祈願佛法持有者、上師們都能長壽，祈願他們免於障難。祈願佛陀的教法長住於世。」

這些是你們應該祈請的。

〔問答〕

問：有人說他有很多要完成的修持。

仁波切：我看得出來這個人去拜見過不少西藏上師，對吧？他有太多要修持的功課。這是阿底峽尊者所說的，印度人修一個本尊即獲得數百種成就，但西藏人被上百個本尊所摧毀。所以就做你喜歡做的，沒關係。只要你在修持，修什麼都不要緊。

問：應該要修哪一種前行？在哪裡修？

仁波切：要修哪一種前行？在哪裡修？這些真的不是那麼重要。

問：有人說他很抗拒修持。

仁波切：抗拒修持？是啊，這是個難題。抗拒修持是個很難克服的問題。讓修持簡短，你要讓你的修持簡短卻持久，試著不要限定只在佛堂或臥室或客廳裡

修持。有時試著躺在吊床上或在不同的地方、不同的時間修持。

問：如何處理能量堵塞以及內在衝突？

仁波切：能量堵塞和內在衝突？修持度母法。

問：覺得自己迷失又困惑，而且對佛法修持起了懷疑。

仁波切：對佛法生起懷疑，那非常好。因為那表示你並不想懷疑，對吧？你不想懷疑，但懷疑卻一直生起。我有點兒喜歡這類問題，這表示你知道你在修持。