

宗萨蒋扬钦哲仁波切 著

人间是剧场



新星出版社 NEW STAR PRESS

宗萨蒋扬钦哲仁波切 著

人间是剧场

新星出版社 NEW STAR PRESS

著作权登记图字：01-2015-7604

简体中文版经由亲哲文化有限公司授权

图书在版编目(CIP)数据

人间是剧场 / (不丹) 宗萨蒋扬钦哲仁波切著; 西游翻译小组译. —2版. —北京: 新星出版社, 2016.4
ISBN 978-7-5133-1938-6

I. ①人… II. ①宗…②西… III. ①佛教—基本知识
IV. ①B94

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第007454号

人间是剧场

(不丹) 宗萨蒋扬钦哲仁波切 著

西游翻译小组 译

责任编辑 汪欣

策划 好读文化

装帧设计 一鸣文化

内文制作 杨兴艳

责任印制 李海波 史广宜

出版 新星出版社 www.newstarpress.com

出版人 谢刚

社址 北京市西城区车公庄大街丙3号楼 邮编 100044

电话 (010)88310888 传真 (010)65270449

发行 新经典发行有限公司

电话 (010)68423599

印刷 北京汇林印务有限公司

开本 850毫米×1168毫米 1/32

印张 10

字数 213千字

版次 2016年4月第2版

印次 2016年4月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5133-1938-6

定价 49.50元

版权所有，侵权必究；如有质量问题，请与发行公司联系调换。



此文字是文殊师利菩萨智慧心咒种子字，
由宗萨蒋扬钦哲仁波切题写。

自序

经文中提到，末法时期，追随佛陀最重要的功课是听闻佛的教法，并帮助他人听闻佛的教法。我虽不敢自称在教授时都怀着这种动机，但我渴望自己与他人能一直拥有这样的动机。

大师们传授教法时，教授的起承转合都很好。他们在不同时候，面对不同听众选用的词汇、譬喻、象征或引文都很适当。我必须承认自己没那种能力。这么说并非出于谦虚，而是因为我真的没有那种能力。

大师们的教授并非以道理为出发点，而是基于慈悲；他们并不想用知识获取钦佩，而是要分享佛法的智慧。我必须说，我自己的情况恰恰相反，不过在末法时期，即便如此也有其价值。这倒不是声称我有丰富的佛学知识，只是我有幸受教于许多大师的严格教导。我回忆他们的教诲，并尝试学习他们的教学态度。

随着现代中国在经济和物质方面快速而稳定的发展，很高兴看到许多人并未忘却灵性之道的价值；因为从物质的观点来看，灵性

面向似乎毫无价值。

每当我教授时，常会因为在场听众和自己的心情，以及现场的状况而忘其所以。事后听到或读到自己的所言，我几乎受不了！尽管如此，却有一些怀抱热忱的朋友，想要把我多年的教授结集成册。不管怎么说，如果这些文字能带领众人更接近佛法，总是件令人高兴和随喜的事。但这其中一定还有一些错误和矛盾。佛陀曾提醒我们——“依法不依人”，希望读者不要因为我低估佛法，这些错误与矛盾全属我个人的过失。

萨迦法王谈钦哲仁波切

非常高兴来到宗萨钦哲仁波切在台北的中心，首先祝各位吉祥如意，一切顺利！虽然是第一次来台湾访问，但经由我在台湾的弟子与朋友，早已耳闻这里的佛教徒非常虔诚、具足慈悲心并乐于布施。很高兴因着对佛的信心、对法的热爱，我们彼此认识，建立友谊。虽然时空相隔，我们仍联系在一起。

生而为人，我们有许多生活上的需求；但对此生和来世，最重要的是灵性上的修持。佛法可以给我们平静而有力的心灵，用来面对困难与挑战。不过生活平顺时，大家通常不太注意佛法；只有在面临生活不顺时，才想到佛法修行。但重要的是，在生活平顺、身体健康时，即应开始学习佛法，坚持禅修。

要修持佛法，首先要有精神导师。找到正确的精神导师非常重要，因为这个人将带领你走上灵性之道。很多经论都谈到精神导师所应具有的品质和条件，依照萨迦的传统，萨迦上师给予教授时，一定要具备四种威权。

四威权之一是上师——我们必须有正确的精神导师。

在座各位都非常幸运，能有宗萨钦哲仁波切为精神导师。不仅这一世宗萨钦哲仁波切是非常好的老师，在历史上，前两世钦哲仁波切对于整个西藏来讲，都是非常卓越的上师。第一世宗萨钦哲仁波切是文殊菩萨的化身，不只学养高深，而且证悟非常好。

我们由何得知这位上师的伟大？从他广大的佛行事业即能知晓——他一生写过多少书、多少释论？创建过多少寺庙、多少学校？修建过多少关房？从这些传播佛法、广度群生的事业，即可看出第一世钦哲仁波切是多么伟大。尤其在那个年代，西藏各教派的大师都到他那儿领受加持、灌顶和教授，一位喇嘛同时拥有各个传承是非常稀有难得的！

西藏目前有四个主要教派。虽然教派不同，然而从最初的“见”“修”到最后的“果”，基本上都是一样，唯传承不同而已——譬如从某位大师开始，经过某些译经师传到西藏之后，再一代一代传下来。一般人根据不同传承来接受或弘扬教法，但所有不同教派的上师，对于蒋扬钦哲仁波切都同样地尊敬，如同对待他们自己传承的上师那般。

同样的，第二世蒋扬确吉罗卓仁波切也是一位非常伟大的上师。他被认证为蒋扬钦哲旺波的转世时，年纪还小，但已显露出非常特殊的品质，能解释深奥的教授。他延续前世仁波切的事业，以闻思修、讲座、开示等广大事业来弘扬佛法。他是位非常伟大的大师，20世纪无人堪与比拟。

我第一次遇见确吉罗卓仁波切是在50年代的拉萨，仁波切当

时也是首次造访拉萨。我刚一见到确吉仁波切的身相，就感觉他与别的仁波切不同。我从他那儿领受了很多重要教法和释论。后来我离开拉萨回到萨迦，确吉仁波切也离开拉萨，到西藏南部朝圣。当他来到萨迦，就住在我的宫殿，我有机会再次从确吉仁波切那里接受许多灌顶与教授。

任何人见到确吉仁波切，都会自然而然地生起信心。就算不是佛教徒，或是平常不太修法也不太有信心的人，见到仁波切都会由衷地生起信心，受到激励和鼓舞。这证明他是一位真正的大师、菩萨、证悟者。他的内在证悟显现于外，自然地感动众人。

1959年，确吉仁波切身体欠安，我们修了很多法为他祈福。那年夏天，仁波切圆寂。当他进入涅槃时，因为不想让太多人打扰定中的仁波切，圆寂消息没有立即被发布，连续保密数天。一天晚上，太阳已经下山，天空突然出现一块非常亮的云。这件事我记得特别清楚，当天光暗下来，天上先是出现一点光亮，到后来整片云大放光明。大家都把灯关掉，因为云实在太亮了！此外还有其他瑞相，如大地震动、天现虹彩等。

以上是我与确吉仁波切相遇的情形。

为了对上师生起虔诚的信心，研读上师的传记非常重要。上一世钦哲仁波切的传记十分感人，所有过往的大师、本尊们，在仁波切修法时都如真人般显现在他面前。仁波切不仅亲眼见到，还从这些本尊、上师直接接受灌顶和教授。研读这样的传记，会令我们备受鼓舞，对我们修持佛法之道有很大助益。大师最开始亦为普通人，他通过精勤修持，最后达到大师地位。如果我们愿意努力，没

有理由不达到同样的成就，因为我们每个人都具备成佛的种子，也就是有“佛性”，又已经领受或正在修持以往大师们同样修过的法门。所以重要的是，大家要精进修持，不要拖延。

目前这位第三世蒋扬钦哲仁波切，也是从小即显示出非凡的特质。法王们以诸多方式来验证他，经过具有说服力的测验，足以证明他就是确吉罗卓仁波切的转世。这一世仁波切也具有非常多的特殊品质，所谓特殊品质，是指他依循上一世仁波切的方式。举例来说，他小时候从各个传承接受了许多法教，同时也学习了许多经论，做了各种层次的闭关，努力精进地修持。后来他以各式各样的佛行事业广传佛法，建立了许多关房、寺庙、学校等。所以说，学生要以非常虔诚、明确的信心，来接受并跟随这位导师的教授和指引。

修持佛法的第一步是学习，没有学习就想修行是不可能的。而经过学习之后，我们应当将所学用进修持，因为学习的目的就在于实修，唯有如此，才能除掉我们的障碍。经过这样的学习和修持过程，就能够发展出各种正面的心性，最终证得心的本性。除了证悟自己的本性，并没有另外的成就法门。但这种本性，却不是只经由学习或逻辑辩证，就能证得。

证悟自性，需要自己积聚资粮，同时要获得上师的加持。积聚资粮最好的方法是修上师瑜伽。精神导师非常重要，尤其在金刚乘，上师的作用更加重要。佛的加持如磅礴雨露，随时随地普降众生；但众生因自身的恶业，无法看到佛的身相，也没办法直接聆听佛的话语。只有经由上师，我们才能听到佛传授的法，得到佛的加持。所以让上师带领我们遵循佛道，这点是非常重要的！在座各位都是

虔诚的佛弟子，受过很多教授，应该精进修行。

我们现在来祈求钦哲仁波切长寿！愿弟子一切世出世间法皆顺利圆满！并愿一切根本传承上师的加持与大家同在！

讲法地点：中国，台湾台北，悉达多本愿会

日期：1999 年

目 录

| | |
|--------------|----|
| 自序 | 1 |
| 萨迦法王谈钦哲仁波切 | 3 |
| 一 日常生活中的佛法 | 1 |
| 二 世间八法 | 17 |
| 三 基本的不安全感 | 27 |
| 四 智慧与慈悲 | 33 |
| 五 奢摩他禅修 | 43 |
| 六 十二缘起法 | 55 |
| 七 生命之轮 | 63 |
| 八 见地、禅修、行为 | 75 |
| 九 《金刚经》开示（一） | 91 |

| | |
|--------------------------|-----|
| 十 《金刚经》开示（二） | 119 |
| 十一 如何寻找上师与做个弟子 | 149 |
| 十二 佛法的智慧 | 173 |
| 十三 内观禅修——毗婆舍那 | 183 |
| 十四 临终与死亡的忠告 ——中阴教法（一） | 191 |
| 十五 临终与死亡的忠告 ——中阴教法（二） | 205 |
| 十六 如何积聚福德 | 233 |
| 十七 如何同时成为修行者与生意人？ | 251 |
| 十八 四法印（一） | 267 |
| 十九 四法印（二） | 283 |
| 后记 | 301 |

一
日常生活中的佛法

观想后的时段(座下瑜伽)比观想中的时段(座上瑜伽)更为重要。我们每天一小时的禅修，是为了改变非禅修时的状态。在佛堂修法时，会生起一些慈悲、一些虔诚，应该让这些心境随处出现。

我们现在要谈什么呢？生活中的佛法。分两个方面来讨论，理论的和实际的，这两方面同样重要。一方面，如果一个人不懂得理论，就不晓得如何实修；另一方面，在理论上学了很多却不实修，也不会有成果。

由于这是个萨迦中心，今天将以萨迦派的理论来谈。虽然蒋扬钦哲这个传承，并非属于萨迦、宁玛等派，不过我也算是在萨迦派学过一些东西。萨迦派说：“如果不懂佛法理论，就去修行、禅定，就好比去爬山而没有手。”所以首先我们必须了解佛法理论。

佛陀成道

大家都知道，释迦牟尼佛在印度出生，当时被称为悉达多王子。他看到人间的老、病、死种种痛苦而厌恶轮回，于是离开他的宫殿去求道。一开始他碰到印度教的老师，学了一些印度教的东西，并据此苦修六年。六年之后，他忽然领悟到苦修并非开悟的唯一法门，于是放弃了这个方法，并接受了尼连禅河边牧羊女难陀波罗的供养。然后他来到摩揭陀国，买了些草放在菩提树下，坐在草堆上发愿：“若

不成正觉，终不起座！”过了些日子，有一天，当第一道晨光出现，当地国王到临，鼓声响起，林间鸟鸣，众人从睡梦中醒来，这时他得到了最后的证悟。此时大地震动，各种神、阿修罗等纷纷来到他面前顶礼。许多魔听到这个消息都受到惊吓，他们问释迦牟尼佛：“你用什么证明，你在前世累积了如此多的善业？”释迦牟尼佛以手触地，大地再次震动，地神从大地里现身，并说道：“我就是证人。身为大地，从释迦牟尼佛自三大无量劫修行菩萨道以来，我都在这里陪着。”于是释迦牟尼佛的证悟得到了最后的确认。他曾遭受魔的打击、干扰，但并未受到影响。

起先释迦牟尼佛认为，教导众人并无意义，因为众人无法理解这些真理。但梵天等众天神来到释迦牟尼佛面前并请法，于是他来到瓦拉纳西（波罗奈国）开始第一次传法。其后，佛陀多次在不同的地方教导不同的人。

这就是我们通常所称的佛陀——我们所皈依的对象。他在摩揭陀得证悟，在拘尸那迦涅槃。身为佛教徒，首先要知道佛陀是谁，我认为这点非常重要。

寻求佛法

此时此刻，在座的都会说自己是佛教徒，其实我们只是身为佛教徒，却并非真正的修行者。就算有人想了解佛教，也只是想知道而已。他们只想知道什么是证悟、什么是空性，因为它们听起来不错，富有逻辑，有时似乎又充满幻想。尤其是金刚乘——想想自