

世界心精華寶

札昂林巴大伏藏師的傳奇與教法

貝瑪貴聖地之主

貝瑪仁增仁波切◎著

「貝瑪貴」自古就是藏族心目中的神聖秘境。蓮師曾經親自駕臨瑪貴，廣傳密咒金剛乘教法，並且加持法座成為伏藏寶篋，由其中隱藏能使世界和平喜樂的多種法寶，因此稱此地為「世界精華寶」。札昂林巴則為貝瑪貴的首要伏藏傳承。

貝瑪仁增仁波切

是貝瑪貴大伏藏

祖古。此書的第一部分是貝瑪仁增仁波切

由仁波切生動的描述，進入密咒行者

世祖古的成長。其中虔誠且堅定的信

人入勝的各種因緣事蹟，讓我們窺見了佛法與生活的緊密相合，以及佛法的精髓。

第二部分是仁波切對佛法的開示，他由淺入深，將藏傳佛法做了完整的義理及修持上的介紹。不僅如此，因為仁波切在台已有一段時間，十分了解台灣弟子對於密法心生嚮往，但也有誤解之處，所以特別於內文中為讀者釋疑，指出了一條明確的學佛方向。

城邦讀書花園

www.cite.com.tw 書店網址: www.cite.com.tw

ISBN 978-986-7884-94-7



00280

9 789867 884947

JB0055 定價：280元 HK\$94

cité 城邦



|橡|樹|林|

國家圖書館出版品預行編目資料

世界心精華寶：札昂林巴大伏藏師的傳奇與教法
／貝瑪仁增仁波切著
-- 初版. -- 臺北市：橡樹林文化，城邦文化出版：
家庭傳媒城邦分公司發行，2009. 01
面：公分. -- (善知識系列：JB0055)

ISBN 978-986-7884-94-7 (平裝)

1. 貝瑪仁增仁波切 2. 佛教傳記 3. 藏傳佛教 4. 佛教說法

226.969

97023943

善知識系列 JB0055

世界心精華寶：札昂林巴大伏藏師的傳奇與教法

作 者／貝瑪仁增仁波切

責任編輯／劉芸蓁

行 銷／劉順眾、顏宏紋、李君宜

副總編輯／張嘉芳

出 版／橡樹林文化

城邦文化事業股份有限公司

台北市信義路二段 213 號 11 樓

電話：(02)23560933 傳真：(02)23560914

協力編輯／鄭舒芸、韋彥華、黃詩涵

協力出版／虛空法林佛學會

台北市健康路 238 號 3 樓

電話：(02)27663076 0936893153

發 行／英屬蓋曼群島家庭傳媒股份有限公司城邦分公司

台北市民生東路二段 141 號 2 樓

書虫客服服務專線：(02)25007718；(02)25007719

24 小時傳真專線：(02)25001990；(02)25001991

服務時間：週一至週五上午 09:30-12:00；下午 1:30-17:00

劃撥帳號：19863813；戶名：書虫股份有限公司

讀者服務信箱：service@readingclub.com.tw

城邦讀書花園網址：www.cite.com.tw

香港發行所／城邦（香港）出版集團有限公司

香港灣仔駱克道 193 號東超商業中心 1 樓

電話：(852)25086231 傳真：(852)25789337

E-mail：hkcite@biznetvigator.com

馬新發行所／城邦（馬新）出版集團【Cite(M) Sdn.Bhd.(458372 U)】

11, Jalan 30D/146, Desa Tasik, Sungai Besi,

57000 Kuala Lumpur, Malaysia

電話：(603)90563833 傳真：(603)90562833

版型設計／雅典編輯排版工作室

封面設計／元恆設計工作室

印 刷／崎威彩藝有限公司

初版一刷／2009 年 1 月

ISBN / 978-986-7884-94-7

定價 / 280 元

城邦讀書花園

www.cite.com.tw

版權所有・翻印必究 (Printed in Taiwan)

缺頁或破損請寄回更換

世界心精華寶

札昂林巴大伏藏師的傳奇與教法

貝瑪貴聖地之主

貝瑪仁增仁波切◎著



目 錄

- ◎【推薦序】 最珍貴的學佛導引與傳承紀錄 心道法師
- ◎【簡 介】 大伏藏師 第三世 貝瑪仁增仁波切——佛教界的
文藝才子
- ◎【前 言】 世界心精華寶（蓮師伏藏寶篋）之殊勝緣起

【第 / 篇】 自 傳

1. 我的父親是咒士 14
2. 札昂林巴的前世 22
3. 年幼的生活 40
4. 祖母 51
5. 求學時期 56
6. 不丹的教學與紐修·堪仁波切 79
7. 我的上師 87
8. 我是活佛 90
9. 我在臺灣的時光 94
10. 興建寺院 102

【第 2 篇】 佛法開示

1. 四共加行～四轉心法 110
2. 善知識的依止方式 141
3. 進行具有法義的世間行為 153
4. 如法的咒士修持 157
5. 五不共加行 173
6. 人如何快樂的死亡 198
7. 遷識法（頗瓦） 205
8. 中有 213
9. 淨土 223
10. 生起次第的原理 228
11. 圓滿次第之簡介 237
12. 大圓滿之簡介 239
13. 火供 244

【推薦序】

最珍貴的學佛導引與傳承紀錄

本書是第三世貝瑪仁增仁波切的自傳，也是精彩的佛法開示輯。他將自己累世修行的故事與今生學習的心路，分享在現代，讓大家有機會一睹大伏藏師札昂林巴的傳奇，並能深入一位轉世修行者的心靈世界，這是一份彌足珍貴的禮物，透過他真誠而生動的描述，人們也能一路直探自己生命的真相，參問什麼是「父母未生前的本來面目」？這位具足傳承與實證經驗的善知識，把自己生生世世奉獻給世人，作出最好的學佛引導。

書中的佛法開示精闢善巧，具有藏傳佛教明確的正見辯析理路，也碰觸許多現代人學佛的心結，有些觀點雖顯密不一，總以般若正見為導，本書最重要之處在於提供給初機佛子，完整而詳盡的實修參考，無疑是一本難得可貴的傳承教材紀錄！

很感謝他應邀在靈鷲山三乘佛學院教學期間悲心善巧的教授院生，如今欣然得見仁波切的傳記出版，在此表達隨喜致意並作推介，願本書流通廣大，利益無量學眾，盡未來際令解脫苦趣，究竟成正覺，也希望社會大眾能蒙接引，發心廣結善緣，並護持一切正法善業善行。

沙門釋子

釋心道

戊子 靈鷲山無生道場
三乘佛學院

【簡介】

大伏藏師 第三世 貝瑪仁增仁波切 —— 佛教界的文藝才子

第三世 貝瑪仁增仁波切，西元 1961 年出生於貝瑪貴蓮花莊嚴聖境（東印和藏南邊界之喜馬拉雅山區），許多成就者與瑜伽母皆共認證其為 札昂林巴猛咒洲尊者第三世乘願轉世祖古；仁波切童年亦曾自述前世為 猛咒洲尊者之本生事蹟。

仁波切的父親為貝瑪貴當地遠近馳名之密乘咒士 昆桑冉姜上師，母親為猛咒洲尊者的孫女。童年至少年時期，仁波切承蒙父親循序漸進教授密乘儀軌與學習基礎。十七歲時，奉父親上師指示前往中印度，跟隨學行雙成之 阿真仁波切習得大圓滿，龍欽寧體的灌頂、口傳與講釋。歷經數年學習與實修，除了奠定日後著述富厚的基礎外，亦於此際完成龍欽寧體傳承三根本近誦成修。

二十二歲時，前往南印度依止貝諾法王受出家戒。二十三歲於頂果欽哲法王座前，先後接受菩提心戒與密乘多種甚深灌頂、口傳與訣要，包含《龍欽七藏》、《榮松班智達全集》、《米龐仁波切全集》、《巴楚仁波切全集》與《大幻化網·秘藏續》。參

訪敦珠法王，特別蒙受長壽灌頂加持，並且參與共修威猛蓮師・多傑卓勒大成就法會。

仁波切於二十二歲至二十七歲之間，就讀貝諾法王創辦的寧瑪派高級佛學院，學習《中觀》、《理論》、《彌勒五論》、《阿昆達磨論與俱舍論》、《入菩薩行論》、《量論》等經典。由於修學優異，由貝諾法王親頒「講說離邊際之自在士」證書，而後亦曾接受貝諾法王傳授灌頂。

二十八歲時，仁波切受聘前往不丹國立勝得卡大學擔任教授一職六年，傳授《俱舍論》、《究寶性論》、《中觀五論》、《中觀四百論》、《入菩薩行論》、《現觀嚴論》、五明（詩、詞、歌曲、文章、修辭）等十二大論。此時期中，仁波切亦掌握地利之便，前往求法於大圓滿龍欽寧體傳承大成就者 紐修堪仁波切，得受《大圓滿三休息論》，《椎擊三要》等教法，修證得到甚深攝受與造詣。

爲能宏揚顯密教法，利益漢藏信衆，仁波切由三十二歲開始順應因緣遊化各地，前後教授《秘藏續》、《心性休息論》、《生起次第建立論》、《寶性論》、《賢愚經》等經續；進行賜予灌頂之弘法事宜，時而閉關獨修。之後仁波切應卓千佛學會之邀來到臺灣，盡力傳授顯密法教，先後傳授《寶性論》、《三類自解脫論》、《生起次第》等，達數年之久，目前爲靈鷲山佛學聖地的首席教授。

三十八歲時，於猛咒洲傳承成就者 貝瑪雅旺蓮花語自在上師座前，傳承整部札昂林巴伏藏法灌頂與口傳、訣竅，以及傳

付密印。該時亦遵照父親上師往昔授記，正式升座猛咒洲尊者法位，蒙受 貝諾法王頒賜轉世認證函，各方大德齊皆讚揚仁波切為猛咒洲尊者之實至名歸轉世祖古。

四十四歲至今，又陸續講說《時輪六加行》、《三寶總攝前行課誦儀軌》、《大圓滿三寶總攝羯磨儀軌》、《修顯為本尊論》、《竅訣寶藏論》、《度母儀軌詳釋》、《大圓滿心性休息論》、《功德藏》等儀軌典籍，並且隨機傳授灌頂。仁波切於寧瑪派自宗密乘法門尤有獨到之處，特為熟悉伏藏法類最為廣輯之大寶伏藏。臺灣方面許多由藏譯漢之寧瑪派法寶，亦多出自仁波切居中悉心敦促而成，依歷年來所授典籍大論的數量觀之，誠為寧瑪派傳承在臺講授經續之可圈可點傳法上師！

仁波切謙沖自牧，慶幸自己這輩子能遇到紅教大圓滿法，在紅教上師座下接受佛法薰陶，發願不論是過去、現在、未來，都要永不間斷地從事傳法、修行、閉關、建寺等佛法志業，以報上師昊天之恩德，宣揚 釋迦尊者之聖教。

結讚

空性無有中邊光明法界中，
融入無有執著心體性一味，
自嘗無可言說無漏之大樂，
行於日日夜夜受用之喜筵。

【前言】

世界心精華寶 (蓮師伏藏寶篋)之殊勝緣起

貝瑪貴是蓮師加持的重要密乘聖地之一，現今分爲上、下兩個區域。

貝瑪貴上部地區位於西藏屬地；下部地區位於印度境內，也就是貝瑪貴當中的德威果札寺等多處主要聖地所在。

往昔，蓮師曾經親自駕臨貝瑪貴，以七個月的時間安往不可思議甚深三摩地，加持該處山林成爲勇父與空行所能居住的殊勝密境，並且賜予當地的所有精靈與非人密乘教法，從此以後，貝瑪貴在人類以外的勇父空行與精靈鬼怪眼中，就顯現成爲蓮師常在的偉大刹土，猶如密法根源的鄔金淨土一般，可以從由恆時聽聞密法，乃是偉大的密乘聖地。

札昂林巴曾經在此建立寺院，並且迎請當時年少英明的敦珠法王（第二世）前往德威果札寺傳授大寶伏藏灌頂及口傳，同時敦珠法王也向札昂林巴大師求授札昂林巴伏藏法的灌頂及口傳；這是往昔在德威果札寺曾經有過的殊勝事蹟。德威果札寺中應當受到維護的聖物，除了札昂林巴往昔所取出的伏藏佛像及法本，包括百年以上的古老佛像、經典與佛塔等聖物外，還有蓮師當時



羊桑河環繞的德威果札山以及山上的德威果札寺

安坐使用七個月以上的石質法座，而法座本身就是一只特殊的伏藏寶篋，稱為世界精華寶！

蓮師法座的外觀是天然岩石，蓮師往昔以七個月的時間安住其上，廣傳密咒金剛乘教法，並且加持法座成為伏藏寶篋，主要是為了消除世界瘟疫與飢荒、戰亂、鬥爭，以及感召圓滿喜樂之故，作為維護地水火風一切精華不衰損之如意寶，其中隱藏能使世界和平喜樂的多種法寶，因此稱為世界精華寶！

若能繞行此存在世界精華寶座的德威果札寺院和隱藏無量勇士空行聖眾的山林，除了能夠罪障消滅、福慧增長之外，亦能種下來世生於勇父空行之剎土，漸次解脫而證得佛果。



德威果札寺現況

如今，繞行德威果札寺已成為貝瑪貴的規矩與習俗，當地百姓心中有任何祈求與事情，都會先繞行德威果札寺作為諸事吉祥如意緣起的緣起與開端。也由於人們的虔誠繞行，德威果札的寺院和出林自然形成清晰的繞行路徑，德威果札就是貝瑪貴當地百姓心中誠信不疑的命脈。

德威果札寺朝覲及聖旅之勝緣及利益

德威果札之高頂存在有：

隨所祈願皆能成就之蓮師世界精華寶座

四方四隅諸處形成能使禪定證悟增長之修持巖窟、

消除非時死亡聖地——壽泉流水、

淨除惡業罪障聖地——清涼寒林、

息滅違緣障礙聖地——馬頭明王石身、

能生大樂智慧聖地——金剛亥母密輪黃丹巖窟、

能生善緣福德幸運聖地——魂木等等。

若能於此無難任運自成隨所調伏眾利根源特殊聖地，

結下猶如頂禮、供養等積聚資糧之緣，

能解除無始以來乃至今生所有疾病、魔障、違緣、障礙，

獲得來世生於地行剎土之勇士空行聖眾行列之中，

如法行持密悉教法之福緣，

不需久時而往行密嚴空行剎土而成，

無礙成就利益有情之果位。

荒並籌建寺院、聚集僧眾及講修教法，曾有千餘名僧眾齊聚當地修行的盛況。

札昂林巴取藏師認證了貝瑪貴境內的貝瑪西日山為法身阿彌陀佛的刹土、布達拉山為報身觀世音菩薩的刹土、智達巴日山為化身蓮花生大士的刹土。

智達巴日山附近也有一泓札昂巴林所認證的聖湖，名為達那果夏湖，蓮師曾授記此聖湖和烏金刹土中同名為達那果夏湖的加持力無二無別。札昂林巴也在貝瑪貴境內認證一座山為本師釋迦牟尼佛的刹土，並名為靈鷲山，以及諸如金翅鳥的聖地、普巴金剛的刹土等，並導示人們繞行聖山的道路。



 1. 我的父親是咒士

我出生於一九六一年，出生地是在蓮師修行的隱境——貝瑪貴（蓮花莊嚴）。

父親與母親都是前譯寧瑪派的密咒行者；父親是一位對於密咒的修持非常具有力量的咒士，名為昆桑冉姜。

西藏在佛法尚未傳入之前，也和漢族一樣保有自己的家族的姓氏；但是在佛法傳入後，這種習俗漸漸淡薄，只有少數家庭仍然維護保持自己祖先的姓氏。因此，西藏人的命名，大部分都沒有自己家族的姓氏，因為都是採用上師為自己取的法名，做為自己的名字。但我的家族依然留著自己宗族的姓氏，稱為日巴。

遠在中共入侵西藏之前，在我的祖父逝世後，當時年約九、十歲左右的父親，連同他的兄弟姐妹，被我的祖母從家鄉青海省囊謙縣帶至貝瑪貴，親近一位證量極高的尼師——阿尼嘎瑪。然而，我從來沒有見過父親的兄弟姐妹，他們在我出生之前就已辭世了。

阿尼嘎瑪其實是我們的遠親。當時，主要是因為知道阿尼嘎瑪在貝瑪貴住持一處寺院帶領修行，祖母才帶著子女，遠從青海遷居至貝瑪貴——蓮師的聖地。

而後，父親依止阿尼嘎瑪學習各種教法和口訣，並且進行三