



圓滿法藏·佛典漢譯
THE KUMARAJIVA PROJECT
欽哲基金會直屬計畫



《圣临终智大乘经》暨注释讲经工作坊

— 宗萨钦哲仁波切



开场

前些日子，圆满法藏的译者们——或称为译师们——希望针对这方面做些研讨。只是来交流，不是来说法的。

此外，藏地的藏族们有时会反映，当我发言时，大多都说英语，他们听不懂，所以希望我说藏语。因此，今天将使用藏语。

言归正传，主要还是为了圆满法藏的译者，才有今天的交流。所以请不要认为是来听善知识的说法的，我们都是平等平等的。

不过，由于我们讨论的内容十分重要，所以也许会有帮助。

我们今天讨论的内容是一部佛经。

据说，要讲解佛经，除非是登地菩萨，否则是说不来的。想来，大多数人大概搞不清楚什么是登地吧？谈到“登地”，并不只是变得相对较为博学或者变得比较有经验而已。

该怎么表达所谓的登地呢？他们在思想方式、人生哲学、对于对境的态度方面，应该是与我们不同的。举例来说，像我这样的人，当我在跟你们说话时，没办法听你们说，同时又跟你们说话。当你们说话时，我就负责听，如果能回答，我就回答。两件事不能同时进行，除非双方抢话说。这样也许可以做到同时，但那也没什么用。同样地，假设有两个人同时跟我说话，也不知道该怎么听，大部分都会不知所云。假使有个人在说话，旁边有狗在吠，我也会无法思考，只好完全忽略狗吠，去听那个人说话。

然而，提到“登地菩萨”时，据说他们在一刹那间，同时与一百位佛共处，向一百尊佛陀求法，所听闻的法也各不相同，而不像我们开法会那样，一千个人只能念同一部经文，他们能听到各不相同的法。同样地，他们能在一刹那之间，对于数以百计的众生所需——例如：该与之交谈与否——都可以各别处理。这些都只发生在一刹那之中。

以上只是一个小小的例子。

因此，所谓“登地”的那些人，他们会懂得佛陀本人在经典中所说的道理。对于凡夫，就必须要靠论典——解释佛经的注释，在阅读这些论典之后，得以获得些许整体概念性的理解，于此基础之上去思惟。只能这样了，别无他法。

因此，所以我们今天对于佛陀的话语——这部经典，只能透过推测、概略的方式进行讨论，猜想：“大概是这样吧……？”我们甚至无法做完整的讨论，因为没有时间。

翻译佛典

还有个挑战。对我们来说，眼前的麻烦在于——“翻译”本身可能就相当挺棘手了。以我来说，我完全确定自己无法胜任翻译的工作。在这里，他们做着翻译的工作，指姚仁喜师兄等人他们真的很厉害。换作是我的话，会累死的，做个五分钟，我可能就得要睡几个小时了。翻译必须很慎重，要仔细听，还得表达出来。真是困难。

其中，我们目前正在翻译佛陀的话语及论典，像是圆满法藏、八万四千这样的翻译计划，他们真的面临巨大的挑战，因为太博大精深了。但也不能放弃不翻。若能尝试看看能做到什么程度，自己便能够集资净障，也能利他，这本身绝对算得上是实修。

进一步来说，在菩提心摄持之下，即便只能翻出一句话，这样去翻译，从佛法的角度而言，其善根应当也是无上的。

语文的力量

再谈世间的角度——毕竟如今很少人会从佛法的角度去思考了！在这世间，我们考虑的若是社会的学问或语文层面，翻译也很重要。

对我们人类来说，所谓的语文、语言、词汇，是极其重要的。是吧？词汇、语言、句子、文字的使用，肯定会对心中的意向产生作用——这些是非常强的影响力。

现在不谈佛法，只讨论世间法，我们要讨论社会上的思考方式。

通常当我有空的时候，会在网络上搜寻那些英文称为 *untranslatable*——也就是无法

翻译的词。各个国家应该都有这样的词，不同的国家、文化、种族或民族，还有不同的语文，应当都有很多这种终究无法翻译的词汇。我很喜欢读这类无法翻译的词汇。

在日语中，有个词汇叫做 *mono no aware*（もののあわれ / 物の哀れ / 物哀）。据说，*mono no aware* 这个词就很难翻译。我曾打电话给我的日本友人们，跟他们谈了很多关于 *mono no aware* 的话题。

今日的日本年轻男女，大概已经没有 *mono no aware* 了。怎么说呢？日本人、印度人、汉族、藏族，大家都把西方人观想在头顶上、心间，西式思想变得极其强烈；即使嘴里说着藏语、汉语、日语，思想上却俨然已经成了西方人。

虽然 *mono no aware* 是无法翻译的，但还是有些关于它的诠释。大致来说，事物有种“总是在变化”的本性，对吧？人们看着事物不断地变化——诸如天空的浮云，那些暂时的事物。而喜欢或者留心这些暂时的事物，大概就是 [*mono no aware*] 了。

日本知名作家川端康成（Yasunari Kawabata）曾写了一本书，《雪国》（*Snow Country*）。很多学者提到，他运用许多 *mono no aware* 的思想而写成此书。

这本书非常棒。情节是关于一名男子到了一处温泉，那儿有位艺妓——也就是与客人游戏、演奏笛子、吟诗作对的女性，本书谈的就是他与艺妓之间的故事。全书从头到尾，都是片刻的情境，因为那位男子不过造访了当地几天罢了。然而，这对男女之间产生了情愫，他们彼此也都清楚，这样的爱几天内就会结束。同样地，也有下雪的场景。雪也是几天就要消融的。对吧？这本小说的大致的铺陈便是如此。

如今的日本作家，诸如村上隆（Haruki Murakami）、吉本芭娜娜（Banana Yoshimoto）等人，写作时全是一派西式思想。因此，*mono no aware* 的思想也许已经不再。但我不确定。如果我搞错了，就要跟今天在日本的听众说声抱歉！

所以，提到语言、词汇时，虽然是同一个词，对其也会有不同的理解，以及这些理解背后不同的依据，所以会予人各不相同的感受。

要知道这一点，或许是很关键的。

临终

我们今天所讨论的、这部由佛陀所说的经典，便属于印度古文明首屈一指的一环。在印度语的 *ātyaya* 一词，翻成藏文，就成了 *'da' ka* (འདྲ་ཀ / 临终)。*'da' ka* 这个词，又像是 *mono no aware* 那样了，也许又是个无法翻译的词喔！

一般来说，这里有些事情是值得我们思索的。如果突如其来地问：“这是部怎样的经典？”必须承认：这部经在谈有朝一日面临死亡之际该怎么做。不就是这么回事吗？就是这样而已。它的名称也提到“临终”——有朝一日面临死亡之时。不这么说也不行了，因为大多数的人都得如此运用这个词汇。对吧？

死亡这件事本身、关于死亡以及相关的教育，通常在东方国家是受到关注的——尤其是印度的佛教徒们早在两千五百年就已经对此做了许多学习以及思考了。

在新式社会之中，关于死亡的教育是很稀少的。对吧？不单是稀少，根本对死亡毫无准备，一提到死亡，只要有人提起这个话题，人们就想闪避它、抗拒它。

假使把 *'da' ka* (临终) 这个词拆开来看，*'da'* 是关于“已经过去的”，*ka* 指的则是现在式。把 *'da'* 和 *ka* 加在一起，等于把一个已经过去的东西，以及一个正在发生的事情放在一起。

煮茶的梦

在此，给我们的启示为何呢？

平时，对非佛教徒来说，死亡这件事，就是一生仅有一件事，或应该说“终点”。

对佛教徒来说，往往会说“从色法至一切智智之间”的一切法——包括所谓的时间、方位、样子、形状、颜色等，都是心造作出来的，不过是由心创造出来、虚构假立的，而不会承认真正有个实在、真实的法。

举个例子，假设一个在梦中煮茶的情境。设想你们睡着两分钟，在这期间做了场梦：你煮茶，将茶叶放入茶壶，把热水注入其中，然后等一会儿。等到万事俱全，就准备要喝茶。这会带来大约十分钟的感觉，对吧？但这一切现象，只发生在这两分钟

以內，實際上，那些十分鐘、十五分鐘、放茶葉、注水、水煮沸等事，其自性都是無法成立的。

但在夢中，仍然是有個順序的，總不至於先喝茶、再將茶葉放到茶壺里。對吧？會有個次序。然而，並不會因為“有次序”，就使得夢中所喝的茶成為真實的。

因此，佛教所說的臨終、死時，所有的這些詞匯都需要一個整體的依據。某些宗教或者今日某些人們主張時間的自性是成立的，他們認為大限來臨的那時候，就會變得一片漆黑，到了一個終點。對於只能思維這種程度的人來說，是否談論現在的這部經，其實都沒有區別。他們不會來聽，就算聽了也聽不懂。若有這方面的背景（夢中喝茶的譬喻）概念，稍微懂得思考相關的內涵，那麼，听闻這部經典就顯得十分關鍵。

我們將無法逐句解讀。一來是我不懂該如何逐句解讀，再來是我也不打算這樣做。

无所不在的佛经之美

這是一部大乘經典。其中十分奇妙的一點，與它的說法處有關——這是在天界。

通常，佛陀的經典本身，由於是佛陀的法，當然都非常重要、非常莊嚴、值得玩味，甚至連佛陀說法的場所，以及說法的對象——眷屬、弟子們，都有許多值得思考之處。例如：讀誦《華嚴經》時，大概有多達上百頁，還是五、六十頁，或六、七十頁，我記不清楚了，或許是百來頁吧？是關於當時的眷屬（聞法者）的名單。我是指主要的聽眾。這當中不乏許多奇特的事。

舉例來說，當我今天在這裡說話，也許有某些人正是透過網絡收聽的，但至少我的前方有大約六十個人，而每個人都擁有各種不同的想法。現在，假設這裡有大象、馬、鬼、龍，也許還有雙頭人、三頭人，當我在說話時，他們听闻、理解的方式將會截然不同。

同理，今天我們用的“臨終”這個詞，就會依據它在法文當中所蘊含的意涵去理解。今天的聽眾當中，應該有一些埃及人，他們對此詞匯應該也會有相當不一樣的理解。

因此，佛陀说法的地方、闻法者等那些内容，确实有许多值得思考的地方。

在此，说法处可是天界喔！更准确地说，是在天王的殊妙楼阁之中。这是值得思考的！奇怪地很！

如果今天佛陀说法的地方是在一座坟场，谈论这些话，那就另当别论了。既然已经来到坟场，死亡就成了不得不谈的话题了。对吧？至少，在这里谈论死亡是可以接受的吧？它是相关的，对吧？

然而，那群天人可是不太思考死亡这回事的。是吧？而且还是在天王的殊妙楼阁里——在那儿，应该不太有人会谈论诸如死亡等负面的事情。就像今天我们正在举行生日派对，当要吹熄蜡烛的时候，如果有个人惊呼：“呀！这下你可减少一年的寿命了！”我们可是会生气的。对吧？在此，也是同样的道理。竟然在天界谈这个话题！正当这些天界的王者、天界的后妃，弹着天界的琵琶，举行着天界的欢宴，一片歌舞升平、极其欢愉的时候，突然话锋一转，竟有人开始谈论死亡！

不过，开始这段对话的是虚空藏菩萨——这本身应当也是意义非凡的。简直就像是一开始就套好的一样，仿佛有些台词是须菩提写的，有些是金刚手写的。一开始，开启这个话题的就是这位被称为虚空藏的菩萨，他提出这个问题：“有一天，临终、濒死之际该怎么办？”

他这么问佛：“应云何观临终心？”他的意思大概是指：眼看就要死亡的时候，该怎么办呢？

佛陀提到：“当某天要死亡时，有个可修的三昧。”

那是什么呢？梵文称为 *atyayajñāna*，藏文将之称为 *'da'-ka ye-she*（临终智）。至于汉语、法语要怎么翻，就是你们译者的事了。

方才提过 *'da'-ka* 这个词的依据，我先用了日文当中的 *mono no aware* 去谈它，请你们放在心中。

梦中煮茶——自性清净

那么，什么是临终智？经文依次提到：“一切法自性清净故，应修无实想。”这是第一个主题。刚才我大略谈到在梦中煮茶的事，对吧？那个例子所对应的就是这段话。

但我也只是大致提一下而已。我说过了，我可不是什么登地菩萨呀！

关于这方面，出生在德国的科学家爱因斯坦，曾说过一段很奇怪但很棒的话。我之所以要谈外国，原因在于正如我刚刚所说的，我们早已经将西方观想在头顶、心间了。所以如果我引据爱因斯坦的“教证”，我们全都会叹为希有。所以我引用他的“教证”。要不是这样，爱因斯坦那些人说的话，佛陀早在千年之前就已经说过了。

你们也许知道，在科学家之中，爱因斯坦是第一个提出“时间相对论”的人。据说爱因斯坦某个朋友过世了。当他听到朋友去世时，有何反应呢？他开玩笑地说：“呀！他连这个都比我快呀！”“他如果跟我一样，知道时间是相对的，像这样的人，是不用害怕的。”这只是举例说明。

总而言之，谈到“一切法”时，便包括：时间、东西南北等方位，种族或民族，还有语文、颜色等，诸如此类的一切，也就是所能想到的一切。

这一切（法）都无法成立自性。

现在，我们在梦中煮一壶茶——而且只有一碗茶，当我们一边喝着这碗茶的同时，茶一边在减少，于是我们感叹道：“啊！茶快要喝完了。”

简单说起来，那些（诸法）就像梦中的一碗茶一样——茶本身并不存在，没有自性可成立，但由于有这种〔茶存在〕的观念，所以当茶越来越少，我们才会认为“呀！茶快要喝完了。”并可能因此而感到忧伤。

对于这些，佛说：“应修无实想。”用说的总是容易，与此同时，“诸法无实”也是真确的。

知易行难——习气的困局

所谓的“时间”，只是一种思惟模式。对吧？

在享乐的时候，例如：喝茶、喝酒、打麻将、聚餐的时候，时间仿佛一下就过了。但如果在监狱里待上半小时，却像关了一辈子。

这样解说的话，就没什么费解的。然而真到了实践行动的时候，就会显得极其困难。实践之所以困难，是习气使然。问题在于，为了要去除习惯，就要带来另一个习惯。所以，所谓“禅修！禅修”，说到底，就是必须置入另一种习惯。

我们只要稍微懂得思考这道理，肯定会有益的。

就在两三天前，我以前认识的一位女子来到我这儿，他的病情已经药石罔救的地步，自己也知道即将面临死亡。他表示，医生说最多只剩下三四个月可活，而且要活到那么久，也很困难。所以我跟他谈得稍微比较久一些。

但对我这种人来说，与处在这种情形的人对话，我会很不知所措。

为何呢？因为我是负责说话的。然而，就算是现在，我脑子里仍然充满那种我还会活上千年的想法，别无其他。我的这种习惯极其强烈，到现在还做千秋大计，不曾想过死亡。

就在前两天，我去买了台咖啡壶。因为过一阵子，在六七月左右，我要到不丹的偏远地区去一趟，我考虑着“到时候可能没法煮咖啡。”于是买了这个咖啡壶。就是这样！我根本确定自己会活到六七月了！笃定地很！

我当时与那位女子谈话，而他是眼看就要面临死亡的人。但我既然得到了“上师”的名衔，就对他说了诸如这部经里面的那些话，诸如关于时间相对不实之类的道理。

总而言之，一提到所谓的时间，例如在我们思想当中，总认为“死亡”，就是变成漆黑一片，一切都会消失。是吧？若有这种想法，就代表并不明白“时间的自性无法成立”。

正当我坐车来到这里参与讨论时，有通电话进来，表示那位女子的状况恶化，即将辞世。一个曾思考过这类观念、参与相关教学或研讨的人，以及一个完全不曾闻

思、不在意这类道理的人相比，二者截然不同。

所以听闻、思考这些道理，实在非常重要。《临终智经》美妙、重要得很！

归纳起来，佛陀开示的内容分为五方面：

“临终智者，谓：一切法自性清净故，应修无实想。

一切法集于菩提心故，应修大悲想。

一切法自性光明故，应修不可得想。

一切有为法无常故，应修无所贪着想。

若悟心者，是为智慧，是故应修佛果不假外求想。”

自性清净

第一点：“临终智者，谓：一切法自性清净故，应修无实想。”要观修“一切法都没有‘可成立的自性’”。在谈论的是这一点，对吧？观修这道理的方法实在太多、太多了！所谓的“禅修”，便是养成习惯。例如：吃一颗槟榔，再吃一颗，吃第三颗……每天都照这样吃下去，这么吃下去，就会养成习惯，然后就会产生成果。

我在谈的是“习惯”。

因此，对于完全的新鲜人来说，必须要了解这些话，需要去听闻。今天你们听到这些话了，你们就知道：“呀！所谓的生、死，其自性并不可成立。”

光是这种理解，就显示出极大的福报了呀！不过，并不是说“在我这边听到这个道理，所以福报大”。释迦牟尼佛来到世上，他说了这个道理；虽然他说了这个道理，但是上数以百万、千万、亿计的人并不懂——由于没有听说过，也就不会懂了。对吧？他们缺乏机会。大多数人只愿意听到关于经商、经济活动，还有买咖啡壶这类的事，而没有机会听到这些道理。

所以第一步是要听到。大概也有人只是一味地听闻，然后一辈子就结束了。不过，这也可以啦！能做到这样已经很好了。我已经六十一岁了，曾见过形形色色的人，有许多人总是会出席在每一次说法的场合，但却不太实修。有时候我不禁会想：“你应该要实修呀！”会想要对他们这么说，但我最终总是保持沉默，我会这么想：

“愿意听就已经非常棒了。如果一辈子都只是闻法，然后就死去的话，来世有可能会比过去更加喜爱闻法。”有些人则会思惟、修习其中的道理。这样的人也不少。

最好的禅修方式之一，是思惟：“一切有为法、一切法的自性都不可成，都如梦似幻”，就像梦中的茶，反反复复这么去想：“诸法都像是这样呀！”就这么去禅修。

再来，假使要比这更加进一步的话，面对所生起的任何分别念时，都不加以改造、调整。诸如此类的禅修方式，在佛法中太多了。

空即是色——真正的悲

我将大致地、直接地按我的意思来谈下面的四个道理。

第二个道理：“一切法集于菩提心故，应修大悲想。”啊！这话题实在太宏大了。

我们一听到悲心，会有这样的反应：“啊呀！多可怜呀！”“他好可怜！”“悲叹呀！”有些人会认为这就是悲心。也不能说这不是悲心。但悲心并不仅止于此。

汉文“悲心”的意思是什么？（[姚仁喜师兄：] Sadness. [悲伤]）这就是我今天要提 *mono no aware* 的原因。要翻译藏文的 *snying-rje* 和梵文的 *karuna*，真的太难了。

一切法的自性都不可成，是不是什么都没有、空空如也？

有人会这样想。对吧？但并非如此。自性不成，不会像是“容器是空的”那样。我们不是说“空即是色”吗？真正的悲，会涉及这一点。

以为“啊呀！可怜呀”就是悲心的全貌，那是幼儿园程度的悲。第二点要谈的是以上的道理。

从来就没有毒蛇——光明

第三个道理：“一切法自性光明故，应修不可得想。”

所谓“光明”，又是个很难翻译的词。“光—明”这个词，也许会让各位以为像是电灯的光那样，但光明可不是这个意思喔！

所谓的贪欲、瞋恚，都是烦恼。平时我们谈到烦恼时，别说跟光明扯上边了，它们总被认为是很糟糕的。平时，在直观思考之下，贪欲就是糟糕的、要丢弃的。然而，真正说起来，贪欲实际的本质，便是方才所说的：自性不成、空、大悲。所谓“光明”，指的是这么回事。

我想，对于初学者来说，不太容易马上懂得这个道理。

我们刚刚不是举了一个关于梦中煮茶的例子吗？现在要再回到那个例子上头去。

现在要说个更糟的梦。

假使在梦中，[某人]眼看就要被一条毒蛇咬到。在做梦时，正当要被毒蛇咬的时候，那种感受固然是一股非常强烈的痛苦。对吧？因为那真的很可怕。是吧？然而，最好的状况是什么呢？便是“从根本上就没有毒蛇”。这样一来，毒蛇从根本上就不成立，诸如被毒蛇咬、毒液这些事情，也同样从根本上便不成立。

如果毒蛇确有其事——比方在做梦过程中，梦到了毒蛇，在做梦的阶段，真的有条蛇出现，那就离奇了，而且这下可惨了，真的会很棘手。不过，这件事真正的解药（对治），就是“毒蛇从根本上就不成立”这一事实。

这段经文说的就是这个道理。

因此，一切诸法——包括所谓的烦恼，贪、瞋、痴等，这些全是光明。所以，必须不要去缘取“某些是好的”，“某些很糟糕”等。

第四个道理就很容易理解了：“一切有为法无常故，应修无所贪着想。”

平时我们总说：“诸法的自性是无常，所以内心不应起耽着。”会这么说对吧？第四个道理就是这么回事！不会有任何听不懂的地方。

心即是智慧，它就是佛

至于第五个道理就非常关键了。这是一部契经喔！是显宗的，可不是密宗喔！如果是密法，就有什么大手印、大圆满之类的。然而，此处的表达方式却与密法是相同的。

昨天我跟那位将要去逝的人，就这一部分的内容，谈得更多一些。

我们现在难道没有心吗？心是存在的。当然有心！假使没有心，不就没有讲者，也没有听众了？

经中提到：正是这个心，它既是思想者，也是听闻者、了解者、能知者——它，就是佛。

不过，此处是这么说的：“若悟心者，是为智慧，是故应修佛果不假外求想。”也就是说：如果懂得了心，所谓的心，即是智慧。

至于如何了悟心的方式，内道佛法有更多关于这方面的话语。所以，不要认为所谓的佛陀，好像就存在于佛龕或者其他任何某处。你的心——当下的这个能思惟者，它就是佛。心中无论生起什么分别念，都不要加以排斥、成立、舍弃、取受，应该要如此安住。诸如此类的话，在我们佛教里还多的是。对吧？

在说完这席话后，虚空藏菩萨等天人大众全都起身，高度赞叹道：“啊！真是太棒了！”

只能说到这里，要再多也说不来了。

问答时间

问：慧海《疏》中提到：“所谓‘临终智’指的是：诸如来往昔行菩萨行，由下至上而出生的能了知之智。”请问这里所说的“由下至上”指的是什么？是否指从资粮道、加行道一直到成佛的过程？

答：也许是如此吧？也有可能是指我们方才说的五个主题（科判）。我对此也有点迟疑。这部注释属于论典，而那些论典的注释都非常难懂。如今要我们去阅读七八百年前的人所说的话，真的太难了。请去咨询那些堪布们。我不读经论已经很久了，问我这种问题，我一时之间很难回答。佛学院的堪布们在这上头花了一辈子的工夫，他们会懂的。

问：

此经归结于：

“诸法清净性，应修无实想。

具足菩提心，应修大悲想。

诸法光明性，应修不可得。

有为法无常，应修无贪想。

心乃生智因，佛果莫他觅。”

如何看待此经结示与密续或伏藏“临终（死位）中有”教说之关联（共义）？

如果义理层次有别（不共义），彼此差异为何？

答：可能是有关的吧？也许在层次方面有关联。整体而言，《中阴闻解脱》在这方面有独到且 step by step（循序渐进）的解说，所以可能是有关的。若谈到噶玛林巴的《中阴闻解脱》，那属于密法。

密法有何希有奇妙之处呢？解说密法时，色法与心法的地位是相同的。对吧？我指的是地位、权力，都是相同的。Same level.（同一级别）

在显宗，通常色法的地位很低。寂天他们就说过，色身就像仆役，而且还说：“要给它微薄的薪资。”他说的可是“微薄”，也就是“不要给太多”喔！他说：“[如果不对色身严苛点，]会被宠坏的。薪水给得够用就行。”有很多诸如此类的道理。

然而，在密宗里，必须要给身语意同等的地位。对吧？因此，关于身体方面的道理，便显得十分重要。

有一天，当面临死亡时，身体的大种就会崩坏、消融、消散，在《中阴闻解脱》等教法当中，将这些全都说得非常细致。

讲到这里，有一点该跟译者们提一下。有个叫“闻解脱”的词。对吧？这也是个很不凡的词喔！请你们谨慎地翻译它。很多人都认为“闻一解脱”的意思是“听了就会解脱”。我并不否认这一点，这点也是正确的。

对于一个不知道这是咖啡的人来说——假使像你（口译）一样，是个有高血压、不能喝咖啡的人，但你口渴的很。这时，你想：“干脆就喝这个吧？”你如果喝下去，不是会有死亡的危险性吗？此时，突然跑出像我这样的人，跟你说：“喂！这可是咖啡呀！”你就会解脱了，因为你不会死了。对吧？就让你从[咖啡带来的死亡危险]中解脱出来了。闻解脱主要说的就是这么回事。

同样地，所谓中阴“闻解脱”，是每一句话都在指导你将会如何。例如：“地融入水，水融入火……等时刻，将会发生这样那样的事喔！”“不是别的，就是这么回事！”若能仔细聆听诸如此类的介绍，就会知道实际的状况为何，于是就会摆脱颠倒错误的处境（从中解脱）。

问：若悲心之观修，让行者愈感悲戚，觉得乐是不该得到的，如何是好？

答：比起“完全没有悲心”而言，这种状态是可接受的，也就是跟“只管自己、完全不顾虑他人”的人来比，这还是好的。

然而，这种人并未拥有更开阔的思想，表示还不懂这个临终智法门之中第三与第四点的意义。

要想：“无论如何，都要谋求一切众生的利益，都要将一切众生安置到佛的境界。为达到这样的目的，于是应当布施、持戒。”

再来，也需要考虑该如何照顾自己的身体、让自己变得更好。要善待自己。

问：临终时，我们都会经历恐惧。有什么具体的方法可以减轻临终时的恐惧吗？

答：我不知道这个问题是谁提的。对于一个已有密法实修的人来说，将会是另一回事。怎么说呢？因为有其他能谈论的话题。

面临死亡时，该如何是好？已经不需要再管到底要不要接电话了。

可能要把握三件事：随念见地、随念本尊、随念上师。

首先是随念见地。然而，到了大限来临那天，如果没有很好的实修，大概也没指望了，应该想不到见地的。

没办法这样做的话，我们也可以随念本尊。都一样的。但这也很难！那些面容、手部等征相 [也会让人很难随念] 。

那就随念上师吧！都一样的。

由于上师跟自己有连结，所以或多或少可以想得起来。

我想，如果是个密法的实修者的话，这些 [指导] 应该十分关键。

如果提问的人并不是佛教徒，或者是个初学佛法的人，届时就应该思惟我们今天谈的这些内容。

我们的症结点之一在于：认为“死”就是终了、结束，从此什么都没了。有这种想法吧？这样一来，就堕入了断灭的极端了。一言以蔽之，这就表示当事人不了解“时间的自性是无法成立的”这一点。

这就是为何佛教总是说很多“无始无终”之类的话，说到底，就是在谈“时间的自性无法成立”。平时我们会有这种想法：“现在一切都结束了”，“不过如此”，“[死后] 会归于一片漆黑”。有这种想法，不仅代表不懂佛法，也表示着不懂爱因斯坦的科学。如果 *time is relative*（时间是相对的），就不必然能够成立某个 *end*（终了）吧？

此外，大多数人仿佛都认为死亡只会发生在我自己头上，别人不会遇到。我偶而也会有类似的想法。

请注意！这种想法本身又怪得很！像我们这些人也是认为：死亡不会发生在我身上，那是他们的事。看新闻报导的时候，不是会看到乌克兰的人们过世吗？总有人会想：“他们当然会死，我才不会死。”

所以，提到“会死的人”时，必须要想到：死亡并不是只落在我自己头上，所有人都有这么一天。

再来，无须赘言，身体是会消亡的，但还有个能思惟、能知、能感受者一

—那个“正在感知者”。你们就算不是佛教徒，也应该记得这个（正在感知者），不要忘记它，要去观察它到底是怎么一回事。心不要散乱到其他地方去。〔届时〕可是会散乱的喔！

〔死亡的时候〕就算听到微弱的声音，也足以导致散乱。例如：想到那些未竟的工作。又如：在你的计算机里面，可能储存着那些别人一旦看到，就会令你羞愧的图片，〔临终时〕也许你会想到：“呀！说不准那些图片会被别人看到。我忘了 delete（删除）呀！”到时候可能会发生这类的情形。不要去想这些事。要将注意力放在那个感受、了知上头。

但你们用不着担心，不用急着今天做处置，因为有些人每天都在删除〔计算机档案〕。那些其实没什么大了不得的。

问：光明是不是那个无分别的心？

答：它们的基是相同的，只是面向的差别。

问：那么，如何区别无念和光明？

答：讲到无念，无念与光明，

如果所说的无念（没有念头），是指诸如昏厥那样的状况，那么二者是有别的。

问：光明是否意味着明觉的心，而不是光亮？

答：正是如此！理解得很好。

也许应该要从所谓的“觉知”、“知晓”的角度去理解〔光明〕。

我举贪欲为例。该怎么界定所谓的“贪欲”？比方说，生起了“来吃个蒸饺吧”这样的贪欲，于是，当闻到蒸饺的气味、看到蒸饺的样子时，口内就会分泌唾液。对吧？不过，对蒸饺的贪欲只算是小小的贪欲啦！贪欲还多着呢！



在某部经典——应该是《忏悔经》（也就是《三蕴经》）——当中好像有这么一段：“在一切烦恼当中，最难断除的就是贪欲。”但这可不代表应当将贪欲看成毒物。为什么呢？因为贪欲也有益处。“我要证得佛果”这种想法本身也是一种贪欲，我们也必须承认：对上师、僧伽的欢喜心，也是一种贪欲。其他则以此类推。

所以这“贪欲”呀，好处可多了。这是一方面。

再来，所谓的“贪欲”，并不是一个物品。它不像口罩，它不是 material（物质），既不是石头，也不是树木。

来谈谈贪欲本身的 ingredients（成分）。例如，咖啡饮品真正的成分是咖啡豆、水这些东西，对吧？贪欲也有它的制造成分。是吧？它真正的成分，就是那个“明了、觉知”——因为它的本性是心。对吧？而这个“明了、觉知”（心）非常的重要。是吧？所以，经中谈的光明就是这个。

就这样吧。今天是周日。不是吗？在周六、周日，有很多重要的事情要办。就去办吧！