

访谈： 《大成就者之歌》

Interview on *Blazing Splendor*

海蒂·寇普 采访

艾瑞克·贝玛·昆桑

| 完整文字记录 |

鸣谢主办方：绿度母三胜法在线禅修课程

访谈主题：《大成就者之歌——祖古乌金仁波切灵修回忆录》

访谈时间：2020年8月22日

访谈方式：Zoom 在线会议

中文译制、字幕：绿度母三胜法团队

海蒂：艾瑞克，我十分高兴你有时间为《绿度母三胜法在线课程》进行这次访谈。而且今天是这么吉祥的日子，是祖古乌金扬希仁波切的生日。

你可能知道，三胜法学员有一个读书学习小组，已开始学习《大成就者之歌——祖古乌金仁波切灵修回忆录》。当我得知他们选了这本《大成就者之歌》来读时，我非常高兴。就像我多次告诉秋吉尼玛仁波切的那样，这是我生命中最重要的一本书之一，我肯定读过不下七遍，现在我又在读它，只因为它鼓舞、深化了我的修持，而且确实极大地激发出我对这个传承的虔敬心。

特别是在我闭关时，这本书对我的修持非常有帮助。尤其对我们三胜法的学员来说，了解这个伏藏法的传承上师至关重要。进入末胜法阶段后，我们每天都要祈请传承上师，而《大成就者之歌》非常有助于激起对传承上师的信心和虔心。

所以，艾瑞克，我发自内心地感谢你写了这本书，让我们大家都能读到它，感受到与秋林德萨的密切联结。这让我想到第一个问题：**是什么令你写下这本书？它是如何产生的？**

艾瑞克：编写《大成就者之歌》这本书，从我开始写直到它出版，耗时 25 年。

这件事始于祖古乌金仁波切在德国住院之时。邀请仁波切来德国的人是安德里亚斯·克雷奇马尔。当时仁波切在做眼部手术，期间不能行动。医生做完一只眼睛的手术，就开始对另一只眼睛做手术，所以有段时间，仁波切的双眼都被遮住了。他只能做一件事，就是仰卧在医院的大床上，什么也不做。

于是安德里亚斯想到找一个小话筒，像过去那种领夹式话筒，把它悬挂在天花板的灯上。话筒在仁波切的脸庞上方，有这么一段距离。然后我们可以陆续向他提问。

我们首先问的是非常简短的《秋林德萨传承祈请文》。这个祈请文从秋吉林巴尊开始，接着是蒋扬钦哲尊等等。然后他就讲解每一句那七个或九个音的含义。但是很快他开始讲起了故事。

于是我们想多问一些关于这个传承所有上师的事。你知道他们不全是男性，其中有两位女性，事实上是三位，如果算上耶喜措嘉的话。因此我们的传承是少有的，非男性沙文主义的传承之一。

仁波切没有顾虑地谈论他见过的上师和他祖母见过的上师——基本上是《大成就者之歌》里，我们能读到的所有上师。在祖古乌金仁波切和书里提到的不同上师之间，最多只隔了一个人。他能够模仿他们的声音，模仿他们的仪态，因此那是非常生动的讲述。

几年之后，我感觉这些谈论可以扩充为对整个传承的阐述，但是他对自己只字未提。于是我带了礼物之类的去问他：“您可否谈谈自己的生活，这样就能成为一本传记。”他马上回答：“绝对不行，我对出版自己的传记没有兴趣。因为我不能称为拉千，我不是重要的喇嘛。”

他真的不想出版任何关于他个人的书。我能让他谈到自己的唯一办法是谈及其他上师。阅读这本书的时候，你能看出它主要是他对其他上师的回忆。

然后有一些细节，可以说是我像这样挤出来的。比如抓着他的衣角问：“请问您有几个孩子？某事发生时您在哪儿？”那就像是在推一块巨石，因为很难让他做他不想做的事。但是在麦克·特威德和玛西亚的帮助下，我们最终得到了很多细节。

然后和戈尔曼，尤其还有戈尔曼夫人一起，我们最后汇总、编辑了所有内容，将之出版成书。前后用了 25 年。我本想把所有照片都印成大幅彩照，但是没有办到，或许以后的版本会有彩照。

目前这本书的藏文版正在译制当中，译者是一位在博达纳读过佛学院的人，和秋吉尼玛仁波切在囊谦的堂表亲（侄子）。总之，仓萨祖古会负责藏文版的制作。他们会根据我们早先在医院录的磁带来做，还会补充其它很多他们记得的内容。

但我遵循的一个重要原则是：我们只把祖古乌金仁波切自己说的话写出来。只写他自己说的话，别无其它。只有脚注是我写的，除此以外，整本书都是祖古乌金自己说的话。

所有我记得，但是没有被录音的故事，不幸地没有在这本书里出现。

这本书就是这样产生的。出版至今，我不知道这本书现在有多少种语言版本，我想有很多。

海蒂：艾瑞克，非常感谢你的解释。似乎祖古乌金仁波切相当不情愿把他的生平事迹出版成书，对吗？

艾瑞克：是的，所以我们等到他圆寂后才出版。

海蒂：听你说了这本书的由来，我也明白了一些事。我在读这本书时总是在想：“为什么没有关于他妻子的内容？她是一位如此有殊胜成就的修行者。”我想这应该是出于同样的原因——即他故意避而不谈。出于他的谦卑，书中没有太多关于佛母的内容。

艾瑞克：有四分之一页的内容，讲到她修了很多遍前行，她连续多次布施了自己的一切财物，让她家人很生气。所以她家人说：“不能让她有任何东西，因为她只会把它布施出去。”祖古乌金仁波切还说，佛母有很美妙的嗓音。那些是他主要讲到的事。

海蒂：对你来说，这本书中或祖古乌金仁波切讲的哪个故事最鼓舞人心？

艾瑞克：没有某个特别的故事，更鼓舞人心的是那种氛围。因为多年以来，每当我整理、阅读、重读和修正书中的文字，我都能感受到这本书的氛围——一种巨大的谦卑，而且那就像是和他在一起。

当你整理一位老师的话语，试着把它们变成文字之时，那就像是你和这个人一直在一起，那是最棒的体验。因为我感到他一直在我心里，或者说他的话语一直在我心里。那是无法回报的。

海蒂，当你编写秋吉尼玛仁波切的传记时，你会发现这一点的。而且你有很好的、很大的团队，对吧？

海蒂：好吧，艾瑞克，谢谢你在三百人面前提醒我（笑）。看来祖古乌金仁波切讲过的一些故事没有包括在这本书里。**你是否愿意分享一个没有收录在这本书里的故事？**

艾瑞克：当然愿意，有一个对我很有帮助的故事。

祖古乌金仁波切在 1981 年访问了吉隆坡的老噶举中心，那次来的人如此之多，前所未有，活动只能放在室外举行。他坐在院子里的法座上，环顾了一下四周，点点头说：“嗯。”然后他开始讲述一个禅修者的故事。

这个禅修者住在囊谦和德格交界的地区，他没有得到适当的指导，就决定去进行长期闭关。祖古乌金描述那个地区的人就像牦牛一样，头脑不太灵光，而且一旦心里有了一个想法，无论如何都会坚持到底。所以他们要么变得非常好，要么变得非常坏。在那个地区，人们说那种人要么成为土匪头子，要么成为成就者。

这位禅修者就是那种人，而且他很爱自己拿主意。他想：我得到过一点教法，我只要修持那个就好了。

于是他在一个山洞里坐了两、三年，然后在修持上，他开始有一些不寻常的征兆。比如，他可以坐很长时间都不呼吸——不是屏住呼吸，而是呼吸消失了。据说当你深度放松时，全身之气都会自然汇入中脉，可能他就是那样的情况。他还能提前很久预见他的施主何时会来，因此他可以准备茶。此外，他可以连续七天打坐不吃东西，甚至连一杯水都不喝。

他对自己的成就颇有一点自傲。他想：“可能附近极少有禅修者达到像我这样的高度。我不仅能不费力地长久住在禅定中，还能了知他人的心，而且乐、明、无念这三种禅修觉受几乎从不间断。我要找人确认我的证悟。”

他听说有位来自德格的上师（第一世）蒋贡康楚正旅经此地。他想：或许他是我可以信任的、能确认或认可我的证悟水平的人。于是他走下山，花了几天时间最终得到蒋贡康楚的面见。

他走进去，作为一个骄傲的康巴人，他没有躬身行礼，只是一屁股坐下去，因为他觉得他们两个水平相同。他坐在房间里，开始诉说他的日常禅修体验：不间断的乐、明、无念；一周不吃不喝都轻而易举；身体充满大乐、没有任何痛苦；可以了知他人的心…

在他说到每个细节时，蒋贡康楚都会把手放在头上，好像很痛苦一样，说：“噢，不，不！”

当他说“我的禅修完全不受念头干扰”时，蒋贡康楚会说：“噢，不，糟透了！”

对话一直那样持续，直到他开始怀疑：“或许这位上师还没达到我的水平，因此他现在可能有点嫉妒。我正在令他觉得不舒服。”

由于蒋贡康楚最后什么话也没说，他想：“这是在浪费时间，我的成就比这个康楚高很多。我这就离开房间回去吧，他给不了我要的帮助。”于是他一路走回自己的山洞。

但是这次他对自己不太有信心了。经年累月，他只是坐在那里，对这个康楚越来越恼火——这个康楚甚至没有被触动，也没有双手合十什么的，他只会说“噢，不”“噢，糟糕”或者“真要命”。

因此，三年之后，他烦恼不安以至于无法禅修，更不用说他曾有过的乐和无念的觉受了，现在他心里只是一片混乱，无法放松安坐。

他想：这个人毁了我的证悟。现在他不再称之为“证悟”了，他只是说他内心的平静被这个上师破坏了。于是他想：我得去找他，向他抱怨。

一段时间后他听说康楚又要途经这里——我想康楚是在从中藏回来的路上，从囊谦或德格去中藏然后返回，不管骑马或走路通常都要三年。于是他又走下山，最后得到了蒋贡康楚的面见。

他开始诉说，他曾有的禅定——广大的寂静、澄明——是如何被毁掉了。蒋贡康楚却说：“很好。”

他又说：“我曾经可以一周不吃不喝，长时间不呼吸——现在都不行了。”蒋贡康楚说：“好极了！”

他还说了其它种种细节，比如“我现在无法了知他人的心了”。我不知道他以前究竟能否做到，但他印象中原先可以，现在不行了。蒋贡康楚说：“非常好，非常好。”

于是他想：“这个人很高兴我的证悟被毁掉。他可能什么成就也没有，只是到处去化缘。但是至少我曾经让他感到不舒服，对此我很满意。”

最后，蒋贡康楚还是什么也没说。他坐在那里，本想说：“难道你就不能帮帮我？”但

是他讲不出口——一个人傲慢的时候，要让他请教一个问题都非常难。于是他再次走了出去，在走之前，他对康楚说：“那你对我有什么建议吗？你肯定从你的上师那里听过些什么。”

于是蒋贡康楚对他说：“什么都不要做，也不要散乱。”

他回去之后就依此照做。不知是否又是三年之后，蒋贡康楚再次经过那里。在这段时间里，这位禅修者没有任何特别的觉受，他只是变得非常安定、不散乱，但没有特别的高峰体验，像是致幻剂带来的那种高峰体验。于是他再次回去见蒋贡康楚——最后一次。

蒋贡康楚很高兴见到他。康楚说：“你来了，很高兴见到你，因为这将是我们的最后一次见面。你现在有了进步的基础。之前你太满了，我甚至无法告诉你任何东西。现在你只需保持那种稳定，之后你会得到非常大的进步。”于是他得到了一些进一步的教法。

祖古乌金仁波切的结语是：此人后来成为很重要的禅修老师，教导了几千人。我不知道他去世时是如何离开身体的，但是他成为了一位非常卓越的老师。

而我从中学到的是：哪怕一个人非常傲慢自大，仍然有一些可能性是开放的。

海蒂：谢谢你，艾瑞克，你的话很鼓舞人。这是个美妙的故事，多谢你的分享。

当你开始成为佛法学生时，听到祖古乌金讲的关于神迹和高度证悟的故事，你的反应是什么？你觉得被它们激励吗？还是真正激励你的更多是其它东西？

艾瑞克：我早年就读过密勒日巴和莲师的传记，里面全是难以置信的事迹。而且我是丹麦人，你知道，丹麦人头脑相当简单。因此对于神迹，我个人从来没有任何问题，根本没有。我理解它们的方式，就是不试图去理解它们。为什么一切都应该符合我脑袋里预想出来的宇宙？所以我会保持开放。

我相信你们很多人都体验过在学校里未曾教导的东西，如果我们把一切都局限于书本上或学校里的学习，那么证悟之道就不存在了。在证悟之道上，几乎每月或每年，我们都必须开放自心至新的水平和视野。某种意义上，我们平常的推理能力根本不足以深入证悟之道。

因此我完全愿意开放聆听各种故事，不一定要判断自己相信与否。这不是那么重要。

海蒂：是的，这很有意思。因为我们有些学员读到这样的故事深受启迪，有些就只觉得太过了，太难以接受。你的建议是可以不置可否，不要试图去理解它们？是这样吗，艾瑞克？你有什么建议？

艾瑞克：让各种可能性并存。有些我们现在不理解的事情，或许以后我们会明白。

在我们这个区域不常见到有人能在水上行走……在西藏康区有很多人能在水上行走，但我一生中只见过一位。

海蒂：真的吗？

艾瑞克：对，我没有看到他在水上走，但是有这个人，我见过他。他还活着，住在锡金，他现在很老了。他是多竹千仁波切。

在他小时候，确切地说他不是在水上走，而是他一个小孩子在一条汹涌的河流上来回踏浪滑行。但是对思想非常保守的人来说，就算亲眼看见他们也不会相信。

海蒂：是的，他们会以另外的方式去理解，他们不会打破自己的狭隘观念。

艾瑞克：但是，从另一方面来说，如果有人不想相信这种事，我不会强迫他相信，一点也不会。

海蒂：是的，那没有意义。艾瑞克，我听秋吉尼玛仁波切说过很多次，当你来到寺院时他和你的初次相逢。但是我从未听过，**你来尼泊尔后，是如何遇到祖古乌金仁波切的？**

艾瑞克：我很快就遇到他了，因为当时博达纳的寺院正在建造，那是 1975 年的春天。祖古乌金仁波切从一开始就在那里，我只是不知道那是他。我坐在那个小的宁玛派护法殿的地板上，就在他旁边，他正在塑一尊祥寿佛母像。我想：“这真是一位了不起的工匠。他没有任何线稿也能塑造出一尊佛像，他凭空就塑造起来，而且每一步都是完美的。他肯定一辈子都在塑像，所以才这么熟练。”

当时我觉得他年纪很大，多年之后我仍然觉得他年纪很大。但他没有变老，他没有改变。他看起来还是一模一样。

几个月之后，我去向秋吉尼玛仁波切告别，因为我要去大吉岭，也可能是去锡金。他说：

“你也要向我父亲告别。”我不知道他父亲也在，也不知道他父亲是一位上师。我想他一定是喜爱自己的父亲，才要我也向他父亲告别。这好像是我必须向他全家人告别。

祖古乌金正站在大约 20 米开外。秋吉尼玛仁波切说：“他就在那里。”于是我手捧一条皱巴巴的、价值两卢比的白色小哈达向他走去。

那时候我也见过其他喇嘛，他们总是会把一只大手放在我头上，或者用一本书敲我的头。因此当我低头的时候，我期待他也会这样做。但是什么都没发生，没有拍头之类的，什么都没有。

于是我抬起头，看到祖古乌金的头正在我眼前——他也在向我鞠躬。当时我觉得非常尴尬。然后不知道是谁从后面推了我一下，我们的额头猛然碰到一起。他的额头很大，我的也是，所以很容易就碰到了，不可能不碰到。这让我深深地感到，这个人没有自负或傲慢。

之后的许多年，我发现他对每个人都行碰头礼——不只是对喇嘛或修行人，甚至对普通人也是这样。他不把自己凌驾于任何人之上。我认为那是他非常令人喜爱的品质之一。只是很久之后我才明白，那其实表达了他对法与众生的见地，即每个众生在最深的层面上都是平等的，没有高低之分。那是打动我的一点。

海蒂：真美，艾瑞克，谢谢。那么最初三个月你主要跟秋吉尼玛仁波切学习，之后你才感到与祖古乌金仁波切有真正的联结？

艾瑞克：对，当时祖古乌金仁波切在西方还不为人所知，没有人听说过他，甚至在尼泊尔他也不太出名。

他们一群大约十个喇嘛开始建造一些小寺院，他可能是其中最晚的一个，因为他其实不想建寺院，但第十六世噶玛巴不断催促他，于是他终于开始建了。他去了东南亚，在新加坡遇到一位功德主，然后他把所有的钱带回来，买了一些地，还开始买砖、水泥、铁片。他说，藏族人的风格是把所有的钱都用来买建筑材料，钱花光了再去找，就像这样。没有去银行、立项并且承诺要在多少个月之内完工，而是一种顺其自然的建造方式。

那时我以为他只是建造寺院的工匠之一。他还在寺院柱子上绘制天城体书法，为此他做了所有描图纸——那种带有小孔的透明纸，可以洒上颜料粉。喷洒颜料之后，其他工匠

只需要把点与点之间连起来。所以我当时感觉他是个工匠，也是秋吉尼玛仁波切的父亲。

我从一位丹麦朋友那里得知了秋吉尼玛仁波切的名字，我想你见过那个朋友，他叫杰克，后来去世了，但我没听他说过祖古乌金仁波切。因此几年后，当秋吉尼玛仁波切对我说“现在你必须去我父亲那里接受教法”，因为有之前的那种印象，我有点惊讶这如何可能。

海蒂：直到后来你去纳吉贡巴时，才开始跟随祖古乌金仁波切学习？

艾瑞克：是的。在那之前，为了求法我只见过他一次，在阿修罗洞。

那时有个美国人耶喜多杰住在那里。他对我说：“这里有位伟大的喇嘛。你得帮帮我，有你作为借口我就可以进去了。否则我不敢再进去，我已经问了太多问题。但现在我可以，是你要问问题。”

我们走进的时候，祖古乌金仁波切坐在一个草编的地垫上。他一条腿稍微抬起，一只手放在膝上，另一只手略微撑在身后，看起来非常放松。他穿着布裙，一整块布围裹在腰间的那种，上身穿一件很小的衬衣。

他只是坐在那里，看起来非常平常。我们进去时，他没有任何特别的表情，也没有问“你是谁”之类的。耶谢多杰说：“这个人有一些问题要请教。”虽然我没有任何问题，但祖古乌金仁波切径直开始教导。

在那次会面中我忽然明白：这个人完全知道他所讲的东西。他在讲心之本性，但未必称之为“心之本性”。我记得他说了一句话：“要像一块烧热的铁板那样——无论多少雪片落在上面，它们一碰到铁板就即刻消融。”

我心想：“哇！他看上去就像在讲解一个在他手心里面、触手可及的东西。”他不是重复一些熟记于心的教法，或是引述其他人说过的话。他只是在解释他的当下所见，就像我们面前的屏幕一样显而易见。

那真的深深触动了我。当时我已经买了机票，正要去机场，无法再过来听更多开示。于是我在心里发誓：一定要再次见到这个人，并且从他这里接受教法，因为这就像从一泓纯净的、未经稀释的山泉中直接啜饮。

当我回到尼泊尔时，我问“他在哪？”却被告知他已经开始三年闭关，任何人都不见。

海蒂：所以你不等不等了三年才再次见到他？

艾瑞克：是的，所以我忙着做其它事，比如学藏语，我不想下次还通过翻译来听法，那样的话我得到的可能只有十分之一。所以那些年我真的想要懂得藏语。

与此同时，我从秋吉尼玛仁波切那里接受教法。他开始用藏语教导我，那是在北印度的敏珠林寺。他只讲藏语，但讲得缓慢、清晰——你知道他讲话多么清晰，很难找到谁讲话的声音像我们秋吉尼玛仁波切那样清楚、完美。

从在印度的首次会面起，他就让我为丹麦朋友雅克博·莱斯利翻译。仁波切每隔一天会讲解半页，然后我回房间为雅克博逐字翻译，那非常令人享受。仁波切那时候非常慷慨——当然，他现在也是。像那样花时间跟学生在一起是很慷慨的，他确保学生能够理解，让学生有机会就每一个字提问。

也许对他来说这很烦人，但是我不愿随便接受其他人讲解。我很骄傲，所以我不想接受随便某人对高深佛法术语的讲解，我要确保亲自从一位仁波切或禅修者那里听闻讲解，这样我才能确信我是否必须把它传达给其他人。我得有那种确信才行。

为了确保学生能理解，秋吉尼玛仁波切一直都极为慷慨。你知道的，对他来说学生的问题没有不重要的。

海蒂：是的，没错。艾瑞克，你跟秋吉尼玛仁波切密集学习了三年之后，当祖古乌金仁波切出关时，你就开始为他做翻译吗？

艾瑞克：不是马上。事实上，在他结束三年闭关前，我就见到他了。

我从加德满都北部山区回来时，可以说已经对心之本性有了相当“稳固”的见解。我想这让秋吉尼玛仁波切不太高兴。因此每当他说到“俱生智”时，他就会看着我的眼睛。我觉得非常不自在，因为我知道这个词是什么，但是我不理解它的含义——只懂字面的意思，但没有体验上的理解。而且就算我有所体验，我也没有和心性联结，从而知道那就是他所说的意思。

在某次开示结束之后，他有些担忧地看着我，因为我只会在嘴巴上讲，我能为其他人翻

译，我能理解他讲的关于心性的大部分内容，但我翻译的只是词语，不是含义。

终于，他担忧地看着我说：“我想你必须去见我的父亲。”就像是一个医生，遇到了相当棘手的癌症病患——“你必须去找专家看看”。

于是他写了一封信，我被允许进入祖古乌金仁波切的闭关房。那些照顾祖古乌金仁波切的尼师们看着我的样子好像是说：“这个让我们上师不得清净的不速之客是谁？”为了不干扰到祖古乌金仁波切，她们用烟把我全身熏了一遍，最后才总算让我进去。

然后他开始给我指导，但大多数指导是以问题的形式给予的，我完全不习惯那种方式。

我从卡卢仁波切或其他上师那里学习的时候，他们会给长篇开示，然后译者会进行翻译，我们听完后就走了，没有机会问任何问题。你应该只是听着，而且完全像《普贤上师言教》里所说的那样来听闻，基本上就是那样，不会谈到你自己的体验。

但是祖古乌金仁波切不是那样，他会抓住你。我们经常坐得极近，面对面距离大概 20 厘米。他要确保你完全理解他在问什么，然后你必须给出一个回答。

我必须给出一个回答，而不是他会回答我的问题。那真的非常美妙地把一切都颠覆了。你会有三天或一周的时间去思考那个问题，然后你可以回来给出回答。他要么会认可你的回答，要么会否定它，然后在此基础上给予更多指导。这是完全不同的教导方式。

海蒂：真是令人惊奇。艾瑞克，谢谢你的分享。我希望你以后会再来回答我们的问题，这对三胜法所有修持者都极有帮助。我还想知道，你对我们三胜法修持者有什么建议吗？你自己也从祖古乌金那里得到了三胜法所有灌顶和教授，也从阿帝仁波切那里得到了教授。你有什么想跟我们分享的吗？

艾瑞克：是的。有一句话秋吉尼玛仁波切提过几次：“佛陀所有层次的教法皆为直指心性的指导。”区别在于我们的态度。如果我们学法是为了获取知识，那我们得到的就是知识。如果我们学法是为了得到启发和加持，那我们得到的就是这些。如果我们把始于“诸法无常”的所有层次的教法，都视为对我们当下体验的直指教授，那即会是我们的所得。

所以请把所有层次的教法都视为直指心性的指导，不是只有大圆满和大手印才是。

海蒂：好的，非常有帮助，谢谢你，艾瑞克。无论什么层次的所有教法，我们都应视为对自身体验的直指教授，真的要记住这一点。艾瑞克，非常希望你能再来分享经验，这非常启发人心。

艾瑞克：我很乐意这么做。我有一个新原则：不要说“不”（笑）。不像南希·里根，她的口号是：[对毒品]只要说“不”——那是以前的事了。

非常感谢大家，尤其是海蒂，关于《绿度母三胜法》你们做得非常好。从你们初次对我展示这个课程至今，我想它一直进行得很好，因此非常感谢你们，也感谢其他所有参与这项工作的人。尤其是那些把这个法门应用到日常生活中的人，万分感谢你们，因为那样才会带来真正的利益。

海蒂：艾瑞克，非常感谢你，希望很快能再见到你。