

## 西藏中心邀格西談慈悲

學校要聞

【記者余浩銘淡水校園報導】本校西藏研究中心於上月23日在商館B302A舉辦「圓滿的慈悲特別講座」，邀請到南印度色拉味佛學院KHENSUR LOBSANG RABGA仁波切、拉然巴格西Geshe Gelek、喇嘛尼瑪等6人來校，近60人與會聆聽。首先由前任校長張紘炬開場介紹西藏中心成立緣由，仁波切則以西藏語開示，表達很高興來淡江介紹藏傳佛教。接續由Geshe Gelek以「圓滿的慈悲與智慧」為題，解說慈悲與萬物間關係密切，慈悲來自於同理心，避免傷害萬物，智慧則是善待萬物的方法，運用智慧達成慈悲。

他表示，「慈悲可以透過禪修、打坐等途徑達到，且修行可以讓心靜、思緒清晰，亦讓判斷力敏銳，進而正確決策。」聽眾特別關心修行對腦力的好處，亦對心靜方法感到好奇，Geshe Gelek回應「不用刻意抑制雜亂的思緒，隨意念發想即可。」

中心主任吳寬於會後分享修行三十多年的經驗，她解釋修行如同早上的陽光照進房間、照亮地上的灰塵，藉此看清楚內心中雜亂的思緒，且只須心靜思緒即能沉澱。活動尾聲，由仁波切進行加持，並贈送哈達給每位受加持的聽眾，而善於占卜打卦的尼瑪亦為聽眾解惑，不吝回答師生感情、事業等提問，現場互動氣氛熱絡。（攝影／黃國恩）