



SIDDHARTHA'S
INTENT

宗薩欽哲仁波切 與 藥師寺寬邦 的對談

時間：2025 年 9 月 28 日

地點：臺北 醒醒音樂節

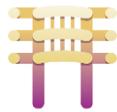
翻譯：西遊譯文

© 悉達多本願會版權所有

本文版權屬悉達多本願會所有。讀者僅可為個人學習之目的而複製、保存。

除非取得悉達多本願會的正式授權，不得以營利或非營利的目的，複製、印刷、

出版、翻譯或製作衍生作品（例如錄製有聲讀物）。



SIDDHARTHA'S INTENT

仁波切：剛才太精彩了！我還蠻開心，剛剛設備有問題，因為這樣你就必須清唱一曲。

寬 邦：謝謝，謝謝！

仁波切：剛才那是一首浪漫歌曲嗎？

寬 邦：啊，是有一點浪漫。

仁波切：我很開心你會唱浪漫的歌曲。

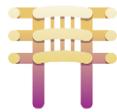
寬 邦：非常感謝！

仁波切：總之，從前像我們這樣的人會被尊崇為尋求真理的人，如今不知怎的，我們卻被貼上佛教徒的標籤。而且不知何故，尤其是在華人之類的社會中，佛教徒被認為有點死板、崇尚道德和嚴守清規。因此，我一直是你的大粉絲。

我知道日本有些僧侶在澀谷開了一間酒吧，那些調酒師都是僧人，是非常時髦的酒吧。如果在座各位有去澀谷的話，應該去那個酒吧。我還知道紐約有一位日本僧人在做化妝的工作，是一位化妝師，為很多名人化妝。而現在你在做這些音樂，我實在備受鼓舞，因為我們已經被認為是應該要放進博物館裡的東西了，你卻帶來一種非常新鮮的方式來親近佛法，為此我非常感謝你。

寬 邦：謝謝，謝謝。

仁波切：我非常喜歡你的衣服。



SIDDHARTHA'S INTENT

寬 邦：我也喜歡您的衣服。

仁波切：你有穿內褲嗎？

寬 邦：有的。

仁波切：是優衣庫嗎？

寬 邦：是的，我愛優衣庫。

仁波切：總之，今晚將會非常有趣，我們有三位翻譯，所以會有三倍的語義丟失，其實這反而會變成好的翻譯。

你是從什麼時候開始想要做音樂的？

寬 邦：我是從國中的時候開始做音樂。

仁波切：所以你上的是佛學院還是普通大學？

寬 邦：我上的是普通大學的工商管理系。

仁波切：哦，那你學過經濟。

寬 邦：我學過經濟學。

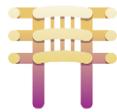
仁波切：我完全不懂經濟學。

寬 邦：我也不太懂經濟學，經營學我也不太懂。儘管讀了四年大學，我還是不明白。

仁波切：但我必須問你這個問題：好的經濟是不是等同於糟糕的環境呢？

寬 邦：我覺得應該是這樣。

仁波切：所以經濟其實也沒有那麼好，對吧？



SIDDHARTHA'S INTENT

寬 邦：歸根結底，大家都應該追求平衡的生活。

仁波切：好，現在回來談音樂。你是怎麼想到演唱《心經》的？因為對於歌唱來說，《心經》可能是最無趣、枯燥、深奧的東西了。

寬 邦：這部佛經很無趣？真的嗎？在日本，《般若波羅蜜多心經》是最有名的佛經。

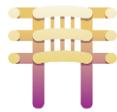
仁波切：你知道，寺院裡念誦的那些東西、那些佛經，尤其是現在，人們認為它們非常枯燥無趣。誰會想聽「無眼，無鼻，無舌，無.....」？誰想要聽這個？

寬 邦：確實如此。即使我們說「無眼無鼻無舌」，人們也可能會想「誰會相信這個呀？」

仁波切：是什麼觸發你將《心經》製作成如此優美的音樂？尤其對我來說，它非常引人入勝，非常動人，把我帶到某個狀態中。

寬 邦：創作這段音樂的靈感，最初來自我在修行過程中與很多僧人一起誦經時所感受到的情感，十人、二十人一起念誦《心經》的時候，心會開始覺得非常寧靜。我其實一直都在參加合唱團，從學生時代起，我就很喜歡 Boyz II Men，所以我一直覺得能夠使用自己的聲音、用合唱方式誦經會很有趣，一開始是出於好奇心來做這件事。

仁波切：我剛剛也聽到你用漢語唱了《心經》。你覺得你下次可以用梵語和藏語唱誦嗎？



SIDDHARTHA'S INTENT

寬 邦：我會試試看，我會嘗試梵語。天哪！我不小心脫口而出，我竟然說出來了！但我會加油，我會盡我所能。加油！加油！

仁波切：當你開始做這些音樂時，日本的其他住持和僧眾們是支持的，還是不以為然的呢？

寬 邦：可能有些長輩會覺得「你到底在做什麼啊？」

仁波切：我真的非常感謝你的勇氣和決心。

寬 邦：那感覺有點像是跳下懸崖，感覺像是高空跳傘。

仁波切：你會考慮用 K-pop 這類音樂來唱誦《心經》嗎？

寬 邦：我會試試看，我喜歡 K-pop。

仁波切：我記得你喜歡 K-pop。

寬 邦：我是喜歡。

仁波切：我甚至不知道他們的名字。你能告訴聽眾一些名字嗎？

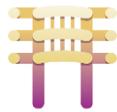
寬 邦：NewJeans、Twice 等等。

仁波切：我真的希望並祈願你這麼做。

寬 邦：我知道了，我會試試看。

仁波切：我相信這裡和別處有很多人非常想要支持這個。

寬 邦：我會加油的！



SIDDHARTHA'S INTENT

仁波切：當你演唱佛頂尊勝佛母陀羅尼，還有之後的安可曲釋迦牟尼佛心咒「牟尼，牟尼，摩訶牟尼……」的時候，我個人有很多感觸。

寬 邦：其實那首歌是受到仁波切的啓發，我對您有著深刻的回憶，

仁波切：是的，那是在疫情期間，我為了讓人們快樂而請求你做那個唱誦，而你一下子就做出來了。我當時以為可能要花幾週的時間，但是你非常快就做出來了。

你聽鄉村音樂或爵士樂嗎？

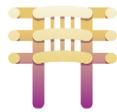
寬 邦：其實我喜歡鄉村音樂。

仁波切：你最喜歡誰？

寬 邦：鄉村音樂？The Band。您知道他們嗎？其他還有 70 年代的 AOR，他們是創作型歌手，我也喜歡史蒂芬·畢肖普。

仁波切：接下來是稍微嚴肅一點的問題。身為佛教徒，我們覺得佛教可能是最先進、最科學、最理性的，但不知為何，總的來說，尤其是在往昔曾經是佛教國家之處，例如日本、韓國，尤其是比較年輕的世代，他們似乎將佛教摒棄為某種過時、古老或迷信的東西。我們應該做些什麼，才能真正有所提振呢？

寬 邦：這是一個很困難的問題，因為實際上日本的寺廟也正在縮減，數量正在變少。如今在日本，有很多年輕僧人也在進行大量的工作，像是開酒吧的僧人，或者像我是在唱歌——也有其他僧人從事音樂演出，例如也有參加今天活動的赤阪先生——然後也有些僧人在做「落語」（單



SIDDHARTHA'S INTENT

口相聲)。他們正在嘗試運用很多不同方法傳遞佛法。歷史上，日本一直能夠自由蛻變並融合不同文化而讓自己得以發展，因此我也希望我的活動能夠用一種自由的方式，連結佛教和下一代人，

仁波切：你知道，我的數學非常差，我的數學不好。

寬 邦：我的數學也很差。

仁波切：但我之前做了一點計算，我認為我們還需要再多四個你，那麼我想佛法、佛教就沒問題了，因為我在什麼地方讀到過，有五千萬人在看你的 YouTube，這比所有藏族喇嘛加在一起還要多！

寬 邦：非常感謝您！

仁波切：你什麼時候來印度呢？

寬 邦：啊，我想去印度。上一次是兩年前？

仁波切：上次我邀請你去菩提伽耶。

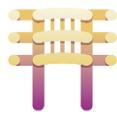
寬 邦：是的，我去了菩提伽耶。

仁波切：你在菩提樹下演唱了一些美妙至極的咒語音樂。

寬 邦：是，對我來說也非常美妙，那時我自己也很感動。

仁波切：而且我帶你去了一些非常糟糕的餐廳。

寬 邦：真的很好吃，很美味的印度香飯。



SIDDHARTHA'S INTENT

仁波切：但至少我是在演出之後才帶你去的，因為我不想讓你在演出之前生病。

演出之後，我想也許生一點小病也沒關係，但我當時是有點擔心你可能會生病。

寬 邦：我真的完全沒問題。

仁波切：你演唱了多少陀羅尼或咒語？

寬 邦：可能有十種——或者不是十種，而是十五種陀羅尼？但是就編曲的版本而言，大約有一百首。

我今天唱了兩首新的陀羅尼，一首是佛頂尊勝佛母陀羅尼——你們是今天第一次聽到的唷！還有往生淨土陀羅尼「南無阿彌陀佛…」，也是第一次在臺上演唱。

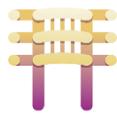
仁波切：總之剛才實在是太棒了！非常感謝你。請你務必繼續做這些。甚至只是讓人忘記壓力和痛苦，哪怕只是幾個小時，也是值得的，而且是用這些非常非常深奧的咒語。

寬 邦：我會的，好的。

仁波切：最後我有一個禮物要給你。我是代表這裡所有人送你這份禮物，我想它叫作「檳榔」。

寬 邦：這是什麼？檳榔是什麼？

仁波切：我認為你不應該現在吃這個。



SIDDHARTHA'S INTENT

寬 邦：是不好的東西嗎？

仁波切：嗯，我覺得醫生不會喜歡它。

寬 邦：好吃嗎？很好吃？可是看起來好像沒有很好吃，或許最好不要吃？

仁波切：但是送你這個是有原因的，它可能是世界上最古老的食物。在印度，它被當作最珍貴的離別禮物。因此，謹代表我們所有人贈予你這可怕的食物。

寬 邦：這個味道可能令人難忘，但是贈送我的人，更加令人難忘。這味道和這個人，我都會銘記在心！

仁波切：謝謝，非常謝謝你。

寬 邦：非常感謝您，我會和我的樂團成員一起分享這個禮物。我非常感激和榮幸，能夠與您共度這段時光。