



《略述密宗法门》---【德威吐库（持明丹珠）著】

正信密宗——序

【序】

现今末法时期，许多民间信仰，被视为佛教，其中更有许多相似法门，被误认为密宗。佛教有这样众望所归的吸引力固然是好事，但由于多元化媒体的误传，造成鱼目混珠，令社会大众，多受混淆，不知所从。正信金刚乘佛教，俗称「密宗」，因言语隔阂，蒙受极多误解。许多人误以为「密宗」专求妻财子禄，怪力乱神，不重慈悲戒律，并与显教不相容。由于宏化不周，识之者寡，使得无辜的正法蒙尘。

学佛者尤其是密宗行者若不知修行大义，易惑于「相」、迷于「用」、不明本「体」，「我执」未脱反增「法执」，沦于心外取法，盲修瞎练，欲得解脱，反增缠缚。众生之所以流转生死，堕入轮回，主因在不识自性本来面目，不明白起惑的前因后果，以及如何返本还原。因此一切了义证道法门，方便有多门，归元无二路，都是教众生明心见性，识取本来面目。

所谓高法，是对高根器者单刀直入，不绕弯路，如「大圆满」、「大手印」、「禅宗」等法门。但低根众生业障缠缚深重，未必马上消受得起，需要先修一些有相方便法，消些业障，积些福慧，增些定力，到一定程度后再导以了义法。所以对这些众生而言，为因应其根器，这样修就是当机的高法。释尊所指「正法眼藏，涅槃妙心，实相无相」的无上菩提、究竟佛果，虽众生人人本具，但因无明遮障，隐而不显。虽本自圆成，不依修得，但不修更见不著。为借法归元，佛因应众生不同根器，因病予药，教出了八万四千法门。虽究竟而言，祖师说「并无实法与人」，但相对来说，只要是依三法印，教导众生入佛知见，证入自性的法门，不论显密皆是「正法」，以正法引导众生开悟自性菩提的信仰，就是「正信」，否则「不识本心，学法无益」。

由闻《金刚经》「应无所住而生其心」而见性的禅宗六祖惠能大师，以「不思善，不思恶，正与么时，那个是明上座本来面目」，「汝若返照，密在汝边」，「若起真正般若观照，一刹那间，妄念俱灭。若识自性，一悟即至佛地。」等直指悟入的诀窍教导众生。密宗大圆满胜喜金刚《直指心要三金刚句》中开示的「见、修、行、果」之道，「...愕然洞达了无碍，明彻通达离言说，法身自性当认之，...恒常及暂一切时，旧识法身认知之」，亦直指了入处。莲华生大士《见离覆遮自性得解脱》、《文殊大圆满》、《大鹏鸟的翱翔》等大圆满教授，亦是当下直指。不论显密，如来正法都教行者参悟自性，悟入后如何在历境对缘中保任磨练，住「见」不离，以「见」解缚，见修双融，定慧双运。打成一片成无功行就由悟而证，并未叫人「心外求法」。

究竟而言，未通达这了义真如不生不灭之处者，都非如来正法；相对来说，虽未通达了义，但以此为目标，依三法印，教人净障集资，持戒、修定、开慧，



渐次导入的法门，都算是正信。若四相不脱，我、法二执与分别心明显，哗众取宠，专以灵动、神通、有求必应为号召，心外取法，以境感人，并无实际教人悟入的法门，只强调大师加持力能不经勤修可速得感应等，读者可自行用以上「离念法眼，真如心印」去印证一下，自作抉择。今生法身慧命一误，再回头可能已历劫。了义的金刚乘法门真俗二谛一如，除了「究竟悉地」（即明心见性悟道证道）外，也有「世间悉地」（即息灾、增益、怀摄、降伏的灵验相应），以解决一些生活、修行上的障碍，但不会本末颠倒，专以满足信徒欲望及所求为能事，停留在「以黄叶止儿啼」的阶段。

真如实相无相，难以言说，而金刚乘富于表徵方便，却也能「以手指月」，依方便法导行者入实相。但由于复杂的事相和仪轨，使不懂的人看得目眩，好似满天神佛，迷信难行。其实「无上瑜伽部」的修行，首重见地，愈高的法愈超越了宗教皮壳，如经上师详细传法引导后，方知句句直指心之本性，处处不离第一义谛。只看事相而不明心要者，则易心外求法，落入迷信，未得解脱，反增缠缚。所以依止闻思修成熟的上师极为重要，这也是金刚乘重视传承的原因。密宗无上瑜伽部所修的是「自性本尊」，为证取如来自性。如修行者发心知见不正，以二元对立凡心，将本尊看成像外在鬼神去崇拜供养，猛求妻财子禄，以为如此就能满足自身欲望，这不但把佛看成喜、怒、哀、乐和二元对立相未脱的凡夫，并且修本尊反易修成魔。虽也能得到一些世间法的灵验，但无法依本尊瑜伽的修持，得到觉悟解脱的究竟成就。藏密祖师曾说过：「见地正确，修护法为本尊都可能得究竟证悟。知见不正，修法身佛普贤王如来为本尊都难以解脱。」

究竟的佛法人空法空，所见一切皆法身，无法可修，无佛可证，谈显则著显，说密则著密，此处也只是戏论。这份资料，原是为禅三闭关同修准备，以有限篇幅，试将「正信密宗」为初入门者做一简略介绍，并回答同修经常提出的问题，以遣除疑惑，最后终于集结成书。97年4月版本已请佛学大师徐恒志老师（「般若花」作者）过目校读过，以免误谬而误导众生。但时间所限，仓促成章，希望读者见谅。

德威吐库（持明丹珠）

美国加州洛山矶 明心精舍闭关中心

【略述密宗法门 释疑解惑—显密疑问篇】

只要是正信佛法都应一致尊重，不同法门各有和其根器相应的众生，不然佛也不会说。本不应轻轻显密，妄加分别，但一些常问到的问题如避而不谈，会引起更多的误解迷惑。在此对问题的回答为消除疑惑，而非分别各乘。希望有缘阅读本书的大德与善知识切莫断章取义而生误解。

问：密宗是佛教吗？

答：佛教可简分为小乘、大乘显教及大乘金刚乘—俗称「密宗」，其渊源介绍请参见前章的《藏传金刚乘佛教简介》。其实密宗不但是大乘佛教，并且不只



是佛教的一个支派。其自身体系已完整包括贯通了小乘、大乘显教和金刚乘，显密是一体两面，毫不对立。译成藏文的《甘珠尔》大藏经，六十二部是大乘，其中一半是金刚乘，由佛所说，梵文所写。

问：密宗是佛所说吗？

答：佛陀遍知正觉，为利益不同根器的众生，能以不同化现，开显无量方便法门。显教大乘和密宗都是佛所说的大乘佛法，都是「依菩提心正因，引众生入佛知见，觉悟解脱」，可说「体」是一样，净障集资，以开显本有真如自性，只是因应众生根器，各有其方便，而「相、用」不同。

虽然有些密宗传承，是由法身佛普贤王如来及报身佛金刚萨陀（五方佛的集中化现，或称东方不动佛传入人间及天界，例如无上瑜伽部的「大圆满」。但释迦牟尼佛住世时，也传过密宗，可见于《大藏经密教部》，以及《时轮金刚密续》等（释尊曾应香巴拉国王月贤请法，传「时轮金刚」密续）。有些南传佛教，说大乘佛教不是佛法，有些显教行者，认为密宗非释迦牟尼佛所说，是因为不明白以上情形，也不完全了解佛的「法、报、化」三身所造成。照印度佛密论师、释迦亲论师等说法，释尊在河边入定时，其智慧心曾被钩召至色究竟天受诸佛灌顶。禅宗中国初祖达摩祖师，曾在西藏住过并传过密法，藏人称「Padamba Sange」，被尊为为密宗男派「施身法」的祖师。这段历史一般人可能不清楚。

问：听说密宗需要显教的基础，什么是显教的基础？

答：一方面来说，教理对佛法的保存延续非常重要，需要有人做这些工作。但佛法浩瀚如海，学术式的研究，如入海算沙，永无止境。以有限的时间精力，想在今生求证悟解脱，应如何入手？

另一方面而言，佛法心髓部份，相当单纯并不复杂，三藏十二部都是在讲这一心一性，除了引导众生如何悟入本有自性，佛并无说法。千法万法，也是依当下这一念一觉下手来修，以求明心见性，了生脱死。法相虽异，法性并无不同，由众生根器业力的千差万别，才有这八万四千法门。就好像千只手指在指同一月亮，如依一指已得见月，并不一定要遍随所有其他手指。只要根本通了，一切枝叶自然贯通。因此修行应掌握根本，以「净障集资、明心见性」为主。法无定法，不过是因病予药，随方解缚。

如何迅速打下显教基础，各派宗师，各有其不同的善巧方便，以研究教理为主的宗派，和瑜伽士即生取证的宗派，从小出家，或中年入道，下手处也或有不同，未必机械化的一成不变。为便于了解，我们将一般显教基础，分为小乘和大乘来说明。并就各乘的见地、戒律、实修方法等概论之。

1.小乘（原始佛教）佛法基础首先需了解「苦、集、灭、道」四谛，特别是苦



谛，释尊当初就因见到轮回苦与无常才出离修道。次观「十二因缘」，明生死本。小乘「观受是苦」，认为「我执」是陷于轮回的苦因。发心出离轮回苦而「皈依三宝」，以佛为师，以法为道，以僧为师友，修行求解脱。小乘戒律以「皈依戒」与「别解脱戒」为主，主要精神在于「诸恶莫做」。以「严守戒律，勤修禅定」作为修持，最终目的为证入「人无我」的罗汉境界。

2.大乘显教佛法基础：佛以其遍知正觉，曾说过在无数世轮回流转以来，一切众生都可能做过自己的父母，于己有恩。为报此众生恩，需救度如母有情出轮回。但当自己还是凡夫时，有心无力，需先证悟，才能得到普度众生的大能力。在受「菩萨戒」，发「上求佛道、下化众生」的菩提心愿下，依戒定慧，经闻思修，圆修六度。见「诸法如幻、缘起性空」，「参心悟道」开无上慧，证入「人、法无我」。大乘显教戒律精神除了在消极不伤害众生的基础上，再加上「众善奉行」、「利乐有情」，进一步积极圆修六度，广行利生。

问：有以上显教的基础，如何进一步做作金刚乘的修行？

答：所有众生都想离苦得乐，但大都不明苦乐因果，想得乐果却不断造作恶因，系缚于轮回。有识之士趋入佛法修持，「小乘」止恶修善，持戒修定；「大乘」发菩提心，参心悟道，在五浊恶世中出淤泥而不染。

有些众生善根福缘具足，不忍如母众生受苦而无力救度，依大悲心想即生当下成就，速得度生大能力，而进入「金刚乘」修行之门。受「灌顶」后不违「三昧耶誓句」，依个人根器因缘修持本尊「生起、圆满、大圆满」次第。「世间」成就息灾、增益、怀摄、降伏四事业；「究竟」明心见性，由悟道至证道。自利证法身，再现色身（报、化身）利他。

由于金刚乘的完备性，可能初看复杂，但一方面说来甚为单纯，修密宗就是「修净见」，开慧眼以见实相。简而言之，以「生起次第本尊瑜伽」来说，有以上显教基础，皈依发菩提心，经「灌顶」引导使心相续成熟，由「传经」得传承，由「授法」识得「色相、声音、意念」的清净本性，就是原本的本尊坛城，不忘此认证，视周遭环境是净土，所有众生皆具佛性，其本来面目是佛菩萨，直接在果上精进修持，透过现象，彻悟本质，由修持生起的「净相」以证入本有「实相」，这就是「三密相应」的「本尊瑜伽」修持法，特色在「都摄六根，净念相继」，「以净相代妄相自净其意，以证入实相」。

「生起次第」成就，自能相应本尊、往生净土，已达到了「净土宗」的目的。明心见性，本尊三金刚实相开显，也达到了「禅宗」的目的。「圆满次第」修「气、脉、明点」以调伏能生出粗细妄念的粗细气，开显离念真智、法身净光。大圆满的「立断」悟「体」明心见性、「顿超」起「用」修虹身质能互变，是即身证道的了义法门，又自成一系统。

金刚乘的戒律，在大小乘显教戒的基础上，主要再加上「三昧耶誓句」（注：



后面有进一步的说明), 在「诸恶莫做、众善奉行」的基础上, 较注重「自净其意」, 基本精神在: 如想即身成就, 什么应作什么不应作。所谓「外持别解脱戒、内持菩萨戒、密持金刚乘戒」。

显密诸乘各有特色, 但都为净化遮障, 开悟自性见实相。另有专书详述各乘法门如何达到净化作用, 使实相由隐而显, 由迷入觉。

问: 如何才能离苦得乐?

答: 究竟来说, 轮回三界六道不离生灭变异, 并无恒长的安乐, 必须修行佛法「明心见性」, 才可能永出轮回苦海, 得涅槃的寂静安乐。

相对来说, 今已由迷惑身处轮回, 想要「离苦」必须「守戒」, 诸恶莫作, 众善奉行, 不再造作恶因, 以免感召苦果。

想要「得乐」必须有福报资具, 这由「布施」而来。上种福田处为三宝、上师、道场, 下种福田处为一切须要帮助的六道众生。

问: 能否再提纲修证次第?

答: 今以《莲华生大士应化因缘史略》中, 大士应西藏王太妃之请开示, 即身取证简要之法: 「因果业报, 须信非虚, 生死事大, 无常迅速, 应求解脱。先寻择金刚喇嘛, 以为依止。虔颂四皈依, 誓心不退。发大菩提心, 广度有情。严持净戒, 以立根机。常观十二支因缘, 明生死本。次习禅定, 内观自心, 本来清净(注: 我空)。修深般若波罗密, 了知诸法, 犹如梦幻(注: 法空)。心不执著, 身随所安。妄念起时, 勿随勿制。缘境违顺, 尘影好丑, 不起爱憎。唯常觉照, 而忘觉照。佛心自心, 本自如如。我见破尽, 心一境性, 即是成佛。」

莲华生大士教法循循善诱, 简明易入, 随众生根, 普门摄受。无论业障轻重, 宿缘深浅, 遇斯教者, 终必成就。

问: 密宗需要显教的基础, 以可能「即身证悟」为特色的金刚乘, 如何来建立这显教基础?

答: 金刚乘的修持, 是需要显教基础, 而各派如何善巧迅速的打这基础, 却非没亲自实修经历过的人, 能妄自猜测批评的。以研究教理为主的宗派, 和瑜伽士即身取证的宗派, 下手处也有不同。例如一些祖师未学经教而证悟, 你说他没显教的基础吗? 他当然有, 但他师傅训练他的方法, 却不寻常。

不论法师有多博学多大名气, 如自己连密宗最基础的「四加行」都没作完,



并未亲身了解在作「四加行」发生的身心净化、智慧开启过程，连最基本实修密宗经验都没有的人，如只依某派某部著作依文解字，来开示与密宗有关的修行次第，就像未到过某地者教别人怎么去，是以盲引盲而不如法的。

以密宗共同的「四加行」前行来说，首先需彻底思惟使心出离轮回，趋向佛法的「四思惟」——「人身难得、无常、因果业力、轮回苦」，这也是小乘或三乘所共的基础。

正行中「皈依、发心、大礼拜」，「供曼达」，「金刚萨陀净障法」，「上师相应法」。

以最初的「大礼拜」来说，首观皈依境，拜下时念「皈依」，起身时念「发菩提心」，在动中修正修定，亦包含了六度，这已结合大小乘的修行，而了知「妄心皈依真性，三轮体空、拜弥陀者是弥陀、自性礼自性佛、见诸相非相则见如来」，这又结合密宗特重的「净见 (pure vision)」，并且已暗合大势至菩萨「念佛圆通，都摄六根，净念相继」，及观世音菩萨「耳根圆通，反闻自性」的证道法门。实修过程中迅速净化身语意业障，达到身心清净，适合作进一步的禅修。

以上的例子，只是说明任何密宗的修行，都已结合「出离心、菩提心、空性见」。密宗重「实修实证，迅速成就」，只要「闻、思」无误，有正知正见，任何「修」的部份都已同时贯通三乘心要，起而行之。不一定机械化的说我已 在教室学习显教若干年，才能「起修」密宗。需知迷惑无明的基础是心境多元对立，觉悟解脱的境界是当下一如。当然在修的同时，需精进闻思基础佛法，建立起正知正见，但同时也已在身体力行了。「若以文字谈佛法，笔尖沾乾洞庭湖」，需依止合格的上师精进「闻、思」到某一程度，通达实修口诀心要，进而时时将三藏十二部佛法的精髓，实行于念念的当下，才能速证菩提。

问：大小乘的精神和证境有什么不同？

答：基本精神上，小乘重自我的离苦解脱，大乘发心自觉觉他、自利利他。

所谓「止乃伏结初门，观是断惑之要」。未到「定」前修「止」得定，未到「慧」前修「观」得慧。如只偏重修止得定，能暂时压伏烦恼妄念，使其不起作用，但定力退散时，烦恼妄念又「野火烧不尽，春风吹又生」，这是小乘声闻、缘觉，以无念定境压服烦恼情绪的修法。但进一步修「观」得「慧」，才能彻底斩断烦恼妄念的根源，证入「烦恼即菩提」，这「无上解脱慧」是密宗大圆满、大手印及禅宗等即生明心见性的修法。声闻四果舍报就灰身灭智，归于寂灭。但大乘菩萨证境亲见一切现象、功用下的法身体性，不生不灭，人空法空，知十法界的实相是一真如法界，不来不去，非空非有。已悟无生，知生死不可得，故不畏生死，恒常在各道普度众生，即使身在三界，由其证智，不著轮回，又由其悲心，不取断灭。



小乘发心有缺，自度不度他。因怕误导众生，所以被释迦牟尼佛称小乘为「焦芽败种」，叮嘱其回小向大，褒大乘贬小乘。但我们不可看轻小乘，小乘是原始佛教、根本佛教，随时代改变又发展出大乘。小乘是大乘的基础，基础没打好，高傲的自视大乘、禅宗或密宗行者，反而好高骛远、不切实际。小乘重自解脱，故严于戒律，精进实修禅定的实践功夫，这都是大乘所需的基础。大乘行者，当依大乘发心及修慧的见地，并学习其戒、定的实修精神，如自己都觉不了，如何能「觉他」？千万不要自视大乘看轻小乘，眼高手低。

由于片面知见，有些南传佛教，不承认大乘是佛法，也有些显教行者，说密宗非佛法。但密宗不但承认小乘和大乘显教佛法，并认为这是修行必经的基础和次第。由莲华生大士带入西藏的老派宁玛派密宗，完整包含并融合了印度最后期的上乘佛法精髓，在藏王支持下，作过庞大的取经翻译工作，藏文大藏经《甘珠尔》及《丹珠尔》两部，有很多汉文未译的经典，并完整保存了龙树和无著两系大乘佛法。所谓「金刚乘」，其体系已贯通包括了小乘、大乘显教和密宗，可说自成一完整体系，也可说是大乘显密中的「密宗」。

问：密宗和显教大小乘，甚至密宗各派，在精神上，有何主要不同处？

答：虽本意不在分别各乘，但为回答这常被提到的问题，先得举一个例子：小乘认为女身不如男身，需先修得男身，再修去净土，在净土再修才能成就。基本上较不直接认识相信自己，以为成就必在未来某时某地，较迂回缓慢。大乘就比较直接，有龙女成佛之例，认为男女平等。但有些乘虽认为众生皆有「佛性」，而依一般法净障集资，需修三大劫后才能「修成」佛。以上这些法门统称为「因乘」。

有些法门的见地，却指出你自性「原本是佛」，直指当下认取承担，恢复本来面目而已，这种法门称为「果乘」。因事证需理悟的基础，理上无「自性原本是佛，我也能开悟」的见地，必易落心外求法，停滞在一阶段很久而无进步，不易单刀直入，速证菩提。因众生有不同根器，有人认为我根器低，怎么可能那么快，我一定要先学满十二年显教，才能「起修」密宗，我只能求往生净土，那可能开悟....,佛为这种根器众生说初基法「以黄叶止儿啼」，先消些业障，积些资粮，增些定慧，再导以了义的究竟法门。

密宗和禅宗主要精神在，无始流转轮回，自性未曾与你相离，这自性本有并非外来，累劫由不识本面而流转受苦，现在认取真正的自己已太迟了，那还能再等？需要求得最直接的方法，由已悟善知识引导，当下认取本面、体取无生，狂心休歇即见菩提，由迷入觉。得到入处后，在历境对缘中扫除习性，打成一片成无功用行，三身五智开显即由悟而证。究竟而言，最高根器者开悟时彻悟即证，不讲修，例如大圆满人间初祖胜喜金刚，大圆满本净见的精义，在诸法生起的当下即圆满，本来不垢不净，无缚无解，无修无证，如彻悟这「本来清净」，即「见」、即「修」、即「行」、即「果」，超越诸道诸地，不讲次地与修。但对大多数人依方便而说，悟后尚须起修，才能由悟



而证。但依理悟事证那种说法，为人师者要解释清楚，免学人起惑。

小乘「断烦恼证菩提」，大乘「转烦恼成菩提」，进一步「即烦恼即菩提」。

问：密宗各派，在精神上，有何主要不同处？

答：即使密宗各派，其见地和入手处也略有不同，说来话长，这里只略举一例。太虚大师在《密宗道次第略论序》有以下的看法：「黄教胜在律及次第，优长世间建立，近于教下（一般显教）。红教胜在直截、顿超，较能得力修证，近于宗下（即禅宗）」，真是一语道中。这两派都各有其根器相应的众生。其差异只是由于时节因缘使然。应废教立宗，或废宗立教？法无顿渐，众生根器有利钝，当然二者都是正法，有并存的价值。

【略述密宗法门 释疑解惑—灌顶及戒律疑问篇】

问：为什么要受灌顶？

答：是为了要修金刚乘佛法，俗称密宗。

问：为什么要修金刚乘？

答：依大悲心想即生成就速得度生大能力，所以发心修金刚乘佛法。

问：即生可能成就的金刚乘修行，修法前先须受灌顶的重要性何在？

答：修可能即生成就的金刚乘（密宗）解脱道，灌顶很重要，修前需如法由具不断传承上师处受「1.灌顶（藏音“旺”）」使心相续成熟、「2.口传（藏音“咙”）」得传承助修持、「3.教授（藏音“切”）」得解脱」。在修行前应先受灌顶，使自己身语意受佛菩萨身语意的加持，能使修行无障碍，证悟易增长，迅速得结果。受灌顶能在起修前最快得到某佛菩萨身口意的完全加持，得到起修的入处。

凡夫虽说自性无始是佛，一切众生，真如自性不生不灭、不垢不净、不增不减，真如体、相、用的法、报、化三身本自具足，不必向外驰求。但人道众生五毒遮五智，五蕴遮五身，业及污染遮蔽原本境界，不识实相。俱生智和俱生无明无始混合在一起，所以不得解脱。

如未受到某本尊佛的灌顶传法而去修持，未接通该本尊佛的加持，不明白为何即身即佛、即心即佛，不能有效进入自观本尊佛的修持，不算修金刚乘解



脱道。因业力肉身不净，无法马上转成清净本尊身，接受灌顶，好像初步净化五毒五蕴、凡身凡心，净除化、报、法、体性四身开显的障碍，就像种下四身成熟的种子。受灌后再修持，就能有效的使佛四身发芽结果，由隐而显。

此外灌顶时也授以各乘戒律，知道如想即生成就，应有所为有所不为，若无此基础，不堕恶道就不错，谈不到起正修。

问：什么是金刚乘的「灌顶」？

答：金刚乘修行所需要的「灌顶」，外在一般人所晓得，传递传承，得修持本尊的授权许可。「身」得许可自观本尊，「语」得许可持咒，「意」得引导契究竟法性。究竟而言灌顶在「引见自性本尊」，成熟心相续，认识凡夫身语意的实相是智慧身语意。指出自心外相的本来真正面目，使心中佛性种子由隐而显，指出归家之路，使潜力趋向成熟。

受灌最好能悟得智慧意义，如不能起码真诚、虔信，打开自心。

坛城是究竟智慧的表徵，灌顶由触、尝等得法味，种下解脱种子。

「灌顶」梵文是「授权」的意思，如古印度王子登基时，以宝瓶水沐灌太子顶，表示授权承认是未来王。灌顶开许受法者是未来佛，并得到起修相关次第的许可及指示。

「灌顶」尝弟子身语意业障及道障，并授各乘戒律，净化为能盛佛法甘露加持，转成本尊佛身的正法器。

「灌顶」使弟子得到本尊佛身、语、意、事业、功德的完全「加持」。

「灌顶」使求法者了解金刚乘修习次第和内容大纲。密三乘的「三瑜伽」，分别配以「四级灌顶」—初灌“宝瓶”灌顶、二灌“秘密”灌顶、三灌“智慧”灌顶、四灌“名词”灌顶，以摄取各级证量和果位方便。四级灌顶具足叫「大灌顶」，以别于只加持、许可、息灾、长寿、赐福的「小灌顶」。

受初灌「宝瓶灌顶」，除「身」及「脉」障，道上授权修「生起」次第，能证取「化身」成就。受二灌「秘密灌顶」、除「语」及「气」障，道上授权修「圆满」次第，能证取「报身」成就。

受三灌「智慧灌顶」、除「意」及「明点」障，道上授权修「方便道」，能证取「法身」成就。

受四灌「名词灌顶」、除「身、语、意」和「气、脉、明点」的一切「细微」障，道上授权修「大圆满」次第，能证取「体性身」成就。



(这些名相都有甚深不同层次意义，此处限于篇幅无法详述，应依师参学)

这四灌顶配合四阶段的修持过程，大约如下：

- 1.修「本尊瑜伽」都摄六根，自净其意，达专一定境；以净相代妄相，契入实相。
- 2.修体内的「气、脉、明点（内分泌）」，净化体内各部位会引起烦恼妄念的情绪业力能量。
- 3.学习如何自在运用「气、脉、明点」，达心气不二，引发离念真智，并起妙用。
- 4.立断顿悟的高层次心法（对普通根器也有渐次导入的方便，顿渐普摄），由有相进入实相，由有为进入无为，返朴归真，在言语道断、心行处灭亲见本来面目，大彻大悟，再由体起用。如「大圆满」或「大手印」等。

完全如法修完这四次第的人并不多，近代很多人由第一阶段的基础，直接进入第四阶段。也有依止专修「大圆满心髓」上师的少数人，直接修完大圆满前行就直接进入第四阶段。

如得灌顶应守戒律，如有违犯当忏悔还净。如努力守戒不违根本戒，即使现在未能勤修，来生定得善因缘能再逢师法，继续修习，数生内可成就。

《由里点醒》

「真如实相」无相，离言离戏论，但金刚乘的特色在方便具足，利用「灌顶」的引导，借事相、仪轨、表徵，以手指月，引导你看到外相内心的本来面目，指出超越言语文字的实相—「汝自性原本是本尊，自身四大五蕴的本性原本清净」、「万象万法是法尔圆成的本尊坛城」。以上指出「本净本性」，就是所谓在心相续种下种子的灌顶，这样得到传承，有个入处才能起修，由「始觉」善自参悟保任，以证「本觉」。

《由外引进，双管齐下》

第四灌时如上师有证量，弟子因缘具足，依上师引佛智慧身入弟子身内的加持，刹那暂时息灭各轮业力能量，使自性无遮开显，如当下识得就得灌。借上师证量和传承加持，将本尊佛智慧引入受法者身心，这是由外向里，配上以上开显内在种子的由里向外。弟子真身如瓶外空气，妄心如被妄身瓶子束缚的瓶内空气，这样双管齐下，帮弟子在瓶上钻洞，使瓶内外空气交流融合，得灌得到入处后，弟子再修持以打破瓶子，使瓶内外空气合一，证三身佛果。

受灌后修持的方便就是「本尊瑜伽」，以求达到「三密相应」，并且得灌者气脉中会种下生起安乐的种子，终能证得离念真智，依果为道，速证菩提。



以上是生起次第的简单说明，「圆满次第」和「大圆满」又有其自己的方法。

问：什么是「根、道、果」灌顶？

答：初受上师亲自灌顶是「根灌顶」。每日修「上师相应法」仪轨中的「四灌顶」是「道灌顶」。证悟时就是得到「果灌顶」。再深入的解释须受灌顶时由上师开示。

问：「灌顶」仪式大概如何？

答：简而言之，仪轨程序上，在阿奢黎前行完成，弟子入坛后，有净障、驱魔、结界、求灌、开示灌顶源流、授戒、入坛城、四级灌顶正行、结行回向等等仪式。

问：灌顶时为什么要受戒？

答：在灌顶的过程中，授以各乘戒律，告诉你如想依某乘的见地与方法实修，以达到即生证悟，必须有所为有所不为，什么可做什么不可做，有这基础才能进一步谈到如何修持。

问：灌顶时受些什么戒律？

答：首先授小乘的「皈依戒」一意义在以佛为师、以法为道、以僧为师友，出离轮回求解脱。「别解脱戒」一不再伤害众生，「诸恶莫做」。次授大乘的「菩萨戒」，内容大约包括「摄律仪戒、摄善法戒」一「诸恶莫作、众善奉行」，以及「饶益有情戒」一积极圆修六度，广行利生。只发此「愿菩提心」不够，也需「行菩提心」精进求法，修行得证，才能得到普度众生的大能力，并证到「胜义菩提心」，证入空性解脱了自己的轮回现象。自觉觉他，自利利他，觉行圆满，才能登入圣位。金刚乘的戒律，又称「三昧耶誓句（或誓戒）」，由不同密续，细节可能略有不同，并且有些不适合为未受灌受戒者说，故此无法详论，但其一般精神以「自净其意」为主，并且勿做有碍修行的事，多做有益修行的事。

问：什么是「三昧耶誓戒」？

答：密宗戒通称「三昧耶誓戒」，四级灌顶各有其戒律，灌顶上师应开示清楚。一般而言，「三昧耶誓戒」的精神是有助修行的事应尽力做，有碍修行的事勿做，师兄弟应保持和谐，对上师应保持良好关系等。如受了某本尊灌顶，应尽力修持。此处篇幅有限，并有些不宜公开给未受灌受戒者，什么是「三



昧耶誓戒」，在明心精舍受灌顶者，会发《金刚乘戒本》并详细解说，每月会供也有「布萨」诵戒忏悔还净的方便。

问：密宗戒为何叫「三昧耶誓句」？

答：自己父母所生的血肉身称「誓句身」，因过去依菩提心发愿要修密法成佛，一世未修成必须再得人身，依愿力再来继续修。受灌顶受戒后，有自己愿力、佛加持、护法护持的彼此「三重誓句」。如自己持戒不违誓句，佛菩萨须应誓加持不使此人堕落，加持你再得人身，再逢师闻法，逢道侣同修，能继续前世愿力修持，护法也须应誓护持，这样修持易得成就，即使一生未成，只要誓句清静，在数生也能得成就。

问：守戒有什么重要性？

答：得灌顶后想修持成就的关键就在守戒，不违「三昧耶誓句」。以因果来说，持戒消极不遭恶报堕下三道，积极能得定、开慧成就三学。如多犯戒而不忏悔净补救，破了自己的誓言，佛菩萨不来护持，则依业力堕三恶道久受苦不得出，即使修持也不易成就。因此「三昧耶誓句」是解脱成就的命根，必须严格遵守不能破，犯而不忏还净就生大业障，除堕落外别无他途。莲华生大士有云：「如蛇在竹，一为上升，一为下堕，别无其他途径可走」

问：如前世今生破过戒生出业障，净化业障的重要性？

答：以修行道障而言，过去世作过破三乘誓戒恶业，今生修持外本尊不降，护法不临，世间法息、增、怀、诛不得成就；内自性不显，不得究竟成就。勤修而无果，并因恶业增长会堕恶道。如能净化这些业障，则稍作善业，善果即来（例如作火供，一修即所求满愿），修行得佛菩萨护法加持，易得世间法成就；自性遮障也剥落，易得究竟成就。这业障就像体内中毒，不解必生后患，故修行首要为净化业障。

问：怎么知道自己业障重不重？

答：我们自觉或不自觉，经常作一些恶业，几乎一切恶业都与破戒有关，你读读戒本就知道。试检验自心一天中的善恶思想及行为就能明白，如未特别留意，很容易善业日减，恶业不断增加。流转轮回无数世，每次都累积了很多恶业，如此不堕恶道就不错，还谈什么证悟？必须有方法能有效净化这些累积的业障。

问：已破戒业障重怎么办？



答：怎么作呢？多处密续所述，最大力有效的消业障法就是金刚萨埵忏罪法，依「净障四力—依止力、忏悔力、防护力、行愿力」，经常性的修金刚萨埵和「百字明咒」。因此在密宗起修的「四加行」中，金刚萨埵是主要的必修法。得到金刚萨埵灌顶及修法，有如满愿宝和保险，能消累劫业障，不堕恶道，速证菩提。对有些不知金刚萨埵本尊佛的来历、愿力和威德力，以及其法门殊胜内义的人来说，以上说法听来有些夸张，教人难信，但事实上确是如此。在「息灾忏罪法要」和「金刚萨埵」灌顶教授会详细开示来龙去脉。此外还有「布萨」（即聚众诵戒忏悔）、会供等忏悔还净的许多方法，应依师受教求法。

问：听来有些害怕，是否应避免受灌顶和受戒？

答：不是。由于不明白这个问题，有人由不知而大发谬论，说灌顶后易犯戒，教别人不要参加灌顶，误导众生。不灌顶连起修都不成，只能瞎子摸象。如自己并未实修密宗，用凡心来研究密宗教相，或只抱定一派的一部著作，则不免依文解字，大作摸象之语，片面论断，以盲引盲，自误误人。

但另一方面来说，受了灌顶就和赐灌上师及同坛同修彼此有「三昧耶誓句」，犯戒不还净将有不良后果。所以和自己修持无关，并不了解的上师，也不要滥受灌顶。

如你做了恶行，不论有没有受灌顶或受戒都要遭恶报。受戒有甚大功德，能得龙天护持。受了如有所违犯，可依金刚萨陀法及「净障四力—依止力、忏悔力、防护力、行愿力」，布萨、会供等忏悔还净，在忏悔改过中渐能离过，戒行逐渐圆满，终至「从心所欲而不逾矩」，比怕犯而不敢受戒功德大得多。想修行出轮回，不敢承担，避免受戒，连起修都无门，这种情形只有在轮回中不断流转。某些戒律如瓦器，破坏就不可补救。密乘三昧耶则可忏悔还净，特别是依上述金刚萨陀法及「净障四力」，但需警觉随犯随忏，并且不再犯。

问：我受了很多灌顶，怎么可能通通修？一般原则如何能守护「三昧耶誓戒」无犯？

答：很多人问这个问题。举个例子，每位上师喇嘛都受过许多灌顶教授，他们怎么维持这所有的三昧耶誓戒？

总而言之，小乘见地「观受是苦」；一般显教见地「诸法如幻」，如《金刚经》所说「如是灭度无量无数无边众生，实无众生得灭度者」，仍行六度万行以修福，同时离四相以修慧，福慧圆满则证入圣位。

金刚乘的特色，心净则土净，「所见皆本尊坛城，有受皆本尊空乐」，这能见实相的「清净见」就是修咒乘最根本的三昧耶戒，在未悟入证入前需有信



心，并且朝这个方向努力。

首先要了解，究竟而言，「本尊」并非外在某大神，你拜他，他便保佑你。究竟本尊是你自性原本「不生不灭、不垢不净、不增不减」之处，这真如法身乃自己、诸佛、众生的本来面目。一切本尊的真身是「法身」，所谓「法身清净广无边，报化非真了妄缘」。能证入这法身境，常觉不迷，就什么法都不必修，因法身已自动包括了一切三身本尊，十方三世诸佛。「色空不二本尊金刚身、声空不二本尊金刚语、觉空不二本尊金刚意」，能悟入自性真如本体，并保任色、声、意念都是自性本体的功用，任其自起自解脱，则同时满足一切本尊的三昧耶誓戒。你会说我做不到，凡夫当然不能一下做到，但有这三昧耶，鼓励你去做，终于可成。三昧耶的本意不在束缚你，而是给你一个取舍的方向，积福慧资粮并不再造业，督促你实修得证，这样才容易成就。你努力依以上去作，不足处再忏悔还净，就是守三昧耶誓戒。

【略述密宗法门 释疑解惑—上师及修密条件 疑问篇】

问：皈依的上师僧宝，是否必须是出家人？

答：《六祖坛经》：「若欲修行，在家亦得，不由在寺。在家能行，如东方人心善；在寺不修，如西方人心恶。但心清净，即是自性西方」。一般显教师傅大多是出家人，密宗师傅有很多是在家瑜伽士。所谓真「出家」，是能安心休歇，常与真如自性相应，这要明心开悟后才能做到，才够资格为人师，外形现出家在家相都可。大乘菩萨的禅修求明心见性，不取清净，不避尘劳，心住清净寂灭，又能圆明起用，但不黏不滞，了知生死毕竟不可得，才不畏生死，不取寂灭相，心住一真如法界，而身在三界六道度众生，诸法生起的当下体取无生，不需压制转化，也不特意取舍外在的环境形象。

问：我已皈依了一位上师，是否可皈依其他上师？

答：在某种情形下可以，就像上小学、中学、大学，各阶段可能有不同的老师。并且在时、地、因缘改变时，如迁居，原来的上师在远方，不能再就近求教等等原因。有缘遇到另一位上师，继续学习，这是很自然的事。

当然在理想情形下，一入门就遇见已证道的圣师，并有缘份亲近追随，直至自己闻思修成熟，得到和上师一样的成就，并不需要拜其他老师，但这种情形并不多。例如自小出家的喇嘛，在学习过程，读佛学院学经、律、论，做某些特别闭关，如本尊、拙火、大圆满，也大都拜过各有专精的不同上师。

但不要像疯狂大采购一样，东学西学，结果一样都学不全。就像看医生，一位医生需要一段时间了解你的病况，如彼此已建立了关系，医生熟知你的病情，能有效的对症下药，这时无理由就随便换医生，要重头来过，病就很难治好。当找到根本上师就应一心依止，依教修行，勿三心二意。



如已完整学到上师所授法要，应如法精进修行。和上师的距离在心不在身，如何自心和上师的智慧心合一，如此则超出聚散。

所以在学习有困难，有需要的情形下，可有一位以上的上师。但已「善财五十三参」，就自己根器相应，选择修持某法门后，做功夫应一法深入，不要太过杂乱。

应有的态度，是视诸师一体，勿生分别心，同样尊敬，就不会感到混乱。并且一旦依止，应虚心诚心，亲近求教，敬师重法守戒实修，以清净见视上师，这样上师也会尽心尽力，以帮助你开悟为己任。如何依止一位上师，可参见戒本中的「侍师五十颂」。如以凡心比上师的高低，妄分法的高下，有如墙头草，则不可能得到上师的传承加持修行成就。

问：谁是「根本上师」？

答：究竟而言，使你「明心见性」的那位上师，才是「根本上师」，在此以前，都是结缘。相对而言，在开悟前，虽可能跟过多位上师参学，其中对你教导最多，帮助你像不懂事的孩子，一步步开了智慧，成熟了闻思修，你最尊敬最有信心的上师，可当做「根本上师」。

通常未悟凡人并无慧眼，一味追求名气、外表、来头，喜欢找一位远方鼎鼎大名的「心理憧憬偶像」，当作「根本上师」，觉得这样才够派头，能提高自己身份，满足一些虚荣心，但彼此不一定有缘份沟通相处，学不到什么东西。由于不懂如何「真用功」，可能多年下来仍一知半解，即使花了很多功夫也修不上去。不如实际一点，亲近一位有缘能沟通请教，了解你情形，有传承也闻思修成熟的上师，才能真正一步步达到修以开悟，再悟后起修，由悟而证。

问：有人说需要富有才能修密宗？

答：这是不正确的误解，虽然「事部、行部、瑜珈部」较重事相，需庄严的坛场和法器，应尽自己的能力备办。但「无上瑜珈部」时时保任「自性本尊」，省略了许多事相仪轨。「大圆满」层次的修行，更是完全不取于相亦不废于相，不需布坛、设供、结印、持咒。并且西藏行者许多都是出离专修的乞丐瑜珈士，何富之有？以内在的高见地取代了许多外相。

至于上供养上师、赞助道场，下帮助一切须要的人，是为了自己种福田，圆满证道所须的福资粮，应尽力而为。除了财物，也有其他供养法，例如尽力帮助法务，精进修行，身语意的供养等，即使修显教也须如此，修行密宗与富有与否无关。



问：请提纲开示，修密宗需要具足什么条件才易成就？

答：以「本尊瑜伽」为例，需经「灌顶」引导使心相续成熟，得个入处，经「传经」得传承，经「授法」识得迷惑是如何产生，如何由迷入觉。得灌顶教授后需守住此修持的「三昧耶誓戒」，则易于成就。

为达到最有效的修持，行者需：

- 生起正确的菩提心发心，因果才能圆。
 - 「敬师」，对上师本尊虔诚有信心，不敬师则难重法，难得传承加持。
 - 「重法」，对所使用的净化技巧完全了解信任，不重法则难以专一修持，一法深入，使其产生功用。
 - 「守戒」，戒为三学之首，戒律清净则不会下恶道遭恶报，龙天护持，修持易成就。
 - 「实修」，精进不懈的善巧如法修持各次第。不然像煮了菜或买了药不吃，说食不饱。
 - 密宗最重见地，需有闻思修成熟，具传承的上师，言语沟通无问题，能详细开示法要，赐予传承。
 - 弟子需有智慧，具足胜解，了解修持方法的外、内、密涵义和理趣。
 - 够资格的上师和具器的弟子相遇，建立如医生病人的师徒关系。
- 以上条件具足，行者能发出离心、菩提心，「敬师、重法、守戒、实修」，则「师」能产生大加持，「法」会产生大力量，「修」能产生迅速具穿透力的净化作用，使行者无碍识得实相，迅速证悟解脱。

【略述密宗法门 释疑解惑一事相疑问篇】

问：什么是「本尊」？

答：由于宋七力事件，「本尊」一词知名度大涨，误解也更多更广。一般而言，所谓「本尊」即佛菩萨，行者选择某位有缘的佛菩萨，作为自己主要修持的对象，这位佛菩萨密宗称「本尊」。

相对而言有众生也有本尊佛，但究竟而言，「本尊」并非外在某人某神，而



是自性离覆遮的本来状态。这空性法身是一切不同形象本尊佛的起源。修本尊法为由迷心的错乱习性中解脱出来，证入实相。

问：什么是「空行母」？

答：每个众生本具的自性法身，不生不灭、不垢不净、不增不减，超越言语能诠、思惟能及，这是宇宙一切「相」与「功用」，三世诸佛的起源处，故称「母」。「母」代表这空性智慧。一切「色」由空中生，住于空，而归于空。一切外器内情，由法身虚空起。

「空行」并非在天空飞行，而是已证悟，能任运自在于这「法身空性」的圣者。以女性本尊佛形象化现行佛事业则称「空行母」。

问：什么是「三根本」？

答：「上师、本尊、空行(护法、财神)」。「上师」是「加持根本」，「本尊」是「成就根本」，「空行(及护法、财神)」是「事业根本」。详情应依师学习。

问：为何密宗有忿怒相本尊？

答：本尊的示现有「祥和」相，「忿怒」相，「双运」相等，其中有甚深义谛，勿以表相视之。

所谓「忿怒本尊」的「降伏事业」，外在而言，如当初西藏恶王郎达玛毁坏佛法，焚经毁庙杀僧，莲华生大士二十大弟子之一的拉龙巴吉多杰将其击杀，使佛法得以在西藏留传保持到今天，嘉惠全世界无数佛子，这是以慈悲而非以嗔恨心行使降伏事业。一来制止作恶者的恶行，不致造出更多往生恶道受苦之因；二来为广大众生的利益，舍己安危奋不顾身行之；三来如有证量加持被诛者，诛度同时，使其因祸得福往生净土。

内在而言，见到忿怒本尊狰狞双运形相，内心生起不悦，是谁生此分别心？这能取舍的二元妄心，才是需要诛伏的对象，反观这分别心的根源，悟入无生，才是目的。应依止上师学习其甚深口诀心要，莫因无知误解妄评，反致谤法造业。

再举个例子，美国很自由，容易买到枪械，美国境内有许多恐怖份子，例如前一阵奥克拉荷玛州世贸大楼被炸掉，少数人危害到大多数善良百姓的性命。对这些暴徒，你只是一味用祥和方法有效吗？能保护其他大多数善良百姓吗？若有位总统，用强制手段禁止枪械，却能保障大多数安善良民，这可说是现忿怒相行慈悲事业。佛经上也有为救五百商客而杀一强盗之例。诸佛法身本



来清净，好像明镜，能反映任何现象。遇祥和众生则反映寂静相以化之，遇暴烈众生，亦可反映忿怒相以调伏之。例如耳朵入水，再灌进水，以清出先前积水。其中理趣甚深，在修忿怒形相本尊的口耳教授会详细解说。此处篇幅所限无法详述，只举此一例，若暂时尚不能完全了解，宜以净见视之。

问：密宗忿怒相本尊手提神头象征什么意义？我太太是基督徒，害怕佛教本尊杀了她的神。

答：有时密宗本尊相手持轮回世间神明的头，有人可能见相曲解其意，以为佛教本尊杀了他们的神。其实并非本尊依嗔心真的杀了这位神。真正意义是神不能再有「我执」，如仍有「我执」，即使有超自然能力，仍可能会伤害其他众生，或彼此间有权力的冲突，产生问题痛苦而非解脱。手提神头表示证悟境界不再有「我执」。「我执」能对众生造成伤害，所以必须被降伏。

问：密宗忿怒相本尊踏立尸体象征什么意义？

答：有时忿怒相本尊现踏立尸体的形相。依仪轨不同，所代表的意义也不同。凡夫由于误认自己四大五蕴的肉身是「我」，不识本来面目，所以被牢牢束缚在轮回，这尸体代表凡夫「五蕴」被摧毁，迷惑遮障变成无力的尸身后，本来面墓原成原本解脱的「智慧本尊」。

有时尸体代表轮回世间的大神，因他们尚未证入「无我」，尚有取舍喜怒，即使有能力赐福，却也能降祸，并且不能使众生得到究竟解脱。他们的尸体象征「我执」被智慧本尊调伏。

问：密宗忿怒相本尊持颅器(天灵盖)饮血形相象征什么意义？

答：并非本尊真正伤害了众生，并饮其血以行崇拜。「颅器的血」象征「轮回中的贪欲」，而「贪欲」、「执著」正是流转轮回的根源，必须调伏转化。智慧本尊饮轮回贪欲鲜血的形相，象征解脱众生的轮回习性，而证入本尊佛的智慧。我们该庆幸有机会听闻到这种深奥见地的佛法，而不该生出误解或妄想。重点在修行以净化轮回习性，开显本具的解脱境界。至于这是以祥和眼神的「祥和」本尊三摩地技巧，或以狰狞眼神的「忿怒」本尊三摩地技巧，并不重要。

问：为何密宗有男女交合(双运)形相本尊？

答：由于道德观念，一般人避谈这个问题，不懂的人愈描愈黑，反而引起更多误解，所以避而不谈并不是办法。「本尊双运相」有很多不同层次的意义，略述如下：



普通人见到双运本尊形象，可能生出凡夫欲念的想法，而「贪欲」、「执著」正是流转轮回的根源。一般修行者即使戒行清静，但习性潜意识中仍有性欲种子，即使生时由克制，因缘未现行发出，在中阴见未来父母交合则不免心动而入胎。如平时观惯双身本尊相，常保任一切境界皆本尊现象的行者，平时以净念转化欲念，由习性和本尊加持之力，在中阴将入胎时，于交合父母生起正念，观为本尊父母佛，则可转投胎轮回为往生本尊净土。

在「生起次第」，本尊父母「双运」象徵「色空不二」。观「万象」都是「父佛」的显现，而万象本性「空性」则是「佛母」，色与空无始即一体而不可分割，色的本性是空，空的显现是色。以「双运本尊」的表相，象徵这「色空不二」的真理。

在「圆满次第」二灌「无比瑜珈」，修气、脉、点在各轮生大乐时，反照受乐者何人？乐为何物？了悟「乐空不二」，并观各轮本尊尝此空乐作为供养，积福慧资粮。以「双运本尊」的表相，象徵这「乐空不二」的真理。

修三灌「方便道」，行者自观本尊与明妃双运，拙火融明点在中脉升降时生起四喜。这种修法为了生起俱生大乐证入空性，由于气入、住、融中脉，能量不再在情绪脉内流转，气住念停，妄心自然熄灭；并能引发和死亡过程相同的八种粗、细气分解过程，在生时依之修法、报、化三身，进而在梦中修三身，在死时证三身。并且专注力和定力自然大增，引发俱生空乐、离念真智，由四喜证四空。由于情绪业力气转成智慧气，脉轮开解心气得自在，幻身、净光成就，法身光明生时就能证到。非常重要是修时持「本尊佛慢」，保持密供的觉性，并以大菩提心发心，为速得度生大能力而修此道。

清净佛法和凡俗性交无关，不具资格者切勿滥用而堕落下道，要知智慧本尊佛并无凡人欲念。具方便道资格行者能控制气、脉、明点时才能修此贪道，并且修时不可生凡俗贪欲或漏失明点，够资格的人有如凤毛麟角。此道乃难行道，并非人人有资格，也非人人有需要修此道，因「食色性也」是人类本性最大的弱点和欲望，如不够资格或滥用这种修行，将是最快的堕下道之途。

莲华生大士曾说：「此道有如毒蛇口中取珠」，「狮子跳过处兔子不可跟著跳」。这种法有护法特别守护，如果滥用，自己和上师会产生夭寿等障碍。

「大圆满心髓」的修持不必用双身，「彻却」定的空乃母，「脱嘎」慧的显表父，依「彻却、脱嘎」定慧双运即可成就。

此外本尊双运相以及为何有此修法都有甚深见地与义理，此法门绝非世俗欲乐，亦非每人必修的途径。世间万物都有阴阳，这是宇宙的自然现象，无法否定。一般的修行，避之如毒药，但「压制、逃避」并非唯一的方法。正如先前所述，有「断烦恼证菩提」，「转烦恼成菩提」，「即烦恼即菩提」的修法。金刚乘法门有转一切「贪、嗔、疑」烦恼为道的修持法，「贪」重众生有双运方便道，「嗔」重众生有忿怒尊修法及拙火，「痴」重众生有光明



的修法，能「依烦恼为道」。日常生活一切行、坐、立、卧、吃饭、上厕所、穿衣、洗澡，甚至性行为，都可转化成修行，因法门的完整性，有这种修法。事实上由于道德观念和很少人具足条件资格，现代修密宗的人很少涉及实修此道，只是有人唯恐天下不乱，特别渲染，引起误解毁谤。

《喜金刚本续》云：「腹中误入毒，复以毒中取，以契而出契，以垢中除垢，若耳中水入，以水能令出，若有贪欲情，以欲中调伏」

《大乘要道密集》云：「问淫声败德，智者不行，欲想所迷，神圣远离，近障生天，远妨圣道，经论共演，不可具陈。今密乘何以此法，作为化人之捷径，入理之要真耶？」「答如来设教随机不同，通则皆成妙药，执则无非疮疣，各随所仪，不可执己非彼，又此密乘是转位道，即以五毒烦恼为正而成正觉。」并说谤法罪报：「……」不知与无缘者敬而远之则可，切莫生疑谤法造业，于自他无义无利。

问：为何密宗有和印度教相似的仪轨？

答：佛为因应众生根器，应机说教，佛法富于弹性，并非完全一成不变。印度教在佛教前就存在，佛陀的正觉智慧，为度化折服印度教徒，采用他们熟悉的一些传统外相，但另指出每象征性外相下不同的究竟意义，以引导他们了悟实相。有些外相虽相似，但赋予的意义完全不同。未入门者只见事相不解内意，可能产生误解。

问：什么是「大圆满心中心」？

答：约七百年前的龙钦巴尊者，是赤松德真王女儿的转世，早夭，死后莲师写种子字于其胸上，给教授入其心相续赐加持。尊者得无垢友（Vimalamitra）祖师示现，亲传大圆满心要，并嘱其将大圆满心要义理抉择成「仰兑（Yangthig）、即心中心之义」，以示后世。

「仰兑」或「大圆满心中心」，主要是修「彻却—立断入本净」，「脱噶—任运顿超」。这种层次的修行，是不执相，不造作费力的自然修行，不散不守，不须修本尊、布坛、设供、结印、持咒、诵经。

以无垢友祖师开示，龙钦巴尊者结集的「仰兑」或「大圆满心中心」来说，其内容大概包括：开示本法较他法殊胜十德，述说传承缘起，共与不共前行，修气、修明点方便，使心安住明体现前之理，「分离轮回涅槃前行」，「大圆满止观前行」，心的指示引导，正行修「彻却—立断入本净」，「脱噶—任运顿超」。

问：「无相密心中心」是不是「大圆满心中心」？



答：不是，此「心中心」非彼「心中心」。虽究竟而言佛法不过是方便，为达到渡彼岸的目的，但藏密无上瑜伽部「大圆满心中心」的法源如上所述。

「无相密心中心」是密宗在中国依时节因缘发展出的一脉，初祖是民国初年大陆庐山东林寺大愚法师，修净土宗般舟三昧不睡不坐，用功过度，全身肿起，站不动在地上爬，此时功夫已深，定中感普贤菩萨现前灌顶传法，告知此法在《大藏经密教部》的《佛心经大随求陀罗尼》有记载，讲众生苦恼重，不修此法不易解脱烦恼痛苦，依法修持可解脱生死。法师得法后在庐山苦修六年有所成就后，由自己证量，对根器相应的众生，开此方便法门，以心地法门为宗，此仪轨为道，一法深入，对如何在密集精进修持中，由定开慧，以明心见性，有详细深入的阐述开示。想修此法须由具传承的金刚阿奢黎受灌顶，传印、咒、心法才能起修，也须随侍上师，修若干座有经验觉受后上师再指引，受法因缘颇为不易。法脉经第二代王骧陆祖师，传予第三代李钟鼎及徐恒志上师等。八十多岁的佛学大师徐老师圆融各宗，悲心深切，客居洛山矾讲经说法利益众生时，曾传与有缘。笔者蒙徐老师付予心中心灌顶授法的传承，告以何种根器众生适合修此法门，如何引导、印证等等，嘱因缘时至再传有缘，续此法脉。

「无相密心中心」特点是无相修法，六印一咒，此咒乃《佛心经》中释迦牟尼佛所教，说「若持心中心，速证无生忍」。每座至少两小时，以极强定力止息妄心，使妄想脱落，功夫到了则由定生慧，能在「言语道断，心行处灭」，见到本性。如根性相应又肯下苦功，照这样修，千座就能证入三昧，功夫到了如经善知识点开心要，示以密意，就能明心见性，见性后即不用，免落法执，悟后起修最好再修大圆满「顿超」，由体起用，由悟而证。

【略述密宗法门 释疑解惑一 结论篇】

问：密宗和显教有一些相通之处？举例

答：依「大圆满见」修密宗「本尊瑜伽」，是完整并且自力、佛力兼备的法门，相当于「密、禅、净」三修。其修法已包括了「净土」、「念佛」、「参禅」、「观心」的重点。

修初灌顶的「本尊瑜伽」，由灌顶直接得到本尊佛加持并接通传承，由观想持咒「都摄六根、净念相继」，「以净相代妄相，以契入实相」而「相应本尊」，得以成就本尊及往生本尊净土。这和净土宗「持名念佛、观想念佛」，「念佛达一心不乱、往生净土」相通，尤其如依莲华部法身阿弥陀佛、报身观音、化身莲华生大士为本尊，修成临终自有本尊接引去西方净土，这不是「净土」法门是什么？时时保任「本尊佛慢」—「自性是佛，我就是佛，佛就是我」，这不是「念佛」是什么？密宗又称「密咒乘」、「真言宗」，对持咒达「一心不乱」和净土宗一样重视，但实修的方法口耳相传并不公开，



已包含了大势至菩萨「念佛圆通，都摄六根，净念相继」，及观世音菩萨「耳根圆通，反闻自性」的证道法门。细微处如未依师参学实修，一般人可能并不十分清楚。功夫到了「念而不念，不念而念，自性在念」，生灭相下的寂灭体现前，这不是「实相念佛」是什么？并且梵文咒音比国语佛号多了一层震动开发智慧气脉的功用，以下有更进一步的说明。修到「念念无生，自性现前」，在言语道断、心行处灭见到本来面目，这不是「参禅」是什么？禅宗在六祖以前，都是代代以心传心的「直指禅」，当下直指，立断顿悟，并不「参话头」。大圆满前半部「立断（藏音“彻却”）」的修持，经上师直指引见心之本性得「见」开悟。悟后保任起正「修」，和「直指禅」有相似之处（看来相似，但其中巧妙不同）。这「彻却」的「见、修、行、果」和禅宗的「悟、修、证」有相似之处，如六祖说「..自见本性清静，自修，自行，自成佛道」。

可说修密宗相当「密、禅、净」三修。有人对密宗有些不正确的迷信神秘看法，或认为显密不相容，是因不懂正统密宗，受了坊间一些怪力乱神，相似法门的惑乱，或只见「生起次第」，不知「大圆满次第」，起了先入为主的误解。

密宗不同次第中，也有「以黄叶止儿啼」层次的修法，但愈高的法愈超越宗教皮壳，完全是参悟自性本来面目，并由体起用，开显自性三身的功能妙用。但由于需依止已证祖师传下的口诀和加持，因此亦不离宗教。

禅宗中国初祖达摩祖师也是密宗祖师，曾住过西藏也传过密法，被尊为密宗男派「施身法」的祖师，藏人称「Padamba Sange」，这段典故一般人可能不清楚。「施身法」也有大圆满「彻却、脱噶」，近代取藏大师敦珠林巴有十三位弟子修黑亥母施身法大圆满即生化虹光成就。达摩祖师在中国所传的部份，就演变成「禅宗」。

问：什么是密宗特有的不共法门？

答：其中理趣深奥殊胜，由于篇幅有限，以下只能极约略的聊举数例。

- 1.由于「心气不二」，彼此能互相影响，心如骑士，气如马。如气不调，心就像无力的骑士被疯马载著乱跑，妄念情绪失控。自性本来清静，但为业力粗浊气脉所扰，变成跛人骑瞎马，粗浊五根触五尘即黏缚取舍，生出妄心堕入轮回。「生起次第」净化对外相的迷惑执著，「圆满次第」净化体内业力情绪气脉的缠缚，「大圆满次第」直接体取无生，悟入「本来清静」的实相。对某些根器因缘适合依此道而入的行者，金刚乘有「心气并重」的修法，使粗浊业力情绪气入智慧脉，转成智慧光明，业劫情绪气脉中的能量空竭，自然妄念情绪不生，智悲证悟生起。（当初禅宗达摩祖师，在少林寺传下练身练气之法，今学佛者一般不用，古禅宗除了心理功课，是否也有生理功课，有助证道？）



- 2.虽说「净土宗持佛号」和「密宗持咒」有相似之处，例如都摄六根净念相继，念得一心不乱得定开慧，入念佛三昧。得佛力加持和佛相应，得往生净土。功夫到了能念所念脱落、心佛双泯时，能面见无生（「无生」乃「真如自性不生不灭之处」），花开见佛。

但咒有更深一层的作用，咒所用的梵音是大梵天的天文，有其加持力。咒音好像从口出，实际上是由体内不同部位发出，念该音即震动该部位。读者可试念「喻、阿、[口+牛]」，你会发觉不必观想，「喻」声自然由头部内某一点发出，「阿」声自然由喉部内某一点发出，「[口+牛]」声自然由胸部内某一点发出。佛菩萨由其正觉，了知众生身内智慧和情绪气脉的部位，教出某本尊咒，与咒相关的智慧气脉会由不断念诵震动而开启。

因此咒力来自一心反覆念诵及三昧耶誓戒清净，即使不懂咒义，只要灌顶后精神统一多念诵，不断震动就能打开智慧气脉。智慧气脉打开后，内在而言，体内产生妄念情绪的能量被导入智慧气脉，自然情绪妄念不生，慈悲智慧生起。外在而言，就像打破玻璃瓶，身内小宇宙和身外大宇宙相通，自然和身外本尊相应，能成办本尊事业。究竟而言，自性智慧本尊佛开显，所以持咒比念某些佛号（注：有些佛号是梵音直译而非义译不在此限）有更深一层开启智慧气脉的功用。行者同时明白有形有质之躯终趋坏灭，开气脉只是以身为工具借假修真，而达到心的证悟。并非贪恋执著这血肉之躯。

- 3.任何密宗修持都修净土，但实际上十方世界中无量净土，旨趣修法不同而往生不同净土。例如五方佛及其眷属化现的种种净土、药师佛净土、金刚萨陀现喜净土、兜率天内院弥勒菩萨处等，不只是阿弥陀佛净土。以上是世俗谛的相对净土。究竟净土在证道后认识了不生不灭的真如本体，妄心销落而「心净则土净」。身可处于十法界任何一道利生，但心住于「一实相真如法界」的「自性净土」。「无来无去」才是「如来」。

因阿弥陀佛的愿力，其净土较易往生，所以密宗也特别重视往生西方净土。但有不同三身本尊的修持，都可达到这目的，例如莲华生大士、观世音菩萨、二十一度母等，都是阿弥陀佛的化现，随一修到相应，都能往生西方净土。并且密宗修西方净土，有「迁识法(藏音：颇瓦)」的殊胜方便，除修阿弥陀佛为本尊，净障集资，并发愿往生西方净土外，兼修「颇瓦法」。人死时神识由几个不同孔道离开身体，而投生轮回六道。造恶者由身体下部孔道，入三恶道(地狱、饿鬼、畜牲)，业障轻者由身体上部孔道，往生善道(人、天、阿修罗)。神识由这些孔道离身都是投生轮回，流转生死。顶窍梵穴是往生净土的解脱之门。生前由有证量的上师带领作「颇瓦法」闭关，可在几天内的短时间打开顶窍梵穴，得开顶相后每月只要略作修持以保持顶开，如一切因缘具足，临终时神识能由梵穴离身往生阿弥陀佛净土。

其他法门需要长时间修持才能成就，业障轻的人在「颇瓦法」传经时就能得开顶徵兆，一般人在一到七天闭关中就可能开顶。与其他法门比较，历代师对颇瓦法有不同的赞叹：「不经勤修就能得解脱」，「极乐世界在顶上三尺之遥」等等。



- 4.「灌顶」的方便：无上瑜伽部完整灌顶过程中，开示了由初发心到成佛的整个次第，授以所需的各乘戒律，依传承加持及上师证量，将本尊佛四身智慧引入弟子身心，将四轮业气在上师本尊智慧光明加持下暂时不起甘扰，离念真性自然现前时依上师直指引见，得四灌顶，这就是「根灌顶」（就像教会你钓鱼）；每日修持时能自己引进本尊佛智慧加持（就像自己钓鱼吃），自力佛力一如，能速证菩提。（但这必须灌顶上师修到这种证量，弟子虔诚有信心等因缘具足的情形下）

- 5.内密六瑜伽「拙火、幻身、睡梦、净光、迁识、中阴」对治「六中阴」（即凡人心识在醒时、睡时、中阴等六种不同状态），转一切生活为道，完整包含了生脱死的整套修持。除了生时、醒时、睡时的修持，更详细指出死亡、中阴、投胎的完整过程。教导行者如何利用生时的修持，在这些阶段得到解脱。其中包括如何认出自己正处于死亡过程的四大分解，应修「迁识法」往生净土。如生时修大圆满、大手印、禅宗已有证量，死时八气分解的最后阶段，在真如法性现起时，如何「子母净光会」而证法身。将入中阴时如何得本尊接引往生净土。如生时已修成幻身如何在死时证报身。已入中阴时如何解脱往生至报身佛净土。如即将投生时如何择胎门，如何住胎修持。如何入、住、出胎都自主不迷。这整套教授揭开了生死的奥秘，及了生脱死的层层关卡、步步修持。生时的修持，等于买了层层保险。不似有些法门只顾到一个环节，并不完整，机会一错失又得再入轮回。当然只为自解脱，一法真若修成了，也不一定需要他法。但任何有心了生脱死的修行人，不论主修何宗如何用功，若不知这整套了生脱死的过程与应付方法，实在是自己的大损失。如果身为法师而不知，则在教化众生时不免缺少了度生的方便，因为每个信徒的因果业力不同，死亡时未必在理想的情况。（注：以上六瑜伽的「中阴」部份，读者可参考莲华生大士原著的《西藏度亡经》）

- 6.大圆满「立断入本净(藏音“彻却”）」：一切众生，真如法性不垢不净、不生不灭，真如体、相、用的法、报、化三身本自具足，不必向外驰求。但众生的俱生智和俱生无明无始混合在一起，所以不得解脱。在因缘具足的情况下（对一般根器者指有前行基础，累世有根基者也有例外），依上师直指引见，立断妄念之流，得见本净自性，亲见离开任何覆遮的自性法身为何物。得见后的修持关键在「念念见清净自性」，在当下的每一念能认知自性，一切烦恼生起当下即在这体性上解脱，离能修所修、一切戏论，无修整但也不散乱，是无修的殊胜修。得「彻却见」开悟就像盲人开了慧眼，再修「彻却定」而「见修双运」，就像开眼知方向后用腿走向佛土。

其它法门多依文字思维，抉择空性为何物，建立信念见地逐渐松开执著，仍不离脑筋意识，只是方便未达究竟，而自性本体的胜义菩提心超越任何文句思想。龙钦巴祖师说，譬如人睡眠或昏厥，或罗汉灰身灭智，外界山河大地依然，可见外界色尘仍得离心自在…外尘惟心所现不过示人入道方便，非大圆满心髓究竟密意。

「大圆满立断」不依分析思维推理，不是修无念无想定境，并非四禅八定，



也不是参禅，而是在宽坦任运下，本净俱生智赤裸自显时认取，修成了能明心见性证法身。这种修法并非公开谈论的话题，需由上师亲自传授指导，边修边检验，直到弟子开悟。

- 7.大圆满「任运顿超(藏音“脱噶”）」，依「彻却」的「立断入本净」已明心见性，在得「见」住「定」，识得自性本体的基础上，再修「脱噶」。自性本来清静，但为业力粗浊气脉所扰，变成跛人骑瞎马，粗浊五根触五尘即黏缚取舍，生出妄心堕入轮回。「脱噶」将真心依智慧气脉，由体起用，可由父母所生肉眼，亲见佛性所显现的净相，现见自性五智光明、佛身、净土、坛城，得见微观世界的奥秘，生时在微尘中已渐显现诸佛刹土，证华严境界的不虚。自性本体与妙用如日与日光，本净自性如母，可由「彻却见」开显，「彻却定」证入。由自性本体自显的妙用境界如子，可由熟修「脱噶」而证入。

行之日久，色身与法界佛光融成一片，临命终时，色身便举体化虹入法界。圆满成就者色身融入法界，法界透出色身，即身化虹光成佛。这是宁玛派特有的不共法门。专修「大圆满心髓」的行者，不限男女老少，依「彻却」、「脱噶」就可能即身成就。大圆满法门自成一格，有自己的前行与次第，并不一定要修一般的生起、圆满次第，需由上师因材施教。不知禅宗五祖夜授六祖，付托衣钵法门时，是否类似这种「向上一路，千圣不传」的法门？释尊见「明星」证道，应就是「脱噶之相」？五祖掩门为六祖开示一夜，使六祖大彻大悟，那夜教的是什麼，众说纷云。但这种直指口诀，「大圆满心髓」保存的非常完整，千年依此证道的祖师不计其数。

- 8.禅宗全靠自力，适合最高根器的行者，密宗大圆满自力他力兼备，并且顿渐普摄。已证祖师，正觉遍满虚空，修「上师相应法」，自心与其相应，得其加持，以心印心开启本有智慧，证悟更易生起。

因为「真如自性」无始不垢不净，在圣不增，在凡不减，不依修得，以有为造作之法反增缠缚，欲证无时，但不修亦难息妄，更见不到。修道的难处就在「道不属知，不属不知，知是妄觉，不知是无记」。因众生根性缠缚不同，不能一成不变，因此法无定法，只是随方解缚，因病予药。在真如的立场虽「无法可修、无佛可成」，但仍在此岸时需借法归源，却也不可无法，依有为法修进去了，法就须舍免落法执，但方便时也可拿来用一用。所谓「无修」不是不修，而是已超越了「修」与「不修」。「法」及「灌顶」在此有限篇幅不易说清楚，应亲自依师参学以遣除疑惑。

结论：什么是修行者的正确态度？

释尊为因应众生根器，教出八万四千法门，普通人不可能通通学全，大德由一门入而有所成，再将己见加以弘扬，就形成了宗派。众生根器法缘不同，各取所需，因此即使有许多宗派，只要属于正信，并无问题。不合「三法印」而鱼目混珠的相似伪佛教应予破斥，但正信宗派之间，不应以摸象一隅生分



别心而自赞毁他，互相攻击。

选对了和自己根器相应的法门修行，较能快速成就。行者可依自身法缘，就性之相近，抉择法门自修，但不必要求别人必须和自己一样，因为别人根器因缘可能和你不同。因此小乘行者攻击大乘，显教行者攻击密宗，密宗行者分别显教，看到其他宗派兴盛，觉得受到威胁，恶念油然而生，这都是未证凡夫四相未脱(金刚经所讲的「人、我、众生、寿者」)，五毒习性的显露，「一念嗔心起，焚烧功德林」，自造恶因，自毁法缘，行者应善自反省，慎之戒之。不要道业未成，先谤法种下堕之因。

不论依何法门下手，根本通了，枝叶自然一目了然。悟入的行者，已「面见无生」，能「念念见自性清净」，并在真如的立场，善见一切法的生灭幻相，及其真妄和合所起的作用，能见「五蕴皆空、诸法如幻、缘起性空」。由「悟道」进入「证道」的「悟后起修」过程，逐渐进入任运无修，不散不守，常住真如不出不入时，二元相会层层剥落，虽善分别诸法相，但在真如的立场，一味超取舍。这时自动会对「宗派主义」、聒噪不休的以分别心比宗派高低，失去兴趣。除了有时因必要，为破众生邪见迷惑偶做狮子吼外，由其悟境和定力的增长，渐趋无相无住，分别心的习性会愈来愈少。

行者依自宗修持有证量后，因饮水思缘的感恩之心，不免觉得本宗最殊胜，习于以此教化他人。即使佛经，在很多经中都特别赞叹自经的稀有殊胜，但要知道这只是对某些众生，站在某立场依世俗谛方便而说。只要不是「三轮不空」，自赞没什么错，但不可由不了解而毁他。如果有些法门，并说不出具体道理，只一味自赞毁他，就好像是瞎子摸象，有一群盲人想知道大象的形状，每个人摸到不同的部位，由各人有限的领受，各执一端，自觉非常有理，而识者扼腕。

修持须精深，一法深入，但在某阶段不妨博学，例如依某法门已悟入的大德，如欲弘法利生，不一定要换修法，但应广览他宗，以免开口闭口必「本门、本宗、本派」，自赞而毁他。由于并未真正依师实修过其他法门，只见他宗表相，并不了解其奥妙处，产生错误的分别心，及作出「想当然尔」的不当批评。以门外观花的自述已见去教导众生，反成谤法过失。能见诸法同源之处，才能打破我执、法缚、傲慢心、分别心；才能截断葛藤，尽脱缠缚，圆融无碍，得大自在；才可能进入无相、无住之不可得、无所住处，这时才适合广为众生说法开示，才不会以自己分别心误导众生。如以摸象一得，落入「我相、人相、众生相」。自己计较取舍缠缚未脱，如何能助人究竟解脱？

一个只在言语文字上打转，对「自性」未实际悟入的人，试图教导其他众生「空性」，或瞎子摸象，以自己未悟的二元分别心，指导他人应修此本尊、舍彼本尊，应修此宗而贬他宗，是以盲引盲，愚昧而不如法的。

但有一点，师傅善知识是最重要的。如你师傅不通达、不会修，不圆融无滞，无度人的善巧，言语不通，或自己未开悟却充满了二元对立的门派之见，他能教会你的可能性也不大。理上「解悟」离「事证」尚远，一但见地不通，



理上都不悟，事证就更难，不知如何「真用功」，会停滞很久一段时间不进步，或落入心外求法。开悟的最重要关键之一，是跟对了有缘已悟入的师傅。而开悟亦只是找到归家之路，并未到地头，尚需悟后起修，打成一片才能由悟而证。

现代人崇拜权威名气，一般未开慧眼的众生以貌、以名气，以来头取人，虽维摩羯大士当面也可能错过。有名有来头的未必是明师，有修证的也可能籍籍无名，无甚来历，或貌不惊人，如以外相取人则失之子羽。因此参考以上见地，自己主修的功夫要精纯，但勿以少为足，应虚心诚心而不自傲，才可能增加自己得善知识指点的福缘，在停滞处得到突破，更上层楼。

虽然有人认为各宗见地、迟速、层次有所不同，但基本上可说「法无顿渐，人有利钝」，不同宗派是为不同根器因缘的众生所设。问题不在修那一宗，而在自己的选择和自身根器是否相应，是否遇见有缘上师，理趣是否完全通达，会不会修。

显教是化身佛所传，密宗主要是报身佛和法身佛所传（释尊也传过密法），都是如来正法。欲即身成就，最好融会贯通，则能速证菩提。因此不论你的根器法缘如何，在此祝福你：

一切生中得逢真实师，得闻了义法，资粮具足，业障消除，速证大菩提。

【录自：明心精舍闭关中心】

【九乘佛法次第】

外密与内密的分别，什么是生起、圆满、大圆满次第？

宁玛派将显密佛法分为九乘次第，外、内、密各三乘，以显示其见地、戒律、修持方法与直接程度等特色。九乘次第虽是宁玛派所说，但亦为各派所公认，简介如下。

各乘都是佛所说，只是针对根器不同众生，方便次第有所不同，如某些法没有需要，佛当初也不会说。佛法就像大海，有不同层次的领悟，但都是为了达到成佛的同一目的，因此这里虽将佛法分类研究，以示其实修方法的特色，应该有以上了解，稟持对各乘法门的尊重。

三种传承

依宁玛派观点，佛法真正的起源，是来自法身佛普贤王如来的正觉密意（注：密宗富于表徵，真如法身宁玛派称普贤王如来，并非外在某人），经种种报、化身佛的化现，依因缘而由佛界净土传到人间。



以「总传承」而言，有三种传承：

一、「佛的心印传承」：

由法身佛普贤王如来到五方佛等报身佛，法义本来如此，无需言语诠释，因此这种传承超出三界世间（欲界、色界、无色界）。以下两种传承，则有传入人间与天界者。

二、「持明的表徵传承」：（注：「持明」即通达实相的佛法知识持有者、法主之义）

报身佛以表徵印契（注：由某种姿式或形相即能瞬间传达智慧）传与持明导师，亦不需言语文字。持明导师有化作人类，也有化作天、龙等以度化各道众生。释尊灭后二十八年，五持明（人、天、龙王、药叉、罗刹）聚集玛拉雅山顶，得金刚手菩萨（即大势至）传法，这是普贤王如来在佛界传授的密法，在人间广为流传的开始。

大圆满传承由报身佛金刚萨陀到人间初祖胜喜金刚（Garab Dorje）、到妙吉祥友（Manjushrimitra），到吉祥狮子（Sri Sangha），再到莲华生大士，在这几代间「表徵传承」和「口耳传承」都有，以后一般只有「口耳传承」了。

三、「人间的口耳传承」：

是指在人间由师徒代代口耳亲传，至今不断的传承。

人间传承以后又发展出三种传承：

（一）「教传（Karma Lineage）」（又称「长传承」）：

师徒代代口耳相传。

（二）「岩传（Terma Lineage）」（又称「伏藏传承」，「短传承」）：

莲师预知藏王后代欲毁佛法，并且末法众生德薄障重，为免金刚乘教法破灭衰退，或为世智参杂走样，并为保留加持力，利乐后代有情，故将经续、仪轨等教法埋藏在山间岩中，及弟子心中。其成就大弟子众为利有情，发愿转世为取藏者宏此教法。每岩传法莲师均授记取出的日期、取库藏者、及受此教法者。莲师弟子的转世，现为取库藏大师，适时当机应授记，取出预藏的教法，利乐众生。

（三）「净观传承（Pure Vision Lineage）」：

大成就者在定中得本尊祖师所传。



九乘佛法：

宁玛派将佛法分为九乘次第：显教三乘，外密三乘，内密三乘。九乘次第中并未列「教外别传、正法眼藏、涅槃妙心、实相无相」的禅宗。禅宗达摩祖师曾住西藏传法，为密宗「施身法」男派祖师(这大约是密勒日巴祖师的时代)，这是在九乘次第之说以后的事。由于西藏人并不清楚后来达摩祖师在中国传了什么法，所以九乘次第未提禅宗，而一般密宗法师把中国显教都归于「因乘」，也是因为不知道达摩祖师在中国传的禅宗。中国人也多忽略达摩祖师曾住西藏传法，认为禅宗属显教，这些彼此不同的认知，都是由于以上所提原因，明白了不管怎么说就不会混淆。笔者认为禅宗法义应属「密三乘」的「大圆满次第」，另一说法显教因为有禅宗，也不完全是「因乘」，也兼具「果乘」。(所谓「果乘」认为众生自性原本是佛，当下识得契入就顿出三界)

显教三乘：为法身佛普贤王如来的化身佛释迦牟尼佛所说。分为声闻乘、缘觉乘、菩萨乘。包括四圣谛、十二因缘、菩萨六度等。

外密三乘：为法身佛普贤王如来的报身佛金刚萨埵所说。分为

事部（作密，Kriya Tantra），
行部（修密，Upa Tantra、Carya），
瑜伽部（Yoga Tantra）。

又称「下三部瑜伽」，在唐朝开元年间由金刚智、善无畏、不空三藏三位大士传入汉土。空海和尚（弘法大师）得惠果法师传承，带回日本，现流传于日本又称「东密」。

事部（作密）：特点是注重事相，坛城庄严，行者不自观本尊，而向本尊乞求成就，又称「从主乞求悉地」，行者守戒如法修持，七世可成就。（又有说十六世者）

行部（修密）：较少事相，行者亦可自观本尊，但主要还是向坛城本尊乞求加持成就，又称「从伴乞求悉地」，行者，行者守戒如法修持五世可成就。（又有说七世者）

瑜伽部：更少事相，瑜伽即「相应」的意思。修「入我我入观」与对生本尊相应，转行者的身、口、意为本尊身、口、意，但仍有迎有送，有本尊与行者的分别，「迎送本尊」，行者守戒如法修持三世可成就。

内密三乘：为法身佛普贤王如来所说，统称「无上瑜伽部」，特色在由灌顶引导而明白自身心、外情器的「三金刚」实相（注：即一切色相、声音、意念的性空缘起，等下有进一步说明），所谓「修」即无时无刻不「自成本尊」，也就是住在即心即佛、即身即佛的的觉悟，可省略许多事相，甚至不需刻意求外在本尊的



加持。

为什么要「修」？佛性虽本具不依修得，但因无明遮蔽，不修亦隐而不显，更见不著。凡夫从未穿透过遮蔽自性的迷惑，见到并确认自性本体，这遮障迷惑总称为「无明」。无明并不只是此生所积，试检验自心一天内有多少五毒情绪妄念，多少静定光明善念，可知一天、一生、无始以来多生多世积了多少业障习性。

怎么办呢？好在这业障虽深重，但并非实质，如依对症的佛法来净化，就像将无明的奶油，放在自性智慧的艳阳下，也能很快融化。为因应众生根器的不同，佛教出「三瑜伽」的方便法，以对症下药，净化无明。就像用这「瑜伽」之风，吹散「无明」乌云，使「自性」晴空开显。由「外密」到「内密」，由「生起次第」到「大圆满次」，其下手入更直截了当，若根器相应，则成就更快速。

《什么是生起、圆满、大圆满次第？》

在作以下较详细介绍前，简而言之，「生起次第」净化对外相的迷惑执著，「圆满次第」净化体内业力情绪气脉的缠缚，「大圆满次第」体取无生，悟入「本来清净」的实相。

大瑜伽（Maha Yoga、生起次第、新译派称「父续」）

简而言之，众生由于不识外境实相，取舍外境变迁而生出内心痛苦，不得解脱，为净化对外境错误的觉知，修「生起次第」的「本尊瑜伽」，也就是一般人所知，密宗依某本尊仪轨，修观想、结印、持咒等，和本尊「三密相应」的修法。主要在「都摄六根，净念相继」，「以净相代妄相，以入实相」，明白「即心即佛，即身即佛」，不但得外在本尊加持，也开显自性本尊，双管齐下，修成了可得化身成就。（注：这些名相都有甚深意义，想深入了解应依师参学，此处只是提纲，无暇深入一一说明）

所谓「生起次第」或「本尊瑜伽」，依有缘选修的某一位佛菩萨（注：密宗称「本尊」），初由灌顶传法而明白自性、外相的体性本来清净，修持上见「色性本净、声性本净、意性本净」的实相，视自己和众生为本尊佛、外境为净土、声音为咒音、意念为自性的功用。都摄六根，在意中生起本尊净相以自净其意，依果地修生终能契入本有实相，故得此名。这时行者已发挥自性的力量，不只依靠外在本尊加持力了。

渣王宫中有「大瑜伽」及「无比瑜伽」经续自天而降，并得金刚萨陀亲授灌顶。大瑜伽分「续部」及「修部」。渣王传续部给库库拉扎，库库拉扎修得成就后反为渣王开示，数传至莲华生大士。「修部」有「教传」与「岩传」，数传至莲华生大士总摄受。

无比瑜伽（Anu Yoga、圆满次第、新译派称「母续」，又称「随顺瑜伽」或「随瑜伽」）



简而言之，众生即使知道「即心即佛」的道理，但身上生出烦恼情绪的气脉若未得调伏，虽理上有所领悟，但事证上却不易得力，为净化体内情绪气脉及其引出的烦恼妄念，修「圆满次第」气、脉、明点。修成可得报身成就。

修「生起次第」由分别假设，依观想成而得名，著重广大向外观。而修「圆满次第」，著重向内观身坛城，行者本身具足气、脉、明点，成就所需的条件自身已有，修持只是使其「圆满」。使「气」通达流畅，成就得「空」；「脉」调柔透明，成就得「乐」；「明点」净化升华，成就得「光明」。气入中脉、心气不二，开显离念真智（注：即是使阻塞在各脉轮中，会生出妄念烦恼的情绪能量，统统转成智慧光明气，使自性净光能离遮蔽开显）。修成后不止明心见性悟「体」，心能御气质能互变以起用，生起神通妙「用」。

传承由金刚手（即大势至菩萨）传渣王，但为尊重法统，渣王仍请人间持明莱札华为其灌顶传法。后五传至释迦狮子（即莲华生大士别名）。

无上瑜伽（Ati Yoga、大圆满次第、新译派称「无二续」，又称「极瑜伽」。）

修大圆满「立断入本净（藏音「彻却」）」、「顿超任运（藏音「脱嘎」）」。胜喜金刚祖师留下的大圆满六百四十万偈，妙吉祥友祖师抉择为「心部」、「界部」、「口诀部」：

1. 「心部」，以分析意度等方法探索心，著重指示「万法唯心造」。
2. 「界部」，著重指示「诸法从本体性空」。

3. 「口诀部」或「心髓」，不借意度分析思惟，而是当下直指明体，以及诸法皆为明体的显现。莲华生大士专重「口诀部」，因其已包括了「心部」和「界部」。「大圆满」法门依直指认取离遮蔽的本净俱生智，开显无上解脱慧，并非修小乘声闻止息妄念以断灭诸苦的寂灭禅定。

大圆满传承自法身普贤王如来到报身金刚萨陀，再到人间初祖胜喜金刚。数代后主要分莲华生大士和无垢友祖师两支，近代又由龙钦巴尊者集其大成。

再谈「生起」、「圆满」和「大圆满」次第：

《「生起次第」的本尊瑜伽》

其实在三种瑜伽的修持中，都含有生起、圆满和大圆满次第，无法分割，分类为便于阐述学理。

为什么要修「生起次第」？因轮回众生依业力五官与八识妄心执取外境，只



见其「表相」与「功用」而不见性空「本体」，因此起惑造业堕轮回。为净化这迷惑不识实相，经灌顶、传经、授法，指出如何透过现象彻悟本质，见到这「表相」与「功用」下的「本性」，使行者开始明白「色性本空、声性本空、念性本空」，得到本自解脱的入处。

受法后的修持，「上座」依仪轨修持时，就是在较静定无干扰的状况下借法归源，依本尊净相方便，彻底弄明白「色相、声音、意念」到底是怎么回事，人道众生的五官、八识中，以眼、耳二根特别敏锐，再加上意念，就是一般「心」的作用。所以密宗著重由「身、口、意」下手，这「三密相应」就统摄了「都摄六根」。「意」能了则证入「心空」「我空」，「身、口」的「色相、声音」能了则证入「境空」「法空」。证悟人空、法空就能成佛。

「下座」修持，就是在动中历境对缘时保持不迷惑。这样由凡夫的「混然不觉」，到行者的「觉而不常」，缘本尊净相都摄六根，由散入定，渐渐打成一片能「常觉不迷」，由无上定慧根除累劫迷惑习性种子而达到证悟。

《为何「生起次第」、「圆满次第」与「大圆满次第」不可分割？》

这「人空、法空」的部份是「大圆满次第」，故离「大圆满次第」亦无「生起次第」可修。

在妄心休歇常住定中时，气脉不调自调，此外将身观空、持咒时观心间智慧尊等也都属于「圆满次第」。故「生起次第」也包含了部份「圆满次第」的修法。

内密与外密的比较：

见地、修法有所不同，但都需要灌顶。「外密」较费力难修，重事相仪轨、洁净、吃素。见地上较「无上密续」多二元对立相，把本尊观为外在的王或伴侣等，其修行层次，著重「破迷得智」，以清净调伏不净的对治法，而非「转迷成智、即迷即智」，了知原本「不垢不净」。外密修法观前空对生本尊，自己为行者，修观想、赞诵、持咒、专注等，使本尊喜悦赐成就，遮障得净化，自心与本尊智心合一，净化无明生起证悟。如经过精进如法的修行，事部需七世证道，行部需五世证道，瑜伽部需三世证道。多数修单身、祥和相本尊。在寂静处取清净相独处而修。

东密灌顶只有藏密无上瑜伽部四级灌顶的第一灌，气功修法及心性修持上无法和藏密相比，可说是为无上瑜伽部的修持打下基础。

「内密」不太注重有为造作的修法，也不太取舍外境的垢净，而是直取心源、体取无生，见诸法平等一味。可穿兽皮，可吃肉，可有家室（注：有不同见地和作法，不同于不修的凡夫）。如经过精进如法的修行，可能即生、死时、或中阴证道。可修单身或双身本尊、祥和相或忿怒相本尊。可在任何处修，如尸林墓穴或城中等。其修法不尚压制、转化，不特别去选择某种外相或环境，而是在一切



善恶境界生起的当下「体取无生」，识得「烦恼即菩提」的不垢不净本性，不制、不随、不转，一切虚幻的显现，在平等一味的大圆满觉境中自起自灭，实本无生，心净则土净，原本自解脱。

「内密」相对于「事部、行部、瑜伽部」，又称「无上瑜伽密」。特点在直指引见自性中法、报、化三身具足，自性是佛，与外在本尊无分别。并且心净则土净，即心即佛、即身即佛，行者无时不成本尊身，省略许多事相仪轨部份。但需得到有证量上师完整的灌顶教授，以了解心要见地，接通传承加持，才有个人入手处可修，直接在果地修持而证入本有实相。今时盛行的西藏密宗又称「藏密」，也有下三部密续，但以「无上瑜伽」密续为主。

「无上瑜伽部」注重「成就法」，也就是成就究竟的自性本尊，不似他部有些专修「事业法」，求相对外在本尊，帮助成办息灾、增益、怀摄、降伏等事业，得到世间法力。修「成就法」相应了自性本尊，外在本尊和眷属自然护持，自力他力一如起用，则身语意一切威仪，皆能成办本尊事业。

一般自称「密教」，「真言宗」者多属「东密」，藏密无上瑜伽部则称为「金刚乘」。明眼人看看所修仪轨及修持外相就知道属那一部。

以上说明「事部、行部、瑜伽部」和「无上瑜伽部」在见地、直接程度、修持技巧上的不同处，但切莫断章取义，看轻「下三部瑜伽」。「无上瑜伽部」见地虽高，有些众生的根器未必相应，若无已通达的上师因应你根器，授以净障集资、得定开慧的前行，使基本条件确立，身心净化到一定程度，这「高见地的智慧」并不易相续，容易落入口头禅。就像依大乘的「发心」和「见地」，仍需小乘「持戒」和「修定」的基础。

什么是佛法的「体、道、果」，如何修「道」以显「体」证「果」

行者在禅修前，应该对「体、道、果、污染」，以及如何利用各种瑜伽修持法「净化污染」有所了解，不然理趣见地不明，就像射箭却不知箭靶在何处，勤修却不容易成就。

佛法认为一切众生自性本来圆满，只因妄想无明，遮障不识，而妄感轮回生死。一切修行目的都是为净化这遮障，由迷入觉，使自性佛由隐而显。

「体、基 (Basis)」或「地 (Ground)」一指充满所有未证轮回众生心中的本具佛性潜力。自心本性虽然圆满无瑕，迷时不减，证时不增，但由于俱生无明和佛性混合在一起，一般人不能直见佛性。由于不识自己真正本性，枉生烦恼迷惑，自迷自缚，需修持佛法净化这些迷惑。

「遮障或污染」一自他二元分别，五毒情绪，再发展出八万四千烦恼。需知有什么污染，这些迷惑扭曲的觉知如何会生起，为什么要净化，怎么去净化。



「道」一是净化无明习性、业力遮障，圆满福慧资粮，使潜藏佛性开显所使用的修持方法，亦即九乘佛法：(小乘)声闻、缘觉，(大乘)菩萨，(金刚乘)四部密续：事部、行部、瑜伽部、无上瑜伽部；无上瑜伽部又分三部：大瑜伽、无比瑜伽、无上瑜伽。

以「大瑜伽」或「本尊瑜伽」为例，证入的「果地」为万象本净，这「色空不二」的净相，也就是本尊的三身坛城。在禅修时自净其意，观修本尊坛城净相以取代妄相，同时了知这净相如镜花水月，并无实质。用这技巧松动了原本根深蒂固，执自我和外境为实的扭曲迷惑错误觉知，达到原本如此的了悟，契入非空非有的实相。

以「无上瑜伽」或「大圆满」为例，依「彻却一立断」为「道」，开显「本净」之「体」，证入「法身」之「果」；依「脱噶一顿超」为「道」，开显「自然显现净相」之「体」，证入「色身」之「果」。证得本尊三十二像、八十种好「报身」后，可现无尽「化身」利益众生。

「果」一修行成就的结果。污染净化后，行者妄心修歇，彻见自性，三身五智的佛果开显。自利已证「法身」，利他而现「报、化」「色身」。

「道（各乘佛法）」有不同，「体（开始的基础条件）」和「果（所证的果）」原本是同一件事，也就是俱生清净圆满的佛性。只是潜藏与开显，觉与迷，证与未证的分别而已。以「本尊瑜伽」为例，仪轨的各阶段观想，都有其内在涵义，例如在观出本尊坛城后，召请智慧尊融入（好像开光），暗指这「地」与「果」的不二。「大圆满」道不认为「佛」和「众生」有很大差别，基本条件都一样，只是「觉」与「迷」的分别。

【藏传金刚乘佛教简介】

印度金刚乘佛教渊源简介：

今日佛教可简分为小乘、大乘显教、大乘金刚乘(俗称「密宗」)。印度佛教后期，佛涅槃后原有的婆罗门教等兴起，当时佛教大德，由于在辩论或比试法力等不能折服外道，经常发生道场被毁，信徒改信的情形。佛教需要和重修持的印度教瑜伽师一较长短，仅理论不足，非得拿出佛教实修取证的法门，这就形成密宗的勃然兴起。由于大师们的护卫折服外道，才使佛教在印度得以继续保存了几百年。直到回教军队的侵入，大德们由于政治因素避居他处，佛教在印度才衰落。这是由于时节因缘、政治因素、众生福报等气数使然，而并非佛教教义败于回教和婆罗门教。

其中密宗「无上瑜伽部」，由佛界传至人间印度的传承因缘，请见「九乘佛法」篇。



佛教如何传入中国：

佛法在汉代经天山南路传进中国。达摩祖师是在梁武帝时代从锡兰由海道东来。东密在唐代开元年间便传入中土，藏密在西元 810 年以后，由赤松德真王迎请莲华生大士传入西藏。

藏传金刚乘佛教渊源简介：

藏传佛教金刚乘始祖莲华生大士，应藏王赤松德真王与寂护大师（菩提萨陀）邀请，由印度入西藏，创立了宁玛派（藏文，俗称红教，意思是「老派」）。

后来有其他祖师，随时节因缘而发展出新的宗派，称为「撒玛」（藏文），就是「新派」的意思。其中包括噶举派（俗称「白教」），萨迦派（俗称「花教」），格鲁派（俗称「黄教」）。有如雪山顶的雪水溶化，分为四流。

「黑教」又称蹦教，是西藏原始民间信仰，虽然现代部份黑教已被佛教同化，但并非正统密宗。当初莲华生大士应赤松德真国王之请，破除了黑教，才在西藏建立起佛法。早期一般人不了解密宗，以讹传讹，才以为黑教是密宗。现代又有些新兴相似法门，附会密宗，但并不为传统藏密所承认。

藏地早期和中期影响最大的两位大师，是莲华生大士和阿底峡尊者。早期赤松德真王在建立佛法的初期，显教寂护国师无法和黑教势力及巫术对抗，才请来莲华生大士。由于在这种环境下，所以莲师的弘化，以口耳传承，实修实证为主。数百年后的情况则有些改变，那时佛教已奠定基础，在郎达玛王毁法，佛教受到很大破坏后，阿底峡尊者应时而出，以学术为主，留下理论大作，建立了卡丹派，对佛教有振兴的作用。以后宗喀巴大士，遥继阿底峡尊者，创立了格鲁派。噶举派是由大译师马尔巴赴印度由那洛巴所得的传承。萨迦派由老派分出。佛法依时节因缘，由小乘到大乘显教，由显教到金刚乘（密宗），发展出红、白、黄、花四大宗派，百花齐放，各有与其根器法缘相应的众生。宁玛派「大圆满」即身成就的实证法门，屹立千年之后至今仍然不衰。

藏密与东密：

在中印度兴起的笈多王朝，于第五世纪时在摩羯陀地方建立了佛教大僧院——那烂陀寺，成为当时佛教的学术中心。佛教在第七世纪后密宗化，此地也就成了显密佛法的中心。中国高僧玄奘大师曾游学此地。老派密宗（东密）就是来自那烂陀寺。

后波罗王朝于八世纪初，在摩羯陀地方建立了超岩寺，规模独步印度，新一派的密宗（藏密）主要来自此地，这时教法弘传以密乘为主。超岩寺可说是佛教在印度的最后据点，集其大成，后来全盘传到西藏。之后由于回教武力的入侵印



度，每一侵入，必将他教寺院付之一炬。佛教被破坏而在印度没落，大德星散，佛教东迁，而发扬光大于西藏、中国和日本等地。十二世纪末，超岩寺等先后被毁，那烂陀寺亦衰落，佛教不久即在印度本土灭迹。

密宗的「下三部瑜伽」（注：相对于「无上瑜伽部」，参见九乘佛法篇），相传由印度的大修行人龙树传出，在释尊涅槃后的第七世纪，龙树在南印度集结密宗的「下三部密续」，其中包括「事部（Kriya tantra）」、「行部（Charya tantra）」及「瑜伽部（Yoga tantra）」，并得金刚萨陀现身灌顶。唐朝玄宗开元年间时，先由善无畏，再由金刚智、不空三藏（金刚智的弟子），号称「开元三大士」，传来中国。「下三部密续」主要依《金刚顶经》的「金刚界」（金刚智在洛阳译出），及《大日经》的「胎藏界」（善无畏在长安译出）。后来传承由不空的弟子，青龙寺的惠果，传入日本留学僧人空海手中，带回日本，今称「东密」。但当时只传到「瑜伽部」。空海回日本后，为日皇策封为弘法大师，他也是日本平假名、片假名的作者。唐武宗灭佛后，东密在中国没落，却大兴于东瀛。<

坊间流通的《大藏经密教部》，大都是「东密」，属「事部、行部、瑜伽部」，又称「外密」。一般在修本尊仪轨，持本尊咒时结手印者，大都是东密「事部、行部、瑜伽部」的修法。因藏密「无上瑜伽部」的见地，时时了知「自性原本是本尊」（即所谓「持本尊佛慢」），明白诸法如幻、不垢不净，自净其意，当下即是实相，比较不重视事相。自身就是毗卢遮那七支大印，自己身语意一切威仪，即本尊印、咒、佛意，能成办本尊事业。除了在修某些事业仪轨的召请、除障、结界、供养等部份观想，一般修法持本尊咒时，并不刻意结手印。明眼人由修持的外相，可分辨是「东密」或「藏密」。

坊间一些无传承自称密宗法师者，也洋洋大观出些密法的书藉，很多都是抄袭自《大藏经密教部》，一般人少读经，易受蒙混。

西藏密宗也有「事部、行部、瑜伽部」，但以「无上瑜伽部」为主，其传承和「东密」并不相同。详情请见「九乘佛法」篇。此外因延续了七世纪后的佛教，完整保存了龙树和无著两系统的大乘佛法，加上天时地利，及藏王支持的大规模取经译经，许多译成藏文的典笈中国都没有。有些对密宗误解者，以为密宗缺乏理论，其实藏文大藏经「甘珠尔」及「丹珠尔」两部，有很多汉文未译的经典，唯识、中观等是学术部份。密法传承，则是修持部份。佛法的理论与实践，灿然完备。

「密宗」一词，源自 tantra，本义为「续」，藏人称经典为「续」。正式应称为「金刚乘（Vajrayana）」或「咒乘（Mantrayana）」，俗称「密宗」。故一般西藏密宗称「金刚乘」、「藏密」、「密宗」；自称「真言宗」、「密教」的，则多是日本「事部、行部、瑜伽部」的「东密」。

什么是「修密宗」？



千言万语浓缩成一句话就是「修实相见」一开慧眼以见自心、自身、外境的真实面目，亦即「实相」。修持以净化遮障，使实相由隐而显，由迷入觉，这就是「修密宗」，虽外相上有千枝万叶，但都归于此处，这其实也是一切佛法的目的，并不只密宗，只是密宗有些很特殊的方法，以果为道，能很快速达到目的。

这「实相」原本如是，并无遮蔽，不依修得，但一般人视而不见。对未开慧眼的众生，自心外境的真实面目隐而不显，因此称「密」，密是「密在汝边」。此外比较渐进的法门用种种譬喻来说明法性，而无上瑜伽却一针见血，直接契入法性，很难用言语形容，或思维猜测，因此为「密」。

为何密宗称「密」，依宗喀巴大师的《显密修行次第科颂》，略述如下。

密宗的「密」义：

- 1.尊贵密：本尊坛城如帝王宫，不可尽人游观，贵者密符印契，如传国玺，不可凡人皆持，故见为密。
- 2.微细密：法界缘起，种子相续，....细微之处世人不知，密教中详示修学方规，渐令开晓，以常人粗心缺学，不善了知，故以为密。
- 3.普遍密：真如道理，普能含摄，遍入无间，圆裹十方，贯彻三世，....凡夫日用而不自觉，教中处处指引，故说为密。
- 4.隐显密：如一法上，法法俱足，此显彼隐，此隐彼显，众生顾此失彼，不观隐微，执取一端，故见为密，不知显是密之显，密是显之密，有则双存无则并遣....以不知故，均觉为密。
- 5.总持密：随举一法，持一切法，无不具备，....无量诸法，摄于一法之上，功用齐起，无不圆具，此惟善习者能知，故称为密。
- 6.发心密：由了解上说圆顿境义，并知下文次第力用之法，深明发心成佛因果，理事一贯之义相作用，而起发菩提心之次第修行，有异乎平常断惑证真之力用，超越时间，因果同时，世人不知，或知而不信，或行不如法，故称为密。
- 7.次第密：次第者方便善巧之谓。云何善巧、由理事圆融、诸法齐修而不纷乱，....能二智速圆，二障易除，....魔不能扰，庸常莫知，故称为密。
- 8.无知密：不解密义认同妖术，不亲知识，妄评是非，显密异辙而观，执此以谤彼，劣慧愚迷，故见为密。

【宁玛派简介】：



宁玛派是藏传佛教始祖莲华生大士所创立的宗派，俗称「红教」。藏文「宁玛」的意思是「老派」，或「旧译派」，有别于后来其他祖师创立的「新译派」（白教、花教、黄教）。莲师在印度等地，尽得显密佛法大成，在各地大转法轮，度化了无数众生。并为保存教法，训练了许多译师，又从印度延请三藏法师，取来完整的显密经典，译注成藏文。另一特点是除了心意传承、表徵传承、口耳传承外，还有「库藏」传承。

莲师已成就的弟子，发愿转世为取库藏大师，适时取出预藏的教法，以利乐众生。宁玛派佛法的理论与实践，以广博而言，从初发心到证虹身成佛，灿然完备；修持上注重实修，精简直接，直击心要，以瑜伽士即生取证为主。

宁玛派的超胜证悟法门是「大圆满」，有祖师说：「大圆满法为心印、表徵、口耳三种传承祖师之心要，空行母之心血，九乘中之最上乘者为净恶业之水，铲除罪障之刀，谁得此法皆起满足之心，如得摩尼宝」，「大圆满乃自性当体流露，立地了悟，是最高超速成圆满的法门，一切如来所说法，无不流入大圆满海中，有如登高山顶远眺十方，得此法其他九乘教法都能了然」。其下半部「顿超」（藏文「脱噶」），修成时肉身化成彩虹光身，是不共的特殊深奥法门。详情请见下篇介绍。

【大圆满法门简介】

藏密无上瑜伽部有「生起、圆满、大圆满次第」，新译派（白、花、黄教）称「父续、母续、无二续」。大圆满是旧译宁玛派（红教）的不共最高即身成佛法门。大圆满法门来自法身佛普贤王如来，由佛界传入人间，是听闻得解脱的顿悟法门，上根者闻法解脱同时。此外密续有云，今生如能听闻到大圆满教法，即使不修，由此因缘将来在「空行劫」都能得解脱。

大圆满所用的方法和技巧与他乘可能略有不同。大圆满的看法并不认为佛高，众生低，知道「佛」和「众生」的不同处只在于「觉」和「迷」。行者其实离佛境非常接近，每一刻都有机会明心见性。

《「大圆满」的意义》

「大圆满」是究竟的智慧，能直见本净自性实相，诸法生起的刹那，超越能修所修，原本清净解脱，故称「圆满」，轮回涅槃万法都不离这实相，故称「大」。

众生只是不识实相，自迷自缚而枉受轮回，虽迷时沦为众生，但自性本来清净圆满，为使这整伏的佛性由隐而显，而修大圆满道。大圆满道在实修正行方面有「彻却」与「脱噶」。

【「彻却(藏文)」- 立断入本净】

一切众生，真如法性不生不灭、不垢不净、不增不减，真如体、相、用的法、



报、化三身本自具足，不必向外驰求。但人道众生五毒遮五智，五蕴遮五身，业及污染遮蔽原本境界，不识实相，虽无始未离大圆满境界，却视而不见，用而不觉。俱生智和俱生无明无始混合在一起，所以不得解脱。

因缘具足的大圆满道行者在时机到时，依上师直指引导，能当下立断妄念迁流，面见离覆遮的本净自性，识得一切妄念在这自性上自起自灭，不需整治亦不相续，就像水上画图，空中鸟迹，生同无生，本来解脱，如此八万四千烦恼在根本上得到清静。

当体立断妄念之流，识得这超越能修所修的自性境，是名得「彻却见」开悟。离此当下自性智慧外别求解脱，绝无是处。

上根者经有证量的上师直指即通达，听闻即开悟。如能认清这本来清静的自性，也能定在这本来清静上，并不需要其他方便。普通根器者则有其他止观、修气脉等前行方便。

悟后令当下的明体智慧相续，不加整治亦不散乱，这无修之修就是「彻却定」。但未达究竟前，还需依「任运无修」之旨「保任」，「保」者护持「不散」，「任」者放任「不守」，使智慧相续不断打成一片。时时识得「无明实性即佛性，幻化空身即法身」，通达「烦恼本性即菩提」。

真得到「大圆满智慧」能使行者刹那出三界得解脱。就好像浇息了烧开水的火，虽然眼前水还是热的，但由于火根已断，假以时间，水自然会冷却。真见道后由于烦恼根源已破，略经修持将能得到解脱。

「见」就像「眼睛」，开了慧眼从此能见实相，得「见」后所谓的「修定」就像是「腿」，从此「见修双运」可以走向佛土得到佛果。如不得「见」，则没有办法「修」。这无相心印之「见」必须在言语道断，心行处灭亲见。一般各乘依文字般若以思惟抉择「见地」的最高点（如「中观」），仍不离脑筋意识，属「思慧」，真正的开悟，超过了「思慧」的最高点，亲至起心动念脱落处，面见无生，超出一般所谓的「见地」，这才是真正「修慧」的开始，但并不是「证悟」，只是可以开始起正修，知道要保任什么。

依「彻却」开悟，不依分析思维推理，并非四禅八定，不是参禅，也不是修无念无想定境。龙钦巴祖师说建立万法惟心，心性本空的信念见地，只是示以入道的方便，并非大圆满心髓的究竟密意。大圆满是依上师口诀宽坦任运，在自性离覆遮的自然状态，直接认取本净俱生智，以明心见性。

对于烦恼的生起，有对治、转化，当下自起自解脱三种方法。凡夫随烦恼流转，小乘采取「压制」或「对治」；一般大乘显教和密宗用「转化」方法；而大圆满法和禅宗不取不执著，不舍亦不转变，在诸法生起的当下体取无生，「任其自起自解脱，不加对治，不加转变」，在「一味」中妄念烦恼不得相续，生亦无生，自然解脱。



开始修大圆满，最重要需找到合格的上师，一心依止，亲自侍师参学。经上师亲自传授、解惑、印证，以得到开悟，才吉祥如意。这样才不致依文解字，误入歧途，产生流弊，不然差之毫厘就失之千里。因「道不属知，不属不知；知是妄觉；知是无记」，如只依文字般若，用脑筋分析思惟，多半落入「解悟」，纵或承当，多属光影，于无相心印，并未看透，只得个见地，容易退失，解脱受用功德不能生起，缘境现起仍为境夺，力量不够不得自在。真参实悟须依已悟上师指导如何「真用功」，得加持以心印心而直接契入，那时才一见永见。并需由上师印证，切莫未得言得，未证言证，犯大妄语。在一切如法及因缘具足的情况下，古今出了无数的证悟者。

【「脱噶(藏文)」- 任运顿超】

依「彻却」的「立断入本净」已明心见性，在得「见」住「定」，识得自性本体的基础上，再修「脱噶」。

自性本来清净，但为业力粗浊气脉所扰，变成跛人骑瞎马，粗浊五根触五尘即黏缚取舍，生出妄心堕入轮回。「脱噶」将真心依智慧气脉，经法报化三姿，三种凝视法，经六光，四相，由体起用，可由父母所生肉眼，亲见佛性所显现的净相，现见自性五智光明、佛身、净土、坛城，得见微观世界的奥秘，生时在微尘中已渐显现诸佛刹土，证华严境界的不虚。自性本体与妙用如日与日光，本净自性如母，可由「彻却见」开显，「彻却定」证入。由自性本体自显的妙用境界如子，可由熟修「脱噶」而证入。

行之日久，色身与法界佛光融成一片，临命终时，色身便举体化虹入法界。圆满成就者色身融入法界，法界透出色身，即身化虹光成佛。这是宁玛派特有的不共法门。

不知禅宗五祖夜授六祖托付衣钵法门时，是否类似这种「向上一路，千圣不传」的法门？释尊见「明星」悟道，是否就是「脱噶之相」？五祖掩门为六祖开示一夜，使六祖大彻大悟，那夜教的是什么，众说纷云。但这种直指口诀，「大圆满心髓」保存的非常完整，千年依此证道的祖师不计其数。

【大圆满法门简介】

究竟而言，「大圆满」是顿悟无上菩提的了义佛乘，直接契入，并无次第可言，并非一般知识性教授，不依意念思维，分析抉择。最上根器者闻法当下解脱，入座闻法时尚为凡夫，起座时已悟道。但这种高根器者，累世已积福慧资粮，业障也净化得差不多，也可能是乘愿再来的转世者（藏文「吐库」，讹称「活佛」），由业缘和某上师认识，一教可能刹那顿悟，悟得透彻就承当再也不离，很快由悟而证。

一般人并无这种根器，这也就是为何释迦牟尼佛灵山会上拈花，只有大迦叶



尊者一人微笑得心印。如业障未净化，资粮未圆满，对上师信心虔诚不够，由于弟子的容器不清净，接收器未调好，虽然释迦牟尼佛在面前直指也无法以心印心顿悟自性。

「大圆满」教法并不是公开滥谈的话题，自古传统须有一对一的师徒关系。对一般人渐次引导「修以开悟」的次第大约如下：起初合格上师在了解弟子根器后，授以净化业障、圆满资粮的前行，弟子须受第四灌顶及修「上师相应法」，以变成正法器和完美的接收器，在修持期间向上师报告禅修经验，时机至时，有经验的上师会知道，这时直指引见心之本性，有如一刀劈下，顿破累劫无明，刹那顿悟。

明心见性是「悟道」，离「证道」尚有距离。悟后由上师指引如何起正修，才晓得如何「真用功」（这也是依方便而说，对上根者，大圆满本净见的精义，在诸法生起的当下即圆满，本来不垢不净，无缚无解，无修无证，如彻悟这「本来清静」，即「见」、即「修」、即「行」、即「果」，超越诸道诸地，不讲次第地与修。但依理悟事证那种说法，为人师者要解释清楚，免学人起惑）。悟后开始能念念见清静自性，见到万象生灭同时的本体。住在真如，同时彻见这相有世界真妄和合的运作—「缘起性空、诸法如幻」，此时「能善分别诸法相，于第一义而不动」。如悟得透彻，在「慧」上再加强「定」的功夫，能恢恢不散的由「悟境」转入「证境」，精进保任至妄念随起，本净即得，不守不散，习气扫尽，任运无修时，就证入圣位，由「悟道」进入「证道」。

这就是大圆满「立断入本净」的「见、修、行、果」之道，首先须开悟得「见」，就像打开黑屋的电灯。悟后保任见，「住见不离，不散不守」就是「修」，就像保持室内的光亮。所谓「行」偏重「即烦恼即菩提」，在真如立场，念念见烦恼妄念的本性即菩提，精进实行任其随妄本净，自起自解脱的功夫，「以见解缚，不取不舍」，「知妄即离，离妄即觉，不作方便」，就像在电灯的照明下，打扫地上的尘垢。作功夫的层次有所谓「如遇旧时人」、「蛇结自解」、「贼入空屋」三阶段，重点在「无毫毛修整，但无刹那散乱—不散不守」。这「无修的殊胜修」要「不守」虽易，但要「不散」极难，需真实开悟并依传承口诀。

（注：以上有些是「大圆满」的专有名词，如有心学习应正式拜师参学）

至此读者可知，这种密宗中的最高法门，已由「有相」进入「实相」，不取相也不舍相，完全是即身明心见性的内证法门，和怪力乱神，光影门头，并无牵涉。「菩提自性，本来清静，但用此心，直了成佛」，大圆满前半部的「立断」倒和禅宗有许多相通之处，只是悟入的巧妙不同，法门保存的极完整，并且顿渐普摄，对各种根器的人都能循循善诱。对「明心见性」、「起用」、「证道」细微关键的印证，都交代得清清楚楚，师徒口耳相传。

行者在条件具足的情形下，应迅速进入这种内修内证层次的修行，才不致学佛多年，仍多疑而缺乏自信，不知道自己修得对不对，悟得真不真，境界来了仍不自在，了生死也无把握。大圆满法门，虽有其前行基础，但其方法的直接、有效，真是如人饮水，冷暖自知，不是未亲身经历，只研究教相理论者所能了解的。



「大圆满心髓」和「禅宗祖师禅」了义佛乘，能使福德因缘具足的众生，顿悟入一佛乘真如实相，横出三界。其直接殊胜，不可思议。

可说一切修福所积的「福德」，都是为了能进入这种「无上解脱慧」层次修行的基础和资粮。如在打基础阶段，未逢明师授以能迅速「净障集资」的方法，也无明眼善知识指点，滞于一处久不得出，则今生一误可能再蹉跎三大劫，最后还是免不了要过这关。

宁玛派大圆满法和其他新派有一些不同的地方，在有些新译派看来，必须先消除较粗的（六）识，才能露出真如本来面目。旧译宁玛派大圆满，不藉推理思维，不中止六识的运作，在内外某种条件下，引出真如净光自性，加以认取。认清真如本体后，一见永见，狂心顿歇，从此即休歇在这三世诸佛安心之处，了知自心外境都是真如的游戏，如日出日光，出于真如，归于真如，只保任此觉悟，不散不守，不取不舍，这是不造作费力的自然修行。这种层次的修行，完全不取于相，但由体起用现见净相，亦不废于相。不须布坛、设供、结印、持咒、诵经，与其他有造作的修法有所不同。

有时愈高的法愈单纯不复杂，但现代人因为概念知识缠缚，习于造作，无疑的信心不易生起，不知如何自然放松，宽坦任运，休歇于当下。单纯的修法反而难以进入状况。

参心悟道过程陷阱层层，大圆满法门，须具足福缘能遇到有传承、闻思修成熟的上师引导、解惑、印证，以免误认妄觉或无始无明为真如法性，而滞于一处，认贼作父。上师会指示如何做前行，如何开悟，如何悟后起修。密宗依「上师相应法」不只靠自力，大圆满已证祖师法身遍满虚空，经上师和其相应得其加持，能较不费力的悟入。其层层引导极为善巧，非最上根器者亦能悟入。

即使行者已于无量劫被无明覆盖而不识自性，就像被关在漆黑屋内，但上师的口诀如明灯，光明一现这黑暗无法不走。由认取俱生自性的星星之火，可以燎原，尽烧累劫无明。对根器相应者，这以因果同时的「果乘」法门，能助修行者横出三界、顿入一实相法界。

但是勿误认这种修法容易，今生顿悟是由累世渐修的开花结果。若你闻法当下无法顿悟，应该要如法的修前行。首先是「四思维 - 人身难得、无常、因果、轮回苦」，使你的心能够出离轮回，趋向佛法；再来是「皈依」和「发心」，建立对上师三宝的「信心」和对众生的「慈悲」；之后修「金刚萨埵」，净化自己身口意的业障；修「供曼达」以圆满自己的福慧资粮；修「上师相应法」以心印心。以上的修行是「因」，「果」就是能面见自性，悟入「大圆满见」。

行者在证悟前需守戒律，止恶修善。莲师曾说：「此法门的见地如天高，但行为谨慎，最基础的修行亦不轻乎」。行者切勿目轻一切，只是口说大圆满，反正自心是佛，不重因果，不守戒律，不敬三宝，不做有为修行，其实自心并未能住于「大圆满」境界，落于「口头禅」反种下堕之因。



读者有缘读到本书，听闻到这种法门，又能生敬信，有心学习修持，就是福缘的开始。当寻求有缘上师一心依止，入门起修。

【大圆满法门传承】

大圆满传承，由法身佛普贤王如来，到报身佛金刚萨陀、五方佛等，有人间和天界传承。人间初祖是胜喜金刚（Garab Dorje），后传给妙吉祥友（Manjushrimitra），吉祥狮子（诗列僧哈，Sri Sangha）、无垢友（Vimalamitra），莲华生大士，耶喜措嘉空行等。此外尚有天界的传承。

人间初祖圣喜金刚留下的大圆满六百四十万偈，二祖妙吉祥友祖师抉择为「心部」、「界部」、「口诀部」：

1. 「心部」，以分析意度等方法探索心，著重指示「万法唯心造」。
2. 「界部」，著重指示「诸法从本体性空」。
3. 「口诀部」或「心髓」，不借意度分析思惟，而是当下直指明体，以及诸法皆为明体的显现。

莲华生大士专重「口诀部」，因其已包括了「心部」和「界部」。

妙吉祥友祖师在胜喜金刚祖师化虹时求取最后法要，得到祖师在空中开示的「椎击三要」，指示大圆满「立断」的「见、定、行、果」心要（坊间有书误以为这是大手印）。三祖诗列僧哈祖师传说是赴印度求法的中国人，以后几位大师都是他的弟子，后分以下几支法脉，主要由莲华生大士和无垢友祖师总摄受，近代又由龙钦巴尊者集其大成：

「空行心髓」：

由莲华生大士传耶喜措嘉，集结成「空行心髓」，

「莲华心髓」：

莲华心髓乃赤松德真国王向莲华生大士请法，如何在应付烦忙日常生活，有家眷又不能全免恶业的环境下，修持取证而达圆满觉悟？莲师亲传赤松德真国王此口诀心要。赤松德真国王虽由莲师处得到许多教法，但其本人与家眷主要是依此心要修持，除了尽其世间责任，亦达到了证悟。

同时受法有赤松德真王、耶喜措嘉佛母及拉龙巴吉多杰祖师等，未立言语文字，由取库藏大师心意伏藏取出。



「无垢友心髓 (Vimala Nyingthig)」:

无垢友 (Vimalamitra) 祖师，定中见空行嘱咐他去中国五台山向诗列僧哈求法，在五台山住了三年，得到教授，但未得到法本。无垢友祖师以近二百岁高龄，应藏王邀请，在西藏传授大圆满，和莲华生大士互为师徒。

加那苏川 (Jana Sutra, 藏文 Yeshe Do)，亦受空行嘱咐，去中国五台山向诗列僧哈求法，住了九年，得到法本。再传法本于无垢友、莲华生大士、毗卢遮那译师。后无垢友祖师集为「无垢友心髓」四卷。又称老派，长传 (Karma) 大圆满。

「基松心髓」:

无垢友 (Vimalamitra) 祖师在中国五台山得虹身成就，五百年后基松桑杰王丘 (Chetzun Sange Wangchu) 得其真传，其因缘甚奇特，他七十二岁才证悟，一直到七十五岁前未遇适合的传人，化虹光身后应空行母多杰罗卓妈 (Dorje Lodroma) 请求传法。此法在空行净土中被珍视收藏，未传人间。直到上世纪大师蒋杨千彻王波得此空行教授，才再度传入人间。

莲师弟子毗卢遮那大译师，曾由加那苏川 (Jana Sutra, 即 Yeshe Do)、诗列僧哈、莲华生大士处受法，著有《心部 (Semde) 十八部》。(其中释迦摩尼佛乃十地菩萨，由兜率天下生人间显化，上奥明天成佛经过，出此记载。)

「龙钦心髓」:

约七百年前的龙钦巴尊者，是赤松德真王女儿的转世，王女早么，死后莲师写种子字于其胸上，给教授入其心相续赐加持。尊者得无垢友祖师示现，亲传大圆满心要，并嘱其将大圆满心要义理抉择成「仰兑 (Yangthig)、即心中心之义」，以示后世。

龙钦巴尊者集先前传承之大全:

二母集合: 莲师的「空行心髓」、「莲华心髓」。再由以上二者，

由「空行心髓」发展出「空行仰兑 (最秘空行心髓)」子集合，

由「无垢友心髓」发展出「上师仰兑 (最秘上师心髓)」子集合，

由以上四部，集合为「龙钦心髓」，并有最完整的理论著作如「七宝藏」等。无垢光尊者造论颇多，有名者如《大圆满心性休息》等，其中包括「大圆满虚幻



妙车疏」等。

龙钦巴尊者可说是划时代的大宗师，在关键性的时刻，集合整理保存了大圆满教法的心要口诀，使其不致散失，并且发扬光大。

【莲华生大士简介】

藏传佛教的始祖莲华生大士(Guru Rinpoche, Pema Sambhava, Pema Jungney)是宁玛派（俗称红教，意思是「老派」）创教祖师。因此要介绍藏传佛教，应先介绍莲华生大士。莲华生大士在娑婆世界弘化的神威功德，度生事迹，无法说尽。详情可见不同密续、库藏传记，今仅为初修同门略为介绍。

莲华生大士本身是化身，以阿弥陀佛为法身，观世音菩萨为报身，是阿弥陀佛、观世音菩萨、释迦牟尼佛身口意的三密应化身。由阿弥陀佛放光入西印度达那郭喇湖中莲花上化生，现八岁童子相。莲师（即莲华生大士）的出世，释迦牟尼佛早有授记。由当地国王因渣菩提带回王宫立为王子。后感金刚萨埵现身告曰：「汝乃教主，实非政王」，就逊位修行。先师事阿难尊者，受修释迦牟尼佛预嘱传附之法，尽得显密经轨，究竟法义。后虚心修行，历事诸师，所得法悉皆本尊现前得成就。

莲师当初在印度、尼泊尔等地修行之处，地境得其加持成为修行圣地，至今仍在，例如莲师在印度和尼泊尔边界杨历苏岩洞修法时，三大力魔神作障，令三年无雨，带来瘟疫饥荒，莲师遣使赴印度取回普巴金刚经续，一入地境，该障即除。莲师和曼达惹娃空行母在尼泊尔玛拉提卡岩洞闭关，证得长寿佛不死金刚身虹光成就。

大士为调伏刚强难化众生，现威猛相，一切天魔外道，闻名慑服，在印度和尼泊尔等地传法利生，历九百余年，智悲双运，威德普闻，沐莲师法雨证道者无数。其「八大化身」历史，可详见其他传记。莲师在各地，以各种形式引众生入解脱道的大行，以凡夫世智难以尽言。以下略述其入西藏的因缘。

藏王赤松德真，发弘扬圣法的大愿，迎寂护大师入藏，建立西藏第一寺桑耶寺（义为「任运不变成就住处」），但黑教徒和诸魔作障，阻庙营造。寂护大师建议，只有从印度迎请邬金国大阿奢黎莲华生大士入藏弘法，才能调伏天魔外道诸障。莲师入藏时降妖伏魔，令其皈依佛教，立誓为护法，并建成桑耶寺，将佛法在雪域发扬光大，成为西藏密宗的始祖。

若非莲华生大士的慈悲威德，降伏了外道势力，并将印度显密佛法全盘传入西藏，改变了当时的整个环境，把西藏转变成佛教国家，就没有以后的藏传佛教，所以说：「密法恩源莲华生」。莲师在西元 810 年入藏，住西藏 55 年半，其中 48 年藏王赤松德真住世(21~69 岁)，国中政教，如日中天，康藏佛教至今不衰，为世宗仰，实大士的弘扬加持。后与藏土缘尽，前往罗刹国度众。在藏王弟子面前，腾空而去，在众前曰：「我无来去，惟信我者，即现前而为说法，每月初十，



我自来探视诸弟子」。因此后世弟子每月藏历十号聚集，修「上师相应法」及「会供」。

莲师预知藏王后代欲毁佛法，并且末法众生德薄障重，为免金刚乘教法破灭衰退，或为世智参杂走样，并为保留加持力，利乐后代有情，故将经续、仪轨等教法埋藏在山间岩中，及弟子心中。其成就大弟子众为利有情，发愿转世为取藏者宏此教法。每岩传法莲师均授记取出的日期、取库藏者、及受此教法者。莲师弟子的转世，化现为取库藏大师，适时当机应授记，取出预藏的教法，利乐众生。

莲师净土：

法身阿弥陀佛，报身观世音菩萨，化身莲华生大士，乃法、报、化身的一体三面。往生其中任何一净土，即得自在其他二净土。「法、报、化」表「体、相、用」的教理，实则三身一如，乃至一亦不可得，多亦至无尽。莲师净土在库藏法中有记载，亦有祖师在定中游过。如莲师净土唐卡所绘，其净土第一层莲师妙拂洲铜色山莲华光宫，第二层观世音菩萨普陀山，第三层阿弥陀佛极乐世界。莲师法门就相当于阿弥陀佛和观世音菩萨的法门。修莲师法、持莲师咒就相当于念佛往生西方净土的法门。修持「大圆满」和莲师法门，就相当于密、禅、净三修。

修行次第法要

【《莲华生大士应化因缘史略》中开示 修行次第法要】

「我无来去，惟信我者，我即现前而为说法。每月初十日，我自来视诸弟子。」

「若有礼拜忆念者，光明立至，覆护其身。深心依止，得其法要者，莫不解脱。」

大士应藏王太妃之请开示即身取证简要之法：

「因果业报，须信非虚，生死事大，无常迅速，应求解脱。先寻择金刚喇嘛，以为依止。虔颂四皈依，誓心不退。发大菩提心，广度有情。严持净戒，以立根机。常观十二支因缘，明生死本。次习禅定，内观自心，本来清净。修深般若波罗密，了知诸法，犹如梦幻。心不执著，身随所安。妄念起时，勿随勿制。缘境违顺，尘影好丑，不起爱憎。唯常觉照，而忘觉照。佛心自心，本自如如。我见破尽，心一境性，即是成佛。」

大士教法循循善诱，简单易入，随众生根，普门摄受。无论业障轻重，宿缘深浅，遇斯教者，终必成就。

【莲华生大士七金刚句祈请文 简介】

[卍]



邬金国土西北隅 莲华花茎胚芽上
希有殊胜妙成就 得大名称莲华生
空行围绕于周围 我如本尊勤修持
祈请降临赐加持 咕鲁贝玛悉地吽

「莲师七金刚句祈请文」的缘起：

往昔在印度那烂陀学院，佛教学者和外道论师辩论不能赢，多人同时梦到空行母喜哇秋出现说：「你们辩不过外道论师，如果不请我兄长金刚缙力（即莲华生大士）出马，辩论将输，佛法将会式微」。论师问：「辩论在即，而莲师住处距离甚远，如何邀请？」空行母答：「在你们寺院屋顶陈设供养，焚香奏乐，齐声念此祈请文」，然后传出这「莲师七金刚句祈请文」。次日学者们讨论梦境，虽不很相信，但这时辩论在即，别无选择，遂设供做此祈请，莲华生大士瞬间由空中如奇迹般出现，代表佛教和外道辩论，获得胜利。外道以法力威胁，莲师取出狮面空行母所给宝匣，出十四字猛咒，降伏外道，这是「莲师七金刚句祈请文」出世的因缘。

后来在第九世纪莲师入西藏弘扬建立佛法后，教此祈请文给赤松德真王及其他弟子，并且为了传给后世行者，藏在许多库藏中。后世取出的库藏法中，都有这「七金刚句祈请文」。

西藏金刚乘宁玛派（红教）的任何祈祷、修法、仪轨前，都先念此「七金刚句祈请文」三遍，祈求莲华生祖师加持。许多行者都念过这祈请文十万遍以上。

简单来说，「七金刚句祈请文」是莲华生大士自己嘱咐当时及后世弟子用来和其相应并得其加持的方法。祈请文好像电话号码，佛光遍满虚空，就像无线电波，如你有接收器就能接通，这「七金刚句祈请文」，莲师咒，及一些其他修持法，就像这接收器，用来和莲华生大士及诸佛菩萨虚空中的智慧大能接通，与其相应，得其加持。

【莲华生大士每月会供法会介绍】

什么是「会供」？又称「荟供轮」，藏文“tsog”，梵文“Ganachakra”，男女瑜伽行者聚集— 故称「会」；陈设供品修法— 故称「供」；修上师相应法，再供养诸佛菩萨历代祖师，与其相应，得其加持，诵戒忏罪消业障，快速积聚福慧资粮，是易行、力量大、能速得成就的法会。一般人因不知其利益、殊胜和重要性，可能忽略。

古时在印度只有富有者才做得起这种法会，需一千「kasha pani」印度钱才能做一次。但密续教授从印度传入西藏，莲华生大士，赤松德真国王，和寂护大师建立的藏密，改变了这传统。因会供是有力善巧的方便法，能迅速积聚福慧二资粮，如只有富人才能做则不公平。穷人因过去世未布施修福，今生才感穷果。



这种修法对穷人来说，更为重要。

大成就者萨拉哈葩曾说：「若想证悟自性，只有两种方法：一、净化业障、圆满福慧资粮，二、得到有证量的上师加持，以心传心，若追求其他方法是不智的」。

某些会供所用供物有增长智慧，召摄成就的作用。行者做会供时应生净见，胜解物质供品有五肉、五甘露的「内供」品质（这是密宗名词，简单说就是明白供物皆是缘起性空），心离取舍，住平等一味的觉悟中受用供品，并可作内护摩。

会供有什么利益？

会供除了供养莲师三根本，供残食护法，行者依修上师本尊相应法、会供、诵戒、忏罪等「因」，依加持过的供品为「缘」，得到息灾增福、圆满福慧资粮，勾召世间（息灾、增益、怀摄、降伏）与究竟（明心见性成佛道）成就的「果」。

宁玛派（红教）金刚乘行者，于每月藏历初十，举行莲华生大士会供。因莲师曾答应弟子，每月十号，会回来探视弟子，传下这《七金刚句上师瑜珈，降悉地雨》上师相应法和会供的修法，本吉祥日会供修法，能得大加持相应、息灾消业除障、增福增吉祥。修莲华生大士上师瑜珈，终生会供不断及戒律清净的行者，临终能得莲师接引，随意往生莲师净土或阿弥陀佛极乐世界，这是莲师无诳金刚语所承诺。

所有众生都想「离苦得乐」，但很多人却不明苦乐因果，离苦的因是止恶不造业，得世间之乐需要有福报。今生经验受用的任何财富，都是往昔所积福德的结果。得福报的因来自「布施」、「慈悲」、「不偷盗」、「不吝啬」。一般人都想得福报，但自己条件不够，想广行财施、法施、无畏施修福并不容易。会供是不费力又能达到这些目的的方法之一，应把握机会经常尽量做。这种迅速积聚福慧资粮的机会并不多，切勿错过。

这一月至少一次的会供，对想即生成就莲师法门的行者，非常重要。所谓「会」供，指同坛的金刚同门聚集修法供养，有特殊的力量，不同于自己在家自修。有人以为自己作就好，或经常错过，是不知其要求和重要性。真正的莲师弟子，除了特殊有事，应尽力参加每月的莲师日会供，以忏罪消业、圆满福慧资粮、和祖师相应得其加持。

布萨：

会供时也做「布萨」，「布萨」是梵文，义为「净住、长养」，断恶增善之义。藏传佛制，每黑半月（29 或 30 日）下午集众布萨，并供护法。白半月（15 日）在家中净室布萨。明心精舍定于每月藏历十号莲师日会供时行「布萨」，诵所受各乘戒律，并反省忏悔犯戒恶业，这样能补全所犯誓戒，净化业障，戒律清净，能得传承加持，祖师相应，圆满福慧二资粮，速得证悟。