



# 金剛乘季刊

## 之說劉



大勢至菩薩



恭敬佛像功德：凡見佛像，必須存心恭敬，不可稍有褻瀆，更勿加以損壞。即使置在牀上、或地下，甚至跨越，其罪甚大。薩迦巴根桑澤程佛爺開示廣大心要云：「一人於雨中見小泥塔，急拾草履蓋之。又一人至，以履垢，易他淨物；如此二人，以此功德，其後與造塔人，三者皆為金輪之轉輪王」。故說聞三寶之名，或見佛像、佛塔，皆可為成佛種子。

中華民國二十七年八月九日  
農曆癸亥年七月初一日

第 16 期

རང་དབང་བདག་སོགས་དེ་ལོ་དང། །ཡུང་སོགས་རྟོན་ལས་དེ་ལོ་ལོ་

自在我等體。蘊等依亦爾。

།སེམས་མི་འགོང་བ་ཉིད་ལས་སྤྲོད། །དེ་ལོ་ཉིད་ལོད་སོགས་སྟོན་ཕྱིད།

心不驚怖等。宣說無性等。

དེ་ལོ་ལོ་ལ་ཕུན་ཕྱོགས་ལོ་ལ། །ལྷོ་ལ་ལྷོ་ལྷོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་

棄捨所治品。應知為攝持。

རྟོག་པ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ །ལྟོན་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་

通達有六法。對治與斷除。

དེ་དག་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ །སྤྲོད་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་

彼等皆永盡。具智慧悲愍。

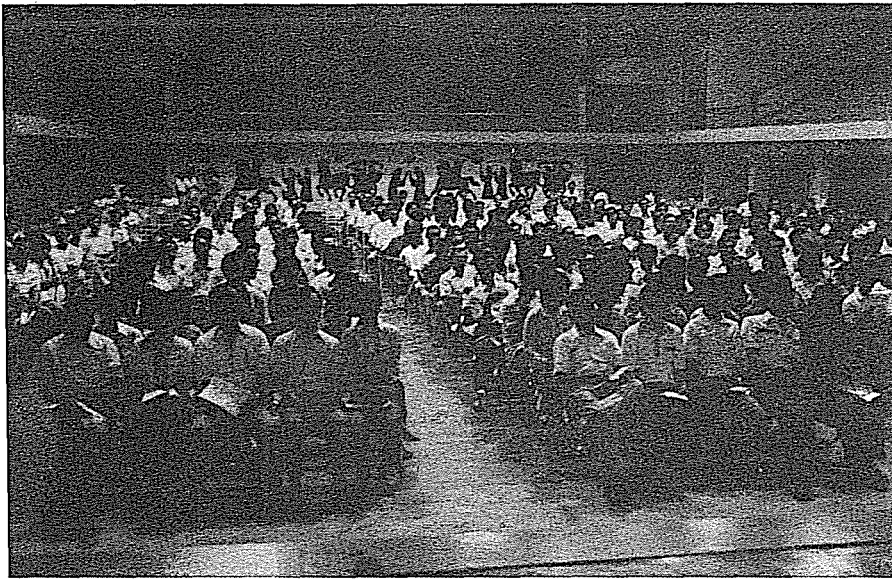
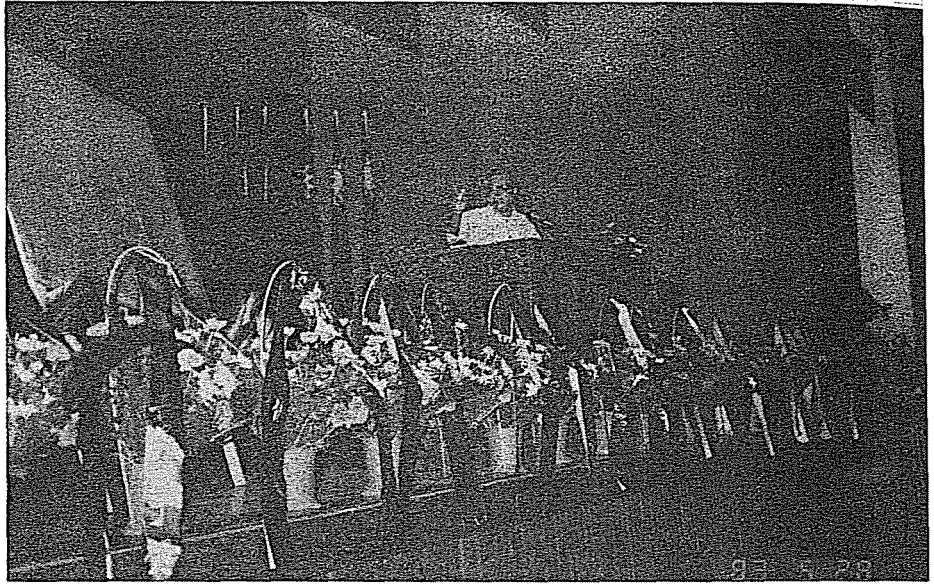
སྤྲོད་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ །ལྟོན་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་

不共諸弟子。利他漸次行。

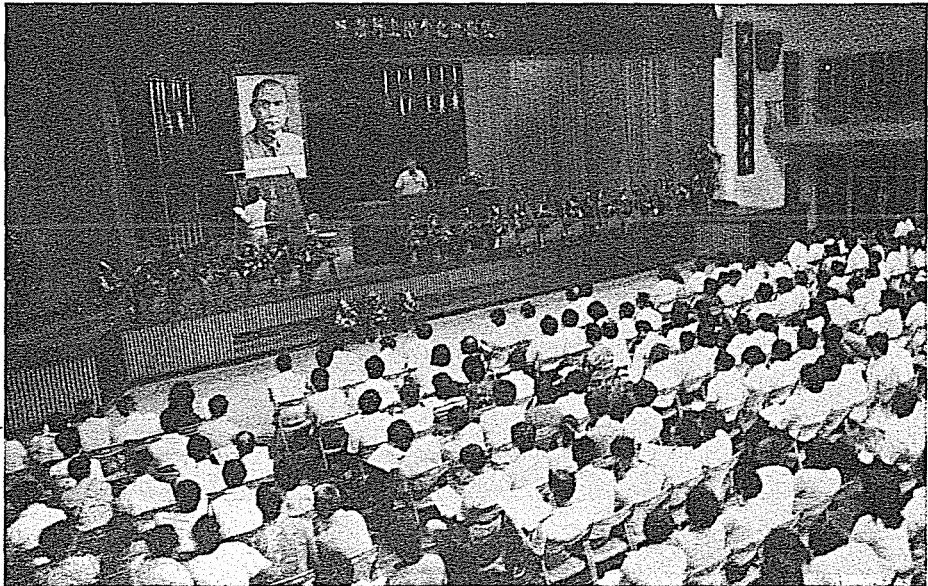
ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ །ལྟོན་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་

智無功用轉。所依名種性。

劉銳之上師於  
台南市傳授



「西藏密宗靜坐法」  
留影



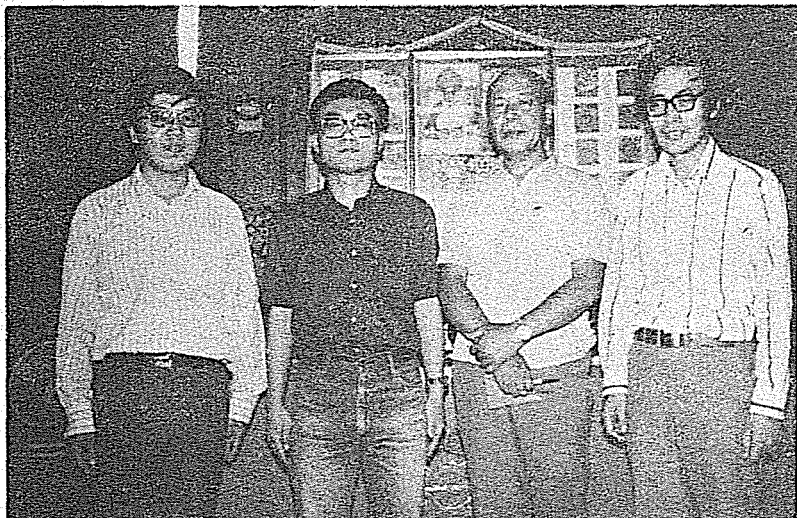
甯瑪巴獎學金第二屆徵文頒獎留影

由右至左：林崇安會長

第一名：黃文淵

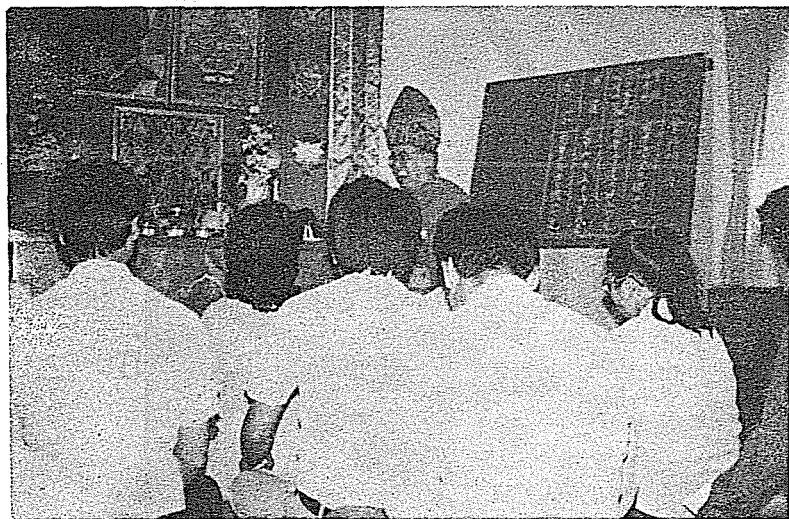
第二名：湯惠光

第三名：李定東

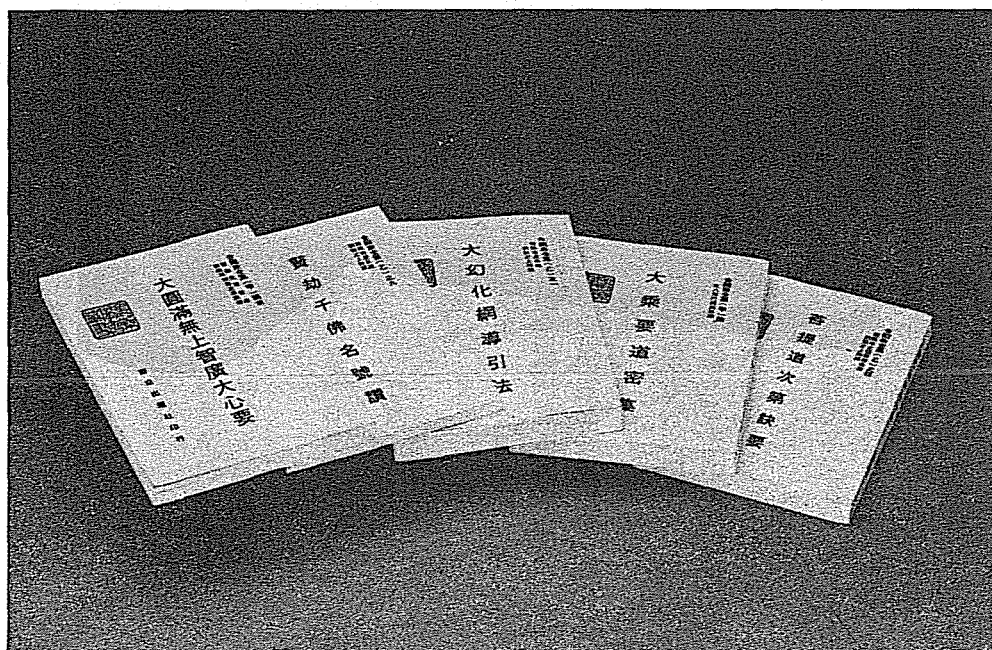
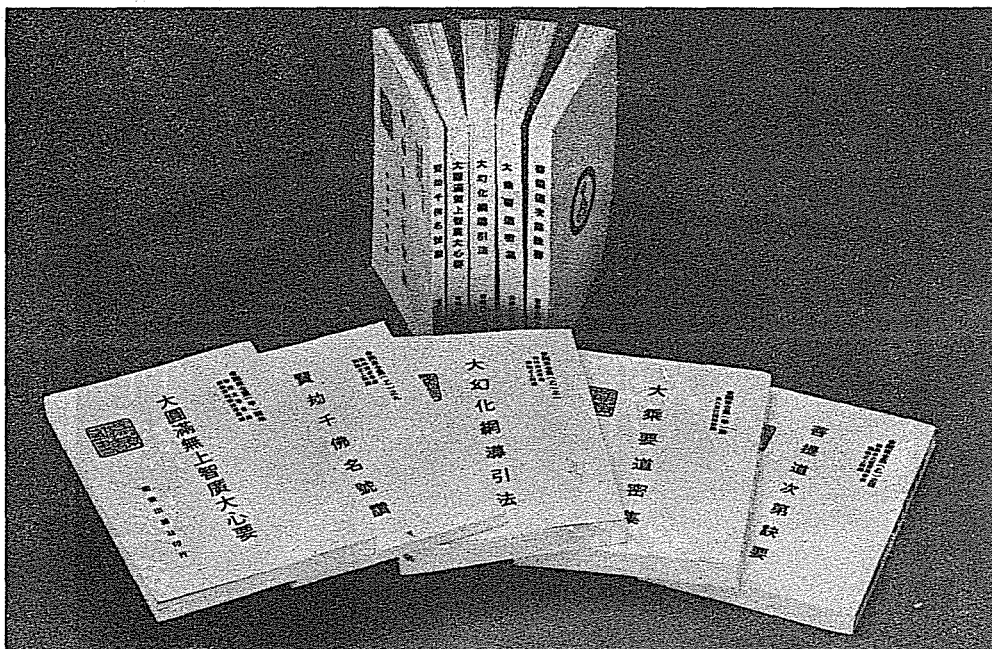


弟子全神貫注聆聽劉上師開示四瑜伽

台中金剛乘學會舉行蓮華生大士灌頂



# 介紹版裝平輯二第集全乘剛金



# 叢書介紹



## 佛經選要

精裝二冊定價四〇〇元，特價二八〇元

即日起接受預約至民國七十二年九月卅日截止，以郵截為憑。

北郵政信箱五十三之八四八號密乘出版社

郵政劃撥：五一—四二二密乘出版社

# 金剛乘全集

## 第二輯(平裝版)接受預約

內容收集：

藏書部份

大乘要道密集

此書為薩迦巴(花教)之主要法寶，元朝國師八思巴所指導譯出。內文共八十題，於無上密乘之四級灌頂修持法要及口訣，應有盡有，惜為保密故，加以顛倒排列。然為無上密法譯成漢文，最為完備之第一本教授；比之宋施護之譯密集，法護之譯喜金剛，全部隱約其詞，超勝多矣。

大圓滿無上智廣大心要

此書為寧瑪巴(紅教)龍清巴尊者之心髓，而為薩迦巴根桑澤程寧波車講授，內分前行次第法、本覺道次第兩大部分。講說詳明，深入淺出，旁徵博證，反復叮嚀，一片婆心，躍然紙上。初機讀之，於密法常識，領略不少；老瑜伽者亦得溫故知新之益。

叢書部份

賢劫千佛名號讚

賢劫千佛名經，前人已有兩種不同譯本，而無上密法中，卻未之前見。去年吾師駕臨香港，十月初五日假座東蓮覺苑，舉行千佛灌頂，受法者六百餘人。並將本讚飭譯漢文，以資普及。正付梓人，復奉師將親繕本讚藏文賜下，莊嚴端肅，敬置卷端。倘以供奉，受持讀誦，功德無量。

大幻化網導引法

此法係廿餘年前，親近承事吾師，數月來於四級灌頂之教授，各種註疏，及所有訣要，攝集無遺，一貫傳付。此聖教量，譯成漢文，似為前人所未有，復奉恩准弘揚，婆心可想。去年師並面示云：「當年彼此壯年有暇，又值悟謙師亦復如是，且語能達意，真希有也。」現在再版，將呪字注音統一，改正錯字，使更完妥。

菩提道次第訣要

宗喀巴大士之菩提道次第廣論，於上中下三士道，分析精要，指示詳明，蔚為鉅著，惜未作為修行之指導，微感美中不足。此書為第一代班禪所作，分座示以依修，故名訣要，乃瑜伽者不可多得之教授。並將阿底峽尊者所著之菩提道炬論及邢肅芝先生譯宗喀巴大士著之菩提道次第略論附錄，比而讀之，尤為得益。本會一向以弘揚西藏密法為宗旨，全集推出以來，廣受歡迎，現應眾要求，發行平裝版，預約如下：

平裝五冊定價 台幣二二〇〇元 預約 台幣一三二〇元

美元五十七元九角

美元三十四元八角

即日起接受預約至民國七十二年九月卅日截止，以郵戳為憑。民國七十二年十月初出書

國外另加郵費，水陸運費：美、加三四〇元，星、馬、泰、菲二二〇元，澳大利亞二七〇元。請以外幣匯票或現金交掛號遞寄臺灣臺北郵政信箱五十三之八四八號密乘出版社  
郵政劃撥：五一—一四二二密乘出版社

金剛乘學會

流通處

台北佛教書局、台中瑞成書局、高雄慶芳書局  
馬來西亞：89, SENING GARDEN, TAIPING, PERAK, MALAYSIA  
馬來西亞：NANYANG BUDDHIST CULTURE SERVICE 01-3,  
新加坡：BLK 333, KRETA AYER RD, SINGAPORE 0208

### 本期要目

劉銳之上師於臺南市傳授「西藏密宗靜坐

法」留影……………陳建夫攝3

寧瑪巴獎學金第二屆徵文頒獎留影及灌

頂法會……………陳光炳攝4

金剛乘全集第二輯平裝版介紹……………本社攝5

叢書介紹……………本社攝6

金剛乘全集第二輯平裝版接受預約……………本社7

敦珠寧波車對「聖妙吉祥真實名經」之重視……………劉銳之9

佛經選要出版因緣……………劉銳之15

論九乘佛法……………黃文淵17

秘密呪字與金剛上師密呪利益之註釋……………司徒卓才譯19

節錄印度佛教史之神通(八)……………劉銳之23

西藏密宗寧瑪巴之判教……………賴仲奎25

「西藏古代佛教史」提要……………談延祚述28

民初慧明法師開示錄(六)……………慧明31

劉銳之尊者南都弘法散記……………黃文淵32

求法灌頂問題簡答客問……………劉銳之33

西藏大藏經及寧瑪十萬續……………移喜泰賢34

本會法訊……………鍾棟湘35

捐助本刊芳名……………本社36

封面：大勢至菩薩

封面裏：現觀莊嚴論頌(2)(藏漢對照)

封底：八吉祥磁盤

封底裏：心經藏英對照(1)

### 贈閱處

一、臺北郵政信箱五十三之八四八號

(國內助印請利用郵撥一五〇九九號)

二、香港北角英皇道七〇〇號北角大廈七樓A座

三、星加坡：APT. BLK4, 08-4990, JAL. BT. MERAH, SINGAPORE, 0815.

四、馬來西亞：89, SENING GARDEN, TAI-PING, PERAK, MALAYSIA.

五、加拿大：1820-45 STREET, EDMONTON ALBERTA, TEL-257 CANADA.

凡向當地索閱，請附回郵費，國外助印，請以外幣匯票或現金掛號直接匯交臺北郵政信箱五十三之八四八號，任何助印，必在下期季刊公佈徵信。

出版者：金剛乘學會

發行所：金剛乘雜誌社

發行人兼社長：董淑惠

副社長：林崇安

執行編輯：鍾棟湘

社址：臺北縣永和市秀朗路一段九十一號

通訊處：臺北郵政信箱五十三之八四八號

郵政劃撥：一五〇九九

印刷者：永裕彩色印刷公司

地址：臺北市雙園街四十九巷十六號

行政院新聞局局版登誌字第二一九八號

中華郵政臺字第四四〇二號執照登記為第一類新聞紙類

中華民國雜誌事業協會會員

### 金剛乘學會

香港方面

香港北角英皇道七〇〇號北角大廈七樓A座

電話：H六一九八一

臺灣方面

臺北市忠孝東路六段昆陽街一五五號四樓

臺中市仁和路二〇五巷七弄四之四號

電話：(〇四)二八七三二〇〇・八七〇三五一

高雄市民族二路一〇一之五號

電話：(〇七)二八四八一三・七七二七三三

一一一〇三九九

密乘出版社

地址：臺北市敦化南路三三〇巷十七號三樓

電話：(〇二)七五二七三〇七

通訊處：臺北郵政信箱五十三之八四八號

郵政劃撥：五一一四二二

# 敦珠甯波車對

## 「聖妙吉祥真實名經」之重視

劉銳之

寧波車前後兩賜經卷，飭配以漢譯文，計劃莊嚴印製紙張、顏色、型式、尺寸長短等，悉心處理，以達盡美盡善，已詳本刊前期，茲不復贅。

法駕既離香港，關於印製事務之請示，唯仗信函。歷來通訊，先飭譯成英文寄呈，師亦飭識英文者誦出，如此轉折重譯，即使不致詞不達意，亦當不能暢所欲言。乃於八年前，放下一切，自香港專程來臺，從師學西藏文字；自維老拙愚笨，至今無法作函。常呼負負而已。返港之便，託人代撰藏文一信，並代繕寫寄呈，師親用藏文答覆，且於原信逐項批答，指示周詳。茲將覆信，及在稟函批答部份，擇要刊出；並將問答各點，全部翻譯附錄，於以知師對此經之重視，不能不慎重從事也。

附吾 師覆信（附件一）

附批答稟函兩張（附件二）

附問答各點

(一)：樣本大小，是否合適？

上師答（以後簡用「答」字）：合適。

(二)：紙張樣本四份，應用何種？

(甲)：金色厚紙，印黑色。

(乙)：白色厚紙，印金字。

(丙)：金色雙面紙，印黑字。

(丁)：金色雙面紙，印紅字。

答：四者俱佳，由你裁定。

(三)：封面印藏漢文書名，藏文請求 墨寶（漢文則用排字）以燙金。

答：吾年邁，字體不佳，然勉力爲之，今以寄來。

(四)：封底燙金，右爲吾 師標幟，左爲金剛乘學會標幟。

(五)：套以膠袋，以保全莊嚴。

答：極妙！善哉！

(六)：請 賜跋文，略述印製緣起。

答：敘述有關此書出版之前代歷史等諸緣起之新撰跋文，因此間無善作楷書者，故需寄返尼泊爾，今始收到。

(七)：前承 開示：此經所附佛像四個，要從新繪製寄來。茲將原書第二、四、六等三頁，影印寄上，所附佛像七個，是否要從新繪製寄來？乞 示。

答：日前（八二年三月間）有稱將由尼泊爾應邀赴港者，遂將新繪佛像印本、底稿數幀，新繪小幅千手千眼大悲觀音掛像印本、底稿，及新撰跋文、頌詞印本等，託其轉交，但久未聞你已收到；乃又詢查於尼泊爾，其人曰：恐已錯交別人云，不得要領。

若從新再繪諸佛像？但因畫師已返印度，他人難得水準；故應依原本複製可也。

(八)：原書有九頁共附佛塔圖十九個，是否要從新繪製寄來？







། འཇམ་ཐག་རྒྱ་ལོ་རྒྱུད་ཡིག་གསུམ་ལྟུང་གྱི་འཇམ་དཔལ་མཚན་བརྗོད་གྲེགས་བམ་རིན་པོ་ཆེ། །

梵漢藏文合璧聖妙吉祥真實名經

། འཇམ་ཐག་རྒྱ་ལོ་རྒྱུད་ཡིག་གསུམ་ལྟུང་གྱི་འཇམ་དཔལ་མཚན་བརྗོད་གྲེགས་བམ་རིན་པོ་ཆེ། །

梵漢藏文合璧聖妙吉祥真實名經



# 佛經選要出版因緣

劉銳之

佛說諸法因緣生，可謂一語道盡，故一切有爲法，皆由因緣和合而生，佛經選要一書有爲法也。其出版必待因緣，可斷言者。而故之所記，遠溯若干年前，可說是近十餘年來演居弘法之備忘錄焉。故既說因緣，則有其親因緣亦有所緣之緣。雖說稍遠似亦無妨。甲午之歲，吐登利喇嘛發弘利之大心，組設眞如藏密院，囑爲參加，乃願綿力，以速其成，而未允躬與其會，喇嘛曾受 貢噶上師遙傳四灌，乃發弘願待院成立，歡迎 貢師蒞臨，傳承大手印法，於是頂禮從之，衆乃舉爲秘書。翌年籌備既竣，事與願違，竟未克迎法駕，懊悔而已。李子世華知其然也，乃約同組設金剛乘學會，一以專迎 貢師弘法爲務，不久噩耗傳來， 師已示寂，大手印法將可望而不可得乎，陳子健民 貢師之高足，掩關天竺，音訊常通，函來以張子澄基事師多年，曾譯大手印願文，且閉關三年以修習，近赴美利堅國，弘揚密法多年，返國省親，道經香港，可改迎之，將見買羊得羊，不失所望者矣，世華大喜，招待惟恐不周，澄基以留美時，有以須閱何經請示，書目連篇累牘，令人目迷，而提要鉤玄，又乏良本，倘能如基督教之有聖經，幾十萬言便能了了，但三藏浩如煙海，若不從新編纂，非有星一漏萬之慨，便不達應有盡有之要求，於是發願創編，以難其人選，乃介紹羅子時憲爲主其事，並約江妙吉祥女士、邢子述之及余勳之，世華爲施主，且爲介吳子悟達、馮子公夏、高子大添等足成之，編纂之初，臺灣遂有佛教聖經搶先出版，遂乃命名爲佛經選要焉。原定三年編纂圓滿，未及半年，此間縉素風聞其事，議論紛紜，竟謂割裂佛經，如梁昭明將墮地獄，時有施主不能發長遠心，藉而中退。世華約悟達、公夏、大添諸子竭力以玉其成，然以選經不聘比丘與其事，終不能息衆喙，任

之而已。但編纂期儘予縮短，至己亥歲首即已完成，然不獨未能印行，抑且未加整理也。時余天竺之行，已準備就緒，遂舍此登途，歲暮言歸，目覩選稿山積，倘不整編付印，未免一篲功虧，與諸檀越言之，均同此意，而災梨禍棗，自須多金，再作張羅，情勢已成弩末。而選經之款，尚有盈餘，祇有先付梓人，以免選稿散失，然後出售預約，或設法募捐。然承印者非將全稿交付，不願接印，而願接印者，則又規模不大，難竟全功。時余得法初歸，斯之未信，既不願遽行傳法，更不願遽爾應供，令不識者誤以爲裨販如來。而年來校印羣經，頗欲改業印務，可弘法寶，而儕於市隱，不廢修持，乃組大乘印務公司，從估印各單中摘其不昂不下之價，而承印焉。是時稿未編竣，款未集足，不如是則付印無期，而謠譔繁興矣。勉爲其難不得已也。印未匝月，即厄於稿荒，須待羅子修飾潤色，始能脫稿，手民屏營翹企，無可奈何，羅坐桌比，非休沐日則無暇晷，乃與謝子卓如按周約會，品茗而索之，或得或否，如是將及一年不斷追呼，始能如願，而或作或輟，損失不貲，加以預約所得無多，捐輸更難舉辦，以前檀越早已充耳不聞，而道路流言更難入耳。爲速其成起見，且不能廢於半途，不避萬難，徧呼將伯，高利之貸，亦復在所不辭。雖其後世華獨力以承，自有莫大功德，而大乘公司，爲之株累不少矣。今者既已出版，印製技術尙差強人意，羣謗以息，然數年來任怨任勞，身受其累，爲利生弘法，分所應爲，書此因緣，以爲後起者勉。

謹按此書於民國五十年冬出版後，預約及發行，均不如理想。而存書衆多，以在寸金尺地之香港，未易珍藏，隨宜放置，邇來二十餘年矣。斷市亦已多年，近屢爲讀者所請，重新取出流通，此

亦因緣之可紀也。民國七十二年五月鍾棟湘謹附誌  
茲附上本書之目錄，公諸同好參考。

第一篇 教主

第一章 族姓

第二章 降生

第三章 童年

第四章 婚配

第五章 出家修道

第六章 成等正覺

第七章 轉法輪

第八章 行化

第九章 般涅槃

第十章 遺教結集

第二篇 有情與世界

第一章 有情世間

第二章 器世間

第三章 華藏世界海

第三篇 因緣業果

第一章 總說

第二章 十二有支

第三章 四緣

第四章 十因

第五章 業

第六章 果

第四篇 諸法體義

第一章 五法

第二章 三自性

第三章 三無性

第四章 二無我

第五章 五蘊

第六章 十二處

第七章 十八界

第五篇 唯識

第一章 唯識之意義

第二章 初能變識

第三章 第二能變識

第四章 第三能變識

第五章 八識總分別

第六章 唯識正辨

第七章 唯識釋

第八章 唯識性

第六篇 眞實義

第一章 勝義諦相

第二章 從遮詮門顯眞實

第三章 從表詮門顯眞實

第四章 一切衆生同一眞如性

第七篇 人天乘

第一章 總說

第二章 父子之道

第三章 師資之道

第四章 治國之道

第五章 夫婦之道

第六章 朋友之道

第七章 主僕之道

第八章 治生之道

第九章 三皈

第十章 五戒

第十一章 十善

第十二章 素食

第十三章 解脫道

第十四章 種姓

第十五章 資糧

第十六章 止觀

第十七章 四加行

第十八章 見道

第十九章 三十七道支

第二十章 解脫道果

第二十一章 菩薩行

第二十二章 總說

第二十三章 種姓

第二十四章 發心

第二十五章 四無量心

第二十六章 六度

第二十七章 四攝

第二十八章 止觀了義

第二十九章 修行階次

第三十章 佛果

第三章 法身

第十一章 淨土

第十二章 淨土十八圓滿相

第十三章 兜率淨土

第十四章 極樂淨土

第十五章 密乘

第十六章 藏傳密教

第十七章 東傳密教

第十八章 宗門法要

第十九章 佛祖傳承

第二十章 六祖法要

第二十一章 五家宗風

附錄：編輯後記——羅時憲教授  
可筏法師序

印順法師序

李世華居士序

馮公夏居士序

屈上師映光序

高大添居士序

本書發行後，一度斷市，因紛紛獲讀者所請，現重新流通，精裝上、下二冊，原價四〇〇元，現以七折特價優待，每套二八〇元，即日起接受辦理，至九月三十日截止。

郵政劃撥：五一—四二二

密乘出版社

# 論九乘佛法

黃文淵

金剛乘季刊倡九乘佛法之說，且以此說懸為論題，向季刊讀者，再度徵文。促使讀者，對西藏佛法，作有系統的研究與瞭解，以期深入。此間一般與西藏佛法有關著述，均認為九乘佛法之說，為西藏佛教寧瑪巴派之判教學說。凡對佛學之有造詣者，都可了知，判教為佛教中開宗立派之一樁大事。藉判教之學理，將有關佛法予以條理化，使其層次分明。此為判教之旨意。事實上，諸著對判教之說，祇及其表義而止，餘義未申。

中土佛法，由漢迄清，大致上說，可謂顯教一門獨盛之勢。歷代諸賢，對佛法誠有諸多貢獻。惟顯教一門，在九乘佛法中，其次第祇及三分之一之處。簡言之，顯教一門佛法，實為全部佛法之一少分而已。且此少分佛法，在諸家判教中，亦嘗有太多之感。至若大乘中之菩薩乘，在時間上，須三大阿僧劫，乃能成就十地菩薩於一生補處；其與西藏無上密佛法，即身成佛之成就之差別，實有天淵之別。民國以後，東密雖反哺中土，顧此東密，原為唐密之東傳日本者。雖失而復得，然中土佛法依然是少分之勢，此揆諸九乘佛法之可知。後再詳談。現在有等人，深知愛惜大乘佛法，亦知愛惜小乘佛法，唯獨不知珍惜精粹畢集的，無上密佛法，此由於不知九乘佛法之說故。

早期西藏依據教理，將佛法區分為般若乘與金剛乘。般若乘即為顯教，包含小乘在內，本文稱之為外三乘；金剛乘為密法，有四部續。前三部為事續、修續及瑜伽續，依次稱之作密、行密及瑜伽密等三乘，合稱內三乘。也稱下三部密法，唐密、東密，即此內三乘；第四部含生起次第、圓滿次第及大圓滿，依次稱之為大瑜伽、無比瑜伽及無上瑜伽等三乘，合稱為密三乘。即身成佛之精華，悉

在此密三乘中。

所謂九乘佛法，聲聞、緣覺及菩薩為外三乘，中土稱為顯教，西藏稱般若乘，為化身佛所說；作密、行密及瑜伽密稱內三乘，為報身佛所說。大瑜伽、無比瑜伽與無上瑜伽為密三乘，法身佛所說。此密三乘，在元明清三朝，雖傳王室，卻與中土社會大眾無涉。在西藏此密三乘，與前述內三乘，合稱為金剛乘。茲將此九乘佛法，按其先後之次序，由下至上，成梯次之排列，如左表之形式：

附表一：九乘佛法示意表

		(地 果)			
法身佛宣說	無	無	密三乘	金剛乘	般若乘
	上	比			
	瑜	瑜	內三乘		
	伽	伽			
報身佛宣說	行	作	外三乘		
	密	薩			
	密	覺			
化身佛宣說	聞	聲			
	乘	乘			
		(地 因)			

按右表，分乘之說，說法頗多，要亦不出九乘，是以不作詳說。察右表之可知，九乘佛法，若將之喻作一把梯子的話，九乘佛法實為諸眾生，自因地到果地的階梯。這個概念的意義，非常重要。在判教上，說明整部佛法，以九乘為內容；且以所及之範圍，不容分割、竄改或增減。在表列九乘佛法中之各乘，在組合上，有其一定之相互關係，這種關係，在西藏佛法中，稱之為次第，既有次第

，便不可以顛倒。西藏佛法，顯密兼重，對顯密的關係，概依次第之義，說是先顯後密。是以不論傳戒、開示以至付法，均須依次第而行。至於修持，亦同此理。誠如西藏古代佛教史所說，『佛依所化而說之法，分爲上中下三等，以適三根，而下下等中，是無上上

等之法語，此是共同之理。故聲聞經內，無般若乘；般若乘中，無外續密乘（筆者按：此即本文內三乘）；外續之密乘裏，無密集金剛，與勝樂等無上瑜伽之法語。同時密集與勝樂裏，無廣說阿的瑜伽之法語，因此大圓滿，成爲一切乘之首。』且也由此可知，九乘佛法之說，非僅祇九乘佛法之表義而已。除外，傳戒與付法，也必須相應，比如有初灌之戒，乃可傳以初灌之法；若僅有初灌之密戒，不可付以二灌之法。以戒範法，以法實戒，以開發智慧。有關判教之原理，在密宗的歷史與教理中，曾有扼要之說明，『一宗獨立的最大條件，立教開宗的基礎工作，盡在判教一事，判教的中心，要有一個原理的把握，由一個原理而組織佛教，這叫做判教。』由此可知九乘佛法之說，其在判教上，言簡而意賅，應有盡有，智慧洋溢。茲復依前說，綜合說明九乘佛法，在判教方面之意義於左：

- 一、依九乘佛法之說，判定佛法之內容和範圍，九乘佛法即爲全部佛法之內容和範圍。
- 二、依九乘佛法之說，判定佛法中九乘之次第。
- 三、依九乘佛法之說，判定傳戒、開示付法及次第。
- 四、依九乘佛法之說，判定傳戒、開示及付法，在次第上必須相應。使能以戒範法，以法實戒，使受領戒法者，在修持中，智慧增長。
- 五、依九乘佛法之說，判定佛法之修持次第。
- 六、其他。

九乘佛法之說，其所含蘊，諒必較此爲泛，然筆者淺薄，祇能及乎支分而止。竊以爲，若能了知此九乘佛法之說，非但可以知道

同修之情形，即於擇師時，上師之是否具德，亦可藉以窺知其少分。比如說，修東密之本尊法，而傳西藏密法，其無傳承之可資，甚爲顯然；又如，既傳藏密之法，卻又不敢誦密戒，其間有違，亦甚明顯。

九乘佛法之說，固可用以判教，但未明指其說，爲判教學說，是以除判教外，教法自亦應涵蓋在內，此即所謂九乘教法。此九乘教法，可依綱目綜合爲三乘，稱爲三乘教法。此三乘教法，將外三乘之聲聞及緣覺併稱爲小乘；菩薩爲大乘；內三乘與密三乘，併稱爲金剛乘。

金剛乘之密三乘，爲全部佛法精華粹集之處，以大瑜伽之生起次第爲起點，經無比瑜伽之圓滿次第，至無上瑜伽之大圓滿，而即身成佛。金剛乘以『灌頂』之儀式，配合弟子之菩提心，將戒律、佛法及傳承之加持力，逐次傳授弟子。以四次灌頂，授以無上密三乘之佛法，俾弟子依之修持。內三乘之法，爲三至七世成佛。菩薩乘三大阿僧祇劫成佛。聲聞、緣覺，三生至百劫成就而不究竟，今密三乘，將入上述諸法之衆生，由遙遠處，推進至即生成佛之處。其殊勝實不可思議，亦果乘佛法之方便處。在初灌修生起次第之法時，直將自己視同爲佛菩薩，摒除六根對內外之感應，淨念相續，依法修持，可得化身佛之成就；二灌修圓滿次第，以修持力促使己身脈氣點淨化後，使起生理變化，脈絡柔軟透明，氣則流暢，點能淨化昇華，最後放光。呈七彩如虹者，爲虹光身。此灌所得自愛用報身；三灌在藉外修持之力，以增強脈氣點功能。並針對衆生，在生死流轉時之心理狀態，適時導入正道。此種教法，根源衆生之本性，在實修上，較爲困難。多有視其情形，而刪略者。此灌亦爲圓滿次第，可成他受用報身；四灌爲諸法之首，在修大圓滿法，亦爲寧瑪巴不共之法。此有且卻與妥噶兩種修法，爲調心法門，而以妥噶爲主。可得法身之成就。上述四級灌頂，

下文轉第24頁

# 祕密呪字與金剛上師密呪利益之註釋

空行母移喜磋嘉造

化身嘉瑪寧巴取自巖藏

司徒卓才譯自英文譯著

梵云：阿那渣沙瑪哇霞瑪嘉瑪  
藏云：斑渣咕嚕打堅尼吽

皈依上師本尊空行母

「一介女子，移喜磋嘉，我於師尊，  
供獻廣大，外內及密，曼陀羅已，  
如是啓請：嗟嗟！大師！啤嗎森巴，  
於現在世，盡未來世，於我等輩，  
西藏人民，祈請賜予，無盡救護，  
及與助援。有如尊者，廣大覺悟，  
前無古人，後無來者。我雖女衆，  
決定無疑，必將獲賜，有如甘露，  
純淨珍貴，尊者儀軌。」  
「我見久遠，未來衆生，心志軟弱，  
見解善變，輕易動怒，不住安忍，  
輕致暴亂。於聖教法，持外道見；

尤於密咒，尊勝教法，輕蔑誹謗。  
是時衆生，病患貧窮，恐怖武器，  
戰爭之禍，如是三者，巨大災厄，  
熾盛增長。尤於西藏，極大苦難，  
一時降臨。是時藏民，倉惶苦惱，  
如蟻破穴，蜂擁而出，遍佈三境：  
漢土、藏地，與及中亞。」  
「嗟嗟！師尊！宣說甚多，善巧方便，  
救治此等，種種苦難。惟是彼等，  
末世衆生，修行儀軌，所需閒暇，  
與及圓滿，皆不具足。紛擾散亂，  
勢力極大。衆生甚難，互相調協。  
獻供所需，種種物料，修行儀軌，  
所需準備，難得圓滿。於彼惡世，  
避免反轉，該等劣勢，甚難極難！」

「嗟嗟！師尊！於彼末世，若有衆生，僅依賴於，師尊儀軌，所謂「金剛上師密咒」，當能出生，何等利益？為彼末世，下根衆生，乏甚深見，祈請宣說。」

是時大師宣說：

「具信女兒，如汝所說。惟於彼等，未來惡世，修習能使，一切衆生，種種現法，及究竟利，得以出生，是事決定！我將埋藏，十八庫藏，所謂地庫，水庫巖庫，天庫等等，含藏無量，儀軌與及，祕密教法。於彼惡世，有等衆生，具足善業，與及種種，吉祥緣起。彼等所傳，善巧法門，極難圓成。彼等惡世，所具特徵，即是衆生，所能具有，一切功德，悉皆竭盡。」

「惟是倘若，於大聖地，二十四處，或於寺廟，或於村落，或大山巔，或大河岸，或天及魔，鬼等所居。

高地低地，若有衆生，具三昧耶，與及密咒，或有比丘，具僧律儀，乃至白衣，信念虔誠，或具德性，善良女子，精勤長養，菩提正念，彼等衆生，若能誦讀，『金剛上師密咒』心要，若滿百遍，若滿千遍，若滿萬遍，若十萬遍，若百萬遍，若萬萬遍，或儘其力，所能致量，如是出生，力勢利益，人之心智，不可思議。十方虛空，病患貧窮，戰禍惡軍，民亂饑饉，恐怖預言，凶惡徵兆，如是一切所有，種種災厄，悉皆避除。一切方所，牲畜平安，五穀豐收，風調雨順，如是福善，悉皆來臨。現在世中，未來世中，乃至中有，狹窄險道，於上根者，在其夢中，我將教授。該等衆生，漸次圓滿，諸道及地，以聖位身，男女持明，入勝壇城，是事決定！」

「若有衆生，僅誦此咒，日滿百遍，

無有間斷，彼等衆生，於衆心中，現稱意相，豐饒食物，財寶福祿，無庸費力，悉皆降臨。若有衆生，誦讀此咒，滿於千遍，或滿萬遍，或復增上，彼等衆生，力能支配，他人心意，更能獲得，力勢加持，決定無疑！若有衆生，誦讀此咒，滿十萬遍，或千萬遍，或復增上，彼等衆生，積集一切，三界力勢，支配三界。天及魔等，皆為僕役，四事業法，無礙成就。彼等衆生，所能利樂，有情數量，隨其願欲，無有邊際。若有衆生，誦咒滿於三千萬遍，或七千萬，過去現在，與及未來，三世諸佛，常與同在。彼等衆生，實即與我，無二無別。一切天神，夜叉羅刹，猛厲山神，皆將應允，聽彼號令，臣服於彼，圓滿承辦，彼所咐屬。」

「上根衆生，即於此生，成就虹身，

中根衆生，於死有時，即能現證，自明淨光。乃至有等，下根衆生，於中有時，觀我面已，即能解脫，諸相生起，彼往生於，勝壇城已，當於衆生，饒益無量。」

空行母移喜磋嘉重作啓請：

「嗟嗟！大師！我等銘感，汝所施惠，廣大難量，力勢利益，宏大恩典。惟為利益，未來衆生，如彼經續，所具法式，更請宣說，『蓮花上師密咒』秘字，無量無邊，力勢利益。」

如是大師宣說：

「具信女兒，所謂『金剛上師密咒』，並非僅是，我之名號，實仍表示，本尊聖衆，四部密續，九乘與及，八萬四千，種種法門，最極最極，心要自性。如是密咒，圓滿無瑕，因彼密咒，乃三世佛，一切上師、本尊空行，及護法衆，最極心要。」

「若有衆生，詢問何者，標幟如是，圓滿之因，應令彼等，諦聽並與，銘記於心。令彼反覆，誦讀此呪，令彼書寫，乃至令彼，於未來世，一切衆生，教授解說，此呪意義。」

唵阿吽班渣咕嚕啤嗎悉地吽

唵阿吽乃身、語、意之最上心要。班渣乃金剛部之最上心要。咕嚕乃寶生部之最上心要。啤嗎乃蓮花部之最上心要。悉地乃事業部之最上心要。吽乃如來部之最上心要。

唵阿吽班渣咕嚕啤嗎悉地吽

唵，總攝五部佛陀之報身圓滿。阿，不變、周遍法身圓滿。吽，化身上師之現前圓滿。班渣，迨魯迦聖衆圓滿。咕嚕，持明上師聖衆圓滿。啤嗎，空行及勇父聖衆圓滿。悉地，一切財神及庫主之命根。吽，一切所有護法之命根。

唵阿吽班渣咕嚕啤嗎悉地吽

唵阿吽者，三種密續（依次爲父、母、無二）之命根。班渣者，律及經二者之命根。咕嚕者，阿毘達磨及作密二者之命根。啤嗎者，修密及瑜伽密二者之命根。悉地者，大瑜伽及無比瑜伽之命根。吽者，無上瑜伽之命根。

唵阿吽班渣咕嚕啤嗎悉地吽

唵阿吽，三毒所生一切遮障皆得以清淨。班渣，瞋恚所生一切遮障皆得以清淨。咕嚕，我慢所生一切遮障皆得以清淨。啤嗎，貪欲所生一切遮障皆得以清淨。悉地，嫉妬所生一切遮障皆得以清淨。吽，諸煩惱所生一切遮障皆得以清淨。

唵阿吽班渣咕嚕啤嗎悉地吽

唵阿吽，法、報、化三身成就。班渣，大圓鏡智成就。咕嚕，平等性智成就。啤嗎，妙觀察智成就。悉地，成所作智成就。吽，智慧所轉成之一切事業成就。

唵阿吽班渣咕嚕啤嗎悉地吽

唵阿吽，由是支配天、魔及人。班渣，由是支配乾闥婆及火神等敵對精靈。咕嚕，由是支配閻魔及羅刹等敵對精靈。啤嗎，由是支配水神及風神等敵對精靈。悉地，由是支配夜叉及大力妖魔等敵對精靈。吽，由是支配星宿妖怪及地主等敵對精靈。

唵阿吽班渣咕嚕啤嗎悉地吽

唵阿吽，六波羅密成就。班渣，一切息災秘法成辦。咕嚕，一切增益秘法成辦。啤嗎，一切懷愛秘法成辦。悉地，一切世間成就秘法成辦。吽，一切怖畏秘法成辦。

唵阿吽班渣咕嚕啤嗎悉地吽

唵阿吽，喇嘛及笨波之神奇勢力得以消解。班渣，天神之懲罰之敵對勢力得以消解。咕嚕，天、羅刹及山神之敵對勢力得以消解。啤嗎，次要之世間神祇及魔之敵對勢力得以消解。悉地，龍及地主之敵對勢力得以消解。吽，天、魔、人之一切敵對勢力得以消解。

唵阿吽班渣咕嚕啤嗎悉地吽

唵阿吽，五毒悍軍得以降伏。班渣，瞋恚所生之悍軍得以降伏。咕嚕，我慢所生之悍軍得以降伏。啤嗎，貪欲所生悍軍得以降伏。悉地，嫉妬所生之悍軍得以降伏。吽，天、魔、人之悍軍得以降伏。

唵阿吽班渣咕嚕啤嗎悉地吽

唵阿吽，得身、語、意成就。班渣，得寂忿諸尊之成就。咕嚕，得持明上師之成就。啤嗎，得空行母及護法衆之成就。悉地，得共同與殊勝之成就。吽，得一切思量所及之成就。

下文轉第24頁

# 節錄印度佛教史之神通

(八)

劉銳之

阿闍黎安慧者：在阿闍黎世親背誦九十九卷之經典時，梁間一鵠有知覺者，恭敬以聽，死後投生南方爲商主鄧闍嘉盧之子，剛出世即以阿闍黎住何處爲問？其母以「阿闍黎是誰？」反問之。曰：世親是也。曰：住摩揭陀。以問自彼地來之商客，亦說住此。滿七年送至阿闍黎世親座前，對學明處，即能毫無困難以了知。爾時得滿一捧之豆，「食乎？」心在想。面前有一救度母廟，因念「對聖母不供獻而自食，不可也」。想已，乃以少許豆以獻，竟被摔落。復想「於聖母不要中，我自以食，是否不合！」乃全部奉獻，亦被摔落，小孩急極而哭，度母現相而開示曰：「你勿哭，我加持之。如是說已，變成智慧無量，而此佛像亦有「勿哭度母」之稱。其後，以上座持三藏，尤其於大小乘之一切論，均能通達。能背誦聖寶積經，一切作爲皆救度母所授記。作寶積經四十九會及中觀本論註釋。於世親阿闍黎示寂，與外道比沙渣巴喇等辯論，大摧破之，有「語自在」之稱。於阿闍黎世親論著，大部爲之註解，而於經論之註疏亦甚多也。

阿闍黎陳那者，於南方近星賈華嘉渣城京渣婆羅門種姓出生，於外道所有宗義，異常通達，從犢子部持本部宗義之堪布龍授出家，精通聲聞三藏。其後至阿闍黎世親座前，聞大小乘所有經藏。特別是從精通密呪之阿闍黎，得密呪成就，親見聖文殊面，聞如何意趣之法。入住於鄔德比沙之異常寂靜森林之石洞，一心禪定，精進以修。如是經數年，勝那爛陀外道之大辯論生起，有名舒都那闍耶

之婆羅門，以現見自己所修成之神，於辯論能力，甚爲精闢。會面已，諸佛教徒無能與辯，乃往東方，迎請阿闍黎陳那。於是外道三次，爲彼所敗，對集合之外道羣，一切各各加以駁斥，使之進入佛教。阿闍黎集成集量論並供養贊歎，而作發願（偈云）「成就量利益衆生，頂禮皈依佛善逝。從已論文成此量，集各零篇此一本。」因以石粉寫出，地亦爲之震動，諸方遍所顯現，且聞大聲傳播。有婆羅門名「黑者」，因而知之，俟阿闍黎外出化緣，彼來而加以拭擦，如是者擦兩次，當第三次寫上時，加寫：「如係游戲可任擦之，但此乃有大需要，請勿擦。如於理有錯，欲作辯論者，大可現身」如是寫已，亦化緣而去，擦者又來，得見此字，留以待之。及阿闍黎返，以宗教爲見證，而與之辯，多次以後，外道遂爲所敗。說「現在你應入佛教」彼竟誦呪散灰，以燒阿闍黎之用具，幾燒至阿闍黎本身，外道已逃。「祇我一人事，亦不能辦，他（有情）事，如何能辦」想已，遂生放棄所發菩提之心。聖文殊顯現而來。「吾子！勿爾勿爾，你所遇者乃小人，心智歹壞，你所著之論，諸外道不能破壞，你未證佛陀前，我當爲你善知識，後代對此諸論，將成爲一切論之隻眼。」如是說已。阿闍黎以「有甚多難忍之苦，還要堅持，我心實喜非菩薩之行，而難遇之菩薩，今已親面，竟對我無加持，我又將如何辦。」如是請求。「吾子！你勿煩惱，一切苦惱，我當爲之護持。」說已，遂不復現。爾後彼於論著，亦善爲撰作。一天偶沾微恙，往城市化緣，見一森林入而稍息，昏然睡去。

夢中得見甚多佛陀之面，遂得甚多禪定。外面諸天降下花雨，林內花朵，亦皆低垂。諸大衆紛至清涼蔭影下休憩，當地王者與大臣俱，前來安慰見此歎爲稀奇，旋爲音樂聲播送，睡夢醒焉。「你是陳那與否？」以問：「是起是名。」此王者遂親禮足。其後來至南方區域與不同地區之外道爭辯，皆摧破之。前諸阿闍黎所建道場，大半破爛，加以修復。

解脫軍阿闍黎，於種種經論以疲倦休息故，從般若以思以修時，心生起殊勝之經驗，以於經義，雖無所疑，而經有一處，與現觀莊嚴論之句，不盡配合，心有不安，夢見彌勒菩薩開示：爾到婆羅痾斯廟去，當得大義利也。越日天明而往，得寂鎧居士告語，可往南方普陀山請般若二萬頌八品回。及返覺維句與莊嚴論完全符合，乃喟然歎「得之矣。」遂於此經八品及現觀莊嚴論，以中道無自性之義闡釋，並將經論全部加以揉雜，造成論著；乃此阿闍黎未出世所無者，二萬頌顯現前而他人未作如此嘗試，其原因在此。

寂鎧居士在布渣嘩達哈之森林修觀世音而得成就，出現徵兆甚多。王者蘇巴薩那，夢中感覺若得聖觀音到來，則人世間之飢荒瘟疫，得以斷除，而成安樂。此事可遣送往森林之居士往普陀山迎請，王者乃召居士，以珍珠鬘及禮聘書委與，並以道上糧食，及款項等給付。居士念及道阻且長，且有生命危險。然而本尊所住之處，奉命往謁，而違王命，於理有虧。想已，遂挾普陀山道路憑證而去。其後到達那斯列吉祥蚌之塔，從此往普陀山之路，要走少許地下道，又從地上行。海水泛濫，淹及大地，人不能通過。以前僅有一小路，循此以往，今則水大不可去，遂依路嚮度母祈禱，一老婦放船以渡之。又有一湖不能通過，祈禱忿怒母，一女孩放筏以渡之。林之邊火熾然不能去。向馬頭明王祈禱，豪雨轟雷以開道。又有懸崖，深數由旬，路爲之斷，行不得也。禱告於獨髻母，大蛇爲之作橋而行，復有甚多猴子，身如象大，阻路而住，向不空羼索佛祈

禱，諸猴爲之開路，且給以好食物。於是到達普陀山下，崖如壁直不能上，禱於聖觀音即有籐梯出現，攀沿而行。此後諸方均爲霧所蒙蔽，因而長時祈禱，霧爲之散，乃是此山三分之一爲救度母像。山腰爲忿怒母像，到山之頂，有越量宮，只有零碎花朵，餘無所有。遂專一祈禱，經過一月，有一日來一婦人，告以聖者來矣。從宮所排列千門，依次開啓，門各各開已，生起各各靜慮，親見五聖花，從身散入，遂獻上王者文書及禮物，祈禱降臨人世間，已蒙接受，並賜居士以路上糧食，及款項甚多，(曰)：此僅爲生活之資，待回到爾之境，款用盡則我當來。如是說已，且指示之路。至山腰及山下，有三分之一之佛像，見之皆爲真身。於此回程，應爲十五日，因先到自己所住處，行已十四日，日間得見布渣嘩達哈，非常歡喜。以所餘款買食物而食之。到達王者所轄城市尚遠，但已接近自己修行之處，而款盡矣。「經此地後，明日聖駕臨乎？想未必也。」半夜夢回，爲音樂之聲所驚醒，虛空諸天(神)紛作供養，「供養誰？」問已。「人世間之糊塗孩子！你背所靠之樹，乃聖與眷屬降臨。」及見樹上，五聖現前，於是頂禮祈禱，請至王者處。

上文接第18頁 對佛法修持配以四種正見。依四灌次第，爲唯識見、中觀見、密咒見及大圓滿見。

綜合前說，可知九乘教法之重點，在於密三乘，從生起次第起修，經圓滿次第，到大圓滿，而即身成就。戒律則大小乘戒，均一律承受無餘，並三昧耶戒一同受持。此爲西藏佛教寧瑪巴一派判教學說之要義所在。

上文接第22頁

喻阿吽班渣咕嚕啤嗎悉地吽

喻阿吽，遷往本初佛土。班渣，遷往東方現喜佛土。咕嚕，遷往南方吉祥佛土。啤嗎，遷往西方極樂佛土。悉地，遷往北方無邊寂靜佛土。吽，遷往中央空性佛土。

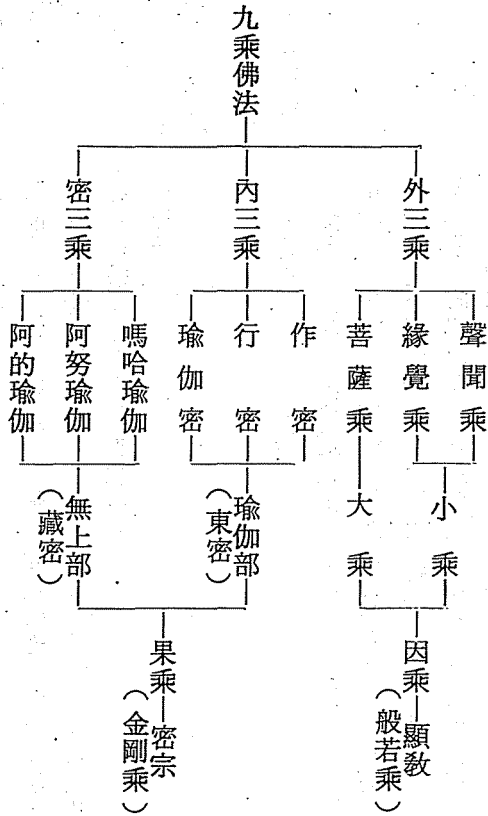
# 西藏密宗甯瑪巴之判教

賴仲奎

九乘佛法係西藏密宗甯瑪巴之立說，以別於顯教、東密之判教，其自居最爲無上，蓋如召賢各標已勝，容或不足以折服他宗，然亦可知其特殊發揮之處；若西藏密宗甯瑪巴之判教，則爲九乘佛法如是必需博通顯密經典教理，且踏實修持有得者，始能細析綱要，辨其行果。故本文僅就貢噶上師等諸位大德之開示及著述，側重無上部密乘綴輯串述而成，不敢據爲己作也。

## 一、九乘佛法之簡說

甯瑪巴將一切世出世間法分爲三乘，即人天乘、外道乘與內道乘；人天乘包括世間一切善法學術，外道乘包括一切顛倒邪執之外道宗派，內道乘則爲佛法，依化、報、法身佛所說之教示，初分外、內、密三乘，各復分三，共爲九乘，如下表所列：



## 1、外三乘

外三乘分聲聞、緣覺、菩薩；爲普賢王如來徧滿一切世界應化身所說之教示：

聲聞乘——修四諦法門。

值佛出世，常懷厭離，唯求自度，聞佛聲教與修四諦法門而悟解者，總稱聲聞乘。

緣覺乘——悟十二因緣。

出於無佛之世，以宿值福德因緣故，偶見花飛花落，藉現事緣而感無常，常樂寂靜，獨處修行，不依佛之聲教，自脫生死而止，不能兼濟利他，觀十二因緣而悟道者；從緣得覺，故稱緣覺乘。

菩薩乘——修六度萬行。

上求佛道、下化衆生之大心人，修習六度萬行，以菩提心爲念，急於爲人，普利衆生，總稱菩薩乘。

## 2、內三乘

內三乘分作密、行密、瑜伽密；爲普賢王如來報身金剛薩埵所說之教示：

作密——從主乞悉地。

以世俗迷相所現蘊界處諸法爲所淨之垢，以法界本性清淨之心性爲淨沼所依體，以淨行爲道而觀修本尊，將自身與本尊智身之關係；視同主僕而求悉地。

行密——從伴乞悉地。

見同瑜伽密而行同作密，於自三昧耶身前，觀本尊智身如兄弟或同伴而求悉地。

瑜伽密——入我我入觀。

將情器一切世俗諦法，在勝義菩提心性中予以淨治，以五相現證菩提爲道，在生起本尊壇城時，於自三昧身中迎送本尊智身而求悉地。

### 3、密三乘

密三乘分嗎哈瑜伽、阿努瑜伽、阿的瑜伽；爲普賢王如來法身佛所說之教示：

嗎哈瑜伽——修生起次第，屬於父續。

本法爲無上部四灌頂道之寶瓶灌頂，如法修持，可證化身佛，依唯心見而修。爲對治行者心理上之凡夫我執，通過五種灌頂，以五方佛爲頂嚴，直下承當，與佛無別；唯從心間修習生起次第之觀空（含攝真空妙有），能明顯現起對生及自生本尊身、將身、語、意三業分別結印、誦呪、觀想。由此三密而得加持、相應成三金剛，使自己和本尊智身自性不離、平等一體而證悉地。

阿努瑜伽——修圓滿次第。屬於母續。

本法爲無上部四灌頂道之秘密灌頂與智慧灌頂，如法修持，可證報身佛，前者依中道見而修，能自受用廣大法樂；後者依密呪見而修，亦能令他受用廣大法樂。爲對治行者生理上由我執煩惱所生成之生理障礙，習毘盧七支坐，修脈、氣、點三種細相，以改變身、語、意三種粗相（即所稱三業），令脈調柔、氣導順、點淨化，修三脈四輪，開展代表法身之中脈，自受用廣大法樂；進之亦可修習業印，開發六輪，雙運智慧方便，令自他皆得受用廣大法樂；蓋以意觀寂靜及忿怒本尊或實修業印，奮起貪懼之拙火熱力，於此心

得安定，則煩惱性空即菩提而證悉地。

阿的瑜伽——即大圓滿，屬於心續。

本法爲無上部四灌頂道之名詞灌頂，如法修持，可證法身佛，依大圓滿見而修。行者修習生圓次第，已能由中脈明顯法身光明，需經具勝證德上師指示，始知離於微細修垢及所知障，修且卻、妥噶，直顯明空豁朗之自然智慧光明，法爾解脫，一切現成，本自具足，不假外求。且卻漢譯爲立斷，妥噶漢譯爲頓超，後者以前者爲依；且卻即修無修無整無散亂、明明朗赤裸裸之大手印定，妥噶即如何認識由本性虛空法界上顯現之智慧光明修持之法。且卻修成就，身體歸空不見；妥噶修成就，肉身化爲虹光，成金剛身，隨意住世，度生無量。

### 二、諸乘教法之開合

若無小乘出離與大乘發心爲基礎，密集之妙法無非是空中樓閣，欲期即生即身成就，則應同時修習小、大、密三乘之教法；故先開以明三乘行果之區別，後合而述三乘行持之一貫：

#### 1、三乘行果之區別

小乘行者以志求涅槃爲主，故發出離心而斷除煩惱；由觀察能、所關係，思惟審察，去由我執而生之貪、瞋、癡諸惑，以除煩惱障，證人我空，永住涅槃，不住生死，唯自解脫，不受後有，經時多劫才得一分果報。

大乘行者以饒益有情爲念，故發菩提心以利他；由抉擇蘊界處等世俗諦而作取捨，去由法執而生之無明等邪見以所知障，二障俱除，人法俱空，不住涅槃，不住生死，盡未來際，普利有情，需經三大阿僧祇劫成佛。

密乘行者以究竟利他爲鵠，故依四灌頂道而即生提早成佛；此

意云何？經中屢示：「自未成熟，能成熟他，無有是處。」直以執持身、語、意及脈、氣、點等之要爲道，以無念之法身爲體，於依它而起之世俗諦一切蘊界處不作取捨，認爲即是本尊利土與越量宮殿，故於一生即可通達勝義諦，現證菩提，廣作利生事業。

## 2、三乘行持之一貫

修習密乘法要前之共加行，即殷切出離，修習小乘之思惟四事：暇滿難得、觀死無常、怖輪迴苦及知黑白業，由行者內心希求解脫而正信皈依；不共加行中發菩提心，即修習大乘之四無量心及願行菩提心，視一切有情如母而拔苦與樂，特別爲密乘之七因果訣門發心之法，使一切如母有情斷除二障及俱有習氣，而證得佛陀品位；進之修習密乘法要，將行者身、語、意三業轉成本尊三金剛字標相，由具勝證德上師之加持，恭敬皈依迎請上師與本尊不二之智慧身融入自身，放出光明，上供十方諸佛菩薩，且攝集諸佛菩薩之功德，復下施一切有情，淨除彼等煩惱及業障，悉令解脫，並將所有功德迴向一切有情，祈願吉祥。由此功德力用，一切衆生皆成本尊，一切處所皆成本尊利土，一切聲音皆成本尊咒聲，一切思念覺受皆成智慧佛性。如此小、大、密三乘，前前爲後後之基，後後爲前前之果，需同時修習三乘教法而得成就。

附註：

一、本文密乘詳述無上部而略及瑜伽部，以未曾修習瑜伽部，不敢妄加贊詞，且 鄔金寧波車開示云：「六部密法前三部傳入日本並流傳至今，前四部曾傳入中國。此六部在西藏皆有教授，尤其是阿努瑜伽及阿的瑜伽。」故舉無上部而言密乘。

二、本文參考或節錄自下列諸書，不及一一註明出處：

普賢王如來九乘教法

貢噶上師開示

三乘教法

鄔金寧波車開示

大圓滿

郭元興大德撰稿

密勒日巴大師傳記序

張澄基博士譯

大幻化網導引法

劉銳之上師編譯

西藏密宗靜坐法詳釋

劉銳之上師著

密宗灌頂論

陳健民大德著

上女接第31頁

語云。事障障凡夫。理障障菩薩。要知道理障是障因地的菩薩。若是果地菩薩。決不爲理所障。如六祖闍五祖傳經便悟。何有於理障。凡古德悟道者。皆不爲理所障。蓋透事障以理。透理障以事。不能理事。如豈能稱爲菩薩。吾人學佛對於一切法門。事先應研究審慎。看他的道理對不對。不可盲從。這是要緊。如果道路對。便當一門深入。依法修行。再勿執理了。諸同學佛法與世法。有別亦無別。云何有別。有重知見與不重知見之別。世法重知見。所謂多見多聞。參研愈多。愈稱淵博。但知見多。則分別心重。而我見深。乃至爭鬪愈甚。學說之爭。名利之爭。何莫由斯而起。佛法首在破除知見。因世智辨聰。入難之一。入道最難。障道最甚。所以要忘機歇見。機忘見歇。則理障事障。一併破除。無礙自在。故云有別。云何無別。重事重行。無別世法。讀書講學。實能實用。苟抱着死書本坐而言。不能起而行。縱然博古通今。無關實際。所以儒家云。賢賢易色。事父母能竭其力。事君能致其身。與朋友交。言而有信。雖曰未學。吾必謂之學矣。自古忠臣孝子。賢母節婦。莫非從身體力行得來的。豈口頭理論所能致。佛法信願行。六度萬行。亦須事上去行。方有受用。至於順逆自在。煩惱不生。更非從事上無以表現。故云無別。

佛法眞理。覺心尙不可得。豈世知世見所能了解。如他人打我罵我。凡夫認他是冤家。學佛人認他是善知識。食苦病厄。凡夫認爲是壞。學佛人認爲是好。名利恭敬。凡夫認爲是好。而學佛人認爲是壞。蓋凡夫不明因果之關係。但依眼前是非爲恩怨。好壞。根據因果循環之理。視一切平等。如打我罵我。可消宿業。食苦病厄。可生菩提。名利恭敬。能障菩提。所以說好即是壞。壞即是好。諸如此類。佛法與世法。知見相反。如此。還能執著講理麼。若要講理。須依佛理去講。才是眞理。

淨密乘修。不執理。專重事。從事透理。理無不全。果能依法修行。事事慈悲。念念清淨。更有何理不具。若執理遺事。理成畫餅。縱使博通教理。口若懸河。而行與言違。我執煩惱。有增無減。理又安在。故事理不二。是以事透理。非是以理概事。望大家注意。

# 「西藏古代佛教史」提要

弟子談延祚述

## 一 「般若乘緣起」

西藏佛教徒，稱顯宗爲「般若乘」，密宗爲「金剛乘」。本章係依密宗的傳說及觀點，以敘述顯教的緣起。倘自廣義而言，則亦可視爲佛教的緣起。

本章共分三大目；一爲釋迦示現史跡；二爲釋迦寂滅後，遺教結集的歷史；三爲般若乘傳播史略。

關於釋迦示現部份，密宗的說法大致上與顯宗大乘的說法相同。釋迦未示現前，居兜率天上，成爲白幢天子時，已修成十地菩薩；而小乘的說法，則釋迦示現之後，在金剛座上，始由資糧位一直修至究竟位。這兩種說法，歧異很大。而密宗則根據印度佛密論師，釋迦親論師等所說，與顯宗一般大小乘略有不同。即釋迦在尼連河邊入定時，其智慧心曾被鈎召至色究竟天受諸佛灌頂。此說與密法修持的關係極大。

就無上了義言，密宗認爲釋迦曾歷三大阿僧祇劫始得成佛之說爲不了義。因自無始以來，釋迦在法界中已成佛，其在三千大千世界中每一世界示現，實爲救度有情之故而已。此說具見於正文所引之續上師論頌中。

這種說法，其實與大乘的共通說法並無矛盾。因爲密宗以爲，釋迦下降兜率天成白幢天子時，亦爲示現之一相。換而言之，十地菩薩身者，不過是由佛示現至誕生期間之過渡時期而已。

這歧義的意義也很大。因爲顯教力主須經三大阿僧祇劫始得成佛之說，而密宗則以爲修行人可即身成佛。

此外，在三轉法輪上，密宗也別具特殊的見地。依密宗經續，

釋迦初轉法輪制定律藏，而律藏中又分經、律、論等三部。二轉法輪，傳授經藏，經藏中亦分經、律、論三部。三轉法輪，傳論藏之要點，論藏中分經、律、論等如上。茲將各部所攝之意義排列如后；

### 律藏

律之律：爲自他秩序的安排。

律之經：禪定、平等住，瑜伽次第。

律之論：爲前二者之廣論。

### 經藏

經之律：菩薩戒之次序。

經之經：甚深廣大之禪定。

經之論：地、道、總持及禪定之闡明。

### 論藏

論之律：以善巧方便免除煩惱。

論之經：進入空性之方便。

論之論：指示蘊、處、界、根、識及如來藏。

將三藏鴻文詳加判別，是西藏重因明、次第的作風。

關於遺教結集部份，依顯教經典，第一次結集爲由大聲聞鄒波離結律藏；阿難陀結集經藏；大迦葉結集論藏。第二次結集，爲由尊者渣巴（梵云耶舍）重誦三藏。第三次結集，由迦膩色迦王發願重訂經律論三藏。

密宗據分別論，則認爲大乘佛法之根本結集，均由普賢王如來、文殊、金剛手及彌勒菩薩所結集。

這種歧異，大抵和兩宗的傳承有關。

此外，密宗又認為第三次結集以前，文殊已化身比丘傳大乘佛法。關於般若乘傳播史略方面，密宗認為釋迦所親傳者有兩支：一支傳與上座十六人，此十六人具虹光身，弘法於四大洲及三十三天等處，非具大福德者不得見其人。一支傳與迦葉，迦葉傳阿難陀，阿難陀傳日中羅漢（又名水中羅漢），及草衣兩支。草衣則傳與近藏，近藏傳聖達德迦，聖達德迦傳聖黑，聖黑傳聖善現，聖善現傳與龍猛。至日中羅漢則於阿難陀滅後二十年，以大神變，化成迦濕彌羅國（即今印度克什米爾地）。對於這種傳說，似可視為是小乘與大乘，南北兩支分傳的反映。

有關金剛乘本身，舊教的說法，是本書的重點，故其傳播史實，具見以後各章。至於新教的觀點，是以爲釋迦授記，將一切密續傳與鄔金（有些譯本稱烏伏那或烏長）國王因渣菩提。——或以爲密主金剛手傳與因渣菩提。其後法統，爲巴蘇嘉巴得密集金剛續，龍猛得喜金剛續，姑姑葉巴得馬哈瑪那及大威德等續。支嚕巴則自香拔拉得時輪金剛續。

一般對密宗生誤解者，常以爲密宗缺乏理論。本章敘述大乘之論師時，極力推崇龍猛、提婆、法稱、无着、世親、陳那等性相兩宗論師，則尤可見西藏密乘之學術傳統。——由中道而唯識，是學術部份；密法傳承，是修持部份，全書於此，系統燦若列眉。

## 二 「金剛乘緣起」

依寧瑪巴觀點，金剛乘有三種不同緣起。一爲「勝者意趣表示」；一爲「持明語文」；一爲「補特迦羅口耳傳承」。

勝者意趣表示，是佛在其刹土中作明顯示現，不落言詮，但以行相及加持力，使其眷屬得證空性之智慧。普賢王如來示金剛持行相，所轉無上瑜伽法輪，即是此種意趣。

換而言之，這種傳承不在世間（且超出三界之外），所以，經

續結集的來源，便和顯教所說的不同。一般來說，密乘經續的說法者就是結集者，或者，受法者就是結集者。這就與顯教經典由人結集不同。

持明語文與補特迦羅口耳傳承，爲密法在世間的傳承。而尤以後者至爲重要。

持明語文大別可分非人持明及人持明兩類。前者爲導師化作天、龍、藥叉等非人，以度化非人族類。後者爲密法在人間的傳播。向天人度化的，是文殊（妙吉祥）的化身；向龍族度化的，是觀世音化身；向藥叉度化的，是金剛手化身。

佛滅後二十八年，天人、龍王、藥叉、羅刹、及人等五持明顯現，金剛手菩薩亦作報身顯現，此爲普賢王如來在法界傳授的密法，於人間廣泛傳播的開始。其後，有伽哈那巴、楞伽渣華桑波、珍渣果密等教主，相繼在馬拉雅山弘揚密法，故馬拉雅山聖跡甚多。

至於補特迦羅口耳傳承，肇端於從金剛手受密法的五百大乘教主。他們受西方國王那叉雅疏供養，造密乘經續甚多。此後，沙珂那王渣（即中因渣菩提）是傳承中的一個重要人物。王渣曾受佛授記，同時得金剛薩埵親自降臨授以智慧灌頂（三級灌頂），並得受自天降臨之阿努約噶及瑪哈約噶經續。故王渣在此兩部約噶傳承中，均居主要地位。

瑪哈約噶，或譯生起次第，分續部與修部兩部。續部共一十八部，計有身、語、意、功德、事業五大續，修行支分五部續，瑜伽支分五部續，補充、及無不具備兩續，一切集成一續。修部則分兩派，一爲教傳派，一爲巖傳派。

在續部中，王渣傳大幻化網與姑姑喇渣，經數傳而至西藏密宗的開創者蓮花生大士。王渣傳大樂光明與渣倫打拿，經數傳而至噶朱巴（白教）第一代祖師諦洛巴。此外復有王渣的事業手印傳承，及羅睺羅的集聖類傳承。

但在初期的傳承系統中，似乎只是指經續的傳授，而非法統之傳承。因王渣奉到降臨經續後，呈獻姑姑喇渣，姑姑喇渣依經續修持，修至可見金剛薩埵之面，並得開示授記。其後反將一切續部分十八函，爲王渣開說。故自法統而言，姑姑喇渣實爲一代宗師。

在西藏密宗蓮花生大士地位極其崇高。相傳大士爲阿彌陀佛化身，由蓮花化生，得天人及海洲中空行傳授密法，其後爲鄔金國法之大臣茲拉尊迎請入宮，由國王因渣菩提撫養。及長，示種種神變，得天人、龍王、空行等護持。但爲得法之傳承故，乃從教主渣巴哈德出家。此後曾在沙珂、鄔金、印度東、南、中部，及蒙藏等地示現，調伏有情，示大神變。至其來藏地後事蹟，詳見後文。

瑪哈約曠之修部，依教傳系統，教主爲出生於尼泊爾之婆羅門族空遮伽雅。修成大手印成就。另一教主蔣巴舍寧，則得四事業法經卷。此外尚有聖龍猛論師、卑嗎那密渣、及渣巴哈德等教主，其傳略均一一見於正文。

巖傳一派，相傳爲金剛法菩薩將修部經續交付事業自在空行母保管，其後由空行母將經卷八箱分別交付與卑嗎那密渣、空遮伽雅、蔣巴舍寧、郎嘉佐那、蓮花生、達那生芝達、嚴布姑希、及史華迎波等八大成就者，後此八寶箱經卷，均由蓮花生大士總攝受焉。

阿努約曠，或譯圓滿次第。由金剛手傳授王渣。但爲尊重法統故，王渣仍請人持明願渣華爲之灌頂，並向其求法。於此可見密宗重傳承的特色。王渣將法傳與四人，其中最能弘揚法統，代有傳人者，爲釋迦布捷（即小因渣菩提），後經五傳而至釋迦獅子（蓮花生大士之異名），寢且法傳至尼泊爾。

除上述兩約曠外，尚有最殊勝修心法要阿的約曠，或譯大圓滿。此法傳承肇自嘉饒多傑。其母爲鄔金國公主。公主爲比丘尼，夜夢有人以寶瓶印蓋其頂上三次，不久即誕嘉饒多傑，實爲金剛薩埵化身。公主以有違世法，將之棄於灰堆，歷三日而無恙，公主乃復

將之迎請回家。六七歲，即能與國王供養之五百班知達（學者）研討佛法，辯才無礙。其後從自心中湧現金剛薩埵爲之開示灌頂，得內外乘一切經續，及大圓滿偈六百零四頌。世壽七十五歲時，傳法與蔣巴舍寧。

蔣巴教主將大圓滿六百零萬頌分作三部：心部、中心部及口訣部。又有修明點降下法等。分傳聖天菩薩、蓮花生、宋惠壽、及生遮移喜四人。其中宋惠壽又從生遮移喜受心部傳承。

最值得注意的，是大圓滿的傳授竟涉及中國，據云，中國疏清城有詩列星哈者（敦珠上師據傳說以爲此即宋惠壽之異名），因觀世音開示，赴印度叩見蔣巴教主求法，得一切教誨及隨行教誨，並得教主圓寂後之最勝口訣。

詩列星哈將大寂滿口訣部，分爲外類、內類、密類、及無上密類等四，藏於中國菩提樹寺及吉祥座下。以後分傳北來求法之渣那宿拉、卑瑪那密渣及移喜度。

在藏密中，大圓滿爲最高法門，其心要直與禪宗相通——故藏地又稱禪宗爲大密宗，而其傳承，竟有北傳我國之痕跡，此頗爲值得漢地教史研究者注意。

從傳承歷史可知，無上密部之修法，多由口訣秘密傳授，至嘉饒多傑而始集大成。其餘密宗一切經續，則大部份由鄔金國王傳出。至經續數目，據勝樂金剛續云：一切瑜伽續，有六千萬續；瑜伽母續，一億六千萬；大乘之外一切經，八億續；般若波羅密，五億零一百萬續。

以上所述，多爲金剛乘未傳入藏土前之歷史。

◎「西藏古代佛教史」（全書約五百頁，精裝一冊，一百多幅插圖，零售四五〇元）。此書由敦珠寧波車之藏文原著譯成漢文，爲詳述西藏佛教寧瑪派最權威之名著，已有梵文英文等譯本。  
郵政劃撥：五一—四二二密乘出版社

民初慈明法師開示錄(六) 予理

諸同學。佛法有事與理之別。講習經論者。謂之理。依法修持者。謂之事。心即是佛一語。亦有事與理之分。學人務須認明明白。然事理本來不二。必須依理透事。因事顯理。到事理一如。則即事即理。方可云心即是佛。若突然說一句心即是佛。還是事上的佛。還是理上的佛。若是事上的佛。則當實行佛道。於事上證明。不在事上證明。則仍是理上的佛。不過一種空空洞洞的理想而已。

禪宗古德。大慈大悲。恐學人在理上錯尋。徒增知見。乃斬釘截鐵。將一切理論打破。不許看經。不許講教。無非教人專從事上去透。事上透過。方可明心。釋迦佛在華嚴會上說一真法界。緣起無盡之理。隱寓心即是佛之意。而小根器者。見同才見。聞同不聞。乃方便轉說小乘。復由小乘引向大乘。慢慢引到心上去。再說般若。破一切理事障。最後法華會上。會三歸一。更以一乘不二之道。以明心即是佛之理。權巧方便。總不外要人認識心即是佛。教人破除一切執着。譬如三藏十二部經論。八萬四千種法門。皆是理。所以一切經教。皆曰教理。若不依理成事。何貴有此經教。若能由事顯理。又何必執此經教。禪宗古德。不許看經。乃至誦佛罵祖。便是這個道理。不然。不講經教。甚至誦罵。豈非誦佛毀法。還算佛法麼。只因凡夫愛着一着。經教即生種種理障。執理愈深。離事愈遠。所以杜絕知見。專在事上用功。事透而理自全。自然能悟自心佛。

禪宗言語道斷。心行處滅。這入個字。最為緊要。試思道斷心滅。是何等境界。還有理可說麼。古人忠實篤誠。信師真切。但依師言去行。不窮道理。所以見性很快。後人疑妄太重。又愛講理。理多障更多。欲求解脫。反至障上加障。縛上加縛。豈不大可悲嘆。

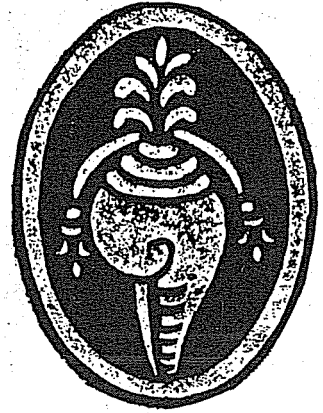
諸同學。學佛須具有大智慧。智慧大者。便知禪宗徹底。一針見血。智慧小者。不明權實之理。執着法門。無量誓願學。故東摸西摸。不在自心上用功。

殊不知自心法門。本來無量。一切法門。不出自心。既是一切法。不出自心。何以又學我佛廣說一切經教。只為衆生捨本逐末。背覺合塵。以致虛生浪死。味却本心。所以佛說種種法。對治衆生種種妄心。無非引其返妄歸真。見自心佛。若大根大智之人。一聞千悟。頓息狂心。一發菩提。便成正覺。與三世諸佛。同一鼻孔出氣。則一切經教。全在此心。取之不盡。用之不竭。又何必向外馳求。古德云。佛說一切法。為治一切心。我無一切心。何用一切法。可見一切法。皆是佛的方便語。金剛經云。若人言如來有所說法。即為誑佛。又云。說法者。無法可說。是名說法。學佛人若了此義。自然不向心外求法。再增理障了。

或謂經乃佛說。修行人離開經教。何謂佛法。殊不知佛理高深。不易明了。僅依文解義。不免認指作月。縱能離文了義。亦屬空理。還如饑人說食不飽。所以楞嚴經上。佛告阿難云。汝雖歷劫憶持。如來祕密妙嚴。不如一日修無漏業。禪宗話語。一針見血。毫無迂迴游移之地。古德多有依師一言。啟悟者。師云。心即是佛。便信心即是佛。師云。心不可得。便信心不可得。信師真切。疑妄消除。故言下便悟。此即以心傳心的實際受用。後來人心漸離純樸。乃改參話頭。學人但依師所授一句無理可講的話頭。行住坐臥。去念去參。不但看經要打香板。若離師授本參話頭。亦打香板。參到山窮水盡。一旦豁然貫通。即悟自心是佛。所有事理。無不透徹。到此地步。有何經教不可看。有何理障可生。

諸同學。三世諸佛。皆持密成就。但密法更重事修。不重理論。如大日經金剛頂經。皆重事修。其他密法經典。亦復如是。且有種種儀軌。莊嚴道場。其目的。要學人生敬起信。從事攝心。歸一耳。密法最重金剛上師。只依上師口傳。無有意義。而且同一密咒。上師所傳之音。每有不同。學人則當各依其師所傳之音。方有感應。音雖不同。感應則一。如此還有理可講麼。

如上所述。可知禪密兩宗。皆重事。不執理。只依人。不依法。慧明以前說依法不依人。乃自愧功德不夠。恐增我慢。故實在學禪學密。只重師傳。一切不疑。方有受用。



## 劉銳之尊者南都

### 弘法散記

黃文淵

尊者在南都之諸弟子，於受法後，行持有驗，欣喜之餘，願心大發，意欲其處大衆，得以同霑法益，乃稟請尊者，蒞其處弘法，以接引善根者，遂有南都弘法之行。及蒞止日程既定之後，魏鈴木師兄等發現，預定弘法日期，正值梅雨季節。在晚間弘法，若遇下雨，不但法衆來往不便，即籌備工作，亦將深受影響。其等爲此，自籌備以來，連日就心不已。豈料時屆預定弘法之日，竟是風和日麗，鈴木兄等歡喜異常，乃乘此弘法之便，爲尊者安排烏山頭之遊。

自五月二十八，至三十日間，一連三天晚上，尊者在南都，公

開普傳『西藏密宗靜坐法』。報名參加者約七百人，最遠的，有來自屏東，可謂慕道心切。時在傳法之講堂，及大門內外，滿排着花籃與花環，甚爲莊嚴。靜坐法之講義，先行備便，分贈法衆，入坐後，傳法依講授、示範、實習與個別姿勢糾正等步驟實行。至於與人體生理結構有關之中脈、坐法宮等，則製妥袖珍模型，傳閱各衆，以期對於靜坐原理，易於知曉。尊者之入門弟子，除南都者外，多有自北、中、高等地，基於願心，趕來襄助者；阿闍黎王俊雄師兄，於尊者講授時擔任傳譯。陳建夫師兄於各階段動作講授時作示範，其他各師兄、師姊，或照相，或協助改正實習者之姿勢等。最後一談者，爲洪阿隨居士，其爲般若乘佛子，以偶然之機緣請益時，尊者嘗亦予以盡心開示。此次南都弘法，特自高雄趕來，在尊者講演時，爲作綜合性之姿勢示範，每天晚上坐二小時，一經上座，屹然不動，法相莊嚴，予法衆以深刻之印象。每當法會完畢，仍有諸多法衆留連講堂中，向尊者請益解惑，及尊者離去，猶有留連者，其心深處，似在期待些甚麼。直至管理人員，以熄燈示警，方乃快快離去。

『西藏密宗靜坐法』，在經尊者親爲傳授之後，若能把握要領，如法、如時，持之有恒，可使自身產生一種自動功能，獲致脫胎換骨之功效。此法由印度傳入西藏後，復經由無數智慧高超藏胞之研究、修持，千餘年來，已證實爲最有效驗之法。此法在甯瑪巴佛法中，屬於高灌法，依規矩，須經由皈依，再經第一級灌頂後，於第二級灌頂前後之際，乃可獲得傳授。今在此間，以一面之緣，於此高法，即能垂手而得者，緣由於尊者暨寧瑪巴法王敦珠寧波車，無量慈悲之所致。年來向尊者求法，得如願以償之男女弟子，於港、臺，數在五千衆以上。是以其未及皈依，即得此勝法者，願能知所珍惜。

尊者蒞止後，以南都大衆，多有善根深厚者，乃臨時決定，舉

行一次皈依法會，予以接引。以時間匆促，已不及廣為通告。皈依法會於靜坐班圓滿後之翌日，上午九時半舉行，參加者六十餘人，時非假日，有少數因工作故，而致違緣，無法參加。縱使如此，佛堂亦顯得小了，頂禮為難。法會在踴擠中有條不紊的圓滿結束，尊者傳授四皈依及十善戒，囑其等如法修持滿二萬遍後，如有需要，再行請法。在法會圓滿之際，有捧着骨頭念珠，乞請開光者，尊者以初機行者，攜用骨珠，故事體大，復為臨時簡單開示，再予開光。及筆者與談，知其等原為名師之弟子，現來皈依尊者，願心可嘉。法會之後，猶有遲得消息者，意欲皈依，但已不及參加。凡具此善根者，可與當地金剛乘學會兄弟，取得連繫，自會如願以償。

前在二十九日上午，尊者偕夫人及弟子等一行，往遊烏山頭。嘉南水利會蘇金賀會長，先期聞知，以公出故，乃囑其機要秘書陳先生等，代為殷切招待，在座的，尚有名記者郭兄。及蘇會長公趕畢後回，適與尊者相晤，除談及本地之文化掌故外，並向尊者切磋佛經心得，足見善根深厚。蘇會長除盛意招待外，並陪同蕩漾水庫。尊者以此，於遊次中，特為宣談大乘起信論之精華處，以誌因緣。烏山頭山環水抱，綠翠如雲，幽美異常。有者問及，若在此閉關，其當如何？筆者以為，當須發大心也。記者郭兄，在尊者未到之前，即已削髮，貌似比丘，其後於皈依法會中，發心皈依尊者，執弟子禮。

在南都，金剛乘學會會員尚不甚多，但相處融洽，同進同出，而其等發心尤為難得。此次稟請尊者，蒞止弘法，祇是一個開始。及尊者聞悉其等發心，及計劃概況後，甚為嘉許。

五月三十一日午後，業已一切圓滿。諸弟子恭送尊者登機，余於折回車站後，得知南北客運，因雨不通。在北上時，沿途大雨滂沱。晚上新聞報告，火車亦涉水而過。這正是月前南都兄弟們所執心不已的梅雨。

## 求法灌頂問題簡答客問

劉銳之

接閱大函，情詞懇切，令我非常感動，不得不詳細答復，並公開之，使有同此遭遇的人，知道應付。文中有許多隱約其詞者，以不敢「自贊毀他」，犯菩薩戒，祈為亮察。茲依所詢各點，分別簡答如下：

一、西藏密宗求法規矩：雖當地聖者如雲，喇嘛甚眾，而求法者，亦須多年觀察，始作皈依。

二、密法必須具德上師，親為灌頂，始為合法。否則姑勿論有無「盜法」之嫌，但修之絕不相應；一讀密勒祖師傳記：雖由麻巴師母，矯命大弟子傳法與之，修而不相應。來函問及應否「停修」，我不敢說，然修而不相應，則可斷言。那又何必？

三、所說「某某宗」，據我所知，印度與西藏，所傳之宗派，祇有四宗，謂如雪山四旁所流之水，並無第五宗。此書已譯，尚須加以整理，將加入「金剛乘全集」發行。至我漢地，則分為十宗，請閱黃懺華所著之「諸宗大意」，有無來信所說之宗，便應該明白了。

四、所說「法身不滅」一語，難道蓮華生大士不是法身不滅的嗎？但學習西藏密法行人，從未聞有「祈請蓮師現身灌頂」之語。

五、甯瑪派（俗稱紅教）法王 敦珠寧波車，在美國紐約等處，有弘法中心甚多，可查訪前往求法。若噶朱派（白教）、薩迦派（花教）、格魯派（黃教），均有中心在美國也。

六、所謂代師傳法，並不合法，想已見其他人的著作，故不再贅。

七、本人學問淺薄，證量毫無，以奉 師命，攝受徒眾，祇有遵辦。但絕不能憑通信皈依，及通信傳法；且需先傳四皈依，使念滿二萬遍後，復須考察要具有「發菩提心，正見正知，嚴守戒律、精進修持」四條件，始傳灌頂。最近有弟子多人，現居美國、加拿大者，紛紛來函，請往弘利，如因緣成熟，當可成行也。

# 西藏大藏經及甯瑪十萬續

移喜泰賢

多個世紀以來，原本的梵文及巴利文佛教典籍，曾多次被翻譯成不同的亞洲語文。三藏典籍不獨只限於原來的巴利文，而且更於藏文、漢文、滿文、蒙古文及中亞不同的語文中，發出異彩。另外於一九二九年開始，曾將原典翻成日本文，直到目前仍在進行之中。

由於每一個譯本根據不同的手抄本而來的，故此彼此之間的典籍卷數可能有出入之處。更由於不同的譯本在不同的時間及空間流行著，但從來却因不同因素而消失了（如中國之三武之厄），唯一能够完整地留存下來的可算是「西藏大藏經」了。

西元四世紀為佛法極盛時期，亦是佛法傳入西藏之始。雖然當時西藏還沒有完整的藏文來記錄這些典籍，但却在那時已播下了種子。而在西元七世紀時，藏王「松真剛布」命令其大臣「純密山波渣」根據梵文的字母及文法結構等情況，製定了一套完整的藏文，作為把梵文的佛教原典直接譯成藏文。

藏王「松真剛布」對弘佈佛法的事業不遺餘力，如命令翻譯佛典，在西藏建立佛教寺院，此等皆是把佛法的基礎奠定了。然而，真正把整個佛教體制從印度全盤地帶到西藏的時候，卻是在西元八世紀時期。當時藏王「赤松德真」延請印度大德寂護菩薩及蓮花生大士入藏。在他們的領導之下，整個翻譯原典的過程便能順利進行。超過一百多個之印度及西藏學者，包括「啤嗎那密渣」及「昆盧遮那」，互相密切地工作，而完成了這規模宏大之翻譯工作。

這樣的工作一直持續了三代，直至第九世紀的「徠巴瞻」王以後，因「朗達瑪」破壞佛法，故此曾一度中斷。在第十世紀至十一世紀期間，因鑑於佛教在印度之衰落而西藏人則對其嚮往，故不少

的印度學者及大德均紛紛前往西藏。在這些大班智達之中，阿提沙及史蜜帝，便是其中之表表者。其他的西藏大譯師，如甯青香波、馬爾巴羅渣華、羅登謝饒，皆協助這些大班智達把原始佛典譯成藏文。故此，當佛教在十二世紀消失於印度時，其典籍及傳統教誡卻能在西藏完整地保存下來；並因而經過發芽、壯大、成長、開花、結果的不同階段，把佛法整體地發揚光大，直至現今。

當初之時，差不多所有的譯典皆是藏於桑耶寺的。而到了十三世紀，（即大概元初），藏人世尊劍弟子輕語隱福從漢土集得巨資，搜羅各地藏本經籍，悉奉置於西藏中部的奈塘伽藍，重新加以審核厘定，比較整理，成一「大藏經」，內分為甘珠爾（為佛所說之教法）及丹珠爾（為菩薩們之論及注疏）。

其後，「希圖一切智者」又於柴巴之恭塘伽藍建立藏經，蒐集尤備，遂有柴巴目錄。此錄典據精審，世稱善本。而藏史大德「布敦甯波車」嘗躬與校訂之役，其後復以校正之目錄兼加詳釋，而為「善逝教法史語寶藏目錄」單行，因亦謂之「語寶目錄」，刊定正確，遂為後世「德格版」之所取範。

在十四世紀中期，原有之奈塘版大藏經，也進行了多次的改版。在漢地，明永樂年間，嘗取其經藏翻刻為「永樂版」；及萬曆間，又翻刊經藏為「萬曆版」；清康熙、雍正年間，又翻刻全藏為「北京版」。同時在西藏、安土等地，又各翻刻為「德格版」、「爵尼版」等。是皆取於柴巴目錄及布敦語寶目錄，故其編次均與「奈塘舊版」有異。

「奈塘新版」之西藏大藏經，亦分為甘珠爾（即經律藏）及丹珠爾（即論著藏）兩大部。而甘珠爾又大分經、呪二門，舍戒律等

七類，共一百函，約八百種。丹珠爾則大分讚頌、經釋、呪釋三門，含讚頌等十五類，共二百二十四函，約三千四百種。

以上略述「西藏大藏經」之編譯經過，以下敘述「甯瑪十萬續」之情形。

甯瑪十萬續爲西藏大藏經所無而爲甯瑪巴所獨有的教誨。在「德格版」中的甘珠爾及丹珠爾，載有外內的密、呪續。外密的分爲作密、修密及瑜伽密；而內密則總歸納爲無上瑜伽密。

然無上瑜伽密之中，亦再細分爲嗎哈瑜伽、阿努瑜伽及阿的瑜伽三次第。雖然「德格版」的甘珠爾末卷曾載有這樣的密密分法，但完整的體系則附之缺如。

故此，能完整地及有系統地記錄及劃分密密的三次第者，則只有此一部「甯瑪十萬續」。

顧名思義，「甯瑪十萬續」是甯瑪巴（紅教）所獨有的教誨，包含了西藏佛教無上密宗最甚深殊勝，能即身成佛的十萬本續。可說是無上密宗之最上乘教誨。

這些續是在八世紀時，經蓮花生大士、啤嗎那密渣、昆盧遮那及蓮師之大弟子們，從梵文譯成藏文的。而在第九世紀朗達瑪破壞佛法之時，蓮師最後的一位大弟子羅青生遮移喜便把這些甯瑪巴的教誨保存起來，而能直接留存至今。

如是經過甯瑪巴不斷的傳承，這些本續便在十五世紀時一直傳至「美鈴德青」。到十九世紀便傳至「增恩親尊汪波」，而在二十世紀便傳至增恩親尊汪波二世（一八九六——一九五九）。直到最近數年，現今甯瑪巴的唯一法王 敦珠甯波車才把這一本珍貴非常的「甯瑪十萬續」公之於世。

參考書籍：

西藏佛學原論：商務印書館，呂 澂作。

甘珠爾及丹珠爾目錄：佛法出版社

## 本會法訊 鍾棟湘

本年五月十五日，劉上師應臺中衆弟子之邀請，前往中部演講「大手印導引顯明本體四瑜伽」，並詳細解答各人之問題。

五月十六日早上十時，即為念滿四版依咒之弟子舉行蓮花生大士灌頂，其後為已受過灌頂一年以上之弟子舉行咕嚕咕佛母及長壽佛灌頂，以滿衆願，前後受灌頂者逾百人。

五月二十二日是甯瑪巴獎學金第二屆徵文頒獎之好日子，本屆獲得冠軍者——黃文淵先生，先生本為海軍公務員，退休後精心學密宗，平日愛好寫文章，這次投稿，榮獲榜首。亞軍是湯惠光先生，而季軍是李定東師兄。

五月二十八日至五月卅日，劉上師應臺南衆弟子之邀請，前往臺南市弘揚「西藏密宗靜坐法」，索取報名表格參加者非常踴躍，來信如雪片飄至，達八百多封，但因場地有限，祇錄取五、六百人，部份向隅者，祇好留待下回優先通知參加。

為了使初機者對靜坐正確之姿勢有較深入之認識，洪阿隨及陳建夫兩位師兄自告奮勇親為示範，而在旁之師兄則耐心指導坐姿，直到法會圓滿結束。

靜坐期間，得魏鈴木師兄之妥善安排，由嘉南水利會蘇會長金賀之邀請，師徒衆人，前往遊覽烏山頭水庫，是日，風和日麗，天朗氣清，我們乘一遊艇，破浪而去，稍一刻鐘，即到達水庫對岸之小島上，此小島乃 先總統駕臨之地，亦作招待貴賓之用。蘇會長熱誠招待豐富午餐，並請開示佛法，從交談中，可聽出會長對禪宗頗具研究。談畢，會長亦親自陪伴我們遊島及環湖一周，然後告別。

六月八日，劉上師返回香港，並為香港諸弟子作展開一連串各樣佛法活動，並完成了「恒河大手印」、「菩提正道菩薩戒論」和「俱生契合深導了義海心要」之開示。上師於七月卅一日已乘飛機抵達臺灣，並將繼續開示佛法。

# 捐助本刊芳名

(刊出前臨期捐助者登下期)

香港方面(港幣)

岑淑貞捐一〇〇〇元 MR. CEDRIC LAU 陳昌棧各捐一〇三元  
 MR. EURE VON H. HUENE 吳天佑 王秀彭各捐一〇〇元 謝李  
 巧珍 王兆文各捐五〇元 釋慧智法師捐四〇元 鍾國寶捐三十一  
 元六角 羅啓安 黃毅英各捐三〇元 吳永保捐一〇元

星嘉坡方面(叻幣)

郭世南捐二〇元 MR. YONG CHONG LENG 曾錫漢 司徒德亮  
 林津偈 辜識光 李明 許祝安各捐一〇元

馬來西亞方面(馬幣)

張仲敏捐一〇〇元

台灣方面(台幣)

高雄金剛乘學會捐八五〇〇元 于紹發捐五八七五元 無名氏捐五  
 〇〇〇元 林瑞源捐二〇〇〇元 楊鴻基捐一二〇〇元 葉殿基  
 李月華各捐一〇〇〇元 賴頌堂 李祖慈各捐五〇〇元 陳立言捐  
 四〇〇元 尚青山 李家仲 許宗擇 陳登全 李杰梅 無名氏  
 陳光炳 黃崇滿 蔡作瑜 張高瑛 高麗華 陳銘城 何雪霞 陳  
 淑娟 莊金沛 王仁祿 劉進文各捐三〇〇元 王昌齡 謝順良  
 林銘銘 蕭錦榮 蕭賴六妹 陳其勛 陳錦德 黃文淵 林坤旺  
 李銘國 賴麗峰 劉明星 彭秀佳 王永華 林富美 韓正銘  
 朱美玲 釋翁還 余天奇 楊寶祥 郭力山 高義源 張馨馨各捐  
 二〇〇元 陳正城 鄭鐸利 李亮青 施源鑑 蕭慶秋 玉麗娟各  
 一五〇元 利息一三七元 陳居士捐一三四元 楊建生捐一三〇元  
 林亮夫捐一〇八元 黃崇頌 陳奎元 顧孟坪 陳勝博 周明聰  
 吳志昌 連壬水 何正興 葉勤書 陳其勛 郭庭棠 鍾棟湘 陳  
 金艷 張再福 張安吉 陳國經 陳祈祈 李俊男 李皇武 李風  
 屏 李風築 呂明華 彭晃晉 邱秀珍 張廖貴斌 葉娟美 張丁

黃敏源 郭秀琴 范文生 張山田 張崇彰 劉玉芳 黃鈴敏各  
 捐一〇〇元 張永昌 陳貴枝各捐六〇元 莊小凡 盧英池  
 王靜江各捐五〇元 檀新生 龐萬春各捐三〇元

劉奕華 詹家瑜各捐二〇〇元

陳勝義捐一〇〇元

李義輝捐五〇元

捐助印工：周標生 周揚育芳

捐助佛堂：謝秋玉捐台幣一〇〇〇元 無名氏捐叻幣五〇元

捐助印經：王武弘捐一三〇元

## 聖妙吉祥真實名經 捐助芳名

香港方面(港幣)

岑淑貞捐二〇〇〇元

台灣方面(台幣)

賴仲奎捐一〇〇〇元 陳正城捐一五〇元 陳居士捐一〇〇元

### 贈經結緣

「金剛經、心經、大悲咒、佛說阿彌陀經、大佛頂首楞嚴神咒  
 附十小咒」六種合訂本。附回郵二元即贈。  
 佛教文物流通社：台中市柳川西路67號

for a long time. This can be cured by counting the breaths. Count one to ten for each inhalation-exhalation. In this way, the mind can concentrate again and illusory thoughts are reduced. This is assisted by the concentration at the "Dharma-emanation triangle".

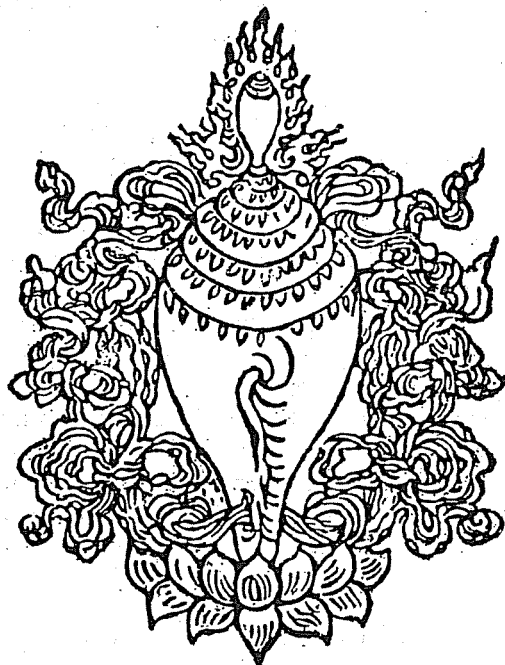
#### \$4 Taming of the Mind

It is always found for beginners that the frequency of illusory thoughts do not decrease during meditation, but instead, they will increase enormously. This is actually a misunderstanding. Illusory thoughts arise in ordinary times as well as during meditation. The fact is that, at ordinary time, due to the distraction of the surroundings, illusory thoughts are not noticed. During meditation, however, the mind is concentrated, and the illusory thoughts are felt. Beginners may thus contemplate at the origin of these thoughts; after a time, the frequency of illusory thoughts will be reduced.

(1) **Letting it as it is** It is said in the Sutra of Perfect Enlightenment that there are four ways to deal with illusory thoughts: arousing it, stopping it, letting it as it is, and to let it destroy by itself. To let it as it is neither arousing the illusory thoughts nor stopping it. It is an essence in the Mahamudra's practice of "not to recall the past memories, not to initiate the future thoughts and not to care about the present." When illusory thoughts arise, let them come and go by themselves. This is called letting it as it is.

(2) **Arousing** In Buddhist terminology, to take up right thoughts refers to contemplation. Asubha bhavana, compassion bhavana, nidanas-bhavana, Anapana-Smrti, Buddhabharana, Five kinds of stopping the Minds and the 16 contemplations of Amitabha are some of them. There are much more in Tantric Buddhism, but in meditation, one can contemplate on the "Dharma-emanation triangle" as described above. In thus doing, bad spiritual habits such as selfishness, boredom etc., will be tamed and turned to warmth, kindness and an approachable character will be attained. Stinging is turned to firmness and self-control. In thus doing, the fire could be motivated and the prana could be led into the central nadi. This is the way to attain Buddhahood.

(To be continued)



### \$3 Adjustment of Breath

The breath of an ordinary man is short and shallow, it cannot extend the full capacity of the lung, and that the absorption of oxygen is always insufficient. This would lead to sickness of the body. There are five points in adjusting the breath:- (i) The breath should be kept soft, so soft that it cannot be heard by the meditator himself. (ii) The duration of one breath should be extended to the lower abdomen. Again, this must be kept natural and to expand the belly with force. (iii) Inhale slowly through the nose, so that movement is activated at the diaphragm. (iv) Blood is sometimes stuck around the intestines, if the breath is slow and deep enough, the blood stuck in the intestine may be cleared and this will also help to lead the blood to circulate to the limbs. (v) Breath must be kept restricted through the nose, since the hair in the nostrils may filter away the dirt in the inhaled air. So, during meditation, the mouth should be kept closed.

(1) **Forbidence of Speech** Among the breaths of man, the most delicate one are the respirations, then the breath, pant, and then the wind. The roughest types of breath become speech — one syllable sounds such as “Ah”, “Ma”, and from then on, multi-syllable sounds and words. As we want to adjust the most delicate types of breath, we have to stop our speech. In Tibetan Tantric Buddhism, though mantra reciting is emphasized, it is forbidden during meditation.

(2) **Distinguish the Types of Breath** The breath should be adjusted to be as delicate, as slow, and as long as possible. The breath would then be continuous, and not discrete. According to Tibetan Tantric Buddhism, there are 21,600 respirations per day. Hence, it is important to distinguish the types of breath that take place.

(3) **Lung Respiration** Usual respiration is made through the nostrils. Actually, it is initiated by the movement of the lung, this is the respiration of ordinary men.

(4) **Navel Respiration** This is also called “deep respiration”. When the breath is deep enough, the lower part of the abdomen under the diaphragm is also in vibration, the stuck blood of the intestines are cleared up and blood circulation is accelerated in the limbs. Thus respiration would reach the navel and this is called navel respiration.

(5) **Yongquan Respiration** When meditated for a long time, elementary Prasarabdhii (comfort) is already attained, the respiration is very delicate then. The respiration of the nose and that of the lung is no longer felt, the small vibration of the navel also disappears, what is left is only the vibrations at the Yongquan (the centres of the two feet). This type of respiration is seldom felt by beginners, it must be experienced through continuous practising and all would come about naturally.

(6) **Respiration of the Skin Pores** Everyone possesses respiration at the pores of the skin, but seldom does one realize it. After a physical exercise, sweating occurs, giving an evidence of the respiration at the pores of the skin. Because of this, it would be easy to catch cold during meditation, and it is difficult to control. Some Tibetan yogis paste bone oil on their bodies to reduce this type of respiration, and this will produce unpleasant smell. However, it is not necessary to use such a method if one does not practise for the whole day of meditation. Buddha Sakyamuni did use contemplation to close the pores of the skin during his practice in the Himalayas. This can hardly be achieved by ordinary people.

(7) **Counting of Breaths** Illusory thoughts may arise even when meditation is practiced

like a ring, enabling the circulation of the left and the right prana and bindu, leading to the state of Prasarabdhiih (comfort). Hence, it is not wise to press the thumbs together with force because this will make the body tense and side effects may be produced.

**(3) A Vertical Spinal Cord** The backbone should be vertical and be very natural during meditation (fig. 13). It is incorrect if the backbone is either bent, lean forward or backward. The way is to stretch the shoulders in a straight line so that the backbones would then be placed one over the other vertically. If the backbone is bent, illusory thoughts would be generated. A straight spinal cord will help concentration, leading the spreading prana into the central nadi. As the backbone is also the support of the whole body with its organs, a straight one is essential for circulation during meditation. However, it should be noted not to make the chest tense.

**(4) Lower the Head to Press the larynx Slightly** As the part of the spinal cord at the neck is originally bending backwards, in order to keep it straight all through, it is necessary to lower the head slightly (fig. 14). Simultaneously, a small pressure is added to the larynx so that illusory thoughts is being stopped, leading the upward prana into the central nadi.

**(5) Put the Tongue in Contact with the Upper Jaw and Take a Suitable Amount of Vision** Close the mouth with the lips closed together and the teeth in contact. The tip of the tongue is kept in touch with the upper jaw naturally (fig. 14). In so doing, Saliva could be generated. The Taoists look highly upon this. The purpose of the above four points is mainly to adjust the types of nadis which are more rough, whereas the purpose of this is to adjust the more delicate nadis. As there are many delicate nerve buds at the tip of the tongue, it is important that all is done naturally, otherwise side effects might result.

The eye is one of the most sensitive organs and it effects the mind directly. If it is controlled suitably, much benefit may be obtained. The eyes could be either open, closed, or half-way in between and they should be adjusted according to the need of the meditator. For instance, if the meditator is easy to feel drowsy, it is not suitable to close the eyes; on the other hand, if opening the eyes would cause illusory thoughts, one may perhaps put them half-way in between. There are no fixed rule to this point, but a good adjustment will lead the "root of life prana" into the central nadi. If the five karmic airs could be led to the central nadi, then the non-discriminating wisdom is achieved.

**(6) A Rigid Posture** The posture governed by the above five points should be kept rigidly. It is said in "Chii Bhra Chung Mahamudra" that if the body leans to the right, though brightness temporarily attained, it would be lost soon, and anger would arise instead; if to the left, though bliss is temporarily attained, it would be lost soon, and desire would arise instead. If the body leans to the front, though calmness is felt, it would be lost soon, and ignorance would arise instead, and that suspicion would also arise in the relationships with others. When leaning to the back, though voidness is felt, it is easy to fall into the state of illusory voidness, and pride would arise instead. Of course, these refer to those who had practised meditation for a long time. However, a bent backbone, a lowered head, or a concaved chest would lead to sickness in the stomach even for beginners; and if the tongue is pressed too hard to the upper jaw, it may result in a sore throat.

**(7) Relaxation** When the posture is checked correct and is kept rigidly in position, then the body should be relaxed. The relaxed body is compared to that of an infant. Everything should be kept natural. Actually, no force is needed in keeping the posture.

right and natural position, and the body would not either bend forward, backward or sideward. Hence it is also called the "Vajra leg-crossing posture". The benefits of the posture are:

- (i) Shortens the Path of Circulation and accelerates the speed of circulation. A person is healthy if his blood circulation is normal. The aim of crossing the legs is to shorten the path of circulation so as to increase centripetal force.
- (ii) In the beginning of meditation, the body would shake slightly. Slight shaking is not a good symptom, but this is bound to happen. If the posture is not good, the body would bend and the posture can no longer be rigid. The lotus posture is used because it is rigid in establishing a central point of gravity.
- (iii) The circulation is best in closed paths. The closed path formed by the crossed legs would accelerate the circulation of both the upward and downward prana. It would also lead the downward prana into the central nadi.
- (iv) The closest relation between human bodies and the nature takes place through the navel, the next closest one is through the feet. A man that wears shoes made of insulating material is prevented from electric shocks. Likewise, insulation from the earth is made when sitting in the lotus posture, so that purified essence would not leak through the feet. Taoists also used pieces of cloth or their own heels in contacting the Huiyin position (midway between the scrotum and the anus) for the same reason. So, it is not suitable to meditate with the feet in contact with the floor.

(b) **The Half Lotus Posture (fig. 11)** This is formed by putting the left leg on the right thigh, but the right leg is put under the left thigh. The disadvantage of this lies in that the left knee could not get in contact with the cushion. When sitting for a longer duration, the body would tend to lean towards the left; but this is alright if adjustment is made. Beginners may sit in this half lotus posture when not used to leg-crossing in the beginning. If it is still hard for the beginners, additional cushions may be used to fill the gaps between the legs and the seat. In doing so, the upward prana and the downward prana can circulate swiftly, and that the downward prana may be led to the central nadi also.

The lotus postures can generate a close relationship between the meditator and the earth. The most beneficial of all is that these postures are rigid and can help to prevent the delicate movements of the body to excite thought of any kind.

(2) **Put the Hands in Dhyana Mudra under the Navel** When sitting, the hands should be put down overlapping in a relaxed way (fig. 12) so that the backs of the hands are facing downwards. It does not matter if the left hand is placed over the right or in the other way round. When the hands are so put together, they are then placed in a natural position under the navel and be put lightly on the legs. It is, however, essential that the thumbs should be placed in contact and slightly bent towards the body. Everything should be done naturally. The reason of putting the thumbs in contact is to direct the balancing prana into the central nadi and that equilibrium and tranquility is generated psychologically. So now, the thumbs are in contact and the arms are put in the position

ignorance (avidya), distress (klisa), in the form of a mass of black air are expelled out through the left nostril. Do the same thrice: inhale the brightness through the right and exhale the black air through the left. Then, close the right nostril with the right fourth finger, inhale the brightness through the left nostril, descend via the left nadi, ascend via the right nadi and exhale the black air through the right nostril. Do this again for three times. Now, inhale the brightness through both nostrils, the brightness descends through both nadis, where they meet as one air at the point just four fingers under the navel. The brightness would then ascend up the central nadi. Since there is no opening to the central nadi, upon reaching the top of the head, the brightness returns down the central nadi to the point just four fingers under the navel. It then separates into two, and the black air is exhaled through both nostrils. This is also done three times.

Altogether nine inhalations and exhalations are performed and that is why this is termed "Nine-steps-Buddhist-winds". Since the Dharma body (Dharmakaya) is omni-present, there is no hinderance among the six elements (Sad Dhatani). There is no contradiction between voidness (Sunyata) and being (Bhavah), free from every restriction. So, the Wing Element (Vayndhatuh) is closely connected with the breath of sentient beings. By absorbing the brightness of Buddhas through this breathing exercise, the impurities in the third and the fourth grades are fully expelled and so its benefits are beyond description.

In this practice, one should contemplate that the Virtue (Guna), Wisdom (prajna), Miracles (Rddhipratiharyano) and strength of the Buddhas and of the Bodisattvas, in the form of the brightness, reaches every part of the body through the inhalation, so that broken nadis are re-connected, stuck ones are through again, and the impure prana and bindu are purified. The sin from non-beginning in the form of the black air, is cleared away by the Buddhist winds, to be expelled and dispersed in the atmosphere.

The Buddhist Wing is referred to the White Brightness, and it is performed in nine-steps: inhale from right, exhale from left for three times, inhale from left, exhale from right for three times, and inhale/exhale from both nostrils three times.

From the scientific point of view, such a deep breathing exercise will accelerate the rate of metabolism and benefits the body.

## §2 Adjustment of the Body

This meditation is called the "Vairocana Seven Essences Meditation". The Buddha Vairocana is the noumenal body (Sambhogakaya) of Buddha Sakyamuni. By the seven essences, according to the teachings of "Chii Bhra Chung" Mahamudra, it refers to five essences in body adjustments (lotus posture, Dhyana mudra, straight spinal cord, relaxed shoulders, pressure on the larynx and roll the tongue to the upper jaw), one essence in speech (this includes the exhalation of impure air and closing of the mouth afterwards), together with one essence in mind adjustment (no thought of the past, present or future. No identification nor distinguishment). For the sake of clarity, we separate into the sections on the adjustment of the body, breath and that of the mind.

- (1) (a) **The Lotus Posture** (fig. 10) The lotus posture is formed by placing the left leg on the right thigh so that the left toe is about the same as the right buttock. Then put the right leg on the left thigh. Thus the two feet are facing upwards and the two legs crossing each other forming the shape of a triangle. The advantage of this is that the knee can be in contact with the cushion. The posture is in its

BY  
LAU YUI-CHI

## CHAPTER FOUR SITTING FOR MEDITATION

### §1 Preliminaries

The preliminaries are the preparations before sitting for meditation. Tibetan Tantric Buddhism classifies the nadis, prana and the bindu into five grades. The purpose of meditation is to purify the nadis, prana and bindu of the third and fourth grades which are delicate and concrete. So, before meditation, we have to purify those of the first two grades and this is the purpose of the preliminaries. One should notice that great force is applied in the motions of the preliminaries, whereas no force should be used in the main course of meditation. The meditator should bear in mind such a difference.

(1) **Three Big “Ha”s and Shake the Body** On sitting for meditation, the meditator should keep the upper body straight. Press the thumbs firmly on the lowest joint of the corresponding fourth finger, and then clench the fist. This is called the Vajra fist (see fig. 6). Put the fists on the knees (fig. 7) and open the mouth to exhale three “Ha”s as loud as possible. When exhaling the “Ha”s, shake the body severely, but it is important to keep the backbone straight. The motion is similar to that of the dog when wet in rain. In thus shaking the body and exhaling the “Ha”s thrice, the impurities of the nadis, prana and bindu of the first two grades can be fully expelled. In performing this before meditation every day, inveterate habits (karma) can be purified and the meditator would feel comfortable immediately.

(2) **Exhale the Impure Air Three Times** After the three “Ha”s, the backbone is still kept in the up right position. Now, the head is raised a little bit and the neck also straight, with the eyes wide open and looking forwards (fig. 8). Then, bend down the body with the mouth slightly opened, exhaling the impure air in the body slowly and naturally. Then the body is returned to its original vertical position and air is inhaled smoothly at the same time. Thus perform this exercise thrice. The purpose of this is to expell completely the impurities of the nadies, prana and bindu of the second and third grades, and the internal organs are also relaxed. At this time, the meditator should feel comfortable and very pleasant.

One should be reminded that during meditation, all respirations should be done through the nostrils. No force should be applied, so that the breath can reach the fourth grade naturally. It is only for the three “Ha”s and this exhalation of impure air that the breath through the mouth is used because breath of the third grade is used.

(3) **The Nine-steps-Buddhist-winds** The Nine-steps-Buddhist-winds is one of the secret doctrines in Tibetan Tantric Buddhism. Contemplate that the body of the meditator himself becomes transparent and pure as crystal glass and that there are three parallel nadi ducts collecting at a point just four fingers under the navel. Contemplate so clearly as if one can see it with his eyes. The central nadi (Susumna nadi) extends up to the top of the head, and the shape is like that of a horn. Whereas the left (Ida-) and the right (Pingala-) nadis, upon reaching the skull, bend forwards to the nostrils. After thus contemplating, close the mouth and use the fourth finger of the left hand (fig. 9) to press against the left nostril and inhale through the right nostril. At the same time, contemplate that the brightness of the Buddhas Bodhisattvas, which fills the whole space, is also inhaled with the air. When the breath is full, press the right nostril with the right fourth finger. Contemplate that the brightness descends via the right nadi to the point just four fingers under the navel and then fills the left nadi. It then ascends via the left nadi to the left nostril. All kinds of disceases, inveterate habits (karma),

དྲི་ཟར་བཅས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཡིད་རངས་ཏེ། བཙེམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གསུངས་

dri-zar bcas-pa'i 'jig-rten yid-rangs te, bcom-ldan-'das kyi gsungs-

པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོན་དོ། །བཙེམ་ལྡན་འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རྣམས་ཏུ་བྱིན་

pa la mngon-par bstod do, bcom-ldan-'das-ma shes-rab kyi pa-rol tu phyin-

པའི་སྟིང་པོ་ཞེས་བུ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ ༥ མདོ་རྗེ་གསུངས་།། །།

pa'i snying-po shes-bya-ba theg-pa chen-po'i mdo rdzogs so.

ཏུ་གར་གྱི་མཁན་པོ་པེ་མ་ལ་མེ་ཏུ་དང་། ལོ་རྒྱུ་བ་དག་སྤོང་རིན་ཆེན་ལྡན་བསྐྱར་ཅིང་། ལྷ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་  
དག་སྤོང་དང་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པམ་ལྷན་ཏེ་གཏན་ལ་པབ་པ།། །། དཔལ་བསམ་ཡས་ལྡན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཙུག་  
ལག་གི་དག་རྒྱལ་བུ་མ་སྤོང་གི་ཅིག་ངོས་ལ་བྲིས་པ་དང་ལྷ་དག་ལེགས་པར་བཀྱིས་སོ།།

回 向 文

བཙེམ་པ།

Benediction

།ཆོས་ཉིད་བདེན་པའི་ཆོས་མཚོག་སྐྱ་ན་མེད།  
།དམ་ཆོས་བདུད་ཅི་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱིས།  
།ཉིས་པའི་སྟོན་བྲལ་དག་ཆོགས་རྣམས་འཕེལ་བ།  
།དྲི་ཏུ་དཔལ་གནས་ཉིན་མཚན་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

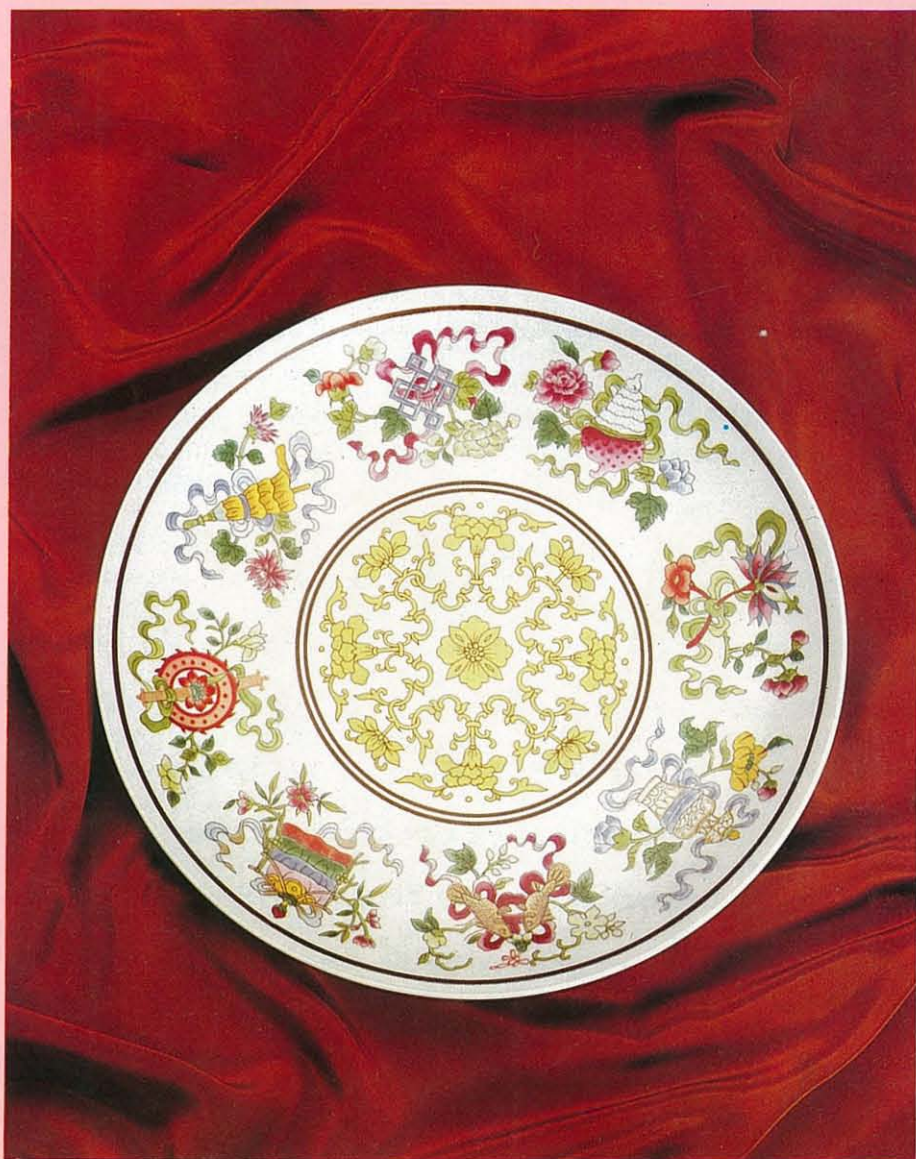


ཕ  
༡

གསང་སྔགས་དྲི་རྩེ་ཐོག་ལ།  
བདེ་ལའོ་མས་



VAJRAYANA QUARTERLY, NO. 16. AUG., 1983.



八吉祥磁盤（清光緒年製）