

見鬘

九乘次第之見、修、果導引



蓮花生大士／造論

蔣貢·米滂／釋論

劉婉俐／中譯



釋迦牟尼佛



蓮師

༄༅། སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བརྟན་འགྲུང་གནས་ཀྱིས་མཛད་པའི་
མན་ངག་ལྟ་བུའི་སྤེང་བའི་རྩ་བ་དང་མཆན་འགྲེལ་
མོར་བྱའི་བང་མཛོད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས། 1

བརྟན་འགྲུང་པའི་སྐྱབས་ལྷན་པུན་མཐུན་ཚོགས་ནས་
སྐྱབས་ལྷན་པུན་ལྷན།

見鬘

九乘次第之見、修、果導引

蓮花生大士／造論

蔣貢·米滂／釋論

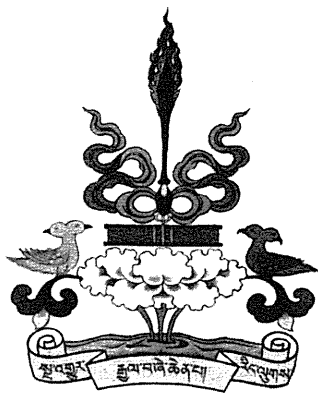
蓮師翻譯小組／英譯

劉婉俐／中譯

蓮師翻譯小組 (Padmakara Translation Group)

由衷感謝擦札基金會 (Tsadra Foundation)

慷慨資助此書的翻譯與出版。



雪謙文化

目次

《寶庫》科判	10
前言	12
英譯導讀	14
蓮師口訣《見鬘》	19
蔣貢·米滂釋論《寶庫》	47
參考書目	113

《寶庫》科判

第一部分、前言

壹、釋題

貳、禮敬

第二部分、正文

壹、不同見之解說

一、外道見之解說

(一)、略說

(二)、廣解

1. 不思想者與唯物者的解說

2. 斷見者與常見者的解說

二、佛教見之解說

(一)、略說

(二)、廣解

1. 性相乘

(1) 略說

(2) 廣解

甲. 聲聞乘的解說

乙. 緣覺乘的解說

丙. 菩薩乘的解說

2. 密咒乘

(1) 略說

(2) 廣解

甲. 事續

乙. 行續

丙. 瑜伽續

(甲) 略說

(乙) 廣解

A. 外瑜伽續

B. 內瑜伽續

(A) 略說

(B) 廣解

a. 三法門之共解說

(a) 生起法

(b) 圓滿法

(c) 大圓滿法

b. 三法門行持之不共解說

(a) 四種證悟

(b) 三相

(c) 四支

(d) 進入壇城之四次第

貳、各類勤息之解說

一、略說

二、廣解

第三部分、結語

壹、此教言所欲傳授之徒

貳、完結之跋



前言

偉大的印度上師蓮花生大士（Padmasambhava），被認為是釋迦牟尼的一位化身，釋尊授記他將會是這個世間密乘法教的偉大弘傳者。蓮花生大士於西元八世紀與其他大師，主導並建立了西藏的佛教。蓮師的影響是如此無遠弗屆，自此他在雪域被尊稱為咕汝仁波切（Guru Rinpoche）、珍寶上師。

蓮師待在西藏期間所傳下的諸多法教，被其弟子埋藏成為伏藏，在後世由符合蓮師授記的弟子化身所取出，然此教典頗不尋常，乃是透過上師傳給弟子的口耳傳承，歷經各世紀代代相傳至今。在其內文中，蓮師講述了各佛教宗派與外道抱持的不同之見。如果我們想要覺醒或證得佛果，採取正見對於道上的修行至關重要，誠如米滂仁波切（Mipham Rinpoche）指出的：對我們來說，看清楚雙腳是否帶著我們踏上正確方向，是必要的。獲得了對各種見的知識，我們才能知道哪些見是必須捨棄、哪些見是在通往成佛的精神修道上對我們的進步最有利。

舉例來說，雖然對中觀見的智識了解，吾人所運用的是分析與經辯，但在建立正確見的根本基礎上，確實有用。蓮師在此教典中的用意，並非為了提供我們一個學術討論的主題，而是為了啟發我們真



誠地修持佛法之道，帶著為了證得佛果、利益因邪見而置身在染污與痛苦情境之中一切有情的目標。

很高興蓮師翻譯小組將此珍貴教典，與米滂仁波切的解說釋論，譯出新版以嚮英文讀者，我希望所有閱讀此書的人，都能從中得到所需的啟發，以裨在精神修行上有所進展，且如同往昔諸佛般覺醒。

吉美·欽哲仁波切謹誌



英譯導讀

從最初弘傳佛法時，釋迦牟尼佛便了知其信眾需要將事物清楚分類的人性化需求。在法教尚未以書寫的方式加以保存的年代，佛陀法語的紀錄與傳播，端靠其弟子的記憶力。對於那些不具備阿羅漢超人般憶持能力的人而言，將不同主題拆解成各種類別必定大有助益，列舉與分類的傳統便應運而生，在隨後的數世紀之中，更被偉大的印度上師們加以發展和細緻化。

隨著佛法在西元八世紀傳入西藏，在相當短的時間內，從印度引進了大批法教。對西藏人而言，要試著消化新觀念的洶湧而入——上千年的文獻累積，包含了大量不同的宗派與思想體系——對於主題的排序與分類需求，必然是最為緊要的。

西藏學者所關注的領域之一，是從各種可能修持法教之人的角度，來將佛法分門別類——換言之，就是法教要如何被劃分為不同的趨徑或法乘。《見鬘》在這個分類的發展過程中具有一個重要的地位，因為這個教典是由偉大的印度上師蓮花生，於佛法在西藏奠基的重要時刻所撰寫而成的。它提供了九乘次第（包含三個經乘與六個密乘）法教體系的基礎，隨後九乘次第就成為寧瑪派中對於不同佛教修道共許的分類法，寧瑪派係以八世紀、前譯的法教為基礎。這套體系也被



新譯派的信徒所引用，另一方面，新譯派是以十世紀以降從印度傳入西藏的密續為基礎，採行了四部密續的系統¹。

在《見鬘》中，蓮花生以三類準則——見、修、果——為基礎，比較了不同的法乘。在此教典的最後一品，他使用了第四準則——苦行與勤息、行——來綜覽比較。在這四項當中，見尤為重要。我們觀看世界的方式，決定了我們採行的道路、不論是精神道路或其他道路。當我們錯誤地看待事物，就製造了自身的（與他人的）痛苦，倘若我們要改變自身的處境，就需要徹底改變我們對真相的見解。一旦建立了見，就可以在見上起修，藉由精神修持的方法來訓練自心，並透過適切的行來調整我們的行為，直到我們終於達到了果。一個人會抱持何種見並展開隨之而來的精神修道，取決於他或她的個人心理素質。正因為每個人的性情是如此天差地遠、有著不同程度的能力與對見的理解與接納差異，所以佛陀與其法嗣才教導了各法乘，在此典籍中予以整理概述，並循序漸進地描述了與各見對應而漸增的微細與深度。

蓮花生對這些法乘的呈現，係以《秘密藏續》（*Guhyagarbha-*

1 有關密續分類發展方式的討論，可參考 Jacob Dalton 的論文〈古籍殘篇的危機：西元八世紀至十二世紀間西藏人如何整編密續〉（“A Crisis of Doxography: How Tibetans Organized Tantra during the 8th-12th Centuries.”），收錄於《國際佛教研究學會期刊》（*Journal of the International Association of Buddhist Studies*）第 28 卷第一期（2005），頁 115-81。



tantra) 的一些精簡文句為基礎，米滂仁波切在其釋論的一開頭就提及了這點。的確，《見鬘》做為「口訣」的前提，已指出其隸屬於密續的三大類文獻之一：續典（梵文的 *tantra*、藏文的 *rgyud*），由諸佛在人道或其他道所傳授的根本典籍；教法（梵文的 *āgama*、藏文的 *lung*），延伸了相關密續的主題；口訣（梵文的 *upadeśa*、藏文的 *man ngag*），讓密續與論釋中複雜與困難的概念，得以精簡地被增補強化。這三種類別也與寧瑪派的內三密有關，分別是瑪哈瑜伽（另譯大瑜伽）、阿努瑜伽（另譯無比瑜伽）、阿底瑜伽（另譯無上瑜伽、大圓滿）。

因此《見鬘》是與《秘密藏續》有關的口訣，而且是從大圓滿的角度來呈現其主題內涵。這是為何在蓮師的著作與米滂仁波切的釋論中，大多數引述都出自《秘密藏續》的緣故，這說明了相較於其他的教典，《見鬘》的特殊典故與名相使用。有幸地，這些差異的某部份，尤其是指稱外道名相的部分，米滂仁波切已經費心地解釋了。也值得注意的是，雖然《秘密藏續》通常被寧瑪派學者認定是現今所稱瑪哈瑜伽的根本續，但八世紀的某些印度大師卻將其視為是阿底瑜伽的主要經典。事實上，米滂仁波切稱《秘密藏續》是「諸密續與釋論的榮光，因為它顯示了萬法的本質，本初、任運，即是大圓滿。」

倘若吾人要從這部續密、困難的教典斬獲最多的話，那麼值得將《見鬘》的根源牢記在心。糾結著想緊抓其複雜概念的初學者，應當要



記取，如同此教典的副標題所示，蓮花生大士的用意乃是給那些已然熟稔其所述法乘之見、修的弟子們，做為憶持的輔助。即使是資深讀者也可能會對其闡述感到疑惑不解，這種闡述大幅反映了那時期的特殊思維方式以及密續原典的內容。而米滂仁波切的釋論則提供了更多平易的細節，這類的釋論，屬於名為「注論」（藏文的 *mchan 'grel*）的類型，並非總能提供最容易瞭解主題的趨徑。雖然這類釋論有些是刻意準備編纂成書，但大多注論的面世，是作者在某一本原典上插入邊註而成。這些註解可能依照此典籍的口述講解，或抄錄既有釋論的適當段落而組成。這份註解版可做為作者個人私用，或可做為教學時用以參照的一連串講授註釋。還有，就像眼前這本釋論的情況，有時則是在該名上師圓寂後，弟子決定將他的註解版出版成書，把原文與邊註銜接起來成為曉暢的散文體，除了增加科判（藏文的 *sa bcad*）與清楚的小標題之外，這種注論鮮少或沒有任何增刪，因為上師的言教，在定義上，是毋須踵事增華的。因此，不出意表，注論在其便利的簡明扼要之餘，就某方面來說，會比篇幅長些、更詳細的釋論較不容易理解。所以值得一提的是，在西藏僧院的傳統環境中，即使是最容易入手的釋論，若無博學多聞的堪布給予通盤講解，也是難以讀懂的。

在本書中，我們試著用註解與名詞解釋來減輕讀者的負擔，有關大圓滿法教與九乘次第的更多詳細內容，應當仰仗具德上師以及相關文獻（參見文末的參考書目）。我們衷心期盼，經過對佛教法教的一



再聞思之後，讀者能真正發現這個譯本提振了他們對蓮師初衷的憶念，且他們能夠融攝蓮師真實諦語的加持，不管這些很可能被我們自身極為侷限的瞭解所曲解或削弱。

倘若沒有上師、尤其是貝瑪·旺賈仁波切（Pema Wangyal Rinpoche）與吉美·欽哲仁波切（Jigme Khyentse Rinpoche）的惠施建言與支持，此書的翻譯將無以為繼。特別感謝阿拉·生嘎仁波切（Alak Zenkar Rinpoche）與丹增·諾傑堪布（Khenpo Tenzin Norgay）耗時地回答問題。《見鬘》一書的英譯由史蒂芬·給辛（Stephen Gethin）主事，理應由他承擔任何貽誤與誤譯之責。蓮師翻譯小組（Padmakara Translation Group）的其他成員則給予了無價的協助，包括：烏斯坦·弗烈卻（Wulstan Fletcher）辛苦地校讀了初稿；海倫娜·布蘭蔻勒德（Helena Blankleder）與約翰·康帝（John Canti）提出了許多有用的建議。感謝賴瑞·給辛（Larrie Gethin）校讀完稿並指出一些前後矛盾之處；再次地，深深感謝擦札基金會（Tsadra Foundation）慷慨解囊且長期贊助這項翻譯計畫。最後，一如既往，感謝妮蔻·歐迪協歐（Nikko Odiseos）、邁可·瓦可弗（Michael Wakoff）與香巴拉出版社團隊的協力，專業地讓此書付梓。

《口訣見鬘》

༄༅། །མན་ངག་ལྟ་བུའི་ཕྱིང་བ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

大阿闍黎蓮花生造論





༄༅། །ལྟ་བ་དང་ཐེག་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་པར་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱེད་བྱུང་།
 བཅོམ་ལྷན་འདས་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཅུ་དང་། རྗེ་རྗེ་ཚོས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་སེམས་ཅན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ལྟ་བ་གངས་མེད་པ་མདོ་
 རྣམ་པ་བཞིར་འདུས་ཏེ། ཕྱལ་བ་དང་། རྒྱུ་འཕེན་དང་། ལྷུ་ལྷུག་དང་། ལྷ་སྟེགས་
 པའོ། །

དེ་ལ་ཕྱལ་བ་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཡོད་མེད་དུ་མ་རྟོགས་ཏེ། ཀུན་
 ཏུ་ཚོངས་པའོ། །

རྒྱུ་འཕེན་ནི་ཚོ་སྣ་ཕྱི་ཡོད་མེད་དུ་མ་རྟོགས་ཤིང་། ཚོ་གཅིག་ལ་བཅན་ཕྱག་དང་
 མཐུ་སྟོབས་རྒྱབ་པ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་གསང་ཚིག་ལ་བརྟེན་པའོ། །

ལྷུ་ལྷུག་པ་ནི། ཚོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་མེད་པ་སྟེ། ཚོ་གཅིག་ལ་སྐྱེས་
 པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་སྟོ་བུར་དུ་སྐྱེས་ལ་མཐའ་ཆད་པར་ལྟ་བའོ། །

ལྷ་སྟེགས་པ་ནི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པས་བདག་རྟག་པ་ཞིག་
 ཡོད་པར་ལྟ་བ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་རྒྱ་མེད་ལ་འབྲས་བུ་ཡོད་པར་ལྟ་བ་དང་། རྒྱ་འབྲས་
 ལོག་པར་ལྟ་བ་དང་། རྒྱ་ཡོད་པ་ལ་འབྲས་བུ་མེད་པར་ལྟ་བ་དང་། །

འདི་དག་ནི་མ་རིག་པའི་ལྟ་བའོ། །



總攝各見與諸乘差別不忘失，
頂禮薄伽梵文殊孺童與金剛法，
世間有情之顛倒邪見不可勝數，總分為四：不思、唯物、斷見、
常見。

不思想者於萬法之因與果毫無所悉，徹底愚昧；

唯物者²於前後世毫無所悉，專務此生之權勢威望，依靠世間之秘密語；

斷見者不認萬法之因與果，持此生萬法所生乃倏忽現起、終歸斷滅之見；

常見者認一切萬法恆常，持常我恆存之見：有持無因有果之見、有持因果顛倒之見、有持有因無果之見等。

這些皆為無明之見。

2 譯注：唯物者的藏文是指古印度的順世派，主張沒有因果。



འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ལ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐེག་
པ་དང་དོ་རྗེའི་ཐེག་པ་འོ། །

མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་། རང་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་འོ། །

དེ་ལ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ནི། ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་
སྲུ་སྟེགས་པ་ལ་སོགས་པས་སྦྱོར་དང་སྦྱར་བས་ཀྱུན་ཏུ་བརྟགས་པས། ཡེ་མེད་པ་ཆད་
པའི་ལྟ་བུ་དང་། རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོད་པར་ལྟ་བུ་ནི། ཐམས་པ་ལ་སྦྱུལ་དུ་མཐོང་བ་
བཞིན་དུ་མེད་དེ། སྤང་པོ་ཁམས་དང་སྦྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞིའི་
རྩལ་སྲ་རབ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དོན་དམ་པར་ཡོད་པར་ལྟ་ཞིང་། འཕགས་པའི་
བདེན་པ་བཞི་བསྐྱོམས་པས་རིམ་གྱིས་འབྲས་བུ་རྣམ་པ་བཞི་འབྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ནི། ཚོས་ཐམས་ཅད་
ལ་སྲུ་སྟེགས་ལ་སོགས་པས་སྦྱོར་དང་སྦྱར་བས་ཀྱུན་ཏུ་བརྟག་པའི་བདག་རྟག་པ་ལ་
སོགས་པ་མེད་པར་ལྟ་བུ་ཉན་ཐོས་དང་མཐུན། དེ་ལས་བྱུང་བར་དུ་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་
པོའི་ཚོས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་བདག་མེད་པར་རྟོགས་ཤིང་། རང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་འབྲས་
བུ་འཐོབ་པའི་དུས་ན་འང་། ཉན་ཐོས་ལྟར་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་མི་སྟོམས་པར་སྡོན་
གོམས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་སྦྱོ་
ནས་ཚོས་ཉིད་ཟབ་མོའི་དོན་རྟོགས་ནས། རང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །

༥ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ནི།



出世間之道者有二：性相乘與金剛乘。

性相乘又分為三：聲聞乘、緣覺（辟支佛）乘、菩薩乘。

聲聞乘信眾認為諸外道具見思惑，顛倒萬法為遍計所執，斷見恆無、常見恆有，皆如誤認繩子為蛇；從四大之極微塵生起諸蘊、大、界等，且識於勝義為有；修持四聖諦而次第成就四果。

緣覺乘信眾偕同聲聞乘，認為諸外道具見思惑，顛倒萬法為遍計所執，執常我、斷無等見；唯緣覺證色蘊之法無我，且與聲聞乘不同，於證緣覺之果時，不倚賴善知識、而觀待先前串習十二因緣之力證得甚深法性之義，故得緣覺果。

菩薩乘信眾之見，



ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་ནི་རང་
 བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ལ། ཀུན་རྗེ་བདུན་གྱི་སྐྱེ་མ་ཚམ་དུ་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་མ་འདྲེས་པར་
 ཡོད་དེ། ས་རོལ་དུ་བྱིན་པ་བཅུ་སྟུང་པའི་འབྲས་བུ་ས་བཅུ་རིམ་གྱིས་བགོད་པའི་མཐར་
 སྐྱོན་མེད་པའི་བྱང་རྒྱབ་དུ་འགྲུབ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ།།

༥ དོ་རྗེ་ཐེག་པ་ལ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། བྱ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་། གཉིས་ཀ་
 རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཐེག་པ་འོ། །

དེལ་བྱ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ནི། དོན་དམ་པར་སྐྱེ་
 འགགས་མེད་པ་ལས། ཀུན་རྗེ་བདུ་ལྟའི་གཞུགས་ཀྱི་སྐྱེ་བསྐྱོམ་ཞིང་སྐྱེའི་གཞུགས་
 བརྟན་དང་། ཐུགས་མཚན་དང་། བརྒྱས་བརྗོད་དང་། གཅོད་སྒྲ་དང་། དུས་ཚིག་དང་།
 གཟུང་དང་། རྒྱ་སྐར་ལ་སོགས་པ་གཙོ་བོར་ཡོ་བྱད་དང་རྒྱ་རྒྱུན་ཚོགས་པའི་མཐུ་
 ལས་འགྲུབ་པའོ།།

༥ གཉིས་ཀ་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ནི། དོན་དམ་པར་སྐྱེ་
 འགགས་མེད་པ་ལས། ཀུན་རྗེ་བདུ་ལྟའི་གཞུགས་ཀྱི་སྐྱེ་བསྐྱོམ་ཞིང་། དེ་ཉིད་རྣམ་
 པ་བཞི་དང་ལྡན་པར་སྐྱོམ་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། ཡོ་བྱད་དང་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་སོགས་པ་
 གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་པ་ལས་འགྲུབ་པའོ།།

༥ རྣལ་འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ།
 རྣལ་འབྱོར་བྱི་བ་ཐུབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་ནང་པ་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་
 ཐེག་པ་འོ། །

དེལ་རྣལ་འབྱོར་བྱི་བ་ཐུབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ནི།



於勝義諦，舉凡雜染、清淨之萬法皆無自性；於世俗諦，萬法如幻、然各具其性相；行持十波羅蜜多而次第證得十地之果，最終證得無上菩提果。

金剛乘亦分為三：事續乘、行續乘、瑜伽續乘。

事續乘信眾之見，於勝義諦無生滅；於世俗諦，依本尊之色身禪修，藉由觀本尊身像、本尊意幟、持誦咒語，與必要資具（主要是於特定時節、星宿時日等持守淨行）³等積聚因緣之力，以獲致成就。

行續乘信眾之見，於勝義諦無生滅；於世俗諦，依本尊之色身禪修，藉由修持具四行相之三摩地與必要資具等因緣，獲致成就。

瑜伽續乘信眾之見可分為二：外瑜伽堪忍續乘、內瑜伽方便續乘。
外瑜伽堪忍續乘信眾之見，

3 譯注：括弧為英譯本所加，以強調原意，藏文根本頌中沒有括弧。



ཕྱི་ཡོ་བྱུང་ལ་གཙོ་བོར་མི་འཛིན་པར་དོན་དམ་པ་སྐྱེ་འགགས་མེད་པའི་ལྷ་དང་ལྷ་
མོ་དང་། དེ་དང་འདྲ་བའི་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཉིང་ལེ་འཛིན་གྱིས་འཕགས་པའི་
གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་བྱུག་རྒྱ་བཞི་ལྡན་པར་བསྐྱོམས་པའི་རྣམ་འབྱོར་གཙོ་བོར་བྱས་པ་
ལས་སྲུབ་པའོ། །

རྣམ་འབྱོར་ནང་པ་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་བ་ནི་རྣམ་
པ་གསུམ་སྟེ། བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་དང་། རྫོགས་པའི་ཚུལ་དང་། རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་
ལོ། །

དེ་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ནི་ཉིང་ལེ་འཛིན་རྣམ་པ་གསུམ་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་དེ་དཀྱིལ་
འཁོར་རིམ་གྱིས་བཀོད་ཅིང་བསྐྱོམ་པས་འགྲུབ་པའོ། །

རྫོགས་པའི་ཚུལ་ནི་དོན་དམ་པར་སྐྱེ་འགགས་མེད་པའི་ལྷ་དང་ལྷ་མོ་དང་། རྣམ་
པར་མི་རྟོག་པའི་དོན་དབྱུང་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་ཀྱང་མ་གཡོས་ལ། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་
འཕགས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་ཡང་གསལ་བར་བསྐྱོམས་ཞིང་མཉམ་ལ་མ་འདྲེས་པར་
བསྐྱོམ་པས་འགྲུབ་པོ།།

༥ རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་ནི། འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཚོས་
ཐམས་ཅད་དབྱེར་མེད་པར་སྐྱེ་གསུང་སྲུགས་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་རང་བཞིན་ཡེ་ནས་
ཡིན་པར་རྟོགས་ནས་སྐྱོམ་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱུད་ལས།

རྫོ་རྫོ་སྲུང་པོའི་ཡན་ལག་ནི། །

རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལྷ་རུ་གྲགས། །



不奉持外的必要資具，而禪修勝義無生滅之男、女本尊，主要修持與此見相等之清淨心續三摩地，禪修其殊勝本尊色身之四手印瑜伽，以此證得成就。

內瑜伽方便續乘信眾之見分為三：生起法、圓滿法、大圓滿法。

生起法，有三三摩地之次第生起與壇城之漸次生起，以此禪修獲致成就。

圓滿法，於勝義諦不離無生滅之男、女本尊，且不離法界之中道無念；於世俗諦清楚觀修殊勝本尊之色身，平等而不混雜，以此禪修獲致成就。

大圓滿法，世間與出世間之萬法無別，本初自性即證悟之身、語、意壇城，於此禪修。

如密續所云：

「金剛蘊之諸支分，

稱名圓滿五方佛，



སྐྱེ་མཆེད་ལམས་རྣམས་མང་པོ་ཀྱན། །

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་དགྲིལ་འཁོར་ཉིད། །

ས་ཚུ་སྤྱན་དང་མྲ་མ་གེ། །

མེ་རླུང་གོས་དཀར་སྒོལ་མ་སྟེ། །

ནམ་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་རྒྱག་མ། །

སྲིད་གསུམ་ཡེ་ནས་རྣམ་པར་དག། །ཅེས་འབྱུང་སྟེ། །

འཁོར་བ་དང་མྲ་དན་ལས་འདས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་མ་སྐྱེས་ལ། བྱ་བ་བྱེད་རྣམས་
པའི་སྐྱེ་མ་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཡབ་ཡུམ་བརྟུ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་ཡེ་ནས་ཡིན་པའི་
ཕྱིར། །

ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱི་མྲ་དན་ལས་འདས་པ་སྟེ། ཆེན་པོ་ལྷ་ནི་ཡུམ་ལྷའི་རང་
བཞིན། སྤང་པོ་ལྷ་ནི་རིགས་ལྷའི་སངས་རྒྱས། རྣམ་པར་ཤེས་པ་བཞི་ནི་བྱང་ཚུབ་སེམས་
དཔའ་བཞིའི་རང་བཞིན། ཡུལ་བཞི་ནི་མཛོད་པའི་ལྷ་མོ་བཞིའི་རང་བཞིན། དབང་པོ་བཞི་ནི་
བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་བཞིའི་རང་བཞིན། རུས་བཞི་ནི་མཚོད་པའི་ལྷ་མོ་བཞིའི་རང་བཞིན། །

ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཡུལ་དང་དེ་ལས་བྱུང་བའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་
སེམས་ནི། ལྷོ་བོ་བཞིའི་རང་བཞིན། རྟག་ཆད་སྐྱེ་བཞི་ནི་ལྷོ་མོ་བཞིའི་རང་བཞིན། ཡིད་ཀྱི་
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རྩོ་རྩེ་ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོའི་རང་བཞིན། ཡུལ་ཚོས་འདུས་
བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ནི། ཚོས་བྱ་བ་མོ་ཀྱན་ཏུ་བཟང་མོའི་རང་བཞིན་ཏེ། །

དེ་དག་ཀྱང་ཡེ་ནས་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་གྱི། དེ་ལས་
གྱིས་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །



所有諸多處與界，
乃為菩薩之壇城，
地佛眼、水瑪瑪姬，
火白衣、風聖度母，
空大法界自在母，
三界本初即清淨。」

輪迴與涅槃之萬法本初無生，如幻顯現有為法，本初自性是男、女善逝十尊等。

故萬法之自性乃涅槃寂靜。五大之自性是五方佛母、五蘊是五方佛；四識之自性是四大菩薩，其四塵（四境）之自性是四位美妙天女；四根之自性是四大菩薩，四時是四位供養天女。

身根、身識、觸與相應所生之菩提心，其自性是四位男性忿怒尊，常、斷等四邊見之自性是四位女性忿怒尊；意識、金剛菩提心，其自性是普賢王如來；意識之對境、有為法與無為法，其自性是萬法之母、普賢王佛母。

以上所述其自性本初即是正等正覺佛，此非道上所修而成。



དེ་ལྟར་ཕྱོགས་བརྒྱ་དུས་གསུམ་དང་། ལམས་གསུམ་ལ་སོགས་པ་འདུས་བྱས་
 དང་འདུས་མ་བྱས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་སེམས་ལས་གྲུད་ན་མེད་དེ། ཇི་སྐད་དུ།
 རང་སེམས་སོ་སོར་རྟོག་པ་ནི། །
 སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་དེ་ཉིད་དོ། །
 འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་དེ་ཉིད་དོ། །
 འབྲུང་བ་ཆེ་རྒྱུས་དེ་ཉིད་དོ། །ཞེས་འབྲུང་དོ། །

ཇི་སྐད་དུ། །

ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ནི་སེམས་ལ་གནས་སོ། །
 སེམས་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་གནས་སོ། །
 ནམ་མཁའ་ནི་ཅི་ལ་ཡང་མི་གནས་སོ། །ཞེས་འབྲུང་བ་དང་། །
 ཚོས་ཐམས་ཅད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པའོ། །
 ཚོས་ཐམས་ཅད་ནི་གདོད་མ་ནས་རྣམ་པར་དག་པའོ། །
 ཚོས་ཐམས་ཅད་ནི་ཡོངས་ཀྱི་འོད་གསལ་པའོ། །
 ཚོས་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ལྷུ་དན་ལས་འདས་པའོ། །
 ཚོས་ཐམས་ཅད་ནི་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་

སོ། །

འདི་ནི་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའོ། །
 རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྣམ་དེ་ནི། དེ་ལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྣམ་ནི། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་

ཚོགས་རྫོགས་པ།



是故十方、三世、三界等，一切有為法與無為法皆不離於自心而存在，故云：

「自心各各尋思者，
諸佛菩薩乃即此，
世間三界乃即此，
諸大種者乃即此。」

又云：

「一切萬法住於心，
心則住於虛空中，
然虛空無所住矣。」

且：

「萬法之體性為空，
萬法本初即清淨，
萬法即遍照光明，
萬法之自性寂滅，
萬法正等正覺佛。」

此即大圓滿。

大圓滿法（旁注：「圓滿」指福德與智慧之資糧圓滿，



འབྲས་བུའི་ཚོས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི། ཚུལ་འདི་ནི་དོན་ལ་འཇུག་པའོ། །

རྟོགས་པ་རྣམ་བཞིའི་ལམ་གྱིས་ཡིད་ཚེས་ཏེ། རྟོགས་པ་རྣམ་པ་བཞི་ནི། རྒྱ་
གཅིག་པར་རྟོགས་པ་དང་། ཡིག་འབྲུའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་དང་། བྱིན་གྱིས་རྒྱ་བས་
གྱིས་རྟོགས་པ་དང་། མཛོན་སུམ་པར་རྟོགས་པའོ། །

དེ་ལ་རྒྱ་གཅིག་པར་རྟོགས་པ་ནི། ཚོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་མ་སྐྱེས་པས་སོ་
སོ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྐྱེ་མའི་མཚན་ཉིད་དུ་སོ་སོ་མ་ཡིན་པ་དང་། མ་སྐྱེས་
པ་ཉིད་ཚུལ་ལྟར་སྐྱེ་མ་སྐྱོ་ཚོགས་སུ་སྤང་ཞིང་བྱ་བ་བྱེད་ཅུས་པ་དང་། སྐྱེ་མ་ཉིད་དོ་བོ་
མེད་དེ་མ་སྐྱེས་པས་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པར་དབྱེར་མེད་པས་རྒྱ་གཅིག་པར་རྟོགས་
པའོ། །

ཡིག་འབྲུའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་ནི། ཚོས་ཐམས་ཅད་མ་སྐྱེས་པ་ནི་ཨ་སྟེ་གསུང་
གི་རང་བཞིན། མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་སྐྱེ་མར་སྤང་ཞིང་བྱ་བ་བྱེད་ཅུས་པ་ནི་ཨོ་སྟེ་སྐྱེའི་རང་
བཞིན། དེ་ལྟར་རྟོགས་པའི་རིག་པ་སྐྱེ་མའི་ཡེ་ཤེས་མཐའ་དབུས་མེད་པ་ནི་ཨོ་སྟེ་
སྤྲུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་རྟོགས་པའོ། །

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་གྱིས་རྟོགས་པ་ནི་དཔེར་ན་རས་དཀར་པོ་ལ་དམར་པོས་བྱིན་
གྱིས་རྫོབ་པའི་མཐུ་བཙོན་ལ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ། ཚོས་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་པར་བྱིན་
གྱིས་རྫོབས་པའི་མཐུ་ཡང་། རྒྱ་གཅིག་པ་དང་ཡིག་འབྲུའི་ཚུལ་གྱིས་མཐུ་བྱིན་གྱིས་
རྫོབ་པར་རྟོགས་པའོ། །



「大」指果之任運與入果之法）如下：

以四種證悟之道得勝解。四種證悟為：一因證悟、種字法證悟、加持證悟、現證。

一因證悟：於勝義諦，萬法無生亦無各各分別；於世俗諦，皆如幻之法相，亦無各自分別，無生而顯現諸幻相、猶如水月般，有所作用，幻相無自性、無生，故世俗諦與勝義諦無二，此乃一因證悟。

種字法證悟：萬法無生，以阿字象徵語之自性；無生如幻顯現、有所作用，以哦字象徵身之自性；證此之覺性、如幻本智，離於中、邊，以喻字象徵意之自性，為種字法證悟。

加持證悟：其譬喻猶如茜草將白布染成紅色的加持力，加持萬法為正等覺之力，在於一因證悟、種字法證悟的加持之力，是為加持證悟。



མངོན་སུམ་པར་རྟོགས་པ་ནི། ཚོས་ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་པར་གནས་
 པ་དེ་ཡང་ལུང་དང་མན་ངག་དང་འགལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། ལུང་དང་མན་ངག་གི་
 ཚོག་ཚམ་ལ་བརྟེན་པ་ཡང་མ་ཡིན་པར། རང་གི་རིག་པས་སྒྲིའི་གཏིང་དུ་ཡིད་ཆེས་
 པས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་འོ། །

ལམ་གྱི་ཡིད་ཆེས་པ་ནི། རྟོགས་པ་རྣམ་པ་བཞིའི་དོན་རིག་པ་ཉིད་རྣམ་འབྱོར་
 པའི་ལམ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱ་བསྐྱབ་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བའི་དུས་ལ་སྟོོས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་
 གྱི། རང་གིས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཤིང་ཡིད་ཆེས་པ་འོ། །

དེ་ལ་མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱིས་དོན་མཐར་ཕྱིན་པར་འགྱུར་ཏེ། རྟོགས་པ་རྣམ་པ་
 བཞིའི་ཚུལ་རིག་པ་ནི་ཤེས་པའི་མཚན་ཉིད་དོ། །ཡང་ནས་ཡང་དུ་གོམས་པར་བྱེད་
 པ་ནི་འཇུག་པའི་མཚན་ཉིད་དོ། །གོམས་པའི་མཐུས་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ནི་འབྲས་བུའི་
 མཚན་ཉིད་དོ། །མཚན་ཉིད་གསུམ་གྱིས་འབྲེལ་པ་དང་། དགོས་པ་དང་། དགོས་
 པའི་ཡང་དགོས་པ་སྟོན་ཏེ། །

དེ་ལ་འབྲེལ་པ་ནི། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱུང་བའི་ཚོས་སུ་
 བརྟགས་པ་ཐམས་ཅད། ཡེ་ནས་སྐྱུ་གསུང་བླགས་ཀྱི་བདག་ཉིད། རང་བཞིན་གྱིས་
 སངས་རྒྱས་པའི་དབྱིངས་དང་། ཕྱིན་རྐྱབས་པའི་དོན་རྟོགས་པ་ནི། རྒྱ་ཤེས་པའི་
 མཚན་ཉིད་དེ། དེ་ནི་སྐྱ་ན་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་སུ་སྐབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་དོན་དུ་
 འབྲེལ་བ་འོ། །

དགོས་པ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱུང་བའི་ཚོས་དང་། སྐྱ་ལྡ་
 དང་།



現證：萬法乃本初正等覺，與教傳或口訣傳承不相違，但不僅是依靠佛經或口訣之字句，而依靠自心深處明覺之勝解而得現證。

以道所得勝解乃瑜伽道：了知四種證悟之義，不依從因產生果的時間之見，而依以自心現證的勝解。

故以三相之義達至究竟，了知四種證悟法是知相、一再嫻熟是行相、以此嫻熟力實證是果相。三相宣說了相屬⁴、必要、究竟目的。

相屬指因的知相：由念所識之雜染與清淨現象，本初即是清淨之身、語、意；是正等覺法界之自性，此即加持之義；是成就無上佛果之因，此即相屬之義。

必要指行相：由念所識之雜染與清淨現象、五藥、

4 譯注：相屬為經文的舊譯，指關聯、連結之意。



བདུད་རྩི་ལྡེ་ལ་སོགས་པར་བརྟགས་པ་ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་མཉམ་
པ་ཆེན་པོ་ལ་སྦྱང་དོར་མེད་པར་སྦྱོང་བ་ནི་འཇུག་པའི་མཚན་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་སྐྱོན་མེད་
པའི་སངས་རྒྱས་སུ་གྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དགོས་པའོ། །

དགོས་པའི་ཡང་དགོས་པ་ནི། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་
ཚོས་དང་། སྐྱན་ལྡེ་དང་། བདུད་རྩི་ལྡེ་སོགས་ཁྱད་པར་དུ་བརྟགས་པ་ཐམས་ཅད་
ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་མཉམ་པ་ཆེན་པོའི་ངང་དུ་སྦྱང་དོར་མེད་པར་སྦྱོན་གྱིས་སྦྱབ་
པའི་ཕྱིར། སྲིད་པའི་འཁོར་བ་ཉིད་ཡེ་ནས་སྐྱོན་མེད་པར་སངས་རྒྱས་པའི་རང་བཞིན་
ལྷ་ངན་ལས་འདས་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་སྦྱོན་གྱིས་སྦྱབ་པ་ཡིན་པས་འབྲས་བུའི་མཚན་
ཉིད་དེ་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་མི་ཟད་པ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པ་ནི་དགོས་
པའི་ཡང་དགོས་པའོ། །

དེ་ལ་བསྟེན་པ་དང་། ཉེ་བའི་བསྟེན་པ་དང་། སྦྱབ་པ་དང་། སྦྱབ་པ་ཆེན་པོའི་དོན་
སྦྱོན་གྱིས་སྦྱབ་པར་གྱུར་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

དེ་ལ་བསྟེན་པ་ནི་བྱང་རྒྱུ་མེས་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་
སངས་རྒྱས་པའི་རང་བཞིན་དུ་ལམ་གྱིས་བསྐྱབ་ཅིང་གཉེན་པོས་བཅོས་སུ་མེད་པར་
རྟོགས་པའོ། །

ཉེ་བའི་བསྟེན་པ་ནི་བདག་ཉིད་ལྟར་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་
སངས་རྒྱས་པའི་རང་བཞིན་པས། བདག་ཉིད་ཀྱང་ཡེ་ནས་སྦྱའི་རང་བཞིན་ཡིན་གྱི་ད་
ལྟ་སྦྱབ་པ་ནི་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་པའོ། །

སྦྱབ་པ་ནི་ཡུམ་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཡུམ་ཆེན་མོ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་ལས།



五甘露等，本初即是正等覺之大平等、離於取捨；是成就無上佛果之因，故為必要。

究竟目的指果相：由念所識之雜染與清淨現象，尤其是五藥、五甘露等，本初即是正等覺，於大平等性中任運成就，離於取捨。輪迴存有於本初即任運成就涅槃之相、無上佛果之自性，此現證身、語、意之無盡莊嚴輪，為究竟目的。

是故精進於瑜伽：近、親近、成、大成，而為任運成就。

近：了知菩提心，即了悟萬法本初正等覺之自性，非由道所修成或以對治法造作而成。

親近：了知自身為本尊，即了悟萬法本初正等覺之自性，故自身本初即本尊之自性，非是現在所成。

成：生起佛母，即了悟從虛空界、大佛母，



ནས་མཁའ་ཉིད་ཡུམ་ཆེན་མོ་ས་རྒྱལ་རྒྱུང་བཞིར་སྤང་ཞིང་། བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཡུམ་ཡེ་
ནས་ཡིན་པར་རྟོགས་པའོ། །

སྐྱབ་པ་ཆེན་པོ་ནི། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་འབྲེལ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཡུམ་ཆེན་མོ་ལྟའི་
ཤེས་རབ་དང་ཡུམ་གྱི་མཁའ་སྟོང་པ་ཉིད་ལས། སུང་པོ་ལྟ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་
གྱི་ཡབ་སྟོན་པ་མེད་པར་ཡེ་ནས་རྩུང་དུ་གྱུར་པས་འབྲེལ་བ་ལས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་
སྐྱུལ་བ་ལྷུམ་དཔལ་དུ་གྱུར་པའི་རང་བཞིན་ནི། །

ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་དོན་ལ་སྐྱུ་མ་ལ་སྐྱུ་མ་རོལ་ཅིང་བདེ་མཚོག་སྐྱུ་མའི་
རྒྱན་ལ་བདེ་བའི་དུས་ཉིད་ན། མཚན་མ་མེད་པའི་དོན་མི་དམིགས་མཁའ་དང་སྟོམས་
པ་ནི་གྲོང་དུ་གྱུར་ནས་ལྷན་གྱི་གྲུབ་པ་སྟེ། བདུད་རྣམ་བཞི་ཡང་བརྟུལ་ནས་མཐར་ཕྱིན་
པའི་དོན་འགྲུབ་པའོ། །

ཚས་ཐམས་ཅད་གདོད་མ་ནས་རྣམ་པར་དག་པས། ཡིད་བཞིན་གྱི་གཞུལ་
ཡས་ཁང་རྒྱ་ཡོངས་སུ་མ་ཆད་པའི་འཁོར་ལོ་ཡེ་ནས་སློན་ཞེད་པའི་དགྲིལ་འཁོར་དུ་
འཇུག་པ་ཡང་ཐབས་གྱི་ཐེག་པའི་གཞུང་ཐོས་པ་ནི་མིག་སྟེ་བའོ། །དོན་རྟོགས་པ་ནི་
དགྲིལ་འཁོར་མཐོང་བའོ། །རྟོགས་ནས་གོམས་པར་བྱེད་པ་ནི་དགྲིལ་འཁོར་དུ་ཞུགས་
པའོ། །ཞུགས་ནས་མདོན་དུ་གྱུར་པ་ནི་དངོས་གྲུབ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའོ། །

༥ དེ་ལྟར་རྒྱལ་འདི་ནི་རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་མཐར་ཕྱིན་པའི་དོན་ཏོ། ཡི་གེ་འཁོར་
ལོ་ཚོགས་ཆེན་གྱི་ས་ལ་ལྷན་གྱིས་འཇུག་པ་སྟེ། སྐྱེས་བུ་སྟོ་རྩལ་རབ་གྱིས་ཡེ་ནས་
སངས་རྒྱས་པའི་དོན་ལ་ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་པར་རིག་ནས། གོམ་པ་དྲག་དལ་དུ་
འགོ་བ་ཡིན་གྱི་ཕལ་གྱི་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །



虛空顯現四大佛母地、水、火、風，本初能作諸事之母。

大成：方便與智慧之相屬，故從五大佛母之智慧和虛空空性，與五蘊、一切諸佛之佛父的無願⁵本初雙運相屬中，菩提心化現為男、女菩薩。

在本初正等覺中，幻相顯化幻相，於勝樂之如幻相續的大樂時刻，證得無相與無所緣虛空界平等，即是任運成就，調伏四魔、證得究竟之果。

萬法自始本淨，超乎一切邊際之輪、如意之越量宮，為進入此本初、無上之壇城，眼須睜大，當聽聞方便道之典籍；了知其義，即見壇城；證得修，即進入壇城；進入且壇城現前，即是證得大成。

故此法是究竟、大圓滿。任運臻至種字大集輪地⁶，最上根器之士夫，了悟本初正等覺之義，本初即是佛，於道上迅猛進展，非凡夫之行。

5 譯注：指三解脫門：空、無相、無願的果無願狀態。

6 譯注：種字大集輪地是一金剛乘成就果位。



ཕལ་གྱིས་ཐོས་ཏེ་ཇི་ལྟར་བསམ་ཀྱང་བདེན་ཞིང་ཟབ་པར་ཡིད་ཆེས་པར་མི་འགྱུར་
 རོ། །ཡིད་ཆེས་པ་དང་ཕལ་གྱི་སྒོ་ལ་གོ་དཀའ་ཞིང་བདེན་པ་དང་ཟབ་པར་མ་ཤེས་པས་
 ཉམས་དང་སྦྱར་ནས། ཀྱན་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་སྟམ་ནས་ཡོངས་བརྒྱན་ཞེས་སྐྱེས་བུ་རབ་ལ་
 སྦྱར་བ་འདེབས་ཤིང་སྤྱན་འབྲིན་པའི་སྒོ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བས་རབ་ཏུ་གསང་བའི་ཕྱིར་ཡང་
 གསང་བའི་ཐེག་པ་ཞེས་བཀའ་སྤྲུལ་ཏེ། །

དེ་བས་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་དོན་ལ་རྟོགས་པའི་སྒོ་མ་སྐྱེས་
 བར་དུ་ཐེག་པ་འོག་མ་པས་འགྲོ་བའི་དོན་བྱས་ན་གདུལ་བྱ་རྒྱུ་མི་ཟ་བར་སྒོ་བ་དཔོན་
 གྱིས་འཁོར་བའི་སྒོ་ན་དང་། ལྷ་རན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། ཐེག་པ་མཐའ་དག་
 ལ་མཁས་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། ཕྱོགས་འགའ་མི་ཤེས་པས་སྒོ་བ་དཔོན་གྱིས་བརྒྱུད་དུ་མི་
 རུང་བར་རྒྱ་ཚེར་འབྱུང་ངོ།།

༄ ལྟ་བའི་ཁྱད་པར་གྱི་དཀའ་ཐུབ་དང་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱང་བྱེ་བྲག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། དཀའ་
 ཐུབ་མེད་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་ཕྱལ་བ་དང་སྤྱར་སྤྱག་གོ། དཀའ་ཐུབ་ཡོད་པ་ནི་རྣམ་པ་བཞི་
 སྟེ་རྒྱུད་འཕེན་དང་། ལྷ་སྟེགས་པ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་བཀའ་ཐུབ་དང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་དཀའ་
 ཐུབ་དང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་དཀའ་ཐུབ་དང་། ལྷ་ན་མེད་པའི་བཀའ་ཐུབ་པོ། །

དེ་ལ་ཕྱལ་བ་ནི་རྒྱ་འབྲས་ལ་རྫོངས་པའི་ཕྱིར་བཀའ་ཐུབ་མེད་པའོ། །སྤྱར་སྤྱག་པ་ནི་
 ཆད་པར་ལྟ་བའི་ཕྱིར་བཀའ་ཐུབ་མེད་པའོ། །རྒྱུད་འཕེན་པ་ནི་ཚོ་འདིའི་ཁྱད་པར་སྦྱབ་པའི་
 ཕྱིར་གཙང་སྦྱ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་ཐུབ་ཅན་ནོ། །སྤྱ་སྟེགས་ན་བདག་རྟག་པ་ཞིག་ཡོད་
 པ་དེ་དག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ལུས་སྤྱན་འབྲིན་ཅིང་མི་ལྟ་བུ་བརྟེན་པ་ལ་སོགས་པའི་བཀའ་
 ཐུབ་དང་།



凡夫聽聞或思惟此法，於真義與甚深無法得勝解，凡俗之心難入，也難以了知此法之甚深與真義，便以其經驗等聞視之，以為人人皆然，說道：「全是假話！」而謗損上根士夫，生出輕誑之心。故此法極為秘密，且被稱為密乘之故。

因此，在弟子了悟萬法本初正等覺之前，上師須以下士夫之乘調化之，為不虛耗其根器，上師精熟地教以輪迴過患、涅槃功德、所有乘等。對某些方面不知曉的上師是不宜追隨的。這一切已廣泛教導了。

伴隨見，有各類不共的苦行與勤息⁷。無苦行的，是不思者與斷見者；有苦行的，又分為四種：唯物者與常見者的世間苦行、聲聞的苦行、菩薩的苦行、無上的苦行。

不思者對因果愚昧，故無苦行；斷見者持斷見，亦無苦行。唯物者專務此生，故具潔淨等之苦行。常見者為了淨化其存有的我，採邪妄的辱身、五火磨煉等苦行，

7 譯注：苦行，辛勤地行持；勤息，又稱禁戒、禁行，指戒禁與採行特別的清淨律儀，參見《藏漢大辭典》相關條目。英譯將苦行翻譯為修學，勤息則譯為瑜伽行。其他漢譯版本也有將勤息譯成禁戒行，因為勤息包含了禁止與採取兩面向的律儀，故在此譯為勤息，指動作與止息。



བརྩུལ་ཞུགས་ལོག་པར་སྦྱོད་པའོ། །

ཉན་ཐོས་ཀྱི་དཀའ་ཐུབ་ནི། འདུལ་བ་ལས། །

སྒྲིག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་སྟེ།

དགོ་བ་སྤུན་སུམ་ཚོགས་པར་སྦྱད། །

རང་གི་སེམས་ནི་ཡོངས་སུ་འདུལ།

འདི་ནི་སངས་རྒྱལ་བ་སྤྲན་པ་ཡིན། ཞེས་འབྱུང་སྟེ། །

དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པར་གཉིས་ཀ་སོ་
སོར་ཡོད་པར་ལྟ་བ་དང་། དགོ་བ་ནི་སྦྱོད་མི་དགོ་བ་ནི་སྦྱང་པའི་དཀའ་ཐུབ་དང་བརྩུལ་
ཞུགས་སྦྱོད་པའོ། །

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་དཀའ་ཐུབ་ནི། །བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྦྱོམ་པ་ལས། །

ཀྱེན་དུ་འཚམ་པར་དོན་མི་བྱེད། །

རྩུ་འཕྲུལ་བ་སྒྲིགས་ལ་སོགས་མི་བྱེད། །

སྦྱིང་རྗེར་ལྡན་ཞིང་བྱམས་ཕྱིར་དང་། །

སེམས་དགོ་བ་ལ་ཉེས་པ་མེད། ཅེས་འབྱུང་སྟེ། །

སྦྱིང་རྗེ་ཚེན་པོས་ཟིན་ན་ཚོས་ཐམས་ཅད་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་གང་སྦྱད་ཀྱང་སྦྱོམ་
པ་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྦྱོམ་པ་ནི། མདོར་ན་སྦྱིང་རྗེ་ཚེན་
པོས་གཞི་བབྱུང་ནས་སྦྱོད་དོ། །

སྒྲིག་མེད་པའི་དཀའ་ཐུབ་ནི། དམ་ཚིག་ཚེན་པོའི་མདོ་ལས། །



以及邪妄的勤息等。

聲聞的苦行，如律藏所述：

「諸惡莫作，
眾善奉行，
自淨其意，
是諸佛教。」

聲聞之見認為善與不善諸法在世俗諦與勝義諦皆存在，故修習行善、捨惡的苦行與勤息。

菩薩的苦行，如《菩薩律儀》所述：

「不稱緣降伏，
不現通怖攝。
具哀愍慈愛，
及善心無犯。⁸」

若受持大悲心，無論所行善或不善，皆不違犯菩薩的律儀。因為菩薩律儀，總攝為持大悲心而行。

無上的苦行，如《大三昧耶經》⁹所述：

8 中譯注：此段偈頌中譯，引自月官論師造《菩薩律儀二十頌》、法尊法師漢譯。根據英譯版，此文意為：無法如因緣所示來利益，無法示現神通以威攝等等，這些對於想行善者而言並非過患，因為其心充滿慈悲之故。

9 中譯注：某部密續，參見參考書目的相關條目。



སངས་རྒྱལ་ཐེག་པ་རབ་ངེས་ནི། །

ཉོན་མོངས་འདོད་ལྷ་ཀུན་སྦྱད་ཀྱང། །

པརླ་ལ་ནི་འདམ་བཞིན་ཏེ། །

དེ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས། ཞེས་འབྱུང་སྟེ། །

ཚོས་ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། སྤྱིང་རྗེ་ནི་བསྟེན་དུ་མེད་ལ། ཞེ་སྤང་ནི་
སྤང་དུ་མེད་དེ། དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་པ་ལ་སྤྱགས་རྗེ་མི་འབྱུང་བར་མ་ཡིན་ཏེ། །

རི་ལྟར་ལྟ་བུ་ཡེ་ནས་རྣམ་པར་དག་པར་རྟོགས་པ་བཞིན་དུ་དཀའ་སྤྱབ་དང་
བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱང་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་དག་པར་སྦྱོད་དོ། །

ལྟ་བའི་སྤང་བ་གསང་བ་འདི། །

དམུས་ལོང་རང་ཕྱེ་མིག་རྟོན་ལྟར། །

ཤེས་རབ་ཐབས་ཀྱི་རྩལ་འཆང་བའི། །

སྤྱེས་མཚོག་ཡོད་ན་འཕྲད་ཀྱང་ཅིག། །

ལྟ་བའི་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་མན་ངག་རྗོགས་སོ།། །།



「佛乘深具勝解信，
縱涉煩惱五欲熾，
猶如蓮花出汙泥，
於諸戒律圓滿俱。」

萬法本初平等性故，悲心非依持、嗔心非棄捨。故對不能了知者而言，悲心並非不能生起。

如此了悟本初圓滿清淨之見者，其苦行與勤息亦圓滿清淨。

於此秘密見之鬘，
如天生盲瞬得視，
智慧方便力持者，
上根士夫願得遇！

名為《見鬘》之口訣到此圓滿。



《大阿闍黎蓮花生所造
《口訣見鬘》注釋·寶庫》

蔣貢·米滂造論



蔣貢·米滂



頂禮上師蓮花文殊尊

殊勝之佛蓮花生大士，
遍知智之寶藏持有者，
各種乘之闡述宣說者，
鄔金知三時者祈照看！

在此是偉大上師蓮花生所造毋庸置疑口訣《見鬘》的解說，分為三部分：前言、正文、結語。第一部分又分為釋題與禮敬。

第一部分、前言

壹、釋題

總攝各見與諸乘差別不忘失，

在《秘密藏續》(*Guhyagarbha-tantra*)、這部所有密續與釋論法教榮光的論著中，闡述了萬法的本質，本初、任運，即是大圓滿。如其所云：



「不知、錯誤之知、只部分知、不知究竟真實自性，
戒律、心、秘密、自性秘密，
這些實義具足於上師金剛心，
上師以言詞方便圓滿揭示之，
其由語言假立名相組成而定，
故應提取隱含於其中之實義。」

相應於各種不同的個人智識，有各種世俗與出世的哲學之見：

- 兩種是不知者（世俗的不思者與唯物者）
- 兩種是錯誤之知（外道邊見者，即斷見者或常見者）
- 兩種是只部分知（聲聞與緣覺）
- 尚未了悟究竟真實自性的見，即奉行波羅蜜多之道的菩薩
- 與事續戒律相關之見
- 與瑜伽續智慧心相關之見
- 兩種與內密續乘大瑜伽¹⁰ 秘密生起法、圓滿法相關之見

10 藏文的 rnal 'byor chen po，米滂仁波切在此可能刻意地使用了這個藏文名相，其梵文的相等用語是「大瑜伽」(Mahāyoga)，「大瑜伽」一詞在八世紀時的用法，並沒有其後被寧瑪派所接受之九乘次第的相同涵義，在寧瑪派中幾乎都用梵文的藏文拼音來指稱此詞，而非用藏文的譯音 (rnal 'byor chen po)。在新譯派信眾所採用的四部密續體系中，rnal 'byor chen po 可用來指無上瑜伽部 (Anuttarayoga)，但在此這並非適當的譯法。因此我們選擇依照字面的意思，將其英譯為大瑜伽 (Great Yoga)。(譯注：rnal 'byor chen po 一般英譯為 Mahāyoga，由於米滂仁波切的特意用法，故在此英譯另用一詞以凸顯其特出之處。)



● 與自性祕密大圓滿法相關之見

尤其，有三個性相乘（聲聞、緣覺、菩薩）、三個外咒乘¹¹（事、行、瑜伽）、三個內咒乘（生起、圓滿、大圓滿），一起構成了漸進的九乘次第，為圓滿解脫之道。為了讓國王、二十五位弟子與其他具緣者不會忘記這些區別，蓮師親自撰寫了這個短論做為憶持之用，概要地描述了這些見所有不共的特性與其相應的果，並給予切合內容的題名。

貳、禮敬

頂禮薄伽梵文殊孺童與金剛法，

根據性相乘的說法，是向智慧本尊頂禮，也就是向摧滅二障與其習氣、具備六種殊勝功德（兼具因與果的波羅蜜多功德¹²）因而超越了輪迴與涅槃二邊的對象頂禮。此智慧尊以孺童文殊（妙吉祥）菩薩的形象化現，妙、柔和是因為其心、法性，不被戲論所影響：吉祥是因

11 譯注：一般稱為外三密與內三密，但在此稱為外咒乘與內咒乘。

12 藏文的 legs pa'i yon tan drug，另譯六盛德，薄伽梵（bhagavān）的六種偉大功德：自在圓滿、形色圓滿、祥瑞圓滿、聲名圓滿、智慧圓滿、精進圓滿。



為祂已證得了二利¹³。

根據密咒果乘的說法，也向智慧本尊、秘密主金剛法（Vajradharma）頂禮，其名號指的是事物的不壞、金剛自性（即不被標誌或概念所影響的空性），與其化現為無礙悲心或佛法之代表人物的緣故。

第二部分、正文

正文分為一、不同見，與二、各種勤息（瑜伽行）的解說。在第一部分的解說又分為外道見與佛教見，各由總攝綱要與廣解所構成。

壹、不同見之解說

一、外道見之解說

（一）、略說

世間有情之顛倒邪見不可勝數，總分為四：不思、唯物、斷見、常見。

13 譯注：自利與利他。



外在器世間——崩離的界域、由生滅事物所構成的世界——居住著有情眾生，眾生僅是安立在心無法觀察到的五蘊相續而已。這些人沉浸在無明之中、悖離實相，基於其錯誤見解與各種扭曲的信念，他們抱持著難以計數的見；因為錯誤見解是永無止盡的。然而，這些見可總結為四類（藏文的 rnam pa 「種類」一詞，有幾種不同的意思：因、不共、相同、顯相、數量、條件等，在此應該理解為數量的含意。）

這四種見是：

- 不思者，這種人沒有生命哲學或精神修持，也欠缺任何更深沉的目的
- 唯物者，此名相在藏文（唸做 gyang penpa）中有不同的意思，端看其如何拼寫，要不是拼寫為 rgyang phen pa（字義是「排斥者」），因為唯物者的想法與行為，完全不顧未來的存有，排斥來世為遙不可及；不然就是拼寫為 rgyang phan pa（字義是「明顯利益的追求者」），因為他們只求此生的明顯利益而沒有更遠大的目標
- 斷見者（梵文的 naiṣṭhika¹⁴）

14 這段藏文結構讓我們懷疑是否出現了抄寫的錯誤，因為省略了第三項，可能有、也可能沒有旁注，所以為了清楚的緣故，我們就自行加上了第三項（斷見者）。



- 常見者（梵文的 *tīrthika*），在藏文裡稱作 *mu stegs pa*，據說他們是停留在往下通往河盡頭（*mu*）的階梯（*stegs*）上，這條河就是流入涅槃大海的通道¹⁵。

「唯物者」一詞，若無特定用法，可泛指任何佛法之外的外道，如《涅槃經》（*Parinirvāṇa Sūtra*）裡的情況，有一場在佛陀觀點與「唯物者」（外道）觀點之間的辯論。但在此關於四種見的描述脈絡下，這個一般用語有其特定的用法，並以特殊方式用於文中所提到的見。此外，這個詞彙在此也不能指那些錯誤之知者、即祭主仙人（*Bṛhaspati*）¹⁶的信徒且抱持斷見的「順世派」（*lokāyatika*），類似斷見者；反而，此處指的是一無所知的人。這些唯物者與不思想者彼此相似，因為他們無法察知因果的業報法則，但他們有些不同，在於前者（唯物者）確實稍有洞察力以確保此生的目的，而另一方則顯然特別缺乏明晰；後者（不思想者）主要是三善趣的眾生，所以「那些只做有利於此生之事的人」的表達方式須從脈絡上來理解：倘若唯物者必定指的是祭主仙人的信徒與類似者，那麼在根本頌中的用意就被誤解了，

15 這是梵文 *tīrthika* 一詞（藏文 *mu stegs pa*）的曲解，如同上述，這個詞彙通常用來代表外道斷見與常見的主張者，但在此指的是常見的主張者，常見被佛教徒認為是一種邊見。

16 譯注：祭主仙人是婆羅門教的神祇之一，主掌祭祀，也是天神的祭司。



以廣泛的含意¹⁷來理解這些字詞的脈絡，在解說一切論典時是不可或缺的。

同樣地，在《迦葉佛品》¹⁸ (*Kāśyapa Chapter*) 裡提到的 *naiṣṭhika* (字義是邊見者，藏文的 *mur thug pa*) 一詞，佛陀指的是一般的外道：「迦葉，我的法教不會被九十六種邊見者所毀壞，會被與我相似的僧人所毀壞。」而 *tīrthika* (藏文的 *mu stegs pa*) 一詞一般也是用來指常見與斷見的外道主張者。但是，在這部論中，*naiṣṭhika* 與 *tīrthika* 這兩個詞彙應該被當做分別代表斷見與常見主張者的一般用語。只有這樣，這些用語才能正確對應其所指且反映出這部論的用意¹⁹。

現在跟這一切有關，可用一個譬喻來加以說明：一個被放在十字路口珍貴寶石。有些人根本對它視而不見、有些人看它為次等鑽石、有些人當它是任何常見的寶物、有些人則能如其所見。那些根本

17 原文字義是「如 *sandhapa* 般的用語」，米滂仁波切指的是一個印度根源的字詞，*sandhapa* 這個字看來有很多含意，依脈絡而定，極類似英文裡 *things* 這個字，被用來指稱任何所需要或適合的意思。米滂仁波切僅是強調「唯物者」一詞，在這部論中有著相當特定的含意。

18 譯注：《迦葉佛品》是《寶積經》中的一部分，共十二卷，講述了釋迦牟尼佛之前賢劫第六佛迦葉佛的生平事跡與法教。迦葉佛，也稱迦葉波佛、飲光佛。

19 為了避免在這部論中名相的一般用法與其特定用法的混淆，在相關章節裡，英譯就給予「斷邊見者」(*nihilistic extremists*) 與「常邊見者」(*eternalistic extremists*) 的稱呼。(譯注：中文語境意義明確，故簡稱斷見者與常見者)



對它視而不見的人（「視而不見」在此與其他被歸類為一種看的方式），是比喻唯物者與不思想者，他們被放在一起，是因為他們不了解現象的真正與究竟狀態。就像三惡趣裡常看到的眾生類別一樣，如牛一般昏昧、愚蠢，就前世或來世而言他們甚至不知如何思考。這樣的見是最低下的，不可能再有更低的見了。有人可能會有異議，說這些人既不追隨任何修道，說他們具有見是不恰當的。但是，他們的內心充滿了無明，他們的「見」事實上就是一種沒有任何了知的狀態。因此，當吾人建立了正確的見，這樣的立場就是得排拒的。在這方面，當大部分的眾生執著實有並住於薩迦耶見（另譯身見）²⁰的見時，由於他們薄弱的思考與理解，視因與果為真實，而被其見的陰鬱所壓制、沒有任何事物被特別分析過。這就是為何說他們具有見的緣故。

（二）、廣解

1. 不思想者與唯物者的解說

不思想者於萬法之因與果毫無所悉，徹底愚昧；

不思想者是什麼意思？他們是那些對存有毫無所悉，或對產生我們

²⁰ 藏文的 'jig tshogs la lta ba，此見認為暫時、聚合的五蘊是恆常、獨立、有單一的「我」與「我的」。此見是一切邪見的基礎。



所感知的一切外境與內在現象之業因與其產生的果報毫無所悉的人，完全不假思索、徹底無知且昧於因果業報。

唯物者於前後世毫無所悉，專務此生之權勢威望，依靠世間之秘密語；

唯物者——排斥者或明顯利益的追求者——對於是否有前世或來世一無所知，將他們的努力放在以各種方式獲取此生的權勢、財富、權力之上。為此，他們倚靠世俗老師的解說（無法帶領至圓滿解脫），以便達到僅限於今生的目的：確保營生、施作曆算、研讀政治等等。他們也求助於世間的秘密語、瓦拉那西（Benares）的黑咒術、占卜打卦、降伏邪魔、祝禱地祇、儀式求財等，不論是親自或透過他人代理而為。

2. 斷見者與常見者的解說

斷見者不認萬法之因與果，持此生萬法所生乃倏忽現起、終歸斷滅之見；

常見者認一切萬法恆常，持常我恆存之見：有持無因有果之見、有持因果顛倒之見、有持有因無果之見等。



斷見者持斷滅之見。他們認為其所見識到的一切現象，都沒有任何的因果業報。在他們唯一此生中所現起的一切現象，並不是被前世所造行為所引發，而是就這樣出現，猶如雨後春筍或水中泡沫般，最終就像燈火般滅盡。

常見者相信有一個非實的常我，讓他們能安立現象（有前因後果的事物）恆常存在著。在常見者之中，有一派認定凡事的因是「天然的」或原質（prakṛti）²¹。原質不是由因緣所生，而是在其本性中，孕化萬法。為此，這派常見者說原質與其表象（現象）彼此並非相異。所以，puruṣa、神我，是獨立與自成一體的。再者，他們的見認為現象從無始以來就這般存在於原質之中，沒有任何其他的因使現象產生。因此這些邊見者「相信現實——果——是無因的。」有人可能會問：他們怎能說有果是不倚靠因而來，對此他們會回答說：存有確實是個果——就已完成的意義而言——就如同吾人會說虛空在本初就已完成一樣。這就是他們的同一法則²²。

21 譯注：prakṛti 是梵文，有天性、自性、天然等意思，常見外道者視之為一切事物的根源，故又稱原質。

22 呈現在此的見是數論派（sāṃkhya）之見，關於數論派與呈現在此其他外道學派的更詳盡資訊，請參見寂護（Shantarakshita）的《中觀莊嚴論》（*The Adornment of the Middle Way*），蓮師翻譯小組英譯（波士頓：香巴拉出版社，2005年）；與蔣貢·康楚（Jamgön Kongtrul）的《知識寶藏論第六冊〈第一、二部分：印藏古典學識與佛教現象學〉》（*The Treasury of Knowledge: Book Six, Parts One and Two: Indo-Tibetan Classical Learning and Buddhist Phenomenology*），局美·多傑（Gyurme Dorje）英譯（波士頓：雪獅出版社，2012年）。（譯注：此處的同一法則，指數論派認定萬法皆從一根本因所衍生）



另一派「持因果顛倒之見」相信有一個自在主²³的我，恆久地存在著。這個永恆的個體創造了萬事萬物、生命體與非生命體，並主宰一切。為了敬奉這位萬能之主，他們獻祭大量的動物等等。他們的見包含了兩個信念：永恆之神與無常顯化。他們的主張意味著不善行也能導致更好的投生，或恆常的因能產生無常的果²⁴。

另一派「持有因無果之見」，相信有一個造物主是因的元素。他們主張有一個恆常的我如拇指般大小等等，就像當裝著小鳥的陶壺破掉時，小鳥就會飛出來一般。這派有三個信念：他們宣稱常我只發揮因的作用；他們宣稱常我所造之物的本質——五蘊，是無常與變動的現象；他們也宣稱果只會出現一次——沒有創造其他五蘊的潛能，整個過程就此停住²⁵。

這些常與斷的邊見，涵攝了外道常見、斷見信仰的所有面向，無一例外。

這些皆為無明之見。

上述的這四種見都是無明的類比，是知的對立。在此段落，描述

23 藏文的 dbang phyug，梵文的 Īsvara（譯注：字義為自在，梵文亦有怙主之意，故可稱為自在主。）。

24 此為勝論派（Vaiśeṣika）之見。

25 此常見者的第三種見是吠檀多派（Vedānta）之見。



了世俗之人的立場，蓮花生大士對這些見的描述僅點到為止，並沒有論及他們的道與果，因為他認為這麼做沒有意義。

二、佛教見之解說

(一)、略說

出世間之道者有二：性相乘與金剛乘。

引領超越世間的出世之道，與無染之道有關，可分為兩乘。性相乘教導顯相的共與不共性相，以及雜染與清淨各自、明確的性相，顯示何者當捨與何者當取；金剛乘教導雜染與清淨在本質上無別且不變，是證悟身、語、意的壇城。

(二)、廣解

1. 性相乘

(1) 略說

性相乘又分為三：聲聞乘、緣覺（辟支佛）乘、菩薩乘。

就性相乘而言，又可分為三類，基於對不同福運、願力、根器之性相的執取程度而有別，分別是：

- 聲聞乘，自身聽聞別人所給予的教授，使得別人也聽聞其教授。



- 緣覺乘，他們全憑自身在最後一世證得其果、實相。
- 菩薩乘，菩提勇識或證悟者，被稱為菩薩，若不是因為其獲得證悟的堅定意向，就是因為他們專注在證悟與眾生之上²⁶。

(2) 廣解

甲．聲聞乘的解說

聲聞乘信眾認為諸外道具見思惑，顛倒萬法為遍計所執，斷見恆無、常見恆有，皆如誤認繩子為蛇；從四大之極微塵生起諸蘊、大、界等，且識於勝義為有；修持四聖諦而次第成就四果。

聲聞乘信徒的見——即適當的道讓他們能獲致聲聞之果——由智慧所建立的教理構成，聲聞如法地對此具有確定的信心。這點在此依照三個面向來教導：見、修、果。

就哲學的見而言，外道的常見派與其他派之見，是關於現象整體的概念假立——也就是蘊、大、界等。這些假立以誇大與貶損的型態呈現，一方面，外道將原本不是如此的事物視為恆常；另一方面，卻認定事實上存在的事物不存在。他們的見由斷見（事物從未存在或根

26 這是梵文字 bodhisattva 的一種解釋，翻譯成藏文是 byang chub sems dpa'，字義是「菩提勇識」或「證悟者」。



本不存在）與常見（事物為恆常的存在等等）所構成。聲聞認為這些外道之見，不比見到微弱光線下的繩子卻認為有一條假想的蛇存在更有效力。他們對於蘊、大、界本質的見，如例子中的繩子，是顯相的基礎²⁷，其見解如下：對這些外道而言，四大的極微塵，生起了粗大的顯相（外在物質世界的形色等等）與瞬間的意識（內在的心），是究竟有或實有。在此有兩個學派的思想——勝論派與經部（Sautrāntika）——兩者之間有些微的歧異。舉例來說，前者抱持無所緣的現象乃恆常，而後者主張猶如石女²⁸之子，此番現象徹底不存在。在勝論派中，大多數對於個人觀點有細微的不同意。但是，勝論派與經部一致主張在究竟上微塵與瞬間皆為實有，因此兩者被放在一起²⁹。

聲聞的修由不同階段的禪定所構成，且伴隨著四聖諦——苦、集、滅、道——的禪修。這些是「諦」，因為毫無錯誤地關乎事物本質的真實樣貌；而且是「聖」，因為這些是由聖者所了悟的真諦，或者說，是因為其本質是神聖的³⁰。關於這四聖諦，聲聞關注在與三界相關

27 顯相的基礎（藏文的 snang gzhi）指的是顯相或感知所立基的事物，看到一條繩子，生起了繩子或蛇的感知，或吾人可能感知到其他任何事物，依緣而定。同樣地，未證悟者的身、心成分組成了這個人感知自己為「我」的基礎。

28 譯注：石女是無法生育的女子。

29 譯注：經部為部派佛教的一支，屬於聲聞乘。而勝論派則是外道。在此指出兩者的異同。

30 藏文字 'Phags pa（梵文的 āryā）一般意指「崇高」或「提昇」，雖然在四聖諦的脈絡中，通常翻譯為「神聖」。



的四諦上，並以其十六支分的形式來禪修。

在適當的時機，會生起見道智，此智由智與忍的十六剎那所組成³¹。之後，他們漸進地滅除了與三界九地相關的煩惱，這些必須在修道³²上一個接著一個滅除。以此方式，他們證得四果。當他們解脫了欲界九種煩惱的前三項或前四項時，就證得了預流果；當他們滅除了第六項的煩惱時，就證得了一來果³³；當第九項被滅除時，就證得了不還果；當三有之頂（有頂）的所有煩惱都被滅除時，就證得了阿羅漢果。

乙. 緣覺乘的解說

緣覺乘信眾偕同聲聞乘，認為諸外道具見思惑，顛倒萬法為遍計所執，執常我、斷無等見；唯緣覺證色蘊之法無我，且與聲聞乘不

31 譯注：聲聞乘的見道由十六剎那組成，四聖諦的每一諦各有四個剎那，稱為法忍、法智、後忍、後智。參見中譯《功德藏釋》經部上〈第六章：修道根基——皈依〉的相關段落。

32 譯注：修道是五道的第四階段，在見道之後的修習。

33 證得預流果所滅除的煩惱層級看來有些不同，有些預流果行者已滅除了第五項煩惱，其他的則滅除了第四項且在滅除第五項時進入一來向（譯注：尚未證得一來果的候補位，稱為向，為四向四果的第三階）。藉由滅除第六項煩惱，他們住於一來果。參見甘珠爾仁波切（Kangyur Rinpoche）隆欽·耶謝·多傑（Longchen Yeshe Dorje）《功德藏釋》第一冊（*Treasury of Precious Qualities*, bk. 1），蓮師翻譯小組英譯（波士頓：香巴拉出版社，2010年），230頁。以及蔣貢·康楚《知識寶藏論第六冊〈第三部分：佛教哲學的架構〉》（*The Treasury of Knowledge: Book Six, Part Three: Frameworks of Buddhist Philosophy*），伊莉莎白·卡拉漢（Elizabeth M. Callahan）英譯（紐約州伊薩卡：雪獅出版社，2007年），142-144頁。



同，於證緣覺之果時，不倚賴善知識、而觀待先前串習十二因緣之力證得甚深法性之義，故得緣覺果。

緣覺乘信徒的見——即道能讓他們證得緣覺之果、無所緣本質之自性——與聲聞之見相似。其見駁斥常我、斷見的現實等邊見者對現象整體不論是誇大或貶損的歸因。緣覺與聲聞的不同之處，在於緣覺了悟與色蘊（五蘊之一）相關的法無我，或者，更精確地說，色蘊包含了色之十處、色之十界，與「法塵」（mental objects）之一部分的無表色³⁴。透過對此的修學，緣覺最終、在其最後一生，證得其果——緣覺果。但與聲聞不同，緣覺並不倚賴上師而證果。

緣覺的禪修方式如下：因先前串習的果報，來自依止某佛並在白淨見地³⁵與其他果位修學，他們了悟十二因緣法，十二因緣法的本質乃

34 根據阿毘達磨的觀點，心被視為是一種感官，有十八界（藏文的 *khambs bco brgyad*）：包括六根（眼、耳、鼻、舌、身、意）、六塵（另稱六境，色、聲、香、味、觸、法）、對應六塵的六識等。在十八界之中，色之十界（藏文的 *gzugs can gyi khams bcu*）由前五根與前五塵所構成，與色之十處（藏文的 *gzugs can gyi skye mched bcu*，處、入，梵文的 *āyatanas*）相同。在阿毘達磨中，色的構成還加上了特定法塵，稱之為「無表色」（藏文的 *rnam par rig byed min pa'i gzugs*），這些全部被納入色蘊（藏文的 *gzugs kyī phung po*）之中。亦參見隆欽·耶謝·多傑《功德藏釋》第一冊，附錄 4。

35 藏文的 *dkar po rnam par mthong ba'i sa*，小乘八地的第一地，相當是聲聞的資糧道，在這個階段，初次見到清淨善法的功德。



四聖諦。與苦有關的七個因緣，對應苦諦；與煩惱相關的三個因緣以及與業相關的兩個因緣，對應集諦³⁶；摒除雜染³⁷的因素，對應滅諦；引領至寂滅的道，涉及了對緣起意義的了悟與相隨的串習，對應道諦。

根據另一法門，十二因緣的每一因緣都有四相。每一因緣的完成對應了苦諦；事實上每一因緣都是產生下一個的緣，這對應了集諦；藉由止息前一因緣而止息每一因緣，則對應了滅諦；正確禪修每一因緣的本質以便帶來此因緣的止息，是為道諦。為此，每一因緣都有十六剎那智以四聖諦為其目的，所以總共有一百九十二個剎那智，這些在一座內生起，然後就證得其果、緣覺果。以這種方式，這些人了悟現象如幻的究竟本性、甚深義。雖然他們安住在離言詮的禪定中，徹底止息了語，但仍懷有「這是離言詮」的概念，因為他們尚未滅除感知主體的概念。

緣起是所有佛乘共通的道。在聲聞的情況，他們對因果性相的信奉遣除了外道對因的錯誤之知；緣覺對緣起的了知更深層些，他們了悟與因、果相關的感知對境是無自性的；唯識派（Yogācārins）有更深的了悟，了知與因、果相關的感知自我是非實有的；而中觀派

36 在十二因緣中，識、名色、六入、觸、受、生、老死與苦有關；無明、愛、取與煩惱有關；行、有與業力有關。關於十二因緣的詳盡記述，參見隆欽·耶謝·多傑《功德藏釋》第一冊，175頁。

37 「雜染」（藏文的 kun nas nyon mongs pa）指的是苦諦的匯集與集諦。



(Mādhyamikas) 甚至了悟連自證 (reflexive awareness)³⁸ 的自性也是非實有的因或果，因此徹底止息了一切戲論。

依止上述的修道，就會得到果，也就是緣覺的證悟，若非在群體修行中證果，就是獨自如犀牛般證得。

丙．菩薩乘的解說

菩薩乘信眾之見，於勝義諦，舉凡雜染、清淨之萬法皆無自性；於世俗諦，萬法如幻、然各具其性相；行持十波羅蜜多而次第證得十地之果，最終證得無上菩提果。

菩薩乘的得名是來自其因，其果與密咒乘的果毫無差別，所以咒乘與波羅蜜多乘都是大乘。但在道上有所區別，在此是性相乘³⁹之道。此乘信徒之見，是雜染的整體乃是輪迴，因、果皆然；清淨乃涅槃，因、果皆然，在究竟上是徹底非實有。勝義諦的本質是離於分別念戲論，稱做勝義是因為乃勝義智的對境，或因為它是一切成就中最勝者。勝義諦又可分為兩類：名義勝義，其中有些分別念戲論部分止滅；究竟勝義，一切分別念的戲論都徹底止息了。

38 譯注：藏文的 rang rig，指心識覺察自身、領悟自身。

39 菩薩乘之因是菩提心、專志於殊勝菩提之心，菩薩就是擁有菩提心之人。在目前的脈絡中，「菩薩乘」、「波羅蜜多乘」、「性相乘」等皆是同義詞。



世俗（藏文字義是「總覆」）諦是迷妄的意識與顯相。被稱為世俗是因為事物的真實狀態被「覆蓋」了，亦即，被蓋障或偶發的迷妄念頭所遮蔽或概念化。世俗又分為正世俗與倒世俗⁴⁰。就世俗諦而言，缺乏實有的現象以僅只如幻的方式顯現。在此「僅只」一詞排除了建立為實。在僅只顯相（mere appearance）⁴¹的層面上，事物具有能實現其各自效用的能力，否定這些效用、說其不存在是錯誤的。事物是清淨或不淨經驗的對境，且具有各自、特定的性相，因為在世俗有效認知的評估方法中是存在的。

暫時地，從兩種有效認知的角度而言，事物是確立的；但在究竟的層面上，事物被正確地建立為離戲的大平等、顯空雙運、二諦無別。一旦建立此見，接著就是禪修之道。此道被稱為「十波羅蜜多（十度）」，指的是十種充滿智慧的善妙修行（布施等等）——在各種智慧中，最殊勝與圓滿的是無二智。用「波羅蜜多」的表達來形容這十種善妙修行，是因為其「到彼岸」，意指其達到了我們所謂離戲的究

40 正世俗（藏文的 yang dag pa'i kun rdzob）涵蓋了凡夫在慣例上認定為「真實」的一切事物（雖然凡夫的感知在關於現象的究竟本性上，當然，是迷妄的），正世俗的事物也被認為能執行其各自的作用。另一方面，倒世俗（藏文的 log pa'i kun rdzob）則涵蓋了凡夫一般認為是錯誤且無法執行作用的事物。正世俗的例子之一是湖，一般的共識是湖中有水，因而具有滋潤或止渴的作用或特性。相對地，海市蜃樓沒有水也無法澆熄沙漠旅者的口渴，所以被歸類為倒世俗。

41 藏文的 snang tsam po，即世俗顯相。



竟真實，這並非智識的對境、而是超越了智識，也是因為這十度去到了輪迴大海的彼岸。在道上便有兩種方式來應用此表述。

以這種方式修行，菩薩在十地的階位上進展，這是修行的中間之果。最終的果是成就無上菩提，也就是圓滿一切的功德，如十力與四無畏等⁴²，這比聲聞果或緣覺果更為殊勝。

2. 密咒乘

(1) 略說

金剛乘亦分為三：事續乘、行續乘、瑜伽續乘。

金剛乘也分為三類，如下：

- 事續，抱持若不能倚靠外在活動，如潔淨與禁慾苦行，便無法獲得成就，雖然內在禪定必定是成就之主因
- 行續，抱持同時藉外在事業與內在禪定以獲致成就
- 瑜伽續，抱持即使不靠外在事業，也可藉內在禪定而獲致成就

42 十力、四無畏。其他等等佛的證悟功德。參見隆欽·耶謝·多傑《功德藏釋》第一冊，附錄五。



(2) 廣解

甲. 事續

事續乘信眾之見，於勝義諦無生滅；於世俗諦，依本尊之色身禪修，藉由觀本尊身像、本尊意幟、持誦咒語，與必要資具（主要是於特定時節、星宿時日等持守淨行）等積聚因緣之力，以獲致成就。

事續乘信徒的見如下：在勝義的層面，他們禪修萬法的生、滅是沒有任何實有的事實，但在世俗層面上，他們禪修本尊的色身。那些以此方式禪修者與具有菩提心與三行相者，被認為是能成就的適合法器。三行相是自性行相、本尊行相、持誦行相。這三行相也各自涵攝了輪迴現象的本質、涅槃的特性、成就涅槃法門的特性。

自性行相跟「自我」有關，自我僅是五蘊被視為一個聚合體而未經智識的檢驗。根據聲聞的說法，此自我的自性，是空的、缺乏分別念的構成，譬如自我和「我的」、常與斷等，一如外道所提出般。但聲聞並沒有進而說明現象、像是五蘊根本就不存在⁴³。對唯識派來說，其為空、缺乏聲聞能所分別的分別念構成，但唯識也沒有進而說明自證——心與心念活動——根本不存在。對中觀派而言，其為空、缺乏唯

43 照字義是「對聲聞而言，說現象如五蘊根本就不存在，會是不合理的破斥。」



識所稱無分別智究竟存在的概念，於中觀派，自我的本性是一切分別念特性⁴⁴徹底止息的狀態。

本尊行相包含了密咒的六個要素：空性、聲音等等，被稱為「六本尊」⁴⁵。自性行相像是一個黃金盤，鋪上了如其應有的本尊行相，就像是精細的水銀盤，在上面，此盤所盛載的，是吾人一再地禪修。

持誦行相有三真實、三大像、三禪定對境、四支。

三真實是智、名、色。了悟這些，在勝義層面，本尊的清淨自性與自身的不淨自性並非分開的兩者，吾人依此禪修，因而達到了知本尊智的清淨自明，與自身能知的不淨覺知，並非分開的兩者；同樣地，在看起來較為殊勝的本尊身與語，與看起來凡俗的吾人身與語之間，也無差別。在此基礎上，即便是在世俗層面上，吾人也能轉化與生起為本尊。藉由如此的修學，吾人成就本尊，也就是果的精髓、迷妄的淨化。此為事續之見。

三大像是：

- 身像，以此方式禪修、觀想本尊身之相好等
- 意像，禪修本尊心間象徵菩提心的月輪
- 語像，在意像上排列的咒語

44 換言之，自性行相指的是保任中觀的空性見。

45 六本尊是：空性本尊、文字本尊、聲音本尊、色本尊、手印本尊、相本尊。參見隆欽·耶謝·多傑《功德藏釋》第二冊，101 頁與 375 頁註 77。



三禪定對境指的是三像。在持誦的過程中，吾人必須專注在對生的智慧尊上，並禪定在這三像上——因此，就是三對境。

四支是四個持誦的分支：即禪定的三個對境與自身一起做為修誦的誓句尊⁴⁶。以上這些，也可濃縮為禪定的二個對境、三支等等⁴⁷。為此，雖然自己並非本尊，但吾人的心續被視為本尊，因為有朝一日會透過因、緣而轉化且顯現為本尊。

做為修行的增益，吾人選擇具有信心的三佛部⁴⁸任一本尊，以畫像或塑像做為身像的禪修；也禪修三佛部本尊的形像，或意的標誌，換言之，也就是三手印——持三昧耶印、禪定三昧耶印、禪修三昧耶印。在此的第一項指的是修行者所持的鈴、杵；第二是智慧尊意的標誌，如蓮花、金剛杵、寶劍等等；第三是誓句尊與智慧尊⁴⁹意的標誌。此外，還有語像，指的是持誦，在此有三相：確定、不間斷、完備。確定指的是所做的持誦，符合吾人所承諾的內容；不間斷指的是在持誦過程沒有過患（打哈欠、咳嗽、閒話等等）；完備指的是完成了要持誦的咒語數量。

46 藏文的 dam tshig sems dpa'，梵文的 samayasattva（譯注：另稱三昧耶尊）。

47 在其他典籍中會提到二禪定對境、三支等等，無論哪一種，上述都已含括在內。

48 譯注：事續的三佛部為佛部、蓮花部、金剛部。

49 藏文的 ye shes sem dpa'，梵文的 jñānasattva。



然後是外的必要資具，最重要的是，包括了吾人外的行為——在淨行範圍的潔淨（外與內的沐浴等等）、在特定時節所從事的修行、一週內的曆算吉祥日如週四、星宿吉日如鬼宿（Puṣyā）⁵⁰等。

事續認定結合了身像、意的標誌、咒語的持誦、外的必要資具等力量，伴隨著見（因）與外、內資具（緣），便會獲致成就。

在此，蓮花生大士分別指出，在勝義層面，萬法無生滅；在世俗層面，吾人禪修本尊。他並沒有提及世俗上的顯現境（fields of experience）⁵¹如何被視為清淨或不淨，也沒有提到事續不共的果。其原因是，既已說明在世俗諦吾人必須禪修萬法為本尊，就沒必要說：「在世俗諦，要視一切事物為本尊。」這與吾人在建立見後接著修學禪定一致，因為在見與修之間必須毫無相違：兼具知與「足」⁵²是必要的。另一個理由是密咒典籍具有對境是圓滿清淨的顯現境⁵³。

並沒有另外提及事續修行之果，因為雖然在共通事業與成就會有所不同，但殊勝成就是相同的——無上菩提果。

50 鬼宿是印度占星術中二十八星宿的第八個。

51 譯注：顯現境，藏文的 snang yul，指心識所感知到的顯相對境。

52 藏文為 rig pa dang rkang pa ldan pa，米滂仁波切在其《隨念三寶經》（*Sūtra of Mindfulness of the Three Jewels*）的釋論中，解說了「知、明」（knowledge）是「視野」（sight）的同義詞，且與正見相應，而「足」則與八正道的其他部分、正定相應。

53 換言之，淨觀是密續道上最重要的特質。



乙. 行續

行續乘信眾之見，於勝義諦無生滅；於世俗諦，依本尊之色身禪修，藉由修持具四行相之三摩地與必要資具等因緣，獲致成就。

行續乘信徒所持之見如下：在勝義層面，無生滅，以此為基礎，在世俗層面禪修本尊的色身。「具四行相之三摩地」的表述指的是自性行相、本尊行相、禪定行相（三摩地行相）、持誦行相。自性行相是觀想自身為誓句尊；本尊行相是迎請智慧尊，之後直接安住在吾人面前、眉間的高度；禪定行相是在觀想之對生本尊心間與自觀本尊心間安置月輪，同時有種子字被咒鬘環繞且發出咒音；持誦行相是遠離十種過失⁵⁴的持誦並結合吾人的呼吸。在呼氣時，專注於迎請本尊；當吸氣時，專注於賜予成就。

倚靠著內禪定與外必要資具、因緣聚合、無破犯的三昧耶等等，吾人將獲致共通成就與殊勝成就：四佛部的金剛持果位。

54 持誦咒語的十種過失，在《怖畏智雷霆輪》（*The Wheel of Fearful Wisdom Lightning*）密續中所列舉的，包括：持誦太大聲、太小聲、太快、太慢、太用力、太鬆弛、念錯咒音、分心散亂、被哈欠打斷之類、意念飛馳等。



丙. 瑜伽續

(甲) 略說

瑜伽續乘信眾之見可分為二：外瑜伽堪忍續乘、內瑜伽方便續乘。

瑜伽續乘信徒之見，是更接近於法性之義⁵⁵，有兩個面向。外瑜伽，在世俗層面，是那些不能見到自身與佛平等者與無法從事行持的勤息、見萬法平等者，所修學的堪忍密乘。被稱為堪忍乘是因為無法持守「無所持」三昧耶，其行者必須不離共通的誓戒⁵⁶，或因為禪修三門為三密，他們永遠不會被違緣⁵⁷所影響。相對的是內瑜伽，方便密乘以轉化一切而顯現為大樂。

55 藏文的 chos nyid kyi don la reg pa，字義是「觸及法性」。

56 能夠持守四種「無所持」三昧耶的人，是大圓滿的修行者，具有最高層級的了悟，能夠持續地安住在法性中。不具備這種根器的行者，須要嚴謹地持守共通的戒律與誓言。參見隆欽·耶謝·多傑《功德藏釋》第二冊，205-208 頁。

57 此處藏文 thub pa rgyud kyi theg pa（堪忍續乘）一詞，是從 thub pa 這個藏文字的不同意義來加以解釋，首先，指的是嚴格持戒的苦行（dka' thub）；其次，是指藉由禪修自身為本尊來面對違緣的能力（譯注：thub pa 的另一個意思是能力、堪能，故在此結合兩種意義而譯為堪忍）。



(乙) 廣解

A. 外瑜伽續

外瑜伽堪忍續乘信眾之見，不奉持外的必要資具，而禪修勝義無生滅之男、女本尊，主要修持與此見相等之清淨心續三摩地，禪修其殊勝本尊色身之四手印瑜伽，以此證得成就。

外瑜伽堪忍續乘信徒所持之見如下：與其如事續執取外必要資具為第一要務，他們強調的是內瑜伽，禪修男、女本尊，其自性，在勝義層面是超越生、滅的，由此生起顯分。透過與見相應的圓滿清淨心續禪定（三摩地、三昧），他們禪修「殊勝本尊色身」，這指的是由三昧耶持守者所觀想的本尊，禪修的是等流本尊⁵⁸，同時連結勝義本尊與特別作意本尊⁵⁹——也就是勝義本尊與世俗顯分本尊。當如此修學，禪定顯現的方式是藉由五覺因⁶⁰與四大神變⁶¹且結合下述的四手印，使二

58 藏文的 *rgyu mthun pa'i lha*，修行者所觀想的本尊並非真正本尊，而是近似於真正本尊以做為證得本尊之因。

59 藏文的 *sems pa'i bye brag gi lha*，依照修行者特別的意念傾向與感知，所選擇的特定本尊（譬如，三佛部的其中一尊佛）。

60 藏文的 *mgon par byang chub pa lnga*，五因是空性、月座、種子字、手幟、本尊身。

61 藏文的 *cho 'phrul chen po bzhi*，四大神變是禪定、加持、灌頂、供養。



諦生起為本尊自性。

身的大手印（māhamudrā）是真正的本尊身與因種子字、標誌等；語的法印（dharmamudrā）是舌，觀想為五鈷金剛杵等等；意的三昧耶印（samayamudrā）包含定與持，定指的是了悟五智的象徵（五鈷金剛杵等），持指的是杵與鈴；事業的業印（karmamudrā）指的是從心間月輪上的十字金剛杵放射光再收攝回去，迎請聖眾、利益眾生等等。以此四手印，行者精進地安住在不逸離諸佛身、語、意、事業的狀態中。另一種解釋是，行者將此四印封印於同一體性中。行者以此方式修學，著重於內瑜伽，獲致共通與殊勝的成就。

B. 內瑜伽續

（A）略說

內瑜伽方便續乘信眾之見分為三：生起法、圓滿法、大圓滿法。

內瑜伽方便續乘信徒之見有三面向：

- 瑪哈瑜伽（義譯大瑜伽），生起法，主要教導善巧方便、本尊的生起
- 阿努瑜伽（義譯無比瑜伽），圓滿法，主要教導智慧、圓滿次第
- 阿底瑜伽（義譯無上瑜伽），大圓滿法，主要教導方便與智慧



的無別雙運

(B) 廣解

廣解分為一、此三法門的共解說，與二、此三法門行持的不共解說。

a. 三法門之共解說

(a) 生起法

生起法，有三三摩地之次第生起與壇城之漸次生起，以此禪修獲致成就。

在三內密中，並不是生起本尊時見到本尊，而沒生起時就沒見到，因為這兩種情況是一樣的，即萬法被視為本尊任運之壇城——因與果無二無別。然而，事實上吾人藉由禪定來修學，暗示著過程是必須漸次修學的。為此，萬法在對生壇城中被視為證悟的狀態，具有三個面向：自然佛、證悟佛、成就佛。第一個指的是眾生，在此，又有生因佛、生依佛、生圓顯佛。在這當中，生因佛指的是產生肉身的三個因：精子、卵子、心；生依佛指的是父母親一切物質與心理的成分；生圓顯佛是吾人身體完全形成的階段。這三者一直是正等覺的自性。

第二個，證悟佛指的是住於持明果位的眾生。第三個，成就佛指



的是真正見到法性，這又可分為自然與情境。因此，雖然並沒有非正等覺的現象可見，但這點並沒有被了知，且得須了悟；吾人並不熟知這點，故必須加以嫻熟。為此緣故，要持守這點，吾人以三佛果位⁶²來訓練自心。為了訓練自心臻至普光地，吾人禪修無分別念的真如三摩地；為了訓練臻至具蓮地，吾人禪修遍照三摩地、悲智雙運；為了訓練臻至種字大集輪地，吾人禪修因三摩地、種子字。這三三摩地依序生起。當吾人熟悉三三摩地時，就可進展到建立能依與所依的壇城，按部就班，以這種方式禪修而獲致成就。

(b) 圓滿法

圓滿法，於勝義諦不離無生滅之男、女本尊，且不離法界之中道無念；於世俗諦清楚觀修殊勝本尊之色身，平等而不混雜，以此禪修獲致成就。

圓滿法、阿努瑜伽如下：所有必須禪修與修持的要點，如瑜伽續原典中所宣說的，從吾人能夠禪修萬法在覺知的同一剎那是清晰、俱全且其自性為菩提心的觀點來教導。這些被觀想為「不動於二」的一。這無別一體，就三方面而言，是各自且不混雜、如星辰倒映於海

62 這三種佛果位在〈進入壇城之四次第〉的章節裡會有進一步闡述。



中般顯現、像是具神變力的某人同時示現四威儀般⁶³。

在勝義層面，有所謂二不動。第一種是吾人於等正覺智不動，整個現象界的存在是壇城中男性與女性本尊的自性，是無生滅之任運自性的映現。第二種是吾人於法界、中道不動，其意為遠離各種概念的邊見。且於這些不動，在世俗層面，吾人以增益的禪定來禪修，觀想所有的蘊、大、界處是壇城殊勝本尊的色身，這就是我們所稱的「單尊觀想」。任何現起的事物、任何禪修的事物，一切都是平等的法性、菩提心、無生滅之界，因此被描述為「無別一體」。

至於禪修是各自且不混雜的三個方式：首先，禪修萬法為任運壇城，不與其他禪定混雜；第二，在壇城中增益禪定的顏色、標誌等等觀想，是不混雜與各自不同的；第三，壇城主尊的形象不能與其他本尊混淆。觀想這一切在覺知的同一剎那、其自性是菩提心。以此方式禪修，獲致成就。

倘若吾人能夠任運且毋須勤作地加以運用，且就方向與時間而言能夠平等地加以運用，就與大圓滿無異。但是，在此的修行是與勤作有關、覺知與方向有關、剎那與時間有關，在此意義上所有的要點都完備且自動運用。

在生起次第與圓滿次第的部分，除了修持此道的法門外，蓮花生

63 四威儀（藏文的 spyod lam bzhi）是行、住、坐、臥。



大士並沒有提及在共通之見與果上有何不同。原因是他已經解說過了。在勝義諦上，無生滅；在世俗諦上，萬法被視為如幻、本尊的圓滿清淨壇城。二諦無別，果是無上菩提，與整個大乘沒有差異。因此他認為毋須在此再特別強調。

(c) 大圓滿法

大圓滿包括義理⁶⁴（或見）與法門。兩者之中，義理是萬法顯現為菩提自性、自生智。法門是其運用的方法與途徑。下述是對這兩者的概要引導。

大圓滿法，世間與出世間之萬法無別，本初自性即證悟之身、語、意壇城，於此禪修。

所有的各種差別，如這個或那個、世間法與出世法、世俗與勝義、共通與特殊性相、白與黑等等，都是無二無別的——在證悟之身、語、意壇城的自性中是無二無別的。可用世間凡夫的人我性相，與外道邊見者的慣常現象性相來做譬喻，即這一切都含納在佛法中且被描述。這一切以何方式無別？這一切從本初以來其自性便無別。在了悟這點之後，接著修學此了知。

64 藏文的 don，義、義理。



在此概要引導後，是引自《秘密藏續》的相關解說，其中使用「金剛」一詞來指出證悟身、語、意之不壞本性：

如密續所云：

「金剛蘊之諸支分，
稱名圓滿五方佛，
所有諸多處與界，
乃為菩薩之壇城，
地佛眼、水瑪瑪姬，
火白衣、風聖度母，
空大法界自在母，
三界本初即清淨。」

此處義理，由阿闍梨⁶⁵ 詮解如下：

輪迴與涅槃之萬法本初無生，如幻顯現有為法，本初自性是男、女善逝十尊等。

65 在此阿闍梨指的是蓮花生大士。



輪迴與涅槃的萬法，是覺知的本性、菩提心，因此本初即是無生，但當住於廣大、無生的空性時，萬法顯現，此顯分無竭地現起。地大與其餘大種，是能行使各自作用的如幻現象，其本性是十尊男、女善逝，男、女菩薩等等。這並不是說五大等等是因為道而被造作或轉化，這表示其本初的自性即是如此。

故萬法之自性乃涅槃寂靜。五大之自性是五方佛母、五蘊是五方佛；四識之自性是四大菩薩，其四塵（四境）之自性是四位美妙天女；四根之自性是四大菩薩，四時是四位供養天女。

因此，萬法的自性是涅槃的狀態，五大的自性是五方佛母：地大是佛眼佛母（Buddha Locanā）、水大是瑪瑪姬母（Māmakī）、火大是白衣佛母（Pāṇḍarāvasinī）、風大是誓句度母（Samayatārā）、空大是法界自在母（Dhātviśvarī）；同樣地，五蘊是五方佛：識蘊是不動佛、受蘊是寶生佛、想蘊是阿彌陀佛、行蘊是不空成就佛、色蘊是毘盧遮那佛。四識的自性是四菩薩：眼識是地藏菩薩、耳識是金剛手菩薩⁶⁶、鼻識是虛空藏菩薩、舌識是觀世音菩薩；四塵的自性是在四識中生起欲樂的四位美妙天女：色是嬉女、聲是歌女、香是鬘女、味是舞女。

66 譯注：金剛手菩薩即是漢傳佛教中的大勢至菩薩。



四根的自性是四位菩薩：眼根是彌勒菩薩、耳根是除蓋障菩薩、鼻根是普賢菩薩、舌根是文殊菩薩；四時的自性是四位供養天女：過去是燃香女、現在是花女、未來是燈女、未定時是塗香女。

身根、身識、觸與相應所生之菩提心，其自性是四位男性忿怒尊，常、斷等四邊見之自性是四位女性忿怒尊；意識、金剛菩提心，其自性是普賢王如來。意識之對境、有為法與無為法，其自性是萬法之母、普賢王佛母。

以上所述其自性本初即是正等正覺佛，此非道上所修而成。

身根、身識、觸境、來自觸所生的觸受（即大樂菩提心），是四位男性忿怒尊，因為身根的秘密金剛，遇到其對境時，勝過與蠲除了其他根識，這四者被劃分為四位強大的忿怒尊：觸受是甘露漩明王（Amṛtakuṇḍalin）⁶⁷、受的身根是馬頭明王（Hayagrīva）、觸的對境是大力明王（Mahābala）、身識是大威德明王（Yamāntaka）。

四邊見如常見與斷見，其自性是四位女性忿怒尊：常見的清淨狀態是鉤母、斷見的清淨狀態是索母、薩迦耶見（我見）的清淨狀態是鍊母、標誌見的清淨狀態是鈴母。

67 譯注：唐代從音譯而譯為軍荼利明王，現今從義譯而譯為甘露漩。



意識⁶⁸、如金剛不壞之心，本性為菩提，其自性為普賢王如來，處在毫無任何現象被拒捨⁶⁹的狀態。意的對境、有所緣與無所緣的現象，其自性是普賢王佛母，萬法之母。

上述的一切，其自性從本初即是正等正覺的狀態，並非藉由道而新近成就的事物。

以此評述後，蓮花生大士從他自己密續的教傳傳承，引述了其他相合的經文，顯示即使事物以三座壇城顯現，其根本為菩提心、自生智、同一體性：

是故十方、三世、三界等，一切有為法與無為法皆不離於自心而存在，故云：

「自心各各尋思者，
諸佛菩薩乃即此，
世間三界乃即此，
諸大種者乃即此。」

68 譯注：此處的意識是第六識。

69 藏文的 thams cad du dor bya'i chos med pa (譯注：全然無一法可捨)，這解釋了普賢王如來的名號，「普賢」。倘若有任何事物是要排斥或捨棄的(即不好的事物)，此佛果的境界就不會是在各方面皆賢善。



因此，一切有所緣與無所緣的現象——十方、三世、三界等等——無非是自心而已，如《修證大王·降三世》中所述：「若吾人了悟，與無誤自心或心力相應之故，分別識乃諸佛之自性、菩提心等，吾人證悟矣。若吾人不知此點，萬法顯現為情器而成輪迴。三界唯此；五大唯此。」

又云：

「一切萬法住於心，
心則住於虛空中，
然虛空無所住矣。」

且：

「萬法之體性為空，
萬法本初即清淨，
萬法即遍照光明，
萬法之自性寂滅，
萬法正等正覺佛。」

此即大圓滿。

如《密集金剛續》(*Guhyasamāja-tantra*) 中所言：「一切萬法住於心。」一切現象之顯現，無非是自心的顯相。且「心則住於虛空中。」



心的自性是無生的，猶如虛空。「然虛空」離於一切性相，故「無所住矣。」

另一部佛經也是，我們讀到萬法離於實有與標誌——無法以這般用語「諸法皆空」來加以分類；萬法之體性為空。對萬法而言，煩惱的染污從無始以來就不曾存在，因此萬法本初即清淨。對萬法而言，蓋障的闇暗從無始以來就不曾存在，因此萬法即遍照光明。對萬法而言，從不曾有相對因素或對治，因此萬法之自性寂滅。萬法離於任何二障的消除與任何二資糧的積聚，因此萬法是正等正覺的狀態。這即是大圓滿之義理（見）。

大圓滿法（旁注：「圓滿」指福德與智慧之資糧圓滿，「大」指果之任運與入果之法）如下：

在此，在根本頌中有一個舊有的註解：「大圓滿法是『圓滿』的，因為福德資糧與智慧資糧圓滿俱足，而『大』是因為果的功德任運。」

b. 三法門行持之不共解說

這包含了四法門的解說：(a) 四種證悟、(b) 三相、(c) 四支、(d) 進入壇城之次第。

四種證悟是對境法門，以其對境之性相來界定；三相是方便法門，以其性相來界定；近成四支是果之法門，以臻至圓滿的口訣來界定；進入任運壇城之法門，以進入次第來界定。



在這些中，一因與種字法包含了對境法門、加持證悟是方便法門、現證是果之法門。相同的分類也可用於三相：知相是對境法門、行相是方便法門、果相是果之法門。再者，對近成四支而言，近是對境法門、親近與成包含了方便法門、大成是果之法門。同樣地，對進入壇城的三種次第而言，藉由聽聞而張開眼睛是對境法門、藉由熟稔而進入壇城是方便法門、藉由熟稔力了悟而獲得大成是果之法門。

既已釐清，接著我們就講解第一項。

(a) 四種證悟

以四種證悟之道得勝解。四種證悟為：一因證悟、種字法證悟、加持證悟、現證。

「圓滿」一詞雖用來指稱二資糧圓滿俱足的事實，但此圓滿並非依靠漸進與修學所致、如底下各法乘的情況。而是，證悟身、語、意從本初即任運如同果之功德般，這就是稱之為「大」的緣故。進入此境界之門與方法是「法門」，為此，透過四種證悟獲得勝解是必要的。在根本續第十一品中所描述的四種證悟如下⁷⁰：

70 《秘密藏續》第十一品第二偈頌。參見隆欽·耶謝·多傑《功德藏釋》第二冊，附錄三，347頁。與蔣貢·康楚《知識寶藏論第六冊〈第四部份：佛教密續體系〉》，艾利歐·瓜瑞斯柯（Elio Guarisco）與英格麗·麥克里歐（Ingrid McLeod）英譯（紐約州伊薩卡：雪獅出版社，2005年），317頁。



「一因、種字法、
 加持、現證，
 以此四種殊勝證悟，
 萬法即大王、正等正覺。」

如上述，這些是一因證悟、種字法證悟、加持證悟、現證。這四種證悟可用漸悟與頓悟的方式來加以解說。但是，在此，是依照決定同一體性、自生智而頓悟大圓滿者的方式來解說。

一因證悟：於勝義諦，萬法無生亦無各各分別；於世俗諦，皆如幻之法相，亦無各自分別，無生而顯現諸幻相、猶如水月般，有所作用，幻相無自性、無生，故世俗諦與勝義諦無二，此乃一因證悟。

首先，一因（即同一本性或基）證悟是「於勝義諦，萬法無生」，因此從無生自性的角度看來，萬法是沒有不同的。在世俗層面，顯相彼此也無差異，因為具有如幻的特性，是無實有的。這是整個大乘共許的見解。除了無生的事實之外，無生而顯現——如水中月——成為各種清淨與不淨之因，因而能夠行使其各自的作用。如幻顯相，即使顯現卻缺乏實質——無生。因此，世俗與勝義之間無別，二諦是雙運的。證悟此一因、自生智，即是最甚深佛經所宣說的不共



要點。總之，菩提心的體性、自生智，是顯空不二的自性，整個輪迴與涅槃沒有任何事物落於此同一存有、一因之外。

種字法證悟：萬法無生，以阿字象徵語之自性；無生如幻顯現、有所作用，以哦字象徵身之自性；證此之覺性、如幻本智，離於中、邊，以喻字象徵意之自性，為種字法證悟。

種字法證悟如下：顯空不二之自性，從無始以來，也顯示為證悟的狀態，即證悟身、語、意之果功德。萬法的無生自性，被了悟為證悟語的自性，以種子字阿來象徵；無生自性，以如幻的方式顯現，能夠行使作用，被了悟為證悟身之自性，以種子字哦⁷¹來象徵；了悟這點的覺知、如幻智，沒有中間或周邊之別，被了悟為證悟意之自性，以種子字喻來象徵。此外，顯空雙運之本初智，從末有任何事物增、刪的痕跡；因為其自性是圓滿清淨的，輪迴是本初廣大證悟的狀態，其幻化從本初即住於三座壇城。這即是種字法證悟。

加持證悟：其譬喻猶如茜草將白布染成紅色的加持力，加持萬法

71 雖然發音為「哦」(“o”)，這個字在梵文與藏文裡是個複合字，在母音 o 加上基本字母 a 而形成。之後加上了 m，就造出了複合字 om (喻)。這三個字都共同擁有基本字母 a。



為正等覺之力，在於一因證悟、種字法證悟的加持之力，是為加持證悟。

加持證悟是明力與前兩種證悟的加持。是明與證悟，有如同印度茜草⁷²的力量來「加持」白棉布讓其呈現紅色，故能加持萬法成為本初正等覺的力量，來自於一因證悟與種字法證悟的加持力。當然，萬法是本初證悟的，但事實如此，對於那些沒有獲得兩種證悟的人並沒有太大幫助。另一方面，那些獲得兩種證悟的人，顯然是受益的。因此，正因為這兩種證悟之力，所以萬法顯現為受加持為本初證悟的狀態，這就是我們所說的加持證悟。

現證：萬法乃本初正等覺，與教傳或口訣傳承不相違，但不僅是依靠佛經或口訣之字句，而依靠自心深處明覺之勝解而得現證。

現證如下：雖然一般來說我們經由五根而有直接感知等等，但在此的情況是經由慧力的直觀，應了解這指的是妙觀察智。萬法本初即住於正等覺，與吾人具信的佛經或傳承上師的口訣無任何相違。如同吾人知道從鍛燒、切割、打磨就可以知道何者為金、何者不是，知道

⁷² 藏文的 *btsod*，茜草學名 *Rubia cordifolia* 是一種植物，其根部含有紅色色素，在古代便做為布料染色之用。



這塊金子是上好、無雜質或是品質低劣的雜金；這個對佛經的檢視譬喻顯示，在整體上，佛經不會引致迷惑；而關於各類佛經（了義、不了義、意趣、秘密），透過口訣消弭任何瑕疵能得到信心。即使吾人有了佛經與口訣，但僅是憑藉文字的聲音，吾人無法發自內心地付諸實修。因此不是單憑佛經的文字與口訣而已，而是應透過自明覺知或妙觀察智，在內心深處獲得勝解，以此達到現證。蓮花生大士所要說的，是佛經給予吾人共通要點的無誤理解，口訣則避免吾人任意詮釋佛經所要傳達的義理，而現證的獲得是透過智慧讓吾人遣除或解決僅是聞法之類的弱點。

以道所得勝解乃瑜伽道：了知四種證悟之義，不依從因產生果的時間之見，而依以自心現證的勝解。

以這種方式經由道所獲得的勝解，是四種證悟義理的知與覺，即是瑜伽道。這不是有關佛果是由先前之因所產生的果報，取決於時間、會在未來某個時刻出現的問題，如在性相乘中的狀況。而是，就在此刻，吾人經由慧力獲得現證與勝解。

(b) 三相

故以三相之義達至究竟，了知四種證悟法是知相、一再嫻熟是行



相、以此嫻熟力實證是果相。三相宣說了相屬、必要、究竟目的。

其次，透過三相——亦即，知、行、證——對大圓滿義理的了悟臻至究竟。要瞭解四種證悟法門，必須得確定的，就是知相，這是因；讓自己持續嫻熟這點，就是行相，這是緣；藉由這般串習之力實證真如之義，就是果相，這是究竟。在此，因的知相指的是見；緣的行相指的是修；實證之相指的是果。這三法門讓吾人圓滿義理，為此緣故，這三者全都不可或缺。接著，三相指出了相屬、必要、究竟目的。

相屬指因的知相：由念所識之雜染與清淨現象，本初即是清淨之身、語、意；是正等覺法界之自性，此即加持之義；是成就無上佛果之因，此即相屬之義。

「相屬」指的是因的知相，這是加持之義的現證。一方面，相屬也透過種字法證悟而來：了知從無始以來，萬法被概念化為雜染或清淨的現象，具有證悟身、語、意之自性。相屬也從一因證悟而來——即萬法自性是正等覺法界，這是加持證悟之義與現證。此相的相屬為何？是成就無上佛果之因，因此與果相屬。

必要指行相：由念所識之雜染與清淨現象、五藥、五甘露等，本



初即是正等覺之大平等、離於取捨；是成就無上佛果之因，故為必要。

「必要」指的是行相——即受用萬法的大平等，沒有取或捨、潔淨或髒汙、清淨或不淨、被概念化為雜染或清淨的現象、五藥、五對治、五毒等等。因為這些本初即是正等覺的自性。為何這般行是為必要？因為它是成就無上佛果獨有之因，沒有了悟取、捨平等，是無法證得佛果的。

究竟目的指果相：由念所識之雜染與清淨現象，尤其是五藥、五甘露等，本初即是正等覺，於大平等性中任運成就，離於取捨。輪迴存有於本初即任運成就涅槃之相、無上佛果之自性，此現證身、語、意之無盡莊嚴輪，為究竟目的。

「究竟目的」指的是果相。一切事物被標誌為雜染或清淨之共的現象，或不共的五藥、五甘露等等，都是本初正等覺，在大平等的狀態中任運，超越取捨。為此緣故，輪迴存有從無始以來也是任運、顯現，如同涅槃之相、無上佛果之自性。因此，指的是滲透那些需要修學之人的內心並剷除一切蓋障，果相就是實證無竭莊嚴輪。這是證悟之身、語、意，恆久遍布——充滿法界之智的無礙化現，就像黃金上鑲嵌的綠松石般莊嚴。因此，這就是究竟目的之實證。



現在吾人可能會質疑，在大圓滿本初佛果與從因、緣、果安立之間，是否有所相違。下層法乘的教典——如瑪哈瑜伽等——持藉由近成四支通往成就佛果之道。但是，在此脈絡下，沒有這個必要，近成四相全都在無勤任運瑜伽中完備了，所以我們應用口訣——決定在實相上無實質的因、緣、果。因此，在法性中、菩提心的自性中，知的對境、行持、實證是毫無分別的：基果無別，其自性為大任運。

(c) 四支

是故精進於瑜伽：近、親近、成、大成，而為任運成就。

第三，跟上述有關，吾人必須精進於近成四支——即近、親近、成、大成——瑜伽，此為無勤任運成就。這是共的解說。在大圓滿中，吾人必須以超越瑪哈瑜伽近成四次第的方式——一切事物包含了因與果的方式（五大與五蘊、三解脫、悲智雙運、顯空無別等等）來運用近成四支，而顯現為男、女本尊，其自性是無勤與任運成就的。

近：了知菩提心，即了悟萬法本初正等覺之自性，非由道所修成或以對治法造作而成。

在此，近指的是了知菩提心、基，是本淨與任運雙運的。這是了



知雜染與清淨等萬法是本初自性為正等覺，並非新近由道所致或由對治法所造作而成。

親近：了知自身為本尊，即了悟萬法本初正等覺之自性，故自身本初即本尊之自性，非是現在所成。

「親近」指的是知，在見的基礎上所致，此見是具有五蘊的自性，故自身是本尊。這是了知萬法本初自性為正等覺，所以我們也是本初為本尊的自性。這並非如瑪哈瑜伽和其他法乘之見的狀態、觀想自身生起為本尊的方式而於現在造出的本尊。

成：生起佛母，即了悟從虛空界、大佛母，虛空顯現四大佛母地、水、火、風，本初能作諸事之母。

「成」指的是生起女性本尊⁷³，在此再次地，不是像瑪哈瑜伽和其他法乘生起女性本尊的方式，而是從法界、大佛母，虛空本身生起四大佛母：地、水、火、風。所以，這是了知這些是本初即能行使創造空

73 譯注：在此段中，英譯本分別使用了女性本尊（female deity）與佛母（mothers）的不同名相，在藏文根本頌中使用的是大佛母（yum chen mo）或佛母（yum）等詞。



間、支撐、聚合、成熟、移動等事業的佛母。

大成：方便與智慧之相屬，故從五大佛母之智慧和虛空空性，與五蘊、一切諸佛之佛父的無願本初雙運相屬中，菩提心化現為男、女菩薩。

「大成」指的是方便與智慧的相屬。兩者以何方式相屬？從佛母（智慧、五大之非實有）與虛空之母（空性、圓滿解脫），男性本尊（方便）、五蘊之五方佛無礙地顯現，且無願⁷⁴。這並非是兩者藉由道而在此時雙運——兩者於本初即雙運。從其雙運、無別自性的菩提心，所有界處現起為男、女菩薩的化現⁷⁵。這並不是像在瑪哈瑜伽和其他法乘中，從男、女本尊雙運的菩提心化現出兒子或女兒，而是其自性乃本初正等覺。

在本初正等覺中，幻相顯化幻相，於勝樂之如幻相續的大樂時刻，證得無相與無所緣虛空界平等，即是任運成就，調伏四魔、證得究竟之果。

74 譯注：無願指無所求、無希冀。

75 榮宗班智達（Rongzom Paṇḍita）解釋這言簡意賅的段落，指出這三組中每一組三要素之間的關聯：一、方便、智慧、菩提心；二、父、母、兒女；三、三解脫門：空性、無相（在下一段中解說）、無願。



在此狀態中，如幻的男性本尊、覺知之智，樂於其根境、如幻的女性本尊、法界。於此際大樂的智慧——無礙、無分別念、無二、無偏私——以各種方式顯現，證悟的覺受猶如音樂的彈奏般。無絲毫的二執。因此，悅樂之智是勝樂，由於吾人處在如幻相續的此樂與覺受之中。此自性的恆時相續如同虛空般。在此大樂的時刻，唯一的自生智、現象的法性——無相、離一切戲論、無所緣、等同虛空的圓滿解脫門之義，並不出大平等之籬界——已完全被了悟且無勤地任運著。二執、垢染現象之因，已被淨化為自生智，無竭之自性相續顯現，積聚了福德；對戲論與標誌毫無絲毫的執取，積聚了智慧。此二資糧的任運、此廣大自生智，調伏了四魔並證得了究竟之果。

四魔被調伏的情況如下：藉由近支，以菩提心之明為特性的無生三摩地，制伏了死魔；藉由親近支，以自身為本尊之明為特性的如幻三摩地，制伏了蘊魔；藉由成支，以生起女性本尊為特性的無垢三摩地，制伏了煩惱魔；藉由大成支，以方便、智慧雙運為特性的等同虛空無所緣三摩地，制伏了天子魔、散亂而中斷之魔。為此，讓吾人具有制伏四魔力量之道，是圓滿清淨之道——即無勤任運的妙道。

(d) 進入壇城之四次第

萬法自始本淨，超乎一切邊際之輪、如意之越量宮，為進入此本初、無上之壇城，眼須睜大，當聽聞方便道之典籍；了知其義，即見



壇城；證得修，即進入壇城；進入且壇城現前，即是證得大成。

進入大圓滿壇城的步驟，並不倚靠勤作地建立或設置壇城，如下層法乘的做法。而是本初圓滿清淨、萬法的神變構成了越量宮的壇城，不受限於時間與空間的劃分且能滿足任何可能之願。進入此本初、無上的壇城，完全超越了顏色粉末與圖像這類事物的範疇，最初，是由聞法所生的智慧，透過聽聞上師講解大圓滿與其他方便乘⁷⁶的典籍。這些典籍，如《秘密藏續》第十三品，以及口訣等，能產生對本初佛果之意義的了解。以此方式聞法，讓吾人的眼睛打開；為了瞭解這些典籍之意義，運用思惟所生的智慧，便是見到了壇城；以自身的了解為基礎而達到嫻熟，即運用禪修所生的智慧，便是進入了壇城——亦即，領受了灌頂；一旦進入了壇城，當壇城俱顯，即是達到了大成。

故此法是究竟、大圓滿。任運臻至種字大集輪地，最上根器之士夫，了悟本初正等覺之義，本初即是佛，於道上迅猛進展，非凡夫之行。

76 方便乘是瑪哈瑜伽、阿努瑜伽、阿底瑜伽。



蓮花生大士原論此段所教導的，是為了表示大圓滿法是最獨一無二的。大圓滿法是一切因乘與果乘的頂峰。這是大圓滿、圓滿平等的境界。再也沒有比這更高的了。此道之果是無勤任運地進入了種字大集輪地。

一般來說，在性相乘中，成佛果位通常被稱為「普光」，因為透過無數光的放射，轉化需要修學的眾生成為適當的法器。在金剛乘中，通常說有三種佛果位。普光地是法身，無相，以明光自然地遍佈一切。具蓮地是無緣大悲之基，在此境界無分別智見到了法身之義，即使無依物可見。至於種字大集輪地，在那一剎那，智慧與標誌壇城的自性無勤任運地成就。「種字」在此脈絡指出了兩件事：智慧與標誌。而標誌又可分為二種：名與色。色也有兩種：完全顯現與部分顯現。果功德的任運大集輪壇城，同時指的是種字大集輪地與十三地佛果地。

關於這點，最上根器的眾生能了知本初正等覺意味著從本初即是證悟的狀態，在一剎那之間，毋須倚賴道上的勤勞作為，對此的嫻熟賦予了力量：這些眾生的進展是立即的，無涉凡夫所做的思惟與嫻熟等動作。

凡夫聽聞或思惟此法，於真義與甚深無法得勝解，凡俗之心難入，也難以了知此法之甚深與真義，便以其經驗等閒視之，以為人人皆然，說道：「全是假話！」而謗損上根士夫，生出輕詆之心。故此法



極為秘密，且被稱為密乘之故。

無論凡夫聽聞得多麼多且認真地思惟這般要點，但他們不會對實相與此法教的極甚深產生信心。因為對他們來說，要產生信心與用俗心來了知是很困難的，他們無法了認出此法的真實與甚深，他們僅以自身經驗來評斷，猜想其他人的經驗也是如出一轍。他們認為——那些已了悟大圓滿與萬法之人——說一切乃本初正等覺是大錯特錯，為此輕視上等根器士夫，生起對大圓滿的否認心態。為此緣故，此法教需要極端保密，這也是為何導師⁷⁷稱之為「密乘」的原因。

因此，在弟子了悟萬法本初正等覺之前，上師須以下士夫之乘調化之，為不虛耗其根器，上師精熟地教以輪迴過患、涅槃功德、所有乘等。對某些方面不知曉的上師是不宜追隨的。這一切已廣泛教導了。

所以直到弟子已開展出完全了知萬法乃本初正等覺的根器之前，上師都會使用下層法乘、透過人天乘、聲聞、緣覺等道來利生，才不會虛耗弟子的精神潛能。為此緣故，在佛經與密續中有許多內容提到對於下劣根器的弟子，上師應善於講說輪迴過患、讚美涅槃功德，與

⁷⁷ 藏文的 ston pa，指的是釋迦牟尼佛。



不同法乘的所有次第，並應漸次教導弟子們這些要點以配合弟子的實修經驗。而在弟子這一方，不應該接受對不同法乘某些面向一無所知之上師的引導。

貳、各類勤息之解說

一、略說

伴隨見，有各類不共的苦行與勤息⁷⁸。無苦行的，是不思者與斷見者；有苦行的，又分為四種：唯物者與常見者的世間苦行、聲聞的苦行、菩薩的苦行、無上的苦行。

由於上述各見之間的差異，所求不同的果功德，因此也有不同的不共苦行⁷⁹與勤息，或轉化行者狀態有別於先前情況的各種修持。任何見所決定的（如眼），苦行與勤息就隨之而去（如足）。

78 譯注：苦行，勤勞地行持；勤息，又稱禁戒、禁行，指戒禁與採行特別的清淨律儀，參見《藏漢大辭典》相關條目。英譯將苦行翻譯為修學，勤息則譯為瑜伽行。其他漢譯版本也有將勤息譯成禁戒行，因為勤息包含了禁止與採取兩面向的律儀，故在此譯為勤息，指動作與止息。

79 藏文的 dka' thub，有不同的譯法，如「苦行」(ascetic practice)、「禁慾苦行」(austerities) 等，在此脈絡所指的不僅是各種自苦禁欲，也包含一定程度自律與勤作的所有修行範疇。



基於各見之間的差異，可能有、也可能沒有苦行。有兩種見與苦行無關：世間不思者與外道邊見者，原因是他們的見並沒有指出任何需要成就的事物。

與苦行相關的見，由於其見指出了要成就的事物，有四種：第一種是世間唯物者與外道邊見者的苦行，他們從事世俗修行，跟解脫道毫無關聯；然後，有聲聞者與菩薩的苦行，這兩者都有出世之道；最後，有無上的苦行。

二、廣解

不思者對因果愚昧，故無苦行；斷見者持斷見，亦無苦行。唯物者專務此生，故具潔淨等之苦行。常見者為了淨化其存有的我，採邪妄的辱身、五火磨煉等苦行，以及邪妄的勤息等。

如上述見的脈絡中所述，世間不思者昧於因果，因此他們對於何者當取與當捨毫無所悉，所以沒有奉持任何苦行。外道邊見者持否定因果的見，因此他們對於有益於來世之事毫無興趣，於是，他們也一樣沒有從事任何苦行。這兩類人是欠缺任何苦行的。

至於奉行苦行的人，世俗唯物者有類似潔淨儀式的修行，以便獲得權力、牲畜和其他方法，讓他們在這一生比他人優越。外道常見者，為了淨化他們信以為有的常我，錯誤地沉溺在毫無意義的艱辛



上——如忍受五火折磨的禁慾苦行（四方位的四火與上方的太陽）、暴露在炙熱與寒冷中來損耗身體與其他這類的嚴峻考驗——也有基本的勤息，如類似狗或豬般行止。

聲聞的苦行，如律藏所述：

「諸惡莫作，
眾善奉行，
自淨其意，
是諸佛教。」

聲聞之見認為善與不善諸法在世俗諦與勝義諦皆存在，故修習行善、捨惡的苦行與勤息。

關於聲聞的苦行，在律藏中有如下三種學處的總攝。

諸惡莫作。

這指的是戒律的學處，這與十不善業之道相違，不共惡業如四重禁⁸⁰，被視為是嚴重過犯：殺生、不與取（偷盜）、邪淫、誑語。

80 譯注：另譯四波羅夷，指別解脫戒中最为嚴重的四種破犯。



眾善奉行。

這與智慧的學處有關——要追隨的殊勝道與要達到的果功德，這一切都含納在智慧中，是四聖諦之義的無誤證悟。

自淨其意。

這指的是心的學處⁸¹——即遠離外在的散亂並修學一境等持的禪定。

是諸佛教。

最後這句確認了此偈頌的可信度。不像自在主（Īśvara，音譯伊濕伐羅）等外道典籍，這是真實語與人人可信的，因為是佛陀所教導下來的，是聖法、善妙語的律藏。

與此相應，聲聞認為一切善與惡的現象在世俗諦與勝義諦皆存在，意思是任何在世俗意識顯現的現象，也同樣顯現在究竟意識，因

81 藏文的 *sems kyi bslab pa*，也被稱為禪定學處（藏文的 *ting nge 'dzin gyi bslab pa*）。



此現象在兩種層面皆存在著。所以，以其身與語，聲聞奉持行善捨惡⁸²的苦行與勤息。

前面見的章節裡，緣覺另行講述，在此並沒有提及其苦行，因為與聲聞的苦行相同。

菩薩的苦行，如《菩薩律儀》所述：

「不稱緣降伏，
不現通怖攝。
具哀愍慈愛，
及善心無犯。」⁸³

若受持大悲心，無論所行善或不善，皆不違犯菩薩的律儀。因為菩薩律儀，總攝為持大悲心而行。

82 因為聲聞對佛法的了解是視事物為實有，他們相信善業與惡業的實有，故依此修行。

83 如下所述，為了防止他人造作大惡，菩薩可能會訴諸嚴峻手段與神通力。倘若不行，必要時他們會造作（行菩提心律儀）四十六種輕犯的最後兩項。

此偈頌的末兩句可以兩種方式來解讀：一方面，在必要時菩薩若無法調伏眾生，是無過失的；另一方面，當菩薩使用嚴峻手段調伏眾生時，是無過失的，因位他們是出自慈悲心而行使這般看起來是惡業的行為，他們的發心完全是善的。



菩薩的苦行接著描述。為了從輪迴苦海中解脫一切眾生，菩薩生起要證得遍知智的發心，這是其誓戒的主體。直到他們證得遍知智之前，是無法利益眾生的，因此為了證得此智，三件事是不可或缺的：因，菩提心；根，悲心；完備，善巧方便。與這些相違的因素，對菩薩來說本質上是羞恥行為⁸⁴，是菩薩的四重禁——即棄捨菩提心（這是與持守菩提心相違）、出於慳吝而不保護眾生、惡意傷害眾生（後面這兩項與悲心不相容）、捨棄正法，這與善巧方便相違。若遠離這四因素且充滿了悲心，菩薩也需要在身和語方面調伏眾生。如《菩薩律儀二十頌》（*Twenty Verses on the Vows of A Bodhisattva*）裡所說的，不能行使調伏事業來為眾生謀福祉，而這些是教化眾生的適切方法時，會造成菩薩的誓戒衰損。不能以似乎是可恥地使用神變來耍詐、濫用、或威嚇等等以調柔眾生，也會導致誓戒的衰損。為何會這樣？由於其慈悲心，菩薩的發心是良善的，即使他們雷厲風行，也是沒有過失的⁸⁵。只要他們充滿了大悲的發心，無論做什麼，不管善或貌似惡，

84 羞恥行為（字義是「難以啟齒」或「不容讚美」）涵蓋了各種惡作，有兩類——一類是性罪（藏文的 rang bzhin gyi kha na ma tho ba）如十惡業；另一類是遮罪（藏文的 bcas pa'i kha na ma tho ba）、涉及了犯戒。跟別解脫戒的四重禁（藏文的 pham pa bzhi）、涉及了出家戒的破犯不同，菩薩的四重禁在此處被認為是性罪，因為與菩提心的自性悖離。但是，被稱為「重禁」是因為其摧毀了菩薩戒的根基。

85 參見註 83。



他們的任何行事都不會損害菩薩戒。總而言之，菩薩戒就是以大悲心為基礎的舉止。

無上的苦行，如《大三昧耶經》所述：

「佛乘深具勝解信，
縱涉煩惱五欲熾，
猶如蓮花出汙泥，
於諸戒律圓滿俱。」

無上秘密的苦行如《大三昧耶經》(*Sūtra of the Great Samaya*)中所述。在那些對佛乘——方便與智慧無上大平等——具有最全然確信與確認之心的人來說，即使沉溺在五毒與五欲之中，也毫無沾染。他們就像蓮花出淤泥般。對這般殊勝士夫而言，全部的聲聞乘律儀與菩薩戒都是圓滿具足的。

萬法本初平等性故，悲心非依持、瞋心非棄捨。故對不能了知者而言，悲心並非不能生起。

由於萬法本初平等狀態的緣故，我們從無始以來即具有悲心；無法跟悲心分開，並非被培養出來的事物。既然瞋心缺乏不共的性相，



就不是要被棄捨的事物。這段用意是因為萬法是本初平等的狀態，倘若吾人能充滿對此平等性的了知，那麼就永遠不會有任何違犯。

總之，關於行持，聲聞戒涉及避免傷害眾生的行為；除此，菩薩戒涉及了履行利益眾生的行為；密咒乘的誓言，和前兩者一樣，還牽涉到佛行事業的修持。此外，關於心念與實際行為之間的關係，在聲聞戒的情況，最為重要的是歸諸於行為本身；在菩薩戒的情況，悲心是最主要的考量；在密咒乘的情況，智慧至上。還有，聲聞追隨往昔阿羅漢聖眾的典範，菩薩追隨住於登地以上菩薩聖眾的典範，修行密咒乘的人追隨如來的典範。

現象的平等可被證悟，但這並不表示悲心在那些未曾證悟者、或那些只修行八乘而部分了悟的人心中不會生起，無分別念的悲心，以其自性，已然自動生起了。

如此了悟本初圓滿清淨之見者，其苦行與勤息亦圓滿清淨。

簡言之，關於密咒乘的大平等三昧耶，在整個修行中絕對沒有任何事物是不清淨的。在某種程度上吾人了悟事物本初圓滿清淨，吾人的苦行與勤息也會以此方式修持而圓滿清淨。這寫下的最後一句是進一步總攝了密咒乘的大平等三昧耶，表示與下層法乘的苦行與勤息截然不同。



第三部分、結語

壹、此教言所欲傳授之徒

於此秘密見之鬘，
如天生盲瞬得視，
智慧方便力持者，
上根士夫願得遇！

題名為《見鬘》（如題是因為此論以接續的順序安排，猶如花鬘般，不同的高低之見，並總攝其要旨）的秘密法教言簡意賅地把一切乘的義理放在一起，以口訣的形式讓人容易憶持。在寥寥數語中，讓我們能了解許多重要的要點，就此而言，此論就像一盞明燈。但它卻是應該要秘密隱藏的事物，如同珍寶般；或者換另一種說法，它應該以大悲心的善巧方便被秘密保存著，因為大圓滿之見最是獨一無二的。

猶如天生眼盲的人無法視物，但拜其福德之賜，有一天突然遇到寶物或自然恢復視力般；同樣地，眾生從無始以來便因無明而盲目，從未目睹實相，由於先前的福德，值遇了上師，透過上師而獲得了三慧之眼，發現或能夠擁有慧力與善巧方便，因此成為自性大圓滿法教的法器。這是給予這些殊勝士夫的法教，因此蓮花生大士做了祈願，



願他們能值遇這個甚深法教，其義理已涵攝在此珍貴口訣中。

貳、完結之跋

名為《見鬘》之口訣到此圓滿。

到此圓滿了題名為《見鬘》的口訣，此論由偉大上師蓮花生所撰寫，在他即將離開西藏之際，他在札瑪的孔雀湖（Peacock Lake of Trakmar）邊草原上，寫下了此論給赤松德贊王與其他弟子，當他們獻上離別的禮敬後，他唱了三首道歌之後寫下⁸⁶。

以此造論之福德，
願我此生與來生，
得入蓮花文殊金剛心，
了知圓滿見之諸深要，
願我為眾照亮佛妙道，
我米滂於一座內撰此。瑪嘎朗（Mangalam）⁸⁷。

86 在蓮師離開西藏之際，他給予其弟子許多不同的法教、祈願文等等。

87 梵文 Mangalam 的意思：願吉祥。



這些蔣貢·瑪威·興給·米滂·沃瑟·多傑 (Jamgön Mawai Senge Miphan Ösel Dorje) 的原始註解，增飾了從秘密主羅卓·泰耶 (Lodrö Thaye) 釋論而來的科判，在「滿願」年、第十五甲子的陰地羊年 (西元 1919 年) 在雪謙寺的山上閉關時謄錄完成。這是由偉大的持三藏 (pitakas) 者堪欽喇嘛昆桑·拔登 (Kunzang Pelden) 校正完稿。

勝者持明傳承精萃之口訣，
存於蓮花生大士意之大海，
獻予具緣大臣眷眾為教訣，
珍寶給予持有佛陀法教者。

縱有時未此願力之濕色暈，
生於殊勝怙主心中無破毀，
於斯既有此近傳承加持士，
怎能不具福運受用此甘露？

為了他們，我謙遜地謄錄了蔣貢喇嘛的註解，
我想，並沒有以我個人的想法而使之汙損，
因我智力不足所致的任何錯誤，



具法眼者！懇祈寬宥之。

此由蔣揚·羅卓·嘉措（Jamyang Lodrö Gyamtso）⁸⁸ 所撰。願善增
上！

88 蔣揚·羅卓·嘉措是雪謙·嘉察·貝瑪·久美·南嘉（Shechen Gyaltsap Pema Gyurme Namgyal, 1871-1926）的名字之一。



參考書目

縮寫：

- T 日本東北大學《甘珠爾》與《丹珠爾》大藏經目錄 (Tōhoku catalog of the Kangyur and Tangyur)。
- Ng 《寧瑪十萬續》收藏於西藏與喜馬拉雅圖書館 (Tibetan and Himalayan Library) 〈古密續合集上師部目錄〉“Catalog of the Master Edition of the Collected Tantras of the Ancients”。
- 網址：www.thlib.org/encyclopedias/literary/canons/ngb/catalog.php#cat=ng

內文引用書目：

- 《修證大王·降三世》 *Great Sovereign of Practices, the Victory over the Three Worlds* (*'Jig rten gsum las rnam par rgyal ba rtog pa'i rgyal po chen po, Trailokyavijaya-mahākālpārājā*) .T482。
- 《秘密藏續》 *Guhyagarbha-tantra* (*gSang ba'i snying po, Tantra of the Secret Essence*) . T832, Ng 524 et seq. 《密集金剛續》 *Guhyasamāja-tantra* (*gSang ba 'dus pa, Union of Secrets Tantra*) . T442。
- 《迦葉佛品》 *Kāśyapa Chapter* (*'Od srung gis zhus pa'i mdo [sic, probably 'Od srung gi le'u], Kāśyapaparivarta-sūtra*) 見《寶積經》 *Ratnakūṭa*. T87。
- 《涅槃經》 *Parinirvāṇa Sūtra* (*Myang 'das [Yongs su mya ngan las 'das pa chen po'i mdo]*)，亦稱《大涅槃經》 (*Mahāparinirvāṇa-sūtra*) . T119。
- 《大三昧耶經》 *Sūtra of the Great Samaya* (*Dam tshig chen po'i mdo*)，密續之一。



無法找到書中引文的確切出處，很可能是出自《秘密藏續》。

《菩薩律儀二十頌》(*Byang chub sems dpa'i sdom pa nyi shu pa, Bodhisattva-samvara-vimśaka*)，月官所造之論，T4081。

《見鬘》的藏文釋論：

蔣貢·康處·羅卓·泰耶 ('Jam mgon kong sprul blo gros mtha' yas)，《口訣見鬘釋論總攝深義·名為開啟蓮池日光》(*Man ngag lta ba'i phreng ba'i tshig don gyi 'grel zin mdor bsdus pa zab don pad tshal 'byed pa'i nyi 'od ces bya ba*)。

榮宗班智達 (Rong zom pa chos kyi bzang po)，《榮宗大班智達確吉·桑波所造口訣見鬘釋論》(*Man ngag lta phreng gi 'grel pa rong zom pañdita chen po chos kyi bzang pos mdzad pa*)。

楚欽·桑波 (Tshul khirms bzang po)，《口訣見鬘要旨易悟攝論·名為開啟千瓣蓮慧日現》(*Man ngag lta ba'i phreng ba'i dgongs don rtogs sla'i bsdus 'grel blo gros 'dab stong 'byed pa'i nyi snang zhes bya ba*)。

英文相關書目：

Dalton, Jacob，〈古籍殘篇的危機：西元八世紀至十二世紀間西藏人如何整編密續〉
“A Crisis of Doxography: How Tibetans Organized Tantra during the 8th–12th Centuries.” 收錄於《國際佛教研究學會期刊》(*Journal of the International Association of Buddhist Studies*) 第 28 卷第一期 (2005)，頁 115-81。

敦珠法王，《藏傳佛教寧瑪派》(*The Nyingma School of Tibetan Buddhism*)，Gyurme Dorje and Matthew Kapstein 英譯，Boston: Wisdom Publications，1991。

蔣貢·康楚，《知識寶藏論第六冊〈第四部份：佛教密續體系〉》(*The Treasury of Knowledge: Book Six, Part Four: Systems of Buddhist Tantra*)，Elio Guarisco and Ingrid McLeod 英譯，Ithaca, N.Y.: Snow Lion Publications，2005。



- . 《知識寶藏論第六冊〈第三部分：佛教哲學的架構〉》(*The Treasury of Knowledge: Book Six, Part Three: Frameworks of Buddhist Philosophy*)，Elizabeth M. Callahan 英譯，Ithaca, N.Y.: Snow Lion Publications，2007。
- . 《知識寶藏論第六冊〈第一、二部分：印藏古典學識與佛教現象學〉》(*The Treasury of Knowledge: Book Six, Parts One and Two: Indo-Tibetan Classical Learning and Buddhist Phenomenology*)，Gyurme Dorje 英譯，Boston: Snow Lion，2012。
- 甘珠爾仁波切、隆欽·耶謝·多傑 (Longchen Yeshe Dorje) 《功德藏釋》第一、二冊 (*Treasury of Precious Qualities, 2 bks*)，蓮師翻譯小組 (Padmakara Translation Group) 英譯，Boston: Shambhala Publications，2010–13。
- 寂護，《中觀莊嚴論》(*The Adornment of the Middle Way*)，蓮師翻譯小組英譯，Boston: Shambhala Publications，2005。



一髮母



羅喉羅



多傑·列巴 (金剛善士)



賢巴·瑪那 (劄紅黑尊 Shenpa Marnak)

雪謙寺結夏安居參贊通啟

雪謙寺每座寺院在每年藏曆 6 月 15 日到 7 月 30 日，會展開為期一個半月的結夏安居。結夏傳統源自印度，因印度雨季來臨時，萬物滋養，蟲蟻草木繁殖茁壯。佛陀慈悲，為免外出托鉢化緣的僧人誤踏蟲蟻而傷害眾生，故在雨季禁止僧團外出，聚居一處、精進修行，從此奠定了結夏安居的傳統。在結夏安居期間，僧侶必須遵守規定，嚴禁離開結界之處，沈潛地精進修行，且慈悲守護萬物生靈。若能在此結夏安居期間供僧，不僅種下護持佛法的因緣善根，也幫助僧侶精進修持，一舉多得，心靈富裕而法喜充滿。

佛經記載齋僧功德如下：

儀表端正，儀容莊嚴，人人見之，心生歡喜。
氣力隆滿，精神和暢，承事諸佛，無有疲勞。
趣向善道，生天人中，康健無惱，常隨佛學。
事事喜樂，身心安居，心想事成，遠離災厄。
音聲清雅，妙好無比，辯才無礙，聞者受用。

祈願一切有情眾生，善德增長、喜樂吉祥、解脫眾苦。

歡迎您發心隨喜，參贊雪謙寺結夏安居，護持僧團於此期間精進禪修，涓滴功德匯成大海。

台灣雪謙高雄中心 兆豐銀行帳戶

帳戶名稱：高雄市顯密寧瑪巴雪謙佛學會

捐款轉帳：兆豐銀行 017（三民分行）

銀行帳號：040-09-02002-1

電話：07-285-0040 傳真：07-285-0041

* 為方便開立收據，請於匯款後告知轉帳帳號末五碼、收據姓名與地址。



修行百頌

項慧齡 譯
定價：400 元

《修行百頌》是十一世紀的偉大學者帕當巴·桑傑的心靈證言，由頂果欽哲法王加以論釋，意義深奧又簡明易懂。



覺醒的勇氣

賴聲川 譯
定價：220 元

本書是頂果欽哲法王針對「修心七要」所做的論著。「修心七要」是西藏佛教所有修持法門的核心。



如意寶

丁乃竺 譯
定價：400 元

依著第十八世紀聖者持明吉美林巴所撰述的上師相應法的修持教義，頂果欽哲法王在本書中，著重於傳授上師相應法的虔誠心修行，也就是與上師的覺醒心合而為一。



你可以更慈悲

項慧齡 譯
定價：500 元

本書是法王頂果·欽哲仁波切針對藏傳佛教最受尊崇的法典「菩薩三十七種修行之道」所做的論釋。



證悟者的心要寶藏

(唵嘛呢叭美吽)
劉婉俐 譯
定價：500 元

在本書中以特別易懂、易修的方式，陳述了完整的學佛之道：從最基礎的發心開始，臻至超越了心智概念所及對究竟真理的直接體悟。



成佛之道

楊書婷 譯
定價：250 元

本書是頂果欽哲法王針對蔣揚·欽哲·旺波上師所撰的金剛乘前行法之重要修持加以闡述，明示了金剛乘修持的心要。



明月： 頂果欽哲法王自傳 與訪談錄

劉婉俐 譯
定價：850 元

本書分為兩大部分：第一篇是頂果·欽哲仁波切親自撰寫的自傳，第二篇為仁波切的主要弟子的訪談記事。是深入了解頂果法王生平、修學過程與偉大佛行事業的重要文獻與第一手資料，值得大家珍藏、典閱與研學。



明示甚深道： 《自生蓮花心髓》 前行釋論

劉婉俐 譯
定價：500 元

本書是頂果欽哲仁波切主要的心意伏藏之一，從前行法直到最高階修法的大圓滿，此書是前行的珍貴講解。



醒心

米滂仁波切 原著
頂果欽哲法王 編註
張昆晟 譯
定價：250 元

本書分為三段，第一部為主題，前譯寧瑪的巨擘「文殊怙主 米滂仁波切」寫在《釋尊廣傳·白蓮花》裡的修法，講述透過釋尊身相而修習止觀的瑜伽法門；第二部，具體觀想、祈禱釋尊的方法——〈釋尊儀軌·加持寶庫〉；第三部是兩則〈釋尊讚〉。



本淨 《推擊三要》口訣 教授

頂果·欽哲法王 講授
劉婉俐 譯
定價：300 元

頂果法王親述的《推擊三要》法教，曉暢易懂，卻又腳趾碰觸、深廣奧妙，實是大圓滿法行者在聞、思、修中的必備法炬。



淨相 金剛乘修行的生起 次第與圓滿次第

頂果·欽哲法王 講授
劉婉俐 譯
定價：300 元

頂果法王依序解說了金剛乘生起次第與圓滿次第的要點，包括：生起次第的基礎與前行——灌頂的類別、內容、和涵義。



遇見·巴楚仁波切

巴楚仁波切
Patrul Rinpoche 著
定價：200 元

本書以一位年輕人和一位老人之間的對話形式來撰寫。充滿智慧的老者讓年輕人狂野的心平靜下來，並帶領著年輕人進入道德倫常的優美境界之中。



大藥：

戰勝視一切為真的處方
雪謙·丹江仁波切
Shechen Rabjam Rinpoche 著
定價：250 元

本書探索菩提心的根基、慈悲的內在運作、空性的見地，以及實際將這些了解應用於修道的方法。



西藏精神—頂果欽哲法王傳 (精裝版)

馬修·李卡德 著
賴聲川 編譯
定價：650 元

頂果欽哲法王是一位眾所周知的大成就者，與其接觸者無不為其慈悲和智慧所攝受，隨著法王的心進去了佛心。



邁向證悟

藏密大師的心要建言
馬修·李卡德 著
項慧齡 譯
定價：450 元

頂果·欽哲仁波切曾對李卡德說：「當我們欣賞領會八大傳統的見地之深度，並且了解它們全都不相互抵觸地殊途同歸時，我們心想：『只有無明會使我們採取分派之見。』」這席話激發李卡德編纂這本文集。

【西藏系列】



西藏精神—頂果欽哲法王傳 (DVD)

定價：380 元

第一單元由賴聲川 中文口述
第二單元由李察基爾 英文口述



揚希—轉世只是開始 (DVD)

定價：500 元

甫一出生，我就繼承欽哲仁波切的法炬；
現在，該是我延續傳燈的時候了。



明月：瞥見頂果·欽哲仁波切 (DVD)

定價：380 元

導演 瓊瑤·秋寧仁波切



祈禱：頂果欽法王祈禱文 (CD)

定價：300 元

此為 頂果欽哲法王祈禱文，由寧瑪巴
雪謙傳承上師——雪謙丹江仁波切 唱頌



憶念：頂果仁波切 (CD)

定價：300 元

在 2010 年 頂果欽哲法王百歲冥誕，雪謙丹江仁波切為憶念法王，所填寫的詞，由阿尼雀韻卓瑪等唱頌，在這虔誠的歌曲聲中，再再融入法王遍在的慈悲和智慧。(內附音譯、中藏文歌詞)

雪謙精選大師系列 05

見鬘：九乘次第之見、修、果導引

A Garland of Views: A Guide to View, Meditation, and Result in the Nine Vehicles

造 論 蓮花生大士
釋 論 蔣貢·米滂
英 譯 蓮師翻譯小組
中 譯 劉婉俐
美 編 黃齡儀
發行人 張滇恩、葉勇澄
出 版 雪謙文化出版社

戶名：雪謙文化出版社

銀行帳號：兆豐國際商業銀行 三民分行（代碼 017）040-090-20458

劃撥帳號：42305969

<http://www.shechen.org.tw> e-mail：shechen.ks@msa.hinet.net

手機：0963-912316 傳真：02-2917-6058

國家圖書館出版品預行編目（CIP）資料

見鬘：九乘次第之見、修、果導引 / 蓮花生大士造論；蔣貢·米滂釋論；劉婉俐中譯。-- 初版。-- 高雄市：雪謙文化出版社，2023.08
面；公分。--（雪謙精選大師系列；5）
譯自：A garland of views: a guide to view, meditation, and result in the nine vehicles.
ISBN 978-626-97523-1-7(平裝)

1.CST: 藏傳佛教 2.CST: 佛教修持 3.CST: 注釋

226.962

112014803

台灣雪謙佛學中心

高雄中心 高雄市三民區建國三路 6 號 9 樓

電話：07-285-0040 傳真：07-285-0041

台北中心 台北市龍江路 352 號 4 樓

電話：02-2516-0882 傳真：02-2516-0892

行銷代理 紅螞蟻圖書有限公司

地址：台北市內湖區舊宗路 2 段 121 巷 28、32 號 4 樓

電話：02-27953656 傳真：02-27954100

印刷製版：中原造像股份有限公司

初版一刷：2023 年 7 月

ISBN：978-626-97523-1-7（平裝）

定價：新臺幣 360 元

版權所有·翻印必究（All Rights Reserved / Printed in Taiwan）