

三要所緣次第趨入兜率妙梯

根敦嘉措〈第二世達賴喇嘛〉著

蔣揚仁欽 恭譯

禮敬大悲觀世音自在

無量諸佛聖悲慧，為渡有行所化現，大悲觀音妙飛幡，三界依怙誠禮敬。

此為經論續密意，直至中陰修持要，善編佛語勝口訣，易解語蔓廣宣說。

大悲觀音之口訣教授，是由瑜伽自在鉢札鄒基為慈聖覺曝大譯師法生賜教。在「三要所緣次第」的前行，應當依據先賢諸師等廣大講授瞭解至尊鉢札自傳殊勝，然後傳授此論。於此，盡以易解語解說正行所緣次第。

正行分二：甲，示本文。乙，修此意。

本文曰：「此生恒續觀本尊，臨終憶念『破瓦』法，中陰修習『合』訣竅，續持乃為諸要義。」

如論所云，初句示今生，二句臨終，三句解說中陰持修，四句包含上述所有內容。

「破瓦」與「合修」二法是屬於臨終及中陰所需修持，然而若能得到圓滿利益，則應當下殷勤修法。修法之理，不能僅於一日過猛或是過弱，而是如同河續般的修持。

乙分四：今生如何續觀本尊之理、臨終修持破瓦之意、中陰身時合修的運用以及隨順宣說見行要點。

今生如何續觀本尊之理

本文曰：「無常苦相隨念後，憐憫大悲極生起，頂部上師胸本尊，觀修自心無自性。」此意修持分四：依緣勸發口訣教授、正行菩提心寶觀修教授、祈求上師本尊方便教授、觀想自心無自性之教授。

本文初句「無常」及「苦相」。前者闡述念死無常則為斷除今世貪著之因；後者說明了透過輪迴所有痛苦的認知，來斷除對輪迴所有享受的貪著，進而對解脫產生自然希求之方法。在這二種內容暗示了共下士道次修心之理以及共中士道修心之理等一切所緣觀修，若詳細解釋，唯恐繁多，所以依據勝尊洛桑紮巴所著作的《菩提道次第》瞭解其意。

第二句：「憐憫大悲極生起」。並非為了別解脫之希求，為利益一切有情，獨自擔起重任，發起無上菩提願心，積極行持菩薩勝行。至於七因果的菩提心修持，以及自他換等菩提心修持之理，可從《菩提道次第》與大乘修心教授得知。

第三句：「頂部上師胸本尊」。此是祈求上師本尊方便教授。復此，自身發起菩提殊勝妙心後，圓滿兩種資糧，於成佛時自可令諸有情從輪迴獲得脫渡。然今自無能力，為使一切有情即能遠離輪迴與三惡道等難忍眾苦，所以當下需要皈依救護。此時應當懇切祈求勝者觀音自在以及千劫賢佛：觀想自己頂部有座白色玻璃的無垢寶塔，具有千門、內外透徹、明光性質，寶瓶內有蓮花及月墊，安住具恩根本上師所化現的至尊聖者觀音自在，如雪山般的純白身色、一面四臂，初二臂於胸部合掌，次右臂持著水玻璃寶所造念珠、次左臂持著白色蓮花，金剛伽趺坐姿，以各種珠寶與多色衣飾，莊嚴其身，無有自性的本尊聖身如同虛空彩虹般的放大光芒，並安住於萬光之中。並觀想千門住有千劫賢佛，東部皆是毗盧遮那佛，身色屬白；南部皆是寶生佛，身色屬黃；西部皆是無量光佛，身色屬紅；北部皆是不空成就佛，身色屬綠，如是觀想則是「頂住上師」的觀修，雖於其它教授中有說喀撒巴尼觀音之緣念，可是內容卻無大異。因多數隨念六字明咒者有修四臂觀頌的緣故，所以在此說明。

於胸部觀修本尊之法：觀想自身胸部有一朵紅色千瓣蓮花，朝上開放，此中月墊上安住與自心無二的本尊大悲觀音，其像如同上述。白色「阿」字所現的無垢千瓣，明光性質，放射千種光芒。觀世音的胸部月墊上有白色「唵」字，四週圍繞著如珍珠般的六字咒輪。如此專注觀修後，再對於頂部上師大悲觀音以及千劫賢佛生起極大淨信，眼眶滿淚、寒毛豎立、悲喜交集地祈請大悲上師與本尊：「如我父母六道眾生，淪落輪迴浩瀚苦海，無依怙、無可救護、傷痛悲泣，祈願彼等皆能現今得渡、速速得渡、於現處得渡」如此猛烈祈請因緣，感得頂部觀音放射光芒，照入胸部觀音；千劫賢佛放射光芒，照入千種「阿」字，依此因緣，胸部觀音與千種「阿」字等無二智慧之性質，化現成了無量白色甘露之續流，激湧融入體內、充滿全身，三門的一切罪障及習氣如同黑色蒸氣、炭煙、毒蠍般的從毛孔及所有根門緩緩流出，身成無垢琉璃，圓滿觀音相好莊嚴。

甘露續流從毛孔流出，初入地獄世間，充滿獄界，淨除一切地獄眾生熱冷傷痛，以及諸苦因緣業與煩惱。獄界炙熱大地、燃熾火房、極冷狹闇等畏懼世間瞬間消滅；唯成祥樂淨土，如意寶之性質、柔和樂觸，寬廣無際。有情眾生成為觀音自在，無有自性、如虛空彩虹，作此觀想。

同樣的，如是甘露續流順序地流入餓鬼、畜生、阿修羅、人、天、色與無色界等天人，依此因緣，餓鬼的飢渴痛苦、畜生的互相殘殺及愚癡痛苦、阿修羅的鬥爭痛苦、人的生老病死、天人往生與墮落下趣的痛苦、色與無色界的行苦等，以及諸苦因緣與煩惱，皆得淨除，如上述般彼等所居處器世間成為祥樂淨土；有情眾生成為觀音本尊，作此觀想。此後，若欲持誦六字明咒，則觀想：自生觀音的口中念出六字明咒，並且與已生起觀音等諸有情同時誦出響亮六字聲音，震動大千世界。

如是儘量持誦後，於結行時，觀想安住自身胸部本尊的心中「唵」字放光，照亮一切極樂器世間，光芒充滿，並融入已生起觀音的諸有情，再次的，已充滿的光芒融入自身，及頂部觀音，再次融入胸部觀音；融入千劫賢佛胸部千種「阿」字；寶塔如同虛空彩虹般消失。自生觀音胸部的花瓣與「阿」字，此復中部觀音，此復胸部咒論與寶墊，此復中部

「啥」字，最後觀修無緣正見，安住入定。

第四句：「觀修自心無自性」之理分二：修持人無我之理、修持法無我之理。略說此義，首先，當我們內心產生了極為強烈的我執時，若觀察此心如何見法，則會察覺到：自身五蘊上的我並非是「唯取」或是「唯見」，此心所緣之我是一種五蘊上原有、本有的「我」。

同樣的，見到「抬舉棟樑作用者」時，會感到這是「柱子」；若觀察此心如何見法，則會察覺到：此木頭上的柱子並非是以「這是柱子的心」唯取而有，而是「從」境上形成的一種「柱子」。

雖然會如此地見到，可是在五蘊境上絕沒有所謂的「原有之我」！譬如；「柱子」是唯於「抬舉棟樑的木頭」意識緣取而有；絕非是從境上的柱子。因為，於此木頭還未取名「柱子」之前是不會有柱子的認識，或是因為沒有取名為「柱子」所以此木頭上沒有柱子。之後，從木上取名為「柱子」起，看到此時才會說看到柱子，因此柱子是唯於木上意識安立而有，並非「從」木上形成柱子。

同樣的，有些嬰兒誕生後因取名為「紮西」的緣故，所有人看到他時自然就會想起紮西。這時候雖然會感覺紮西從這位嬰兒而有，但是從他本身沒有紮西。否則，這位嬰兒還未取名為紮西之前，看到他時就應該認為是紮西才對，然而卻沒有啊！依上述所說之例，所以我與蘊體等一切法，都是由個別的施設處以心往境安立而已，並非從境上生存。徹底安立此義，以根本定作觀修；於後得道時，雖見一在此祇是簡單扼要地說明了空見修持之理；於正見講授中可獲得廣義，應當了知。

臨終修持「破瓦」之法

本文曰：「自身行持供施後，一切依賴極斷故，光體毛孔行結後，導引心識兜率住。」維

修此義分三；去除成就破瓦逆緣、成辦順緣、正破瓦所緣等三。

初者，如果貪著今世食衣住受，就如飛鳥因石綁捆，雖欲往生兜率，但卻成爲破瓦障礙，因此需要對治肉體的貪著。如本文的初句已說故，先以化身供田；祈請資糧田：前方虛空有八大獅子抬舉的寬廣寶座，上有蓮花月墊，安住著根本上師所現的至尊觀音，其相如上述觀想。在頂方有主要的傳承上師，則上身部位有與四部相應的壇城諸尊及諸佛菩薩，下身部位有聲聞、獨覺、空行、護法等如雲圍繞。同樣的，寶座下旁有曾受害的冤親債主；下方有今世父母，以及由彼牽引的一切六道有情，諸客遍滿大地虛空，如是觀想後，集資之法：唉！我於輪迴已得凡身無數，光以人身而言就無可測量；一切生中，只造無義瑣事、浪費人生，未曾做過偉大有義善事；今世雖獲朽敗肉身，但也未曾行持正法，反而爲了生活造作眾多惡業；臨終時，此身如同空曠野地，只剩灰墟。由惡業力，無法忍受後世惡道極苦，實無道理貪著今世肉身，所以當藉由此身迅速累積圓滿資糧！因此殷重祈請大悲觀音。

觀想自心胸部的觀音聖像朝前直往，安住前方虛空，反視老舊朽身時，變成了面如凝脂、相好莊嚴的聖相。此時，於前方上師觀音作此祈禱：「祈願大悲上師本尊加持，使我此身能夠迅速成辦圓滿資糧。」因祈求故，上師誦出唵、啊、吽三字，形成了三座「人頭炷石」高山，之後，從本尊胸部賜予空行彎刀，斬除了原有朽壞上身的頭骨，血淋淋地覆蓋在三個炷石上，其血流遍滿並越出了三千世界；此復，空行母再次手持多把彎刀，把一塊塊的肉皮血股切剝成零碎，放置頭骨內，頭骨充滿了血肉。此復，本尊誦出唵、啊、吽三字，一切血肉變成了無漏智慧所化成的甘露，顏色如同落日般金黃燦爛，其味覺與受覺使諸佛菩薩心續安樂滿足，淨除了六道痛苦。此復，從胸部種子字出現了手持頂骨的空行母，遍滿虛空；無盡甘露從彼等所持頂骨溢出，因供養於根本傳承上師、本尊、佛、菩薩、聲聞、獨覺、空行、護法，使無漏心續生起大樂，滿足歡喜，迅速地圓滿資糧。同樣的，因爲賜予冤親債主的緣故，彼等取回業債、淨債除恨，皆爲觀音。因爲賜予今世恩惠父母，以及由彼牽引的一切六道有情，所以消滅六道痛苦，以及諸苦因緣業與煩惱。如上述所說，器世間成爲淨土、情世間成爲了觀音，再以前述的觀想來念誦六字明咒。最後，

諸器融為光芒及有情等，次復融入自身；於前方虛空中安住的根本傳承上師，直至空行護法等一切尊者，也皆融入自身，獲得加持。最終自觀無緣甚深空義，所供境、供物、供養者、供法等皆無有自性微塵，般重生起無有三輪的智慧。

如是思維，雖然可以斷除對肉身的貪著，但卻沒有遠離對於師長，以及財物等享受貪著耶？答，本文的第二句已作解釋如何斷除貪著之理。此生雖然遇值眾多師長，卻如風力堆葉般的短促，終究還是師長棄捨離去，或是自己棄捨師長；臨終時，無有親朋好友可做伴侶隨己同行，必須獨自遠離，如是思維不應貪著。臨終時，自己如同溶乳中取出羊毛般的孤零，必須放下財物享受，既如此，應當以無戀心，將財物作三寶物，或是供僧等善事。如是思維不應貪著。

第二成辦破瓦順緣：生起猛烈往生兜率之希求、往生此處之發願、諸善業迴向於此因緣。

第三，正破瓦所緣：本文的後二句已作解釋。兜率法宮位於眾多珠寶妙房環繞的中心，又稱法幢高宮殿，也是至尊彌勒所居住的圓滿寶宮。在此宮的前方有塊遼闊清幽的寶石廣場，名為「悅意法持」，是慈尊傳法的地方。中有善賢獅座，安住勝者慈尊，穩如須彌，金光閃閃，放射萬道光芒；面朝南瞻部洲，善說般若波羅蜜多教法於環繞四面的菩薩眾，其數無量。

觀想自己明顯見此勝景，並專注祈請：祈求勝者大悲慈尊，使我能從輪迴與惡趣畏懼中得到救護，並導至兜率、迅速引導、於此處引導！如是祈請因緣，觀想看見從慈尊的胸部延伸了如同衫袖般的長光管，打開了自己頂部的淨穴，就像開窗戶一樣，之後逐漸地進入了頂穴。自心胸部的觀音聖像，從已打開的頂穴光管往上朝看，依此因緣，擦淨了慈尊胸部的黃金曼達盤，如日光般的燦爛。

此時觀想：光管是「道」、自己是「行道者」、破瓦(往生)至慈尊的胸部。依三種想再次殷重地祈請。依此因緣，慈尊的胸部放下了光鉤，經由光管穿過，進入了頂穴，融入己生

起的自心胸部觀音。光鉤圓滿吊起自心，遠離頂穴，如同飛箭般無礙地經由光管直奔慈尊胸部，緩緩融入慈尊心續，成爲無二，恒續此觀。再次第由胸部離去，成爲了勝慧天子，具有可行大乘妙法之種性者。於慈尊的傳法廣場上，安坐在千瓣蓮花的中部，享有無量慈尊妙法甘露。

中陰身的主要修持——合修

本文曰：「明曉彼爲中陰身，變更外內秘密等，性空大悲勝瑜伽，善巧力使妙結生。」如上所云，初句說明了在中陰身時認識中陰身的方法。現在所看到的一切都是中陰幻象，所以要瞭解中陰身是中陰身！如是反覆觀修，若生於中陰，應當思維：我今已生中陰，所見一切皆屬中陰現象，因此認識中陰身爲中陰身，就像夢中也會恒續想起白天般。

第二句，「正行中陰修持」。

外變相：當看到了現有的器世間都是由地石木等性質所形行，應當思維這一切都是我在中陰時候的幻象，並不存在，不隨凡夫相而轉，觀想皆是淨土。

內變相：看到有情、人、畜生等種種相時，應觀想全都成爲觀音本尊。

密變相：如是看到情器兩種世間時，都會現在自性幻象，因爲受到自心實執隨眠的污染，雖見此相，但實際上絕無自性。如此觀想的緣故，生在中陰時，若有看到獄界及閻羅世間，應當想念這些都是淨土；看到獄卒拿起利刀追我時，應當想念諸有情成爲觀音本尊，所見到的一切也都在自性空中現起。

後二句說明念力往生之理：爲得到可成辦清淨正法之暇滿，於中陰身看到父母擁抱時，隨行生力，生起緣父瞋心、緣母貪心。此時，對於瞋境父親，應該思維無始恩惠，生起猛利悲心，去除瞋患；雖見貪境之母，但思維無自性，對治貪過。此後，於今世母親胎內投

生，修持餘道。為有情廣大利益而持今生。

隨順宣說見行要點

隨順宣說見行要點：認識所見正觀理、於此不亂修持理、正念等味行持理、大成就者妙教授。

認識所見一切皆有自性，依正理決定所見不實，此為正觀理。修持理：於決定理專注於境，心不散亂。行持理：輪迴涅槃於性空中味覺相同，思維此義，持菩薩行。「大成就者妙教授」：上述內容都是至尊銖紮教授的緣故，所以顯示了這偈頌並非由銖紮所說。

以上圓滿了易解攜便的「三要所緣次第」之教授。

白蓮碧水心湖生，稀有珍珠細深道；妙繩善串美瓔珞，賢淑巧女頸飾耀。

無逸精進所生善，願諸有情離惡崖，兜率寶宮勝喜樂，大乘甘露悅受用。