

2. 彎膝觸碰禮：

對於上師或阿闍黎、僧伽等生信之境，以手環抱其腳，再以頭碰觸膝蓋或是腳背。此種頂禮方式盛行於印度。

3. 伸立合併禮：

先平坦沒有沙石與荊棘的地面上持氣後再往上躍，讓身體俯伏撞向地面，左右雙手、頭部以及左右腳，此五處向地面擊打三次而頂禮，如同當今衛藏一帶某些尚存的傳統。這三種頂禮方式當中，以此項最為艱難而甚費體力，是為淨障酬補誓言毀壞之最勝者。以上是身體頂禮的區別。

另有身、語、意之三相頂禮：以恭敬身而頂禮稱為身之頂禮；以語唸誦頂禮稱為語之頂禮；以意思惟頂禮稱為意之頂禮，以上是為身、語、意之三相頂禮。

在密咒舊派中，亦有外、內、密三種頂禮。《上師集意之頂禮儀軌》：「如是百遍頂禮諸次第，外相髦衣袈裟偕數具，以悅耳音及恭敬姿，身體五處伏地而頂禮。內相洗浴手臉以嚴飾，亮麗悅意衣物為裝扮，任以天尊手幟捏於手，舞姿悅音朗誦而頂禮。密相而言兄弟姊妹眾，上師天尊壇城行列中，全身赤裸伴隨悲憐音，以懊悔心向依行頂禮。」如是在經、續、新舊密咒、教敕、伏藏中的頂禮方式雖然繁多，一切顯密新舊派中，所著重宣說乃是此「五壇城」或稱「五分支」。

二、有關頂禮利益的次第，雖在諸經、續、口訣、論著中，皆已廣說且法門無量，在此將總集而宣說。

首先顯教（宗門）總體之頂禮利益，其次無上密咒之利益。

1. 經云頂禮將得八種殊勝之利益：

- a. 色相殊勝
- b. 僕從眷屬殊勝
- c. 戒律殊勝
- d. 生於人天殊勝
- e. 信心殊勝
- f. 辯才殊勝
- g. 聖道殊勝
- h. 現證圓滿殊勝菩提

將於生生世世自身獲得如此八種殊勝。現今自己以恭敬的身、口、意三門頂禮，數量無論多寡或僅數遍，所得之福德與利益，將令自己生生世世不再生於地獄、餓鬼、旁生等惡趣，獲得善趣人、天之優越身依，且於人、天之中能得最勝——在生生世世中不生於醜劣之相，身相殊勝莊嚴悅意；不遇惡劣僕從眷屬且不為所害，僕從眷屬殊勝眾多，悅意且凡有命令必定奉行；此生頂禮所得之果，將從此生乃至諸生諸世不入邪道，得入佛門戒行殊勝清淨得臻究竟；此生頂禮所得之果，不生於人、天、低劣與貧困之處，得入天神與人之種姓賢善殊勝者，圓滿受用如海財富；此生頂禮所得之果，不生於邪見者、凶毒者、庸俗心者，得以具足殊勝信心與意敬；此生頂禮所得之果，辯才將不拙劣，得獲殊勝辯才；此生頂禮所得之果，將不入於低劣之道，得入殊勝聖道。以上是為暫時之果。

究竟之果，最終與上述諸種殊勝生生世世在道上皆不分離且嫻熟，速得遍知一切性相之寶位等。總之，有著暫時之祥德安樂諸功德，以及究竟獲證佛果之極大功德矣。

復又，若能頂禮，經云將獲十項利益——十項者：在此生自身頂禮之福德果，從此生乃至諸生諸世，將得賢善人天之神身、身相莊嚴、容光煥發、言語尊貴、威攝眷屬諸眾、普為一切人天所喜而敬讚、能得善知識勝妙士夫所攝受、威嚴廣大、受用增長、得獲善趣解脫等。敕云：「色美莊嚴語尊貴，威攝諸眷人天喜，親近善士大威嚴，受用善趣解脫得。」另於《勝光王請問經》：「諸凡眾人於諸佛塔暨，一切佛像碰頭恭敬禮；於彼諸天神與諸大眾，視為尊貴恆為承事處。」今世向著諸三依頂禮之功德，將令自己來世生為人、天之王。

此外，功德廣大者，《大聖觀音經》：「若人於佛百千萬億那由他，千萬劫中供以越量承事禮；較於未來若人於此無盡劫，頂禮佛塔較彼更甚矣！」相較於向甚為無量百千萬億那由他數之圓滿佛，以千萬劫之長時間無間斷獻以越量宮、供品等等承事供養，在現今此時頂禮之福德，乃是更加優勝且利益廣大。

《大聖觀音經》：「佛現世間以信解而生，導師佛塔合掌而頂禮；於世間中為師而承事，彼亦莊嚴觀看無饜足。於此獲證王位天龍人，大腹行與世間普威攝；於諸大千界中廣增長，自在得權王位甚堅固。於彼境中所居諸有情，彼皆置於圓滿佛智中；彼皆於諸惡趣俱斷捨，彼眾悉得善妙殊勝義。」

現今自己以意敬而觀修皈依境等，所得之廣大福德，乃至諸生諸世在此世間界中當得投生為上師或國王；（其）身相觀看絕無饜足不現惡劣；能得珍貴佛法王位，而後威攝天、龍、人、大腹行等三界有情；（其）福德廣增遍諸三千大千世間界；在輪迴中能得威權自在，王位得甚堅固；如是行以頂禮，未來其福德果成熟之士夫所居之地，所有安住之有情，無論是人、旁生或非人，死後不復墮入惡趣，將於成佛之因——福德與本智資糧廣得圓滿。

所以現今以頂禮不但可獲得淨化自身罪障與圓滿資糧的利益，更可因此將其人所居地附近的人與鬼神，甚至是旁生、蟲蟻皆能因頂禮的加持力，不再墮入惡趣而得善趣解脫。頂禮進行時，即使蟲蟻死在自己的腳底與手掌、手臂下，亦不構成罪惡，蟲蟻將從惡趣解脫而獲福矣！

再以補闕的方式宣講利益：「福德智念具足適受供，得勸慰已普入諸世間；適意僕眷悅意音聲具，凡有所思彼悉生歡喜。於諸有情無懈示寂語，於彼任誰不作厭惡行；士夫諸眾悉皆予重視，彼之僕從音聲分支淨。於諸佛塔合掌而頂禮，安居善趣世間成王尊；即便不成亦為人中王，他所害行力勢皆衰敗。於諸佛塔合掌而頂禮，彼則永遠不復墮惡趣；於此世間恆常斷貪欲，財主之中多財最富饒。具足功德若說一字句，於彼眾人讚歎不駁斥；人世間中非處無行為，於彼有情歡喜無饜足。」

以上諸義雖廣，若予總結，現今自身頂禮所得之果，乃至諸生諸世絕不墮入惡趣；生於人、天善趣，即使生於人、天亦不落於平庸賤種；在人類中為人中王，在天神中為天之尊；具足適意僕眷；得以聽聞喜訊；一切所思任運成就；諸富有者之最，能得圓滿受用；一切諸眾永不起厭惡與排斥；眾人予以重視且成為眾人讚嘆之處；福德財富增長；於一切知識具足智慧；具足正知正念故，為大眾所適供之對象；自身貪欲趨於微小；蒙佛攝受；能得法道之氣息；能對一切有情開演佛法；無論與誰結緣，能得引導之勢…等無量功德。

同經復云：「諸凡依止此決定，徹底斷除八無暇；佛陀降世甚莊嚴，能令歡喜此福緣。色身相得圓滿，性相善為作裝飾；力與勢皆得具足，彼絕不成懈怠者。彼得富饒多財富，具足福德無窮盡；世間明燈使悅已，一而再三予承事。商主長者與增長，富人諸身得投生；勇猛得成大施主，廣為布施無慳吝。山繞大海疆域內，一切大地隨

所示；四部洲之自在尊，成為具足法之王。轉輪聖王大神變，將成具足七珍寶；以王尊位敬諸佛，一而再三予承事。於此命終往善道，趣已虔信佛教法；須彌山頂自在尊，轉成神主帝釋天。任誰發心於菩提，頂禮導師之佛塔；彼縱歷經千萬劫，永不失聰與殘缺。」

以上佛教諸義所言與此前所說大致相同。這是說因為頂禮所得之果與福德廣大無上，自己乃至諸生諸世絕不生於三惡趣、長壽天、蠻族、邪見者、佛不降世，以及聾盲、低能、瘡啞等諸根不具之八無暇處；得以生於人、天，且於天神中為天尊，在人間亦為自在於四大部洲之轉輪聖王，或是生於賢善商主、長者之種姓；身形圓滿相好具足；力圓滿威勇堅毅；財圓滿六畜興旺、五穀、綢緞、摩尼寶盈庫；以大福德力威攝他人故，人不為敵且不侵擾；魔祟部多無可尋隙傷害，皆作供養；無懈怠故，所作得以完成；無慳吝故，喜於布施；得以謁見世間明燈—佛、法、僧；供養承事三寶、上師故，積聚廣大福德資糧，因此即使某時命終往生，亦入賢善種姓且不離善道，速得圓滿菩提善妙之果。如是頂禮的利益能得此生安樂、來世諸善、究竟之果…等，所現之廣大乃是為心所無可容納矣！

2、無上密咒之利益：

- a. 密咒舊派所言，能予淨化毀損
- b. 密咒優越之要，無上法之利益

a. 續云頂禮故能淨化一切罪障。《拔洞》之大續：「凡於幻化寂怒尊，天尊諸眾頂禮故，毀壞無餘普淨已，於五無間何須說，住拿惹洞亦拔濟，名揚持明勝尊刹。」八教根本續《密集金剛》：「若於勝者寂怒之，壇城聞號且頂禮；住拿惹洞亦拔濟，名播持明勝者刹。」這是說若向廣大勝尊寂怒天眾頂禮，毀損與上師的誓言以及在戒律、三昧耶戒中漸次出現的毀壞，悉皆能予清淨。假使毀犯嚴峻的密咒三昧耶戒亦能清淨，其他共通的十不善、五無間等罪更是得以淨除，又何需多說！僅憑頂禮即能將一切罪障過墮如火燒羽毛般再無作用地清淨，而永不墮入拿惹地獄等處，能因積資淨罪而得證大持明地矣。

此故，不但成就自身所求取之佛位；在利他上，能引導住於拿惹的所有眾生自輪迴洞中拔濟，且亦能將一切有情安置於持明地，轉化成持明勝者刹土等，擁有無上之力與功德。

完整頂禮（五壇城）之利益即如上述，即使並非完整的頂禮，若是合掌，或是碰觸頭頂，抑或是僅有頂禮之意圖，其福德蘊亦無可測量且得無量利益。《妙法白蓮經》：「於此佛塔若人能合掌，全皆具足抑或僅單掌；抑或碰觸頭部於剎那，如是身體亦僅單次禮。若人於彼舍利安住處，以散漫心言頂禮於佛陀；造作詞句頂禮言說者，彼眾皆得證此勝菩提。」即使並非真實頂禮僅是作出頂禮姿態，以及雖非由衷秉信而頂禮，只是無意散漫地說出頂禮（詞句），皆是灌溉菩提種子成為殊勝菩提之因等等，利益無邊無可限量矣。

如是對著一座佛塔，或一尊佛像頂禮之利益已是如此無邊，在此將根本傳承的上師、本尊天眾、空行護法等皈依境，悉皆清晰的作為觀想對境而頂禮，每一拜的利益皆不可思議；倘若頂禮每尊佛的功德皆云無邊，完全緣想皈依境的頂禮福德，又如何去測量其邊際與數量呢？！尚不僅於此，此次在此階段以大乘善巧方便而修，自己並非僅是孤身一人，而是觀想為千百萬億不可思議之身，並且觀想六道輪迴的有情與自己同時獻以頂禮—自己單獨所獻出的頂禮，以心意緣想出眾多的似己之身與一切有情

—萬法皆唯心造之相，因此，心中能夠觀想出的似己之身之數目，與一切三界六道所獻出的頂禮福德，悉數由己獲得。

以此福德得以瞬間淨化自身罪障，一切資糧同時圓滿，一切功德圓滿獲得，一切成果輕易成就。不僅成辦自利，在利他上，對於等同虛空的一切有情，亦能成辦力量強大的利益。以上即是先依循外經教與大乘頂禮利益暨密咒舊派所說的利益之開示。

b. 密咒優越之要，無上法之利益：

此中若予細說無有邊際，在此僅以代表性而宣講。現今我等以此具足六金剛界、氣、脈、明點自性之身，以身獻出頂禮手印，做出彎曲動作；以語獻出頂禮，誦出皈依詞句；以意生起堅定意敬，此乃身、語、意三業悉皆具足。身體四肢進行伸屈，分支脈結得以悉數解開；雙手合掌、腳踵著地，細分脈結得以悉數解開；頭部垂下、額頭觸地，頭頂與喉嚨的脈結得以悉數解開；上半身彎曲，心間的脈結得以解開；腰部彎曲，臍間脈結得以解開；特別彎曲於地面，秘密脈結得以解開。

總之，三脈、五輪、分支、細分的脈結，皆因頂禮姿勢的不斷彎曲而得以解開。脈結解開之故，諸脈清淨而成中脈自性；脈絡清淨，連帶的流動於脈絡裡的諸氣，亦全數清淨，因此諸氣皆成本智氣；因為氣息清淨，駕馭氣息的明點亦悉數清淨，而成大樂自性之精華。氣、脈、明點離垢清淨，因此，身、口、意三門，轉化為不壞金剛身、語、意之精華。大菩提果亦毋需長時間等待其他諸生世，在此生即身得證大果，此乃密咒心要修持之稀有特點。

三、 宣講以上諸種禮拜後當下的徵兆。

我等在進行皈依、發心、頂禮時，無論出現任何當下徵兆，在這當中自心不同於前，對輪迴心生厭離；喜於行善，對上師、三寶的信心、意敬心轉而增勝，且煩惱趨向微弱；心能依隨三寶且願恆時求取庇祐；為了佛法能擔諸緣；於一切有情善能生起慈愛；夢境中能見三稀勝之身、語、意三依；夢境中能見眾多僧人對自己現出喜悅。另外像是沐浴、日出、往上行走等夢境，但若僅一、二次則為習氣使然，不足採信，若能連續同夢方可算數；另外，若能夢見珠寶大地，無盡虛空中遍滿眾多寶幢、寶傘，或是天樂響徹虛空，親見諸佛菩薩且蒙受加持等，是乃甚善。以上是為夢兆，較於夢境，若能出現真實境況則更勝於彼，應致力令能出現。假使真能出現（徵兆）也不應耽擱，應於得臻無上菩提之間，致力精進於清淨皈依心。

第二節、開示實修所觀，若予細分項目：

甲、闡述觀修菩提心的重要性

乙、闡述類別

丙、闡述因緣

丁、闡述如何觀修慈悲菩提心

戊、闡述此等學處

己、闡述利益

甲、闡述觀修菩提心的重要性

對於自身因為瞋怒、嫉妒、我慢、較量心等所驅使，唯有趨入爭鬥等不善業諸眾，大抵上，是因不理解一切有情皆為大恩父母，且不知觀修慈悲而致如此。秉持如是見