

義：祈令我與一切有情不趣向於惡業、衰敗、罪惡、不善，以及莫令人生在無義、散亂狀態中度過，令心完全趣向於諸生世中究竟計畫—善妙正法；雖然心已趣向正法，倘若未能掌握道上要義，所做除了輪迴俗務再無其他，掌握法要則能令法如法趣入於道；內外的違緣、障礙、侵擾、魔害等，普令息滅，道上障蔽與迷亂皆於覺知上，以護持正知善加祛除；得證究竟之果—覺知自心迷亂之過，在大本智明相增長，迷亂淨於法界—本智遍增，輪迴清淨於涅槃—一生起大意敬的悲悽心：「善妙皈依境尊等主眷聖眾，祈以大悲攝授並加持我與一切有情！」

2. 外、內、密三相皈依：

「皈依根本上師偕同傳承諸眾，皈依師兄弟偕同行者諸眾，皈依器世間具德上師諸眾，皈依有情眾諸天與天女，皈依顯有具德上師眾。」是為此五句。如是唸誦時，確實將內、外、密的皈依境憶於心中，而向其求取皈依。此中又分為：

- A. 意樂境之外皈依
- B. 清淨相之內皈依
- C. 無上勝義之密皈依

A. 意樂境之外皈依：

皈依境中的根本上師偕同傳承諸眾、無分派別的上師諸眾、本尊天眾、諸佛、正法、僧伽、勇父、空行、衛教護法諸眾，特別是師兄弟偕同行者諸眾，普皆做為意樂之境。如此即是意樂境之生起觀想外皈依。

B. 清淨相之內皈依：

在了知諸器世間中，隨機應化的出生化身是為善妙具德上師之清淨遊戲而求取皈依。一切有情眾本來即是諸天與天女之自性，對此道理善加理解而後求取皈依。此二項乃是清淨相之內皈依。

C. 無上勝義之密皈依：

顯有諸相除卻上師化現之遊戲外，再無其他。了知顯有即為上師廣大清淨壇城，於此中求取皈依。

如此即是無上勝義之密皈依。如是完成外、內、密三相皈依後…

3. 求取具四性相加持：

「祈請加持以證悟解脫自己，祈請加持以悲心度脫於他，祈請加持善巧方便於緣起，祈請加持凡所結緣皆具義。」自明體性雖然本即清淨，然而我等卻被驟然迷亂污垢所障蔽而不識本面。因為無明驅使顯現煩惱，由彼煩惱造業，由業感受異熟而沉浮輪迴，在認持且憶念善妙上師口訣的道上，上師加持以緣起互依，令迷亂自淨，自明離垢，如實以證悟體性解脫自己；在此並非僅只自我解脫，因證悟而生悲心，以大悲心度脫於他；廣行利他必須善巧方便，且在緣起上力用廣增，隨機應化的利他之力；而這又需要無論結下善或惡緣，普悉能予引導之力—如是成就清淨廣大自他二利—想著願我與一切眾生能得迅速成辦。

4. 求取殊勝成就：

「祈請加持於此生中，即得大手印殊勝成就。」諸法之精要，乃是了義大手印。這並非是在他處，所謂證悟了義大手印是指顯有輪涅諸法絕不逾越自心範圍，稱為「手印」。顯有輪涅與自心同為一體，此上再無其他，稱為「大」。總之，現證自明

本智輪涅平等性，且圓滿力用的殊勝大成就。在時間上，不容延遲，祈請加持在此生即身成佛，成辦無上果位。如是祈請所求，在唸誦時，不可僅為詞句，必須專注且以猛烈的意敬悲悽心祈請，自己將於此生證得大手印殊勝大成就之意願，如是皈依的正行已完畢。

柒、獻出七分支：

最後詳細觀想的皈依境，若以詳細的皈依方式，則緣取於皈依境諸眾，唸誦：「盡其所有十方世界中…」等等，觀想自己與一切眾生共同獻出。在頂禮（分支）時，觀想諸眾悉皆頂禮；唸誦供養分支的偈文時，從自己與一切眾生的所有身體、受用起，乃至於器世間有情眾生等，總體輪涅的供品悉皆無有不具足地變化而獻出；在懺罪分支時，自他一切眾自無始輪迴以來，所積聚的罪惡不善，悉以懊悔之心而懺，立誓未來不復造作；隨喜分支時，想著：「諸佛尊眾為利有情，任何時中絕無散漫而行，實甚稀有！」以信心意樂而唸誦；祈轉法輪分支時，祈求：「諸佛尊眾為利有情，祈請無有間斷大轉法輪。」如是祈請且想著俯允大轉而說法；祈請莫入涅槃分支時，想著於諸佛、上師欲入涅槃眾，因為祈請莫入涅槃，而應允不入涅槃，安住直至劫末；迴向功德分支時，思忖：「以我所造諸善為代表，以三輪清淨將三世一切功德，為利一切有情無有遺漏，得證成佛而迴向。」以上皆屬必須。

丙、在座之結行，收攝次第、功德迴向菩提：

壹、收攝生起的皈依境

貳、以等持狀入於勝義皈依境

叁、迴向功德

壹、收攝生起的皈依境：

之前觀想於半空中的勇父、空行、護法，悉皆融入前方的勝樂金剛等本尊眾，本尊融入右方的釋迦牟尼等諸佛，諸佛融入後方的大佛母等諸正法經匣，正法融入左方的觀世音等僧伽諸眾，以右轉方式而依序收攝。接著僧伽諸眾亦融入於中央，如市集般安住的無派別諸上師，上師諸眾比方說，帝洛巴以意敬心讓金剛持化為光芒融入，那洛巴以意敬心讓帝洛巴化為光芒融入。以此類推，下方以意敬心讓上方依次化為光芒，最後，融入於根本上師。依處總集，大加持自性的根本上師金剛持，融入自己，如是觀想。

貳、以等持狀入於勝義皈依境：

在想著上師的聖身、聖語、聖意與自己的身、語、意無別融合的狀態中，自心不被三時戲論所摻雜—沒有任何思惟，遠離一切緣取執相—亦即對於一切毫無思惟的不加整作，於此無整作心的屬性質地中，無散亂地觀看，自然鬆弛坦後，入於等持。

此乃一切皈依中之最勝。是為密咒無上內相皈依，箇中道理若予總結而說，首先，內相皈依乃是認持三稀勝。《金剛鬘續》：「無垢之心是為佛，法者由語正確說，身則稱為僧伽矣，菩提薩埵眾所住。」特別明晰而說者，嘉謩巴桑：「心是為三身任運自成之佛，確實做為金剛咒故為法，身安住於化現僧伽而為僧，此三者如是予以確定而求皈依者，是為救拔平凡身、語、意三門之皈依矣。」

如此內相三稀勝是乃極度親近，自心法身本即離諸鋪陳而安住，是為佛稀勝，在如是安住中，以上師加持得以了知而皈依佛；語以子音、母音的出、入、住三相

金剛咒而安住，是為法稀勝，如是了知而皈依法；身之蘊、界、處安住天與天女之自性，是為僧稀勝，如是了知而皈依僧。了知身、語、意三門即是三稀勝，乃是救拔所應斷的平凡身、語、意之皈依，甚是深奧矣！

密相皈依三稀勝：蓮花生：「覺知安住於四身即為佛，依止於彼獲得證悟是為法寶，在覺知義理的屬性中，安住於罪業無可成立，且體性無漏之義，是為純正義理之僧伽。」

其義是說：無別地安住於當下覺知剎那的四身體性，即是為佛；了知本即如是安住，即是為法；證悟體性中，沒有二執污垢且取為道用，即是為僧。如是安住且得了悟，是為皈依佛；安住於證悟體性中，是為皈依法；在一切行止中，不離正知正念，見地、修持取為道用，所作皆成利益眾生，是為皈依僧。

對此，尊者達波仁波切：「證悟心性離卻戲論諸邊，是為皈依佛矣！一切時地與行止中，以正知正念攝持經驗後，若無根本、後得之別，是為皈依法矣！倘若所作皆成大乘之道，是為皈依僧矣！」

如是若有皈依，則於其他無須再予觀待，到了最後，自己遠離所救、能救與救護者，本即安住的法性，不被苦痛污垢所染，能住於彼，是為基位皈依。對於能予證悟的方法，於法行持，是為恆常皈依—外相皈依之故，做為修持法教之基礎；藉此在內相皈依中，了知三門即是三寶、三根本；了知能救、所救境無二，而淨化各異污垢後，顯現證悟，是為真實義皈依，於此嫻熟，則為得證成佛。有關於此，《山法》：「基位外皈依，道位內皈依，果位密皈依。」

叁、迴向功德：

「願我迅速以此善，成就具德上師已；一切眾生盡無餘，悉登彼尊之勝位。」此四句之義是說，願以我修善之力，迅速令自己能證得與威德上師同等的佛位後，再將所有眾生無一剩餘地安置於威德佛尊之地。必須如是思惟其義，另再加上一偈願文，一偈祝禱吉祥即可。以上即將皈依、發心，前行、正行、結行三者，無餘的觀誦一遍，如是即為一座。

此處詞句念誦的方式與我等四座恆常所唸誦，次序上不盡相同，須明白如此的大手印皈依、發心是上師傳承的傳統。

丁、座間的修持：

入座的正行，皈依、發心、獻出禮拜即如是。即使是在座間的動靜行為的一切時中，亦應盡力不像平常流於庸俗無義的迷亂，在所有動靜行為與食、行、睡、住中，皆以皈依方法而攝持甚是重要。總結而言，自己在行走，不要只是如同平常而走，在自己行走的右邊之前方虛空中，有著廣大的五聚皈依境，或是簡略的以根本上師為依處總集的體性，秉持對著彼尊繞轉之心，專注無離的行走。如是行走時，若能觀想皈依境生起繞轉之想，行走的行為則不會成為庸俗與無意義，而有著與繞轉無別的利益，這稱為＜了知行止即繞轉＞的口訣。

以此類推，即使在做事身體動搖的時刻中，在前方的虛空中，觀想出皈依境後，若能抱持著獻出頂禮之想，無論作何事、如何活動，皆不流於庸俗，而得與頂禮無有差別的大利益；同樣地，在坐著的時候，在前方的虛空中，觀想出皈依境後，若能秉持著對彼求取皈依之想而坐，則不會是庸俗無義的空坐，而得與求取皈依無有差別的利益；像是在自己飲食的時刻，將皈依境觀想在對面虛空，無論是何飲食，予以加持觀想成為甘露大海後，若能做出供養之想，無論或飲或食，皆不生信財之

過患，而得與獻出曼達無差別且圓滿廣大資糧的利益；同樣地，在談話聊天時，將皈依境觀想在對面虛空，偕同皈依的意樂，即使聊天亦得與唸誦皈依無有差別的利益；在自己睡覺的時刻，若能在頭部的虛空中，觀想皈依境諸眾，在心中秉持著皈依的意樂而入睡，即能不流於庸俗，睡眠不成無義的愚痴，躺臥能成皈依的自性，能與斷捨睡眠而行皈依的利益無有分別。如是之意樂，須於心中修練。

對於如是此等座間皈依瑜珈，若能了解其要點且予修持，飲食、行走、睡眠、坐臥皆不流於庸俗無義，能與恆常持續進行皈依無有分別。倘若不懂此座間皈依瑜珈，除了僅在座上頃刻修持的利益之外，在平常其他時間的飲食、行走、睡眠、坐臥皆成庸俗，所做皆為無義，不僅無義，過患亦大，產生過患是因為未能掌握修持的關鍵，而令座間成為庸俗，因此，對此座間皈依瑜珈有所理解，甚為重要。

對此，若能理解，即使未入皈依之座，能夠產生所做一切皆不逾越皈依的功德；若不理解座間瑜珈，雖然像是進行著座上的修持，但此乃短暫僅一剎那，在平常食、行、睡、坐這些無義過患的事項中，自己無義遠超過有義，此乃無知於修持要點之故，應予避免。若於如是座間瑜珈中，掌握皈依意樂，則有「所作皆為佛法，所行皆入皈依」的甚深要點，利益甚是廣大。

如是雖將座間皈依瑜珈，附帶地座間發心觀修之義，詳細地在發心學處中廣為宣講，但這一切對於初學者而言，尚是難以理解與成辦。在此階段，仍以皈依本身為主，無需詳盡於發心學處。簡略而言，自己在所有動靜行為中，了知三界一切有情皆是過去諸生諸世的具恩老母，對於所能看見的蟲蟻以上的有情眾生，生起悲心與利益之心，不起害心，避免惡毒、瞋怒、損傷的詞句。在一切時中，普於一切不離生起悲心與發下善願。

如是若不理解座間瑜珈，雖於正行發心中，有所觀修，除了座中正行的利益之外，座間流於庸俗而造罪，是為不懂發心學處。即使在座間，發心上亦應修習悲心，在實行上，果若學習捨害予利，能因福德與利益力強大之故，在每天或是每個時刻，或是在每個剎那中，讓自己獲得淨除障蔽、圓滿資糧、心性調柔、諸佛菩薩賜予加持而成佛子、迅速跨越菩提道等，如大海般的力量與功德。

以上即是總集皈依的座間瑜珈與平常的發心學處簡略而說。各自應當牢記於心，且實際修持，甚為重要。

大手印的前行，四加行之大禮拜解說品 竟

台灣尊勝法林佛學會常住多傑仁卿喇嘛恭譯於台北道場 二零一一年七月二十七日
二零二五年七月二十五日復校於新莊道場