

《三要所緣次第趨入兜率妙梯》

二世達賴喇嘛根敦嘉措著

蔣揚仁欽翻譯

禮敬大悲觀世音自在

無量諸佛聖悲慧，為度有情所化現，
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，易解語鬘廣宣說。

大悲觀音之口訣教授，是瑜伽自在銖札鄒賜與慈聖憫
曝大譯師法生。在「三要所緣次第」的前行，應當依先賢
諸師等廣大講授，了解至尊銖札自傳殊勝，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：「此生恆續觀本尊，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，初句說明今
生，二句說明臨終，三句說明中陰修持，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的修持，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過弱，而是如同流水般修持。

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。

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」。前者闡述念死無常為斷除今世貪著之因；後者說明透過認知輪迴所有痛苦，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。這二種內容暗示了共下士道次修心之理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，故依勝尊洛桑札巴所著的菩提道次第了解其意。

第二，本文曰：「憐憫大悲極生起。」不是希求個別解脫，是為了利益一切有情，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，祈求上師本尊方便教授。復次，自身發起菩提殊勝妙心後，圓滿二種資糧，於成佛時，自己可令諸有情從輪迴獲得度脫。然而現今自己無能力，為使一切有情立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。此時應當懇切祈求聖者觀音自在以及千劫賢佛。觀想：自己頂部有座白色琉璃的無垢寶塔，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，身色如雪山般純白、一面四臂，初二臂於胸部合掌，次右臂持水玻璃寶所造念珠，次左臂持白色蓮花，金剛跏趺坐姿，以各種珠寶與多色衣飾莊嚴其身，無自性的本尊聖身如同虛空彩虹般放大光芒，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觀想喀撒巴尼觀音，內容卻無大異。因多數隨念六字明咒者有修四臂觀音的緣故，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，其相如同上述。白色「阿」(ཨ)字所現的無垢千瓣，明光性質，放射千種光芒。觀音的胸部月墊上有白色「哈」字(ཧ)，四周圍繞著如珍珠般的六字咒輪。如此專注觀修後，再對頂部上師大悲觀音及千劫賢佛生起極大淨信，眼眶滿淚、寒毛豎立、悲喜交集地祈求大悲上師與本尊：「如我父母六道眾生，淪落輪迴浩瀚苦海，無有依怙、無可救護、傷痛悲泣，祈願彼等皆能現今得度、速速得度、於現處得度。」如此猛烈祈請之故，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「啊」字(ཨ)，依此因緣，胸部觀音與千種「啊」字(ཨ)等無二智慧之體性，化成了無量白色甘露，激湧流入體內、充滿全身，三門一切罪障及習氣，如同黑色蒸氣、炭煙、毒蠍般，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。

甘露從毛孔流出，初入地獄世間，充滿地獄，淨除一切地獄眾生熱冷傷痛，以及諸苦因緣業與煩惱。地獄炙熱大地、燃熾火房、極冷狹閻等畏懼世間，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，無自性、如虛空彩虹。做此觀想。

同樣的，如是甘露依序流入餓鬼、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，以及諸苦因緣業與煩惱，皆得淨除。如前述般，彼等所居處器世間成為祥樂淨土，有情眾生成為觀音本尊。做此觀想。

此後，若欲持誦六字明咒，則觀想：自生觀音的口中唸出六字明咒，並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。

如是盡量持誦後，於結行時，觀想安住自身胸部本尊心中「啥」字（ཨྱེ）放光，照亮一切極樂器世間，光芒充滿，並融入已生起觀音之諸有情；其次，已充滿的光芒融入自身及頂部觀音，其次融入胸部觀音；融入千劫賢佛胸部千種「啊」字（ཨྱེ）；寶塔如同虛空彩虹般消失。自生觀音胸部的花瓣與「啊」字（ཨྱེ），此復中部觀音，此復胸部咒輪與寶墊，此復中部「啥」字（ཨྱེ），最後觀修無緣正見，安住入定。

第四，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：

自身五蘊上的我不是「唯取」或「唯見」，此心所緣之我是一種五蘊上原有、本來就有的「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：此木頭上的柱子並不是以「這是柱子」的心唯施設而有，而是一種從境上而有的「柱子」。

雖然會如此見到，可是在五蘊境上絕沒有所謂的「原有之我」。譬如：柱子是唯意識緣抬舉棟樑的木頭施設而有，絕非是從境上產生的柱子。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，從木頭上取名為「柱子」起，看到它時才會說看到柱子。因此柱子是唯於木頭上由意識安立而有，並非從木頭上形成柱子。

同樣的，有些嬰兒誕生後，因取名為「扎西」的緣故，任何看到他的時候，自然就會想起扎西。這時雖然會感覺扎西是從這位嬰兒而有，但是從他本身沒有扎西。否則，這位嬰兒還未取名為扎西之前，看到他時，就應該認為是扎西才對，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，並非於境上存在。徹底了

知此義，於根本定觀修；於後得道時，所見一切，皆能見為無自性之幻象，應如是修學！

在此只是簡要地說明修持空見之理，於正見講授中可獲得廣義，應當了知。

第二、臨終修持破瓦法。

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。」為修此義分三：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用，就如飛鳥被石頭綁住，雖然想要往生兜率，卻成為破瓦障礙，因此需要對治對肉身的貪著。故如本文的初句所說，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。頂方有主要的傳承上師，上身部位則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！我於輪迴已得無數凡夫身，光以人身而言就無可測量。一切生中只造無意義的瑣事、浪費人生，未曾做過偉大有意義的善事。今世雖然獲得朽敗肉身，也未曾行持正法，反而為了生活造作眾多惡業，臨終時，此身如同空曠野地，只剩灰燼。由惡業力，後世感得無法忍受的惡道極苦，實在沒有道理貪著今世的肉身，所以應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，向前方上師觀音祈請：「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，上師誦出喻（ཨ）、啊（ཨེ）、吽（ཧཱ）三字，形成了三座人頭灶石高山，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灶石上，其血流遍滿並溢出到三千世界。此復，空行母再次手持多把彎刀，把一塊塊的肉皮血骨切剝成零碎，放置頭骨內，頭骨充滿了血肉。此復，本尊誦出喻（ཨ）、啊（ཨེ）、吽（ཧཱ）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，從自胸部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，因為賜予冤親債主的緣故，彼等取回業債、消債除恨，皆成為觀音。因為賜予今世恩惠父母，以及由彼牽引的一切六道有情，所以消滅六道痛苦及諸苦因緣——業與煩惱。如上述所說，器世間成為淨土、情世間成為觀音，再以前述的觀想來唸誦六字大明咒。最後，諸器化為光芒、融入有情等，再融入自身。於前方虛空中安住的根本傳承上師，乃至空行護法等等一切尊者，也都融入自身，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，殷重生起三輪體空的智慧。

如是思維，雖然可以斷除對肉身的貪著，卻沒有遠離貪著師長及財物等享受？答：本文的第二句已解釋如何斷除貪著之理。此生雖然值遇眾多師長，卻如風力堆葉般短促，終究師長還是棄捨離去，或是自己棄捨師長。臨終時，無親朋好友可作為伴侶隨己同行，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孤零，必須放下財物享受，既如此，當無戀心，將財物作三寶物或做供僧等善事，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。本文的後二句已解釋。兜率法宮位於眾多珠寶妙房環繞的中心，又稱法幢妙高宮殿，也是至尊彌勒所居住的圓滿寶宮。在此宮的前方有遼闊、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，善說般若般羅密多教法。四周有無數菩薩眾環繞。

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，觀想從慈尊的胸部延伸了衫袖般長光管，如開窗般打開了自己頂部的淨穴，逐漸地進入頂穴。自心胸部的觀音聖像，從已打開的頂穴光管朝上看，以此因緣，擦淨了慈尊胸部的黃金曼達盤，如日光燦爛。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。以此因緣，慈尊的胸部放下了光鈎，穿過光管，進入頂穴，融入已生起的自心胸部觀音。光鈎成功吊起自心，離開頂穴，如飛箭般無礙地經由光管直奔慈尊胸部，緩緩融入慈尊心續，成為無二，保持此觀。後由胸部離去，成為勝慧天子，具可行大乘妙法之種性者。安坐在慈尊傳法

廣場的千瓣蓮花中央，享有無量慈尊妙法甘露。

第三、中陰身的主要修持合修。

如本文曰：「明曉彼為中陰身，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，所以要了解中陰身是中陰身。如是再再觀修，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。」因此認識中陰身為中陰身，就像夢中也會恆續想起白天般。

第二，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成，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，應想全都成為觀音本尊。

密變相：如是看到情器二種世間時，都會現起自性幻象，因為受到自心實執隨眠的染污，雖然看見此相，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，應想這些都是淨土；看到獄卒拿起利刀追我時，應想諸有情成為觀音本尊，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。為了得到可成辦清淨正法之暇滿，於中陰身看到父母擁抱時，隨形生力，生起緣父嗔心、緣母貪心。此時，對於嗔境父親，應思維無始恩惠，生起猛烈悲心，去除嗔患；雖然看見貪境母親，應思維無自性，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。

第四、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：輪迴涅槃於性空中一味，思維此義，持菩薩行。

「大成就者妙教授」：上述內容都是至尊銖札教授的緣故，顯示這句偈頌不是銖札所說。

以上圓滿了易解攜便的「三要所緣次第」教授。

白蓮碧水心湖生，稀有珍珠細深道；

妙繩善串美纓珞，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。