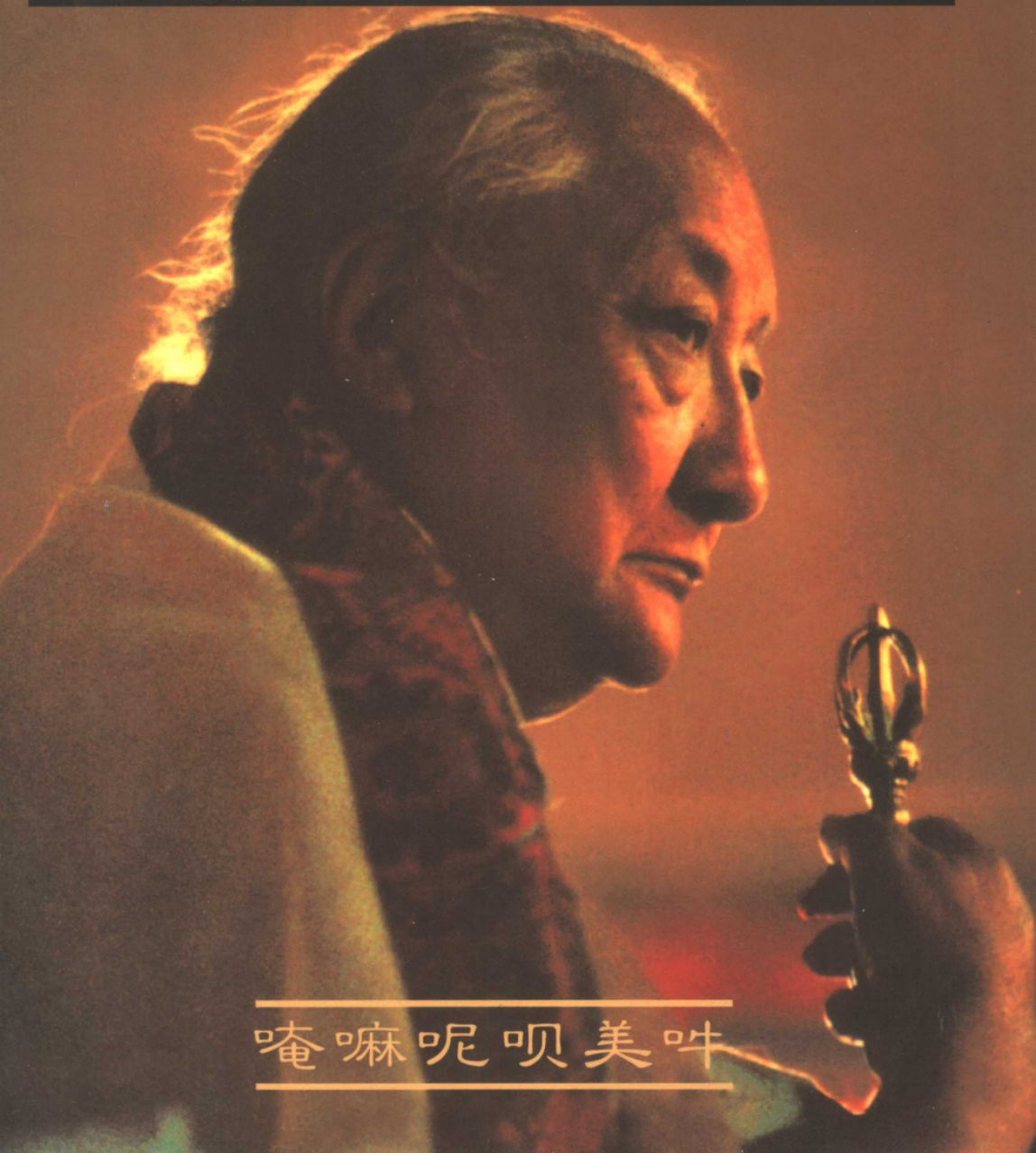


证悟者的**的**心要宝藏

ZHENGWUZHEDEXINYAOLAOZANG



唵嘛呢叭美吽

◀ 作者简介 ▶

顶果钦哲法王

Dilgo Khyentse Rinpoche

(1910-1991)

顶果钦哲法王是最后一代在西藏完成教育与训练的伟大上师，是古老的宁玛巴传承的主要上师，也是实修传承的杰出持有者。在他一生中，曾闭关22年，证得了许多受持法教的成就。

他写了许多诗篇、禅修书籍和论释，更是一位伏藏师——莲师埋藏之甚深法教「伏藏」的取宝者。他不仅是大圆满的指导上师之一，也是数百种重要传承的持有者。在他那个世代中，他是利美运动（不分派运动）的杰出表率，以能依循每一派本身的传承来传法而闻名。

事实上，在当代的上师中只有少数不曾接受过他的法教，大多数的上师，包括至尊DL喇嘛都敬他为根本上师之一。

「钦哲」意即智慧与慈悲。钦哲传承的转世上师是藏传佛教发展史上的几位关键人物，其中包括了赤松德赞王、九世纪时与莲师一起将密法传入西藏的无垢友尊者、密勒日巴尊者弟子暨噶举派祖师的冈波巴大师、和十八世纪取出「龙钦心髓」的吉美林巴尊者等。

此书是顶果钦哲仁波切亲自选择要出版的法教，谨以此书献给我们那些寻求心灵安宁的人们。钦哲仁波切的开示，即使是简单的几个字，也可以带领我们的心到达不可思议的智慧深度。并会强有力地震撼在此书前驻足片刻的人们。



RWT/3079 104

目 录

TABLE OF CONTENTS

1	〔推荐序〕	一剂起死回生的灵药
3	〔中文版序〕/雪谦冉江仁波切	藏传佛教宁玛巴传承
12	〔中文版序〕/赖声川	体验顶果钦哲法王的慈悲智慧
14	英文版致谢	
16	〔英文版序〕	导读:走进钦哲仁波切的智慧传承
20	〔原颂作者简介〕巴楚仁波切简传	
28	〔本书作者简介〕顶果钦哲法王简传	
35	导 言	开启证悟者的心要宝藏
36		领受和修学法教的正确发心
41		如此修学此教法
42		此教法的内涵
47		〈启敬偈〉
47		顶礼
50		作者著偈之发心
55	第一篇	末法时期的过患
96		结语
97	第二篇	大乘的见、修、行
98		三乘道
99		〈经乘道〉

99	皈依
107	发菩提心
111	净业
115	供养
120	上师瑜伽
124	〈密乘道〉
124	灌顶
127	净观
130	生起次第
150	圆满次第
155	四瑜伽
167	〈转化六根、五毒、五蕴〉
167	六尘
177	五毒
186	五蕴
195	有关身、语、意、法身之四要点
201	〈第二篇归敬偈〉
203	第三篇 决心出离轮回
204	放下俗务
213	修行的迫切
216	调伏心
219	〈结颂〉
223	功德回向
225	〔跋〕将教法缝进你的生命织布里
227	〔中文偈颂〕证悟者的心要宝藏

〔推荐序〕

一剂起死回生的灵药

我欣喜得知旧译派传承领袖金刚持顶果·钦哲仁波切 (Kyabje Khyentse Dorje chang) 将以《证悟者的心要宝藏》(*Heart Treasure of the Enlightened ones*) 为题，为札·巴楚仁波切 (Za Pal - trul Rinpoche) 原著《前、中、后三善道》(*Thog mtha gsum du dge ba'i gtam*) 所深入宣说的英译本付梓。

札·巴楚仁波切即邬金·吉美·秋吉·旺波^① (Orgyen Jigme Chökyi Wangpo)，是近代降生雪域的大菩萨。这位伟大、崇高且饱学的修行者为了利益企求解脱的众生，传下了题为「前、中、后三善道——见、修、行之殊胜修行心要宝藏」(*Instruction That Is Good in the Beginning, Middle, and End - the Heart Jewel of the Sacred Practice of the View, Meditation, and Conduct*) 的教法。它包含了所有精要的教示，寓意深远、辞藻优美，犹如一剂起死回生的灵药。

我祈愿藉此教法和释论的出版，让东、西方的人们

①巴楚仁波切：即《普贤上师言教》的作者华智仁波切。

都能在慈悲的无比悦乐中，觅得精神上的宁谧。

一九九一年二月八日

〔中文版序〕

藏传佛教宁玛巴传承

雪谦丹江仁波切

有部分的佛法义理与修持方法，早在西元五世纪已传至西藏边区。然而，直到西元八世纪藏王赤松德赞（King Trisong Detsen，生于西元七四二年）迎请印度堪布寂护大师（Shantarakshita），随后又请了无比殊胜的密乘上师莲花生大士（Padmasambhava）入藏，才使佛法正式在西藏大传。

根据《涅槃经》（*Sūtra of Final Nirvana*）的及其他授记的记载，释迦牟尼佛在行将涅槃之际曾经表示，由于此生以人身出世，因此未能广传密续的秘密法教。但他预言将在十二年后，以神通降生的方式再来度世，以传密法。这次转世便是莲花生大士，他从阿弥陀佛的心间化生，以八岁孩童的身形神奇地示现在乌地亚那（Uddiyana）达纳寇夏湖（Danakosha Lake）的一朵莲花之上。

当因札菩提国王（King Indrabodhi）宣告要他继承

王位之时，莲师明了治理乌亚那王国无法利益众生。于是决意以干犯众怒的作为，减少国王与大臣们对他的执著眷恋，因而遭到流放。他来到了印度的八大尸陀林（墓地）修习瑜伽行。他知道，若要利用一般凡众，就必须遵循经由学习与修持这修道上的正规次第，因此他从空行母莱奇·汪嫫（Dakini Lekyi Wangmo）处领受灌顶，并朝礼了八大持明者，得到八大嘿鲁嘎（Eight Herukas）与大圆满的传承。

于后，他转化了杂霍（Zahor）王国的信仰，摄受公主曼达拉娃（Mandarava）为法侣，并在玛拉替卡洞穴（Maratika Cave）证得不死虹身。之后他又教化了乌地亚那王国，并在印度的金刚座（Vajrasana）驳倒外道诸师，接著在尼泊尔的阿苏拉洞穴（Asura Cave）获得无上证悟。在前往西藏途中，他又降伏了一切邪魔，并令他们立誓成为佛法教护。

莲师入藏后，五年内便建成桑耶寺的任运自显洲殿（Spontaneously Arisen Temple of Samye）。在青埔的山洞（Cave of Chimphu）中，他为以赤松德赞王为首的八位弟子灌顶，带领他们进入了寂静尊与忿怒尊的坛城，并授予他们金刚乘各次第的完整法教。

莲师大多数的法教皆由耶喜·措嘉（Yeshe Tsogyal）

或他自己写下，并以神通力封藏于各处，如寺庙、圣像、岩石、湖泊、甚至空中，成为无数的「伏藏」（*gter ma*）。他将这些伏藏一一托付予特定的弟子，并预示这些弟子将会转世成为伏藏师（*teröns*，德童）或取宝者（*terasure - finders*），在特定时空下将由封藏处取出这些法教以利益众生。当适当机缘来临时，伏藏师便会有禅观（*vision*）或徵示，指示他在哪里以何种方式可以取出有缘的伏藏。伏藏通常是以象征性的空行文字写成，伏藏师目睹之后便能写下整函完整的法教。至于所谓的「心意伏藏」（*mind trasures*），则无宝物上的出土，而是在伏藏师的心中生起。几个世纪以来，已经有数百位伏藏师出生。即使在当代，莲师的伏藏法教仍持续被敦珠法王（*Dudjom Rinpoche*）、顶果钦哲法王等伟大的上师取出。这类的法教，有时被称为「近传承」，与经典文字（*bka'ma*）的「远传承」相辅相成，是从本初佛（*primordial Buddha*）、普贤王如来（*Samantabhadra*）、经由莲师、无垢友（*Vimalamitra*）、以及其他伟大的持明者，未有间断地师徒相传至今。至于第三种「净相」（*dag snang*）传承，则是莲师亲现伏藏师面前口传的法教。

在莲师的指导之下，上百位的印度班智达与相同数目的西藏译师（*lotsawas*），将全部的佛经与大部分的印

度论典译成藏文，史称「前译」或「旧译」（*snga 'gyur*）时期。而这段时期勃兴丰富的精神传承便被称为「旧译派」、或宁玛派（*nying ma*）。尽管后来在藏王朗达玛（King Langdarma）的迫害下，寺庙传统几乎被摧毁殆尽，但宁玛派的派脉却经由高度证悟的在家瑜伽士传承而得以延续。

到了西元十世纪末，佛法在印度渐趋衰微，出现了由大译师仁千·桑波（Rinchen Sangpo, 957 - 1055）带领的第二波译经风潮。其后陆续出现的各种传承被称为「新译派」（*gsar ma*），包括噶当派（和其后发展成的格鲁派）、萨迦派、噶举派、香巴噶举、施身法暨希解派（Chöd and Shije）、时轮金刚（Kalachakra）、与乌金念竹（Ugyen Nyendrub）等传承。这些新、旧教派的传承，通称为「八大修道车乘」。

莲师的传承包括了完整的经乘与密咒乘传统，所分列的九乘当中，囊括了佛法义理与修持的所有层面。尽管一切的法教与修道的目标皆一，但因有情众生习性与根器不同，佛法就有证得佛果的诸多修道与法乘。这也是何以佛陀与所有依止佛陀的成就上师，会根据不同需要而教导不同方法的缘故。

宁玛派共有九大证悟法门（或称「九乘」）。九乘并

非分别而不同的修行方式！而是依序而渐次、互通而相含。犹如万流归一海，诸道达一顶，诸乘最终都相融合一于成佛的顶峰，证得大圆满的光明金刚心（*'od gsal rdo rje snying po*）。这九乘也可精简为三乘：小乘、大乘、金刚乘。

小乘法门的根基是出离心。修持的发心是为了自我解脱。单独来看时，或许可被称为「小乘」（*lesser vehicle*）；而当与三乘的修道整体合一时，则被视为是「根基乘」（*basic vehicle*）。

大乘行者的发心则是为了利益他人，希望解脱他人的痛苦，引领众生成佛。在许多基本层面上，大乘都远较小乘殊胜。菩萨了知个人与一切现象皆无自性，因而将所有现象视为如梦或如幻。然而，他对于究竟真理（胜义谛）的了解并不会使他忽略了相对真理（世俗谛），仍旧以慈心与悲心，圆满地依止业果法则，持守言行。为了一切受苦众生，誓言为利众生而证悟的菩萨，生起无尽慈悲，孜孜不倦地利益众生。但他慈悲与智慧双运，证得离于执著的究竟自性，使他安住于无别胜义谛的广大平等中。

金刚乘的法门是以「净观」基础，发愿以善巧方便的修持，迅速让自身与他众离于一切妄念。大乘主张佛

性犹如种子或潜藏力一般，众生尽皆具足。金刚乘则认为佛性是以智慧或本觉，也就是心的无染面与根本性，现前具足。因此，大乘又称为「因乘」，金刚乘则是「果乘」。如同所谓：「在因乘中，心性为佛果之因；而在果乘中，心性即是成佛果。」由于修道的「果」——佛果，本自具足，行者只需确认此心或除去心的障蔽。金刚乘的入门就是由传法上师所授予的灌顶（*abhiseka*），旨在授权行者得以修持金刚乘法教，并因而圆满共（一般）与不共（殊胜）的成就。

莲师的传承由他的二十五位大弟子、五位法侣、八十位耶巴（Yerpa，译注：括号内皆为当时西藏的地名）的成就者、一百零八位「曲沃瑞」（Chuwori）的大禅定师、三十位「扬炯」（Yangzom）的密咒师（*mantrikas*）、五十五位「雪札」（Sheldrak）的证悟者（*togdens*）、二十五位空行母、七位瑜伽女，以及无数弟子所延续。他们传出了许多重要的修持传承，例如以苏波·巴吉、耶谢（Sopo Palkyi Yeshey）、素、释迦·炯乃（Zur Shakya Jungeney）、努、桑杰、耶喜（Nub Sangye Yeshe）和娘·加纳·库玛拉（Nyak Jnana Kumara）等上师开启传承。几个世纪以来，包括戎炯·玛哈班智达（Ronzom Mahapandita）、至尊龙钦·冉江（Gyalwa Longchen Rab-

jam)、敏林·赤钦 (Minling Terchen)、敏林·洛钦 (Minling Lochén)、米滂上师 (Lama Mipham) 等伟大的持教明灯，都阐述了佛法义理与修持法门最为深奥的部分。上百位主要与千位次要的伏藏师，如五大伏藏法王 (five kingly tertöns) 与十一位林巴们 (ling - pas)，发掘并传授了适于他们时代最为深奥的法教。

所有伏藏师的「大印」(Seal)，被认为是蒋扬·钦哲·旺波 (Jamyang Khyentse Wangpo, 1820 - 1892)。他在某次禅观中，清楚地见到埋藏在西藏以及其他国家的所有伏藏。他是西藏历史唯一领受并且传授「七部藏」(bka' babs bdun) 的上师，分别为佛经、岩藏、封藏 (re-
oncealed treasures)、意藏、全集、净相、以及得自禅观的口耳传承。

蒋扬钦哲波与蒋贡·康楚·罗卓·泰耶 (Jamgön Kongtrul Lodrö Thaye, 1813 - 1899)、巴楚仁波切 (1808 - 1887)、米滂上师^① (1846 - 1912) 是十九世纪兴起的不分教派 (利美) 运动的主要倡导者。他花了十三年的时间，毫不懈怠地走访西藏各地，领受上千种不同传承的佛法修持，许多是濒临失传的教法。他谦逊地徒步寻访，身上背著一只背袋，据说还穿破三双靴子。他与蒋贡康楚便将这些搜集到的重要法教集结、编纂、印制成

①米滂上师：即《定解宝灯论》作者麦彭仁波切。

几部重要的大论著。这些伟大的上师拯救了藏传佛教的传承，使它不至衰败而重现活力。他们将活生生的法脉传承，交予未来的世代，若无他们的传承，经典文字将徒留表象而已。蒋扬钦哲旺波在四十岁时开始终生的闭关，直到七十三岁圆寂为止，都不曾踏出他的关房。

顶果钦哲仁波切

顶果钦哲仁波切生于西元一九一〇年。初生时，米滂仁波切曾为他加持，据说这次加持，是他此生最为重要的事情。顶果钦哲仁波切年少时来到宁玛派六大寺庙之一的雪谦寺^①，遇到了根本上师雪谦·贾查仁波切（Shechen Gyaltsap Rinpoche, 1871 - 1926），上师正式认证他为蒋扬钦哲旺波的心意转世，为他举行坐床大典，并授予他无数的法教。在雪谦寺，他也遇到了第二位主要的上师蒋扬·钦哲·却吉·罗卓（Jamyang Khyentse Chokyi Lodro），当时后者恰好前来到雪谦寺以领受雪谦贾查仁波切的教法。

^①雪谦寺：现今德格县境内，是宁玛巴六大主寺之一，即协庆寺。

钦哲仁波切内在修证高深、非凡，已成为精神导师的典范，他是所有遇见他的慈爱、智慧与悲心的泉源。钦哲仁波切以超过二十年的光阴，在偏远的隐蔽处与洞

穴中闭关，证得这些殊胜的功德。在多次闭关之后与之间的空档，他不眠不休地利益众生。他是不丹皇家和无数弟子的主要上师。他因而成为上师中的上师。他对于藏传佛教文学的渊博学识，无与伦比。他也继承了蒋扬钦哲旺波存续所有传承教典的志业，尤其是那些濒临继绝的法教。

虽然钦哲仁波切非常温和、安忍，但在他的跟前，面对他宽广的心性与威严的身形，让人不禁心生敬畏。仁波切于一九九一年圆寂，一九九二年十一月在不丹的帕洛（Paro）附近举行荼毗大典，约有五万人参与了这场圣会。钦哲仁波切完全身教合一。虽然他的心看来似乎深不可测、广不可量，但从凡夫的角度来看，他的确是个非比寻常的好人。他唯一的关注即是他人当下与究竟的福祉。对于任何想要踏上证悟之旅的人来说，他就是修道尽头、最具启发的鲜活范例。

二〇〇三年三月于雪谦寺

〔中文版序〕

体验顶果钦哲法王的慈悲智慧

赖声川

顶果钦哲仁波切是二十世纪最伟大的藏传佛法修行者与教师之一。这一位尊贵的大圆满修行者及「伏藏者」，同时也是极著名的诗人、学者，及哲学家。话说「只要见到他的面孔就能够保证未来的解脱。」

前年，我有缘翻译钦哲仁波切的传记。自从《顶果钦哲法王传》出版以来，得到很大的回响，不论是佛弟子或第一次接触藏传佛法的读者，都被书中的文字和精彩的图片所感动，被引领至另外一个世界中。

之后，在雪谦·冉江仁波切和马修·李卡德的带领之下，我们在台湾成立了莲师翻译小组（Padmakara Translation Group）之中文翻译小组，决定用中文出版顶果钦哲仁波切之所有著作。在小组所有同仁共同努力下，已经有初步的成绩，今年能够为读者献上《唵嘛呢叭美吽——证悟者的心要宝藏》和《成佛之道——殊胜证悟道前行法》两本珍贵的法教，让读者体验顶果钦哲