

六中有 自解脱导引



莲花生大士 岩藏
事业洲尊者 岩传
谈锡永 翻译

B946.6
74

B946.6

妙吉祥丛书⑤

六中有自解脱 导引

莲花生大士 岩藏
事业洲尊者 岩传
谈 锡 永 翻译

请依上师灌顶口传导引后方可修习

青海人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

六中有自解脱导引/莲花生大士著. —青海: 青海人民出版社, 2004. 12

ISBN 7-5004-4695-0/B·705

I. 莲… II. ①事… ②谈… III. 藏传佛教—佛教哲学—研究 IV. B956.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 036888 号

书 名: 六中有自解脱导引

岩 藏: 莲花生大士

岩 传: 事业洲尊者

翻 译: 谈锡永

出版发行: 青海人民出版社

印 刷: 河北亦新印刷厂

版 次: 2005 年 1 月第 1 版

印 次: 2005 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 32 开

印 数: 1—4100

定 价: 30.00 元



持明事业洲尊者小传

伏藏师事业洲 (Karma gLing-pa) 乃属庐·龙幢译师 (lCog-ro Klu'i rgyal-mtshan) 化身, 约第六胜生 (24-1-1327 至 20-1-1387) 年间降生于达波 (dvags po) 之克竹 (Khyerdrup), 为大成就者日月佛 (Nyi-zla sangs-rgyas) 上师之长子, 并依循密咒传统而成长, 且具殊胜天赋、神通及智慧事业。

十五岁时, 因授记与缘起吉祥和合, 遂于形似舞神之岗波达山 (sGam po gdar gyi ri) 取得《寂忿密意自解脱》(Zhi-khro dgong-pa rang-grol)、《大悲莲花寂忿》(Thugs-rje chen-po padma zhi-khro) 及其余岩藏法宝。后将《大悲莲花寂忿》完整教法传予十四位弟子, 使之成为此法之传承上师; 而将《寂忿密意自解脱》教法单传予其子日月法主 (Nyi-zla chos-rje) 一人, 并授记此法于三代内必须秘密单传。由以不具吉祥空行之故, 乃于取得伏藏后不久即便圆寂。

一如授记, 《寂忿密意自解脱》确于第三代传人虚空法海 (Nam-mkha' chos-kyi rgya-mtsho) 后广泛弘播,



六中有自解脱导引

此法系之灌顶、口传、导引，遂普传于藏中、藏南、藏北、青海、西康等地。尤其是《中有听闻解脱》(Bar-dothos-grol chen-mo) 教法之事业，至今尚于各地不断流传。

摘译自敦珠法王《宁玛派教法史》



序

义成活佛仁波切

《寂静忿怒密意自解脱》(Zhi khro dgongs pa rang grol) 乃西藏佛教宁玛派最深邃及广为人知的观修法典。《密意自解脱》所宣示的为如何将所修身与智慧——身与意的清净自性，化为四十二寂静尊 (zhi) 及五十八忿怒尊 (khro)。

《密意自解脱》与事业洲尊者^①

《密意自解脱》为事业洲尊者 (十四世纪) 所发掘的岩藏法 (gTer)^②。尊者是伟大的伏藏师 (gTer ston 秘密教法发掘者) 之一。

于九世纪时，佛教史上最殊胜的祖师及藏传佛教的始创人莲花生上师，游化于藏土达五十五年之久，西藏人由是得获法益。

莲师应其弟子的请求，将内密的教授及智慧等佛法，摄集为《密意自解脱》形式，并以其智慧心性，把《密意自解脱》的教授及证悟隐藏 (sbas)、托付 (gtad rgya) 予藏王赤松德赞 (Thrisong Deutsen)，其王子及大译师



属庐·龙幢 (Chog-ro Lü-gyaltzen) 的本觉心性中。此后，莲师再把《密意自解脱》以空行标相文字 (brDa yig) 书写于黄卷 (Shog ser) 上，并岩藏于西藏中部的达拉岗波山 (Daglha Gampo)。

于十四世纪，龙幢译转生为事业洲尊者，于藏中达波谷 (Dagpo) 出生。其父著称为日月佛 (Nyida Sangye)。事业洲尊者十五岁时，于状如山神起舞的达拉岗波山发掘出许多深秘岩藏教法，其中即包括以空行标相文字书写于黄卷的《密意自解脱》。达拉岗波乃一著名圣地，以此即噶朱派三位最重要祖师之一冈波巴尊者 (Gampopa 1079-1153) 的驻锡地。

解读标相文字后，尊者顿时醒觉此数百年前托付于他的《密意自解脱》教授及证悟，犹如刚刚学习及体会此法一样。尊者乃将此教法笔录成文。

一年多后，事业洲尊者将完整的《密意自解脱》法要悉数传予其稚子日月法主 (Nyida Choje)，并据本法中《总题》的岩藏授记 (kha byang/gter lung)，嘱咐其子此法要必须单传三代。尊者其时虽仍年青，随即去世。

日月法主把《密意自解脱》传予日月光 (Nyida ödzer; Surya-tsantra Rasmi)，日月光传予虚空法海 (Namkha Chökyi Gyatso)。自虚空法海始，遂将此法广泛弘扬，形成多种传承。

此后，《密意自解脱》成为西藏宁玛派最著名的法要



之一，至今尤然。除宁玛派外，噶朱派许多具德上师及寺院亦修习此《密意自解脱》。

在我出生的藏东地区，《密意自解脱》以《（中有）闻解脱》(thos grol) 为人所知。此为行者最先学习的法要之一——未必旨在学习其法义，很多时只是为法会时的修念作为准备。对于曾经修习宁玛派三内密的行者，《密意自解脱》，则为将所学经教与修持结合的根本仪轨之一。

《密意自解脱》的教授尽摄三内续之精髓：其生起次第的教授，摄大瑜伽 (Mahāyoga) 教法如《幻化纲本续》(Guhyagarbhamayajala - tantra) 之精粹；其身坛 (lus dkyil) 及大业自解脱 (bde ch'en rang grol) 的教授，摄无比瑜伽 (Anuyoga) 教法之精粹；其六中有及六灯 (sgron ma) 的教授，摄无上瑜伽 (Atiyoga) 教法之精粹。

六中有

《密意自解脱》为对“中有”的教授，尤以本书选译之部分为然。

藏文 Bardo，意为“中间状态”或“中有境界”。一般而言，“中有”所指为偏重与来世之间的阶段；然而本法的“中有”教授，乃据密乘精髓，配合生命的每一流程，包括生时、临终及死后各阶段；要言之，即指每一



“中间状态”及过渡阶段。复次，不同的中有境界，可以是实相的当下证境，亦可以是凡夫迷乱的心识状态。因此，中有教授与生命的每一部分皆息息相关。

密续^③及宁玛派其他法典有“四中有”的教授；处生中有（skye gnas）、临终中有（ch'i kha）、法性中有（ch'o snyid）及受生中有（srid pa），此亦即死后以至入胎之间的状态。

然而《密意自解脱》的密乘精髓，全于“六中有”教授中表现出来。《密意自解脱》云：

“据大圆满《十七续》……，莲师总集一切教法的精髓，将诸法所显决择为六中有，名曰《寂忿密意自解脱》，并封印岩藏于如山神起舞的达拉岗波后山。”^④

六中有的教授如下：

第一（总义）为处生中有的修习道引，即现生过渡阶段的观修。行者借止心于闻法、思法、及修习寂止与胜观、从而证知本明觉性，由是于证悟心性（自解脱）及成三身佛果之道上修习。

第二（总义）为梦幻中有（rmi lam）的教授。行者借无动心性，修习证悟梦境或迷乱境，转之为清净光明境界。

第三（总义）为禅定光明中有（bsam gtan/od gsal）的教授。行者借无动、无执及无缚的禅定境界，于“四大解脱”得决定。“四大解脱”为：本初解脱、自解脱、



刹那解脱及圆满解脱。

第四（总义）为临终迁识中有的教授。以四种迁识法（pho ba）任何一种，令行者的无生本觉融入法界，又或令行者的神识经正确的窍门迁往净土。

第五（总义）为法性中有的教授。法性即一切心法与色法的实性。行者借“四现分”（Sngang ba）的修习，证悟一切显相皆为本觉的自然显现。

第六（总义）为受生中有的教授，此为死后与投胎之间的状态。此修习法，以行者了知自身已死、遮闭入恶道之胎门、开放往生善道或净土之径、以及生起更高的证量为主。

依六中有的修习，利根者能于处生中有即身解脱，中根者能于临终中有解脱，钝根者于法性中有解脱，甚至最少能令行者于受生中有时走上解脱之道。

《密意自解脱》亦为宁玛派最主要的超度法之一。此法提供净除恶趣及习气的详尽观修，亦有明细观修寂忿诸佛及其刹土的清静色、声及觉受。若行者修习娴熟，能转迷乱心所起的怖畏、不安、诱惑等色、声及觉受，为诸佛的形相及功德。由于行者修习的证量，纵有不正的形相或声音生起，对行者而言，亦如油之于火，只为寂业的燃料而已。

传承

在虚空法海之前，《密意自解脱》只有一系传承。虚



空法海以后，则开出许多不同传承。以下为第三世多竹千仁波切（Dodrupchen Rinpoche）经由藏中敏珠林寺（Mintrol Ling）及藏东卓千寺（Dzogchen）之上师所授予的传承：

法身普贤王佛父母
报身五部佛及金刚持
化身俱生喜金刚
吉祥狮子
莲花生大士
智慧海空行母
属庐·龙幢译师（九世纪）
大伏藏师事业洲（十四世纪）
心子日月法主（十四世纪）
日月光
虚空法海
持明福德光
大成就者福德祥
胜者王菩提洲（十五世纪）
福德护法
遍智众自解脱（1494—1560）
心子欢喜名称
持教名称（1536—1597）



遍智显密持教 (1576—1628)

持明事业任运成就 (1611—1662)

敏林大伏藏师不变金刚 (1646—1714)

敏林大译师法吉祥 (1654—1717)

一世卓千仁波切莲花持明 (1625—1697)

一世卓千长老虚空光 (? —1726)

卓千住持莲花遍解脱尊胜 (1706—1773)

三世卓千仁波切了义持教贤 (1759—1792)

卓千大堪布持明贤

一世嘉龙南珠无畏不异金刚 (1744—?)

莲花普贤

四世卓千仁波切无畏智悲自在 (1793—?)

事业尊胜金刚

二世嘉龙南珠普贤妙乘金刚[®]

三世多竹千无畏教日 (1865—1926)

至于怙主敦珠仁波切 (Kyabje Dudjom Rinpoche) 的《密意自解脱》传承, 据我的资料所知, 在敏林大译师法吉祥以前, 全同三世多竹千仁波切, 之后, 敦珠仁波切的传承如下:

敏林大译师法吉祥

宝尊胜

莲花持教



事业尊胜

事业法炬

文殊智慧自在

不变了义自在

摧魔无畏智金刚（即敦珠仁波切）

最后，让我感谢谈上师——怙主敦珠仁波切的亲传弟子——以后其密乘佛学会的弟子，令此《密意自解脱》中最珍贵的“六中有”教授能以汉文传播。愿此殊胜功德能令一切如母有情，如婴儿在母亲怀抱中苏醒一样，于其如如不动的密意自解脱中觉醒。

义成活佛仁波切于佛乘基金会

【注释】

①本序参考书目：

一、《寂忿密意自解脱深法》卷一：《寂忿密意自解脱题识》页一至七/Sherab Lama 出版 1975—6）。

二、《寂忿密意自解脱深法》卷一：虚空法海著《寂忿密意自解脱之传承史略宝鬘》页二十七至四十八（Sherab Lama 出版 1975—6）。

三、《寂忿密意自解脱深法》卷二：文殊怙主工珠尊者著《能成熟之论·中等灌顶六趣自解脱·庄严传规补充相关限量自解脱》页一四五至二二八（一六零至一六



四) (Sherab Lama 出版 1975—6)。

四、《寂忿密意自解脱深法》卷三：《寂忿密意自解脱（中有祈愿三种）》页三一五至三二七（Sherab Lama 出版 1975—6）。

五、《教法心要广大秘密旧译甚深了义法源（显扬善说智者美酒论之游戏海）》页四五七，吉祥上师著（Krungrig bod kyi shes rig dpe bskrun khang 出版 1990）。

六、《甚深伏藏及伏藏师成就者降生传记·宝琉璃鬘》页二四 a/三，工珠尊者功德海著（Ngodrup and Sherab Drimed 出版 1977）。

七、《宁玛派教法史·帝释胜王战鼓妙音雷》页二八九 b/二，无畏智金刚（译按：即敦珠法王）著（敦珠仁波切出版 1967）。

②关于伏藏及伏藏师，参见：

《伏藏传承注释·殊胜海》，无畏教日著（多竹千仁波切出版 1974）。

“Hidden Teachings of Tibet” 义成活佛仁波切著（Wisdom Publications 出版 1997）。

③见于《宁玛十万续》（顶果钦则仁波切出版）中之如下密续：

《圆满广大自在》页一，Ta 函：《日月结合》页三八六，Ta 函：《明觉广大自显》页一，Tha 函：《广大声应



成》页三八六，Tha 函。

④《寂忿密意自解脱深法》卷一：《寂忿密意自解脱题识》页五。

⑤所有传承祖师名字·至嘉龙南珠二世·普贤妙乘金刚为止，依照《事业洲寂忿（密意自解脱）（中国四川民族出版社）页七四七所载之卓千寺传承。

目 录

导论	1
科判	22
正文	29
《寂忿密意自解脱深法纲目·钥自解脱》	30
《祈愿三身》	38
《三身上师瑜伽祈愿》	43
《前行调伏心识补述》	45
《处生中有导引·阿赖耶识自解脱》	61
《梦幻中有导引·迷乱自解脱》	92
《禅定中有导引·本觉自解脱》	110
《临终中有导引·往生忆念自解脱》	122
《法性中有导引·现分自解脱》	140
《受生中有导引·受生自解脱》	154
附录	164
《密咒道金刚乘法行四座瑜伽·心性自解脱》	165
《中有祈愿》四种	176
《寂忿密意自解脱深法》岩藏全目	184

导论

