



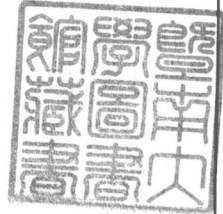
西藏佛教 生死學

朱文光◎著

B946.6
201035

朱文光 著

西藏佛教生死學



文津出版社 印行

國家圖書館出版品預行編目資料

西藏佛教生死學 / 朱文光著. -- 初版. -- 臺

北市：文津，2008.07

面；公分

參考書目：面

ISBN 978-957-668-872-0(平裝)

1. 藏傳佛教 2. 佛教教理 3. 生死學

226.961

97013617

西藏佛教生死學

著 者：朱 文 光

發 行人：邱 家 敬

出 版 者：文 津 出 版 社 有 限 公 司

地 址：台 北 市 10662 建 國 南 路 二 段 294 巷 1 號

E-mail：twenchin@ms16.hinet.net

http://www.wenchin.com.tw

電 話：(02)23636464 傳 真：(02)23635439

郵 政 劃 撥：00160840 (文津出版社帳戶)

登 記 證：行 政 院 新 聞 局 局 版 台 業 字 第 5820 號

公 元 二 〇 〇 八 年 七 月 初 版 一 刷

ISBN 978-957-668-872-0 定 價：新 台 幣 400 元

自序

一九八〇年代，余開始接觸西藏佛學，閱讀《密勒日巴大師全集》、《金剛乘全集》、《諾那呼圖克圖開示錄》等部帙，並在蔣波羅曾仁波切（1930-1987）座下聽聞開示，雖因慧根淺薄，未能領會妙義，卻發現無上瑜伽教法，頗有漢地文獻未及言之者；然彼時擘究天台、華嚴、中觀、唯識、淨土諸宗義理於不暇，未遑他顧，遂將密乘儀軌視爲行門之一端而已。此後，陸續從西藏八大傳承教師汲取妙法甘露，幸而彼等不以頑愚見棄，思路逐漸開通，於深觀、廣行之雙運，始窺入路門頭。

中有教法爲證悟三身之門徑，於寧瑪、薩迦、噶舉、格魯等教派均有極豐富之詮釋傳統。惟單舉《中有聞解脫》之傳授，則以寧瑪、噶舉兩派流行最廣。一九九〇年代以降，余曾經從紐修堪仁波切、貝諾仁波切、止貢澈贊仁波切、索甲仁波切、索南多傑仁波切等處聽聞中有解脫之教授與指示，輒感坊間關於《中有聞解脫》或《西藏度亡經》之解說，多有誤會乖謬之病，故亟思匡正之道。

未久，香港密乘佛學會出版『甯瑪派叢書』，其中收錄多種與中有教法相關之典籍，例如《幻化網秘密藏續》、《幻化網秘密藏續釋·光明藏》、《六中有自解脫導引》、《中有大聞解脫》等等，以此爲基礎，參照龍欽巴、札勒那措朗著兩位學者之論述，以及嘉初仁波切、堪布卡塔仁波切、堪布慈成囊達仁波切、格西格桑嘉措仁波切等善知識對中有境況之剖析，證悟三身之原理與行法，乃愈見明晰。

研習密乘教義時，遠離門戶分別之賢善士夫，諸如頂果欽哲仁波切（1910-1991）、第二世蔣貢康楚仁波切（1954-1992）、紐修堪仁波切（1932-1999）、波卡仁波切（1940-2004）、達賴喇嘛、貝諾仁波切、秋竹仁波切、薩迦崔津、薩迦達欽仁波切、止貢澈贊仁波切、第十二世嘉華竹巴、泰錫度仁波切、第十七世噶瑪巴、第二世卡盧仁波切、貝雅祖古仁波切、聽列諾布仁波切、宗薩欽哲仁波切、雪謙冉將仁波切、詠給明究仁波切、多傑扎丘喬仁波切、貢羌仁波切、索甲仁波切、仁津多傑仁波切、卻袞仁波切、德澤仁波切、揚丹仁波切、瑪貢仁波切、創古仁波切、南開吉美仁波切、格巴多傑仁波切、索南多傑仁波切等具量教師，咸有法乳哺育之恩，慧命所在，曷敢或忘。蕭金松先生講授藏文，桃李滿天下，余雖不敏，學無所成，猶感佩在心也。鐘敬堯學長多次指點理解竅門，助益甚多，若非宿緣成熟，焉能至此。

本書構想肇端於二〇〇七年，復得貝諾仁波切隨許撰述，於二〇〇八年四月廿日（佛陀宣說時輪教法紀念日）開題，原名為「《中有聞解脫》釋疑·三身津梁」，至六月廿八日（藏曆四月空行薈供日）撰成初稿，標題為「《中有聞解脫》管窺·狗尾續貂」，以誌野人獻曝，貽笑方家云云。茲因倉促成篇，舛誤難免，尚祈方家有恕。撰寫期間，家人之付出，同事之擔待，朋友之協助，僅能以法義供養，羞慚忒甚，非筆墨所能形容。胡淑貞、吳宜芳、張祐慈等人協助謄打及校閱文件，謹此表示謝忱。承蒙文津出版社邱鎮京先生慨允出版，盛情高誼，盍可言宣。謹願法界有情證悟佛陀三身果位。

朱文光 寫於二〇〇八年七月十二日
藏曆地鼠年五月蓮師薈供日

凡 例

一、本書徵引文獻，採取「作（編）者，出版年代，頁碼」標記法，例如「朱文光 2008: 64」對應「參考文獻」所列《佛學研究導論》頁 64。為節省文字，常用文獻採取「略符，頁碼」標記法，例如「B: 49」對應《中有大聞解脫》頁 49。

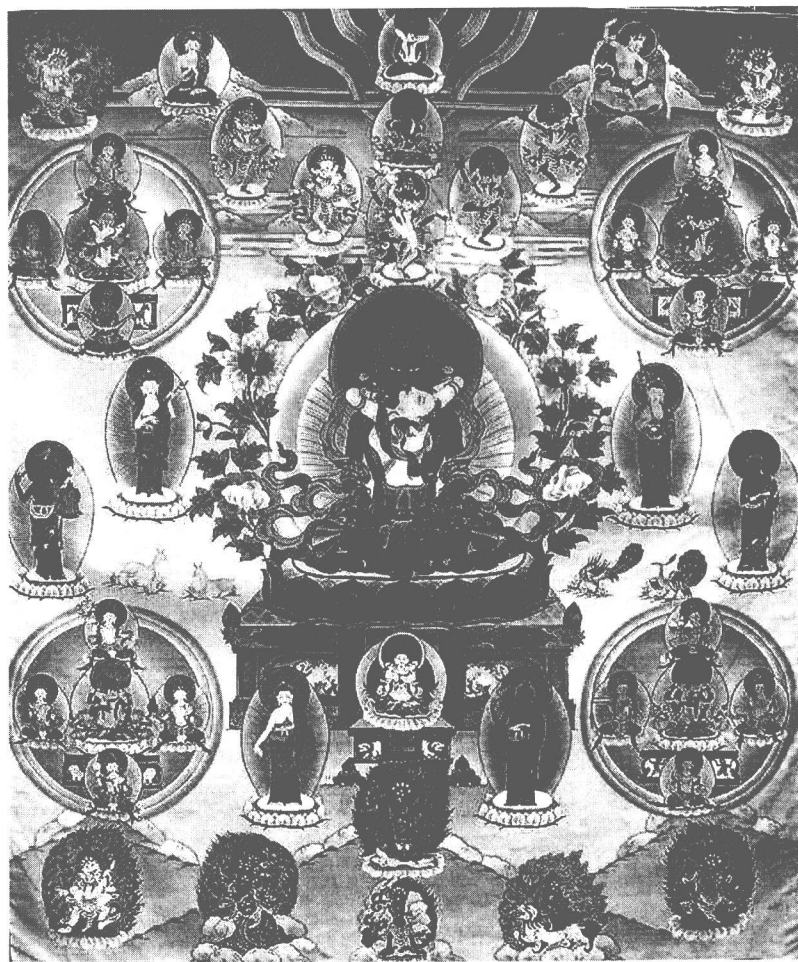
二、常用文獻略符：

- A 六中有自解脫導引
Guru Padmasambhava 埋藏，Karma Lingpa 取藏，談錫永編譯，香港：密乘佛學會，1999
- B 中有大聞解脫
Guru Padmasambhava 埋藏，Karma Lingpa 取藏，許明銀中譯，香港：密乘佛學會，2000
- C 藏密度亡經：中陰聞教大解脫
Chogyam Trungpa Rinpoche 講釋，Francesca Fremantle 編譯，鄭振煌中譯，台北：知識領航，2005
- G 密宗大解脫法
Guru Padmasambhava 埋藏，Karma Lingpa 取藏，Gyatrul Rinpoche 講述，Dr. Alan Wallace 英譯，楊弦、丁乃竺中譯，台北：圓神，1997
- K 詞義寶藏論
Longchen Rabjam 造論，吉美袞桑滇真中譯，台中：喜林苑，1998
- L 大圓滿三自解脫論
Longchen Rabjam 造論，法護中譯，基隆：大藏文化，1995

- MA 幻化網秘密藏續
Vimalamitra 譯成藏文，沈衛榮中譯，香港：密乘佛學會，
2001
- MB 幻化網秘密藏續釋·光明藏
Mipham 造論，沈衛榮中譯，談錫永釋，香港：密乘佛學會
，2001
- MD 大幻化網導引法
Dudjom Rinpoche 傳授，釋悟謙度語，劉銳之編譯，台北：
密乘，1983
- P 普顯中有共義正念明鏡論
Tsele Pema Legdrub Natsok Rangdrol 造論，Erik Pema
Kunsang 英譯，丹增卓津中譯，台北：盤逸，2005
- S 西藏生死書
Sogyal Rinpoche 著，鄭振煌中譯，台北：張老師，1996
- T 電子佛典集成
CBETA (<http://www.cbeta.org/index.htm>)

當你開始認出自己的經驗只是自我的投射時，會發生什麼事呢？當你開始對周遭的人或曾經讓你恐懼的事物不再感到畏懼時，會發生什麼事呢？從某種觀點來看，什麼也不會發生，但從另一個觀點來看，什麼都有可能發生。¹

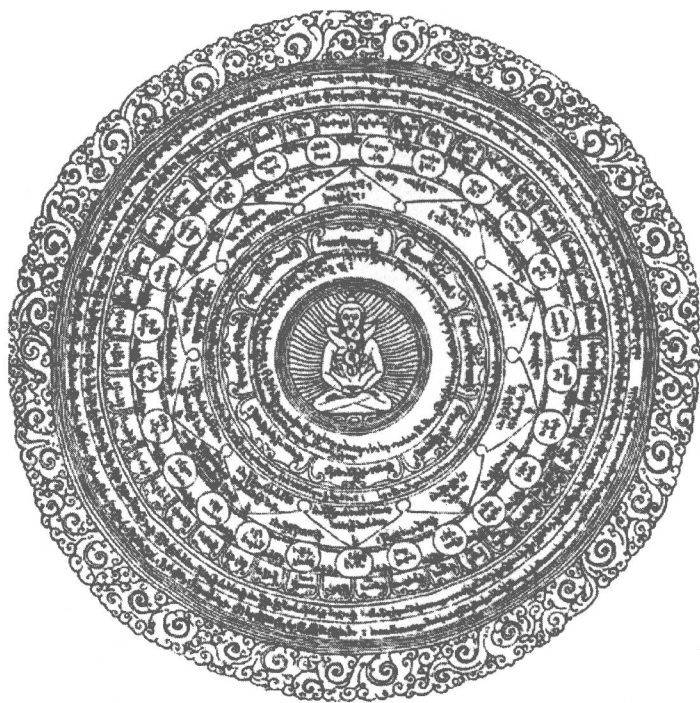
¹ Yongey Mingyur Rinpoche 2008: 138。



寂靜本尊壇城：內在證悟能力的象徵



忿怒本尊壇城：外顯證悟能力的象徵



寂忿本尊咒輪・配戴蘊自解脫

目 錄

自 序	i
凡 例	iii
引 辭	v
圖 片	vi
第一章 緒論	1
第一節 緣起	1
第二節 架構	5
第二章 教法概述	13
第一節 傳承源流	19
第二節 文獻撮要	34
第三章 死位中有	57
第一節 詮釋門徑	57
第二節 文句釋要	73
第四章 法性中有	88
第一節 詮釋門徑	88
第二節 文句釋要	128

第五章 受生中有	166
第一節 詮釋門徑	166
第二節 文句釋要	174
第六章 證悟三身	208
第一節 理論依據	211
第二節 實踐指引	225
第七章 結論	253
第一節 啓示	253
第二節 展望	261
附 錄	264
一、《寂忿密意自解脫深法》伏藏全目	265
二、《六中有自解脫導引》科判	269
三、《六中有自解脫導引》祈願文兩篇	272
四、〈直指覺性裸見自解脫〉	278
五、〈臨終與中有自解脫問答〉摘錄	318
六、《中有聞解脫》科判	323
七、《中有聞解脫》祈願文四篇	325
參考文獻舉要	339

第一章 緒論

法不孤起，仗緣方生，本書的撰寫動機與探索進路，可以分成以下兩節來說明。

第一節 緣起

生與死，可謂最普遍的生命現象，亦為最顯著之問題，古往今來的宗教家與哲學家，無不殫心竭慮，冥思苦索，卻鮮有能自外於此一困境者。

對生死現象感到好奇者，雖然不一定可以馬上橫截生死，頓時坐化解脫，但憑藉靈明之智，可以提出各種解釋，尋求對應之方。等而下之者，對生死現象或已感到麻痺，只曉苟且度日，不知生死僅在旦夕之間。無怪乎蘇希拉·布萊克曼引用古印度之故事云：

在印度的壯麗史詩《摩訶婆羅多》中，有人向賢哲尤帝士提爾（Yudhisthira）提出這問題：「生命裡所出現的事情中，哪件最讓您感到驚奇？」他回答：「就是，人雖看到身邊的人一個個去世了，卻從沒想到自己也會死去。」¹

說一個人的生死在旦夕之間，尚屬比較樂觀的想法。佛典曾經記載：

¹ Sushila Blackman 2007: 4。

佛語比丘：當念身無常。有一比丘即報佛言：我念非常，人在世間極可五十歲。佛言：莫說是語。復有一比丘言：可三十歲。佛復言：莫說是語。復有一比丘言：可十歲。佛言：莫說是語。復有一比丘言：可一歲。佛復言：莫說是語。復有一比丘言：可一月。佛復言：莫說是語。復有一比丘言：可一日。佛復言：莫說是語。復有一比丘言：可一時。佛復言：莫說是語。復有一比丘言：可呼吸間。佛言：是也。

佛言：出息不還，則屬後世，人命在呼吸之間耳。²

由此可知，對生命現象的瞭解程度，應從其觀察尺度來衡量。若以年、季、月、日、時等為界限，則生涯盡畢於斯，焉有荒廢光陰之理？而精勤於探索生命經驗者，結界於當下一念，以呼吸之間為般若道場，殆思過半矣。

古今中外探索生死議題者，不乏其人，如東方的老子、莊子等賢哲，西方的蘇格拉底、柏拉圖等智者，多有精闢之言論，惟陽春白雪，和鳴者寡。十九世紀以降，全球殖民運動方興未艾，西方各國的外交官、考古學者與探險團隊在世界各地發現許多古典文獻，以此為基礎展開的知識探索活動，頗能滿足彼等對異文明（他者）的好奇與想像。此間，涉及生死議題而又能引發普遍興趣者，當以《埃及死者之書》（*The Egyptian Book of the Dead*）與《中有聞解脫》（*Bar do thos grol*；又稱為「西藏死亡書」）最為著名。以後者為例，在歐洲中心主義論者高舉啓蒙（enlightenment）與除魅（disenchantment）旗幟的氛圍下，正好成為渠輩窺探東方神秘文化的窗口，較諸名相繁複、艱深難解的佛教文獻，實乃方便之至。

² T.17: 527。

惟利之所在，弊亦隨之，歐美人士對《中有聞解脫》的詮釋，由於受到原生文化背景的影響，格義色彩揮之不去。然而，若以為東方讀者對《中有聞解脫》應有比較準確的理解，或是認為西藏人無不深諳此書之奧義，西藏喇嘛皆熟稔儀軌之演練云云，似乎也是一相情願的想法，與事實頗有出入。

《中有聞解脫》為西藏寧瑪傳承伏藏師事業洲（Karma gLingpa, 1376-1394）於達拉崗波（Daglha Gampo）取出的《寂忿密意自解脫深法》（*Zab chos Zhi khro dgongs pa Rang grol*）³的解說部文書，雖然於藏區寺院及信仰社群廣泛得到研習與應用，但其所以聞名於世，主要肇端於格西達瓦·桑杜喇嘛（Lama Kazi Dawa-Samdup）與伊文思·溫慈博士（Walter Y. Evans-Wentz）的整理與編譯，於一九二七年以《西藏死亡書》（*The Tibetan Book of the Dead*）之名，首次在西方公開發行，嗣後，又被翻譯成許多不同語文的譯本。⁴

作為來自異邦文明體系的宗教典籍，《西藏死亡書》曾經引起包括心理學家榮格（C. G. Jung, 1875-1961）與神話學大師坎伯（Joseph Campbell, 1904-1987）在內的許多歐美人士的關注。後繼的譯述者，如邱揚·創巴仁波切（Chogyam Trungpa Rinpoche, 1940-1987）、索甲仁波切（Sogyal Rinpoche）等人，均對其教義在西方的傳播與發揚，貢獻卓著。

返觀漢語文化圈，雖然早有此書部分內容之翻譯，但是，直到索甲仁波切所寫的《西藏生死書》（*The Tibetan Book of Living and Dying*）於一九九六年被翻譯成中文並在華人地區成為暢銷書之前，對相關文獻之研究，似僅限於少數學者與佛教徒；而不如此

³ 該套伏藏之內容，參見附錄一「《寂忿密意自解脫深法》伏藏全目」。

⁴ 此書在西方世界譯述及流傳之情況，參見 Lopez 1998 第二章之介紹。另見沈衛榮 2000b 對相關歷史背景之說明。

書在西方產生之影響，涉及宗教哲學、精神分析理論、臨終關懷、瀕死經驗、生命科學等主題之探索。

一九九七年十二月十九日，許明銀於「第一屆當代宗教學術研討會」發表〈中有聞法解脫的世界〉，曾經引起筆者探究《中有聞法解脫》的興趣。逮一九九八年取入博士班，許先生賜贈《西藏佛教之寶》⁵，其中即收有該篇論文；惟當時正汲汲於近代漢語佛學史之探索，不遑將心力投注於此，遂懸擱多年，深以為憾。

後來，與《中有聞法解脫》相關的資料，如雨後春筍般地問世；其中包含密續、伏藏原典之翻譯和講述，專題導向的學術論著，淺顯的白話解說、圖文並茂的通俗性讀物等等，令人目不暇給。原本以為如此豐沛的資源，對理解《中有聞法解脫》應有相當的助益，可是，在部分讀物及為數不少的學者或佛教徒的談話裡，卻經常出現讓人感到不安的詮解方式。譬如：

（一）將此書視為西藏佛教文化之代表；

（二）以為此書不過為度亡所用之儀軌而已；

（三）以為書中對死後若干日內可能顯現之景象的描繪，乃是客觀的事實；

（四）以為「法性中有」顯現的寂忿本尊，乃是前來接引亡者的神祇，或是陰間牛鬼蛇神之變形；

（五）以為所有亡者皆能「意識清楚地」經歷死位中有、法性中有、受生中有等境界，如同看電影一般地見到寂忿本尊、閻羅王或各種投胎生處；

（六）以為一般人的法性中有境界可以停留七天、十四天，乃至於四十九天云云。

要之，類似的錯謬見解，可謂林林總總，不一而足。

⁵ 參見許明銀 1998。