

米拉日巴传

乳毕坚金 著

王沂暖 译



米拉日巴传

乳毕坚金 著
王沂暖 译

西藏人民出版社

一九八〇年·拉萨

责任编辑：周习智
封面设计：尚金声

米 拉 日 巴 传

乳毕坚金 著

王沂暖 译

商务印书馆出版

西藏人民出版社再版

西藏新华书店发行

西藏新华印刷厂印刷

开本787×1092 1/32 印张4.75 字数91,000

1980年9月拉萨横排第1版第1次印刷

印数 1—5,200

统一书号：10170·68

定 价：0.36 元

三 版 说 明

我译的这部《西藏圣者米拉日巴的一生》，最初是一九四九年十二月由商务印书馆印行的。这以后一九五五年五月，商务印书馆又重版印行过一次。现在西藏人民出版社拟横排印行第三版。值此第三版排印之际，我对原译文，作了一些修改。原译书名《西藏圣者米拉日巴的一生》，改译为《米拉日巴传》。重版第一页“木年”，本应为“木曜年”，我原稿漏掉“曜”字，现在改正，并把这个著作年代的译文，移置本书之末。书中所有译作“伯母”的译文，今均改译为“姑母”。“伯母”与“姑母”，藏文虽是同一词，但从前后文来看，以译作“姑母”为宜。除以上所举者外，另外也有数处改动。

关于本书作者的问题，本书作者自己题名为乳毕坚金。这好象是一个别名，还有一个别名叫作藏宁黑如嘎，本名则是桑杰绛桑。他是一个白教教徒，生于一四五二年，死于一五〇七年，本书成书于一四八八年。以藏历论，属第八甲子的戊申年，为明孝宗弘治元年。

王沂暖

1980.1.30

译 序

这部书原是历史性的传记，却又类似小说性的故事。在西藏各地，是最流行、最脍炙人口的一部书。这书中的主人公——米拉日巴，他的名字，是西藏人所最熟悉的名字，他的事迹，是西藏人所最称道的事迹。他是西藏的一个圣者，仿佛孔子、墨子这一类哲人之在汉地一样，无论那一个教派，那一个阶层，都对他有着极深的信仰和崇拜。

他是属于噶居派（噶居派，在汉地通常称为白教，为西藏佛教四大宗派之一，其教派创立的年代，仅次于红教，而在萨迦、黄教之前），是噶居派的第二代祖师。西藏噶居派的第一代祖师，即是本书中所叙述的马尔巴上师。米拉日巴是马尔巴所最赏识的弟子，因为有他，噶居派的教法，才大盛于西藏。并且因为他是一个注重实际修行的人，所以他传下来的教派，完全重修持不重讲说。他生于宋太宗淳化三年（西历九九二年），死于宋神宗熙宁八年（西历一〇七五年），享有八十四岁的高龄。

本书若就文学的观点来评判，他的价值可以说是很高的，书中所有的描写叙述，都很委婉细腻，活泼生动，读起来使人可歌可泣，低回响往。尤其是擅长个性的描写。书中每一个人，如米拉日巴本人的那样坚苦卓绝，他的母亲白庄严女的那样恩怨分明，他的妹妹贝答、和他的未婚妻摘塞的那

样情态，他的上师马尔巴的那样严厉深沉，他的师母无我女的那样慈祥恺悌，以及他的伯父姑母，和杂铺巴格西等人的性格，都活龙活现的描写出来。这种文笔，不但在西藏著作中难以找到，就是比之我们大史家司马迁，虽逊其刚健，而细腻委婉则有过之而无不及。把他拿来比我们的水滸、红楼，虽稍嫌拟于不伦，但只就文学的技术来说，似乎是可以比得下去的。

至于本书所叙述的内容，有一部份是神秘不可理解的，如放咒降雹，及其他奇异的事迹和神通等，这是宗教典籍的常态，尤其是在西藏那个充满神秘的地域里，更不足为怪。但一大部份，尚是近情近理的一个苦行宗教家的事迹，有他虔诚的信仰，纯洁的心性，卓绝的行为。他的时代，距离我们已经有一千年左右了，我们可以拿一千年前那个时代的眼光，去衡量他、欣赏他好了！

本书的作者，是藏人乳毕坚金。本书的体裁，全用问答式的叙述，原来章目甚少，我们现在把他分作二十六章，每章都与一新的标题，以便阅读。第一章是发问的引子，由第二章至二十章，除第十九章外，全是日琼巴发问的。由二十一章至末一章，是叙述圣者入灭的缘起，中间文笔也用问答式。

本书有日人河口慧海的日译本，曾于一九四一年冬，在西康与陈济博先生，共同译读一过。后于一九四五年，再度入康，复向张安住先生，假得北京版藏文本，重新用语体文翻译，而成今本。兹特于公余之暇，校正付梓，并于此致谢陈、张两先生。

一九四七年二月二十八日，王沂暖谨序。

目 录

三版说明

译序

- 一 日琼巴的梦……………(1)
- 二 米拉日巴尊者的家世……………(4)
- 三 凄惨困苦的开始……………(9)
- 四 学习咒术……………(15)
- 五 消灭仇敌……………(22)
- 六 发出离心寻求上师……………(33)
- 七 艰苦的建筑工程……………(40)
- 八 求不到法的苦闷……………(51)
- 九 依于绝望的苦痛而罪障消除……………(60)
- 十 绝处逢生得传正法……………(67)
- 十一 一心修定证解萌生……………(71)
- 十二 辞别上师归还乡里……………(79)
- 十三 乡里的颓败和出离决心……………(86)
- 十四 伯父姑母的敌视与诈骗……………(91)
- 十五 护马白岩窟煮食荨麻草的苦行……………(98)
- 十六 兄妹的相遇……………(104)
- 十七 妹的强要和苦行的决心……………(112)
- 十八 姑母的化度……………(116)

十九	对于弟子的鼓励·····	(118)
二十	化度的有情和修行的处所·····	(121)
二十一	杂铺巴格西的进毒·····	(124)
二十二	预示入灭的法会·····	(128)
二十三	对甄村人们的恳切训示·····	(131)
二十四	杂铺巴格西的忏悔·····	(134)
二十五	尊者示寂之地·····	(137)
二十六	日琼巴的来会·····	(140)

一 日琮巴的梦

一个时候，得大自在的瑜伽行者米拉日巴喜金刚尊者，正在娘昂醉巴岩洞宴坐，转大乘法轮。由男女弟子，及诸天人等清净的瑜伽行者，环绕承事。有这么一个夜里，尊者的弟子日琮巴在自己禅室习静，却作了一整夜的梦。他梦见到了乌仗那空行洲，这个地方，真是赏心悦目，美丽异常。其中有一个村落，房舍楼台，都是七宝装成，金碧辉煌，无美不备。这个村落里面的人，穿着锦绣之衣以人骨及珠宝为装饰，样子非常的好看。他们对于日琮巴，不交一言，仅面带喜悦的微笑，彼此互相注视着。他们中间，有一个日琮巴以前在尼泊尔会谒过的笛补巴上师的女弟子巴利母。她穿着红衣，状如天女，向日琮巴说道：“侄儿来了吗？来的好呀？”于是把日琮巴领到一幢非常美丽的七宝装成的房子里，待以贵宾之礼，款以上妙之食。吃完了以后，她便说道：“现在不动佛正在乌仗那说法，你愿意问法吗？我可以为你请求。”日琮巴是非常欢喜听法的人，所以毫无犹豫的答应了说：“愿意！”那末“去吧！”她说。于是日琮巴和巴利母就一同前去了。在这村落的当中，有一个广大高严的宝座，不动佛即坐在上边。日琮巴想：“这不动佛，较我以前所想象的还殊胜的多呢！”不动佛在如海的眷属围绕中，宣说正法，日琮巴看了真是有说不出的欢欣鼓舞，几乎跌倒

在地上。这个时候巴利母对日琮巴说道：“侄儿！你暂在此地，我去对佛请求去。”她上前启请，得了允许，就把日琮巴带到佛的面前，顶礼佛足，请赐加持。此后便坐在佛的面前听法。这时不动佛带着微笑的慈容，不时的以佛眼注视着日琮巴。日琮巴心中在想：“这是佛特别垂爱于我吧！”

他所讲的一切，是诸佛菩萨的传承、身世、和事业的传记。使日琮巴毛竖心悚，获得净信。最后讲到笛洛巴、那绕巴、马尔巴三人的传记，比以前米拉日巴尊者所讲的，不但详尽，而且新奇。一切眷属大众，都生起殊胜的信仰心。

讲法结束时，他便说道：“明日清晨，还要讲比前所说的更为殊胜的米拉日巴的传记，你们要前去听闻啊！”

于是众眷属中，有的说：“有比以前还殊胜的法么？如有，那真是一个不可思议的奇迹呀！”又有的说：“以前诸佛的功德，乃多生积聚资粮，净除障覆而得的果；至于米拉日巴，则一生即身，而即得到与以前诸佛相等的功德。”前者又说：“那末，既然有如是稀有的大法，如不为利益众生而请问，这是我们每一个弟子的性弱！我们应当三门精进，以无碍辩解，为利众生而请求。”又有一个人说：“米拉日巴现在驻锡何处呢？”一个人说道：“在现喜或非下天等处住吧！”这样说的时侯，日琮巴的心中，却想：“尊者的住地是西藏呀！但无论如何，他们的话头，是在启发了我，我为利益众生，理应请问尊者一生的事历。”

正在这样的出神想着的时候，巴利母却紧而又紧的握握了日琮巴的手说道：“侄儿！听懂了么？侄儿！听懂了么？”

在这不知不觉的时间中，日琮巴忽然觉醒过来，乃是南柯一梦。开目四望，东方既白。日琮巴心境较前更为清醒，

于这静定之中，心中默默在想：“在乌仗那空行地方，听不动佛的说法，固然甚为稀有，但得遇上师尊者，从任何方面说，这是更为稀有的吧！并且我得在不动佛处听法，也是尊者的恩赐。他们说尊者现住在现喜佛土，或非下天有所怀疑，这真是一个邪见的人了！”如是自己责斥着自己。此后又想：“梦中的说法与听法的巴利母等人的暗示，是让我为利众生故，请问米拉日巴尊者的自传，我一定要前去请问才是。”于是对于上师起了殊胜的敬信，从内心中彻底的发愿：“一定前去请问。”

于是立刻又收心而住，在定力与光明交织的定自性中，又见到了穿带着乌仗那服饰的美女五个，一个穿白色衣裳，一个穿青色衣裳，一个穿黄色衣裳，一个穿红色衣裳，一个穿绿色衣裳，在日琮巴的前面，次第走来。其中有一人说道：“明晨有讲说米拉日巴传记的法会，我们也要去听一听。”一个便问说：“请问的，都有哪些个人？”一个说：“他的心爱的诸大弟子去请问去。”这样说的时侯。她们眼睛都对着日琮巴嘻笑眯眯的。一个又说：“听这样稀有的法，大家应努力共请。”又一个说：“请问这个传记，理应是他的诸大弟子；但是我们对于他的教法，是负有增益守护之责的呀！”说完，她们便化作五道虹光，向空飞逝。接着日琮巴也从光明中醒来，这时，一轮红日，高升天际，娘昂醉巴岩洞早已辉映着珊瑚色的晓光了。

二 米拉日巴尊者的家世

日琼巴心中遂想，这是长寿五天女的指示吧！乃于出定后用饭，用饭毕，到了上师的面前。诸大男女弟子，也都云集上师之前。

此时日琼巴顶礼尊者，并问安好，乃于尊者足前，胡跪合掌而启请道：“上师！尊者！以前过去诸佛，也曾为利众生故，自说十二事业等不可思议之自己传记，使佛教法，弘扬于世。笛洛巴、那绕巴、马尔巴等诸祖师，和以前大成就的上师，亦各说自己传记，使具能者入解脱道。现在尊者你也应为使诸弟子发心精进，摄受未来具能诸有情，及使一切道趣，入解脱道，以大悲心，说尊者家族、身世、事业等之传记。”

尊者面带微笑地说道：“日琼巴！我的事历，你所全知，不过你若有所问时，我应置答。我姓琼保，近祖名较塞，我则叫米拉日巴。最初曾作黑业，中间则作白业，现在黑白二业俱离，业因已尽，未来不能再造业了。这些若广说时，有些个是可哭，有些个是可笑。说也可，不过也没有什么不得了。还是请使我老人在床上休息休息吧！”

于是日琼巴又复顶礼请求道：“尊者呀！你最初作难行和黑业，以后又修学甚深教授，并且一生虔诚修行，现在现证本来面目，已到法性尽处，未来业缚，不作不受，任运自

然。但是你姓琼保，近祖名较塞，与你自己名叫米拉的原因，和你生后最初作黑业，中间作白业的情形，及可哭可笑的资料，这些实有不可思议的意义与需要。请以大悲心，忆念我等一切众生。不惮烦的，为我们详细指示。”

这样的数数顶礼请求，并向诸金刚弟兄们，与具信男女弟子等说道：“请你们也象我一样的来请求呵！”

这个时候，心爱的诸大弟子们，与具信的男女弟子等，也多次顶礼启请道：“请如日琼巴善士所请，转大法轮吧！”

于是尊者道：“你们既然这样子郑重的请问，我也无须隐秘，就告诉你们吧！我的祖先出自卫地北方一个大牧场的一村落，远祖琼保，其子孙有一个旧密宗的上师，名叫较塞。较塞的儿子，是一个瑜伽行者。因本尊加持，所修的真言，是很有威力的。他游行国中，偏谒圣地，到了藏地拉兑北方一个名叫回巴吉村，在那里调伏魔鬼，施行加持。以有威力的原故，作了许多有益于人们的事。他所化度的，和他的事业，是很多很大的，他的名字便叫琼保较塞。在那住一些年，这个地方的人，有什么鬼魔出来，都去请他。有一天，在这个地方，有一个从未到过较塞之处的另外一个魔，是很可怖畏的，谁也降伏不了他。他到了不信较塞的一个家中作祟。请旁的上师来，施以猛烈的调伏与加持。这个魔仍旧笑骂自若，肆其损害，毫无功效。这个人的一个亲戚进言道：“如要降伏此魔，除非去请较塞。”那人道：“如能医好疮伤，就是狗油也好，把他叫来吧！”

于是此人便请较塞，他便起身，前来魔地，以非常骄傲的神色，大喝一声道：“我琼保较塞来了！我是吃魔肉喝魔血的，等着啊！”一面说着，一面飞驰而进，直奔病魔所在

的地方。此时，病魔战栗恐惧，苦苦哀求道：“爸爸！爸爸！米拉！米拉！”（是可怕的意思。）这样发出无数恐怖
的哀音。较塞已到了病魔的面前，病魔战抖抖地说道：“你
到的地方，我不再来啦，请你饶命吧！”较塞叫这个魔，发
了誓，以后不再为害于人，然后放他去了。这个魔跑到专信
仰他的一个家里说：“米拉！米拉！从未遇见这样厉害的人！”这家人问道：“你遇见什么人啦！病魔道：“遇见琼
保较塞，真厉害，险些要了我的命，只好发誓不再害人了。”说罢，当即离去。于是为赞誉较塞的功德和伟大故，
一切的人们，都称他作较塞、米拉，家氏之改称米拉以此。
这个魔以后永远没有再出来害人，大家都说：“他是死了
吧！”

此后琼保较塞，娶了妻室，先生下一个儿子，以后又生
了一个儿子。长子名叫米拉多敦僧格。多敦僧格又生一子，
名叫米拉多杰僧格，以后的血统，历代都是单传。米拉多杰
僧格，最善于掷骰子，每掷多胜。有一天，当地有一个最狡
猾的人，也是掷骰子的能手，族人甚多。为试米拉多杰僧
格，故先下小注，他赢了，那天装作自然胜利的骄傲样子，
米拉多杰僧格不服气说：“明晨要报仇！”他说：“可以
呀！”于是下的注较以前大了。为引诱米拉多杰僧格的原
故，骰子掷了以后，他连输三场。“现在我也要报仇！”他
说。米拉多杰僧格说：“可以呀！”于是赌注大小，经二人
协议，以田地、房舍、珠宝等三者为赌注，恐口无凭，并且
立了字据。骰子掷了后，他获胜了。田地、房舍、珠宝皆为
他的族人所取。于是米拉父子，便离开本土，远走他乡，到
了芒域恭塘的娘昂杂地方，便在那儿安了家。父亲多敦僧格

在地方给人诵经，制作供品，保护雹霜，教育小儿。村中信任他，得到很多的报酬。儿子多杰僧格从事经商。大的买卖，冬天到南方的尼泊尔，夏天则到北方牧区；小的买卖，来往于芒域与恭塘之间。于是父子二人，积财甚多。这时本地一个富家女，与多杰僧格由互爱而结婚，诞生一子，名米拉慧幢（米拉西饶绛参）。这个孩子正在长大的当中，他的祖父多敦僧格便逝世，举了个极隆重的丧礼。

此后米拉多杰僧格，因为作买卖的原故，积财极多，较以前更为富足。就在娘昂杂附近，有一个名叫倭儿马的本地人，他在这杂的地方，有一块最好的三角田，用许多黄金和南北的货物，买了过来，名之曰倭儿马三角田。在此田的旁边有一块可盖造房屋的地基出卖，也买过来，打好地基，建了一所很华丽的住宅。正在建筑之中，米拉慧幢，便在这长到了二十岁。杂的地方，有一个世家。姓娘的，他家有一个姑娘名叫白庄严，容貌娟好，既贤且能，对于恩怨是很分明的，她和米拉慧幢结了婚，称为娘杂白庄严。

这房子建筑的进行，历时甚久，三层的上面是仓房，一角是厨房，有四条柱子八根大梁，在杂的地方，算是顶好的一所建筑了。称之曰‘四柱八梁’。建筑完毕，这一家便快乐而有名誉的在那里住着。

此后不久，米拉多敦僧格父子的名闻，为一切亲友所周知，米拉多杰僧格的父亲兄弟的儿子，名叫卫字幢者的一家，和他的妹子名琼擦赛德，也离开故乡，找到娘昂杂。米拉多杰僧格，是最爱亲族的，于是非常喜欢，给他们住处和日用的东西，并教他们经商的方法，去经营商业，于是他们也积了许多财产。

此后有一个时候，娘杂白庄严有了身孕，米拉慧幢从南方带了许多东西回来，往北方达则的地方去作买卖，耽搁了很久未回来。壬辰年（西历九九二年）秋之孟月二十五日，母亲便生下了我。使人送信通知父亲道：“现在家里有了喜事，我生了一个儿子，要给他命名，并作命名喜筵，请你赶快回来。”信差交了信，并把事情的原委告诉了父亲，父亲非常欢喜道：“啊！是！我儿子的名，已起出来了！我们代代都只有一个男孩子，现在我生了儿子了，一听到这个消息，我就很欢喜，我的儿子可以叫闻喜。我的买卖已做完，就回去了！”于是便回家来了。因为这个原故，我的名字，就当真的叫了闻喜。做了好的命名礼，在爱的当中生长起来，我的嗓子非常好，人们听到我的声音，就心生欢喜，于是人们又都说：“闻喜这个名字，起得真好！”

我四岁时，母亲又生了一个女孩子，名叫衮母吉，爱名叫做贝答，所以就称贝答衮母吉。现在还记得：我们兄妹二人，带着黄金和松耳石的装饰品，富丽堂皇，真是天之骄子。我们是村中有数的有名誉而且有权势的人，与地方名门结为亲好，贫弱的人们，都供我们的役使，真是得意洋洋的时候。地方的人们，背地议论道：“外乡的人，来到我们的村里，象这样的豪华与财富，再没有了吧！外边的田舍，内里的家具，儿女的装饰，从任何方面看，都可以了吧！”

这样为一般人羡慕不已的时候，米拉多杰僧格弃我们而去世了，所举行的葬仪，其隆重庄严，是不待说的。”

三 凄惨困苦的开始

日琼巴又请问道：“尊者！你曾说过，于你的尊人弃养以后，身心曾受了莫大的苦痛，不知那是怎么一回事？”

尊者道：“此后，我七岁的时候，父亲米拉慧幢得了重病，医生同占卜者，都宣告绝望，亲族等也说难于医治，病者自己，也知危在旦夕。乃将从伯父姑母起，以迄近亲远亲，好友好邻，有身分者，都招请来，托付孩子同财产。并作了遗嘱，详细注明，父之财产，由男孩继承。把遗嘱在大众面前，朗诵一遍，并将其意义，摄要略为解说道：‘我这次的病，是没有希望了。我的儿子太小，所以不得不托付伯父姑母，和其他亲友，分心照顾。我的家产，高原之上有耕牛、马、羊三宝；高原之下，以倭儿马三角为主的田产，一眼看不到边；楼房之下，有牛、山羊、驴三种牲畜；楼房之上，有金、银、铜、铁、松耳石、锦衣、和五谷的仓库。换句话说，所有一切，都能够自给，不必求人的。这份财产当中，拿出一部分，办我的后事；其余的，请你们诸位，一齐为我照料，直到我孩子娶妻成人为止。特别是要烦伯父姑母，这个孩子，到成家的时候，应该把他已聘定的女孩子摘塞娶过来作妻室。所有的财产，交由我的孩子继承。以后，他们母子三人的幸福，交给你们诸位，特别交给伯父姑母了。在此集会的各位，请不要虐待他们，我纵死，也会从墓门里