



# 西藏 佛教密宗

འཇམ་དཔལ་ལྷན་དུ་བྲུག་

[英]约翰·布洛菲尔德◎著

耿昇◎译

中国藏学出版社



B946.6  
51

# 西藏 佛教密宗

འདུལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་རྩུབ་ལུགས་

[英]约翰·布洛菲尔德◎著  
耿昇◎译



中国藏学出版社

图书在版编目(CIP)数据

西藏佛教密宗/[英]约翰·布洛菲尔德著;耿昇译. —2版.

—北京:中国藏学出版社,2005.1

(西藏文明之旅书系)

ISBN 7-80057-722-8

I. 西... II. ①布... ②耿... III. ①密宗

—简介—西藏 IV. B946.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第141247号

---

书 名 **西藏佛教密宗**

作 者 [英]约翰·布洛菲尔德

译 者 耿昇

责任编辑 图娅

出版发行 中国藏学出版社  
(北京北四环东路131号)

经 销 新华书店

制 版 北京世纪品峰图文制作中心

印 刷 北京隆昌伟业印刷有限公司

版 次 2005年第一版 2005年第一次印刷

开 本 640×965毫米 1/16

印 张 14.375

字 数 160千字

印 数 1-5000册

书 号 ISBN 7-80057-722-8/B·1

定 价 24.00元

---

图书若有质量问题,请与本社联系 E-mail:dfhw@zzcb.com.cn

版权所有 侵权必究

## 译者的话

藏传佛教俗称“喇嘛教”，其教义侧重于大乘，在大乘中显密俱备而尤重密宗，以无上瑜伽为最高修习次第。藏传佛教的这一特征在由寂护和莲花生等人于8世纪下半叶在吐蕃布教（即所谓“前弘期佛教”）时就已经表现出来了。寂护和莲花生把印度的显、密二宗传入了吐蕃。这时的藏传佛教密法叫作“旧密法”。11世纪初，由仁钦藏波在吐蕃传播的密法被称为“新密法”。藏传佛教密宗的名称很多，诸如“密教”、“神密教”、“金刚乘”（传到日本后叫“真言乘”）、“藏密”等。

该教认为语密（口诵真言）、身密（手结契印）和意密（心作观想）这三密同时相应便可以即身成佛。密教的教义主要体现在由善无畏翻译的《大毗卢遮那经》（又译《大日经》，大光明之意）、金刚智翻译的《金刚顶经》（其弟子不空金刚又将该经译作《一切如来真实摄持经》）等佛教经文中，它们是密教的重要经典，金刚乘即以这些经文为基础。

密教在藏传佛教中占据着很重要的地位，有人说它实质上就是喇嘛教。顾名思义，“密教”确实很“神秘”，甚至到了“只能意会，不能言传”的程度。而神秘性往往又是产生好奇性或热潮的根源。自近二三十年以来，在西方国家中出现了一股学习、研究和修持佛教密宗（特别是藏传佛教密宗）的热潮。他们认为在我国西藏和蒙古地区占突出地位的大乘宗中的金刚乘是一种奇特的修持奥义，它提供了实现人类于其中看到否认了幻觉的自我和进入自我神性的大乘之中的一种智慧。自本世纪60年代以来，由于不少精通密教修持的藏族喇嘛旅居于南亚、欧美和日本，许多藏文密教经典在国外刊布或被译成了西文，从而更加推动了国外研究西藏密教的热潮。当然，在这股浪潮中，既有纯宗教性的修持，又有健身锻炼的目的（运用瑜伽健身术）。

英国学者约翰·布洛菲尔德（John Blofeld）就是这股浪潮中的

一个典型人物。为了学习西藏密教,布洛菲尔德长期生活在南亚(印度、锡金、尼泊尔、巴基斯坦和缅甸等地),并曾多次到我国进行考察。他拜多名旅居国外的藏族喇嘛为师,受灌顶仪轨,学习西藏密教的理论和修持,自称“宁玛巴喇嘛”,可以算得上西方的一名藏传佛教密宗的崇拜者和获得其真传的人了。

约翰·布洛菲尔德早年曾有过一部英文藏学著作《在接近涅槃的边缘》,后由埃埃·朗贝尔(Pierre Lambert)译作法文,于1963年在巴黎出版,收入了《活的灵性》丛书。

1970年约翰·布洛菲尔德在伦敦出版了这部《西藏佛教密宗》,原名为《法与力,西藏密宗奥义修持指南》。该书出版后受到了好评,法国学者希尔维·卡尔特伦(Sylvie Carteron)将此译作法文,1976年在巴黎赛伊(Seyy)出版社出版。此汉译本即根据卡尔特伦的法译文译出。

密教奥义似乎秘不可知、深不可测和高不可攀。讲起来使人很难听得明白,写出来也很难使人看得清楚。对于该教派信徒和致力于这门学问的专家之外的人更为如此。约翰·布洛菲尔德先生著作此书的目的在于向西方人介绍密教的实质内容和修持方法,故而省略了有关西藏佛教密宗的发展沿革和对密宗经文的繁琐议论。尽管作者的文笔深入浅出、娓娓道来,但仍显得难以理解。又由于作者的成长背景——西方文化环境,作者在解释西藏佛教密宗时,不免应用了西方哲学,尤其是西方基督教中的一些名词术语和表达方式,所以使一般读者阅读此书更显为难。但是,作者在深入、系统、详细地论述了西藏佛教密宗的形成背景和理论、金刚乘的内容和各种观念、各类密教徒(上师、信徒、在俗信徒)们修持密教的方法等的同时,对复杂的密教理论和实践所作的精辟阐述,完全称得上是一家之说。作者的西方佛教信徒这一身份,也使本书特色独具。可见,本书的参考价值还是一目了然的。故我们不揣谫陋,译出此书,以飨我国学术界。

本书的英文本和法文本出版于我国的十年动乱期间。尽管我们早就知道有这样一本书,但北京各家图书馆均无收藏。1986年译者在巴黎时购得此书,非常高兴。回国后与西藏人民出版社协商,承蒙该社同意接受并出版本书的汉译本。今年,本书的汉译本又将于中国藏学出版社重版,在此之际,特向中国藏学出版社表示

衷心感谢！感谢马丽华、冯良以及本丛书的策划人文群先生为本书的再版付出了许多心血！

本书译出之后，由中央民族大学的王尧教授审读过一次。中国社会科学院李冀诚先生也曾帮助过我。于此一并表示谢意。由于本人水平有限，译文中难免有不妥之处。欢迎广大读者批评指正，不胜感激！

耿昇补识  
2004年10月

## 序 言

金刚乘(Vajrayāna)是在中国西藏和蒙古地区占统治地位的大乘佛教之一宗。它是一种明显的非常适用的修习奥义的形式。为了实现人能看到其自我之幻消失,并进入其自我神性的大乐之中的智,它提出了许多具体、明确的修持技术。

一千多年以来,这些修持术于罗马占领我们地区的时代就在印度的那烂陀大学得到了发展,它师徒相传,严禁向世俗人传授,而现在,旅居世界各地的喇嘛们感到鉴于他们身处异邦这一事实,如果他们在一代人期间尚不能返回故乡,那么他们的神学知识就会衰落和消失。因此,他们准备向所有那些真心诚意地希望学习的人传授这种知识。

存在于思想中的奥义或对神圣真谛的追求,无论在哪里始终都寄身于一小批人中,但密教奥义的修持术却很少与其他宗教或佛教中的其他宗派具有相似性或共性,它的大部分修持方法实际上是独一无二的。除了它们对于那些学习佛教(尤其是禅)和心理学者们的深刻意义之外,这种学习还可以帮助那些试图揭示表面的面纱和一直深入到任何智慧和任何神的本源的人。

金刚乘之道是导致控制善恶的道路。这也是变化之道,心力于其中可以把内外物都变成武器。毫无疑问,这样一种变化过程的发展是不容易的,不会因仪轨和神咒而自动获得。这里也如同在其他各处一样,心是主宰一切的国王。难道那些没有一种金刚石般毅力的人在本世中就可以达到一尊神的地位吗?弟子必须全心全意地、以其全部身心、感受和身周围的一切(无论好坏与否)来服从这一目的。

它所要求的第一个条件是一种不可遏制的决心,第二个条件是一名上师。这位上师不仅根据经书向其弟子传授奥义,而且还

要根据其亲身经验和一种已获得觉的心来传授。在西方国家,这样的人比如如意宝珠多不了多少。但在涌入印度、锡金和尼泊尔的藏族流亡者中,有些来自大型喇嘛教研究中心的实现了很高的圆满成果的高僧,以及从山间隐修处出来的获得圆满的瑜伽行者。他们中的一小批迁往欧洲和美洲,或在大学中工作,或者是在后来变成修习三昧和观想之地的偏僻地区创建了寺院。早在苏格兰的山坡上建造的桑耶岭寺就已经吸引了一批喇嘛和更多的对此感兴趣的人,以至于都无法容纳得下了。

一旦这批喇嘛们掌握了欧洲语言之后,那些如同本书一样的著作就会过时。我们等待出自他们笔下的一些在西藏任何时代都未曾出现过的公开阐述其教义的权威著作。因为他们已经明白,维持旧有的保护将会使金刚乘遭到灭绝的威胁。他们的所有学生将不再是佛教徒;因为其他人也可能会发现使密教修持法适应于自己的精神宗教生活将是有益的。在等待期间,我们还是回到自己那西方金刚乘信徒的地位上来,尽可能以最佳的方式接触这一内容吧。对撰写本书,我犹豫了近十年。首先感到自己的知识无法胜任这项任务,认为最好是按照习惯而保持沉默,一直到我们的宗教修持的进步能允许以非常权威的口吻论述这一问题为止。我最终还是决定要写这本书,尽管自己尚未取得充分的进步。因为我认为金刚乘已引起了日益增长的兴趣,现在肯定已迫切需要排除由于奥义的保密传统而导致的对佛教密宗的可笑误解的时候了。

在西藏,在未经允许的情况下不能谈论密教的禁令又株连到了一些主要的讲授。若没有这些讲授,那么密教著作就会成为真正的不解之谜。让一名一知半解的医科学生如同一名合格的教授那样自由地从事手术,和让初学者以不仅能改变思想而且也能改变心的大师自居同样都是危险的。错误地运用这种修持术可能会导致神经错乱,甚至比疯狂还要严重的后果。

本书仅仅勉强触及到金刚乘的历史、发展、现状及其不同的宗派,它主要论述的是密教修持法。这种修持法可以导致控制心、自我幻觉的结束及其特殊效果。那种认为密教修持术可以被非佛教



徒使用的思想在出现了两种背景之后已开始于我的思想中形成和发展：两名本笃会修道院院长（一名英国人和一名美国人）在曼谷分别拜访了我，他们强烈希望学习佛教的禅定观想修习法，我偶尔听到了他们讲到一些天主教神职官员已开始了类似学习的事实。我个人在澳大利亚遇到过一两名公谊会教徒也对金刚乘表现了强烈的兴趣。我对于在佛教徒的背景之外从事金刚乘修持法可能会带来好处的大致范围尚一无所知，因而希望看到整个佛法能与其修持术一道被人接受。宗教和精神上的进步与所取得的成果并不是任何一种宗教的特权，它们是向所有拥有一种深刻和坚强决心的人开放的。

由于我把金刚乘视为人类思想发展的最绚丽的花朵之一，所以我坚信为它辩护并没有错。不过我又自忖，由在井底观星的青蛙对茫茫宇宙的描述只能是不完善和有缺陷的。

约翰·布洛菲尔德

1968年12月28日于曼谷



# 目 录

译者的话 .....	1
序言 .....	1

## 第一编 西藏密教的背景和理论

### 第一章 金刚乘

神秘的感觉 .....	3
宗教追求的必要性 .....	6
道路的选择 .....	9
密教之路 .....	11
西藏的金刚乘 .....	16
西方的金刚乘 .....	21

### 第二章 大乘的范畴

金刚乘的起源 .....	24
无神的概念 .....	29
无我的概念 .....	31
无住的概念 .....	31
“苦”的概念 .....	32
转世的概念 .....	33
轮回和涅槃 .....	34
业和因缘 .....	37
功德及其转移 .....	38
有界 .....	38
佛陀和菩萨 .....	40
感受的证据 .....	43

### 第三章 密教修持法的要义

目标 .....	46
神秘的原因 .....	47
上师 .....	50
不同类别的信徒 .....	50
顿悟的道路 .....	51
态度 .....	52
行为 .....	54
现观 .....	59
身、语、意的相互作用 .....	62
仪轨的意义 .....	64
道果 .....	66
异行 .....	67

### 第四章 心理的和有形的象征

真实性的问题 .....	70
象征物和诸神的目的 .....	73
前密教的先例 .....	74
坛场 .....	77
坛场中温和的与畏怖的神 .....	83
金刚或金刚杵 .....	89
生存圈 .....	90
佛塔 .....	94

## 第二编 西藏密教的修持法

### 第一章 憧憬

概论 .....	99
皈依 .....	102
菩萨愿 .....	104
寻求上师 .....	105
上师 .....	107
如同佛陀的信徒 .....	111
灌顶仪轨 .....	112

<b>第二章 加行道的修持</b>	
目的 .....	115
磕长头 .....	117
皈依 .....	119
菩提心的产生 .....	124
金刚大力的净化 .....	126
坛场的供物 .....	130
其他细节 .....	133
<b>第三章 基本修持</b>	
导论 .....	136
每日间的修持 .....	140
本尊神的定义 .....	142
佛堂 .....	148
禅定和普通的仪轨 .....	152
特殊的仪轨 .....	154
断的仪轨 .....	155
死亡的准备 .....	156
在坟地的禅定 .....	159
朝圣进香 .....	159
咒语的特殊用法 .....	160
<b>第四章 成就修持</b>	
基本内容 .....	164
深根(现量)要义的成就 .....	167
深根要义 .....	168
加行道的现观 .....	170
修持的成果 .....	177
心之要义 .....	180
尊者度母的成就 .....	180
成就修持对于西方信徒的意义 .....	181
<b>第五章 高级修持</b>	
密教修持的分类 .....	183
超常的力量 .....	184
贪和欲的转化 .....	188

属于有色道的瑜伽修持 .....	191
心热的瑜伽 .....	192
幻身的瑜伽 .....	193
梦境的瑜伽 .....	194
明亮光芒的瑜伽 .....	194
中阴的瑜伽 .....	195
转移心识的瑜伽 .....	196
属于无色道的瑜伽修持 .....	197
手结契印的瑜伽 .....	198
大解脱的瑜伽 .....	200
般若波罗蜜多 .....	204
结论 .....	205

## 附录

1 名词诠释 .....	209
2 参考书目 .....	211
3 译名对照表 .....	212

## 第一编 西藏密教的背景和理论



图一 金刚大力佛(大日如来)。五位耆那坛场的中心图象。它代表着绝对纯洁智。他为白色,并于其手中执有说法的象征物法轮。(桑耶岭西藏中心的谢拉帕尔登·贝鲁的图片,邓夫里埃希尔提供。)

## 第一章 金 剛 乘

### 神秘的感受

在生活中,存在着一种激动人心而又神奇的感受会突然在心中出现的时刻,就如同它是出自另一个世界一般。产生这种感受的仙法巫术就好像某人偶然间因念诵“芝麻开门”的咒语而打开了封闭藏宝洞洞口的石板一般,往往是如此短暂,在欢乐的感受中被忘却的一刹那。它如同是一小段音乐、一只百灵鸟突然唱起的歌声、一片奔腾的波浪之咆哮声和在月光下的一阵笛声。它可能是充满清静或神圣的强烈感觉的一场宏响的协奏曲,也可能如同一个夏日下午喃喃的声音或大山上风暴的单调嘶叫和隆隆声。它可能是一种视觉,也可能是一种欢笑;或者一只臂膀的曲线、一种普通的手姿、一种迷人的美的普通形状或颜色,也可能是一种由于光明的非同一般之本质变成的常见场面、一种通过天际和大海发出并交织在一起的各种颜色之威严的全景图。这种欢乐也可以由于直接从心中发出的突然兴奋而出现,并将之如同一种特大震动一般地传至远方。

如果这种感受并不是一种短暂的幻觉,而是某种具有深刻意义的东西的标志(它以一种闪光而表现出来),那么对这种意义的认识并不是始终如一的。当大家从未注意的一块幕布突然被拉起时,虽然其他幕帘又出现了,但它却永远地被部分地拉起来了,这是一种妙不可言的谜。接着,幕布又落了下来,它至少也会引起某种程度的遗忘。

“奥义”(Mystery)并不是一个令人满意的词,但大家是否还可以用其他词来表达呢?如果这一个有百种之多含义的词都不大恰当适宜的话。它被称为善、真、美,共同使用所有这些名词。哲学家们称之为“绝对的”或“最后的现实”(法)。对于基督徒们来说,无论是神秘修习者还是普通人,他们都认为这就



是上帝。对于印度教徒来说,这是梵天和超越自我。它同时也是苏菲派信徒们神秘的爱以及道教徒们的道。其佛教名称则根据背景千变万化:涅槃、金刚亥母、如来心、空、光明、一心。按照中国圣贤老子的话来说,那就是:“道可道,非常道;名可名,非常名。”近来,某些心理学家们指出,在联想到某种远远超越我们自身的那些东西时,他们对此便会有某种了解。威廉·詹姆斯曾以间接的形式谈到过这一点。如果经常和清楚地看到这种奥义而又不会产生一种充满能够导致极乐的慈悲心,那最好是不以任何名称称呼它。

名称会划定界限,奥义由于在科学上的深度之秘不可测,虽然可以被直觉地感到,但从来又不会被人理解,因而怎么可以为它定名呢?

神秘主义者和富于想象的诗人最富有这种极大的幸运,即这种奥义的幻觉可以在他们身上表现出来、而又不必去有意寻求之。万一外向型快乐的人对此了解了一个梗概,他便会受到很大震惊以至于使他们害怕会失去理智。由于他们感到难受,于是便会像对待一种思想上的错乱一样毫无顾忌地摒弃之,或者是直接跑去请医生诊治。

企图对这种奥义定性的尝试并不比为它寻找一个名称的做法更为成功。如果说它是存在的,那就是排除了其虚无状态,并把它局限在讲者或听者所理解的“存在”范围内。如果说它是不存在(无)的,那就会牵涉到这个二难理的另一方面。这两种概念对于描述其微妙的特征都显得过分粗浅,如果像很多人所作的那样,声称这是一种“纯洁的心”,在某些背景下是不合适的,那就不应把它和与它不可分割地联系在一起的内容分开。如果声称它同时是有形可见的而同时又不是,那就是在玩弄字眼。

但人类的意识不能很轻易地摆脱象征物。那些已获圆满成果的神秘主义者都倾向于根据他们感性的滤色镜所赋予它的特征来描述这一切:光明、无垢、空、狂喜、大乐、万宗归一。

对奥义清楚和深刻的感受不能限制在任何时代、任何地区、任何种类的人或宗教信仰中。这种知识出自极其复杂的来源:希腊和埃及的奥义、洛德伊教祭司(传闻)、南北美洲的最早