

潘美月・杜潔祥 主編

古典文獻研究輯刊

花木蘭文化出版社 出版



古典文獻研究輯刊

十一編

潘美月・杜潔祥 主編

第 14 冊

《密勒日巴大師全集》研究

蘇淑貞 著



國家圖書館出版品預行編目資料

《密勒日巴大師全集》研究／蘇淑貞 著 — 初版 — 台北縣永和市：花木蘭文化出版社，2010〔民99〕

目 2+148 面：19×26 公分

（古典文獻研究輯刊 十一編；第14冊）

ISBN：978-986-254-297-2（精裝）

1. 密勒日巴 2. 藏傳佛教 3. 佛教傳記

226.969

99016385

ISBN - 978-986-2542-97-2



古典文獻研究輯刊

十一編 第十四冊

ISBN：978-986-254-297-2

《密勒日巴大師全集》研究

作 者 蘇淑貞

主 編 潘美月 杜潔祥

總 編 輯 杜潔祥

企劃出版 北京大學文化資源研究中心

出 版 花木蘭文化出版社

發 行 所 花木蘭文化出版社

發 行 人 高小娟

聯絡地址 台北縣永和中正路五九五號七樓之三

電話：02-2923-1455／傳真：02-2923-1452

網 址 <http://www.huamulan.tw> 信箱 sut81518@ms59.hinet.net

印 刷 普羅文化出版廣告事業

初 版 2010年9月

定 價 十一編 20冊（精裝）新台幣 31,000 元

版權所有・請勿翻印

《密勒日巴大師全集》研究

蘇淑貞 著

作者簡介

蘇淑貞，畢業於國立中山大學中文系研究所碩士班，以宗教文學、古典小說為個人研究專長，學術興趣更擴及於敦煌文學、唐詩、唐傳奇、宋詞、明清短篇及章回小說等。戮力於教學、目前仍任教於文藻外語學院及正修科技大學，講授詩詞選、中國文學簡述、史籍選讀、歷代文選、中國語文運用、大一國文及實用中文等課程。藉由教而學，漸次增益研學的領悟，並輔翼個人進修的成果。

提 要

藏傳佛教自 1980 年開始，在台灣各地陸續成立了傳法中心，許多仁波切、喇嘛相繼來台弘法駐錫、帶領修行，因此修學藏傳佛教、參與法會，蔚為一股新興的宗教風潮，佛學基金會也愈見規模完善。在藏傳佛教的派系中，以噶瑪噶舉派的傳法中心最多，其傳布法教的作品，又以《密勒日巴傳》最膾炙人口、對於信眾最有啟發作用；而密勒日巴大師的《道歌集》，記載他在修行上的證悟與覺受，收錄他指導弟子修行的法教，還有對眾生的疑惑的解答內容，這確是一部宗教色彩十分濃厚的作品，對於噶瑪噶舉派的學人深有助益。同時這種傳記文學的流行，標誌著元明時期，西藏吐蕃王朝政權分崩離析，各派紛立、為求宣傳我教主張的社會現實；其道歌體的形式，也說明了西藏十五到十六世紀之間，宗教教義吸納了「魯體民歌」和「自由體民歌」的創新之舉，藉由這種通俗的形式傳教，更加深了宗教的影響力。是以《密勒日巴大師全集》不只是一個宗派的教育素材，也是一代文學作品的先驅、楷模，由它的成功，更促使其他宗派也起而效尤，益加擴大了文學對宗教的輔翼作用。



目

次

第一章 序 論	1
第一節 研究動機與研究方法	1
第二節 《密勒日巴大師全集》的性質	10
第三節 《密勒日巴大師全集》之研究現況	15
第二章 藏族文學之發展簡史	21
第一節 佛教傳入前之藏族文學	21
第二節 佛教傳入後之藏族文學	28
第三節 藏族文學之分期	36
第三章 密勒日巴大師生平	45
第一節 家族世系與求法因緣	45
第二節 求法之歷程與師承	50
第三節 深山苦修與化度弟子	56
第四章 《密勒日巴大師全集》之結構	65
第一節 故事內容各篇章獨立	65
第二節 韻文與散文合一	70
第三節 敘事與說理合一	75
第五章 故事情節與人物分析	81
第一節 故事情節	81
第二節 人物分析	89
第六章 主題思想	95
第一節 對上師與諸佛菩薩的讚揚與感恩	95
第二節 抒發修行之悟境與覺受	98
第三節 捨棄對世間之一切貪執	101
第四節 傳授修行之法要	103
第五節 強調住山修行之重要及益處	108
第七章 價值與影響	113
第一節 思想上的貢獻	113
第二節 形式方面的貢獻	120
第三節 適用功能上的貢獻	123
第八章 結 語	127
參考書目	131
附錄 論江采蘋其人及作品	135

第一章 序 論

第一節 研究動機與研究方法

佛教，按其流傳與書寫經典語文之別，可分為三大系〔註1〕：漢語系〔註2〕、藏語系和巴利語系〔註3〕。藏語系佛教，一般習慣稱之為藏傳佛教〔註4〕主要流傳於中國大陸的西藏、青海、甘肅、四川、雲南，內蒙古的藏、蒙古、欲固、土、羌、納西等族中，以及印度、不丹、尼泊爾、錫金、蒙古人民共和國、蘇聯布利亞特等國家和地區，在佛教的流布方面，具有獨特的地位。

冉光榮《中國藏傳佛教史》一書之〈序言〉曰：

藏傳佛教是印度和中國漢區佛教傳入西藏後，歷經與本教〔註5〕的長

〔註1〕 班禪大師、趙樸初居士等均認為按語系區分佛教是科學的。見《民族團結》1987年十一期。

〔註2〕 任繼愈〈漢傳佛教與東方文化〉一文說：古代印度佛教向東北方傳播，其中一條路線經中亞、通過絲綢之路，傳到中原內地，形成漢傳佛教，由起初的介紹、融合過程，一直到創造與儒化的發展，充滿了漢文地區的文化色彩。中華佛學學報第12期（1999年7月出版）中華佛學研究所發行，頁11～16。

〔註3〕 舍爾巴茨基《大乘佛學》說：「巴利語是指古代印度的俗語(Prākṛit)之一種。……據近代學者研究，有被稱為南傳五部的巴利經典——《長部》、《中部》、《增支部》、《相應部》及《小部》經典，大約在西元前1世紀左右定形。」宋立道博士譯，圓明出版社，中華民國87年第一版，頁9。

〔註4〕 創古仁波切《三乘佛法心要》一書曰：「藏傳佛教具有小乘的外在修持、大乘的內在動機或菩提心，及所謂金剛乘的秘密知見與修法。」眾生文化出版社，中華民國85年初版，頁15。

〔註5〕 「本」之寫法甚多，有本波、苯、苯波、笨、鉢、鉢波、黑教等。本教又稱「本波」、「擁宗吉本」、「白本」、「黑本」、「花本」。可能是古代藏族在自然崇拜時期，把依助神壇和宗教器皿來從事原始宗教活動的巫師通稱作「本」，「本」

期鬥爭、交融、及藏族社會的種種影響而最終形成的。它具備許多特點，如大小乘〔註6〕兼容，而以大乘為主；大乘中又是顯密併修而更重密宗〔註7〕。在經典、修習次第、儀軌〔註8〕、制度等方面，均有著極其豐富的内容，構成爲完整的「藏密」。當今密宗只有在我國藏區才有著較爲系統地承傳。不僅如此，藏傳佛教內部派系甚多，而且新興小支派還在不斷湧現。寺院內部組織尤屬縝密，部門健全，分工明晰。政教合一之寺即爲小型的地方政府。學經制度漫長嚴格，講辯併行之學風更爲其他宗教寺院所難企及。至於活佛轉世制度〔註9〕亦係藏傳佛教之獨創。

藏傳佛教中，比較有勢力的是紅教、花教、黃教、白教。姜安所著之《雪域中的珍寶——藏傳佛教》一書說：寧瑪藏語意爲古、舊。該派因遵循前弘期〔註10〕

便逐漸演變爲人們信仰的一種宗教之教名。（參見冉光榮《中國藏傳佛教史》，文津出版社，中華民國85年9月，初版一刷，頁2~3）

- 〔註6〕第十四世達賴喇嘛所著，陳琴富所譯，鄭振煌所校訂之《藏傳佛教世界》一書曰：原始佛教經典中，論及許多不同思想與修證的系統，統稱爲『乘』或『輪』；佛教中的兩個主要思想行證系統是大乘和小乘，其根本差異，在於兩者對於佛陀教示中『無我』觀念的理解及其起用有所不同。小乘的無我觀只關係到我空，未廣泛論及人以外的事物（法空），大乘則論及我空與法空，須經驗到我法二執俱空以後，才破除根本無明的執著妄想。立緒文化，中華民國86年，初版，頁6~7。

- 〔註7〕李冀誠著著之《佛教密宗百問》曰：「密宗（也稱密教、怛特羅佛教、真言乘、持明乘、密乘、果乘、金剛乘）自稱受法身佛大日如來深奧秘密教旨傳授，爲『真實』言教，故名。……。學術界認爲密宗是七世紀以後印度大乘佛教一部份派別與婆羅門教相結合的產物。它盛行於今德干高原等地，以高度組織化的咒術、儀禮、民俗信仰爲其特徵。」佛光出版社，中華民國85年，二版，頁1。

- 〔註8〕儀軌——金剛乘之修持法本，敘述如何觀想本尊及做本尊禪修。（參見創古仁波切《止觀禪修》眾生文化出版，中華民國86年初版，頁210）

- 〔註9〕王森著《西藏佛教發展史略》說：「這一派（噶瑪噶舉派）是西藏各教派中採取活佛轉世相承的最早而傳承又最久的一派」（中國社會科學出版社，1997年4月，第2次印刷，頁116）。姚麗香〈藏傳佛教在台灣發展的初步研究〉一文說：其教團領袖採用「活佛轉世制」的繼承方式，使教團免於聽任一個氏族的擺佈，使噶瑪噶舉派形成宗教意識強烈的教團。（臺大《佛學研究中心學報》第五期2000，頁315~338）

- 〔註10〕李冀誠等《佛教密宗百問》說：「從七世紀中松贊干布時佛教傳入西藏到九世紀中赤熱巴堅（赤德祖贊815A.D.~838A.D.在位）時期史稱爲佛教的『前弘期』」此時密宗已傳播到民間；而且，吐蕃官方只許翻譯密宗事部、行部、瑜伽部的密典，不許翻譯無上瑜伽部的密典。（頁33~34）

所傳的密宗而得名。又因為這派的僧人穿紅色袈裟、戴紅色僧帽，所以俗稱「紅教」。寧瑪派以早期傳密宗入吐蕃的蓮花生大士〔註11〕為祖師，依蓮花生大士所傳的密咒和遺留下來的「伏藏」〔註12〕修習、傳承，形成獨特的一派。寧瑪派，在教義上將全部佛法分為聲聞乘、緣覺乘、菩薩乘、事（瑜珈）乘、方便（瑜珈）乘、瑜珈乘、大瑜珈乘、隨瑜珈乘、無上瑜珈乘等九乘〔註13〕。前三乘合名波羅密多乘，即為顯宗，為化身釋迦牟尼佛所說；後六乘合名真言乘或金剛乘，即密宗。寧瑪派的特點是缺乏組織，教徒分散各地、教法內容不相一致，有其各自的傳承。也由於這個教派組織分散，因此不像其他教派和地方勢力有比較密切的關係。

花教即為薩迦派。薩迦，藏語的意思為「白土」，建築在白色土地上的寺院就被稱為薩迦寺。又因為寺廟圍牆塗有象徵文殊〔註14〕、觀音〔註15〕與金剛手〔註16〕的紅、白、藍三色花紋，所以薩迦派又俗稱「花教」。薩迦派的教

〔註11〕李冀誠等著《佛教密宗百問》指出：蓮花生大士是印度金剛乘創始人歐理薩國國王武德雅拉（因陀羅部底）的兒子，靜命大師（寂護）的妹夫，頁32。

〔註12〕據傳吐蕃時期的人，將一些著作埋藏在某些地方，如神像下、屋柱下、岩洞中等，被後世一些佛教徒發掘、公諸於世，因是從埋藏中取出的書，所以叫「伏藏」。根據所見到的「伏藏」書籍的內容來看，多是寧瑪派觀點，而發現這些書的人又多是寧瑪派僧人，因此可以說，這也是寧瑪派教徒在當時教派競爭中，為宣傳本派觀點、擴大本派影響、增強本派勢力，而採取的一種與其他教派的學者著述相抗衡的應急手段。此說參見《西藏文學史》，文殊出版社，中華民國76年3月，初版，頁253～254。

〔註13〕達賴喇嘛著《藏傳佛教世界》一書，對九乘之說有如下看法：「根據寧瑪派即大圓滿派的解釋與說法，區分為九乘，前三乘為聲聞、獨覺和菩薩乘，也就是顯教三乘，也稱為苦因三乘。其次是事部、行部、瑜伽部的外密三乘，因為它們強調外層的行事，諸如儀軌、淨行等，又稱為苦覺密續，……。然後是內密三乘：父密續、母密續和不二密續，在大圓滿派的說法中或稱為瑪哈瑜伽、阿努瑜伽和瑪哈底瑜伽。內密三乘又稱為無上乘」，頁101。

〔註14〕明暘法師著《佛法概要》一書說「文殊師利，梵文 MANJUSRI 的譯音，略稱文殊。新譯『曼殊室利』。漢譯為妙德，義為萬德圓明，皆徹性原。又譯妙吉祥，因他出生時家裡出現十大吉祥瑞兆。……公元前六世紀（與釋迦同時代），生於舍衛國、多羅聚落、婆羅門族姓中。父名梵德，從母右脅而生，身紫金色，墜地能言，如同天子，有七寶蓋，隨覆其上，文殊具有三十二相，八十種好，與佛相同。」中華民國81年7月28日，頁224～225。

〔註15〕明暘法師《佛法概要》一書說「據唐天竺沙門伽梵摩譯的《千手千眼觀世音菩薩廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼經》說：觀世音菩薩已於過去無量劫中，已作佛竟，號正法明如來。大悲願力，為欲發起一切菩薩，安樂成熟諸眾生故，現作菩薩。」，頁254～255。

〔註16〕陳義孝居士編之《佛學常見詞彙》說：金剛手即手執金剛杖或金剛杵的菩薩。

主由昆氏家族〔註 17〕世代相傳，有血統與法統兩支傳承。薩迦派不禁止娶妻，但規定生子後不再接近女人。薩迦派特別推重「道果」〔註 18〕教授，在教義中最重要的是「道果法」〔註 19〕。也特別注重「時輪金剛法」〔註 20〕和「金剛持法」的傳承。薩迦派的時輪金剛法，奠定了整個藏傳佛教時輪金剛學的基礎。薩迦派的著名高僧以及後來格魯派的創始人都弘揚和學習過時輪金剛法。薩迦派是藏傳佛教中比較大的教派，其發展和衰落又與元朝中央政權的興亡密切地聯繫在一起。它曾在西元 1260 年到 1354 年間，形成薩迦王朝、統治了西藏約一百年之久。因此，在歷史上它有著獨特的政治作用和影響。

黃教為格魯派。格魯，藏語之意為善律或善規，因為這派僧人以持戒嚴謹而得名。這派僧人戴黃色僧帽，俗稱黃帽派或黃教。這是在十五世紀初期，經過宗喀巴〔註 21〕的宗教改革而興盛起來的教派。宗喀巴原本是噶當派〔註 22〕僧

大乘精舍印經會，中華民國 88 年 8 月出版，頁 205。

〔註 17〕 昆家族成員之一的恭卻嘉波 (Khochog Gyalpo, 1034A.D.~1102A.D.)，於 1073 年在西藏西南部薩迦（意為灰土之地）一地建立寺院。（此說參見薩迦茶巴法王秋吉崔欽所著，黃英傑所譯之《薩迦傳承史》一書，大手印文化出版，1994 年，初版，頁 8）。

〔註 18〕 《薩迦傳承史》一書曰：「道果」代表了尊貴佛陀所授之全部顯經和密續教法的修持體系，其大部分深奧的精神方法出自《喜金剛本續》。所透露的哲學觀點，是「輪涅不二」，也就是「輪迴與涅槃無二無別」的見解。見頁 10~11。

〔註 19〕 《薩迦傳承史》一書曰：從十五世紀的薩迦派上師慕千 (Muchen) 起，產生兩種不同版本的「道果」法一起流傳。「措些」(Tshogshay，共道果)是「道果」教法的公開教授，「洛些」(Logshay，不共道果)則是秘密教授，二者均含有極為詳盡與秘密的教授重點。（頁 10）

〔註 20〕 時輪金剛，簡單的說就是「時間之輪」。藏密本尊之一，藏名「堆柯」(dus vkhor)。係時輪金剛密法的本尊。藏密認為，時輪金剛密法源於古印度北方的「香巴拉王國」（謂該地如同極樂世界），大約公元十二世紀傳入西藏。時輪金剛密法確認一切眾生都在過去、現在、未來「三時」的「迷界」之中。宣揚釋迦牟尼之上還有一個「本初佛」，此佛為一切事物的根本泉源。密宗興盛之後，時輪金剛被人格化為一種白色的神。參見李冀誠等著之《佛教密宗百問》頁 103 與姜安《雪域中的珍寶——藏傳佛教》頁 61。

〔註 21〕 王森《西藏佛教發展史略》：「宗喀巴 (tsong-kha-pa, 1357~1419A.D.) 本名羅桑札巴貝 (blo-bzang grags-pa dpal，通稱羅桑札巴)」，出生於青海西寧附近塔爾寺地方，七歲出家從噶當派有名喇嘛頓珠仁欽 (don-gru-brin-chen) 學顯密教法 10 年。後來到衛藏深造。他是西藏宗教史上有名的宗教改革者。（頁 183）

〔註 22〕 「噶當」二字是指：把佛的一切言教（顯密經論）都看作是對僧人從日常行為到修法成佛的全過程的指示和教導。噶當派教法源于阿底峽，但它的正式創始人是阿底峽的弟子仲敦巴。西元 1056 年初，仲敦巴建立了熱振寺，以該

人，西元 1373 年到衛藏地區學經，先後跟從薩迦、噶舉等派僧人學習，自十四世紀八〇年代初學習各派顯、密經論，至十四世紀八〇年代末，遍學藏傳佛教各派教法。宗喀巴吸收了噶當派的戒、定、慧，學修並重的方法；吸收了薩迦派研究佛經學問的嚴謹，主張顯宗、密宗並重，在密宗教義修鍊方面，將佛教所有教派的精華都加以吸收。宗喀巴著書立說，以教理作為改革的理論基礎，並提倡僧人應嚴守戒律。達賴〔註 23〕、班禪〔註 24〕是這派兩大活佛轉世系統，在明朝、清朝的冊封、扶持下，格魯派成為藏區執掌政權的教派。

白教即為噶舉派。噶舉，藏語的意思是「佛語傳承」，漢文譯為口傳；指的是傳承金剛持佛〔註 25〕親口所授的密咒教義，特別重視密法的修鍊。這派的創始人是出身富家的馬爾巴〔註 26〕，他曾到拉薩、印度及尼泊爾等地習經學法，至少有十位上師，他跟隨印度著名的班智達〔註 27〕——那諾巴〔註 28〕學習；而那諾巴又師事帝洛巴〔註 29〕，產生噶舉派特有的禪修法：那諾六瑜伽法與大手

寺為基礎、逐漸形成噶當派。（參見李冀誠著《西藏佛教密宗》一書，今日中國出版社，1990 年 4 月第 1 次印刷，頁 58）

〔註 23〕「達賴」之名始於 1578 年，蒙古土默特部的俺答汗（1507～1583A.D.）贈索南嘉措（即第三世達賴喇嘛）以「聖識一切瓦齊爾達喇達賴喇嘛」之封號。意指：在佛家顯教、密宗都已達到最高成就的、超凡入聖、智慧如海的上師。（參見王森《西藏佛教發展史略》頁 192～193 與達賴喇嘛著；康鼎所譯《達賴喇嘛自傳》聯經 1990 年初版，頁 2）

〔註 24〕班禪本為宗喀巴的及門弟子。班禪與達賴世世互為師弟子。其名為漢字的譯音，原音是 Pan-chen，為梵語班第達（Panditau，有智慧者）與藏語「禪寶」（C,en-po，大）兩個字的簡化複合詞，即大有智慧者之義。藏人信其為阿彌陀佛的應現，與觀音菩薩化現之達賴，正好師弟子相應、相得益彰（參考聖嚴法師著《西藏佛教史》，法鼓文化，1997 年初版，頁 147～148）。

〔註 25〕《密勒日巴大師全集》第卅篇，註 5 曰：密宗據其根本見——「煩惱即菩提」，而以五方佛象徵眾生之五煩惱。但為了表示此五方佛之根源及一切密法之出生處，又以金剛持佛於中間的金剛薩埵之上，而成為所謂的「第六金剛持」，象徵著密乘上師的重要性。（慧炬出版社，中華民國 69 年 6 月初版，86 年 3 月 12 刷，頁 384）

〔註 26〕王森《西藏佛教發展史略》第六篇說：「瑪爾巴（mar-pa，1012～1097A.D.）本名卻吉羅追（cbos-kyib lo-gros）出生于洛札（lho-brag，在前藏南部）的一個富足人家」，師承那洛巴（na-ro-pa）等人，一生並未出家，除授徒外，還經商種田。（頁 109）

〔註 27〕《密勒日巴大師全集》第卅篇，註 9 曰「班智達者，梵文博學之士之名稱也」。

〔註 28〕那諾巴大師（Naropa，1016～1100A.D.）非僅為大成就之瑜伽士，亦為著名之大學者，曾任印度超岩寺（毘扎馬寺）之「北門守護講座」。是白教的第三代祖師（出處同上註）

〔註 29〕帝洛巴（Tilopa，988～1069A.D.）——據說他曾在印度一處叫索瑪普利的地

印傳承。平時，馬爾巴按照印度密宗的習慣、著白色僧裙，以後，這派僧人也如此依循，故俗稱「白教」。噶舉派重視密宗，重視「大手印」〔註30〕傳承，不重文字、重在論理，即通過「大手印」智慧。噶舉派也是藏傳佛教中支系最多的一個教派，這一派的教法，由創始人馬爾巴傳至密勒日巴〔註31〕，再傳至塔波拉結（dvags-po lha-rje，西元1079～1153年，塔波拉結，意思是「塔波地方的醫生」），他後來因為長住岡波寺，又稱岡波巴。塔波拉結創建了岡波寺，此寺成為塔波噶舉的祖寺，另有一支香巴噶舉並存於當時。塔波噶舉後來分成四大派，即噶瑪噶舉〔註32〕、蔡巴噶舉〔註33〕、拔戎噶舉〔註34〕、帕竹噶舉〔註35〕

方，絲毫不動地修行十二年。經過這段時間的修行，他藉著禪觀和其他特殊的方式，直接面對面的從金剛總持那裡接受指導、口傳與灌頂，所以算是白教的第二代祖師。

〔註30〕噶瑪聽列仁波切著《西藏十六世噶瑪巴的歷史》一書說：大手印乃金剛乘之頂點，同時亦如一根線般貫穿整個噶舉修行法道。大手印之「見」指出心的真實體性乃光明和空性的結合，不生不滅；大手印之「修」是一種自心任運無作的體驗。當如雲般的遮障消除時，不生不滅的法身便顯現了；大手印「行」的特質在於任運無作，因為它是由完全空悲的「見」和「修」所獲致的果，因此超越了任何特定的教條和型式，所以有時大手印瑜伽士的行為在外表上顯得有些瘋狂，而被稱為「瘋行者」。（寶鬘印經會，中華民國88年1月，校修版首次印刷，頁73～77）

〔註31〕《西藏文學史》一書說：密勒日巴原是富戶，因為遭到親人、惡鄰的欺凌，而學咒術報仇、殺人毀禾、造孽非淺，悔恨過往、遂投在當時佛教大譯師馬爾巴門下，學習「即身成佛」的法要、遁跡山林、潛心修習，並遍遊西藏各地、弘揚教法，成為噶舉派一代宗師。（文殊出版社，中華民國76年3月初版，頁400～401）

〔註32〕王森《西藏佛教發展史略》說：噶瑪噶舉派創始於塔波拉結（即岡波巴）的及門弟子都松欽巴（dus-gsum mkhyen-pa，1110～1193A.D.即德松欽巴）。他在前後藏先後共30年，從各派名人學顯密教法。38歲時（1147A.D.）曾去西康類烏齊，並在該地附近的噶瑪地方建噶瑪丹薩寺（噶瑪派名即得于此寺）；1187年，他在堆隆（拉薩西北）建粗樸寺（即祖普寺），自噶瑪拔希（即噶瑪巴希）擴建祖普寺以後，就以祖普寺為主寺。（頁114～116）

〔註33〕王森《西藏佛教發展史略》說：蔡巴噶舉創始於向蔡巴（zhang tshal-pa，1123～1194A.D.）。他1152年偕帕木竹巴多吉杰波謁塔波拉結，學法於塔波拉結之侄與密法的繼承人——貢巴粗墀寧波；1175年建蔡巴寺於蔡谿卡，因此而得名。（頁137～138）

〔註34〕王森《西藏佛教發展史略》說：拔戎噶舉創始於塔波拉結的弟子達瑪旺秋（dar-ma dbang-phyug，約12世紀時人），因聞遊方僧人盛贊塔波拉結之德能，往謁之。塔波拉結深喜之、教以詳盡導引，悟解、修證均達到了很高的境界。後來在絳地建拔戎寺，本派因此得名。（頁140）

〔註35〕王森《西藏佛教發展史略》說：帕竹噶舉創始於塔波拉結的弟子帕木竹巴

等；接著，又再從四大之一的帕竹噶舉，分出八小派，即止貢巴〔註36〕、達壘巴〔註37〕、主巴〔註38〕、雅桑巴〔註39〕、綽浦巴〔註40〕、修賽巴〔註41〕、葉巴〔註42〕、瑪倉巴〔註43〕等。

(phag-mo gru-pa, 1110~1170A.D.)，帕木竹巴之學繼承了塔波拉結之學（融合噶當派的《菩提道次第》與密勒日巴的《大手印》修法，此一方向）。1158年，帕木竹巴年49歲，在前藏的帕木竹建立丹薩替寺（在澤當過江後東北方向），故此支派簡稱帕竹噶舉。（頁141~142）

〔註36〕王森《西藏佛教發展史略》說：止貢噶舉創始於止貢巴仁欽貝（bri-gung-pa rin-chen-dpal, 1143~1217A.D.），他約於1167年去丹薩替寺從帕木竹巴學法，據說他證得「諸法真實」之智。1179年，他到止貢，那裡原來已有帕木竹巴的弟子木雅貢仁所建的小廟，止貢巴到該寺之後，成為這個寺廟的主人，並增建寺廟、稱為止貢替寺，故此派稱為止貢噶舉。（頁145）

〔註37〕王森《西藏佛教發展史略》說：達壘噶舉創始於達壘塘巴希貝（stag-lung-thang-pa bkra-shis-dpal, 1142~1210A.D.），他24歲時（1165年）師事帕木竹巴，以對師誠敬見稱，不久即成為帕竹侍者。他精勤學法、能合修空性與四無量心，證「無住涅槃」境界。1180年，年39、偕徒17人受請到達壘，在博多哇舊日住處建達壘寺，此派因而得名。（頁147）

〔註38〕王森《西藏佛教發展史略》說：主巴噶舉注重苦修，沒有掌握過地方政權，徒眾極多、分布甚廣。創始於帕木竹巴的弟子林熱白瑪多吉（gling ras padma rdo-rje, 1128~1188A.D.），形成於藏巴嘉熱耶歇多吉（1161~1211A.D.），稱中主巴；又由嘉熱的兩位弟子洛熱巴（1187~1250A.D.）和郭倉巴（1189~1258A.D.）分別形成下主巴與上主巴；後來，在不丹王國又形成南主巴，這一支系的領袖曾長期兼掌不丹之政教兩權。（頁150~159）

〔註39〕王森《西藏佛教發展史略》說：雅桑噶舉創始於帕木竹巴的弟子——格丹耶歇僧格（skal-ldan ye-shes seng-ge, ?~1207A.D.），他於札饒建索熱寺，聚有一部份徒眾，其中主要的一個是卻悶朗。卻悶朗，1206年（38歲），在今山南乃東縣亞桑建立雅桑寺，此派因而得名。（頁159~160）

〔註40〕王森《西藏佛教發展史略》說：綽浦噶舉創始於帕木竹巴的兩個弟子杰擦（rgyal-tsha, 1118~1195A.D.）和哀丹（kun-ldan, 1148~1217A.D.）兄弟。杰擦54歲時（1171年）買了綽浦地方的地基一塊，蓋佛堂及僧房、聚徒約20人，都以修定為主（此即綽浦寺，地在日喀則西偏南夏卜河以東），本派因此得名。（頁160~161）

〔註41〕王森《西藏佛教發展史略》說：修賽噶舉創始於帕木竹巴的弟子——結貢粗墀僧格（gyer-sgom tshul-khrims seng-ge, 1144~1204A.D.）。他19歲時（1152年）開始跟帕木竹巴學法。1181年（38歲）在涅浦地方建修賽寺，因此而得名。但這派更重視希解派初傳的教法，故勸奴貝《青史》一書將這派歸為希解派之一支。（頁163）

〔註42〕王森《西藏佛教發展史略》說：葉巴噶舉創始於帕木竹巴的弟子耶歇孜巴（ye-shes brtsegs-pa, 生卒年不詳），他建立了葉浦寺，本派即因此寺之簡稱而得名。後來此派與其他教派合流，久已消失。（頁163）

〔註43〕王森《西藏佛教發展史略》說：瑪倉噶舉創始於瑪倉喜饒僧格（smar-tshang

藏傳佛教在台灣的發展，初期深受政治因素影響。一般而言，在台灣藏傳佛教也可以分為前弘期與後弘期。而這兩個時期的斷代，是以 1980 年創古仁波切〔註 44〕來台弘法為分界〔註 45〕。在前弘期階段，因為種種政治限制，故藏傳佛教的流傳以漢人居士為主導。各大教派在臺傳法的，除格魯與薩迦兩派之外，幾乎全以漢人居士為主，而這些人大多是民初曾在大陸隨蒙藏喇嘛〔註 46〕學法的居士。其中，寧瑪派的發展較盛，其次為噶舉派。

1980 年代初期，由於國內外政治情勢的改變，迫使當政者面臨政治革新的壓力，連帶的對宗教的管制也逐漸解禁，故藏傳佛教乃進入流傳較順利的後弘期。這個階段中，藏傳佛教的四大教派，以噶舉派最早傳入、發展也最迅速，目前已經有 41 個傳法中心〔註 47〕。1984 年起，更有桑桑仁波切長駐在台灣教學，開啓了仁波切在台長駐之先例。

噶舉派本身教派很多，有四大派、八小派之別，外加獨立於四大八小之外的香巴噶舉派。現存的有五派，即香巴噶舉與四大之一的噶瑪噶舉派，八小的止貢噶舉、達隆噶舉（即達壘噶舉、達壘巴）與竹巴噶舉。其中，噶瑪噶舉派因為轉世的上師眾多，加上領導者大寶法王〔註 48〕的威望，因此在台灣的發展最為可觀、也最有組織。然而，在第十六世大寶法王於 1981 年圓寂之後，法王座前的四大法子〔註 49〕，因為對認證大寶法王的轉世靈童有分歧的意見，所以產生了兩位十七世大寶法王。在台灣噶瑪噶舉教派，也因此

shes-rab seng-ge，生卒年不詳），他把這一派的教法傳給耶歇堅贊和仁欽林巴等人，後來這一派和康區白玉地方的寧瑪派合流，因而消失。（頁 163～164）

〔註 44〕達賴喇嘛著；康鼎譯之《達賴喇嘛自傳》一書說：「仁波切是賦予精神領袖的頭銜，其字面上的意義是『寶』的化身」（聯經 1990 年 12 月初版，2000 年 5 月初版第十五刷，頁 9）

〔註 45〕此說參見黃英傑《民國密宗年鑑》，台北，全佛出版社，1995 年，頁 270。

〔註 46〕達賴喇嘛著；康鼎譯之《達賴喇嘛自傳》一書說：「『喇嘛』是個相當於印度字 Gurn 的藏文，意指上師。」（頁 2）

〔註 47〕資料參考姚麗香〈藏傳佛教在台灣發展的初步研究〉一文，頁 8。

〔註 48〕王森《西藏佛教發展史略》說：明永樂五年（1407 年）春，永樂帝命令噶瑪噶舉派黑帽系第五世活佛得銀協巴（de-bzhin gshegs-pa，1384～1415A.D.，即德新歇巴）在靈谷寺為太祖帝后薦福，封贈他為「萬行具足十方最勝圓覺妙智慧善普應佑國演教如來大寶法王西天大善自在佛領天下釋教」（簡稱大寶法王）。終明之世，此派黑帽系的轉世活佛均承襲此稱號、統領教派。（頁 120～121）（目前已經轉世了第十七次）

〔註 49〕姚麗香〈藏傳佛教在台灣發展的初步研究〉一文說：四大法子即，泰錫度仁波切、嘉察仁波切、蔣貢康楚仁波切與夏瑪仁波切等。都已曾來台弘法。（頁 8）

隨著支持的仁波切（一方支持泰錫度仁波切、嘉察仁波切與蔣貢康楚仁波切所認證的法王；一方支持夏瑪仁波切所認證的法王）而分立。但是，依然以泰錫度仁波切等上師所認證的大寶法王，得到絕大多數的支持。

近幾年來，筆者對於藏傳佛教深感興趣。對於十七世大寶法王——烏金聽列多傑〔註50〕所領導的噶瑪噶舉教派尤為信受。現今噶瑪噶舉教派的傳法中心已多達33個，佔了全台灣藏傳佛教傳法中心數的27%〔註51〕。而噶瑪噶舉派的相關作品中，除了祖師的傳記之外，以各類傳布法教的作品為主。比方：桑吉堅贊〔註52〕（1452～1507A.D.）所著的《馬爾巴傳》、《密勒日巴傳》、《惹瓊巴〔註53〕傳》，噶瑪聽列仁波切所寫的《西藏十六世噶瑪巴的歷史》與岡波巴大師（即塔波拉結）所寫的《大乘菩提道次第論》、《成就勝道寶鬘集》等。

其中密勒日巴大師以一個瑜珈士〔註54〕的身分，唱誦、流傳了四百多首證道歌，完成他一生最有價值的修行覺受的分享、教導。詩歌的內容包含詠嘆祖師的恩德、勸化眾生修行，並指導修行法要等。密勒日巴大師遊化四方、法教流傳廣遠，再由後藏人桑吉堅贊，循著大師的旅跡、一一蒐集紀錄，編撰成情節完整、而有系統的詩歌集，稱為《密勒日巴大師道歌集》（又名《密勒日巴大師全集》）。書中充滿證悟者清明的智慧，與教化眾生的慈悲心；在

〔註50〕 噶瑪聽列仁波切著《西藏十六世噶瑪巴的歷史》一書說：1992年，尋找大寶法王轉世靈童的隊伍在拉托地方的巴闊村，找到一位藏曆木牛年五月八日（1985年6月26日）出生的男孩，證實為第十六世大寶法王的轉世靈童。1992年8月7日清晨，在拉薩大昭寺由泰錫度仁波切與嘉察仁波切剃度，並依蓮花生十士嚴藏寶藏的記載，正式取名為烏金聽列多傑（事業金剛）的名字。（頁242～248）

〔註51〕 數據資料來自於姚麗香〈藏傳佛教在台灣發展的初步研究〉一文，頁10。

〔註52〕 馬學良等主編之《藏族文學史》一書說：桑吉堅贊自幼崇敬噶舉派祖師米拉日巴（密勒日巴），他以米拉日巴為楷模，隱跡高山岩窟、潛心苦修，遍遊西藏各地，所到之處廣收徒眾、宣揚佛法，平日化緣度日、生活清貧，行為非同常人，因獲「後藏瘋子」的名號。（四川民族出版社，1985年9月第一版，1994年9月修定再版，頁516～517）。

〔註53〕 王森《西藏佛教發展史略》說：熱窮（ras-chung，1083～1161A.D.）約在十二歲時（1093～1094年）遇見密勒日巴，修拙火定有證驗。後來還曾到印度學一些馬爾巴未學完的密法——無身空行母法，是密勒日巴大師重要的弟子，頁111～112。

〔註54〕 創古仁波切《三乘佛法心要》一書說：瑜珈士（yogis）的梵文是「固速魯（kusulu）」，意思是「不計畫或造作任何事的人」或「非常單純及自然的人」，現代人稱他們為「瑜珈士」。在這種實際安住的禪修中，行者學習如何讓心安住在心的本質中，以及如何經由實修的經驗而展開禪定的真正力量。並學習如何實際延長定境，而能一剎那一剎那地安住在清新的覺受中。（頁132）

深山修行及旅行的歷程中，事蹟又富於文學趣味，是以筆者以之為題，撰寫研究論文。

本論文所用之研究專書，為張澄基先生所譯，慧炬出版社所發行之《密勒日巴大師全集》。此書實已包含《密勒日巴大師傳》與《密勒日巴大師全集》，《密勒日巴大師全集》第五十二篇〔註55〕曾說：

「雅龍的施主們迎請尊者到腹崖窟中居住，圓滿承事供養尊者。惹瓊巴也同時住在腹崖窟上面的一所崖洞中。就在這一段期間，上師、本尊、空行聖眾都托夢給惹瓊巴，叫他祈請尊者講述他生平的傳記，經過惹瓊巴殷重勸請，尊者乃親自講述一生的經過（此即現在流傳的《密勒日巴尊者傳》的由來）。」

可見，傳記與歌集是密切相結合的，同樣都是教化弟子的材料，而密勒日巴大師的傳記故事，正足以成為《道歌集》的重要輔助研究資料，故此列為共同研究之要點，利於清楚了解密勒日巴大師其人與其詩歌。

本研究之主題，為噶瑪噶舉派密勒日巴大師的事蹟與法教，所以在專用的宗教名詞方面，參考的多是噶瑪噶舉教派的解釋，謹慎的不偏離祖師的本意，與噶瑪噶舉教派教法；加上其他教派的重要參考資料與歷史考察等。

雖然筆者研究的是《道歌集》，但是，對於詩歌部分的研究，礙於目前藏文造詣之故，於此部分的研析從略。譯者張澄基先生，就曾在第廿一篇之註解中提到翻譯藏文的困難：許多字義只能取其意向而翻譯，有時不免減弱了原文的風味。藏文讀譯能力之重要如此，故而留待日後精進語文能力，通曉藏人格律運用及聲韻變化之後，再深入探討。本研究的重點，以密勒日巴大師其人與其一生法教為主，探討他的修學過程，和教化眾生的思想、內容、價值與影響等主題。

第二節 《密勒日巴大師全集》的性質

《密勒日巴大師全集》一書，共分為六十一篇，合計有四百零九首詩歌，內容可略分為三種：一為密勒日巴大師抒發自己在修行上的證悟與覺受，比方：在第三篇〈雪山之歌〉中，他唱一支「六種心要歌」，以六種譬喻〔註56〕

〔註55〕參見《密勒日巴大師全集》（歌集下）頁644。

〔註56〕《密勒日巴大師全集》（歌集上）：「若有障礙非虛空，若有定數非星辰，若有

來說明他對外境的認識，說明修行者自我內心的六種障礙〔註 57〕，六種令人輪迴在六道的繫縛法〔註 58〕、六種可以使人解脫的勝方便〔註 59〕、六種法爾性〔註 60〕及六種修習了「拙火〔註 61〕定」之後，身心所產生的大樂境〔註 62〕等；二為密勒日巴大師指導修行的詩歌，比方：第七篇〈修行人的快樂〉中，他唱了一首「甘露口訣歌」，向蒙境來求解惑的五位年輕尼眾〔註 63〕提醒修行上的注意要點。他說：

諸佛法身之上師，指示解脫正道者，大悲事業利群生，

於一切時莫捨我，常住我頂賜加持。

汝等居此修正法，法門廣大雖無量，得過深密「金剛」道〔註 64〕，

善根深厚實可慶。

汝等應知並自警，修行即身成佛法，不可增大己愛慾；

貪戀世間一切事，貪欲若大必難免，造作種種善惡業，

如是終將墮惡趣〔註 65〕。

動搖非山嶽，若有增減非大海，若需橋樑非泳者，若可觸摸非彩虹，此是外境六譬喻。」頁 53。

〔註 57〕《密勒日巴大師全集》（歌集上）：「若有執滯非正見，若有沉掉非禪定，若有取捨非勝行，若有妄念非瑜伽，若有方所非智慧，若有生死非佛陀，此是六障六誤謬。」頁 53。

〔註 58〕《密勒日巴大師全集》（歌集上）：「瞋恨將為地獄縛，煙客將為餓鬼縛，愚痴縛汝為畜生，貪心熾盛變人類，嫉妒心重變修羅，我慢貢高升天道，此是煩惱六繫縛。」頁 53。

〔註 59〕《密勒日巴大師全集》（歌集上）：「信心堅固得解脫，依善知識得解脫，戒律清靜得解脫，常住茅蓬得解脫，時常獨居得解脫，真實修行得解脫，此是六種解脫因。」頁 53。

〔註 60〕《密勒日巴大師全集》（歌集上）：「俱生妙智本來性，無內無外明體性，無遮無顯智慧性，廣大遍滿佛法性，無有轉變明點性，無有間斷覺受性，法爾六性應受持。」頁 53～54。

〔註 61〕《密勒日巴大師全集》（歌集上）：「此為密宗修氣脈之最主要的瑜珈。即觀臍下四指之拙火、或火苗，而引生俱生生命氣或陽氣之發生而打開全身脈結，攝業氣入中脈而悟道。此為方便道或有相瑜珈道。」頁 60。

〔註 62〕《密勒日巴大師全集》（歌集上）：「體內拙火熾然樂，二脈業氣入中樂，上身菩提下降樂，下淨明點遍滿樂，紅白交會於中樂，無漏之身常自樂，此乃六種覺受樂。」頁 54。

〔註 63〕即出家修行的女性修行者。

〔註 64〕《密勒日巴大師全書》第七篇，註 4：金剛道——即密宗道，又名真言金剛乘道。頁 101。

〔註 65〕惡趣——即惡道，共有三道。指畜生、餓鬼、地獄三道，其間之眾生缺乏智