CBETA電子佛典集成

CBETA Chinese Electronic Tripitaka Collection

eBook

B10n0060

頗哇心要轉識自在法

達瓦桑杜譯英　伊文思溫慈纂集

張妙定蓮菩提金剛正譯漢

財團法人 佛教電子佛典基金會

目次

- 編輯說明
- 章節目次
  - 第一章　頗哇心要轉識自在恒修法
    - 皈敬法
    - 祈禱偈
    - 發願偈
    - 本尊瑜伽
    - 金剛扎格尼及上師瑜伽
    - 原書短跋
  - 第二章　頗哇心要轉識自在度亡法
    - 初級成就瑜伽士所作之度亡法
    - 中級成就瑜伽士所作之度亡法
    - 高級成就瑜伽士所作之度亡法
    - 原書短跋
  - 第三章　本尊上師聖相莊嚴觀
- 卷目次
  - 1
- 贊助資訊

編輯說明

- 本電子書以「CBETA 電子佛典集成 Version 2025.R3」為資料來源。
- 漢字呈現以 Unicode 3.0 為基礎，不在此範圍的字則採用組字式表達。
- 梵文悉曇字及蘭札字均採用羅馬轉寫字，如無轉寫字則提供字型圖檔。
- CBETA 對底本所做的修訂用字以紅色字元表示（黑白色系版本則無顏色差別）。
- 若有發現任何問題，歡迎來函 service@cbeta.org 回報。
- 版權所有，歡迎自由流通，但禁止營利使用。

頗哇心要轉識自在法

西藏達瓦桑杜格西喇嘛英文譯傳

從學弟子美國伊文思溫慈博士纂集

震旦觀化廬學藏密菩薩優婆塞張妙定蓮菩提金剛正重譯漢文

第一章　頗哇心要轉識自在恒修法

皈敬法

皈敬偈曰：

具足一切圓滿聖上師。　從今直至菩提我皈依。
無量無邊所有諸眾生。　專心普賢行願入正覺。

（金剛瑜祇尼母及上師本尊道場觀）

次以內相續。作如下之觀想。

先令執此幻有身為實之凡心境，化散為空已，從無垢染之真心識性，成就如金剛瑜祇尼之空明光耀體，紅色、一頭兩臂，右手高舉過頭，執持金剛偃月短灣刀而揚舞。左手灣臂平胸執持滿貯鮮血之人腦蓋骨碗，左脅灣夾持白色長杖，若斜身倚彼之勢而立。身帶五種密義莊嚴，(詳見明行道六成就法)及各種莊嚴具，立於蓮座日輪盤上。右足跪，左足伸而立，足下踐踏人尸一具，作美觀姿勢，體明而內空，周身為智慧火燄環繞。次想高處空中，蓮座月輪盤墊上，坐有根本上師最上佑者(即金剛大持藏名多傑羌)佛尊。身藍色，一頭二臂，著無上妙寶莊嚴報身佛裝，兩手右外左內交叉胸際執杵與鈴。次想緊接自之頭上，逆序而上，各於虹圓光中，金剛跏趺坐者，有諸歷代承傳此無上妙法之諸上師眾。

祈禱偈

次即誦如下之祈禱偈曰：

無退佛土聖上師。　五佛總尊金剛持。　我今竭誠致敬禮。
成就頗哇求加持。　令入光榮淨勝剎。　得法性身出有壞。
聖樂剎中諦洛巴。　那若巴及嘛爾巴。　尊聖父子我敬禮。
成就頗哇求加持。　令入光榮淨勝剎。　得法性身出有壞。
證實相者自放光。　米勒熱巴至恩德。　納我子者誠敬禮。
成就頗哇求加持。　令入光榮淨勝剎。　得法性身出有壞。

妙明心者自放光。　釋迦師利最勝者。　納我子者誠敬禮。
成就頗哇求加持。　令入光榮淨勝剎。　得法性身出有壞。
於我頂上蓮月坐。　承傳諸師至恩德。　納我子者誠敬禮。
成就頗哇求加持。　令入光榮淨勝剎。　得法性身出有壞。
以我堅誠信禮敬。　感我頂上諸上師。　一一融為大淨光。
諸寶上師合一體。　成一根本總上師。　是即金剛大持尊。

發願偈

次再堅誠向根本上師祈願如下：

皈敬一切勝者總集體。　一切怙者總集真實體。
所有密趣全部總持尊。　我於現未唯一總皈處。
尊賜恩德永遠莫能酬。　唯尊能知無比大恩惠。
尊能知我極至心祈求。　願速圓成無上頗哇道。
尊居無色最勝淨法界。　願賜加持令證無壞性。

本尊瑜伽

如上偈，反復虔誦，不計遍數已，以內相續，發廣願默想云：

「我當導引，等同虛空無邊有情，共成無上菩提之道。為達此目的故，我當修行於頗哇之最極要妙。」

隨作觀想如下：

謂觀想我之根本上師，為一切三寶之總集真實體，現前安住。所有等同虛空無邊有情，連我在內，敬仰皈依，直至證得圓滿覺地之時。所以如此者，為欲導引所有四生之類一一有情，皆同證無上菩提故。

如是觀想已，即收攝本尊福田，入自身中。

金剛扎格尼及上師瑜伽

次復觀想自身成空，住於無想念境。頃之，從彼雖寂靜而光照之無染智性境，自然放光，剎那間，成就金剛扎格尼母體。紅色、具足種種莊嚴。體之中央，直貫中脈，如箭桿粗，外白內紅，具足四德。(謂赤色光明直形及內空也)下閉上張，下口抵臍。下四指處，上口於頂門梵穴如天窗之仰張。此中脈貫通心處，心中四葉蓮花之中臺上，觀一明點，即風息心識相應合成體。白色微紅，欲飛躍上升狀，如是觀想，了了分明。次即於此自性成就扎格尼母之頭頂際，觀想有金剛大持佛體之根本上師，端坐其上。自彼之頭頂以上，挨

次逆序而上坐，有歷代承傳諸上師。其最高頂端所坐者，仍為根本上師金剛大持佛尊。於是猛利誠敬懇切求哀，要令身毛皆豎，悲淚盈頰，至極虔懇誦上祈禱偈。誦已，即觀想所有歷代承傳諸上師，一一鎔入自之頂上根本上師。(金剛大持)一體之內，合為一身，是即一切怙主之總集體。繼乃至誠懇切誦上發願偈，隨力多返誦之。誦已，即觀根本上師心中，真言吽字，是即一切勝者諸佛微妙本心金剛種性。字作藍色，放射五智之光明，如是觀想，了了分明。隨即高呼「醢」聲，同時想自心中明點，騰躍而起，飛升直入根本上師心中吽字之內，即契合為一體，無二無別。住此少頃乃呼「嘎」聲，使明點降復原自心處。

如是猛利不斷，反復修此瑜伽者，上等成就之行人，於二十一呼「醢」聲後，即得應驗。中等者一座之修。(約一小時又半)下等者，全日之修。其應驗者頂門梵穴處，皮肉隆腫，血液黃水溢出，且可以草梗洞入梵穴。得此應驗後，即可止修。改觀根本上師金剛大持轉成無量壽佛(阿彌陀佛之報身佛)手持寶瓶降澍甘露，充滿我身口意一切靈力脈輪，無微不至，而我即獲無量壽命。隨力多誦無量壽佛之心陀羅尼，誦畢即觀無量壽佛，轉成清淨光明收入自身。

註：無量壽佛心陀羅尼曰：

嗡　阿嘛囉呢，濟汪隄業，莎哈。(阿嘛囉呢濟汪隄業即無量壽命願賜加持意)又此頭上上師本尊觀，為迦居爾派密特傳，其法頂底兩座皆觀金剛大持。緊挨行人頂際梵穴開處，即觀金剛大持佛尊，於獅王寶座作金剛跏趺佛威儀坐。本尊頂上，同樣坐者，為行人所由受法之世出世間，承傳無上妙要諸上師。依序回溯而上，以諦洛巴聖者為第一代，於世傳承之初祖上師。而其頂上則為最高無上之金剛大持根本上師尊佛。此尊根本上師，為蔭覆加持行人之各上師及各代祖上師者。而緊接自頂，亦有金剛大持根本上師尊佛，則為蔭覆加持，現時修行之世間身者也。

又此中金剛扎格尼之觀法，與上文之金剛瑜祇尼同。行人一起於座，即當等同聖者而自觀，如有譬喻云：如鳥行空，不着空痕。當應善巧，其心相續於此不可思議法界真實性境。亦必不斷堅誠誓願證得無上菩提，惟於頗哇轉識修行者，又必兼修無量壽佛之要法。

註：恆修於此頗哇轉識要妙道者，同時有漸促短世壽之虞，因力能速使色身之遷化成熟故。以是又當兼修對治之無量壽佛法以延持其壽命。

已上為頗哇心要中可許筆之於書而傳者。(意即尚有微細要妙，不許筆傳，必曰上師口授之處也。)

原書短跋云(此短跋者為著本書之成道者，自述其因緣殊異有如是也。)

方余退隱薰修期間，曾於淨光境，數得面覲米勒熱巴至尊祖聖上師。且於無上勝信樂境中，從聖者聆受許多微妙秘密教授。其後見一顏貌紅而帶黃，上唇生鬍之老母現前，謂余曰：師弟，我欲請求關於頗哇之要妙道。老母言已，瞬化虹光而沒。其後又有來自北方教導眾生之阿哇達囉。(梵言阿瓦達囉，藏言吐爾谷，即蒙古所言之呼圖克圖。謂世世轉生人間宏化之聖者也。)向余請求，於是瘋行者釋迦師利本其淨心所現，著此於篇。普願禎祥。

註：此中釋迦師利，不敢遽定其即為祈禱偈中所列同名之祖上師，抑為後代承傳上師，已有成就者之一。偶同其是且或即其轉生身，均不可定。至其北方來者，即此所謂瘋行者之大弟子，則本章跋語已言明。瘋行者之名稱，則藏地成就者，喇嘛每有為人如化稱之者。又此老母似即扎格尼所幻現者也。蓮菩謹按二認為此釋迦師利，即偈語中之釋迦師利祖上師無疑，何以故？因固偈中於此祖上師名下，即未更列而但言不諸但師恩德云云，且此法原本，又必成於或傳出此北方之大弟子，亦已成祖上師也。

第二章　頗哇心要轉識自在度亡法

頗哇心要轉識自在之要妙道中，有度亡之法如下。

初級成就瑜伽士所作之度亡法

行者自於道行中，如為尚未達於超離幻相之境地者，則應如有作法。

(謹按：藏密大分有作。修瑜伽，無上瑜伽，三者之分。此中所分三種行者之三種作法，各各淺深大異。即依此而為差別，然如藏中凡為度亡者必為高德喇嘛，讀者萬勿膽大妄為，自他兼害，是為至要。鄙譯另有一種，亦為達瓦喇嘛譯傳之中陰救度密法，彼書有特垂方便。)

先誦皈依發心等偈多遍已，將死體觀空，遣除幻色之見，令極淨盡。由空性中，出現了了分明。而亦本空之金剛札格尼，其體中有

外白內紅之中脈，大若箭桿；下端閉而上端開，於梵穴如天窗等。觀其脈中當心之部位處，有活躍之細畫紅色吽字，此即死者之業識體。其頂際梵門上有蓮月輪盤座，座上五色虹圓光中，根本上師本尊至聖救度主，為所有一切雲海皈處之總集體，是為至高無上金剛大持佛尊。藍色一頭兩臂，左鈴右杵交叉胸際，無上天衣妙寶種種莊嚴，金剛跏趺而坐。本尊心中月輪盤上真言吽字，藍色，是為一切勝者如來之五智本體。於是至極虔誠，舉誦祈願文等(此即前章所述)務令與諸上師本尊真實相應。次即一面力呼「醯」聲，一面觀想本尊心中藍吽字下端母音符，向下長伸如鈎，將彼死者心中紅吽字上端「嘛」字小圈鈎牢，向上提升，再一呼，即提至喉部。第三呼，即提至梵門。第四呼，即已提入本尊心月輪中，而融入本尊之藍吽字，成為一體。至是即極力大聲呼曰「拍」。如是彼頂上由觀想而成之本尊淨幻化體者，立即轉入於色究竟天法性土中，與智身金剛大持之真實性體，合而為一，無二無別矣！住此定若干時後，即儘力多返舉誦種種祈求，加被等等偈文，以作結。(謹按此種種度亡之偈誦文等，中陰救度密法之書尾，附有由手鈔秘本所譯傳之全文。)

中級成就瑜伽士所作之度亡法

瑜伽行人如為有所證悟於心色諸法，無異無別者，則可如下法以度亡者，助其轉識自在。先修作於皈依發心等，令心極盡澄定，絕無妄念。次儘力多返向諸已得成就之寶上師眾，此即一切勝者之聖合體，亦即一切心色諸法，無異無別，真實表顯體處。虔誠祈禱求願已，於是命亡者之業識，合入自之識中，無二無別後。繼用呼「拍」之法，使自之識轉入金剛大持本尊之清淨智性，住入於此法界體性境中。久之，後乃舉誦祈求偈頌等以作結行。如此作法者，中心務令絕無妄念，是極重要。

高級成就瑜伽士所作之度亡法

瑜伽行人如自之成就已高，確已有所證悟，能自在入於法界實際真空體性者。則其心境即已自能超越一切，能度所度之差別相。此謂於根本真心淨光境中，即彼無上大安樂聖淨境中，曾已善巧安住。則得了知其中無相，唯一淨光明空。所有能見所見，乃至能怙所怙諸差別相，盡皆消泯。又能於此境中，了知生死涅槃兩端之幻法，直同書空之畫，畫而無畫，幻有非實。一切諸法，本無生滅，即被幻執差別於「他」者之所謂「我」，亦本無有。但得如是證悟之者，於彼即更無有何者所謂轉識之法。是以得如此成就之瑜伽行

人，如行度亡，即亦更無他作；唯以如彼所已證悟如是之真實義諦，輕舉向彼死者耳中，陡一提醒。即能剎那為死者閉息六道生門，而立使之頓入無生法忍之不退地。

原書此章跋尾云

此度亡轉識自在法，為已證得持明成就釋迦師利之所作，彼因已超越如此中所云轉識之需要，惟於薰修餘暇，緣其大弟子兆阿哇達囉。(意見前章跋語小註)瑜伽行人之勸請，因作此篇。（回向曰）

願以作此勝功德，　回向法界諸眾生。
其量無盡等虛空，　皆得證入無生忍。

第三章　本尊上師聖相莊嚴觀

今將本尊上師之聖相莊嚴，在於行者頂上成直線，依序叠坐者，分為述明如下。

如上文(第一章)所述根本上師金剛大持之頂上，(謹按原書此處不甚完足，若依第一章所述之最上頂際及緊挨行人頂，各想一金剛大持尊。則其間須加入一節，行人所從受學之各上師，代代回溯以至於傑尊米勒熱巴。乃至再如此下所描述者。但蓮菩提竊以為此法本，極似最早由聖米勒熱巴所直接傳與釋迦師利祖上師，由此祖上師傳與如上所述之北山某祖上師。其自彼以下之歷代承傳上師，則須由行人各自直承之上師面授之，即不可且勢亦不能盡述於此者歟？)坐於蓮月寶座之上者，為「傑尊」。(意即尊長上師)聖者米勒熱巴淺藍色，右手曲肱，抵腮作金剛支頤印勢。(原書但言金剛印於註欄中繪一圖，形為伸直右手之小指，而名指中指屈入手心，以大指屈壓於其中指之甲，而食指雖伸而作鉤勢，故非如通常之金剛降伏印也。)左手平臍際，執持人腦蓋骨碗，內滿貯甘露，兩足跏趺坐。此尊之頂上，為嘛爾巴聖者，棕紅色，身格魁偉，著喇嘛裝束。兩小腿下叉作如意之蹲踞坐式，兩手如彌陀托甘露鉢式，但所托者為滿貯甘露之人腦蓋骨碗，兩目仰睛以觀空。此尊之頂上，為那若巴聖者，亦淺藍色，結髮於頂，如印度瑜伽行者。戴五骷髏之寶冠。具足六種骨類之莊嚴。腰繫印度式之裙，右手執吹羚羊之角，左手降伏印，(食指小指伸，中指名指屈入手心，大指屈壓中指甲。)兩足如鐵匠扯爐之坐式而坐。

此尊之頂上，為無上光榮聖者上師諦洛巴。棕色，怒而微笑，髮結於頂，諸寶莊嚴之。戴蓮華五瓣冠。身上斜套禪定之帶圈，腰繫虎皮裙，如意而坐。右手高舉執一金魚，(魚表六道眾生，水表輪迴生死，金魚為魚類之美貴者，能得被度出離生死之眾生也。)左手於臍際執持滿貯甘露之人腦蓋骨碗。此尊之頂上，即為根本上師金剛大持佛尊，藍

色，身著無上天衣妙寶莊嚴，兩手交叉於胸，左鈴右杵。(餘詳如上已述)

所有本尊上師，各各皆有虹圓光。

（已上頗哇心要轉識自在法完）

聯絡我們

財團法人
佛教電子佛典基金會（CBETA 基金會）
CBETA Comprehensive Buddhist Electronic Text Archive Foundation

service@cbeta.org
(02)2383-2182 轉分機 12
官網 https://cbeta.org/
CBETA Online https://cbetaonline.dila.edu.tw/
立即贊助 https://cbeta.org/quick-donate/

贊助資訊

CBETA 長年來陸續將歷代重要佛典數位化為「CBETA 電子佛典集成」，不僅收錄了大量的珍貴文獻，更致力於校勘考證用字及增添新式標點，提升佛典的文獻品質及易讀性。「CBETA 電子佛典集成」是大眾廣為運用的公共資源，此成果也獲得國際學界的重視及肯定。

對於一個從事佛法志業的非營利團隊來說，能夠長期埋首理想、踏實耕耘，實屬不易。為了提供更優質的服務，CBETA 基金會擬增聘專業人力，擴大組織規模，懇請大家慷慨解囊、熱情贊助，讓未來有更多更好的電子佛典。

贊助捐款

「水滴雖微，漸盈大器，凡福充滿，從纖纖積。」
—— CBETA 2024.R2, T04, no. 210, p. 565a5-6