

一意淺介

兼釋佛的三轉法輪與「也有先斷所知障者」

堪千尼瑪江稱

2012年7月

美國岡波巴中心

達波仁波切〈岡波巴大師

「願心向法」所指的「法」並不侷限於佛法。「願心向法」是泛指我們日常的所行，應儘量以不自私而利他的動機，以及深信因果為基礎；這是屬於世間的正見。「願法向道」所指的「法」則指的是聞、思、修三善業，它的動機並非只求得此生的世間之樂，而是對六道輪迴生起厭離的出離心；因此我們皈依三寶，以身、語、意三門所行的一切善業成為解脫之道。「願道除惑」指的是：在以出離為基礎趣入解脫道之後，若僅狹隘地以求得自身的安樂為發心，則所證得之果位相對地也較小。道上的惑亂不只是世俗的分別心，還包括自利、我執以及種種的細微執著；因此，應生起菩提心，以菩提心攝受、消除道上的迷惑。「願惑顯智」是指：除了以菩提心消除道上的迷惑，更需了悟空性，對輪迴中所顯現的一切，皆視其如鏡花水月般不真實，不執著而轉惑亂為智慧。

如果我們平時所為之善行能以此四願心為基礎，則十分殊勝。但是，因為無始以來無明的習氣串習，我們要在短時間內轉化迷惑成為智慧並不容易。如噶當派修心要訣所言，儘管於行為上難以改變，但是我們可以從詞句上的學習著手。例如時時唸誦阿底峽尊者的著名偈頌：「諸佛正法聖賢僧，直至菩提我皈依，以我所修諸功德，為利眾生願成佛。」用以提醒

自己。如此詞句的學習不僅有利菩提心的生起與增長，對已受菩薩戒者，對不衰損菩薩戒學處也有助益。因此，我們也可以藉此方式時時唸誦此四願心，逐漸由唸誦詞句使心轉變、趣向法，法趣入道、道除惑亂，最後轉惑為智。

以上是我們在講授《一意》之前，對此四願心的簡短解釋。各位若能在聽聞教法之前，生起此四願心的其中之一，特別是「願惑顯智」，則十分殊勝。

首先我們講述《一意》的緣起。《一意》是覺巴吉天宋恭教授的結集，但是它不只是為直貢弟子所特有的專修。這本論著並非覺巴吉天宋恭本人親自撰述，而是由他的最重要弟子之一的敬安習納炯內對吉天宋恭開示、說法所作的筆記。敬安習納炯內不僅筆記，有難解疑惑之處，則利用侍師之時詳細詢問解惑，並且思維修持；惟當時僅有筆記，尚未有結集。

覺巴吉天宋恭圓寂之後，敬安習納炯內即四處遊學參訪，並時常與噶當派的學者相互交流。因為吉天宋恭在教法上的涵養與博學，見解十分獨特、精闢，所以為當時的學者們敬仰推崇。因為敬安習納炯內對吉天宋恭的教法全然無惑，所以當被問及吉天宋恭的見解時，皆能對答如流，甚而講述其中的密意。敬安習納炯內有感於其有生之年仍可如實、無誤地對答傳授，教授吉天宋恭的不共之意，但是唯恐自己但百年之後無有後人可以延續法脈，遂興起

著手編纂吉天宋恭完整教法的動機，利益更多的眾生。依著「即使僅有一人傳下吉天宋恭的密意，也能累積殊勝福報」的心念，編纂了吉天宋恭完整教法的《一意》，總共有七品。

《一意》的藏文有「恭記」或「切促」兩個意思。「恭記」的意思是「一意」，「切促」則是特別、不共殊勝之法。部份直貢學者認為《一意》的殊勝，在於它闡釋了龍樹或無著菩薩都無法理解的佛的密意，個人認為是過度的誇讚。龍樹或無著菩薩與其他西藏的大師對佛所說之法均有其個別的見解與闡述，但是覺巴吉天宋恭對經典的論述也有他自己特殊獨到的見解，所以是不共、殊勝。

其次，此論之所以稱為「一意」，部份直貢學者認為是它將三世諸佛的密意均解釋成「一味」，也就是三世諸佛的密意均相同。然而，各個教派的論述最終的結論也認為三世諸佛的密意均為一味，因此這樣的說法不僅與《一意》的內容有所出入，也顯得《一意》無其特殊之處。個人認為較貼切的解釋應該是：釋迦牟尼佛三轉法輪所傳授的八萬四千法門，均可歸納於顯密二法門之中；顯密二法融合成一個凡夫於成佛道的上修持次第，即為「一意」。

《一意》：「經續為道次第。」經是三藏，續是四續。一般的解釋是：鈍根者修習三藏，利根者修習四續。也就是說：佛講述的八萬四千法門，依眾生根器的差異，修持不同的法門；只需進入一門，最終皆可證得佛果。但是吉天宋恭認為：八萬四千法門應如階梯，需層次而上修持，方得證果。因此「經續為道次第」應解釋為：依經續的次第層次地修持，是成佛的道次第；《一意》亦是依此道次第的見解而得其名。

也因此，吉天宋恭的「大手印五支道」即為涵蓋經續的道次第修持：顯乘的修持包括菩提心的觀修，從發心到六度的學處—願菩提心與行菩提心；密乘的修持則為觀修本尊、上師瑜珈以及大手印正行。迴向則為顯、密共通。

《一意》有許多注釋。第一本是由師承吉天宋恭與敬安習納炳內的敬安多傑希拉所著。此外，吉天宋恭的弟子敬安仁千炳祝也有另一本注解。於歷史上，直貢教派內部共有八、九個注釋版本，現今只能見到五、六個版本。除此之外，其他如寧瑪與薩迦等教派，也有許多針對《一意》的闡解，其中破、立不同的見解者皆有。例如：寧瑪派的卓千恭措巴爹的一份著作即是對《一意》的內容意義的闡釋，而非一般字面的解釋。又例如噶舉夏瑪巴對《一意》也有一套完整的解釋論述；噶瑪敏珠多傑的著作〈共七個經函〉則是針對每一品詳以注釋，是最長、最詳盡的注解。

巴塢自拉切瓦所著的《西藏史》則有薩迦派蘇南蒙杜求學《一意》的記載。蘇南蒙杜曾經請求達隴那塢察巴傳授直貢《一意》的教法。當時達隴那塢察巴是達隴噶舉的大師，對直貢的教法也有相當程度的了解。達隴那塢察巴笑著對蘇南蒙杜說：「你我分別屬於薩迦派與達隴噶舉，而卻學習直貢的《一意》，這將貽笑大方，所以不能傳授予你。」但禁不起蘇南蒙杜的再三懇求，達隴那塢察巴最終允諾傳法，並且要求蘇南蒙杜往後每年必須傳授《一意》一次。其後，蘇南蒙杜也針對《一意》著述成《現觀茂林》一書，但本書現已失傳。

宗喀巴大師於創立格魯派之前，也曾經依止直貢法王卻吉嘉波，並學習直貢教法。現今格魯巴修法時所穿的皺摺紅色披風，傳說是當年法王卻吉嘉波將自己的僧袍裙襬賜予宗喀巴大師，宗喀巴大師因為尊崇自己的上師，便將裙襬剪開披在自己的肩上，最後演變成格魯巴的披風。宗喀巴大師對直貢教法有相當程度的了解，特別是《一意》與《大乘心要》，也因此被授與堪千〈大堪布〉的頭銜。當時，因為直貢梯寺主要是以閉關修行為主，所以直貢巴特別在拉定地區建築一所佛學院，讓宗喀巴大師專門傳授此二教法，為時七年。之後宗喀巴大師親見文殊菩薩，得到許多不共的教法與加持，最後創立格魯教派。宗喀巴大師著作繁多，

其中對於律藏部份的釋義，見解與《一意》相似。

總而言之，《一意》是各教派研究學習的主要論著之一，特別是噶舉派。

《一意》的講授方式，一般而言可分為以經教理論、辯論的方式，或是以口訣，融合實修經驗的方式予以傳授。

此次主要教授的二個題目是：《一意》對「佛陀三轉法輪」的解釋，以及「也有先斷所知障者」的意義。

首先，「佛陀三轉法輪」可以依地點、時間以及傳法對象等區分。依地點區分者：佛陀於鹿野苑初轉法輪、於靈鷲山二轉法輪，最後於祇西那納三轉法輪。以時間為區分者：佛陀於菩提喀亞成佛後的第四十九天初轉法輪、成佛十年之後二轉法輪，最後於涅槃前轉第三次法輪。或以傳法對象為區分：初轉法輪的說法對象以小乘弟子為主、二轉法輪的說法對象是以大乘弟子為主，最後第三次轉法輪的對象則是大、小乘共同之弟子。但是覺巴吉天宋恭認為佛陀的三轉法輪，應以聽聞對象為區分，而不是以大、小乘為區別。

如同前面講述「經續為道次第」，吉天宋恭認為以聽聞對象為區分的三轉法輪，應該是以一個凡夫成佛的道次第修持作為而區別。聖天菩薩《中觀四百論頌》中闡明道次第：「先遮遣非福，中應遣除我，後遮一切見，知此為智者。」所以，首先「先遮遣非福」，是使不信三寶、三世業因果之無福德者，接受佛法；因此佛的初轉法輪的對象是無福德者，目的在使之確信對三世因果、建立世俗的正見，並使之心續成熟、深信三寶。但是一般對如此的世俗正見，可能導致對因果、輪迴的執實。為斷此執實，所以二轉法輪—「中應遣除我」。最後，習氣中仍有細微難斷的二元對立，以及對顯相的執著，所以不能圓滿果位，而有第三次

的轉法輪，所以「後遮一切見」斷一切分別的基。

一般而言，薩迦派與格魯派的修學是以佛二轉法輪的內容為主，而噶舉派的修學是依據佛第三次轉法輪的內容。因此《一意》所依據的也是佛第三次轉法輪的內容，主要經典是《解深密經》與《總持自在王請問經》。

《總持自在王請問經》以尋寶者探求洗拭摩尼寶的過程比喻凡夫修行的次第。尋寶者覓得寶藏後，必需經過三次清洗與三次擦拭的過程，才能得到有求必應的摩尼寶：首先以牛糞水清洗、以粗布擦拭；其次以鹽水清洗、以較柔軟的布擦拭；最後以清水清洗、以最柔軟的布擦拭。所以，佛陀的三轉法輪也如同清淨摩尼寶的過程，以三次轉法輪的內容為修行的道次第，最終證得圓滿的佛果位。

【問答】

問：請問薩迦派與格魯派所修學的佛二轉法輪的內容，是以地點、時間或以及傳法對象為區分？

答：佛二轉法輪的主要內容是無相法門，主要的經典是《般若十二頌》，薩迦派與格魯派認為這是了義的經典。轉法輪的對象是大乘弟子，地點在靈鷲山，所以應是以地點與傳法弟子為區分。

問：根據個人的了解，佛於三轉法輪時，主要是講解佛性，這和堪布前面所講的內容似乎有些出入，能否請堪布解說？

答：三轉法輪主要是講解佛性；佛性或如來藏的體性本自清淨，不具煩惱染垢。一般的煩惱、執著只是客塵，可以被清除而使如來藏顯現，二者並沒有相違。

問：前面提到三轉法輪是在破二元對立，而破二元對立其實就是空性—如果不能理解空

性又如何破二元對立，可是空性又是二轉法輪的主要內容？

答：以噶舉派的名相來說，空性可以分為二種：第一種是「淨似空性」，這是二轉法輪所講述的內容，主要在破「實有」，但破有之後，對「空」仍有執著，因此是「淨似」。第二種是「一切實中勝空性」，破有邊、無邊、二者邊、非二者邊等的空性，所以是最究竟；它既講「空」也講「明」，明空雙運。

問：前面提到《一意》有許多注釋，其中破、立皆有。這些破或立是基於見地的不同或是個人修行境界的差異？

答：一般而言，各宗派的見解通常依據佛所說的某一部經典而安立，因為所依的經典不同而形成見解上的差異。大師們的見地與修行，究竟上應是相同。我們看破立的不一，可能只是在用字遣詞或角度見解的差異而已。舉例來說：你我都吃了一顆蘋果，但你可能是從對身體健康的影響方面討論

蘋果，而我是從蘋果的味道討論，但二者都是講述蘋果。

問：破二元對立與破有，二者之間的差異為何？

答：簡單地說，二元對立的範圍較廣，直到成佛之前，二元對立的顯相都不會斷除。例如提到寶瓶，不論對寶瓶是否執實，寶瓶的顯相即現起—即使如登地菩薩般斷除了對「寶瓶是真實的」的執著，但是在成佛之前，寶瓶的顯相都會現起。相對地，執實破有的範圍比較小，是二轉法輪的主要內容。

舉例來說：當我們在公路上開車，看到景物似乎是向後跑。如果不知道這是幻覺的人，會以為是景物在往後跑。但對於了解這是因為速度所形成幻覺的人而言，即十分確定景物並沒有移動。登地菩薩儘管了解萬物的空性，但因為細微的無明習氣，景象仍然顯現。唯有完全清除無明習氣，才能斷除一切相。〔待續〕

岡波巴中心記事

- 朗欽加布仁波切於 2015 年 6-7 月間受邀前往歐陸弘法，訪問瑞士、德國、拉脫維亞與瑞典等國家。
- 敬安仁波切持續於藏傳教典之中譯與重譯。仁波切並於 2015 年 11 月，訪問印度舍衛城，參與「舍衛城佛教文化節」，代理直貢噶舉澈贊法王以中文宣讀「緊急回應氣候變遷計劃於 2050 年達到 100% 可續性替代能的目標」之請願書。
- 堪布天津尼瑪於 2015 年 6-7 月，隨同朗欽加布仁波切前往歐洲弘法。堪布將於 2015 年 12 月，前往印度強久林授課與接受進階之法教。

感謝十方對仁波切佛行事業之贊助，並隨喜功德

一意淺介 2

兼釋佛的三轉法輪與「也有先斷所知障者」

堪千尼瑪江稱

2012年7月

美國岡波巴中心

接下來講解「也有先斷所知障者」的涵義。在講解之前，我們首先應先了解「淨基」、「所淨」、「能淨」與「淨果」這四個概念。「淨基」，如第三世噶瑪巴讓炯多傑所說：「淨基心性明空雙運者」，指的是如來藏，也稱為原始俱生的智慧。「所淨」指的是煩惱染垢，也如第三世噶瑪巴所說：「所淨客塵染污」；這些煩惱染污只是暫時地與心性同時存在，也稱為原始俱生的無明。「能淨」指的是淨除煩惱染垢的對治方法。「淨果」則是指清淨之後的結果。

俱生智慧的淨基與俱生無明的所淨，一般乍看之下認為心性與妄念都是心，二者是一體，但實際上卻是有所區別。我們可以以正在沸騰的水作為譬喻，水與熱氣看似無法分別，但透過方式降低溫度，水便回到它本來的狀態。同理，俱生智慧與俱生無明看似是一體、無有差別，但是如果藉由方法清淨煩惱垢染，俱生智慧的光明即得以呈現。現階段我們不知清除垢染的方法，所以俱生智慧無法顯現，又因無明產生貪瞋癡三毒、隨著客塵煩惱流轉於輪迴。以上是淨基與所淨。

清淨染垢的方法，即是能淨。岡波巴大師說：「聖大手印金剛瑜伽是能淨之法。」也就是經由上師的口訣，直指了解心性，並藉由實際的修持，徹底地清除垢染。

最後是淨果，以大手印究竟的觀點而言，淨果與淨基無有區別。但是如果以時間、階段

來說，心性若暫時為客塵煩惱所蓋障時，稱為淨基；客塵煩惱完全清淨時，則稱為淨果。第三世噶瑪巴讓炯多傑的《大手印祈願文》：「祈願現證離垢之法身。」所以，離煩惱客塵的心性，即為淨果，也就是法身、佛果。吉天宋恭：「水未混濁是淨水，心未被煩惱無明遮障者是佛。」也就是淨果。

回到我們這次的主題：「也有先斷所知障者」指的是所淨。一般而言，所淨指的是障礙，可分為煩惱障與所知障；障礙我們解脫的是煩惱障，障礙我們圓滿成佛的是所知障。這二種障礙可由理論或口訣實修的方式予以解釋。一般認為：對外境而生的分別妄念，例如外境的有無、真假、是非等，是煩惱障；從自心而生的分別妄念則是所知障。《一意》是以口訣實修的方式解釋煩惱障與所知障。

斷除障礙的方式則可分為見上尋修與修上尋見。見上尋修是透過聽聞如《中觀》、《入中論》等經典，再思維其義而了知義理，最後實際地修持。修上尋見則是先依止善知識，由上師處得到直指心性的殊勝口訣，並依上師的經驗口訣修持而得到的正見。如是得到的正見是一解百解：了知心性即了知了萬法。「也有先斷所知障者」即屬於修上尋見。

「也有先斷所知障者」其實源自於密勒日巴大師。如各位所知，岡波巴大師是先依止噶當派的上師，所以他對噶當派的教法口訣等均非常熟稔並具實修經驗。但因過去的因緣，當

岡波巴大師後來聽聞到密勒日巴大師的名號時，即生起依止密勒日巴大師的強烈心念。之後在岡波巴大師見到密勒日巴大師時，密勒日巴大師問他以前修學過甚麼法、以及對顯乘與密乘了解各是甚麼等，其中也談到煩惱障礙的斷除。如前所述的概念，岡波巴大師陳述煩惱障是在資糧與加行道逐漸地斷除，於證得第一地時完全斷除，第一地之後則開始斷所知障。密勒日巴大師聽了之後告訴岡波巴大師：「老頭子我斷除煩惱障礙的方式不是你說的那樣，我是先斷所知障。」岡波巴大師問：「如果先斷所知障，那何時斷煩惱障呢？」密勒日巴大師答：「如果先斷除了所知障，煩惱障同時也自然消解。」

日後帕摩竹巴大師研究這段佛父子的對話，最終了解到二者所說的方式皆無誤。如前所述的見上尋修與修上尋見，岡波巴大師所說的是針對鈍根器者，由聞思的方式得到正見之後，再進行修持；先由分析外境斷除煩惱障，之後再修持內心斷除所知障，屬於見上尋修。反之，密勒日巴大師所說的則是針對利根器者，如同具有實修經驗的具格上師如瑪爾巴大師、具有強烈信心並精進修持的弟子如密勒日巴大師、以及如黃金般未曾間斷的加持口訣傳承，三者兼具的情況下，於修上尋見，所知障先斷除的同時，煩惱障也自然消解。「也有先斷所知障者」的說法實源於此，噶舉傳承大致上是以修上尋見為主。而「也有先斷所知障者」裡的「也有」，意思是除此之外還有其他的方式，而這裡的方式是針對修上尋見，其他的方式則是見上尋修等。

此外，第三世噶瑪巴讓炯多傑的《大手印祈願文》：「祈願一切增義〈分別妄念〉從內心斷除。」也就是說，如果我們可以斷除內心的妄念執著，對外境的分別妄念也自然地隨之消除——如同熄滅房子裡的爐灶的火，便不會有煙從窗戶裡冒出。

類似「也有先斷所知障者」的見解，在《俱舍論》裡可以得見：「煩惱障和所知障可

以同時斷除，阿羅漢與如來的果位可以同時得證。」也就是藉著針對煩惱障和所知障的對治方法修持，可以同時斷除這兩種障礙，也同時證得阿羅漢與如來的果位。因此，有些學者是引用《俱舍論》，備證闡釋「也有先斷所知障者」。但以修上尋見的方式的解釋應更為恰當。

【問答】

問：除了煩惱障和所知障，還有有一種說法是將業障分別區隔出來，請問堪千的看法？

答：業障應是屬於煩惱障。另一種說法則是將所有的障礙歸納到業障的範圍裡。

問：能否對「增義」一詞再多作解釋？

答：增義指的是與事實不相符合的加油添醋。例如本來無我但說成有我，就是增義。

問：請問見上尋修是否是傳統的聞思修的過程？修上尋見的聞思修順序又是如何？

答：修上尋見也是依聞思修的程序。見上尋修是首先透過聽聞、思維佛的經典理論，先安立空性、無我等正見，再實際修持。修上尋見透過聽聞、思維上師實際修持經驗的口訣，再實際修持，所以也有聞思修的過程。二者的不同在於修上尋見是依於上師的經驗口訣，無需經由經典理論的辯證的直接修持。

問：能不能就修上尋見的修持方式斷除所知障再加以說明？

答：修上尋見是依於上師的經驗口訣直接修持，是針對內在的增義；當對心的增義分別妄念的執著消除了，對外境的執著也一併消除。例如眼翳，無論看甚麼東西，都會感到一層模糊或不乾淨；但當眼翳治癒之後，所看到的不淨也瞬間變得乾淨。這是同樣的意思。又例如細的汙垢如果得以清除，

粗的汙垢也同時清淨。如果細的煩惱所知障都已清除，粗的煩惱障當然也淨除。

當然有人會問：如果衣服上同時有油漬和泥巴，怎麼可能油漬先被洗淨？這是目標的差異。也就是清洗者如果一開始就針對油漬而清洗，洗掉油漬自然也清除泥巴。另一個例子是木工所鋸的木板，木板上有貼紙，如果木板被切斷了，紙自然也被切斷，不需要再刻意地剪紙。

因此，行者如果自始就針對內心進行修持、致力斷除所知障，在所知障清除之時，煩惱障也同時淨除，並不需要在斷除所知障之後再清除煩惱障。所以「也有先斷所知障者」的意思不是先斷所知障再斷煩惱障，而是所知障清除的同時，煩惱障也淨除，二障的清除並沒有前後次序。

問：如果說所知障清除之時，煩惱障也同時淨除，那所知障和煩惱障之間有因果關係嗎？

答：二者是相互產生，二障也是輪迴。例如明天將要有一個新產品的發佈，因為這個東西我們從未見過，所以執著這產品的煩惱障在心續中尚未產生。但是當它發佈之後，我們便開始對它有分別，例如好或壞、喜歡或不喜歡，這些分別便在我們需心續中種下習氣，習氣又形成所知障。又因為這個習氣與所知障，將來我們又會執著相似的東西，煩惱障又生起。

問：前面說的分別煩惱是如何形成所知障呢？

答：概念進入心續之中便形成所知障。就像在一個清淨無暇的杯子裡，放置味道很重的香皂，雖然之後拿開香皂，香味自然地殘留在杯子裡。

問：請問前面說《一意》有六品，能不能簡單地介紹一下？

答：《一意》應該有七品，分別為轉法輪、緣起、別解脫戒、菩薩戒、密戒、見修行、

果位。第一的轉法輪品主要是講述三次法輪的內容、為何轉三次法輪等。第二的緣起品講解十二因緣。第三品則講述別解脫戒如何獲戒、毀損戒律與捨戒等內容。第四品與第五品則說明菩薩戒與密戒。第六品講解見修行過程中，可能會產生的錯誤以及如何修正。第七品則是講述經由前述六品的修證之後所得的果位，也就是佛的功德事業。

敬安習納炯內認為修學的次序是依學習者的程度而定，不一定要依照前述的順序。一般初學者可以依照這七品的順序，先了解三轉法輪與十二因緣，再學習三戒與見修行等，次第地學習修持。稍有基礎者則可由第六品的見修行開始著手。所以第八世噶瑪巴對《一意》的註解即是由第六品開始。

問：能否解釋在聞思修過程中易入的歧途？

答：這是說在聞思修過程中，上師予以直指心性與修持口訣，但行者在修持禪定的過程中對口訣產生疑惑、缺乏信心，進而認為從論著的聞思而了解空性的方式較為適當，此時便容易誤入歧途。

如同良醫診斷出我們的疾病，並針對這病開出藥方，但是我們不但不相信，還堅持尋找醫典，研究這個疾病與藥方是否有用等，延宕多時後，新病也成為宿疾，更難以醫治。上師如同良醫，了解我們的疾病，予以我們口訣修持，但我們卻還要翻尋大論典確認，這就是誤入歧途。

問：能否解釋心與心性的區別？

答：如果一定要區分心與心性的話，心能生分別妄念，所以不清淨，心性則如密勒日巴大師所說，波浪起於大海也回歸於大海。心就如波浪，心性則是大海，它是心的體性，本來清淨明亮。

[完]