

刘立千藏学著译文集

# 米拉日巴传



桑杰坚赞 著  
民族出版社  
刘立千 译

# 米拉日巴传

桑杰坚赞 著  
刘立千 译

民族出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

米拉日巴传/桑杰坚赞著;刘立千译.—北京:民族出版社,2000.2

(刘立千藏学著译文集)

ISBN 7-105-03800-4

I.米… II.①桑…②刘… III.米拉日巴(1040~1123)-传记 IV.B949.92

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 13413 号

民族出版社出版发行

(北京市和平里北街 14 号 邮编 100013)

迪鑫印刷厂印刷

各地新华书店经销

2000 年 2 月第 1 版 2000 年 2 月北京第 1 次印刷

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:7.375 字数:170 千字

印数:0001—3000 册 定价:15.00 元

---

该书如有印装质量问题,请与本社发行部联系退换。

(总编室电话:64212794; 发行部电话:64211734)

《刘立千藏学著译文集》  
编辑委员会

主任 戴 贤

编委 布 楚 才让加 黄显辟  
王维强 曾晓武

E626/05

## 序

经过多年的筹划和编辑，《刘立千藏学著译文集》终于同广大读者见面了。这套文集不仅仅是刘立千先生个人藏学研究成果的结晶，更重要的是体现了我国老一辈藏学家对藏学事业所做出的重要贡献，反映了我国藏学事业从举步维艰发展到今天的“显学”这样一段历程。时下，藏学研究一片生机勃勃，已是今非昔比，回首往事，不胜感慨……

刘立千先生 1910 年生于四川省德阳县。1932 年离开西南重镇成都到当时被称之为打箭炉的康定教书，其间拜师求学，研习藏文和藏传佛教宁玛派、格鲁派、噶举派和萨迦派等教法。1936 年出任根桑泽臣活佛随行助手和翻译，开始涉足藏学领域，并初次发表译作《大圆胜慧》。1944 年春，经著名社会学家、民俗学家李安宅教授推荐，出任成都华西协成大学边疆研究所副研究员，正式从事藏学研究。由于先生汉藏文功底极好，加之当时的华西协成大学又云集了一大批如韩儒林这样第一流的学者并有着丰富的藏书，因此不到两年时间就推出了力作《印藏佛教史》。此书在成都一经问世，就受到学术界一致好评，曾连续出了三版，事隔 32 年后的 1978 年，此书由台湾妙吉祥出版社再版时又

很快销售一空，其学术价值，可见一斑。先生深知，藏学的故乡在中国，浩如烟海的藏学典籍乃藏学研究取之不尽用之不竭的源泉，为了给不识藏文但有志于藏学研究的后来者铺路搭桥，从1946年开始便致力于西藏文史和佛学典籍的翻译和介绍。1949年成都解放后，先生随十八军进藏，到达拉萨后，在西藏军区编委会从事编译。1956年北京成立中央民族事务委员会翻译局，先生奉调来京，先后在翻译局和民族出版社担任藏文室领导职务。那年年仅17岁的我随著名藏族学者格桑悦希教授一同调来北京，有幸同先生共事，成为先生等一批著名藏、汉族专家学生的学生。然而好景不长，一次又一次的运动，特别是在那史无前例的浩劫中，先生也未能逃脱厄运，在经受一番对“反动学术权威”的批斗之后，1969年年底我们先后进了“五七干校”，这时的他已届花甲，且患有严重的冠心病，然而他怀着对党的无比信赖竟奇迹般地度过了那一段艰苦岁月。1979年的春风吹绿了祖国大江南北，也给先生带来了学术研究的春天。此时先生虽已年逾古稀，但壮心不已，笔耕不止，经过10年的艰苦努力，又将过去数十年陆续出版过的300余万字的译着重译并加以整理注释。正是这样执著的追求、坚强的毅力、献身的精神，使我们在先生九十高龄时得以编辑出版这套文集，奉献给广大读者。

这套文集包括先生的重要藏学研究论文集《刘立千藏学著译文集·杂集》，著作《藏传佛教各派教义及密宗漫谈》和《印藏佛教史》，重要译著《西藏王统记》、《西藏王臣记》、《米拉日巴传》、《卫藏道场胜迹志》、《金刚瑜伽前行和正行》、《大圆满禅定休息》、《大圆满虚幻休息》、《大圆满隆钦宁提本觉道次第》、《土观宗教源流》以及《格萨尔王传·天界篇》等。这些著作虽然是

先生全部著作和译著中的一部分，但基本上涵盖了他在藏族历史、藏族文学、藏传佛教教义和哲学等领域所取得的突出成就。其中《西藏王统记》、《西藏王臣记》、《卫藏道场胜迹志》、《米拉日巴传》、《土观宗教源流》等时至今日仍是藏学研究者和藏学爱好者研究或了解藏学登堂入室的必备钥匙。

我十分钦佩先生一丝不苟的严谨学风，更由衷地敬仰先生忠厚无私的高尚品格。为了弘扬和传播藏民族的优秀传统文化，为了促进藏学研究事业的不断发展，为了加强各民族之间的相互交流和团结，先生慷慨将其全部著作和译著的版权无偿捐赠我社。我们深知继续为藏学事业做出贡献是先生最大的心愿，而实现先生这一心愿正是我们编辑出版这套全集的初衷。

最后，我要代表民族出版社向中国藏学研究中心，向原四川省人大常委会副主任、中国藏学研究中心副总干事兼藏文大藏经对勘局局长扎西泽仁同志和对勘局办公室主任布楚活佛深表谢意。是他们在刘先生离休迁居成都后，为我社代劳给先生以无微不至的关怀和帮助。离开了他们的关怀和帮助，先生于耄耋之年是很难在短期内完成这套全集的重译和注释的。

戴贤



2000年1月30日

藏历铁龙新年前夕于北京

# 目 录

颂辞.....	(1)
赞文.....	(6)
缘起 .....	(13)
轮回世间大行之部 .....	(18)
第一章 出生 命名米拉之由来 世 系来历 .....	(18)
第二章 幼年丧父 亲族结仇 丧失 财产 亲身体验苦之真谛 .....	(23)
第三章 奉母命修炼咒术 惩治仇人 .....	(28)
寂静涅槃大行之部 .....	(43)
第一章 怀着厌离心和出离心寻访具 足德相之师 .....	(43)
第二章 谒见上师 遵命笃行 以痛 苦和失望的折磨将罪障清除 无遗 .....	(49)

---

第三章	得师尊悲悯摄授，得到成熟 解脱的教授 .....	(72)
第四章	在上师身边观修 生出证验 之苗 .....	(76)
第五章	掌握教授 因梦兆启示得单 传教授后离开上师回归家乡 .....	(93)
第六章	借助外缘明白了轮回之义 发誓再次修行.....	(107)
第七章	为遵从师教，毕生勤奋精 进、专一坐山修持.....	(114)
第八章	经此修持，证悟增长，终于 成功。遂以所得成果利益 佛教和众生.....	(156)
第九章	完成解脱和化度事业 为劝 众生归佛而将色身融归法界.....	(162)
后记.....		(213)
译后记.....		(217)

颂 辞<sup>(1)</sup>

向上师敬礼！

法身<sup>(2)</sup>如晴朗的天空，  
本无一丝儿无明<sup>(3)</sup>的雾障；  
在这晴空中的两种色身<sup>(4)</sup>，  
如同太阳和月亮；  
摆脱了四魔<sup>(5)</sup>——罗睺<sup>(6)</sup>的侵扰，  
使德业放出了无际的智悲<sup>(7)</sup>之光。

这光芒照遍了一切所知境界<sup>(8)</sup>，  
包括在那六趣<sup>(9)</sup>、五道<sup>(10)</sup>、四生<sup>(11)</sup>中的一切有情<sup>(12)</sup>，  
因昧于正法<sup>(13)</sup>而生的刹那昏暗，  
都被这光辉煌亮。

由于五毒<sup>(14)</sup>作祟，  
使三业<sup>(15)</sup>造下了十恶<sup>(16)</sup>和五无间<sup>(17)</sup>罪，  
故被抛向或将投入轮回<sup>(18)</sup>道上。  
因此备尝各种痛苦的有情众生，  
都能得到救度，  
都能享受到安乐和得到休养。

不仅如此，  
还把他们引入到解脱因道<sup>(19)</sup>，  
赐给他们今生就享受八种自在<sup>(20)</sup>的妙果。  
这一切，  
全仰仗名震遐迩的米拉  
——广大<sup>(21)</sup>有情的吉祥怙主<sup>(22)</sup>。  
向具足十力<sup>(23)</sup>的怙主敬礼！

从你圣心慈悲的海洋，  
掀起了利益众生<sup>(24)</sup>事业的波浪，  
只消点滴智慧和信等圣财<sup>(25)</sup>，  
便注满我牛蹄迹<sup>(26)</sup>大小的心房，  
使我的烦恼<sup>(27)</sup>、痛苦和贫困消除光。

一个有情欲的男子，  
邂逅着娴静的盛装姑娘，  
虽欲静修梵行<sup>(28)</sup>，  
由于青春年华的威力，  
难把炽盛的热情阻挡；  
只好及时行乐，  
使身心得到欢畅。  
这尊者的生平历史，  
恰似美貌动人的女郎，  
更何况用慈悲巧加梳妆。  
所以，一旦传入有缘者的耳中，  
虽欲隐秘起来不去张扬，  
由于它的奇特威力，  
却忍不住喜悦的笑声常响，

只好借助翰墨，  
把它及时谱成词章。

我以虔诚精进的香水，  
洗涤掉这传记密封<sup>(29)</sup>宝印上的尘垢<sup>(30)</sup>，  
为了利益众生，  
把它供奉在佛教宝幢<sup>(31)</sup>顶上。  
祷请上师、空行<sup>(32)</sup>允准！

## 注 释：

- (1) 颂辞——这是藏文书籍的一种固定格式，相当于开场白，多用诗歌形式对佛或描写对象进行赞颂。一般文字都较艰深。本书的赞颂辞分两部分，前部分是诗体，字数固定，共八个长句。后部分是散文体，内容是赞颂米拉日巴一生修行、成佛、度众生的事迹。
- (2) 法身——按佛教说法佛有三种身，即法身、报身和化身。法身指清净的自体，这里比作天空。
- (3) 无明——愚昧无知，不明白诸法实性，这里比作雾障。
- (4) 两种色身——即报身和化身。报身指佛国中相状美好的佛身；化身指随类变化之身。此二身均有色相可见，故说两种色身。这里比作日月。
- (5) 四魔——天魔、烦恼魔、死魔、五蕴魔。这里说报、化二身已经不受四魔侵扰了。
- (6) 罗睺——星宿名，俗传日月亏蚀皆它所为。这里说罗睺遮不住日月之光，即是说报、化二身已摆脱了四魔障蔽。
- (7) 智慧——智慧和慈悲。赞颂米拉修道即身成佛、现证三

身，以智慧救度众生。

- (8) 一切所知境界——即心物诸境，指一切可以作为认识对象的事物。
- (9) 六趣——即六道众生。指：天、非天、人、畜生、饿鬼、地狱等。佛教认为众生轮流交替着在此六处投生，如同车轮一样，转动不息，周而复始。
- (10) 五道——即六道中除去非天。
- (11) 四生——即胎生、卵生、化生和湿生。生命出现的四种形式。
- (12) 有情——即众生，指有生命的众生。
- (13) 正法——指佛法。
- (14) 五毒——贪、嗔、痴、慢、妒等令人烦恼的五种感情活动。
- (15) 三业——身、语、意三者。指身体、语言、意识三个方面的活动。
- (16) 十不善——杀、盗、淫、妄语、离间语、恶语、绮语、贪欲、嗔恚、邪见等十端，统称十不善或十恶，佛教认为是十种罪恶行为。
- (17) 五无间——杀父、杀母、杀罗汉、破坏僧团和出佛身血等五种罪恶。佛教说造此大罪立即坠入地狱受苦，毫无间断。
- (18) 轮回——即六道轮回。
- (19) 解脱因道——撒播解脱种子的阶段。
- (20) 八种自在——自在，即自由主宰之意。八种自在包括身、语、意、神变、遍行、随欲、事业和功德。这是成佛后才能得到的八种自由。
- (21) 广大——原文为“等虚空”，意即和虚空一样广阔无边。这是众多的意思。

- (22) 怙主——即教主、救星。
- (23) 十力——即：知是非力、知果报力、知信念力、知根器力、知众生境界力、知各种趋向道路力、知三昧定力、知宿命力、知生死力、知永断习气漏尽力。这是佛所具有的十种智力。
- (24) 利益众生——佛教用语，即救度众生。
- (25) 信等圣财——即七圣财：信、戒、闻、舍、惭、愧、慧七者。这是众生赖以成佛的七种宝贵财富。
- (26) 牛蹄迹——形容凡心狭小如牛蹄迹印一样。
- (27) 烦恼——扰乱身心而使之不安的因素。
- (28) 梵行——指严守禁戒，如不近妇女等行为。
- (29) 密封——指过去对米拉的事迹未广为宣扬，如密封起来一样。
- (30) 尘垢——指对米拉生平的传闻失实等情。
- (31) 宝幢——寺庙屋顶上装饰的如旌旗一类的东西，是胜利的象征。
- (32) 空行——在天空飞行的天神。这里指的是护法女神。

## 赞 文

在此雪域<sup>(1)</sup>藏地中，最初阶段，你对那如火坑般的一切轮回过患<sup>(2)</sup>产生了厌离心<sup>(3)</sup>和出离心<sup>(4)</sup>，即使对上界<sup>(5)</sup>帝释梵天<sup>(6)</sup>的快乐也不爱慕，只有反感。及至你看到了如莲园般的解脱和一切智者<sup>(7)</sup>的功德之后，遂为之动心而产生了意乐<sup>(8)</sup>。于是，为了佛法，即使需要豁出性命，你也毫无痛苦，无所畏惧，有了虔信、精进、智慧、大悲等品质。

中间阶段，一因有贤德上师的摄授<sup>(9)</sup>，口传法要，二因你静坐于寂静山林之中，亲身体会所传法要，于是，得以从烦恼的束缚中解脱，萌发了觉受<sup>(10)</sup>和证悟的幼苗。你以最大决心断除世间事务，努力树立起修证宝幢<sup>(11)</sup>，以此殊胜的典范，使后来有缘弟子受到鼓舞，能不贪恋尘世，不懒惰懈怠而虔诚修行。由于本尊<sup>(12)</sup>空行护持，扫除了修道中的障碍，收到实效，因而领悟能力大增，熟练地掌握了道法。由于对本派先祖的竭诚敬信，得以成为悲心的应机<sup>(13)</sup>，你所传法嗣之众多，及所具有的非凡持力<sup>(14)</sup>之伟大，均属无与伦比。你那殊胜的菩提心<sup>(15)</sup>强大无比，使那些没有受到善业薰陶<sup>(16)</sup>的众生，只要聆听过你的教诲或听见你的名讳，就能改变心境，对佛教产生敬信，激动得毛发竖立、眼泪盈眶，于是种下菩提种子，使自己从无边轮回和恶道<sup>(17)</sup>的怖畏中解救出来。由于获得密乘使者<sup>(18)</sup>的道要，众智慧空行明妃<sup>(19)</sup>前来作为能使你身上产生胜慧安乐四喜<sup>(20)</sup>的修道伴

侣。

最后阶段，二障<sup>(21)</sup>等一切所应断除的障蔽都在本源中得以清淨<sup>(22)</sup>，达到诸法的尽头<sup>(23)</sup>心中已完满无缺地具足智悲等功德，成为本性自然佛<sup>(24)</sup>，赢得内外各教派一切人士交口称赞，成为他们共同尊奉的法幢宝顶。你急速修习无上金刚乘道<sup>(25)</sup>，得到圆满的体验和证悟。为了赞颂你的功德，勇士<sup>(26)</sup>和空行让你的美名的帛幡<sup>(27)</sup>飘扬于十方世界。你的上行喜乐遍临足趾，下固喜乐上达头顶<sup>(28)</sup>，由此能触及妙果喜乐<sup>(29)</sup>。于是，三大主脉和四脉轮<sup>(30)</sup>一切粗细脉结<sup>(31)</sup>自然开解，成为中脉自性<sup>(32)</sup>。据此因缘，你能把十二分教<sup>(33)</sup>经义和四本续<sup>(34)</sup>密旨融会贯通，而滔滔不断地唱出了金刚道歌。你的一切境界均现为法身，根除了二取<sup>(35)</sup>执着，内求灵明心性之修养，外视世间万物均现为经典文字，智悲之力无可估量；即便对畜道众生<sup>(36)</sup>亦为之讲法，能使其成熟<sup>(37)</sup>解脱。你抛却八风<sup>(38)</sup>取舍和世事人情，一切有情都向你顶礼。因此，你能在人天<sup>(39)</sup>众生普遍供养之处洋洋然、荡荡然、巍巍然而住。由于你兢兢业业地观修<sup>(40)</sup>深奥的密道，成为与自己有相同机缘的诸菩萨礼供对象之佼佼者。你以亲身体验到的无我狮子吼声，使一切邪见野兽俱皆折服，而白狮子却在那如浩渺虚空一样的雪山丛中毫无拘束巡游。你内能掌握遍处三摩地<sup>(41)</sup>，外能制伏所有四大灾害<sup>(42)</sup>，并自由掌握，使其成为益友。你已达到极为殊胜的主宰风心<sup>(43)</sup>的彼岸，能在空中如鸟一样自由飞翔，并显现出行、住、坐、卧等四种威仪相。你用身中出火、涌水、随欲变化等很多身体的神通变化，去破除各种外道邪见，使其获得正确的见、修、行、果<sup>(44)</sup>，由于你圆满地完成四灌顶<sup>(45)</sup>修持，在你金刚身<sup>(46)</sup>内二十四境<sup>(47)</sup>，勇士空行云集，你成为这众会的部主<sup>(48)</sup>赫如迦<sup>(49)</sup>。由于你有把握而无所畏惧，能降伏鬼神八部<sup>(50)</sup>，使其听命，于是四种悉檀<sup>(51)</sup>得以任运而成。<sup>(52)</sup>你是洞悉并教人明白一切事物现象都具有空性光明<sup>(53)</sup>的

本质的大匠师。你是用五智<sup>(54)</sup> 妙药医治五毒痼疾的大医师。你探究内外四大的声音所表示的吉凶祸福，是了知这一切都是空谷之响的声明<sup>(55)</sup> 家。你对他心<sup>(56)</sup> 等一切隐秘的善恶诸事了若指掌，是断定一切所知境界在现量<sup>(57)</sup> 中实为无我<sup>(58)</sup> 的因明<sup>(59)</sup> 家。你把外界一切事物只看成是灵明的心性在活动，洞悉这心本来是光明、无生、性空的，而它无所阻碍地表现出来的能力，却与法、报、化三身未曾分离过而又是自然解脱。因此，你是彻悟心要<sup>(60)</sup> 的大班哲达<sup>(61)</sup>。你以其神通，能于刹那间遍游一切清净无边的佛土<sup>(62)</sup>。这解脱大行，成了这佛土的佛和菩萨讲法或听法的缘起，严净一切佛土<sup>(63)</sup>。你随顺六道众生各自的福缘而现身，运用符合他们根器<sup>(64)</sup> 的法、喻、世间现象，并结合如来密意<sup>(65)</sup> 为之宣说法义，使其成熟解脱。

总而言之，你于一生之中便即身获得四身<sup>(66)</sup>、五智的主宰——“大持金刚如来<sup>(67)</sup>”的佛果。你以无比的悲心，转动无上大法轮<sup>(68)</sup>，把无数有情众生从难忍的痛苦中拯救出来，引到那任运自成<sup>(69)</sup> 的大乐四身<sup>(70)</sup> 的解脱大城并使安住之。故你是至尊无上的大士<sup>(71)</sup>。

这就是名声昭若日月的吉祥尊者米拉·协巴多吉<sup>(72)</sup> 广为流传的极其希罕的奇特大行。若要讲述其为殊胜化机<sup>(73)</sup> 们所显示的那些大行，简直是无以言喻，同时，也是无法尽言的。概括起来，即如上述颂辞所云。若要讲述其为一般化机们所显示的那些大行，同样也是不可思议，无法尽言的。概括起来，可分为两大部分：即共同的轮回世间<sup>(74)</sup> 大行和不共<sup>(75)</sup> 的殊胜出世间寂静涅槃<sup>(76)</sup> 大行。

（这里，原文有轮回世间大行部三章的目录，译文已提至书前，故从略）

## 注 释:

- (1) 雪域——有雪山的区域，这里指西藏。从这里开始是赞文。
- (2) 过患——过失，危害，害处。
- (3) 厌离心——指厌世的思想。
- (4) 出离心——指出世或出家的思想。
- (5) 上界——指天界、天堂。
- (6) 帝释梵天——佛家说帝释是欲界忉利天（三十三天）天神首领，梵天是色界初禅天之一。
- (7) 一切智者——对佛的称呼，一切智者的道路，即成佛的道路。
- (8) 意乐——欢喜之心。
- (9) 摄授——爱护而扶持之。
- (10) 觉受——修炼中得到的感受。
- (11) 修证宝幢——树立实修派的旗帜。
- (12) 本尊——修密法者所依止的主神。
- (13) 应机——有缘继承、弘扬佛法的人。
- (14) 加持——即加被，指以佛力祐佑。
- (15) 善业薰陶——长时受到善的影响而变好。
- (16) 菩提——梵语，意即觉悟。
- (17) 恶道——即三恶趣，指地狱、饿鬼、畜生。人死后投生的三种最坏的去处。
- (18) 密乘使者——指空行母。密乘使者道要，即空行母所传的法门。
- (19) 智慧空行明妃——智慧空行，指具有佛慧的飞天神；明妃，指佛的配偶。
- (20) 四喜——有：喜、最上喜、殊胜喜、俱生喜四种。这

是修密法时在身中出现的四种安乐感受。

- (21) 二障——烦恼障和所知障，即情绪和认识上的障碍。
- (22) 本源清净——本源指法界，按佛家的观点，法界是一切万有的根源，故称本源。
- (23) 诸法的尽头——彻底觉悟的地步。
- (24) 本性自然佛——指证悟自心本性后，则不须造作，一切现成的自然佛。
- (25) 无上金刚乘道——金刚乘；即密乘；无上金刚乘，即最高的密乘。
- (26) 勇士——即飞天，男的护法神。
- (27) 帛幡——悬挂，一种仪仗。
- (28) 上行喜乐和下固喜乐——指修密法时从上到下，从下到上身中生起的几种觉受。
- (29) 妙果喜乐——指本来大乐体性，它是修成报、化二身的依据。
- (30) 三大主脉和四脉轮——密宗所说的人体生理组织。
- (31) 脉结——脉的纽结处。
- (32) 中脉自性——即成为中脉的性质，具有乐、空、妙智的体性。这一段讲的是密宗对身体的修炼方法。
- (33) 十二分教——把佛所说经典分为十二个部分，或十二种类，有：契经、应颂、讽诵、授记、本事、本生、因缘、希法、譬喻、方广、自说和论议等。
- (34) 四本续——密教的经典，分为事续、行续、瑜伽续、无上瑜伽续四大部。
- (35) 二取——能执的心和所执的境。
- (36) 畜道众生——俯身行走的动物。
- (37) 成熟——时机成熟堪受大法。
- (38) 八风——或称八法，即：利、衰、誉、毁、称、讥、

苦、乐等能煽动人心的八种世务。

- (39) 人天——人世间和天界。
- (40) 观修——以凡俗的三业去修契合佛的三密而得到相应成就的修行方法。梵语叫瑜伽。
- (41) 遍处三摩地——能现神通变化的一种定力。
- (42) 四大——指地、水、火、风四种大元，是构成身内外一切物质的元素。
- (43) 主宰风心——风，指身体的物质基础；心，指精神活动；主宰，即能自由掌握。
- (44) 见修行果——见，见解；修，修炼；行，操持；果，佛果。
- (45) 四灌顶——即瓶、密、慧、句四种灌顶。灌顶，即授权，上师传法时准许弟子修习，是密宗的一种宗教仪式。
- (46) 金刚身——佛家语，即佛身。密宗指的是虹霓身，若现则有，不现则无。它不似五蕴聚身要变坏，故云金刚身。
- (47) 二十四境——是本尊胜乐金刚坛城周围的一种胜境。这里借指人体内的二十四处脉结。
- (48) 部主——密宗各部主体神的意思。
- (49) 赫如迦——梵语，是胜乐金刚的名字，属于密宗无上部内的本尊神之一。
- (50) 鬼神八部——瘟神、山神、地神、本境神、游神、龙神、独足鬼、作祟鬼等。
- (51) 四种悉檀——悉檀，系梵语“事业”之意，有息、增、怀、诛四种。即密法中禳灾、求福、驱遣鬼神等四种法事。
- (52) 任运成就——不须人工造作而自然生成。

- (53) 空性光明——指诸法本体实相。
- (54) 五智——即：大圆镜智、平等性智、妙观察智、成所作智、法界体性智等，是佛所有的智慧。
- (55) 声明——五明之一。明，梵语“学问”的意思。声明，即语言文字一类的学问。
- (56) 他心——别人的心理活动。
- (57) 现量——即现实、实际之意。
- (58) 无我——没有一个常恒自在的主体。
- (59) 因明——佛教逻辑学。
- (60) 心要——根本的、关键的法门。
- (61) 班智达——梵语，意为精通五明的学者。
- (62) 佛土——刹土，即佛国或佛的世界。
- (63) 严净一切佛土——指给一切佛土增加光彩。
- (64) 根器——指对佛所说教法的接受能力。
- (65) 密意——意趣，宗旨。
- (66) 四身——法、报、化三身加自性身。
- (67) 大持金刚如来——或称“金刚持”，密宗总的主体神。
- (68) 转法轮——即讲经说法。
- (69) 任运自成——即任运成就，见注(52)。
- (70) 大乐四身——即佛、报、化、自性等四身。
- (71) 大士——对佛、菩萨的尊称。
- (72) 协巴多杰——意译即“笑金刚”，米拉之名。
- (73) 化机——教化的对象，即弟子徒众。
- (74) 轮回世间——轮回，即流转，指在六道中流转；世间，指有生死流转痛苦的世界。
- (75) 不共——非凡的，不一般的。
- (76) 出世间涅槃——涅槃，梵语，指脱离生死痛苦。出世间，指超出轮回到达不生不灭的境界。

## 缘 起

首先，讲这部希罕的传记的缘起。

唉玛火<sup>(1)</sup>！我曾听说，一个时期名传遐迩的瑜伽<sup>(2)</sup>自在大赫如迦米拉·协巴多吉<sup>(3)</sup>尊者，居住在聂拉木<sup>(4)</sup>地区名叫赘巴浦的一个安养圣地。大德热穹巴多吉扎巴、热巴希瓦畏、恩宗热巴、斯般热巴、奇热巴、直贡热巴、伦贡热巴、热巴桑吉加、辛贡热巴、唐巴贾普瓦、敦巴释迦谷那等诸位心传弟子<sup>(5)</sup>瑜伽士——都是登地的菩萨<sup>(6)</sup>；以及勒斯邦和辛多摩等诸有缘女弟子，长寿五仙女姊妹<sup>(7)</sup>等修炼成了虹霓身体，能在天空飞行的空行女；此外，还有心性清净的天上人间的瑜伽士男女等众，汇聚于尊者座前，尊者为他们转了大乘法轮<sup>(8)</sup>。

有一天，大德热穹<sup>(9)</sup>巴正在禅房修定。一整夜，他仿佛到了一个地方，据说是邬坚<sup>(10)</sup>的空行仙洲<sup>(11)</sup>。那地方景色优美，叫人心旷神怡。他进入一座大城，城里房屋、地面，全用各种宝石修成。城里的人们都穿绫罗衣服，用珠宝和骨骼作装饰。个个都长得眉清目秀，端庄俊雅。大家都不和他说话，只是以笑脸相迎，打量着他。人群中，有一位是他在尼婆罗<sup>(12)</sup>见过的笛卜巴大师的女弟子巴日玛。她穿一件红色绀衣，像是个领头的样子。她向热穹巴招呼道：“侄儿，你来了呀？来得正好！”于是，引他到了一座琼楼玉宇般宝宫中。宫内一应陈设享用应有尽有。她摆出了丰盛精美的饌肴，像招待贵宾一样，接待了热穹巴。接着，

巴日玛说：“现在，不动佛<sup>(13)</sup>正在邬坚说法，若你愿听，我可以代你乞佛允准。”热穹巴很想去听，连忙答应了。巴日玛说：“那么走罢！”热穹巴便同她一同前往。

在这城市的中央，只见有一个又高又大的宝座，上面坐着世尊<sup>(14)</sup>不动如来——比平常观想的形象更殊胜庄严。如来正在如海水般众多的眷属<sup>(15)</sup>中说法。热穹巴见后，高兴得如醉如痴，感到几乎快昏倒了。巴日玛对他说：“侄儿，你暂时在这里等一下，我去请求如来允准，马上就回来！”说罢，她便请求去了。得到佛的允许后，她又来引热穹巴去到佛的面前，顶礼膜拜，祈佛加持，随即坐在佛的面前，听佛说法。

如来面带微笑，微微睁开慧眼看了他一下。热穹巴暗想：“佛对我特别慈悲哩！”如来所说的法，全是一切佛菩萨的身世、降生的因缘，以及所作大行等历史。听到这些，他激动得毛发直竖，不禁肃然起敬。最后，说到德洛巴<sup>(16)</sup>、那若巴<sup>(17)</sup>、马尔巴<sup>(18)</sup>三位的生平事迹，比平时米拉尊者说的还详尽、还精采，使听讲的眷属都产生了极大信仰。

法会快结束时，如来说：“明天早晨，将说比这些更殊胜的米拉日巴的历史，你们都来听吧！”于是，听众中有人说道：“还能做到比上面这些更殊胜的吗？！若能，定然希罕得无可伦比了！”又有人说：“上面诸大德的功德，是在几生中积聚福德<sup>(19)</sup>、涤除障蔽<sup>(20)</sup>的结果。而米拉日巴却是就在一生中即身<sup>(21)</sup>得到同上面各位祖师一样的功德的呀！”前者又说：“这样的法门真是希罕。为了利益众生，我们若不学习此法，那么，我辈弟子就太不中用了。所以，为了利益众生，我们应当勤策三业，奋发努力地去请求讲说才对！”又有一位说：“那米拉日巴尊者现在何地？”一个答道：“或者在现乐净土<sup>(22)</sup>，或者在色究竟天<sup>(23)</sup>，随处皆在。”热穹巴心想：尊者不就是住在藏地吗？唉，不管怎样，这些话是在暗示我。所以，为了利益众生，无论如何我都要请

求尊者讲讲他一生的事迹。

正在想着，巴日玛拉着热穹巴的手摇着说：“侄儿，你懂了吗？侄儿，你懂了吗？”就在这情景中，他从梦中醒来了。那时，天刚黎明，觉得心中比过去更加亮堂，修持力也更大了似的。他追忆梦境自付道：“在邬坚空行大众的法会中，听不动佛说法，固然难得。但是，我能见到尊者，不管怎么说，就更加难得了。我能听到不动佛说法，也全仗尊者的恩德。他们说尊者或者住在现乐净土，或者住在色究竟天，随处皆在。但是，我却想成是在藏地，这是以轻漫之心把上师看得与自己一般，这只不过是你这傲慢者的臆想罢了。本来，尊者就是佛，所以，他的身、语、意三密<sup>(24)</sup>大行是不可思议的。尤其是尊者所在之处，就是色究竟天或现乐净土，可是，竟然有我这样连这都不相信的邪见者。唉！”他沉痛地责备着自己，随又想到那梦中出现的说法者、听法者和巴日玛等一切梦兆，都是在启示自己，让自己为了利益众生必须去请教尊者的生平事迹。所以，无论如何，都应当去请教明白才是。这时，他对师尊产生了非同一般的尊敬和信仰，从心坎里诚心祝祷，顷刻又重新入定。

在由梦幻和光明定景融合而成的境界中，他看见五个着邬坚装束，分别穿着白、青、红、黄、绿等各色衣服的妙龄美女站在他面前。其中一个说：“明天早晨要讲米拉日巴的历史，应当去听听！”另一个问道：“提出请求的人是谁？”一个答道：“可能是那些心传大弟子们。”说到这里，她们都笑嘻嘻地望着热穹巴。一个又说：“听讲稀有之法大家都高兴，我们也一同去请求好了！”另一个说：“请求讲传记，应该他们大弟子去。我们的责任只是宏扬和保护这个正法而已。”说完，便都化为虹光消失了。

热穹巴从光明定中起来时，天已大亮，一轮红日已金光闪闪地升上了天空。他想到梦中长寿五仙女姊妹的那些表示，也应理解为对自己的启发和敦促。出定之后，便准备饮食，痛快地吃了

一顿饭，随即来到上师面前。这时，男女僧俗弟子都已聚于上师面前，袈裟、绀衣放出缤纷的光芒。

## 注 释：

- (1) 唉玛火——表示赞颂的发语词，常用于偈语或正文的开始。
- (2) 瑜伽——梵语，相应的意思，这里指的是密教的观修。即以凡俗的三业去修契合佛的三密而得到相应成就的修行方法。修瑜伽行者即称瑜伽士。已见前注。
- (3) 自在——能自由主宰；协巴多吉，意为“笑金刚”，弟子们给米拉日巴上的尊号。
- (4) 聂拉木——日喀则行署治下的一个县，在定日县西边，其南部与尼泊尔连界。安养圣地，安息休养之地。
- (5) 心传弟子——得到传授大法的最亲近的弟子。热穹巴即为米拉日巴两大心传弟子之一。
- (6) 登地菩萨——修行已经到了菩萨的地位。菩萨修行分十个等级，名为十地，要逐级升登完十个等级才能成佛。
- (7) 长寿五仙女姊妹——即扎西次仁玛、婷格协桑玛、米约罗桑玛、居班真桑玛、德迦卓桑玛。她们为传说中的喜马拉雅山五峰的五位女山神，被莲花生大师收为佛教的护法神。由于受到法力加持，她们遂成为永葆美妙青春的长寿仙女。五仙女中的第一位扎西次仁玛司拉齐岗日峰；米约罗桑玛司珠穆朗玛峰；婷格协桑玛司金城章嘉峰；居班真桑玛司绰莫拉利峰；唯德迦卓桑玛所司何峰，尚待考证。
- (8) 转大乘法轮——讲说大乘教法。
- (9) 热穹巴——本名多吉扎（1083-1161），米拉日巴的两

大弟子之一。修定，指心专注一境而不散乱的精神状态。

- (10) 邬坚——又译乌仗那，在今巴基斯坦境内。
- (11) 空行仙洲——空行们聚居的地方。
- (12) 尼婆罗——尼泊尔的古译名。
- (13) 不动佛——或名不动如来、不动金刚，是密宗五部或五姓佛之一。
- (14) 世尊——对佛的一种尊称。
- (15) 眷属——即随从、徒众。
- (16) 德洛巴——噶举派的印度祖师，他是那若巴的师父。
- (17) 那若巴——噶举派的印度祖师，他是马尔巴的师父。
- (18) 马尔巴——西藏佛教噶举派的创始人，全名是马尔巴译师·曲吉洛追（1012-1097）。西藏洛扎县人。宋代西藏著名佛学家。曾取道尼泊尔三赴印度，从那若巴处学习佛法，听受密宗。返藏后收徒甚众，创立西藏佛教噶举派。米拉日巴即从他学法。
- (19) 积聚福德——也称积聚资粮。指为了成佛而顶礼三宝、供养上师，以积累成佛的条件。
- (20) 涤除障蔽——障蔽，指烦恼等覆盖世人善心，使人流转生死而不得解脱之障碍物。涤除，即清除。
- (21) 一生即身成佛——指不须经累世修行，现世即可成佛。即身，意谓现实肉身。
- (22) 现乐净土——佛土之一，指东方不动佛所居之佛国净土。
- (23) 色究竟天——佛教用语，三界中色界四禅十七天的最后者，即圣者住处。
- (24) 三密——指佛的身、语、意三者，与凡夫的三业对应。

# 轮回世间大行之部

## 第一章

于是，热穹巴向尊者顶礼、问安，然后长跪合十禀道：“上师尊者大宝<sup>(1)</sup>！过去诸佛，为利益众生，都曾宣说不可思议的十二大行历史，使世间佛法得以兴盛。德洛巴，那若巴，马尔巴诸得道祖师，都曾亲自宣说其一生事迹，所以，现在方能度诸有缘化机登上成熟解脱之道。因此，尊者大宝，一为我等弟子们能生起欢喜心，二为摄授将来的有缘化机，三为度一切众生登上成熟解脱之道。今天，请你大发慈悲，将尊者大宝你的身世及一生事迹，为众宣说吧！”

这样请求后，尊者含笑说道：“热穹巴，我的情况你都清楚。既然问起，我就应当回答。我的先世族<sup>(2)</sup>名琼波，种姓<sup>(3)</sup>是觉色<sup>(4)</sup>，我名米拉日巴。最初曾作过恶，后来又修过善；现在善恶两业<sup>(5)</sup>都已超脱，造业的根子已经完结了，将来当然更不会再造任何业了。关于这方面，要是细说起来，其中既有很可泣之处，也有不少可笑之处，都有一番理由。但说这些没有多大意思，还是让我老朽安安闲闲地睡觉吧！”

热穹巴又顶礼叩求道：“尊者大宝！你最初经历苦行，便痛下决心修习深奥的教授<sup>(6)</sup>。由于专心诚意、勤奋修行，如今已经亲证实相<sup>(7)</sup>。到了彻悟诸法的极限地步，将来既不会造业缚<sup>(8)</sup>，也不会受业果报应<sup>(9)</sup>，这是大家都亲眼所见的。但是，族名为琼波，种姓为觉色，为什么命名为米拉呢？其原因安在？此外你降生后开始造过黑业，后来，又造过白业，于是产生了既有可泣、又有可笑的事来。这些情况都有极为重要的意义。因此，请对我等众生，发大慈悲心，身语意三密不惮烦地为我等详细介绍一番吧！诸位在会的金刚兄弟姐妹们，有信心的男女弟子们，也请一齐帮助我共同恳求上师宣说吧！”说罢，不断叩头。这时，诸心传大弟子以及信仰虔诚的男女信徒均叩头不已。大家苦苦哀求道：“请如大德热穹巴所请，赐予教诲，转大法轮吧！”尊者说道：“既然你们这样慎重其事地一再询问，我也不必隐匿，对你们说了吧！”

我的先世是伍茹北部<sup>(10)</sup>的一个大牧业部族之一，族名琼波。先祖是一个密教宁玛派<sup>(11)</sup>喇嘛觉色的儿子，是位瑜伽行者。由于本尊的摄授，得到语密法力<sup>(12)</sup>的成就；也曾去各地朝山谒圣，周游到了后藏拉堆绛<sup>(13)</sup>所属名叫窘巴基<sup>(14)</sup>的地方。他在那里收服加持鬼魅。因为法力高，收效极大，有了很多信徒，法缘十分兴旺，人们遂叫他做琼波觉色。在那里住了好几年，地方上凡有什么病患和鬼祟灾害都要去请他。当时，那里有一个鬼，他虽然不敢到觉色面前来，但是别人却不敢冒犯他。这个鬼魅很坏，叫人害怕。有一家人不信觉色，那鬼魅便到他家作祟。那家人请别的喇嘛来收妖除害，结果反被鬼魅作弄和嘲笑。人们对他毫无办法。这信邪道的人家有一亲戚，背着鬼魅悄悄商量，劝他们请琼波觉色来。那人说道：“俗话说，只要医得好疮，即使狗油也不妨一试。快去请吧！”于是，这家人便把觉色请来。觉色刚走到鬼魅的盘踞处，抖擞精神，大声喊道：“我琼波觉色来了，要吃

鬼肉，喝鬼血，瞧着吧！”说着大步上前。没等他走近鬼魅跟前，那鬼魅已吓得惊魂不定，口中乱叫：“怕、怕、米拉、米拉！”等觉色到跟前，那鬼魅便哀求道：“你所到处，我并未敢来冒犯，请饶命吧！”觉色遂叫这鬼魅发誓，从此不再害人，然后才放了他。据说这鬼魅又回平日供祀他的那户人家去，口里还一个劲地嚷着：“米拉、米拉，没有比这回再厉害再危险的了！”这家人问道：“谁来了？”答道：“琼波觉色来了，害得我几乎丢了命，逼着我起了誓。”

从此，人们为了颂扬觉色的功德，大家都称觉色为“米拉”。久而久之，“米拉”便成了家族的名称。

人们还一致传说，那鬼魅从那以后再也不敢作祟害人，后来竟自投生去了。

此后，琼波觉色娶妻生了一子。其子生了二子，长子名叫米拉多敦森格。多敦森格也生了一子，名叫米拉多吉森格。以后，一脉单传，每代都只有一个儿子。

米拉多吉森格喜欢赌博，也善赌博，赢了很多钱财。有一次，这地方的一个狡诈的人也很会赌博，他们家族人多势众。他为了试探米拉多吉森格的赌技，先下很小的赌注，赌了一回，摸清了米拉的底细。那天，他装着是自然地赌赢的样子，米拉多吉森格不服气，想捞梢，约他明天再赌一次。对方回答：“可以”。次日，果然赌注下得更大。这个赌徒想引他人入彀，故意连输三次，并说：“明天捞梢，再赌！”他回答：“可以！”次日，两人议定赌注大小，以田地、房屋、财产等作赌注。恐怕反悔，便先立约为凭。结果，赌徒赢了。于是对方的族人将米拉的家产、田地、房屋都接收过去了。米拉父子输掉了房屋田产，只好离乡外流。他们到了芒域贡塘<sup>(15)</sup>的江安寨地方才定居下来。父亲多敦森格到民家赶经杆道场，为乡人念经，作施食、防雹、保小儿的关煞等事。佛运亨通，得到不少报酬。儿子多吉森格经营商业，

做大买卖时，冬天去南方的尼泊尔，夏天则到北方的大牧场；做小买卖时，只在芒域与贡塘之间活动。父子二人积蓄了很多钱财。这时，有一个当地人的娇生爱女与多吉森格很好，二人遂结为夫妇，生下一子，取名米拉喜饶坚赞。当他成长时，祖父多敦森格亡故了，隆重地办了丧事。米拉多吉森格靠经商发了财，比以前更加富裕。当地附近有一个名叫俄玛的人，在江安寨有一块肥沃的三角形地。米拉家便用黄金和从南北两地贩来的很多货物同他调换。买到手后，改名为“俄玛三角地”。地的附近有俄玛家的一幢破旧房子，也买了过来修成楼房。打好地基后，便开始修建。这时，米拉喜饶坚赞已经二十岁了。在江安寨有一户族名叫“娘”的富裕人家，这家有一女名为迦摩坚。生得美丽端庄，精明能干，恩怨分明，又很富有感情。他便娶她为妻，后取名娘查迦坚。接着，他们又继续修建楼房。这房屋的三层楼上有四柱八梁的厅堂，侧面有储藏室和厨房。这房子在江安寨地方算是很不错的了，因此就名为“四柱八梁”。这时，他们生活很优裕，名声很大。

米拉多敦森格父子的名声传到了窘巴基的亲友耳中。米拉多吉森格叔父的儿子叫雍中坚赞的，便带着妻小及妹子穹查白真离开当地来到江安寨。米拉多吉森格一向热情好客，见他们到来，非常高兴。为了使他们能在此安居下来，便教会他们经营商业。因而他们也积蓄了一笔财产。不久，娘查迦坚有了身孕，正巧米拉喜饶坚赞运了很多南方货物去绛达孜<sup>(16)</sup>贩卖，耽搁了很久。在壬辰年<sup>(17)</sup>孟秋月二十五日，鬼星值宿，母亲生下了我，派人给父亲报信说：“秋收已到，我已生孩子了。为了给儿子取名字和举办汤饼筵，你快回来吧！”报信的人见到父亲，交了书信，谈了家中情况。父亲很高兴，他说：“啊！好呀，我儿子的名字已经取好了。我们这一脉，总是独子单传。现在生了儿子，听到这个消息，就会叫人喜欢。孩子的名字，就叫闻喜<sup>(18)</sup>好了。目

前，我的买卖已经完毕，可以回去了。”于是，回了家。这样，我的名字就取为闻喜了。办了热闹的命名筵席，父母很慈爱地抚育我成长。我的声音很好听，听过的人都很喜欢，大家都说闻喜这个名字取得很好。我到四岁的时候，母亲又生了一个女儿，取名袞摩姬，小名白达，因此都叫她为白达袞姬。记得我们兄妹年幼时，佩戴有许多金玉首饰。我家是地方上又有声望、又有势力的人家，自然，我家也与本地有声望的人结为亲好；贫穷无势的人，则只能供我家役使。那时，乡中的人私下议论说：“流浪汉能够有这样发迹发家，体面气派，可能只有他们这一家了。看他们外面的房屋田地，里面的家具陈设，男女的穿着打扮，都是很不错的。”就在大家交口称赞、羡慕不已、闹嚷不休的时候，米拉多吉森格逝世了。丧事办得十分隆重。

尊者出生的大行第一章完。

## 注 释：

- (1) 大宝——珍贵的意思，对师父或上层喇嘛的尊称。
- (2) 族——指家族，指血缘或血统关系。
- (3) 种姓——即阇提，指出身门第的等级。
- (4) 觉色——喇嘛的儿子。
- (5) 业——佛教指人所做的一切事情都叫“造业”。业分黑白两种，黑业指恶行，白业指善行。
- (6) 教授——佛学术语，即教诫、口诀等意。
- (7) 实相——一切法的本来面目，即空性。
- (8) 业缚——指所造善恶业，它具有束缚力量而生出种种后果来。
- (9) 业果报应——造业的结果就要受报应，即俗话说：善有善报，恶有恶报。

- (10) 伍茹北部——学绒河上部（即拉萨河上游）地区古名，包括今那曲县部分地方。
- (11) 密教宁玛派——密教，佛教中有显密之分。佛说的大、小乘经典属显教；佛说的真言密咒属密教。密教也称密乘、密宗或密法。宁玛派，密教的旧派，俗称红教。
- (12) 语密法力——语言上得到法力的加被。
- (13) 拉堆绛——即北拉堆，今日喀则行地署昂仁县及其周围一带地方的古老称谓。
- (14) 窘巴基——是拉堆绛草原地区一个小地方。
- (15) 芒域贡塘——芒域，古为阿里三围之一，今属日喀行署吉隆县。贡塘在县西南，为该县的一个区。
- (16) 绛达孜——昂仁县北部一地名。
- (17) 壬辰年——宋仁宗皇祐四年，公元1052年。根据《白琉璃》历书记载：米拉生于时轮第一个甲子庚辰年，应为宋仁宗康定元年，公元1040年，其准确生年待考。
- (18) 闻喜——藏语音译叫“推巴噶”，即“闻喜”之意。

## 第二章

热穹巴又问道：“师父，听说当初你丧父后，遭受了很多苦难。究竟是怎样受苦的呢？”

我在七岁的时候，父亲米拉喜饶坚赞便得了重病，无论延医还是算卦，都断言没有生望而放弃救治。亲族等也知我父亲将不久于人世，父亲自己对活下去也绝望了。于是，便把叔父、姑母以及一切有声望的族人、亲友、乡邻都请来，当众把妻室儿女连

同家产一起作了安排，要求最终得让儿子继承父业，便将这意思郑重其事地写成遗嘱，并宣读给大家听过。父亲还大致把遗嘱说了一遍：

“这次，我这病可能饶不了我了。我的儿子年幼，因此，特向你们叔父、姑母为首的亲戚、族人作如下托咐：在我家的山沟里放牧着马、牛、羊；在坝上有以‘俄玛三角地’为主的、足以使穷人眼红的一些肥沃土地；楼下畜棚中有牛、羊、驴等牲畜；楼上房屋里有金、银、铜、铁、玉石等财产以及绫罗衣物和粮库……总之，我们的财产已能自足。从这些财产中用一些为我办后事，其余的托在座诸位亲族暂管，直到我儿子能成家时再交给他。尤其是要拜托叔父和姑母二位，到我儿子能成家时，因他从小就和泽塞订下亲事，就把这姑娘迎娶过来。把财物家产全部归还他们掌管，务必让儿子能够继承父业。在这以前，我的妻室儿女三人，完全靠你叔父和姑母二人为首的亲戚们照看，不要使他们吃苦。我死后会从墓穴中看着的！”

父亲说完就断气了。办完丧事后，所余的财产，大家主张让我母亲娘查迦坚独自管理，需要帮忙时，大家可以从旁竭力相助。叔父和姑母说：“不贴心也还是亲房嘛！我们决不会让他们娘儿三人受苦。照遗嘱办，财产由我们经管。”我的舅父和泽塞的父兄，都向他们说明情由，他们不听。于是，男人的东西，叔父拿了去；女人的东西，姑母拿了去；其余的他们各分一半。他们说：“我们轮流供养你们娘儿们吧！”就这样，我们母子三人，不但没有得到财产，而且夏天要给叔父干农活，冬天，又去给姑母捻毛线。吃的如狗食一样的东西，要干毛驴才干的重活；穿的

衣服破烂不堪，只得用草绳做腰带拴起来，整天得无休止地干活，手脚都裂了口。由于衣食太坏，我们变得形容憔悴，骨瘦如柴。想当年，我们的头上戴着黄金珠宝头饰，而今，头发蓬松，虬虱成堆。凡是看见或听见这种情况的有怜悯心的人，无不为我们掉泪。别人暗中纷纷议论叔父和姑母的不是，但是他们不理睬，仍然叫我们母子受苦。母亲说姑母不是叫穹查白真<sup>(1)</sup>，而是杜摩达真<sup>(2)</sup>。于是，从此“杜摩达真”便成了姑母的名字。世间俗话说：“依靠外人把家管，主人反成看家犬。”这句话应验在我们这孤儿寡母身上了。从前，我父亲米拉喜饶坚赞在世时，无论贫富贵贱的人都看我们的脸色；后来呢，有钱便是王，人们都看叔父、姑母的面色行事了。人们在背后议论母亲说：“丈夫有钱，妻子就能干；羊毛柔软，氍毹就好看。”这话的确不错。要没有一个能干的人，家里的情况真像那样呀！最初，由于有精明的丈夫给她撑腰，那时，据说娘查迦坚是个有胆量、又能干、会烹饪的人；现在呢，论贤愚简直是前后判若两人了。俗话说：“倒一次霉就要受一次闲话。”真是这样。那些比我们不如的人，都在后面讥讽我们。一次，泽塞的父母给了我新衣服和鞋子，并一再安慰我说：“只要人没有差池就好，常说金钱乃无常之物，如草上露水，不用发愁无钱。过去你们祖上不也是后来才发迹的吗？你们也会有发迹的时候的！”

到了我十五岁那年，我母亲的娘家给她的那块名叫“哲白登穷”的陪嫁田，名字虽然不好听，但是收获却不错。舅父把他从这块地上收获的青稞，尽量拿去放债，暗暗把它积蓄起来。到了足够多时，我们买了很多肉，拿很多白青稞磨成糌粑，用黑青稞酿了酒。因此，别人都说可能娘查迦坚母子要索还财产了。于是，我们借了很多垫子，铺在自己的四柱八梁的房子里。然后去请以叔父和姑母为首的亲戚、朋友和乡邻，特别是把父亲米拉喜饶坚赞临终时在场、了解遗嘱情况的人一一请了来。我们把整腔

肉摆在叔父和姑母面前，对其他的人，该吃块肉的摆上块肉，该吃散肉的摆上散肉。在装饰有祝福纹的瓷酒杯里斟上了酒，隆重地举办了一个宴会。席间，母亲从座中起立，对大家说道：“啊！是的，常言说，‘生孩子要取名字，敬酒要讲理由’。今天，我有三句话要说。先夫米拉喜饶坚赞去世时，立有遗嘱，以叔父和姑母为首的在座诸位长辈、亲友是知道的。请诸位再听一遍。”于是，舅父便把父亲的遗嘱读了一遍。读完后，母亲说道：“这遗嘱上的意思和他临终时说的话，在座的长辈们都清楚，不用再多说了。总起来说，过去，叔父和姑母二位对于我们母子三人真诚的照顾，我们牢记在心。现在，我的儿子同泽塞二人都已到成家立业之年，请归还我们所寄存的财物。我们准备把泽塞娶过门，请按照他父亲的遗嘱，让儿子继承父亲的遗产吧！”叔父和姑母平时不和睦，但在吞食财物上却是一致的。我家只有一个儿子，叔父和姑母他们的儿女很多。叔父和姑母两人便联合起来，说道：“你们的财产？它在哪里？当初，米拉喜饶坚赞在世时，那些房屋田地、金银财帛、牛羊牲畜，都是我们借给他的。他死的时候，财产当然还给原主。从未见过你们有一厘金子，一合青稞，一斤酥油，一件有色的绫罗衣物，一只羊羔。而今竟然说出这样的话来！你那遗嘱是谁给写的？养活了你们穷娘儿三个才没有被饿死，都是我们的恩德。俗话说，‘恶人得了势<sup>(3)</sup>，水都要用升子舀，’原来说的就是这个！”说罢，鼻里嗤了一声，勃然离座，又是打响指，又是抖衣襟，又是顿脚。接着说道：“当心点！说真话，这房子都归我所有！你们娘儿母子给我滚出去！”说着打了母亲几耳光，又挥舞着袖子打我们兄妹俩。这时母亲放声痛哭，倒在地上打滚，口中喊道：“他爹，米拉喜饶坚赞，看看我们母子的苦难命运吧！你说你死后要从墓穴中看的，今天是你看的时候了！”我们两兄妹除了跟着母亲哭泣外，什么也不能做。舅父呢，怕叔父儿子多，不敢去触犯他们。乡邻中同情我们的

人，都说我们娘儿们可怜，没有不为我们流泪的。其余的人都在叹息。叔父和姑母反向我们说道：“哼！向我们要钱！钱，你们有嘛！你们有很丰富的酒肉摆筵席，全不吝惜地请乡邻。我们没有你们的财产！就是有，也不给你们！穷娘儿们，要是拼人多，你们可以聚集人马来打；如果人少，你施法术谋害好了！”说完便愤愤离开了。偏向他们的人也都随着他们走了。

这时，母亲更是哭个不停。舅父与泽塞的父兄等同情我们的人，为了安慰我母亲，仍回原座，饮起余酒，并对母亲说道：“不用哭了，哭也无用。可以向今天席上的客人募化，我们也会资助一些的。或许叔父、姑母也会尽可能给点吧！”舅父接着说道：“对了，就这样办！把这孩子送去学点本领，你们母女就住在我那里干点农活，尽量朝好的方面努力吧！总之，大家要争点气，别让叔父和姑母笑话！”母亲说：“自己的家产，自己得不到手，靠乞讨来的钱财，养不活子女。叔父和姑母本来应该退还我们的一部分财产，不是要他们施舍。这孩子无论如何要送去学点本领。叔父和姑母他们连最起码的待遇都不给我们母子，今后我们将沦为哪里有鼓声响、哪里冒炊烟就往哪里跑的讨饭乞丐。这样，他们的坏心愿就得逞了。我们母女就靠在此干农活维持生计。就这样办吧！”

在江安寨一个名叫米推格喀的地方，有一位密教旧派的大师名鲁吉堪。很多人请他念经作法。母亲便打发我到那儿去学习读书识字。行前，亲戚们接济了一点点东西。尤其是泽塞的父母送了些干粮、酥油、肉类，甚至连柴都送来了。并且几次打发泽塞到私塾中来安慰我。舅父不让母亲和妹妹出外打短工和乞讨，便按时接济食粮。因为舅父不准乞讨，便让母亲整天替人纺线织布。就这样辛苦地抚育我们兄妹二人，并且尽量积攒一点钱财。我的妹妹也去给人做些力所能及的活计，所谓“哪里有鼓声响、哪里冒炊烟就往哪里跑”，尽量去寻找衣食。就这样，我们过着

粗食破产的生活，心里除了感到悲哀外，没有丝毫快乐。

米拉尊者说完，凡是在会上听法的人，都生起了厌离心和出离心，流下眼泪。片刻间，大家一言不发，会场寂然无声。

亲身全面地体验到苦之真谛的大行第二章完。

## 注 释

- (1) 穹查白真——穹查，姓氏；白真，意为吉祥无比。
- (2) 杜摩达真——杜摩，意为妖妇。达，意为老虎。真，比赛的意思。全句意为比虎还厉害的妖妇。
- (3) 得势——藏文原意为灌顶或授权，这里引申为得势。

## 第三章

热穹巴又向尊者问道：“尊者曾说最初造有黑业，不知是怎样造的？”尊者说：“我施用咒术和冰雹造了大罪。”热穹巴又问：“尊者去学咒术及放冰雹的起因是怎样的？”

我在米推格喀学习期间，一天，江安寨坝子下边，有家人在办喜事。他们请我的师父作贵宾，坐首席。我作为侍者，也同师父一道前去。那里预备了很多酒。他们单独向师父敬酒，我们开怀痛饮，不觉酩酊大醉。师父把收到的供养物交给我，令我先回去。我喝醉了酒，又对这天那些唱歌的人感到很有趣，因此便产生了想唱歌的念头。我本来有一个好嗓子，于是，我一边走路一边唱着。回私塾的路，要经过我家门前。到了家门口，我还在唱歌。母亲正在屋里炒青稞，听到歌声，心中生疑，想道：“怎么！这好像是我的孩子的声音？！世界上再没有比我们娘儿三人受的

苦更大的了。他怎么还唱歌？”她不相信，朝外一看，果然是我，不觉大为惊异。她把火钳抛在右边，炒棒扔在左边，没炒完的青稞仍留在锅里也顾不得烧焦了。她右手拿着一根槌火棍，左手抓了一把灰土，下楼时，长梯阶就滑，短梯阶便跳，急急忙忙地跑出门来，撒了一把灰土在我脸上<sup>(1)</sup>，用槌火棍朝我头上打了几下，一边喊道：“爸爸，米拉喜饶坚赞，你生了这样的儿子，要绝后了！看看我们母子们的苦难命运哪！”母亲说着，突然晕倒在地。这时，妹妹也出来了，对我说：“哥哥，你怎么想的？你看看母亲呀！”便大哭起来。我想他们责备得对，也忍不住嚎啕大哭。兄妹二人一面哭着，一面揉着母亲的手呼喊。过了一会儿，母亲从昏迷中苏醒过来。她站起来，满面忧愁地盯着我说：“儿呀！比我们母子苦的人这世上恐怕没有了吧！你还有心唱歌吗？老娘我想起实在寒心，除了哭，没有别的办法！”说着又嚎啕大哭起来。于是，我们母子三人哭成一团。接着，我向母亲说：“母亲说的很对，请你不要太悲伤了。你老人家想怎样，我一定遵命去办！”母亲说：“我希望你上穿绫罗的披风，下骑高头大马，马镫从我们所憎恨的那些仇敌的脖子上越过去，这似乎已经无望了。恶人的手段会更狡猾起来的。因此，只想让你彻底地学习一种用诅咒、厌胜<sup>(2)</sup>、降冰雹的方法，把以叔父和姑母为首的对我们母子逞凶的乡邻都斩尽杀绝，让他们绝子灭孙！你试试看，能办到吗？”我答道：“我试试看能不，请母亲尽力去给我预备供养师父的礼品和我自己的口粮吧！”

母亲为了给我准备学法术所需的费用，便把哲白登穷那块地卖去一半，买来一块松耳石<sup>(3)</sup>，名“放光大星”；买了一匹白马，名“无缰狮子”，它是这一带最好的马。此处还有茜草<sup>(4)</sup>（染料）一驮<sup>(5)</sup>，黄糖一驮。黄糖是为应付急需而准备的。准备就绪后，我便到贡塘名叫伦珠的客店去住了几天，想找个同伴。刚好来了五个青年哥儿，说是阿里堆<sup>(6)</sup>地人，要去卫藏<sup>(7)</sup>地方学佛法和咒

术。我对他们说：“我也是要去学咒术的。我们一起去吧！”他们答应后，我就把这五个人引回下贡塘，在我家招待了几天。这期间，母亲暗地里拜托他们说：“我这孩子，简直没有恒心，希望朋友们要提醒鼓励他。务必让他把咒术学得很精通。将来你们回来时，我要好好报答和款待你们的。”这以后，我把茜草等两驮东西驮在马背上，松耳石带在身边就出发了。母亲送了我们很长一段路。在路上及吃钱行酒的地方，母亲对我的同伴又再三殷殷嘱咐。她特别把我拉到一边，我们母子俩依依难舍。母亲紧紧握着我的手，泪汪汪地说：“你要记住我们母子的苦难命运，到外地去务必要学会灵验的咒术！他们去学咒术与他们不同。他们是公子哥儿，学咒术不过为了取乐；我们母子是被逼得无可奈何才去学的呀！你要发愤呀！假使你到外地学了咒术不顶用就回家来，那么，老娘我就死在你的面前。”她让我发誓后，我们母子才分别了。这时，因为心里牵挂着母亲，我不时回头去看她，眼泪也流个不停。母亲呢，也因为眷恋我这个独子而难分难舍。所以，一直到我们彼此还瞧得见的时候，母亲还坐在那里凝视着我，哭个不停。我很想回去与母亲再待片刻，心中老盘算着：“回去吗？回去吗？”那时，心中实在难过得很！也许是预感到我们母子以后不能再见面的吧，一直等到看不见我时，母亲才哭着回家去了。

过了几天，大家便传开了，说：娘查迦坚的儿子学法术去了。

我们走上去卫藏的大道，到了藏绒名叫雅德<sup>(8)</sup>的地方。我把马和茜草卖给了一个富家，换成黄金，藏在身边。渡过藏布江直向前藏前进。到了屯陆饶喀<sup>(9)</sup>，遇到很多前藏的出家人，便向他们打听，前藏地方精通诅咒、厌胜、降冰雹等法术的人都有哪些。有一个僧人说道：“在亚隆<sup>(10)</sup>名叫觉波的村子里，有一位喇嘛名聂·雍敦濯杰，听说他对于法术等威猛咒已获得成就。”原

来，这位僧人就是他的徒弟。于是，我们便径直去寻访雍敦濯杰喇嘛。到了亚隆的觉波村时，见到了喇嘛。我的那些同伴每人只供养了一件礼物，我呢，便将金子与松耳石完全供养了。我向上师禀道：“我不但把这些东西供养，连身语意三业都一齐供与上师。因为我们的乡邻，曾经多次迫害我们，所以特来恳求师父，悲悯于我，传我一个施在我家乡能够应验、很不寻常的咒术，以便报仇。另外在学法期间，一切衣食所需，也请慈悲接济！”师父听后笑了笑说：“你说的话我还要考虑一下。”

这样，我们就在那儿住了一年。但是，深奥的咒术并未传给我们，只传授了一个可以夸口说能够使天翻地覆的邪咒，和一些有益的教授及其实行的细则。我的同伴们都准备要回去了，师父把前藏地方出的羊毛氈氈，给同学们每人做了一件衣服。但是，我却不放心，担心现在所学的这些咒术很难在家乡应验。如果法术不灵，就回家去，母亲一定自杀无疑。想到这里，便不作回归之计。同伴们问道：“闻喜，你还不回家吗？”我答道：“我怎么回去？咒术还未学到哩！”他们说：“这些教授已经是极为高深的了。只有靠各人自己努力去修持。师父也说过除此再无高深的咒术。我们对于咒术的奥妙已经通晓。看你能否得到格外的传授吧？”他们向师父谢恩顶礼后便起身回家。我也把师父赐的衣服穿上，送了他们一程以后，彼此祝福、告别，他们就回乡去了。

我又转身回到师父那里。在路上，我一路拾骡马粪、牛粪、狗粪，捡了整整一衣兜。师父有一块肥沃的土地，我便在那地边挖一个坑把粪埋上。师父在楼顶上看见了，便对一些僧徒说道：“我从前有过很多徒弟，像下面那个徒弟那样体贴人的却一个也未见过。今后恐怕也不容易找到。今早上他没来向我告别辞行，就表示仍要回来。他初来我处时，便说了很多关于乡邻如何迫害他们的情况，要求传授咒术，并愿将身语意三业都作供养。竟然有像下面那位徒弟那样憨厚的人！若是他所说的是真话，我不传

授咒术，他就太可怜了！”一个僧人把师父的话转告我。我心想那么肯定可以学到一个特别的咒术了，便高兴地来到师父的面前。师父说：“闻喜，你为什么不去呢？”我又把师父所赐的衣服仍然作为礼品回供给他，恭敬顶礼，将上师的脚放在我头顶上，禀道：“上师大宝！弟子母子三人，因与叔父和姑母为首的乡邻结仇，他们用种种不正当的手段和使坏心眼折磨我们受苦受难。我们又无力用别的办法加以报复，母亲才让我来学咒术，我若未学到灵验的咒术便回家去，母亲一定会在我的面前自杀的，所以不敢回去。请师父传我一个顶高的咒法。”请求后，我不禁哭泣起来。师父问道：“你的乡邻对你们是怎样迫害的？”我便把父亲米拉喜饶坚赞去世后，叔父和姑母如何迫害我们的一切情形连哭带说地向师父详细禀告。师父也流下泪来，对我说：“这些若是真的，那实在是太无道理了！咒术么，我固然可以亲自去作，但是不能着急。本来，为求我这个法术，有从上部阿里三围<sup>(11)</sup>来的，供养成百上千的黄金和松耳石；有从下部多康三岗<sup>(12)</sup>来的，供养成百上千的茶叶和绸缎；有从中部卫藏四翼<sup>(13)</sup>来的，供养成百上千的氍毹、酥油和青稞；有从甲尔、达波、工布<sup>(14)</sup>等处来的，供养成百上千的牛马羊群。至于说以身、语、意三业来作供养的，除你而外，再无他人了。等我尽快地调查清楚了你说的情况虚实如何再说。”当时，师父找了一位僧徒，那人行走比马还快，力气比象还大，派他到家乡去打听。他很快就回来了，向师父禀道：“上师大宝！闻喜说的全是实情，完全应该传他咒术。”于是，师父对我说：“如果一开始就马马虎虎传给你咒术，担心你这憨直的人会吃亏。现在，知道了你说的完全是实情，可以传你咒术了。可是，你要到别处去学。我有一个名叫红面黑面凶曜法——说‘吽’字人就要死，说‘呸’字人就要倒的咒术。这个法传授给了藏绒鲁库隆<sup>(15)</sup>地方一个名叫库隆巴云登嘉错的喇嘛了。那人懂医药也懂法术。他会一种手一指就可召

来冰雹的法术，他传给了我，于是，我们成了非常要好的朋友。我们曾约定凡来我处学咒术的，我就打发到他那里去；凡到他处学放冰雹法术的，他就打发到我这里来。所以，你要到他那里去学，我可以派我的儿子同你一道去。”

他的大儿子名达玛旺秋。他给旺秋和我一驮前藏出产的糌粑和毡子作为途中的口粮和费用，还带了礼品和书信等，打发我们前往藏绒的鲁库隆。到了那个地方，见到鲁穷巴喇嘛，献上一匹毡子作为晋见礼物，同时，转交了师父的礼品、书信，详细说明了来意，要求喇嘛大发慈悲，传我一个咒术。师父说：“我这朋友太重情义了，如此严守誓约。当然，无论如何我会传你咒术的。不过，先要在山脚下面修建一间用人力摧毁不了的坚固静室。”于是，我便在那儿修建了一间下面三层、上面一层的静室，竖起很好的梁柱，安上排列得十分整齐的椽子，周围砌上像牦牛一样大小的石头，没有一点儿缝隙。静室的门修造得既隐蔽又坚固，他人不会知道，也无法用人力毁坏。修好后便传修法秘诀。修到第七天时，师父来了，说道：“这法修七天就行了，现在这就可以了。”我要求说：“弟子的咒术施放很远，请再修七天吧！”师父说：“那么修吧！”又修了七天，共修了十四天，就在那天晚上，师父又来了，说道：“今夜坛城<sup>(16)</sup>的周围，咒力要起应验。”果然，那天晚上看见守誓诸护法<sup>(17)</sup>等提着血淋淋的三十五个人头连同心肝五脏来了，说道：“这几天老召唤我们，不断催促，是不是要的就是这些东西？”说着便把那些人头、心等堆在坛城的周围。黎明，师父出来了，说道：“还有两个没有超度的<sup>(18)</sup>，是超度呢还是留下？”我便央求道：“让他们留着，好作为善恶报应分明的证据，也让我称心如意！”师父允许了。于是，叔父和姑母二人得以活下来。为了答谢诸守誓护法的大恩，我修了大会供，修完便出关<sup>(19)</sup>了。现在在库隆还有那静室的遗迹哩。

那时，我寻思这咒术在我的家乡江安寨是怎样应验的呢？据

说，那天正巧是我叔父的大儿子娶媳妇的日子，正在大摆酒宴，叔父的儿子及新媳妇等极端仇恨我们母子的三十五人都聚在屋里；别的客人，即同情我们的那些人，还在赴宴的途中。大家闲谈说：“依靠外人作主管，主人反作看家犬，那些照这个谚语行事的狠心人，即使闻喜口中念的咒力制不住他们，也逃不了三宝<sup>(20)</sup>的真实法力的！”大家一路说着，已来到门前，还没有进去时，叔父和姑母二人正在商议着什么客招待什么饮食，用什么东西酬答。他们二人是坐在外面的。曾是我家的一位女仆，那时也在叔父家服劳役。她正在河边取水，看见院子里拴着的那些马不见了。只见全院里布满了蝎子、蜘蛛、蛇、蛙、蝌蚪等等。其中一个有角的蝎子，有牦牛大，它的两个巨钳钳着柱子，使劲地拖。女仆见了吓得魂飞魄散逃跑出来。刚跑到外面不久，原来院里拴有很多牡马和牝马，牡马去趁牝马，于是群马骚动，彼此互相乱踢。牝马踢牡马，踢在柱上，柱子倒下，整个房屋也倒塌了。压在下面的有叔父的儿子们和媳妇，共有三十五人被压死。霎时间，那房子内尘土飞扬，死尸遍地。外面一片哭声。我的妹妹白达看见这情形，便飞跑回去告诉母亲：“阿妈，阿妈！叔父的房子倒了，死了很多人，快看呀！”母亲心想是不是真的，高兴得跳起来看个明白。只见叔父家尘土飞扬，听到哭声震地。母亲高兴极了！当时，母亲便用一件破衣挂在一根木棍的顶端摇晃着，高声叫道：“供养呀，祭祀呀！神圣的上师三宝！喂！乡邻们！米拉喜饶坚赞生得有儿子没有？我娘查迦坚穿破烂的衣服，吃粗劣的饮食，为儿子备办口粮求学，看呀！是不是成功了？当初叔父和姑母不是对我们母子说，人多就带人马来打仗，若人少施咒术来害我吗？现在，就是人少施的咒术，这比人多的乡丁还要强呀！看看楼上的人们，看看楼底下的牲畜，看看房中的财产吧！我留着这条老命不死，才有今天这个时机，看我儿子演这样一幕戏法。看呀，我娘查迦坚可能还有比今天更高兴的事要出现

哩！”她心满意足地数落着。当时未进那房子里去的人都听到了，私相议论起来。有的说我母亲很有理，做得对！有的却说她固然有理，未免太过分了。

因此，那些话让死者的家属知道了，私相议论说：“这个女人造成了这样大的祸害还不称心，尚在幸灾乐祸。实在太不应该了！把她折磨够，然后，活活挖出心来！”老人们说：“杀了这个女人，有什么用呢？她的儿子还会给我们照样再来一下的。还不如先找到她的儿子，尽可能把他杀掉，然后再除掉这女人就容易了。”大家就这样商议定了。叔父听见后，说：“现在，我再没有儿子和女儿可死了。我自己不如死了更好！”说着便准备去杀我母亲。乡邻们把他挡住，说道：“从前，我们就是依了你的话，害得这个地方遭此大祸。现在，那女人的儿子还未除掉，你却这样做！那么我们先干一仗！”叔父没有办法，只得罢了。

乡邻们既议定要派人杀我，舅舅急忙去告诉母亲说：“因你昨天说的那些话和那番举动，惹恼了乡邻。现在他们要来杀你们娘儿俩。你们自己有什么力量？不是说只要施点咒术就行了么？可是……”舅父和母亲大大争吵了一番。母亲说：“舅舅，事情没有落到你头上，你说的这些道理我都懂。我的家产被夺去不算，他们还采取那种态度对待我们，实在令人难忍啊！”她说了这些后，不再吱声，只掩面啜泣。舅父说：“你说的是。现在提防有人要来暗害你，把门紧紧关上吧！”说罢就去了。母亲将门紧紧关上，便左思右想，想筹划一个善策。忽然，叔父的女仆——就是从前我家的人，听到叔父他们商议的毒计，她怀着恋旧之情，于心不忍，便来给母亲暗地报信，说他们是怎样商量的，少爷要当心生命危险。母亲心想，他们既然定了这个计策，那么我暂时可以放心，于是，又把剩下的“哲白登穹”地的那一半也卖了，换得七两金子准备给我。可是乡邻中没有可以派遣的，也没有别的送信人。她正打算自己亲自来会我，为我送口粮，并告

知这些情况时，恰巧有个前藏的瑜伽行者去尼泊尔朝山回来，路过这里来化斋。母亲详细询问了他的来历，知道这个人可以拜托，就把他当作使者，对他说道：“请在这里住几天。我有一个儿子在卫藏地区，我想给他带一封信。同时，这些东西也请你帮忙交给他。”他住在我家期间，母亲尽力招待他，使他感到高兴。母亲点一盏灯，发誓说：“假若能够如愿，那么这灯就长明；若不然就即熄灭。祷请闻喜的上师和护法显示威灵！”那盏灯果然经过一昼夜都没有熄灭。母亲知道能够如愿，这才放了心。她对行者说：“行者要云游天下，衣履是很要紧的。因此衣服要补缀，鞋子要掌底。”于是把掌鞋底的皮线等交给行者自己去料理。他有一件千疤万补的衲衣，母亲拿来亲自为他补缀。就在行者的衲衣里子中，暗暗将七两黄金缝进去，不让他知道。上面加补上一块四方黑色补丁。补丁中间又用白而粗的线，缝成条纹，如昴星一样，遮盖着不露痕迹。她重重酬劳了行者，还将一封隐语信密封了口托他带走。

那时，母亲心中想，不知乡邻们的计策打算对我怎么办？我得先恐吓他们一下。就暗地叫白达放话说，昨天的行者带来哥哥的信，信中如何如何，向大家宣扬。母亲还模仿我的口气造了一封假信，上面写着：

“想来阿妈及妹子身体平安，咒术的效力当然看见了。现在乡邻中若还有仇恨你们母女的，可将他的姓名写上寄来，我依仗咒力，取人的性命，比用手指弹食供神还要容易。我可以把他的九代斩尽杀绝。若本乡人全都仇恨我母子，你们母女可以离开本乡，到我这儿来！我可以将本乡完全毁掉，不留一点遗迹。我这里生活享用不用发愁，现在在修法，不要为我操心。”等等。

信上盖了印，先交给舅父等同情我们的人看，然后把信留在舅父手中，让大家都能看见。这就迫使他们改变计策，放弃了刺杀我们的意图，并且从叔父手中把俄玛三角田也退还给我母亲了。

瑜伽行者为寻访我，一路打探而来。听说我在鲁库隆，便径直来到我处，把母亲及妹子等家乡的情况一一告诉了我，并把信交给我。我到一旁去读，信中写道：

“闻喜，想你的身体一定很好！为娘生下你这个儿子，甚为遂心。你父米拉喜饶坚赞的事业已有继承人。法术已经在本乡中奏效。三十五人死于坍屋之下。为此，乡邻们对我们母女仍不怀好心。听说你还可以施放九层墙厚的冰雹。果能如此，那么，为娘的心愿就可完全满足了。乡邻们已打发人来寻找你，听说杀你后，再杀我。为了我们母子二人的安全，你要严加提防生命危险。若你没有口粮，在那面朝北的地方，上面黑云密布，还有昴星闪现。在那星宿的下面，内有我们七户至亲好友。你想要多少口粮，可以从那里取用多少。你若寻不到，只消向在那个地方住的这位瑜伽行者询问，千万不要去问别人。”

信上虽然这样说了，但是，不明白信中意思。心中又怀念母亲和家乡，同时，口粮要断了，正急需口粮，却不知该从哪个地方去找那个“至亲”。因此，急得流下泪来。末了，我问那个瑜伽行者：“你知道我们的至亲在什么地方？”行者答道：“在阿里贡塘。”我又问：“此外再不知道别的地方吗？你自己是什么地方的人？”他说：“除此而外，我知道的地方固然很多。但是你亲戚的地方我实在不知道。我是前藏人。”我说：“那么请你在儿稍

坐一会儿，我马上就来。”于是我把信呈与师父看，并说明原委。师父把信细看了一遍，说道：“闻喜！你母亲是一个嗔心很大的人，已经死了这么多的人，还说要放雹呀！在北方你有什么亲戚？”我回答说：“过去没听说有谁，信中却这样说了，问瑜伽师，他也说不知道。”师父的“觉摩”（妻子）是一位具有智慧空行母德相<sup>(21)</sup>的师母，她把信念了一遍，说道：“去把那位瑜伽师请进来！”我招呼瑜伽师进来，烧起温暖的火盆之后，给他斟上很好的酒，师母便从行者的背后帮他把衲衣脱下，自己披在身上说：“穿着这样的衲衣云游天下的人，会很舒服的！”一面在房中来回走了几圈，就上楼去了。师母从衲衣中把金子取出来，又把补丁像从前一样缝好，仍给行者披上。晚上，留他吃过晚饭才打发他回到住处去。

这以后，师母说：“闻喜，你到师父跟前来一下。”我去了，她交给我七两金子。我问：“金子放在什么地方？”她答说：“在行者的衲衣中。闻喜！你有一个很聪明的母亲。信中说的面朝北的地方，是指照不到太阳的地方。意思是说行者的衲衣里面，就是照不到太阳的地方；信中说布满黑云，是指补有一方黑色的补丁；说昴星闪现，是指补丁上粗粗的挑刺有白线条纹；说星下的七家至亲，是指这七两金子；若找不到，在那个地方居住的只有这个瑜伽行者；不要去问别人，这是指若不明白信中意思，黄金就在瑜伽行者的衲衣内，不要到别处去寻找。”师父高兴极了，说道：“人说你们妇女的心很灵敏，这话真不错。”

我送一钱金子给行者，他很高兴。我奉献七钱金子给师母，供养三两金子给师父，并禀道：“我的母亲还要求我降冰雹。因此，关于降冰雹之法还望师父垂悯传授！”师父说：“若要学降冰雹的法术，要到喇嘛雍敦濯杰那儿去。”师父写了一封信并连随信所附礼品交给了我。于是，我又回到亚隆的觉波村。见了上师，供养了三两金子，并将师父所带之信和礼物一并呈上，又禀

明要求传授降冰雹法术的原因。喇嘛问：“咒术有效力了吗？”我答：“有效力，已死三十五人。现在我母亲又来信，说要能降冰雹，请师父垂悯！”喇嘛说：“可以，就这样办。便将修习法传授给我，在一个旧的静室中修炼。修了七天。在作法的土洞中，忽然浓云密布，电光闪闪，惊雷和罗睺的吼声大作。我想这下只要我手指一动冰雹就可听我驱遣了。喇嘛也说：“这下你已能放雹了。你们家乡禾苗有多高了？”他渐次问我，我也渐次回答：“到除草的高度了。”“有藏得住鸽子的高度了。”师父说“那么稍早了一点！”过了不久，喇嘛又问“这下有多高了？”我说：“出穗了。”他说：“那么该回去放雹了。”仍派从前曾经差遣过的那位弟子作我的同伴，我俩化装成瑜伽行者回到故乡。那年，家乡的年景很好，老辈都不曾见过。他们立有一个秋收乡约，大家不能随便收割粮食。我们到那里时，正赶上快收割的时候。

我们在一山谷中作降雹的祭祀、念咒，可是，空中连鸟儿的尸体那样大的云都聚合不起来。于是，我喊着守誓护法们的名字，讲了乡邻们迫害我家的情况，祈求善恶报应要分明，还抖着衲衣，大哭一番。忽然，在天空中大团乌云出乎意料地聚合拢来，笼罩于一处。刹那之间，降下了三层墙厚的大冰雹，把地里的粮食打落得一粒不留；所有的山岭都变成涧谷；所有人户颗粒无收。人们见了只有顿脚嚎哭。接着，又降了一次暴风雨，我们二人也冷起来了，便跑到一个北向的岩洞中用一些怪柳生火取暖。这时，忽听到有本乡男子的声音，他们是为了每年酬岁祭神的供肉而上山猎取野兽的。这些人经过岩洞的前面往回走时议论道：“闻喜这个家伙，把本地害成了这样，从前谁都没有这样干过。前次已经杀了那么多人，今年这样好的年景，又被他弄得一粒粮食都看不到了。就是抓住他，活活把心挖出来，把肉一块一块地割下来，让血一滴一滴地流出来，也难解心头之恨哩！”其中有一个年老的说道：“安静，安静！小声一点！上面岩洞有烟，

不知是什么？”那些年轻人说：“一定是闻喜了，他没有看见我们。我等乡民得迅速去召集乡丁。若不将他杀掉，他还要在这地方使坏呢！”说着就回去了。我的伙伴说：“你先走开，让我假装是你在此等着，作弄他们一番，开开心就来。”我们二人约定，四天以后的晚上，在定日的驿站相会。他的武功很好，情况熟悉，无所畏惧，所以大胆地留下了。那时我虽然想与母亲再见一面，但又有点害怕，所以急忙逃走。在绕道聂拉木逃走的途中脚被狗咬伤了。因此未能如期赶到约会的地点。后来听说我的朋友被他们的乡兵围住，他从包围中冲出。他们追得紧时，他便走得快，离得远时，他便慢慢走。他们使用武器时，他便捡起一些大石头还击，当即大声喝道：“谁存心加害于我，我便对他施咒术。前次我已经杀了那么多的人，你们还嫌不够么？今年庄稼很好，但是被冰雹打得不见一粒粮食，难道这样也还觉得不够么？我就这样干！假如你们还要对我母亲和妹妹存心不良，我就要在这地方的山沟头上埋妖物，山沟尾上埋邪怪，还要叫那些幸存没有死的人灭绝九代！我若不把这地方害得人绝地荒，不算好汉！你们好好等着吧！等着吧！”说完他便走了。他们吓得彼此互相责怪，说：“都怪你！”“都怪你！”这样互相埋怨着各自回家去了。

就这样，我的好朋友赶在我前面到了定日，他问客店的主人有一个如此这般的瑜伽行者到了没有，答说：“没有。你们称为瑜伽行者的人，都好酒贪杯，那边在办酒席，往那儿去吧！如果没有器皿，我可以借。”说罢便取出一个大碗，底子很深，颜色灰白，好像阎王爷的脸一样，借给了他。他借到碗后便拿去赶酒席。正巧我在那宴会的一个杓儿里坐着。他从旁边走过来，问我道：“你昨天为什么未到？”我说：“昨天我出去化缘，脚被狗咬伤了。因此未能赶到。脚伤现已无妨碍。”我俩便结伴一道回去。到了亚隆的觉波村，喇嘛说：“你们两人的运气很不错啊！”我们问道：“没有人在我俩之前先回来，师父听何人说的？”他

说：“守誓护法等来时，他们的面容如十五的月亮一般。我还向他们道劳致谢了呢！”说时显出很欢喜的样子。以上就是我用这样的办法报仇雪恨造积黑业的事实。

惩治仇敌的大行第三章完。

以上为共同的世间大行部分。

（原文在这里有寂静涅槃大行之部九章的全部目录，译文已提前载于书首，故从略。）

## 注 释：

- (1) 撒灰——藏族习惯撒灰是驱鬼的动作，对人撒灰是极端憎恶的表示。
- (2) 厌胜——埋压敌人衣物等于地下进行诅咒的一种巫术。
- (3) 松耳石——一种绿宝石。
- (4) 茜草——植物染料，多用于染僧衣。
- (5) 驮——牛皮货包，两包为一驮。
- (6) 阿里堆——吉隆县西一地区名。
- (7) 卫藏——前藏和后藏。卫，指拉萨一带前藏地方；藏，指日喀则一带后藏地方。
- (8) 藏绒、雅德——藏绒，指日喀则行署仁布县曼曲河两岸地区；雅德，在曼曲河东雅鲁藏布江南，今为仁布县一个区。
- (9) 屯陆饶喀——地在今尼木县吞区境内。
- (10) 亚隆——在今山南乃东县境内。
- (11) 上部阿里三围——这是古代西藏地区划分的名称。三围有：芒域一围，即今阿里普兰县至后藏昂仁、吉隆等县与尼泊尔接壤一带；布商一围，今普兰县境内；古格一围，今扎达县。

- (12) 下部多康三岗——西藏古代地区划分的名称，是多康、多麦、宗喀三地区的总名。多康，包括今西藏的昌都及四川甘孜州一带；多麦，包括青海安多藏区一带；宗喀，包括青海东部黄河流域一带地方。
- (13) 中部卫藏四翼——古代西藏地区划分的名称。卫，即前藏，包括伍茹、哟茹两翼；藏，即后藏，包括叶茹、茹拉两翼。
- (14) 甲尔、达波、工布——均为西藏地名。甲尔即今山南隆子县的加玉区一带；达波即今山南加查县、朗县一带；工布即今拉萨市辖工布江达县一带。
- (15) 藏绒鲁库隆——西藏地名，即今仁布县西北地区。
- (16) 坛城——为本尊所居的宫殿，这里指作法祭神的神坛。
- (17) 守誓护法——发誓允诺愿作保护者的神灵。
- (18) 超度——这里指的是处死。
- (19) 出关——解除、停止修法。
- (20) 三宝——即佛、法、僧三者，佛教徒把佛、法、僧比为极其珍贵的宝贝。
- (21) 德相——合格的、具备条件的。

## 寂靜涅槃大行之部

### 第一章

热穹巴又问道：“师父！你曾说行持白业，自然只有无上正法才堪称白业。那么，尊者与法相遇的因缘是怎样的呢？”

我失悔放咒放雹的罪行，极想追求正法。为着这事，白天不想吃饭，走时想坐，坐时又想走，夜间不能睡觉。我虽然有了厌世和出离之心，但不敢向师父明说要去修法。只好以侍候师父来打发日子，心里却老想着怎样才能有一个办法去修道。这个急切的念头，不断浮在心上。师父有一个大施主，是一个凡师父缺乏什么他都可以慷慨布施的人。他衣食富足，又能敬信佛法。一天，这人忽然得了重病，请师父到他病榻前去守护。过了三天，师父面容现出不悦之色回来了。我问道：“师父，你怎么有不悦之色？”师父说：“一切有为<sup>(1)</sup>，皆是无常<sup>(2)</sup>。我最好的施主，昨晚已经死了。因此，我对于轮回世间，已感到灰心。尤其是我这个老人，从白齿少年到白发老叟的一生中，造了许多关于念咒、厌胜、降冰雹的罪业。徒儿，你也从年轻时起便放咒放雹，造了大罪，这一切都要归咎到我头上的呀！”我禀道：“师父，你自己

不能度这些众生到天堂或解脱的路上去吗？”师父说：“一切有情的本体即是法性<sup>(3)</sup>，引渡他们到天堂或解脱的路上去的道理，我倒知道；作这种道场法事，我也懂得。但是，仅仅是停留在认识和文字上的。大限<sup>(4)</sup>到时，还是没有什么把握可以挡得住！所以现在我要求一项能敌业缘<sup>(5)</sup>的办法。你给照看着弟子们，我去学法。将来引领你获得升天或解脱法门；要不，你去学法，引领我获得升天或解脱法门，我供养你一切所需。”知道自己的愿望可以实现了，我就向上师求道：“我愿去修道。”师父说：“也好，你年纪轻，又有恒心，信念也牢固。但是应当去求一个十分纯正之法！”他把亚隆出产的，大约一头犏牛可以驮动的一驮犏牛连同那条犏牛一起赏给我，吩咐说：“在藏绒的拉尔<sup>(6)</sup>地方有一位精通大圆满法<sup>(7)</sup>并得到成就的大师名绒敦拉迦，你到他那儿去切切实实地修法吧！”

我遵照师父的指示，来到藏绒的拉尔地方打听。大师的妻子及其门徒说：“这里是本寺，大师现未在此。他在本寺的分寺名娘堆的日浪寺<sup>(8)</sup>中。”我说我是喇嘛雍敦濯杰介绍并派来的。请派人领我去见大师。我把情况详细说了一番，师母才派一个僧人给我引路。我到娘堆的日浪寺见到大师，把犏牛和犏牛等礼物献上，禀道：“弟子是由远道拉堆来的，是个造了大罪的人。求上师传授即生便超脱轮回的大法。”师父说：“我的无上妙法大圆满，根子是出生优胜，尖端是获得优胜，果实是圆满优胜。白天修白天成佛，晚上修晚上成佛。若是有缘的善根，不须修行，只要耳中听到，便可解脱。但是，要最上等的根器和与法有缘的人，方可传授此法。”于是，他给我灌顶和传我教授<sup>(9)</sup>。我寻思着：开始学咒术时，修十四天便得到应验；后学放雹，仅用七天便得成功。现在此法比咒术放雹还要容易，白天修白天成佛，晚上修晚上成佛。若是有缘的善根，仅用耳听，不须修炼。今天能遇到这样的法门，看来，我也是个有宿缘的人吧！

因此，就产生骄傲之心，不肯观修，而去睡觉了。就这样，我和法完全分开了。过了几天，师父向我说道：“说你是拉堆来的大罪人，这话真是不假。对于我这大法，我也夸张得过分了点儿。看来，我度不了你。现在你去洛扎<sup>(10)</sup>，那里有一寺庙名卓阿隆<sup>(11)</sup>，寺内有一位印度大德那若巴的亲炙弟子，译经王，大圣马尔巴。他是密教新派的得道大师。在地上、地下、天上三处都找不出能与之匹敌的人。他与你前生有缘，你往他那儿去吧！”当时，我一听到译师马尔巴的名字，心里便有一种说不出的快乐，全身毛发竖立，非常舒适，眼中不由得掉下喜泪，产生无比的敬意。于是，我就一个心眼儿地带上口粮和书籍，心里没有任何别的念头，一心只想去见那位大师。边走边嘀咕着：“什么时候才能见面呀！什么时候才能见面呀！”

当我要出发到卓阿隆的头天夜间，马尔巴大师在梦中见到班勤<sup>(12)</sup>那若巴走来给他灌顶。赐他染了一点儿尘垢的琉璃做的五股金刚杵和装满甘露的金瓶，说：“用瓶中的水洗涤尽杵上的尘垢，将杵放在宝幢顶上，这可使诸佛欢喜，众生满足。这样，既可自利，又可利他。”说完腾空而去。他遵照师父之命，用瓶中的水洗涤金刚杵后，放在宝幢顶上。于是，金刚杵放出光明，照亮一切世界，并照着六道众生，使其解脱痛苦，得到安乐。因此，一切众生都向马尔巴尊者和宝幢恭敬顶礼，供养赞颂。诸佛也为这个宝幢开光<sup>(13)</sup>加持。他在这种有点儿自得的心境中醒来。醒后非常欢喜。就在这师母给他送茶来，说道：“大师，昨夜我在梦中，见到据说是由北方邬坚来的两个妇女，拿着水晶宝塔，宝塔外面有点尘垢。说是那若巴上师吩咐你为宝塔开光，并把它放在山顶上。于是，你说，关于这佛塔，班勤那若巴师父虽早已开光加持了，既然师尊有命，我再作一番也好。你使用宝瓶的水洗涤宝塔，作了一个盛大的开光法事。然后放在山顶。此塔大放光明，如日月腾辉，并分出无数同样的宝塔来，充满山顶。

那两个妇女就作为守塔的香灯师。这奇怪的梦不知是何意思？”马尔巴知道这两个梦的意思是一致的，心里高兴极了。但是口中却说：“梦是怪诞无稽之事，不知道是什么意思。我要去下边路旁耕地，你准备一下吧！”师母说：“有这样多劳力，你是大喇嘛，若去耕地，别人要讥笑我们的。请你歇着吧！”虽经劝阻，喇嘛不听，自己坚持要去，还吩咐：“给我多拿点酒来！”便给他送了一瓶酒去，喇嘛说：“这只够我自己喝，还要拿点给客人喝！”于是又送去一瓶。他把酒瓶用土围起来，用帽子盖上。喇嘛一面耕地，一面又一个劲儿地瞭望，一会儿又喝一口酒，坐在那儿等待着。

我顺着洛扎的河谷走。逢人就打听大圣马尔巴译师的住处。沿路打听，但是没有一个人了解情况的人。慢慢地到了能看见卓阿隆山时，遇见一人，我向他打听。他说：“名叫马尔巴的倒有，但是没有什么大圣马尔巴译师。”我问：“那么，卓阿隆在什么地方？”他用手指着说：“卓阿隆就在那边。”我问：“谁住在那里？”他答说：“就是刚才说的马尔巴嘛。”我又问：“他没有别的名字吗？”他说：“也有人喊他喇嘛马尔巴的。”我心中暗想，那肯定是大师驻锡的地方了。我又问：“这个山名叫什么？”他答“名叫菊那岗<sup>(14)</sup>。”我心想从菊那岗就看见了上师的住处，机缘真巧。不觉欢喜起来。于是，我又一直往上走，沿途打听。见到有很多放牧的人，我就问他们。那些年纪大的说：“不如道。”他们当中有一个生得俊秀，穿着也漂亮，口齿伶俐，披着光滑的头发的孩子说：“你说的是我父亲吗？如果是他，那么，我告诉你。我的父亲，把我们所有的家产变卖，换成黄金，拿到印度去，带回来的东西，就是很多又细又长的书籍。从前，他从未做过地里活；今天，却在耕地哩。”当时，我心中想，若用理智推断，很像是他。但是，他是最大译师，不可能去耕地吧。一面想一面走，走到一个路边，看见一个僧人，身体魁伟健壮，一双大眼睛炯炯发

光，正在耕地。一看见他，心中便有一种不可言喻、无法想象的快乐之感。当此之时，眼前凡俗的境界顿觉完全消失。我在此境况中沉浸片刻后，便向那人问道：“先生！此地有一个吉祥那若巴的亲炙弟子——马尔巴译师吗？他住在哪里？”那僧人把我全身上下打量了很久，说：“你从哪里来的？想干什么？”我说：“我是后藏拉堆<sup>(15)</sup>”造了大罪的人。因听到他的大名，特来拜求大法的。”那人说：“那么，我给他招呼一声，你帮我耕耕地。”说着便从帽子下面把埋在土中的酒取出给我喝。正好解渴，我喝得很香美。他对我说：“把这块地好好耕一下！说完那僧人便走了。我把余酒一饮而尽。之后，便认真仔细地耕那块地。忽见刚才那群牧童中告诉我情况的那孩子跑来喊我：“喇嘛说叫你到家里去！”我一听这话欢喜异常。我想他为我引荐的事办到了，我给他耕地也应当耕完才好。于是把尚未耕完的地耕完了。这块地就成为我和上师相遇的助缘，故以后这地名就叫做“顺缘地。”这块地夏天路在地边，冬天路在地中。

于是，我同那个孩子一起到了家里。只见刚才那个僧人坐在铺着一层栽绒的两层厚厚的垫子上，上面还放有三层的靠枕。他的脸上用油擦得光光的，眉梢、鼻梁两侧、胡须上没有擦到油，还沾有泥土，肥大的肚子下垂着。我看了一眼，心想：这不就是刚才的那个人吗？大师又在哪里呢？师父说：“真的不认识了吗？马尔巴就是我，快行礼呀！”于是，我便顶礼，把师父的脚放在我头上说：“上师大宝！弟子是远方拉堆的大罪人，谨以身、语、意三业供与上师。请上师赐给我衣食和传授我佛法，恳请慈悲摄授，传给我今生即能成佛的大法。”师父说：“你造大罪怪不到我头上来！并不是我教你去为我造罪。你究竟造了些什么罪？”我便把前后经过情形详细禀告一番。师父说：“是啊！但是，不管怎样，以身语意三业供养还是好的。不过，要我供给粮食，又要传法，恐怕难以全部实现。或者给你衣食，你到别处去求法；

或者对你传法，你到别处求衣食。这两条任你选。若选择由我传法，今生能否成佛，全靠你自己勤恒奋进。”我禀道：“我是特来上师面前请求传授大法的。那么，我往别处去求衣食吧。”于是，便将我的一本书送往经堂中存放。师父说：“快把你那破书拿走！看玷污我的佛像和供品。”我心中暗想，可能是因为我的书中有那咒术书的缘故吧？！就把它拿来放在我的住处。在那里住了几天，师母给我很好的饮食。

与师相见的大行：即殊胜大行第一章完。

### 注 释：

- (1) 有为法—由造作而产生的一切因缘所生法。
- (2) 无常—不久长。
- (3) 法性—自然本性，这里指的是空性。
- (4) 大限—即死期。
- (5) 业缘—意即造业要受因果之缘牵引。
- (6) 拉尔—在今西藏仁布县境内。
- (7) 大圆满法—宁玛派密教中一种最高、最精要的法门。
- (8) 娘堆日浪寺—娘堆，即今西藏江孜县，日浪在该县境内东北处。
- (9) 教授—佛教用语，意即口诀、窍门、教诲等，已见前注。
- (10) 洛扎—今西藏山南地区洛扎县。
- (11) 卓阿隆—在洛扎僧格宗西，属于洛扎县色区管辖。
- (12) 班勤—即大班哲达。
- (13) 开光—佛塔等造好后，请神安住的一种宗教仪式。
- (14) 菊拉岗—意为佛法的山岗，在卓阿隆。
- (15) 藏拉堆—米拉出生地。今日喀则行署所属吉隆县的贡塘，古属拉堆洛的范围，故称“藏拉堆”。

## 第二章

于是，我走遍洛扎的山沟与河谷去募化。我募化到青稞（洛扎大斗）约二十一斗。用十四斗换得一口里外都光洁、没有积垢和锈斑的四耳赤铜锅；用一斗粮食换了酒和肉；剩下的六斗粮食装在一个大口袋里，把铜锅覆在口袋上面背着回来了。到了师父的住处，因为疲乏极了，摇摇晃晃，把背着的东西丢下来，连房子都震动起来了。那时，师父正在吃饭，便停下来起身呵叱道：“你这个小和尚，劲倒很大。你还想用人力震倒房屋压死我们吗？真是荒唐已极！把青稞口袋拿出去！”他还踢了一脚。因此，我只好暂时把东西拿出去。喇嘛可能是那种脾气暴躁的人，在他面前要小心服侍，行为谨慎才好。我仅这样想了一下，对于上师并未产生邪见。

后来，我把空铜锅供养给上师，恭敬顶礼。喇嘛把铜锅拿着，忽然合眼入定片刻，眼泪汪汪地说道：“缘法很好！贡献给班勤那若巴大师。”他用手举起来，摇着铜锅的环子，并用棍子敲铜锅，让它发出响声来。然后，把它拿进经堂去，在里面装满点供灯用的酥油。这时，我心里很感伤，一心要想求法。便再三请求师父传授法要。师父说：“我有很多从卫藏来的有信心的弟子，常常遭到羊卓的达隆<sup>(1)</sup>人和林巴<sup>(2)</sup>人的袭击，把他们路上粮食、油肉和供养物全都抢光，根本无法顺利通过。你给这两个地方施放一次冰雹吧！这也算是佛事。这样，我便给你传法。”于是，我就对这两处施放了极大的冰雹，又去向师父求法。师父说：“你只放了两三个雪弹，怎么能得到我在印度饱受辛苦所学的法？假若你无论如何要求大法，洛扎纳喀瓦<sup>(3)</sup>人，他们曾经抢

劫从聂<sup>(4)</sup>和洛若<sup>(5)</sup>来的我的弟子们，并且也欺负我。听说你有很厉害的咒术，你对纳喀瓦的人施一施咒术。若咒术灵验了，我就将班勤那若巴的一生即身成佛的教授传授给你。”于是，我又对那里施咒术，引起纳喀瓦人们发生内乱。师父看到他所憎恨的人，多死于刀剑之下，便对我说：“听说你有很高的咒术，果不虚传，遂为我改名吐勤<sup>(6)</sup>我又请他传我成佛的教授。师父大笑道：“哈哈！你以造下大罪的代价来索取我的教授。这些是我不顾生命危险远赴印度，不惜财帛供养黄金所求得的教授，是空行们传法时口中的热气还没有散失完<sup>(7)</sup>的教授。就算是说着玩都觉得过分，实在好笑！幸而是我，若遇别人，早把你杀了。现在你把羊卓人的庄稼损失赔偿了；把被杀的纳喀瓦人完全救活。若办得到，我便传法给你。倘若不能，我这个地方，你也不必来了！”他仅仅打了我一下算是对我的严厉斥责。

我极为沮丧，不觉放声痛哭。师母前来安慰我。次日早晨，师父自己来了，说道：“昨夜我责备你太过分了，不要介意。耐心等着。我要传法给你的，不必着急。你能很勤奋地干活，现在，正需要一所碉房分给达玛多德<sup>(8)</sup>。你帮忙修建一下。完工以后，我就传法给你。你的衣食也由我供给。”我回禀道：“如果在这期间，我还没有学到正法就死了，那怎么办？”师父道：“这期间你不会死，这，我可以担保。我这法自信是可以夸耀的。你是有恒心有毅力的人，若能修持我的教授，今生能否成佛，全在于导师。我们的传承，与别派根本不同，得有加持亲传。”师父对我这样教诲，我心里欢喜起来，便说：“那么，请吩咐怎样修碉房吧！”师父想把碉房修在一个极为险峻的要隘处——那是家族们发过誓不能修碉房的地方。不过，师父自己不在发誓者之列。他是想以此诱导我，作为消灭我的罪业的办法。他吩咐我在东方山头修筑一个这样的碉房。我修一个圆形碉房，修到一半时，师父来了，对我说：“那天考虑得不周密。把这房子从根基上拆了，

土从哪儿运来仍运还原处，石头也运回原处。”我遵命把房屋拆了，土石归还原处。师父又到西方山头上，装作喝醉了的样子吩咐我，应该如何修。于是，我按照吩咐修了一个半圆形的。这个碉房也修了一半，师父又来了，说：“这个也不成。仍然把土运还原处，石头搬回原处。”我又遵命做了。师父又到北方山头上，说道：“阿波吐勤！那天我喝醉了，事情没有交代清楚。现在，在这里修一个很好的碉房吧！”我说：“房子修起又拆，这样做不但使我吃苦，也浪费师父的材料。请您考虑好后吩咐吧。师父说：“这次我既未醉酒，又一直在考虑这事，需要修一个三角形状的‘密咒宫’。你去修筑。再不用拆了。”我又去修那三角形的房子。这个也是刚修到约四分之三时，师父又来说道：“吐勤！你修的这个碉房是谁的？谁吩咐你修的？”我答道：“师父您自己吩咐的。是给公子修的房子。不是吗？”师父说：“我想不起说过这样的话。若你说的话是真的，那可能是遇到我脑子乱或者是神志不清的时候了。”我说：“那时我就担心又会发生这种情况，曾劝师父详细考虑。师父曾说，早考虑好了。并说过现在修的这个，再不用拆了。师父一定能够清楚地回想起来的。”师父说：“那么当时有谁作证？本来三角形的碉房就像护摩穴”<sup>(9)</sup>，是想把我们放在里面施咒术吗？我们既未抢夺你的家产，也未侵占你的父业，大可不必。如果不是这样，还想求法的话，这种连山神都不喜欢的东西，快把它拆了吧！土运还原处，石头搬还原处。这样，可以传法。否则，你便滚开！”说时生气了。那时我心中虽然无限苦恼，但是又贪想求法，不得不遵从上师之命，把这三角形房子拆了。土运还原处，石头搬回原处。那时，我的背都磨烂了。我想：让师父看一下吧，只会遭到责骂的；让师母看看吧，也会觉得我在抱怨。所以，不敢让他们看，只在师母面前哭泣，并恳求她帮我求法。师母到了师父面前，说道：“干吗修这些全无意义的房子，尽折磨人！请你发发慈悲，给吐勤传点法吧！”

师父说：“你准备点好吃的，把他领到我这里来！”师母拿着饮食带我一起来到师父面前。师父说：“吐勤，那天我并未怎样，不要骗人。你要法给你传法！”遂传了我一个一般共同的皈依法和戒律。师父说：“这些叫共同法。如果要学不共同法即密乘教授，那么要这样做。”说着把那若巴大师事迹中的修苦行的情形，简略地说了一下。并说：“你恐难办到。”我听了后，生起强烈的信念，两眼落下泪来。心想以后凡师父说的我都遵命照办，在心里暗暗发了誓。

又过了几天，师父要出门，让我作为侍者一同前去。到了父族人所遵守守护的那个要道，他说：“现在，你在这里修一个四方碉楼，灰色的九层楼，连宝顶共十层。修成后决不拆除。并传给你修行法和教授，让你修道，供给你修道期间的口粮。”我说：“那么，师父许诺的这些，可否请师母作证呢？”师父说：“可以，可以。”于是，师父画出建筑物的图形，我去请师母来。我当着师父师母两位的面，说道：“过去修三次，拆三次：第一次，师父说考虑不周；第二次，说喝醉了酒；第三次，说脑子乱，神志不清，说过的记不起了。我把师父吩咐过的话，重新提一下，师父就说，有谁为你作证？反遭到一顿痛骂。这次师父又许诺了这些条件。所以，特请师母作证。请你作个证人吧！”师母说：“我当然可以作证人。但师父任性，恐怕难于算数。本来师父修房子就没有必要，修好又拆，更没有道理。尤其是那个山头，不属我们所有，是大家赌咒发誓的地方，恐怕会引起纠纷的。给他说，他也不肯听。”师父说：“师母，人家请你作证人，你就作证人好了。我也照着所许诺的话办。没有谁托咐你来挑起怀疑，去吧！”

当我正在那里修四方形碉楼的屋基时，雄地的俄敦曲<sup>(10)</sup>、兑地的楚敦旺额<sup>(11)</sup>、藏绒的梅敦村波<sup>(12)</sup>等人也来了。他们在嬉戏时滚下一个大石头。我便把它作为墙基础到中门。大约修到有两层楼高时，师父来了。他把整个建筑仔细地巡视了一番，忽然

用手指着三位大弟子所滚下来的石头问我：“吐勤，这石头是从哪儿来的？”我答道：“是你的心传大弟子做游戏搬来的。”师父说：“哦，他们搬的石头，对于你的工程不适用。快把这石头搬开，送回原处去。”我说：“这屋子你不是已经答应不拆了吗？”师父说：“是有这话，但我的弟子都是二次第瑜伽<sup>(13)</sup>的观修者，我没有许诺过你奴役他们。我不是让你完全拆。只要你把这石头搬开，放还原处。”于是，我又从这墙顶上拆起，把石头送还原地。师父又说：“现在你自己可以把它搬来作墙基了。”这样，我又去搬来。从前，是他们三人的力气，现在不得不由我一人去承担了。这的确使我得到锻炼。这墙基被叫作我的“大力石”。当那屋基刚筑起时，上师父族的人在那里商议说：“在大家盟誓的山上，马尔巴修起房子来了。我们去制止他才对！”有些人说：“马尔巴他疯了！叫拉堆地区的那个大气力的小和尚，在凡有土、有山口的地方，去修一些怪诞不经的房子；刚修到一半，又让他自己拆了，还让他把土石归还原处。这房子也许是要拆的。若不拆时，再来阻挡也不迟。且看他拆不拆。”但是，这次并未让我拆，房子一直在继续修着。当修到七层楼高时，我的腰部长了一个疮。这时，那些父族人又说：“现在可能不拆了。最初拆掉，目的就是要在这儿修造。这是他骗人的手法。这下，我们去给他拆了吧！”于是，他们准备人马拆毁。那时，上师使用神变法，变化了很多穿戴盔甲的兵丁，布满在碉房的内外。大家都说：“马尔巴译师从哪儿调来这么多的兵？”大家都畏惧了，不敢械斗。一个个暗中来磕头认罪。他们反而成了他的施主和信徒了。

那时，藏绒的梅敦村波请上师传授胜乐金刚的大灌顶。师母对我说：“这次，不管怎样，你自己也去请求灌顶。”我也暗自思忖，我已经建筑了这么些碉房，而且是在无人帮我搬过羊头大的一块石头、一筐土、一桶水、一铲泥的情况下单独修成的。这次可能会传给我灌顶。想罢，便去顶礼。随即坐在接受灌顶的席位

上。师父说：“吐勤，你有什么求灌顶的供养？”我说：“我为上师的公子修建碉房服了劳役，师父也曾允许给我传授灌顶和教授。因此，我是希望得到传授才来坐在这里的。”师父说：“你只修了像孤拐那么大的小房子，怎能求我从印度受尽艰苦所得的灌顶和教授？若有供养你拿出来；若无供养，就不要坐在甚深密教的灌顶法席上！”说罢，给我一耳光，揪着头发把我从座位上拉出门外。我真想不如现在就死了才好，整整哭了一夜。这时，师母来了，安慰我说：“师父自己曾说他从印度学回这些大法，是希望利益一切众生。就是一条狗走过他面前，他都要对它说法，末了还要为它作一个简单的回向<sup>(14)</sup>。我不知道为什么对你却如此不关心。不过，你可不要生起邪见呀！”次晨，师父自己也来了，吩咐我：“吐勤，你现在暂时把修碉房的事停下来，另外修一个有十二根柱子的走廊，作为碉房下部的附属物，附带修一间山神堂。等把这工程结束后，我就传你灌顶和教授。于是，我又从走廊的基础开始修起。师母常常给我饭食和菜肴，并且常常给酒让我喝得醉醺醺的，对我多方安慰，十分慈爱。

走廊快要完工时，兑地的楚敦旺额来求密集金刚大灌顶。师母说：“孩子，这次你无论如何去请求受灌顶。”又拿了一包酥油，一匹氍毹，一口小铜锅作为供礼。于是，我来到灌顶的法席上坐下。师父又说：“吐勤，你坐在灌顶法席上，你有什么灌顶的供养？”我说：“有酥油、氍毹、铜锅等物。师父说：这些东西，都是大施主某某等供养给我的财物，怎么能拿我的财物作你灌顶的供养？你若自己有就送来。若是没有，就不许坐在我灌顶的法席上！”说着，起身狠狠责骂我一顿，用脚把我踢出门外。这时，我真想能钻入地下才好。又想我曾经施过咒术害死很多人，又放冰雹打坏了许多禾苗。这是报应吗？！或者他知道我根本没有修法之分吗？！或者是上师悲心不大不肯传授吗？！唉！不管怎样，不能修法只能造罪，这个身子要它何用呢？几次三番都

想自杀。这时，师母又给我送来供神后所分得的东西，并安慰我，很久以后才离去。

我没有心思吃那些供物，整整哭泣了一夜。次晨，师父又来了，对我说：“这次你把未完工的走廊和山神堂修筑完，我当然传给你灌顶和教授。”我又去修建房子，把走廊修完。那时，在我的臀部又磨了一个伤口。三个伤口都溃烂了，脓血淋漓，背上的伤口溃烂成大疮。我让师母看，请求师母去提醒一下师父在打这个方形碉房地基时答应过的那些话。同时，我因求法心切，也要求帮我代为求法。师母把伤处仔细地看过一遍，也流下眼泪来。她说：“我去告诉师父。”说罢，就到了师父那里，对他说：“上师大宝！吐勤搞了那么多的修建，手脚都磨破了，长了疮，背上有三个大孔，脓血流个不止。过去只听说过马、驴等牲口背上磨烂了长疮，也见到过。至于人体磨烂长疮的事没有听说过，更没有见过。这事，让别人听到或者看见会出丑的。上师，你自己是一位大喇嘛，出现这等事真可耻！他确实怪可怜的，快给这个孩子传一点法吧。开始不是说过房子修完了就传法吗？”师父说：“是的，我这样说过，等十层楼修完了就传法。十层楼在哪儿？”师母说：“岂止十层！不是另外还修了走廊么？”师父说：“别多话，十层修完了就传法。他的背真是烂了吗？”师母答：“这都是你任性所致，随你的便好了！他的背上不仅仅长了疮，整个背部都完全溃烂了。”师母很气愤地诉说后急忙走了。师父说：“那么叫他来！”我以为也许要给我传法了，便去到师父跟前。师父说：“吐勤，把溃烂处让我看看！”我让他看，师父仔细看了一遍说道：“我的怙主那若巴在自己的身体上经受了十二大苦行，十二小苦行，不同的苦行共二十四种，比你这个要厉害得多。我自己也是不顾可爱的生命，不惜财帛，拜那若巴为师。所以，要想求法，就不能抱怨受苦。还是去修未完工的房子吧！”我想师父说得也对。师父在我的衣服上加了一个背垫，并说：

“马驴都是这样做的。衣服上已经加上了背垫，快去搬土运石吧！”我问：“背上已经溃烂长疮了，在衣服上加背垫有什么益处？”师父说：“泥土不至于钻进去。”我想这是上师的命令，不好违抗，只好把取土的工具，挂在胸前去运泥土和粉刷墙壁。上师看见后，心想这样遵从师命的大德实在罕有！他自己也禁不住在一旁暗暗流泪。那时，我的伤口继续发展，痛苦不堪，去告诉师母。师母遂代我转禀，要求最好是传法，否则至少也要准许养伤休息。师父说：“碉房未修完，不能修法。若能干活就尽量干活，实在不能干活，只好住下休息了。”于是，师母给我说：“疮伤未养好之前，不要干活，坐下养息。”

在休息期间，师母给我最好的滋补食品吃。过了几天，除因未得法要心中不安而外，其他都感到很舒服，疮也大半痊愈了。师父说：“不要提传法的事。吐勤，现在该继续动工了。”

我刚要去干活时，师母来对我说：“我们来商量一个求法的办法。”于是，我们二人议定，我在一个装糌粑面的小口袋上面捆着一些经书和零星的东西，在师父能看得到的地方，故意对师母说：“这下请放我走！”说了便装着要走的样子。那时，师母说：“现在我去告诉师父，当然会得到法的。你无论如何要留下来！”她又故作挽留之状。我们这样做，果然被师父看见了，便问：“达梅玛<sup>(15)</sup>，你们两人在干什么？”师母即回答说：“吐勤他原先是从远方派到大师跟前求法的。你不但未传法给他，反而让他多次挨打受骂。他怕未学到法之前，便已身亡，现在准备到别处去投名师。我劝他留下说：“我代你在师父面前求情，保证传法给你。”师父应道：“我懂了。”遂走出来，给了我一阵耳光，骂道：“你最初刚到我跟前来时，说把身语意三业供养给我了。现在你要往哪儿去？当心点！说真的，属于我所有的你的身语意三业，就是把它剁成百段，我都完全有权。不管怎样说，你若真的要走，你从我家把糌粑拿去，是什么道理？你说！”于是，把

我推倒就打，并将糌粑口袋抢走，拿着进屋里去了。

这时，我悲痛万分，如死了独子的母亲一样难受。由于和师母商议的计划失败了，师父又十分威严，我忍受不了，便回到屋里，坐着哭泣起来。师母安慰我说：“虽然采取各种方法，但上师都不传法给你。将来无论如何是会传的。此前，我可以传法给你。”遂传了我金刚亥母<sup>(16)</sup>的现修法。虽然未得到感受，但心中却获益不浅，凡念也减少了。我想，一则报答师母的大恩，同时，她是上师的妻子，可以求得罪垢清净。于是，在夏天帮她抬挤奶的架子和放在灶前炒青稞用的椅凳，这些小事我都尽力效劳。

当时，虽然想一定得去另访名师，但是，我仔细地想了想，一生即身能够成佛的教授，除这个上师外，肯定没有其他人知道。今生若不能成佛，就给来世造了堕入恶道的罪业。为了求法，应当像那若巴大师那样苦干下去，尽量使上师欢喜，求得他的教授，然后修行，今生方能成佛呀！这样一想，我便又去搬土运石，继续粉刷走廊和山神堂。那时，雄地的俄敦曲多和他的眷属带了很多的供养，来求喜金刚<sup>(17)</sup>大灌顶。师母对我说：“要是师父对你修房子所受的苦还嫌不够，只喜欢财物的话，这次可以供养他一件供品。那样，定会得到灌顶。你把这个东西供养他。你自己先去请求，若是不许，我再代你请求。”说着，师母把一个又大又好、放红光的私房松耳石给我。我就将它献给上师，禀道：“这次无论如何请传授我这个灌顶！”说罢，就坐在灌顶法席内。师父把松耳石反复看了一遍，说：“吐勤，你这东西从哪里来的？”我禀道：“是师母赐给我的。”师父微笑了一下说：“去喊达梅玛来！”我请来了师母。师父问道：“达梅玛，我们这松耳石从哪儿来的？”师母向师父磕了很多头，答道：“这个松耳石与你无关。此是当初我父母让我嫁给你时，考虑到你的脾气暴躁，万一有一天夫妇不和睦，要分离时，这很有用，于是赐给了我，叫

我不要让人看见，暗中保藏着，作为我的私房。眼下这孩子实在可怜，我心不忍，所以赐给了他。大师，请你把松耳石收了，发大慈悲，让吐勤受灌顶吧！以前多次把他从法座中赶走，使他失望伤心。现在请俄巴师父及其眷属也帮我哀求上师允准吧！”说完又多次顶礼。因为师父脾气暴躁，俄巴及其眷属也不敢多说话，只说：“就那样吧！”并和师母一齐向上师顶礼。师父说：“达梅玛这种做法，几乎让很好的松耳石落入别人之手。”他把松耳石带在颈上说道：“达梅玛，你不要糊涂！连你整个身体都是属于我的，松耳石当然也是属于我的。吐勤，你自己若有财物就献上来，可以领受灌顶！这个松耳石是我自己的。”我以为虽然师父这么说，但是师母献了松耳石，一定不甘心，可能还会再次要求的，于是，我就坐着不动。师父大怒，突然立起来呵叱我道：“叫你出去，为何不动？你有什么好抱怨的？”于是把我推倒在地，顿时觉得眼前一片漆黑；又被抓起来仰面摔了一下，眼中直冒金星。师父还拿手杖来打，幸好俄巴把他挡住了。那时，我害怕极了，正好有个天窗，便从天窗里跳了下去。师父心里也过意不去，但仍然装出生气的样子。我呢，丝毫没有受伤，只是心中太悲伤了。正想去寻死时，师母流着眼泪走来了，说道：“吐勤！不要伤心，没有比你再可怜和更亲切的弟子了。我可以资助你向别的师父求法去。你学法期间的口粮和上师的供养我可以承担。”她多方安慰我。以前无论作什么集轮会供<sup>(18)</sup>，她都要到法席上去坐的，那晚，却陪着我哭泣，直到天明。

次晨，又来叫我到师父面前去。我认为要传法了，就去了。师父问：“昨天我没给你灌顶，你有没有不高兴？是否生起邪见？”我答道：“没有产生对上师失去信心的想法，只想到这都是由于自己的罪障深重所致，该受苦！”说罢便哭。师父怒道：“你在我面前又哭又闹，有什么可抱怨的？出去！”我走出来，心都气痛了。我想，当我造罪时有口粮和供养；求法时，却一点财帛

都没有。事情竟然这样！假如能有造罪时的一半金子，也可以得到灌顶和教授。目前，若没有供养，这个师父是决不会传法的。即使可以到别处去求法，但也决不会不要供养。没有钱是得不到法的。没有修到有法的人身，与其留着它造罪，不若自杀了的好。怎么办？怎么办？心中踌躇着。随又想到，不如到富人家当奴仆，存积工钱，或者可以攒下求法的口粮和供养吧？要不是我这个罪孽重的人对家乡放咒施法，不然也可以回家。那样就能见到母亲让她高兴，并且或许可以积攒一点财产。唉！要么求法，要么找钱，总要选一样才行呀！我又想，固然我可以把师父家的糌粑带走，但这只能遭他嘲笑。只好先带上自己的书，也未告知师母，便出门去了。

途中，想起师母待我的恩情，实是不忍分离。我从卓阿隆走了约半天路程，肚中有些饥饿，便先去要来糌粑，又去借炊具。这才取水、拾柴、生火、做饭。吃完日已过午。这时，回想我做的工，一半虽是为上师服务，可是，有一半是为了自己的膳食。今天才一顿饭就这样困难，平时，师母把饭做好后连菜一起热烘烘地给我吃。今早上，我却未向师母告别，我这个人太坏了！想回去，但又不敢回去。我把借的食具还了。一个老人对我说：“小伙子，看来你很能干。若识字，最好去念经；假使不识字，去当佣人，也可求得衣食，比乞讨强。你会念书吗？”我答道：“能念经，我不是经常乞讨的。”老人说：“哦，那就正合适了。那么给我念几天经，我给你很好的饭食作为供养。”我心里很高兴，答应可以，便留了下来。我念了《般若八千颂》。<sup>(19)</sup>看到常啼菩萨一生经历对我启发很大：他没有财帛，这一点我们是一样的；然而，他为了求法，能够牺牲身体和生命。人掏了心就活不成，但他坚决地把心掏来卖了。比较起来，我为了求法，简直就没有受一点困苦了。也许师父会传法给我的。即使不传，师母好心地答应愿帮我介绍另外的师父呵！这样一想，就产生了回去的

勇气，于是就回去了。

当我走后，师母告诉师父：“你没能制伏的冤家已经走了，不在了。你安心了吧！”师父问：“谁呀？”师母说：“谁？就是你像对待仇人一样让他吃苦的那个人。难道他不是吐勤吗？”师父一听，脸阴沉下来，眼泪禁不住簌簌地往下落，说道：“噶举<sup>(20)</sup>上师、空行、护法们，请召回我的有缘弟子吧！”说罢，捂着头坐在那里。

这时，我回到师母面前，向她顶礼。师母非常喜欢，对我说：“这就好了！这下或许师父要给你传法了。你走后，我去告诉师父时，他说请召回我的有缘弟子！还流了眼泪。或许你是师父的慈悲心勾摄来的。”我心想这些话不过是师母说来安慰我的。若说是真的，师父流了眼泪，我就很满足了。至于说到召我回来，可是又从不肯灌顶和传法，看来，完全不是什么有缘。然而，又别无去处，在这里又得不到法，不是又有苦头要吃吗？

我正在那里出神，师母跑去告诉师父：“吐勤对我们放心不下，他又回来了。允许他进来磕头吗？”师父说：“不是对我们放心不下，而是他对自己放心不下。他要来磕头就让他磕头吧。”于是，我进去顶礼。师父说：“吐勤，不要急躁，不要乱想。若诚心求法，为了法就是生命也可舍去。这房子还有三层了，完工后就传法。不然的话，我只不过是消耗些粮食而已。你有去处就去吧！”我不敢回答，退了出来，对师母说：“现在我很想念母亲。师父呢，又不给传法。若把房子修完后能够传法，当然有价值留下来。但房子修完后，又会找一个什么借口不传法，这是很难断定的。现在，我请求回家去。祝师父师母佛体平安！说着顶礼后，拿起经书准备起身。师母说：“孩子，你说的极是。前次我曾许诺过，想设法使你到俄敦大师处去求法。此人是师父的一个大弟子，也有教授。但是暂时要装着在此干活的样子。”我听了欢喜之至，就暂时住下干活。

过去，班勤那若巴每到初十必设盛大的会供供养，因此马尔巴也常作初十会供。这时，师母每次煮一斗青稞的酒，一共酿造了三次。把这些酒分成浓的、淡的、浓淡适中的三种。师母把反复提纯过的最浓的头酒让僧众去劝师父喝，不断给他斟酒。有时师母和我也去斟。中等酒，僧众自己喝。最淡的，师母每次只沾一沾唇并不多饮。我也学着师母一样，故未喝醉。僧众都喝醉了。师父喝的是头酒，劝酒的人又很多，所以饮得大醉睡了。在他睡得很熟时，师母从卧室中取出作为上师凭证的那若巴的身严<sup>(21)</sup>，朱砂宝石的本尊像，同时又把一封假造为上师名义的信，盖了印鉴，密封缄口。她把佛像用好衣服包裹，又用火漆盖印后一并交给了我，对我说：“这些东西，你就说是师父托带的，把它供养给俄巴大师并向他求法。”就这样，遣送我前往雄地。我便登程，一心投向俄巴大师处去。我走后两天，师父向师母问道：“现在吐勤在干什么活？”师母说：“恐怕走了，除此以外，我也不太了解。”师父问：“往何处去了？”师母说：“他修房子费了这么大的功夫，不但不给他传法，还要挨打受骂。因此，他在临走时说，现在我往别处投师去。我本想向师父禀告，但师父总看不起他，反会招来一顿打骂，实在可怜。所以没有告诉你。我尽力劝他留下他不肯听，便走了。”师父不高兴地问道：“走多时了？”师母说：“昨天走的。”师父顷刻入定，出定后便说：“现在我的孩子，走得还不远。”

这时，我到了雄地的穹顶山寺<sup>(22)</sup>，刚好碰上俄巴大师在给很多僧众讲《喜金刚续第二品》<sup>(23)</sup>，正讲到这一段：“说法者我法亦我，培有福德听法我，世间导师所修我，世和出世间亦我，俱生欢喜本性我。”这时，我远远地便顶礼起来。大师忙摘下帽子对我回礼，随即说：“看那人顶礼的样子像是马尔巴大师门下的规矩。他来至法会中，缘起很好，必将成为一切教法的主宰者。此人是谁？快去问来。”一个僧人到我面前，马上认出了我，

因问我道：“你为何事到此？”我说：“因马尔巴大师极为繁忙，没有机会给我一人单独传法，来此是为了求法的。上师赐有那若巴大师的身严和朱砂宝石的本尊像等作为凭证。”那位僧人回到大师前禀道：“原来是阿波吐勤！”他把我的话完全代禀了。大师很高兴，说道：“我的庙中，承蒙那若巴的身严和朱砂宝石佛像降临，这些如优婆罗花<sup>(24)</sup>，实在稀罕，应当恭迎。今天的法会就在这美好的时刻暂停。你等弟子们快去拿幡、幢、宝盖和铙钹等乐器来。请阿波吐勤退出去一下。”我还坐在适才顶礼的地方。来了一个僧人向我转述了大师的吩咐。在我顶礼的那地方，后来便命名道：“恰参岗<sup>(25)</sup>”。于是，我遵示退出。不一会僧众打着幡、幢、伞盖和敲着意想不到的乐器，列队迎请我到大师坐床处。我顶礼并献上师父的信和随信所附礼物。大师眼中流泪，将法宝放在头上，祈祷加持，设起盛大供养，把这些法宝作为比一切佛像经塔都珍贵的圣物供在首位，然后读师父的信。信中说：

“俄曲古多杰知照：

我现闭关甚严，吐勤急不可待，故尔特命他前来求你传法。可为之传法灌顶。为了表示允许作此传授，特托他带来那若巴身严和朱砂宝石本尊像等为凭。”

于是，俄巴说：“既然上师有命，不管怎样是会得到灌顶和教授的。我也正想要派人来喊你，但你自己来了，这是师父的慈悲。从康区、塔波、工布、亚隆等地有很多僧徒来我处，因为有名叫兑野和野漠两地的一些坏人，常常劫夺他们的学法资粮，根本无法顺利通过。你给那里放一次冰雹，然后就给你传法灌顶。”我心中寻思着，唉！竟有我这样罪深孽重的人呀！我是来放冰雹的呢，还是来求法的？我一来，又要造罪了。不放雹吧，恐怕又

要违背大师之命，又得离开，也得不到法。看来，不放雹是不行的了。于是，把法器和作法时撒的咒沙拿到作法地点，开始作法降冰雹。我在野坡的一个老娘家借地躲雨，一会儿，天空电闪雷鸣，乌云密布，冰雹开始星星点点地降下来。老姬哭泣说：“庄稼被冰雹打后我吃什么呀！”我心想我又造罪了！就问道：“姆姆，你的地是怎样的？快画个地形给我！”老姬说：“像这个样子。”说着画出一个长嘴三角形的地形图。我便作镇压手势，用锅盖上，但未完全盖住，图上的嘴露在锅外。因此露在外面那地角就被狂风扫光了。

冰雹停了后，我去看时，那两地的一切山梁都冲成沙壕，别人的所有土地都摧毁无余，只有老姬的地未受损害，麦穗依然黄澄澄地长着。那地角被雹摧毁后，又被山洪淹没。听说从此以后，不管下什么样的冰雹，总不降在这块地上。因此，老姬也不必交防雹捐<sup>(27)</sup>了。但被山洪所冲没的那地角，仍然要捐防雹钱。在回来的路上，遇到一老一小两个牧人，他们的牛羊被洪水冲走了。我便对他们讲了我是谁，并捎了一个恫吓的口信，要他们不要抢劫俄巴大师的弟子们。若再抢劫，便要经常降下这样的雹子。因此，这两个地方的人，对我极端恭敬，成为施主。后来成了为俄巴喇嘛效力的人。

这时，我在荆棘丛下发现很多鸟儿的尸体，沿途到处都有鸟和老鼠的尸体。我都把它们拾起，把雨衣和衣兜都装满了，堆在大师的面前，禀道：“上师大宝，这次我来是为了求法。然而得到的，除了造罪外，一无所获。请以慈悲照看我这个大罪人吧！”说完痛哭起来。大师说：“阿波吐勤，不要这样害怕。我们那若巴、弥勒巴祖师的法统，纵有大罪亦可用强制的方式成佛，有投掷一石而驱百鸟的教授。现在，凡被冰雹杀死的众生，未来往生于你成佛后的佛土，成为你的眷属上首<sup>(28)</sup>。在未成佛前，我施法力，使它们不投生恶道。你应当高兴才是！你若不信，少时便

知。”说着立即入定。出定后，弹了一下指头，那堆死尸都活了，突然站立起来。刹那之间，该在天上飞的一切飞禽都飞了，该在地上跑的一切走兽都跑了，一个个回到了各自的去处。这时，我明白了大师是真正的佛。高兴呀！高兴呀！我想此刻若有很多众生死去，他们也会很满足的。

于是，大师让我入喜金刚曼荼罗<sup>(29)</sup>，给我灌顶，并传教授。在一个能看见大师住处而又面向南方的石崖上有一个破岩洞，我把它修整一下，抹过泥后便住下来。我一心不乱地观修喇嘛在洞口为我所传之法。但是，因为没有得到马尔巴的允准，一点感受也生不起来。一次，喇嘛问我：“阿波吐勤，你生起这样或那样的验相<sup>(30)</sup>了吗？”我回答说：“什么也还没有呢！”师父说：“为什么？我的这个传承<sup>(31)</sup>，只要没有破过三昧耶戒<sup>(32)</sup>，不可能不很快生起证悟功德的。你呢，是因为很信仰我才来的呀！要说没有得上师允许，那就不可能赐我那么些礼物。这是什么原因呢？唉，不管怎样，你得勤奋地观修！”我听了不觉害怕起来，想把实情告诉他，却不敢开口。心想无论如何要得到马尔巴上师的悲心摄持才行！于是，我便勤奋观修起来。这时，马尔巴大师把未盖完的他儿子的住房盖好了。他给俄巴大师寄来一信，信上说：

“此间我儿子的住房，需要修怪柳女墙。望你先把你能提供的怪柳运来！修怪柳女墙、盖宝顶、新屋开光和我儿子多德邦的成年庆典同时举办。你要前来参加。我们的坏人可能在你那儿，到时也把他领来！”

俄巴大师到我闭关的洞口来，让我看信，说道：“我收到这样一封信。从信中说有‘坏人’的口气看来，似乎你未得到他的允许呀！”于是，我对他说：“我是没有师父亲自下的命令。信件及佛像等都是师母给的。她打发我到这里来的。”大师说：“唉，

唉！所以我们两人做一件无意义的事情。没有得到上师允许，自然不会有功德！这是没有办法的。信中说要让你去，你去不去呢？”我回答说：“好吧，这次我要求作为你的侍者同去。”大师说：“那么，先派人把怪柳送去，让他约定时间。在这期间，你仍然闭关坐静吧！”

约定时间的那人回来后，到我闭关的洞口来，把举办房子开光及公子的成年庆典的事详详细细对我说了。我问道：“说到我了吗？”他说：“说到过。师母问过‘我们的那个人在做什么？’我说你在闭关。她又问‘此外还做些什么？’我又说你老在无人之处坐着。师母说：‘一定是他把这东西掉了的原因吧？他在这里时，很喜欢玩这个。你把这交给他吧！’于是就把这个交给我了。”说着便把腰带解开，取出一颗泥做的骰子。我想这是师母之手触过的，便把它放在头上祈求加持。那人一走，我心中很想玩玩骰子，便玩起来。忽然又想到，过去，我在师母面前并未玩过骰子。看样子一定是师母也不慈悲摄授我了。当初我祖辈就因这骰子而背井离乡的。于是，我在头上绕一圈后就把它扔了。那骰子掉下后破了，里面现出一个小纸团来。我拿来看见上面写着：

“孩子，这下你也许能得到上师灌顶传法了。和俄巴大师一起来吧！”

我看后，高兴极了，便在岩洞中来回地跳起舞来。

那以后，俄巴大师对我说：“阿波吐勤，我们预备动身出门吧！”我遵命去作准备。俄巴大师除了把马尔巴上师赐的有加持力的佛像圣物留下外，其余所有佛像经塔，金银绶罗，以及家中的用具等都收拾好，有一只跛脚牦山羊，因为赶不上畜群，只好留下，别的一切财产全部准备带走。刚打算动身时，大师对我

说：“你对我也很有帮助，应该给你准备一分谒见马尔巴上师的礼物。”便给我一匹绸子。大师的妻子也说：“你还需要谒见师母达梅玛的礼品呀！”说罢，给我一袋奶酪糕。于是，我和俄巴大师夫妇以及上下人等一同启程。到了卓阿隆沟口时，俄巴大师对我说：“阿波吐勤，你先去见师母，说我们都来了。看赏我们一点酒不？”我就先去了。见到师母，顶礼后便献上酪糕，禀道：“俄巴大师他们也到了，请赐一点酒洗洗尘吧！”师母欢喜极了，说道：“师父坐在房里，快去告诉他。”我遵命进去，看见师父坐在顶楼上，面向东方正在入定。于是，我顶礼，把绸子献上。师父又把脸朝向西方。我往西顶礼，他又转向了南方。我说道：“师父啊！为了责备我，你可以不受礼，但是，俄巴大师带来的佛像金塔，金银珠宝，牛马牲畜等所有财产，都要供养给你，他们马上就到了，愿上师赏给他们一点接风酒吧！”说完，师父勃然大怒，把手指弹了一下，大声呵叱道：“当我从印度带来不可思议的三藏中的《四本续》密经<sup>(33)</sup>，从密经的精要中取出的殊胜要门回到藏地时，连一只跛脚的麻雀都没有来欢迎过。他赶几头瘦弱的牲口来，便要我一个大译师去欢迎？哼！办不到！叫他马上回去！”我把师父的话告诉师母，师母说：“这是你师父脾气大的原因。俄巴是重要人物，应该前去迎接。我们母子两人同去吧！”我说：“俄巴大师并不希望师父师母去接他，只请赏赐一点接风酒即成。”但师母说：“我要去。”她就叫几个僧徒带了很多酒，自己亲自去欢迎他们。

洛扎的很多人都来了。为庆祝公子成年和新屋开光，办了一个很热闹的庆贺宴会。席间，马尔巴上师唱了这样一支封赠吉祥的歌：

“启请大恩大德的师长，  
我的传承如珍宝一样，

具有免除过患的吉祥，  
愿此吉祥更吉祥！  
我精深教授的捷径，  
具有免除错误的吉祥。  
愿此吉祥更吉祥！  
我马尔巴译师，  
具有精深法要的吉祥，  
愿此吉祥更吉祥！  
上师本尊和空行，  
具有加持悉地<sup>(34)</sup>的吉祥，  
愿此吉祥更吉祥！  
弟子、门人和眷众，  
具有信心及三昧誓戒的吉祥，  
愿此吉祥更吉祥！  
施主、乡邻和亲友，  
具有助他积福的吉祥，  
愿此吉祥更吉祥！  
一切事业及作为，  
具有利益众生成菩提<sup>(35)</sup>的吉祥，  
愿此吉祥更吉祥！  
世间一切鬼神众，  
具有誓愿威灵的吉祥，  
愿此吉祥更吉祥！  
在座世人和天神，  
具有幸福善愿的吉祥，  
愿此吉祥更吉祥！”

唱完后，俄巴大师献上所有的供品说道：“上师大宝，本来

弟子的三业都是属于上师所有，但这次我家中留下一只牦山羊——它本是这些山羊的祖母——因断了一条腿，又老了，特别是因为腿断了，所以不便赶来敬献。此外，我把所有财物，完全献给了上师，请慈悲传授我最高深最殊胜的一切灌顶和教授，特别请求赐给耳传的秘卷<sup>(36)</sup>教授！”说罢，顶礼叩求。马尔巴大师面带笑容说道：“哦，原来是这样！我的那些高深殊胜的灌顶和教授，总的说，是金刚乘<sup>(37)</sup>中的捷径，即：不须等到无量劫才成佛，而是此生便可成佛的教授。特别是耳传秘卷的教授，是上师空行曾严加密封的法要。所以，那个牦山羊虽然老了，又断了腿，但是，若不把牠也献出来，是难于求得法要的。除此以外，其余的教授，都早已传给你了。”在座的大众听了，都笑起来。俄巴大师又问：“若将断腿山羊供养了，是否可以打开密封、传授给我呢？”师父说：“你亲自去取来供养，就可以传授。”说完，大家各自散去。

第二天早上，俄巴大师便单独回去了，他把山羊背来供养给上师。师父非常喜欢，说道：“所谓守三昧耶戒的密宗弟子，就是指的像你这样的人。一只山羊对我并没有多大的用处。但要达到法的高深地步，则需要这样。”于是，答应传授他很多殊胜的灌顶和教授，后来果然传授了。

那以后，远道来的僧徒弟子和几个家小亲眷，会聚起来举办了一个颂扬的会供。在法席上，马尔巴的身边放着一根很长的紫檀木棍。他怒目看着俄巴大师，手作威猛印<sup>(38)</sup>，厉声问道：“俄敦·曲古多吉，你给那个名叫闻喜的坏蛋传授灌顶，讲解教授，是什么道理？”他紧盯着木棍，俄巴大师心中害怕，顶礼禀道：“上师大宝！你自己曾给我来信，叫给吐勤传法灌顶，并赐有那若巴的身严和硃砂宝石的本尊像等给我。我是遵命而行，没有错误。请不要责备和怨怪我。”师父把眼睛盯着我，忿怒地用手指着我问：“你从哪里得到这些东西的？”我那时的苦恼，好像心脏

被挖出来一样，吓得不敢吱声，用颤抖的声音说：“这些是师母给我的。”师父听了突然离座，拿起紫檀木棍儿，要去打师母。师母早就料到这点，已起身退出去坐在很远的地方。这时，便逃入佛堂里把房门关上了。师父在房门上使劲地推了几下，又重返座上说道：“俄敦·曲古多吉，我没有吩咐过你，你太多事！现在，你马上去把我的那若巴身严及本尊像取回来！”说后蒙头而坐。俄巴大师急忙顶礼后，起身去取身严和本尊像。这时，我和师母一起早就一溜烟地跑到外面。我呢，想起了这些情况真想哭一场，就坐在一边哭起来；看见俄巴来了，我便央求他，把我作为他的侍者带走。俄巴说：“没有得到师父的允许，即使我把你带走，结果事情又会像上次一样，对我们两人都不好。你暂且住下，将来若真的不摄授你，又得到允准时，我可尽力协助你。”我说道：“唉呀！我自己罪重，使大师及师母也受了许多委屈。现在我这个身子，不但得不到大法，还造很多很重的罪孽。不如自尽了吧！请你慈悲摄授让我来世得到能学法的人身。”说完，准备自杀。俄巴把我挡住，哭着说：“阿波吐勤，千万不要那样！如来教中最究竟的是密乘。密乘中的规矩，自身的一切蕴、界、处<sup>(39)</sup>，无有一处不住有佛菩萨的；若死期未到时，即使修迁识往生<sup>(40)</sup>，也有杀害佛菩萨之罪。况且自杀，较之其他罪更为深重。在显教中，也没有比这种自己杀害自己的罪更重的了。这些道理，你要明白，把自杀的想法完全抛弃吧！依我看，师父终究会传法给你的。假若真是不传，从别的师父处求法，也一定办得到的。”正在劝我的时候，其他的僧众看见我这样，全都可怜我。有些进屋里去看看有无机会，想代为说情；有些又走出来安慰我。我想：“唉！我这心难道是铁打的吗？若不是的话，早该破裂了吧？”当时，受过这种痛苦。我前半生造了大罪，就是为了求法，也受了这样的苦啊！

尊者说完后，听法的人们，没有一个不泪下如雨的。有些为

厌离心和出离心所窒息，几乎昏倒过去了。

以痛苦和失望涤罪大行第二章完。

## 注 释：

- (1) 羊卓达隆——今山南浪卡子县的一个区。在羊卓雍湖西面。
- (2) 林巴——也是浪卡子县的一个区，在羊卓雍湖南面。
- (3) 纳喀瓦——洛扎县境内一个部族名。
- (4) 涅——今西藏山南隆子县一带的古名。
- (5) 洛若——今西藏隆子县南和错那县北之间地区的古名。
- (6) 吐勤——大法力者，或大咒术家。
- (7) 热气未散——指空行母的亲口传授，时间还不久。
- (8) 达玛多德——马尔巴的儿子。
- (9) 护摩穴——修威猛法时镇邪所用的法器。
- (10) 雄的俄敦曲古多吉——雄，地区名，即今山南贡噶县朗饶河谷；俄，家族名，俄敦，即俄大师；其人本名曲古多吉，为噶举派马尔巴四大弟子之一。
- (11) 兑的楚敦旺额——兑，地名，在洛扎东部措美县境内；楚，家族名，其人本名旺额，为马尔巴四大弟子之一。
- (12) 藏绒的梅敦村波——藏绒，地名，属今日喀则仁布县大部分地区；梅，家族名，其人本名村波，为马尔巴四大弟子之一。
- (13) 二次第瑜伽——即生起次第和圆满次第，属于密宗的无上瑜伽。前者指观想佛身等，后者指修风脉等。
- (14) 回向——把自己所修的功德转向众生，让众生得到幸福。
- (15) 达梅玛——意为“无我女”，马尔巴之妻。

- (16) 金刚亥母——密宗本尊女神之一。
- (17) 喜金刚——密宗本尊神之一。
- (18) 集轮会供——宗教节日备办酒席举行祭祀的一种活动。
- (19) 《般若八千颂》——显教中的佛经名。
- (20) 噶举——原意是指上师的口教代代相承，后来此二字即成为本派的派名。
- (21) 身严——身上的装饰物。
- (22) 雄地的穹顶山——在朗饶河谷西面，其山有寺，为俄敦曲古多吉所建，系噶举派寺庙。
- (23) 《喜金刚续第二品》——无上密乘中的经典。
- (24) 优婆罗花——昙花。
- (25) 恰参岗——意为顶礼山岗。
- (26) 闭关——佛教术语，把自己关在小屋内和外界隔绝，不通来往而坐静修道。
- (27) 防雹捐——僧巫念经作法，谓能消除雹灾，借此向村民索取捐款，称防雹捐。这是旧西藏的苛捐之一。
- (28) 眷属上首——即上等眷属，指主要弟子。
- (29) 曼荼罗——梵语，即坛城。见前注。
- (30) 验相——修道快到应验的阶段出现的征兆。
- (31) 传承——即传统。这里指法统。
- (32) 三昧耶戒——密宗的戒律。
- (33) 四本续密经——整个密经分为四大部：事部、行部、瑜伽部、无上瑜伽部，叫做四本续。它是佛说的关于密宗理论和实修的经典。
- (34) 悉地——梵语，成就的意思。
- (35) 成菩提——即觉悟成佛。
- (36) 秘卷——秘密的纸卷，内系密法要诀。
- (37) 金刚乘——即密乘，佛教密宗。

- (38) 威猛印——用手作出威猛的姿势。
- (39) 蕴、界、处——即五蕴，十八界，十二处。佛教认为人身就是由这些物质和精神因素聚合而成。
- (40) 迁识往生——迁识，即灵魂搬家；往生，指死后投生极乐世界。

### 第三章

热穹巴又问道：“尊者，马尔巴大师后来为什么又摄授了你呢？”

那时，僧众进进出出的，不一会儿，师父从定中起来，怒气已消，和颜悦色地说：“叫达梅玛到这里来！”大家去请来了师母。师父问道：“俄曲古多吉等僧徒哪里去了？”师母说：“俄巴大师遵照上师指示准备马上去取那若巴身严和本尊像，刚走到门外碰着阿波吐勤。吐勤向他如此这般地诉说了一番，他便如此这般地劝告了吐勤。现在，还在那儿呢。”师母详细禀告以后，师父两眼也落下泪来，说道：“所谓密宗弟子，就需要这样。这样的弟子真出现了！现在，把我那些可怜的弟子们叫来吧！”当时，在那里的一位僧人去请俄巴大师，对他说：“师父已经息怒了，派我来请。请进去吧！”那僧徒快回去时，我说：“有善根的人多好啊！我这有罪恶的人，即使师父息怒也没有到他跟前去的福分。纵然去了，也只有挨打受骂罢了！”说着我就哭了起来。俄巴大师也陪我坐在那里，对那僧人说道：“可把阿波吐勤的情况对上师禀告一下，看能否让吐勤到他跟前去。这以前，我得留在这儿。否则，怕他出事。”那个僧人把这些情况如实回禀马尔巴上师。上师说道：“若在以前，他说的是对的。现在，不需要那

样做了。这次所请的客人主要是吐勤。达梅玛快去叫他来！”师母听了笑嘻嘻地出来说：“阿波吐勤，现在，上师像要摄持你了。这是由哀怜而生出的悲心。证据是他说这次所请客人中主要的就是你。并且要我亲自来叫你。我也未受责罚。你高兴一点。我们去吧！”我想：这是真的呢还是假的？于是，便疑惑不解地进去了。依次序坐下后，师父说：“仔细想来，我们大家都无可遗憾。我呢，仅仅是为了清净吐勤的罪业才让他吃苦的。如果出于自私要叫他修建房屋，那么，我完全可以用温和的方法，所以，我是对的。达梅玛呢，她本是妇女，尤其是她有很大的悲悯心，因而于心不忍，这也是对的；但是，把佛像、法器给人和伪造信件，这未免失当。俄曲古多吉呢，如你所说，是对的；可是，请暂时将法宝送回来，以后我仍然给你。吐勤呢，他受求法的欲望驱使，自然想用各种方法求得，也是对的。这次达梅玛给俄巴带去假信，俄巴未觉察，给吐勤传法灌顶。这样，再找不到使他灰心的方法了。虽然不适当的恼怒和议论像洪水般袭来，可是，这与世俗之事是不同的，不管表现为什么样的行相<sup>(1)</sup>，从佛法方面来说都是应该的。实质上是向菩提大道<sup>(2)</sup>迈进的。在座的未明白法义的人，千万不可失去信念！本来，我要让我这个弟子大灰心九次。这样，以后才可以不取人身<sup>(3)</sup>，没有余蕴而成佛<sup>(4)</sup>。可是未实现这个设想。罪障的余留习气<sup>(5)</sup>还未涤尽。这都是达梅玛胆识太小的原故。然而为了涤除大罪，已经过八次大的灰心和无数小的灰心的调伏。从现在起，我摄授你，把如我的心脏一般的诸教授传给你，修道的资粮也由我供给，让你去专心修持。你高兴吧？”这时，我想，眼前的情景，究竟是在做梦还是现实？若是做梦，最好不要醒过来。我想着，心里无比欢喜。因为大喜过望，不觉流出了眼泪。就在这样的情景中我给师父顶礼。师母和俄巴等在会大众都觉得，上师在作调伏<sup>(6)</sup>时方法很巧妙，在作摄授时，悲心又很大，师父自己就是一位真正的活佛。于是，产生

了特殊的信仰，同时又怜悯我，流出眼泪，向上师顶礼，说“感谢宏恩”。最后，参加法会的大众在一片欢笑声中作了一次集轮盛会。

那天晚上，又在大众聚会之处，摆设供品。师父说要传给我共通的别解脱戒<sup>(7)</sup>，剪了我的头发，改变了我身上的装束，对我说：“你的名字，我在梦中和你首次相遇时，那若巴就给你取定了。”于是给我命名为米拉·多吉坚赞<sup>(8)</sup>，授我勤策戒<sup>(9)</sup>及菩萨学<sup>(10)</sup>。师父特别凝神地对内供的天灵盖<sup>(11)</sup>作了加持。于是，大家都亲眼看到内供中的甘露沸腾起来，放射出五色毫光。师父先用它供养上师本尊；接着，师父自己取用；最后，才把剩余的赐给我，我便一饮而尽。师父说：“缘分很好！尝了我这内供中的甘露，要比一些别的教派全授四灌顶还要殊胜，但是，成熟道的密乘大灌顶，等明天早上再传授吧。”

之后，建立盛大的六十二佛的胜乐金刚曼荼罗。当指示灌顶的曼荼罗时，师父指着彩土曼荼罗说道：“这个名叫能诠譬喻曼荼罗。所诠事实的檀城显在那里！”说着，用手指着天空。这时，我亲眼见到胜乐轮的二十四境、三十二处、八大尸林<sup>(12)</sup>，并有无量勇士空行围绕，一切景象非常清楚。这时，上师和曼荼罗圣众同声赐我秘密名字：贝协巴多吉<sup>(13)</sup>。师父详细地传授我本续经典的教勅，并透彻地指点要门的实修和实证方便。上师把手放在我头顶，说：“孩子，最初我就知道你是弟子中的大根器，你到我这里来的那天晚上，我做了这样一个梦：出现了将来你大兴佛法的预兆。达梅玛也做了一个和我的梦境相同的梦。尤其是由妇女来作守塔的龛司，表示将来有空行来当法主。你是上师和空行赐给我的弟子，所以我才佯装耕地而去迎接你。你把我所给的酒一饮而尽，让你耕的地全耕完，预示你已经成了能接受教授的根器，并能完全通达法要。以后，你供养我一口四耳铜锅，预示着我将有举世闻名四大弟子；锅内没有锈浊等垢物，预示你的烦

恼垢障微小，身中已掌握了拙火<sup>(14)</sup>暖乐；献我空锅，预示你在修行时将会缺少食物而受饥饿……为了你后半生及弟子法嗣等能有丰富受用，为了使根器弟子因能领悟教授精华而满足，所以，我又把酥油盛满供灯。为了使你能名闻四方，我又尽力敲击铜锅使之出声。为了除净你的业障，我又让你去服劳役，修建息灾、增福、怀柔、诛敌四羯摩<sup>(15)</sup>的房子，并且又从灌顶法席内把你逐出等等多次施用各种不合理的方法欲使你灰心。但是，你都不生邪见。依靠这种力量，将来，你的法嗣一开始便会有信心、精进心、智大悲深等等具足弟子应当具备之法。此后，会很少贪恋此生欲乐，以坚忍不拔的精神坚持居山修道。最后为了能具足智悲证验加持之力而修习，出现很多具足德相的大师。他们将使噶举派兴盛，就如上弦之月日盛一日。你高兴吧！”就这样，师父为我授记、慰勉、赞扬，使我产生欢喜之心，并说：“这是欢乐的开始。”

获得灌顶和教授的大行第三章完。

## 注 释：

- (1) 行相——形式。
- (2) 菩提大道——成佛的大道。
- (3) 不取人身——不再投生变人。
- (4) 无有余蕴而成佛——即不舍肉身成佛。
- (5) 习气——余留的习惯势力。
- (6) 调伏——调顺众生三业，制伏一切恶行。
- (7) 别解脱戒——比丘戒。
- (8) 多杰坚赞——译言金刚幢。
- (9) 勤策戒——在家的居士戒。
- (10) 菩萨学——菩萨应当实行的准则或菩萨戒律。

- (11) 内供——秘密灌顶时，在天灵盖内盛以酒类等物作为特殊供品。
- (12) 二十四境、三十二处、八大尸林——这些都是胜乐金刚本尊的檀城周围的胜境。
- (13) 贝协巴多吉——译言吉祥笑金刚。米拉的法号。
- (14) 拙火——指脐间暖气，密法气功术语。
- (15) 羯摩——即“业”或“办事”。指僧团按照戒律规定处理僧侣个人或僧团事务的各种活动。

## 第四章

热穹巴又问道：“尊者听了教授后，是立即居山静修呢，还是仍然住在上师跟前？”

师父对我说，可以一步一步循序渐进地修习。他赐给我很优厚的生活必需品，让我在洛扎的达尼扎<sup>(1)</sup>观修。这期间，我点燃盛满酥油的供灯，放在头顶上。灯火未熄灭以前，我端直坐着纹丝不动，不分昼夜地勤奋修持。十一个月后，师父和师母亲自送来了丰盛的集轮供品。师父说：“徒儿，你坐着观修达十一个月之久，坐垫一直是热烘烘的，这很好呀！现在可以暂时打开封闭的洞门，到师父我的跟前来，解除一下疲劳。同时，把你所修证的境界谈一谈。”我心想，也该休息一下，而且上师有命，当然得出去。正打算去拆洞口，心里忽然又舍不得，不忍拆毁洞门。便又照旧坐下来。师母又来说：“徒儿，来吧！”我说：“我不忍拆毁这闭关的洞门。”师母说：“没有关系，这也是甚深密法的一大因缘。尤其是上师很急躁，如果错失因缘反而不美。阿妈我来替你拆掉这闭关洞门。你快快出来吧！”闭关门打开了，我想这

话有理，便走了出来。师父说：“我们师徒二人可以作观修现证仪轨<sup>(2)</sup>，达梅玛，快去预备会供！”

当转集轮时，师父说道：“徒儿，对于教授，生起怎样的定解<sup>(3)</sup>，出现了一些什么验证和知见？你从容地述说一遍吧！”于是，我在上师面前，以无比信仰和崇敬的心情，跪地合十，眼中流泪，开始禀告证验。在我的歌中，首先对上师敬颂了下面这七支行<sup>(4)</sup>歌：

“为在染<sup>(5)</sup>众生示迹相<sup>(6)</sup>，  
现出种种变化身<sup>(7)</sup>，  
为清净眷属的化机们，  
至尊<sup>(8)</sup>啊——在显现的圆满报身<sup>(9)</sup>密前致敬！  
用六十种梵音，  
各依自声宣说圣法，  
说了八万四千法门，  
在声响空寂不二<sup>(10)</sup>的语密前致敬！  
在光明法身的虚空，  
没有迹相来遮障，  
普遍照亮所知境，  
在不变法身的意密前致敬！  
在法界清净的宫殿中，  
不变无我的大幻身，  
能生三世诸佛如来母，  
在大母无我女前致敬！  
你聚集的高足，  
和依教奉行的弟子群，  
以及一切眷属，  
我真诚无妄地敬礼！（一支）

世间一切地方，  
 存在的所有供养品，  
 包括我的身体都供养你。(二支)  
 我一一忏悔一切罪。(三支)  
 我对一切福德俱生随喜<sup>(11)</sup>。(四支)  
 请你大转法轮，(五支)  
 直至轮回未空时，  
 请吉祥上师长住于世。(六支)  
 愿以积聚的善，  
 回向一切有情大众。(七支)”

我这样用七支行作过祷告后，说道：“仰仗与大金刚持<sup>(12)</sup>无二无别的上师、师母及师兄等的纯白大慈和无量大悲的加持力量等难以报答的恩德，使弟子才略有一点知见向你禀告。伏望你法尔不移<sup>(13)</sup>的圣心垂听。我了悟到：最初由无明之缘而生出行等二十因缘<sup>(14)</sup>，由它摄聚成身，成此有血质碍和心识执着等的异熟身<sup>(15)</sup>。若有福德者，此身则为诸求解脱的暇满宝身<sup>(16)</sup>的大舟；作恶业者，此身则为各种造罪业而引入恶道的引导者。它是或者上、或者下的交界之处，是毕竟善<sup>(17)</sup>和毕竟恶<sup>(18)</sup>的利害交关的惊呼时限。又了悟到：轮回大海是产生苦难的根源，最难解脱。所以，今回希望仰仗至尊——救度众生的船主你的大力能够求得解脱。因此，我先皈依上师三宝<sup>(19)</sup>，悉心学习所教，尤其因为上师是一切福善的本源，凡有所教，均应遵奉不渝，绝对不能破坏三昧耶戒，为最要紧，是第一要点。其次，还了悟到：要强烈地意识到暇满之难得和生死无常以及因果轮回迁流等等，使自己不自主地受到调伏。由于有从轮回中得到解脱的想法，此身总要依于别解脱戒中的一种戒。身如田土，依于此，自身则能依次升登各种乘门<sup>(20)</sup>的阶梯。自己所承诺守持的戒律，要如眼珠一样

严加守护。如破坏戒律，则须改正。若仅为了自己寻求寂灭，只属下乘一类。而发大菩提心<sup>(21)</sup>，以求救度一切众生出离无边轮回，无论作什么均用慈悲之心去作回向和利于他人，这才是大乘之发心。又了悟到：要舍离声闻独觉<sup>(22)</sup>之道而入于大乘道内，则须以清净正见<sup>(23)</sup>立其根本，然后进入无上金刚密乘道<sup>(24)</sup>中。要证悟清净正见，必须先由一德相之师，全修四灌顶的清净仪轨，还须具有能够表达轮回事理的方便及胜慧。所谓灌顶者，是指对于深奥的见解能够通达，然后依次观修。这就要求致力于寻觅性相乘<sup>(25)</sup>及共道的人无我<sup>(26)</sup>，依据经教和正理，应用比喻和论理等种种方式去寻觅这个我。若找不到它，遂悟到了人无我。这样，未找到我时，心便平等地定下。运用各种理由定下来时，则妄念断除，自心荡然，成为无念无想的状态。这样，究竟经过若干年、月、日，自己并不知道，而需由别人来掌握分寸。这就是生起寂止<sup>(27)</sup>了。又用正知正念保持这个境界，不落于昏沉之中，使灵明增其力量，则虽现而又无自性，虽明而又无分别，赤裸裸的，亮晶晶的，清清楚楚，明明白白，这就是寂止的境界。我想，这个固然也可认为是胜观<sup>(28)</sup>，但是在凡夫，不能出现有合乎标准的胜观。要在得到登初地菩萨的果位时才能见到胜观，所以它是凭借所缘<sup>(29)</sup>而修形相并以此作为道的。寂止所现境界，除此以外所显现的佛身相等各种所见境界，只是修习的征兆而已，并没有什么精要意义。总之既要有最好的寂止的境界以产生力量，又要有精深的分别观察的胜慧来作观察，此二者是求得胜观不可缺少的方便之门。我想这就像登梯只是登了最下面的一级。又如修寂止等无论是修有相或无相的，修习前，都应有慈悲的动机，不管作什么，都要用缘想利他的发心<sup>(30)</sup>来摄持<sup>(31)</sup>；修习中，要以清净正见毫无缘虑地来加以保任<sup>(32)</sup>；修习后，回向利他发出宏伟誓愿，都要在无所缘虑的境界中进行。这是一切道中的最上品。我了悟到：譬如人饿了，听到食物，是没有用处

的，要吃才行；欲求证悟空性，只了解它的意义还不行，还要实修才行哩。又了悟到：特别是证悟胜观的方法，在出定后，还要一心不乱地勤修积资<sup>(33)</sup> 忏罪才行。还了悟到：总上诸义，现在瑜伽士所修证的空性是：平等，无可言说，无可分别等，这些也就是与四灌顶相应的金刚密乘道次第的见解。为了把所理解的求得现证，因此身体应让其劳顿，饮食应让其粗劣，心应让其随业安排，一意向法，随缘任运，死随它死，所来平等一味。<sup>(34)</sup> 应当这样去修持。对你恩重如山的上师和师母，我未能以财物来供养，愿以道供作为有生之年的供养，直至彻底证悟到色究竟处法界宫<sup>(35)</sup> 中为止亦将所修道果作为供养。

“大金刚持的上师宝，  
能生诸佛的无我母，  
佛子变化成的会众们，  
我将意境上所得的领会，  
用几句话来陈述，  
请原谅我的无知，邪知，谬知等错处，  
祈求能如法加以教正。  
主尊啊，由你悲心的曼荼罗，  
放射出有加持热力的毫光，  
照着我心智的莲花开放，  
散发出证验的妙香，  
无法酬报你的宏恩浩德，  
愿常以道供作为供养。  
在修道得到究竟时，  
愿以所证果实来饶益有情，  
请原谅弟子所说过分狂妄。”

这样述说之后，师父说：“徒儿，我们对你寄予的期望终于有成果了。”他显得很高兴。师母说：“我的孩子竟会有这样的勇气和能力！”她也非常高兴。在谈了许多教法方面的话之后，师父师母二人才回到住处去。我仍和以前一样，泥封房门，继续修持。以后，师父也到伍茹的北方宏法救度众生去了。他在玛巴果勒<sup>(36)</sup>住地作了集轮会供。当晚，空行母把过去班勤那若巴启示过他的话中那些不甚明了之处作了解释。由这启示的鼓励，他便想去见那若巴祖师。先到卓阿隆住了几天。一天夜间，我在梦中，见到一个青绿色的妇人，身着绫罗，佩有骨饰，长着黄色的眉毛和颌须。她向我说道：“孩子，你有长期修习始得成佛的大手印和六法教授<sup>(37)</sup>，但是，却没有经刹那观修即可成佛的殊胜的迁识夺舍<sup>(38)</sup>教授，快去请求吧！”说完便逝去了。因此，我心中思虑，这个妇人，虽然是空行母的打扮，但不知道她是空行母来预示呢，或是魔女前来作障？不管怎样，我的师父是三世佛，没有一样不知道、不了解的。他有上至成佛以下的教授，下至工巧技艺以上的方法。因此，假使是空行母的预示，那么，无论如何应去请求传授夺舍之法。想到这里，我便剥去关门的封泥，去到师父跟前。师父说：不严格闭关修持，莫非出了什么障碍？为何来此？”我把梦中见到怎样一个妇人，给我说了怎样的话向师父说了一遍，并说：是障碍或是预言我不知道。若是预言，我就是为求夺舍之法而来，请师父传授。”师父入定片刻后，说：“这是空行母的预言。我从印度回来时，班勤那若巴曾提到过夺舍方面的话。当时，我没有领会到应当请求传授。我们来遍读梵经，或者可以找到。”于是，我们师徒二人不分昼夜地寻找那夺舍之书。仅仅找到很多迁识法的书籍，关于夺舍法连一个字也未找到。因此，师父说：“我在伍茹北方得到的启示，也是鼓励我去求此法的。其他不知尚有什么教授，我要去求学才是。”这时，大家以他年高等为理由尽力劝阻他，他不肯听。便将徒众所供的

供物换成黄金，约有一碗金子，带着前去印度。适逢那若巴祖师已示寂。他不顾性命仍欲寻找。由于种种因缘会合，得到完全能够再见祖师的预示。他便一面祈祷、一面寻找。后来在一个森林中会见了祖师，便将祖师迎请到普拉哈日寺中，请求传授迁识夺舍的教授。那若巴祖师说，“是你自己想起的呢，还是得到预示？”马尔巴说：“这不是我自己想起的，也不是我得到预示。我有一弟子名叫闻喜，是他得了空行母的预示来向我求的。”那若巴说道：“真难得呀！黑暗境域的藏土，居然有大德如红日照雪山！”遂以两手合十置头顶而赞道：

“北方愚昧的黑暗地，  
犹如日轮照雪山；  
有大德名叫闻喜者，  
我今顶礼在他跟前！”

说毕闭目，点头三下。印度的山峰及草木也同样面向西藏俯首点了三下，直至现在普拉哈日的山峰及树木还是向着西藏微屈其首哩。

于是，祖师将空行耳传的教授完全传授给他。班勤那若巴又为马尔巴占卜以后的机缘说，由于马尔巴顶礼规矩，预示着以后胤嗣不十分发达。但是继承我的事业的法统却绵绵不断，比江河还要长。师父得到了这个预示后，回到藏地。果然由于顶礼的缘起关系，后来达玛多德少爷死了，为他作周年祭供法会时，弟子们全都来聚会。在供养的法席上，诸大弟子向大师禀道：“上师大宝，少爷如同三世佛一样，我等众生福薄无可企及。师父你自己年事很高，今后噶举教派宏扬的情况如何？我等弟子所教化的众生和我们的教化事业的前景如何？请求为我等预示。”师父说：“我辈那若巴班勤的法嗣们，你们是能掌握缘起和梦兆的。关于

噶举教派，班勤那若巴有很好的预言。你们诸大弟子各自去等候梦兆吧！”于是，诸大弟子各自去观察梦兆回来禀告上师。虽然大家都得着一些好梦，可是都没有得到预言。我得了一个四大柱的梦，去到上师面前作了如下禀告：

“至尊啊！依照金刚持<sup>(39)</sup>的吩咐，

昨夜睡中得了梦。

梦中详情禀师尊，

请师暂且听一听。

梦见广阔的南瞻部洲的北方，

耸立着雄奇的雪岭。

雪峰高耸云霄，

日月环绕峰顶。

光明照彻虚空，

山根遍及地垠。

四方有河流奔泻，

河水解除众生渴闷。

河水流归大海，

百花灿烂争妍。

总的梦境是这样，

向上师三世佛<sup>(40)</sup>陈禀。

还梦见雄伟的雪山东方，

竖立有大柱直插云天。

狮子在柱上抖擞，

狮子的玉鬣丰满。

雄狮四爪雄踞雪岭，

巨眼威视蓝天。

狮子盘桓在荒旷雪山，  
这梦境也陈稟于上师三世佛前。

还梦见南方竖立有大柱，  
老虎在柱上威风凛然。  
虎身剑毛丰满。  
猛虎微笑了三次，  
伸四爪雄踞林苑。  
巨眼仰视天际，  
跳跃奔驰在林间。  
松杉郁郁连绵一片。  
这梦境也陈稟于上师三世佛前。

还梦见西方竖立有大柱，  
大鹏在柱上盘旋。  
大鹏的羽翼丰满，  
鹏角高耸天际，  
鹏眼仰望银汉，  
展翅翱翔在云天。  
这梦境陈稟于上师三世佛前。

还梦见北方竖立有大柱，  
灵鹫在柱上盘旋。  
灵鹫的羽翼丰满。  
鹫巢建筑在岩山之间，  
灵鹫养一鹫雏，  
禽类百鸟布满九天。  
鹫眼仰视天际，

灵鹫翱翔云端。  
这梦境陈禀于上师三世佛前。

这样的梦境的缘起，  
想必是吉兆非同一般。  
我因此而意怡神驰，  
还请师父预示指点！”

师父听了很高兴，连说：“梦得好！”又对师母达梅玛说：“快去预备一个精美的集轮会供！”于是师母去备办会供的用品，召集众大弟子都来聚会。在一个很好的会供法席上，师父说道：“米拉·多吉坚赞做了这样一些梦，难道不稀罕吗？”诸大弟子请求师父将梦的意义加以解释，对未来进行预卜。大圣大译师便向弟子们解释梦中意义，唱道：

“向至尊三世佛众生怙主——  
班勤那若巴座前敬礼！  
在座诸位弟子啊，  
梦中所见的启示，  
是预示未来的珍贵授记，  
且听我老汉宣说仔细：  
梦见那南瞻部洲北方，  
正是佛教兴旺的雪域藏地；  
那耸立的雄伟雪峰，  
代表老汉我马尔巴译师，  
和全部噶举派的传承教义。  
那雪峰高耸云霄，  
象征我派正见无可匹敌；

那日月环绕峰顶，  
是我派修习的智慧光明；  
那光明照彻虚空，  
是大悲扫除了无明和昏愚；  
那山根遍及地垠，  
是我派教法将大普及；  
那四方有河流奔泻，  
是成熟解脱的四灌顶法门；  
那河水解除众生渴闷，  
喻有化机成熟与解脱的深意；  
那河水流归大海，  
是光明母子相会<sup>(41)</sup>聚；  
那百花灿烂争妍，  
是得到了无过的正果的体验。  
总之，所梦很对而无不善啊，  
在座的僧俗门人！

梦见那雄伟的雪山东方，  
竖立有高大的柱子，  
是应验兑地的楚敦旺厄；  
狮子在柱上抖擞，  
表明他的习性如狮一般；  
狮子的玉鬣丰满，  
是表明得到了耳传教授的真传；  
狮子四爪雄踞雪岭，  
表明他已发了四无量心<sup>(42)</sup>；  
巨眼威视蓝天，  
是他和轮回告别之意；

狮子盘桓在荒旷的雪山，  
指他善逝在解脱城<sup>(43)</sup>里。  
这东方的梦很好而无不幸啊，  
在座的僧俗门人！

梦见南方竖立有大柱，  
是应验着雄地的俄敦曲多；  
老虎在柱上威风凛然，  
表明他的习性与虎一般；  
虎身的剑毛丰满，  
表明已得耳传教授的真传；  
猛虎微笑了三次，  
表明他三身本相已见面；  
伸四爪雄踞林苑，  
表明他成就了四种悉檀；  
巨眼仰视天际，  
表明他挣脱了轮回的羁绊；  
跳跃奔驰在林间，  
指他善逝在解脱城垣；  
松杉郁郁连绵一片，  
象征法嗣绵延不断。  
这南方的梦也很好而无不善啊，  
在座的僧俗门人！

梦见西方竖立有大柱，  
是应验着藏绒的梅敦村波；  
大鹏在柱上盘旋，  
说明他的习性与鹏一般；

鹏鸟的羽翼丰满，  
表明他已得耳传教授的真传；  
鹏角高耸天际，  
指他见修错误的根源已断；  
鹏眼仰视银汉，  
指他摆脱了轮回的羁绊；  
展翅翱翔在云天，  
指他已善逝在解脱城垣。  
这西方的梦也很好而无不吉啊！  
在座的僧俗门人！

梦见北方竖立有大柱，  
是应验着贡塘的米拉日巴；  
灵鹫在柱上盘旋，  
指他的习性与鹫一般；  
灵鹫的羽翼丰满，  
指他已得耳传教授的真传；  
鹫巢筑在岩山之间，  
象征他的寿命比岩石还坚；  
鹫鸟养一鹫雏，  
兆示将出现一举世无双的大贤；  
禽类百鸟布满九天，  
指噶举派将兴盛绵延；  
鹫眼仰视天际，  
指他已摆脱轮回的羁绊；  
灵鹫翱翔云端，  
指他善逝在解脱城垣。  
这北方的梦也很好而无不善啊，

特为尔等把梦中喻意指点。  
为师我应做之事已做完，  
现在轮到尔等去施展。  
听我老人的叮咛，  
将来修持传承派<sup>(44)</sup>定能大发展！”

上师讲完以后，在会大众无限欢喜。

此后，马尔巴大师为诸大弟子打开了妙法和教授的宝库之门。白天为他们讲解，夜里让他们观修。大家正修得火热之际，一天晚上，在传授无我女的甚深灌顶时，师父入定，观察诸弟子应得何法和各人的宏法事业所在，以便将某法传授给某人。他想在天明时，观察缘起的兆应后再定。黎明，从光明定中观察众大弟子，看到雄地的俄敦曲古多吉在为一些人讲述《喜金刚本续大疏》；兑地的楚敦旺厄在修迁识法；藏绒的梅敦村波在修光明定；我在修拙火定。于是，上师知道了各人应得何法及其事业所在。他赐给俄巴大师一种讲授本续的方便要门：此要门系依据六边四理来讲解密经，它是一个如珍珠串般的教授；又赐他那若巴六种庄严，朱砂宝石的本尊像，烧施<sup>(45)</sup>用的杓子，印度注释的经典等物。同时，吩咐他说：“你依讲解之门去普利众生吧！”

他赐给兑地的楚敦旺厄一种迁识法<sup>(46)</sup>的法要：它是一个如天窗开启则禽鸟即飞一般的教授；又赐他那若巴的头发、指甲、甘露丸、五佛冠等物。同时，嘱咐他说：“勤练迁识法吧！”

他赐给藏绒的梅敦村波一种光明教授：它是一个如黑暗中点燃灯火一般的教授，又赐他那若巴的金刚铃杵、小鼓、蚌壳、天灵盖等物。同时，嘱咐他说：“要斩断中有<sup>(47)</sup>！”

我呢，他赐给了一种拙火定<sup>(48)</sup>的方便：它是一个如截木燃火的教授；又赐我弥勒巴的帽子、那若巴的衣服等。并嘱咐我说：“去游行于岩山和雪山中求证见修吧！”

以后，在僧众会聚的一个法轮席上，师父说：“如我随着你们各人的缘法而传给不同的教授一样，你们对于法嗣主要也应传给自己有益的教授，以便使佛教得到大大发展。现在多德邦他已经死了，所以，我得囑举祖师的教授和祖辈相承的加持力都完全赐给你们了。你们各自专心努力，就可广利有情了。”会后，诸大弟子各回自己本处去了。师父对我说：“你可在我这个地方住几年，我还有很殊胜的灌顶和教授要传给你。证验亦需在上师跟前得到确认。你可严格闭关静修。”于是，我就在那若巴所授记的桑普地方一个岩窟里坐静。师父、师母甚至每放一次“多玛”的供品也都要赐给我，对我非常慈爱。

在上师身前观修生起证验之苗的大行第四章完。

## 注 释：

- (1) 达尼扎——洛扎附近一个修行山洞，又名达尼隆丹浦。
- (2) 仪轨——密宗每修一法都有一定的程序或格式，叫做仪轨。
- (3) 定解——肯定的了解。
- (4) 七支行——在佛和上师面前祷告的七项例行内容：顶礼、供养、忏悔、随喜、请转法轮、请住世、回向等。
- (5) 在染——指在轮回中。
- (6) 迹相——形相，这里指现出佛的化身。
- (7) 变化身——即化身，已见前。
- (8) 主尊——即主呵，是对上师的一种尊称。
- (9) 报身——即受用身，属三密中的身密。
- (10) 声响空寂不二——或称闻空一体，不见其形但闻其声，即声可闻而自性空。所谓不二，即没有区别。
- (11) 随喜——见人做好事而心生欢喜。

- (12) 大金刚持——密宗的总体神。
- (13) 法尔不移——德性无所改变。
- (14) 十二因缘——众生生死流转的十二种缘起，有无明、行、识、名色、六处，触、受、爱、取、有、生和老死等。
- (15) 异熟身——指由造业受报而得的身体。
- (16) 暇满宝身——指具备各种条件有机会修学佛法的身体。
- (17) 毕竟善——指获得解脱生死的圣果。
- (18) 毕竟恶——堕地狱等恶道。
- (19) 上师三宝——上师和佛法僧。
- (20) 各种乘门——指大乘、小乘、密乘等。
- (21) 大菩提心——即求成佛的心，这里指的是不但自己能解脱还要度众生一齐解脱的心。
- (22) 声闻独觉——属小乘。
- (23) 正见——正确的见解或认识。
- (24) 无上金刚乘密道——金刚乘即密乘，密乘中分上中下三品。无上，指最上品乘道。
- (25) 性相乘——或法相乘，即显宗。指广泛研究教典、辩论诸法性相的乘门。
- (26) 人无我——人身是各种因缘的合和体，其中无有一个主宰者可得。
- (27) 寂止——梵语为奢摩他，意即心不外散，寂然而住。即入定。
- (28) 胜观——梵语毘钵舍那，指一种特殊的观察，通过它能见到诸法实相。
- (29) 所缘——心中观想的对象。
- (30) 发心——发菩提心，即度众生的心。
- (31) 摄持——这里当掌握讲。

- (32) 保任——即保持。
- (33) 集资忏罪——指修善培福。忏罪，忏悔罪过。
- (34) 所来平等一味——指无论苦乐、生死、怨亲，凡所来者皆以平等一味处之，不加爱憎和亲疏的分别。后来热穹巴继承这个思想，提出六平等一味的法门，成为噶举派有名的特法。
- (35) 色究竟处法界宫——报身佛刹土，大金刚持住地。
- (36) 玛巴果勒——是当时当雄宁仲地区的牧主。
- (37) 六法教授——又名那若六法，是噶举派修密法的最高法门。
- (38) 迁识夺舍——俗说灵魂搬家，或元神出舍。
- (39) 金刚持——密宗佛名，这里指马尔巴，说他是金刚持佛的化身。
- (40) 三世佛——即过去、未来、现在三世的佛，这里喻指马尔巴。
- (41) 光明母子相会聚——这是密宗修证中一种境界，本体的光明称为母光，修证中出现的光明称子光，证到两种光相契合则称为母子会聚。
- (42) 四无量心——即慈、悲、喜、舍四种大心。
- (43) 解脱城——指已超越生死的苦海而到达彼岸。
- (44) 修持传承派——马尔巴噶举下分为经教传承和修持传承两派。米拉是创建实际修持派的人。
- (45) 烧施——烧食品等祭祀鬼神的一种宗教活动。
- (46) 迁识法——即迁识往生法。
- (47) 中有——与俗说游魂相似。
- (48) 拙火定——能使脐间生出暖气的一种修炼法。

## 第五章

热穹巴又问道：“什么原因促使尊者离开马尔巴大师的？大师曾说可住几年，你住了多久？”

我在那儿没有住几年。我要回家的原因是这样的：我在闭关中，功夫大有长进。过去，我本来睡眠就很少。有一次快到黎明时，我忽然沉睡，做了一个梦。梦见回到家乡江安寨，见到那四柱八梁的房子破烂不堪，成了像老驴子的耳朵一样；屋内的珍宝——佛典《宝积经》被雨点淋坏了；屋外俄玛三角地也已经荒芜，长满了茅草；我的老母去世了；我的妹妹沦为乞丐流落他方……因为亲属成仇，我从小就与母亲悲惨地分离，未能相见。因此，这梦使我产生无限悲伤，喊着母亲和妹妹的名字，痛哭起来。从这梦中醒来时，眼泪已把枕头湿透。这样，我就想既然思母心切而哭泣不止，那么，无论如何，现在必须去看看年迈的母亲。想定主意以后，便从座上起来，打开关洞的泥封，去到师父面前禀告。这时，师父正在睡觉。于是，我就在师父的枕边以很谦恭的态度禀道：

“主尊，大慈大悲的不动佛的本体！

请放我乞人回家探亲去。

在敝乡江安寨那葛润<sup>(1)</sup>地，

由于亲党结仇敌，

母子三人分离了长时期，

我思念心切难忍受，

请让我回家见一面，

迅速返回到这里。”

这样启请后，师父醒了。那时，天上出了太阳，阳光由枕上的窗中射入，照在他头上，恰好师母送饭来，二者同时巧合了。师父说：“徒儿，你在闭关，忽然出来，是为了什么?! 这是着魔起障之因。马上回去闭关静坐吧!” 我又将梦中情况禀告一遍说：

“主尊，大慈大悲的不动佛本体!

请放我乞人回家探亲去。

在家乡江安寨的葛润地方，

虽没有留下财产，

心中却十分想念!

想看看那四柱八梁的屋宇，

是否已经残破塌圮?

想看看那佛典《宝积经》，

是否遭雨点淋烂?

想看看那肥沃的俄玛三角地，

是否已被荒草摧残?

看母亲的身架，

是否还依然清健?

想看看妹子白达衮姬，

是否流浪离散?

想看看命运为我安排的泽塞姑娘，

是否已另配良缘?

想看看叔父雍中坚赞，

是否已命丧黄泉?

想看看姑母杜摩达真，

是否早已短命归天?

想看看我家供养僧<sup>(2)</sup>——袞却拉邦，  
是否还安然无恙？  
尤其是生我身心的慈母，  
叫我格外想念！  
请放我暂时回家去一次，  
一定迅速回到师尊跟前！”

师父说：“徒儿呀，想你最初到我这里来时，曾说过对家乡及亲友都不必挂念的话。现在居然又有这么多事。即使你回去，恐怕也难见到你的母亲了。别的人能否见得着也不知道。因为你到卫藏住了几年，到这里又过了多年。现在我可以放你回去，你也可作以后仍然来这里的打算。可是，当你来禀告此事时，恰恰遇到我在睡觉，那是我们师徒今生不能再见面的预兆；但是，那时太阳照进了屋里，又是你将会使佛教宏扬得有如红日当空的预兆；尤其是我头上日光照临，这是修持传承派将发扬光大的预兆；达梅玛送供食来，这是你以三昧禅悦<sup>(3)</sup>之食为资生的预兆。现在只好让你去了。达梅玛，快摆一个很好的供品来！”说罢，师父设起曼荼罗，师母摆设供品，为传授我空行耳传的成熟道表示灌顶以及传我其他解脱道的教授——这些是从来没有对其他人说过的单传法要，现在完全传授给我了。师父说：“啊，善哉！这些教授是怙主那若巴对我预言，命令传授给你的。今后，你也要看最初来的是什么人，若是曾受空行母授记的弟子，而且又是应该得到单传密封法要者，只要法统未传满十三代，则应将法传授给他。此外，所有教授，若是只为财帛或今世人情而传，空行护法要处罚你。应当谨慎，要好好护持。若是有宿缘的弟子来时，纵然没有财物供养，也应以灌顶和教授去摄授他以宏物正法。至于如像德洛巴折磨、调伏怙主那若巴，或如我折磨、调伏你那样的做法，若使用在下等根器上，是难于奏效的。所以，这

类方式的法要应停止讲说。关于无身空行法汇<sup>(4)</sup>，它的支分在印度密封程度稍为宽松些。此法共有九种，其中四种正如我传授给你的一样。其余五种，今后我的法嗣可以前去向那若巴的后代求学，将其补足。这事对于众生很有利益。所以你应尽量求其完备。在你的心中不要以为我未得到你的财物供养，因此你也未得到完全的教授。仅以财物为供，我并不喜欢。你以修行为供和发勤恒之心，才能令我欢喜。要刻苦勤奋，树立修证之幢！别的大弟子们都未得到的怙主那若巴诸教授中的特殊的空行耳传的教授，我都例外地传授你了，正如宝瓶装满了一样。我所说的话若有虚假，我的教授若有伪造或断缺，愿请上师本尊为证让我起誓！”说罢，作歌道：

“向大恩者顶礼祈请！

想到恩情深厚的先祖们的事迹，

得此教授就该满足。

寄望太过是心思散乱的起因，

最精要的教诲则须牢记。

涉猎虽广若缺少精义，

如枝干多而无果实。

虽是功德却非胜义<sup>(5)</sup>，

虽然学彼而不见此，

说得虽多却无利益，

要于心有益方是圣财，

欲求富饶则应牢记此义；

法是调伏烦恼的方便道，

欲得道要应牢记此义；

断绝贪欲才是知足之主，

欲成贤明主宰应牢记此义；

抛弃对可悲的人世的贪恋，  
无人的岩洞才是父居；  
离群索居是真正的天堂，  
以心驭心是永不疲乏的良驹。  
自身炼若<sup>(6)</sup>即为梵宇，  
心不外逸这善行就是妙药。  
能成大义的贤哲嗣啊，  
赐给你于义无碍的教授，  
你，我和法一共三位，  
愿不坏、不衰、不干涸，  
让它在弟子你的手中，  
花开叶茂果实累累！”

唱完歌后，师父用手摸着我的头顶说：“徒儿，你要走了，我十分难过。一切有为法都是这样，是没有办法的。你在这里再住几天，把所学的教授再细细地思考一遍，把有疑惑的地方都弄明白！”我遵从师命，又在那里住了几天，对所传的法要中的难点都弄明白，一切疑团全消释了。于是，师父嘱咐师母说：“达梅玛，摆设精美的供品和会供！米拉就要走了，为他送行。”师母便在上师本尊前陈设供品；在空行护法前摆设多玛<sup>(7)</sup>；在金刚弟兄前陈设精美的集轮会供。在法席上，上师的身子示现为喜金刚，胜乐轮，密集等本尊的圣像；所示现的手印相<sup>(8)</sup>有：金刚铃、宝轮、莲华、宝剑等；示现的咒字<sup>(9)</sup>有：喻、呵、吽三字呈白、红、蓝三色；或示现出闪耀光华的光圈，或全无所现……总之，显示了种种异相。师父说道：“这种种变化是身体显现的神通，可以随便显示的。但是，没有必要随便显示。今天是因为米拉日巴要走，为送行才现的。”我看见师父就是佛，于是无比高兴。心想我将来也要修持到这样的神通。师父问：“徒儿，看见

了么？你信了么？”我答道：“都看见了，不由得不信。我正想将来我自己也应修持到这样的地步。”师父说：“徒儿，就这样吧。要走，现在就可以走了。我给你启开了诸法的幻化之门，就照这样修持吧！你住的地方要在岩山、雪山或密林之中。各个山居中，拉堆甲基室利山<sup>(10)</sup>是印度众得道祖师加持过的神山，可去那里修行；岗底斯山<sup>(11)</sup>是佛所授记的大雪山，是胜乐轮金刚的宫殿，可去那里修行；拉齐岗惹<sup>(12)</sup>的哥达瓦日山<sup>(13)</sup>是二十四道场之一，可去那里修行；芒域的贝巴山<sup>(14)</sup>和尼泊尔的约摩岗惹<sup>(15)</sup>是《华严经》所授记的神山，可去那里修行；镇<sup>(16)</sup>地的曲洼<sup>(17)</sup>，是保护刹土<sup>(18)</sup>的空行母住所和聚会之处，可去那里修行。其他无人之处，也可随所遇合的缘会就地修行。去树立起修证的宝幢吧！在东方有大神山德威哥扎<sup>(19)</sup>和咱日神山<sup>(20)</sup>相毗连。这座山还未到打开之时，将来，你的法嗣中当有一人出来打开住持此山。我为你授记这些神山道场，主要的是要在那里修习取得成就。若能修成，什么酬劳师父，报答双亲，化度一切有情等等均可做到。若修不成，则只能在许多生中处于最大恶趣。所以，应当把今生的一切贪爱束缚都斩断，不要和只迷恋于今生世事的人纠缠，努力修行要紧！”说着落下泪来。

接着师父又说道：“徒儿，这下我们师徒今生不能再相见了。但是我不会忘你，你也不要忘了我。这样，将来我们无疑会在清净空行刹土中相会的，你为此而高兴吧！将来某个时期，你要起风脉<sup>(21)</sup>的障碍。届时，可以启阅此卷，平时则不可妄开！”随即赐我一个加盖火漆胶印的密封纸卷。我对师父那时讲的这些话感到很满意，一直铭刻在心。后来，我只要一回忆起师父的一句话，修持的力量就增大一分。

接着，师父对师母说道：“达梅玛，明晨，米拉多吉坚赞要走了！我们心里虽然很难受，但是还得去为他送行。”又对我说：“今晚你在我房中睡，我们师徒二人还有话说呢。”我于是到师父

房中去睡。师母也到房里来了，显得很悲伤，不断流泪。师父说：“达梅玛，有什么可哭的？他从我这里得到了很多甚深的耳传教授而去往山中修行，何必哭呢？本来一切众生都是佛，但是，有些人自己却不明白而在苦恼中死去。尤其是有些人既得人身却未曾修法就死去了，想起他们来才可哭哩！若是为了这事也哭，那么，你经常有哭的了。”师母说：“你说得对！但是，像那样的大悲心难得经常生起啊！我亲生的儿子——他精通世出世法，能成就自他二利，可是，已经死别了。今天，这孩子呢，具有信心、勤勇、智慧、慈悲，随便说什么都肯听。这个孩子，无论从哪方面想，都没有一点过失，现在又要与他生离，我这内心的悲痛，实在没法忍耐呀！”说着便大哭起来。我呢，早已是珠泪滚滚了。师父也泪流满面。我们师徒就这样彼此眷恋不舍，无比悲伤，哭成一片，所以没有能够交谈什么。

次晨黎明，师徒十三人，带着丰盛的会供食物，走了约有半天路程，为我送行。一路上，大家因留恋不舍而郁郁不欢；因留恋不舍而语意缠绵；因留恋不舍而愁容满面。我们到了一个名叫菊拉岗的可以看见四面八方的开阔山口，摆下了集轮会供的酒食，大家围坐下来。席间，师父握着我的手说：“徒儿，你到卫藏去，在藏地司玛拉山<sup>(22)</sup>等处，盗匪十分猖獗，我原想有了好同伴，再让你一道去。如今，你只身一人，我只好为你启请上师本尊，吩咐空行护法，保你旅途平安。不过你自己的行动也应当小心谨慎。现在你从这里先到俄巴大师处去，把你所学到的教授和俄巴大师的比较一下，看有什么不同。然后从速上去，在家乡不要久住，不要超过七天。速往山中修道去。这是自他两利之事啊！”我唱了《向藏地上行》之歌作为回答。唱道：

“至尊啊！不动佛的自体金刚持<sup>(23)</sup>，  
乞人我要返回藏地一次。

弟子这次回乡中，  
仰仗慈父般上师主尊的宏恩。  
到了藏地司玛拉的山顶，  
可能有十二盟女<sup>(24)</sup>来欢迎。  
祈请具有加持力的怙主赐福，  
我皈依三宝竭诚尽心。  
可能有三圣境<sup>(25)</sup>的空行来护送，  
有菩提心作伴同路行。  
八部天鬼可能来接风，  
怨敌的恐怖我不必担心。  
我要特别恳求的是：  
请送别今生和迎接来世！  
请消除灾难和不幸！  
请保护我身语意三业！  
请赐以偿愿的缘分！  
请赐大悲功力的灌顶！  
请赐经教要门的扶助！  
请赐以长寿安康的吉庆！  
乞人我的苦乐唯你知道，  
请加持我能静坐山林！”

我唱完歌后，师父说：“徒儿，你说得很对。你得牢记我最后说的那几句心里话，千万不要忘了。”说着把手放在我头顶上，唱了下面这支歌：

“向主尊上师们顶礼！  
与法相合的有缘子，  
愿成就如来的法身！”

口诵金刚诵<sup>(26)</sup>如尝甘露，  
愿以此缘起成就报身！  
根长在心上的菩提树，  
愿化身的枝叶密布！  
上师的教诫是金刚语，  
愿永留心中不忘记！  
本尊空行的加持，  
愿如命根不离须臾！  
护法侍卫的扶持，  
愿常护祐而不离！  
这甚深缘起的宏愿，  
愿迅速得以实现！  
愿以一切修法的大慈悲，  
使三世都能得到摄授！  
在藏地司玛拉的山顶上，  
有十二盟女来迎接你。  
在明朝要去的路途上，  
有勇士空行作护送。  
在眷恋的故乡的房屋田地上，  
有无常幻化的导师。  
在姑姑妹妹等亲属中，  
有使幻化消失的导师。  
在荒无人烟的岩窟里，  
有交换生死的市场。  
在精勤的自身炼若中，  
有如来聚会的殿堂。  
在无病的荨麻的集轮食供中，  
有空行所喜爱的玉液琼浆。

在对幻轮<sup>(27)</sup>奥秘的掌握中，  
有长出硕果来的庄稼。  
在不被人们看重的地方，  
才有无挂无碍的善行生长。  
在无人无犬处闭关静修，  
才有很快见到验相的炬光。  
自取食不受人的供养，  
才有快乐天的馈赠可享。  
在没有秽浊的天宫中，  
自有成就自利的奇观。  
在表里如一的圣法中，  
有清净誓戒<sup>(28)</sup>的悉檀。  
遵照教法种下的庄稼里，  
有一切悉地的宝藏。  
在如空行的命心<sup>(29)</sup>的正法中，  
有生死涅槃的分界。  
在马尔巴译师的法嗣中，  
遗闻佳话的源远流长。  
米拉日巴的勤恒毅力，  
有如佛教的轴心一样。  
愿掌握轴心的士夫，<sup>(30)</sup>  
其传承善妙吉祥！  
愿噶举派的祖师吉祥！  
愿本尊善妙吉祥！  
愿胜乐、欢喜、密集三金刚吉祥！  
愿无上妙法善吉祥！  
愿空行的命心吉祥！  
愿三圣境的空行吉祥！

愿护法善吉祥！  
愿杜索拉姆<sup>(31)</sup>吉祥！  
愿法嗣门人善吉祥！  
愿依教奉行得吉祥！  
愿传承世世代代吉祥！  
愿吉祥牢固不变！  
善修持此义永不忘！”

师父唱完后，显得十分高兴。师母赐给我很好的路上用的干粮和新衣新鞋，对我说：“徒儿，送你这些钱行礼物，只不过略表一点微意。这是我们两人今生的母子关系的最后时刻了。徒儿，祝你吉祥圆满地登上旅程。愿我们来生在邬坚空行刹土中相会。作为师母，下面我要说的心里话，权且当成用法为你钱行吧，你无论如何不要忘了！”她把盛满一天灵盖骨容器的甘露连同天灵盖骨容器送给了我。师母唱了下面这支歌：

“向恩师马尔巴顶礼！  
孩子啊，你既勤奋又坚韧，  
心地宽厚又有感情，  
你是具有善根福德的人！  
上师的甘露智慧酒，  
请畅饮后就登程！  
愿来世在净土<sup>(32)</sup>中，  
相识状<sup>(33)</sup>中得重逢！  
切莫忘记我们二老，  
要不断祷告和念叨！  
请把有益于心的教授食，  
吃饱之后就登程！”

愿来世在净土中，  
相识状中得重逢！  
莫忘父母劬劳恩，  
回忆恩德发勤奋，  
有空行口气<sup>(34)</sup>的奥妙衣，  
请穿暖和后就登程！

愿来世在净土中，  
相识状中得重逢！  
莫忘记弱小的众生，  
使自心皈依菩提道门。  
发大乘心，把弘扬佛教的重任，  
担在肩上就登程！

愿来世在净土中，  
相识状中得重逢！  
善根贤德的达梅玛，  
给孩子你讲的这些心里话，  
孩子呀，不要忘怀要牢牢记下。  
师母我也清楚地记着它。  
心意契合的母子俩，  
愿来世在净土中，  
相识状中得重逢！  
愿所发誓愿皆实现！  
愿你用宏法作报酬！”

她唱完后大哭起来。在会大众无不流泪，其悲痛之情无以名

状。我顶礼辞别师父师母，把他们的脚放在头上，请求加持，发下誓愿，然后倒退着走，直到看不到师父的面容为止。当时，我看到师父上下人等都泪珠滚滚地仰望着，我真舍不得离开，直到看不到师父师母时，我才一直向前走去。我走过一个河谷后，回头一看，师父等人还在那个山头上黑压压地坐着。因此，我心里实在烦乱极了，很想回去。转念一想，教授已完全得到了，今后，非佛法之业，任何情况下也不会再作了。至于上师呢，可以观想他在我头顶上没有分离就行。并且已经很好地承诺来世在净土中相见。现在不过暂时去看那生我身心的母亲，以后还可以回到师父身边来的。我就这样很伤感地上路了。

我到了俄巴大师处，和他讨论了所学教授。本续经典的讲解他比我强。但是实际的修证我却不弱，尤以空行的耳传法，我还要殊胜些。后来辞别他，顶礼祝福后便启程回家，只三天就到了。我想这大概是风息<sup>(35)</sup>的功夫差不多了吧，因此颇有自负之意。

掌握了总的教授，受梦中启示的鼓励又得到单传的教授，遂从上师身边回到自己的家乡的大行第五章完。

## 注 释：

- (1) 葛润——江安寨的一小地名。
- (2) 供养僧——藏地大户人家过去多供养一位喇嘛为其专门照料家中经堂、香灯和诵经等，称供养僧。
- (3) 三昧禅悦——指坐禅中的妙趣。
- (4) 无身空行法汇——噶举派的最高密法。
- (5) 胜义——对世俗说它乃极为殊胜之义，是一切法的真实义理，即绝对的真理。
- (6) 自身炼若——炼若，梵语，指坐静处。密宗认为自身可

成为幻化身，故自身即清净处，不须另寻别的清净之地。

- (7) 多玛——指密教中供神施鬼的食品。
- (8) 手印相——指佛的手中拿各种法器作出种种象征。也有用各种不同的手势来表示各种意义的。
- (9) 咒字——咒文中的字母，或称种子字。
- (10) 拉堆甲基室利山——在今昂仁县境北部。
- (11) 岗底斯山——其主峰在阿里普兰县境内，它南接喜马拉雅山，北连昆仑山，是阿里地区的大神山之一，一向为佛教徒所崇拜。
- (12) 拉齐岗惹山——又名扎西次仁玛峰，是喜马拉雅山的一个雪峰，在聂拉木和定日之间，其西即拉不及孔藏布江（拉齐岗藏布）。
- (13) 哥达瓦日山——珠穆朗玛群峰中一山峰名。
- (14) 贝巴山——在吉隆县境内。
- (15) 约摩岗惹山——在尼泊尔与我国西藏吉隆县交界处。
- (16) 镇——为聂拉木和定日南部一带的古名。
- (17) 曲洼——在定日县西部境内。
- (18) 刹土——即佛土、佛国，极乐世界。
- (19) 德威哥扎——是塔波和珞隅间一座大山。
- (20) 咱日山——在山南地区朗县南面的一座大山，为西藏佛教徒朝拜的名山之一。
- (21) 风脉——密教气功术语。风，指气；脉，指血脉。这是构成生命活动的两种基本物质。
- (22) 司玛拉山——属日喀则行署仁布县境内的一座山。
- (23) 不动佛的自体金刚持——指马尔巴是金刚持，他的自体就是不动佛。
- (24) 十二盟女——十二位女山神。相传莲华生入藏时将她

- 们收伏，令其盟誓作佛教护法。
- (25) 三圣境——天上、地面、地下等三处圣地。
- (26) 金刚诵——无上密法中引气归脉的一种法门。
- (27) 幻轮——密法修炼气脉时配合进行的肢体动作，类似拳法。
- (28) 誓戒——即三昧耶戒，是密宗的戒律。
- (29) 空行的命心——指最奥秘的大法，是空行母传出来的，极为珍贵如同生命一样。
- (30) 士夫——佛教术语，即生灵、人等意思。
- (31) 杜索拉姆——一位护法女神名。
- (32) 净土——极乐世界。
- (33) 相识状——指修道得了成就后便不迷本性，能知过去未来。
- (34) 空行口气——指空行母亲身接触过的。
- (35) 风息——即气息、密宗气功术语。

## 第六章

热穹巴又问道：“尊者回到故乡时，是否出现了如梦中一样的情况？见到了母亲吗？”尊者回答说：“正如恶梦所见一样，没有福分得见我的母亲。”热穹巴又问：“那么，尊者回到故居的情况又怎样呢？首先遇到的乡人是谁呢？”

我到了一个山谷的深沟里，在看得见我家房子的地方，有很多放牧人。我首先详细地询问他们这些地方的名字以及这里有些什么施主。他们都一一作了回答。于是，我指着我们家的房子问他们：“那下边是什么地方？房主叫什么名字？”他们回答说：

“下面那栋房子叫四柱八梁，房主除了鬼外什么都没有了。”我又问道：“下面那房子的主人是死了呢，还是出门去了？”他们回答说：“下边那房子的主人原来是这地方中顶富足的一家。后来，因为父亲生下一独子后就过早死去。又因遗嘱写得不周密，父亲死后这独子的财产被父族的人强占了。等到独子长大后，本来应当交还财产，但没有交还。为报此恨，那孩子便施咒术、放冰雹，把这地方弄衰败了。因此，现在我们这地方的人还害怕他的护法神。不但不敢靠近他的房屋土地的边，甚至连看也不敢看。所以，下面那个房子里，只有那独子的母亲尸体同鬼一起住着。另外，他还有一个妹妹，丢下母亲尸体，到外乞食去了。现在不知她是不是死了，没有消息。你这瑜伽行者若能到下面那房子里去，听说里面有经书，倒可以看看。”我问道：“这事出了几年了？”他们回答说：“母亲死了约有八年。至于施咒术放冰雹的事，我们只能大略记得一些。其余的事全是听人传说的。”

因此，当时我想，他们害怕我的护法神，可能不会加害于我。只是老母去世，妹子下落不明，叫我非常失望，不免悲从中来，便坐在一个僻静处痛哭起来，一直哭到太阳快要下山时为止。黄昏后，我才回到家中。正如梦中所见，屋外的地上长满蒿草，我家那栋如寺庙一样的房屋坍塌了。进屋一看，《宝积经》经书因屋漏雨被浸渍，同时灰尘积聚，已经破损不堪，成了老鼠和雀鸟的巢穴和粪秽的堆积处。目光所到之处，全是一派衰败景象，使人伤心。我在灶下积灰处，看见破布片和泥土混成一堆，上面长着很多青草。拨开草丛看时，现出许多灰白的人骨，知道是母亲的骸骨。因为我太想念母亲了，这悲痛的心情实在难于忍受，心里乱极了，口中说不出话来，气愤得几乎晕倒过去。那时，忽然记起上师的教授，便把母亲的识神与我的心相融合，又把它与噶举先祖的心密智慧相融合，以母亲的骸骨作枕，入光明定。身语意三业全神贯注毫不散乱。于是，悟到了父母二人都由

轮回苦恼中解脱出来的真谛。坐了七天，方才出定。经过一番考虑，感到轮回世间的一切都是没有意义的，便断绝贪恋之心。打算把母亲的骸骨造成小泥塔，用这部《宝积经》作供奉。我自己到扎迦达苏<sup>(1)</sup>去，置生死于度外，不分昼夜地修习圣法。若生起八风之想时，我便自杀而死；若生起迷恋逸乐之想时，请空行护法斩断我的生命！我心中一次又一次地立下这个强烈的誓愿后，便把母亲遗骸收拾好，把《宝积经》上的雀粪尘土拂拭干净，仔细整理拾掇了一番。幸好被雨点破损得不十分严重，经中文字还是清清楚楚的。我把这经书背在背上，母亲的骸骨放在衣襟中，心中异常酸楚，对于红尘世界感到没有意义，断绝了留恋之心，发誓要去修持有真实意义的佛法，遂唱了一支愤激不平的歌：

“主尊啊！不动佛的自体大悲者，  
果然如你马尔巴译师的预言：  
在故乡魔鬼的牢狱中，  
出现无常的幻化师。<sup>(2)</sup>  
对于这贤德的大幻师，  
能引导人生起定解，请对其加持！  
本来现有一切法，  
并非牢固永存而是变化不定。  
尤其是轮回诸法更无实义。  
与其做那无真实意义的世间事，  
不如去做那有真实意义的佛事。  
初时有父却无子，  
后来有了儿子父去世。  
即使父子双全也无意义。  
儿子我将去做那有真实意义的佛事，  
往扎迦达苏去修持。

吾母在时儿不在，  
儿今到时母去世。  
即使母子双全也无意义。  
儿子我将去做那有真实意义的佛事，  
往扎迦达苏去修持。

吾妹在时兄不在，  
兄今到时妹奔逸。  
即使兄妹双全也无意义。  
为兄我将去做那有真实意义的佛事，  
往扎迦达苏去修持。

经书在时无人敬，  
敬奉人来时经书被雨侵蚀。  
即使二者双全也无意义。  
我将去做那有真实意义的佛事，  
往扎迦达苏去修持。

房屋在时无主人，  
主人到时屋已圯。  
即使二者双全也无意义。  
我将去做那有真实意义的佛事，  
往扎迦达苏去修持。

土地在时无主人，  
主人来时土地已荒芜。  
即使二者双全也无意义。  
我将去做那有真实意义的佛事，  
往扎迦达苏去修持。

家乡，房屋及土地，  
俱是世间轮回之法无意义。  
无意义之物谁要谁可取，

行者我为求解脱要修法去！  
父啊，恩师马尔巴大译师，  
请加持我静坐空山苦修持！”

我唱了这支产生厌离心的歌后，便往我启蒙塾师家中去。老师本人已死。我便将《宝积经》供养给他的儿子，对他说：“我把这经全部供养给你，请把我母亲的骸骨作成小泥塔吧！”他说：“护法神会跟在你的经书后面，我不想要。帮助你造小泥塔是可以的。”我说：“是我本人供的，护法神决不会跟。”他说：“那么，好吧！”于是，我帮着他把我母亲的骸骨造成了小泥塔，作开光仪轨后迎至一个大塔之中。我正准备上路时，他对我说：“我们要尽力来供养你，请在此住几天吧，让我们好好谈谈心。”我说：“我无暇闲谈，要忙于修法。”他说：“那么，今晚住下，明晨我们要略有表示，献给你一点修道时用的食粮。”于是，我留了下来。他说：“最初，你年轻时，施咒术报仇。现在，到了壮年，却诚心修法，实在难得呀！将来，你必定是一位大成就者。你在怎么样一位师父跟前学到了一些什么样的法要呀？”他这样详细地问了我，我把学大圆满法的情形，尤其是参拜马尔巴大师情形，详细地对他说了。他又说道：“实在难得！既然是那样，你可将房屋培修起来，把泽塞也迎娶过门，学你师父一样的道行<sup>(3)</sup>，好吗？”我说：“马尔巴上师为度众生，受用佛母。我可没有那样的打算和能力。比如兔子虽然可以随着狮子去跳岩<sup>(4)</sup>，但肯定会坠入深谷而死。本来，我对世间已生厌离之心。心中时时都在想，除了上师的教授和修行外，其余杂事，皆非所需。我要到山中修道，也是上师最殷重的嘱咐。道行要通过修法才能坚持，上师的愿望也要用修道去满足，利益佛法及众生的愿望也要用修道去实现，父母也要用修道去超度，利益自己的愿望也要用修道去完成。我除修道而外，其余事务既不会做，也办不到，我

想也不想。特别是到家乡后，看见父母置办了田地房屋，积存了财物，其结果都毫无意义。这个事例非常鲜明，使我产生了更加强烈的修道之心，胸中如大火燃烧一样。这样的苦恼别人没有经历过，他们没有细细地想过死和恶道的痛苦。所以，他们以世间逸乐之事为满足。我呢，不管穿吃，不求名声，只想修道。正是这些理由鼓动着我去实践自己的决心。”我流着眼泪唱了一支歌：

向圣者马尔巴大师顶礼！  
请加持我，让我摒弃贪欲！  
唉，唉，多么可悲呀，  
那些贪恋红尘的世俗：  
想呀，想呀，心中惶惑不解，  
承受呀，承受呀，承受那无尽的苦恼，  
转呀，转呀，流转在无底的轮回。  
受业力支配的怨愤者啊，  
怎样办？怎样办？只有佛法才能排解！  
主尊啊，不动佛本体金刚持，  
请加持我，让我能常住山林！  
在无常如幻的城邑里，  
疲劳的旅客怨艾哀戚！  
在肥美的贡塘周围土地上，  
长满了牛羊吃的青草。  
如今那地方为鬼魅所栖。  
这就是无常如幻梦一样的实例，  
这促使我瑜伽士更要勤修习。  
四柱八梁的房舍，  
如今像狮子的上嘴皮；  
四角八壁九重顶的宅邸，

如今只可和那老驴的耳朵相比。  
这也是无常如幻梦一样的实例，  
这促使我瑜伽士更要勤修习。  
肥沃的三角形的俄玛田，  
如今蓬蒿满地；  
相依为命的父族亲友，  
如今互相械斗成仇敌。  
这也是无常如幻梦一样的实例，  
这促使我瑜伽士更要勤修习。  
贤父米拉喜饶坚赞荣耀一生，  
如今世上没有他的痕迹；  
母亲娘查迦坚勤劳一世，  
如今只剩下枯骨依稀。  
这也是无常如幻梦一样的实例，  
这促使我瑜伽士更要勤修习。  
受供喇嘛袞却拉那，  
如今作了他人的仆役；  
《宝积经》这无上经典，  
如今成为雀鼠的巢穴。  
这也是无常如幻梦一样的实例，  
这促使我瑜伽士更要勤修习。  
至亲叔父雍中，  
如今正与仇敌站在一起；  
胞妹白达袞姬，  
流亡何处无踪迹。  
这也是无常如幻梦一样的实例，  
这促使我瑜伽士更要勤修习。  
主尊啊！不动佛本体的大慈悲者，

请加持我乞人能够长住石穴！”

我唱了这厌离世间的伤心的歌曲，他说：“这实在难得。也怨不得你！同时不断长声叹息。他的母亲也很伤感，泪流不止。我看到故乡如此凄凉，更加深了厌离心，口中不由自主地发出了很多要去修道的真诚誓言，心中也牢牢记着这事。事实上，我没有因未修法而产生的后悔。

再次因外界原因更明白地看到轮回没有意义，发誓修道的大行第六章完。

## 注 释：

- (1) 扎迦达苏——在日喀则行署吉隆县东南部茶嘴贡巴附近，据说现在还保留有米拉修道遗址。
- (2) 幻化师——变幻戏法的魔术师。
- (3) 道行——这里指马尔巴因道行高深，虽然在家却不受俗尘所染。
- (4) 兔随狮子跳岩——藏族古代寓言，这里用来比喻不量力行事。

## 第七 章

热穹巴又问道：“师父最初在什么地方行苦行、修圣道？”

到了次晨，老师那儿子给我一袋糌粑和一些很好的别的食物，对我说：“请收下这些修行时需要的食物。请你在修法期中

为我们祈福！”于是，我便背着这些东西来到我家房屋后面山上一个很好的岩洞中，坐静修持。因为过分节食，体力大都消耗掉了。可是修持的功夫还不错。这样坐静了几月，食粮告罄，什么吃的也没有了。实在不能长久支持下去，便到山下的牧场去乞讨点奶油奶酪等吃食，往坝上的田庄去募化些食粮。只要能够勉强维持生活，就坚持修道。

一次，我到牧场乞讨，来到一顶牛毛帐篷旁边，叫道：“请施给行者一点吃的吧！”谁知这正是姑母的帐篷。姑母认出了我，心中很不高兴。先是放狗出来咬我，我用石头木棍防身。接着，姑母自己拿着帐篷杆儿，口中大骂：“你这丧败祖德的不肖子，辱没亲朋的无赖儿，扰乱地方的丧门星，你来干什么？好父亲生出你这样的不肖子！”她骂着跑来把我乱打一顿。我逃跑了出来。由于饮食太差，四肢无力，脚绊在石上，便跌倒在一口水沟里，几乎死去。姑母还在骂着。我很费力地从水沟中爬出来，用木棍支撑着身体，对姑母唱了下面的歌：

“向慈父般的大恩人马儿巴顶礼！

在江安寨葛润这不祥之地，

亲友成仇，母子受人欺，

好像一堆豌豆遭棍打——四散分离。

你叔父姑母也该想一想：

我流浪天涯去行乞，

我受苦受难的阿妈被折磨死，

妹妹漂泊流落无消息。

我思念母妹心欲裂，

才回到家乡这笼牢里。

慈母竟然成永别，

妹妹遭难无处觅。

我满腹悲愤向谁诉？  
我母子三人的痛苦，  
难道不是你们造成的？  
苦难的煎熬难忍受，  
我才回心修法去。  
得到恩师马尔巴的传授，  
敛迹荒山作观修。  
因为这幻化的五蕴身<sup>(1)</sup>，  
无食滋养才来求乞。  
虫找死才会去到蚂蚁洞口，  
今次我误来姑母你的门。  
猛兽般的狂犬充当你的使者，  
来与我羸弱之躯相拼。  
你口出恶语将我骂，  
凄怆和悲愤藏在我心。  
你把帐篷杆儿当作利器，  
打得我遍体鳞伤，  
几乎葬送我宝贵的生命。  
我完全有理由把你嫉恨，  
但我不愿违背师教胡乱行。  
姑母你勿须大发雷霆，  
我只讨一点修道资粮来活命！  
大慈大悲的马尔巴主尊啊！  
加持弟子把怒火熄灭干净！”

我啜泣着唱完这支不成曲调的歌后，跟在姑母后面的一位姑娘，竟流下泪来。姑母也自觉惭愧，两人都进帐篷去了。她命那位姑娘送来了一块酥油和一些坏奶渣。我又到别的帐篷去乞讨。

所到之处一个人也不认识。他们知道是我以后，仔细地打量我，施给我很多东西。我拿着就往回走。我想姑母那样对待我，叔父一定知道。我根本不能到他那儿去，便只能到江安寨沟的农户募化。走到叔父才搬进去的老房子门口，他认出是我，勃然大怒，拾起石块径直向我掷来，差点把我打中。他破口大骂：“你这形状干瘪的死尸，活该这样！”我也认出是他，便没命逃跑。他尽力抛石头打我。我只得更加没命地逃走。他又取出弓箭。紧紧追赶并大骂：“辱门子，丢脸的家伙，你还没有把这地方害得够么？”一面大喊着：“乡亲们，仇人自投罗网，赶快来追呀！”一面喊着，一面放箭射我。当时，本乡中有少数壮男子，也随着投掷一些石头打我。本来我过去放咒就造了孽，还在悔恨；但怕眼前遭到不测，只好又拿放咒去吓唬他们一下。遂念道：“历代噶举祖师，饮血护法海众<sup>(2)</sup>，我行者修道，遇到了怨敌，请快来救护！我虽死，但是护法神是不会死的。”大家听了这话才害怕起来，把叔父挡着。那些同情我的人便来居中调停，用石头打我的人便向我请求宽恕。叔父仍然不肯周济我，可是其他人都给了很好布施。我拿回来后，心中暗想，现在我虽然可以住在这里，但是这只会使他们增加憎恶，不如到别处去吧。

那天晚上，我从梦中得到预示，说仍在原处住几天的好。于是，我又在那里住了几天。泽塞知道了，带了美酒美食来看我。她拉着我放声大哭，详细把母亲死的经过和妹子流落的情形告诉了我。她非常悲痛难过，我也忍不住流下泪来。我问她：“你还未曾出嫁，真是情义深长呀！”她回答说：“人人都怕你的护法神，没有人敢娶我。纵然有人娶我，我也不去。你已修道了，真是难得。现在，房屋土地如何处置？”我已经知道她的心意，暗自忖度，我未结婚成家，这是全仗马尔巴译师的恩德加庇。就佛法而言，我可以为她好好发愿。但就世间法方面来说，我要明白告诉他。使她断绝了这个想法才行。于是对她说：“若找到我妹

妹，自然属于她的；在未找到她前，土地你可以作主管理。若妹妹真的死了，那么房屋土地你都拿去好了。”她说：“你不要了吗？”我答道：“现在，我正修苦行，我要的粮食，要像鸟儿和老鼠一般去觅取，土地没有用处；我的住处，要选在那无人岩窟之中，房屋也不需要。要知道，纵然你能领有整个南瞻部洲，到了死时，还是要抛弃的。所以，现在舍得抛弃财产，今生、来世都可得到安乐。因此，我现在的行径，就完全与常人相反。这下，不要希望我是个人了。”泽塞道：“那么，你与一切佛徒都完全相反吗？”我说：“那些人一开始心里就充满世间荣华富贵。所做的呢，只是学几部经教文字，自己占了上风就欢喜，别人失败了就高兴。这些现世的想法把心胸填塞满了，只知尽力求财，求名。他们号称佛教徒，只不过是身上穿着黄衣罢了。这样，我与他们是背道而驰的。作法也不一样。除此而外的佛教徒，虽然在教乘法门等外表上显示不同，若是没有上面说的心理和行为方面的差异，那么，事实上我与他们是一致的，再不知还有什么相反之处。我说相反，是指和我在事实上不一致者而言。”泽塞又说：“可是，你外表的打扮比乞丐还难看。这样的佛教徒，过去尚未见到过。这又是什么大乘的打扮呢？”我说：“这是一切乘中最上乘，名叫为求即生成佛让‘八法归风乘’<sup>(3)</sup>，我这打扮就是这个乘的打扮。”泽塞说：“正如你方才所说一样，你的打扮和行事，同他们的完全相反。无论怎样说，总有点不像佛法；若同样是佛法的话，还是他们那种好。”我说：“我不喜欢你们世人所喜爱的佛教徒。即使是和我在事实上一致的佛教徒，即那些身穿红黄色袈裟的人，似乎也稍染八风。即或没有沾染，然而就成佛来说，他还有快慢之分。此中有不可思议的道理，你不懂得。要是可能的话，你最好也来修持佛法。若不能，土地房屋的处理办法就照我刚才说的办吧。”泽塞又说：“我不要你的土地房屋，可以给你的妹子吧。”我也要学佛法，但是，像你这样我做不到。”说完便

走了。

那以后，姑母听说我并不看重土地房屋，过了几天，她想，据说他在遵照师教修行，且去试试，看能不能把那地弄到手。于是，她拿着酒肉等礼物，到我这儿来，对我说道：“那天，我真是糊涂！侄儿，你是佛教徒了，请原谅我吧！这下我替你种地，送给你粮食，好吗？”我说：“那么，姑母，每月送我一克青稞磨成的糌粑，其余的收入归姑母。土地就交给你好了。”姑母说：“就照那样办吧。”按照议定的办法，她给我送了两个月的食粮。一天，姑母来了，说道：“人们都说，种了你的地，你的护法神要作怪。你不会放咒吧？”我说：“这只会是善功，为什么要放咒？姑母你尽管耕种，按月给我送口粮好了。”姑母说：“那么，侄儿，你不介意，我也放心了。但是，你要起个誓。”我不知道她心中怎样盘算的，但是，让人家高兴，也是佛法。我便发誓。她果然很喜欢地回去了。

此后，我便勤奋观修。但我身上连乐暖妙德都没有生起。正想该如何是好时，一天晚上梦着开垦一片荒地。由于地太硬，不能开垦，正想作罢，忽见马尔巴尊者从天空来了，向我说道：“徒儿，要勤恒精进，努力去开垦吧！荒地虽坚硬，终究是能够开发的。”说罢，师父便在前领着我开垦，荒地终于开垦出来，长出很好的禾苗。梦醒了，心里非常高兴。但想到梦是习气迷乱所成，即使是愚者也不特别相信它。我未必比愚人还愚吗？又想到：这也可能是由于勤奋，用功观修，生起了功德的预兆吧？这样一想，又高兴起来。于是，我唱了一首回忆梦境意义的歌：

“启请大恩大德的主尊，  
加持乞人我能长住山林。  
因，是完全平等性的土地，  
道，是与土地配合的坚信正法的水和肥。

播下纯洁无垢的心的种子，  
竭诚祈祷的声音如苍龙飞腾，  
降下不费气力的加持甘露。  
在同心合意的这犍耕畜上，  
套上方便和智慧之犁，  
由无邪念的士夫，  
专心一致地把犁头扶住。  
奋发不息地加以鞭策，  
搅翻五毒烦恼的荒土。  
拣出自心的恶性石子，  
真诚不二地中耕除草，  
从业果真实的穗上，  
把美好的解脱之果实刈割。  
运用善巧教授所获之果，  
装满没有定准的粮库。  
空行所炒磨的食中之胜，  
就是供我修行的食品，  
这就是梦境所昭示的道理。  
这还只是空论还未实行，  
只有一点表示不能悟省。  
希望那些想修菩提的人，  
坚定信念去修行。  
经过磨难而奋发精进，  
功夫到家罕有的道行也可修成。  
愿修菩提的有志之人，  
在修道中一帆风顺！”

唱完歌以后，我正想到扎迦达苏去修行时，姑母来了。送来

三斗青稞磨成的糌粑，一件破烂的皮披风，一件好衣料，以及酥油和牛油混合的饮食。她对我说道：“这些东西，作为侄儿你卖地的代价，请你往我们看不见、听不到的地方去吧。此外，本乡的人都对我说，当初闻喜是那样害了我们，现在，你又这样敬重他，还想把乡中剩下的人都害死吗？我们要将你俩都杀了。侄儿，你最好离开本乡逃往别处去。假若执意不去，杀我到未必，至于你被不被杀，恐怕是勿须怀疑的吧！”我想，乡中人决无此话，这点我是了解的。假若我不是依教奉行，我并未发誓说夺了我的土地我也不施咒术的。何况瑜伽者的盟誓，是如梦如幻的。我就在你脚底下施咒术杀死你也是轻而易举的事。但是我不这样作。若无憎恨的对象，那么需要对谁修忍辱观？<sup>(4)</sup>假使我今夜死了，不但土地，就是这一切都没有用。佛说成佛的方法，以忍耐为最重要。姑母就是我要忍让的好目标。能促使我与无上妙法相遇，都是姑母和叔父的恩德。他们对我有如此大恩，为报恩故，应常常为他们祈祷，愿他们将来成就佛果。为了今生报恩，不但把土地给她，就连房子一起送她也是可以的。想过以后，便把我的想法告诉姑母。我说：“我修菩提，除上师的教授外，别的什么对我都没有用。不但土地，连房子姑母也一起拿去吧！”于是，我又唱了这样一首歌：

“仗主尊上师恩德我得游山林，  
乞儿我的苦乐只有你最知情。  
因轮回世间的业的困扰，  
受困者断送解脱之命。  
世人耕耘的是罪恶的业。  
谁造它谁将去恶道受苦辛。  
亲友情谊其实是魔鬼的城堡，  
谁去建造谁将堕入火坑。”

储存的钱粮其实是他人之物，  
它只能把敌人资助。  
茶酒娱乐是剧毒水，  
饮之将断送解脱之命。  
姑母给的买地钱本是悭吝物，  
受了会投生于饿鬼之城。  
姑母所说的都是嗔怒的话语，  
说了则说话听话双方都有损。  
我的土地和房屋，  
姑母你只管拿去请放宽心！  
让闲言闲语在佛法面前消失，  
神言以精要去修行，  
魔鬼的言语要用悲心去制伏，  
罪恶的言词让它随风散尽！  
我的誓言是向往上界天庭。  
至尊，不动佛的自体大恩师，  
请加持乞儿我能长住山林！”

我唱完这支歌后，姑母说：“侄儿这样做，真不愧是个好佛教徒。值得称赞！”于是欢欢喜喜地去了。由于这些纠缠，使我生起很强烈的厌世之心。完全断了对房屋、土地的留恋后，我的心才较为坦然。此时，我心中重又生起一个念头：决心履行当初发誓要到扎迦达苏去修行的心愿。我住的这个岩窟，因为是起始修习禅定之处，后来便名为岗楚浦<sup>(5)</sup>。

次晨，我背着卖地所得和一点点剩余物品，在谁也不知道时，悄悄地往扎迦达苏走去。达苏有一个很安适的岩窟，我就住在那里。铺上一个结实的小软垫，作为卧榻。自己立了一个不往村落去的誓言：在我未生起殊胜证悟之前，就住在此山中，纵然

饿死，也不为讨布施、赶经忏自我倒霉地下山；纵然冻死，也不为寻找衣服而下山；纵然寂寞苦闷而死，也不为寻求热闹逸乐而下山；纵然病死，也不为寻求一剂药物而下山。不为谋求今生事务，妄动这个身体，要心语意三业全不散乱，一心修习佛道。祈请本尊上师加持，使我的誓愿实现。空行护法们，请你们成全我这誓愿！我若违此誓言，与其留着这不修道的人身，不如一死为好。因此，请守誓海众，当我违背誓言的刹那间就夺去我的生命！请本尊上师加持，赐我来世能事佛修道的人身。我这样祈愿以后，又唱了一支发愿立誓的歌：

“主尊那若巴法嗣的解脱道，  
加持乞儿我能长住在山林！  
愿我不受魔世界的繁华引诱，  
使三魔地的定力大增。  
愿不贪恋寂止的池塘，  
使胜观的花朵茂盛。  
愿不满足于有广行<sup>(6)</sup>的繁忙，  
求无广行的叶瓣繁盛。  
愿在禅室中专心一致，  
得证悟的果实丰盈。  
愿魔类的作障不能得逞，  
而能生起定解之心。  
愿方便道<sup>(7)</sup>中不生犹豫，  
使儿子能将父业继承。  
主尊不动佛本体大悲者，  
请你加持乞儿我能常住在山林！”

发愿以后，便坐下观修。我吃的只靠略有点糌粑粉末的野菜

稀粥。因此，心虽已得到大手印<sup>(8)</sup>的自信，但是身体衰弱，不能控制气息。身上全未发生乐暖，感到异常寒冷。于是，便一心祷请上师。一天晚上，在入定的光明境界中，见到很多妇女，围了一圈，摆了一个很盛大的集轮会供。说是马尔巴师父派遣来的。她们说：“喂！米拉日巴，若未生起乐暖，马尔巴师父说，应用调整三业的方便，照这样的做法去作才合适。”说了遂教我幻轮拳法而去。这有三个要诀：一个是“六灶诀<sup>(9)</sup>”，用端直坐法的窍要，寻找身中的安乐；一个是“印诀”，用命勤风息<sup>(10)</sup>的窍要，寻找语中的灵机；一个是“蛇诀”，用自然解脱的窍要，寻找心的松缓状态。我照这样修习后，果然身中生起较好的乐暖。此后，大约修了一年，便想出洞去散散闷。正要举步，忽然很清楚地记起从前的誓言。于是，我又唱了一首鞭策自己的歌：

“大金刚持马尔巴师尊，  
请加持乞儿我长住在山林！  
米拉日巴你这奇怪的汉子啊，  
须琢磨唱那种有益于自己的歌声。  
身边没有向你讲亲切话语的人，  
心想看看热闹，但却无处行。  
要想排解苦闷，但却没有可能。  
快莫乱想，赶快安静，  
胡思乱想会生出种种坏事情！  
不可放逸呀，意念要坚定，  
放逸，功果将会像风卷残云。  
不能走动呀，要端坐禅林，  
走动，谨防石子撞着脚跟。  
不能贪闲呀，仍须埋头苦修行，  
贪闲，会白白把时间耗尽。

不能贪睡呀，应当勤奋修行，  
贪睡，五毒的烦恼会缠身。”

自己鞭策了自己一番以后，我又不分昼夜地勤恳修习，功夫又渐渐增长了。这样又过了三年多。在这里每年一斗糌粑粉的指望，最后也落空了。我心想：如果生活的来源一点都没有了，可能对生命有危险。又想到世间凡夫，如果得着一钱、两钱的金子，便欢喜得不得了；要是失去了，那种苦恼是无法言喻的。若这样来比较，那么，在未修成佛时便舍弃人身就不应该了。因为，纵然黄金充满这三千大千世界<sup>(11)</sup>，也不及这修佛之身宝贵呀。可是又想，与其违反从前誓言，倒不如在未修成前死了的好。究竟该怎样才对呢？又想我不是白去村落，是为了修道去的。或许这不能算违背誓言吧。还是得去找一点修苦行时吃的东西。想罢，我便向扎迦方向走去。这里日光和煦，河水甘美，还长着很多的荨麻，是一个眼界极为开朗又使人非常心安神静的地方。于是，我便搬到这里住下，以荨麻为食，仍继续修道。因为我外无衣穿，内又根本没有糌粑和其他养料，身体枯瘦得如骷髅一般，肤色如荨麻一样，毛孔中长出绿油油的毛来。师父曾赐给我密封纸卷，我只用手接触过一下，便一直放在枕上供着。因为什么吃的都没有，肚子不舒服，不断噎气，想拆开密封纸卷看一看。可又得到启示，认为暂时还不到拆开的时候。于是只好作罢。这以后大约又过了一年。一天，有几个吉隆的商人打猎来到了我的住处。最初见到我便叫“有鬼！”吓得转身就跑。我告诉他们我是人，并且是修道的人，向他们介绍了我的种种情形。他们说：“噢！恐怕不是，且去看看。”于是重又回来把岩洞周围巡视了一遍，问我：“你修道的粮食藏在哪里？借点给我们，以后重重偿还。若是不借，便把你杀掉！”说着便对我进行威胁。我说：“我的食物，除了荨麻外，什么也没有。要说有，是抬着行

者的<sup>(12)</sup>，是不怕抢走的。”他们说：“我们不抢你。抬着行者会怎样呢？”我说：“会有福德。”一人说：“好吧，就抬起来。”他用两臂将我举起，在地上来回地撞碰。我这修行过苦行的身体，也被碰撞得疼痛万分，难于忍受。心里无比悲怆，不禁流出了眼泪。旁边坐着一个没有参与这场恶作剧的人对他们说：“喂！他可能是一个很好的佛教徒。我们欺负他一个这样憔悴的人，也算不得好汉。我们腹中饥饿，又不是他造成的。不要那样！”又对我说：“了不得，大瑜伽士！我未曾冒犯你，请你为我们祈祷加被。”其余的人也说道：“我们也抬举过你，请也加被我们。”又一个说：“除了加被的方法不同而外，是肯定要加被的啊！”说了便哄笑而去。那时，我虽未想过对他们施放咒术，但他们却受到了三宝的惩罚：听说那些猎人被官府捉住受了处分，那个最凶恶的被杀掉了；除了说不要对我那样做的那人外，其余都被挖了眼睛。

又过了一年，所有的衣服都破烂了，姑母作为地价款给我的破烂皮披风，还剩些破片；还有些空糍粑口袋和布衣服，我想缝缀起来作坐垫的垫衣。但又想到，倘若我今晚死了，缝来又有何用，到不如赶快修法的好。遂打消了这个念头，只把那块烂皮披风当坐垫铺上，尽量使之能遮掩下身。那口袋破片，就作为肩帔，那布则按需要分派用场。可是，那布已经腐朽、不能穿用了。我实在太不经意了，想补缀一下，但又找不到针线。那布叫“马兰草穗子”，可作成三块。这样一来，上身、下身、腰部三处可以各得一块。我把它撒开后，分别挽上结子，用腰带结上拴起来。这样，白天将就过得去。晚上把烂披风及破口袋布片尽量铺开作为被盖，苦度寒夜。这样，大约又修持了一年工夫。一天，听见人声嘈杂，定睛看时，只见几个猎人带着很多肉到了岩洞门口。他们看见我便喊：“有鬼！”先来的人吓得掉头就跑。后面的人说：“大白天，哪来的鬼！好好看一下，还在不在？”又听人

说：“还在呀！”走进来的老猎人也有些害怕的样子。我说：“我不是鬼，是在这山中修道的行者，因为没有吃的，身体成了这个样子。”我这样把经过详情告诉了他们。他们说：“让我们看看真假如何。”于是，同进洞来。看见洞里除了荨麻外，别无他物。大家这才相信了。他们把很多肉和剩余的口粮、糌粑等送给我，说道：“这样修行，实在了不得！请你把被我们杀害了的那些众生超度一下，给我们赎赎罪吧！”他们一起恭敬顶礼而去。这时，我心中感到欢喜。这下又有人吃的食物可吃了。果然，煮肉吃了后，身体安适自如，精神饱满，神智很清楚，功夫也大为进步，生起了空乐的美妙内证，与从前大不相同了。这使我想到了：供养住在城市的任意享乐者一百种东西，不及供养坐山林的一点酒食的福报大。这些肉我节省着吃，但后来肉却长虫了。想把肉虫拣开再吃，但又想到，我已无福受用这些肉，去抢劫这些虫的应得之份，即使再好吃，也不应该。于是，我就让虫吃肉而我自己仍然去忍受困苦吃荨麻。

一天晚上，有一个人认为我有财物，便进洞来搜寻。我不禁失笑道：“我自己在白天尚且找不出东西，看你黑夜还能找出什么来？”那个人也笑着走了。

以后大约又过了一年时光。有一天，几个江安寨的猎人，没有打着野兽，来到我这里。我穿着那所谓“马兰草穗子”的三块布正在入定。他们便用弓指着我问：“你是人还是鬼？你的相貌和衣着，无论怎么看，都像一个鬼。”我苦笑着答道：“嘻！我人倒是人哟！”他们认出了我的齿斑，就问：“噢，你是闻喜吗？”我说：“是的。”他们说：“好吧，今天请你借给我们一点吃的，以后加倍还你。当初你回乡，我们听说过。这又过了很多年了。从那以后，你都一直住在这里吗？”我答道：“是的，是的！可是没有你们可以吃的东西。”猎人们说：“你吃的什么给点就行。”我便说：“好！那你们就生火煮荨麻吧。”他们生起火，煮上荨

麻。又说要点油，我说：“若是有油，那食物就有营养了。我呢，没有油已过了多年。撒点荨麻当作油吧。”他们又说：“那么要点土碱。”我说：“若有土碱，那食物就鲜美了。我呢，没有这个也有好些年了。撒点荨麻当土碱吧。”他们又说：“那么，无论如何，盐总会有吧。”我说：“若有盐，那食物就有滋味了。我呢，没有这个也有数年了。也撒点荨麻当盐吧。”他们感叹道：“你这衣物实在只有一点影子；你大概也只有这点能耐了吧。你是男子汉大丈夫吗？！给人当奴仆，也可以得个温饱。世上像你这样没有本领的可怜的人再也找不到了。”我说：“你们不要这么说，我是得人身者群中的最宝贵者。我既亲近了像洛扎马尔巴这样的大译师，又得到一生即身成佛的教授。在寂静山林中，舍弃了今生的一切专心修道，去求达到人生的终极目标，对于衣食名声，甘愿吃亏。我要即生就把那烦恼仇敌制伏，因此，世人中除我有这样的勇气和志向外，恐怕再也找不到一人了。然而，像你们这些生在佛法昌明地方的人，莫说修行，就连去听法的想法也没有。只追求那去地狱的最深处和受最长时期的苦的办法，而为此去一升一合地造积罪过，到头来只能积成大罪恶。我呢，不但将来可得到永久的安乐，目前就已经有了获得安然自在的把握，请听我的歌吧！”说着，我就唱一首五乐之歌：

“向恩师马尔巴大师顶礼！

请加持我能把今生逸乐抛弃。

扎迦达苏有个伍玛宗，

在伍玛宗的城堡上，

藏地瑜伽士日巴我，

抛弃今生衣食享用，

苦修习为能成圆满佛。

一为下有结实的坐垫而安乐，

二为上有尼泊尔的木棉衣而安乐，  
三为有抱膝禅定带<sup>(13)</sup>而安乐，  
四为有饥饱适中的幻化躯<sup>(14)</sup>而安乐，  
五为有抛去了情识的本性而安乐。  
我无不乐故安乐，  
请大家也这样去求安乐。  
若无修法的机缘，那么，  
——我为了自他一切众生，  
刻苦修持为求终究安乐，  
你们这怜悯实在不妥！  
斜阳已经西下，  
请你们各自转回程。  
人生短促何时死去说不定，  
为了修成圆满佛，  
我没有说空话的闲情，  
抓紧时间打坐要紧！”

我唱完后，他们都说：“你说了这一大篇安乐的话，你很安乐，嗓子也很好使，我们固然可学你那样，但何必呢！”说完就走了。

江安寨每年都有一次印小泥佛塔的会期，赶会期间，曾经遇到过我的那些猎人，都同声唱起我的五乐之歌。刚好白达也行乞到了那里，听了这支歌，她说：“说这样话的人，一定是一个佛菩萨。”猎人中有一个便说：“哈哈！姑娘，你自己称赞起你的哥哥来了。”又一个说：“不管是佛也好，是众生也好，这是你哥哥饿得要死时的挽歌。”白达听后，嚎啕大哭说：“我的父母早死，亲旧成仇。哥哥流落异乡，不能相见。何必捉弄我乞女寻开心呢！”她正在那里难过时，泽塞也来了，向她说：“不要哭了，也

许是你的哥哥。前次我曾经见到他。你可往扎迦达苏去，看他还在那里没有？若是在呢，我俩同去看他吧。”白达想这话有理，就带上乞讨来的一桶酒和一小罐糌粑、粥汤等混合的食物，来到扎迦达苏。到了洞口向里面探看，看见我这苦修折磨的身体，双目深陷，一根根骨头突起老高，肤色发青，枯瘦如柴，肉和骨头好像要分离的样子，皮肤上长了很多绿茸茸的长毛，头发蓬松得叫人悚然，手脚等细得快要断了似的。猛然一看，疑心见了活鬼，吓了一跳。她曾听说过：“哥哥饿得快要死了！”想到这句话，不禁怀疑起来，就问道：“你是人呢还是鬼？”我回答说：“我就是米拉闻喜呀？”白达听出了我的声音，便进洞来拉着我，喊着“哥哥！哥哥！”一下晕倒在地。我认出是妹妹白达，心中又喜又悲。急忙想办法使她苏醒。不一会白达醒过来了。她把头放在我两膝之间，用手捂住脸悲痛地嚎啕起来，大声数说道：“母亲在想念你的痛苦折磨中死去了，没有别人来照顾。我自己苦不堪言，在家无法生活，只好漂流异乡乞讨。我想你多半是死了。若是还活着的话，可能是比较幸福的。谁知你的遭遇竟是这样！妹妹我的遭遇也是如此！这世上比我们兄妹二人再苦的恐怕没有了吧？”说着便爹呀娘呀地嚷着大哭起来。我百般安慰她，她都不肯听。我心中也十分难过，就给妹妹唱了这首歌：

“向一切主尊上师顶礼！  
请加持乞人我能长住在山林！  
妹子怀着世俗之情，  
其实一切苦乐都是无常。  
只有能承受我这样的苦痛，  
才能有永远的安乐。  
所以，请你听听兄长的歌声：  
我为报答众生父母恩，

才走入了如来法门。<sup>(15)</sup>  
看我的住处如野兽巢穴，  
他人见了都会憎恨；  
看我饮食如猪狗食一样，  
他人见了会恶心；  
看我的身体如骷髅，  
即使仇敌见了也会珠泪滚滚；  
看我的行径如狂人，  
使妹子你也惭愧和灰心；  
可是看我思想却如真佛，  
如来见了也高兴。  
座下石板冷冰冰，  
能激发皮肉生勤奋。  
体内都有了荨麻本性，  
青青的肤色不会变更。  
在荒旷无人的岩窟中，  
我厌世之心无穷尽。  
三世如来大上师，  
我心与之不离分。  
凭我勤奋的修习力，  
必得善果生验证。  
假若能把验证生，  
今生安乐自来临，  
来世定能成佛身。  
所以白达好妹子，  
不要失望太伤心。  
为了佛法请修苦行！”

我唱完后，白达说：“这样固然很好。恐怕不会是真的吧。即使是真的，但别的佛教徒却没有这样。别人虽然有点和你相似的作法，但像你这样苦修的，我没有见过。”说着便将酒食取出给我。我吃完后顿觉心中清明。那天晚上，修炼功夫时得到很大的助益。次晨，白达去后，身上感到从来未有过的痛苦和欢乐两种刺激，心中也出现种种善与不善的征兆。我仍奋力修持，结果没发生什么好歹。又过了几天，泽塞带了很多干肉、陈酥油和上好的糌粑以及酒，同白达一道来看我。刚碰上我去取水。因我身上没穿衣服，她俩看见我这青苍苍的身子羞得不敢抬头，难受得哭了起来。后来，她们把酥油、肉和糌粑给我，并给我斟上酒。喝酒时，白达说：“哥哥，不管从哪方面看，你连人的名字都不配。请你去化点斋，吃点人的食物，我尽力设法再弄一件衣服来供养你。”泽塞说：“无论如何请你以募化为生，我也决定要供养一件衣服给你。”我回答说：“我何时死，没有一定。募化求生，不但没有闲暇，也没有意义。我纵然冻死，为了法，也死而无悔。我正拼命励精求道。专门为了追求精美的饮食，穿着华丽的衣服，去会聚亲朋，纵情酒食娱乐，非吾所愿。我不要你们的衣服，也不要谁来。你们的话我不听，也不去化缘。”白达说：“那么，哥哥，你的心愿要如何才能满足呢？难道还要比这更苦就满足了吗？也许是没有办法的了。”我说：“比这更苦的是那三恶道。受那不可思议的苦恼、想法追求这样苦的众生多得很！我的志愿是只须如此便满足了。”于是，唱了满足志愿的这支歌：

“启请至尊上师，  
加持乞人能长住山林！  
我快乐，亲眷不知道，  
我愁苦，仇人看不清。  
若能死在此山中，

瑜伽者的志愿就完成。  
我老了，伴侣她不晓，  
我病了，妹子她不闻。  
若能死在此山中，  
瑜伽者的志愿就完成。  
死去了，没有人知觉，  
尸腐烂，也见不到吃它的鹰<sup>(16)</sup>。  
若能死在此山中，  
瑜伽者的志愿就完成。  
腐肉为蝇蚋吮吸，  
枯骨为虫子所吞，  
若能死在此山中，  
瑜伽者的志愿就完成。  
我的门前无人迹，  
我的穴内无血痕，  
若能死在此山中，  
瑜伽者的志愿就完成。  
尸旁无人来祭奠，  
临终无人放悲声，  
若能死在此山中，  
瑜伽者的志愿就完成。  
我去何处无人问，  
到这里亦非归程，  
若能死在此山中，  
瑜伽者的志愿就完成。  
愿在这旷野岩窟中，  
乞人我能够寿终正寝！  
我愿以此去利益有情，

能如此我的志愿就完成。”

我唱完后，泽塞说：“你最初的谈话和现在的行为，果然一样，实在难得呀！”白达说：“哥哥，你虽如此说，但是连吃的和穿的一点也没有，我的心中实在过意不去。我一定去尽力为你弄件衣服送来。你生活好一点，道果也不会跑掉。你是不会去募化的，如果不去募化，后果那就一定会如你想的一样，在这山中无人来照应，你会受苦而死的。要是不死的话，我一定尽力去弄一件衣服送来。”说完她俩就去了。我吃了好食物，身中快乐和痛苦的刺激使意身<sup>(17)</sup>境界大振，以至于不能观修。我想，不能观修，会不会是生了大障碍？于是，将师父所赐的秘卷，启开一看，里面写着有关除障碍得益的精要和把过患转为功德的秘诀，尤其是秘卷中有在此时期要全靠好饮食等语，由于我过去精勤修习的力量，本来快要摄界归脉<sup>(18)</sup>了，可是因为食物太坏，未能出现。这样我才明白要多少喝上一点白达送来的酒，吃点泽塞送来的食物才行。然后，就对秘密纸卷中说的身要、风要<sup>(19)</sup>和许多观想进行刻苦修习。于是全身细脉脉结<sup>(20)</sup>都开解了，继而解开脐以下中脉的脉结，生出乐、明、无分别的境界<sup>(21)</sup>和从前所听到过的说法相同。实际上，其中甚为奥妙坚实，得到特别不同的殊胜的证德，符合了化除魔障和把诸过患都转为功德的密示，分别的执取<sup>(22)</sup>均现为法身。因此了悟到：总之，生死涅槃等一切法皆是缘起；万法的根本是这个自心，它是不落方所的；若为邪见道所引的缘起，其果则是轮回；为殊胜心道所引的缘起，其果则是涅槃。此二者的本质为空性光明，那是确定无疑的。尤其了悟到：这次心中所生功德，是以过去的修持为因，以美好的食物和甚深要诀为缘起，由此因缘产生的结果。所以，以妙欲为道的密乘方便，是特殊不共之道。由此，引来了信念。我了悟到白达和泽塞二人对我也有很大恩德，因此要以所修作为报答，以其

善根回向善提。想后，唱了这首缘起心要歌：

“向洛扎玛巴大师顶礼！  
请加持乞儿我能长住山林！  
善良施主积攒福德，  
造成了能成就二利的缘起。  
难得却易坏的人身，  
有了食物才能生存。  
地上生长的谷物果实，  
天上降下的雨露甘霖，  
这二者是有益于众生的缘起，  
圣法则是这缘起的核心。  
父母养育的幻身，  
师父传授的甚深教授，  
这二者是修习圣法的缘起，  
坚定勤奋则是这缘起的核心。  
荒无人烟的岩窟，  
心口一致的善行，  
这二者是达到随欲能得成就的缘起，  
离言空性则是这缘起的核心。  
米拉日巴的艰苦修行，  
三界<sup>(28)</sup>有情的敬信，  
这二者是产生利生事业的缘起，  
悲悯则是这缘起的核心，  
岩窟苦修的大行者，  
供养行者的施主们，  
这二者是同一成佛的缘起，  
回向则是这缘起的核心。

良善上师的慈悲，  
优秀弟子的坚韧，  
这二者是住持佛教的缘起，  
三昧誓则是这缘起的核心。  
迅速得到加持的秘密灌顶，  
敬信而虔诚祈请，  
这二者是能很快遇合的缘起，  
吉祥则是这缘起的核心。  
主尊，不动佛本体金刚持，  
乞儿的我苦乐只有你最分明。”

我这样唱完后又勤奋观修。于是，在白天，出现了觉得自身能够随欲变化，乃至飞腾空中种种离奇的神变境界；在晚上，梦中现出大光明境界，直照彻三有上下，毫无遮障。我能漫游其中，身心能变出百种不同之形象。每一个变幻成的身体，能往一佛土听佛说法，又能为无量众生说法。我的身体能够起火、涌水等等，出现了种种无法思议的变化。这时我心中甚为欢喜，勇气大增。就在这很快乐之中，我努力修持，后来真能在空中飞行。有时便飞到闵秋<sup>(24)</sup>宗去修习。生起的拙火定的乐暖比过去更大大不同了。有时我又飞回扎迦达苏。在达苏附近有一个小地方，名叫隆达。在那里有从前死于倒屋下的叔父儿媳的哥哥父子两人。那时，儿子在拉犁，父亲掌着犁头正在犁地。儿子看见我在空中飞行，惊呼道：“爹爹，看！好奇怪呀，人飞来了！”他的父亲也放下活儿来看，说道：“有什么奇怪好看的！这可能是那个泼妇娘查迦坚的儿子——骗子米拉，肚子没有吃饱的那个坏蛋。不要让你的影子从我们头上掠过。拉你的犁吧！”父亲怕影子掠着他，便把头和身体歪在一边。儿子又说：“只要能飞，坏蛋又怎样？！还有什么比人能够飞的事稀奇？！看呀！”他仍旧仔

细地看着。于是，我心中思量，现在，我可以作佛事，能利益众生了。我正想要作时，忽然本尊现身指点我：“今生你主要应遵师教修习，取得成就。这是没有比维护佛教和造福有情更为重要的事情了。”因此心中了悟到，若今生修行一世，也可为未来有善根的士夫舍命修法作殊胜的榜样。这对佛法和众生都有更大的利益，于是决心仍去修行。但又想到，我很早便住此地，现在时间已久。对所来之人，我又曾多次失口夸讲道法。尤其得到验证后，这飞腾空中的事，也被人看见了。现在仍住在这里，对于消除世间恶缘，如愿修行等，恐怕会遭到天魔和世间八风的障碍，于修行不利。我要照上师指示的道场，到曲洼修行去。我把煮荨麻的罐子背在背上，就从扎迦达苏出发。我因长时间打坐修行，衣食恶劣，双脚长了老趺，刚走到洞边就碰着石头滑倒在地。罐子的绳子断了，滚了下来。我想拾起来，但罐已破碎。破罐里剩下的荨麻残渣，结成和罐一样圆圆的一团，绿绿的。这使我想起佛说“一切有为，都是无常”的教导，知道这是在鼓励我修道，真正稀奇，使我产生出离之心。于是，作歌道：

“罐，刚才在手转瞬完蛋，  
一切有为都和此例一般，  
用来比喻暇满人身更自然。  
故此，我米拉瑜伽士，  
要努力修持不散乱。  
这罐子是我全部财产，  
今天破了，是上师出现，  
它给我宣说诸法无常，真正稀罕！”

正在唱歌时，有几个猎人到我这里来打尖，对我说：“瑜伽士，你的歌声很清脆。你把罐子毁了。用这荨麻结成的罐子来干

什么？你全身发绿，如此憔悴，这又是为什么？”我告诉了他们我身体消瘦的原因，他们听后说道：“可了不得呀！那么请来吧！”我便前去和他们一块儿打尖进食。在进食之际，有一个少年猎人对我说：“我看你这个人还伶俐，与其这样受苦，不如去做世俗人。搞得好，则可乘坐如幼狮一般的骏马，佩带如棘刺般多的宝剑良弓，征服自己憎恨的仇敌，积聚钱财享受，保护所爱的亲友，会使你快乐无穷；要不然，就去经商，也可出人头地，乐在其中；再不然，就去给人作奴仆，也可享受点好衣好食，比你这样身心受苦要快活得多呀！你以前不明白，那么，现在就这样干吧！”又一个年长的说道：“他像是位很好的修道行者之类的人，我们这世俗的话，他决不会听的，你闭嘴吧！行者，你的嗓子很好，请你唱一首对我们心灵有益的歌吧！”我说：“在你们看起来，我像是很苦，很苦的。其实，这世间上像我这样快乐、明白、想得透彻的人再也没有了。这是你们所不理解的呀！我有你们所认为的上等人那样的快乐，你们听吧！”于是，我唱了这首瑜伽跑马之歌：

“向恩师马尔巴顶礼！  
在我自身这深山炼若中，  
有胸腔这佛殿一栋，  
它中间那三角形心脏的正中，  
心的骏马急驰如风。  
捉马，用什么样的套绳？  
拴马，用什么橛钉？  
饿了，给什么饲料？  
渴了，用什么水让它饮？  
冷了，饲养在什么马厩？  
捉马，用无二<sup>(25)</sup>的套绳，

拴马，用三摩地<sup>(26)</sup>这桩钉。  
饿了，饲以上师的教授，  
渴了，饮以正念的流水，  
冷了，饲养在空性<sup>(27)</sup>马厩。  
装上方便和胜慧<sup>(28)</sup>的鞍鞴和辔头，  
拴上坚固不变的前后鞅，  
绾上命勤风息的丝韁，  
让觉醒的孩子骑上。  
戴上大乘发心的头盔，  
穿上闻、思、修三慧的修长铠甲，  
背负忍让的小盾牌，  
手持正见的长矛，  
心中插把胜慧宝剑。  
把那能为万物本源的柔竹取直，  
再去其烦恼的弯曲，  
束上四无量心的翎羽，  
贯入锐利胜慧的箭镞。  
在空性的弓弦上，  
把甚深方便的箭筈搭妥，  
把以寻计程的箭射入广大双运<sup>(29)</sup>之道，  
射向一切佛的刹土。  
射中时，应射中虔信之徒，  
丧命者，应是我执恶魔。  
就这样，烦恼这仇敌被征服，  
六道众生这亲属得保护。  
跑马，是驰骋在极乐之土，  
追逐，是追求的佛位正觉。  
驾而下，断了轮回根本，

驾而上，到达菩提大陆。  
马这样跑才得成佛，  
请看与你们的快乐是否相符？  
所以，世间的快乐非我所欲。”

我唱完歌后，他们都产生信仰而去。我又朝着曲洼的方向走，经过北库到了定日<sup>(30)</sup>。我躺在路边看热闹。有几个游玩的年轻女子，穿戴得很漂亮，看见我苦行折磨得瘦弱的身体后，一个说：“喂，看呀！这人好像受尽了苦难折磨。唉！永远不要变这样的人身呀！”又一个说：“可怜呀！看着这个样子实在令人心酸。”我心想，这些无知的众生才可怜。对她们油然而生起悲悯，便站起来对那些女子说：“姑娘们，不要这样说，我不需要你们操这份心。你们即便发愿要投生像我一样，恐怕也投不了呢！可怜，实在稀奇，你们把怜悯和自傲全弄颠倒了。请听我的这支歌吧！”于是我唱道：

“启请主尊大恩师，  
马尔巴师尊把我加持。  
被恶运煎迫的众生，  
除了自己，不看重别人。  
尊重的女子崇拜家庭，  
看重自己之心情如火样炽盛。  
众生之心被摧残堪可怜悯。  
五浊恶世末劫年，<sup>(31)</sup>  
骗子也被视为神灵顶敬，  
伪善比黄金还销行。  
对佛徒却如路旁石子弃而不问。  
无知的众生呀，多么可怜悯！”

你们这些漂亮的姐妹，  
与我贡塘米拉日巴，  
彼此相轻侮，  
又彼此相怜悯。  
若以悲心来较量，  
要看究竟谁得胜。  
针对你们愚昧的胡话，  
我米拉日巴来把教诫申。  
这是以酒来还水，  
也是以德来报怨。”

唱完以后，那个说我可怜的姑娘说道：“哦，他就是叫米拉日巴的那个人。我们太自大了，口中胡说八道的，现在向你忏悔！”说着便开导、劝诫刚才说不愿投生像我一样的那位姑娘。于是，那姑娘把七个海螺献给我。大家都向我顶礼忏悔，并恳求我为她们说法。我便以歌作答，唱道：

“启请至尊大恩人，  
让我宣说正法用偈曲：  
在上界兜率天宫<sup>(32)</sup>，  
有不重实义重权便<sup>(33)</sup>的规矩；  
在下界无热恼的龙宫，  
有不重精义重财物的流弊；  
在中间南瞻部洲的人世间，  
有不重善巧重虚伪的陋习；  
在卫藏四部地区，  
有不重实修重讲说的风气；  
在五浊恶世末劫时，

有不重善人重歹徒的陋习；  
在你漂亮姑娘的眼目中，  
不重我瑜伽行者重俏丽；  
在少年姑娘的耳鼓内，  
法乐不美重俚曲。  
这是我把教诫变歌声，  
对七海螺馈赠的谢仪，  
也是对你们忏悔后的贺礼！”

他们听后都生了信仰而去。我也起身到镇地去。我打听到了曲洼和基浦<sup>(34)</sup>两个地方的情形，就在基浦的马尼宗住下继续修持。在这里住了几月，功夫不断长进。镇地的人们带点吃食来看过我两三次。我觉得在此坐静有点妨碍。现在，在这里住的时间久了，功夫也很有长进。倘若招引人来这里，对于坐静恐有魔碍相乘，必须住无人的荒旷地方去。我正想遵师所嘱到拉齐去。这时，白达把所得到的羊毛存起来，织了一件氍毹<sup>(35)</sup>带在身边，先往扎迦达苏去找我。那儿没有人，她向人们打听，八方寻找。后来听人：“有一位上贡塘的瑜伽士，像一个荨麻虫一样，已从北库往拉堆洛方面<sup>(36)</sup>去了。”她便跟踪而来。来到定日，她看见八日大译师<sup>(37)</sup>坐在高高的台座上，张着伞盖，穿着华贵的绸缎衣服，僧俗弟子吹奏海螺，许多人围绕在他周围，斟茶敬酒，敬献很多供养。白达心想，别的佛教徒有这样的益处，我哥哥的佛法，不但自己吃苦，旁人还瞧不起他，亲友们也只有跟着蒙受耻辱。倘若这次遇见了哥哥，无论如何同他商量，尽量设法使他去做法师的随从。她向在那里赴会的人打听我的下落，听说我在镇地，她便来到镇地。经过询问才找到我的住处基浦。她见到我就说：“哥哥，你的佛法，口里没有吃的，身上没有穿的，羞耻也顾不上。这样实在不行。现在可以用这氍毹做一条裙子。别

的佛教徒，例如叫做八日大译师的那位，他下坐高座，上张伞盖，身穿绫罗，口中喝的是香茶美酒，僧俗弟子们都吹法螺，聚了一大群人，其供养之丰盛更无法设想。这样，不仅亲眷沾光，人前也可以夸耀。这才是一位很好的佛教徒。看他能否收留你做随从？若是肯收留，即使作个地位卑下的扎巴也可以。这样，生活会舒适一些。否则靠哥哥你的这个佛法和我的能力，我们兄妹二人是活不出来的呀！”说罢痛哭起来。我回答说：“白达，不要这样说。你看我无衣穿，装束不整齐，便说不顾羞耻。我的这个东西，本来为人所共有，我自己感到满足，因此才能与法相遇。所以我并不以为羞。尤其是此乃母亲生我时即有，更没有什么可羞。比较起来，那些明知是罪过还无所顾忌，扰乱父母的心，盗取上师三宝的财物，为了满足自己的私欲，不惜用种种欺诈手段，伤害众生的人，害己害人，一切圣贤天人都耻笑他们。因此，这种人在今生、来世才都是可羞的。特别是如对身体也感到可羞，那么母亲生你时，并没有这胸前凸起的一团，那也应当害羞了。你还认为，我甘受衣食方面的损失来修道，得不到财物的享受。不是这样的。总的说来，我因为害怕轮回恶趣的苦恼，产生了有如活人被投入水火中一般的恐怖，所以，当我看到在光怪陆离的世间八法中进行取舍时，就像患呕吐的病人看到饮食一样恶心；又如像看见杀父的凶手一样，心中很不痛快。所以，才避而远之。特别是洛扎马尔巴师父教诲我要远离那光怪陆离的世间八法；要我在衣、食、名声等方面能永远吃亏；要我不固定住处而巡行于清静之所；要我用牺牲一生逸乐的强烈思想和行动，竭尽全力修行，以取得成就等等，所以我秉师教而行。由于我谨遵师命进行修持，这就不但使自己身边少数有情今生能够得到安乐，还能使自他一切有情，有朝一日得到长远的安乐。因为何时死去没有一定，故把今生的事务、世间八法、荣华富贵等通通都抛弃了。要是想做，不要说做八日大师身边的一个卑下的侍者，

就是如他本人一样我也行。我是立志于今生成佛的，所以只着意认真勤修。现在，白达，你也舍了世间八法，跟随哥哥一道往拉齐雪山去修行吧！若能舍去八法修道，今生来世，都有快乐之日来临，你听哥哥的歌吧！”于是，我作歌道：

“主尊三世如来，有情的怙主，  
加持弟子我和你一样，  
不受世间八法玷污。  
特向马尔巴译师膝前俯首。  
被今生贪欲困惑的白达妹呀，  
且听愚兄为你唱一曲：  
一是上面有放光的伞盖金顶，  
二是下面有绫罗的伞帷，  
三是中间有孔雀彩屏一样的伞肋，  
四是有红苏木的伞柄，  
要受用这四种排场，愚兄非不可能，  
因属八法障蔽，故兄弃而不问。  
抛弃八法，快活之日才会来临。  
白达妹子呀，快把八法抛尽！  
舍了八法，投奔山林，  
我们兄妹同往拉齐雪山行。  
一是有白色海螺声声，  
二是有善吹螺号的巧舌之人，  
三是有绫罗的结子装饰，  
四是有随侍左右的众多沙门。  
要受用这四种排场，愚兄非不可能，  
因属八法障蔽，故兄弃而不问。  
抛弃八法，快乐之日才会来临。

白达妹子呀，快把八法抛尽！

舍了八法，投奔山林，

我们兄妹同往拉齐雪山行。

一是有世间村头的别致小庙，

二是有口若悬河的新的法师，

三是有煎汉地香茗的炉灶，

四是有活泼伶俐的仆役小僧。

（“要受用这四种排场”……以下六句同前）

一是有占卜、禳解等法事流行，

二是有男女会首善于钻营，

三是有饱口福而兴办集轮会供，

四是有女弟子会唱欺骗信徒的动听歌声。

（“要受用这四种排场”……以下六句同前）

一是有宽敞豪华的邸宅可住，

二是有肥美的良田可耕，

三是有用怪吝积攒的财物享用，

四是有前呼后拥的仆人一大群，

（“要受用这四种排场”……以下六句同前）

一是有高头大马，

二是有珠宝镶嵌的华丽雕鞍，

三是有武士造罪用的腰刀和弓箭，

四是有御敌卫己的业绩惊人。

（“要受用这四种排场”……以下六句同前）

若不真心抛弃八法，

去到那拉齐雪山岭，

而被亲人的感情束缚，

这今生的虚名将把善功葬送干净。

在生之人何时死亡没有一定，

趁闲修行不容推迟少顷，  
不敢放逸要努力修行，  
师父的教授使我耳聪目明，  
修那有益的教授，  
是为了得到解脱而进入极乐之境。  
为此，必须到拉齐雪山去修行。  
妹子你对八法应善取舍，  
若是一升一合地慢慢积攒罪孽，  
难免在三界轮回中流转，  
特别是会陷入三恶道中受难。  
若怕遭轮回之苦，  
就抛开世间八法，  
兄妹结伴到拉齐山，  
我们是有善根的同胞兄妹，  
应该同往那拉齐山！”

我唱完歌以后，白达说，哥哥，照你刚才说的，这个世间八法像是快乐的呀，我们兄妹二人用得着抛弃它吗？你自己做不到八日大译师那样才故意这样说的吧。哥哥，你虽然说得头头是道，像是很正确，怪真实的，我呢，口中无饭吃，身上无衣穿，到拉齐去买罪受吗？我不去！哥哥，你自己究竟住在哪儿也没有一定，就像野兽被猎犬赶着逃命一样，每一个岩洞都只去住一阵子就完事。要是住在一个地点修持下去，进步也会快些，我找你也会容易些。这里的人似乎对你很信仰。你若能长住这里，是再好不过了；如果不能，无论如何也多住几天，这匹氍毹，务请你把它缝成裙子来穿，我很快就来。”我答应她在此住几天。妹子便往定日方面求乞去了。这期间，我把她拿来的氍毹作了一个可以包住整个头部的帽子，十个手指各作一个指套，脚上做了

靴子，私处也遮掩起来，做一个套子套着。

过了几天，我妹子来了，问道：“哥哥，你没有把犴犴缝好吗？”我回答说：“已缝了。”我把头上、四肢以及私处用的套子都取出戴上让她看。白达看了生气地说：“唉！哥哥呀，你真不是人呀！你不但不知羞耻，还将我辛辛苦苦得来的犴犴糟踏掉！你有时好像除了修法以外，什么功夫都没有，可有时却又有这样的闲情逸致来干这个。”我说：“对于探求暇满人身精要的圣者就是这样。正因知道羞耻，才依法守护律仪与三昧耶戒。只有你妹子一人看着我这个打扮时才害羞起来。我想把它割掉，但又不能。遵照你的话，虽然耽误点功夫，也把遮羞的衣服做好了。其余各处也同是身体的一部分，应当平等。因此，我想在打扮上应该没有分别。遂作了套子。遮羞的衣服已做成了，哪里糟踏犴犴呀！现在，你比我更应害羞。若以我的打扮为可耻，那么，你的这个打扮也是可耻的。与其储存可耻的财物，不如没有还快活些。因此，你要努力除去你那个才好。”妹子黑起脸默默而坐。我又说道：“世上的人对不该害羞的却要害羞，对奸诈胡为等应当害羞的却不知道害羞。这是不明白害羞的道理。请你听哥哥的歌吧！”于是我唱了一首分辨羞耻的歌：

“向一切主尊上师顶礼，  
请加持乞人把羞耻剖析。  
被羞耻束缚的白达妹呀，  
愚兄的歌请你记在心里。  
你把羞耻的概念弄糊涂了，  
不应害羞的你说它可耻。  
我深知羞义的瑜伽士，  
身、语、意三门不用伪装掩饰，  
哪能夸大为‘不顾羞耻’？”

男身女身既已成形，  
谁又不知道有隐私？  
视为羞耻而隐匿，  
这是谁也无法办到的。  
对可羞的女子却用钱去买，  
对可羞的男子却要抱在怀里。  
贪欲、害人、邪见，  
胡为、奸诈、偷盗，  
以及欺诈至交知心等恶行，  
对这些可耻的事顾忌的人少得很。  
抛弃今生享乐而修道者，  
将以实修殊胜要门，  
和甚深的金刚秘密行，  
去度过整个人生。  
因此，用不着虚伪地害羞，  
也不必自寻苦闷。  
白达，你明白此理莫矫情！”

唱完后，白达脸上仍然黑沉沉的，把她乞讨的粮食、油、肉等给我，说道：“不管我怎么劝说，哥哥总不肯按我所乐意的那样去做。我对哥哥很不放心呀！请你把这些东西吃了。等讨到了什么东西后，我再来吧。”她正准备走，我想能否把白达的心转向佛法方面来呢？于是，对她说：“在这些东西未用完以前，你即使不修道也不要去做罪，就住下来吧。”在她住下来的这期间，我把因果等教理尽量讲给她听，使她对于佛法渐渐生了定解，对尘世贪恋的观念也逐渐淡泊了。

自从叔父死后，姑母心中才真正悔悟过来。她用一头无角牦牛驮了东西，一路打听到了镇地。到镇地后，她把大部分东西和

牦牛寄放好，自己尽力背了一些东西来到我处。这时，白达站在土坡高处看见后，认出是姑母，便对我说：“姑母使我们母女兄妹受尽折磨，不见她为好。”我的洞前有一座栈桥，她便将那个桥收起来了。姑母到了桥头，急忙喊道：“侄女儿，不要收桥，姑母来了！”白达说：“正是这个原因才收起来的呢。”姑母说：“侄女儿，怨不得你，我非常后悔，所以特来会你们兄妹的。快把桥搭上。你要是不愿搭上，请告诉你哥哥，说我来了。”我这时也到桥这边的一个大岩石上面坐下。姑母就向我顶礼，诉说要会见我们兄妹二人的许多理由。我心想，若是完全不见，恐怕也不合教法的。先且同她讲讲道理吧。于是隔岸对她说：“总的说来，我现在亲戚观念已断绝，尤其对叔父、姑母更是断了念头。当初，你们不但把我们害得很苦，而且在我修道以后，乞讨布施时，还要加害于我。所以，我对叔父、姑母已完全绝情了。我唱个歌，说明理由，你听吧！”于是我唱了一首数落姑母的歌：

“向对一切均具悲心的大悲者，  
译师马尔巴上师把礼敬！  
乞儿无亲朋，请你作我的亲人！  
请姑母回想你做过的事情，  
若记不清，我用歌声说分明。  
你要痛悔前愆注意听！  
在江安寨的葛润地方，  
贤父抛下了我们母子三人，  
家产全被侵夺受尽苦辛，  
母子如同被击的豆堆四散离分，  
这全是你叔父和姑母造成。  
从此，我对亲属产生绝望，  
特别是我四方飘泊，举目无亲。

思念母妹又重返家门，  
谁料母亲去世妹子飘零，  
伤心和悲愤无法忍受，  
这才促使我专心修道行。  
只因生计无着受饥馑，  
才来到亲姑母你的家门。  
你认出我这贫穷的瑜伽士，  
憎恨使你起下伤害之心，  
放出恶犬来咬我，  
又用支撑帐篷的木棍，  
如打场一样毒打我身。  
把我打晕倒在那水坑内，  
几乎丧失宝贵的生命。  
你凶恶地骂我是辱门子，  
疯狂地骂我现世丢人。  
唇枪舌剑伤我心，  
使我悲痛、失望又愤恨，  
我气塞胸口出不了声，  
此后，对我无用的房和地，  
你施展计谋夺干净。  
你身为姑母却怀一颗魔鬼心。  
从此后我对姑母绝了情。  
我到叔父的门前，  
他对我心毒手狠恶语伤人，  
骂我是地方的丧门星。  
指使邻居出来追杀我，  
几次三番骂个不停。  
抛来石块如雨点，

又不断放箭欲送我的命。  
我心中痛苦无法忍受，  
几乎使我命归阴。  
他身为叔父却怀一颗阎王的心。  
从此后，我对叔父绝了情。  
我穷困，亲属对我比仇人还凶狠，  
此后我便坐山修道行。  
多亏那钟情的泽塞女，  
旧情难断，把我探寻。  
说了很称心的话，  
来安慰我这痛苦的心。  
她送来精美的食物，  
解除我的贫穷和饥馑。  
深知她对我有情义，  
奇男子岂能放弃修行？！  
泽塞来了我也不见，  
更无必要把姑母欢迎。  
现在请你立即回去，  
趁天色还早快请回程！”

姑母听了泪流不止，多次顶礼，说道：“从前的事，你说得对，请你原谅！我诚心诚意地向你悔罪。从那以后，我也非常后悔。为了我们间的亲属关系不致断绝，特来会会侄儿。无论如何要求和你们兄妹见面。若你们不愿见我，我只好自杀了！”我心不忍，正准备搭桥，白达向我悄悄地说了不要见她的理由。我没有听从，对她说道：“对于败坏金刚誓戒的人，即使喝同一地方的水，都要中他破坏誓戒之蔽障。但她并非败坏佛的三昧耶戒者，我是佛教徒，见见她也无妨。”我就把桥搭起，照姑母的

愿望会见了她。我给姑母讲了很多因果的道理，使她心向佛法。以后，她也学法，修习教授，成了一位自然解脱的瑜伽母。

此后，热巴希瓦畏对尊者说：“尊者求法之时，在师父前如此恭敬；得法后在山中静修时，又如此勤恒坚定。这些做法无论从哪方面想，都是超过我们的思想境界的。想到尊者这种操守，那我们这些人修的法，不过是作点样子而已，是出不了轮回的。该怎么办才好呢？”说完，不禁痛哭流涕。尊者说：“若能想到轮回和恶趣的苦恼，从而敬信和努力修法，则不致有大的过患。一个有心的人，听了因果的教法，对法产生信仰而努力去做，这是大家都能办得到的。假使对法不信仰，只懂得就算了，这是还舍不得抛弃世间八法。所以，对因果产生信仰最为要紧。有些对于粗分的因果都无信仰，其表现就是铺设高座，经常讲说空性，使用许多引证，也好像很符合教理。可是比这再深入一层的空性，就难于了解和信仰了。只有相信空性后，才能了解空性本身就表现为因果。这样，自然能够对因果进行取舍，勤于去恶修善了。一切法的根本就是相信因果。所以，对于修善止恶的行持，定要审慎和努力，这是极其重要的。最初，我还未通达空性之义，但深信业果。因此，自从造了那极恶大罪后，便想到除了三恶道外再无去处，于是极为恐怖。我这才对上师产生恭敬，对修行勤恒坚定。你们也照我所说，去修密咒，<sup>(38)</sup>如我现在的做法一样，一人独坐山林。那么，出轮回的事，我老人自己都可为你们担保了。”

恩宗敦巴菩提热咱也说：“尊者大宝是大金刚持变化成为人相的。你那些行为也许是为利益一切众生才示现的。否则，肯定是在无量劫<sup>(39)</sup>中便种下福田<sup>(40)</sup>，是一位不退转的大菩萨<sup>(41)</sup>。教中所说“为了法故，虽命亦舍，发大精进，勤修瑜伽”。这些特征尊者都具备了。但是，我等凡夫在上师面前恭敬的做法和为法受苦的情形，像师父所做的那样，但我们的心的心就达不到你那样的

境界。况且那样实行，谁经受得起？即使能赶得上师父的行持，身体也经不住外界的缘力。所以，尊者原来必定就是一位佛或菩萨。若是这样，我等虽无力修法，但是，我想凡是见了尊者的面，听了尊者的开示，一切众生必定能够出离轮回的。请你说说你究竟是金刚持呢，还是哪一位菩萨的化身？”尊者说道：“我是什么化身，我自己也定不了。就算是三恶道变化来的吧，只要你们能看成是金刚持等什么的就能得到加持。所以要敬信才行。至于你们想我是变化身，这是对我生起清净相<sup>(42)</sup>，在教法上这是没有比它再大的邪见了。你们这样看，是由于你们没有认清要真诚修法的要义。总之，由于无上妙法的力量，如我这样，前半生虽是罪过非常深重的一个凡夫，由于后来相信因果，能牺牲生命，三业专一不乱，勤奋修持，距成佛是为期不远的。尤其是受到具有德相的上师摄授，得到密宗捷径的要门和心要精义，受到了全无世俗名利障蔽的直指现见的灌顶和教授，在此基础上能够修习的话，这世能否成佛，相信是毋庸置疑的。此外，如果，这一世造就十恶五无间大罪，生命告终后，是否会堕落阿鼻地狱<sup>(43)</sup>，那也是不必怀疑的。因为，那是对于因果不生信仰，勤奋太少造成的结果。而诚心诚意地深信业界，害怕恶道苦恼而投入意欲成佛之门，首先，恭敬上师；其次，勤奋修习教授；最后，保任验证等，其勤奋努力的程度比我还强。这些，是一切勤奋的凡夫均能办到的。如果，凡出现这种现象都夸耀为是什么佛或菩萨的变化，这是对于密咒捷径尚未产生信心的表现。所以，现在你们都要相信业果，要想到我上面这段经历中的业因果报，轮回过患，暇满难得，死无定期等而致力于密咒的实修。我也是甘愿在衣、食、名声三方面吃亏，心生勇气，身体听其自然，藐视任何困苦，独往空山静修，才生起验证功德的。你们也学我一样，刻苦求证吧！”

为了实现师尊教诲，抛弃今生逸乐，以极其艰难的苦行勤奋

坚定和专一不二地坐山修持的大行第七章完。

## 注 释：

- (1) 五蕴身——即色、受、想、行、识五种。据佛经说，人的身体是这些精神和物质聚合而成的。
- (2) 海众——即大众，形容如海水般多。
- (3) 八法归风乘——指抛弃名誉、得失等八件事如被风卷走一样。
- (4) 修忍辱观——佛教讲究忍。“忍辱”是六度之一，被视为一种美德而追求之。
- (5) 岗楚蒲——即起始窟，首次修行之窟。
- (6) 有广行——佛学术语。谓做众多事务为“有广行”；对专一修持则称“无广行”。
- (7) 方便道——指最高密法，即修风脉等的法门。有时也指密宗的双身法。
- (8) 大手印——噶举派的教法，有显密之分。在见上指修空性见，在密上指修风息入中脉起现空乐妙智的法门。
- (9) 六灶诀——是噶举派的一个重要密法。
- (10) 命勤风息——生命活动的气息。
- (11) 大千世界——佛教名词，佛经中以须弥山为中心，以铁围山为外廓，同一日月所照的四天下为一“小千世界”；一千“小千世界”为一“中千世界”；一千“中千世界”为一“大千世界”。
- (12) 抬着行者——即修行人受人供养的意思。
- (13) 禅定带——坐禅时捆在膝间的带子。
- (14) 幻化躯——指身体。说它是由因缘合和而成，缘散即无，犹如幻化。

- (15) 如来法门——如来即佛。如来法门即佛门。
- (16) 鹰——这里指吃尸的鹰。此地无鹰，暗示其地荒凉可怖。
- (17) 意身——即中阴身，俗话说的“游魂”。
- (18) 摄界归脉——无上密法中一种修气脉的方法。
- (19) 身要、风要——“要”即要点。身要、风要，即有关身体和风息方面如何操练的要点。这是最高密法中的气功。
- (20) 脉结——人身的血脉纽结，已见前注。
- (21) 乐、明、无分别境界——修无上密法中出现的一种内证境界。
- (22) 分别的执取——佛学术语，指所认识的外境。
- (23) 三界——佛书把世界分为三种：色界、欲界、无色界，总称三界。又称为三有。
- (24) 闵秋——在吉隆县的东南边境。
- (25) 无二——就是没有两种分别，如空有，染净等等。
- (26) 三摩地——意为“正定”，心住一处而不乱谓“入定”。
- (27) 空性——佛说一切诸法都是因缘合和而生，没有实体自性，故名空性。
- (28) 方便和胜慧——指智慧和空性或大乐和空性。
- (29) 双运——即并行，两件事同时进行不相矛盾。这里指的是大乐和空性双运。
- (30) 北库定日——北库，即佩枯雪山，在佩枯湖南面介于吉隆与聂拉木之间。定日在聂之东。
- (31) 五浊恶世末劫年——五浊：命、烦恼、众生、劫、见等，是混浊不清最坏的五种时代。末劫年，指佛教衰亡和出现天灾、战乱之时。
- (32) 兜率天——佛家说此天在六欲界天的第四天。弥勒菩

萨的内院即在此处。

- (33) 实义、权变——权实是佛法说教的两种方法：从权达变说教叫权；直指究竟实相叫实。
- (34) 基普——地在吉隆县河谷底部接近聂拉木。
- (35) 氍毹——也译“毯子”，藏胞做衣服用的一种厚毛织物。
- (36) 拉堆洛——即南拉堆，是今定日县协噶和其周围一带地方的古老称谓。
- (37) 八日大师——本名仁钦扎（1041—1111）后弘初期大译师之一。萨迦派多继承其法统。
- (38) 密咒——即密乘，密宗。
- (39) 劫——梵语，最久远的年数。
- (40) 福田——培福修善之地。
- (41) 不退转的菩萨——即已成佛。
- (42) 清净相——圣洁的形象。
- (43) 阿鼻地狱——阿鼻，梵语，无间隙的意思。据说造大罪者将立即堕入此地狱不间断地受苦。

## 第八章

热穹巴又问道：“尊者的这些大行，真是离奇之至，有趣至极，但是些可哭的事。也请讲一些可喜笑的事迹吧！”

尊者说：

“可喜笑的事，就是勤奋修行得到的结果。化度人与非人<sup>(1)</sup>等有善根福德的众生，使其趋向成熟和解脱道，以对佛教有所助益。这当然是可喜了。”热穹巴又问：“尊者最初的化机——人与

非人中，是谁先来？”尊者道：“比较早的，是非人一类先来试道；以后会集的大都是人一类的弟子；再后就是长寿女来显示神力变化；最后便有其他人一类的弟子们来求学。我的教要由那非人的长寿女和属于人的卫巴敦巴<sup>(2)</sup>他们来宏扬。”这时，斯般热巴问道：“尊者的修行道场主要有拉齐、曲洼。除此两地和上面提到的几处以外，还在些什么地方修持过？”尊者道：“有尼泊尔浴摩岗惹；有很出名的六外宗<sup>(3)</sup>、不出名的六内宗和六秘密宗，共十八大宗，别有二宗合成二十宗。又有很出名的四大浦<sup>(4)</sup>、不出名的四大浦。从前所住的道场都包括在这些地方里面了<sup>(5)</sup>。此外，还在小岩洞和深山中的寂静而又具备缘法之处修过行。但还不能把所修、能修、修者三者合为一体进行观修哩。”热穹巴又问：“尊者穷尽诸法的悲心，巩固了我等弟子得到的不颠倒的正解和少许不纯的感受，心中甚为安适。实在是恩德不浅！但为了给未来化机树立积福的准绳，请把那内外密诸宗和诸窟等修行地的名称指示出来，使大家知道吧。”尊者说道：“那出名的外六宗有：扎迦达苏的伍马宗，闵穹的至马宗，林安的扎玛宗，饶马的降秋宗，江澎的朗喀宗，扎加的多吉宗；不出名的六宗是：琼隆的邛格宗，吉坝的尼玛宗，库足的温巴宗，协普的曲新宗，白泽的邓月宗，孜巴的岗梯宗等；密六宗有：甲扎的朗喀宗，打浦的僧格宗，北浦的玛摩宗，拉普的白马宗，朗阁的鲁堆宗，濯甲的多吉宗等。别的二宗即：基浦的尼马宗与博托的朗喀宗两者。很出名的四大浦是：聂拉木的赘巴浦，拉齐的杜兑浦，镇日的直吉浦，岗底斯醉楚浦等。不出名的四浦是：江安寨的岗粗浦，润的俄色浦，饶拉的萨俄浦，古塘的普润浦等。在此诸处修行，又寂静又完全具备修行条件，又有世代相承的加持，努力去修习吧。”那时在这儿会聚的天、人弟子，以及来听道的在俗男女弟子，无不生起极大的厌离心、出离心、正信、悲悯等，厌恶现世世界的八法，喜欢听讲无上妙法。诸心传大弟子便以三业善根回向佛法

和一切众生。大家在尊者面前立誓：要历尽艰辛，勤奋坚持，痛下决心，毫不动摇地去坐山修道。诸非人便发誓愿守护正教。诸在俗男女弟子中，最上品者舍却今生，追随尊者左右，努力修持，后来出了很多亲见实相的男女瑜伽士；中等的也发誓年年月月修行；下品的也发誓要经常做到断一恶行，修一善行。没有一人不立誓愿的。后来，这些人都各有成就。

这以上是照尊者所说而写成文字的。至于用修持结果来宏扬佛法，普度众生的事迹，也是尊者自己大略地说了一个概要。对这如躯干一样的总纲可稍为详细地划分为三大类：（一）非人等前来试道而将其收服听命章。（二）化度有缘心传大弟子成熟解脱章。（三）为其他散处弟子转各种法轮章。

现将此三大章略为申说。

#### （一）收服非人的情形：

尊者在扎玛琼隆时，收服了魔王跋惹耶伽<sup>(6)</sup>，给他说了六忆上师歌章。此后，遵从师命往拉齐去，又收服了昆那耶伽，说了拉齐曲桑歌章。次年，又到拉齐勒梯去，唱了众所周知的大雪山歌。尔后，想遵从师命，往芒域的日阿柏巴山和尼泊尔的浴摩岗惹雪岭两地去，便又重返贡塘。走到林巴岩洞，感到那里很惬意，遂暂时留下，说了林巴窟妖女的歌章。以后，到了柏巴山麓饶马的降秋宗，说了收服一个黄鼠狼天女和饶马的一位山神的歌章。此后，到江彭的朗喀宗住下，利济了很多非人和人。此后，到了浴摩岗惹雪岭，住在僧伽拉森林中的打浦的僧格宗，在那里也化度了一些人和非人。当时得到启示说，应回藏地住在深山静处，于修行中相机普度众生。于是，便遵示回藏，住在贡塘的一个岩窟中，说了鸽子歌章。

#### （二）会见诸心传弟子的情形：

尔后，又往扎甲的多吉宗住下，正在饶益广大众生时，金刚瑜伽母来为尊者授记，预言说诸弟子将至，特别提到有取空行耳

传教授的弟子热穹多吉扎巴将要前来，并示其住处。于是，往贡塘饶拉沟的萨俄浦住下，与心传弟子热穹巴相会。尔后，热穹巴为治病曾往印度，回来之后，师徒二人又重相会。在润沟的俄色浦遇到咱普热巴。此后，到了饶巴的降秋宗，遇到热巴桑吉加。从这里到聂拉木的赘巴浦，其间，给早就虔信尊者的觉敦释迦谷那传授了灌顶和教授，使其成熟解脱。此后，到达羌打阁时，在山那边龚地的格巴勒松，遇到女弟子白达邦。到山这边北叶茹的一个驿站中遇到斯般热巴。后来拉堆的甲基室利山观修，遇到直贡热巴。尔后，又为募化秋天坐静的粮食到曲米欧邦，遇到热巴希瓦畏。后来，在金隆的巴加附近，遇到恩宗热巴。此后，住在拉齐时，遵从上师授记，又受空行母的敦促，前往岗底斯雪山。行至中途，遇到当巴贾普瓦。此后又往上部，行至洛倭的哥热拉托附近，遇到喀穹热巴。后来，冬天在布让<sup>(7)</sup>山谷的直泽雪山麓住下来时，遇到热巴达玛旺秋。春末夏初又到岗底斯雪山，用神变力将苯教徒那若笨穷制伏，作有底斯雪山歌章。以后又往下走到扎加的多吉宗住下，遇到绒穹热巴。后受空行的敦促又动身了，在途中看见了北浦的玛摩宗，于是在那儿住了几天。一个叫路孜热巴的牧人前来作为侍者随行，以后成了一位得道大德。这以后，在拉浦的白马宗遇到辛贡热巴。后来在朗喀的鲁杜宗和北浦的玛摩宗住下来时，他来服侍过，做得很出色。此后，到觉若的支仓附近，又遇到热穹玛。尔后到门隅的尼乡谷打住下，遇到了奇热巴。仗此缘力，尊者的盛名，便传遍了全尼泊尔。又仗度母的预言和敦促，柯孔王<sup>(8)</sup>也对尊者供养礼敬。此后，热穹巴和辛贡热巴迎请尊者住在拉齐山谷口的年永浦。第二年迁往琼隆扎。此后，又到曲洼，并依次说了长寿女三歌章。此后，来到镇的定马，遇到热巴多吉旺秋。其后，师徒们住在聂拉木的赘巴浦时，在柏波宗遇到印度的达摩菩提，他给尊者顶礼。由于这宏大的福德力量，有一位讲法相<sup>(9)</sup>的法师达洛心生嫉妒，前来辩论。

因以神通和法力击败了他，遂有这一歌章。仗此因缘又有热穹底布的歌章。这期间，在赘巴浦又会到麦贡热巴。在聂拉木的那察时，热玛萨雷也来谒见。以后，尊者去到扎玛的波托，看见热穹巴回来了，便去迎接，唱了牛角和野骡歌章。此后，在曲洼遇到达波的连贡热巴。后来在镇的卓德扎喜岗遇到娘麦·达波拉杰<sup>(10)</sup>，他是释迦牟尼佛曾经预言过的大士，是尊者最大的上首心传弟子，是比丘金刚持菩萨大菩萨，是月光童子。他为了普度众生才投生为人的。此后，住在曲洼的翁穹期间，遇到从前曾反对过尊者的洛敦格顿，尊者摄授了他。后来在基普的尼马宗遇到镇的哲敦扎喜巴。在示现大行时，僧众中有一名里果恰汝瓦者作为侍者随行。

空行母曾为尊者作预言说，他的人际弟子中得大成就的，有二十五位。此中有八位是心传弟子，十三位是亲近弟子，其余就是彼等四姐妹。尊者与这些弟子会见的情形，各自有一大类歌章。

### (三) 为散处弟子转各种法轮的情形：

尊者住在一些内寨和秘寨时，会到心传弟子们，前前后后说了很多歌章。有一些是专记僧徒与在俗女弟子问答的。住在岗波瓦时，有笨波山章。尔后，又到聂拉木，有灌顶及开光章。在咱玛有辛多摩和勒斯邦章。其后，有乐死补漏章。后与热穹巴一起同往拉齐时，有杜兑浦大岩窟散闷章。尔后又上行至让顶，有朗浦马章。这之后，受在俗徒众迎请，住在聂拉木赘巴浦时，尊者自述其应化事迹后，即有热穹巴赴卫地章。经狮面空行撮合在推拉和当巴桑结相遇，作是章。在勒兴，有以大悲钩作超度报答母恩章。有为咱玛等地的在俗弟子和聂拉木诸大众说最后遗教章。以后往曲洼时，又有顺便在定日为拉结央德说法章。到了曲洼，有热穹巴前往卫地的后章。在镇日的拉卓，有为施主扎喜孜说法章。在镇日的扎喀，有为泽塞邦和枯觉等众男女弟子说法章。在

扎玛的普托降伏四魔时，有关于密宗的问答章。使众弟子皆生欢喜示现身相时，有神通变化章……等等。这些为众所周知或不知的法轮，当其转动之时，这些不可思议的章品，能使无数有善根者中的上根者成熟解脱，中根者成熟并对其指示解脱之道，下根者生起最上菩提心和学习菩萨之学处<sup>(11)</sup>并坚其行志。即使没有机缘者，亦能受到纯洁善业的熏陶，暂时可以得到人、天的乐趣。凭借这些佛业和如虚空般博大的慈悲使佛教显扬，光明如昼，使诸众生从沉沦生死和无边苦趣中得到拯救。以上各章品均在尊者的道歌全集中分别详细阐述过了。

以所修成果利益佛教和众生的大行第八章完。

## 注 释：

- (1) 非人——鬼怪类。
- (2) 卫巴敦巴——卫巴，意即前藏人；敦巴，即大师。卫巴敦巴，这里是对娘麦·塔波拉杰的敬称。
- (3) 宗——寨堡的意思。
- (4) 浦——即岩窟、石洞等。
- (5) 二十宗和十二浦等——米拉日巴修行的圣地，大的区域不外普兰、吉隆、定日、聂拉木等一带地方。其中一些小地名的古名至今犹存，有的却已更改，无从查证，只好暂付缺如。
- (6) 跋惹耶伽——梵语，魔王名。
- (7) 布让——即布商，今阿里地区普兰县。
- (8) 柯孔王——尼泊尔国王。
- (9) 法相——即性相，这里指讲显教的经论。
- (10) 娘麦·达波拉杰——即卫巴敦巴。娘麦，藏语至高无上，不可比拟的意思。这里是对达波拉杰表示极大尊

敬之意。达波拉杰或称岗布瓦，本名索南仁钦（1079—1153）他传播马尔巴、米拉日巴的教法，弟子甚众，使噶举派得到很大发展。他的传承形成达波噶举派。

（11）菩萨之学处——佛教戒律。

## 第九章

在尊者圆满完成所述无边大行的后期，遇到镇地定马一位名格西札甫巴的法师。因他富有牛羊、财产，镇地人们举办法会时，总是推他坐首席。他对尊者表面上装着谦恭的样子，而内心深处却十分嫉恨。每当有众多施主聚会时，他就故意质疑，提出许多问题请教，欲以此来羞辱尊者。到了甲寅年孟秋月，这镇地有一个大法会，尊者被邀请坐在首席。格西札甫巴也来了，坐在下首。他故意向尊者顶礼，想让尊者当众给他回拜。尊者除了自己的上师外，不论对谁从来都没有拜过和还过礼。所以，仍按照旧习，没有向格西还礼。这时，格西心想，我这样一个饱学大师给他这什么也不知道的村夫行礼，他公然不回敬，我得当众羞辱他一番。打定主意以后，便从《量论》<sup>(1)</sup>中抽出一些词句向尊者说道：“请你为此加注解解释，详加阐发，为我释疑。”尊者说道：“为诸大论典的词句添注解解释，你自己也会的。至于对实际加注解解释，就是舍弃世间八法，平等而住，调伏入我执；生死涅槃，圆融一味，调伏法我执，不外是坐山实修。否则，若不讲实修，只拘泥于文字的辩难，说这句是这样的，那句的后面该加上这样一句等等，有什么意思呢？我没有学过，也不知道。纵然知道，也忘记了。是什么道理呢？且听我的歌吧！”于是作歌道：

“向译师马尔巴顶礼，  
请加持我和名相<sup>(2)</sup>分离。  
主尊啊！您的加持在我心里，  
才使我不被那散乱之法<sup>(3)</sup>所迷。  
我一心修习慈爱与悲悯，  
自他的执着全然忘记；  
一心观修上师在我头顶，  
把富豪和权贵全然忘记；  
须臾不离观修本尊，  
把凡庸的蕴界全然忘记；  
专心勤修耳传教授，  
把文字的典籍全然忘记；  
时常保持淡泊的心性，  
无明的迷网全然忘记；  
时常观修自己具足三身，  
顾虑的观修全然忘记；  
时常把今生来世一起修，  
生死的恐怖全然忘记；  
时常保持孤独的觉受，  
亲友的情面全然忘记；  
时常让实证与法契合，  
宗派的偏见全然忘记；  
时常观修生灭无定处，  
承许的见宗全然忘记；  
常想所现者即是法身，  
有所缘想的观修全然忘记；  
凡事听其自然而不矫饰，  
矫揉造作的行为全然忘记；

身体与语言做到谦恭，  
尊贵者的傲慢全然忘记；  
常以幻身为炼若<sup>(4)</sup>，  
那安静的炼若全然忘记；  
不重文字而重实修，  
文字的润饰全然忘记。  
经论的注释有劳法师自己！”

尊者唱完以后，格西说：“你讲的这些修证者的道理，可能有这种说法。我若以法相的正理推断，那么这些法语无论怎样也行不通。我以尊者是位顶好的大德，所以才向你顶礼的。”施主们对他那些话都不以为然。大家同声说道：“格西法师，不管你对法如何精通，但是，像你这样的出家人，即使多得把大地都塞满，也顶不上尊者一根汗毛。所以，最好请你不要吱声，只坐在我们的首位，去算计你的牛羊财产看怎样才能更兴旺。恐怕你连法的气味还未沾上哩！”当时，札甫巴虽然心中恼怒，但因大家都异口同声，不便争执，只好沉下脸坐着。这时，他心想，米拉日巴是个什么也不知道的狂徒，是一个既粗鲁又虚伪的诳语者。他那种举动实在是给佛门丢脸，欺骗众生，诈取财物。我有这样的学问，在本地又是顶有钱、顶体面的，可是，在佛法方面他反把我看成连狗都不如，我非设法报复不可。

札甫巴有一个姘妇，他答应给那妇人一个很贵重的松耳石，让她在奶酪中放毒药暗害尊者。当时尊者正住在镇地的扎喀。于是，他打发那妇人送去。尊者早已知道他化度有缘善根成熟解脱的事业已经完成，即使这妇人不送毒食，涅槃的时候也到了。他想，若这妇人未得到松耳石以前，事就办成了的话，事后，她可能得不到松耳石。就对妇人说：“你这次送来的食物我不吃，以后再送来我便吃。”妇人听了害怕起来，心想，莫不是尊者知道

了？于是羞愧地把食物拿回去了，对札甫巴说：“尊者有未来先知的神通，他已知道了，故不肯吃。”便将来龙去脉说了一番。札甫巴说：“假若有神通决不肯说下一次拿来的话，必然会把食物给你，让你吃下。但他没有这样说，只说下次拿来。这就证明他没有神通。现在，你把这松耳石拿去，这食物务必要送进他的口中！”便将松耳石给了她。妇人说：“人们都相信而且肯定他有神通。正因为有神通，所以上次才没有吃。再去担保仍然是不肯吃的。我不要松耳石，害怕得很，心中实在不安。我再不去做这种事了。”格西道：“那些俗家人肯定他有神通，因为他们没有看过经典，是受了他狡诈的欺骗。我的书中说有神通的人，不是他那个样儿。我敢担保，他没有什么神通。这次你把食物送给他，若是见到实效，我俩既然已经有过那样的关系，正如吃大蒜一样，不管你吃多吃少气味是没有差别的。因此，今后我们就干脆结为夫妻。不但这个松耳石，就是我的一切内外财产都交给你管理。我们甘苦相共。那样，我俩错了就一起错，勉力为之吧！”妇人听他说得天花乱坠，就信以为真，打算再干。于是，又把毒药加在奶酪里面。

当时，尊者正住在卓德的扎喜岗。妇人送来食物，尊者面带笑容，用手接着。妇人心想，果如格西札甫巴所说，他像没有神通。她正想着，尊者说道：“你做这件事情的报酬——那松耳石得到了没有？”妇人听了又羞愧又害怕，吓得浑身发抖，跪下叩头，泪流满面地颤声回答说：“得……得到了。这食物，请尊者莫吃，赏与我这个什么都想得出来的害人精吧！”尊者说：“你要做什么？”妇人说：“我造大罪的女人要吃。”尊者道：“总的说来，我若让你吃了，不但悲心不忍，也违背菩萨学处<sup>(5)</sup>，犯密宗根本大戒。特别是我的化度事业<sup>(6)</sup>及寿命都将完满，往他方净土的时机已到。你这食物，对我并无妨害，喝不喝没有什么分别。若前次喝了，你造罪的报酬那松耳石是得不到的。所以没有喝。现在

你的松耳石已到手，为满足他的心愿和你能够得到松耳石，我就喝下。本来，你俩做了此事，以后还准备要做许多事，但都不会如你的愿望一样。他说了许多“我将如何如何”的话，但一句也不可靠。以后，你们二人会有后悔的时候。那时候，诚心忏悔，最好是终生修行。即使不能如此，但今后这样的大罪，即便是性命交关，也不要再做了，可以一心一意向我及传承弟子前诚心祷告！你俩真是经常舍乐寻苦的人，我要看一下能否消除你这次的罪过。在我未死之前，这些话除你而外，不可对任何人说。以后大家会自然明白的。我老人以前反复向人讲说的，虽是真话，但你们未亲眼见到，未亲耳听到。此次的事，总有一天你们会相信是真的。你权且放在耳边，真或不真，以后看吧！”说完后就喝下了。妇人回去对格西札甫巴转述了尊者所说的这些话，札甫巴说：“俗话说，言不尽信，肥岂全屠！我只要那毒物送到他口中就行了。你悄悄地待着，放明白点吧！”

这以后，尊者吩咐道：“以聂拉木和定日的人为主的与我有缘的施主和信众，请各带上赴会的用品来见我！与我无关的其他地方的人们，凡想见我的，也请前来！”弟子们照上师吩咐，各处传达。听到这消息的人，大都不相信尊者说的这话。于是，很多以前与法缘有关的僧俗弟子善信等众和有善根欲求见的人都赶往曲洼来聚会。这时，尊者为徒众开说权教<sup>(7)</sup>（权义）的因果道理和实教<sup>(8)</sup>（实义）的直指心要等法，一直讲了很多天。在说法期间，听众中有几位有善根的弟子亲眼看见天空遍布听法的天神，有几位又看见听法的天人遍布虚空和大地，因此心中都非常欢喜。他们大都看见出现了极为殊胜的瑞相：如晴朗无云的天空中出现彩虹的宫殿，五色云霓的伞盖、宝幢等布满其间。还看到天降五色花雨，听到优雅悦耳的天乐声音，闻到从来没有闻过的异香。而那些听法的中根人等的境界中也出现各种瑞相。他们向尊者禀道：“在我们的境界中出现听法的天人大众充满大地和虚

空，不觉心里非常欢喜，亲眼见到出现这些祥瑞征兆，不知是什么缘故？”尊者说道：“你们这些听法的世间瑜伽弟子中，有些是已登地的，有些是仅具善根福德的，这都很好，但为数不多。善品天神<sup>(9)</sup>的听法者布满虚空，他们用天上五妙欲乐<sup>(10)</sup>作供品来供养我，同时也使你们人一类能发欢喜之心。所以在你们的境界中出现了或者亲眼看到了那些祥瑞的现象。原因就是这样的。”又有人问：“那么，我们又未见到，是何道理？”尊者答道：“诸天神中也有很多是得到不退转或登地果位的。要见到他们，总要做到天眼才行。至少也必须对积聚二资粮<sup>(11)</sup>有强烈的愿望和二障<sup>(12)</sup>习气已减到极轻微程度才行。诸登地者见了天神的首领，天神眷属也就随之得见了。所以要想看见诸天神，那么请努力去积资净罪吧！若能这样努力去做，还可以见到天中的至上——即自心本性哩！”于是唱了这首能看见天神的道理的歌：

“向恩师马尔巴顶礼，  
请把善良弟子加持！  
听我讲法的天上善品神众，  
来自兜率等天宫，  
聚在我瑜伽士米拉日巴周围，  
四面八方挤得水泄不通。  
若非具足五眼<sup>(13)</sup>的善根，  
凡俗之徒哪能看见？  
我却一切都看得明显。  
但是，大家一致看到，  
天神供我以天供品，  
虹霓光明布满虚空。  
天空降下五色花雨，  
闻到异香又听到妙乐。

使大家都产生净相和欢喜，  
这就是嚆举上师的慈悲力。  
若想依靠这悲心，  
见到那天神空行听法诸神，  
请把我的歌来听！  
由于你以往造恶的业力，  
一出娘胎对作恶就欢喜，  
对善品怎样也不乐意，  
直到终老仍不生善心，  
遭受业果报应将确定不疑。  
忏悔能否把罪涤净？  
一心向善罪恶可涤净。  
尤其是明知是罪恶还去造作，  
那是用吃食去换来恶名。  
自己还方向不明，  
却去为人把路引，  
这是既害自己又害别人。  
假若决心不想受苦，  
凡是损人之事都应抛尽！  
在天神和上师的面前，  
应暴露和忏悔过去的罪行，  
立誓以后不再重犯，  
这就是能尽快涤罪的大法门。  
造罪者大都是锐利根，  
不能安分而是放逸成性。  
若没有修道的表示，  
这就是还有罪过的象征。  
应当再三忏悔，

积聚二资粮，除去二障蔽，  
对此应当尽力又尽心。  
能如此，休说善品听法天神，  
就是一切天神中的至上者——  
那自心本性法身也可看得清。  
若能彻见本性法身，  
就看到了生死轮回的一切奇景，  
一切大事就圆满完成。”

尊者歌后，与会的天人听法大众中，上品者正确无误地领会了自心即法身之义；中品者在自己的相续<sup>(14)</sup>中生起殊胜的乐、明、无念<sup>(15)</sup>的觉受，获得道要；下品者亦无不发起殊胜的菩提心。

这时，尊者说道：“在此聚会的僧徒天人大众，我们前生都曾发了很好的誓愿，由那愿力牵引，今生才能相遇，是洁白圣法<sup>(16)</sup>把我们结合在一起。现在，老朽我已上了年纪，今后不知还能不能再相见。不要辜负我对你们说过的法要，尽力去实修吧！能如此，你们可投生在我成佛的佛土作为上首眷属。你们应当极大地欢喜啊！”聂拉木的在俗徒众说：“尊者，你说这话，莫不是要结束教化众生的事业了吗？若那样，就请你从我们聂拉木归往空行刹土。若不能，无论如何也请再往我们家乡去一次。”由于敬爱和崇信，他们抱着尊者的脚，痛哭哀号，极力请求。同样，定日的在俗弟子们也强烈请求尊者到他们的家乡去，情词十分恳切。这时，尊者说：“我老人现在不能往聂拉木和定日去了。只住在镇地和曲洼等死。你们都好好发愿回去，以后，我们在清净空行的刹土相会。”大家又说：“既然尊者现在不去，那么请你发宏誓愿，为从前你曾经践履过的地方，祝福吉祥幸福，庄严如意；凡是见过尊者的面、听过尊者的教训、听见过盛名的人……

一句话，只要与你老人家有缘者为首的一切众生，都能得到摄授！”尊者回答说：“是的，是的，很感谢你们！因为你们信仰我，供给我的食粮。我也以善心为你们讲说法要，也算有恩。我是修习真言的瑜伽行者，因此，理应为我们大众能生暂时的乐趣和究竟的安乐发很好的誓愿。”于是唱了这首发愿歌：

“向誓愿圆满的众生怙主——

慈父般的译师马尔巴顶礼！

在座的弟子们且静听，

你们对我有大恩，

我对你们的功德也不轻。

师徒彼此的恩德都平等，

愿我们重会在现乐境！

愿在座各位施主们，

福禄寿考绵延不尽！

愿不生起颠倒心，

愿顺应佛法的心愿得完成！

愿这境内得吉祥，

人无疫疾少纷争，

年茂物丰享太平，

大家都把正法信。

愿那些见过我的面，听过我的声音，

心中怀念我的事迹，

或者，听说过我的名或生平的一切善根

将来相会在现乐净土境！

愿那些仿效我的经历，

去实修苦学的人，

或询问或听讲我的生平，

或朗读、礼供我的传记，  
或如圣诗般爱护传记等诸人，  
愿我们相会在现乐净土的圣境！  
对于未来的一切人，  
若能尽力修道行，  
请以我为榜样艰苦修持，  
愿他不受魔障和艰险的围困！  
若能为法而甘愿受苦，  
他的福德就没有止境；  
能劝诫他人入此道，  
他的功德就没有止境；  
能听他人讲述我的事迹，  
他得到的加持就没有止境。  
这三种没有止境的摄授力，  
只要听到就能得解脱，  
只要一想到就能得到成就！  
我的住处和卧具，  
以及所有的用具什物，  
愿其流传之处得幸福！  
地、水、风、空等五大种，  
遍布于一切地方，  
愿我和它们一样遍及四面八方！  
天和龙等八部众，  
以及山神、土地众鬼魔，  
片刻也莫作祟施危害。  
愿心灵如圣法一样完满！  
哪怕是蚁虫等微小的生命，  
也不让其落入轮回受苦难，

愿我能救度他们到彼岸！”

尊者唱完后，弟子们高兴地想，尊者不至于涅槃吧！可是，谁的心中都没有底。于是，聂拉木和定日的徒众较前更为殷切地恳求加持，各自都发誓立愿。此后，请听法大众纷纷散去，返回本地。这时，天空中的彩虹和光明瑞相，也就自然消失了。

此后，由于镇地的人向热巴希瓦畏等诸心传大弟子求情，再三恳求，才得以迎请尊者往颇翁仁巴度坚<sup>(17)</sup>山顶上筑的一个修道岩窟中住下。那岩窟是为镇压镇地的一个贱种黑龙而修筑在龙头的蛇顶髻上的。尊者在此为镇地的施主们说法以后，说道：“诸学法僧众，若对教授抱有疑虑，从速提出决疑，我能否长住，可不知道。”听法僧众围聚了大集轮会供，请传全部教授。在法席中，直贡和斯般二人说：“从师父说的这话看来，我等有些不敢相信师父很快就要圆寂。因为，期望的寿限似乎还没有尽呀！”尊者说道：“我的寿限和教化缘分二者都已完满，已经出现了往生的象征。”

过了几天，尊者便示疾相。那时，恩宗热巴向尊者说：“师父患病的事，我等弟子已在上师、本尊、空行、护法前上供施食，还要请尊者为自己能长住法座而诵经修法和找药治疗才好。”于是，召唤施主，正欲着手准备，尊者说：“本来瑜伽者生病，就是善功催促而成的。不须修法禳解。凡有所起皆归为道用<sup>(18)</sup>，要能病、能死才行。尤其是我米拉日巴依大恩师马尔巴的教规早已作了福寿法事，现在用不着援助者和中间人的帮助，外缘的仇敌，已转化为心的同伴了。所以，对于灾难不须作法禳解了。用不着驱鬼赎死，那不祥的臆想出来的魔鬼已经露面，成为修习四种悉檀的护法神了。所以，不须去禳解魔鬼，用不着去配六珍品等药，那五毒的病已现为五智妙乐，所以，不须药物治疗了。现在，已到时机，此身用生起次第可视为幻天身；用圆满次第则可

融归光明境界，长住法座的修法没有什么必要了。诸世间人，自己已经先造了罪业，结果，今生要经受生、老、病、死等苦，虽然作了很多治疗和禳拔也无法免除。即使是国王的权势，勇士的武艺，美女的姿色，富翁的财富，神行者的飞毛腿，善说者的辩才也罢，或者是用息、增、怀、诛四檀法也罢，总之，不管什么方法都不能免除，肯定自己是要承受这后果的。如果害怕苦恼，期求快乐，那么，我有一个很精深的祈福禳灾的方法，能够使以后不再受苦，长享快乐。”弟子们便恳求说：“请师尊传授！”尊者说：这轮回世间，凡事都是积攒起来的要耗尽；造作起来的要坏灭；聚合拢来的要分散；生了的要死亡。这些苦恼都是决定无疑的。首先，要把这些自己为自己安排的苦恼之业抛弃，使不攒、不造、不聚，依照大德上师所说，克实求证无生之妙谛。这就是最殊胜的方便和禳解之法。此外，我还有重要的遗嘱，留在以后再说，不要忘了！”热巴希瓦畏与恩宗热巴二人又恳求道：“尊者若是福体安康，对很多众生更为有利；或者因祈求不灵而圆寂，那么，我等也不至于感到有什么遗憾了。所以，务请尊者修一甚深密宗仪轨，并请延医治疗长期长留世间！”尊者说：“我若寿限未到，自然可以依你二人所请。但若不是因有利他之心而得到摄持，而是专为延长自己的寿命去修密咒的深奥仪轨，去迎请智慧天众，就如请王者走下宝座来做拭尘扫垢的工作一样，那是有罪过的。因此，你们也不要专为只能利己的今生而去修习密咒的精深仪轨。作为凡夫，并没有吃亏。我为利益一切众生，在清静炼若处经常修习密咒实事仪轨，诵经禳解，就可算禳解了。既然我的心在法性宝座上已安住不动，这就可以算长住法座了。马尔巴的妙药已将五毒的病根拔出，这就可以算是治疗了。你们若不能取灾为道用，仅满足于当一个佛教徒那是不够的。但是，由于不到时限，而灾害却成为修菩提障碍时，那么，求医治疗或作法禳解，那是可以的。因为，还有由于缘起的特点能把暂时的

恶缘化解成为功德的时机。过去，薄加梵<sup>(19)</sup>就曾经为了上面所说的劣机们而示现过给药王童子顶礼请求赐药物等行相。若到了时限，即使是如来，也要示般涅槃<sup>(20)</sup>相。现在，我也是时候到了，所以不用医药和禳解了。”尊者不接受请求，两位热巴——尊者的心传弟子又叩求道：“如果尊者真的是完结了利他大业，涅槃以后，圆寂时的供养，灵骨的处理，造小泥塔和金塔的规格，谁继承法座，时节兴供的仪则，以及我辈弟子的闻、思、修等实际修行方法等事，应当怎样办？请赐指示。”尊者回答说：“我仰仗恩师马尔巴的恩德，已了却一切生死轮回之事。三业解脱归于法尔<sup>(21)</sup>的瑜伽士，不一定会有尸体，用不着造泥塔和金塔。我没有执着为我所有的寺庙，所以也没有推谁继承法座的事可作。你们大众可往那岩山和雪山等无人寂静之处去住持，用慈爱去抚育六道中之弟子有情大众。造泥塔，就是不要间断四座瑜伽<sup>(22)</sup>；造金塔，就是把一切法作清静观，树立起修证大幢；时节供养，就是表里一致，从心的深处去祷告；修行的方法，就是对那助长我执与烦恼而损害众生的事，即使看来是善品，亦当舍弃；而对那能调和五毒而利于有情的事，即使看来是罪相，然其本性实系无上妙法，亦应实行。若果虽已领会其义，但不去实修，反而怠慢者，他虽懂得多，但却受明知故犯的障蔽所阻滞而将堕入恶道的深处。所以，要切实修习那寿命短促死不能预的观想。自己所知道的善恶，纵然冒生命危险，也要慎其取舍。归结起来，就是自己不要使自己有什么内愧。就这样去做吧！若能这样，纵然与一些白纸黑字的经典相悖，但是却不违背先辈佛祖的意旨，一切闻、思、修的妙谛都归纳在这里面了。老夫我的心愿就这样满足了。只要我的心愿满足了，你们一切生死轮回的大事也算完成。不然，你们只照合乎世俗的想法，怎样祭奠也无用处。我要说的就是这些。”遂唱了一首“有何益”的歌道：

“向马尔巴译师顶礼！  
在此会聚诸信徒，  
请听老人米拉日巴我，  
作为告诫的遗嘱歌。  
我米拉日巴瑜伽士，  
仰仗洛扎马尔巴的恩德，  
一切事务均已做完毕。  
你们从学的僧俗徒众，  
照我所说的去做，  
为满足我和先佛的遗愿。  
今生去实践二利<sup>(23)</sup>事，  
除此以外的一切行为，  
都于己于他无利益，  
因此，也不能让我满意。  
不依止传承的祖师，  
求到灌顶有何益？  
自心和法不沾边，  
掌握本续密藏有何益？  
不舍弃世间事务，  
修习教授有何益？  
三业不能与法相适应，  
修习仪轨有何益？  
不能对治制止恶语，  
修习忍辱有何益？  
不抛弃宗派的爱与憎，  
祭祀、供养有何益？  
不断除自私的根本，  
纵放布施有何益？

不懂六道众生是父母，  
继承法座有何益？  
心中没有生起清净想  
修建金塔有何益？  
无力修持四座瑜伽，  
造了泥塔有何益？  
不作虔诚的祈祷，  
定期设供有何益？  
不把教授记心中，  
历尽艰辛有何益？  
生前对他不崇敬，  
瞻仰遗体有何益？  
不生厌世出离心，  
抛弃一切有何益？  
不修习爱他胜于己的心，  
巧言慈悲有何益？  
不断除烦恼的欲望，  
假作侍奉有何益？  
不以教诫作准绳，  
弟子虽多有何益？  
没有益处的这些行为，  
能成为祸害应抛弃！  
我是大功告成的瑜伽士，  
勿须为我繁忙不息！”

尊者的这个歌，众弟子听后都紧记心上。

此后，尊者表现出很沉重的病状。那时，格西札甫巴带了肉、酒等礼物，佯装问病前来窥探。他对尊者说道：“像尊者这

样得到成就的大德，不该有这样的重病，可是却病了！若是有分病之法，可以分些病给众弟子；假使有法转移，比如我也可以分担一些，可惜没有办法，怎样才好呀！”尊者面带微笑说：“我本不应生病，但生病不由自主，大概你是很明白的。本来凡夫的病与学道人的病是不相同的。对他们，可以说算是一种不幸；但对于学道的人，特别是像我，得了病却是一种庄严了。”于是唱了这首歌：

“染与净<sup>(24)</sup>都显现在光明界，  
用手去触摸时，  
就留下大手印的痕迹，  
得到不二<sup>(25)</sup>的大妙谛。  
大辩才则无所阻碍，  
诸如病魔和罪障，  
只是我瑜伽者的庄严。  
风、脉、明点等真实地存在，  
施舍等六度<sup>(26)</sup>是相好的庄严<sup>(27)</sup>，  
愿邪念的罪垢能清除干净！  
最大庄严的病患，  
虽可转移掉，但却不必！”

札甫巴听后心想，这毒药的事，他对我起疑，但还不能肯定。能把病转移掉当然是好事，但是，他哪会有转移的办法？！只不过是故意借口说说罢了。于是，又对尊者说：“若我了解尊者的病历就好了。照说，若因被鬼魔缠着而致病，就该驱鬼；如因四大不调而致病，就请善为调治。恐怕找不到原因吧？若能转移，请把病转在我身上好了。”尊者说：“因一个有情的相续心上的最大魔鬼——即我执厉鬼作祟，使我生起四大不调之疾。我这

病，你没有驱鬼和调治的方法。这病也可分一些给你，但你一刹那也受不住。所以还是不移的好。”札甫巴心想：这是转移不了病才故作的欺人之谈。于是，更起劲地请求：“请无论如何将病移在我身上来吧！”尊者遂道：“那么，不移在你身上，只移在那边门上，你且看吧！”于是，将病移在静室的门上，那门便轧轧作声，抖抖闪闪几乎要坍下来的样子。这时，尊者便无病坐着。札甫巴仍然怀疑，心想，会不会是施的幻术？于是，又请求：“实在稀奇！还是请移在我身上吧。”尊者说：“好吧！格西，你要禁不起的！”遂将门上之病收回转移到札甫巴的身上。这就使他马上疼痛得倒在地下，不能动弹，连气也出不来，几乎要晕死了。尊者将病大半收转，对他说：“我只把病移一半给你，受得住吗？”他自己受了这个苦以后，心中产生了强烈的无法按捺的最大忏悔，把尊者的脚捧在他的头上，真诚地感动得两泪交流，发出悲哀的声音说：“尊者大宝！你大德的这个病，实如你所说，是我这害人虫因鬼迷心窍造成的。我愿将我财产房屋完全供养给尊者，伏望尊者悲悯鉴察，使我不受此果报。”他诚心诚意地忏悔，尊者圣心大悦，便将剩余的病也全收回来，对他说道：“我前半世土地财产都无用。现在临终，更用不着要土地财产了。这些供养，你收着吧。从今以后，哪怕性命交关，你也再不要造那与法相违背的罪业！我当为你发愿，使你不受这次所造罪业的果报。”遂作歌道：

“向具足德相的马尔巴顶礼！

虽造了五无间的大罪，

能立刻忏悔就可涤净！

愿以我的善根安乐，

和诸三世佛善根，

去涤净有情的一切罪恶！

愿你的一切痛苦，  
由我代你承受！  
阍黎<sup>(28)</sup>、大师和父母，  
对其施害实可怜悯，  
造此罪业的一切果报，  
愿能由我代为承受！  
在一切地方和所有的时候，  
愿能离开罪恶的朋友！  
不管在哪一生或哪一世，  
愿都能找到善良的朋友！  
损德的坏心和残暴的行为，  
愿一切人都能抛丢！  
善良心肠的菩提心，  
愿一切众生都会有！”

札甫巴听完歌后，心中无比欢喜，说道：“今后，我决心遵照尊者教诲，不造违反佛法之业，终生修行。从前的罪过，都是那些土地、房屋、财产在作怪。现在这些东西对我也无用了。尊者虽然不收，但是，无论如何请允许我捐出来作为弟子们的修道资助。”他郑重要求，尊者还是不肯接受。以后，弟子们收了，作为尊者逝世周年供养的会产，在曲洼建立供养法会，直到现在都还未断。格西札甫巴从此也完全放下世务，成了一个很好的佛教徒，这是后话。

此后，尊者说道：“我坐在此处的用意，是要使造大罪的人，产生忏悔，让他们从罪过中得到解脱。这下，我瑜伽行者要死在民间村落，如同帝王死在百姓家中一样。我要到曲洼找墓地去。”斯般热巴说：“师尊抱病，哪能经受得住这跋涉的辛劳。我们用轿子抬你去吧。”尊者道：“我有病无病不一定，死或不死也不一

定。既在此现了病相，为了示现死相，才到曲洼去的。所以不用轿子，几位年轻的热巴赶先到曲洼去吧！”于是，年轻些的都先动身走了。到了曲洼时，尊者却早已到了直吉浦了。那时，一些年老僧众清楚地记得是他们作为侍者随同尊者一道来的；而那时，在颇翁仁巴度坚顶上却出现了一个生病的尊者；以后赶到曲洼来谒见的弟子和信徒们又明明记得是他们陪尊者来的；定马<sup>(29)</sup>外出的施主们又证明他们迎请尊者到扎喀顶上讲过法；住在家中的一些人又说他们各自都迎请一个尊者来家供养过……

这时，先到曲洼的人说：“尊者在我们的头里到的曲洼呀！”老年僧众说：“是我们服侍师父来的呀！”后来赶到的人们却说：“是我们服侍尊者来的呀！”有些又说：“我们曾伺候尊者在我家中坐过哩！”听过法的人说：“那天尊者曾住在扎喀讲过法呢！”那些曾经招待、供养过尊者的人都说：“那天，我们还请尊者到家来招待、供养过哩！”大家各执一词，争论不休，遂一齐来请问尊者。尊者说：“都对，是我开了一下玩笑。”其后，尊者示现病相，便在曲洼的直吉浦住下。

那时，曲洼的天空、山顶和深谷中现出了过去说法时所现过的虹光等等瑞相。此时，大众已认定尊者将要上升去他方净土了。热巴希瓦畏、恩宗热巴、斯般热巴等大弟子叩问道：“尊者意欲往何方净土去？我们向着何处启请？你曾说以后还有教训，它是什么？关于修行的方法还要恳请为我等再赐教诲。”尊者回答道：“你们乐意何方就向何方启请。无论何方，只要虔诚启请，我就在他的前面。若有所求，只要真诚一心启请，便可遂意。现在，我暂时要往现乐刹土谒见薄伽梵不动佛。所谓最后要谈的遗嘱，就是我米拉日巴死了以后，你们所熟悉的那藤杖和布衣是我的惟一财产。热穹巴很快就要来了，把这两件遗物交给他！这是能修风息的缘起。热穹巴未来以前，先不要动我的尸体。法主弥勒巴的这个头巾和沉香木手杖，是以上品见修来住持正教的缘

起，无论如何要交给卫巴敦巴。这个木碗，希瓦畏拿去。这个天灵盖碗，恩宗敦巴拿去。这火镰，斯般热巴拿去。这骨制汤匙，直贡热巴拿去。其余曾得我教授的弟子们，把这布衣各人撕一片拿去。我的财产虽不多，但每一件都是一种缘起。我最重要的遗嘱，大家都不知道。这就是：作为你们僧俗男女弟子大家应分得的份子，就是我米拉日巴一生所积的黄金，裹在一起，连同分配的办法写有文字，埋在灶下。待我死后取出来看，应照着遗嘱办理。至于你们实修的轨范，现在一些自夸是很好的佛教徒的有福之人，他们一心只盼望今生的荣华富贵，自己不需要行持，所需要的是布施一百便赚回一千的生利方法。自然，有慧眼者是为这号人可耻的。但是，一般未摆脱尘世烦恼的人，暗中还仿效着这样做，只为今生的得失盘算。这样，虽然努力行善，但却担心自己的名声吃亏，就等于吃了剧毒的美味一样。所以，你们切勿为了贪求今生名誉而去饮那毒水呀！要把那名为佛法、实为追求世间的荣华富贵的一切虚文都抛弃，要努力去修善法。”众热巴又问道：“若能有利于他人，稍许旁务一点，有无妨碍？”尊者说：“要没有私欲缠绕，这极不容易。若一方面追求自己今生的欲望，另一方面又求利益众生，这不仅不能利他，连自利也是不可能的。就如那弱者自己被水冲走，还说要救被水冲走的别人一样。在未悟实相之前，不要急于去利他。正如瞎子引瞎子，有在私欲中迷途的危险。在这没有穷尽的虚空，有情也没有穷尽的。若能修证，那能利于众生的时机自会到来的。在此期间，你们大家都要有爱他胜于爱己之心，为了利益一切有情，才去成佛。因此行事要谦恭，衣著要简朴，在衣食名誉方面要不怕吃亏，身体听其自然，心中怀抱大志，努力修持。这就是有利于众生的事了。即使是修持上了路的人，对这些也要记在心上！”说罢，又作歌道：

“向主尊马尔巴译师顶礼！”

想修佛法的徒众，  
若不依止有德的师尊，  
纵然恭敬所得加持也很轻。  
若没有得到精深密法的灌顶，  
那单纯经文会把你束捆。  
若不以本续密经为凭证，  
一切实修都是走上歧途的起因。  
若不修精深的要门口诀，  
所谓抛舍世务是自寻苦辛。  
若对烦恼不加对治，  
信口空言只能像空谷传出回音。  
若不明白那玄妙的方便道，  
虽然勤勉但难获精英。  
若不能把握住关键，  
有毅力也难走完漫长的路程。  
若不积蓄起大的福德，  
单纯利己则是堕入轮回的原因。  
所积福德若不施于正教，  
虽修持也无功德产生。  
内心若不生起知足，  
积蓄再多也属于别人。  
内心若未生起安乐，  
外表的舒适是痛苦的原因。  
不制伏贪婪的厉鬼，  
贪图名声是自我毁灭的原因。  
贪图美好将为五毒烦恼围困，  
贪图财物将会失去亲爱的友人。  
自大是招来怨尤的原因，

人前缄口就无口舌可生。  
专心修持心不会散乱，  
独自静住自会遇到知音。  
甘居低处才能登上峰顶，  
缓慢走去却能迅速到达。  
放弃俗务大目标才能完成，  
掌握甚深密道<sup>(30)</sup>才能找到捷径，  
了悟空性才能生起悲心。  
生起悲心，就泯除自他二相，  
没有自他才能有利众生。  
能利众生则可与我相见，  
见到我就有成佛的可能。  
愿我与佛及众弟子，  
证成一体无区分！”

唱完，尊者接着说道：“现在，不知我还能否长留？你们应听我的话，照我的样子做去，继承我的事业。”说完即入等引定中。寿八十四岁。乙卯年<sup>(31)</sup>季冬月柳宿当日，即十二月十四日。那天在阳光明媚的时候，至尊无上的尊者便示现了把色身<sup>(32)</sup>融归法界<sup>(33)</sup>之相。

那时，诸天神和空行等会聚的情景真是盛况空前。在清澈的天空中，现出似乎可以触摸得到的虹霓，交织成棋盘一样网状格子。在格子的中央，现出各种颜色的八瓣莲花。其中的四个花瓣的颜色各异，标明四方的景色。莲花的上面有很多画成的或构想出来的曼荼罗。就是能工巧匠也制造不出这样奇异和精美的图案来。虚空中现出五色虹霓云彩的幡、幢、伞盖、帘幕、顶帐、天衣缨络、旌旗彩缯等不可胜计的供养器物。从天降下种种形状和颜色的花雨，群峰顶上现出了五色彩云的宝塔，那些宝塔头顶都

朝向曲洼地方。美妙的天乐奏起赞颂的曲调，异香充满大地。这一切大众都看见了。诸天神和空行母手中持着各种迎接供品，所献供养物品，大多数人也看见了。当时地上的人们看到诸天神都是裸体，却并不见怪。诸天神也不感到凡夫身体的恶臭。彼此交谈，嬉笑戏乐。这种特殊的兆相，直到荼毗<sup>(34)</sup>圆满以后才消失。

那时，聂拉木的施主们，听到尊者已经圆寂，就赶来曲洼，对诸心传大弟子及镇地的施主们说了许多理由，要将遗体迎请到聂拉木。镇地的人们不让迎去而作火化的准备。聂拉木的人说：“那么，我们聂拉木的施主们要来凭吊大师遗体。在此之前，请暂勿火化！”说后，他们急忙回去，带来人马，为遗体事争执起来。诸大弟子出来调解说：“聂拉木和镇地的施主们对尊者都同样恭敬和信仰。但是，尊者圆寂的地方是在曲洼，遗体迎往聂拉木不合理。请聂拉木的人在火化处等待。大家公平地分灵骨<sup>(35)</sup>舍利<sup>(36)</sup>带去好了。”聂拉木人仗恃他们人马众多，仍准备用武力解决。忽然，天空的虹光中央，现出一位天神，声音很像尊者，唱道：

“在此聚会的弟子和施主，  
为遗体而争执的人们，  
听我来判定曲直。  
天神我是尊者的弟子，  
我来调停这场争执。  
大圣米拉日巴的心密，  
已契归于无生的法身，  
心密之处再无其他遗体。  
色身融归于法身的时候，  
并无什么灵骨实体，  
争执尸体愚不可及。

一切愚昧的凡夫，  
才去争夺米拉日巴的遗体。  
靠争斗不可能得到，  
只能用敬信去祈取。  
若能诚心祷告，  
法身虽已变为无生，  
但祷告能生出无所阻碍的慈悲之力！  
各人将根据自己福分的大小，  
得到化身的灵骨舍利。”

说罢，便如虹霓般消失了。这时，众弟子想到又见了尊者，不觉非常高兴，放弃了争执，诚心祷告。这样，诸大弟子和镇地的人才消除了尊者遗体被对方夺走的顾虑。而聂拉木人也实现了想得到和迎请遗体回去的愿望。

遗体在拉齐的杜兑浦大窟的大鹏卵上火化。当时，现出了彩虹帐幕，天雨妙华；闻到异香和听到天乐等兆相，同在曲洼所现一样。当遗体送到曲洼时，诸心传大弟子和在俗徒众作了祝祷。过了六天后前去看时，只见那遗体变成一个如八岁童子的天神形状，光明灿烂。这时，诸心传弟子共同计议说：“尊者热穹巴不来了吧？若是遗体放得太久，恐怕作为我们供养和祷祝依据的遗体一点也留不下来了。还是火化的好。”大家同意了。为让大家瞻仰遗容，在直吉浦诵经台的一块巨石上，修筑了一个停放灵骸的灵堂，将遗体迎入，建立了彩土曼荼罗。虽然有无以伦比的天神供物，但仍按照人间的规矩，陈设了无比美妙的供品。到下半夜开始供祭遗体。用火供养遗体时，它似乎不欲领受火供<sup>(37)</sup>。这时，天空中又出现虹光云帐，帐中五部智慧空行母<sup>(38)</sup>齐声附和，唱了这样一支歌：

“禳！那智慧脐轮的天火<sup>(39)</sup>，  
大士本来就在观修着，  
还用那业火<sup>(40)</sup>作什么？  
这个有相的蕴聚身<sup>(41)</sup>，  
早就观修为天身，  
今天的蕴聚还聚什么？  
这个美丽的天曼荼罗<sup>(42)</sup>，  
瑜伽士的身上本有着，  
用泥土堆砌曼荼罗作什么？  
风心<sup>(43)</sup>不分的这个供灯，  
从不熄灭地点燃着。  
用那怪吝的供灯作什么？  
五种甘露的饮食，  
毫不间断地受用着，  
糌粑食物供养哪个？  
穿着清净戒律衣，  
二障习气已消除无遗，  
今天这净瓶水还把谁来洗？  
烟云会聚幽香四溢，  
供养曼荼罗遍布虚空中，  
今天这熏香用它怎的？  
四部空行高唱供歌，  
智慧空行敬献供仪，  
今天这仪轨如何说开去？  
持明<sup>(44)</sup>眷属围绕四周，  
勇士都来伺候，  
今天触动这遗体实无理由。  
了悟真性的大士遗骸，

可以放下，勿须虚应故事强造作。  
灵塔是人天所共有，  
但修善行，照料看管用不着！  
天与上师的誓戒，  
勿须叮咛要悉心护持。  
对这如宝藏一样的蕴聚身，  
莫想只属于我而要平等放置。  
上师如来的秘密语，  
莫想多说要双唇紧闭。  
为那有空行口气的教授不沾污秽，  
要虔诚闭关勤修习。  
专心所修习的解脱法，  
因障碍太多故应隐秘地修习。  
这罕见的师父的馈赠品，  
能出悉地，消除惑疑。  
对尊者上师的事迹，  
用不着你去宣扬、赞誉。  
智慧空行这歌辞，  
具有加持力应当深信不疑。  
米拉日巴的法嗣中，  
将出很多有缘的证道者。  
此地人畜将无病患，  
今天来此聚会的天人众，  
都将免除三恶趣。  
各位大心菩萨，  
在真如的曼荼罗中，  
心境一如二取<sup>(45)</sup>都消除干净！  
尊者涅槃时的遗嘱，

意义重大须遵照实行！  
祝愿一切众生，  
对安乐圣法受用不尽！”

唱了这样的歌以后，恩宗热巴说道：“尊者曾说，热穹巴未到之前，不要触动灵骸。这话和今天空行母的歌相吻合。不知热穹巴是否来？遗体固然可以存放，但是，会变成非实有之物的呀！”热巴希瓦畏说：“根据尊者和空行母说的话和遗体不受火供的情况来看，尊者热穹巴肯定会很快到来的。在此期间，我们且发愿祈祷吧！”大众就照他所说，祈祷起来。

那时，热穹巴正住在洛若兑的寺庙中。一天深夜，在梦与光明相融合的境界中，他看见曲洼有一座水晶宝塔，光彻虚空。许多空行将它抬起，正准备迎往他方净土。只见同道金刚弟兄和尊者的众施主为主的所有的人布满大地，诸天神和空行遍满虚空，都向着那宝塔唱歌赞叹，供养了无法言喻的丰盛供品。因此，热穹巴也向塔顶礼。只见塔中尊者露面并开口说道：“徒儿，热穹巴！叫你来的时候虽未到来，但师徒在此相逢，我会高兴。此后，我们能否常见面很难逆料，故应作珍惜之想，可以叙一叙呀！”他以手摸热穹巴的头顶，显得很亲切的样子。热穹巴也起了极为珍惜的念头，产生了过去从未有过的虔信。那以后，热穹巴从梦中醒来，随即忆起从前师父所说的一切。心想莫非师父圆寂了吗？于是，生起极为强烈的虔诚之心并为之祝祷。虽然未到的时机，仍然想立即去见上师。正在这样想着的时候，空中忽然出现两个妇女向他说：“热穹巴，若不尽快去见大师，大师就要往清净空行刹土中去了，今生再也见不着了！现在立刻就去吧！”同时，他看见虹光充满了虚空。经这梦兆的催促，他越发想师父，决心马上就走。于是，便起身上路。这时，洛若兑的晨鸡已喔喔地一声一声啼叫起来。热穹巴在虔诚地修上师瑜伽法中

摄持风息，如离弦之箭急速前往晋謁上师。本来驴要走两月的路程，他一个早晨就走到了。到了定日和镇地交界处的波舍拉<sup>(46)</sup>山顶，太阳才刚出来。他就在那里坐下稍事休息。这时，天上、空间、山顶和大地到处都现出许多瑞相，奇异无比。他心中不觉又是欢喜又是忧虑。尤其是在觉阿绕桑山顶上，看到虹光彩云的帐幔中，无数天神天女，手中拿着不可胜计的五妙乐供品，都向着曲洼方向恭恭敬敬地顶礼，献呈供养，发愿祈祷。尊者热穹巴心中怀疑，便问诸天神：像这样的祥瑞景象，特别是你们的供养，是献给谁的？”其中有几位天女回答说：“你这人真是闭目塞听呀！这些兆相，是因为地上一切天人最神圣的供奉对象——米拉协巴多吉，要往清净的空行刹土中去。诸善品天众，为他献供，人们也聚在曲洼建立供养法会哩！”热穹巴听了这话后，如同他心被掏出来一般，立即加快脚步。到了曲洼附近的路上，看见尊者已在一个有如宝塔底座一样大的磐石上面坐着，对他说道：“徒儿，热穹巴，来了吗？”正如梦中那样对他很亲切。他想，原来尊者圆寂的话不确实。心中无比欢喜，把尊者的脚放在自己头上，所有陈禀，尊者都一一作了回答。那以后，尊者说：“徒儿热穹巴！你跟我来！我去准备款待你。”说罢便先走一步，弹指之间便不见了。热穹巴又继续上路，到了曲洼，正赶上男女僧俗弟子都集合在尊者的寝窟内，很沉痛悲伤地向遗体献呈供养。有些年轻的热巴不认识热穹巴，便挡着不让他走近遗体旁边，这使他心中非常悲哀，对着上师遗体嚎啕大哭，献了悲调七支供养歌：

“至尊啊！三世如来有情怙主，  
你那智深悲切的圣心听到否？  
我福薄弟子热穹巴多吉扎，  
在这里嚎啕大哭！”

这曲调过分悲怆啊，  
师尊，为了想见到你才跟着你来到此地，  
小徒我无福未能和师尊面晤。  
恩师啊，请以悲心把我眷顾！  
智、悲、力三者你全具备，  
主尊啊，在你这三世如来之前，  
我竭尽三业把你礼赞。  
‘谨遵师教’是我的供养，  
忏悔不善与邪见的罪愆。  
你的诸胜妙行使我心生随喜。  
愿您转动玄妙大法轮，  
永不寂灭，长住我们中间！  
我愿以观修等诸善根，  
为尊者圆寂而作回向。  
愿我薄福人的回向成功，  
而得以瞻仰尊者的遗容！  
当初上师对我心传摄授，  
而今连看遗体的权利也没有。  
虽然无缘生前见面，  
但愿亲眼把遗体看一看。  
亲眼看见遗容以后，  
或真实境或者证验境，  
实修两种次第时，  
请求除障和赐给珍贵教授！  
若不能照我祈祷和请求那样，  
以悲悯看照弟子，  
那么，师父你的智慧又为谁？  
师父未放大悲的巨钩之前，

请从冥冥境中用悲悯把我照看。  
我智慧低劣的热穹巴，  
愿得到能知三世的尊者的大悲关照。  
为五毒所煎迫的弟子热穹巴，  
只有你具足五智的师父关照。  
总之，请以大悲关照众生，  
请特别用大悲把我关照！”

热穹巴啜泣着献了这样一首挽歌。歌声余音未绝，遗容的颜色变了，同时遗体也自己燃起来。这时，热巴希瓦畏，恩宗敦巴，斯般热巴等听着热穹巴的歌声，马上偕同金刚弟兄们和众弟子前来迎接他。热穹巴对那些不认识他的年轻的热巴不让他往遗体前去，心中感到委屈，歌未唱完时不肯进去。由于热穹巴十分虔诚的悲歌，本来早已融归光明界中的尊者，又从光明界中起来，发出声音，对年轻的热巴们说道：“过去我有一句话没有对你们说，就是：‘一百个面具不如一个狮子’，这话就是指的这个热穹巴。快放他进来！”又对热穹巴说道：“徒儿热穹巴也不要这样沮丧，不要满腹怨气，到师父跟前来！”大家听了，莫不感到惊奇，同时，也为此而高兴。

于是，热穹巴跳跃到尊者面前，嚎啕大哭，使已经融入光明境的尊者圣心又恢复觉知。这时，僧俗弟子们，在灵堂前面依次排列坐着。尊者现出无病的双运金刚身，以手按下火焰，在八瓣莲华的中心，身子缩小如花蕊一样，双脚作半跏趺印，右手直伸作说法印按住火焰，左手托腮对诸弟子说道：“为了回答热穹巴的歌，请听老人我这个最后的歌声吧！”从灵堂中传出了金刚歌声，这是最后的六种心要的要义：

“徒儿，如心肝一般的热穹巴，

且把我遗嘱教训的歌儿记下！  
在三界轮回的大海中，  
幻化蕴身的罪过大。  
它只为贪恋衣食而奔走，  
世间事没有終了的时候。  
快把世间事抛弃呀，热穹巴！  
在幻化身的城邑中，  
没有实义的自心罪过大。  
它常为血肉之躯而忙碌，  
法性的妙义总无证悟的时候。  
要明见本性呀，热穹巴！  
冥顽和灵明二者的分界处，  
自然智慧的罪过大。  
它常常徘徊于倏尔出现的妄缘中，  
对无生之旨<sup>(47)</sup>总无通达的时候。  
要牢牢把握住这无生呀，热穹巴！  
今生、来世二者的交界处，  
中阴灵识的罪过大。  
它常常以无身去亲近有身，  
对实相妙义总无领会的时候。  
要契证实相呀，热穹巴！  
六道惑乱的城市中，  
恶业罪障的势力极大。  
它常常跟着贪嗔的后面走，  
对平等法性总无了悟的时候。  
断除贪嗔呀，热穹巴！  
在那无形的虚空界，  
有自称为圆满佛的妄语者，

常常只说诱人作恶的权便道理，  
对实义总无了悟的时候。  
要抛弃那些词语呀，热穹巴！  
上师，本尊和空行，  
三者合为一体来启请！  
见解，观修和行为，  
三者合为一体去修持！  
今生、来世和中阴，  
三者本为一体要熟识！  
这是一切教授的归宿，  
这是一切遗嘱的精义。  
除此之外无别义呀，热穹巴！  
要克实求证呀，我的贤弟子！”

歌罢又化入光明中去了。接着，在灵堂前出现一个虹光构成的方形无量宫殿、四门、台阶等一切装饰应有尽有。宫殿之上，有虹光帐和顶幔，楼阁顶被幡、幢、伞盖等无数供养物所覆盖。那火焰的最底部现为八瓣莲华，顶端现为八吉祥器和轮王七宝等诸供养物。火星之中放射出许多持各种供品的天女，献呈供养；火燃烧的声音，听起来像琵琶、笙、箫、海螺、小鼓等的乐音；冒出的烟、异香馥郁。空中布满虹霓的幢、幡等五彩供云。那时，天神天女手持宝瓶在灵堂的上空，降下甘露雨流，以五妙俗供，供养一切应受供奉的天人，使其得到满足。此时，男女僧俗弟子们虽然同样看到了灵堂呈现为无量宫殿，但是对灵骸就不一样了，有看见呈现为喜金刚的，有看见呈现为胜乐金刚的，有看见呈现为密集金刚或金刚亥母的等等，各人所见不一。那时，空行们齐声唱道：

“对主尊如意宝珠的圆寂，  
有的哀号，有的悲泣。  
在这悲痛欲绝地悼念时，  
这自然火自己燃起，  
火焰的光化成八瓣莲花，  
呈现八吉祥、七王宝，  
以及种种如意供品的标记。  
火焰的声音如螺号长鸣，  
又像琵琶、笙箫、碰铃、小鼓、手鼓等合奏曲。  
火星如天空的流星，  
变成内、外、密的供养天女，  
把种种精美的供养献出。  
青烟升腾布成虹光的云供，  
化为伞盖、宝幢和彩缯，  
现出吉祥结和卍字形体。  
众多美丽可人的空行女，  
把遗体清净后已取出灵骨带去。  
因此，它已成了没有余蕴者，  
你们还把灵骨焚化真稀奇！  
上师他在法身的空中，  
布了报身愿力的法云，  
化身的事业如花雨，  
连绵不断下个不息，  
使化机的果实成熟。  
诸法都是无生的，  
法性无生本是空性，  
空性即是无生无灭。  
即生即死也就是空性，

因此，要消除心中的疑云。”

歌后，到了日落时，那燃火之相也熄灭了。大家都看见灵堂内外清彻透明没有遮障。男女僧俗弟子共同来看灵骨时，在灵堂中，有人看见一座大光明塔，有人看见喜金刚，有人看见胜乐，有人看见密集，有人看见金刚亥母等的天身相和金刚铃、杵、瓶等印器，或身、语、意三密种子字等，或见灵堂充满光明，或见布满纯金球，或见大海翻腾，或见大火炽燃，或见如风轻飏，或全无所见，或见摆满五妙乐供品等等。那各种不同的奇景，真是不可想象。这时，那些男女僧俗弟子想，明天要开灵堂，必定有很多极为奇异的灵骨和舍利分给我们恭敬供奉所依，大家都满心欢喜地头朝灵堂睡下了。天刚黎明时热穹巴醒了，他的眼前忽然出现了五部空行女，穿着绫罗锦衣，饰以骨和珠宝，各有很多和她们本身一样的，穿着青、黄、红、绿、白等各种衣服的眷属，手执无数五妙乐的供品向灵堂呈献供养。领头的空行女用白绢帘子把灵堂遮上，从里面射出一团白光，这光团被包走了。他对这奇异的景象看得出神。突然想起这一定是空行女等将灵骨舍利全部请走了。遂赶向前去，但空行等皆已飞往空中。他急忙喊醒众同道金刚弟兄，同往灵堂察看。果然，灵骨完全被迎请走了，连灰烬都没有留下一点。热穹巴心中很难过，向诸空行说：“我们人间的大众也要分点灵骨呀！”众空行说：“对你们诸大弟子来说，至上的灵骨舍利是直指本心为法身。若尚嫌不足，可以祈请。以尊者的悲心会赏赐的。对其他的人来说，尊者犹如日月一般，他们的眼界还不如萤火那样一点，当然得不到灵骨舍利。这些是我们该得到的份额呀！”说罢，空行们仍停留在空中。热穹巴想，这话也对。于是，以悲伤的歌曲祷告道：

“至尊呀，想你跟随在上师左右时，

由于虔诚敬信而能遵教奉行，  
故得九种精深的教授，  
使有缘者成熟进入解脱之境。  
您那灵骨舍利是崇拜的对象啊，  
请以大悲摄授一切众生！  
主尊呀，想您孤独地静坐深山时，  
由于猛断欲心的修习力，  
现证神通和变化，  
天下无人不知您的大名。  
您那灵骨舍利是崇拜的对象啊，  
请以悲心摄授一切闻您名见您面之人！  
主尊呀，想您住在众弟子中时，  
不分亲疏都施悲悯，  
神通、智慧您最广大，  
您还具有利益众生的慈爱心。  
您那灵骨舍利是崇拜的对象啊，  
请以悲心摄授有缘的弟子们！  
主尊呀，想您住在大众中时，  
您有博大的菩提心，是众生的大恩人。  
凡有缘者您都引归解脱道，  
而对受苦难者特别惠施怜悯。  
您那灵骨舍利是崇拜的对象啊，  
请以悲心摄授弱小的人们！  
主尊呀，想您舍弃幻化之身时，  
您是得到空行成就的瑜伽士，  
能转变现有万物为法身，  
成为一切空行的首领。  
您那灵骨舍利是崇拜的对象啊，

请以悲心摄授在座的门人!”

热穹巴这样如泣如诉地祷告以后，只见从空行女手中那光束中，放出一颗舍利，闪烁着五彩光芒，约有鸡蛋大，亮晶晶地落在灵堂房顶上。诸大弟子纷纷动手去接，争着说：“是我的！是我的！”一起迎上前去。只见那舍利又回到空中，融合在空行手中的光束中去了。那光束分成两股：一股变为狮子宝座，有莲花、日、月等坐垫，一股变为放在那宝座上的白色水晶宝塔，光明剔透，高约一肘，放射五色光华，周围有一千另二十二佛围绕。塔的各层，依次住着亮晶晶的密宗四本续中诸天众。其中有尊者像，约五寸许。诸空行皆向他顶礼供养，为守护宝塔，有二空行女作为香灯师。她们唱道：

“德瓦炯和希瓦畏，以及恩宗敦巴等，  
各位有缘的热巴门人，  
对我真诚信仰和崇敬，  
才呼唤着我的名字苦苦恳请：  
‘请灵骨和舍利是崇拜的对象啊’  
请求赐与一切众生。  
你等祈求的心意殊为至诚，  
大悲是三身变化的依凭。  
能见到这三身变化就不再堕入轮回，  
能诚信则可圆满地把佛土登。  
我这法身惟一的大明点<sup>(48)</sup>，  
是这如鸡蛋大小的舍利子，  
它是一切有情崇拜的对象啊，  
不能据为自己所有，  
更不能供奉在鄙俗之境。

但是，若能诚心叩求，  
就能得到不小的悲悯，  
这是诸佛的共同愿心。  
对本尊胜乐阴阳体<sup>(49)</sup>，  
如尸林以骨骸为庄严。  
在天空的圆满曼荼罗，  
被男女勇士的供云布满。  
那圆满报身的智慧尊者，  
得到灌顶，悉地很快就完满。  
若能对此竭诚祷请，  
能得到的加持决非一般，  
这是空行的共同誓愿。  
能仁<sup>(50)</sup>法身的事业，  
是能随心所欲地现出变化身。  
在只有一肘高的水晶宝塔上，  
现出显教的千佛像作庄严，  
现出密教的四本续诸天作镶嵌，  
请佛亲自降临甚为稀罕。  
若能专心竭诚地叩求，  
能得到的悉檀定非等闲，  
这是护法的共同誓愿。  
上师的三身没有分别，  
一切均能用神变显现，  
小而明显的身果，  
亲自来临甚为稀罕！  
若能虔诚敬信，  
竭诚地祷白祈请，  
得到的悉地定不浅，

这是一切得道者的共同誓愿。  
若能信实地恪守誓愿，  
一切守誓护法神会赐给悉地。  
若能单独静坐山林，  
佛母空行自然把你保卫。  
对法真诚而不阳奉阴违，  
是能迅速得到成就的象征。  
内心不贪图逸乐，  
就能将烦恼连根拔尽。  
若无我执和法执之念，  
就是扫除了魔鬼与留碍。  
若能不产生派别和偏颇，  
就是见地已经圆融清净。  
若把生死涅槃视为空寂，  
就是观修已经圆融清净。  
若能由中而发严守禁行<sup>(51)</sup>，  
就是行持已经圆融清净。  
若能得到上师的授记，  
就是誓句<sup>(52)</sup>已经圆融清净。  
若能成就利益一切众生，  
就是果德已经圆融清净。  
师徒的心意融合了，  
就是因缘已经圆融清净。  
若是见到征兆及悉地，  
就是境界已经圆融清净。  
以那誓句，觉受和暖乐相，  
作为尔等弟子应得的舍利分！”

空行女唱完后，把宝塔很仔细地让弟子们看了一遍，然后放在宝座上面，准备迎住他方净土中去。这时候，热巴希瓦畏想：空行女手中的那座塔，应该请来作为我们人间众弟子积累福泽的依据。于是，唱着悲哀的歌向诸空行祈求道。

“师父啊，为了利他您变化为人相，

你是具备圆满报身的瑜伽士，

您遍于一切不显的法界中。

向主尊您的大法身启请：

请把空行女手中那宝塔，

赐给我等弟子们！

主尊您和众道者会聚时，

如那珍贵的黄金宝篋，

您是无价之宝的瑜伽士。

向您这调练清净者启请：

请把空行女手中那宝塔，

赐给我等弟子们！

主尊在侍奉上师时，

如那白色的羔羊毛，

您是利益大众的瑜伽士。

向您这悲悯者启请：

请把空行女手中那宝塔，

赐给我等弟子们！

主尊在抛弃了尘世事务时，

如那持明的大金仙<sup>(53)</sup>，

您是坚定不移的瑜伽士。

向您这大雄无畏者启请：

请把空行女手中那宝塔，

赐给我等弟子们！

主尊在修习上师教授时，

如那老虎吃人肉，

您是毫不犹豫的瑜伽士。

向您这坚韧者启请：

请把空行女手中那宝塔，

赐给我等弟子们！

主尊您云游无人的空寂处时，

如那无缝隙的铁样坚硬的磐石，

您是秉性坚定的瑜伽士。

向您这断除虚伪者启请：

请把空行女手中那宝塔，

赐给我等弟子们！

主尊在显示验相及神通时，

如那大象和白狮，

您是无所畏惧的瑜伽士。

向您这无畏者启请：

请把空行女手中那宝塔。

赐给我等弟子们！

主尊在生起证力和暖相对，

如望日夜空那满盈的月亮，

您是光照南瞻部洲的瑜伽士。

向您这无所眷顾者启请：

请把空行女手中那宝塔，

赐给我等弟子们！

主尊在抚育有缘弟子时，

如阳光照着聚光镜，

您是得道的瑜伽士。

向您这宏恩浩德者启请：  
请把空行女手中那宝塔，  
赐给我等弟子们！

主尊在遇到财货利益时，  
如像水银堕于地，  
您是一尘不染的瑜伽士。

向您这毫无过失者启请：  
请把空行女手中那宝塔，  
赐给我等弟子们！

主尊在培育很多法众时，  
如那阳光普照大地，  
您是扫除黑暗的瑜伽士。

向您这智深悲切者启请：  
请把空行女手中那宝塔，  
赐给我等弟子们！

主尊啊，世间人来谒见您时，  
如那赤子见到母亲，  
您是对世人爱护的瑜伽士。

向您这慈爱者启请：  
请把空行女手中那宝塔，  
赐给我等弟子们！

主尊在归往空行刹土时，  
如那悉地的宝藏瓶，  
您是能随欲施舍的瑜伽士。

向您这罕有的奇异者启请：  
请把空行女手中那宝塔，  
赐给我等弟子们！

主尊在说预言和现神通时，

如得之于心而行之于手一般，  
您是毫无差错的瑜伽士。  
向您这了知三世者启请：  
请把空行女手中那宝塔，  
赐给我等弟子们！  
主尊在尽快地赐给悉地时，  
如父亲传授家业给儿子，  
您是毫不吝惜的瑜伽士。  
向您这具有悲德者启请：  
请把空行女手中那宝塔，  
赐给我等诸弟子们！”

这样祈求后，塔中的尊者身像，为了回答热巴希瓦畏的请求，唱了一支要断除形形色色过错的歌：

“既然各位有缘的善男信女，  
悲切泣诉苦苦哀告，  
请众热巴弟子听我详分晓！  
我米拉日巴的法身，  
在一切地方普遍存在。  
空性本无所谓得和失，  
色身已融归于法界。  
那世俗的灵骨与舍利，  
变成了一个小圆块。  
现在它化为一座放光的宝塔，  
成为一切众生的培福所在。  
它的住处在清净刹土中，  
五部空行来伺候，

天神和空行来礼拜。  
供在人间它会自己隐去，  
你等弟子所能得到的，  
是直指本心即法身，  
这是至上的灵骨和舍利。  
在修证此道的时候，  
会出现下列种种讹误，  
要切记勿忘并慎其去取！  
依止有德相的上师，  
和亲近有福气的鄙俗，  
二者很相似，须提防失误！  
心中现起的本来空，  
和造作的无念无欲，  
二者很相似，须提防失误！  
修持真元守本位，  
和对寂止的粘附，  
二者很相似，须提防失误！  
自己出现的天然舒缓，  
和靠说教制造的臆想，  
二者很相似，须提防失误！  
明见无垢的本来心，  
和因好心而得到的利益，  
二者很相似，须提防失误！  
显现能得到悉地的缘起，  
和那富有财物的运气，  
二者很相似，须提防失误！  
佛母空行的指点，  
和天空鬼神的召唤，

二者很相似，须提防失误！  
空行所修的悉檀，  
和魔鬼制造的留碍，  
二者很相似，须提防失误！  
无垢法身凝聚的圆粒，  
和有相实体的舍利，  
二者很相似，须提防失误！  
变化境中的胜妙花，  
和欲界天的花朵，  
二者很相似，须提防失误！  
化身天变的大宝塔，  
和魔鬼生出的魔塔，  
二者很相似，须提防失误！  
三界幻化的虹光帐，  
和四大缘生起的虹霓光，  
二者很相似，须提防失误！  
由宿缘所生的信心，  
和触缘而生的信心，  
二者很相似，须提防失误！  
由心底产生的信仰，  
和因惭愧而生出的信仰，  
二者很相似，须提防失误！  
至诚恳切来修道，  
和今生为顾全上师情面，  
二者很相似，须提防失误！  
凡心所思付诸实践，  
和口头念诵随风吹散，  
二者很相似，须提防失误！

佛母空行这宝塔，  
是三世如来的刹土，  
是男女勇士的聚会堂，  
是尊者大师的禅房。  
我要去到东方的刹土，  
那众多空行的聚会处，  
其名叫现乐净土，  
住有薄伽梵胜乐轮<sup>(54)</sup>，  
观世音和众度母。  
在这个普贤极乐的地方，  
很多空行来迎接我。  
你若能诚心启请，  
并淌着心口如一的真诚眼泪，  
奉献出色的供礼而不虚伪，  
撒下智慧犀利的鲜花，  
用菩提心瓶之水沐浴干净，  
信心坚定地守护则善莫大焉！  
若还要求不二智慧大灌顶，  
那么就把头放在这下面！”

歌罢，众空行女把宝塔举到大弟子们头上的空中，宝塔中放射出一道一道的光华，照射在每个大弟子的头上，为他们灌顶。这时，在场的人大都亲眼看见尊者的身影从宝塔里闪出来，立在虚空之中。于是，有些人看见空中聚集了喜金刚，胜乐轮、密集以及有无数天神天女围绕的佛母曼荼罗，接着，都融归于不同本尊心间，而那曼荼罗在空中化为一片光明，最后径直往东方而去。诸空行使用各种彩缯天衣供在宝塔上，把宝塔放在宝箱内，供陈无数供品，吹奏音乐，迎往东方去了。有些人又看见尊者着

圆满报身的装束，骑在饰着各种装饰品的狮子上面，四类空行女高举着狮子的四肢，金刚亥母牵着笼头在前引路，无数勇士空行擎着幡、幢、伞盖等供品和吹奏各种乐器，围绕护持着向东方而去。而那宝塔是由一白色空行女用一白绫肩舆迎请而去的……总之，所出现的种种奇异兆相是不可思议的。

这时，僧俗弟子大众，因为没了灵骨非常悲哀，便放声哀号，强烈启请。忽然，从空中出现一个没有身相的好似尊者的声音说道：“众弟子不必这样悲哀，到岩下去寻找那阿摩利迦金刚石<sup>(55)</sup>。它上面有四个字，这是为你们遗留下的印记灵骨，可作你们敬信供奉的依据。”大家听后，就在焚化遗体的岩石墩周围寻找。果然如所授记，找到一块尸石。这样失掉灵骨的悲痛也就消失了。这块奇异的尸石，为了利益众生，直到如今还供奉在大兰若吉祥曲洼寺内。

此后，众大弟子因尊者逝往他方净土，一时难免悲伤。但是，因为大家已断定终究能往生尊者所在之地为他的上首眷属，同时，尊者以自己一切大行对佛教和众生做出巨大成就，此外徒众等各自也都修持有能够自利、利他的把握因而稍感宽慰。这时，大家异口同声地说：“我们照着尊者的遗嘱，去找那灶下的金子吧！就尊者一生的事迹来看，固然不会积什么黄金，但这是上师之命，必然去看一看。”于是，便把灶挖开一看，见有一块迦西迦布<sup>(56)</sup>，里面包有一把小刀，刀尖可当锥子，刀背可作火镰，刀刃十分锋利。还有一块蔗糖以及一封信。把信展开，见那信中写道：

“用小刀把这块糖和这块布割切，  
愿它没有穷尽，  
割开后让众生随便取用！  
凡尝过这糖的和接触过这布的，

都将由恶道得到解脱！  
米拉日巴的三昧食和衣，  
都得上辈佛祖的加持，  
只要听到一次我的名字即生正信的一切众生，  
都能七世不投生恶道，  
能记住过去七世的事，  
这是上辈佛祖作过授记的。  
那些说我米拉日巴有金子的人，  
只好在他口中塞进一块屎。”

众大弟子虽然处在痛苦哀悼中，看见写着这样的话，也不禁齐声大笑起来。那信的下面接着写道：

“我瑜伽者这三昧食<sup>(57)</sup>，  
一生中一直食之不弃，  
它是产生两种悉地的大悲食。  
凡能尝到此食的众生，  
那投生变饿鬼的大门就对他关闭；  
我这白布拙火般若<sup>(58)</sup>衣，  
凡穿上身或披上肩的人，  
投生寒热地狱的门就对他关闭；  
得到加持的一切众生，  
都能摆脱三恶趣；  
一切与法有缘的众生，  
今后再不会投生恶道，  
并可逐步圆觉入佛地。  
仅仅听到我的名字，  
就能产生敬信的众生，

七世都能记住族氏名。  
我米拉日巴大丈夫，  
三界都被我变为黄金，  
何用哪小包小粒散碎金？  
弟子们照我教训办，  
我已把眼前和长远的一切事，  
都已圆满完成无遗憾！”

大家看后使用小刀把糖块切成无数片，所切的每一片又都和原来的糖块一样大小，以后，又把那布裁开，同样也现出一块块方方正正的布来。把这些糖和布分散给了众生。众生领受后，有病的立即痊愈；苦恼的解除苦恼。那些有烦恼、生歹心的，都成了虔信、勤奋、智慧、具悲心者，后来由恶趣中得到解脱。那糖和布，世世代代相传下去，受用无穷。

在向灵骨献供时，空中降下五色和四色花雨。那雨并不掉到地上，只下降到几乎人可抓到的地方又回转上升，到空中消散了。即使有一二朵落到地上，人手一接触，大都立刻化掉；没有化的，非常鲜艳，叫人百看不厌。三色以下的，如蜂翅般大小，就积在地上，在曲洼厚度可掩过脚背，别的地方只是改变了一下地上的颜色。灵骸供养完毕后，天上的虹光等瑞相，渐渐变小变弱，一会儿都散了。后来，每逢涅槃年祭时，也常常出现和从前一样的瑞相，例如：清澄的空中降下花雨，出现虹光，闻到异香，听到天乐等等。此外，时令虽然到了冬天，而地上却开着各种花朵，世间庄稼丰收，财货充盈，没有战乱或瘟疫等灾患。那稀奇古怪的兆相，若要一一细说，真是超乎想象，难以言喻呀！担心文字太繁，只好作罢。

总之，自从大瑜伽自在米拉日巴驾返空行刹土后，由于他殊胜事迹的示范和他大悲宏愿的力量，后来他的法嗣中，得成就的

士夫有如天上的星星，住不退转地的多得有如地上的尘土，至于已进道的男女瑜伽士，那真是不可胜数，不计其数，因而使佛教得以发扬光大，众生都摆脱了永久的和暂时的苦恼的因果，而具备了一切快乐的因果。

大瑜伽自在吉祥米拉日巴的解脱大行和化度事业完满之后，为劝众生趋向佛道，便将色身融归了法界之中；而他的宏大事业，仍是永恒地、继续不断地去利益和化度广大有情众生。这是大行第九章。

以上是出世间大行部分。

### 注 释：

- (1) 量论——佛教中的逻辑学。
- (2) 名相——名词概念。
- (3) 散乱之法——使精神涣散的事物。
- (4) 炼若——安静处。这里指寺庙。已见前注。
- (5) 法相——即诸法的体性和形相。
- (6) 化度事业——教化和救度众生的事业。
- (7) 权教——即不了义，不究竟的义理，为劝诱他人而说的道理。
- (8) 实教——即了义，决定义，真实之道理。
- (9) 善品天神——善神，指心向佛教的神灵。
- (10) 五妙乐——即色、声、香、味、触五者。
- (11) 二资粮——指福德资粮和智慧资粮，是众生趋往佛道时必须备办的两种路资。
- (12) 二障——指烦恼障和所知障。烦恼障即扰乱身心使其不安的障碍，所知障即昧于正法或对诸法不能正确认识的障碍。
- (13) 五眼——即：肉眼、天眼、慧眼、法眼、佛眼等五种。

- (14) 相续——指自心。
- (15) 乐、明、无念——修最高密法的内证境界。乐是安乐，明是明了；无念，即无分别。已见前注。
- (16) 洁白圣法——这里指佛法，有时亦指善业。
- (17) 颇翁仁巴度坚——镇地的一个大石岩名。
- (18) 归道用——转烦恼为道的助缘，是噶举派的特法。
- (19) 薄伽梵——梵语，世尊的意思，是对佛的一种敬称。
- (20) 般涅槃——逝世之意。
- (21) 法尔——即法性，本性、自然智意义。
- (22) 四座瑜伽——无上密宗的修习法。
- (23) 二利——利己和利他。利己，指自己解脱；利他，指化度众生。
- (24) 染净——染，指轮回世间；净，指解脱涅槃。
- (25) 不二——没有矛盾对立，是绝对境界。
- (26) 六度——有：布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧等。仗此六种修持，可以解脱，到达彼岸。
- (27) 相好庄严——指佛身具备的各种美德。
- (28) 闍黎——梵语，即阿闍黎，传经授戒的师父。
- (29) 定玛——镇日地方的一处小地名。
- (30) 甚深道——非一般密法，而是噶举派的一种最高密法的专名。
- (31) 乙卯年——即宋高宗绍兴五年，公元 1136 年。根据《青史》历书，是年应为公元 1123 年。
- (32) 色身——有形象的身体，即人身。
- (33) 色身融归法界——即身成为空寂，逝世之意。
- (34) 茶毗——僧人死后火化、火葬。
- (35) 灵骨——遗体，火化后的残骸。
- (36) 舍利——人体火化后所余残骨结晶成的一种特殊物质。

- (37) 火供——即把遗体火化。
- (38) 五部智慧空行母——指人身中的地、水、火、风、空五种根本元素，每一种由一空行母作主宰。
- (39) 脐轮火——即拙火，已见前注。
- (40) 业火——指世俗物质的火，与智慧的火相对应。
- (41) 蕴聚之身——指人的身体是由各种物质和精神所组成的，简称蕴身。已见前注。
- (42) 曼荼罗——梵语，密宗本尊神所居之宫殿。
- (43) 风心——风，指身体的物质。心，指精神活动。已见前注。
- (44) 持明——这里指修密法而得成就者。
- (45) 二取——指能执的心和所执的境。
- (46) 波舍拉山——在定日县的西南，地图上作“富士拉”。
- (47) 无生之旨——佛说诸法性空，一切均为倏而妄缘所幻现，本自无生。
- (48) 大明点——密法中术语。风、脉、明点为人体三个基本成分，特别是明点为一切生长之因。
- (49) 阴阳体——指胜乐本尊佛父佛母的双体。
- (50) 能仁——即释迦牟尼。
- (51) 禁行——即清净行。
- (52) 警句——这里指密宗的戒律。
- (53) 持明大金仙——一修持密咒的大神仙。
- (54) 胜乐轮——即本尊胜乐金刚。
- (55) 阿摩利迦金刚石——俗称此石是由天界下降来的。
- (56) 迦西迦布——印度迦尸城出的一种透明纱。
- (57) 三昧食——坐静人以禅悦为食，指修定之人享受的定境中的乐趣。
- (58) 般若——梵语，意即智慧。

## 后 记

尊者的弟子——正如本尊空行女给尊者授记所说一样，即尊者遇到热巴希瓦畏时的梦兆所示，后来，果然收了如红日一般的娘麦达波大师，如月亮一般的贡塘的热穹多吉札巴，如流星一般的金隆的恩宗敦巴降秋杰波，杰冲麦的热巴希瓦畏，多扎的斯般热巴，尼乡的奇热巴，牟地的直贡热巴，饶马的热巴桑杰加等，称为八大心传弟子；收了辛贡热巴、伦贡热巴、麦贡热巴、咱甫热巴、喀穹热巴、绒穹热巴、打贡热巴多吉旺秋、觉贡热巴达玛旺秋、当巴贾普瓦、里果伽汝瓦、洛敦格登、觉敦释迦谷那、哲敦扎喜巴等，称为十三亲近弟子。心传弟子达波大师与亲近弟子中的最后五位都是外现别解脱相<sup>(1)</sup>的教修大师。女弟子有错昂的热穹玛，聂拉木的萨雷娥，炯地的贝达邦，尊者的妹子白达衮姬等，她们是亲近弟子中的四姐妹。这些都是已得地道<sup>(2)</sup>究竟的二十五位瑜伽男女。再者，咱涅热巴等已经亲见实相本来面目的开悟者和住不退转地的弟子，有如群星，共达百人。生起自然验证，功德增长，获得道暖<sup>(3)</sup>的大士有一百另八位。抛弃世间俗务，如法修习获得道要的大修道士男女有一千余位。至于与法有缘已断恶道相续而有善根福德的平常化机那就多得不可胜计了。这些都是人间的弟子。至于非人中的弟子，如长寿五仙女姐妹和林巴女石妖等善品护法神，亦不可胜计。

上面所说众弟子中，有的在尊者圆寂后，把供奉灵骨的事办

理完毕，便各自遵照尊者的嘱咐，走遍十方，寻找寂静山林，尽其一生，精修道业。特别是他们当中的热穹巴，带上给达波大师的尊者遗物又重返前藏。彼时，因岗波瓦<sup>(4)</sup>稍稍耽搁了一下，但想起上师的话来，便又急忙赶去，到了亚隆的浦夏，正好与热穹巴相遇。热穹巴便将弥勒巴的头巾和沉香木手杖交给他，并将师父圆寂等情况告诉了他。他当时就晕倒在地。醒来后，对上师作了很多极其悲痛哀伤的祷告，这些情形都详见于岗波瓦的传记。

岗波瓦把热穹巴迎往他的驻锡处，请他完整地传授了胜乐耳传等法。热穹巴向他传了法，并把师父给自己的遗物——布衣也一并奉送给他，自己便回洛若兑寺。后来，临终时就以肉身直接升入空行刹土中去了。

其余的心传弟子如希瓦畏和奇热巴，四姐妹中的热穹玛、贝达邦、萨雷娥等，也是以肉身直接升往空行刹土去的。别的弟子们都是先示现圆寂，然后再升入空行刹土去。那些心传弟子，即身往空行刹土的，也显示了奇异兆相。那些示现圆寂的，都遗留下来灵骨舍利，并以种种大行事业和最胜果德来利益佛教和广大有情众生。

上述即尊者共同的轮回世间三种大行，殊胜的涅槃九种大行，共为奇异的十二大行，一生即身证得四身五智的主宰者遍主<sup>(5)</sup>大金刚持果位，严净一切佛土，使一切众生得到成熟和解脱。此至尊无上大士米拉·协巴多吉的传记，能显示解脱和一切智者的道路，能赐予广大有情一切生死涅槃的福德受用，永不穷尽。这部传记是吉祥妙善的大庆会。愿彼吉祥如意！福善俱增！颂云：

至尊大士米拉尊者的传记，  
如至珍宝放出德业的光芒。  
使佛教如阳光普照般显扬，

满足了众生的欲念和愿望，  
使前辈诸佛得到可喜的殊胜供养！  
本传记首尾用藻词来修饰，  
精于词藻的人请欢庆！  
传中文义能使人竦然而生敬信，  
生起厌离心的大德们请欢庆！  
传中的道理揭示了二谛<sup>(6)</sup>实无分别，  
修证获得觉受者请欢庆！  
见此传记则能从八风束缚中解脱，  
断绝贪恋、抛弃红尘者请欢庆！  
听过传记就能油然而生信仰，  
有宿缘善根者请欢庆！  
想起传记能挣断眷恋的羁绊，  
即身修证成佛者请欢庆！  
接触传记二利就任运而成，  
住持佛教而利益众生者请欢庆！  
保证传记能满足传承的愿望，  
依教奉行的法嗣们请欢庆！  
传中悲怀能解除一切痛苦，  
三界一切众生请欢庆！

欢庆的根源——即如佛教的宝幢顶一样的这本米拉·协巴多吉的传记宝，具有四无量德<sup>(7)</sup>珍宝的光辉，为一切有情陈设了生死涅槃所有愿欲的筵宴。对此琉璃宝珠，供以清净的增上意乐<sup>(8)</sup>的供养，诚心祈求赐予所欲，使那在如梦幻般的生死流转中为五毒病魔所苦的诸有情，把这传记变成所有病患的对治，成为五智妙乐；使那缺乏无漏<sup>(9)</sup>圣财而受极端的痛苦所困扰的诸有情，能分享七圣财<sup>(10)</sup>的妙乐盛筵。仗此最胜善根，使众生消除一切生

死涅槃之困乏，纵然只听到米拉日巴之名，今生便可得到金刚持灌顶，受到无比策勉，而获得化度广大有情都能证四身德相的功夫和力量。愿其所回向诸事俱能实现！

这本瑜伽自在大士米拉日巴尊者传——指出解脱和成佛之路以及道歌要旨等，不但曾查阅过有关尊者的若干记载，并且还遵照不同凡响的上师口授如实记录而成。巡游尸陀林<sup>(11)</sup>的瑜伽士乳毕坚金，于戊申年中秋月上弦八日，圆满书成于佛母空行之最大聚会地卓·拉齐雪岭。愿以书刻此文的功德极大地利乐佛教与众生，直至轮回未空之日！

## 注 释：

- (1) 别解脱相——指持别解脱戒，现比丘相。
- (2) 地道——即五地十道，是从菩萨到成佛过程中的次第等级。
- (3) 道暖——修密法的一种内证境界。
- (4) 岗波瓦——是达波大师的别称。
- (5) 遍主——即密宗的主体本尊。
- (6) 二谛——胜义谛和世俗谛，或称为真谛和俗谛。
- (7) 四无量德——即四无量心：慈、悲、喜、舍。已见前注。
- (8) 增上意乐——由衷的热忱。
- (9) 无漏——指已离烦恼污染。
- (10) 七圣财——即信、戒、闻、舍、惭、愧、慧等，佛书所说众生赖以成佛的七种资本。已见前注。
- (11) 尸陀林——坟地。

## 译后记

本书全名：《显示解脱和成佛道路瑜伽自在大士米拉日巴尊者传》，全书十余万字，是藏族的一部传记文学名著。作者桑杰坚赞，后藏人，别名藏宁赫鲁迦·乳毕坚金。“藏宁”意为后藏疯子，“赫鲁迦”是胜乐金刚佛名，“乳毕坚金”译为“骨饰者”。桑杰坚赞生于第八饶迥壬申年，即明景泰三年（1452），卒于第九饶迥丁卯年，即明正德二年（1507）。为主巴噶举派林热·白玛多吉的法嗣，属中主巴派系统。据说他的一生就是仿效米拉日巴的行径，专务实修，获得了奇特成就，也是噶举派中有名的人物之一。

据《米拉日巴传》载：尊者生于第一饶迥壬辰年，即宋仁宗皇祐四年（1052），卒于第二饶迥乙卯年，即宋高宗绍兴五年（1135）。《青史》则说他生于庚辰年，即宋仁宗康定元年（1040），卒于癸卯年，即宋徽宗宣和五年（1123）。《青史》所说比较可靠。米拉日巴是噶举派开山祖师马尔巴译师的四大亲教弟子之一。在他之后，噶举派发展很大，分为所谓“四大八小”等若干流派支系，其法脉来源，大多是宗承于他的。

《米拉日巴传》叙述了他一生的经历。米拉日巴逝世是在12世纪初，本书成书是在15世纪末，中间相隔了三个多世纪。可见米拉日巴的事迹在民间传播的时期很久，而且也很广泛。在辗转传述的过程中经过不断的加工，自然会有许多渲染附会不实之

词，而且也杂入了很多迷信成分，但其基本事实仍来源于噶举派的宗教史传记载，是实有其人其事的。

书中在叙述米拉日巴一生的事迹时，概括为两大类：一、世间大行，即未出家前的世间凡俗事迹；二、出世间大行，即出家后修道证果的事迹。世间大行分为三章，出世间大行分为九章，共十二章。

本书重在宣传佛教，但在这些绘声绘色的记叙中，客观上也反映了米拉日巴当时所处社会的政治面貌、农村经济、乡里风习以及人民的思想感情等等。故这本书又是记述 11、12 世纪西藏地方社会历史的极其珍贵的著作。

在世间大行即“共行”第一章（《米拉日巴传》藏文版、西藏人民出版社 1979 年 8 月版第 5 页 17 行至 15 页 16 行），记述了他的家世。他的先祖是伍茹北部草原上的琼波部落，家世是喇嘛觉塞。由于朝山谒圣，周游到了拉堆绛，即今定日协噶一带地方，获得很多钱财，遂在此定居。后来由于觉塞的孙子嗜好赌博，破了产，遂又流浪到了阿里贡塘地方，即今吉隆县西南的贡塘。因经商而发迹，便在贡塘买田地，修房屋，生活过得很好。

在“共行”第二章（藏文版 15 页 17 行至 21 页 9 行）叙述他父亲去世，家产为叔父、姑母所夺，他们母子三人从此过着贫困的家奴生活。

在“共行”第三章（藏文版 21 页 10 行至 37 页 13 行）叙述他用咒术杀死仇家，降下冰雹，毁灭乡里庄稼，报仇雪恨。

尽管在这些叙述里面掺杂了许多神话成分，但却曲折地反映了当时的一定现实生活。米拉日巴所处的时代正是吐蕃奴隶制王朝崩溃向封建农奴制过渡的时期。他的先祖咒师觉塞，在奴隶社会中属于僧侣阶级，是有一定社会地位的自由民。奴隶制崩溃了，人民更自由了。土地可以买卖，商人可以放手经商。他家就是由经商聚集了大量财富，在当地买田建屋，而上升为领主阶级

的。后来由于叔父姑母侵夺，使他们变为叔父家的家奴。这些生动的叙述反映了当时的阶级变化和社会生活的现实情况。在描述与叔父的说理斗争和丧失家产后的困厄处境时，文笔非常生动，接着写报仇雪恨，让读者人心大快。人民对于强暴是很痛恨的，对于弱小是非常同情的。尽管放咒施雹具有神话的浪漫色彩，但这是人民为反抗暴力所进行的不自觉的加工。恶人得到报应，正义得到伸张，这就是本书人民性的体现。因此，这故事能在藏族人民中流传很久，以至家喻户晓。

其次，“出世间大行”，叙述米拉日巴为忏悔杀人罪行，转信佛教，皈依马尔巴译师。马尔巴初未传法，只令其服事劳役，修建碉房；经过种种苦行折磨之后，才传给他秘密法要。米拉日巴刻苦磨练，坚持不懈，最后终于取得成就，获证圣果。故事即告结束。

马尔巴四大亲教弟子中，米拉日巴是属于实修派，其最大特色正如《智者喜筵》所说首先是他得了马尔巴的秘密传授，其次是真实苦干，坚持不懈，刻苦修持，算为坚毅第一（该书函35页）。传中写他的这种坚韧不拔事迹，至今还能赢得佛教徒的称道和敬仰，以他作为学习的楷模。人们爱戴这个人物，爱的就是这种百折不挠的坚毅精神，尊称他为大圣人、瑜伽自在大士。

“瑜伽”是梵语，意即“相应”。对外道来说就是达到“人神合一”的境地，对佛教来说就是以凡夫的身、口、意三业去与佛的身、口、意三密相应而修证成佛的方法。瑜伽法是印度古时就流传的一种求健康长寿和心灵达到某种特殊境界（即“三摩地”、“入定”）的一种方法。早在《奥义书》中《阿达婆吠陀》里就有制约身体，控制呼吸的作法。释迦牟尼佛的两位老师阿罗逻和乌陀迦二人就是有名的大瑜伽行者。“瑜伽”后来为佛教密宗派所吸收，把外道对修身方面有用的东西与佛教修心方法相结合，成为内道中的一种法门。它不是纯讲理论，而是实际修习的方法，

所以藏人又把实际行持密法观修的人称为瑜伽士。本书把米拉日巴也称为瑜伽自在。

“自在”就是自由主宰之义。指他修习瑜伽已达到能控制自己的身心使服从于自己的意志了。

这“不共大行”有九章约占全书五分之四，作者是佛教徒，重在宣扬佛教，尤其是噶举派的独特的宗旨和宗风。主要想通过米拉日巴的一生经历来宣扬所谓“解脱和成佛之道”：即先经过世事的磨练，然后发起厌离和出世之心，由于他具有出世之心才强烈追求佛道。为了坚定其出世之想，马尔巴又以修建碉房等各种艰苦之事去折磨他，所谓清净他的罪孽，然后才给他传授大法，由显入密，最后获得证果。

叙述这一历程，目的在告诉佛教徒们米拉日巴的修佛的具体实践，即他所走的道路，就是求佛者应走的道路，所以本书又名《“显示解脱和成佛之道”的传记》。

马尔巴给他传的法，不是为他讲解经典；米拉日巴的修证，也不是靠广研教理，在空洞的佛学名相上纠缠以度过一生。马尔巴是为他灌顶传授密法，并授以能够实际起修的教授要门（“不共行”第三章74页15行起）。这教授统名为空行耳传教授（“不共行”第五章93页4行）。于是他便在上师的住处附近达尼扎，实际观修起来。以后又在桑普坐静（“不共行”第四章76页20行和89页17行）。他首先是修“止”，求得定心，如《米拉日巴传》说：“运用各种方法把心定下来，此时则妄念断流、自心荡然，成为无念无想境界……这就是寂止的境界”（第四章80页5行）。得止以后，然后起观，这就是传中所说“运用甚深分别观察胜慧来作观察。”由于观察即证悟了空性之见（第四章80页14行）。他曾把所悟见地，求师印证。从他所谈的见地来看，他已悟到缘起性空之理，就是说万法从缘而有，法无自性本空，学人要把“空”、“有”两方面很好结合起来成为圆融无碍，这就是

噶举巴所说的显教的大手印之见。《土观宗派源流》说米拉日巴悟到的是中观派中最彻底的应成派见，在他的道歌中就表明了这点。如说就俗谛说承认一切万法是缘起，是世俗有；从胜义谛说承认一切法是无自性，是本空。（《土观宗派源流》藏文本、甘肃民族出版社1984年4月版141页）若能将空有二者很好地结合起来，则成为二谛圆融之中见。《米拉日巴传》中又说：“染净都是显现在光明界中，在手把握的当下，盖上了大手印的印记。”（第九章167页7行起）。书中说：“这个心，它是不落方所的。若为邪见道所引的缘起，其果则为轮回；为殊胜道所引的缘起，其果则涅槃，此二究竟真实为空性光明。”（第七章127页2行起）上面提到光明和光明界，又提到究竟真实，这指的是最微细的本元心性。可见他所证得的不仅是显教的空性见而是显密结合的大手印见。马尔巴传给他大手印，还传给他“那若六法”，故他是显密结合而修所证的境界（《土观宗派源流》144~145页），后来他的最大弟子岗布瓦名此大手印见为“俱生和大手印”。这个大手印才是圆满成佛之道。为什么修显教大手印还要结合密法修习密教大手印才算圆满修习成佛之道呢？因为显教大印，彻证空性见到本元心性，也只能成就佛的法身之因，证佛法身。然而成佛要具备三身，法身而外尚须有报、化二身的修法。显教只求悟心，无有修报、化二身之法。况且人的心是离不开这个物质之身的，所以修心后还要修身。修身就是修密教中无上瑜伽的圆满次第。本书中常常强调这身的重要性，说身是大宝舟，成佛入轮回都要依靠它（藏文版“不共行”章78页21行）。又把身叫作“阿练若”，即修行的清静处。书中说“自身练若即是梵宇”。（第五章93页18行），又说：“在精勤自身的练苦中，有如来聚合的殿堂。”（藏文本第五章98页11行起）等等，即身中有佛之意。密宗提出“即身成佛”说，就是心解脱，身也要解脱。这个有漏的五蕴之身如何成得了佛，故要净化此身使其成为光明虹霓之

身。因此需要上师最高的密法要门才能办得到。

修身就是修风息。密教的观点是心物互有论和心离互有论。他们认为人的意识活动是有物质基础的，这基础就是风息。心是离不开物的，心里有活动，气就随之而动，所以瑜伽法就是控制自己的气息，让它在一定的循行轨道中活动，这轨道就是脉。无上瑜伽之圆满次第的修法，主要就是修风脉。人们要认识客观事物的真相，必须排除在认识上的种种障碍，如主观偏见、感情色彩乃至最大的天生的实有之感等。用佛教的话来说，就是要排除烦恼障和所知障。此二障若不排除，则见不到法性。不见法性，也成不了佛。这所知障是最难断除的，密法就是用来断除所知障的。噶举派修身的至上法门就是“那若六法”，其中最要者为修脐轮火（“不共行”第四章 89 页 8 行），由融乐而生四喜。最后将所悟本元心性转成大乐，乐空和合而起报、化幻身，这就是密教大手印。是显密结合而修的修法。米拉日巴的及门弟子在米拉日巴的大手印与“那若六法”结合的乐空和合教授上再加以自己的体验，遂形成各种引导弟子进入法门的方便，而各标以新目，如岗布瓦的“俱生和合”、蔡巴的“唯一白法”、噶玛巴的“风心无别”等，归根到底，就是解决心物对立或心境对立的矛盾的。所提出的“俱生和合”，就是因为心与物，境与心这矛盾对立的双方是同时生起的，各以对方为自己存在的前提，心离不开物，物离不开心，有心即有境，有境即有心，心是主观精神，境是客观存在，通过密乘方便把对立的两方结合起来，即达到矛盾的统一。这统一的方法或名为“风心无别”，或名“平等一味”。由于各人引导弟子的方便不同，虽同在噶举一派中而又衍变成为若干支系，最大的为四系八支，如噶玛噶举、蔡巴噶举、帕竹噶举、止贡噶举、达隆噶举等。归结起来却不出显密双修和乐空双运之道，也叫作方便胜慧双运之道。

由方便引生大乐，这大乐要与空性深见相配合。若不配合，

单纯耽着乐感，则所证将等同外道。原来佛教中的瑜伽法就是取法印度外道的，佛教把它发展成为内道的各种瑜伽法。外道凭仗这个瑜伽术使自己的心灵达到一至极安宁的境地，即所谓“入定”。由于得定，他们的主观认识力摆脱了一些粗分束缚，所以对客观世界的观察就特别锐敏，因此产生了各种哲学派别。有的定功很深，但是无论定力多大多久，或者神通很大，大到已证了四禅天，升入天界为神，但到定力消失后，仍然要堕入轮回生死的。在定中也可获得一种超自然的力量，如近世所说的特异功能，或者如佛教徒所说的“神通”。神通是由入定后的附带产物，不是本质的东西，不能超出轮回导致涅槃。出轮回要引起观察妙慧，现证空性，断除实执，才能入证涅槃。至于在定中可以使心灵得到安乐，如米拉日巴在一次修定时就出现了乐、明、无念境界（第四章 80 页 12 行、第七章 127 页 2 行）。甚至由掌握了身要、风要、脉结开解，摄界归脉，出现了不可思议的力量（第四章 126 页起）。但在他看来没有生起观察法性的妙智，即空性智，这些意义都不甚大。因为用这些不能求得解脱，超出不了生死轮回。瑜伽法是属于方便道，方便道仅仅是一种手段，不是究竟目的。由于运用瑜伽法使主观精神和客观事物都发生了变化，这些变化都是由因缘聚会而起，是缘起法。佛教的究竟目的是求契证本原心体，圆满成佛。若未悟自心实相，专修瑜伽风脉，纵然成就很高，亦成不了佛。这就是佛教和一切外道在瑜伽法上不同点。所以方便道上还要有空性见，即噶举派中所说显密结合的大手印道。

修无上瑜伽方便道，主要是修身。因此不能过分克制身体，在显教，出家沙门要守持戒律，行清净行，不能饮酒食肉，是极端的禁欲主义，密宗反是。《米拉日巴传》中提到米拉日巴在修风脉时，由于克制身体，反而功夫不能大进，食美好食物，便引生了乐空美妙的内证（第七章 119 页 10 行起）。他由于身体太

弱，反而引起风脉障碍。后来他食了一些他妹子送来的酒和未婚妻送来的美好食物，则功夫大进，因此领悟到密乘“以欲乐为道”的奥义。这就说明了只是心悟大手印，而身体不行，亦不能证得乐空无别的俱生大手印，也说明修身在密宗内的重要性。

总之，《米拉日巴传》的精神在告人以学佛不能只凭口讲经教而要实修。书中就讽刺了博通经教的八日译师（第七章 135 页起）和专讲名相而言行不一致的咱甫巴（第九章 11 页起），反对只是口头说教而无实践之人。

由于这本传记反映了吐蕃王朝崩溃后在我国宋代时西藏地区的政治经济和社会生活等各方面的面貌，成为研究这一时期藏族历史极为珍贵的参考资料，引起了中外学者的重视。近年来在国外有各种译本，如法国的巴考将此书翻译成为法文，日本河口慧海也译成日文，其后英国的埃文·斯漫茨也译成英文本等等，对有关研究者有一定的参考价值。

在国内关于汉文的译本，王沂暖先生在 1949 年翻译了一个节译本，听说 1965 年居住香港的张澄基先生也译了一个汉文本，但没有见到。我翻译这本书，虽是早在 1946 年就译完了，但没有得到出版，一直压了近 40 年。我当时系根据德格印经院的版本，现在修订整理时，根据西藏人民出版社 1979 年排印的版本。本书藏文版除德格版本外，还有拉萨印经院版、定日版、北京嵩祝寺版。听说蒙古也翻译了《米拉日巴传》，也未见到过。自从中国共产党十一届三中全会后，受到党的政策的感召，人人都在奋发有为，我虽学无根底，而又知之不多，但亦要为四化作出贡献。中国社会科学院于 1980 年聘我为特约研究员，我便考虑先将过去译稿整理校注，以供同仁研究，得到院方领导赞许，社科院民族研究所并给以大力支持，陆续给我寄来有价值的中外文献、参考资料，使我在注释方面得到很大帮助，我在这里谨向他们表示衷心的感谢！鉴于中原五代、两宋期间，处于祖国各民族

大融合的新阶段，当时的藏族地区正在进入封建农奴制社会，对于这一重要发展时期的深入探索，每叹文献资料之不足，而米拉日巴的一生，则正处于这一时代的洪流之中。因此，我将校注《米拉日巴传》译稿时之一得管见，书供同仁研究当时社会、历史和文学、宗教等方面用作参考，亦我所愿。同时还要说明一点，本人现在年过古稀，身体不好，过去所学亦极肤浅，错误地方很多，请求读者教正。

幸甚！幸甚！

刘立千

1984年10月9日

[ G e n e r a l I n f o r m a t i o n ]

书名 = 米拉日巴传

作者 = 桑杰坚赞

页数 = 225

出版社 = 民族出版社

出版日期 = 2000年02月第1版

SS号 = 10229830

DX号 = 000000042414

url = http://book2.duxiu.com  
/bookDetail.jsp?dxNumber=0  
00000042414&d=A0A800AF24AB  
ED6C0FFB170ABFBFCA28&fenle  
i=021504090131&sw=%C1%F5%C  
1%A2%C7%A7%B2%D8%D1%A7%D6%  
F8%D2%EB%CE%C4%BC%AF

封面页

书名页

版权页

前言页

目录页

颂辞

赞文

缘起

轮回世间大行之部

第一章 出生 命名米拉之由来 世系来历

第二章 幼年丧父 亲族结仇 丧失财产

亲身体验苦之真谛

第三章 奉母命修炼咒术 惩治仇人

寂静涅槃大行之部

第一章 怀着厌离心和出离心寻访具足德相之师

第二章 谒见上师 遵命笃行 以痛苦和失

望的折磨将罪障清除无遗

第三章 得师尊悲悯摄授，得到成熟解脱的教授

第四章 在上师身边观修 生出证验之苗

第五章 掌握教授 因梦兆启示得单传教授后

离开上师回归家乡

第六章 借助外缘明白了轮回之义发誓再次修行

第七章 为遵从师教，毕生勤奋精进、专一坐山

修持

第八章 经此修持，证悟增长，终于成功。遂以

所得成果利益佛教和众生

第九章 完成解脱和化度事业为劝众生归佛而将

色身融归王法界

后记

译后记

附录页