



大圓滿最勝心中心引導略要目錄

序分：顯示趨入教授之因緣

- 1.示說法者
- 2.示聞法意
- 3.和合緣者法源

正分：正式指示教授

- 1.從法緣流生門中生決定信心
- 2.由灌頂門作成熟事業
 - 2.1.正式灌頂
 - 2.2.三昧耶
- 3.由教授門中開示修持
 - 3.1.為身心可成器而修前行
 - 3.1.1.顯示特別隱密之口授
 - 3.1.1.1.學習無貪之氣
 - 3.1.1.1.1.學習氣之色
 - 3.1.1.1.2.學習氣形
 - 3.1.1.1.3.學習氣之數量
 - 3.1.1.1.4.學習氣之去來

- 3.1.1.1.5.學習寶瓶氣
- 3.1.1.2.學習有貪明點
 - 3.1.1.2.1.依明母修持
 - 3.1.1.2.2.依自身修心氣安樂
 - 3.1.1.2.2.1.明緣三脈而修忿怒母
 - 3.1.1.2.2.2.忿怒母熾燃降注明點
 - 3.1.1.2.2.3.三輪本尊父母融成明點
 - 3.1.1.2.2.4.五輪本尊父母融成明點
- 3.1.2.大圓滿共同經論之義理前行
 - 3.1.2.1.外前行
 - 3.1.2.1.1.修身
 - 3.1.2.1.2.修語
 - 3.1.2.1.2.1.印契（結倒）
 - 3.1.2.1.2.1.1.外顯印契
 - 3.1.2.1.2.1.2.內蘊印契
 - 3.1.2.1.2.2.習力
 - 3.1.2.1.2.2.1.外顯修習力
 - 3.1.2.1.2.2.2.內蘊修習力
 - 3.1.2.1.2.3.尋求繞和

- 3.1.2.1.2.4.趨入於道
- 3.1.2.1.3.修心
 - 3.1.2.1.3.1.約生之觀察
 - 3.1.2.1.3.2.約住之觀察
 - 3.1.2.1.3.3.約去之觀察
- 3.1.2.2.內前行——消滅六趣種子
- 3.1.2.3.密前行
 - 3.1.2.3.1.住本然
 - 3.1.2.3.1.1.身住本然
 - 3.1.2.3.1.2.語住本然
 - 3.1.2.3.1.3.心住本然
 - 3.1.2.3.2.入本原
 - 3.1.2.3.2.1.聲聞姿勢身語意三業未住令住
 - 3.1.2.3.2.1.1.身要姿勢
 - 3.1.2.3.2.1.2.修正方便
 - 3.1.2.3.2.1.2.1.有相
 - 3.1.2.3.2.1.2.1.1.依有相持心
 - 3.1.2.3.2.1.2.1.1.1.木塊
 - 3.1.2.3.2.1.2.1.1.2.明點

- 3.1.2.3.2.1.2.1.1.3.觀心明點燈
- 3.1.2.3.2.1.2.1.2.依清淨本尊相持心
 - 3.1.2.3.2.1.2.1.2.1.金剛薩埵
 - 3.1.2.3.2.1.2.1.2.2.釋迦牟尼
 - 3.1.2.3.2.1.2.1.2.3.觀自在
 - 3.1.2.3.2.1.2.1.3.依修氣持心
 - 3.1.2.3.2.1.2.1.3.1.修心氣無二
 - 3.1.2.3.2.1.2.1.3.2.依瓶氣
 - 3.1.2.3.2.1.2.1.3.3.依金剛誦（而攝心）
 - 3.1.2.3.2.1.2.2.從無相[以攝持心者]
 - 3.1.2.3.2.1.2.2.1.緊
 - 3.1.2.3.2.1.2.2.2.鬆
 - 3.1.2.3.2.1.2.2.3.貫聯
 - 3.1.2.3.2.2.菩薩姿勢——已住令固
 - 3.1.2.3.2.3.忿怒姿勢——已固令解
 - 3.2.依于無漏智之相續開示正行
 - 3.2.1 指示本來清淨實際之[立斷]（且卻）
 - 3.2.1.1.以三前行令未通達者通達
 - 3.2.1.1.1.尋斷分別

- 3.2.1.1.2.尋心界限
 - 3.2.1.1.3.觀察心之生住去
- 3.2.1.2.指示正行
 - 3.2.1.2.1.三種守護儀軌
 - 3.2.1.2.1.1.住
 - 3.2.1.2.1.2.動
 - 3.2.1.2.1.3.住動俱無
 - 3.2.1.2.2.指示所得堅固
 - 3.2.1.2.2.1.指示——上師教授
 - 3.2.1.2.2.2.修習之所為
 - 3.2.1.2.2.3.保任修持
 - 3.2.1.3.增長三解脫習力結歸
 - 3.2.1.3.1.五毒自解脫
 - 3.2.1.3.2.五門自解脫
 - 3.2.1.3.3.六識自解脫
 - 3.2.2.顯示任運成就智慧現前之[頓超]（妥噶）
 - 3.2.2.1.夜瑜珈
 - 3.2.2.1.1.凝視所緣
 - 3.2.2.1.2.如顯實趨入

- 3.2.2.1.3.顯示特別教授
- 3.2.2.2.晝瑜珈
 - 3.2.2.2.1.依方便之要儀
 - 3.2.2.2.1.1.修九節佛風
 - 3.2.2.2.1.2.三門要儀——身語心
 - 3.2.2.2.1.2.1.身要儀
 - 3.2.2.2.1.2.2.口要儀
 - 3.2.2.2.1.2.3.心要儀
 - 3.2.2.2.1.3.表示智慧自顯之密道
 - 3.2.2.2.1.3.1.正行
 - 3.2.2.2.1.3.1.1.顯處之根要
 - 3.2.2.2.1.3.1.2.顯處之境要
 - 3.2.2.2.1.3.1.3.顯明之氣要
 - 3.2.2.2.1.3.2.指示
 - 3.2.2.2.1.3.2.1.指示三身
 - 3.2.2.2.1.3.2.2.指示三寶〔六性〕
 - 3.2.2.2.1.3.2.3.指示七種不同之五部
 - 3.2.2.2.1.3.2.3.1.指示五身
 - 3.2.2.2.1.3.2.3.2.指示五勝智

- 3.2.2.2.1.3.2.3.3.指示五種
- 3.2.2.2.1.3.2.3.4.指示五光
- 3.2.2.2.1.3.2.3.5.指示五氣
- 3.2.2.2.1.3.2.3.6.指示五慧
- 3.2.2.2.1.3.2.3.7.指示五空行
- 3.2.2.2.1.3.2.3.8.指示結歸
- 3.2.2.2.2.顯示四所顯之理
 - 3.2.2.2.2.1.現見法性顯現
 - 3.2.2.2.2.2.覺受增長顯現
 - 3.2.2.2.2.3.明體進詣顯現
 - 3.2.2.2.2.4.窮盡法性顯現
- 3.2.2.2.3.後要口訣
 - 3.2.2.2.3.1.三不動固根
 - 3.2.2.2.3.2.三住持量
 - 3.2.2.2.3.2.1.夢中相
 - 3.2.2.2.3.2.2.三門相
 - 3.2.2.2.3.2.2.1.現見法性所顯三相
 - 3.2.2.2.3.2.2.2.覺受增長顯現三相
 - 3.2.2.2.3.2.2.3.明體進詣顯現三相

- 3.2.2.2.3.2.2.4.窮盡法性顯現三相
 - 3.2.2.2.3.3.三得垂極
 - 3.2.2.2.3.4.四無畏解脫之量
 - 3.2.2.2.3.4.1.上二定信
 - 3.2.2.2.3.4.2.下二定信
 - 3.3.依修持四瑜珈-說解脫理結歸次第
 - 3.3.1.示四瑜珈之修持
 - 3.3.1.1.見
 - 3.3.1.2.修
 - 3.3.1.3.行
 - 3.3.1.4.果
 - 3.3.2.顯示解脫理之果
 - 3.3.2.1.上根即身成佛
 - 3.3.2.2.中根中陰解脫
 - 3.3.2.3.下根成自性化身佛
- 結分：讚頌補述法源
附錄：仰兌十種殊勝功德
仰兌三虛空相應口訣



卑嗎那密渣尊者



渣華龍清巴尊者



貢噶金剛上師



仰兌

依黑物上金字顯出大圓滿最勝心中心引導略要名趨入光明道

卑嗎那密渣尊者開示心要
渣華龍清巴尊者結集
貢噶金剛上師傳釋講授

那謨古汝三門達，巴渣雅^①。
本界清淨即光明法身，本顯明體自解本依怙。
所顯遍主上師祈加持，自他迷亂分別界寂靜。
惟聞其義徹底動輪迴，修則能斷有界之相續^②。
光明金剛頂勝心中心，依次而說祈守者開許。

註釋：

- ①梵文音譯，義為敬禮上師普賢(王)如來。
- ②謂三界之輪迴。

本法為三種傳承諸上師之精要，亦為諸智慧空行母之心血，亦為九乘^①中之心要，內外密之甚深義理，最上乘所流出者，為清淨惡業之水，剷除罪障之刀；又為引入解脫道之導者，為中有道中之送達大往生者^②，更為現剎土之寶鏡，誰得此法，皆起滿足之心，如得摩尼寶。較其他法具殊勝十德（見附錄）。

此大圓滿殊勝心中心，為《大無礙見普賢命脈智慧輪》等十五種經中，一切甚深妙義之結晶。顯示依黑物上金字，導入大圓滿之殊勝次第分二：

註釋：

- ①聲聞、緣覺、菩薩，為外三乘；作密、行密、瑜珈密，為內三乘，嘛哈瑜珈、阿努瑜珈、阿的瑜珈，為密三乘，故謂九乘。
- ②謂即身成光明身。

序分：顯示趨入教授之因緣

1. 示說法者

從《大圓最勝大羅列(本)續》中云：“善巧離于諸事業，通達法爾之義理。
於彼所求不迷謬，是為密乘上師相。”

普通者應如上說，特別則當具另四相：

初于教授修持善巧如耕夫。
中於護持覺受善巧如牧人。
後轉過為功德善巧如染匠。
除初中後障礙善巧，如曾入海之領航者。
如上功德，當悉具足。

2. 示聞法意

從《自顯(本)續》中云：“具足信力並精進，及大智慧無執著，
殷重恭敬行密法，無分別心無散亂，
具三昧戒精進修。”（依上師教而奉行）

3. 和合緣者

如上弟子依多數上師歡喜門中，如理依止，得決定教授已，且與伴侶見行相同，資具不用費力，諸能聚集，地點當依高山寂靜處。
時間就《大圓滿明體(本)續》中云：“夏末冬初及春季，早晚二時許最勝。”
如上指示時間，為增長覺受之時緣。

正分：正式指示教授

1. 從法緣流生門中生決定信心

從《大圓滿明體(本)續》中云：“為具堪能生決心，應說傳承之緣起。”

謂法身普賢(王)如來，本來圓滿。最初佛陀童瓶身界，本來不增不減，由住於三世平等，從彼自顯不減受用圓滿身，變現具德金剛薩埵等五佛，不可思議壇城。其心領納一味密意而宣說者，為密意傳承。

謂一切諸佛事業所變現之烏金大阿闍梨，名白馬錯逞者，于清涼大寒林中，行諸禁行。入于靜慮時，初晚、中晚、後晚、黎明四時，普賢(王)如來、金剛持、金剛薩埵及普賢五佛諸壇城^①，如次現前。任運分金、銀、水晶、雜寶所成四種佛匣，僅以此表示，得通大密意平等。蓮師於西藏雪山，傳于唯一智慧空行母喀請氏女措嘉前，彼母覆依喻表示通達，離意分別之實際而宣說者，是為持明表示傳承^②。

此後烏金父母為利當來眾生故，于所表理智，移托當來之法王，即下文之中滾動錯熱巴，發願與彼灌頂；於黃紙上，書能表字^③已，付于諸空行守庫藏者，令其秘護，藏於東方打拉岡波地、黑蔓陀羅海岸、黑龜岩洞，是為東藏，如極成熟寶果然。即此藏內，隱有本書，其後發現隱藏者，為中滾動錯熱巴，請出開示，於具堪能者桑吉藏松前，由是如次第傳至於今，無有間斷。而如持毫無壞失，且覺受暖相未減滅^④，故名補特迦羅耳傳。

如《羅列燈種續》中云：“心印表示及耳傳，秘密義理量當生。”。

註釋：

①五佛壇城，以金剛薩埵為中尊，普賢王如來住其頂上。

- ②謂住持本來明體之表示傳承。
- ③書寫能表示之文字。
- ④謂師覺受圓滿，其徒亦能如是，是名覺受暖相未減。

2. 由灌頂門作成熟事業

2.1. 正式灌頂

從《札坦舉根(本)續》云：“具戲論與無戲論，以及最極無戲論。灌頂雖分四種相，應令成熟堪能者。”

於大(寶)瓶灌頂，與前三灌頂(即“語、意、體性三灌頂”)外，所隱之甚深隱密，以諸正士上師相傳，修持不壞，而令成熟。

2.2. 三昧耶

通說為身語意金剛乘三昧耶，別說本法所守之緣，無有實質存在(即“無自性”)，本來即是三昧耶大守護，若於所守界限能超越(超勝)，說為守三昧耶之頂極(即無實、泰然、唯一、任運。)三昧耶應包含此四大意涵(以三輪體空：於能守戒之心，與所守戒條及戒之事，皆體性空，故曰無實)。

3. 由教授門中開示修持

3.1. 為身心可成器而修前行

分共與不共，共者略。

3.1.1. 顯示特別隱密之口授

3.1.1.1. 學習無貪之氣

3.1.1.1.1. 學習氣之色

身具毗盧遮那如來七支坐法，除九次濁氣。由持新氣三次後，觀想眉間現一白色極鮮明圓形，僅芥子量，為一切氣所集之體性。心緣于此，常時而修，于此修已，如次第又於頭上，如前而修。

此後全身，乃至自身之高外，附近一切處所，後三千等①所顯一切，悉成白色明點所遍滿。心于此安住，數數修習，於所得相，身如樹棉，[軟]輕而無實；語力如火熾燃，喉舌純和；心如安住三摩地者，日益增長。當如上諸功德。

註釋：①指三千大千世界。

3.1.1.1.2. 學習氣形

觀氣明點圓形，藍灰色，僅豌豆大。住于眉際，或於鼻尖，以目注視，即緣於此。氣緩緩(引)極長，向外呼出，想明點徐徐隨出，身心極空寂，隨即吸氣，此明點亦入眉際，心定如極清爽，身於境而住。若(覺)身大，多分寒重者，或寒顫者，明點有極暖相，于此修習之量，眉際亦覺有暖熱。或感不暢，心即可執持觀想之量(且於隨處緣亦有此相)，是為嫻熟之量。

3.1.1.1.3. 學習氣之數量

學習氣之數量者：身要如前，心應學習氣之去來之法，氣出，心觀氣出，氣入亦然。如是來去為一數，依此計數，於一整晝夜，二萬一千六百行息。每座分次而修，於一百息間，心不散亂為要。

此後妄念分別，即能安住，氣出入徐徐加長。由此後能長住，身感安樂，不覺內外行氣。若氣能隨處安住，是為嫻熟之量。

3.1.1.1.4. 學習氣之去來

（觀）自身鮮明而空，如薄紗帳，外內俱明。臍現顛器，外白內紅，於彼內，現起之藍色杵，僅麥粒大。放氣時想杵由鼻遠出，吸時源源收入顛器中，心定于極安樂，隨力持氣。此後若妄分別甚微，約鼻端僅十六指處，常習此杵與氣之出入、放出、吸收為要。由是身感極安樂相，是為嫻熟之量。

3.1.1.1.5. 學習寶瓶氣

修氣略如前，收氣如前，氣收入於顛器內。氣之金剛杵，一切融化，想於臍變成“哈”字之自性。氣滿肚臍，穀道猛提，由是依“吸滿消射”四者，想氣與一切身界，如霧消散。放氣出時，心氣與空相合，想成空寂，並與無分別相合而修。由此不覺有身，能知氣所去處。心不著於衣食，尋伺自滅，隨其所生種種功德，視為嫻熟之相。

如上有二利益：一者能斷世間現前貪著，二者能速證出世功德。如上氣要，若不如理行持，於彼相違，反生過失。

3.1.1.2. 學習有貪明點

3.1.1.2.1. 依明母修持

（另傳），餘處應知。

3.1.1.2.2. 依自身修心氣安樂

3.1.1.2.2.1. 明緣三脈而修忿怒母

身要作六灶手印^①，並觀身空如前。於自身空之中，觀中脈如柱，上抵於頂，下抵臍下四指處。與左右二脈，互不相觸。量如麥杆許，具足空明光耀。左右二脈上端，由腦內^②通鼻孔；下端抵臍下四指，與中脈連成如“”字之下部（）。于三脈會合處，複觀忿怒母短[᠋]“阿”字，熱可炙手，其色鮮明；由左右二脈吸氣，以氣鼓火熾燃，直達於臍。如是心、喉、頂，依次以智慧火遍滿，想身住安樂暖相。

註釋：

①拳法中的六爐火。

②通過腦部。

3.1.1.2.2.2. 忿怒母熾燃降注明點

身要如前，明緣三脈，想中脈頂端月輪處，現白色[᠋]“倒杭”。忿怒火如前熾燃，觸于頂“倒杭”，從此降菩提甘露，遍滿頂輪，認識初喜智，又由火熾，降甘露滿喉輪，認識勝喜智。如上復降於心輪，認識離喜智，如上復降於臍輪以下，認識俱生喜智。想一切身界，以白點遍滿，生空樂智慧之極樂，于此即應習定。

3.1.1.2.2.3. 三輪本尊父母融成明點

身要如前，明緣三輪等，於頂上為羅列^①種輪相，觀想毗盧遮那佛父母。于喉為攝集諸味輪，觀想阿彌陀佛父母。於心羅列念種輪，觀想金剛薩埵佛父母，如前忿怒火熾燃，化為明點，想明點光，遍滿全身一切毛孔，如露珠然，由是習定。

註釋：

①羅列表星羅布列之意。

3.1.1.2.2.4. 五輪本尊父母融成明點

身要如前，明緣三脈五輪^①，於頂上大樂輪，觀毗盧佛父母。於喉報身輪，觀想無量光佛父母。於心法身輪，觀想金剛薩埵佛父母。於臍化身輪，觀想寶生佛父母。于密處守樂輪，觀想不空成就佛父母，如前以忿怒火熾燃，依次變成明點，融化成光，遍滿一切脈輪，想身充滿空樂，專住於定。

加上修持之利益，能使身生空樂，能斷衣食貪愛，亦能專一安住明體，以此修習氣與明點，于將修現前“妥嘎”明體時，則清淨大種②，殊為易易。

註釋：

①五輪各脈之數：頂輪卅二、喉輪十六、心輪八、臍輪六十四、密輪卅二。

②謂地水火風空五大種，加見、識為七。

如上各節，皆係為妄念分別多者，于此大圓滿自性中，無邊之方便，次第如此，方便令心安住，而趨入現前明體之理。

3.1.2. 大圓滿共同經論之義理前行

3.1.2.1. 外前行

于此法在西康引導弟子之法軌中，流出輪迴涅槃相連修法。最初于寂靜處，應修分別身，於此身要為金剛座，語意亦如是而住。其法義詳見《大圓滿無上智》，共義所說。於此不贅。

3.1.2.1.1. 修身

裸體立于寬廣舒適之座，觀身如杵狀，（兩）足跟相合，（兩）足趾觸地，二膝張開，身極端直，二手合掌於頂上，而不觸頂。二肘張開，地角壓喉結。二肘二膝四處當出力，身要用勁。

觀想身成白色三股金剛杵，上達梵天，下抵金剛地基，智慧火光，熾燃旋繞。從此火焰中，放出無數如同白色之杵，僅青稞量，遍滿十方。摧除一切病魔障礙等已，復收入自身之杵中，定於不散亂上。若疲倦不能立，隨其自然而倒臥。休息後，復如前而修。依次成藍杵、黃

杵、紅杵、綠杵，皆應修習。其熟習相，身則能常住杵狀，並不生病魔。

《聲極成(本)續》云：“身住金剛跏趺座，修持於心得利益”。

3.1.2.1.2. 修語

3.1.2.1.2.1. 印契（結倒）

3.1.2.1.2.1.1. 外顯印契：

身住要儀，觀心中藍色“吽”（ཧཱུྃ）字，口徐徐和雅長聲念“吽”，從“吽”字放出“吽”字，其光熾燃，由右鼻出，想房舍地界、及無量器世間等，以“吽”字遍滿。

3.1.2.1.2.1.2. 內蘊印契：

復如前念“吽”字，外所有之“吽”字，一一由左鼻孔而入。最後外所現一切“吽”字，無餘收入自身，觀自頂及足底，以“吽”字遍滿。

其嫻熟相：外所現之境，當顯現無自性，且於內身，感覺不樂①。由此所為，能令外顯與內蘊，成無自性之解脫。

註釋：①謂“吽”字在身內亂竄，感覺不樂。

3.1.2.1.2.2. 習力

3.1.2.1.2.2.1. 外顯修習力：

由猛念“吽”字，放出天青色“吽”字，鋒利如刀，勇往如箭，快如烈風，熱如火炎，具此四相；放出無量，等同外物。由左鼻而出，於一切所顯，悉皆穿碎，由此觀知色塵無實質也。

3.1.2.1.2.2. 內蘊修習力

觀如前所念之“吽”字，僅五寸許，由自身前後、上下、一切無礙而入，想無實質。

其熟習相：則覺外諸所顯，無有實質，內身感肉顫痛，並現如水月之覺受。由此能了達外顯無實之光明，並得內蘊化為虹霓解脫之利益。

3.1.2.1.2.3. 尋求繞和

口念“吽”字，觀自身成黑色“吽”，於彼觀紅色“吽”，由黑“吽”放“吽”如鬘，纏繞於前面紅“吽”。次由外鬆懈，反纏黑“吽”，如是彼此反覆纏繞多次，復纏于此黑“吽”，量大如須彌山。次由紅“吽”字放“吽”如鬘，左纏繞于黑“吽”字，彼此反覆纏繞多次，觀紅“吽”量如須彌山。此後以黑“吽”字，右繞紅“吽”，以紅“吽”左繞于黑“吽”，出軋軋聲，二“吽”相合而住。於左右前後等，作舞動飛躍。後“吽”各收入“吽”字，彼二“吽”漸小，僅成紅黑芥子量小之明點。緣彼二者，心隨力安住。

後入無散亂觀，無有自性，于彼諸中，若休憩，應緩緩堅持觀想。

其熟習相者：心能隨轉觀想，亦能入定，所緣不亂，謂心得堪能之利益也。

3.1.2.1.2.4. 趨入於道

觀自身、心、氣三者合成一白“吽”字，量僅一肘，由前面如蟲行走，狀如之字，但未觸所行道之地。口徐念“吽”字，于曲彎處稍停。次徐念“吽”字，迅速而行，次想由彼道而返，于此修習，以自曾去與未曾去之地界，如村城、聚落、船梁、森林、曠野等，一切如是而行。次想趨入六趣地獄等處，以彼“吽”所到之處，如不清淨，悉成虹霓而散。後猛念“吽”字，趨入虛空，乃至奧明天^①、現喜、具功德、極樂、圓滿事業、五方佛土，於彼處之主尊，而作獻供頂禮事業，及得聞法授記等。

其熟習相者：最初感覺現喜厭覺受，與高下覺受。後心顯現無漏智慧，以彼修習，能于不清淨處，現見為清淨剎土之功德。

復次，《紮坦舉根本（本）續》中云：“口念吽字于處所，印契與習力二種，乃至軟尋趨入道，如此淨語心得益”。

註釋：①奧明天即色究竟天，有東現喜、南具功德、西極樂、北圓滿等四淨土。

3.1.2.1.3. 修心

3.1.2.1.3.1. 約生之觀察

觀察心之生處者：如云心者能靈靈明明，領受一切苦樂，彼從內外情器等何處所生？若由外四大物所生，則觀察所生境，是如何。若由所顯生，觀此所緣之境實有否。次觀察於彼所尋之心，其次反觀能尋之識。如是精進觀察，數數而修。

3.1.2.1.3.2. 約住之觀察

於中觀察住者：現所顯之明(心)，於內外情器，一切身分，觀察住於何處。次觀察其形色如何，以彼(上)觀察，若任何無自性。其次反觀能觀之識，應數數而修。

3.1.2.1.3.3. 約去之觀察

從觀心之去處：觀察此心，頓然顯現，分散何處。又觀察去於內外情器，現空有無等何處，及觀察認識能觀心之體性，如彼生住去之境，與能觀之心，定無自性，數數觀察。

如是觀察，則知佛與眾生之體性，煩惱與智慧，及六識與所顯善惡境等之體性，歸於明體。而明之體性，亦離一切認識。雖明明顯現，而無有自性。如是乃至未得抉擇，與離依一切根本中，切須自省為要。應斷除一切疑慮增益。

《札坦舉根本（本）續》中云：“觀察此心初生處，其中安住後所去。
如是能觀此三者，修心必知心本際”。

3.1.2.2. 內前行——消滅六趣種子

雖外迷亂所緣盡，為淨內三門迷亂之因(因即種子)故，身具要儀，發菩提心啟請上師，淨除六趣習氣種子。于自居凡夫之身，觀頂上為天之種子，現白色“阿”字。喉為非天之種子，現綠黃色“書”字。心為人種子，現藍灰色“呢”字。臍為傍生種子，現紅黑色“支”字。密處為餓鬼種子，現綠黑色“遮”字。足心為地獄種子，現煙色“都”字。明緣彼諸習氣種子，收攝所生一切罪障習氣。如是修持之因，於六趣處，以能淨除(指身口意)此六趣種子。

又觀佛三身之種子，髮際現白色“喻”字，喉現紅色“阿”字，心現藍黑色“吽”字。三字放光，光如火焰鬘，想三業所積罪業，及六趣種子，迷亂、無明之一切習氣，立即燒除，毫無剩餘，則自身語意，得佛之身語意加持也。

於一切六趣處，放光遍滿，燒除六趣各各所集一切罪業習氣，觀一切成佛功德圓滿。以和雅聲而念，或默念亦可。三字應念七十萬等，乃至未得相中，數數應精進念。

其清淨罪業相者，於三門所得之覺受，本法與其他經相同。

3.1.2.3. 密前行

3.1.2.3.1. 住本然

3.1.2.3.1.1. 身住本然

本論中云：“身語意三住本然，身如柴萇①斷而坦然，
語如斷弦絲而禁語，無念如無心者住。”云云。

如九節佛風，與外事業如務農耕田等，所動一切事業，皆悉棄置。內斷除禮拜繞佛，一切行法。密，僅身之動搖，亦不應作；即此身要之上，凝定無散而修，由是修持身之本然，得生出世功德。

註釋：①萇：即萇草，是草藥名

3.1.2.3.1.2. 語住本然

第一於外，世間所說一切迷亂無義之語言，頓齊寂噤。

第二於內，斷除一切修法、唸誦事業。

第三於密，斷除默唸誦咒等。

語如弦絲斷，安住本然。

3.1.2.3.1.3. 心住本然

身要如前，於身要之上觀心：

外，不起凡夫所顯之迷亂，及前後三世所起之分別，頓然沉住。

內，不起任何本尊觀，及善分別等，坦寂而住。

密，不起任何一切觀心、作意之分別，即於自體上寂照，而住於本然。

總之身應離諸動搖，語應離一切言說，意應離一切思念。

復次，身住本然，不動。語住本然，不言。心住本然，一切出入分別自寂靜。如上乃至未生之間，數數而修。

3.1.2.3.2. 入本原

從《涅槃後（本）續》中云：“聲聞菩薩忿怒尊，以彼姿勢入本原”。

如是分三：

3.1.2.3.2.1. 聲聞姿勢身語意三業未住令住

3.1.2.3.2.1.1. 身要姿勢

身要姿勢者：身應具毗盧七支坐法，謂足金剛跏趺，手作定印置臍下，脊椎端直如矢，腹貼背脊、喉稍勾屈、舌抵上顎、目觀鼻端虛空，毫無修作，凝然而視。

於七種離過善修，若知住此本然之坐法，則修持任運而來。

復次，以初修業者之心如劣馬，雖欲調繫。但彼劣馬，自欲猛烈奔躍，不受調治，以種種方便權巧，緩緩調持。則能調伏役使，如斯自心亦然。欲猛繫持此心，則妄念漸增，為自所不欲之心氣等障礙，反漸增多。以各方便之所緣，緩緩住於本然，則能使止之性相生起也。

3.1.2.3.2.1.2. 修止方便

3.1.2.3.2.1.2.1. 有相

3.1.2.3.2.1.2.1.1. 依有相持心

有相持心者，內復分三：但皆當依寂靜處舒適座，並具身要毗盧七支坐法，心住本然，以及發心修上師相應法等加行。

3.1.2.3.2.1.2.1.1.1. 木塊

於前面置小木石塊等件，目凝視於彼，同時心緣於彼，無散亂外，凝寂而視。但不可刻意堅執，又不可如凡夫之散亂，惟定於自心明體，朗然澄湛無著，任運而住。漸次放鬆休息，如此數數修習，不為妄念所亂。

次如彼所緣，心無散亂，住於本元。時間長短，隨力而修。於解座時不可猝起，當住於不放逸。即此未放逸上，緩緩合修其他諸法，感應會歸於道。

3.1.2.3.2.1.2.1.1.2. 明點

依於明點而持心者，若昏沉重者，即於眉間前方一箭量虛空處，觀白色明點，量如白豆，自心不亂，專注於此，不為境轉而定。

若掉舉重，於臍觀想黃色光，量如拳許，專注而定。

若能自然安住，觀自心現天青色光，量如豌豆，不散亂而緣。若能明住，則寬鬆而住於本然。乃至未斷分別中，如前修持。

3.1.2.3.2.1.2.1.1.3. 觀心明點燈

觀心以持攝心者，想自身內空，於心處為心氣會合之體性，現一明點，如中等燈光赫耀，色極鮮藍。所觸暖熱，心專緣於此，當明顯露，若有妄念散亂，復如前觀。爾時若心混沌，觀想不明，是為風界所生之相（即過患），應斷除甘美食物，稍弛所緣，以為休息，則能遣除。

次若生厭倦，起不悅樂，是為曲心思想。此處應觀口傳派者所說之傳記，及最稀有修傳派等所說之心生厭倦、出離經文等。

3.1.2.3.2.1.2.1.2. 依清淨本尊相持心

3.1.2.3.2.1.2.1.2.1. 金剛薩埵

於對面空中，觀金剛薩埵，量約五寸，雖顯而無自性，如水晶。具足鮮白光明之自性，凝視寂修，明緣彼尊上，專一而修。

3.1.2.3.2.1.2.1.2.2. 釋迦牟尼

於前面空中，現薄伽梵釋迦牟尼，身如紫檀金色，光熾燃，心專緣於此。

3.1.2.3.2.1.2.1.2.3. 觀自在

前面虛空中，現觀自在身極鮮明，心現白色(མཛེེ) “些”字，心不散亂，寂照觀此，數量或長或短，應多修之，如上各各利益無邊。

3.1.2.3.2.1.2.1.3. 依修氣持心

3.1.2.3.2.1.2.1.3.1. 修心氣無二

謂依緣此妄念，為往昔貪嗔癡慢嫉熏習之惡習，隨其所顯，立當認識，於彼之上，心應鬆寬放任而住。彼時凡起分別，立即提起執持認識，置彼於自性以解脫。如認識一起再起，所顯妄念，不隨他行，方能解脫；否則暫住所緣，或住於分別自解脫。後乃於不整治之上，鬆鬆安住，如此互換而修，則妄分別之諸流相續，不能相聯，妄分別即成片斷，故惡分別趨入漸少，住乃甚佳。

3.1.2.3.2.1.2.1.3.2. 依瓶氣

身要七支坐，兩手鎮地印，由左右二脈氣管呼出濁氣，同時觀自己之一切罪業，成蠅子狀，由鼻孔出。想以前面空中之智慧火，頓然燒盡，以上名淨氣之毒。

此後吸氣如吞唾涎，壓於臍下，不修任何觀想而定，不能持時，即行噴出。

3.1.2.3.2.1.2.1.3.3. 依金剛誦（而攝心）

身要如前，噴出濁氣，於吸氣時，想將三世一切諸佛之身業體性加持，現白色(ཨྲ) “喻”字吸入，上氣下壓，下氣上提。至臍下盤旋合鼓於中停住。想將三世一切諸佛之語業體性加持，現紅色(ཨྲ) “阿”字，如無自性之明空然，隨明住定，於氣不能持放出時，想將三世一切諸佛之意業體性(加持)，現藍色(ཨྲ) “吽”字放出，變不斷化身無量，為饒益眾生事業。

卻是於吸氣成“喻”，住氣成“阿”，出氣成“吽”之自性，心無散亂而緣，常時修持，名為無生金剛念誦。

如每天晝夜所行之氣，共計二萬一千六百息，盡其所有，成三字之體性，悉收於無生金剛誦，則其功德超越言表也。

3.1.2.3.2.1.2.2. 從無相(以攝持心者)

3.1.2.3.2.1.2.2.1. 緊

從無相以攝持心者，謂身要如前，不修任何觀想，眼與眼識，謂就前面虛空，堅持不散亂而住。若能住定時，則稍鬆息片刻，尋求能緊之識如何。誰為尋求。次又提緊，又尋求，應更番而修。

由此若起昏沉之過，亦應遣除。於一切行道，應依無散亂之念。

3.1.2.3.2.1.2.2.2. 鬆

謂將觀想頓然放下，心任自然，於此所修之緣，任何皆無，隨其身心放任自然，無可修持，唯不散亂。於本住自明體性之上，離諸整治而定。

3.1.2.3.2.1.2.2.3. 貫聯

謂暫時於心，緊而又緊，唯不散亂而緊，次則鬆而又鬆，如放下萬緣而定。時或緊，時或鬆，如是鬆緊貫聯而修，暫時提緊，凝視虛空，心雖無觀想，然神凝於此；次鬆，暫時於右凝視心之明體，無散亂而觀。倏又左視、下視等，如是更番而修。

時或觀此能觀明體之自體如何，時或置於任運自心之上，時或住於遍滿虛空之寂寥，如是種種，更番修觀，則能令心歸返本然。

如經云：「以上若各修三日，所生定相如何，唯決於自界」。並非一切人皆須依此次第。

以上所修為止之相者，從《心性休息中》云：“如是修持心可成堪能，於不散亂外境隨緣持，盡力定住即能同時住，身語意三遍滿喜安樂，專注一境不動當成止。”

爾時於樂明無念之覺受，若趨入執著，當被三界染污。無論所生覺受好惡如何，皆不趨入執著，數數而修，則成道之因也。

3.1.2.3.2.2. 菩薩姿勢——已住令固

令住堅固者，全跏趺坐，眼應視鼻端前虛空，不得斜瞬、轉視，當凝眸直視，心住於本體。於彼之上，眼根所顯外境，顯現悅與不悅意，任顯無間，勿須整治，即於其所顯上，無勤勇而定。

復次，省察此能思者，是否從自色之外而生，或即於自己能思之心而遙相觀照。次觀能思與所思，於一剎那，彼此遇合，勿令錯失。須於此上生起決定，若於第一剎那之顯，與心未分上，以無勤勇守護，而得決定，則心與心境所顯，必得無二決定要義。

若不知此，隨所顯現，於第一剎那間，不明心與所顯，原為唯一體性。至第二剎那，所顯剩留於彼，能明留於此，使心與心境各異，如凡夫觀心，無時決定。故當於所顯剎那未分之上，觀察為要。

3.1.2.3.2.3. 忿怒姿勢——已固令解脫

已固令解脫者，二足跨立，仰視虛空，唸“哈哈兮兮 (ྱྱ ཅི ཅི)”等聲，心住於離戲論上。

3.2. 依於無漏智之相續開示正行

3.2.1. 指示本來清淨實際之立斷①

註釋：①依藏文音譯作“且卻”。

3.2.1.1. 以三前行令未通達者通達

3.2.1.1.1. 尋斷分別

謂觀察身語意能漂流於輪迴者為何？能遮能修習者為何？從前世乃至現在未來能趣者為何？孰為主要？如是且問且觀，應知以心為主也。

3.2.1.1.2. 尋心之界限

謂觀察此心能作一切故，名為我執。而我執為一，然則身語意三為一耶？為異耶？若為一，則此心如無，身應亦無。如應為色法所生，則心與語，亦須由色法所生，若如語之音聲，則身與心亦應如語。若為異，則身與語，應離心而有言動。

如上以種種觀察故，能知一異、是非、遮修，一切由心所顯之外，無有實質。

3.2.1.1.3. 觀察心之生住去

謂能執我之心，最初由何生乎？現何住乎？後何往乎？即於此心觀察，故能知生住去三無自性。其體性離諸認識，明空朗朗，離諸詮表，

此處與前說，並未重覆。前由境觀無實體，此由心而觀察，抉擇體性也。

且能尋之心，與所尋之心，為二耶？或一耶？此心形色①，為圓等耶？或為顯色中紅白耶？若以為空，則觀能思者如何而有。

又若起領納樂明無念，則非自覺受所領納之境，其能領納者何在？

又觀住時心，動中有否？其動時心住中有否？次觀此二是一或異，由善觀察故，於一剎那，能知任何能尋所尋無分要義，則於無功用上，遙遠觀照，其無分別之體性，無相明心，頓然顯露也。

註釋：①《瑜珈師地論》：色略說有三，謂顯色、形色、表色。顯色者，謂青黃赤白、影光明暗、雲煙塵霧、虛空等明顯之色。形色者，謂長短方圓、粗細正歪高下。表色者，謂取捨屈伸、行住坐臥。

3.2.1.2. 指示正行

3.2.1.2.1. 三種守護儀軌

3.2.1.2.1.1. 住

知住為心之莊嚴者。

從《寶炬（本）續》云：“安住三種自性上，嘎打義理即現前”。

嘎打者，本來清淨也云。

如須彌山安住者，謂身不動，金剛跏趺坐。如海安住者，目惟緣前面一矢量，不動搖。安住明體者，謂定於本然法爾上。如是安住，則心遮修善惡取捨等戲論，隨即清寂，而能住於明空俱全智慧本來之自性。

彼義理從《札坦舉根本（本）續》云：“於嘎打體性智上，僅名言無明亦無。超越一與二數量，法性任運無分上，唯依假名而說智。”

從《自顯（本）續》云：“超出常斷之二邊，四邊垢穢自寂靜。”

若於爾時當生修觀覺受之樂明無念，如心赤露，明而不滅，明自赫赫朗然，是為明相。於此明上，境與心及所修能修無有，故為無念。同時住無勤勇之本來實際，名為樂。

此後通達觀者如前，境與心所領納之次第，剎那隨顯，任運無有，悉於自明而顯現也。

於彼通達觀之樂明無念者，謂本來無境而顯現，名明；於能明所明無分別故，名無念；如明空無分之所得樂故，名樂。

3.2.1.2.1.2. 動

認識散亂（動）為心之所顯者。

從《莊嚴摩尼寶（本）續》云：“無滅之力隨顯現，即彼顯現自解脫，如說解脫無言詮，但未解脫亦無有。”

譬如海波，由海而顯，未離海水。於心隨所念之妄念，未超本來法爾清淨界。由是隨起分別，無有前後去來，能於自顯之上，而自消滅（解脫）。由通達分別，為法爾之所顯故，則能越出取捨修遮之境。惟如其所顯，即于所顯時，不須對治，猶如盤結之蛇，自能解脫。

烏金仁波切蓮花生大士云：“雲與煙霧及蒸氣，雖生亦從虛空體，仍然歸化於虛空。”

謂隨起分別，不視為過失，而亦不隨彼行，住不散亂。如隨所生一切妄念，應知為明之所顯，不應遮斷；隨其任運，則能於初生處得自解脫。

3.2.1.2.1.3. 住動俱無

如海波顯現者，謂住而又顯種種。動而離諸執著相，等於彼無有執著。

雖外顯種種，不能使心動搖，如根現量。內雖顯現種種，離諸執著，如梵母所生子^①。如是六識雖領受種種外境，無容揀擇遮修，如嬰兒之識。雖領分別所顯之境，如鹽入水，自能消化寂靜。

於隨顯一切離諸執著，猶如瘋子，無有顧慮。如彼顯境，心若證得無執著之時，名通達內外空性也。

其義由《佩帶解脫心要（本）續》云：“觀內外本空解脫”。

以上心住，則定本然，動則為智慧之所顯。於彼二俱無之範圍內，隨其顯現，不越法爾。爾時勿容斷除分別，本自解脫，故得所依，數修習解脫無緣之決定；如隨所顯現，自能解脫故，得不賴對治之決定。

於六境無覆，而現見解脫故，得離前後執著心之決定，了知善惡。悉皆解脫故，得離功用取捨執著之決定。

從《札坦舉根本（本）續》云：“自明離諸分別故，具四大解脫實際。
本解脫故本無修，自解脫故無對治。
赤裸解脫無見地，遍解脫故無勤勇。”

總之，此隨所顯現之明體，離於詮表，由自顯自解脫，無有決定之名言故，為無執解脫。如本來解脫故，為離根本解脫。如降雷故，為頓然解脫。顯與解脫同時故，為顯空解脫。通達彼所顯，任一無有取捨，隨所顯現，了知為法爾自顯故，則無有其餘修習之善因，亦無有其餘可斷之惡分別，譬如已到金山寶洲，一切皆金，如是一切皆攝於大法爾界。所修之觀想、執著，立即解脫，不經中有而成佛也。

註釋：①梵母清淨，所生子亦清淨。

3.2.1.2.2. 指示所得堅固

3.2.1.2.2.1. 指示——上師教授

雖初生通達，亦分粗細，特於重要等種種不同顯現無誤，須依曾已領納覺受之上師詳細分別指示。次於寂靜處誦啟請上師傳承，身具要儀，安住靜慮。

以上師作如是云：若汝不動之心，住於實際時，則諸分別自性消滅，凝然而住者，無有否？於彼為止，非觀自心之體性也。現在大有修持之人，作如是云“云我住於頓然而住”。於彼所修，自作矜慢，且多與人開示。如此修持，稍有不合，但無此方便，亦非也。

汝唯觀自心能住之體性，於彼之上，無有愚癡、無記、或遍一切妄念，如是而有，名為心之體性者是如何？以語言詮表，及意所思想，乃至文字詮示，如無有認識，明體不滅之智，朗然赫耀，儼然若有，無有覆蓋。未見即見，未受即受，語不能說，雖明而無有指示者，無有否？此名為觀。

於此雖有前後之語句，但義無異，以一剎那修而全備焉。於彼說為無過修持。若唯觀自心之體性，於形色、顯色、及有相物質，皆無自性，寂然如空，無有乎？此名為體性空智。彼空之光明澄清，照性不滅，自性朗然常照者，無有否？此為自性明智。

如心之本性空寂，無有自性，與明照不滅顯現種種，二者名異，其理無二。如此之明顯現種種為大悲遍滿智。

即此能思之心，亦僅名言而已，無念與能念者，亦僅名言而已。於一切支分差別如菌細絲，雖有能分別者，亦為假立名言之抉擇慧。以明即於剎那觀察，形色、顯色，無有自性故，則離常邊。雖無而有明照故，則離斷邊。

次唯從此時生，及從因緣生，無有故，則離生邊。爾時心無壞或不滅故，則離滅邊。如無而明照不滅，隨所顯現故，則離一邊。雖顯現種種解脫，無有自性故，則離多邊。由是名為離邊中論見也。

能知、能受、能見、能修、能行、能識，於一剎那，自能認識，無有自境，故名為智慧到彼岸。

隨諸六識顯現，勿須作意修斷、取捨、整治，於一剎那了知自性解脫故，名為大手印。即於自心，雖隨所顯：輪迴、涅槃，種種不同之相，即於顯時剎那，體性悉皆圓滿，故名為大圓滿。

如分別、習氣、心與心所、滅一切垢、或寂靜、或清淨，以明智通達本來清淨法身故，說為妙理立斷之密意。於剎那體性之上，如無明之名，亦且無故，名為俱生智。

法性圓成、真如勝義、如來藏、自性界清淨、離邊、雙融、越心、唯一明點、法性、智慧、空性、寂靜、秘密、明照自在、本覺智、本來清淨，雖有如是多名，皆為離心戲論之法身也。如明照無著，名為報身。顯現種種，本來不滅，名為化身。

由是本體、自性、悲心，三無差別。以一剎那，能認識心之本性故，則通達輪迴、涅槃，所攝一切法。

如上所云，與《文殊真實名義經》云：“以大智慧於剎那，則能通達一切法。”其義同也。

如上指示，為令弟子生決定故，通者以大圓滿續部經教所流出之口授而指示之，別者以嘎林喇嘛所造《以錯經》中之藉通讓作①，而指示之。

註釋：①藉通讓作，義為赤裸親見自解脫。

3.2.1.2.2.2. 修習之所為

如上僅以通達認識自性，若未修習堅固，尚未究竟。故初修業者，切須護持無散之念。譬如劣馬於未調時，須以無散精進而調伏之，若散亂則為有馬逸人墮之患，此亦如是。若初修業者散亂，失於分別，當有墮落惡趣之患，是故應修護持無散之念為要。

從《口授藏（本）續》云：“雖識自性，無圓滿修習，
如戰場嬰，被分別仇虜。”

雖具大慧，未經修持，若戰時無矛入戰場，無益也。

3.2.1.2.2.3. 保任修持

經云：“若于修持任運而無修，法界之上修不可得故。”

謂離如是修之所緣，以對治不為心之勤勇所沾染，住於本然不散亂，是名為修。

從《秘密甘露王（本）續》云：“自性空寂光明照，非由修持之所得，
不修亦復不可得。即修之上為分別，
即不修上亦分別。無有少分之修因，
惟應剎那不散亂。”是名為修也。

謂當於三門內，寬坦不散亂而住，無須猛厲執持，但亦不可放浪散亂，使成普通凡夫。即住於凡夫心識上，唯不散亂任運而定。

如是增長其修業，則用三虛空相應之瑜珈。外，當於無雲無風之晴朗虛空時，身具七支坐法。內，觀心澄空，並沿所經脈道之孔，明注於眼之遠通水光，眼根凝視於虛空空寂，而明亦定於前面虛空。密，無緣無修，惟不散亂，凝神朗然，澄湛鎮定，寬坦而住。

最初，時間不宜長，修習後，漸次增長。下座時，不可猝起，保任覺受，緩緩而起。於未失明體^①，無散亂、無執著之上，如行住坐臥、衣食、語言、無論所作何事，應保持不散亂之正念。

如根本定中，曾生之覺受，於後得不能生起，則當於後得之行住坐臥，及餘作業，與彼相合，隨力練習。

以上諸法，若現過患，其補救之方，應依諸前大德之所說，方能明瞭。

註釋：①謂未失座上所得之明體。

3.2.1.3. 增長三解脫習力結歸

以三自解脫緣相合，而修力者。分三：

3.2.1.3.1. 五毒自解脫

謂貪嗔癡慢嫉等妄念，隨其所顯，若於彼體性上，無覆而觀，寬鬆而住，則能於本來明空體性俱生智上解脫。良以一切悉由本覺智慧之所顯故，無用斷除(即無斷即斷)，顯亦無顯，由內住於自性本體上自能解脫故，更無有餘法，可以對治推壞或解脫。

即彼本住無礙，以自解脫，由無勤勇，而自能解脫者，根本無有。現在數數之修習解脫，由認識五毒為智故，則一切所修，方可會歸於道為修之正行。隨所顯現，悉皆為修。無用向外馳求，如是其所執持之定心，亦可自體解脫。

3.2.1.3.2. 五門自解脫

謂眼耳鼻舌身，隨起執著，惟無覆而觀其本體，寬鬆而住，是為法身本來清淨大解脫。

3.2.1.3.3. 六識自解脫

謂色聲香味觸法，隨其領納之念，所起取捨貪嗔，惟以無覆而觀其體性，寬鬆而住，則能於本空大離根本上解脫，任運成就實際明空大平等。

從《雲海論》云：“三毒五門六識諸境界，隨顯本來解脫住本元，
無斷無住法性上解脫，無緣大王無執自顯現。”

謂八萬四千煩惱所起妄念分別等，由知一切皆無生，自解脫故，則捨分別已，而修無分別者亦無。譬如空心草，如一莖空，則知莖莖皆空。

又如“插不樹”(西藏樹名)，知其根收縮為團，其餘亦可類推。

又如知一滴水具濕性，則知一切水具濕性。由是知妄念於一剎那無生，自能解脫故，則知盡其所有妄念，悉皆無生，自能解脫。

由知一剎那妄念無生，決定自能解脫，名為決定唯一之法(參閱前頌第二句)。若捨此剎那之心，而向外尋求，無可指示，名為指示本來面目(參閱前頌第一句)。彼之體性，為自能解脫，故名為無畏自解脫(參閱前頌第三句)。

3.2.2. 顯示任運成就智慧現前之頓超^①

註釋：①依藏文音譯作“妥噶”。

3.2.2.1. 夜瑜珈

3.2.2.1.1. 凝視所緣

謂一擺①黑房，於外圍牆側開一門，使不通日光，房上應開通氣之洞，住於具褥墊上，念加行皈依發心，並修一切法空之如實三摩地（即空三摩地），雖無亦顯輪迴，由是修大悲遍顯之三摩地。

復於此定上，觀蓮日座，修自心因位三摩地。現火熾燃紅色之“哈”字，從彼放光，上供聖者，下饒益眾生，而作四種事業。

光返，自成馬頭明王，身紅色，忿怒帶喜，以屍林之物，而為莊嚴。二臂持鉞刀顛器，心日輪上現“哈”字，外以咒鬘圍繞，住於智火旋繞熾燃中。次念：

[喻哈白馬大格利、班渣戈爾打、哈雅格利哇、虎嚕虎嚕吽呬]一〇八遍。

爾時，從心種子字及咒輪，放出熾燃智慧火焰，驅除一切障礙，火焰返回，變成金剛帳幕（罩）等，觀想諸魔障不能壞，如是修守護輪已。

此後觀修內外一切法空，於空上顯白蓮。花胚為綠黃色，上現月輪墊。剎那，自成金剛薩埵，顯空猶如水月，或如鏡影。其身晶瑩，右手持水晶杵當胸前，左手持銀鈴置胯上。相好圓滿，以報身佛之一切莊嚴品，而嚴飾之。金剛跏趺坐。自頂觀根本上師，乃至普賢等諸上師，如上師相應法，而誦啟請。盡力修持後，想上師一一收入根本上師，等彼受四灌頂已，觀上師與己無分別。以上為修加行。

正行者：身俱威儀，足應交叉（右前左後），脊椎豎直，二手肘置於膝上，大指、二指、中指，合按壓上眼皮，或緩捏雙眼邊，則光之明點，白黃紅綠等、如白灰色、或鮮白色，如格網紋、或如緞紋、或如孔雀之翠色，悉當顯現。爾時應離手指之功用，唯不散亂，僅以心而觀之。次若散亂，復如前修。

註釋：①兩手平伸之量曰擺。

3.2.2.1.2. 如顯實趨入

無修依如前數教修習之方便，唯觀諸色體空，歸於法性故，則所顯光，一一漸增，乃至廣大無比，悉為法性所顯，無有邊際。如次則自心四所顯（即四步境界）之顯識二種覺受，當現前也。

3.2.2.1.3. 顯示特別教授

顯識二種覺受上，特為增長彼上之道，非共同之甚深義者，由耳承三卷書，所輯修持之方便，如上師親說之口授前行覺受相生已。

則修後行，於一切法中，須修皈依發心之加行，及如前取四灌已，次自頂觀根本傳承上師並啟請為要。

以上修持切不可少。除遣障礙文雖多，應依續部之口授，而遣除之。特應依曾已得相（應）之上師為要。

3.2.2.2. 晝瑜珈

最秘密者，從《自（顯本）續》云：“於彼修明依六光”。

謂肉團心光、白柔脈光、遠通水光、界清淨光、明點空光、本覺智光云云。

依六光見智慧之所顯現，分三次目：

3.2.2.2.1. 依方便之要儀

示智慧自顯之密道

3.2.2.2.1.1. 修九節佛風

從《明體（本）續》云：“顯現明體為要故，當依內外密事業。
身語意修九節風，為斷身之作業故。
斷除法與世事業，無伴孤獨而安住。
斷迷亂語與行法①，應當學習如啞巴。
心應超越世間故，斷除遊思應安住。”

若不斷身語意之作業，則不住修持。於修九節佛風者，如上所說。身語意各各分外內密三，如前而修。

註釋：①此行法指念誦。

3.2.2.2.1.2. 三門要儀——身語心

從《札坦舉根本（本）續》云：“現前要儀身語意，各各要儀善調伏。”

身口意切要之要儀：

3.2.2.2.1.2.1. 身要儀

從《札坦舉根本（本）續》云：“身者如三身坐式，長時修持不違越。”

謂身三種坐式與三種觀式，切不可逾越也。

法身如獅子坐法者，謂如狗蹲坐，二足底相合，二膝外張，兩手金剛舉置地①。上半身如獅子伸昂，喉稍伸直，眼仰視不動，唯緣鼻端虛空。

報身如像臥坐式者，伸直伏於墊上，二膝相合，二肘置地，兩掌附頰。手指豎直。脊椎端直。目斜視虛空。

化身如仙人坐式者，於座上二足踝骨相觸，蹲踞而坐，二手置於腰處交抱，或抱二膝，脊椎端直，凝眸下視，緣於虛空。

註釋：①置於兩足之內。

3.2.2.2.1.2.2. 語要儀

從前根本（本）續云：“口應依於離戲論”。

謂最初短時禁語，後漸加長，此後語如次第，暫時停止自之修法唸誦，不與餘人接言。僅以身表示，後將一切唸誦斷除，猶如啞巴。

3.2.2.2.1.2.3. 心要儀

心應緣於法性界，於外界虛空空寂之上，以眼及無散亂之心而觀，則內之清淨法界光，親見明空。

3.2.2.2.1.3. 表示智慧自顯之密道

3.2.2.2.1.3.1. 正行

從《札坦舉根本（本）續》云：“三處口授應當知，修持根要與境要，及顯現氣明體要。”

謂依能生顯之根要，所顯之境要，如是顯現氣明之要。

3.2.2.2.1.3.1.1. 能顯之根要

謂此智慧實住心中，猶如**瓶中之燈**，**光明燦爛遍諸脈內**。此光明與明點之本然同具，故為顯現四光之所依。由眼脈相聯，如白絲線，如日照窗，而生智慧之脈道；如水晶，住於心中上達支分。二眼由此二道而出，依二眼根而顯，但眼要如上三種看式，與日相隔一肘之下而緣。

從《涅槃後（本）續》云：“根要上下斜而視”是也。

3.2.2.2.1.3.1.2. 顯處之境要

從前續云：“根要離於諸障礙，虛空離礙境當現。”

謂離礙境者，虛空空寂。離緣根者，謂遠通水光；離緣處者，應以清淨寂靜高處，則光明自當顯現。

3.2.2.2.1.3.1.3. 顯明之氣要

從前續云：“氣明和緩智當成”

謂唇齒不觸，氣不由鼻出，從口緩緩而出外，吸入時持少許於外（即出長吸短）。

“明要攝於金剛練”云云。

謂外虛空界寂靜如鏡，於內界清淨光，如明金剛練之影，特別顯出，須無動搖而緣之，如上所說，若攝集其修持之要義，晨依法身，正午報身，下午化身；長時修持，則依化身坐式與看式較佳。氣要根要如上所說，於無風無雲等之寂靜虛空，晨看西方，下午看東方。或與日光相對，晨看東方，下午看西方，當於日下一肘或三肘之寂靜虛空，心專一而緣，猶如心住虛空然，由於以猛利專一心而觀，肉團心光寶內，則顯現本來清淨界之光明心要，具足五種清淨之明，即是本來依怙之不動光也。本體清淨自性，且住於任運遍滿大悲，譬如瓶內之燈，其明體自光外顯，如窗孔道之白柔脈光，噶底水晶管相貫，而傳至遠通水光，從眼根出外界虛空，其虛空空寂如鏡，故有顯現之分位，而內界清淨光之本面，初出眉間顯出，現遍滿之青色光，由是次第增長，如虹霓之五色光輪，具細明點，其中顯現明點空光（即圓空光），視如池中投石，波紋蕩漾。

此後顯現紅圓明點，其中顯現明體金剛練如印鏡形影，視如馬尾結，或如珍珠鬘，或如花鬘，不甚明顯，且易動搖。即彼緩緩觀看，攝

於法性之內。但心切不可動搖，專一而定。

於外所顯不滅，內亦不為執著所染污，住於無言詮離戲論之本然上，能使境與心相合無間，明體離於眉際（原註作歡脫牽，不知何解），則四所現中之四步境界，顯與心之覺受相，如次可觀也。

3.2.2.2.1.3.2. 指示

指示認識於彼（指覺受相等）者，謂引導弟子往寂靜處，當於日光顯現之時，諸弟子身要啟請等如前，且却處然。謂諸具勝堪能之弟子，身以三種坐式，身以三種看式。指示緣此日光，則為任運智慧所顯道之現表示；即為本覺光明，能攝集一切佛陀也。

3.2.2.2.1.3.2.1. 指示三身

從《札坦舉根本（本）續》云：“復次三界諸有情，從身語意未超越，三身不由外尋求。”

謂由原有五智本光所顯智慧之身語意，任運而成就法報化三身^①，故以後身住三身之坐式，語住無言詮，心住於無生超越所思之境，從理不越也。

註釋：①身為化身，為成所作智所顯；語為報身，為妙觀察智所顯；意為法身，為大圓鏡智所顯；平等性智，為三身之功德輪；法界體性智，則總攝三身也。

3.2.2.2.1.3.2.2. 指示三寶^①

從《聾阻巴（本）續》云：“佛陀法寶及僧眾，自身本圓滿具有。”

謂本來不亂，離戲論之心性即是佛。

謂離諸文字言詮故，為無二分之勝義諦妙法。自身離開動搖變遷，即無生心要之僧伽。彼三者自身本來任運安住也。

註釋：①原註作「六性」，不知何解。

3.2.2.2.1.3.2.3. 指示七種不同①之五部

從《明體（本）續》云：“諸眾生明體無垢，五蘊五大佛父母，脈界處為菩提眾，三界壇城自身圓。”

謂本來本體清淨自性任運之光，具足身與智慧之明點明體，住於肉團寶內，與眼相聯，從嚙底水晶脈管，依大悲力，而作顯現，寂靜與忿怒王之一切壇城，於自身圓滿也。

即彼經云：「特別者，本覺明白自顯現，五身以及五勝智，五種五光及五氣· 五種慧等本安住。」

註釋：①每種均有五部

3.2.2.2.1.3.2.3.1. 指示五身

從《明體（本）續》云：“由自明體顯五身，毘盧不動與寶生，無量光與成事業。”

謂從肉團寶中，智慧明點之種子，本體無垢之智光，顯出身與智慧無分。如瓶中燈光，顯於面前虛空。此光與明點金剛鍊，其顯現極微細，即表現五身。如此以彼觀式為要。

此明體金剛鍊身，與智慧之自光，顯出光與明點，即彼本體顯現光明，故為毘盧遮那身。光明無轉，故為不動身。即彼增長，故為寶生。其顯無量，故為無量光。其光明任運顯現，故為事業成就身。於彼所顯離諸執著，修持明空為道，頓現五佛之身為果。

3.2.2.2.1.3.2.3.2. 指示五勝智

從《札坦舉根本（本）續》云：“鏡智等性妙觀察，成就事業法性智。”

謂即此光明無垢，能為顯身(指色身)之所依，故為大圓鏡智。

即彼無分別，故為平等性智。即彼心之差別顯現，故為妙觀察智。即彼不尋，任運成就，故為成所作智。

彼等本來性空，離一切根本，故為法界體性智。於彼明明朗朗，為所修之道。後究竟時一切所顯，悉為光所顯，故為果。

3.2.2.2.1.3.2.3.3. 指示五種

由《自顯（本）續》云：“所謂如來之種性，金剛種與寶生種，蓮花及事業種性。”

謂此所顯之光明，為一切如來所行之康莊，故為如來種；即彼光無有變異，故為金剛種；能出生一切功德，故為寶生種。不為過所染，故為蓮花種；即彼修習成就無餘，故為事業種。於彼之上，應頓然明性，鎮定而修，謂之道，以究竟不退轉為果。

3.2.2.2.1.3.2.3.4. 指示五光

從《明體（本）續》云：“明體顯現五光德。”

即彼光無垢，故為白色；功德圓滿，故為黃色；不覓自顯，故為紅色；所作圓滿，故為綠色，不轉堅定，故為藍色。此為五色也。即彼修持為道，究竟為果。

3.2.2.2.1.3.2.3.5. 指示五氣

從《自顯（本）續》云：“明體五氣之自性，一切眾生悉具足。”

謂所顯之光，未離智慧之暖，故為等火氣（即平住氣）；謂為輪迴涅槃之命脈，故為命根氣（亦稱持命氣）；即彼修持，分別生死涅槃，故為分淨穢氣（即下行氣）。五氣及五智，遍於淨與不淨，故為遍行氣；斷除輪迴之命，而趨入涅槃，故為無悲之業劫氣（即上行氣）。即彼修習為道，究竟為果。若了證此光明，即證涅槃。若未了證，則執持輪迴命根。即彼善為修習，故能分別輪迴涅槃，淨穢一切，但淨不淨以五光遍滿也。

3.2.2.2.1.3.2.3.6. 指示五慧

從《自顯（本）續》云：“復次自明之體性，具足五種之智慧。”

謂通達此光明，與未通達此光明，能分涅槃輪迴，故為分別慧；能攝持一切智，故為攝慧；遍一切故，名能遍慧；顯現去來，故名能動慧；以此能解脫輪迴，故為解脫慧。此為五慧也。如彼修習為道，究竟名果。

3.2.2.2.1.3.2.3.7. 指示五空行

從《明體（本）續》云：“明空自明智，具足五空行。”

即彼所顯之天青色光，為佛空行；白光，為金剛空行；黃光，為寶生空行；紅光，為蓮花空行；綠光，為事業空行。於彼修習為道，究竟為果。

3.2.2.2.1.3.2.3.8. 指示結歸

總之，法性明空，無名為慧，本淨（亦名嘎打）大光明體之自性為方便。即體性任運，顯空無有離合①。

《羅列莊嚴寶經》中云：“法界自性為慧身，明體自性方便身，無有分別而安住。”

由此可證以上所有顯現（指光），非世俗之有為可壞法也，又非世間幻眼之顯現。

從《能顯光（本）續》云：“如此種種所顯現，非造作修習所生，本來法性自具足。”
所說如是。此說甚廣，顯示本來無著，即大自顯現，親見三身無分光明之壇城②也。故行者應當精進修持云。

註釋：①謂緣空與性空不二。

②謂親見法界體性光明。

3.2.2.2.2. 顯示四所顯之理①

從《明體（本）續》云：“若未了達四顯理，不知行處當成過！”

註釋：①指四步境界。

3.2.2.2.2.1. 現見法性顯現

謂要儀如前，於清淨界光，顯現如虹霓，或如孔雀毛之翠色，於中顯現明點空光，具足圓光微細明點；其中復現明體金剛練，如金線極細，彎曲不直。依此而觀，若能執持不動，則最初顯現如星之明點，白閃閃，具足五光，於每三個相會合之間，依根現量①，親見以內，謂之現見法性顯現。

註釋：①指眼根以內能量所見。

3.2.2.2.2.2. 覺受增長顯現

謂法界明體暫顯暫隱，次第修習故，則法界明體，脫離眉際，五光自性，縱橫顯現。如半瓔珞、或蓮花、或如格網、日、月、舍城等，乃至光滿一切剎土而顯現。

次明點當漸增大如豌豆、鏡、木碗、及盾，而明體金剛練，亦如流星，或如疾飛禽鳥、走獸奔橫山、或如寫那拉獸，徐徐而行，或如蜂旋飛，採擷花英。如上增長漸次明顯堅固，則於明點之內，顯現金剛薩埵等半身，或全身相。乃至安住無動搖之間，是為覺受增長顯現也。

3.2.2.2.3. 明體進詣顯現

謂所顯現光明界印契一切，則四大所顯，自能清淨，而所顯無邊光明之清淨法界，現諸一一明點，其中復顯現毘盧遮那五方佛等之集團，及其剎土，遍滿虛空。

以上所顯之光，雖未與自身相聯^①而修，但已詣覺受之量，無有轉動，無須修整，並無變遷。

且外所顯，全於光明解脫故，則滅一切戲網。內所顯，幻化身於光明解脫故，則清淨有漏之執著。

密，自心歸於光明故，則遣除迷亂顯現，斷除一切習氣，進詣如此之量，此時暫雖不修亦可。但於究竟，定得圓滿報身故，則受用報身剎土。

註釋：①指面前之光，不與本身相聯。

3.2.2.2.4. 窮盡法性顯現

謂以遠通水光，無動而觀；明點空光、清淨界光，則顯自明清寂體性，通達一切密義。以本覺智光，親見究竟法性之顯現，則斷除貪著身，與智慧之心，無有身心一點執著。

於外所顯增長覺受盡，內幻化身之法盡，密六識分別心盡，一切迷亂顯現，本性清淨，及顯不顯之執著心盡，而輪迴涅槃，無有分別。則自大種^①不為仇所損害，清淨行住之顯現，神通無礙。由大悲顯現，不滅智慧之明體，不起後有漏之蘊，得大佛陀之身，已示現猶如水月之身，而饒益一切眾生事業。^②

註釋：①大種者，五大種也。

②與大圓滿第四步，生二種得，應加於人得力者，彼時若不以色相廣作利他之事，則入內境界，以身及智慧無聚散之功德，輪迴未空間，隨各各根器信解，顯各各身，而作利他之理趣。

3.2.2.2.3. 後要口訣

從《明體（本）續》云：“口授合計有四種，前行之後不可少。”

於彼分四小目：

3.2.2.2.3.1. 三不動固根（三即身眼心）

謂身住三要之坐式，而不動搖；身不動，則脈不動；脈不動，則眼不動；眼不動，則氣不動；氣不動，則心不動；心不動，則斷除能動分別相續，得明體自住之利益。

眼看三式，不應動搖，所謂明體之要為脈，脈要為根，根要為光也。脈不動，則眼不動，眼不動則光不動搖也。

心不動，不起妄念，由是得法界與明體無分之利益也。

3.2.2.2.3.2. 三住持量

謂常觀法性明體，則生三種堅固住量。外，於所顯現動搖之氣盡，則住無有去來法性之明體。內，蘊能動之氣盡，則住於身不動。密，能分別之氣盡，則住於無有分別之心也。

於此處覺受，分夢中相，與三門相。

3.2.2.2.3.2.1. 夢中相：

謂極精進者，夢歸於法性（即無夢）。中精進者，則顯現光明。下精進者，於夢知夢。

3.2.2.2.3.2.2. 三門相：

謂四所顯相，共分十二相。

3.2.2.2.3.2.2.1. 現見法性所顯三相

謂身如烏龜置於盆中，無有動作。語如啞巴無言。意如飛禽於罟網，則安住不動。

3.2.2.2.3.2.2.2. 覺受增長顯現三相

謂身如重病士夫，離一切飾嚴。語如瘋子，任意肆言。心如中毒士夫，決定斷除輪迴。

3.2.2.2.3.2.2.3. 明體進詣顯現三相

謂身如象入泥，於一剎那間，即能掙出，由是能於五大無礙而去。口如鳩槃荼子，隨其所說使人歡喜生信。心如痘病已愈士夫，決定不流轉三界。

3.2.2.2.3.2.2.4. 窮盡法性顯現三相

謂身如寒林屍，以百屠手圍繞，亦無驚怖。語如穀響，隨聲而應。心如虛空，煙霧不顯。所依之習氣，自即寂然。

爾時，得三自在。

3.2.2.2.3.3. 三得垂橛

一者，生入於佛剎土。

二者，質礙之幻身，於光明中清淨。

三者，心氣無二，以遷移得大身之身，盡輪迴未空，作饒益眾生事業。並趨入本來法性內，顯童瓶身，如造五無間等罪之三千大千眾生，以明體觀之，能同時解脫。

3.2.2.2.3.4. 四無畏解脫之量

3.2.2.2.3.4.1. 上二定信

謂聞三寶之功德，無有得之望，及無得之疑慮。從自明之外，無佛可證。

3.2.2.2.3.4.2. 下二定信

謂聞六趣眾生之苦，無希求不墮輪迴之心，亦無墮輪迴之疑慮。由知自明本無迷亂，決定無有實體飄流輪迴者也。

3.3. 依修持四瑜珈— 說解脫理結歸次第

3.3.1. 示四瑜珈之修持

從《能顯燈（本）續》云：“安住須彌為見量，安住如海為修量，安住所顯為行量，安住明體為果量，具足四量瑜珈者，決定義理與心契①。”

謂見修行果四瑜珈之利益，並彼諸一一體性通達之理趣，分別修持及具足四相，廣如餘論中說。

註釋：①大圓滿云：山全放見量、海全放定量、境全放行量、智全放果量。

此處略說修持之理趣：

3.3.1.1. 見

謂觀察：外，所顯之境，一切如幻，所有迷亂，本源清寂，一切煩惱，自性解脫。內，能動之念，觀察立斷(即且卻)，則所顯種種妄念，猶如煙霧，自然消散。密，觀察光明，住於超越心境之定上，法與性無生①，斷除一切執著。

從《無字（本）續》云：“於彼見無故則無所見，應了知無有所見事業。
若已通達二無見②之理，則見之理無有自性也。
即彼非有且亦非無故，應當安住於光明定上。”

註釋：①一切法與法之體性均無生

②法無生與心無生，則能所二見皆空。

3.3.1.2. 修

謂初具有戲論四座瑜珈，晨暖、午暖、晚暖、黎明，謂早起至日出，應唸誦觀經等，日出至午前，應修頓超(即妥噶)。正午應修禮拜經行等。下午修頓超，黃昏時應如次第行施食法，與餘行法等。晚，初觀死無常，中修生起次第與唸誦，中夜睡覺。

黎明初，啟請上師，中修立斷，後修空樂忿怒母。一切座次之首，皆應修發菩提心，並正行①，觀無緣及結歸，應發願回向。

第二以無戲之補特迦羅，晝夜應不超越立斷與頓超。謂晝日學習光明之理，最初以化身看式，緣日下一肘，目不動搖於清淨界光，顯現虹霓之光中，現明點空光如盾，其內顯現金剛鈴、金剛鍊，時間稍長而觀。以報身斜視者，徐引日球於右，而專緣之。

後以法身向上觀，及報身橫視，化身下視，則見清淨界光內，法性所顯具足五光，僅一肘量。且見光之所顯圓動明點，與明之所顯，微細幌動金剛鍊，如是觀察，若未見法性明點，須二目相等觀察為要，見已應引斜視之。

如是修持觀察之軌則，於上如獅子縱視，平直如兔斜視，即如箭矢射直而觀，後稍降於下，應如象而觀也。

初晚攝根安住者，觀臍四瓣紅蓮之上，現紅“阿”字。火熾若焚，暖衝入中脈之上，漸觸頂“倒杭”字，其“倒杭”降流菩提如油，增長火力，至臍觀火猛烈熾燃，燒除一切習氣，若覺極大安樂，則定於樂空之上。

中晚所知法，收攝於瓶，觀自心中，現瑩白“阿”字，並梵穴亦現白色字。彼彼皆在中脈之內，而互生細“阿”字如鬚聯貫，故從一而二，收攝於心，定於光明之上。其光明由脈絡中，觀如日由窗射出，則睡眠隱於光明之內，不如凡夫之睡眠也。

晨起時須三唸“哈哈”聲極長，次吐氣以獅子坐儀，想心“阿”字，出於頂上虛空一矢(即一肘半)。次觀從心“阿”字，生多白“阿”字，晶瑩篩動。心緣於此，則知明空無分之智，本來清淨之實際。

於初夜如仙人坐，中夜如象坐，黎明法身坐，此為晝夜恆常修持也。

如是晝夜修持明空。為一切修持之最勝者也。

從《明體（本）續》云：“明空離一心修持，是為一切勝修持。”

註釋：①正行者，修且卻、妥噶等法也。

3.3.1.3. 行

謂初修業修習十法。

《辯中邊》云：“寫經、供經、施經、聞經、讀經、持經、講經、誦經、思經、修持。”

瑜珈者，如《日月相合大(本)續》云：“行事七種，應與自之時級^①，修持相合而行。但隨自顯現，生於不滅之本體上，修持應匯歸於道。”

註釋：①謂自己所定之時間次序，七事另詳。

3.3.1.4. 果

安住於明體，隨所顯現，皆得堅固。

從《金剛心鏡》云：“應知三身果法不流轉也。”

3.3.2. 顯示解脫理之果

3.3.2.1. 上根即身成佛

從《金剛薩埵心鏡》云：“圓滿佛陀無餘蘊。”

謂清淨凡夫，煩惱所積聚一切有礙物質，依佛陀體性身，三身無分自性之智慧圓滿故。智慧無分，依大悲成辦圓滿事業故，大悲無有間斷。

《明體(本)續》云：“體即明空智慧身，悲心自性無分類，大無分別本來佛。”

又云：“淨除輪迴之執相，圓滿智慧身勝義，
充實智慧身義理，如是應名為佛陀。”

3.3.2.2. 中根中陰解脫

謂死之中有，分粗細之大種，依次而收地水火風，則轉成身(指已死之身)與識。風收於識則外氣斷，於內氣住之時，若能憶想如前修習之口授，則識收於虛空，虛空收於光明，經過三顯(指白紅黑)之後，於大空本來清淨法界之上，當得解脫也。若不能認持，則收於法性中有光明雙融之上，如前顯現空性。

由是顯現法性光明之壇城，及五佛相好莊嚴等，依二要(指明入光明，光明入明)之趨入規儀，則當解脫後，雙融收於智慧，則五佛之五光，同時頓現。且由自心如青白黃紅光之自性明點，所當顯之粗細大種，與煩惱解脫故，認識自顯現。次智慧收入任運成就，則以上顯現光明，收於法性，定於如虛空明空之上。於一切所顯涅槃輪迴之法，剎那自能親證，斷除自顯之增益，則本來法界解脫也。

3.3.2.3. 下根成自性化身佛

如前法性所顯光明，未能認持，於滅之一剎那後，警覺能醒復生習氣之緣，具足心氣微細四大因緣，成就中有清淨無礙之身。仍隨業力全具六根，除於自所生處有礙之外，餘處一切無礙，猶如無礙神通變化。且於中有內得見同類之天眼，較前利根，自心明顯，亦逾七倍。

若前稍修現見法性顯現之力，則唯憶念，即於化身剎土如睡中醒，從真正中有而取生，現喜清淨剎土等，親見諸如來，得聞法灌頂授記，及得甦息故，解脫煩惱纏縛。於本來實際以一剎那，即得解脫。由身與智慧無分之法性，如如不動，而顯現化身，猶如水月之影，盡輪迴際，成辦饒益眾生事業。

結分：讚頌補述法源

從《自顯（本）續》云：“親見真諦補特迦羅者，心雖尚未生證德，十方化身諸剎土，安住得究竟解脫。”

如是殊勝，具足十種勝德之大圓滿中心，依黑物上金色之一字，無須勤勇，唯見即能解脫。且離以善惡業所得利益損惱，值茲五濁惡世之眾生。除此道外。不能解脫故，於此有緣者，本法為送返於本來之地者，由聞已足，如此甚深之法，於一切佛土中，甚為稀有。

由《耳承如意寶》云：“奇哉如此解脫口授法，大圓滿中心之黑本，若能修持即生圓滿佛，唯一聞見清淨大劫罪，唯知能到達此大樂地。如此勝法瞻部甚稀有，烏金命脈空行之心血，現前顯示現量殊勝法，遍經三界無此殊勝法。為堪能眾生中作顯現，如此深奧惟我蓮師規，若得即足一生成佛道，當成遷移大樂剎土王。”

所讚甚多，皆具義理，即彼以自修持，並為具慧堪能者宣說，且為諸具堪能與餘者宣說，修習作廣大之事業等。如此，無須用功最勝乘之頂極，秘密妙道，頓然可證。本來王地之法，希諸學者，恆生起精進修持焉。

“末世我等大師悲心力，不能修持餘道之眾生，為諸頑劣示英豪解脫，流出本來依怙心之底；

然於劣根如餓鬼之喉，無論何時不施一滴露，具足願力堪能士夫眾，修持解脫安樂大甦息。是故本法具足善堪能，示無勤勇趨解脫方便，斷除三有四水^①之生源，願身與智慧圓滿顯現。”

註釋：①謂貪、愛、無明、邪見。

如上宣說甚深殊勝之引導，註釋之書甚多，但收攝大寶藏中之精華與康藏二引導心要即為本法也。

於自性大圓滿起恭敬心，無緣之瑜珈者，蓮花遊戲自在智慧無邊大師，造於八邦寺茅蓬中之茅蓬，名天女宮如雜剎山大寶岩洞，普賢大樂光明洲中修房。

賢善增長！

後記

- 造論：智慧無邊大師
傳譯：貢噶(第九世)金剛上師
1938年春初傳釋於沙市，其後重慶、成都亦蒙傳授。
- 誠請得圖殿秋吉旺曲寧波車校正字誤、標點符號等，仍望各方前輩雅正。
- 在看本經典之前，宜在本網頁找尋【仰兌導讀】，先行閱讀一遍。

附錄：仰兌十種殊勝功德

1. 餘法須發願方生佛土，本法現見佛土，是第一殊勝。
2. 餘法灌頂須意緣本尊，本法現見本尊灌頂。
3. 餘法須修習希求，本法能現量見性。
4. 餘法意緣本尊，本法現見佛陀。
5. 餘法觀想自身成壇城，本法現見自身壇城。
6. 餘法雖說五毒為五智，但不認識，本法現見為五智。
7. 餘法雖說中有，唯依口說，不能指示；本法中有，於現在現量決定。
8. 餘法修經年月，本法唯須七日認識本面。
9. 餘法顯有晝日不可修，本法無有晝日，親見光明剎土。
10. 餘法見血肉之自身，本法見自身為光明。

仰兌三虛空相應口訣

| | |
|---------|---------|
| 修自性定與光明 | 非由修持所證得 |
| 不修更不能證得 | 即修即是細分別 |
| 不修分別更粗劣 | 無有微塵量修因 |
| 心應剎那無散亂 | |

如上所述：心應寬坦，而住於無散亂，無用猛制念頭，如是修增長法，三虛空相應瑜珈，於無雲無風清淨虛空現時，身住於七支坐，以內心虛空契合之。

(一) 外境 —— 無纖塵之虛空。(以契合內心本淨虛空。)

廣明本續云：心住於外空 內光則顯現

(二) 內脈 —— 修白柔脈(即噶底脈)光，遠通水光(明緣外面本淨虛空)。

(三) 密 —— 合上二者：無有緣、無有修、惟不散亂。以適意(凝神)、安定、明顯、寬鬆，四要素而成三虛空相應。

密、密、密。