

西藏佛教的斷境說

許明銀

一、希解派與斷境說

希解派(Zhi byed pa)，是在西藏佛教的後弘期(phyi dar)初期興起的宗派；此派所傳是大般若經之教授，由能寂滅生死涅槃一切苦故，名為希解，意謂能寂滅也。藏文字音或作希結、希杰。

以提供寧瑪派(rNying ma pa)的伏藏師(gTer ston)有關伏藏(gTer ma)消息的札巴·恩協堅(Gra / Grwa pa mNgon shes can , 1012–1090)，在古代吐蕃王朝時代佛教的中心地——桑耶(bSam yas)，獲得該伏藏的消息。他的女弟子麻吉拉准(Ma cig lab sgron / Ma gcig Lab kyi sgron ma , 1055–1143)提倡「斷境說」(gCod yul)，稱此為希解派之「母系」(Ma brgyud)或「摩決」(Mo gcod ，意謂女系之能斷)，而稱與札巴和麻吉有些微接觸的帕當巴·桑杰(Pha dam pa Sangs rgyas ，在藏期間為 1080–1127)的主張為「父系」(Pha brgyud)或「頗決」(Pho gcod ，意謂男系之能斷)，合此二者視為希解派的教理體系。根據《希解派佛教史》(略號 SCR)指出：斷境說是麻吉在札巴跟前的供養僧時代，於禪定中面見空行母(mKha' 'gro ma)，自心間伏藏(dgongs gter)所獨創的「近傳伏藏」(nye brgyud gter ma)。進而來自麻吉欲將此斷境說推廣到印度的意圖，將

印度僧帕當巴及其教說視為「遠傳佛說」(ring brgyud bka' ma)，而編入己派的系譜之中的。這裡所謂「近傳伏藏」，乃「依加持和啓示超越時間和空間」所傳授的法；而「遠傳佛說」乃依「嫡系連綿的師資相承」所傳授的法。再者，麻吉和帕當巴會面是她在桑日康瑪寺(Zangs ri dkar mar / mkhar dmar)傳教的時代。正如以上，據 SCR 指出，斷境說是麻吉獨特的教說。

希解派其傳統已不復存在的今日，只有其「斷境說」(gCod yul)或「決」(gCod，能斷說)為西藏其他教派所奉行而延續下來。由西藏人所傳承達 800 年以上的「斷境說」，究竟是怎樣的教說？麻吉拉准是繼西藏著名女性密教行者益希措杰(Ye shes mtsho rgyal)之後，在西藏出現的眾多女性密教行者中，最為人所知，最受愛戴的聖人之一。以下擬概觀此一獨特行法。

2、前行

與其他重要的修行方法同樣地，「斷境說」也附帶有被稱作「sngon 'gro」的前行。前行由 出離、 皈依、 發心、 上師相應法構成。

修學「斷境說」者，脫離輪迴世界、皈依佛，且成為菩薩是為了救度眾生。感謝以帕當巴、札巴、麻吉拉准為首的「斷境說」之歷代祖師們，而修上師相應法。以希解派的麻吉為本尊的皈依境(tshogs shing)，將「斷境說」的前行所修的上師相應法(bLa ma'i rnal 'byor，上師瑜珈)內容繪畫化，在今日亦成為西藏佛教美術的重要畫題之一。

整個佛教講「無我」(anātman)，亦即般若經典群講的「空性」(śūnyatā)思想。自己沒有「我」(ātman)，這裡雖說是「無我」，但不是意味著自己完全不存在。那也並不是

要擁有我執。只是不依他的自己存在之概念，是錯誤的。沒有「我」(無我)，亦即發覺到自己依他存在時，自己的慾望向他人投射，或防衛自己，也成了沒有必要，以慈悲心對待他人亦成爲可能。

加深無我的理解，對眾生爲了培養悲憫心，麻吉使「決」(gCod)的行法完成。在「決」的行法上，行者在修完各種的前行之後，以自己的身體作爲供物獻上，這便是構成「決」的行法核心。「決」(gCod)的意思是斷、切斷，亦即切斷對我和身體的執著。行者在觀想當中，從自己頭頂部的穴(梵穴)飛出，原原本本就變成忿怒空行母。這忿怒空行母，以一隻手握著弦月狀的彎刀砍下行者的頭部、額上一帶，被砍下來的頭蓋骨放在由三個骸骨組成的爐上。爐子火勢兇猛，空行母切碎身體的餘留部分，放入化成巨大鍋子的頭骸骨容器之中。頭骸骨容器內被煮開的血和內臟變成甘露，以滿足意念想像的所有眾生(包括餓鬼、畜生、地獄道的眾生)之慾望形式，加以布施。如此地，一切眾生吃飽後，行者想起布施本身、該布施過程，以及布施對象的一切存在，全部都不外乎是空，而長久地停留在與空性成爲一體的狀態。「決」的儀式，就真實的究竟本質之教說，和以「願一切眾生都達到佛境」的祈願文加以總結。

3、斷境說的主要內容及其對治法

斷境說(gCod yul)，或直接稱之爲「決」(gCod)，乃指「斷魔境」(bdud kyi gcod yul)之意。由於斷四魔而有斷境說的名稱，這是斷境說的理論基礎與實踐核心。其內容可以分爲 金剛喻三昧、 如幻三昧、 首楞嚴三昧的三三昧(三禪定)之實踐。這些三昧當中， 和 是《大般若經》所說的百八三昧之一種，這特別是 的首楞嚴三昧視爲一切三

昧之王，被列舉在百八三昧的前頭。

首先，就四魔稍微敘述一下：

第一是「有礙魔」(*thogs bcas bdud*)。所謂魔，吾人很容易假想為外在存在著攻擊我們的惡靈；不過，麻吉理解魔的本質為「認為有『我』的心的作用」。我們透過感覺，理解或體驗對象；心對該對象由於加上多餘的價值判斷，而封閉了該感覺。例如：想看俊男美女，該瞬間在我們的心中，湧現出想要獲得該人物的慾望，停止看所表象的對象，而開始採取想盡辦法要見到對方。但是這種過程必須藉著禪定(三昧)加以克服。在真正的禪定狀態下，對象不被執著和好惡所扭曲，是照所表象的面貌呈現的。

第二是「無礙魔」(*thogs med bdud*)。這是指思考散亂的狀態。心到處徘徊，擾亂思考的過程，所以人不能到達開悟。

第三是「快樂魔」(*dga' brod bdud*)。我們有某種快樂體驗時，例如吃味美的食物等，就執著該快樂，進而追求同樣的刺激。雖然那麼說，快樂本身不是魔，執著它的吾人態度本身，成了明(*rig pa*，知)的妨礙。例如：某修行者對自己的禪定進步與否，想以作夢來看好兆頭。可是這裡「快樂魔」出現時，修行者將非常執著該夢境。再者，一切順利，在肉體上健康的人期望永遠保持該狀態，但是什麼時候必定會有變化的波浪，而一定要失望的。

第四是「傲慢魔」(*snyems byed bdud*)。或稱之「我執魔」。我們以此「我」把世界附上條件。在此世界觀，「我」和「他人」分離。正因為如此，妨礙明，乃對自己和他人引起很多的苦之原因。

為了對治此四魔，其實踐的內容是上述的三種三昧。第一的「金剛喻三昧」(*rdo rje*

lta bu'i ting nge 'dzin)，是把知(=心)從肉體分開，讓它與界(=空界)融合的禪定。此修法是行者皈依三寶之後，觀想身體的正中央通過中脈(dbu ma)，各自在兩足裡面配置明點(thig le)。明點是具體表現心與魂的精神原理的。其次觀想斷境說傳承者諸師，並列於自己的頭頂，且祈求諸師慈悲加持。結果，諸師變成白甘露溶入體內，洗淨身、口、意的罪障、障礙、疾病等，且身體變成水晶玉。接著，行者把息(rlung)送入中脈中，且使它上下移動，同時，兩足裡面的明點上昇至下腹部與它成爲一體，進而往腹部、胸部、喉部、頭部上昇，而達到頭頂部。此時，行者藉著唸誦「呬」(phaT)的咒語，明點從頭頂部的孔穴往空界放出，而與空界混然成爲一體。此修法與無上瑜珈續的「圓滿次第」，特別是與「拏熱六法」(Nā ro chos drug，納若六法)的「寶瓶氣瑜珈」(Kumbhakayoga)和「破瓦法」('pho ba)類似。

第二的「如幻三昧」(sgyu ma lta bu'i ting nge 'dzin)，是在禪定上把成爲空殼的肉體(自己的蘊)當作食物，布施給八部鬼眾與六道眾生等的禪定。「如幻三昧」未被宣說於《般若經》，不過，它是《大寶積經》的〈善住意天子會〉之主要主題。以上的二禪定都是屬於入定上的事情。這或許是密教式地重新解釋《大寶積經》的教說的。

第三的「首楞嚴三昧」(dpa' bar 'gro ba'i ting nge 'dzin，勇行禪定)，實際上是前往受病魔所染之地，以及被視爲鬼魔棲息之地的墳墓、湖沼、泉、樹等處所，把心從肉體分離，以布施肉體而切斷魔的障礙之禪定。在此實踐過程中，悉能斬斷四魔而體會到真實空的境地。

前往喪葬場和刑場等一般人忌諱的場所，觀察所刑戮的屍體和遺體腐爛的情景，作爲

體悟諸行無常，與作為捨棄對身體的執著之手段，是佛教從初期起所推崇的修行。到了密教的時代，此種修行的重要性由《喜金剛根本續》(Hevajra-tantra)等的母續(ma rgyud)所宣說。斷境說的「首楞嚴三昧」，可以說是把被視為一切三昧之王的首楞嚴三昧，密教式地重新解釋的。

4、斷境說的「決」行法儀式

「決」的行法，在整個修行過程中需要有特定的、優美的、並且具有節奏的音律與神秘的咒語相配合。此外，必須擁有骨笛(rkang gling)、手鼓(Damaru，鼗鼓)、金剛鈴(dril bu)等法器。手鼓是由兩個相黏接的人頭蓋骨上蒙以單皮做成，很類似西伯利亞的薩滿(shaman)和西藏固有宗教的本教(Bon po)僧侶所使用者。具有兩面的手鼓，象徵男性原理和女性原理，兩側都繫上附有細線的寶石。行者右手搖擺手鼓時，這寶石打擊相反的側面而發出聲音。這象徵著究竟的真理(真諦)和世俗的真理(俗諦)不能分離。從這手鼓發出鏗鏘有節奏的像進行曲的拍子，而且加上左手拿著象徵女性原理的智慧之金剛鈴聲響。進而行者觀想中把自己的肉體供給魔鬼等時，為了呼喚魔鬼等吹奏用人脛骨製造的骨笛。這骨笛的音色很哀慘，聽來總覺得令人毛骨悚然。再者，「決」的行法整體有吟唱聖歌，而歌的抑揚頓挫依流派也各不相同。「決」的抑揚聲調，都是「決」行者長年以來修行「決」當中，逐漸使它發展起來，而具有固有的歷史。這些樂器聲和行者的聲音合在一起時，製作出伴隨美麗聲調的搖動人心之吟唱。「決」的行法與此種聲音效果不能分離。在沉默中唸誦咒語(mantra，真言)時，決不發生的震動(vibration)，能夠在修行者的身體內產生的緣故。

聲音具有一種不可思議的力量，佛教內特別是密教使用咒語，正是這種自然力量的合理運用，聲音起源於聲帶的震動，其特點是具有穿透性，固體、液體、氣體都可通過。咒語的運用就是利用聲波的穿透性、折射性等特點，帶動內氣行走，達到意到、聲到、氣到的

效果。也就是以身領氣，氣隨意、聲出入。咒語正是出於這種巨大的不可思議的精神力量。

斷境說中三個神秘的符號 (saṭ, 薩查切)、 (hūm, 吽)、 (ha, 哈)，具有同等的效應。麻吉拉准說： 具有強音特徵，當殘暴的非人聽到一聲 時，其惡意立即被制伏。音節 (薩)是般若智慧之意，音節 (查)表示金剛無上密咒，二音節合成 ，其功德無量準則，僅僅發聲 ，可摧毀「我執」的城堡，內外一切魔鬼都能平息。我的教法大手印能斷即是般若智慧與金剛無上密咒相融合，正好與 字之義相順， 、 、 三字是我能斷教法(斷境說)的核心內容。」

5、 結論

希解派的開祖是印度僧的帕當巴·桑杰，他生於南印度，在超戒寺(Vikramaśīla)學習顯密之後，五度來訪西藏，在定日(Ding ri)一帶活動。他有很多神秘的傳說，或被說成有500歲的長壽，或被傳為從定日巡禮五臺山，在當地博得了名聲。但是，前者是把帕當巴與真言宗八祖之一，而擁有700歲長壽的龍智混淆；後者是和從印度巡禮五臺山的佛陀波利三藏混為一談，故很難認作史實。

著名的藏學專家南喀諾布(Namkhai Norbu)指出，麻吉拉准出生於本教一族，藉著結合來自本教的薩滿教式傳統的要素和《般若經》的教說，以及結合大圓滿(rDzogs chen)的傳統，乃產生了充滿西藏式特徵的修行形態。在本質上，希解派與寧瑪派的情形一樣地，不被承認有類似印度佛教之教義者。蓋印度佛教的教義，是指修習空性的見解，在其身上徹底體現慈悲心的般若·方便(悲智)雙運之態勢的。總之，希解派的起源尚未被證實，該宗派在今日亦不復存在，連它原先在定日的總寺院也毫無痕跡了。不過，斷境說的「決」(斷)修法，已溶入西藏佛教各宗派內，至今仍然盛行著，故在修行上不難窺知，此教法受到很高的評價的。