

集歌者尊巴日勒密

著原文藏自譯基澄張

敬禮上師
一天，密勒日巴尊者動念要到北馬雪山去修行。當他行至醉境的格巴勒尋時，其時已屆秋收的季節，村民都忙着在收割稼穡。有一個年約十五歲的絕美少女，圓滿具足智慧空行母①的各種象徵。她正領導着許多村民在收割農物。密勒日巴進前說道：「施主！請你施捨我一點食物吧！」少女說道：「瑜伽行者啊！請你先到那所大房子的門口去等我一下，我很快就會來的。」

向內開了一個縫。立時從屋中跳出一個衣著敝陋的老太婆來，手中緊抓着一大把烟灰，怒聲喝道：「窮要飯的遊方瑜伽士！夏天的時候你們來討牛奶和酥油，冬天你們就來討糧食回去作酒喝！從來沒有看見你們在一個地方長期安份的住下來的！你是不是看見無人在家，想趁機會來偷竊我女兒和媳婦的首飾珍寶來了！嗯！」她那怒顫的身體，微微的發着抖，一面說着話，一面就憤怒不息的準備將手中緊握的那一大把烟灰向尊者的臉上洒去！尊者說道：「老婆婆喲！你朝我臉上撒灰的時間充裕得很！請稍微等一下，先聽我密勒日巴唱一首歌，唱畢你再撒灰不遲！」於是他就對這位老婆婆唱了一首『九種進諫歌』：

天道在上享快樂，三塗居下受煎熬，此三潛力集汝身，
噫噦！怒慍老媽婆！憤恨佛法究如何？汝應善觀汝自心，
汝應修行正佛法，速覓合格之上師，深可憐憫老媽婆！
曾料今日如斯耶？夜深衆人已入夢，摶心思維試自問；
辛勤終日難了畢，晨曦未明昏暗時，汝猶摸索尋己榻；
汝應善觀汝自心，此三疲勞集一身，昔日初嫁至此時，
依仗於彼修正法。汝應修行正佛法，衆人未醒汝先起；
全家之主第一要，汝猶摸索尋己榻，白日無窮家務事，
是爲心頭第三要，汝應修行正佛法，汝實無酬之奴婢！
汝應善觀汝自心，錢財利息第二要，速訪合格之上師，
汝應修行正佛法，不可缺少之子姪，改頭換面成另人。
汝應修行正佛法，

何處有緣之弟子，前來請授此三灌？」

巴達朋說道：「這些灌頂實在非常深奧，如獅王出現，群獸懾服。但請問得了灌頂以後，聽說還有一個名叫『引導光明入道』之口訣。那口訣如何求呢？」

密勒日巴尊者道：

「聞思修是外引導；澈澄明體至究竟，如是指示內引導；覺受證解無離合，水乳融一真引導，此三引導我皆具；何處有緣之弟子，前來請授此引導？」

巴達朋說道：「您的這些引導法就像明鏡一般，反映影像歷歷如真。但是聽說在得到這些引導以後，尚需要到山中去住茅篷修行，這些修行又是怎麼回事呢？」

密勒日巴答道：

「深山險地無人處，獨居茅篷是外修；不顧此身如棄物，了無牽掛是內修；惟一實相之底蘊，深觀決斷最勝修，

三種修持我全具，何處有緣之弟子，前來請聞此法要？」

巴達朋說道：「這些修持就像翱翔於天空中的大鵬一樣，震伏一切鳥禽之屬，實在是稀有難得！但我聽說瑜伽行者們，在修行時於適當之時機會用一種『呸』^⑪字訣來入道。請你把『呸』字訣替我講述一下吧！」

密勒日巴答道：

「妄念洶湧紛沓時，攔腰斬斷用外『呸』；自心昏昏闇暗時，明朗震醒用內『呸』；安住實相無修整，是爲真實最勝『呸』，此三口訣我全具；何處有緣之弟子，前來請問此法要？」

巴達朋問道：「這個『呸』字訣真正非常殊勝，就如像國王的諭敕和軍令一樣，速能成辦各種大事；但這樣修行又會發生什麼覺受呢？」

密勒日巴道：

「無有整治大寬廣，能生遍滿之覺受，此爲修行之『根』因；無有整治惺惺去，出生光明之覺受，此爲修行之『道』相；無有整治法爾性，出生現量大手印，此爲修行之『果』德；此三覺受我全具；何處有緣之弟子，前來請問此法要？」

巴達朋道：「你說的這些覺受像皓日在無雲晴空中光照天下，使一切物體都明亮了，實在很了不起！但這些覺受生起後，你又得到些什麼決定的信解呢？」

密勒日巴道：

「通達無神亦無鬼，我於見地得決信；現證無緣無散亂，我於修道得決信；心無希求及疑懼，我於果地得決信；見修果訣我全具，何處有緣之弟子，前來請問此法要？」

巴達朋聽到這裏，突然心中對尊者生起了極大的信心，立刻雙膝跪下，全身伏地，作大禮拜，頭觸尊者之足。然後起身迎接尊者入宅，恭敬承事，圓滿供養。她於是對尊者說道：「師傅啊！過去我因無明之蔽障，全然不是真心的想學佛法，現在請你收我作一徒僕，慈悲傳授給我法要和口訣吧！」巴達朋因遇見尊者，乃真正的反省到自己以往的驕慢過失。於是她才真心誠意的向尊者求法，隨即唱道：

「噫噦！最勝上師寶，諸佛化身人中尊！愚癡無知無明我，生此惡世罪業深，夏日火力透雲層，浮雲飄飄偶作蔭，我雖遍覓清涼地，踏遍大地無處尋；冬日風雪極酷寒，傲霜美花間綻發，愧我心怯無慧眼，未識何處尋芳跡；惡業習氣緊纏身，我慢障眼視不清，宿業感此卑劣身，竟是成就人中尊！煩惱罪障覆蔽我，未見自心佛圓成，心乏大勇堅毅力，忘懷正法混光陰，偶或亦思修正法，懈怠蹉跎至如今！可憐婆婆之女人，幸運若生富貴家，終生伴侶難找尋；不幸若生貧苦家，慾望絕大忍耐小，丈夫面前尋自殺，恩重父母棄腦後，離間夫婦最拿手，專長怨咒與罵人，閒話是非擅搜集，慳吝成性少施捨，美食珍寶自享受，如影隨形罪難消，噫吁！我今誠懺悔！衷心一意向佛道，願祈慈悲傳授我，易解易行之法要。」

密勒日巴聽了非常高興，以歌答曰：

『賢善女徒巴達朋，所言女子之過患，聞後令我難酬答。』

我若讚揚汝所說，
汝心難免生瞋恚；

虔心且聽老密歌：

不作矯揉僞君子，

爭如依止具相師？

斷捨財物及慳吝，

舌如雲雀狡如鼠，

汝乃靈巧小女郎，

修學佛法恐未足！

依訣修行住深山！」

巴達朋聽了，又向尊者說道：

「至尊上師仁波且¹²，與汝相遇得大利，
畫間百事待處理，夜間沉昧睡昏昏，
何有閒暇修正法？」

尊者說道：「你若真正的想修持佛法，就必須認清一切世間的作爲皆是修行之仇敵，要決心予以拋棄！」於是就唱了一首

「四種捨棄歌」：

「幸運姑娘巴達朋，有福具信之弟子，且聽老密至誠歌！來生旅途長於今，旅途食糧妥籌未？今生極宜行布施，應識慳吝爲怨敵，爲求利益反遭害，知此速應斷慳貪！幸運姑娘巴達朋，來生之事黑如漆，應備明燈照黑暗。而今燈燭若未備，求彼利益反得害，知者應斷癡煩惱！來生遙遠路途上，應覓知心之伴侶，汝應勤修善逝教¹⁷。親眷何異諸仇敵，汝應速覓好雄駒，懈怠是汝真仇敵，精進能生衆功德，應斷懶惰與懈怠！」

豈不增長汝驕慢？

我若直說真實語，

清洗面容之染污，

爭如安處卑下位？

捨棄此生之作爲，

爭如廣行大布施？

汝若決心學佛法，

修學佛法甚艱難！

汝乃靈巧小女郎，

步我後塵效我行，

無有方所離邊際。

取喻空中之日月，光明普照離遮闇，汝應觀心如日月，取喻周遍之虛空，廣大遍滿離中邊，汝應觀心如虛空，無有方所離邊際。

取喻面前之山嶺，堅固安住離動盪，汝應觀心如山峽，取擬大海爲譬喻，終日辛勞爲衣食，深深無底亦無邊，汝應如是觀自心，離諸分別與尋伺。」

於是尊者就傳授了巴達朋修身和修心的各種口訣，命她去修。過了不久，巴達朋產生了許多美妙覺受和證解。爲了除祛心中的疑惑和障礙，她來到密勒日巴面前請示，唱了下面這首歌：「至尊勝妙上師寶，諸佛化身人中尊！我觀虛空雖安樂，想及雲霧心不適！祈示如何觀雲霧？我觀日月雖安樂，想及星曜心不適！祈示如何觀星曜？我觀山嶺雖安樂，想及草木心不適！祈示如何觀草木？我觀大海雖安樂，想及波濤心不適！祈示如何觀波濤？我觀自心雖安樂，妄念起時感不適！祈示如何觀妄念？」

密勒日巴聽了，知道她是真正在修行中產生了覺受與疑問，爲了除遣她的疑惑和增進她的覺受，密勒日巴說道：「噫！善哉問也¹⁴！幸運姑娘巴達朋，具信弟子當諦聽！汝觀虛空若安樂，應知雲霧起於空，虛空遊戲之變化，乃是日月之反照，汝觀日月若安樂，應知星曜不離彼，汝觀草木不離山，皆爲山力所顯現，即於不動而安住！汝觀大海若安樂，應知波濤不離海，即於光明而安住！」

巴達朋說道：「師傅啊！我實在對來生的資糧從未準備過！現在我決定要爲此事努力，請慈悲教導我修行方法吧！」

她非常虔誠的向尊者請求。密勒日巴見了非常高興，於是對易名剃髮或出家，亦能一樣的成佛。」於是就唱了一首『四喻五義修心訣』的歌向她開示：

「幸運姑娘巴達朋，有福具信之弟子，且聽老密說法要：易名剃髮或出家，亦能一樣的成佛。」於是就唱了一首『四喻五義修心訣』的歌向她開示：

即於廣大而安住！汝觀自心若安樂，應知妄念不離心，

無非心變之遊戲，即於心性坦然住！」

巴達朋依照指示而修，深觀自心法性之實相，終於即生得大成就。最後在她離開此世時，舉身騰空，手搖鈴鼓¹⁵樂聲遍空，即此肉身往生空行淨土¹⁶。在密勒日巴的衆大弟子中，她是「領袖女衆的四大姐妹之一。這是密勒日巴在醉地的格巴勒桑處遇見女弟子巴達朋的故事。

註解

- ① 空行母不僅指密乘之護法天女，任何具足密宗根性之女人，亦可稱爲空行母，或具有空行種性的人。
- ② 法身普賢王如來——此處密師似用紅教的說法，以本初佛普賢王如來表示法身。普賢王如來普賢二字與大乘之普賢菩薩相同，似有深長之象徵意義。
- ③ 金剛持——西藏朗達爾瑪王滅佛法後之後期西藏佛教之各派，如嘎居派、薩迦派、格魯派等，皆稱爲新派密教。此與舊教或寧馬派相對而言者也，新派密乘皆稱一切密法均由金剛持佛傳出。
- ④ 化身釋迦牟尼佛——釋迦牟尼依大乘說，乃是化身佛，其清淨報身乃毘盧遮那佛，或大日如來，如華嚴經所言者。但小乘佛法則不承認法、報、化三身之說。
- ⑤ 無生法身——無生，即諸法本來不生之意，凡夫所見諸法生滅乃屬幻境。此「無生理」即是空性或實相，亦即佛之法身。
- 明體——心之本性明朗而空寂，大手印法稱之爲「明體」。
- 如實性——如實之性，即如其實相之性也。
- 灌頂——無上密宗之第一步，初入門之灌頂，說明修本尊及壇城之觀法。見第一篇註六。
- 內灌頂——無上密宗之第二灌頂，說明修氣、脈、明點，及六種成就法。
- ⑩ 心性本來面——心性本來圓成，不假造作及一切有爲，當下具足。本來面目之語，禪宗亦處處用之。
- 呸字訣——於習定時偶忽高呼一聲「呸」字，能斷妄念之流，開顯光明。此種修法亦不得已而爲之者耳，自己呼「呸」，不如別人呼「呸」來得好，突然、離作意，効果較大也。

仁波且——寶貝之意。
善逝——即如來，或佛陀。

原文無此句，但含意有此，此爲譯者所加，使情境較爲生動。
^{15 14 13 12} 鈴、鼓——密乘行人，修儀軌時，皆用鈴鼓作樂，爲一種密乘之表記也。

¹⁶ 空行淨土——密乘之淨土亦稱爲空行淨土，淨土中人皆爲空行種性故。男者又稱勇父，女者稱勇母或空行母。

法光精舍開光法語 親雲

阿彌陀佛大願王 觀音勢至左右相
清淨海衆常圍繞 接引衆生極樂邦

阿彌陀佛在空王佛所，王子出家名法藏比丘，曾發四十八種大願大悲願力，莊嚴佛土，願願度脫衆生，往生淨土、乃至十念，若不生者，不取正覺，阿彌陀佛，現已成佛，於今十劫，現在正在說法，十方諸佛，莫不讚揚，十方衆生，咸令度脫，故阿彌陀經云：「若有善男子善女人聞說阿彌陀佛執持名號，若一日若二日乃至七日一心不亂，其人臨命終時，阿彌陀佛，與諸聖衆，現在其前，是人終時，心不顛倒，即得往生阿彌陀佛極樂國土。」古今念佛行人，臨終見佛接引往生，極樂國土者，無時無之，末法一萬年後，所有佛經盡毀不見，僅存一卷阿彌陀經及一句阿彌陀佛，最後度生。今有法光精舍住持證慧法師專修淨土，建此道場，恭塑西方三聖像，導衆念佛，往生淨土，於今民國六十一年農曆二月二十一日邀約煮雲來此開光說法，然則佛身充滿於法界，普現一切衆生前，阿彌陀佛有無量光明，照十方界，無所障礙，又有何光可開，何法可說，即今開光一句又作廢生。

佛即心兮心即佛 心佛從來皆妄物
若知無物復無心 始知真如法身佛