

# 密勒日巴尊者歌集

張澄基譯自藏原文著

## 第十九篇 廿一種心要曲

敬禮上師。

尊者密勒日巴在哪息雪山靜居時，一天夜晚夢見一個象寶莊嚴身著骨飾的美麗少女，前來對他說道：「瑜伽行者密勒日巴啊！你一定要遵照上師的訓示立即到笛色雪山去修行。途中，你將遇到一個與你有緣的弟子，你要好好的攝受他！」說畢不見。尊者醒來後，心中自忖道：「這是本尊空行母叫我依照上師咐囑的開示。既然有此授記，我應立即起身前去。」

從哪息到笛色的途中，在雅龍的覺打地方，一位名叫當巴交普的（青年）前來朝謁尊者。然後迎請尊者到他的家中去，他為尊者召集了一個盛大的會供宴會，邀請了許多客人參加。宴會中，當巴交普啓稟尊者道：「爲了與會的大眾，恭請尊者把心得的妙法對我們開示一下，使所有的人都能了解學佛人必須知道的根本法要，不知可否？」

爲酬其請，尊者即爲與會大眾唱了一首「廿一種心要曲」：

「秘密真言方便道，是爲法門之心要；上師口傳之妙訣，是爲修行之心要；  
本身具足精進力，是爲行持之心要；此三心要應知悉。命氣令入精樞處①，  
意入心性廣體中，自心契入大自在，「入」之三要應知悉。依上師教能成就，  
自心所求自然得，利他事業任運成，此三「圓成」應知悉，妖魔外障盡消除，  
煩惱內障自寂滅，百千疾病不侵身，此三「寧寂」應知悉。善引經典之法句，  
善答徒衆之詢問，善知自心之實相，此三「善巧」應知悉。一見喜樂無體性，  
二見諸顯赤裸空，三見諸法離言詮，此三「善見」應知悉。一合衆人之集會，  
二合受用之集會，三合空行之集會，此三「會集」應知悉。此心要法二十一，  
我由定慧證量得，學佛之人應重視，特於吾傳弟子衆，極應珍重善受持。  
一切法緣及所需，圓滿具足百難一，是故解脫甚艱難。難中又難誠如是，  
努力奮鬥終能克！」

尊者於是攝受當巴交普爲徒，帶他同去。然後就傳以灌頂及口訣。他依法修持終於得到究竟之覺受和證解，以後他就成爲尊者之出家②衆中的「親近弟子」之一。

這是尊者遇見當巴交普的故事。

### 註解

① 命氣即根本氣，密宗行人於修習圓滿次第或正分之時，於全身各氣得自在後，則能令命氣入中脈。此處之所謂精樞處大概指中脈之各輪，特別是心輪。此與大手印空性相應故也。

② 原文有「出家修行人」之字樣。sTon · sGom · n̄ · sTon · 通常指 sTon · pa（出家人，和尚，或法師）。本故事未詳言當巴交普出家之因緣，想係後來出家。