

# 大手印导论

佛 日

大手印，梵语曰Mahamudra，意为大印；藏译曰差珍（Chagchen），意为大手印。印即印契，与法印之“印”同，乃以世间国王印玺，喻法王佛陀亲许的佛法宗要。藏译于大印加一“手”者，表示佛祖亲手印定。此印为至极无上之佛法心髓，故名为大。如《祝祓契合俱生大手印》释云：“大者，更无深广有过于此，喻如轮王敕令，以印印之，臣民莫敢违越，随所显现，皆令合旨。”在密乘瑜伽部（唐密金刚界）法中，大印为四种密印（大印、羯磨印、法印、三昧耶印）之一，藏密所言大手印，主要属无上瑜伽部法，指本元心地之心传口授，略当于汉传佛教的实相印、佛祖心印。

大手印是藏传噶举派、息结派、觉域派等所传法的心髓，它直承印度晚期瑜伽成就诸师之传，以简易明了的诀窍，总摄一乘佛法之见、修、行、果，犹如点石成金的仙丹，画龙点睛的妙笔，指示如来之涅槃妙心，堪称藏传一系之正法眼藏。藏传大手印法门显密兼赅，顿渐俱备，系统精密，三根普被，与禅宗心地法门甚为相近，而更多摄引初学的方便，尤其适宜于习练气功者及在家人所修学。兹略述大印法门之传承、典籍、种类及见修行果之要，以供有缘者参考。

## 传承、典籍及种类

据西藏多罗那他之《七系付法传》，大手印教授为七大密法之一，以龙树之师大阿闍梨萨啰诃（罗喉罗）为第一传，此师递传

龙树—舍婆黎—卢伊波—征吉波—谛洛巴（988~1098）—那洛巴（1016~1100）—钟毗波—俱萨罗跋陀罗。谛洛巴又得卢伊波再传弟子安多啰波之传。谛洛巴传人那洛巴，为东印超戒寺“六贤门”之一，其门人弥勒巴，又亲得舍婆黎之传，为藏传佛教后弘初期印度著名的瑜伽大成就者。弥勒巴门下有俱生金刚、啰摩波罗等四大弟子，其中啰摩波罗传小俱萨罗跋陀罗、阿悉多伽那、智友。《祝祓大手印》等则把谛洛巴一系大手印传承上溯至佛灭百年顷的胜喜金刚。又说由萨啰诃递传龙树一提婆一月称—马当格—谛洛巴，萨啰诃之前有金刚持—金刚空行母—金刚手递相传承。

总之，印度诸家大手印，率皆源出萨啰诃。西藏著名瑜伽成就者、佛学大师郭沧巴（1189~1258）说：“对于释迦世尊教法，说名大手印超越道，首倡者为萨啰诃。”（《青史·大手印法门谭》）萨啰诃所传大手印，有“自然乘”（Sahajayāna）之称。据《印度佛教史》、《七系付法传》等，萨啰诃之师为上座黑（吉栗瑟那），上座黑之师为马鸣，马鸣之法统，可从优婆崛多、商那和修等上溯至释尊。是则显密教法、禅、大手印，可谓同出一源。

大手印之传入西藏，在后弘初期，凡有数系，盖皆源出那洛巴、弥勒巴师徒。据《青史》之说，大手印法门在西藏有初中后三译。初传始于汝巴；中译分上下二译，上译为弥勒巴弟子洽纳来藏所说，下传为阿苏

在前藏所译；后译为阿里人纳波协得赴印度就洽纳所学，回藏后传译。西藏传行大手印的主流，是噶举派（白教）之达波噶举系。此系开创者玛尔巴（1012~1097），为藏传佛教后弘初期四大译师之一，曾七赴印度、尼泊尔，师事那洛巴等上师，依止弥勒巴现证大手印悉地，回藏后传法、译述，门庭甚众，有峨却多等四大柱及生处幢等十大弟子，弟子中尤以米拉日巴（1040~1123）以苦修获大成就著称，在民众心目中威望极高，有第二佛之称。其徒岗波巴（达波拉结，1079~1153）融合迦当派教义与噶举派大手印教授，著《道次第解脱庄严论》，对大手印法门进行了整理。米拉日巴、岗波巴师徒大启法门，弘传大手印于全藏，得其传而获证悟者难以数计。岗波巴门下，分出噶玛、帕竹等四大八小噶举支派，皆以大手印为精髓，以笃实修持为宗风。四大支派之一蔡巴噶举之开创者向蔡巴（1123~1194），称大手印为“唯一白法”。

噶举派另一系香巴噶举开启者琼波瑜伽师（约990~1140），亦曾三赴印度、尼泊尔，亲近弥勒巴、尼古玛空行母等大善知识150余人，得弥勒巴一系大手印之传，名之“大印盒”。又有弥勒巴弟子、南印人当巴桑结，曾五次赴西藏传法，开息结派、觉域派，皆以注重瑜伽实修为宗风，息结派后传法尤以大手印为主。另外，萨迦派、格鲁派等，亦传大手印，格鲁派所传大手印，源出噶举。近世，西藏诸派教理行法互相融合渗透，大手印成为诸派所共有的法宝。宁玛派之大圆满，迦举派之大手印，萨迦派之道果法，在不少西藏佛学大师眼里，早已圆融不二。班禅一切智善慧法幢即云：“俱生契合、大印盒、具五、一味、四字、能寂、断境、大圆满、中观正见导引等，虽各别安立有多名，但善通了义教理、修证有得之瑜伽士，彼等自知其意为一。”（《宗教流派镜史》）

大手印在元初曾传入内地，然流传未广，不久便失传。直至1936年，西康贡噶呼图克图应请来内地，先后于成都、重庆、江陵、汉口、长沙、南京、昆明等地传法，大手印、大圆满等大法，始为内地学佛者所知。贡噶上师双承红白二派之传，所传法甚为系统，一时受法者颇众。沟通汉藏佛学，弘法利生，其功厥伟，民国政府曾授其“辅教广觉禅师”称号。上师对在家佛子，多传以大手印，今内地修学大手印者，率多出其门下。内地学人有张澄基、陈健民等，赴西康留学有年，亲侍贡师，后弘法于海外。又有笃噶等上师，亦曾来内地传扬大手印法门。

大手印虽重在口耳之传，也有不少典籍著述。据《佛教史大宝藏论》，属于大手印的经续论著被译为藏文者，有《大手印明点》、《大手印精滴释》、《大手印精滴广释悦目论》、《朵哈宝藏中歌根本释》等。元代译汉的《大乘要道密集》，收大手印著述如《大手印不共义配教要门》、《大手印顿入要门》、《大手印伽陀支要门》等，凡二十种，多为修法口诀之记录，皆出果海密严寺玄照国师惠贤传，同寺沙门惠幢译。现代新译的大手印著述，据刘锐之《诸家大手印比较研究》（收入《现代佛教学术丛刊》第74册）所列，有22种。其中，法尊法师所译者多达14种，如萨啰诃《朵哈八藏大手印明显口授》、《见修行果之朵哈歌辞》，谛洛巴《恒河大手印》、《朵哈藏论》等，为印度最重要之大手印口授、论述。《大手印讲义撮要》、《祝拔宗契合俱生大手印导引》、《至尊弥勒日巴大手印开示》、《俱生契合开导了义海心要》、《大手印导引显明本体四瑜伽》等，皆出贡噶上师传授。台湾蓝吉富《大藏经补编》第十册收有《贡噶上师恒河大手印直讲》、贡噶上师传《椎击三要诀胜法解》、白莲花造《涅槃道大手印瑜伽法要》等大手印著述。汉译大手印典籍，基本上已经齐备。

大手印之教授导引，大略可分为三种：

一、实住大手印。实住，即住于实相之义，此大印属显教。《恒河大手印直讲》云：“于具普通根性者，令由菩提道次第渐次趋入大手印，此谓由《中论》等学而渐入者，谓之实住大手印。”此须从闻思门入，藉教悟宗，明心性理，解实相义，由上师抉择指示，示以修持口诀，依诀观心，悟解心性，入一行三昧或光明定。如《宗教流派镜史》所云：“显教之大手印，是就心体之上，专一而住，修无分别，令成住分。如是成就安住所缘之心，明明了了，即应寻觅此心为在身内？或在身外？遍处寻觅，心之体相了不可得，尔时决定此心无实。用此无实，在已成特殊之心体上，专一而住，即许此为修遮非空性之法。”这种实住大手印，即是显教经论中以系缘法界为门的一行三昧、真如三昧，不过大手印之指示心性教授修定，特重上师口耳之传。当年米拉日巴、岗波巴师徒，对来求法的多数普通根性者，即传与实住大手印，闻法修持者多能获得证悟。

二、空乐大手印。或云秘密大手印，属密法中的无上瑜伽，被较胜根性。此须受灌顶，修四加行，得闻思正见，然后以正见为导，依仪轨修本尊法，行三密相应之诵咒，从生起次第入圆满次第，由宝瓶气、拙火定、金刚诵等法修气脉明点，于气入住融于中脉或“俱生喜”生时所现空乐不二的觉受上观察体证自性光明。噶举派多修金刚亥母、喜金刚法，米拉日巴、岗波巴师徒当年皆于得正见后，修金刚亥母法，入拙火定，证大手印悉地。晚近噶举门下学人，多从此门入道，岗波巴大师称此为大手印之特殊道。此实属大手印与密咒的结合。

三、光明大手印。此为最上顿门、顶尖密法，唯被上根利器，依上师加持而顿证自性明体，以心传心，不立文字。诸师多说唯此方是印度真正之大手印。《恒河大手印直

讲》云：“最上之大手印，则并亦无须乎灌顶等修，但当恭敬礼拜、承事亲近于其上师，或仅观于上师微妙身相，即能立得证悟，如此由于无上恭敬信顺之心力，以依止于上师，更不假外物言说，而能究竟了悟，以证取之大手印，方是大手印之最胜义心传也。”

三种大手印，就入门方便而言，虽有顿渐显密之别，就证悟自性光明而言，实际无二。

三种大手印，皆分见、修、行三要，或加“果”为四阶次。《恒河大手印》（谛洛巴口传）提示见修行果之要云：“若离执计是见王，若无散乱是修王，若无作求是行王，若无所住即证果。”

## 大手印之见

大手印与显密大小诸乘诸宗教法一样，首重正见，以得大手印见为入门第一着，以正见总摄修行果，与南禅之只贵见地、不贵行履颇相一致。噶举派分诸派见地为唯识见、中观见、大手印见等，以前二为不了义，其所谓了义的大手印见，亦名“俱生智见”、“法身见”，直指自性，谓众生心性本来无生，离一切边执，内心外境一切诸法，皆在此心地本体上显现，能显所显，法尔无生，具足三身五智，不须别修断舍，本来解脱，本来成佛。萨啰诃颂云：“故凡所显即法身，一切众生即佛陀。”《椎击三要诀胜法解》云：“夫彼一真法界，离绝戏论之法尔如来藏心，无垠广大界中，无量显现染净诸法，彼诸一切，皆亦圆满具足法尔之平等性义。如是而了知，是即见宗之最殊胜者也。”这与禅门“即心即佛”、“触类是道”的见地，可谓一致。就哲学观而言，大手印见属如来藏缘起或真心现起论，超越中观见，岗波巴即以如来藏系论典《究竟一乘宝性论》为大手印所依的主要印度论典。

所谓本净离垢的自性明体，具俱生智、自然智，此心体为成佛之本、修持之要，摄

根、道、果，包见、修、行，名为大手印。西藏瑜伽成就者羊滚巴（1213~1258）云：“大手印者，师无可示，徒无可悟，觉受无可污染，定见无可杂乱，见修行无可分，根道果无可裂，如是于此显有轮寂一切诸法，勿作任何遣立、束缚、解脱、对治、矫整，就自识而得自解脱，此之谓大手印。”（《了义海大手印》）

大手印见，建立于大乘唯识、中观见的基础上，其说万法唯心、心亦无心、心性离一切边执戏论而本寂本净，与显教无二。如噶玛噶举派黑帽系第三世大宝法王攘俊多杰（1284~1339）所撰《大手印愿文》云：

“一切诸法为心所变现，心本无心，心之体性空，空而无灭无所不显现，愿善观察于体得定见。”又云：“一切非有诸佛亦不有，一切非无轮涅众根因，非违非顺双运中观道，愿证离边心体之法性。”而其宗极旨趣，仍在直指心性之真空妙有，与汉传圆教诸宗的见地同趋一轨。藏传诸派多认为大手印不共于“因乘”（显教大乘）的见地是：“因乘舍位以为其道，起对治智而断于惑，遍于轮圆法界空理久时调习而欲克证也。果乘（密乘）转位以为其道，起俱生智，于能所轮回了大乐法界，即以三毒烦恼为道。”（《大乘要道密集·新译大手印不共义配教要门》）印藏密乘学者所说因乘、般若乘，系指印度中观、唯识两系大乘渐道而言，实不能涵括汉地圆教诸宗。了心性本净、烦恼本空，起俱生智，以三毒烦恼为道、顿转烦恼为菩提，正是汉地圆教诸宗尤其南禅的根本见地。而此深义，具见于显教大乘经论中。

大手印之修学，以得“决定见”为入门第一着，有如达摩禅之“理入”、“安心”为首。若不得见而修密咒及气脉点，只属共外道法，不得名为大手印。大手印之得见，据学人根机之不等，设有多种法门。

一、依止上师加持而得见。最上利根、顿悟之机，只须修密乘四加行中的上师相应

法，培植对上师的恭敬信顺之心，师徒间建立起能加能持之相应关系，徒弟只要怀有欲明心地之意愿，上师可照察因缘时节，予以加持，令弟子顿悟见性。如传说萨啰诃遇鬻箭空行女，目光甫接，即顿证明体；谛洛巴以鞋底猛击随侍他十三年的那洛巴之面门，令其于痛极晕厥之际突然见道，有类禅门宗师之拳打脚踢而令学人顿悟。然此类利根者难遇。据说只有前生或上半世修习成熟，风息入中脉已能熟练之人，始可能略作观修加持便得顿悟。《迦白》即云：“宿昔已修炼，名为顿悟者。”若宿根不具，只有通过渐修而悟。

二、依密诀调心而得见。依上师所授顿见心性的密诀调心，令直下与真如相应而得决定见。此略有三诀：

一是于前念已灭、后念未生之际体认刹那显现的母光明。《明行道六成就法》云：

“净光之曙发，要必伏于前念已灭、后念未来之际。”然斯际须有观心任持，又离能观所观。岗波巴即云：“前念分别已灭、后念未生之中，心殄然而住，若无观分任持，其过极大。”（《大印讲义》）永嘉玄觉禅师《永嘉集》教人从“前不接灭，后不引起”之前后际断中体会心体，以为入禅初心处，与大手印的这一调心诀完全一致。

二是当下无念无着，一无所住。如《大乘要道密集·心印要门》云：“身离作务，语离谈说，意离思念，自性清静，应依真空无念而住，当此之时，心无所缘，亦无所思，善恶邪正都莫思量，又不思有亦不思空，过去不追，未来不引，现在不思，妄念起灭一切皆无，如无云空寂然显现，纵荡身心坦然而住。”谛洛巴的一首偈将这种调心诀要总结为六不：“不思不念不寻究，不观不想持本元。”其《恒河大手印》有云：“身离作务安闲住，语离尘声空谷音，意离思量比对法，如竹中空持此身。心合超绝言思空，无着心契大手印。”这其实即是大乘经论中所

说的一行三昧、达摩之“壁观”、曹洞宗之“默照禅”，其实质是修无分别止。

三是念“呬”斥念法。《椎击三要诀》云：“最初令心坦然住，不擒不纵离妄念，离境安闲顿时住，陡然斥心呼一‘呬’（pat），猛利续呼‘也马火’（梵文惊叹语），一切皆无唯惊愕，愕然洞达了无碍，明澈通达无言说，法身自性当认之，直指本相第一要。”这是于厉声呼一“呬”后震惊之余，体认无念心地，据称由上师据时节因缘呼“呬”者力量大，自己呼“呬”者力量小。上师厉声呼“呬”以斥断弟子妄念流注，正与禅门宗师之大喝同一旨趣。

三、依诀依教观心得见。依诀观心者，如萨婆诃颂云：“以莫散心观自心，若能自知自本性，诸相自脱大乐中，散心亦皆成大印。”又云：“如人寻求虚空界，无中无边亦未见，如是寻求心与法，亦不得极微尘许。”这是即妄观真，从意识深层向内究心、觅心，以悟心性本空，一如禅宗之“觅心了不可得”，这也是显密教典中所示的观心法。如密乘《金刚庄严续》即云：“心观六分尘，析为十方已，此明了法义，心净最无垢。过去未来心，如是无所得，无二无无二，虚空亦无住。如是观察已，一切众生空，是无垢瑜伽，想自心无体。”

四、依止观门得见。一类不通教理、乱心难摄者，宜先摄心修止，入于正定，《涅槃道大手印》（白莲花造）称之为“专一瑜伽”，并分修止为多门：或于面前置一小球或削尖之木桩而系心，或观佛像，或观想有大如指甲、上有“吽”字之月轮当前，或依金刚诵、宝瓶气调息入定。于达寂定之时，修“离戏瑜伽”，反观心性，此有三门：一、三时观察，观过去之念已灭故空，未来之念未生，现在之念不住，心于过去现在未来三时中皆念念不住，无实自体。二、有无观察，观心为自色法而有？抑或非依色法而无？若为色法成，则为何色？为外在境相？为内虑

功能？若非色法，为何有种种境相显现？如是观析推究，知心非属色法而有，亦非空无，毕竟不可得。三、一异观察，观此心为一为多？若一，则心所法有多种？若多，则一切法何由成一体？何为统觉者？如是观析，了知心离于一异，分别戏论息灭，心性明体便会自然呈露，这种观心法，是多种显教经论中所宜说。若知见执着深重，须得学习经论，经过理性思维，破除粗显分别我法二执，然后再依教依诀观心，息灭微细分别戏论。

五、依秘密门修咒气脉点而得见，《恒河大手印》云：“劣慧异生未堪善安住（顿门），可于明点气脉诸要门，以多支分方便摄持心，调令任运安住于明体。”善根较浅、气脉有障碍、难以顿悟顿证的中根器，宜修密乘本尊法，先于生起次第得见喻光明，解空性理，次入圆满次第修气脉明点，于气入住融于中脉所显光明定上体认、观察实义光明。此须受灌顶，依师传仪轨如法修持，尤修气脉点，须有实践经验的上师亲自指导，而且于修前应依经教或师传得闻思正见，始终以正见为导而修定，若有明师指导、正见印持而修本尊法，既可得本尊上师加持之助缘，又可由观修而成就报身，并易得身体上的气功效应，易发神通，为较稳妥的修持之道。晚近修习大手印者，多从此门趋入。

大手印的见，名“决定见”，指一种从心底里确认心性绝对如此、无丝毫疑惑的牢固见地，大盖相当于显教大开圆解之见，起码属思慧的最高层次，乃至刹那见证明体，得宗门所谓的解悟乃至证悟。《祝拔大手印》分大手印见为知、觉受、证三个层次。知，“为了心之实际之闻思”，多分由比量而知，属闻思慧。觉受，为“了达总如义理，凝现于心”。《了义海》云：“心领受为觉受。”这是由修习止或观而得领悟，由实际的体验而对心性有了更加深刻的理解。证，谓“了达离戏理量以上”，即超越闻思，于言语道断、心行处灭中现量见到心性，起码

相当于禅宗之解悟乃至证悟。《了义海》云：“心自现于彼体性中为证”，谓现量见性、并不加功用自然而见方为证，这个境界起码相当于禅宗所说的透重关而得证悟。一般而言，以密诀调心或观心而得的见，多属觉受，由修气脉点于第四级自加持（实义光明）次第所得的见，属于证，而且是证果见道位上的证。

## 大手印之修行果

大手印得见后方可修行，修亦称定，谓依所见而修光明定或大手印定。《大手印顿入要门》云：“于所解理专心缘者名之为定。”《了义海》云：“自明自照心如镜，无有明暗是为修。”此所谓修者，唯以保任所见明体不乱为要，不得作意修断取舍，实以无修为修，名曰“无修瑜伽”。这与《坛经》之一行三昧及后世宗师所说的悟后保任同一旨趣。《椎击三要诀》述第二修定诀云：

复次起住皆适可，瞋恚贪欲及苦乐，  
恒常及暂一切时，旧识法身认知之。今昔  
子母光明会，住于无说自性境。……出定  
入定无差别，上座下座亦无别，……恒及  
暂时一切处，保任唯一法身用。

萨啰诃颂以“平常心念住本体”一语概括大手印修要，与马祖之“平常心是道”可相参照。岗波巴释“平常心”云：“平常心即名为修，谓令平常心自然安住，倘于彼心有所取舍破立，则不名平常心矣。故曰：境无微尘许可修，心无刹那顷散乱。平常心不散乱者，亦名自然住心。是以只要自证念不散乱，其余不论如何，仍是修行。”《大印讲义》所谓“自证念”，指所见明体，只要此性不迷乱，则言语动作、妄念起伏，皆成菩提妙用，不须作意断舍对治，《坛经》所谓“一真一切真，万境自如如”，便是此意。大手印又有三相、五喻、三喻等持心之要。三相者，平等、舒展、弛缓，平等谓无所计执，舒展谓放任宽坦而不加整治，弛缓

谓不加功用。喻云：“境相宽坦如虚空，正念周遍如大地，心住不动如山王，自证明了如灯烛，净识无分别如水晶。”又云：“心不整则自明，水不动则自澄。”随修定的进程，持心诀要又有四喻：

一如婆罗门捻线，松紧得宜。般若佛母颂云：“初修止时从紧起，于过紧时宜放松紧复松兮松复紧，善观于此起慧见。”紧，谓提起精神，安住明体。

二如柴蓐断，谓妄念若起，勿着有而作意断舍，勿于妄念灭时保持明体而着空，应能观所观，两头俱舍，心安住于明体，则妄念烦恼自然解脱。《祝祓大手印》云：“谓尽其所有妄念及烦恼，无庸遮断，亦不令其作主，随所显现，纵任无着。但于生之一刹那，立即认识，不故遮止而令住于自然清静，空性即显。因此一切违境可为助道之缘，以认识妄念之无自性也，即能了达解脱及断与对治无别，此名金刚乘修习无住心要。”

三如婴儿观佛殿，谓定力增长，放开六门，任六识任运显现，不遮不断，而于所显境相不起分别爱憎，亦不起“不着”之执，对境不迷，如《坛经》所云无念为宗。

四如象入荆棘，谓久修习而得“后住”，定心坚固，即使仍有妄念起灭，当其起时，妄念本自解脱之念亦随之而生，如水中画图，随画随灭，不假功用，安住明体，不为妄念烦恼所扰动，有如大象以皮厚故，随意入荆棘丛中，亦不被刺伤。

大手印定之修持，虽可于世俗事务、日常生活中用功，不拘坐相，不离世间，但初修者定慧力弱，难以保持明体不乱，宜闭关专修一段时间，培植定慧。《椎击三要诀》云：“然于未得坚固间，须勤舍离愤闹修，且须闭关专行持。”西藏大手印行者，率多常年闭关勤修。

大手印之行，略当于达摩禅二入之“行人”，指在动用中修持，此以任运无作为要，称“无作行”。萨啰诃颂云：“种种行

相无根本，犹如疯狂无定事，无作之行如孩童。”无作行，谓任持自性明体刹那不乱，从体起用，任运而行，悲空双运，随缘修行六度，度化众生。大手印特别依无上瑜伽密，修有戏论之二十一空行、无戏论之五空行、最极无戏论之三行凡二十九种行。这些行持注重在逆境中主动地磨练自心，释放烦恼习气，破除庸常显执。其中如普贤行者，谓于妄念不加对治，任其消融于法性本体，有如雪落热石，尽化为水，不作意整治，不掩藏矫饰。又密行、明禁行者，谓借手印母于僻静处修双运道，或经行村镇，忍受讥笑嘲弄。又聚行者，谓往闹市人海中和光混俗，执下贱之业，忍受世人之称讥打骂，以为修道助缘。又疯狂行或普贤行者，谓任意释放藏识中习气种子，不加遮栏，行如疯狂，而自性明体刹那不乱。又胜御方行者，谓主动取逆缘为道，以涤尽无明，昔印藏大手印行者，多于山顶凶地、尸陀林、独树下、冢墓中、四交道处修行，禁语，乞食，行头陀行，于顺逆境缘中保持明体刹那不乱，不起一念有间心，有如狮子，无所畏惧，行同虚空，不着一切，不依一切。古代瑜伽行者的这种行径，现在看来只宜取其无作无修、逆缘练心的精神，不宜生硬模仿其形式。

关于大手印之修行，印藏诸师依修持经验总结出不少诀窍。如岗波巴之“俱生和合”，谓识心之体性为俱生法身，心起妄念为法身之用，显境俱生为法身之光，偈云：

“心妄念法身，最初即俱生，师教合一故，说为俱生合。”（《宗教流派镜史》）止贡巴（1143~1217，支贡噶举开启者）之世间怙五法：一应先修菩提心，二应观自身为本尊，三应于上师修敬信，四应修无分别正见，五应发愿回向作印持。有云：“大手印法如狮子，若无五法等无眼。”主巴噶举开创者藏巴嘉热（1161~1211）之六平等法（六种持道）：一持分别为道，谓了知分别心之体性，即于此了知上体认明体而住；二持烦恼

为道，谓故思烦恼境而令烦恼增盛，即于其增盛处了知为心体空性，不破不随转，转烦恼为菩提；三持鬼神为道，谓于鬼神怖畏境不破不随转，观为更加恐怖之景象，即于恐怖认知为空，明显宽坦而住；四持苦为道，谓观苦性空，于众生苦起大悲心，发愿济度；五持病为道，谓观能病所病空，转病苦为菩提；六持死为道，谓平时预习临命终时痛苦与幻相，如实了知，不起恐怖及立破之心，令子母光明会合。大手印对修行过程中的各种偏差、失道及对治法有系统的总结，这对修行者来说弥足珍贵。

大手印之修证，亦如禅宗，不立阶次，向蔡巴云：“大印唯一了，愚谬计地道，为化爱着故，亦方便权说，显教地道次。”在理上虽高唱顿悟顿了，在事上却建立有严密的修证次第。岗波巴《大手印导引显明本体四瑜伽》把见到明体后修行证果的阶梯分为专一、离戏、一味、无修四瑜伽，每一瑜伽又各分三品，凡十二阶，每一阶的境界，都有明确的衡量标准。

一、下品专一瑜伽：得见后依见修定，由初难定到渐能入定，住于空明乐之觉受，获身心轻安，六尘境现时能自解脱，心生定解，于后得境识虽未迷失明体，然尚生少许执着。定心增减起伏不定。梦极明显清楚，然梦中尚现烦恼，罕能保持明体而自作主宰。

二、中品专一瑜伽：有时无意入定而自然入定，安住明体，妄念甚少，后得境识现时亦具空乐明觉受，自觉心境宽舒澄清，朗然无际。但有时仍起我法实执，起后即自觉知，能寂尔解脱，梦中觉受相或现或不现。

三、上品专一瑜伽：入定出定，昼夜一如，常住明体，如海无波，一切妄念皆于光明定中消溶，后得境识皆归于定，梦中多时能保持明体。然有觉无有更殊胜于此定者之执。

四、下品离戏瑜伽：通达心之体性，离生灭一异等戏论，但尚未离空、定解、觉受之执，尤稍执空，于后得境识中未持念时尚

生爱憎执着，眠梦中尚起颠倒。

五、中品离戏瑜伽：空、定解、觉受之执净，但于所显境中尚起希求畏惧。

六、上品离戏瑜伽：断对轮回、涅槃一切法之执着，离希求畏惧，明空、显空双融相续，然不精进修时犹有间断，未臻自然任运之境。梦中尚起迷昧。

七、下品一味瑜伽：通达内外一切境相法尔明体一味，但尚有决信万法一味之执。

八、中品一味瑜伽：决信一味之执净，无能所、内外分别，心境不二，正智现前，后得识及梦中迷昧甚少。

九、上品一味瑜伽：昼夜恒一，了一多不二，万法平等，虽尚现微细无自性之梦，而不迷昧。

十、下品无修瑜伽：无须作意，所显一切无非明体，然有时尚微起万法如幻如化之执。

十一、中品无修瑜伽，如幻化之执净，昼夜恒住无修瑜伽。

十二、上品无修瑜伽，后显一切微细相续识皆转为智慧，子母光明会合，穷尽法性，圆满三身。

四瑜伽十二品，品品皆有六条检验标准：一、见体性未见？二、力圆否？三、于妄念上定显未显？四、生功德未？五、播色身种子（修利他行）未播？六、于俗谛上决信未决？每条标准，又有其觉受与证的严格标准，甚便于学人作自我鉴别。

四瑜伽十二品，还配以修道证果之次第，一般谓三品专一瑜伽属胜解行地（资粮道、加行道），下品离戏瑜伽见道，入菩萨

初欢喜地，中品离戏瑜伽当二至五地，上品离戏瑜伽当六地，下品一味瑜伽入七地超二乘，中品一味瑜伽当八地，上品一味瑜伽当九地，下中二品无修瑜伽当十地，上品无修瑜伽当十一普光明地而成佛，为大手印之最极果地，然此证果者，亦无果可证，无法可得，如萨喀河颂所云：“清净体性本不生，此中亦无少差殊，计执分别意于法界净，假名说为金刚持。”

四瑜伽者就理言，则无修瑜伽，方为大手印正旨，此本不立文字，不由阶渐，唯被最上利根。贡噶上师即主张上根宜从无修瑜伽入门，顿见心性，无修无证，一超直入如来地，其《恒河大手印直讲》云：“祝拔宗之大手印四瑜伽，乃为循序专修于大手印者所说，……要当须知彼四瑜伽等，亦皆方便，原非大手印之真实处也。”至于真言密咒、气脉明点之修持，更是针对中下根机者所设的方便法门，非印度光明大手印之原旨。

从大手印之原旨看，它与禅宗心地法门可以说是同一个东西。不过它在印藏流传过程中融合了无上部密法，较禅宗多了修咒与气脉点的方便，形成了特有的宗风，积累了大量实修的经验。以大手印见为导，融合汉地禅、净二宗，根据现代生活的需要，统摄、升华气功与瑜伽，可以发挥出更为简易可行、活泼生动的大印法门。笔者认为这种现代化的大印法门是最适宜于现代人尤其在家人所修学的禅门，但愿有志者为创编、推广这种禅门而努力。

## 《禅》杂志征订启事

《禅》杂志是河北省佛教协会主办的弘扬禅宗的专门性刊物，创刊两年来受到读者的一致好评。《禅》杂志已经开始办理1991年的订阅手续，欢迎各界读者继续订阅。

《禅》杂志为季刊，每季度第二月中旬出版；全年四期，订价四元整。请向河北省佛教协会《禅》编辑部办理订阅手续。

地址：河北省石家庄市石邑路1号

《禅》编辑部

邮政编码：050051

电话：25085



## 编 后 语

今年是印光大师生西的50周年。在近代中国佛教史上，大师对净土法门的弘传竭尽心力，贡献良多，被推为净土宗第十三祖。他晚年驻锡苏州灵岩山寺，以之作为弘扬净业的根本道场。传慧法师《今日灵岩山》一文，以切身的见闻追述了印光大师开创灵岩净土道场的业绩，并向广大读者介绍了今日风规依旧的灵岩道场，读来倍感亲切。蔡惠明居士《至诚恭敬修习净业》一文，回忆了他年轻时读叶圣陶先生《两法师》一文的深刻印象，通过对叶文的介绍，展示了当年叶老在弘一大师的引领下拜谒印光大师的情景。透过叶老朴实的文笔，不难领略印光大师当年的精神风貌。我们今年在第8期《编后语》中提到，为纪念印光大师生西50周年，希望教界同仁惠赐有关资料，本期终于付诸现实，新近在北京发现的印光大师的一批书信手稿，对了解印老之思想和弘法事业，提供了许多第一手资料。这批文稿期能早日与广大读者见面，同增法喜。

今年也是原中国佛协副会长正果老法师圆寂三周年。法师生前作过许多开示，今特选刊《略谈净土法门》一文，供修净业者参阅。本期还发表了黄念祖老居士的《善导大师与持名念佛》一文，可以帮助读者了解持名念佛的益处。此外，《怀念虞愚先生》一文，追述了虞老一生的经历以及在佛学研究等方面的贡献，以纪念他逝世一周年。

密宗的理论与修持向称深奥难明，佛日居士的《大手印导论》一文，对大手印法门的概念、传承、典籍及其修持的次第作了简明扼要的介绍，着重分析了“大手印见”的内涵及其修证的重要性。同时，对大手印修持的路向与所证之果作了清晰的讲述。读者细心领会，与显教法门结合起来参究，当可受到有益的启发。