

# 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「掣熱六法」( 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。