



# 佛教禪密雙解

蕭永明

佛法精幽，甚深難解。今以禪密對勘，求得一解。

禪宗屬於顯教，密宗又稱密教；禪宗直指人心，密宗次第修證。禪宗與密宗，彼此似乎是各行其道，迥異其趣的，但是，其實，它們之間卻有着微妙而深刻的聯繫。南懷瑾先生說：「密宗修法的理論依據，實以『唯識學』的體系作為基礎，和『達磨禪』有同出而異名、目標一致而方法運用各別的微妙關係。」

（《道家、密宗與東方神秘學》）此說密宗與禪宗（「達磨禪」）都以唯識學為源頭，同出而異名，可謂一語中的。陳兵先生說：「本尊瑜伽之修習，須以對本尊之虔誠信仰及本尊修法之確信為前提，修法上強調身口意三密相應，觀想、誦咒、調息、結印相結合，形成一種綜合禪門，實屬大乘念佛禪的發展。」（《佛教禪學與東方文明》）此說密宗所修身口意三密相應本尊法，為禪宗後期形式——念佛禪的發展，又可謂是探幽抉微了。

禪宗與密宗之間的內在聯繫，固已顯見，不容置疑，至於其

中委婉曲折，上述言論，則又尙嫌語焉不詳。筆者披尋研求，始知密宗之四級灌頂、次第踐行，其實就是禪門參看「父母未生前的本來面目」話頭的雙身秘密化。此中奧秘，容筆者細細道來。

## 一、禪宗之父母未生前的本來面目

嚴格說來，禪宗是由六祖惠能大師創立的，而惠能首先用以啓人開悟的鎖匙，就是所謂「本來面目」。當六祖惠能得到五祖弘忍傳授衣鉢後，五祖門下的其他門徒有不服而前來爭奪衣鉢的，這其中有個叫惠明的，

為衆人先，趁及惠能。惠能擲下衣鉢於石上云：「此衣表信，可力爭耶！」能隱草莽中。惠明至，提掇不動，乃喚云：「行者！行者！我為法來，不為衣來。」惠能遂出坐盤

石上。惠明作禮云：「望行者爲我說法。」惠能云：「汝既爲法而來，可屏息諸緣，勿生一念，吾爲汝說。」明良久。惠能云：「不思善不思惡，正與麼時，那個是明上座本來面目？」惠明言下大悟。（宗寶編《壇經》）

這裡，惠能讓惠明開悟的步驟是這樣的。首先，惠能教惠明「屏息諸緣，勿生一念」。這「屏息諸緣，勿生一念」，就是中止自心對一切內外境界的攀緣附着，達到心體自孤，一念不生的境地，也就是中止那平常日用不離的第六意識的種種分別執取。惠明如法調心良久而入定。這時，惠能又問：「不思善不思惡，正與麼時，那（哪）個是明上座本來面目？」這是說，你現在不作善惡尋常思度分別了，正當此時，哪個纔是你的本來面目呢？這是惠能提醒惠明住定後返觀。當惠明「屏息諸緣」，「不思善不思惡」，「勿生一念」而入禪定之時，那尋常第六意識已經是中止了，而平時我們都是以能思善惡的主體——第六意識爲當然的自我。第六意識一中止，這個當然的自我也就失去了依據，這時再作自我返觀，參究自家本來面目，就會獲得一種自我解脫，於無我中悟道。

自六祖開此「本來面目」法門後，此「本來面目」法門，就成了後代禪師啓人開悟的法寶之一。

鄧州香嚴智閑禪師，青州人也。厭俗辭親，觀方慕道。

在百丈時性識聰敏，參禪不得。泊丈遷化，遂參滄山。山問：「我聞汝在百丈先師處，問一答十，問十答百。此是汝聰明靈利，意解識想，生死根本。父母未生時試道一句看！」師被一問，直得茫然。歸寮將平日看過底文字從頭要尋一句酬對，竟不能得，乃自嘆曰：「畫餅不可充饑。」屢乞滄山說破，山曰：「我若說似汝，汝已後罵我去。我說底

是我底，終不干汝事。」師遂將平昔所看文字燒卻，曰：「此生不學佛法也，且作個長行粥飯僧，免役心神。」乃泣辭滄山，直過南陽，睹忠國師遺跡，遂憩止焉。一日芟除草木，偶拋瓦礫，擊竹作聲，忽然省悟。（《五燈會元》卷九）

香嚴智閑在百丈懷海處參禪時，雖然能「問一答十，問十答百」，但這不過是「意解識想」，世智辯聰而已，此正是無明覆蓋，「生死根本」。及至滄山靈祐禪師以「父母未生時試道一句看」相勘驗，香嚴智閑便「直得茫然」，不知所以了。所謂「父母未生時試道一句看」，是說父母還沒生出你時，你的情況如何，說出來聽聽看。這當然是凡人小智所無法了知的。滄山這一句，儼然當頭一棒，使得香嚴萬念俱灰，一無所求了。但就在這「無心於事，無事於心」時，一次「偶拋瓦礫，擊竹作聲」，就能使他猛然省悟。爲什麼呢？因爲當其「但無閑事掛心頭」時，那心境正是一種禪定境界，當此定境現前，偶然一種聲響外緣，就能促使其於定中起觀。這時，返觀中的聲響，就如空谷足音，僅剩孤響，再無絲毫夾雜，如此方能真正如實知聞此空谷足音。而當此如實知聞之時，也便是入禪悟道之時了。

惠能大師以「本來面目」啓人開悟，滄山靈祐以「父母未生前」勘驗學人，至於以「父母未生前的本來面目」作爲話頭接引學人的，則大概還是從倡導看話禪的宋代大慧宗杲禪師開始的。

「黃檗始教人看話頭，直到大慧禪師，方纔極力主張教人參一則古人公案以爲把柄，謂之話頭，要人切切提撕。」（《憨山老人夢游全集》卷六）而大慧禪師極力主張教人參究的一則古人公案，似乎就是趙州從諗禪師的「狗子無佛性」了。

常以生不知來處，死不知去處二事，貼在鼻孔尖上，茶餘飯後，靜處鬧處，念念孜孜，常似欠卻人百萬貫錢，無所

從出，心胸煩悶，迴避無門，求生不得，求死不得。當恁麼時，善惡路頭，相次絕也。覺得如此時，正好著力，這就這裡看話頭。僧問趙州，狗子還有佛性也無？州云，無。看時不用搏量，不用注解，不用得分曉，不用向開口處承當，不用向舉起處作道理，不用墮在空寂處，不用將心等悟，不用向宗師說處領略，不用掉在無事甲裡，但行處坐臥，時時提撕。狗子還有佛性也無？無！提撕得熟，口議心思不及，方寸裡七上八下，如咬生鐵橛，沒滋味時，切莫退去。得如此時，卻是好底消息。時節因緣到來，驀地噴然一下便了。

（大慧宗杲《指月錄》卷三十一）

這裡以看「狗子無佛性」話頭為看話禪的特色法門，但法久生疲，流弊所及，往往不得活法真義了。

或問他父母未生時如何是爾本來面目，便云：無侍者祇對和尚。將個業識作本命元辰。如此之流，盡是痴狂外邊走！（《大慧普覺禪師語錄》卷十四）

大概當時學人，望風披靡，以看「趙州狗子」話頭為唯一門徑，愈趨狹窄。為救此弊，大慧宗杲就以「父母未生前的本來面目」這則話頭相勘驗，但此學人卻是這樣作答：「無侍者祇對和尚。」意思是說，「無」侍者我恭對和尚你。似此以「無」侍者自居，卻還是掉在了「趙州狗子」話頭的「無」字死窟中了。如此，這些學人已把「趙州狗子無佛性」話頭僅作一種口頭禪了，已是以知解為活參，「將個業識作本命元辰」了。難怪大慧宗杲要痛斥：「如此之流，盡是痴狂外邊走！」

誠然，一個「無」字，最易讓人誤入理窟死路，於是，「父母未生前的本來面目」，就成了後代看話禪的常用話頭了。

元代中峯明本禪師便竭力主張參看「父母未生前的本來面目」這個話頭。

但祇將個父母未生前那個是我本來面目話，頓在胸中，默然參取，孜孜然究取，屹屹然疑取，凜凜然做取，做到情忘識盡處，驀忽猛省。（《天目明本禪師雜錄·示日本平親衛直菴知陟居士》）

將「父母未生前的本來面目」話頭「默然參取，孜孜然究取，屹屹然疑取，凜凜然做取」，直到「做到情忘識盡處」，就會「驀忽猛省」的。這「做到情忘識盡處」的個中詳情，正如明憨山大師所說，看話頭，「祇是要你將話頭堵截意根下妄想流注不行，就在不行處，看取本來面目。」（《參禪切要》）「父母未生前的本來面目」，於中先「參取」、「究取」、「疑取」、「做取」，「父母未生前」話，像前述香嚴智閑禪師那樣「直得茫然」，使「意根下妄想流注不行」。所謂「意根」，就是指第六意識之根第七末那識。在此破除第七末那識分別執取之時，再看取「本來面目」，就會像前述惠明一樣大悟。可見，看「父母未生前的本來面目」話，也即於「參究疑做」「父母未生前」而入定，再於看取「本來面目」時返觀。經此定後返觀，自然總會開悟入道的。

父母未生前那個是本來面目？中浦還直下曾與中之理相應麼？如其未能，此事不是說了便休。便須單單提起前話，拚取一生孤寂，身心空閑，志氣默默，然大死人相似，如不致悟，決定不休。但辦此等堅密肯心，則身與心、境與緣，俱不期中而中矣。復何疑哉？復何疑哉？（《天目明本禪師雜錄·示日本中浦居士》）

「單單提起」「父母未生前的本來面目」，「但辦此等堅密肯心，則身與心、境與緣，俱不期中而中矣。」這裡又提出了身心相應的問題。提撕參究「父母未生前的本來面目」話頭，不僅能於意根下剿盡情識，即心即佛，而且能於命根中解脫纏結，即

身成佛。此正與密宗不期然而合矣，後當詳述。

中峯明本禪師不僅力倡看取「父母未生前的本來面目」話頭的話禪，而且將此看話禪與念佛聯繫起來運用，形成一種嶄新而有效的念佛看話禪。

禪即淨土之禪，淨土乃禪之淨土……居士久來親淨土之學，復慕少林直指之道，直以「父母未生前那個是我本來面目」話，置之念佛心中，念念不得放捨，孜孜不可棄離。工夫純密，識見愈精明，道力愈堅密。一旦忘能所、絕氣息處，豁然頓悟，始信予言之不爾欺矣。脫或於未悟之頃，妄執予言爲己見，不惟坐在窠臼中，則亦去道愈遠矣。誠之！誠之！（《天目中峯和尚廣錄·示吳居士》卷五下）

爲什麼要將「父母未生前的本來面目」話置之念佛心中呢？這在唐代已有論說。

（唐）慈愍三藏（慧日）云：「聖教所說，正禪定者，制心一處，念念相續，離於昏掉，平等持心。若睡眠覆障，即須策勤念佛，誦經禮拜。」（延壽《萬善同歸集》）爲除諸障覆蓋，故須念佛。念佛而至於「念念相續，離於昏掉，平等持心」，則可「制心一處」，得「正禪定」。可見，將「父母未生前的本來面目」話置之念佛心中，正是專心入定的殊勝法門。具縛凡夫，分別執取，煩惱熾盛，最不易平等持心，致靜入定，若「策勤念佛」，再「參究疑做」「父母未生前」話，則得正禪定，萬無一失矣。況且由「策勤念佛」而「平等持心」，則更便於破除意根下第七末那識之分別執取而入於平等性智。入平等性智，則本來面目分明可知，佛道可成了。

## 二、密宗之本尊父母等至發自性身

密宗自稱爲「果乘」，意謂能即身成就本尊的果德，與以修

菩薩道爲成佛因的「因乘」（顯教）不同。爲成就本尊的果德，密宗有所謂的「本尊法」。所謂「本尊法」，就是密宗行者於諸佛菩薩中，選擇一位與自己有緣的作爲對像歸敬尊重，觀想自身變成本尊佛菩薩。這其中關鍵，則在於將凡夫之身口意雜染三業轉爲本尊之身口意清淨三密。如何轉三業爲三密呢？依日本東密解釋，這裡須有一個「入我我入」的過程：「同一緣相故，眞言印契等故，引入諸佛於吾身中，是曰入我；引入吾身於諸佛身中，是曰我入。入我我入故，諸佛三無數劫中所修集功德，具足我身。」（空海《秘藏記》）「如此修習不輟，據稱凡夫的身口意三業便與本尊的身口意三業相應，不但能感得本尊神力之加持，而且當體便表現出與眞如相應的果地三密功德，令自心本具與本尊同樣的功德顯現。如此觀修，本尊加持力、自性功德力、法界不思議力用相結合，被認爲能速疾走完大乘菩薩需多劫修行才能走完的成佛之道，即父母所生肉身而成就佛果。」（陳兵《佛教禪學與東方文明》）

不過，需加注意的是，密宗觀修本尊法時，須方便智慧同時而修，纔能證得佛果。

如是於道位中，諸瑜伽師亦須現見自身爲如來身相之方便，即於爾時與緣自心法眞實義無自性慧，同一識體俱時和合，智慧方便不可分離。由修此二同時和合之瑜伽故，最後乃能成辦由無二智於諸所化現起色身之佛果也。（宗喀巴《密宗道次第廣論》卷一）

這裡所謂方便智慧和合，也就是他力自力結合的問題。觀念本尊爲自身，感得本尊神力加被，此爲方便，此爲他力；省見自心本性眞實，能如實知了，此爲智慧，此爲自力。方便智慧和合，即他力自力相攝。

由他力自力相攝、方便智慧和合而成佛果，密宗進而又以本尊之雙身為表徵。以本尊為「佛父」、「明王」，配本尊以偶為「佛母」、「明妃」。以父、男表方便，母、女表智慧，方便智慧和合，即男女雙修。於是，密宗之「本尊法」，一變而為「父母法」。

對上上根，貪等過失不行，分別微薄，具足大悲，勤修無二眞實法者，則說法無我智，與大悲一味，又名方便智慧大印法門。上中根者，雖然厭行諸庸常境，然未斷除貪等分別，不能趣入勝義智海，故為彼說修行智印。此即修習五部如來及佛眼等諸明天女……上下根者，雖亦愛樂無二妙智，然未斷貪，由近貪境，心便散亂不能入定。於彼聽許三昧耶印。此品須具如餘處說明妃德相。若上品貪而無廣大證眞實慧，除此，非餘所能住心，為說業印。於彼亦須以隨順業而受用之……（宗喀巴《密宗道次第廣論》卷二）

此說上上根人，極少貪心、分別心，具足大悲心，這種人，一經開示眞實智慧法門（「大印」），便能當即悟入；而上中根人，因為還有些許貪心、分別心，不具足大悲心，也就不能了知殊勝眞實智慧，這種人，須經開示「智印」，也就是通過觀想如來（佛父）與天女（佛母）之雙運而開智慧；至於上下根人，因為還有較強彊的貪心、分別心，沒有大悲心，這樣就容易散亂，不能入定，這種人，須經選擇具德明妃，如法雙修（「業印」）而得智慧。

藏傳佛教的雙修（Two-in-One）象徵就是yab yum（雅雍，原意為父母），父母雙神擁抱在一起，這種象徵在西藏宗教藝術中頻頻出現，它激發並形象地表現了禪定的體驗和幻象。（美·拉·莫阿卡寧《榮格心理學與西藏佛教》）

此處所謂「父母法」，當然並非僅僅是爲了「激發並形象地表現了禪定的體驗和幻象」而出現在「宗教藝術」中的一種「象徵」而已，它其實是一種可以如實修行的「無上瑜伽」。

如實修行此「無上瑜伽」，須經四級灌頂。

第一級灌頂，又稱「瓶灌」、「身灌」。此級灌頂又分爲五種：一、寶瓶灌頂，上師以寶瓶盛四大清淨水灌於弟子頂；二、寶冠灌頂，上師爲弟子加冠；三、金剛杵灌頂，上師以金剛杵爲弟子加持；四、鈴灌頂，上師搖鈴，觀想鈴放光照 弟子；五、名灌頂，上師爲弟子命名。這五種灌頂實際上是分別由寶瓶灌頂促使弟子觀想東方阿閼（不動）佛、由寶冠（鬘）灌頂促使弟子觀想南方寶生佛、由金剛杵灌頂促使弟子觀想西方阿彌陀佛、由鈴灌頂促使弟子觀想北方不空成就佛、由名灌頂促使弟子觀想中央毗盧遮那佛，這五方佛生起，從而喚起沉睡在弟子凡夫心中本自圓滿具足的佛性。此處佛性，「應觀爲佛智」，是爲「五灌頂佛體」，「如毘衣大師說五種灌頂，以自性淨法性、染污未那、第六意識、前五根識及阿賴耶，轉依所成之法界體性智、平等性智、妙觀察智、成所作智、大圓鏡智而爲自性。」（宗喀巴《密宗道次第廣論》卷十三）此又謂由東方阿閼佛之方便加持發起第八阿賴耶識所轉成之大圓鏡智，由南方寶生佛之方便加持發起第七末那識所轉成之平等性智，由西方阿彌陀佛之方便加持發起第六意識所轉成之妙觀察智，由北方不空成就佛之方便加持發起前五識所轉成之成所作智，由中央毗盧遮那佛之方便加持發起第九菴阿摩羅識所具之法界體性智。可見，此級灌頂實爲「本尊法」之實行——由五種灌頂生起五佛，由五佛之方便加持而生起五智，而成方便智慧雙運。

完成此生起次第，就須進行下面圓滿次第的修習，也即進入第二級灌頂了。

第二級灌頂，也稱為秘密灌頂。首先，「弟子勝解師為金剛薩埵，以具足三昧耶之智慧母……奉獻師長。」「次由師長具主尊慢，將俗女身觀空之後，生天女身，先應加持金剛蓮華，而入等至……想以心間種子放光召請毗盧佛與佛眼等入定，從毘盧門入自身中，大貪溶化，經阿嚩都底至金剛摩尼，堅固俱生……次從蓮華取其金剛，以大指無名指取摩尼寶勝解如來化汁與自菩提心無二……置彼（弟子）口中。弟子亦應想是毘盧佛等一切如來總集體性，念誦『阿賀摩訶蘇咯』而咽……次明妃從定起，不著衣服，於蓮華中取甘露滴，如是置彼口中，彼亦如上而飲。」「謂以師長父母空點安置舌上，由嘗彼而生妙樂三摩地。」「是以父母菩提心密物灌頂故，名密灌頂。」（宗喀巴《密宗道次第廣論》卷十三）

此說師長父母（即被觀「為金剛薩埵」之上師與「具足三昧耶之智慧母」）由觀想佛父母（即「毘盧佛」與「佛眼」等）入定而出表父母菩提心之「摩尼寶」與「甘露滴」，再以此父母白紅二菩提心給弟子灌頂，即由口而飲。經此灌頂，弟子即得師長父母菩提心之加持，弟子之成佛「因」得以增上。可見，此級灌頂，實即「父母法」之實行——由佛之方便智慧雙運生起師長父母二菩提心，由師長父母二菩提心同置弟子口中和合，而成父母雙運。

第三級灌頂，也稱為慧智灌頂。此謂秘密灌頂之後，「師長次以前所供養具三昧耶與律儀之明妃，」還與弟子。「次修弟子生為天身，慧母生為天女。」「次修吽字所生金剛，喻字所生摩尼。金剛口邊有黃泮字。啊字所生蓮華，蓮華鬚有啊字莊嚴。」「由師長教授了知四喜差別」：「液始從髻處，至毫蓮為喜。勝喜與妙喜，從喉心處生。臍處起離喜，乃至密蓮華。至密金剛寶，俱生喜不出。」「因此中曉示弟子與業印明了觀為本尊父母

入於等至，生起俱生喜時安住正見。」（「如是依止明妃發俱生者，是由依於和合作用上下弓形業風，吹燃臍部猛利之力，溶化頂上之菩提心，由風下吹，安住摩尼而生。」）「由依明妃，於摩尼中持菩提心，息滅粗動二取分別，憶其正見。說此念住正見之智名曰俱生，非唯身心略起樂受，亦非唯由彼力令心無分別住。」「總謂自與師長所授具德相之明妃，生為本尊父母。預備金剛蓮華為先，了知發生慧智之界，及明爾時安住正見有樂之智，即為第三灌頂。」（宗喀巴《密宗道次第廣論》卷十四）

此說密宗行者（弟子）與明妃如法雙修入定（等至），觀想生為本尊父母，再觀想金剛蓮花種子咒字，生起風（氣），令藏於臍輪生法宮稟自母血的紅菩提（拙火）上升融化藏於頂輪，稟自父精的白菩提下降，依次經喉輪生起勝喜，經心輪生起妙喜，經臍輪生起離喜，至密輪而持令不外洩，生起俱生喜。當此等至持令不外洩而收攝寂滅能取所取這粗動二取分別之時，再觀念住持無我正見，得空樂無二平等無分別智。此為第三級灌頂之「不生」義。

第四級灌頂，又稱語表灌頂。「謂觀弟子於深廣法有無信解，若信解者，可以語言傳授第四灌頂。」「以何授與唯以語言？此中遮詞，意謂非如第三灌頂可領其義。以語傳授之規，如云『即彼慧智菩提心芽，由善修習令彼增長。成就無障真實一切諸法不思議性，具足七支大印大金剛持自性，說為第四灌頂。』義謂第三灌頂所說之俱生智，猶如勝義菩提心之苗芽，由修習彼輾轉增長，成就一切障盡不思議之真實自性。總謂由依明妃，得表實義俱生之智，相續修習及至障盡，法界明了無別之智，現起具足七支大印天身，即是第四灌頂。」如是師長若於弟子善能如前所說曉示，由能略獲彼解，即從語門獲得第四灌頂。此於勝義菩提心曼陀羅中得，能淨三業微細障垢，堪能修成三種金剛無分

別身，於修雙運圓滿次第而得自在。」（宗喀巴《密宗道次第廣論》卷十四）

此說密宗行者經第三慧智灌頂，降持菩提心不外洩，收攝寂滅二取分別妄見，念住無我正見，得空樂無二之境，但這還沒涉及「深廣法」。要進一步證知「深廣法」，就得由師長「以自性語而為授與」。這「自性語」——「即彼慧智菩提心芽，由善修習令彼增長。成就無障真實一切諸法不思議性，具足七支大印大金剛持自性」，意思是說，就着第三慧智灌頂所生菩提心苗頭，再善加修習，使其勝進增長，從而成就清淨無障、具足七支的大金剛持自性身。這裡所謂「七支」，就是「滿報、結合、樂、無性、悲滿、不斷及無滅」七支，也就是指相好莊嚴（滿報）雙運（結合）極樂（樂）無自性而具一切種（無性）隨意變現（悲滿）不斷無滅的兼攝法報化三身的圓滿自性天身。這種具足七支的圓滿自性天身纔是所謂「諸能仁衆無量光明曼陀羅（色身）體」，纔是真正的自性身，也便是禪宗所謂的我的本來面目。行者只有從上師明了此自性身之圓滿果德而依照修習，「大金剛持身，觀視無厭足」，如此精進不輟，才能圓滿自在，得究竟解脫，即身成就佛身。（以上引文均見宗喀巴《密宗道次第廣論》卷十四）

### 三、禪密之反生死相續之道而行之

三世相續，生死流轉，此是人生痛苦的根源所在。佛法宗旨，全在了生脫死，而要能了生脫死，就得先明了生死道理。關於此生死道理，《瑜伽師地論》（卷一）說：

若無如三種過患（產處過患、種子過患、宿業過患），三處現前（其母調適而復值時，父母和合俱起愛染，健達縛正現在前），得入母胎。彼（健達縛）即於中有處，

自見與己同類有情為嬉戲等。於所生處，起希趣欲。彼於爾時，見其父母共行所出精血而起顛倒。起顛倒者，謂見父母為邪行時，不謂父母行此邪行，乃起倒覺，見己自行。見自行已，便起貪愛。若當欲為女，彼即於父便起貪；若當欲為男，彼即於母起貪亦爾。乃往逼趣，若女於母，欲其遠去；若男於父，心亦復爾。生此欲已，或唯見男，或唯見女。如漸近彼之處所。如是如是，漸漸不見父母餘分，唯見男女根門，即於此處便被拘礙。死生道理，如前應知。（括號中的文字，為引者注。）

如前所述，密教之了生脫死，正是反此「死生道理」而行之的。當男女雙運合修時，密乘行者應隨時生為本尊父母等至（和合入定）相，此正是健達縛（我之意身）於死生流轉中倒覺父母和合為己行的逆返。正因為是逆返而修，密乘行者才能任持菩提心不外洩，而死生之道於此又正好相反：

爾時父母貪愛俱極，最後決定各出一滴濃厚精血。二滴和合住母胎中合為一段，猶如熟乳凝結之時。當於此處，一切種子異熟所攝執受所依阿賴耶識和合依託。（同上）

因為「倒覺」，終使阿賴耶識託生輪迴。如此，截斷生死之流的關鍵，正在於對健達縛之倒覺的反正。所謂「健達縛」，「或名中有，在死生二有中間生故」（《瑜伽師地論》卷一）。而「三有自性淨，自性違三有。自性淨第一，薩埵受勝有。」（宗喀巴《密宗道次第廣論》卷十三）死中生三有自性本自清淨，但要捨染趨淨，就必須「違三有」，也就是所謂反三有相續之道而行之。只有反其道而行之，捨染趨淨，才能得到常樂我淨之勝有佛果。此正是密教四級灌頂的最終目標。密乘行者經逆觀返修，任持菩提心不外洩而得俱生智後，再令此智慧菩提心增長

成就果德圓滿的自性身（勝有），超脫生死，得其自在。

密教於生死拘礙處逆觀返修而了生脫死，此生死拘礙處，就是密乘所謂的「密輪」，即人體會陰部位。此「密輪爲中脈基座，被認爲是生命能量的發動處，亦爲『業氣』及末那識所起俱生我執所在之處。」（陳兵《佛教禪學與東方文明》）此末那識所起俱生我執，即所謂「意行」，也即「健達縛」。《瑜伽師地論》（卷一）說健達縛「或名意行，以意爲依，往生處故。此說身往，非心緣往。」這裡所謂的「以意爲依」之身，就是所謂「意身」。「意身堅固性，名印三昧耶。由堅一切身，是故名爲印。」（宗喀巴《密宗道次第廣論》卷十三）意身爲一切身之印，爲一切身之本，所以，密教男女色身雙運，實爲意身雙修，也就是所謂「行手印」（業印）；而純粹觀想來雙修的，又稱爲「記句手印」（智印）。其實，禪宗之念佛參究「父母未生前的本來面目」話頭，也就是密教所謂的「記句手印」。

關於如何念佛參究「父母未生前的本來面目」話頭，明笑巖德寶禪師說得分明：

祇把從前一切未了未辦底、未能割捨的諸雜事業，撲塌盡情，一刀兩斷都放下，嚮無依無着乾淨心中，惟提一個阿彌陀佛。或出聲數念，或心中默念，祇要字字朗然。如勤默念舉不熟，則勤出聲數，或十聲，或三五十聲。一切切定，仍舊牙齒相着，鼻息調定，兩眼微開，如坐禪式。（《笑巖集》卷三，轉引自潘桂明《中國禪宗思想歷程》）

念佛攝心入定，然後再參看「父母未生前的本來面目」話頭：

初用心，必須出聲，或三回，或五回，或至數回，默默審定……或杜口默切，或出聲追審，的要字字分明，不緩不急，如耳親聞，如目親睹，即心即念，即念即疑，即疑即

心。（同上）

念佛「如坐禪式」而至於入定，再參看「父母未生前的本來面目」話頭而至於如耳聞目睹。這如耳聞目睹「父母未生（我）」的境界，跟密教一樣，也是一種死生逆嚮觀想。

如此疑情參究，逆嚮觀想，「祇要當人命根斷，疑情脫，千眼頓開，如大海洋底轆一輪赫日，上升天門，照破四天之下，萬別千差，一時明了，便能握金剛王寶劍，七縱八橫，受用自在」（《五燈會元》卷十七）。所謂「命根斷」、「疑情脫」，也即所謂「下個追截命根底法子」，「當下截斷意根」（明·法藏禪師語）之謂也。此所謂「命根」、「意根」，即密教所謂「密輪」，《瑜伽師地論》所謂「意身」，唯識學所謂「第七末那識」。「這個作爲『意識』之根的『第七識』，便是人之所以爲『我』，也是『我』的真正的『意』根，佛學所謂生命的『業力』，也便是由它而呈現其顯著的作用。」（南懷瑾《道家、密宗與東方神秘學》）這個「我」，也即佛教各宗共破之「我執」也。「許我執爲生死根本，大小顯密諸乘所共，故許證無我慧能斷生死繫縛根本亦最明顯。」（宗喀巴《密宗道次第廣論》卷二十一）

密教之「本尊父母等至發自性身」，降持回遍菩提心，證無我慧，解脫命根，即身成佛；禪宗之「父母未生前的本來面目」，透脫生死疑情，證無我慧，截斷意根，即心成佛。其入正定，破除人生之生死染污我執，恢復我人的本來面目，證自性身，成就佛道，正是禪密相通、一而不二的地方。如此，禪密兼修，身心雙運，融禪宗念佛參究「父母未生前的本來面目」話頭於密教「本尊父母等至發自性身」，則顯者密，步步有證量可據，密者顯，時時有體用可依。藉此，佛道可速疾證成，生死可速疾出離。此實爲顯密圓融，向上一路，其宜深思！