

佛教齋戒篇

(二)

千手千眼觀音齋戒

● 本刊編輯室整理

千手千眼觀音齋戒，為藏傳佛教的修行法門，藏語稱為「紐涅」。此法門是由受具足戒的帕嫫比丘尼所建立。相傳，她曾是佛國阿富汗的公主，她有豐富的學識，因為修持了紐涅，使得本身罹患的癲瘋病痊癒，也親見了觀世音菩薩。

圓滿一次紐涅需要多少時間？約為兩天：第一天是前行，日中一食（素食），並且可喝飲料。第二天為正行，禁飲食和飲水。直到第三天清晨修圓滿法後，即可進用早餐。

齋戒期間主要持誦：觀音菩薩六字大明咒和十一面聖觀音菩薩大悲咒，須持守大乘八關齋戒並依儀軌觀想。

持誦六字大明咒的利益

《千手千眼觀世音菩薩廣大圓滿無礙大悲心陀羅尼經》中，觀音菩薩對大梵天王說大悲咒的相貌是：「大慈悲心是，平等心是，無為心是，無染著心是，空觀心是，恭敬心是，卑下心是，無雜亂心是，無見取心是，無上菩提心是。當知如是等心，即是陀羅尼相貌。汝當依此而修行之。」因此，持誦大悲咒時，應具上述這十種心。

《佛說大乘莊嚴寶王經》說：「此六字大明陀羅尼，是觀自在菩薩摩訶薩微妙本心，若有知是微妙本心即知解脫。」又說：「若有善男子善女人，而能依法唸此六字大明陀羅尼，是人而得無盡辯才，得清淨智聚，得大慈悲。」⁹

典藏於美國伯明罕美術館的
清代銅鑲金千手千眼觀世音菩薩像

(Photo by Sean Pathasema - 引自commons.wikimedia.org/wiki/File:Thousand-Armed_Avalokitesvara.jpg)