

密勒日巴尊者歌集

著原文藏自譯基澄張

大師於黃昏時修本尊觀及念誦法。午夜修上師相應法，精勤祈禱多次，黎明時分修命勸氣功⁽²²⁾，於天將明時畧睡一短座之間，睡中夢見與往昔經驗及習氣毫無關聯之夢兆廿四種。醒後心中暗想：「這些夢兆是好還是壞呢？」這樣不覺生起了一點點妄念。繼又想道：「上師尊者就是現前的一切智佛陀，何不去問他老人家呢？」想着連衣服都來不及穿好就到尊者的住處來了。此時尊者正以布捲作枕頭在安憩。大師向尊者頂禮後說道：「師傅啊！我有一件很要緊的事情要請問你，請莫要睡覺，起來聽我稟告吧！」

尊者道：「你心中起了些妄念，我今晨已有感覺。到底是甚麼事使你不安呢？」

大師道：「上師仁波且啊！我有許多夢兆稟告你，它們是好呢？還是壞呢，有甚麼意義嗎？請你示知吧！」隨即歌道：
「持禁戒行瑜伽士，身著布衣甚稀有，莊嚴我頂如意寶，
大眾頂戴供讚處，密勒美譽普世聞。
初聆尊號心雀躍，東方昂現秋末時，不顧冷暖與饑寒，
效彼常啼之示範，發願朝謁我師尊。我心堅定立決志，
遠途跋涉來朝禮，途中艱辛難具說。距此二日有半時，奮力掙扎來朝覲。
身瀕死緣棄路旁，唯依極強信願力，行抵勝地吉祥山。
親見父師汝尊者。我心所願得圓滿，周身雀躍毛孔豎。
我雖無財作供養，於輪迴法極厭離，生死二途皆怖畏，
心棄世間如蔽屣，心底深處欲修行。尊以大悲勾護我，
未敢稍忘常記心。徒兒心中今有疑，然後精修命勸氣。
昨晚持誦本尊法，然後精修命勸氣。我夢足着一雙靴，
帽上立有一雄鷺，我夢頭戴白緞帽，忽得種種稀奇夢。
今晨天甫將明時，我夢足着一雙靴，銀製扣帶繫小環。
休息暫睡一短座，我夢頭戴白緞帽，絲線熊皮釀帽邊。
綠色美好甚威嚴，我夢足着一雙靴。

我夢身著一衣袍，白綵刺繡所織成，珠寶飄帶美流蘇，紅點斑斑似微笑。未經製作或剪裁，阿馬贊殿檀木杖，我夢右手握此杖。我夢左手持顱器，我夢野獸羚羊皮，遂將此皮披左肩。四圍衆羊吃牧草，見一碧綠大草原，中間金色花丘上，蓮花展舒妙墊上，泉水四射普潤澤，心間日月放光明。尊乃大師瑜伽士，爲我開導細解說。

大師這樣稟過夢兆祈求開示後，尊者說道：「那結法師，我的兒啊。心中莫要不適，且把你的心識鬆之又鬆。寬坦而住！不要陷入妄念和我執的罟網中去了！懷疑的死結讓它自己去開解吧。（根本）習氣！莫要東想西想思念太多，應該（鬆鬆的）將心置於寬坦不整治的本然上。我是於幻化身得臻究竟成就的瑜伽士，當然能夠解釋夢兆。這是因爲我已深契夢境之實相體理，並獲得睡夢之究竟自在的原故。今天我自然要爲你解說，指示各夢兆之象徵意義。你要專心諦聽，心莫散亂。」於是尊者就爲岡波巴唱了下面這首釋夢歌：

「那結豎耳凝神聽，爲答汝問歌此曲。吾兒醫生淨比丘，曾受容嘎上樂法。中原衛境上方處，曾學嘎當派妙法。能入善妙三摩地，我嘗歎汝甚稀有！」

汝竟意奪似眩迷！此豈聞思不足耶？未讀經、續、論典耶？

抑汝佯作恣態耶？

見一黃金牧地者，

內外功德增盛也。滿衆生願救護也。

欲爲牧童看羊者，

究竟不能透曉他人的心性，所以（觀察他人的過失）終會成爲自己墮落的親因！再說，我們現在的這個生命境界就是一個生死中陰的幻相，一場大夢而已。（至於夢境之形成）乃日間（心識）之習氣活動，到了夜間睡眠之時，意識投射出混亂的境像而已。

此即睡眠中有幻化無實的原故。因爲串習的習氣深厚達到了極處

，此習氣的活動力量，形成爲『業』；『業』又有善有惡，所以

才形成我們這個形形色色的世間中有；（其間的衆生）才有受苦

受樂的種種感受。將這些中有予以清淨（轉變），必需現在修習

夢觀和幻身成就法。於此二法之力用得到究竟自在後才能於中陰

時成就圓滿報身佛，所以你應該在這方面去努力修持。』

岡波巴大師說道：「請尊者慈悲傳授我一個容易修持這些中

有的口訣吧！」爲酬其請，尊者歌曰：

「敬禮至尊諸上師，尤於深恩浩蕩者，我今至誠皈命禮。

子兮，答汝所請故，今歌中有妙義曲。

三界有情之輪迴，

佛之涅槃似爲二²³，實相體中原爲一，

『見』之中有如是觀。

種種顯現陰陽法²⁴，離言心性似爲二，

本體性中無差別，

『修』之中有如是觀。種種外顯迷亂境，

無生自心似爲二，

俱生（智）中無有二，『行』之中有如是觀。昨夜習氣所生夢，

醒後覺妄似爲二，幻化無實本相同，

五方佛陀似爲二，

離念圓滿次第中，

染污不淨五蘊身，

無有差別等一味，

道上起、正、之中有，應如是觀如是行。

方便所生之父續，

智慧所生之母續，

俱生第三灌頂中，

本無差別原爲一，

心要中有如是觀。

利他無滅之化身，

本性體中原無二，

三身中有如是觀。

不淨幻化胎生體，

以及清淨佛陀身，

中陰光明性一味，

尊者繼續說道：「那結法師，我的兒啊！今天你所說的各種夢相都是授記，將來你的心中，必能（圓滿）生起正法的象徵，我以決定的信心和知識現已詳細的對你解說，切莫忘記！我所說的是真真假，以後你可以自己審核。有一天，當你發現我所說的完全應驗了，你就會對我生起特別的，與現在不同的，深切信心！那時你也會對無整治的心體有進一步的殊勝證悟！你今生今世必定能解脫生死。再者，你若要做一個純正的修行者就決定不可對夢兆的象徵起任何執着，否則就會爲魔所乘。你應該遵依上師的訓示和自己的堅決意志去做，不要輕易爲別人的話所左右，否則就會形成心意不堅和意志動搖的習性。對你身傍的道友們，莫

見一黃金牧地者，不捨苦痛無依衆，見一似玉草原者，各種奇花競艷者，少女多人頂禮者，皆能攝受自在也。持戒清淨極莊嚴，金色花葉極悅目，如蓮不爲污泥染，大悲不住寂滅故，變現化身無有量，普灑妙法甘霖也。

地上羊群吃草者，滿衆生願救護也。大悲作依作救也。無漏三昧自在力，各種暖相漸增也，住於脈與明點中，中央金花邱壘者，諸善比丘如雲聚，上有蓮花妙座者，如彼童真之菩薩，廣作利生事業也。身後圓光照明者，暖樂拙火之智慧，不來不去之光明，爲汝授記未來也。

全身光焰熊熊者，心中日月放光者，此夢不惡甚吉祥！子兮，應知一切夢，若未究竟通達夢，若不了之說爲惡，復次我兒善男子，應如是住安汝心！」

欲爲牧童看羊者，而後眼向左方看，得證大樂智慧也。種種覺受產生也。（百千無量）空行母，具足三昧證解已，調攝爲汝眷屬也。慧力能不住生死，見一菩薩趺坐者，爲衆有情作慈母，面前泉水四噴者，白淨西藏之兆也。消融妄念寒冰也。常住其中之兆也。當宏善法之兆也！知爲幻化轉爲道。似惡實善之夢相，能解似惡實善兆。皆莫執着或重視！

註：²² 命勸氣功，藏文 *strog · rTsol*，之意爲活力、命力，或生命力，此氣功或可譯作「活力之氣功」。大概係指修命氣之氣功。

原文無「似」之字樣，但其含義則有「似」之意味。

種種顯現陰陽法——原文直譯爲：「各種顯現之紅白」，此紅白即指陰陽二極，或陰陽二力也。