

大圓滿禪定休息清淨車解前叙

南懷瑾

佛教秘密一宗，初傳入於西藏之時，適當此土初唐盛世。開啓西藏密宗之教主，乃北印度佛法密教之蓮花生大師，據其本傳，稱爲釋迦如來圓寂後八年，卽轉化此身，爲密教之教主也。當其初傳之佛學概要，已見於拙著禪海蠡測中之禪宗與密宗一章。其土自蓮師初傳之密宗修持方法，卽爲西藏政教史上所稱之寧瑪派，俗以其衣著尙紅，故稱爲紅教。紅教修法，除灌頂、加持、持咒、觀想等以外，則以大圓滿等爲最勝。此後傳及五代至宋初時期，有因紅教法久弊深，嫌其雜亂者，又分爲噶居派，俗以其衣著尙白，故稱爲白教。迨元代時期，又有分爲薩迦派者，俗以其衣著尙花，故稱爲花教。復至於明代初期，西寧出一高僧，名宗喀巴，入藏遍學顯密各乘佛法，有憾於舊派之流弊百出，乃創黃衣士之黃教。遞傳至現代爲達賴，班禪、章嘉等大師之初祖也。大抵舊派可以實地注重雙修，黃教則以比丘清淨戒律爲重，極力主張清淨獨修爲主。此則爲藏密修持方法分派之簡略觀點。至於所謂雙修，亦無其神秘之可言，以佛法視之，此乃爲多欲衆生，謀一修持出離之方便道也。苟爲大智利根者，屠刀放下，立地成佛，又何須多此累贅哉！如據理而言，所謂

雙修者，豈乃徒指男女之形式！蓋即表示宇宙之法則，一陰一陽之爲道也。後世流爲縱欲之口實，使求出離於欲界、色界、無色界之方便法門，反成爲沉墮於三界之果實，其過祇在學者自身，非其立意覺迷之初衷也，於法何尤哉！

民國締造之初，對於漢藏文化溝通尤力。東來內地各省，傳紅教者，有諾那活佛。傳白教者，有貢噶活佛。傳花教者，有根桑活佛。傳黃教者，有班禪，章嘉活佛等等。各省佛學界僧俗入藏者，實繁有徒，指不勝舉。密宗風氣，於以大行。上之所舉，亦僅爲犖犖大者。活佛者，即呼圖克圖之別號，表示其爲有真實修持，代表住持佛法之尊稱，實無特別名理之神秘存焉。大陸尙未變色之時，紅教徒衆，集居於西康北部者爲多。白教徒衆，集居於川康邊境者爲多。花教徒衆，亦以散居於西康及雲南邊境者爲多。黃教則雄踞前後藏，掌握西藏之政教權，以人王而兼法王，形成爲一特殊區域之佛國世間矣。

因漢藏佛教顯密學術之交流，密宗修法，亦即源源公衆。而且於近六十年來，傳佈於歐美者爲更甚。大概而言，紅教以大圓滿，喜金剛爲傳法之重心。白教以大手印，六成就法，亥母修法等爲傳法之重心。花教以大圓勝慧，蓮師十六成就法爲傳法之重心。黃教以大威德，時輪金剛，中觀正見與止觀修法爲傳法之重心。當其神秘方來，猶如風行草偃，

學佛法而不知密者，幾視爲學者之不通外國科學然，實亦一時之異盛也。

要之，密宗之側重修持，無有一法，不自基於色身之氣脉起修者。祇是或多或少，揉雜於性空緣起之間耳。大圓滿之修法，例亦不能外此。所謂大圓滿者，內有心性休息一法，卽如禪宗所云明心見性而得當下清淨者。又有禪定休息一法。卽爲修持禪定得求解脫者。又有虛幻休息一法，卽以修持幻觀而得成就者。今者，自由出版社蕭天石先生，先取禪定休息之法流通之，卽其中心之第二法也。其修法之初，勢必先能具備有如道家所云：法、財、侶、地之適當條件。尤其特別注重於擇地，一年四季，各有所宜，且皆加有詳說。至於擇地之要，當須參考大藏經中密部之梵天擇地法，則可互相證印矣。至其正修之方法，仍以修氣修脉，修明點，修靈能，如六成就法之第一法也。其中尤多一注視光明而定，與注視虛空平等而定之法。道家某派，平視空前之法，其初似卽由此而來者。最後爲下品難修衆生，又加傳述欲樂定之簡法。此卽大圓滿禪定休息車解一書之總綱也。造此偈論者，乃蓮師之親傳弟子，名無垢光尊者所作。解釋之者，乃龍清善將巴所作。譯藏文爲中文者，乃一前輩佛教大德，意欲逃名，但以傳世爲功德，故佚之矣。本書旨簡法要，大有利於修習禪定者參考研習之價值。唯所憾者，蓋因藏漢文法隔礙，譯筆失之達雅，良可嘆耳。

。但有宿慧之士，當參考六成就，大手印等法而融會之，自然無所礙矣。如能得明師之口授真傳，了知諸法從本來，皆自寂滅相。性空無相，乃起妙有之用。則尤為難得之殊勝因緣。至於譯者稱此法本，名為大圓滿禪定休息清淨車解，此皆為直譯之筆，故學者難通其義。如求其意譯為中文之理趣，是書實為「大乘道清淨寂滅禪定光明大圓滿法要釋論」，則較為準確。其餘原譯內容，顛倒之句，多如此類。今乏藏本據以重譯，當在學者之心通明辨之矣。是為叙言，南懷瑾叙於

中華民國五十年歲次辛丑臘月時客臺灣