

## 西藏大手印的思想

林崇安（1994）

### 摘要

本文分析西藏佛教寧瑪派、薩迦派、噶舉派及格魯派對「大手印」的看法。此中指出，密宗的大手印與漢地的禪宗思想有共通之處，皆以發掘光明的心性做核心，但在技巧上略有不同。特別是格魯派以「氣入中脈」，呈現光明心為正規的修法，並且要求正確地觀照所觀的「空性」。

### 一、前言

大手印在西藏佛學中佔有顯著的地位。西藏佛教有四大宗派：寧瑪派、薩迦派、噶舉派及格魯派。這四派都有有關大手印的教導，其見解並不完全相同。對大手印的字面意義，阿逸多法自在所著的《俱生契合深導了義海心要》有下列的看法：

大，指 1 了證法性即自解脫、2 彼上更無可覓善可為法身、3 界智雙融之無上智、4 餘諸手印悉為權宜，有可逾越，此為究竟，孰莫違逾，故為最勝之義。

手，指 1 空智、2 空樂無分、3 界智雙融、4 畏敬義，為諸佛等尊手。

印，則謂 1 脫輪迴法、2 顯有一切不逾本元義、3 輪迴即於自處解脫、4 雙融而從彼無違越之義。（陳濟博譯，密乘出版社，1981）

依此看來，大手印是一種脫離輪迴的甚深法門。以下依據經典，進一步探討西藏各派對大手印的看法。

### 二、寧瑪派對大手印的看法

寧瑪派的祖師蓮華生大士在其著作《密咒道次第寶鬘釋》說：

教導能修之手印者有四：1 瓶灌之誓句手印。2 密灌之法手印。3 般若智慧灌之事業手印。4 大樂灌之大手印等以教導也。（劉銳之譯，密乘出版社，1985）

此處指出大手印是密宗四種灌頂（瓶灌頂、密灌頂、般若智慧灌頂及大樂名詞灌頂）中，第四級大樂灌頂所修的法門。西藏佛教後弘期的龍青巴尊者（無垢光，1308）在其著作《大圓滿禪定休息清淨車解》中說：

上師加持自然智，離文言思時可見。  
如是之時所見者，無三時別與非別，  
及前後名波羅蜜，亦是中觀能息苦，  
離戲論及大手印，真實法性大圓滿，  
本盡本住之實性，光明心性自然智，  
安立多名義一體，法爾離思菩提心，  
是為染淨不二空。（劉立千譯，自由出版社，1974）

此處是說：心性的本來面目或稱作「般若波羅蜜」，或稱作「大手印」，或稱作「大圓滿」，也是「光明心性自然智」的別名。蔣拱恭楚·羅卓泰耶（1813）在其著作《仰兌》中說：

隨諸六識顯現，勿須造作於作意之取捨、整治，於一剎那了知自解脫，故名為大手印。於自心，雖隨所顯，輪迴涅槃種種不同之相不混雜，即於顯時於剎那明覺之體性上悉皆圓滿，故名為大圓滿。…能知、能受、能見、能修、能行、能識，於一剎那，自能認識，無有自境，故名為智慧到彼岸（般若波羅蜜）。（密乘出版社，1985）

由上述可以看出大手印、大圓滿與般若波羅蜜有相同的內含，同樣以「明覺」的光明心性做主角，但不可將心體的樂、明、無念（或作無擇），當作心的本來面目；若貪著於樂、明、無念，仍會輪迴於三有（三界）之內，《密咒道次第寶鬘釋》說：

貪染於樂者：為欲界之歧途。貪染於明者：為色界之歧途。貪染

於無擇者：為無色界之歧途。

### 三、薩迦派的看法

由薩迦派的八思巴國師所集的《大乘要道密集》（密乘出版社，1983）中，有關大手印的教法有：〈新譯大手印不共義配教要門〉、〈新譯大手印頓入要門〉、〈大手印赤引定要門〉、〈大手印伽陀支要門〉、〈大手印纂集心之義類要門〉、〈金瓔珞要門〉、〈大手印頓入真智要門〉、〈大手印頓入要門〉及〈心印要門〉等等，由此可知此派對大手印這一法門非常重視。

在〈大手印喻十三種法〉及〈大手印九喻九法要門〉中，指出大手印的核心是修鍊「本心」。前者說：

一本心大手印，如虛空高顯，二如虛空寬博，三如日月光明，四如風不可屬當，五如塵極細，六如虹霓之眾色，七如大海底深，八如須彌山堅固，九如蓮花塵不染，十如金無遷變，十一如利劍能斷，十二如玉清淨，十三如如意珠能遂所求。

後者將大手印分成「因（根）」、「道」及「果」三種大手印，並以九喻九法來說明：

一、因大手印有三：

1 本心大手印，自雖本有而不了知，如貧女伏藏。2 本心大手印，與自相隨而不能識，如身與面。3 本心大手印，果雖自具，須藉外緣，猶如稻苗。

二、道大手印有四：

1 本心大手印，既發生已，焚燒煩惱，猶如劫火。2 本心大手印，漸次增盛，猶如初月。3 本心大手印，顯然未見，威力鮮少，如日有虧。4 本心大手印，然雖顯煥，須避外難，使得堅固，猶如燈明。

三、果大手印有二：

1 本心大手印，若得了解，無所妨礙，如海與星。2 本心大手印既親證已，而無妄念，生諸功德，如如意珠。

由此可看出，大手印核心所修的「本心」就是佛性、如來藏，此須經修行才能顯露（漸次增盛，猶如初月；須避外難，使得堅固；須藉外緣，猶如稻苗），成熟後就生諸功德，如如意珠，焚燒煩惱，猶如劫火。在〈大手印三種法喻〉中也標出：

- 1 因大手印，如至金洲（于金洲中一切草木及玉石等無非金色，一切諸法無不容入法界之中，是以大手印中能容諸法）。
- 2 道大手印，如芥出油（依師要門了無生已，切須勤修，如礦中金若不銷練終不得金。眾生雖有佛種性，若不勤修，終不成佛。如芥具油不壓不出；如乳中酥不杵不得。修行人亦復如是，若不修習，不證佛果也。）
- 3 果大手印，如如意珠（珠雖無心而具功用，非如草木無功用也。若人伸供而禱祝則所求皆得，果大手印亦復如是，既證法身雖爾無念，自然出生報化二身，利諸有情也。

此處強調著眾生雖有佛性（如芥具油），必須修行才能成佛（不壓不出）。〈大手印頓入要門〉說：

欲了自性之理者（雖說八萬四千法門，一切諸法攝在一心）：  
上不忻求於正覺，下不疑怖於輪迴（俱是一心無忻厭故）。  
于一切法平等理，二執之勤應縱放。  
不思議者說名智，即是真實之具寂。  
若思其有則非實，若思其無則非滅，  
若思俱是則非二，一切是妄當了知。

此處指出，頓入的要門在於直接了悟一切法皆自性空而如幻（一切是妄當了知）。但在修習大手印時，還要從基礎下手，因此〈大手印四種收心〉說：

念死無常，則于世事而收其心。  
由觀苦海輪迴過失，則於輪迴而收其心。  
觀大慈悲二菩提心，則于小乘而收其心。  
念諸法空，則一切有體執著而收其心。…  
燈微須避外難風，光盛焚燒山澤時，風不能礙返資助。

後一句話是說：修習大手印者，心未堅固時，須避外面種種障礙；得到堅穩後，則所有的障礙，反而有助於修行，此時才可以說「煩惱即菩提」。在修習靜慮時，〈大手印靜慮八法〉中說：

- 一如豬懷胎要門之中，修習行人應作集室（安居）。
- 二如積柳絮要門之中，縱放身心。
- 三如燕歸巢要門之中，應入禪定。
- 四如秤金衡要門之中，辨驗覺受。
- 五如鳳凰飛空要門之中，應遣昏沈。
- 六如船放鳥要門之中，應遣掉舉。
- 七如無雲空要門之中，決斷覺受。
- 八寬博如海要門之中，應了多法即是一味。

此處指出，在修習大手印時心態上一方面要謹慎（如豬懷胎），一方面要保持鬆弛（如積柳絮），去除昏沈、掉舉，直入禪定，保持坦然而開放、清明的心態，〈心印要門〉說：

當此之時，心無所緣，亦無所思，善惡邪正都莫思量。又不思有亦不思空，過去不追，未來不引，現在不思。妄念起滅，一切皆無，亦無能緣，能所清淨，如鳥飛空而無蹤跡，如海雪消泯絕諸想，如無雲空寂然顯現，縱蕩身心，坦然而住，如初生嬰孩飲乳充足，安然而住，無諸思念。不思空有，不思好惡，不思有情，不思正覺，不思父母兄弟姐妹，不思彼此，不思忻厭。

同樣〈大手印頓入真智一決要門〉也說：

意不思念諸法者，即是法身之禪定。  
若了明空不二理，即是法身之禪定。  
若了諸法之理趣，即是法身之禪定。  
若能了達自本心，即是法身之禪定。  
若不隨于幻化境，是大手印之禪定。  
若不緣於體性者，即是大智之禪定。  
于自本心不修整，即是俱生真智定。…  
真如之理無修治，自心不整應縱放，

離此別無有禪定，此外更無超騰者。

此處指出，真正的禪定是對本心不要修整，不要起造作的分別心，經由「不思空、有」，而呈現出「光明的心性」。此與禪宗所說「不思善、不思惡」而展現出「本來面目」是同一理趣。此處是透過「不分別」的技巧，一方面將我執減弱，一方面將內心的了明提升，最後沒有希冀，沒有疑懼下，親見無我的本來面目。

#### 四、噶舉派的看法

噶舉派以「大手印」為其主要的修行法門，岡波巴大師（1079）將大手印分為顯密二種。土觀·羅桑卻集尼瑪著的《土觀宗派源流》中指出：

顯教的大手印是就心體之上，專一而住，修無分別，令成住分。如是修習安住所緣之心，明明了了，既應尋覓此心為在身內，或在身外，或在中間，遍處尋覓，心之體性了不可得；爾時決定此心無實，在此無實已成特殊的心體之上，專一而住，如是在『非遮之理』中修習空性。

關於密教的大手印，是指風息入、住、融于中之後所生的大樂光明，這是最有名的《七部修法》、《三種心要》中所詮解的中心意義，是一切無上瑜伽續部中的精要之法。修大印法時最初應現見此本元心，在此上應引風息入、住、融于中。再依仗此力，臍秘密輪處拙火熾燃，由此引起溶樂，生起四喜，將本元心轉成大樂之體性。此大樂性緣空性境，成無分別，即此樂空無別妙智上，專一而住。依此經歷四種瑜伽次第，則成最勝悉地。如是修習樂空雙運，即方便、勝慧雙運的大手印，此則名為『唯一白法』阿伽陀藥。（劉立千譯，西藏人民出版社，1984）

故知顯教的大手印是直接觀修心性，經由「非遮之理」——否定心的真實存在，由此而了悟心的自性空。密教的大手印則利用「拙火定」使大樂光明心呈現，經由四種瑜伽（1 專一瑜伽、2 離戲瑜伽、3 一味瑜伽、4 無修瑜伽），達成樂空雙運的大手印，以證佛果。《土觀宗派源流》又指出修習大手印有頓漸之別：

若不能修風息攝入中之道的鈍根，則當暫令其修顯教規的大手印。利根又有二種：

1 若于前生或上半世，已淨治前前諸道，風息入中已得熟練，在開始時，便可在心的體性上，專注而修，因之引風息入、住、融于中，現前體驗到本元之心，此則名為頓悟之人。

2 若前生或上半世未善淨治前前諸道，得到熟練，則應先修共道，受灌頂，修生起和圓滿二次第。這樣的人，則名為漸悟之士。

此中「頓悟」之人近於漢地禪宗說的「上上根器」，這一類人自然會風息進入中脈，直接就可以觀察心的體性，可以很快證悟本來面目。《岡波巴大師全集選譯》中，岡波巴大師在《教言廣集零選》中說：

一個人如果想『即身成佛』，修習『大手印』法是最重要的！所謂大手印者，就是三世一切諸佛的心，那無二的智慧！這要到那裡去尋找呢？要到自己的心中去尋找。…

第一步要了達心之體性，然後要於此心體得熟練，最後要於心體得自在。（張澄基譯，法爾出版社，1985）

以上是說修行者應從自己的心中去尋找明朗空寂的「俱生智慧」，並能於入定、出定時同樣熟練，最後得到心的自在，這樣的心又稱作明體、俱生智、平常心、本元、離戲等，《教言廣集零選》中說：

平常心者，就是這個不為任何法相所摻雜，不被世間意識所攪亂，不為沈掉和妄念所鼓動，當下安置於本來之處（的自心）。

此處明顯地指出，大手印的最終標的是達成「平常心」，這與漢地禪宗的趙州法師與南泉下列問答完全一致：

（趙州法師）一日問泉曰：「云何是道？」

泉曰：「平常心是道。」

師（趙州）曰：「還可趣向也無？」

泉曰：「擬向即乖。」

師曰：「不擬爭知是道？」

泉曰：「道不屬知、不屬不知。知是妄覺、不知是無記。若真達

不疑之道，猶如太虛，廓然蕩豁，豈可強是非耶？」  
師於言下悟理。(T49,p844c)

## 五、格魯派的看法

格魯派的格桑嘉措在其著作《大樂光明》中指出：

1 大手印分成顯教的大手印以及密宗大手印。密宗的大手印又分成「因大手印」及「果大手印」。「因大手印」又分成「空樂雙運大手印」及「二諦雙運大手印」。

2 在顯教的大手印中，大手印指空性。由於證悟空性可以脫離輪迴的痛苦，因此稱之為「大」；由於空性是萬有的究竟性質，萬有也不脫離空性而存在，因此稱之為「手印」。三大法印中的「諸法無我」就是顯教的大手印。

3 在密宗的大手印中，「大」，指俱生大樂心；「手印」，指空性。因此密宗的大手印指「空樂雙運」。

4 空樂雙運大手印是以「能觀的俱生大樂心」，去體悟「所觀的空性」。俱生大樂心是非常微細的心，當修行者將氣入、住、融於中脈後，才能產生。

5 二諦雙運大手印是指修行者具足「清淨幻身」及「勝義光明心」。清淨幻身是世俗諦，勝義光明心被稱作勝義諦，此二者同時在一人身心上具足，因此稱作「二諦雙運大手印」，又稱作「有學雙運」。

6 果大手印就是佛果，具有「七支和合」：a 受用圓滿，b 和合，c 大樂，d 無自性，e 大悲週遍，f 利生無間，g 無滅。果大手印又稱作「無學雙運」。

7 空樂雙運就是智慧、方便雙運：智慧指對空性的正確了悟，是佛法身之因；方便指俱生大樂心。伴隨俱生大樂心的最細氣是佛色身之因。(英國智慧出版社，1982年)

所以，在格魯派的密宗大手印的修法中，所觀的空性，與顯教並沒有有任何不同。在修行中所要體悟的是「自性空」，而不是「樂」或者「明」。心的「樂」或者「明」的覺受，只是心的世俗的性質而已，同樣，「無念」也是心的世俗性質。只有心的自性空，才是心的勝義

性質。將樂、明、無念，當作心的勝義性質，會走入歧途。因此，格魯派特別強調必須掌握心的勝義性質——自性空。所以密宗的大手印修法是：一方面透過脈氣的訓練，使「能觀的大樂心」呈現，一方面用此心去現觀「所觀的空性」。「所觀」必須正確，「能觀」才有其價值，才能獲得所要的果。

## 六、結語

由前述各派的論典可以看出：除了顯教的大手印是指「心的空性」以外，各派都以空樂雙運的密宗大手印為重點。將空樂雙運的光明心如何呈現出來，各派的看法略有不同：寧瑪派、薩迦派及噶舉派，傾向於保持心的無分別，在鬆坦中揭露出光明的心性，其用功方式與漢地禪宗的「默照禪」有相通之處。而格魯派則認為必須先對「空性」作詳細的抉擇。將空性作所觀的對象，並以俱生大樂心作能觀者，如此才能達成「空樂雙運大手印」，而後進入「二諦雙運大手印」，最後達成佛果——「無學雙運大手印」。

（政大民族學報第 21 期，1994，頁 53-60）

---

