

附錄四

如何轉化人身成為佛身

第一部份

「人身」與「佛身」這兩個名詞經常出現在佛教科典中，而是關於心理~~連~~發展的諸多層次以及身體昇華之不同方法的。(小乘的)上座部教導弟子們要淨化人身，而在其內有三十六種不淨之物。大乘及金剛乘之學人則強調空性昇華以及智慧能量之運用。這三乘都各有其優點並且在某種層次上與真理之某些特定的層面相應。

要將人身轉化成為佛身，前者必須加以淨化。因此，大部份批評(小乘)上座部教法的佛教弟子難以在大乘或金剛乘淨法中獲得令人滿意的結果。

在真如中之空性昇華之哲理以及佛位中智慧能量之功用需要長篇大論地加以說明，因而無法在此展示。

唐密以及日本密宗有一種定中觀修的體系，叫做「五相成身」。許多弟子們往往忽略了操持此體系之哲理，而在此附錄中則將簡要地加以提及。

密咒、手印以及一些簡單的觀想都在此^儀軌中做了妥善的安排。如果缺乏(對)其間的量修及哲理(的)了解，而是漫無條理地觀修那些片段，就會像是捉了一手的中國古錢幣而沒有以絲線將它們串起，也就是說，轉化人身成為佛身是不會完成的。在此我將依據自身之經歷來展示支配此「五相」體系之哲理，而經此串連便會將五相連結成^儀一體。

首先，行者應徹底地確認「本心」，一如第一相之名(「通達本心」)。它是教導弟子們說，除了真理之外，既無心(一如法相宗所主張的)，也無物(這是印度以及現代的物質論者所提倡的)。真理是：法身無相、無時間(之短暫)，而永恆不斷。在修習此瑜伽之前，不動真如之聲地真理或者阿字觀必須純熟了並且已經修成穩固的証量。

對於四度而又不可分度之真理之透徹確認並非一般經由肉眼所能見到的。通常的見地是經過第六識的作用而夾帶著以自我為中心的想要成就的欲望，並且伴隨著無明之第七識之中心。真理只可經由明行之法眼^而得見。法身之大概相狀是像一個無有邊際的圓球，其中充滿了純潔、神聖、寧靜及殊勝意義。1

它有明亮的光，而其中無有「我」念頭，也無有「個人身體存在」念頭。然而它是包容每一位有情，不論善惡，^既不管在天界或在地獄，在任何時段之內。因此每一位有情都總是分享著它，縱使他們不是全都体会到它的存在。這是頭一相與第二相之間的關聯之「頭」。

此儀軌強調說有一位佛出現並看見弟子(行者)專注於本心之穩固三摩地中，因而未覺察佛之出現，佛就大聲喚醒他。然而沒有徹底地專注於三摩地中的弟子是不能察覺這個慈悲的呼喚的。~~不論如何~~縱使這樣，由於此法可導致果位之成就，行者應當精勤修習之。在此生或宿世曾培養或菩提心的行者便可能在三摩地中憶起本心。行者也會觀想菩提心——第二個相——為一個直徑大約八寸的圓月。如此完成第一相與第二相之連接。

菩提有兩大要素。一個是由法身真理(包含在第一相內)所衍生之智慧。另一個則是大慈悲，而行者在觀修第二相時應當長養這個。

當本心之相在充滿了悟之証入之際出現時，便可以得知它是在所有有情分上都是平等地具足的。然而，行者或者會想說，「何以我在如此寂靜及喜乐的定修中得見此相，而其他有情則在無盡的輪迴中遭受鉅苦？」當這樣的問題升起時行者可立即如此修觀：

行者將月輪所發出之聖潔光明照向天界。含淚發起菩提心，思索天人五衰之相：衣服垢穢、頭上萎萎、腋下汗流、身體臭穢、不樂本座。行者隨即將光照射阿修羅眾，並思及他們的苦：嗔心、慢心及好鬥爭。然後行者將聖光照射人眾，並思及他們所受之五種煩惱、八苦及八十八種疾病。然後及於畜生類，並思及牠們所受羅網、陷阱、毒餌、槍、箭及刀之苦。再來，將聖光照及餓鬼眾，並思及他們的小頭大腹以及只能吃到膿血之苦。最後則將聖光照入地獄，並思及其間刀山及馬面獄卒等之劇苦。因而行者悲泣，並懇摯地承受苦有情儕輩祈禱，以求他們早得解脫諸苦。

在觀想六道並為他們祈禱後，應將月光供四種聖眾：阿羅漢(聲聞)毗支佛(緣覺)、菩薩及佛。救渡眾生的祈禱應虔誠具。當光明收回時，行者應覺得領到所有四種聖眾在智慧、慈悲及神通上的加持。因此菩提心的發展也就完全圓滿了。

只有天神、阿修羅以及最高的精靈，因為具有他心通，而能了知行者之善惡菩提心。其他的有情眾為五障，較^層五濁、五毒、四魔等之所迷惑；他們無以接受神聖月輪之光，因為此光是微細的、無可衡量的以及無可捉摸的。實際上，在修此相的行者是不能夠救渡他們的。

這是第二相與第三相之間的關聯之「頭」。

為了降伏所有的妖魔，增加行者控制五大的能力，以及淨化欲望，有一個密字的法器，其上部為諸佛之五智，而其下部則為神聖之五大，至於其中部則為五種菩提心之精華。這些構成了一個(金剛)杵，那是同時具足物質與精神的。它與金剛鬘一樣地堅固、精粹、無可壞、有能力、有強度及不變異。行者應確認如此之金剛心為第三相。在此之心應通達真理之精髓，而不是以第六識的方式來認知(如唯識宗所主張的張)。

在傳統上，古往從未教示此^{程序}步驟。然而，舉一隅當以三隅反。在第二相之淨地中佛院可能向行者呼喚：「若不修成金剛心，你是不能救度眾生的。」

這是第二相與第三相之間的關聯之尾。

將此金剛杵相在心中觀成行者握拳伸拇指之高度後，再將之擴大觀成全身大、圍房大、虛空大，最後觀成充滿全法界之大小。這個程序是依作者本身之經驗建立的，而其理由則為：

1. 中文之「心」字(如我們已見)有許多意義：^{生理}物質上，它指心臟；心理上，心或意願；幾何上，中心；精神上，^{靈魂}靈或識；哲理上，精華或真理。其意義依前後文而定，而應當謹慎地辨別之。要將個人之思想與整個真理合一，應將此字連同所有蘊含之意義視為一整律。然而，在其他情況下，應依^其別個情境而採用適當之意義。「心」之意義與杵之大小之關聯意謂著「融合」，並因此而包含了所有的意義。將杵觀於由心之中的理由是：給它所有擴展的大小之杵一個起源，將其智慧注入心中之命氣，將第八識轉化成佛智之知見，給善願一個具體的形相，以及加強第二相之菩提心。

2. 在此瑜伽中之五相，前三者之名稱皆帶「心」字(英譯成「心靈」)，而後二者則在其名稱中有「身」字。身之重要性次於心，但在此瑜伽中之主題則為身。因此應將杵觀成如行者身之大小。心靈中之五智及器官中^{五大}五大，由杵象徵之，而將器官轉^{擴大}化以^一淨華人身。

3. 據說六道眾生都在天空的覆蓋之下。因此座將杵觀成充滿天地之間，以便令六道眾生皆得此杵之加持。

4. 將杵觀成充滿法界則與四聖有與，令阿羅漢及毗盧佛体会到他們的三摩地是不足以達到正等正覺，並使菩薩眾及諸佛加持行者或為他們真正的繼承人。還有，所有這四種大小的杵都是可以相互轉化的。當心杵擴展成身杵，心理的形質的融合為一了。當杵大如閻房，主觀與客觀合一了。當它擴展成法界杵，則胎藏界與金剛界合一了。

取任一杵為主，所有其他的都包圍著它，並且互相交織。在閻房中的菩提心，法身之無緣大慈大悲，所有神明、上師、本尊、空行及護法之無限功德，佛化身之三十二相——這些都隨著心杵而起作用。

在考慮身杵時，其他三個也是用之融合的。愈強調忽略行者之肉身，則佛身及所有這些杵之互相交織愈顯著。如此一來，以上所提及的所有有情都可以互相轉換而認同，結果是既無佛可成也無眾生得渡。

當閻房杵被視為頭，其餘三者便可認為是肢體。第四種大小（法界），菩提心以及報身（~~如人身大~~由身杵而來）都同時存在起作用。

最後，如果最終極的法界杵是主要根源，其餘三者為其助伴，則觀成如同帝釋之珠網一般的廣大的佛世界宇宙^①。而其作用則為：一即多，多即一；一體而紛雜；作用超越所有三個，但在他們之內；微鉅相容；隱現一如；理事圓融；三世同在。一時三世。因此佛陀之能力施展救渡是完全不為時空所限。顯教之最高哲理與密法最高的修法（六大瑜伽）都在此達成了，而所有四種大小之金剛心——第三相——都一起作用，互相介入，並終究圓融。

不論杵是如何有能力，也不管行者修得再好，並不能產生說法的功能。因此杵總是由鈴伴隨著。行者可以問說，「誰會掌握這對有力的杵與鈴？」接著座修成金剛身將佛身觀成自身。那麼，佛又再度提醒行者。這是第三相與第四相連接的「頭」。第四相——金剛身——座聚集佛果位三身之一切功德，然而身語、意之密無從加以表示；而他們是必須形成的。因此需加以擬人化，而那就是第三相與第四相之連結的尾。

當杵之擴展被收回到行者肉身之大小，就轉化成個人化之金剛身。杵之上端轉成了頂髻，而杵之下端則轉成男根之上部。杵身則轉成中脈，佛身之全部之主要根源：腦、神

經系統以及所有的器官。所有這些系統與器官在外觀上是像人體的，但其內在則充滿了佛之智慧及慈悲，因此它們是與一般人體的相當不同，因為人體是含有罪業的。

有些儀軌設定大日如來之擬人化，而其餘則為普賢菩薩。依作者之見，前者較適於修根本三摩地，而後者則較宜於修救渡眾生，因為菩薩地位比佛位更接近眾生。此附錄中提及之瑜伽則重在轉化成佛身，而因之座像大日如來。在成就佛身之後，若行者要行救渡，可以再化或普賢身。

「身體」這個名詞有許多意義：法身之體；本尊自身（報身）；或行者之身（化身），而其心則存菩提心。體性身追求空性之真理；而本尊身則顯示大智及神通之新徵：所有的上師、本尊、密行以及護法都在他的控制之下。如此一來，修第四相聚集了前述的四種相的幼純（所有）（當然，在此瑜伽中「身體」一詞不應被誤認為是指肉身。）由於金剛身之擬人化，從智性發展出氣脈，永而其中不含三十六種不淨物。因為其安住於壇城（禪房），沒有吸引人的東西來勾引它。因為它顯示法身，所以沒有肉身是實在的見解或任何對自我的迷戀。因為它教導天人及人類，沒有妖魔可害它。

再者，當任何人在真如體性中成就這樣的擬人化，他就會長住在法身中，並且會顯示上師、本尊等之特徵。他具有大智圓滿報身，為所有鬼神所崇拜，為眾生所環繞，並以慈悲充滿的化身顯現。

依照五相之完全發展，我們可以說，從第一相（本心，正覺的基礎）而得佛位之結果；從第二相（菩提心，大慈大悲）而得救渡之泉源；由第三相（金剛心，救渡之泉源），（見此附錄之第二部分），施行佛之事業；由第四相（金剛身，佛身具體化）升起佛身之圓滿進化；由第五相（具足一切佛幼純一切）之佛身的圓成，行者明顯地達成轉化成佛身這件事，下面稍後會再加以描述。

由於本尊在擬人化之際，將客觀與主觀融合為一，因而一切東西都收攝入其身，所以大宇宙也在其——小宇宙之內。脊柱是須彌山，四肢是四大部洲，兩眼是日及月，肩膀是身體海洋，等等。上半身是較高道的眾生，下半身是較低道的眾生。外層，環繞著身體，是所有宗教的所有神明充任著護法。內層則為由左右二脈所分出之二十四脈所形成之勝義金剛二十四壇城。密層則為在五輪內之五佛宮殿。密密層，則為法身之常寂光土，由中脈升起的。因此身體內有很有能力的眾神與諸佛。