

雖然到目前為止我們已陳述的修法已經使佛身具體化了，行者仍需要有空行母的幫助身緣纔能更徹底地與佛身整合。正如同人身是由父親的精子、母親的卵以及個人的神識這三個主要條件所構成，因此佛身也需要佛之智慧明點、空行母之智慧明點以及行者之第九識。

男行者之白菩提較多而紅菩提較少；而女行者之情況正好相反。男性身體全分佈著白菩提，而只有生殖器有紅菩提。女性身體正好相反。在金剛愛之行差中，蓮肉和籽都吸收了它們互補的明點。

還有其他必需修金剛愛之理由。男性之~~身體~~外觀代表方便及慈悲，而女性之外貌則代表智慧。女性乳房及臀部之誘人~~線條~~顯示智慧，而強壯的肌肉和粗獷的外貌顯示善巧。兩者都需要另一方之幫助。

由於中脈是智慧或法身之宮殿，經過中脈的氣、脈及明點都被昇華或佛智。  
**智**比脈之兩端，或兩門，應為行者所運用。上門是用來修密法之氣力，而下門（生殖器）應用以修金剛愛。這樣子智氣就由男佛和空行母而來，因之可能縮短成佛的時間。

以逃避的方法來滅除貪煩惱是小乘的方式。將之觀想法空是大乘的方法。穿透之，調伏之，然後以之為救度眾生之工具，這是金剛乘的方法。智慧愈高，所能調伏之煩惱則愈深。這是像看到了盜賊——我們必須追捕他；像要抓小老虎——必須入虎穴；像用毒——來攻另一種毒；或者像在那兒跌倒，就要在那兒爬起來。（讀者們請參閱陳氏英文小冊第17號、第19號及第72號，便能得知許多修金剛愛的好理由。）

除了理論上的理由之外，行者應親自由上師處學習此等秘密修法。這些指示並不印出於紙上，而只經由口傳。行者應尋找有實修經驗的上師；此外，一位精勤實修的上師也可能自己發現一些適合現代的新方法。

看到空行母之美而外貌，行者修色空不二。聽到空行母之美好言辭，行者修聲空不二。聞空行母蓮宮之麝香，行者修香空不二。吻空行母而領到甘露，行者修味空不二。擁抱、親吻、撫摸及捏擠空行母身上之所有部位，行者修觸空不二。如果空性三摩地之不二略遜幾分，則應避免性交；身和空必須互相平衡。

空行母之大智慧脈叫做「智慧海螺脈」，而且位於蓮肉內。這是她的中脈之末梢。

它的尖端很小且短，但有種種藥物可伸長之，直到它能插入毛孔。當兩方之中脈連接時，陰陽能量就交流了，而兩種智慧明點就交換了，並且四空與四喜就在無二的最高三摩地中圓融了。圓滿証覺便可能產生了。圓滿次第圓滿地整合了這兩種佛身。

### 3. 第四灌頂

何以需要第四灌頂？依據古德（之見解），三灌與四灌之相關就如同因果一般。當金剛愛正確且技巧地修了，法身之聖潔光明就會顯現了。若沒有合格的已具備此種經驗之上師之指導，行者是不易辨認此種光明的。

聖潔的光是有很多種的；因此法身光明很難為行者所確認。例如，耶穌的光會令聖保羅盲目，而上帝禁止摩西觸及他的光。佛陀曾放光多次，但從未傷害到見証者。

報身光明比化身的更加光彩奪目，但法身光明是最為殊勝的，與任何其他種光都不一樣。它應被認同為無我之真理。

此光有許多特別的性質，在大乘及金剛乘中之教訓皆有提及；然而，即使小乘之羅漢都不能清楚且正確地描述之。只有曾經體驗過的親教上師可以證明之。在那之後，就沒有其他經驗可以教示了。如果有假的聖光出現，上師就會指出是那樣的，並且叫弟子再依三灌的方法及規矩修，直到証達法身是真正成就了。

### F. 大圓滿 瑜伽

新派（黃教）不相信大圓滿瑜伽，但紅教信徒則遵循之。聖者在洞穴、海底、地下以及其他隱密的地方找到其教示。這些教示（伏藏）是由蓮花生大師在西藏所傳的，而不是由印度傳來的。有些伏藏可能是假的，但其餘則相當值得修習。

聖潔的法身光明是難以証達的，特別是証~~成~~虹身，而令行者達到無死。還有，虹身是由肉身轉化成光明身，而只有蓮花生大師証達的。

寧瑪派的聖者們編輯了六十四卷的伏藏手稿。然而，在大部分大手印禪修以及有些大乘禪修內，已經包含了一些與此瑜伽有關的教示，即使大圓滿教授之必要只有略為提示了。

通常，這些教示是分為兩大類：且却，這是在哲理及見上近乎禪的修法；以及妥噶

這是包括了許多奇妙的修法，以特殊的姿勢利用日及月（之光明）。這是在特別建構的廟房內，在特定的時向向著特定的方向來修習的。

要縮短成就的時期，在寧瑪巴教派內有一個十分有威力並且能達到結果的修法，叫做「七日成佛法」。在本書之主要部分內曾介紹之。

### G. 關於人身之補充教示

在本附錄之第一部分及第二部分內，所有主要的達成佛身的積極方法都已展示了。現在我下內要論及消極地毀滅肉身的修法。

#### 1. 皈依

在最開始時，行者皈依三寶，而對人身是覺知的，了解它是為他人、妖魔<sup>及</sup>欲望所威脅著。行者求取佛身，因為那是十分自由的。自由

#### 2. 觀修無常

在學到小乘的教法後，就產生了对人身無常的恐懼，因為不知何時將以何種方式死亡。時向也許是今日或明日；方式可能是病死或被謀殺。因此行者只求達到佛身，以超越生死。

#### 3. 觀修屍體

觀修屍體之「九想」，已在第几章中陳述，應眼中含淚以修。已經徹底地修過九想的行者就不再會愛惜肉體了，而只會希求証達佛身。

#### 4. 不淨觀

行者也應觀修身體之三十六不淨，並且因而既不爱己身也不愛異性身，即使是美好的也不顧及。代之以對佛之清淨身的希求。

#### 5. 頭陀行

因為行者不喜自身，隨即不追求美好、悅耳、芳香、甜美或軟柔的東西。並且為了修持佛法，忍受身體上的苦痛。因此而有十二頭陀行之教示，並且行者應遵守之：

a. 乞內衣（糞掃衣），只穿人所捨棄之破布所縫合之衣著。

b. 三衣，只穿三件衣服，不著其餘長衣。

c. 常乞食，自行乞食，不受招待。

d. 不作餘食，午前只吃一次正餐。

- e. 一(坐)食, 午前一餐之外, 不吃零食。
- f. 一揣食(節量食), 鉢中只受一團食物, 更不多受。
- g. 阿蘭若處, 住於遠離人家之空閒處。
- h. 塚間坐, 住於墳場。
- i. 樹下坐, 住於樹下。
- j. 露地坐, 住於露天的地方。
- k. 隨坐, 有草地即住。
- l. 常坐不卧, 常跏坐而不躺下。

如此修行只求証達遠離世俗之佛身。一般俗人不覺慚愧地追逐美食、華服、豪宅、嬌妻美妾及廣大莊園。行者對他們應只有憐憫。

### 6. 布施

修大乘之觀修時, 行者應布施自身之部分或全部。許多菩薩都犧牲自身以樹立好榜樣。有些布施了耳朵、血、臂, 或者甚至頭顱。

### 7. 忍辱

以身來修學忍受撞擊、棒打、<sup>脚</sup>踢<sup>及</sup>踐踏, 正如佛陀在《金剛經》中所指示的他自己的示範。

### 8. 空性

行者觀自身之內外皆空; 並且也觀異性之身為空。

### 9. 自我

自我, 由身之主宰, 應視為根本上是空<sup>性</sup>。

### 10. 金剛乘

修金剛乘之瑜伽時, 觀身之周遭及內部皆空。

### 11. 咒語

觀空之前應持〈<sup>性</sup>空咒〉。

### 12. 智火

在觀修中應出生智<sup>火</sup>將肉身完全燒化, 毫無遺留。

### 13. 本尊

即使觀想之本尊身也應加以觀空。

### 14. 身供

金剛乘禁止自殺，而代之以觀想來修身供，並且這是每一教派都強調的，包括格魯派。在觀想中，將頭砍下，而以骷髏充為大鍋。四肢及內臟都切成碎片，放入沸鍋內以供食用。如此將自身處理成對諸佛、空行、神明及護法的供品，並且也布施給妖魔、精靈、鬼類、冤親債主及仇敵，不論是今世的或宿世的怨對。

### 15. 睡時

睡時應視~~自身~~自身為屍體，而令心與法身光明合一。

### 16. 夢中

夢中應保持佛身觀想，並且夢中之所有行持應一如佛之所行。如此一來，則所有的事情、人物及場所都轉化成佛之境界。

### 17. 死時

臨終之際應修法身之聖光。

### 18. 防止墮入惡道

有四种方法以防止投生於四种有情：

a. 防止濕生，像魚或蠕蟲，應由空性中出生「楞」字。

b. 防止胎生，如哺乳類動物，應觀心中有蓮花。

c. 防止化生，如天神，或地獄眾，應在中心蓮花上觀月輪。

d. 防止卵生，如鳥類，應則在月輪上再觀代表空性之種子字「阿」。

這樣一來，就不可能再產生有物質形體的有情了。

正如針只能一頭尖，而另一頭要有孔，因此珍惜肉體者必需放棄佛身。尋求佛身者自然定位於其第九識內。學法及修法的軌線是任何人都可能遇到的，但時間是不依任何人而停留的。愈晚起修，愈晚成就。只讀教文而不依之修習就像是只望著中華美食而不吃它。因此，請下決心要儘早開始修習此處所介紹的這些禪修。