



《無垢之光》

全知無垢光尊者 造

向所有具大悲的尊者們致敬！

具生大悲，猶如妙善的太陽，光華四射，
示現各種變化，透過種種化身事業利益有情，
我頂禮那安住於根本法界本初虛空的聖者。

該完成的事業已臻圓滿，
也前往無上聖城拘屍那羅，
為了調伏執著有為法的眾生而奔波的聖者啊，
我向您致敬。

我已經瞭解輪回的本質，
世間的一切毫無意義，
現在我將捨棄這無常的幻化身，
請仔細聆聽，我將給予有益的忠告。

我們被自己的信念所迷惑，以為此生是真實的，
事實上，萬物皆為無常且毫無真實意義，
既已確然領悟到，沒有任何事物是可依賴的，
那麼從現在起，請勤修佛法。

朋友與伴侶如同客人一般，並非恆常，
縱使一時聚集在你身邊，
不久也將離你而去，
當拋開朋友之間的情緒束縛，他們不過是幻影，

請勤修佛法，它是恆久利益的泉源。

所積聚的財富，就像蜂蜜一樣，
自己辛苦積存，卻由他人享受，
當趁現在有能力，勤奮佈施累積福報，
請為自己將來的旅程備足資糧。

再美好的房舍終將毀壞，如同租借之物，
離開的時刻到來，便無權再停留，
當捨棄對繁華之地的迷戀，
從現在起，選擇僻靜之處居住吧。

喜歡與不喜歡，如同孩子的遊戲，
無意義的執著與厭惡，如同燃燒的烈焰，
當捨棄對彼此的爭吵與怨懟，
從現在起，調伏自己的心。

世事如幻，沒有實質，
即使現在努力，最終還是沒有結果，
當捨棄今生的俗事活動和世上的一切，
從現在起，尋找解脫之道。

暇滿難得的人身，如同一艘寶船，
能讓你從痛苦大海中解脫，
當捨棄怠惰、昏沈與延宕，
從現在起，生起精勤之力。

神聖的上師如同護衛一般，伴你穿越險境，
對這個保護你遠離輪回大敵的嚮導，
從現在起，請以身語意三門，
孜孜不倦地虔敬頂禮。

甚深的訣竅，如同治病的甘露，
是對治煩惱最佳的良藥，
請在生命中善加依靠它，
從現在起，徹底實踐並嫻熟它。

清淨三學處，如同滿願摩尼寶，
是通往今生和來世快樂的道路，能引導達至究竟目的地，
由於最終能讓你得到菩提寂止的妙果，
從現在起，請在生活中應用它。

種種不同的教法，如同盞盞明燈，
能驅逐無明的黑暗，照亮解脫的道路，
經由聽聞，開啓永恆智慧之眼，射出利樂光芒，
從現在起，請成為無派別的無偏私者。

透徹的思維，如同手藝精湛的金匠，
能決斷一切的疑慮與臆測，
聽聞得來的知識透過思維，轉為智慧，
從現在開始，請熟練於此道。

禪修本身，如同品嚐甘露，
禪修那聞、思所得之義，能止息一切煩惱，
渡過輪回大海，到達解脫彼岸，
從現在起，請到林中禪修。

正見本身，如同清明開闊的天空，
沒有高低之別，遠離束縛與極端的邊見，
無盡無垠，遠離言說、意象與描述，
從現在起，請善用方法證悟它。

正修本身，如同高山或大海，
如如不動，沒有變遷，清澈無垢染，
止息一切散亂與戲論，
從現在起，請如實禪修實相。

正行本身，如同一位智者，
知道在何時何地行何種利他之事，
貪著、取捨與成壞，皆為幻象，
從現在起，請遠離二取。

正果本身，如同好的領導者握有寶藏，
不但自己變成富翁，利他事業也自然而成，
沒有企盼與恐懼，只有一顆松坦自在的心，
從現在起，請努力獲得此妙果。

心性本身，即是根本法界，猶如虛空，

虛空本身，即是自心本性的究竟意義，
無上境界即平等一味、無二無別，
從現在起，請確實了悟它。

一切現象，就像鏡中倒影，
雖有顯現，卻是空性，然而「空性」於他處亦無可尋，
不予事物同一或差異的標籤，心便安樂，
從現在起，請確實明白它。

你執著為實有的一切事物，就像夢境一樣，
實相是無二的，二元分別乃因習氣之故，
皆為心識的標籤作用，其本質皆空，
從現在起，請確實理解「無二」這個道理。

輪回與涅槃本身，如同幻象遊戲，
一切顯現有壞有壞，但本質是平等的，
一切無生，如同虛空的本性，
從現在起，請確實知道這個道理。

基於迷惑而產生的苦樂覺受，如同魅影，
儘管善惡因果各各而生，
但其本質無生，自性無變，
從現在起，請確實知道這個道理。

心識所標籤的現象，如同孩子的遊戲，
事實上這些並非一成不變，

但由於概念分別，人們執著於宗派的好或壞，
從現在起，請理解「現象平等」這個道理。

佈施，如同一座寶礦，
是取之不竭、日益增長的財富，
對於給你機會累積福報的人，無論優劣或居中，
從現在起，請以適宜的方法，努力佈施。

戒律，就像高貴完美無瑕的馬車，
將你載往善趣與善妙的佛果，
無論是在去惡、行善或利益眾生上，
從現在起，請嚴守戒律。

安忍，就像遼闊平靜的大海，
外在一切無法干擾，修行功德中更為殊勝，
當接納痛苦，培養悲心等等，
從現在起，請熟練掌握此善法。

精進，如同熊熊燃燒的烈火，
燒毀一切不當之惡，且因善業而更為增長，
當不屈從於懈怠、昏沈、懶惰，
從現在起，請追求解脫之道。

如如不動的禪定，就像一座雄偉的大山，
既不受概念框架所干擾，也不受感官對境所吸引，
當平等安住，專注於所緣，不受任何干擾，

從現在起，請培養穩固的禪定力。

廣大的智慧，如同太陽，
驅逐無明的黑暗，照亮正法，
滋養解脫的花園，使輪回迷惑的沼澤乾涸，
從現在起，請讓它發揚光大。

善巧方便，如同尋寶者的嚮導，
引領眾生渡過苦海，到達安樂島嶼，
獲得殊勝三身，二利自然任運成就，
從現在起，請廣行善巧方便利益有情。

大力，就像制伏敵人的勇士，
能夠降伏煩惱大軍，將煩惱作為菩提之道用，
使善業臻於完美，並消除障礙，
從現在起，請在生活中努力實踐它。

大願，就像滿願的摩尼寶，
一切願望自然實現，大樂自然增長，
所有希求如願，心自然寂靜，
從現在起，為達佛果，請努力發願。

大智，就像天空的廣闊雲靄的匯聚，
由禪定之雲，降下利樂之雨，
使有情善行良田的莊稼得以成熟，
從現在起，請加倍努力，獲得大智。

萬便與智慧雙運，如同一匹良駒，
能防止你落入輪涅二邊成就自利利他，
圓滿五道，三身任運而成，
從現在起，請努力修行以成就方便與智慧雙運。

菩提分法，像是一條康莊大道，
三世諸佛由此獲證。
四念住等三十七菩提分，
從現在起，請努力加以修行培養。

慈心，就像善良的父母，
視六道有情如子女般，呵護備至不曾間斷，
待之以愛，並經常利益他們，
從現在起，請在生活中培養慈心。

悲心，如同佛子-菩薩，
視眾生的痛苦為自己的痛苦，
穿戴著精進的盔甲，解脫有情出離痛苦，
從現在起，請在生活中實踐它。

喜心，就像家族里的長者，
歡喜他人的善行，
並隨喜於能夠給予他們協助，
從現在起，請讓自己透徹地熟悉喜心。

平等（捨心），就像平坦的大地，
遠離苦惱、遠離對親疏遠近的貪與瞋，
有著無上的喜樂，常住一切現象的平等性之中，
從現在起，請讓自己愈來愈自然熟悉捨心。

兩種菩提心，就像值得信任的嚮導，
將行善之人引向解脫之島，
無畏輪回、堅決圓滿利他，
從現在起，請一再生起菩提心。

虔信，如同一片廣大的海洋，
儲滿了善根功德，然而自始至終，皆為一味，
隨著永不衰退的信心波浪而湧漲，
從現在起，請將虔信永存於心。

回向，如同無盡的虛空藏，
回向法界後，功德不但不會消失，反而日益增長，
法身本來一味，色身自然天成，
從現在起，請做三輪清淨的回向。

隨喜，就像湛藍的天空，
福德無邊，無有攀執所緣，遠離驕慢，
不動搖，明淨通透，
從現在起，請一再隨喜。

正念，就像一支絕佳的鐵鉤，

能栓住心識這只未調伏的野象，
徹底止惡，自然趨善，
從現在起，請在生活中應用它。

正知，就像盡忠職守、全神貫注的守衛，
不給「不善」這個竊賊有任何機會偷取，
保護「善根」的財富，
從現在起，請確實守護正知。

不放逸，有如圍牆和護城河一般，
能抵擋煩惱盜賊的入侵，
領導大軍，戰勝業力之敵，
從現在起，請嚴謹守護你的心。

信心，就像一片肥沃的土地，
能實現願望，並收穫菩提的果實，
確保今生來世快樂，永久得利，
從現在起，請確實發展你的信心。

廣大佈施，如同一座漂亮的蓮池，
能吸引聖者，使眾生歡喜，
是財富受用及其果報的精髓，
從現在起，請讓他人歡喜。

讚美的愛語，就像天神的響亮鼓聲，
不會過當，又能攝持眾生的心，

能讓受引導的眾生產生共鳴，心生喜樂
從現在起，請讚美他人，令他人歡喜。

平靜鎮定的行儀，就像仙聖一樣，
能阻止不善，使眾生生起信心，
能杜絕偽善，保持本然寂靜的狀態，
從現在起，請讓行持圓滿。

正法，就像具大力的善逝一樣，
雖適合所有人，但又比任何人殊勝，
雖與所有事物和諧，但又與之不同，
從現在起，請依止正法。

暇滿的人身，就像如幻的豪宅，
雖然短暫顯現，但隨時崩塌，
毫無預警，此生無暇浪費在令人失望的有為法上，
從現在起，請反覆思索此道理。

財富不可信賴，猶如秋天的雲靄，
即使圓滿富裕，之後也會自然衰敗，
其自性是毫無實義的，
從現在起，請確實明瞭此一真諦。

眾生無常，有如來來往往的過客，
老者逝去，時光推移，年輕人也隨之消亡，
現在活著的，百年之後不復存在，

從現在起，請確實明白此道理。

今生的體驗，猶如今日的白晝，
中陰的體驗，猶如今夜的夢境，
來世的體驗，猶如翌日，即將到來，
從現在起，請修習正法。

以上用了諸多譬喻，形容正法各個面向，
對有信心的人，容我再多說幾句：
相聚的結果終究是分離，
它將不再停留，要前往那解脫之島，
輪回中的一切都不值得信賴，
因此，請前往純正實相無生法身的永恆境界。

世間的一切感官顯相，就像狡詐的魔術師，
虛假的本質，就像賣弄風騷的女子，
它們竊取心的善根，使煩惱習氣增長，
請拋棄它們，專心修持佛法。

如果不知足，就算再富有也只是窮人，
因為慳吝的心，沒有滿足的時候。
知足的人，是真正最富有的人，
哪怕僅有一點點，他們的心卻是充滿快樂。

酒和女人是煩惱的根源，
當捨棄慾望希求和貪執的念頭，

仿效仙聖的行為，
在僻靜之處實證寂止的意義。

聖賢說：「應當書夜不停一心向善，
捨棄一切有害之事，創造有益的狀態。」
因此，應當專心修持佛法，片刻不散亂，
如此即能面對死亡不後悔，來世亦能獲得利益。

還有一句話，我的弟子們：
由於長久以來的共業及清淨願力，
我們得以透過佛法和三昧耶而相系，
我們相遇，終將分離，師徒最後終必分離，
要明白，我們的關係有如市集中偶遇的旅人一般。

這是我發自內心的肺腑之言，希望對你們有益，
家鄉、財富、親友、親密關係、
今生的放逸與紛亂應當捨棄，
尋找一個僻靜之地，深耕禪定。

當死亡時刻來臨，什麼也無法阻擋，
你會需要神聖佛法，毫無畏懼的迎向它，
從現在起，請熟練上師給予的訣竅，
密義深奧的正法。

一切法中，以光明心要法，亦即寧體密義最為殊勝，
它是一切的心髓，

是一切之中最殊勝者，是一條即生成佛的道路，
因此，要為證得此普賢大樂而努力精進。

此外，傳承聖者們持有深義甘露的精要，
應當在他們座下求取正法，
於僻靜蘭若處，獨自專心勤修，
如此就能迅速證得佛陀果位。

神聖正法於今生能帶來殊勝圓滿大樂，且利益來世；
或許並非所有的功德都能立即顯現，
因此，從現在起，你要努力精進，以便實證其中要義。

眾星之主，此無遮之月，
具備一切圓滿特質，即將升起，
華蓋、寶傘、法幢、樂聲，勇父空行聚集，令一切美好，
大悲的化身，蓮花怙主，他照顧我，鼓舞我。

分離之際已到，就像旅人繼續踏上旅程一般，
能歡欣迎接死亡，是我最大的成就，
比得到整座海洋財富的商人、
比戰勝後凱旋歸來的眾神之王帝釋天、
比得到禪定大樂之人更為歡喜。

此刻，我，貝瑪楞遮匝，將不再停留，
要前去豎立這無死的大樂堡壘，
今生的業力、願力、入世事業和此生的經歷，已然圓滿，

當中陰之際，淨土景象現起時，
我將立即自然覺知到，其本質乃本覺之顯現，
由此，我將與不滅的原始本初狀態也更為接近。

由於我深受加持，你們應當為我高興，
用這如幻的生命，達成前進解脫島的目標吧！
祈願到時我們再相見，我的聖弟子們，
我們會歡喜慶祝，沈浸在佛法里。

但此刻，我們今生的緣份已盡，
不要為這流浪乞丐的死亡感到哀傷，
他正高興著自己的命運呢！
相反的，要常向他做祈請。

這是我對你們的忠告，為了你們的利益而說，
就好比蓮花叢讓蜜蜂歡欣一樣，
希望這些話也能讓對我有信心的你們歡喜。

願此一慎選之善說，
讓三界眾生進入原始涅槃的境界。

此為我遺教《無垢光》，直美沃瑟之教誡。

| 選自蔣巴·麥堪哲·史都爾（Jampa Mackenzie Stewart）編纂《法界遍智全
知法王：龍欽巴傳》（2017）