**二十一度母法相**

（譯註：每尊度母稱號皆按大藏經中之名號，說明則依英文譯本翻譯）

1. 救度速勇母

（梵語Pravira Tara，藏語Rabtu Pawai Drolma）

最勇救度母，紅色。

八臂，二手於頭上交叉持金剛鈴杵、結大樂印。其餘右手各持箭、法輪、劍；其餘左手各持弓、海螺、繩。

2. 百秋朗月母

（梵語Chandrakanti Tara，藏語Dadang Gyi Drolma）

白秋朗月母，白色。

三面象徵佛的三身：右面藍、中面白、左面金色。

十二隻手臂象徵十二因緣。右手各持花鬘、金剛杵、珍寶、輪、卡杖嘎三叉戢（khatvanga）。左手各持經典、寶瓶、鈴、蓮花、瓶。

P147

3. 紫磨金色母

（梵語Kanakavarna Tara，藏語Serdokchen Gyi Drolma）

金色救度母，金色。

十隻手臂象徵十波羅密多。右手各持唸珠、三叉戢、金剛杵、箭、劍。左手各持絲巾、套索、蓮花、鈴、弓。

4. 如來頂髻母

（梵語Ushnishavijaya Tara，藏語Tsuktor Nampar Gyalwai Drolma）

頂髻尊勝母，金色。

四臂，右手各持唸珠、結佈施印。左手各持杖、瓶。

P148

5. 怛囉吽字母

（梵語Humsvara - nadini Tara，藏語Humdradrokpai Drolma）

吽聲救度母，黃色。

二臂，右手結守護印，左手結三寶印，持蓮花。

6. 釋梵火天母

（梵語Trailokya - vijaya Tara，藏語Jikten Sum Lai Nampar Gyalwai Drolma）

三界最勝母，紅色。

四臂，右手各持劍、金剛杵。左手各持繩、結奇剋印（威嚇印）。

P149

7. 特囉胝發母

（梵語Vadi - pramardaka Tara，藏語Golwa Jompai Drolma）

滅鬥爭度母，黑色。

忿怒相，四臂，右手各持劍、法輪，左手各結奇剋印、持繩。

8. 都哩大緊母

（梵語Vashitottamada Tara，藏語Wangchok Terwai Drolma）

施勝權度母，金色。

法座為海獸（maraka），四臂，右手各持無憂樹（ashoka）樹枝、珍寶，左手各持瓶、蓮花。

P150

9. 三寶嚴印母

（梵語Varada Tara，藏語Chok Tsolwai Drolma）

最勝攝受母，紅色。

四臂，前二手持鈴杵於頭頂上結歡喜印，另一隻右手結一手印（譯註：原文為問號），另一隻左手持無憂樹樹枝。

10. 威德歡悅母

（梵語Shoka - vinodana Tara，藏語Nya-ngen Selwai Drolma）

除憂救度母，紅色。

四臂，前二手於頭頂上結歡喜印（雙手合掌），另一隻右手持劍，另一隻左手持無憂樹樹枝。

P151

11. 守護眾地母

（梵語Jagadvashi Tara，藏語Drowa Gukpai Drolma）

勾召眾生母，黑色。

二臂，雙手各持鉤（以勾召眾生）。

12. 頂冠月相母

（梵語Mangalaloka Tara，藏語Trashi Nangwai Drolma）

吉祥光度母，金色。

八臂，右手持金剛杵、三叉戢、鉤、劍。左手持珍寶、鉤、杖、瓶。

P152

13. 如盡劫火母

（梵語Paripachaka Tara，藏語Yongsu Minparzepai Drolma）

畢竟成熟母，紅色。

四臂，右手持劍與箭，左手持輪與弓。

14. 手按大地母

（梵語Bhrikuti Tara，藏語Thronyer Yowai Drolma）

蹙眉救度母，黑色。

三面，右面白，中面黑，左面紅。六臂，右手持劍、鉤、杖。左手持顱器、輪、繩。

P153

15. 安隱柔善母

（梵語Mahashanti Tara，藏語Shiva Chenmoi Drolma）

大寂靜度母，白色。

六臂，右手持唸珠、佈施印、杖。左手持蓮花、瓶、盛滿水果的杯。

16. 普遍極喜母

（梵語Raga - nisudana Tara，藏語Chakpa Jompai Drolma）

勝貪愛度母，橘紅色。

二臂，右手持三叉戢，左手持樹枝。

P154

17. 都哩巴帝母

（梵語Sukha - sadhana Tara，藏語Drolma Dedrupma）

安樂成就母，桔色。

二臂，雙手各持一月輪。

18. 薩囉天海母

（梵語Vijaya Tara，藏語Dromla Namgyalma）

勝利救度母，白色。

以鵝為法座，四臂，前二手各持一鉤於頭頂上交叉結歡喜印，另一隻右手結佈施印，另一隻左手則持蓮花，其上有經典。

P155

19. 諸天集會母

（梵語Duhkha - dahana Tara，藏語Drolma Dugngal Sekma）

焚滅諸苦母，白色。

二臂，雙手持三角法源，象徵火。

20. 日月廣圓母

（梵語Siddhi - sambhava Tara，藏語Drolma Ngodrup Jungma）

成就生源母，橘色。

二臂，雙手合持一瓶，裝有各種成就（神通力與得證心性的悉地）。

P156

21. 具三真實母

（梵語Paripurana Tara，藏語Drolma Yongzok Jema）

究竟圓滿母，白色。

以公牛為法座，二臂，右手結守護印，左手持三叉戢。

P157

**救難八度母法相**

1. 救獅難度母

（梵語Mana - simha - bhaya - trana，藏語Ngagyal Senge Jikkyob Jetsunma）

令眾生免於傲慢，並保護不受獅難之皇后。

2. 救度象難母

（梵語Moha - hasti - bhayatarini - devi，藏語Timuk Langpoi Jikdrol Lahmo）

令眾生免於懶散，並保護不受象難之女性本尊。

P158

3. 救火難度母

（梵語Dves - agni - prashamani，藏語Shetang Mepung Tsoknam Rab Shima）

令眾生全然平息忿怒，並保護不受火燒之度母。

4. 救蛇難度母

（梵語Irsya - sapa - visapaharani，藏語Tradok Drul Gyi Duknam Yong Selma）

令眾生完全去除嫉妒，並去除蛇毒之度母。

P159

5. 救賊難度母

（梵語Kudristi - cora - upadravana - nirvarani，藏語Ta-ngen Kunpoi Nyertse Le Dokma）

令眾生去除邪見之破壞，並保護不受賊難之度母。

6. 救牢獄難度母

（梵語Ghora - matsarya - shrinkhala - mocani，藏語Mize Sernai Chakdrok Drolzema）

救度眾生免於無止盡之貪婪，並保護不受牢獄之災的度母。

7. 救水難度母

（梵語Rag - augha - vega - varta - shosani，藏語Dochak Chu-oi Balong Kem Zema）

令貪欲及大水枯竭之度母。

8. 救魔難度母

（梵語Samshaya - pishaca -bhaya - trana – tara，藏語Thetsom Shazai Jik Kyob Drolma）

救度眾生免於懷疑，並保護不受魔難之度母。

**詞彙表**

P165

成就：英文accomplishments，梵語 siddhi。一般（共）的成就，意指獲得某些特別的力量，例如神通力、在空中行走等；殊勝（不共）的成就，則指證得自心本性。

積聚福德、種福田：英文 accumulation of merit，修習善行可以讓我們積聚力量，而能在修行的道路上不斷增上。佈施、供養、持咒、觀想本尊等，都可以積聚福德。

積聚智慧：英文 accumulation of wisdom，修習而瞭解所有現象的本質皆為空性。

行為：英文 act，肢體行動、言語，或意念。

惡行：英文negative act，所有刻意造成他人痛苦的惡行，會於自心中留下更多痛苦的痕跡，且將決定我們在此世間的經驗以及對這世界的看法。

善行：英文positive act，根據業的法則，能在我們心中產生快樂的行為，即是善行。

煩惱：英文 afflicting emotions，貪欲執著（貪）、憎恨厭惡（瞋）、無明或駑鈍（癡）、嫉妒（疑）、傲慢（慢）等（五毒）。

不空成就佛：英文Amoghasiddhi，五方佛中的事業部主尊，為成就智慧的化現，能清淨嫉妒（疑毒）。其方位為北，身色為綠。

證悟：英文awakening，指證得佛果之狀態。

眾生：英文 being，眾生有六類：天人、阿修羅（非人）、人、畜生、餓鬼、地獄眾生。（譯註：「有情」則指這些眾生具有心識。）

P166

菩提心：英文 Bodhicitta，為了利益眾生而要證得佛果的發願。

菩提薩埵、菩薩：英文 Bodhisattva，遵循菩提心之道，為了所有眾生而非只為自己，而希望證得佛果的人。可用來稱呼專注於修持菩提心的凡夫；或是證得正覺而住於菩薩十地之其中一地者。菩薩可能具有人身而住於世間，或是具有更微細的形體，住於其他地方。

菩薩坐姿：英文Bodhisattva Posture，雙足盤起，左足後跟抵住會陰部，右足彎曲平放在前。

身：英文 body，一般的肉身，具有無數功德（特性），梵語稱 kaya。

佛性：英文 buddha nature，所有眾生本來具足的證悟潛藏力。

佛：英文 Budda，覺者、證悟者，例如歷史上的釋迦摩尼佛。藏語稱「桑傑」（*Sangyay*），「桑」（*Sang*）指不受煩惱、二元之見及無明的染污，「傑」（*gyay*）指無量的潛藏功德已得開顯。

觀世音菩薩：藏語Chenrezig ，梵語 Avalokiteshvara，大悲的佛陀，是西藏最受喜愛的本尊（四臂觀音），其咒語為「嗡 瑪 尼 貝 美 吽」。

明性：英文 clarity，與「空性」同為自心本性的特性。明性指動態的層面，包括了知與創造所有化顯的能力。

明光：英文 clear light，指自心本性。

慈悲：英文 compassion，願所有眾生遠離苦及苦因的願望。

識：英文consciousness，以二元的觀點來看，每個感官（根）都有其對應的「識」，而依據不同的分類方式，有六到八種的「識」。首先探討六識：  
 ── 眼識 （色）；  
 ── 耳識 （聲）；  
 ── 鼻識 （香）；  
 ── 舌識 （味）；  
 ── 身識 （觸）；  
 ── 意識 （法）。  
另有其餘二識：  
 ── 受到干擾的「識」或自我的「識」（末那識），對應於煩惱在我們與現象之間的關係所造成的影響；  
 ── 「識」的潛藏力或「含藏識」（梵語為alayavinana，阿賴耶識、遍基識），蘊藏所有業的潛伏制約力。

空行母：英文dakini，一些女性的聖眾。大部分的空行母均已從輪迴解脫。

迴向：英文dedication，願經由善行所積聚之任何福德皆能成為利益一切有情而證悟的基礎。

佛法：英文Dharma，佛陀的教導，或修行的道路。

法身：英文Dharmakaya，究竟之身，指超越任何時空分別的狀態，對應於空性。

金剛薩埵：藏語Dorje Sempa，梵語Vajrasattva，金剛乘本尊，為淨障法的根源。金剛薩埵的法門，包括觀想和持誦百字明咒。

灌頂：英文empowerment，金剛乘的儀式，傳遞本尊的加持並授權修持該本尊法。灌頂有許多種。通常灌頂之後，弟子會承諾修持該本尊法，但有時也可單純為了領受加持而接受灌頂（此時稱為結緣灌頂）。

噶當巴：英文Kadampa，源於十一世紀印度大師阿底峽尊者之教法的傳承。

噶舉巴：英文Kagyupa，藏傳佛教四大教派之一，其餘三個教派為格魯、寧瑪以及薩迦。噶舉傳承由十一世紀的大譯師馬爾巴開始（又稱為實修傳承，密勒日巴尊者為其大弟子）。

劫：梵語kalpa，指宇宙中非常長久的時間。

業：梵語karma，業的法則描述了因果的過程，分為三階段：  
 ── 該行為在做者的心中留下印象（因）；  
 ── 此印象留存於「含藏識」中，逐漸成熟；  
 ── 最後以特定形式的痛苦或快樂而完成（果）。

上師：藏語lama，梵語guru，修行的導師。

大愛：英文love，願為所有眾生帶來安樂的願望。

曼達拉：梵語mandala，字義為「中央及周圍」，將世界視為有組織結構的宇宙，意指本尊及其周圍環境，可以在唐卡上繪製，作為觀想的所依物。

獻曼達：英文mandala offering，一種修行的法門，觀想將宇宙曼達供養給佛、法、僧。

文殊菩薩：梵語Manjushri，藏語Jampal Yang，智慧的菩薩。

真言、咒語：梵語 mantra，神聖的聲音，重複持誦可以淨化自心，並開展證悟的潛能。例如度母的真言為「唵 達列 嘟達列 嘟列 梭哈」。

心：英文mind，這個詞可以指心的一般作用，稱為「心理」；也可以指心的究竟、無二元分別的清淨本質，超越影響凡俗心的各種起伏波動。

手印：梵語mudra，修持儀軌時所結的各種手勢。

化身：梵語Nirmanakaya，又稱為「應化身」，顯現為人或其他形體，以引導一般眾生的佛身。

般若波羅密多、智慧佛母：梵語Prajnaparamita，圓滿智慧，菩薩行之第六度。對究竟實相的直接了悟。也可稱「智慧佛母」這位女性本尊。

護法：英文protector，已經解脫的本尊，能遣除障礙並創造修學佛法的善緣者。

淨土：英文pure land，佛意的化現。根據個人的願望和成就，修行者可以前往不同的淨土。淨土並非輪迴的一部份，不受痛苦所擾。轉生於淨土並不表示修行者已經達到全然的證悟，而是能讓修行者在成佛道上繼續進展。例如，極樂淨土是阿彌陀佛的淨土。

清淨的所緣物：英文pure support，使用於禪坐修持之中。佛像代表佛的身，經典代表佛的語，佛塔代表佛的意。

淨化：英文purification，現在世或過去生所造的惡業，皆會在「含藏識」中留下痕跡。這些痕跡將會成熟，產生痛苦及修行的障礙。淨化法門可以清淨這些痕跡，以避免或減輕業報。具格上師可能會針對不同弟子而指示特定的法門，以淨化其惡業。

釋迦摩尼佛：梵語Shakyamuni，字義為「釋迦族的智者」，是西元前六世紀、歷史中的佛陀的名稱。

報身：梵語Sambhogakaya，圓滿覺受之身、樂受身，顯現以引導淨土眾生的佛身。

輪迴：梵語Samsara，受到束縛的一種循環狀態，每個眾生皆在其中出生及死亡，其特性為痛苦、無明、無常，以及幻化。

僧伽：梵語Sangha，由佛教修行者組成的群體，稱為僧團。凡夫所組成的僧伽與聖僧伽不同，聖僧伽是由證得菩薩果位者所組成。

七支供養、七支祈請文：英文 Seven Branch Prayer，傳統的七支供養文有許多不同的形式，但皆具有以下七個要點：  
1. 禮敬；  
2. 供養；  
3. 懺悔；  
4. 隨喜；  
5. 請轉法輪；  
6. 請佛住世；  
7. 迴向。

方便法：英文 Skillful means，所有能令修行增上的活動，例如修持儀軌、持誦咒語、觀想、禮拜、繞塔、供養、佈施、忍辱等。方便與智慧兩者，構成了完整的修行道路。

苦：英文 Suffering，通常分為三種層次：  
 ── 苦苦：身體及精神的痛苦，所有眾生皆有；  
 ── 壞苦：當快樂結束時所體驗到的痛苦；  
 ── 行苦：因輪迴之迷妄特性而產生的痛苦，只有當證得佛果時此痛苦才會止息。

人道痛苦：英文 Suffering of the human realm，生、老、病、死、憂傷、悲痛、絕望、怨憎會（和不喜歡的人事物相處）、愛別離（失去了喜歡的人事物）、求不得（得不到我們所想要的人事物）等。

所依物：英文 Support，修行者在禪坐修持時練習專注的對象，可能是物質上或精神上的所依物。

經：梵語 Sutra，佛陀普傳教法之文字記載。

皈依：英文Taking refuge，將自己置於佛、法、僧（三寶）的保護之中。在金剛乘來說，修行者可以皈依三根本 ── 上師（加持之根本）、本尊（成就之根本）、以及護法（事業之根本）。

續：梵語 Tantra，佛陀密傳教法之文字記載，與本尊法相關。根據外在的儀式、灌頂、修持的方法以及特定的層次，分為四部：事部（Kriya Tantra）、行部（Charya Tantra）、瑜珈部（Yoga Tantra）、無上瑜珈部（Anuttarayoga Tantra）。四部密續又分為父續、母續、無二續。

伏藏：梵語 Terma，受到隱藏的經典或法器，大部分由蓮花生大士所傳，以便於後世需要時可取出。蓮花生大士為第八世紀時將佛教引入西藏的印度續法大師。

唐卡：藏語 Thangka，傳統的西藏布畫，通常主題為本尊、壇城、或傳承上師。

食子、朵瑪：藏語 Torma，由麵粉與奶油製作而成的儀式物品，用來代表本尊（稱為tentor）或作為供品（稱為bultor）。

解脫三門：英文 Three doors of liberation，指身、語、意。

三時：英文 Three times，指過去、現在、未來。

三界：英文 Three worlds，輪迴之中的欲界、色界、無色界。

二種次第：英文 Two phases，本尊法的兩部分。生起次第包括觀想、持咒、禮讚、供養。圓滿次第則是將觀想收攝而化入空性。

二種真理、二諦：英文 Two truths，世俗諦和勝義諦兩種。世俗諦或說相對真理，為現象化顯的方式和彼此演化之間的相依性。勝義諦或說究竟真理，為這些化顯的空性本性。這兩種真理毫不相斥而同時並存。

金剛坐姿、金剛跏趺座、雙盤、蓮花坐姿：英文 Vajra posture，雙腿盤坐，首先將左足放在右大腿上，再將右足放在左大腿上。

金剛乘：梵語 Vajrayana，指以「續」這類具有密意之文字記載下來的佛陀教法。運用咒語持誦、本尊觀想，並修持細微之風息或能量。

遮障：英文 Veils，遮蔽我們佛性的障礙，例如無明、潛藏的制約力、二元分別之見、煩惱情緒、業障等。二障：障蔽我們佛性的煩惱障和（分別）所知障。

觀想：英文 Visualization，心中所創的形相，作為禪坐或儀軌修持時之所緣物，可以是活動或靜止的幾何圖形或本尊。此修行方法並非倚靠視覺，而是仰賴內在的想像力。

本尊：梵語 Yidam，顯示清淨心性的個人本尊，在接受灌頂後所修持的本尊。