**《前行》第140课-答疑全集**

目录

[1. 名颂解释 1](#_Toc75553497)

[2. 三种隐没次第 4](#_Toc75553498)

[3. 破瓦法往生 10](#_Toc75553499)

[4. 助念往生 14](#_Toc75553500)

[5. 修往生法“自杀” 35](#_Toc75553501)

[6. 其余疑问 37](#_Toc75553502)

## 名颂解释

问：肉界、气界、血界、风界、暖界的解释。

**答：**可参考生西法师《前行》辅导笔录第140课：**【**

**四大就是地水火风。我们的身体，有肉界、血界、风界（像呼吸一样）、暖界。身体里的四大界会融入地水火风，二者之间都有关联的。肉界就是肌肉，地大的成分比较多，就显得比较坚固。这些在《俱舍论》中讲色法时讲得比较多。肉界首先融入地大，这时身体就会出现堕入坑中的感觉，就好像掉在坑里面一样；或者感觉自己被很重的重物、被大山所压一样，有沉重感。……**

**【随后血界融入水大之中时，】血液是流动的，水大的成份多。**

**……暖和火大也是相关联的，身体活着的时候温暖，因为有温度。死的时候暖界开始融入火大，身体逐渐冰冷，慢慢开始冷却、僵硬。**

**……气界就是平时我们说的呼吸等，是和风有关的。】**（正见C1）

问：140课中提到黑光，黑光到底是什么样的光？

**答：黑光就是黑色的，黑黢黢的一种状态。大概就是这样一种情况，可能我们见过都忘了。**（生西法师）

问：明增得可以理解为光明吗？

**答：明增得是三个阶段，光明是它其中的一部分。所以明增得并不一定是光明，光明是在明增得当中会出现的一个阶段，实际上是它的一部分，不能够完全说明增得就是光明，当然明增得当中有光明。**（生西法师）

问：心识和神识是一个意思吗？

**答：心识就是神识，是一个意思。**（生西法师）

问：命脉是中脉吗？介绍一下藏密所指的人体脉络。

**答：命脉不是中脉，中脉与命脉是两个，中脉是属于法界的一种自性的脉。也许有些地方讲命脉是中脉，但是一般来说中脉是中脉，命脉是命脉。**

**藏密所指的人体脉络，真正要讲，必须要到密乘当中才会讲，在往生法里面其实只是很简单地解释了中脉而已。其他的一些头顶的各式各样的脉络，在圆满次第里面讲得比较多，也比较复杂。以后如果到了密乘的阶段，可以去详细了解。**（生西法师）

问：末那识、阿赖耶识，八识之间是什么关系，分别是怎么起作用的？阿赖耶又是指什么？

**答：【接着宣说阿赖耶与八识聚之差别：种种习气阿赖耶是无记法如镜子；阿赖耶识如镜之明清分；五根识如显现影像；明然观察最初之事或最初显现于五根门境现中的“此法”等识名为意识；其后于外境相应产生贪心、嗔心、痴心（舍心）即称为染污意识。】**

**【对此也有不同名称，即俱生无明、种种习气阿赖耶、无始无终之障、大黑暗、本住无明等。也就是说，本来具有如虚空般的无始心性法界中，因解脱依之而称为本性真实义阿赖耶；因轮回依之而称为种种习气阿赖耶，并产生轮回中的不同苦乐、功过之显现。《宝性论释》中所引教证云：“无始终时界，乃为诸法处，具此故显现，众生与涅槃。”**

**接着宣说阿赖耶与八识聚之差别：种种习气阿赖耶是无记法如镜子；阿赖耶识如镜之明清分；五根识如显现影像；明然观察最初之事或最初显现于五根门境现中的“此法”等识名为意识；其后于外境相应产生贪心、嗔心、痴心（舍心）即称为染污意识。**

**有些前辈阿阇黎说：若不以染污意识而观察，则六识聚不能积累恶业，因六识聚不包括在三毒任何一者中故。此说法也需要观察。虽然在了知诸法自性者的见修行位上的确如此，但未了知此理的众生因为具有愚痴，所以还是会积累不善业。也就是说，积业之门是意根及五根门；能积是染污意识、思善意识与中等意识，积于何者上呢？积于阿赖耶上；具有促成彼等增加、积累、减少等作用的是阿赖耶识。如坚慧论师于其所著的《经观庄严论广释》中说：“意与眼等五根乃业之门，故为趋入之所依；思善、不善、中等之意为作者；色等六境为所作；阿赖耶识起作用；阿赖耶乃所依如处所或房室。”**

**阿赖耶识是不执著任何境与有境之明清分，从中产生五根识，眼识是了知色法却不起分别之识。同样，耳闻声音、鼻嗅香气、舌品味道、身感所触，即五根识是指虽了知外境却不生分别念之识。从五根门现境中产生或了了分明显现相似于现境形相，所以它既是法，也是意识。即从外境分而言是法，从了知外境之显现分而言称为意识。《经观庄严论广释》中云：“意识即随前一现境而相应产生之识或衡量未现前的外境之识，既是外境又是意识。”灭尽六识（五根识及阿赖耶识）之分称为意识，也就是说，灭尽各识之境或六识分即是意识。《俱舍论》云：“六识灭尽后，生识即意识。”例如，执著色法时，停止了不执著外境明清而住之阿赖耶识与见色法之眼识二者，便立名为灭尽；此时，刹那中出现“色法”的意念，这就是意识；因刹那迅速取境，不可详细发觉故，称为无分别念；因最初觉知外境，所以也称为所取；随后产生的一切细致伺察意称为能取之分别念。诸大圣者瑜伽士认为：尽管第一刹那意识觉知，但若未随后观察则不积累业。如《斗追道歌》云：“六境之识聚，不为执著染，无业无异熟，见如净虚空。”】**

**——以上是《大圆满心性休息大车疏》当中的内容。**

**个人理解，八识本体不二。【种种习气阿赖耶是无记法如镜子；阿赖耶识如镜之明清分】——这里提到阿赖耶是本体，阿赖耶识指的是本体之上明清分。而阿赖耶与阿赖耶识不同场合可能有不同的含义，要看前后文、语境。**（正见C1）

## 三种隐没次第

问：隐没次第如果出现了，但是不太稳固的时候，能不能够运用往生法？

**答：开始出现的时候就可以用了，法本里面讲得很清楚，修往生法最佳时间就是隐没次第开始出现的时候。不管是自己修还是超度他人都可以这样使用。**（生西法师）

问：出现五根隐没时开始忏悔，那时该用什么忏悔法？

**答：最好的当然就是百字明，金刚萨埵。就直接想：所有的罪业我忏悔。或者大恩上师说在临终的时候我们要想：所有的罪障都清净了，现在剩下的全都是功德。这样也可以，很有必要性。如果念百字明念多少遍合适？要看当时的情况，以及有多少时间念百字明。**（生西法师）

问：出现隐没次第到法性中阴时有足够时间修往生法吗？

**答：那时候不一定有足够时间，也不需要。有些教言来讲，中阴时不需要怎么修，那时因为有很多特殊的情况，所以只要想一下“我要往生极乐世界”，马上就去了，特别容易。在那个时候需不需要把完整的仪轨修完？有些教言当中说不需要，只要你愿意去，很快就去，马上就去。我要去极乐世界，这样一想一发愿就可以。**（生西法师）

问：弟子在加行班学到破瓦法中有三种隐没次第，四大隐没次第和明增得隐没次第都提到了先后顺序，但五根隐没次第中没有提到先后次序。五根隐没次第是按什么顺序隐没的，还是没有次第？还是几乎同时隐没的呢？是否隐没次第开始就是修破瓦法的最佳时机？

**答：五根隐没次第是不一定的。有的时候，可能五根早就已经灭了；有的时候，首先是眼根看不到的、耳朵听不到了，然后慢慢慢慢（隐没），在有些密法当中会讲到这些问题。在《俱舍论》当中讲，有的时候是同时损坏的，有的时候是次第损坏的，有些时候在死亡之前根都已经灭掉了，有时在死亡之后五根逐渐逐渐灭掉了。隐没次第开始的时候，在《前行》当中讲，这是修破瓦法的最佳时机。**（生西法师）

问：五根隐没后说不出话了，也念不出声音了，是不是就观想呢？

**答：当然这时观想就可以了。仪轨记不住也不要紧，反正就是观想中脉，“舍舍舍舍舍”然后就念“贺嘎”，就可以。或者念不出，心里念也可以的。**（生西法师）

问：三大隐没的时间多长？

**答：不一定，有些长，有些短，根据各自的情况，没有一个固定的时间。**（生西法师）

问：一般而言人临终时会经历五根隐没灭尽、四大分解、外气中断，按理讲经历这些后应该不会产生身体的苦受了，因缘不具足之故，但为何有些地方讲一天乃至多天都不能碰触身体，难道会怕产生身苦？

**答：这是从一种比较保险的层面讲的，因为有些时候有些人比如说车祸死亡，死了之后马上就走了，神识已经不在身体里面了，这个方面来讲他的分解可能就特别快，本来神识已经离开了。但有些时候有些人的分解比较慢，有些人分解很快，我们不知道这个分解的过程会持续多久，所以为了保险起见在很多天当中不动他的身体是对他最好的，是从这个方面讲的。一方面是有可能产生苦受，通过产生苦受影响他的分别念，影响神识出去的地方。一般来讲神识如果从头顶啊这些地方出去的话，往生极乐世界还有善趣的可能性更大。那么如果从其他地方比如说从脚心这些地方出去的话，往恶趣走的可能性是非常大的，所以在这个过程当中尽量不碰是非常好。**（生西法师）

问：为什么说父亲的白明点和母亲的红明点，为什么提到父母亲的明点？

**答：白明点和红明点基本上是形成我们这个身体的最初的一些元素，所以会提到。**（生西法师）

问：五根中耳根已隐没，听力困难，上师或道友在旁为其直指心性时又如何听受呢？

**答：听力困难未必是完全听不到。**（正见C1）

还可参考：

生西法师《前行》辅导笔录第140课：**【**

**上师老人家在以前讲加行时讲过，这里面出现一个问题，耳根已经隐没的时候，在枕边念经是嗡嗡声，再怎么指点心性都听不清楚了。要在耳边使劲喊，很大的声音才能够听清楚。因为一般的情况下，在耳边念经可能就听到嗡嗡声，但是凑近耳边很大声给他说，还是可以听到的。还没有完全隐没，就是最佳的时间点，还能够听到。过了这个时间，就需要通过法的加持力去引导了。这是超度的最佳时机，也是自己修颇瓦法的最佳时机。】**

问：弟子疑问：140课中，明增得的隐没次第：得相中—白红二种明点在心间相遇相合，神识进入到它们的中间……请问，这里的神识是增相中的染污意识（第七识）吗？如果不是，那是什么？

**答：个人理解，这里可以整体理解为自己的心识。**（正见C1）

问：外气中断后，出现明增得次第隐没，最终阿赖耶识融入法界光明。既然阿赖耶识融入法界，前世的种子习气怎么传递到下一世的呢？

**答：结合《大圆满心性休息大车疏》第四品的内容，阿赖耶识等融入法界之后，如果没有解脱，过后还是可能再度显现的。**（正见C1）

问：顶礼法师！在140课讲到隐没次第中的明增得隐没次第“在当时，从顶部来自于父亲的白明点快速下降，外相就好似月光普照朗朗晴空一般出现白光；……从脐部来自于母亲的红明点快速上升，外相如同日光普照朗朗晴空一般出现红光；”请问法师：这两个明点是通过中脉汇合在心间吗？感恩法师！

**答：将来有机会进入密法学习可以详细了解。**（正见C1）

问：弟子是12届加行班弟子，现在学习到颇瓦法部分，140课三种隐没次第中，四大隐没次第和明增得隐没次第都提到了先后顺序，但五根隐没次第中没有提到先后次序。那五根隐没次第是按什么顺序隐没的，还是没有次第，还是几乎同时隐没的呢。盼答案，感恩法师。

**答：个人理解，观待众生不同业力可能有不同情况。法本提到的那些顺序可能是比较常见的。（例如首先听不到声音等等）**（正见C1）

问：法师好！140课讲五根隐没是眼耳鼻舌身依次隐没还是不确定顺序？这个指导意义大不大？

**答：个人理解可能不同的业力有不同的情况，但有些时候可能有相当一部分众生是比较类似的。**（正见C1）

问：文中提到外气断绝的时候是经过黑白咽喉。弟子等不明白为什么是黑白咽喉？黑白这个词在这里的含义是什么？

**答：我也不太清楚。**（正见C1）

还可参考：

生西法师《前行》辅导笔录第140课：**【**

**我没看到上师怎么解释“黑白咽喉”，可能是个术语，在别的地方也许有解释，但是我没有找到黑白咽喉到底是指什么。人就只有一个连着肺的咽喉，这里的黑白咽喉，也许有其他的讲法，我不敢乱解释，术语都是有专指的（可能是白天晚上，一呼一吸，一阴一阳）。以后哪个道友找到了可以讲一讲，或者我以后看到黑白咽喉具体应该怎样解释再来讲。总之我们知道黑白咽喉就是总的咽喉就行了，经过咽喉，剧烈地向外呼出气。死亡之前，只有呼气，没有吸进去的气了。】**

问：顶礼法师：根据我的理解，

（1）人死时，呼出最后的三口气，便进入了「粗分心」的时刻。这时可尽力提起善念，在旁边的人也可尽量帮助提起善念，这样有助于死者往生善趣。修行人可以一直保持清醒的状态，而不让它进入「细分心」，再将此神识，延着中脉往上推，由顶门而出，就可以达到解脱，

（2）若是一旦进入了「细分心」，神识便陷入昏昧状态，就无法再提念了。这时神识便会延着中脉往下降，一直到脐轮处进入左右二脉

请问：

（1）我的理解有没有错？

（2）一般凡夫粗分心时间大约有多长？有些地方说只有20-30分钟，可信度如何？

（3）粗分心的结束是临终中阴的结束呢还是法性中阴的结束呢？

（4）转世中阴的开始是不是心进入细分心就开始，还是心识离开身体才开始？

**答：你的问题在密法的《六中阴》当中可以找到答案，因为有些内容不太方便在没有得受相关灌顶的人面前公开，所以此处没有具体回答你的问题。其中有一点可以公开，那就是呼出三口气之后是“外气中断”，这个时候是非常适合进行超度引导的。**（正见C1）

## 破瓦法往生

问：有位道友学密不是很久，知道破瓦法可以协助临终的人不堕恶道，所以朋友的母亲往生时，他为了保险起见，就去联络了三位不同的人来修破瓦，一个是萨迦派的，一个是噶举派的，还有一个不是喇嘛，是一个修得很好的在家人，他觉得修破瓦的人应该是越多越好，但是这个朋友后来就生起了烦恼。因为他说他的母亲本来是要让她更安全地往生善道，可是会不会因为有这么多不同教派的人修，让她神识混乱，然后迷路了？

**答：不会，应该不会的。实际上真的懂破瓦法的人不一定要很多，如果亡者她自己对破瓦法有一定的了解和训练的话，一两个人也确实会对她有很大的帮助。当然两三个人来给她念是有帮助的。**

**佛教里面四个人以上叫作僧团，三个人以下叫作个人，在任何时候僧团僧众的力量要超过个人的力量，所以用僧众来超度，比如说四个人超度当然是更好了。但是如果一些亡者，她本来不信佛，临终时看到这么多人来烦她，心里很难受，或者很不高兴，这样对她也是不好的，因为临终时的情绪是非常关键的。**

**所以，比如说自己的父母家人，如果确定他要走的话，我们在他的房间里面都不能放任何容易让他产生贪或嗔、不高兴的任何对境，都是不可以的。人也不要进去，这类的物质也不要放在里面，都是要回避的。所以如果他本身就是不喜欢，比较讨厌宗教的话，还是最好不要让他看到，在另外一个地方给他念，遥控操作，这样可能稍微好一点。**（慈诚罗珠堪布《问答摘录》）

问：顶礼上师！没有修持过佛法的老年病人，已处在临终中阴的阶段，他能够接受会破瓦法的僧人对他实施的破瓦法往生吗？

**答：首先要说一下什么是破瓦法，破瓦法是临终的人的最后选择。比如说他得了绝症，实在是没有办法活下去，这个时候他就用一个内在的修行方法，通过死亡——不是安乐死，是一个自己的方法，去走到另外一个地方。**

**佛教里面讲，人的身体就像一棵树，人的意识就像树上的一只鸟，现在树和鸟有一定的关系，但是有一天树有问题的时候，鸟可以飞走。飞走有很多很多的原因，其他人让它飞走，或者是它自己主动飞走……比如说我们生病了，身体就不能作为意识的载体，某一个关键的部位出了问题，这种时候意识也会走的，这个不是它主动地走，是因为载体出了问题它就走。另外一种情况，是身体没有出什么问题，但是它自己走。**

**破瓦法就属于后一种情况，是一个修行的方法，禅定的力量，把我们的意识强制性地从我们的身上，从我们人体分开来，走到另外一个地方，这样的方法叫作破瓦。破瓦这两个字是藏语，意思实际上就是搬迁、移民，从地球移民到极乐世界等等，这个叫作破瓦。**

**破瓦是临终的时候，比如说这个病人他从来都没有训练，从来没有修过的话，我们给他做这个仪式有没有用呢？要看给他超度的这个人的修行力度，如果这个人破瓦法的修行很有力量的话，那是有可能的；如果没有力量，那就不一定。但不管怎样都有一个好处，因为破瓦法里面有祈祷阿弥陀佛，也要念佛的名号，所以临终的人听到这些佛的名号，对他是有帮助的。**（慈诚罗珠堪布《问答摘录》）

问：如何在别人临终的时候用破瓦法帮助他们呢？

**答：破瓦法的前提条件是他自己有一定的训练。有些破瓦法会讲到成功的标志，最好是他不仅仅有训练，而且有破瓦法修成功的标志。对于已经达到这个标准的人，此时破瓦法是非常管用的；对于虽然没有达到标准，但是对破瓦法有一定了解的人，也有帮助；而对于从来都没有训练过、根本不知道什么叫作破瓦法的人来说，完全要靠超度人的能力，效果不一定很好，因为他自身根本没办法去配合，自己也不懂得怎样修，这就难。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：所以帮助他的人和他自己都要具备这样的条件才可能成功。

**答：是，主要是他自己。帮助他的人就是给他一个提醒：你要记住自己该怎么做。这些他本来也都知道，但是因为身体等各方面的原因，可能此时头脑不是很清醒，而且很多人对死亡也有一定的恐惧，一旦恐惧就有可能忘掉很多东西。在这种情况下就需要一个提醒，但主要还是要靠他本人的努力。**

**这时如果是通过破瓦法来提醒他的话，那就要给他念破瓦法。给他念破瓦法超度的人自己要具备一些条件。如果他不具备这些条件，只是按照佛教的法本去给临终的人念一念，可能也不一定有太大的作用。**

**这个超度的人最起码要具备三个条件：第一个是慈悲心和利他心，这非常非常重要。在去超度别人的这个时候，如果不具备其他的条件，只具备慈悲心和利他心这一个条件；而且出发点完全是为了帮助别人，没有任何其他的目的，这样的人，不管是有修行或者没有修行，在一定程度上都能够帮助到临终者，所以这个时候慈悲心非常重要。平时也是，假如我们没有禅定、没有智慧，但是有慈悲心的话，因为慈悲心的力量，还是可以帮助到很多人。所以超度的时候，必须要有慈悲心，越强大越好，这是第一个条件。**

**第二个条件，超度的人在整个超度过程当中，从头到尾一定要非常专心。如果他心不在焉、不专心，只是去念念仪轨，就不一定能够起到作用，会打折扣，所以这时候必须要专心。那么要专心什么？在破瓦法的仪轨当中有很多观想的东西，超度的人自己必须要把这些东西观想清楚，越专注越好，越清楚越好。这是第二个条件。**

**第三个条件，超度的人要有自信，自信非常重要。他一定要相信“我这个方法一定会帮助到他的”，必须有这样的自信；如果觉得“像我这样普普通通、没有修行的人，怎么能够超度别人呢？”这样没有自信，在很大程度上就会有影响，超度的效果不一定好。他这个时候一定要相信“我本人有没有修行都没问题，只要我按照佛菩萨的方法去做，这个方法本身就有很强大的力量，我现在不是以我的力量去超度，而是以这个仪轨、仪式和佛法的力量去超度，我一切都按照佛法的要求去做的话，就一定能够帮助到他。”要有这样的自信，要相信破瓦法仪轨的力量，这特别重要。**

**具备这三个条件的话，就对被超度的人有相当大的帮助。如果用破瓦法超度，就要这样超度。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：刚才您提到了破瓦法，如果现场没有合适的人给亡人念诵破瓦法，是否可以把电话放在亡人的耳边，通过电话让他听见念诵破瓦法的声音？这样的效果和现场一样吗？

**答：通过电话念破瓦法，也不能说对他没有任何帮助。但是通过电话念和在现场念的效果应该是不一样的。不过也许会有一些帮助，至少把电话放在他耳边，给他念一些佛的名号，这是有帮助的。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：我之前听说有人在临终时，听您念诵破瓦的录音就顺利地往生了。那么听念诵破瓦法的录音和在现场念的，两者力量一样吗？

**答：有没有顺利地往生不太好确定。但是听录音可以在他神识比较模糊、不知道要去观想什么的时候，给他一个提醒，他跟着录音去观想的话，对他会有帮助。**

**但这些都不如在现场念。因为录音机只有声音，不具备三个条件：第一，录音机没有慈悲心；第二，录音机没有自信；第三，录音机也不会专心。所以这不一定很好，但还是会有帮助的。在没有其他人的情况下，录音机、念佛机这些都有帮助。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：请问给临死者听上师的破瓦法录音有利益吗？亡者头顶放的转经轮和《般若摄颂》法本，被亲友用盒子装着与骨灰盒一起放进墓碑里了，这样如法吗？当地人也不信佛法，亡者生前信奉观音，听《往生助念仪轨》。

**答：临死之前上师念的破瓦对他有利益。无论如何成就的上师们，听到他们的声音也有利益，听到他们念的录音也有利益，绝对是有利益的。亡者头顶放的传经论和《般若摄颂》法本被放进了墓碑里面，放在墓地里面应该可以。因为我们不是故意不恭敬转经轮，不恭敬法本，而是想让转经轮和法本长久的利益有情，放在这个地方可能周边的有情也能得到利益，这样想的话肯定是可以的。**（生西法师）

问：为亡人念破瓦法需要念49天吗？

**答：如果能够念是最好的，49天中每天都能念一次破瓦，非常好。**（生西法师）

## 助念往生

问：我有一个问题：我的家人不信佛，而且也明确地表示过，在去世之后，不愿意用佛教的仪式来办理后事。那么在这种情况下，他们去世之后，我还要坚持为他们做这些佛教的仪式吗？比如助念这种类型的仪式。谢谢堪布。

**答：如果家人反对，像助念这种要请人到家里去念佛的方式，可能就不太合适了。你没有按照亡人的意愿去做，违背了他的意愿，这样其他的家人可能会不太高兴。我想如果是助念这些比较明显的活动，最好还是不做了。但是，不管他们接受还是不接受，无论怎么样，你帮亡人做一些佛事，这是应该的。你可以到他们看不见的地方，比如庙里去做，这样也不会导致他们不开心。另外，无论你在家里或其他地方做，对亡者来说都一样有效果。人走以后你就只能做这些，所以肯定要做。他之前是因为不了解，所以才会拒绝；如果他了解的话，他肯定不会拒绝的。所以你要做，但是不要在家里做，而在其他地方做，我觉得这样比较合理。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：之前您说过临终人的神识最好可以从头顶的位置出去，而助念的人对临终人会有一定影响，那我们去助念的时候是不是要注意一下所站的位置呢？

**答：对，显宗的经典当中也有这种说法。人的意识在离开身体的时候，最后从身体的哪一个部位出去，这与他下一世的投胎有相当大的关系，所以尽量让意识从头顶梵穴这个地方出去，这是最好的。**

**我们学佛的人比较重视下一辈子。从生命轮回的漫长过程来看，一世、二世、三世……两百年、三百年、五百年……这些只是一个非常渺小的时间段，根本算不上什么。但我们临终时的某一个行为，包括身体的姿势、一举一动，都有可能让临终者下一世走得非常不好，但也可能让他下一世、两世、三世，甚至两百年、三百年当中走得特别好，都有可能。所以，临终时的所有这些对他来说都是非常重要的，因此我们需要临终关怀。**

**佛教的临终关怀在最后一刻时，超度的人、助念的人一定要非常认真地对待，因为这对亡者来说非常重要。也许一百年、两百年在整个轮回过程当中不算什么，但是对一个人来说，一百年、两百年也是一个很漫长的过程。如果走得不好，那他在这么长时间当中就会面临很多的痛苦。所以临终时，超度、助念的人一定要非常认真，非常用心、专心地去做。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：如果想帮助他从头顶的方向出去，助念的人是站在他的面前还是头顶的方向呢？

**答：密法里讲，为了让亡者记住从头顶的梵穴这个地方出去，超度的人要站在他头顶的方向念，因为头顶这边有声音，他的心自然就会专注到这边。《西藏度亡经》也讲，在这个时候不要去碰他的下半身，比如脚趾头或者腿，否则他的心又往下专注，这样他的神识就不能从梵穴出去。所以这时人要站在床头，而且为了提醒他从上面出去，有必要时可以拍一拍他的梵穴或者抓住头发揪一揪，提醒他从这个地方出去。如果他之前有一定的训练，此时的这些都对他有帮助。当然，如果他什么都不懂的话，这些行为对他来说可能没有什么帮助，但是也没关系，万一会有帮助呢！所以也要这么去做。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：拍亡者的头顶或者揪头发会引发他的烦恼或痛苦吗？

**答：不会的，不会烦恼痛苦的。因为这个时候不仅仅是拍一拍头，还要告诉他、提醒他，要大声地给他讲：“你要从这个地方出去！从这个地方出去，你就能够往生到西方极乐世界”等等。这是给他提醒，所以不会有烦恼。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：灵堂布置好后，我们请人助念，应该以什么样的内容为主呢？

**答：在藏传佛教，尤其是密法里面，助念的仪轨非常多。但是如果这些仪轨还没有翻译，可能会用不上。**

**但是我们可以给亡人念《般若心经》《金刚经》，这些经大家都知道；还可以念《三十五佛忏悔文》，这个非常非常重要；另外，《普贤行愿品》里讲了很多回向往生西方极乐世界的内容，里面有很多菩萨的心愿和愿力，念这个也非常好。**

**在这个基础上可以念佛菩萨的名号。索达吉堪布编写了一个给临终人念的法本，里面有很多佛菩萨的名号。我们平时放生时用的仪轨里面也有很多佛菩萨的名号，还有很多咒，像不动佛的心咒等。不管是放生动物也好，为亡人助念也好，这些咒和佛菩萨的名号是从所有佛菩萨名号当中筛选出来的，是最有加持、最好的。**

**当然，佛菩萨的名号都非常好，但是佛经里有记载这些咒或佛菩萨名号对亡人、动物或者某些人会特别有效。佛经里有记载和证据的这些佛菩萨的名号都在这个放生仪轨里，拿这个给临终的人或亡人念，是最简单的超度方法。**

**另外，《西藏度亡经》里有很多中阴救度的仪轨，念这些仪轨也是非常好的。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：助念的时间要持续多久？

**答：助念的时间要看情况。如果条件允许，七七四十九天当然是最好了，而且如果能够二十四小时不间断，那就更好了。**

**但是七七四十九天，二十四小时，可能比较难。那就看能不能念一个或者两个七天；如果没办法念一个星期，就三天、五天，至少头几天要念二十四小时，这样最好。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：就是不间断地轮流念吧？这其实也牵涉到了如何组织和安排助念工作。

**答：是，这个要安排好。助念不是谁想助念就能助念，比较规范的助念首先要给助念的人做个简单的训练，大家要学一下怎么去助念，这样超度才比较如法，对亡人也有一定的帮助。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：即将去世的人如果有严重的听力障碍，比如耳聋，我们给他助念到底有没有效果？

**答：有效果。我们给人或者给动物助念时，最好他能听得见。如果能听见的话，他会获得两方面的受益：一方面，他听到之后，内心当中会生起信心，自己也会努力，等等。**

**另一方面，我们用慈悲心给他助念，咒语和佛的名号的力量是存在的。从这个方面讲，即使他听不见，那也有用，对他有帮助，所以不能放弃。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：如果临终者和助念者分别来自于不同的地域，比如临终者是一个外国人，而让中国人给他助念的话，这样有没有效果？

**答：如果这个时候要给他讲一些临终的或者是中阴的注意事项，可能需要翻译一下；但是如果念佛的名号或圣号，有语言障碍也没关系，他听到就可以了。当然最好是找个翻译，告诉他：我们要给你超度，你也要努力，你要如何去想……简单地说一下，然后我们念仪轨就可以了。**

**另外，我刚才提到的在中阴身的时候要怎么去做，如果要做这个指导、引导，那肯定需要翻译，如果有语言的障碍可能就没有太明显的效果。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：对于亡者来说，我们大声地念佛号和小声地念佛号，哪个效果好？

**答：只要他能够听得见就可以。在这个房间里面，正常情况下一个活着的人能听到的音量就可以了，不需要太高，也不需要太低。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：人死了之后他的六根已经不起作用了，这个时候我们所助念的内容会对他有用吗？

**答：这中间有一个昏迷的状态，这时候无论有没有语言障碍，他确实都听不见。但是我刚才讲了，给他念佛或行善念经，有两方面的帮助：一方面，因为他听得见，知道怎么做（如果他听不见，可能就没有这方面的帮助了）；另一方面，任何时候我们以慈悲心给他念，然后回向，都是有帮助的，他可以获得这方面的帮助。**

**有些人在昏迷的状态当中停留的时间不是很长，一两个小时就出来了，而有些人需要一两天，这确实不太好把握，所以我们要认真地去做。如果这个人比较了解中阴的修法，我们给他助念的时候就不要只给他讲一次，比如每隔一个小时再重复一下，这样可能比较保险。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：就是持续一段时间，不断地去提醒他。

**答：对。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：一些朋友说到助念都挺没自信的，都觉得自己没什么修行，说：“我去了会不会打扰临终的人？我去了有什么利益，能帮助到他们吗？”后来就没有去参加超度。

**答：有一个问题是值得注意的：任何一个人在中阴时都有一个天生的小神通，能够知道给他超度的人在想什么。当我们到亡者身边去给他超度念经时，如果我们心里有了不清净或者什么不好的想法或念头，对他是有伤害的。**

**他知道这些本身没有问题，但知道以后他会产生烦恼。平时的烦恼以及行善、造罪的影响，与人在中阴身时行善、造罪对他的影响是完全不一样的。所以在中阴身的时候，一个好的念头有可能决定他好的未来；一个不好的念头也非常有可能决定他以后很长很长时间的痛苦。他的未来会由此而决定，所以这时一定要注意。**

**除此以外，即使你没有太高的境界也没问题，只要是为了利他，有慈悲心，并且相信佛菩萨的力量，那么给他念佛的名号和各种各样非常有加持力的咒语，对他一定有帮助。这个时候不需要去想“我没有这个修行的境界、没有觉悟，我帮助不了他”，不需要这么想。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：有一颗利益他的心，然后充分地相信佛菩萨的加持力和经文本身的力量。

**答：对。**（慈诚罗珠堪布-《慧灯问道》）

问：修往生法，一说平时要发愿，临终时没有人打扰，结金刚跏趺坐具三想往生；一说要道友们助念，是否矛盾？

**答：道友们助念不是打扰。道友们助念是帮助、提醒我们生起正知正念，临终时有道友助念是很幸福的事情，是一个福报具备的体现，这不能叫打扰。如果自己有足够的能力，一个人在家里面修法就走了；如果没有这个能力，有道友们助念，同时一起念仪轨或带着你念佛，这都是可以的。因为临终的时候情况不同，有些可能是临终的时候自己修破瓦就走了；但也有可能在临终的时候你是躺在床上没办法修的，这种情况就需要道友助念。所以情况不同，要看当时具备什么样的条件，具体处理就可以。**（生西法师）

问：如果临终时出现昏迷，想不起来往生法时该怎么办？

**答：前面讲过需要道友助念。你自己都昏迷了，就只有依靠其他道友的帮助。但是昏迷了是不是就完全不行呢？到中阴的时候还有一些机会，所以有好几个时间段是比较有利的。对我们解脱来讲，在还没有死之前，在修行打坐的时候证悟心性；还有就是临终的时候通过祈祷阿弥陀佛，或者修破瓦往生；还有在中阴的时候等等好几个地方都可以。**（生西法师）

问：如果未修完往生法就昏迷了怎么办？

**答：和前面一样，剩下的事情交给道友来做，或者在中阴的时候再看有没有机会。没有修完就晕倒或者昏迷过去了，如果平时修得足够多，在临终的时候，虽然没有想起来修，但是在死之前你的所有善根会牵引你到极乐世界。虽然你没有做什么，但是你所有的力量已经确定了，也就自动地可以去想。因为这个业类似于变成了一种决定业，如果在临终的时候没有生起太大的颠倒想，在那种情况之下，这种业就直接把你牵引到极乐世界，比如我们念《普贤行愿品》就是这样的，愿我在临命终时往生极乐世界等等。如果发的愿力把所有的善根摄持了，每天都回向，然后你死的时候自动就去了，所以这也是一种。其实还有很多，对我们来讲有很多解脱的可能性。临终的时候自主的修，还有如果昏迷了修不了，现在平时我们所做的任何准备，所有的善根回向，都会在中阴时候成为重业，自动牵引我们去向极乐世界。**（生西法师）

问：我们这边已经有一个汉传佛教徒的助念小组，他们已经助念过很多次了，非常有经验。上一次在跟他们一起助念的时候，发现几个问题，不太明白。首先他们只念阿弥陀佛的佛号，而且他们有一种说法叫追顶，意思就是说快到24个小时的时候，就是看死者的脸色是怎么样，或者是摸他的身体是哪个地方热。如果觉得不是头顶热的话，就是没有往生。就要全体大声的一起，帮助他赶紧爬上去。还有他们会去捏死者的手、脚，看看是不是柔软，还会看他的脸色好看不好看。另外他们还常宣传火化以后的什么瑞相，比如说烧出了一把钥匙来，还有几颗舍利。还有说头盖骨是粉色呀，还有就是拍照的时候，会照上莲花等等。在10多个小时的时候，还让他的子女跪在床前，跟他说话，比如说请您放心，请您往生净土去。弟子不明白，助念如果我们按照这个上师制作的《生死救度》的仪轨，我们念24个小时，还是念多长时间？能不能够动这个尸体？是不是可以让他把脸露出来？有必要去检查他的身体哪个部位热吗？《生死救度》的仪轨念完一遍，就再一遍再一遍不停的换人，只是念这个仪轨，还是说念多少遍仪轨之后，就只是念观音心咒？

**答：在助念的时候，各自的传统不一样，汉传佛教有自己的助念的仪轨及传统。只念阿弥陀佛，对亡者也有很大的帮助，肯定是利益非常大的。然后需不需要去观察，需不需要追念呢？他们自己的传统当中有他自己的安立。那么大恩上师编的《生死救度仪轨》，也是通过智慧观察之后，编辑的加持力很大的一种仪轨。其实需不需要24小时念，还是怎么样念，这要看助念者的时间和精力，因为有些团体是专门的助念团，就是助念的，也没有其他事情做的。这样如果有时间精力，当然不断的念24小时换班的念，是非常好的。但是如果说有很多学习、工作的任务，还有很多很多事情，就没办法24小时间念，这就看时间安排，能够有多少时间，就安排多少时间给他助念。助念时需不需要把脸露出来？上师说在助念的时候，最好不要把脸露出来，最好是把他的脸挡住。以前也是这样开示过的。然后也不需要频频的去观察、去探测。如果其他道友助念团体，需要去观察是否往生，或者是比较关注有没有瑞相。当然有可能是为了让其他众生生信心，有成功事例的话，可能大家更容易起劲地念，其他的人可能更加容易产生信心。本身来讲的话，没有不对的地方，发心贤善都是正确的。但是大恩上师也没有说一定要刻意的去观察怎么样。如果的确有，记录下来也可以。但是，如果我们把所有的注意力放在观察是否有瑞相，好像有瑞相，大家的信心暴增，相反念了之后没什么动静，慢慢慢慢就不想念了，就失去信心，也没有必要。那么我们能不能够把一个众生超度到净土中去，团队的力量很大，但有的时候毕竟凡夫人的力量也有限。所以我们在助念的时候，也不要刻意定个目标：一定要把他超度净土，否则怎么怎么样。我们就是尽力去念。这个过程当中，心是很重要的，善心、菩提心，或者自己闻思的过程当中一些见解融进去的话，这样去念是很重要的。所以按照上师编的仪轨，可以不断的念仪轨，也可以在中间加一些佛号，加一些观音菩萨的心咒，这样都是可以的。因为不同的地方，操作时也有不同的情况。有的是念仪轨的中间念很多的佛号，或不断的去换着念仪轨也可以。仪轨也好，佛号也好，加持力都是非常大的，看情况去做就行了。**（生西法师）

问：有位老人去世时有助念约11小时，且有头顶温热的瑞相，然而办丧时，信佛的师兄没能阻挡家人请道士作法且杀生、未能食素，丧宴也多是荤食，记得《地藏经》里说过此举无利亡人，但结罪缘转增深重，请问对此该如何补救？

**答：因果是很微细的。前面念了这么长时间，在这个过程中这个老人是否已经往生了？如果已经往生了，后面再请道士做法杀生也好，或者丧宴是荤食也好，可能没有大问题。如果还没有往生，有可能会受一些影响。如果要补救，只有再交一些钱请僧众念一些超度的仪轨，或者念佛号、菩萨名号等等，可能比较好一点。**

**因为事情已经出来了，但是具体来讲他到底是否已经往生，我们也看不到。如果已经往生了，后面就问题不大了；如果没有往生，对他可能有影响，也许有，也许没有。如果要补救，就多给他放一些生，然后念一些佛号、咒语等等，这方面做一些补救也可以。**（生西法师）

问：请问身上带加持品，比如般若摄颂挂件，去给亡人助念时要拿下来吗？还有给家里亡人磕头时也要拿下来吗？如果不拿下来损亡者的福报，有这种说法吗？

**答：这个不需要拿吧，给亡人助念的时候如果带了可能力量更大一些。《金刚经》当中也讲了“般若所在之处即为是塔”。一个塔去超度那力量很大，应该超度力量更大，应该不需要拿。**

**如果给家人磕头的时候倒要注意一下，因为它和超度亡人还不一样，那个时候拿下来也可以。拿下来还是好一些吧，应该是这样的。**（生西法师）

问：法师您好！请问法师，我们道友之间的亲人或者朋友去世了，道友在网络上请大家念诵观音心咒回向给道友已故的亲友，这样做的话已故道友的亲朋好友岂不是欠下了念回向给已故者的道友的债吗？这样对已故的亡灵好吗？

**答：其实并不存在欠下给他助念人的债。不管怎么样，我们给他们助念，对方虽然得到了利益，但是不算是一个什么债。**

**因为在佛经、论典、窍诀当中开示的时候都没有说，如果我们给别人助念，被助念者就欠了助念的人的债，没有这样讲。所以，没这样讲的话，应该是没有这样一种问题，没有这样的过失，只会对被助念的人有利益，有很大的利益，而且念诵的人也有很大的利益。因为念诵的人如果能够发起善心，给这些死亡的人念诵超度的话，按照《地藏经》的观点来讲，念诵的功德好像是亡者得三分，念诵者得七分，念诵的人得到的功德比亡人得到的功德还要大。所以从这个方面讲，当然不会有什么过患，只有利益，对两方面都有利益，没有任何的弊端。**（生西法师）

问：临终助念一般都是四字佛名可以吗？还有临终助念仪轨，可以给在世的人或者是病危者念诵吗？其中的中阴愿文里面的超度名字怎么念？

**答：关键是临终的时候，能够想得起来念，不管是想得起来念阿弥陀佛也好，还是想得起来念南无阿弥陀佛也好，都是非常非常好的，不管念哪一个都是可以的。**

**如果是我们自己要超度的时候，将亡者的名字加进去念，也可以。**

（生西法师）

问：如果助念时，亡者身体两三天之后气味很大了，怎么办？可以放在冷藏柜里面吗？感恩法师！

**答：一般三天神识基本上会离开了，所以如果没有大必要的话就不要放在冷藏柜，因为假如他自己的神识还没离开的话，有可能对他的往生会造成一种障碍。大恩上师以前也开示过，还有些大德也开示过，要是气味很大，如果能够点点香的话，那么用香气压压也行，如果实在气味太大了，大家都受不了，没办法的话，在助念的时候再看情况而定。**（生西法师）

问：弟子老家偏远地方的乡亲就如堕入边地一样的，所以想结缘一些挂坠和助念仪轨，回去让那些多少懂点法的人发心助念，心想只要种点善根，边地迟早也会开花结果的。可是又怕乡亲比较现实控制不了自己，偷偷收取钱财，但不这样很难种下佛的种子下去，几乎都没几人学佛，也没条件学佛，网络也不懂。法本都请好了，就是纠结一直没发出去。

**答：如果这样，我还是鼓励应该发出去。**

**其实我们自己在这些佛法兴盛的地方，谁能控制会不会有人偷偷地收钱？这些我们也控制不了。所以从这个方面来讲，如果有些个别人想要偷偷地收钱，这个方面有时也没办法，但是如果因为有几个人可能行为不如法，而没有把佛法更广大地去推广出去的话，是弊大于利，得不偿失。**

**我看到这个情况之后，当然我是非常支持马上把这些发出去，挂坠也好、助念仪轨也好，发出去让更多的人来和佛法结缘，更多的人来了解佛法，不管怎么说，只要我们发心清净善良，我们不是为了让他们去造业，而是为了让更多的人来接触佛法。至于做了之后的效果怎么样，不必太过于看着它的结果，只要自己发了心，把该做的做了，之后慢慢去引导，也许它就真正开始播种，然后生根开花结果等等，都有可能。**

**不管怎么说，还是应该把这些请好的法本发出去，把这些挂坠结缘出去，让更多的人和殊胜的佛法结缘，这就是我的建议。**（生西法师）

问：请法师讲解一下助念与超度的区别。感恩法师，阿弥陀佛！

**答：二者之间有时也没有什么差别。只不过要看超度怎么定义，如果按严格的定义来讲，必须要把亡者超度到善趣或者超度到净土，它是一个果，这种果对念者的要求和亡者他自己的要求都比较高。如果我们去念经、念超度，真正把这个人超度了，当然需要很大的功德，它的果也是很明显、很殊胜的。但是助念不一定，我们助念利益亡者时，有可能能够把对方超度，有可能超度不了，但是不管能不能超度都是有利益的。**

**严格意义上的超度，是从果的角度来讲。如果不是那么严格意义上的超度，可以把助念本身当成一种超度的法事，虽然我们超度不了他，但是我们去做超度，名义上也可以这样讲。所以一个是属于它的果的角度来讲，一个是属于它的因，也就是我们正在做的善法方面、对众生有点利益的这些方面讲。能不能做超度？这不一定。但是利益有没有？利益一定是有的。**

**助念和超度之间，有些助念能超度，有些助念不能超度。超度有的时候是已经超度了，有些时候是我们做的这个事情本身叫超度，从这两个方面来区别的。**（生西法师）

还可参考：

生西法师《前行》辅导笔录第106课：**【**

**我们一定要把定义搞清楚。助念和超度亡灵是两个概念。我们不能保证自己就可以把亡者超度了，但是可以去做一些帮助，并且有能力去做一些帮助。亡者在中阴身时需要佛号，我们就给他念一些佛号。以前慈诚罗珠堪布也讲过，我们在给别人念仪轨时有点不自信，“我们凡夫人念这些有没有用啊？”上师老人家也说，虽然我们自己是一个很差的凡夫，但是仪轨本身法的力量是很大的。只凭自己去做肯定是不行的，但是我是以佛号、清净的仪轨超度，我们要相信佛号和仪轨的力量。**

**我们是去给亡者提供帮助的，不是去超度他的。超度的标准很高，但是提供帮助是完全可以的。没有说不能给亡人提供帮助，“你没有登地，所以连念仪轨都不行，念佛号、心咒也不行。为什么？因为你是一个凡夫人，语言不清净，谛实语也没有。”我们没有说一定要把亡者超度到哪里，而是给他提供帮助。**

**而且很多时候不是我一个人，是一个团队。无垢光尊者在《心性休息》中讲，居士团体也叫小僧团。所以一个团队去超度，用大家共修的力量、僧团的力量，对亡者的帮助就更大了。如果念的时候我们发心很好，亡者业力也不是那么重，就有可能直接超度到极乐世界。即使超度不到净土，但是我们提供了可以提供的帮助。在当前情况下，我们就能够提供这么多的帮助，我们尽力去做了应该做的事情。**

**助念时，我们很关心有没有验相，是不是已经超度到净土去了？拍几张相片好像有光环，这是不是验相？其实我们是提供帮助的，只要认认真真地念了，他往生也好，没有往生也好，我们提供的帮助就是这么大。**

**只要我们认认真真做了，心态还是应该平和，否则每次都想：助念后一定要有验相。是不是往生的验相我们不知道，也很难去判断。经常带着这种心态去念，心态就不平衡，总是觉得如果有验相，自己就有信心；如果没有验相，就觉得很失败，总是带着一种目标去念。**

**当然，谁不愿意把他超度到净土去呢？都愿意。我们都是乐于见到我们所超度的、所助念的亡者真实地往生极乐世界了，那当然非常好。但是我们是来提供帮助的，是助念。发最大的心，最清净的心，很认真地念，尽量不去胡思乱想，就认认真真地念，尽到自己的力量。在念的时候，一心一意地祈祷阿弥陀佛从极乐世界下来，接引亡人。我们呼唤佛菩萨，我们祈祷。因为这个亡人当时可能已经迷糊了，忘记祈祷了，这时我们来帮他祈祷阿弥陀佛降临到这里把他接走，让他往生。给亡者做一个提醒，如果恰好他在这儿的话。因为中阴身没有粗大的身体，跑得非常快，一下子就跑到其他地方去，根本很难停住。如果他在这儿，我们给他提醒，他可以生起正念，可能直接就往生了。**

**超度亡灵，圣者有不共的力量：禅定力、天眼神通、证悟空性的力量。一旦证悟了实相，智慧和能力都是不可思议的，善巧方便很多。他们有他们的超度方法，有能力真实超度亡者。**

**但是我们也可以做。即使是一个人，没有团队（今天这个团队大家都很忙），就我一个人去也认认真真地念。我是为了利益亡者，把《生死救度》拿出来，认认真真地呼唤，呼唤阿弥陀佛、观世音菩萨、莲花生大士，请他们来帮助亡者。通过自己的力量去念一些对亡者能够提供帮助的佛号、心咒，这没有什么不可以，而且也是训练自己。**

**华智仁波切在后面讲，“于他垫上净己障”，就是在别人的垫子上清净自己的业障。为什么？因为自己的心很清净。我坐在别人的垫子上，给别人念经，此时清净的也是我的罪障。还可以给亡人提供我可以提供的帮助。并不是说“我是凡夫人，不是初地菩萨，不会念。”再找一个人，“我也是凡夫，也不会念。”大家都是凡夫，都不念了，那上哪儿去找一个初地菩萨？很难找，这属于超度亡人的高标准了。**

**但是我们可以而且也应该提供帮助。亡者的家人很痛苦，需要有人提供帮助。我们作为佛弟子，能够提供的帮助就是念中阴身需要的佛号、咒语，发菩提心。如果念诵的每个人都生起慈悲心、很柔软的心，中阴身的亡者在接近时会感到很温暖，能够得到一些加持。如果家人为了财产争吵，他内心会很痛苦，很容易产生嗔恨心。**

**如果大家助念时，都齐刷刷地生起清净的心——就是为了利益亡者，心和心会产生感应的。如果我们发起的是很柔和、很慈悲的心，可以感染他，他可以得到力量，得到加持。再加上在这个心态中念佛号、心咒，念有加持力的仪轨，对他肯定有帮助。而且后面还要念普贤行愿品给他作回向，亡人毫无疑问地会获得利益。**

**我们不相信自己，也一定要相信法的力量，相信仪轨的力量。仪轨是有力量的。自己可能烦恼粗重，但在念仪轨时，尽量认认真真地念，让自己安住在法的状态中，给他帮助。时间一个小时或半小时，有时十几分钟。不管怎样，认认真真地去做就行了。**

**应该这样做个分别。**】

问：请问前去助念，是否必须需要吃点东西结缘？

**答：要看情况而定，不同的地方情况不同。有些地方佛法本来就很兴盛，他们的家人也很支持超度，也很懂规矩，所以他们就会主动送很多东西。但有些地方，我们去做助念超度的时候，他们的家人可能本来就不太相信佛法，如果一大群人来吃吃喝喝，他们就觉得是不是找了一群人骗吃骗喝，是否超度看不到，但是看到家里水少了不少，或者苹果少了不少，他们就盯着这方面。有些时候可能不一定有这方面的想法，但如果是这种情况，有些道友去助念，可能连水都要自己带。**

**总之情况不同，他们家里人愿意供养一点水，当然是最好的，但如果条件不成熟，可能他们本来就很勉强地接纳你们去助念。如果大家都自己带水，自己带吃的东西，都不动他们家里面的，他们可能会觉得你们是真实地在助念，也许会接纳，如果那时候吃他们家里的东西，可能就会让亡者的家人有其他想法。所以要看情况而定，不能够一概而论。**（生西法师）

问：请问之前说最好得一些亡者的东西，这样可以和亡者结缘，对帮助亡者有益。但是按照今天这里的讲法，好像最好不得亡者的东西，感觉不是太好把握？

**答：一般来讲，如果你去喝一瓶水，亡者也不会什么样想法。然后你喝一瓶水呢，也不会觉得捞了一个什么东西一样的。结缘可以是比较简单的东西，比如去助念的时候，喝一点亡者家里面提供的水，这样其实就已经结缘了，可能亡者不会有什么执着，你自己也不会有什么执着，借这个避免课程里面所讲到的一些过患，既不会感觉忐忑不安，又和亡者结了缘，这样的方式是比较好的。在佛学院，有时候在班级里面也会超度很多，像山下交上来的超度，或者有些时候佛学院道友去世的时候呢，也会买一些食品，有时买一包辣条、饼干，发一个果冻或者几颗糖，这样道友没觉得今天大赚了一笔怎么样，也会吃了，有些道友反而不敢吃，就觉得这个糖应该怎么办，有的就想供到佛面前，觉得这个很恐怖，所以有的时候会动员“吃吧吃吧没事没事，要吃颗糖和他们结缘，不会有大问题。”所以道友们去超度的时候，如果没有什么东西呢，也是就喝点水，这些其实问题不大。**（生西法师）

问：顶礼法师！我们地方菩提小组准备在YY上每个月念一次上师仁波切所造的超度助念仪轨。我想请问法师，如何做才能更有利于亡人？假如收到了50个亡者的名单，是不是主持人要念每一个亡人的名字？还需要怎么样为他们回向？请您开示，感恩法师！

**答：最能够利益亡人的话，一方面来讲要产生很清净的心。我们首先要知道亡人的状况，如果我们不知道亡人的状况，就没办法设身处地的去想。就像我们观想如果我们处在这样的状态当中，我们会非常非常希求别人给我们念诵超度仪轨，所以，第一，我们要知道亡人是非常渴望得到这个加持的，他是非常非常痛苦的，我们知道之后，就尽量产生清净的心，然后通过慈悲心摄受、通过菩提心摄受、通过清净心摄受去念诵，这样利益最大；第二，在慈悲心的基础上要具有信心，对于仪轨本身、对于佛菩萨的加持本身产生信心；第三，念诵的时候尽量专注，把仪轨念好，这方面比较重要。当然如果我们能够随文入观，能够理解这个仪轨的意义，一边念诵一边能够观想意义，那就是很圆满的。如果有空性正见，如果有一些比较高的见解，以见解来摄受，这样也是比较好的。**

**名字很多的话，可以在这个过程当中停一停把名字都念完，有些时候可以说是谁谁谁等，通过“等”字的方式来进行略过。如果担心用等字没办法圆满，觉得内心当中有点疑惑，我们就停一下，把名字念完也行，因为可能一下子收到很多名单的情况也不一定会多次出现。如果我们觉得每个名字都应该念到的话，那我们就把名字念完之后，再继续往下走；或者觉得时间不够，我们就说谁谁谁等，这些所有的多少多少众生需要加持需要超度，这个也可以。其实只要内心当中作意、观想到了，这样通过法的加持力也能够利益所有的众生。有些时候在佛学院念经的时候，是这边在念诵仪轨，那边专门有个人念诵名单，把单子上面的名字都念上。如果我们在过程当中有时间能把这些名字都念完的话，当然念一下是比较好的。**（生西法师《学会传法上师——索达吉堪布介绍》问答）

问：我听说为亡人做助念往生的，但他的冤亲债主会跟着你回来，我一直不明白，也很害怕，祈请法师开示帮助解答一下，谢谢。

**答：其实替亡人做助念，亡人解脱之后，冤亲债主怎么可能跟着自己回来呢，一般来讲是不会的。**

**我们在给亡人做助念的时候是发了一个善心，而且我们在助念的时候也有很强烈的佛号或者心咒的加持，没听说过我们如果帮助亡人往生了、解脱了，他剩下的冤亲债主跟着我们回来，这是不会的。**

**所以，我们也不用害怕。如果真的有这样的情况发生，佛陀在经典当中、大恩上师在正法的宣讲中，早就明确地宣讲了有这个副作用、那个副作用，我们应该注意，我们应该怎么样去对治。没有这样讲过，所以说这种情况是不会发生的。**（生西法师《普贤行愿品》答疑）

问：请问破了密乘戒的人往生以后我们可以给他助念吗？

**答：从慈悲心的角度来讲可以给他助念。但有的时候要注意，因为真实破密乘戒的过患是很重的，虽然从一个角度来讲他也需要帮助，很可怜，但是他的破戒的过患、沾染其他人的过患的力量很大，所以可以给他助念，但需不需要在现场，这个还不太清楚，因为有一定的危险性。**（生西法师）

问：为亡人助念时能不能围着亡人转绕？

**答：围着亡人转绕的必要性不大。转绕主要是转绕佛塔、佛像。如果上师们、证悟者圆寂，我们可以去转绕他，因为这样可以产生功德。一般的亡人、普通人，没有转绕的必要性。很多地方也没有说转绕亡人，我们围着他念就行了，他能够听到念诵就行了。**（生西法师）

问：前两天弟子的一个叔父去世，他本人及家亲眷属都不信佛，而且比较排斥。弟子在相似菩提心的摄持下，在叔父遗体旁念了一遍大恩上师造的助念往生仪轨，在念诵过程中，念珠突然散落于地，过段时间旁边的花盆又倒向弟子，弟子不知做得是否如法？该不该在不信的人群中念？

**答：念诵过程中念珠散落，还有花盆倒了，这可能是各式各样因缘，我们也不知道具体到底是什么原因。但可以肯定的是，通过菩提心摄持念一遍往生仪轨，肯定是非常好的。因为通过善心、菩提心摄持，为了利益亡者，给他们念《助念往生仪轨》，非常好。**

**不信的人群中该不该念呢？也该念，真正得利益的是这个亡者。如果他们强烈反对，让自己没办法念下去，这就另当别论了。可以找一个偏僻的、稍微清净一点的、稍微远一点的地方，把它念完。如果他们虽然排斥，但不是那么强烈反对，还是应该在不信佛的人当中念，不管他信还是不信。自己通过菩提心念诵仪轨，对亡人肯定有利益。从这个方面来讲，不信的人群当中也应该念。**（生西法师）

问：可以为已故的信奉基督教的家人念诵颇瓦法和助念仪轨吗？

**答：不管信什么教的人，即便是一个恐怖分子死了，我们也可以给他念颇瓦法，不管他生前信什么教。当然如果他不愿意或者受到了一些阻碍，没办法念了，另当别论。原则上来讲，任何人都可以通过给他念颇瓦的方式来助念，旁生死了也可以，其他的人死了都可以。因为颇瓦法和助念仪轨是佛菩萨的悲心和智慧形成的文字，我们念的时候，其实是通过佛菩萨的功德加持，只不过经过我们的口念出来，形成一种缘起力来帮助他们。我们念的这些仪轨都是佛菩萨的智慧、悲心形成的，在文字当中就已经带了佛菩萨的智慧、悲心和愿力，所以念了就可以帮助他们。**（生西法师）

问：念诵助念往生仪轨声音过大有过患呢？如果有，有没有教证或理证？

**答：有没有过患看情况。如果声音过大影响了别人，别人对你生起的一些不好的心，这就有过患。但是如果不影响，就像佛学院一样，佛学院超度往生的时候大喇叭在放，整个山谷都听得到，那你说有没有过患？声音越大越好，这种情况没有过患。如果一定说有过患，那有可能是吵到邻居了，或者让别人不舒适了，让其他的人感觉干扰了，这个有过患。如果在这种场合当中，声音要适量，不要吵到旁边邻居家。如果没有这个考虑，声音大一点，其实更有力量，大声地念出来的时候我们的心力可以被激发出来，因为默默地念有的时候容易被压抑，但是如果敞开念，声音很大，我们内心的那些激情、慈悲心、信心、帮助众人的信心等都可以被激发，这是很好的。但是如果干扰了别人，那就要看了。如果有过患，也是这方面的过患。**（生西法师）

问：为什么读诵时必须念南无甘露王如来、南无智炬如来等佛菩萨的名号？

**答：因为有些佛专门发愿救度亡者，所以念他们的名号对亡者特别有用。为什么这样呢？虽然就是一个名号，但是这个名号当中蕴含了这些佛的加持、证悟、慈悲、他们的能力。看起来就几个字，就是一个名号，但是这个名号相当于密码一样，它蕴藏着巨大的信息量。念了之后，自然而然就能够利益众生，佛早就已经加持过这个名号了，所以我们一定要念。**

**当然所有的佛菩萨都有这个功德，但是其中有一些佛菩萨他们专门加持过自己的名号，比如观世音菩萨、阿弥陀佛，专门加持自己的名号，“谁念我的名号一定会赐予他什么”；莲花生大士说“谁念我的名号、咒语，我就遣除他外内密遇到的违缘”；文殊菩萨说“谁念我的名号我就给他智慧。”所以这些是专门加持过，有些佛加持是对恶趣众生特别有利益，有些是对亡者特别有利益。所以我们要念这些佛菩萨的名号来帮助他们。**（生西法师）

问：弟子平时助念比较多，平时有时候没有时间为佛学会要求助念的亡者专门念观音心咒，那弟子可以用平时念的经、做的功课代替观音心咒回向给那些亡者吗？

**答：有些时候专门念一些观音心咒也有必要。如果要求给他们念观音心咒回向，就念一些。如果实在没有时间，当然自己所念的这些经咒，把功德回向给他们也可以利益他们。因为功德做了之后，怎么用都可以，并不是说用到一个地方，别的地方就不能用了，这时可以普遍的回向。当然有些时候，如果这样做我们会觉得心不踏实，有时间的情况之下，还是专门念。上师老人家也是示现说，每天收到很多短信，然后给他们念了，也在念。上师老人家事情非常多，他也没有说今天念诵《普贤行愿品》的功德回向他们就行了。如果实在没有时间的情况之下也可以把自己功课念诵的这些给他们回向，但是比较合适的做法还是专门念一些比较好。**（生西法师）

## 修往生法“自杀”

问：修往生法自杀真的能自杀成功吗？

**答：能不能成功不知道。法本里面是遮止的，在非时的时候不能够通过往生法来自杀。自杀成功的能不能够往生或者到底是什么情况，能不能自杀成功，也不清楚，反正看法本里面说不要这样做。如果要求我们不要这样做，我们就不要这样做。**（生西法师）

问：学佛的人如果写遗嘱拒绝抢救，有没有自杀的过失？

**答：当然没有。反正已经到了那个时候，抢救有时会用很多手段，乱上各种仪器，这时候容易让心识比较乱，有的时候会生起嗔心等。很多大德说如果有条件，在死亡的时候最好是通过比较自然的方式，有一定的准备时间，相对比较平静的环境，这时候要有人助念，自己能忆念，这就比较好。如果在抢救的过程当中死掉之后，别人想要过来助念都被医生推走了，这就不可能了。像这样的话，你自己要开始念的时候，可能嘴巴里马上插个管子，已经没办法念了，如果自己在那种时候拒绝抢救，按照其他上师们的教言来讲，应该不会有自杀的过失，所以这个问题我们不用担心。**（生西法师）

问：《前行广释》里上师讲了，不能用往生法“自杀”。又教言云“时机成熟当往生，非时往生杀本尊”。我们平时修往生法，除了发心跟想以此法自杀者有差别（一个时机成熟时用，一个现在想自杀）；另外，还有仪轨后面平时我们修要念“长寿咒”，遣除自己的寿障。而以此法自杀者应该不会念长寿咒。除此两者好像有区别外，其他的仪轨，观想方法都是一样的。现在想问的是，除此两点之外，我们平时修炼到底与以此法自杀者有何根本区别？平时修炼如何避免这种过失？

**答：个人理解，作为一般人，如果在寿命没有到终点，死相没有现前的情况下，尽量不要刻意终结生命。平时修炼是在熟悉这个法门，努力获得验相，并不一定是追求马上就命终，在死相没有现前的情况下一般都要念长寿咒。**（正见C1）

## 其余疑问

问：弟子得了往生法传承，能否对于没皈依的人念传承，能否叫他修？

**答：他如果愿意修的话，可以。当然本身在修法里面就有皈依的成分，在修破瓦的时候，顶礼供养皈依阿弥陀佛，他可以在那时候有一个皈依的心，愿意皈依阿弥陀佛，然后在此情况之下就可以给他念，也可以叫他修，这是可以的。**（生西法师）

问：关于破瓦法，如果已经修了一个七天了，过了一段时间之后，比如一个月或者两个月，正赶上一个法会上有传授共修破瓦法，能再修七天吗？

又比如在不同的年份，每年都在共修时，连续修七天以上破瓦法。这样可以吗？

**答：都可以。**（正见C1）

问：顶礼大恩根本上师！顶礼法师！弟子是加行学员，正在学习往生法，那么这个往生法现在自己就可以直接修了吗？还是要有上师亲自带才可以修？

**答：对。可以直接修。**（正见C1）

问：弟子问了几位老师兄，她们都没修，并且说她们知道的很多师兄都没有修，原因是怕出现问题，要有上师亲自带才可以。这种做法正确吗？感恩法师！

**答：这个修法属于比较普遍开许的法门，流传也比较广，修的人也很多，这些都是高僧大德大成就者以智慧抉择过的，不用担心。**（正见C1）

问：顶礼法师，阿弥陀佛！《前行》第140课只有一道思考题，本来想请师兄们分享一下修往生法的心得、觉受，可是一些高年级的师兄介绍，说修的话最好自己不要修，要得了传承后，在上师的身边跟着上师修，自己修的话要有上师开许才可以。说可能会影响自己的寿命。他们中间有师兄修就出问题了，出现了不只是幻觉的情况，说在修的那段时间，有的师兄夜里接到2个电话，这个电话的主人实际早已去世了，而且确实电话里有这样的通话记录，弟子惶恐，往生法现在自己不可以修吗？这个是我们基本是全班师兄的困扰，顶礼祈请法师开示。

**答：通常来说自己一个人是可以修的。这个修法属于比较普遍开许的法门，流传也比较广，修的人也很多，这些都是高僧大德大成就者以智慧抉择过的，不用担心。寿命的问题法本讲得很清楚了，过后念诵长寿佛心咒就没事，关键是要念诵长寿佛心咒。**（正见C1）

问：人得重病休克后，看到自己从悬崖上往下掉……，这是不是临死中阴？

**答：要看是不是真的死相现前，如果不是，说明寿命还没有到达将要终结的时候，应该不属于临死中阴的范畴。**（正见C1）

问：在外气中断时，明相中三十三中贪心分别念灭尽，这是否通过死亡时断尽外缘而灭尽？和我们在生前通过修道灭尽贪念是否相同？弟子认为后者是把贪种子通过修道而烧尽，而前者只是没有外缘而相对灭尽。请为弟子解惑？

**答：这方面牵涉到密法的许多内容，建议以后有机会学习密法时候可以深入探讨。**（正见C1）

问：法本上说超度人的最佳时机是外气已断，内气未断的时候，但是这个时候五根已经隐没，已经听不清外界的声音，也就是说亡者听不清超度人的声音了，这怎么理解？

**答：有些时候听不清，但不一定是完全听不到。如果比较大声，还是可以可以听到并且理解。**（正见C1）

问：请问法师，138课法身、报身往生中提到了中阴阶段，而140课法身位、报身位解脱是不经中阴的，经过中阴与否，该怎样理解？感恩法师！

**答：个人理解，中阴有很多分类。有些时候提到的“不经中阴”可以理解为不需要经过后面的转世中阴。**（正见C1）