

# 目 录

## 前行广释

|                |     |
|----------------|-----|
| 第一百三十七节课 ..... | 1   |
| 第一百三十八节课 ..... | 26  |
| 第一百三十九节课 ..... | 45  |
| 第一百四十节课 .....  | 66  |
| 第一百四十一节课 ..... | 85  |
| 第一百四十二节课 ..... | 107 |
| 第一百四十三节课 ..... | 136 |
| 第一百四十四节课 ..... | 160 |

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 上师瑜伽·祈祷莲师 ..... | 189 |
|-----------------|-----|

## 莲师金刚七句略讲

|            |     |
|------------|-----|
| 第一节课 ..... | 206 |
| 第二节课 ..... | 224 |
| 第三节课 ..... | 239 |
| 第四节课 ..... | 254 |
| 第五节课 ..... | 269 |
| 第六节课 ..... | 287 |
| 第七节课 ..... | 305 |
| 第八节课 ..... | 321 |

|              |     |
|--------------|-----|
| 二十一度母赞 ..... | 346 |
|--------------|-----|

## 二十一度母赞释

|           |     |
|-----------|-----|
| 第一课 ..... | 355 |
| 第二课 ..... | 369 |
| 第三课 ..... | 382 |
| 第四课 ..... | 397 |
| 第五课 ..... | 410 |
| 第六课 ..... | 422 |



## 第一百三十七节课

### 思考题

1. 请仔细了解赤松德赞王时代兴盛佛法的历史。
2. 请在日常的行住坐卧中，精进修持上师瑜伽。观察自己，你做得怎么样？

在讲完“上师瑜伽”之后，宁提派的大德们都会讲一讲传承上师的简介，所以，全知华智仁波切也简单叙述了各个传承的历史。透过这些历史，后学者一定不会对前译宁玛派的教法生起信心。

其实，不管你修学什么法，它的法脉、渊源，是必须要了解的。即使是一项世间学问，它的创始人是谁、如何传到现在等，这些问题也要先弄清楚，更何况出世间的甚深密法了？因此，学习藏传佛教时，了解它的历史是有必要的。

现在很多人对密法的了解，只限于浅显的道理，学个修法、听个灌顶、持两个咒语，就认为是藏传佛教的修行人了，其实恐怕还不是。任何一门学问，你要学通、学圆满，可能有一定的困难，你想把自己算作其中的一页，那至少也要有个比较全面的了解，才是恰当的。

《敦珠佛教史》(又名《藏密佛教史》)，我基本上译完了，可能今年或明年会出来。里面人名、地名比较多，看起来可能不像看小说那么轻松，不过，当你详

细了解《大幻化网》的传承，玛哈约嘎、阿努约嘎、大圆满的传承，以及伏藏法门的传承以后，一定会生起信心的。所以，到时候可以多看看。

要知道，信心和智慧不是一天两天就成熟了，做人也好，学知识也好，至少得五年以上、十年以下。否则，只是去寺院、见见上师，问几句话、拍张照片、得个灌顶，然后一回汉地就说：“我已经学习了藏传佛教……”这可能还算不上吧，只是个形象而已。

因此，佛法甚深，真正想学习和了解的人，一定得花些时间。

下面继续讲补特伽罗耳传。

## ◎ 赤松德赞王时代

### ● 国王下决心光大佛法

国王松赞干布之后，又过了五个朝代，圣者文殊菩萨的化身国王赤松德赞诞生。

当他 13 岁时，父王不幸去世。登基之后，在 17 岁之前，他一直与鄂达日乐贡和拉桑乐华等诸位大臣共议国事，在世间法方面非常干练，出兵征服了许多边陲地区作为附属国。不过，那时他对佛法似乎还并不热衷，这些是传记中记载的，后来印度人拍了个纪录片，算是比较真实。

其实，在描述历史时，不管是写文章，还是拍电影、拍纪录片，我认为真实是第一位的。否则，歪曲了本来面目，看着就不伦不类了。比如，拍虚云老和尚，那虚云老和尚作为修行人、作为佛教泰斗，这些都应该如实展现；要拍“唐僧”，那玄奘大师的风采、

当时的真实经历，也应当作为主体。否则，太过于戏剧化，从未发生的也加进去，以至于毫无佛教的味道，就不太合适了。所以，对于历史，对于事实，一定要尊重！

后来，赤松德赞国王翻阅祖先的完整史料，从中得知，拉托托日年赞时期是正法的开端，国王松赞干布时期树立起法幢……乃至他最终发现，历代国王全部是依靠佛法治理国家，于是便下决心：一定要将正法发扬光大。

这样发誓之后，就有了后面的迎请静命论师、莲花生大士，以及建立僧团、翻译经藏等，一系列兴盛佛法的壮举。

其实，不仅是在国王赤松德赞之前，就是在整个藏地历史上，大多数国王都是崇信佛法的。除了朗达玛灭佛以外，个别国王就算不信佛，也不会去特别地破坏佛法。不过，前天有个领导说：“文化大革命，才是中国最大的灭佛运动”。我说：“是你们说的，不是我说的啊。”（众笑）

但不管怎么样，赤松德赞王时代，的确是一个不共的时代。在这一时代中，佛菩萨的化身纷纷降临。

### ● 迎请静命论师

国王发愿之后，便与崇信佛法的班玛贡赞为首的主要法臣商议，其余大臣也出谋划策。当时藏地还没有具足三宝所依的寺庙，所以商量之后，大家一致同意建造寺庙。

在寻找净地<sup>1</sup>上师时，国王前去请问他的国师——住在桑耶青普的妙定<sup>2</sup>尊者。国师依靠寂止光明智<sup>3</sup>了知，在印度东方萨霍<sup>4</sup>地区，住有大堪布静命<sup>5</sup>。于是便告诉国王：“此次净地，一定得请静命大堪布来。”

这位大堪布第一次来的时候，是公元763年。当时经尼泊尔国王介绍，藏王的使者巴塞囊见到菩提萨埵，并陈述了邀请之意，而菩提萨埵也有意来藏弘法，便同意了。巴塞囊立即返回藏地，把事情原委告知藏王。赤松德赞非常欢喜，写了一封邀请函，重新派巴塞囊及几位欢迎使者赴尼泊尔，正式邀请大阿闍黎菩提萨埵。

奉上邀请函之后，菩提萨埵非常高兴地接受了，并与使者们一同前往藏地。

当他们抵达青普的伦珠宫时，国王献上顶礼，并唱起《十三欢喜歌》来迎接菩提萨埵。两人亲切会面之后，菩提萨埵为国王及两位王后授三皈依，并传授了十善法、十二缘起法。

但因为正法的传播，触怒了藏地的所有鬼神，于是接连发生种种灾难，又迫于信奉黑教大臣的压力，菩提萨埵便回尼泊尔去了。

之后，国王在大臣的辅助下，用他的智慧制服了信黑教的大臣，并在民众中通过了修建寺庙的倡议。

---

<sup>1</sup> 净地：修建庙宇等建筑物之前举行的一种密宗净地仪式。

<sup>2</sup> 妙定：酿当珍桑波。

<sup>3</sup> 寂止光明智：通过寂止而得之一种神通，有的史料中说他是用肉眼通而得知。

<sup>4</sup> 今孟加拉国一带。

<sup>5</sup> 大堪布静命：即大堪布菩提萨埵。他原是萨霍国王故玛得谢的太子，于那烂陀寺依止智藏论师出家，受具足戒。为中观自续派论师及东方三中观论师之一，设计修建桑耶寺，度预试七人出家，并开始建立僧伽制度。

后于公元 771 年，又遣使迎请菩提萨埵入藏。菩提萨埵入藏之后，便着手规划及兴建藏地第一座寺庙——桑耶寺。

全知麦彭仁波切在《中观庄严论释》中说：“我们应当特别感谢静命大堪布，在当时外道及魔障都非常猖狂的时代，依靠他的发心与加持，藏地才得以修建第一所寺院，并建立第一个僧团。”

当然，这一切，也都是赤松德赞王与莲师的恩德。以前我随法王去印度时，听贝诺法王说：“其实藏地的所有教派，都应该感谢‘师君三尊’<sup>6</sup>。若非他们降伏魔众、建立道场、树立佛幢，哪有之后全民信教的景象？尤其是旧译宁玛巴教派，理应得到尊重。但遗憾的是，现在某些出家人，甚至是格西，好像也没有什么感恩之心……”所以，他投资拍了一部《莲花生大士传记》，并把录像带送给我们。我去年又看了一下，都老化了，90 年代的产品，现在放不了了。

刚才讲到建寺庙。在修建的过程中，他们要砍除阿雅巴罗洲的一堆荆棘丛时，住在该处的恶龙得知后，喊来所有鬼神作为援助，召集二十一优婆塞（当时还没受戒，后来是在莲花生大士面前受的戒）等鬼神的军队，到了晚上，就把人们白天所修砌的建筑摧毁无余，并将所有的土石都归回到原地。

那个片子里面，这一段拍得还可以。虽然是十几年前看的，但还是有印象：那些鬼神，好像是用泰国那种骨架<sup>7</sup>做的，看着有点怕人，一到晚上，那些骨

---

<sup>6</sup> 师君三尊：莲花生大士、静命大堪布、国王赤松德赞。

<sup>7</sup> 修行人观不净观时用的身体骨架。

架就跑过来，“哇哇哇”，把所有的墙都推倒了……

就这样，他们白天建，鬼神晚上拆，建了五年都没建起来。

因为这个缘故，藏人见到进度太慢的工程，都会开玩笑说：“你是不是在建桑耶寺啊？”所以，有些建寺院的也要看看，一个小小的寺院，五六年都建不好的话，是不是鬼神不太配合？不过，也可能是施主不配合（众笑）。刚开始答应得好好的，但建到一半时，施主就变卦了，怎么说也没办法。

### ● 迎请莲花生大士

其实，桑耶寺并不大。以前我去看过，还没有我们的尼众大经堂大，只是院子大一点。桑耶寺有三层，分别依汉、藏、印三种风格修建。它经历过两次火灾，但没有被烧坏，“文革”期间虽然有一些毁坏，不过还是保留了下来。以前它是宁玛派的寺院，现在属于萨迦派了。

当时因为一直不能建成，国王便请问堪布：“发生这样的事，是因为我业障深重，还是堪布您没有加持，要么是说修建寺庙的事不能如愿以偿？”

堪布回答说：“我虽然菩提心已经纯熟，但是依靠这种寂静方法，实在不能调伏它们，这些鬼神，必须要用降伏法才可调伏。如今在印度金刚座，有一位化生的邬金莲花生大士，他精通五明、谙熟胜义的功用，曾于五台山开取历算的伏藏，通晓天文地理，并已获得共同与殊胜成就，可以摧毁一切魔众，随心所欲吩咐天龙八部，所有鬼神闻风丧胆。他足可制服一切恶魔，如果请他来，所有鬼神就不会再来为非作歹，



也会让大王的心愿得以彻底实现。”

莲花生大士在降魔方面，的确有不共的力量。讲《七句祈祷文》时我就讲过：不论现在还是未来，在我们修学的过程中，单单是依靠菩提心和寂静的办法，面对某些鬼神是非常困难的，必须要依靠莲师的威猛修法，才能度化他们。末法时代，魔王本来就猖狂，所以一定要多祈祷莲花生大士。

莲花生大士的像，三四年以来我一直在做，等外面学员修完加行后，做奖品用的。学院里面的话，到时再说吧。

大家都知道，哪里有莲师的像，哪里就一定有不共的力量。像我们喇荣五明佛学院，在末法时代还能聚集这么多人修持善法，而且威力极其强大，这明显已经不是单单靠人力所能成办的。这一切如此自在，与诸多空行护法的护持，尤其是莲花生大士不可思议的加持与护佑，是分不开的。

因此，如果我们想要修行圆满，想要道场圆满，想要利益众生的事业圆满，就应该建造莲花生大士的佛像。这对当今时代来讲，尤为重要。我甚至在想，如果能在世界各个大城市，都安放一尊莲花生大士的塑像，由僧众开光加持，那对整个世间将会产生何等的加持！

其实，供奉莲师是不分教派的，他不单单属于印度或藏传佛教，他的誓言也不分别民族或国家，他就像太阳任运照耀每一个山川、盆地，温暖每一个动物、每一株植物一样，不论你是谁，不论你在哪里，只要祈祷，都能获得他的加持。

菩提萨埵当时介绍的，就是这位莲花生大士。菩提萨埵是中观自续派三大论师之一，菩提心已经纯熟，但遇到这些困难时，也无能为力，所以要求国王迎请莲花生大士。

国王听了喜忧参半，他说：“那会不会请不来这位大师呢？”

菩提萨埵胸有成竹地说：“因为有以前的发愿，所以一定能请来。从前，在尼泊尔境内有个养鸡人叫萨来，他的女儿胜乐母分别和养马、养猪、养鸡、养狗的四个人，生下了四个儿子<sup>8</sup>，这四个人在建造夏绒卡绣佛塔<sup>9</sup>时，曾经发愿将来于藏地共同弘扬佛法。其中，一个人以修建佛塔的功德，回向到藏地去做国王，弘扬佛法；一个人要以菩提心创建清净戒律的道场；一个人想成为密宗上师，在国王弘法时，调伏一切鬼神魔众；最后一个人则发愿做使臣，在兄长们弘扬佛法时，为他们传递信息。”

四人这样发愿时，旁边有一头牛（它听得懂人语），每日辛辛苦苦驮石头，却没人替它回向，便生起恶心：“他们建立佛幢，愿我毁灭佛法。”后来他变成了朗达玛，在前弘期与后弘期的中间，将师君三尊所弘扬的佛法，基本摧毁了。不过在牛发愿时，有一只乌鸦也立即发了愿：“若他毁坏佛法，我就降伏他。”后来乌鸦也如愿转世为拉龙华多，降伏了朗达玛。

这种前后世的缘起道理，《百业经》里讲了很多，

---

<sup>8</sup> 这四个儿子：养马人的儿子，是国王赤松德赞的前世；养猪人的儿子，是莲师的前世；养狗人的儿子，是静命论师的前世；养鸡人的儿子，是使者瓦彻月的前世。

<sup>9</sup> 夏绒卡绣佛塔：今在尼泊尔首都加德满都城中心。

那些看似复杂的人、事关系，其实都与前世的因缘以及善恶愿有关。因此，在与这么多僧众一起开法会时，不论你在学院、不在学院，一定要发善愿，千万不要发恶愿。有的人控制不了恶心：“这一辈子我是没办法了，但下一辈子，我一定要变成什么什么，啃你的骨头……”一般人想都想不出来的恶愿，心里也发了，嘴上也说出来了，这样实在是不好。

当时听堪布讲述完过去生的因缘以后，国王又派遣瓦彻月、降魔金刚、钦释迦光、普吉祥狮子，各带一藏升金粉、一斛金饰前往印度。他们拜见阿闍黎莲花生大士后，献上供品请求道：“务必请大师前往藏地，加持寺庙地基。”莲师应允后，便启程前往。

来藏途中，莲师时而取伏藏，时而调伏鬼神，依次降伏了十二地母、十二护母、二十一优婆塞等藏地的所有鬼神（真正的高僧大德，他去任何地方时，只是去一下，也会调伏当地的鬼神，要么降伏，要么令其生菩提心，所以，他们的事业非常自在）。

### ● 桑耶寺建成 佛幢高竖

莲师来到红岩以后，开始举行寺庙净地仪式，那时所有鬼神都已皈依了，不但不敢危害，而且都尽力来协助。就这样，很快建造起四周由四大洲、八小洲、罗刹洲、日月、铁围山所围绕的三层桑耶自成寺（从我的分别念推断，学院的建筑样样顺利，也跟护法神、土地神等协助有关，应该也是在法王如意宝面前承诺过吧）。

该寺竣工之后，堪布静命、阿闍黎莲师、大智者布玛莫扎三位大师为寺院开光，抛散三次鲜花。当时，大殿内的所有寂猛本尊及空行都涌到殿外，转绕佛

殿、佛塔一周后，又各自回到了大殿之上。当花撒向忿怒护法神顶上时，这些忿怒尊神的身上开始燃起火来，喷射出智慧的火焰。其中一尊护法的火焰蔓延到地上，国王担心整个佛殿被火烧了，但大士立即以净水浇熄，地上被火烧过的痕迹清晰可见。

这些历史，有些导游讲得不错，以后你们去的时候，最好请他们讲一讲。现在那里还保留着许多珍贵之物，像莲师的手杖、静命菩萨的头盖骨等，虽然经历了“文革”，但还是保存下来了。

法王如意宝 1986 年讲中阴法门时，回忆前世自己成为降魔金刚时，莲花生大士为桑耶寺开光，就在那里为他们传讲了《六中阴》……我们在下面听到这些，都有一种说不出来的无比信心。

总之，桑耶寺就像汉地的白马寺一样，是藏地的第一座寺院。你们以后去拉萨，一定要去朝拜，非常有加持！

从桑耶寺落成及开光以后，静命堪布开始传讲戒律，弘扬显宗教法；阿闍黎莲师与布玛莫扎弘扬密法。当时邬金第二佛与大智者布玛莫扎二位尊者，为意子君臣友三人<sup>10</sup>、妙定禅师等堪为法器的具缘者，明显地宣讲了区分、决定、自解的法门（嘎绕多吉的教法），也就是转了大圆满阿底约嘎等内三续法轮。自此以后的传承，也即从莲师、布玛莫扎，一直到我们现在的根本上师，被共称为补特伽罗耳传。

《大圆满前行》中，我找人画了一些图，标示出

---

<sup>10</sup> 君臣友三人：君指国王赤松德赞、臣指大译师贝若扎纳、友指空行益西措嘉。

我们大圆满的传承祖师：从普贤王如来一直到法王如意宝。

不过，在别的书里，这被改成了他们自己的传承上师。当然，也不是不可以，不同的传承有不同的上师，应该可以。但是，某些上师敢不敢称大圆满祖师，这是要考虑的。要称祖师，一定要对大圆满的弘扬起到极大贡献才可以，单是讲一讲、念个传承，就立为大圆满的传承祖师，这恐怕有点困难。比如，禅宗里的一个小和尚，说六祖之后的祖师就是他，那肯定行不通。因此，一定要名副其实。

做什么事情一定要观察，并不是别人做了什么，我也一定要做，一定要攀比。其实，如果没有愿力，或者因缘不具足的话，单单是名称一样、形式一样，也不见得会有一样的功德。

所以，对待任何善法，保持一颗清净的心，是非常重要的。

### ◎ 伏藏法是宁玛巴的特法

不仅如此，邬金第二佛还为君臣具缘者，传授了相应各自根基的不可思议法门，并撰写在金纸上隐藏成伏藏，发愿以此饶益未来的随学者，并交付于护法神来保护。

这种伏藏法门，是特别稀有的。我对伏藏法门，也算稍微有点研究，至少从小就有信心，讲的话，应该也不算外行。像伏藏法的来历、藏传佛教里有哪些伏藏大师等，以后有因缘的话，可以讲一讲。



ཚོས་སྐུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ།  
1、法身普贤如来



ཡོངས་སྐུ་རྩོ་རྩེ་སེམས་དངའ།  
2、报身金刚萨埵



སྐུ་ལ་སྐུ་དགའ་ལ་བབ་རྩོ་རྩེ།  
3、化身极喜金刚



འཇམ་དངའ་ལ་བཤེས་གཉེན།  
4、文殊友



ཕྱི་སིང་ཏ།  
5、西日桑哈



རྫོན་སུ་ཏ།  
6、嘉纳思扎



བི་མ་མི་ཏྲ།  
7、布玛莫扎



པན་སྐ་རྟ་མ།  
8、莲花生大士



ཁྲི་སྲོང་ལྷེ་ལུ་བཙཅན།  
9、赤松德藏



བི་རོ་ཙན།  
10、贝若扎那



ཡེ་ཤེས་མཚོ་རྒྱལ།  
11、益西措嘉



གྲོང་ཚེན་རབ་འབྲམས།  
12、无垢光尊者



རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་གླིང་པ།  
13、持明无畏洲



འཛིགས་མེད་རྒྱལ་བའི་ལྷ་སྐུ།  
14、无畏如来芽



དབལ་སྐུལ་རིན་པོ་ཆེ།  
15、华智仁波切



འཇམ་དབྱེངས་མཁའ་ལྷན་བརྟེན་བའོ།  
16、蒋扬钦哲汪波



མི་པམ་རིན་པོ་ཆེ།  
17、麦彭仁波切



ཚོས་ཇེ་འཛིགས་མེད་ལུན་ཚོགས།  
18、法王晋美彭措



说到伏藏大师，莲师曾亲自授记有真假之别。如果是假伏藏师，他的伏藏法是用分别念写的，给人修是有害的；而真伏藏法，则具有极大的加持。这方面，法王如意宝讲过很多差别，在麦彭仁波切的著作里，也有辨别真假的窍诀和教言。

不过，现在去汉地的“伏藏大师”不多，所以暂时也不用强调，如果以后多了，区分一下真假也有必要。佛教徒一定要有智慧，跟得上社会发展的智慧。比如，当见到有真有假的时候，要有辨别的能力，不要特别迷信、特别傻。当然，要具有超越的智慧很难，但是基本的智慧还是要有的。否则，就像一个世间人，没有智慧，哪个部门都不会要；同样，如果你不会做人，又不懂基本的佛教道理，那不论出家还是当居士，呆在任何一个佛教团体里，都是不合格的。

刚才说莲师将伏藏隐藏之后，当授记时间到来之际（往往是几百年后），获得昔日愿力的大成就者之化身一个个骤然降临于世，开启甚深伏藏之门，摄受众多具缘补特伽罗而饶益众生，所有的传承共称为六种传承<sup>11</sup>或九种传承<sup>12</sup>等。

在共同传承如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳传之上，再加上其他的传承，就是所谓的六种或九种传承。而其他的传承中，有些是授记某位弟子是未来的取伏藏者，及其时间、地点等；有些是由莲师等将表示经函伏藏于岩石或虚空，并特别交付于空行、

---

<sup>11</sup> 六种传承：如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳传、黄纸词句传、空行嘱咐传、发愿灌顶传。

<sup>12</sup> 九种传承：如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳传、空行嘱咐传、发愿灌顶传、教授授记传、修持加持传、耳闻实修传、行持事业传。

护法神守护；尤为不共的是发愿灌顶传，就是依莲师的发愿力，将正法伏藏于某具缘弟子的心性智慧中，待未来因缘聚合时，就在这位大成就上师的意藏中流露出来了。

这种伏藏法，前译宁玛派中非常多，其他教派有是有，但不多。尤其这里讲的“六种传承”，荣索班智达和无垢光尊者都说，这是宁玛派的特法。

看过《法王如意宝传记》的都知道，法王如意宝一生取过许多伏藏。法王的确与一般人不同，怎么看、怎么说也不是一般的“人”。为什么呢？就在我们亲眼目睹的过程中，分别念根本无法想象的事情，一瞬间就能呈现。比如造论典，都是毫无勤作地流露出来，写下来一看，又全是金刚语，绝对不是分别念能够臆造的。像以前去五台山，法王作《文殊大圆满》以及其他文殊法门时，都是这样，非常稀有。有一次，法王去桑耶青普神山，取了作明佛母修法等诸多伏藏法，其中有些就是“空行嘱咐传”，是空行母或护法神亲自交付的。当法王去尼泊尔的某个山洞时，莲师时期的一个普巴金刚法当时就呈现了，这就是“发愿灌顶传”。

我经常在想，能遇到这样的上师善知识，能遇到这样殊胜且具有不共加持的教法，这一生都非常有意义。所以，希望你们也珍惜这一传承，没有必要改来改去，否则，最初的缘起破坏了以后，将来修什么法也不一定会成功。这一点，一定要用智慧观察！

◎ 宁提派创始者——持明无畏洲

在藏地，化身伏藏大师层出不穷，其中持明无畏洲（即晋美林巴，也称智悲光尊者），是圣者心性休息亲自化现为善知识形象（圣者心性休息，我以前很长时间都不知道是谁，也问过很多人，后来才从某些书中得知，这是观音菩萨的一个异名），也有说是布玛莫扎与国王赤松德赞的化身，他从邬金第二佛、大智者布玛莫扎、全知无垢光尊者等处圆满地受持了如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳传，而完美无缺地为具有缘分的诸补特伽罗广转法轮，并安住在圆满正等觉的境界中。

总之，智悲光尊者在 28 岁时，开取了意伏藏——龙钦宁提法，写成书面的经函、论典之后，保密七年。然后传法，并开创了龙钦宁提派。尊者于公元 1798 年示现圆寂。

#### ● 再说上师与依止上师的问题

现在有人说自己是智悲光尊者的化身，但我听了，还是有点怀疑。

像无垢光尊者、智悲光尊者、麦彭仁波切、如来芽尊者、华智仁波切，他们是真正的佛，是佛化作善知识显现于人间的。当然，佛既然可以化现为妓女、屠夫的形象，转世成为一般的上师，也未尝不可。但是，这些尊者确实已将所有分别念消于法界，与普贤王如来无别。那些自称是他们转世的人，在我不清净的眼识当中，不要说尊者们本人，做他们弟子的资格，可能都没有吧。

藏传佛教的确有“转世”一说，但转世的活佛，我不敢全部否认，但也不会全都承认。那些了不起的前辈大德，他们再来的时候，也许的确会“装”得很

平庸，但也许像我开玩笑说过的：就连老人家们自己都不知道变成这样的人了。

这样的人，如果只是平庸，不说也罢，但有些在行为上太不如法了，不仅没有给佛法增添光彩，反而尽是带来坏影响。有时我也矛盾：一边是信心，我对前辈大德确实非常有信心；而一边又是邪见，眼见这种“鱼龙混杂”的局面，就难以克制地生起邪见和分别念。

当然我也在忏悔。学佛这么多年，也知道要观清净心：不仅是他们，连蚂蚁也是普贤王如来的化身……但在用正知正念观照的同时，可能是学过因明的缘故，分别念还是很重。

要知道，我们的这些传承上师，他们都有一个非常重要的特点：无我利他。无论是言教上，还是实际行持上，都没有自己的事，纯粹是利他。我依止上师如意宝那么长时间，所见所闻无非如此。而在上师如意宝的传承弟子中，继承这一特点的也非常多。虽然他们还不能说与上师完全相同，但同样是忘我的，同样是为了佛法与众生付出一切；而他们自身的境界，也的确与佛菩萨无二无别。这样的上师，才值得依止。

如今很多人想依止上师修学佛法，但是在依止之前，一定要谨慎，至少要知道他来自哪里？他在那里是怎样的一个人，学识如何，威望如何？……

如果是我，比如今天要依止一位汉族师父，那我不会很草率，一看身披黄色袈裟、挂串大念珠的，就认为是六祖的化身，马上去顶礼、接受佛法，我不会这样做。而会先去了解，看他是浙江来的？还是北京

来的？如果是浙江的，那是哪个寺院的呢？知道了寺院以后，我会打个电话：“请问你们这边有没有一位师父法号什么什么？他今天到了我们这里，我想依止他学法，但不知道……”如果他在那边确实也摄受了一些弟子，也有传法的资格，那我才会去依止。

这种谨慎是有必要的。如果连这点时间都没有，一听到来了一位上师，就像饿狗遇到精肉一样扑上去，这就太不理智了。“饿狗遇到精肉”，是个很好的比喻。狗饿的时候是不观察的，见到肉，不会管上面有什么、没什么，先吞下去再说。但如果以这种方式依止上师，大多数会后悔的。有些人是得完法以后，才开始了解这个人到底怎么样，这显然次序已经颠倒了。不过，至于说“得法”，有时是否能得到也不好说，像以前我讲过的，自他都有要考察的条件。

今天本来应该观清净心的，但一说起来，又说了这么多。如果有不合理的地方，我也在传承上师及各位道友面前忏悔。

### ● 智悲光尊者等上师是真正的佛陀

那么，智悲光尊者是什么样的人呢？如颂云：“身虽现为人天相，殊胜密意为真佛。”他的身体虽然显现的是人天之相，但是内在的智慧、悲心、力量，乃至一切殊胜密意，却是真正的佛陀。

不仅是智悲光尊者，其实如来芽尊者、华智仁波切等传承上师，也都是如此，他们绝对不是普通的“人”。这一点，以后大家一定要清楚！当然，所谓真佛般的上师，必定有真实的功德，只是自己给自己加个名称——“我是普贤王如来”，这是不算的。

因此，华智仁波切说，他的至尊上师（如来芽尊者）也曾亲口说过：“众生怙主金刚持——我的至尊上师（智悲光尊者），的确是圆满正等觉大金刚持，他为饶益众生，化现为补特伽罗的形象而降临世间。这并非是我以虔诚的信心与恭敬心作赞叹的。如果你们能够修持、祈祷，那么在我的上师与你们之间，除了我以外，再没有其他传承隔断。我也是从最初幸遇金刚持上师之后<sup>13</sup>，一直依教奉行，以三欢喜依止上师，从来没有做过任何不称上师心意的事，甚至让上师斜视一眼的事也没有做过，可以说，传承的金线没有被破誓言的锈所污染，因此传承的加持与众不同。”

法王如意宝在赞叹、感恩自己的上师时，也常常泪流满面，并以同样的词句引用这个教证：“众生怙主金刚持，我的上师托嘎如意宝，他是真正的佛陀，他为饶益众生而化现成人的形象降临于世间。这不是我仅以恭敬与信心赞叹而已。如果你们祈祷修持，那在我的上师与你们之间，除了我以外再没有其他传承隔断。从我依止上师以来，从未做过令上师不欢喜的事情……”

这段话，在我的印象里，很熟悉，而且感受也很深。

我自己的话，也说不上是传承上师。至于在依止过程中，从最初到上师圆寂之前，让上师不称心的事，应该也做过很多。尤其是出国的时候，心里是不想，但有时还是让上师不高兴了，“今天上师不高兴了”、

---

<sup>13</sup> 如来芽尊者依止上师的时间并不长，当时从石渠到藏地，路途遥远、交通不便，但他是多次不顾辛苦前往拜见。

“这次又让上师不高兴了”……想起这些，也只有忏悔。

所以，也不敢说自己传承清净。只不过，我对上师确实有信心，而这种信心分析起来，又综合了三种心态：欢喜心、恭敬心、畏惧心。喜、敬、畏，这就是我的信心。

我特别随喜像如来芽尊者那样的依止——让上师斜视一眼的事都没做过，但在长期依止的过程中，除了极个别处处依教奉行的弟子以外，这也确实是很难的。

不过，即使做不到这一点，也不要紧。要紧的是，要有真正的信心，最害怕的就是生邪见，一旦因此对上师进行诽谤，甚至彻底毁坏誓言，那自己以后无论传什么法，做什么事，对他人相续是不会有利的。因此，在依止上师时，心一定要清净。

总之，我们要知道，真正的上师与佛陀无别，他们因为自己的依师、修行乃至清净的传承，给我们后学者带来了无尽的加持。

以上简明扼要地叙述了传承上师的历史，如《日月吻合续》云：“若未宣说历史义，于此大密了义教，将有不诚信之过。”如果不说历史，这一最了义无上密法的教义，可能会让人不起诚信，有如此过失。而这样追溯传承的起源及讲述历史，有着使后学者生起诚信的必要，所以，此处宣说上师瑜伽的同时，也讲述了传承上师的历史。

## ◎ 精进修持上师瑜伽

这样的上师瑜伽，莲师心咒的念修数量绝对要圆满一千万遍，因此应当尽力念诵，务必达到要求。

倘若不这样，认为这些仅仅是前行法门，并不那么重要，或者声称要修高深莫测的正行法，而没有空闲时间来修前行，表面观修生圆次第等等，这些人正如世间俗语所说：“牛头未熟尝其舌，床尚未暖伸其足。”

“牛头未熟尝其舌”，意思是，煮牛头时，如果外面的肉还没熟，里面的舌头更不可能熟，所以，这个时候如果你想吃牛舌，那肯定是枉费心机。“床尚未暖伸其足”，睡觉的时候，床都暖了，你再把脚伸展开，这样脚就不会冷，但床还没暖好你就伸脚，肯定会冻着的。

这两个比喻，都是说明修行要按次第来，先修加行，再修正行，否则，次第乱了，只是浪费时间而已。但很多人不愿意修加行，一来就先求灌顶、再求窍诀，“我没时间等，您给我传个窍诀就行了”，可见，大德们强调次第是有针对性的。不过，我们学院里要好得多，闻思修按部就班，该强调的也强调，而且，窍诀也不是常常讲。

其实，舍弃前行法的修行，无有芝麻许实义。这一点，大家务必要记住！

不修人身难得、寿命无常，一上来就修生起次第、圆满次第、大圆满，口口声声“车确”、“托噶”，即便偶尔生起了少分暖相，能看到点光什么的，这些也都不会稳固，很快会消失的，就像没有打地基的建筑一样。



有些人虽然在修前行时，装模作样、敷衍了事，但在修正行时认为“那些是前行法，现在不需要修了”而放弃，这种做法，与舍弃前行法是一样的。

可见，前行法实际上是一切圣道的基础，不管是共同加行、还是不共加行，舍弃了它，就好似没有墙壁而求墙壁上的画一样，必将断绝正法的根本。当然，修得好的人，一定是抓到了这一根本。有了根本，其他的就好说了。所以，有些大德认为，在前行没有修完之前，正行法门都没有必要去看，甚至也没有必要去学。

因此，每一位修行人不管在何时何地，都要精进修持，力争对这些前行法生起无伪的定解。

《大圆满前行》讲了几年了，但只是听一遍还不够，以后每年至少要看一遍，这样就会生起定解。我经过二十多年的观察，有一点是非常清楚的：重视加行的人，修行一定会圆满；而不重视加行的人，好高骛远，最终是修不成功的。

其实，从讲解的角度而言，直断、托噶这些窍诀，讲起来反而简单，但要修的话，除了极特殊的根器，确实是很困难的。所以，按照华智仁波切等传承上师们的次第，一定要对加行长期下功夫，打下稳固的基础，这一点非常重要！

当然，闻思也很重要。尤其是年轻人，学习五部大论，为自利可以遣除内心的疑惑，为利他可以弘扬佛法，所以，一定要广泛闻思。但人毕竟会老、会死，那时候，因明、中观、俱舍全都用不上了，唯有依靠《前行》的窍诀。因此，闻思时就应广泛闻思。

我自己想想，也是因为年轻时广泛闻思，才有了现在这样的佛教基础；修行时，就从加行开始，一步一步次第修上去，然后修正行，这样非常稳妥，没有任何危险性。而在所有的修行中，尤其要着重精进修行这一加持的入门——上师瑜伽，这是殊胜的要诀。

这段内容，希望大家再三体会、再三思维。有些人只想听深法、听密法，但有时传密法，不过是制造一个缘起而已。去年传了《大幻化网》，谁开悟了？很难的！

其实，《大圆满前行》就是最深的法，但可惜的是，即使每天在讲，也很少有人知道。

### ◎ 结文偈

虽视大恩上师为真佛，却因性情刚强违师教。

虽知三界众生为父母，却因蛮横粗暴出恶语。

我与如我恶业众有情，此生及诸生生世世中，

愿以寂静调柔之言行，依止上师道友祈加持。

这是华智仁波切作的结文偈颂。

他谦虚地说：虽然也能将大恩上师视作真佛，但却因为自己的性情刚强，言行上常常违背上师的教言；虽然也知道三界众生都曾当过父母，但却因为自己的蛮横、粗暴，常常出恶语损害他们。我与如我一样的恶劣有情，在得到这一法门之后，从今生乃至生生世世当中，愿能以寂静调柔的言行，以三喜依止、供养曾得过甘露妙法的所有上师及道友，愿能以广大的悲悯心对待一切老母有情，并作真实饶益，令其获得解脱。祈愿上师、诸佛菩萨以及空行护法时时赐予

加持!

【强力生起证悟之智慧、加持之门——  
上师瑜伽引导终】

不共加行圆满矣!!!

## 第一百三十八节课

### 思考题

1. 请简单解释华智仁波切的顶礼句。
2. 什么是法身往生法？
3. 什么是报身往生法？
4. 什么是化身往生法？
5. 不堕恶道的方法有哪些？你在这方面有把握吗？今后有何打算？

### 往生法

《大圆满前行》在大科判上，所讲之法分了三个部分：共同外前行、不共内加行、修持正行支分捷径往生法。从今天开始讲往生法。

讲比较长的法时，包括以前讲《入行论》，这次讲《前行》，中间我会有些担心，担心自己能否讲完，也担心发心人员会半途而废。但现在看来，《前行》的后面已所剩无几，也希望能善始善终。

现在要讲的这个往生法非常重要。我们知道，对每一个人来讲，不论你信佛不信佛，死亡都是无法超越的。而当你离开世间的时候，如果有一种简捷的修法可以助你往生，我想谁都会希求的。而这一“往生法”，就是这样的修法。

有了这一修法的境界，何时遇到死亡，也都不必害怕了。

首先是华智仁波切结合这一修法引导，对根本上师作的礼赞句：

尤为悲悯愚昧之众生，尤为摄受罪孽深重者，  
尤以善巧法调难化众，无等上师足下我敬礼。

他的根本上师如来芽尊者，具有三种不共的功德：

一、对愚昧的众生尤为悲悯：

在圣者看来，虽然所有众生都有可哀愍的地方，但对那些不知取舍、愚昧无知的众生，他会更加悲悯。这和世间人正好相反，世间人喜欢有能力、有才华的人，对粗俗、下劣的人避之唯恐不及，但他的上师在广大悲心的推动下，对这些相续被邪知邪见蒙蔽的人，反而更加慈悲，更加关爱。

二、对罪孽深重的人更加摄受：

罪孽深重，是指造了严重的自性罪，比如五无间罪，或严重的杀生、邪淫等十不善业；或者是破了三乘的戒律，比如，破了别解脱的根本戒，已被僧众开除，破了菩萨戒的根本学处，或者破了密乘的根本誓言，这些因为烦恼深重、丧失正知正念而犯下严重罪业的人，是没有人愿意摄受的，但他的上师对他们更会摄受。

当然，这种摄受，并不是超越了别解脱或密乘的规矩，把破戒、破誓言的人留在僧团里，而是在大悲心的牵引下，以其他的方法摄受。

### 三、对刚强难化的众生巧设方便：

每个众生都有不同的根基、界性与意乐，所以真正是佛菩萨化现的上师，他会以种种方便来调化他们。即使是再刚强难化的众生，也还是有相应的善巧方法。

广一点来说，如果是在旁生面前，则以旁生的方式去度化它；在饿鬼面前，则以显示神变等方式来调化它；而如果是在一般的凡夫人面前，则以传法等方式来度化，等等。

比如，有善巧方便的上师，讲一堂课当中，也可以让所有人的心都欢喜。而没有善巧方便的上师，心虽然是好心，但因为采取的措施呆板，反而会让很多人产生误解，甚至生邪见，这样就适得其反了。

因此，善巧方便很重要。我们所接触的人，什么样的都有，不一定每一个都是戒律清净、有学问、有智慧，有些可能什么都不懂，有些则是常常犯错，而且屡教不改。对于这样的人，你一定要有善巧方便，或寂静、或忿怒，恰当而耐心地调化他。如果只是一种方式，行就行，不行就赶走，可能不会有好的效果。

其实，善巧是建立在深刻的悲心和了解上的。这种上师具有智慧，遇到工人、农民，他有共同的语言；遇到知识分子，他也有共同的语言；即使具有邪知邪见甚至诽谤佛法的人，他也可以与之沟通，并渐渐化解对方的排斥，甚至给他留下很好的印象：“原来佛教徒是这样的啊！原来佛教也并非以前我想象的那样……”这样一来，各行各业的人，各种心态的人，都可以被调化。

而如果缺少善巧，心又太切，那不论做什么、说什么，往往会一口咬定，过于极端。如果是在个别的问题上，不得已用一下这种方式，也许还可以，但处理所有问题都是如此，可能于事、于人，都难有好的效果。

因此，以后大家摄受众生也好，平时的社会交往也好，应当懂一些善巧方便，这样你什么人都可以接受，甚至摄受。有些人除了一两个人以外，跟谁都合不拢，一张口就得罪人，到头来弄得自己也不敢说话，别人也不愿接触。其实这也没有必要。真正佛菩萨化身的上师，他对什么样的人都能引导，即使是再刚强的，也可以令他趋入正道。

总之，华智仁波切的上师，就具足以上三种不共的功德，所以他说：在这般无等上师足下，我恭恭敬敬三门顶礼。

这个偈颂，我们也可以念。你可以观想你最有信心的上师，只要他也具足这三大特点——悲悯愚昧众生的真实悲心、摄受罪业深重者的力量、调伏刚强难化者的善巧方便，那你也可以观想他，并这样作顶礼赞叹。

### ◎ 往生法平时就要修

那么，今天讲的这个往生法引导，不管是年轻人、老年人，从现在就应该开始修了。

如果不提前修好，死相出现时，就来不及了。因为那个时候很痛苦，在医院里也好，在家里也好，多少个人围着你，也没有谁能代你感受痛苦，如《入行

论》云：“临终弥留际，众亲虽围绕，命绝诸苦痛，唯吾一人受。”而且，人在痛苦中是不容易修法的，平时的小痛苦都不行，何况是生命将绝时的痛苦了？

因此，平时就应该多修福。修了以后，当你的身体及感受被无常所坏时，你平时所修的布施等福德，就能跟随你去往后世。其实也只有这些，才是你未来世的资粮。如《杂阿含经》云：“老死之所坏，身及所受灭，唯有惠施福，为随己资粮。”

即使你对这些不感兴趣，也一定要为了临终修一下往生法，而且平时就要修好。比如一个战士，如果他在上战场之前，就已熟练掌握刀枪等各种武艺，那上了战场以后，也一定能运用自如，毫无惧色。同样，修好往生法以后，死亡何时降临也能轻松面对。这就是一个修行人与世间人不同的地方。世间人怕死，不论他有多少财富，是什么样的身份，因为从未修过佛法，所以对死亡特别恐惧，但修行人是不怕死的。

当然，这也要有修行才行，而且要了解死亡。记得以前我讲《佛子行》时，引用过噶当派所讲的思维死的九种理由。

首先，人是决定会死的，这有三个理由：一、思维死主决定会到来，你无法阻挡；二、思维寿命不可能增加，却在不间断地减少；三、思维即使是在生时也没有闲暇修行妙法，但却决定当死。

其次，死期是不定的，也有三个理由：一、思维生于南赡部洲之人寿量无定；二、思维死缘极多而活缘极少；三、思维这个身体极为脆弱，所以死期不定。

最后，死时除了佛法以外，其余的都毫无利益，



同样有三个理由：一、思维死时除了佛法以外，以财富无益；二、思维死时除了佛法以外，以亲友无益；三、思维死时除了佛法以外，以此身无益。

可见，唯有修持了善法，才能坦然面对死亡。而我们现在修的往生法（也即颇瓦法），是往生极乐世界修法中的捷径，是密宗与显宗结合的修法。在许多往生净土的修法中，有些窍诀太简略，讲得不够详细，而《前行》里的这一修法是很适当的。

所以，得了传承以后，平时就应该修一修。而且修好以后，还要随时测试。就像你练好了功夫还要复习，还要常常检查刀枪一样，现在你为死亡、为往生极乐世界做好充分准备以后，到时便可自在运用、自在往生了。

乙三（修持正行支分捷径往生法）分三：一、往生分类；二、往生修法；三、往生仪轨。

丙一（往生分类）分五：一、利根者见解印持法身之往生；二、中根者生圆双运报身之往生；三、下根者无量大悲化身之往生；四、平凡者具三想之往生；五、以大悲铁钩超度亡灵之往生。

丁一、利根者见解印持法身之往生：

在这一世中，生起了对无伪实相的无误见解并且不断修行、串习的人，在临终的时刻，通过本来清净的密道，依靠法界觉性的要诀而往生于法身界中。

这是利根者的往生法，与《六中阴》里讲的法身往生法相同。要做到这样往生，首先要求灌顶、修加行，然后依靠上师直指大圆满的教言，认识觉性与法身无二无别。对此境界有所证悟之后，到临死中阴阶

段，便可在自本净刹土现前成就，迅速获得普贤王如来的果位。

这种往生有两种情况：一、死相现前时，由上师或道友指点提醒而明观；二、自己明观而往生。

### ◎ 由上师或道友提醒而明观

长时间生病以后，从医生、护士或身边人的表情上，知道自己已无可救药了，或者已感觉到一些四大分解的痛苦，发现死相已经具足，知道今天不死，明天也会死（不过有些人猜不准，跟人说自己要死，所有东西都送人了，但第二天又好了。以前学院就发生过这种事），如果上师就住在附近，就让人去迎请。然后首先是要忏悔，观修金刚萨埵，或在上师面前忏悔都可以，忏悔今生乃至无始以来的一切堕罪。一定要忏悔！这个很重要。其次是散掉平时自己最执著的东西，财产或各种物品等，可以供养上师或僧众。还有就是受戒，以前没受过戒的，要受居士戒或出家戒。

做完这些以后，就可以调整坐式，由上师或同坛灌顶的金刚道友提醒以往所得的教授，像《上师心滴》或其他中阴窍诀里所讲的那些。然后上师或道友要不断地提醒他：“在你所认识的本来面目中千万不要退转，一定要受持普贤如来的本地……”这样再三提醒明观之后，自己就安住在这种境界中往生。

### ◎ 自己明观而往生

有些人不需要上师或道友的提醒，自己可以安住在这境界中。如果是这样的修行人，在发现死相现

前时，可以用毗卢七法的坐式或蹲坐，忆念以前根本上师为自己直指的光明与空性无二无别的本来清净正见，安住在这一大圆满无上见解中，将你现在修行的道光明与本有的基光明融入一体，最后于法身本净中获得成就。这就是利根者的法身往生法。他根本不需要经过中阴长道，在法性中阴界中，一刹那间就得到成就。

不过莲花生大士也说过，在对认识觉性上从未串习、也从未认识过的人面前，再怎么为他指点，他也无法因此而往生。这就像对盲人指点色法、对恶狗指点星星一样，对毫无了解的人作指点，是不会有真实作用的。因此，这种往生方法只适合最上根者。平时修大圆满有一定成就的修行人，此时依此往生，是非常多的。

那么，这样往生都有些什么相呢？一般来讲，外相：会呈现万里无云的晴空；内相：身体上的光泽长时间不会消失；密相：出现蓝色“吽”字、红色“啊”字等各种文字相。

在大圆满十七大续部中，个别续里对这种往生法的修法、成就相，以及往生后遗体的火化方法等，都有详细说明。

### ◎ 刹那往生法

在修这里讲到的法身往生法，以及下面要讲到的报身与化身往生法时，通常是在出现死相并有充裕时间修持的前提下进行的。但如果是突然横死的情况，那就要用到《六中阴》里讲到的“刹那往生法”了。

不论根基利钝，刹那往生法都是非常重要的。所以，平时在修持其他往生法的同时，也要修持刹那往生法。

修的时候，心里常常怀有“假设我突然就会死去，必须一心专注在头顶”的念头。这种观念是一大要点。如果这样修了，一旦真的突然死亡时，利根者一刹那间便能忆念头顶上有上师，或阿弥陀佛、释迦牟尼佛等本尊，这样瞬间便可在本来清净的法界光明中自解脱。

#### 丁二、中根者生圆双运报身之往生：

对于生圆次第无二瑜伽极为娴熟，并且对于如幻的圣尊身相有纯熟妙力的人，临终时刻在中阴的迷乱景象出现的同时，往生于现空双运智慧身中。

跟法身往生不同的是，这种修行人对空性缺乏定解，一生主要修持生起次第与圆满次第，比如上师瑜伽、金刚萨埵、普贤王如来、释迦牟尼佛、观音菩萨等，以观想如幻的圣尊为主。

修持这种往生法，在临终的死相出现时，如果没有上师指点，就自己观修。观修时坐式如前，在头顶观想自己最有信心的本尊，本体是自己的根本上师。然后观想在自己体内中脉下端的脐下部位，把自己的心识观想成白色的“啊”（ཨ）字、蓝色的“吽”（ཧྲུཎ）

字或红色的“舍”（ཤེཾ）字等本尊的种子字。之后一心专注在中脉内，伴随着念诵“贺嘎、贺嘎”，将心识向上引至头顶梵净穴，然后经梵净穴径直上去，融入

本尊的心间。法王如意宝的《文殊大圆满》中说：临终时于心间将自心观成白色“啊 (ཨ)”字，被风吹送而融入顶上安住的上师心间，上师也越来越高，去往极乐世界，自心与上师之意无二无别中入定而往生。

这是中根者的往生修法。因为平时修的是生圆次第，常常观想金刚萨埵等本尊，那么到了临终时，就可以将你最有信心的本尊观在头顶上，然后将自己的心识融入本尊的心间，在与本尊的智慧无二无别的境界中，立即于现空双运的报身刹土中获得成就。

能这样修成当然最好，但有些密法窍诀中也说：临终时刻，即使观得不清楚，但因为你平时对上师、本尊或文武百尊特别有信心，所以也能获得成就。比如，平时如果你对自己的根本上师非常有信心，那么在你死亡的时候，因为各种恐惧、痛苦顿然出现，迷迷糊糊当中，要仔细观想白色的“啊”字等可能不一定做得到。但是，因为你平时对上师有很大信心的缘故，那时候上师就会出现，你见到上师时一生起信心，便立即于清净的智慧——明空双运中获得解脱。

报身往生法修成时，外相：行者住处乃至整座山的周围等，都会被彩虹所萦绕；内相：头顶梵净穴处出血或黄水，出现圆溜溜的水珠或者浮肿的现象等；密相：出现五种金刚舍利或其中之一，并出现本尊身相、标帜等。

### ◎ 与文武百尊结上善缘自在解脱

更简便奇特的是，如果与某些殊胜对境仅仅是结

上善缘，也能获得成就。

如乔美仁波切的窍诀中就说：即使你从未得过灌顶，也从未得过任何密法的传承，但如果与文武百尊画像、大幻化网坛城等结上善缘，经常看到、听到或者去了解，也必将获得成就。这是莲师的特殊法行，因而与其他密法不同。

### ● 牧羊人遇人身鹿头本尊而解脱

从前有一个牧羊人，他经常带着羊群到山上放羊，到了中午，就带着口粮到附近一所寺院吃中饭。

他每次吃饭的地方，是在寺院的一块墙壁下面。这面墙上有一幅壁画，画的是文武百尊里的一位忿怒本尊。我们知道，五十八位忿怒本尊形象各异，而这幅画像中的本尊，是人的身体、鹿的头。但他并不知道这是谁，代表了什么，只是每天来画像下吃饭时，便分出一半自己的口粮给这位本尊，并说道：“好朋友，这份是你的，一起吃吧！”日复一日，天天如此。

后来，牧羊人死了，在中阴境界里，当这位本尊在他面前显现时，他立即认了出来，并习惯地说道：“我的好朋友，一起吃饭吧！”就这样，他成就了。这是一个真实的故事。

### ● 老婆婆闻红啄木鸟头本尊而解脱

还有一个老婆婆，她常常路过一所寺院，并能听到里面僧人念经的声音，而且常常听到这么一段内容：“……本尊有着红啄木鸟的头、人的身体，手里持着弓和箭，放着光芒……我在这位本尊面前恭敬顶礼、祈祷……”

这段文字时不时地从她脑海里浮现出来，所以老

人也常常在想：“怎么会这样呢？人的身体、红啄木鸟的头？手持弓箭，还放着光……”因为总是听到，而且非常好奇，所以她不论白天晚上，一次又一次地思索着，并且也很想见到这位本尊。

后来她死了，就在中阴自现界中，那位本尊现前了——人的身体、红啄木鸟的头，手持弓箭、放着光芒，她一下子认了出来。这样她不仅遣除了疑惑，同时也获得了解脱。

### ● 中阴时认出文武百尊便得解脱

其实在中阴阶段，本尊显现的速度很快，从未与中阴法门结上善缘的人，他也不认识，只是觉得是个什么动物，怪怪的，这样就错过了解脱的机会。

因此，不说跟所有本尊结上善缘，就是像牧羊人和老婆婆那样，只是与个别本尊结上善缘，功德也是不可思议的。学院大幻化网的坛城是寂静本尊坛城，按续部所说，仅仅从外面看到这种坛城的相、佛塔的相，也能获得成就，所以功德非常大！

如果能对此祈祷、修持，那更不用说了。文武百尊里的每一尊，其实都是相应于我们的分别念而显现的，懂的人见了会生信心，但如果被不了解密法的人见了，很可能会生邪见：“怎么佛教里会有这么多具有动物头像的圣尊呢？”其实他们不知道，当你死亡并趋入中阴界时，就会见到这些圣尊。如果你在平时有所了解，那时候，你就知道这是五部佛的显现。显现寂静本尊，你知道是寂静本尊；显现忿怒本尊，你知道是忿怒本尊，在你生起这种清净意念的一刹那间，所有贪嗔痴当下消失，这时你也就获得了成就。

### 丁三、下根者无量大悲化身之往生：

获得密宗能成熟之灌顶、没有染上破誓言的过患、对生圆次第具有胜解<sup>14</sup>并拥有中阴窍诀的人，通过观修“吽”字阻塞不净的胎门，依靠大悲心的牵引和转为化身道用，而往生清净刹土，正如《中阴闻解脱》颂云：“封闭胎门当忆有寂界，需要精进净观之一刻。”意思是，此时应当封闭胎门并忆念上师的窍诀，当显现男女双运或刹土景象时，一定精进地观修清净相，比如观作上师佛父佛母，或者清净刹土等。

按莲师的中阴窍诀所说，下根者的这一往生修法，在临终时作右侧卧，然后在自己的前面观想化身释迦牟尼佛、观音菩萨、莲花生大士或自己的根本上师；如果没有观想的能力，就在前面摆放这些像，然后为了一切有情而发愿：“现在我就要离开世间了，但愿我今依靠这次死亡，而转生为利益一切众生的化身，广利有情……”

然后把自己的心识观想成明点，经由中脉，伴随着“贺<sub>嘎</sub>、贺<sub>嘎</sub>”的念诵声不断上引，到达左鼻孔时，这个明点就径直融入你前面所观想的上师或本尊心间。如果在这种境界中神识离身，那么后世一定能转生成一位利益众生的化身。

化身往生的成就相，外相：在天空中出现如鲜花或展开的哈达一样的美丽彩云等；内相：左鼻孔流出黄水或白红菩提，或出现圆溜溜的水珠等；密相：出现许多细微的舍利子，整个头盖骨或心脏完好无损，

---

<sup>14</sup> 不敢说有很高境界，但有稳固见解。



或身体里的部分骨头或肉不会烧坏，并出现本尊的标帜等。

以这种方式而成就的化身，实际就是来这个世界利益众生的，现在所谓某某的化身，有很多是这样的。因为他想利益众生，不想去往清净刹土，也不想在本尊的本体中示现成就，所以就以化身的方式来到娑婆世界。

这一化身呈现怎样的身份，与修行人临终时的发愿有关：你在将自己的心识融入上师或释迦牟尼佛心间之前，如果发愿将来成为一个有智慧的人，那你就应该将自己的心识观想为藏文“德”字，然后融入；如果你想拥有弘法利生的能力，就将心识观成藏文“吽”字；如果你想成就无量的悲心，那就观想成藏文“舍”字。

以上这些修法都很殊胜，当然这是对修行人而言的，世间人不会关心这些。他们所关心的只是生存而已，怎么挣钱、怎么买房、怎么买车、怎么交朋友……日复一日地过，想的也无非是这些。他不会考虑死时如何面对，死后又去往哪里，因为他不相信来世；即使有来世，多数人的态度也是“到时候再说吧”。至于度化众生，那更是天方夜谭了。

因此，这些修法完全是对修行人讲的。作为一个修行人，即使不能做到法身或报身往生，但这个化身往生法，应该也不是特别困难。如果你平时就有利益众生的发心，到了那时候，以猛厉发愿作为前提，也可以显出自己的“特长”。

昨天讲考班里填表，有个道友在“特长”一栏里

填的是：利益众生。我看了以后很欢喜，有这样的特长，那你死的时候，肯定会发愿成就化身来度化众生的——这个道友脸都红了。没事，只有我看见了，其他人不一定能注意到。不过你敢写的话，也应该能承当。

#### 丁四、平凡者具三想之往生：

一般的普通人，可以依靠具足三想——将中脉作为道路想、心识明点作为旅客想、极乐清净刹土作为去处想，从而往生。这种往生法后面会详细地讲，因为要求不高，所以很适合一般的平凡者。

我们的目标是解脱，所以，不论是自己念佛、观修，还是依靠上师、道友指点，应当力争往生极乐世界。如果实在没有这个能力，也绝对不会堕入三恶道。

#### ◎ 不堕三恶道的方法

莲花生大士说，若有人在旁边为临终者念观音菩萨圣号、阿弥陀佛圣号等，则此人不会堕入三恶道。

某些中阴法门中说，若临终者自己念，或有人在旁边为其念一遍“南无宝髻如来”，依靠宝髻如来多生累劫的发愿力，此众生必定不堕恶趣。这是一个很重要的窍诀。不论人或旁生，当你见到任何一个众生正在死亡线上挣扎时，假如没有能力念颇瓦超度，就多念“南无宝髻如来”。

或者，也可以念《圣大解脱经》里顶礼三宝的偈颂：“南无布达雅，南无达玛雅，南无桑嘎雅。”

此外，莲花生大士还说，如果死时作右侧卧、头

朝北，在这种姿势中断气，以释迦牟尼佛涅槃时就采用这一卧式的缘起，此人不会堕入恶趣。

这些方法是非常可靠的，作为相信因果的人，见到道友或可怜的众生离开时，应当尽力为他念一念，或者帮他实行。

#### 丁五、以大悲铁钩超度亡灵之往生：

具有殊胜证悟、心境调柔、了知中阴身心相续的瑜伽士，可以超度其他临终者或中阴身往生。

本来，超度亡灵者必须是获得见道的菩萨，如米拉日巴尊者说：“尚未亲睹见道谛，切莫超度诸亡灵。”还没有证悟真实谛的人，见到尸体就“啪<sub>的</sub>、啪<sub>的</sub>”，不一定有什么利益。

超度亡灵的最佳时刻，就是在临终者外气已经中断、内气还没断尽的时候。

如果遇到这样有着确定性的时候，找不到一地菩萨也没关系，只要请稍微熟练往生窍诀的人来作往生仪式，也绝对是有利的。就像一个刚刚出发上路的旅客，友伴要转变他的方向是很容易的，同样，此时他正要去往后世，只要稍作引导，便能让他避免投生恶趣等处。

相反，如果身心已经脱离，成了中阴身并随着业力飘荡的时候，要超度这样的亡灵往生，还是有一定的困难。超度这样的中阴身者，必须是对中阴界了如指掌、自心已经获得自在的人。

当然，如果是这样的一位瑜伽士，那么已经离开血肉之躯的中阴身，依靠他作超度的外缘也容易转

变。这位瑜伽士先将处在中阴界的亡灵勾招到他的灵牌上，然后对他作往生法仪式，这样就能将他的神识送到清净刹土中。

### ◎ 华智仁波切超度亡灵得酸奶

这里讲一则华智仁波切自己的公案。

据《华智仁波切略传》中记载：仁波切常以普通游方僧的身份独自来去，没有人认识他。有一次，他来到康区的一户人家门前，恰巧主人的母亲刚刚去世，请来当地一位特别有名望的上师为其超度。因为他也是僧人装束，主人也将他请了进来。

进门以后，他看见那位上师坐在高高的法座上，小侍者坐在旁边，他们正在为亡灵念超度仪轨。于是华智仁波切坐到角落里，他以神通观察发现，那位上师表面上在念诵往生仪轨，但他心里想的是：“超度完以后，主人是否会将那匹最好的黑马供养我呢？”而那个中阴身也了知他的这一心念，于是躲得远远的。尊者再观察他的小侍者，发现他对亡灵有极大悲悯，正一心一意地念诵仪轨，所以中阴身又被感召了回来，但侍者却没有能力超度她。

尊者想：若未与亡者结上缘，就无法超度她。于是便对主人说：“能给我一点吃的吗？我饿了。”主人很不高兴：“佛事做完后再给你吧。”

结果，超度仪轨结束后，大上师得到了那匹黑马，有慈悲心的小僧人得到了一张小黑牛皮。而他得到了一碗酸奶，已与亡者结上了缘，于是他默默地将亡灵超度到了清净刹土。

尔后尊者一边笑着，一边自言自语道：“贪心上师得黑马，悲心扎巴得牛皮，超度亡灵得酸奶。”

### ◎ 蒋扬夏巴唱情歌超度亡者

刚才的小侍者虽然无力超度，但他的悲心却能勾招亡者，以前上师如意宝也讲过一则以唱情歌来勾招的公案。

塔尔寺的蒋扬夏巴上师，有一次为两个横死的姑娘超度。超度过程中，起先他念了很多仪轨，但后来不念了，唱起了草原上流行的情歌（按藏地传统，人刚刚死是不能欢笑，也不能唱歌、跳舞的。所以他的侍者很紧张，众人也都不理解）。上师唱完情歌后，才又开始念超度仪轨，之后算仪式圆满了。

后来侍者问上师：“今天您为什么唱情歌呢？”

上师说：“这两个女孩子生前是有名的歌手，突然进入中阴界，我怎么念经也勾招不了，于是我只好唱情歌，她们贪恋这个，所以被勾招过来了，趁她们专注之时，我将其超度了。”

可见，如果不是大成就者，中阴身阶段是很难超度的。华智仁波切也说过，那时的神识如野狗一般，漂泊不定。因此，一般人想在人死以后，将其神识勾回到他原来的身体上作超度，实际上没有任何实义。

当然，如果念诵的人有悲心，对三宝有信心，那么念阿弥陀佛名号、念咒语，对亡灵也必定是有利的。就像刚才那个小侍者，他有悲心，所以中阴身就回来了。能回来就很好了！即使超度不了，也不至于生邪见，否则一生邪见就堕落了。而回来的话，依靠佛语

不变谛实力的加持，依靠僧众的加持，很有可能让他就此往生极乐刹土的。

其实这些道理，就我们自身也是适用的。当我们自己已经进入中阴阶段时，如果有人为我们念经，那时候你要清醒地意识到：“我现在已经是中阴身了，如果我能按照仪轨的词句转变我的心识，那现在当下就能前往清净刹土。”这完全是事实。以前上师如意宝就讲过：中阴身不像人活着时心力很钝，他那时候的心比现在聪利九倍，也极易转变，而且想到哪儿就能到哪儿。

因此，在座的各位学到这些道理以后，一方面，在为亡者念经时，要怀着利他的心，要尽力用清净的念诵饶益他；另一方面也应该祈愿，一旦我们自己成了中阴身时，也能够以那种极为聪利的心，来忆念生前学过的这些窍诀，从而立即往生极乐世界。

## 第一百三十九节课

### 思考题

1. 请仔细分析平凡者需要具三想往生法的道理。
2. 请解释不修成佛法中“不修”的含义。这对你有何启示？

下面继续讲“以大悲铁钩超度亡灵之往生法”。

### ◎ 自未解脱无力超度他人

在超度亡灵的事情上，华智仁波切认为，大多数徒有虚名的上师或活佛，虽然没有修法的境界，但在超度亡灵时，如果有慈悲菩提心，不牵扯自私自利的心，那么单单依靠菩提心也可能利益亡灵，同时，也不会成为自己修行的道障。

反之，既没有一地菩萨的境界，也没有利他心，一门心思谋求一己利养，仅仅依靠口头会念诵来超度亡灵，又任意接受死者的往生马<sup>15</sup>等等，这实在是极其下劣的行为。

供养往生马的习俗，现在藏地还有。你要请某寺院最大的活佛来超度，那他只要念一遍往生仪轨就可以得到。但一般来讲，若是自身没有接受能力却接受了，就会形成道障；而且，这种超度对亡者也没有利

---

<sup>15</sup> 往生马：藏族民俗，一般指为亡人作超度时，亡人家属将自家最好的马配上死者最好的衣服供养给作超度的上师，表示已将亡灵完全交付于这位上师请上师作超度。这种马称为往生马，至今仍有此风俗。

益。

如颂云：“己未趋至解脱之干地，然却致力引导他人者，此二之理少许不相合，犹如溺水之人救溺者。”如果自己还没有到达解脱干地，却花很多心思力气引导他人，这两种状态——自未解脱与超度他人，是根本不相合的，也就是说，这种人根本做不到。就像一个人自己还溺在水里，无法自保，那他怎么能救护其他的溺水者呢？

可见，要做真实超度，对超度者有严格的要求，一般人做不到。不过饶益是有的。就像以前讲的，只要你有利他心，以讲经说法度化众生完全应理，不一定非得是一地菩萨。否则，有讲法资格的人就很少了。而且，佛陀没有这么要求，甚至也没说必须是资粮道、加行道者，只是在任何情况下都强调的，就是一定要有利他菩提心。

超度也是一样。作为凡夫，虽然我们不能像圣者那样做直接与真实的超度，但也并不是不能超度。比如，你们居士去助念，好心好意念颇瓦、念往生仪轨，对亡者就一定有利。而《地藏本愿经》、《无量寿经》等经典里都讲过，为人诵经、超度，不仅于人有利，助念者的功德更是不可思议。

### ◎ 接受亡财后一定要念经回向

现在汉地寺院做佛事，常常规定一些费用，比如，放一次焰口要多少多少钱。如果你已经规定了，那在接受以后，等于是作了承诺，就应当如理如法去做。否则，亡灵得不到丝毫利益，眼睁睁地盯着你，还是



很可怕的。

前段时间学会里边规定，凡评上终身学员的人，死的时候，我要为他念100遍观音心咒，当时我也承诺了。前两天他们给我发来三个人的名单，说是这种情况，后来我给忘了。但今天早上一醒过来，突然想起来了，马上坐好念了300遍。当时我的感觉中，好像这几位亡者一直在盯着我。对我而言，念100遍观音心咒当然很简单，但对他们来讲，即使是念一遍，也是非常珍贵的。

因此，以后不管是个人、僧众或居士团体，承诺为亡者超度以后，就应当如实去做。完全超度也许有困难，但尽力念诵诸佛菩萨名号、读诵具有加持的经典，肯定会饶益亡者的。而如果你接受了供养，但却没有念，那是很麻烦的。我的话，超度得到的钱财不敢用，把这些凑到一起，或者刻观音心咒，或者请僧众念经。我知道自己没有超度能力，但既然收了，就全部做佛事。如果什么都不做，到时候被亡人盯着，也是挺恐怖的。

下面就讲几则这种公案。

#### ● 丹增秋佩大师重新为亡者回向

从前，大证悟者丹增秋佩大师转绕匝日神山期间，在他的境界中，出现了昔日他所超度并收取了往生马的一个人，那人从血海<sup>16</sup>中露出头来，并且喊着大师丹增秋佩的名字说：“我的往生马你都接受了，却不好好超度，现在我该怎么办呢？”

---

<sup>16</sup> 据说血海是指当时匝日神山附近的一个湖。

大师一看，惊恐万分地说道：“我将转绕神山的功德回向与你。”于是那人便不见了。

丹增秋佩大师是有境界的人，亡者也是在他的境界中出现的。但我的话，境界倒没有，只不过当时醒的时候，在我的分别念中有一种特别奇怪的感觉，或者说是很明显的直觉吧，好像那三个人在等着我，所以赶紧念了300遍心咒。

当时丹增秋佩大师把转绕匝日神山的功德回向给亡者以后，亡者就消失了。其实，这就像还债一样。

#### ● 杰美泰秋丹增圆寂后重新超度亡者

不仅如此，即便是具有殊胜证悟的高僧大德，如果接受亡财供养以后没有念经回向等，也会成为地道的障碍。

从前，竹庆仁波切杰美泰秋丹增圆寂时，弟子邀请哲美扬炯滚波尊者念诵遗体火葬仪轨。结果尊者一整天始终念诵沐浴仪轨进行勾招，反复超度，完全像对一个普通人作超度一样（一般来讲，对高僧大德不需要勾招，或者做遣魔沐浴仪式，只是念《系解脱》、《普贤行愿品》或者祈祷文就够了，因为他们不是普通人）。

诸位僧人问这样做的原因，尊者解释说：“他（杰美泰）生前接受了超度亡者的黑马供品，可是当时却没有对死者诵经念仪轨作回向，被他超度的这个亡者是一个罪业深重的人，因此对他的地道成就稍有障碍。但现在通过我们俩并肩协力，已经卓有成效。”据说这位亡者名叫各洛丹增（各洛也即果洛，是青海那边的一个地方。亡者是果洛州的人，名叫丹增）。

像这样的大上师都要受影响的话，那我们就更要

注意了。不说大的供养，就是接受少量亡财，也应该念咒语回向。有时我走在路上，他们会交过来十块、二十块写着亡人名字的念经钱，一交到手里，一般我当下就念几句观音心咒，“嗡玛尼巴美吽……”；而且我也不会用这个钱，像刚才说的，拿去刻观音心咒，或者请僧众念经。

藏地一直有这种规矩：家人死了，在纸条上写个名字，裹着十块、八块的，多少随缘，交给讲经说法的法师等，每人给一份，请他们超度、加持。其实这是很好的习俗。供养僧众也好，供养法师也好，结上缘之后，他们经常将讲经说法等的功德回向给亡者，利益极大。

这种规矩汉地还没有，为超度家人，供养自己最好的房子、车子，以前没有，以后也不一定会有。但是作为修行人，不论多少，只要你接受了亡者的供养，就一定要好好回向。

#### ● 接受信财亡财过多转世为蛇

《极乐愿文大疏》里有一则公案：一次，唐东加波尊者在一块磐石中看见一条大蛇，蛇身上下密密麻麻遍布着众多小青蛙，它们一刻不停地啃食着它。尊者以神通观察，知道这条蛇前世曾是个僧人，接受了太多的信财亡财，但却没有认真超度、回向，如今就成了这样。而那些啃食它的小青蛙，就是它曾经的施主变来的。

可见，超度不容易，而因果也是不虚耗的。一讲因果，每个人都担心，甚至毛骨悚然，其实这样很好，说明法入心了，有效果。以前上师如意宝讲《百业经》

时就是这样，大家天天心惊胆战，“这样也不对，那样也不对，那我死后必定堕落，怎么办哪？”不过，有这种感觉的人，修行上大都非常警惕，反而一生受益。

综上所述，即使是身居上师大活佛之位的人也是一样，如果在接受亡财时，既不发心也不作回向、发愿、念仪轨等，而自认为“我是如何如何了不起的上师、大活佛，我是堪布、法师，别人供养我理所当然、天经地义……”，实在没有什么好处。

古代的藏地怎么说也好得多，佛教兴盛，环境单纯，但现在的话，这种人可以说比比皆是。可是你要想想，即生你可能有钱财、有地位、有名声，但下一世呢？今生一结束，可就是另外一种景象了，而且，想要再回到这个世界，几乎是不可能了。

想想那种可怕景象，为何现在不收敛一些呢？

### ◎ 活佛也不应致力于接受供养

其实，就算是活佛，也不应该致力于接受供养。

在藏地，即使是被无误认定为高僧前辈转世的那些活佛们，最初也需要从藏文的元音字母开始学习，换句话说来说，包括文字读诵以上，他们都和普通人没有差别需要学习。那这样就可以肯定地说，将前世所精通的文字读诵忘得干干净净、却没有遗忘生圆瑜伽的人，绝对不会有。

我非常赞叹这个推理，以前也在不同的地方用过。也就是说，所谓活佛应该是有功德的，但转世以后连字母都忘了，何况那些功德呢？如果没有前世的

功德，或者没有通过修学成就功德，只是以活佛的称号敛财，就不合理了。

现在汉地的居士、出家人喜欢活佛，这个我没有意见，我个人对活佛、对高僧大德，没有任何私人的仇怨。但我从负责任的角度，想要劝阻那些伤害佛教、欺骗信众的现象。

任何一位上师、活佛，稍微有些不如法，有些自私自利心是正常的，大家都会理解。在这个世界上，要做到完美、圆满，除了正等觉释迦牟尼佛以及真正的佛菩萨化身以外，是不可能的。但是如果做得太过头了，名义上是“弘法利生”，甚至颇有名气，而实际上的所作所为却与佛教完全不相称，只是借用“活佛”、“上师”的名称，来骗人、骗钱、行非法之事，那就像这里所说的“实在没有什么好处”。

很多居士崇拜活佛，一听说某某的前世是什么什么，就崇拜得不得了，但这个前世的话，有时很难讲。我曾在微博上说过：你要寻找上师，主要看他今生是否具有上师的法相，而不是他的前世是谁；释迦牟尼佛在任何经典里都不曾说，作为上师的标准，他的前世必须是某某、必须怎么怎么……

其实，前世是很难了知的。但因为一般人难以了知，就说自己的前世是普贤王如来、无垢光尊者、智悲光尊者、如来芽尊者、麦彭仁波切、华智仁波切、唐东加波、龙猛菩萨、月称菩萨……好像印藏的高僧大德都来示现了一样，这样也不尽合理。当然，诸佛菩萨的化现无处不在，这一点我承认，但是，你自己的前世是不是真是这样呢？

我这么说，也许会得罪一些人，也许会直接、间接受到攻击，甚至是一些大的方面的攻击。但我的存心，完全是为佛法、为众生，也是在这样的发心下，为大家出个主意、提个建议，或者也可以说，是发个警告的信息吧。

不过，有人会利用前世，恐怕也跟很多人的认识有关。他们的认识和我正好相反，他们认为，依止善知识时不用看今世，只看前世足矣。但华智仁波切说得很清楚，就算是无误认定的上师、活佛，也要从头学。

的确是这样。即使是特别了不起的高僧大德，他们转世以后，小时候也要从“嘎喀嘎阿……”三十个字母开始。为什么呢？一转世已经忘得一干二净了！三十个字母很简单，任何其他民族的人，一教就会，但连这个都忘了，那生起次第、圆满次第就不必说了。因此，即使是真正的活佛，因为有胎障等各种原因，所以今世一定要从头学起。既然要从头学起，就不应该一上来就借前世的名义，在今生摄受弟子。

但遗憾的是，很多人这样做了。所以，从这一点我们就可以理解，上师如意宝为什么一生未认定一个活佛；而现在看来，这也是上师对佛教的一大贡献。按理来讲，法王比谁都有资格、有能力、有权威，但他不这样做。现在也有人在汉地说，自己是法王认定的，但在法王身边呆过近二十年的道友都知道，法王从来没有认定过一个活佛。这就是对佛教负责任的态度。

当然，我也不是不承认“转世活佛”。活佛是有

的，也的确有历代高僧大德转世的活佛，像萨迦、噶举、宁玛、格鲁、觉囊，各派中都有依照佛教仪式并由高僧大德认定的活佛。但就是这些活佛，也应该谨慎。

我自己不是活佛，只是一个名不副实的堪布。但作为堪布，有些事情不想则已，一想就特别害怕，觉得即生接受供养多了，下一辈子不是在地狱，就是在饿鬼道。因为我也知道，自己本身不是能接受供养的人，而且，接受供养以后，通常又没有好好回向，综合各方面来看，自己就能认定，下一辈子肯定是很糟糕的。

如果是这样，那目的纯粹是为了供养，甚至不择手段的人，就更要谨慎了。否则，事情做过了再后悔，也许就晚了。

因而，华智仁波切认为：即使是那些被无误认定的小活佛们，也不要再在刚刚能骑马时就开始享用信财亡财，而要稍稍将精力放在修学发心、闭关修持上面，难道不是吗？

尊者的教诫很中肯。因果关系的确很深奥，一般人无法恰到好处地掌握，因此，不论大人物、小人物，遵循这些金刚语是不会错的。作为普通的修行人，道友一边闻思，一边也可以看看别人的行为，从中发现一些是非曲直，进而做到心中有数，还是有必要的。否则，作为一个佛教徒，说话做事太盲从、太愚痴、太极端的话，就难以体现佛教是真理之道。因此，大家应该理性起来，应该进入正信且富于智慧的轨道。

### ◎ 具三想往生法接引平凡者

那么，在这里所讲的这个往生法，是平凡人具三想的往生法，或者叫做心识上师<sup>17</sup>之往生，这也与《无垢忏悔续》所说的“依靠临终光环声往生”的意义相吻合。

所谓的“依靠临终光环声往生”，就是在临终时刻，将自心观成一个光环明点，伴随念诵“贺<sup>嘎</sup>”、“啍<sup>的</sup>”之声，往生到清净刹土。此处所讲的修法——具三想往生法，不仅与这一续部的意义一致，而且，如果你结合显宗修法来看，很多地方也都是相通的。

当然，具有殊胜证悟的补特伽罗，不需要这一修法，他们依靠法身、报身、化身往生法即能成就。

### ● 死亡让瑜伽行者小成佛

其实，对于这种有修行境界的人来讲，死亡不过是一种分别，如《无垢忏悔续》中说：“死亡乃分别，可引空行刹。”在度过这一分别念的阶段以后，神识可以被直接引往空行刹土。

因此，死亡对于不同的人，有不同的意味：世间人一听说自己得了绝症，马上要死了，一定极为痛苦，即使学了一辈子佛，不论出家人、在家人，还是会非常悲伤的。而如果是一个修行有素的瑜伽士，他根本不会痛苦，因为对他而言，死亡可以让他小成佛，如续中说：“所谓之死亡，瑜伽小成佛。”

虽然不是“大成佛”，“小成佛”已经是很大的成就了，因此，如果你有一些境界的话，死时又何必伤心呢？就要示现“小成佛”了，多好啊！真正的修行

---

<sup>17</sup> 心识上师：观想自己的心识与上师的智慧融为一体，成为无二无别。



人多数是如此，今生今世已证得坚地，生死自在，因此表面上示现死亡，但实际上只是像从现在的一个地方去往另一个地方一样。

### ● 平凡者需要具三想往生法

当然，这种生死自在，不是每个人都有的。对一般人而言，最重要的，是平时要断恶修善，而与此同时，也要学会把握好临死时的心念。

《毗婆沙论》记载道：舍卫城有两个人，一个人一生修善，另一个人一生造恶。修善的人在临终时，因为顺次生受业<sup>18</sup>所感，后世的恶报提前，出现地狱的各种景象。这时他有点诧异：“我一辈子行善，不曾造恶，为何出现地狱之相？”但转念一想：“应该是我后世的果报提前成熟，将来可以不再感受了。”于是欣然接受。因为他对业果的信心毫不动摇，地狱相立即隐没，天界的景象显现，这样他便生天了。

而造恶之人临命终时，因为一生造恶的缘故，顺次生受业提前显现，他见到了天界之相。他想：“我这一生造的全是恶业，不曾修善，如果真有因果，那我应该堕地狱，不可能生天，为何会出现天界之相呢？”此人立即断定：“根本没有因果！”就这样，因为生起邪见诽谤因果，天界景象消失，现地狱相，他当下堕入地狱。

从这则公案里，一方面，我们要了解因果不虚：不论你修善造恶，后世的苦乐是绝对不会欺惑的。对一个皈依佛门的人而言，因为相信前世后世，所以一

---

<sup>18</sup> 顺次生受业：现世所造之善恶业，将于第二世受果报。

生断恶行善，死时很安详，而后世也会更加安乐。但不相信有来世的人，因为总觉得人死了就没了，所以死时非常恐惧，即使是科学巨匠，也往往如此。而且，如果这一世多作恶业、缺乏善行，那后世一定是更加痛苦。

而另一方面，也是要着重说明的，就是临死时的心念很关键。如果具有相当的观想能力，就像前面讲的，那些一生修习生圆次第等的行者，他们完全可以在生住中阴、临死中阴、转世中阴三种不同阶段，于法报化三身中获得成就。但如果没有这种修行能力，即使平时也在修善，临死时也很可能会变得手忙脚乱，甚至意识也糊涂了，而一旦失去正念，那就往生无份了。

因此，所谓“往生法引导修法差者”，对于修道尚未获得稳固或者罪孽深重之人而言，一定要依靠具三想往生法这一要诀。

#### ● 若依三想往生法必定解脱

如果拥有这样的窍诀，那么无论他罪业何等深重，也必定不会堕入恶趣。就算是造了无间罪径趋直下的人，如果遇到这一教言，则一定不需要堕恶趣。在显宗里，没有比五无间罪更严重的罪业了，但是拥有这一窍诀的人，也一定会解脱。

如续云：“日日杀梵志，及造五无间，以此道解脱，不为罪业染。”所谓梵志，也即志求梵天果位的婆罗门，类似于现在基督教中的牧师或道教中的道士等，也是修行人。我们知道，杀一般的人与杀修行人的果报是不同的，杀后者要重得多。因此这里以此为

喻，说即使你天天杀梵志，甚至造五无间罪，但依靠这一具三想往生法来修，依然能够解脱，不会被罪业所染。

此续中又说：“九窍<sup>19</sup>之上方，意念可往生，不为罪业染，生于清净刹。”人的这九窍，实际是轮回之门，在九窍的上方有梵净穴，如果意念从此而出，将不会为罪业所染，并生于清净刹土。

其他续中也说：“头顶日月坐垫上，具相上师尊足前，若知趋入中脉道，造五无间亦解脱。”死时在头顶上观想日月坐垫，之上安坐自己的具相根本上师，面带微笑，慈悲观照着自己，然后，如果你能修持趋入中脉之道——将自己的心识观作“啊”、“吽”、“德”、“舍”等种子字，经中脉融入顶上上师的心间，上师也渐渐去往清净刹土，依此修持的人，即使造了五无间罪，也会解脱的。

因此，希望大家重视这一修法，其实在整个修行的末了，最终的正行就是往生法。我们每个人的前途，说难听一点，只有“死路一条”，也许这听着不吉祥，但说直一点就是如此。而在这条死路的尽头，如果你能用上这个修法，那你未来的生命就完全不同了。当然，那时候是否做得到，还要依赖于现在的努力。

堪布嘎巴，是我以前听过法的一位堪布，他获得了虹身成就，往生时非常吉祥，我在《密宗虹身成就略记》中有记载。虽然他的境界很高，但他每天晚上都修颇瓦法（往生法），“贺嘎、贺嘎……”，外面都听得

---

<sup>19</sup> 九窍：人体感受五种外境的感觉活动所有九处门户或穴窍：眼二、耳二、鼻二、口和大小便口各一，共为九窍。

到。

像这样的大德每天都要修的话，那更何况我们呢？所以，这个往生法平时就要修。如果现在不修，只是像学者了解普通知识那样，听听而已，到时候可能未必用得上。而如果你真的想从轮回中永远获得解脱，那就应该把它当作生命中最有意义的事情来做，认真实修。

只要修持好了，就像刚才讲的，再重的罪业也能获得解脱。

### ◎ 此往生法乃不修便可成佛法

所以说，这一深道往生法的教言，是不修便可成佛之法，也是以强制性的方法使罪孽深重者得以解脱的密道。

这里的所谓“不修”，不是说完全不修，而是说不必用三大阿僧祇劫长久、费力地去修，只是在练习好这一简易修法之后，便能往生，即使是罪业深重的人，也可以强制性地往生。因此，和显宗的净土法门相比，有些念佛的修法是很殊胜，但说实在的，这里所讲的这个往生法有更多的窍诀，而这种窍诀可以让你直接往生，毫无疑问，也毫不费力。

因此，遇到这么好的法门，不修太可惜了。就像你捡到一个如意宝，但如果不祈祷，只是闲置在那儿，也就白白浪费了。

### ● 有缘者应当依此法而往生

金刚持佛说：“日日杀梵志，及造五无间，若遇此教言，无疑定解脱。”这和上面教证的意思是一样

的。

在座的可以想一想，在你值遇佛法之前，即使不是“日日杀梵志”，也肯定造了很多业。不说其他的，单单饭桌上的杀生，恐怕已经是相当多了，再加上，从小到大有意无意的杀生，乃至身口意的种种自性罪，那更是不计其数。而在学佛以后，进入别解脱戒、菩萨戒、密乘戒以来，烦恼深重也好，没有正知正念也好，佛制罪肯定也造了不少。

如果我们能像阿底峡尊者一样，有错即忏，哪怕生了个错误心念，都立即用木制曼荼盘供养、忏悔，那修行上一定很有进步。可是，我们有这个能力吗？没有。凡夫人就是这么可怜，造恶业有特长，但一说到忏悔、修善，就既懒惰又无力，修不到什么功德。

所以，对我们这些人来讲，这个往生法再适合不过，到了最后关头，我们唯一能依靠的就是这一修法了。

这一修法具体怎么修，下面会讲，这里首先介绍一下它的重要性。而能遇到这种教言的人，也可谓是有殊胜因缘，因此希望大家珍惜。

前段时间我翻开笔记，发现很早以前上师如意宝也讲过一遍往生法。当时是在道孚的古屋神山，汉僧只有五六个，上师讲了六天，我在下来之后也是一边译一边讲，最后又用藏文理成了文字，里面有很多上师的教言。当时上师也说：“遇到这么殊胜的修法，如果你们不修，是很可惜的。高僧大德离开世间时，心中多数都有把握，但作为一般的修行人，也可以有自己的境界，尤其是，如果能运用这一往生法，解脱

是有把握的。”

● 莲师说：不修成佛法我有

邬金莲花生大士也说：“修持成佛法皆具，不修成佛法我有。”通过修持而成佛的法门，各个教派都有，但不修便可成佛的法门，我有。

当初米拉日巴遇到绒顿拉嘎上师时，一听说不修可以成佛，便整天睡大觉，等着成佛。如果你们也这么理解，“反正我遇到莲花生大士了，遇到这个‘不修成佛法’了，看来我很有缘分……”，于是就懒散度日，其实这是误解。所谓不修，刚才讲了，是说不必旷劫苦修，但这一修法本身，如果想要到时候运用自如，平时一点也不修，是不行的。

因此，一定要修。但修这个法，跟修其他法的确不同：一方面，阿弥陀佛的愿力宏大；另一方面，来自莲师乃至我们一切传承上师的教授，又有不共的加持。

● 珍惜与佛法结上的善缘

尤其是这些解脱窍诀，像闻解脱、系解脱、往生法，能遇到这些修法，的确是一种善缘、一种幸运，理应欢喜。

法王在一个道歌中就说<sup>20</sup>：“六道轮回中的苦乐显现，此起彼伏、交替轮番，变化莫测如春日的天气，摇晃不定、不可依靠，唯有具善缘修正法的修行人，何时何处都处在快乐中，多幸福啊！”

确实是这样的。世间人在苦乐中沉浮，今天快乐、明天痛苦，今天虽然富有、明天却可能倒闭……忽风

---

<sup>20</sup> 堪布边背藏文边翻译成汉文。

忽雨、是是非非，一生都没有快乐可言。但一个真正的修行人，他不会这样，他用修行将一切都转成快乐了。这就是佛法体现在生命中的缘起规律。

法王还有一个教言说：“我在小小年纪时，就被善缘的布谷鸟以美丽动听的歌声召唤，来到上师托嘎如意宝的佛法花园中，享用了胜乘妙法的美味甘露，而这最初的缘起，就是从小值遇佛法。”

我想很多道友也是如此吧。往昔的善缘，就像布谷鸟的歌声一样，把你们召唤到了喇荣，从小小年纪就开始接受大乘佛法，行持大乘佛法，这无疑是非常殊胜的因缘。

一般来讲，如果年轻时就与佛法结上善缘，即使你后来的修行不怎么成功，一生的见解或行持，也是不会退的；而如果你年轻时的缘分是在恶法当中，与恶友为伍，那一辈子的修行，都会受此影响。因此，一定要珍惜自己的好缘分，活着的时候，用佛法调伏相续，很快乐；死的时候，又依靠佛法往生净土，更加快乐。

当然，如果你不是在年轻时遇到佛法，而是在中年、老年时，那你就更应该珍惜。特别是这个往生法，如果修好了，那一定会有美好的来世。现在很多人重视“相”，一个修行人死了，“有没有瑞相”、“有没有舍利”……其实，这些有也可以，没有也可以，不是关键。最关键的，对你个人来讲，就是来世的开端如何。你今生死去的那一刹那，就是来世的开端，如果你一生行善，死时很安详，那来世也必定有一个快乐的开端，并且从快乐到快乐；但如果你一生造恶，死

时充满恐怖，那来世的开端就是地狱烈火，一旦成了那样，何时才能解脱呢？

因此，希望人人都珍惜与佛法结上的善缘。尤其是，不论你一生的行持如何，一定要把握好这个往生法，用它为你的生生世世创造最美好的开端。

### ◎ 三大智者的教言

#### ● 那若巴：关闭轮回之门

大智者那若巴说：“九门乃为轮回窗，一门即是大手印，关闭九门启一门，无疑趋入解脱道。”

九门，也就是上面讲的九窍，这九门是轮回的窗口，而解脱之门就是大手印。关闭九门，开启梵净穴往生之门，则一定会趋入解脱道。

#### ● 玛尔巴：平凡而死亦无惧

南岩玛尔巴罗扎尊者也曾经说：“我今修持往生法，反反复复修炼已，平凡而死亦无惧，具有前修之把握。”

有一次，玛尔巴与弟子们在河畔散步时，见到一条猎狗追赶一只鹿子，鹿子在惊慌之中跳河溺死了。这时玛尔巴要修夺舍法，便对弟子们说：“你们有的去鹿的后面挡着猎狗，有的就看着我的身体。”说完，就开始将心识转移到鹿子身上。一会儿，就见死鹿从水中跃出，来到尊者的院子里便倒下了。

尊者复活过来，同弟子们一起去看那只死鹿。这时猎人们也赶过来了，并想把鹿子拿走。尊者笑着说道：“不是我修夺舍法，你们的死鹿早就被水冲走了，所以别想夺走它。”弟子们便将上师修法的经过告诉



了他们。

但猎人们不信，就说：“如果你能再修一次给我们看，我们就把它作供养了。”

于是玛尔巴又示现夺舍，鹿子立即复活，走了一段又倒下了。尊者醒了过来。

这时，猎人们都惊奇不已，生起了强烈的信心，同时把鹿子的尸体及其他众多供品作了供养。供养以后，他们请问法义，于是玛尔巴唱了一首“具有把握”的道歌。就在这首道歌里，他唱到了刚才的那个偈颂，他说：“我现在活着时就修持往生法，反反复复修持以后，即使是平凡而死，也毫无畏惧，因为我从前已经修炼好了，具有必定往生的把握。”

● 笑金刚：往生法乃摧毁中有之向导

至尊笑金刚说：“此等往生融合<sup>21</sup>之窍诀，乃为摧毁中有之向导，具足此道之人可有否？命风进入中脉人安乐，彼将趋入法界唉玛吽！”

至尊笑金刚，即米拉日巴尊者。尊者在依止玛尔巴罗扎苦行很长时间以后，上师为他灌顶。灌顶时，上师让他进入坛城，指着绘制的胜乐金刚坛城说道：“这是绘制的表相坛城，而真正的坛城，你看！”说着，手指虚空，立时于空中显现出胜乐金刚的六十二坛城：二十四殊胜刹土，三十二胜境，八大尸陀林，空行等所有圣众环绕，云光缭绕。这时，米拉日巴尊者信心充满、欢喜无比，而上师与所有本尊及圣众眷属同声说道：“为汝取名为笑金刚。”这就是尊者“笑

---

<sup>21</sup> 融合：将自心融合于阿弥陀智慧之教言。

金刚”名号的由来。

据尊者的道歌集记载：当尊者在布仁地区的红崖博托居住时，有一位僧人仰慕尊者之名，前来拜见。但来到洞里一看，除了一个煮水的壶以外，别无一物。他心里想：“怎么连一尊佛像、一页佛经都没有供奉呢？眼前的生活都如此糟糕，死时会有什么结局呢？”

正在他这样打妄想时，尊者也立即知晓了，于是对他说道：“你用不着为我担心，我是具有最殊胜的佛像和经书之人；我死的时候也绝无后悔，必定是十分快乐的。”之后又唱道：“我身佛陀坛城内，住有三世如来体……以大智慧作墨汁，以五根笔而书写，所显无不成法身，无需经书心快乐……”

来人一听，知道尊者有神通，同时也认为其他有关他的成就等传言也是真的，从而生起了不退的信心，并请求尊者摄受。

尊者知道这是个有缘之人，于是给他灌顶，并传了口诀。他修行之后，生起了善妙觉受，又来拜见尊者，并说：“在我没有得受过内心安乐之前，我是个特别贪财的人，现在见您对一切都毫无贪著，我也愿意效仿您长期住山修行。”

尊者听了很欢喜，唱了一首“向导”之歌，歌中处处体现了一个修行人的快乐和自在。其中这里的这个教言，就讲到了中阴之向导：“这个将自心与上师阿弥陀佛的智慧融为一体的窍诀，就是摧毁中有的向导，不知你们当中是否有具此往生把握的人呢？往生的人将会非常安乐，他将自在趋入法界，唉玛吽！”

来人叫者顿惹巴，他与大众听了尊者的道歌以后，欢喜异常，又向尊者请求了见修行果的法要。

今天，我们知道了往生法的重要，也知道这是摧毁轮回的真实向导，但是在座的人当中，有几人用得上呢？姑且以百年来计，一百年之中，有些人死时很吉祥，用上了这个窍诀；但有些人不但用不上，可能中途生了邪见，最终也堕入了恶趣。

因此，希望大家珍惜这个修法，也珍惜自己的修法因缘。

## 第一百四十节课

### 思考题

1. 请详细解释临终时的三种隐没次第。
2. 什么时候是往生的最佳时刻？
3. 你对助念是如何理解的？你给别人助念时，有什么收获？请跟大家分享。

下面讲往生修法。

丙二（往生修法）分二：一、修炼；二、运用。

丁一、修炼：

在我们身体还健康，尚未遇到严重疾病时，就应该修往生法了。

往生法在藏文里叫“颇瓦”。以前朝五台山时，有个汉族和尚向法王求颇瓦法，让我翻译。当时我对这些术语还不熟，加上“颇瓦”一词在藏文中有两个意思：往生法、肚子。他一直“颇瓦、颇瓦”的，我就不太明白，说来说去，才知道是求往生法。

在台湾、美国、新加坡那边，说到往生法，大家常称作“颇瓦法”，当然也有称“往生法”的。其实它的本意是迁识，就是通过修行将神识迁移到别处。

对每一个人而言，不论你活着时如何，当你离开世间时，最需要的就是颇瓦法。也许你在风光、快乐时，不会有疾病和死亡的顾虑，或因忙碌于家庭、工

作和事业，也顾不上这些。但是，一旦你得了不治之症，比如癌症晚期等等，那时候，就不得不直面无常、思考来世了。

如果你相信来世、相信净土，就应该选择颇瓦法，因为在那样的情况下，你也知道，即使你再执著世间的一切——家人、好友、名声、财产……也不得不放弃；甚至是你最珍爱的身体，也要留在人间、化为灰尘。若是如此，还能依靠什么呢？就是对来世最有利的修法。

也许有人问：“那平时修颇瓦法，会不会让我快乐、不痛苦呢？”

其实，和长远的痛苦相比，眼前的痛苦不算什么。如果你想现在就不痛苦，有方法的话，也可以；但如果你想后来世，在生生世世中不痛苦，就一定要往生清净刹土。轮回中的苦是难以忍受的，不说恶道的苦，就是人间的苦——生老病死苦、苦苦、变苦、行苦、求不得苦……想一想都受不了。

因此，为了彻底离开所有的痛苦，我们应该学习往生引导，并依此往生净土。

### ◎ 平时要反复修炼

在上师前求得往生引导以后，平时要反反复复加以修炼，并于未出现验相之前，一直精勤努力。

精勤是很重要的。即使是很小的目标，像学院里有些做小生意的人，他们仅仅是为了生活，早上4点就起来做工了，而且一向如此。这种精勤如果能用到佛法上，不管是谁，死时他一定是有把握的。但是，

这里这么多修行人，早上4点就起来的又有多少呢？

有个道友回了趟家，回来以后他说：“我家附近的很多铺子、工厂，凌晨3点还在上班……”可能这也是当今人的生存现状吧，不论城市乡间，人们为了一点利益，特别特别辛苦！他们辛苦的目的，在我们看来，不过是几十年的温饱而已，目标很小。但是，就是这么小的目标，他们却肯付出那么大的努力，而我们呢？我们的目标是来世，没有比这更大的目标了，但我们有没有这样努力呢？没有吧。

因此，修行时也可以用这些来激励自己，尤其是在修这一往生法时，修出验相之前，一定要精进，要反反复复修炼，修多少年都可以。

在你修持的过程中，有一点要了解的是：当你的身心还算健康，风脉明点全然无有衰退，正处在旺盛时期时，要依靠往生法直接往生极乐世界，有一定的困难。

这是什么意思呢？就是不要用往生法“自杀”。有些道友心情低落的时候，就拼命修颇瓦，“啪的！啪的”，想走！他不敢用吃药、割腕这些平常的方式，觉得往生法是最好的安乐死，所以就拼命修。但这是很困难的。为什么呢？因为依你现在的身体状况，还去不了。你现在可以修，可以熟练它，但不到临死的时候，要实现往生，是不容易的。

这是华智仁波切的金刚语，希望大家记住！整部《前行》的前前后后都非常珍贵，没有哪一段文字是要舍弃的，应当全部接受。

## ◎ 死时是否用得上，依赖于平时的修炼

平时是在修炼，还去不了，但真正到了临死之时，比如生了重病，明显活不了了，或者已经极为年迈，那时候往生就容易了。

打个比方，在夏季，果实正处在茂盛繁荣时很难采摘。像我以前去马尔康，就见过小孩子用长棍子敲苹果，那时苹果还不熟，所以使劲敲也掉不下来。但是到了秋季，瓜熟蒂落时，你不用敲也不用摘，只是衣边稍微碰触一下，它就掉下来了。

同样，心情不好时，任你喊多少个“啪<sup>的</sup>”，也往生不了，但是当你寿命已尽的时候，稍微观一下，就修成了。

当然，这也要看你平时的修炼情况，以及当时是否想得起。如果你平时就不珍惜这个窍诀，也不修炼，只是当作一般的学问，学了也就过了，那到了临死时刻，心识本来就混乱，再加上后世的迷乱景象一现，要想起往生法，恐怕有一定的困难。因此，平时一定要串习，依靠串习的力量，死时不仅想得起，而且能运用自如。

不过我也知道：说易行难。尽管我天天讲，但自己在死时是否用得上，还是个问号。如果自己用不上，那就跟聋子弹乐器一样了，音乐送给你们，你们受用了、用上了，而于我自己却毫无利益。不过，能这样也好。

因此，你们除了其他的法义，往生法也要放在心里。否则，一旦无常到来时，你的世界将出现翻天覆地的变化，你的心识将放下熟悉的一切，独自前往陌

生之地，那时候的感受非比寻常。在那种恐惧和焦虑之下，不管是谁，哭哭啼啼没有用，你平常对佛法的肤浅理解，也用不上了。

那什么用得上呢？就是你平时对往生法的修炼。这种修炼，就像你上战场之前，先要把武器运用自如，上舞台之前，先要把动作、台词弄熟练，上运动场之前，先要把运动项目训练好一样，平时就应该再再实践。要知道，世间人为了一点荣誉，幕后、场下花了多少功夫？千百万次的训练！一想到这种执著，我们对自己的修行一定会满怀惭愧。我们自认为在修行，自认为很精进，可是跟他们比起来，除了目标之外，我们的确不如他们。

因此，希望大家重视这个颇瓦法，并且要长期修持。修好以后，平时偶尔修一修就可以，到用的时候，立即把你从前所观修的都用上，直接往生。

这个往生法是很殊胜的，当然，这种法门在密宗里还有很多，了解的人是不得不承认的。在汉传佛教，《观经》里是讲了九种根基的往生，但是在这之上，最利根者安住自己本位、直接解脱的窍诀，却并未宣说。尽管未宣说，但这也是佛经的教义，这个道理，以前在其他场合里应该介绍过了。

## 丁二、运用：

那么，具体在何时运用这一往生法呢？

当自己出现死相，知道无论如何也无法避免死



亡，并出现了隐没次第<sup>22</sup>等的时候，就该修往生法了。而除此之外的时间里，一律不可以依靠这种方法来往生。假使你这样做，其实就等于自杀。

自杀的话，世间是常有的。现在人的心态很奇怪，家庭、感情、工作，生活上稍有不顺，也许只是遇到一点点事情，就觉得活着没什么意义了。其实，人生也并不是只有一条路。如果只有一条路，那它一被堵死，你说“无路可走了”，于是选择自尽，也可以。但实际上也不是。

因此，你只是缺乏勇气而已。就存活而言，我有时候觉得，街头的乞丐还是有一定的勇气。他每天为了少少的财物，风里来、雨里去，一点一点地积累。也许你会觉得，这种生活方式缺乏尊严，但他就是这样活着的。想一想他们，我们其他人又何必自杀呢？

尤其是佛教徒，想借往生法自杀是不明智的。当然，出家人一般不会。一是就整个社会比例来看，出家人不多，所以很少听说出家人自杀；二是作为真正的出家人，他们本来对世间的东西就看得淡、看得破，怎么会走那条路呢？而作为在家居士，我想你学佛以后，跟非佛教徒应该是不一样的。为什么呢？因为佛法很宽广，稍稍入心的话，人也就变得豁达了。人一豁达，又怎么会自杀呢？

我们知道，在西方的哲学中，并没有东方的佛教与孔孟思想那么深奥的知识，然而，当西方人把他们的思想用于心理治疗时，却拯救了许许多多的人。如

---

<sup>22</sup> 隐没次第：人死亡时出现种种灭尽次第之死相。

果是这样，那我们学了佛法，有了佛法智慧的人，又何必选择狭隘之路呢？

因此，你不应该抛弃这个人身，而应该用它为后世修积资粮，或者就像前面讲的，好好修炼往生法，到时机成熟时就可以往生了。否则，不管你用什么方式自杀，当你离开这个世间时，或许你已避开了生前的痛苦，但迎来的不见得是快乐，在众多恶业的牵引下，可能会立即出现种种恶相；如果真的堕入恶趣，要再得人身，就遥遥无期了。因此，一定要深思！

不仅如此，其实这样做的过失也是很重的。如续中说：“时机成熟当往生，非时往生杀本尊。”时机成熟时才能往生，其他时间里，如果你用往生法离开世间，就有杀本尊的过失。戒律中也说，比丘自尽犯堕罪。因此，这种“非时往生”，佛教中是不允许的。

那么，何时才是往生的成熟时机呢？就是出现死相时。

### ◎ 三种隐没次第

所谓死相，就是人在接近死亡时所出现的相，也叫隐没次第。本来隐没次第多种多样，但从浅显易懂的角度来讲，包括五根、四大、明增得这三种隐没次第。

这些隐没次第是一定要知道的。否则，缺乏了解的话，到时候或许就来不及了。当然，如果是横死，就不会出现这种次第，神识在瞬间就要离开，那时候最好用刹那往生法。还有种情况是，有些老人发觉不到死相，因为他是在睡梦中死的，或是边念经，边吃

饭，人就死了……我家乡的居士林就有这样的。这种死法，虽说没有任何死亡的痛苦，也算吉祥，但有一个问题是，他可能没有观想的准备，就在和平常一样当中死去了。

而如果是生了病，倒是一种提醒，人也会考虑这个，甚至常常留意是否有死相，这样的话，反倒容易把握了。

### ● 五根隐没次第

五根隐没次第：按藏地的习惯，人如果实在不行了，就可以请僧人来念经了。当有人在枕边念经时，只是听到一片嗡嗡的声音，而听不清字字句句；或者，虽然没有那样，但别人的交谈等对他来说，也好像是从远处传来的声音一样，仅仅能听到声音，却听不清楚说的是什么，这时表明耳识已经灭尽了（如果只是病得久了，一时听不清楚，这还不一定是死相，别搞错了）。

同样，眼睛看色法时，也只是模模糊糊，看不清究竟为何物，说明此时眼识已经灭尽了。

以此类推，鼻根嗅香气、舌根品味道、身体接触到所触时，没有丝毫的感觉，那这就是最后的隐没次第了（如果是感冒或有其他疾病，感觉不敏锐，这个不必担心，应该不是。明显的隐没，像这里讲的这种，自己会发现）。

这时候，旁边有善知识的话，可以请求为自己做个千佛灌顶。或者，如果得过大圆满灌顶，也修持过，甚至对本来清净有一些认识，只是此时自己观不起来，可以请上师或誓言清净的道友，为自己直指心性的本来面目。就像《上师心滴》讲的那样：就在你现

在所认识的光明当中，不要退转，受持坚地……

这样再三直指以后，我们就一定会记住的。好比国王吩咐下人，下人一定会聚精会神地聆听，并记住国王的话，同样，要离开世间的这个人，对旁边上师或道友为他提醒的观想次第，会仔细听受，并清晰记忆。

即使不能做这些，旁边的人也可以看看，这个人的外气接近要断了，人也动不了了，这时就可以为他念颇瓦或助念，因为这也是超度的最佳时刻。

以上是五根隐没次第。在座的不妨想想，现在各位执著的根识受用，终有一天也会如此隐没的。

#### ● 四大隐没次第

四大隐没次第：在五根隐没之后，首先是肉界融入地大。按《俱舍论》，人身上的肉、骨等坚硬部分称地大。当融入之时，身体会出现如堕坑中或被山所压一样的沉重感，在这种下堕、下滑的感觉中，有些临终的人口里就会喊“向上拽我”、“把我的枕头垫高”，等等。

普通人这时会害怕的，但修行人不同，因为他提前有准备。如米拉日巴曾在道歌中唱道：当初我因为畏惧死亡而入山修行，反反复复观修无常及死期不定，而现在我已获得无死坚地，早已远离死的畏惧。

23

尊者的是我们修行人的典范。你们中的有些人也很不错，虽然很年轻，在家时工作、待遇也很优越，

---

<sup>23</sup> 米拉日巴尊者说：“吾初畏死赴山中，数数观修死无定，已获无死本坚地，此时远离死畏惧。”

但一学佛法，心就被点醒了：待遇再好、容貌再美，终究抵不过死亡阎罗卒，与其在平淡琐碎中过一生，不如趁现在身心还健康时，到寂静地方修无常、求解脱，这样当我离开的时候，一定会自由自在、逍遥洒脱……

我想很多人的修行、出家，的确是基于这样的思索。有了这样的思索，再加上精进的修行，到了那个时候，一定是不害怕，也不痛苦的。

肉界融入地大之后，是血界融入水大。融入时，会无法控制地流出口水或鼻涕等。

接着是暖界融入火大。此时，口鼻全然干燥，体温从边缘向内收，这时有些人从头顶突突地冒出蒸气。

最后是气界融入风大。按密宗的教言，人的身上有这五种风：上行风住于上身，起到呼吸的作用；下行风住于下身，起到排泄等作用；平住风住于中间，起到受持体温、分辨饮食等作用；遍行风主运动，身体上上下下的活动，全部由遍行风操作；持命风，就是执持生命的风，这些就是通常讲的外五风。还有内五风、密五风等很多风，《心性休息》、《句义宝藏论》等都有宣说。

那么，当气界融入风大中时，上行风、下行风、平住风、遍行风全部收在持命风当中，以至于吸气困难，气息从肺部经过黑白咽喉而剧烈地向外呼出。

此时体内的所有血液收集在命脉中，心间依次流出三滴血，于是长长地呼出三口气，“哈、哈、哈”（有些只有一口气。有些病人病得很严重，长时间死不了，最后

呼吸一次就死了)，外气骤然中断。

到此为止，人就死了。在一般的医学里，不论中医、西医，他们对死亡也有描述，不过都是局限在身体方面，并认为人的整个生命过程就是如此。但佛教不仅讲到了这些，而且对此后神识如何离开、如何经过中阴，乃至如何投胎或往生等，更有细致的分析。这种分析是不共的，也可以说，是世间的文学作品、乃至其他宗教教义中所罕见的。

因此，我们遇到佛教，不说别的，能有机缘对这种知识获得准确的了解，已经是非常庆幸了。

#### ● 明增得隐没次第

外气中断时，出现明、增、得隐没次第。

明相：在当时，从顶部来自于父亲的白明点快速下降（时间很短），外相就好像月光普照朗朗晴空一般出现白光，也如同白色的闪电；内相出现明、乐、无念中明的觉受，并且灭尽了三十三种嗔心分别念<sup>24</sup>，这就是所谓的明相。此时，五根识融入意识。

增相：明相结束以后，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，也如同红色的闪电；内相产生了大乐觉受，灭尽了四十种贪心分别念，这是所谓的增相。此时，意识融入于染污意识（第七识）。

得相：接着，白红二种明点在心间相遇（刚才是白明点向下来，现白光，具明受；红明点向上来，现红光，具乐受，此时二者于心间相合），神识进入到它们的中间，外相犹如黑暗遍布清净虚空一般出现黑光；内相生起

<sup>24</sup> 按圣天论师《集行论》，人有八十个分别念。

无分别念的觉受，灭尽了七种痴心分别念，然后漆黑一片，突然间昏迷过去，这是所谓的得相。此时，染污意识融入阿赖耶识。

其实这是每个众生都有的，只不过我们没学过，不知道而已。

后来稍微苏醒过来，出现了犹如远离云、雾、尘三垢的清净虚空般的基位光明，按《上师心滴》等教言，这叫近得（共有四相：明、增、得、近得）。此时，阿赖耶融入法界光明。

这个地方很重要。刚才说，在心识入于两个明点之间时，人会昏厥一会儿。这个时间很短。之后就醒过来了，但此时的醒和平时不同，平时昏厥后醒过来，你可以站起来，但现在你的四大等已经融入，站不起来了。不过出现了基光明。

就在这个时候，按照大圆满的说法，如果你以前修得非常好，就可以认识自性本面而入定，于法身位解脱；或者于报身位解脱；或者将心识观成“德”、“吽”等种子字，于化身界自由幻化，度化众生。这些都是不经中阴，直接成佛或往生。

如果是一个造了五无间罪、业力深重的人，虽然这个光明也会出现，但你不认识的话，以五无间罪业力的牵引，就会直接堕入无间地狱。

或者，此时也会出现极乐世界的相。这种阿弥陀佛的接引，在隐没次第开始到昏厥之间，是有一些，但一般来讲，就在这个时候——你昏厥后醒过来了，以你善愿力的感召，阿弥陀佛会现前。如果不能在法身、报身中解脱，此时可以直接往生极乐世界。这是

以前上师如意宝讲《空行心滴》时说过的。

其实上师如意宝讲过很多窍诀，都是特别殊胜的窍诀。不过，也是自己业力深重，说好听一点是法务繁忙，说难听一点是琐事缠绕，因此一直没有修行。依止、亲近了如佛般的善知识，却不好好修行，这是我一生最遗憾的地方。虽然我也不是像恶人一样，无恶不作，但没有修行的人生，确实令人懊悔。

刚才基位光明过后，会依次出现法性中阴与转世中阴，这些是正行的支分，所以华智仁波切没有讲。

稍微说一点对我们应该是有利的，可能尊者舍不得吧，说这是正行，就不讲了。不过，《六中阴》已经讲了五、六年了，不知道你们修了没有？有些知识还是要了解：临死中阴出现时怎么做，法性中阴出现时怎么做，转世中阴出现时怎么做……修行人在这方面有些准备，是有必要的。

除了《六中阴》，《上师心滴》、《杰珍大圆满》等，也都对中阴或闻解脱法要讲得特别细致。

以上讲述了五根、四大、明增得三种隐没次第。

### ◎ 运用往生法的最佳时刻

对于缺乏修道经验的人来说，运用往生法的最佳时刻，就是在隐没次第开始出现的时候。

#### ● 舍弃一切专心求往生

在这个时候，按《修心七要》所说，最关键的，首先是忏悔。忏悔自己以前所作的一切罪业，可以在内心中忏悔，如果有机缘，也可以在僧众或道友面前忏悔：“我的寿命已经尽了，现在我在僧众面前忏



悔……”

其次，要从心里完完全全断除对今生的一切贪执，千万不要“我的财富”、“我的亲人”……想个不停。《极乐愿文大疏》中讲过，此时你贪恋什么，后世很可能就转生到那里。比如，如果你贪执法衣、钵盂、法器，那死了以后，就会转成一个众生，守在那个东西的周围。这些都是有公案的。现在人喜欢手机、车、房子，如果死时你放不下，那这个道理是一样的。

有些人不仅是心里惦记着，还要安排，“我的房子怎么怎么处理啊”，“我的银行卡上有多少多少啊”……其实，你就要走了，应该考虑的是来世，中阴路上根本就用不上你的信用卡。

因此，此时一定要放下一切，没什么可耽著的。《札嘎山法》里讲过，修行人临死时交代财物，是最不光荣的事。为什么呢？你不耽著的话，就不会谈它，就是因为耽著才会谈，而且有气无力：“我的房子给某某，我的床给某某，我的被褥是羽绒的，一定要给某某，他对我照顾得很好……”不过人家可能不一定敢用。（众笑）

其实，要想在那个时候毫无贪恋，最好是活着的时候就经常思维这些，调伏内心。一旦训练有素了，到时便可在无所耽执当中，专心意念：“我即将死去，现在依靠上师所传的窍诀，将如同勇士射出的箭一样飞往清净刹土，我该多么高兴。”充满自信，满怀勇气。

如果自己明观往生法的所缘境有困难，也可以请有能力的道友助念。

## ● 助念是我们的责任

当然，如果是其他道友到了临终时，我们为他助念，也是一种责任。

前几年我们收集并编著的《助念往生仪轨》，得到了很多赞叹，说是很灵，念诵中出了许多瑞相。我想这与上师如意宝等传承上师及诸佛菩萨的加持息息相关。对于这些灵验，我个人不太喜欢谈，学院里一般也不让讲，讲多了，这个、那个的，没有必要。但里面所收集的诸佛菩萨名号以及各种经典，加持不容置疑。

因此，有人要离开的时候，学会的道友们一定要去助念。我们是自觉自愿去的，不图什么功德，也不是非得别人来喊。但有些道友可能不懂，喊了几次都不去，“我忙，我这个那个……”，其实这对菩萨戒是有违犯的。你明明有能力，而可怜的众生就在身边死去，你却不去超度，不为他助念，过失是很大的。

不过，有的菩提学会做得非常好，他们组织了一个团队，专门助念。超度完一个，就等下一个，晚上电话都开着，看谁马上要死了……非常发心！

其实我们的仪轨显密都有，不完全是密宗的，学会的人用它超度时，其他显宗的助念团，甚至几百居士的道场，也都特别赞叹。因为用这个仪轨助念以后，常常呈现瑞相，亡者脸色的变化，家人或现场的感应等，很多很多。而这也不是一个城市，很多地方都有。

因此，如果我们能放下自己，而把他人的解脱放在心上的话，我相信你会理解这份责任的。

当然，这也不仅是对人，还应该对动物。见到正

在被宰杀的动物时，假使不能放生，也应该当下念几声佛号。也许此时此地不适合大的仪式，但只要你念些佛号，像“南无宝髻佛”、“南无阿弥陀佛”、“南无药师七佛”，或者念七大如来的真言偈——“诸恶莫作、诸善奉行”，就可以令这些可怜众生不堕恶趣。而这也是菩萨的超度。

当菩萨们随时随地这样超度时，往往会带来很多好的效应。像菩提学会的道友，他们去各个地方助念时，完全是自费、自愿的，而且也没什么执著，不计较亡者身上脏啊、臭啊，尽心尽力地助念，帮忙处理后事，特别慈悲。亡者的家人本来是不信佛教的，甚至反对学佛，但道友们的助念和无私付出，让他们深受感动，最终全都皈依了。这种现象，在东北、南方等很多地方都非常多。

所以，希望大家不要漠视助念的责任。

### ● 让助念成为传统

考虑到对众生的利益，以及我们自身的责任，我觉得，很有必要让助念在汉地成为传统。

这种传统藏地历来就有，从高僧大德到平常的百姓，人人都需要。当然，对大德来讲，助念只是提醒一下。像根登群佩大师，他在圆寂时，要弟子给他念宗喀巴大师的《缘起赞》，以及麦彭仁波切的《大圆满愿词》。念完之后，他说：“太精彩了！我这个疯狂的根登群佩，已经见到了整个世界的虹光。现在你把门关上，明天早上再来吧。”第二天一早，大师圆寂了。大师临终前，弟子为他念的是显密两篇精华愿文，而往生的方式，也是最利根、最自信的方式。

当然，这对我们来讲可能很困难，但如果你得过  
大圆满的四灌顶，修过本来清净的教言，也可以在临  
终时，请道友为自己念《一子续》、《大圆满愿词》等  
特殊的教言。或者，再怎么样也应该在佛教的声音中  
离开，这对我们的来世很有帮助。

我认为藏地人幸运，也是在这一点上。藏地的人  
死时，家里再穷、条件再不好，也要请僧人念七天经。  
传统是要四十九天，但做不到的话，至少也要完成第  
一个七，有能力的，可以第二个七、第三个七……不  
念经的人家，是没有的。

还有就是，不论是谁，一听到死讯——“某某人  
死了”，就会马上念几句“嗡玛呢巴美吽”，整个传统  
历来如此。我希望汉地以后也是这样，能够习惯性地  
念一句观音心咒。

否则，人死了就死了，最多叹息两声，也不知道  
念句阿弥陀佛、念句观音心咒，这样你即使有颗关切  
的心，也关怀不到亡者。

因此，有些观念、传统，确实需要改一改。有了  
好的传统，那不管你的亲朋好友死了，熟悉不熟悉的人  
死了，或者哪怕见到一只老鼠死了，一只蚂蚁被踩  
死了，听到哪里什么人、什么东西死了，都会念几句  
“嗡玛呢巴美吽”，你这样一念，对亡者的利益是非  
常大的。当然，最好是形成一种传统。

这种传统在藏地，除了个别在城市长大的年轻人  
以外，可以说，百分之九十以上的人是有的。既然是  
好传统，不管是哪个民族拥有，什么人身上有，我们  
都应该去学，不是吗？汉地的素食传统就非常好，我

们也尽力在藏地的各个地方弘扬，包括开研讨会、辩论会时，都时不时地把这种精神传递给大家。

因此，助念也要形成传统。如果有能力，就组成助念的团队，让其他的道友参加，这样不仅对亡者有利益，同时也能提升自己的修行。这种助念团，我希望在全国各地都有。当然，至于助念仪轨，不一定非用我们的，像《地藏经》、《金刚经》，净土道场的或其他的佛教仪轨都可以。一旦形成传统了，那会让相当一部分亡者获得利益。

这些亡者很可怜，在他离开时，也许没有任何善事可以伴随，只有跟着恶业往下堕。但如果你为他念点经，那他就不会堕入恶趣，甚至意识一转，也有解脱的机会。这样的公案很多，我想大家也都听过、看过了。我们都相信利他的功德，而在这样的时刻给以饶益，功德是不言而喻的。

因此，让我们从念一句“嗡玛呢巴美吽”开始，将助念形成传统。

### ● 此时要依此往生法强制性往生

回到我们自己的往生上来。对我们自己而言，学了个往生法以后，到时候不管是自己明观所缘，还是道友助念，都必须依靠这一深道往生教授强制性地往生。

这是一种强制性的往生法！所谓强制，就是依靠阿弥陀佛宏大而深刻的愿力，依靠你自己清净的善愿力，只要修持它，就会像被抓住头发拽走一样，必定往生极乐世界。能遇着这么殊胜的法门，我想不管是谁，都会对未来充满信心，因为这是让你今生快乐、

来世也快乐的真实保证。

有了这样的保证，临终时何必要哭呢？不过也要提防亲朋好友，让他们也不要哭。有些地方的传统，是不哭就不足以表示尊重，所以对亡者有执著的人在哭，而不想哭的人，也在“呜呜呜”地哭，其实这些都毫无必要。如果他们一定要做些什么，你可以提前安排好，让他们助念。这对往生是有利的。

当然，如果是高僧大德，或者是修大圆满的金刚道友，生前的修行不错，那时候他正要进入光明，所以一定要让周围安静，除了念经以外，最好不要有嘈杂的声音。

总之，在往生的问题上，修法的本身也好，里里外外的因缘也好，佛教徒一定要先懂得道理；懂了道理以后，单单是理解或者能说还不行，一定要实地去修，要多多少少地做到。这样的话，才会对自他起到真实的大利益。

## 第一百四十一节课

### 思考题

1. 请完整讲述观修往生法的四步次第。你从中得到什么受益？

《大圆满前行》，现在讲到了最后一个大科判——往生法。往生法在藏文中叫颇瓦，意思是迁识，迁移心识。

现在有个别愚痴的人认为，人死了就什么都没了，其实不是这样。我们的心识还要在业力的支配下流转六道。为了止息这种流转，修行人用迁识法可以趋入清净刹土，不堕恶趣。而不懂这一窍诀的人，死后随着恶业堕入三恶道，感受无量痛苦。

这是真理。对于这种真实的道理，在座有的道友应该是完全明白的，有的是半信半疑，有的则不太相信，但不管你怎么认识，对于生死这样的问题，还是应该认真地学习和思考，千万不要让邪见蒙蔽心智！

末法时代的有些人，智慧极其浅薄，不说释迦牟尼佛，就是当年的龙猛菩萨、月称菩萨，以及后来的无垢光尊者、麦彭仁波切、华智仁波切等大德智慧的万分之一都没有，却偏偏要在众人面前显露自己的愚痴，说“前世后世不存在”、“修往生法没有意义”……这样的人，我们一方面觉得可怜，是生悲心的对境；另一方面，也有必要用教理跟他辩论，摧毁他的所有

邪见。

毕竟，传播真理是我们的责任。

### ◎ 往生法是我们临终时的保证

不过对一个修行人而言，在承认真理的同时，还应该善于运用窍诀。像往生法，其实它是解决生死的真实窍诀，人人都需要，而且非常简单，是莲花生大士传下来的几种不修便可成佛的法门之一。当然，所谓“不修”，也不是一点都不修，只不过时间很短，有的修一两个礼拜也可以修成。

除了往生法以外，像系解脱、见解脱、过解脱、闻解脱等，莲师还有很多具有殊胜加持的法门。我以前看过乔美仁波切讲述闻解脱功德的教言，的确不可思议。因此，作为修行人，一方面要修些甚深的法门，而同时也要重视这些方便法门。有了这种方便法门，我们临终时也就有了保障。

否则，单凭我们现在的修为，到时候是很难讲的。而且我们自己也知道，就佛法的因缘等方面，我们是有很多缺失的。

### ● 我们业力深重

不说别的，我们的前半生多数是在造业了。

在座的几乎没有正在读中学、小学的，二三十岁、四五十岁的应该居多。那我们可以想一想，我们的前半生造了多少恶业？也许你可以说，那时候是因为不懂佛法，因为烦恼深重，因为教育不足、环境复杂……但那毕竟是我们一半的人生。对多数人而言，这前半生过得不仅没有意义，甚至还造下了极其可怕的罪



业。

那现在该怎么办呢？应该用你的后半生——不管它有多长，都用它来修行。如果能做大的转变，就即生解脱；如果做不到，就唯一行善；这一点也做不到，那就少造恶业、多行善法，再不要像前半生那样了。那样的生活，在各种各样的恶业中度过，实在是可怜。

而更可怜的，是我们学佛的道路常常被中断。本来是有机会修行的，但有些人出了家，又还俗了；有些居士学着学着，就生邪见了，不学了，甚至去学外道了……一听到这种消息，我就特别心酸：人生本来就短，好不容易遇上了佛法，为什么不珍惜呢？

可能这也是我们的业力深重所致吧。

#### ● 我们不重视佛法

即使是正在学佛的人，也可以扪心自问：“我重视佛法吗？”

可能多数回答是否定的。我们的听课、学法，有些就好像世间的企业培训或者职业学校的学习一样，去是去一下，学也学一下，但丝毫都不重视。其实这不是别的，就是你根本不了解佛法的价值。

如果你了解的话，哪怕是听一堂课，都会有一种特别难得的心。因为这一堂课，从佛教对漫长轮回的观察来看，的的确确是“百千万劫难遭遇”的，绝对不是无缘无故或说碰巧得到的。它是你在过去生世当中，依止了诸多上师及佛陀，同时又造了众多善业、积累了无量资粮的结果。尤其是，当你遇到了大乘佛法，遇到了大乘善知识，相续中即使生起了短暂如闪

电般的善根，也应该知道：这绝非偶然。

因此，我们应该重视佛法。过去的已经过去了，但假使你的后半生或说晚年，能在佛法的气氛中走完，那将是非常有意义的。否则，单就人生而言，活着的时候是造恶业，死的时候是无尽的绝望和痛苦，这有什么意思呢？

### ● 我们爱说人过失

不过，有些修行人虽然重视佛法，也学了很多，但他不会针对自己，只会观察别人，而且常常说人过失。

在这种人面前，好像连一个好人都没有，这个不好，那个也不好，除了自己以外，一个都看不惯。其实，这就是自己修行太差的原因。如果你修行好，心、眼清净，那么所得的外境也是清净的。而且，如果你能反观一下自己，可能自己也不是那么优秀，只不过很多过失没有表露出来而已。

因此，一个凡夫人，是没有什么可值得骄傲的，应该多想想自己的过失：“信佛以前，我造了什么业？信佛以后，我是怎么忏悔的？怎么行善的？做得够吗……”多方面观察自己以后，我们会非常惭愧的。

自己是这么惭愧，为什么要说人过失呢？

### ● 我们不了解死亡

归结修行中的很多问题，其实有一个重要的原因，就是我们不了解死亡。

谁也逃不过死亡，这是我们知道的。一个人会生病而死，会老了而死，新闻中也常常看到，还有很多死亡是突如其来的，上一分钟还在人间，下一分钟却

成了中阴身。其实，这不仅是他人，发生在我们自己身上也是可能的。像我每次出去，到达目的地时都会想：“啊，这次没有死在路上，很幸运！”因为我知道，不管是谁开车，技术再好，但若是死缘到了，翻进河里、翻到山下，都是可能的。

这就是死缘不定。死缘是不定的，就算走路出去，死缘一到，生个病，人就倒下了；就算安全回来了，但一睡过去，第二天却不一定能醒过来……因此，《亲友书》中说：沉睡之后还能觉醒，实在是太稀奇了！

25

其实这才是事实。生命本来就是如此脆弱，就像狂风中的一盏小小灯火，随时都会灭的。而修行人只有把握到这一点，也就是说，了解并熟悉死亡，才能做到真实的修行。

以前，藏地有一个家喻户晓的小故事：

一个父亲的儿子出家了。有一次，父亲对儿子说：“人死的时候是什么情形？到时我该怎么办？你为我讲个窍诀吧！”

儿子说：“我怎么知道这种窍诀？我又没有死过？”

“你不是真正的修行人”，父亲说：“真正的修行人，他对死亡非常熟悉，就像是死过好几回一样。”

这个窍诀看似普通，实际却很殊胜。一个修行人只有了解死亡，横死也好，病死也好，只有为此作了充分的修行，好像死过好多次，到时候才会坦然无惧。

---

<sup>25</sup> 《亲友书》云：“寿命多害即无常，犹如水泡为风吹，呼气吸气沉睡间，能得觉醒极稀奇！”

● 让往生法成为我们临终时的保证

因此，现在我们就应该修往生法，让它成为我们临终时的保证。

现在修是训练。就像当兵的在与敌人交锋之前都有很多训练，身体上的，枪械上的，这样训练好了，就可以真实去交战。同样，为了即生的生存，我们应该培训面对生活的勇气，这个很重要；但更重要的是，为了后世，我们还应该修习往生法的窍诀，等到几十年的人生一过，死亡来临时，通过它而往生清净刹土。

临死时的心非常关键，这是戒律、中阴法门中都讲过的。即使你以前造了深重的罪业，但在临死时，如果你能观想“我的罪业现在已经全部清净了”，并用上往生的窍诀，在毫不恐惧的心态中离去，就一定会前往清净刹土。

下面我们会讲这个往生法的实修，讲了以后，有时间的可以多修一修。一般来讲，七天或十四天就能修出一些验相。修好了以后，平常也不用白天晚上地念，只是观想一下就可以，这样到临死时就可以直接运用了。

藏传佛教中有许多修颇瓦的成功实例。像嘎巴堪布，《密宗虹身成就略记》中有他的记载。他曾与法王如意宝一起去石渠求学，后来在五明佛学院，白天讲经说法，晚上就修颇瓦。我们从外面常常能听到他念的“的”、“吼”……后来他往生时也特别安详，有好多瑞相。

民国时期的圆照比丘尼，也是学藏传佛教的，她依止的是贡嘎上师。圆寂前，她发愿来世转为男身，

并将父母的名字等作了明示，之后依靠颇瓦法获得成就，也显现了很多瑞相。

从这些修行人的成就来看，他们自身确实掌握了一种特别神秘、深奥的知识，为一般人所难理解，而这也正是《西藏度亡经》在西方国家受到尊敬、向往的原因。

因此，人的目标，不应该只是盯着这几十年，而应该放眼未来的千百万劫，乃至生生世世。为了来世，我们应该寻求并修持往生法，这样在离开世间时，就会很安详，因为很安详，就不会堕入地狱，甚至能往生清净刹土。但如果你没有窍诀，在嗔心、贪心等各种烦恼中死去，就一定会堕落。一旦堕落了，再救回来就难了。就像你要救一个将入监狱的人，最好是在他关进去之前，一旦关进去了，再从里面把他弄出来，就非常不容易了。

为什么我们要修颇瓦？要修甚深的窍诀？就是要用这些强制性的窍诀，救护我们的心识，让我们在临终时超离轮回。

传承上师们极为重视这一修法，也正是这个原因。

### ◎ 听《大圆满前行》不必灌顶

在听受这一修法之前，如果得过密法灌顶，是最好的。因为在《前行》里有些修法是生圆次第相结合的，像金刚萨埵修法，还有这里的颇瓦法，都是这样。当然，如果没有得过，但对密法有一定的信心，也可以听受。以前的大德讲《大圆满前行》时，并没

要求灌顶，包括上师如意宝，每次讲的时候也都没有这么说。

像《空行心滴》、《杰珍心滴》等这些密法，是要灌顶的，否则不允许听。不仅要得过灌顶，更重要的是，一定要修过加行。这是前辈大德们的传统，而只有遵循这一传统，才能获得真实的利益。因此，我本人希望：想听密法的，就先把加行修完。

其实应该有这么一个次第，就像走阶梯一样，一步一步上去。但现在很多人是颠倒的，他从上面往下来：先修大圆满的本来清净；修不成，就修圆满次第、生起次第；也修不成，就去得个灌顶，然后修加行，最后回到了“人身难得”上面，这时候他才知道：“噢，人身确实难得，修行一定要有暇满人身！”这种“利根者”是特殊了一点。

因此，希望大家掌握好次第，一步一步上去。

### ◎ 修行不是一天两天的事

其实修行并不是一天两天的事。

过段时间，因为一个特殊的原因，我想讲一下《事师五十颂》；还有一个《当日教言》，我刚译完，是帕单巴尊者对“当日瓦”宣讲的教言；还有《修心利刃轮》和《孔雀灭毒》，阿底峡尊者的上师达玛绕杰达撰著的，这些都是非常实用的修心法。

在学大经大论的同时，学些修心法是很有必要的。像以前学《山法宝鬘论》、《开启修心门扉》时，很多人都有一定的收获。

我们这边，大多数人的理论还可以，虽然不是特

别精通，但跟一些大学学者相比，我敢说，我们是比较专业的。最近我们收集了很多高等大学的论文，是涉及“佛教与科学”、“生命与科学”等与佛教相关的论文。但在阅读过程中我们发现，在佛教理论方面，一定要有正规佛学院的系统闻思和修行，否则，名气再大的学府也不过是外行。因此，我希望那些投身于这方面的学者们，能够再有一些进步。

而对我们来讲，理论只是基础，最重要的还是修行，因为我们是修行人。作为修行人，就像阿底峡尊者讲的，如果你的烦恼没减少，自心没调伏，学再好的论典，修再高的法门，但到了死的时候，跟庸俗的世间人也并无差别。

因此，我们一定要修行。当然，修行更不容易，不是一天两天的事。连世间教育都要“百年树人”，更何况出世间的佛法？所以，修个两三年不见成效，也是正常的。但是，如果你能在佛法的修行中成长，那对今生来世、对自对他，都会有非常大的利益。

下面我们讲颇瓦法的真实修法。修法的词句上比较简单，也不用讲很多的道理，字面上过一下就可以。

### ◎ 真实修法

无论是在修炼的时候，还是运用的时候，往生的修法都是相同的。观修往生的真正教授，顺序是这样的：

在一个舒适的坐垫上金刚跏趺坐，身体端直，首

先从念诵《远唤上师》<sup>26</sup>颂开始，完整无缺地明观上师瑜伽修法中包括结座以上的所有次第。

《远唤上师》以前翻译过，大家都有吧？很多大德在祈祷上师加持时，就念《远唤上师》，念完《远唤上师》以后，就修上师瑜伽。上师瑜伽要修完整，从明观到祈祷，到最后结座，上师放光融入自己心间的明点，住于自己的心与上师的智慧融入一体、无二无别的境界中。之后才开始观想、念诵。

这里的观想分四个次第：一、将自己的身体观作金刚瑜伽母；二、体内中脉的观想方法；三、在中脉心间位置将心识观作“舍 (ཤེ)”字；四、在头顶上观想形象为阿弥陀佛的根本上师。

### 一、将自己的身体观作金刚瑜伽母：

念完《远唤上师》，修完上师瑜伽以后，进入正行观想：先将整个世界观成极乐世界，任运自成，清净庄严。再将自己血肉组成的身体，在一刹那间观成空性，之后在空性当中，将其观成金刚瑜伽母，身红色，一面二臂，双足起舞式，三目直视虚空（不论男女，都可以这样观想，这个很重要）。

修往生法时，瑜伽母的表情是寂静的神情中略带怒容，右手在空中摇晃能唤醒无明愚痴睡眠的颅骨手鼓（众生自无始以来，都一直在无明中沉睡，她摇晃手鼓，就是唤醒痴眠的标志），左手在腰际的部位握着根除贪嗔

---

<sup>26</sup> 《远唤上师》：祈祷、赞叹、呼唤上师求加持的偈颂。其颂词和讲义，详见《妙法宝库 27-定解宝灯论讲记（下）》。



痴三毒的弯刀，赤裸裸的身体佩带骨饰、花束，现而无自性（与血肉之躯不同），好似撑起的红缎帐幕一样，内外透明。这是外在身体的观想法。

如果是我们自己修，就将自己的身体观成金刚瑜伽母，仪轨中的念诵是“自身观为金刚瑜伽母”；而如果是在超度，那就要把面前的尸身观为金刚瑜伽母，并念诵“汝身观为金刚瑜伽母”，有这个差别。

这是第一步的观想方法。

## 二、体内中脉的观想方法：

又观想：位于金刚瑜伽母身体中央的垂直中脉，就像空空的室内插入柱子一样，不向左右任何一方倾斜，挺直地立在身体中央，所以称为中脉。

为了表示法身无变，而将它的颜色观成靛树皮一样湛蓝；为了表示习气障薄弱，而将它观成莲花瓣一样的薄；为了表示遣除无明黑暗，而将它观成像芝麻油灯一样非常明亮（里外透明）；为了表示不入劣道与邪道，而将它观成芭蕉树干般的挺直。总之，所观想的中脉具足以上四种特征。

这四种特征，如果有观想能力，就全部一一地观想圆满。实在没有这个能力的话，那就从大体上观想一个金刚瑜伽母，然后在她体内观想一根端直的中脉，湛蓝色，这样就可以了。

为了表示善趣与解脱道，而观想它的上端在头顶梵净穴处开启，就像打开的天窗一样。梵净穴的位置，在两个耳朵向上的两条线，与前额中间向上的一条线，三条线交叉的地方，也就是头顶的中间。以前讲

《文殊大圆满》时也讲过，你们摸一摸，看有没有人是空的？那个位置，可能摸不出来，但是观想的时候，中脉的上端就是在这个位置，就像打开的天窗一样。

为了表示关闭轮回与恶趣之门，观想它的下端在脐下四指正对的部位，丝毫不漏、完全封闭。

中脉的下端封闭、上端打开，这样观想很重要。我们现在修的这个颇瓦法，没有危险性，与其他的圆满次第不同。其他有些圆满次第，如果你气脉修不好，可能会出一些问题。但修颇瓦不会有这些过失。尤其是，如果你经常想着中脉的上方是开着的，下方是封闭的，那你的心识就不会往下堕。而心识往下堕的话，在临终者来讲，一般是要堕入三恶趣的。在有些教言中说，人死的时候，可以从身体的边缘来观察他的去处：如果从头上开始凉，说明他是下堕的；如果热气在上方长时间不消失，那么就有解脱的表示。

以上是第二步，内在中脉的观想方法。

### 三、在中脉心间位置将心识观作“舍 (ཤེ)”字：

再观想：中脉的里面，正对心间的位置上有一个好似竹节隔断般的脉节<sup>27</sup>，在脉节的上面，有一个淡绿色的风团明点时刻不停地波动起伏，它的上面有代表自己心识本体、具有涅槃点“ེ”和小阿“འ”的红色“舍 (ཤེ)”字。也就是说，我们的心识变成了这

---

<sup>27</sup> 这个脉节在中脉的中间，也就是心间位置。

个“舍 (ཤེ)”字，最好观藏文的“ཤེ”，不要观汉文的“舍”，因为藏文的“ཤེ”有自心的种子这样的含义。

这个红色“舍 (ཤེ)”字，就像山上的旌旗被风吹动一般阵阵抖动，它是觉性自心的所依根本。也就是说，在众生阶段，它是我们的心识；而如果你认识了它，它就是觉性。因此，一定要观想这个红色“舍 (ཤེ)”字。

这是第三步，在中脉心间的脉节上面，有一个动摇的淡绿色风团明点，明点上面有一个不停抖动的红色“舍 (ཤེ)”字，它就是我们的心识。

平时修炼的时候，就应该这样观想。包括到了后面，念“吼”的时候，要观想通过淡绿色明点的跳动，把心识推上去，经过梵净穴，投入阿弥陀佛的心间。这样修炼过以后，临终时往生就特别容易，但没有修炼过的话，就难说了，尤其是遇到突然死亡的情况，很难想起这个修法。

因此，当我们健在的时候，就应该修炼这一往生法。到临死时每个人都会想：“我现在肯定没希望了，该离开了，那怎么办呢？噢，我以前修过往生法，现在可以运用它了。”这样运用以后，便往生了。

一个人平时有什么样的思想准备，关键时刻就能用得上，这也是一种自然规律。比如，一个手拿拐杖的人，他平时就用着它，也觉得这是自己的依靠，而

一旦要跌倒的时候，他就会依仗它来撑住身体。同样，当我们平时修炼往生法的时候，也意识到这是临终时的依靠，这样一旦到了临终，便用上了。

为什么藏地有无数修行人离开时那么安详？有些是念着“吼”字离开的，有些也没有念，而是在各种吉祥的坐式、卧式中离开的，其实这都与平时修行往生窍诀有关系。

#### 四、在头顶上观想形象为无量光佛的根本上师：

接着观想：在自己头顶一肘左右上方的虚空中，有一个由八大孔雀严饰的宝座，上面有各种莲花、日、月的三层坐垫，垫上端坐着本体为三世诸佛总体之自性，无等大悲宝藏具德根本上师，形象为世尊怙主无量光佛。

我们常常讲，修任何本尊的法门时，本尊的本体都应观作自己的根本上师。像这里修的是阿弥陀佛，那么阿弥陀佛的本体是自己的根本上师；如果是修莲花生大士，那莲师的本体也是根本上师。

有些人想：“那我怎么办呢？我有很多根本上师，观想这个，另外的会不会生气呢？”应该不会，十方诸佛菩萨都是一味一体的，更何况两三位呢？

头顶上端坐的根本上师，其形象为无量光佛。无量光佛的身体是红色，宛如十万个太阳照耀鲜艳的红宝石山一般，一面二臂，双手以等印托着装满无死智慧甘露的钵盂，具足殊胜化身梵净行的装束<sup>28</sup>：身着

---

<sup>28</sup> 在很多修法中，阿弥陀佛的形象、姿态都不同，但在这一往生法中，阿弥陀佛结等印手印、持钵盂、金刚跏趺坐，是化身装束，非报身装束。

三法衣，以头上顶髻、双足轮宝等三十二妙相八十随好为庄严，放射出无量光芒。

这是无量光佛的观想方法，是在自己——也就是金刚瑜伽母的头顶上方，一尺左右高的地方观想的。金刚瑜伽母、阿弥陀佛，这些彩图，在《大圆满前行》中都有，是我以前特意请画家画的。

在阿弥陀佛的右边，是诸佛大悲自相的圣者观音菩萨，身色洁白，一面四臂，第一双手合掌在胸前，右下手持着水晶念珠，左下手执着白莲花柄端，花瓣在耳边绽放。左边是诸佛力量的主尊密主金刚手，他的身色湛蓝，双手以交叉姿势执持铃杵。他们二位尊者，都是以报身十三种服饰庄严着。

这里的二位圣尊与《极乐愿文》不同。观音菩萨，这里是四臂观音，但《极乐愿文》里的是一面二臂，也是站式、左手持白莲花，不过右手是施依印。金刚手菩萨，也即大势至菩萨，这里是双手交叉持铃杵，而在《极乐愿文》里，是左手以三宝印执持由金刚所庄严的莲花，右手也是施依印。

如果你修《极乐愿文》，就照那里的方式观想西方三尊；如果修《前行》这里的往生法，那就明观这里的所缘境。也就是说，修不同的仪轨时，就按这个修法所描述的本尊形象来修。

有人很不理解：“同一个本尊，为什么这里是这样的，那里是那样的？”

其实这并不奇怪。不仅藏传佛教，汉传佛教的净土修法中，西方三圣也是有站、有坐，手势、装束各不相同。但是不同并非矛盾，想想我们人，不也是有

时站、有时坐嘛，诸佛菩萨的幻变更是无量无边，为何非要固定一种姿势呢？那显现不同的姿势，又有什么必要呢？就是为了接引所化。每一个众生的根基不同，有的对坐着的阿弥陀佛有信心，那佛就显现坐着；有的对站着的佛生欢喜，那佛就站着，以此与他结善缘、接引他。

不仅是姿势，诸佛菩萨在形象上也会显现不同。有些众生用寂静方式就能调化，但那些野蛮的众生，只是用寂静方式是不行的。所以，有些上师也显现忿怒相，显点忿怒相的话，弟子就特别听话了。为什么藏地的鬼神在静命论师面前很傲慢，而莲花生大士一来，他们却顶礼膜拜，并承诺永远护持佛法？原因就在这里。

那么，西方三尊或坐或站，各表示什么呢？

无量光佛双足金刚跏趺坐，表示不住有寂之边，既不住轮回，也不住涅槃；二位菩萨双足站式，则表示利益众生不厌倦。因此，站有站的意义，坐有坐的意义。

此外，这一深道往生法的诸位传承上师以及空行、护法、本尊，也宛如清净虚空密集云朵般安住在三位主尊的周围，他们都是和颜悦色、慈眉善目地注视自他一切众生，并且以满怀喜悦之情予以垂念，救度自他一切有情摆脱轮回恶趣之苦，就像大商主一样，将所有众生接引到清净刹土——西方极乐世界。

这是第四步，观想在自己（也即金刚瑜伽母）头顶上的西方三尊。

### 丙三、往生仪轨：

念这个仪轨时，要一边观想，一边念诵。

这个仪轨中颂词的意思，已经在前面的四步观想中作了解释，现在再从颂词的字面上过一下。

“唉玛吹”是呼唤词，非常稀有的意思。

“自现任运清净无边刹，圆满庄严西方极乐土。”先将自己居住的地方，观想为自现的、任运清净的无边刹土，这一清净刹土，就是圆满庄严的西方极乐世界。所谓自现任运清净，既不是空的，也不是实有的，是本来清净的体性。

首先这样观想是有必要的，也符合密法里观清净心的修法。其实在生圆次第的见修中，一切万法本来就是清净的，无阻无碍。因此，虽然你住的可能是一间小破房子，但在修颇瓦时，先要将整个世界观成极乐世界那样，庄严清净。

正式观想的第一步：

“自身观为金刚瑜伽母，一面二臂红亮持刀盖（托巴），双足舞式三目视虚空。”将自己的身体观为金刚瑜伽母，身红色，一面二臂，手持弯刀和手鼓（颂词中是弯刀和托巴，可以这样念，但按照华智仁波切的讲解和图片，是弯刀和手鼓，所以观想时就按讲解），双足起舞式，三目直视虚空。

第二步：

“体内中央之中脉，粗细犹如竹箭许，具有空净光之管，上端开于梵净穴，下端关闭于脐下。”观想位于自己体内中央的中脉，粗细就如拇指或竹箭一样。它是一种空而清净的光脉，不是肉管，用CT等

不一定看得到。其实我们用心识所观想的，像体内的文字轮等，或者即使是亲眼所见的一些光明显现，像明点、金刚链等，世间的仪器也不一定能发现。因此，不能认为中脉是由一般的血肉等物质组成的，它是一种空性、清净的光管。它的上端在梵净穴处开启，表示从此可趋入善趣与解脱；下端在脐下四指处封闭，表示关闭恶趣与轮回之门。

### 第三步：

“心间阻断之节上，淡绿风团明点中，明观自心红舍字。”在中脉心间位置的阻断脉节上，观想一个淡绿色的风团明点，在这个明点的上面，明观自心为红色的“舍 (𑖀)”字。

这种观想很重要，如果活着的时候能经常观想，比如将自己的心识观成“舍”字、“吽”字、“德”字等，当你离开这个身体时，就很容易，也很吉祥。

### 第四步：

“头顶一肘之上方，明观佛陀无量光，具足相好圆满身。”在自己头顶上方一肘高的地方，明观具足相好的无量光佛，身相圆满。颂词比较略，没有讲观音菩萨和大势至菩萨，但有能力的也应该观想。

然后以坚定不移的信心，汗毛竖立、泪水横流，尽量多地念诵阿弥陀佛名号：

“顶礼供养皈依世尊、善逝、出有坏、圆满正等觉怙主无量光佛。”

这里只用了佛陀十种名号的一部分。

今天讲的明观的这段偈颂，学院他们超度时都是



只念一遍，我们平时自己修或最终运用时，也是念一遍就可以。然后，阿弥陀佛的名号念三遍、七遍都可以。

下面我们用藏文来念诵一遍。念诵时，最好也能观想，每一句都随着上面讲义中的意义观想。我们这里的念诵方法，和学院平时超度时的念诵是一样的。

今天就讲到这里，下面大家一起训练一下。

（堪布带领大家念诵这段偈文一遍，佛号三遍。）

ཨ་མ་ཏི།

唉玛吽

རང་སྣང་ལྷན་གྲུབ་དག་པ་རབ་འབྲམས་ཞིང་།

让囊恨哲大巴绕加扬  
自现任运清净无边刹

བཀོད་པ་རབ་ཚྲོགས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་།

够巴绕奏得瓦坚戒扬  
圆满庄严西方极乐土

རང་ཉིད་གཞི་ལུས་རྩོ་རྩེ་རྣལ་འབྱོར་མ།

恙涅月利多吉那久玛  
自身观为金刚瑜伽母

ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཞིས་དམར་གསལ་གྱི་ཐོད་འཛིན་།

呀戒夏逆玛萨这托怎  
一面二臂红亮持刀盖（托巴）

འབས་གཉིས་དོར་སྟབས་སྤྱན་གསུམ་ནམ་མཁའ་གཟིགས།

呀 逆斗 达现 色 那 卡 则

双足舞式三目视虚空

དེ་ཡི་ཁོང་དབུས་ཅུ་དབུ་མ།

得叶空 为 匝哦玛

体内中央之中脉

སྒོམ་པ་མདའ་ལྷག་ཙམ་པ་ལ།

哦 论大 涅 匝巴拉

粗细犹如竹箭许

སྟོང་སངས་འོད་གྱི་སྤྱུ་གུ་ཅན།

洞 桑 恁戒哦革坚

具有空净光之管

ཡར་སྤེ་ཚངས་བྱག་གནས་སུ་ཉར།

呀 内 仓 哦 内 色 哈

上端开于梵净穴

མར་སྤེ་སྤེ་འོག་ཟུག་པ་ཡི།

玛 内得恁苏 巴叶

下端关闭于脐下

སྟོང་ཀར་ཚིགས་གྱིས་བཅད་པའི་སྟོང་།

酿 嘎 策 记 加 波 荡

心间阻断之节上

རླུང་གི་ཐིག་ལེ་ལྗང་སྐྱེའི་དབུས་མེ

龙 革 特 泪 江 杰 为

淡绿风团明点中

རིག་པ་རྩི་ཡིག་དམར་པོར་གསལ་ལེ

热 巴 舍 叶 玛 波 萨

明观自心红舍字

སྐྱེ་བོར་བྱ་གང་ཙམ་གྱི་སྟེང་མེ

谢 哦 彻 刚 匝 戒 荡

头顶一肘之上方

སངས་རྒྱས་སྣང་བ་མཐའ་ཡས་ནི་མེ

桑 吉 囊 瓦 踏 意 讷

明观佛陀无量光

མཚན་དཔེ་ཚྗགས་པའི་ཕུང་བོར་གསལ་ལེ

参 慧 奏 波 彭 波 萨

具足相好圆满身

བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་

救 单 地 得 云 向 巴 扎 救 巴 扬 大

པར་ཚྗགས་པའི་སངས་རྒྱས་མགོན་པོ་འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་བྱུག་

巴 奏 波 桑 吉 滚 波 恁 花 德 美 巴 拉 夏

འཚལ་ལོ་མཚན་དོ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།

擦 漏 秋 斗 加 色 切 恁

顶礼供养皈依世尊善逝出有坏圆满正等觉怙主  
无量光佛

## 第一百四十二节课

### 思考题

1. 请熟悉并修持整个往生法。
2. 面对死亡，你平时都有哪些准备？请交流一下这方面的心得。

下面继续讲往生法。昨天讲了往生法的几段念诵仪轨，按喇荣五明佛学院的传统，不论是自己修行，还是超度亡灵，都用这个。不仅是学院，宁玛派的大多数寺院，也都是修这个往生法。

当然，竹钦、白玉派个别传承上师也有其他的念诵，甚至也有修持一些伏藏往生法的，但对我们来讲，不管是在哪里，经常修的主要就是这个仪轨。

### ◎ 《大圆满前行》谁都可以学

不仅是这个往生法，整部《大圆满前行引导文》，学习的人各教派都有。

就像麦彭仁波切的上师蒋扬钦哲旺波，当时他对藏地的八大教派圆融无违，修行、教授，也都是根据相应的情况施行。因此，作为后学者，我们没有任何必要因为选择了某某上师、某某寺院或某一法脉，就排斥其他的已被广大弘扬的正规修法。

尤其是《大圆满前行》，其实它是总集一切窍诀的法要。它并不是一个范围狭窄小支派的法门，也不

仅仅属于宁玛派，它属于整个藏传佛教，如今八大教派也都在学习。我去过很多寺院，格鲁、觉囊、噶举等，在彼此交流的过程中他们都认为：这部法非常有加持！虽然作者华智仁波切是宁玛派的，但其中的教义却是共称的，而且字字句句都是窍诀。

我们附近很多格鲁派的格西说，他们正在学龙钦心滴的法，而据我了解，各个教派的很多学者、修行人也都在学。因此，不论是学会里的道友，还是其他的修行人，我希望你们都能接受这个传承。这种接受，实际就是以开放的心接纳真理。

#### ● 不要断他人闻思修的善根

有了开放心态的修行人，行为才会恰当，否则，自认为“我学的是某某上师”，从而为了那边的“利益”，到学会里挖掘人才，这样不好。你自己不是来闻思修的，但断送了他人的闻思修，又能提供给他什么呢？

要知道，现在我们需要的是又有闻思又有修证的高僧大德，以及相对有一些佛教理论素养的虔诚佛教徒，这个才重要。形象上的仪式尽量少做，让人生信心是可以，但是整天做这些，火供、唱诵……不见得有深入的利益。

一段时间以来，有些佛教徒一直在讲如何参禅。至于参禅，我觉得很好，早上、晚上参参禅也可以。但是，如果只是行为上的，一方面太简单，一方面也很难有实义。因此，最关键的还是要闻思，这样你在打坐的时候，才知道修什么。不过遗憾的是，现在有些人不愿意到别人面前听受佛法，不愿意作次第的闻

思修行，因而以参禅、闭关或其他善法作借口。其实这也正说明一点：他不了解佛法的真正修行。

因此，有闻思能力的，我希望你们最好是先闻思，如果没有这个能力，也千万不要影响别人，断送了他人闻思的善根。而那些正在闻思的道友，也许一天两天你看不到进步，但只要长期闻思下去，到了晚年时你就会明白：正是因为闻思，自己的人生才过得有意义。

### ● 我们应当接受正法

我们要知道，现在闻思的龙钦心滴法门是正法。真正的佛法，不论是什么样的传承，印度的也好，藏地的也好，都应该接受。汉地的有些寺院或佛教团体很开放，只要是正规传承的法要，就接受，而这种接受，的确给有缘者带来了许多利益。

以前有人说：“《入菩萨行论》是印度来的，我们可以学，但《大圆满前行》是藏地的，有点担心……”好像只有印度的才是正法，藏地的就不一定。

当然，这样说我也能理解。毕竟印度是释迦牟尼佛的降生地，是佛法的发源地，而藏地不是。不过，如果从佛法兴盛的角度来看，如今藏地的佛法，可以说有如当年的印度，这一点，到过藏地正规的、有闻思修道场的人，心中是有数的。而如果你在这样的道场呆过几年的话，就会明白：哪里有佛教的精髓，哪里就是正法之地。

那佛教的精髓是什么呢？就是教法和证法。因此，地方是哪里不重要，能通过闻思修实现教法证法的传递，才是重要的。

当然，学法时最好依法不依人。我们接受佛法，一定是从某个人那里接受，但这个时候你要知道，传授你佛法的这个人，他庄不庄严不重要，重要的是，他的相续中有没有教法和证法？也就是说，你要看他是否具足戒律、誓言、悲心、智慧。如果他的确是具足资格的上师，那还要看他所传的法是否相合你的心意……这样一一观察下来之后，就可以依止学法。

学法以后，一方面自己要终身修持，另一方面，对身边那些正被痛苦逼迫的可怜人，也应当尽量地为他们播洒佛法甘霖，以免他们在无助当中干涸而死。而你用正法所作的饶益，即便只有一点一滴，功德也是不可思议的。

#### ● 当一天和尚闻思修一天

因此，出家人不能“当一天和尚撞一天钟”，能吃到饭就什么都不管了。也许世人的这种说法，是有一些贬义的意味，但我们也可以策励自己：当一天和尚，就闻思修一天。

不过，闻思修不单单是出家人的事，而应该是佛教徒的事，所以居士也是一样：当一天居士，就应该闻思修一天。

一般来讲，在家人是很忙碌的，但在这种忙碌当中，有些居士却比出家人还精进、还清净、还有闻思修的意乐，而且，他在学法修法的成果上，也超过了个别的出家人。按理来讲，出家人没有家庭的挂念、工作的牵连、感情的纠缠，应该将所有精力投入在闻思修上。可是事实上，个别出家人做得不好，比不上一个清净的在家人。



当然，我不是说所有的出家人，在出家人当中，相当一部分是非常了不起的，这一点你们也看得到。因此，任何事都要一分为二地分析。

总之，在闻思修的问题上，一方面大家要一如既往，一方面也要有清净心，不要排斥真正的佛法。像我刚才说的，如果有正知正念，有开放的心态，能接受正规的法要，对每一个人都是有利的。

有人说：“《大圆满前行》是藏传佛教的，我是学净土的，不听！”其实，《前行》最终也是导归极乐的，看看这里的颇瓦法就知道了。可是他不听。不听的话，对我，没有损害；对发心人员，也没有损害。损害的是谁呢？就是你自己。因此，如果你没有信心，自己封闭了器皿，那么加持与智慧的月光再明亮，你也是得不到的。不过，可能这也是缘分所致。

下面继续讲“往生仪轨”。昨天讲了往生法的第一段念诵，观想上有四个次第：一、将自己的身体观作金刚瑜伽母；二、体内中脉的观想方法；三、在中脉心间位置将心识观作红色“舍（ཤི）”字；四、在头顶上观想形象为阿弥陀佛的根本上师。这些道理，在华智仁波切的讲解和仪轨的颂词上都有。之后是念诵佛号。

接下来讲第二段念诵。

### ◎ 祈祷上师无量光佛修“舍”字法往生

念完佛号之后，念诵：

ཨ་མ་དོ།

唉玛吽

གནས་རང་སྤང་དོན་གྱི་འོག་མིན་ནེ།

内 让 囊 敦 戒 恁 门 那  
境为自现了义密严刹

ཡིད་དད་བརྒྱའི་འཇའ་གྲུང་འབྲིགས་པའི་གྲོང་།

叶 达 杰 加 革 彻 波 龙  
百倍信心彩虹萦绕中

སྐབས་ཀུན་འདུས་ཅུ་བའི་སྤྲ་མ་ནི།

加 根 地 匝 为 喇 嘛 讷  
皈处总集根本之上师

སྐྱ་ཐ་མལ་མ་ཡིན་དྲངས་མའི་ལུས་།

革 踏 玛 玛 因 荡 莫 利  
身非庸俗而为清澈身

དཔལ་སངས་རྒྱས་སྤང་མཐའི་ངོ་བོར་བཞུགས་།

花 桑 吉 囊 特 恁 哦 月  
吉祥无量光佛本体住

ཡིད་ཚོས་གྲུས་གདུང་བས་གསོལ་བ་འདེབས་།

叶 木 给 洞 为 索 瓦 得  
当以强烈敬信心祈祷

ལམ་འཕོ་བ་འབྱུང་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

拉 颇 瓦 炯 瓦 辛 记 漏  
现 前 往 生 圣 道 祈 加 持

གནས་འོག་མིན་བསྐྱོད་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས།

内 恹 慢 昼 巴 辛 记 漏  
趋 入 密 严 刹 土 祈 加 持

དབྱིངས་ཚོས་སྐྱེའི་རྒྱལ་ས་ཟེན་པར་ཤོག།

扬 秋 给 加 萨 怎 巴 秀  
愿 获 法 身 法 界 之 佛 地

“唉玛吹”是感叹词，表示“太稀有了”。

“境为自现了义密严刹”，首先将自己居住的地方，观为自现的密严刹土。密严刹土一般有五种解释，比如清净刹土、自性刹土等，都可以。这样的刹土，不像现在你我所见的不平、浮躁的世界，它极为清净，是最了义的刹土。

“百倍信心彩虹萦绕中，皈处总集根本之上师，身非庸俗而为清澈身”，在这样的刹土中，在自己所观想的金刚瑜伽母的头顶上，有一团自己以百倍的信心织成的金刚帷幕，如彩虹萦绕一般，就在这团光芒中，安住着一切皈依的总集——自己的根本上师。你对哪一位上师最有虔诚的信心，本体就是他。上师的身体并非由庸俗的血肉骨骼组成，而是清澈之身，内外透明，就像彩虹一样。

“吉祥无量光佛本体住”，本体是根本上师，但在显现上，是吉祥无量光佛，也就是阿弥陀佛。

“当以强烈敬信而祈祷，现前往生圣道祈加持，趋入密严刹土祈加持，愿获法身法界之佛地”，在顶上观想上师阿弥陀佛以后，就以非常强烈的恭敬心和信心祈祷：“愿我在这一座上，能够现前往生法圣道的成就，祈求上师阿弥陀佛赐予加持！愿我依此趋入密严刹土（即极乐世界），祈求上师阿弥陀佛赐予加持！愿我获得与阿弥陀佛无二无别的法身法界之佛地！”

我们知道，往生极乐世界以后，便可于一生当中，以菩萨的形象圆满一切地道功德，并最终成佛。因此在修持时，应当一边观想，一边以强烈的信心祈祷。

● 用藏文、汉文念都可以

念诵时，用藏文念<sup>29</sup>也可以，以前上师如意宝也说过。因此，能用藏文念最好，观想的意义可以提前对应好。如果你觉得藏文不好念，再加上观想也不方便，那用汉文念也可以，应该是一样的，而且念诵、观想都比较容易。

因此，用藏文、汉文念都可以。像我们现在念的《二十一度母赞》，你用藏文念，那它有金刚语的加持；而用汉文念，也是僧众用缘起咒加持过的，而且你在念的同时，也知道正在读二十一尊中的哪一尊，甚至她的形象、功德等，也可以随文入观。所以，在念诵的语言上，我认为都行，根据自己的情况定就可以。

---

<sup>29</sup> 这里用藏文念，即念用汉文标注的藏文发音。

还有《普贤行愿品》，我们有时用藏文念，有时就用汉文念。这样做，一方面是在上师如意宝面前请示过，一方面我们也分析过，应该没有什么差别。其实这和翻译的道理是一样的。从印度梵语翻成藏文时，有些咒语是不译的，直接取它的声音；而有些就要翻译出意义来，有两种情况。

### ● 念诵的方式

将以上的全文完整地念诵三遍（有时间的话就念三遍；没有时间，只念一遍也可以）之后，再从“当以强烈敬信而祈祷”到结尾念诵三遍，然后将末尾“愿获法身法界之佛地”这一句念三遍。在这些时候，一定要满怀对上师怙主无量光佛的诚挚信心，一心专注在觉性自心所依的“舍（ཤེ）”字上（这里一定要观藏文）。

自己修的时候就是这样，自己观为金刚瑜伽母，上面有上师，在对上师满怀强烈信心祈祷的同时，心专注在将自己的心识所观成的“舍（ཤེ）”字上。

而如果是超度亡灵，那在前一段的念诵中（明观金刚瑜伽母及体内中脉时）说的是“汝身观为金刚瑜伽母”，而观的时候，也是把亡者的心识观想成“舍”字，并不是观自己的心识了，有这个差别。因此，我们在尸体前念颇瓦时，首先要观想亡者以金刚瑜伽母的形象来站着，并将他的心识观想作“舍（ཤེ）”字。而此时也是一边祈祷，一边专注在“舍”字上。

## ● 修“舍 (𑖀𑖂𑖄)”字法<sup>30</sup>

然后，舌头抵住上腭念诵五遍“舍”，念的同时，观想觉性自心所依的红色“舍 (𑖀𑖂𑖄)”字，随着淡绿风团明点而起伏波动，并且越来越高，最后从头顶梵净穴出来，与此同时念一声“吼嘎”，观想这一“舍 (𑖀𑖂𑖄)”字如同勇士射箭般，融入无量光佛的心间。

接着又如前一样明观心间“舍 (𑖀𑖂𑖄)”字，专注所缘并诵七遍或二十一遍“吼嘎”。学院平时就念三遍，一般没有念七遍或二十一遍，但修炼时可以多修这一“舍”字法。

“吼”字的后面，一般有个轻微的“嘎”音，“吼嘎”。虽然其他宗派有念“吼”时观想上升、念“嘎”时观想下降的传统，现在个别寺院中还有，但自宗宁提派并没有观想下降的传统。

其实在平时修炼时，不观想下降，直接把心再次观成“舍”字就可以。有些人可能想：“‘舍’字已经融入阿弥陀佛的心间了，如果不观想下降，怎么样再次地修呢？”但实际上，修炼只是对这个修法进行训练，不一定是把真实的心送上去了。而如果真的要往生时，念一遍“吼嘎”，就已经融入阿弥陀佛的心间了。

念完“嘎”以后，再如前一样念诵“顶礼供养……”祈祷文，并尽力念修“舍”字法，接着再念“顶礼供养皈依世尊善逝出有坏圆满正等觉怙主无量光佛”七

<sup>30</sup> 舍字法：从舍五次一直念到吼嘎。

遍或三遍。

◎ 入草往生法

修完上述修法以后，就念诵由竹庆派所传下、伏藏大师日月佛所造的《入草往生法》这一简略祈祷文：

སངས་རྒྱལ་འོད་དཔག་མེད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །

桑 吉 恆 花 美拉 夏 擦 漏  
顶礼佛陀无量光

ཨོ་རྒྱན་པ་བླ་འབྲུང་གནས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

恆 坚 班 玛 炯 内 拉 索 瓦 得  
祈祷邬金莲花生

རྩོན་ཚེན་རྩ་བའི་སླ་མས་ཕྱགས་རྗེས་བྱུངས། །

珍 亲 匝 哦 喇 咪 特 记 宗  
大恩根本师悲摄

རྩ་བ་བརྒྱད་པའི་སླ་མས་ལམ་སྣ་དྲོངས། །

匝 瓦 杰 波 喇 咪 拉 那 中  
根本传承师引道

ཟབ་ལམ་འཕོ་བ་འབྲོང་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །

匝 拉 破 瓦 炯 瓦 辛 记 漏  
加持修成往生法

ལྷུང་ལམ་འཕོ་བས་མཁའ་སྲོད་བགྲོད་བར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །

涅 拉 破 为 卡 秀 昼 巴 辛 记 漏  
依此捷径趋空刹

བདག་སོཌ་འདི་ནས་ཚེ་འཕོས་གུར་མ་ཐག །

大 瘦 的 内 才 破 杰 玛 踏  
吾 等 从 此 命 终 时

བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་སྒྲུབ། །

得 瓦 坚 德 吉 瓦 辛 记 漏  
加 持 速 生 极 乐 刹

“顶礼佛陀无量光，祈祷邬金莲花生，大恩根本师悲摄”，首先是顶礼阿弥陀佛，其次是祈祷莲花生大士，然后是祈求大恩根本上师慈悲摄受。

“根本传承师引道，加持修成往生法，依此捷径趋空刹”，接着祈求本传所有的传承上师引领修持，加持自己修成往生法，并在临终时依此捷径修法趋往空行密严刹土，其实也就是极乐世界。极乐世界在不同教言中，也有不同的名称。

祈祷时一定要真挚恳切：“祈祷阿弥陀佛、莲花生大士、根本上师以及我的所有传承上师们，您们一定要加持我修成往生法，并依此往生极乐世界！”

祈祷上师加持是很重要的。这个祈祷文主要是对本传上师的祈祷，而前面的修法中，是在对上师与阿弥陀佛无二无别的观想中，祈祷并作往生修持。

“吾等从此命终时，加持速生极乐刹”，我等在命终之时，愿您们一定要加持迅速往生极乐世界。



这里的“吾等”，根据你的念修对境，要作改变：如果是自己在修炼，就念“吾等从此命终时……”；如果你是帮着活着的人修颇瓦，就念“汝等（或此等、某某）从此命终时……”；如果是超度亡人，在尸体面前念颇瓦，那就念“亡者（或此等、某某）从此命终时……”。

这一祈祷文的末尾一句“加持速生极乐刹”，要念诵三遍（整个偈颂念一遍、三遍都可以）。之后再如前一样，尽力念修“舍”字法，从五个“舍”字一直念到“吼嘎”。随后也像前面那样念诵“顶礼供养皈依……”。

### ◎ 天法往生法

接下来念诵由白玉派传下的《天法往生法》仪轨<sup>31</sup>的祈祷文：

ཨ་མ་རྟོ།

唉玛吽

ཤིན་རྒྱལ་མཚར་ལོད་དཔག་མེད་མགོན་དབ། །

辛德恹擦 恹 花美滚荡

极其稀有怙主无量光

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཕྱག་རྡོར་མཐུ་ཆེན་ཐོབ། །

特 吉亲波夏 斗 特 亲 透

大悲观音大力金刚手

<sup>31</sup> 此仪轨为化身不变金刚著。

བདག་སོགས་ཕྱེ་གཅིག་ཡིད་གྱིས་གསོལ་བ་འདེབས། །

大 瘦 渍 戒 叶 记 索 瓦 得  
我等专心致志而祈祷

ཟབ་ལམ་འཕོ་བ་འབྱོང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

则 拉 颇 瓦 炯 瓦 辛 记 漏  
修成往生深道祈加持

བདག་སོགས་ནམ་ཞིག་འཆི་བའི་དུས་བྱུང་ཚེ། །

大 瘦 那 叶 切 为 地 雄 才  
我等一旦出现死亡时

རྣམ་ཤེས་བདེ་ཆེན་འཕོ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

那 西 得 亲 破 瓦 辛 记 漏  
加持神识往生极乐刹

“唉玛吽，极其稀有怙主无量光，大悲观音大力金刚手，我等专心致志而祈祷，修成往生深道祈加持”，这是对西方三尊的祈祷：稀有啊！真实怙主无量光佛、大悲观世音菩萨、大力金刚手（即大势至）菩萨，我等在您们面前至心祈祷，愿您们加持我快速修成这一往生法深道。

“我等一旦出现死亡时，加持神识往生极乐刹”，我等一旦出现死亡的时候，请您们加持我等的神识，令其不要再漂泊于轮回中，而是迅速往生极乐世界。

这个念诵也是这样的，自己念修时，就是“我等

一旦出现死亡时……”；给别人念时，就是“汝等（或此等、某某）一旦出现死亡时……”；超度亡人时，就是“亡者（或此等、某某）此时出现死亡时……”。

这个祈祷文的末尾一句（“加持神识往生极乐刹”）同样重复三遍，整个偈颂念一遍、三遍都可以。接着再像前面一样，念修“舍”字法——“舍”、“舍”、“舍”、“舍”、“舍”，“吼嘎”、“吼嘎”、“吼嘎”，之后再念五个“啪的”。

在白玉派的寺院里，有很多天法仪轨、药师佛仪轨等，还有很多发愿文，特别殊胜。《天法往生法》就是其中的一个。这是一个伏藏法，在藏传佛教中，念诵修持它的人特别多。如果时间紧，有些人前面所有的仪轨都不念，只是把这段偈颂念三遍，然后念“吼嘎”、“啪的”，也有这样修的。

学院很多活佛、堪布、上师，天天到尸体面前去念颇瓦，但有些好像也不会念。不过我看你们念得还不错，常住的道友都会念，可能也经常在家里修吧。

### ◎ 《助念往生仪轨》在未来时代会更加兴盛

我们学院修的颇瓦法，全部是遵循华智仁波切《大圆满前行引导文》中所讲的仪轨。不仅是学院，现在汉地大多数也都是这样修的。因此，以后要超度的话，有了传承，再加上很好的修炼，应该是可以的。

如果这个做不到，就用我们编的那个《助念往生仪轨》也很好。《助念往生仪轨》里没有单独的往生法，只是节选了一些汉传、藏传佛教中具有殊胜加持的内容，这样结合起来以后，大家都能接受。这个仪

轨很多地方在用，用了以后，也出现了众多瑞相和感应。

本来我想把这些感应收集起来编本书，让大家生信心，不过到时候再说吧。其实这个《助念往生仪轨》弘扬的时间并不长，但确实有很殊胜的加持，这肯定与诸佛菩萨和传承上师们的加持有关。因此，以后你们要助念或超度，用这个仪轨应该很方便。

按我的分别念估计，这个《助念往生仪轨》，在过了我们这一代以后，也许会更兴盛。大家彼此都在的时候，也许互不承认、互不理睬，就像宗派与宗派之间的某些情形一样。但是这个时代一过，有些法以其自身的价值，也许会更加兴盛。

我希望它在将来的汉传佛教中更加兴盛。不过那个时候，我们中的很多人，可能已经在极乐世界了。

### ◎ 后两个修法的传承问题

后面这两个祈祷文，《入草往生法》和《天法往生法》，都不是龙钦宁提派的仪轨，因此并非持明无畏洲<sup>32</sup>所传，是竹庆仁波切与贡钦仁波切等传下来，一脉相续，一直传到多哲仁波切。第一世多哲<sup>33</sup>仁波切——成利沃色，是智慧光尊者的大弟子，也是如来芽尊者的上师，他于1821年圆寂。

华智仁波切说：“我的至尊上师如来芽尊者（1765-1843），也曾按照他们的讲法传授过（以如来芽尊

---

<sup>32</sup> 持明无畏洲，也即智慧光尊者，龙钦宁提派的开创者，如来芽尊者讲述、华智仁波切撰著的《前行引导文》，就是在解释他《龙钦心滴》中的颂词。

<sup>33</sup> 也即多智钦仁波切。

者、华智仁波切那样的智慧，都是上师怎么说，自己就怎么记录、怎么传讲，可是我们后面的人，可能对上师的窍诀、教言都不重视)。本来，多哲仁波切也有塔波仁波切<sup>34</sup>所传下来的噶举派往生法引导的传承，并编写了念诵往生法的祈祷文，然而我的上师并没有传授。不管怎样，所有不同传承风范的观想次第其实都没有什么差别，这一引导教授必将一脉相承。”

因此，是哪一个教派的法，这个不重要，关键看它是不是真的，看你能不能修。比如，食品的话，是哪一个厂生产的，是从谁的手里传来的，这个不重要，关键看它对身体是不是有利益，这个才重要。因此，一方面我们要重视传承，因为你是从这条途径得到的法；另一方面，只要它是真的，是可靠的佛法，哪一个传承都可以。为什么五明佛学院对藏汉所有的教派都接纳呢？原因就在这里。

可能你们也知道，其实上师如意宝是白玉派的，白玉派是很小的一个支派。在藏传佛教中有八大教派，其中有宁玛派，而宁玛派又分八大派，白玉派是其中之一。上师如意宝以前也讲过：“如果我只是弘扬白玉派的教法，那我的事业将会非常狭窄。”

因此，在座的各位，以后在大家弘法利生的过程中，以自己传承上师的法为主的同时，也应该接纳所有的佛法、所有上师的法，只要这些法的传承清净，是真正利益众生的法，就应当接受、弘扬。最初建立学会的时候，我也祈祷上师如意宝：“不管是任何教派的法，只要是真正的、正规传承的佛法，我都希望

---

<sup>34</sup> 全名塔波拉杰·琐南仁钦，也即岗波巴，塔波噶举开创者。

他们能够得受。”其实，不管是弘法还是学法，我们都应该有一颗宽阔的、包容的心。

但不能一概而论的是，对那些怀有各种目的、思想不清净、甚至想利用学会的人，我们是绝对排斥的。佛学院也是一样，清净的法门我们接受，但如果是外道，或者是打着佛教旗号弘扬非法的，那他肯定不会有立足之地。

因此，接受不同传承的法是正常的。而且华智仁波切也说：“我的至尊上师在多哲仁波切前听受过多次，因此，从至尊上师处获得过往生引导传承的人，也就算是得受过噶举派往生法传承了，我想这些人念诵噶举派所传下的祈祷文，也完全可以。”

可见，上师们接的法，也都是各个教派的。而我们现在也是一样，宁玛、格鲁、噶举等，各个教派都没什么排斥的，这样很好。

华智仁波切还说：“这两个简略祈祷文可能是多哲仁波切编写的，反正与别的祈祷文稍有不同。这里是遵照我的至尊上师的传统而撰写的。”

那么，如来芽尊者修颇瓦法的话，就是依照上面这几段仪轨了：

第一、自己观为金刚瑜伽母等；

第二、祈祷顶上与根本上师无二无别的无量光佛；

第三、祈祷本传上师：阿弥陀佛、莲花生大士、根本上师以及所有本传承的上师们；

第四、祈祷西方三尊。

这是一个非常圆满的修法仪轨。这么好的修法，

净土宗的人为什么不能修啊？

其实西方三尊是一样的，莲花生大士是从阿弥陀佛心间化现的，根本上师是你生起功德的源泉，有什么接受不了的呢？如果你对莲师不熟悉，因而不愿意接受，那就多了解一下，但没有必要排斥。我们连莲师万分之一的功德都没有，有什么资格呢？

作为地地道道的凡夫，如果你排斥藏地的大成就者，尤其是与佛无别的祖师，那是很可笑的。就像藏地一个愚痴的人，他要排斥汉传佛教里的六祖禅师、慧远大师，那大家肯定会笑他，觉得他太可怜了。这个道理是一样的。

因此，千万不要排斥圣者、排斥他们所传的法。圣者们的智慧、慈悲、功德，不论从哪个方面来讲，我们都无法企及，处在这样的状态中，为何不学呢？为何不修他们的法来饶益自他呢？如果是一个笨人，他不知道黄金的价值，可能会捡来牛粪、扔掉黄金，而我们不知道取舍的话，也是一样的。我们自己可能不知道，但在有智慧的人看来，确实是又可笑、又可怜、又可悲、又可叹啊！

此外，华智仁波切说，他的至尊上师依照白玉派《天法往生法》的传承为他众作超度时，上面祈祷文中的“我等一旦出现死亡时”，应该替换成“此等一旦出现死亡时”。可是，当时有些人没有懂得这一点，而念成“此现一旦”或“从此一旦”等，对此，尊者认为不太妥当。

以上是华智仁波切对后面两个祈祷文的传承问题，以及当时的一些情况，作了一点解释。

### ◎ 修炼往生法收座

刚才说到，念完《天法往生法》，还要反反复复地修炼“舍”字法，而在临近最后收座时，为了印持于五身法界，而念诵五次“啪<sub>的</sub>（པཎ）”。一般按我们的传承，最后的一声“啪<sub>的</sub>”，声音要大一点。

在观想上，前面心识已经融入到了阿弥陀佛的心间，而现在念“啪<sub>的</sub>”，就像用钉子把板子钉牢一样，有一种印持的作用，让我们的心不会返回来，一直住于上师阿弥陀佛的心间，与上师的心无二无别。

其实，这样修是在建立一种缘起。有人可能想：“如果我现在修这个往生法，一念‘啪<sub>的</sub>’，我的心就跟阿弥陀佛的心钉在一起了，那这样的话，今后是不是就没办法生活了？”其实不用担心，因为我们现在只是在修炼。

用五次“啪<sub>的</sub>”印持以后，于离戏实相的境界中入定。

之后观想（这跟前面的观想是连在一起的）：在自己（自身所观的金刚瑜伽母）的头顶上，诸位传承上师融入三位主尊中，二位菩萨也融入无量光佛当中，无量光佛化为光融入于自身。

### ◎ 念长寿咒

由此自己一刹那间变成世尊怙主无量寿佛，也即长寿佛，身红色，一面二臂，双足以金刚跏趺安坐，双手以等印托着充满无死智慧甘露的长寿宝瓶、瓶口以如意树严饰，周身由报身十三种服饰装点。



长寿佛与阿弥陀佛有相同的地方，身色都是红色，名字都是无量，无量寿、无量光。不同的地方，阿弥陀佛手上持的是钵盂，而长寿佛持的是长寿宝瓶，瓶口有如意树严饰；阿弥陀佛是化身形象，就像释迦牟尼佛一样，而长寿佛是报身形象。报身和化身的差别很多，报身一般有十三种服饰：项链、手镯等等。

一边观想自己是长寿佛，一边念诵一百遍长寿咒：

ཨོཾ་ཨ་མ་ར་ཐི་རྩི་མན་ཉི་ཡེ་སྐྱེ་ནཱ།

嗡啊玛鬪讷则弯德意梭哈

或者其他的长寿咒<sup>35</sup>。依靠念长寿咒，可以使寿命不受损害，并且凭借缘起谛实力也可以消除寿障。

我们平时是在修炼，所以修了往生法以后，一般要再念一百遍长寿咒。而在超度亡灵或临终者，或者自己死亡的时候，千万不能念修长寿法。念的话，可能又长寿了。（众笑）

所以，上师们超度时，如果见病人病得非常严重、没什么希望了，后面的一百遍长寿咒就不念了；如果觉得还有希望，就给他念。

这一点，因为大家都了解，知道《大圆满前行》里是这么讲的，所以病人想知道自己的情况，就看上师念不念长寿咒。如果不念了，说明自己已经没希望了，很伤心；如果还念，说明还有希望。

<sup>35</sup> 《喇荣课诵集》中的长寿咒是：嗡格热阿耶色德吽舍，阿玛鬪呢则万德耶所哈。

不过上师们也很慈悲，念完颇瓦以后，明明知道他已经没希望了，但为了让他宽心，不要绝望，显现上还是给他念几遍长寿咒。

### ◎ 让佛教融入生活

上师的慈悲也好，临终者的观察也好，从这些细节里，我们完全可以看到，佛教与藏族人的生活是非常贴近的。

可以说，不论出家人、在家人，他们对佛教的了解和信仰，与从小生活在这样的环境里，潜移默化的熏染不无关系。可惜我们很多道友不懂藏语，不然，当你接触藏族的一些传统时，也会自然而然地获得佛法的教育。

这种教育，在汉地可能是没有的。汉地的佛教徒，虽然能把佛教当作信仰，但这种信仰，是在自己平常生活之外的一种行为，要在生活中全部实行，是做不到的。而藏地就不同了，不管你到了哪里，所见所闻都是佛法，念经诵咒、供佛绕塔，佛教中的行为已经成了每个人的生活习惯，已经融入了整个民族的传统和习俗中。

因此，将佛教融入生活是很重要的。就现在的汉地来看，让所有人都建立佛教家庭是不可能的，但在现有的佛教家庭里面，能把佛法融在生活当中，也是很大的成功了。别的不说，就是孩子的教育，如果能从小培养他对佛陀的信心、对三宝的祈祷，同时又把佛教的教义融入他的生活，那他将来对佛法的认识是不会动摇的。否则，只是在我们祈祷的时候，让他也

来念一念，平时的生活中就不管了，这样对他的影响不大。

### ◎ 修往生法的验相

那么，修炼往生法已经达到纯熟时，有什么样的征相呢？诚如论典中说：“头上出黄水，插入草等相。”这种验相，有些人修个六、七天就能出现。还有些人感觉头顶发痒，或者梵净穴处特别痛，这时候，上师或道友在他的梵净穴插入吉祥草，是很容易的。

其实，能否插入吉祥草并不重要。但是汉地很多人特别关心这个，而且听说也有假的，说是草尖削得尖尖的，像牙签一样，然后直接插进去。这样就太残忍了，也没有必要。其实，只要你在七天中很认真地修了，一直念“吼嘎”、“吼嘎”，也观想“舍”字从这里运行、迁移，这样到了最后，草入于梵净穴是很容易的。

以前我也带着修过。那时候人少，大概二十来个人吧，修了七天，后来一半的人已经开顶了，我亲自插的吉祥草，很容易就插进去了。但一半不行，有些一插草就断了。其中有一个老和尚，好像一点感觉都没有。他一上来就说：“我业力深重、业力深重，肯定修不成、肯定修不成。”后来确实也没有一点验相，也不痛，也没出黄水，吉祥草就更不用说了。

汉地有些人可能是喜欢学气功的原因吧，非要头上插个草拍照，然后说有多少人怎么怎么开顶……其实，对上师三宝、对往生法有信心的人，草能不能插入也不重要。有是有这种现象，但这个不是关键。我

们修颇瓦法，太执著这个的话，也没有必要。

不过，真正修成了，开顶以后头盖骨中间是有缝的。西方很多人修成颇瓦法以后，他们去做CT，确实看得到，这里是有缝的，有些还有好几个小孔。这种相实际就是一种缘起法，不可思议。

总之，如果你有了这种开顶的相，或者出黄水、疼痛等，都是修成往生法的相。而在没有出现这样的验相之前，务必要再再修炼。

因此，各个班的道友，尤其是老年班，方便的话可以共修七天。要是所有的人在这里修，可能会影响闻思，各方面也有一定的困难。所以，其他的道友可以自己修，比如在晚上临睡前，就可以念一遍。

不过声音不要太大，免得影响周围的道友。今天开会的时候，有人就提出来，说觉姆这边有一个高音喇叭，每天都播放那些超度的念诵，声音很大，影响有些修行人坐禅。最后我们决定，除了学院的共同念诵以外，对亡者念仪轨时，不能大声地播放出来。

因此，大家在修行的过程中，要考虑别人，不一定非要大声地喊。观想能力是最重要的，声音大小不重要，因为是心识出窍，也不是声音出窍。有些人什么观想都没有，只是很大声地“吼嘎”、“吼嘎”，这也没有必要。关键是看你的观想，比如“舍”字的跳动等等，这个才重要。

总之，一定要修出验相，没有验相之前，必须要再三修炼。

## ◎ 回向

结尾回向善根时，应当念诵广的《极乐愿文》，或者是上师如意宝的《愿海精髓》，以及《略极乐愿文》<sup>36</sup>等都可以。

### ◎ 此往生法是不修便可成佛之法

这一深道往生法的教授，不需要像其他生圆次第那样经过长期修炼，仅仅在七天当中修持熟练以后，一定会出现验相。所以，在莲花生大士的窍诀中，这个修法称为“不修便可成佛之法”。

我们能遇到这样的法，的确很幸运。我经常在想，不管是哪一个法，闻思上的五部大论或密宗法要，修行上的前行法或修心法，即生能遇到，即使不是在年轻的时候，是晚年时才遇到的，也非常幸运。如果像个别道友那样，年轻时就遇到了这些法，等你到了晚年回忆起在喇荣求法的情形时，一定会有一种深深的感恩之情：“就是在那个山沟里，我得到了许许多多的法，这些法的价值，远远超过了世间所有的金银财宝……”

现在就有这样的道友，因为早些年在喇荣呆过，虽然如今身处城市当中，但是经常修着这些法，心里极其快乐，生活中什么都可以面对，所以时时都怀着感恩之心。

因此，诸位道友理当将这样的无上捷径法作为主要修法。

---

<sup>36</sup> 《略极乐愿文》：“唉玛吽！奇哉佛陀无量光，右侧至尊观世音，左侧勇识大势至，无量诸佛菩萨绕。稀有无量之安乐，名为极乐彼世界，祈愿我等命终时，不隔他世即往生，面见彼佛阿弥陀。如是我发之此愿，祈祷十方佛菩萨，加持无碍得实现。”

## ◎ 结文偈：

最后，华智仁波切作了一个结文偈：

自尚未度超度诸亡灵，自不实修巧言如撑伞，  
我与如我狡诈种姓者，愿能精进修行祈加持。

华智仁波切谦虚地说：自己尚未得到解脱，却整天念颇瓦法超度亡人；自己从来不实修，但整天夸夸其谈，就像撑伞<sup>37</sup>一样。愿我和像我这样的狡诈者，能够真实地精进修法，祈祷上师及诸佛菩萨赐予加持。

我认为这就是对我说的。自己还没有得度，却常常超度别人，自己不实修，却天天给人讲法，所以，不论讲法还是超度，都很惭愧。

当然，最重要的还是要有悲心。华智仁波切在前面也说过，如果有虔诚的信心，也有大悲心：“这个亡者很可怜！他活着时可能也没遇到佛法、没行持善法，不知道他的灵魂现在漂泊在哪里。不管怎么样，虽然我自己没有能力，但我相信诸佛菩萨的加持不可思议，只要我祈祷阿弥陀佛、祈祷莲花生大士，就肯定对他有利。而我今天来念经超度，来参加这个法会，也没有什么自利的心，就是希望这个亡者能获得解脱，所以我现在就一心祈祷……”如果有这样的清净发心，就一定会饶益亡者。

否则，如果说得好、做得差，那就太惭愧了。

**【不修便可成佛——往生之引导终】**

---

<sup>37</sup> 撑着的伞总是在上面，不往下来，所以花言巧语就像这个。

附：堪布把今天所讲的往生法带修一遍，念的是藏文。

唉玛吹

内让囊敦戒奥门纳  
耶达吉嘉格彻波隆  
嘉根迪匝沃喇嘛呢  
格塔玛玛因当摩利  
华桑吉桑提欧沃耶  
耶木给洞威所瓦得  
蓝颇瓦炯瓦辛吉洛  
内奥门卓巴辛吉洛  
央丘给嘉萨仁巴效  
(三遍)

唉玛吹

境为自现了义密严刹  
百倍信心彩虹萦绕中  
皈处总集根本之上师  
身非庸俗而为清澈身  
吉祥无量光佛本体住  
当以强烈敬信心祈祷  
现前往生圣道祈加持  
趋入密严刹土祈加持  
愿获法身法界之佛地

耶木给洞威所瓦得  
蓝颇瓦炯瓦辛吉洛  
内奥门卓巴辛吉洛  
央丘给嘉萨仁巴效  
(三遍)

当以强烈敬信心祈祷  
现前往生圣道祈加持  
趋入密严刹土祈加持  
愿获法身法界之佛地

央丘给嘉萨仁巴效  
(三遍)

愿获法身法界之佛地

舍舍舍舍舍

吼嘎 吼嘎 吼嘎

救单地得云向巴扎救巴扬大巴奏波桑吉滚波恁花德美巴拉夏擦  
漏秋斗加色切恁 (三遍)

顶礼供养皈依世尊善逝出有坏，圆满正等觉怙主  
无量光佛

桑吉恆花美拉夏擦漏  
恆坚班玛炯内拉索瓦得  
珍亲匝哦喇咪特记宗  
匝瓦杰波喇咪拉那中  
匝拉颇瓦炯瓦辛记漏  
涅拉破为卡秀昼巴辛记漏  
大瘦的内才破杰玛踏  
得瓦坚德吉瓦辛记漏  
(一遍)

顶礼佛陀无量光  
祈祷邬金莲花生  
大恩根本师悲摄  
根本传承师引道  
加持修成往生法  
依此捷径趋空刹  
吾等从此命终时  
加持速生极乐刹

得瓦坚德吉瓦辛记漏  
(三遍)

加持速生极乐刹

舍舍舍舍舍

吼嘎 吼嘎 吼嘎

救单地得云向巴扎救巴扬大巴奏波桑吉滚波恆花德美巴  
拉夏擦漏秋斗加色切恆 (三遍)

顶礼供养皈依世尊善逝出有坏，圆满正等觉怙主  
无量光佛

唉玛吽  
辛德恆擦恆花美滚荡  
特吉亲波夏斗特亲透  
大瘦渍戒叶记索瓦得

唉玛吽  
极其稀有怙主无量光  
大悲观音大力金刚手  
我等专心致志而祈祷



则拉颇瓦炯瓦辛记漏 修成往生深道祈加持  
大瘦那叶切为地雄才 我等一旦出现死亡时  
那西得亲颇瓦辛记漏 加持神识往生极乐刹  
(一遍)

那西得亲颇瓦辛记漏 加持神识往生极乐刹  
(三遍)

舍 舍 舍 舍 舍  
吼嘎 吼嘎 吼嘎

啪的 啪的 啪的 啪的 啪的

嗡啊玛鬪讷则弯德意梭哈 (一百遍)

念诵之完回向功德。

## 第一百四十三节课

### 思考题

1. 《前行》这十二个引导文，每一个的意义是如何概括的？
2. 为什么说《前行》涵摄了一切显密修要？
3. 窍诀是用来对治自心，你如何理解？请用教证等说明。
4. “如今就是计划永善永恶的界限，相当于一百生世中的一次食物”，对此你如何理解？

### 结 文

最后，在本论的结文中，华智仁波切以他卓越的智慧，对全论的内容——共同加行、不共加行以及捷径往生法，作了言简意赅的总结。

#### ◎ 对《前行》的十二个引导文分别作概括

##### ● 外共同前行的六个引导文

第一、通过思维暇满难得，使闲暇之身变得有意义。一个人要产生修法的意愿，是很不容易的，非常难。只有了知暇满难得，了知如《景德传灯录》所说的“一失人身，万劫不复”，才愿意踏踏实实地过一个修行的人生，不使人身空耗。

第二、通过思维寿命无常之理，来鞭策自己精进。如果这个人身能千年万年不失去，那么将来再修也不

要紧，但人身的的确确是无常的。看看新闻媒体的报道以及身边发生的事情，相信谁都会发现生命的脆弱及无常。而作为修行人，只有对无常生起坚定的信心，才会时时鞭策自己“我不能睡得太多了，不能天天散乱，不能做无意义的事……”，从而成就真实的精进。

第三、通过了知一切轮回痛苦的本性，而生起出离心及悲心。如果轮回不是痛苦的本性，呆在轮回中流转也没事，但是，不管你转到哪一道，恶趣就不必说了，就算是天上人间，也是苦多乐少，终归要堕落。自己是这样，其他众生也是如此。明白了这个道理，谁还愿意呆在轮回里？谁不对可怜的众生生起悲悯？

第四、通过明确因果的差别，而如理取舍善恶。“善有善报、恶有恶报”，善的种子成熟的是快乐，恶的种子成熟的是痛苦，而且绝无任何欺惑。明白了这个道理，一定会如理取舍的。

以上就是所谓的四种厌世心。

第五、通过忆念解脱利益，而使自己对佛果满怀向往，并生起极大的信心。

第六、通过依止真正的善知识，来修学上师的意行。现在有很多人重视依止上师，这就是没抓到根本。其实，即使是人身难得、寿命无常等这些看似简单的道理，离开了具相善知识的开导，也无法真实理解并修行。而且，所谓的修学佛法，无非就是修学上师的意趣和行为，所以一定要依止上师。

这以上是共同外前行的六个引导。

对每一个引导所作的简单概括，就像我们打的广

告一样，希望引起修行人的重视。

其实，现在的修行人很可怜！说实话，对这么重要的引导文嗤之以鼻，而形象上的、对解脱绝对毫无意义的事，很多人却特别重视、特别有兴趣，遇到了也是心花怒放并极力宣扬。那这是什么呢？就是颠倒！

### ● 内不共加行的五个引导文

第一、依靠皈依三宝，奠定解脱道的基础。一栋建筑物有了地基，才会坚固，没有地基，到了一定的时候就会倒塌。同样，解脱道也要有基础，而皈依就是这个基础，只有具足真诚的皈依心，才能修成解脱道。

第二、依靠发殊胜菩提心，树立起佛子如海行为的框架。在稳固的地基上，便可以修建建筑物了，而修建时首先要建立的，就是建筑物的框架。有了框架，建筑就慢慢成形了。同样，作为一个大乘佛教徒，当你要修建佛法的大厦时，最初一定要发起殊胜的菩提心，并依靠这一菩提心，树立如海菩萨行的框架。这样一来，自利利他的佛果便会自在现前。

第三、依靠念修金刚萨埵，通过四力来忏悔一切过患之根本的堕罪。我们今生乃至无始以来所造的罪业，是无量无边的，如果不清净这些罪业，修什么法都不会成功。所以一定要念修金刚萨埵，通过四种对治力进行忏悔，令自相续得以清净。

第四、供三身曼荼罗，可积累一切功德之根本的福慧资粮。建筑物有了地基、形成框架之后，还要垒墙、装修，然后把里面打扫干净，陈设家具等等。同

样，一个佛教徒，在皈依、发心之后，光是清静了自相续还不够，一定要积累资粮。而要积累资粮，供曼荼罗就是最殊胜的方便。

第五、一切加持的源泉——祈祷上师，可使自相续中生起殊胜智慧。上师的相续中有无量的智慧、悲心和功德，通过修持上师瑜伽，便可以一种强有力的方式，令自相续点燃智慧之灯。因此，修行人要作究竟的修行，就一定要祈祷上师。

以上是五种不共内加行的引导。

《前行》这内外十一种引导，是非常珍贵的修行方便，希望大家都要重视。不重视前行的人，对我个人无利无害，但我担心的是，他肯定修得不成功。好听的话容易说，两三天吹嘘一下，自己也觉得开心、有意义，但时间一长，结果会说明一切的。

这次讲《前行》的时间比较长，但在讲解的过程中，我详详细细地查找了很多相关的教证、公案、典故等，并很耐心地对每一个引导都作了力所能及的阐述。我只有这个智慧了，除此之外，也无能为力了。不过也还可以，我翻过以前藏地大德很多记录、笔记，多数都比较略，而我把这些藏文、汉文的众多资料都结合起来，也算是为大家作了一个我自己还比较满意的讲述。

讲述的目的，并不是我有了很多讲记以后，会赢得名声、财富、什么什么……这些我从来没想过。只不过我觉得，稍微广说一下，以后有重视前行的人，或许对他的修学是有利的。再说，这样的因缘和条件，以后有没有也不好说。

要知道，依靠上师如意宝和传承上师们的加持，眼下在这块寂静地方，能聚集这么多道友共同学习，是非常难得的，一定要珍惜、要利用好。对此，我本人一方面非常欢喜，一方面也觉得稀有，为什么呢？在末法时代的狂风如此猖獗之时，竟然还有这么多四众道友，在长时间地潜心研习大乘佛法，实在是不可思议。我想这一定是传承上师、护法神的加持，以及我们每一个人的善愿力所致，否则，怎么会有这样的壮观景象呢？

因此，希望大家珍惜这些引导文，不管是学院的人也好，城市里的人也好，我们要学佛修法，那就没有比人身难得、寿命无常、依止善知识、皈依、发心等更重要的事情了。如果对此一无所知，或者一知半解，那要修行恐怕是很难的。

#### ● 不修便可成佛之往生法

如若修道尚未趋于究竟（未证悟以前），死亡便临头，则依靠不修便可成佛之往生法而往生净土。

死期是不定的，在修行中，如果即生没有成就，就应该运用颇瓦法（即往生法），趋入极乐世界。这是一个最快、最好、最方便的修法，是不修便可成佛的法。颇瓦法刚刚讲完，各班的法师们可以带着大家修一修。

加上这一往生法，总共就有十二个引导。

#### ◎ 修行人要知道自己的身份

该传的法，我已经传了，传了以后，你们要自己修。修颇瓦的话，我觉得学院是最好的地方。

最近听说有些人要到别的地方去。当然，如果有更殊胜的传法者，也可以，从成就者那里得颇瓦法是最好的。不过，有些道友表面上信佛、学佛，比如学会里的道友，在学会也呆了好多年，但一听他提出的问题，就是根本没看书、也没学习，让我大失所望。学院的个别道友也是，呆的时间也不短了，但行为上也是各种各样，甚至有些事情都很让人费解。

过两天我们要休息几天，就在这个时候，听说有些上师邀请你们某些女众去开光。当然，请你们去为上师的佛像开光，这个我不反对，但是真正要开光，是大德们来开光，不一定要女居士、女出家人参加。这几年，学院也修了上亿元的经堂、佛殿，但没有邀请过汉地的居士或女众来开光，都是请僧众开光。

因此，当有些女众来请假，说她的根本上师请她去为他的什么建筑开光时，我就有点不理解。开光是可以，大米也带上，这个我不反对。但是，我希望你们，尤其是年轻的女众出家人，一定要注意你自己是什么样的身份！出家多不容易啊！说实在的，在这个时代，女众出家是不容易的，但出了家，弄不好的话，最后变成什么样子也很难说。

当然，也不管男众、女众，作为一个真正的修行人，自己该做什么、不该做什么，还是要明白的，正知正念就是用来观察这些的。否则，说得好听，实际上做起来都不如法，上师也好、弟子也好，一有过失就很难控制了。

## ◎ 《前行》涵摄一切显密修要

刚才讲的这十二个引导，进一步来说，其实已经涵摄了一切显宗的要诀。

● 其他宗派的显宗引导可包括其中

像共同加行里的四种厌世心——暇满难得、寿命无常、轮回痛苦、因果不虚，修持以后，便可生起无伪的出离心。宗喀巴大师在《三主要道论》中说：观修暇满难得和寿命无常，可以使修行人放下贪执，对今生起厌离心；而观修因果不虚和轮回过患，则会明白无论转生何处，都不会有快乐，从而放下对来世的执著。当我们对今生来世都了无希求的时候，也就有了修行的动力。

而依靠观修解脱的功德，生起向往之心，可以开启诸道之门。诸道之门打开了，再依止一切功德的源泉——善知识，依靠善知识的指点，便可以创造圣道的缘起。

对一个修行人而言，如果他最初遇到的不是善知识，或者即使是个上师，但上师的方向不准确，那么缘起就坏了。而如果遇到的是真正的善知识，那么他的人生，也就有了真实的方向，有了善妙的缘起。

法王如意宝曾在一首道歌中说，他在年轻时前往石渠依止托嘎如意宝，从上师那里得到最初值遇佛法的缘起，而这个美好的缘起，让他一生的修行及弘法都非常圆满。我想这里的很多道友也很好，因为刚开始遇到的上师是真的善知识，缘起非常不错，以后的修行也会很顺畅的。

如果最初的缘起弄坏了，转再多的弯儿，也进不了正道。有些人就是这样，二十多年了，一直遇到这



个、遇到那个，该花的钱花完了，精力也耗尽了，而如今却一无所有。他也不是不想修行，也想正确地学、正确地修，但无奈缘起被破坏了，想入正途也做不到。即使去了正规的道场，呆个两三天，心又动了，又不由自主地走向了邪门外道，这种情况也是有的。

所以，上师是你学习佛法中最主要的缘起。而我自己的话，在1985年，那时候法王如意宝不像现在，有很多活佛、大德比法王还出名，但我依止了上师。现在想想，不管是前世的因缘也好，即生的福分也好，能遇到上师，遇到这个传承法脉，的确是非常荣幸的。

道友们也是一样，不管你最初遇到的是哪一位上师，只要是为你指点解脱道的上师，就是非常好的缘起，值得自豪。

在依止上师以后，应当以皈依作为基础，再经由发殊胜菩提心修学六波罗蜜多的途径，可以将我们引入遍知圆满正等觉的真实正道之中。

其实，像萨迦派的三现分<sup>38</sup>、格鲁派的三士道、噶举派的大手印的显宗引导等一切圣道的要诀，都完全可以包括在这部《前行》的引导文中。这个道理，《前行》的序言里讲得很清楚。当时我要翻译《前行》时，先向上师如意宝请示了，请示以后，上师显得非常欢喜，后来在译的过程中，上师就作了这篇《序》：

## 序

大圆满龙钦宁提是集广大班智达派《龙钦七宝藏》及甚

---

<sup>38</sup> 三现分：修行萨迦派道果预备位。显乘的共通三现分道：不净现分、瑜伽景象现分和清净现分。

深古萨里派《四心滴》二者之密意于一体、即生可获得金刚持果位之甚深正法。

此《大圆满前行引导文·普贤上师言教》不仅完全包括了三士道次第，而且具有殊胜窍诀要点。因此，诸欲解脱者必须实修。尤其是当今时代许多人不经过前行修炼，却首先高攀大手印、大圆满等正行法，以致正法与补特伽罗背道而驰。所以，诸位首先唯一实修此前行至为重要。

此深法摄集了藏地兴盛的萨迦、格鲁、噶举、宁玛派的引导文及广弘于汉地的净土、华严、禅宗等一切显密修要，并且具有持明传承殊胜之加持。祈请三根本、护法神赐予如理修行此法之具缘者加持并普降成就甘露妙雨。

本法传承：华智仁波切传与乐喜堪布公美，彼传给喇嘛罗珠仁波切，大恩上师罗珠仁波切传与我。

对于此次译成汉文、校订并传讲，本人由衷随喜。同时，祝愿弘法利生事业吉祥圆满！



释迦比丘晋美彭措勇列致

于藏历铁龙年神变月初三自寿六十八岁之际

公元二〇〇〇年二月八日

上师的《序》，是2000年作的。我是1999年翻译《前行》的，在去新加坡之前，先译了前面共同加行的一部分，回来以后就全部译完了。

《序》里面，法王如意宝有一句话是：“祈请三根本、护法神赐予如理修行此法之具缘者加持，并普

降成就甘露妙雨。”这是最关键的地方，非常重要！因此，我希望你们都能如理如法地修《前行》。只要你如理地去修，传承上师、三根本及护法神就会恒时加持，有了这种加持的力量，修起来是完全不相同的，所以一定要重视。

我译过很多经论，但由法王如意宝作序的，一部是《直指心性》，还有一部就是《大圆满前行》，就这两部。如今看来，这两篇《序》对我非常重要。因为自法王如意宝示现圆寂以后，在我翻译汉文这件事上，有各种的说法，但上师如意宝当年在《序》里的这一句话，让很多人都哑口无言了。可见，智者对于未来，会提前说一些有密意的语言。

因此，希望四众道友都能珍惜这部《大圆满前行》。法王的《序》语言不多，但很值得我们深思，能背的可以背下来。以前有道友发愿把整部《大圆满前行》背下来，但听说是背了，只是不太熟，说是“差不多了”。但“差不多”的意思，不知道是怎么样的？

总之，这次广讲《前行》，对我来说是第一次，应该也是最后一次。以后传的话，不可能像这次一样了，最多两三个月。因此，希望大家重视这部法！

#### ● 念修金刚萨埵等是本派无上特法

这部法不仅能包括他宗的显宗要诀，而且，依靠念修金刚萨埵和供曼荼罗的无上方便，可以净除罪障、积累资粮，还有甚深加持之密道上师瑜伽，以及不修便可成佛的往生法教授，这些引导都是本派的无上特法。

#### ● 修完五加行才可以听受并修持无上密法

以上的这十二个引导，都是要修的。特别是五十万加行，现场的道友，或者以后听光盘的道友，都要修五十万加行。修完以后，各方面因缘具足的话，我想为大家传一系列的密法。没修完的人，不管你是什么样的身份，都不会传的。因此，每一个人都应该重视加行。

修完五加行以后，想步入宁提（即心滴）金刚藏圣道不共正行之门的人，先要修持大圆满中不共前行的三身引导，像《文殊大圆满》中就有三身引导的特殊修法，以及心识与觉性的引导（区分有寂）等以后，获得直指实相觉性妙用的灌顶，比如四灌顶或其他的大灌顶等，方可实修正行之义。

这个次第很清楚，希望大家不要搞乱了。也许有些上师是有密意吧，说有不用修加行、不用灌顶的特殊修法，对此本人并不反对。但我希望大家先要了解自己的根基，是顿悟者还是渐悟者？其实这一点也不难了解，自己是知道自己的。如果是次第性的根基，像绝大多数补特伽罗一样，那就一定要先修加行。这样修完加行以后，再进入密法的正行，是最可靠、最安全的。

在修密法的正行之前，还要修一些密宗的不共加行，像《文殊大圆满》里讲的，包括上师瑜伽等念诵文，还有像这里讲到的几种特殊加行。修完这些之后，再宣说本来清净、任运自成的正行引导文，就一定会令你的相续获得成熟。这就像打好基础的建筑一样，一定会非常稳固的。

而如果你不打基础，不按照传承上师们的传统去

做，只是特别着急地修些高法，也是没有用的。就像你要修栋楼，再急也要打基础啊！打了基础，再一层一层地修上去——对建筑管多了，现在我也基本上知道，一层楼完工以后，至少要停个十五天，才可以修第二层。前两天我批评施工队的老板时，有人说我生气了，其实也没有，是真正的显现，显现时我说：“你这个工程的计划是怎么安排的？一层、二层，最后到第五层，你是怎么安排的……”

其实修行是一样的，也要一层一层的，这样比较稳妥，可惜很多人不明白。有些人特别心急，来不及打基础，来不及修加行，一上来就先“吃”一口正行。也许你觉得这样很好“吃”，不用打基础，以“开绿灯”的方式从上师那里得到，但实际上不一定真的得到了；即使得到一些，这种境界也不会稳固。

因此，希望大家一定要按照其他传承上师们所要求的那样，好好修加行，之后再修正行。

### ◎ 《前行》如实记录上师教言通俗易懂

华智仁波切在撰著《大圆满前行》时，并不重视文辞，就像我们学过来所感受到的，尊者在阐述每一个引导的过程中，没有着重在词藻华丽、文法精湛上。而后面的偈文中也说了，过多诗学方式的修饰，是毫无助益的。本来华智仁波切很擅长写作，看过《莲苑歌舞》的就知道，但在《前行》的写作上，他并不注重这些。

尊者说了，他是完全依照他的至尊上师的亲口教授记录的。

尊者在他的上师如来芽尊者面前，听受了二十五遍《大圆满前行》，就是根据这些，他记录下来，并整理成书。以前还有一位意科喇嘛，他的《大圆满前行口授》在整个藏地很出名，我以前得到过，讲得并不广。但是，不管是华智仁波切的《前行》，还是意科喇嘛的口授，当前辈上师们离开之后，他们亲口传讲的本派传承的教言，的确弥足珍贵。所以，华智仁波切在一五一十记录如来芽尊者的教言时，都尽量避免掺杂自己的言词。不过，即使是有，尊者的言词也不是分别念，应该是非常殊胜的。

《大圆满前行》，可以说是我最初学佛的缘起。刚从学校里出来，在德巴堪布面前听受的，就是这个法。学完以后就什么都不想了，一心想依止法王如意宝。这也是我人生的转变吧，是最难忘的一段。

现在法王如意宝已经前往清净刹土了，虽然在我的相续中，还有很多的业和烦恼，但我不为这些痛苦，我所痛苦的，就是除了梦以外，再也见不到上师的尊颜了。常常有这样的失落感。如果不是遇到德巴堪布、法王如意宝，我都不知道现在会是什么样子，未来人生的方向又是什么？应该跟我的同学，或者其他世间人是一模一样的，这些我是很清楚的。

那么，华智仁波切的《前行》，完全是本着通俗易懂、利益内心的原则而撰写的。这就是尊者的写作原则。而我的讲解，虽然说不上是如实记录上师的教言，但因为长期依止上师，长期对《前行》、对上师的教言非常重视，所以，只要是心里记着的，即便没有一个一个地讲“上师是这么说的，上师是那么说

的……”，但也都尽己所能地在本次讲述中，为大家做了汇报。

理成文字以后，也许这一代的人不一定很重视，但不管怎么样，菩提学会的人在学。虽然有些不太情愿，只是为了考试、法本或种种待遇在学，我从“修学表”上也看得出来。但有些确实对《前行》有信心，是发自内心地在学，就像以前学《入行论》一样。对他们，我也很喜欢。

另外在这里，我也要特别感谢相关的发心人员：学院里面的人，像摄像、录音、做光盘、整理讲记；外面的人，印法本、管理、跟大家结缘……有很多工作人员。因为大家的共同努力，才让汉地相当一部分的人，对加行的次第有所明白了。在此，我以个人的名义，向诸位发心人员表示特别的感谢！

明天再讲一天的话，我这方面算是善始善终了。今晚应该不会死吧？但死了也没办法。后面还有些工程，大约要四五个月以后才出来，就看大家的发心情况了。发心人员也不容易，许多人遇到了种种困难，流下了眼泪，出了汗水……种种感受都尝过了。不过，这些都是有意义的，为了众生、为了解脱，是要付出一些的。

### ◎ 用《前行》的殊胜窍诀对治自心

刚才讲到，《前行》的言词易懂，但在这些易懂的言词中，却充满了修行的窍诀。

尤其是，许多有针对性、直言不讳揭露过失的上师教言，华智仁波切说，凡是他能记住的，都在相应

的场合里，以旁述的方式罗列出来了。

当然，这种罗列，也不是处处“如来芽尊者说什么、说什么……”，这个我非常理解。因为我也经常讲到上师如意宝的殊胜教言，但讲的时候，不可能每次都“这里上师说、那里上师又说……”，总是这样的话，虽然会让大家生信心，但太多的重复，也许有人就生厌烦心了。

不管怎么样，对于这些言教，我们绝不能作为看他人过失的窗口，“这个人怎么怎么、那个人如何如何”，而要作为向内反观、观察自己过失的明镜。并详察细审自己到底是否有这些过失，如果有，就一定要正确认清、彻底断除过患，使心自然趋入真实正道，自己来改变自己的相续。

学《前行》就是应该这样，要针对自己，否则也就没有意义了。重视《前行》的人，我相信他的修行一定不错；不重视的人，听完了把法本一扔，这种人的修行，若不是佛菩萨化现的话，就很难讲了。

这次《前行》的讲记应该有八本，要全部看，可能谁都没有这个精力。前两天个别发心人员算了一下，六年以来，单单是我的讲记就有三十多本了。这些讲记，个别道友全都看了，但有些人可能一本都没看。讲记看不看也无所谓，但《大圆满前行》这本书不过四五百页，我希望你们一年能看一次，一年不行的话，两年看一遍也可以，或者三年也行。

下面是阿底峡尊者的殊胜教诫，这些教诫特别好！尊者亲口说过：“殊胜上师为揭露罪恶，殊胜窍诀为击中要害，殊胜助伴为正知正念，殊胜劝勉为怨



魔病苦，殊胜方便为无有改造。”

最好的上师，他在讲课时能揭露你的过失和罪恶，天天说好话有什么用？要揭露罪恶。

最好的窍诀，就是击中你的要害。如果你每次听课，都感觉上师不是说别人，就是在说自己、批评自己，“怎么又说我”、“怎么天天批评我”，有这种感觉，说明你每天都得到了很多窍诀。其实作为修行人，只有接受这种点击要害的窍诀，才能认识自己的过失。

殊胜的伴侣是正知正念，正知让你时时观察自己的三门，正念让你不忘失善法，这才是修行人最好的朋友。

最好的劝勉，其实是修行中出现的违缘。当怨魔来危害你、敌人来危害你、病苦来危害你的时候，你就会立即提起正念，认真地修行。这一点我深有感触，比如，当我生病时，马上会想起死亡无常的道理，但病一好就没什么感觉了；一出现违缘，就想起三宝了，赶紧祈祷，但违缘一过又放松了。因此，违缘、怨魔、病苦，这些才是最好的鞭策。

最殊胜的方便，是无有改造。在所有修法窍诀中，直指本性，令心无有改造、自然安住，是最为殊胜的。无上大圆满中，有时是用水晶作表示，让人认识无改的心性。

前段时间，澳洲菩提学会的人给我送来一个水晶，是八面的。以前这种水晶很难得，法王如意宝在新加坡、马来西亚、美国等很多水晶店里都找过，那时候不多，但现在多了。我把那个水晶摆在桌上，今天来了个领导，他看到了，他说：“这个水晶放在这

里是什么意思？”

我说：“这表示无改自性。”

“什么是无改自性？”

“大圆满最高的灌顶，就是通过水晶来认识心的本性。”

“怎么认识本性？”

我没法再讲了，只好说：“水晶能治心脏病，我的心脏不太好，所以喜欢水晶。”

他这次好像听懂了：“哦，原来‘无改’是这个意思啊！”

《前行》中有很多这样的教言，而华智仁波切将这些归纳起来说：窍诀击中罪过要害、正法融入于自心、恒常提起正知正念而将一切错乱归于自身、包括生起一个恶分别在内的念头也绝不能放任自流，而要以正法来调伏自相续，这是殊胜的要诀。

仁钦桑波闭关修行时有三道门，外面一道门上写的是：“在此门内若生一刹那的贪恋世间之心，则护法神劈碎我头。”中门、内门则是分别对“自利心”、“凡庸分别心”作的立誓，这种制止恶念的誓言，体现了一个真正修行人的修行决心。

对我们而言，前段时间我也讲了，可能我们的上半生都造了很多罪业，希望在下半生有些改变。即使不能变成一个十全十美的修行人，也不能再做恶人了，应当在自己的晚年信仰三宝，为来世做个准备。就算烦恼深重还要发点脾气、造点恶业，但是尽量地忏悔，尽量地行善，这样的话，得个人身也是有意义的。

如果能掌握上面的殊胜窍诀，用正知正念来护持自己并真实地修行，那么自己对自己实在有很大的恩德，对众生也有恩德，这样以正法利益自心，依止上师也可获得实义。

如阿底峡尊者说：“殊胜饶益乃令入正法，殊胜受益是心入正法。”

在一切饶益中，最好的饶益是什么？就是令他入正法。有些人认为，给我钱的人对我最好；有些人认为，对我有感情的人对我最好；有些人则认为，令我拥有地位、名声的人是我的恩人……诸如此类，每个人的价值观都不相同。但实际上，在你的生命中，如果有人让你趋入正法，让你皈依，让你学习大乘佛法，这才是最大、最长远的饶益。为什么我们说要感恩上师、感恩善道友，说他们的恩德远远超过了亲生父母？就是因为正法极为难得，而在这么短暂的人生中，他们令我们进入了正法。

大家常说“受益匪浅”，有些人看了小说、电影、电视，相续中生了烦恼，还认为受益匪浅。何“益”之有呢？其实，真正的受益，是我们的心融入了正法。比如，当你听了《大圆满前行》，这些道理自己明白了，明白以后，便如理如法地修持，这是真正的受益。

华智仁波切引用的教言，可谓一针见血，对过失击中要害，对正道也指示得清清楚楚，因此，希望大家都能掌握好这些窍诀，对治自心、圆满修行。

### ◎ 珍惜暇满人身精进断恶行善

总之，如今我们已经获得了暇满人身，有幸遇到

了具相上师，得受了甚深窍诀，现在就具有实修九乘次第法门成就佛果的机会，可以说，未来生生世世的永久大业，成功在此时，不成功也在此时。

因此，大家一定要珍惜眼下的机缘。这并不是开玩笑，也不是在某些仪式上表表态，而是让我们真真正正地了解：遇着佛法不容易，修习佛法的确具有大义。

常有人讲：“现在是我事业最关键的时候，这几天我要搞个项目，非常关键，我的一生就靠它了……”同样，在我们漫长的生命旅途中，这一生是最关键的，生生世世也就靠它了。如果你这一生如理如法地修行，就为生生世世创造了殊胜缘起，这一世一过，未来就不同了；而要是错过了这一世，再过多少生世才能遇到佛法？很难讲。解脱就更不用说了！

这一点，相信因果、相信佛理的人，会明白的。如果将生生世世比作一生，孩提时代，六七岁到十几岁应该是读书学习的关键时间，但如果这个时候不学，那以后和知识、学问就无缘了，一辈子就荒废了。而如果你把这个时候利用好了，一生都会受益于此。

所以，修行人为什么重视这个难得的人身？其中有甚深的意义。这个意义，世间人是绝对不会懂的。不懂，所以他无所顾忌，但我们懂了，懂了就应该把握好。要知道，内心向善在此时，内心向善也在此时，机不可失，失不再来，所以一定要抓住这个多少劫都难遇的机缘。

我看有些人做得很好，他知道自己遇着佛法太晚了，实在不愿意浪费时间，一心想在修行中度过晚年。

其实这是很明智的。几年、十几年，最多几十年的晚年，如果你真正用来修行、调整自心，一定也会有很大的收获；甚至，稍微有点能力的话，还可以度化众生，这样的人生，多有意义、多有价值！

否则，一辈子就是轿车、房子，成功、不成功……这些从长远来看，算什么成就呢？不算什么的。

要知道，如今就是计划永善永恶的界限，相当于一百生世中的一次食物。一百生世中只有这么一次食物，这种难得程度，不是每个人都能了解的。我们每天有课听，每天有修行的机会，所以很多人提不起正知正念，觉得“闻法修行并不稀有啊”，其实不能这么想。

《未曾有因缘经》中有这样一个故事：

罗云<sup>39</sup>出家以后喜欢玩耍，不喜欢听法，后来佛陀教诫他：“佛陀出世很难值遇，佛法难得听闻，人的生命也难保长久，而要得道就更难。如今你已经得到人身，又值遇佛陀住世，为什么要懈怠、不听法呢？”

罗云说：“佛法精妙，而我的心太粗浅，怎么能听懂世尊您的法呢？前面听法时听过就忘了，白费精神，没有任何的收获。所以我想，趁现在年少时尽情地玩一玩，年龄大一点的时候，自然会堪能听受了。”

佛说：“万物都是无常的，人身也难保长久，你能保证自己长成大人吗？”

“您说得对，世尊！罗云不能。但佛陀您难道不

---

<sup>39</sup> 罗云：即罗侯罗，佛陀出家前之子。

能保住儿子的性命吗？”

“无常是万法的规律，我连自己都保证不了，怎么保证你呢？”

“但我听法也是白听了，不能得道，闻法有何益处呢？”

佛陀告诉他说：“听法的功德，即使今生不能得道，但在来世于轮回五道中受生时，必定会有很多饶益。就像我以前讲的，般若智慧也叫甘露，也叫良药，也叫桥梁，也叫大船，难道你没有听过吗？”

听了佛陀的教诫，罗云从此努力修行了。

从这个公案中，一方面我们可以了解，对学法者来讲，应该有一定的纪律约束。出家人好得多，现了出家的形象，说明他至少愿意接受佛法。但在家人的话，外缘也多、烦恼也多，这样使得他的心态很不稳，修行上常常懈怠，所以，很需要一些纪律上的管束。

而另一方面，不论在家出家，自我教诫是最重要的。用什么来教诫呢？就是暇满难得、寿命无常，“人身太难得了，我不能用它造恶，一定要行善”、“我应该现在就修，不然过两天死了怎么办？谁都会突然死的，年轻人、老年人都会，我凭什么不会呢？”……

因此，我们要夜以继日精勤修法，恒时以死亡激励自己，断除追求现世利益之心，不惜生命精进修持，努力断恶行善。

当一个人真正开始这样修持时，再累、再苦、再怎么遇着违缘，也都是能坚持下去的。想想前辈的大德，他们就为了四句偈子，是如何不辞千辛万苦而努力的？因此，现在我们通过网络、光盘把佛法都送到

你的面前了，为什么不好好听受呢？散乱是没完没了的，但这些都是解脱的违缘。

### ◎ 依止上师获得坚定地度化众生

因此，我们应当依止具足一切法相的上师，之后依教奉行，全心全意皈依三宝。

在修皈依时要认识到：自己拥有快乐，是三宝的大悲所致；而自己遭受痛苦，则是往昔所造恶业所感。

认识到这一点，苦乐也就转为道用了。如无著菩萨在《快乐之歌》中说：如果患了病应当快乐，因为这样可以灭尽往昔所积累的恶业；如果无病也应当快乐，因为身心舒适可以增上善行。因此，真正的修行人，他知道苦乐都是三宝的加持，而且始终都有这种心态。

依止上师、皈依三宝以后，应当在修持心地善良、菩提心的基础上，精勤地积资净障。而在所有的这些修持中，上师瑜伽应该作为自己修行的核心和重点。比如，早上起来，你要修人身难得、寿命无常，之前先修一个上师瑜伽；修菩提心，之前也要修上师瑜伽，乃至像前面所说的那样，行住坐卧中都不离上师瑜伽。这样一来，最终便以恭敬诚信、誓言清净，而使自心与传承上师的智慧成为无二无别。

这里讲到了誓言清净，其实这是非常重要的。但有些人誓言受损，往往跟旁边的人说三道四有关。因此，作为修行人，不要天天看别人的过失、说别人的过失。现在有一种迷乱现象很可怕，有些人学着学着，就对道友、对上师、对三宝生起种种邪念，这些邪念，

就是旁边有些人的言行不清净所导致的。他一旦生起邪念以后，又克制不了，这样便把自相续的真实善根毁坏了，相当可怕！

因此，从对自他负责的角度，就像华智仁波切刚才所讲的，不要往外看，要多反观自己。有些事是管理人员的事，其他人没必要参与。否则，有些人爱讲道友的过失，爱讲他人的过失，但你这样一讲，自己就成了是非、罪业的来源。本来是无中生有，但一传十、十传百，最后都变得没法收拾了。

真正的修行人是不爱讲人过失的，也不愿意交往那些是是非非的人，因为这种人什么事都编造得出来。所以，是修行人就好好地修行，修上师瑜伽，让自己的心与传承上师的智慧无二无别；修加行，不是为了暂时求大圆满法才修，而是修一辈子，只要永远不离开这些甚深的法，修行就必定会有进步。

而且，修这些法，一定会得到传承上师的殊胜加持，还有本尊、护法神等的无形护佑，这样一来，修行顺利不说，甚至即生就能获得像普贤如来一样永不退转的坚地果位。当一个人获得真实的道相感应或某种成就时，便不会贪著自我的快乐，而一定会肩负起度化众生的重担，救度一切老母有情摆脱轮回囹圄。

### ◎ 把这一节课作为《大圆满前行》的广告

《前行》结文的这一段文字，是本论的一个略义或总说，对此我也讲了一节课。如果把这个放在开头，也就成了一个广告。

现在人喜欢简单，如果你想以最简单的语言了解



《大圆满前行》的所有内容，那就看这一段文字，想听的话，那就听这一节课。这一节课你听了以后，有信心，那就再学再听《大圆满前行》的所有内容。

总共我们讲了一百四十多堂课吧。这一百四十多堂课，如果能包括的话，就包括在今天的这几十分钟里了。像华智仁波切所说的：“这以上的文字，归纳总结了所有教言的要点。”

## 第一百四十四节课

### 思考题

1. 作者如何以几种比喻说明此论为善说？对此你有哪些体会？
2. 通过学习《前行》，你最大的收获是什么？请与大家分享。
3. 这次学完《前行》之后，你能尽量每年看一遍吗？

今天讲《大圆满前行》的最后一堂课，是结文中的颂词内容。

这个不广说，不然，每天讲三四个颂词，那要讲好几天了。所以简单从字面上过一下。

如是三传窍诀甘露河，传承上师口津精华液，  
九乘次第修行精义要，无有错谬悉皆摄于此。

如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳传这三大传承教言与窍诀的甘露江河，从无垢光尊者、智悲光尊者开始，宁提派本传上师口耳相传的窍诀精华液，乃至九乘次第——从声闻乘直至无上大圆满之间，所有修行的精义要点，全都无有错谬地摄集于这部《大圆满前行引导文》里了。

华智仁波切说得很直接，在这部《前行》中，无论显宗、密宗，一切修法的精要都有；而且，无论从传承上、窍诀上、次第上，都无与伦比，这样的一部论典，绝对值得我们修学。我平时常常劝大家看《前

行》、修《前行》，也就是这个道理。

### ◎ 以比喻说明此《前行》为善说

下面以几种不同的比喻，说明《大圆满前行》是一部殊胜论典、美妙善说。

尽弃戏论言词之糟粕，调合极深实修要诀味，  
烹调亲证口诀之精华，此善说如丰美之食物。

《大圆满前行》如丰美的食物。

就像做饭时要先清洗掉糠秕等糟粕一样，本论在撰著时，完全舍弃了空洞乏味的戏论言词；就像饭菜要调味一样，本论调合了极为甚深的实修要诀——从人身难得到往生法的一切美味；就像一道菜里要有精华一样，本论烹调了传承上师们亲自证悟的口诀，并以此为精要。所以，《大圆满前行》这部善说，如同世间无可比拟的美味佳肴一般，谁去享用，都会滋益身心的。

现在世间很缺乏佛法的真理，精神饥饿的人找不到食物，很穷苦。他们渴望真理，也强烈希求真实的修行，但可惜的是，长久以来，他们连基本的修行次第都不懂。对于这种人，我想《大圆满前行》就是你最好的食物，而且是美味，我希望你不要客气，立即享用它。享用以后，一定会遣除你心灵的饥饿和贫困。

三毒劣性粗犷荒野上，除过窍诀金刚犁开垦，  
善巧灌溉真实妙法水，此善说如灵巧之农夫。

《大圆满前行》如灵巧的农夫。

我们的心野蛮粗暴，充满贪嗔痴三毒，就像一块低劣的荒野从未被开垦过，而《大圆满前行》里有很多窍诀，这些窍诀就像锋利的金刚犁一样，用它来开垦你心灵的荒野，能迅速除去无量的过患；心被开垦了之后，再用《前行》里的真实妙法水善巧灌溉，便可以生长善法的庄稼了，所以，这部善说就如灵巧的农夫。

灵巧的农夫是善巧种田的，再荒芜的田地，经过他的开垦、灌溉，都会成为良田。而《大圆满前行》就是这样一位农夫，再荒凉、刚强的心田都不怕，因为这里的犁不是普通的犁，而是窍诀的金刚犁；这里的水也不是普通的水，不是名相上的佛法，而是真实的妙法水。用金刚犁开垦，用妙法水灌溉，那不管你是如何贫瘠的荒田，都一定能成为沃土的。

华智仁波切很擅长诗词，他把《大圆满前行》比作美味，让大家品尝，尽情地食用。又比作灵巧的农夫，让我们开垦、灌溉自己荒芜的心田，以备将来播撒善法的种子。这些比喻很贴切，很多人听《前行》时，的确有一种从未有过的欢喜；而且听完以后，以前再粗暴顽劣的人，相续顿时调柔了，因果取舍也非常谨慎，自己看看自己，也感觉是荒野成了良田。

可见，本论的确有强大的威力和加持。

出离心之肥沃良田中，巧妙播下菩提心种子，  
以积净法生长功德果，此善说如丰年之庄稼。

《大圆满前行》如丰年的庄稼。

当心的荒野被开垦、灌溉之后，以四种共同加行

成就了出离心的良田，在这片肥沃的良田上，巧妙地播下大乘菩提心的种子。种子有了，那如何让它生长呢？通过供曼荼罗积累资粮，念修金刚萨埵净除罪障，菩提心种子便可以发芽，并渐渐生长出种种功德妙果。所以，这部善说就如丰年的庄稼，五谷丰登、非常圆满。

这么圆满的《大圆满前行》，不管是谁，全部学完以后，我相信一方面他的相续会很成熟，了解了佛法的真谛；另一方面，在实地修持的过程中，也会真实生起出离心、菩提心，并通过积资净障让一切善法种子开花结果。

揭穿自罪且将其根除，以善巧语百般宣功德，  
恒时精勤唯行饶益事，此善说如慈爱之乳母。

《大圆满前行》如慈爱的乳母。

乳母因为慈爱孩子，所以会严厉地断除孩子的恶行，告诉他这个能做、那个不能做，为他讲解做人的道理，让他学习，并且处处呵护他成长。同样，这部《前行》就像乳母一般，揭露我们相续中的罪业和过失，将其一一铲除；以善巧的语言，百般宣说种种善法的功德及佛理；同时对我们相续的成长唯一作饶益，所以，这部善说就如乳母一样。

乳母这个比喻很好。现在你们是学《前行》，以后也会讲《前行》，讲的时候，哪怕是一堂课，书中如慈母一般的教诲就会自然流入听者的心里，哪些事不能做、哪些事应该做，善法有什么样的功德……语言很简单，但会让每一个人都感受到真实的饶益。

因此，在藏传佛教中，刚入门的人也好，老修行人也好，都要学《大圆满前行》。《前行》的教言不像小学课程，学完以后，中学、大学就不需要学了，不是这样的。你刚入门的那一天需要学，你离开世间的那一天也需要它，为什么呢？因为这是一切佛法的修要。

当时我从学校“逃”出来的时候，首先学的就是《大圆满前行》。昨天有个道友说他从学校出来时，父母、老师、同学都劝他，心情很矛盾，其实那时候的我也有同感。不过学了《前行》之后，就踏实了。从那时到现在已经二十多个春秋了，但我一直觉得，自己也好，他人也好，只要你想好好修行，这部法是不能离开的。我是有这种强烈的执著。

不管是谁，不重视《前行》的话，我也只能尽量“观清净心”了。（众笑）

非仅词佳意义亦深奥，无等上师口气尚未消，  
此善说如心中如意宝，诸获得者定入真实道。

《大圆满前行》如心中的如意宝。

《前行》的词句极佳。所谓词佳，不是说辞藻华丽，而是说语句流畅、言词恳切，谁都看得懂，智者也爱看，愚者也爱看。不仅词句美，更重要的是意义非常深奥，而且，在这部论典的字字句句中，他的无等上师如来芽尊者的窍诀口气尚未消失。所以，此善说不像外在的财富，或有利、或有弊，它是真正的内心的如意宝，任何人得到了它，听闻、学习、修行它，不离开这个法本，那此人必定直接或间接地入于真实

的解脱正道。

入于解脱道的人，他的烦恼迟早会灭除的，这种力量，就是来自于上师的窍诀。华智仁波切以他的智慧，将上师的窍诀记录成文字以后，利益了无数的修行人，这就是我们常说的“上师的加持不可思议”。

的确，有些上师的加持特别不可思议。

### ◎ 《前行》易懂摄要义是无嗔阿闍黎

菩萨在弘法利生时有不共的特点，什么特点呢？

专行利他修持圣教典，并非依于声律诗韵词，

而以俗语方言示正道，此乃一切菩萨之特点。

菩萨唯一行持利他，他修持圣教典籍中的甚深佛理，他在弘扬佛法时，并不依靠世间的声律、诗学、辞藻、音韵以及艰涩难懂的词句，而是以浅显易懂老少咸宜的俗语方言开示正道，这就是一切菩萨的特点。

汉地的诗词是很美，一句一句的，句尾还有押韵，很多人喜欢。中国在唐代等时期有很多诗人，他们的诗文读起来很舒服，但是，这些能否消除相续中的烦恼、痛苦呢？很难说。

就像世间的老师，有的老师一开班会就说很多成语、诗词，学生们听着是很舒服，也觉得老师的口才好。但是讲完以后，好像也记不住什么，只是好听而已。但有的老师不是很会说，用的语言也很浅显，不过他直接告诉学生应该做什么，不应该做什么，早上要做什么，晚上要做什么，现在的关键问题是什么……一周要做的事情都交代清楚了。语言很简单，

口才好像还不如学生，但是学生们喜欢，为什么呢？因为他讲完以后，大家都知道以后该怎么做。

同样，华智仁波切撰著《前行》时，用词也很简单，藏文上谁都看得懂。以前郭元兴居士译过《前行》，不过有点难懂，据说法尊法师也译过，但我一直没有见到。所以，后来我发心翻译时，除了一些教证<sup>40</sup>以外，也想尽量地让文句通俗易懂。但现在看来，还是藏文上更好懂，因为这是菩萨的特点，一般人是比不上的。

不管怎么样，《前行》译出来以后，还是让很多人得到了利益。中午我遇到几个佛教徒，他们问：“在所有的佛法中，我们应该看什么？”我说：“就看《大圆满前行》吧。”其实平常也是这样，一有人问看什么，我就推荐《大圆满前行》，因为它的语言的确很浅显。

因此，法师们讲经说法或为人开导时，用直接的语言好一点，如果你懂当地的方言俗语，那用这种语言来说明佛理，是最适合的。如《时轮金刚》也说：“若以方言便能了知真理，其他的语言有何用？”

所以，法师也好，辅导员也好，以后你们在讲课的过程中，不一定非要注重口才。太注重表达的话，可能有些甚深的窍诀，就挖不出来了。而用浅显、平常的语言来阐述，可能会更好懂。

论典词句虽繁极广泛，却难趋入愚者心室中，  
深义见修虽用高调语，行浊慧浅之人难修持。

---

<sup>40</sup> 教证通常要保持它自身的格式。



一部论典，如果它的词句太繁琐，内容太丰富广泛，就很难趋入愚者的内心。尤其在末法时代，一般人都喜欢浅显易懂的论典，词句越简单越好。大经大论，广大的教义，就很难接受了，甚至有人对我讲：“您以后不要讲大论了，好不好？给我们讲点简单的，像《修心八颂》、《佛子行》……”

还有，如果对于意义甚深的见、修、行、果，像无上大圆满、大手印、大威德，虽然以高深的语言来阐释，但智慧浅薄、行为下劣的人，却很难修持。

“您什么时候传大圆满？传大圆满要叫我啊！”

“我正在传。”

“啊，您正在传？”

“是啊，《大圆满前行》。”

“噢，那我不来了。”（众笑）

其实，像大中观、大圆满这些高深的法，虽然大家喜欢听，但听完以后，很多人却不修，有些也修不了。而《前行》的话，大都讲得很实际，能解决你的切实问题，修行甚至生活中都用得上，因此，每个人多多少少都修得到。

有人说：“你们喇荣五明佛学院天天讲《前行》，不讲高法，太理论化了。”

但是我想，这样先从基础开始，有了一定的基础以后，再讲一些高深的法要，那时候你就能接受，而且能真实受益。否则，就像无垢光尊者在某些教言中讲道：一上来直接学习大圆满本来清净等深奥之法，一般人不但不能接受，反而会生邪见。

因此，希望大家先打好基础。基础不好，直接进

入最高的法，不但不能证悟，反而会出现各种违缘，有这种情况。

是故此论易懂摄要义，如浅慧者心室具金宝，  
劣慧者意暗处有明灯，妙义自现无嗔阿闍黎。

所以，华智仁波切撰著《大圆满前行》时，不仅词句浅显易懂，而且摄集了所有的修法要诀。而这样的论典，即使是智慧浅薄的人读了，也像是在他的内心中具足了珍贵的金银珠宝一样；即使是智慧下劣的人读了，也像是在他阴暗的意识深处燃起了明灯一样。因此，对任何人来讲，这部论典都是遣除内心无明、妙义自然显现的无嗔阿闍黎。

有人说：“以前我什么都不懂，还觉得学佛很可笑，但学了《大圆满前行》以后，‘善有善报、恶有恶报’是明白了。”

为什么这么快就明白了呢？就是因为这部论典有许多殊胜窍诀，通过这些窍诀，佛法中的深妙意义自然而然显现在你的心里。你看，你一翻开《前行》，不管是哪一章，业因果也好，依止善知识也好，往生法也好，所有的意义，就像有一位阿闍黎在为你讲解一样，很容易就明白了。

你到哪里找这么好的“阿闍黎”呢？如果你想找个当下能让你生信心的，那除非是独觉，他一下子跃入空中结金刚跏趺坐，身上燃火、降下甘露，你就产生信心了。但现在到哪里找这样的人呢？如果是其他上师，可能在你的眼里，怎么看也是个凡夫，“你看他说的是个什么什么，看东西怎么怎么，吃东西也是什

么什么……所以这个上师肯定是凡夫”，反而生了一大堆邪见。

这样的话，你不如看《大圆满前行》。看的时候，佛法的真实意义自然呈现在你面前，任你怎么看、怎么读，它都不会对你生嗔恨心，所以说它是“无嗔阿阇黎”，也就是没有嗔恨的上师。因此，如果你随身带着《前行》，其实就和依止善知识没有两样了。否则，有些上师太忙，而有些上师也不一定能满足你的意愿。

那天有个道友对我说：“我看见你就已经失去信心了。”

“为什么？”

“我每次想问个问题的时候，你就忙忙碌碌地走了，我以后再也不来了！”（众笑）

所以，不管是谁，如果你有些佛法上的问题想问，找哪一位上师、哪一位道友，也许都会有一定的困难。尤其是像我这样性格不好、脾气不好、身体不好、心情不好的人，问什么样的问题，都不一定能满足你，因为我自己有很多的过失。但是《大圆满前行》是完美的，它是无嗔的上师，而我是有嗔的上师。

当然，我也不是真正的上师，有时候看起来，连弟子的法相都不具足。这不是谦虚，我心里的确特别惭愧，只不过已经坐到法座上，也就不得不装模作样了。但我非常希望，道友们都能把《大圆满前行》当作自己的根本上师，经常翻阅，这样它随时都会给你一些指点。

这就是无嗔的上师，是末法时代的修行人最值得

信赖和依止的上师。

耽执推敲词藻之智者，诸论未知教授之大师，  
饮此殊胜窍诀营养后，实修要诀精力定充沛。

世间有很多耽著华丽词藻的所谓智者，比如专门研究诗学、历史、文学等的一些人，他们只重视词句，不关心意义；还有一些口头上讲得很好的所谓大师，像研究宗教的博士、博导；或是通过治学、考证等方式从事研究的一些上师们，他们对于宗喀巴大师所说的“应将一切论典作为对治烦恼的窍诀与教授”这一点，根本就不了知。对这些“智者”和“大师”们，华智仁波切说，如果你们饮用了《大圆满前行》殊胜的窍诀营养之后，实修要诀的精力一定会充沛起来。

现在有相当一部分人，实修的精力是不充沛的，甚至可以说非常憔悴。为什么呢？每天都扎在干巴巴的理论上，口头上是会讲，然而却从来没有真正地实修过。比如“色不异空、空不异色”、“万法皆空”、“为利益一切众生发无上菩提心”……这些道理，在很多学者或智者的眼里，似乎再简单不过了，也没什么可学的。但实际上，只是表面上了解还远远不够，缺少实修的话，是很难生起正见和正信的。

因此，那些对佛教有相当研究的人，我希望你们好好看《大圆满前行》，看了以后，相信你就不会单单把佛法挂在口头上、放在书本上了。否则，能写篇博士论文，能懂一点历史，就觉得自己高高在上，别人面前也是不一样的神态，这有什么意义呢？看看内心炽盛的烦恼，就知道自己学得怎么样了。

不过，对于这些人，华智仁波切一会儿批评，一会儿又鼓励。现在鼓励他们说：你们一定要学习《前行》的窍诀，并如理如法地实修，这样精力就会充沛的。

观空如暗投石大修者，装模作样修善之行人，  
自不量力冒充成就者，若见此道则如钉刺心。

有三种人见了此论所述的正道，会像钉子刺入心脏一样痛苦。

首先，有些人天天闭眼盘腿坐着，说是观空性、什么都不执著，看上去也好像是一个大修行者。但实际上，他的修行就像在黑暗中抛石头一样，“咚”，不知道落到哪儿了，可以说，出离心、菩提心、无二慧等功德毫无增上，没有什么境界，只是盲修瞎炼而已。

其次，有一种人是装模作样地修善。在别人面前很会做这样的佛事、那样的佛事，跑来跑去；而且天天讲“我今天念了多少经，看了多少书，如何如何”，但是他从来不观察自己的内心，只是耽著在数字和形象上。

最后，还有一种是冒充成就者的人。这种人自不量力，自己有多少功德根本不知道，为了一点利益，对佛法、对自己都不负责任。

以上的这些人，如果他们有机会看《前行》，从人身难得、业因果一直到发菩提心等所有窍诀、公案全部看完，那他肯定会非常痛苦，就像心里刺入了钉子一样，“这里我犯错了，那里我也犯错了……”个别道友不敢听、不敢学《前行》的原因就是这样，因

为他学了以后，感觉天天在挨骂，心里很不舒服。不过，如果能从此改正了，修行也就上去了。

而有些人的问题不是这个，他是深入不了。有个人说：“我看过您的《大圆满前行》，里面有一部分是讲故事，有一部分是说道理，也算是不错吧，还行！”——评价不算很高，“还行”！

不过真正要修行的话，还是要深入地学，要懂得对治自己的心。

### ◎ 依师教言撰著《前行》，所言无错谬

那华智仁波切是如何撰著这部《大圆满前行》的呢？

吾虽多闻繁冗词藻论，善巧绘画诗韵彩虹图，  
然非大恩上师之言教，故此未杂自造之词类。

华智仁波切说：我本人学习过许多繁冗的有关词藻方面的论典，也善巧绘画、诗韵以及彩虹图等技艺，然而这些都不是大恩上师的言教，所以在写作《前行》时，我没有掺杂自己造作的词类。

从华智仁波切的传记中可以看出，尊者不仅是大成就者、大修行人，而且是学识渊博的学者、智者，是那个时代非常杰出的人物。尊者善巧绘画，尤其擅长诗歌，从他的《莲苑歌舞》就看得出来，他在诗词，也包括印度的诗词方面，是很有造诣的。假如《大圆满前行》全都用诗歌的方式撰写，从尊者本人来讲是没有问题的。但这里尊者讲了，这并不是以如来芽尊者为主大恩上师们的言教，所以，他没有掺杂这种分别念的词句，而是原原本本地记录了上师的言教。

所谓原原本本，也不是上师打个呵欠、咳嗽两下也写进去。像现在有些上师的弟子，他在整理上师的法本时，一点都不敢动，上师打个呵欠，就写上“哈”，上师咳嗽了，就写上“喀、喀”，很怕加上自己的分别念。其实也不是这样。

上师们在演讲的过程中，不一定每一句话、每一个用词都很圆满，形成文字时需要有些恰当的处理。因为演讲和造论毕竟是有距离的，如藏地有些格言中就说：“造论时要极为严谨，而传法时则应视情境而定。”因此，要一个演讲者在当场发挥的时候，遣词达意完全准确，远离因明三相推理中的所有过患，是不可能的。

那么，会整理的人，他既能不违背上师的本意，又能在遣词造句、甚至润色上做得相当到位。所以，对那些做文字的道友，我希望你们以后在对各位上师发心的过程中，尽量不要偏堕。如果只是描绘自己心里诗词的彩虹图，上师讲的是这个，你润色成了另一个，根本找不到上师的感觉，这样不对；如果你根本没有明白上师所讲的意思，误解了、写错了，这样也不对；但是，如果太拘泥的话，上师说什么，就一句一句原原本本地写上去，这样到了文字上以后，也不见得是上师的真实意思。因为上师在演讲的时候，有时候意思说清楚了，也不一定特别注意词句。

总之，现在有很多上师，尤其是藏传佛教的上师，他们都有一些得力弟子，由这些弟子为上师做书、做光盘乃至做很多方面的资料，通过这些，就把上师善知识的教言留下来了。其实这是很有必要的。

而且，这样的上师有一个不够，两个不够，一百个也不够。为什么呢？因为所化众生很多，而且每个上师的所化都不同。当这些上师们，尤其是有悲心、有智慧，真正有传承上师加持的上师们，他的教言留到文字上以后，一定会对将来的众生有利。你看华智仁波切，他把上师的教言理成文字之后，一百多年后的今天，我们还在受益。因此，如果现在也把很多上师们的教言做成文字、光盘，那么到了未来，不同层次的众生也必将受益。

当然，发心过程中也不容易。道友与道友之间的配合，思想理念上的碰撞等等，一做起事来就会出些问题。比如，如果是我整理的，你要修改的话，那我可能很痛苦，尤其知识分子，这种痛苦是无法对治的。有些道友甚至说：“如果还要某某再看一遍的话，我再也不会发心了！把我的稿子弄得面目全非……”很伤心、很痛苦，这个我是理解的。

但不管怎么样，如今的佛法也算兴盛，很多上师弘法利生的缘起比较好，所以道友们还是应该认真发心。当然，发心的时候要注意，不堕两边是最好的。

无等上师真佛出于世，雪域世间增上善妙矣，  
圆寂之时逝去尚未久，健在金刚道友可作证。

尊者接着说：我说如实记录了上师的言教，这不是妄语。因为我的无等上师如来芽尊者是真佛出现于世，他为整个藏地雪域带来无比的欢乐和利益，增上了善妙，而圆寂的时间还不太久，那么，《前行》是否为上师的教言？是否掺杂了我自己的分别念？健



在的很多金刚道友都可以作证。

从这里看，可能上师圆寂不久，华智仁波切就造了这部论典。因此，在上师住世或圆寂不久时，能将他的教言理成文字、做成光盘，是很重要的。

上师如意宝的教言，我刚来学院时天天都拼命记，但是到了后来，觉得“天天都有，没事吧，以后再写吧”，之后就再也没记了。这样一晃十几年就过了。但学院里有一个非常普通的僧人叫才让滚波，他把上师每天讲的全部记录了下来，上师圆寂以后，就理成了文字。后来丹增活佛作了校对，几年前印了出来，是藏文的，大概有两百页左右。

这一下，法王的所有弟子都特别地感恩他，特别欢喜。为什么呢？因为当时即使是上师的一个普通的话语，他也都记了下来。看了这些文字以后，自然就想起了上师的音容笑貌，以及各个方面的一些事情。同时，还有很多大家根本不知道的教言，也都形成了文字，特别珍贵！

而我看了以后，感觉自己最遗憾的，就是没能把法王的所作所为记录下来。也包括法王在国外弘法时的一些情形，很精彩、很感人，但那时候总觉得以后会想得起来，所以最多写几个字就过了，没有正式记录下来。而到了后来，甚至连当时的笔记本也找不到了；凭着记忆记住的片段，一段时间以后，也都忘得一干二净了。

可见，依止上师时，将上师的教言理成文字是非常重要的。

是故结集真实圣教言，于此精进之因依师恩，  
我以敬信善意造此论，道友天众理应作随喜。

因此，华智仁波切结集了上师真实的圣者言教，而在这上面精进的原因，就是为了报答上师的深厚之恩。尊者说：我以无比的恭敬心与信心，同时满怀善心而写作此论，对此，道友、天众、护法神等理应作随喜及护持。

其实很多发心人员也是这样，一方面为了报答上师的恩德，另一方面，也觉得上师的教言对将来的芸芸众生肯定有不可估量的利益，就是在这样的善心中做事的。有些道友发心非常清净，自始至终不和人争什么，也不为什么其他目的，就是一心一意把法本整理圆满，这样的话，现世也好，未来的时代也好，应该能利益到很多人。

如果让我自己来弄，不要说一本书，可能连一个教证、一段话，要写好都是很困难的。其实一本书也是很大的工程，不是很容易的。所以，对于每一本书的完成，金刚道友们都应该随喜，天众、护法神们也应该赞叹、护持。

我经常在想，前辈大德的确了不起，留下了这么好的教言，不仅是《前行》，还有很多很多的论典。而这些在当时，像无垢光尊者、麦彭仁波切住世时，可能不一定受欢迎，但过了那个时代，几十年、几百年以后，人们才知道他们的智慧和悲心，才更加生起景仰。

未来出世有缘诸善士，若见此文理当心生起，

亲遇师佛恭敬诚信心，自觉所言要诀无错谬。

尊者造论以后，希望当时的金刚道友和护法神都随喜、护持，而对未来的有缘善士——也就是我们了，我们肯定有缘，也包括来学院旅游今天到场的人，虽然你们不一定有学的心，但你来了，也应该是这里所说的“有缘善士”。当有缘善士见到《大圆满前行》时，理当就好像亲自遇到华智仁波切的如佛般的上师一样，从心里生起欢喜心、恭敬心以及诚挚的信心。而尊者他自己认为，在论中所说的要诀没有任何错谬。

以前，当我最初看到这个偈颂时，才真正明白如来芽尊者是什么样的人，华智仁波切是什么样的境界，他们的确是真正的佛陀，是佛以人的形象来到世间。其实，这从他们的所作所为，以及所留下的教言文字等各方面都看得出来，他们的确是特别伟大的修行人。因此，我们对作者及作者的上师们，对这部《大圆满前行》，都应该生起不共的信心。

现在藏地有很多活佛转世，华智仁波切有很多转世，如来芽尊者有很多转世，麦彭仁波切有很多转世，无垢光尊者也有很多的转世……世间有佛菩萨的化身，我们不否认，不要说是人，就连飞禽走兽中都有。但是，就像颇瓦法中所讲的，有些“转世者”在显现上，与昔日的大德是无法相比的。

因此，如果你要依止，要生信心，就对《大圆满前行》生信心，这是不会错的。假使你在当年见到了如来芽尊者，他对你饶益的方式，也无非是为你宣讲他的教言。因为他的教言是从大悲菩提心中流露的，

是完全能利益你、利益众生的，而除此以外，也不会有别的了。那到了末法时代，如果你不会区分人，就在法上作个选择也可以。

我并不排斥任何的化身或转世，但是用智慧观察时，前和后，还是应该有一些相似性的。比如说六祖，他的法是经，人也是真佛，这是历史上公认的。但如果他的转世是个一般的和尚，甚至行为上也是颠颠倒倒，不仅没有给佛教增光，反而染上了污点，谁愿意承认这是六祖的化身呢？

所以，我希望大家对《大圆满前行》生信心，就像你遇到了真实的如来芽尊者、智悲光尊者一样。他们都非常了不起。在华智仁波切的传记中说，智悲光尊者有五位化身，而华智仁波切是其中之一。还有种说法是，华智仁波切的外相是寂天菩萨的化身，内是印度大成就者夏瓦热，密则与观世音菩萨无二无别，所以他是三重化身<sup>41</sup>。

为什么华智仁波切特别喜欢《入行论》，天天带着？因为这是他的前世造的，比较执著吧。（众笑）

你们也可以，如果今世造了论典，后世就常常揣在怀里。

## ◎ 回向

如是从中所得诸善根，回向曾为慈母众有情，  
皆为殊胜上师摄受后，依教奉行究竟证圣果。

尊者说：现在将造论等所得的一切善根，回向于

---

<sup>41</sup> 《华智仁波切略传》云：“外即佛子寂天论师者，内即大成就者夏瓦热，密行圣者观世音菩萨，祈祷晋美秋吉旺布尊。”

曾经成为自己慈母的无边一切有情，愿他们在被殊胜善知识摄受以后，依教奉行，并最终证得无上圣果。

愿见无等上师圆满佛，其言甘露所育之诸众，  
一同现前无上正等觉，踏上引导众生事业程。

尊者发愿：愿能现见依靠他与他无等上师的教言甘露所培育出来的所有弟子同时现前无上正等觉佛果，往生极乐世界或其他刹土，并且踏上引导无量众生走向解脱的事业旅程。他愿自己能见到这一切。

我们也应该发愿：愿能见到法王如意宝培育的所有四众弟子，自在往生极乐世界，圆满地道功德，成就佛果，利益无量无边的众生。愿所有这些精彩的场面，我们都能一一见到。当然，我们自己也是其中的一员。

其实，这样发愿是很有必要的。

你看，极乐世界有这么多比丘僧众，他们都在共同修学，将来也都会走向利益众生的旅途。世间也是一样，在同一所学校一起读书的同学，共同完成学业之后，便各自进入社会，开始了自己的生活。

因此，在学院共同学习的道友也应该发这样的愿，愿能见到自己的同行道友一同成佛，以及利益众生的一切景观。

愿凡享用善说甘露汁，教言欢歌吸引善缘士，  
大恩上师所有诸法子，彼等悉皆长久而住世。

华智仁波切发愿：愿凡是享用此《前行》善说的甘露汁，被上师的教言欢歌所吸引的善缘之士，以及

大恩上师的所有法子（这里面包括一般的弟子，也包括活佛、堪布、法王等等），愿他们全都长久住世、常转法轮。

尊者当时为之发愿的这些人，现在肯定都圆寂了，但发愿的方式可以借鉴。比如，我们也可以发愿：愿法王如意宝（或你自己的根本上师）所摄受的弟子，以及在他的教言甘露滋润下成长的所有高僧大德、弘法利生之士等，全都长久住世、常转法轮。

愿我自此生世中，成为师尊随学之奴仆，  
一切谨遵师言依教行，令其欢喜恒时得摄受。

尊者发愿（我们也可以跟着默默发愿）：愿我从现在开始乃至在生生世世中，都成为如佛陀般上师的随学奴仆，一切时处都谨遵上师的言教，上师如何吩咐都依教奉行，令上师时时生起欢喜心，并恒时得到上师的摄受。

华智仁波切对上师有特别的、不共的信心和恭敬心，正因为这样，所以他在结文中的所有偈颂，提到的全都是上师，而并没有说某某佛或某某菩萨。如果一个人对上师有如此大的信心，那他的事业也一定会很广大。

愿我度尽轮回众生前，舍弃自身受用一切善，  
甘为一切可怜老母仆，彼等受持圆满佛妙法。

愿我在度尽所有轮回众生之前，能舍弃自己所珍爱的身体、受用乃至一切善根，全部施于众生，心甘情愿地成为一切可怜老母有情的仆人，让他们享受圆满佛陀的教法和证法。

这样的发愿，我们应该也做得到。比如，当你在发心的过程中，稍微累一点、辛苦一点、有点烦恼不开心的时候，就可以这样发愿：现在我发心做事，就是为众生做奴仆，在服务众生时，即使我要感受各种的痛苦，要作出种种的牺牲，我也心甘情愿，愿我所做的一切，能让众生自在、无勤地享受佛法。

有这种大乘发心的人，是很了不起的。像有些道友就说：“我稍微累一点不要紧，只要其他人能好好闻思修行，为他们创造一些条件和因缘，我愿意付出一切。”

愿我暂时心中亦升起，传承上师加持璀璨日，  
依止寂静之处度此生，究竟获得无等上师果。

愿我在获得佛果之前，心中暂时也能升起传承上师加持的璀璨日光，依止寂静地方度过此生，并于究竟上获得无等上师的果位。

其实我们很需要上师的加持。有了上师的加持，修行就会很顺利，不费力，也不会那么艰难，因为你始终会感受到上师的加持。不管是夜里还是白天，是修行还是做事，当你遇到再大的困难，身体出现再严重的疾病，甚至遇上世出世间最大的磨难，只要有上师的加持日光在，那种温暖、那种无形的力量，就会让你做什么都有动力，克服什么都能坚忍。所以，单凭着上师的加持，你也绝对不会离开修行或弘法的岗位。

而如果没有上师的加持（当然这是你自己不想祈祷、不想亲近），甚至背道而驰，上师说一句，就对着干，

那缘起就破坏了，不可能得到加持。得不到加持，做什么都很困难。这是我从多年依止善知识的经验、体会中总结出来的。

当然，个别发心人员跟上师之间，偶尔有一些口角或者小的得罪，我想这个不要紧。比如，在管理上，上师让你这么做，而你有自己的考虑，没有这么做，这个不算得罪，也算不上是违背。但有些人因为这样的小事，就不敢发心了，甚至连呆都不想呆了：“哎，天天让上师不欢喜，不如我走算了！”其实也不需要这样。一般来讲，在管理过程中，道友和道友之间，法师或管理者与道友之间，偶尔有一些摩擦，也不会构成罪恶的。

但有些人动不动就：“我给你传过法，你是我的弟子。你对我态度不好，就破誓言了，破戒律了……”这样是绝对不行的！事情本来很简单，弄得太严重了也不好。因此，我希望道友都能和睦相处，平时大家在佛法上互相交流，如果有了什么事情，当面说出来比较好。比如你说“你做得不对”，我当时可能会生气，但过了以后就没了。

前段时间，慈诚罗珠堪布和我商量事情时，他说了一句话，我觉得这句话很好。他说：“虽然金刚道友之间不能互相生嗔恨心，但为了弘法利生和管理学院，有些事情上也不得不互相得罪，甚至生气。但事情一过，离开这个门以后，心里也就没什么了，谁也不会执著的。”

所以，有一点小摩擦也不算什么，不要放在心上。如果几年后还耿耿于怀，因为当时对方说了什么，所



以到现在你还是有一种态度，这样就不好了。大乘佛子，尤其是金刚道友之间，千万不能这样。法师和道友之间也不能这样，否则，法师也就不具足法师的法相了。因此，如果不是有意去得罪，出现一些小小的问题，上师也不会不欢喜，也不算严重的罪过。

上师欢喜不欢喜，有时也要结合上师的密意来了解。比如，我自己在依止上师的过程中，有时上师确实是显得不欢喜了，是有这样的。但我始终认为，上师对我从总体上应该是欢喜的，应该是乐意摄受的，不会对我有什么看法。因为在我依止的过程中，上师的任何教言我都努力去做，可以说是依教奉行的。

因此，在座的每一个道友，以后在你们依止任何一位法师的过程中，一方面一定要好好依止，而另一方面，一个小小的事情，比如大家的见解不同，然后就“我现在完了，得罪上师了”，这样也大可不必。

回到这个发愿上来。总之，在我们修行的过程中，要祈愿上师的加持日光，能够照耀自己的相续，这样就不会天天散乱了。城市里的人，如果有机会的话，也应该依止寂静地修学。如《大宝积经》中讲：“若有在家菩萨，以一切乐具，在恒河沙数劫中供养一切恒河沙数诸佛及比丘众；而如果有出家菩萨，向阿兰若寂静地迈上七步，后者的功德胜过前者太多太多，为什么呢？因为后者必将迅速获得大菩提。”所以，来喇荣山沟以后，即使呆个两三天就下山了，功德也是非常大的。

而尊者在这里发愿：要依止寂静处度过此生，并最终获得无等上师的果位。上师是大成就者，得到上

师的果位，也就是最究竟的果位了。

### ◎ 结文小字

华智仁波切说：此龙钦宁提共不共内外前行引导文，是依照我的无等殊胜上师之口传而撰写的。

当时撰写的缘起，是有几拨人来劝请尊者。首先是如来芽尊者的亲传弟子——精进持戒的卓玛泽让（我在看到、读到这些人名时，常会感到无常迅速），将自己所记得的内容，整理成笔记交与他，并诚挚地劝请说：“以此为基础，无论如何请您撰写一部完全遵照至尊上师教言的引导文。”

尤其是，继承至尊殊胜上师密法传承的法王子——大活佛普贤胜乘金刚（根桑特秋多吉），亲自为华智仁波切提供纸张等，并再三劝请。

以前藏地纸墨很难得，只要你提供笔、提供纸、提供墨，有些老上师就马上造论。像德巴堪布，前几天有些居士给他提供纸，好几本特别厚的日记本，请上师造论，上师也答应了。当时我开玩笑说：“现在纸都不稀有了，但在古代是很难得的，所以上师们常说‘某某弟子给我提供了纸，那我一定要造论，纸张很少，但智慧还是很多的’。”

相反，现在的话，纸张虽然很多，但能造论的上师不多，因为智慧少，没办法。像我桌子上就有很多纸条，都是请求写这个、写那个，翻译这个、翻译那个，但我也写不了。因为我没有智慧，只有纸。

后来，继承众生怙主尊师窍诀传承的意长子——圆满教法的主尊活佛利他无量（洋彭塔意）仁波切也

说：“如果上师的口传教言写成文字，则有忆念上师，并起恭敬诚信的必要，因此，无论如何请您一定撰写。”如此赐予安慰。

这是第三位劝请者。确实，如果整理得善巧，一方面会有上师的感觉，一方面文字又不啰嗦，很精要，不会让人读起来觉得厌烦。

尊者接着说：此外，乃至获得菩提果之间必定犹如灯光与灯芯般和睦相处，或如双目般慈爱的诸多金刚道友，也给予了“善哉”的安慰及智慧的鼓励，使我深受鼓舞——“你在写《普贤上师言教》，不错不错，好好好！”这种鼓励很重要。如果反对的声音太多，写的人就没有力气了。

像我以前翻译《弟子规》时，藏族的几位法师都说：“可以可以，有必要！这个内容很好。”这样我就有劲儿了，很快译成了藏文。如果没有他们的安慰，我也很犹豫：“到底有必要吗？”所以，鼓励很重要。

说到自己时，尊者说：虽然百位成就之顶饰持明者无等菩提金刚，曾亲赐我邬金无畏法自在（晋美秋吉旺波）的美名冠冕，但事实上，自己只是一个五毒烈火炽燃、叫做啊哦舍波、行为下劣的人。当然，这是华智仁波切的自我谦虚。

那《大圆满前行》是在哪里撰写的呢？

此文撰写于邬金萨旦秋朗（禅定法洲）寂静处（佐钦寺附近），由完美无瑕的饰品庄严、雄伟壮观的大威德宫殿（是一个山洞）中。



此静处环境幽雅、景色宜人，各种各样的树、藤、条、段，顶端吸取和暖的阳光，根部吸收凉爽的甘露，枝繁叶茂、百花盛开、硕果累累，好似悬垂的璎珞一般，从中间缝隙中可见碧蓝的晴天宛如倩女一般展露笑颜（那里的森林特别茂密，洞口有很多树，从缝隙中可以看出蓝天，所以作者把蓝天比作美女），从而犹如为甘露滋润一般令人舒心悦意。

愿所得一切善根，成为无边众生依此胜道于本来怙主基界中得解脱之因。

译于色达喇荣五明佛学院  
二〇〇〇年元月二十七日终  
重校于二〇〇七年四月十八日

### ◎ 会供、感言及回向

至此，《大圆满前行》已讲述圆满了！

这部法我讲过几遍：刚开始译时讲了一遍，译完

以后讲了一遍,2007年讲过一遍,这次就是第四次了。

按照上师如意宝的传统,一部大法讲圆满以后,要作一个会供,感谢所有的三根本、护法神、天地神等,同时我也非常感谢所有的金刚道友。这里有一些简单的会供品,网络上的道友虽然得不到,但依靠三根本的加持,你们可以观想享用会供品,如此,同样也能得到会供品的力量和营养。

除了会供以外,一般还要休息几天,一天、两天的都有。但明天我们继续上课,过两天再有放松和休息的时间。

总的来讲,《前行》讲了这么长时间,期间所有的发心人员都特别努力,对此我再次地表示感谢。《大圆满前行》的讲记——《前行广释》,应该有八本,第七本已经印出来了,刚刚有人放在法座这里。这个缘起很好!现在,我自己很努力地把《大圆满前行》讲完了,讲记还剩下一本,到时候做完以后,发心人员的发心也就圆满了。

这部法确实有很大的加持。所以,在座的也好,网络上收听的也好,以后学习光盘的也好,不管是谁,以后听到、看到这部法的人,我希望你们都能把《大圆满前行》的原文好好地翻阅。有时间的话,也可以看看讲记。

我在讲解中运用的一些上师的教言,一些藏地、汉地的教证,以及我自己平时的感受,都落到讲记上了。《前行广释》的文字、《藏传净土法》的文字,还有光盘,这些我基本上都看了,整理制作得都特别好。我是很爱挑毛病的,但对他们做的,我非常满意。不

过我也希望，大家应该继续认真地发心，不要心情好时就认真做，心情不好了就随便做，这样不好。一旦几百年后这个成了历史，这些文字就成了我们的“形象代言人”，因此，发心人员一定要善始善终。

其实，发心的人也需要一些鼓励和支持，像刚才讲的，哪怕是一些精神的安慰，一句“善哉、善哉”，对他们也很有帮助。他们非常不容易。我的话，长年讲下来，讲什么课也都比较习惯了，但发心人员们还是需要道友的鼓励，你从旁边说一句“善哉、善哉”、“你做得很好，谢谢你啊”……一句话，他们也会觉得很安慰、很温暖。

当然，外面很多人能够看到、听到《前行》，也跟菩提学会很多道友的努力有关。所以，对这些相关的发心人员，我也很感谢你们！

最后，再次特别地感谢：对我们讲闻佛法给予加持的所有三根本、护法神、天尊、地神，以及肉眼见不到的众多非人等各类有情！

同时，以此讲闻圆满的善根，回向于一切众生，愿他们真正生起菩提心，依靠传承上师们的加持，获得暂时的安乐与究竟的解脱！

并回向于现今正住世的所有高僧大德，愿他们长久住世、广转法轮！

愿佛法的甘露传遍于全世界！

愿无量无边的众生真正得到解脱！

2012年9月25日  
完稿于虹身圣地喇荣

## 上师瑜伽·祈祷莲师

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇  
我今见闻得受持 愿解如来真实义  
为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

今天利用这个时间，给大家简单介绍一下修上师瑜伽。

这个上师瑜伽，是祈祷莲花生大士。大家应该清楚，藏地密法中大多数的上师瑜伽，都与莲花生大士的修法有着密切联系。

加行组修“不共加行”时，本来应该先修皈依、发心、金刚萨埵、曼荼罗，再修上师瑜伽，最后是颇瓦法，这么一个次第。但有时为了修行方便，也有些传承中规定，最好能先修上师瑜伽。

上师瑜伽不仅是一种前行，也是一种正行。这次依靠种种缘起，我提前介绍一下莲师的上师瑜伽，同时要求有信心的道友，平时多修这个上师瑜伽，常念莲花生大士的七句祈祷文和莲师心咒。

为什么要这样呢？我们作为显密双修的行者，祈祷莲师非常重要。在末法时代，不管是为了自己修行顺利成就，还是为了利益众生圆满成功，一切重大的

事业均离不开莲师的加持。尤其对汉族四众弟子而言，若能广泛弘扬莲师法门，在各地建造一些莲师像，异口同声地祈祷莲花生大士，将来应该会有不可思议的兴盛佛法之缘起。

我曾经也讲过，上师如意宝 1986 年发愿前往五台山，1987 年便带领一万余僧俗，朝拜了五台山等汉地部分圣山<sup>42</sup>，共发普贤大愿，摄受广大的汉族四众弟子。当时最主要的一个缘起，就是在五台山的各个寺院里修造莲师像。上师如意宝亲口预言：“这次若能在各寺造一些莲师像，汉地四众弟子也没有排斥，将来藏传佛教会在汉地开花结果。”那时候，我们并不知道未来会变成什么样，对每个人来讲，这都是个未知数。但如今二十多年后回头一看，上师当年的金刚语确实不虚，祈祷莲师确实有殊胜的缘起。

而且，上师老人家当时在五台山菩萨顶，造了一尊主要代表喇荣五明佛学院的莲师像，莲师像的心口又放了一尊小小的莲师——此像由华智仁波切和麦彭仁波切加持过，莲花生大士说它“如我一般”，好像是一个伏藏品，我记得不是很清楚，我写的《五台山志》里说得比较明白。（我的藏文著作只有两本书，一是《忠言心之明点广释》，一是《五台山志》。原来我打算，这辈子出家以后，藏文著作应该不少于十本书，但后来因为种种原因，写得不多。）上师曾对此莲师像亲自开过光，以后你们若有因缘去五台山，一定要到菩萨顶中央的莲师殿去一下。当时修造的质量不一定很好，去年学院有人发心想把它换成铜像，但当地寺院或相关部门

---

<sup>42</sup> 1997 年，法王又朝拜了峨眉山、鸡足山、普陀山等其他圣地。



不是特别同意，据说是这样，具体我不太清楚。我1991年又朝过一次五台山，那时这尊莲师像还是完好无损的。

以此缘起，之后汉地确有非常多的人接受藏传佛教，不但是接受，很多人还从中得到了切实利益。无论是出家人、在家人，从骨子里、心坎深处对佛教产生定解的数不胜数。不仅我们学院的传承得到众多信徒的接受，藏地其他地方的寺院、活佛、堪布以及一般的普通喇嘛，也跟汉族四众弟子结下了殊胜法缘，对弘扬佛法起到非常大的作用。

虽然汉地寺院本身就有一些佛像，以供大家顶礼膜拜，但若能同时祈祷莲花生大士，对佛教定有非常大的利益。现在过了二十多年，我这次虽不敢说像法王那样有甚深缘起，但作为一个凡夫人，凭借自己的分别念，白天也在想、晚上也在想：倘若汉地四众弟子都以信心祈祷莲花生大士，同时各个地方与莲师结上善缘，包括印一些莲师照片，将来对利益众生会有非常好的缘起。

本来我们作为修行人，修上师瑜伽的时候，宁玛派任何一个修法也要求观修莲师，即把上师观为莲花生大士，自己观为金刚瑜伽母，这样的话，许多引导文中说有殊胜缘起，可用强硬的方式，令上师的加持融入自心。在末法时代，完全依靠理论知识、学术研究，来改变根深蒂固的烦恼非常困难，一定要以不共的窍诀，当下改变我们的烦恼习气及种种不良分别。那么这唯一的办法，就是修上师瑜伽。

很多上师也经常讲，修任何一个法之前，最好先

修一座上师瑜伽。以前华智仁波切、纽西隆多、阿琼堪布的传承中，就有这样的传统。若能在修法前先接受一个道灌顶<sup>43</sup>，一方面可遣除世间一切魔障违缘，另一方面，可令心与法相应，上师的加持入于自心。在一切证悟中，若令上师欢喜摄受，上师的智慧融入你的心，当下就有开悟的机会。然而现在学术界的人不是这样，他们认为一定要通过分别念懂点知识，而对加持、相应、灌顶不太承认，完全成了一种理论化。所以，我们要避免这种误区，必须强调理论与窍诀相结合。

不管显宗还是密宗，修上师瑜伽的功德都非常大。《大圆满前行》中引用续部的教证说：“何人俱胝劫，修十万本尊，不如一刹那，忆念上师胜。”一个人在百千万劫中，修观音菩萨、文殊菩萨、马头明王等十万本尊，不如一瞬间修上师瑜伽的功德大。有些人定力不够，不能安住太长时间，但你一瞬间修上师瑜伽的话，这个功德也不可胜言。方便时，大家可以看一下《心性休息大车疏》<sup>44</sup>和《事师五十颂》<sup>45</sup>，里面就引用了很多教证，讲了修上师瑜伽的殊胜功德。

所以，我们务必要修上师瑜伽，这是修行中不可缺少的一法。并不仅仅因为这次大家修加行，才要求

---

<sup>43</sup> 灌顶，有能成熟之因灌顶、能解脱之道灌顶、解脱之果灌顶三种。开法会上上师赐予的灌顶，是能成熟之“因灌顶”；修上师瑜伽时，观上师眉间、喉间、心间三处发光融入自身，此不观待他缘而得受的灌顶，叫做“道灌顶”；十地末尾之际，十方诸佛心间发光融入你心间，断除最细微的所知障，称为“果灌顶”。

<sup>44</sup> 如《心性休息大车疏》云：“佛说刹那念上师，胜过劫修生次第。”《菩提轮舞舞续》云：“佛陀说忆念，怙主上师福，胜过俱胝劫，观修天尊身。”

<sup>45</sup> 如《事师五十颂》云：“已能获得胜灌顶，如是金刚轨范师，十方所住诸如来，三时现前为作礼。”

修上师瑜伽，而加行修完以后，开始修“本来清净”时，上师瑜伽就不需要了，不是这样的。以前我接触过很多老修行人，有时候自己烦恼深重，就到他们面前去聊聊，跟他们在一起一个小时，能抵得上一年收获，并且不会轻易消失。他们把上师瑜伽视为终生修法，不像有些人练气功一样，身体不太好才修一下，或心情比较好时放个录音跳一跳，对这些老修行人来讲，上师瑜伽是时时不离的一个修法。

这样的上师瑜伽，很多伏藏品或窍诀书里有不同的仪轨，但全部归纳起来，可以统摄为观修莲花生大士。为什么呢？因为对藏传佛教而言，不管是阿底峡尊者、宗喀巴大师、萨迦班智达，还是其他教派的大德们，全是莲花生大士的化现，这并不是一般人所说，而是有确凿可靠的教证足以证明。所以，只要忆修莲师，实际上就是修成了十方诸佛菩萨。

有些上师的教言里说，对于莲花生大士，我们不能看成是一个普通人。而现在有些人，只把莲师视为对藏地贡献较大的一位瑜伽士，这是非常不对的。莲师真的跟佛陀无二无别，有些史书中说，他是过去、现在、未来三世诸佛的化现，而且每一尊佛要传授密法时，都不能以化身形象，而要示现报身形象（如莲花生大士）。就像释迦牟尼佛传授《时轮金刚》时，现出时轮金刚威猛相，向特殊的弟子来传授密法，这就是显示报身。

莲花生大士并非只是藏传佛教承认，其实显宗经典中也有明确授记。以前我们讲《入行论》时，就引

用过《涅槃经》和《诸佛未来授记经》的教证<sup>46</sup>。还有《无垢称天女经》中也说：“十方三世一切佛，事业归为一体相，殊胜稀有之佛子，生于邬金西北隅。”这跟七句祈祷文所讲的一样，即指十方三世诸佛的事业幻化为圣尊的形象，此相是非常稀有的一位佛子，邬金国王恩扎布德去大海时遇见了他，当时他降生于邬金西北隅的莲蕊之中。这是显宗经典里讲的，不是密宗续部所言，密宗续部介绍莲师生平的非常多，但有些显宗习气重的人不一定承认。此外，显宗的《秘密不可思议经》中也说：“贤劫三世佛，奇妙幻化身，稀有莲蕊中，现为持明者。”贤劫诸佛的奇妙幻化身，在稀有的莲蕊中，化现为持明者形象，毫无疑问，这持明者就是莲花生大士。

这些授记，任何比较公正的智者看了，都不得不得生欢喜心和信心。当然，莲花生大士的功德，并不是依靠几个教证来说明就可以了，其实看看他的事业，就可以判断他是不是诸佛菩萨的化现。若没有当年藏王赤松德赞和阿闍黎菩提萨埵迎请莲花生大士，那么在非人如此猖獗的藏地，很难弘扬开来这么殊胜的教法。正因为莲师来藏地降伏了十二护地母和二十一优婆塞，让他们承诺永远护持藏地的佛法如意宝，并且自己也行持密法，同时建造有殊胜缘起的各大寺院，降伏了种种魔障……大小乘佛法、尤其是密宗法要，才得以在藏土上遍地开花、兴盛不衰。到目前为止，

---

<sup>46</sup> 藏文的《涅槃经》中说：“我已灭度后，汝等莫忧伤，无垢彩湖中，较我胜士夫。”《诸佛未来授记经》中也说：“我已灭度后，一百十二年，较我甚殊胜，名为莲花生。”

藏地全民信教的传统，跟其他任何地方都不同，甚至国内外很多信徒来到这里，出离心、菩提心、证悟觉性油然而生，很长时间对上师三宝的信心都不退转，究其原因，无不归功于莲花生大士的殊胜加持。

莲花生大士在藏地住的时间，《莲师传记》里说，他住的时间很短，但也有史书说他在藏地的时间很长。很多学者对此产生质疑，这是为什么呢？据有些伏藏大师和智者解释，莲师在国王和一些眷属面前，呆的时间确实不长（这多是传记中记载的内容），而大部分时间，都是住在藏地的其他地方，所以莲师踏遍了藏地的山山水水，在每个神山隐藏了许多伏藏品。

而我们若稍懂得伏藏品的意义，对密法的传承不得不起信心。有时候看一位伏藏大师的伏藏品，就有三十多本、一百多本，真的令人叹为观止。他们所造的仪轨续部，都是莲花生大士所伏藏的，全部是智慧的自然流露，不像文学家一样要天天苦思冥想。这些殊胜的教言在藏地非常非常多，正因为有这样的教法，如今吸引了无数人信仰藏传佛教。有些人不明白，那么多人为何信奉藏传佛教？是不是一种莫名其妙？其实不是。现在人的头脑很清醒，哪里有正确的佛法，他们就会追求。部分人可能是盲从，但若说这么多知识分子和希求解脱者都是盲从，那也不可能。所以，藏传佛教确实有殊胜的加持，不管是伏藏品、续部、传承的修法仪轨，还是许许多多窍诀、教言，都有其不共的特点。

尽管在藏地众生面前，显现上莲花生大士住的时间并不长，不像在印度那样呆了两千多年，但是，由

于每个众生的根基、因缘不同，莲花生大士示现的住世时间也不同。譬如，佛陀于印度以神变降伏外道六本师，有关历史记载，在大乘行人面前，时间长达十五天，即神变月（藏历正月）上弦的初一至十五<sup>47</sup>；而在小乘行人面前，只是一天时间。还有佛陀的转法轮，在共同乘行人面前只有三转法轮；而不共乘行人面前，佛陀还宣讲了《华严经》、《妙法莲华经》，以及密宗的《时轮金刚》、《密集金刚》和内续部法要。包括释迦牟尼佛涅槃的日子，历来也有许许多多争议。因此，在凡夫人面前，完全以自己的分别念，非要找出唯一确切可靠的说法，来对某些现象盖棺定论，这是不现实的。

我以前也讲过，有一次，迦叶尊者当管家负责安居，文殊菩萨跑到波斯匿王的王宫去了，跟王妃们在一起。迦叶尊者发现后特别生气，准备开除文殊菩萨。他击打羯槌集中僧众时，十方世界全部变成佛刹，每一刹土有无数佛陀，每一佛陀跟前有一个文殊菩萨，每一文殊菩萨面前有一个迦叶尊者在击打羯槌。佛陀问：“这么多文殊菩萨，你想开除哪一个？”迦叶尊者东南西北一看，到处都是佛陀，到处都是文殊菩萨，到处都是自己，他觉得圣者的行境不可思议，心生惭愧，想放下羯槌，但又放不下来，羯槌声仍不断地响。他只好到文殊菩萨面前忏悔，羯槌声这才停下来，外面的景象也消失了。

所以，像灭尽一切烦恼、获得无尽神通的迦叶尊

---

<sup>47</sup> 详见《贤愚经·降六师品》。

者，尚不能了知其他补特伽罗的相续，那么我们凡夫人想判断莲花生大士到底是什么时代的？他的名字哪个正确、哪个错误？他的身相哪个是真的、哪个是假的？以分别念来衡量圣者不可思议的幻化之相，更是可笑之举。在这种情况下，我们一定要对佛陀及莲花生大士有不共的信心。

当然，要想这种信心得以稳固并不断增上，应该多翻阅《敦珠佛教史》等史书，以了解莲花生大士怎样以普通人的形象来到藏地，又去往五台山，于各个世界度化众生的经历。我也讲过，最早的时候，莲花生大士的广传在藏地家喻户晓，人们把它视为如意宝，每家每户都有一本，就像汉地的《金刚经》一样备受推崇。书中介绍了莲师在印度呆了多少年，他在尸陀林是什么样的，到山洞里怎样行持禁行，后又如何转法轮、度众生……这些经历，完全是在凡夫人面前显现为普通人的形象来度化众生，但若一口咬定他就是什么样的人，的确也有困难。

不仅是莲花生大士，包括其他善知识、成就者，像唐东嘉波、帕单巴尊者，其幻化身也不可思议。有些圣者在印度示现圆寂后来藏地，在藏地圆寂后又去汉地弘法利生……所以，我们对上师或成就者、乃至一个普通人的行为，都不能以自己的分别念妄加揣测，肆意诽谤。

今天给大家简单讲了莲师的上师瑜伽，它的具体修法，可参考《大圆满前行·上师瑜伽》中的教言。你们每次修的时候，一定要有虔诚的恭敬心，就像莲花生大士真正在面前一样，谁的恭敬最大、信心最大，

得到的加持和感应也最大，这就是一种缘起。反之，如果你心思散乱、胡思乱想，加持也不一定那么明显。

在末法时代，祈祷莲花生大士相当重要。可能许多常住的道友都记得，法王如意宝常引用噶托度达的一个教言：“五浊黑暗越深之时，莲师加持之月越明。”在当今五浊末世，众生的根基一年比一年低劣，琐事越来越多，分别念越来越重，贪嗔痴越来越深厚，但在众生越来越难以度化的时候，莲花生大士的加持就如漆黑一片的夜晚，月光愈发明亮一样，他的加持越来越——你们来接，我喝一口水，谁能找到个好词，我奖励一个地瓜，没有找到就不讲。（下面道友一一说“越来越热”、“越来越增上”、“越来越亮”、“越来越强盛”、“越来越难挡”、“越来越迅速”、“越来越猛烈”、“越来越大”……上师言：“都不是特别合适，大概差不多吧。好，今天是比较自由的一堂课。”）格玛旺波也说过：“诚心祈祷莲花生大士，则不被违缘所转。”这是非常重要的事情。作为末法时代的修行人，邪魔外道的危害极其猖狂，因此，要时时刻刻祈祷寂猛本尊的总集、邪魔外道的降伏者——莲花生大士，一提及这个名字，非人和妖魔鬼怪会胆战心惊，这在很多上师的窍诀中都讲过。

在整个历史上，尤其是藏地出现的成就者，大多数都修莲花生大士。像无垢光尊者、宗喀巴大师、麦彭仁波切，从他们的著作和传记中可以看出，他们对莲花生大士的祈祷是怎么样的；包括上师如意宝在光明梦境中云游佛刹，或是白天的一些境界中，对莲师的信心也都不可言说。因此，我经常在想：末法时代，



很多人虽想变成一个好修行人，但经常身心不自在，被妖魔鬼怪左右，自己实在无能为力，最后只有随魔众而去。所以为了遣除这一切违缘，哪怕身上佩戴莲花生大士的像，也有不可思议的加持。

前几年，我给每个道友发过一个莲师像，（你看，现在很多人都在摸，看掉了没有？）这有许多殊胜的因缘。我个人而言，从小对莲花生大士有不共的信心，我不是在这里说自己修得如何好，但作为一个传讲者，若对所讲的法一点感应都没有，给你们传的话，可能不太合适。每次给你们讲的法，都是我小时候修过的，或是出家以后修过的，自己从中获得了很大的利益、得到了不可思议的加持，才很想与有缘者分享，共沾法利。

在我基本不识字的时候，依靠听隔壁喇嘛和识字的人念诵，就会背莲花生大士很多祈祷文和传记的赞颂文了。后来慢慢认识几个字，有个亲戚叫云登桑波，他给了我一本伏藏大师勇士法界金刚的《莲师略传》，我非常欢喜，每天边放牛边在山上或树丛里朗朗地念诵。那时候我很小，还不到十岁，但具体几岁记不清了，当时条件比较差，手也没有洗，那书被我翻得黑黑的，好多地方都磨破了，最后能全部背得下来。我现在去炉霍时，远远看到那个山顶，儿时的情景仍会浮现在眼前。对于莲师，我的确极有信心，虽不敢说有大的成就，但依靠莲师为主诸佛菩萨的加持，自己在修行中没有受到什么大的违缘。

我家附近的很多上师、出家人，包括一些在家人，也特别爱念莲师心咒。我父亲是文盲，一个字都不认

识，但他每天坚持念莲师心咒，到死之前也没有中断。记得他每年要念 100 万遍，我从小就经常问：“您今年还差多少万啊？”有时候帮他算算念珠。

所以在藏地，祈祷莲师并非只是成就者的事，而是家家户户都会行持。记得《密宗虹身成就略记》中就讲过几个例子：一、嘉曲喇嘛给我说过，以前石渠那边有一个人，一生中念了莲师心咒一亿遍，最后成就无余光身。二、道孚那里有一个人，年轻时去印度朝圣，途中遇到强盗，争夺中不小心将强盗打死。他由此生起大悔恨，跑到家乡旁一山洞闭关修行，唯念莲师心咒，祈祷莲师加持，前后共念诵莲师心咒 7 亿（有说 13 亿），圆寂时示现虹身，身体缩小了三分之二。这样的成就事例，实在不胜枚举。

因此，我这次也要求大家祈祷莲师。原本按照《大圆满前行》的观点，智慧光尊者和华智仁波切的传承弟子，念修莲师心咒的数量绝对要圆满 1000 万遍。但我们念 1000 万遍有点困难，不过至少也要念满 10 万遍，或者闭关期间看能不能念 100 万遍<sup>48</sup>。若以此咒语来护持，就不容易遭到魔众干扰。

有些人认为，只要学一点理论，再禅修就可以，念咒语这些没有必要。其实并不是这样，佛陀在《楞严经》里有这么一句话：“若不持咒，而坐道场，令其身心，远诸魔事，无有是处。”《金光明经》中也说：“十地菩萨，尚以咒护持，何况凡夫？”因此，希望大家平时能多念一点咒语。

---

<sup>48</sup> 在此期间，上师仁波切要求学院常住道友闭关 100 天修加行。

关于莲师心咒的功德，伏藏大师噶玛朗巴有个伏藏品，内容比较少，过段时间我想给大家翻译出来。其中说，“嗡啊吽”是三世诸佛身口意的总集，“班扎”是金刚部最殊胜的精华，“革日”是宝生部最殊胜的精华，“巴玛”是莲花部最殊胜的精华，“色德”是事业部最殊胜的精华，“吽”是善逝部最殊胜的精华。

此咒语可遣除  
五种智慧，见闻  
可获得持明果  
心咒刻在石头  
上，谁看到也能  
所以，莲花生大  
门讲了莲师心



五种障碍，成就  
忆念的众生皆  
位。甚至把莲师  
上、写在文字  
往生极乐世界。  
士的传记中，专  
咒的殊胜功德。

作为汉地的居士、出家人，从小若有念莲师心咒的传统，对将来佛法长久住世会有很大利益，同时，个人的修行也能遣除诸多违缘。我在成都看见几个“儿童读经班”的小学生，他们把莲师心咒唱得特别好，如果从小在这样一种气氛中长大，的确是有很大的功德。因此，大家一定要多念莲师心咒。

念莲师心咒之前，最好能先念七句祈祷文，它的功德我刚翻译了<sup>49</sup>，故在此不广说。看了它的功德后，因为这个加持实在太大了，我每天只要有时间就不断地念：“吽，欧坚意吉努向灿，巴玛给萨东波拉……”许多人认为七句祈请文是莲师传下来的，其实并不是，它是十方诸佛同时发出的自然金刚声。因此，它不仅

<sup>49</sup> 现收录于《显密宝库 29—深法宝篋》之《七句祈祷文释》。

是莲师的祈请文，也是十方诸佛圣尊、空行护法的祈请文。若依靠这一金刚语来加持自相续，确实非常殊胜。

现在，《深法宝篋》已经在学院发下来了，而外面电视前和电脑前的道友们的因缘成熟时也可以给大家发。书中对七句祈祷文的功德，从外修、内修、密修、极密修几个角度进行了阐述，内容相当甚深，很多人不一定看得懂。但外修这一部分，引用了许多伏藏品的教证，看了之后你会觉得，这个祈祷文表面上只有七句，实际上它的功德跟如意宝没什么差别。

书中讲了一则公案（跟其他历史略有不同）：昔日，五百位外道本师到那烂陀寺挑战，他们皆具辩才与神通，法力非常强大。他们要求以神变和辩论来互相比量，谁输了就得皈依对方。寺中班智达讨论之后的结果是：若是辩论，不怕会输；但是比神通的话，恐怕会败给外道，所以非常着急。

就在当晚，所有班智达做了相同的梦（也有说正当此时降临了一位空行母）：空行母告诉他们：“你们是无法对付外道的，如果祈祷我哥哥就有办法了。”班智达问：“您哥哥在哪里？”空行母回答：“他住在自燃火焰山的尸陀林。”班智达说：“那个地方，一般人根本无法去。”空行母说：“没有关系，你们在经堂顶层陈设广大供品，伴着妙香、乐器，以最大的恭敬异口同声如此祈祷……”并教给他们七句祈祷文。

班智达如是祈请之后，莲花生大士从天而降，来到他们面前，首先通过教理折服了五百名外道本师，接着又与之较量咒力。外道们各显神通，飞在空中施

展强大的法力，此刻，莲师用契克印一指，他们纷纷摔落在地，不得不认输并皈入佛门。从此之后，这一祈祷文兴盛于印度各处。

而在藏地，自莲花生大士进藏以来，迄今为止，格鲁派、萨迦派等各派寺院中，维那师不管领众念哪个仪轨、哪部经典，都无不有此金刚七句。

了知它的功德之后，你们在修学过程中，不管修什么法，刚开始一定要祈请莲花生大士。莲花生大士在许多伏藏品里也说：如同独子以哭声哀叫母亲的名字，母亲会情不自禁地来到他面前一样，任何人只要以恭敬心念诵七句祈祷文，莲师必会应声降临。如果没有来，则是违背了誓言。

有些道友认为：“像我这样烦恼深重的人，只念一遍七句祈祷文，就让那么伟大的莲花生大士来到面前，这是绝不可能的。算了算了，不用念了！”千万不能这么想，至尊跟自己的信心一定要融合。麦彭仁波切在《大幻化网》中讲过：“胜义中，一切诸法皆为无二平等离戏大空性，没有任何的分别；但在名言清净显现中，咒语与本尊于所化者前，皆是智慧之幻变，了知彼二无有差别，则应将密咒受持为至尊。”故莲师心咒就是莲花生大士，谁发自信心来祈祷，莲师当下就会现前。很多传记中还说，莲花生大士前往罗刹国时，藏地许多大臣、修行人哭着哀求不要离开，莲花生大士以了义的语气说：“谁对我有信心，我莲师刹那也没有离开过他。”

这跟祈祷佛是一模一样的，你信心越强烈，莲师的加持会越迅猛。所以信心是占主要位置，祈祷的时

候，真实无伪的信心若自然引发出来，那么佛菩萨的加持必定降临。当然，以散乱的行为来祈祷，其加持也不会虚耗，但力度定然有所差别。

祈祷的方式，我建议大家念《开显解脱道》里的上师瑜伽，它的语句虽然简单，但完整无缺地包含了所有修法，所以特别特别难得。具体而言，在修之前要先皈依、发心，然后开始念上师瑜伽：念诵时自观为金刚瑜伽母，莲师佛父佛母在自己上方，通过猛厉的祈祷，令其加持入于自己心间。先念七句祈祷文来祈祷，接着随力念诵莲师心咒。念完以后，观想上师三处发出三种光融入自身，自己获得了上师身语意的灌顶和加持。最后上师融入一明点，明点融入自己心田，自心跟无二无别的智慧胜义明点融为一体。以前多竹仁波切（单比尼玛的别名）专门有一个祈祷莲师的上师瑜伽，里面讲了很多窍诀，有时间我想给大家简单叙述一下。

在座很多道友，若是出家人，看破红尘来这里长期修学，非常不容易；若是在家人，克服了种种艰难险阻，一心一意地学佛，也非常不简单。包括外面菩提学会的很多人，经常要面临家庭、单位的问题，甚至在发心过程中也有许多磨难，但大家始终不屈不挠、勇往直前，这种精神非常可嘉。然而，这样的行为能保持多长时间？自他都不敢说。毕竟末法时代的散乱与诱惑特别强，凡夫人的心力极其薄弱，故一定要以强有力的上师、本尊、护法作为后盾。因而，大家务必要多持诵莲师心咒、七句祈祷文来修上师瑜伽，若能如此，修行定会善始善终、圆满究竟。这也

是我们一生中最大的收获。

我个人而言，什么时候死、什么时候得不好的名声，这些方面并不担忧。唯一关心的是，自己的道心千万不能退；现有的这点功德，不管是微不足道的菩提心，还是对上师三宝的信心，都能日益增上；以前没有的境界尽快生起；凡与我结缘的所有众生，能得到一点一滴利益，这就是我平时所向往的、所希求的。我整个身心打开的话，就是想在短暂的人生中，依靠佛法利益一些众生，就像商人想赚很多钱一样，我就想大家得一点利益。但这个利益，如果你不懂方法，有时候希望是好的，可追求的目标始终达不到。

末法时代，违缘可谓此起彼伏、层出不穷，所以我们要想方设法超越这一切，真正得到诸佛菩萨、金刚上师的加持。对上等者而言，当下要获得开悟；对中等者而言，应该对上师三宝有不退信心，对佛教教义有所领悟；对下等者而言，也要不舍上师三宝，以修行人或出家人的身份圆满度过一生，为来世种下殊胜善根。为了这么一个目的，我今天没有层次地胡言乱语，想什么就说什么。但在自己心里，总觉得祈祷莲花生大士和念莲师心咒很重要，假如你们在这次闭关100天中，把莲师心咒念得很好，确实是难得的一个机缘，所以大家要努力！

接下来，等会儿念完《普贤行愿品》后，我们共修一下上师瑜伽……

# 莲师金刚七句略讲

全知麦彭仁波切 著

索达吉堪布 译讲

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇  
我今见闻得受持 愿解如来真实义  
为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

## 第一节课

思考题

1. 刚开始学习密法时，先要注意什么？这有什么必要？倘若有人一学佛就高攀甚深大法，你打算怎么劝导他？
2. 七句祈祷文是莲师所造吗？它是如何形成的？按照《七句祈祷文修法》的观点，持诵它哪些功德？
3. 很多人念七句祈祷文的发音或音调不同，这有影响吗？为什么？

从今天（2009年9月25日）开始，我想利用几堂课的时间，介绍一下莲师七句祈祷文的功德。

关于七句祈祷文，麦彭仁波切有个注释叫《白莲花》，里面分了几个层次：前面讲外修法；后面讲内



修、密修、极密修，都是甚深的内容。而我们这次，只是简单讲一下外修法的部分。

这个内容也属于密法，听的人最好得过灌顶，即使没有得过，也一定要对密法、对莲师有信心。如果你持有“密法是邪道，修学密宗恐怕不合理”的邪知邪见，那最好不要听受，否则对你的相续不一定有利。

我们每年都会给学院的金刚道友，宣讲一些密法的功德，传授一些修法和窍诀。那么这次所讲的内容，算是密法中的简单修法，同时也介绍了这一祈祷文的功德。

现在有很多人，因为对密宗的历史不了解、功德不清楚，从而导致舍弃、诽谤等种种现象发生。其实作为汉传佛教的修行人，如果各方面因缘具足，比如语言上没有隔阂，文字上也能互相沟通，那了解一些藏传佛教的甚深道理非常有必要。若能如此，你的一生会有很大转变，也会获得很大利益。否则，若对密法一无所知，恐怕会轻易舍弃这一甚深佛法，甚至造下种种严重罪业。因此，希望大家一定要了解密法的真相，明白它的历史源流、来龙去脉，这样一来，有智慧的人就不容易人云亦云、随波逐流，对密法不会轻易放弃，更不会诽谤、诋毁。

在座很多道友从遥远的地方来到学院，求法的心特别切，但如果你没有打好基础，即使求到了一些窍诀，密法的境界也不一定能获得。为什么呢？因为汉地的很多人，从小受家庭和教育的影 响，对因果正见乃至密法的了解极其鲜少，就算长大后以某种因缘进入佛门，开始修学密法，并直接听受最高的修法，但

由于下面的基础没打好，相续中的正见很容易转变、退失。

所以，为了避免自己堕入邪道，一定要次第性地了解密法。首先从最基本的修法开始，认识一些密法的来源和功德，这样心才不容易退转。否则，纵然你求法的心特别虔诚，舍弃了家庭、工作等珍爱的一切，来到寂静地方求学正法，但不按次第来的话，结果也不会像你最初想象得那么美好，甚至会给自己带来种种遗憾。

现在许多道友对密法极有信心，很想得受一些殊胜窍诀，这种想法固然好，但要注意的是：你先从什么理论或修法入手？假如没有按部就班、循序渐进，即使得了高法也没用，最后我传者恐怕会后悔，你听者也得不到什么利益。得不到利益的话，再殊胜的佛法也没有意义。

因此，佛陀常在经典中强调“应机施教”，这一点非常重要。以前，印度和藏地的高僧大德完全了知众生的意乐、根基，并能随之宣说浅深不同的法门，可是现在，这一点对很多人来讲有一定困难。然即便如此，只要我们比较谨慎注意，让大家先逐渐了解密法的真相，再适时传讲一些深法，对自他也会有实义的。

要知道，了解密法很重要。否则，就像我遇到的一些知识分子，和某些所谓的“高僧大德”，虽对密法也有表面上的研究和探讨，可由于不知道最基本的历史和修法，以致完全成了一种学术研究或口头禅，自相续根本没受过密法甘露的滋润，非常可惜！所以，

对密法一定要有信心，只有这样，才会明白密法的殊胜性。而这种殊胜性，尽管在所有的佛法中都有，但密法中体现出来的，更为明显。

我本人而言，学习佛法这么多年，随着对密法每个理论、修法的深入了解，再加上念诵咒语的感应，信心确实越来越增上。而且自己也认识到，正因为它是真理，内心才与之十分相应。因此，我并不认为密法只是表面上吸引人，实际上没什么高深莫测的教理或修法，其实真正有智慧的人，对它越去研究、越去修持，就越会知道它的殊胜性。

如今，佛教得到了举世公认，在诸多学说和知识中，人们也普遍认为佛教是最权威的。我以前看过的书里，许多科学工作者和对各宗教比较了解的人，站在公正客观的角度分析时，都认为佛教非常殊胜。为什么呢？一是因为佛教的慈悲，对所有众生皆平等对待，这一点其他宗教都做不到；二是因为佛教的智慧，其包容性无与伦比，可涵盖其他宗教和世间学说，却没有其他宗教推崇暴力等增上烦恼的因素。

正因为如此，前不久佛教赢得了“最佳宗教世界奖”。可能很多道友也知道，今年（2009年）7月份，日内瓦“国际联合宗教会”召开了一个会议，会上世界五大宗教为主的各大团体、200位宗教领袖，通过投票的方式，一致表决佛教是“世界上最好的宗教”。值得一提的是，在投票过程中，很多宗教领袖并没有选择自己的宗教，而是把手中神圣的一票投给了佛教。

颁奖之后，有人对参会人员进行了采访，以下是

几名选举成员评论：

一位国际联合宗教会 (ICARUS) 的研究主管 (Jonna Hult) 说：对于佛教能得到这个奖项，他并不感到惊讶，因为在过去的历史中，并没有一场战争是以佛教名义而产生的，这是与其他宗教明显不同的地方。他认为佛教徒真正实践了他们所倡导的宗教精神，这也是佛教比其他宗教做得更彻底的地方。

天主教特德神父 (Ted O'Shaughnessy) 表示：他虽然深爱天主教会，但内心常常深感不安，因为在倡导基督博爱的同时，往往在《圣经》里发现为上帝而杀害异教徒的经文。

穆斯林的神职人员 (塔尔阿斌 Tal Bin Wassad) 说：虽然他是一个虔诚的穆斯林，但他经常可以看到，很多个人的忿怒和嗔恨，借用杀戮的方式表达对自己宗教的崇敬，而不是采取自我调解的途径。

一位犹太牧师 (罗宾 Rabbi Shmuel Wasserstein) 说：他热爱犹太教，但自 1993 年以来，他每天作犹太人的祈祷时，都在练习佛教的内观禅修，并将其作为修持功课之一。

.....

当时参会的佛教徒，虽然只占极少数，但所得的票数与呼声却最高。不过后来颁奖时，没有一个佛教团体去领。当被问及原因时，一位缅甸比丘 (Bhante Ghurata Hanta) 回答说：“我们很感谢佛教被肯定，但这个奖励是属于全人类的，因为每个人都有佛性。”

这一则新闻，曾刊登在《人间福报》<sup>50</sup>上，内容应该比较严谨。据说在多家英文报纸上，对此也作过全球性报道。当然，我们作为佛教徒，并不会因为得了个奖，就像世间人一样沾沾自喜、洋洋自得。当时佛教团体不领奖，也正体现了一种无私精神，不像世间人那样希求名闻利养。我们之所以引用这个，重视的是佛教在全世界得到了认可，如果你知道佛教如此殊胜，那么对佛教中占主导地位的密宗，就会更加有信心。

关于密宗的殊胜性，个别显宗法师可能不承认，不过这也情有可原，毕竟他们在这方面了解得比较少。但随着认识的逐步深入，有善根、对大乘有信心的人，自然不得不承认它的加持和功德。

因此，你们修学密宗时，首先要从基础修法入手，对传承上师的历史、行为等各方面了解之后，再趋入更深的生起次第、圆满次第，乃至大圆满、大手印等修法。否则，对密法的很多道理一无所知，直接就入于甚深修法，结果肯定非常危险。

最近我一直在强调：学密宗并不是学气功，一定要有次第，所以加行基础很重要。对学院的很多法师和道友，我随时随地都会“采访”，虽然我没有采访工具，但只要在路上碰到了，就会拦住他进行访问。令人欣慰的是，如今很多道友都感受到了次第的重要性，以前虽然学了不少理论，但并没有将之付诸行动，通过这几年的次第实修，好多人真正体会到“寿命无

---

<sup>50</sup> 《人间福报》的创办人，是台湾佛光山的星云大师，办报目的是希望“人间有福报，福报满人间”。

常”、“上师瑜伽”等法的殊胜，明白诸佛菩萨和上师的加持若能融入心，修什么法都很容易，不然，光是凭借理论、辩论、分别念，而没有获得不共的感应，想证悟确实相当困难。

你若有了这种认识，说明已得到“感应”了。现在让你传个密法，你不一定会传；即使会，也定让别人先从基础抓起。所以我们这次，只是略述一下七句祈祷文的功德，至于内、密、极密的甚深修法，现在暂时不讲，以后方便时再说。

下面对麦彭仁波切的《七句祈祷文释·白莲花》，字面上作个简单介绍。我想没必要引用很多教证、理证，有智慧的人学了之后，自会感受到圣者金刚语的殊胜加持。

造论之初，有一个祈祷莲师的梵文顶礼句：

**那莫革日班玛曼则西日班则德恰雅！**

三世真佛金刚持，此刹化现海生尊，

无死智身持明王，具德莲师救护众。

三世诸佛的本体金刚持，于此刹土中化现为海生金刚——莲花生大士。他拥有无死智慧，堪为成千上万持明者之王，对于如此具德的莲花生大士，祈求您救护吾等末法时代的可怜众生。

越是虔诚祈祷莲师，他的加持就越猛烈，融入我们的心之后，修行必定会顺利成功。否则，末法时代邪魔外道极其猖狂，内心的邪执分别念也层出不穷，若不依靠强有力的后盾，单凭自力很难以完成修道。

因此，我也再三祈请各位金刚道友：希望你们随时以虔诚的信心，猛厉祈祷莲花生大士。若能这样做，你的修行一定会圆满，善始善终。

如来加持之日轮，开启三信之心莲，  
善说蜂蜜甘美味，具善缘者请分享。

此处用了一种形象化比喻：如来的加持犹如日轮的光芒，开启了作者麦彭仁波切三种信心的智慧莲花，撰写了下面这部如甘美蜂蜜般的善说，请具善妙缘分者共享。

莲花生大士有不计其数的祈祷文，但一切祈祷文之王，就是这七句祈祷文。它并不是莲师自己所造，而是十方诸佛祈祷莲师的祈祷文。犹如虚空中出现《一子续》一样，它是三世诸佛的加持与智慧积聚一体时，自然发出的声音，故为一切加持、一切功德、一切悉地的来源或大宝藏。

你们读了下面的功德就会知道，不说内和密的甚深意义，单单是外义，功德都大得不可思议。这一点，有智慧的人肯定会明白。正因为如此，藏地 108 位伏藏大师的伏藏品中，无一不有此金刚七句。而且，以宁玛巴为主的所有寺院，在共同大修任何法之前，都会先念诵三遍莲师七句祈祷文。

要知道，不管是什么人，只要以诚挚的信心来祈祷，莲花生大士与十方诸佛、三根本<sup>51</sup>、护法神等至尊，都会云聚在你面前，对你赐予加持、灌顶。就像

---

<sup>51</sup> 三根本：上师、本尊、空行。

街上流浪的一个乞儿，当他淹没在茫茫人海中无人照料时，若以哀号声呼唤母亲，母亲自会循声前来维护，给他带来安全感。同样，在这黑暗的末法时代，我们凡夫人靠自力很难修行圆满，故而，祈祷上师、本尊、护法，尤其是莲师十分重要。

有关此祈祷文的功德，班玛革旺·齐美永仲朗巴<sup>52</sup>的伏藏品《七句祈祷文修法》中描述道：

自身住于莲花者，入定本初法界时，  
法性自力金刚声，七句自生音劝请，  
无量威光报身起，具五决定遍虚空，  
刹土身之庄严显。

自身住于莲花中的莲师我，入于本初远离一切戏论、不可言说的法界时，以法性力和众生福报力，由法性自然妙力中自现出七句祈祷文的妙音。在这一妙音的劝请下，从法身的境界中，出现了具无量威光的报身，它具有五种决定<sup>53</sup>，遍于虚空际及身与刹土的庄严显现，以自现的方式对眷属宣说不可言说的妙法。

这里所阐述的，前面是法身，后面是报身。

---

<sup>52</sup> 班玛革旺·齐美永仲朗巴：又名贡智·云登嘉措（海外译为蒋贡康楚仁波切），与蒋扬钦哲旺波同时代的伏藏大师，是麦彭仁波切的上师。毕生有著作 90 多函，最著名的是《五宝藏》。《敦珠佛教史》等史书中，均有他的生平记载，有一段是这样描述的：“我们若是阅读尊者的传记，就会感觉他好像一辈子都在修持；若是阅读尊者的论著，则感觉他一辈子都在著论；然后看看尊者的灌顶口传，就好像他一辈子都在给人灌顶、口传。”总之，无论从哪个角度看，尊者的弘法利生事业都极其广大。

<sup>53</sup> 五决定：1、处决定，唯住究竟天密严宫；2、身决定，唯是圆明庄严之身；3、众决定，唯圣位菩萨之所围绕以为眷属；4、法决定，唯说《华严经》等大乘经；5、时决定，乃至生死未空而久住，显示报身如来身语意事业无尽。具体详见《宝性论》和《大乘经庄严论》等论著。



尔时法界五佛母，利生七句歌劝请，  
极乐世界乳海中，莲花茎端起现身，  
共称托创五部名，解脱事业超思维。

此时，又由法界中化现出五佛母<sup>54</sup>，为了利益众生，异口同声唱诵此七句祈请文进行劝请。于是，莲师投生于极乐世界乳海中一朵五色五瓣莲花之茎端，化现为五部莲花生<sup>55</sup>形象的托创匠（颅鬘），解脱事业无量无边、超越思维。

此处讲在极乐世界中显现的，是半报身半化身。

复次智慧空行母，百俱胝数同声诵，  
释迦佛土瞻部洲，为能弘扬密宗教，  
七句妙音予迎请，密乘来源邬金境，  
达那够夏之岛屿，稀有莲花之茎端，  
由极乐国降化身，共称莲生金刚名。

尔后，为了在释迦牟尼佛的所化刹土——南瞻部洲弘扬殊胜的金刚密乘，无量无边的智慧空行母齐声唱诵此金刚七句，迎请极乐世界的莲师降临人间。此时由于因缘成熟，邬金地方（现阿富汗境内）达那够夏岛屿的一个湖泊中，长出一朵极为稀有的莲花，阿弥陀佛心间的“舍”字射至这朵莲花蕊上，之后便诞生了一个童子。此童子被国王恩扎布德发现，并请至宫中奉为太子，这就是人们共称的“海生金刚”——莲花生大士。

---

<sup>54</sup> 五佛母：金刚佛母、宝生佛母、如来佛母、莲花佛母、事业佛母。

<sup>55</sup> 五部莲花生：如来部莲花生、金刚部莲花生、宝生部莲花生、莲花部莲花生、事业部莲花生。

这是以化身来到南瞻部洲。

此外，正如许多高僧大德在教言中说，莲花生大士还是阿弥陀佛、释迦牟尼佛、观世音菩萨共同幻化的，一般凡夫人，甚至菩萨也难以通达其不可思议的行境。

在历史上，莲师来藏地弘法的时间说法各异：短的有说是3个月、6个月、12个月、18个月；中等的是3年、6年、12年；长的则有50多年、111年等等。但比较公认的，像敦珠法王在《敦珠佛教史》中记载，莲师于多数藏人和有缘众生面前显现的住藏时间是50多年，即国王赤松德赞21岁时入藏，国王59岁圆寂后又呆了16年。那为何有些历史说莲师在藏地呆的时间那么短呢？敦珠法王进一步解释道：这是因随顺奸臣之意，而在他们面前示现的。实际上，莲师显现离开之后，又在藏地其他地方为有缘弟子传法，并对雪域所有地方都予以了加持。

时至今日，藏地的佛教仍完整不衰，各种外道无法进入，也正源于莲师不可思议的加持和诸多护法神的护持。所以，我们要想维护自己的道场、保护个人修行，随时祈祷莲花生大士极为重要。其实，汉地大成就者的修持中，很多也有莲师的修法。像“文革”期间时，汉地有些大德在监狱里修行，圆寂后才发现他修的是密法，主要祈祷的就是莲师。这种现象，当时在诺那活佛、贡噶活佛的弟子中非常多。

显示神变不可思，稀有庄严不可量，  
海岛勇士空行母，大密秘密之醍醐，

莲花幻化网续等，经续窍诀百俱胝，  
所化意乐各相异，为利现今未来说。

莲师来到人间后，显示了不可思议的种种神变，以稀有庄严的种种身相利益有情。尤其是为利益当时与未来的众生，莲师在根基意乐不同的空行母、金刚勇士及人类面前，宣说了无数大秘密的醍醐——《莲花幻化网续》等经续、窍诀的法要。

集三根本于一体，本性莲师之修法：  
一切之本即七句，本基七种心识聚，  
道位即为七觉支，胜义七财果圆满。

这些法要统摄而言，就是三根本的法门；三根本再归纳起来，是上师莲花生大士的修法；莲师修法在每个伏藏品、大成就者的著作中各有不同，有寂静莲师的、忿怒莲师的，其中寂静莲师的修法又分许多种……但这些全部涵摄起来，其根本就是七句祈祷文。七句祈祷文不仅包括上师、本尊、空行的所有修法，也具足基道果的一切法：基位七识聚所摄的一切法，道位七觉支所摄的一切法，果位胜义七财<sup>56</sup>所摄的一切法，皆可包括其中。

对我们而言，修这个莲师、那个莲师可能有点困难，但念诵七句祈祷文，应该没有问题。不过，许多人的发音或念诵音调不同，像拉萨那一带的念诵，跟多康等地的就有差别。譬如莲师心咒，有的念“嗡啊吽班则革日班玛色德吽”，有的念“嗡啊吽贝扎咕噜

---

<sup>56</sup> 《大幻化网》中云：“身、语、意、功德、事业此五为果胜义，与智慧胜义、法界胜义，此三胜义本来无离无合，即名为自成七财胜义性。”

贝玛悉地吽”，很难做到真正统一。但总的来讲，就像以前讲的那个金刚橛的公案一样<sup>57</sup>，只要你心清净，怎么念都没有问题。比如念“嗡玛呢巴美吽舍”，有人用的是普通话，有人用香港话，有人用甘肃口音，有人用四川口音，不同地方的发音各不相同。你不能说甘肃人念得标准，香港人的就不标准，所以发音不一致也很正常。

**如是唯依此金刚，妙音劝请莲花我，  
立即降临予加持，赐大智慧之灌顶。**

如是唯一依此七句祈祷文，用美妙动听的妙音劝请、祈祷莲师我，我会立即降临到他面前予以加持，并赐予大智慧的灌顶。

这是金刚语，绝对真实无欺。有些道友找不到上师灌顶，即使找到了，上师也因为忙或身体不好等种种原因不能给你灌顶。如果是这样，你不妨天天念七句祈祷文，求莲花生大士用智慧身给你灌顶。只要有信心，这些加持决定能得到。

**三根本尊如云集，无碍赐予二悉地，  
真实觉受梦值我，虹光萦绕妙香逸。**

当以七句祈祷文祈祷时，上师、本尊、空行等三根本，会如云聚般涌现在你面前予以加持，无有障碍

---

<sup>57</sup> 以前，前译宁玛巴有位金刚橛的大成就者，叫朵拉·香曲多吉，他能够把金刚橛插入岩石里。萨迦班智达曾找他调伏外道一位具有神通的大学者，但他念诵金刚橛的读音一点也不准确，本应读作“嗡班杂格勒格拉雅吽啪”，他却读成“嗡班杂叽哩哩雅吽啪”。萨迦班智达纠正了他的发音，他按照纠正后的发音念诵，但金刚橛却再也插不进岩石里去了。后来，只好又恢复原先的读音，而殊胜神通也紧跟着恢复如初。

地赐予共同悉地与不共同悉地。同时，你还会于真实觉受或梦境中见到莲师，修行的关房周围也会出现虹光萦绕、妙香扑鼻等瑞相。

我在翻译本书的过程中，真实觉受倒不敢说，但确实很多次梦到过莲师。不过这也不是什么很高的境界，就像无垢光尊者在《窍诀宝藏论》中讲的决定六法<sup>58</sup>一样，只要你按照上师言教去行持，决定会得到摄受与加持。所以，感应也好、加持也好、灌顶也好，有信心的人都能得到，关键在你修不修而已。

**闻表示音腰鼓声，身语意受大加持，  
觉性妙力顿悟起，八部鬼神唯命从。**

你在修持七句祈祷文时，常会听到天人的法鼓声、护法空行的妙乐声（以前有些修行人的山洞、关房周围，就能听到这种声音）；身语意会感受到很大加持，身体不调顺的会变得调柔，语言不调顺的会完全改变，心里烦恼深重的也会断除贪嗔痴（有些修行人变化特别快，就是因为诸佛菩萨的加持入心了）；还有些根基好的人，觉性妙力可顿时现前，获得开悟的境界，此时八部鬼神不但不会造违缘，还会对你唯命是从，让你弘法利生的事业顺利、广大。

**利结缘者获威力，速至持明之地已，  
与莲花我成无别。萨玛雅<sup>59</sup>！**

---

<sup>58</sup> 《窍诀宝藏论》云：“谨慎行持决定之六法：依止上师决定得加持；修持本尊决定获悉地；守持誓言决定聚护法；精进实修决定现证相；护持实相决定净二障；无散修炼决定现功德。”

<sup>59</sup> 即保密之意。

若修持七句祈请文，可利益无边的有缘众生（或许你现在还不能帮他们，但当你有了一定修行境界时，凡与你结缘的众生，善缘也好、恶缘也罢，都有能力对他们帮助）；自己也能获得诸多威力。有些人说话没份量，发心也没力量，想做点有意义的事，违缘就特别大，原因是什么呢？一是你业力比较深重，二是鬼魔常来扰乱。所以，现在有了这么好的法门，希望大家好好地修持，若能如此，不但可获得威力、遣除障碍，还能让你迅速得到持明果位，与莲花生大士无二无别。

我即真实三根本，由大海生金刚身，  
受持幻化网相者，相应胜解而祈祷，  
赐予彼同之悉地，故为利益今君臣，  
后代所化之弟子，取出心髓慈教诲。

莲师我就是真实的三根本，是莲花海中诞生的金刚身，是受持大幻化网相者。若能对我的功德生起胜解信而祈祷，必会获得相应悉地。（上等的祈祷，会得到上等的加持；中等的祈祷，会得到中等的加持。）故为利益当时的君臣和后代的所化弟子，我取出了心髓般的慈悲教诲。

未弘隐蔽深伏藏，浊世出现我所化，  
尔时贝若发愿力，显现光明表示文，  
具慧者示调化法，利益众生广无边。  
萨玛雅！

莲师的这一教诲，当时并未加以弘扬，而是作了甚深伏藏，并授记：“未来浊世出现此法的所化众生

时，依靠贝若扎那的发愿力，会显现出这些光明文字或空行文字。”

因此，七句祈祷文非常殊胜。像贡智仁波切等大德所开启的七句祈祷文修法，多是隐藏在大海、虚空、神山中的。莲师前往罗刹国之后，有些历史说，空行母益西措嘉用了一百多年的时间，把莲师所有甚深教法全部伏藏；此外，酿·加纳革玛燃扎、贝若扎那、囊·益西多杰、布玛莫扎等，也都伏藏了殊胜密法。在后来的时代中，这些密法均会由具缘的伏藏大师进行开取。

伏藏法的殊胜特点，方便时我想给大家讲一下。其实，伏藏法并非密宗独有，而是在显宗中也有。敦珠法王在《敦珠佛教史》中，就引用了《河流游戏经》等经典说，释迦牟尼佛把某些特别殊胜的法，隐藏在某个地方，并授记未来由某某人开取。只不过这在显宗并不常见，而莲师的法教中特别多。

所以，藏地历来有许多伏藏大师，读了他们的伏藏品，会让我们生起很大信心。尤其是《百位伏藏大师传》中的108位伏藏大师（《敦珠佛教史》也记载了一部分），是藏传佛教中最公认、最出名的。像众所周知的智慧光尊者、贡智仁波切、蒋扬钦哲旺波、麦彭仁波切，也全部属于伏藏大师。

假如你懂得伏藏法的甚深含义，就会了解到由于它是近传而非远传，故传承相当清净，避免了师徒之间的种种辗转，也不会被破誓言的晦气染污。它是直接由莲花生大士加持后伏藏于某地，并授记未来由某弟子开取，所以在种种因缘成熟时，被授记的伏藏大

师以其发心力、成就力，会把这部法取出来利益众生（也有些是以回忆前世的方式造出来）。

就像以前，法王如意宝去不丹时，来到巴卓达桑神山，即莲师当年骑着老虎以忿怒相降伏魔众的圣地。在那里，上师忆起了莲师前世的吩咐，开取出一个莲师猛修法的简略仪轨。这在法王的传记中也有记载<sup>60</sup>，你们方便时再看一下。可见，密法中有我们分别念以外的很多甚深境界，这也是后学者不得不了解的。

《七句祈祷文修法》的教证，以上我作了简单介绍，这次就不广说吧，只是让你们对密法有信心的人，字面上了解一下，看七句祈祷文到底有什么功德。这节课讲完以后，很多人可能不管是走路、吃饭，天天都会念这个祈祷文。我就是这样，乍看到一本书，暂时有特别大的信心，不过凡夫人总是不太稳定，过一段时间又容易变。但不管怎样，假如你从根本上理解了，即使有一点点变化，大的方向也不会改变。

末法时代，祈祷莲师的确很重要，这一点希望你们好好思维。并不是因为我学藏传佛教，就非要把它夸得天花乱坠，在我看来，佛教也好、外道也好，只要对众生最有利益，就可以平等地弘扬。这是我唯一

---

<sup>60</sup> 传记中说：（法王）接着又来到巴卓达桑，这里是莲花生大士以八种威猛相中的忿怒金刚形象降伏邪魔的山洞。进入洞中，法王说：“此处有九函莲师猛修仪轨的伏藏品，为了利益不丹国家未来的众生，今生我暂时不开取，待到下世再来取出。”又说：“我本想今生现清净比丘相度化众生，不愿开取伏藏品，但因莲师的愿力广大，所以许多甚深密语都已从口中自然流出了。这次也不得不取出一略仪轨伏藏。”为了缘起，法王便开掘出了一个简略仪轨。也就是说，前世中莲师已亲自吩咐许多伏藏品由法王来开取。



的目标。

当然，对众生今生来世最有意义的，到底是什么法？这值得每一个人去观察、思维。

## 第二节课

### 思考题

1. 有些人认为，莲师不过是个在家的密咒士，只是藏传佛教把他神化了，他的观点好多都不如法。对此你如何驳斥？请引用教证详细说明。
2. 在我们这个世界，莲师有哪八种化现？请一一说明其来历。
3. 为什么说莲师在遣除道障、违缘方面有不共的威力？你有这方面的体会吗？

前面介绍了贡智仁波切伏藏品《七句祈祷文修法》的内容，今天接着讲：

七句祈祷文的功德和加持，很多伏藏大师的伏藏品中叙述得相当多，那这里是如何讲的呢？

历史中记载，此金刚七句，是诸位金刚空行母迎请莲花生大士会供的词句。昔日，五百位精通因明、声明的外道本师到了那烂陀寺，试图使佛教威望减低。佛教的五百位班智达无力辩论，正当他们无可奈何之际，降临了一位空行母，告诉他们：“你们无法对付外道，若能邀请我哥哥，就会有办法。”另有一种说法是：期间，所有班智达基本上做了相同的梦，梦中胜寂空行母授记说：“你们岂能驳倒外道？如果没有迎请我的兄长——住在漆黑一片尸陀林中的多吉托创匠<sup>61</sup>，佛教将遭到毁灭。”

---

<sup>61</sup> 多吉托创匠：义为金刚颅鬘妙力，莲师八种幻化之一。

班智达们问：“那里很难行走，一般人没办法到达，我们怎么迎请呢？”

空行母回答：“你们在经堂的顶层陈设广大供品，伴着妙香、乐器，以最大的恭敬异口同声念七句祈祷文来祈祷，那么我的兄长莲花生大士就可以降临。”并教给他们七句祈祷文的念诵方法。

诸位班智达如是而行。刹那间，莲师从空中降临，居于五百位大班智达之首，通过教、理折服了五百名外道本师，令佛教获胜。接着他们又较量咒力，外道展现各种神通，在空中飞来飞去，金刚亥母交给莲师一个宝篋，让他降伏外道。莲师依言使空中降下霹雳，同时口念“吽吽”，执金刚杵以契克印指向外道，所有外道都因法力不足而摔落在地，最终不得不皈依佛教。可见，莲师的手印、金刚杵、身相等，在降伏外道或魔众、鬼神方面，有不共的能力。

从此，佛法尚未传入藏地之前，在印度也好，铜洲也好，包括现在的斯里兰卡、巴基斯坦等地，这一祈祷文非常兴盛，人人喜欢念诵；而佛法传入藏地之后，不管是出家人、在家人，一遇到违缘、障碍，或者修行不成功时，也都会合掌持诵此祈祷文。

原来我发心出家时，遇到了特别多的违缘，从种种相兆来看，似乎不能成功。于是我就抽出一段时间，专门念诵七句祈祷文。虽然里面的修法不太懂，但从很多老人和上师口中得知，若以七句祈祷文祈祷莲师，所有的心愿都能如愿以偿，故而对它极有信心。后来，我通过特别虔诚的祈祷，终于顺利出家了，许多违缘也奇迹般地消失，全都无机可乘，让人不得不

叹服莲师的加持。当然，在不信佛教或持邪见的人面前这样说，他们或许认为我是故意吹捧，但实际上，通过多年的修行、祈祷，我确实再再体会到了它的力量强大。

因此，你们遇到修行上或心理上的魔障时，祈祷莲师十分重要。格玛旺波·丹增诺吾在《赞戒论》中云：“猛厉祈祷上师莲花生，决定不为违缘所转变。”上师如意宝常常引用这句话，不仅是引用，而且当学院的里里外外出现违缘时，他老人家也要求大家如是祈祷，这对弘扬佛法或自身修行等有显著效果。

在座很多道友，都想变成很好的修行人，但若没有强有力的后盾，在末法时代相当困难，我们的道心就像云间的太阳，一会儿被魔障遮住，一会儿被违缘遮障，一会儿被邪道、邪师遮蔽，所以我始终认为，如果想修行圆满，必须时时祈祷莲师。倘若你是出家人，要想戒律永远清净，则应经常祈祷莲师护佑，以顺利遣除各种违缘；倘若你是在家居士，要想在恶劣环境中修行圆满、善始善终，就更更要祈祷莲师了。

正如刚才所说，只要以信心和恭敬心一心一意祈祷，莲师刹那间便会出现现在我们面前，以不可思议的威力遣除所有痛苦；反之，若不愿意祈祷莲师，即使他有不可思议的加持，也不一定对你有利。就好比一面取火的放大镜，虽然它有接受阳光的能力，但若不对着太阳，始终也不能生火；而一旦它对着太阳，纵然太阳无比遥远，但当照射到镜面上时，就能奇妙地产生火焰。所以，我们的祈祷至关重要。

有些人常讲：“只要观心就可以，没有必要持咒、

念祈祷文，这些都是多余的。”当然，你如果是根基不错的利根者，自然安住是可以圆满一切功德，但对大多数普通人而言，则要通过祈祷、念咒等方式，才能真正与诸佛菩萨相应。

现在有些上师说，祈祷文、咒语如同电话号码，可用来跟莲师及诸佛菩萨接通，与其相应、得其加持。我觉得这个比喻不太合适，因为电话号码可以换，如果对方换了，我们就打不通了，可是诸佛菩萨的咒语始终也不会换，没听说过去祈祷莲师用七句祈祷文，现在 21 世纪就不用了。不过，从与对方接通的层面来讲，用这个比喻也可以。

我们平时念祈祷文、咒语，心会非常平和，除了偶尔产生分别念，不可能一边念咒，一边生起猛厉的嗔心、贪心。以前有些大德一辈子念了几亿心咒，正因为如此，他们对世间杂乱琐事不会特别执著，大多数时间心都非常清净。所以，常持咒也能减少相续中的烦恼。

言归正传，莲师七句祈祷文的功德极大。莲师来藏地树立佛幢之后，便将此祈祷文恩授给国王赤松德赞、贝若扎那等有缘君臣；念及后代，又在所有伏藏品中，都留有此金刚七句。

藏传佛教历史上，有百位著名的伏藏大师，其传记不知汉文中有没有，英文中有，是相当厚的一本书。伏藏法是种很特别的法，以后有必要给大家介绍一下。对于这种法，虽然佛经中也有隐藏的记载，但唯有在莲师法教中才得以广弘。藏地有许多伏藏品，其

教义极其殊胜，且每个伏藏品，及莲师的传记<sup>62</sup>中，都有七句祈祷文的不共修法。迄今为止，它一直成为具有真实验相之加持、成就的大宝藏。谁若能经常持诵，修行定会顺利成功，各种境界顿然出现，内外魔障自然消失，传承上师的加持、智慧、悉地也会很快融入于心。

据我了解，学院有很多道友一直在念七句祈祷文，多年以来，每天念100遍七句祈祷文、1000遍莲师心咒，从不间断。这样坚持下去，必定能遣除修行的很多道障，身心也容易与法相应。只有心与法相应了，诸佛菩萨才会时时加持，对三宝的信心自然越来越强，此时证悟万法的本体一点也不难。相反，假如心跟法不相应，就不会得到上师、诸佛菩萨、护法空行的加持，仅靠自己微薄的力量修行，纵然再精进、再努力，最终的结果也不会很理想。

所以，对如此具殊胜功德的加持文，我们一定要像重病患者随身带着特效药一样，随时随地都要修持。其实人人皆有烦恼、障碍、违缘，这一点我们心知肚明，只不过很多人不说而已。常听有人抱怨：“就我烦恼重，就我违缘多，为什么每次修行都不成功？别的道友多好啊，早上起床那么早，每天背诵那么多，平时也没什么烦恼。而我，要么生病、要么痛苦，怎么办呢？”实际上在这个时候，可能是很多看不见的非人鬼神正在对你作损害，为了自己的修行顺利，一

---

<sup>62</sup> 有些大德说：莲师的传记，《大藏经》上记载的有四千九百多种，为智慧佛母益西措嘉、大乐佛母、智慧胜乐佛母等莲师弟子所写下，但目前已看不到这么多。每部传记中，都提到了修行此莲师七句祈请文的功德。

定要持诵最有力的咒语或祈祷文。

以前，许多修行成功的大德即是如此。他们的身边或不易被发现之处，藏有很多秘诀，而这些不一定是不为人知的东西，很可能就是七句祈祷文等众人皆知的窍诀。依此修持，即可得到三宝的加持，不容易随违缘所转，到晚年时回顾自己的一生，肯定非常快乐。麦彭仁波切在《快乐歌》中也说：“如今的芸芸众生遇到邪知识、堕入恶趣，与他们相比，我遇到莲花生大士的教法，遇到这么好的传承上师，真是不幸中的万幸，多快乐啊！”

现今，我们虽处于黑暗的五浊恶世，群魔乱舞、魔障猖狂，但所幸的是，有缘遇到了无须任何怀疑的正法，以及具殊胜加持的莲师教法，的确值得欢喜！这并不是我随口说说，确实是发自肺腑之言。我心中常想：“现在的环境如此恶劣，我却遇到了这么好的上师、这么好的教法，真是千百万劫积累资粮的果报，实在太幸运了！”这一点，相信很多人也都有同感。

下面，简明扼要地讲解七句金刚句的意义。它分为三个部分，即外解说祈祷正文句义、依内解说金刚句隐义、汇集实修道次第。其中，第一部分，我准备全部讲完；第二部分，包括解脱道、方便道的修法，因涉及灌顶和修完加行，所以文字上虽已翻译，但这次不讲；第三部分，是实修莲师的上师瑜伽，这也可以讲。也就是说，中间部分暂时不讲，只讲前后两部分内容。

第一、外解说祈祷正文句义：

『藏文』

『汉文』

吽

吽

欧坚耶杰呢向灿

邬金刹土西北隅

巴玛给萨东波拉

莲花蕊茎之座上

雅灿巧格欧哲尼

稀有殊胜成就者

巴玛炯内义色札

世称名号莲花生

括德喀卓芒布果

空行眷属众围绕

且杰吉色达哲杰

我随汝尊而修持

辛吉洛协夏色所

为赐加持祈降临

革日班玛斯德吽

革日班玛斯德吽

简而言之，第一句为莲师出生之地；第二句为莲师降生之方式；第三句为莲师之稀有功德；第四句为莲师圣名之殊胜；第五句为莲师之眷属；第六句为随修者对莲师之信心；第七句为莲师加持赐成就；第八句以咒语印持。

广而叙之，三世如来的总体莲花生大士，在法身界中，与普贤王如来无二无别；在报身界中，是具有五决定的受用圆满身；在化身界中，显现种种游舞以利益有情。所以，莲师所安住的境界，唯一是佛陀的行境，而不是其余有情的境界。

在普通人面前，莲师可能只是个了不起的密咒士，然而他的真实境界，世人绝对无法衡量。诚如《莲师略传》所言：“极乐世界无量光，普陀怙主观世音，达那够夏莲花生，外形虽显三身相，实则无二也无别。”极乐世界无量光佛、普陀山怙主观世音菩萨与达那够夏的莲花生大士，三者在外相上虽然不同，但实际上无有二致。又云：“法界刹土普贤王，密严刹



土金刚持，菩提伽耶释迦佛，与我莲师无别成。”法身界中的法身普贤王如来、密严刹土的报身金刚持、娑婆世界的释迦牟尼佛，这三者与我莲师无二无别。

这两个教证，均出自邬金朗巴<sup>63</sup>的《莲师略传》。藏地有许多莲师的传记，如法界金刚、桑吉朗巴、邬金朗巴的伏藏品中都有。小时候我专门抄写过这些，现在手上还保留着。以前我在放牛时，背过法界金刚的《莲师略传》；而邬金朗巴的那个《略传》，虽不太会背，但许多偈颂记得很清楚；藏地还有一部《莲师广传》，这些若供奉在家里或佛堂中，可以遣除诸多违缘。对此，不信佛教的人不一定相信，但如果你真正有信心，就会知道在遣除魔障方面，莲师确有不共的威力。所以，有些道友若自认为着魔了，或者违缘特别大，我的建议向来如此：要好好地念莲师心咒。

或许有人怀疑：“您有没有神通啊？没有的话，怎知道我该念莲师心咒？”我虽然没神通，却有这方面的专业理论。就好比对医学博士而言，有人生病了，通过把脉、看舌头就能了知，同样，我修学佛法这么多年，看别人该念什么咒语，基本上能一目了然，不一定需要神通。如果是要去探知别人的心，没有他心通则很难做到，但这只是个一般的观察，用常识就足够了。因此，大家务必要清楚，在遣除违缘方面，莲师有不可思议的能力。

如上所说，莲师三身的游舞无量无边。就这个刹土而言，在包括百俱胝三千娑婆世界的三十六世间界

---

<sup>63</sup> 邬金朗巴：百位伏藏大师之一，非常了不起的大成就者，单单是伏藏品就有 20 多函。

<sup>64</sup>，以及分别的不同六道等处，莲师以种种名号、形象在度化众生。（你们若听过《闻解脱》法门就会知道，莲花生大士其实与释迦牟尼佛无别，在六道中都有不同的幻化身。）单单是我们这个南瞻部洲<sup>65</sup>，他也是示现一身体、八名号、二十神变等不可思议的幻化，在弘扬佛法。

莲师的八种名号，实则为八种不同的化现，大家方便时，应看一下“莲师八变图”的唐卡。在那个唐卡上，中间画的是我们平时观修的莲师形象，周围就是莲师八种不同的身相。



（一）海生金刚：最初，阿弥陀佛心间的“舍”字，投射到邬金达那够夏大海的莲花上，莲蕊中诞生了一位八岁童子。邬金国王恩札布德膝下无子，因其乐善好施，不时供养三宝，故国库空虚，于是到大海里取宝。在回程途中，大臣紫那木扎首先见到莲师，接着国王也见到了，对其生起极大信心，迎请到宫中作为太子，赐名“海生金刚”。



（二）忿怒金刚：莲师降伏了奸臣之子，国王将其流放到尸陀林。他在不同的尸陀林中，为有缘的人与非人宣说了种种殊胜法门；对无缘的对佛法有邪知邪见的鬼神，以忿怒金刚的形象全部降伏。

<sup>64</sup> 毗卢遮那佛心间有三十六层世界，我们这个娑婆世界位于第十三层，详见无垢光尊者《如意宝藏论》等论典。

<sup>65</sup> 六道中的人道又分四大部洲，南瞻部洲只是其中之一。



(三) 释迦狮子：在印度金刚座，莲师示现种种神通，说自己是自生之佛陀。很多人不信，并加以诽谤。为把这些众生引入解脱道，他在扎巴哈日上师座下示现出家，此时被称为释迦狮子。

(四) 爱慧莲师：莲师于西日桑哈、桑吉桑瓦（佛密）等诸多上师面前，得受了以大圆满为主的众多显密教授。他听闻任何一部经典和续部，都能了如指掌、通达无碍，故叫做罗丹确哲，汉译为“爱慧”。



(五) 班玛托创匠：莲师在萨霍国示现种种神变，国王不承认他的成就相，命人堆积木柴焚烧他。结果烈火变成了湖，木柴变成了莲花，莲师端坐在莲花上，颈上挂着骨鬘以作庄严，没有受到丝毫损伤，此时叫班玛托创匠。托创匠即颅鬘

妙力之义，指莲师用骷髅鬘装饰身体。（这个莲花湖，法王去印度时专门朝拜过，并于此地造了个《莲师略传》，其中有大量修法。）

(六) 莲花王：萨霍国王和大臣们对莲师生起极大信心，请他担任国师十三年，并从国库里取出珍贵的衣饰、莲花帽等作供养。莲师戴着莲花帽，这时叫班玛加波，即莲花王。





(七) 日光莲师：在格拉佐尸陀林，莲师示现种种禁行，给空行母们传授密续法门。并降伏了一些鬼神，对其宣说诸多妙法，在日光上显示各种神变，故叫革日宁玛沃热，即日光莲师。

(八) 狮吼莲师：在印度金刚座，莲师于辩论中击败了五百邪见外道，并依靠咒术的威力降伏了他们，使外道们屈服并皈入佛门，此时叫革日桑给扎周，即狮吼莲师。



莲师的八种幻现，各自有不同的祈祷文。这些幻化，伏藏品《七品祈祷文》等中也有介绍。不过，在不同的伏藏品中，所描述的莲师形象和状况也略有差异。

现今莲师已去往罗刹洲，安住在铜色吉祥山的莲花宫<sup>66</sup>，于其上中下三层，分别以三种化身庄严安住着。在二十一大罗刹洲的每一处，也都显示不同名号、身态的幻化。《敦珠法王自传》中描述过，一次他去罗刹洲拜见莲师时，在莲师周围，见到了许许多多化身相。不过，这是在一位瑜伽士的清静智慧前显现的，不一定谁见的都是如此，每位伏藏大师在修法中的描述各不相同。罗刹洲有很多洲，就像现在一个国家分了很多省，或如美国分成 50 个州一样。在罗刹洲的各个洲里，莲师以不同的方式在度化众生。

<sup>66</sup> 莲花宫：又名莲花光刹土、铜色吉祥宫，藏文是桑多花热。如今色达、德格、白玉、青海等地的很多宁玛派寺院都在修，一般来讲是三层，但也有是十三层。

总之，莲师的事业无边，尽法界际。昔日，他在过去诸佛时曾现身于世，而今佛陀的这一圣教中，印度等地的大多数智者、成就者，也都是莲师的幻变。（如《益西措嘉空行母密传》里说，印度的帕单巴桑吉，就是莲师的化身。）在印度、汉土、香巴拉、铜色洲等不同地域，莲师对诸位持教者进行加持、摄受，并幻化为人、动物、建筑物等不同身相，广泛弘法利生。

有些人认为：“莲师只是个普通在家人，他的观点这个不对、那个不如法……”这些说法让人听了只想笑，不想跟他争辩什么。就像汉传佛教中有人说“阿弥陀佛如何不好，禅宗的观点如何不行”一样，懂道理的人只能觉得他有问题，而不会正面去反驳。现在汉地有不少人，由于语言文字、民族传统的关系，对藏传佛教并不了解，尤其对莲师在印度、藏地、汉地等处弘扬佛法、利益众生的状况一无所知，从而相续中有无数邪见。其实，莲师并不只是个有头发的密咒师，你如果这样相提并论，太可怕也太可笑了！

所以，这次我们讲莲师祈祷文很有必要。要知道，藏传密教博大精深，对人类乃至全世界的利益无法估量，如今它不仅仅属于藏地，无数国家和地方都从中受益匪浅。在现在这样的时代中，倘若没有如此强大的加持之光，根本不可能驱除魔障的黑暗，获得解脱的光明。所以，对于诸佛菩萨的种种幻化，千万不要凭一己分别念去毁谤。

在我们藏地，莲师的足迹几乎踏遍了每寸土地，并且全都予以加持。比如拉萨那一带，就有莲师加持过的25大圣地；安多、康区也分别有25个这样的圣

地。莲师加持过的这些地方，在很多年代中，都没有被外道或邪道占领。可见，大成就者曾去过的地方，跟一般人的截然不同。

不过，现在人好像不注重这些，他们更注重的是名气。例如，某某医院来了一个歌星，从那之后，此歌星的照片会永远挂在医院大厅里，供人瞻仰。其实医院是救死扶伤的地方，一个唱歌好的人就算来过，也不会对病患实质性的利益，只是给医院带来点名气而已，其他并无多大意义。而莲师去过很多地方，就与此完全不同了，希望大家能明白这个道理。

你们今后要挂照片的话，没必要挂某某歌星、某某领导的，而应该在家里、车上挂莲师像，这有很大的加持。有些人喜欢挂上师的照片，虽然这也可以，但我觉得，莲师是一切上师的总集，挂莲师像会更有加持。如果我看到有些道友的车上挂着莲师像，就会由衷感到：“莲师的加持不可思议，他的一切肯定吉祥。”而如果看到挂着我的照片，就会替他感到深深悲哀：“唉，这个人竟如此迷茫，挂我的照片有什么用呢？不但没有什么利益，反而对自他可能都有害。”

所以，道友以后要学会分清真伪。虽然有些上师对你有恩德，从世间情意上，对他心存感激也无可厚非，但上师的加持与莲师的无法同日而语。尽管经论中也有“上师即佛”的观点，但这要用大量教证、理证转弯抹角地建立，并需要经过很长时间的辩论。倘若你崇拜一位上师，一旦他行为不如法，你就会感到很迷惑：“‘佛’怎么还干坏事？”进而对“佛”产生邪见。信奉莲师就不会这样，他的加持无有争议，

所以把莲师像挂在车里、佛堂中，或当作护身符，是最好的。

莲师住世时，曾隐藏了许许多多甚深伏藏品，并授记了开取的时间、人物及其使用方法，同时，对制造违缘的所有鬼神加以降伏，让他们立下护持佛教的金刚誓言。莲师还亲口承诺：未来乃至佛法住世期间，会一直以幻化身护持藏地百姓。并嘱咐藏地十二地神母<sup>67</sup>、二十一优婆塞、十三歌神等诸多鬼神，不准外道入藏。

看过莲师传记的人都清楚，昔日藏地鬼神非常多，他们不愿佛法得以弘扬，于是处处制造违缘，不让建造桑耶寺，连国王赤松德赞、菩提萨埵也无计可施。后来迎请莲师进藏后，莲师以其不共的威力与咒力，才顺利为桑耶寺作了奠基。现在有些历史学家也承认，桑耶寺曾打过两次地基，莲师的那次是第三次。但历史学家的说法，有时跟我们相同，有时也不相同，因为他们纯粹是学术研究，只停留在莲师最初是公元多少年来、国王赤松德赞是什么年代，却不认可我们修行人所需要的加持。

藏地的佛法，包括进藏求学的道友，历来为十二地神母等护法神所护佑，许多修行人也常念诵其祈祷文。记得在“文革”期间，法王如意宝专门作了一个祈祷文，文中说：“十二地神母，你们曾对莲师作过怎样的承诺？如今藏地都变成了这样，你们却不闻不

---

<sup>67</sup> 十二地神母：又名永宁地母十二尊，立誓永远保佑藏土的十二尊主要地祇女神：遐迹名扬地母、页岩孚佑地母、普贤地母、魔后地母等为四魔女神；独具支眼地母、贤德明妃地母、刚烈尊胜地母、白衣龙后地母等为四药叉女神；藏土孚佑地母、太一济世地母、丽质冰心地母、翠聪绿炬地母等为四女医神。

问，是不是一个个都睡着了？你们跑到哪里去了？”当时印度有位大德也造了个祈请文，内容与此不谋而合。有了这些祈请以后，不久佛教果然再次兴盛。

可见，护法神有时候需要劝请。就像有些发心人员有点累了、不听话了，你狠狠地批评一下，他马上就清醒了。十二地神母也有段时间对佛教护持不力，但后来就好了，尤其是现在，对佛法保护得非常好。我们可以看得到，在藏地，外道的事业往往不顺利，有人想建造其他宗教的殿堂，始终不能成功，违缘层出不穷，这也是有目共睹的事实。

总之，莲师的加持不可思议。这一点，并非因为我是藏族人、喜欢莲师才这么说，其实莲师又不是藏族人，而是印度人。但不管我们是哪里的人，都要经常祈祷莲师。看看历史就知道，很多大德、大成就者因为对莲师有信心，故而修行非常成功。所以，我每次看到有些人对莲师信心特别大，就会觉得：“这个人的修行定能成功！”这是自然而然产生的分别念。当然，这个分别念的背后，还有很多丰富的教理依据，不过因为时间关系，我无法一下子全部展现。



### 第三节课

#### 思考题

1. 大鹏鸟有哪些殊胜功德？平时为什么要经常祈祷它？你是怎样观修的？
2. 如果你是宁玛派的弟子，能否学习格鲁派等其他教派的法？为什么？请引用教证说明原因。最后可得出什么结论？
3. 《大圆满前行》说密法只在三尊佛的教法中才会兴盛，而此处又说贤劫千佛的每一时代，都各有一位莲师降临于世，弘扬密法，这两种说法是否矛盾？为什么？
4. 莲师亲口讲过，在具强烈信心的众生面前，他的悲心及加持比其他佛更迅速。这种说法你能接受吗？为什么？
5. 假如你想对密法生起信心，首先必须要做到什么？为什么？你今后有何打算？

现在继续介绍莲师七句金刚文。

为什么要给大家讲这部法呢？因为现在汉地很多学显宗的道友，包括极个别学密宗的人，对莲师生平不是特别了解，对密宗的甚深教言也比较陌生，通过这次介绍七句金刚文，可以让大家多方面了解藏传密教的殊胜性。如果这样的教法不符合佛教、不符合真理，我们也没必要弘扬它，因为把非理偏说成真理，也是一种欺骗。但我们始终不愿这样做，也不会这样做。

过去由于各种原因，很多人对密法不了解，包括藏传佛教的虹身成就，大家都觉得不可能，或者认为是一种传说。实际上这种想法不合理。密宗有许许多多窍诀，有信心的人若去实修，一定会得到感应、觉受、证悟，这是毫无疑问的。所以，我很想让你们多了解一下传承大德们的事迹，以便对密法生起信心。

现在有不少修行人，应该说信心比较足，人也很虔诚，可是因为没有善知识引导而不通教理，所以很容易误入歧途，甚至诽谤圣教。其实，密宗有很多殊胜窍诀，这在我们阅读高僧大德传记时就会发现。例如觉姆满莫，是藏传佛教中依伏藏法而成就的著名女性成就者。她依止了格日曲吉旺修等上师，苏醒了伏藏种性，开取了许多意伏藏。36岁时，她与两位女侍者在曲扎山上，做了一个简单的会供，之后便如雄鹰飞空般，不舍肉身而直接飞往莲师吉祥刹土。此情景恰巧被当地牧人们见到，牧人们在食用了她会供的加持品后，也都得到了殊胜的境界。

汉传佛教中也有类似公案。如汉地第一位比丘尼——净捡，我在《密宗虹身成就略记》中提到过她的事迹，隆莲法师在1997年第6期《洛阳佛教》刊登的《心经讲记》中，以及《比丘尼传》中<sup>68</sup>，也都讲述过她的公案。以前汉地没有比丘尼戒传承，净捡等

---

<sup>68</sup> 《比丘尼传》，梁代高僧宝唱撰，是晋、宋、齐、梁四朝著名的比丘尼六十五人的传记。《比丘尼传》云：“晋竹林寺净捡尼传一：晋土有比丘尼亦捡为始也。当其羯磨之日，殊香芬馥，阖众同闻，莫不欣叹加其敬仰。善修戒行志学不休，信施虽多随得随散，常自后己每先于人。到升平未，忽复闻前香并见赤气，有一女人手把五色花自空而下。捡见欣然，因语众曰：好持后事，我今行矣！执手辞别，腾空而上。所行之路有似虹霓，直属于天。时年七十矣。”据有些历史记载，净捡比丘尼学过密法，并认识从印度来的密宗高僧佛图澄。

人直接从比丘中受戒，得戒时戒堂香气芬馥、扑鼻而来，出现了种种神奇瑞相。自此她精进修行，从不懈怠。在70岁她要圆寂那天，天空中出现一道美妙的彩虹光，光中下来一位手持花束的女人。净捡告诉众人：“我要走了，你们要精进修行！”说完，不舍肉身与这个女人前往清净刹土去了。后来，藏地的“空行母成就法”传至汉地时，人们才知道净捡是修持密法的最高成就者<sup>69</sup>。

昨天有些女众问女成就者的公案有哪些，今天我就顺便讲了两例。以前我在不同场合中也说过，不管男众还是女众，只要对上师三宝、殊胜教法有不退的信心，都可以不舍肉身而前往清净刹土。这样的公案非常非常多。

因此，了解密宗极为重要。现在有些人爱诽谤密法，对莲师、密续、宁玛巴八大法行<sup>70</sup>等不能接受。不过这也情有可原，因为他们没有依止过善知识，对藏密的殊胜窍诀、传承上师的来历一无所知，尤其是再受环境影响，依止了一些恶知识，这样一来，毁谤就更容易发生了。

你们这次通过学习莲师的功德和修法，以后在有生之年中，就算甚深的密法修不成，也千万不要毁谤侮辱密宗甚深的见解、修行、行为。否则，不但即生会感受可怕难忍的果报，未来的生生世世中，也会堕入三恶趣不能解脱。这是肯定的！

---

<sup>69</sup> 修密法的成就，最高是不舍肉身直接往生刹土，不留指甲、头发；次一等是身体走，衣服不穿；再次一等是身体缩小。

<sup>70</sup> 八大法行：是宁玛巴所修的出世五法行和世间三法行。前五者为文殊身、莲花语、真实意、甘露功德、概事业；后三者为召遣非人、猛咒诅咒、供赞世神。

我个人而言，从小对莲师有特别强烈的信心，无论是放牛、上学还是出家，四十多年来从未改变，也从未对莲师的甚深见修产生过怀疑、邪见。但是我发现身边的道友，有些因为不了解而毁谤密宗，有些刚开始似乎信心十足，后来却以种种因缘，对莲师的法门置之不理，甚至肆意诋毁，这都是相当可怕的行为。希望你们不要趣入这种愚昧之道！

下面继续介绍七句祈祷文：

伏藏大师德贤巴的秘密授记中记载：“莲生我成忿怒尊，廿五君臣成军队……”这是对未来的一个授记。莲花生大士说：“我将来会变成忿怒尊——勇武轮王，成为时轮金刚的君主。当边地野蛮人准备毁坏佛法时<sup>71</sup>，我将率领时轮金刚大军来到南瞻部洲的印度、西藏等地，降伏所有具邪知邪见者，并将《时轮金刚》为主的密法弘扬光大。”这在《时轮金刚》的历史中讲得非常清楚。尤其是我们现在若能与时轮金刚、莲师法门结上缘，将来都能得到解脱。

到了那时，麦彭仁波切，会变成时轮金刚大军的将领森剌布<sup>72</sup>；法王如意宝，则成为主帅业金刚<sup>73</sup>；其法脉下的弟子，将成为他们的军队。不过这并不像世间军队的打仗，无有悲心地残害众生，而是用幻化的

---

<sup>71</sup> 距今两百多年之后，也有说三百多年之后。

<sup>72</sup> 《全知麦彭仁波切略传》云：“未来时轮金刚大军降临人间后，将毁灭邪魔统领之军队，彼时我将为时轮金刚大军中名为森剌布之一将领。那时我将聚集起所有传承我教法之人，并使其均能享受到时轮金刚吉祥妙法之味。为促成圆满此殊胜缘起，我已嘱三藏大师堪布根华为众眷属传讲《时轮金刚大疏》。”

<sup>73</sup> 《法王晋美彭措传》云：“（法王的前世）列绕朗巴再过五世成为时轮金刚军队的主帅，统领五万眷属降临人间消灭外道，凡与之结缘者均可往生香巴拉刹土。”

神变降伏魔军、邪众、外道，以悲心来超度他们，并进行应机施教。所以，我们若能于那时转生，将会非常幸运，许多高僧大德也为此而纷纷发愿。

1986年，法王如意宝曾灌过时轮金刚的顶。当时灌顶需要一个标志，法王就定为“红大鹏”，即我们脖子上常戴的大鹏鸟。这是怎么来的呢？一方面，法王想灌顶时，帝察活佛正好供养了一张大鹏鸟的唐卡，缘起很吉祥；另一方面，以前法王在紫青山谷时，空行母达热拉姆（年龙佛母）捡到一枚非常稀有的银币，一面是大鹏鸟王调伏毒龙的图像，另一面是雪山顶上旭日东升的图像，并将之供养给法王，法王见后非常高兴，这标志着佛法再弘的机缘已成熟。从这些缘起来看，法王决定把大鹏作为标志。

当时，我们每个人请了一张黑白的大鹏像，是在学院拍照片的汉人做的。法王如意宝说，一大早他和意平活佛就跟这人讨价还价，讲了半天以后，本来是一块钱一张，终于砍到五毛钱。上师让我们每人请一张作为灌顶的标志，说将来时轮金刚军队也以大鹏为标志。从那时起，法王如意宝开始对“红大鹏”进行弘扬。

前段时间，我为菩提学会也设计了个大鹏，印在很多法本的封面上。之所以这么做，是因为有特殊缘起：一、法王说大鹏是将来时轮金刚军队的标志，我们也应发愿跟随上师，变成时轮金刚的幻化军队来降伏魔众；二、无量劫前，一位转轮王膝下有1003位太子，这些太子都发了殊胜菩提心，为利一切有情愿成佛，而只有最小的太子发愿：“兄长成佛时若出现

任何违缘，皆由我来遣除。”后来，他以此愿而变成大鹏。因此，祈祷大鹏能够驱除一切违缘。

在藏传佛教中，大鹏的修法非常多，像伏藏大师德钦朗巴的伏藏品里，就有黑大鹏、花大鹏、红大鹏的不同修法<sup>74</sup>。法王如意宝平时讲的，主要是红大鹏，这个观修起来比较容易，伏藏品里有个简单的修法：

首先，观想一个发出五光的蛋，蛋上的标志是藏文“充（ཉུང་）”字。此字一刹那变成红大鹏，嘴里叼着毒蛇，双翅燃烧着火焰，发出咒语的自声，以智慧火焰无害而焚烧一切恶龙。一边这样观想，一边念大鹏心咒“嗡充噶日扎匝类匝类吽吽<sup>的</sup>”。念这个咒语很重要，因为在末法时代，恶龙对我们的扰害相当大，若能常诵大鹏心咒或者佩戴大鹏像，便可摧毁魔众、恶龙、地神、妖魔鬼怪所带来的各种违缘。

话说回来，德贤巴大师的这个授记中还说：在藏地雪域，旧派（宁玛巴）、新派（噶当、格鲁、萨迦等）的持教大德，多数是莲化生大士的化身。

平时常听人问：“我是学宁玛派的，能不能学格鲁派？”“我是学格鲁派的，能不能学萨迦派？”“我是学萨迦派的，能不能学噶举派？”在他们心里，好像这些不同的宗派水火不容，互相抵触、互相矛盾，其实这是不合理的。藏传佛教中诸位持教大德再三强调：各教各派的创教祖师，都是诸佛菩萨的化现，他们所创立的本派教义，也都是从发心、集资到获得二

---

<sup>74</sup> 各伏藏品中有许多种不同的大鹏修法，其中白大鹏是身部大鹏；红色是语部大鹏；蓝色是意部大鹏；黄色是功德部大鹏；绿色是事业部大鹏；花色是殊胜智慧部大鹏。此外，还有大鹏分二十一类等说法，如此也就有了不同部的修法。

身<sup>75</sup>，根本没有任何矛盾。

关于这个问题，宁玛派的大德有很多教理，但我们作为宁玛派的行人，仅凭一家之言很难令人信服，所以上师如意宝常引用其他教派大德的教言来论证。如第四世班禅乐桑曲坚云：“大智成就莲花生，化身具德阿底峡，又化罗桑扎巴华，我无其余皈依境。”意思是，前弘时期开创藏地佛法的莲花生大士，化身为后弘时期再弘佛法的阿底峡尊者，又化身为具德宗喀巴大师，除了这三者以外，我没有其他皈依境。由此可以看出，此三大教派的祖师皆为同一化身。

第二世达赖喇嘛格邓江措也说：“成就持明莲花生，五百顶饰阿底峡，金刚持佛宗喀巴，异身游舞吾顶礼。”成就持明者的莲花生大士，印度五百班智达之顶饰的阿底峡尊者，藏地与金刚持无二无别的宗喀巴大师，这三者显现上身体不同，实际上是一个本体。

以前我看过赛仓·洛藏华丹所著的《格鲁史略》，这是当时北京高级佛学院的课本。其中对此道理，也有如是记载和详细论述。

华智仁波切还说：“五明通晓开显萨班尊，显密善说之源宗喀巴，一切佛法教主龙钦巴，雪域三大文殊我顶礼。”无垢光尊者、宗喀巴大师、萨迦班智达，这三位尊者被称为“雪域三大文殊”，均是由文殊菩萨一人所化。试想，假如各宗各派真的完全相违，文殊菩萨也不可能如此化现。

著名的格鲁派大德土官说：“阿底峡尊者、达波

---

<sup>75</sup> 二身：法身和色身，其中色身又包括报身、化身。

瓦（米拉日巴尊者的传承弟子）、宗喀巴大师三者，均是莲花生大士的化现。”所以，噶举派与格鲁派的究竟密意，实际上是一致的。

那么，萨迦派的大德是否跟宁玛派的无别呢？也是。如《莲师略传》云：“尔时上地名萨迦，父名文殊度母，其二所生吾化身，子名根嘎嘉村者，彼将重修吾殿堂。”意即在上方一个叫萨迦的地方，父亲名为文殊（蒋华），母亲名为度母（卓玛），他们的孩子根嘎嘉村（萨迦根嘎嘉村，《萨迦格言》的作者），是我莲师的化身，将来会修复我的殿堂。可见，萨迦班智达也是莲师的化身——这里个别萨迦派的弟子很高兴，一个个笑眯眯的！

此外，觉囊派的大德多罗那他，也曾在自己的密传中透露，他是无垢光尊者的转世。

所以，各派高僧大德的密意并不矛盾，学习哪个宗派，都没有任何不合理之处，千万不要站在自宗立场上，诋毁其他的宗派。现在可能稍微好一点，不像以前，格鲁派的极个别人对宁玛派不了解，造下过特别可怕的口业，直至后来真正的持教大德站出来，人们才明白各派互不相违。

不仅藏传佛教的内部如此，全世界佛教的三大体系——藏传、南传、北传<sup>76</sup>，其所有教派也不矛盾，只不过因人而异，修学的途径不同而已。假如全世界的佛教没有分成不同的派别，完全是一个体系，也不一定就好。只有分成了不同教派，凡夫人因为有自他

---

<sup>76</sup> 佛教经帕米尔高原传入中国（约公元元年前后），再由中国传入朝鲜、日本、越南等国，史称北传佛教。北传佛教又称汉传佛教，因其经典主要属汉文系统。



的分别，才会非常珍惜自宗传承，进而对他们相续有利。打个比方说，虽然我们都对佛陀有信心，然而，是上师把法直接传给了你，所以你对上师的感恩总会有所不同，这也是一种缘起。

总之，藏地的高僧大德、大成就者，大多数是莲师的化现；即便不是莲师的化现，也曾面见过莲师，得受过灌顶、加持、教言，这种情况在萨迦、觉囊、噶举等派的大德传记中数不胜数，我们宁玛派就更不用说了。

前段时间，我有个很好的梦——算了，这个“萨玛雅”，不说了。说一个其他上师的吧：以前学院有位了不起的活佛，叫华觉嘉措，法王如意宝常在他那儿问一些事，至于得过法没有，具体不太清楚。我刚来学院时，这位上师住在法轮区的一个小木屋里，修证非常高。他在“文革”期间，修行也没停止过，在那种政策下，被发现是很危险的。有一天晚上，他做了个梦，梦中在爬一座神山，这座山好像跟喇荣的山一样，山上的小树、包括树枝都很清楚。到了山顶，天上突然打雷，雷声隆隆、大地震动，他当下有种开悟的感觉。他慢慢转到山前，再看这座山时，山一刹那变成了莲师，相貌十分威猛，全身闪闪发光，遍照藏地雪域为主的一切地方……

早上他醒来之后，从觉受和梦境来观察，觉得佛法大有兴盛的希望。恰好当天他收到了德巴堪布偷偷写好的《佛法兴盛祈祷文》<sup>77</sup>，于是就跟很多人说：

---

<sup>77</sup> 字数跟麦彭仁波切的《前译教法兴盛愿文》差不多。后来德巴堪布应弟子的请求，又写了一个它的讲义。

“可能佛法会再次得到弘扬。”后来我刚来学院时，跟他谈起我是多芒寺的，他就跟我说：“你们德巴堪布很了不起！不要认为他是一般的堪布，他很了不起哦！”

还有一位大德，是智慧光尊者的弟子无畏盔甲。他很小的时候，听说噶陀的杰美仁真上师在灌莲师的顶，就想方设法地跑去，并得到密名益西仁真（智慧持明），从此对莲师生起极大信心。他回去之后继续放羊。有一次，他来到一座巨大的岩山面前，山上有莲师曾修行的山洞，他便对着此神山猛厉祈祷莲师。没过多久，整座山变成了莲师的庄严形象，手以契克印持着金刚。他情不自禁地念诵七句祈祷文和莲师心咒，更加恭敬地祈祷。过了一会儿，莲师像顿然消失，他当下证悟了心的本来面目。尽管他年龄很小，却深深认识到：各教各派的一切教义，除了认识心的本性以外，别无其他。这段经历，他在40多岁时写于道歌中，说自己小时候已亲见过莲师，从那时起，弘法利生事业就很顺利。

其实不光是高僧大德，古往今来，普通人得受莲师加持和教言的事迹也不胜枚举。所以，即使我们不出名，即使我们没有成就相，但只要一心一意地虔诚祈祷，必定会得到莲师的不共加持。

要知道，莲师的化现无量无边。未来，弥勒佛在这个世界成佛时，莲师将幻化为卓敦<sup>78</sup>佛子弘扬密法。同样，于此贤劫所有千佛的每一时代，也都各有一位

---

<sup>78</sup> 义为调化众生。

莲师降临于世。或许有人问：“有些论典讲，密法只在三尊佛的教法中才会兴盛。而此处又这样说，两种说法是否矛盾？”实际上并不矛盾。那些论典所讲的内容，是指在那三尊佛的教法中，密法会得到特别广泛的弘扬；而贤劫其他佛的教法中，莲师也会以不同形象弘扬密法，但是比较而言没那么兴盛，应该从这个角度理解。总的来讲，乃至轮回未空之前，莲师始终会以无死金刚智慧身安住，而显现幻化游舞，饶益有情。

所以，大家务必要清楚莲师到底是什么身份。有些人总以为，莲师只是个藏地束着发髻的瑜伽士，有时候我看到个别著名学者介绍藏传佛教，真的不想跟他们辩论，只是笑一笑，把书本放在一边。要知道，莲师的行径不是凡夫人所能想象的，在贤劫每一尊佛的教法中，都有他的幻化身在度化众生。

莲师曾以金刚语说：“共称自然莲花我，无量光佛意幻化，圣者观音语光芒，空行兄长勇士王，三世如来事业主，无等普贤金刚持，现化身具悲大力，随机调化事业广，如意满足众生愿。”人们共称的莲花中自然化生的莲师我，是无量光佛（阿弥陀佛）的意幻化，是观世音菩萨的语幻化，是一切空行勇母的兄长，是一切空行勇士之王，是三世如来的事业主尊，是无等普贤王如来的化身，具足大慈大悲及大力，随缘示现各种形象，满足众生的一切愿望。

又云：“强烈敬信众生前，较余佛陀悲更迅，三界轮回情未尽，莲生大悲不穷尽。”在具强烈信心的众生面前，莲师的悲心及加持比其他佛还迅速。藏文

《涅槃经》中也说，佛陀临近涅槃时，除了迦叶、难陀不在以外，上千比丘僧众都围绕在身边。佛陀告诉阿难、纯陀、目犍连等：“吾今趣入圆满涅槃，汝等切勿悲哀。具色无垢大海中，有胜我之丈夫生，汝等切勿作悲泣，即使住世无量岁，终亦必死皆当知！”其中“有胜我之丈夫生”，指的就是莲花生大士。

当然，从圆满大悲与智慧来讲，莲师跟佛陀无二无别，不可能超越；但对末法众生而言，遇到邪魔外道时如果祈祷，那么莲师的加持会比佛陀更迅猛。这种说法，个别显宗行人可能不承认，但如果你了解一些教理，就会发现这没什么不能承认的。譬如，净土宗认为在往生极乐世界方面，阿弥陀佛比其他佛的加持更大，这句话肯定说得通。既然如此，那么在遣除魔障、违缘方面祈祷莲师更超胜，也是同样的道理。

末法时代，我们修行要想不遭受一点违缘就圆满成功，这是不现实的，但若能让莲师的猛厉加持融入于心，修行势必会善始善终。同时，莲师的大悲永无止境，谁要是有信心，莲师就会降临在他面前，赐予加持、灌顶，并授予悉地。因此，对每个人而言，随时随地祈祷莲师特别重要。

下面，对七句祈祷文的偈颂进行解释（麦彭仁波切讲得很清楚，我只是字面上给大家读一下）：

莲师的利生事业不可思议，他是如何在南瞻部洲显示化身的呢？首先，由自生意种子“吽（ཧཱུྃ）”字劝请，作为起始。在南瞻部洲西方的持明空行圣地的西北隅，有一具清净无垢八功德水的大海（也有说是湖），

名为达那够夏。从甚深圆满次第的角度来讲，此处是遍具殊胜空性法界明妃的本相；在共同人们的眼前，也富有众多圆满功德。这里到处是莲花，于此中央，有一堪为花王之莲花，其茎为表示五智的五色，上面开了五种颜色的五朵莲花，其中红色莲花<sup>79</sup>的中间，有一“舍 (舍)”字，乃三世如来身语意三密加持、一切功德之总集，“舍”字带着五种光芒，融入阿弥陀佛的心间无尽宝藏吉祥结中。当调化众生的时间成熟之际，十方浩瀚无边的如来及佛子手撒鲜花，无余刹土的勇士、空行、护法伴着金刚歌舞，为使三地的众生心生欢喜、予以安慰，阿弥陀佛心间的“舍”字降临到花蕊中，形成了三界无与伦比的大阿闍黎持明王——莲花生大士的身体。

莲师以数多殊胜功德而超胜一切。他具足佛陀的身、语、意、功德、事业，以大福德之身调化、以随教之语调化、以觉性之意调化、以不可思议神变引导众生解脱的情形即是如此：自生无漏身显示相好妙相；授权成为国王恩札布德的太子；舍弃王位；于八大尸林中护持禁行；修行如海内外乘，以不可思议的传记、不乏其数的庄严，在不同地点示现八大幻化身，以金刚降伏大力妖魔鬼怪，慑服现有鬼神，将许许多多安置于大密成熟、解脱之道。（类似于释迦牟尼佛的十二相事迹。）

关于莲师诸如此类的奇妙事迹，我们要依靠大德们所写的莲师传记、伏藏品的圣教量来生起诚信。所

---

<sup>79</sup> 阿弥陀佛颜色是红色，而莲师是阿弥陀佛的意化身，故中间是红色。

以，大家要多看一下这方面内容，以对莲师的事业有重新认识。这样的大主尊，并不单单是共同的成就者，而是本来即现前菩提的主尊，是自在具足拥有或现证殊胜双运成就大金刚持本性的怙主，在浩瀚无垠的一切刹土中，他被共称为“莲花生”。可见，从了义角度而言，莲师并不只是一个人这么简单，我们要对他及其眷属是三皈总集之本体、无欺究竟皈依处，有着诚挚的信心。

如果你想对密法生信，就一定先要对莲师有信心。若能对莲师有深刻认识并生起信心，那么对大圆满的诸传承上师，如嘎绕多吉、西日桑哈、布玛莫扎、加纳思扎等，就会以莲师的不同幻化来理解；在法方面，对大圆满、大幻化网及伏藏品的教义，也都会生起信解。反之，假如你对莲师没有正面认识，则恐怕没办法接受密宗。一旦你不能接受密宗，那么修显宗也成问题。因为佛法虽分为显宗和密宗，但它是个完整的整体，倘若你只接受一部分而舍弃另一部分，这是不是完整的佛法呢？绝对不是。在此基础上，能不能往生或得到解脱呢？相当困难。

以上简明扼要介绍了莲师的一生，主要是让我们认清祈祷的对境，了知莲师究竟是怎样一位圣尊。不过这次因时间关系，我没有看很多传记，倘若抽出时间去翻阅，在很多大德的传记里，肯定有不少精彩的公案。记得智悲光尊者的传记中讲过，莲师当时是怎么摄受他的；无垢光尊者的传记中，也有许多这方面的情节，而且尊者在造论典时，常于最后小字中说“邬金班玛桑巴瓦所摄受的瑜伽士龙钦绕降著”。可见，

很多密宗大德，都是莲花生大士摄持的。

作为显宗行人，其实也没必要有太多分别，否则对自己解脱有障碍。既然你承认阿弥陀佛，那为什么不承认阿弥陀佛的化身？所以，大家要对一切教派都有诚挚信心，一心祈祷最有缘的观世音菩萨、莲花生大士、文殊菩萨等，哪一位圣尊都可以，这样以后，你的相续肯定会改变。

我始终认为，得到诸佛菩萨的加持很重要。一个人得到加持后，既可以改变自己，也可以改变他人。否则，光是精通理论、做点表面行为，对自他都没有多大利益。就像现在世间上很多智者，花言巧语、特别会说，但相续中完全是凡夫的境界，一点都没有增上，这样的话，就算嘴皮子磨得再厉害，一旦他离开这个世间，仍旧一无所得，只有带着满心的烦恼，漂泊于中阴界中。

所以，大家拥有难得的人身时，在短暂的人生中，一定要努力修行，猛厉祈祷圣尊加持，以改变自己的相续。比如，你刚来学院时并不认识佛教，也不了解本尊、上师，但花了一定功夫修持之后，就算不能像有些上师所说“坐下去是凡夫，站起来是成就者”，至少也应该“进入学院或菩提学会是凡夫，离开时是修行人”。若能做到这一点，我们这么多人辛辛苦苦给大家提供方便也就没有白费了。

总而言之，希望你们每个人不要欺骗别人，也不要欺骗自己。只要真正去修行了，定会得到不共的加持和感应！

## 第四节课

### 思考题

1. 在观修时，主尊周围的眷属，为什么也是祈祷的对境？明白这个道理，对你有何帮助？
2. 诸佛菩萨、诸位上师都有不同的殊胜功德，而我们的相续只有一个，平时应当祈祷哪个好呢？请说说你是怎么修的？
3. 有些人认为，学习藏传佛教的最大好处，就是出家人可以随便娶妻，因为莲花生大士就是如此。对此你如何看待？请说明理由。
4. 你怎么理解“令自转变之同时，他心亦变事业成”这句话？除了法本中所讲的内容外，还可以如何发挥？

对于七句祈祷文，麦彭仁波切从字面上作了简单介绍。昨天讲了前四句，今天开始讲后面几句：

在至高无上的莲师周围，由勇士、空行等不可胜数的眷属层层围绕——就像我们所修的皈依境，上方是传承上师，后面是法宝，左右两边是菩萨与阿罗汉，四周则由各大护法、勇士勇母等眷属围绕。他们如同芝麻荚分开般安住着，三根本、护法神无不齐全。这是讲第五句“空行眷属众围绕”。

倘若你能观修得更广，则可观想遍虚空际的诸佛菩萨。这些浩瀚无边的圣尊，全部都是莲师的幻化。以《大幻化网》或大圆满的教义来解释，从本体上讲，



莲师周围无边的空行、勇士、护法，实际上皆为莲师的化现，就像阳光与太阳的关系一样，眷属与主尊无离无合、无二无别，这些均是所祈祷的对境。

经常有人问：“如果我观莲花生大士，其他佛是否不高兴？我常拜的观世音菩萨会不会不欢喜？”其实不会这样。前段时间也讲过，三世诸佛在法界中本为一体，你观想一尊佛的时候，应观想其他佛也一并融入；修持一位上师时，应观想其他上师、诸佛菩萨与他的本体无二无别，这一点很重要！

否则，像去年我讲上师瑜伽时，有些人一直很矛盾：“哎，我有七八位上师，每位都对我恩德很大，如果只观修一位，其他上师可能不高兴，我也对不起他们。我考虑了好长时间，晚上睡都睡不着，但仍无计可施，怎么办呢？您有没有一个办法，可以不分主次地，好像在我头上放块木板一样，让所有上师都坐在上面，由我来撑着，然后进行观想？”我说：“这个没有必要，诸佛菩萨也从未讲过‘上师们坐在木板上’的上师瑜伽。虽然你对所有上师都有信心，这样很好，但在修行的时候，观想一位上师是一切上师的本体即可。”

同样，观修莲师也不例外，应当观想他与其他圣尊无二无别。以前竹钦仁波切在修法中也说过：观修莲师时，若能观一切佛、一切上师与莲师无别，必能获得真实的加持。

现在有些刚学佛的人，心里矛盾特别多，他们好像对所有佛、所有上师都想修，觉得这个也殊胜、那个也慈悲，每一个都想搞好关系，不愿意得罪，但在

实际修持时，又始终认为圣尊们是别别他体，就像因明中所说“这是火的本体，那是水的本体，这是风的本体，那是石头的本体”，统统都要分开，不可能合为一体。这种想法大错特错，完全属于凡夫的实执分别。因此，你们修行时一定要知道：上师的智慧、佛陀的心、现空无别的光明皆为一体，没有任何差别，只不过在名言中现为文殊菩萨、莲花生大士等不同形象而已。

退一步说，假如你实在想修不同的本尊，可以白天修观世音菩萨，晚上修莲花生大士。莲师在前往罗刹国时，曾给有缘弟子留下教言：“你们应白天修观世音菩萨，念观音心咒；晚上修持莲师我的相应法，念我的心咒。”所以，白天修一个、晚上修一个，这并不矛盾。同理可知，晚上几座中有不同的修行，也是可以的。

但总的来讲，观修时要想到，所有圣尊均为一体，诸佛与眷属亦无差别。以后我们若能讲成《大幻化网》，里面就有一段是：主尊与眷属是否为自现？二者是否无二无别？如果二者的确无别，眷属皆为主尊的幻化，那么在祈祷皈依境时，显现上中间是释迦牟尼佛，周围是八大菩萨，佛和菩萨的境界似乎不同，但实际上主尊与眷属心意无别，专门有这方面的修法和理论。现在许多人缺乏深一点的理论基础，始终认为圣尊们是他体的，这种想法不合理。因此这里也讲了，主尊与眷属的究竟本体无别，这就是我们所祈祷的对境。

那么，以什么方式来祈祷呢？以诚挚的信心虔诚

祈祷。要知道，莲师及其所有眷属，与如意宝无有任何差别。对于这些怙主，我们要以相应的清净信、欲乐信、诚挚信，从身体和语言上表达内心的虔诚，即口里以悦耳动听的声音念诵祈祷，身体非常恭敬地合掌顶礼等。也就是说，要认识到这些皈依境的功德真实不虚，遂将世间一切法弃如糠粃，自他众生以全心托付的意乐随行莲师，不离此而修行。这是讲第六句“我随汝尊而修持”。

世间上有各种教派，如天主教、基督教，他们有些皈依上帝，有些皈依梵天、大自在天等，但这些都不能赐予解脱的安乐，故不是究竟皈依处。依止他们，或许能带来暂时的健康和财富，但也仅此而已，要想彻底断除生死轮回的极大痛苦，唯有莲花生大士才能做到。所以，我们应将一切托付予他，永远追随他而修行，之后便开始祈祷。

祈祷时一定要特别恳切之心。如果你能观想莲花生大士，就应该观想；实在不能观想的，就在前面放一张莲师的唐卡、照片或塑像作为所依，然后恭敬、虔诚地祈祷。祈祷时应该这样想：“无欺的怙主您，具有无量仁慈大悲，请不要抛弃我等漂泊在三界轮回中的可怜众生。祈祷您以身语意不可思议之密，如同点金剂接触铁时将其变成金子一样，迅速转变我们贪嗔痴等五毒遍满的平庸相续，将我们烦恼具足的凡夫之心，完全变成光明智慧。”

最后祈祷降临：“尽管莲师您显现上安住于罗刹洲，但我们这些南瞻部洲的有缘众生，如独子呼唤母亲般诚恳祈祷您时，希望您念及往昔的愿力，以不可

思议的大悲妙力降临此处，就像月光直接投射于澄清水池中一样，将您相续中的一切功德全部融入我们的心！”这是讲第七句“为赐加持祈降临”。

当然，听了这些法以后，在座的道友可能感觉不同：有些或许业力比较深重，对善法怎么也生不起信心，一直得不到验相；有些则因前世的善根不错，即生的因缘也相当好，不管修什么法都很容易，就像有些高僧大德，无论在哪里修，寂静地也好、红尘中也罢，修任何法很快就有觉受，相续中也能生起信心；还有些人把莲花生大士、释迦牟尼佛只当成一般人，听到他们的事迹没什么兴趣，而一提起世间的鬼神、龙王，马上兴致勃勃、信心倍增。这都跟自己前世的因缘、即生的福报有关。

个别道友常给我讲，他在修上师瑜伽时，很难把上师视为无过失的圣尊，这一点始终观不起来。实际上这是修行的障碍。按照传承上师的观点，假如对上师的清净心不够，就要多念金刚萨埵心咒，以忏悔业障，这很重要！其实有些上师不一定真有过失，但因为自己的心不清净，始终对上师生不起信心，就会给修行带来莫大的阻碍。

你们平时再怎么不会修，观修上师瑜伽应该谁都会。藏地有种说法：“即使不会修其他法，每天只是坐着修上师瑜伽，就已经算是中等修行人了。”比如观想“人身难得”、“寿命无常”，有些人可能力不从心，但每天念莲师心咒、上师祈祷文，应该不会太困难。当然，在念诵的时候，有些人观得清楚，有些人观得不清楚，但即便你观不清楚，对特别有加持的对

境进行祈祷，也肯定有意义、有功德。

现在有些人修什么法都没有信心，而有些人与此恰恰相反，前两天我遇到一位老人，几年前他在我寺院某位老堪布那里，发愿念一亿遍观音心咒，前段时间他已念完了，到寺院请老堪布为他回向。在我们藏地，念一亿遍观音心咒的人特别多，而汉地城市里的修行人，能圆满一亿遍心咒的，到目前为止寥寥无几，这也是个人的勇气、精进有差别。其实你如果实在没有闻思修行的能力，念咒语也特别有意义。倘若即生中能念莲师心咒一千万遍，甚至一亿，那生生世世不会被各种魔障所挠；如果能念一亿遍观音心咒，功德也同样不可思议。

我以后方便时，准备讲一些咒语的功德。现在有些人既不念咒，也不观想，每天就是说些废话，对人生真是一大虚耗。这么珍贵的人身，如果什么咒语都不念、什么法都不修，每天只是像老猪一样，早上起来就呼噜呼噜吃，晚上又睡得特别久，别人都已经上班了，自己还在一直“入定”，这怎么行？！

作为一个修行人，最起码也要常修上师瑜伽。藏地有位大德讲过七句祈祷文，他说如果没有时间和因缘，那么先念3遍七句祈祷文，再念1000遍莲师心咒，也算是修了一座上师瑜伽。这种莲师修法比较简单，很多上师的仪轨中都有。当然，倘若你想广修，在八大法行的大修里，莲师有时现寂静相、有时现忿怒相，这些修法特别多。

现在有些人不明真相，认为莲师只是个普通的在家人，以前我看过一本书，其中说：“莲花生大士是

藏密始祖，他是有妻子的在家人，因为受他的影响，藏地所有寺院的住持也都有老婆。”说这个话的人，对佛教虽然有贡献，佛法造诣也很不错，但从因明推理来讲，却有“不定”、“不遍”之过。来过藏地的人都清楚，这里的清净僧团特别多，单单是我们甘孜州18个县的出家人，据政府统计就有5万多，既然如此，那整个藏地持戒清净的出家人有多少？可想而知。所以，不了解实际情况的人，随便断言藏传佛教如何如何，让很多人信以为真，这是不合理的。

要知道，莲师并不是普通人，是他降伏野蛮的地神、非人之后，才有了如今藏地的佛法兴盛。这种事业，一个普通人根本做不到。再者，莲师的伏藏品不计其数，仅仅是已开取的，就远远超过汉地的《大正藏》、《龙藏》。不信你们可以算算：每一位伏藏大师有多少函伏藏品？每一函又有多少修法？如果你了解这些，一定会感慨：“原来我们对莲花生大士的评价，完全是种孤陋寡闻！”所以，一个人若不明白事实真相，因道听途说而妄下结论，结果自己也会后悔的。

其实，藏传佛教对小乘戒律相当重视。你们可以去了解一下，藏地的所有寺院最初都学什么戒律？对里面的内容，又是怎样修学的？虽然极个别密宗修法中，也有接受空行母的现象，但在寺院这样严格的道场中，一般不会有。而且，即便是那些超胜行为，也有另一种解释方法，不能以一般人所看到的表象而论。

因此，大家务必要了解密法的真面目，同时应经

常祈祷莲花生大士。只要虔诚祈祷了，依靠莲师不可思议的威力与加持，定会给我们末法众生的黑暗心房，带来智慧的光芒。

下面讲七句祈祷文的最后一句：

念完祈求加持的词句后，还要诵咒语“革日班玛斯德吽”。其中“革日”在梵语中义为极重，指以一切功德而重的上师，他是最为严厉的对境，有至高无上之意；“班玛”是莲花，因莲师在莲花中诞生，故取名为莲花生，“莲花”是莲师最开头的名称；“斯德”是所求的殊胜成就（佛果）与八种共同成就；“吽”是祈愿赐予这样的悉地（成就）。

简单来讲，“革日”是上师，“班玛”是莲花生大士，“斯德”是悉地，“吽”是赐予。连在一起就是：诚心祈祷上师莲花生大士您，赐予我们殊胜和共同的悉地。莲师心咒的涵义即是如此，这是以意义来祈祷。总之，我们要依靠这一祈祷文，虔诚祈祷诸佛总集的莲花生大士。

回顾以上所讲的内容，在这个祈祷文中：

第一句“邬金刹土西北隅”，说明了莲师的诞生地。

第二句“莲花蕊茎之座上”，指明如何降生的情形。即莲师并非胎生、卵生、湿生，而是像极乐世界的菩萨一样，以化生的方式降生于莲花蕊中。

第三句“稀有殊胜成就者”，宣讲了莲师的殊胜功德，比如刚开始怎样降生，来人间怎样持王位，如何舍弃王位到尸陀林修行，在印度、藏地怎样利益众生……有些考古学家说，莲花生大士在“地球上”住

了 1600 多年，也可以这么说吧。总之，莲师在佛陀涅槃八年后（也有说十几年），降生于莲花蕊上，后来以种种因缘，先在印度示现不同形象利益众生，之后来到藏地，最后前往罗刹国。

这些殊胜成就，凡夫人根本无法企及。现在人活一百多岁，就会觉得了不起，但莲师获得了怎样的长寿持明，他们可能闻所未闻。正因为不了解，所以好的分别念很少、不好的分别念特别多，对于这种人，我觉得闻思很重要。以前我有个熟人，最初他对密法的邪见很多，但看过一些伏藏品、殊胜仪轨之后，邪见彻底消失了。所以，刚开始有疑惑的人，慢慢去了解事情的真相，也就生起正见了。

第四句“世称名号莲花生”，说明了莲师的真实名称。

第五句“空行眷属众围绕”，说明莲师及其一切眷属是我们所祈祷的对境。

第六句“我随汝尊而修持”，说明该如何修持，即不是跟着外道修，也不是跟着无神论修，而是跟着莲师修持。当然，所谓的“跟着”，并不是上师走到哪儿，你就紧紧跟在身后：“上师您千万不要舍弃我啊，我一定要抓着您的‘尾巴’。”好像上师拖着特别长的尾巴一样，不是这样的。而是依教奉行，遵循上师的教言来修。

第七句“为赐加持祈降临”及咒语“革日班玛斯德吽”，说明发现莲师的功德之后，以追随莲师的不退转信心，渴望究竟成就与他无别的果位。带着由这种心态引发的身语表情而祈祷，通过如此祈祷，加持



自相续，摄集悉地。

若能怀着恭敬的意乐祈祷莲师，他决定会立即以大悲加持，关键是看我们能不能生起这样的信心。当然，这也取决于福报。虽然我在课堂上讲了莲师的修法，但每个人福报和信心不同，所得的收获也各不相同。这不像分钱，人人可以平均得到，而闻法、修行的话，要根据自己的信心和精进，才能获得属于自己的那一份。

我以前讲过，法王在江玛佛学院依止托嘎如意宝只有六年，却得到了上师相续中的一切功德，而有些人呆的时间特别长，境界却与之有天壤之别。如来芽尊者也是同样，传记中说，他在智慧光尊者座下的时间并不长，但每次去拜见时，他都把上师看作真佛，那种恭敬心实在难以形容，因此到了最后，上师的所有功德及意传加持，以满瓶倾泻的方式融入了他相续。所以，依止上师闻法，最重要的在于自己。就像世间学习一样，在同一个老师面前听课，有些学生特别聪明，结果却名落孙山，而有些学生平时成绩并不优秀，却考上了名牌大学。故而，学习或修行的结果怎么样，跟自己的信心与福报有很大关系。

总之，念诵莲师心咒或祈祷文时，希望大家尽量有一份诚挚心，若能如此，自己就不会像世间人那样，贪嗔痴、嫉妒、傲慢等烦恼特别炽盛。一旦诸佛菩萨的加持逐渐融入于心，你的力量就会有所变化，修任何法都不会很难。反之，若没得到上师三宝的加持，全凭凡夫人的分别念，势必会有很大困难。因此，以恭敬心来修持很重要。

关于对此坚信不移而祈祷的方式，革日秋戒旺修的伏藏品《宁提七句祈祷文》中云：

顶礼修行之本尊，后代具缘善男子，  
若寻邬金我救护，自住寂静之圣地，  
生起无常厌离心，厌弃轮回尤重要。

莲师顶礼修行的本尊之后，说：“后世具有缘分的善男子，如果你们寻求莲师我的救护，就要先住于寂静的圣地或屋室，对名利地位等世间八法生起强烈厌离心。在这种厌离心的驱使下，修行一定会成功。”

假如你没有舍弃轮回，修莲师是为了做生意能赚钱，赚钱以后天天睡在五星级酒店里享受生活。一边怀着猛厉的希求心，一边念七句祈祷文，这样修是不会成功的。就好比要种庄稼，首先应开垦耕耘荒地，否则，播下了种子也不会有收获。我们的心也是同样，倘若没有以出离心来摄持，就会与佛法完全不相应，如此再怎么修也没有用。因此，修行要始于出离心，这一点很重要。有些人虽然身在红尘中，但觉得这种生活毫无意义，只是被业力所牵而已，有了这样的心态，修行就会有希望。

当然，现在的社会强调“发展”，个人要发展，集体要发展，如果一说要生出离心，对一切都没什么兴趣，或许有人认为这是消极心理，不太赞叹。然而真正的出世间修行，往往与世间理念有所冲突。《大圆满前行》也说了<sup>80</sup>，这完全是两个方向，一个是希

---

<sup>80</sup> 如云：“凡是想世间、出世间法一举两得的人，就好像认为有两个尖端的针可以缝纫，或者水火可以放在同一器内，以及可同时乘骑向上向下行驶的两匹马一样，显而易见，这种情况是根本不可能实现的。”

求来世；一个是希求今生——只要今生快乐，来世怎样都无所谓。因此，我们作为修行人，先要观察自己的心态，要在出离心的基础上修行。

具体怎么修呢？

一心一意依附我，复思其余皈依处，  
邬金我中悉圆满，苦乐指望您尽知，  
不断供赞断积财，以身语意三恭敬，  
依此七句而祈祷，屡屡祈祷而念诵：

要一心一意依止莲师，了知三根本、护法、诸佛菩萨等所有皈依处，在莲师的坛城或修法中皆得以圆满。自己即生中的苦乐，全部由莲师来决定、来了知。同时不断供养赞叹，断除积累世财的希求，身语意三门恭敬，以七句祈祷文来屡屡祈祷。

我们祈祷上师三宝，并不是为了只得快乐，其实“乐”是上师加持，“苦”也是上师加持，这是很重要的修心法。然而，很多人意识不到这一点，总以为“乐”才是加持，“苦”肯定不是，于是一遇到痛苦就抱怨连连：“我天天念佛，佛陀您怎么不管我？为什么不给我加持，还让我这么痛苦？”这种说法很可笑，你们学了大乘修心法就会知道。

在祈祷时，要不断念诵金刚七句：

吽！

邬金刹土西北隅，莲花蕊茎之座上，  
稀有殊胜成就者，世称名号莲花生，  
空行眷属众围绕，我随汝尊而修持，

为赐加持祈降临，革日班玛斯德吽。

应该达到什么程度呢？

强烈深情泪涌流，由信引生身颤动，  
顿然安住清然中，澄然本然不散观，  
如是祈祷之弟子，我予救护何须言？

以强烈的信心念诵时，到了一定时候，就会因感念莲师的恩德，而情不自禁泪水横流、身体颤抖。此时你要在信心中自然安住，住于清然、澄然、本然的境界中，不散乱而观修。也就是说，当你因祈祷而生起特别猛烈的信心时，要自然安住，观自己心的本性（我已经讲到密法上去了）。如是虔诚祈祷的弟子，莲师决定会赐予救护、加持。

成为三世如来子，获大灌顶自证心，  
等持力坚智慧增，以大自然之加持，  
自熟护他除痛苦，令自心变之同时，  
他心亦变事业成。

你已成为三世如来之子，获得了大灌顶（这并不是上师亲自拿宝瓶给你灌顶，而是当你对莲师生起极大信心时，莲师以道灌顶来为你加持，身体上也能得到一些感应），证悟了自心的本性，禅定力越来越坚固，智慧也越来越增上。依靠莲师大自然力的光明加持，你的相续会得以成熟，此时，护持他人、解除其痛苦，没有任何困难。

可见，信心真的很重要。如果你对佛陀、上师有特别虔诚的信心，则很容易调伏自己的烦恼，同时能

帮助一些可怜人。若有病人、痛苦的人让你加持，只要你对莲师或诸佛菩萨有信心，就可以祈祷：“佛菩萨啊，请您加持他的相续！”这样的话，那些人自然会得到利益。

当自己的心有所转变时，就可以转变他人的心，这是一个规律。如果我对莲师有不共信心，在我心得到转变的同时，所传的法也会让你们得利益。譬如讲一个佛教故事，我若只是把它硬记下来，自心没有被打动，那你在听受时，也不会有太大感触，可能是这耳朵进、那耳朵出，心中犹如水过无痕；而如果我对诸佛菩萨的感人故事生起极大信心，并以欢喜心讲给你听，那在我得利益的同时，对你的相续也会有帮助。

所以，我常跟法师们讲：讲法时先要打动自己，自己有了感受后再传给别人，对他们的利益会完全不同。也就是说，用“心”讲还是用“口”讲，二者的效果迥然有异。有些上师的语言表达虽然不太好，但他直接用内心的境界跟弟众沟通，这样以后，他所讲的道理永远对别人内心有帮助。

因此，大家务必要牢记“令自转变之同时，他心亦变事业成”。比如，你想祈祷莲师救助那些发生海啸、地震的人，祈愿遣除他们的痛苦。那这个前提是，你自己在祈祷中身心必须有所改变，若能如此，你的祈祷才会对别人有利。当然，这做起来不那么容易，但这一点相当重要。

有些人说：“世间一切都是假的，佛教所做的那些祈祷，只不过是个形式。”实际上不能这么讲。这种加持，确实会让人们感受得到，因为自己有了收获

后，再去帮助别人，绝对于他有利。相反，假如你什么收获都没有，那再怎么样努力，恐怕也没有意义。所以，我们平时给人讲些佛法的道理，也最好是选择自己最受益的法门，这样对别人一定有帮助。

一切功德自圆满，广大本性之法身，  
成熟解脱大方便，祈愿值遇诸心子。

总而言之，莲师一切功德本自圆满，是广大本性之法身，具有成熟及解脱众生的大方便。对于这个法门，莲师在当时发愿：“愿它将来能值遇我的诸位心子。”

尤其此七句祈祷文极为甚深，故莲师作了最密意伏藏，并授记道：“愿具智慧大悲心，秋戒旺修值遇彼。”也就是说，具有大悲与智慧的秋戒旺修，将会把它开取出来。后来，伏藏大师秋戒旺修果然开取了这一伏藏，并在人间加以弘扬。

## 第五节课

### 思考题

1. 请详细解释，何为“依修四支”？它与生圆次第是什么关系？为什么说七句祈祷文具足依修四支？
2. 在观修任何一位本尊前，最好是刚开始做些什么？这有哪些必要？你尝试过吗？
3. 为什么说每个月的初十，是一切时间之王？了知这一点后，你以后打算怎么做？
4. 一般而言，许多大成就者不喜欢显露自己的境界，而莲师常自称为一切加持之来源，自己的功德极为超胜，这是否不太合理？请谈谈你的想法。

下面继续解释七句祈祷文。前面也说过，此祈祷文有外、内、密的多层甚深涵义，这次介绍的主要是外义，即跟显宗基本共同的道理。

不过，今天要讲的内容，涉及到密法的“依修四支”。这在《大幻化网》、其他密法的生圆次第中都讲过，是学习生起次第和圆满次第不可缺少的修法。具体来说，它有很多解释方法，但我们此处，则是依照麦彭仁波切的讲法。

在座的道友，有些可能没有受过灌顶，不知道你对密宗有没有大的信心？如果没有，这一节课不听也可以，因为下面的修法比较深；如果你对密宗有虔诚的信心，那我依照跟显宗修法稍微相近的方式，从字

面上作个简单介绍，过失应该不会很大。否则，这一段不讲的话，好像也有点不方便。

下面结合“依修四支”解释七句祈祷文：

（一）依：

于自己前方的虚空，明观邬金境内达那够夏海的莲花上端坐着莲师，勇士空行眷属如芝麻荚分开般围绕（就像我们平时所见的皈依境或莲师唐卡一样）。对此明显、稳固地观想，这是“依”。

（二）近依：

然后，对莲师恭敬祈祷，渴求自己的身语意三门与莲师的三门无二无别（即三门成就三金刚），此为“近依”。修本尊的主要目的，其实就是令自己不清净的三门，与本尊或上师的本体无别。

“依”是所观的自体，相当于一个人要跟另一个人谈生意，首先应找到对方；之后再与他沟通，就叫“近依”。这是密宗生起次第所摄的两种修法，主要是把本尊或上师观想起来。

（三）修：

一边祈祷一边念莲师心咒。最后收座时，十方诸佛菩萨犹如吸铁石吸铁般，全部融入于中间的莲师及其眷属，莲师及其眷属又化光融入自己，这是“修”。（麦彭仁波切的《开显解脱道》中也有类似修法。）

此为密宗的不共修法。在显宗的观修中，一般而言，多为观想佛陀发光、佛塔发光，如《观无量寿经》云：“无量寿佛，有八万四千相；一一相中，各有八万四千随形好；一一好中，复有八万四千光明；一一光明，遍照十方世界，念佛众生，摄取不舍。”经中



只说从佛的色身中发出无量光芒，遍照有缘众生，却没有像密宗一样，提到诸佛菩萨再化光融入自己。因此，修密宗之所以要先受灌顶、修加行，就是因为它的次第比较深，尤其是清净观、生圆次第、大圆满，一般人都难以接受。

汉地的唐密修法，其实类似于藏密的事部和行部，即在自己前方观想佛陀，佛陀放光入于自身，以此而获得加持<sup>81</sup>。但藏密的瑜伽部以上，不仅观想皈依境放光，而且还要融入自己，与己合一，此种修法的层次就很高，这是从修行上讲的。而理论上，为什么要这样修？这样修又有什么利益？在无垢光尊者、荣索班智达、麦彭仁波切的密法理论、窍诀中，讲得特别详细。

对于密宗的很多道理，你们应该逐步了解，了解之后还要通达，这一点很重要。我们经过这么多年的学习，已经明白了佛教的殊胜性，从四谛法门以上的一切教义，其他宗教均无法与之相比；而在此基础上，还要渐渐了知佛法分为很多层次，其中密宗的窍诀更为超胜。

以前我跟一些学者、显宗和尚交谈时，他们不太承认密宗。不承认的原因无非有几种：有些是不懂，有些是没有信心，有些是固执自己的宗派……到目前为止，真正有充分理由而不承认的，我还没有碰到过。其实密宗的见解，如“众生是佛”、“众生皆具如来藏德性”、“烦恼即菩提”，在显宗中也讲到过。然而它

---

<sup>81</sup> 《菩提场所说一字顶轮王经》（唐不空译）云：“以香华而供养，诵七俱胝遍。则末后塔放光，放光已，其光入行者身隐没。”

的具体原因，如烦恼为什么是菩提？心净为什么会国土净？凡夫所见的山河大地污秽不堪，怎么会跟阿弥陀佛的极乐世界无二无别？这些道理在显宗经论中，只是以略说的方式提及了，没有像密宗一样更细致地说明。

在密宗修法中，莲花生大士、阿弥陀佛、释迦牟尼佛，实际上就是自己的心。但你若没有达到一定境界，这个窍诀还不能讲，否则，你可能接受不了，进而容易舍弃。因此，密宗之所以要保密，是因为很多人缘分没成熟之前，对甚深的见解、修法、行为难以接受。

#### （四）大修：

下面以“革日班玛斯德吽”来解释大修：

刚才“修”中讲了，最后皈依境全部融入自己，自己与诸佛菩萨无二无别。这并非只是一种说法，诚如《定解宝灯论》所言，不是把本不清净的硬观成清净，而是本来就是清净的，只不过众生不了知而已。通过如此观修，最终认识了义的莲花生大士。（其实这些内容很深，此祈祷文的后面部分，都是以解脱道、方便道作解释的。我之所以暂时不讲，也是害怕很多道友不一定能接受。）

那么，为什么圣尊与自己能融入一体呢？因为自己和莲师等诸佛菩萨的自然本智本来无别，都不为分别念所扰，这叫做“革日”。“革日”是上师之意，也就是说，每个众生本来即是上师，与上师的智慧无二无别。

因为自己与上师的本体无二无别，故早已从道的

勤作中解脱，内在的贪嗔痴、外在的山河大地等迷乱显现本来清净，全部是果任运自成，犹如莲花般本无垢染、圆满具足一切功德，所以叫“班玛”。

“斯德”是悉地，即成就之意。这种成就，显现上是通过修行所得的果，但实相上，一切众生在任运自成的法界中，本来就现前了自证果位，本自具足圆满的智慧 and 功德，并不是通过后天修行而得。

为什么说“烦恼即菩提”？为什么说“众生就是佛”？不依靠密宗窍诀，的确很难通达。虽然显宗在解释第三转法轮时，也常讲：“众生只不过被贪嗔痴的迷乱所障蔽，实际上是佛。”但这种“本来不是佛，后来变成佛”，跟密宗所讲的“实际上是佛”有很大差别，唯有后者，才是最了义、最符合实际的观点。因此，若想真正懂得释迦牟尼佛的究竟密意，确实离不开密宗的窍诀、理论、修法。

唯一的自然本智，从反体上虽可分为基、道、果三种，即基位的众生、道位的菩萨、果位的佛陀，或者说基二谛、道二资、果二身，但这只是语言文字或分别念安立的，就像一个瓶子从不同侧面分为无常、所作、有为法一样。实际上从本体上讲，这三者无有不同，都是以各别自证现量证悟的。就好比虚空，人们用分别念把它分成三层，但从虚空本体上讲，这三层是无别的。通达这样的道理，就叫做“吽”。

总之，为什么自己与圣尊无二无别，以上用咒语“革日班玛斯德吽”进行了解释，此为“大修”。（这些甚深理论，我只是稍微给大家讲一下，基本上都是字面意思。不过也许说得太多了，真的有些过失，嗡班扎儿萨埵吽！）

“修”和“大修”属于圆满次第。学了依修四支以后，我们应不离生起次第、圆满次第圆融的实修来祈祷。

这样祈祷很重要。许多道友对密宗有很大信心，也有一些觉受和感应。若能以比较高的层次来修，即不离生起次第和圆满次第的方式来祈祷，效果会更好，加持和成就也更迅速。

在这一祈祷文中，前五句，是讲明观所缘境——莲师及其眷属，故为“依”；第六句，是讲于对境莲师生起诚信，跟随他而修行，故为“近依”；第七句，是讲祈祷莲师降临，加持自己与莲师无二无别，故为“修”；最后一句，依靠咒语“革日班玛斯德吽”，使自心与本尊无别，面见大法身的本来面目，此为“大修”。由此可见，七句祈祷文具足依修四支。

这次我虽然没讲更深的密法部分，只是把前面的内容作了简单介绍，但你们通过学习七句祈祷文的历史、功德，就会知道它确实殊胜无比，不容易得到。也许不懂金刚语价值的人会想：“七句祈祷文有什么了不起？我还可以作八句祈祷文呢！”但是这样的祈祷文，你分别念是造不出来的。

而且，从时间角度来讲，此祈祷文具足依修四支。比如，以感恩戴德的敬信，一心一意、一心不散连续祈祷，这叫做“依”；虽然肉眼看不到，但感觉正在接近莲师的加持，此为“近依”；通过努力祈祷，真实面见莲师，或于恍恍惚惚、半梦半醒的觉受中见到莲师，或在梦中梦到莲师，则为“修”；加持自己三门证悟自心与上师无二无别的本义，为“大修”。

其实，我们不管持哪一位本尊的咒语，经常念诵

很重要，若能如此，加持自然会入于心。比如最近念莲师心咒，许多人都能感受到莲师的加持，由于内心得到了感应，外在的顺缘就容易出现，修法中的违缘也会逐渐消失，这即是《窍诀宝藏论》所说的“依此内在缘起而外现”。所以，只要经常祈祷莲师等圣尊，定会时时得到加持。反之，倘若对圣尊不理不睬，持无所谓的态度，纵然佛菩萨的威力不可思议，但因为我们的法器有垢染，月光般的加持也不可能入于这种水器中。因此，得加持要依靠祈祷诸佛菩萨这一缘起。

只有诚心祈祷了，自己才能与圣尊相应。现在这样的修行人非常多，2007年台湾“莲花生大士佛学会”的一位仁波切，讲述了不丹现代莲师心咒成就者——竹透的事迹。这位成就者原来只是个平庸的农夫，一个字也不认识，由于最初信仰苯波教，对莲师的伟大功德不了解，故曾恶言毁谤过莲师。他中年时被仇家诅咒，以致双目失明。为了恢复视力，他到处求诊，但都无济于事。后来，他听从某位善知识的劝诫，开始念修莲师心咒，并将其作为唯一的修持。

他专修莲师心咒以后，对莲师的信心不断增长。因为双眼失明的缘故，白天与黑夜对他而言没有差别，故他不分昼夜地精进修持。

当莲师心咒诵满1亿遍时，他平时使用的转经轮中，流出不可思议的甘露水！众所皆知，转经轮是用干燥的纸卷成，不可能凭空流出水来，但他的转经轮却出现这样的奇迹，完全是他的精进与莲师的加持所感。然而他对此并不执著，依然不懈地持诵莲师心咒。

当莲师心咒诵满3亿遍时，在如同梦幻般的境界

中，他亲自见到了莲师，莲师为他授记：“如果你再住世七年，眼睛就可以恢复光明。”又说：“你之所以会双眼失明，是因为你以前信仰苯波教，尤其曾轻视毁谤过圣者，所以即使亲见于我，也因为障盖之故，不能马上复明。”

莲师又特别指示他做一顶法冠。于是他在没有任何人的协助下，亲手用铜片打造了一顶上述莲师嘱咐的法冠，令见闻觉知者得到不同的利益。

此外，莲师还授予他一个秘密的回遮窍诀，依此可迅速消除重病急难。这个仪轨只有他自己会（以前有些伏藏大师也是这样），就是先制作一种特殊的朵玛<sup>82</sup>，并念诵自己特有的仪轨，之后不穿任何衣服，一丝不挂地将朵玛送往附近的三岔路口。依靠这种不可思议的方法，重病之人会立即痊愈，急难之人也会消灾除难。由此，人们纷纷对莲师法门生起极大信心。据保守估计，他在圆寂之前，至少念了6亿遍以上的莲师心咒。至于他的眼睛复明与否，似乎没有交代得很清楚。

当他得到秘密成就之后，并没有去改善物质条件，生活仍一如既往，以讨饭为生。他平时吃饭不需要碗盘，只是以托巴作为饮食用具，里面有什么就吃什么，而且从来不洗。别人供养财物时，他除了接受一点衣服和食物外，其他的都会吹气加持后回赠给供养者，交代其不可花用，应随身携带以作护身符。后来，有个寺院迎请他去接受供奉，他也只是住在寺院

---

<sup>82</sup> 朵玛：汉译为食子，是以糌粑或熟麦粉做成，用以供养佛菩萨、本尊或诸神施食众鬼的食品。

最简陋的角落，依然睡着自己的旧铺盖，用着又黄又破的棉被和枕头。

在即将圆寂的七天前，他告诉寺院住持邬金喇嘛：“再过七天，我将舍弃这个世间前往清净刹土，面见莲花生大士。”邬金喇嘛认为他是在说笑，所以不以为意。他又跟另一位僧人说：“邬金喇嘛没有生死自在的能力，可是我有。我的意思他不能明白……”“法身是不会死亡的境界，因为我已证得法身，其实我也没有死亡可言。”这位僧人听后，很担心他会示现圆寂。果然7天后，在一个明媚的清晨，他以金刚跏趺坐坦然示寂。此时，大地出现震动。不丹举国上下为之震惊，众人纷纷从远地前来参拜。这是2006年5月发生的一件真实的事情。

“明灯论坛”中也讲过一位修行人，在理塘明珠寺附近的山洞里，终生闭关专修莲师心咒。念了十多亿遍心咒之后，他成就了。闭关山洞旁有泉水从山上流下，由于他的加持，流水声都变成了诵莲师心咒的声音，非常神奇。后来他圆寂时也出现种种瑞相，这是毋庸置疑的。

表面上看，我们人与人都一样，但实际上，有些人能念十多亿心咒，有些人念十几万也很费劲，差别还是相当大。诚如古人所言，人和人各不相同：有的实力强大，有的处境堪怜；有的强壮无比，有的软弱无能；有的极为能干，有的一无是处……而这些差别，除了由前世的业力决定以外，也跟今生的努力和勤奋有一定关系。

其实在短暂的人生中，我们虽说可以做很多事

情，但若错过特别殊胜的法门，确实非常可惜。对于这些殊胜法门，即使我们修不了一些大法，但在念咒上达到一定境界，应该不是很困难。《莲师心咒之功德》<sup>83</sup>中讲过，若能持诵莲师心咒十万、百万、千万遍以上，便可相应获得役使鬼神、三界自在等诸多功德。当然，像大成就者那样几亿、十几亿遍地念，对现在人来讲不太现实，很多人宁愿整天看电视、睡懒觉，在无意义的琐事上虚耗光阴，也不肯静下心来念咒。以至于忙忙碌碌了一辈子，有一天突然倒下去时，回头看看自己的一生，可能什么善根都没有，有的只是满身罪业。

相比之下，在我们清净的喇荣道场，大多数人都 在精进修行，真的非常随喜。尤其是看到身边一些道友的行持，我常觉得特别惭愧，不由想起迦叶佛时代那位公主的梦：一只猴子坐在法座上讲经，却有很多狮子在听。公主问迦叶佛是什么征兆，迦叶佛解释道：“在释迦牟尼佛教法的末期，有些法座上的上师，内外没有一点功德，就像猴子一样；而听法者却具足一切功德，犹如雪山的狮子。”确实，佛陀授记的时间已经到了。我周围就有很多修行人，不管是白天黑夜，修得非常不错，让人特别佩服。

不过，大海里也难免有鱼龙混杂的现象，有时候我也能发现一些比我差的。看到他们的行为，我不禁心生感慨：“唉，这些人为什么出家呢？”“这些居士为什么要呆在学院？这里又得不到世间的名闻利养。

---

<sup>83</sup> 索达吉堪布仁波切译，见书末附录。



天天听录音机、收音机，唱歌，聊过去的事情，又有什么必要呢？”所以，客观公正地评价，在这样清净的道场中，也有极少数修行不好的人。

当然，这也是正常的。就算是释迦牟尼佛的身边，尚且也有五百比丘还俗<sup>84</sup>，故无论是世界哪个地方，都不可能没有这些，不可能一切都是清净的。有些人总以为寺院中不会有烦恼，一旦听说些什么，就开始惊叫连连：“啊！寺院里怎么会有这种事？”对此我们并不意外，因为有些客观问题，他们也许不太了解。不过就我们自身而言，作为一名修行人，应当以修法为主，多做些有意义的事情，不要像一些没有水平、没有素质的人那样，天天贪著无义琐事。

现在城市里的居士，大多数很不错，在面对家庭、工作等许多压力的同时，还要抽出时间修学佛法，真的很不容易。但也有一部分人对佛法不在乎，总是找些借口，把听课当作一般的世间行为来对待。其实人生很短暂，希望你们能做些有价值的事情，比如对自己有利的闻思修行，或者尽量帮助众生。有意义的事情，一定要做；没意义的事情，不敢说完全不做，但也尽量少做。有些人的习气太重，刚听完一课时，一两天稍微能压制住烦恼，但由于周围助长恶习的顺缘比较多，修持善法、闻思修行的助缘少之又少，所以，修行的结果往往不如人意，这一点你们也要注意！

关于七句祈祷文的功德，阿里大持明者的伏藏品

---

<sup>84</sup> 《宝蕴经》中说，世尊在宣讲享用信财的过患时，五百名戒律不清净的比丘说“不应享用信财”而还俗了。

《八大法行总集之持明外修法》中说过：“一仪轨王七句祈祷文，凭借愿力真实得面见，七日二十一日祈祷依，悉地降临解脱诸违缘。”意思是，七句祈祷文如人中之王一样，是一切仪轨之王。（藏传佛教的很多寺院，在修任何本尊之前，都要先念七句祈祷文。）凭借莲师宿世的愿力，只要真实作祈祷，必定能亲见莲师。这个修法最好是单独修七日或二十一日，若能如此，一切悉地自会降临，一切违缘自会遣除。

以前我去过丹巴一个寺院，那里每年秋天要求修七天莲师法，所有老百姓与寺院的出家人一起，从早到晚不断念七句祈祷文。藏地很多寺院或个人都是这样，常利用七天或二十一天的时间专修莲师法门。其实在修任何一位本尊前，最好是能先结上缘。从法王如意宝的事迹中也可以看出，他老人家不管是修文殊菩萨、观音菩萨，最初都会专修这一本尊，不间断地念诵本尊心咒。同样，如果你是第一次修莲师法，最好也能先闭关七天，发愿念多少遍七句祈祷文或莲师心咒，然后平时就可以随意念诵了。就像在世间上，你想认识一个人，可能先要请客吃饭，培养一下感情，但若从此成为朋友了，那你有什么事，只要打个电话给他就可以。所以，当你们遇到违缘时，也别忘了给莲师“打电话”！

前天有些道友说，去年某个城市发生动乱，他们一家都在拼命念七句祈祷文，这样很好。或者，也可以念“喇嘛钦”、“革日仁波切钦<sup>85</sup>”，以此祈求莲师保

---

<sup>85</sup> 意即莲花生大士知，莲花生大士垂念我。

佑。在藏地，以前的老年人和修行人哪怕遇到一点点危险，比如放牦牛时碰到狼，马上就会祈祷莲师：“革日仁波切钦！”若能长期如是串习，在自己临死的时候，莲师或阿弥陀佛一定会来解救你的。

莲师也曾亲口承诺：“七句祈祷深情之妙音，相随手鼓伴乐猛祈请，邬金我从妙拂吉祥山，如爱子泣慈母心不忍，予以加持立此坚誓言。”倘若以悦耳的妙音念诵七句祈祷文，并摇动手鼓猛厉祈祷，那么莲师就会从罗刹洲来到你面前，如同孩子啼哭着呼唤母亲，母亲必不忍心抛弃他一样，莲师因往昔立下过坚定誓言，故而一定会降临。即使你没有手鼓或乐器，只要双手合掌，以恭敬虔诚的信心来祈祷，莲师也会降临在你面前，对你的身口意予以加持，遣除一切人和非人的违缘。

此外，《上师密集》云：“猴年猴月之初十，一切时王初十日，示现化身遍瞻洲，我赐共同胜悉地，何人终生修上师，彼人则于命终时，融入邬金我心间。”猴年猴月的初十，是莲师离开藏地前往罗刹国的日子。今年是土牛年（2009年），还有7年才是猴年。法王没有圆寂前，曾打算在第二年，也就是猴年举行一个特殊的法会，因为我们喇荣五明佛学院，就是于猴年猴月初十<sup>86</sup>建立的。在藏地，这是个非常重要的日子。当年莲师离开这里时，对所有大臣和人民讲过：“每逢这一天，我必定会来到人间，对所有的人进行加持。”

---

<sup>86</sup> 1980年藏历十月初十。

而且，每个月的初十，也是一切时间之王。莲师的传记中记载，藏历中不管是哪个月初十，莲师都有利益众生、降伏鬼神的不同应化事迹：

一月初十，莲师舍弃王位，前往清凉尸陀林，对无量空行、鬼神加以摄受并转法轮。

二月初十，莲师在扎巴哈日（另说阿难尊者）面前示现出家。

三月初十，萨霍国王将莲师投入大火，准备活活烧死他，但莲师以神变力，将猛烈的火焰变成一大湖泊。

四月初十，邬金国的奸臣把莲师与曼达拉娃空行母焚烧七天七夜，结果火海自然化为湖泊，莲师与空行母不但没有损害一根毫毛，还端坐在湖中的莲花上，示现不死虹身，降伏了所有野蛮众生，并被邬金国王尊奉为国师。

五月初十，莲师降伏了五百外道班智达，发出佛教的狮吼声。

六月初十，莲师在达那够夏海降生。

七月初十，莲师在铜洲国家时，国王听信外道邪说，把莲师密闭在一红铜箱子里，扔入大河。莲师不但没被淹死，反而逆水而上，在空中放光，令河水越涨越高，眼看皇宫就要被淹没，国王和眷属特别恐惧，向他诚心忏悔。

八月初十，外道以掺毒的饮料供养莲师，莲师将之转成甘露，不但没受丝毫损害，反而更加容光焕发。

九月初十，莲师在尼泊尔的羊乃穴山洞，以金刚橛降伏了藏地、尼泊尔的很多鬼神，并获得大手印成

就。

十月初十，莲师抵达藏地，降伏藏地的鬼神之后，建立宏伟的桑耶寺，从此在藏地弘扬佛法。

十一月初十，莲师自桑耶寺开始，在整个藏地埋藏了无数伏藏品，又降伏诸多鬼神，令其承诺作护法神，并将伏藏的“钥匙”交给他们。

十二月初十，莲师在芒域贡塘辞别众人，前往罗刹洲，并给世人留下很多教言，尤其是提到：“每个月的初十，我都会来到人间，只要你们呼唤我，我会迅速赐予加持。”

所以，藏地很多寺院，每月初十都有会供，都要修莲师法门。我小的时候，常听老人们说：“今天是初十，要念莲师心咒。”不知道现在青年一代的心中，还有没有这种观念了。不管怎么样，初十是极为特殊的日子，你们要记得提醒自己，无论身在何处，这天应该作一点会供，尤其要念七句祈祷文和莲师心咒。因为在每月初十，莲师会于南瞻部洲示现千万化身度化众生，这是他的承诺。

法王如意宝以前常讲：“猴年猴月的初十相当关键，这天一定要作大会供，举办大型的佛教仪式；每个月的初十也很重要，应该尽量作些会供，祈祷莲花生大士。自己若想消除违缘、希求解脱，观想并祈祷莲师的话，莲师一定会赐予共同和不共的悉地。”

不管是什么人，若能终生修持莲师，命终时定会融入莲师心间，这也是莲师的金刚语。由于莲师与阿弥陀佛一味一体，修莲师与修阿弥陀佛没什么差别，因此，遇到这么好的法门，我们一定要修，不修的话

很可惜。

《上师密修要文》中云：“修法生次第，明了观修时，我住彼者前，曼扎供品物，食子摆设时，我无疑降临。”我们观修、祈祷莲师，莲师就会住于我们面前；我们在莲师像前摆放曼扎、食子等供品，诚心诚意地祈祷，莲师一定会降临。

又云：“无肉光明身，观修莲师身，彼时起佛慢。”莲花生大士不是肉身，而是光明身，所以若观修莲师的身体，定会时时得到加持，对此我们要生起佛慢。

又云：“我不自主临，邬金莲花我，谁以强敬信，猛厉祈祷时，我临彼者前。”莲师说：“谁以强烈信心祈祷我，我一定会降临在他面前。”

莲花生大士这样说，是因为有这样的能力，汉地以前也有一些大德，为了摧毁众生的傲慢，而故意显露自己的成就相。譬如傅大士，与达摩祖师、志公禅师并称为“梁代三大士”。他自号“双林树下当来解脱善慧大士”，其修行和成就跟莲师有相类似的地方。他曾见许多人无缘遍览《大藏经》，就发明了“轮藏”，将《大藏经》做成转经轮<sup>87</sup>，并推广至很多地方，广利无量众生，这一事业很奇特。

他是什么样的人呢？起先他是个捕鱼的，但捕鱼的方式比较特殊：每当捕到鱼之后，他又把鱼笼沉入水中，祷祝着说：“愿去者去，愿留者留。”于是，与他无缘的鱼就游走了，有缘的那些才留下来。

---

<sup>87</sup> 《释门正统》云：“初梁朝善慧大士愍诸世人，虽于此道颇知信向，然于赎命法宝，或有男女生来不识字者，或识字而为他缘逼迫不暇批阅者，大士为之顾，特设方便，创成转轮之藏，将大藏经楼中纳置一切经之书架，设置机轮便于旋转。令虔诚者推轮藏一匝，则与看读经藏具同等功德。”

有一次他正在捕鱼，来了一位印度高僧，对他说：“我与你过去在毗婆尸佛前，同时发愿度生。现今在兜率天宫中，还存有你的衣钵，你什么时候回去呢？”他听后瞪目茫然，不知所对。梵僧就让他到水边看倒影，他看见自己头上有宝盖、圆光等瑞象，因而顿悟前缘。于是抛弃渔具，在双树下结茅庵而居，从此精进修行。

七年之后，有一天他在定中，看见释迦牟尼佛、定光佛、金粟佛放光融入自己，因而获得了加持。后来他把妻子卖掉<sup>88</sup>，举办无遮大法会，许多行为跟藏地密咒士很相似。记得有一次，他脚穿儒履，身著僧衣，头戴道冠，进宫拜见梁武帝。南怀瑾对此评价说，这表示中国禅的法相，是以“儒行为基，道学为首，佛法为中心”。有些人不了解密宗的境界，一听莲师自称“我是如何的成就者”，就开始极力毁谤，却不知汉地大德也有这样的超胜行为。

此外，净土宗的五祖少康大师，出生后一直不说话。7岁随母亲到寺院拜佛，母亲问：“这是谁啊？”他忽然开口说：“是释迦牟尼佛。”父母悲喜交加，便施舍他出家为僧。后来大师广弘净土法门，每次升法座高声念佛，念一声佛，就有一尊化佛从口中而出；念十声佛，则有十尊化佛，如同念珠般连贯地从口中

---

<sup>88</sup> 傅大士为了化导大众，便先来劝化他的妻子，发起道心。有一年碰到荒年，大家普遍都在饥饿中，他便劝导妻子，发愿卖身救助。他妻子刘妙光听后，并不反对，说：“但愿一切众生，因此同得解脱。”后来，同里傅重昌、傅僧举的母亲，出钱五万买了他的妻子。大士拿到钱就开大会，赈济众人，发愿说：“弟子善慧，稽首释迦世尊，十方三世诸佛，尽虚空，遍法界，常住三宝。今舍妻子，普为三界苦趣众生，消灾集福，灭除罪垢，同证菩提。”过了一个月后，那位同里的傅母，又把他妻子送回山中来了。

涌出。

还有志公禅师，画师为他画像时，他一时兴起，现出十二面观音像，妙相殊丽，或慈或悲，使素有“第一佛像画家”之称的僧繇，无法成笔。藏地的大德小苏（色琼巴）和大苏，临终时将身体化光融入黑日嘎……诸如此类的现象非常多，大家应该全方面去了解。

今天讲到这里吧，本来还想讲，但时间到了，实在没办法！



## 第六节课

### 思考题

1. 如何才能与上师真正相应？在这方面，你打算作什么样的努力？
2. 现在生活中常会提到“禅”一字，那么“禅”到底是什么？怎样理解“禅”与“随顺众生”的关系？
3. 什么是伏藏？它具有什么特点？请谈谈你对伏藏的了解。
4. 请引用几个教证说明，祈祷莲师必定获得加持。你对此有信心吗？

通过这次学习七句祈祷文，很多道友应该了解到它内外密的巨大功德，以后方便时大家要多念，尤其念诵的时候要有信心。

信心、智慧、悲心这三者，可以涵摄所有的佛法。作为一个真正的佛教徒，信心是根本，若对上师、三宝、四谛有信心，那么今生来世的一切都能如愿以偿，无有丝毫困难；反之，倘若没有信心，即使你表面上再有智慧、辩才、能力、技术，这一切的功德也失去了基础。

有些人由于前世福报，生来对善法就有坚定的信心，邪分别念也极为鲜少。而有些人虽有强大的智慧，可是杂念邪见一大堆，总认为这个不对、那个不合理，凡是眼睛见的、耳朵听的、身体接触的，都觉得丑陋无比，这种心态对修行很不利。因此，大家应当观清

净心，尤其是听到上师三宝的功德时，要有一种欢喜心和恭敬心，这是传承上师们再再强调的。

下面继续讲莲师的功德。昨天引用了《上师密修要文》的教证，这个还没全部讲完，今天接着讲：“苦乐凶吉等，生死今来世，暂时及究竟，乐苦望您知，我无余依处，邬金尽了知，如是而思维，屡屡而祈祷。”

莲师是诸佛菩萨本体的总集，所以我们在日常生活中，不管是遇到快乐或痛苦、吉祥或不吉祥，乃至解决生死轮回的重大问题，获得暂时、究竟的一切安乐，全部都要祈祷莲师，依靠莲师来了知。也就是说，每个人要有一种信念：“我把一切都委托您，一切都依靠您，除了您，我没有其他的皈依处。有人皈依树林，有人皈依外道，有人皈依有地位、有权势的人，但这些只不过是暂时的依处，而最究竟的皈依处，唯有十方诸佛菩萨总集的莲师您。”一定要对莲师有特别虔诚的信心，相信他能了知一切，祈请他垂念自己。如是屡屡思维、祈祷，一定会获得成就。

现在很多人的修行不能增上，就是因为数量不够、质量不够、精进不够，念了一二十万、一二百万的咒语，觉得特别特别多，这样不行。其实单单是修上师瑜伽，按智慧光尊者的传统，念修莲师心咒的数量就要圆满一千万遍。很多人一听，也许目瞪口呆：“啊，一千万！太可怕了！”但你们看看阿琼堪布的传记，他的上师跟他说：“按照常规，外祈祷只需念诵一千万遍莲师心咒，不过你这次却必须念满三千万遍。”阿琼堪布对此并没有抱怨，而是保质保量地完

成了。他在念诵前一千万遍心咒时，每隔一百遍，就会念一遍祈请文，以此轮番修持；念诵后两千万遍心咒时，则是每隔一千遍，就念一遍祈请文。他是这样完成的。

记得在持诵心咒的过程中，有一次他到上师那里去，恰巧碰到上师像往常一样，午饭后在转绕自己的关房二十五圈（本焕老和尚吃完饭后，也常有转绕佛堂的习惯），于是他就跟着上师一起转。上师有一条狼皮的裹腰，系带总是像藏靴的鞋带一样耷拉着，以往每当他方便时，总会说一句“拉一下我的尾巴”，而那天却没这么说。于是阿琼堪布问：“要不要拉一下您的尾巴？”上师怔了一下，说：“噢，我都忘了，那就拉一下吧……”接着他又像想起了什么似的说：“这是我的一句坏口头禅，你学我说也不能怪你。不过，一般说来，弟子应将上师观为法身佛，而不能将其视为普通色身。《金刚经》云：‘若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。’这个教证就说明了，弟子必须把上师视为法身，不能是报身或色身，否则，如此恶劣心念必将成为解脱的障碍。”

上师要求阿琼堪布念三千万遍莲师心咒，圆满五十万加行，同时还要背诵《大圆满前行》。其实阿琼堪布是活生生的布玛莫扎化身，他白天晚上的境相，全部是智慧的妙用，但他仍脚踏实地、依教奉行，始终以一个普通人的身份修行，以此引导了无量众生。

相比之下，现在很多后学者口口声声说：“我有神通，有更高的境界，不用修加行、念咒语了！”听到这些，真让人不太舒服。看看往昔的高僧大德，不

管是汉地禅宗的，还是藏地密宗的，当他们证悟越来越高时，对世俗中的取舍因果、念咒语，只会越来越重视。因此，我们务必要次第性地修持，一步一步地来，尤其要多修上师相应法，这非常关键！

《大圆满前行》中要求念莲师心咒一千万，这对城市里的人来讲，确实是个特别大的数目。但是，你的相续若想与上师相应，不能光在口头上说：“上师，我跟您相应吗？我觉得好像很相应，刚刚看到您时，感觉您特别特别慈悲。不过，这几天信心好像又退了。”这样的相应，只是暂时的分别念，可能是源于前世的善缘，也可能源于前世的仇缘，以致见面后有种种不同的感觉。但我觉得这个不重要，最重要的是，要在实际行动中时时刻刻祈祷，把自己的一切交付予十方诸佛菩萨，今生中快乐也好、痛苦也好，长寿也好、短命也好，全都指望佛菩萨来了知，由他们来支配、来安排。就像有人常说：“上师您说什么，我就照办！”应该有这种信心。若能如此，你的相续肯定会与法相应，与圣者的境界相应。

我个人而言，虽说没有很多很多的境界，但多年来的求学让我知道，在末法时代，祈祷莲师的上师瑜伽值得每个人长期修持，若能这样，不论你遇到什么违缘或阻碍，都不会中断自己的善心。否则，你一两天里有种觉受，修行也特别精进，这种信心发起来并不难，但要长期坚持、贯彻始终，却不是那么容易的。所以，大家要时时祈祷莲师加持！

莲师曾说：“修我成就一切佛，见我现见一切佛，我是善逝之总集。”如果能修成莲师的上师瑜伽，不

必对一尊一尊佛单独修，便可成就一切佛；倘若能亲眼见到莲师，也就见到了一切圣尊。为什么呢？因为莲师是所有善逝的总集。

第一世敦珠法王在 12 岁时，曾亲见莲师尊颜，从此之后，许多伏藏、境观自然而然显现出来。无垢光尊者在一次修法中也见到莲师，并且云游空行刹土，得到了《空行心滴》的教授；后于 28 岁，在一次传法中又见到莲师佛父佛母，获得《空行心滴》的灌顶，莲师为他赐名无垢光（智美沃日），空行母益西措嘉赐名金刚威严。

当然，我们凡夫要跟大德们比，肯定有一定的困难。但是要知道，很多弘法利生事业特别广大的人，都曾不同程度地受过莲师为主的诸佛菩萨加持，有了这样的加持，对众生必然会有利益。否则，纵然你想利益众生，口中喊得声嘶力竭，但若自相续犹如枯木，没有得过加持甘露的滋润，也很难以实现愿望。所以，一个人要想弘法利生，首先要有一定的境界，这样才可以打动别人、摄受别人、加持别人。

莲师说过：“敬信者面前，我无离合住。”在具有清净信心、恭敬心的信士前，莲师从未离开过半步，也并未前往罗刹洲，只要时时祈祷他，就像盲人身边有明眼人在照顾一样，莲师随时都会赐予安慰、加持，从各方面遣除你的道障。

又云：“乃至虚空之边际，有情边际亦如是，乃至业与烦恼际，我之事业如是疾。”虚空无有边际，有情也无有边际，有情的业和烦恼亦复无有边际，在如是无边无际的时空中，莲师摄受、利益众生的加持

和事业会越来越迅猛。前面也讲过，诸佛菩萨的事业有正法和末法时期，随着世界越来越恶浊、越来越趋于末法，莲师的事业与加持会像日轮般越来越明亮，照耀所有众生的心田。因此，在当今五浊恶世，对于唯一的怙主莲师，大家共同祈祷特别有必要。

现在很多修行人，对莲师和密法没有极大信心，我虽不敢 100% 保证他们修行不会成功，但还是有相当大的困难。而有些人尽管智慧、能力、见解不高，然因从小就对莲师有不共的信心，这种信心得之不易，依靠它，修行一定会圆满成功。上师如意宝在课堂上也常讲：“末法时代，祈祷莲师的的确确特别重要！”因此，大家务必要经常念诵七句祈祷文，只要你有信心，必定能获得加持。

不过，有些人念的数量不太够。你看麦彭仁波切的侍者沃萨，七句祈祷文就念了 130 万遍。这个祈祷文不是莲师心咒，130 万遍还是比较长，由此可见，古人的信心非同一般，不像现在人一样特别散乱。

其实，现在我们更需要佛法，否则，在各种文明的不断冲击下，人心始终无法得到自在。在古代，人们即使不住在寺院等静处，生活环境也算比较平静，内心不会那么浮躁。而如今，面对外境色声香味的不断刺激，除了极个别修行人有定力以外，大多数人的心很难平静下来。此时，若没有诸佛菩萨的加持及自己稳固的信心，修行想要善始善终，真的很不容易！

作为一个修行人，表面上办个皈依证不难，穿套出家僧衣、剃个光头，也不过是两三分钟的事儿，最难的是什么呢？就是佛法真正融入心。有些人出家是为

了好看——“我现在是出家人啦，上师，好看吗？”其实好不好看并不重要，形式上的出家没什么了不起，最重要的是心要与法相应，真正生起无常观、出离心、菩提心，乃至大圆满等较高的密法境界。

当然，这不是一天两天就能做到的。除非是极个别利根者，只需一个表示就能当下开悟，这在禅宗、密宗中都有过，然而现在末法时代，这种现象比较少了。不过密宗还算可以，对于续部、修部的教言，现在很多人仍在不断修持，寺院附近也有不少人闭关实修。而禅宗中，有些人把“禅”越来越世俗化了，与明心见性的古代思想，有点背道而驰之感。那天我看了一个光盘，题目是《中国甚深之禅》，封面上有个和尚，我以为他讲得不错，便想好好研究一下禅文化。结果放进电脑一看，竟然是讲怎样卖茶叶的，我想“算了算了，我不买也有很多普洱茶”，就没有再看。

说到“禅”，尽管可用不同的文化来阐释，但最关键的核心是什么？就是认识心的本性。认识心性的教言，是我们最希求、最需要的，至于其他，如怎样炒股票，怎样卖东西、配茶叶，其实用不着佛教理念，世间人在这方面也一个比一个聪明，美国人有美国人的茶文化，日本人有日本人的配茶方法，所以我觉得，最根本的应该是让人了解佛法。世间上芸芸众生不明白心的本性，不懂诸佛菩萨不可思议的微妙之法，因此，已开悟、或未开悟但对佛法有甚深定解的人，在享受佛法美味之同时，理应把它传递给世世代代，这也是延续佛法的慧命。

总之，佛教太世俗化了，意义不是很大。虽说佛

陀也有“随顺众生”的教言，但随顺不等于一味投其所好。法王如意宝讲《胜利道歌》时也说过：“随顺他人并不是没有原则，别人生贪心你也随顺，生嗔心你也随顺，不是这个意思。”因而，随顺众生要看有没有意义，有意义的话，可以暂时随顺他。然即便如此，到了一定时候，你也要把他的思想转变过来，这才是“随顺”的意义所在。

话说回来，《上师密集修教标题》中云：“果乘密宗金刚乘，一切广大续与教，速疾圆满二资粮，欲证精义修上师。”密乘（果金刚乘）分续部、修部的广大教法，修持这些虽也能获得成就，但若想更快地圆满福慧资粮，通达万法最究竟的精要，务必要修莲师的上师瑜伽，这个法比什么都快，比什么都深，比什么都重要！

许多人想依靠密宗而成就，但如果舍弃上师瑜伽而另修一法，绝对是不会成功的。萨迦、格鲁、宁玛等派的历代大德，当见到上师与本尊同时现前时，一定会选择从上师那里求加持，把上师当作真佛看待。以这种信心来修莲师的上师瑜伽，那么一定会成就。

《甘露生续》云：“观修十万本尊身，不如唯观师身胜。”观修观音菩萨、文殊菩萨等十万本尊，虽说会有无量功德，但远远不如观修上师瑜伽殊胜。所以，上师瑜伽特别重要，尤其是莲师这一修法，可令我们迅速开悟；即便没有开悟，也对今生的生活和将来的死亡，有非常大的利益。

喇拉曲智仁波切的传记中记载，他在接近圆寂



时，对一旁的侍者阿索说：“你不要坐在这里，莲花生大士来了。”侍者不敢再呆，便到旁边偷偷地看，只见上师满面笑容，住于心与莲师无二无别的境界中，以狮子卧式安然圆寂了。尊者一辈子修的本尊就是莲师与文殊菩萨，他给弟子传讲的教言，大多数都是莲师的窍诀。我们修上师瑜伽时，也应该尽量安住在莲师与自心无别的境界中，这很重要。不过，这要到密法部分才能讲。我们现在讲的是不是密法？应该也算哦！

（近来外面流行甲流，大家还是要念金刚铠甲咒。可能每个人的根基不同，有些人特别害怕，有些人好像无所谓。不过，修行人不应该太怕死，怕的话，说明修得还不成功。你应该有种不怕死的精神，如果真得了这种病，看看感觉怎么样？那时就可以看出你的修行境界，这是一个最好的办法。）

此外，绕那朗巴的伏藏品《初十祈请法》中云：“我即邬金莲花生，凭依利他善意乐，一时化一伏藏师，彼者行一深伏藏……”《初十祈请法》在很多伏藏品里都有。我们多芒寺的伏藏大师德钦朗巴就有很大的大函，内容特别好，也很深，每年五月初十取出来，让寺院所有出家人跳金刚舞，并在三四天中念修这个祈请文。

记得70年代时，宗教还没有开放，我家隔壁住着多芒寺的维那师，他有伏藏大师的《初十祈请法》，是长长、厚厚的一大函。由于他家有出家人，领导经常去搜查，所以他特别害怕，就把这个法本让我们藏着，因为我家当时没有出家人，政府也比较放心。

我们藏地常要搬家，夏天也搬、冬天也搬，一个帐篷搬来搬去。那时候我和弟弟还小，每到一个新的地方，我俩首先要做的，就是寻找一个山洞或岩洞，把法本包好藏起来。就这样，这法本被我们藏了六七年，后来直到宗教开放，才还给那个老喇嘛。结果这是仅有的一本《初十祈请法》，其他的，在“文革”期间全被毁坏了。那老喇嘛也说：“现在我们寺院只剩这一本了。如果这个被毁了，以后即使有机会，我们也没办法举行‘初十法会’了。”寺院和当地人都认为他很了不起，却不知道是我们帮忙藏的。有时听到别人赞叹他，我父母也会私下说两句：“这么多年来，是我们辛辛苦苦帮他藏的。唉，算了算了！”

关于伏藏法，除了意义极为甚深，跟分别念所写的东西不同以外，还具有语言简洁、文字优美、层次分明等诸多特点。读起来的时候，跟世间人写的文章完全不一样。我们平时也有这样的说法：“某某仪轨特别好，就像是伏藏品。”

在藏地，伏藏大师确实相当多，因为莲师教法的精华主要是伏藏法。伏藏是非常重要的藏经方式，即使世界上发生战争或地水火风的灾难，整个地球被摧毁了，伏藏法也毁不掉。这是因为莲师当年以发愿力摄持，将这些伏藏法交付予各方土地神，或是藏于开悟弟子的如来藏智慧里，并以不可思议、坚不可摧的加持力作了印持。

对伏藏大师而言，虽然他们是了不起的修行人，但也受生死轮回的影响，在经历无数生生死死时，意识是不断变化的，其间有很多东西会被忘掉。所以，

莲师并没有把伏藏法藏在他们第六意识中，而是藏于现空无二的法界智慧里<sup>89</sup>，这种智慧永远也不会改变。一旦开发伏藏的因缘成熟，伏藏大师只需进入证悟的境界，伏藏的内容立即会以空行文字或表示文字显现出来。

以前在上师如意宝的手里，就有很多伏藏的空行文字，这些我们也看过，有些像甲骨文，有些像写在树皮上的，都是特别小的一张纸，上面只有一两个字。这一两个字，其实只不过是种信息表示，如同密码一样，可以开启伏藏大师的记忆宝库。有人怀疑：“一个小小的宝筐，怎么装得下那么大的书函？一两个空行文字，怎能显现出如是多的伏藏法？”实际上这些伏藏品只是一种提示，通过它，伏藏大师就会在心里显现出完整的伏藏内容。

上师如意宝还跟我们讲过，假如一个伏藏法的出世机缘已成熟，伏藏大师必须要写出来，否则就会不断受到干扰，今天显现，明天显现，后天又显现……脑海中反复出现这个伏藏。而一旦写成文字之后，所有的干扰便当下消失。

前不久，一个老喇嘛也跟我讲：他的上师是德钦朗巴的侍者，知道一些开取伏藏的事。有时尊者半夜三更得到了信号，马上把侍者们叫起来，说要到什么地方去，然后翻山越岭，连夜赶路。这种事情经常发生，所以侍者们总是时刻待命，晚上睡觉都不松腰带，随时准备跟上师去取伏藏。

---

<sup>89</sup> 即他们证悟空性的智慧中。

有一次，尊者对一个侍者说：“马上要取伏藏了，赶快跟我走！”他们连夜不停地赶路，第二天早上才到目的地——一个山顶的树林里。在路上，尊者告诉侍者：“今天取伏藏的不是我，是你！”侍者十分纳闷：“我只是一般的凡夫人，怎么能取伏藏呢？”但到了那里以后，伏藏的内容自然就在他心中显出来了。所以，尊者的伏藏品中，也有一些他弟子取的教典。在历史上，这样的精彩故事数不胜数。

此外，伏藏法还有几个特点：传承不断，不受外道侵害；法源清净，免受世人邪说影响；有极其甚深的智慧力量；开取出来之后，对无量众生的加持特别迅速。就像佛陀刚转法轮时，很多众生都能证果一样，伏藏品刚取出来时，也能令有缘众生成就相当快。

当然，伏藏中也有不少假的。莲师曾授记：“当我的真伏藏弘扬于世时，就像草地里冒出许多蘑菇一样，也会出现很多假伏藏。”关于如何辨别伏藏的真伪，麦彭仁波切在《澄清宝珠》中有过叙述，直品单比尼玛也著有这方面的观察方法。

因此，自称为“伏藏大师”的人，不一定是伏藏大师。有些人以分别念造个仪轨，就到处宣扬自己的“伏藏”，但这些假伏藏跟真伏藏的加持截然不同。这种人根本没得过莲师的印持和授记，只不过在文字上稍懂一点，便开始自诩为“伏藏大师”。就像这里有些道友，明明没有证悟，却因增上慢而认为“我已经开悟了，什么都不用修了”，这是非常可怕的！

总而言之，对浊世来讲，伏藏法门是密法的精华所在。

话说回来，刚才的《初十祈请法》中讲了，莲师依凭利他之意乐，在每一时代中都化现一位伏藏大师，每一位伏藏大师都会行一些伏藏法：比如在开取伏藏时，有些是取文字，有些是取佛像、宝篋，有些是取世间的法器等等。

格鲁、萨迦等教派中虽然也有伏藏，但只是少量的，绝大多数伏藏都是莲师所藏。原来法王去美国时，当地人说：“莲花生大士来过美国多好啊！我们这里也想取个伏藏。”的确，美国不像我们藏地，这里很多岩石、湖里都埋有伏藏。以前我看过法王的一张光碟，是在青海意则湖取《金刚萨埵仪轨》的场面，当时湖水很深，没过头顶，上师身体比较重，但浮在湖中就把伏藏取出来了。还有，上师在古乌拉泽取过一尊佛像，在不丹的巴卓达桑取过一个莲师的简略仪轨<sup>90</sup>，在尼泊尔的山洞里取过《项袋金刚橛修法》，这些时候我都在场。

记得在不丹时，上师如意宝有一次去了伏藏大师酿·尼玛威色（日光伏藏）后代的家里。那位伏藏大师曾取过一枚金刚橛，上师见到金刚橛之后，智慧中自然流露出八大法行的仪轨，当即让人记下来，珍藏在一宝篋中，并说三年内不能公开，之后可在人间弘扬。但三年以后，我问过上师可否开取，上师说缘起还不

---

<sup>90</sup> 《法王传》中说：“……接着又来到巴卓达桑，这里是莲花生大士以八种威猛相中的忿怒金刚形象降伏邪魔的山洞。进入洞中，法王说：‘此处有九函莲师猛修仪轨的伏藏品，为了利益不丹国家未来的众生，今生我暂时不开取，待到下世再来取出。’又说：‘我本想今生现清静比丘相度化众生，不愿开取伏藏品，但因莲师的愿力广大，所以许多甚深密语都已从口中自然流出了。这次也不得不取出一略仪轨伏藏。’为了缘起，法王便开掘出了一个简略仪轨。”

成熟，故而至今尚未广传。如果这个仪轨开取出来，内容可能会特别多。

这样的精彩故事，并不是神话，而是实实在在的。如果把所有伏藏大师的伏藏品堆起来，肯定像山那么高。其实，许多伏藏大师根本不出名，像色达这么一个小县城，就有过好几位伏藏大师，其伏藏法多达二三十函；我家乡炉霍也是一样，伏藏大师们留下很多书函，甚至一两座寺院就有一位伏藏大师，但由于有些不为人知，其伏藏法只在一个小范围内流通，只是极个别修行人在修。我曾看过勒珠朗巴的一个续部伏藏，内容极其殊胜，但我后来打听了一下，他一点也不出名，甚至在世时，很多人不知道他是伏藏大师。

莲师还说：“简言随化无有量，邬金大士恩无比，一一境域一圣地，皆是莲师纪念碑。一一地界一伏藏，皆是莲师纪念碑。”莲师随顺所化的无量众生，在每个地方都留有一处圣地，分别是他身、语、意、功德、事业加持之地，此皆为莲师的纪念碑；在藏地的每一个村落，都有一些方便、降伏等伏藏仪轨，这也是莲师的纪念碑。

原来我见有这么多伏藏，心中不免怀疑是真是假，但事后看来，确实是莲师以不同的缘起，为利益不同的众生而伏藏的。正如刚才所说，有些甚至只在小范围中，为极少数人所修持。

又云：“总之调化不可思，皆是邬金纪念碑。未来于我信受者，谁人于我起信解，我即安住彼者前。每月初十之吉日，谁人受持随念我，彼者与我无合离。”谁对莲师有信心，莲师就会安住在他面前，赐

予灌顶和加持。尤其是每月初十这一吉祥日，谁人受持、忆念莲师，莲师会始终不离开他。

因此，你们以后若各方面因缘成熟，应当白天晚上都祈祷莲师；若实在没有这样的条件，那不管到哪里去，每月初十都要想到：“今天，莲师对众生有不共的承诺，要特别加持所有众生。”所以那天你要极力祈祷莲师，并作一些会供等法事，以此相续中定能获得加持。如云：“莲花生绝不妄语，当生欢喜信受者！”

以前我在《旅途脚印》中，引用过伏藏大师班玛朗巴的一个教证，他说：“浊世伏藏法有信心者，曾经已见莲师并发愿，皆为有缘善根者当喜。”从你们表情上看，对伏藏法确实很有信心、很有兴趣，那么以此教言来衡量，你们前世肯定与莲师结过善缘，不然的话，一讲起“伏藏”，也许会反感、特别不舒服——大家感觉怎么样？有没有欢喜心呢？（下面回答：“有！”）看来你们都是莲师的大弟子。根据这个教证，我好像以前也当过……

有关祈祷莲师必获加持，经续中的教证历来不乏其数。如云：“藏地王臣众弟子，上弦月之初十日，我必降临立此誓，莲花生我不欺他。”莲师离开藏地前往罗刹国时，曾对藏地的王臣承诺：“每月初十你们若祈祷我，我一定会降临。莲师我在此立誓，绝不欺骗任何人！”

又云：“以七句祈祷，得如流加持，觉受感应时，是我降临相。”以七句祈祷文来祈祷时，定会得到如河流般不断的加持，假如你觉得相应、很起信心，说

明莲师已经降临了。我们作为凡夫人，由于业障深重，不一定像圣者那样，在观修时、梦境中能以肉眼见到莲师，得受加持和灌顶，但当你有了这些感应时，即使没有亲见莲师，也说明莲师降临了。

又云：“我实无来去，自业障碍净，尔时面见我，世俗所化前，真住罗刹境，然悲不间断，我住信士前。”从世俗角度来讲，莲师已前往罗刹洲，在红色铜山为罗刹众生转法轮；但就实相而言，莲师的本体无来无去，在业力清净者前，随时可以显现，对可怜众生的悲悯也从未间断，无论是谁祈祷，莲师都会住于其前，赐予加持。这次通过学习，相信很多人对伏藏法、莲师教法生起了很大信解。若能如此，对你们即生成就也会感召特别殊胜的缘起。

又云：“如是于初十，精进祈祷我，以畏堕轮回，诚心依附我。”莲师说：“如是你们应于初十，精进地祈祷我；以畏惧堕入轮回之心，一心一意地依附我。”

……

诸如此类，莲师亲口承诺过的金刚语许许多多，大家应对此有种坚定的信心。尤其是大城市里的修行人，希望你们不但不要排斥密宗，还要在修学显宗的同时，实地去修持密宗，这绝对有殊胜加持！

其实，在汉地历史上，也有过莲师伏藏的记录。比如，大圆满祖师中有一位释迦光尊者，他不管修降伏法还是取伏藏，都特别特别厉害。当时，蒙古的忽必烈与弟弟争夺王位，听说藏传密宗有降伏法，就从一位上师那里求得了，并依靠咒语的力量，击败了弟弟而获得王位。此后，忽必烈又听说释迦光可开取莲



师的长寿水伏藏，便派遣专使携金字诏书，要求尊者取出长寿水送给他，若能满愿，对前藏、后藏的密咒士会给予各种方便。（这段历史比较广，《青史》、《敦珠佛教史》中均有记载。）

接到诏书之后，释迦光尊者便带着专使，以及成千上万的人去取伏藏<sup>91</sup>。到了山洞门口，遇到一风轮阻挡，无法进入，尊者念了些咒语，风轮遂停转。进入山洞，里面有很多黑炭，炭中有一古怪的青蛙，多口多眼，其手一动，便牵来一个极大风轮，尊者以念珠压住它，于是风轮自然消失。之后尊者顺利取出了伏藏，其中有马头明王像、金刚亥母像、金刚萨埵像，并有修法仪轨 13 卷，以及青玉瓶盛装的长寿水，此皆为莲师所埋藏。众人见后，均生起敬信。

原本，长寿水的“献新”若被尊者喝了，他可以活到 100 岁，但尊者只在舌上沾了一点，作个表示就交出去了。专使日夜兼程赶回汉地，把它交给忽必烈。忽必烈非常高兴，以此也获得了长寿。书中说他活了 100 岁，但从历史上看，好像只有八十多岁（1215~1294），不过这也算高寿了。后来忽必烈果然履行了承诺，向前后藏颁赐诏令，赦免人们充军役，赏赐许多土地用于建寺院等，同时封释迦光尊者为“巴谢”，其地位与国师相等（也有说“巴谢”就是国师）。可见，伏藏法在当时被普遍接受。

对莲师的教法，极少数大人物或世间人，虽说体会过它不可思议的加持，但真正感受到其威力和修行

---

<sup>91</sup> 伏藏一般有两种取法：一是伏藏大师自己私下取；二是在众人面前公开取。他是属于后者。

作用的，从历史上看，应该都是修行者。尤其是在寺院里修生圆次第的人，才能真正感受到其中的殊胜与微妙！

## 第七节课

### 思考题

1. 常有人说：“我是学净土宗的，只信阿弥陀佛，不信莲花生大士。”对此你如何评价？请说明理由。
2. 汉地的佛教界承认藏密吗？请引用教证加以说明。过去，藏传佛教在汉地弘扬的情况如何？由此可得出什么结论？
3. 莲师曾许诺要在初十去往藏地，那汉地的人祈祷莲师是否就没用了？为什么？

现在总体看来，汉地各个地方对密法学得不错，有些人并不是停留在口头上，而是在生活中，有了实实在在的感受与收获。看到他们的转变，我由衷地高兴。在座不管是出家人、居士，希望你们也认认真真地修学，懂得藏传佛教的殊胜性之后，有必要、有因缘的时候，应当传给相关的人，以令他们接受并共同学习。

这样的行为非常重要！就像禅宗，最初也不为汉地所接受，但后来随着大成就者们纷纷证悟其高深莫测的超胜境界，越来越多的人不得不对它另眼相看。日本的禅宗也是一样，当弘扬至英美国家时，刚开始大家比较排斥，但当它渐渐融入生活中后，人们也就接受了。

所以我想，现在人的信心比较不错，最关键的在于缺少传法者。大家若能共同努力，藏传佛教应当可

以让更多人了解，尤其是汉地有些水平比较高的居士，可以给大家作佛法上的交流。（他们暂时被称为“辅导员”，至于因缘成熟时怎么称呼，我还在考虑。）

其实，佛法就像那些有利于人的世间知识，出家人也可以接受，在家人也可以接受，尤其是莲花生大士的教法，更为适合当今时代。懂得藏传佛教的人都明白，莲师的伟大无法形容，他的发心力、摄受力不可言说，故被尊称为“莲花佛”或“邬金第二大佛”，对此我们应生起信心。当然，不懂藏传佛教的人，可能认为莲师只是藏地的普通修行人，但这是一种非常片面的认识，以后还是应该多看一下莲师的传记。

莲师的传记在藏文中相当多，而汉文中，不管是网上还是书中，介绍得都比较少。不过这比以前好多了，以前1987年法王第一次去五台山时，汉人根本不知道莲花生大士，甚至长年学佛的人也没听说过。如今就完全不同了，因此，密法要想让人们接受，中间要有个适应过程。现在，这个因缘已越来越成熟了。

原来曾有一段时间，排斥密宗的人非常多，其中不乏一些高僧大德和世间学者。那时我们的能力虽然很小，但也通过各种方式作过回应：该驳斥的驳斥；该批评的批评；该交流的，也以非暴力的方式作了正面沟通……这方面做了许许多多工作<sup>92</sup>。而如今，许多人的观念已转变过来了，除了对个别藏地修行人的行为不满、生邪见以外，对藏传佛教的教义舍弃、诽谤、攻击的现象，可以说比较少见。

---

<sup>92</sup> 例如，上师仁波切撰著过《密宗断惑论》、《密宗虹身成就略记》、《略说佛教各派互不相违》、《藏密问答录》等文，以树立人们对密宗的正确认识。

我个人而言，绝对不会宣扬非理的法门，唯有对众生真正有利的教法，才会想方设法让你们接受。听说学院有一位法师，她回自己寺院时，师父对藏传佛教有点反对，她为此哭了无数次：“这么好的法，为什么师父不理解？”可能是她眼泪的缘故吧，听说现在她师父理解了——这是别人给我讲的，至于是不是，我也不太清楚。其实，我们这里的法，并不是狭隘地固执自己的宗派，而是以非常广阔的心去拥抱整个世界。因此，哪些是正法，哪些是邪法，希望大家能够明白。

在修学藏传佛教、尤其是密法的过程中，大家一定要经常祈祷莲师，因为历代传承上师的根本就是莲师。以前法王去印度时，我们见到了一位举世公认大慈大悲的大德，他说：“本来我是格鲁派的，传承上师、经师也都是格鲁派的，但我自己对宁玛派的莲师有不共信心，祈祷莲师从未间断过。为什么呢？因为当年若不是莲师降伏了藏地野蛮的邪魔外道，不可能有如今这么殊胜的佛法。现在藏地成了全世界的佛教宝库，这一切都该归功于莲师的宏大发愿。为了报答他的恩德，我们始终应以非常虔诚的信心来祈祷。”之后，他还给我们传了一个自己造的莲师祈祷文。

可见，具有远见、心胸广大的人，可以接受任何教派的法，只要它是正法，是佛菩萨化身所传的教义，都可以兼收并蓄、为我所用。反之，倘若你只盯着自己的寺院、自己的宗派，甚至，除了自己的师父以外，谁都不承认，那再好的法对你也没有用。

在座的道友們，以后有机会的话，应在自己的寺

院或道场里塑一些莲师像，这特别重要，在末法时代也具有特殊缘起！每次我去汉地居士家或寺院时，首先都会看有没有莲师像，如果有，就会觉得在这里修行肯定成功。虽说这是我的一种分别念，但也不是没有理由的。这种信念，并不是我最近传讲七句祈祷文才有，而是从小就对莲师有特别坚定的信心。

总之，如今末法时代，违缘多如牛毛，为了自己修行顺利，也为了弘法利生的事业成功，大家应该多祈祷莲师，塑造莲师像、随身佩戴莲师像，这会有很殊胜的缘起，大家一定要记住！

今天书里是这样讲的：

莲师在《莲花遗教》中对空行母说：“诸佛殊胜调化刹，每众生前现化身，昔日无量光佛尊，普陀怙主观世音，达那够夏莲花生，唯有形象现三种，实际无别无不同。”

此教证在前面引用过，只是译文略有不同。意思是说：在诸佛殊胜的调化刹土中，每一个众生面前，都有不同形象的莲师在进行度化。他以什么方式显现呢？譬如昔日，在极乐世界，现为无量光佛（阿弥陀佛）；在普陀刹土，现为观世音菩萨；在邬金达那够夏，现为莲花生大士，这三者虽然形象不同、刹土不同、所化众生不同，实际上本体无二无别。

这一点大家务必要明白，千万不要说“我是修观音法门的，不信莲花生大士”、“我学净土法，只信阿弥陀佛，不信莲花生大士”。倘若你对阿弥陀佛的化身，一部分相信，一部分却不相信，这是极不应理的。

现在有些人不学密宗，只学净土宗，所以我只好对菩提学会开了两个课，讲前行的同时，也推广净土。本来这对我来讲比较困难，但如果只讲前行、莲师法，有些人就不学了，因为他们不知道莲师与阿弥陀佛无别。因此，我只好再传讲净土，他们一看：“噢，那可以，我师父就不怕了，我也不怕了。”——你师父怕什么？怕莲花生大士吗？该怕的地狱、饿鬼、旁生，你们师徒都不怕，不该怕的降伏一切邪魔外道的怙主，你们却害怕，真是好造业哦！

又云：“安住法界普贤王，密严刹土金刚持，金刚座之大能仁，无二自成莲花我，利生加持大稀有。”安住法界宫的法身普贤王如来、密严刹土的报身金刚持、南瞻部洲于印度金刚座示现成佛的化身释迦牟尼佛，这三者与我莲师无二无别，若能以此信念来祈祷，那么加持力不可思议，利生事业也会广大无边。由此可见，佛陀的法报化三身无别，而且都是莲花生大士。莲师之所以被称作“莲花佛”，原因也在于此。

在我们藏地，对莲师起邪见或不承认的，应该说没有。如今在西方，很多人对莲师也极有信心。以前我们去美国时，那边盛行着莲师的预言：“铁鸟飞，密法兴。”这一预言，第十五世噶玛巴也曾对弟子说过。意即当空中出现飞机时，末法时代已到来了，此时，莲师的教法将普传于整个世界。因此，西方人对密法有特别大的信心，生邪见诽谤的，在佛教徒中几乎没有。

据统计，1990年美国有40多万佛教徒，相当一部分是学藏传佛教的。这些人对莲师很有信心，在每

一个道场里，都会祈祷莲花生大士。当时我开玩笑说：“美国人念莲师心咒时，声音很威猛，好像在修忿怒莲师；法国人念莲师心咒时，声音很柔和，好像在修寂静莲师。”尤其是法国人的音调，跟我们下课时念得一样，其实这来自于藏地的江达活佛。他的声音特别好，住在美国时，索甲仁波切请他唱莲师心咒，他就先以高山流水调唱祈祷文，之后又念莲师心咒，慢慢地，这种音调被推广至好多修行中心。也正是这些大德们的努力，现在欧美国家对莲师特别有信心。

前段时间，我去了上海菩提学会的一些道场，他们念莲师心咒也很好听。希望今后很多道场、寺院，也能常念莲师心咒。法王如意宝说过：“每次下课以后，若念三到七遍莲师心咒，所有非人鬼怪、邪魔外道都会远离。”因此，假如每个道场都能这样念，对修行真的有很大帮助。

又云：“究竟二资圆满诸功德，成为长子幻化不可思，过去未来现在一切时，佛教胜幢树立于十方。”究竟福慧二资、圆满一切功德而成为诸佛长子的莲师，以不可思议的幻化身，过去曾利益无量众生，未来将利益无量众生，现在正在利益无量众生，所以，莲师的化身在一切时中，将佛法胜幢树立于十方四隅。

莲师亲自幻化的化身特别多，而莲师加持的高僧大德也不计其数。无垢光尊者每次撰著最甚深的窍诀，常会说“班玛桑巴瓦所摄受的瑜伽士龙钦绕降，造于刚日托嘎神山”；麦彭仁波切许多教言的后面，也有“生生世世对莲师具有殊胜不可退转信心的麦彭



秋列南嘉”等字眼。看了这些你就知道，藏传佛教的许多大德，尤其是弘法利生事业特别广大的，都是莲师所摄受、加持的。

其实，汉地也有许多高僧信敬莲师，每天都持诵“嗡啊吽班则革日班玛斯德吽”，只不过不敢公开而已。曾有一位大德脖子上挂着莲师像，平时连弟子都不让看，那天悄悄拿出来跟我说：“您看，我也是学这个的哦！”然后又赶快装回去了。

要知道，莲师的加持、利他的智慧和威力不可思议，值得我们每个人起信心并接受。以前有些人对藏传佛教不满、特别排斥，我个人确实有些不理解，其实即便他们是知识分子，也没什么不能接受的。我在《佛教科学论》中提过，西方最著名的心理学家荣格，一生致力于《西藏度亡经》<sup>93</sup>的研究，他说：“这部著作一直是我的忠实友伴，我不仅要把许多令人兴奋的观点和发现归功于它，还要把许多根本的洞见归功于它。”他曾热情地把此书介绍给了当时最有影响力的思想家——精神分析学创始人弗洛伊德、“科学之父”爱因斯坦等学术巨匠，（既然荣格、爱因斯坦、弗洛伊德对莲师法门都能接受，现在的大学生、博士生为什么不能？你们的智慧能否与他们相提并论？有时候看来，似乎现在的知识分子有点过于“聪明”了。）并且坦言：该书的内容真实不虚，书中所揭示的生死因果确实存在。

后来我对荣格都起了信心，将他的一张照片放进《佛教科学论》。有人对此有点不解：“为什么这本书不放高僧大德的像，却偏要放爱因斯坦、鲁迅、荣格

---

<sup>93</sup> 《西藏度亡经》，实际上是莲师的闻解脱法门。

的照片？”因为我觉得，一方面他们的生长环境不太好，但能对佛教、对密法有如是信心，真的很了不起；另一方面，也是为了摧毁那些世间学者的傲慢。

此外，从汉地佛教界来看，许多大德也并不排斥藏传佛教。比如太虚大师，在《斗诤坚固中略论时轮金刚法会》一文中，阐述过理当信受密法之理，并从班禅大师那里，受过时轮金刚灌顶。虚云老和尚对黄念祖居士说：“密宗的确是释迦牟尼佛的法。”<sup>94</sup>圆瑛法师也说：“密净双修好，万修万人去。”其实汉地不管是什么宗派，禅宗也好、天台宗也好，最终都要念阿弥陀佛求生净土，密宗许多大德临终时也是如此，由此可见，密宗和净土宗暂时的观点虽然不同，但究竟而言殊途同归，净密双修对大多数人是有利的。

藏传佛教在汉地的弘扬，不仅仅局限于出家僧团，而且也遍及皇宫内院。从历史上看，自元朝忽必烈敕封八思巴为国师开始，后经元、明、清三代朝廷的尊重与扶植，藏传佛教在宫廷中一直长盛不衰、极有影响。尤其在清朝，从皇帝到嫔妃、宦官，常接受灌顶并做佛事，皇家御苑中梵刹林立，宫里珍藏着数以万计的藏传佛教珍品。

从康熙、乾隆的传记看，当时密宗的影响不可小觑。我以前朝拜有些寺院时，见过这两位皇帝所立的石碑，感觉他们显现上是九五之尊，但实际上跟高僧大德没什么差别。毕竟他们造了那么多寺院，培养了那么多出家人，对藏传佛教非常虔诚，对汉传佛教的

---

<sup>94</sup> 见《黄念祖居士开示集》。看虚老的《年谱》，他刚开始对藏密有些不了解，但晚年时不但接受了，而且还加以赞叹。

贡献也极其广大。

尤为值得一提的是，章嘉国师与清朝皇帝历来有极深的渊源。比如，章嘉二世是康熙皇帝的国师；章嘉三世是雍正皇帝、乾隆皇帝的国师；章嘉四世是道光皇帝的国师；章嘉五世是同治皇帝的国师；章嘉六世没有提及；章嘉七世是光绪皇帝的国师。

以上那些大德、大人物既然都能接受藏传佛教，那学净土宗的个别人也不必怕。藏密并不是邪魔外道，莲花生大士也不是该怕的，而应该是值得欢喜的对境。我曾问过一个居士：“你对莲师有没有信心？”她说：“有特别大的信心，我很喜欢他！”我问：“为什么喜欢？”“哎哟，他很帅的，穿的衣服也很漂亮！”后来我也仔细看看莲师像，确实“很帅”。今天我给你们每人发了一张莲师像<sup>95</sup>，是塑像的照片，唐卡里的可能会更帅。（众笑）

《七品祈祷文教授益西措嘉之小字》中说：“我是法身诸佛予加持，受用报身诸佛赐灌顶，化身一切诸佛作商议，佛教当兴南瞻部洲中，密宗果法引导众生故，珍宝海岛莲花茎之中，自生化身表示而来至，具有缘分具信之士夫，若以虔诚之心祈祷我，以胜因果缘起发愿力，较其余佛我悲更迅速，措嘉信解平日祈祷我。”

这段文字的意思是：莲师是一切法身佛赐予加持，一切报身佛赐予灌顶，一切化身佛显现上作商议：为令佛法在南瞻部洲得以弘扬，尤其以密宗果法来利

---

<sup>95</sup> 以前法王如意宝在五台山所塑之莲师像的照片。

益无量众生，故在邬金达那够夏珍宝海的莲花茎上投射“舍”字，之后以自生化身方式而降生的（即莲师非父母所生，不是胎生、卵生、湿生，而是化生）。若对莲师具有信心，并以虔诚心来祈祷，那么以其因地时的发愿力<sup>96</sup>，在获得悉地方面较其他佛的加持更为迅速，因此，日日夜夜祈祷莲师非常重要。这是对益西措嘉空行母的教授。

在座的道友们，为了自己修行圆满，为了利益众生、弘扬佛法，一定要经常祈祷莲师。法王如意宝在印度金刚座的发愿文——《愿海精髓》中讲过：真正有菩提心的人，日日夜夜想的，就是怎样利益众生、怎样弘扬佛法，唯有这两个目标<sup>97</sup>。而要想实现这两个目标，祈祷莲花生大士很重要。

麦彭仁波切在《世出世融合法》中也说：“末法时代，外道、非人、鬼神等特别猖狂，此时要祈祷上师三宝和本尊、护法、空行，而更重要的是，必须祈祷莲花生大士。”因此，你们如果想修行圆满、成就弘法事业，平时务必要祈祷莲师。不管是居士还是出家人，在家或出门时，最好都能常供莲师像，这种因缘很重要。若能如此，说明你对莲师有信心。常有人问：“我现在违缘挺重，该念什么经？”我总是告诉他：“多念莲师心咒！”我们现在传的法，以后有没有可能再讲？不一定有这个机会。但不管怎样，我内心真的很希望你们修行不要出违缘，而不出违缘的唯一

---

<sup>96</sup> 莲师曾发愿：“在末法时代，当邪魔外道特别猖狂之时，依我的加持力迅速消除违缘。”

<sup>97</sup> 颂云：“无垢圣教兴盛常住世，无偏众生享受胜利乐，意中所愿恒时唯有此。”

办法，就是要自始至终祈祷莲师，这有一种不共的缘起力。

有些人可能想：“莲师的加持怎么会超过其他佛？比佛还厉害，不可能吧！”不能这么想。其实每一位圣尊都有不共的愿力，比如在往生净土方面，说阿弥陀佛的加持远远胜过其他佛，这是可以成立的；观音菩萨和文殊菩萨本来平起平坐，但在开智慧方面，文殊菩萨肯定是“权威”，而在大慈大悲方面，的确要靠观世音菩萨。我自己就有这种感觉，若要生起大悲心，使劲念观音心咒，很快就起作用了；如果脑袋迷迷糊糊，记性越来越不行了，马上祈祷文殊菩萨，也很快就清醒了。

有些固执的人也许不承认：“太愚痴了，不可能吧！”但实际上，你对此是可以现量感受到的，用教证、理证来说明的话，也是可以成立的。所以，我们若要遣除违缘、修行圆满，尤其是生起密法的境界，祈祷莲师相当重要！

有人曾跟我说：“祈祷莲师尽管也可以，但祈祷我上师是最好的，他是多少多少世化身。”（昨天我看了一个光盘，说某某活佛是第65世转世，不知道是不是特意这么演的？）虽然祈祷上师是很好，但就化身而言，莲师是一切上师的总集，他依靠不共的威力，示现为藏传佛教各派上师。这个道理，前面也引用教证说明过：阿底峡尊者、宗喀巴大师、萨迦班智达，皆为莲师化现。因此，如果祈祷莲师，也就祈祷了一切上师、护法、空行、本尊。以诸圣尊集聚于莲师身上来祈祷，这种方式是最好的，因为只要总体抓到了，对分支的

祈祷也就自然涉及了。

如今，弘扬莲师是最好的时机、最好的缘起，大家应当好好把握。以前也说过，我认识一个美国修行人，他对莲师极有信心。那天我独自从上海检查身体回来，在机场过了安检后，突然有人拍我的肩膀，我回头一看，竟然是那位美国修行人。巧的是，我们互看了机票后，大家都是去成都的，并且是同一航班。我送给他一张莲师像，因为他对莲师非常有信心，以前还给过我一个莲师的教言。

他说：“今天缘起特别好！你看，从上海到成都的飞机，一天中有那么多航班，我昨天刚从洛杉矶到上海，晚上有点累就没走，偏偏选了今天这个航班，没想到你也是这个航班，我们实在有缘，这次的缘起太好了！”我倒没觉得有什么特殊缘起，不过，有时候因缘确实奇妙。后来我也想：“我们俩居然在这儿碰到了，还是有点稀有，可能也有一些说不清的因缘吧。”所以，对莲师有信心的人，可以在茫茫人海中不期而遇，甚至弘法利生的事业不知不觉就展开了，这些都跟莲师的加持密不可分。

《莲花遗教·空行母问答录》中说过：“发何愿彼能获得，祈祷莲生我满愿。”不管你发什么样的愿，只要祈祷莲师皆能如愿以偿。比如遇到困难时，自己实在解决不了，就应该祈祷莲师。这一点不要有怀疑，也不必到处找人打卦，只要一心一意地祈祷，莲师定会满你所愿。

有些人认为打卦不科学，这种说法不对。我曾问他们为什么，回答是：“打卦有时都不准，所以不科

学。”我再问：“这样的话，是不是打卦仪轨应全部废掉？”他们回答：“是！”我反问道：“那地震局对地震的预测准不准？不要说什么时候来地震，即便是震后还有多少次余震，预测也特别不可靠，这样一来，是不是也应该把地震局撤掉？”他们听了以后无话可说。其实，打卦只是给你指点个方向，并不是100%一定如此，就像世间也有许多预测一样，这些都是一种科学。当然，假如你的信心不足或某些因缘不具备，卦象也不一定特别准。

同样，有些教言说念七遍咒语就能成就什么果位，你依之念了七遍后，好像任何感觉都没有，便开始断言它是假的，这样也不对。就大多数人而言，其实这也只是给你指个方向，并不一定绝对如此。只有信心大的利根者，才能获得如是果位。我们祈祷莲师也是一样。

《上师修法要文》中云：“猴年猴月之初十，邬金我定临藏土，此乃我之誓言也；每一初十之吉日，幻化决定遍藏地，誓言莲生不欺惑。依赖于我具敬信，摆馐食子珍宝灿，相随手鼓伴乐音，七句祈祷妙音唤，邬金我由妙祥山，如爱子泣母不忍，加持降临立坚誓。”

猴年猴月的初十，莲师必定会来藏土，这是他的誓言；每个月的初十，莲师的幻化身决定遍于藏地，此誓言不会欺惑任何人。具有信心和恭敬心的弟子，若以莲师为依怙，摆设食子、珍宝等庄严供品，伴随着手鼓、音乐，以妙音念诵七句祈祷文来呼唤，莲师一定会从邬金红色铜山降临，犹如母亲不忍孩子啼哭

一样，他必定会应声而至。这是莲师的坚定誓言，诸如此类的无欺承诺有许多。

世间上有道德的人，尚且不会违背自己的誓言，那莲师就更不用说了。因此，只要虔诚呼唤或祈祷，莲师一定会降临。记得法王如意宝在印度南卓佛学院，讲《七句祈祷文讲义》时说过：“现在有很多藏人在印度，你们可能会想：莲师常去藏地，但会不会来印度啊？不要有这种怀疑。不管孩子在哪里哭，印度也好、汉地也好、藏地也好，母亲马上都会去的，根本不会分别是什么地方，同样，你们虽然现在住在印度，但只要虔诚祈祷，莲师一定会立即降临。”

现在修莲师法的人，汉地有很多，美国、日本也不少，但不管在哪一个地方，不管是谁在祈祷，只要你有信心，莲师定会当下现前。就如同水器只要清澈无垢，月影便会在里面映现，而不会有丝毫偏堕之心。因此，道友们也不要有一种分别念，应该一心一意地祈祷莲师。祈祷之后，心里自然会有种滋润感，到了一定时候，这种境界不是光靠理论来成立，而是在不知不觉中，你会发现修行顺畅了，信心增上了，智慧开启了，正见、定解也现前了，这就是诸佛菩萨加持融入心的征相。反之，倘若没有得到加持，你口头上说得再漂亮，但法就是法、人就是人，中间始终会有很大差距。所以，我们修行人最需要的，就是将自心与佛菩萨的加持融为一体，若能如此，即使你没有证悟圣者境界，但在凡夫地中，出离心等功德也会自然生起，世间八法、贪嗔烦恼也会逐渐远离。因此，祈祷的确非常有必要。



那么该如何祈祷呢？绕那朗巴的《耳传宝库·第四品益西措嘉之教言》中说：“去往山顶、空谷等合意的地方，祈祷呼唤好似头已裂开般，生起厌离出离心，怀着感恩戴德的敬信，豌豆大的泪珠滴滴能清净弥天罪障，这是一大要点。出现觉受，尽力护持。”

这个教言十分殊胜。意即我们应去往山顶、空谷、山洞、森林等无人空旷之处，在那里因为环境的影响，自会对莲师等佛菩萨生起信心。此时，若以七句祈祷文来励力呼唤莲师，或以各种祈祷文来呼唤自己有信心的本尊，头就会像裂开一样，（我看有些居士真的很有信心，一边哭一边祈祷“喇嘛钦”，他不是假装的，这种祈祷完全把他身心转变了。）对轮回不再有任何希求心，唯一只想从苦海中出离。因自己切身体会到了佛菩萨的法恩，故而会真实生起感恩之心，豌豆般大的眼泪滴滴淌下，以此能清净弥天大罪。

这种眼泪很值钱的！世人为了感情、痛苦而流下的泪，不但没有意义，可能还会带来很多果报。有些人的泪水比较多，但你看一看，这到底是为谁而流？为莲师、上师、本尊或可怜众生而流的，有没有？以前法王如意宝讲法时，每每想到上师、想到莲师，就会情不自禁地流下泪来，尤其在古乌拉泽讲中阴法时，忆起当年莲师在桑耶为他们传授密法的情景后，老泪纵横、哭泣不已……尽管二十多年过去了，但我一直记得那个场面。

我们可能没有这样的境现，但每次遇到法王去过、住过的地方，我的眼泪还是比较多。前不久我去五台山闭关，事后有人问：“你闭关期间，见了什么

本尊没有？”我说：“没有，只是哭得比较多。”有时候心一静下来，想起上师的恩德、诸佛菩萨的恩德，想起贪著轮回中无义琐事的众生，就会从内心深处生起信心和悲心，并流下泪水。不过，这也只是形象而已，并不是什么境界，很多道友应该都有。尤其是刚学佛的居士，可能哭得最厉害，我们学院常有这样的人，过路时不让你过，一直挡在路边，边磕头边“呜呜”地哭，这种现象最近比较多——有些居士不好意思了，不用低头，不是说你。

当你哭了很长时间以后，眼泪也流完了，此时的心好像变成了空白。从禅宗来讲，这是种开悟的境界，一定要尽力护持，眼泪也用不着擦，就这样坐着……

“出现觉受，尽力护持”，知道吧？对禅宗和大圆满的修行人来讲，这是很珍贵的窍诀！

## 第八节课

### 思考题

1. 有些人认为修行应当一门深入，专持一句佛号就可以了，不必再学什么莲师法门。对此观点你怎么认为？请说明理由。
2. 我们应当如何观修莲师的上师瑜伽？平时又该如何实地修持？你是怎么修的？
3. 请大致归纳一下“汇集实修道次第”。学习这个对你有哪些帮助？
4. 通过学习这部法，你最大的收获是什么？假如周围有人不了解莲师，甚至加以诽谤，你打算怎么引导他们？

今天讲外修法的最后一堂课：

持明德达朗巴的伏藏品《上师猛修法历史》中记载：“尤其欲求速成就，谁修行供莲花我，犹如摩尼宝珠前，祈祷自生诸所需。”在末法时代，尤其若想获得佛菩萨加持而迅速成就，顺利承办息、增、怀、诛的一切事业，必须以猛厉、虔诚之心，一心一意祈祷、供养、观修莲师，如此则定能如愿以偿，犹如在摩尼宝前虔心祈祷，它虽没有分别念，却可满足你的一切所需。

大家都知道，在过去，人们需要财富时，于摩尼宝前祈祷，就会降下财富；需要名声、地位时，于摩尼宝前祈祷，也都能一一获得。同样，我们之所以称

莲师为“如意宝”，就是因为他能赐予一切悉地，后学者有什么样的愿望，祈祷莲师皆能满足，就像地藏王菩萨能满足一切所愿一样。尤其在末法时代，众生成就比较慢，修行时什么感应都得不到；做事情的效率也特别低，想承办一件重要的事业，始终都是违缘重重，此时若能祈祷莲花生大士，他必定会满足你的一切愿望。

昨天，有位萨迦派的堪布来到我家，求一个《文殊静修大圆满》的传承。因为时间关系，我没有给他念传承，但还是在圆满的境界及见修行果上，彼此作了一些探讨。在探讨的过程中，他说自己在修行或弘法利生时，经常遇到各种违缘，很多事情刚开始比较辉煌，慢慢就成了虎头蛇尾，最后什么事都无法成功。

他问我有什么解决方法。我说：“我也不知道，仅凭凡夫的分别念出主意，也不一定准确。不过我个人认为，祈祷莲师绝不会有任何欺惑。我从小时候起，就一心一意专注于祈祷莲师，至今从未改变过，也从未放松过。还没读书时是这样，直到现在仍是这样。这么多年来，我的心比较专一，不是今天喜欢一位本尊，明天就不喜欢了……”他对此也表示认同，觉得祈祷莲师极有必要，否则，许多违缘很难以避免。比如，他自己在家乡办佛学院，前七年都很顺利，但后来身体就不好了；他宣讲五部大论，刚开头也不错，后来眼睛就看不清经书了……

我以前认识他。早年法王去印度时，印度南方萨迦派的布惹寺住持，曾请法王去传法，他当时也在场。

在我的印象中，那时候他很年轻，然而二十多年过去了，现在的他也和我一样，脸上留下了岁月的痕迹，还有很多方面的变化。

在座有些道友可能也像他一样，希望很快修成一个法门，即生中不要出现违缘，但却一直难以善始善终，其实这也跟前世、今生各方面的因缘有关。所以，你们平时除了小心谨慎地护持修行以外，还应当依止诸佛总集的莲花生大士，尤其是末法时代五浊炽盛，祈祷这样的如意宝非常有必要！

那么，祈祷莲师有什么功德呢？如云：“佛海加持护如子，空行悉地降如雨，现有<sup>98</sup>鬼神行嘱事，事业任运救有情。彼等依我而出生，除疑精进而实修，若欺我劣诸君臣！”以莲师的发愿力，只要你诚心祈祷，浩瀚如海的诸佛菩萨都会前来加持、摄受你，犹如母亲慈爱自己的孩子般，会特别地哀愍你。不同空行刹土的无量空行母，会为你遣除修行的一切道障，就像天降甘霖一样，自然赐予共同与不共的悉地。世间和出世间的一切鬼神，也会遵照曾于莲师等持明上师前所承诺的那样，帮你顺利展开一切利生事业。

我们作为大乘佛子，利益众生是最大的责任，若能祈祷莲师，这样的事业便可任运自成，如愿救度有缘众生。很多人特别想帮助众生，然而因未得到莲师等诸佛菩萨的加持，即使有一颗利益众生、弘扬佛法的心，但心有余而力不足，在实际操作中难免常常碰到违缘。因此，在末法时代，对每个人来讲，祈祷莲

---

<sup>98</sup> “现”是指涅槃显现，“有”是指三有。

花生大士极为重要！

诸佛菩萨、空行护法的加持，全部都依靠莲师而获得。所以大家在实修时，也不必胡思乱想，应当遣除一切疑惑，全心全意祈祷莲师。莲师从不欺惑任何人，如经云：“佛语至诚，终不欺人。”佛的语言最为诚实，即使天垮下来，佛陀的语言也不会骗人。因此，我们一定要相信莲师。只要修成了莲师，其他本尊、护法自然也就修成了。

其实，这个道理也不难理解。就像世人要承办一件事情，跟最高领导已经说通了，下面的人就没问题了。同样，若能把莲师的智慧与加持融入自心，那么各教各派的大德及护法、本尊等的加持，自然也就获得了，因为莲师是一切诸佛的总集。所以，我们务必要一心祈祷，即使你对莲师生不起信心，也千万不要随意诽谤。

现在大多数的佛教徒，可以说已步入正轨，但在七八十年代，相当一部分人出来诋毁莲师，当时我们特别惊讶，觉得这些人太可怜、太可怕了！莲师是三世诸佛的总集，其智慧、悲心、能力的万分之一，他们都望尘莫及，竟然还敢那样诽谤？当然，如果你有特殊的密意，这就另当别论了；但如果没有，一般的凡夫人，包括著名的学者和法师，也千万不能这样做。你要诋毁的话，必须要有充分理由，但你若来藏地深入细致地学过莲师伏藏法，看过莲师的传记，相信你绝对提不起诽谤之心。

不过，现在有些人被邪见覆盖了相续，不仅信口诽谤密宗，对净土宗、禅宗、华严宗也大放厥词。这

些人的胡言乱语，根本没有任何可靠依据，对此我们也没必要去辩驳。但真正懂道理的人，应当学会以理服人，即使你对莲师法门生不起信心，也千万不要去诽谤，这一点务必要切记！

总之，对于莲师永不欺惑的这些金刚语，我们应当铭记在心。这次讲完金刚七句之后，再过两三年，你若对莲师法门不起信心，甚至诽谤，这是不行的。真正有智慧的人，年轻时所得到的法门，到了白发苍苍时，还是记忆犹新。就像有些高僧大德，一个窍诀用了一辈子，如此对生生世世都受用无穷。

所以，学了这些内容以后，我们应将唯一的皈依处总集，认定为莲师如意宝。无论是阿弥陀佛、释迦牟尼佛、药师佛，还是观音菩萨、大势至菩萨，或是舍利子、目犍连，这些我们常祈祷的皈依境，皆可摄集于莲师一体，莲师就是一切圣尊，只要观修他，一切诸佛菩萨都可以修成。明白这一点后，我们应怀着无比的信心和欢喜心，以迫切的心情唯一受持此祈祷之王——七句祈祷文。

要知道，末法时代众生业力深重，烦恼重重，违缘也是多之又多，在这样的环境中修行，唯有依止如暗夜明灯般的莲师。诵持他的七句祈祷文，其加持最为殊胜、最为迅速，因此，每个人切莫等闲视之，一定要经常念诵。

除了七句祈祷文，莲师还有一个七品祈祷文，这个内容比较长，在莲师的传记中有，许多寺院也经常念诵。记得《钦则益西多吉密传》里，有一段关于此祈祷文的故事：当时钦则益西多吉准备云游四方，要

求弟子不要跟来。弟子们一直央求：“不管上师您到哪里，我们都要跟随您！”尊者只好说：“既然如此，你们不许向人透露我是钦则，以后由节美充当我们中的上师，在僧众中排名首位。我以后就叫笨塔，向别人介绍时，就说我是目不识丁的愚笨之徒。”大家无可奈何，只有连连称诺。

他们一行人跨越千岭万壑，云游了很多地方。有一次，到了拉卜楞寺，他们想去向贡唐苍仁波切求法。在寺院外面，一位身材魁梧的格西正在转绕寺院，见到他们后问：“你们要到哪里去？”他们回答：“我们准备拜见贡唐苍仁波切，不知能否见到？”格西说：“应该可以。”于是他们一路慢慢打听，找到了贡唐苍的寮房，进去一看，原来刚才那位格西就是贡唐苍仁波切。

仁波切坐在法座上，旁边还设有一黄色法座，请他们中的尊长入座，其余人则可按座次排列，并给他们供养了米、茶等。（一般而言，进了格鲁派的寺院，第一个要吃人参果。）他们请求传法，贡唐苍仁波切问：“你们排队的顺序是否颠倒了？”节美不容置疑地说：“没有。”仁波切说：“最好不要颠倒。我们格鲁派的法要精藏是《三主要道论》，我可以为你们作广讲。你们一切法的基础、加持和悉地的根源，就是上师瑜伽，希望处于你们末座的笨塔为我传七品祈祷文。”节美连忙打圆场说：“笨塔是文盲，恐怕不能满您的愿。”仁波切不无遗憾地说：“噢！？”

在我们宁玛派，七句祈祷文和七品祈祷文都特别重要。这两个祈祷文就像汉地早课一样，在藏地很多



寺院，每天早上天还没亮，出家人就开始唱诵。以前是这样的，但现在年轻的出家人，不知还有没有这种习惯了？听说汉地也是如此，很多新和尚连早晚课都不会背，一上殿就很痛苦，一直在那里打瞌睡，甚至偷偷发信息，被当家师抓到后开始打……不过在藏地，如今的状况虽说有所改变，但总体来看，出家人的念诵还是相当殊胜。

当然，这些祈祷文，在家人同样也可以持诵。希望各地以后都能念莲师祈祷文，即使七品祈祷文比较长，不好念，七句祈祷文也一定要念。以前法王于1993年、1995年，分别去过西方、东南亚的很多道场，那里的修行人，念七句祈祷文和莲师心咒已很熟练了。可是现在汉地很多中心，除了会念阿弥陀佛圣号，从来没听过祈祷莲师的声音。尽管念佛是非常殊胜，但你们也要了解如何全面修行，这样才对自己有利。

因为众生的根基各不相同，有些是依靠弥陀圣号得解脱，有些则是依靠莲师心咒得解脱，如果说只能念一个，而不能念另一个，这种说法就太偏颇了。因此，将各种殊胜法门在不同的人群中弘扬开来，非常有必要。释迦牟尼佛之所以广开八万四千法门，也是因为众生根基不同，需要用不同法门度化。否则，佛陀只说一句就可以了，三千大千世界的众生也只修一个法门就行了，但实际上并不是这样。

综上所述，我们应如何具体观修莲师呢？首先，要观想莲师从降生到事业之间的显现。如《上师集密

意身续·水晶山》云：“无垢海岛绽开花蕊上，未以胎染莲花班则匝，赐安乐味明妃曼达绕，方便智慧空乐大自在，摄集一切如来意精髓，彼之妙力显现多幻变。”意即在无垢海中的莲花蕊上，莲师以未被胎垢所染的化生方式降生，此时叫“莲花班则匝”（莲花金刚力）。他与赐予一切大乐智慧妙味的空行母曼达绕双运，此空乐无别的大自在游舞，标志着方便与智慧，这是所观修的主尊形象。莲师摄集十方三世一切如来的智慧精髓，以妙力于世间显现不可思议的幻化身，而度化无量无边的众生。

我们平时修莲师的上师瑜伽，或者念莲师心咒，都要一心一意明观、祈祷、劝请莲师及其眷属勇士空行，并希求再再接受莲师的灌顶。接受什么灌顶呢？并不是非得上师拿个宝瓶给你灌顶，而是通过猛厉祈祷莲师，观想莲师三处发光融入自己的三处，最后融入于自己心间，这叫做“道灌顶”。这种灌顶很重要，每次入座<sup>99</sup>时要反复观想，如是加持力相当殊胜、迅速，对此一定要尽力护持。

回向后出定到修下一座之间，叫“座间”，也叫“后得”。在此阶段，要将一切显现观为莲师的游舞，不论看到什么形象，都要观想是莲师的化现。比如有人骂你、说你过失，你要想：“是莲师为了调伏我，化为坏人形象制止我的过失，他一定是莲花生大士！”也就是说，各种声音要观为莲师的金刚语，起心动念要观为莲师的智慧妙用，对一切事物应该修清净观，

---

<sup>99</sup> 从闭关到出关之间，或者每天念诵的整个过程，都可以叫入座。

自己平时强烈的慈悲心、菩提心，也了知为莲师的显现与妙力。

这些修法真的很殊胜、很深奥，一般不允许公开传授。不过，今年有个特殊的缘起，虽然我也怕泄露秘密，但从另一方面来讲，你们很多修行人，如果没得到这样强烈的加持，修行不一定能圆满成功。所以，大家务必要懂得这些道理，至于行不行持，当然由个人的信心和因缘决定。

那么，平时应如何实地修持呢？下面讲了五种加持：“修行慈悲菩提心，加持自之心相续；住所观为邬金处，加持一切诸方位；房舍观想无量殿，加持所居之卧室；会众视为本尊相，加持成为智慧尊；饮食观想为甘露，加持成为供养品。如是五种加持中，放射不可思议支。”

（一）平时我们要修慈悲菩提心，以加持心相续。

（二）平时我们所在的城市等处，要观想为邬金刹土，以加持一切诸方所。

（三）平时我们居住的房子，不要认为只是个水泥的破房子，而要观想为无量宫殿。《大圆满前行》也讲过发心有两种，一是发菩提心，二是观清净心。其实我们行住坐卧等一切行为，观清净心很重要。对于自己的住所等环境，要么观为莲师刹土，要么观为极乐世界，要么观为其他佛的刹土。因为我们三门本来就是智慧的游舞，只是现在还没认识到这一点而已，所以，这种观修方法非常深奥。

（四）平时我们共修的道友，要全部观想为金剛手、文殊、普贤等菩萨。不能像有些人一样，认为“这

个是坏人，那个嫉妒心强，那个嗔恨心大，那个贪心很重……”，似乎所有的人都是坏蛋，唯独自己是文殊菩萨。这样观想肯定不行，要将一切道友看作智慧本尊。

（五）平时我们享用的饮食，要观想为诸佛菩萨所加持的甘露、会供品。有些人吃饭特别挑剔，总觉得这个不好吃、那个难以下咽，自己做的吃不下，别人做的也不爱吃，反正世界上找不到好吃的东西了。这样是不行的，应把所有饮食都观为甘露，尤其每次吃饭前要念些供养咒，或把食物观为会供品，再念个简供仪轨供养一切诸佛菩萨，如是将普通饮食转为道用，是最好的。

具体怎么念呢？前面先念供养咒：

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| 嗡阿吽                      | 嗡阿吽     |
| 敦巴拉美桑吉仁波切                | 无上本师即佛宝 |
| 秀巴拉美丹秋仁波切                | 无上救护即法宝 |
| 珍巴拉美根登仁波切                | 无上引导即僧宝 |
| 嘉内滚秋森拉秋巴波 <sup>100</sup> | 供养皈处三宝尊 |

之后是简供仪轨：

|                    |           |
|--------------------|-----------|
| 让央康 <sup>100</sup> | 让央康       |
| 匝森拉措措拉先珍夏          | 迎请三根本众莅会供 |
| 协囊桑沃得钦措巧波          | 献外内密大乐之会供 |
| 丹策年恰檀嘉托洛夏          | 一切誓言违失发露忏 |

<sup>100</sup> 另一种是念“嗡阿吽吽”，这两种都可以。

尼恣扎嘎丘杰央色卓 二执魔仇法界中解脱  
年涅得瓦钦波特丹刚 平等大乐密意愿满足  
巧当屯盟欧哲匝得所 祈赐殊胜共同诸悉地

好，这就把食品转成会供品了！如果方便的话，以后你们也应该这样做。

这五种加持方法，涉及到许多方面的内容。若能依此实地修持，必将自在圆满共同悉地与殊胜悉地。

以上讲完了莲师祈祷文的外修法，下面顺便讲一下最后的“汇集实修道次第”。我只是在字面上念下去，大家掌握观修方法就可以了，不必很细致地解说。中间的解脱道、方便道及大圆满的修法，这次先不讲，等你们修完加行、因缘具足时再传授。

下面这个实修法，总结了前面一些道理<sup>101</sup>，最好是得过灌顶或对莲师有不共信心的人，才可以听受。

### 第三、汇集实修道次第：

首先，以上师瑜伽的方式进行祈祷，以此获得强烈加持，作为显现我们自然本智的因缘。（上师瑜伽很重要，一定要修啊！即使不能修其他法，每天也要不间断地修上师瑜伽。修莲师的也可以，修其他上师的也可以，但你所念诵的祈祷文，最好是金刚语。）

随后，要依止一位具有法相的善知识，在他面前，基本上领悟方便道、解脱道以及大圆满的窍诀。并通过精进修行，在短暂的人生中，证悟大圆满不共窍诀的密意，最终步入持明上师的行列，达到他们那样的

---

<sup>101</sup> 包括外修法、内修法、密修法、极密修法。

境界。

也就是说<sup>102</sup>，修持的时候，先要了知莲师是一切诸佛菩萨的总集，并以坚定不移的诚挚信，将其观在头顶上。如果你对密法有一定见解，可观想莲师与空行母益西措嘉的双运像；如果这方面的定解还不成熟，那就观想莲师的单身像。

自己观为平庸的身体，然后修七支供，并以金刚七句猛厉祈祷，观想莲师的身体降下甘露，自己好似沐浴一般，无始以来三门一切病魔、罪障、痛苦，以肮脏的脓血、含生、烟汁等形象排出。最终自身也如盐融入水般，净化的汁液都流入地下死主为首的怨亲债主口里，使他们得以满足，还清宿债，消除一切损害，进而消失于空性中（就像金刚萨埵的修法一样）。

尤其是有些人身体不好，或者修行违缘特别大，比如身上有附体、常见到各种幻象，若能这样修上师瑜伽，把自己的身体布施给那些怨魔债主，让他们得以满足，则定能遣除一切障碍。

这个修法一定要懂啊！有些人口口声声说自己是修行人，却连一座甚深修法都不曾修过，确实很可笑；有些人刚听一部法时，最初修了一两天，然后又不修了，这样很不好。一般来讲，一个人终生应选择一两个甚深法门永远修持，不论你住在哪个寺院、随哪个宗派修学，都不要紧，重要的是，该修的法要永远修下去。

承接刚才所说，你平庸的身体像盐融入水一样没

---

<sup>102</sup> 这一段修法的内容，详见《与七句祈祷文相属之上师瑜伽·降加持雨》。

有了，已全部布施给怨亲债主了。此时再将自己的身体，观成自己有信心之本尊光明身的形象。顶上的莲师化为光，向下降临到心间八瓣莲花的中央，在与不坏明点一味平等大乐的智慧中入定。

法王如意宝的上师瑜伽，与此略有不同，最后是观想上师化光变成一五色明点，之后融入自己的心。但总的来说，都可以这样修：观想上师融入光，光再融入自心，上师不可思议的智慧与自己的分别心融为一体，在这样的境界中安住少许。

以后修上师瑜伽时，大家要学会安住，安住时要观想上师的智慧融入自己，自己跟上师的身口意一味一体。比如，修法王如意宝的上师瑜伽时，到了最后念：“塔呢喇嘛哦诶特雷杰，让革协卧内耶酿威腾，嘉根耶希吉迪喇嘛当，嘎瓦年波辛拉托巴三。<sup>103</sup>”然后安住至少一分钟以上。上师瑜伽应当这样修。

希望汉地的修行人，以后多修莲师或法王的上师瑜伽。修的时候，最终要观想上师融入光，光再融入自心，或者可观想上师的三处发光融入自己等等。虽然每个仪轨的修法不同，但它文字怎么讲，你怎么观想就可以了，这没什么不懂的，只要有小学水平，谁都看得懂。如果你永远都是口里会念，心里却从不观修词句的意义，那得不到什么实际利益。

如是安住一会儿后，按《开显解脱道》中上师瑜伽的修法，出定时要念一些莲师心咒，接着念“结瓦

---

<sup>103</sup> 意即：后师已成五光之明点，由从自顶渗入于心间，当思诸佛智慧总集师，获得与彼同分之加持。

根德样达喇嘛当……<sup>104</sup>”，最后念后面的祈祷文；若是修法王的上师瑜伽，出定后不念莲师心咒，那入定的时间最好长一点，比如三、五分钟，甚至十五分钟、半个小时。安住的时候，要将自己的分别心跟上师的智慧融为一体，这种修法非常有加持力，里面还有很多很多——我好像讲得太广了，不能这样啊，外面很多人还没灌顶呢！

出定后得时，日常的吃饭、走路、供养、转绕等，凡是见到的、听到的、想到的，全部要观想为上师的身体、上师的语言、上师的智慧妙用。晚上临睡前，将上师观成明点，融入自己心间而入睡……诸如此类，一切座间都成了上师的行为，如河流般无有间断精进于善行。修上师瑜伽若能达到这种境界，处在永不间断的状态中，当然是最好，但对一般人而言，他的“河流”可能常常要断，流的时间也比较短。（众笑）

或者，也可将上师观想在前方虚空中，有生圆次第境界的人，可观想上师的双运像；如果实在不行，则可观想上师的单身像。就像《虚幻休息》中所说，应观想上师的形象不变，上师的本体是诸佛菩萨的总集，然后在所观想的上师面前，进行供养、赞叹、祈祷，念一些远唤上师的偈颂，祈愿赐予身语意的加持等。

其实，祈祷上师的习惯很重要。若能经常祈祷上师，到了一定时候，许多境界会纷然呈现，修任何本

---

<sup>104</sup> 结瓦根德样达喇嘛当，札梅秋结华拉隆修内，沙当兰结云单高造内，多吉蓄格顾旁涅脱效。意即：生生世世不离师，恒时享用胜法乐，圆满地道功德已，唯愿速得金刚持。



尊都没有困难。但如果你这一关没有开通，想修成其他的法，确实很不容易。这是诸持明上师所传下的窍诀，上师如意宝也在不同场合中，讲过这方面的许多教言。

今年在实修过程中，我觉得上师瑜伽特别需要。不管是莲师的、法王的，还是其他佛菩萨化现之上师的，都可以。对上师瑜伽若能特别重视，你们的修行肯定成功，否则会出现许多障碍、违缘。为什么上师瑜伽如此重要呢？因为上师可带来增上生、决定胜的一切功德，尤其是深道的证悟，完全依赖于上师的加持。这一点，不仅藏传佛教如此，汉地的开悟者也是如此，在禅宗很多公案里，都是依靠上师的加持、表示或显现，才让弟子顿然开悟。当然最关键的是，弟子对上师要有信心和清净观，依靠这种因缘，自然就会获得证悟。

如云：“当知胜义俱生智，唯依积资净罪果，具足证悟师加持，寻觅他法诚愚痴。”若要证悟胜义的本来智慧，唯有依靠积累资粮、净除罪障，以及具相上师的强力加持，倘若舍弃这些，而到处寻觅其他方法开悟，实在是愚痴的行为。所以，如果想获得证悟，一定要依止上师教言，尤其要修上师瑜伽，此举会让我们无有道障地迅速达成所愿。反之，假如不修这些而修其他法，比如观风脉明点，则很容易出现各种障碍。

那天有个人说：“我天天在肚子里持风，现在五脏六腑好像没有了，我成了一个大大的玻璃瓶。不过有时想起来，里面似乎还有一条毒蛇。”这些听起来

都有点可怕。若没有上师的窍诀，只凭自己想象来修，结果肯定不太好。所以，大家应依据有加持、有教理的修法来观修上师、祈祷莲师，这样肯定事半功倍。

值得一提的是，在祈祷上师的过程中，最好能念大成就者的金刚语。有些人喜欢自己写赞颂文“上师如佛一般，我如菩萨一般……”，自己读自己的“金刚语”，这没有多大必要。还是要读莲师或其他成就者的语言，这才会有真正的加持。

又云：“非由他说乃俱生，于一切处皆不得，当知依师说时法，以及自己之福德。”证悟俱生的智慧，于一切时处中不靠他法获得，唯一要靠上师的窍诀及自己的福德力，当这两个因缘聚合时，才可以证悟那种不可言说的境界。因此，有福报的人愿意修上师瑜伽，也会遇到具有法相、具有加持的上师，当上师的加持和自己的诚心祈祷融为一体时，想要明心见性并不困难。

总之，为了现前心的本来面目，我们要通过闻思修行，不断串习经续及注疏的教义，尤其是上师直指心性的窍诀。对所修之义无有怀疑之后，依靠方便道、解脱道中适宜的一种，结合自己的觉受、证悟时间如理精勤，最终必将成就暂时、究竟之果。

以上简单介绍了莲师及其祈祷文的殊胜功德。

这次之所以给大家传讲麦彭仁波切的注释《白莲花》，也是因为看到麦彭仁波切在后面小字中说：“愿与我此结缘者，世世莲师予摄持，闻思修行无障碍，任运成就自他利。”意即凡与我麦彭仁波切、与此七句祈祷文结缘的人，祈愿莲师生生世世摄受、加持他，

让他的闻思修行永远不出任何违缘，利益众生的事业任运自成，自然成就自他二利。我觉得这个偈颂很重要，学佛的目标也就是如此，所以为了诸位道友修行圆满，我给大家传了这个窍诀。

同时，我还翻译了《莲师心咒之功德》，希望通过这个缘起，汉地各个地方都能对莲师生起信心。若对莲师有了信心，以众多教证、理证足以说明：佛法必将越来越兴盛，每个人的修行也一定会成功。

因此，你们平日出门时，应该带着莲师像，在自家佛堂里，也最好是供着莲师像。我曾见过一个人，家里设了两个佛堂，显宗的佛堂设在这边，密宗的佛堂设在那边，就怕不同的佛菩萨互相看到了。这样真的没有必要，显密的佛菩萨本为一体，况且现在世间上，东方人和西方人都可以住在一个房间，诸佛菩萨就更不用说了。他们在一起，绝对不会打架或起冲突，所以根本不需要设两个佛堂，在显宗的佛堂里供奉莲师，不会给你带来任何障碍。有些刚开始学佛的人，分别念特别重，不如法的地方想得很多，如法的地方却从不思维。所以，你们对身边持有邪见者，有机缘的时候，应把他们的见解渐渐转变过来，让他们学习有意义的法，这个很重要！

有些人可能会想：“像我这样低劣的人，如果祈祷莲师，他会不会赐予加持啊？”其实莲师不会有任何分别。不要说莲师，像我这样的一般人，只要你认真修持、利益众生，不管你是萨迦派还是格鲁派、藏族人还是汉族人，我都会特别随喜，从来不会想“他不是我们宗派的，他学习是他的事，跟我没关系”。

既然我们凡夫人都能如此，那么像莲师这样的智慧本尊，更会对所有众生平等对待、维护、加持了。因此，我们要时时刻刻祈祷莲师。

这次传了这部法，也是一个很好的因缘。以前我见过许多不如法的现象，很想把这些道理说给大家听，但一直没有机会。这次讲了以后，可能有些人会重视起来，有些人也不一定。如果你不重视，那放弃也可以；如果真的重视了，也许对自他会有一些利益！

附：

## 莲师心咒之功德

莲花生大士 伏藏

噶玛朗巴大师 取藏

索达吉堪布 翻译

### 顶礼上师本尊空行！

益西措嘉女子我，供养外、内、密大曼荼罗而呈白：“奇哉！莲花生大士，对我们西藏的一切众生，今生来世作了广大利益，胜过您深恩厚德者，以前未曾出现过，以后也不会出现。您已恩赐了如醍醐般的修法，我虽是女流，却无有怀疑，而未来的众生三心二意，刚强野蛮，对妙法起邪见，尤其会诽谤无上密法，到那时，一切众生前疾疫、饥馑、刀兵频起，尤其汉、藏、蒙如同毁坏蚁穴一般，到了西藏百姓受苦的时刻。您已宣说众多扭转方便，而未来的人们无有空闲修行，个别想修行之人也是违缘重重，众生意愿不一，不具足财物，行为不如法，如此恶时极难阻挡。于如此之时，唯一依靠莲师的修法心咒，有什么利益？为利未来浅慧者，请求宣说。”

尔后，莲花生大士告言：“噢，具有信心的女子您所陈述千真万确，于未来如是时刻对众生必定有暂时究竟利益的不可估量窍诀修行，许多已隐蔽成地伏藏、水伏藏、岩伏藏、虚空伏藏等。恶时之际，有缘者的方便缘起极难聚合，这是众生福德穷尽之相。然

而在如此之时，这一‘唵啊吽班则革日班玛斯德吽’，在圣地或寺院或高山之巅或大河之畔，鬼神魑魅猖獗的沟头沟尾等处，具足誓言的咒师、具足戒律的僧众、具足信心的士夫、具足法相的女子等，如果在广大发心的状态中尽可能念诵百、千、万、十万、千万、一亿遍等，则功德利益威力不可思议，于一切地方，能遣除疾疫、饥馑、刀兵、战乱、天灾、凶兆、厄运，能令风调雨顺，农牧丰裕，诸地吉祥。在今生、来世、中阴，上根者直接、中根者于觉受中、下根者于梦中屡屡见到我，次第圆满地、道以后，必定于妙拂洲刹土趋入男女持明行列。

即使（每天）不间断念诵一百遍，也会使他人悦意，在无勤中获得食品、财物受用；

如果念诵千、万遍等，则能慑服、加持他心，无碍成就威力；

倘若念诵十万、百万遍等，则能怀柔三界，慑服三有，役使鬼神，无碍成就四种事业，能行持一切众生所想的无量利益；

如若能念诵三千万或七千万遍等，则与三世诸佛不相分离，与我无二无别，所有天龙八部言听计从，交口称赞，成办所嘱托之事。

上根者于即生成就虹身，中根者在临终时认识母子光明，下根者也会在中阴面见我而显现解脱于自地，往生妙拂洲刹土，利益无量众生。”

（益西措嘉空行母呈白：）“大士啊，宣说如此无量广大功德威力，恩德实大。莲师心咒逐字解释的功德威力虽然不可估量，但为利益未来众生，请求摄略

宣说。”

尔后莲花生大士告言：“噢，善女子，‘嗡啊吽班则革日班玛斯德吽’并不是我独有的心咒，它是四续部本尊、九次第乘、八万四千法蕴的命根，此中俱全三世诸佛、上师本尊空行护法等的心咒。俱全的原因何在呢？认真谛听，铭记在心，当念诵、当缮写、当于未来众生讲说。

嗡啊吽班则革日班玛斯德吽，  
其中‘嗡啊吽’是诸佛身语意的心咒；  
‘班则’是金刚部的心咒；  
‘革日’是珍宝部的心咒；  
‘班玛’是莲花部的心咒；  
‘斯德’是事业部的心咒；  
‘吽’是善逝部的心咒。

嗡啊吽班则革日班玛斯德吽，  
‘嗡’圆满五方佛报身；  
‘啊’圆满无变法身；  
‘吽’圆满化身莲师；  
‘班则’圆满黑日嘎之尊众；  
‘革日’圆满上师持明尊众；  
‘班玛’圆满空行本尊坛城；  
‘斯德’是财神、伏藏主之命脉；  
‘吽’是无余一切护法之命脉。

嗡啊吽班则革日班玛斯德吽，

‘唵啊吽’是三传承<sup>105</sup>之命脉；  
‘班则’是律藏、经藏之命脉；  
‘革日’是论藏、事续之命脉；  
‘班玛’是行续、瑜伽续之命脉；  
‘斯德’是玛哈、阿努之命脉；  
‘吽’是大圆满阿底之命脉。

唵啊吽班则革日班玛斯德吽，  
以‘唵啊吽’清净三毒障；  
以‘班则’清净嗔心障；  
以‘革日’清净我慢障；  
以‘班玛’清净贪心障；  
以‘斯德’清净嫉妒障；  
以‘吽’清净烦恼障。

唵啊吽班则革日班玛斯德吽，  
以‘唵啊吽’获得法、报、化身；  
以‘班则’获得大圆镜智；  
以‘革日’获得平等性智；  
以‘班玛’获得妙观察智；  
以‘斯德’获得成所作智；  
以‘吽’获得五种本智任运成就。

唵啊吽班则革日班玛斯德吽，  
以‘唵啊吽’调伏天、鬼、人；

---

<sup>105</sup> 三传承：如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳传。



以‘班则’胜伏寻香、火神诸魔；  
以‘革日’胜伏阎罗、罗刹诸魔；  
以‘班玛’胜伏水神、风神诸魔；  
以‘斯德’胜伏夜叉、自在天神诸魔；  
以‘吽’胜伏恶曜、地神诸魔。

嗡啊吽班则革日班玛斯德吽，  
以‘嗡啊吽’成就六波罗蜜多；  
以‘班则’成就一切息业；  
以‘革日’成就一切增业；  
以‘班玛’成就一切怀业；  
以‘斯德’成就一切事业；  
以‘吽’成就一切诛业。

嗡啊吽班则革日班玛斯德吽，  
以‘嗡啊吽’回遮僧人苯教概诅咒；  
以‘班则’回遮（他人所迎请）智慧本尊的诅咒；  
以‘革日’回遮天龙八部诅咒；  
以‘班玛’回遮世间鬼神诅咒；  
以‘斯德’回遮龙类、地神诅咒；  
以‘吽’回遮天、鬼、人诅咒。

嗡啊吽班则革日班玛斯德吽，  
以‘嗡啊吽’摧毁五毒之魔军；  
以‘班则’摧毁嗔心之魔军；  
以‘革日’摧毁我慢之魔军；  
以‘班玛’摧毁贪心之魔军；

以‘斯德’摧毁嫉妒之魔军；  
以‘吽’摧毁天、鬼、人之魔军。

嗡啊吽班则革日班玛斯德吽，  
以‘嗡啊吽’获得身语意悉地；  
以‘班则’获得寂猛本尊悉地；  
以‘革日’获得持明上师悉地；  
以‘班玛’获得空行护法悉地；  
以‘斯德’获得殊胜共同悉地；  
以‘吽’无余获得一切所求悉地。

嗡啊吽班则革日班玛斯德吽，  
以‘嗡啊吽’往生本来刹土；  
以‘班则’往生东方现喜刹土；  
以‘革日’往生南方具德刹土；  
以‘班玛’往生西方极乐世界；  
以‘斯德’往生北方事业刹土；  
以‘吽’往生中方不动刹土。

嗡啊吽班则革日班玛斯德吽，  
以‘嗡啊吽’获得三身持明；  
以‘班则’获得住地持明；  
以‘革日’获得寿自在持明；  
以‘班玛’获得大手印持明；  
以‘斯德’获得任运持明；  
以‘吽’获得异熟持明。

嗡啊吽班则革日班玛斯德吽，  
 念诵一遍莲师之心咒，彼若有色世界也难容，  
 见闻忆念此之诸众生，必定置于男女持明列。  
 无欺莲师心咒谛实语，若未如其所愿而成办，  
 莲生我已欺惑诸有情，决定无欺依教而修行。  
 此咒作成幡旗飘顶巅，风触众生无疑得解脱，  
 抑或刻写土木石面上，予以开光设置道路旁，  
 谁见清净疾疫诸魔障，住于彼地鬼神皆远离，  
 金粉书于蓝纸系带身，一切魔障鬼王不能害。  
 如若命终不离尸体焚，彩虹萦绕定生极乐国，  
 缮写讽诵功德不可量，为利未来有情隐藏彼，  
 愿诸具缘之子得值遇。”

萨玛雅！印！印！印！于邪见者保密！印！印！印！交  
 付予具誓言者！印！印！印！化身噶玛朗巴开取伏藏而由黄  
 纸中抄录。

2009年8月26日译



# 二十一 度母赞

索达吉堪布 译

ཐུགས་རྒྱུད་བུ།      ལྷ་ཐུ་རྗེ་སྟོ་བྲ།

梵语：                      阿雅达热多扎

བོད་རྒྱུད་བུ།      འཕགས་མ་སྟོལ་མ་ལ་བསྟོད་པ།

藏语：                      帕玛卓玛拉多巴

汉语：                      圣度母赞

ཨོ་ཇི་བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྟོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།

喻杰怎玛帕玛卓玛拉香擦洛 喻！顶礼至尊圣度母

ཕྱག་འཚལ་སྟོལ་མ་ལྷུང་མ་དཔའ་ལོ།།

香擦卓玛涅玛华嫫                      顶礼奋迅救度母

སྤྱན་ནི་རྒྱུད་ཅིག་སྟོག་དང་འདྲ་མ།།

宣呢嘎结络当札玛                      目如刹那闪电光

འདིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་ཚུ་སྦྲིལ་ལལ་གྱི།།

结定僧袞且基压杰                      三域怙主莲花面

གེ་སར་བྱེ་བ་ལས་ནི་བྱུང་མ།།

给萨学瓦类呢雄玛                      花蕊绽放从中现

ཕྱག་འཚལ་སྟོན་ཀའི་ཟླ་བ་ཀྱན་ཏུ།།

香擦敦格达瓦根德                      顶礼月色白度母

|                                     |               |
|-------------------------------------|---------------|
| གང་བ་བརྒྱ་ནི་བརྟེན་པའི་ཞལ་མ།        |               |
| 刚 瓦 嘉 呢 贼 波 压 玛                     | 秋 百 满 月 聚 集 脸 |
| སྐར་མ་སྟོང་ཕྱག་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས།    |               |
| 嘎 玛 东 茶 措 巴 南 基                     | 成 千 群 星 同 汇 聚 |
| རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་འོད་རབ་འབར་མ།         |               |
| 斛 德 学 沃 奥 斛 巴 玛                     | 尽 放 威 光 极 灿 然 |
| ཕྱག་འཚལ་གསེར་སྟོ་ཚུ་ནས་སྐྱེས་ཀྱི།   |               |
| 香 擦 色 噢 且 内 基 杰                     | 顶 礼 紫 磨 金 色 母 |
| པ་རྣམས་ཕྱག་ནི་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ།       |               |
| 巴 美 夏 呢 南 巴 坚 玛                     | 莲 花 庄 严 其 妙 手 |
| སྐྱིན་པ་བརྩོན་འགྲུས་དཀའ་ཐུབ་ཞི་བ།   |               |
| 因 巴 尊 这 嘎 特 伊 瓦                     | 布 施 精 进 苦 行 静 |
| བཟོད་པ་བསམ་གཏན་སྟོང་ཡུལ་ཉིད་མ།      |               |
| 若 巴 三 丹 效 耶 涅 玛                     | 安 忍 禅 定 行 境 性 |
| ཕྱག་འཚལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཙུག་ཏོར། |               |
| 香 擦 得 银 夏 波 泽 朵                     | 顶 礼 如 来 顶 髻 母 |
| མཐའ་ཡས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་སྟོད་མ།       |               |
| 塔 耶 南 巴 嘉 瓦 效 玛                     | 奉 持 无 边 尊 胜 行 |
| མ་ལུས་པ་རོལ་བྱིན་པ་ཐོབ་པའི།         |               |
| 玛 利 帕 若 辛 巴 托 波                     | 获 得 无 余 波 罗 蜜 |
| རྒྱལ་བའི་སྲས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་བསྟེན་མ།   |               |
| 嘉 沃 这 基 欣 德 定 玛                     | 一 切 佛 子 近 依 止 |
| ཕྱག་འཚལ་ཏུའྲ་རྩྱུ་ཡི་གེས།           |               |
| 香 擦 德 达 斛 叫 宜 给                     | 顶 礼 吽 音 叱 咤 母 |

|                                          |                                     |
|------------------------------------------|-------------------------------------|
| འདོད་དང་ཕྱོགས་དང་ནམ་མཁའ་གང་མ། །          |                                     |
| 多当效当南跨刚玛                                 | 声遍欲色虚空界                             |
| འཇིག་རྟེན་བདུན་པོ་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། །     |                                     |
| 结定登波压基南得                                 | 其足压伏七世间                             |
| ལུས་པ་མེད་པར་འགྲུགས་པར་རུས་མ། །          |                                     |
| 利巴美巴各巴尼玛                                 | 皆能勾招尽无余                             |
| ཕྱག་འཚལ་བརྒྱ་བྱིན་མེ་ལྷ་ཚངས་པ། །         |                                     |
| 香擦嘉辛美拉苍巴                                 | 顶礼帝梵恭奉母                             |
| རླུང་ལྷ་སྣ་ཚོ་གས་དབང་ཕྱག་མཚོད་མ། །       |                                     |
| 龙拉纳措旺秀窍玛                                 | 火神风神自在供                             |
| འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་དྲི་བ་རྣམས་དང་། །        |                                     |
| 炯波若朗哲碍南当                                 | 鬼王起尸及寻香                             |
| གནོད་སྲིན་ཚོ་གས་ཀྱིས་མདུན་ནས་བསྟོད་མ། །  |                                     |
| 诺因措基登内多玛                                 | 夜叉众会皆赞叹                             |
| ཕྱག་འཚལ་ཏུ་ཅེས་བྱ་དང་པཎ་ཀྱིས། །          |                                     |
| 香擦扎极夏当喇基                                 | 顶礼胜伏他方母                             |
| པ་རོ་ལ་འཁྲུལ་འཁོར་རབ་རྒྱ་འདོམས་མ། །      |                                     |
| 帕若彻括碍德炯玛                                 | 札 <sup>德</sup> 喇 <sup>德</sup> 尽毁敌惑轮 |
| གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད་ཞབས་ཀྱིས་མནན་ཏེ། ། |                                     |
| 耶耿运匠压基南得                                 | 右屈左伸足压伏                             |
| མི་འབར་འཁྲུགས་པ་གིན་རྒྱ་འབར་མ། །         |                                     |
| 美巴彻巴欣德巴玛                                 | 盛燃熊熊烈火焰                             |
| ཕྱག་འཚལ་རྒྱ་རེ་འཇིགས་པ་ཚེན་པོས། །        |                                     |
| 香擦德热结巴钦布                                 | 顶礼大怖救度母                             |

|                                          |         |
|------------------------------------------|---------|
| བདུད་ཀྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཛོམས་མ། །        |         |
| 德杰华卧南巴炯玛                                 | 摧毁一切凶猛魔 |
| ལུ་སྐྱེས་ལལ་ནི་ཁྲོ་གཉེར་ལྷན་མཛད། །       |         |
| 且基压呢绰捏丹匝                                 | 莲花容颜现颦眉 |
| དག་བོ་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་གསོད་མ། །             |         |
| 札卧坛加玛利所玛                                 | 无余斩尽诸仇怨 |
| ཕྱག་འཚལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མཆོན་ཕྱག་རྒྱའི། ། |         |
| 香擦袞垮僧存夏吉                                 | 顶礼三宝严印母 |
| སོར་ཚོས་སྤྱགས་ཀར་རྣམ་པར་བརྒྱན་མ། །       |         |
| 所木特嘎南巴坚玛                                 | 手指当胸露威严 |
| མ་ལུས་ཕྱོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བརྒྱན་པའི། །     |         |
| 玛利效杰括洛坚波                                 | 庄严无余诸方轮 |
| རང་གི་འོད་ཀྱི་ཚོགས་རྣམས་འཁྲུག་མ། །       |         |
| 让格奥杰措南彻玛                                 | 自之光芒普萦绕 |
| ཕྱག་འཚལ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་བརྗིད་པའི། །         |         |
| 香擦昂德嘎瓦节波                                 | 顶礼欢悦威德母 |
| དབུ་རྒྱན་འོད་ཀྱི་ཕྱེང་བ་སྤེལ་མ། །        |         |
| 沃坚奥杰创瓦费玛                                 | 顶饰光鬘诚斑斓 |
| བཞད་པ་རབ་བཞད་ཏུ་རྩེ་རྩིས། །              |         |
| 压巴昂压德达昂义                                 | 喜笑大笑圣咒音 |
| བདུད་དང་འཇིག་རྟེན་དབང་ཏུ་མཛད་མ། །        |         |
| 德当结定旺德匝玛                                 | 怀柔群魔与世间 |
| ཕྱག་འཚལ་ས་གཞི་སྦྱོང་བའི་ཚོགས་རྣམས། །     |         |
| 香擦萨伊炯沃措南                                 | 顶礼解厄圣度母 |

|                                          |         |
|------------------------------------------|---------|
| ཐམས་ཅད་འགྲུགས་པར་རུས་པ་ཉིད་མ།            | 能召一切护地神 |
| 坛加各巴尼巴涅玛                                 |         |
| ཁྲོ་གཉེར་གཡོ་བའི་ཡི་གེ་རྩྭ་གིས།          |         |
| 绰捏哟沃宜给吽给                                 | 颦眉竖动发吽光 |
| པོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྐྱོལ་མ།            |         |
| 彭巴坛加南巴卓玛                                 | 消除所有诸贫穷 |
| ཕྱག་འཚལ་སྐྱབ་བའི་དུམ་བུའི་དབུ་རྒྱལ།      |         |
| 香擦达沃登威沃坚                                 | 顶礼月相冠冕母 |
| བརྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འབར་མ།             |         |
| 坚巴坛加欣德巴玛                                 | 一切饰品极璀璨 |
| རལ་བའི་ཁྲོད་ནས་འོད་དཔག་མེད་ལས།           |         |
| 鬘波绰内奥华美类                                 | 无量光佛髻中现 |
| རྟག་པར་ཤིན་ཏུ་འོད་རབ་མཛད་མ།              |         |
| 达巴欣德奥鬘匝玛                                 | 恒常光芒最耀眼 |
| ཕྱག་འཚལ་བསྐྱལ་པ་ཐ་མའི་མེ་ལྟར།            |         |
| 香擦嘎巴塔咪美达                                 | 顶礼烈焰圣度母 |
| འབར་བའི་ཕྱེང་བའི་དབུས་ན་གནས་མ།           |         |
| 巴沃创沃威纳内玛                                 | 如末劫火住光鬘 |
| གཡས་བརྒྱུང་གཡོན་བསྐྱམ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་དགས། |         |
| 耶匠运耿根内果给                                 | 右伸左屈喜姿态 |
| དབྲུ་ཡི་དབུང་ནི་རྣམ་པར་འཇོམས་མ།          |         |
| 札宜宏呢南巴炯玛                                 | 击毁一切诸敌军 |
| ཕྱག་འཚལ་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་ཕྱག་གི།            |         |
| 香擦萨伊乌拉夏格                                 | 顶礼颦眉圣度母 |



|                                         |         |
|-----------------------------------------|---------|
| མཐིལ་གྱིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཞབས་གྱིས་བརྒྱུང་མ། |         |
| 特基嫩匠压基洞玛                                | 手掌压地足踩踏 |
| ཁྲོ་གཉེར་ཅན་མཛད་ཡི་གེ་རྩྭ་གིས།          |         |
| 绰捏坚匝宜给吽给                                | 面露怒容发吽声 |
| རིམ་པ་བདུན་པོ་རྩམས་ནི་འགེམས་མ།          |         |
| 仁巴登波南呢庚玛                                | 击破七重一切处 |
| ཕྱག་འཚལ་བདེ་མ་དགེ་མ་ཞི་མ།               |         |
| 香擦得玛给玛伊玛                                | 顶礼安乐柔善母 |
| བྱུང་ན་འདས་ནི་སྡོད་ཡུལ་ཉིད་མ།           |         |
| 雍安迪伊效耶涅玛                                | 寂灭涅槃行境性 |
| སྣ་རྒྱ་ཇོ་དང་ཡང་དག་ལྗན་པས།              |         |
| 娑哈喻当扬达丹贝                                | 真实咒语喻娑哈 |
| སྒྲིག་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་ཉིད་མ།           |         |
| 德巴钦波炯巴涅玛                                | 摧毁一切大罪恶 |
| ཕྱག་འཚལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་རབ་དགའ་བའི།       |         |
| 香擦根内果碍嘎沃                                | 顶礼明觉吽度母 |
| དགའ་ཡི་ལྷས་ནི་རབ་རྒྱ་འགེམས་མ།           |         |
| 札宜利呢碍德庚玛                                | 众会围绕极欢喜 |
| ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་སྣགས་ནི་བཀོད་པའི།        |         |
| 宜给借波辘呢果波                                | 怨敌之身悉击碎 |
| རིག་པ་རྩྭ་ལས་སྒྲོལ་མ་ཉིད་མ།             |         |
| 热巴吽类卓玛涅玛                                | 十字庄严明咒吽 |
| ཕྱག་འཚལ་རྒྱ་རེའི་ཞབས་ནི་བརྒྱབས་པས།      |         |
| 香擦德热压呢达贝                                | 顶礼震撼三界母 |

|                                     |          |
|-------------------------------------|----------|
| རྩྱཱ་གི་རྣམ་པའི་ས་བོན་ཉིད་མ། །      |          |
| 呌格南波萨文涅玛                            | 足踏呌相为种子  |
| རི་རབ་མཚུ་ར་དང་འབིགས་བྱེད། །        |          |
| 热阿曼达阿当玻雪                            | 须弥玻雪曼达阿  |
| འཇིག་རྟེན་གསུམ་རྣམས་གཡོ་བ་ཉིད་མ། །  |          |
| 结定僧南哟瓦涅玛                            | 三世间界皆摇动  |
| ཕྱག་འཚལ་ལྷ་ཡི་མཚོ་ཡི་རྣམ་པའི། །     |          |
| 香擦拉宜措宜南波                            | 顶礼灭毒圣度母  |
| རི་དྲུགས་ཉྱུགས་ཅན་ཕྱག་ན་བསྐྱམས་མ། ། |          |
| 热达达坚夏纳南玛                            | 手持天海相皎月  |
| ལྷ་ར་གཉིས་བརྗོད་པའ་ཀྱི་ཡི་གེས། །    |          |
| 达阿尼交啞杰宜给                            | 诵二达阿啞德字声 |
| དུག་རྣམས་མ་ལུས་པར་ནི་སེལ་མ། །       |          |
| 德南玛利巴呢色玛                            | 无余灭除一切毒  |
| ཕྱག་འཚལ་ལྷ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་རྒྱལ་པོ། །  |          |
| 香擦拉宜措南嘉波                            | 顶礼天王所敬母  |
| ལྷ་དང་མིའམ་ཅི་ཡིས་བསྐྱེན་མ། །       |          |
| 拉当么盎结义定玛                            | 天人非人咸依止  |
| ཀུན་ནས་གོ་ཆ་དགའ་བའི་བརྗོད་ཀྱིས། །   |          |
| 根内果恰嘎沃节基                            | 披甲欢喜之威德  |
| ཚོད་དང་མི་ལམ་ངན་པ་སེལ་མ། །          |          |
| 作当么蓝安巴色玛                            | 遣除争斗与恶梦  |
| ཕྱག་འཚལ་ཉི་མ་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི། །       |          |
| 香擦涅玛达瓦吉波                            | 顶礼消疫圣度母  |

|                                      |         |
|--------------------------------------|---------|
| སྐྱུན་གཉིས་པོ་ལ་འོད་རབ་གསལ་མ།        |         |
| 宣尼波拉奥闍萨玛                             | 日月双眸光鲜明 |
| ཏ་ར་གཉིས་བརྗོད་རྒྱུ་ར་ཡིས།           |         |
| 哈闍尼交德达闍义                             | 诵二哈闍德达闍 |
| ཤིན་རྒྱ་བླ་པོའི་རིམས་ནད་སེལ་མ།       |         |
| 欣德札布仁纳色玛                             | 消除剧猛瘟疫病 |
| ཕྱག་འཚལ་དེ་ཉིད་གསུམ་རྣམས་བཀོད་པས།    |         |
| 香擦得涅僧南果贝                             | 顶礼具光胜度母 |
| ཞི་བའི་མཐུ་དང་ཡང་དག་ལྡན་མ།           |         |
| 伊沃特当扬达丹玛                             | 安立一切三真如 |
| གདོན་དང་རོ་ལངས་གཞོན་སྐྱེན་ཚོགས་རྣམས། |         |
| 敦当若朗诺因措南                             | 正具寂灭威神力 |
| འཇོ་མས་པ་རྒྱ་རེ་རབ་མཚོག་ཉིད་མ།       |         |
| 炯巴德热闍窍涅玛                             | 摧魔起尸夜叉众 |

ཙ་བའི་སྐྱགས་ཀྱིས་བསྟོད་པ་འདི་དང་ཕྱག་འཚལ་བ་ནི་ཉི་ཤུ་ཙ་གཅིག།  
 匝沃鞞基多巴德当 香擦瓦呢 涅协匝结  
 以根本咒礼赞二十一度母终

གསོལ་འདེབས་བསྟུན་པ་ནི།  
 略祈祷文：

(一)

|                                             |         |
|---------------------------------------------|---------|
| རྗེ་བཙུན་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་བྱིད་མཁྱེན་ནོ།      |         |
| 杰恣帕玛卓玛切钦诺                                   | 至尊度母您垂念 |
| འདིགས་དང་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཀྱན་ལས་བསྐྱབ་རྒྱ་གསོལ། |         |
| 结当德鞞根类嘉德所                                   | 祈求救脱诸苦难 |

(二)

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ཅོད་པའ་གྱིས།

拉当拉门较班基

一切天人与非天

ཞབས་ཀྱི་པད་མོ་ལ་བརྟུང་དེ།

压杰巴莫拉德得

悉皆顶戴其足莲

ཕོངས་པ་ཀུན་ལས་སྐྱོལ་མཛད་མ།

彭巴根类卓匝玛

救脱所有诸穷困

སྐྱོལ་མ་ཡུམ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

卓玛阴拉香擦洛

度母佛母我顶礼

སྐྱོལ་མ་ཉེར་གཅིག་གི་ཚ་སྐབས་ནི།

度母心咒：

ཨོ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་སྐྱ་ལྷ།

嗡 达热德达热德热 娑哈

二零一二年五月十日

译子喇荣静处

注：以上注音中

“阿”念ra；

“雍”念nia；

“这”念zhei；

“得”念dei；

“婀”念[nga]；

“诶”念[ngi]；

“噢”念[ngo]；

“乌”念[ngu]。

# 二十一度母赞释

索达吉堪布 译

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

## 第一课

思考题

1. 度母是佛还是菩萨？请略加分析。
2. 请描述奋迅度母的身相。
3. 简述度母的历史来源。
4. 祈祷白度母有何功德？
5. 请描述紫磨金色度母的身相。

今天开始讲《二十一度母赞》。实际上，《二十一度母赞》是一部佛经，在藏文和汉文的《大藏经》中，都有这部经典。在古印度和藏地，度母法门非常兴盛，

许多大德都造有度母仪轨，信仰度母的人就像信仰文殊菩萨、观音菩萨的人一样非常多。而在汉地，度母法门则不是很兴盛，信仰度母的人也不太多。从汉地的历史看，这几年以来，个别藏传佛教的大德在香港、台湾等地弘扬过度母法门，除此以外，度母法门基本上没有得到弘扬。目前，汉文的度母法类比较少，只有一些简单的仪轨和咒语在流传。以《二十一度母赞》来说，只有元朝的安藏大师翻译的个别译本，而且这个译本有些内容是直译，看起来比较难懂。所以，这次我参照藏地的一些《度母赞释》，重新作了翻译。

在座很多人对度母不是特别了解，可能只知道藏传佛教有度母修法，这种修法是来自于印度的。有些人看过印度高僧大德的传记，也知道龙猛菩萨、龙菩提尊者、寂天菩萨、阿底峡尊者等大德经常得到度母的授记和加持，但是自己对度母法修得不多。通过这次的学习，希望大家今后要修持并且弘扬度母法。度母具足圆满的智慧、悲心、威力，如果很多人能够修持度母法，依靠度母的迅速、猛厉加持，一方面可以遣除修行中的障碍，同时也可以增上智慧和福德。

藏地有这种说法：文殊菩萨是一切诸佛的智慧总集，观音菩萨是一切诸佛的大悲总集，度母是一切诸佛的事业总集。诸佛的事业是什么？一是遣除众生的痛苦，二是将众生安置于安乐。在这些方面，度母确实有特殊的能力。不管什么样的人，只要信仰度母，经常恭敬祈祷她，经常念诵她的咒语，就一定会得到她的加持。

我本人从小对度母就非常有信心。也许你们认

为，我不管讲什么法，首先都要吹嘘自己一遍。其实并不是这样的。我讲法确实有这种习惯——如果要传讲某个法，自己应该比较喜欢这个法，至少自己学过、修过这个法。我认为，讲这种法才对听者有利益。否则，如果自己对某个法一点感觉都没有，甚至半信半疑，这种法我不一定讲得出来，即使勉强讲出来，对他人也没有利益，就像从空瓶子里不可能往其他容器倒入液体一样。这次讲法也是如此，我首先观察自相续，感觉自己对度母法非常有信心，所以才带领大家学习此法。前一段时间，我给大家讲了《普贤行愿品》，其实，我对度母法比对《普贤行愿品》更“专业”。当然，我所谓的“专业”是就信心而言的，不是就智慧而言的——我讲的不一定很好，但内心确实很有信心。从这个角度来说，我讲度母法对大家应该有利益。

大概六岁半时，我连字都不认识，就已经会背诵《度母赞》了。从那时起，不管遇到任何违缘和痛苦，我自然而然会生起这种信念：度母一定会加持我，度母一定会帮助我！大概十岁时，有一个叫班玛丹增的修行人，他是一位佐钦派的法师，对三宝信心很大，对佛理也很精通，他送给我一个很小的度母像。从小学、中学、师范到出家，我一直将这个度母像带在身边。记得1991年的时候，这个度母像还在我手上。再后来，这尊度母像就离开了我。说好听一点，度母像飞走了；说难听一点，度母像丢了。我经常为此而伤心。虽然这个度母像不如现在的佛像精致，但她对我来说非常珍贵，因为七几年的时候，宗教政策还没有开放，要找一个佛像是很不容易的。那时，我将度

母像包在一张黄布里，经常私下拿出来祈祷，我感觉她的加持非常大。

这次给大家讲度母法，我认为缘起非常好。本来，几年前我就想讲度母法，但是因缘一直没有成熟。直到今年，各方面的因缘才成熟。今年年初以来，出现了很多与度母有关的缘起。首先，国外一些高僧大德和佛教徒给我寄了很多度母法本。大概两三个月前，我在汉地见到德巴堪布，他送给我一尊度母像。前一段时间，有一个印度商人想供养我一尊文殊菩萨像，但他怎么也找不到文殊菩萨像，最后找到一尊从尼泊尔请的度母像，于是他将从尼泊尔请的度母像送给了我。前两天，从石渠来了一个考察团，石渠有一尊著名的度母像，这尊度母像是国家级保护文物。这尊度母像以前被盗过，所以现在不敢公开展览，平时都放在保险柜里，有三个人掌管钥匙，必须通过很多关系才能见到。这个度母像特别庄严，据说是文成公主入藏时留下的。那个考察团来时，带了几张那尊度母像的照片，到佛学院时只剩下一张了，他们就把照片送给了我。再有一个缘起，就是我们经堂挂的绿度母和白度母唐卡。前一段时间，有些居士想供养经堂唐卡，结果请的就是这两张唐卡。前两天我宣布要讲度母法，当天这两张唐卡恰好送到了学院。诸如此类的缘起还有很多。当然，如果是唯物论者或者寻思者，则不一定相信这些缘起，他们可能认为，这些都是偶然的事情。但我还是比较相信缘起的。

希望道友们经常祈祷度母，这对自已非常有利益。在藏传佛教界，不管哪个寺院都念度母，平时课



诵也好，给施主念经也好，僧人们都要念度母经咒。而且藏地念《度母赞》特别快，尤其是格鲁派念得特别快，很多人根本跟不上那种速度。前两天，我们用藏音念了三遍《度母赞》，结果好多道友只是动嘴巴，根本跟不上维那师。我相信，通过学习《度母赞》，以后很多人会对度母产生信心。有了信心，度母的加持一定会融入自心，这样，自己各方面的事情都会很圆满。从今天开始，每天讲完课以后，大家先念一遍《度母赞》，然后再作回向。

全经分三：一、初义；二、中义；三、末义。

甲一（初义）分二：一、经名；二、总顶礼。

乙一、经名：

《圣度母赞》

在这首《圣度母赞》中，宣说了二十一尊度母，每一尊度母都以一个偈颂进行赞颂，所以这部经也叫《二十一度母赞》。

阿底峡尊者认为，《二十一度母赞》属于事续，事续总共有三十五品，其中第三品就是《二十一度母赞》。日藏大师则认为，《二十一度母赞》属于瑜伽续，瑜伽续的第五百七十品就是《二十一度母赞》。后来的个别大德认为，《二十一度母赞》既属于事续，也属于瑜伽续，这并不相违，就像《文殊真实名经》有无上密法的解释方法，也有普通密法的解释方法。综上所述，我们可以这样认为：从究竟意义上讲，《二十一度母赞》可以按照无上密法解释，但根据所化众

生的根机，也可以按照事续和瑜伽续解释。<sup>106</sup>

在这首《度母赞》中，提到了二十一尊度母，不管是绿度母、白度母还是其他度母，本体都是一个，只要我们经常念诵《度母赞》，就会获得一切度母的加持。

有些人可能会想：度母是菩萨还是佛呢？从究竟上讲，度母早已成佛了，《大幻化网》中讲到了五部佛和五部佛母，其中北方不空成就佛的佛母就是誓言度母；但在某些所化众生面前，度母暂时显现为菩萨形象。因此，我们对度母要有这种认识：度母实际上是佛，暂时她以菩萨形象度化众生。

度母能遣除世间的各种灾难和痛苦，任何人遇到灾难和痛苦时，都应该一心一意祈祷度母。很多老道友都清楚，为了遣除我们学院或者全世界的违缘，以前法王经常要求道友祈祷度母或者具光佛母<sup>107</sup>。在汉传佛教中，有“救苦救难观世音菩萨”的说法，这种说法也可用在度母身上——“救苦救难度母”。其实，“度母”的含义就是让众生度越痛苦：依靠谁来度越呢？度母；度越者是谁呢？正在感受痛苦的众生；以什么方式度越呢？自己以信心祈祷度母，或者别人替自己祈祷度母。当这些因缘聚合时，众生就能得到度母加持，之后就能度越痛苦。

末法时代，如果没有本尊、空行、护法神的加持，想靠一己之力远离痛苦，这是非常困难的，就像风中

---

<sup>106</sup> 在唐密中，也有不少度母法。在唐密中度母译为多罗菩萨，不空三藏曾翻译过多罗菩萨仪轨。

<sup>107</sup> 具光佛母就是二十一度母中的最后一尊。

的灯火很快会被吹灭一样，自己的力量很快就会消失。而如果有了圣者的助缘，即便浊世的魔众再兴风作浪，自己也有能力应对。依靠具足智慧、悲心的圣尊，就像天降大雨一样，违缘的烈火一瞬间就会熄灭。

在座的道友首先要对度母产生信心。信心特别重要，人如果有了信心，做什么事情都很容易。以闻思修行来讲，这本来是很艰难的事情，如果对此没有信心，会觉得每天学习、思考佛法是一种惩罚和痛苦；但如果有信心，就会觉得这是一种享受，是最有意义的事情。有些人因为没有信心，不要说长年累月听闻佛法，甚至听一堂课也很困难。我遇到过一个人，他说：“听说佛教很殊胜，我就去听了一堂课。哇！没想到这么难熬。一堂课下来，我的膝盖都僵硬了，真是太痛苦了！”因此，不管做任何事情，首先看能不能提起信心，如果能提得起信心，不要说听闻佛法，就像《经庄严论》讲的那样，即便到地狱度众生，也像到乐园游玩一样快乐。所以，希望大家对度母产生信心和欢喜心。

## 乙二、总顶礼：

### 嗡 顶礼至尊圣度母

“嗡”既是呼唤词，也是与诸佛菩萨的身口意相应的一种咒语。“至尊”是对圣者度母的尊称。这句经文的意思是：在具足智慧、悲心、清净戒律、利益众生等功德的圣者度母面前，我恭恭敬敬地顶礼。

在古印度的传统中，即使是不信仰佛教的人，念诵度母、顶礼度母者也特别多。在那烂陀寺的壁画中，

度母占的比例非常高；在菩提迦耶的佛像中，度母像也特别多。在藏地每一座寺院，基本上都有度母像和唐卡。在藏族人当中，几乎没有不念度母经咒的。当然，新一代的藏族人不一定念度母经咒，他们可能对赚钱和现在的垃圾文化特别感兴趣。

诸佛菩萨不会对某个众生偏心，不管谁有清净的信心，就像清净的水池里会出现月影一样，此人自然能获得诸佛菩萨的加持。所以，大家要培养对度母的信心。要对度母生起信心，首先就要知道度母的不共功德，如果懂得了度母的不共功德，就会产生虔诚、清净的信心，就会恭敬、顶礼、供养度母，这样就会得到度母的加持。

甲二（中义）分三：一、以历史而赞颂；二、以身相而赞颂；三、以事业而赞颂。

乙一、以历史而赞颂：

顶礼奋迅救度母，目如刹那闪电光，  
三域怙主莲花面，花蕊绽放从中现。

在二十一度母中，第一尊叫做奋迅度母，她的身体为红色或者黄色，右手结救护众生的胜施印，左手持莲花，花上有右旋海螺。

所谓“奋迅度母”，“奋”意思是勇猛，“迅”意思是迅速，合起来就是度化众生极其勇猛、迅速。麦彭仁波切曾说，在所有的本尊当中，度母的加持是最快速的。

奋迅度母具有什么功德呢？偈颂中说，“目如刹那闪电光”。意思是，就像暗夜中的闪电一刹那照亮万物一样，度母的智慧眼能一刹那照见器情世界、世

出世间的一切所知。

度母的历史来源是什么呢？偈颂中说，“三域怙主莲花面，花蕊绽放从中现”。“三域”是欲界、色界、无色界，“三域怙主”就是指三界的怙主观世音菩萨，“三域怙主莲花面”是形容观世音菩萨的面容就像莲花一样圆满，“花蕊绽放从中现”是说度母是从观世音菩萨的泪水中出现的。

佛经中记载：很早以前，鼓音如来在种种光世界出世。当时度母是一个公主，名字叫慧月，她对鼓音如来和僧众作了百千万年的供养。供养以后，僧众劝她以此善根发愿获得男身。公主说：“在此无有男士亦无女，无我无人亦无心意识，假名安立男女无意义，世间庸愚而生妄分别。”随后她发了三大愿：“一、世界上很多佛陀都是以男身度众生，我发愿以女身度化众生；二、愿我每天度一百万众生；三、愿我从观世音菩萨的眼泪中出现，分担观世音菩萨度化众生的事业。”公主发愿后，于无量岁月精进修持，最终成就了大愿。有一天，观世音菩萨以慧眼观察，发现自己虽然度化了无量众生，可是六道众生并没有减少，他不禁悲从心生，流下两滴眼泪，两滴泪水变成了两朵莲花，从莲花中出现白度母和绿度母。她们在观世音菩萨面前发誓：“菩萨，请您不要伤心，我们愿意帮您度化众生。”然后，两尊度母又显现为二十一尊度母。从那以后，她们就开始协助观世音菩萨广度众生。

其他佛经中说：很久以前，有一个叫无垢光的比丘，他得到了十方如来的灌顶而成为观世音菩萨，观世音菩萨又获得了五方佛的灌顶，然后他的心间出现

了度母。

既然度母是从观世音菩萨的眼泪或者心间化现的，实际上他们就是一个本体，所以祈祷度母和祈祷观世音菩萨是相同的。在汉地，一般认为观世音菩萨是女性菩萨；在藏地，一般认为观世音菩萨是男性菩萨。如果按照汉地的说法——观世音菩萨以女相度化众生，这和藏地的说法——度母以女相度化众生，二者密意可以说是相通的。

乙二（以身相而赞颂）分二：一、以报身身相而赞颂；二、以法身身相而赞颂。

丙一（以报身身相而赞颂）分二：一、以寂静身相而赞颂；二、以忿怒身相而赞颂。

丁一（以寂静身相而赞颂）分六：一、以面色光芒而赞颂；二、以身色和六波罗蜜多而赞颂；三、以诸佛菩萨依止而赞颂；四、以调伏三界之众而赞颂；五、以世间至尊恭敬供养而赞颂；六、以摧毁他方惑轮而赞颂。

戊一、以面色光芒而赞颂：

顶礼月色白度母，秋百满月聚集脸，  
成千群星同汇聚，尽放威光极灿然。

这里顶礼的是白度母。因为这尊度母有七只眼睛，双脚掌、两手掌各有一只眼睛，脸上有三只眼睛，所以也叫做七眼佛母。在她的七只眼睛当中，眉间的眼睛观诸佛菩萨，其他六只眼睛观六道众生。

这个偈颂大意为：秋天的月亮远离了尘埃、云雾，白度母的面容犹如一百个秋天的满月聚在一起，她的身体放出灿烂的威光，犹如成千上万的群星汇聚，从光芒中降下甘露，遣除一切众生的热恼。

从表面上看，现在的众生穿得好、吃得好，似乎

过得很幸福。但实际上，很多众生非常痛苦，他们不是因为缺乏生活资具而痛苦，而是内心有恐怖、忧虑、悲伤、失望、不平等痛苦。为什么现在自杀者越来越多？就是因为很多人觉得一切都是增加痛苦的因，没有面对痛苦的勇气。如果这些众生能祈祷度母，各种痛苦都会遣除。

白度母和妙音天女是一个本体，所以修白度母跟修妙音天女作用比较类似。如果妙音天女法修得好，能极大地增上智慧，在写诗词、辩论方面会有不共的能力，所以，修白度母也可以开发智慧。

在藏传佛教中，白度母是长寿三尊之一，在很多高僧大德的住世祈祷文里，祈祷的都是长寿佛、尊胜佛母和白度母。因此，白度母也可以说是长寿佛的幻化。如果我们想让自己或者他人长寿，祈祷白度母是相当重要的。

在藏地历史上，尼泊尔的赤尊公主是白度母的化身，汉族的文成公主是绿度母的化身。有关资料记载，藏王松赞干布去世前，圆满安排了西藏的国事，对未来的重大事情进行了授记。然后藏王用右手为赤尊公主摸顶，结果赤尊公主变成了一朵白色的八瓣莲花，莲花中现出白度母的标志。藏王又用左手为文成公主摸顶，结果文成公主变成了一朵绿色的十六瓣莲花，莲花中现出绿度母的标志。最后藏王仰望自己的本尊——十一面观音像，随即与两朵莲花一起化光融入观音像。<sup>108</sup>

---

<sup>108</sup> 对于松赞干布和两位王妃去世的情况，现在的某些寻思者有其他说法。但佛教的可靠资料中是这么讲的。

在生活中遇到灾难和恐怖时，我们应当立即祈祷度母，这样一定能遣除命难。陈那论师有一位弟子，他在印度东方宣讲佛法时，有一次从大海里出现一条大毒蛇，这条毒蛇吞食了很多人和动物。他想：如果我不采取措施，很多众生都会被吞食。于是，他猛厉祈祷度母，并且念诵度母心咒。在度母加持下，毒蛇生起慈悲心，它当即返回了大海，从此不再伤害众生。

现在很多人希求的就是长寿、平安、快乐、发财、求子，而许多度母的修法仪轨和祈祷文中说，只要诚心祈祷度母，念诵度母经咒，除了个别业力深重者，自己想要的一切悉地都会得到。所以，世间人也应该祈祷度母。

#### 戊二、以身色和六波罗蜜多而赞颂：

顶礼紫磨金色母，莲花庄严其妙手，  
布施精进苦行静，安忍禅定行境性。

这里顶礼的是紫磨金色度母。这尊度母身体黄色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有能遣除贫穷、赐予财富的如意宝，以这样的莲花和如意宝庄严她的妙手。

这尊度母的特点是以六波罗蜜多度化众生。在此处的六波罗蜜多中，第一是布施，第二是精进，第三是苦行寂静<sup>109</sup>，第四是安忍，第五是禅定，第六是行境性<sup>110</sup>。

祈祷紫磨金色度母可以增长智慧、福德、寿命，

---

<sup>109</sup> 即持戒，由于持戒需要苦行和寂静的环境，故此处以苦行寂静指代持戒。

<sup>110</sup> 即智慧，所谓行境性，就是行于对境的本性或者入于万法的本性，要真正做到这一点，必须打开般若智慧。



遣除痛苦、愚痴、灾难。所以，大家应该以欢喜心向她祈祷，这样就能获得自己希求的一切悉地。

以前，那烂陀寺附近有一个乞女，她因为女儿没有陪嫁的资具，所以向月称论师乞讨：“我的女儿要出嫁了，可是我实在太穷了，您能不能给我一些财物？”月称说：“我是一个苦行的出家人，没有多余的财物给你。附近有一个叫月官的居士，你可以去他那里乞讨。”于是乞女便向月官论师乞讨。月官对乞女深生悲悯，但除了身上的衣服和《般若八千颂》以外，他也没有多余的财物可布施，于是他祈祷墙上的度母像，希望度母满足乞丐的心愿。月官祈祷以后，度母像变成一个美女，从墙上走了下来，将身上的丝绸衣服和金银饰品脱下来，送给那个乞女，作为她女儿的嫁妆。从那之后，这尊度母像全身赤裸，这就是著名的“裸体度母”。

在《印度佛教史》<sup>111</sup>和《喜马拉雅大成就者的故事》中，都有这个故事。其实在印度和藏地，有很多度母显灵的神奇故事，就像汉地流传的观音菩萨显灵的故事一样。

月官论师曾说：“度母对所有无私的祈请都会即时应现，其它的祈请则可能要等久一些。”所以，大家祈祷度母时最好是没有自私心，完全为众生的利益而祈祷。当然，即使我们以自私自利心祈祷，度母也会给予相应的加持。

希望大家像前辈大德一样祈祷度母，这样的话，

---

<sup>111</sup> 多罗那他大师著。

很多顺缘自然会成办，很多违缘自然会遣除。我出家的时候，出现了很多违缘，当时我感觉自己没办法对抗这些违缘，于是我拼命祈祷度母，结果所有的违缘都奇迹般的消失了。当时，班主任对我执著很大，如果没有经过他同意就退学，我家要交三千块钱的罚款。那时的三千块钱是很大一笔钱，我家好几年都挣不到这么多钱。后来，我亲自到班主任家申请退学。我没进屋子时，悄悄念了很多度母心咒，结果事情非常顺利，老师很快答应了我。前一段时间，这位老师来看我。我问他：“你以前对我特别执著，按你原来的想法，肯定是不想让我出家的，那你为什么同意我退学？”他说：“我也不知道是怎么回事，反正糊里糊涂就答应了你。”所以，从我自己的经验来看，度母的加持是非常灵的。在这个世界上，每个人都有自己的一些愿望，也会遇到一些比较迫切的事情，如果大家能虔诚地祈祷度母，这些事情都能快速解决。所以，为了遣除道障，成办一切所愿，大家以后要经常祈祷度母。

## 第二课

### 思考题

1. 顶髻度母有何功德？
2. 解释“顶礼吽音叱咤母，声遍欲色虚空界，其足压伏七世间，皆能勾招尽无余。”
3. 复述本课所讲的一则度母感应公案。

从本体上讲，二十一尊度母是一个佛母，之所以用二十一个偈颂从不同侧面进行赞颂，是因为在不同众生面前，度母示现的形象、身色<sup>112</sup>、功德等不尽相同。

除了《二十一度母赞》，佛经中还有很多度母经典。前两天，我翻看了藏文《大藏经》，发现了大量的度母经典和息增怀诛的修法仪轨。在藏传佛教的伏藏品中，也有很多度母仪轨。当然，大家不要认为，度母法门是藏传佛教独有的。其实，在汉文《大藏经》中，也有很多度母法，而且在唐朝的时候，度母法在汉地也有所弘扬。

### 戊三、以诸佛菩萨依止而赞颂：

科判大意为，度母具有殊胜的功德，她不仅堪为六道众生的依止处，甚至诸佛菩萨也恭敬依止她。

---

<sup>112</sup> 度母有白、红、黄、蓝、黑、绿等色，其中白色表度母之身，红色表度母之语，蓝、黑色表度母之意，黄色表度母之功德，绿色表度母之事业。

顶礼如来顶髻母，奉持无边尊胜行，  
获得无余波罗蜜，一切佛子近依止。

这尊度母叫做顶髻度母或者尊胜度母。为什么叫这个名字呢？因为一切如来都将这尊度母视为自己的顶髻。在一切有情当中，如来处于最高贵的位置，既然如来都将度母视为自己的顶髻，可见她的功德多么不可思议。

在这个偈颂里，讲了顶髻度母三方面的功德：

1. 奉持无边尊胜行。度母能胜伏一切怨敌和魔军，对于世间和出世间、轮回和涅槃所摄的一切逆缘，她没有不能战胜的。

2. 获得无余波罗蜜。度母圆满了从布施到智慧之间的十波罗蜜多。大家应该清楚，既然圆满了十波罗蜜多，那度母就不是一般的天女，也不是菩萨女，而是获得无学果的佛陀。

3. 一切佛子近依止。一地到十地的所有菩萨都恭敬依止度母。

顶髻度母身体橘黄色，右手结胜施印，左手持长寿宝瓶，宝瓶中盛满无死甘露，以此灭尽众生相续中的贪嗔等烦恼，遣除众生的贫穷和不顺，尤其是遣除修持六度的违品。

大家应该恭敬顶礼度母，也要经常修持度母法。在这个时候，没必要强分藏传佛教、汉传佛教、南传佛教。实际上，只要是具足功德的圣者，我们就应当恭敬、顶礼。为什么呢？因为圣者的智慧、悲心、能力远远超过我们这些凡夫。有的时候，如果人们过于执著自己的宗派和民族，就不会恭敬有功德的对境。

比如你觉得，度母是印度和藏地高僧大德依止的对境，而我是学净土宗、学禅宗的，以这种分别念作祟，你就会觉得没必要学习度母法。其实这就是一种孤陋寡闻的想法。

藏地有很多殊胜的度母像。像在拉萨大昭寺，就有一些著名的度母像，这些度母像身上被虔诚的信众们涂满了黄金。当然，汉地也有非常殊胜的度母像。唐朝的时候，藏王松赞干布派噶<sub>尔</sub>东赞到长安，向唐朝求亲。当时，噶<sub>尔</sub>东赞带了一尊用六公斤黄金造的度母像，作为给唐太宗的礼物。通过噶<sub>尔</sub>东赞的努力，唐太宗答应了这门亲事，将文成公主嫁给藏王。文成公主入藏前，请求唐太宗将供在开元寺的国宝——释迦牟尼佛十二岁等身像带到藏地。唐太宗虽然有点不舍得，但最终还是答应了。（这尊释尊像被带到藏地后，供在拉萨大昭寺，到目前为止，每天朝拜的人依然络绎不绝。）这尊佛像被带走后，佛像的莲花座依然留在开元寺。后来，藏王送的度母像也被供在开元寺。有一次，唐太宗到开元寺，看到空着的莲花座，心想：在莲花座上供什么佛像好呢？这时，那尊度母说话了：“皇上，您不必供其他佛像，就由我来替释迦牟尼佛度化众生吧。”于是，唐太宗就将度母供在了释尊的莲花座上。公元1703年，康熙巡历到西安，在西安修建了广仁寺，将开元寺的这尊度母像以及巨光天母像和一髻天母像改供在广仁寺。于是，广仁寺就成了目前汉地唯一的度母道场。在汉地寺庙的大雄宝殿里，一般供奉的是释迦牟尼佛，而广仁寺的大雄宝殿里却供着度母。据说，历代班禅、达赖喇嘛都曾在广仁寺弘扬佛

法。1952年，班禅大师和达赖喇嘛去北京时，曾经在广仁寺居住过。喜饶嘉措格西也在那里为汉地佛教徒传授过佛法。所以，汉地的寺院并不是没有度母像，只是不像藏地那样，每座寺院都有度母像。以后，道友们的如果去西安，应该去朝拜这尊度母。我看过这尊度母像的照片，度母像前面有一些灯器，但其他供品不是很多，你们以后去朝拜度母时，应该多作供养。本来，这尊度母是跟拉萨觉沃佛交换的，现在每天有那么多人朝拜拉萨觉沃佛，但因为目前汉地信仰佛教的人不太多，所以很少有人朝拜这尊度母。

其实，除了佛教，现在汉地对儒教、道教的信仰都在退失。由于缺乏宗教信仰，导致人心越来越恶劣，不要说一般的人，包括很多受过高等教育的知识分子，他们的行为对社会也非常不负责任。现在很多工厂制造假冒伪劣货，很多人不孝顺、不抚养父母，对众生也特别残忍。这种状况如果继续下去，最后我们的人民很可能会变成比禽兽还疯狂、可怕的群体。这就是没有信仰的后果！

相比之下，其他地方的人们还是有一定信仰的。前几年，大陆的佛骨舍利到香港、澳门、台湾展览，每天都有很多人朝拜、供养。其实，古代的时候，汉地众生在信仰方面并不是很糟糕。像在唐朝的时候，上至皇帝，下至百姓，几乎全国所有的人都信仰佛教，而且信仰的程度也非常不错。只是最近一百多年以来，汉地众生的信仰状况才变得如此糟糕。

对诸佛菩萨的信心、恭敬心和欢喜心很重要。当然，这些善心应该有正确的来源。否则，今天看到某

位上师很慈悲，或者看到某个佛菩萨像很庄严，你马上就激动不已，这不一定是真正的信心。根登群佩大师说，他曾经在印度教的神殿里拼命祈祷，祈祷一会儿后，他也流下感动的眼泪。通过这件事情，他知道人的信心不一定可靠。（当然，我们不能认为外道什么加持都没有。在人类历史上出现过各种宗教，其中很多宗教都有加持，也有不少感应的公案，这些加持和感应不可能都是假的。而且很多宗教也有劝人行善的方面。正因为如此，密宗的续部中说，即使对胜论外道也不能随便毁谤。所以，佛教徒不能认为：只有佛教才是正确的，其他宗教都是错误的。）

希望大家对具有殊胜加持的度母生起信心和欢喜心。我想：既然一切佛子都向度母顶礼，包括观音菩萨和文殊菩萨都恭敬顶礼度母，我们这些凡夫人有什么理由不顶礼度母呢？如果有些人说：“我是学净土的，我不需要顶礼度母。”这就是极其愚痴的说法。

从今年开始，我希望汉地各个学会和道场都能念诵《度母赞》。藏地念《度母赞》速度比较快，前两天我们用藏音念了几遍《度母赞》，维那师的语速本来很慢了，可是很多道友还跟不上。你们可能没去过格鲁派的寺院，格鲁派的喇嘛念《度母赞》特别快。以前，汉地没有专门的《度母赞》念诵音调，你们看有没有好的音调，从下一节课开始，男众和女众道友每天分别念一遍《度母赞》。我也顺便观察一下缘起。当然，度母的加持是非常快速的，所以你们不能念得太慢了，否则就体现不出这个特点了。

戊四、以调伏三界之众而赞颂：

顶礼吽音吽咤母，声遍欲色虚空界，

其足压伏七世间，皆能勾招尽无余。

这里顶礼的是吽音叱咤度母。“吽”代表大悲菩提心，“叱咤”代表无缘的空性智慧，吽音叱咤度母发出智慧双运的声音，传遍欲界、色界和无色界，她的双足压伏着地狱、饿鬼、旁生、人、阿修罗、天以及中阴界<sup>113</sup>，能勾招、降伏、摄受一切邪魔外道。

吽音叱咤度母身体红色，右手结胜施印，左手持莲花，莲花上有弓箭。实际上，这尊度母就是怀业九本尊里的作明佛母。法王造过作明佛母的仪轨和赞颂文。如果有些人贪心极其炽盛，无法守持清净的戒律，只要念诵、观修作明佛母，贪心就会自然消除。所以，想守持净戒者要多祈祷吽音叱咤度母。

依靠吽音叱咤度母，可以成就怀业，从而摄受一切有形和无形的众生。很多道友想弘扬佛法、利益众生，只要经常祈祷这尊度母，不仅能战胜修行过程中的一切违缘，也能摄受无量众生，自在地弘扬佛法。

从今年开始，我希望大家依靠怀业九本尊和《现有自在摄受祈祷文》，摄受许许多多的众生，让不信佛教的人信仰佛教，让已经信仰佛教的人身心自在。今年以来，我做了很多《现有自在摄受祈祷文》经旗，在我家乡那一带挂了很多这种经旗。你们以后也要多挂怀业经旗。但大家要注意，挂经旗应该如法。有些人经常把经旗挂在树上，这样不是很好。藏地有种说法，悬崖有悬崖神，山有山神，树有树神，如果把经旗挂在树上，树神就不好活动了。还有些人用经旗围

---

<sup>113</sup> 对于七世间，另有说法是地狱、饿鬼、旁生、人间、欲界天、色界天、无色界天。



院子，这样做过失也特别大，这些人应该把经旗挪到清静的地方。

现在有些佛教徒一直处于惊恐、迷乱的状况，这就是身心没有自在所导致。如果这些人经常祈祷度母等怀业本尊，经常修持怀业，身心一定会自在，烦恼也可以调伏。当然，如果这些人多考虑利益众生，也能有效地调伏烦恼。有些佛教徒从来没有想过度化众生，天天想自己的烦恼：我又出现违缘了，我该怎么熬啊？其实，人越想自己，违缘就越多；如果不想自己，违缘反而会减少。因为从究竟上讲，一切魔障和痛苦，都是缘自我的分别念造成的。

从前辈高僧大德的传记看，度母是非常灵的本尊。阿底峡尊者的传记记载，他一生中多次得到度母授记。阿底峡尊者是孟加拉国的王子，最初，他是依靠度母授记而出家的。出家后，他在转绕金刚座大塔时，度母先后化现为童女、乞丐、老妇人，以对话的方式劝他修持菩提心。金刚座大塔上有一尊度母石像，这尊度母像亲自对他说：“要想快速证得大菩提，一定要修持菩提心。”通过度母的反复劝化，他完全明白了菩提心的重要性，于是不辞千辛万苦前往金洲，依止金洲大师十二年，最终生起了无伪的菩提心。

阿底峡到藏地弘扬佛法，这也和度母分不开。尊者在世时代，藏地正处于前弘期和后弘期之间，为了在藏地弘扬大乘佛法，藏王派人迎请阿底峡尊者入藏，一开始尊者没有答应，但藏王反复派人迎请，最后尊者问度母：“我去藏地能否利益众生？能否满足藏王的心愿？对寿命有没有障碍？”度母说：“你如

果去藏地，必定能利益众生，藏王也一定会欢喜，因为他唯一的愿望就是弘扬大乘佛法。但如果去藏地，你会少活二十年。”得到度母授记后，尊者牺牲了自己的长寿，毅然前往藏地弘扬佛法。

临入藏前，度母给阿底峡尊者授记，将来会摄受一位非常了不起的居士（仲敦巴）。尊者到藏地后，遇到仲敦巴的前一天晚上，度母又授记：“明天有一个居士会拜见你，你一定要摄受他。”第二天，尊者一直在家等候仲敦巴，可是等了很久，仲敦巴还没有来。尊者心想：度母不会骗我吧？不久，有一个人请尊者应供，尊者应供时还惦记着仲敦巴，他把食物分成两份，一份自己食用，另一份留给仲敦巴。可是直到应供结束，仲敦巴还没有来。其实这个时候，仲敦巴也在到处打听阿底峡尊者。最后，阿底峡尊者在回去的路上遇到了仲敦巴。

此外，阿底峡尊者每天做四十九个擦擦<sup>114</sup>，这也与度母的授记有关。阿底峡在那烂陀寺当纠察师时，寺中有一位梅志巴大师，他是一位了不起的大菩萨。为了供养护法和空行，梅志巴在僧房里储存了一些酒，结果被阿底峡发现了，于是阿底峡将他从寺院开除。梅志巴被开除后，没有从房门出去，从墙壁上穿行而离开。看到这种情况，阿底峡知道自己开除了一位大菩萨，他非常后悔，问度母该怎么办。度母说：“你如果到藏地去弘扬佛法，并且每天做四十九个擦擦，这样就能清净罪业。”因为这个授记，在有生之

---

<sup>114</sup> 小泥塔。

年，阿底峡每天做四十九个擦擦。《大圆满前行》中说，有弟子想替阿底峡做擦擦，尊者没有答应，他说：“难道我所吃的食物，你们也替我吃吗？”

另外，寂天菩萨也得到过度母授记。寂天是古印度的一个王子，在登基的前一天晚上，他做了两个梦。首先，他梦到文殊菩萨坐在次日登基的宝座上，对自己说：“独子，这是我的座位，我是你的善知识，你我二人处在同一个座位上，这是不应理的。”随后，他梦见度母用开水给自己灌顶，他问度母为何这样。度母说：“这样的水不算烫，明天如果你登上王位，执政后会造下无量恶业，下辈子堕入地狱后，那时的铁水比这个水烫得多。”寂天醒来后，知道这是圣尊的授记。第二天，他舍弃了王位，到印度北方依止文殊菩萨化身的善知识。

#### 戊五、以世间至尊恭敬供养而赞颂：

顶礼帝梵恭奉母，火神风神自在供，  
鬼王起尸及寻香，夜叉众会皆赞叹。

这尊度母叫大威德度母，也叫诸世间恭奉度母。她的身体红色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有金刚橛。虽然这尊度母是寂静度母，但为了表示摧毁各种邪见，所以她示现坐在火焰中。

这个偈颂讲到，帝释天、梵天、火神、风神、自在（即水神）、鬼王、起尸、寻香、夜叉都供养、顶礼、赞叹大威德度母。续部中说，我们这个世界由十大至尊护持，其中帝释天护持东方，火神护持东南方，寻香（即乾达婆）护持南方，起尸护持西南方，水神护持

西方，风神护持西北方，鬼王护持东北方，夜叉护持北方，梵天护持上方，地神护持下方。这些主尊在世间非常有名望，各自有无量眷属，可是他们见到度母都生起极大敬畏心，都供养、顶礼、赞叹她，可见度母的功德多么不可思议。

当出现地水火风等灾难时，只要虔诚祈祷度母，一切灾难马上会消失。在印度和藏地，这样的公案非常多。两百七十多年前，德格地区有一位国王，他建造了著名的德格印经院。这座印经院建成后，在一段时间里，只允许男众进入，不允许女众进入。有一天晚上，从印经院里发出一个女人的喊声：“起火了，快救火啊！”人们起来一看，果然出现了火灾，于是立即扑灭了火。事后，所有人都觉得奇怪：印经院围墙这么高，不从大门根本无法进去，怎么会有女人在里面报警呢？于是人们到处寻找，当找到一堵墙壁的拐角时，墙上的一幅度母画像说话了：“你们防止的应该是火，而不是女人。”从那以后，女人就被允许进入印经院了。

去年，我到德格参加一个佛教研讨会，顺便参观了德格印经院，我在印经院请了一幅度母唐卡。这幅唐卡不是按照救火度母壁画做的，是根据另一尊具特殊加持力的度母像做的。回到学院后，我将这幅唐卡供在自己的佛堂里。如果有机会，我可以让你们看看这幅唐卡。

在拉萨哲蚌寺，也发生过度母显灵的事情。有一次，哲蚌寺的僧人们在辩论时，不知从哪里来了一群身着印度服饰的女人，她们不断地挑僧人们的毛病，

一会儿说这个人辩得不好，一会儿说那个人讲错了。后来，僧人们忍无可忍，就把这群女人轰走了。这些女人跑到一堵墙前时，忽然都融入墙里了。后来，那堵墙上慢慢出现了二十一尊度母像，从老远都可以清楚地看见。据说文革以前，这些度母像还存在，但文革期间拉萨的寺院被破坏得很厉害，现在这些度母像在不在就不清楚了。

如果是没有信仰或者邪见很重的人，可能觉得这些公案是不可能的，他们会认为这都是传说和神话。但有信仰、懂佛理的人知道，这些公案一点欺惑的成分都没有。度母的加持是不可思议的，即使自己在这方面没什么感应，也不能一概否认。其实在生活中，每个人都会遇到一些难以解释的事情，当遇到这类事情时，我们应该谨慎对待，要以智慧取舍。

诸佛菩萨的力量是不可思议的。在佛教的历史上，很多大成就者表面上跟普通人一样，但在利益众生方面却有不共的能力。这是什么原因呢？就是因为他们得到了本尊、空行和护法神的帮助。这样，一方面自己有能力，一方面又有出世间圣尊帮助，做事情当然不同于其他人了。对于这个道理，麦彭仁波切在《二规教言论》中讲得很清楚：“何人若有神所护，则彼以其独自力，堪与成千上万众，所有力量相匹敌。”

如果有人不相信这些道理，这种邪见只能摧毁自己，除此以外也害不了别人。文革期间，有些邪见者诽谤三宝，造下了严重的恶业，最后在自己身上发生了很不幸的事情。

因果报应是很可怕的。藏地有一种传统，一个人做了坏事以后，如果到一些著名的寺院发誓再不犯，过去的事就可以一笔勾销。我们家乡有一个人，他因为干坏事而身陷官司，后来，他到我们学院发誓再不犯，我和其他一些法师也作证了。可是，发誓后还不到一年，他又开始干坏事。从那以后，他的一切所做都不顺利，后来被判了死刑。所以，如果一个人在寺院或者诸佛菩萨面前发誓，然后又故意违背誓言，那不要说等到来世，即生中很可能就会感受现报。

誓言是很重要的，大家在修行过程中一定要坚定誓言，千万不要把誓言当作儿戏。这个道理跟今天这堂课的主题可能不太符合，但我还是要强调一下。今天，我遇到了一件颇有感触的事情：前年，青海玉树发生了大地震，有一个孩子的父亲、母亲和妹妹都在地震中遇难了，我去玉树赈灾时，把这个孩子带回了炉霍，让我妹妹代为抚养。据他说，除了一个七十多岁的奶奶，他再没有活着的亲人了。但实际上，他还有一个出家的舅舅活着。地震发生的时候，他舅舅正在其他地方闭关。地震次日，这个出家人得知，除了母亲和外甥以外，其他亲人都遇难了，并且外甥被一个佛教徒带走了。因为他发誓要闭关三年零三个月，而当时闭关还没圆满，所以虽然遇到这种悲剧，但他一直没出关。直到最近，这个出家人闭关才圆满。今天，他来到我家，说要看看自己的外甥。我赞叹他：“你还可以啊，誓言非常坚定。如果我遇到这种事情，很可能马上就出关了。”

其实，人如果有了坚定的誓言，对其他很多事情

都会看得比较淡，最重视的就是守护誓言。我经常想，不管闻思修行还是利益众生，都需要有坚定的誓言。麦彭仁波切等前辈大德再三强调，做人一定要稳重，一定要有坚定的誓言。可惜的是，现在很多人对该重视的誓言不重视，反而重视其他的事情。现在有些人发誓要长期发心，在一两天里，工作还算积极，可是一段时间后，稍微遇到一点违缘，他们就开始打退堂鼓：“不行，不行，我要退了。”这种心态根本成就不了大事。

在今天这堂课上，我们继续学习了度母的功德。了知这些功德后，希望大家对度母生起信心。汉地信仰佛教的女众非常多，一般来说，女众的违缘和业力比较深重，我这样说并不是对女众有偏见，佛经中也经常这样讲，既然度母示现为女相，她肯定会格外观照女众修行人，所以，女众应该着重祈祷度母，这样很多违缘都能遣除。当然，男众修行人如果祈祷度母，也会迅速得到加持。总之，希望大家珍惜遇到度母法的因缘，好好修持度母法。

## 第三课

### 思考题

1. 解释“顶礼胜伏他方母，札啪尽毁敌惑轮，右屈左伸足压伏，盛燃熊熊烈火焰。”
2. 在宣说大怖救度母时，颂词中有“无余斩尽诸仇怨”的字眼，你如何理解这种说法？
3. 解释“顶礼欢悦威德母，顶饰光鬘诚斑斓，喜笑大笑圣咒音，怀柔群魔与世间。”
4. 复述本课所讲的一则度母感应公案。

在藏传佛教界，不管哪个教派都念《二十一度母赞》，很多人也有依靠度母遣除灾难的感应。我想，以后如果度母法门能在汉地弘扬开，许多人肯定也会有不可思议的感应。

世间有很多不可思议的力量，像妙药、幻术等的力量都是不可思议的，在一切不可思议当中，最奇妙的就是诸佛菩萨的力量。在座诸位都是佛教徒，对佛菩萨的智慧、慈悲、能力没有不相信的，既然大家有信心，就应该经常祈祷佛菩萨。否则，虽然佛菩萨有不可思议的力量，如果自己没有祈祷，也不可能得到加持。

一个人修行好坏，主要取决于自己。佛陀曾经说：“吾为汝说解脱之方便，当知解脱依赖于自己。”就像一个人学开车，首先需要老司机指点，当师傅指点



以后，车到底开得怎么样，就看自己下的工夫了。同样，学佛首先需要善知识的开示，以度母法门来说，有些人可能看过度母像，但如果没有善知识开导，也不可能知道度母法的窍诀，而善知识传讲度母法后，能否得到度母加持，就看自己平时的修行了。

在座各位一定要发愿弘扬度母法。当然，要弘扬度母法，自己首先要修持这个法，如果自己一点感应都没有，向别人弘扬是有困难的。昨天我听了女众用汉文念《度母赞》，我觉得她们念得非常好。不知道今天男众念得怎么样，应该念得更好吧。等会儿男众念完以后，和昨天晚上一样，我也念缘起咒并且撒米作加持。以此缘起，希望《度母赞》能在汉地广为流传。当然，弘扬佛法只有汇聚众人的力量才能成功，而仅靠我一个人是不行的，所以，在座每个人都要好好思维：以后我应该通过什么方式弘扬度母法？

度母法门在藏地流传很广，藏族人对度母的信仰根深蒂固，几乎人人都念度母心咒，人人都祈祷度母。由此我也想到：到这个时代，藏地还保存着这么好的佛法，藏人对佛法的信心还这么淳厚，这真是太难得了！如今，人们并不特别缺少物质产品，最缺少的就是精神粮食，而佛法就是人类最需要的精神粮食。现在，很多智者都非常向往藏地，对藏文化特别感兴趣，这些现象并不是无缘无故的，这都来源于佛教的魅力。有些人经常赞叹，藏地的天非常蓝，云非常白，草非常绿。其实，这些景观在其他地方并不是没有，藏地最大的特色就是有许多虔诚的佛教徒，保存着大乘佛教的精髓。由于大乘佛教存在于青藏高原，这里

的人心比较纯朴、清净，有一种宽容、自由、平等的气氛，所以藏地才对其他地方的人有强大的吸引力。一旦佛法在藏地消失了，藏地的人心也会和汉地大城市的人一样浮躁。为什么呢？因为大多数藏族人毕竟都是凡夫，既然是凡夫，只要没有佛法的滋润，就肯定会在贪嗔痴的波浪中挣扎，身心状况也肯定会非常糟糕。

当年，印度佛法极其兴盛，吸引了各国学者前去求学，包括汉地的法显、玄奘都曾去印度取经，他们学成回国后，利益了无量众生。现在，很多出家人和居士来到佛法兴盛的藏地，这些人在藏地获得了珍贵的大乘佛法，将来肯定也能影响不少人。人不是山顶的孤松，每个人都有家庭、单位和朋友，只要自己有利他心，就会散发出慈悲和智慧的光明，影响周围的世界并不是很困难。因此，希望大家好好学习佛法，并且发愿将来广利众生。

从表面上看，这首《度母赞》非常简单，总共只有二十一个颂词，但实际上，它的意义非常深广。在藏地，有很多度母法的伏藏品和仪轨。这次我是从字面上讲解《度母赞》，其实《度母赞》的解释方法很多，每个颂词都可以按照生起次第、圆满次第乃至大圆满来解释，在按照大圆满解释时，可以按照心部、界部乃至窍诀部的方式解释。如果真要广讲，一个颂词的内容都非常多。在具体实修的时候，从《度母赞》也衍生出许多仪轨，在这些仪轨中，结合息增怀诛等事业，每一尊度母都有不同的观想次第。因为这次是初步弘扬度母法，所以，我道理讲得比较简单，只是

给大家多讲一点故事。你们很多人都喜欢听故事，可能70%的人都是故事根机，我不是说你们根机不好，但是我每次讲故事时，你们眼睛都睁得大大的，而一讲到比较深的内容时，不少人就开始打瞌睡。既然很多人对故事有兴趣，那我就通过故事给大家介绍度母法。以后如果有机会，我再翻译一些度母法类，那时候再按照密宗的方式来解释。

#### 戊六、以摧毁他方惑轮而赞颂：

顶礼胜伏他方母，札啲尽毁敌惑轮，  
右屈左伸足压伏，盛燃熊熊烈火焰。

这尊度母叫胜伏他方度母，也叫灭敌度母。依靠她的慈悲和威力，可以胜伏一切怨敌、魔众制造的违缘。

一般来讲，对愚昧无知的众生，度母会以慈悲的方式调伏，而对刚强难化的众生，她会以威猛的方式调伏。因此，为了摧毁怨敌和魔众幻化的危害，胜伏他方度母口中发出“札<sub>德</sub>”、“啲<sub>德</sub>”的威猛咒音。“札<sub>德</sub>”是净除轮回的咒语，它是悲心的本体，“啲<sub>德</sub>”是清净涅槃的咒语，它是智慧的本体，这两个咒语合起来，表示智悲双运，依靠这种智悲双运的力量，没有不能胜伏的违缘。

虽然从总体上讲，胜伏他方度母属于寂静相，但为了表示摧毁敌军、冰雹、战乱、瘟疫等逆缘，她带有少许忿怒相：身体为蓝色，姿势为右腿屈、左腿伸，其足压伏一切怨敌，安住于熊熊的火焰中，右手结胜施印，左手持莲花，花上有斩断无明邪见的宝剑。

在生活、工作和修行中，每个人都会经常遇到违缘和障碍。当遇到违缘和障碍时，祈祷度母是最有效、最快速、最灵验的加持法。在祈祷过程中，如果能观想所有的度母是最好的，如果不能观想所有的度母，观想某一尊度母也可以。以前道友们对度母不太了解，现在知道了度母的功德，大家应该生起信心，并且经常祈祷度母。

以前在印度，有五百个比丘和比丘尼在一个森林里禅修。有一个妖魔经常干扰他们，导致很多人出现着魔、发狂的言行。见到这种情况，有一位老比丘非常忧虑。后来他想起自己的上师说过，当遇到魔众制造的违缘时，应该观修度母。于是他就按照上师的窍诀观修。不久，度母就在他的境界中出现了，并且赐予遣除魔障的教言。他按照度母的教言，在森林里挂了很多度母像，结果魔障被遣除了，妖魔再也没办法危害僧众。

在藏地，也有很多度母显灵的公案。拉萨大昭寺有一幅庄严的度母壁画，这幅壁画中的度母就曾经显过灵，很多人都对她贴金、供养。据说，帕思巴大师曾经去大昭寺拜佛，在经过这幅壁画时，他把一条哈达搁在地上作供养。这时，壁画中的度母开口说：“你把哈达供上来，不要放在地上。”（这是非常可靠的历史，如果我们对所有的历史都不承认，这是非常不合理的。今天我们在经堂里听课，过一段时间，这也会成为历史，如果后人否认这段历史，这也是不合理的。）

听到上述公案，个别人可能会想：这都是以前发生的事情，现在度母法门是不是过期了？现在祈祷度

母会不会不灵了？绝对不会。其实，现代也有很多度母感应公案。现在大陆这方面的公案不是特别多，但由于藏地高僧大德在台湾弘扬度母法门比较早，所以那里的度母感应公案非常多。在很多公案里，有些年轻人失恋了，念度母后感情生活就好转了；有些人工厂破产了，祈祷度母后慢慢找到了出路……所以，大家应该对度母有坚定的信心。

在祈祷度母时，除了想到自己的利益，更要想到众生的利益。昨天晚上念《度母赞》时，我的泪水一直止不住，一方面我是为自己伤心，因为我从小就祈祷度母，可是除了唐卡和塑像以外，一直没有见过真实的度母；另一方面我是为众生伤心，我当时在想：现在轮回中有那么多痛苦的众生，我一定要祈祷度母解除他们的苦难。其实，在座各位应该说是很幸运的，身体还算健康，有吃的，有穿的，虽然大家内心不一定满足，觉得自己也有各种痛苦，但实际上我们已经很不错了。而在我们这个团体以外，真的是有很多特别痛苦的人。尤其到医院一看，就会发现无数人在挣扎：到了眼科，好像所有人眼睛都不行；到了骨科，好像所有人骨头都有问题……所以我们应该为苦难众生祈祷度母。

曾经有人问：佛教到底是利他还是利己？其实，佛教既有利他的成分，也有利己的成分。但具体到每个修行人，就不完全相同了：上等人完全利他，不顾自己；中等人既利他，也利己；下等人只是利己<sup>115</sup>。

---

<sup>115</sup> 这种利己不同于世间人的自私自利，而是希求自己从轮回中获得解脱。

换句话说，佛教的究竟精神是利他的，但这种精神能体现多少，则要观待每个人的境界。

因此，大家在祈祷度母时要想：在我的身边，甚至在自己眼看不到、耳闻不到的地方，正有无数众生在悲伤、哭泣、受苦，依靠度母的加持，愿他们早日从痛苦中解脱！

解脱是需要因缘的，有些众生是依靠自己的祈祷，有些众生则是依靠他人的祈祷，情况不完全相同，但不管怎么样，我们应该尽量为众生祈祷。

在祈祷度母时，大家要结合内心的观想。当然，观想是需要窍诀的。以前，藏地有一个人观修忿怒本尊。这个人本来不太懂密法，但他看到忿怒本尊身像都是燃火的，所以觉得观想自己身上有火焰可能好一点。在观修的时候，他的闭关房不慎失火了。火刚烧到他时，他以为是自己观修出验相了，于是一直闭着眼睛忍耐。后来他的身体快被烧伤了，他想：是不是真的起火了？睁开眼睛一看，原来，整个寺院都烧起来了。他吓坏了，拔腿就往外跑。按密法的较高层次要求，是需要将自己观为本尊的，但《度母赞》的观想方法比较简单，不需要将自身观想为度母，只要按照事部或者行部的要求就可以了，即观想度母在自己前方，然后祈祷她赐予加持、遣除障碍。

丁二（以忿怒身相而赞颂）分七：一、以摧毁怨敌和魔障而赞颂；二、以守护他人而赞颂；三、以怀柔诸魔和世间众生而赞颂；四、以遣除贫穷而赞颂；五、以部主顶饰而赞颂；六、以调伏野蛮众生而赞颂；七、以保护自他而赞颂。

戊一、以摧毁怨敌和魔障而赞颂：

顶礼大怖救度母，摧毁一切凶猛魔，  
莲花容颜现颦眉，无余斩尽诸仇怨。

这里顶礼的是大怖救度母。生活中有很多恐惧，有些人对魔障恐惧，有些人害怕怨敌，有些人担心生意折本，有些人害怕工作不顺……依靠这尊度母，所有这些恐惧都能遣除。

大怖救度母身体红色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有燃烧的金刚杵，以此摧毁一切凶猛魔众。这尊度母的容颜本来像莲花般美丽，但在难调难伏的众生面前，她略显忿怒之态——皱着眉头，凭借她的威力，能够无余斩尽一切怨仇。

此处所谓的“无余斩尽诸仇怨”，并不是伤害怨敌。在佛教中，经常有“摧毁”、“降伏”、“驱逐”等字眼，其实，这都是利益众生的手段，如果对众生没有利益，佛教绝不会使用这些手段。世间人为了维护自己，对怨敌该杀的杀，该赶的赶，很多国家的政策也是如此。但佛教不是这样，表面上看，这里说依靠度母的威力斩尽一切怨敌，但实际上，这是以慈悲心令怨敌断除邪行。密法中有降伏法，但只有具备超度能力的人方可行持，大家对此一定要清楚。

在藏地，有一则家喻户晓的“独脚度母”的故事。据说，以前某地有一座桥，很多非人盘踞在那里，人们经过那座桥时，经常会出现违缘。一天晚上，桥上的一个非人去附近一户人家捣乱，它挑动夫妻俩吵架。一气之下，妻子离家出走了。当她走到桥边时，忽然想起这里有非人出没。她特别害怕，马上开始念度母祈祷文。因为她正在生气，而且又很着急，所以

只记得祈祷文的前半句，于是她反复念着半句祈祷文过了桥。在她家中作怪的非人回来后，问守桥的非人：“刚才有一个女人过来，你有没有害她？”守桥的非人说：“我没看见什么女人，只看见一个独脚度母从桥上走过。”

从表面上看，这个故事很简单，但实际上，它蕴含着甚深的意义：故事中的女人只是念诵半句度母祈祷文，可是在非人眼中，她已经现为独脚度母的形象，从而无法对她作害。

我很小就有这种习惯，遇到麻烦事时，如果有时间，就念《度母赞》，如果没时间，就念度母心咒或者“吉尊帕玛卓玛切钦耨，晋当地爱根累加德索。”（至尊度母您垂念，祈求救脱诸苦难。）大家也要养成这个习惯，这对遣除违缘和魔障很有用。

## 戊二、以守护他人而赞颂：

顶礼三宝严印母，手指当胸露威严，  
庄严无余诸方轮，自之光芒普萦绕。

此处顶礼的是三宝严印度母，也就是绿度母，她右手结胜施印，左手当胸结三宝印<sup>116</sup>，以三宝印捏着莲花，莲花上有法轮<sup>117</sup>。她是一切诸方的庄严，身体的光芒萦绕一切有缘众生。

在汉地历史上，其实也有修度母法的人，只是不像藏地那么多而已。清朝的时候，章嘉国师在宫廷传过绿度母法，乾隆的母亲就是修绿度母法的。北京雍

<sup>116</sup> 拇指和无名指对捏，其余三指竖立。

<sup>117</sup> 绿度母有各种画法，有些手中的莲花上没有法轮，有些手中没有莲花，直接拿着法轮。



和宫有一幅旧的绿度母唐卡，这是非常珍贵的文物，整幅唐卡由数千块不同色泽的锦缎绣成，这就是乾隆母亲的遗物。

在藏地，也有不少珍贵的度母文物。藏地最早的度母像是赤尊公主带入的。文成公主入藏时，也带了一尊度母像。甘孜州石渠县有一个叫丹卓玛拉康的度母殿，那里就供奉着文成公主带入藏地的度母像。据说，当年文成公主一行走到那里时，那尊度母像说：“我不去拉萨了，我就呆在这里度化众生。”于是，文成公主就把这尊度母留在了当地。

虽然藏地很早就有度母像，但度母法门的兴盛，却是从阿底峡尊者开始的。拉萨城外三十多公里，有一个叫聂塘的地方。公元 1046 年，阿底峡尊者来到聂塘，在那里驻锡了九年，1054 年，尊者在那里示现圆寂。现在那里还保存着他的灵骨。阿底峡尊者圆寂第二年，他的弟子仲敦巴在聂塘修了一座度母殿。在拉萨那一带，这座度母殿无人不知。1990 年，法王途经拉萨去印度，当时法王特意去那里开光。在我印象中，那座度母殿不大，但非常有加持力。

绿度母是非常灵验的本尊，如果能以信心祈祷她，即使患了特别严重的疾病，也有痊愈的机会。曾有一位饭店老板，他是胃癌晚期患者，当时他彻底绝望了，觉得自己没有希望了。一天晚上，他梦见一个绿色的女人，那个女人告诉他：“我是你的妈妈，你要断除经营海鲜的生意，我会来救你！”醒来后，他觉得有点奇怪，不知道这个女人是谁。有一天，他无意间走进一家佛具店，看到墙上有一幅唐卡，唐卡中

画的正是梦中见到的绿色妈妈，他不禁惊奇地叫了起来。经过询问，他才知道，这就是佛教中的绿度母。于是他请了这幅唐卡，并按照度母的要求，放弃了海鲜馆的生意。后来，他遇到一位上师，上师给他传了绿度母法，他又发心建了一座绿度母道场。不久，奇迹般地，他的癌症不治而愈了。听到他的事迹后，很多癌症患者到这个道场修法，据说总共有两百多人痊愈。

度母也是延寿的殊胜本尊。以前噶当派有一位大德，接近五十岁时，他出现了严重的寿障。上师让他修度母法延寿，他修行十一个月后，现见了度母，从而延长了十年寿命。到了六十岁，他希望再次延长寿命，于是又祈祷度母，这次度母让他造度母像，他依言而行，结果又延长了寿命。最终，他活到了九十五岁。

对世间人来说，健康、长寿、发财、幸福是最重要的事情。如果我们给他们讲来世的解脱，他们会觉得：来世远得很，到时候再说吧，只要现在家庭和睦、生活幸福就够了。度母的加持是不可思议的，如果这些人能够念诵、祈祷度母，确实可以获得世间的圆满。当然，这是针对有信心者而言的，如果一点信心都没有，要获得这些圆满也是有困难的。

戊三、以怀柔诸魔和世间众生而赞颂：

顶礼欢悦威德母，顶饰光鬘诚斑斓，  
喜笑大笑圣咒音，怀柔群魔与世间。

这里顶礼的是欢悦威德度母。这尊度母具有无漏

的大欢喜，依靠她的威德，能度化无量众生，她的顶饰和光鬘五彩斑斓，口中发出“哈哈、呵呵、嘿嘿、啾啾”的大笑声，笑声中发出“嗡达热德达热德热娑哈”的咒音，以此咒音能怀柔群魔与一切世间众生。

如果想度化众生，首先要收服众生的心，而要收服众生的心，自己就要具足威德和魅力，否则，众生是不会接近你的。就像在一个家庭中，如果一方没有吸引对方的魅力，即使想留住对方，对方也不会呆在自己身边，双方在一起只会吵架。如果我们有了威德和魅力，就像有鲜花的地方会聚集蜜蜂一样，众生自然会聚集在我们身边，这样的话，利益众生就不困难了。因此，如果有人想度化众生，就要多祈祷度母，依靠度母的加持，自己一定会具足摄受众生的能力。

度母的法相非常庄严，浑身都是金银珠宝等报身装饰。在历史上，不少有信心者都见过度母的庄严身相。无垢光尊者的传记中记载，他居住在桑普时，由于某些恶劣众生扰乱，他被迫搬了七次家。最后，他写了一首厌离世间的道歌，然后就离开了桑普。在路上，无垢光尊者遇到一个格西，他对格西说：“如果我化到一袋子青稞，就准备在成就者玖拉修行过的山洞闭关。”刚好那位格西也想去那里闭关，于是他们结伴而行。到那里以后，他们发愿闭关八个月。闭关期间，无垢光尊者每天给格西讲一次《现观庄严论》。五个月后的一天拂晓，无垢光尊者在梦境中见到度母化身的一位少女，那位少女芳龄十六，身着锦缎衣裳，佩带纯金、松耳石等饰品，骑着一匹以金鞍铃铛装饰的骏马。他请求说：“圣女，请慈悲摄受加

持我。”少女摘下自己的头冠戴在他头上，并说：“从今以后，我恒时加持你，并赐予你悉地。”醒来以后，他连续一个月处于明乐无念的等持中。从那以后，他的一切事业都得到度母帮助。后来，度母又授记他面见革玛燃匝上师。

去年，我印了一些度母像并发给了大家，但没有讲度母的功德，所以你们不一定很重视。现在大家知道了度母的功德，以后应该供奉度母像，并且经常修度母法。修度母法非常有必要。以前我们学院出现违缘时，法王经常要求大家修度母法，僧众修法后，违缘立即消失了。其实不仅修行人，有些世间人修度母法也很有感应。我看过现代的一个故事。有一位女士和家人关系不是很好。一位上师说，如果能念四十万遍度母心咒，她与家人的关系就会好转。于是这位女士便开始念度母心咒。当念到二十万遍的时候，她和家人的关系就变好了，好到别人特别羡慕的程度。因为这样的感应，她又发愿念一百万遍度母心咒。

诸佛菩萨的加持是周遍的，任何众生有信心，都能得到加持。有些学禅宗或者大圆满的人觉得：加持也是著相，我不需要著相。其实，有时候，著善法的相还是有必要的。如果护法神、空行和本尊能帮助自己，不管闻思修行还是弘法利生都会很顺利。

如果经常修持度母法门，这对于兴盛佛法有重大意义。末法时代，各地的佛教都不是很兴盛。在汉地，很多寺院已经成了商业场所和旅游景点，很难找到传播佛教思想的道场。很多人去寺院拜佛只是为了平安、考大学、生意成功，除了这些目标以外，基本上

没有希求精神上的东西。有些人虽然希求精神上的东西，可是又遇不到讲经说法的善知识。藏地的情况也不容乐观。很多寺院的老修行人纷纷圆寂，年轻出家人有的还俗了，有的被网络、电视等外缘所诱惑，而按照国家的要求，小孩子又必须到学校接受义务教育，所以，很多寺院出现了僧人短缺的危机。虽然藏地有些寺院建设得很庄严，但寺院不只是外在的建筑，寺院的精髓在于有佛教的思想。相比之下，我们学院一直聚集着数千出家人闻思修行，每次开法会，我们学院的这么多僧人很放松地在一起念经。而在别的地方，十来个人、七八个人开法会，也经常出现各种违缘。我想，这一方面与法王的愿力和佛学院各位管理者的善巧方便分不开，同时也和度母以及观音、莲师、护法神的加持分不开。当这些因缘具足后，即便在末法时代，我们照样有广弘佛法的能力。

当然，虽然现在我们学院佛法很兴盛，但大家也要珍惜在一起开法会、听课的机会，不要把这看作世间的聚会，要有一百天里只吃一顿饭的珍惜感。因为万法是无常的，一旦个人出现无常或者我们学院总体出现无常，就很难说再有这种机会了。从历史上看，那烂陀寺是印度最大的寺院，也是世界上最早的佛教大学，然而随着时间的流逝，现在除了一片遗址以外，已经什么都没有了。同样，我们学院会不会长期存在？这也很难说。现在我们正在建喇嘛小经堂，这座经堂设计得特别坚固，一般飞机跑道的混凝土厚一米六左右，而这座经堂地基的混凝土就厚达一米。有时候看到工人打地基，我就开始观无常：或许将来学

院已经不存在了，这个地基还很坚固吧。我这样想也许很不吉利，但万法有生必有灭，所以事实很可能就是这样。我院子里有一棵树，这棵树一年长一尺左右，有时候看着这棵树，我又开始观无常：将来我死了以后，这棵树会不会还在？总之，不管从个人还是从学院整体来看，很多事情确实都是无常的。所以，大家不要把在一起闻思修行看成平常的聚会，如果这样想，就说明自己不懂佛法的价值。佛法是非常难得的。为了求得佛法，前辈大德去印度经历了多少艰辛。为了求得佛法，在座诸位出家人和居士来藏地也吃了很多苦。这些付出当然是值得的。为了获得简单的学问，世间人都要花很多钱，去很远的地方。为了获得大乘佛法，付出一些就更应该了。所以，大家要珍惜现在学习佛法的机会。

总而言之，为了个人学佛成功，也为了整体佛法的兴盛，希望大家经常祈祷三宝。前两天的因明课中讲到，瓶子需要很多因缘，才可以“活”在世界上。同样，只有具足了人的力量、佛菩萨的力量、护法神的力量，佛法的“妙瓶”才可以存在于世间。所以，希望每个人为此付出努力。

## 第四课

### 思考题

1. 解厄度母有何功德？
2. 度母和净土法门有何关系？
3. 祈祷、供养度母和世间鬼神有何不同？
4. 复述本课所讲的一则度母感应公案。

《度母赞》只有二十一个偈颂，如果讲简单一点，内容并不是很多，但如果从各方面进行剖析，每个偈颂都可以用显宗和密宗的方法讲解，按密宗讲解时，也有生起次第、圆满次第、大圆满的讲解方法。但这次我讲得比较简单，只是从字面上略作解释，同时结合一些印度、藏地广为流传的公案。通过此次学习，希望大家对度母法生起真实的信心。

有些台湾的修行人说：度母法在大陆弘扬得不广，这一点非常可惜，因为度母法对改善生活、婚姻、经济、事业有很大帮助，不少台湾人修度母法后，都得到了明显的感应。这种说法很有道理。在海外，自从七八十年代以来，度母法就得到了广弘。因此，我希望以菩提学会、五明佛学院为主的道友，今后自己既要修持度母法，也要大力弘扬度母法。

目前，《度母赞》有好几种汉文译本，大家对谁的翻译有信心，就可以采用他的译本。没必要只认可

某个译本，将其他译本全部推翻。前两天，有道友问：“我以前念另一位大德翻译的《度母赞》，现在要不要改念您的译本？”我说：“不一定要改。”其实，不仅《度母赞》，很多法本都有不同译本，这种现象是很正常的。在藏地，中观法门有很多译本；在汉地，《金刚经》、《阿弥陀经》、《心经》也有多种译本。当然，由于每位译者的发愿力以及护法神的加持不同，所以各译本在利益众生方面是有差别的。像《金刚经》有六种汉文译本，但只有鸠摩罗什的译本广为流传，其他译本基本上没人读诵。总之，在念修《度母赞》时，不管采用哪个译本，我都非常欢迎。但我不欢迎的是什么呢？就是把别人的译作拿过来，在上面改一两个字，甚至别人译作中的错字没有改正，反而把正确的字改错了，然后冠以自己的名字发表。这种做法是不太好的。

如果想遣除违缘、具足顺缘，修度母法是最好的办法。《度母赞》中说得很清楚，依靠度母可以获得一切成就。在藏地，很多大德虽然不明说，但实际上都将度母作为三根本<sup>118</sup>来修持，很多大德都是以莲师为上师、观音菩萨或者文殊菩萨为本尊、度母为空行。有些女众也许认为：男众可以将度母作为空行，但女众能将度母作为空行吗？这是不懂何为空行的想法。在修持密宗时，根本没有男女之别。和男众一样，女众也可以有上师、本尊、空行，完全可以将度母、妙音天女或者一髻佛母作为空行。因此，希望很多人将

---

<sup>118</sup> 三根本：上师、本尊、空行，上师给予加持，本尊赐予悉地，空行成办事业。



度母当做空行来修持。依靠度母的迅速、威猛加持，除了某些不可逆转的定业，一切暂时的违缘都能遣除。如果自己修度母法有一些感应，获得了真实的利益，也要向别人传授。

顺便强调一下，祈祷三根本非常重要。我们可以看到：有些人在修行过程中，虽然暂时会遇到一些违缘，但最终修法非常圆满；有些人在修行过程中，不仅经常遇到违缘，而且始终无法战胜违缘。为什么会有这种差别呢？这就是蒙受三根本加持不同所导致的：前者以信心祈祷三根本，自然而然得到加持，所以能战胜一切违缘；后者没有以信心祈祷三根本，甚至对三根本持邪见或者不屑一顾的态度，结果得不到三根本加持，所以无法战胜违缘。

当今时代，度母法门特别值得向大众推荐。现在很多人表面上很圆满，吃的、穿的都可以，事业成功，荣华富贵，各方面都不错；但实际上，在外表风光的背后，他们经常被烦恼折磨，内心的疾病特别严重。这种痛苦只有依靠佛法的威力才能遣除。如果一个人有了佛法的境界，即使表面上看起来很可怜，可是内心始终会充满欢喜。我经常想：如果人们都有佛法的境界该多好啊，这样的话，无论遇到什么不顺，都能坦然面对；否则，不管再有才华、有地位的人，也无法挣脱烦恼的镣铐。所以，我希望很多人一方面学习佛法，一方面祈祷度母等圣尊，这样智慧和信心结合起来，一定能遣除内心的无明烦恼。

在闻思佛法的过程中，如果我们能以虔诚的信心祈祷度母，就能得到度母摄受，依靠度母加持打开智

慧后，就能自然而然通达显密的经论。世亲论师的得意弟子——安慧论师就是如此。据说安慧前世是一只鸽子，世亲论师念诵《般若摄颂》时，它经常在屋檐下听，有时候它生起欢喜心，有时候它恭敬地低头。以此因缘，这只鸽子相续中种下了善根。它死后，转生为一个王子。刚会说话时，小王子就问：“我的上师在哪里？”父母问他：“你的上师是谁呀？”他回答说：“我的上师是世亲论师。”后来父亲打听到，在印度中部有一位世亲论师，就将安慧供养给世亲论师。在依止世亲论师过程中，安慧特别精进，整天如理如法地求学，他的智慧和悲心也极其超胜。

安慧七岁时，有一次在僧众中分到了一把豌豆。当时，那烂陀寺有一尊度母像。安慧心想：度母没有接受供养前，我先吃豌豆肯定不合理。于是他到那尊度母像前，将豌豆撒向度母。可是度母没有接受供养，撒出去的豌豆都掉在了地上，一连好几次都是如此。最后，安慧的豌豆全部撒完了，可是度母一颗也没有接受，豌豆反而都被老鼠捡走了。安慧不禁伤心地哭了起来。这时，度母像开口说话了：“孩子，你不要伤心，从现在开始，我永远加持你。”从那以后，安慧的智慧得以爆发。因为前世听过《般若经》，他的智慧本来就非常敏锐，而被度母摄受后，他的智慧更是不同从前了，一切经文都能过目不忘。后来，安慧成为了不起的大智者，造了许多著名的论典，对佛教做出很大贡献。那尊度母像后来也被称为“玛沙度母”，意思是“豌豆度母”。

看到这个公案时，我在想：像安慧论师那么出名

的论师，他在《俱舍论》方面的造诣已经超过了世亲论师，但他在孩童时期尚且有幼稚的言行，现在有些人刚学佛时对本尊说的话、许的愿很可笑，这也是情有可原的。

和印度一样，藏地很多寺院也有度母像。我从小对度母就很有信心，最近因为讲《度母赞》，对度母信心更大了。前几天学院管理人员开会时，我提议在新建的小经堂塑一尊度母像，与会者对此已经达成了共识。以后大家不管去哪个寺院，看到度母像一定要祈祷，只要诚心祈祷，今生来世的一切善愿都可以实现。

#### 戊四、以遣除贫穷而赞颂：

顶礼解厄圣度母，能召一切护地神，  
颦眉竖动发咩光，消除所有诸贫穷。

这里顶礼的是解厄度母。依靠这尊度母，可以遣除灾难和厄运，也能勾招一切护地神<sup>119</sup>。在走路的时候，比如晚上走夜路，或者到比较危险的地方，只要忆念解厄度母，一切护地神都会护持行者。解厄度母身体橘黄色，右手结胜施印，左手的莲花上有伏藏宝瓶，她的表情略带忿怒相——颦眉竖动，心间的咩字发出光芒，以此光芒勾招福德和财富，遣除众生的贫穷之苦。

解厄度母其实就是财神。现在很多人特别想发财，二十年前，有些人就让我传黄财神法，但我一直

---

<sup>119</sup> 护地神范围很广，包括上界的帝释天、日神、月神等天龙八部，也包括下界的土地神、水神、山神。

没有讲。因为财富到底有利还是有害，这是很难说的。作为修行人，财富多了很容易散乱。在我们学院，有些财富不错的人经常出现违缘，没有财富的人修行还是很顺利的。当然，在家人跟出家人不同，他们确实需要一些财富，如果一点财富都没有，在世间生存也很困难。今天讲了解厄度母，也算是传了财神法，想发财的人要多祈祷她，依靠度母的加持，自然而然会得到财富。

以前，藏地有一个孤儿，他从小父母双亡，过着贫穷的生活，不仅经常无吃无穿，而且老是受别人欺辱。这个孩子每天露宿在旷野上，在他住处附近有一尊度母石像，因为他没有父母，就把这尊度母像当做母亲，经常向度母像倾诉自己的心事。有一天，很多孩子欺负他，他特别伤心，就抱着度母像大哭。这时，度母像居然动了，她抱着这个孩子，像慈母一样安慰他，并且陪他玩耍。最后，这个孩子离开的时候，度母像摘下脖子上的珍宝项链送给他，并对他说：“你不要伤心，以后，你不会再有痛苦了。”后来，别人看见他的脖子上挂着珍贵的项链，就问这是从哪里来的。小孩说：“是我妈妈给的。”人们问：“你的父母不是早就死了吗？”小孩说：“我的妈妈就是那个度母像。”人们不信，跑过去一看，发现度母脖子上的项链居然不见了，而且也没有任何砍凿的痕迹。从那以后，这个孩子就摆脱了贫穷，再也没有离开福德。

在印度，也有很多依靠度母获得财富的故事。据说有一个贫穷的婆罗门，一次他在路边看到一尊度母像，他以虔诚之心向度母祈求赐予财富。度母像显灵

说：“不远处有一座佛塔，在佛塔附近挖掘，就可以获得宝藏。”婆罗门按度母的指示，果然挖掘到很多金银珠宝，结果他一生中远离了贫穷。

印度还有一个穷人，为了获得财富，他也虔诚地祈祷度母。祈祷之后，一位身着叶衣的女郎出现在他面前，并授记说：“去东方吧！”于是这个人就去了东方。途中，他在一座沙丘上睡觉时，被一阵铃声吵醒了。他看见一匹佩带铃铛的马在用前蹄挖掘沙土，一瞬间，那匹马又消失了。他沿着马挖掘的地方向下挖，依次挖到了银、金、水晶、琉璃等珍宝做的七重门。进入七重门后，他到了龙宫。他在龙宫尽情享受，而且得到了很多珍宝。最后，当他回到家乡时，已经过了几百年，好几代国王都过世了。

由于前世没有作布施，很多众生今生非常贫穷。这些人其实不必伤心，如果他们一方面多造善业，另一方面经常祈祷度母，当因缘具足的时候，就能摆脱贫穷的命运。

#### 戊五、以部主顶饰而赞颂：

顶礼月相冠冕母，一切饰品极璀璨，  
无量光佛髻中现，恒常光芒最耀眼。

这里顶礼的是月相冠冕度母，也叫吉祥度母。这尊度母头顶有半月形冠冕，身上的饰品璀璨夺目，任何众生看到后，都会生起无比的欢喜心。她的顶髻中有部主无量光佛，身体恒常发出耀眼的光芒，手中的莲花上有吉祥结，能遣除众生的一切痛苦，赐予众生一切吉祥。

在世间，每个人都希望自己的家庭、生活和事业吉祥如意。如果人们能够祈祷吉祥度母，依靠她的加持，就能将一切违缘转为顺缘，痛苦转为快乐，不吉利转为吉祥。

度母和净土法门有很深的因缘。乔美仁波切在《极乐愿文》中说：“法身无量光部主，右手放光化观音，复化百俱胝观音，左手放光化度母，复化百俱胝度母，心间放光化莲师，复化百俱胝莲师，顶礼法身阿弥陀。”所以，希求往生极乐世界的人也应该祈祷度母，这样的话，临终时就能远离一切魔障，从而顺利往生净土。

在藏地，不少大德都是依靠度母获得成就的。在《密宗虹身成就略记》中，我介绍过一位名叫贝玛降措的上师。这位大德是四川甘孜州人，他是1997年圆寂的。当时他以大圆满心性休息坐式端坐，口念三遍“啪<sub>德</sub>”，随后安然示寂。圆寂七天后，他的遗体缩至一肘高。遗体火化后，出现了许多舍利，其中有一颗舍利完全呈现绿度母身相。我没听说这位上师是修度母法的，但从舍利显现为度母来看，可以推知，他的成就与度母有密切关系。除了高僧大德，藏地的很多在家人也一辈子念度母，不少人临终时也依靠度母获得了解脱。

《极乐愿文》中说，极乐世界的有情每天清晨前往度母等佛菩萨的刹土，傍晚时再返回极乐世界。法王如意宝讲过，像度母、文殊菩萨、不动佛的刹土，从大的方面来讲，也可以包括在极乐世界中。所以，修净土法的人不要认为：度母法是藏传佛教的，而我

是修净土宗的……如今，个别净宗行人思想比较封闭，现在已经是 21 世纪了，人类的思想都在与时俱进，可是他们还没走出七八十年代的观念，其实这样很不好。虽然佛教徒不能像世间人那样赶潮流，但佛教各宗派的教义毕竟是圆融无违的，因此，我希望大家有包容的心态，除了修持净土法门，也要好好祈祷度母。这对自己只有好处，不会有任何坏处。如果一方面自己努力念佛，同时以度母作为助伴和后盾，这样修行必定会成功。否则，在魔障和违缘极其猖獗的末法时代，如果没有度母等特殊本尊的加持，只靠自己的力量念佛，想战胜魔障和违缘是很困难的。

戊六、以调伏野蛮众生而赞颂：

顶礼烈焰圣度母，如末劫火住光鬘，  
右伸左屈喜姿态，击毁一切诸敌军。

这尊度母叫烈焰度母，也叫胜敌度母。她的身体红色，右手结胜施印，左手持莲花，莲花上有金刚杵，以此降伏一切邪魔外道，并将其心识超度到清净刹土。她安住于如末劫火般的光鬘中，呈现右腿伸、左腿屈的欢喜姿态，她转动妙法轮，度化一切有缘众生，并击毁一切人和非人的敌军。

如果修持烈焰度母，就具足了抵御外魔的金刚护轮，一切怨敌都无法侵入。其实，密宗的普巴金刚、忿怒莲师、大威德等降魔本尊都是度母的化身，在末法时代，修持这些除障法非常有必要。

以前，印度俄智比喀有一个王子。有一次，他在森林中时，被敌国的军队发现了。敌国的千军万马手

执兵器，将他团团包围。王子非常恐怖，立即祈祷度母。一瞬间，度母刮起狂风，将敌军吹回了自己的地方。

在我们藏地，也有很多类似的故事。当遇到敌方的危害时，有些人马上祈祷度母，结果奇迹般地，违缘立即被遣除了。

现在世界上战争、风波不断，在这个不太平的时代，每个人都要有既能保护自身、又不伤害敌人的方法。有人曾经问我：“如果佛教徒一直发菩提心，当敌人拿着武器向你进攻时，你该怎么办？”其实，如果自己有信心，通过祈祷度母，完全能让入侵者自动返回本地。

有时候，如果对度母不但不生信心，反而产生邪见，也可能会突然出现违缘。民国时期，汉地有一个居士，由于受祖母的影响，他从小就信仰度母，每次遇到危险就念度母，所以他一直过得很顺利。有一次，他去一个危险的地方时产生了一个邪念：这次我不念度母，看会有什么危险？刚生起这个念头，他就遇到了强盗，他所有的钱财都被洗劫一空，只有性命没有被害。

所以，大家要记住，当遇到特别害怕的事情时，一定要祈祷度母。我自己就是这样的。记得读中学时，一天黄昏，我们大队的一个熟人打电话来，说我父亲病得非常严重，要我赶快回家。话刚说完，电话就断了。听到这个消息，我想：完了，父亲肯定快死了！当时太阳已经落山了，但我还是立即往家赶。才走到一半，天已经完全黑了。从学校到我家，要经过一段



很恐怖的路程。那里死过很多人，据说白天都能看见起尸。而且不久以前，刚好又有一个人在那里吊死了。虽然我很害怕走那段路，但我想，如果自己不连夜赶回家，可能再没有机会见到父亲了，所以只能硬着头皮往前走。在我的感觉中，在走那段路时，除了自己的脚步声，世界上再没有其他声音了。那个吊死的人我比较熟悉，在走路过程中，他的面孔一直浮现在我的脑海中。我心里特别害怕，一直祈祷度母。当走完那段路时，因为害怕那个人跟在后面，我连头都不敢回。大概半夜三点钟，我才赶回家中。到家后我才知道，其实父亲根本没病，家里有一件高兴的事情，为了让我赶回来，家人故意用父亲生病吓唬我。后来我经常想：多亏度母加持，否则，在那个地方，不要说真遇到鬼，只要有一点风吹草动，我可能就吓坏了。

依靠度母的加持，也可以遣除牢狱之难。以前，在克什米尔有一位拉意森格大师，他精通显密佛法，是当地国王的国师。他为克什米尔民众广说佛法，并修建了五百座寺院。后来，他在大食教盛行的地区宣说佛法，让很多大食教徒皈依了佛教。有一个信奉大食教的国王很不高兴，就把他抓了起来，并威胁说：“你要舍弃佛教，改信大食教，否则就会被处死。”大师说：“我宁愿舍弃生命，也不会舍弃佛教。”于是国王将他投入死牢。在监狱里，他默默地祈祷度母。结果，在度母加持下，他身上的铁链变成了花环。狱卒发现以后，给他换上新的铁链，可是刚换上去，铁链又变成了花环。连续七次都是如此。看到这种情况，外道国王特别害怕，后来在他面前皈依了佛教。

藏地也有这样的事情。文革期间，有些修行人在监狱中祈祷度母，依靠度母的加持，不仅自己远离了违缘，还让其他人对佛法生起了信心。

作为修行人，口头上不用说很多，关键是内心对三宝要有信心。如果大家将度母作为本尊或者空行来依止，一生中虔诚地向度母祈祷，一定会获得相应的悉地。而且度母不像世间的鬼神，祈祷她不仅利益大，也很安全。如果我们祈祷、供养世间的鬼神，暂时它们会给自己加持或者悉地；一旦中断了祈祷、供养，它们就会不高兴，反而会对我们制造违缘。就像和世间人相处一样：如果我们跟某人关系处得好，他会帮助自己；如果和某人关系不好，他对自己也会不好。而度母绝对不是这样，她时刻以慈悲心观照一切众生，如果众生以信心祈祷、供养她，会迅速得到加持；如果众生没有祈祷、供养她，只是得不到加持而已，绝对不会受到惩罚。

今天就讲到这里。这次弘扬度母法，我觉得缘起非常好。我们佛学院建立有三十二年了，一直没有专门开度母法会。昨天，为了让门措上师长久住世，同时也为了遣除世间的灾难，我们学院首次开了度母法会。我想，这也是弘扬度母法的一种缘起吧。

如今，世间有很多灾难，海啸、地震、恐怖袭击、非典、雪灾层出不穷。除了外在的灾难，很多人自身也频频遇到灾难：一会儿心情不好，一会儿身体不好，一会儿事业不顺，一会儿家庭不和……有人曾向我诉苦：这几年痛苦不断地出现，干什么都不顺利！确实

如此，现在快乐、顺利的人很少。出家人还算可以，在我们学院，很多道友整天“迷迷糊糊”的，对什么事情都没有感觉，也许是处于大圆满的境界中吧；在家人则不同了，由于全球经济都在下滑，甚至以前经济比较强势的美国、日本、新加坡等国，都相继出现金融危机，所以，和二十多年前相比，人们的经济状况普遍比较紧张，人们内心的恐慌也越来越大，身体也越来越赶不上生活节奏。在这样一个灾难频频、痛苦不堪的时代，除了佛法以外，很难找到其他的依靠。因此，我希望大家将度母法作为遣除违缘、聚集顺缘的方法。这样的话，不仅自己的修行会善始善终，而且在生活中遇到痛苦时，依靠度母的加持，一切负面心态都会消失，内心会充满清净的安乐。

## 第五课

### 思考题

1. 解释“顶礼颦眉圣度母，手掌压地足踩踏，面露怒容发吽声，击破七重一切处。”
2. 解释“顶礼安乐柔善母，寂灭涅槃行境性，真实咒语喻娑哈，摧毁一切大罪恶。”
3. 复述本课所讲的一则度母感应公案。

学习《度母赞》以后，大家可能都会感觉到，度母非常有加持。的确，度母的加持不是传说，只要我们经常忆念、祈祷她，决定会获得感应。现在市场上有各种材质的度母像和唐卡，我相信，以后很多佛教徒都会请度母像或者唐卡，供在自己的佛堂甚至办公室里。其实，度母法门的兴盛，从度母造像的兴盛就可以看出。在藏地，基本上每家每户都供度母像。印度的度母像也特别多，至今金刚座还有很多度母像，其中不少都显过灵。

据说印度以前有一个小乘比丘，他对大乘比较排斥，而且诽谤过度母。有一次，这个比丘掉到一条河里。危难之中，他想起度母能救水难，于是马上向度母祈祷。金刚座的一尊木雕度母像立即现在他面前，并对他说：“你平时对我不恭敬，现在为什么祈祷我？”说完，度母将他救了起来。后来，这尊度母像被称为“入水度母”。

此外，印度有一个老妇女对度母很有信心，她出钱在金刚座大塔后面建了一座度母殿，并在殿中塑了一尊度母像。工程完工以后，老妇女才发现，度母殿背对着菩提迦耶大塔，她特别懊悔。这个时候，度母像开口说：“如果你不高兴，我可以转向菩提迦耶大塔。”说完，度母殿和度母像都转向了大塔。后来，这尊度母像被称为“转面度母”。

藏地也有这样的故事。有一个人路过某寺院，结果不小心滑入山谷。情急之下，他大声呼喊：“妈妈！”寺院里的度母像立即现身，并说“妈在这里”，然后把他救了起来。

小时候，在我的心目中，度母就像妈妈一样。我一直有这种信心：依靠度母，世界上的任何灾难都可以遣除。每次遇到麻烦，我第一个念头就是：度母赶紧来帮我吧！现在，我的佛堂里摆满了各种佛像。记得小时候，我家没有佛像，在玩耍过程中，我经常捡一些小骨头、小石头，将它们当做绿度母或者白度母，然后在“度母”面前用细沙作供养。我想，在自己这一生中，很多修行方面的违缘奇迹般地被遣除，这应该与度母的加持分不开。

在座有些人以后肯定会成为有势力、有财力、有能力的人，那个时候，你们应该造一些度母像。比如，如果你将来成为一座寺院的住持，你可以在寺院里造一尊度母像。我相信，依靠度母的加持，你们寺院附近的很多灾难都会息灭。

末法时代，能以自力战胜违缘的人非常少。很多人虽然很想修行善始善终，可是当烦恼或者魔障出现

时，自己的心就完全失控了。而度母具有不可思议的能力，因此，如果我们能祈祷度母，在度母的加持下，我们一定能战胜一切违缘。

通过学习《度母赞》，我相信大家会对度母产生殊胜的信心。对修行人来讲，信心是非常珍贵的。我小时候，每年大年三十，邻居家都要将度母唐卡摆出来，从早晨一直供到晚上。附近六七家的大人、小孩都去他家朝拜。在我的记忆中，每次见到邻居家的唐卡，自己都特别欢喜。平时，我经常盼望着过年，因为过年的时候就可以见到度母了。当时是六十年代末、七十年代初，也许在那个年代很难见到三宝，所以，人们见到度母唐卡都特别欢喜，很多老人看到唐卡甚至热泪盈眶。（虽然现在的唐卡非常精美，而且有很多花纹和金线，做工远远超过邻居家的唐卡，但现在见到唐卡好像没有当年那种感觉了。）在座的道友很幸运，任何佛像都可以公开摆放。但你们也许想不到，在那个佛法垂危的年代，见到佛像是多么不容易，如果谁有一尊佛像，都要偷偷摸摸地藏着的。

那时，我家有一本莲花生大士的会供仪轨。这本书我们从来不敢露出来，每次搬到一个新牧场，父母首先就让我去山上找藏书的山洞。因为这个串习，现在每次看到山洞，我第一个念头就是：噢，这里可以藏经书。

如今时代不同了，我们有多少经书都不怕，包括想出家也好，想学佛也好，做什么事都很自由。但人往往是这样：学佛有自由的时候，人们不珍惜这种机会；反而在学佛困难的年代，却可以磨炼出对三宝的

信心。如果将来再来一次文革，相当一部分修行人可能特别坚强；可是，现在上师、道友、法本等因缘都具足时，这些人却没有珍惜感。

学习《度母赞》以后，希望大家把度母当作本尊或者空行来依止。其实，这篇《度母赞》特别殊胜，一方面它是释尊以法身毗卢遮那佛的形象为文殊菩萨宣讲的，另一方面它赞颂的是三世诸佛的佛母。因此，如果我们经常念诵这首赞文，一定会得到自己希求的一切悉地。当然，在个别小乘根机或者邪见者眼里，度母可能只是传说中的女神。对这种人，我们也没有办法劝化。世间也有这种情况，黄金本来是很珍贵的，可是在某些没福报的人眼里，黄金就像没有价值的石块一样。

#### 戊七、以保护自他而赞颂：

顶礼颦眉圣度母，手掌压地足踩踏，  
面露怒容发吽声，击破七重一切处。

这里顶礼的是颦眉度母。这尊度母身体蓝色或者黑色，右手以降伏印压地，以此压伏一切魔众，左手持莲花，花上有燃烧的金刚杵，以此摧毁一切魔障。颦眉度母双足踩踏大地，面露怒容<sup>120</sup>，口中发出“吽”的咒音，以此击破三恶趣、人、欲界天、色界以及无色界的一切魔军。

现在有些人很喜欢护身符。其实，观想度母就是最好的护身符。去年，我给大家发了一些度母的小卡片，如果随身携带这种卡片，挂在车子里或者放在房

---

<sup>120</sup> 颦眉度母是半忿怒相，跟普巴金刚等完全的忿怒相是有区别的。

子里，可以遣除八难<sup>121</sup>等一切障碍。有些人虽然没有外在的障碍，但内心的烦恼魔特别严重，这些障碍依靠度母也可以遣除。

在现实当中，有些人虽然遇到了许多障碍，但修行最终非常圆满，这就是得到度母保护的缘故。尼泊尔有一位叫珠脱的上师，他父亲是尼泊尔人，母亲是藏族人。西藏解放期间，他被关入监狱三年，在狱中受尽了折磨。当时，狱卒们要求他舍弃对佛法的信仰，但他坚决不肯舍弃自己的信仰。为了逼他就范，狱卒们好几天不给他饭吃，并刁难说：“既然你不舍弃三宝，那你就向三宝要吃的吧。”珠脱上师默默祈祷度母。结果，虽然很多天没有进食，可是他不但没被饿死，反而面色越来越有光泽。狱卒们特别害怕，知道他是有功夫的修行人。后来，他的父亲通过尼泊尔官方进行斡旋，他才被释放出来。

不管任何人在任何环境中遇到任何危难，祈祷度母都非常管用。有些人没遇到困难时，往往不觉得度母有多灵，甚至觉得度母再殊胜也和自己无关；而到了最危难的时候，他们才会想起祈祷度母。就像有些人对医生一样：平时身体好的时候，他们对医生不屑一顾，甚至根本不把医生放在眼里；当身体不好时，他们就到处寻找医生，对医生的态度也不像以前了，特别感恩给自己治病的医生。但不管怎么样，只要人们能想到祈求度母，就能得到她的帮助。

前面我们讲过，尼泊尔的赤尊公主是白度母的化

---

<sup>121</sup> 八难：水、火、牢狱、强盗、大象、狮子、毒蛇、罗刹。



身，有些说法认为，她也是颯眉度母的化身。其实，诸佛菩萨可以示现男性、女性、忿怒、寂静等各种形象，看到这些不同的形象，我们一定要有清净心，而且不能对这些形象产生实执。比如你看到忿怒金刚时，不要认为这位圣尊嗔心特别大，也不要认为他永远都是这种形象。其实，不要说佛菩萨，有善巧方便的善知识也会示现各种形象，有时候显得慈悲，有时候显得严厉，这都是度化众生的方便。善知识尚且如此，佛菩萨就更不用说了。因此，大家要对佛菩萨的示现有信心，要有随时祈祷佛菩萨的习惯，如果有了信心和随时祈祷的习惯，佛菩萨的加持就会融入自心。

### 丙二、以法身身相赞颂：

顶礼安乐柔善母，寂灭涅槃行境性，  
真实咒语嗡娑哈，摧毁一切大罪恶。

这里顶礼的是安乐柔善度母。这尊度母身体白色，右手结胜施印，左手持莲花，花蕊中有妙瓶，妙瓶中降下甘露。所谓“安乐”，是果位上无漏，没有任何痛苦；所谓“柔”，是没有业和烦恼的粗暴，极其柔和；所谓“善”，是因地时没有造恶业，完全是善业。由于具足这些特点，所以这尊度母有安乐母、柔母、善母等不同名称。由于对一切万法无碍通达，所以她能安住于寂灭涅槃的行境<sup>122</sup>。度母的真实咒语是“达热德达热德热”，在此咒语前面加上“嗡”，后面加上“娑哈”，就成了“嗡达热德达热

---

<sup>122</sup> 这尊度母其实就是普贤佛母，她不住有寂二边，安住于法身的境界。

德热娑哈”，依靠它能摧毁五无间罪、破四根本戒等一切大罪。

阿底峡尊者说，度母法具足了息增怀诛四种事业，如果想灭除罪业和痛苦，依靠度母就可以实现。智悲光尊者的伏藏法中说，度母法有十种功德，第十种功德就是息灭恶业。我们知道，金刚萨埵法是很好的忏罪法，同样，《度母赞》和度母心咒也是很好的忏罪法。如果有人觉得自己业障很重，可以修度母法。

度母除了能净除罪障，还可以遣除疾病。以前，印度有一个婆罗门导师，他有五百个弟子。这个婆罗门后来得了麻风病，又逐渐传染给众弟子。从前人们经常供养婆罗门和他的弟子，自从得了麻风病以后，人们都不敢供养他们了，最后他们只能以乞讨为生。有一次，这个婆罗门在路边看见一尊度母石像，他生起了信心，就祈祷度母消除自己的疾病。祈祷以后，度母的手中流下甘露。他和弟子们用甘露沐浴后，身体都恢复如初。

世间有很多病人，有些严重的病人甚至长年卧床不起，特别可怜。很多人没病时不知道，一旦生病后，才知道病苦是什么滋味。其实，如果得了某些严重的疾病，真的不如死了好。因此，当自己或者别人生病时，我们可以通过观修度母遣除疾病。观修除病的方法很多，最简单的方法就是观想度母身上降下甘露，将一切病魔无余净除。

我看过一则度母感应事迹。有一位女士结婚八年了，但一直没有孩子，她经常为此苦恼。后来，她听说度母很灵，就念绿度母心咒求子。一个月以后，她

就如愿以偿地怀上了宝宝。通过这件事情，她对绿度母生起了很大信心，发愿终生修绿度母法。

其实，我觉得世间人最适合修度母法，因为度母不仅能赐予究竟的涅槃安乐，也能赐予暂时的世间圆满。为什么很多印度人和藏族人喜欢修度母法？因为世间人希求的升官发财、长相漂亮、生意兴隆、身体健康、长命百岁、工作顺利、事业成功等目标，度母没有不能满足的。

今天中午我在走路时，有一个女孩从后面追了上来，她拿着一条哈达对我说：“求您保佑我。”我问：“保佑什么啊？”她说：“……平平安安。”当时我产生了这种想法：大多数世间人就是这样的，对于获得圆满正等觉果位，度化无量众生，这些基本上是不考虑的，他们的要求就是平平安安。当然，对于度母来说，“平平安安”这四个字是比较容易的，所以，想平安的人就努力祈祷度母吧。

乙三、(以事业而赞颂)分六：一、以赐予智慧而赞颂；二、以守护怨敌恐怖而赞颂；三、以灭除恶毒而赞颂；四、以遣除争斗恶梦而赞颂；五、以消除瘟疫疾病而赞颂；六、以圆满一切事业而赞颂。

丙一：以赐予智慧而赞颂：

顶礼明觉吽度母，众会围绕极欢喜，  
怨敌之身悉击碎，十字庄严明咒吽。

这里顶礼的是明觉吽度母，也叫放光度母。这尊度母身体红色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有十字金刚杵。她被成就谛实语、等持、辩才的圣众围绕，由于内心极为欢喜，而引发身体放出大光芒。在

她的身体中，有被“喻达热德达热德热娑哈”这十个字所庄严的“吽”字，发出无量光芒，摧毁众生的无明愚痴、我执、我所执以及一切魔众和怨敌。

只要诚心祈祷度母，就能遣除一切违缘。以前，印度南方有五百个商人到大海取宝。古时候，到海中取宝有很多违缘，很难保证顺利返回，所以这些商人启程时，亲人们都依依不舍地为他们送别。商人们乘着三艘船，克服了很多违缘，最终到达了宝洲。他们按照各自的喜好拿了很多珍宝，然后高高兴兴地返航了。这个时候，守护宝洲的海神很不欢喜<sup>123</sup>，它们对商人制造违缘，刮起狂风，掀起巨浪。眼看船就要翻了，商人们非常恐惧，有的人念着家人的名字，有的人祈祷帝释天、大自在天、太阳、月亮等世间的神祇。正在危难之际，一个居士想起度母能救护一切众生，于是他大声念度母心咒。奇迹般的，风浪顿时停息了。最终，商人们顺利回到岸边。

按有些大德的观点，这个偈颂是遣除愚痴、获得智慧的祈祷文。为了开智慧，有些人经常修文殊法。其实，度母法也是开智慧法。如果食用按照特定度母仪轨加持的药丸，能极大地增长智慧。如果不会这种仪轨，只念度母心咒或者《度母赞》，也可以开智慧。我看过一些度母感应的事迹，有些学生担心考不上大学，考试前念了一千遍度母心咒，后来就如愿考上了。所以，有些道友如果考试没把握，也可以多念度母心咒。但这些人也许照样考不好，甚至会生邪见：我念

---

<sup>123</sup> 一般来讲，如果某地的资源被过分掠夺，环境被破坏得太厉害，当地的山神、地神、水神、树神都会不高兴。

了这么多度母心咒，怎么还想不出答案？开玩笑。其实，任何佛菩萨都有开发智慧、增上慈悲心的能力，有些人之所以无法依靠他们开启智慧的宝藏，主要是缺少信心的钥匙。

### 丙二、以守护怨敌恐怖而赞颂：

顶礼震撼三界母，足踏吽相为种子，  
须弥玻雪曼达鬮，三世间界皆摇动。

这里顶礼的是震撼三界度母，也叫无量镇压度母。这尊度母身体橙色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有佛塔。她足踏大地，其种子字为“吽”字，她的身体发出无量光芒，从而震动须弥山、玻雪山、曼达鬮山在内的一切三世间。

从历史上的很多公案看，再恐怖、再难以胜伏的魔障，依靠度母都能够战胜。以前，有一个叫桑达弥扎的小乘班智达，他对《俱舍论》非常精通。有一次，他梦见了释迦牟尼佛，在世尊身边有一个身穿蓝衣的天女，天女告诉他：“你不仅要学习小乘佛法，还要学习大乘佛法。”这个女人就是度母。醒来以后，桑达弥扎按照梦中的授记，前往金刚座求学大乘佛法。途中，他遇到一群强盗。强盗不仅抢光了他的资具，而且把他带到一尊神像面前，准备用他作活人祭祀。正当强盗要杀害他时，他想起了度母，于是拼命祈祷度母。度母立即赐予加持，外道的神像发出一声惨叫，随后裂成许多碎片。见到这种情景，强盗们特别害怕，不仅释放了他，还供养他很多财物。

这位班智达从前学小乘，后来又学大乘，这样非

常好。现在有些人只学小乘或者显宗，对密宗根本不愿意接受，这就是一种邪见。其实，完整的佛教不仅包括小乘和显宗，更包括密宗。如果一个人只学小乘或者显宗，对密宗的甚深道理和修法一点都不懂，这是一种最大的缺憾。现在有些人认为，净土法门纯粹是显宗。实际上并非如此。净土法门的很多道理，诸如极乐世界的存在、阿弥陀佛的身相、度化众生的方式，如果以密宗的方法解释，就会更加圆满。所以，希望很多佛友早日进入密宗的殿堂。

凡夫人在修行过程中，经常会遇到各种违缘。有些人经常说：某个魔很恐怖，某个邪神很猖狂，很难战胜它们。当实在无法抵挡此类违缘时，大家应该想到祈祷度母。

以前，印度有一座小乘寺院，这座寺院的僧人在森林中禅修时，经常被罗刹吃掉。有一天，一个沙弥正在树下坐禅，一个浑身漆黑、獠牙毕露的罗刹出现了，它紧紧地抓住沙弥。沙弥非常害怕，他知道自己没希望了。这个时候，他忽然想起祈祷度母能够遣除违缘，于是马上祈祷度母。（其实很多人都是这样的。平时没病时，不管别人说某种药怎么好，自己也没有信心。只有当自己身患重病，实在没办法时，才会想起别人说的话，为了解决病苦，才会服药。）度母立即显现忿怒相，手拿宝剑，出现在罗刹面前。罗刹特别害怕，马上放下沙弥，并在度母面前皈依。从那以后，这座寺院的僧人再没有受到罗刹的危害。

在一些文字记载或者口耳相传的公案里，有很多非常深奥的道理。我在课上讲这些公案，并不是为了

恐吓人们，也不是为了让人们过迷信的生活。现代人被唯物论洗脑，除了金钱以外，什么信仰都没有。我很不认同这种教育，如果人们什么道理都不相信，对于不可思议的境界完全否认，这就是人类的悲哀。我经常想，如果人们从小接受佛教的教育，心里有“善有善报，恶有恶报”的理念，对生活中遇到的奇妙事情有解释的能力，那该多好啊！可惜的是，现代人除了眼前的事以外，其他什么事情都否认。这只能说明人类的愚痴，根本不是进步的象征。所以，人类应该反省现在的教育，不要认为佛教是一种宗教的说法，其实在佛法中，有很多不可言说的甚深道理。

总而言之，当遇到难以克服的违缘时，大家要虔诚地祈祷度母。以前我们学院遇到大的违缘时，僧众念具光佛母、度母、观音心咒后，不到两三天，违缘就会奇迹般地遣除。在我们学院，很多道友自身出现违缘时，请人念经或者自己念经后，违缘也会很快消失。在没信仰的人看来，这种做法是很愚痴的，但实际上，这一点都不愚痴。如果依止佛教的殊胜本尊，完全可以解决很多麻烦。这个道理其实很简单。比如你违章驾车被交警抓到，车子被交警拖走了，这时你马上搞关系，找有能力的人帮忙，车子很快就能取回。或者你被拘留十五天，如果公安局里有你的亲戚，你给他打电话后，马上就会被放出来。这种事情在世间特别多，谁都不能否认。同样，遇到违缘时，祈祷佛菩萨也是这个道理。

## 第六课

### 思考题

1. 为什么恶人祈祷度母也能得到加持？
2. 解释“顶礼消疫圣度母，日月双眸光鲜明，诵二哈酥德达酥，消除剧猛瘟疫病。”
3. 解释“顶礼具光胜度母，安立一切三真如，正具寂灭威神力，摧魔起尸夜叉众。”
4. 复述本课所讲的一则度母感应公案。

今天是《度母赞》最后一堂课，在这几堂课上，我大概介绍了二十一度母的功德和利益。在汉文和藏文《大藏经》中，有不少度母法门的资料，如果参考这些资料，我也可以详细地讲，但这次只是让大家稍微了解度母法门，所以我讲得比较略。

我希望道友们在以后在生活中要用上度母法，我也希望汉地各寺院、道场、中心今后经常念《度母赞》。一方面，大家要会用藏文念《度母赞》，因为藏地很多法会都念《度母赞》，如果会用藏文念，参加法会比较方便。另一方面，大家也要会用汉文念《度母赞》。以前，汉地没有专门的《度母赞》念诵腔调，最近，我们这里的男众以一种调子念了《度母赞》，女众也以一种调子念了《度母赞》，这两种调子都很好，大家可根据自己的喜好采用。总之，希望大家今后尽量



在汉地弘扬度母法。我依靠比量推断，如果汉地的佛教团体能传出赞颂度母的声音，不仅每个人的修行会非常顺利，整体佛法的很多违缘也会遣除。

不管在印度还是藏地，很多高僧大德都与度母有殊胜的因缘。以后我打算讲《事师五十颂》，这部论典的作者是巴布拉，他和度母就有很深的因缘。巴布拉是一位精通佛法的班智达，年轻的时候，他曾经朝拜印度东方一尊著名的度母像。途经大海时，巴布拉被非人劫持到一个岛上。他非常痛苦，于是一心一意祈祷度母，希望早日离开那里。一天晚上，度母在梦中告诉他，如果想去哪里，只要睡觉时头朝那个方向即可。他按照度母的指点，头朝故乡方向入睡了。第二天，他果然回到了故乡。但此时已过了很多年，他发现自己的寺院有了很大变化，老一代的班智达圆寂了，新一代的僧人又不支持他的弘法事业。他想：我弘法利生不成功，就是因为岛上的非人劫持我。于是他心生恶念，手结契克印，念了很多恶咒，使那个岛沉入大海。后来度母告诉他，因为这个恶业，他已经违犯了三乘戒律，如果不好好忏悔，死后必将堕入恶趣。为了忏悔罪业，他准备到五台山朝拜文殊菩萨。度母又告诉他，朝拜文殊菩萨也不能清净罪业，如果能造一部依止上师的论著，使初学密宗者知道如何行持，这样才能清净罪业。后来，他造了《事师五十颂》。这部论典字数虽然不多，但因为是按照度母授记造的，里面汇聚了一生成佛必不可少的窍诀，所以利益了后代的无量众生。

藏地有一位无著菩萨，他是《佛子行》的作者，

他也得到过度母的殊胜加持。有一次，无著菩萨前往拉萨。一天，他正沿着一条大河前行，看见七八个人骑着马在过河。这些人马行到河中时，忽然被急流吞没了。无著菩萨万分焦急，马上祈祷度母。随着他的祈祷，奇迹般的，除了一匹马和一个人以外，其余人马都安然无恙地到了对岸。这时，无著菩萨身后出现一个身材高大、披着白色氍毹、腰系毛兰草绳的人，这个人踊跃地说：“我去！我去！”说完，他跳进河里，将落水者顺利地拽上岸，然后就消失了。在场的人深感稀有，问无著菩萨这是怎么回事。无著菩萨说：“我也不知道，也许是度母的加持吧。”无著菩萨又感慨地说：“看来，只要以诚挚的信心祈祷，三宝肯定不会欺惑我们，一定会赐予加持的。”

在历史上，很多高僧大德都是修成度母本尊以后，弘法利生事业才有了突破性的开展。在座道友当中，有些人很想修行善始善终，有些人很想尽绵薄之力弘法利生。这些想法虽然很好，但如果没有善巧方便，也可能会心有余而力不足。而最好的善巧方便，我认为就是祈祷度母。

凡夫人经常遇到不顺或者需要马上解决的难题，在这种情况下，就需要立即祈祷度母。我相信，以后汉地四众道友会有很多度母的感应，这些感应汇聚起来，可以编成厚厚的一本《感应录》。在许多前辈大德的传记中，都有蒙受本尊加持的精彩公案，所以，如果大家有一些感应，也没什么不可以说的。当然，这本书里最好不要有妄语的成分。

度母时时刻刻在我们的身边，只要能随时随地祈

祷度母，就能解除自他的一切痛苦。民国时期，诺那活佛有一个叫方于的弟子，她活了一百岁，是一位绿度母成就者。她讲过一个比喻：“阿弥陀佛就像国家主席，观音菩萨就像省长或者市长，绿度母就像街道办事处主任。我们不一定能见到国家主席、省长、市长，但是街道办事处主任随时可以见到。为了更加贴近众生，阿弥陀佛和观音菩萨化为了绿度母。”这个比喻很浅显，但却非常恰当。在本体上，度母和阿弥陀佛、观音菩萨是无二无别的，但相比之下，度母更加贴近人们，在生活中的每个细节，都可以体现她的加持。在藏地，人们遇到大大小小的事情都求度母，甚至有些盗贼出去偷东西也念度母，结果很顺利地回来了。

### 丙三、以灭除恶毒而赞颂：

顶礼灭毒圣度母，手持天海相皎月，  
诵二达鬲咄字声，无余灭除一切毒。

这里顶礼的是灭毒度母，也叫孔雀度母<sup>124</sup>。这尊度母身体白色，左手持莲花，花上有天界的甘露海般皎洁的明月，口诵“嗡达热德达热德热色鬲波夏达鬲哈鬲哈鬲咄<sub>德</sub>娑哈”，以此能无余灭除贪嗔痴三毒以及混合毒、眼见毒<sup>125</sup>等一切毒。

在所有的毒当中，最可怕的是我执毒，一切凡夫都深染此毒。除了毒害心灵的我执毒以外，世间还有许多毒害身体的毒。通过祈祷度母，众生的心灵和身

---

<sup>124</sup> 孔雀具有灭毒的能力，最厉害的龙毒也可以消除，故以孔雀称呼这尊具有灭毒能力的度母。

<sup>125</sup> 某些龙类有剧毒，甚至眼见到它们就会中毒。

体都能远离一切毒害。

以前印度有个妓女，她的相貌、言谈特别顺合人心，很多男人都被她吸引。有一次，一个商人对她说：“如果你跟我住一个晚上，我就给你五百个宝珠。”妓女答应了商人的要求。黄昏时分，她独自前往商人那里。途中经过一处森林时，她有点累了，坐在一棵树下稍微休息。这时，一条毒蛇爬了出来，紧紧地缠住了她。她的贪欲顿时消失了，心中只有巨大的恐怖。这个时候，她想起了度母，于是拼命祈祷度母。在度母加持下，毒蛇相续中生起悲心，于是松开了她，然后悄悄地离开了。

印度还有一个故事。以前有一个十二岁的少女，她在路上遇到了一只狂象。那只狂象特别凶残，它已经踩死了很多人，四肢鲜血淋淋。狂象用鼻子卷起少女，正要杀害她时，她忽然产生了祈祷度母的心念。结果她一祈祷，狂象当下生起了慈爱心。大象首先把少女带到人来人往的集市，向她顶礼。然后它把少女带到寺院，再次向她顶礼。最后它把少女带到皇宫外，又向她顶礼。国王听说此事后，觉得这个少女是有福报的人，配得上自己的王子，于是让她当了太子妃。

《度母赞·功德品》中说，如果想求男女、财富、官位、平安、健康、安乐等，依靠度母的加持都可以获得。其实在汉传佛教中，所谓的“大慈大悲救苦救难观世音菩萨”，也有这方面的功效。（可能观音菩萨不仅是省长和市长，度母不上班的时候，他也会去街道办事处当主任，开玩笑。）总之，度母有很多功德，大家应该对她生起信心，不管见到任何度母像和唐卡，都应该

生起欢喜心和恭敬心，依靠这样的善心，可以得到度母加持，从而遣除一切违缘，获得一切顺缘。

在历史上，很多大德年轻时，跟普通人差不多，甚至米拉日巴尊者跟一般人完全相同，但这些大德遇到佛法后，一方面自身修行特别努力，另一方面经常祈祷本尊、空行、护法，得到了圣尊的护持，所以，他们的弘法利生事业远非一般人所能相比。就像麦彭仁波切所说的一样：“何人若有神所护，则彼以其独自力，堪与成千上万众，所有力量相匹敌。”因此，大家要遣除对诸佛菩萨的怀疑和邪见，要经常祈祷诸佛菩萨。

在这方面，我本人还算可以。也许从小受环境影响，我对所有的佛菩萨都非常有信心，只要一有空，自然而然就会祈祷他们，不管在任何场合，只要看到佛菩萨像或者唐卡，自己就会生起无比的喜悦感。我认为这是一种小小的善根。

#### 丙四、以遣除争斗恶梦而赞颂：

顶礼天王所敬母，天人非人咸依止，  
披甲欢喜之威德，遣除争斗与恶梦。

大家应该清楚，度母在法身层面是普贤佛母，在报身层面是金刚亥母或者金刚瑜伽母，在化身层面是妙音天女或者吉祥天女，三身在本体上是无二无别的。

这里顶礼的是天王所敬度母，也叫大白伞盖佛母。这尊度母受到帝释天、大自在天、遍入天等一切天王恭敬。既然天王都恭敬度母，人王就更不用说了，

人王最多是几十亿人的头头，和天王相比没什么了不起的，所以，人间的国王、主席、总统、总理也应该恭敬度母。

偈颂中说“天人非人咸依止”，意思是，一切天人和阿修罗、夜叉、罗刹、饿鬼等非人都依止度母。因此，当我们遇到非人危害时，应该马上祈祷度母。现在有些人说自己身上有附体，我建议这种人多念度母心咒，我坚信，依靠度母的加持，一切非人的危害都会遣除。

所谓“披甲欢喜之威德，遣除争斗与恶梦”，意思是，如果对度母有欢喜心、信心、恭敬心，经常观想度母，经常念诵《度母赞》或者度母心咒，就能披上保护自己的铠甲，依靠度母的威德力，国家、民族、家庭、个人之间的一切争斗包括恶梦都能遣除。

有些人总是看不惯这个，看不惯那个，所以经常和别人发生冲突。包括有些学佛的人也是如此，见面时互相笑笑，但实际上是皮笑，肉并没有笑，内在的不和合从所作所为表现得很清楚。除了个人之间的小战争，还有国家间的大战争，比如第一次世界大战、第二次世界大战。（其实，很多家庭也有“第一次世界大战”和“第二次世界大战”，有些人在“世界大战”中已经失败甚至“牺牲”了。）通过修持度母法，一方面能平息大大小小的战争，另一方面如果战争不可避免，自己也会在战争中获胜。

以前印度有两个国王，一个叫古米扎，一个叫阿修格，他们互相作战多年。阿修格的武器和兵力都胜过古米扎，在战争中处于优势。为了扭转战局，古米

扎想了一个办法，他召集部队开了七天度母法会，念了十万遍《度母赞》。再次交战时，在阿修格的军队看来，古米扎的兵力远远超过从前，而且有很多身穿黑衣、面容忿怒的女战士帮助他们作战。阿修格的军队无法抵抗，最后被彻底击败。<sup>126</sup>

刚才讲到，修持度母法可以消除恶梦。有些道友经常问：“昨天我做了恶梦，梦境很不吉祥，我该怎么办？”其实做恶梦有各种原因：有些是四大不调，有些是怨亲债主或者非人作害。不管什么原因，只要多念度母、多祈祷度母，恶梦都会消除。

度母的事业是无偏的，只要虔诚地向她祈祷，即使做坏事的人，有时候也会得到帮助。以前，印度有一个小乘比丘，他对大乘佛教特别不满，经常烧毁大乘经典，而且诽谤密宗。当地国王发现了他的恶行，派士兵去抓他。这个比丘非常害怕，他看到一尊度母石像，无奈之下，便向度母祈祷。这时，度母像居然开口了，她告诉比丘：“你躲在路边的水沟里，就可以免除灾难。”比丘一看，觉得很为难——水沟只有碗那么小，我的身体那么大，怎么能躲进去呢？但因为国王派的人马上就要到了，所以他顾不得多想，屈身向水沟里钻去，结果他居然钻了进去，由此免除了牢狱之难。从那以后，这个比丘舍弃了对大乘的邪见，对度母也生起了真实的信心。

从表面上看，度母对诽谤大乘的恶人都帮助，这似乎有点说不过去。但实际上，这就是度母调伏众生

---

<sup>126</sup> 度母是不会害众生的，也许古米扎国王有超度的心态，所以他在战争中得到了度母帮助。

的方便：有些恶人祈祷度母后，依靠无欺的缘起力，度母会给他们暂时的帮助，当他们得到帮助后，就会对度母产生信心，慢慢也会有所醒悟，也会忏悔以前造的罪业。

我从小有这种习惯——不管遇到什么违缘，都会立即祈祷度母。甚至放牦牛时，如果牦牛找不到了，也会马上祈祷度母。有时候我也很惭愧：这么小的事情，都要麻烦度母。因为有祈祷度母的习惯，所以自己得到的加持也很殊胜。希望大家以后也经常祈祷度母。如果祈祷度母后，有些事情没有实现，大家也不能生邪见，要想到这是自己的业力太重。业力是不可思议的，如果前世造了特殊的业，今生必定会成熟在自己身上，这种定型的因果谁都无法改变。

在祈祷度母时，大家要有强烈的信心。我在讲《金刚七句祈祷文释》时说过，如果祈祷莲师时，自己有强烈的感受，莲师就会被感动；如果自己没有任何感觉，甚至边打瞌睡边祈祷，这当然有功德，但能否立即得到加持，就不太好说了。所以，修法的效果和人的心态密切相关。

#### 丙五、以消除瘟疫疾病而赞颂：

顶礼消疫圣度母，日月双眸光鲜明，  
诵二哈鬲德达鬲，消除剧猛瘟疫病。

这里顶礼的是消疫度母，也叫兰若度母。她的身体为橙色，左手的莲花上有宝瓶，瓶中盛满消除瘟疫的无死甘露。她的双目犹如日月，放出无量光芒，口诵“嗡达热德达热德热那摩哈鬲喝鬲吽哈鬲娑哈”，



以此能遣除麻风病等一切瘟疫和疾病<sup>127</sup>。

以前，藏地有个地方流行瘟疫，当地人几乎灭绝了。在附近的山上，有一个闭关多年的修行人，当地人请求他指点生路。修行人打卦并且入定观察后，要求人们在四处张挂度母经旗。当地人依言而行，到处张挂度母经旗，并且念了很多《度母赞》和度母心咒。后来，凡是被吹过经旗的风接触身体的人都痊愈了，而且那里再没发生过瘟疫。

得了严重的疾病时，我们一方面要接受治疗，一方面要祈祷诸佛菩萨。有些修行人比较偏执，对中医、藏医、西医都不信，生病后拒绝接受治疗，一直等死。其实这样不是很好。《上师心滴》中说：“明咒、妙药、秘方、缘起力是不可思议的，诸佛菩萨的方便、等持、神变的行境更是不可思议的。”所以，我们应该相信医药的能力。生病后，既要祈祷诸佛菩萨，也要接受治疗。

世间有很多不可思议的力量，非专业人士对此是不懂的。拿中医来说，外行人觉得中药很稀奇：几种草混在一起，怎么就能治病呢？像我就觉得中医很奇妙：只要摸一摸脉，看一看舌头，然后就开药了，看病怎么这么简单呢？但实际上，中医看似简单，里面确实是有奥秘的。如果我这样的人说中医不合理，那只能说明自己不合理。

同样，不懂佛法的人对密咒也会怀疑：为什么几个文字就有这么大力量呢？有些非佛教徒觉得：佛教

---

<sup>127</sup> 包括现在无法治愈的癌症、艾滋病等绝症。

徒挂经旗、用转经轮、念经，这些事情是不是多余的？作为生活在唯物论环境下的人，产生这些怀疑是情有可原的。前一段时间，我遇到一个老师，他内心确实有一些邪见，也不懂咒语的功德和佛法的甚深道理，他问我：摇转经轮为什么有功德？后来，我给他简单讲了一些这方面的道理。当然，要理解佛法的甚深道理，听别人讲几句是不够的，必须通过长时间的学习。以密咒来讲，在《大幻化网总说光明藏》中，麦彭仁波切细致地宣说了密咒的功德和加持，如果认真学习了这些道理，就会明白密咒的功德，也会知道没有任何依据能破斥密咒的功德。

其实，有些人如果暂时不理解佛法的道理，也不要急于诽谤，他们应该这样想一想：世界上有很多眼看不见、手摸不到的神秘事物，既然这些我们都不得不承认，更何况自己内心无法领悟的甚深道理呢？

总之，大家要系统地学习佛法。通过系统学习，一方面可以遣除自己的怀疑和邪见，另一方面以后自己弘扬佛法时，如果有人想刁难你，或者因为不懂而问你，你就可以轻松地回答了。在遇到别人问难时，佛教徒应该有回答的能力，不能心头一片茫然，什么都答不上来，也不能借口“我很忙”、“我有事情”而不回答<sup>128</sup>。

#### 丙六、以圆满一切事业而赞颂：

顶礼具光胜度母，安立一切三真如，  
正具寂灭威神力，摧魔起尸夜叉众。

---

<sup>128</sup> 按因明的规矩，像这样找借口而不正面回答，属于相似的辩论。

这里顶礼的是具光度母（即具光佛母）。这尊度母身体白色，左手的莲花上有吉祥金鱼，她的额间有白色的“嗡”字，喉间有红色的“阿”字，心间有蓝色的“吽”字，“嗡阿吽”三真如字发出白红蓝三种光，照射一切众生，令其身语意变为三金刚的本性。具光度母寂灭了贪嗔痴等烦恼，具足智慧力等威神力，能够摧毁邪魔、起尸、夜叉等恶性众生。

在观修度母时，应该观想她的身口意放光，让一切众生的身口意得以清净，尤其是这些光照射障碍修行的恶性非人，令它们相续中的恶念灭尽，并且获得安乐。大家应当明白，修度母法虽然能一瞬间摧毁魔众，但这不同于世间人用核武器一瞬间消灭敌人，这其实是利益众生的方便。

寂天菩萨有一个叫智天的弟子，他长期在印度南方弘扬佛法，后来他发心到雪山去修行。在前往印度北方的途中，智天经过一个村落。由于罗刹鬼的危害，这个村里的人都死光了，遍地都是尸体，其中有一具尸体忽然站了起来，向智天冲了过来。智天将念度母心咒加持过的金刚槌抛出去，击中了起尸的头，那具尸体顿时倒在地上，起尸鬼的神识也被超度到了净土。然后智天又祈祷度母，度母从天上降下甘露，使所有死亡的人都复活了。

从历史资料看，以前印度很多地方受罗刹、起尸的危害，在藏地和汉地，过去也经常有起尸，但现在这种事情不太多了。去年，学院一个道友看见路边摆着尸体（第二天等待超度），因为害怕起尸，他一晚上都没睡着。

末法时代，各种违缘层出不穷。有些人认为人生是快乐的，实际上并非如此，人生应该说是痛苦的。因为不懂这个道理，所以很多人没有面对痛苦的勇气。现在，我们知道了人生的底色是苦，就要考虑如何面对痛苦、如何将痛苦转为道用。在这方面，我的建议是多祈祷度母，这样才能真正离苦得乐。

### 甲三、末义：

以根本咒礼赞二十一度母终。

《度母赞》共有二十一个偈颂，这些偈颂含摄了度母心咒<sup>129</sup>，并且从不同侧面赞颂了度母的功德。

在念《度母赞》时，这一句也要念上。总的来讲，度母与普贤佛母是无二无别的；但在众生面前，就像观世音菩萨示现多种形象一样，度母也示现二十一尊形象<sup>130</sup>。

下面介绍一个度母略祈祷文。如果大家没时间念《二十一度母赞》，也可以念这个祈祷文。这个祈祷文只有两句，任何人只要有愿乐，不存在没时间的问题，随时随地都可以念。

至尊度母您垂念，祈求救脱诸苦难。

愿至尊度母您垂念我，祈求您慈悲加持我，将我从各种苦难中解救出来。

这里的“诸苦难”，指的是毒蛇、大象等八难，结合现在的时代，也可以包括金融危机等各种恐怖。总之，依靠度母的加持，人生中的各种恐怖可以一一

<sup>129</sup> 在藏文中，很多偈颂都含摄了度母心咒，但意译为汉文时不明显。

<sup>130</sup> 所谓二十一度母，这也只是大致而言，其实度母有无量化身。

遣除。汉地佛教徒经常说“大慈大悲救苦救难观世音菩萨”，其实也可以说“大慈大悲救苦救难圣度母”，只要我们经常祈祷度母，就会得到她的慈悲加持。

度母心咒：嗡达热德达热德热娑哈

麦彭仁波切在《百咒功德》中说，这个咒语能救脱一切罪业、衰败，勾招三世间作为奴仆，成办各种事业。

有些在台湾、新加坡弘法的上师说，如果多念度母心咒，相貌就会越来越漂亮，所以很多女性特别爱念这个咒语。确实如此，只要多念度母心咒或者《度母赞》，就可以获得自己希求的一切悉地。

以前，我们学院念过麦彭仁波切造的度母赞颂文<sup>131</sup>，法王也曾要求每个弟子念七十万遍度母心咒。这次我对大家没有太高要求，凡是今天听课或者以后通过光盘听课的人，希望你们在一年内念完一万遍度母心咒和一百遍《度母赞》。我自己是这样发愿的，希望大家也这样发愿。这些念诵很容易完成，如果每天念一百遍度母心咒和一遍《度母赞》，三个多月就能完成。如果能完成这些念诵，就和度母结上了殊胜的因缘。

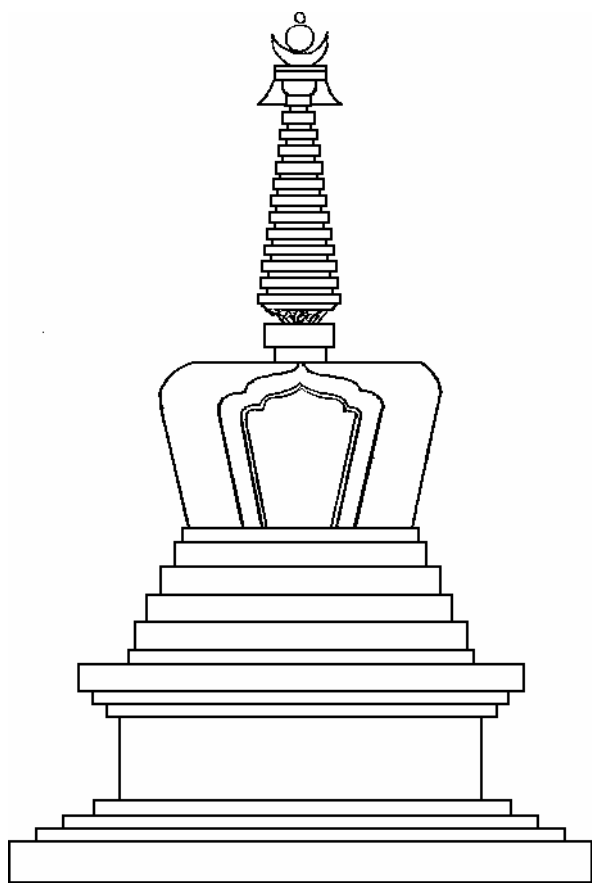
至此，《度母赞》已经传讲圆满了。从各方面的因缘看，这次弘扬度母法非常殊胜，出现了很多好的

---

<sup>131</sup> 嗡！香擦杰怎达热拉姆，德达热谢东瓦根觉，特杰托美德热华嫫，达拉哲确卓就娑哈。意为：嗡！顶礼至尊圣度母，明咒能救诸忧苦，大悲无碍勇度母，祈赐予我胜成就。

验相。其实，我觉得自己很有资格给大家讲《度母赞》，我对此甚至有一种“增上慢”。为什么呢？因为我从小就非常喜欢度母，一辈子都修这个法门。虽然我没有特别精彩的感应，也没有很高的境界，但信心是十足的。在我的学生时代，佛法非常不兴盛，只要被发现念经，就会被学校开除，但我一直默默地念度母，从来没有中断过。这次，我给大家念了《度母赞》的传承，做了简单的讲解，最后我也祈祷度母：愿所有的道友迅速得到度母加持，愿在度母的慈光沐浴下，大家的一切所做都能顺利实现！

学习《度母赞》以后，大家也应该发愿：今后如果有能力，要在汉地造一些度母像。其实汉地在建筑方面是有能力的，关键是看高僧大德们有没有意乐。藏地有很多供奉二十一度母的度母殿。今年我们学院重建了喇嘛小经堂，我们也准备在经堂里供奉释迦牟尼佛、度母和莲花生大士。末法时代，众生很需要强有力的本尊，所以，希望大家在汉地造一些度母和莲师像，依靠这些本尊的加持，个人和佛法的很多违缘都会被遣除，顺缘自然而然会具足。



菩提塔