

序

此天法意伏藏殊勝口耳傳承之法門，是祖古明珠多傑尊者親見一切本尊，由諸本尊親自圓滿傳授，包括生起次第、圓滿次第及大圓滿次第等一切殊勝清淨顯現口耳傳承之法要，明珠多傑尊者傳授給大持明昆桑謝拉，尊者並授權預言此法脈之法主為白玉傳承。昆桑謝拉尊者所著之《大圓滿掌中佛前行中等注解》攝集了藏傳佛教之薩迦巴、格魯巴、噶舉巴及寧瑪巴，中國佛教之淨土宗、華嚴宗、禪宗等一切顯密修行法要。

此法傳承近加持殊勝，今由開山祖師昆桑謝拉尊者之四大心子之瑟爾巴·耶謝商給尊者，即拉則寺密法勝義禪林之拉則祖古貝瑪仁真仁波切譯成中文，本人由衷隨喜贊嘆。同時，祝願弘法利生事業吉祥圓滿！

白玉祥丘達吉林蔣康祖古土登巴絨

于藏曆土牛 2 1 3 6 年四月初四

西元 2 0 0 9 年 5 月 2 8 日



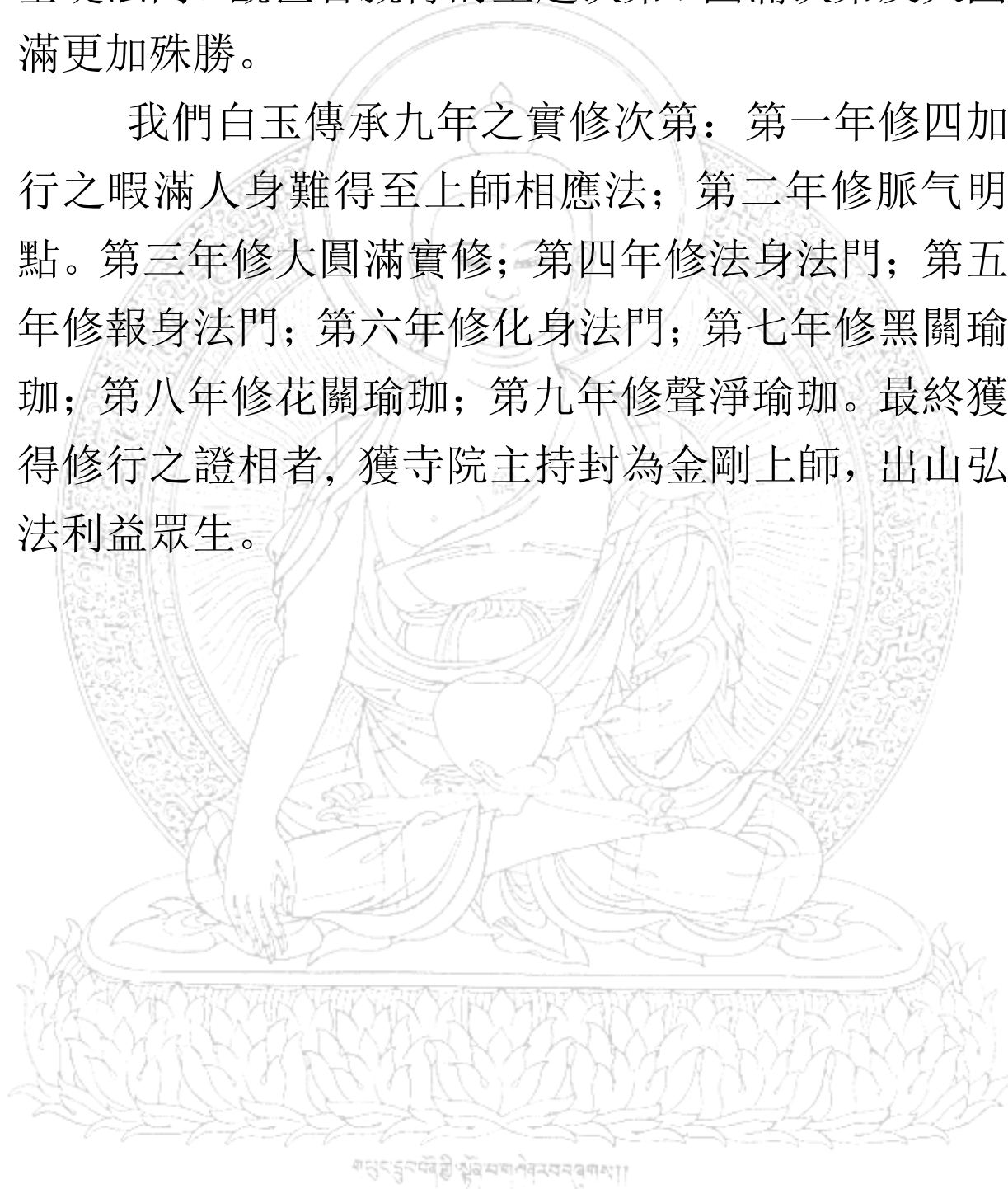
前言

世尊於千難萬苦的菩提道上修得了福慧二資量，斷除了煩惱障及所知障之一切微妙的習氣，證入了滅諦法界之自利法身究竟圓滿，慈悲顯現了他利報身與化身，報身引導高地菩薩進入涅槃。化身來到了娑婆世界引導凡夫眾生，轉未成熟者成熟，轉成熟者入行菩提道，入菩提道者轉為圓滿。因此佛陀三轉法輪：第一四聖諦法輪；第二無相法輪，同時為具有六界的欲界眾生傳了了義密乘之六續法門；第三分別法輪。第一為聲聞、緣覺根器者之法門，斷除我執進入涅槃。第二為大乘菩薩利根器者法門，斷除法執究竟涅槃，同時欲界六界者（父三界母三界胎生之人天）運用生死中陰，修三身成就。第三為大乘菩薩唯識根器者之法門，斷除二障獲得究竟涅槃。如此廣大的法脈中取出三乘佛法的精要，一人修菩提的方式，四聖諦及十二緣起作為基本，菩提心及六度波羅密作為根本，密乘四灌頂道為方便即世成佛的殊勝法。入佛門皈依三寶，入大乘廣發菩提心，入密乘行灌頂。所以在明珠多傑的天法大圓滿掌中佛之傳承具有如以上的顯密雙修之法要，殊勝難得。眾多經典及密續之含



義為主的四加行教導是非常殊勝，也是修行者必修之基礎法門。觀世音親傳的生起次第、圓滿次第及大圓滿更加殊勝。

我們白玉傳承九年之實修次第：第一年修四加行之暇滿人身難得至上師相應法；第二年修脈氣明點。第三年修大圓滿實修；第四年修法身法門；第五年修報身法門；第六年修化身法門；第七年修黑關瑜珈；第八年修花關瑜珈；第九年修聲淨瑜珈。最終獲得修行之證相者，獲寺院主持封為金剛上師，出山弘法利益眾生。





天法大圓滿掌中佛教導

序	頁次
前言	
第一部 本法傳承祖師簡傳	
第一章 大伏藏師明珠多傑	
第二章 噶瑪恰美仁波切	
第三章 白玉祖師持明昆桑謝拉	
第四章 第十一代祖師尊貴的貝諾法王簡傳	
第五章 白玉土絨活佛（覺康祖古）略傳	
第六章 拉則祖古貝瑪仁真仁波切	
第二部 天法大圓滿掌中佛前行中軌註解	
第一章 大圓滿歷史	
第一節 佛教之一般歷史	
第二節 無上密大圓滿歷史傳承	
第一款 如來密意傳承	
第二款 持明竅訣傳承	
第一項 大圓滿一般在天界等流傳之傳承歷史	
第二項 大圓滿特別在人間流傳之傳承歷史	
第三款 補特伽羅口耳傳承	



第四款 伏藏屬願傳承

第五款 空行母囑託傳承

第六款 授權義之傳承

第三節 本法特別之傳承歷史

第四節 本法得信來源正確

第五節 疑義解答

第二章 上師與弟子

第一節 具有一切德相之上師

第二節 具有一切條件之弟子

第三節 向上師學習應有的舉止態度

第三章 大圓滿前行之四共加行

第一節 第一共加行：思維暇滿人身難得

第一款 八無暇

第二款 十圓滿

第一項 五種自圓滿

第二項 五種他圓滿

第三款 十六無暇

第一項 暫生緣八無暇

第二項 斷緣心八無暇

第四款 思維難得

第二節 第二共加行：思維壽命無常



第三節 第三共加行：思維因果不虛

第一款 一般因果

第一項 業之分類(分支)

第二項 各種業之形相

第三項 定業、因行業報、小業成大果報

第四項 業報不虛

第二款 福業善法之功德

第三款 非福惡業之罪過

第四節 第四共加行：思維輪迴過患

第一款 行苦

第二款 苦苦

第三款 壞苦

第四章 大圓滿前行之四不共加行

第一節 第一不共加行：皈依及發菩提心

第一款 皈依

第一項 皈依之意義

第二項 皈依之正行

第三項 皈依之學處及其功德

第四項 皈依及一切善行之功德迴向

第二款 發菩提心

第一項 發菩提心之意義



第二項 發菩提心之正行

第三項 發菩提心之學處(菩薩戒)

慈悲心與自他交換之實修

第二節 第二不共加行：積累資糧

第一款 曼達拉供

第一項 外曼達拉供

第二項 內不共之簡修無上密之曼達拉

第三項 密曼達拉供

第二款 施身法

第一項 修持施身法之功德

第二項 修持施身法之正行

第三節 第三不共加行：消除罪障

第一款 大禮拜

第二款 修習金剛薩埵

第一項 修習本法的殊勝

第二項 觀想唸誦金剛薩埵之方法

第三項 修持本法應有的認識

第四節 第四不共加行：獲加持修上師相應法

第一款 修持本法之殊勝

第二款 修持本法之正行

第一項 生圓二次第之最初觀修方法



第二項 唵誦祈請文及持咒觀修

第三項 自受四灌頂

第四項 上師化光融入己身(收攝次第)

第三部 入密乘之門為灌頂

第四部 止觀修持

第一章 止觀禪修大幻化綱總說光明論

第一節 密宗修持寂止之基本要領

第二節 概略說明修行此等基本要領之訣竅

第一款 廣說修持之訣竅

第二款 中短說修持之訣竅

第三款 結語

第二章 大圓滿天法掌中佛止定三摩地教導

第一節 修持止定之功德及七支坐之重要性

第二節 修持止定之要點

第三節 有相止定

第一款 化身中持心

第二款 報身中持心

第三款 法身中持心

第四節 無相止定

第五部 修習遷識破瓦法

第一章 本修持法之源起



第二章 修持本法之功德

第三章 破瓦法之分類、原理及修持時機

第四章 修持破瓦正行之口訣

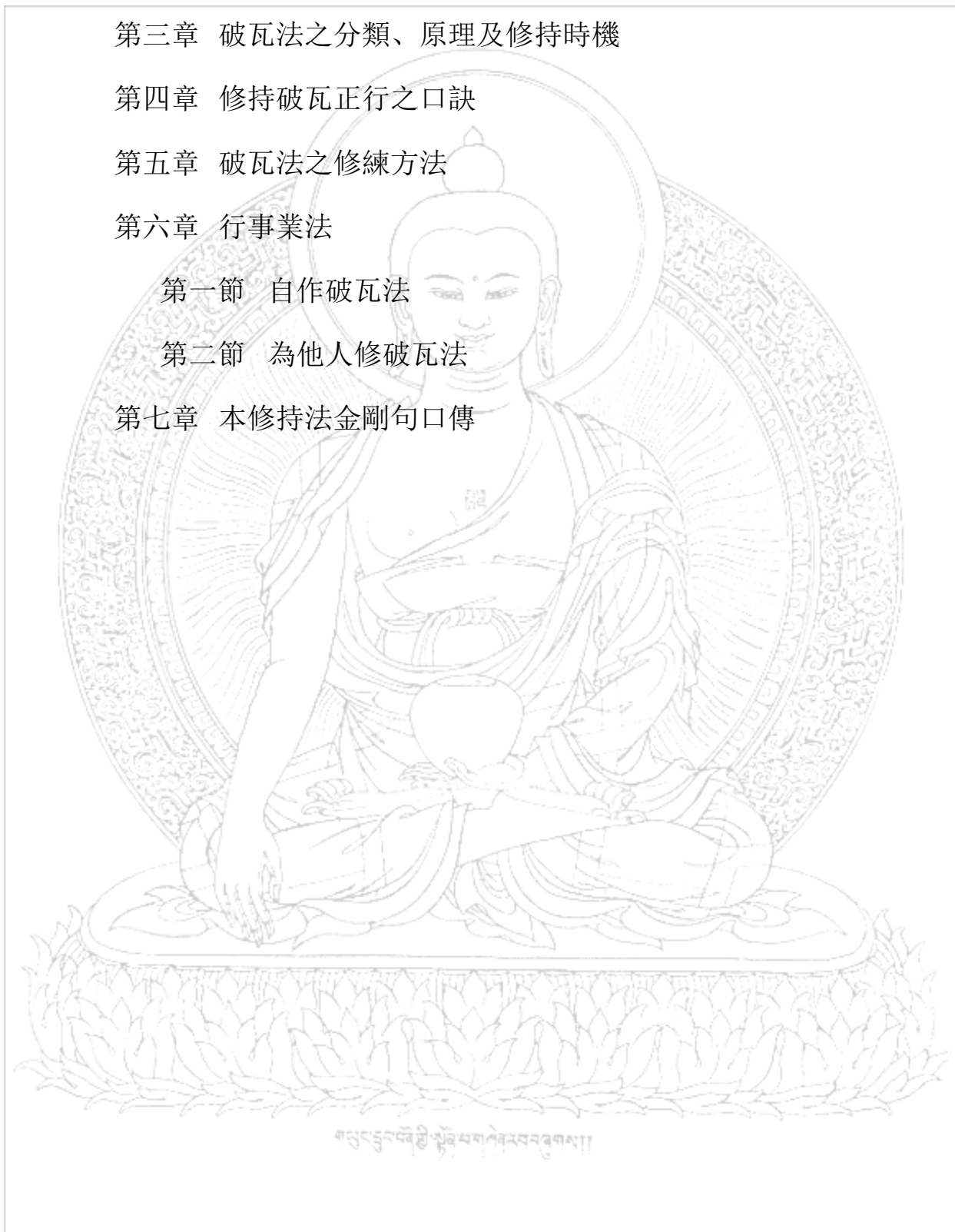
第五章 破瓦法之修練方法

第六章 行事業法

第一節 自作破瓦法

第二節 為他人修破瓦法

第七章 本修持法金剛句口傳





第一部 本法傳承祖師簡傳

第一章 大伏藏師 明珠多傑

喻沙瓦替

重重無盡虛空世界中，
乘願勇士幻化如雲集，
全知修普帕機紳機尊，
轉世明珠多傑我頂禮！

蓮花生大士瞭解到末法時代，眾生將遭受極大的痛苦。為了帶給末法的眾生及將來的世界安樂、祥和、榮耀與圓滿，蓮花生大士乃以五大種元素來展現他的覺心，於其中埋藏了成千上萬的伏藏法，並委諸具力護法保護之。

蓮花生大士曾預言這些伏藏法，在何時何地將被挖掘出來、誰會是此法之接受者、誰又會有緣成為此伏藏法之持有者。他的化身及不可思議的佛行事業，在賢劫第五佛——彌勒佛誕生前，是都不會中斷的。



在這段長遠的佛行事業期間，蓮花生大士會以取伏藏者的身份，普遍地化身到各個世界來饒益有情。

在西藏的蓮師二十五弟子之中，以修持蓮師成就，能改變大川流向之具神通的修普帕機紳機尊者，乘願轉世為偉大的金剛持明明珠多傑。尊者轉世成明珠多傑的前一世，是噶陀寺廟一位很有證量的上師，他要圓寂的時候留下了一個遺言，說道：我圓寂之後，我將投生在西康的一個地方，我的父親叫岡波哲登、我的母親是蘇南措，投生之後我的名字為明珠多傑（意為不變金剛）。在大伏藏師惹那林巴的伏藏中，蓮師曾預言：「將來在康區，會有一位名叫明珠多傑的大伏藏師，會持有一百種伏藏法」。另在杜督多傑的伏藏法中，也有一項預言指出：「未來在康區，接近仁欽的地方，有一名為多傑，且擁有伏藏目錄的人，他的身上有一痣相莊嚴，代表他法報化三身的自然成就，凡是看到或聽到他的人，將不再墮入三惡道中。」

如伏藏法裏的預言，明珠多傑在藏曆木鳥年的正月（西元 1645 年）進入他母親的子宮。在西藏，上部



省份分為三個內區；中央省份有四個內區；下部省份有六個內區。明珠多傑誕生在下部省份的其中一個內區，名為囊托羅拉的地方。

他父親岡波哲登的家族，可追溯至屬於釋迦牟尼佛家族釋迦李薩比，和西藏的法王們的宗脈源流，也就是淨光天神的後裔。尊者的母親名蘇南措，經由他們智慧與方便的融合下，他進入母胎。當他進入母胎時，他的母親夢見一隻金龜在廣大海洋的深處散發著光芒，當許多人看見並驚嘆這神奇的金龜時，一個異人拿起這隻金龜並供養給她；而明珠多傑的父親岡波哲登，則夢見他發現一個殊勝的白色海螺，而他自己正在吹一個巨大的銅製號角。不同於一般孕母的經驗，尊者的母親蘇南措並無身體上的痛苦，反而她特別地感到喜悅和光明，像棉絮般的輕安，這些都是極為祥瑞的徵兆。

如同釋迦牟尼佛的降生當時，並沒有使母親受到傷害，或引起她一絲毫的痛苦，金剛持明明珠多傑在當年九月七日，母子毫無痛苦地降生了。他的右手有一殊勝的藍色痣相莊嚴，象徵著法身唯一的心性。許多學者們都認為：他降生到西藏法王們宗脈源流的高



級種姓，是由於蓮師的特別加持力及蓮師預言：「所有重要的伏藏師，都將降生到尊貴的宗族中」之實現。

不像一般小孩，尊者小時候總是結著修持手印，蓮繞印和期剋印，並將他的手掌合於胸前等等。此外，更令人吃驚的是他能做出秘密瑜珈的動作。當他能開口講話時，他便說他是一位噶陀喇嘛，名為突慶多傑。他對當時噶陀寺的佈置、該寺的傳統和常住僧侶們的種種，都給予詳細的描述，而且與事實一致。

有一天，他親見了蓮師八變之一的愛慧上師，經過象徵性的指示，尊者可藉由手勢的傳達來學習如何閱讀與書寫。當尊者七歲大的時候，在一個淨觀中，許多本初智慧空行母告訴尊者須依止一位上師的重要性，當下任運地，尊者就見到偉大的學者與成就者噶瑪恰美仁波切；那時噶瑪恰美仁波切正在閉關，而明珠多傑的心中興起了與恰美仁波切會面的強烈念頭，而在閉關的噶瑪恰美仁波切，也在覺受中看到了蓮師所授記預言的弟子。



在明珠多傑八歲的時候，他能回憶前兩百世的所有事情，也有許多人與非人獻上他們的生命並聽命於他，同時也見到了許多三根本的本尊聖眾，得到了本尊的授記預言。

在木馬年九月八日，當尊者十歲的時候，在護法們的協助下，終於見到了偉大的噶美恰美仁波切。恰美仁波切首先給予他淨化加持，並審慎地考驗明珠多傑，他發現明珠多傑擁有蓮師無誤化身的一切特徵。在之後的八年中，噶瑪恰美仁波切將他一切教法的灌頂、指導、傳承，都教導傳授給明珠多傑，隨後恰美仁波切在連續的五個階段中給予他唐卓楊寧杜巴（內密精要的心成就法）的秘密教授，並要求他在連續的幾個禪坐期間，觀修淨光大手印。當恰美仁波切教授他思維：珍貴暇滿人身難得、生死無常、因果不虛及輪迴過患時，明珠多傑一直重覆地說：「我知道、我知道」。顯然，他在接受這些教法之前，早已完全領悟這些教法；當接受對一切眾生要生起慈悲心（菩提心）的教法時，眼淚便從他的臉上涔涔而下。這些令人驚異的徵兆，更加證明了他深廣的內在領悟力。



明珠多傑尊者在過去數世中，曾為印度的阿難陀、西藏的大譯師毗盧遮那以及蓮師二十五大弟子中的修普帕機紳機。尊者的許多轉世，在他個人的自述中都有詳細的記載。事實上，他早已持有他所接受的一切灌頂和口傳，但就像是帝洛巴以及其他過去的大成就者一般，為了提升其具信弟子們的信心，他會再度扮演一個接受上師灌頂和口傳的角色。

一開始，尊者從上師恰美仁波切處，接受了以下的口傳：大伏藏師惹那林巴的總集心要——生命成就法、忿怒蓮師成就法、觀音秘密精要；大伏藏師卡瑪林巴的靜忿諸尊法、大圓滿空行心要法、圓滿秘密八大嘿嚕噶、黑馬頭明王長壽灌頂。若依照明珠多傑所受過的傳承教法之記錄而言，尊者接受過極多的教傳及伏藏之灌頂、解脫的注釋及口傳。除了這些傳承教法，明珠多傑亦會記下祈願文，學習西藏典籍、書法，研究壇城的結構，並且學習及研修寧瑪傳承的各個領域，且尊者毫不費力地在各個領域中學習，且都有極深的造詣。

當尊者十一歲時，藏曆木羊年的正月初九日，尊



者和他的上師恰美仁波切一起閉關；當修持大伏藏師惹那林巴的秘密心要——生命成就法及成就廣大的壇城時，他持續地在淨觀中親見長壽佛、蓮花生大士、紅馬頭明王、十六羅漢、阿彌陀佛、觀世音菩薩及許多其他禪修的本尊；他也在淨觀中見到遍入天、瑪哈嘎拉、紅但堅噶哇等等護法，他們都非常高興地示現。尊者修持成就的徵兆，顯現在他持住命氣時，阻止了一次月蝕的發生，尊者也能毫無困難地知悉他人之內心；他曾憶起百千劫前住世之諸佛、其名號、曾遊化何地與傳授何教法、其父母之名、利生事業，與他們的困苦艱辛經歷和成就。關於這些，在明珠多傑的秘傳中有詳細的說明。

即使是在這末法的艱難時代中，眾生還是積聚了無數的善行，而依據無欺的因果律，此善業必帶來了善果。由這些善業與功德的成熟：(1)明珠多傑在一個淨觀中親見原始法身佛——普賢王如來。透過一個指示，他給予明珠多傑一個稱為澈旺得替格歲（遣除障礙力的長壽甘露）的灌頂；(2)接著報身觀世音菩薩現前，並根據突傑千波嘉依的傳統，給予明珠多傑廣泛的灌頂。尊者十三歲的時候，親見阿彌陀佛，接受



了極樂淨土法門的教法，阿彌陀佛也給他著塔嘉索（成就法海）的灌頂及口傳，此法中包含了四十位本尊；（3）然後蓮師直接授予明珠多傑四種灌頂，隨即每天給予主要以蓮師的化身為禪修本尊的灌頂、儀軌和口傳教授；（4）此外，本初智慧與世俗的護法，也個個傳下他們各自的成就法和授權灌頂。綜合上述在十年當中，尊者取出了一百種伏藏，並將之整理後，留下教法十三部三百多卷，其內容可說都是佛菩薩親自顯現並親口對他所講述，因此，說是「教言傳承」也可以。這些全部的灌頂和口傳都由恰美仁波切謄寫下來，所有的這些手稿被彙集成十三大冊的「南卻虛空藏」教法。

明珠多傑尊者所取出的伏藏方式，跟一般的伏藏師不同（蓮師當年埋藏伏藏於地、水、火、風、空、識六處）。一般的伏藏師是依據某項指示後，從某個地方取出來。而明珠多傑的伏藏法是從他的自心相續中自然的流露出來，這是因為他以前聽聞蓮師講述法教，毫不遺忘地留在內心最深處。也因為是從內心流露的伏藏，因此，稱為「心意的伏藏」或「意伏藏」。但也由於許多的空行母親親自對他灌頂、口傳與指導，



所以他的伏藏也稱為「空行伏藏」。而佛菩薩親自顯現在他面前，其法音從虛空中流露出來，他的耳朵真實的聽聞到虛空中流露的法音，基於此，這個教法就稱之為「天法」或「虛空藏」。

之後，明珠多傑便依之修持，並一一圓滿成就及證悟了各個秘密伏藏法。他並且授記這些伏藏法的指定傳承持有者為：(1) 貝瑪仁欽 (第一世奏遷仁波切)、(2) 大成就者噶瑪恰美仁波切與(3) 聽列敦珠；他對這三位傳承持有者首次顯現觀音壇城。在這段期間，他再度於淨觀中，見到本初智慧和世俗的護法雲集在虛空中；他目睹了各種天神、邪魔和地方精靈們，如灰塵般地掩蓋住整個大地，他們的笑聲如同雷聲般響亮；當尊者問到他們為什麼要笑時，他們回答道：「我們因佛陀的教義即將再次廣弘而狂喜！」。接著他們發誓護持南卻的教法，並個個獻上他們的根本心咒。如此殊勝吉祥之因緣，顯示此教法之門將開啟一條極廣大之道路。

在伏藏大師惹那林巴的伏藏法中，蓮師曾談到那些真正具德的伏藏師的特徵，其中包括：具有前世法



緣的幸運弟子、具足純淨品格的學者和成就者、以及聚集有良好身世並有優良行儀的具信男女弟子。明珠多傑尊者就是具備以上條件之大伏藏師。恰如預言指示，明珠多傑在一生中，曾多次地廣傳天法教傳和伏藏，如巨川般之灌頂、解脫疏釋及口傳等教法。之後，具宿世法緣且為空行和護法所協助的傳承持有者，包括：(1)傑種巴仁波切、(2)祖古給龍寧波、(3)嘎旺空卻天津(地方國王)、(4)塔西卡瑪田雍、(5)宗薩喇嘛卡瑪田雍、(6)蔣渣喇嘛嘉索、(7)查巴巴卡祖古、(8)喇嘛當卻帕禳、(9)偉大的成就者噶瑪恰美仁波切、(10)成就者貝瑪仁欽(第一世奏遷仁波切)、(11)聽列敦珠、(12)楊塔突波和(13)偉大的金剛持明昆桑謝拉。緣於這些主要傳承持有者廣弘「南卻虛空藏」教法，這些教法普遍地流傳於其它更大的僧團，如嘉華噶瑪巴的寺廟，噶陀寺及白玉寺，為佛弟子們修持。

具法緣的幸運弟子們，從全藏各角落紛紛前來接受灌頂與口傳，並視「南卻虛空藏」教法為秘密心要寶藏來修持。藉著這些修持者的證悟和不可思議的事業，「南卻虛空藏」教法已廣傳至十方。偉大的金



剛持明明珠多傑同時也從他的意伏藏中，告訴許多主要弟子們關於他們的過去。尊者也發現了許多修行聖地，並照顧、保護了無數具緣的眾生。原本在預言中，明珠多傑尊者會從地大取出伏藏，但由於眾生福報的不足，導致尊者住世的時間縮短了。在西元一六六七年，藏曆火羊年，尊者二十三歲的時候，在慕桑的一個聖地示現了病兆；在三月時，他的病情加重因此被迫停止傳法，當月十一日，他向禪修的本尊祈請、供養、祝禱並修持了許多迴向祈願文，然後他給予許多在身邊的弟子們最後的開示；於十四日，他在淨觀中見到所有的八大嘿嚕嘎與他們的成就壇城；在十五日早上，他見到三根本靜忿諸尊雲集，尊者以蓮花雙跏趺坐姿進入禪定中；在十六日上午，尊者在撥數念珠持咒時辭世，融入了實相的空性中。在之後的三天，尊者的身體仍一直保持著直立的禪定坐姿。尊者許多幸運的弟子們聚集在一起，以雲集般不可思議的供養，來供養他神聖的遺體。依照傳統，一切所需之火供供品都準備齊全，許多大成就者及學者也都到齊，之後舉行了神聖的茶毗儀式。在場有許多人悲傷流淚，然而所有的人皆目睹許多不可思議的景像，許多彩虹如帳幕般垂佈虛空。茶毗儀式後，大家發現明珠

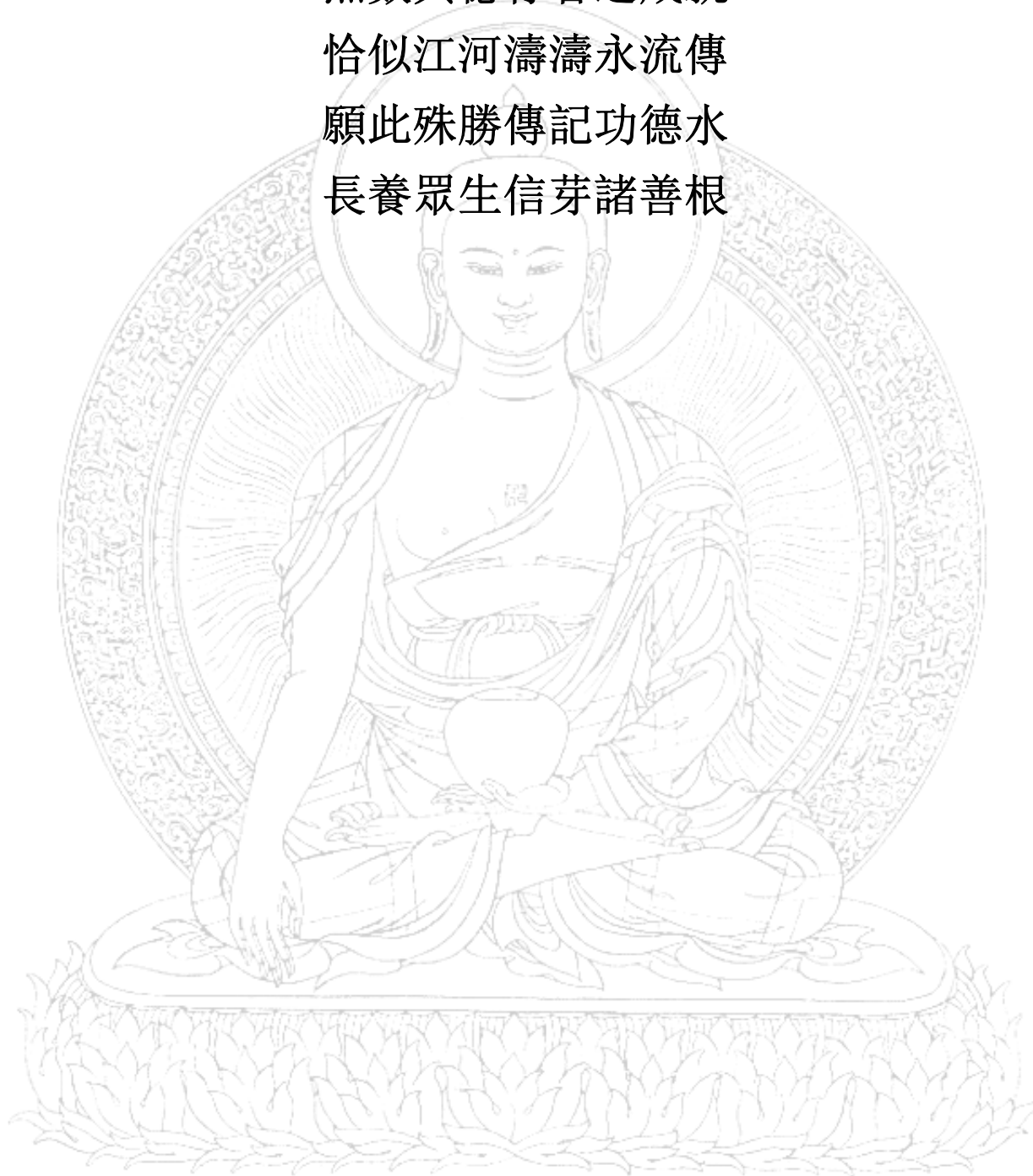


多傑的心臟和舌頭絲毫無損地遺留下來，幸運的弟子們將可依此來積聚福慧資糧。他的骨頭上浮現出藏文的母音和子音。幕桑、布頌、白玉和日瓦千等地區的偉大喇嘛們，建造了許多一層樓高的黃金舍利塔，來供奉明珠多傑的珍貴舍利，而這些舍利塔也成為人和非人等皈依環繞積聚功德的對景。

總之，這位偉大的金剛持明在雪域西藏，擁有眾多傳承持有者的弟子，而他們在生起次第和圓滿次第的證德成就，更是難以言書。因為第一任白玉寺寺主——偉大的金剛持明昆桑謝拉，是明珠多傑尊者的主要傳承繼承者，也因此歷代白玉傳承法座持有者與廣大的白玉僧眾們，是以「南卻虛空藏法」（亦即天法）為主要的修持法門。這些法門包括了：(1)淨業積福的加行法，(2)根本唸誦和成就法，(3)氣、脈的瑜伽修練法及(4)徹卻（立斷）和妥噶（頓超）的大圓滿實修法。白玉傳承歷代的法座持有者均圓滿成就這些修法。因此，白玉傳承乃以成就的傳承著稱。此外，白玉傳承也為尊貴的法主巴楚仁波切，和偉大的蔣貢康楚仁波切等許多西藏偉大成就者所讚歎。這些都是金剛持明明珠多傑尊者之成就及加持。



無數具德行者之成就
恰似江河濤濤永流傳
願此殊勝傳記功德水
長養眾生信芽諸善根



མཉམས་སྦྱོར་གྱི་རྒྱུ་ལས་འབྲས་ལས་ལྷན་སྦྱོར་།།



第二章 噶瑪恰美仁波切

金剛持明噶瑪恰美仁波切於西元 1613 年，誕生於西藏扎膜岡，一個稱作永脫多康，附近有金色河流蜿蜒向南流的地方。蓮花生大士曾有預言：「會有一位名具噶瑪之聖者，誕生在多康的中央，身體前後有痣相莊嚴，代表俱生法、報、化三身成就，將滿足眾生的需求，及令殊勝的教法綿延增長。」

如預言所示，恰美仁波切的父親是西藏的一位偉大的傳承持有者，名字叫貝瑪旺札 (Pedma Wangdrag)。他不僅是一位博通經續的學人，在生、圓次第的修持更是成就圓滿。貝瑪旺札曾多次親見蓮師、金剛亥母及其他本尊，並獲得加持。當他圓寂時，火化中遺留著絲毫無損的心、舌及眼，從牙齒孳生出無盡的舍利子，牙齒及骨頭上浮凸四臂瑪哈嘎拉法相及種子字阿等。

恰美仁波切的母親，名字為覺仰奇 (Chokyong Kyid)。她擁有智慧空行母的所有特徵，在心續上蘊



孕著對眾生無盡的愛與慈悲。在覺仰奇懷著恰美仁波切的那個晚上，她夢見黑臉護法恰洛東參 (charog dongchen) 到她面前，清除所有的障礙並加持她，同時也夢見她騎著白馬，手持油燈飛過一個村莊。當尊者誕生時，他的父親，也就是大成就者貝瑪旺札，給予這個嬰孩惹那林巴岩藏及阿彌陀佛多瑪密集心要灌頂，因此尊者在誕生時便接受灌頂，特別是惹那林巴的岩藏。尊者生來便具有強烈的慈悲心與非凡的智慧。由於前世的宿緣善根，從小就對三寶有猛烈的虔信，對正法有迫切的希求心。從孩提時代就對觀修心性有濃厚的興趣，經常在草坪上打坐觀察自心，五歲時已對心的本來面目有了一定的認識，並經常看到神、天人及非人等。當他在遊戲時，會舉行各種法會儀式，及製作法會所需之材料。在他六歲時，他的父親教他文字的讀誦與書寫，由於天資聰穎，沒多久便運用自如，流利閱讀經論，謄寫典籍，不久就接觸到密勒日巴二十萬歌集。有一次，他唱誦密勒日巴歌集的偈語時，進入三摩地達很久的時間。七歲的時候，在仲巴上師前剃度出家，從此以後，謹持淨戒，修持六度萬行。九歲時，尊者從他的父親接受了許多較小的灌頂法要、日常修法儀軌、曼陀羅的建造、天文及



其他學問。在當時，尊者以學習上的聰穎廣為人知。當他十一歲時，尊者遇到了他過去累世的上師，普拉瓦夏拉 (Prawashara) 大瑜伽士，並從上師處接受了許多灌頂和口傳，在此時尊者便立志要成為一個金剛乘修行者。

由於他的決心，恰美仁波切在十一歲至十九歲時，便於多處尸陀林靜坐修法，修持本尊，召遣護法及降服四魔與違緣等。之後尊者也修持許多成就法，包括：摩尼寶珠總集修持、忿怒蓮師、但堅護法、瑪哈嘎拉，及其他眾多法要。依據密續的教導，他每個本尊均如實地修持一個月，且由於他的專注及毅力，每種修持的成就徵兆均一一顯現。在嚴格的閉關中，尊者從來沒有讓他坐墊上的溫度消失過。為了避免昏睡，他將坐墊放在小凳子上，若他的身體向任一方傾料，他將會跌倒。尊者也從密續大師「薩迦」傳承的貢噶南嘉 (Kunga Namgyal) 處，接受了念誦、禪修觀世音菩薩及大手印的口傳，修持後，他向上師印證他的証悟及接受了直指心性的教授。



尊者於十九歲時，了解到戒律對教法存續之重要，及珍貴的暇滿人身之難得易失，決定將此生完全投入在佛法的修持上，乃於莊帕昆噶南佳 (Drungpa Kunga Namgyal) 上師處接受了皈依及居士戒，法名為噶瑪桑卓 (Karma Samdrub)。

同年的十一月十五日，他行腳至噶瑪巴駐錫之祖普寺。在此偉大的寺廟內，由二世噶瑪巴噶瑪巴西以神力塑成之釋尊像及三寶前，由旺秋覺雷南佳 (Wangchuk Choglei Namgyal) 大堪布授予沙彌戒。他的親教師為蘇里莊帕德卻 (Zurri Drungpa Dechog)；而他的祕密老師為給隆寧瑪，於合乎密續儀軌的儀式完成後，尊者成為一位如法受戒的沙彌，戒名噶瑪洛本。並在當天晚上，他受具足比丘戒，法名噶瑪恰美，並加入圖登寧林寺 (Thupten Nyinling Monastery) 的僧團。噶瑪恰美仁波切以普通比丘的身分，身、口、意三業殷勤、不辭勞苦地服侍僧團。他學習的主要科目包括：因明、印度五大論、止貢之一心及其他課程。尊者非常勤學，且定期向其他偉大的學人請益，以澄清法上的疑點，而獲得更深的領悟。在圖登寧林寺的戒規要求極嚴，噶瑪恰美仁波切對戒



律如法守持，如護眼珠，從無違犯。

在龍年時，大寶法王(嘉華噶瑪巴)卻英多傑及他的兩位心子(嘉察仁波切及夏瑪仁波切)造訪圖登寧林寺，尊者連續在六個月內，親聆噶瑪巴開示大手印，藥師佛法，止貢之一心、彌勒五論及其他珍貴的灌頂與口傳。之後一年半的時間，恰美仁波切在謝卡崗地區，隨侍噶瑪巴及他的兩位心子，他盡所能地勤奮學習，在蛇年依噶瑪康桑傳統所舉辦的祈願法會中，噶瑪恰美仁波切在一萬兩千僧眾前接受辯經考試，他浩瀚的學養使他的名聲如日中天。

當噶瑪恰美仁波切二十二歲時，嘉華噶瑪巴卻英多傑回歸法界。當噶瑪巴圓寂時，約有噶舉傳承八萬僧眾聚集，對噶瑪巴行不可思議般雲集的供養，因過去曾有登地菩薩捨身供一千油燈，噶瑪恰美仁波切於是燃其一根右手指當油燈來供養。當尊者行此難行之捨身供養時，他安住在樂空不二之法性中，他的迴向功德力，與普賢王如來祈禱文之果報無二無別。因他的功德與成就，周遭目睹此勝行之僧眾都沉浸在信心洋溢、法喜充滿中。而噶瑪恰美仁波切自己在深觀



中，見到嘉華噶瑪巴給予他加持。幾天後，手指因感染，噶瑪恰美仁波切有瀕臨死亡的感覺，雖然他經驗到此極端的苦楚，但尊者不僅沒有絲毫的悔意，他的信心反而較以前更加深廣。當閱讀岡波巴大師之《解脫莊嚴寶論》時，噶瑪恰美仁波切至拉薩聖城去接受嘉千秋巴傳承之菩薩戒。在覺沃釋迦牟尼佛像前，噶瑪恰美仁波切再度燃其一根左手指當油燈來供養，之後他獲得菩薩戒。許多從尼泊爾與蒙古來的朝聖者，均驚異地目睹此殊勝行。

之後，噶瑪恰美仁波切返回他的出生地，並在山上一座關房閉關。他每天修持徹卻祈禱文及那洛巴六法。為了利益眾生，他毫不在乎己身之物資，而不斷地為在世者及亡者修法；對那些具信與虔誠者，他會給予成熟灌頂及解脫口傳；雖然尊者有能力行誅法，但他卻從未傷過任何眾生的一根毛髮。

就在此時，尊者知悉他的父親上師即將涅槃，他儘可能地接受其他尚未接受的灌頂、口傳與修法。在他的父親回歸法界後，尊者在茶毗法會上，將其所有



之一切，供養給他的父親上師。

之後，他決心觀修寧瑪久邦 (Nyingma Gyud Bum) 傳承之觀音本尊，且在噶瑪南羅及大成就學人隆立寧瑪座下，接受兩次深廣之灌頂與教法。有一天在夢裡，尊者直接從噶瑪巴卻英多傑處接受所有四灌，這令他異常喜悅。

從十一歲至三十七歲，噶瑪恰美仁波切每年均會閉關一至二個月來累積根本與成就的咒語修持。在所有三根本及護法的咒語修持中，他均巨細靡遺的圓滿修持成就。與密續的描述一致，他在現觀、夢中及其他瑞兆，顯示他修持普賢王如來、蓮花生大士及其他原始智慧本尊的成就。這些敘述，在噶瑪恰美仁波切的傳記裡都有詳細的記載。

在馬年年底，尊者以其智慧之眼，認證出偉大的伏藏師明珠多傑，並予以行坐床大典。大伏藏師明珠多傑的降生，在蓮花生大士的岩藏中屢有預記。噶瑪恰美仁波切給予這年輕的祖古最深奧的灌頂、口傳及



獻上許多長壽祈禱文。基於這些努力，許多障礙被清除，而明珠多傑的俱生智慧也因此甦醒，他可回憶起無數的過去世，許多三根本之本尊聖眾現前並給予口傳教授，噶瑪恰美仁波切則幫忙謄寫記錄，噶瑪恰美仁波切對寧瑪教法之恩澤是無限深廣的。

在三十七歲時，尊者進行了嚴格的十三年閉關，以修持觀音、嘉華嘉措及大手印，在這些修持之間，他偶爾會透過關房牆壁的洞口，給予他忠誠又幸運的弟子們灌頂、口傳與開示。

在狗年元月，當尊者五十歲時，他的閉關修持即將圓滿。之後，當他傳授觀音祕密心要總集、上師覺悟心要及其他教法時，與會信眾可親睹觀世音菩薩，天空佈滿莊嚴的彩虹，空氣中瀰漫著香甜的氣味。

噶瑪恰美仁波切以南丘(大圓滿虛空藏)、惹那林巴之岩藏法、掌中佛之廣釋、觀世音菩薩之教法、氣功、山居閉關法等諸多教法廣豎法幢。他的入室弟子包括：卻旺聽列、貝瑪仁欽(第一世奏遷仁波切)、



旺巴祖古、洛巴祖古、大金剛持明昆桑謝拉（白玉主寺開山祖師）、惹那比夏法王等。他的弟子中有一百位以上徹底了悟心性，並廣大地利益眾生。當他開示與口傳時會有超過四千信眾雲集，而他黃金般的傳承至今綿延不斷。

特別的是，偉大的金剛持明昆桑謝拉從噶瑪恰美仁波切處，接受了許多傳承之教授，其中包括：惹那林巴之所有岩藏、掌中佛之廣釋、觀世音菩薩之教法（七字法教）及氣功，這些都成為持明昆桑謝拉的心要修持。輝煌之白玉傳承自昆桑謝拉以降，經過歷代傳承持有者及廣大僧團弘揚至今，均不斷地修持此傳承法要，它已儼然成為白玉傳承之祕密心要寶藏。

如岩藏取者明珠多傑及杜督多傑經常說過，噶瑪恰美仁波切是觀世音菩薩、蓮花生大士、松贊岡波、永怡嘉稱譯師及密勒日巴尊者的化身。其他更多的資料，可從噶瑪恰美仁波切的祕密傳記中獲得。基於這些記載，我們可以非常確定這位偉大的上師已成就兩種清淨的本性，安住在完全覺悟的境界。他如大



海般成熟及解脫眾生的心，是不可思議的。在末法時代，他為了眾生的利益，圓滿了各階段的修持及展現了各種不可思議的殊勝行。

尊者以其卓越的實證功德脫穎而出，為當今的修行者樹立了一個鮮明的楷模。並將寧瑪(紅教) 噶舉(白教) 兩大宗派的法源融匯成一支，創立內多噶舉派，成了這一派系的開山祖師。從此，聲譽威振四海，名揚天下。此後，尊者也時常到俗家作經懺，超度亡靈，隨緣度化眾生，攝受有緣弟子。

有一次，當地的人們染上一種嚴重的傳染病，部分的人不幸身亡，許多人祈請恰美仁波切慈悲加持以消除這場災難，他親自到患者家中念經加持，絲毫未考慮到自己有被傳染上此病的危險，而被他挽救了生命的那些人，卻沒有感恩戴德之心，對此恰美仁波切並未放在心上，而是真摯地祈願生生世世救度他們擺脫更大的疾患——業惑。諸如此類的事例有許多，恐繁不述。



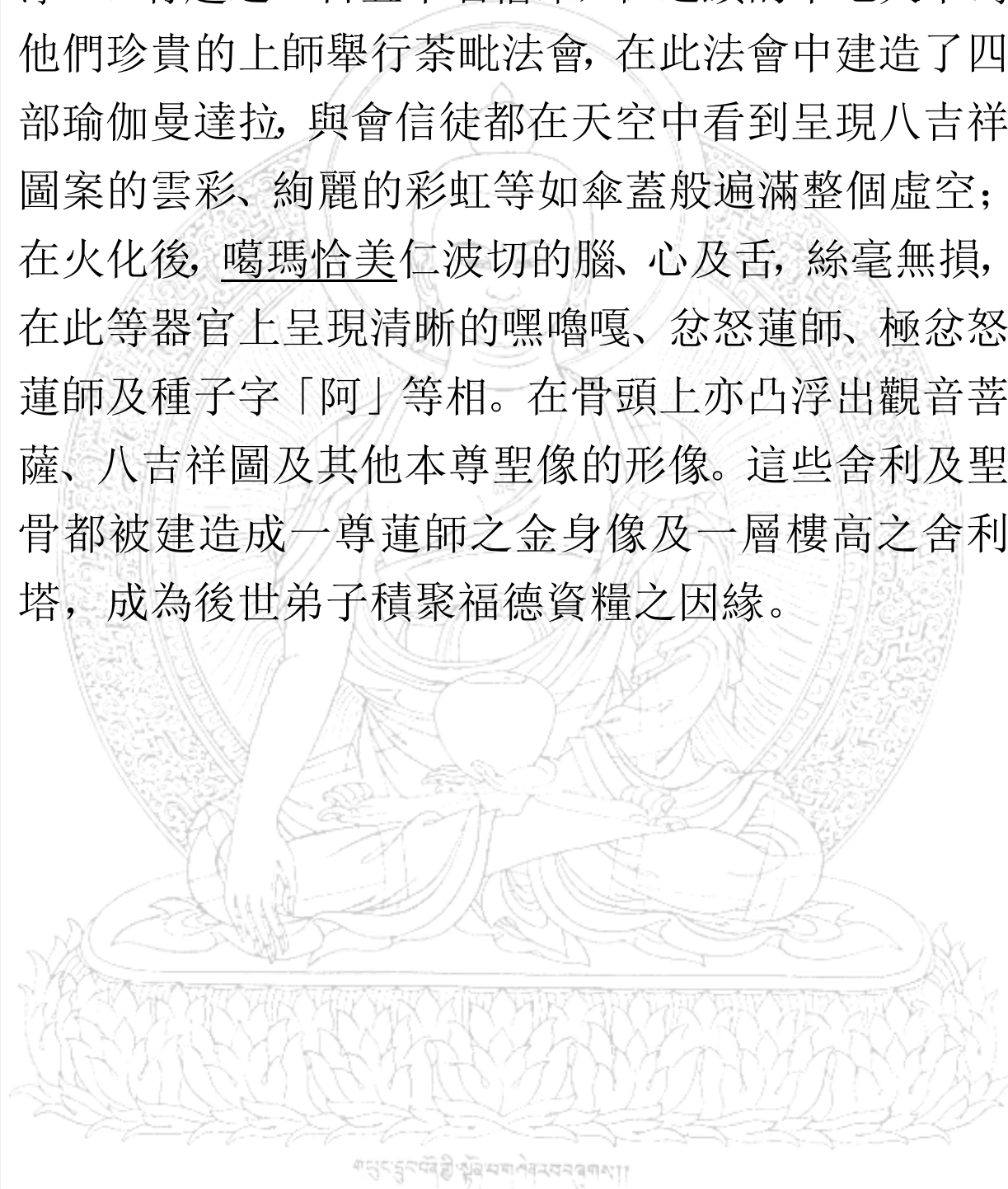
尊者晚年也著書立傳，為後代的學人留下了《山居法》《轉經輪功德》等許多無價之寶——修法竅訣；其中最為廣泛弘傳的是《阿彌陀佛極樂願文》，文句優美流暢，意義深奧，具有不共的加持力。尤其是在雪域，幾乎家喻戶曉，人人皆能背誦。諸大尊者均依據此願文在各地舉行極樂法會，無量眾生亦依此趨向解脫的彼岸。

在火蛇年年初，噶瑪恰美六十五歲時，在一次淨觀中，尊者親見阿彌陀佛。阿彌陀佛對他說：「我很期望你能儘早往生到我的極樂淨土來！」噶瑪恰美仁波切聽到這些話時，便知他往生西方極樂世界的時間到了。因此，在當月初二尊者示現病容，雖重病在身，他在那年秋季仍給予弟子們不少開示與口傳，並澄清修持上的疑點。

當尊者六十六歲，也就是西元 1678 年時，他表示就要離開這個世界了。在弟子們的祈請住世下，尊者同意在吉祥日會轉世再來；當年的六月一日，在種種瑞兆顯現中，噶瑪恰美仁波切將他的心融入阿彌陀



佛的心中，並將母親及家犬一起帶到阿彌陀佛之極樂淨土。有超過一百五十名僧眾，在連續的十七天中為他們珍貴的上師舉行荼毗法會，在此法會中建造了四部瑜伽曼達拉，與會信徒都在天空中看到呈現八吉祥圖案的雲彩、絢麗的彩虹等如傘蓋般遍滿整個虛空；在火化後，噶瑪恰美仁波切的腦、心及舌，絲毫無損，在此等器官上呈現清晰的嘿嚕嘎、忿怒蓮師、極忿怒蓮師及種子字「阿」等相。在骨頭上亦凸浮出觀音菩薩、八吉祥圖及其他本尊聖像的形像。這些舍利及聖骨都被建造成一尊蓮師之金身像及一層樓高之舍利塔，成為後世弟子積聚福德資糧之因緣。





第三章 白玉祖師持明昆桑謝拉傳

第一任白玉寺寺主

第一、轉世降生經過及求法修練歷程：

在普賢王如來本自清淨解脫的偉大淨覺本性中，圓具諸佛的一切果德。雖然五方佛部族的主尊在法性上是無二無別的，但是為了調伏有情，他們任運地從原始智慧中，展現了雲般不可數的化身。一切眾生的怙主——偉大的金剛持明昆桑謝拉，在種種的因緣下，亦有無邊的化身。在過去生中，他曾經為釋迦牟尼佛之子羅候羅、根延達摩塔阿羅漢（十羅漢之一，觀世音菩薩的化身）、噶拉多傑（大圓滿阿底瑜珈的祖師）、師利星哈（吉祥獅子，阿底瑜珈偉大的金剛阿闍梨）、蔣波心音、因札菩提國王（後來的傳承持有者）、中國開悟的禪師、拉孫嘉瓦蔣卻（亦即蓮師二十五大弟子之一的根敦桑波，修持蓮師成就，可在虛空中禪定）、卻洛恭（阿亞巴羅的化身）、蘇成釋迦炯涅（全知者）、蘭釋迦汪波、普陀瓦仁千梭、唐龍桑巴泰西帕、蒼宋巴（偉大的成就者）、美隆多傑（偉大的成



就者)、與多波地方之謝拉嘉稱。

在大伏藏師桑傑林巴的基督(偉大周遍覺心)伏藏法中,有記載一特殊預言:現下這尊阿羅漢——根敦桑波,在心中會持有基督祕密伏藏,為了宏揚基督伏藏教法,在將來他將以般若(智慧)之名轉世,藉著護持基督之甚深教法,他的慈悲將恩澤那些居於邊地、或環境更惡劣的無數有情,他會以祕密瑜珈士來示現,具有洪亮的聲音,他的慈悲將等虛空遍滿法界。尊者除了轉世為昆桑謝拉外,許多他後來的轉世,如嘉初仁波切及嘉誰朱美多傑等,也在西藏東北區嘉隆附近的邊地,匡正並宏揚了佛陀正法。

有關南卻虛空藏教法持有者的預言中,亦指出:「在此地的東或南方,會有名具恰美、圖欽與桑的聖者誕生。在他們的頸背有痣相壯嚴,由於幸運的業緣,他們將掌持此法脈。這三個名字分別為噶瑪恰美、圖欽嘉措、昆桑謝拉,及幕桑地區的喇嘛多傑昆桑嘉措。



在嘉隆地區有一位伏藏師貝瑪德千林巴，在他的「隆梭空行心要」伏藏法中，有一項預言：「在噶陀的西方，卻洛恭會以寂靜的菩薩示現，名具昆桑，他會廣弘一成就傳承的教法。」從這些先後期伏藏法的預言中，都明示了昆桑謝拉的轉世及廣弘教法。

昆桑謝拉誕生於布波地區的都康省，此地區正好位於噶陀的正西方，幕桑的東南方，靠近康蚌寺的白玉地區。他誕生的村落稱為阿邱，如「文殊真實名經」云：「究竟正覺阿中出，阿者一切字中勝。」根據地理風水的觀點，他誕生的地點極為祥瑞，他的父親為衛李家族之後裔，名為多傑，在此家族源流上，有不少的成就喇嘛示現，其中包括早期噶陀巴齊寺的成就喇嘛汪佳。昆桑謝拉誕生於西元 1636 年，也就是藏曆的火鼠年。當尊者還在孩提時代，即任運地具足對一切眾生的大悲心，即便是最小的生物亦不會加以傷害；不像其他的孩童，尊者在小時候，內在原始之覺性便已甦醒，且在背誦噶陀傳承的祈請文上極具天賦。



來自康烏寺且為金剛手菩薩化身的汪札嘉措 (Wangdrag Gyatso) 之上首弟子確揚嘉措 (Chokyong Gyatso)，授予昆桑謝拉居士戒，在受戒時，昆桑謝拉依照傳統獻上他的一小束頭髮，並獲得「圖欽嘉措」的戒名；除此之外，確揚嘉措也傳給他大手印、及其他深奧的伏藏法。在帕巴雷給寺，昆桑謝拉晉見莊巴仁波切 (Drungpa Rinpoche)，並依止他五年；在這段期間，昆桑謝拉接受了長壽祕密精華成就法、納利立津心要、瑪桑噶舉 (Martsang Kagyud) 傳承大手印之深奧教授及許多其他口傳。尊者非常刻苦、精進地修持這些法要。為了放棄睡眠，尊者甚至於在晚上將其頭髮以繩繫綁於樑上以保持清醒。由於不凡的精進與毅力，尊者終能了悟上師傳授給他的珍貴口傳。之後，昆桑謝拉被委任為莊巴仁波切護法寺之維那(修法時帶領唱誦者)；在尊者擔任維那期間，他以如洪鐘般之優雅音聲而聞名。由於尊者堅固之出離心，他放棄此生一切外相的執著。尊者也在法主答拉貝瑪瑪諦 (Tagla Pedma Mati) 前，接受了極多的深奧灌頂、教授與口傳，以斷除一切疑惑。



尊者從答拉法主與莊巴仁波切的入室弟子金剛持明嘉文恭丘答西 (Gyawen Konchog Tashi) 處，接受了包括所有寧瑪久本 (Nyingma Gyud Bum) 的教授，其中包括阿底瑜珈心髓部的所有十七續；龍欽巴尊者對「祕密心要」的註解——「遣除十方黑暗」、「七寶藏論」及「三休息論」；永敦多傑巴對「祕密心要」的註解——「明鏡」及「如意寶珠內義」；敦措雷北之「黃金種子字之內義」；恭督上師之「上師心髓」、「八大嘿嚕嘎心要」及為數極多之其他灌頂、教授與口傳。

另外，在嘉隆莫松有一極負盛名的成就者仁千多傑 (Lama Rinchen Dorje)，昆桑謝拉從他那裡接受了「恭督上師心髓」及康傳承的阿努瑜珈之甚深灌頂。至此，昆桑謝拉已成為早期噶陀傳承的持有者。由於嘉文恭丘答西及仁千多傑之兩位上師的慈悲攝受，昆桑謝拉能接受到答拉法主本身親自從每位伏藏者獲得的傳承灌頂、教授與口傳。也因為如此，昆桑謝拉在日後常提及這兩位上師的慈悲，以及對他們堅定不變的信心。



在巴欽卻宗寺，昆桑謝拉親近尊貴的成就者謝拉嘉措，並從他那兒接受了「竹傑潔南（竹傑的授權）」、「竹傑嘉措（百次授權）」、大伏藏師惹那林巴的「心成就法」及其他岩藏教法、極深廣之「上師心髓成就灌頂」及「阿努瑜珈灌頂」。

尊者也從竹巴噶舉的著名成就者杜桑祖古「孔卻噶波」處，接受了珍貴的經部、般若波羅密多、噶當派傳承、惹那林巴的「生命祕密心要」及其他許多伏藏教授。

尊者更從許多其他的偉大上師處，諸如馬圓雍顛嘉措、阿卓南卡秋乍、嘉拉南卡仁千、貢嘎嘉措（德格的大成就者），接受了完整而珍貴的經部口傳、薩迦派道果及其他舊譯與新譯的許多灌頂與教授。所有昆桑謝拉曾接受過的灌頂與口傳教授，都被記錄成兩大冊。

在接受這些傳承灌頂與口傳教授後，昆桑謝拉



便到人煙罕至的隱密深山中閉關潛修，並實踐了他所有對上師及教法上的承諾。尊者精進地修持，他在自己的坐墊四周放置了尖銳的刺針以徹底放棄睡眠，他晝夜不懈地努力修持，突破了各種障礙直至體悟之經驗昇起，並修持至道上果位的徵兆顯現。

尊者後來雲遊至幾乎與世隔絕的殊噶寺 (Shugag Monastery)，在那兒他對通帕嘉稱 (Tonpa Gyaltzen) 產生了不可動搖的信心，通帕嘉稱是喇嘛佳壯 (Lama Jadrang) 的弟子，而喇嘛佳壯則是聰依嘉措 (Chonyid Gyatso) 的轉世，也是印度八十四大成就者之一薩拉哈 (Saraha) 尊者的化身。聰依嘉措在事前曾對通帕嘉稱預言過這位殊勝弟子的到來，於是通帕嘉稱非常高興地接納他；昆桑謝拉也因此從通帕嘉稱處，接受了不少早期噶陀成就者集結的珍貴法要、大伏藏師卡瑪林巴的「寂忿生圓二次第」、大伏藏師惹那林巴的「忿怒蓮師」及其他伏藏法。特別的是，根據「甘露續流」的記載，昆桑謝拉長期地接受「阿努瑜伽深奧灌頂」之根本與支分灌頂、「寂忿幻現」及「阿底瑜珈心部的十八續」。在這些灌頂中，他獲得「突卻渣波乍」（意為：內含



尊勝心，外現忿怒相)的密名。通帕嘉稱也將深廣的心性成熟教授——「阿督孔卻嘉稱」(Ah Do Konchog Gyaltzen's)傳承之大圓滿「覺心觀照」，傳予昆桑謝拉。在這些教授的引領下，昆桑謝拉得以明見心性。因此，昆桑謝拉尊者常說，通帕嘉稱是他特別的根本上師。

之後，當昆桑謝拉修持這些深奧的教法時，他持守「萃取精要」的戒律，他以成份為藥石的濃縮精華丸及其他草藥，來取代一般食物。

後來，在他前往拉薩參訪的途中，經過一處稱為卻都農卓的地方。他得知名聞遐邇的偉大金剛持明明珠多傑正好造訪此地，昆桑謝拉便一心想去晉見他以獲得加持。當他見到這位偉大的大伏藏師時，尊者心中洋溢著不可思議的淨信與虔誠心。明珠多傑傳予他大伏藏師「惹那林巴」和「杜督多傑」的所有伏藏法及「康卓寧體」(空行心要)。

有一次，明珠多傑給昆桑謝拉一個木製封緘著的



空盒子，並將另一個盒子給予另一位弟子。當天晚上，他們將盒子放在頭頂上並供養念誦許多祈禱文，之後，昆桑謝拉打開盒子，發現盒中的一方有自生的法藥結晶，在中央並有許多細小顆粒，綻放出光彩奪目的五色光芒。

當昆桑謝拉請求明珠多傑尊者給予南卻的灌頂與口傳教授時，他被要求至藏經閣，隨機取出一經。而昆桑謝拉選取的經典正是傳自觀世音菩薩的「南卻虛空藏法」。於是明珠多傑告訴昆桑謝拉說，這是他成為「南卻虛空藏法」持有者的徵兆，也因此傳授尊者「大圓滿掌中佛」所有的灌頂與心性成熟的教授。昆桑謝拉完全放棄睡眠且不中斷地修持此珍貴法要，直至確認大伏藏師明珠多傑與蓮花生大士無二無別。由於親證此心續之流原本即是清淨之本初覺性，昆桑謝拉圓滿地證悟了大圓滿「頓超」的四種自然成就見地之本初智慧，即大圓滿阿底瑜珈的最高悟境。

也就在這個時候，在噶瑪恰美仁波切的引導下，昆桑謝拉正式剃度出家，恰美仁波切給他的法名即是



昆桑謝拉；恰美仁波切同時也給他「惹那林巴」的所有傳承灌頂、解脫教授與口傳，並授權他成為法脈持有者。同時，恰美仁波切也給尊者新、舊譯傳承如海般的灌頂與解脫口傳，以及恰美仁波切對大圓滿掌中佛的註解、「七法種子字」、氣脈修法及其他教授。當昆桑謝拉接受心性的教授時，他有系統地了悟所有的大圓滿六百四十萬續。在一剎那中，他清楚地憶起過去的二千世，尊者迅速地到達修持的顛峰，且有許多極明確的成就徵兆。

昆桑謝拉尊者也從桑耶多傑 (Sangye Dorje) 處，接受了所有剛喇羅渣瓦傳承的「寧瑪久本」教法，（「寧瑪久本」乃由惹那林巴所集結，它包括了所有寧瑪巴摩訶、阿努、阿底瑜伽的教傳教法。）、「桑瑪脫經」、「松贊岡波王之最後指示」。從不同的上師處接受許多教法後，昆桑謝拉便返回幕桑。

第二、白玉傳承的創建及佛行事業：

也是在這個時候，蔣巴彭措依其業果、功德與影響力成為第一位德格王。在他登基之前，白玉、蒼



都、與巴隆地區分別是由東拉德巴、句希彭穹與巴瑟喀巴所控制。由於此三位區域領袖都向蔣巴彭措稱臣，因此此三個區域也自然地都歸蔣巴彭措所掌控；另外，一些其他區域則是被武力強行侵佔的。在這個時期，在西康省的下區域戰火頻傳，許多寺廟都遭受到破壞與摧毀。與許多神聖喇嘛所預言的一致，蔣巴彭措王與赤千桑耶殿巴共同建立了一座寺院——白玉南嘉祥丘卻林 (Palyul Namgyal Changchub Choling)，此新寺院是從原有寺院的廢墟中重建的，而此聖地曾經有不少大成就者現前加持。寺院落成之初有五百多位出家眾，其中大多數是來自巴那寺住持噶通東巴紳吉的佛學院及基秋河河谷的僧侶。蔣巴彭措王原本想敦請色洛殿巴嘉稱為此新白玉寺院的住持，但色洛殿巴嘉稱因認為自己年紀已大而婉拒，但他認為聰依嘉措的弟子昆桑謝拉十分適合，因他能住持教法並將之弘揚至十方。於是蔣巴彭措王便傳送一封正式的邀請函給當時在幕桑的昆桑謝拉；同時，色洛殿巴嘉稱亦與昆桑謝拉會面，建議他此刻正是弘法利生之時，昆桑謝拉於是將此事稟告他的上師明珠多傑尊者，並請示上師擔此重任是否適合，明珠多傑於是告訴他：



「根據蓮花生大士的預言，你普渡眾生的時機已經成熟，你應前去擔任住持並弘揚正法，白玉寺將會成為弘揚寧瑪巴教法永不枯竭的泉源。」明珠多傑於是將其餘的祕密口傳傳予昆桑謝拉，充分授權他掌持南丘虛空藏法脈的傳承，並為他陞座為金剛阿闍梨，以究竟地慈佑一切眾生。

在西元 1665 年，藏曆木蛇年，昆桑謝拉三十歲時，他來到了白玉寺並擔任住持；不久，他開始制訂基礎的別解脫戒、菩薩戒（依龍樹菩薩的深見派傳承與無著菩薩的廣行派傳承），並傳授寧瑪巴的教傳與伏藏教法，特別是大圓滿阿底瑜珈的修持；在這段期間，尊者不可思議的佛法事業像夏天的湖泊般暴漲。

再一次地，昆桑謝拉至涅多去親近他珍貴的上師噶瑪恰美仁波切；在這次參訪中，恰美仁波切授予他比丘戒，昆桑謝拉也因此成為一位具足戒比丘。此外，他也接受了金剛持明（淨覺持有者）的頭銜，他的名字也因此成為金剛持明昆桑謝拉；在種種寶幢、法袍與旌旗等莊嚴下，昆桑謝拉正式成為噶瑪恰美仁波



切的法脈攝政，並依照指示穿上嘉華噶瑪巴的法帽及法袍。此外噶瑪恰美仁波切授予他伏藏師「貝瑪林巴」與「古登」的伏藏法、卡瑪林巴 (Karma Lingpa) 的寂忿生圓二次第儀軌、伏藏師紳壯 (Shangdrom) 的「生命擁有者」、「措窩、根恭及恰噶三忿怒尊」、伏藏師嘉稱寧波 (Jatson Nyingpo) 的伏藏法及明林德千 (Minling Terchen) 的「生命成就心要」灌頂；尊者也接受了伏藏師惹那林巴 的深奧教法如：「觀音菩薩祕密心要」、「三身心要成就法」、「生命成就祕密總集」、「忿怒蓮師」及「隆梭心髓」 (Longsal Nyingthig)。恰美仁波切告訴昆桑謝拉說：「根據預言，你將成為惹那林巴的法脈持有者，且藉此傳承你將利益無數有情。」為了延續噶瑪恰美仁波切的佛法事業，昆桑謝拉繼續接受所有的其餘法要，而成為法脈的直接持有者。為了取悅上師，昆桑謝拉向噶瑪恰美仁波切獻上「隆梭」的「忿怒蓮師之熾焰本初智慧」。

為了能親近大善知識伏藏師杜督多傑 (Duddul Dorje)，昆桑謝拉展開了一項參訪行程，但出發不久即在羅宗這個地方因戰火而無法前進，尊者於是決定派遣侍僧，帶著殊勝的供養前去晉見杜督多



傑；在昆桑謝拉折返白玉寺途中，經過怒秋河時遇沉船，昆桑謝拉雙手抱著兩位侍僧，以金剛雙跏趺坐姿，滴水不沾地飛越此河，此項神蹟立即傳遍這個地區，他以「飛越河流的噶陀喇嘛」而聞名，也因此啟發了一般居民的恭敬虔誠心。

之後，建造白玉祖寺的蔣巴彭措王邀請明珠多傑至他的皇宮，昆桑謝拉也一同作陪，這是昆桑謝拉第一次見到蔣巴彭措王，他們之後形成了上師與大功德主的關係。在這一次的會面之中，明珠多傑傳給蔣巴彭措王許多的灌頂與教法。

不久之後，明珠多傑被邀請至噶陀寺 (Kathog monastery)，昆桑謝拉也是一同前去。在一個明珠多傑主持的大灌頂中，由昆桑謝拉給予一千多位信眾寶瓶的甘露，令大眾驚奇的是，雖然接受灌頂的信眾有一千多人，但這寶瓶的甘露一直都是足夠的，並不需要補充；法會後，明珠多傑告訴昆桑謝拉說這是他成就的徵兆。隨後，明珠多傑與信眾弟子們便來到幕桑地區及吉丘河谷一帶，在這裏，明珠多傑給予數千的



弟子們南丘傳承的灌頂及教法，也給予昆桑謝拉許多珍貴的伏藏教法，並告訴昆桑謝拉：「南丘虛空藏法此殊勝的伏藏法，是由蓮花生大士直接傳給我，你則是繼我之後這傳承及口傳的持有者，我將這些教法傳授給你，你必需發大菩提心以利益法教和一切有情眾生」。之後，昆桑謝拉便正式地成為明珠多傑尊者南丘傳承的持有者，當時有許多的祈請文來祈求法運昌隆。

不久之後，明珠多傑尊者便圓寂了，昆桑謝拉舉行許多供養儀式，並建造了一座舍利塔來供奉尊者的骨舍利。回到白玉祖寺之後，昆桑謝拉尊者又在大殿旁建造了另一座舍利塔，來供奉尊者的舍利。同時，之前派往供養杜督多傑 (Duddul Dorje) 的侍者，也回到白玉祖寺，並帶回了珍貴的伏藏資料，以及杜督多傑專為昆桑謝拉所寫的每日持誦儀軌。

昆桑謝拉尊者也邀請特千龍薩寧波 (Terchen Longsal Nyingpo) 來白玉祖寺，特千龍薩寧波給予尊者許多伏藏教法，及一幅珍貴的極祕密之岩傳觀音菩



薩像，並預言尊者將成為這些教法的持有者；在特千龍薩寧波離開的時候，尊者供養了一千多種不同的供品。由於昆桑謝拉瞭解到白玉祖寺和噶陀寺必需保持密切合作以弘揚教法，昆桑謝拉和特千龍薩寧波這段時期一直保持著連繫，尊者並在白玉祖寺內造了一座蓮師聖像，並由尊者和特千龍薩寧波一同舉行開光儀式。尊者並在特千龍薩寧波之前立誓，從當時三十五歲開始至生命結束，他將以閉關修行為主，日中一食，斷除葷食，並且不飲酒。

昆桑謝拉無論是修法或是傳法，總是遵循著戒律之規範，尊者的弟子們也都能以此清淨的戒律為基礎，來修持深奧的密乘之道，因此，白玉祖寺的環境和僧團的心靈都是在純淨的氛圍之中。尊者也嚴格規定酒類只能用在齋供儀式中，尊者的許多弟子也以尊者為典範——精進閉關、日中一食、且不食肉、不飲酒。當蔣巴彭措王邀請第一世奏遷仁波切 (Dzogchen Rinpoche)——貝瑪仁欽 (Pedma Rigzin) 至王宮來校正並確認佐欽教法的見地及修持方法時，佐欽仁波切也至白玉祖寺拜訪，並會見昆桑謝拉尊者，他們並討論了佐欽傳承與白玉傳承教法的相似



處。這次吉祥的會面之後，尊者送佐欽仁波切至敏卓林寺，佐欽仁波切從敏林特千 (Minling Terchen, 第五世達賴喇嘛的兄弟) 接受了「敏林教傳傳承」的灌頂與教法之後，把這些教傳法教之手稿帶回給昆桑謝拉尊者當作供養，這份原始的手稿仍然保留在白玉祖寺。這也是第一次「敏林教傳傳承」的教法來到白玉祖寺，這吉祥的緣起也促使之後所有的「寧瑪巴教傳教法」能被製作成木刻版保存。

雖然尊者大部分的時間都用來閉關修持，但尊者仍會在許可的時候傳法並指導弟子，許多弟子透過禪修的經驗都有成就的徵兆出現。就在這個時候，白玉祖寺吸引了很多的信眾，並且接受了許多的供養，但習於閉關的尊者並不喜歡這種情形，他便帶了兩個侍者至歐薩山岡之靜處閉關，在淨觀之中，尊者瞭解到原來歐薩山岡是由噶拉多傑 (Garab Dorje) 加持過的聖地。尊者在茅草搭建的小屋中閉關修持，雖然沒有其它雜事，但愈來愈多的信徒慢慢聚集，使尊者閉關的地方也漸漸成了大眾心性修持的中心。



在這個時候，尊者的佛行事業更加廣大，信徒從四面八方蜂擁而至，各地的國王也都非常尊崇尊者，不只對尊者行廣大的供養，也為尊者建造新的寺廟。尊者的在家弟子都定期地修持許多教法：一日斷食並持守十善業之法、頗瓦法(遷識法)、以及持誦六字大明咒…等。在尊者附近的地區，大眾狩獵的行為及捕獸的陷阱都不復見，僧俗四眾也不再飲酒食肉。

為了以修法為道，白玉祖寺的僧團以別解脫為基礎，並修持龍樹菩薩之「甚深見派」，及無著菩薩之「廣行派」兩大菩提心的教法，透過這些基礎的修持，僧眾清除了修道上的障礙並積集功德。且在白玉祖寺，一個月閉關的傳統和四十萬遍的四加行是必需的，只有完成這些加行的修法，才能接受其它的灌頂和生起次第等本尊的修持，再進一步學習圓滿次第，以及四十四天的閉關修持「拙火」，修持的人必須通過一項考驗：就是在冬天的時候，將一件濕冷的衣服穿在身上，再以修持的拙火使其變乾；修法成功後，再根據個人的情況，進行心性及止觀的修持，最後再



修無二之大手印及大圓滿無上瑜伽(阿底瑜伽)；修持者將閉關八十天以修持無上瑜伽之「頓超(妥噶)」，包括「黑暗修持(Darkness practice)」之閉關，也就是在一位有經驗的上師指導之下，在一個完全黑暗房間裏，修持「妥噶」之淨光。當以上這些三年次第的修法都完成並都有成就後，行者將被授予「金剛阿闍黎」的榮銜及法帽，將可為他人進行灌頂及傳法。這些修行閉關的次第，自昆桑謝拉開始至現今，已成為白玉祖寺的傳統。

昆桑謝拉尊者每日從黎明至黃昏，日中一食，保持靜語並進行自身的修持；灌頂、傳法、解惑則集中在黃昏至中夜間，之後僅有三個小時的睡眠。尊者每日一定修持「拙火」及「妥噶」。在每月的十五日及三十日，除了平常的修法外，尊者也會加修懺法。尊者精進的修持使每個見到他的人，都能感受到尊者是尊貴無瑕的。

尊者將大眾供養給他的物資，全部用來資助僧團，並常常放生，舉行無數的大成就法會及甘露法



藥成就法會。尊者也遵循上師恰美仁波切的指導，修持惹那林巴的「三身成就法」及「觀音菩薩極密心要」，對此教法，尊者並著有「白銀明鏡(White Silver Mirror)」一函。尊者每年也舉行「七世婆羅門珍貴藥丸法會」，並寫下新的修持指示。白玉祖寺也從昆桑謝拉尊者開始，例行舉辦「八大嘿嚕嘎」及「覺心極密心要(Condensed Essence of the Enlightened Mind)」的成就法會及甘露法藥法會。這些從尊者開始舉辦的例行法會，有些仍延續至今日。

尊者也以建造大量的舍利塔聞名，在主要道路旁，繪有許多本尊及咒語，讓見到的人能種下解脫的種子；尊者也製作許多本尊壇城；在薈供或煙供之後，尊者也將一些供品放入大河之中，讓整條河流的水都充滿加持力，尊者也舉行源自桑耶林巴(Sangye Lingpa)的「日光加持儀式」。在尊者的領導之下，白玉寺擴充至三千人之多的大寺院；並且經由教理的學習和實際的修持，佛陀的教法在此不斷的增上和廣泛地流佈。



尊者為無數的弟子授予各種戒律，具緣的弟子會修持更深奧的教法，當他們修行有成就時，可以了知前世或預知後世，也具有能力以加持他人，許多尊者的弟子都具有不可思議的能力以利益眾生。來自慕桑的喇嘛多讓 (Lama Dozang) 說：在尊者這位大持明圓寂之前，他至少拜訪過將近一百座由尊者的弟子所建立的寺廟或閉關中心。由此可見尊者及其弟子利生事業之廣大。

尊者可回憶起往昔一、二千世的情況，也具有神通以利益眾生，如可以毫不猶豫地預知未來之事，尊者也在石頭烙下他的足印，這些足印至今仍然可見。尊者晚年以修持為主，但也在白玉祖寺建了一座兩層樓高的殿堂——拉薩康 (Lhasar Khang)]，這時白玉祖寺來了一位以印度聖人裝扮的人，願為新的殿堂繪製法相，尊者於是在二樓繪製了天法的本尊，尊者也製造了其根本上師與其四個主要弟子的鍍金雕像。尊者以金和銅塑造了一尊一層樓高的「覺沃移喜諾布」佛像，是戴有五方佛冠的釋迦牟尼佛像，當造這尊佛



像的時候，有成群的螞蟻以小金球來供養此雕像，當尊者為這尊佛像開光的時候，尊者清楚的看見瑪哈嘎啦護法以怙主瑪寧的形相出現在虛空中，之後融入此佛像中。在舉行「覺心極密心要 (Condensed Essence of the Enlightened Mind)」的甘露法藥成就法會時，尊者親見主尊——蓮花金剛，同時，有一顆橄仁樹芽自然出現在法藥中，且香氣遍滿整個寺院；有一位從三十五公里外的城市來的弟子，說他當時也聞到此殊勝的香氣。

在一次的護持教法的法會當中，昆桑謝拉也親見明珠多傑尊者出現在前面的虛空中，尊者四周並圍繞著無數的本尊、咒鬘、和法器。又有一次舉行惹那林巴的「心性成就」甘露法會上，天空降下了花雨，在場所有的人也都見到了三圈銀白色的月光圍繞在白玉寺周圍，且嘎巴拉裏的甘露伴隨著沸騰的聲音，不停的滿溢出來。

有一次，尊者給予德些都巴 (Desheg Dupa) 「八大嘿嚕嘎善逝心要」之灌頂，在修前行及生起次第時，



許多在場的信眾見到了九位本尊及其眷屬出現在光明之中。在舉行惹那林巴的「觀音菩薩祕密心要大成就法會」時，甘露丸也不斷的增加，有些還飛越虛空掉入河流之中，美麗的彩虹也出現在天空中。每次尊者舉行各種成就法會時，特殊的香氣都會瀰漫在白玉寺四周。尊者透過無數的利生事業，弘揚了經教與密續的教法，並興建了許多寺廟，也在中國的許多地區建立了僧團，這些地區之前有些連佛法的名稱都未曾得聞。

在昆桑謝拉尊者之前，祖欽夏洽窘內 (Zurchung Shakya Jungney) 的時代，由祖欽夏洽窘內及其兒子和弟子全力弘揚三內密(瑪哈瑜伽、阿努瑜伽、阿底瑜伽)，使寧瑪巴的佛學院遍佈各地。之後，由於因緣之故，寧瑪巴教法衰微，幾乎蕩然無存，只剩下一些山上的隱士和在家眾保存教法；其它的傳承持有者，如第五世達賴喇嘛、及他的兄弟敏林特千 (Minling Terchen)、和來自多傑扎寺、噶陀寺、雪謙寺、佐欽寺的上師也都盡力讓密續再度發揚光大，但個別的努力總是有限，在這個寧瑪巴教法危急的時刻，昆桑謝拉尊者的出現，讓這些殊勝的教法能夠再度復興。在康區，尊者是佛法最有力的弘揚者，特別



是弘揚蓮師的教法以及建立寧瑪巴佛學院。尊者的努力對於弘揚「寧瑪巴教傳」及「恭督(Gondgu)岩傳」的三內密也是非常重要的。

昆桑謝拉的四個心子是：瑟爾巴耶謝商給 (Yeshe Sengge)，江剛阿貝爾 (Alphel)，秀剛巴丁 (Suggang Bading)，和真達多傑塔爾 (Dorje Thar)。這殊勝的傳承有如珍貴的金鍊，由尊者這些傑出的弟子們，建立了白玉五大寺。再由這五大寺，分出了一百多座寺院，讓白玉寺的組織更加穩固，也讓白玉傳承更加發揚光大。

當尊者知道是自己將離開這世界的時候，他開始留下許多預言。他特別希望一些弟子能拋棄世俗之一切，在差哩 (Tzari) 等知名的聖地閉關，認真地修行表現出真正出家僧眾的風範；許多尊者的弟子接受誓言出家，在不同的地方修行，並達到大圓滿修持最高的成就——虹光身。

在昆桑謝拉圓寂之前，尊者留下遺言給他最重要



的弟子——貝瑪倫珠嘉措：「你必須如同我一樣，全力地弘揚教法，若能如此，那我們實際上是不會分離的。現在我看到巨大的水晶階梯從天而降，並有無數如雲眾的供養天女帶著供品，引導的老虎和雪獅慢慢接近。」這是尊者最後留下的話語，這也是阿底瑜伽之修行者在修行成就時，智慧空行母迎請並護送行者進入法界的象徵。在西元 1699 年，藏曆木兔年的第十五天，六十四歲的昆桑謝拉尊者將密意融入虛空法界之中。

在尊者圓寂的時候，寒冷的天氣突然變得溫暖，許多花芽都開始綻放花朵。尊者的主要弟子和三千多名僧眾為尊者舉行供養儀式。在這段期間，大多數的弟子們都感受到持續的清淨光明之覺受。當舉行茶毘大典時，絢麗的雲彩伴隨著燦爛的彩虹遍佈整個天空；尊者的頭蓋骨浮凸出一個「阿」字，並留下許多圖樣及舍利。在這特別的日子裏，很多尊者的弟子都親見尊者現前，許多弟子則是在夢中：得見尊者，或給予預言、或消除其障礙、或給予加持等等。尊者的弟子們建造了一座一層樓高的舍利塔，內層為石頭和泥，外層覆以珍貴的黃金，來供奉尊者的舍利。



尊者的法名——昆桑謝拉，其意義為：昆桑(完美無上的)，謝拉(智慧)，即「完美無上之智慧」。

尊者的著作共有五函，包括「天法大圓滿掌中佛前行及正行修持法」、「大圓滿淨光妥噶之教授」、「三律聖教明燈 (The lamp of the Doctrine of the Three Vows)」、「如何依止心靈的上師」、「飲酒的過失」、「大成就法會及註釋之目錄」等。在那艱困的年代，尊者不僅弘揚了佛陀的教法，對於寧瑪巴傳承的維持更是居功厥偉；更是白玉傳承的第一任法王；天法之教法在尊者奠下的基礎上逐漸向外開展；白玉寺也成為寧瑪巴六大寺院之一。尊者也樹立了嚴守戒律與精進實修的典範，成為後世四眾弟子追隨的榜樣。



མཉམས་སྦྲེལ་གྱི་རྒྱལ་ལོ་ལྷན་སྐྱེས་པའི་འཇམ་དཔལ་ལྷོ་མ་།།



第四章 白玉派第十一代祖師

尊貴的貝諾法王簡傳

舊派寧瑪巴掌教法王貝諾仁波切的弘法因緣在蓮師的巖藏法中屢有預記。在惹那林巴及嘉稱寧波的巖藏法中有云：「在噶陀的南方，一位稱為諾布的即將誕生。由於他不可思議的智慧與慈悲，凡與他接觸、學習者將可以一生成就法要，迅速證得果位。」

舊派寧瑪巴白玉傳承，是寧瑪六大主寺中最殊勝的傳承之一。遠在白玉創建主寺以前，當文成公主入藏經過白玉主寺該處時，便預言此處將來會出現許多得道高僧及成就者，並在該地種了一棵樹。除了蓮師加持該地外，大譯師毗盧遮那在前往渣瓦龍，路經白玉時，亦種下一棵柏樹，並預言此處會有興盛的佛學院與閉關中心，如此殊勝的徵兆與蓮師授記噶陀的南方不謀而合。

與金剛薩埵及金剛手菩薩在本質上無二無別的貝諾法王為了利益無邊的眾生，在輪迴未空之際會任運地示現許多化身，其中最為大眾所熟知的有十一位化身。首先，他最初示現為松贊崗波王主掌佛法事物



之大臣噶拉東真、其後為毗瑪拉密渣（無垢友）、赤松德贊王的第二個兒子拉誰真當、蓮師二十五個弟子之一喇龍巴基多傑、巖藏導主桑傑林巴、巖藏取者嘉稱寧波、卓旺貝瑪諾布、多竹千昆桑先翮（第一世多竹千法王）、多竹千彭措久涅（第二世多竹千法王）、卓旺巴杜千巴（第二世貝諾法王）、及此世貝諾法王共十一位化身。

第五世奏遷仁波切圖顛卻吉多傑曾預言：

「聖地部波上方之處中 妙主岩山任運莊嚴頂
 種種綠樹海寨莊嚴飾 極淨清涼大河南邊流
 父母蘇南吉其名具者 吉勝慧兒於水猴年生
 教眾藥石善名妙善升 卓千王世卻吉多傑志」

法王五歲時被迎請至白玉主寺升座，堪布雅噶授與法王皈戒、文殊灌頂、一尊珍貴文殊佛像及為法王寫了一篇長壽祈請文。昆桑謝拉的再世（前一世秋竹仁波切）授與法王外別解脫戒、內菩薩戒及密三昧耶戒，使得法王成為具足三種戒律的金剛總持。前一世秋竹仁波切晚年常說：「若無法將所有大圓滿的



灌頂及口訣傳給貝諾法王，我這暇滿人身就浪費掉了！」之後，秋竹仁波切將一切顯、密、大圓滿的灌頂與口訣完整地傳給貝諾法王，使得法王成為顯密佛法的教主。貝諾法王到達印度之後，從達賴喇嘛處接受時輪金剛等教法，此外與敦珠法王及頂果法王等彼此相互傳法，互為師徒，彼此心融合為一。

1959年，法王遠離家鄉至印度，原來佛法興盛的西康已不復存在，法王當時曾經想到身處五濁惡世，不如閉關專修。後來因不忍寧瑪教法像彩虹般逐漸消失，法王重新思維並立誓要以三輪佛法事業讓佛法能再度興盛。在1963年時，法王在南印度興建南卓林寺，當時法王身上只有五百盧比，剛開始時也只有八位出家眾。由於法王不屈不饒地辛勤灌溉，至今已有小學學僧一千多名、佛學院學僧五百名，阿尼僧眾四百多名及閉關行者四十至五十名，超過三千名僧眾。他們的衣、食、住、醫藥全由法王一人負擔。此外，法王每年派出祖古及堪布五十多位至世界各地弘化、遍豎法幢。法王至今已給數千人剃度受戒，除了授與教法及灌頂之外，他也提供人們各類問題解答，日復一日，從早至晚。法王無私的工作以利益在世者、



臨終者及往生者。在他第四次回西藏時，他重建白玉祖寺及各分寺。在香港、台灣、新加坡、馬來西亞、菲律賓、美國、英國、法國…等國家都建立了佛法中心，給予世界各地無數弟子教法及灌頂。

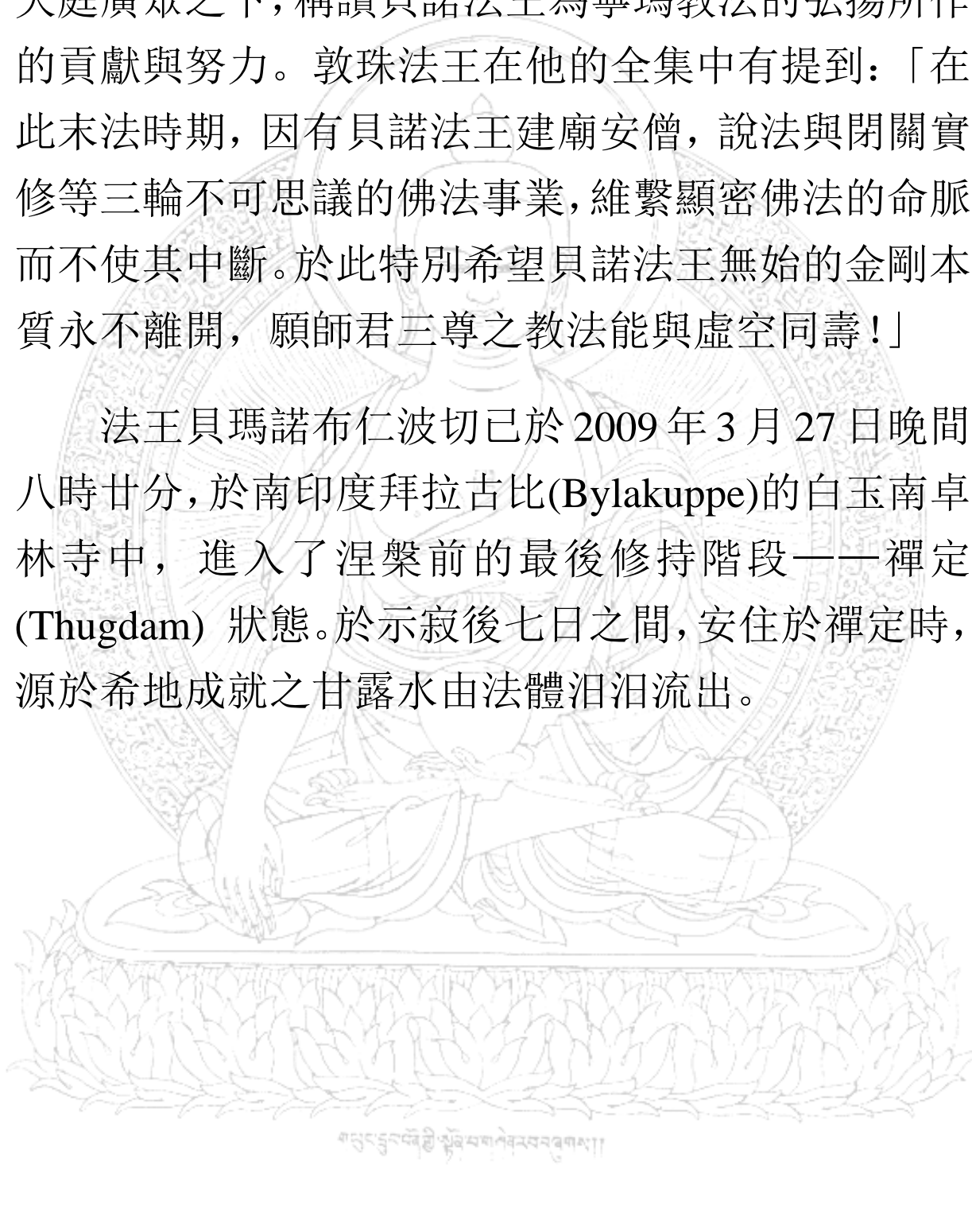
紐殊堪仁波切在他的心髓傳承介紹裏有雲：“敦珠法王將許多灌頂與口訣傳予貝諾法王；貝諾法王也傳給許多罕見之大藏經口傳傳予敦珠法王，在相互傳法之間，他們的心意融合為一。秋竹仁波切將所有內密三部的灌頂與口訣如瓶入瓶般地傳給貝諾法王。在三根本的念誦閉關中，貝諾法王日夜安住在大圓滿正行且卻與脫噶的禪定中，顯現出許多菩薩地上功德的征兆；特別是從秋竹仁波切處接受比丘戒起，如心眼般地慎護微細學處，從無違犯，令十方諸佛菩薩歡喜贊歎！值此末法時期，貝諾法王至今已為兩千三百多僧眾授出家戒，法王對寧瑪巴金剛乘在家瑜珈士與出家僧團的貢獻是述說不盡的。”

在 1993 年印度菩提迦耶的寧瑪祈願法會上，來自世界各地的寧瑪派傑出代表一致推舉貝諾法王是繼敦珠法王、頂果欽哲法王之後，為當今寧瑪派掌教法王，此殊榮實至名歸也！晉美彭措法王經常讚嘆貝



諾法王已成肉身佛，西藏的精神領袖達賴喇嘛經常在大庭廣眾之下，稱讚貝諾法王為寧瑪教法的弘揚所作的貢獻與努力。敦珠法王在他的全集中有提到：「在此末法時期，因有貝諾法王建廟安僧，說法與閉關實修等三輪不可思議的佛法事業，維繫顯密佛法的命脈而不使其中斷。於此特別希望貝諾法王無始的金剛本質永不離開，願師君三尊之教法能與虛空同壽！」

法王貝瑪諾布仁波切已於 2009 年 3 月 27 日晚間八時廿分，於南印度拜拉古比(Bylakuppe)的白玉南卓林寺中，進入了涅槃前的最後修持階段——禪定(Thugdam) 狀態。於示寂後七日之間，安住於禪定時，源於希地成就之甘露水由法體汨汨流出。





第五章 尊貴的白玉土絨活佛

（覺康祖古）略傳

白玉覺康祖古出生於多康，從小即已坐上前世白玉寺的黃金寶座。被該寺的很多大成就者們封為法主。從白玉寺的很多上師善知識處，得到了大藏經《甘珠爾》等的口傳。在堪布貝瑪吉美、色達大堪布李丹秦哲威色等處，聞得了總體的顯密典籍，南卻伏藏和惹那林巴伏藏師等的伏藏正法密精義灌頂，口傳，講解等無數深奧的正法。他與大成就者貝諾三世圖登吉美謝竹曲吉扎揚的寺院、傳承都完全一樣的。兩人是金剛兄弟，想法也完全一致。他們的上師、灌頂、教誨、訣竅等很多都是共同的。

尤其是他拜不共的部主白玉達爾唐祖古圖登曲吉達瓦仁波切、紐修隆舵仁波切的轉世謝竹丹貝尼瑪仁波切為師，聽聞了大圓滿法《大密精義經驗講解》，《超越耳傳》等。對訣竅講解的實踐，前後用了很多年的時間，進行聞思，得到了傳承實際的深意。依怙上師說：“按照需要，應把所有灌頂、口傳、教誨都交給你。現在已經交付了，我也安心了。”實際上是



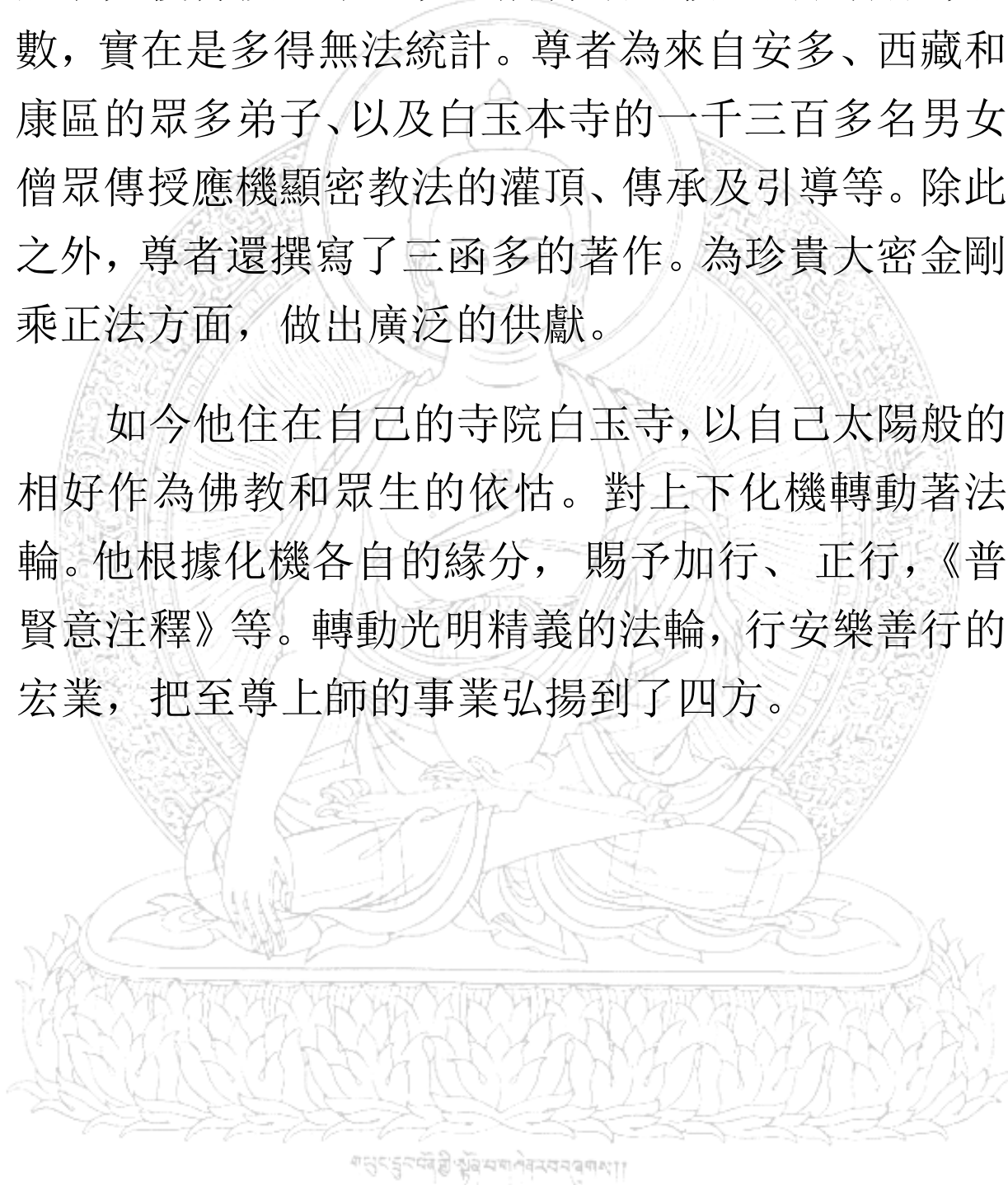
把所有的教誨都托付給他。現在回頭想想，這也是對未來的預言。

有一段時間，由於被野蠻人的迫害，他被關進了監獄。期間受到了各種障礙。但佛陀的恩德是不會過時的，殊勝的發心事業永遠不會虛耗。如經雲：海浪的到來，不一定能夠准時。但對需要調伏的化機來說，佛陀是絕不會過時的。正是如此，他從障礙的戰場裏解脫出來。在藏民族的珍貴佛教重新得到恢復時，重新挑起修復被毀壞的白玉寺的重任，這是座由大持明昆桑謝拉尊者等很多大成就者們建造，具有三百多年曆史的寺院。他重建了這座佛教基地的所依和能依等外內設施、壁畫、跳金剛舞用的服裝和用具。並恢復了初十修法、節日大法、講經院、修行院、制造壇城規格、經文念頌音調等曆代法師的宏業。更加認真地擔負起弘揚佛教的責任。尤值稱道的是，從公元一九八三年至今，尊者刻制了一百二十五函的《前譯教言》經版，並修建了五層的印經殿安放。同時，應印度聖地的竹旺貝諾仁波切的邀請，將自宗的南卻和惹那林巴的伏藏正法、佛語等的灌頂、修行儀軌、訣竅實踐進行了整頓。在傳法方面，尊者廣傳灌頂、傳



承及引導，撫育有緣所化，僅《普賢上師言教》及筆記就先後傳授三十二次，所傳顯密教法的種類和次數，實在是多得無法統計。尊者為來自安多、西藏和康區的眾多弟子、以及白玉本寺的一千三百多名男女僧眾傳授應機顯密教法的灌頂、傳承及引導等。除此之外，尊者還撰寫了三函多的著作。為珍貴大密金剛乘正法方面，做出廣泛的供獻。

如今他住在自己的寺院白玉寺，以自己太陽般的相好作為佛教和眾生的依怙。對上下化機轉動著法輪。他根據化機各自的緣分，賜予加行、正行，《普賢意注釋》等。轉動光明精義的法輪，行安樂善行的宏業，把至尊上師的事業弘揚到了四方。





第六章 拉則祖古貝瑪仁真仁波切

第一、白玉拉則傳承簡介：

寧瑪巴白玉傳承開基祖師昆桑謝拉尊者的四大弟子之一瑟爾巴·耶協桑給尊者，於1668年2月11日，在西康色達地區，也就是現今四川省甘孜州色達縣甲學鄉，開創了寧瑪巴白玉派之傳承拉則寺——拉則密法勝義禪林。此一富有名勝的古寺，環境清雅、山色秀麗，前後兩座山形，猶如兩頭大象之壯觀，呈現祥瑞之相。右邊山的盡頭有兩條河流、河口會合，象徵瑞龍之母子相逢。茂盛的園林自然分佈，地形有如八瓣蓮花，天空又似八輻法輪，時常釋放出陣陣異香。後山上有八吉祥之地形及天然阿字，左右山為八大嘿嚕嘎及金剛亥母之聖地。此處曾經由蓮花生大士加持及埋藏了伏藏之聖地。拉則寺自開創以來，曾在此修行閉關，而獲得虹光身成就者共有十三位之多。同時也培養了很多精通三藏佛學之堪布、金剛上師及殊勝之修行者。從而形成了寧瑪巴白玉拉則傳承；歷代祖師都來自於尊貴的拉則家族（拉則，藏語意為“天神之子”），修持大圓滿與大手印雙運等白玉傳承教法，均呈現出成就瑞相。



拉則寺開山祖師瑟爾巴·耶協桑給尊者為第一代傳承祖師，第二代拉則貝瑪多傑尊者，第三代拉則康達吉美嘎商尊者，第四代拉則千則哦色尊者，第五代拉則江貢桑傑巴登尊者，第六代拉則江巴丹真尊者，第七代拉則多阿丹真尊者，第八代玉闊加紮秋楊讓卓尊者，第九代拉則塔瓦江稱尊者，當今尊貴的拉則祖古仁波切貝瑪仁真是拉則第十代傳承持有者。

現今的拉則祖古貝瑪仁真仁波切，1968年出生於拉則家族之蔣拉家庭，父名渥沙尼瑪，母名宗吉；被色拉揚智尊者認定為拉則傳承第九代祖師的轉世，從而成為拉則傳承的第十代傳承祖師。尊者自幼於拉則寺內學習各種顯密經論教法，接受自宗之灌頂、口傳與教授，並且圓滿實修。後又在蔣康祖古土絨仁波切等處接受寧瑪巴白玉傳承之教授，獲賜金剛上師之位；1996年，由貝諾法王賜予第十代拉則傳承法脈持有者。仁波切在圓滿修習寧瑪巴自宗的同時，也曾在江揚蔣措格西，貢唐倉仁波切等處接受新續的種種灌頂與教法，精進修學，於1998年獲頒“哲蚌南江巴”（佛學博士）之位。



仁波切具有著：1，純正白玉傳承；2，傳世活佛；3，天神拉則家族傳承等三大特質，成為甚珍貴難得之佛法傳承者。仁波切登基之後勤習三藏經論及四部密續等。新建大經堂、佛學院、閉關中心及小喇嘛學院，同時在海外新加坡、臺灣、香港、馬來西亞、美國及澳大利亞等地，弘揚本寺的佛法傳承。

第二、白玉拉則傳承教法簡介：

目前在拉則寺教證之佛法，由兩個學院負責弘揚。第一、“教”方面，是由佛學院教導三藏經論及內外密續之聞、思、修。第二、“證”方面，是由閉關中心三年特修顯宗戒、定、慧，及密宗生起次第；圓滿次第脈、氣、明點；大圓滿立斷（徹却）、頓超（妥噶）等顯密雙修之尊貴教法。本寺也設立小喇嘛學院，小喇嘛賜於沙彌戒後教經文、教導修持前行四加行，然後進入佛學院，於佛學院學習圓滿後，入閉關中心修大圓滿。

（一）佛學院簡介：



為了圓滿貝諾法王的期望及正法弘揚之久住，由拉則祖古仁波切在現有佛學院的基礎上建立起嶄新的佛學院。貝諾法王特為此新佛學院取名為“前譯大乘教證明覺生地洲”，同時法王也派堪布前來佛學院作教導，色達喇榮五明佛學院的堪布也受邀前來教導。課程包括龍欽巴尊者、讓桑瑪哈班智達及米旁仁波切等傳承內五明佛學、大圓滿九乘之經典及密續。內五明佛學為：因明學、般若學、中觀學、俱舍論、戒律學。大圓滿九乘為：聲聞、緣覺、菩薩等三乘，為顯教三部或集聚招引三外乘；事部、行部、瑜伽部等三乘，為密教外三部或苦行明覺三內乘；大瑜伽、隨類瑜伽、最極瑜伽等三乘，為密教內三部或深密隨轉方便三內乘；總為九乘。課外尚有佛教歷史及西藏文化等課程，總共需要九年的時間完成整個課程。

（二）閉關中心簡介：

拉則寺閉關中心，是拉則寺第四代拉則千則哦謝尊者所建立。第四代祖師之前，拉則寺僧侶在寺內各自長期閉關修持，後來僧眾數量增加，第四代祖師乃在寺內特別建立三年三個月三日的閉關中心。藏傳佛教寧瑪巴是特別重視專注實修的，所以



從初期修行到成就過程，分為外、內、密三個階段。

外：是初修者思維人身難得、壽命無常、因果不虛、輪迴過患等四種思維故，於輪迴中轉心修出世間法，因此生起出離心，修皈依、發菩提心、累積資糧曼達供及古薩里資糧、消除業障金剛薩埵、開啟智慧上師相應法等修好前行。然後修持四灌頂道之脈、氣、明點等拙火法門，大圓滿實修。內：特修化、報、法三身法。密：特修閉黑關、花關、聲淨、淨土法等禪修。特別觀修三根本，圓滿念誦一定數目的咒語。通過三年閉關修行而獲得證悟者，奉為金剛上師出山利益眾生。

第三、結語：

為了秉承佛陀慈悲利生之宏願，尊者教法之傳播以寧瑪巴白玉拉則傳承為主，兼容藏傳佛教新舊宗流，且不捨南傳、北傳佛教意趣之清淨法教。於1996年赴新加坡弘揚白玉傳承教法，並成立拉則傳承之佛學會。1999年9月9日回到西康祖寺，舉行大雄寶殿動土儀式法會，並於2004年佛誕日順利落成開光。尊貴的拉則祖古仁波切同時還在新加坡、



臺灣、香港以及馬來西亞宏揚白玉拉則傳承，並多次在海內外舉行灌頂儀式及佛法開示。

為了更方便利益新加坡的廣大信眾，在 1999 年，仁波切成立新加坡藏密佛學研究會：一方面在此宣說了《佛子行三十七頌》、《西方極樂願文》、《大圓滿椎擊三要》、《噶瑪林巴六中陰教導》等種種顯密經論；另一方面也為廣大具緣善信，賜予包含藏傳佛教事續、行續、瑜伽續、乃至無上瑜伽續四部之灌頂，同時也迎請土絨仁波切、貝諾法王等大德，到來傳授各種甚深教導。

仁波切不知疲倦，以救度無邊眾生的慈悲心，經常在美國、臺灣、香港、新加坡等地宏揚佛法，利益廣大有情。在固定進行共修活動的同時，仁波切也常年舉辦各種諸如消災祈福、超渡放生、供養布施法會；依靠如此功德善業，祈願釋迦教法能日益增盛，持教大德能長久住世，無邊眾生皆獲得解脫。

ཀུན་ཏུ་བདེ་བའི་ཕྱི་ལོ་ལྷན་སྐྱེས་པའི་བུ་ལོ་ལོ།།



第三部 天法大圓滿掌中佛前行中軌註解

第一章 大圓滿歷史

第一節 佛教之一般歷史

頂禮普賢王如來！

在此傳授天法意伏藏殊勝口耳傳承之大圓滿掌中佛教授。首先註解大圓滿歷史，如《日月交輝續》云：“未講歷史義，大密了義法，不信之過患”。為了讓信眾對此了義法生起不共的信心，在此先解釋此密法的歷史來源和涵義。本章分為五節：（一）佛教之一般歷史，（二）無上密大圓滿歷史，（三）本法特別之傳承歷史，（四）本法得信來源正確，（五）疑義解答。

本師釋迦牟尼佛無量劫以來就已經成正等覺，隨順度眾善巧說法。如《經典》云：“千億不可思議劫，雖也不持此數量，吾證深妙菩提果，吾於常恆說妙法”。千百劫不可思量之劫中，釋迦牟尼佛已證悟甚深的菩提妙果，長久以來亦不間斷的宣說



此菩提妙法。如《嘿嚕嘎總攝輪歷史》云：本師釋迦牟尼佛無始以來就已經成佛，剛成佛時傳授勝樂密續，緣眾生的福報果，而導致有時在世間弘揚，有時中斷了弘揚。無數劫前，世尊已成佛的意思，即是世尊即為大圓滿中普賢王如來，是自生佛，此等涵義乃相同一體也。經典及佛陀自傳中，釋迦牟尼佛一開始發菩提心，三大阿僧祇劫中累積功德成佛等，是不了義的說法，是於救度眾生時，為了引導眾生而化顯如此苦行而已。那麼佛陀善巧法語隨度眾生時，怎麼善巧說法呢？（1）出有壞（佛）化顯法身，傳授大圓滿無上密內三部密續，此依法身所傳；（2）化顯報身遍照雪海佛傳授外三部密續，此依報身所傳。這些內外密續於增壽劫中弘揚，有時人間滅亡，則在天、羅剎、及空行母淨土等處弘揚，這些法的集結傳法者為金剛手菩薩，因此傳法者未有涅槃。（3）但出有壞之勝應化身傳了三藏經論，其勝應化身於增壽劫不出世並且有涅槃的顯現，其教法也有住世的期限，期限圓滿會滅亡。此次傳授的是法身之教法，九乘之巔大圓滿法。續部中云：“聲聞、緣覺、菩薩三乘，傳於眾生下根者；事部、行部、瑜伽部，傳於眾生中根者；大瑜伽、



隨類瑜伽、最極瑜伽，傳於眾生上根者”。其中低乘為高乘的基礎，如階梯般，如經云：“如於階梯般，大小乘之義”。

第二節 無上密大圓滿歷史傳承

首先三身可再分為九身。(1) 法身的法身為普賢王如來；法身的報身為金剛總持；法身的化身為金剛薩埵。(2) 報身的法身為遍照雪海佛；報身的報身為五方佛；報身的化身為無量的文武本尊。(3) 化身的法身為金剛薩埵或無量光佛；化身的報身為觀音菩薩等三部怙主；化身的化身為度六道之佛及蓮花生大士。這些化現的三身傳了九乘佛法：(1) 聲聞、緣覺、菩薩三乘為顯教三乘或集聚超引三外乘；(2) 事部、行部、瑜珈部三乘為密教外三部或苦行明覺三內乘；(3) 生起次第大瑜珈（瑪哈瑜珈）、圓滿次第隨類瑜珈（阿努瑜珈）、大圓滿最極瑜珈（阿底瑜珈）三乘為密教內部或深密隨轉方便三內乘。本法無上密大圓滿歷史傳承可分為：1. 如來密意傳承，2. 持明竅訣傳承，3. 補特伽羅口耳傳承，4. 伏藏囑願傳承，5. 空行母囑託傳承，6. 授權義之傳



承。

第一款 如來密意傳承

初劫不分佛與眾生。無始劫時，普賢王如來於無有幻覺的基本覺中成佛，安住在身與覺智無有分別之中。《大日如來淨續》云：“諸佛最前正等覺”。

《文殊師利大名稱經》云：“第一佛為無有因”。眾多的大圓滿密續中云：“三時諸佛共祖佛”，“未有上師前，先有普賢尊”。等眾多密續的涵義都相同。一切眾生未知自己的本性，所以幻覺出生於輪迴。普賢王如來法身空性界中幻化出色身，普賢王如來給化身無量文武本尊，以聞空無詮、意傳意的方式加持，傳授大圓滿獨子種子續等。普賢王如來的五種覺智，幻化顯現出五方淨土五方佛及眷屬等，給眷屬眾無詮演說密意。此五方淨土佛於無量無邊的十方世界之眾多十地菩薩前，顯現出無量的五方佛壇城；另為利益眾生，並於十方世界的六道輪迴中化顯六道佛來利益眾生。此等不可思議中利益眾生，金剛語也說不盡。

不過要論及於此娑婆世界中化顯化身來利益眾生的顯現方面：具有三個加持之勝應化身：百種珠



寶所成佛像（身）、自生獨子密續（語）及不壞之法性金剛意（意），為正法久住之緣起，依身語意等利益無量的眾生。原始劫現聖正念怙主出世傳授大圓滿，七十萬眾生成佛。爭劫時稱盡世間怙主佛出世傳授大圓滿，九十萬眾生成佛。自上化現六十五劫怙主，傳授大圓滿，無數的眾生成佛。此劫（指賢劫光明燈劫）的第一劫喜足堆劫化身大金剛總持於蓮花中自生出世，予金剛薩埵及金剛手菩薩密意自現意傳意的方式傳授大圓滿法，金剛薩埵化顯為（1）本師無限幼兒佛，眷屬為賢劫千佛，傳授“應成聲”等大圓滿十七密續。在娑婆世界中：（2）本師不動光佛、（3）光地堆山本師文殊救難佛、（4）生貪欲源在胎地本師青年常歡樂佛、（5）護持青年勇士花園本師六俱金剛持佛、（6）密咒幻化寒林本師大青年勇士力佛、（7）羅刹具怒聲地本師仙人忿怒王佛、（8）靈鷲山本師阿羅漢金光聖佛、（9）松石成熟地本師悲心神變智慧佛、（10）靈鷲山本師光佑佛、（11）金剛座本師圓滿王佛、（12）迦毗羅皤窣都本師釋迦牟尼佛等十二大圓滿祖師流傳大圓滿。彼等佛以報身佛傳授無上密、特別傳授不共大圓滿；顯現化身佛在眾生共同根器者前，傳授三藏經論，在不共之根器者前



顯現忿怒本尊，傳授無上密及大圓滿法。在顯宗的經典中只提到釋迦牟尼佛，其他的十一尊佛未有記載，因為其他佛未傳三藏經論。

以上十二尊佛傳授大圓滿法，當來下生之彌勒佛及千佛之最後信受佛等光明燈劫（賢劫）千佛之本性，皆是普賢王如來之本性。這些佛由普賢王如來之密意法界中自然顯現化身在世間。以上諸佛以意傳意方式傳大圓滿法，此為密意傳承。

第二款 持明竅訣傳承

第一項 大圓滿一般在天界等流傳之傳承歷史

普賢王如來於自生光中，化顯出四十二尊佛，在此十億的身語意之光中化顯觀音等三部菩薩，遍佈在世間傳授正法，利益眾生。(1) 在中國五臺山文殊師利菩薩給天神及仙人傳授大圓滿。(2) 在南方普陀山觀音菩薩給食香（乾達婆）及龍神傳授大圓滿。(3) 在北方具葉山大勢至菩薩（密咒主）給羅刹及持明傳授大圓滿。(4) 在西方烏金甘作拉淨土，金剛瑜伽母給空行母及淨土護法傳授大圓滿。(5) 在二十四聖地淨土中，二十四尊空行勇父勇母給羅刹及淨土食肉護法傳授大圓滿。這些淨土只有



第二項 大圓滿特別在人間流傳的傳承歷史

本來大部分的大乘經典及密乘的密續都留存於天道與空行母手中。(1) 釋迦牟尼佛涅槃二十八年後，殊勝根器者五位持明（五最妙持明弟子為：妙稱天、安止龍王、流星面藥叉、慧方便羅刹和離遮族人無垢稱等），集合在火熾燃山頂（瑪拉雅山）天鐵峰上，以二十一句悲痛語祈請金剛手菩薩。金剛手菩薩降臨加持，地面顯現為金色黃金，及天降花雨等吉祥之徵兆，金剛手顯現傳授外三部密續給他們。(2) 扎皇帝的皇宮上降下許多密續，西里那爛陀佛殿中降下三藏經論，瓦拉那西（鹿野苑）降下事、行部密續，熾燃火山上降下瑜珈部密續，扎王的王宮上瑪哈瑜珈，斯里蘭卡樹林中阿努瑜珈，烏金達那果夏阿底瑜珈等，都是自虛空中降落。因此大部分的經典及密續都是天法。(3) 特別在烏金託訣尖，烏金髮髻王所轄地區，有一位八歲的兒童親見了金剛薩埵，接受聽聞大圓滿六百四十萬密續的傳承，並了悟六百四十萬大圓滿密續。跟五百位班智達辯論，五百位班智達辯論失敗後，大家皆頂禮此八歲兒童，並認定其確為佛菩薩的轉世。烏金髮髻王非常喜歡此兒童，因此給他取名為極喜金剛。



極喜金剛集結了一切大圓滿密續。八歲兒童的極喜金剛以神通飛行於天空，給人間及淨土空行母轉大圓滿法輪，三十萬眷屬成佛。(4) 同時班智達文殊友尊者獲得文殊菩薩的預言，拜見了極喜金剛尊者，接受一切大圓滿的傳承。文殊友把六百四十萬大圓滿密續分為：心部、界部、口訣部三部。以言傳、伏藏、口耳傳承等方式來弘揚，八十萬眷屬成佛。(5) 此時中國的秀才師利星哈尊者獲得觀世音菩薩的預言，以神行成就前往印度，九日抵達印度索薩林寒林，拜見文殊友尊者，接受一切大圓滿密續的傳承。在印度的金剛座菩提迦耶取了伏藏，回到中國弘揚大圓滿，七十萬眷屬成佛。(6) 同時印度西方的班智達貝瑪拉密札尊者與印度東方的班智達嘉納蘇札（耶協埤）尊者獲得金剛薩埵的預言，去拜見師利星哈尊者；當時蓮花生大士也於同一時間前來拜見師利星哈尊者。三位尊者同時拜師利星哈尊者為師，接受圓滿一切的大圓滿法。貝瑪拉密札尊者及六十萬眷屬成佛。(7) 同時烏金蓮師去奧明淨土拜見普賢王如來，接受無量的大圓滿法。蓮師在清淨法界中，於金剛薩埵處，得生起次第瑪哈瑜伽無量之法。蓮師於環境任運（藏音果巴倫祖）淨



土中，由普賢王如來處接受阿底瑜伽極密部的無量密續；於黑雲集寒林中，由金剛手菩薩的化身神妙護尊者（爹瓦桑窘）處接受阿底瑜伽無量之密續。於空行持明之淨土中，由密覺智（桑瓦耶協）空行母處接受灌頂；並於瑪拉底嘎山洞中，親見無量光佛，接受《觀音頂見續》等許多大圓滿口訣密續。蓮花生大士傳授大圓滿法，早期有一百三十萬眷屬法子成佛。以上為持明竅訣傳承。

為未來信徒開方便法門故，化身持明眾共同建議，在南瞻部洲伏藏了六百億密續，還有伏藏了七十萬“能解脫果法”之密續，交代給護法。再伏藏了六億殊勝觸覺解脫之法寶，伏藏了十萬三千口耳傳承聞解脫法。未來，利根眾生、或是能了知能解脫果之行法者、或是能遇見觸覺解脫伏藏行法者及聞解脫口耳傳承者，修此法，一世能得清淨圓滿究竟涅槃。蓮師預言：“未來時如此成佛的眾生，在南瞻部洲出世如天上星星般。”尤其是壽命六十歲下降到壽命十歲的期間，為大圓滿意法來教化眾生的時期。接受大圓滿者，自然自性中消除意之業障，如《聲應成密續》等大圓滿密續中記載：此時修大圓滿容易得禪修之覺受。此為持明竅訣傳承。



第三款 補特伽羅口耳傳承

貝瑪拉密札尊者與烏金仁波切去雪域之藏地。貝瑪拉密札尊者給娘·汀真桑波及毗盧遮那等傳授大圓滿十七續等大圓滿密續，此傳承為貝瑪心滴及毗盧心滴。這些密續中弘揚了言傳大圓滿法，也有大圓滿極密部等言傳及伏藏雙運法。

蓮花生大師及貝瑪拉密札尊者的傳承，有伏藏法及言傳法兩種。以口耳方式所流傳的傳承是補特伽羅口耳傳承。觀音菩薩給明珠多傑尊者親自傳授的《大圓滿掌中佛》法。明珠多傑尊者再傳下來給：

- (1) 噶瑪恰美尊者、
- (2) 昆桑謝拉尊者、
- (3) 貝瑪倫珠佳措、
- (4) 卓望貝瑪諾布、
- (5) 噶瑪卻波桑波 (第一世噶瑪古千仁波切)、
- (6) 除西噶瑪頓當、
- (7) 久美涅敦滇僅 (第二世噶瑪古千仁波切)、
- (8) 貝瑪埤昂滇僅、
- (9) 埤昂卻吉尼瑪 (第三世噶瑪古千仁波切)、
- (10) 仁真巴千都巴 (第二世卓望貝瑪諾布仁波切)、
- (11) 土但秋吉達瓦、
- (12) 協祖秋吉札揚、
- (13) 土但巴絨

等高地菩薩及蓮花生大師金剛預言所記載的光明大圓滿見修行自在之成就者。後傳到現今的拉則祖古貝瑪仁真仁波切。以上便是補特伽羅口耳傳承。



第四款 伏藏囑願傳承

烏金仁波切所傳的大圓滿法，在雪域的藏地伏藏了一億個大圓滿密續。乘願出世利益眾生的化身菩薩，眾多的取藏者（十一位取藏者林巴）所取的伏藏中有無數的大圓滿法。這些為伏藏屬願傳承。

第五款 空行母囑託傳承

智慧空行母及伏藏法主空行母親手所傳的大圓滿法；或瑜珈行者於禪修的修覺中或夢中，由空行母賜予預言囑託的大圓滿法。二者均為空行母囑託傳承。

第六款 授權義之傳承

於具有一切德相的妙上師前接受禪修之引導，或聽聞妙上師的名號，所生起特別的禪修覺證，或於夢中受加持所生起的特別覺證，及利益自他眾生之法，或是伏藏內預言為伏藏法主等。以上乃為授權義之傳承。

此天法具有以上六種的一切傳承：(1) 普賢王如來及大圓滿十二傳承祖師，所傳的涵義及密意都聚集于此法。(2) 觀世音菩薩親自所傳此法的金剛句



及竅訣註解，為持明竅訣傳承。(3) 化身明珠多傑尊者所傳授此法，到現今貝諾法王的傳承，為補特伽羅口耳傳承。(4) 此法是天法伏藏，為伏藏囑愿傳承。(5) 明珠多傑尊者是毗盧遮那及秀布巴桑和合化身，許多伏藏中預言尊者為伏藏法主，因此為授權義之傳承。(6) 大圓滿佩解脫咒輪，由伊喜措加佛母親自傳授給明珠多傑尊者；列乎瑪空行母傳授大圓滿教授；度母傳授大圓滿教授；一髻佛母傳授本尊之儀軌等，傳授有關此法的口訣為空行母囑託傳承。以上為大圓滿歷史之註解。

第三節 本法特別的傳承歷史

當時東方嘎陀金剛座，有一位上師叫喇嘛汪札加措，他圓寂前預言：“吾下世出世在靠近日窩切及嘎瑪部落的村莊，吾名為取藏者明珠多傑”。尊者為昂地區與藏王松贊干布同姓的一個家族後裔，家族的祖先有一位成就者，不滅肉身直接飛逝於空行淨土，名為卡教巴·南卡將陳。密咒師拉嘎阿瑟於嚴格閉關時，夢境覺證喇嘛汪札加措已轉世為明珠多傑。明珠多傑尊者九歲時，密咒師拉嘎阿瑟迎接尊者到自己的住處，取名與做了坐床授記儀式。密



咒師拉嘎阿瑟傳授多種灌頂及佛學於明珠多傑尊者。兩位尊者一起閉關，一開始閉關時尊者遇到很多障礙，消除障礙後，尊者能回憶兩百個前世的情況：非人神鬼眾生供養自己的命脈心臟（意為擔任護法）；親見無數的三根本之本尊海會，三根本賜予預言；在睡夢中法身普賢王如來賜於竅訣灌頂，報身觀世音菩薩於覺證中傳授圓滿灌頂，化身蓮花生大士親自賜灌頂及加持，得到天法意之伏藏法。上師本尊空行母等眾多的三根本，各個傳授了三根本修法儀軌，尊者也給眾多弟子看了很多伏藏字的原稿。特別尊者十三歲雞年三月十六日至四月七日中，日日親見度化眾生之觀音（土皆千波卓杜）菩薩，傳授大圓滿天法伏藏之根本金剛句及註解，四月七日圓滿此傳授，觀音菩薩特賜予本法的護法，名為現巴瑪那。

第四節 本法得信來源正確：

為對本法生起信心，明來源正確。由佛經及蓮花生大士等預言中記載明珠多傑尊者有：(1)如《根



本續蓮花莖堆》云：預言蓮師後的詞句，“繼續化身與又化身，利益未來勇士之化身；有些現見神通顯現，其名持有者出世；然而如日光線般，有時顯境利益事業；顯現化顯如鏈般，遍照世間於邊界。”

(2) 如《蓮師自傳》云：“取藏者明珠多傑出世，康區方向授權百伏藏。”(3) 拉那林巴伏藏續部云：“金剛稱名、昂地出世。”記載秀布巴桑的轉世“未來康區（日恰）附近地，金剛稱名持號者，身上自生痣者，眾生見聞此人，不墮三惡道”。拉那林巴伏藏又云：“秋陽埤傑在世時，出世一位明珠多傑”。(4) 《預言秘籍》云：“羅札瓦果、毗盧遮那您，妙壽賢劫譯密續，從今至未來時，度化眾生護持法”。(5) 在天法伏藏中也記載：明珠多傑尊者是毗盧遮那身化身，秀布巴桑語化身，郎卓貢確意化身，那南耶協功德化身，西裡班札事業化身，吾烏金等之化身。也是如前述噶陀上師的預言為他的轉世。明珠多傑尊者的天法伏藏有十三本書，原稿的密續出現了超千種，緣起非常圓滿，授權百種的伏藏法。

ཀུན་ལ་ཕྱི་ཤིང་གི་ཕྱོད་ལས་འཕེལ་བར་བྱས་པས།



第五節 疑義解答

第一問：本法為言傳佛法或伏藏法？答：《天法伏藏》云：“前面所傳此眾法，屬於伏藏部之法，不屬於百種伏藏，未有廣短百法門，屬於個別伏藏法，稱號為天法意藏。”《持明密意鑰匙續》云：“持明總集語要義，為言傳、為伏藏、為淨顯法，此乃聞空無生自聲法”。(1) 此天法伏藏法門，由觀世音菩薩親自所傳，因此為言傳法。(2) 此法為意之伏藏，故此法為意伏藏。(3) 未有伏藏器及依靠地，故為天法。(4) 明珠多傑尊者親自口耳中所傳，因此為口耳傳承。第二問：此法非由人間之上師所傳，也非依地中所取。如此，此法在經典與密續中有記載嗎？答：經典中有記載，密續中有記載，成就者傳記中也有記載。這些請看廣的《大圓滿掌中佛》註解。

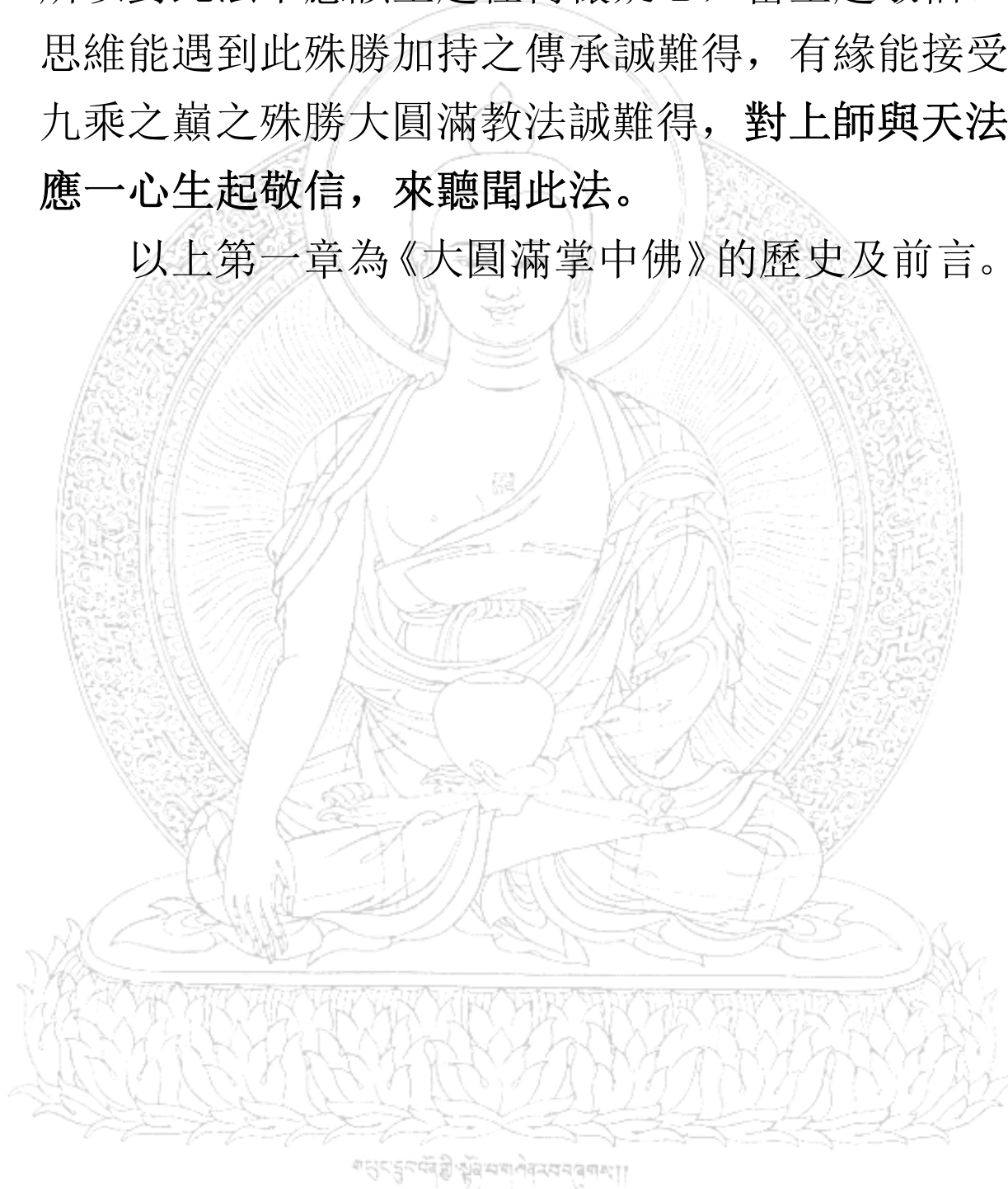
此法非常殊勝，有眾多的特色，非常歡喜圓滿，觀世音親自所傳，因此為無垢的言傳法。有註解說明並含口訣，如器無垢。傳承時間近如未壞之繩索。空行母加持的氣息未滅。乃佛菩薩為現今時代所傳之法，非常聖妙有特別加持的無量功德。能聽聞此



法因緣者，為前世所修福報及清淨願力成熟而得。

所以對此法不應該生起任何懷疑心，當生起敬信。思維能遇到此殊勝加持之傳承誠難得，有緣能接受九乘之巔之殊勝大圓滿教法誠難得，對上師與天法應一心生起敬信，來聽聞此法。

以上第一章為《大圓滿掌中佛》的歷史及前言。





第二章 上師與弟子

第一節 具有一切德相之上師

依止上師之引導。一切佛經、續部、論典中從未宣說過：不依止上師而能成佛的故事。我們可以真實現量的見到，世上也無有一人能以自我造就及魄力而生起五道、十地。如此，自己以及一切眾生對於邪道很有造詣，而對於解脫與遍知的聖道，卻猶如無依無靠的盲人迷失在曠野上一般，知之甚少。也沒有不依靠商主而能從如意寶洲中取寶的例子。因此說：善知識和善道友是解脫於遍知聖道的真實引導者，所以應當恭敬依止上師。

凡夫本來就很容易為友伴等暫時的外緣所改變，所以我們當於一切時處，依止上師和善友。譬如，一節普通的樹木落到瑪拉雅的檀香樹林中，經過數年後，就熏染上了栴檀木的妙香。於是，這節普通的木材也會散發芬芳的檀香味，同樣，若依止具相的高僧大德，也會熏染上他的功德妙香，一切威儀也將如大德那樣如理如法。如智悲光尊者的《功德藏》云：“如瑪拉雅樹林中，漂落普通木一節，枝葉滋潤出妙香，依止上師隨彼行。”

《上師五十頌》云：“上師以及弟子眾，退犯誓



言得同果；勇士初期觀察師，上師也察弟子緣”。

烏金仁波切也曾經說過：不觀察上師為迷失正路之過患。此處乃強調：合宜能聽聞大圓滿法之具德相上師。烏金仁波切曾經說過：不合宜的上師為，少聽佛學，具傲慢心，癡迷執著詞而不知義，發心不正，沒有智慧，不明佛經的涵義，不了解生圓次第，不會修行儀軌的傳統，強大我執（自恃），無有慈悲心，無有清淨之心，具邪見，無有正見，具有分別之心。若遇到如此的上師，過患無窮，並且當遠離這樣的上師。烏金仁波切說：“處於五濁惡世的修行人，見、行不修經續中的涵義，聽聞不全就修，修定無得就傳授，自己無成熟賜他灌頂，自己無證悟傳他修證之引導，無了知圓滿的佛學，假裝全知的行為，無證悟假裝得證悟，無解脫假裝得解脫，修禪未得解脫，說法利益不了他人，假裝修行有得發出空聲，住山想市，住市想山，無有決定之堅定力量，假行騙人。為自己的血統及面子，給他上師也不接受法。在內心有種種的疑問如火般的燒痛，外表裝具智慧、持戒清淨、良好的修行。功課為嫉妒與風涼話，自己無有如狗毛般的功德，譏諷他人的功德如虎皮上的毛般，自己只有如羊的鬍鬚般的



功德，譏諷他人只有如野犛牛的尾巴般的功德，名為法王、證悟者、仁波切、解脫者、堪布等，如此不圓滿的上師如絲綢內包屎，這樣的修行人在西藏（世界各地）也真實現量出現很多，自己首先要嚴格觀察，不要選錯上師。”

觀察上師非常困難。雖然在經續中也有提起依止具有詳實完整傳記及具有善良行為的上師不必觀察，不過在五濁惡世，由魔鬼轉世但是外表穿著如有智慧、大德、授戒圓滿裝束的上師，卻引眾生墮入三惡道。烏金仁波切云：“無神裝神之魔鬼，九兄魔鬼降臨於人間，變化顯現地上菩薩相，偽裝智慧甚深持戒清淨相，令見一面者都會信仰他”。世尊在多種的經典中也有提到，魔鬼化顯打扮成聖尊及上師等。所以不能僅依外表行為清淨及大德裝束而相信，並且擅長花言巧語者（口才好的人）也不能相信，魔鬼也能背很多經典，內心無有得悟者，不能迷糊而信他。

斷離如此的惡緣上師。如何能找到一個具有一切德相的上師呢？烏金仁波切在密續中提到的圓滿上師為：一般熟習大乘詞句、經典之涵義及傳統，得到生、圓、見、修、行、根、道、果之修持徵兆，



利己能修行精進，利他能熟習講經說法及具大慈悲心，內心覺悟、清淨及攝持眾生，能放棄今世的一切榮華富貴（不入世間法），成就利來世之出世間法，具有傳承之加持，並熟習傳統的儀軌修法，如此的上師當如如意寶般的依止。特別烏金仁波切舊的密續中預言提名記載的上師，或其他伏藏預言中記載的上師，為如法傳授大圓滿之上師。或者在預言中雖不曾提到的上師，但是拜預言提名的上師為師，敬信聽從上師所說的任何言教，精進修持獲得特別的覺受，而修行成就者，也能如法合宜的成為大圓滿上師。如果找不到如此的上師，《時輪續解》中提到：上師的功德比過失多，就合宜為上師。

第二節 具有一切條件之弟子

上師也要觀察弟子。烏金仁波切云：“未觀察弟子，乃法之魔，言談佳心地惡，吝嗇空口言論，未聽從上師言教，獲得口訣心散亂，未持誓言討功勞，不知功德察過失，如此的弟子為修法之魔障，應當斷離。”《解續金剛鏈》云：“彼於雪山獅子



奶，陶器碗內不能盛，如同無上密之續，不具根器不賜法。”那麼何種弟子算是具有根器呢？烏金仁波切云：“大智慧耐苦修，具有信心清淨心，出離心及精進心，放棄今世命換修行，聽從上師言教，信心堅定不移者。”給如此弟子傳授大圓滿法，一世能圓滿成就大圓滿四相，本覺法界中成正等覺。

或者沒有具足所有條件的弟子，但是必須要具有堅定的信心，具信心者為能合宜此法的根器。無有信心、不恭敬及邪見者，永遠為未合宜此法的根器，連法本都不能看，也不能聽。

此法為九乘最高的極密大圓滿法，非常殊勝玄密，如毒蛇頭頂的如意寶一樣。蓮師云：“吾之伏藏非常玄密，有如毒蛇頭頂如意寶。”汝等為合宜此法根器，生起信心至關重要。

第三節 向上師學習應有的舉止態度

集合具有德相上師及具有條件的弟子之後，接著講授修學上師的意趣。蓮師云：“對德相上師如佛般的信心。聽從上師的任何言教，能捨去身命，供養所有的一切。只要上師能開心，能捨心臟及眼睛。需要以這樣的恭敬心學習上師言教。”



聽聞佛法之功德。三寶經典中記載：不聽佛的開示，不知善惡的果報，聽聞佛法能斷除惡業。《佛陀本生經》中記載：聽聞如燈光，能照亮愚痴之黑暗。聽聞為聖財，賊無能偷。聽聞如不變心的親友，聽聞為痛苦之解藥，聽聞能斷除惡業。《蓮師密續》中記載：僅僅聽聞口傳，也能不墮入三惡道，能修者今世成佛。有很多的經典中提到：講經說法的功德及聽聞佛法的功德，能斷除一切煩惱業障。

說法者上師，首先廣發菩提心，觀想金剛護輪結界及修悲禪。聽法者弟子的動機發心，思維為引導如母虛空之一切有情眾生，生於佛國，而聽聞佛法，修持菩提道。當如此發心。

要聽聞佛法時應當斷除之行，分三：(1)法器之三過，(2)六垢，(3)五不持。(一)法器之三過，聞法弟子的三種缺點：耳不聽，如器口下覆，不能注入；心不記，如器底穿漏，終歸流失；具煩惱，如容器不潔，終變汙穢，不堪飲用。斷除聽講佛法時應該斷除的六種障礙之垢及五不持：(二)六垢為傲慢、無正信、不好學、心散亂、神志昏沈和厭倦。(三)五不持：持文不持義、持義不持文、未領會而持、上下錯謬而持、顛倒而持。

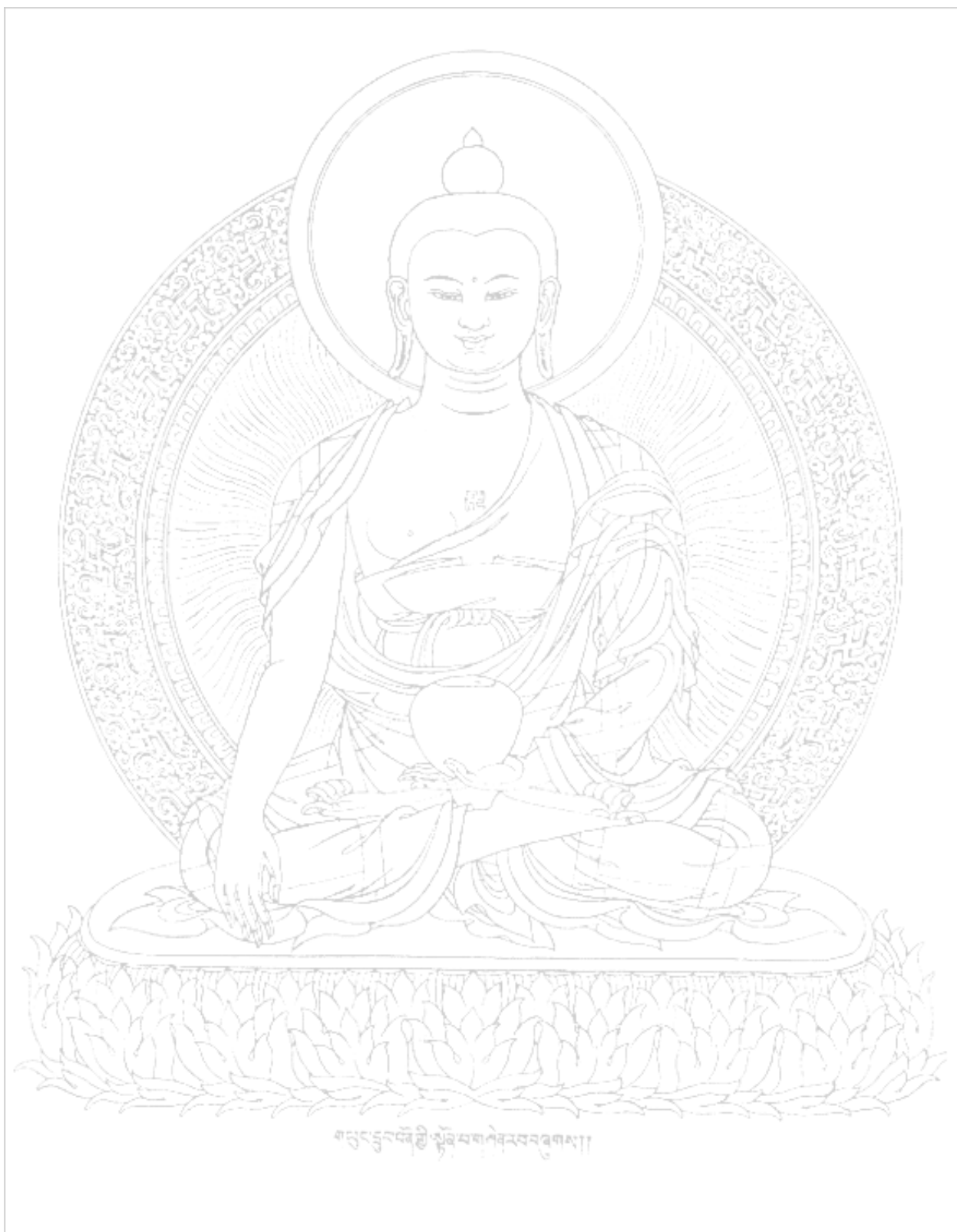


依止四想，具足六度，依止其他威儀修學上師之意趣。(1) 依止四想：如《華嚴經》云：“善男子，汝應將自己作病人想，法作妙藥想，善知識作名醫想，精進修持作醫病想。”(2) 具足六度：一切法行之竅訣法門，《現觀續》云：“奉獻花座等，隨處持威儀，不害諸含生，於師生正信，勿散聞師教，解疑問難題，聞者具六支。”(3) 依止其他威儀：如《毗奈耶經》云：不敬勿說法，無病而覆頭，持傘杖兵器，纏頭者勿說。”又如《本生傳》云：“坐於極下地，當具溫順儀，以喜眼視師，如飲語甘露，當專心聞法。”

如此說，應摒棄一切不恭敬的威儀。具正信尊敬聽聞佛法。此世自己值遇難聞之大圓滿佛法，是前世累積廣大福德資糧才有的機緣，因此當生起大歡喜心，對佛法，歷代祖師及上師生起信心，持誦蓮師咒語及百字明咒，一心祈請蓮花生大師。此法為蓮花生大士意脈(意傳承)之大圓滿法，非常玄密。本法的護法為諾金現巴瑪那、啦呼啦、唉嘎札地、多傑列巴等。如果沒有如理如法護持誓言，今世護法懲罰，此罪業的果報經典記載：下世出生於畜生道五百世。因此大家應生起信心，如理如法的護



持誓言，一心向着法很重要。





第三章 大圓滿前行之四共加行

第一節 第一共加行：

思維暇滿人身難得

第一款 八無暇

大圓滿法之前行分二：共加行及不共加行。共加行分四：(1) 思維暇滿人身難得，(2) 思維壽命無常，(3) 思維因果不虛，(4) 思維輪迴過患。

觀世音菩薩親自所傳的《天法金剛句》云：“暇滿人身最極難得（如此珍貴人生極難得）。” 註解中亦云：“暇滿人身是非常難得的”。暇的意思，為遠離八種沒有機會修行的地方，有空修持正法，稱為閒暇。無暇是指八無暇，如《正法念處經》云：“地獄餓鬼及傍生，邊鄙地及長壽天，邪見不遇佛出世，瘖啞此等八無暇”。(1) 如果生在地獄中，則日日夜夜感受寒熱之苦，而無有空閒修法；(2) 如果生為餓鬼，則恆時感受飢渴之苦，而無有空閒修法；(3) 如果生為傍生，則感受被役使及相互損害的痛苦，而無有空修法；(4) 如果生於長壽天，則在無有意念、無想之中虛度光陰，而無有空修法；(5) 如果生在邊鄙地方，則無有佛法，所以無有空修法；(6) 如



果生為外道或成為隨同他們的持邪見者，則自相續被邪見染汙，所以無有空修法；（7）如果生於暗劫，則連三寶之聲也聽不到，不了知善惡，所以無有空修法；（8）如果生為喑啞，則心相續無法調順，所以無有空修法。八無暇中，三惡趣的眾生，恒時不斷感受由各自往昔所造惡業的果報所引發的寒熱飢渴等痛苦，所以無有空閒修法。

第二款 十圓滿

第一項 五種自圓滿

滿的意思，為思維特別自他法的圓滿，分二：五種自圓滿及五種他圓滿。五種自圓滿：乃指（一）所依圓滿，（二）環境圓滿，（三）根德圓滿，（四）意樂圓滿，（五）信心圓滿。

寂天菩薩《學集論》云：“得生人中根具足，業際無倒信佛法”。（1）若未獲得人身，則不能值遇佛法，而如今已得暇滿人身，故所依圓滿。（2）如果生於無有正法的邊鄙地方，則不能值遇正法，而如今生於佛教興盛的中土，故環境圓滿。（3）不具足諸根，則將成為修法的障礙，而如今無有這類過患，故根德圓滿。（4）如果業際顛倒，則經常行不善業，違



背正法，而如今對善法生起信解，所以**意樂圓滿**。(5) 如果對信心的對境、佛法不起信心，則意識不能趨入正法，而如今自心已趨入正法，所以**信心圓滿**。這五種圓滿是觀待自己方面應該具足的，因此稱為五種自圓滿。詳述如後：

(一) **所依圓滿**：要想修持真實正法，必定需要獲得人身。若未獲得人身，雖然三惡趣中最好的是傍生，但儘管現在在人間形色美妙、價值昂貴的傍生等，無論被認為多麼的好，可是你對牠說：“現在如果你念誦一遍「唵嘛呢叭美吽」，便可成佛”。然而牠既不懂心咒的詞句，也不了知意義，更不會講話，甚至現在凍死也只能低頭忍受，而不知道想任何其他辦法。若是一個人，無論多麼脆弱，起碼他也知道去岩洞或樹下撿柴生火、烤火取暖。所以傍生不能成為具相別解脫戒的法器，其相續不具有獲得圓滿佛法的機緣。

(二) **環境圓滿**：所謂的中土，可分為地界中土和佛法中土。地界中土：總的來說，南瞻部洲中央印度金剛座（或釋迦王城的六個城市）是賢劫千佛成佛的地方，據說空劫也不會毀，並且遠離四大的損害，宛如空中懸桶一般。中央有菩提樹嚴飾。以金剛座為中心的聖地印度諸城市，稱為地界中土。所謂的佛法中



土，乃指佛教正法所存在之地。無有佛法存在的地方稱為邊地。因此，從以前佛出世以來到佛法存在之時，印度既是地界中土也是佛法中土。

此藏地雪域，在佛陀在世的時候無有很多人類眾生，並且佛教也未得以弘揚，所以稱為邊鄙藏地。後來人類眾生逐漸增多，出現了許多聖者化身的國王。

(1) 王朝拉托托日年贊時期，在宮上降下，代表諸佛的身（真達嘛尼）身像，代表諸佛的語《（多得薩嘛多）寶篋經要》及《（邦剛恰加叭）諸佛菩薩名稱經或百拜懺悔經》，和代表諸佛之意的一肘高水晶神塔及察察印模，這些是西藏正法的開端。根據當時授記，再過五個朝代以後會有人了知經中含義。(2) 大悲聖尊觀音菩薩化身為國王形相法王松贊干布，當時國王松贊干布派遣譯師囿彌桑布札前往印度學習聲明、文字等，結束了西藏沒有文字的歷史，創立了文字，並將二十一種觀自在經續及玄密神物等翻譯成藏語。依靠法王的眾多神變以及大臣嘎爾東贊的種種護國方便，迎娶漢地唐朝文成公主及尼泊爾的赤尊公主為王妃。並將佛陀的代表兩尊釋迦牟尼佛等身像，等許多三寶所依，迎請到西藏，並且修建了以拉薩大昭寺為主的鎮肢寺和鎮節寺等許多寺廟，開創了正法。



(3) 到了第五朝代天子赤松德贊時期，迎請了三地無與倫比、密咒大持明成就者烏金蓮花生大士等一百零八位班智達，建造了桑耶不變自成大殿等身所依的寺廟；大譯師毗盧遮那等一百零八位譯師學習翻譯，翻譯了印度聖地十分興盛的所有經續論為主的語所依；預試七人出家創立了僧團為意所依。當時佛教十分興盛，猶如陽光普照大地，留傳至今。雖然經歷了一系列的興衰，但實際上如來的教法與證法從未毀滅。所以西藏是佛法興盛的中土。

(三) **根德圓滿**：如果根中任何一根不具足，也不能成為出家持戒的法器，並且因為無有親見恭敬對境所依如來的身像等，或者無閱讀、聽聞、思惟的對境經典如意寶的緣份，所以不能堪為真實的法器。

(四) **意樂圓滿**：所謂的業際顛倒是指生於獵人、妓女等的種姓，從小就趨入了業際顛倒之道。實際上三門所做的違背正法的行為都屬於業際顛倒。所以我們起初雖然沒有生於這樣的種姓，但未來也很容易會變為業際顛倒之人，因此必須精勤使自相續不違背正法。

(五) **信心圓滿**：如果於信心的對境佛法不起信心，那麼對其他世間大力天龍等或外道教派無論生起怎



樣的信心，也不能從輪迴和惡趣的痛苦中解脫出來。所以真實了知如來的教法和證法的道理，並就此生起堅定不移信心的正信者，才是真正無謬的法器。此為五種自圓滿的根本。

第二項 五種他圓滿

五種他圓滿：乃指(一)如來出世，(二)佛已說法，(三)佛法住世，(四)自入聖教，(五)師已攝受。

如《學集論》云：“如來出世與說法，佛法住世入聖教，為利他故心悲憫。”(1) 若未生於佛出世的光明劫，那麼將無有正法名稱。而今值遇佛陀出世的賢劫，所以為導師殊勝圓滿。(2) 雖然佛出世，如果沒有宣講正法，也無有利益，而今佛已三轉法輪，所以為佛教正法圓滿。(3) 雖然佛已宣講正法，但若佛教隱沒，也無有利益，而今佛法住世期尚未滿，所以為時間圓滿。(4) 雖然佛法住世，但自己若未入佛門將無有利益，而今已入佛門，所以為自之緣份圓滿。(5) 雖然已入佛門，順緣善知識若未攝受，也不能了知法性，而今善知識已攝受，所以為殊勝心圓滿。這五種圓滿是需要觀待他緣才能具足，因此稱為五種他



圓滿。詳述如後：

(一) 如來出世：三有的成、住、壞、空四期稱為一劫，其中圓滿如來正等覺出世之劫稱為明劫，佛未出世的劫成為暗劫。(1) 過去的現喜大劫中有三萬三千佛出世，隨後出現一百暗劫。(2) 後於具圓劫中有八十俱胝佛出世，隨後又有一百邊鄙劫。(3) 後於具賢劫中有八十四俱胝佛出世，後有五百暗劫。(4) 後於見喜劫中有六萬佛出世，隨後此賢劫出現。(5) 在此劫形成之前，整個三千大千世界變成一大海洋，海中生出千朵千瓣蓮花。淨居天的眾天人以神通觀察其因緣，得知此劫中將有一千尊佛出世，因此說：“如今此劫是賢妙之劫。”所以將此劫取名為賢劫。從人壽八萬歲時拘留遜佛出世，至最後人壽無量歲時勝解佛出世之間有一千尊佛，到此世界南瞻部洲中央的印度菩提加耶金剛座，現前成就圓滿正等覺，轉妙法輪，所以是光明劫。後有六十惡種邊鄙劫。(6) 後於具數劫中有一萬佛出世，後有一萬惡種劫。這樣暗劫和明劫交替出現。若遇暗劫，則連三寶之聲也沒有。尤其是密咒金剛乘的佛法，只是偶爾出現，其他時沒有。如烏金蓮花生大士說：“往昔初劫普嚴劫時，先生王佛的聖教中已廣泛宣揚密法，現在釋迦牟尼佛的聖教



中出現密法；將來千萬劫過後華嚴劫時，與現在的我相同的文殊師利佛出世，將廣泛弘揚密法。因為這三劫的眾生可堪為密法法器，其他任何時候都沒有密法，因為眾生不能堪為密法法器。”而如今於此賢劫中人壽百歲之時，圓滿正等覺釋迦牟尼佛出世，所以是光明劫。

(二) **佛已說法：**雖然佛出世，但若值佛不說法而住於平等定中，則雖然佛已出世，也不會有佛教正法的光明，與佛未出世無有差別。譬如我等大師釋迦牟尼佛也是在印度金剛座菩提樹下，現前圓滿正等覺的果位後說：“深寂離戲光明無為法，吾得猶如甘露之妙法，縱為誰說亦不能了知，故當無言安住於林間。”此後於七七四十九日中未曾說法，因此梵天、帝釋天請求世尊轉法輪。不僅如此，如果持教的高僧大德也不傳講正法，則也很難直接利益眾生。例如：印度的美德嘉那尊者為了救度轉生於孤獨地獄的母親，在前往西藏的途中，其譯師去世而漂泊於康區，因語言不通，而以放羊為生，最終未能以正法廣利眾生而圓寂。後來阿底峽尊者來到西藏聽到此事，感慨萬分嘆道：“嗚呼！你們西藏人福德實在太淺薄！在我們印度東西兩方的班智達中，無有一人能超過美德嘉那尊



者的。”邊說邊合掌流淚。而如今釋迦牟尼佛依次三轉法輪，為這合適所化眾生根機而示現不可思議的身相，以九乘次第法成熟解脫所化眾生。

(三) 佛法住世：雖然佛出世說法，但若聖教住世期圓滿、正法已隱沒，則與暗劫無有區別。前佛的聖教已圓滿，後佛的聖教尚未出現，其間稱為聖教空世。除了有因緣福德的刹土中有獨覺出世外，無有講法、聞法、修行。就以目前釋迦牟尼佛的聖教來說，普賢密意的聖教期或名果期為一千五百年，修行期為一千五百年，教期為一千五百年，維持形相期為五百年，共有五千年。現在已經到了二千五百年或者近三千年了，雖已是(1)時世、(2)眾生、(3)壽命、(4)見解及(5)煩惱等五濁熾盛時期，但教法與證法都還沒有隱沒、尚存於世，所以也稱具足聖教正法圓滿。

(四) 自入聖教：聖教雖然住世，但如果自己未入佛門，則自相續不能得到教法和證法。如同太陽出現在世間，但對盲人無有少許利益，或者到了海邊而自己不能飲水不能解除乾渴一樣。如果入佛門是為了息滅今生病魔或者害怕來世惡趣的痛苦，那麼雖然已入佛門也只能稱為救怖之法，不可能真正趣入正道。另外，為了追求今生的衣食等利益或者來世人天的樂果，雖



然已入佛門，只能稱為善願之法，也沒有真正趣入正道。如果是因知曉一切輪迴無有實義，為求解脫而趣入佛門，這樣才能稱為入道者或入佛法者。

(五) **師已攝受**：雖然入了佛門，但善知識若未攝受，也無有利益。如《匯集經》云：“佛法皆依善知識，功德勝主佛所說。”因為佛經浩瀚、聖教眾多、所知無有窮盡，所以若未依靠上師的竅訣，就不可能了知攝集諸法的要點，而修持。從前阿底峽尊者來西藏時，庫、鄂、種（庫：尊珠雍中、鄂：勒巴喜日阿、種：傑瓦窮，乃三人總名）曾問尊者：“一個修行人要得到解脫和遍知的果位，經論教典和上師的竅訣二者，那一個重要？”尊者答：“上師的竅訣重要。”弟子問：“為什麼呢？”尊者答：“因為雖然能夠讀誦傳講三藏，也通達了諸法的法相，但如果修行時沒有上師竅訣，那麼正法和修行人將脫離”。弟子問：“若將上師竅訣的修法歸納，能否概括為淨持三種律、勤修三門向善？”尊者答：“(1) 雖然清淨守持三律儀戒，但若對輪迴未生起厭離心，仍然是輪迴之因。(2) 即使是三門日日夜夜精勤修善，但如果不知迴向圓滿菩提，那麼善業也會被顛倒分別念滅盡。(3) 雖然具有智慧、持戒、修學等功德，但如果沒有



捨棄世間八法，則一切所為只能稱為今生的生計，不可能獲得來世之解脫道。”因此上師善知識的攝受非常重要。

這樣觀察自相續中若圓滿具足八暇十圓滿，共十八種，則可稱為具足十八暇滿的人身。

第三款 十六無暇

第一項 暫生緣八無暇

此外還有全知法王無垢光尊者在《如意寶藏論》中講述了暫生緣八無暇及斷緣心八無暇，我們不被這些逆緣（十六違緣）所轉，是至關重要的。所謂暫生緣八無暇，《如意寶藏論》云：“五毒愚癡魔所持，懈怠惡業如海湧，隨他救怖偽法相，暫生緣之八無暇。”分述如后：

(一) 五毒粗重：嗔恨怨敵、貪愛親友等五毒煩惱十分粗重種姓的人們，雖然暫時生起修持正法的念頭，但是由於自相續中五毒力量強大，大多數人被煩惱所控制，不能修持正法。

(二) 愚昧無知：極其愚癡種姓的人們無有少許智慧的光明，他們雖然已入佛門，但絲毫也不能了知正法的句義，無有聞思修習的緣分。



(三) **被魔所持**：如果被見行顛倒的魔知識所攝受，則自心將轉入邪道而違背正法。

(四) **懈怠懶惰**：雖然想修學正法，但是絲毫也無有精進的懈怠者，常被懶惰、懈怠所控制，不能修持正法。

(五) **惡業湧現**：惡業如海濤湧現、罪障深重之人，雖然精進修法，但自相續不生功德，其不知這是自己所造惡業的果報，反而對正法生起厭煩心。

(六) **為他所轉**：自己無有自在、被他人役使之人，雖然想修持正法，但被他人控制，得不到修法的機會。

(七) **求樂救怖**：為了今生的衣食或者害怕他人所害之人，雖入了佛門，卻對正法無有穩固的定解，並由於往昔的串習力而行非法。

(八) **偽裝修法**：為貪求資具、名聞、利養等偽裝修法形相的那些人，雖然在他人面前裝作修法者，但是因自心唯一追求今生的利益，而遠離解脫正道。

上述八種也是無空修持正法之處。

第二項 斷緣心八無暇

所謂斷緣心八無暇。《如意寶藏論》中又云：“緊



縛現行極下劣，不厭輪迴無少信，不善惡行心離法，失壞律儀三昧耶，斷緣心之八無暇。”分述如后：

(一) **為今束縛**：因被今生的財產受用、親戚子女等緊緊束縛，僅為了這些利益辛勤勞作而散亂度日，無有空閒修法。

(二) **人格惡劣**：因自相續惡劣，連芝麻許的善良人格也不具有，一切行為無有進步。如往昔的聖者們所云：“弟子學識誠可改，人格下劣不可改。”這種人雖然遇到真正的善知識，卻很難轉向正道。

(三) **無出離心**：雖然已聽述了惡趣和輪迴過患以及今生的一切痛苦，但如果內心根本不畏懼，則根本不會生起趨入佛法的出離心。

(四) **無有正信**：如果對真實正法和上師無有少許信心，則阻塞了佛法之門，不能趨入解脫正道。

(五) **喜愛惡行**：因愛好不善惡行，所以三門極不調順，遠離殊勝的功德，違背正法。

(六) **心離正法**：如果無有善法功德和正法的光明，對正法無有一點興趣，則如於狗前放置青草，自相續生不起功德。

(七) **毀壞律儀**：如果進入了共同乘後，毀壞發心及律儀，那麼只能轉生到惡趣而無其他去處，不能從無



暇之處解脫。

(八) 失毀誓言：如果進入了密乘後，以上師和金剛道友為對境而失壞三昧耶，則損害自他，從而斷絕了成就的緣份。

上述八種無暇，遠離聖法，稱為息滅解脫燈。

第四款 思維難得

難得分為三：(一) 思維難得之因，(二) 思維難得之喻，(三) 思維難得之數目差別，分述如后：

(一) 思維難得之因：

如《悲華經》云：“生于人身很難得，得圓滿之閒暇也難得，佛出世也難得，對善法具信也難得，得清淨之願力也難得。”那麼何以暇滿之因難得呢？得人身之因需要持戒，未護持戒律者一定得不到人身，護持戒律的眾生非常之少，因此為人身誠難得。如月稱菩薩《入中論》云：“士夫違犯戒律足，具施福也墮惡道。”得暇滿人身必須要持戒發清淨之願，才能得到暇滿人身。

(二) 思維難得之喻：

世尊給阿難尊者說：如針高舉虛空，手持一把白芥子撒虛空，針孔中容有停留一只白芥子一般的人身



難得。《涅槃經》云：“向光滑的牆上撒豆，豆難以附著”。如向光滑的牆壁上撒一把豆，會讓一粒豆附著在牆上的機會難得，如此形容人身難得。龍樹對樂王教言：“大海漂浮木輓孔，與龜相遇極難得，傍生轉人較此難，故王修法得勝果。”寂天菩薩也說：“如海中盲龜，頭入輓木孔，人身更難得。”在波濤洶湧的海上漂浮的木輓之孔與海底盲龜之頸項相遇極困難。佛說得到人身較此更難。也就是說，假設整個三千界變成一大海洋，在海面上有一連結耕牛頸項用的木材，通稱為牛木輓，其上有孔，木輓隨著波浪四處飄蕩，一剎那也不停息。在海底有一隻盲龜，每一百年上升到海面一次。這兩者相遇十分困難。無心木輓沒有尋找盲龜之心，盲龜無有能見木輓之眼。如果木輓靜止於一處，也可能相遇，而牠卻一剎那也不停息。如果盲龜經常漫游在海面上，也可能相遇，而牠每百年只浮到海面一次，所以這兩者相遇十分困難。但以偶爾的機緣，盲龜的頭也可能進入木輓的孔中，獲得暇滿的人身比這更難。

(三) 思維難得之數目差別：

若觀察眾生的數量及次第，則可推知獲得人身實屬僅有。世尊說：“三惡道之眾生猶如大地之微塵一



般，生於人身猶如指甲上的微塵。”此外又說：“地獄眾生猶如夜晚繁星，而餓鬼則如白晝之星；餓鬼眾生猶如夜晚繁星，而傍生則如白晝之星，傍生眾生如夜晚繁星，而善趣眾生則如白晝之星。”

如此說生于人身比生于傍生的機會較少，善趣的眾生更少。當下我們觀察思維夏季僅僅一方草地上存在的含生，或僅僅一個蟻穴中螞蟻的數量，也超過了南瞻部洲的人數。如此人與傍生的比例顯而易見。思維人間也是一樣，如果觀察無有佛法光明之邊地眾生數量，就會了知生在佛法光明的人是極為罕見的。尤其是具足暇滿人身更是絕無僅有。

思維這些道理之後，想到自己如今已獲得了真實暇滿，應當生起歡喜心。如果暇滿的所有功德完全具足，則從今天起應實現所謂的珍寶人身。如果不具足暇滿的所有功德，雖然世間法方面聰明伶俐，智勇雙全，但也不算是珍寶人身，只是普通人身而已，或稱為相似者、災禍者、空返者。這種人就像手中已得到如意寶，卻無義空耗，或者已到珍寶金洲卻空手而回一樣。

寂天菩薩《入行論》云：“暇滿人身極難得，獲得士夫成義者，若此無修利益義，下世難得清淨身。”



此外又說：“已得此閒暇，我若不修善，除此更無惑，除此更無癡。”因此蓮花生大士說：“前世所累積的功德之果報今世此身用盡。若現在此世未修法，於是來世生於惡道，現在就當不散亂、精進行善。如受暑病者求解口渴般的精進修法。”所以要憑藉著智慧、直心、能力、勇猛等於今世成辦。此次人身不能空耗。需要能修一個世世都有義的法，這就是有智慧、有直心、有能力、是勇猛。此次修不到法，如同沒有內臟的身體，丟掉了心識。自己害自己，自己騙自己，自己丟失自己的一切。到了珍寶洲不要空手而返，唯一修法最要。各種法中修大乘法，特別實修今世成佛之大圓滿法難得。所以無論如何今世要生起堅定之信心，善加利用此珍寶人身。如何利用呢？當依佛陀的正法，身口意專一精進，如理如法來修。以上為第一座法：實修人身之暇滿難得。

མཉམས་སྦྱོར་གྱི་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་སྐྱེས་།།



第二節 第二共加行：思維壽命無常

《天法金剛句》中云：“生於何處無常終必亡（一切生者無常終必死）。”《天法註解》中云：“任何輪迴中所出生，都無常終必須將會死亡。”此涵義為：眾多因緣和合造作所生的都是有為法，有為法是無常之性相。世尊說：“比丘眾，一切有為法為無常。”

分述如后：

（一）**思維外器世界，修無常：**外器世界三千大千世界，最終必定將因火水風而次第毀滅所以是無常。

（二）**思維內情世界，修無常：**《方廣大莊嚴經》云：“三有無常如秋雲，眾生生死如觀戲，士夫壽命如閃電，尤如陡山水速行。”世尊說：“累積一切終享盡，一切高位有沉陷，一切集聚終遠離，一切出生終死亡。”蓮花生大士云：“去年今年上下季，日夜剎那時無常，仔細觀察已近亡。”《樹木經》云：“如牽犯人往誅地，行走各步近死亡。”《涅槃經》云：“有生有死亡，有旺有衰落，青年也無常，壯年也生病，活著也死亡，無有永恒法。”所以沒有任何處能躲避死亡。《方廣大莊嚴經》云：“所住何處未離死，未



有離死之地處 虛空深海都非有，一切山腰也非有。”

雖然大家都知道死亡的那一天隨時會到，不過每個人的心中有還不會死還有時間的念頭害了自己。所以思維死期不定而修無常。欲界的其他洲壽命定期，但南瞻部洲壽命不定期。《俱舍論》云：“在此未定凡夫眾，十年初劫無量壽。”所以初劫能活壽命無量，到現今壽命四十年下降的時代，一直下降到壽命十年之中，都是免不了死亡。有些今天也撐不過，而死亡的也很多。《法集要頌經》云：“有些胎中死亡，有些出生中死亡，有些行走中死亡，有些懸崖中掉亡。有些老與有些少，有些年青壯年中，一切生於次第滅。”所以死緣也不定：病的種類有四百四十種，魔障的種類有八千個，並且有多種障礙壽命的死亡之緣。能生存之緣，藥或食衣等，但若用法錯誤也可能結上了死亡之緣。為了尋找食衣而死亡，嬰兒衣蒙蓋中死亡，食物中毒，服藥錯誤等眾多死亡之緣。身體未有意義，一定會死亡。此身體是由三十六種不淨之物所構成的，因此身體無有永恆實質之意義。

(三) 思維死亡之喻，修無常：思維人身如虛空射箭剎那也停留不了。如山坡水速流。如牽犯人步行往誅地，行一步靠近死亡一步，很快死亡。



(四) 思維他人，修無常：思維我們所居住的地區、城市、部落等，知與不知死去了多少人。思維體察數數自己同年人死亡了多少。思維所死亡的這些人，想活也無有自在的權力能活，吾也與其他眾人一樣無有自在的壽命。如果看到屍體或骨頭時，生起慈悲心，思維吾也會於什麼時候實現如此的死亡。蓮花生大士云：“無知無常無依靠，仍然執著此輪迴，求福惡業逝人壽，心思散亂逝暇滿，臨死人如盡燈油，增壽緣盡未權住。”此外又說：“死期無定，欲修法時想將來還有時間空閒能修法，就懈怠忘了修法。不一定今天或許明天會死或活，好生思維。許許多多人今天能張開眼、口，明天卻變成為臭屍體，此種人也沒想到明天我會死亡。所以四大所成的身體，連吃飯的時間也靠不住的。當思維生命之氣如氣息般的無常，身暖氣如火花般的微小，生命如馬尾般的微細，剎那也無能依靠的生畏懼。如此細心思維，過去所出生的都已死亡。未來所出世的也會無常，現在在世的也會有死亡的那一天。死亡無有老、少、美、醜、善、惡等的分別。不定期限確定死亡。眷屬、未說完的議論、未完成的工作、未穿的衣服、未吃的食物、臥床、身體之裝飾、碗等一切受用，自己一人無可依靠，恐懼、



悲哀、失意的離開而趣向死亡。聽到他人談論他、她死了，就像於酥油內摘除多餘的毛一般的走了。死時到來多麼‘悲哀恐怖’啊！”因此不要忘記平時每日思維無常三次，是非常重要的。

(五) 思維修無常之功德：世尊說：“實修多次無常之功德，有如供養諸佛之功德；實修多次無常，獲得諸佛之安慰；實修多次無常，獲得諸佛之授記將成佛；實修多次無常，獲得諸佛之加持。”所以善逝眾多持明成就者初修時，思維無常故生起出離心，放下今世的衣食名譽等一切，集中一緣修行成就。凡夫不念佛法，富有者吝嗇執著，有權力者做重大惡業，不孝惡人造無間罪等做各種惡業，入法門修行未得成就等，均屬未修無常之過患。因此汝等應集中一緣修無常，非常重要。在此教導了知無常，常常思維無常，不要忘記修法，非常重要。此乃第二座法：實修壽命無常。

མཉམས་སྦྱོར་གྱི་ལྷན་སྐྱོད་ལས་འབྲས་བུ་ལས།



第三節 第三共加行：思維因果不虛

第一款 一般因果

《天法金剛句》云：“積集善法乃成佛因，所造惡業輪迴六道因。”《天法註解》中云：“累積各種的善法是即將成佛之因，造各種惡業即將墮入六道輪迴。如愚癡生於畜生道、吝嗇貪心生於餓鬼道等等。”有些人想：以上所說的壽命無常之道理也是事實，不過死亡後一定還會回來出生做人。所以特為此等眾生宣說死後是隨業力而投生。《百業經》云：“報因業有各種業，其因所造各眾生。”《悲華經》云：“世間乃業之變化，一切眾生業所造，業因而出生。都是業所分類的。”蓮花生大士說：“因果不虛難斷輪迴。”有些眾生不信因果，是外道造斷邊之見解，其見解會令自他死後都立即出生在無間地獄，其見禍害自他。”

《堆華經》云：“（其人）無有善惡業報之觀念，其見為與聖法顛倒之行。”那麼業是什麼呢？業有思業及意樂業。思業為心中思維的善惡業，意樂業為想而所行的業。《俱舍論》云：“思業乃意之業，由此生為身語業”。業可分：(1)分支分類、(2)各業形相、(3)定業、(4)業行報因、(5)小業成大果報、(6)業報不虛



等六項來註解。分述如后。

第一項 業之分類(分支)

業之分類(分支)可分善業、惡業、不動業三種。

分述於后：

(一) 善業或福業，為十善法，斷除十不善法為十善法。

(二) 惡業，為非福業。非福業為身口意不淨之十不善業。十不善業分為：身業分三（殺生、偷盜、邪淫）；語業分四（妄語、兩舌、惡語、綺語）；意業分三（貪欲、瞋恨、邪見）。

(三) 不動業，為修禪之定境，簡單來說修持中無有出世間之禪觀，特別住於世間之禪境。

所以造惡業出生於三惡道。造善業出生於上善道。造不動業出生於上界（色界、無色界）。《羅漢地巴經》云：“諸多辣味之種子，所生果為辣味果。諸多甜味之種子，所生果為甜味果。此等因果之比喻，惡業報應如辣味，善業報應如甜味。善男女子該知此，恒持身語意之行。未造三種惡業罪，他造惡業所知者，無作歡喜無隨喜。身語以及意等行，恒常修持三善門。所有一切自修善法者，汝應隨喜他行善。”



第二項 各種業之形相

各種業形相可分為十種：1、定業、不定業；2、作已不積集業、不作積集業；3、盡業報、未盡業報；4、樂、苦；5、能捨之心及吝嗇之心；6、身心苦樂；7、業期到不到；8、惡道之實相；9、動機；10、引業、滿業。欲了知，可看天法廣的註解。以下註解係取自天法大圓滿掌中佛廣行之註解，分述如后：

(一) 定業：《業類別品論》云：“若問：什麼是一定生起的業呢？答：累積一種善業後發願我將出生於某處，如此迴向於確定生處，或造五無間罪，此業確定出生”。

不定業：《業類別品論》云：“若問：什麼是不一定生起的業呢？答：累積一種善業後沒有願力迴向，此業不定生處。若問：什麼是業成熟於他處的業呢？

答：在今世造善惡業成熟於他世，如一位親和商人的女兒轉生的經歷一樣，此業為他處成熟”。譬如，作已不集業：意樂、加行及後果未能具備，故雖所作已作，果報不能應因成熟。

(二) 作已不集業、不作積集業：《業類別品論》云：



(1) “若問：什麼是作已不集業呢？ 答：累積任何業後生起後悔心、抱歉心、懺悔心、放棄再造同樣的業、斷絕以後不再犯，此業為作已不集業。(2)若問：什麼是不作積集業呢？ 答：此業身不圓滿造業，心圓滿造業，語也不造業，此業為不作積集業。(3)若問：什麼是作已積集業呢？ 答：造任何惡業時不生起後悔心、抱歉心、懺悔心、不放棄再造同樣的業、不斷絕以後不再犯，其業為作已積集業”。(4)若問：什麼是不作不積集業呢？ 答：不為任何事而造任何業，此業為不作不積集業（無記業）”。

(三) 盡業報、未盡業報：首先說明盡業報，《業類別品論》云：“若問：什麼是造任何業眾生出生於地獄後壽盡轉生呢？ 答：此業是有些眾生造出生地獄的已作業，也作積集業，不生起後悔心、抱歉心、懺悔心、惟放棄再造同樣的業、也斷絕以後再犯，如提婆達多，具有此業出生地獄後壽盡轉生業”。未盡業報：《業類別品論》云：“若問：什麼是地獄半壽命用盡轉生其他處呢？ 答：此業是有些眾生造出生地獄的業，不過生起後悔心、抱歉心、懺悔心、放棄再造同樣的業、斷絕以後不再犯，具有此業者剎那間出生地獄而轉生他處之業，如阿闍世王殺父王一樣”。阿



闍世王殺親生父王後猛力的懺悔故，他剎那間出生於地獄而轉生。如此的大罪業作懺悔能減輕受報，不過很難根除。經典中說：“造作巨大惡業眾，吾前抱歉誠懺悔，誓言斷惡眾業輕，非言眾業得根除”。

(四) 苦樂四相：《業類別品論》云：(1) “若問：什麼是具任何業之眾生前快樂後痛苦的業呢？答：此業為有些眾生前歡喜作布施，之後產生後悔之業，此等眾生前於人間很富有，具有一切條件的家中出生，享受世間的榮華富貴，最後一切受用財物都享盡，因此很痛苦，此為具有如此先樂後苦之業。” (2) “若問：什麼是具任何業之眾生前苦後樂之業呢？答：此業為有些眾生前布施時懷恨很不情願布施，布施完後不後悔心中痛快，此種眾生前出生於人間貧窮之家，很辛苦的求衣食，慢慢財富增長後變為富有，此業為先苦後樂之業。” (3) “若問：什麼是具任何業之眾生前樂後樂之業呢？答：此業為有些眾生前布施時歡喜作布施，作後也不起後悔并歡喜之業，其眾生前出生於人間很富有享受榮華富貴，一切條件具足之家，享受快樂後此人之財物也增長，此業為先樂後樂之業。” (4) “若問：什麼是具任何業之眾生前苦後苦之業呢？答：此業有些眾生前離上師，沒有任何人



教他作布施，此人也沒有作布施，也未造惡業，出生於人間貧窮衣食不足之家受苦，此為先苦後苦之業”。

(五) 能捨之心、吝嗇之心：首先說明能捨之心，《業類別品論》云：“若問：什麼是具任何業變為富有能捨之業呢？ 答：有些眾生於清淨之境作無量之布施供養，其修為能捨，累積福德資糧成為富有，常作布施能捨財物，此為變為富有能捨之業”。**吝嗇之心：**

(1) “若問：什麼是具任何業吝嗇之業呢？ 答：此業為有些眾生於清淨之境少供養，沒有常作布施，此種眾生出生於富有之家，不過財物沒有享受的權力，此為具有如此的業出生富有吝嗇”。(2) “若問：什麼是窮而有能捨之心之業呢？ 答：此業為有些眾生布施給不清淨之境，其等眾生出生於輪迴時，財物耗盡，能捨心慢慢增長，此為耗盡福德資糧變窮，前布施故成為能捨之人，此業即是窮而有能捨之心之業”。(3) “若問：什麼是窮而又吝嗇之心之業呢？ 答：此業為有些眾生離上師，沒有任何人教他作布施，此人也沒有作布施，也未造惡業，出生於人間貧窮衣食不足之家受苦，此業為窮而又吝嗇之心之業”。



(六) 身心苦樂：《業類別品論》云：(1) “若問：什麼是身樂心苦業呢？答：其人為累積福德資糧之凡夫，如轉輪王，此業為身樂心苦之業。”(2) “若問：什麼是身苦心樂業呢？答：未累積福德資糧之阿羅漢，如長老“律昆志嘎”，此業為身苦心樂之業。”(3) “若問：什麼是身樂心樂業呢？答：其人為累積福德資糧之阿羅漢，如長老“朵皆”，此業為身樂心樂之業。”(4) “若問：什麼是身苦心苦業呢？答：其人為未累積福德資糧之凡夫”。

(七) 壽業之期到不到：《業類別品論》云：(1) “若問：什麼是壽盡業未盡呢？答：其眾生出生於六道各處，死後再出生六道各處，此業為壽盡業未盡之業”。(2) “若問：什麼是業盡壽未盡呢？答：眾生先享樂，福德用盡，後受苦；或先受苦，惡業用盡壽未盡，後得享樂，此種眾生之業為業盡壽未盡”。(3) “若問：什麼是業盡壽盡呢？答：眾生出生地獄道後出生畜生道，畜生道後出生餓鬼道，餓鬼道後人道，人道後天道，其種眾生之業為業盡壽盡”。(4) “若問：什麼是業未盡、壽未盡、不過煩惱盡呢？答：如獲得四沙門果之阿羅漢，此為未盡壽未盡業但煩惱盡”。



(八) 惡道之四種實體：《業類別品論》云：（1）“若問：什麼是出生惡趣得莊嚴相之業呢？答：瞋恨心之動機守戒，此業為出生惡趣得莊嚴相之業。”（2）“若問：什麼是出生惡趣得醜陋相之業呢？答：瞋恨心之動機守戒後破戒，此業為出生惡趣得醜陋相之業。”（3）“若問：什麼是出生惡趣得身醜愚昧之業呢？答：愚痴守戒後破戒，此業為出生惡趣得身醜愚昧之業。”

(九) 動機：《菩薩品論》云：（1）“善男子有具任何業是善業但業報為痛苦，若問：那種業是善業但業報為痛苦？動機帶有傷害之心，但入行作善事。”（2）也有惡業果報為快樂。“若問：那種業是惡業果報為快樂呢？如具菩提心之動機，但造殺生、行淫欲、偷盜、妄語業。”（3）也有惡業之果報為痛苦。“若問：什麼是惡業之果報為痛苦呢？即是惡心之動機造惡業”。（4）也有善業得善報。“若問：什麼是善業得善報呢？即是具菩提心之動機造善業”。

(十) 引業、滿業：《菩薩品論》云：（1）“若問：什麼是引業為善業、滿業為惡業呢？答：有些眾生善心行善業出生於上善道，但受行惡業果報如餓鬼道、畜生道、地獄道之苦。此業為引業為善業、滿業為惡



業之業”。(2) “若問：什麼是引業為惡業、滿業為善業呢？ 答：有些眾生惡心之惡業出生於三惡道，但享受行善業果報上善道之受用快樂圓滿”。(3) “若問：什麼是引業為惡業、滿業為善業呢？ 答：有些眾生惡心行惡業受惡報”。(4) “若問：什麼是引業為善業、滿業為善業呢？ 答：善心出生於上善道，行善業果報出生於人天，享受上善道之受用快樂圓滿。此業為引業為善業、滿業為善業之業”。

第三項 定業、因行業報、小業成大果報

(一) 定業：《寶堆經》云：“所造各種業，同因同種報，百劫過後業，無變同受業。”

(二) 因行業報：《辯積智慧菩薩經》中所講的，集中精要來說為：(1) 不孝順父母、難滿足、不斷造惡業、偷盜搶劫、冤債不還等罪業。業報為下世生于惡緣奴隸。(2) 具信聞法、未毀謗大小乘法，並且講聞大小乘法、斷四語惡業、未毀謗三寶、對造業眾生起慈悲心，從而引導此等眾生修善業斷惡業之法門、未告他人的缺點。此種善業的果報為能獲得有善緣者、香味者、無有災難者、身心非常輕安清淨者、美麗莊嚴者及他人稱讚者等。(3) 自皈依三寶並且給



他人傳授皈依、讓他人修建莊嚴之大佛、尊敬堪布及上師、讓僧團或所有佛門弟子團結、對諸眾生修悲心、修經義、誦經、背經、講經等善業。此等善業之果報能生生世世不離三寶，能見佛聞法得正等覺。

(三) 小業成大果報：世尊說：“各種小惡業，勿想無障礙，如小火花力，能燒草堆山。各種小善業，勿想無利益，如水點滴存，久能形成海。”因此謹防不造微小的惡業及修行累積微小之善業，很重要。

第四項 因果業報不虛

《正法念處經》云：“火有成寒時，風有繩索綁，日月有落地，未有業虛時。”所以其中的業報，自造業他人不會承受業報，無有遇到未造之業報，為他人所作之業報也要自己承受。《三摩地王經》云：“惡業所造非未受，他人所造未自受。”所以有人在臨終時向親友等說：我所曾經修的三億萬遍六字大明咒的功德給您，或十萬次繞佛功德給您等，無有能得者。自造的業未有他人能成熟。佛經中無有記載，給功德於他人能得到。唯死後誦六字真言及積集功德迴向給死者，死者能得到其功德利益。一切善業當如理如法的布施迴向十方如母有情和自己的眷屬，彼等必獲



利。不應當空口言說。《持全功德續》云：“留下的在生親朋戚友，為先人修善德，如母牛後隨之小牛，隨行功德及於一切處。”所以同樣之前念過的六字真言及繞佛塔等功德用錢買不到。現時給酬金供養及布施食物，讓他(即亡者)作善事及繞佛之功德，有關聯故，先人能得到功德利益。

如為官，及為親友而累積的惡業，無有他人能承受，自己一人必須承受。龍樹《勸戒親友書》云：“汝为沙门婆罗门，师客父母妃眷，亦不应造诸罪业，地狱异熟他不分。”那麼為什麼作過沈重罪業的人現今享受幸福快樂？《勸戒親友書》云：“有者所造诸罪业，纵未即时如刀砍，然死降临头上时，罪业之果必现前。”《因緣品》云：“直至未熟罪業因，其間孩兒思甜味；當時成熟罪業果，那時了知為辣味。直至未熟罪業因，那時壽命能延長；當時成熟罪業果，那時了知為痛苦。”所以造沈重的罪業者今世能幸福快樂，是前世所累積善業緣故。此也是今世用盡前世所積集的福德資量，下世將出生於三惡道的徵兆。

《因緣品》云：“直至未熟妙果期，其間善業看將來。當時成熟善業果，那時善為快樂因。”《涅槃經》云：“需要聖法之善男子善女子，那些眾生造無



數的罪業故，得腦病、得瘟疫、得病痛等。此等人他人引導催促修聖法能清淨業障，因此速得無上正等覺。”聽法修法等行善時，遇到生病痛苦是消除罪業的徵兆。所以修行遇到障礙時不要心生懷疑，退失信心。因此應於現在當下集中思維因果，一切今世下世都為因果授權循轉。今世遇到的苦樂都是前世所積集的業報。思維確定下世之苦樂當看今世之做業，如此對因果生起確定心。以上為實修法第三座第一款一般因果部分。

第二款 福業善法之功德

《金剛句》云：“積集善法乃成佛因”。《觀音菩薩註解》云：“盡力積集各種的善業乃將能成佛之因”。所以行善法時的十種善行，彌勒菩薩《辯中邊論》云：“寫經、供養及布施，聽經、讀經背經文，講經、誦經作功課，思維經義、修經義，此十種行為為自性，獲得無量之福德”。所以如此地行善法能獲得無量之功德。

布施之功德：《辯中邊論》中的涵義，簡短來說明，布施之功德有十種：長壽、美麗莊嚴、具猛力、具正念、具無畏、不懼能入行於眷屬中、眷屬具敬



信、天神及人眾歡喜、具有財富、出生於上善道、圓滿涅槃等十種功德。所以自己所具有的衣食供養於淨境，布施於貧困之眾生會得如上之功德。經典中云：“施飲獲得精通慧，興旺受用增財富，無有出生餓鬼道，未有渴口之災難；施衣獲得權勢力，世世貴族及妙色，其人了知慚愧心，其得名譽具妙緣。”因此佛說供養清淨之境僧侶，有特別之功德。此外許多宣說布施之功德的經文云：“布施乘騎獲得四神足（欲定斷行具神足、心定斷行具神足、勤定斷行具神足和觀定斷行具神足）。供養絲綢獲得人天解脫戒，如絲布綁般得戒者。”布施珍寶之功德，《布施波羅蜜多經》云：“布施珍珠功德利，如是出生於諸處，某某生處那地方，天降珍寶如下雨。”《三法經》云：“吉日修善布施法，盡壽眾生也得壽，如同盡食得食物。”《涅槃經》雲：“諸佛正法僧侶眾，供養香或一燈許，一朵蓮花等供養，往生不動淨土中。”

持大乘八關齋戒之功德：經典中云：“帝釋天說：每上弦月初八及神變月受持八關齋戒，其人能成就如吾。當時世尊說：帝釋天汝勿說此話，每上弦月初八及神變月受持八關齋戒，其人能成就如吾。”放生今世獲得長壽，也是福壽法事消災之最極法。其他



不殺生、不偷盜、不邪淫、不妄語、不兩舌、不惡語、不綺語、不貪欲、不瞋恨、不邪見、不飲酒等之功德在廣的註解中可了知。因此以清淨動機行善很重要。引自廣的註解中對十善法的解釋於下：

1、 不殺生的功德：

斷除殺生是無畏之布施，今世得他人贊嘆，神色及六根清明，能長壽，天神隨行護持此人，死後投生於上善道，不殺生得轉輪王、帝釋天、梵天、聲聞、緣覺及佛陀之果報，發任何願都能達成。一生一世不殺生是最上的，一年或短期不殺生為中的，最基本也要分類不殺。放生是不殺此眾生並發誓，也是悲布施，《正法念處經》云：“布施命為聖布施”。放生今世獲得長壽，也是為了家人平安及諸事圓滿成功的最好方法，如王法死罪之人以此功德免死功德更大，為已故眾生放生也非常圓滿。

2、 不偷盜之功德：

不偷盜今世得他人信任，能收住財物，無有帝王災、強盜災及火災等。下世出生於上善道，帝釋天、梵天及佛陀之中任何發願都能成。搶或偷都是算偷盜，受不偷盜之戒功德無量。

3、 不淫之功德：



今世人人贊嘆信任，住於女色中他人不起疑心，得皇帝及皇臣信任，具有涅槃之緣，能成就任何願望。

4、 不妄語之功德：

斷妄語獲得他人信任，無財者他人賜財物，不會貧窮，成貴族，長相妙莊嚴，眾人喜歡，言語得他人信任，非人羅刹不見不害，去他處也得環境圓滿，達成一切願望，獲得出生上善道，能成就迴向功德之願望。

5、 斷除離間語之功德：

今世親戚等眷屬重用，他人任何離間語分裂不了，未有錢財親友不棄不離，無有兵器禍及不吉利的災難，下世出生於天道，能達成一切願望。

6、 不惡語之功德：

遠地他人迎接，親友多，無有錢財他人也如眷屬般護持，他人不為難，事事成功，無有敵、皇、水、火及兵器之災難，出生於上善道，能達成一切願望。

7、 不綺語之功德：

出生於聖者，言語他人歡喜，任何人都不傷害，聽善語，財物穩定，出生於上善道，達成一切願望。

8、 斷貪欲之功德：

今世丟失財物他人還回，常有財物，他人傷不了，下世出生於天道阿修羅傷害不了，天道神眾尊敬，榮華



富貴，功德能達成佛果中的一切願望。

9、 斷瞋恨之功德：

今世具有財物條件，安居樂業，各個人士歡喜，他人傷害不了，脫離皇、臣、強盜、險處、火、水及地震等災難，惡善人士都如子或兄弟般尊重，下世得自在天道之受用，天神都歡喜，脫離阿修羅的戰爭。以此功德佛的一切願望都達成，特別獲得七珍寶之功德。

10、 斷除邪見之功德：

斷除一切無利益之行為，靠近涅槃，遠離世間，生起出離心等有無量的功德。

11、 不飲酒之功德：

此人記意穩固，無癡說實話，常聽善語得安樂，多聞佛法能記義，具慧能解脫，喜歡功德，生於具樂地。除了喝薈供之酒，他時不喝就能獲得如此之功德。以上功德是為在家居士授十戒之功德，佛經中記載出家行者之功德勝過在家之功德百倍。

第三款 非福惡業之罪過

《金剛句》云：“所造惡業輪迴六道因”。《觀音菩薩之註解》中云：“所造惡業之果出生輪轉在六道輪迴中，愚癡生於畜生道，吝嗇生於餓鬼道，瞋恨生



於地獄等”。此等之果報涵義，《寶鬘論》云：“貪欲、瞋恨及愚癡，其所生起為惡業，惡業生起諸痛苦，循序生起諸輪迴。”每個惡業有分等流果、異熟果、增上果等三果。分述如后：

(一) 等流果 《寶鬘論》云：“殺生果報為短命，偷盜果報離財富，邪淫果報有眾敵，妄語果報誹謗礙，兩舌果報離親友，惡語果報聽惡語，綺語果報語不淨，貪欲果報毀願望，瞋恨果報遇畏難，邪見果報生惡見，飲酒果報生幻想。其人此業果報為：最先出生惡三道。”所以造十不善之惡業者，先墮入三惡道，然後脫離三惡道出生為人，也要受惡業之等流果。

(二) 異熟果 《寶鬘論》云：“瞋恨煩惱墮地獄，貪欲煩惱墮餓鬼，愚癡煩惱生畜生，顛倒三毒生人天。”

《世間註疏經》云：“所造身罪業者，所造語罪業者，所行意罪業者，眾生出生諸地獄。瞋恨互相鬥爭業，人道有些瞋鬥爭，億萬千年之期間，生於等活地獄中。不願強作且作業，讓他夫妻所離婚，所造言說之妄語，生於黑繩地獄中。殺牛殺羊殺水牛，殺動物豬及小鳥，任何殺他之罪業，出生眾合地獄中。所殺一切之眾生，驅逐恐嚇及飲血，等等所行諸惡業，出生號叫之地獄。見解黑暗之攝持，有間執著所束縛，所



造一切執著業，出生大號叫地獄。殺比丘婆羅門善，如此任何之父母，殺害任何他上師，出生極熱之地獄。任何法謗為未法，未法法說為正法，毀謗殊勝諸上師，斷見等生無間獄。”

(三) 增上果 由龍樹菩薩等上師們開示，總合來說：殺生之罪業出生於不吉祥沒有光榮的地方。偷盜之罪業出生於有很多霜害冰雹及早災的地方。外淫之罪業出生於有很多沙漠飄風灰塵的地方。妄語之罪業出生於有很多臭味的地方。兩舌之罪業出生於有很多高高低低的粗糙地。惡語之罪業出生於有六地鹽鹼造惡業的地方。綺語之罪業出生於顛倒四季錯亂的地方。貪欲之罪業出生於莊稼年年歉收的地方。瞋恨之罪業出生於食苦味粗糙的地方。邪見之罪業出生於無亮的地方。

以上為第三座法，實修因果不虛。

མཉམས་སྦྱོར་གྱི་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་སྐྱེས་།།



第四節 第四共加行：思維輪迴之過患

第一款 行苦

輪迴之過患：分為三：行苦，苦苦，壞苦。首先說明行苦。我們一得到此身蘊時就已經具有的苦為行苦，雖然凡夫不知此乃苦。聖人會了知此乃苦。如說一根毛，放在手掌中不知毛為粗糙，進入眼內就知道毛是粗糙的譬喻一樣。除了具有大慈悲心的菩薩來世出生於世間外，其他聖者都不會再出生於世間而是於逝世後進入涅槃寂靜中。不常住輪迴的原因，是這些聖人了知輪迴分毫之痛苦。在《俱舍論釋》云：“手掌中之一根毛，其毛進入眼睛內，生起不快及痛苦。凡夫未知手掌中，毛為行苦之粗糙。具有聖人之眼力，了知行業為痛苦。”

第二款 苦苦

苦苦 分三：

第一，餓鬼道之痛苦：餓鬼道：《金剛句》中云：“餓鬼飢渴”。《觀音菩薩註解》中云：“餓鬼道有飢渴之痛苦”。此句的意思，世尊在經典中說：“大王如果出生在餓鬼道，百年千年無數之千年中，受飢渴之



痛苦。連念飲食之名都聽不到，哪裏能見到飲食，受如此之痛苦”。出生餓鬼道之業因為貪欲及吝嗇，是造中等的不善業之果報。《正法念處經》云：“嫉妒吝嗇之業多，無施財物無畏法，無有護持戒律業，惡鬼道中受飢渴”。《正法念處經》中記載餓鬼道可分三十六種，有三十六種不同的痛苦。

第二，畜生道之痛苦：《金剛句》中云：“畜生愚痴”。《觀音菩薩註解》中云：“如此畜生道之眾生非常遲鈍愚痴”。此之意思蓮花生大師說：(1) “逾健達羅山（持雙山）之下不見日月，洲間所住畜生眾，春季陽光塵更多，自身不見吃自肉，掉下懸崖之痛苦。(2) 海生動物眾，居住無數如酒糟，大吃小魚及自肉，互殺劊子之痛苦。(3) 無依畜生眾，四生所生之畜生，動物猛獸螞蟻及微生，多足無足飛禽猛獸，龍部大小之畜生，不可思議生地面，具有互相殘殺苦。屠夫裝起網羅中，網內所生顛倒走。有些為食而死亡。(4) 散居畜生苦，依靠人之畜生眾，運用馱運耕畜擠奶，剪毛取肉血騎用，喘氣破背奴役用，奴隸無餘磨角盡，脫皮也用無有息，身體破爛無悲作，驅逐痛殺無量苦，其等痛苦畜眾生。”海居傍生畜生之眾生，及散居傍生之眾生，有許多痛苦。



如此出生於畜生道之因為：沈重愚癡心及造小惡業。《正法念處經》云：“汝如畜生等惡語，三時無停作奴隸，人類送禮生瞋恨，常聽如畜等惡語，此十不善墮畜生。”所以畜生道之眾生有三千四百萬種分類。

第三，地獄之痛苦《金剛句》云：“地獄寒熱”。《觀音菩薩註解》云：地獄有寒熱之痛苦。此意思在《俱舍論》云：“此下二十千里處，無間地獄有其數，其上存有七地獄”。等活地獄八熱為：等活、黑繩、眾合、號叫、大號叫、燒熱、極熱和無間地獄。持明龍樹菩薩說：“眾生行惡罪業者，等活、黑繩、燒熱、極熱，眾合、號叫、無間等，常時流續於地獄”。此外經典中云：“熱燒地獄極難忍，比此世間火之熱，地獄火有九倍熱，堅固實力之鐵錘，剎那融化如油化。寒冰地獄極難忍，比此世間之寒風，地獄風有九倍寒，堅固實力之黃金，剎那裂開如花開”。持明龍樹菩薩說：“如此痛苦極難忍，百億劫中受痛苦，隨之無盡惡業中，無離生命至業盡”。

蓮花生大士說：“唉喲，悲傷，熱地獄三階鐵屋內，四方起大火燒無數劫中，身體燒焦為黑色及紅色，業力故不會死亡，喊叫父、母、夫婦、兒女等親



友，悲傷的眾生怎麼大喊也沒用”。佛經中記載：八熱地獄中最短壽的為等活地獄，也活人間的千億六萬兩千年，下階的地獄比等活地獄的壽命及痛苦勝二十倍。八寒地獄及孤獨地獄，孤獨地獄隨時使用獄門、柱子、烘爐、繩索刑具的地獄及近邊地獄等有無量的地獄。《正法念處經》云：“上師僧侶身語意，法衣使用損壞佛像等，眾生寒冷之中所殺害，此人決墮八寒地獄中”。寒冷地獄為炮、炮裂、頰嘶咤、臃臃婆、虎虎婆、裂如青蓮、裂如紅蓮及裂如大紅蓮。

蓮花生大士說：“寒冷地獄之痛苦，出生於冰山及寒冷的水洲，身冰凍裂開，內臟外出，下徹尖冰之雨，內臟裂開很多片，頰嘶吒嘴殷實，受不住寒冷跳一肘高，並全身顫動，眼色白青青，有時號叫臃臃，如此悲傷的眾生，在無數的劫中受苦”。近邊熱地獄等鐵刺樹林、細火灰或鐵熔液之水無淺灘，劍之樹林中死活。此等地獄之壽命無數。《俱舍論》云：“芝麻庫中百年時，取一芝麻能窮盡，如是炮地獄壽，其他壽有二十倍”。特別破密咒三昧耶戒會墮金剛地獄，勝過其他地獄七倍強的痛苦。《文殊菩薩幻化網續》云：“外處大海水，髮髻能撒盡，如量受痛苦，稱名為金剛地獄”。所以地獄最小的痛苦亦比人道之



任何痛苦大很多倍，聖尊龍樹菩薩說：“在此一人受三百矛，激烈刺傷苦難忍，彼等地獄小痛苦，無能相比百千倍”。以上所講的各個出生地獄之業有很多種，總體來說：由瞋恨造惡業會出生地獄。地獄中有重輕的痛苦及壽命長短等，由自己所造的業沈重與不沈重所引起的。此間所說之意義，蓮花生大士曾說：“那麼出生於地獄的話，很多劫中未有脫離時。如果不想出生於地獄，自己有甚麼信心之把握呢？前世未有如理如法的修行，因此今世只有一點點的福報。前世積集一點點福德資糧的果報，今世此人身享盡。但今世未有修法，下世應會出生於三惡道。所以現在就應如熱病者，受渴苦欲飲水般地，無散亂精進行善”。應如此處所說精進修行。

第三款 壞苦

壞苦分三：

第一，人道：《金剛句》云：“人生老病死”。《觀音菩薩註解》云：“生於人，也有生、老、病、死等不可思議之痛苦”。《正法念處經》云：“人類短壽而苦”。《入胎經》云：“如此，生也痛苦，老也痛苦，病也痛苦，死也痛苦，遭受怨憎會苦，求不得也



是苦，所擁有的難護持也是苦”。生於人間之因，《正法念處經》云：“無常是故依佛法，歡喜具信見三寶，發願聽法與證法，祝願得善能得人”。

第二，阿修羅道：《金剛句》云：“阿修羅爭戰”。《觀音菩薩註解》云：“生於阿修羅，也有爭戰之痛苦”。

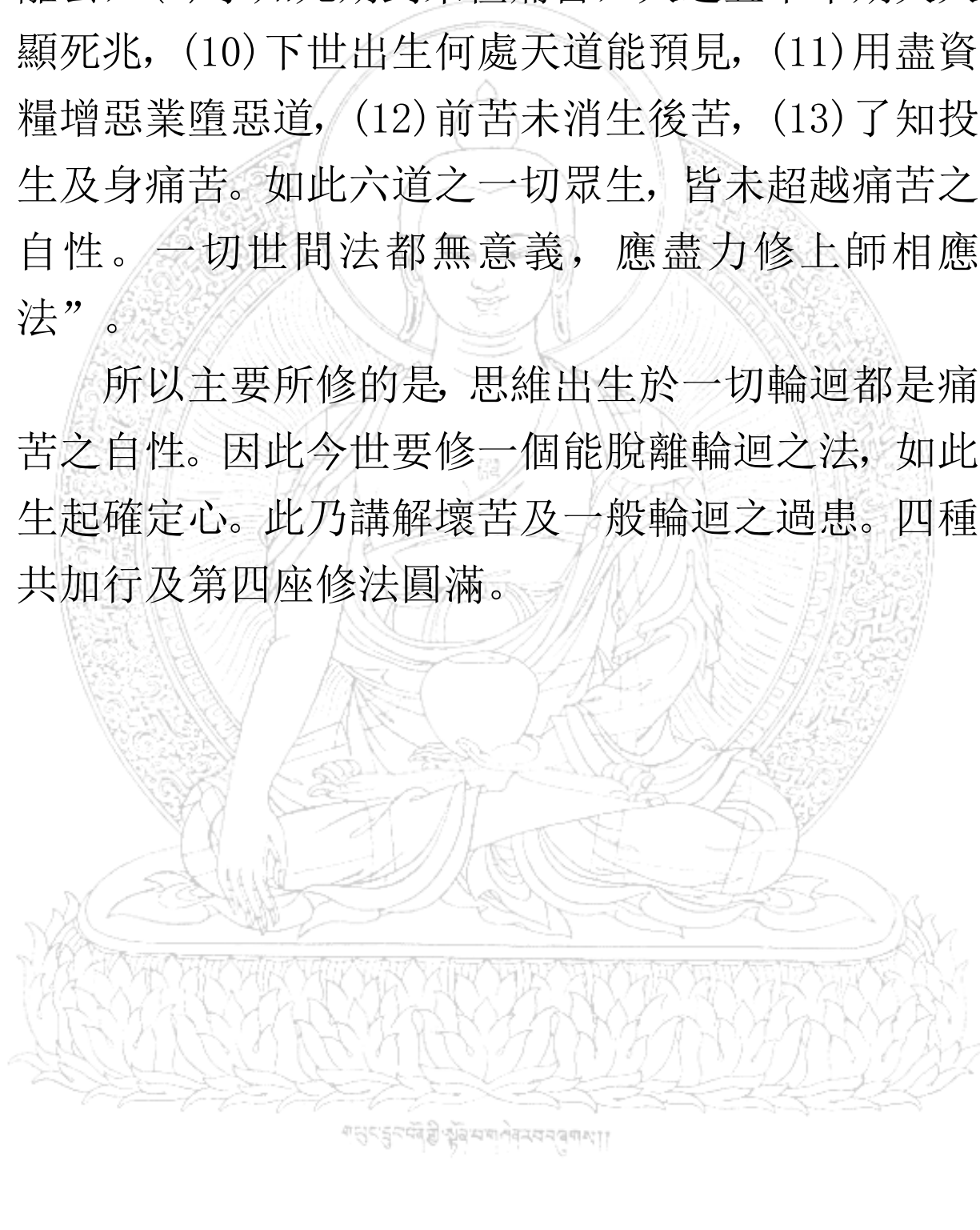
《正法念處經》云：“非天爭戰而苦”。蓮花生大士云：“出生於阿修羅道，遭受爭戰無能言說之痛苦。生起嫉妒心及造十不善之惡業，相續出生於阿修羅道。天道具福妙受用，非天生起嫉妒故爭戰。天人非天爭鬥作戰時，互相爭戰所用盜武器，千幅齒輪武器所傷害，傷身炎症並死亡，惡語打殺等吼聲，未死火燒並丟海，砍頭取臟及取腸。日行夜行作戰軍，爭戰無數痛苦極難忍”。

第三，天道之五壞相或命終五預兆之痛苦：《金剛句》云：“天之痛苦”。《觀音菩薩之註解》云：“天道命終之預兆，有很難忍受之痛苦”。此等意思在《正法念處經》云：“天道散亂而苦”。蓮花生大師說：“上善道三道之樂，其實善道也未有樂。十善法得天身，有十三死亡之預兆：(1)宮殿退光變顏色，(2)如意樹倒浴池旱，(3)花霜未生自然香稻，(4)駿馬寶及隨欲寶牛死，(5)身失威光嗅臭味，(6)莊嚴蓮花頂



鬢變枯萎，(7)兩邊胳膊窩臭丟感情，(8)天道親友遠離去，(9)了知死期到來極痛苦，人道五十年期天人顯死兆，(10)下世出生何處天道能預見，(11)用盡資糧增惡業墮惡道，(12)前苦未消生後苦，(13)了知投生及身痛苦。如此六道之一切眾生，皆未超越痛苦之自性。一切世間法都無意義，應盡力修上師相應法”。

所以主要所修的是，思維出生於一切輪迴都是痛苦之自性。因此今世要修一個能脫離輪迴之法，如此生起確定心。此乃講解壞苦及一般輪迴之過患。四種共加行及第四座修法圓滿。





第四章 大圓滿前行之四不共加行

第一節 第一不共加行之皈依及發菩提心

第一款 皈依

第一項 皈依之意義

四種不共加行或特別加行，乃指：（一）一切所作入行菩提道之法，為第一不共加行之皈依及發菩提心之註解。（二）速得圓滿二資糧法為第二不共加行之曼達拉供之註解。（三）淨除業障法為第三不共加行之唸修金剛薩埵之註解。（四）入加持法為第四不共加行之上師相應法之註解。首先教導皈依。

誰能救度以上所說的六道輪迴一切眾生之痛苦呢？能慈悲自己的父母、在世間中具有大力的鬼、神、欲界及色界的長壽天、大龍王等世間所有的人、天、鬼、神，連自己都救度不了，因為彼等還未脫離輪迴之痛苦。《雜阿含經》云：“為災難所危害之人眾，大部份以山林、樹等作為或建造皈依處，其處非為聖依處，依靠此等皈依處，未能脫離諸災難”。《大莊嚴法門經》云：“父母無能為汝之皈依處，親友眷屬也非皈依處，彼等當汝離開時，無能護汝隨行走”。



那麼誰能保佑你成為皈依處呢？《大莊嚴法門經》云：“佛法以及僧侶等，需求解脫之依處”。上述經又云：“所滅災難因所除，無依眾生佛所護，正法聖會僧侶眾，長期隨行作皈依，誰能皈依此等處，解脫一切之災難”。此意思乃指皈依處分為外、內及密三種：

(一) 外皈依境是佛、法、僧三寶；(二) 內皈依境為上師、本尊、空行；(三) 密皈依境為脈（化身）、氣（報身）、明點（法身）或本覺之本性（空）、自性（明）、慈悲（遍滿）三種。

如此的勝義三寶每個有生命的眾生都具有。只是因為業力所縛，眾生未證悟此點。所以蓮師說：“眾生顯現中，需要皈依外內之三寶皈依境。特別大圓滿等無上密之修行中，皈依三寶為：具有德相的自己根本上師之意為佛、語為法、身為僧侶。了知上師為一切三寶之總集。”

第一項 皈依之正行

《金剛句》云： “對前虛空普賢王如來，
無量諸佛菩薩所圍繞，



普賢如來諸佛佛子前，
吾以一心敬請作皈依”。

《觀音菩薩之註解》云：“對前虛空中央普賢王如來之外圍，無量佛菩薩海會所圍繞，普賢王如來及佛菩薩前，我以一心敬請作皈依”。意思是等觀想，對前虛空中具有八支功德水（甘、涼、軟、輕、清淨、不臭、飲時不損喉、飲已不傷腹之八種特質）之甘露大海，海岸充滿了新發芽的植物與金沙，各種各樣的水鳥，唱著和諧的旋律。各色珠寶，香花遍四處。海中間有梵文“榜”字變成一朵蓮花梗，其廣大之枝葉與花瓣向十方盛開，蓮瓣尖飾以八珍八寶等，各種珠寶莊嚴於其上，各種珠寶所成的四瓣蓮花盛開遍布三千大千世界。觀想蓮花中央蓮蕊與四方四瓣上各有一個寶座。(1)中央寶座上，蓮花及月輪座，與根本上師無二無別的普賢王如來坐在上面，身深藍色，兩手結定印，兩足金剛跏趺坐，與普賢佛母無二中雙蓮，周圍五方佛父佛母、金剛總持佛等無量的雙蓮圓滿報身佛所圍繞。於彼等上空中，觀想如來密意傳承、持明竅訣傳承、補特伽羅口耳傳承等諸上師、印度八大持明、西藏二十五王臣弟子以及一百零八位持明取藏者等，身皆裸體，以六種骨飾莊嚴，手持鈴



鼓，上身着象皮衣，下身着虎皮裙子，咕吱咯吱的腳踏聲跳汲汲舞，向具緣者加持。(2) 右邊（南方蓮瓣上）寶座上，本師釋迦牟尼佛，四周七佛之（毗婆尸佛、尸棄佛、毗舍浮佛、拘留孫佛、拘那含牟尼佛、迦葉佛）及賢劫千佛圍繞，全現至尊化身相，寬鬆穿著具足比丘三衣，兩手結持居地印及定印，其身具三十二相八十隨形好，熾燃放光。(3) 後方（西方蓮瓣上方）寶座上，為所有三藏經典之法本，六部密續，以及大圓滿六百四十萬密續，外形為藏傳法本金色裝嚴。(4) 左邊（北方蓮瓣上）寶座上，為蓮花生大士，現具足比丘相，右手結施無畏印，左手持鉢（嘎巴拉上有長壽寶瓶），周圍為八大菩薩與十六菩薩，一切地上菩薩、八大聲聞、十二緣覺、十六阿羅漢、六億四千萬阿羅漢與一切大小乘僧伽。所有這些菩薩皆年輕如天子，各種絲綢及珠寶莊嚴，所有聲聞都剃髮，無鞋履，著具足戒三衣。(5) 前方寶座上，為西藏護衛本尊，中觀世音菩薩，四周圍繞八嘿魯嘎聖尊、岡杜諸尊、普巴諸尊、一切六續本尊及其總體。(6) 周圍空間有二十四聖地，聖境之勇父、勇母環繞，俱生智慧護法五部瑪哈嘎拉（岡波瑪寧）等四十五大瑪哈嘎拉護法，吉祥天母主眷屬等一千零八尊化身。觀想



他們真實在場，如大量濃雲堆積。如此觀想皈依境。

小乘的皈依期為一世之中皈依三寶，自己害怕輪迴之苦，為求脫離輪迴之痛苦而作皈依。在此大乘的皈依期為：從今直至無上菩提而皈依，並為如母有情之諸眾生脫離輪迴之災害、為遠離小乘（自己得寂樂）之發心及脈氣明點之障礙而皈依三寶。蓮花生大師教言：“觀想現前虛空中安住一切皈依處，彼等如雲海湧現般的思維。主要是自己和自己的父母、仇敵等一切眾生，如鹿想從獵洞中逃出，求解脫般的作真實皈依，非僅口頭言說般作皈依而已”。跟隨上師誦《金剛句》中的皈依文：

“對前虛空普賢王如來，
無量諸佛菩薩所圍繞，
普賢如來諸佛佛子前，
吾以一心敬請作皈依”（三遍）。

第三項 皈依之學處及功德

如此則汝等心中能獲得皈依，已獲皈依者能增長皈依之功德，破皈依者若能懺悔可回復皈依。如此獲得大乘皈依後，需要持皈依戒。《皈依三寶七十頌》



云：“三皈依之居士，根本戒為八戒”。所以要護持眾多所學處，所學處，分為九種：

(一) 應作的皈依三學： 1、皈依佛須要尊敬佛之身體：斷除不敬，那怕是一尊破爛的小察察（小佛像），因其代表佛之身體，所以要恭敬佛身體之任何微小表徵。 2、皈依法須要恭敬法本經典：乃至一個字都當尊敬。 3、皈依僧須要恭敬僧侶以及僧侶之袈裟：譬如四方形的一塊黃色布料都要恭敬。

(二) 要斷的皈依三學： 1、皈依佛，不頂禮外道（世間神）之神。 2、皈依法，不傷害一切眾生。 3、皈依僧，不跟外道人士做朋友。

(三) 皈依特別三學： 1、早晚盡力修皈依。 2、飲食時首先供養三寶。 3、生病等一切苦樂時，不尋找三寶以外的皈依處。如果未受此等九種所學處，就會破皈依戒，並自今世下世無有皈依之處，而於三惡道等無終輪迴中流轉出生，所以過患無窮。如法的受持皈依戒有無量無邊的功德，眾多經續中記載了無邊皈依之功德，可集中為下列八種功德：

- 1、成為佛教徒之功德。
- 2、一切戒所依之基礎根本。
- 3、人與非人未能危害。



- 4、淨除業障。
- 5、能累積增長福慧之資糧。
- 6、死亡不墮落三惡道等顛倒之處。
- 7、能生起特殊之聖道。
- 8、最終能獲得無上菩提果。

第四項 皈依及一切善行之功德迴向

如此依上面所述，來聽聞佛法和皈依三寶，則有不可思議之功德。不過若沒有不退功德之口訣的話，生起一次的瞋恨心就會毀滅一切功德。如《入行論》中云：“千劫所積聚，施供善逝等，一切諸福善，一瞋能摧毀”。所以應從皈依後即開始，將一切任何善行都要迴向菩提，則能使一切功德於無上菩提中不會盡失。若能將每一個微細之善事都作迴向，則過一夜就多增長一個善事的功德。藉由此乃能變為無量無邊的功德。

《金剛句》云：“功德迴向一切六道如母眾生”。

《觀音菩薩註解》云：“如此作皈依之功德，迴向給自己如母六道之有情眾生”。觀想以上所說的皈依境，把於彼等前聽聞佛法之功德、聽聞皈依教授之功德及現前所作皈依之功德，迴向給父母及一切眾生，



憑籍此等功德願一切眾生快速獲得無上清淨圓滿菩提珍寶果，如此思維。然後跟隨上師唸誦《金剛句》中的一句迴向文：

“功德迴向一切六道如母眾生，
六道眾生皆能証得無上佛果”（三遍）。

之後將對面虛空中所觀想的皈依境融入自身，思維真實獲得三寶之皈依，入定於心無造作之境界。長期早晚盡力精進修皈依，很重要。此為第一特別加行之皈依教授，第五座實修法門。

第二款 發菩提心

第一項 發菩提心之意義

《金剛句》云：“為利眾生發此菩提心”。《觀音菩薩註解》云：“為了利益一切眾生，我發廣大菩提心”。《華嚴經》云：“若想見十方諸佛者，若想布施得無盡福德，若想了知眾生無盡苦，彼等應該生起無邊功德菩提心”。《彌勒菩薩經》云：“菩薩能具一法，能斷除一切惡趣，遠離惡友，速得無上清淨圓滿菩提正等覺。那麼甚麼是一法？一法為增上意樂心圓滿之菩提心”。大圓滿一切密續涵義集聚的《空行（寧提）母精要》云：“前行需要修習菩提心，在經



典中說，入行大乘道，慈悲心為趣入正法之共同根本”。《蓮花生大士》教言：“殊勝空性智慧現前者，若沒有具慈悲之方便菩提心，則其成為小乘之聲聞、緣覺，所以要以發慈悲心而生起菩提心”。那麼什麼是菩提心？《現觀莊嚴論》云：“發心乃是為利他，欲得淨圓菩提果”。《菩提心註釋廣論》云：“菩提心有兩種，勝義菩提心及世俗菩提心”。世俗菩提心也有兩種，《入行論》云：“略攝菩提心，當知有二種，願求菩提心及趣行菩提心”。這兩種菩提心的分別在《入行論》中云：“如人盡了知，欲行正行別，如是智者知：二心次第別”。在《十法經》、《菩薩地論》及《經莊嚴論》等經典中記載，有各種生起菩提心的因，在此主要生起菩提心之因為：聽聞生起菩提心的功德及上師的引導。受持菩提心之對境有兩種，有上師引導及無有上師。無有上師，自己在佛像等具足佛之身口意的代表前受持菩提心。有上師引導，為先有上師引導受持菩提心，然後自修時對前觀想佛菩薩受持菩提心。為自己脫離三惡道，想獲得上善道之安樂，是正願法，尋求人天之安樂而皈依三寶，不是正法之發心，此人不算修行者，叫下等阿修羅乘。為自己脫離一切輪迴之苦海想獲得涅槃之發心為聲聞



之道。為自己脫離輪迴之一切苦海，不依靠上師而獲得涅槃之發心是緣覺之道，都是小乘。對大乘來說，這是很大的迷途障礙。為利益一切眾生而想獲得無上菩提之發心為大乘之道。為何要為一切眾生發菩提心呢？怙主龍樹菩薩在《勸戒親友書》中云：“搏土成棗核丸雖可數，然為母之邊際不可盡。……，無有未投母胎之眾生，母賜你錢財及護你等，每個眾生為你作苦行，所以於諸眾生皆平等”。一切眾生無量世時都作過我們的父母，所以應為彼等一切眾生獲得煩惱窮盡、圓滿功德之佛果而發心。現在自己做不了，不過先修菩提道成就佛果後，再度化一切眾生獲得正等覺。唯我一人承擔利益、引導眾生成佛，有如此清淨之發心就是大乘之道。《大解脫經》云：“大乘比喻如大海，小乘猶如牛迹水；大乘猶如須彌山，小乘猶如螞蟻窩；大乘比喻如日月，小乘比喻如火花”。

第二項 發菩提心之正行

發菩提心之境為上師，接受菩薩戒，也是需要如下觀想，如是觀想也是長期修菩提心的方法。明珠多傑的《金剛句》云：

“對前虛空普賢王如來，



無量諸佛菩薩恒圍繞”。

《觀音菩薩註解》云：“現在觀想對前虛空安住法身普賢王如來，圍繞無量佛菩薩集聚”。如上述自前皈依境所提如是觀想集聚佛菩薩。一切諸佛之淨土中普賢王如來及五方佛等佛菩薩無量無邊如下雪般降臨，融入於對前所觀想之皈依境。然後做七支供養：

- 1、身語意恭敬作頂禮。
- 2、供養無量無邊的現前及意幻之供品。
- 3、懺悔過去所造的惡業。
- 4、隨喜凡夫及聖人所累積的善業。
- 5、祈請諸佛三轉正法輪。
- 6、祈請諸佛為利益一切眾生於無量劫中不涅槃。
- 7、一切功德迴向於一切眾生獲得法身普賢王如來之果位。

七支供養文在明珠多傑伏藏法中云：“吽 諸佛海會聖眾種，應此祈請速降臨，安住蓮花日月座，從身語意我頂禮。諸佛海會聖眾種，三白三甜甘露供。諸佛海會聖眾種，懺悔業障諸違犯，隨喜積集福慧糧，祈請恒轉正法輪，不示涅槃長住世。願諸眾生盡無餘，速證普賢王如來位”。如是作一般發心之前



行。

特別發心之前行，則需要供養福德善法物。《大方廣總持寶光明經》云：“諸佛正法及僧侶，如此成為一切師，具信恭敬生歡喜，孝敬供養生菩提”。此等的意思就是要供養曼達拉。對面虛空中觀想上師、尊勝普賢王如來，及遍滿前方虛空之諸佛菩薩。觀想構成此娑婆世界之三千世界，包括有須彌山四大洲及一億小洲。觀想在此等世界其上積聚：主要是自己及此生父母與一切有情之一切善事功德。並觀其變為各種勝悅純淨之供養雲，有如普賢如來淨供之供養雲。然後觀想為了廣發菩提心，以此供品供養給與上師無二之法身普賢王如來、五方佛部及一切諸佛菩薩。兩手合掌，念誦明珠多傑伏藏法中供曼達文：

“上師普賢無二別，
世間珍貴寶曼達，
父母諸眾成聚集，
三世所積諸善根，
悉皆應供盡無餘，
供養普賢諸聖眾”。

心中思維從今開始，為利益一切眾生證勝果，成就無上圓滿佛果位，如是成就之後，願我獨荷度化眾



生獲得無上菩提之行。所以觀想普賢如來諸佛菩薩所圍繞的皈依境及於上師前一心廣發菩提心。誦《金剛句》之發心文：

“對前虛空普賢王如來，
無量諸佛菩薩恒圍繞，
普賢如來諸佛佛子前，
我以一心敬請為皈依，
為利眾生廣發菩提心”。（三遍）

第三項 發菩提心之學處(菩薩戒)

如此發心，為同時發願、行菩提心。如此發心後，必須遵守護持菩薩戒，若未護持則有沈重之罪。

《入行論》云：“若誓利眾生，而不勤踐履，則為欺有情，來生何所似？”。所以要護持清淨之菩薩戒。

一、願菩提心之戒：

(一) 饒益有情戒：不放棄眾生，就是心中生起對眾生平等利益之心，一個都不放過。如果一個小人傷害妳，妳對他生起今後不利他之心，這樣就已經棄捨了菩提心。所以下列思維很重要：對如此的眾生思維今世幫他的機會可能沒有了，不過下世或他時定要利益



他，度化他行入菩提道。常常思維菩提心之功德。

(二) **攝善法戒**：精進修積集福慧二資糧法，自己受持守護律儀，奉行一切聞思修正法及六度萬行諸菩提支。

(三) **攝律儀戒**：自己所受過的戒，都能保持清淨而利益眾生。可分為三項來攝持。**第一、斷除四惡法罪**：

(1) 即妄言欺騙上師、堪布、阿闍黎等；(2) 令修本尊、誦咒語、求戒律等行善法的人，產生懷疑或生後悔之心；(3) 誹謗高僧大德；(4) 依靠經商等各種諂狂手段欺騙眾生。這四種惡法罪可導至妄失菩提心等，過患極重，因此應當捨棄，而修學相反的四種善法。**第二、斷除二十種根本墮**：(1) 掠奪三寶財物；(2) 捨棄正法；(3) 毆打、搶劫比丘、沙彌；(4) 造五無間罪；(5) 心生邪見等五種罪，是國王容易犯的五種根本墮罪。在（這五種墮罪中）前四者的基礎上，再加上用武力等摧毀城市、地區、村落、附屬地方等，是大臣菩薩容易犯的五種根本墮罪。(1) 對心理尚未成熟者宣說空性，令其心生畏懼；(2) 令別人退失大乘發心而趨入小乘；(3) 令他人捨別解脫戒而趨入大乘；(4) 言說此聲緣道不能斷除煩惱，自己受持或使他人受持此觀點；(5) 以嫉妒心自讚毀他；(6) 為獲名聞利



養而宣稱自己已證悟空性；（7）令比丘受懲罰並暗取賄賂；（8）拿取修禪者的受用施與求學者等促成彼捨棄修行是初發心菩薩容易犯的八種根本墮罪。加上前面的十種共十八種。再加上捨棄願、行菩提心二種，總共二十種根本墮罪。**第三、也要修四沙門法：**

（1）他罵不還罵、（2）他怒不還怒、（3）他打不還打、（4）尋過不還報。

二、行菩提心之戒：在此應將願、行菩提心之戒同時一起接受。所以行菩提心的戒儀是修戒定慧三學，三學集中在六度波羅蜜多。

（1）**布施**，不執著受用，具利他之動機，三輪體空行布施而滿他人之願求為財施；病人及敵人遇到災難時生起慈悲心盡力救護他為無畏布施；遇到三門清淨者隨器傳法為法施。

（2）**持戒**，斷除逆行之動機受戒為小乘解脫戒，慈悲心及菩提心之基礎行利他為菩薩戒，以上的基礎上增加身、語、意薩瑪耶（誓言），身觀想為本尊身，語觀想為本尊語，意為無念之智慧為密乘戒。

（3）**忍辱**，寬恕他人，他罵不還罵、他怒不還怒、他打不還打、尋過不還報等忍辱他人。

以上三項功德，與前述所提之善法功德是一樣的（其



內容在共加行中有宣說)。

(4) 精進，本心為歡喜善法，不空耗暇滿人身行為不散亂勤力修菩提為盔甲精進；修行之取捨不求回報勤力修持為加行精進；全心全意利他為利他精進。

(5) 禪定是修“止”定之處會提到。

(6) 智慧是“觀”定之處會提到。意思都包含於其中，在此不必特別提。發心之功德：《大方便佛報恩經》云：“若未有發菩提心，不能獲得菩提究竟之成就，汝等應當發菩提心，發菩提心能獲得清淨圓滿正等覺”。等等在大乘經典中記載廣大菩提心之無量功德。那麼從以上儀軌受菩薩戒，自己已獲得菩提心，從今以後屬於菩薩之種性，成為人天等一切世間恭敬頂禮處，獲得暇滿人身之真正意義，獲得菩提心之真正大利而生起歡喜心。圓滿發菩提心後，觀想對前普賢如來及五佛等一切諸佛菩薩融入自身，心不造作之自然狀態中放鬆。此意思經典中云：“善男子！菩提為空性，空性為一切無欲無執著”。勝義菩提心之意義為證悟空性，其“觀”見（立斷）教導，中文翻譯隱去了。

ཀུན་ཏུ་བདེ་བའི་སྤྱོད་པ་གསུང་བའི་བུ་ལོ་ལོ།།



第四項 慈悲心與自他交換之實修

如此發菩提心後主要修慈悲心。第一，首先修慈心，因為沒有慈心就難生起悲心。修慈心的功德，經典中云：“無量諸供品，一億刹土中，供養聖尊佛，無比修慈心”。烏金仁波切說：“特別慈悲的主要是自己的母親，她的恩德處於無量無邊的輪迴之中，所以對她們要修無量無邊之慈悲心”。親生的母親對自己有四種恩德，忍受不了自己的母親墮落於輪迴惡趣，願她獲得暫時的快樂及永遠的解脫，專心一意如此思維。然後思維一切眾生曾經做過自己的親生母親，所以對一切眾生要同等修慈心，心裡生起慈心時會毛骨悚然流出眼淚，此時表示已經生起了大慈心，如此對一切眾生平等生起慈心時就成為了慈心無量。第二，修好慈心就開始修悲心，烏金仁波切說：“無解業力苦海險谷中，業報成熟受苦悲眾生”。又說：“每一個眾生都做過無數次的父母，所以如何讓這些對自己有大恩的父母獲得快樂，在惡趣長期受苦的父母眾生們很悲哀可憐，如此多次對眾生生起悲心”。蓮花生大士說這些的意思為，首先一心專意思維自己的親生母親能脫離一切痛苦多好！然後思維一切眾生能脫離一切痛苦多好！由生起悲心的緣



故，身心毛骨悚然則表示已經生起大悲心，如此專心為一切眾生的悲心為悲心無量。第三、真實生起慈悲無量當然會同時生起包含喜心及捨心無量，願一切眾生不離開快樂之心為喜心無量，其未有親友等分別心為捨心無量，如此的四無量心是大乘的道根，修一切密法的前行，所以修四無量心很重要。沒有如此的善良動機發慈悲心及發菩提心，修密乘生起次第及圓滿次第也不能成為菩提道，只是利益今世消除惡緣之障礙而已。所以要同時修大乘的根本慈悲心很重要。

修自他交換：《無盡智慧經》云：“菩薩修大悲心不執著自己的快樂而能捨於眾生，不難接受眾生之苦海”。所以自己的一切快樂、福報、善根都布施給一切眾生，一切眾生之痛苦業障自己取受。不過未得菩薩地前不能真實接受，這個時候意觀想自他對換苦樂也能獲得廣大的福德資糧。《入行論》云：“若人欲速疾，救護自與他，當修自他換，勝妙秘密訣”。想迅速救護自己與他眾脫離一切痛苦之人，應當修行自他相換，這一項對非法器者應保密的勝妙竅訣。烏金仁波切說：“對六道眾生生起無盡悲心，勇於能忍，自他對換，專注一心不亂”。如此，自己鼻孔向外呼氣時，觀想自己一切善業功德，皆融入所有如父



母眾生之中，一切眾生受到無量之安樂；於鼻孔向內吸氣時，觀想一切眾生之罪障痛苦，皆無餘融入己身之中，一切眾生悉皆遠離痛苦。如此觀修，每日二十一次或七次，就能于世間中消除病痛、邪魔等障礙，出世能獲得圓滿正等覺等無量無邊之功德。

慈悲喜捨四無量心之每一種心，都可分三種所緣來修持。《無盡智慧經》云：“所緣眾生之慈心，歸為初基發菩提心之菩薩所修；所緣正法之慈心，歸為加行道之菩薩所修；無所緣之慈心，歸為獲得忍辱無生法忍之菩薩所修”。菩薩經中也記載：“若問那些是三種悲心？即是所緣眾生、所緣正法、無所緣之悲心等三種”。在此主要修最前的所緣眾生之慈悲心等四無量心。所緣正法及無所緣之慈悲心，在發揮效力之教導時開示。為了不退汝等如此發菩提心、慈悲心及欲修其義之功德，因此要迴向皆菩提。

《金剛句》迴向文：

“迴向六道如母眾，
六道速得正等覺”。（誦三次）。

大乘發心及慈悲心之註解為第六座實修圓滿。



第二節 第二不共加行：積累資糧

第一款 曼達拉

第一項 外曼達拉供

《勝密蓮花續》云：“供養曼達及供品，不同顏色之曼達，百萬十萬一億供，極廣蓮花佛稱等，供養聖尊觀世音”。《無染金剛之曼達儀軌》中云：“修持定禪日常時，供養上師作曼達，供養本尊作曼達，念誦曼達之儀軌”。密乘前譯之續、論中多次記載：“生起廣大之功德，供養曼達之善根，聖人也難宣說全”。烏金仁波切說：“依靠外曼達拉積集福德資糧”。《金剛句》曼達供：

“ 喻阿吽

三千情器世間刹，
須山四大洲塵供，
仙女供品諸無量，
供養上師化身刹”。

此等供養之功德，能斷除一切財物之執著，短期能增長受用，最終往生淨土，成為依靠財福之因，而修得智慧資糧。烏金仁波切說：“殊勝吉日於上師三寶等特別對境前，具虔敬心供養一次曼達拉之功德，勝過無量劫中外內供品供於如來眾之福德資糧。事事



成功，消除無量劫中所積集的一切業障墮罪。生起信心供養一次曼達拉後所發願的一切願望都能達成。供曼達之功德勝于其他一切行善法之唯一功德，能生起定禪及特別覺悟，下世能獲得最終自己想要的受用，能往生淨土，一切如來怙念，任何福德蘊之功德無能比”。

不供養曼達拉之過患為，無能獲得圓滿次第之堅禪。作聞思修殊勝密法時無有供養曼達拉，會遭致空行母的懲罰。如果條件允許的話預備兩個曼達拉，一個是所修的曼達拉，一個是所供養的曼達拉。所修的曼達拉，觀想為供養境之三寶三根本之佛菩薩壇城。所供養的曼達拉，觀想為供品作供養。以金銀等各種珍寶所造的曼達拉有特別的福德資糧，未能者以土及木所造曼達拉也如法。假如無能具備真實的曼達拉，那麼所修的曼達拉壇城觀想於對前的虛空中，所供養的曼達拉用手指結手印觀想也如法。其兩者也不能的眾生，兩種曼達拉都可以用觀想來修。《莊嚴經論》云：“諸佛布等物，現成意幻供”。如果沒有現前供品者，心中觀想意幻之供品也行。在世間界中無主及有主的供品，用心觀想作供養，也能獲得廣大之福德資糧。因此在此之意幻供養，四洲人天之財物，



心中皆可觀想供養。《金剛句》中云：

“自身對前虛空普賢王，
無量諸佛菩薩恒圍繞，
攝集四洲諸善獻曼達”。

《觀音菩薩註解》云：“自身對前虛空中觀想主尊普賢王如來，圍繞無量諸佛菩薩的眷屬之對境，觀想曼達拉上攝集須彌山四大洲八小洲等一切財福善根，供養於普賢王如來圍繞無量諸佛菩薩之對境”。在此不需要所修的曼達拉，觀想自身前方虛空中，由以各種珍寶形成之壇城，具有法輪等裝飾，四方四門等圓滿一切壇城之形相，廣大如三千大千世界。其中中央等五方有五個寶座，中央寶座上，有與上師無二無別之法身佛普賢王如來，四周圍繞五方佛父佛母及金剛總持等一切報身佛。觀想其上方一切持明成就者如雲湧現。右方寶座上主尊本師釋迦牟尼佛，四周圍繞賢劫千佛及一切十方化身佛。後方寶座上有一切正法三藏經典與六部密續，有如經書般的觀想。左方寶座上主尊蓮花生大士，四周圍繞八大菩薩等菩薩僧眾，八大聲聞十二緣覺，十六羅漢等一切小乘之僧眾。前方寶座上主尊本尊觀世音菩薩，四周圍繞八大嘿如嘎、上師密意總集及普巴金剛等六部密續海會本尊。



各方之虛空中觀想聖天地之一切空行勇父、勇母及護法，如壘環會般聚集。彼等一切三寶三根本之佛菩薩的頂輪觀想白色“喻”字，喉輪紅色“阿”字，心輪藍色“吽”字。由心輪“吽”字放光照射自性淨土中，迎請無量無邊的如同觀想尊般的智慧尊降臨。並念誦“班扎薩瑪雅札”。意力觀想迎請融入，觀想尊及智慧尊無二別中安住。

如此的皈依境前，若有曼達拉盤，就用手掌菩提脈擦淨，然後於其上用米或麥等作小堆，代表須彌山四大洲八小洲等，三千大千世界作曼達拉供。如果沒有曼達盤就用兩只手或右手結曼達拉手印，或只用意力作所緣觀想也可以。曼達供的內容：大自在金地基、四大洲、八小洲、日、月、須彌山、三十三天勝利宮、帝釋天之受用、轉四洲法輪王之財富、自己一切福德及善根財物。其等一切供品觀想如普賢雲海供般充滿法界，如此的供品意幻觀想千千萬萬，現成在世間中有主無主的寶山，天之甘露等一切意幻及現成的供品，供養給普賢王如來、諸佛及佛子。如此一心所緣觀想，金剛句曼達供的前兩句觀明供養境，第三句觀明供品。念誦《金剛句》曼達拉供養文：



“自身對前虛空普賢王，
無量諸佛菩薩恒圍繞，
攝集四洲諸善獻曼達”。

此外廣修曼達拉供，為顯密共同的供養法門。

第二項 內不共之簡修無上密之曼達拉

烏金仁波切說：“喻阿吽 自身清淨脈性壇城中，五根自性體裝光彩嚴，十八界及六處其清淨，供養上師三寶報身刹”。等廣說了內不共曼達拉。供養對境之海會諸佛菩薩，如以上所述一樣的明觀。內曼達之內容，此自己的身體具有四洲須彌山等的代表意義，以此作觀想而供養。此不像斷心法（施身法）般將身心分開來供，本來身中所具有的五蘊五根十八界六處等觀想為大千世界作供養。自己的皮為金地基，腸為圍牆，脊椎骨為須彌山，頭為帝釋天勝利宮，四個手腳為四大洲，兩只眼睛為日月，兩個耳朵為羅睺（劓尖）及劫火（杜美），鼻子為寶藏寶瓶，舌頭為隨欲寶牛，十個腳指為外界十仙女，十個手指為內十仙女，八大關節為八吉祥，內臟為七政寶，頭髮及汗毛為人天之一切受用等，觀想自性俱生之大千世界，供養上師普賢王及諸佛菩薩。誦金剛句文：“自身對



前虛空普賢尊，無量諸佛菩薩所圍繞，攝集四洲諸善供曼達”。以上為內不共之曼達拉。

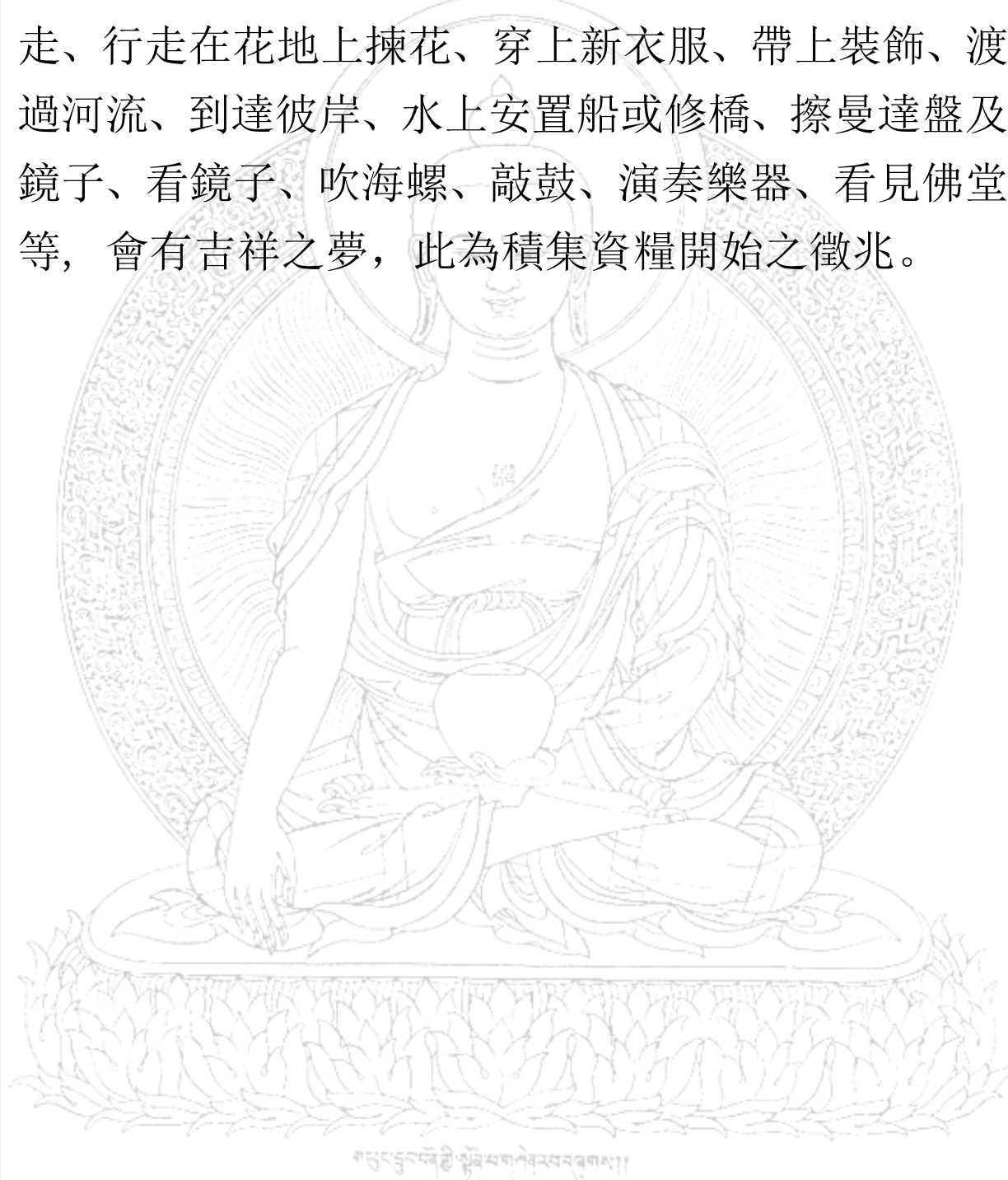
第三項 密曼達拉供

烏金仁波切說：“心性清淨法身之淨土，遠離世俗無執光明中，本覺清淨光明此本性，供養上師三寶法身刹”。另外又說“諸基離邊曼達拉，輪涅一切置曼達，供養三身諸上師，離心（無造作）界中請接納”。《父子合集經》云：“空性法為所依靠，思維佛陀所見處，此等供養教導師，供養此乃無上供”。如此所言空性法，為最高之供養法。《甘露勝密續》云：“歡喜意義之供養，供養香等未歡喜，自心成熟為清淨，其乃歡喜之妙供”。如此密之曼達拉供，為內心清淨法性之本來面目，無染污之心。最後對前虛空安住的海會諸佛、菩薩、宮殿及寶座等化光融入自身，諸佛菩薩與己心無二無別中，自然放鬆的狀態中入定。如此盡力觀修密曼達拉供。

須日常不斷修外、內、密曼達拉法門。為什麼要日常修呢？因為入世間及出世間之一切安樂，都是積集資糧所產生的。積集資糧的殊勝方便為曼達拉。如此長期修持時，圓滿資糧的徵兆為：不食不餓，智慧



開竅能知多種法，回復前世修法的記憶，日常快樂，心專注修法，夢中妙女賜送飲食、夢日月出現、往上走、行走在花地上揀花、穿上新衣服、帶上裝飾、渡過河流、到達彼岸、水上安置船或修橋、擦曼達盤及鏡子、看鏡子、吹海螺、敲鼓、演奏樂器、看見佛堂等，會有吉祥之夢，此為積集資糧開始之徵兆。





第二款 施身法

第一項 修持施身法之功德

蓮花生大士註解曼達供時說：“依靠外曼達拉供積集資糧，依內古薩力酬謝懺悔衰退墮罪及薩瑪雅”。因此傳授依此身，作上供下施的方法。

《佛陀在賢劫經》云：“當時我為寶主王，那時身體賜眾生，尋找廣大之利益，為證菩提捨身體。外皮血肉骨髓等，此等自身作布施”。等等佛說之廣大布施，想詳細了解者看佛陀自傳。有許多佛陀在利益眾生時以肉身作布施的故事，其乃是高地菩薩所行的道路。凡夫眾可以捨全身伺候眾生，不過不允許砍身血肉布施，因為疼痛時會後悔，所以難以成為修道之法。《入行論》云：“悲願未清淨，不應施此身；今生或他生，利大乃可捨”。是指：還沒有進入清淨意樂地之前，切切不可直接布施這個身體，因為這樣做不一定對其他眾生有利，而且可能導致心生後悔、退失道心而成為善法的障礙。但是在釋迦牟尼佛自傳中提到捨身的方法，可以依捨身意義殊勝之口訣，“古薩力”資糧法，修上供下施的施身觀修法。此有印度直接所傳授的四種傳承，及烏金仁波切特別在《上師密意總集》等記載，廣修儀軌及簡修儀軌等許多法



門。在此乃根據天法意伏藏法中的施身法為主要傳承。明珠多傑尊者於十三歲雞年二月初十日，親見二面金剛亥母，親自傳授施身法《金剛句》及他自己所造的施身法短的註解。依此來修的話，有特別的加持利益。傍晚或睡覺前盡力修持。烏金仁波切說：“古薩力資糧法之功德利益，三寶歡喜成就長，能斷身執著心，消除外內之障礙等，有生起無量功德之殊勝利益”。修此施身法之功德有：(1)獲得三寶歡喜，並且酬懺衰退誓言；(2)空行母及護法喜愛，並消除外內之障礙；(3)能還清大冤債，並消除業障；(4)能破我執，並自在現有；(5)神鬼協助修行。所以特別殊勝，當精進修古薩力資糧法。(6)若沒有如此的口訣教誨，在山洞等閉關處也有鬼神之障礙，所以難立地久住；(7)多病或有魔障者等修此法，一定能利益消除病魔；(8)世間之護法怨毒機謀違犯誓言時，降服鎮壓法沒有比此法更殊勝的；(9)一切人類眾生最愛護的是自己的身體及生命，若能看破一點，並心意中能布施，勝過現成無量食物受用布施之功德。《勝樂金剛續》云：“獻身作布施，取行密聖法”。等許多經續中記載古薩力資糧法之殊勝功德利益。



第二項 修持施身法之正行

明珠多傑尊者的施身法註解云：

(一) 首先觀想四相之中脈：

自身中央中脈，大小如中型箭竹桿，外白內紅，上端通道頂門開口。下端封閉於臍輪下，觀想此脈本性為透明中空。

(二) 觀想神識遷識為金剛亥母：

自身胸前中脈中觀想自己的神識、壽命、福德、氣心等集聚的本性，如一粒白豆般大小的白色明點。之後逐次唸誦“呬”字，並配合著觀想：(1) 唸誦第一次“呬”字時，觀想此明點上射到頂門外。(2) 再唸第二次“呬”字時，白明點轉變化為如一粒白豆般大小的金剛亥母，具二面，主面為忿怒面，第二面為頂上豬頭吼叫。身紅色裸體少女之身，以骨飾及乾濕人頭莊嚴。右手持鉞刀高舉虛空，左手在胸前持有充滿紅菩提的嘎巴拉，左臂彎挾持著三叉杖，於蓮花日輪屍體座上，以舞姿在熾燃智慧火中站立。(3) 再唸出第三次“呬”字時，觀想其亥母變成如拇指指甲般大小。(4) 再唸出第四次“呬”字時，又變大成為一肘高度。(5) 再唸出第



五次“呸”字時，亥母身體遍佈整個虛空。

(三) 觀想自己的身體轉化為甘露之殊勝供品：

然後亥母右手之鉞刀第一次向自己的屍體揮動時，砍下頭放在亥母自己的右邊。第二次再揮動鉞刀時剝開頭顱，拉下頭皮，頭蓋骨變為廣闊如三千大千世界般一個智慧之嘎巴拉，外白內紅，前額向著自身金剛亥母，並將自己的屍體放入嘎巴拉內。自身亥母右手鉞刀第三次再揮動時，變為具有百味千力之白色甘露，自性五肉五甘露，本性智慧之甘露如牛奶般。飲食後即得清除一切業障及痛苦。觀想此甘露為能生起無漏喜樂、令身心滿足之甘露大海。

(四) 觀想上供下施境：

(6) 然後再唸第六次“呸”時，觀想自身金剛亥母心輪中放光射向十方，迎請所有上師本尊空行母及護法降臨，如雲聚般遍佈天空。也迎請所有世間護法，群聚如霧般遍佈虛空。勾招一切山神、地主、各種冤親債主、邪魔作障者及六道眾生如大會般聚集遍佈地基。

(五) 觀想百味千力之甘露供養：

(7) 再唸第七次“呸”時，觀想自身金剛亥母



心輪中放射出無數如自身般的金剛亥母，皆右手持寶杓，左手捧嘎巴拉。用杓取甘露於嘎巴拉內，供養傳承一切上師、八十位大成就者與王臣廿五子成就者。由此供養，所有違犯之金剛誓言得以清淨。(8)再唸第八次“呬”時，觀想以甘露供養一切六部密續之本尊，令諸本尊心生喜悅，遂得積聚圓滿資糧。(9)再唸第九次“呬”時，將甘露供養七十尊吉祥護法等，令彼等皆愉悅滿足，而得消除一切外內障礙。(10)再唸第十次“呬”時觀想以甘露布施於一切地神、地主以及特別在此地之神鬼，彼等皆歡喜，從此未惱害而為友伴協助修行，如此思維。(11)再唸第十一次“呬”時，觀想將甘露施予六道眾生積聚於此處者或散居其本處者。令每個眾生皆滿其願並得解脫，而且滿足善悅與安樂。(12)再唸第十二次“呬”時，觀想以甘露布施於無始生以來身、命、飲、食及財物等冤債未償之一切邪靈魔鬼，皆得清償一切冤債，各冤親債主實現心願喜悅意滿，因此具足菩提心。

(六) 結行：

(13) 再唸第十三、十四、十五次三個“呬”字，第一聲時，觀想一切賓客皆得滿足，而歡喜微笑。第二“呬”聲時，觀想一切賓客皆回其本處。第三



“呬”聲時，進入我、身及賓客都如夢幻一般非實有空性中，三輪體空，進入未有污染本覺清淨之大圓滿境界。最後迴向皆菩提。

(七) 金剛句之施身法唸誦文：

“頂禮三寶作皈依，頂禮本源自性心，
呬 直射至我頭頂上，呬 變為亥母小如豆，
呬 漸漸增大如拇指，呬 再增廣大如虛空，
揮動右手持鉞刀，砍下我屍之頭顱，
置於屍身之右方，金剛鉞刀再揮舞，
剝去頭皮成顱器，自屍體放入其內，
右手鉞刀再揮舞，屍化五肉五甘露，
呬呬從自我心中，無量亥母如己現，
右手握持寶杓子，左手捧著嘎巴拉，
上師本尊甘露供，呬 空行護法甘露供，
呬 世間護法甘露供，呬 一切非人甘露供，
呬 六道眾生甘露供，呬 冤親債主甘露供，
害人精靈甘露供，呬 作此一切諸施供，
上師本尊請納受，空行護法護世間，
一切護法皆愉悅，非人眷屬皆滿足，
六道眾生皆飽滿，未償業債皆清償，

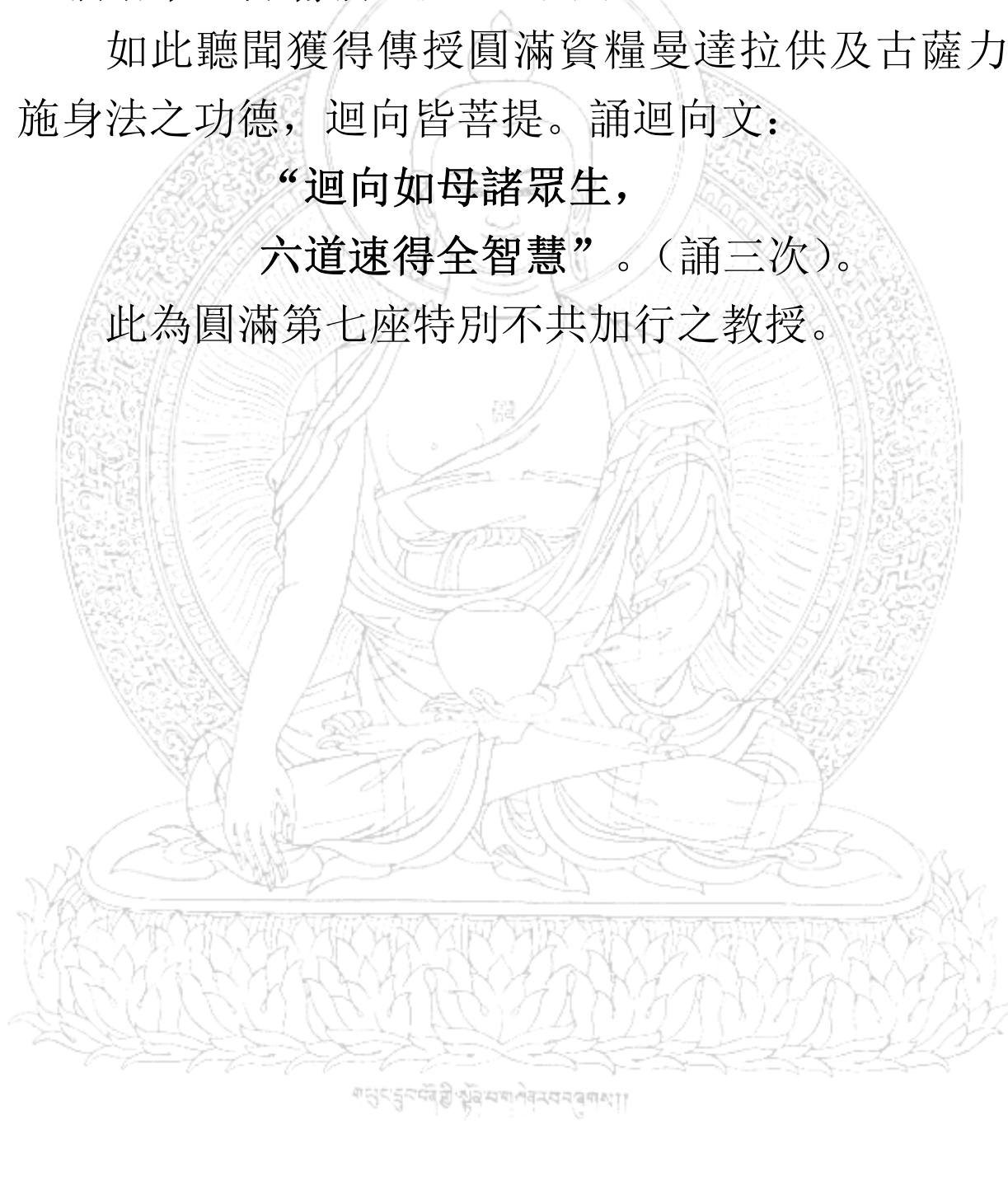


精靈欲望皆滿願，呸呸呸 賓客請回歸本處，
了知三輪體無緣，大滿本淨真實義，
願諸眾生皆滿願。薩瑪呀，佳佳佳。

如此聽聞獲得傳授圓滿資糧曼達拉供及古薩力
施身法之功德，迴向皆菩提。誦迴向文：

“迴向如母諸眾生，
六道速得全智慧”。（誦三次）。

此為圓滿第七座特別不共加行之教授。





第三節 第三不共加行：消除罪障

懺悔罪業之必要性：《入行論》云：“不善生諸苦，云何得脫除，故吾當一心，日夜思除苦”。一切痛苦源自於不善業，因此我理當日日夜夜恒時唯一思維：如何才能脫離痛苦。今世或下世一切痛苦生起之因，為不善惡業，此需要懺悔。那麼如何懺悔呢？

《四法經》云：菩薩具四法，能破除造惡所積聚之業。什麼是四法？即是 1. 厭患對治力；2. 現行對治力；3. 返回對治力；4. 所依對治力。(1) 厭患對治，為對以前所造的惡業生起後悔之心。(2) 現行對治，為行善或特別修金剛薩埵法門。(3) 返回對治，為今後再也不造惡業之發誓心。(4) 所依對治，為皈依三寶發菩提心。

如此四種懺悔法，不能想以後修就可以，必須要趕快修懺悔。《入行論》云：“罪業未淨前，吾身或先亡，云何脫此罪，故祈速救護！”。為什麼要精勤懺悔呢？因為在罪業還沒有得以清淨之前，我很有可能先死去。倘若如此，就會墮落到惡趣當中。到那時如何能擺脫這些罪呢？因此應祈求迅速得以救護！

厭患對治即是：對自己以前所造的惡業，在心中



不要忘記思維後悔莫及，如同飲毒者見到後過一般，迅速懺悔。有些人說無善無惡，也沒有佛法，也沒有造惡業等言論。對這些人，《金光經》云：“愚痴以及孩童等，貪欲、瞋恨、愚痴心，傲慢心重造業障，此等一切吾懺悔”。今世由於身口意為五毒煩惱所繫縛，因而積聚了多種惡業。現今由於佛法廣揚的慈悲機緣，大家都有接受灌頂的機會。其實接受灌頂的同時，也接受了皈依及發菩提心戒。皈依所學處有九條戒。菩薩戒有二十條等，都需要護持清淨。不過真正護持的人非常難。所以在一定的惡業上，再加上墮罪，如果墮罪沒有懺悔，過夜就增多一條墮罪，慢慢一變二、二變四等，變成了無數的墮罪。戒有出家僧眾戒，也有居士五戒，斷除十不善業戒，其上加沙彌十戒或三十六戒，再加上二百五十三條比丘戒。現今時代裡，受四條根本戒就算持戒比丘，或如“西藏人諺語”中云：所謂西藏獨戒者，多數只受一條不淫淨行戒就算出家人，難有圓滿之受戒者。造作墮罪及輕罪，如降雨般造罪業。有些人想要受戒，不過沒有學習聽聞戒義，如何受戒都不懂，怎樣受戒呢？所以一定要精勤修懺悔。

同樣一切持咒者瑜珈師大修行者，都需要背十四



條根本誓言，八條墮罪，根本身語意分支二十八條等一切三昧耶戒。沒有學習一個明確講解戒之密續，就學不了眾多誓言戒。現今已到了只要不跟金剛上師吵架，就算有清淨誓言（三昧耶）戒的時候了，所以瑜珈師及成就者們也很需要精勤修懺悔。如果雖然未犯大墮罪，只犯惡作小罪也會累積大罪的。比如犯了七次惡作小罪會變為一個大墮罪，一個大墮罪在沒有懺悔之下死亡會墮一世的三惡道。所以這樣的罪叫墮罪。經典中記載是一個小的墮罪不懺悔過夜隔天也會增多一條惡作罪，慢慢越來越多最終變為大墮罪。因為這樣的緣故，在《無垢懺續》等密續中，廣說九乘個別懺悔之教誨。有些受戒清淨的人想我沒有墮罪，不過因戒儀有很多的種類，所以也會有自己沒有發現犯罪的墮罪。《無垢懺續》云：“根本三條廿五支，無知無明犯墮罪，所造衰退破罪垢”。根本身口意三條三昧耶及二十五支三昧耶墮罪，知與不知或無明隱隱犯墮罪，所以染污了許多罪垢。

又有一些行者想今世沒有造惡業，三昧耶也沒有犯墮罪，不過無量世中生於無數之眾生時，作了很多惡業，善業極少惡業極多，此等惡業沒有懺悔的話，因為因果不爽的緣故，自己隨時會得到成熟報應。《無



垢王懺悔續》云：“無量劫中一切世，肉身漏體生無數，積聚肉骨滿世界，積聚血膿如大海，積聚宿緣不可思”。如此有無量無數的惡業，沒有懺悔的話，因果不虛，一定會隨時成熟於自身。佛陀說：“諸身者之諸業報，百劫之中皆無虛，因緣和合之時期，隨時成熟業果報”。如果能知道清除惡業之方法，懺悔就能淨業。《大密方便慧經》云：“善男子應於一切時攝持觀察力，如果出家行者之菩薩違犯四條根本墮罪時，以此方便之懺悔法作懺悔，不會成為菩薩之墮罪，此乃吾所教誨”。如此知道依懺悔之教導，一次懺悔都能消除多種惡業。《涅槃經》云：“作一個善事也能消除多種惡業，如小石堆積為須彌山、一小火花能燒山林、及一點毒藥能毀眾生等比喻之道理，小善業也能消除大惡業，此需精勤留意”。

第一款 大禮拜

《金光聖經》云：“眾生千劫之期間，所造惡業無數次，誠心一次極懺悔，此等罪業能淨除”。所依對治力為遵照此大圓滿有關的《摧毀地獄續及無垢懺悔續》等多種經續中所記載：頂禮能消除惡業墮罪。所以出自本天法中，由金剛薩埵親自傳授給明珠多傑



尊者，依聖尊一百部本尊的修法儀軌，觀明文字涵義。或於金剛薩埵身上圓滿觀想一百本尊也可以。經典中說：“若能隨意作佛，則彼隨前住佛”。續典中說：“無有一切去住相，如水月般隨緣現”。因此應於金剛薩埵前觀想有無量無邊的自身，並一一作頂禮（大禮拜）。作大禮拜時，應一邊思維懺悔惡業，一邊唸誦懺悔文及增加頂禮功德之功德咒。此百部聖尊積聚於一部金剛薩埵內，所以僅僅唯一對金剛薩埵作頂禮（大禮拜），也能消除惡業。

大禮拜時的觀想境為：

“前虛金剛薩埵白，一面二臂右持杵，
右手當心左持鈴，左手腰際半跏趺，
身穿白絲綢羅衣，珍寶飾物為莊嚴，
心間法性輪中央，安住四二寂靜尊，
嚴飾勝質悉圓滿，喉輪顯現持明尊，
尊身頂輪壇城中，熾現五八忿怒尊”。

如此觀想金剛薩埵身壇城中安住觀想尊及智慧尊無二無別之文武百尊。其前觀想自己的身體化為無量無邊一一作頂禮（大禮拜），並懺悔一切惡業。同時唸誦

“頂禮三寶，



南無 曼殊師利耶

南無 蘇師利耶

南無 烏達瑪 師利耶 梭哈”。

這是增加頂禮功德之咒。做完後金剛跏趺坐，坐在座墊上觀想金剛薩埵及文武百尊融入自身，心自然放鬆中入定，出定後作迴向。身作頂禮後業氣能入行中脈，並生起特別之禪定覺受，所以此為聖口訣殊勝法。

第二款 修習金剛薩埵

第一項 修習本法之殊勝

烏金仁波切說：“受根本身語意之誓言及身語意之多種淨除惡業法，最終於獲得堅定法身離思之意義時，無有受戒之能所及淨業之能所。此外，對於特別的眾生，這個法於剎那間也能淨除五無間罪，此法能摧毀輪迴之根本”。《金剛頂大續》云：“此明咒王念誦利，墮罪一切惡業垢，誦次也能諸淨除”。《馬頭幻化續》云：“密乘咒王上無餘，只誦一遍之利益，一切惡業無餘盡，一切業報皆厭壞”。等多種經典及續典中記載唸修一切密乘咒王百字明咒之功德利益。如果不會唸百字明咒語者，可以唸誦金剛薩埵六



字心咒：“唵班札薩埵吽”。《藍衣金剛手密續》云：

“違犯誓言（三昧耶）會墮入金剛地獄，此比無間地獄之痛苦勝七倍，壽命無量如盡虛空。欲自其中解脫的方便法為：在頭頂觀想金剛薩埵，唸誦六字心咒四十萬遍，違犯誓言（三昧耶）者也能不墮入地獄”。因為時代的緣故，咒語要誦四倍，所以百字明咒要唸四十萬遍，六字心咒要唸六十萬遍（第一段修習）。續典中記載，如此一心專意觀想清明而唸誦，就決定能淨除違犯誓言戒。

第二項 觀想唸誦金剛薩埵之方法

觀自身頭頂一肘處顯現一朵白蓮花及月輪座，其上顯現“吽”字變為白色金剛杵，杵上以白“吽”字標記。此杵再變成金剛薩埵，身白如秋季十五月亮般，一面，安祥微笑，二手之右手持杵在心間，左手持鈴置於腰際，戴上各種珍寶所成之寶冠、耳環、項鍊及手鐲等八種珍寶服飾。上身穿著白色絲綢之冕旒（披肩），下身穿著五色裙子，頭冠戴上飄帶等綾羅五衣。二足半金剛跏趺坐，如帝王之坐姿。其三處三字（頂輪“唵”、喉輪“阿”、心輪“吽”），心輪白色“吽”字，外有六字明咒及百字明咒圍繞。由此



咒輪放射光，迎請十方一切佛菩薩降臨，融入金剛薩埵時，心輪“吽”字及咒鬘不斷向下流出甘露，充滿全身。滿溢之甘露慢慢的從右足大拇趾滴下，融入自己的頂門，從體內及體外下降時，清洗一切病魔業障與犯戒罪垢，如煤、煙之湯水般，自兩足心及下門排出，如黑色液體般滲流。代表惡業的諸液體向下流到九層地下死神債主閻邏王張嘴內，還清冤債，彼得後心滿意足。自身充滿甘露，並變為白色透明如水晶般清晰。《觀音菩薩註解》中云：“自身頭頂金剛薩埵，身色極白，其二手持有金剛鈴杵，身中降下白色甘露，充滿自身，一切惡業罪障如黑色液体般滲流”。此為觀明所緣觀想的意思。依金剛句觀想唸誦：

“自身頂上薩埵身白色，
二手期克手印持鈴杵，
尊身不斷降下甘露液，
自身罪障盡流似黑垢”。

如此明觀本尊並唸誦百字明咒。前譯舊續及後譯新續中的金剛薩埵百字明咒稍微不同，舊續也有不同的五部百字明咒。所以這是寧瑪巴舊續傳承之百字明咒。



“噶邊札薩埵薩瑪呀 瑪努巴拉呀

邊札薩埵爹諾巴 地查則卓美巴哇

素埵卡唷美巴哇

阿努拉埵美巴哇

素波卡唷美巴哇

薩哇悉地美札呀查

薩哇嘎瑪素札美

治當西里央古如吽

哈哈哈哈哈或 巴嘎丸

薩哇達塔嘎達哈達呀

邊札瑪美木札

邊知巴哇瑪哈 薩瑪呀 薩埵阿”。

最後自身觀想為金剛薩埵。《金剛句》云：“最後薩埵融入己身成薩埵”。《觀音菩薩註解》云：“最後觀想金剛薩埵融入自身，自身也變為金剛薩埵”。觀想自身頭頂金剛薩埵面帶微笑的說：“善男子、善女子！你的一切罪障悉皆清淨”。如此賜予開許後，金剛薩埵化為光融入於自身，自己身語意及金剛薩埵身語意融入無二無別，如水乳交融合為不二一般，因此自身凡夫血肉身轉化為俱生智慧身。自身金剛薩埵身白一面二臂，右手持有金剛杵在心間，左手



金剛鈴置於腰際，綾羅五衣及八種珍寶服飾莊嚴，二足半金剛跏趺坐安住於蓮花月輪坐上。其心輪月輪座上白色“吽”字，外圍繞六字真言及百字明咒，咒鬘右轉中滴下甘露，充滿全身故，一切業障煩惱及微細之習氣，從全身毛孔中向外滲流出如黑色液體般，然後全身毛孔中向十方放射白色光，普照一切眾生淨除業障。

之後唸誦六字真言，“**喻班札薩埵吽**”。盡力唸誦或唸一百零八遍等。最後自身金剛薩埵化光融入月輪、咒鬘及“吽”字，“吽”字從下往上融入，母音、母音融入小阿、小阿融入哈字身、哈字身融入哈字首、哈字首融入月彎、月彎融入明點、明點融入那達智慧火、智慧火融入空中，無所緣之空性中平等安住。

《如來礦經》及《無垢懺悔王續》中記載，修空性能自然淨除犯誓言薩瑪雅之一切罪障。如此長期不斷的修金剛薩埵是非常重要。一兩個月閉關修此法，或最少也要修一個星期以上，一心專意作閉關修持，則可獲得消除業障的徵兆。《引導咒續》云：“一直唸修至未得消除業障之徵兆間。在夢中夢到吐髒食，喝奶及酸奶，看見日月，在空中行走，起火，調伏黑



人及水牛，看見比丘及比丘尼之僧團，爬上奶樹、大象、寶馬、獅子寶座、宮殿等，作聽法夢會離開罪業，清除罪障”。其他的夢為撿到黃金、撿到摩尼寶、日出月出、見成就者等，為快覺悟的徵兆。其他豐收庄稼，得多種財寶，吃甜味的水果等，是對修此法生起體驗之前兆。洗澡，穿白服，擦鏡子等，是對空性現出清明之前兆。作不尋常的吉祥夢也是消除業障徵兆。如此獲得徵兆也不能放棄中斷，應繼續日常唸修。

第三項 修持本法應有的認識

返回對治力是以後再也不造惡業，斷造惡業之根。《三蘊經》云：“諾言發誓以後斷造惡業根”。彼等後悔以前或現在已經完成所造的惡業為厭患對治力，發誓以後不再作惡業為返回對治力，頂禮所依對治力的金剛薩埵及文武百尊，唸修現行對治力金剛薩埵法門。具有如此四種對治力作懺悔，犯戒業障等多種的罪，也一定能淨除。《金光經》云：“任何眾生千劫量，所造沈重極惡業，一次抱歉極懺悔，彼等一切能淨除”。蓮花生大師傳授唸修金剛薩埵法門時說：“此乃是無上內密中，懺悔淨除罪業的特別法



門，千劫惡業也能淨除，衰退薩瑪雅及五無間罪，也能以此法淨除，所以修行者應盡力修持此唯一法，能獲得正等覺”。淨除惡業的比喻，如掉入汙泥中的物品拉出洗淨，再噴以香水一樣。見善王子殺了三千人、造樂兒童殺母親、從弟難陀耽於女色、具見王子殺了父親、央掘魔羅殺了九百九十九個人等，造了沈重的罪業者，最終生起懺悔，依靠所依對治力之法門淨除惡業，且變為菩薩的故事一般。

見善王子殺了父親及造樂兒童殺母親，他兩位造了極大惡業，最終懺悔消除了罪障，獲得阿羅漢果。

在很久以前，世尊的弟弟難陀因為貪戀妻子美而不願意出家。佛陀利用各種權巧方便使他入了佛門。儘管身已出家，可是他不學律儀。正當他準備溜之大吉的時候，佛陀依靠神變把他帶到雪山上，指著那裏的一只盲眼母猿問他：“這個盲猿與你的妻子班紫日嘎（義為白蓮花）比起來誰更美些啊？”

他回答：“當然我的妻子美，這盲猿不及她百千分之壹。”

世尊說：“那麼我們再去天界看看。”於是又把他帶到天堂，世尊悠然坐在一個地方，對難陀說：“妳自己去看吧。”



於是難陀四處遊覽，看見所有的天子都是在各自的無量殿中被成群的天女圍繞著，享受著不可思議的安樂受用。他最後來到一座無量宮殿中，發現裏面有許多天女，卻沒有一個天子。難陀心裏納悶，不禁問道：“這是什麼原因？”

天女們回答說：“在人間，世尊的弟弟難陀守持戒律，他將來從人間轉生天界，這是為他預備的無量宮殿。”難陀滿心歡喜，返回到世尊面前。

世尊問：“妳看到天境了吧？”

他回答：“看到了。”

世尊又問：“天女與妳的妻子相比誰美啊？”

他回答說：“眾天女美，相比之下，白蓮花簡直就成了盲眼母猿一樣，實在有著天壤之別。”

返回人間後，難陀護持清淨戒律。但世尊對眾比丘說：“難陀只是為了得到善趣果報而出家，妳們是為了獲得涅槃安樂才出家的，妳們走的完全是不同的路，所以不要和難陀講話，不要與他暢所欲言，不要與他坐在同一坐墊上……”所有的比丘都依教奉行。為此，難陀非常苦惱。他想，其他比丘捨棄了我，但阿難是我的弟弟，應該慈愛我吧。於是他到阿難跟前，沒想到阿難也是一樣，從座位上起身便走。難陀追著



問：“妳們為什麼這樣對待我啊？”阿難說這是世尊的教導，他才知道原來是世尊教他們不要理睬自己的，心裏十分悲傷。

這時世尊來問：“難陀，妳想不想去地獄看看？”他回答：“想看。”世尊又依靠神變把他帶到地獄境內，讓他自己去看。難陀去那裏見到了地獄的情景，在一處他看見一口空鍋，下面燃燒著熊熊的烈火，許多獄卒圍繞在旁，禁不住地問：“鍋裏為什麼沒有眾生？”

他們告訴他：“世尊的弟弟難陀為了獲得天人的安樂而守持戒律，他將來轉生天界享受安樂，當善果窮盡以後會墮落到這裏。”他聽後非常害怕，心有余悸地返回人間。從此以後，他深刻地意識到即便上升天堂最終也會墮入惡趣，善趣果報同樣無有實義，而真正生起了出離心。正因為他已經親眼目睹了地獄，所以清規戒律一塵不染，細微的學處也從沒有違犯過。世尊也說：“（在我的教法中，）難陀護持根門第一（即持戒第一）”

再有未生怨王雖然杀害了自己的父亲，但后来通过忏悔而恢复清淨，结果仅仅感受了如綢线球触地即刻弹起般短暂的地獄之苦，便从中获得解脫。



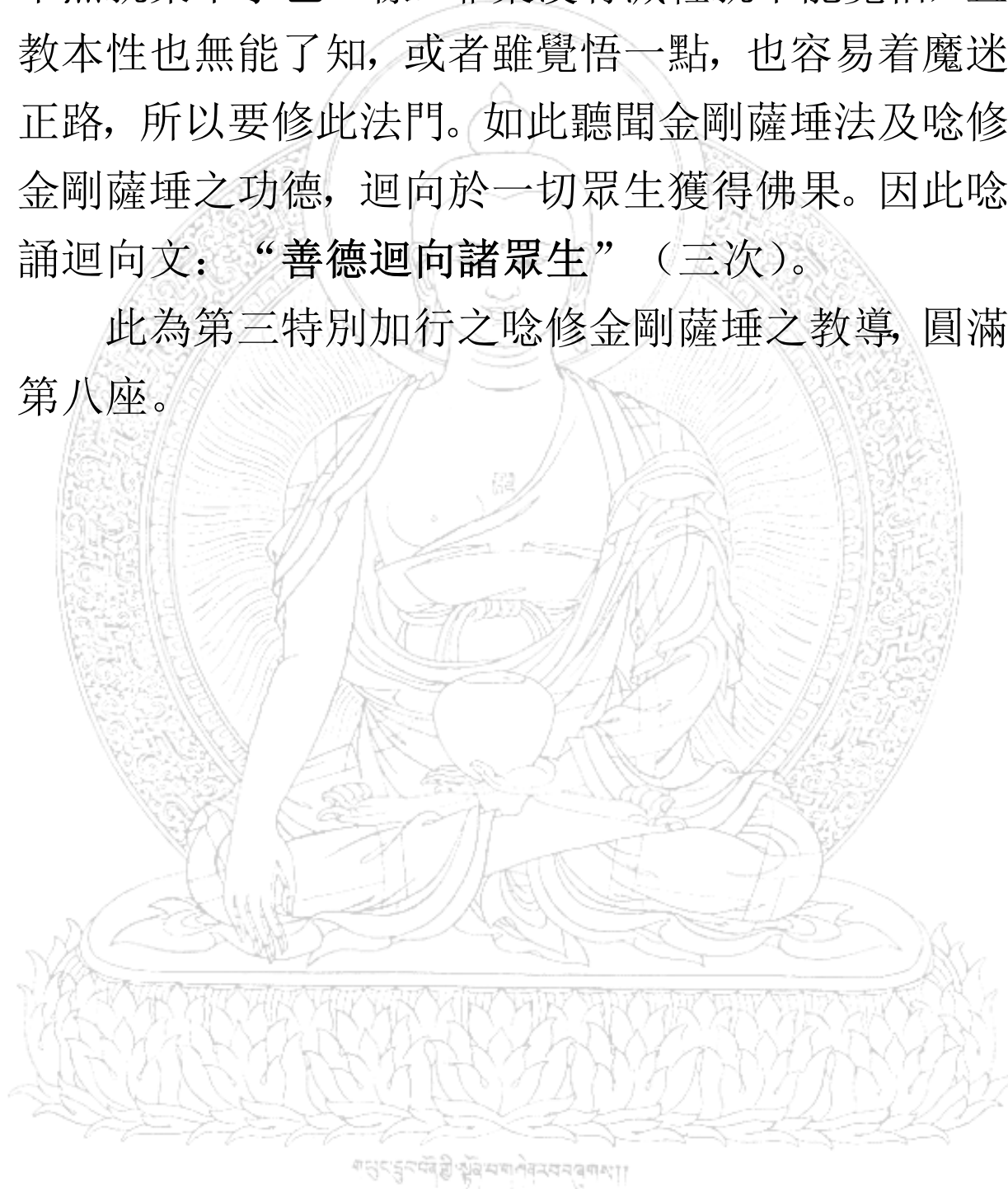
佛陀住世時，有位央掘魔邏比丘，在沒遇到佛陀之前，是個殺人魔，曾經殺死九百九十九人。殺死這麼多人是要墮入地獄的。但是，當他接受佛陀的教誨後，出家修道，證得阿羅漢果。

龍樹菩薩有鑒於此，乃在《勸戒親友書》中說“何者昔日極放逸，爾後行為倍謹慎，如月離雲極絢麗，難陀指鬢見樂同”。世尊曾經說：“聰明者造業得重報應，愚癡者造業得輕報應；小鐵丸小也沈到海底，鐵造容器大也浮水上”。聰明者造業時若想：造業後可以懺悔方式獲得淨除，如此之聰明人造惡業，比癡人造的重業更難淨除。《律論》云：“智者造惡業，犯諾極沈重；癡人造業輕，自性癡鈍因”。所以入佛門後，不造墮罪為很殊勝。假如破犯微細之中的墮罪時，即作懺悔是很重要的。因此千萬不能想犯了微細的墮罪不要緊，而不要不懺悔，要立刻懺悔。見雖清淨，但行為在散亂中破了微細的墮罪，《海洋經》有中記載：此會出生於龍道眾生。又此懺悔罪業的方法也能消除魔障，故特別殊勝。修行時的病痛、邪魔、迷失正路等一切障礙，皆來自於自己的罪障，真實淨除罪業就沒有任何障礙。所以在此要特別擇定二十一天，實修除障之咒及觀想金剛薩埵生起次第，之後也



要不斷常修，特別重要。譬如白布染色，首先要洗布，不然就染不了色一樣。罪業沒有減輕就不能覺悟，直教本性也無能了知，或者雖覺悟一點，也容易着魔迷正路，所以要修此法門。如此聽聞金剛薩埵法及唸修金剛薩埵之功德，迴向於一切眾生獲得佛果。因此唸誦迴向文：“善德迴向諸眾生”（三次）。

此為第三特別加行之唸修金剛薩埵之教導，圓滿第八座。





第三節 第四不共加行：

獲得加持修習上師相應法

第一款 修持本法之殊勝

烏金仁波切說：“首先祈請上師為妙法，自己本來就具有成佛之因，不過沒人指導，因其教導的人是上師，所以經續中記載：上師對自己比三世諸佛還重要”。(1) 《幻化網成佛續》云：“功德珍寶大寶藏，一切無餘所教誨。一切煩惱根斷除，證得無上之果位。具權自在比帝王，極聖尊敬作侍奉。恩德賜身比父母，極誠信心大歡喜”。(2) 無上密阿努瑜伽之《經密意總集》云：“此等千佛之跟前，無數劫中作供養，上師各個毛孔中，塗上檀香滴香水，無比千分之一德”。(3) 《誓言莊嚴經》云：“觀修具相隨形好之尊，十萬劫中所修持，未比念師十萬分之一。念修一億之咒語，無比一次祈請師”。又說：“圓滿次第無數劫，斷除混亂散亂修，但想上師心中念，無比廿萬分之德”。(4) 《鹽鹹經》云：“後期五百時，我（佛陀）化上師尊，思維其是我，那時恭敬師”。(5) 《阿底莊嚴續》云：“觀具恩上師，心間頭頂等，身支觀想師，千佛諸功德，彼人亦可得”。(6) 《金剛僵屍續》云：“彼等上師金剛持，飲食供品恒供養，今



世增加飲食眾，下世生於轉輪王”。(7) 《金剛火舌續》云：“上師以及上師之眷屬眾，近侍弟子及侍者等徒弟，金等供養此聖境。無詮諸佛淨土中，無量至尊及眷屬，恭敬供養無數次，無比此供之福德”。(8)

《大莊嚴續》云：“若無具供品，亦可意生供品眾，次數多供，如自歲數，此益如同實設供品之福德”。

(9) 《密集金剛十萬續》云：“恭敬上師之弟子，長聲明聲音調聲，高音祈請上師尊，此人我欲賜成就”。

那麼怎樣依止上師呢？具足一切法相的真正上師的外粗行為、個性、罵語等，無論作風多麼粗凡都不能起邪見，因為我們不知上師內心的密意，一切行為都了知為上師的善巧竅訣及法身。一般世俗上也很難衡量他人的品行，尤其是對秘密修行人的內心更是不知，其人的外相行為不定。看到其人的外相行為散亂不淨，是因自己凡夫不淨之心所顯現的，比如有膽病人看到海螺是黃色一樣。假如不恭敬根本上師就斷滅成就之門，業力墮地獄，即使能知一切法也沒有用了。《密集》云：“根本上師為度要，不敬此人起邪見，雖能了知一切法，斷滅解脫義顛倒。所以應依止上師”。



如此一切密咒金剛乘聖道的根本為上師，誠心敬信上師是十分重要。每日分四座或長期修上師相應法，就自然能生起空性覺受。如此的修行是一切持明成就者們的體悟，是所有空行母密言，是一切密續之涵義，所以要以上師相應法作為修行的心要。尤其是在五濁時期很難尋找具有一切功德沒有過失的上師，觀想上師如果以患得患失的方式祈請的話，如小塔的模型上一切所有的花紋都印在小塔上一樣，如此修，過失與功德都會進入自己的修行，所以不如法。觀想時本性為上師，外相為佛之身體，就能獲得一切功德，不會造過失，這是修上師相應法之竅訣心要。

有很多種觀想上師的傳承方式，若想要速得加持成就的話，觀想烏金仁波切為最殊勝。咕嚕仁波切曾言：“特別尋求速得加持成就的話，觀修金剛怒力吾，三世諸佛功德吾圓滿，寂怒本尊外內之密法，勇父勇母加持成就眾，如同摩尼珍寶具諸德，此等一切無餘我圓滿。修持唯念吾之功德利，佛及佛子悲觀垂念此等人。外內密咒一切海會尊，賜汝灌頂加持及成就。一切空行母等如雲聚，護持諾言護法如奴僕，現有一切鬼神諾言守，一切功德修吾所生起，一切成就觀想吾而得，一切事業觀想吾而得”。



第二款 修持本法之正行

第一項 生圓二次第之最初觀修方法

此上師瑜珈有三種不同的觀修方法，重樓式、壘環式及總集珍寶式。在此為了容易觀想，用總集珍寶式來修上師相應法。觀音菩薩自己註解的《金剛句》云：

“自己頭頂上觀想蓮花生大士，
為諸佛菩薩之總集，
外形相為蓮花生大士，
本性為自己的根本上師，
唯一向他祈禱”。

自身凡夫相之頭頂一肘高處虛空中，白紅藍三色之三層千瓣蓮花及日月輪座上，本體是與自己根本上師無二無別之烏金千波貝瑪窘涅（蓮花生大士），身色白裏透紅，微笑之口，半忿怒相之眼，莊嚴具三十二善相及八十隨形好，頭髮垂背，頭頂頂髻上戴見即解脫之蓮花帽，穿以虎皮為襯裡之錦袍，其錦袍上披著三種袈裟，戴上以珍寶裝飾之耳環、項鍊、手鐲及足鐲等，右手持五股金剛杵於胸前，左手捧俱生智慧



顛器盛滿甘露，上方有長壽寶瓶。左臂彎夾著天杖，象徵其明妃金剛亥母。二足跏趺坐，雄姿燦爛、輕鬆而安坐著。放射出光明尤勝十萬個太陽，殊勝震三界。如此，(1)蓮師身之無盡莊嚴飾輪乃為無上僧寶；(2)語之無盡莊嚴飾輪乃為無上法寶；(3)意之無盡莊嚴飾輪乃為無上佛寶；(4)妙成就無盡莊嚴飾輪乃為本尊；(5)事業大力無盡莊嚴飾輪乃為空行與護法。確認其乃一切皈依對象之總集。其額頭“喻”白色，喉輪“阿”紅色，心輪“吽”藍色，臍輪“啥”綠色，其左右手心及足心各有“哈哩”“呢薩”與“拉札”“哈雅”四對象徵字。

在此特修圓滿次第：本來圓滿次第，沒有迎請智慧尊融入誓言尊無二無別的方式。不過在此修持迎請智慧尊融入的方式，對初修者能產生具足信心的利益。所以觀想迎請的方式如下：由烏金仁波切（蓮花生大士）之五處，放射彩光（含密輪黃色光）至十方，迎請十方一切諸佛菩薩、本尊、空行及護法，如雪花般不斷降臨。(1)所有菩薩僧寶及上師融入蓮師額頭；(2)所有咒鬘及法本融入喉輪；(3)所有諸佛融入心輪；(4)所有本尊融入臍輪；(5)所有空行護法融入密輪，如此觀想。烏金仁波切曾經說：“敬



信感戴之方式是，思維我的上師您為：(1)三世諸佛、十方諸佛之本性；(2)一切壇城總集之部主；(3)一切諸佛之共同顯現；(4)一切眾生之依怙。我今世、中陰或下世，讓我往下投生或往上投生，一切非空口演說，乃衷心至誠祈禱上師，一切由上師安排，上師您了知一切，“喇嘛千諾”。如此無造作而思維十分重要”。

第二項 念誦祈請文及持咒觀修

之後，一心敬信、感恩戴德上師，念誦祈請文：

“唵阿吽 圓滿清淨法性之宮中，

普賢佛父佛母我祈請，

加持我能此生證佛果，

唵阿吽 奧明任運聖正宮殿中，

尊勝金剛持前我祈請，

加持空除執著現象心，

唵阿吽 明淨廣大諸佛淨土中，

金剛薩埵尊前我祈請，

加持淨除煩惱之染垢，

唵阿吽 無上聖地普陀拉之中，



大悲觀音尊前我祈請，
加持得悉空悲之本性，
喻阿吽 離邊遠離造心宮殿中，
極喜金剛尊前我祈請，
祈請加持直證法性身，
喻阿吽 無上屍林聖地梭薩林，
吉祥獅師尊前我祈請，
加持得證虹光身解脫，
喻阿吽 銅色吉祥山之宮殿中，
蓮師雙運尊前我祈請，
加持自他二利皆成就，
喻阿吽 頭頂蓮花日月座墊上，
根本上師尊前我祈請，
加持圓滿成就四正見，
喻阿吽 九乘次第教法最頂處，
無上廣大圓滿我祈請，
加持成就無漏虹光身，
喻阿吽 自身清淨脈性宮殿中，
本尊空行母前我祈請，
加持成就五蘊悉無餘，
喻阿吽 嘿千達那廣大屍陀林，



紅嘿限巴尊前我祈請，
加持廣傳大圓滿教法。
唵阿吽 淨除妄念所顯宮殿中，
海會護法尊前我祈請，
加持平息逆緣諸障礙，
唵阿吽 加持立斷如此輪迴鏈，
加持唯能閉關寂靜處，
唵阿吽 加持解脫衣食之執著，
加持勇猛精進勤修法，
加持覺受清晰無障惑，
加持從根摒除諸執著，
唵阿吽 加持令能直觀自本性，
加持速離妄念諸染垢，
加持得證無垢本淨性，
唵阿吽 加持自他二執能遠離，
加持證得諸法即法身，
加持明晰善巧緣起法，
唵阿吽 加持斷除分別二所顯，
加持增長二智俱生智，
加持一生成就佛果位，
唵阿吽 加持證得法性現前境，



加持覺受體驗恒增長，
 加持明覺得達證量界，
 喻阿吽 加持證入法性窮盡界，
 加持能具四種堅定力，
 加持證得普賢之意義。

如此內心信心甚深堅固的修持，依止上師如意寶您，以感恩戴德之心而祈請，就能獲得加持。以上天法大圓滿掌中佛之傳承祈請文，是中等的傳承祈請文。長的傳承祈請文，是天法大圓滿祈請文。最簡單是：了知上師為一切諸佛總集而修持，上師七次祈禱文如口耳傳承，經典中記載修持上師相應法時，應理解上師為一切總集而遙請：

上師您知、上師您知、大恩根本上師您知；
 上師您知、上師您知、大恩根本上師您知；
 上師您知、上師您知、大恩根本上師您知；
 上師您知、上師您知、大恩根本上師您知；
 唉 上師您知、唉 上師您知、唉 大恩根本上師
 您知；
 上師您知、上師您知、耶耶 大恩根本上師您知；
 上師唯您知、上師唯您知、大恩根本上師您知；

此七次祈請文的朗誦，有長、中、短、最極長誦、



悲哀式的唱誦、遙請式的唱誦、哭聲祈禱式等七種方式來遙請。不會以上的祈請文，或時間不允許時，也可以唸誦“班札咕嚕”蓮師心咒，如祈請般唸誦。蓮師曾經說：“十一字咒語鍊，外式祈請之真言”“唸時上師觀頭頂，祈請方式唸此咒，**噶阿吽班札咕嚕貝瑪悉地吽**”“不須依物修上師瑜伽，唸誦咕嚕貝瑪悉地咒”。

接著修持唸誦六道上師祈請文：“(1) (咕嚕) 地獄上師壓伏尊，身色紅黑，持杵及執蠍，能救地獄寒熱之痛苦；(2) (貝) 乃鬼道上師照明尊，身色褐紅執杵鐵普巴，能救鬼道飢渴之痛苦；(3) (瑪) 乃畜道上師依獅尊，身色藍黑，執鼓及持鈴，能救畜道免受虐待苦；(4) (悉) 乃人道上師蓮花生，身色白紅，執杵及顛器，能救人道生老病死苦；(5) (地) 乃修羅上師勝利尊，身色灰煙，持天杖顛器，能救修羅免受鬥爭苦；(6) (吽) 乃天道上師攝政尊，身色白黃，執杵及持鈴，能救天道免受墮惡苦。六師救度免受六道苦，速得加持容易得成就”。“**噶阿吽班札咕嚕貝瑪悉地吽**”。語不斷唸誦，就能獲得持明海會之自然加持，因為蓮花生大師心中的一切加持融和聚集於此等咒字中，所以大家在此要發願唸誦班札咕嚕咒語，



對大家今世獲得逆緣的消除，下世獲得引導度化我們，速得諸佛的關懷加持，除此之外沒有更好的法。大家應發願唸誦此咒語。

第三項 自受四灌頂

專心祈禱蓮花生大師後，自行接受四灌頂的方法如下：

- 自己頭頂日月蓮花座上，一切諸佛之總集，大恩根本上師尊，
- (1) 由身放射白色光，射出有如流星狀，融入行者前額處，淨除己身之業障，獲得寶瓶身灌頂，種下佛之化身種子，尊勝上師您遍知。
 - (2) 由上師語射紅光，放射如虛閃電般，融入自身喉輪處，淨除語業之障礙，獲得秘密語灌頂，種下佛之報身種子，尊勝上師您遍知。
 - (3) 由其意放射藍光，放射有如香火鍊，融入自己心輪處，淨除意業之障礙，獲得智慧意灌頂，種下佛之法身種子，尊勝上師您遍知。
 - (4) 由彼尊身五處位，放出五種色光明，



融入自己之五處，同時淨除宿業障，
獲得功德事業灌，以及名詞寶灌頂，
即生成就佛位，尊勝上師您遍知。
我等所有諸眾生，自今生起至一切世，
去處勝劣唯師知，速大悲攝受我等
(此祈請文唸三遍)。

如此口中唸誦，同時心中也要思維，肝、心、胸
都依靠上師您，一切都上師您了知，淚水橫流、感恩
戴德之心而祈請。此是自受灌頂。

第四項 上師化光融入己身(收攝次第)

《金剛句》中的上師相應法云：

“自身頭頂座上蓮花生，
彼為諸佛菩薩之總集，
實為根本上師蓮師現，
一心專一祈請此上師，
而後彼眾融入自身中，
頂輪上師化光融己身，
上師身語意以及自己，
身語意三門融合無別，



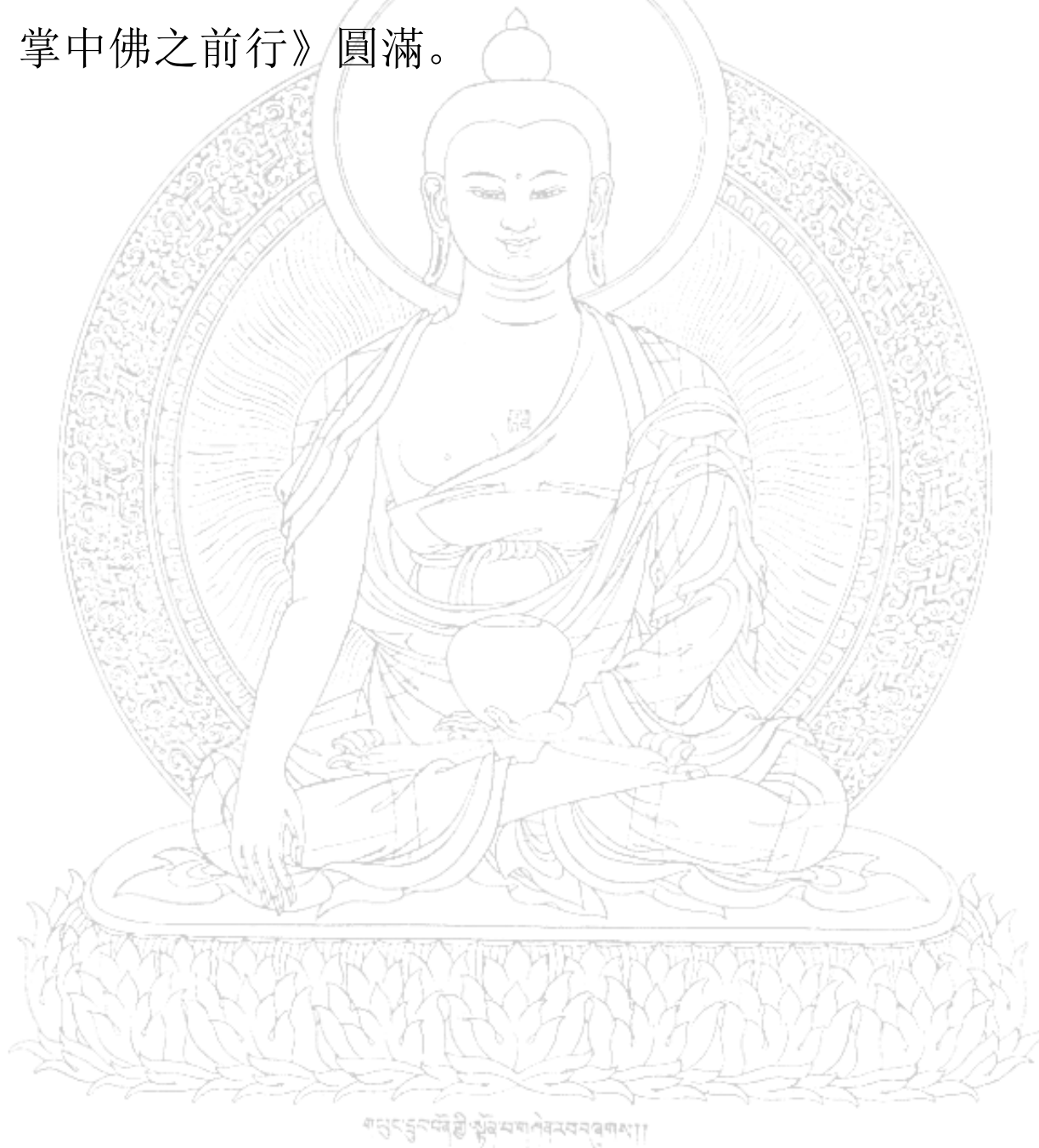
無二俱生圓滿阿拉拉”。

頭頂上蓮花生大師化光融入於自己，蓮花生大師及自己的身語意融合為一體，不造作之心自然放鬆。此等意思在《金剛句之註解》中云：“最後思維所觀想的都融入於自己”。如此閉關分座嚴格修持，則能獲得成就之徵兆。(1) 外徵兆為：對上師生起無比之信心及企望，不在上師的身邊時說出上師的名好，渴望上師，見到上師時捨不得離開，如心都被上師搶去一般，唯一思念著上師，如此心生起日日夜夜無足的祈禱上師。(2) 內徵兆為：思念上師也能熾燃修行之體驗，外在的模糊顯現急速消失，內在的神識成唯一明空，切斷外內的妄念，在初修加行時就能成為直教無染覺心之行者。未得上師之直教無染覺心者，只靠具信心敬勤祈禱，也能自然生起無染覺心之見，隨順修中生起的境界攝持修，就能圓滿。(3) 密徵兆為：在夢中常見上師，賜灌頂，傳法，放射及收集光等，如此的夢是進入上師加持的徵兆。烏金仁波切說：“如此四座中修上師相應法，就能得上師之加持，如寶瓶中的甘露倒入空瓶內一般，獲得加持，一世成就依怙金剛總持之果位”。聽聞上師相應法及發誓唸誦（班札咕魯）之功德，迴向給一切眾生獲得佛果。誦



三次迴向文：“功德迴向六道諸眾生”。圓滿特別加
行之上師相應法，第九座完畢。

以上《天法意藏殊勝口耳傳承之大圓滿中等註解
掌中佛之前行》圓滿。





第四部 入密乘之門為灌頂

以眾生因修得佛果之方便法門乃大乘，其分二為：因位法相乘顯宗及果位真言乘密宗。果位真言乘密宗比因位法相乘顯宗殊勝。

《三相燈續》云：“一義亦不昧，不難方便多，是為利根故，極勝密咒乘。”顯宗及密宗所了悟的法界、最終的果位及能修的菩提心三個的意思都相同，但是金剛乘比波羅蜜多乘殊勝，因為密宗有四種方便之訣竅：一、不愚痴；二、有多種訣竅方便之法；三、不必苦修並速得菩提果；四、快速獲得成就之利根者。

一、不愚痴：波羅蜜多乘三輪體空的方式行布施等六度非常圓滿，但是波羅蜜多乘頭等布施，未必是利根者，頭等布施非圓滿布施度，因為菩提心之思維不圓滿。密乘以方便與智慧無二之禪定力圓滿修六度法。又云：不愚痴所了悟的見：顯宗利用比量及因明學等教法證悟空性，在密乘之教法中具有殊勝覺智的教法，第三灌頂時現前生起覺智證悟空性所以具不愚痴見之智慧。

二、有多種訣竅方便之法：顯乘用苦修、持戒、禁行等造邊修行，不能利益一切眾生。密乘有引導一



切眾生的方便法，四續或六續的法門。譬如五毒等修為五方佛等訣竅的方式轉除五毒。又云：具有多種訣竅方便法之聖處：本法有修共與不共成就之訣竅方便法。共成就如修富貴、長壽及增智慧等特色。譬如顯乘之菩薩用自己的頭等布施來累積福德資糧，密乘供養財神等不用苦行而累積福德資糧，以方便法累積，並速得菩提。不共成就之殊勝有甚深的勝義諦及廣闊的世俗諦之教法。甚深的勝義諦的聖處，生起次第，觀想十六臂等修十六空，圓滿次第，拙火等多種方便法現前空性。廣闊的世俗諦聖處，了知廣闊世間之環境顯現及行為，廣闊入行三種行為，身為本尊、語為咒語、意為法性。

三、不必苦修並速得菩提果：密乘中自己自然的欲求，道樂修果樂。修無上密的利根者有執著明妃及不執著明妃兩種，為不執著明妃者教授了智慧手印；為執著明妃者教授了誓言手印或事業手印。又云：不必苦修並速得菩提果：顯乘修苦行才能獲得菩提，在密乘中具有方便行道。

四、快速獲得成就之利根者；顯乘最快也要三大阿僧祇劫才獲得菩提，密乘利根者一世成就，中根者中陰身成就，下根者最晚十六世也能獲得成就。《桑



布志》云：“扼要簡說修佛果，無量阿僧祇劫中，獲得菩提之果位，具有密乘方便法，此世獲得菩提果，或得金剛總持果，或得轉輪聖王果，或得八種成就果，另得如意之果報。”無上密不需要如事部或行部般的保持清潔及齋戒。《金剛尖續》云：“大密不必沐浴潔，大密不需修苦行，觀想諸佛菩薩尊，常行修持得成就。”罪業沉重者行入咒乘無上密一心修持也能得佛果。《時輪根本續》云：“首陀罗及篋匠等，造作沉重無間罪，入行咒乘之行為，今世獲得菩提果。”《總集續》云：“眾生造作無間罪，沉重罪業所積累，行入金剛乘大海，聖乘此世能成就。”《雙運續》云：“密咒乘之儀軌法，今世成就菩提果。”若有人思維密乘之一世成佛，是以神變等來了知密乘之聖處，以為普通凡夫不能一世成就。其實凡夫也能一世成就佛果。《金剛尖續》云：“凡夫修佛果，一世能成就。”此密咒乘一心修持一世能成就，未具精進者於中陰也能成就。《覺智明點續》云：“或者剛斷此身時，未具精進也能得。”如果入行此密咒乘未修也能於七世或十六世成就佛果。《金剛尖續》云：“生生世世一切世，現行勤修金剛乘，最久十六世圓滿，獲得寂靜之佛果。獲得清淨賜灌頂，生生世世得灌頂，其人入密七世中，



無修也能得成就。”如此密咒速道是有灌頂的原因，特別傳授大圓滿首先需要賜灌頂。

《心鏡續》云：“密咒不依灌頂無得，譬如船夫無有槳，無能得度到彼岸。密咒無得灌頂者，無得殊勝之成就。”《秘密精要續》云：“未服侍上師，無得眾灌頂，進行聽聞等，無果且有過。”《金剛鏈續》云：“未有灌頂宣密續，了知修咒之含義，不分師徒同具罪，死後墮入大號獄。”那麼獲得灌頂之功德如何呢？

《界明續》云：“得灌心熟開法門，成就一切密咒義。”《心鏡續》云：“獲得一切灌頂眾，一切密咒無修得。”《寶輪續》云：“士夫獲得明灌頂，其人一世得淨土。”《密意經教》云：“獲得聖灌頂，此人七世中，無修也得果。”灌頂能消除罪障在《第一聖吉祥續》中云：“灌頂獲得聖權力，淨除身語意之業，灌頂授權得降伏，願得甚勝之吉祥。”未得灌頂修密咒的發惡夢之徵兆：夢為驢馱白灰袋，哭夢，夢往下走，夢思維殺父，夢穿黑衣等，做個種惡夢。獲得灌頂之徵兆：夢為頭頂顯出日輪，夢高舉旗幡，夢吹海螺，夢日出，夢坦然裸體，夢飛行虛空中，夢繞佛塔，夢爬雪山，夢爬樓梯，夢抵達寶島，夢親見三世善逝，本尊授記，夢淨女賜食物、穿衣及鏡子挂脖，夢軍官，夢河上行

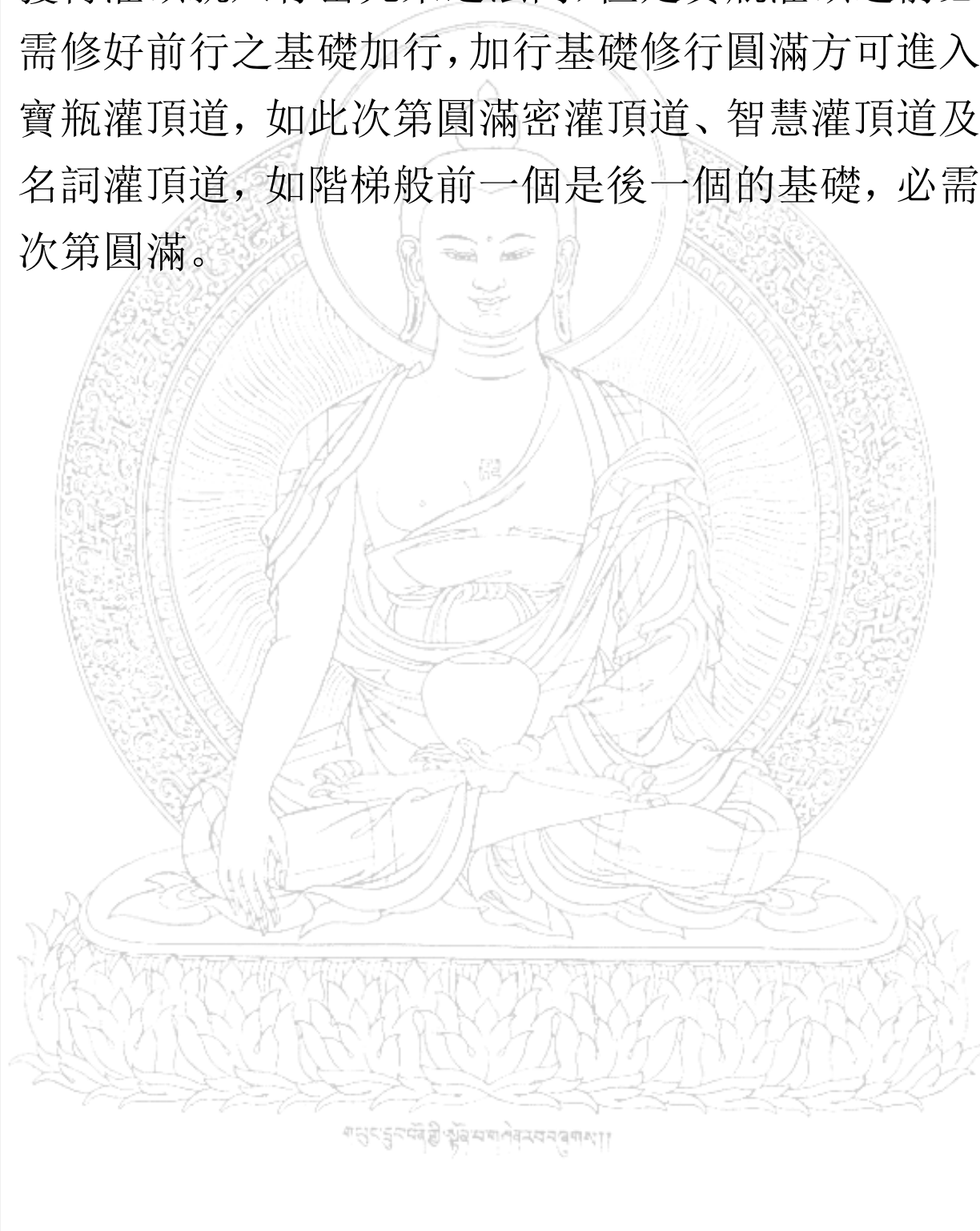


船，夢作戰得勝，等個種吉祥的夢。或消除病、魔等障礙，增長福壽等，獲得灌頂而成就今世一切願望，世尊經典中記載有無量的功德。

特別為了傳授密法之根器賜灌頂非常重要，廣傳灌頂需要寶瓶、朵瑪及壇城等許多法物，但是簡傳灌頂只要禪定觀想灌頂就可以。續云：“灌頂個種根器故，禪定花及沙壇城。”《覺智海續》云：“上師身之壇城中，接受圓滿四灌頂，地道成就行此世。”《舊密明續》云：“法物詞句伽羅等，未得世俗之灌頂，心中獲得詞句灌，一切諸佛持明等，一切自在三界尊，其人獲得賜灌頂。”今次灌頂是禪定灌頂，未記載壇城、朵瑪及寶瓶等灌頂法物。灌頂前作曼達拉供養，然後金剛上師觀為本尊觀世音菩薩無二無別，因此祈請上師賜灌頂。傳授灌頂時，就上師教導的觀想中覺受寶瓶灌頂、密灌頂、智慧灌頂及名詞灌頂之道智本性。寶瓶灌頂之道智，為生起次第觀修本尊之智慧；密灌頂之道智為，圓滿次第氣脈觀修拙火力，身心生起暖樂智慧；智慧灌頂之道智為，氣脈成熟在三脈五輪中，明點降、提、行、散方式四喜十六喜十六空性雙修的空樂智慧；名詞灌頂之道智為，大圓滿任運頓超方便之六光中雙修本覺無染覺心之立斷智慧，修得



四相之證相，成就圓滿究竟童子寶瓶身。如上所云，獲得灌頂就入行密咒乘之法門，但是寶瓶灌頂道前必需修好前行之基礎加行，加行基礎修行圓滿方可進入寶瓶灌頂道，如此次第圓滿密灌頂道、智慧灌頂道及名詞灌頂道，如階梯般前一個是後一個的基礎，必需次第圓滿。





第四部 止觀修持

第一章 止觀禪修大幻化網總說光明論

第一節 密宗修持寂止之基本要領

依密宗殊勝方便之所有寂止者，除彼具有重大意義及容易修成之特點外，餘皆與顯宗修法相同。因為無論何宗，皆需堪能自心，獲得穩固，並需以次第而修行故。密宗修持寂止之方法，亦即為：若斷五過，依八種對治行，以六力，四作意，而次第修九住心，如次生起五種定相，如此總成就具輕安之寂止也。分述如后：

第一、依八種對治、斷五過：不成禪定之五種過患者，即(1)懈怠、(2)忘失聖言、(3)沈掉、(4)不行對治、(5)雖失沈掉亦強行對治。初二者(即懈怠與忘失聖言)障礙等持之加行，第三者(即沈掉)障礙等持之正行，後二者(即不行對治與雖失沈掉亦強行對治)障礙其等持之增上。故斷除彼等五種過患有八種對治行：即(1)信、(2)欲、(3)勤、(4)輕安、(5)正念、(6)正知、(7)思(8)捨心也。初四者(即信、欲、勤、輕安)能斷懈怠，因為要得等持，必有起信、欲求，為希求彼而精勤，放得輕安，故彼等能斷除懈怠也。不忘聖言之第五者正念，能對治忘失聖言。觀察



沈掉之第六者正知，能對治沈沒、掉舉。若起沈掉，則行對治之第七者思維，能除不行對治。息滅沉掉時不須再行對治之第八者捨心，能除強行對治也。

第二、以六力、四作意、次第修九住心：修行如此等持，則需具足六力：(1)所聞力、(2)思維力、(3)正念力、(4)正知力、(5)精進力、(6)串習力也。當依次第修持四作意性之九種住心方便。首先四作意者為：(1)勵力運轉作意，(2)有間缺運轉作意，(3)無間缺運轉作意，(4)無功用運轉作意也。九種住心方便者為：(1)安住、(2)相續住、(3)數數住、(4)近安住、(5)調伏住、(6)寂靜住、(7)最寂住、(8)專注一趣住、(9)等持住也。此等於佛經中云：〔安住、正住、攝住、近住、調住、寂住、最寂住、一續住、等持住。〕如是所說也。

彼亦是：以(1)聽聞力成辦第一住心安住；由(2)思維力成辦第二住心續住；以(3)正念力能成辦第三、四住心數數住及近住；以(4)正知力能成辦第五、六住心調伏住及寂靜住；以(5)精進力能成辦第七、八住心最寂住及專注一趣住；以(6)串習力能成辦第九住心等持住。

初二住心(即安住、續住)時有第一(勵力運轉)



作意，三至七住心(即數數住、近安住、調伏住、寂靜住、最寂住)時有第二(有間缺運轉)作意，八住心(專注一趣住)時有第三無間缺運轉作意，九住心(即等持住)時有第四無功用運轉作意也。

第三、如是修持九種心分住時，有五種驗相而行之，即是：(1)動念之相，如陡山水；(2)獲得之相，如峽谷水；(3)串習之相，如大江河；(4)穩固之相，如大海離濤；(5)究竟之相，有如山王也。

第二節 概說修行此等基本要領之訣竅

第一款 廣說修持之訣竅

第一、九住之心：

- (1) 由聽聞未得等持之過、已得等持之德及住心方便等教言之力故，發起信願，精勤斷除懈怠等過，凡隨所緣之境，自心安住而修生圓次第者，乃為第一住心方便安住也。
- (2) 彼時，若心一刹那亦不住，動念如同閃電，則當勤奮勵力，數數修練，思維所聞等持之教言之義故，盡量繼續安住於前者所緣中，此為第二住心方便續住或正住也。



- (3) 於初此二方便時，相續安住，是較難為，然以勵力運轉作意使彼相續安住也。心如流星頓起分別，於前緣中散亂時，當依正念，數數令心住於自緣中，如同猛水引入渠道，此為第三住心方便數數住或攝住也。初此三住心方便時，猶如白紙被風所吹，或如陡山瀉水，是動相之時。
- (4) 是故彼猛厲分別心，難得安住之時，如於猛水，修砌水堤，是故須不怯弱而精勤。此心野馬，極難馴服，當以正念繩，緊緊拴住，並將彼關進於緩舍圈內，當以勤作之韁繩，而駕奴彼馬也。若較前者，此正念稍成有力時，彼所緣，與意前不明之相而住，心得稍微穩定，以不散於外，為近住於所緣中，此為第四近安住或近住者也。
- (5) 此時，如禽貪著食物，其禽不會放捨食物而飛往餘處，亦不能降落住於其食上，來去迴旋，不棄此食。如是自心於所緣稍得穩定故，使穩固正念之相續，唯此重要也。復次，對三摩地自然升起少許之歡喜心，譬如，蜜蜂於一處不住久時，而速疾飛動，採吸花精，如是於禪定生信解時，稍能調伏如前猛厲分別動念，此為第五調伏住或調



住者也。近住、調伏住二者，較前者略易安住，故此時名為**獲得之相**，亦是**初生等持**，或稍得暖相。然如峽谷溪水般，而起甚多細微分別念，並有心緒急躁煩亂之感。但與陡山瀉水相比，此峽谷溪水稍微緩慢，故用此比喻也。

(6) 寂靜住心時，如同瓶中蜜蜂，其未釋放之前，雖不能去於他處，但於瓶中亦不安住，恒時爬行。如是自心定住所緣時，心雖不捨所緣境，爾時，應當了知彼緣中不動而安住也。如是了知安住時，如其昏沈掉舉，則應思維個別如理之對治行，使息滅種種自聚分別之障，此為**第六寂靜住**或**寂住者**也。

(7) 若成如此寂滅，則無沈掉之過，猶如淨水無混濁，不動而安住，猶如士夫休息於平等之中，了知彼性而安住也。如是分別念稍微息滅，此相已增上，使逐漸滅盡凡增長分別因之諸隨煩惱，如同濁水逐漸澄清，此後斷除諸散漫，此為**第七最寂住者**也。如是遠離諸散漫之過患，寂靜與最寂靜住二時，名為**串習之相**。如同江河，遠見河水緩流，似無流動，而於近見其為不斷流淌。



(8) 如是自心似覺已安住，然若詳細觀察，則有眾多分別也。彼時，當須愈上愈精進，此為關要也。從第三住心數數住至第七住心最寂靜住之間，是由於沈掉而屬有間缺運轉作意時故，因此須以正知、思維、等捨三對治，來調伏彼心，乃是極為重要也。如此精進之力，彼已勝過前七者，若未離勤作，則能不起分別，自能安住一緣之境，即名行俱或專注一趣，此為第八住心者也。此名為穩固之相，如大海離波濤。若有勤作或住於所緣中，則是無間缺運轉作意時故。

(9) 當於第八住心時，應緣為等捨中安住，此乃為關要也。此對治行住心時，便愈上進故，最終不需勤作，而自然得入定者。此為最後無功用運轉作意之第九住心，亦名欲心一境。此與諸前前住心，皆由修習或串習力而得之也。從此即起究竟之相，如山無動者也。

第二、樂、明、無念之生起：

如能成就如是欲心一境，則心雖無勤行持或趣入所緣之境故，但一切皆能自然安住。若心不思何法，放任安住，則滅盡諸現，心亦似覺融入虛空中，即現



如是驗相。由此中起定時，似覺忽然有得身軀之感。此後之時，諸貪嗔等，生亦不長久，且其力卻微弱也。起明相之時，似覺此柱等細微諸塵，亦有能過數之感等，便起如是樂、明、無念之相。睡眠亦能入三摩地，夢景亦基本現為淨相。然如此等持亦必須依靠真相作意或粗寂相之內外共同道為基礎而修持，否則，若未得輕安，則非真寂止，況為勝觀！是故樂、明、無念，以有入定於真如及非真如之兩種修行故。心少許安住之相，不能以為得甚高道相，而應精通諸道之要也。

第三、具輕安寂止之獲得：

若於如此欲心一境中，恆時修習，則身心獲得堪能，此名為輕安。此時彼心自在，如已馴之馬。於何善緣，皆可行之，遠離如厭煩心等不安之粗重。以彼之力，堪能身風故，遠離如身沈重等不能役使之粗重。脊椎如金幣疊串，體如棉絮輕盈，全身有如同時遍滿溫乳汁般，有如是樂相故，為堪行所欲諸善事之身輕安。如是輕安亦由現粗後細之次第而生起，粗者亦可從細微起修持至最終圓滿也。彼粗輕安，令心動搖故，此力逐漸減滅，如同陰影不遮法，其微細輕安與細微等持同時生起，彼名為寂止。若具此者，則修何生圓次第，皆成如理如量也。



第二款 中短說修持之訣竅

上述為廣說修等持之力。若彼再攝略，則又可分為下述四種：(1) 於等持生信，安住所緣，不斷精勤，恒時依正念，以正知斷沈掉，若成無過時，於捨心中住，如是修持信、勤、正念、正知及捨等五種對治行，而自然遠離散亂並善成安住也。(2) 或於安住生信，對此精勤、恒依正知、捨中安住、如是依四種而修持。(3) 或於生信後，安住所緣，如是依二種而修持。(4) 若彼亦再攝略，於所緣中久時安住，為唯一修法。如是宣說廣、中、短種種不同次第之教言也。

第三節 結語

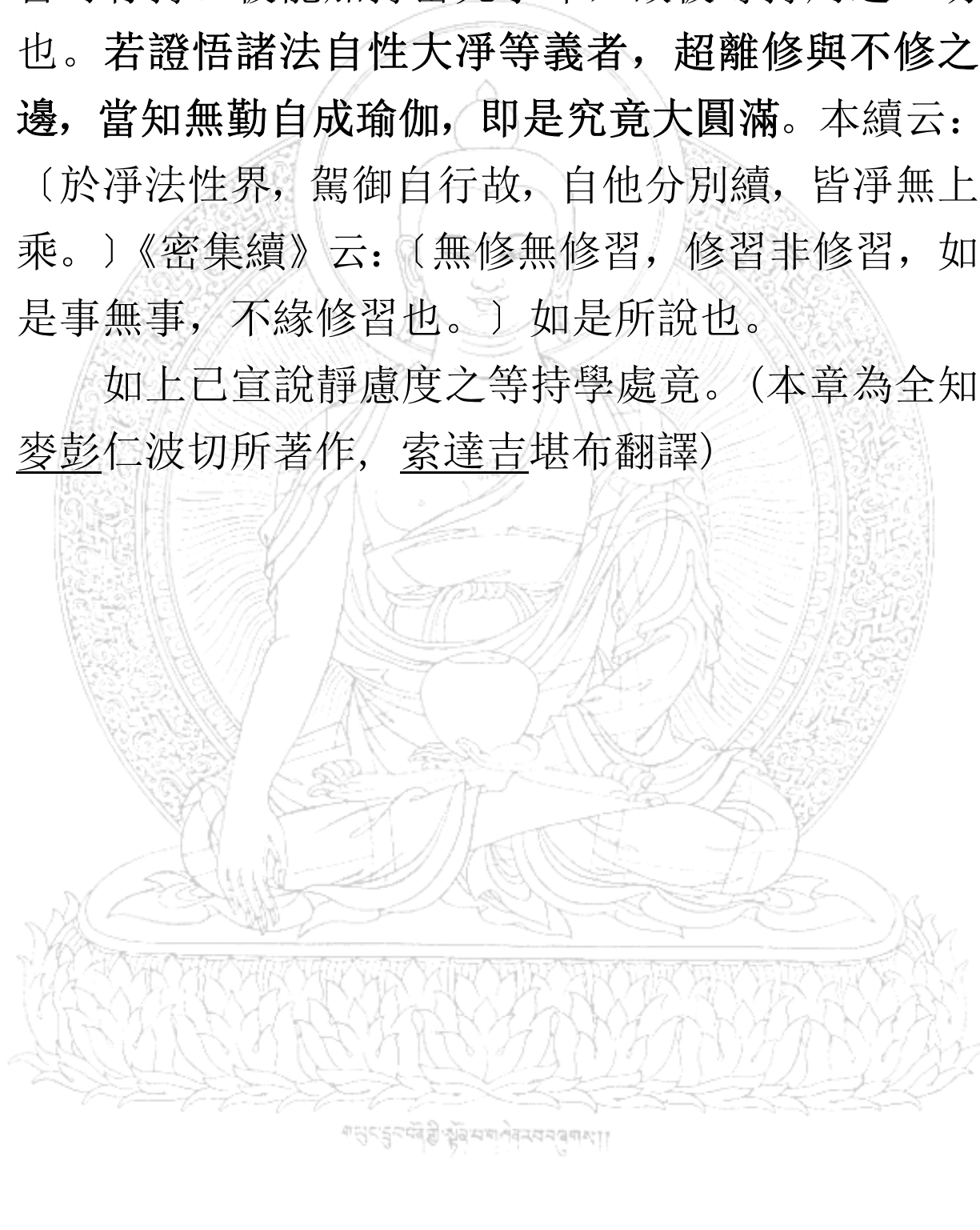
以見解所擇之大淨等之義，若於自續如理圓融者，則必依賴此等持力而圓滿故，此乃甚為重要，即是修諸事業悉地之根本因也。是故必須具足見修。雖有眾多憑空口說為已獲得聖道者，然今成就欲心一境者，亦甚為罕見。如今之時，如理成就密宗細小事業者，亦是極少數。此原因為彼無等持，故欲成就事業悉地者，應當勤修等持也。總之，以此等持而入見解之義，彼得暖相便起行為。不離等持者為誓言，等持



亦現壇城，若具等持，則灌頂、修行、事業、供養等皆可行持。彼能加持密咒手印，故彼等持周遍一切也。若證悟諸法自性大淨等義者，超離修與不修之邊，當知無勤自成瑜伽，即是究竟大圓滿。本續云：

〔於淨法性界，駕御自行故，自他分別續，皆淨無上乘。〕《密集續》云：〔無修無修習，修習非修習，如是事無事，不緣修習也。〕如是所說也。

如上已宣說靜慮度之等持學處竟。（本章為全知麥彭仁波切所著作，索達吉堪布翻譯）





第二章 大圓滿天法掌中佛止定三摩地教授

第一節 修正定之功德及七支坐之重要性

本法為大圓滿天法掌中佛之止定教法。沒有止定的基礎，降伏不了煩惱、不會生起神通等功德、也不會證悟般若空性見，所以首先必需修正定。(1) 《入菩薩行論》云：“心意渙散者，危陷惑牙間”。(2) 《菩提道燈論》云：“若未成就止，不能起神通；若離神通力，不能利有情”。(3) 《龍樹親友書》云：“無禪無智慧”。止定之功德：能調伏世間凡夫之執著、能生起各種禪定門、平息煩惱、生起悲心、證悟般若空性義等無量功德。(4) 《彌勒菩薩經莊嚴論》云：“禪定力能使諸士得三菩提解脫果”。不修禪定之過患：修善事不能成為佛法之功德。(5) 《善根隨持經》云：“劫中護持戒，長時修忍辱，未修清淨定，其為門外漢”。修正定需要遠離散亂鬧市。(6) 《入行論》云：“身心若寂靜，散亂即不生”，“雖經長時修，念誦苦行等，心散亂所作，佛說無義利”。

那麼怎樣修正定呢？答：修正定有有相及無相兩種，兩種修法均需具正確的身體姿勢。《蓮花幻化網續》云：“柔軟座墊上，金剛跏趺坐，身直眼觀鼻，



緩緩行呼吸，舌尖抵上腭，臍輪稍內收，心意住靜息”。此義為：以身體之姿勢為緣起，內心中能生起覺悟。所以毗盧遮那七支坐：(1)兩足金剛跏趺坐或菩薩坐（蓮花坐），能使下行氣入中脈，調伏嫉妒心無有障礙；(2)兩手結定印於臍輪下四指處，能使水氣入中脈，調伏嗔恨心；(3)脊椎直、雙臂如翅展，能使土氣入中脈，調伏愚痴心；(4)喉部內收，火氣入中脈，調伏貪心；(5)眼睛半睜，觀鼻尖四指處，及舌尖頂上腭，風氣入中脈，調伏傲慢心心明。以此正確七支坐，氣入中脈自然生起覺悟。身直，勿前後左右歪斜：(1)若身右歪，先示現清明，後生起嗔恨心，有魔王的障礙；(2)身左歪，先示現樂覺，後生起貪欲心，有女魔的障礙；(3)身前傾，先示現無念之感受，後生起愚痴心，有地神之障礙，心不安雜氣入心臟；(4)身後仰，先示現空覺，後生起傲慢心及散亂心，得身色變青、漏精等障礙。所以正確的禪定姿勢非常重要。

ཀུན་ཏུ་བདེ་བའི་སྤྱོད་ལས་འབྲས་བུ་ལས་ཀྱི།



第二節 修持止定之要點

《三摩地王經》中記載：對前觀想世尊具有無量功德，心中逐個觀想世尊之三十二相及八十種隨行好，把心安住於上。《三摩地王經》云：“得如來身紫金色，一切端妙為世親，緣于如是心安住，乃名得定之菩薩”。《金剛句》云：“前放身像或木方，觀想本尊持心住，其中盡力作持心”。《觀音菩薩註解》云：“前面放世尊、任何金身、蓮花、木枝或一粒石球等，觀想世尊、金剛薩埵、普賢王如來或金剛總持等，心安住於其中，盡力持心不亂”。此等意思為：自己的前方放置佛像，沒有佛像可以用一粒石球、木枝或一朵蓮花，然後作七支跏趺坐，無觀想所緣為無緣，不隨行過去，不思維今天之前的一切事，不追逐未來，不思維今天之後的一切事，現在意識不取不捨，心中不起對及不對的一切造作思維，身七支坐的姿勢中，心如縛稻米的繩索斷掉般，自然放鬆安住。語自然放鬆如佛像口不宣說般，意自然放鬆如磨坊斷水般，無有作意自然放鬆。如此持心法分：有相止定與無相止定二種。其中有相止定又分：(1)化身中持心，(2)報身中持心，(3)法身中持心等三種；無相止定係指於無緣中持心。總合為四種止定持心方法。



第三節 有相止定

第一款 化身中持心

在此佛像、石球、木枝或蓮花前，觀想世尊四指高，於其中一心專一持心，不散亂安住。如此日夜分四座或六座入定修持，修時短、但多次修。出定時，身語意不散亂中，行四種行為（行、住、坐、臥），修轉為道用法。(1) 若如此修，心不定，就持心於世尊眉心白毫毛中，自然放鬆，修時短、修多次。(2) 若如此修，心不定，就持心於世尊心輪吉祥結相中，心安住自然放鬆。(3) 若如此修，心不定，就持心於世尊的前面蓮花座上金剛杵中，心不散亂自然放鬆。(4) 若如此修，心不定，就持心於世尊全身中。若有昏沉及掉舉等障礙時，於佛陀的功德生起歡喜精進修持，就能得成就。(1) 心不明昏沉示現時，持心於佛像頂髻中安住；(2) 心不定掉舉時，持心於佛像之臍輪、腳心或坐墊中；(3) 沒有昏沉掉舉時，則於佛像之心輪吉祥結中安住。以上為化身中持心。

第二款 報身中持心

在對前放置木枝或石球，放也好，不放也好，對前觀想金剛薩埵身白，雙手持有金剛鈴杵，身像四指



高，珠寶及絲綢莊嚴，二足菩薩坐，於其中盡力持心。佛陀在經中宣說了九種住心的簡單解釋：1、內住：是一心平靜專注於木枝或石球等上，心不外弛而內斂。2、續住：是內住之心繼續長時安住不散逸。3、安住：是續住之心散逸時正念心立即了知引還原境。4、近住：是安住之心中融入，收斂此心使漸微細。5、調伏：是三摩地的功德產生歡喜心而安住。6、寂靜：是觀散逸為過患，息滅不喜三摩地心。7、最極寂靜：是息滅貪及不悅等之心，了知散逸心之後果並自解。8、專注一境：是入定自力自然安住，無功用而安住。9、等持：是定與不定不分，任運住平等捨。此為九種住心，依靠化身及報身為在外持心。在內持心方法為法身中持心。

第三款 法身中持心

自身心輪中觀想法身金剛總持，身深藍色高一寸，雙手交叉持金剛鈴杵於心間，蓮花月輪上金剛跏趺坐，珠寶及絲綢莊嚴。於其中盡力持心安住。三摩地的意思是寂住，寂為息滅散亂心，住為於任何所緣中自然安住。



第四節 無相止定

第一、修持無相止定之要點：

無相止定，亦名為第四種無所緣普賢王如來中持心。普賢王如來無有色體及顏色，無有實體空性，心中無想無思，不隨行過去，不思維今天之前的一切事；不追逐未來，不思維今天之後的一切事；現在心不取不捨，心不散中自然放鬆安住。烏金仁波切宣說：“住心三要為：(1)不散亂離凡夫之心、(2)不起妄想、(3)不起心動念。神識自然安住於本初，如此能自然修得三摩地，散亂心不能修禪。如此安住本初，一切妄想於本位中自然息滅，心本位中安住為止定。”在此是單獨修止定，心盡力不散逸中安住。依靠正確的身體姿勢，身心兩種都柔和、不散亂、自然放鬆。心動念時，正念心立即了知安住於本初。息滅一切散亂之妄想及消除昏沉心（無念及清明）為止定。

此有過患及無過患止定：(1)心入定（寂住）安住時，旁人喊也不覺，如入甚深沉睡中，當時視也不見，心不明未有思念，如此的狀況多久也不知，出定時如睡方醒或昏迷中醒來一樣，不知發生了什麼事，



此為沉定。初基時如此修也無礙，此為生起禪定的徵兆。但不能單一修如此的定，因為此定是入畜生道的因。(2) 自身心輪中一心專注不起任何念頭安住，如此修能得心不起任何散亂而安住，無有散亂故外八識不明，這是心不散亂一心專注境，那時無見本心，修如此定時覺受為不知時日之長短，這是聲聞之滅法智忍定，也不是沒有過患的止定，初基時如此修也無礙，但不能單一修如此的定。(3) 那麼什麼是沒有過患的定呢？心所緣任何處自然安住，清明了然，入定時眼、耳等八種意識無滅，個個都清明，身心充滿禪樂，故不樂下座，隨時修定就能得如此覺受，出定時自由自在，不會如睡方醒般，此謂止定，為一切禪修的基礎。

第二、樂、明、無念不執著：

(1) 修止定力身心生起樂，執著禪樂會出生於欲界天，無執著而修就會變為修道之基礎。(2) 有些行者明明白白如無風油燈般純然安住，其為無有過患的止定，如果執著如此的禪就會出生於色界天，(3) 有些行者生起沒有任何散亂心也沒有安住心，非想空中無有一切相之正念心，安住於其中。如果執著如此的禪，就會出生於非想非非想天。此等雖不能為正確的



禪定，但也需要如此的止定，因為正確的禪需要基礎，如階梯般步步上升。

第三、妙止定之獲得：

以上有過患及無有過患的止定次第生起，就能獲得修止之功德及力量。修持先後並須注意下列三要點：(1) 有些初修時，安住短，掉舉散亂心強，心剎那也定不了，四面八方都如暴風般散逸動念，那時產生自己覺得修不了止定的感覺，這也是開始的一種住心，叫做粗覺。(2) 心不定的本位當下中就有自然安住的明覺（日巴）。無始就有如此的本性明覺，但是現在教導時才能見，如子認母般，因此宛然的觀散亂心，有沒有顏色及實體，當下無見任何相，並於自位本性中自然轉回安住。(3) 太緊心不定，所以身心放鬆不散亂，就能自然安住。不起有無、住與不住等任何動念中朗然安住，身語意無有惡念，無有禪執傲慢。不取貪愛執著，身心充滿輕安之樂，無有所緣，心自然安住，此為妙止定。

第四、色界四禪不執着：

(1) 盡力修破除散亂之心，因此心產生喜樂，並專注一心而安住為色界初禪。(2) 不必生起散亂或不散亂的疑心動念，能往內專注一境為色界第二禪。(3)



無有散亂、苦樂，具有正念心專注一境為色界第三禪。(4) 無有散亂、苦樂及不必呼吸、保持平等具正念、專注一境為色界第四禪。能生起如此的止定不執著就能轉為道，如果執著就暫時獲得有漏之他心通等神通，但超越不了輪迴。專修四禪有下述輪迴之過患：(1) 專修初禪就出生於色界十七天的梵眾天、梵輔天和大梵天三處。(2) 專修二禪就出生於少光天、無量光天和極淨光天。(3) 專修三禪就出生於少淨天、無量淨天和遍淨天。(4) 專修四禪就出生於無雲天、福生天和廣果天三處。初禪到四禪的廣果天之中，苯教及其他教派都能出生，於他們此次第為最究竟的果位。(5) 惟四禪的無想天、無煩天、善現天、善見天和色究竟天等五處，為聖者住處，只修止定不能出生此五地，因為此五地為唯一聖者地。

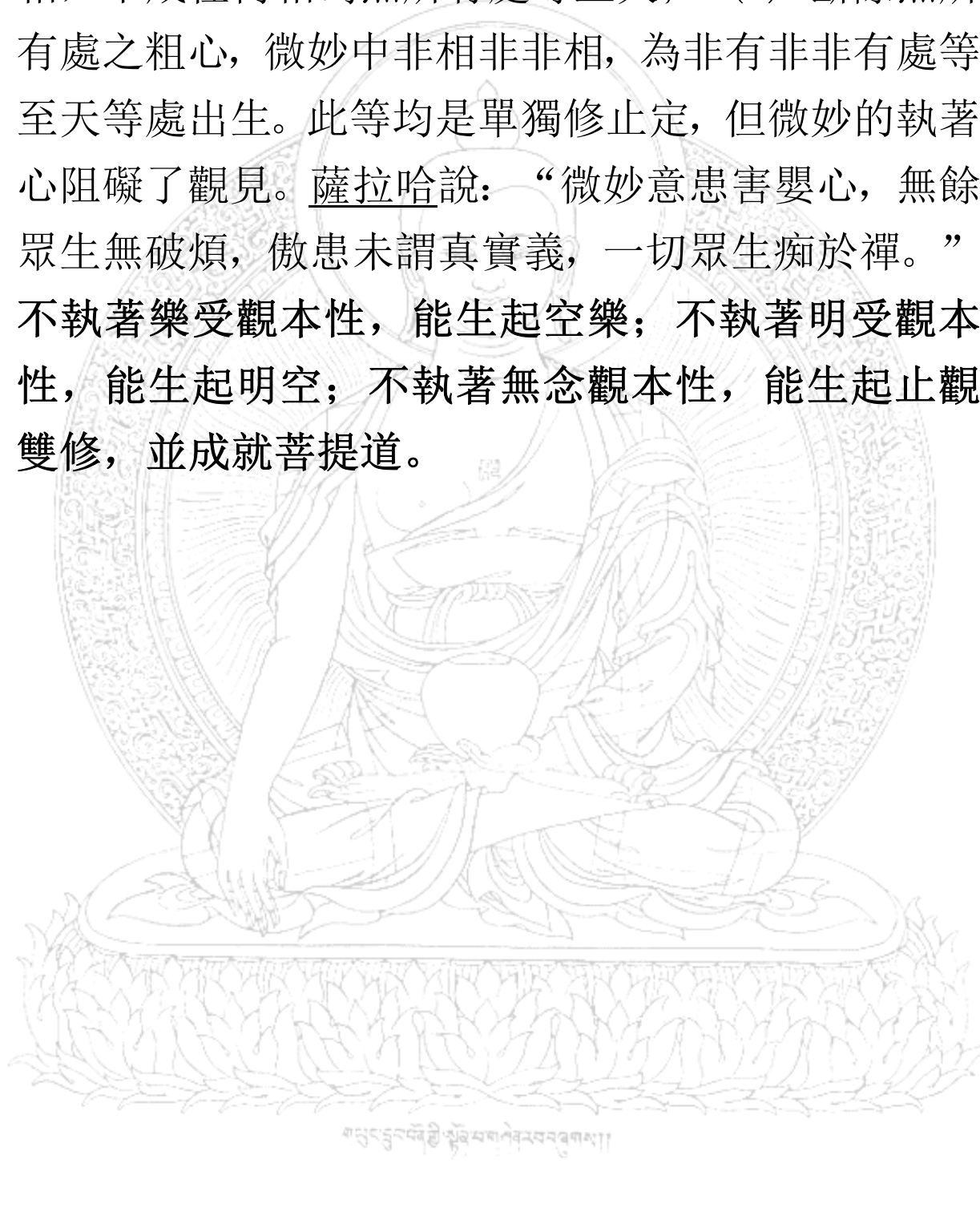
以上色界之天有異論，聲聞十八部之薩婆多部立十六天，經部立十七天，上座部立十八天。在此跟隨《阿毗達磨俱舍論》立十七天。

第五、無色界四禪之過患及止觀雙運菩提道：

(1) 明而無念、斷除相執為四無色定中的空無邊處等至天；(2) 明而無念、斷除顯現及得徵，意識



如虛空般安住為識無邊處等至天；（3）不作意能所相，不成任何相為無所有處等至天；（4）斷除無所有處之粗心，微妙中非相非非相，為非有非非有處等至天等處出生。此等均是單獨修止定，但微妙的執著心阻礙了觀見。薩拉哈說：“微妙意患害嬰心，無餘眾生無破煩，傲患未謂真實義，一切眾生痴於禪。”不執著樂受觀本性，能生起空樂；不執著明受觀本性，能生起明空；不執著無念觀本性，能生起止觀雙修，並成就菩提道。





第五部 修習遷識破瓦法

第一章 本修持法之源起

天法虛空藏意伏藏之極樂淨土遷識破瓦法註解

頂禮上師本尊空行母吽

在此傳授天法意伏藏殊勝口耳傳承之修極樂淨土之支分一極樂刹土破瓦(又譯頗哇)法。首先講解此法的歷史。《五部蓮師遺教中的君皇遺教》云：“預言末法時代來臨時，會來三十三位密主持明，並預言彼等密主持明將獲得正等覺”。之後又云：“釋迦淨土康區地，行入大乘密咒師，稱名密主多傑者，寂滅之後行大業，三千世界之北方，清淨淨土檀香林，如來大士度眾生，無上教主導三千，勝利智慧普賢出”。等等許多伏藏中均預言：化生明珠多傑者，為大譯師毗盧遮那及秀布巴桑兩位尊者的化生，是未來成為智慧普賢佛行菩提道之明珠多傑尊者。十三歲時，於藏曆火雞年四月七日，無量光佛西方三尊於無量光中如大山般的顯現，親自傳授尊者：(1)極樂淨土修法、(2)夢幻中現見極樂淨土修法、(3)無量光佛長壽修法、(4)極樂淨土破瓦法、(5)極樂淨土祈請文、(6)極樂淨土發願文、(7)極樂淨土灌頂法等。當



晚，無量光佛再次顯現，傳授尊者：(8)夢持淨土祈請文及口訣。菩薩經論云：“如此安住於信心的菩薩，為諸佛之一切法器，諸佛於如此菩薩前顯現，教導其清淨菩提道”。明珠多傑尊者就以上經典所示為諸佛所授記。破瓦法有許多新舊之分，此破瓦法為無量光佛親自所傳，故有特別加持力。

第二章 修持本法之功德

蓮花生大師說：“吾蓮花生，為提攜修者，傳授破瓦法”。接受過殊勝大圓滿教導沒有時間修持的散亂者，或修持未得解脫之覺力者等，此法對其非常重要。此法為不需修持臨終成佛之口訣，大罪人得強迫遷引得成佛之口訣。若能現在就修練此法，在臨終能遷識為最上。無能自己遷識者現在就當修練，臨終時遇上師作破瓦法亦較易成功。能遷識之功德於《金剛四座續》云：“不造惡業，能渡彼岸”。又說：“頭頂上方門，經名遷識意，歡喜聖法道，歡喜斷輪迴，歡喜解脫位，歡喜勝智慧”。“惡業過患者，遷識行解脫”。蓮花生大師說：“恰當時刻作破瓦法，無間罪者也能生上善道或解脫”。所以破瓦法的功德非常殊勝。甚至造作甚多重大惡業的大惡人如果能值遇得



到破瓦法，因觀想加持力故，能在一尊佛的佛法駐世期間，受生於上善道，然後業力速得淨除並成佛。上根者值遇得到破瓦法，能往生特別圓滿成就之淨土，獲得持明成就等，佛經記載如是。

第三章 破瓦法之分類、原理及修持時機

第一、破瓦法之分類：

一般破瓦法可分(1)法身破瓦、(2)報身破瓦、(3)化身破瓦、(4)奪舍破瓦、(5)凡夫破瓦、強迫遷引破瓦等等。分述如后：

(一) 法身破瓦法是今世修大手印、大圓滿立斷（徹卻）得覺悟者，臨終時母子光明相遇，入定七天等，遠離能所遷識，為勝義諦之破瓦法，其不分善惡道之門。如此修破瓦法得成就，修行者外徵兆示現：虛空清淨無雲；內徵兆示現：體蘊、體色長時不退；密徵兆示現：白色阿字或藍色吽字等等。

(二) 報身破瓦是下面會提到的破瓦法。修成的徵兆，外徵兆示現：充滿彩虹及光；內徵兆示現：頂門出血、出水、鼓起、冒白氣、掉頭髮、微熱等；密徵兆示現：出五種舍利子或一種舍利子，或骨頭上示現



佛像、種子字、法器等。

(三) 化身破瓦，身體右側作吉祥獅子臥，左邊鼻孔呼吸，對前擺好世尊佛像或蓮花大士像等，或觀想佛及蓮師，然後神識從左鼻孔出，並心中發願：願出生為度化一切眾生之化身。修成化身破瓦的徵兆，外徵兆示現：白雲如如意樹，天降花雨；內徵兆示現：左鼻孔流出紅白菩提，密徵兆示現頭蓋骨顯現寶瓶、金剛鈴杵、各部本尊之手幟及細微的舍利子。

(四) 奪舍法，在西藏因其不具足緣起而不授權修此法，因此只有教法沒有實修傳承的口訣。

(五) 凡夫破瓦法，也可取名為強迫遷識法，也叫剎那遷識法，或世俗通稱之破瓦法，因為險井、水、箭、利刃及巫術等示現而死緣不定，所以任何時示現恐怖景象時，練習觀想阿彌陀佛或蓮花生大師於頭頂，同時明覺專注於阿彌陀佛或蓮花生大師之心輪，猛厲的死緣示現時，因修練力，自然心識專注於頂輪，遷識到頭頂阿彌陀佛或蓮花生大師的心輪。烏金仁波切說：“心專注於頂輪上師，獲得無量功德”。凡夫破瓦是頭向北方身體右側臥，於其頭頂上方，念誦寶髻如來佛及藥師琉璃光王佛等三寶名號及具有加持力的咒語，同時祝願，佛經云其人不墮落三惡道。



第二：修持破瓦法之原理依據：

(1) 《聚集六法金剛歌》云：“八門輪迴窗，一門大印道”。一切無上密的《殊勝教法聚集之涵義》云：“心識阿賴耶，梵穴出無色，明點出色界，臍輪出欲天，眼出人間王，鼻出阿修羅，耳出鳩盤荼，有門出餓鬼，水門出畜生，幽（肛）門出地獄”。有一種說法云：未有修破瓦法的口訣者，業力遷引神識經梵穴出，生於無色界；有修破瓦法的口訣者神識遷引經梵穴往生清淨空行剎土。(2) 另一種說法，《耳傳金剛詞》云：“示現死兆放棄執著，關閉九門用物發願”。此等說法的意思是：百會穴及梵穴是不一樣的，百會穴是從髮際向上四個手指位，梵穴是從髮際向上八個手指位及髮旋處，神識遷引經此處，往生清淨空行剎土。此為兩種說法，本天法採梵穴有別於百會穴之後說。(3) 烏金仁波切說：“因此遷引神識道有很大的分別，其有上中下九種；梵穴處往生空行淨土，神識經過其中獲得解脫，所以其為聖道門，修練專注於頂輪很重要；眼睛出，生於轉輪王；左鼻出，生於清淨人身，此三門為上三門。右鼻出，生於阿修羅；兩個耳孔出，生於色界天；臍輪出，生於天道，此三門為中三門。水道出，生於畜生道；有門（出紅



白菩提) 出生於餓鬼道; 幽門出生於地獄道, 此三門為下三門。”

第三、破瓦法之修持時機:

未到死亡徵兆示現時不可以強迫做破瓦, 即使是一切死亡徵兆已示現, 也要修三次贖命經, 如果不如此修, 亦有犯殺本尊之罪。遇到皇帝懲罰及生疾病等任何痛苦時, 也不可以強迫做破瓦, 因為未到自然死亡之時, 一樣犯殺本尊之罪過。真正死亡的人假如其頸項的脈博未停止, 也不可以做破瓦, 因為其間還會有可能醒來, 所以也會犯殺本尊之罪過。殺本尊之罪是指殺身體中本俱的文武百尊, 其罪同等。所以真實死亡徵兆還未確定前, 做破瓦不但沒有功德, 還會墮落三惡道, 基於這樣的緣故, 不可以強制作破瓦。《四金剛座續》云: “死時到能所遷引, 非死時犯殺神罪”。《清淨引世品》云: “非時殺神眾, 長住行善法, 其期增善業”。烏金仁波切說: “那時根據死亡的徵兆作好贖命法(長壽法), 一切死亡的徵兆示現若不作贖命法, 而直接作破瓦法, 造殺神罪, 造自殺罪, 其罪勝於五無間罪, 所以當修好一切贖命法。”



第四章 修持破瓦法正行之口訣

《四金剛座續》云：“所淨兩字半，八後第三引，此字忿怒火，依靠風壇城，識如作所緣，上處梵穴門，第九具心要，無身心本性，觀想現性境”。以上所述口訣的意思為：「所淨化的凡夫心，觀為兩個半字所組合的“啥”字，（啥字再經八次光放射，化現出如紅光般的十三個“啥”字，關閉出生六道之八門），於第三脈之中脈道行遷引。此“啥”字，在臍輪下拙火忿怒火的位置，依靠密輪的風壇城而行遷引。如此心中思維，頂輪梵穴門為神識出破瓦往生淨土之門，（最後第九次要放射光的“啥”字應觀為自己的神識之代表，）具遷引的主要意義。其義沒有實性，沒有體形，是心識的本性。如此現前觀想。」《耳傳金剛詞》云：“遷識如金無修成佛，吽字及氣心無別引中脈，淨除加字梵穴道遷引，遷引上師法身佛淨土。”烏金仁波切說：“今世未得窮盡法，死亡要修空行剎，修練行入事業法。”大罪人強迫成佛之口訣。教導瑜珈師放下身網、同時成佛、解脫幻覺的密法口訣。依如此所言的方式傳授此法。



第五章 破瓦法之修練方法

修練破瓦法之唸誦及觀想方法如下：

(一)、首先供養曼達拉：跟隨上師唸誦供曼達拉文：

 鋁曼達觀為寶曼達，青稞觀為金綠石寶，
 上師慈悲化身尊，具信供養悲視自他眾。

(二)、然後皈依及發菩提心，跟隨上師唸誦皈依及發菩提心文：

 南無 皈依三寶三根本，皈依一切皈依處，
 為度眾生得佛果，廣發無上菩提心。

 (三遍)

(三)、修破瓦時自身觀想如下：

 自身剎那觀想成為觀世音菩薩，身白色面帶微笑，一面四臂，第一雙手合掌於胸前，第二雙手左手持蓮花，右手持水晶念珠，金剛跏趺坐於蓮花月輪座上，頭束髮髻珠寶五佛冠莊嚴，絲綢及珠寶莊嚴熾燃，三十二種相及八十種隨形好，觀世音菩薩身體外相如白絲帳篷，內空明如鼓胎衣，中央具有四相的中脈：(1)外白代表樂，內紅代表明；(2)筆直代表菩提道；(3)下端封閉於臍輪下，代表遮止惡趣；(4)上端頂輪梵穴廣開，代表上善趣。如是觀想。



(四)、頂輪依境之觀想如下：

頭頂獅子蓮月輪，阿彌陀佛身紅色，
 一面二臂定印上，持鉢穿上三法衣，
 二足垂地彌勒座，二足兩只大腳指，
 中脈上端其指封，右觀白色觀世音，
 一面四臂而合掌，餘二持珠及蓮花，
 立於蓮花月輪上，左觀大力金剛手，
 一面二臂身藍色，右手執杵左執鈴，
 立於蓮花月輪上，圍繞諸佛菩薩及，
 無量聲聞緣覺眾，三尊主尊三處中，
 三字放射無量光，極樂智尊迎請融。

(五)、祈請：如此觀想自身及依境，然後一心祈請諸佛菩薩，唸誦如下祈請文：

誼瑪火 無比歡喜無量光， 觀音菩薩金剛手，
 一心專注我祈請， 加持成就破瓦法，
 吾等何時死亡期， 加持神識遷極樂。

如此唸誦祈請文多次。

(六)、觀想封閉六道門如下：

自身中脈心輪位，觀想八瓣紅蓮花如竹節，蓮花上有月輪座如半粒碗豆，月輪上有代表自己的氣心神識集合的本性白色光明點上，有於白色光明點無二之



紅色光亮“啥”字，具有長音及兩個圓點莊嚴，觀想此明點顫動躍躍欲飛。由此“啥”字：(1)放射如紅光般的一個“啥”字相，關閉出生地獄道的幽門；(2)再放射如紅光般的一個“啥”字相，關閉出生畜生道的水門；(3)再放射如紅光般的兩個“啥”字相，關閉出生餓鬼道的有門及口；(4)再放射如紅光般的一個“啥”字相，關閉出生欲界天的臍門；(5)再放射如紅光般的兩個“啥”字相，關閉出生阿修羅、色界天及鳩盤荼的耳門；(6)再放射如紅光般的兩個“啥”字相，關閉出生羅刹及人道生老病死鼻門；(7)再放射如紅光般的三個“啥”字相，關閉出生色界的眉心門及出生人王左右眼；(8)再放射如紅光般的一個“啥”字相，關閉出生無色界的百會穴。按若嚴謹依照本天法詳細觀想，此八次放射之十三個“啥”字，共計關閉了(1)幽門(2)水門(3)有門及口(4)臍門(5)雙耳(6)雙鼻(7)眉心、雙眼(8)百會穴等十三處之輪迴門。

(七)、明點提降練習：首先也可以唸誦“啥”字，然後唸誦“嘿”字聲時，心輪白心莊嚴“啥”字之白色明點由中脈道中上升，觸頭頂無量光佛大腳趾，唸誦“嘎”時明點下降回心輪月輪座上。因此亦可將明



點之提降配合排出身內濁氣合併一起來觀修，將濁氣吐三次，再吸氣，持氣稍許，意力唸出“嘿”字同時，可觀想藍色濁氣從中脈中沖出頂門，同時明點觸無量光佛大腳趾，唸“嘎”字時下降安住於心輪，如此遷引。遷引時宜持金剛拳於腰際，氣心顯現集中於上身。如果不會如此，持氣者唸“嘿”字時，觀想明點由中脈中往上遷引，觸佛腳趾，唸“嘎”字時，明點由中脈中下降，安住於心輪。如此明觀明點上提下降二十一次。

(八)、唸發願文：然後發願，跟隨上師唸誦如下：

誼瑪火 無比歡喜無量光，右方觀世音菩薩，
左方大力大勢至，圍繞無量佛菩薩，
歡喜無量具快樂，號稱極樂之淨土，
願我今世當死時，不歷他生之輪迴，
往生直見無量光，依我所行祝願力，
十方諸佛菩薩眾，加持無礙得成就。

爹雅他 班札 者雅 阿哇 波達那雅 梭哈
如此發願。

(九)、長壽加持：以下是祈請無量壽佛獲得長壽加持：無量光佛之手鉢中流下無死長壽甘露，充滿自身獲得長壽加持。然後跟隨上師念誦祈請文：



誼瑪火 圓滿佛陀無量光， 觀音菩薩大勢至，
無量諸佛菩薩眾， 我心敬信作讚頌，
祈請賜予壽成就。

喻阿吽 阿彌爹哇 阿育 悉地吽

(盡力念誦或一百零八遍)。

(十)、結行及修練成熟徵兆：無量光佛三尊化光融入自身，頂門梵穴“吭”字及十字金剛杵封閉。如此六座或四座等修習，獲得破瓦成就之徵兆，梵穴門灼熱疼痛、癢、麻、腫、柔軟、流出血或黃水。如此徵兆時，從髮際八指處位能插入吉祥草。如此已獲得徵兆，就再不用修破瓦法，不用再觀想明點在中脈升降及不念“嘿”字，否則會有壽命的障礙。如果沒有梵穴門或找不到梵穴門的眾生，作破瓦時有頭痛、頭暈的現象，這種人可於自己頭頂一肘高處觀想無量光佛安住於蓮花上，念出“嘿”字時，“啥”字莊嚴的明點遷引到虛空無量光佛的蓮花位，唸“嘎”字時降下到心輪安住。如此修多次就能獲得打開梵穴門頂處出血或黃水。以上破瓦法修法講解圓滿。

མཉམས་སྦྱོར་གྱི་ལྷན་སྐྱོད་ལས་འབྲས་ལས་།།



第六章 行事業法

第一節 自作破瓦法

自己作破瓦時，死亡的徵兆圓滿，也要修三次贖命法，確實修不了贖命法時，如下念誦作祈請：

潔瑪 示現臨終中陰時，斷除一切執著心，
明觀入定口訣中，自知遷引無生界，
拋棄無常血肉身，了知無常之幻化。

如此思維其意思，然後自身受用及親友都觀為曼達拉供養於無量光佛，供養完畢時斷除執著，自修破瓦法時，一樣觀想放射八次十三個“啥”字關閉九門，自身頭頂一肘高的虛空處觀想無量光佛三尊，“啥”字莊嚴的神識明點，遷引到無量光佛心輪，如此多次觀想直至斷氣。自己能誦破瓦之祈請文就自己誦，不能自己誦就請法友等從傍念誦。其神識定能從梵穴門出，往生極樂淨土。

第二節 為他人修破瓦法

為他人修破瓦法之方法及次第如下：

(一)、幫他人修破瓦法時，應注意如前述之修持時機或修三次贖命法，死亡的人要斷外氣時頭墊高，勢



如蹲姿。首先念誦皈依發心和各種佛號，然後頸項的脈搏斷時作破瓦遷識。

(二)、念誦以下的破瓦法觀想儀軌：

潔瑪 臨終善男善女子，汝身觀為白觀音，
 身內中脈如箭竹，自身心輪紅啥字，
 長音圓點等觀想，其字放射六啥字，
 關閉六道輪迴門，頂輪梵穴門廣開，
 頭頂蓮花月輪上，無量光佛身紅色，
 一面二臂定印上，持鉢穿上三法衣，
 二足金剛跏趺坐，右方白色觀自在，
 一面四臂前合掌，左右持蓮花及珠，
 站立姿勢蓮花上，左方大力金剛手，
 一面二臂身藍色，左右手持鈴和杵，
 站立姿勢蓮花上，一切諸佛菩薩等，
 聲聞羅漢眾圍繞，三尊主尊三處中，
 三字放射無量光，極樂土中迎智尊，
 等後汝之神識為，白色明點“啥”莊嚴，
 遷至無量光佛心。

(三)、唸誦下列祈請文：

誼瑪火 無比歡喜無量光，觀音菩薩金剛手，



亡者一心作祈請，加持神識遷極樂。

(四)、 遷引神識及其徵兆：如此觀想及祈請作七遍或二十一遍。然後唸誦多次“嘎嘿”，很大力念出“呬”字遷引神識。如此唸誦多次後，於亡者頭頂拔頭髮如爛肉上拔毛一樣容易，頂門冒出白氣、腫起、流出黃水、積熱及暖熱。沒有頭髮的亡者，用手指按就會腫起及流出黃水。未得如此的徵兆需要多次修。

(五)、 結行： 含： (1) 融入、 (2) 再祈願、 (3) 再引導、 (4) 請回本位、 (5) 再祈願

(1) 融入：然後觀想無量光佛心輪中放射光，普照眷屬及亡者的屍體，一切都融化為光，最後融入無量光佛心輪中。

(2) 再祈願：之後再唸誦下列祈願文：

誼瑪火 無比歡喜無量光，右方觀世音菩薩，
左方大力大勢至，圍繞無量佛菩薩，
歡喜無量具快樂，號稱極樂之淨土，
願我今世當死時，不歷他生之輪迴，
往生直見無量光，依我所行祝願力，
十方諸佛菩薩眾，加持無礙得成就。

爹雅他 班札 者雅 阿哇 波達那雅 梭哈

如此作三次五次七次祝願。



(3) 再引導：然後唱誦引導文：

誼瑪火 無比歡喜無量光，觀音菩薩金剛手，
亡者心作祈請，加持神識遷極樂。

潔瑪 亡者善男善女子，不當執著此輪迴，
未有絲毫懷疑心，直趣極樂之淨土，
呸呸呸

(4) 請回本位：如最後唸誦三次呸後，觀想無量光佛返回極樂淨土。

(5) 再祈願 然後唸誦“未生惡趣之痛苦及蓮花無有垢”等等發願文。

(六)、 行利他事業其他應注意事項：(1) 這樣為他人利益作破瓦遷識法，不要為財，而要以慈悲為懷，對遇到的一切屍體作破瓦遷識法，則有無量的功德。(2) 如果怎麼修也不示現成熟之徵兆，如此亡者的神識已經遷引，因為有些眾生的神識只安住剎那或吃一粒飯團的時間。(3) 如果臨終者外氣未斷，未到正式開始作破瓦法時，只觀想封閉九門，不作遷引的儀式，唸誦發願文及多種佛號後再作破瓦，一定能修得遷識之成就。(4) 一般的說法是三日之日出後至傍晚之中，因神識安住於屍體，這時修破瓦法非常重要，嗣後神識已遷引。(5) 嘎當經書中提到：七天之中神



識安住屍體，所以七天內作破瓦法也如法。(6) 也有修行人用牌位勾招神識作遷識，或在過多日的屍體中勾招神識作破瓦遷識，如此的作法在經典中沒有記載，不過也沒有不如法。幫旁人作破瓦法教授完畢。

第七章 本修持法金剛句口傳

口傳天法意伏藏之純淨根本《金剛句》，有很大的加持功德，所以下面口傳破瓦儀軌：

(一) 自身心輪紅啥字，長音圓點等觀想，此字放射八次啥，關閉六道輪迴門，頂輪梵穴門廣開，明觀頭頂無量光，如前觀想三尊主，等後汝之神識為，白色明點“啥”莊嚴，遷至無量光佛心。

未有絲毫懷疑心，發願往生極樂土，

薩瑪雅 佳佳佳

(二) 然後唸破瓦之祈請文：

誼瑪火 無比歡喜無量光，觀音菩薩金剛手，
我心一心作祈請，加持神識遷極樂。

薩瑪雅 佳佳佳

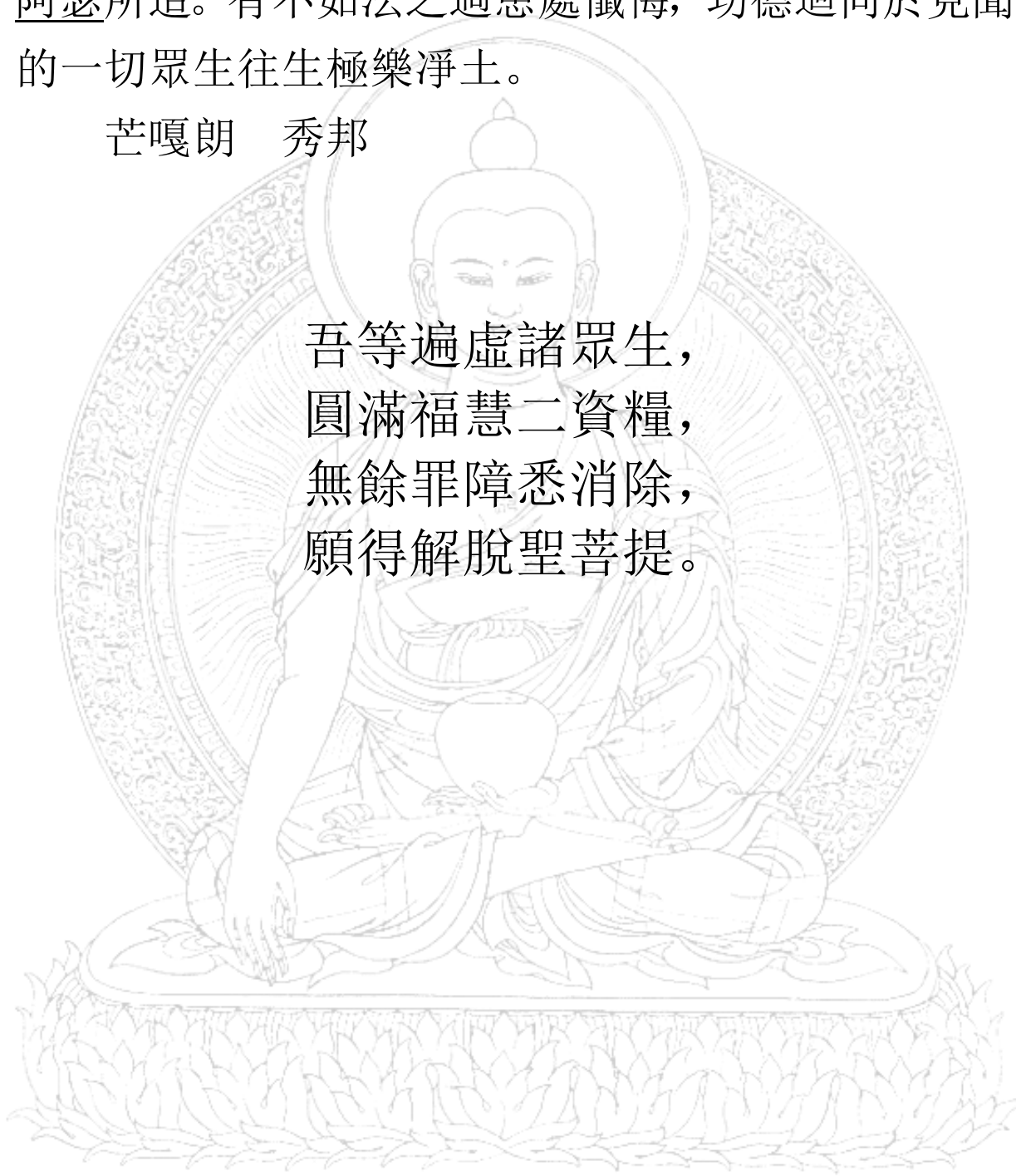
發願文如以上之發願文。



此長的講義，是明珠多傑尊者自己邀請我拉嘎阿瑟所造。有不如法之過患處懺悔，功德迴向於見聞的一切眾生往生極樂淨土。

芒嘎朗 秀邦

吾等遍虛諸眾生，
圓滿福慧二資糧，
無餘罪障悉消除，
願得解脫聖菩提。



མཉམས་སྦྱོར་གྱི་ལྷན་སྐྱེས་ལོ་ལྷན་ལོ་ལྷན་ལོ།།

All rights reserved. The following contents are meant for your personal reference. Should anyone need to reprint, distribute, reproduce the contents, please contact TBSS at 6742 4438 and seek Lhatse Tulku Rinpoche's permission.