

མཚོ་པདྨ།

Lake of Lotus

Bimonthly

Inaugural Issue
January 2006

蓮花海

雙月刊

創刊號 二零零六年一月

(逢單月月初出版)

瀕死體驗的意義

延壽增福德 放生之道
蔣揚欽 哲旺波



\$5

聖地「蓮花海」

蓮花海 創刊號

二〇〇六年 一月

目錄

按標題可到內文

中文版

目錄 / 編者序	編輯委員會	1
創刊辭	移喜泰賢	2
祖師傳記：藏傳佛教始祖蓮花生大士簡介	移喜泰賢	3
聖地巡禮：密宗聖地——蓮花海	鄭毅文	9
生命的奧秘：瀕死體驗的意義(一)	啤嗎哈尊	14
智慧的運用：智慧的修行方向(一)	啤嗎哈尊	18
藏傳佛教超度法簡介	畏因	20
修持「中陰文武百尊」法要之殊勝功德	達慧	21
彌足珍貴及極其罕有的「大幻化網」傳承簡介	敦珠佛學會資料室	22
藏傳佛教「中陰文武百尊」陀羅尼經被簡介	敦珠佛學會資料室	24
延壽增福德——放生之道	蔣揚欽哲旺波 耶喜措卓、桑給瑞吉漢譯	26
供燈的功德	報恩	30
業力不可思議	敦珠佛學會資料室	31
編後語		32

藏文版

།།སྤྱི་བཟུང་གྱི་ཆུ་ལྷོ་ཆོད་པ་ལྟུང་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།	33
--	----

English

The Inaugunal Message	Yeshe Thaye	38
Increasing Life and Prosperity: A Method for Freeing Lives By Jamyang Khyentse Wangpo Translated by Erik Pema Kunsang		39
The Meaning of Near-Death Experiences (1) By Pema Lhadren, Translated by Simon S.H. Tang		43
The Wisdom in Directing One's Dharma Practice (1) By Pema Lhadren, Translated by Simon S.H. Tang		50
Epilogue		54

མཆོད་པ་བྱ།

Lake of Lotus

Inaugural Issue

January 2006

編者序

過去數十年，科學發展迅速，人類的生活水平不斷提高，財富與智識也相應增長，因此有一種意見認為，在二十一世紀，宗教的影響力將逐漸式微。但實際的情況是，佛教在世界各地廣泛弘傳，無論是南傳佛教、漢傳佛教，以至藏傳佛教，都在蓬勃發展。

進入二十一世紀，科技發達，資訊高速運行，超越了地域的界限，也令人類變得冷漠。生活質素的提昇讓人迷失，資訊的發達讓人疏離，我們的煩惱與痛苦，也如現代科技般高速增長。

佛教的教義，其根本目的就是教導眾生徹底解脫。這種解脫，既包括生活的身、心方面，也包括生死輪迴的方面。而《蓮花海》的宗旨，正秉持佛陀以「解脫為首」的根本精神，從智解中明智慧，在修行裡證菩提，引領廣大信眾，重新認識生命的價值與意義，從而掌握修學佛法的方向與重心。

《蓮花海》創刊號，內容精彩，同時包括了中、英文文章，今期更刊載藏文版之〈放生之道〉，好讓不同國籍的人士都能分享佛法的寶庫。本刊編輯委員會全寅衷誠祝願，廣大信眾福慧同增，善妙吉祥！

編輯委員會

蓮花海 Lake of Lotus

©2006 All Rights Reserved

ISSN 1816-8019

出版人及版權擁有者 敦珠佛學會國際有限公司

Publisher & Copyright Owner: Dudjom Buddhist Association International Limited

地址：香港柴灣常安街77號發達中心4字樓 Address: 4/F, Federal Centre, 77 Sheung On St., Chaiwan, HK.

電話 Tel: (852) 25583680 傳真 Fax: (852) 31571144

電郵 Email: info@dudjomba.org.hk 網址 URL: http://www.dudjomba.org.hk

本刊內每篇文章之文責自負。本刊文章內容純屬作者意見，並不代表本刊及本會立場。本會有權拒絕或修改任何文章。本刊受國際及地區版權法例保障，未經出版人書面允許，任何圖文不得全部或局部轉載、翻譯或重印。

All Rights Reserved. Reproduction in part or in whole, either in print or non-print format, or electronically, is possible only with the prior written permission from the Association.

創刊辭

移喜泰賢



《蓮花海》的出版，除了蘊含一班義務工作者的心血結晶之外，亦代表滿腔熱誠的祈願與誠懇的祝福。如果這份刊物能夠廣泛地引起讀者的關注與共鳴，令讀者深切地感受到佛法並非只是一種宗教，而是一種超越一切局限性的智慧與真理，並且了解到學習這種智慧與真理的急切性與必需性，那麼我們的殷切期望，就可以得到最圓滿的回報了。

「一切的界限與束縛，都是人類為自己設定的。看似有需要，也好像很聰明，其實是一種障礙人類提昇能力與智慧的愚痴。」

所有的宗教，以至同一宗教的不同宗派，都有著其共同之處，亦各有優點與不足。於真理之下，它們皆扮演著不同層次的角色與功能。若果對真理的包容性與超越性有深切的領悟，對不同宗教的融合性與接受性的智慧，將會生起。這種超越障礙的智慧，將會令人類的能力，得到超速的提昇。深切的期盼，這份刊物的出現，可以與各位一起分享這種智慧的提昇，完成這份刊物的使命。



我們謹在此極度感激我們的根本上師 依怙主
夏札(威操)生紀多傑仁波切，賜予本期刊《蓮花海》藏文名字之親筆手諭。並祈願 至尊如意寶
上師法體安康、長壽住世，大轉無上瑜伽法輪，
弘揚寧瑪巴教法於世間，利益一切如母有情。

願善妙增長！



蓮花生大士簡介

移喜泰賢



蓮師法相（蓮師於桑耶寺內看見此像便說：「他很像我」，然後開光加持之並謂「他現在與我無二無別」）

降誕預言

藏傳佛教的始祖蓮花生大士，簡稱蓮師，被尊稱為**當代第二佛**，出生於古印度之西北面，稱為鄔金（Orgyen，又名鄔仗那 Oddiyana，即現今之 Swat Valley，乃阿富汗與巴基斯坦交界處）的一個地方。關於蓮師的降誕預言，由**本師釋迦牟尼佛**親自授記。跟據:-

《釋迦穩覺察爾隆典經》授記云：「佛涅槃後八年，地名陀囊俱舍（又名達那郭夏 Danakosha）海中大蓮花上，化生一佛，名貝馬炯列（意即蓮花生處），一切“密乘”，由彼擔荷。」



《那密斷宗經》云：「我（指釋迦牟尼佛）涅槃後八年，我再出應世，名貝馬炯列，世間第一，莫能敵比，最上密乘，由是傳佈。」

《甘杜渣威舉經》云：「佛說與我同來教主，名海生金剛，傳〔九乘法〕。」

《涅槃經》云：「雙林示寂時，摩訶迦葉他往，惟嚧達雅那、准達、滾高（即阿難尊者）三人在側。佛累囑曰：“我涅槃時至，爾勿焦心，亦勿號泣。即住多劫，此身終當變滅，將來當有勝我者，出生海中。”」

《中樞林經》中記載，釋尊涅槃前說：「從此八年以後，在達那郭夏海裏，自然開放的蓮花蕊裏，會誕生蓮花生大士，這是密宗之主。」

有關蓮師的降誕，上述的經文，清楚地指出幾點：-

1. **降誕年份**：在釋迦牟尼佛涅槃後八年，藏曆猴年猴月初十日降生，大約在中國周朝春秋時代。
2. **降誕地點**：位於古印度西北面之陀囊俱舍海（即達那郭夏海）中。
3. **降誕形式**：屬於“化生”，並非“胎生”。跟據“密續”的記載，現場目擊者見到八歲孩童相狀的蓮師出生在一朵海中蓮花。蓮花的體積剛好可以用



雙手環抱著，蓮花放出五色虹光，孩童相貌美好，蘊含光采，具三十二相，八十種隨形好(即「圓滿」相狀)，右手持金剛杵，左手持蓮花，以跏趺姿勢端坐蓮花之上。(資料出自敦珠法王二世之《西藏古代佛教史》)。

4. 降誕預言：蓮師是由阿彌陀佛、觀世音菩薩、釋迦牟尼佛，共同化生在蓮花之上。
5. 降誕目的：弘揚〔九乘教法〕，特別是“密乘”教法。

〔九乘教法〕的弘播

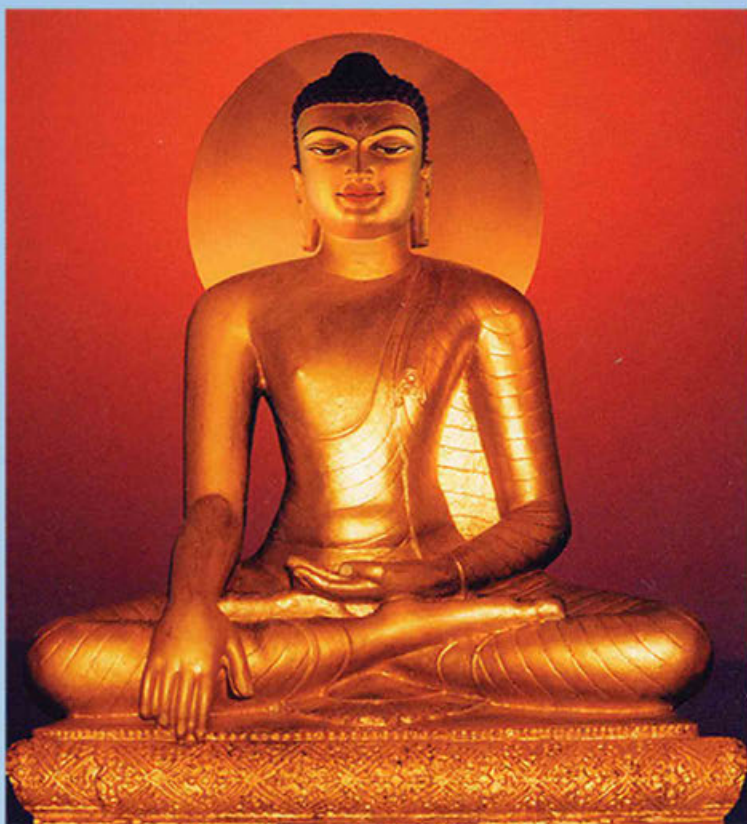
“九乘”指“九”種好像船或車一樣的修行方法，“乘”載你脫離「六道輪迴」，到達佛的「真空涅槃」境地。〔九乘教法〕是法身佛普賢王如來傳出的教法。

〔九乘教法〕簡介：

“顯教”部份

1. 聲聞：於佛在世時，因為聽“聞”佛的“聲”音及「四聖諦」(苦、集、滅、道)的教法而修行，悟「真空之道理」成“阿羅漢”。
2. 緣覺：因為觀修「十二因緣」而覺悟「真空之道理」成“辟支佛”。
3. 菩薩乘：修持「六度」(布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧)的菩薩行為而悟「真空之道理」成佛，但需要經歷「三大阿僧祇劫」(即一段難以計算其長度之時間。時間單位若果以億萬年來計算，指這種修行方法要經歷難以計算之億萬年時間來修行成佛。)

由於以上三種修行方法，都集中在積聚善的「因」，以深厚的功德引發善的「果報」，令「心」進入覺悟的領域成佛，所以以上“三乘”，被稱為“因乘”或“般若乘”。



釋迦牟尼佛成佛法相（供奉於菩提伽耶之大覺寺內）

“密乘”部份之「下三部密」(俗稱「東密」)

4. 作密：以“口”持誦「真言咒語」、以“身”結「手印」、以“意”觀想「佛身」，將「身體、語言、意念」全部凝聚在修行之上，成為「主因」修行成佛。再加入供養“本尊”(意即「本法之尊」，在“密乘”中代表“佛”的稱號。)及祈願，感召佛的加持，成為「他力」協助成佛。其代表性的“密續”有《摩登伽經》、《華積陀羅尼經》、《持句陀羅尼經》等。由於修持者只觀想「佛身」，不會自觀成“本尊”，在修持比重上多依靠佛的加持、「他力」及事相，於「心」的「空性」訓練極缺乏，所以即使修持十分好，仍然需要十六生，方可成佛(見敦珠法王二世之《智慧甘露》Wisdom Nectar, 第294及302頁)。但

在某些特殊情下，亦可以最快**七生**成佛。

5. **行密**：以初級的“本尊”觀修法及初級的“自心相應”觀修法修持成佛。以《大日經》為代表經典。在修持方法上，雖然減少事相，但仍然注重向“本尊”壇城乞求加持力。修持者會自觀成“本尊”，但於「心」的「空性」訓練仍然缺乏，所以即使修持十分好，最快也要**五生**，方可成佛。

6. **瑜伽密**：以較深層的「入我我入」“本尊”觀修法及“自心相應”觀修法修持成佛。其代表經典為《真實攝經》、《最勝本初》等。在修持方法上，減少對“本尊”壇城的乞求。修持者會自觀成“本尊”及觀想對面“本尊”，祈求兩者相應，所以於「心」的「空性」訓練仍然不足，因此即使修持十分好，最快也要**三生**，方可成佛。

“密乘”部份之「**無上瑜伽密**」（俗稱「藏密」，「無上」是指沒有比這種方法更好更上級的意思。）

7. **瑪哈瑜伽**：“瑪哈”的意思是“大”，“瑜伽”的意思是“相應”，表示用這種方法修行，可以與佛“大相應”。以觀修“本尊”的「生起次第」為主，亦涉及「圓滿次第」的修持而成佛。「圓滿次第」屬於「空性」的實修訓練，層次比「東密」的修持方法更深層、更圓滿、更直接。此種層次的修持不依靠“本尊”的加持力，但必須訓練



釋迦牟尼佛初轉法輪法相(供奉於鹿野苑)

「專注力」。若果「專注力」足夠，配合「空性」的實修訓練，最快可以於「**臨終時**」成佛，即是「即生成佛」。

8. **阿努瑜伽**：“阿努”的意思是“無比”，其修持方法加入「脈、氣、明點」及更深層的「圓滿次第」：「空性」實修訓練，並且配合身體的結構及「心識」反射的幻境作主體訓練，層次更上一層樓。如果「專注力」足夠，配合更深層的「空性」實修訓練，再依法轉化「脈、氣、明點」，最快可以於「**在生時**」成佛。
9. **阿的瑜伽**：“阿的”的意思是“無上”，其修持方法以「大圓滿」的訓練為主。由於此教法配合「口訣」作精華指導，直接對「心」作出訓練，屬於最高、最徹底的教法。「大圓滿」的最高成就，可以在即生之中，將物質身轉化為「**虹光身**」，**直接成佛**，即是「即身成佛」。「大圓滿」包括兩種修法：「且卻」及「妥噶」。其教法及所能達至之成就，均屬最高及最圓滿，其它教派及教法皆無法超越，所以被稱為「大圓滿」。



虹光身蓮師法相



藏王赤松干贊



大昭寺

由於以上六種修行方法，都集中在訓練「心」的提升，直接進入覺悟的領域，成就佛的果位。即是直接與「成果」連結，所以以上“六乘”，被稱為「果乘」或“金剛乘”，是快速捷徑的方法。

《傳授教誡王經》中說：「**信因因之法**(這裡的「因法」就是「因乘」，俗稱「顯教/顯宗」。)，**法輪勤將轉，果乘之捷道，未來將得生。**」

以上經文，清楚地預言當時正盛傳「顯教」的教法，而未來的“密乘”教法，將會誕生。蓮師在《聞解脫續》中說：「**佛陀以“化身相”宣說“顯宗”，以“報身相”宣說“密乘”的“下三部密”，以“法身相”出現於清淨剎土，向“五方佛”宣說“無上瑜伽密”。**」

蓮師的學問博大精深，精通「**五明**」，就是「**醫方明、工巧明、因明、聲明和內明**」。「因明」即「因果邏輯學」；「聲明」即「聲韻學」，所以蓮師懂得多種文字及語言；「內明」即「佛學」，包括顯密教法；「工巧明」指「建築」，包括天文和地理。蓮師說：「**修行人不能只懂得佛學，尤其是弘法者，要懂得多方面的世間事情，才可以因應世情施教及擴大弘播領域。**」

蓮師在人間一直弘播〔九乘教法〕，其中有很多弟子修持成佛。**蓮師座下有二十五名非常出眾之大弟子，有些從事梵藏佛典之譯述工作。**此等翻譯

著作，後來被編成西藏“大藏經”之《**甘珠爾**》(佛所說之教法)及《**丹珠爾**》(菩薩們之論及注疏)。而有關蓮師事蹟之傳記著作，於西藏共有五百多種典籍流傳於世。

跟據“密(宗)的經(續)”記載，由於蓮師是“化身佛”，已經證取「無死虹光身」，其身體由虹光組成，並非凡夫人類的普通物質構造，所以並無蓮師入滅的史實記載。跟據史實記載，蓮師在人間的事蹟長達千多年(資料出自敦珠法王二世之《西藏古代佛教史》)。蓮師在最後一次出現時，表示要到另一“時空”弘法，但承諾每逢藏曆初十日，都會再入此世間加持精進修持的修行人。

公元七九二年(唐德宗貞元八年)，蓮師向諸弟子說：「**我無來去，惟信我者，我即現其前，而為說法。每月初十日，我自來視諸弟子。**」說完後，口誦吽吽之聲，四大天王捧一天馬，從空而降，蓮師騎乘天馬，騰空飛去。

蓮師在人間的千餘年中，曾經八次變現不同的形相，世稱「**蓮師八變**」。連同「主相狀」，蓮師一共以九種不同的相狀及方式弘揚〔**九乘教法**〕。《蓮花海》雙月刊將會在未來的數期中，逐一介紹「蓮師八變」及「蓮師廿五大弟子」的應化功德。本期之「密宗聖地：蓮花海」，率先介紹「蓮師八變」之一：**啤嗎忠蘭**。

藏傳佛教的來源

蓮師在印度弘法千餘年後，於公元七三八年(唐玄宗開元二十六年)，應藏王赤松德贊(Trisong Detsen公元718-776)的邀請，進入西藏弘揚佛法。在此以前，西藏一直流播“笨教”(Bon)，並無佛法。“笨教”是一種類似巫術的西藏本土原始宗教。直至藏王松贊干布(Songtsen Gonpo公元617-698)時期，迎娶唐朝文成公主，及尼泊爾的赤尊公主。由於兩位公主均信奉佛教，並且帶來兩尊佛像，西藏開始興建兩座小佛廟供奉佛像。由文成公主帶來的釋迦牟尼佛12歲等身金像，相傳為釋迦牟尼佛親自開光，稱為「覺臥」(Jowo)佛，是西藏最珍貴的歷史文物之一，現供奉於大昭寺。由赤尊公主帶來的釋迦牟尼佛8歲等身像，現供奉於小昭寺，成為小昭寺的主聖。蓮師到達西藏後，為了將佛法廣大弘傳，於是興建西藏史上第一座擁有「佛、法、僧」三寶的大型寺廟：「桑耶寺」(Samye Monastery)。

「桑耶寺」周圍的寺群多達108座，佔地二萬五千平方米。寺內珍藏西藏各個時期的歷史、宗教、建築、壁畫、雕塑等文化遺產。蓮師與大堪布寂護(「堪布」



文成公主

「覺臥佛」法相

(釋迦牟尼佛12歲等身佛像)

是對佛教有高深研究的大學者的一種尊稱，相當於現今的「博士銜」)，合力培訓佛教人才。當時西藏出現108位大譯師，包括昆盧渣那大譯師，聯同108位印度大學者，包括卑嗎那密渣尊者，將佛教的經典，由梵文翻譯為藏文，成為西藏的第一批「法寶」。在蓮師的感召下，由大堪布寂護任親教師，有「七覺士」出家，成為西藏的第一個「僧團」。聯同化身佛蓮師，西藏具備了「佛、法、僧」三寶，佛教因而大興，形成現今的藏傳佛教，因此蓮師被尊稱為藏傳佛教的始祖。而蓮師的〔九乘教法〕及其傳承系統，被稱為「甯瑪巴」(Nyingmapa，即「古舊教派」)，俗稱「紅教」。

蓮師教化西藏，前後約五十五年，大約於公元七九二年離開西藏。由於蓮師預知未來將會出現魔障，有人會大規模地毀滅佛法。為了保存難能可貴的重要密法，蓮師在離開西藏前，將所有密法，藏在巖洞、海裏、天空、地下及某些修行人的“意”中，並授記(即「預言」)將來何時、何人，會到來取出此等巖藏法寶。後世稱此等出土之殊勝法要為「巖藏法」。例如舉世聞名之《西藏度亡經》，就是此等「寶中之寶」。

蓮師之預言後來果然應驗，西藏出現「朗達瑪王滅佛」，佛法曾一度在西藏散失。幸得蓮師之及早步署，與及後世弘法者的精勤努力，佛法再度在西藏發揚光大，流傳至今。在「朗達瑪王滅佛」之前的一段佛法弘播期被稱為「前弘期」，約二百餘年。



小昭寺



蓮師、堪布寂護及藏王赤松德贊之法相

之後佛法再度復興，稱為「後弘期」。此段期間的代表性人物有阿底峽尊者、史密帝，大譯師有甯青香波、馬爾巴上師、卓彌、羅登謝饒等。而特別值得一提的是，當阿底峽尊者於西元1042年前往西藏，在桑耶寺的圖書館內，發現那裡藏有無數的密續經卷，是他在印度時從未見過的。他因此嘆為觀止地說：「這些殊勝的密續，相信是由蓮師的偉大力量，於“空行母剎土”中取來的。」（見湯德活佛之《西藏之佛教文明》，第34頁）。由此可知，“密法”於「前弘期」之弘播，早在蓮師之時代已燦然大備了，並且一直流傳至今，從未間斷。相反地，作為佛教發源地之印度，在第十至十一世紀期間，因受回教徒之入侵，佛法開始沒落散失，引至大批印度學者及弘法者紛紛前往西藏，令西藏成為日後“密法”的代表性地方。

蓮師的弟子，曾向蓮師請問，究竟末法惡世的時代，會在什麼時候來臨。蓮師預言說：「當鐵鳥(指「飛機」)升空時，就是末法時代的到來。此時佛教密法將會興盛，而且普傳於全世界。於這末法五濁惡世中，君不君，臣不臣，父不父，子不子，朝綱混亂，

女人不守貞節，男人淫慾不檢，佛教末法的許多敗相徵兆都浮現了。」

現時藏傳佛教聞名於世，趨慕者與日俱增。究其原因，相信是因為“密乘”的實踐法門，既廣泛又實用，而哲理與運用之深奧與巧妙，確實令人讚嘆。往昔年代，人心平直純樸，顯教的教法，仍然可以發揮其功效。現今末法時代，人心思變，喜快厭慢，“密乘”的萬千法門，正好發揮其多變的功效，救助正在下沉的末法惡世眾生。但有一利，亦有一弊。若果求法者不小心選擇具有正確傳承、正確教法(必須以「修心」為主)的「上師」，或者懷有不正確的心態求學“密法”，被傷害的機會將會增加，失敗與痛苦，必定出現。謹在此祈願各位有志求學佛法的有緣善士，皆能具智慧地選擇正確的教法。🙏



上：桑耶寺（全景）

下：桑耶寺（烏孜大殿）

密宗聖地

蓮花海

文：鄭毅文

「蓮花海」(藏音「楚啤嗎」, Tsopema)是藏密始祖蓮花生大士(簡稱蓮師)示現神變之湖泊聖地，位於現今印度西北部喜瑪曹邦(Himachal Pradesh)之Rewalsar。蓮花海處於海拔一千三百六十米之高原地帶，大約距曼達鎮(Mandi Town)二十四公里。整個湖泊呈類四方形，湖的海岸線約長735米。從高處俯瞰，風景十分秀麗，有如人間仙境。現今的曼達區，就是古印度時的沙訶國(Zahor)。

根據“密續”的記載，藏密始祖蓮花生大士(Guru Padmakara 或 Guru Padmasambhava)在古印度一個名叫達那郭夏海(Lake Danakosha)的地方，為“空行母”(泛指修持“密乘”的天女、人間女修士，可以行走於空中，因而得名)傳授秘密法要之後，以慧眼觀察世間，發覺沙訶國應該是他下一個要去調伏的國家。

當時的沙訶國國王名叫聖典持大王(King Shastradhara)，王妃名叫哈吾尼，國王及全國人民皆督信佛法。國王及王妃生有一位美麗的公主，名叫



蓮花海旁的寧瑪巴廟，由敦珠法王(二世)興建



「蓮師修行巖洞」：從山下向上望

曼德華(Mandarava)。據說曼德華公主是“智慧空行母”所降生。當公主到了適婚年齡，鄰近諸國的王子都紛紛前來向聖典持大王下聘，希望能娶得曼德華公主為妻。但是，曼德華公主自小潛心向佛，常常思惟輪迴之苦，覺得人間丈夫不可依靠，希望趣向修行，求得終極解脫。於是她向父王請求容許自在修行，為聖典持大王所拒絕，並將她軟禁。曼德華公主為了實踐願望，終於逃離皇宮，脫下綺麗羅衣，自毀容顏，開始漫遊四方的修行生活。

由於公主出走，各國的王子都紛紛回國。但各國的國王都警告聖典持大王，如果知道公主出嫁，必定會起兵討伐沙訶國。國王最終尋回公主，並答允她出家的要求。當時，聖典持大王迎請了大堪布寂護(Abbot Shantarakshita)為曼德華公主主持「皈依」及受戒出家，隨同公主出家的有五百宮女，一同在宮中修行。

當時，蓮花生大士在禪觀中得知調伏沙訶國的因緣已至。於是，他以神通力到達沙訶國，在現今蓮花海附近的一個岩洞(現今被命名為「蓮師修行巖洞」)內修行一個殊勝的秘密法要，名為「普顛行」。這個法要需要以乞丐的形相去修行。

當時蓮師向在皇宮中的曼德華公主示現「如幻虹光」及八歲幼童的圓滿身相，從口中自然的流出光明，向公主說出秘密的真言密咒。由於曼德華公主的祈請，蓮花生大士繼續宣說至高無上的法要，而公主亦隨侍大士，努力的精進修持。當時，蓮師在「蓮師修行巖洞」內修行，而曼德華公主則每天都秘密地前往這個巖洞向蓮師學習法要。這個情境被一位為國王牧牛的僕人看見了。他以為公主犯了根本戒律，於是在沙訶國中到處宣揚，說公主的貞操戒行已被一名乞丐所破壞，令公主的名聲受到損害。

謠言輾轉傳到聖典持大王的耳中，國王大怒，於是帶領大批侍衛前往「蓮師修行巖洞」。當國王到達的時候，發現蓮師與曼德華公主同處一室，誤會蓮師污毀了公主的戒行。於是馬上命令隨行的侍衛把蓮師捆綁，並叫侍衛們收集青油，棕櫚的枝葉及草木，然後下達指令說：「我要在這個乞丐的身上澆油，用火焚燒掉，來發洩我的恨意。而曼德華公主先前拒絕出嫁，現在卻勾引邊地的人，她也要受到最嚴厲的處罰。你們要挖好一個地洞，在洞內鋪上荊棘，將公主關在裏面，不見天日二十五年。」



「蓮師修行巖洞」內第一段供奉之佛壇



「蓮師修行巖洞」內第二段之15尺蓮師像

衛士們將蓮花生大士放在堆積成小山一樣高的乾枯樹枝上，在上面澆了青油，點燃了樹堆，剎那間烈火騰空而起。就在此時，大地發出巨響及震動，有無數的“天人”及“空行母”在空中潑水熄滅火焰，將助燃的青油變成湖水，逐漸形成一個湖泊，而大火卻仍然在湖泊的外圍燃燒，濃烈的煙霧彌漫了七天七夜。

國王在宮中聽到消息，馬上親赴現場。當時，他見到堆起樹枝焚燒蓮花生大士的地方變成了一個湖泊，在湖泊中心生出一朵巨大的蓮花。在花蕊中，蓮師示現一個面如滿月的八歲童子身相。蓮師即時向國王開示，指出他的錯誤。國王得到教化，感到十分慚愧，立刻跪下來向蓮師懺悔，並馬上釋放曼德華公主。國內的人民，知道蓮師是三世諸佛(指「過去世、現在世、未來世」)的示現後，亦紛紛前來這個湖泊向

蓮師頂禮。蓮師接受了國王的懺悔，並收了國王為弟子。整個沙訶國的人民，從此歸信了蓮花生大士及「無上密乘」佛法。

這個典故背後的意義，就是要警惕修行人，在尋找真理的道路上，不要被事情的表象所蒙蔽。除了依靠「六根」(眼、耳、鼻、舌、身、意)去接收外面的信息之外，亦需要運用自身的智慧去觀察事物，不應妄作判斷。就好像沙訶國的聖典持大王一樣，他差點因為相信自己肉眼所見的表象，和依靠有限的世間智慧所作出的判斷，而鑄成大錯。對我們修行人來說，是一個很好的警惕。

蓮花生大士在這些殊勝的因緣中，示現了廣大的莊嚴，將重重的障礙轉化成修道之順緣，顯示出一切世、出世法皆能圓滿成就，並引導了無量眾生進入究竟的佛法大海。其後，蓮花生大士與曼德華公主，前往另一個曾被諸佛所加持之山洞，名為「瑪那詩迦」巖洞(Maratika Cave，位於現今之尼泊爾境內)，在此專修無量壽佛之「廣大無死持明悉地」。

當他們共修了三個月法圓滿之時，無量壽佛之清淨虹光身親現其前，為他們灌頂及傳授法要，並為他們作出授記(即「預言」)云：「吾今賜予你們無死的究竟金剛身灌頂，能使你們現前成就無死的壽命持明



「蓮師修行巖洞」內第三段之曼德華佛母密室

虹光身」。蓮師與曼德華公主二人，在親受無量壽佛之灌頂當下，立刻證入了圓滿的「長壽持明三昧」，證得無量壽命自在之「無死三摩地」（一種「定」境程度的名稱），現起了「不生不滅之金剛身等持禪定」，圓滿成就「無死金剛身」。

上述典故提及的古印度沙訶國，即現今印度西北部喜瑪魯邦古魯縣曼達區蓮花海的地方。當時蓮花生大士在蓮花海湖心所示現的身相名為啤嗎忠蘭，因其後證得「無死金剛身」，故又被稱為「無死蓮花生上師」（Guru Chimey Pema Jungne）。

在曼達鎮，仍然保留著當年沙訶國 聖典持大王囚禁曼德華佛母的地牢。這個地方現時由當地的印度教徒管理，因而同時成為密乘佛教及印度教的聖地。

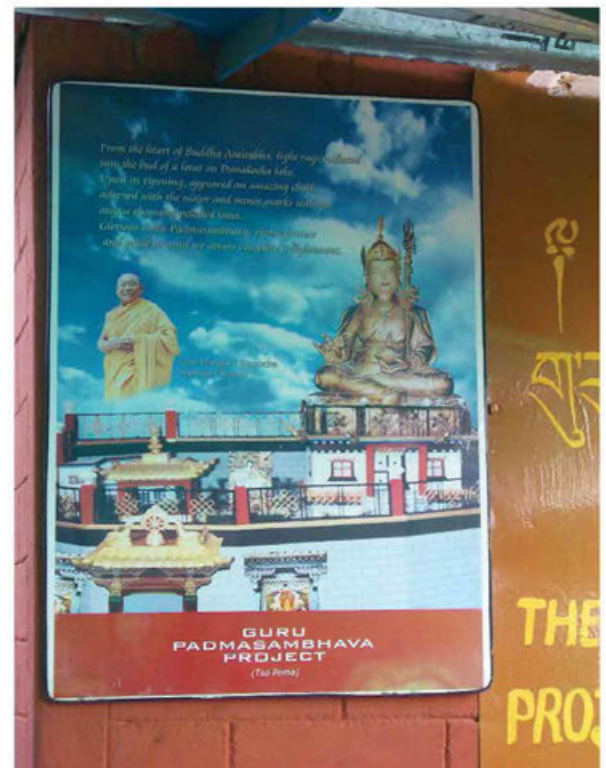
典故中所提及的「蓮師修行巖洞」，洞內分作三段。第一段設有巨型供壇，供奉百多尊佛。第二段是蓮師的修行及起居處，建有一座約15尺高的蓮師像，非常莊嚴。第三段為曼德華公主的修行及起居處，供奉著曼德華公主的坐像。



囚禁曼德華佛母的地牢



啤嗎忠蘭



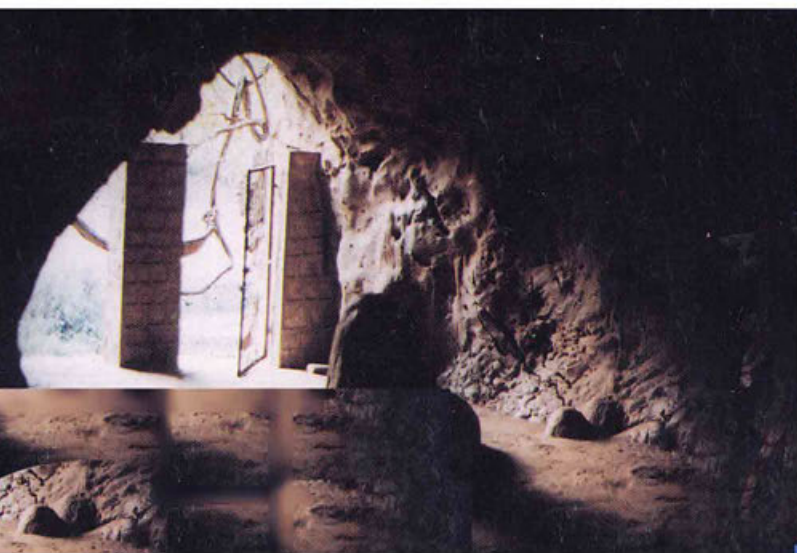
「蓮師修行巖洞」外之蓮師坐像籌款告示

「蓮師修行巖洞」現在由一班熱誠的女尼守護着。現時正在進行籌款，希望在蓮花海的山腰上建造一座巨大的蓮師坐像。建成之後，這個蓮師像將會從高處俯視着整個蓮花海。現時，佛像的基座已初步完成。可惜由於籌款不足，引致興建的進度緩慢，籌款的工作仍在進行中。

右上：「瑪那詩迦」巖洞(一)

中：「瑪那詩迦」巖洞(二)

右下：「瑪那詩迦」巖洞(三)



為求無上甚深法
公主誠動祖師臨
俗世未明微妙處
火燒蓮師殺氣騰
示現神通烈焰熄
蓮花海匯攝迷群
懺悔皈依求法懇
舉國虔修密咒乘

朝禮此等聖地，除了被其寧靜而幽雅的環境所吸引之外，同時亦被其中聖潔的氣氛與典故所感染，令本來就對生命抱有深層盼望的思緒，更深一層。畢竟修行的道路，總有障礙。高貴如曼德華公主，為了清除修行道上的障礙，不惜自毀容顏，方可出家。此等決心，並非一般世人可及。出家之後，為了由「顯」入「密」，修持「無上密法」，不惜冒被囚禁廿五年之險，其苦心可鑑。她當年被囚之地下密室，細小而黑暗，骯髒而潮濕。相信當年曼德華佛母所受之困苦，並非一般人可以忍受。曼德華佛母後來能夠修行成就，與其勇猛決心，有直接的關係。其決心之堅定，亦一如其修行之「定力」般穩固。如此勇猛，又怎會不圓滿成就呢？我等凡夫俗子，若果偶然灌多幾個「灌頂」，稍為對「密法」知多一點點，就滿以為可以成就，與曼德華佛母相比，畢竟是「貽笑大方」了！ 🐾





瀕死體驗的意義(一)

生命的真諦



啤嗎哈尊

大部份曾經瀕臨死亡，又僥倖再次生還的人，都深深領悟到「**生命的真諦**」。這種體驗，改變了往後的一生。無論是心態、待人處事的方式、價值觀、以至往日死執不放的某些堅持，都**產生劇變**。

瀕臨死亡的經驗，可以改變人的一生，是「死」對「生」的影響。除此之外，「死亡」還有其他層面的影響嗎？是否需要去理解呢？

全中國每年的死亡人數大約 825 萬人（資料出自中國 2003 年的公布數字）。那麼，全世界每年的死亡人數又是幾多呢？想一想這個數目，就知道死亡不單是每一個人的必經之路，而且是一件經常發生，與我們的生活有著密切關係的事情，亦是一個**非常關鍵及重要的人生課題**。

每一個人，都有朋友、親屬、至愛。這一層層的感情關係線，其數量之多，足夠編織成**一張網**。在這個網絡上的人，一旦死亡，都會牽動你的心，也牽動了與他有關連的人。如果將全世界的死亡人數，加入與他有關連的人一起計算，這個數目，是極之驚人的。也代表與死亡有關的人數，每一年都是天文數字。備受死亡所震撼、創傷與擊倒的人，不計其數。需要輔導的人，無處不在。所以學習死亡的智慧，讓自己擁有正確處理死亡，甚至化死亡為一種新生命的力量，是自助與助人的急切課題。生命的真諦、生存的意義、會否空過一生、白走一趟人生路、會否死得十分冤枉的所有關鍵點，**都盡在這一個課題之上**。

現今流行於世的「生命教育」，**如果不包括處理死亡的智慧與方法**，可以說，這種「生命教育」並不完

整，留有極大的缺憾與不足。是一種短視而且不徹底的教育，難以擔負起「生命」這個意義深遠的名詞。

莊子說：「**善吾生者，乃所以善死**」。意思是「**善於處理生命，亦將會善於處理死亡**」。究竟「生」與「死」之間，有著什麼關係呢？

跟據釋迦牟尼佛開悟的真理指示，「死亡」並不代表一切的終結。肉體物質身的腐壞，並不代表精神身體的幻滅。只不過是如車輪迴轉般不斷再次借另一種物質的依附，繼續生命的存在。這種不解的痴纏，原因竟然是因為我們對生命的執著。執持不放的結果是痛苦永無終結。繼續生命的存在，就等於繼續輪迴。

要終結嗎？只有一個方法，就是先於在生時，對自己的生命作出釋放的訓練。這種釋放身心的訓練，釋迦牟尼佛稱之為「修行」。這正好是莊子所說的：「善吾生者」。是「生」對「死」的影響。

能夠在生前積極面對生命，了解生命，學習處理生命，以至最終可以輕鬆地掌握生命，不再痴纏，不再輪迴，這種「善吾生者」，正是「生命的真諦」。

不辜負生命的擁有，發揮生命的原動力，將生命的光采發展至極處，令自己可以**脫離如車輪迴轉般的束縛**，不再生生死死地無助。**這種如光一般明亮的智慧，正是「生命的真諦」。**

「生」與「死」真的是如此嗎？有什麼更具體、更實質的顯現例證，讓我們可以探知一二，以便領悟個中真諦呢？我們不妨從瀕臨死亡的體驗者之中，引申其中的意義，幫助我們提升理解生命的智慧。

瀕死體驗

所謂「瀕死體驗」(Near-Death Experience)，是指因為意外或生病而瀕臨死亡邊緣的人，經歷一些普通人無法想像的死後體驗，之後又死而復生地回復生命的徵象。這些瀕死體驗，雖然發生在無數不同人的身上，卻奇妙地有著很多共同之處。

「瀕死體驗」的存在事實，無論是東方、西方，都在很早的遠古時代，為人所認知。這種認知構成了很多民間傳說及靈異故事。

有些人認為「瀕死體驗」，證實人死後，雖然物質的身體壞死，精神身(俗稱「靈魂」)仍然存在。但亦有人認為這些只是衰竭的大腦所產生的特殊幻覺，並不能夠充分證實死後尚有精神身的延續及存在。由於瀕臨死亡的人並未真正死亡，因此他們的所謂死後體驗，都存在著爭論的地方。

究竟在宗教與科學的領域之中，有沒有具體的描述或者研究，可以提供合理的解釋，解開「生死之謎」，以及解釋「瀕死體驗」的產生原因

呢？而這些解釋，又是否可以同時拆解雙方的爭論點呢？其實是有。

早在千多年前，藏傳佛教的始祖蓮花生大士已經在《西藏度亡經》(The Tibetan Book of the Dead)中，詳細解釋死後將會出現的現象。而且在實修及救度亡者的秘密教法之中，更加詳盡地列出其成因及解救方法。若果將這些已公開及未公開的秘密教法，配合現代的科學用詞及解釋，不單只可以解開「生死之謎」，即使「瀕死體驗」的產生原因，以及「瀕死體驗」的爭論點，都可以有具體而真確的答案。

在引用宗教的解釋之前，不妨先以科學研究、瀕死體驗者的親述、以及有關的研究比較及邏輯論證，為「生死之謎」揭開表層的神秘面紗。

瀕死體驗研究的歷史

美國在七十年代初期，就已經有學者如庫布勒·羅絲、雷蒙·穆迪等，專門認真地研究「瀕死體驗」。無論心理學、精神學、神經科、腦生理學、宗教學、人類文化學、哲學等學者，都對「瀕死體驗」抱著很大的關注，並且著有專刊研究討論，甚至出現國際性的研究團體。這種研究風氣，延伸至歐洲、英國、法國及北歐等地。

有關的著作，例如雷蒙·穆迪醫生的科學研究著作《窺見死後世界》(Reflections on Life after Life)；庫布勒·羅絲的《死亡瞬間》，都是最早期的著作。其後有凱尼斯·林格(Kenneth Ring)的《死亡中的生命》(Life at Death)及《邁向終點》(Heading Toward OMEGA)；美國心臟醫生麥可卑薛伯姆的《從彼世歸來》(Recollections of Death)；英國心理學家馬肯特葛雷的《從死亡歸來》(Return from Death)；芭芭拉·哈利斯(Barbara Harris)的《芭芭拉·哈利斯的瀕死體驗》；菲莉絲·愛德華(Phyllis Atwater)的《重生》(Coming Back to Life)；庫布勒·羅絲亦再次著有《續·死亡瞬間》、《死亡瞬間的兒童們》、《死亡瞬間的對話》、《新·死亡瞬間》；雷蒙·穆迪醫生則再次著有《在光明的彼岸》；美國之卡艾爾·



藏傳佛教之「六道輪迴圖」

連東爾 (Craig Lundahl) 及哈路·威德遜 (Harold A. Widdison) 合著的《人死時看見什麼》(The Eternal Journey)，書中記錄很多癌症末期患者所見到的幻覺。有關「瀕死體驗」的**連續性刊物**有由布魯斯·格雷森 (Bruce Greyson, M.D.) 教授主編的《瀕死研究文摘》(Journal of Near-Death Studies)。

雷蒙·穆迪醫生 (Raymond Moody, M.D.) 在 1975 年出版的《窺見死後世界》中，提出「瀕死體驗」這個專有名詞，是全世界第一位公開研究及提出「瀕死體驗」一詞的人。他的著作引起廣泛的注意及迴響。其後由於凱尼斯·林格 (Kenneth Ring) 及麥可·卑·薛伯姆所著的書，是以科學方式蒐集資料及分析研究，得到科學界的認同，令大眾認為「瀕死體驗」的存在，已是毋庸置疑的事實。

在美國康乃狄克大學 (U. of Connecticut) 的「國際瀕死體驗研究協會」(IANDS, International Association of Near Death Studies)，是目前研究「瀕死體驗」最蓬勃的中心。該中心保存著數千份世界各地研究者的研究報告及瀕死體驗者的親述記錄，**成為有關研究者的資料寶庫**。

1990 年，在美國華盛頓的喬治丹大學 (Georgetown University)，來自十三個國家的三百多位研究者及經驗者聚首一堂，召開了「瀕死體驗」的**第一次國際會議**。



「瀕死體驗」的共同特質

1. 「瀕死體驗」的次序與項目

- (1) 脫體：感覺精神身**離開肉體**
- (2) 進入**黑暗**中，例如隧道
- (3) 看見**光**
- (4) 進入**光的世界**
- (5) **回顧人生**
- (6) 與現在或已故的親友、神或佛**相會**，有些人會遇到恐怖情景。
- (7) **返回肉體**



2. 經歷「瀕死體驗」後的身體與能力變化：

- (1) 對**聲音**敏感化
- (2) 對**光線**敏感化
- (3) **感覺神經系統**產生變化
- (4) **腦的活動**產生變化
- (5) **生理能量**增大
- (6) **精神力量**增大
- (7) 出現**超能力**

跟據凱尼斯·林格的《死亡中的生命》，書內的研究報告發現「瀕死體驗」與經歷者的性別、社會階級、人種、已婚未婚、信仰、之前是否知道有關「瀕死體驗」的資訊等**全部無關**。即是說，「瀕死體驗」**可以發生在任何人的身上**。

但是，引致瀕臨死亡的方法或形式，卻直接影響「瀕死體驗」所經歷的項目。引致瀕臨死亡的原因，大多是生病、意外、自殺。由生病引發的「瀕死體驗」，多數會經歷所有的項目；由意外引發的「瀕死體驗」，多數會經歷

回顧人生；而自殺所引發的「瀕死體驗」，卻幾乎全部都不會見到光、進入光的世界及與神或佛相會。

還有，研究發現「瀕死體驗」的具體內容，會因為經歷者的個人文化不同，而有極大的差異。例如美國與印度的經歷者，雖然同樣經歷光、見到神等項目，但內容及當時的感覺卻有很大的分別。

「瀕死體驗」的爭論點

由於以上兩種情況，現今的「瀕死體驗」研究者都無法以科學解釋其中原因，引致多種爭論的出現。其爭論點大致是：

1. 雖然確實發現有「瀕死體驗」的存在，但這些體驗的項目，會否只是經歷者的腦部在缺氧的情況下而產生的幻覺呢？即是只是「腦內現象」，而並非真的有精神身脫離肉體而獨立存在呢？但為什麼有些「瀕死體驗」者，可以講出一些在他昏迷期間所發生的事實呢？
2. 「夢」的特點是場景會忽然轉變，而「瀕死體驗」同樣有這種情況，但「現實」是場景的轉變應該有過程的慢慢轉變，並非突然轉變。這是否可以證明，「瀕死體驗」只不過是「夢」的一種，而並非一種「現實」中的事實呢？如果不是「夢」，為什麼「瀕死體驗」的場景會忽然轉變呢？
3. 如果我們的思考、視覺、聽覺、感覺等能力必須依靠腦部，但「瀕死體驗」者若果真的可以用精神身獨立離開肉體而存在，並且都擁有以上的能力，豈不是說，腦部是多餘的嗎？似乎與實際的現實情況有矛盾，這又是否可以證明，「瀕死體驗」只是一種幻覺呢？
4. 「瀕死體驗」應該是一種死後的世界，因此可以見到已死的親友，為什麼有些「瀕死體驗」者，又可以同時見到在世的活人

呢？這又是否可以證明，「瀕死體驗」只是一種因渴望而產生的幻覺呢？抑或是精神身的某些能力，比肉體更強，所以可以同時見到兩種不同界別的生命呢？

5. 「瀕死體驗」項目的具體內容，會因為經歷者的個人文化不同，而有極大的差異。這又是否可以證明，「瀕死體驗」只是一種因應個人的意識或潛意識的不同，而產生的幻覺呢？雖然「瀕死體驗」項目的具體內容不同，但為什麼「瀕死體驗」者的經歷，又都奇妙地有相同的項目呢？

究竟在科學上，是如何分析以上的爭論呢？超越科學的極限之後，又可以用怎樣的態度、知識、智慧，去理解、分析、拆解這些爭論，因而突顯「生命的真諦」呢？

在未來的《蓮花海》雙月刊中，將會逐期引述不同「瀕死體驗」者的經歷，以及列舉在科學上、科學以外的分析，為大家逐一解答以上的難題，與及分享由其中引申出來的知識與智慧。祈願大家都智慧增長，見識超卓，願善妙增長！🌸

生命的真諦

- * 死亡是重要的人生課題
- * 善於處理生命，亦將會善於處理死亡
- * 積極面對生命，了解生命，學習處理生命，以至最終可以輕鬆地掌握生命，不再輪迴，這種「善吾生者」，正是「生命的真諦」。

智慧的思考

很多人都以為只要努力工作，就可以得到名利與財富，並且奉之為真理，視之為一種美德。事實卻是不停的勞累，只會減弱你的思考能力，與及敏銳的觸覺。努力並非達致成功的唯一要素。要達致成功，必須懂得思考，尋找既可以完成工作，又可以少花時間和精力的方法。以**智慧的、有效率的方法去完成工作，會產生一種明顯的高速進步。有進步，就一定有成功。**這一種認知，對每一個想達致成功的人，都十分之重要。

人類因為想快一點到達目的地，所以發明汽車，令文明進步了一大截，這是一種成功。繼續的思考，所以發明飛機。因此「成功」循著智慧思考之路而不斷出現。

「**智慧思考**」是「**尋找花最少時間、最少精力的方法去完成工作，以達致成功。**」這種智慧思考方向，可以說是人生大海裏的指南針，帶引你走向正確的方向，進而引發快而準的方法，達致成功，到達理想的目的地。

同一種道理，放之於「修行」，又如何呢？一個修行人要在「修行」上有所成就、有所證悟，並不是光靠刻苦的不停努力「修行」，而是智慧地選擇「修行」的重心與方法。只有在正確的方向與重點上下功夫，「努力」才會顯出它的功效，「修行」才會有所成就。

試想想，如果「修行」的重心並非「修心」，與「一切唯心造」的佛法真理背道而馳，無論你多努力，都只會愈走愈遠，永遠無法到達目的地。如果「修行」的方法並不正確，愈努力，錯得愈多，豈不是「因加得減」？所以**習慣性地停下來思考，是一種提升能力的智慧。**



智慧的要訣是什麼麼
啊！就是多思考！
那麼，甚樣思、
甚樣考，
才算有智慧呢？

在人生道路上，無論是工作、學業、修行、以至人際關係，“勤奮”是成功路上必不可少的元素，亦是一種優秀品格。但若果想提升成功的質素、效果與速度，就必須多思考。無論做什麼、見什麼，都問一問“為什麼？”。將思考養成一種習慣，你的智慧，將會不斷湧現；思想領域，將會不斷擴闊。當然，高效能的成功，亦必定出現。

你有沒有想過，一根小柱子，一截短小的鏈子，是否可以拴得住一頭千斤重的大象呢？答案是肯定的。為什麼可以呢？在印度、泰國，那些馴象人，在大象還是小象的時候，用一條鐵鏈將它綁在水泥柱或鋼柱上。無論小象怎樣掙扎，都無法掙脫束縛。小象漸漸地習慣了不掙扎。直到小象變大象，孔武有力的時候，即使可以輕易地掙脫鏈子，但卻不掙扎。

小象的思想邏輯是「無數的失敗等於永遠不會成功」，並且將它習慣化、定型化，永不再試。大象只是身體大了，思想卻是僵化地停滯不前，引致無法衝破由自己形成的思想束縛。**即使力大無比，亦難敵虛無飄渺，無聲無形的思想束縛。**

人類貴為萬物之靈，你會否笑它蠢呢？如果佛法告訴你，**你也是一樣地無知，因為思想的束縛而不斷輪迴，毫無自主能力，並且十分習慣地被折磨，周而復始地毫無進步，你又會否願意停下你的日常步伐，思考一下這個問題呢？**

大象並未觀察到**能力與環境因素的改變**，可以改寫成功與失敗的定律，因為它缺乏思考。在佛陀的眼中，我們又何嘗不是呢？佛法因為時代的進步，無遠弗屆地傳遍世界。你的知識與見識，比古代人更勝一籌，你又是否願意嘗試一下，將輪迴的束縛掙脫呢？

「方向」永遠比「速度」更重要

除了將思考養成一種習慣，是成功的要訣之外，還有兩項要素，在思考的次序表上，必須加入。**第一是方向，第二是速度。方向永遠比速度更重要。沒有了方向，速度就失去了意義。**

為什麼有些人，總是能夠在工作中創出高效率、高質素的佳績呢？而有些人，終日忙碌，但卻又一事無成呢？關鍵在於高效率的人，都喜歡先以思考與分析，尋找正確的方向。當正確的方向一經定位，就專注一方，永不偏離，集中精力衝刺。結果是成功率極高、達到目的之速度極快，而且質素奇佳。這是因為高效率的人，必定「**繫心一處、心無旁騖**」。

你不妨留意一下，凡是終日忙碌，但卻又一事無成的人，都是方向性差、專注力低，兼且喜歡三心兩意的人。他們總是將寶貴的精力與時間，浪費在與正確方向偏離，無關重要的瑣事之上。

要防止偏離方向的失誤，有一個很簡單的方法。就是經常問自己兩個問題：

1. 我的目標是什麼？
2. 我現在所做的事情對達成目標有何幫助呢？

智慧提示：

* 我的目標是什麼？

* 我現在所做的事情，對達成目標有何幫助？



要增加達成目標的速度，同樣有一個很簡單的方法。就是經常問自己兩個問題：

1. 我現在所要做的事情，如果都對達成目標有幫助，將它們排成次序的話，那些事情的影響性最大呢？
2. 有些事情，如果都對達成目標有幫助，但因為時間與精力的分配不足，我是否應該放棄某些較次要的事情呢？

在「修行」上，正確的方向，永遠是「修心」。而速度，就必須先經思考分析，參考那一種修行方法，最符合你在速度上的要求。今期《蓮花海》的一篇文章，〈**藏傳佛教始祖蓮花生大士簡介**〉裏的「九乘次第」，將會給予你適當的參考資料。

“**思考**”本身，如果沒有積極和正確的意念作為基礎，也是危險的。思考者往往會將自己帶入歧途，用不擇手段的方法以求達到目的，從此一去不返。例如“密宗”的修持，如果只注重方法，在心態上只想著成功而不理「修心」方向，將會徒勞無功，甚至誤入險境。在選擇方法上，修行人必須考慮自己的實際情況。例如本身的能力、興趣、理想，與願意付出的代價，都必須在思考之列。**要忠於自己的理想，要克制「隨波逐流」的慾望。**

要達到目標，就必須提升自己的能力，付出努力。亦即是昔日的生活方式及自我心態，都將要改變，這就是代價。與「修心」背道而馳的慾望，必須放棄，這亦是代價。如果在這方面沒有充份的思考及心理準備，失敗的機會率，將會很高。

成功與失敗，其實在很大程度上，取決於是否有**智慧**的“**取與捨**”。要了解其中的智慧，當然還有一些方法需要掌握。下一期的《蓮花海》，將會再與大家進一步分享。祈願各位都智慧增長，福澤綿綿。



超度法，本為西藏密宗所獨有之度亡大法，且公認以「紅教」所修之「中陰文武百尊」最為殊勝。

藏密四大宗派，修超度法時，「黃教」以修時輪金剛或大威德金剛為主尊；「白教」以修勝樂金剛或密集金剛為主尊；「花教」以修喜金剛為主尊，而「紅教」則以修金剛薩埵為主尊。（此處所用『金剛』一詞，並不與顯教護法之「金剛」同義，而為藏密所奉諸佛「本尊」之名號）。

在漢土，因藏密傳入為時較短，故一般人多以為藏密之超度法，與顯教僧團所作之「放瑜伽焰口」、或「蒙山施食」法事相同。其實二者實有不同的意義。

「焰口」一詞，本於《佛說救拔焰口餓鬼陀羅尼經》。「餓鬼」為六道中之一道，腹大如有孕，口小如針鼻，每一次食物到口都會突變為火焰，所以稱為「焰口」。本師釋迦牟尼佛為救度餓鬼，特別說咒以熄滅其火焰，使餓鬼得食，此為顯教「焰口」法事所依據之義。故法事所度者為餓鬼而已。倘若亡者不墮餓鬼道，則法事之義不具。藏密超度法，所修者為「三身」成就之法（「三身」—法身、報身、化身。指「佛」的三種顯現形式。）無論亡者投生「天、非天、人、或墮地獄、餓鬼、畜生」等六道，都並非徹底逃離輪迴的牽引。**藏密超度法的主要目的是救助亡者脫離輪迴、往生佛剎。**若果未能成功，最低要求是令亡者投生「天、非天、人」等善地。故所度之範圍既廣，所攝之意義亦大。

「中陰文武百尊」 簡介

1. 「中陰」指人死後，在尚未投生前的一段過渡時期。此段過渡時期，七七、四十九日之前半段時間，以人間時間計算。後半段以將會投生之「道」（指地方）之時間計算。所以這段過渡時期，可以長達數千年，或者更長。由於「中陰」階段充滿「不穩定、變幻莫測、凶險多」，而且會隨時因為驚恐而引致投生「三惡道」（指地獄、餓鬼、畜牲），是一段脆弱及交叉轉換點的時期，極需要幫助及功德等助力支持，方可脫險。而最直接而具力的方法，是向在「中陰」時期必定出現之「一百尊佛」，（藏傳佛教稱之為「中陰文武百尊」）作出修持、禮讚與供燈。



42 位寂靜（文）本尊

58 位忿怒（武）本尊

2. 「文武百尊」：在七七、四十九天的「中陰」階段中，亡者會見到各別不同的「本尊、壇城」逐漸出現，散發出各種不同耀目的光芒及如雷響的怒吼。種種巨大聲響、強烈光明的猛烈干擾，被稱為「自心覺性現起中陰」。即是說，死後「中陰」階段中的靜忿百尊之出現，其實出自於我們自心的覺性，是「心識」自然反射的一種物理現象。但如果不了解的話，這些聲光會使我們產生極度的恐懼。未經有關訓練的人，會被諸忿怒尊嚇昏過去，因而生起種種恐怖障礙。但若果亡者生前曾經受過有關的訓練，在「中陰」階段能辨認得出，便能得到解脫，脫離輪迴。「文武百尊」的本質，是一切法界的真實顯現，即是一種自然現象，是六道有情本來具備之佛性。修持有關的訓練時，本尊「金剛薩埵」之「心輪」，顯現 42 位寂靜（文）本尊，其「頂輪」顯現 58 位忿怒（武）本尊，合共一百位主要「本尊」，因而被稱為《文武百尊》。而「喉輪、臍輪」及其他輪位，則尚未列入。只就「密輪」而言，亦多至八十餘尊。若廣說者則「五輪」本尊多達三百餘尊，其排列好像一張大網，所以被稱為「大幻化網」。
3. 修持「大幻化網」之「中陰文武百尊」殊勝法要，利益甚深且廣。本尊報身佛金剛薩埵曾有開示：「中陰文武百尊等，若有見者、聞者、身觸者，不僅是對於過去亡者令其解脫，並接引至普賢王如來的法身剎土，還能利益現世者，未來也能達到普賢王如來的法身境界」，其殊勝可想。



~ 達慧 ~

修持《中陰文武百尊》法要，或者向《中陰文武百尊壇城》禮讚、供養、供燈、誦其名號，有如下之殊勝功德：

(1) 此法是唯一能夠直入「金剛地獄」之修法，亦是唯一以「中陰」將會出現之各種境界作為主修之修法，所以無論在除障、加持、超度、迴向上，其效用均是最直接和最有效的。跟據「密續」記載：『蓮師之佛母移喜措嘉，因為未能符合國家律法，被魔臣星達乘機藉故責難。以此因由，魔臣後來墮生地獄。為救魔臣，移喜措嘉佛母降臨地府，卻無法開啟烈焰鐵門。她詢問鬼卒，鬼卒回答：“除了修持《文武百尊》儀軌之外，並無其他辦法可以離開此獄。”移喜措嘉佛母因此修持儀軌一次，救魔臣脫離地府。所以即使是「五無間罪」，律儀誓言衰損毀誓等眾生，若能精進於此儀軌，以精誠懺悔，永不再犯，定能令罪墮清淨。』蓮師親口開示：「必須具備殊勝善緣，方能得遇此法」。此法為度脫罪大惡極者之深法。

(2) 超度「中陰身」的眾生：由於亡者的「心識」隨「業力」四處飄盪，一般人或一般之修法，只能令其「心識」暫時穩定，難以穩固地為其完成整個修法，直至往生剎土或投生「三善道」。此法之殊勝處，在於修持此法之行者，以其傳承之祖師及《文武百尊》之匯聚加持下，修持特別觀想，勾召亡者處於「中陰」階段的「心識」，為他們開示佛法及指引，使他們因了悟佛法而令心結解開，進而誠心懺悔以往罪障（這是「主力——主因」）；並配合行者以大菩提心修持本法，並將所作功德迴向亡者（這是「他力——助緣」）。亡者因為得到行者以觀想之「心力」護送，可以在穩定的情況下得度而往生剎土，或者投生「三善道」。這種可以「超過」一切障礙，將亡者直接「度往」善地的方法，被稱為「超度法」。「超度法」以那一種為最有效呢？當然是要具備有合資格及有傳承的修法者、「特殊觀想」、具加持的「心力」、及與「中陰」階段有直接關係的《文武百尊壇城》配合，方可稱為圓滿。這個亦是「大幻化網」之「中陰文武百尊超度法」被藏傳佛教公認為最殊勝、最有效的主要原因。

(3) 迴向功德給已經投生於六道輪迴之中的眾生：可以幫助他們在所生的各道之中，得到福報利益，減少痛苦，種下能接觸佛法因緣的種子。



六道輪迴圖

(4) 令在世的人增加福慧資糧：此法可以為在世的父母及六道親屬等增加智慧、積聚福德資糧，清淨無始以來因「無明」（即是「無知」）所造成的種種業障。使他們去除病魔、增福延壽；亦可以減少因眾生業力所導致，在世界所產生的種種災害：地震、水災、旱災、風災、火災、兵災、瘟疫等危害。

(5) 屬鬼的超度：通過修持忿怒本尊、施以火供等法，可使屬鬼無始以來之深重業障、身體、名字盡皆燒掉，讓其「心識」往生佛剎或投生善道。

(6) 特殊「傳承」系統的加持：藏傳佛教極之著重「法的源流」。由那一個傳下來的？傳下來的法要，中間有沒有被犯戒之傳法者所污染或歪曲呢？傳法者或修法者是否真正擁有授權呢？在藏傳佛教裏，由一個沒有擁有真正清淨授權的人修持法要，由於缺乏祖師的加持力，甚至遭受護法的斥責，所修的法要都會失效。這種情況，就等於現時世間的一張假證書，得不到世人的承認與支持，甚至會被政府檢控一樣。「傳承」的意思，代表了「法的源流」、「被授權的名單」與及「被授權者的資格」。所以由具有「大幻化網」如此特殊「傳承」的授權人修持《中陰文武百尊》法要，由於得到「傳承內的祖師、本尊、空行、護法」之加持力，對亡者的幫助，將會很大，而且得到應有的保障與保證。

彌足珍貴及極其罕有的「大幻化網」傳承簡介

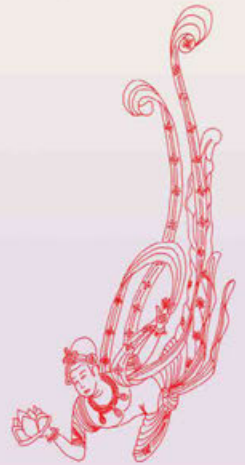
敦珠佛學會資料室



蓮花生大士



大岩取者加馬寧巴



1. 《文武百尊》之教授是藏傳佛教始祖蓮花生大士，從普賢王如來所說之「根本密續」，摘要攝集後，埋藏於岩洞裡，以備後世有證量之「岩取者」們，把「岩藏法要」取出，以便利益末法時代之眾生。「大幻化網」本續灌頂傳承（藏名《那也東初》，意思是「根本摧滅金剛地獄」），乃藏傳佛教寧瑪派（俗稱「紅教」）之無上不共傳承（即是非常特別，與其它「傳承」絕不相同的意思）。《文武百尊》法要，是「大幻化網」傳承系統之重要及殊勝教授。修持「大幻化網」傳承系統，能得「三身」成就（指「法、報、化」三身）。若只聽聞「寂靜、忿怒本尊」之名，亦可超脫「三惡道」。犯戒破誓者，若誠心懺悔而修持此法，亦可還淨。



敦珠法王與福德法幢劉銳之金剛上師



福德法幢劉銳之金剛上師與
移喜泰賢金剛上師



敦珠法王與
移喜泰賢金剛上師

2. 此法現今只有極少數人真正擁有此一傳承系統。一般傳法者只是曾經修習此法，而並非真正擁有傳承。此法要由藏傳佛教始祖蓮花生大士藏於岩洞，由大岩取者加馬寧巴從岩洞中取出，傳與其傳承人，直至岩傳派第十四代雅汪趣啤祖師，再由本續中加以濃縮而成，如是一直傳至大岩取者敦珠法王。由敦珠法王傳與其漢地傳承弟子福德法幢劉銳之金剛上師，再傳與其法統之繼承人移喜泰賢金剛上師（是此「大幻化網」本續灌頂岩傳派傳承之第廿三代傳人），即「敦珠佛學會」之創辦人及根本上師。



依怙主 夏札(威操)生紀多傑仁波切為
移喜泰賢金剛上師加冕(2003)

3. 在談及本傳承系統之彌足珍貴及殊勝處時，可引用兩祖師 敦珠法王及 福德法幢劉銳之金剛上師之文字般若來加以佐證：

(一) 師祖 敦珠法王因應殊勝因緣，當傳授此一傳承給其漢地傳承弟子 福德法幢劉銳之金剛上師時，特別在劉上師所編譯之《大幻化網導引法》序中宣道：「(敦珠法王)遂將遠近教傳岩傳雙具之靜忿摧壞金剛地獄壇城，四灌成熟、與能解脫之導引法，全部攝集開示之。其中本尊生起，依遠傳教傳派，其中圓滿次第，依近傳岩傳派《靜忿密意自然解脫道次》意義。…在此以前，關於靜忿方面教授，零星散見於各部。如此生圓攝集著作，成為一部，未之有也。由此之故，應加愛惜，作希有想。希望將此殊勝法要，廣大弘揚。當斯濁世，普賢王如來心要教典，應發揚於世間，蓮師有此授記也。」由此可見此一傳承之殊勝及希有難得之處！

(二) 福德法幢劉銳之金剛上師於其《大幻化網導引法》之編譯後記中曾述：「師(即敦珠法王)於靜忿本尊，大幻化網本續，研習多年，傳授極廣；而於註疏行世，累牘連篇，實藏土中《大幻化網續》之專門名家也。」所以師祖 敦珠法王在這個傳承系統裡，以至在這一方面的教法及訓練，都可以說是頂級的。



依怙主 松吉澤仁仁波切

4. 福德法幢劉銳之金剛上師於1986年，首次將傳承法統付託給移喜泰賢金剛上師時，曾再三叮囑：「《大幻化網》傳承系統非常殊勝，乃極罕有及極之難得的珍貴傳承系統。現在因師祖敦珠法王已經年紀老邁，不再傳出。故此，這個殊勝的、清淨的及直接的傳承，就由你現在開始繼承下去。你要好好的珍惜它、愛護它、保持一個清淨純一的傳承及壇城，並且要將它發揚光大，以利益一切如母有情！有厚望焉！」由此可知，此傳承系統確實是曠世難得一遇之無上甚深大法也！
5. 移喜泰賢金剛上師於2005年，從《龍欽心髓》傳承系統之大成就者，依怙主 松吉澤仁仁波切(現今為第26世，其第21世為大岩取者加馬寧巴)處，再次領受加馬寧巴之「中陰文武百尊」之整套教法，因而同時集了《大幻化網》傳承及《龍欽心髓》傳承兩大系統之教傳岩傳「中陰文武百尊」法要於一身。
6. 敦珠佛學會為了利益及幫助因死亡而陷入絕境及轉換點的眾生，特別跟據此殊勝傳承之教法，虔製可以幫助他們得保護及利益的「中陰文武百尊」陀羅尼經被，歡迎善信請購。

藏傳佛教 「中陰文武百尊」 陀羅尼經被 簡介

敦珠佛學會資料室



「經被」的功用

1. **保護罩**：「陀羅尼」是「呪」的意思。將此「經被」覆蓋於亡者（包括畜牲）的身上，可令亡者立刻得到最殊勝的「中陰文武百尊壇城」（亦名為「大幻化網寂忿本尊壇城圖」）所保護，不受任何干擾、驚嚇，避免因失控而下墮「餓鬼、畜牲、地獄」等道。因為死後失去肉身的支援，只剩下結構稀薄的精神身，十分脆弱。即使只是輕微的干擾，亦足以對亡者做成極大的傷害，因此凡是剛剛死亡的人、畜牲、以致身處任何道之命終眾生，都極之需要在這個階段得到強而有力的保護。而此「經被」，是最殊勝的保護罩。
2. **加持的泉源**：此經被的製作，由依怙主 敦珠法王（二世）親自設計及監製之「中陰文武百尊壇城圖」所構成。所有壇城內之一百位「本尊」之「本尊咒」，均用咒輪及該咒之「種子字」組成，是「極密」及極具力的加持泉源，並且由依怙主 夏札（威操）生紀



文武百尊壇城（立體）



敦珠法王（二世）

多傑仁波切親自鑑定為殊勝之法寶，並非一般的「經被」可比。

3. **功德凝聚**：此經被之開光，並非以一般之「開光咒」作加持，而是修持藏傳佛教中最殊勝，「紅教」所獨有的「大幻化網」傳承之《甚深勝義精華》（亦名為《摧滅金剛地獄唯一法印成就法》），及《靜念生起極略明顯修法》作為開光加持。由兩種極具加持力及凝聚功德之密法加持開光，非常直接及具力，功德不可思議。西藏修持此法，有修四十九日、七日、或祇修一日。清朝時，皇室信奉藏傳佛教。雍正皇帝將其雍和宮獻作密宗道場，以奉養喇嘛。每年修超度法時，必厚禮歡迎紅教喇嘛主持法會，依「紅教」儀軌修法，加持「陀羅尼經被」。法會圓滿後，用以頒賜二品以上之官員，受賜者均引以為殊榮。



報身佛金剛薩埵

4. **超度網**：為什麼「中陰文武百尊壇城」被視為極之殊勝呢？不妨從藏傳佛教之經典「密續」中了解一下：

- (1) 《深法寂忿密意自解脫灌頂——聞解脫法釋文》中云：「凡見壇城者，在七世之內必能解脫證果。」
- (2) 金剛手菩薩說：「凡見壇城者，即能懺除十一種根本墮罪和二十五種支分墮罪，恢復一切根本誓言及支分誓言，獲得一切如來身語意功德事業之**不可思議功德**，任運獲證文字大會輪地（**金剛持位**）」。
- (3) 《寂忿秘酬文》中云：「雖未親見真實壇城，然而僅聽聞一次**寂忿本尊壇城**的名號，即能**避免墮入地獄**。」
- (4) 就有關進入壇城所獲功德，在《事業次第》中說：「如理如法進入“幻化網”，則入十方四時佛壇城。」即是說，進入“大幻化網壇城”之功德，就等於獲得進入無量無邊的壇城功德。而進入壇城的意義，在於**自性與「本尊」相應**。

(5) 《智慧雄壯電輪經續》與《約嘎根本續——瑪哈旦紫》兩部續典中，均詳細宣說了虔誠供養“大幻化網壇城”的巨大功德。例如：「昔日，**金剛薩埵報身佛**在密嚴剎土中，對**普賢王如來**及其如海般眷屬之壇城，作無比殊勝的禪定供養，從而獲證佛位；在天界中有許多天人，因向“大幻化網寂忿本尊壇城”作了十分豐盛的會供，由此有幾十萬天眾後來皆得成佛；還有龍宮裏的**安止龍王**及**大海龍女**等，也因向“寂忿本尊壇城”殷勤獻供各種賞心悅目之珍貴供品，使諸多龍眾均得即身徹證無上菩提；而在人間亦曾有具緣之明君、婆羅門及施主，彼等齊心協力共同修築了“大幻化網寂忿本尊壇城”，並恭敬供養了眾多美妙悅意的莊嚴供具，後感得親見聖尊本面而獲最殊勝之成就。」

(6) 如果能以清淨之意樂，對“大幻化網壇城”恭敬頂禮，即可消除多種罪障，乃至破根本誓言之重罪亦當淨除無餘。根據確鑿的金剛語：「任何修行人若能向壇城誠心禮拜，則不論是破壞“小乘”的“別解脫戒”，或者毀犯“大乘”之“菩薩戒”，甚至失毀“密乘”的“三昧耶戒”，都能恢復清淨。」**這當然是對那些真正誠心懺悔、永不再犯的修行人而言。**

(7) 《拔脫地獄續》、《八大發心根本續》、《密集續》、《無垢懺悔續》和《寂忿秘密酬補續》等續典，以及諸多**伏藏品**中都異口同聲地說：「何者頂禮幻化網，寂忿壇城之本尊，清淨失毀誓言罪，亦能消除無間業。拔脫沉淪地獄苦，稱遍持明佛剎土。」🌸

藏傳佛教「中陰文武百尊」陀羅尼經被 郵購表格

姓 名	「經被」 郵寄地址	數量及計算	總計
Tel:		原價 \$800 , 31/3/2006前 _____ 張 x 特價\$680	
支票抬頭請寫「敦珠佛學會國際有限公司」，寄「柴灣常安街 77 號發達中心 4/F」			合計

放生之道

蔣揚欽哲旺波 著
耶喜措卓 桑給瑞吉 漢譯

頂禮上師和薄伽梵怙主無量壽佛！

大成就者阿闍梨阿基旺曲札巴（語自在稱）說：「鳥、魚、野獸、小偷與蛇等即將被殺時，能救度彼生命，已雖短命也能即時延壽。」

如上所說，所有的顯經密續也如此教導：「將確定就要被殺害的眾生放生，是所有長壽修法中最殊勝的。」這並不違背理智。由於放生之功德不可思議故，所有具智慧者都應該努力地發起去放生，意即具足高尚的發心，放生你所擁有的動物。自己不做殺生，不販售予他人，而在各自的所行處安適地養育他門，僅僅如此，當你致力於此種善行之根本，且發願迴向利益他們，就算不做任何特殊的儀式，也可以完成階段性的目的。

若喜歡以稍微繁複的儀式來配合地點、場合和事業的話，可以依據早期譯本的一些教法來做，譬如說安置此動物為護法神等。假如希望做更加廣詳的儀式來表達吉祥、發願和迴向，則須配合特定的時間、如神變月（藏曆正月）和任何月份的初八、十五和三十日等時辰，這將會很殊勝。若主要的目的是為長壽的話，則須選擇在所立的命星繁榮和星曜會合日的日出時來舉行。

不論在任何情況下，將欲放生的動物置於前方，念誦以下祈願文：



諸佛正法聖僧眾
直至菩提我皈依
我以布施等福德
為利眾生願成佛（三遍）

願諸眾生具足樂及樂因
願諸眾生永離苦及苦因
願諸眾生常住無苦妙樂
願諸眾生證怨親平等覺

如是觀修四無量心。如果你喜歡的話，可以重複念誦多次諸佛的名號和殊勝的陀羅尼咒，在動物的心續中播下解脫的種子，這將會帶來無限的功德。若無法如此，接著必須念誦：

頂禮薄伽梵 如來 應供 正等覺 怙主
無量光阿彌陀佛
頂禮薄伽梵 如來 應供 正等覺 怙主
阿閼佛 (不動佛)
頂禮薄伽梵 如來 應供 正等覺 怙主
寶髻佛 (尸棄佛)
頂禮薄伽梵 如來 應供 正等覺 怙主
妙相普傳吉祥王
頂禮薄伽梵 如來 應供 正等覺 怙主
遍飾以珍寶月蓮花的智者威光妙音王
頂禮薄伽梵 如來 應供 正等覺 怙主
金色無垢寶光禁戒成就佛
頂禮薄伽梵 如來 應供 正等覺 怙主
無憂殊勝吉祥佛
頂禮薄伽梵 如來 應供 正等覺 怙主
傳佈佛法妙音海佛
頂禮薄伽梵 如來 應供 正等覺 怙主
以殊勝法海心依化身全知佛
頂禮薄伽梵 如來 應供 正等覺 怙主
藥師琉璃光王佛
頂禮薄伽梵 如來 應供 正等覺 怙主
釋迦牟尼佛

嗡 嗎呢 叭咪 吽 哈
om mani padme hum hrih,

南無 惹特那 乍雅雅
namo ratna trayaya,
南無 巴喀瓦跌 阿閼婆雅 大他嘎大雅
namo bhagavate aksobhyaya, tathagataya

阿儿哈爹 桑雅克 桑布達雅
arhate samyak sambuddhaya,

爹亞他 唵 甘卡尼 甘卡尼
Tadyatha, om kamkani kamkani,

若雜尼 若雜尼 走差尼 走差尼
rotsani rotsani, trotani trotani,

乍沙尼 乍沙尼 乍地哈那 乍地哈那
trasani trasani, pratihana pratihana,

沙儿瓦 加 (台) 馬 八南八惹
sarva karma parampara,

尼妹 沙儿瓦 沙特瓦 南砸 梭哈
nime sarva, satva nantsa svaha,

南無 惹特那 乍雅雅 南無 阿利雅
Namo ratna trayaya namah arya

夾那 沙嘎惹 威雜那 不由哈 惹甲雅
jnana sagara Vaitana bhyuha rajaya,

大他嘎大雅 阿儿哈爹 桑雅克 桑布達雅
Tathagataya, arhate samyak sambuddhaya,

南無 沙儿瓦 大他嘎爹婆
Namah sarva tathagatayaya

阿儿哈達婆 桑雅克 桑布爹婆
arhatabhya samyak sambuddhebhya,

南無 阿利雅 阿縛盧枳低濕伐羅雅
Namah arya avalokitesvaraya

菩提薩埵雅 馬哈薩埵雅 馬哈噶魯尼噶雅
bodhisattvaya mahasattvaya mahakarunikaya,

爹亞他 唵 達惹 達惹 底里 底里
Tadyatha, om dhara dhara, dhiri dhiri,

杜路 杜路 伊替 米 (台) 替 雜列 雜列
dhuru dhuru, itte bitte, tsale tsale,

乍雜列 乍雜列 枯素每 枯素瑪
pratsale pratsale, kusume kusuma,

爬瑞 伊力迷力 几替 加拉 瑪八那雅 梭哈
bare ilimili tsiti dvala mapanaya svaha

清楚和大聲地念誦後，手裡拿著花，然後念誦：

在面前的虛空中，與上師無二無別的薄伽梵怙主無量壽佛，由十方諸佛、菩薩、天神、仙人和真言成就等皈依處，三寶海會眾圍繞。示現在前，妙音祝福，降下廣大花雨，延續增長我和以施主為首諸眾生的福壽、富饒和一切功德。即使生為畜生道的諸眾生，也能現時脫離非時死的恐懼，在三寶的保護下安樂地生活。究竟上，等到彼等心相續的解脫種子成熟後，就能變成速證菩提的善根者。

然後，再觀想和念誦：

如同寶幢尖端自在王，特別賜予本尊頂嚴飾，修行始得殊勝之成就，具德諸上師願得吉祥。

無上天人師佛寶，無上佛微妙法寶，
無上導師僧伽寶，皈依三寶願吉祥。

世間導師至尊無量壽，非時死之完全征服者，
無依和受苦之保護者，願得怙主無量壽吉祥。



在唱頌你知道的任何吉祥語之後，念誦：

以布施力超群如實佛，人中獅子了悟布施力，
若進入有悲心者城市，願一生圓滿布施增長。

以戒律力超群如實佛，人中獅子了悟戒律力，
若進入有悲心者城市，願一生圓滿戒律增長。

以忍辱力超群如實佛，人中獅子了悟忍辱力，
若進入有悲心者城市，願一生圓滿忍辱增長。

以精進力超群如實佛，人中獅子了悟精進力，
若進入有悲心者城市，願一生圓滿精進增長。

以禪定力超群如實佛，人中獅子了悟禪定力，
若進入有悲心者城市，願一生圓滿禪定增長。

以智慧力超群如實佛，人中獅子了悟智慧力，
若進入有悲心者城市，願一生圓滿智慧增長。

唵 南無 薄伽梵帖
Om namo bhagavate,

阿巴里米達 阿尤兒夾那
aparimita ayurjnana

素比尼西几達 帖就 惹甲雅
subinishcita tejo rajaya,

大他嘎大雅 阿兒哈帖 桑雅克 桑布達雅
tathagataya, arhate samyak sambuddhaya,

爹雅他 唵 本耶 本耶
Tadyata, om punye punye

馬哈本耶 阿巴里達 本耶
mahapunye aparimta punye,

阿巴里米達 本耶 夾那 三把洛 巴幾帖
aparimita punye jnana sambharo patsite,

唵 沙儿瓦 三斯加惹 巴里 舒大 達儿馬
Om sarva samskara pari shuddha dharma

帖嘎嘎那
tegagana

沙木德嘎帖 梭麻瓦 比素都 馬哈衍那
samudgate svabhava vishuddhu mahayaya

巴里瓦列 梭哈
parivare svaha

盡力的念誦多次，同時灑花，然後念誦：

願以所做善根與三世諸善，
令佛法興盛，帶給世間廣大的善業。
願守持佛教諸正士，足蓮堅固，事業增長。
願以我和施主為首的一切眾生，
增長福壽、富饒和智慧。
願諸畜生從輪迴和惡道的恐懼中解脫，
迅速獲得菩提寶。

如是專注思維而念誦：

以此善，願諸眾生圓滿福德智慧資糧，
獲福德智慧淨妙二身。

以此福德，願諸眾生獲一切智，
降伏罪過諸怨敵，度脫生老病死六道輪迴海。

生生世世轉生處，恆時不離依三寶，
誠願世世常供養，祈求三寶賜加持。

殊勝菩提心珍寶，諸未生者願得生，
諸已生者無衰損，祈願不斷永增長。

唯一產生利樂處，祈願佛法永住世，
守持佛教諸大士，願終身堅信寶幢。

世界安樂且豐年，五穀增長牲畜旺，
吉祥泉源能湧現，成就心中所祈願。

在此現世一生中，平息一切違緣面，
祈願健康富貴壽，獲得恆久諸妙樂。

以此福德大威力，施主偕同諸隨從，
今生成就心願事，意樂如法獲吉祥。

如此，在極力發願迴向後，念誦：

大中最勝無上殊勝佛，以法太陽勝者賜加持，
止息魔鬼危害宿怨敵，願時常遍入日夜吉祥。

真實法性無上殊勝法，以正法真實甘露加持，
止息煩惱五毒燥熱敵，願時常遍入日夜吉祥。

僧伽功德寶威光照耀，以佛子真實利他加持，
遠離罪過增長善資糧，願時常遍入日夜吉祥。

在任何如法的最後，欲結束此
吉祥善業之祝禱，念誦：

享受不死長生之壽考，
聰明覺慧與分別智慧，
輪迴和涅槃任何富樂，
願其遍自然完成吉祥。

福德興盛如妙高須彌，
大名聲如虛空般遍佈，
願長壽無病任運利他，
獲得殊勝功德海吉祥。

願此處晝吉祥夜吉祥，
中午也吉祥，
願日夜經常吉祥，
願以三寶得吉祥！

唵 也達儿馬 嘿吐
Om yedharma hetu

乍巴瓦 嘿吞 帖散
prabhava hetun tesan

大他嘎托 哈雅 瓦德特
tathagato haya wadet

帖散札啲
tesantsayo

尼若達 埃彎 哇底 馬哈修惹馬那 梭哈
nirodha ewam vadi mahasramana svaha

念誦時，以撒花表吉祥。若喜歡的話，長壽儀軌的其他法本也提及：「在所有被放生的額頭上，作日月相，今後不斷命。」意為，若能以奶油在他們的額頭上，劃日月的形狀，象徵其生命會和日月等長。若能在一些犛牛群上按記「札西」（藏語 tashi，意謂吉祥）的白印，也會有吉祥幸運的好徵兆。所以，我們應當如此做。

再者，為了解救鳥類、野獸和魚類等的生命，若能封閉川原澤藪，並禁止漁獵，同時發菩提心，並且發願迴向，再配合煙供來做，就如同放生的功德一般，會有不可思議之福報。特別是你在做這些事的地區，必定會有吉祥的徵兆發生，譬如說天降甘露妙雨和農牧業興旺。聖龍樹著《寶鬘論》說：「請諸賢智者要時常在螻蛄巢穴的入口處，放置食物，水和清油，或成堆的糧食。」因此，施給螻蛄食物，施給魚類乾淨飼料，施給生病者藥物，施給孩童盛食，施給飛禽和窮者等飲食，都要懷著菩提心

誠心迴向和發願去做，若能如此，即可救死避亡，增福添財，成為究竟大菩提之因。這是一件容易做的工作，費力少而具足大功德。因此，諸智者應該從各方面，以此善巧方便，致力於修集資糧，累積福德。

為了饒益自他一切，向菩薩藏致敬。蔣揚欽哲旺波（1820-1892）從遍清淨的增上意樂引發而寫下。願此法對諸殊勝守持佛教者，足蓮百劫不變，願諸眾生從非時死的恐懼中解脫，並能迅速獲得怙主無量壽佛永生果位之因。恆時現吉祥！



終身奉行此放生之道的西藏佛教至高成就者和偉大上師恰達（Chadral）仁波切，授意其弟子耶喜措卓和桑給瑞吉將此經文翻譯成中文，廣為流傳，以利世人延壽增福德。本譯

文在佛海和洛本依喜嘉措的協助下於公元2005年春完成。

願以此功德迴向 大菩薩恰達仁波切及諸賢聖僧，蓮足永駐，法輪常轉。願諸眾生早日離苦得勝樂。🌸



供燈的功德



- 報恩 -

供燈的功德，無論在“顯教”的「經典」，以至“密乘”中之「密續」，都有詳盡的記載。可以說，供燈的功德不單超越一般人的預期，而且是「不可思議」的。為了令具信心的善緣人能夠廣種功德，現將「經續」之供燈的功德，簡述如下：

1. 《施燈功德經》中記載：“如是少燈奉施福因。所得果報福德之聚，唯佛能知。一切世間人天魔梵沙門婆羅門。乃至聲聞辟支佛等所不能知。如是然少燈明。所受福報不可得說。舍利弗。諸佛境界不可思議。唯有如來乃知此義。舍利弗。彼施燈者。所得福聚。無量無邊不可算數。唯有如來乃能了知。”
2. 上述經文的意思，清楚地說明，由於供燈的功德實在太不可思議，所能夠積聚的福報，其數量之巨，無法測量。供燈功德的奧妙之處，所引伸出來之境界，即使所有人、天人（指「神」）、以至聲聞辟支佛，都無法清楚理解及知道。只有佛的能力，才能夠理解其中的原理，以及奧妙之處。雖然我們未能理解其中的原理，但只要對佛所說的話，具足清淨的信心，不起任何懷疑，照著指示去做。不斷累積福報，以至將來有足夠的功德成佛，自然會明白的。
3. 《布施經》上記載：“布施燃燈之人將來天眼清淨，智慧明了。”
4. 《業報差別經》說：以恭敬心布施燈具，可得十種福德：
 - (1) 宛如明燈一般地照亮世間、
 - (2) 眼睛沒有疾病、



- (3) 容易證得天眼通、
 - (4) 有分辨善惡的智慧、
 - (5) 不會發生糊塗昏暗的事情、
 - (6) 不易受外在事務所障礙、
 - (7) 不會出生於幽暗昏庸之地、
 - (8) 有大福報、
 - (9) 命終升天（尤其升「忉利天」）、
 - (10) 速證涅槃
5. 在“密乘”的著名“密續”「加寧斯確 (Karling Zhi-khor)」中之「西藏度亡經」，亦說明供燈有如下之功德：
 - (1) 「中陰」險道供燈得光明：於「中陰」危險暗道之中，可以得到光明引領，永不受黑暗之苦。（「中陰」指人死後，在尚未投生前的一段過渡時期。）
 - (2) 無明昏惑冰消於智火：於「中陰」危險暗道之中，因為愚痴而引致之昏亂或沉迷於幻境之中，可獲得光明令迷亂及幻境消散，恢復理智及覺性。
 - (3) 幻翳迷亂慧炬得解脫：於「中陰」迷霧覆蓋，難辨方向之險道中，可得強光破除迷霧，並且因光明而顯現佛剎土。🌸

修心與修行 延續篇

業力不可思議

移喜泰賢 金剛上師
啤嗎哈尊 阿闍黎
主講



VCD 一盒三碟 國 / 粵語雙語

一般人都誤會「果報」的形成，是因為犯了「戒」。將「果報」與「戒」之間的關係曲解了。其實顯教的「戒律」，全部都是由釋迦牟尼佛所訂立。目的是規範不同層次的眾生及修行人，希望他們的行為不會引致某些果報，避免受到痛苦的折磨或阻礙修行的進度。而「因果業報」是一種自然力量、一種自然運作的「定律」，不受到判官，或者是早已訂立的人為規則所約束。要了解「因果業報」的運作原理，首先要對「業力」的產生過程及結構原理深入了解。若果能夠深入了解「業力」，此世間之大部份疑難與現象，以致佛法的一些深奧原理，都可以迎刃而解了。這一輯「業力不可思議」的解講，清楚地顯露了此等關鍵之所在。一些極之難以解答的問題，你都將會在這個特輯裏面，找到答案。例如，如果我不「受戒」，是不是犯了也不會有「果報」呢？如果我的行為，並未有超越釋迦牟尼佛所訂立「戒」的標準，這些行為，又是否永遠不會產生「果報」呢？釋迦牟尼佛成佛之後，又是否可以免除以往多生所種的「因果業報」呢？為什麼釋迦牟尼佛在成佛之後，仍然會生病呢？如果我因為「菩提心」，為了救人而殺人，會不會有「果報」呢？如果我不小心殺了生，不是有兇狠的心去謀殺，只是誤殺，會不會有「果報」呢？如果我殺的只是蟲蟻，只是為了清潔，會不會有「果報」呢？所有眾生的生命是否平等呢？殺人與殺畜牲，「果報」會不會有輕重之分呢？如果有，那麼生命豈不是有貴賤、大小、高等與低等之分嗎？釋迦牟尼佛不是說過，眾生一律平等的嗎？敦珠佛學會謹在此以至誠的心，恭謹與小心地，為閣下奉上答案。但願一切有情，皆能生起如佛的智慧，減輕或者避免不必要的「因果業報」，順利地往生佛國剎土。願善妙增長！🌸



編後語

佛教義理精深，實踐方法實用可行，但法門深廣，浩瀚如海，要略通門奧實非易事。故本會以深入淺出之內容，出版佛學 CD 及 VCD 結緣流通。同時編製《蓮花海》雙月刊，祈以誠懇之心，克盡綿力，使佛法精髓，得以流通普及。

捐助致贈紀念品

本會衷心希望 閣下支持出版《蓮花海》和各項弘法利生善業，發心訂閱、捐助，同種善因。現捐助三百元或以上者，本會將贈送經依怙主 夏札（威操）生紀多傑仁波車開光之「佛足印吉祥布」（28 寸寬 x33 寸高）一張作為紀念，數量有限，贈完即止。（本會為政府認可之「慈善團體」，捐款收據可作免稅憑證。）

免費索取紀念品

《蓮花海》初創，特別準備下列三項紀念品：

A. 依怙主 夏札（威操）生紀多傑仁波車開光之「時輪金剛」貼紙； B. 本會開光盛典 VCD； C. 由 松吉澤仁波切開示之「普賢上師言教筆記」（五加行）VCD，免費致贈與廣大讀者，與善信結緣紀念，先到先得，數量有限，送完即止，請於 2006 年 2 月 28 日 前填妥下表寄回本會。

付款方法：

- ☐ 劃線支票抬頭請寫「敦珠佛學會國際有限公司」，請填妥下表寄回「香港柴灣常安街 77 號發達中心 4/F」，本會將盡快處理。
- ☐ 銀行入帳（存款匯豐銀行戶口：004-579-2-006529），收據及表格可寄回本會或傳真至 3157 1144。電話：2558 3680



▲「時輪」即時間之輪，橫跨：過去、現在、未來，不定及不依「十二因緣」流轉。

「時輪金剛咒牌」以梵文書寫而成，用以防止時空凶曜、羅猴、地魔、仙人、毒龍、山神土地、人世魔、鬼怪、遊方神祇等之損害，可息滅種種違緣而不復生，是避凶趨吉的吉祥物。



▲依照佛陀成佛聖地——菩提伽耶「金剛座」旁之釋迦牟尼「佛足印」而製成之「佛足印吉祥布」，彌足珍貴。

助印功德、索取紀念品、訂閱及郵購表格

項目	事項	選擇	銀碼	合計
1	索取： A 「時輪金剛」貼紙 B 「開光盛典」VCD C 「五加行」VCD	☐ A ☐ B ☐ C		
2	助印《蓮花海》雙月刊	☐		
3	訂閱《蓮花海》雙月刊(本港)	☐ 一年(\$25)	___份 x ___元	
	一年海外郵資另加	☐ 國內、台灣、澳門(澳門只限平郵) ☐ 歐美各國等	☐ 平郵 \$25元 ☐ 空郵 \$80元 ☐ 平郵 \$35元 ☐ 空郵 \$120元	
4	捐助「敦珠佛學會」之弘法利生善業	☐		
5	郵購本會產品表格			
(1)		___中文版及___英文版	___ x ___元	
(2)		___中文版及___英文版	___ x ___元	
(3)		___中文版及___英文版	___ x ___元	

姓名 _____ 電話 _____

地址 _____

總額



༄། རྟོག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོ་དཔལ་རྒྱས་ཤིང་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

སྐྱེ་མ་དང་བཅོམ་ལྡན་འདས་མགོན་པོ་ཆོ་དཔལ་ཏུ་མེད་པ་ལ་
ཕུག་འཛལ་ལོ། གྲུབ་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དག་གི་དབང་ཕྱུག་གསལ་
པའི་ཞལ་ནས། བྱ་ཉི་དྲུག་སྐུ་མ་དང་། སྐུ་ལ་སྟགས་གསལ་བྱའི་ཕྱོགས་
གུར་རྣམས། རྟོག་བསྐྱེད་པ་ཡིས་འཕྲལ་དུ་ནི། ཆོ་བུང་པ་ཡང་ཆོ་རིང་འགྱུར།
ཞེས་གསུངས་པས་མཆོན་གསོད་པར་ངེས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་རྟོག་བསྐྱེད་པ་ནི་ཆོ་
སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་མདོ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ནས་གསུངས་ཤིང་རིག་པས་
ཀྱང་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་ཡང་ཕན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པའི་ཕྱིར་སྟོ་
གྲོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོག་བསྐྱེད་པ་བརྩོན་པ་ཆེས་ཆེར་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། ཇི་
ལ་སྤྱིར་སེམས་བསྐྱེད་བཟང་བོ་དང་ལྡན་པས་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་དུང་འགོ་གཙོ་
བོར་གྱུར་བ་རྣམས་ཀྱི་རྟོག་བསྐྱེད་ཞིང་། རང་གིས་བསམ་པ་དང་། གཞན་ལ་འཛོང་
བ་ལ་སྟགས་མི་བྱ་བར་རང་རང་གི་སྦྱོང་ལུལ་དུ་བདེ་བར་འཛོལ་བ་དང་། དེ་ལྟར་
བགྱིས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་བསྟོན་གྱིས་རྒྱས་གདབ་པ་ཙམ་བགྱིས་པས་སྐྱབས་ཀྱི་
དོན་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཆོ་ག་དམིགས་བསལ་མ་བྱས་ཀྱང་རུང་མོད། ཡུལ་དུས་སྟོན་
པ་དང་བསྐྱེད་ནས་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་སྟོན། སྤྱི་འགྱུར་གྱི་མན་དག་འགའ་ཞིག་
ལས་སྤང་མའི་རྟེན་དུ་འཛུགས་པ་སྟགས་གཞན་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ་བ་འཕེལ། བྱམ་
མོང་དུ་ཤིས་བཞེད་བསྟོན་ཙམ་སྟོན་ཏེ་བྱ་བར་འདོད་ན། ཆོ་འཕྲལ་རྒྱ་བ་དང་།
རྒྱ་བ་གང་ཡང་རུང་བའི་ཆོས་བརྒྱུད་ཉི་ལྔ་སྟོན་སྟགས་དུས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཁྱད་པར་ཅན་
འབྱུང་བ་དང་སྐྱབས་འགྲིགས་ན་བཟང་ཞིང་། ཆོ་རིང་བའི་དོན་དུ་གཙོ་བོར་བྱེད་ན་
བསྐྱེད་བྱའི་རྟོག་གཟའ་དར་བ་དང་འཕྲོད་སྦྱར་བཟང་པོ་འཛོམས་པའི་ཉི་ཤར་ལ་བྱ།
གང་ལྟར་ཡང་རྟོག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྣམས་མདུན་དུ་འཁོད་པ་ན། སངས་རྒྱས་

ཆོས་དང་ཆོག་གས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། བྱང་རྒྱབ་བར་དུ་
བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆི། བདག་གིས་སྤྱིན་སྟགས་བགྱིས་
པའི་བསོད་ནམས་གྱིས། འགོ་ལ་པན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་
འགྲུབ་པར་ཤོག ལན་གསུམ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་
བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག རྟོག་བསྐྱེད་
དང་སྐྱེག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག རྟོག་
བསྐྱེད་མེད་པའི་བདེ་བ་དམ་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་གྱུར་ཅིག
ཉི་རིང་ཆགས་སྤང་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་བྱང་སྟོན་ཆེན་
པོ་ལ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག ཅེས་ཆད་མེད་བཞི་བསྟོན། སྟོན་
སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆོན་དང་། གཟུངས་སྟགས་ཁྱད་པར་ཅན་མང་དུ་བཞེད་ན་
དུང་འགོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཐར་བའི་ས་བོན་ཐེབས་པ་སྟགས་པ་ན་ཡོན་ཆེ།
དེ་ཙམ་མི་རུས་ཀྱང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་མགོན་
པོ་འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་ཕུག་འཛལ་ལོ། བཅོམ་ལྡན་
འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་
རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་མགོན་པོ་མི་འབྲུགས་པ་ལ་ཕུག་
འཛལ་ལོ། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་
བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིན་ཆེན་
གཙུག་ཏྲར་ཅན་ལ་ཕུག་འཛལ་ལོ། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་
བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་



སངས་རྒྱུ་མཚན་ལེགས་པར་ཡོངས་བསྐྱགས་དཔལ་གྱི་
 རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་
 གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་
 རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཁྱེ་བ་དང་པུས་རབ་རྩ་བརྒྱན་པ་མཁས་
 པ་གཟི་བརྩིད་སྦྱ་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།
 བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་
 དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་གསེར་བཟང་དྲི་མེད་རིན་
 ཆེན་སྣང་བ་བརྟལ་ཞུགས་གྲུབ་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།
 བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་
 དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་སྤྱང་ན་མེད་མཆོག་དཔལ་
 ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
 དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཆོས་
 བསྐྱགས་རྒྱ་མཚོའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །བཅོམ་
 ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་
 པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཆོས་རྒྱ་མཚོ་མཆོག་གི་སྤྱོད་
 རྣམ་པར་རོལ་པས་མདོན་པར་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

[illegible]



བཞུགས་པའི་ཞལ་ནས་ཤིས་པ་བརྒྱུད་པའི་དབྱངས་སྒྲིན་
སྒྲིགས་ཤིང་མེ་རྒྱུག་གི་ཆར་ཆེན་པོ་ཕབ་པས་བདག་དང་སྒྲིན་
པའི་བདག་པོས་གཙོ་བོར་བྱས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོ་
བསོད་དཔལ་འབྱོར་ཡེ་ཤེས་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་
གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་དང་། དུད་འགྲོའི་སྐྱེས་གནས་སུ་
གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱང་གནས་སྐབས་དུས་མ་ཡིན་པར་འཆི་བའི་
འཛིགས་པ་ལས་ཐར་ཞིང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་
འོག་ཏུ་བདེ་བར་འཛོལ་དང་། མཐར་ཐུག་ཐར་བའི་ས་བོན་
རྒྱུད་ལ་སྒྲིན་ནས་སྐྱུར་དུ་བྱང་རྒྱུ་ཐོབ་པའི་སྐལ་བ་ཅན་དུ་
གྱུར་པར་བསམས་ལ། རྒྱལ་མཆོན་རྩེ་མོ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ར།
ལྷག་པར་ལྷ་ཡི་གཙུག་གི་རྒྱན་གྱུར་པའི། རྒྱལ་པོ་ལ་
དངོས་གྲུབ་མཆོག་སྤྲོལ་བ། དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་དམ་པའི་
བཀྲ་ཤིས་ཤོག། སྒྲིན་པ་སྒྲུ་མེད་སངས་རྒྱས་རིན་པོ་ཆེ།
སྐྱབས་པ་སྒྲུ་མེད་དམ་ཆོས་རིན་པོ་ཆེ། འབྲེན་པ་སྒྲུ་མེད་
དགེ་འདུན་རིན་པོ་ཆེ། རྒྱལ་པོ་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་
གྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། འཛིག་རྩེ་མོ་འབྲེན་པའི་གཙོ་བོ་ཆོ་
དཔག་མེད། དུས་མིན་འཆི་བ་མ་ལུས་འཛོམས་མཛད་པ།

མགོན་མེད་སྐུ་གསལ་གྱུར་བ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས། མགོན་
པོ་ཆོ་དཔག་མེད་ཀྱི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག། བཀྲ་ཤིས་གང་ཤེས་ཀྱི་
མཐར། སྒྲིན་པའི་སྐྱབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་
འཕགས། མི་ཡི་སེམས་སྒྲིན་པའི་སྐྱབས་རྟོགས་ཏེ། སྦྱིང་རྩེ་
ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། སྒྲིན་པ་མཐར་ཐིན་ཆོ་ཡང་
འཕེལ་བར་ཤོག། རྒྱལ་མཆོན་སྐྱབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་
ཡང་དག་འཕགས། མི་ཡི་སེང་གེ་རྒྱལ་མཆོན་སྐྱབས་
རྟོགས་ཏེ། སྦྱིང་རྩེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། རྒྱལ་
མཆོན་མཐར་ཐིན་ཆོ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། བཟོད་པའི་
སྐྱབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། མི་ཡི་སེང་
གེ་བཟོད་པའི་སྐྱབས་རྟོགས་ཏེ། སྦྱིང་རྩེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་
འཇུག་པ་ན། བཟོད་པ་མཐར་ཐིན་ཆོ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག།
བརྩོན་འགྲུས་སྐྱབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས།
མི་ཡི་སེང་གེ་བརྩོན་འགྲུས་སྐྱབས་རྟོགས་ཏེ། སྦྱིང་རྩེ་ཅན་
གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། བརྩོན་འགྲུས་མཐར་ཐིན་ཆོ་ཡང་
འཕེལ་བར་ཤོག། བསམ་གཏན་སྐྱབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་
ཡང་དག་འཕགས། མི་ཡི་སེང་གེ་བསམ་གཏན་སྐྱབས་
རྟོགས་ཏེ། སྦྱིང་རྩེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་འཇུག་པ་ན། བསམ་
གཏན་མཐར་ཐིན་ཆོ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག། ཤེས་རབ་
སྐྱབས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་འཕགས། མི་ཡི་སེང་
གེ་ཤེས་རབ་སྐྱབས་རྟོགས་ཏེ། སྦྱིང་རྩེ་ཅན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་
འཇུག་པ་ན། ཤེས་རབ་མཐར་ཐིན་ཆོ་ཡང་འཕེལ་བར་ཤོག།



ཡོ་ན་མོ་བླ་ག་མ་ཏེ། ཨ་པ་རི་མི་ཏ་ཡུ་ཡུ་ན་སུ་བི་ནི་ཕྱི་ཏ་
ཏེ་རྩ་རྩ་ཡ། ཏ་སྤྱ་ག་ཏུ་ཡ། ཨ་རྩ་ཏེ་ས་མྱེ་མྱེ་བུ་རྩ་ཡ། ཏ་
ཅ་སྤ། ཡོ་པུ་ཏེ་པུ་ཏེ། མ་ཏུ་པུ་ཏེ། ཨ་པ་རི་མི་ཏ་པུ་ཏེ། ཨ་
པ་རི་མི་ཏ་པུ་ཏེ་རྩ་ཏེ་ས་མྱེ་ཏེ་པུ་ཏེ་པུ་ཏེ་པུ་ཏེ། ཡོ་ས་མྱེ་སྤྱི་ར་པ་རི་
པུ་ཏེ་རྩ་ཏེ་ག་ག་ན་ས་མྱེ་ཏེ་ས་མྱེ་མ་བི་པུ་ཏེ་མ་ཏུ་ན་ཡ་པ་
རི་མ་རི་སྤྱི་ཏུ། ཅི་རུས་བཟུངས་ཞིང་མེ་རྒྱ་འཕྲོ་དེ་ལྟར་བཞུགས་
པའི་དགེ་བའི་རྩ་བས་མཚན་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་
དགེ་བའི་རྩ་བས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་ཞིང་འཛིག་
རྟེན་དུ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བ་དང་། བསྟན་འཛིན་
ཀྱི་སྤྱི་བཟུངས་པ་རྣམས་ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་ཕྱིན་ལས་
རྒྱུ་པ་དང་། རང་དང་སྤྱི་བཟུངས་གིས་གཙོ་བོ་བྱས་པའི་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆོ་བསོད་དཔལ་འབྱུང་ཡེ་ཤེས་
འཕེལ་བ་དང་། དུད་འགོ་རྣམས་ཀྱང་འཁོར་བ་དང་རན་
སོང་གི་འཛིགས་པ་ལས་གོལ་ནས་བྱང་རྩ་བ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱུར་
དུ་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག་སྤྱི་བཟུངས་ཀྱི་ཆོ་དཔལ་ཀྱི་ཆེ་བ་ལས་
ཡེ་ཤེས་སྤྱི་བོ་ཀུན། །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་རྫོགས་ཤིང་
བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི། །དམ་པ་སྤྱི་གཉིས་
ཐོབ་པར་ཤོག །བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་
གཟིགས་པ་ཉིད། །ཐོབ་ནས་ཉིས་པའི་དབྱ་རྣམས་པམ་བྱས་
ཤིང་། །སྤྱི་ཆ་ན་འཆིའི་ཆ་རྒྱོང་འབྱུགས་པ་ཡི། །སྤྱི་པའི་
མཚོ་ལས་འགོ་བ་སྤྱོད་པར་ཤོག །གང་དུ་སྤྱི་པའི་ཆོ་
རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ནམ་ཡང་

མི་འབྲལ་ཞིང་། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་རྒྱུན་དུ་མཆོད་པ་
དང་། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་འཇུག་པར་ཤོག
བྱང་རྩ་བ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། །མ་སྤྱིས་པ་རྣམས་སྤྱི་
རྒྱུར་ཅིག །སྤྱི་པ་རྣམས་པ་མེད་པ་དང་། །གོང་ནས་གོང་
དུ་འཕེལ་བར་ཤོག །ཕན་བདེ་འབྱུང་བའི་གནས་གཅིག་པུ།
བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། །བསྟན་པ་འཛིན་པའི་
སྤྱི་བཟུངས། །སྤྱི་ཆོ་རྒྱལ་མཚན་བརྟན་རྒྱུར་ཅིག
འཛིག་རྟེན་བདེ་ཞིང་ལོ་ལེགས་དང་། །འབྱུ་རྣམས་འཕེལ་
ཞིང་ཕྱགས་འཕེལ་བ། །བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་
གནས། །ཡིད་ལ་འདོད་པ་ཀུན་འགྱུར་ཤོག །གཞན་ཡང་སྤྱི་
བ་འདི་ཉིད་དུ། །མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀུན་ཞི་བ་དང་། །ཆོ་རིང་
ནད་མེད་ཕུན་སུམ་ཆོགས། །གཏན་དུ་བདེ་བ་ཐོབ་པར་ཤོག
བསོད་ནམས་སྟོབས་ཆེན་འདི་ཡི་མཐུས། །སྤྱི་བཟུངས་
འཁོར་དང་བཅས་རྣམས་ཀྱི། །ཆོ་འདིར་བསམ་པའི་དོན་
འགྱུར་ཅིང་། །བར་ཆད་ཞི་ནས་བཀྲ་ཤིས་པར། །བསམ་པ་
ཆོས་བཞིན་འགྱུར་པར་ཤོག །ཅེས་སོགས་བསྟོན་པ་ཤེས་དང་།
ཆོ་བའི་ཆོ་མཆོག་སྟོན་མཆོག་སྤྱི་ན་མེད། །ཆོས་ཀྱི་ཉི་མ་
རྒྱལ་བའི་བྱིན་རྒྱལ་ཀྱིས། །བདུད་དང་བགོགས་རིགས་
གཞོད་པའི་དབྱ་ཞི་སྟེ། །རྟག་ཏུ་དཔལ་གནས་ཉིན་མཚན་
བཀྲ་ཤིས་ཤོག །ཆོས་ཉིད་བདེན་པའི་ཆོས་མཆོག་སྤྱི་ན་མེད།
དམ་ཆོས་བདུད་ཅི་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱལ་ཀྱིས། །ཉོན་མོངས་
དུག་ལྷས་གཏུང་བའི་དབྱ་ཞི་སྟེ། །རྟག་ཏུ་དཔལ་གནས་ཉིན་



མཚན་བཟུངས་ཤིང་། དག་འདུན་ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་དཔལ་
འབར་བ། །རྒྱུ་སྤྱོད་པའི་མཚན་པའི་བྱིན་ཆེན་པོ་
ཀྱིས། །ཉིས་པའི་སྤྱོད་བྱེད་དག་ཆོག་སྤྱོད་པའི་འཕེལ་
རྒྱ་ཏུ་དཔལ་གནས་ཉིན་མཚན་བཟུངས་ཤིང་། སྤྱོད་བྱེད་
ཤིང་ཀྱི་ཆོག་སྤྱོད་གང་ཡང་རུང་བའི་མཐར། །འཆི་མེད་ཆོ་ལི་
དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །རིག་པའི་སྤྱོད་དང་རྣམ་དབྱེད་
ཤིང་རབ་དང་། །སྤྱོད་དང་ཞི་བའི་དཔལ་འབྱོར་གང་ལགས་
པ། །དེ་ཀྱན་ལྷན་གྱིས་འབྲུག་པའི་བཟུངས་ཤིང་། །བསོད་
ནམས་དང་རྒྱུ་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་བཞིན། །སྤྱོད་བྱེད་ཆོག་
པོ་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་བྱེད། །ཆོ་རིང་ནད་མེད་གཞན་དོན་
ལྷན་འབྲུག་པའི། །ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཚན་གྱི་བཟུངས་
ཤིང་། །གནས་འདིར་ཉིན་མོ་བདེ་ལགས་མཚན་བདེ་ལགས།
ཉིན་མའི་གུང་ཡང་བདེ་ལགས་ཤིང་། ཉིན་མཚན་རྒྱ་ཏུ་
བདེ་ལགས་པའི། །དགོན་མཚན་གསུམ་གྱིས་བཟུངས་
ཤིང་། །ཨོ་ཡེ་ལྷ་ལྷ་ཉི་ཏུ་པ་ལྷ་ལྷ་ཉི་ཏུ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་
དེ། ཉི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་
ཞེས་བཞུགས་པ་མེ་རྒྱ་འཕྲོད་བས་བདེ་ལགས་སུ་བྱ། །སྤྱོད་ཆོ་སྤྱོད་ཀྱི་
གཞུང་གཞན་ལས། ཅི་འབྱོར་སྤྱོད་བཟུངས་པའི་དཔལ་བཟུངས། ཉི་ཆེན་
རྒྱུ་གང་བདེ་ལྷན་སྤྱོད་མི་གཅོད། ཅིས་འབྱུང་བ་ལྷན་བཟུངས་པ་རྣམས་
ཀྱི་དཔལ་བར་མར་ཀྱི་ཉི་ཆེན་གཞུགས་འབྲེལ་ཆོ་ཉི་ཆེན་དང་མཉམ་པའི་རྟེན་
འབྲེལ་དུ་བཞུགས། རྟེན་ལྷན་དཀར་མཚན་ཅན་ལྷ་བྱེད་ལྷ་བྱེད་འགའ་རེ་
ལ་མིང་བཟུངས་པར་བཞུགས་པའང་བཟུངས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བཞུགས་

པས་དེ་ལྷན་བྱེད། །གཞན་ཡང་བྱེད་དེ་དྲུགས་དང་ཉི་ཤོགས་ཀྱི་སྤྱོད་
བཟུངས་པའི་སྤྱོད་དུ་རི་རྒྱུང་རྒྱ་བཟུངས་པ་ན། གོང་དུ་བཞུགས་པ་ལྷན་སེམས་
བསྐྱེད་དང་བསྤྱོད་ཀྱི་ཉི་ཆེན་ཟེན་པ་དང་། །ལྷ་བསའ་སྤོགས་དང་འབྲེལ་
བར་བྱས་པས་སྤྱོད་འཆི་བ་བསྐྱེད་པའི་མཚན་པའི་ཡོན་ཏན་པའི་ཀྱིས་མི་བྱེད།
ལྷན་པར་དུ་ཡུལ་སྤོགས་དེར་ཆར་རྒྱུ་འབྲེལ་ཤིང་མོ་སྤོགས་ལེགས་པ་
སྤོགས་བཟུངས་པའི་དག་མཚན་དུ་མ་འབྱུང་བ་དང་། །འཕགས་པ་ལྷན་སྤྱོད་
ཀྱིས་རིན་ཆེན་ཐོང་བ་ལས། གྲོག་སྤྱོད་ཆར་གྱི་སྤྱོད་དག་ཏུ། ཟན་དང་རྒྱ་དང་
འབྲེལ་དང་། །འབྲེལ་ལྷན་པོ་རྒྱ་པར་ནི། །ཐུགས་བརྟན་མི་རྣམས་
བཞུད་དུ་གསོལ། །ཞེས་སྤོགས་གསུངས་པ་ལྷན་སྤོགས་ཆོག་ཆོག་མ་ལ་
ཟས་སྤྱོད་པ་དང་། ཉི་ལ་ཟན་གཅོང་མ་སྤྱོད་པ་དང་། རྟན་པ་ལ་སྤྱོད་དང་།
བྱིས་པ་ལ་སྤྱོད་མོ་དང་། །འདབ་ཆོགས་དང་དབྱེལ་པོངས་ལ་ཟས་སྤྱོད་སྤྱོད་
པ་སྤོགས་ཀྱང་བྱེད་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། །བསྤྱོད་སྤྱོད་དག་པའི་ཐབས་ཀྱིས་
ཟེན་ན་འཆི་བ་བསྐྱེད་པ་དང་། །འབྱོར་བ་སྤོགས་པ་དང་། མཐར་ཐུག་བྱེད་ཆུབ་
ཆེན་པོའི་རྒྱུར་འབྱུར་བ་སྤོགས་བྱེད་ཆོགས་རྒྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་
པ་ཡོན་པས་སྤྱོད་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་ནས་ཆོགས་གསོག་པའི་ཐབས་
མཁས་ལ་བཅོམ་པར་བྱེད། །ཞེས་པའང་རང་གཞན་རྣམས་ལ་པན་པའི་དོན་
དུ་བྱེད་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་ལ་གུས་པ་འཇམ་དབྱངས་མཁའ་བཞུགས་པའི་
དབང་པོས་ལྷན་པའི་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་པའི་བྱིས་
པ་འདིས་ཀྱང་བསྐྱེད་འཇོག་མཚན་རྣམས་ཞབས་པད་བསྐྱེད་བྱེད་ཆུབ་པར་
ཅིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དུས་མིན་འཆི་བའི་འཇིགས་པ་ལས་ཐར་ནས་
མགོན་པོ་ཆོ་དཔལ་ཏུ་མེད་པའི་གོ་འཕང་སྤྱོད་དུ་ཐོབ་པའི་རྒྱུར་རྒྱུར་ཅིག།
སུའདྲུལ་ལྷོ། །