

མཆོད་པ།

Lake of Lotus

Bimonthly

Issue 2 March 2006

莲 花 海

双月刊

第二期 二零零六年三月

(逢单月初出版)

智慧的修行方向

敦珠法王之「四胜祈愿文」

生与死的能量连线

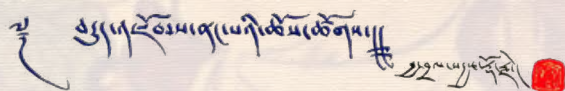
ISSN 1816-8019 01



9 771816 801006

\$5

西藏桑耶寺金顶



Dudjom Buddhist Association (International)

主讲者：移喜泰贤金刚上师
啤吗哈尊阿阇梨
粤语主讲

时间

第一会	2006年4月22日	晚上7:30pm
第二会	2006年5月6日	晚上7:30pm
第三会	2006年5月20日	晚上7:30pm

地点：香港柴湾常安街77号发达中心4/F（本会会址）
电话：2558 3680

费用全免，欢迎随缘参加。

自古以来，人类对死亡之后的世界，都是一无所知，或者所知有限。根据藏传佛教的经续开示，死后的世界不单只存在，而且是极之重要的命运转捩点。稍一不慎，都会被困、被折磨数十年，以至数千亿年以上。若果能够了解其中的变化，甚至掌握其中的变化，命运可以转向美好、快乐，甚至永远脱离困扰。生命的意义与智慧，就在于能否在生前，了解并且学习掌握其中的变化。透过这些了解与学习，生命变得有方向、充满光采、拥有希望、活得充实。这就是生命的真正意义与智慧。欢迎各界人士参加讲座，探索以至掌握生命的真正意义与智慧。



2006年3月

目 录

按标题可到内文

中文版：

祖师传记：莲师八变(一)	移喜泰贤	2-4
智慧的运用：智慧的修行方向(二)	啤吗哈尊	5-9
圣地巡礼：桑耶寺	文：移喜泰贤上师 及 弟子 吐登罗著	10-18
生死的奥秘：濒死体验的意义(二)	啤吗哈尊	19-24
敦珠法王之「四胜祈愿文」	再传弟子移喜泰贤 及 啤吗哈尊恭译	25-31
编后语		32
莲花海广告		33
敦珠佛学会出品资料		34
供灯表格		35
清明除障法会		36
如意宝树		37
观音诞海上放生		38

藏文版：

༄༅། རང་སྐྱོན་ངོ་ཤེས་སྐྱབས་ཡུལ་རྗེས་བྱོལ་གསོལ་འདེབས་	39-44
ནོར་མ་བཤགས་སློན་ལམ་ཡང་དག་སྒྲུང་དོར་	
གསོལ་འདེབས་ཡོད།	

莲花海 Lake of Lotus

2006 All Rights Reserved

ISSN 1816-8019

出版人及版权拥有者 敦珠佛学会国际有限公司

Publisher & Copyright Owner : Dudjom Buddhist Association International Limited

地址：香港柴湾常安街77号发达中心4字楼 Address : 4/F, Federal Centre, 77 Sheung On St., Chaiwan, HK.

电话 Tel : (852) 2558 3680

传真 Fax : (852) 3157 1144

电邮 Email : info@dudjomba.org.hk

网址 URL : http://www.dudjomba.org.hk

本刊内容每篇文章之文责自负。本刊文章内容纯属作者意见，并不代表本刊及本会立场。本会有权拒绝或修改任何文章。

本刊受国际及地区版权法例保障，未经出版人书面允许，任何图文不得全部或局部转载、翻译或重印。

All Right 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.



莲师八变(一) --- 海生金刚



移喜泰贤



「海生金刚」名号的由来

藏传佛教的始祖莲花生大士，简称莲师，被尊称为**当代第二佛**，出生于古印度之西北面，称为**邬金**(Orgyen，又名**邬仗那**Oddiyana，即现今之Swat Valley，乃阿富汗与巴基斯坦交界处)的一个地方。莲师逗留人间的千馀年中，分别在八种不同的时期及情况下，以八种不同的形相弘扬佛法，世称「**莲师八变**」。连同「主相状」，莲师一共以九种不同的相状及方式弘扬**〔九乘教法〕**。



海生金刚之一

第一相状名为「**海生金刚**」，是莲师降诞人间时所示现的相状。莲师选择**邬金**为降临的地点，据「**密乘经续**」所述，因为**邬金**是**释迦牟尼佛**在晚年时，曾亲自前往加持及授记的圣地。在《**大悲空智教王经**》中，**释迦牟尼佛**向**金刚藏菩萨**授记**邬金**是殊胜清淨的修行之地。

在《**成就法鬘**》、《**大方等大集月藏经**》、《**孔雀明王经**》等亦有同样的记载。结果此地后来孕育出很多大成就者，亦成为「空行母」(对“密乘”女修行人的尊称，包括人、天人等)的集散地。

邬金的国土，周延五千馀里，拥有五个大城池，首都设于**蒙揭厘**(Mungali)。**邬金**的王族，源自**释迦族**。其国王**因渣菩提**(King Indrabhuti)，意即「帝释之力」，乐善好施，可惜眼瞎兼膝下无

儿。曾经育有一名小太子，却惨受丧子之痛，被称为「**无眼巨富王**」。国王为求再得儿子，做了许多卜筮、算命、祈福等活动。并且诏令佛教的五百零一名大学者、五百零一名外教者，合共一千零二人进行求子祈福及祭祀天神，希望后继有人。适逢当时



国王 因渣菩提

发生大饥荒，饿死很多人。**因渣菩提**伤心落泪，心中产生至深的哀痛。在国师**阿赛仙人**的规劝下，决定努力修行佛法。在四月十五日，广设大供养，供奉「佛、法、僧」三宝，并且亲自诵读《**宝云经**》及《**法云经**》。反覆诵读二十一遍之后，心中开始产生智慧与慈悲，决定对众生进行广大的布施，并且发愿将所有的财富布施。

大约在六月，正当国王不断举行大型布施之际，一名大臣**兹拉尊**，跟据村民的带引，在一个长有**乌东哇拉花**(莲花的一种，十二年开花一次，树干高大且粗)，名为**陀曩俱舍海**(又名**达那郭夏海**Lake Danakosha)的洁淨湖上，发现一位庄严端丽、相貌非凡的八岁孩童，坐在一朵八瓣莲花之上。他想抱起献给并无儿女的国王，但又担心国王并不相信这种异象，于是决定先行禀告，再由国王自己决定是否前来迎接。

当他回宫之时，始知国王因为散尽国库所有金钱**布施**，不单国家贫困，前来要求布施的民众有增无减，并且不断鼓噪，质问国王为什么停止布施。国王正为此事烦恼不堪，召集所有大臣，研究开

拓财源，安抚民众的大计，却又无计可施。大臣兹拉尊因此不敢向国王禀报有关在莲花中出生幼儿之事。

在要求布施的民众之中，有一位具德圣人阿赛那，帶著六名弟子求见国王。阿赛那对国王指引说：「你必须履行布施的诺言，布施给我们，否则将会前功尽废，所有愿望都将会无法达成。你若果想在短时间内得到财富，必须到海上寻宝。如果你能够布施给我们，你的愿望，将会全部达成。」

国王观察阿赛那，觉得他的言行，是一位具有智慧的圣者，于是迎请入宫供养。此举却引起一些以佛教为名，求供养尊重的一些修行人及大学者的极度不满与妒忌，群起制造谣言，甚至修邪法围攻，引致国家动盪不安，人心惶惶。

国王为解当前危急，不顾自身安全，决定出海寻宝。在出海前大肆宣传，要求民众忍耐，他将会竭尽力量，出海为国家谋求幸福财富。在全国通力合作之下，一艘楼高三层，建造力尽坚固的宏伟大船，得以快速地完成，并且感召到一位知道宝藏所在处，拥有丰富航海经验的老人全力协助。民众的积怨、谣言带来的伤害，都因为国王以身犯险的诚恳行动所感动而被化解。



阿弥陀佛（无量光佛）

历尽无数的艰险，在老人的带领下，来到一群小岛之上。岛上堆满象山丘一般高的金银财宝。在老人的进一步指引下，国王到岛上的一个城堡，求见一位传说中的龙王之女贝丽。这位美艳非凡，全身发放蓝色光芒的美少女，向国王说：「在你来到之前，诸佛与护法已经向我指示，必须全力协助你，因为你将会令佛法中的“密法”，得以大力弘扬。你的愿望，能否达成，仍然视乎你的菩提心是否坚固。」龙女将一颗「如意宝珠」、无数的珍宝、佛门法器送给国王。

国王带著各式珍宝回航，途中向「如意宝珠」祈愿，会以所得之一切珍宝，布施众生，不会用来满足个人的愿望，并且向「如意宝珠」三顶礼。「如意宝珠」忽然发放出万千光芒，钻入他的左眼，令国王的左眼复明。

在回航途中，国王见到在菩提伽耶与邬金接壤的达那郭夏海里，有一处长满莲花的地方。湖中小岛有很多黄鹅、白鹤、珍禽，非常美丽。大臣兹拉尊立刻向国王禀报有关在莲花中出生幼儿之事。国王不禁惊讶昨夜所做的奇异梦境，见到空中有一支黄金制成的九股金刚杵，忽然下坠落入他的手中，当时感觉心中有如旭日初升，必定是一个预兆。国王觉得这幼儿一定是诸佛赐给他的，于是决心收养这名幼儿，希望未来可以将王国交给他。

国王与大臣兹拉尊划著小舟来到莲花旁，见到一位八岁孩童，肤色闪闪生光，晶莹剔透。国王问道：“奇妙的小孩啊！你的父母是谁呢？你是什么地方的人呢？你的种姓是什么呢？你在莲花内依靠什么维生呢？你每天在做什么呢？”

孩子答道：“「持明」智慧是我的父亲；「空性」是我的母亲；我的故乡是「法界」；我的姓氏是「持明」与「法界」两者合一的种姓；我每天以「根本」与「后得」两种「现观」及「现觉」的智慧为食物；我每天都在做消除心中烦恼的事情。”

国王被这段说话感动得流下泪来，忽然之间，菩提心与觉悟的智慧悠然生起，右眼立刻复明，双目从此再见天日之光辉。大臣兹拉尊目睹此等奇迹，被感动得难以自持，不禁大声称道：“你是大海生出的「金刚持」啊！”。“海生金刚”（Guru Tsokyi Dorje）从此成为此幼童的名号。

跟据无数的「密乘经续」及敦珠法王之《西藏古代佛教史》所记载，莲师的降诞是由阿弥陀



本师释迦牟尼佛

佛的「意」，化出用黄金制成的金刚杵，于金刚杵之杆脐中有一个ཁྲི་(「些」)字，从此字化现幼儿于莲花之上。此幼儿具三十二种圆满相状，八十种随形好，右手持著金刚杵，左手拿著莲花。附近之勇父、空行母(「密乘」对男及女性修行人的尊称，此处指「天界」的「密乘」修行人)，均向幼儿传授「显教」及「密乘」的甚深教法。所以此幼儿由化现于莲花之上开始，直至因渣菩提国王前往迎接前，已经一直处于修行状态。



未来的预兆



千手千眼观世音菩萨

海生金刚被迎回王宫的途中，所有在小岛上生长的野鹅、野鹤、飞鸟都紧跟著他的座驾前行。有些飞附他的身上、有些在空中嬉戏互啄、有些发出凶猛的鸣叫。在海边有一位白发老翁在垂钓，钓上来的鱼正在痛苦的挣扎著。

海生金刚的悟性极高，了解此番境象的预兆是“人世间的生生死死，好象一场互相追逐互啄的游戏，将来有些众生会跟随我的教法修行，有些会因为不理解这些教法而怒吼毁谤。白发老翁就象国王，希望寻得继承王位的人，不会脱离他的钩。我就好比一条上钩的鱼儿，被世俗的王位与世法纠缠，难以继续修行。”

跟著海生金刚见到一只乌鸦正在追赶一只野鸡，野鸡钻入尖刺的荆棘丛中躲避，乌鸦也钻入其中追赶。最后野鸡成功地从荆棘丛中逃脱。海生金刚了悟到“荆棘丛就是王位，乌鸦代表国王，野鸡正是自己。将来他必定会放弃王位。”

再向前走，海生金刚见到一座茅屋里的居士夫妇，因为儿子杀死老鼠，伤害生命，将儿子赶出

门外以示惩罚。海生金刚了悟到“他将来会破坏王法，被国王逐出宫外。”



「密乘教法」盛行于世的由来

国王因渣菩提封海生金刚为太子，赐名莲花生(Padmakara)

。并且举行大型供养法会，向「如意宝珠」许下宏愿，愿以珍宝救济贫苦，兴盛国家。求赐国势兴盛、库房充足、修行成就圆满。此后果然在各地不断发现宝藏，令国库用之不尽。最奇妙的是，很多密乘教法，例如《玛哈瑜伽》「生起次第」的十八种秘密修行仪轨(「仪轨」即现今之「课本」)，及《阿努瑜伽》「圆满次第」的「空性」训练仪轨，以至种种显密经典，都纷纷从空中降下王宫，或者被呈献入宫。在达那郭夏海的行宫，更降下《阿的瑜伽》「大圆满」等直接对「心」作出训练的仪轨。



海生金刚之二

这些教法的出现，不单为配合莲师的诞生及日后修行训练而下降，亦为流传世间作救度的快速法门铺路。跟据「密乘经续」的记载，阿弥陀佛代表一切诸佛的「语」密，是一切佛的「语金刚」。配合释迦牟尼佛的授记，所以莲师是由释迦牟尼佛的「身」、阿弥陀佛的「语」、观音菩萨的「意」，三者共同幻化而成。为的是将「显教」及「密乘」教法，以九种程度及方法传授世间，世称「九乘教法」。从此时期开始，因为莲师的出现，“密乘”教法开始盛行于世。(详情请参看「莲花海」第一期之「莲花生大士简介」)。

于「敦珠新宝藏」传承系统的教法中，「海生金刚」是属于三根本「上师、本尊、空行」中之「上师」相应的教法。

下一期之「莲花海」，将会继续为大家介绍「莲师八变」。在此祝愿各位都能够得到莲师的加持，受益于他的教法。愿善妙增长！

智慧的修行方向(二)

啤吗哈尊

成功与失败的关键

智慧与成功的要素是「多思考」，思考与行动的要素是「方向与速度」，而行动的成功与失败，则取决于是否有因应当时的环境及条件，作出「智慧的“取与舍”」。亦即是说，「思考」的范畴必须包括配合当时的环境及条件，而且要随时停下来，思考**行动的数量、持续的时间、效能的评估**等，作出去芜存菁的筛选，将阻滞行动速度兼不太重要的事情放弃，作出「智慧的“取与舍”」。

「思考」的范畴要**广而精**；「思考」的速度要**比行动更快**；「思考」的时间性是**行动前、行动中、随时**；那么「思考」的方向，又是什么呢？

以上所述的所有要素及方向，都离不开一样极之重要的东西，就是「目标」。这个「目标」，亦是成功与失败的关键。错误地定下「目标」，或者设定「目标」时的方法不够精确，即使到最后能够成功地达到目标，但细心一想，你会发现你浪费

了很多资源，甚至是宝贵的一生。**既是一项「目标」的成功，亦是你一生的失败**。很矛盾，也很讽刺。所以「目标」的订定，比以上所述的一切要素更重要，而且必须排头位，优先处理。

设定「目标」的好处有很多。「目标」可以凝聚你一生的专注力，令你感觉生存的意义；「目标」可以激起你的斗志与决心，令你的生命充满能量；「目标」可以击破你的迷惘，令你的生命涌现方向感；「目标」可以鼓舞你的勇气，令你无坚不摧地冲破一切障碍、克服一切畏惧；「目标」可以突显你的强弱点，令你知所取舍；「目标」可以刺激你的思考，令你的智慧得以提升；「目标」可以鞭策你的惰性，令你充满朝气地努力向前，持续不断；「目标」是充满理想的蓝图，让你可以按图索骥地制订一切计划与步骤；「目标」是一切思考及行动的中心点，让你有所依据而不会偏离正确的方向；「目标」是寻找捷径的依据，任何距离目标最近的可行路径，就是通向成功的高速公路；「目标」是一切突变的稳定剂，无论环境与条件产生任何变化，只要环绕「目标」制订应变措施，都不会扰乱阵脚。所以**「目标」是英明果断的根，令你掌握解决难题的路径，不再犹疑，迅速行动**。

所有历史上的伟人，以至现今的成功人

士，都有一个共同的特性，就是每做任何一件事情，都有一个明确的「目标」。所以出自他们的计划，一定是早作步署、「目标」清晰明确、行动迅速、成功率极高。「目标」是「因」，「成功」是「果」。可以说，**成功的道路是由「目标」铺成的。**

没有「目标」的人，通常都是失败者。即使勤劳一生，却一事无成。处事毫无计划，人生充满迷乱。遇到突变时手足无措，不堪一击。浑浑噩噩地空过一生。



「到死亡的一刻，方始觉醒一生的空盪。

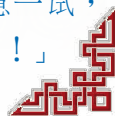
走到生命的尽头，始知无奈的悔恨。

生前无知，目标错订。

死后方知自然规律之无情，不由自主，
境况凄凉！

时光苦无倒流时，
若果如今尚未走到尽头日，

你又会否愿意一试，
寻找生命的意义！」



「目标」的订定

既然「目标」的重要性与影响的范围是如此的深广，那么它的订定，就必须万分小心了。否则「一步棋差，满盘皆输」。要订立「目标」，必须先了解自己的喜好、能力与理想。喜好的强弱，影响你对追求「目标」的持久性。能力亦是订立「目标」的重要因素。若果「目标」与能力相距太远，达至成功的时间必然会拖长。这种情况，必须有极强大的理想作为后盾的支持。否则即使是轻微的创伤，亦足以令你放弃「目标」。太多的放弃，与毫无「目标」的人一样，都是注定的失败者。所以「目标」的订定，无论是大与小，都必须将喜好、能力与理想，纳入重要的考虑范围之内。「理想」与

「生命的意义」，最好是关联的、相通的。否则倾注一生的精力，到最后方知只是一场毫无意义的游戏。你将会赢得一场游戏成功，但却输掉一生的意义。无数的遗憾个案，都是在这种错订「目标」，差之毫厘，谬之千里，的情况下发生的。喜好、能力与理想，都是来自个人内在的动力与认知，是一切「目标」的主人翁，亦是订立「目标」的「主因」。

较次要的考虑范围，是你亲友间的支持度或反对度与及环境的助力或阻力。较次要的原因是因为这些都只是来自外在的因素，并非内在的。若果外在的因素可以举足轻重地影响「目标」的订立，你将会是随波逐流的影子，自动放弃或失败的机会率极高。这种毫无意义的「目标」，不订立也没有什么大不了。如果是来自喜

好、能力与理想所共同订立的「目标」，即使是经历一番奋斗后失败，却赢得了「已尽全力，无愧今生」的生命意义。表面看来是失败者，其实是值得世人歌颂的真正成功者。比真的成功，更多一层令人尊敬的意义。这就是生命的真正意义。



智慧第一之法王子文殊师利菩萨

伟大的发明家爱迪生，在经历2000次失败后，终于发明了令电灯泡可以发光的「钨丝」。接受访问时，被问及2000次失败的感受时，他认真地答道：「我获得了2000

次的成功，成功地证明及知道有2000种物质并不适合做电灯泡的发热线。」这种订定「目标」、达到「目标」、与及界定成功定义的智慧，成为令他步上成功之路的重要因素。

若果将这些智慧，套用在「修行」之上，成功是必然的。但「修行」之上，必须先确立「



法王子文殊师利菩萨手持智慧剑

目标」。有很多修行人，对「修行目标」的确立，是模糊不清的，似是而非的。有些是为了求心安、求福、求寿、求财、求权、求平安、求健康、求儿女好、求配偶好……。用「求」这个字眼，因为所希望得到的一切，都离不开自己的个人欲望，并且觉得自己的能力弱，想向外力求助。这种「目标」都建立在错误的修行方向之上，与佛法的「人生是苦的、变幻无常的，必须放弃欲望的追求、必须用修行之力摆脱痛苦」等等方向与真理，有著不可并存的矛盾。所以这种「目标」的失败率是极高的，并不持久。若果初入佛门，以此等欲求为引线，再慢慢地修改「目标」，将矛盾融入真正的佛法，摆脱欲求的束缚，处俗世于「心安神清」，修行的持久力将会加强，成功率亦将会提高。欲望是无止境的，以达成欲望为修行的「目标」，无止境的失败，也是必然的。这是一加一等于二的简单道理。

没有欲求的修行动力，来自何处呢？岂不是更加不持久吗？究竟修行的「目标」，是根据

什么而确立的呢？修行的「目标」有短暂的、长远的、彻底的、不彻底的。想要修行成功，必须先确立一个与自己的喜好、能力及理想接近的修行「目标」，这是一种非常重要而且智慧的修行方向。

修行的「目标」，跟据短暂的、长远的、彻底的、不彻底的「目标」，可以分为多种层次：

短暂的「目标」

1. **心灵的安慰**：佛法以慈悲为本，为了令失意的、正身处逆境的痛苦心灵得到喘息的空间，总会象其他宗教一样，引导信众向诸佛菩萨祈祷。祈祷的目标是希望得到佛力的加持，令困难得以解决，心灵得以从惶恐不安的状态中脱离，进入充满希望的稳定状态。通过向佛象祈祷、礼拜、诵经等仪式，将精神力量加强。这种修行方式无须懂得太多的佛法道理，只要充满信心就可以了，所以适合普罗大众。大部份宗教的修行方法与方式，都可以达到这个「目标」。但现实是「因果不灭」，逆境仍然不断出现。单靠微弱的、片面理解的精神力量，即使是现世的信念，都不足以维持巩固，又怎样可以勘破死时的迷乱、抗衡自然规律的「因果」法则，投生好的地方或净土呢？无论是何种宗教、佛教任何宗派的修行，若果并无严谨的精神训练，引致修行者的「心力」与「定力」不足，成功投生好的地方或净土的机会率将会极低。单以心灵安慰为「目标」的修行方向，都是短暂的。大部份的人，一旦遇上冲击，信念就会崩溃。

不彻底的「目标」

2. **投生人或天界**：大部份的现今宗教，其修行都只著重广种善因、关怀社群。其重点是令现世的人及自己，活得更快乐。只注重福德的增加，心灵的充实，即使做足一百分，最高成就亦只是现世的心安、来世

投生到人或天界。跟据释迦牟尼佛的开示，「因与果」的关系极之复杂。今生种的善因，并不等于来世立刻得益受报。自然界的「因果定律」，有一套相当复杂的排序规制。你以往多生多世做过的好事与坏事，正排山倒海地等著你去承受果报。今世做的好事与坏事，不会无缘无故地单凭个人的意愿而后来居上，先报今生所做的好事。也不会无限期地押后报应今生所做的坏事，这是一种自然排序的物理现象。要拆解或倒乱果报的产生次序，将这种已经启动开关掣，正要产生杀伤性果报的机器暂停操作，但牌子是保证生效的「自然牌」，实非易事。若果并无足够的「心力」与「定力」训练，仍然难以与自然规律抗衡。即使是诸佛的无穷能力，亦只能引导修行，加强训练，无法令所有人自动成佛，摆脱「因果律」的束缚，更何况是能力比「佛」差很多的一般天界「神」呢？祂怎样保证你会得到「永生」呢？所以即使只是来世投生人或天界，看似简单、也极之容易达到的「目标」，原来真相是

「请继续等候善的果报生起」

。最可悲的是，即使能够投生人或天界，都是短暂的。由于只是接受「因果」的安排，并非切断「因果」的继续，所谓「永生」，并非真的直到永远，就如人间自称「天长地久」的爱情一样，经不起时间的考验，转眼已到分手时候，再次轮回，要投生比天界更差的地方。这是一种既短暂，也不彻底的「目标」。

长远的「目标」

3. 往生净土或刹土：究竟投生往什么地方，既可以暂停「因果定律」的牵引力，不会时间一到就再轮回，又可以享受象天界一样的快乐，并且有足够的修行环境及条件提供，令修行之路畅通无阻，直至成功地「成佛」呢？跟据释迦牟尼佛的开示，诸佛各以无穷的能力，营造很多净土，都拥有以上的优点。但要往生这些净土，必须符合一定的条件。《佛说阿弥陀经》中开示：「……舍利弗，若有善男子善女人，闻说阿弥陀佛，执持名号，若一日、若二日、若三日、若四日、若五日、若六日、若七日，一心不乱。其人临命终时，阿弥陀佛与诸圣众，现在其前。是人终时，

心不颠倒，即得往生阿弥陀佛极乐国土。……」此处清楚地说明在临终时，要念持佛号，一至七日中，一心不乱，心不颠倒，专注力强，方可成功往生净土。在《佛说观无量寿佛经》中的十六种观想方法，虽然其中并无「空性」的训练，比较容易，但仍然要求「心力」与「定力」的训练，方可往生净土。经文内更清楚指出，即使能够往生净土，若果「心」的清晰度太低，仍然眷恋欲望，「心力」太弱，而多生多世所累积的善事太少，恶事却太多太重，只能停留在「莲花」之内接受训练，直至合格为止，



才可以「花开见佛」，离开「莲花」。原因是以此为「目标」的众生，被称为「**带业往生**」，其以往无穷多生多世所积聚「善或恶」的行为一称为「**业力**」，仍然紧随其「心识」，影响其「心」的反应及行为，并不符合「净土」的清静程度，所以必须在「莲花」内修「心」净化。在「莲花」内的时间，通常都以几多「劫」（佛经中的「劫」，是一种计算时间长短的单位。），大约亿万年作为计算单位。懂得修行的人会视此为最安全、最宁静、最舒适、毫无干扰的长期「闭关」修行。所以无论任何宗派，用任何方法修行，若果想达到往生净土的「目标」，甚至想不用停留在「莲花」之内作「闭关」修行，可以直接「见佛」修行的话，就**必须于在世时**接受严谨的「心力」与「定力」训练，不可以单凭「心灵充实」、「做点善事」与「加持力」就可以达到。「心灵充实」、「做点善事」与「加持力」是往生净土的一种「助力」，**「主要因素」仍然是本身的个人精神力量是否足够**。若果以「往生净土」为「目标」，但又不作任何的「心力」与「定力」训练，失败率与失望率将会极高。以为十分容易达成的「目标」，原来却是空欢喜一场，死后方知「因果定律」与「自然规律」的威力，**比所有外力都要强。只有训练自己的能力，才是最直接解决自身「因果」的「主要力量」**。即使往生净土，虽然可以暂时停止「因果定律」的牵引力，但并非最彻底的解决办法，因为**只有「成佛」，才可以真正脱离所有「引力」与「自然规律」的限制**。所以这个「目标」，是一种并不完整，有待完成的长远「目标」。

彻底的「目标」

4. **成「佛」**：一种独立自主、不受任何引力或规律束缚、永远处于极乐、无烦恼、具大能力、大智慧、大慈大悲的境界，就是「佛」的境界。这个「目标」，可以说是最彻底的终极「目标」。要达到这个「目

标」的方法与速度有很多，第一期「**莲花海**」的「**莲花生大士简介**」一文中所叙述的「**九乘次第**」，清楚列出九种不同的方法与成「佛」的最高速度。要达到这个「目标」，必须证悟「空性」——非有非空、真空妙有之道理。「空性」的训练，可以说是佛法的「精华」所在，是所有众生回复本来的「体性」，不再有任何局限的**唯一途径**。因为**万物，皆由「空」生起。来于何处，也归于何处，方可还原「本来面目」**。详细解释可以参考本会出版，以「科学」作注脚，引证佛法的奇妙处之VCD「空性—非有非空」。在现今之宗教，只有佛教具有「空性」的训练。亦即是说，只有修行佛法，才可以达到这个「终极目标」。

根据佛经的指示，若果生前无知，不为自己订定任何的修行「目标」，不接受任何「心」的训练，死后会被自然规律的「因果」法则所牵引，毫无自主能力地投生往不知境况的地方。最可悲的是这些境况，差的比好的多无数倍，比例极度悬殊。**释迦牟尼佛**曾经引用一个例子作为比喻：「他从地上抓起一把沙，说道“死后能够再次投生为人的机会，等于我手上的沙。死后不能够再次投生为人的机会，等于地上的沙。比例的悬殊与真实的情况，跟我现在所举的例子，有过之而无不及。”」

所以**因为无知、自我中心太强、只求「加持」而不愿修行、以为念几句佛号或咒语就等于有足够训练的人、以为有「他力」的帮助就不用「主力」的人、错订「目标」的人、或者轻视自然规律威力的人，都会被自然规律的「因果」牵引，弄得措手不及，境况凄迷。**

那么，「目标」订定之后，又是否必定会成功呢？订定明确而且适合自己的「目标」之后，如何行动才可以更容易地达成「目标」呢？有什么步骤或技巧可以运用呢？下一期「莲花海」将会进一步与大家分享「智慧的运用」。



圣地巡礼



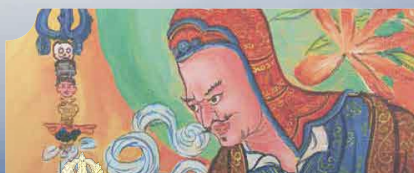
藏传佛教第一寺

桑耶寺



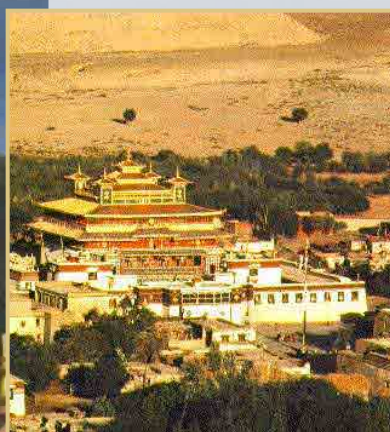


文：移喜泰贤金刚上师
及 弟子 吐登罗著



引言

桑耶寺是西藏第一所具足「佛、法、僧」三宝之佛教寺院，曾有不少祖师、大德在此弘演佛教，对西藏地区佛教之发展有著举足轻重之重大影响。而且，**桑耶寺是莲花生大士（简称莲师）在西藏弘扬密法的发源地，可以说是藏传佛教的祖庭**，对密乘弟子而言，尤其是宁玛派系统，自然对桑耶寺怀有无比的尊崇与景仰。



乌孜大殿远境

桑耶寺位处西藏山南地区之扎囊县，座落于雅鲁藏布江北岸的桑耶乡，距拉萨一百九十多公里。该寺由藏王赤松德赞于八世纪中期创建，是**西藏地区第一所具足「佛、法、僧」三宝之佛教寺院**，亦成为吐蕃地区（即今之西藏地区）「前弘期」（藏传佛教之弘播分为「前弘期」和「后弘期」两个阶段。根据法尊法师的考证，「前弘期」约从西元640年开始，至841年为止，即唐贞观初年至唐会昌元年，约有二百余年）之佛教重地。至今寺内仍保存著自吐蕃王朝以来的重要历史文物与遗迹。



桑耶寺与藏传佛教的历史渊源



桑耶寺外之经幡

根据传说，约于西元前三百多年，当时有一印度王子因战败而避入西藏，藏人询问王子从何处而来？王子仅以手指天作答，藏人见王子之相貌仪表与众不同，以为是天神下凡，遂拥为藏王，号尼赤赞普(Nyatri Tsenpo)，从而开始了吐蕃王朝之统治。

经过三十二传，到松赞刚布王(Songtsen Gonpo)，以武力征服邻近地区，又先后迎娶唐朝的文成公主及尼泊尔的赤尊公主，因而接触到中、尼两国之宗教和文化，其中尤以佛教之感化力最强。又因两位外来之皇后，分别从中、尼两国带来佛象、经典、法物等，故建立了太昭寺和小昭寺等寺院作为供奉及礼敬之场所。松赞刚布王崇敬佛教，更依据佛教思想，颁订了十善及十六要律作为国法，使西藏地区迈进文明领域。



桑耶寺内莲师

后来，松赞刚布王想到，西藏无人能了解印度之佛教经典，故先后两次派遣贵族、大臣前往印度留学，前后共十六人，其中一名大臣名叫纯密森波渣(Thonmi Sambhota)。史籍记载纯密森波渣，先从

南印度梨仅婆罗门，学习各种梵文字体及书法，又从天明狮子学习声明诸论。故仿效梵文字体及文法结构，略为删补，从而创制了藏文之四韵、三十字母，并规定了前音、后音、添头、系足等一系列的结构法，又造《文法论》八卷，令一套完整的藏文体系得以制订，梵文的佛教原典亦因此可以更直接地译成藏文。其后，松赞刚布王更下达命令，正式将新创制的藏文体系，规定成为吐蕃王朝的正统语言文字(分别见于《藏王记》、《青史》及《西藏王臣史》)。

留学印度的使者学成归藏后，将一些印度的佛教经典，例如《大乘宝篋庄严经》、《宝云经》、《集宝顶经》、《月灯经》、《白莲华经》、《百拜忏悔经》等，译成藏文。

松赞刚布王死后，由 纯密森波渣

孙儿继位，再辗转三传

至赤松德赞王。在此时期，藏区流行之「笨教」(Bon乃一崇拜鬼神、巫术符咒之原始宗教)势力强大，故佛教之发展及弘播大受阻碍。



藏王赤松德赞

至赤松德赞王(Trisong Detsen 718-776)在位时，致力推广佛教，曾礼请中、印僧侣从事佛经翻译，又派人赴印度沙河国延请大堪布菩提萨埵(Bodhisattva)(又名寂护大师Abbot Shantarakshita



莲花生大士

或静命大师。「堪布」相当现今之博士衔)入藏弘法。寂护大师乃「中观」学派宗师，他为西藏引入「中观学」，影响巨大。但在同一时期，信奉「笨教」之大臣及彼等恶魔极度猖獗，并引发各地疫症之流行及传染。

藏王请求降魔，寂护大师请藏王派遣使者前往乌耆延那(Uddiyana或称乌仗那Udyna)，礼请莲花生大士(Guru Padmasambhava)入藏。

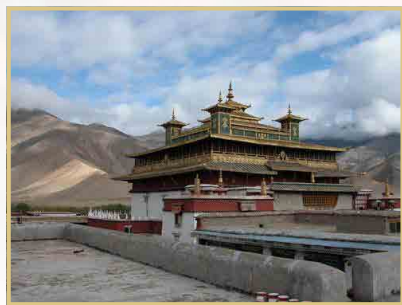
赤松德赞王于唐玄宗开元二十六年(约于西元738年)迎请莲花生大士入藏，先请莲师至桑耶地区之皇宫接受供养，并恳请莲师教化西藏众生、加持雪域，使雪域众生得到佛法利益。莲师对赤松德赞王说明，认为藏地是众魔盘据之地，而桑耶地区，如一仰卧之罗刹女，因此须在罗刹女之心脏处建造佛殿，脐眼处建佛塔，四肢部分建一百零八座佛塔，如此才能加持该地，使佛法久住于雪域，令众生得著利益。



堪布寂护大师

莲师乃本师释迦牟尼佛亲自授记(即预言)之圣者，释尊称莲师为「“密宗”

之主」。莲师入藏后一方面以「真言咒力」、「精深之佛法」降伏魔冤及外道邪见，另一方面以「神通力」消除疫症及解救疾苦，引导雪



桑耶寺地基

域众生归依佛教。莲师在西藏摧伏外道之余，弘播及护持正法，倡导及协助赤松德赞王，建立桑耶寺作为永久弘法道场。赤松德赞王欢喜接受，请大堪布寂护大师，仿照当时印度邬

金域众生归依佛教。莲师在西藏摧伏外道之余，弘播及护持正法，倡导及协助赤松德赞王，建立桑耶寺作为永久弘法道场。赤松德赞王欢喜接受，请大堪布寂护大师，仿照当时印度邬



桑耶寺鸟瞰全境

金的飞行寺(又名欧丹达布呢庙Odantapuri Monastery in Bihar)规模图样，来设计桑耶寺的蓝图，并由莲师加持地基。据说莲师曾多次示现神变降伏龙王鬼神等，使桑耶寺的建造能于五年内顺利得以完成，并由莲师与寂护两位显密大师亲自开光(约于西元744年)。自此，佛法终于能够全面地于西藏弘播，利益无尽众生，因而莲师被尊称为藏传佛教之始祖。



卑玛那密渣尊者

桑耶寺建成后，藏王想在此地建立佛法的根基，遂依照寂护大师之建议，先聘请印度之「根本说一切有部」比丘十二人入藏，作为培养藏地弘法人才之开端。接著挑选优秀弟子巴呢冷、巴沙朗、巴戈毗卢渣那、雅兰渣华楚

扬、玛宁青楚、崑禄汪波松华、那森渣华蒋操等七人(史称「舍美七人」，藏音舍美，有睡醒之意，故又被称为「七觉士」)，依寂护大师剃度出家、受近圆戒，是西藏人出家之始，因而正式确立了藏地之僧团。随著「七觉士」出家后，西藏地区出家僧侣迅速发展至三百



毗卢渣那大译师

人。至此，「佛（莲
匝作为「化身佛」）
、法（佛陀的教法及
翻译经典）、僧（团）
」三宝在藏地圆满具
足，而桑耶寺亦因此
成为培养藏地弘法人
才及弘播佛教的中心
地带。



桑耶寺内莲师

其后更进一步，藏王从印度、尼泊尔等地邀请了一百零八位高僧及学者入藏，其中包括了著名的大学者（「吗哈班智达」）[卑玛那密渣](#)（Vimalamitra又名无垢友）尊者、[星登嘉巴那](#)、教主[渣惠舍宁](#)、[汤遮青啤哈](#)、[曾啤昂楚](#)等高僧大德，连同莲师与寂护两位显密大师，共同地集中于桑耶寺培训大量精通「显、密」教法之佛教人才。并且广开译场，培养了一百零八位译师，其中包括了著名的大译师（「罗渣华青波」）[毗卢渣那](#)（Vairotsana）、[南卡迎波](#)、[嘉佐生](#)及[佐宾车聪](#)等，他们连同本寺学僧在桑耶寺内进行佛典翻译。这时所翻译出来的典籍，包括《律藏》、《经藏》、《密续部》（Tantras）（后被辑成《甘珠尔》[Kanjur](#)），和《论藏》（后被辑成《丹珠尔》[Tanjur](#)）等大量法宝和医学等等经卷无数。

法尊法师阅览《布敦佛教史》所引述之「目录」后指出：『在“显教”方面，除了《阿含经》类及一小部份之「中观」及「因明」外，在“密宗”方面，除了「无上瑜伽部」（Anuttarayoga Tantra）外（此一部份的法宝，特别



阿底峡尊者

是「大圆满」的教法，分别由莲师及无垢友传出，但只是秘密传授予有缘者，故没有被列入「目录」中），其余的“显密”经论，已大体完备。』由于翻译佛典的规格严谨和有系统，其规模亦是有史以来最庞大的一次，因此奠定了以藏语系为主导的佛典形式和文化承传。

桑耶寺继承了当时在印度佛教寺院式大学（monastic university）的传统，培养出无数弘播佛教的优秀人才。在这一个时期，可以说对于整个佛教的内容，采取了兼容并包的政策，无论「小、大、显、密、教诫、修证」等各个方面，均尽量全面吸收。因而桑耶寺于西藏之宗教历史地位，犹如当年那烂陀寺（Nalanda）、超岩寺（Vikramashila）及飞行寺（Odantapuri）等寺院式大学之于印度那样伟大及举足轻重。在赤松德赞王大力的护持下，以桑耶寺为中心的藏传佛教，被正式及巩固地确立。无论在硬件或软件的设施、以至短期和长期的发展，已奠下了稳固的良好根基。故后来在「后弘期」广弘佛法的印度沙诃国大学者[阿底峡尊者](#)（Atisa Dipamkara 982-1054，又名吉祥燃灯智，乃当时印度超岩寺六贤门之首座），于西元1042年应藏王之邀请前往西藏，在桑耶寺的图书馆内检阅所保存的梵本经书时，发现有许多是印度所没有的孤本，因而曾合掌赞叹这个时

期说：「尔时佛法兴盛，虽印度似亦未有。…如此兴盛，必圣僧所建树，绝不是凡夫所能做到的。」（分别见于法尊法师之《西藏前弘期佛教》及《西藏后弘期佛教》两文。）

至「后弘期」，有十位僧人返藏，分别居于桑耶寺各殿，一面复修殿宇，一面传法授徒。此时，桑耶寺正式归入宁玛巴传承系统，但后来却毁于火灾。

其后，于不同年代，桑耶寺分别由藏传佛教的不同宗派所掌管。例如：于萨迦派（俗称「花教」）掌管西藏政教时，曾进行大规模复



莲师（中）、堪布寂护（左下）、藏王赤松德赞（右下）

莲师在藏地期间，就是在桑耶寺传授“密法”和翻译“密续”经典，逐渐地便形成了宁玛巴的传承系统（当时尚未有宗派之分，直到「后弘期」出现了「莎玛」Sarma，意即「新派」，才将「前弘期」的传承系统称为「宁玛」Nyingma，意即「古旧教派」，俗称「红教」）。朗达玛王毁灭佛法时（乃唐武宗会昌元年，西元841年），桑耶寺开始遭受到破坏。直



桑耶寺藏度母石

修，并派人入住桑耶寺。寺中「堪布」均由萨迦寺委任，自此桑耶寺归入「花教」。而噶举派（俗称「白教」）和格鲁派（俗称「黄教」）亦曾介入桑耶寺，不过影响力远远不及萨迦派。十六世纪时，桑耶寺又遭火灾，损毁严重，后由第六世达赖喇嘛所重建。二十世纪初由十三世达赖喇嘛和热振活佛加以修缮。文革时期，除寺庙外貌得以保存外，主殿及大量文物遭到严重破坏，经八十年代后期重修后，即为今天所见之模样。

桑耶寺鸟瞰全境





此莲师法相名为（咕噜雅打吗）象，意为（象我）
（莲师于桑耶寺内看见此象便说：「他很象我」，然后开光加持之并谓「他现在与我无二无别」）

桑耶寺之建筑群

桑耶寺，原名巴桑雅（藏音Bsam yas），义即「吉祥无边」，是「任运而不变」的意思。全译为「吉祥永固天成桑耶大伽蓝」，简译为「幻化寺」。相传，赤松德赞王急于见到建成之寺庙景象，莲花生大士便运用「神通」，在自己的手心现出寺庙的影象，赤松德赞王见此影象而惊呼：「桑耶！」（「出乎意料」的意思），于是该寺便命名为桑耶寺。而「桑耶」是汉文译音，其余的：桑鸯、桑岩、桑吐等等都是异称。

由于桑耶寺是模仿印度的飞行寺而建造，并融合了汉、藏、印三种建筑风格，故又被称为「三样寺」。桑耶寺的构图规模是：中为「须弥山」、十二洲、日月二轮，外有石墙围绕；四角建四佛塔，四门立四碑。整座建筑群占地二万五千平方米，殿堂达一百零八所。全寺乃依据佛教的「宇宙观」而布置，以乌孜大



桑耶寺内莲师足印

殿为中心，象征「须弥山」。大殿外之东、南、西、北方各建一座佛殿，附近另有八座小佛殿，代表四大部洲和八小洲，而大殿两旁尚有象征日和月的药叉殿。此外，在大殿四角外不远处，又建有代表「四大天王」之四座佛塔，四门立有四碑。整个建筑群则由一圆形之「铁围山」石墙所围绕。若从高空俯视，桑耶

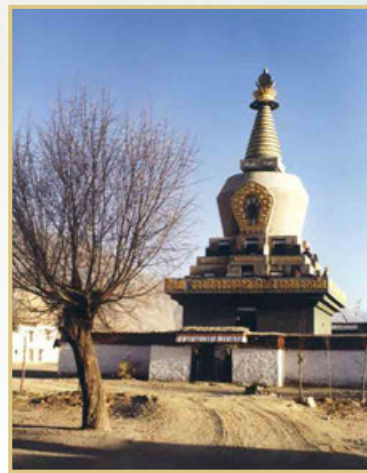
寺活现成为一座立体之「曼陀罗」（坛城），实在蔚为壮观！



桑耶寺西牛贺洲佛殿

乌孜大殿位处全寺

之中心，楼高三层。底层为藏式佛殿，前方为大经堂，是全寺僧众诵经和举行法会的场所。经堂内供奉了赤松德赞王等藏王及祖师象。经堂后连佛殿，殿内供奉一尊近四米高之石刻释迦牟尼佛象。殿内尚存有莲师足印，供信众瞻礼；大殿中层采用汉式建筑规格，殿内供奉无量寿佛，四边墙壁



桑耶寺白塔

则绘有莲师传记、藏传佛教故事和早期桑耶寺全景等壁画；大殿顶层依印度风格建成，殿中供奉五方佛及八大菩萨。乌孜大殿揉合藏式、汉式及印度之建筑风格，在藏传佛教寺院来说是极为罕见的。

殿外四周围绕「十二洲」佛殿和日轮、月轮、药叉殿。除日、月殿在乌孜大殿两侧，其余「十二洲」各殿分布在四方，象征四大部洲及八小洲围绕著「须弥山」。四方佛殿的建筑形状各有不同，东方诸殿为半圆形建筑，全殿塑白水晶色；南方诸殿采三角形建筑，塑蓝琉璃色；西方诸殿以圆形建筑，塑红玛瑙色；北方诸殿则是四方形建筑，塑天然黄金色。诸洲各殿内供奉著诸佛、菩萨、祖师、护法等，而墙壁皆绘有各式各样之佛经故事与历史传记等，实为蕴藏了很多历史文化的宝库。

在乌孜大殿四边约数十米，建有四座大佛塔。根据《贤者喜宴》记载：「又建白塔即大菩提塔，此塔以狮装饰，遂建成“声闻”之风格…红塔采“长寿菩萨”风格，其上饰以莲花…黑塔以“如来”之遗骨为饰物，其形制系“独觉佛”风格…绿塔乃“法轮如来”风格，以十六门为饰物…」可见四塔风格不一，各有特别意义。据说，当年落成时，赤松德赞王曾极度之欢喜赞叹地歌颂：

「我那白色佛塔、如同右旋之白螺。

那座红色佛塔，犹如火焰冲天。

那座青色佛塔，好似矗立著的玉柱。

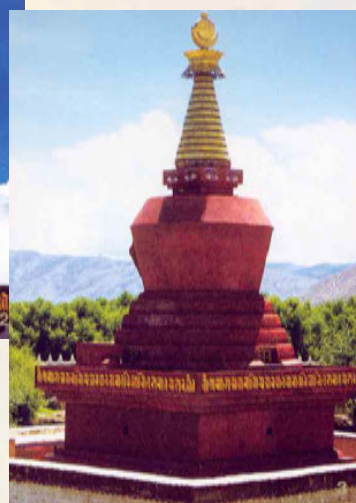
而那座黑色佛塔，则宛如“金刚橛”钉在地上一般。

我的佛塔实在是最为罕见。」

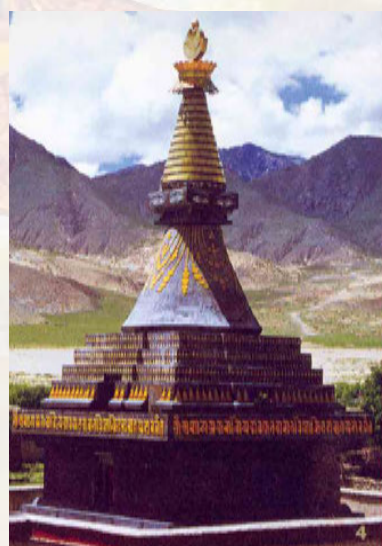
最初，在主要建筑群外筑有方形围墙，墙上建有千座小型佛塔。每塔之内各奉「舍利」一颗，殊胜无比。可惜原有之围墙已毁，现存之圆椭圆形围墙是后来重修的。据了解围墙长一千零八米，每隔一米建一佛塔，故墙上筑有一千零八座小佛塔，极为庄严。



桑耶寺黑塔



桑耶寺红塔



桑耶寺青塔

寺内的珍贵历史文物

桑耶寺既是藏传佛教之「第一寺」，寺中存有大量珍贵历史文物。如乌孜大殿内供奉了莲花生大士的足印和西藏的第一口铜钟。该铜钟重约四百公斤，乃赤松德赞王第三妃作为供养十方三宝之用，两项文物已具一千三百多年历史。另外，寺内各殿皆绘有壁画，题材广泛，内容丰富，蔚为大观。其中以「西藏史画」、「桑耶史画」、「莲师传记」和「宴前认舅图」最为著名。「西藏史画」绘于乌孜大殿内围墙，画长九十二米，内容由「神猴传说」到聂赤赞普、佛教传入、莲师入藏、朗达



桑耶寺铁围山墙及小型佛塔

玛灭佛、宗喀巴创建格鲁派、乃至第九世达赖喇嘛等等之不同事迹所组成，因而该画被誉为西藏的《史记》。「桑耶史画」位于大殿底层和 中层，详细绘划了桑耶寺之兴建情况、「七觉士」出家、及落成开光时之盛况，还有布达拉宫、色拉寺等不同寺院之修建情况等，是一部生动的「佛寺志」。还有，在乌孜大殿门外，竖立了一块「兴佛誓盟碑」，记载了赤松德赞王于西元779年敕令以佛教为吐蕃国教的情况，深具历史价值和意义。



桑耶寺第三层内之释迦尊象



桑耶寺内描述释迦尊生平事迹之壁画



桑耶寺内壁画



桑耶寺敕令吐蕃国教碑

另外，每年五月十五至十七日为「堆顿曲巴节」，届时「僧人」会扮演桑耶寺的护法神「白哈尔神」，连同一百位「咒师」、一百名「比丘」、一百名「魔女」及一百名「武士」，一起跳「金刚舞」，其气势非凡，场面壮观。附近居民亦会趁此节日聚集在寺外，举行约十天之墟市活动。他们会进行买卖或表演骑马、射箭、鼓舞等等，活象嘉年华会。可见「堆顿曲巴节」不单是桑耶寺之节庆，也成为桑耶乡的风土节日。



桑耶寺之转经廊

桑耶寺之节庆

每年藏历正月初十日，桑耶寺会举行「次久节」。相传谓莲花生大士会于这天之晨曦时份，乘著太阳之金光降临人间。因此，那天大清早，寺僧与民众便爬上屋顶向东眺望。接著，僧侣便跳起「次久金刚舞」，以迎请莲师之降临及垂赐加持。





生死的奥秘

濒死体验的意义(二)

啤吗哈尊

生与死的能量连线

你有没有想过，**生与死之间，有一条以能量状态形成的线相连著**。若果这条线中斷，亦代表肉体与精神身的彻底分离，真正步入一去不返的真正「死亡」呢？

下列有几个「濒死体验」(Near-Death Experience)的真实个案，可以让你一窥「生与死」的其中一种奥秘。



个案一：

太平满先生，出事时二十五岁，居于日本新潟县。因为胃溃疡而引致不断吐血，留医期间，血压异常地下降。在上完厕所后不支晕倒地上，陷入昏迷状态。曾经数次停止呼吸，多次醒了又昏迷，连续五天徘徊于死亡边缘。其间经历了数次「濒死体验」。以下是太平满先生的自述：

「第一天：刚开始时，四周一片黑暗。我听到水声，看见自己就站在水边。由于我患的是胃溃疡，不准进食，所以喉咙干渴得很辛苦，很想喝水，于是我弯身喝了一些水。那些水没有任何味道，河道广阔得看

不见对岸。我很想到对岸去看一看，但又不想游过去，所以就走来走去，想找一座桥走过去。跟著就清醒了。」



「第二天：河流突然再次出现，我又喝了一些水。这次我留意到河水清彻见底，河底堆满闪闪生光的小石子。由于我当时感觉天气很酷热，就跳进河里游到对岸。在那里我碰见已过世的亲人，他们说：“你不要再来！对面有座桥，你快些回去吧！”他们送我回去，走到途中，我又清醒了。」

「第三天：我睡在床上，觉得自己渐渐从头部向外脱离，飘浮到天花板。我细心地观察时，发觉我的斜上方有一条线连接著床上的我。我在上空见到医生、兄弟及父母。我拚命地向他们叫喊，跟他们说话，甚至去触碰他们，但是他们都无任何反应。周围的人都认为我的呼吸停止了，我见到医生为我进行心脏按摩。我想告诉他们我没事，可惜无任何人发现我的存在。我彷彿身处一片黑暗之中。感觉有种东西飞近我的身边，想切断我身上的那条连线。我心里觉得这条连线很重要，不可以切断，于是我拼命逃跑。突然又感觉到有另一种东西，跑到我的后面保护我，将想切断我身上连线的东西赶走了。我在一片黑暗中，开始见到一丝光明。突然河流又再次出现。这一次，我可以清楚看见对岸长满了花草。当我想到对岸时，竟

然不用游泳，可以在水面上走过去。我发觉我可以穿越前面的障碍物，去我想去的地方。我

可以看穿障碍物之后的景色。整个医院的结构，好象模型一样，我可以在上空很立体地一眼看穿里面的情况。我在上空浮游时，只要我心里想著去什么地方，无论前面有几多障碍物，我都可以穿越它们，去到目的地。可惜有些片段与经历，我已经忘记。但我可以肯定，当时的意识是清醒的，不是梦境。」

「第四天：跟之前的「脱体经验」(out-of-body experience，俗称「灵魂出窍」)一样，我又从头部走出来。之后从黑暗中见到光明，出现一座小山丘，遍山开满美丽的花朵。山上有一座类似希腊神殿的建筑物，里面充满彩虹般的光芒，令人感觉很舒服。我不再感觉口渴与



肌饿，只觉得心境舒畅，充满欢欣。在建筑物里，放满婴儿床，很多婴儿正在安睡，有三至四位女子在旁边守护著。其中一个对我说：“你从那里来的，你不可以到这儿。”当我离开时，我又清醒了。」

「第五天：跟前一天一样，我又从头部走出来。之后从**黑暗中见到光明**，再次走入建筑物里。今次我一见到那些女子便立刻离开，走进一片美丽的花田。心里正想去别的地方，又回复了意识。」



体。我感觉我的肉体正在承受著很大的痛苦。若果切断这条线，恐怕我的生命也要完结了。」

能量线的奥秘

菲莉丝·爱德华所著的《重生》(Coming Back to Life)，记载很多因「濒死体验」而拥有超能力的实例。其中一种超能力是**可以看见超越平常人视觉领域的光线**。书中记载他们看见眼前的**所有人或事物**，都由**会发光的细丝**连结在一起，因而形成一个庞大的连结网络。



个案2：

日本出版的《现代民话考》，书中第五卷记载了二百六十个「濒死体验」的事例。其中一个事例的主角，是**日本神奈川的滨田静子**，于昭和四十四年左右，曾经几次进入弥留状态。以下是她的自述：

「我在医院的床上正在睡著，突然轻飘飘地浮在半空中。我向下望时，见到我的肉体正睡在床上。我斜斜地向额前望去，发现我**前额的中央**，有一条象蛛蛛丝的线连接著我的肉

究竟这些会发光，以能源状态显现的丝线，代表了一种、两种、抑或无数种情况的连结呢？这些连结与生命、死亡、命运、恩怨、吉凶、情绪、健康、寿命等等情况，又有否关连呢？于时间性方面，这些连结，又是否可以超越时空，其影响性足以遍及「现在、过去、未来」呢？既然所有人或事物

都在连结网络之内，那么人类、动物、植物、以至一切的事物，其共同之命运、相互间的影响，又是如何运作呢？

在未探讨这些问题前，让我们先了解一些科学上的基本知识。「光」的真正身分，是「电磁波」。「电磁波」之中包含了象紫外线、红外线、X光等各种波段。这些波段都是以波长来区别的。人类的眼睛，对辨识「电磁波」的波长，可说是能力很有限。只有紫外线和红外线这两种波段之间的少数部分波长，可以辨识之外，其余大部份波长的光线，人类的眼睛都无法辨识。这些见到的光，被称为「可视光」，也就是可以产生颜色的光线部份。

见不到的东西，并不等于不存在。当然，亦不等于存在。但若果有某些人，在精神正常的情况下见得到，能够清楚描述出来，而且都有其共同性的话，它的存在机会率，肯定是大很多了。即使科学界尚未能够统一及普遍地证实及认同为事实，但却足以作为佛法对某些现象及教法解释的注脚。

在个案一里，太平满先生在第一及第二天，都没有发生「脱体」现象。即是并未清楚见到自己的精神身与肉体分离。因为他当时的情况，并未危急至濒临死亡。「生」与「死」的能量连线，其强度仍然足以稳定精神身，留存在肉体之内。由于「生」与「死」的能量连线，其微弱的程度仍然未达到「脱体」标准。精神身仍然能够轻微地感受到肉体的反应，所以在第一天的体验里，他感到口渴、很热。由于仍然受著肉体的惯性操控，所以他觉得很

累，不想游过对岸。他的精神身，连一点超能力都不能生起。

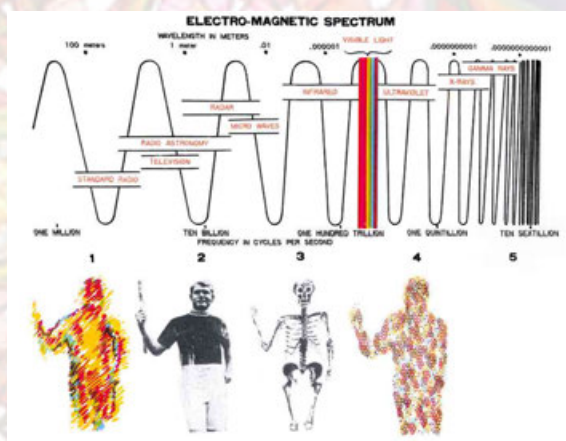
第二天的生理状态比第一天更差，他的精神身受肉体惯性操控的程度低了一些，所以可以见到过世的亲人。

第三天至第五天，由于「生」与「死」的能量连线，其微弱的程度已达到「脱体」标准，所以他的精神身，真的离开肉体。由于他的观察力，处事细心，所以他发现了「生」与「死」的能量连线。这条连线并非由有形的物质构成，而是以光体显现的幼丝。一不留神，就会错过。所以很多「濒死体验」者，都无法描述这一条生死连线的存在。

既然第三天至第五天才真正「脱体」，即是第一至第二天并未真正「脱体」了。那么太平满先生在第一至第二天所见到的，是幻觉、抑或是精神身的真实体验呢？如果是幻觉，为什么第一二天和第三天所见到的境象会是一样的呢？

有一种物理性的投影现象，好象「海市蜃楼」的物理现象一样，会投射到人的「心识」内。所以太平满先生在第一至第二天，虽然并未真正「脱体」，但仍然清晰地见到这些境象。由于他的意识是清醒的，所以并不是做梦。亦不是精神身的「身历其境」，因为他并未真正「脱体」。

这种物理性的投影现象，如果出现



在身体壮健的人身上，由于肉体的力量比「心」力更强，「心」受到肉体的牵制与干扰，将会感受不到投影现象的显现。所以佛法的修行人会「闭关」，隔绝一切干扰。当他们「静坐」的时候，所有行为都停止不做，连「眼、耳、鼻、舌、身、意」的干扰都会设法关闭。因为肉体好象一个接收器，接收来自外界的一切讯息。外界的讯息，与及肉体的一切反应，都会对「心」产生牵制与干扰。这些干扰，会令「心」的清晰度降低，所以感受不到投影现象的显现。就等于投影机的影象，无法投射在白天的萤幕之上，引致画面不清晰、扭曲、甚至看不见一样。如果物理性的投影现象出现在睡眠状态，意识模糊之下，将会构成梦境的一种。这种梦境一般都是去到一个从未到过的地方。如果睡眠状态的意识比较清晰，这种物理性的投影现象，会令梦醒者在清醒状态时，仍然清楚地记得梦中地方的摆设及特点。

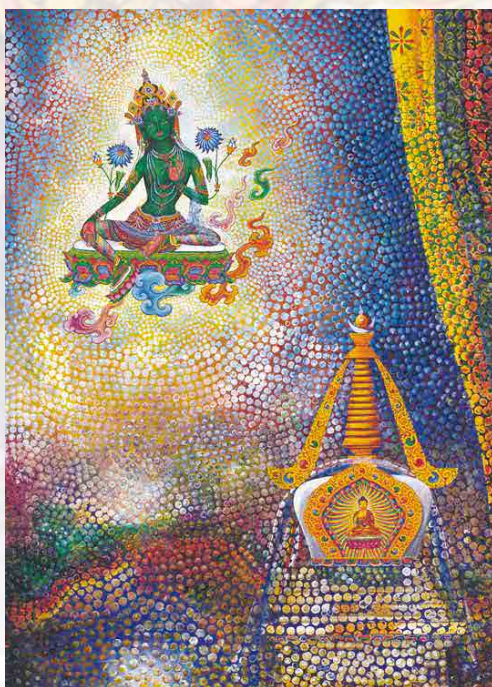
到第三天，太平满先生的精神身离开了肉体，由于不再受到肉体的束缚，因此精神身出现了超能力。由于心里记挂著第一二天的境象，想再去，结果一想就到。所以第三天是真的「身历其境」，而并非投影作用。为什么第四至第五天的境象不同于第三天呢？答案很简单，因为他想去新的地方。

「脱体」的最大特点，是精神身已不受肉体的惯性操控，拥有「佛法」所说的「五种超能力」，「佛法」称之为「神通」。「神」指「天心」，一种天然存在的「心」(力)，「通」指「智慧的本性」彻照通达无障碍。「五种超能力」是：

1. 天眼通：可以见到范围极广的「光」波段，亦可见到现

2. 天耳通：可以听到波段极广的声音，包括可以接收现世及不同空间的声音波段。
3. 身如意通：来去之速度比光速更快，只要想去什么地方，**无须过程，一想即到**。可以穿山下海，无物质之障碍。可以穿梭于不同的空间，并无时间及空间的限制。
4. 他心通：可以看穿及明白一切生物的思想及感情。
5. 宿命通：可以知道自己及一切生物的过去世、现在世及未来世的事迹及命运。

由于太平满先生产生「脱体」现象，所以在第三天至第五天，他的精神身出现各种超能力。不过，即使现今的人类，拥有各种不同的能力，亦会因为思想的束缚，或者不同的原因而削弱了能力。所以刚死的人或刚尝「脱体」经验的人，亦要经历一段时间的适应与发掘，方可全面发挥超能力的功能。



「生」与「死」的能量连线，操控著生与死、脱体的能力、精神身的能力发挥、精神身的感觉等。连线的能量强弱，令「濒死体验」者产生不同程度的幻境投射现象。

根据「佛法」的真理揭露，所有一切的现象，包括一切人类认为真实不虚的物质世界，都是由无数不同的精神身共同投射的幻境所构成，所以都是暂时性的，始终会消失的，这亦是幻境的

一种特点。

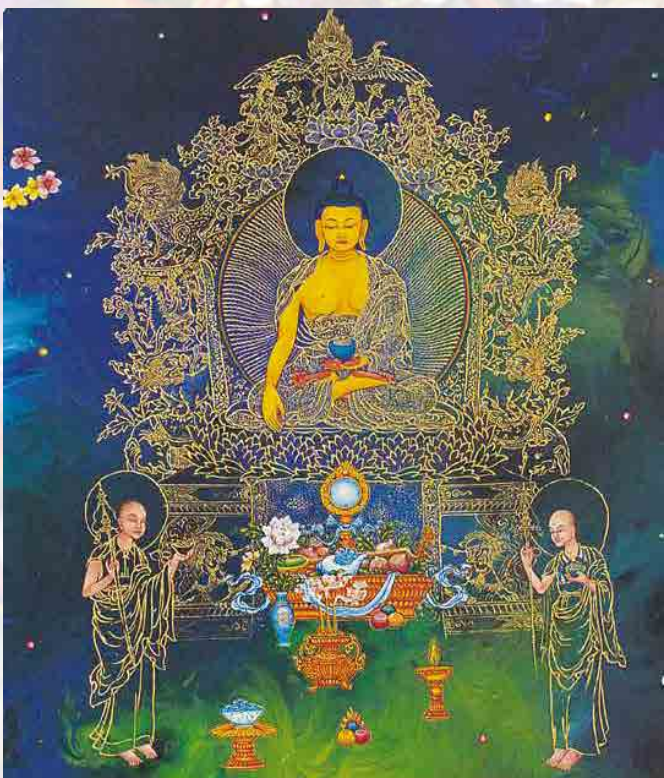
所以太平满先生在第二天所见到的过世亲人，其实是一种「心识」的幻象投射作用。因为藏传佛教的「西藏度亡经」里，清楚叙述死后，无论他的超能力有多强，都会被**另一种由强大能量网络所构成的力量所控制**。死亡者都是不由自主地飘泊到其他地方，或者再次投生

意识的作用、加上自然的物理现象，形成了幻境。

不单如此，根据「西藏度亡经」的叙述，死后的人会见到自己由出生到死前的一切影像画面，更会发现自己回复八至十六岁的青春样貌。这些都是生与死的连线即将切断，肉体、脑部分解时的物理变化，操控著精神身的感觉，令「心识」产生幻象投射的现象。

这种**生与死的连线，将断未断时所产生的相互影响与幻境，大约会持续三天半**。若果此线真的断了，死亡者所见到的境象，将会是另一番光景了。这个亦是相信「濒死体验」与只相信「脑内现象」的人，互相争论，却又无法拆解的死结之处。若果他们知道真正的答案竟然是**两种现象同时存在，两种理论皆对**的话，科学在这方面的进展，将会是一日千里。

下一章的探讨，将会更深入地拆解这些死结。亦会解释「能量线」与及其网络的深层奥秘。(待续)



为不知何种形态的生命。能够等待在世的亲人死亡，去迎接亲人的情况，非常罕有。这种罕有的情况，通常只会出现在刚死亡不久，在**强大能量网络尚未对他产生迁变作用及尚未投生前**，适逢在世的亲人濒临死亡，引起他的眷恋而前往迎接或相伴。

「濒死体验」者或真正死亡者的临终遗言，诉说有过世的亲人来迎接，大多数是因为脑部的逐渐坏死而出现的现象。就等于大部份老年人一样，近期记忆消失，只留著远期的记忆，**是一种自然的物理现象**。心理的渴求、潜





敦珠法王之「四胜祈愿文」

认知自己的过失、忆念皈依境
忏悔诸罪过、知所取舍的正愿

再传弟子移喜泰贤 及
啤吗哈尊恭译

顶礼「上师」！

第一颂

(启请)「贤劫」时代，统领此宇宙、至高无上之胜者及导师释迦牟尼佛；
与及所有佛子：尊贵的菩萨、能调伏(自己及他人的「贪嗔痴」)的圣者们；
与及所有在此末法时代中救护众生的无比「上师」尊；
与及所有「三根本」：「上师、本尊、空行」、护法、具有大慈悲誓愿的圣者们。

注解：

1. 上师：于「密宗」而言，指教导弟子学习佛法道理(教)及修习实践法门(证)的导师。
2. 本尊：于「密宗」而言，对诸佛菩萨的尊称。在修习平日功课的「法本」之中，每一个「法本」主修一位「本尊」，称为「本法之尊」。
3. 空行：于「密宗」而言，尊称修习「密乘」教法的女修行人或天人为「空行母」。

4. 三根本：以上之「上师、本尊、空行」，合称为「三根本」。指三种根本对「密宗」修行人起著重要指导、护持、依靠作用的圣者。「上师」代表「根本加持」、「本尊」代表「根本成就」、「空行」代表「根本事业」。

5. 护法：对一切曾誓愿护持佛法的人、天人、鬼神等的尊称。

第二颂

你们是我等众生从内心深处专注忆念与热诚祈愿的对象；

我们一次又一次地祈求你们的关怀与注意；

祈请你们以无穷的慈悲力量护持我们；

请加持我们，令我们依正确佛法祈求的一切愿望与想法，皆能圆满成就。

第三颂

由于以往生的善业非浅，我们有幸得到珍贵的人身；

亦由于以往生所积聚的福德不少，所以现在能够遇到殊胜的佛法；

并且幸运地得到「上师」传予「灌顶、加持、口诀」；

我们现在已经亲手把握著这些难得的珍宝。

注解：

1. 灌顶：于「密宗」而言，「灌顶」是一种受持「密乘」教法的仪式。有获得「授权、除障、加持、摊分功德」的意义。

2. 口诀：「密乘」教法，有很多是秘密的关键要诀，不会白纸黑字地写在修习的「法本」之上。全部都是由「上师」以直接「口头教授」予合格的弟子，称为「口诀」。这些「口诀」通常是一些实际修持的关键秘诀，有长有短。有些是实质的技巧，有些是无形的「观想」，有些是「只可意会，不可言传」的「心法」，但都是

一些处在「起承转合」的关键位。若果缺乏这些「口诀」的教授，修习者将会难以取得证悟的突破，修行的时间将会无了期地拖长。

第四颂

可惜我们的「心」，却轻浮得有如猴子般东跳西溜，非常不稳定；

被虚幻的魔境所缠扰及欺骗，受困在散乱的、负面的心境里；

令我们无法运用自身拥有的珍宝；

因此，所有珍贵的能力与教授，全部都浪费了。

第五颂

我们现在正处于一个决定性的转折点；

（如果仍然不思改进，）无论我们祈求什么法、接受什么法，都只象一些故事般，（无法与自身产生直接关系）；

虽然我们的身体行为，好象很符合佛法，而我们亦认为自己是佛法的修行人；

但我们的「心」，并未真正证悟佛法的真实意义。

第六颂

我们连些微做人的价值都并不了解，佛法的见



敦珠法王休闲时摄



解就更加不用说了；

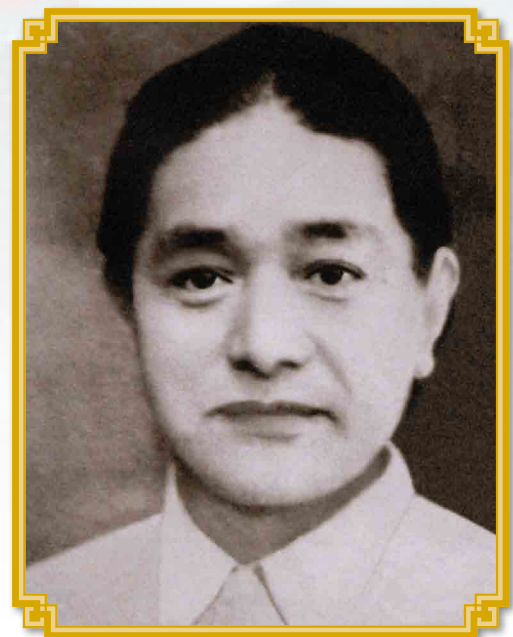
例如对于十六种做人应有的法则都只是模糊地了知；

当观察自己的恶劣行为时，竟然毫无良知；惭愧之心比「无尾鼠」的(残馀)尾部还要小。

注解：

十六种做人的应有法则：西藏国王松赞刚布为了教化人民，依照佛法定下十六种做人应有的法则：

1. 恭敬信奉「佛、法、僧」三宝
2. 修持正确的佛法
3. 报答父母的恩德
4. 尊敬有德行的人
5. 尊重老人家
6. 利益及接济乡亲邻居
7. 言词用语在坦诚率直之中要小心
8. 对亲戚及朋友要保持良好感情
9. 要不断努力向上，并且要有远见，高瞻远瞩
10. 饮食要有所节制，不贪便宜
11. 不要忘记别人的恩德
12. 依时偿还债项，不可以有些微亏欠
13. 对所有人都不可有妒忌心
14. 不要听信邪言，要把持自己的主见
15. 少说话，出语要温和



敦珠法王年青时摄

16. 要有担当重任的决心及责任心，而且心胸广阔，宽宏大量。

第七颂

对佛法的「十善业」并不了解；
对来自同一导师(佛陀)的教法，**仍然生起门派的偏见**；
对教法及圣者作出任意的批评而引致恶业累积；
如此行为，虽然依靠佛法，却只是累积沉重的罪业。

注解：

十善业：十种善的行为，可以累积十种善的果报。「业」的意思是「行为或果报」。分别是 - 不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不两舌、不绮语、不恶口、不贪、不嗔、不痴。

第八颂

由于听闻很多的佛法，引致愈来愈多的傲慢；
但我们理性的分析，却无法彻底领悟其深层的真正意义；
甚至以为自己十分守护「别解脱戒」；
其实即使是修行人最基本要守的「四种戒」，
都**散失得连一点痕迹都没有**。

注解：

1. **别解脱戒：**各**别**因应其修行程度而受持可以令其得到**解脱的戒律**。
2. **四种戒：**他人骂我不还骂、他人怒我不还怒、他人打我不还打、他人挑我过失不还报。

第九颂

又以为自己已获得「菩萨学」的殊胜训练；
其实连「四无量心」都只是象想象出来的灯一般，(毫无实际效用)；
甚至以为自己坚守「密咒乘」的誓言；
但其实连最根本、排行第一位、(如果犯了会引致)下堕的「戒」都不守护，(其他的戒)**最终亦会舍弃**。



注解：

第一根本堕：在「密乘」的戒律中，最根本、排行第一位、如果犯了会引致下堕的「戒」，亦是作为「密乘」弟子所要作出的誓言，就是—— **不可以轻视及蔑视所有「上师」**。

第十颂

甚至我们了解，并且懂得用言语解释的「四转心法」，但在心里却存在著相反的念头；引致我们在此一生中，仍然执著各种现象，并未有实质的出离；即使对所依赖及依靠的「上师」，我们的尊敬及热爱之心亦逐渐减退；我们本来应该生起的清静见解，**取而代之**的却是觉得自己已经可以与「上师」一样（平起平坐），甚至发展成错谬的见解。

注解：

四转心法：四种在佛法上应该拥有的正确思想，从而引发「出离心」，将心转向修行佛法，以「脱离轮回」为目标。——

1. 圆满及有能力的人**身**是十分**难得**的，应该好好珍惜及运用，最佳选择是修行佛法；
2. **生命与死亡**都是变幻**不定**的，无法长久，应该好好地把握时机修行佛法；
3. 「**因**」与「**果**」是一种自然**定律**，必须参透其中道理，多种善「因」，停止恶「因」；
4. 不断被迫「**轮回**」投生成无法预知的生命形态，是万分**痛苦**的残酷现实，必须以修行佛法来寻找出路。

第十一颂

对于金刚师兄弟妹的尊重、爱心与恩德在下降；即使来自他们的些微恶语亦无法忍受，以不断的、有如下雨式的诅咒回报；由于我们**无法实践及修习深层的菩提心**，引致无法理解所有「六道」的众生都曾经是我们的父母；由此而生起之爱心与慈悲心，将会如烟雾般消散。

注解：

六道：佛法将众生的生命形态及寄居地方划分为六种，就是「天、人、阿修罗、地狱、饿鬼、畜牲」。

第十二颂

在表面上，我们好象很熟练地修习「生起次第」及「圆满次第」；但其实只是沉迷于一般的散乱之中，无法取得进展；虽然我们了解「显教经典」与「密乘经续」的最终及最彻底教授是「空性」；但其实我们对「**空性**」并**无决定性的真实参悟**，引致我们串连相续的思惟有如牛角般坚硬，（无法运用「空性」之「非有非空」，令喜欢坚持执恋现象的连续性思惟放松，仍然坚硬地执。）

注解：

1. 「**生起次第**」及「**圆满次第**」：「密宗」在修行上的专有名词，是一些特别的修行方法，对「心」作出不同程度的训练。请参阅「莲花海」第一期「莲花生大士简介」一文中之「九乘次第」。
2. 「空性」之「非有非空」：「成佛」所必须经历的一种训练及认知，请参看「敦珠佛学会」出版的影音光碟「空性」之「非有非空」。



敦珠法王法相

第十三颂

我们并无能力安住于「原始的自然体性」之中；

但却将这些见解挂在口边(炫耀)，并且(以此为理由)将「因果」抹杀；

在外表上，我们表现得好像很有威仪及有规律；

但其实内里却充满执著、渴望、欲求、贪婪，如火烧般炽盛。

注解：

原始的自然体性：佛法对众生原本拥有的原始自然体性称为「佛性、自性、本性」。这种原始的自然体性，是一种无拘无束、具有大能力的状态。透过适当的「空性」修习，可以回复这种自然体性，亦即是「成佛」。其他任何不含「空性」的训练，都无法回复这种自然体性。原因是这种自然体性，就是「空性」。

第十四颂

即使我们与世隔绝地身处山林；

但心念却仍然不停地、日以继夜地沉迷于闹市之中；

无法从我们的实际修持及经验中取得坚定的信心；

竟然还尝试指导他人取得成就，简直是有如童话(般天真、妙想天开)。

第十五颂

我们并非被「佛、法、僧」三宝的慈悲欺骗，(所以修持无法取得成就)；

其实是由于我们丧失虔诚而引致焦虑与自我欺骗；

如此情况，即使不会因为缺乏信心而引致对「上师」及佛法产生误解；

但亦会因为此等障碍，令众生之行为出现偏差，并且无法圆满(所求)。

第十六颂

如此种种具破坏性的冲击力，令领悟与证悟皆下降；

由于无法护持我们的专注力及内在反省的能力；

我们受到巨大的损失；

考验我们的时间已经来临！

第十七颂

如果我们的一切行为，都只是在增加我们的混乱；

以至我们的一切心念，都被苦恼的情感所腐蚀；

甚至无法察觉我们的善意行为中，经常被罪过所掺杂；

那么到最后，我们除了投生低劣的道之外，还可以投生到何处呢？

第十八颂

请注视我们的品行与及行为模式；

如果现在就对这些行为作出检察，我们将会变得很沮丧，(因为你会发现大量的错误)；

观望别人(以作出比较)，只会增加自己的悲伤；

由始至终我们都无法寻得可以减轻我们苦恼的益友。



敦珠法王与移喜泰贤

第十九颂

假如我们不立刻为自己打算；
到死亡之神将我们捉住的时候；
无任何一个人有能力帮助我们，所有的希望都将会失去；
等待(别人帮助我们，是一些无法成真)空的愿望，岂不是自欺欺人吗？

第二十颂

因此，请极度悔恨地、遗憾地确认我们的缺点；
无论是对佛法的违反、失误、毁堕、变质；
在具有智慧眼的智者前，于现在时，我们不要再将这些过失隐藏，于未来时，亦不要将这些过失覆盖；
我们应该从我们的内心深处生起忏悔：请求上师、诸佛菩萨慈悲，原谅我们！

第二十一颂

请将我们从可怕的、错误之道的悬崖边拯救出来；
请启发及引领我们，令我们可以跟从绝对清淨的解脱之道；
我们终生营营役役地辛劳，完成这完成那；
(但在解脱的「果」上，)却是双手空空的一无所得。

第二十二颂

我们应该离弃那一条令我们好象所知甚多，但却只会令我们经历及感受痛苦的道路；
为什么我们不进入一条只知一件事，但却可以令我们解脱一切的道路呢？
无误的、真正的大恩之主，我唯一的希望与及可依靠的根本上师啊！
你是摄集所有可作皈依对象的总集体。

第二十三颂

我们以专一的虔诚向(根本上师)你作出祈祷；
请求无尽慈悲的、尊贵的、崇高的依怙主，以

你的慈悲护持我们；
请加持我们可以看见我们各自的缺点；
请加持我们不再渴望去检视别人的过失；

第二十四颂

请加持我们熄灭所有失控的、残酷的、困扰的思维；
请加持我们从内心深处生起善的意念；
请加持我们减少欲望、增加满足感；
请加持我们牢记无定的死亡时刻。

第二十五颂

请加持我们于死亡的一刻无所挂虑；
请加持我们对佛法生起无比的信心；
请加持我们实践不偏不倚的、清淨的领悟；
请加持我们生起无所求的纯淨尊敬与虔诚。

第二十六颂



敦珠法王与第十六世大宝法王

请加持我们对不能如愿以偿的事情，减少执持不放之心；
请加持我们于内心深处建立佛法；
请加持我们可以勤奋地修习佛法的深层处；
请加持我们能够到达修行的最终目标，解脱自己川流不息的「心念」。

第二十七颂

请加持我们在修行中毫无障碍；
请加持我们在修持上立刻得到成就；
请加持我们与别人的接触，都是有意义的、利益别人的；
请加持我们破除希冀与恐惧的对立，(获得「平常心」)。

第二十八颂

请加持我们能够觉悟「不二的原始智慧」，(了悟「空性」之「非有非空」的道理)；
请加持我们能够认识自心原始智慧的本来面目；



请加持我们能够安住于内在自心的可靠处；
请加持我们能够无须费力而获得最大的决定，（
对一切事物再无疑惑！）

第二十九颂

我们在无始以来就已经拥有的，有如大金刚武器般的原始智慧；
祈愿（此智慧）可以立刻切断「轮回」与「涅槃」的空洞存在；
祈愿我们能够在不断极乐的刹土喜筵上；
时常享受那种超越聚合与离散的活动，（感受永无止息的快乐！）

第三十颂

在遍满平等的虚空之中，甚至连痛苦的名字都不再存在；
（由于快乐无处不在），因此还有谁人会（在刹土）继续寻找快乐呢？
快乐与痛苦变成同一味儿，执著（亦因此得到自然的）自我解脱；
这就是「普贤王如来」的刹土：祈愿我们在此一生就可以到达！

然而，过了不久，在十一月的初十晚上，此女子再次出现在吾妻之梦中向她说：「我请求书写一篇祈愿文并非小事，实在是有大需要的。」基于听取了此一梦境，在同月之十五日早上，我正式构思书写此篇祈愿文。

之后，在次月十四日的晚上，我专注地向莲师作出祈祷，祈愿得到一个十分之有意义的加持。

在随后的清晨时分，我梦见我坐在一座大型的、类似庙宇的建筑物之内。突然出现一位长发飘逸、白衣、年青的白人。他柔和地敲打著钹，以顺时针方向的盘旋舞步起舞。当他穿过门槛，逐渐靠近我的时候，他以押韵的声调唱出下列的字句：

欲树佛法兮、请树法于心
法于深心兮、即得佛自性
欲至佛土兮、先清净妄念
既生喜悦兮、佛土现汝前
修持精进兮、于教法心髓
若不修持兮、焉能有所成
一己过失兮、一己难知晓
能知己过兮、此即为法要
渐正过失兮、渐生汝功德

唱至每句的尾部，钹的乐声就会提高。到最尾一句，钹的乐声提至最高的时候，他就离开了。于此时，我亦醒来。我立刻醒悟，忆起并了知这些语句的意义，是有关「什么是应取的、什么是应舍的」教导。

然而，我感到十分懊悔，因为我唯一的父亲莲花生大士，直接出现在我的面前，而我竟然无法认出他。此文由怀著永远的虔诚、蜜玛派的老父、智者移喜多杰（敦珠法王之法名），依据他的经验而写成的。

祈愿此文深具益处！
能利益所有众生！



敦珠法王之「后记」

此颂文摄集了「祈祷愿文、忏悔罪过、祈许正愿」。书写此颂文之缘起是于藏历水猪年（1983）十月上旬某夜，吾妻智慧持明自在母，于梦中见到一名女子，此女子曾多次出现在她的梦境。此女子向她说：「你应该立刻向敦珠仁波切请求书写一篇祈愿文。」说后便离开。过了不久，同月之初十晚，同一女子再次出现在吾妻之梦中向她说：「你一定要立刻向敦珠仁波切请求书写一篇祈愿文。」说后便消失。吾妻于翌日一早便向我诉说此事，但我回答：「已经有太多的祈愿文了，只有少数人会朗诵。」吾妻仍然要求我无须理会长短，总之尽快书写一篇祈愿文。鉴于现世充满疾病、饥荒、武器及争斗，似乎需要一篇具保护效能的祈愿文去救护这些恐惧。但这只是一个意念，由于有其他的一些事情发生，此事似乎并无急切性。



编后语

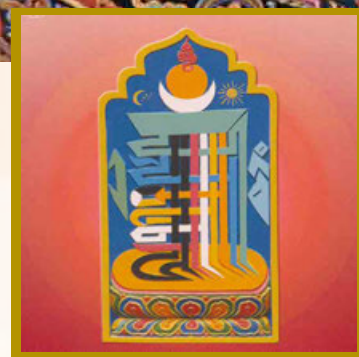
佛教义理精深，实践方法实用可行，但法门深广，浩瀚如海，要略通门奥实非易事。故本会以深入浅出之内容，出版佛学CD及VCD结缘流通。同时编制《莲花海》双月刊，祈以诚恳之心，克尽绵力，使佛法精髓，得以流通普及。

本会衷心希望 阁下支持出版《莲花海》和各项弘法利生善业，发心订阅、捐助，同种善因。现捐助本会三百元或以上者，本会将赠送经依怙主 夏札(威操)生纪多杰仁波车开光之「佛足印吉祥布」 (28寸宽x33寸高) 一张作为纪念，数量有限，赠满即止。(本会为政府认可之「慈善团体」，捐款收据可作免税凭证。)

《莲花海》初创，特别准备下列三项纪念品：A 由依怙主 夏札(威操)生纪多杰仁波车开光之「时轮金刚」 贴纸；B 本会开光盛典VCD；C 由 松吉泽仁仁波切开示之「普贤上师言教笔记」 (五加行) VCD，免费致赠与广大读者，与善信结缘纪念，数量有限，送完即止。请于2006年4月30日前填妥下表寄回即可。

付款方法：

- ☐ 划线支票抬头请写「敦珠佛学会国际有限公司」)，请填写妥下表寄回「香港柴湾常安街77号发达中心4/F」，本会将尽快处理。
- ☐ 银行入帐（存款汇丰银行户口：004-579-2-006529），收据及表格可寄回本会或传真至3157 1144。
本询电话：2558 3680



▲ 「时轮」即时间之轮，横跨：过去、现在、未来，不定及不依「十二因缘」流转。

「时轮金刚咒牌」以梵文书写而成，用以防止时空凶曜、罗猴、地魔、仙人、毒龙、山神土地、人世魔、鬼怪、遊方神祇等之损害，可息灭种种违缘而不复生，是避凶趋吉的吉祥物。



▲ 依照佛陀成佛圣地——菩提伽耶「金刚座」旁之释迦牟尼「佛足印」而制成之「佛足印吉祥布」，弥足珍贵。

助印功德、索取纪念品、订阅及邮购表格

项目	事 项	选 择	银 码	合计
1	索取： A 「时轮金刚」贴纸 B 「开光盛典」VCD C 「五加行」VCD	☐ A ☐ B ☐ C		
2	助印 《莲花海》双月刊	☐		
3	订阅 《莲花海》双月刊(本港)	☐ 一年(\$25)	____份 x ____元	
	一年海 外邮资 另加	国内、台湾、澳门(澳门只限平邮) 欧美各国等	☐ 平邮\$25元 ☐ 空邮\$80元 ☐ 平邮\$35元 ☐ 空邮\$120元	
4	捐助 「敦珠佛学会」之弘法利生善业	☐		
5	邮购本会产品表格			
(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	电 话		总 额	
地 址				
凡订阅2份双月刊， 不同地址者适用	姓 名	电 话		
地 址				

* 本表可自行影印应用



全新佛法雙月刊現已出版

A new Buddhist Bimonthly has just been published

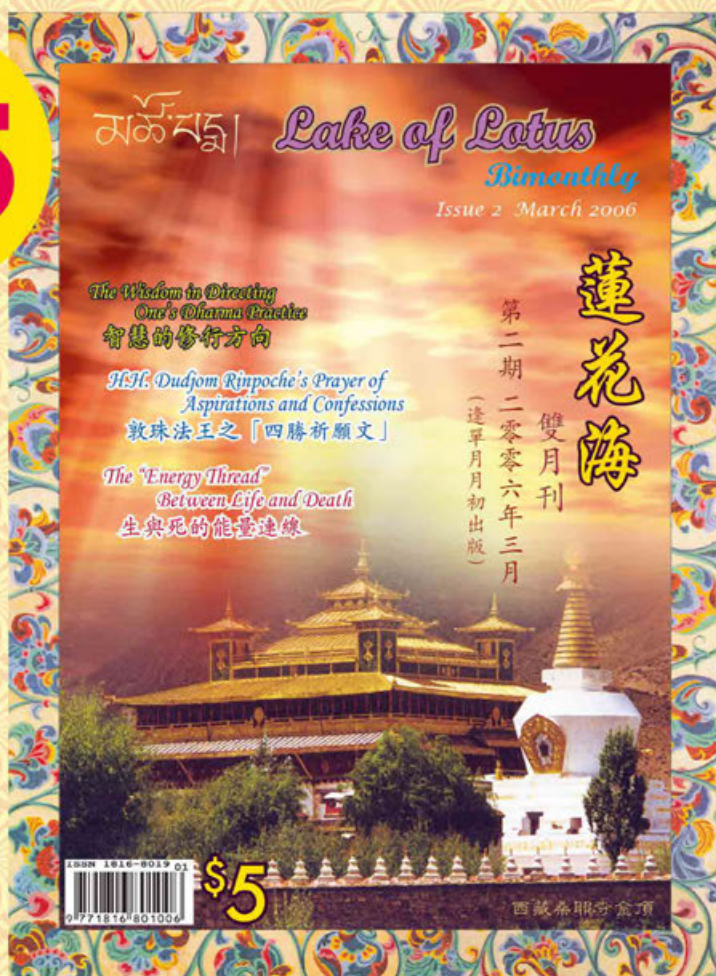
內容精彩 每本只售

Interesting contents,
each costs only

\$5

慶祝創刊 多項紀念品致贈
歡迎來函索取

To celebrate its
inauguration,
Readers are welcome to
write in for many
give-away souvenirs



7-11 便利店

To be purchased at all convenience shops of Seven-Eleven

佛哲書舍 均有代售

and at the various shops of the Buddhist Philosophy Bookshop

歡迎致電或來函請購

Readers are most welcome to telephone us at (852) 2558-3680

OR

write to : Dudjom Buddhist Association International Limited at
4th Floor, Federal Centre, 77 Sheung On Street, Chai Wan, Hong Kong.

地址：香港柴灣常安街77號發達中心4/F敦珠佛學會收



「佛法」令人有艱深的感覺，此一套「修心與修行」多媒體弘法系列，以深入淺出、清晰簡易、系統有序之演譯方法，再輔以「科學之新發現」作為「註腳」，將「佛法」之精妙處一一展現，非常精采。敬請各位善信，萬勿錯過。



CD --

「修心與修行」
備有國 / 粵語版
一套 10 片 CD 及彩色講義
定價港幣 600 元



小冊子 --

「藏傳佛教
超度法簡介」
全彩色印刷
定價港幣 30



書本 --

「放生與因果」
雙色印刷連彩頁
附 CD 二片
定價港幣 90



CD --

「放生與因果」
備有國 / 粵語版
定價港幣 40



CD --

「真假上師」
備有國 / 粵語版
定價港幣 40



CD --

「四加行之重要性」
備有國 / 粵語版
定價港幣 40



VCD --

「藏傳佛教寧瑪派之 虹光身」
THE RAINBOW BODY OF THE
NYINGMA SCHOOL OF TIBETAN
BUDDHISM (in English) -- \$50

備有 英語版 及國 / 粵語雙語版
共一片 VCD 定價港幣 50



VCD --

「空性 -- 非有非空」
EMPTINESS: NEITHER EXISTENCE
NOR VOIDNESS (in English)
1 set with 3 VCD -- \$90

備有 英語版 及國 / 粵語雙語版
共三片 VCD 定價港幣 90



VCD --

「一切唯心造」
共三片 VCD
國 / 粵語雙語
定價港幣 90



VCD --

「業力不可思議」
共三片 VCD
國 / 粵語雙語
定價港幣 90



VCD --

「孟蘭盆會與中陰
文武百尊之殊勝處」
共一片 VCD
備有粵語版
定價港幣 50



VCD --

開光盛典 暨
松吉澤仁仁波切
訪港特輯
定價港幣 50



VCD --

「普賢上師言教
筆記」(五加行)
松吉澤仁仁波切
開示
備有 國 / 粵語雙語
中文字幕
定價港幣 50



期刊 COMBINED VOLUME
LIGHT OF LOTUS (\$360)

「蓮花光」合訂本
包含 1-3 期之「蓮花光」
定價港幣 360 元

KYABJE SANGYE TSERING
RINPOCHE AT OUR CONSECRATION
CEREMONY (in English) \$ 50

流通處

「敦珠佛學會」地址：「香港柴灣常安街 77 號發達中心 4/F」
Tel: 852-25583680, Fax: 852-31571144 http://www.dudjompa.org.hk

香港

台灣

佛哲書舍

九龍旺角洗衣街
241 號瑞珍閣地下
A 舖 Tel: 23918143

佛哲書舍

香港銅鑼灣摩頓台
33 號灣景樓地下
Tel: 28952890

佛哲書舍

香港中環干諾道中
63 號地下 (地鐵 A
出口) Tel: 34212231

健美佛教文物中心

香港灣仔雲西街 28 號
F 舖地下
Tel: 28919089

佛哲書舍

台北市中正區重慶南路
1 段 61 號 6 樓 612 室
Tel: (02) 23704971

全德佛教精品

台北市光復南路
49 號
Tel: (02) 87879050

浴佛节 供灯及祈福除障法会

四大殊胜日之二 供灯法会 -- 功德增加一千万倍 普传供灯仪轨

日期：2006年5月5日星期五（公众假期：佛诞），下午三时，及
2006年6月11日星期日（四圣日之二），下午三时

地点：于本会会址举行。

藏传佛教「佛诞日」及「四大殊胜日」供灯、祈福许愿，除障延寿，最为殊胜。

无须报名，凭供灯收据参加，不限人数，额满即止。

2006年6月11日为藏传佛教四大殊胜日之二，释迦牟尼佛于该日成道，亦于该日涅槃。所以于是日广种功德，尤其是燃点供灯供养十方诸佛，功德可以增加一千万倍，殊胜而且不可思议。供灯可以显露智慧之光明、以功德修引「善业缘起」。祈仗佛力加持，令各位诸事顺畅、消灾除障、寿命福德不断增长。

请填写下列表格，连同划线支票，抬头请写「敦珠佛学会国际有限公司」，寄回本会会址，香港柴湾常安街77号发达中心4/F，供灯款项，将用作学会之弘法利生善业，令「阁下」之功德倍增。本会为政府认可之「慈善团体」，收据可作免税凭证。

本会从来未有委托任何人士或团体代表本会收取任何捐款，敬请各位善信直接联络本会，或者直接邮寄表格至本会会址。

供灯位置（A -- N 之供灯位置，位于本会会址佛坛）

供灯位置	佛象汤嘉名称	功德简述
A	邬金药师佛	莲师化现为药师佛的相状，能消除疾病疫症等痛苦，功德殊胜并容易相应。
B	廿一度母	供养此「汤嘉」，可以有求必应，而且非常灵验。只要发心清静，无论是「息灾、增益、怀爱、降伏」等等事业，均能圆满成就。
C	金刚萨埵	供养此「汤嘉」，可以减轻及忏悔无始以来的罪障，功德殊胜。
D	空行心要坛城	供养此「汤嘉」，将与无数具力之「空行」结下深厚因缘，将得到无量护持，能令修行人之「世间、出世间」事业，均能圆满成就。
E	普巴金刚坛城	为威猛及能降服诸魔怨之「忿怒尊」。供养「坛城」可得「主尊与众眷属」护持，可以降伏诸魔怨，并且消灭业障，成就自他二利。
F	释迦牟尼佛	现世之「本师」，供养「本师」可得无量之功德及加持。
G	皈依境	「皈依境」乃修行人所皈依的对象，由于广集「诸上师、诸佛、菩萨、僧伽、本尊、空行、护法」于「一境」，被称为「资粮田」或「福田」。
H	无死莲师（长寿）	莲师所化现之不死之身。供养此「汤嘉」可以增长寿命、福德、智慧。
I	众护法	供养「护法」，可与具力之「护法」及眷属结下深厚因缘，可得护持。
J	十一面灭罪千手千眼观音	供养此观音，可以减轻及忏悔无始以来的罪障，并且可以令人变得冷静，防止继续增生罪障。十一面代表不同功能，千手千眼代表能够全方位施展具力救助，功德殊胜。
K	莲师财神	莲师化现为财神的相状，合莲师之功德与财神的专长，能增长财富、能力、寿命等功德，非常殊胜及容易相应。
L	「敦珠新宝藏」祖师	「敦珠新宝藏」为近代莲师藏传之殊胜法要。由于其传承极近，所以祖师之加持力特别大。供祖师可以令修法容易相应，而且加强助缘之力。
M	金刚手	乃释迦牟尼佛之殊胜化身之一，并且极之具力，为藏传佛教「三怙主」之一（观音、文殊、金刚手），非常灵验。
N	莲师廿五弟子	莲师入西藏，传密法予廿五大弟子，彼等均能修行成就，并且有很多具德证量的示现，供此可得求法之顺缘及护持。

供灯表格（若果表格不够填写，烦请用纸依照格式填写寄回本会，谢谢！）

数目	意向姓名 (每盏供灯只限一位姓名，可以「合家」或「先人」)	供灯位置 (请填写上表之代号，A--N)	供灯日数 一共7天(请删去不适用者)	银 码 (\$200—盏(细)，或 \$500 (大))	合 计
			06年4月13日准提菩萨诞 / 5月1日文殊诞 / 5月5日浴佛节 / 5月13日佛传时轮金刚日 / 5月25日药王诞 / 6月3日藏传佛诞 / 6月11日四胜日之二，佛成道日、涅槃日 / 7天全供	\$200 / \$500 x ____ 盏 x ____ 天	\$
			06年4月13日准提菩萨诞 / 5月1日文殊诞 / 5月5日浴佛节 / 5月13日佛传时轮金刚日 / 5月25日药王诞 / 6月3日藏传佛诞 / 6月11日四胜日之二，佛成道日、涅槃日 / 7天全供	\$200 / \$500 x ____ 盏 x ____ 天	\$
			06年4月13日准提菩萨诞 / 5月1日文殊诞 / 5月5日浴佛节 / 5月13日佛传时轮金刚日 / 5月25日药王诞 / 6月3日藏传佛诞 / 6月11日四胜日之二，佛成道日、涅槃日 / 7天全供	\$200 / \$500 x ____ 盏 x ____ 天	\$
			06年4月13日准提菩萨诞 / 5月1日文殊诞 / 5月5日浴佛节 / 5月13日佛传时轮金刚日 / 5月25日药王诞 / 6月3日藏传佛诞 / 6月11日四胜日之二，佛成道日、涅槃日 / 7天全供	\$200 / \$500 x ____ 盏 x ____ 天	\$
			06年4月13日准提菩萨诞 / 5月1日文殊诞 / 5月5日浴佛节 / 5月13日佛传时轮金刚日 / 5月25日药王诞 / 6月3日藏传佛诞 / 6月11日四胜日之二，佛成道日、涅槃日 / 7天全供	\$200 / \$500 x ____ 盏 x ____ 天	\$
总 计 TOTAL					\$

捐款收据姓名：_____ 联络电话：_____
地址：_____

藏传佛教 清明除障法会

1. 普传「中阴文武百尊」礼赞与「供灯仪轨」
2. 修持：「大幻化网」之「甚深胜义精华」（亦名为「摧灭金刚地狱唯一法印成就法」），及「静忿生起明显修法」作除障加持
3. 普传「中阴文武百尊」咒
4. 为「参加法会之善信及有名牌之先人」作「净障甘露」加持、及诵名廻向功德。

法会日期：2006年4月5日(星期三)清明正日、公众假期

法会时间：下午2:30pm

清明除障法会登记表格

每位 \$300 / \$600，捐款包括：

1. 为亡者 / 阳居功德主 向「中阴文武百尊」供灯（细蜡灯 \$300，大油灯 \$600）、供斋果。
2. 为亡者 / 阳居功德主 修持「大幻化网」之「甚深胜义精华」及「静忿生起明显修法」，并且诵名廻向功德。每位亡者均有独立牌位接受净障加持。
3. 为亡者附荐之亲友 / 阳居功德主，每一名额可以索取入场券一张

各善信之款项，将用作学会之弘法利生善业，令 阁下之功德倍增。本会为政府认可之「慈善团体」，收据可作免税凭证。请填写下列表格，连同划线支票，抬头请写「敦珠佛学会国际有限公司」，寄回本会会址「柴湾常安街77号发达中心 4/F」。或者直接存款入香港汇丰银行「敦珠佛学会国际有限公司」户口：579 -2-006529，敬请将存款收条及表格传真至本会号码：31571144，或者寄回本会。各善信之收据及入场券将会寄回 阁下之府上。查询电话：25583680。

注意：香烛、冥镪、衣包、纸扎等物，一律谢绝焚化。

本会从来未有委托任何人士或团体代表本会收取任何捐款，敬请各位善信直接联络本会，或者直接邮寄表格至本会会址。

（甲）修法加持「先人」及 为「先人」供灯

名 额	超 荐 先 人	阳 居 附 荐 人	金 额
1	门堂上历代祖先（可令阳居附荐人净障）		\$300 / \$600
2	历劫多生多世冤亲债主（可令阳居附荐人净障）		\$300 / \$600
3	所食所杀一切生命（可令阳居附荐人净障）		\$300 / \$600
4	南亚海啸灾难死亡者（可为阳居附荐人积功德）		\$300 / \$600
5			\$300 / \$600
总 计 TOTAL			

（乙）修法加持「在世阳居者」及 向「中阴文武百尊」供灯

名 额	供灯功德主----「在世阳居者」（廻向只限一位姓名，可以「合家」）	金 额
1		\$300 / \$600
2		\$300 / \$600
3		
总 计 TOTAL		

捐款收据姓名：_____ 联络电话：_____ 索取法会入场券_____ 张
地址：_____



祈福许愿如意宝树

为满足世间各种不同之需要及请求，本会特别准备了一棵「祈福许愿如意宝树」，供善信挂上各别的「祈福许愿愿词」。此「祈福许愿如意宝树」已在年初一由本会上师「移喜泰贤金刚上师」修持「供灯仪轨」祝祷及开光加持，祈愿所有挂在树上之「祈福许愿愿词」均能如愿，并且会祈请众「上师、本尊、空行、护法」为各位之祈愿作加持之助力。

如果各位想在「祈福许愿如意宝树」上挂上个人或亲友之「祈福许愿愿词」，可以填写下列表格寄回本会，由本会之义务工作者将 阁下之愿词放入「祈福宝串」之特别红封之内，祈福许愿者之姓名则写在红封之上，再挂在「祈福许愿如意宝树」之上。每一「祈福宝串」最长的悬挂时间为三个月，每月均会由本会上师「移喜泰贤金刚上师」修持法要加持。每逢农历季尾日，本会之义务工作者会将 阁下之「祈福宝串」火化，圆满所求。

各善信之「祈福宝串」款项，将用作学会之弘法利生善业，令 阁下之功德倍增。本会为政府认可之「慈善团体」，**收据可作免税凭证**。

每一串「祈福宝串」均以一尊佛作加持，请 阁下选择，并将愿词填在方格内：

- ☐ 莲花生大士 - 求修行成就及加持
- ☐ 金刚萨埵 - 除一切障碍、忏业障
- ☐ 释迦牟尼佛 - 求佛缘
- ☐ 千手千眼观音 - 求一切救护
- ☐ 阿弥陀佛 - 求往生净土
- ☐ 廿一度母 - 求一切世间及出世间之事业成功
- ☐ 长寿佛 - 求长寿
- ☐ 药师佛 - 求健康
- ☐ 大白伞盖佛母 - 求避开一切意外凶险及横祸
- ☐ 咕嚕咕叻 - 怀爱：求一切感情及得人喜爱
- ☐ 莲师财神 - 求财
- ☐ 文武百尊 - 特别为已逝之「先人」祈福许愿用

愿词便条：



收据姓名：_____ 电话：_____

每串「祈福宝串」\$300，合共 _____ 串x \$300 = \$ _____

地址：_____

_____ (每一串「祈福宝串」，请填写一张愿词便条，多过一串「祈福宝串」，可以影印此表格填写愿词便条及选择那一尊佛。划线支票抬头「敦珠佛学会国际有限公司」，寄「香港柴湾常安街77号发达中心4/F」，「敦珠佛学会」收。或者直接存款入香港汇丰银行「敦珠佛学会国际有限公司」户口：004-579-2-006529。敬请将存款收条及表格传真至本会号码：31571144，或者寄回本会。





འདྲེན་པའི་བོད་ལྗོངས་འཕེལ་རྒྱུ་གྲྭ་
Dudjom Buddhist Association

敦珠佛學會

觀音誕海上放生素宴

普傳放生儀軌及息滅瘟疫祈願文

舉辦日期：2006年3月18日

星期六下午一時

香港北角東渡輪客運碼頭 -- 「洋紫荊」號

下午十二時半開始登船，一時開船，請勿

遲到。船票連素食餐費每位200元。



如果屆時禽流感人傳人大爆發，本會會取消公開放生法會及取消普傳放生儀軌。善信所繳付之船費200元，由於船公司要求必須於訂船時全數繳付，所以無法退還。但本會仍然會為善信於該日向諸佛菩薩供燈及誦名迴向，每位繳付200元之善信均會以其名義向諸佛菩薩供燈一盞。善信所捐助之放生捐款，本會會於該日照常為衆生修法加持及放生，放生捐款在500元或以上者，均會在放生時誦名迴向。最新消息請來電查詢

請填寫下列表格，連同劃線支票，抬頭請寫「敦珠佛學會國際有限公司」，寄「香港柴灣常安街77號發達中心4/F」，「敦珠佛學會」收。或者直接存款入香港匯豐銀行「敦珠佛學會國際有限公司」戶口：004-579-2-006529，敬請將存款收條及表格傳真至本會號碼：31571144，或者寄回本會。登船票據將會寄往府上。本會為政府認可之「慈善團體」，收據可作免稅憑證。

本會從來未有委託任何人士或團體代表本會收取任何捐款，敬請各位善信直接聯絡本會，或者直接郵寄表格至本會會址。

放生表格（若果表格不足夠填寫，煩請影印填寫寄回本會，謝謝！）

每位參加者之姓名及迴向姓名 凡放生捐款\$500，可以迴向一位姓名，可以「合家」， 若果取得放生，每位繳交之\$200不會退還，用作供燈及迴向			船費、餐費及放生捐款	合計
請於方格內加入 ✓ 號 ☐ 參加者 姓名：_____ ☐ 放生捐 款迴向 ☐ 參加者 姓名：_____ ☐ 放生捐 款迴向	☐ 參加者 姓名：_____ ☐ 放生捐 款迴向 放生捐 款總錄 _____ 元。 不用謄名迴向	☐ 參加者 姓名：_____ ☐ 放生捐 款迴向 ☐ 放生捐款\$500迴向給 因禽流感疫症及南亞 災難死亡之一切眾生 請加入 ☒ 號	____ 位 x \$200 + ____ 放生捐款	
捐款收據姓名：_____ 聯絡電話：_____			敦珠佛學會國際有限公司 通訊地址：香港柴灣常安街77號發達中心4/F 4/F, Federal Center, No 77 Sheung On Street, Chai Wan, Hong Kong. Tel: (852) 25583680 Fax: (852) 31571144 Website: http://www.dudjombsa.org.hk Email: info@dudjombsa.org.hk	
地址：_____				



༄༅།

༄༅།

རང་སྦྱོན་ངོ་ཤེས་སྦྱབས་ཡུལ་རྗེས་བྱེད་གྱི་གསོལ་འདེབས་

འོངས་བཤགས་སྦྱོན་ལམ་ཡང་དག་སྒྲུང་དོར་

གསོལ་འདེབས་ཡོད།

༄༅།

༄༅།

ན་མོ་གྲུ་རུ་མ།

བསྐྱལ་བཟང་ཞིང་གི་འདྲེན་མཆོག་གྲུ་ཡི་རྒྱལ།

རྒྱལ་སྐུ་བྱང་མེས་འགྲོ་འདུལ་འཕགས་པའི་ཆོག་ས།

སྙིགས་འགྲོ་སྦྱོབ་བ་མཚུངས་མེད་གྲུ་རུ་རྗེ།

ཅུ་གསུམ་ཆོས་སྦྱོང་དམ་ཅན་ཆོག་ས་བཅས་ལ།

ཅུ་གཅིག་སྦྱིང་ནས་བྱེད་པའི་གདུང་ཡུས་ཀྱིས།

ཡང་ཡང་གསོལ་འདེབས་ཐུགས་དམ་བསྐྱལ་ལགས་ན།

བཅུ་བས་རྗེས་བྱེད་ཐོག་ས་མེད་ཐུགས་རྗེའི་མཐུས།

བསམ་དོན་ཆོས་བཞིན་འགྲུབ་པར་བྱེད་གྱིས་སྦྱོབས།

སྟོན་ལས་མ་ཞན་མི་ལུས་རིན་ཆེན་ཐོབ།
བསོད་ནམས་མ་རྒྱུ་དམ་པའི་ཆོས་དང་མཇལ།
སྒྲ་མས་རྗེས་བཟུང་དབང་ཕྱིན་གདམས་རག་ཐོག
ཁོར་བུ་རང་ལག་རྟེན་པའི་དུས་བྱུང་ཡང་།

ལྷ་ཆོས་ལྷ་ཅི་མི་ཆོས་དྲིས་མ་གོས།
མི་ཆོས་གཙང་མ་བཅུ་དྲུག་གོ་ཡུལ་ཅམ།
རང་ལྟོས་སྟོད་རན་སྟུང་ལ་ངོ་ཆ་བྲལ།
གཞན་ལྟོས་ཁྲེལ་གཞུང་ཕྱི་ཐག་བྱ་བའི་མཇུག



ལྷ་ཆོས་དག་བཅུ་ཡང་དག་ངོ་མ་ཐོགས།
སྟོན་པ་གཅིག་གི་བསྟན་ལ་ཕྱོགས་ཞེན་གྱིས།
ཆོས་དང་དམ་པར་སྦྱར་འདེབས་ལས་རན་བསགས།
ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་སྟིག་པའི་ཁུར་ཆེན་ཁྱེད།
ཐོས་པ་ཆེ་བཞིན་རང་མཐོང་ར་རྒྱལ་ཆེ།
བསམས་པས་དབྱུང་དོན་གོ་བའི་གཏིང་མ་དཔོགས།
སོ་ཐར་རྒྱལ་ཁྲིམས་བསྐྱུང་བར་རྫོམ་ན་ཡང་།
དགེ་སྟོང་ཆོས་བཞི་གར་སོང་ཆ་མེད་སྟོར།

ཅོལ་རྒྱུ་སྟེ་འབྲུ་བའི་རང་སེམས་འདི།
རྣམ་གཡེར་བསྐྱུ་བྱིད་འགོང་པའི་དབང་སོང་ནས།
རང་ནོར་རང་བདག་ ཉམས་ལེན་མ་རྩལ་ཏེ།
དལ་འབྱོར་གདམས་རག་ཆབ་གཅིག་རྒྱུད་ཆོས་ཤོར།

བྱང་སེམས་བསྐྱུ་བཞོར་ལྷན་པར་རྫོམ་ན་ཡང་།
ཆད་མེད་རྣམ་བཞི་རི་མའི་མར་མེ་འབྲ།
གསང་སྟགས་དམ་ཆེག་བསྐྱུང་བར་རྫོམ་ན་ཡང་།
ཅ་ལྟར་དང་པོར་ཅི་མེད་སྤང་རྒྱུང་ཤོར།

ད་ལྟ་དོན་ཆེན་འགག་ལ་ཐུག་ཉི་དུས།
ཁུས་ཆད་ཐོབ་ཆད་གནའ་བའི་སྦྱང་གཏམ་འབྲ།
ལུས་འདི་ཆོས་གཟུགས་ཆོས་པ་ཡིན་རྫོམ་ཡང་།
སེམས་འདིས་ཡང་དག་ཆོས་པའི་རྗེས་མ་ཟེན།

སྟོ་ལྟོག་རྣམ་བཞི་ཁ་ནས་བཤད་ཤེས་ཀྱང་།
དོན་ལ་ལྟོག་མིན་འདིར་སྤང་ཞེན་པས་སྟོན།
སྒྲ་མ་བརྟེན་བཞིན་སོས་གུས་རིམ་གྱིས་བྲི།
དག་སྤང་ཆབས་སུ་མཉམ་འགྲོགས་ལོག་པར་མཐོང་།



ལུས་འདི་དབེན་པའི་རི་ལ་གནས་ཁུལ་ཀྱང་།
 སེམས་འདིས་ཉིན་མཚན་བར་མེད་གྲོང་ལུལ་འགྲིམས།
 རང་མགོ་ཐོན་པའི་གདིང་ཚད་མ་ལོངས་བཞིན།
 གཞན་མགོ་འདོན་པའི་བསམ་སྒྲིབ་བྱིས་པའི་སྐྱུང་།

དགོན་མཚོག་ཐུགས་རྗེས་བསྐྱུ་བ་མི་སྲིད་ཀྱང་།
 མོས་གྲུས་ཞན་པས་རང་གིས་རང་བསྐྱུས་དགོས།
 འིད་ལྟར་དམ་པའི་ཚོས་དང་བླ་མ་ལ།
 ཡི་དམ་ཆེས་པའི་ལོག་ལྟ་མེད་མོད་ཀྱང་།

དོ་རྗེ་སྐྱོན་ལ་བཅི་གདུང་བཀྱར་སེམས་ཞན།
 ཚོག་ངན་ཅམ་ཡང་མི་བཟོད་དམོད་ཆར་འབབས།
 འགོ་དུག་པ་མར་གཤེས་པའི་བྱམས་སྒྲིང་རྗེ།
 བྱང་སེམས་གདིང་ནས་མ་འབྱོངས་ན་བུན་བཞིན།

དུས་ངན་སེམས་ཅན་ལས་ངན་ཁ་མ་གང་།
 གོ་བཞིན་གཤེས་བཞིན་བག་མེད་དབང་དུ་ཤོར།
 དྲན་གཤེས་བྱ་ར་མ་ཐོང་གྲོང་ཆེན་བརྒྱུ།
 ད་ལྟ་རང་སྒྲོས་རང་ལ་དབྱུང་ཉིན་མོ།

བསྐྱེད་རྫོགས་ལམ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱས་ཁུལ་ཀྱང་།
 ཐ་མལ་འབྲུལ་འབྲམས་འདི་ལ་གྲགས་མ་རྟེན།
 མདོ་སྐྱགས་ཚོས་ཐུག་སྒྲོང་ཉིད་ངོ་གཤེས་ཀྱང་།
 སྒྲོང་གོ་མ་ཚོད་རང་རྒྱུད་རྩ་ལྟར་གྲོང་།

བྱས་ཚད་ཐམས་ཅད་འབྲུལ་པའི་ཁ་སྒྲོན་སོང་།
 བསམ་ཚད་ཐམས་ཅད་ཉིན་མོངས་འཛིན་པར་སོང་།
 དགོ་བའང་སྤིག་པས་མ་བསྐྱད་མེད་མཐོང་བས།
 མཐར་ཐུག་འགོ་ས་ངན་སོང་ལས་གཞན་ཅི།

གནས་ལུགས་སྒྲོམ་གྱི་རང་རྒྱགས་མ་ཟིན་པར།
 ཁ་ཁྱིར་ལྟ་བས་རྒྱ་འབྲས་རྒྱང་ལ་བསྐྱུར།
 བྱི་ལྟར་རྒྱལ་འཚོས་སྒྲོད་ལམ་བཟང་ན་ཡང་།
 བར་དུ་ཆགས་སྟེང་འདོད་རུམས་མེ་ལྟར་འབར།

དེ་ལྟར་རང་གི་སྒྲོད་རྒྱལ་བྱ་བཞག་ནམས།
 དྲན་ནས་རང་གིས་རང་ལ་ཡི་ཆད་ཅིང་།
 གཞན་ལ་བལྟས་ཀྱང་ཡི་ཐུག་ཁ་སྒྲོན་ལས།
 ཕན་གྲོགས་སྒྲོ་བག་པ་མ་ཁན་སུ་མ་བྱུང་།



དཀྱིལ་གྱི་ཤེས་གཅིག་སྤྲུག་ལམ་བོར་ནས།
གཅིག་ཤེས་ཀྱི་གྲོལ་ལམ་ལ་ཅིས་མི་འདུག
མི་བསྐྱེད་པའི་རེ་ལྟོས་གཅིག་ཆོག་མགོན།
ཅུ་བའི་བླ་མ་སྐྱབས་གནས་ཀྱི་འདུས་ལ།

ཅེ་གཅིག་གྲུས་པས་གསོལ་བ་འདེབས་ལགས་ན།
བྱུགས་རྗེས་གཟིགས་ཤིག་སྐྱབས་མཆོག་བྱིན་ཆེན་རྗེ།
རང་སྦྱོར་རང་གིས་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
གཞན་སྦྱོར་བལྟ་འདོད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།

དཀྱིལ་རང་མགོ་རང་གིས་མ་བཏོན་ན།
གཤིན་རྗེའི་ཕོ་ཉའི་ལག་ཏུ་ཚུད་ཟེན་དུས།
གཞན་པ་སྤྱད་ཀྱང་སྦྱོབ་པའི་རེ་བ་བྱེད།
རེ་སྦྱོར་བསྐྱེད་པས་བསྐྱེད་པ་མཆོང་རམ།

བསམ་ངན་གདུག་རྩུབ་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
བསམ་བཟང་ཁོངས་ནས་འཆར་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས་ལྡན་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།
ནམ་འཁོར་ཆེད་དུ་བར་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས།

དེས་ན་རང་སྦྱོར་ངོས་ཟིན་གཞོང་འགྲོད་གྱིས།
ཆོས་འགལ་ཉེས་ལྷུང་ཉམས་ཆག་ཅི་མཆིས་པ།
མི་འཆབ་མི་སྤྲོད་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་ལྡན་དུང་།
སྦྱིང་ནས་བཤགས་སོ་བཅུ་བས་བཟོད་བཞེས་ལ།

ལམ་ལོག་གཡང་སའི་འདིགས་ལས་བསྐྱབ་ནས་ཀྱང་།
ཡང་དག་ཐར་ལམ་ཟིན་པར་དབྱུགས་དབྱུང་གསོལ།
བྱས་བྱས་བསྐྱབ་བསྐྱབ་མི་ཆོ་བསྐྱལ་ན་ཡང་།
དོན་སྦྱིང་ལག་ཏུ་ལོན་པ་གཅིག་མ་བྱུང་།



འཆི་དུས་སློ་ལྷག་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྒྲེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 དག་སྒྲུང་སྒྲོགས་མེད་འབྱོར་ས་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 བཅོས་མིན་མོས་གྲུས་སྒྲེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།

ལོངས་མེད་སློ་སྒྲུབ་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 སློ་སྒྲུག་ཆོས་ལ་གཏད་རུས་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 ཆོས་སྒྲུག་སྒྲུབ་ལ་གཏད་རུས་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 སྒྲུབ་སྒྲུག་རང་རྒྱུད་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།

སྒྲུབ་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 སྒྲུབ་འབྲས་མུར་དུ་སྒྲིན་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 འབྲེལ་ཆད་དོན་དང་ལྷན་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 རེ་དོགས་གཉིས་འཛིན་ཞིག་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།

གཉིས་མེད་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 ཡེ་ཤེས་རང་ངོ་ཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 རང་ཐོག་བཅན་ས་ཟེན་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།
 ཅོལ་མེད་གདིང་ཆེན་ཐོབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་ས།

ཡེ་གནས་ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེའི་མཆོན་ཆེན་གྱིས།
 འཁོར་འདས་སྒྲོང་སྒོག་དུས་གཅིག་བཅད་ནས་ཀྱང་།
 མ་འགག་བདེ་ཆེན་སྟེ་མས་མའི་དགའ་སྟོན་ལ།
 འདུ་འབྲལ་མེད་པར་སྒྲིད་པས་ཉག་ཅིན་ཤོག

མཉམ་བཤལ་སྒྲོང་ན་སྒྲུག་བསྐྱལ་མིང་ཅམ་མེད།
 དེས་ན་བདེ་བ་འཛོལ་མཁན་སུ་ཞིག་མཆིས།
 བདེ་སྒྲུག་རོ་མཉམ་འཛིན་མེད་རང་གྲོལ་གྱི།
 ཀྱུན་བཟང་རྒྱལ་སྤྱི་ཆོ་འདིར་ཐོབ་པར་ཤོག



དེ་ལྟར་གསལ་འདེབས་ནོངས་བ་གསལ་སྟོན་ལམ་སྟེལ་མཁའ་དི་ཉིད་ཚུ་པག་
 སྟོན་ཟླུའི་ཡེ་རཆོས་ཀྱི་དགོང་མོར་རང་གི་ཐབས་ཤོགས་ཤེས་རབ་མ་...
 རིག་འཛིན་དབང་མོའི་ཆེལ་མ་དུ་རྒྱན་ལྷན་པ་གོས་པ་འེ་སྟུ་མོ་ཞིག་...
 ཡོད་པ་དེ་བྱུང་ནས། ད་ཆེད་ཀྱིས་རིན་པོ་ཆེ་ལགས་ལ་འདེབས་ཤིག་...
 འབྲི་རོགས་ལུས་ཨ་ཟེར་ནས་སོང་བ་དང་། ཡང་དེ་རྗེས་སྟོན་ཟླུའི་ཆོས་...
 བཅུ་ལྷན་སྟུ་མོ་དེ་བྱུང་ནས་ཁྱེད་ཀྱིས་ད་དུང་ཡང་གསལ་ལ་འདེབས་འབྲི་...
 རོགས་མ་ལུས་པ་ཨེ་ཡིན་ཟེར་ནས་སོང་བ་ཆོས་འདུག་པ་ཀྱིར་ཉིན་འཕྲོས་



