【牟尼密意显明论】串讲三

【牟尼密意显明论·皈依品】的结构：

一、认识皈依的本质；

(一) 皈依的性相；

(二)皈依的词义。

1. 确定皈依的自性；
2. 、皈依之自性的类别；
   1. 世间

（1）心世间

（2）对境世间

2、出世间

（1）共同

A、声闻

B缘觉

（2）不共

A、般若乘

B、金刚乘

（二）、皈依之自性的特点。

1因；

2对境；

1. 世间的对境；

A、低劣的对境；

B、殊胜的对境

1. 出世间的对境。
2. 共同的对境

（A）、声闻

（B）、缘觉

1. 不共的对境。

(A)、波罗蜜多乘；

(B)、金刚乘。

3时间；

（1）、世俗人

（2）、声闻和缘觉

（3）、菩萨

4专为(目的)

（1）、世俗之人

（2）、声闻

（3）、缘觉

（4）、菩萨

三 皈依的学处(戒律)；

1. 共同之学处；
2. 所修学处；

(1)、亲近圣者；

(2)、听闻正法；

(3)、如法实修。

A总体符合三藏；

B如何各别实修暂时的行为。

1. 所断学处

(二)个别之学处。

四、 如此修学的功德

(一 )、暂时的功德；

1、远离障碍的功德；

2、得到的功德

A、转变名；

B、转变义

(二) 、究竟的功德

1、自己获得的功德；

2、他人获得的功德。

三 皈依的学处(戒律)；

1. 共同之学处；3.所修学处； B\_如何各别实修暂时的行为 \_

我们应该这样：

坐下来的时候想着依靠三宝，走路的时候对总体的三宝观想皈依，特别是往哪个方向走就对哪个方向的三宝做皈依，例如中间大日如来佛，东方不动佛，南方宝生佛，西方无量光佛，北方成就佛。由于行走时对各方向的三宝做祈请的缘故，可以消除我们目前的障碍、心想事成并最终得见诸佛；

* 图形用户界面

  描述已自动生成

我们应该在走路时不仅仅想着要去的地方，而是走向皈依那个方向的三宝。当我们提三宝里的佛宝时，十方都遍满了佛，不管是东南西北，西北，或东南等等，都遍满了佛。

比如我们从美国到中国去旅游，从西方到东方的时候，要观想前往阿閦佛的刹土。如果从印度到中国，或者从华盛顿到温哥华，要观想前往宝生佛的刹土。如是观想起到的话，我们暂时的障碍会遣除，所有暂时的心愿会达成，最终会面见佛陀。

坐的时候，我们应该思维三宝的功德并思维我们依赖三宝，把我们所有的信任都托付给三宝，不管是好或是坏一切会发生的事，都把三宝作为唯一的庇护，相信三宝会照顾我们。

饮食供养：

吃饭时，在未享用任何饮食之前，应首先把新鲜的部分做供养，遵照《取本尊的仪轨》、阿阇黎美智巴所著的《去除邪见论》以及法王大萨迦巴的《初学者的事业》等论典中所讲的那样，念诵“嗡 \_玛哈 \_格热 \_般咂 \_涅喂喋 \_啊吽”咒语，来向上师供养一个“涅喂喋”(\_神馐)。分别的向诸佛菩萨本尊等供养也很好，但如果做总的供养，就念诵这个咒“嗡 \_萨哇 \_布达 \_波得 \_萨缍 \_囊 \_般杂 \_涅喂喋 \_啊吽”，以此咒来共同供养一个“涅喂喋”。然后对享用朵玛者布施朵玛(即食子，是一种以糌粑捏成的供神施鬼的食品丸子)。 \_

对魔鬼布施朵玛的咒是“嗡 \_啊嘎若 \_么康 \_萨哇 \_达摩 \_囊 \_啊 \_喋 \_怒巴 \_那多达 \_嗡 \_啊 \_吽 \_呸 \_梭哈”。对饿鬼道众生布施“焰口母”食子时念诵“那玛 \_萨哇 \_达它 \_噶哒 \_啊哇 \_罗给喋 \_嗡 \_桑巴让 \_桑巴让 \_吽”，

不只是念供养仪轨，而是把一部分的饮食供在佛台，供养三宝

如在《陀罗尼经》中所讲的那样首先念咒语，然后念诵四如来的圣号。有一些首先念诵四如来之圣号然后再念诵咒语的做法，佛祖没有如此讲过，所以那样是不正确的。 \_

四如来：多宝如来 妙色身如来 广博身如来 离怖畏如来多

**宝如来**：让饿鬼由于吝啬心所造的业全部遣除，并具足功德。

**妙色身如来：**让饿鬼远离如山一般大的肚子和比牛毛还细的脖子的丑相，并具足妙色身

**广博身如来**：远离得不到饮食的痛苦

**离怖畏如来多**：让饿鬼远离他们内心的许多恐惧，

水施时必须只是水而不能掺杂任何食物，因为一旦掺杂食物，吝啬的饿鬼就得不到布施，所以佛祖没有讲过水施时可以掺杂食物。然后，对一个粉团念诵咒语“嗡 \_哈 \_惹 \_喋 \_梭 \_哈”来布施给夜叉女，或者念诵“嗡 \_哈 \_惹 \_喋 \_般 \_杂 \_呀 \_启 \_呢 \_梭哈”来布施一个粉团给夜叉的五百个孩子，然后念诵“嗡 \_啊扎 \_奔扎 \_啊色别 \_梭哈”来施一个粉团给有权享用献新部分的总魔鬼。这也如在《夜叉经》中所说：“承认我是导师的人们应对夜叉布施粉团。”在《金刚顶续》中这样说：“布施新鲜食物里的粉团。”同时，在《时轮金刚》等诸多经续中也这样讲过。 \_

当今在西藏，有些人不去做佛陀所讲过的食子和粉团等供施仪轨，反而会去做如同供妖怪时的心形和三角形的灵器。这些是否佛教我表示怀疑。 \_

最重要的是我们的行为要符合我们所修持的佛法：

如我们做为大乘佛教徒，应该恒时修持大悲心。如在吃饭应该思维现在愿我所吃的食物能帮助我们体内的细菌等存活，然后等将来我证悟后给他们传法

睡觉瑜伽也如在《入行论》中云：

“如同护主涅磐卧，随欲方向而入睡。” \_

头朝东或北，右侧卧，在无量光佛的禅定中入定后，于佛的法身空性中入睡；起床时，住于佛的色身佛慢状态中，使自己的所作所为如同《清净行境经》中所讲的那样；

入睡时除了要吉祥卧以外，还要观想在阿弥陀佛的禅定中入睡 （见附录）

于佛的法身空性中入睡；起床时，住于佛的色身佛慢状态中（如是观想的重要性在于这是智悲双运的入睡和起床的修法：我们安住于佛的法身中入睡，也就是修持智慧；我们以佛的色身中起床，然后以此色身在新的一天中行善，利益众生，也就是大悲心的持）

还有，得到任何的快乐和幸福都要供养上师三宝；遇到任何病痛时，让心依靠上师三宝，持咒、观想、治疗、念诵等也是三宝的分支，所以要努力去做而不应去诽谤。有些人也许会认为，做治疗和诵经等做法是由于对法宝没有信心，和吃药看病比起来，还是皈依三宝为好，如若吃药就违背了皈依。这样的想法是不对的，如在《律阿含》中讲：“‘药事’(\_十七事中，安住缘五事之一，指的是食物不失于两种极端，从而成为安住药事)中说，生病的比丘应该依医生和药物。饮食也算是四种药物之一。”如此，若真的如前所说的话，那么吃饭也就算违背了皈依。因此，怎么能说享用饮食和吃药就违背了皈依呢？如果让智者们看到话这些会被耻笑的。

其它方面的行为：

* 穿衣服的时候愿一切众生能有惭愧的心，能尊重因果，不造恶业
* 吃东西时候思维在享用禅悦
* 进入一个城市时思考进入解脱之城，离开城市是思考离开轮回
* 感到幸福快乐时要供养三宝非常重要，要记得感恩三宝的加持。相对于痛苦，我们平时很容易忽略幸福，容易在感受到幸福时忘记这一切都是三宝的加持。
* 感到痛苦时也不要责怪别人，在别人身上找问题。外境和别人只是一个助缘，主要原因还是在自己本身，自己给自己创造了痛苦，做为修行人应该对痛苦生起欢喜心，因为痛苦的产生说明过去的恶因成熟了，未来就不用在感受苦果，不能再感到痛苦时舍弃三宝。
* 生病时也要吃药，不能以只需要念佛为由不接受药物治疗

任何情况下不能舍弃三宝：

共案一

阿底侠尊者在初到西藏时在询问自己故乡印度的人和新消息，赞叹以为被外道说胁迫被杀也不舍弃三宝的人。

共案二

一位被另一个国家所抓的国王在面对逃生，财富，国土的诱惑下都坚决不妥协放弃三宝

《慧灯之光》

行为转为道用 1，2

<http://www.huidengzhiguang.com/index.php/huideng-jiangtang/fofa-jianxiu/2016-07-21-09-20-23/568-l10040>

<http://www.huidengzhiguang.com/index.php/huideng-jiangtang/fofa-jianxiu/2016-07-21-09-20-23/568-l10040>

三 皈依的学处(戒律)；

共同之学处；2. 所断学处 \_

即使是生命受到威胁或者为了得到奖励，也不能舍弃三宝，我们一切的所作所为都应成为承侍三宝的修学。

在经中云

“何者皈依佛，此乃正居士。

何时对异神，亦不许皈依。

皈依法宝者，应远杀与伤。

皈依僧宝者，不交往外道。”

皈依佛：

皈依佛，就不能再承认异神做为自己的导师有些佛教徒认为可以同时相信皈依佛教和基督教等，但实质会损坏皈依戒。皈依佛的定义就是把所有的信任都托付给佛陀，做为唯一的怙主和导向，无论是好是坏，都不会放弃佛。

皈依法：

皈依法，就不能再伤害众生；皈依僧，就不能以外道做为阿阇黎。无论性命的大小，都不能伤害，而且不仅仅不能伤害众生，也不能产生任何伤害众生的念头。

皈依法后就不能以非法做为修行之路，不能再寻其他的修行道路。

皈依僧：

皈依佛以后就不能以异神作为自己的导师。这是从种性的角度出发，中性在第一品中有详细说明，有具生和发展的种性，如果和非佛教徒相处久了会染污我们的种性。

皈依僧后就不能以非僧做为修法伴侣和供养处。如仅对护法与十护方神(帝释天、焰摩天、水天、药叉、火天、罗刹、风天、部多、梵天、地母)等世间神做顶礼和供养朵玛并不会损害皈依，但是若对其做皈依就会破坏皈依戒。

仅仅是向世间护法顶礼或供养不会损坏皈依戒，但若诚心皈依诸如的世间神却会损坏皈依戒。在印度有许多外道的寺庙，如果佛教徒只是为了表达尊重而去磕头或供养，根据经中所说，这样做不会损坏皈依戒。

例如，百姓们虽然对不是自己国王的人做顶礼供养，但这样并没有违背自己的君主，可是如果放弃自己的国王另外寻求其他依救，那就是违背自己的国王了。

意思是说比如这个住在西方的王国的人去东方的王国旅游并对那里的国王供养等，并不代表他完全迁移到东方的王国去居住。如果有一天他真的搬到了东方的王国去居住，而且把自己全部的信任都托付给那个国王，那他原来的国王（西方的国王）就不能给他提供原来的庇护。

所以一个佛教徒如果只是供养世间神是可以的，不代表我们不再是佛教徒，但如果完全把信任托付给了那些世间神，我们就越过了佛教能给我们提供庇护的范围，所以也就不再算是一个佛教徒了。

如果皈依戒损坏了的话：

由于皈依是佛教一切修行的基础，如果基础没有或者损坏了，就像盖楼房一样，不管楼层盖得再高也不会牢固。同样的，如果皈依戒损坏了，不管之后再受什么戒（菩萨戒，密乘戒等等）都没有用。

所以佛教徒要牢记如果我们需要向世间神等表示尊重，我们不应该把他们当作证悟的成就者而定力，而是以随顺的心态去行持（如随顺世间对某个神灵的力量的崇拜，或者随顺自己身边的非佛教徒朋友）。

当今西藏有些人说，若对“唐拉”(山神)等世间神称之为至尊的话，会损害皈依戒。虽说如此，但是看到他们皈依护法及夜叉部主等地方神，这样做的话就真的会损害皈依戒。

萨班在这里解释藏地一些人对什么是损坏皈依戒什么不是损坏皈依戒：

藏地有些人认为把唐拉山认为至尊会损坏皈依戒，但与此同时，这些人却把世间神认做皈依的对境。如果真的这样做的，才是真的会损坏我们的皈依戒。所以总体皈依后来说我们不能把没有证悟的人，或者神作为我们皈依的对境。

但若把他们当做菩萨的僧众，那就属于皈依三宝了。可是如果不是在这样的心态下而是出于对世间神的需要去做皈依，那就等同于外道了，外道也有皈依玉皇大帝和梵天大自在等世间护法的。

对此观点萨班的回答是如果你把他们当做菩萨的僧众与其把世间神分开来皈依，为什么不直接皈依三宝？

之所以藏地这些人会有这样的观点是因为有些印度教的神确实有可能是菩萨，比如有些神（如湿婆等在佛陀在世的时候确实是佛陀的学生）。但是萨班认为如果受皈依戒的话就还是谨慎些，要划清界限，只是皈依三宝。拿大乘佛教的皈依来说，皈依佛的时候就是皈依佛的三身，皈依法就是皈依大乘佛法，皈依僧就是皈依菩萨。

如果除了皈依三宝以外还去皈依世间神，就会与外道的行持混为一谈。萨班之所以会在这里花篇幅解释这些是因为当时萨班与许多外道进行很多辩论，当时优塞婆以互相转换信仰的条件去和萨班辩论。由于文殊菩萨一直在萨班的有肩加持萨班，最后优塞婆说如果一直辩论下去是可以赢了萨班，但是他打败不了萨班有肩的文殊菩萨。最后优塞婆也皈依了佛教。所以作为佛教徒要学会辨别佛教与外道，要保护好我们的皈依戒不受损害。

有些人说跨过经书等不尊重，由于做法宝的买卖或者以经书做抵押等就犯了舍法罪。虽说这样，但是如果认为阻拦闻法和讲法不会损害皈依，从而说不让别人讲法，这样做才真正是舍弃了法的皈依。 \_

萨班认为持有这种观点的人是愚人，因为跨过经文不代表我们放弃皈依法，但是认为阻拦闻法不严重才是错误的，这才是真的舍弃了皈依法。

总的来说，虽然买卖法宝的罪业很严重，但是在购买经书的地方，就会有持续不断的读诵等等，所以自己虽然会因此造业但灭不了整体的佛教。可是如果阻拦闻法和讲法就会断掉出现智者的连续，一旦无人传法时，无论有多少的经卷佛教也会灭亡。因此，恐惧法宝买卖这样细小的罪业，而去造作阻拦闻法和讲法这样大罪业的人，是因为他根本没有了解什么是法的皈依。 \_

把法宝当做买卖来挣钱确实不对，但是比阻碍佛法的传播要来得强，因为如果我们卖了一本佛经，新的买家会打开，阅读佛经等等。但是如果我们阻拦闻法等就阻碍了别人学习佛法，如果没有人学习，也就没有人可以传法，以后剩下的只是佛经，如果是这样就不能说佛法还存在。佛法的存在是基于有人学习并传播佛法。

法王子补充在萨班的年代肯定有人相比起闻法，更偏向于修行，认为不需要深入研究佛经。但这是错误的观点，做为佛教徒，除了要有正确因果取舍，还要在修行前听闻佛法，思考佛法。

只有两类修行人不需要闻思：

1. 彻证的佛陀
2. 辟支佛

除此之外，就算是菩萨，在彻证之前还需要从善知识那里听闻佛法，学习。

比如我们今天从善知识那里学到了无常，我们要思考人生是不是无常的，把这个观点放在我们的生活中，然后思考一切有情的人生，之后确定人生确实是无常的。在确定了之后就可以开始修行。

所以作为佛教徒，我们要自己先学习佛法， 然后要避免阻碍别人学习，我们应该鼓励别人学法。比如法王子鼓励我们为僧众传播佛法创造条件。比如供养僧众，组织法会，这样我们自己也会积累很多福报。

萨班还补充说到如果我们不需要闻思，可以直接去修行的话，那佛也不用传法，译师也不用翻译等等。

有些人说跨越黄色的布就失去了对僧的皈依。虽说如此，但是对持戒者和三藏法师等不恭敬，并去伤害他们才更严重。其实跨越黄色的布只是不尊重的分支而已，不会因此失去皈依的正行。但若不尊重持戒者和三藏法师并且伤害他们的话，就真正损失了僧的皈依。我们应该了知和分辨这之间的差别。

萨班说有些人认为跨过黄，红的僧衣就破坏了皈依僧的戒律，但持有这些见解的人同时不尊重持戒者和三藏法师，其实这才是真正地损坏皈依僧的戒律。

还有很多其他学处(戒律)，不过担心篇幅太长，所以这里不写，而应在其他经论中去了解。

对于皈依三宝后应做和不应做可以展开说更多，但是篇幅就太长了，我们应该自己学习佛亲口说的佛经。

附录

阿弥陀佛修法

萨迦班智达撰著

顶礼上师与文殊师利菩萨！

【普贤行愿品】中有云：

愿我临欲命终时，尽除一切诸障碍，

面见彼佛阿弥陀，即得往生安乐刹。

以此经文中所说为基，下面我会讲解一个阿弥陀佛的修法。

晚上临入睡前，向右侧卧，先作皈依和发菩提心，然后观想自身成

为自己所修的本尊，处于极乐净土之中。观想在自己面前空中，阿

弥陀佛坐在莲花月轮之上，身体为红色，双手作平等手印持钵盂，

钵盂中盛满蜜汁甘露。双腿盘起，身上有种种珍宝严饰。佛尊为诸

上师所环绕，外面是诸佛和菩萨众。自己在意中向佛作三顶礼，念

诵三遍【普贤行愿品】中的“七支供”，如果没有此文本的话，那就

念诵我撰写的【十法行祈请文】。

然后，安住于你的呼吸上，向外呼气时，观想你的心随之消融入佛

的心间，与佛心无二无别；向内吸气时，观想光芒从佛的心间射出

，循着你的语道（说话的通道）融入你的心中。此时，佛尊的智慧

与你的自心融为一体，无二无别。此过程重复三次。

接下来，观想外围的诸佛菩萨皆化光融入诸上师身体中，然后诸上

师又化光融入阿弥陀佛之身，阿弥陀佛也化光融入到你身中。最终

你自身也化光，观想佛尊、本尊和自心皆融为一体，无二无别。念

诵下面的祈愿文：

彼佛众会咸清净，

我时于胜莲花生，

亲睹如来无量光，

现前授我菩提记。

于此状态中入睡，收摄自心，不再散乱。

持续进行此修法，于将来往生时，你就会顺畅如蛇蜕皮一般，离开

此世的色身而往生于西方极乐净土中，在那里你将神奇地以莲花为

身，听闻阿弥陀佛的教法，如同【宝积经】中所说。

此【阿弥陀佛修法】为萨迦班智达法王所撰写。

由亚当·皮尔瑟英译于2016.

这是入睡前的阿弥陀佛修法。

萨迦无著金刚翻译小组中译于2020.

思考题：

1. 我们在第一年禅修班的学习中上师就讲了佛法融入生活，行为转为道用；涉及到行住坐卧和对治贪嗔痴烦恼的各种方面。平时有没有依教奉行，每一个都做到？如果没有每一个都做到，有什么方法可以让自己进步？
2. 为什么在行住坐卧等一切威仪时要观想三宝，如何从修皈依的角度来理解这一点？这样做对我们的修行有什么帮助？
3. 皈依三宝后不再投靠其他外道或依止其他异神听起来是很基本的道理，为什么引导文和佛经都花了大量的篇幅展开解释这一点？在修皈依时，对这一点您的理解是什么？
4. 如何才是真正地做到皈依三宝后不再投靠其他外道或依止其他异神？
5. 修皈依，观想三宝功德等其他的问题讨论和分享