大圆满龙钦心髓内加行修法串讲稿

**第三、金刚萨埵**

金刚萨埵修法，是忏悔罪过最殊胜的方法。**此法****不但是忏悔罪过的修法，而且也是本尊及上师瑜伽的修法。因为修金刚萨埵时，金刚萨埵的本体观想为自己的根本上师，金刚萨埵又是一切佛和菩萨本尊的总体，所以，修金刚萨埵的修法，也就是修一切本尊坛城，念诵百字明和六字金刚萨埵真言，也就是念诵一切本尊之坛城的密咒。**续部云：多世累劫中没有积累福资粮的众生，不但修不成金刚萨埵，而且也听不到、遇不到金刚萨埵的修法，因此，我们能遇到此修法，也是一个很大福德的果报。

（上师这里看似简单几句话，有几个层次的窍诀：

1. 金刚萨埵修法的殊胜，“是忏悔罪过最殊胜的方法。”
2. 金刚萨埵修法，本质上是忏悔罪过、本尊和上师瑜伽三位一体的修法。
3. 此生得遇金刚萨埵修法，是我们一个很大福德的果报。）

**修前行的目的，是为了使自心成为正行的法器；修正行的目的，是为了证悟诸法的实相，而****罪业却是证悟的最大障碍，所以，在修正行之前，必须要清净罪业。**

（冈波巴四法：“心趋于法，法入于道，除道之迷，转迷为智。”

金刚萨埵修法中观想四灌顶所清除的四种障碍：业障、烦恼障、所知障、习气障，从显到隐，就是我们证悟的障碍）

我们从无始以来流转六道轮回直到现在，其间已造了不可思议的罪过；不仅是无始以来的罪业，即便这一生从小到现在所造的罪业，也是不可思议的。大家仔细想想：我们每天杀生、偷盗、妄语、粗语等，身及口所造的恶业那么多，心上的贪嗔等恶念更多，这一切都是很严重的恶业。然而，我们每天所造的善业却很少，而且这些善业又多数是力量微弱的。如果不做忏悔而死去，我们的前途是什么样的呢？用不着具有神通的人观察，自己就能知道，一定是恶趣。所以，忏悔罪过是非常重要的。

 具体修法：

 首先在静处坐垫上以毗卢七法而坐，放下一切杂念，而如此思维并发誓：“这一生我以多世累劫的福报，得到了很难得的人身大宝，也听到了很难闻的佛法，遇到了很难遇到的善知识，圆满了一切修行正法的顺缘，若我此时不修法而错过这个机会，就会很难再得这样的机会，因此我必须修此殊胜之法。”

再发菩提心：“为了从轮回苦海里度化无边无际的众生，我发誓成佛，为了成佛，今天修金刚萨埵的修法。”

复次，观想自身与平常一样（无须像观想本尊一样观想其他形象），从自己的头顶空中观想一朵莲花座，其有八个或十万个花瓣，均是白色，花蕊是藏红色。有四指长的花茎对准自己的头顶。在如同压平的白芥子般大小的花心上，有同等大小的白色月轮，月轮很圆是平面的，月轮中间观想一个白色的藏文吽字（ཧཱུྃྃ），其字极小，好像一根毫尖所写的一样，这就是金刚萨埵的种子咒字。复次，其种子一刹那变成金刚萨埵。**金刚萨埵的本体要观想为自己的金刚上师，因为金刚上师现世给我们灌顶和传法，具有很殊胜的法缘，体相观想根本上师，就很容易成就。不但是金刚萨埵的修法，一切本尊的修法都是这样的。**

**（**金刚萨埵的本体，我们此处观想为法王如意宝，和自己其他的金刚上师）

金刚萨埵的形象是：一面二臂，身色如白水晶般。身上具备十三种报身之服饰。十三种服饰，即五丝绸服及八种珠宝饰。五丝绸服即：(1)从头冠吊于背后的小飘带；(2)飘带；(3)没有袖子的白色上衣；(4)丝绸的腰带；(5)红色裙子。八珠宝饰即：(1)头冠；(2)一对耳环；**(3)项链；(4)舍母朵，是中长的项链；(5)朵夏，是长达肚脐处的项链，这样一共有三种项链；**(6)一对臂环；(7)一对手镯；(8)一对足环。右手持五股金刚杵于心口，左手持铃于软腰间。金刚杵及铃分别表示明空与现空。两足金刚跏趺而坐。

（珍宝八饰：这里沿用的是【普贤上师言教】中的第二种说法，第一种说法中间是“戒指”，而【金刚萨埵如意宝珠3D】动画视频中，多出了脚链。

现空：即是上师再三强调的“现而无自性“；

We can still see things, but we understand that their essence is empty. Just like when you see a person, you recognize that the person is actually empty, the appearance of this person is empty of self-nature.

明空：Clarity and Emptiness

H.E. Garchen Rinpoche’s teaching:

Clarity means that the awareness knows whether or not thoughts are present, that’s the clarity. And Emptiness is that you simply let it be whatever arises, whatever arises you don’t grasp at it, but you recognize that it lacks any inherent existence.

Clarity means Wisdom Awareness.)

复次，**再观想白色佛母，一面二臂，右手持弯刀，左手持充满甘露的天灵盖，与金刚萨埵双运。**观想时，首先找一张标准的金刚萨埵双身像，开光过后，把佛像供在供桌上，如前供五供。然后自己坐于供桌前，两眼直视佛像，心也不散乱而专注于佛像。如是耐心修持。

(上师讲金刚萨埵修法时，提到过三种不同形象的现空双运：

1. 观想金刚萨埵自身的形象时，如空中的彩虹一般，“现而无自性”,“显而无实有”，自身即是现空双运；
2. 金刚铃即代表现空双运；
3. 金刚萨埵佛父为显现，佛母为空性，也是现空双运。）

若全身不能同时观想，则先观头部，再观想右臂、左臂、右足、左足等，一一仔细观想。直至闭上眼睛的时候，也能像睁开眼睛正看着佛像时一样，可以一清二楚地显现。

观看佛像时，**要注意现空两个要领**：现象方面，要清楚地观想头、手、足、服饰，甚至眼球的黑白色都要观想清晰；空性方面，应观想如幻如梦的金刚萨埵显而无实有。也就是说，不能执著所观想的本尊，实执本尊也是证悟空性的障碍，何况其他之法。

清净罪业必须要具备对治四力，四力即：依止力、破恶力、恢复力、对治力。上述的观想叫依止力，皈依金刚萨埵及发菩提心也属于依止力。

第二力就是破恶力。破恶力是对罪过生起后悔之心。譬如说，有一人误服剧毒后，肯定会生起很大的悔心，因他将要感受难忍的痛苦甚至要舍弃生命。如是，我们在无始以来流转轮回的过程中，已经造了不可思议的罪业，若现在不忏悔，恐怕就要堕落恶趣，受非常难忍的痛苦，所造的恶性果是永远也不会错乱的。由此，我们必须在金刚萨埵的座前，一心一意地对往昔所造的罪业发起猛厉的悔心及羞愧、恐怖之心。如果对罪过没有悔心，就绝对不能清净罪业。

第三力是恢复力。恢复力就是发誓将不再造恶性业，也就是断除将来的恶性业。在金刚萨埵的座前，应这样发誓：“往昔我不知善恶及其果报，是故造了无数的罪业，如今以善知识之恩，使我明白了善恶性因果，知晓了所取所舍，从今以后，我纵遇命难也不再造这些恶业。”如是由心灵深处一心一意发起猛厉的决心。律经云：“若临终时无法做忏悔仪轨，心里发心纵遇命难也不再犯戒，如是发誓便能清净一切犯戒之业。”

**第二、三力极为重要，如果对往昔的罪业不以为然，且乐意继续造业，则即使再三忏悔，也能只能减轻而不能消净罪业。**

第四力是对治力。对治力是清净罪业的主要方式——诵经、顶礼、转塔、布施、供佛、持戒等等，均可作为对治力。在这里，就是观诵百字明及金刚萨埵心咒。上述是四力的略意。

对治力的修法：于金刚萨埵父母无别的心间观想一月轮，大小如一粒白芥子压平一样，是平面的。于其中央，观想一白色吽（ཧཱུྃ）字，面向前。复次，观想百字明：百字明的一百个字于月轮上从内到外往右旋绕三圈。也即，“巴杂尔萨埵萨嘛雅”等其余的字从中间“吽”（ཧཱུྃ）字前方开始往右旋绕，最终排成内外三圈。中心的“吽”字，百字明的第一个字 “嗡”（ཨོཾ）字，以及最后的一个“啊”字这三个字，观想于一条直线上，“嗡”字 和“啊”字均位于“吽”字前面。这些字全是藏文，均于月轮上站立，小如一根毫尖所写的字一般细微。

A picture containing circle

Description automatically generated

观想时先反复观看一百个字母，直至能观想清楚时，再排于月轮之上，并诵百字明，同时对金刚萨埵发起猛厉的信心而祈祷：加持我清净从无始以来所造诸罪，能获得共同与不共同的成就。

**此时，月轮上的每个咒字上流降智悲甘露，犹如火融冰块滴水一样。此甘露经佛父佛母身形流至莲花座花梗，由花梗流入自己和一切众生的头顶而入体内。**

（此处是针对观想**双身金刚萨埵像**。

对于单身像，上师在【金刚萨埵修法——清静罪障之殊胜道】中这样说：

“观想好以后，就开始念诵百字明。一边念诵，一边祈祷金刚萨埵，同时观想月轮上的每一个字如同冰雪消融一般地滴下甘露，通过月轮、花根进入自己的头顶。”

慧灯禅修课视频中说，“想像一百个字滴甘露，通过头顶观想莲花，花茎正对着梵穴，进入我们的身体，以金刚萨埵的智慧冲洗身体里的各种杀盗淫妄。”）

身上的一切病痛变成脓血之形，诸魔障变为蝌蚪、青蛙、蛇、鱼等动物之形，一切罪业变为烟汁、炭汁、红蓝气体之形，如洪水冲洗尘土一样，以其甘露从大小便道及诸毛孔中排出体外，以此甘露清净自身。

此时，自身下的大地开裂，于其底端有死主，为红牛之形，其周围有自己需偿还业债的男女张着口、伸着手，自己体内所排出的脓血等流入他（她）们的口中及手里，他们因满足而心生欢喜心及菩提心，回归各自居处。如此而清净自己的业债，地裂也复合恢复原形。如是反复念诵百字明，需诵十万遍。

这些观想如果不能同时观想，就分开观想。譬如：先观想莲花座及种子咒，观想清楚后再观想其他部分。最后自体成为非常清净，内外透明，现空无别。于其体内再观想三脉四轮，三脉者：中为中脉，左右各一脉；脉轮者：头顶大乐轮，具有三十二脉瓣，如伞辐，瓣端朝下；喉间受用轮，十六脉瓣，瓣端朝上；心口法轮轮，有八脉瓣，瓣端朝下；脐处幻化轮，有六十四脉瓣，瓣端朝上。

复次，再观想从头顶流降甘露，其甘露先充满顶，次满喉、心间、脐轮，最后甘露遍满全身，甚至手足指尖。**甘露降满顶轮等四轮时，如次得宝瓶、秘密、智慧、句义灌顶；如次清净业障、烦恼障、所知障、习气障；于自续如次生起喜、胜喜、极喜、俱生喜等四智慧；如次自在修生起次第、修气脉、修明点燃滴、修大圆满；如次于自心相续种下化身、报身、法身、体性身的种子。**

（此处的各种密法名相，在【金刚萨埵修法——清静罪障之殊胜道】一文中只是略微提及，在慧灯禅修课视频中也不像这里说的那么详细。）

复次，念诵前行仪轨中的忏悔词：

怙主我从无明故，

破又违犯三昧耶，

上师怙主垂救护，

金刚总持大悲尊，

吾者皈依众生主。

 发露及忏悔一切违犯身口意根本及支分誓言，祈请赐予清净一切罪障堕过之垢。此时金刚萨埵慈而笑曰：“善男子，你的一切罪障堕过，皆已清净。”如是赐予许可清净而化光融入自身，**此时自身也变为金刚萨埵。**

**己身观想金刚萨埵时，要有三个要义，即：明、净、稳。**

**明者：己身观想金刚萨埵父母形色服饰等清清楚楚为明；**

**净者：己身观想金刚萨埵不是把非清净的物质观想清净，而是诸法的本性本来就是清净的，其有很多理论证据；**

**稳者：己身及金刚萨埵究竟是无二无别，对此应有坚定不移的信念，此为稳者。**

**（此处需要注意：**

**“此时自身也变为金刚萨埵”，也即是我们所观想出的所依金刚萨埵形象仍在，同时在佛尊的加持和忏悔之力清洗下，我们观想自身也变为金刚萨埵形象。**

**明：Clarity；**

**净：Purity；**

**稳：Stability. ）**

**复次，金刚萨埵父母心间观想月轮**，大小同上，月轮中心有蓝色“吽”字（ཧཱུྃ），前方有白色“嗡”字（ཨོཾ），右方黄色“巴杂尔”字（བཛྲ），后方红色“萨”字（ས），左方绿色“埵”字（ཏྭ），字小如毫尖所写许。**心专注其咒并诵“嗡巴杂尔萨埵吽”。**诵咒时最重要的是信心，要相信百字明等咒文即是金刚萨埵，金刚萨埵也就是百字明等咒文。因为，金刚萨埵及咒文二者都是佛之智慧显现，二者都是度化众生的方便，所以根本没有差别。其信心是使咒文发挥能力的唯一方便。

（“念诵完毕，观想上师金刚萨埵和颜悦色地说：“善男子，你所违犯的一切罪障都已清净。”**然后化光融入自己身体**，从而使自身在一瞬间化为金刚萨埵主尊。然后观想**在自己所化而成的金刚萨埵心间**，有一小如扁芥子的月轮，月轮中央是蓝色的吽（ཧཱུྃ）字，吽前面是白色的嗡（ཨོཾ）字，右边是黄色的班扎（བཛྲ），后面是红色的萨（ས）字，左边是绿色的埵（ཏྭ）字，“

------【金刚萨埵修法——清静罪障之殊胜道】

上师在慧灯禅修课“金刚萨埵3”中说：

“金刚萨埵说完‘善男子，善女人，你们所有的罪业都已经清净了’这句话以后，**然后金刚萨埵就融入我们的身体，就融为一体**。这个之前我们没有把自己观想为金刚萨埵，因为我们的罪过还没有清净；现在我们通过金刚萨埵的修法，把我们所有的罪过都清净了，这个时候我们就完全可以观想把金刚萨埵融入我们的身体，也即是说， 当下我们自己就变成了金刚萨埵。

我们现在把自己观想为金刚萨埵以后，现在我们就是金刚萨埵了，**那我们的心间这个位置，**又观想一个很小的月轮…”

此处我们需要注意：

1. 要观想我们已经自成金刚萨埵，不再继续观想金刚萨埵佛尊在我们头顶或面前空中；
2. 观想自身成为金刚萨埵之后，即应该开始持诵金刚萨埵心咒，如文中所说，**“心专注其咒并诵“嗡巴杂尔萨埵吽”**。）

六字金刚萨埵咒文发各自颜色的光，光上端有各种供品供十方佛菩萨，圆满资粮，清净罪障。佛菩萨的大悲加持变为光融入咒文，而得共同和不共及学道、无学道之一切成就。

之后，又发射无量之光照射六道众生，清净其一切罪障，器世间变为现喜净土，即金刚萨埵的刹土，诸有情世间变为五部金刚萨埵。观所有金刚萨埵诵咒，所有声响都变为五部金刚萨埵咒文音，并念诵六字咒文。

因这些修法是金刚乘的善巧方便之要，是故一刹那间也能圆满不可思议的资粮，能做对遍天众生有益之事。如是随力念诵。

最后起座时，观想一切器、有情世间都化光融入自身，自身莲座一起化光融入心间的“嗡”字（ཨོཾ），“嗡”字融入“巴杂尔”（བཛྲ），其融入“萨”（ས）字，“萨”（ས）也融入“埵”字（ཏྭ），“埵”字（ཏྭ）融入吽字的下音母（），其融入小“阿”字（འ），其融入“哈”字母（ཧ），其也融入“弯月形”字（），其融入明点（），明点融入“那达”（），**心专注于“那达”一段时间，**最终“那达”也融入于空性中，犹如彩虹消于空中。

复次心安住于明空无别之法性，然后又从空性中显出金刚萨埵及其刹土并回向善根。

（最后的结座部分观想不能完全依照如意宝珠的修法，因为那是不需要灌顶的显宗修法。我们的修法需要观想自己就是金刚萨埵，自成本尊。最后圆满次第的融入也要观想是在自己的心中进行，而不是面前空中。所以这时应该不要看视频，而完全是自己观想出来。）

略回向词：

我今速以此善根，

成就金刚萨埵尊，

令诸众生无一余，

悉皆安置于此地。

诵其他回向文也可以。

**诵咒方式有声念及意念二者。声念乃用声念诵，其诵法要断除六过失而诵：(1)声音太大；(2)太小；(3)太快；(4)太慢；(5)少念文字及音母；(6)多加文字或音母。后二者是发音不准之过。**意念分二：(1)金刚诵为观想咒音，以呼、吸、住气三者而诵；(2)意念者，不动舌根，唯用心而念。无论何诵法，心不外散，内沉而专心，于咒文的能力发起坚信，诵时与人不说话。《无垢忏悔续》云：“金刚萨埵承许：一切善逝之精华，清净一切违誓言及执障者，一切忏悔之王百字明者，若一时诵一百零八遍，即能恢复一切违誓之罪，解脱于三恶趣中。任何瑜伽者专心常诵，此人三世诸佛视为长子而救护，亡已定成诸善逝之长子也。”每日早上尚未与别人说话之前诵二十一遍，便能控制罪业的增长。否则，诸罪每日增长，善业亦如此。若诵十万遍，一切堕罪完全清净。

**不能如是观想的钝根者，要认为金刚萨埵之身、智慧、百字明三者决定一体无二别。流降甘露时，于金刚萨埵座前发露罪过，发勇猛之悔心；自身观想金刚萨埵时决定诸法本净；百字明作为祈祷词而诵，并坚信不疑即可。**

（上师此处教授我们这些“钝根”，如何观修金刚萨埵的窍诀：

1. 要认为金刚萨埵之身、智慧、百字明三者决定一体无二别；
2. 流降甘露时，于金刚萨埵座前发露罪过，发勇猛之悔心；
3. 自身观想金刚萨埵时决定诸法本净；
4. 百字明作为祈祷词而诵，并坚信不疑即可。）

所有得灌顶者皆是入密乘者，入密后需护持誓言戒，破誓言罪过极为严重，每个入密者都会有破誓言之过；入佛门而未入密乘者，也有犯其他戒之过及无始以来所造罪业。是故，每个人的罪业是不可思议的。金刚萨埵修诵法，是唯一殊胜、快捷而彻底的清净罪业之方便。因此，此修法非常重要。

大圆满龙钦心髓讲义中金刚萨埵修诵法终！

**思考题**

1. 上师在本文中说金刚萨埵修法，“不但是忏悔罪过的修法，而且也是本尊及上师瑜伽的修法。”请问对此您是怎样理解的？
2. 上师一直强调金刚萨埵佛尊的“现而无自性”，请问您是怎样理解的？
3. 为什么上师会说“罪业是证悟的最大障碍”？
4. 上师说，“己身观想金刚萨埵时，要有三个要义，即：明、净、稳。”请谈谈您的理解。
5. 上师最后说，“不能如是观想的钝根者，要认为金刚萨埵之身、智慧、百字明三者决定一体无二别。”您对这句话是怎么理解的？
6. 您觉得理解百字明的含义对修行金刚萨埵修法有帮助吗？
7. 请问您在实际观修金刚萨埵时，有遇到什么困难吗？