



10 念修金刚萨埵(114-118)

10 念修金刚萨埵(114-118)

《前行广释》第 114 课辅导资料

[1] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[2] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[3] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[4] 发了菩提心之后，今天我们继续一起学习华智仁波切所造的《前行引导文》。

[5] 前面我们学了共同加行，主要是让我们能够看破今生、看破后世的执著，一心一意修持解脱道，让我们生起出离心。如果我们不生起出离心就会耽著轮回，因为我们的心的心识无始以来所串习的就是耽著轮回，所有都是和轮回有关的。如果不串习出离心自动就会耽著轮回，如果串习出离心，轮回的执著就会越来越弱，乃至最后让我们的心理彻底地调整方向，这就是四种转心法。调整方向就是把我们的心的心从所有相应轮回的潮流当中完全逆转，开始追求解脱道。这个工程它是很重要的，但也是稍微比较困难的，因为习惯了轮回的思想，要让我们不耽著或让我们追求解脱是不太容易的。但也是必须要这样去作意、去观修的。因为如果不生起出离心我们就没有办法从耽著轮回的思想当中出来，就没办法真实获得解脱。四种共同加行主要的内容是引导我们生起解脱心。

[6] 前面四个修法是打破对今生、后世的执著，第五个修法是告诉我们解脱到底是什么，让我们知道解脱的利益。第六个依止善知识，如果要解脱的话凭自我造臆是不行的，必须要依止一位具有法相的也就是有经验的善知识，这个经验是对修行解脱道方面有经验。善知识有特定的标准，世间当中老师的法相、标准或其他世间教练的标准就不适合解脱道的善知识标准。

[7] 依止善知识的标准都是不共同的，我们在寻找引导我们趣向解脱的善知识的时候，应该按照法本里面所开出来的条件去寻找有资格引导我们修解脱道的善知识。这也是依止善知识的一个内容。另外依止善知识的内容还告诉我们，我们依止上师依止善知识最主要的目的是什么，最主要的目的就是修解脱道。为什么要这样讲呢？因为我们刚刚从轮回的思想当中接触到新的解脱的思想，就很容易把佛教当中的善知识当成轮回思想当中的对境去进行观待。有些时候不注意，也容易对于引导我们解脱的善知识产生轮回的情感，或者用我们轮回当中的思想去对待善知识，这是不对的。

[8] 观察上师善知识的标准、观察作为弟子的标准也是一步一步让我们明确作为弟子依止善知识最终的目的、最主要的目的到底是什么？可以明确我们自己修行的方向不会错误，真实地把上师善知识当成引导解脱者，真正引导我们走解脱道的人。我们的心逐渐逐渐就会很清净，世俗的情感、杂念、烦恼在依止上师过程当中就会逐渐被清净掉。

[9] 因为是有情众生就有想法，而且无始以来对于自己有恩德的或者说有功德的人很天然的就会产生亲近感，如果这里面夹杂了很多世间的烦恼、情感，这样依止善知识就会有染污，就不会那么清净。如果不清净，我们就不会把主要的思想、注意力放在上师所讲的法上面，或者说我们依止上师到底是为了什么等等。主要的目标、主要的修行道逐渐就会迷失掉，时间也浪费了，但是我们没有在上师的过程当中获得应该有的见解和修行。这也是我们在修法过程当中对于如何依止上师必须要了解的其中一个内容，而且必须要在相续当中根深蒂固的生起来的。依止上师善知识就是为了解脱，别的不是依止上师的目的。

[10] 讲完共同加行之后，现在学的是不共加行。因为我们想解脱了，也依止上师了，就要在上师的牵引、加持之下逐渐地靠近实相。从内加行开始的修法和解脱道真正相关。前面的修法也是，但是相对来讲是属于外道的，比如说要修皈依、修菩提心，你想要修这个法你的目标是什么？必须要通过前面的共同加行把相应于轮回的思想去掉，然后生起追求解脱道的思想。有了追求解脱道的思想再来学习皈依，皈依就是和解脱相关的皈依了。

[11] 皈依不是有三种发心吗？其中相似的皈依是救畏的发心或者善愿的发心，为了获得更好的人天快乐，或者害怕自己堕恶趣等等而皈依的，这是不究竟的。而真正的皈依，就是自己真正想要解脱而皈依三宝，这是作为一个修行人来讲应该有的基础，当然在此基础上才能谈为了众生的解脱而皈依的。有了很明确的出离心之后皈依就会成为真实的解脱道，有了出离心之后再修菩提心，菩提心就是真实的菩提心。

[12] 如果我不愿解脱，我都觉得轮回后世的人天快乐很好很舒服应该追求，连我自己都是处在这样的状态当中，如何把真正出离心的心态放到其他众生上面？如果我是这种心，那么我愿众生获得的安乐也仅此而已，我愿众生离开的痛苦也仅仅是恶趣的痛苦、仅仅是当前的不如意的生活状态，根本和解脱没有关系。只有有了出离心之后的菩提心才是真正的利益众生的菩提心，乃至后面的金刚萨埵修法等等每个都是和解脱道相关的。现在我们学的是不共加行，在共同加行修好的基础上再修不共加行，力量、加持就会非常清净，很强烈可以生起来。

[13] 在不共加行当中皈依的修法、菩提心的修法已经学完了。皈依是从现在乃至成佛之间，我们在修皈依的时候都会念——从今乃至菩提果如何如何。所以我们不能三个月把皈依修完了，然后似乎就结束了。不是结束了而是刚刚开始，从现在乃至成佛之间皈依的修法都是要不断地串习的，只不过越往后越自然。现在我们强力地去发动皈依的心，因为我们以前对皈依三宝基本上很少串习，皈依的心态、皈依的学处对我们来讲还是很陌生的。

[14] 刚开始的时候要很强劲的去发动皈依，后面也要具备。只不过越往后越自然，你不需要刻意，反正你的相续当中、在你的血液、骨髓里面已经有了皈依三宝的信心了，越往后越清净。发菩提心也是一样的，我们也不要以为几个月把菩提心学完了好像就完了。菩提心也是从现在乃至成佛之间必须要有的殊胜修法，这种状态也必须要强烈地生起来，最后生起胜义菩提心、生起圣者的菩提心、乃至生起果位的菩提心，完全觉悟实相的心也是菩提心。

[15] 这些我们已经了解了，了解之后我们在平时的修行或者生活工作过程当中，都必须要有皈依和发心，因为既然学了之后就要不断地训练，让它变得非常自然。

[16] 从今天开始我们要学百字明，就是要修忏悔法。第一个皈依是进入了修行的门，皈依是区别内外道的。从皈依就开始接近于实相了，因为皈依了三宝。三宝以前我们学过：佛宝是已经完全觉悟的，他是作为导师；法宝是在僧宝和佛宝相续当中所具备的道谛和灭谛，也是清净的自性；僧宝是修持正法之后相续当中已经现前道谛的圣僧。三宝都是内心当中已经现前了内证功德的属于三宝的自性。我们皈依三宝其实是开启了我们内在的觉悟，从这开启了修行之路，开始发掘我们内在的佛性。我们也要具备道谛、具备灭谛，逐渐通过修行自己成为圣僧成为僧宝自性，然后通过僧宝的自性逐渐成为佛宝的自性。所以皈依是进入圣道之门。

[17] 发菩提心就是要确定一个目标，解脱、皈依到底是怎么样的自性呢？一方面我们要利益众生，以利益众生为主要目标；一方面我们要发誓成佛，为了利益众生的缘故要发誓成佛。后面我们就一直要沿着这两种殊胜的心态进行修行。一个是所有都是为了利他，第二个是为了利他要发誓成佛。立下这样目标之后，下面的修法就是百字明，百字明是干什么呢？如果我要现前目标就要扫清障碍，因为罪障是挡在我们从凡夫到圣者、从凡夫到佛之间的很多很多的违缘、障碍。如果障碍不扫清就没办法前进，所以必须要扫清障碍。

[18] 就好像我们要去某个地方，但是听说那个地方塌方了把路堵了，怎么办呢？先把塌方下来的石块全部要清理开，把路通畅了。同样，我们在修道过程当中违品必须要清净掉。我们怎么样才能够利益众生呢？怎么样才能够现前佛果呢？通向解脱道中间的各式各样的违品必须要清净掉。

[19] 违品来自于我们前世做过的很多很多罪业，十不善业道也好，或者说我们在修行过程当中违背的戒律也好，每做一个行为就会成为障碍的自性。所以必须要把这些障碍清净掉，清净掉之后我们在解脱、觉悟的路上才可以逐渐前行。如果自己的障碍特别重，修道是很难进步的，了解这个原理之后我们就知道忏悔念百字明的必要性。下面的内容当中还会提到这些问题。

[20] 百字明是遣除违缘的，修曼扎是积聚顺缘的。我们要成佛还要积聚更多的顺缘，一个是遣除违缘，违缘必须没有。违缘没有了不等于就可以了，你还要积聚顺缘，你的路是畅通了，但是你没有交通工具不行，或者你走不动也不行。路是很通畅，但是你没有顺缘不行，必须要给你自己的交通工具汽车加好油，把汽车调整到最佳状态。顺缘具备了，你可以很通畅地走。

[21] 我们通过百字明把罪障清净了之后，通过曼扎的方式来积聚资粮。你的资粮越强劲，资粮越多越丰厚修道就越顺畅，你就能够越快到达目的地。这也是我们通向目的地一个必然的条件、必然的因素。



- [22] 把这些都修好之后，违缘没有了障碍也没有了，这个时候再修上师瑜伽。因为当你修到这种状态的时候，你所有的罪障不说完全消尽了，但是也清净得差不多了或清净一定程度了，你的福报也是增长到一定程度了。这个时候你就是一个很好的法器，因为罪障该清净清净了，你的福报因缘善根该圆满的圆满到一定程度了。这个时候再通过修上师瑜伽的方式，上师的加持就可以融入到你的相续当中，像上师瑜伽里所讲到的强力加持让你证悟、现前觉性。
- [23] 内加行是慢慢靠近实相的修行，五种内加行内在的关系我们也是要再再了解的。
- [24] 下面我们看百字明的修法。在这堂课当中上师老人家讲了百字明的具体修法，没有讲到原文，我们今天也是按照上师讲的百字明的具体修法来讲。其实上师已经讲得非常清楚了，自己看一下就非常明白，但既然要辅导我们就按照上师讲记当中的小标题，有些地方做一些宣讲辅导。
- [25] 修金刚萨埵忏罪主要是修百字明，有些修法是修金刚萨埵心咒，比如说前几天我们结束的金刚萨埵法会主要是念六字心咒：嗡班杂儿萨垛吽。在十万加行当中主要是修百字明，一百个字的忏悔。百字明念起来比皈依发心可能要困难一点，因为比较长。还有一个问题，有些人因为自己相续当中的障碍比较重的缘故不愿意修，或修的时候修不动，经常性的遇到这个问题。修百字明的时候就开始打瞌睡，完全修不动，一念就开始昏沉，或者一念的时候舌头就动不了了。这也是障碍重的体现。
- [26] 如果出现不想修的情况、修不动的情况或者打瞌睡的情况，那这是一个符号，是一个警示，什么警示呢？你更需要忏悔了，你的罪障已经深到这么深程度，就连清净罪障的百字明都不愿意修、修不动的话，可想而知障碍有多重。
- [27] 在这个时候我们无论如何要打起十二分的精神，一定要了解忏悔的必要性，无论再困难也要修。就一遍遍去啃，反正你就想再多也是十万遍，有多少？我念一遍少一遍。就相当于爬山，从山脚到山顶十万步，十万步看起来很高很高，但是一步一步走肯定可以走到山顶的。只要我们立下目标肯定是可以修完的。
- [28] 心态、心力很重要，只要你的心发起来了，你会发现没有什么困难的。而且一定要再再的提示自己，这些符号就是告诉我一定要忏悔，是必须要修百字明的提示，如果不修的话就没办法，其它的修法也修不动了，自己困难再大也必须要修。这也是三种安忍当中的为法安忍，为法苦行忍。
- [29] 有人情愿做些搬砖等体力劳动，都觉得比坐这修法要舒服得多。当然有些时候去外面散乱或做一些体力劳动的确很好，但内在的改变有的时候必须要经过苦行。如果你不能够忍受苦行，你不修行百字明等修法，我们心相续当中的障碍缘清净不了的话，修行是修不动的。无论如何，这些修法是强制性的让我们很快清净罪业的殊胜法要，我们遇到这个法的时候一定要重视。
- [30] 忏悔的必要
- [31] 为什么忏悔呢？因为我们造的业很多，造了什么业呢？这里面主要是讲两种业：一种叫做自性罪，自性的业；一种叫做佛制罪。
- [32] 第一个自性罪。自性罪就是不管怎么样，你进没进佛门，受没受戒律，反正每个众生相续当中都有贪嗔痴，通过贪嗔痴的烦恼造下的杀生、偷盗、邪淫等等的罪业叫做自性罪。不管你相信还是不相信、你知道还是不知道，反正做了自性就是罪业，本身就是罪，叫自性罪。
- [33] 现在很多人说：我不能受戒，我受了戒之后如何如何，我害怕犯戒之后有大的过失，所以我不受戒。就觉得不受戒杀生、不受戒偷盗好像就没有罪业一样，但其实是掩耳盗铃。其实你不受戒，你去做杀生、偷盗还是一样的罪业，这叫做自性罪。而且你不去受戒律根本没有对治，没有什么对治心，会习惯性的造罪业，到死的时候没有对治的话，也很容易堕落的。这方面叫做自性罪，不管是什么样的众生，只要有烦恼就会产生罪业，只要做了本身就是罪业。
- [34] 无始到今生我们造了很多很多的自性罪。从早上到晚上，生起贪欲，生起嗔恚，生起嫉妒，生起傲慢，生起邪见，其实每一个都是有过的，自性罪业也必须要通过忏悔来清净。
- [35] 如果不清净的话，罪业这种因缘有它自己的果，什么果呢？罪业的果会让我们产生痛苦，现在我们世间当中绝大多数的痛苦都是因为罪业。绝大多数，不是所有都是，因为的确还有暂时的因缘导致的痛苦，但是绝大多数的痛苦都是来自于罪业。还有很重的痛苦，比如地狱的痛苦，饿鬼的痛苦，旁生的痛苦，人道当中深受打击的痛苦，这些很多都是因为自己的罪业导致的。所以如果不清净的话，就会有果报。
- [36] 罪业除了让我们感受痛苦之外，罪业第二个功能就是障道。如果我要修解脱道，它会变成一个障碍，让你没办法修，修不动，它就成为障碍挡在你前面。你想要生起的境界，想要生起的状态，因为有罪障的缘故修不动，有时候修法修不动的原因就是我们的障碍很重。
- [37] 障碍很重怎么办呢？障碍很重就忏悔。佛菩萨也很慈悲，通过智慧观察到有忏悔的法门并告诉了我们，我们遇到忏悔法门时就应该如获至宝，非常欣喜。因为终于有一个类似于后悔药的东西，世间当中真正的后悔药是没有的，但是忏悔类似于后悔药。你做了之后怎么办呢？一般来讲，做了之后就没办法挽回了，就眼睁睁的看着事情朝不好的方向发展。
- [38] 但是有没有后悔药呢？这种后悔药在佛法当中叫做忏悔法门。你可以通过修善法修忏悔的方式，把以前自己故意、不故意所造下来的罪业通过忏悔的方式清净。清净之后罪业就不会有力量了，不但导致痛苦的力量没有了，导致障道的力量也没有了，不会再障道了，因为被清净掉了，力量已经没有了。所以，不管我们是从哪个方面观察，都应该经常性的忏悔。
- [39] 第二个佛制罪。很多修行者进入佛门，受了佛戒之后，因为相续当中还有很多烦恼、习气，有些人就管不住自己，有意或者无意当中违背了很多很多佛陀的戒律。违背佛陀的戒律也是一样的，第一个会产生痛苦，第二个会障道。所以，我们也必须忏悔。如果不忏悔的话，就会有不好的后果。
- [40] 对我们来讲：第一个，暂时来讲我们不愿意感受痛苦。第二个，我们现在既然要修道，那么怎么样才能够让修道很顺畅？必须要通过忏悔的方式，一定要抢在罪业没有成熟之前把它清净掉。因为它一旦成熟了那就是痛苦了，我们就会失去很多修行的机会。还有，我们现在在修道过程中，罪业虽然没有成熟，但是已经造下了种子，虽然还没有通过痛苦的方式成熟，但是已经变成了障道的因缘了。所以也需要通过忏悔的方式，予以遣除掉。
- [41] 现在人不管过得也好，过得不好也好，显现上高高在上的人或者是生活在社会底层的人也好，其实相续当中都有各式各样的罪业。只不过现在我们自己的心识智慧太粗大了，看不到而已。每个众生没解脱之前，相续当中都有很粗大的罪障需要遣除，并不是不修行就和忏悔无关。
- [42] 有些人觉得这一世我很善良，我没有造什么罪业，我不需要忏悔。也许从某些侧面来讲，这辈子可能很善良，没造过很多罪业。但是无始以来流转到现在，相续当中积攒了很多很多罪业种子，集聚在我们相续当中——心中的仓库里面。另一方面，认为这辈子很清净、很善良，其实只不过是他的智慧很粗大而已，或者按照世间的某些标准来看，似乎是一个好人。我们经常遇到：反正心善就可以了，心好就可以了，我这辈子问心无愧。有些时候只是按照很粗大的标准，比如说，没有刻意杀过人，没有去抢东西，没有去偷东西而已。
- [43] 但是按照世间的标准难道就不需要忏悔吗？不一定。因为内心当中也许会产生很多不好的念头，或者虽然没有杀过人，没有触犯过国家的法律，但从因果的侧面来讲，其实也是做了很多很多不善业。比如说，很多世间人不认为杀一只鸡是过失，杀鱼是过失，但这是不是过失呢？按照因果的观念，绝对是过失，毫无疑问的。
- [44] 如果不了解，智慧很粗大的话，连是不是过失都不清楚，还觉得自己很清净不需要忏悔。我们作为佛弟子也是一样的，有的时候从比较粗大的方面观察，好像我们修行不错。但是再往细观察，按照很细的标准来衡量的时候，我们会发现很多很多起心动念都是贪欲嗔恚，这些烦恼每一个都是不好的业，不好的发心，都会有后果的。所以，对我们来讲还是一定要忏悔的。
- [45] 所以忏悔很有必要。不管是下一世不愿意堕恶趣，还是现在要努力变成一个好的修行人，要让佛和菩萨经论当中所讲的境界在我们相续当中生起来，忏悔都是需要的。这是忏悔的必要性。
- [46] 大恩上师在讲记当中讲：有些人经常喊自己的罪业深重，但是当我们在喊罪业深重的时候，很多时候就是给自己找一个不修行的借口，修不动法就借着“我罪业深重啊”，好像堂而皇之地说，自己罪业深重就不用念经了，就不用做善法不用做对治了。我们要认识到自己罪业深重，但是罪业深重不是让我们不修行的理由。越发现自己罪业深重，越需要实际的行动，越需要做忏悔，让我们很重的罪业逐渐消亡，乃至完全没有了的修法就是修忏悔。
- [47] 四种对治力



[48] 如果要忏悔，忏悔的方法是很多。在这里面就介绍了四种对治力的忏悔。我们要让忏悔变得很圆满，就必须面面俱到。有些时候我们做一些忏悔，但并没有很全面的去做，只是做了部分的忏悔。所以，学习很重要，因为我们的时间有限，相当于我们在和罪业赛跑，我们一定要赶在罪业成熟之前，把该清净的清净掉。如果你没有跑过罪业，在死的时候罪业先成熟了，还没有来得及忏悔的话，虽然现在也在修行，但是某种罪业成熟之后，直接会失去人身，失去继续修行的机会。

[49] 从某些方面来讲，现在我们在和罪业赛跑的过程当中，以有限的时间精力，如果懂得忏悔的方方面面，懂得更多忏悔的细节，那么在和罪业赛跑的过程当中，你就可以迅速地把罪业清净掉。如果你只是掌握了一部分忏悔的内容，就会导致你的力量不够，虽然你做了忏悔了，但是能够损伤罪业的力量很弱，可能只是损伤一部分，但是没有根本性的把罪业清净掉，或者没有把罪业压压在相当低的角度。

[50] 既然要忏悔，就需要了知什么方法能够更迅速的把我们相续当中的罪业清净掉，这是我们一定要关心的。而不是说：反正我念忏悔了，反正我也念“嗡班札（尔）萨垛吽”，反正我也在修，至于是不是达标的，至于是不是符合快速清净罪业的因缘，我并不关心。如果不关心的话，那就太可惜了。反正我们已经在做忏悔了，我就应该把有关忏悔的方方面面都了解了，了解之后，在忏悔的过程当中把这些要素融进去，使用这些要素来忏悔。那么这就是智者的行为。

[51] 佛陀讲：真正的智者不会造罪业，智者知道造罪业是伤害自他的，他不会造的，这是一种智者；第二种智者，造了罪业之后懂忏悔，而且他很懂怎么样快速忏悔的方法，这也是一种智者。在《极乐愿文大疏》中讲忏悔支，忏悔就是对治愚痴的。为什么对治愚痴？因为如果愚痴就会造罪，愚痴就会不懂忏悔，这都是愚痴的表现。第一种愚痴，因为愚痴的缘故业果愚，不知道业果就会造很多杀生、偷盗、邪淫等很多很多罪，这就是一种愚痴；第二种愚痴是造了罪业后不懂忏悔，这也是一种愚痴。所以，忏悔就是对治愚痴的方法。

[52] 既然我们要做忏悔，就必须要了解哪些条件具备了之后，能够快速清净罪业。反正我们都在做，反正每天都在念忏悔，反正时间花的是一样多的，如果这里面具备的要素越多，那么在同等的时间当中忏悔的罪业就更多，在和罪业赛跑的过程当中就占得先机了。你不能慢慢走：管他那么多呢，反正我慢慢走，每天象征性的做一点忏悔。你可以这样随随便便，但罪业不会随随便便，而且罪业一旦成熟之后，果报也不是随随便便，它肯定会很认真的成熟。你可以很随便的忏悔，但是它会很认真的成熟的，这是一个很麻烦的事情。既然我们无始以来这么愚痴造了罪业，为了对自己负责的缘故，应该重视四种对治力。

[53] 所依对治力

[54] 四种对治力当中，第一种叫做所依对治力。所依对治力就是我们忏悔的时候所要依靠的忏悔的对境。主要是从对境的侧面来讲的，我们要在谁面前忏悔，什么样的力量帮助我们忏悔清净，这叫做所依。

[55] 所依对治力有佛菩萨或者自己的根本上师以及僧众，他们具有修证功德，有慈悲心、还有证悟空性的智慧、善巧方便、愿力，方方面面都可以成为我们的皈依境，所以称之为所依对治力。厌患对治力要发露忏悔，他们可以作为我们发露忏悔的对象。当然你可以随随便便找一个人说：我错了，我忏悔。但是他本身的力量，他的悲心慈心怎么样，你在他面前发露和你在佛菩萨面前发露是不一样的，佛的功德更加圆满。所以，在做厌患对治力的时候，他们也可以作为你发露忏悔的对象。修现行对治力的时候，也可以按照佛菩萨的咒语，通过他们的佛号做真正的善法的修行，他们也可以作为现行对治力修善法的所依。返还对治力，发誓以后不造了，在谁面前发誓不造了？最好在佛菩萨面前发誓不造了，他们都可以作为所依。

[56] 整个忏悔的对象，发露的对象，或者我们要祈请谁来加持，或者我们在谁面前发誓以后不再造了，都可以把三十五佛、莲花生大士作为所依，这里百字明主要是金刚萨埵，把金刚萨埵作为我们所依对治，他们有能力帮助我们做忏悔的所依对境。这里是金刚萨埵，但是有些时候也是加了空性、菩提心，这方面也是可以作为所依。

[57] 当然，只要修行佛法的人都有所依对治力。有些净土宗的修行者，把阿弥陀佛作为所依对治力的对境。密乘当中更多的是以金刚萨埵作为所依对治力的皈依境，有些是莲花生大士。不同的修法当中都有一个所依、发露忏悔的对象，或者说依靠他清净我们的罪业。因为他们有不共的加持，不共的能力，所以，我们以他们作为所依对治力更容易清净我们的罪业。

[58] 我们自己也是需要寻找一个所依对治力，有些是三十五佛，有些是其他的佛菩萨或者本尊，观世音菩萨。这里面主要是金刚萨埵。

[59] 厌患对治力

[60] 所依对治力了知之后，第二个是厌患对治力。厌患对治力打比方讲，就好像比我们吃了毒药，非常的后悔。因为只有后悔了，我们才愿意想尽办法要把它吐出来，排出来，要么吃某种药把它化解了，把毒消了，所以叫厌患，就是很后悔的心，对所做的罪业非常后悔。如果你不后悔，很高兴：今天造了罪业很欢喜。如果你对造了罪业很欢喜，想要忏悔条件就不具备，罪业就很难清净。

[61] 厌患对治力对自己所造的罪业产生一个后悔心，这是清净罪业的一个要素。我们必须认识到罪业的过患，认识到罪业可能会对我造成伤害，或者现在正在对我作伤害。为什么呢？虽然现在我是人道众生，但是我还有很多很多的不如意，很多的痛苦，身体上面的痛苦，心上面的痛苦，还有环境不好等等。这些不如意的痛苦是来自于哪里呢？来自于罪业的。前世已经对我做过伤害，现在正在做伤害，以后还会做伤害，所以，我们认识到罪业没有什么值得保护的，必须要发露，要把它清净掉，不需要保护罪业的。

[62] 无论如何要对自己所造的罪业有一个清晰的认知，如果真正要生起很深的厌患对治力，其实也需要学很多的法。为什么需要学很多法呢？因为在厌患对治力当中，对于所要清净的罪业，哪些是需要发露的，这也是需要通过学习才知道。就像刚刚我们讲的例子一样，有些人认为自己是善良的人，是个好人，好像没有什么过失，为什么会无辜地受害？但是他不知道，从更深层次的因果来讲，他其实每天都在造很多很多的罪业。有些人只不过是表面上没有伤害众生，其实内心当中很恶毒的，伪善人也是有很多的。他只是认为我的行为没有伤害众生，但是他没有发现他的心其实没有处在善良人应该有的善良的心态当中，并没有保持。

[63] 作为一个想要忏悔罪业的人来讲，必须要知道所要忏悔的、所要厌患的罪业的种类到底有哪些。如果你不了知的话，很有可能遗漏很大一部分，你只能够忏悔你了知的这部分。你不了知的部分，你根本不知道怎么去发露？对不对？如果你不发露，你的力量根本触及不到这，那么它也会存在着，就会遗漏。

[64] 我们要把厌患对治力修好，也必须要去花一定的功夫，要知道罪业到底有哪些？平时我们讲的十不善业道，还有别的在金刚萨埵修法当中都会提到，到时候我们也会学习。还有在《极乐愿文大疏》里面也讲了很多种类的罪业，益西堪布以前编的一个《净障修法文》当中也有很多种各式各样的罪业，身语意的很多很多罪业，这些都可以参考，有助于我们修厌患对治。有些我们想得起来的，可以直接忏悔。如果想不起来了怎么办呢？对于想不起来的，我们就想：金刚萨埵您是遍知一切，还有很多我想不起来的罪业，反正也在你面前发露。请您观察到我想不起来的罪业，也希望您加持让这些罪业得以清净。

[65] 总而言之，厌患对治就是完全不愿意和罪业共住，就像我们不愿意和毒药共住一样，想方设法把通过饮食进入体内的毒排出来一样，厌患对治力就是很厌恶罪业，不愿意它和我的相续共住，我一定要把它遣除。厌患对治力就是强烈的追悔心，还有不愿意和罪业共住的心。

[66] 如果我们不修行的话，就会心安理得地和罪业共住，觉得没什么，反正罪业存在就存在，也不想去忏悔。这就不厌患对治力。真正的厌患对治力是不管再小的过失都不愿意在我的相续当中留存，我需要的是功德、善法，罪业对我与众生没有丝毫利益，我不需要。如果具有强烈的追悔之心就是厌患对治。

[67] 厌患对治需要发露忏悔，有时候需要在佛菩萨、上师僧众面前忏悔，上师老人家说，如果自己碍于面子，不敢在僧众、上师面前忏悔，也可以在佛像面前忏悔。如果觉得佛不会笑我，反正它就是铜、石头或者布，我和他说了，好像也听不到。这种思想就是不对的，我们要知道佛是遍知一切的，他是一个智慧的自性，能够知道一切。你在这样的对境前面的发露是真正的发露。发露忏悔或者自己产生强烈的追悔之心，也是让罪业清净的一个很重要的要素。

[68] 返回对治力



[69] 有些地方第三个是现行对治力，第四个是返回对治力，此处的第三个是返回对治力。返回就是发一种誓言，以后无论如何不再造类似的罪业了。因为自己知道罪业的过患很大，所以以后我不再造了，叫做返回。返回对治力从字面上理解相当于迷途知返。不要在错误的道路上越走越远，应该回头。对于以前的罪业你不要再继续造，在造罪的路上不回头，必须要返回来，不再造了，终止它的相续，叫做返回对治力，就是迷途知返的意思。我在造罪的路上返回来了，没有越走越远。什么是越走越远呢？就是说对造罪本身不去制止，反正造就造了，抱着无所谓的心态天天造，就是没有返回对治力了。

[70] 返回对治力对我们来讲也很重要，属于忏前戒后当中的戒后。忏悔有两个，一个是忏前，一个是戒后。忏前是什么意思？忏悔以前犯过的罪业叫做忏前；制止自己以后不再造叫做戒后。这两个条件能够保证我们的罪业清净。如果你一边忏悔一边造，虽然忏悔有功德，也会清净一部分罪业，但是还会源源不断地产生，我们在相同的时间中疲于奔命，如果不制止造罪的相续，根本清净不了。永远都在造罪、忏悔、造罪、忏悔……功德也没办法增上。第一个是忏前，对于以前所造的，一定要通过所依对治力、厌患对治力、现行对治力清净掉；第二个是戒后，戒是戒除，就是制止以后不再造了。下决心发誓以后不再造了，这个很重要。虽然忏悔以前的罪业很重要，但是发愿以后不再造更加重要。否则就是一个循环，成了无休止的模式。什么时候才能清净？对不起！这个模式没办法清净；什么时候才可以扫清证悟的违缘？对不起！这种方式也扫清不了。因此修行也需要有一种决心、毅力。

[71] 当然修行人的根机有强有弱，有些人的罪业他发誓之后，可能就不再造了；有些人修行的力量很弱，他可能发誓之后，还是管不住自己。不管怎么样，还是要发誓，这是一种训练，再再训练自己我一定不再造了，再再作意这个力量慢慢也会成熟，这也是一个训练的过程。我们的很多罪业，在忏悔的时候能不能真正发誓不再造了？虽然我们也知道这是很困难的事情，但是还要一次次地训练。训练的时间长了之后，逐渐所发的誓言也会起到一定作用。随着我们修行的进步、福德资粮、智慧资粮的增长，最后返回对治力就会一断永断了。现在可能有些时候还很困难，即便很困难，我们还是要去，尽量发誓。因为我们知道罪业的确对自他没有任何利益，如果有利益，我们可以去造罪业。如果没有利益，为什么还要继续造呢！我们有时候也需要发这种誓愿。

[72] 现行对治力

[73] 什么是现行呢？就是真正的现起对治恶业的行为，这种善行叫做现行对治力。现行对治力是什么？就是造善法。我们的恶业需要什么去对治它？因为恶业需要善业的对治，所以所有现行对治力的内容都是善业。我们的行为不外乎有三种，即善行、恶行和无记行。无记行和恶行对治不了恶业，只有善业能够对治恶业，其实现行对治力就是修善业来对治恶业。现行就是真实的修能够对治恶业的善法，以修持善业来清净恶业，就是真实开始做了。或者说前面讲的一样，真实开始现起对治的善行。

[74] 善业有很多种，但是我们要清净罪业就要挑力量很大的。力量大的善业当中第一个就是菩提心，它是非常强劲的一种善业，既然它的力量这么大，我们忏悔罪业就要调动最强大的善业，就好像我们受人欺负去搬救兵的时候，当然搬得动的话，我肯定就要去请最厉害的人来帮忙，如果请一个还不如我的或者力量很弱的人，肯定是帮助不大。我们要在很快的时间当中，压制罪业，就要想什么样的善行力量最大？首选菩提心，它的力量特别大。前面已经在第二品当中介绍了菩提心的修法，我们在修忏悔的时候，也应该生起菩提心。不单单是我的罪业，所有众生的罪业都要清净，为了利益一切众生我要忏悔。菩提心在我们忏悔的过程当中，一定要用到。菩提心摧毁罪业的力量特别强劲。

[75] 第二个力量大的就是空性，观罪性本空。为什么它的力量很大呢？因为本来就是空性的。前面我们讲菩提心忏悔力量大，它的原理是什么？因为所有罪业的根源来自于我执，也就是自私自利，那么自私自利的违品是什么？利他心。如果你生起了利他心，相当于从根本上瓦解掉了造罪的根源，都是我执的缘故，就是我和我所，不是为了我造业，就是为了我的亲友造业，我和我所就是自私自利之心，在这个基础上杀生、偷盗、邪淫，既然罪业是这样产生的，从根本上瓦解的方式就是菩提心，这是广大的利他心，利益一切众生，而罪业是为了我和我的亲朋好友伤害众生。如果要把罪业彻底清净，那就反其道而行之，通过和它完全相对的利他心去对治。

[76] 菩提心能够彻底瓦解自利心的，这个时候罪业就没有了基础，自动清净了。从原理来讲，菩提心和造罪的本体是格格不入的，相当于水和火的关系一样。只要生起了对治的心，基础就瓦解了，罪业很容易松动，也就清净掉了，菩提心力量很大的原因就是这样的。

[77] 为什么空性力量大呢？罪业本身就是空性的，它本来就是因缘和合的法产生的一个现相。如果你能够相应于它无自性的本性去忏悔，更加容易清净掉。如果我们内心当中把罪业执为实有，清净起来就会很困难。因为心力太弱了，而且在忏悔的时候，没有符合罪业的本性在做忏悔，相当于用了一种颠倒的心。虽然修善法是对的，但是你认为罪业实有就是颠倒的。用颠倒的心态想要把罪业彻底清净，这样就不相顺。如果相应于它的本性去忏悔，就是正确的。为什么呢？因为罪业本来就是空性的，所以安住在空性的状态当中去忏悔，很容易就会清净掉。

[78] 你知道这是空性的，心是很放松的。这时候再去忏悔，打比喻来讲，就像在瓷砖或者碗上面存在一些污垢，用清洗剂很容易可以清净掉，或者说在镜子上面蒙了一层灰，要去清净就会很容易，如果是煤炭清净起来就很困难。如果你能够了知罪业如梦如幻，本身是空性的，而不是实有的，这种了知罪业是空性的状态去忏悔，就相当于清净镜子上面的灰一样，蒙了薄薄一层灰，很轻松就可以把它清净掉。

[79] 第一个空性本身是一个很清净的善法，可以对治恶业；第二个符合于罪业本身的实相进行忏悔，很容易清净。空性的修法在修行的过程中，也一定要忆念，这是一种强劲的能够清净罪业的方式。

[80] 金刚萨埵的修法，就是观修金刚萨埵的身体，念诵金刚萨埵百字明或者金刚萨埵的咒语，这方面也是很容易清净罪业。后面我们还要讲为什么在忏悔的时候只是用金刚萨埵。除了上面的几个之外，读诵大乘经典也是一个强劲的忏悔罪业的方式。因为大乘的经典相顺于觉悟之道，所以功德利益也特别大，所以让我们想要忏悔的时候，读诵比如《心经》《金刚经》《地藏经》或者《妙法莲华经》等等大乘的经典很容易清净罪业。在很多的显宗修法当中，就是让我们读诵大乘经典，通过读诵大乘经典就可以清净罪业。还有转绕佛塔、顶礼、放生，只要你带着忏悔的心态去做，所有的善业都可以成为清净罪业的方法，包括听课也是一个能够清净罪业的方法。比如说我今天听课，就是要忏悔无始以来的罪业，如果你带着这种心态来听法，听课的善根就可以清净你的罪业。

[81] 讲法也可以，比如我讲法是为了清净无始以业的罪业，如果我带着这个思想来讲法，就可以清净罪业。同样思考、看书、讨论、讲考、笔考、念咒、念佛都可以，只要你带着忏悔的心态去做，每个善业都可以清净罪业。像这样所有的善行就是现行对治力，有些是直接观空性，有些是念阿弥陀佛的名号，有些是念观音心咒等等，这些都可以清净罪业。

[82] 实际修持让罪业消除的善法，叫做现行对治力。在这个过程当中你的罪业就一分一分的消掉了。只要你坚持做，在做的过程当中我们要相信善法的力量，罪业肯定是逐渐都在消亡的。我们一定要有信心，有些时候我们会怀疑在修的过程当中，到底罪业有没有松动、消失啊？可能罪业在你怀疑的时候也在消除，但是速度一下子明显就慢了。本来佛看到这个人在忏悔，罪业也在很快的消除，突然怎么减速了呢？原来是在怀疑罪业能不能够清净，生起的这种心态就会减速。

[83] 我们要相信善法的力量，很多时候我们非常相信罪业的力量，我造了这么多罪业怎么办呢？一定会堕落。相信罪业的力量，虽然从某些方面来讲也对，但是同时我们也要相信善业的力量。因为我们没有理由只相信佛陀经典当中的一部分的教言，对于佛说杀生、偷盗、邪淫的罪业如是严重的，我们对此特别相信，天天忧心忡忡。佛陀在经典当中，还讲了另外一部分说，比如说你磕一个大头、放一次生、念一句佛号的功德很大，能够清净罪业的力量也非常的大，我们也要相信这些，没有理由只相信一部分，不相信另外一部分。我们在忏悔的过程当中一定要有信心，信心越足，忏悔罪业的速度越快，能够消除的罪业也会越快，这方面也是需要了解的。

[84] 金刚萨埵是百尊之尊。

[85] 为什么我们要用金刚萨埵来忏悔呢？因为金刚萨埵是百尊之尊的缘故，或者说他是三世诸佛总集的缘故。百尊是大概的一个数字，就是很多的意思。百部之主、百部之首等等，这方面在金刚萨埵修法当中也有，一百部就是无量的意思。百尊之尊既可以是很多的意思，很多佛菩萨的部主，其中最尊贵的。还有一种理解，上师在讲记当中讲，百尊也可以理解成文武百尊，所有寂静和忿怒的加起来有一百尊，这在闻解脱当中有。寂怒百尊的总体或者百尊最尊贵、最主要的，就是集于金刚萨埵当中。金刚萨埵变幻成文武百尊，文武百尊也可以包含金刚萨埵。金刚萨埵既是百尊，百尊也是金刚萨埵，我们修



10 念修金刚萨埵(114-118)

一个金刚萨埵相当于修文武百尊。在麦彭仁波切的一些修法仪轨后面，还有金刚橛、胜乐金刚、时轮金刚等本尊也是金刚萨埵的本体。因为金刚萨埵相当于涉及了所有百尊功德的一位尊主，所以我们要修金刚萨埵来忏罪。

[86] 另外金刚萨埵在所有的佛菩萨当中，具有一个不共的愿力。什么不共的愿力呢？他在因地修行的时候，发愿以后不管是谁观想、供养他的身相，念诵百字明等咒语，他一定会显现在这个人的面前，通过加持清净他的罪业。如果念了他的心咒没有办法清净罪业，他就不成佛。他以前发了这个愿，后来他通过很长时间加持自己的誓愿，自己的功德圆满就成佛了。由果推因，既然他已经成佛了，也就说明他的誓愿已经成熟了。因为他发了不共的愿力，所以不管是谁只要能够忆念或者能够念他的心咒，一定可以清净罪业，这是不共的愿力。虽然每一尊佛都可以帮助我们清净罪业，但是在不同的佛当中都有不同的愿力。

[87] 通过世俗的不共的缘起，修金刚萨埵对忏罪的侧面来讲更加的殊胜。一方面他是百尊之尊，也是一尊佛，一方面来讲他是发了不共的愿力。修持阿弥陀佛的法也可以忏罪，我们都知道在《阿弥陀经》《无量寿经》当中也讲念诵阿弥陀佛的名号忏罪的功德很强大的。而阿弥陀佛主要的发愿，并不是清净所有众生的罪业，就是引导众生趋向于极乐世界不共的愿。他也可以忏悔罪业，但这不是主要的。

[88] 金刚萨埵能不能帮助我们往生极乐世界？可以，但是他主要还是清净罪业的。莲花生大士发的愿，不管是谁观想莲师、念诵他的心咒或是祈祷文，遣除这个修行人所有内外密的违缘。遣除所有障碍违缘就是莲花生大士不共的愿力。文殊菩萨、观世音菩萨、地藏菩萨等等都有不共的愿力。金刚萨埵不共的愿力是什么？相应于众生的根基，最突出的就是清净众生的罪业，清净众生的罪业这是最突出的一种功能。

[89] 这么多佛菩萨都可以忏罪，为什么单单要选择金刚萨埵呢？因为他对众生所发的誓愿是不共的，所以我们如果要忏罪，念诵金刚萨埵是比较合适的。有些大德也说，忏罪可以念金刚萨埵，也可以念文殊菩萨来忏罪，当然肯定是可以的，念观音菩萨也可以忏罪。一方面来讲所有的佛本性是一味的，一方面讲其他佛菩萨的智悲力也是圆满的，而从世俗的缘起来讲，他所发的不共的誓愿那就是清净罪业。既然如此，我们就应该通过祈祷观修金刚萨埵的方式来迅速清净罪业。而且莲花生大士以前授记也讲过，针对现在汉地的众生来讲，尤其有缘的就是金刚萨埵修法。因为很多不共的因缘，所以现在我们有福报能够值遇到金刚萨埵法门。应该经常祈祷、观修，通过他的大悲加持力，在和罪业赛跑的比赛当中，我们完全可以占到先机，能够在罪业成熟之前就让他罪业消亡。第一个可以不堕恶趣，在下一世能够得到宝贵的人身，让修道的相续不中断。第二个如果我们要往生极乐世界，金刚萨埵的忏罪法也可以帮助我们扫清往生极乐世界的障碍。因为往生极乐世界也有很多的障碍。如果你能够忏悔，也可以帮助我们清净掉往生极乐世界的障碍；如果你想要证悟大圆满，它也可以帮助我们清净证悟的障碍，这个方面特别殊胜。

[90] 如何观金刚萨埵

[91] 观修金刚萨埵，在佛堂当中或是前面的桌子上，要找一些金刚萨埵的佛像，铜像也可以，现在有些铜像制作很精美，让人见而生喜，能够帮助我们很清楚的观想，我们可以请一尊铜像，也可以用一些唐卡、照片，还有电脑上面的3D照片。尤其是现在的动态图，对于我们观想非常有帮助。以前就是一张照片放在这儿，不动也不说话，我们还需要加上很多内容，通过动态图可以比较直观的观想。反正能够帮助我们观想的东西，有条件都可以去寻找。

[92] 观想金刚萨埵的时候，上师讲如果自己有信心，可以观想双运的像；如果自己的信心差一点或者意乐方面喜欢观单身，那就观单身。仪轨当中有些是双身的仪轨，有些是单身的仪轨，都是可以的。

[93] 观想金刚萨埵的时候，我们要知道他智慧的本性。虽然摆在我们面前的只是一张照片或者一尊铜像，我们要知道他不仅仅是一张纸、一块铜而已，通过制作加持之后，已经变成了和金刚萨埵无二无别的自性，已经成为真正金刚萨埵本性。最好的是观想一个立体、透明的形象。不要把他观成薄薄的一张纸，也不能觉得佛像里面就是泥巴、铜铁，好像没什么，这些只是帮助我们观想形象的方式，我们观想的时候，应该知道这是智慧的本性，就是真实的金刚萨埵。我们所观想的金刚萨埵和真正的金刚萨埵一模一样。比如我们观在头顶上的金刚萨埵，就是真实的金刚萨埵降临在自己的头顶上。所有金刚萨埵的智慧、悲心、加持，就在我的头顶上安住着，他就是完完全全的金刚萨埵降临，这是很重要的。

[94] 因为每个人观修的能力有差别，如果可能的话，就把金刚萨埵的像观得非常清楚，对于飘带、眼睛黑白的颜色等等观得清清楚楚，乃至每根头发都观想的非常的清楚，同时也要知道他如梦如幻的，不是一种实有的自性，就是和空性无二的自性。观想空性的时候，不要想这是虚无缥缈的。从明分的侧面来讲，他的功德方面就是真真实实的金刚萨埵。在阿琼堪布的引导文当中说，如果把金刚萨埵观成彩虹、如梦如幻一样，从他的语气上看起来好像有点不赞同。为什么不赞同呢？因为我们在观想如梦如幻、无实有的时候，觉得他是缥缈、不存在的东西，这是不对的，所以一方面来讲，他是无实有的，从另外一个方面来讲，他就是智慧尊，实打实加持的来源。

[95] 当凡夫人一修如梦如幻，就觉得这是空的，没有力量的，抓不住的一个东西，必须要观成实实在在存在的。这是两种过失，一方面来讲我们要知道是如梦如幻，一方面来讲他完完全全就是一个智慧的本性，也不是一个世间的彩虹一样的，我们有时候一观如梦如幻彩虹一样的，因为知道彩虹是假的，所以感觉这也是假的。他的如来藏本性完全现前，这是真真实实的，他加持我们清除罪障的能力也是真真实实的。在我们观修的过程当中，随着自己对于大的论典或者甚深智慧的深入了知，对这些问题就会越来越清楚。

[96] 金刚萨埵其实是一个综合性、很深的修法，如果有了很深的见解，比如你有了等净见、密宗的见解、空性见、如来藏的见解。这样的修行人所观的金刚萨埵的修法和一个个刚刚学习前行的人，所修的金刚萨埵肯定不一样。刚刚学习金刚萨埵修法的人也谈不上质量，为什么谈不上质量？因为真正要谈质量，必须要对于等净见、无二见、密宗见解、空性、如来藏等等很多有关的内容都要了解，这时候观一座、念一句就会不一样了。如果你什么都不知道，就是知道观想他的样子、念咒语，单知道这一点，而且金刚萨埵的法本里面所讲到的观如梦如幻，也根本不知道是怎么回事。这时候只有认真认真的念，念完就不错了，肯定会有效果。如果去想我的质量好不好，可能是言之过早了。认认真真的把数量完成，能够做到以信心去祈祷，通过厌患对治力等等把罪业清净到一定程度，就已经不错了。

[97] 真正来讲金刚萨埵可以说是一个很深的修法，也可以说是一个很浅的修法。浅的就是，你大概观好了之后，通过祈祷的方式去念金刚萨埵；深的就是，自己的本性也是金刚萨埵，直接相应于本性的修法。也有只是通过四对治力的方式去祈祷的方式，法王如意宝造的《金刚萨埵修法如意宝珠》，基本上就是通过祈祷的方式，不像很深的生圆次第那样，就是观在虚空当中，然后通过祈祷的方式去念诵，以这样的方式来清净自己的罪业。

[98] 不管怎么样，能够观想清楚就观想清楚，实在是观想不清楚怎么办？如果实在观想不清楚，可以把佛像放在自己的跟前盯着这个佛像去看。看完之后，闭上眼睛观想到头顶上，然后模糊了睁眼睛再看，然后再闭上眼睛观想。这样反复地去训练。有些大德说如果还是不行，就想反正真实智慧身的金刚萨埵就在我的头顶上，真实的给我做加持，那样就可以了，至于他是模糊的还是清晰的，也不那么重要了。如果观想不清楚，就要非常相信金刚萨埵在头顶正在给我清净罪业。他完全有清净我罪业的能力，这样观想就可以。如果观想的很清楚，没有信心或者有信心观不清楚，在二者之间选择的话，就要选择有信心观不清楚。具有信心是更重要的，虽然有些人观想能力很强，但是信心可能不是很强。既有信心又观想的很清楚，就是很标准的一个密乘行者。如果是在观想的模模糊糊，可以通过信心去观想，反正一片白茫茫的金刚萨埵佛在我的头顶上，他就是智慧身，已经降临了，这样也可以。

[99] 如何念百字明

[100] 把这些观好之后，按照要求在心间观想咒轮，百字明一圈一圈的咒轮通过旋转放光清净罪业、获得悉地。上师说，如果没有生起次第的基础，观想之后去念诵百字明就可以了。实在观想不清咒轮旋转的话，不观想也可以。主要是我们要通过信心去祈祷，从现在开始除了您之外，我没有其他的信任之处，通过很深的信心完全的相信金刚萨埵，一切一切都依靠您，除了您之外，再也不依靠别的皈依境。这样发起皈依心之后，再发起菩提心。就是说我现在念诵百字明，不是为了自己一个人，而是为了所有的众生去念诵。包括我现在显现上讨厌的众生、不认识的众生，我现在是为所有的众生修行，为他们念诵百字明。

[101] 皈依发心之后，一边念诵百字明，一边开始发露，想我相续当中的罪业，杀生，偷盗，邪淫等身三语四、意三的罪业，还有自己皈依之后，违犯皈依戒，已经破了斋戒、居士戒、出家戒、菩萨戒、密乘戒等等，对于违背戒律的很多过失一边念诵百字明，一边忏悔。

[102] 这里讲追悔自己的罪业，最好能够发自内心的忏悔，乃至痛哭流涕、泪流满面。这方面是有一定的必要性的。有些人很容易流眼泪。稍微想一下眼泪就下来了，这是不是标准的呢？也不一定。如果发自内心的恐怖，真正觉得自己错了，具有这样的验相去忏悔的话，力量是很大的。为什么一定要流



10 念修金刚萨埵(114-118)

泪呢？有时候流泪代表的是很真诚的意思，触动了内心深处的一些东西。如果笑嘻嘻的念诵百字明，除了境界很高的人之外，从他的外表看起来，可能就是没有很认真对待忏悔的事情。非常随便、嬉皮笑脸的念，很欢喜，从外表可以推知他不是很认真，大概就是这样的意思。

[103] 应该按照自己的见解高低，很认真的去念诵百字明。一般来讲百字明需要念诵十万遍，如果再加上一万遍来补缺，念诵十一万遍百字明可以清净无始以来到现在所造的一切罪业。我们的罪业太多了，尤其在五浊恶世的末法时代修行也不容易，外面的因缘和内在的因素都会障碍我们修行，通过百字明忏悔非常有必要。

[104] 净除罪障，修行才有感应

[105] 为什么要修百字明呢？前面也讲了必要性，第一个必要性，主要我们不仅是无始以来，即便今生当中造了很多的自性罪和佛制罪。如果不清净罪业成熟之后，就会导致恶趣的痛苦，为了让我们不堕恶趣就要忏悔。在忏悔的时候也要注意。修行百字明的道友们也应该注意，有些时候我们在忏悔的时候是比较专门为了害怕自己堕入恶趣去忏悔的。他的思想是什么呢？只是想到了如果我不忏悔，这个罪业是会要堕入恶趣的。他的思想纯粹只是为了避免自己堕入恶趣去忏悔，这样行不行呢？虽然可以，但是根本不够。在忏悔的过程当中，还有很多的目的和必要都遗漏了。除了我们说的很多佛制罪和自性罪不忏悔会堕入恶趣，会让自己感受痛苦之外，其实我们前面也讲了在忏悔的过程当中，我们还可以通过修法得到感应。罪业本身就是障道因缘，而不是顺缘。真正修道的顺缘是福德，善业和善根才是助道的。

[106] 现在所造的善业的作用之一，可以获得善趣的安乐或者你即便堕入恶趣，也会有一些恶趣当中的安乐。善业的第一个果是得安乐，第二个果对修行来讲就是助道的因缘。帮助你修道很快成就的顺缘是什么呢？就是善业。我们修法的时候，第一个要清净违缘，就是要把障道的因缘去掉。第二个是助道的因缘，对于善业、善根必须要强劲的积累，违缘没有了，助道的因缘具备了，修行就会很快。

[107] 对我们修道来讲，罪业会成为一种障碍。如果罪业存在，我们相续当中就没有办法生起很多应有的境界，比如说菩提心、生圆次第的境界，还有共同和不共同的悉地、成就，这些都会因为罪业的缘故无法显现。金刚萨埵修法刚开始就讲了，我们的心像镜子一样，如果镜子上面有很多的灰尘，在蒙着灰尘的镜面上面显现不出很清晰的影像的。你用这样的镜子去照什么东西，镜面上都显现不出来。如果你把灰尘擦拭掉，再用明镜去照耀就可以清清楚楚的显现。我们的心上面显不出大乘和密乘的功德主要是我们的心识上面有很厚的污垢，这些污垢叫做罪障。

[108] 很多人想要一生成佛，或者说生起什么觉受。虽然希望是这样，但是让你显现功德的心上面蒙了太多垢染，怎么能够显现呢？显现不了。如果你想要在心上去显现功德和道相，就要做一件很重要的事情，这就是要忏悔。必须要把心上的违缘罪障通过忏悔的方式去掉，逐渐忏悔清净之后，这些功德就会慢慢的浮现。

[109] 四种对治力就像布一样，如果我们精勤地去擦拭，把相当于镜面上灰尘的烦恼障所知障去掉之后，生圆次第显现的感应道相逐渐就会显现出来。现在我们修行不得力、咒力显现不出来、修本尊也不现前、菩提心修不出来等等，都是属于障垢比较深厚的显现，还有烦恼深重，经常性的生起贪欲嗔恨，这些都是内心当中的障碍很重。如果通过精进的忏悔之后，罪障清净的体现就是一方面功德逐渐生起来。一方面烦恼也会越来越少，不好的东西在我们相续当中会越来越弱。这方面是很重要的事情。

[110] 可能让我们操心的是不要堕入恶趣，除了不堕入恶趣之外，其实忏悔还可以帮助我们清净修道的很多违品。既能让我们不堕入恶趣，生起暂时道的功德，还可以让我们现前佛性、如来藏。只不过在念金刚萨埵时，你要达到什么目标？如果你想要通过修金刚萨埵来现前佛性，那在金刚萨埵的修法当中，就一定要具备让你的佛性现前的因缘。什么因缘？必须要知道罪性本空，金刚萨埵修法必须相应于实相，这是高标准的。修金刚萨埵的时候，比如说你修10万遍金刚萨埵，10万遍金刚萨埵既可以帮你压制住粗大的罪业，也可以帮你清净掉堕入恶趣的因缘，还可以帮助你生起道功德，帮助你证悟空性。至于你自己能够达到什么样的标准，关键是看你在修金刚萨埵的时候，你动用了多少因素，如果你动用的是空性和等净无二的见解，你知道自己本性是佛，罪业本性是空性的，有这些条件，金刚萨埵的修法就可以让你的如来藏现前。

[111] 如果你在修的时候没有动用这些因素，没有和道相应的出离心、菩提心，你只是害怕堕入恶趣，这样有没有功德、有没有作用呢？一定有。在这样的状态当中修金刚萨埵，肯定可以帮助你把这些很深重的、让你堕入恶趣的因缘断掉，但是仅此而已。仅仅是让你不堕入恶趣，别的没有了，因为你所念的金刚萨埵的咒语当中没有别的因素，只有让你的罪业不现前的因素，或者让你清净掉堕入恶趣的罪业的因素，其他的就没有办法。

[112] 如果你修的时候有大乘的菩提心，那么这个金刚萨埵修法就会变成成就大乘佛果的因。如果你有现前如来藏的空性或者等净无二见，金刚萨埵修法就会变成成佛的因，直接去掉客尘，现前光明的佛性。

[113] 所以我们在修金刚萨埵的时候，有些道友的上升空间还很大，有些道友可能逐渐地相应自己学过的见解，比如《中论》和《入中论》当中所提到的空性、三轮体空，罪性本空等。有些道友学过密乘的《大幻化网》之后，回头再用幻化网的见解修一遍加行，再修百字明的时候，他就会把这些全部都用上，他的武器就越来越多了。就好像像买了很多装备，回来的时候他的军队就很强大，什么样的武器都有。那个时候不单单是把堕恶趣的罪业清净掉，不仅仅这样，他完全可以更深入地把它种子、习气全部灭掉。

[114] 忏悔的原理打个比喻来讲，我们罪业的种子，相当于被开水煮过，或者说被火烧掉了，表面上看还是种子，但它没有力量了，再种下去生根发芽的力量没有了。我们忏悔就是让罪业的种子不再成熟，它没有成熟的功能了，但是种子的习气还在。有些时候你忏悔的力量只是损伤了它一点点的功能，只是把罪业成熟的功能损伤了一点，或者说延迟它成熟了，它该成熟照样还成熟，只是它的功能减少了，不会那么圆满地成熟了。这些是什么原因呢？主要是看你自己忏悔的时候，到底动用了多少清净的见解。

[115] 我们看《百业经》《贤愚经》里面，有很多人诽谤阿罗汉，之后他们也很努力地忏悔，但是还是堕恶趣了。这就类似于这种情况，他忏悔的时候，忏悔的因素当中缺少了很多很多大乘菩萨忏悔的要素，他忏悔就没有力量。本来他要堕地狱的，忏悔完之后堕入旁生，五百世转旁生，就是这样的方式。他忏悔有没有力量呢？有，他本来应该堕地狱的，忏悔完之后，没有堕入地狱，但仍然五百世转旁生，然后又五百世在人间当中感受等流果报。

[116] 如果换一个大乘修行人来忏悔，他忏悔的时候就可以动用很多的因素，比如说菩提心，空性，金刚萨埵等，他可以把罪业完全清净掉，一点都不用受报。不但不用受，而且在今生当中还有成就的希望。这就看我们在修金刚萨埵的时候，你相续当中能有多少见解，你在闻思的过程当中提炼了多少对修金刚萨埵有用的东西，这个时候都可以用得上。如果你没有学，那就用不上了，对你来讲，这些重要的武器你就没有办法拥有，你的钱不够，你买不起装备。如果有了这些装备你就可以用，就可以很迅速地达到你的目的。

[117] 如果你对这些闻思很多，而且闻思的时候很认真地提炼出见解，这些见解在你修行时候全部都可以用上，而且让你修行加速的很多因素就在这里面。因此说忏悔本身不单单是让我们不堕恶趣，让我们不再感受痛苦，还完全可以让我们佛性现前。如果你懂了金刚萨埵修法，完全可以让你成佛。如果你不懂，没有这些该有的东西，这个修法就是让你的罪业要不然延迟成熟，要不然损伤一点，要不然把罪业的种子烧毁或者煮了之后让它没有力量，但是种子还在这儿。

[118] 但是很深的修法，不单单是让罪业的功能没有了。比如说我现在相续当中有很多很多罪业的种子，但是如果我通过等净无二见密宗生圆次第的见解摄持来念金刚萨埵百字明，念的时候，我这个咒力一下去之后，因为我的见解很深的缘故，第一个罪业感果的功能当下就没有了，不会再感果了（有时它的形象还完整的在这儿，只不过是没感果的力量而已）；第二个，除了不感果之外，更深的是把整个种子的形象也摧毁掉，完全找不到一点痕迹。这样修行修下去，不单单恶业感果的功能没有了，而且就连它的种子、习气也全部清净掉了，直接达到实相。咒力、观想能力不是只达到罪业的表面，只是把罪业感果的功能消灭，不是这样的，是直接达到实相。所以如果你的咒力能够直接达到实相，你观想能够直达实相，那就是成佛的因了，就不仅仅是让罪业不成熟或者延迟成熟了。

[119] 所以我们自己作为修行人来讲，野心要大一点，不要仅满足于不堕入恶趣、能消掉罪业就行了，应该更有出息一点，野心要大一些。既然我修了，听说修金刚萨埵可以让我的佛性现前，那这是怎么回事儿呢？我们应该去了解，学习完之后就应该要用上。不单单满足于不让罪业感果的功能成熟，让这个功能丧失，而且要让它彻底地消灭，直达本性。在修金刚萨埵的同时也修空性，也修无我的佛性，在这个过程中罪业完全找不到了。不单单罪业找不



到，而且变成让自己成佛、佛性现前的因。密宗的见解，幻化网很多的见解，后面我们学习完之后，就可以用这些见解摄持来修法，不单单修金刚萨埵，还可以修曼扎，修发心等等，其他修法都可以用。

[120] 四座观修

[121] 在修金刚萨埵的时候，如果有时间闭关，就可以修四，六座，这些都行。因为我们在修法的时候，越能够专注地集中精力地观修，它的力量就越强大。如果我们修的时间短，或者间隔时间长，在这个过程当中修法的力量没有办法积聚，时间长之后就会散失掉。就像把军队集结起来打了一个胜仗，之后就解散了，第二次又要重新集结，这样就很费时间贻误战机。但是如果打完之后短暂休整，没有分散，马上开始攻克第二个城池就很容易节节胜利。所以闭关修行的好处就是这样的，为什么每天要修四座，六座？修一座两个小时，修完之后短暂地休息，你不休息也不行，一般欲界人的精力心力跟不上，完全不休息是不行的，中间要作短暂的休息。短暂地休息中间也没有完全丢失见解、修行，休息一段时间例如一个小时，之后马上重新上座又开始。这就相当于部队没有遣散，稍微休整马上就重新开始修行，这样修行自己的罪业很快就消亡了。

[122] 如果间隔的时间很长，比如说我今天早上修了一座，第二座到第二天了，如果是这样的，中间有太多太多的因素可能影响你这一座修行的效果。第二天重新集结，重新集结就慢了，肯定是会这样的，毫无疑问。所以如果有条件，很多的修行者他就会去专修，就每天四座六座的去修，这样集中精力就很容易突破。如果没有条件，比如城市里的人没有条件，那每天至少要保证一段时间修行，比如说修一座也可以，以比较专注的方式修，不管怎么样，这一座2个小时我就不动，电话也不接，什么事情也不做，就专专心心地修。如果还不行那也只有散念，一边做事一边散念。当然这样效果肯定会打折扣。

[123] 如果以后有时间最好是做一个短期的闭关，不管怎么样，进行七天或者一个月的闭关。闭关的时候，没有什么别的事情，尽量减少外缘，专门去突击修行金刚萨埵，这样也是很有必要性的。即便是每天一座或者是散念，也可以让我们获得清净的功德。比如说我们加行的十万遍修完了，其实修一遍还是不够的，还要修第二遍、第三遍加行。如果没有办法再修第二遍加行，修完了十万遍百字明之后，每天保持念诵一百零八遍百字明，放在功课里面，无论如何每天持续性的念诵一百零八遍。早晨念诵的二十一遍不算，这是加持堕罪的。因为罪业是要增长的，前面我们学习业因果的时候，讲过未作不遇、已作不失，还有业性增长广大。不管是善业，还是恶业，业的本性就是增长广大，会像滚雪球一样越滚越大。为了让罪业不要增长，能够保持原样，我们就要在每天早晨起床之后，没有说话之前念二十一遍百字明来加持堕罪，让堕罪不增长也是有必要的。然后每天再一次性念诵一百零八遍百字明，慢慢地这些罪业都可以清净。

[124] 我们每天都会不知不觉地造很多的罪业，这个时候就可以忏悔了，当天忏悔很容易清净。为什么我们每天要坚持念诵百字明忏悔呢？每天念诵一百零八遍百字明的原因，就是当天的罪业可以清净，以前的罪业也逐渐能够清净了。

[125] 还有一些道友担心，如果某道友以前得过灌顶，后面毁坏了密乘戒律，自己不知道接触了，这样怎么办？也可以忏悔，在一百零八遍当中也可以把这些不知道的染污性的罪业清净掉。这时候我们不是坐以待毙了，还是有很多的防范措施，这方面也是一个防范措施，对我们而言很有必要。

[126] 如果有时间精力修一遍五加行肯定是不够的，第二遍、第三遍是肯定要修的；如果不行每天念诵一百零八遍还是要保证的。这是为了更好的保护自己，我们每天造了这么多的罪业。如果能够不造罪业，都很清净，也可以，实际上根本没有办法控制自己造罪。每天一次性念诵一百零八遍百字明可以筹补酬补一切的所失之戒，不会堕入三恶趣，上师老人家是这样讲的，《前行》当中也是这样说的。

[127] 修行人要重视百字明修法

[128] 如果是世间人的话，比如我们的亲属朋友，让他长期修行根本不愿意，如果你跟他说他的罪业很重，他愿意念诵十万遍百字明或者金刚萨埵心咒也是挺好的。我们作为修行者，一定要重视百字明的修法。百字明的修法，第一个，修得深一点是可以直接成佛的法；第二个，它可以让我们的每天有意无意造的罪业清净的法；第三个，它是能够让以前所造的罪业逐渐消亡的法。百字明是忏悔之王，在所有忏悔罪业的修法当中，金刚萨埵百字明就是最殊胜的忏悔方式。我们应该多看百字明的功德，然后多去修行、串习，这方面对我们的修行非常有益。

[129] 我们首先要完成数量，完成数量也可以找到修行的感觉，有些修法本身通过完成数量也会更熟悉这个修法，这样会清净我们一部分的罪业。在修行过程当中，没有谁能够一下子达标，都是逐渐达到的。在佛菩萨的眼里，我们修行百字明的时候，就像刚刚学习技术的人，手忙脚乱的很笨拙。每个人的修行都有起步的时候，小孩子在学走路之前，也是慢慢地先在地上爬，然后站起来走两步，开始扶着墙走，后来才可以跑。我们刚开始先把数量完成，尽量按照这里的标准，保质保量去做。后面我们学习了很多教法之后，可以逐渐注重质量的观修。我们修行百字明不是一年两年，而是长期的修行，它对保证我们的修行也是非常必要的。

[130] 十万遍的百字明是基本的，很多上师们都讲，得到一个暇满的人身不修五加行很不好，实在是一种浪费。得到了暇满的人身，无论如何都要修一次五加行，这样暇满人身也算是有了意义。百字明念十万遍是保底的，我们不要认为十万遍就很不得了了。作为一个修行人来讲，如果修行的话十万遍就是一个保底的数字。在前行当中讲，华智仁波切的师兄很随便都念诵了几百万，念诵一两千万的特别的多。我们无始以来积累的罪业太多了，而且每天还在不断的积累。唯一的后悔药就是金刚萨埵百字明。我们犯了错误，以前没有后悔药可吃，现在有了不吃，肯定是不对的。既然有的话我们每天都应该服用后悔药，否则自己的罪业就会越来越增上。我们在一生当中应该经常性忏悔，观修百字明。

[131] 我们的修行要获得验相，也要修百字明。慈诚罗珠堪布在《慧灯之光》里面经常讲，我们的修法是正确，比如菩提心、空性的修法，哪一个环节都是标准的，就是修不动、突破不了。这是什么原因呢？上师讲了这就是罪业重的缘故。虽然你的修法很正确，没有什么错误，但是修了很长时间之后，还在原地踏步。这时候就必须忏悔，前面有阻碍的东西，让你没有办法前进，即便你的路是正确的，也走不过去。这是什么原因呢？就是有阻碍。这时要做的就是扫清障碍，应该集中精力修行百字明去忏悔，还要修曼扎积累资粮。通过集资净障，就会有所突破，这也是一个窍诀。

[132] 如果没有这些窍诀，修一段时间之后修不动，不知道什么原因。没有其他突破的措施，有可能就会退失，想找另外一条路，另外一条路其实也是一样的，还是有障碍，走不动。在这个过程当中，生命就到了尽头。如果你知道是怎么回事儿，我的修法是正确，修不动就是有障碍。这个时候怎么做呢？你就需要通过修行百字明去忏悔或者积累资粮、供曼扎。如果做了之后，有所突破，再往前走，走了一段时间，又有障碍了，还是需要这样修，这也是上师们的窍诀，对我们来讲是特别的重要。

[133] 上师也说密宗忏悔以百字明为主，也有推荐三十五佛忏悔文的。显宗对于三十五佛忏悔文修的也比较多，汉地还有八十八佛忏悔文或者大忏悔文，在我们修行的过程当中，这些都是经常要念的，属于特别重要的修法。如果我们想要解脱一定要按照正确的方法，千万不要自以为是，觉得我不必修或者自己发明了一个修法，我们的分别念是根本靠不住的。

[134] 按仪轨观修百字明

[135] 用什么仪轨来修呢？修百字明的仪轨特别多，无垢光尊者的三休息当中，还有很多伏藏、三解脱也有很多这些修法，而且各个教派当中也有很多仪轨。我们现在主要使用的是《前行引导文》当中的仪轨，这是一个完整的仪轨，还有全知麦彭仁波切所造的《开显解脱道》仪轨，这些都非常好。上师老人家比较提倡修《开显解脱道》，《开显解脱道》是比较简单的修法。如果有些道友喜欢《前行引导文》里面的仪轨也可以。

[136] 我们只要以信心去念百字明，它有一百个字，把一百个字先念熟，背下来之后不要增减地去念诵百字明。我们通过信心开始念的时候，业障就在逐渐消亡。因为它本来就有大的功德，我们照法本里所写的仪轨去做就行了。上师也是说了，自己不需要通过分别心来增加减少，仪轨里怎么说，自己就怎么去。

[137] 修行人要长期修行百字明

[138] 为什么要长期修呢？原因前面也讲了，我们无始劫造的罪业很重，必须要长期修百字明。药要长期吃才有用，如果病很重，吃了一段药又不吃了，可能就不行。一方面会加重，另一方面对免疫力等方面也会很不利。如果每天都吃药，首先自己的病会减弱的，最后能够恢复健康。

[139] 对修行人来讲，无始劫来漂泊轮回的时间那么长，没办法数清楚有多少种罪业存在我们相续当中，做一些短短的忏悔是完全不够的，我们根本没办法衡量相续当中到底有多少罪业。有些人念完了十万百字明，也参加了好几期金刚萨埵四十万的念修。为什么感觉还有很多罪业呢？第一个是我们罪业太



深重了，第二个是我们在忏悔的过程当中，可能有很多要素没有具备。自己的福德、智慧没有具备的原因，念的时候没有具备条件，所以还是应该不断去做，无论如何都要长期的去念诵。长期修百字明可以避免很多违缘，还可以逐渐让我们心性显露。

[140] 百字明不单单是忏悔法，而且也是积累资粮的一种方法。如果有很深的见解，单单通过修百字明就可以成佛。为什么可以成佛呢？因为我们的本性是佛性，这是圆满的。阻碍佛性现前的就是客尘垢染，只要把垢染清净掉了，佛功德就是现成的。如果你有很深的见解，单单修金刚萨埵修法就可以成佛，原因就是这样的。一方面清净罪业，一方面也积累资粮。前段时间共修金刚萨埵心咒，有些道友念完了，有些道友可能还没念完，不管怎么样，有机会共修的时候一定要共修。因为有很多高僧大德、上师，还有僧众一起念诵，共修的力量特别大，这个机会也很难得，如果让你一个人发心找一个时间念四十万遍，不一定发的起来。听说有共修的法会，大家都很愿意参加。应该多参加这些法会，通过共修的力量清净自己的罪业是特别好的。

[141] 修行人要一辈子修行百字明，作为修行人来讲，应该有一个长期和稳定性的修法，百字明修法对我们来讲也是非常重要的，应该长期的修行。有些修法恒常做，长期去做容易有效果，短期做不一定有这么大的效果。有些修法越往后修越成熟，越成熟效果和力量越容易发挥出来，长期修行的原因也是这样。前面修了五六年，什么动静也没有，继续修下去慢慢就开始有动静了，有了感觉，也开始逐渐相应了，长期修行的必要性也是这样的。

[142] 我们知道一个法很重要就应该一直修，上师他老人家也说有些法，他从小修行到现在一直在修。为什么？就是发现了它的必要性，一定要修下去。

[143] 修行是最重要的

[144] 这个小标题下面是什么意思呢？针对于世间的饮食、睡眠来讲，修行是最重要的。虽然现在城市里面的人，觉得家庭、生活或者工作最重要，修行暂时没有排到重要的位置。在学修的过程中，慢慢就会发现世间当中这些只是暂时的因缘，我们在轮回当中流转，靠什么让我们解脱，获得巨大的利益呢？只有修行。不管今生当中对于现在暂时的工作、生活怎么样努力，得到的利益也是有限的。如果没有通过修行的思想去摄持还有很多副作用，得到之后，下一世还要重新再来，这一世所有的努力归零了。比如好不容易爬到副科长的位置，死了以后什么都没有了，下一世能不能当上，还得看你努力的情况，不像修行一样可以累积的。你不能说上一世我是副科长，这一世应该从副科长的位置上继续往前走，那不算，已经归零了。而修行不是，你前一世修到什么程度，下一世还可以从那个高度重新来，这是完全不一样的地方。修行完全是清净罪业、增长善根、相应实相，没有任何副作用，而且对自他有利的就是修行。我们应该逐渐的认识到修行应该放在首位，然后别的应该放在次要的位置上。

[145] 以前我们分析过，修行放在首位意思主要是在你内心修行是首位，而在现实的生活当中，在家里你可以假装修行不存在，把修行排在后面的位置，就是说在你的家人眼中，你的把工作、家庭放在首位。因为他们并不了解修行是怎么回事。你自己知道一切事情当中，修行是最重要的，其他的事情只不过现在我必须要做而已，因为其他人不了解修行的重要性，所以在他们的眼中我还要显得把工作生活放在首位，好像修行可有可无，甚至于都可以在你的家庭当中，根本找不着修行的位置。虽然表面上根本没有修行的位置，但是你的心中这是不可替代的。

[146] 我们说排在首位的意思并不是说从今以后，什么事情都不做了，就是打坐、念经、听法、放生，除此之外什么都不做了，不是这个意思。上师老人家经常讲，如果你现在还有工作、家庭的责任，这些还要做，而且要做好。内心应该知道，修行才是重要的。

[147] 其实最有必要能够利益自他的就是修行，其他的再怎么努力最后也是一场空。我们在轮回当中努力了这么多世了，今生还是一无所有。以前也当过大富豪、帝释天，现在还是老百姓、烦恼重重。如果以前就修行的话，现在必定不是这个样子了。因为以前没有把修行当做很重要的事情对待，所以我们现在应该从内心当中认为修行是最重要的，一切都是为了修行而服务，即便生活工作也是为了修行而服务。如果有这样的认知，自己的心就和正道的修行逐渐相应了，这方面对我们来讲是特别重要的。上师讲的意思也是让我们逐渐通过闻思修行了解到修行的必要性。

[148] 十万遍百字明肯定是要修行的，如果有因缘还要再再修行百字明。其实没有因缘遇不到，遇到了也不相信，不知道有这么好的修法。最好的忏悔方法、让自己不再感到痛苦的殊胜窍诀就是百字明。在伏藏仪轨、续部修法当中都讲了百字明的殊胜性，我们一定要了解。今天我们大概按照大恩上师所讲的主要内容做了一些介绍，具体的修法在后面的正文当中还会有所体现，我们要认真地学习。虽然它的词句看起来比较简单，但是可以带给我们很多提示，还有很多修行成就方面的重要信息，这些在文字当中都是有所体现的。我们在学习文字过程当中，逐渐要对于这些我们修行来讲至关重要的窍诀修法比较重视。平时我们修学的很多理论，其实在修百字明的时候都可以体现出来，然后用到修行当中去，这方面很重要。

[149] 今天我们讲到这个地方。

[150] 索南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[151] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[152] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[153] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

《前行广释》第115课辅导资料

[154] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[155] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[156] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[157] 发了菩提心之后，今天我们继续一起学习华智仁波切所造的《前行引导文》。

[158] 《前行引导文》是引导我们的心证悟实相的一部实修的窍诀论典。如果你从来没有修行过佛法，不知道修学是怎么回事，也会经过共同和不共的前行而逐渐地让我们知道修行的方法。

[159] 前面讲的主要是共同前行，是怎样生起出离心的具体引导。虽然我们不知道出离心很重要，但是如果没修持出离心的具体方法，出离心对我们来讲仍然是一个很模糊的概念。对于出离心到底是怎么回事儿，怎样才能真实地生起，如果没有经过系统的学修，根本不会了解，也不知道什么是出离心，不会在自己的内心深处知道出离心是什么状态。这些在前面的共同加行当中已经讲了，我们如果认真的学习和观修的话，内心当中就一定可以生起真正的出离心。

[160] 讲完了出离心之后，我们也讲了解脱的境界，就是说从轮回出离之后，到底会到达一个什么样的状态。因为从轮回当中出来之后，就会获得解脱，所以讲了解脱的利益。那么如何获得解脱呢？就讲了依止善知识，只有依止善知识，才能获得解脱。我们要寻找一个具相的能够给我们指引解脱道的善知识，不是一个冒牌货，也不是一个徒有其表，带着上师头衔的邪知识。

[161] 我们要观察，什么才是善知识，然后我们依止善知识到底是要干什么？这些在依止善知识这一品当中讲得很详尽，对这些内容我们要非常认真地去学习，因为它和我们的解脱息息相关。

[162] 善知识是我们修解脱道中的一个最大的助缘，主因是我们自己。我们的佛性如来藏和自己种姓的苏醒，以及自己想要修学的信心等等，这些都是我们自己必须有的。那么除了我们自己这些之外，外部的最大助缘是什么呢？那就是善知识。如果找到了一个具相的善知识，我们就可以在修学佛法的过程当中，少走很多弯路；如果没有找到一个具相的善知识，虽然我们想要修行，但是没有助缘的帮助，我们也没有办法真实地正确地去学修。对于善知识具有什么法相，作为弟子的我们来讲，应该以什么样的心态来依止等等，都应该很认真地去了解，而且要落实在我们自己的修学过程中。

[163] 我们在依止善知识的过程当中，发心和行为如果有了偏差，就必须要通过法本里面所讲的内容来纠正。如理依止之后，我们就可以通过善知识所讲的法，趣入到真实的调心窍诀当中去。这些调心的窍诀就是从皈依开始，从皈依就开始真实地趋入修行的教授，以及成佛之道。

[164] 第一个，我们要了知皈依，然后通过修行，内心当中一定要生起真实的皈依。第二个，发菩提心。我们皈依要解脱的话，不是为了自己一个人解脱，而是必须要带领一切众生趋向解脱，或者说我是为了一切众生获得解脱，自己而精进地学修。

[165] 我们每天都在修学，自己所修学的善根或者法义的终极目的到底是什么呢？终极目的就是为了利益众生。为了利益众生的缘故，自己就要修学佛法。在自己成熟的同时，也是让众生成熟。对于菩提心的修学在我们相续当中，不单单需要了解，也不是从数字上过了十万遍，而是从内心深处完完全全



地认同。首先是发自内心认同菩提心，然后是从内心深处生起菩提心。如果生起了菩提心，你的名称就可以真实地改变。具有菩提心的修行者，就可以称之为菩萨。

[166] 虽然把菩提心放在了前行里面，但不是说它仅仅就是前行而已。菩提心既有世俗菩提心，也有胜义菩提心。胜义菩提心里面有空性的修法，甚至还有还有很多密法的修行，比如大圆满等等，都是属于胜义菩提心的范畴。因为这些都是和无分别智慧以及实相相关的。

[167] 从菩提心这一品开始就进入了大乘的学修，然后逐渐地让菩提心越来越广大清净，逐渐地深入到实相的高度，这个是非常重要的。最后菩提心修圆满了，就是佛一样觉悟的心。佛陀觉悟的心其实也是菩提心，觉悟的智慧也是菩提心，菩提就是觉悟。这是纯粹的果位的菩提心，现在我们所修的是因位的菩提心，佛陀是果位的菩提心。

[168] 发了菩提心要利益众生之后，我们要修很多的善法，要去证悟实相。扫清证悟实相违缘障碍的一个方法就是修金刚萨埵。上节课当中，按照上师所讲的金刚萨埵修法，给道友们做了一个辅导。今天我们开始学习前行法本里面真实的菩提心引导。

[169] 念修金刚萨埵

[170] 在趋向于觉悟的过程当中，一方面要清净违缘、扫清障碍，一方面要具足它的顺缘。首先是扫清违缘，然后再具足顺缘。在《开显解脱道》当中，两个次第稍有不同。《开显解脱道》中是先修曼扎积累资粮，然后再来清净罪业。不同的传统有不同的安立方式。在我们的引导文当中，是先修金刚萨埵来清净罪业，然后再来积集资障。

[171] 如果从比较了义或者更深的如来藏侧面来讲，我们的佛性、佛功德是一个大无为法。不管你修不修行、发不发现，反正它就在我们的相续当中如是地安住，其他的让我们的佛性如来藏无法现前的叫做客尘。能够让客尘消除的就是平常我们讲的忏悔罪等等，还有就是积累资粮。无论是修金刚萨埵忏悔还是修曼扎积累资粮，从某个角度来讲，都是清净客尘的修法。包括我们修空性也是清净客尘的修法。换个侧面来讲，不管是金刚萨埵净罪，还是供曼扎积累资粮，从某些方面来讲，都可以叫积累资粮。有时候我们认为供曼扎才是积累资粮，修持金刚萨埵不能叫做积累资粮，不是这样去理解的。

[172] 有些地方讲，金刚萨埵和供曼扎只是分工不同，金刚萨埵是净罪的，然后积累资粮是供曼扎的修法。从帮助我们现前佛性的侧面来讲，两个都可以叫做清净障碍或者清净客尘，也都可以叫做积累资粮。不管你修的是金刚萨埵还是曼扎，如果你这两种资粮够了，佛性就会现前，先是部分，然后是多分，最后是完全现前。这是通过什么来现前的呢？你的修行和所有资粮到位了，就可以现前。金刚萨埵是一个积累资粮的方法，曼扎也可以清净障碍。这些修法其实都是互通的。

[173] 我们在学修的时候，如果对这个内在心中有一个比较全面的了解，就可以更好地对待所有前行的修法。如果我们的见解统一到了一定高度，其实每一个修法都可以圆满资粮和清净罪业。了知之后，我们就不会说，现在在清净罪业，感觉就不能圆满资粮了。或者说我们修曼扎的时候，是不能忏悔罪的。如果了解每个修法的内部完全可以统一之后，在我们修每个法的时候，就可以把这个法当成一个清净罪业的方法，也可以当成一个积累资粮的方法，反正都是为了开显自己的佛性，除此之外也没有别的。如果有了这个见解，对于我们的修行来讲也会获得比较好的提升。了知了积累资粮和清净罪业的本体，知道了不管修哪一个法都可以集资和净障，我们就可以在修任何一个法的时候，都会想到这个可以清净罪业，那个可以圆满资粮，这些都能开发我的佛性。如果有了这个见解，所有的修法都可以变成显现佛性如来藏的修法；如果没有这个见解，可能某种缘起还没那么成熟，我们的修法只能对某一部分有所帮助，全方位的帮助还不行。

[174] 虽然每个修法的侧面看起来都不一样，但是内部完全是不可分割的。通过闻思之后，了知了这些，令我们对于所有的教法不诽谤，都能够生起清净的信心也有很大的帮助。如果内心当中认同了之后，很多不必要的分别念都可以消失在法界当中。这就是我们下面要学习的金刚萨埵和其他的加行具有关联的部分。

[175] 离二障垢然示净除障，究竟胜道然现修学相，

[176] 超有寂边然显三有中，无等上师足下我敬礼。

[177] 此处顶礼的是无与伦比、无等殊胜的根本上师，这是华智仁波切顶礼自己的根本上师如来芽尊者的顶礼句。我们在学这部论典的时候，不要想这是华智仁波切顶礼他的上师，和我没关系，其实也不是这样的。虽然他当时是从自己的侧面顶礼自己的上师，但是这是写给谁看的？写给我们的，我们学的时候，这个颂词就可以当成我们在学修的时候，因为需要获得加持，所以对我们的根本上师也依靠这个颂词来顶礼。我们现在要开始修金刚萨埵了，为了遣除无明，遣除在修持金刚萨埵过程当中遭遇的所有违缘，而念诵这个顶礼句来进行祈祷，这方面也是很有必要的。

[178] 他是从哪些方面来做顶礼呢？

[179] “离二障垢然示净除障”，这里面使用了一种转折的方式。“离二障垢”是实际情况。平时我们在修学佛法到了一定的高度时，对于上师的认知也会有所转变。因为在共同乘当中或者刚刚进入佛法修行时，大恩上师也讲过，不要把上师看得那么高，看成佛一样的。最初就是当成一个讲授佛法的老师，他可以告诉我们怎么解释法义，然后给你的修行提供一些建议，这样看待就可以了。随着我们的信心、福德、智慧，以及自己的根机圆满到了一定的高度，这时候就可以把上师当成佛陀或者圣者一样看待和祈祷了。

[180] 有些人觉得我必须要把上师看成佛，否则就像不甘心一样。刚刚学习佛法的时候，并不是说一定要让我们把上师看成佛，对于上师的所有教言都必须依教奉行，不能违背，这方面也没这样讲。当我们的见解和善根成熟到一定的高度，自然而然会把上师看成佛，对于他的教言完全能够当成佛语去看待。初学者这样是不行的，初学者如果把所有的教言当成佛语看待的话，因为自己的信心和对于上师密义的解读能力还有一定的差距，这时候如果照单全收，不管什么教言，都依教奉行的话，第一，自己容易产生邪见；第二，也没办法去理解这里究竟的意思。

[181] 有时只是做个样子而已，表面上完完全全依教奉行了，但内心当中，一边在疑惑，一边好像是在依教奉行，这就不是真正的依教奉行。所以刚开始就要鉴别：虽然这是我的上师，但是是不是所有的教言都要依教奉行呢？这也不一定。在《事师五十颂》当中讲了，如果符合于佛经论典，我们就可以做；如果不符合，也可以和上师说，因为这个事情违背了佛经论典，所以我不做。这方面没有任何过失。如果上师给你安排的事情，你如果做不到，就告诉上师说自己做不到，也不会有任何问题。刚开始就应该这样。

[182] 对我们来讲，现在成了什么情况呢？只要你进来学习，好像就被套牢了，没有什么选择了，只要是给你安排的，就必须要去奉行。如果没把上师看成佛，就会怎么怎么样。其实不是这样的，这方面我们要知道。

[183] 不同的层次和高度有不同的要求，对于初学者没有这些要求。如果那样做的话，对于自己长远的修行会有一些障碍。刚开始的时候没有说依止了上师之后就必须要依教奉行，如果做不到就违背了佛陀的教言，不是这样的，不一定。前面讲了，当我们的善根到了一定的高度，就可以很自然地依教奉行，那时候你的智慧增上了，信心也达到了一个很高的高度，无论如何都不会生起邪见，能够理解上师为什么这样做以及它的必要性。现在我们没有达到那个高度，就不要假装我们达到了，觉得自己可以怎么样了。其实还差得远，还是应该老老实实地呆在下面把这些基础打牢，而不是假装一个很高大上的修行者：我就是个可以把上师当成佛的人，不管上师说好的教言还是不好的教言，不管是善意的还是恶意的，我都可以接受。这方面还差得远。

[184] 我们不要太高估自己，刚刚修行时，应该老老实实按照比较初级的教程去做，佛菩萨不会怪罪你的。不会说你这个弟子很差劲。我就是很差劲，我刚刚开始学习，不能把自己假装成一个很厉害的修行者。刚开始的时候，按照因果、佛经去取舍绝对不会有错。密乘有一些比较超越或者看待上根利智者的教言，和一些常规的显宗教言是不一样的。当我们真正学到那个阶段的时候，完全就会明白，为什么密乘当中会这样讲？为什么在共同乘里面没有这样讲？为什么没有学习过密乘的修行者，会觉得密宗的很多教言好像和我们常规或传统的理论不一样？会有各式各样的想法。这里不会有问题的，主要是我们这些修行者没有达到那么高的高度，没有达到就不要完完全全地依教奉行。自己依止上师的时候，也是这样的。从上师的实际情况来讲，如果我们的信心到了一定的高度，就应该视师如佛了。如果能够视师如佛，那么对于上师的本性，我们也要知道。

[185] “离二障垢”，他离开了烦恼障和所知障。离开了烦恼障的缘故，他已经获得了共同的解脱；离开了所知障之后，他已经获得了不共的成佛。只有佛才能完全地离二障垢，菩萨相续当中的离二障垢是部分的，离开了部分的烦恼障和所知障，佛陀是究竟的离二障垢。



[186] 虽然离开了两种垢染，“然示净除障”，他在利益众生的时候，在显现上还是很精进地修曼扎，念金刚萨埵忏悔自己的罪障等等。很多传承上师们修了十几二十遍的加行，就是不断地清净自己的罪业等等。比如说格鲁派的宗喀巴大师以前在清净自己罪业的时候，修曼扎把手都磨穿了。一边念诵三十五佛忏悔文一边磕头，在石板上留下了很深的槽。我估计他可能是显现了一点神通，如果换成我们要把石板磕出两个槽，可能要磕几千万大头才行。这些事例说明他们在集资净障方面还是非常的努力。他们还需要这样做吗？宗喀巴大师是真实文殊师利菩萨的化身，虽然障垢早就清净了，但是为了引导他的弟子他仍这样显现：我给你们讲了这么好的教法，不单单是要你们修，我自己也在修。这时候弟子就有了一种动力，这是利益众生的方便。

[187] “离二障垢”，他的实际情况是没有一点障垢，显现上面还在除障，还在祈祷莲花生大士遣除自己的障碍，还在参加金刚萨埵法会，清净自己的罪业。

[188] “然示”的“示”就是一种示现，是示现清净障垢。这就是上师一个不共的功德，本身没有障垢，但是显现上还在除障。

[189] “究竟胜道然现修学相”，他的所有胜道已经究竟了，从资粮道、加行道开始，到见道、修道，已经到了无学道了，所有的胜道已经达到了究竟，就是说已经现前了无学。

[190] “然现修学相”，显现上还在依止上师学修听闻。比如我们的大恩上师、法王如意宝以前都曾依止上师听闻《大圆满前行》。这些究竟的胜道者，虽然已经究竟胜道了，“然现修学相”，但是在显现上还仍然在修学。这方面也是给我们做一个表率：如果你们像我这样去依止上师，听闻修学前行，也可以获得证悟和上师的加持的。

[191] “超有寂边然显三有中”，他的证悟已经完全超越了三有和寂灭的边际。“有寂边”的“有”是轮回的意思，“寂”就是涅槃。一般的众生沉溺在三有的边中出不来，就是在轮回里面流转，相当于堕在三有的边当中。而小乘的圣者是堕在寂灭的边当中，佛陀最后如果不放光弹指，他们没办法出来。菩萨或者佛是超越了有寂边，菩萨修学的就是超离三有和寂灭边的所有修法，到了佛位的时候已经完全超越了。

[192] “然显三有中”，虽然他们不住三有，也不住涅槃，为了利他的缘故，他们还是在三有当中投生。投生三有干什么？唯一的就大悲投生，就是因为他有大悲心。以前他发了这个愿：我要利益一切众生！发菩提心后开始修学，获得圆满之后，他肯定会乘愿再来，回到三有当中，就是这个目的，带着自己的大愿回到三有当中接引其他的有情从中出离。

[193] “无等上师足下我敬礼”，在具有这样一种特点的无与伦比的上师足下我恭恭敬敬地顶礼。

丙三（清净违缘罪障——念修金刚萨埵）分五：一、忏悔之理；二、四种对治力；三、真实念修金刚萨埵；四、念修百字明；五、忏悔之功德。

[194] 这里讲的很清楚，“清净违缘”，清净什么违缘呢？我们到底清净的是什么违缘，就看现在我们的目的是什么。第二个引导当中，目标已经很清晰了，就是为了利他发菩提心。利益众生和发菩提心是我的目标，那么现在要清净什么违缘呢？就是要清净我在发菩提心时立下的目标，我要成佛、利益众生的违缘清净掉。金刚萨埵直接遣除的就是我要利益众生而成佛的违缘，成佛也是为了利他，如果要现前实相、成佛，违缘必须要清净掉，而金刚萨埵就是帮助我们清净违缘的。

丁一、忏悔之理：

[195] “忏悔之理”，就是我们修忏悔的原理。我们要修的这个法是什么原理呢？这方面必须要了解，了解完之后，我们就可以带着信心、希望、精进和欢喜心去修持金刚萨埵。

[196] 相续中生起甚深道之殊胜证相的主要障碍，就是罪障、习气。为了使阿赖耶的明镜中显现证悟的影像，净除罪障是至关重要的一环，这好比镜中要映现出影像，擦拭镜面十分关键一样。

[197] 这句话很清晰地告诉了我们修持金刚萨埵的必要性，就是说为什么要修行金刚萨埵。一般的人要修金刚萨埵，脑海里面首先蹦出来的就是我造了很多罪业，如果不忏悔，就会堕恶趣。一般的人就是这个想法。此处修金刚萨埵的时候，第一句话不是这个：没有说如果不忏悔，就会堕恶趣。我们的内加行修到现在这个层次的时候，我们的见解和认知应该是比较高的。这里面讲到我们要修的金刚萨埵，是因为我们要发心利益众生，所以我们要获得觉悟，要现前很多的功德，在我们相续当中要生起甚深道的殊胜证相。大乘道、生圆次第、大圆满等等都是甚深道，因为能够现前实相的道都是甚深道，所以整个大乘道是能够现前实相的，都叫做甚深之道。

[198] “生起甚深道之殊胜证相”，在这个过程当中，就像生起一地二地，或者在密宗当中获得异熟持明，比如长寿持明、大手印持明、任运持明等等，这些都是属于殊胜的证相。在我们相续当中生起殊胜证相主要的障碍是什么？主要障碍就是无始以来我们所造的业，整个业的种子保留在我们的相续当中，一般来讲它们就安住在我们的阿赖耶识当中。阿赖耶识就像一个大仓库一样，里面既收藏了善法的种子，也收藏了恶业的种子，相当于一个硬盘一样，储藏了很多过去所做过事情的痕迹，这些种子、习气都保存在里面。障碍我们证悟甚深道相的就是阿赖耶识里面这些，自己以前所造的各式各样的罪障和轮回习气，这些方面如果没有清净，它们就会起现，发挥自己的作用。这些障碍和习气就会成为我们现前圣果，或者按照我们现在的角度来说就是证悟空性、获得成就的一个主要的障碍和违品。因此清净它是非常重要的。

[199] “为了使阿赖耶的明镜中显现证悟的影像”，就是把阿赖耶比喻成一个镜子，镜子可以显现各种各样的影像。阿赖耶就像镜子一样，为了让我们阿赖耶的明镜当中显现证悟的影像，擦拭镜面是十分关键的，必须要把镜面擦得很干净。如果镜面上有很厚的灰尘或者有很多的油垢，这些一直蒙闭在镜面上面，虽然它的本性可以显现各种各样的影像，但是因为镜面上面有灰尘的缘故，灰尘会障碍它显现自己的作用，所以擦拭镜面很重要。我们修持金刚萨埵，忏悔清净罪障习气也同样显得非常地重要。

[200] 阿赖耶到底是什么？为什么在阿赖耶上面显现证悟的影像呢？在无垢光尊者的《心性休息大车疏》里面讲了，阿赖耶的名称也会用来表示如来藏，这是真实义阿赖耶。真实义阿赖耶其实就是如来藏。

[201] “阿赖耶的明镜中显现证悟的影像”，还有一种理解，前面讲了，阿赖耶相当于是一个镜面或者仓库一样，在阿赖耶上面可以显现很多证悟的习气，这些都在存在着，还没有完全消亡。作为一个有法，阿赖耶识完全消亡是在佛地时，到了佛地，所有的识包括阿赖耶识在内，全部消尽，转识成智。在佛陀的智慧、如来藏完全现前之前，阿赖耶识还是起作用的。我们说在菩萨地的时候，阿赖耶上面显现证悟的影像，这是可以安立的；究竟来讲，阿赖耶可以理解成一个如来藏的本性，它的名称叫做真实义阿赖耶。

[202] 阿赖耶上面要显现证悟的影像。比如我们修行的时候，在我们的心中显现出真实无伪的出离心、菩提心，以及很多小资粮道、中资粮道、大资粮道的功德，还有加行道，暖顶忍世第一法位等等的功德，这些证悟的相都可以在我们的心识上面现前。到了圣者地的时候，虽然入定见万法实相，但是出定位的时候，心识还是起现的。也可以说初地菩萨出定位的阿赖耶识上面，可以显现很多的初地菩萨的布施、持戒到彼岸，还有禅定等等的功德。

[203] “这好比镜中要映现出影像，擦拭镜面十分关键一样”，要让明镜中显现出影像，精进地擦拭镜面十分关键。

[204] 为此，佛陀宣说了不可胜数净除罪障的方便法门，而在这所有法当中最为殊胜的就是念修上师金刚萨埵。

[205] 前面讲了，金刚萨埵对我们而言，是不共加行的第三个加行。我们也要有意识地知道，自己现在修金刚萨埵最根本的必要性，就是为了把阿赖耶识上面障碍证悟的所有种子、习气都清净掉。我们的见解越深，在念金刚萨埵的时候，就可以通过越深的认知引导我们念诵金刚萨埵的咒力到达我们需要清净的地方。

[206] 如果我们在修金刚萨埵的时候，没有认识到这一点，只是担心造了这么多杀生偷盗邪淫等等的罪业会让我们堕恶趣，为了不堕恶趣，所以要忏悔，如果你只是认识到这一点，你这种思想就只能把金刚萨埵的咒力引导趋向于不堕恶趣的方面，就是把罪障成熟果的功能掩盖或者清除掉就行了，还有很多剩余的就没法引导了。因为你自己的牵引力不够，所以没办法把咒力引导到更深的层次。如果知道了我们本性是佛，现在无法现前实相的证悟就是因为这些客尘，了解完之后，能安住在这个见解当中，修持金刚萨埵，同样是念修十万遍百字明，因为你的认知更清楚了，能够更加地深入，当你在念百字明的时候，这种见解就会引导咒力趋向于让你获得证悟的程度。

[207] 我们不要认为修就行了，这方面还是不一样的。虽然都在很精进地修，但是见解的高低还是决定了修行程度的深浅，这方面还是有直接的关系。如果能够多学一点这方面的内容，假如我们学习过密宗《大幻化网》的观点，知道了自己本性是怎么回事，了解了等净无二见之后，通过这种见解摄持念诵



百字明绝对是不一样的，这种修法可以直接到达和实相相应的高度。如果没有这个见解，比如说刚刚讲的就是一个实实在在的金刚萨埵，里面是一个血肉之躯，外表把自己观想成金刚萨埵，就像包了一层水晶一样，把自己观成金刚萨埵，虽然也在精进地念诵，但是这样的修法能不能达到前面那样直接和实相相应的高度？没办法。因为你的见解就是这么浅，所以修行也深入不了。念修金刚萨埵只能把自己的咒力引导到一个比较粗浅的程度，更深入的根本无法达到了。

[208] 第一段很重要，刚刚开始讲正文的时候，就说相续中生起甚深道之殊胜证相的主要障碍，我们一定要认真地看，否则一下子就划过去了。虽然看到生起甚深道之殊胜证相的主要障碍，但是修的时候还是想：我要堕落的话怎么办，说明这句话对你来讲，没起到一个关键性的作用。如果看到这句话我就知道了，也去思维了，我修金刚萨埵不是说为了保证我不堕恶趣，而是说我可以修金刚萨埵来清净证悟的违缘，这就直接和证悟相关了。如果你这样去念诵百字明忏悔，既可以清净掉你堕恶趣的罪业，也可以做到直接和证悟相应。这是完全可以做到的。

[209] 浅的修法自不必说，肯定可以保证你不堕恶趣，这是毫无疑问的。如果你只有浅的见解，深入的部分就没办法得到了，只能变成一个间接的，让你以后相应实相的因。当前，你正在修持十万遍百字明的时候，这些殊胜的必要就没办法达成了，我们对这些都要仔细地思维。刚刚开始修学佛法的人，想要认识得那么清楚，也不是那么容易的。因为里面关系到很多中观、空性、如来藏的见解，甚至于关系到等净无二见，了解完之后，再来看这个修法就会比较清楚。如果你没有学过，只要大概知道有这样一回事，慢慢地在学修的过程中，可能自己的见解就会逐渐达到这个高度和深度。

[210] 佛陀针对不同的根基宣讲了不可胜数的净罪法门，有很多的方便法。其中最为殊胜的修法就是念修上师金刚萨埵。为什么是念修上师金刚萨埵呢？因为这里面所有的修法都应该是和上师瑜伽相应的，都是以上师为自体，所以金刚萨埵也是上师金刚萨埵，虽然形象是金刚萨埵，但是本性都是根本上师的自性。修持金刚萨埵其实也是没有离开过自己最有因缘的上师。虽然佛陀和金刚萨埵的证悟都非常圆满，但是我们没有办法见到佛陀、金刚萨埵。他们就显现成了一个化身和我们交流，告诉我们怎样修法。上师就是一个可以直接和我们交流，指引我们修行的一个佛陀的化现。

[211] 我们在念诵的咒语，比如金刚萨埵心咒、百字明或者观音心咒，作为凡夫人，我们不能直接见到观世音菩萨和金刚萨埵，有些人说我见过唐卡，这个不是，我们所说的金刚萨埵就是指真实金刚萨埵的智慧身，佛菩萨有一个方便，让我们能够接触到和他们本性一样的代表，这就是咒语。咒语就是代表本尊的本身，咒语我们可以念，我们念咒相当于直接和本尊交流，这是一样的。我们在眼识面前要真正地见到他的形象，听他给我们讲法，我们的福报善根还不行，咒语是可以读诵交流的。在很多地方讲，咒语并不是单纯的几个字而已，而是佛菩萨的善巧方便，咒语本身就代表了佛菩萨本人，念咒就是和他们直接交流。为什么念咒很多的时候，就可以逐渐地和佛菩萨相应呢？因为它代表佛菩萨本身，所以见咒语就像见到了本尊的本身一模一样。在讲咒语的时候，也会讲到很多这方面的内容。咒语是不是就是呼唤？念咒就是呼唤本尊来给我加持，并不是这样的。真正的咒语就是代表本尊，“唵班杂（儿）萨埵吽”代表金刚萨埵，“嗡玛尼贝美吽舍”其实就是观世音菩萨，玛尼石放在那里就是代表真实的观世音在利益众生。咒语就是他的化现，属于他本身的殊胜方便。上师金刚萨埵显现上是金刚萨埵的形象，本性就是上师。包括上师阿弥陀佛、上师观世音菩萨都是一个意思。

[212] 总的来说，不管是什么罪业，只要忏悔就没有不能清净的。

[213] 总的来说，不管是什么罪业，只要忏悔了，从罪业的本性来讲没有不能清净的。为什么说所有的罪业都可以清净？这是以前没有的，后来通过因缘和合造作的，所有因缘和合显现出来的东西都可以被改变。罪业是因缘和合显现出来的有为法，它也可以被改变。它的本身就是可以被改变的。它是因缘和合显现出来。比如说罪业昨天我没有造，今天造了。为什么昨天没有，今天有了呢？所有造罪的因缘积聚了，罪业就形成了。罪业本身是因缘和合的产物，既然如此，说明它的本性不是实有的，而是可以被改变的。

[214] 那么怎么去改变它呢？就是去积聚改变它的因缘，即通过修善法等等方式去做忏悔，忏悔就可以改变它，让它的力量减弱甚至完全消失。这个罪业是从无而有的，刚开始什么都不存在，一点都找不到，后来因缘和合就出来了。既然可以从无到有，也可以从有到无。就像前面一样具备了所有的因缘，罪业哪怕是在你身上一点一滴都找不到，因缘和合的时候就出来了，就像彩虹一样，所有的因缘和合就会出来。

[215] 这个原理就是这样的。只不过我们要给它消失的因缘，也就是这里我们讲的忏悔原理四对治力等等，这些条件具备就可以清净。总的来讲，罪业是有为法、因缘法，可以通过因缘和合出现，也可以通过因缘和合消失。让罪业存在的因缘减弱了，它也会随之而减弱，乃至消失，就像彩虹一样。如果下过雨，有阴影，再加上对面有阳光，几个条件具备了之后，就会着到彩虹出现。如果其中的一个因缘没有了，比如空气里面的水气没有了，太阳进去了，或者说背后的阴影没有了，这时候彩虹就淡了，慢慢消失了。罪业也是同样的道理，因缘和合的时候，就可以从无到有；因缘消散的时候，也可以从有到无。对我们来讲，认清罪业的本性非常重要，如果我们认识了罪业的本性，在忏悔的时候更加容易让它消除。比如你懂了彩虹显现的原理，就会知道知道因缘和合它就会显现，因缘消散它就会消散。现在有很多科学家也是因为掌握了缘起的道理，既可以创造创造某种因素，让它能够出现，也可以去掉某些因素让它消失。这些也是这个原理。

[216] 罪业也是如此，如果显现罪业的因缘比较严重，罪业也就会比较重。这时候随便做一点小的因缘让它消失可能会比较困难的；如果显现罪业的因缘力量很弱，就会很容易清净。有些人的种种方面，比如发心很重，对境也是最殊胜的。因缘重的缘故，罪业就重，这时候也要有同等重的善业去对治，才能让因缘消亡。如果你想用一些小的因缘消除罪业，可能就是不行的，力量不够。从原理上讲，它就是因缘法，只要因缘消散，罪业就会消散。我们修的时候，也不要认为反正我给它一点因缘，就可以消除，也不是这样的。

[217] 总的来讲，只要是罪业都可以清净。不管什么罪业，只要忏悔，就没有不能清净的。但也有些特殊的情况，如果超过了忏悔的时间，很多续部当中讲，就没办法了。比如违背了密乘的誓言，尤其是对于金刚上师诽谤、打骂、生邪见，如果你造业之后马上忏悔，虽然罪业很重，但是马上忏悔会相对来讲比较容易清净；如果你一直不忏悔，过了这个期限，超过了三年之后，再忏悔就不行了。虽然通过励力忏悔可以减轻，但是不可能完全清净了。你的因缘已经没办法聚集了，原则上讲，这是因缘法，可以消亡的，但是已经来不及了。你错失了消除罪业的最佳时间，就无法改变了。不管怎么样，我们千万不要等到无法补救的时候。反正每个众生都有烦恼、习气，都会造罪业，有可能还会造下比较重的违背密乘誓言的罪业，或者犯菩萨戒、小乘的根本戒等等，都有可能违犯，但是不要拖，做错了，马上就忏悔。犯戒以后马上忏悔，那时候它的力量不大，很容易清净。不要认为已经完了，自己不管了或者一直保持很强盛的烦恼，不管谁怎么样劝你都不管用，最后眼睁睁错失了最佳的忏悔机缘，因缘消失以后，你再想去忏悔就没办法了，只有堕落了，通过在恶趣当中受苦的方式把罪业消掉，这是没有必要的。

[218] 总的来说，所有罪业都可以清净，特殊情况是如果你错失了忏悔的因缘，因缘具足不了了。如果因缘具足是可以清净的，在某种情况下，你再怎么努力因缘也没办法积聚了。因为你的罪业本身就很重，再加上的过了时间，虽然可以稍稍的减轻，但是没办法完全清净，剩余的部分只用在恶趣当中感受痛苦的方式来消尽。以前其实有可以具足因缘的机会的，自己就是通过很重的无明错失良机。我们要把总的情况和特殊情况分开。

[219] 古代诸大德也曾经这样说过：本来罪业无功德，然忏悔可净为其德。

[220] 古代大德好像米拉日巴这种讲过，本来罪业没有功德，罪业有什么功德呢？罪业，第一，可以障道；第二，感受痛苦。它没什么功德可言，唯一的功德就是罪业可以被清掉。我们没有真正获得圣地之前，相续当中的烦恼都会多多少少现行，尤其是初学者的相续当中，还带着很多学习佛法之前的习气，烦恼非常深重，每天都有可能犯很多的过失。我们知道过失的本身可以通过忏悔而清净。因此我们在每天修法的时候，都要安排念一些百字明、三十五佛忏悔文，或者我们在修善法的时候，也要想这是为了忏悔我今天所造的罪业，这是很有必要的。

[221] 所以，无论是违犯外别解脱戒、内菩萨学处，还是失毁密宗三昧耶等等，即便是罪业再怎么严重，通过忏悔也能得以清净。

[222] 这里是以佛制罪为例，自性罪也是一样的。杀生偷盗邪淫妄语等等自性罪违犯之后，也可以通过念诵百字明忏悔的方式得以清净。

[223] 以佛制罪为例，“无论是违犯外别解脱戒”，“外”就是共同的意思。不管你学大乘显宗、密宗，还是小乘，反正这是共同要守护的。“内菩萨学处”，因为是成佛之道，和小乘不共同，所以安立为内的菩萨学处。还有密宗的三昧耶，就是和大乘显宗不共同的可以迅速成佛的一种方便。然后是斋戒和居士戒，有些地方说斋戒的时间很短，不属于别解脱戒，有些地方说属于别解脱戒之一。居士戒不管守持一条，还是几条。还有出家的沙弥戒、比丘戒等等，都是别解脱戒。不管犯了别解脱戒的根本戒还是支分戒。



[224] 内的菩萨戒，在汉地《梵网经》当中，藏地主要是依靠《虚空藏经》《瑜伽师地论》等等安立的菩萨戒。密宗的三昧耶十四条根本戒，幻化网的五条根本戒等等，还有时轮金刚等很多方面不共的誓言。

[225] 即便罪业再怎么严重，包括无间罪、谤法罪，还有这里的根本罪和失坏密乘的戒律。不管罪业再怎么严重，通过忏悔也会得以清净。只要你在允许的时间当中，很快地忏悔，都是可以清净的。只不过有些罪业本身比较重，忏悔起来不是那么容易，必须要非常勤奋，才能让它清净。就像有些衣服很容易洗，比如今天我去了一个工地，那里灰尘很大，把衣服弄脏了。就是一些灰尘而已，不用加洗衣粉，用一些水稍微搓几下就干净了。有些衣服可能掉进了一大桶油里面，随便搓几下肯定是不行的，你必须要加洗衣服或者强力洗涤剂，才可以清净掉。

[226] 同样都是清洗，有些好清洗，有些不好清洗；同样都是罪业，比较轻微的容易清净，比较重的就不太容易清净。比如说根本戒本身就是通过很重的烦恼造的罪业，性质比较严重。如果对境很殊胜，比如金刚上师、金刚道友等等属于对境严重，还有当时的烦恼炽盛，都会让所造的罪业变成重业。如果你不小心造了这么重的罪业，就必须要通过比较殷重的心或者用很长的时间来忏悔，才可以清净。我们应该知道这方面的原理，有些比较容易，有些不太容易。即便犯了密宗三昧耶戒，诽谤了金刚上师，如果马上忏悔，也可以清净。无间罪、谤法罪等等，只要你发自内心忏悔，都可以清净。我们在死亡还没有到来之前，还有机会进行忏悔。忏悔对于欲界凡夫而言，应该把忏悔放在自己每天修学的功课当中，这是非常重要的。

[227] 举个例子来说：婆罗门央具理魔罗，也就是指鬻王，他残暴地屠杀了九百九十九个人，但是通过忏悔而清净罪障，并且在即生中获得了阿罗汉果位；

[228] 指鬻王被邪知识误导了，告诉他如果杀一千个人就可以生梵天。指鬻本来就是一个利根者，特别善良，也具有恭敬心。师父告诉他，杀一千个人可以生梵天，他产生了怀疑，觉得这个说法应该不对吧？梵天是一个清净的果位，杀人应该不是生梵天的因。师父看到他不听，就念了一些邪咒蒙蔽了他的心智。最后他就发狂了，相当于正常人没有喝酒、吸毒的时候很正常，喝酒或者吸毒以后，突然就不正常了，做出了很多出格的事情。师父加持以后，他的心智迷乱了，分不清是非善恶，就拿着刀子到处杀人。这也是我们平时比较熟悉的一个放下屠刀立地成佛的案例。

[229] 后面他准备要杀掉母亲凑数的时候，佛陀度化了他。本来他是一个最后有者，只不过是暂时的因缘导致造了很重的罪业。他通过励力忏悔之后，很快获得阿罗汉果，相当于放下屠刀立地成佛。佛也是一种觉悟的意思，放下屠刀立地成佛是不是完全成就了像释迦牟尼佛一样的果位呢？立地成佛的佛也有很多不同的解读。第一种，比如说成就阿罗汉果位，也是一种觉悟。除了释迦牟尼佛的无上正等正觉以外，还有缘觉的中佛，小乘的菩提果位也是一种觉悟。第二种，放下屠刀立地成佛就是当时他觉悟了这个道理，从道理上明白也是一种觉悟。他一下子就知道这是不对的，从当前的颠倒的思想当中清醒过来了。他本来具有很深的善根，清醒过来之后，就跟随佛陀出家修行。

[230] 他杀了九百九十九个人，从因果的道理来讲，不要说杀一个人，哪怕杀一个虫子的过失也很重。杀九百九十九个人的罪业应该相当严重，他缘佛法忏悔也是完全清净了罪业，不但没有受地狱的果报，反而在当中获得了阿罗汉果位。这是一个很好的例子。

[231] 再有末生怨王虽然杀害了自己的父亲，但后来通过忏悔而恢复清净，结果仅仅感受了如綢线球触地即刻弹起般短暂的地狱之苦，便从中获得解脱……

[232] 末生怨王杀害了自己的父亲，在很多地方都讲过的。后面他的身上开始出现了很多恶疮，感到非常痛苦。最后通过佛陀的加持，还有自己的善根苏醒。在文殊菩萨的帮助下，他在佛前忏悔，佛陀给他讲了罪性本空的道理。因为他所造的无间罪是很重的罪业，一般的对治方法的很难让无间罪业很快地清除掉。即生很难清净，无间罪也没有中阴，死后直接到无间地狱。通过了悟佛陀所讲的罪性本空的道理，很快就把罪业清净就清掉了，后面他也是为了护持佛陀的教法，做出了殊胜的贡献。因为他造的无间罪非常重，所以还是显示了一下堕地狱。怎么显示的呢？就像皮球落地马上弹起来了一样，就是这么快，表示一下而已，实际上和没堕没有什么差别。有些地方说是七天堕入地狱，这里说的是像皮球落地马上弹起来一样，象征性的堕入了地狱，很快就获得了解脱。

[233] 这是来自于什么呢？来自于忏悔的力量。这么重无间罪也是可以忏悔清净的。第一个虽然杀的是普通人，但是数量众多。第二个虽然杀的是一个人，但是性质很重，属于无间罪。不管怎么样，都是通过如理如法的忏悔得以清净的。这方面都是自性罪，还有一些佛制罪，上师在讲记当中也讲了勇施比丘、无垢光比丘等等，他们都是违犯了别解脱戒律，然后也是通过大乘发门忏悔之后，获得了胜果等等。

[234] 佛陀在诸经藏中讲述了许多通过忏悔而得清净的公案。

[235] 不仅佛经当中，有很多殊胜的公案。在佛教史当中，也记载了很多高僧大德出家前或者获得胜果之前都，都是造了这样那样的罪业，后来通过修持殊胜的法门进行忏悔，也是获得了清净。一般人通过忏悔清净罪业的案例非常多。

[236] 怙主龙树菩萨说：“何人昔日颇放逸，尔后行为倍谨慎，如月离云极绚丽，难陀指鬻能乐同。”

[237] 这是龙树菩萨在《亲友书》中讲的。“何人昔日颇放逸”，任何人以前非常放逸，后来通过善根苏醒和善知识的教诲，“尔后行为倍谨慎”，就是身语意非常谨慎不造恶业，对于以前造过的恶业精进忏悔，经常修持殊胜。以前很放逸，后来非常谨慎。“如月离云极绚丽”，就像晚上本来云层很厚，月亮显不出来，到了后来云远离了，明亮的月亮就会显现出来。云彩就像罪业一样，如果云飘走了，相当于罪业清净了，很明亮像月亮一样的证悟、善趣等等的功德了都会很明显地显现出来。

[238] 龙树菩萨讲了三个例子：难陀、指鬻、能乐，和这些相同的案例。

[239] 在很多讲记当中说，难陀尊者是贪心非常炽盛的代表，他贪欲心特别大，他被佛陀的善巧方便强制性的剃度，出家之后天天想他的妻子，想方设法开小差跑回去，但是都被佛陀加持阻止。后来具有强烈贪欲心的难陀通过佛陀的善巧方便，参观了天堂，参观了地狱，他自己觉悟了，这一切都是没有实际利益的。让他参观天堂是让他放弃对人类的贪恋，他对人间如此的贪恋，你对他说不要贪听不进去的，让他看一个更好的，他自然就不贪了。所以佛陀把他引到天界去，看到更漂亮的天女之后，他对他的妻子就没有兴趣了。

[240] 当他对天界生起贪心的时候，佛陀又加持他看一下地狱：你以后从天上下来就到这儿来。他一下子就知道什么意义都没有了，他就真正开始发起道心修行了。以前贪欲心很大很放逸，后面没有贪欲了，对整个三界没有贪欲，精进修行获得了阿罗汉。这是贪心炽盛的代表。

[241] 指鬻是嗔恨心非常强大的代表，见人就杀，最后连母亲都想杀。前面刚刚讲了这个案例。

[242] 能乐是痴心很强盛的代表，他的愚痴心很强盛。在上师的讲记当中也讲，他是愚痴，把自己的母亲都杀了，后来他也是后悔了，他自己出家，他想佛法当中可能有清净罪业的方法，他出家学了很多很多有关佛法的道理，他很精进地修学。其他的比丘说：怎么这么精进啊？他说：“我忏悔。”“忏悔什么罪？”“我为了忏悔杀母亲的罪业。”他们就告诉了佛陀。造五无间罪的人不能出家，在戒律当中是有明显的遮止的，所以他被赶出僧团。

[243] 他因为出家知道了出家的利益，佛法的殊胜，后面他虽然被僧团赶出来了，但是还是没有还俗，他到很偏远的地方去讲法。因为他非常通达三藏，认认真真发自内心的讲法让很多人得到了法益，让很多人获得了阿罗汉果。死了之后象征性的去感受了一下痛苦，然后生天界，生天界之后知道自己因缘，到佛面前听法得到了圣果。他以前是这么愚痴，造了罪业，后来通过佛法通过忏悔也是清净了罪业，最后还是获得圣果。

[244] 他自己做的主要法行就是讲法。如果我们自己想要忏悔，发一个清净的心，没有染污的心来如理如法地讲解佛法，也可以清净自己很多的罪业。这也是能够清净罪业的殊胜方便，就像能乐一样，他也是通过讲法的方式清净了自己很严重的五无间罪。

[245] 如果具足四种对治力而诚心诚意、认认真真加以忏悔，就能清净罪业。

[246] 这里面讲到，如果我们要清净罪业也有条件，不能说随随便便就可以把罪业清净掉，我们的罪业非常多，很多种类，而且很久以前造的罪业每天滚雪球一样越滚越大，现在已经滚得很大了，已经是这种状况的时候，我们对于罪业本身，一方面来讲，从整个大局、从战略的高度来看，没有什么罪业不能清净的，我们在战略上面要藐视它，但是战术上面还是要重视它的。如果你说：反正都可以清净，无所谓。这不行，整体来讲是空性的，可以被清净掉的，我们一定要有这种心态。但是在忏悔的时候一定要认真，在战术上面一定要殷重。



[247] 这个罪业还是很重的，我不能随便便地来念几句、做几个善法，就觉得可以清净了，不是这样。所以，两边都不要堕，我们既不要认为绝对不能清净，完了完了！也不要认为很容易就清净掉了，这两种思想都叫极端。不管堕入哪种思想都不是正确的忏悔者应该有的心态，既不能每天都觉得很沮丧，每天都在负罪感当中出不来，也不要这样，负罪感本身没办法让你把罪业清净掉。你知道，反正罪业是可以清净的，与其我天天唉声叹气，不如提起精神来念忏悔，修善法把罪业清净掉。

[248] 我们不能走两个极端，不能太过于沮丧，有些修行者、道友们有的时候太沮丧，觉得罪业这么重，怎么办？可能没办法没希望了。这也不需要，我们学这么多的教义，华智仁波切就是不让我们堕入到极端当中。一方面让我们知道，总体来讲罪业是可以被清净的；另一方面我们也应该知道，以随随便便的方式，很随便的心态忏悔，把罪障还清也不现实，不能太过于草率，觉得念了几句好像应该清净了，也不要太过于乐观。

[249] 具体应该怎么样体现的呢？

[250] “如果具足四种对治力而诚心诚意、认认真真加以忏悔，就能清净罪业”。具足四种对治力，这是第一个，必须要有四对治力。如果要忏悔，也有忏悔的条件。怎么样才能够让罪业的因缘消失呢？就是四种对治力，还有一个就是诚心诚意、认认真真加以忏悔，这样就能够清净罪业。我们自己的心态要对忏悔本身、对四种对治力本身要有很殷重的，诚心诚意认真的态度，这是真正想要清净罪业应该有的态度。有态度还不够，必须要有正确的方法，正确的方法就是四对治力，必须要精通。反正只有四个，要讲得很深也可以，但是一般来讲，我们把法本里面学了就够用了。

[251] 四种对治力我们要知道是哪四种，不但知道，而且在忏悔的过程当中要反复往返使用。比如，我今天在座上忏悔两个小时，四种对治力我要反复用，所依对治、现行对治力等轮番去观想，让它的力量强大，然后再通过诚心诚意认真忏悔就能够清净罪业。所以，既不能认为随随便便可以清净，也不能认为即便我认真地以四对治力忏悔了，还是感觉自己的罪障一点都没有去掉，这也是太过分。法本当中所讲到的我们要相信，如果具备了所有忏悔的条件，罪业是肯定被清净掉了，应该有这样的信心。

[252] 反之，一边东张西望、胡言乱语、自心随着其他分别妄念转，一边口中发露忏悔等等，仅仅是口头上念诵忏悔文或者认为以后忏悔也可以、今后造罪也无害，诸如此类。

[253] “反之”以后，即前面我们讲的，忏悔的时候太过于随便，在我们的思想当中太过于随便，还有在行为当中太过于随便，太过于随便的态度和方法没办法有效地清净罪业。就像我们前面讲的一样，在战术上面还是要认认真真落实忏悔的方方面面。

[254] 忏悔的时候“东张西望、胡言乱语”，胡言乱语就是讲很多绮语，东张西望代表自己的心很乱。谁在指挥你的脑袋在东张西望？谁在指挥你的眼睛东张西望？就是你的心在指挥。所以通过你外在的脑袋摆来摆去，眼睛睐来睐去，就说明你的心没有定，心不在忏悔上面，东张西望就说明你的心没有专注。为什么坐姿要端正，认真观想？其实是把你散乱的心放在你现在要做的事情上面。现在你在做什么？在做忏悔，就应该把你的心放在现在正在做的忏悔的意义上面，你就认真地做，这才是对的。

[255] “胡言乱语”，你本来应该念咒语的，但是你在念别的东西，胡言乱语的语言本身不具有忏悔的效力，胡言乱语会让自己忏悔打折扣。还有“自心随着其他分别妄念转”，即身语意都是散乱的，东张西望是身体，胡言乱语是语言，自心随着其他分别妄念转是意，自己内心是各式各样的分别念层出不穷，没有把注意力放在本身应该专注的忏悔上面。

[256] 一边身语意散乱，“一边口中发露忏悔等等”一边口中在念发露忏悔一切罪业等等，或者口中念百字明等等。“仅仅是口头上念诵忏悔文”这是不行的，这样有没有效果呢？有效果，但是效果很弱，自己念诵百字明的咒力就通过自己身语意的散乱，全部已经被消散了，不会显现出非常强大的咒语的力量。这是第一种，随随便便口头上念诵忏悔文，这不是清净罪业的正对治。不是能够让罪业清净的因缘，看起来是，但是其实不是，这是要避免的。

[257] 或者还有一种想法，反正以后忏悔也可以，今后造罪也无妨。有些时候在造罪的时候想：反正可以忏悔，现在造一点罪业不要紧。这种心态就是轻视，是非常随便的一种心态。这种无所谓的心态的反面就是惭愧心，你没有惭愧心，反正无所谓，可以忏悔的，很轻视罪业。这样即便做了忏悔，也只能起到一点点的作用，最主要的因素没有，没有惭愧心让罪业减弱清净是困难的。所以，不要想反正以后是可以清净的，现在无所谓等等。诸如此类的发心、心态在忏悔过程当中都要消除掉。

[258] 如果是这样，那么尽管做了忏悔，但是罪业也不会完全清净。

[259] 尽管是做了一些忏悔，也念了四十万遍金刚萨埵心咒，念了十万遍百字明，但是罪业不会完全清净。有没有作用呢？也会有一点作用，可能会减轻一些，本来是可以完全清净的，但是由于自己的散乱让罪业只能清净一点点，这就是一个损失。在有限的时间当中没有把忏悔的功能发挥到极致，没有让忏悔的力量发挥到极致。我们有多少时间呢？其实我们并没有多少时间，什么时候死亡到来呢？没有定准的，死期是不定的。与其是这样做一些没有效果的忏悔，还不如在忏悔的时候认真去做，反正你都在做了，反正时间也花了，还不如努力地把忏悔尽量地做到位。这也是一种训练。

[260] 诚如米拉日巴尊者说：“若想忏悔能净否？忆念善法则清净。”

[261] “若想忏悔能净否？”如果有这个想法或者提这个问题：我们忏悔能不能清净呢？米拉日巴尊者回答说：“忆念善法则清净。”如果你忆念善法就可以清净，反过来讲，如果你没有忆念善法就没办法清净。如果你在忆念善法的时候，夹杂了太多的不善、夹杂了太多庸俗的分别念，那就很难保证清净了。所以只是说忆念善法才清净，没有说忆念不善法可以清净，没有说忆念染污法可以清净。这告诉我们，在忏悔的时候，所有的过程都应该尽量保持善的状态，四种对治力都是属于善的状态。

[262] 所以，不论是任何人进行忏悔，尽其所能具足四种对治力都相当关键。”

[263] 任何一个人要忏悔的时候，尽量的具足四对治力是非常重要的。那么什么是四种对治力呢？下面就要学习四对治力。

丁二（四种对治力）分四：一、所依对治力；二、厌患对治力；三、返回对治力；四、现行对治力。

[264] 前面科判对于正面的和反面的忏悔之理都讲得很清楚了。了解完之后，下面讲真实的四对治力，是比较重要的内容。

戊一、所依对治力：

[265] 在这里，所依对治力就是指，将金刚萨埵作为皈依境，具足愿菩提心与行菩提心。

[266] 所依对治力，我们要忏悔的所依，依靠什么来忏悔？依靠什么让罪业清净？依靠所依对治，就是说我们发露忏悔，向谁发露？我们要清净罪业，谁的力量让我们清净？我们要发誓不再造，在谁面前发誓？要有一个对境。如果对境越殊胜，那么力量就能够显现出来。虽然你面前没有对境，或者对境是一个很普通的人，你这样去发露忏悔也有一定的作用，但是，对方并没有具备很殊胜的功德，他也不是发愿：谁在我面前发露，我就一定清净他的罪业，没有这样发愿。同样的行为但是没办法获得最大的功效。

[267] 我们要挑选一个有能力的，非常特殊对境作为我们的所依对治力。此处的所依对治力就是指金刚萨埵，因为我们现在所修的百字明，就是依靠金刚萨埵来忏悔的，金刚萨埵作为我们的皈依境。

[268] 还有，要具足愿菩提心和行菩提心。金刚萨埵作为所依对治力是外境的一个本尊，愿菩提心和行菩提心作为所依对治力是我们自己内心的一个条件。一个是内的，一个是外的，外面对境是金刚萨埵，他发了愿成佛了，我们要具足的是愿菩提心和行菩提心。这都可以作为我们所依对治力。

[269] 在别的场合也有其他忏悔的所依对境，比如在《三聚经》中的三十五佛或者善知识、佛像、佛经、佛塔等前进行忏悔都属于所依对治力。

[270] 除了金刚萨埵之外，有没有别的所依呢？也有。在其他场合当中佛陀也讲了以三十五佛作为所依对治，作为皈依境。在《三聚经》，即《三十五佛忏悔文》，有的时候叫《菩萨忏悔文》在汉地叫《大忏悔文》，三十五佛或者八十八佛作为所依对治。因为三十五佛是专门发过愿，谁念他的名号清净罪业。

[271] 具相的善知识也可以作为所依对治力，还有在佛像面前或者自己开过光装藏的佛像。还有些佛像是很特殊的，比如说大昭寺的觉沃佛像、金剛座三十五岁等身像，还有伏藏大师取出来的莲师的像，和我无二无别的佛像，这些都是属于很特殊的佛像。这些作为发露忏悔的对境作为所依对治力非常好。

[272] 佛经，比如说《宝积经》《妙法莲华经》《般若经》等等，这些大乘的经典也是属于很殊胜的可以作为所依对治的对境。



[273] 佛塔，金刚座的佛塔也好，五台山大白塔也好，还有很多具有殊胜加持力的佛塔都可以作为所依对治。

[274] 佛舍利，比如北京八大处的佛牙舍利，其实朝拜的时候可以把它作为所依对治，忏罪的殊胜对境，这都是可以的。现在我们的福报还没有用尽的时候，在世当间当中还有很多殊胜的对境，佛经、佛像、佛塔、还有很多大僧团，很多殊胜的本尊的修法还在，都可以作为所依对治力，在他们面前忏悔的力量都很大。

[275] 此外，发愿行菩提心在一切忏悔当中都是必不可少的。

[276] 我们在忏悔的时候，发愿菩提心和行菩提心能够让罪业很快地清净。以前我们也讲过，在《百业经》《贤愚经》当中，很多小乘的修行者的忏悔，虽然他们罪业也不是那么重，有的时候看到阿罗汉说了几句调侃的话，或者说了一句不该说的话，后面也认识到问题，也马上忏悔了，但是还是没办法完全清净，只是让他没有堕地狱，有些时候还是堕了旁生，在转人的时候连续五百世转为很下劣的人等等。

[277] 为什么忏悔了，还是这样呢？阿罗汉也允许他们忏悔原谅他们了，但是相续当中没有具备让罪业快速消尽的因缘，他没有愿菩提心和行菩提心，也没有像金刚萨埵修法这样殊胜的修法。所以虽然他们做了忏悔，但是没有办法完全清净。

[278] 现在作为大乘的行者是大乘的种姓，如果以愿、行菩提心来做忏悔的话，发起愿菩提心和行菩提心可以很快的清净罪业。这个原因上课我们也讲了，因为所有罪业的来源是自私自利，就是我执，而我执的对治是什么？就是菩提心，我不考虑自己，我考虑众生，这其实就是从根本上瓦解罪业的方法。把根基瓦解掉了，然后罪业根本无所依了。愿菩提心和行菩提心是这样的方式清净罪业。行菩提心当然也包括空性，知道罪业本来无自性，是彻底瓦解掉罪业的方法。而且它们也是很清净力量特别强劲的一种善法，愿行菩提心善业的力量特别强劲，要比一般的善业强劲得多，观空性现实相也是非常强劲的善业，也是比一般的善业强劲得多。

[279] 我们要忏悔要让罪业很快消除掉，必须要引入强有力的强劲的善业。尤其是我们学过，比如前面学过菩提心的引导，或者你学过《入行论》，这些对菩提心都是也认识的，既然学过、知道就要用，现在要用在忏悔上面，用愿菩提心和行菩提心来让我的罪业很快消尽。所以，菩提心很重要，必不可少的。

[280] 如果没有发菩提心，即使具足四种对治力来忏悔堕罪，也只能稍稍减轻而不能达到彻底清净的效果。

[281] “如果没有发菩提心，即使具足四种对治力来忏悔”，有人会问：难道四对治力里面没有菩提心吗？为什么说如果没有发菩提心，即使具足四种对治力来忏悔？其实四种对治力里面应该是有菩提心的，只不过有些时候我们在做四对治力的时候不完整。四对治力似乎都有，但是里面最关键的因素没有，虽然看起来有四对治力，但是里面关键的因素不齐全，四对治力本身不齐全。如果四对治力缺少了菩提心就导致四种对治力不齐全，如果使用残缺的四对治力，通过它来忏悔，当然也有作用，可以稍稍减轻，但是不能达到彻底清净的效果。

[282] 比如说前面我们讲到的以前小乘的修行者，他们的忏悔让罪业减轻了，没有堕地狱，但是不是完全消除了？没有，后面还是受报了，罪业还是会成熟的。所以，我们在忏悔的时候一定要发起菩提心，把菩提心因素加到四种对治力里面，让四种对治力圆满，它的力量也就圆满了，这样就是非常好的。

[283] 如果相续中生起了无伪菩提心，那么往昔造了多少罪业都会自然而然清净，

[284] 这也是从另外侧面印证了每一个修法要认真修，前面修菩提心的时候如果认真修了，在修的过程当中特别认真的观修了菩提心，菩提心已经生起来了，生起来的菩提心在金刚萨埵的修法当中继续发挥作用。如果你在前面修的时候没有认真修，无伪的菩提心可能没有生起来，或者修完之后忘了，反正数字是够了，但是到修金刚萨埵的时候没有这个概念了，这样也没办法继续发挥它应有的作用。如果你前面一个修法一个修法认认真真地修了，即便没有完全到量，但是努力了，思维一下菩提心怎么回事，自然而然就可以把菩提心在金刚萨埵修法当中用起来。

[285] 如果生起了无伪的菩提心，往昔造了多少罪业都可以自然而然清净，它是一个能够清净罪业的很殊胜的利器。我们一定要想方设法地引发内心当中的菩提心，不但是在忏悔，在一切阶段它都是非常非常殊胜的善法。

[286] 如《入行论》云：“如人虽犯极重罪，然依勇士得除畏，若有速令解脱者，畏罪之人何不依。菩提心如末劫火，刹那能毁诸重罪。”

[287] 寂天菩萨在《入行论》的第一品菩提心利益当中讲了，“如人虽犯极重罪”，一个人犯了很重的罪业，“然依勇士得除畏”，如果有一个很厉害的勇士，就可以帮助这个罪人。他很严重的触犯了国家法律，如果有勇士就可以解除他的畏怖。“若有速令解脱者，畏罪之人何不依。”如果有一个能够让我们罪业迅速解脱的法门，畏罪的人为什么不依靠呢？这是什么呢？就是菩提心，菩提心就可以让犯了很重罪业的人得到安慰，让他从罪业当中获得解脱。

[288] “菩提心如末劫火”，菩提心就像末劫火一样。在劫末的时候会通过众生的共业生起很强烈的大火，从无间地狱一直烧到初禅天，所有的世界都烧得干干净净。菩提心就像末劫火一样刹那能毁诸重罪，一刹那当中可以很摧毁很严重的罪业，像杀生偷盗邪淫这些很多罪业。生起了菩提心的话，或者经常观修菩提心，一方面，生起了菩提心本身就有很大功效；一方面当你在修菩提心的过程当中，虽然菩提心还没有达标，但是现在正在串习，即便每天串习菩提心的过程当中也是不断地在清净你的罪业。也就是在观修的时候有作用，还有修成之后也有它的作用。这方面来讲的话不管是已经修成了还是修的过程，菩提心都是有很强劲的灭罪的功能。这是所依对治。

戊二、厌患对治力：

[289] 所谓的厌患对治力，就是说对于以往自己所造的一切罪业生起后悔之心。

[290] 厌患对治力是什么？就是对以前我们所造的罪业很后悔，觉得这是不好，不应该造的。比如说以前喜欢杀生、偷盗、说妄语等等，现在回想起来特别不应该，以前不懂，现在知道了之后特别不应该。这方面来讲就是厌患对治力，对于罪业生起了厌离心，知道它是过患，对这个过患很厌烦，知道罪业是过患而且很厌烦它，这个叫厌患对治力。以前不学，不知道它是过患，既然你不知道是过患，不存在厌弃它的问题了，要厌弃一个人，厌弃一个事情，你知道他很不好的，知道它的过患了，然后慢慢你开始厌离它厌弃它了。

[291] 如果你认为它好的时候，或你没发现问题的时候，你不会厌弃它，厌弃它是发现它的过患越来越明显越来越突出了。这个时候厌弃心越来越重。以前没有学过因果取舍的时候，没有认为罪业是什么问题，杀鸡杀鱼没有认为是什么问题，但是学完之后知道过患了，慢慢就对过患越来越不悦意，因为发现在我的相续当中存在这个过患，而是每天和这个过患一起存在着。现在就越来越想不要与它共住了，厌烦它让它走，这个叫厌患，是叫后悔心，而且罪业在我的心中，在我的相续当中一直存在着，这方面就是很讨厌的事情。所以自己很想把这个罪业把从相续当中赶出去或者灭掉。这个时候就是厌患。

[292] 厌患就是对治，能够让罪业消除的一个因素，有的时候叫破恶力，就是能够让恶业毁坏的因素。

[293] 如果既没有将罪业视为罪业也没有以强烈的追悔心进行发露忏悔，显然不能得以清净。

[294] 要让罪业清净的第一步要知道这是不对的。当然一般来讲，生而为人都会受到很多的教育：父母家庭的教育，还有学校的教育，社会的教育，反正有很多教育。基本上来讲，作为一个正常的人他都会接收到一些善恶是非的很多信息，他也知道这个是不对的，那是对的，对和不对有一种分辨能力，但是仅限于局限于一般的世间的认知程度。

[295] 还有连整个世间都没有认为是罪业的事情，没有认为是罪业就谈不上忏悔了。大家都知道杀人是犯法的，不对的，没有认为杀鱼是不对的。但是如果更严的标准来讲，不是通过世间的法律法规，也不是通过世间的道德标准，而是从因缘法则来讲，因为佛教当中判断罪业是从因缘法则来讲。因缘法则来讲更深更细了，比一般的世间标准道德规范还要更深更细，是从因缘法则侧面来讲的。如果不学因缘法则的话你就不知道是罪业，如果不知道罪业，认为我是个好人，我一直都好怎么这么样。但是其实按照高标准来看，不能完全说是一个没有罪业的人。不知道罪业，没有把罪业当成罪业，就谈不上忏悔，如果没有强烈的追悔之心忏悔，罪业显然是不能得以清净的。

[296] 这个时候我们就要学习，不学习甚至不知道自己犯了哪些罪业，如果都不知道，就会损失掉忏悔最好的机缘。如果你发现得越早，比如说肿瘤发现得越早，治疗的话痊愈的几率就高得多，如果一直不重视一直没有发现，不管，最后发现的痛得难忍的时候再去检查，说是晚期或者恶性的。那个时候再做很多补救，痛苦大不说，而且多大程度能让你痊愈，不好讲的。



[297] 作为修行人应该学习，这就是体检，相当于体检一样。但现在很多人不想体检，反正没有没问题绝对不去医院体检的，太麻烦了。但是痛的时候再去检查，那个时候往往已经晚了。佛法当中应该经常体检，对我们来讲要经常性地对我们相续做体检。怎么做呢？就是多闻思。知道哪些是该做，哪些是不该做，哪些属于罪业，哪些不是罪业。经常性的闻思之后，反观自己：自己这方面有过失，那方面也有过失。如果你学得越细，就说明体检的时候仪器越精密，检查的时候小问题也能及时发现。如果你的机器很粗糙，检查的时候没事，啥问题没有，像这样感觉没什么问题，其实如果换一个精密的仪器检查，或者换一个高明的医生检查，可能问题已经很大了。

[298] 学习佛法也是一样的道理。如果我们泛泛的学一下大概知道了，我是一个好人或者不是好人。这个很粗泛的标准衡量很有可能觉得自己还不错，还可以。但是如果学习佛法学得越深越细，相当于检测的仪器标准越来越高了，医生越来越高明，就会发现问题不少，摸摸这地方有问题，那地方有问题，可能哪个地方都有问题。有问题不可怕，有问题解决好了，现在发现得越早越好。所以我们要学习佛法，多闻思教理，闻思之后自我检测的时候，就更容易更早发现问题，这样你有时间去解决它，你该忏悔的忏悔，该制止的制止。

[299] 如果你现在不认真，也许过了二十年你突然醒悟了，一个是你的年龄问题；另一个，二十年前的罪业，经过二十年的发酵，通过二十年的茁壮成长已经比较有力了，那个时候要清净它，习气等很多问题比较困难。

[300] 现在有机会的时候，自己方方面面条件也具足，就要认真地学，这对我们有用的。不是因为我以后要讲法，所以必须要学得细。当法师不学细一点怎么行？其实当法师讲法这是一个方面，还有你自我检测，如果学得越细，你知道得越细，你自我检测自我修行时候全都用得上的。学得很细致，如果你有能力讲法，你可以把很多正确的信息，你自己努力学习提炼出来的深细的智慧，可以帮助别人去做一些检测。

[301] 你如果没有讲法的因缘，你自己观修的时候修行的时候全部也是有很高质量的见解，如果你的见解越深越细，你发现问题的力量就越强，解决问题的力量也就越强大，是这样的道理的。我们应该要知道什么是罪业，而且要强烈地追悔心发露忏悔。

[302] 有些时候发露忏悔是在上师或者僧众面前发露，上师也讲，有些时候实在是不好意思，在佛像面前也可以发露忏悔，在诸佛菩萨面前发露忏悔也可以的。如果不发露忏悔显然是不能得以清净的。

[303] 如《三聚经》中云：“发露忏悔，不覆不藏。”

[304] 在《三十五佛忏悔文》当中讲，以前造过的罪业发露忏悔，不覆不藏，就是不覆藏，不把它藏起来，要把它显露出来。发露就是把它发出来露出来，不要藏得很紧。覆藏就是不让别人知道自己造了罪业，覆藏是藏得很紧。医生问你：哪地方痛啊？不痛，身体很好，把病藏得很紧。讲出来医生给你开药，给你对治，你说我没病，啥事都没有。你是藏得很紧，但是病在你的身体当中在不断地恶化，像这样就是掩耳盗铃。如果你要让罪业清净就要发露，发出来之后就可以清净掉。

[305] 此外大成就者噶玛乔美仁波切也说：“若无悔心忏不净，往昔罪业如服毒，当以大惭愧悔忏。”

[306] 乔美仁波切在《极乐愿文》当中这样讲：“若无悔心忏不净”，如果没有后悔心，没有厌患对治力，忏悔是忏不清净的。“往昔罪业如服毒，”以前的罪业就好像你故意或者不故意当中吃了毒药一样，毒药已经吃到你的肚子里面，在你的身体里面，你不能说，在就在吧，无所谓。如果毒药一直在你的身体里面，总有一天会发作的，发作起来之后痛苦不说，而且有可能让自己丢掉性命。所以说罪业就像误服了毒药。“当以大惭愧悔忏”，当以很大的惭愧心、畏惧罪业的心、后悔心来进行忏悔，这方面是特别重要的。所以，惭愧心也是很关键，如果我们造了罪业，有强烈的惭愧心也是容易清净的。

戊三、返回对治力：

[307] 返回对治力是指回想起自己往昔所造的罪业后发誓从即日起纵然遇到生命危险也决不再造这样的罪业。

[308] 这就是很强的发誓，迷途知返，在造罪业的路上回头了，返回来了，不要在造罪路上越走越远。你知道是不对的，知道是沼泽地，你走下去水已经陷到脚脖子了，陷到膝盖了，陷到大腿了，陷到腰了，你还是一直走，不回头，那肯定不行。返回对治力就是在造罪的路上不要再走下去，要返回来，不要再造了。你明明知道是不对的，现在认识到了，厌患对治力当中已经知道这是不对的，所以以后不要再造，它会引发很多的过失，对自己没有利益，所以要发起一个很坚定的决心，这是对自己负责任的心态。这个决心该下一定要下。

[309] “纵然遇到生命危险也决不再造这样的罪业”，如果有这么强烈的决心，罪业很容易清净。如果没有这样的决心，四对治力当中也是欠缺了，不圆满了。欠缺之后可能没办法完全清净罪业。相当于开个口子一样，给自己留条后路，但是这个后路是造罪的后路，不是别的后路。有些时候众生总是做出一些不明智的选择，自以为是的很多。不管怎么样，我们作为修行人来讲，该断的一定要断，反正对自己无利的事情一定要断除，要发这个誓愿。这叫做返回对治。

[310] 如《三聚经》中说：“从今以后，必断严戒。”

[311] 从现在开始，我既然忏悔罪业，“从今以后，必断严戒。”我必须断除，严戒就是严厉地戒除以后再犯，不会再犯了。前面我们讲，这是戒后，前面几个是忏前，以前造过的要忏悔，没有造过的戒后，不能再造了。

[312] 《极乐愿文》中也说：“若无戒心不净故，发誓今后遇命难，亦不造诸不善业。”

[313] 戒心就是戒后的心，以后不再造的心。“若无戒心不净故，”虽然在做忏悔，但是也很难完全清净，所以应该“发誓今后遇命难亦不造诸不善业。”发誓以后即便遇到生命危险，也不再造一切的不善业。世间有智慧的人知道不好的事情不会重复犯第二次，第一次有可能他不知道，一旦他发现不对之后，一定会想方设法地、以最大的毅力控制住自己，不要再继续造罪业了。

[314] 现在我们自己是想要通过忏悔来现前实相，所以一方面在忏悔，清净阿赖耶识上面的罪障习气，一方面也在不断地添加。清净——添加，清净——添加，好像做的功德就是这个了，你在清净一部分，又添加一部分，又清净一部分，又添加一部分，你什么时候才能够清净完呢？你证果的期限因为自己的行为就变得遥遥无期了。

[315] 但是如果你做好了之后是有期限的，以前库存的东西我现在通过什么方式处理掉，然后不再加入新的货物了，你的库存东西再多，只要你不加新的，很快就可以清净掉。而且你的速度这么快，肯定可以清净掉的。就怕什么呢？一边清净一边加，一边往外出货一边进货，就没有空的时候。如果你的仓库就是中转那就另当别论，如果不是中转，你想要把它清净掉，既然想清净掉，就不能再加进去了，如果把它当成中转站那是另外一回事。但是我们没有想把我们阿赖耶识当成一个中转站，有些进去有些出来，尤其是罪业。

[316] 所以说戒后的返回对治力，一个是决心，让我们罪业清净决心是很大的力量，还有一个，不要让罪业继续添加。如果不添加继续忏悔，以前的罪业再深再重都可以很快清净。只要罪业一旦薄弱到一定程度时候，你会发现功德生起来了，以前苦苦追寻的境界生起来了，菩提心、空性的觉受都生起来了。生起来之后就有更大的勇气，努力，相当于上正轨了。但是在这之前，如果老是找不到感觉，生不起该有的觉受，相当于在修法的过程当中没有尝到法喜，没有尝到甜头，这个时候不会有更大的精进来投入到修行当中，这也是很重要的。所以发誓以后纵遇生命危险也不再造一切恶业。

戊四、现行对治力：

[317] 现行对治力，是指尽心竭力奉行对治往昔所造罪恶的善业。

[318] 现行对治力，现行，是让什么现行呢？现行现起对治恶业的善行，让善行现起来。因为要让恶业清净，就是善业的对治，善和恶就相当于水和火一样，我们如果要把恶业清净掉，唯一的方法就是善业来对治它，恶业是不能对治恶业的，它是相应的相顺的。无记业对治不了恶业，它不是相违的。三种业当中只有善业和恶业二者之间相当于是敌对的，对治的。所以我们要让我们以前的罪业清净，必须要修善业让罪业逐渐减弱、消亡。所谓的现行对治力就是“尽心竭力奉行对治往昔所造罪恶的善业”，各式各样善业都可以对治。

[319] 尤其是顶礼佛及佛子、随喜他人福德、一切善根回向菩提、发愿行菩提心、护持无伪实相之本体等等，这些都属于现行对治力。

[320] 所有的善行都是属于现行对治力，但是因为我们的时间有限，我们的生命是无常的，在所有的善业当中还是有所选择，选择什么呢？选择力量大的。如果力量不大的，虽然有一定的力量，虽然也有功效，但是必须要通过学习，或者通过修行来增加我们忏悔的强大的善业力。



[321] 这里面提到什么呢?“顶礼佛及佛子”。为什么顶礼佛及佛子呢?因为佛陀是功德圆满的最殊胜的福田,佛子是在成佛的路上,有一定的断证功德,是菩萨。他们都是殊胜的对境,如果我们像他们顶礼,他们本身相续当中具有很殊胜圆满的功德,如果我们向他们顶礼,我们也可以获得巨大的善根。如果换一个对境,就不一定了,换成阿罗汉,换成世间的老师、普通人,向他们顶礼也有一定的功德,但是顶礼的是佛和佛子那就不一样。所以顶礼佛和佛子。

[322] “随喜他人福德”,随喜所有众生的福德,尤其是佛陀的福德菩萨的福德等等。做顶礼做随喜,还有“一切善根回向菩提”做回向,为了利益众生所有的善根回向成佛。“发愿行菩提心”:发愿菩提心,发行菩提心是非常强劲的善业,清净罪业的力量特别强。“护持无伪实相之本体”,护持无伪实相就是观空性,不断地观空性叫做护持无伪实相。对于实相的认知没有错误,有定解叫无伪实相,护持即不断地观修不断地安住。这就是观修空性的意思。

[323] 还有我们平时缘大乘经论的学修等十种法行,比如缘大乘的《现观庄严论》或者《妙法莲华经》《大乘经庄严论》等等,听讲解、读诵、礼拜、供养究竟实相的经论都可以产生巨大的福德。这些都是属于现行对治力。

[324] 总而言之,所谓的现行对治力就是善业,修善法。但是需要明确的是什么?我要用这个善业去灭罪业。有些时候某些场合当中说,善和恶不能互相抵消的,的确,按照某些场景当中善就是善,恶就是恶,不能够抵消,可以并存。但是这不一样,这是我刻意的用善业去灭罪业,这是绝对可以灭掉的,有意识的用善法去消灭我的罪业,忏悔,绝对可以通过修善灭掉罪业的。这是不可能并存,我就是故意用善业去灭掉罪业。所以现行对治力就是真实的开始对治,通过修现行善法来灭掉我相续当中的罪业。

[325] 所以,不断地修持善法,顶礼佛和佛子是可以清净罪业的。假如有道友现在正在修十万顶礼,那么就可以用了,因为这里面讲了它是一个现行对治力。你就可以在顶礼过程当中,对皈依、对一切诸佛、一切菩萨、一切法宝、传承上师顶礼的时候,就可以清净所有的罪业,这是现行对治力。如果道友现在正在参加念诵《妙法莲华经》也是忏悔的对治,如果正在听法、正在讲法都可以,全部可以作为罪业的对治。还有正在学中观,正在观修空性这些全都是能够让罪业快速消尽的非常殊胜的善法。

[326] 前面我们讲,我们的时间有限,无常的,所以我们要挑选最有力量的善法来修。比如发菩提心,修空性,对佛、佛子顶礼等等,都是有非常大功德的法,这些可以很快清净罪业。

[327] 下面讲一个案例:

[328] 从前,无等塔波仁波切的一个修行弟子向他请教:“我往昔以贩卖佛经为生,如今想起真是追悔莫及,请问上师,我该如何进行忏悔呢?”

[329] 无等塔波仁波切就是冈波巴大师。有个弟子一方面是忏悔,一方面想要清净罪业,他说,以前我卖了很多佛经,靠卖佛经赚钱。现在有些人可能也是通过卖佛像赚钱,卖佛塔卖三宝所依来赚钱,这方面也是需要忏悔的。如果不赚钱,只是流通或者只是赚一点生活费,还可以,但是赚很多很多钱,让自己特别富裕,这是属于贩卖三宝物贩卖三宝所依,罪业还是很大的。像这里面讲得一样,通过贩卖佛经为生。

[330] 如今想起来是特别特别追悔,请问,应该怎么样忏悔?”

[331] 仁波切说:“就造那些经典吧!”

[332] 因为按照缘起来讲,贩卖了经典,赚了钱,就再造很多经典来弥补,通过这样来进行忏悔。

[333] 于是那个人着手造经典,结果经常心思路外散。

[334] 他依教奉行开始造经典,也许是在刻一些板印刷,或者可能抄写,印刷印制佛经。在这个过程当中心思很散乱。

[335] 他又怀着十分沮丧的心情前去上师面前汇报说:“造经典时我心思也是经常散乱,

[336] 他说,总是集中不了精神,或者经常胡思乱想,没办法集中精力来进行造经典的事情。

[337] 对于忏悔罪业来说,恐怕没有比护持本性更甚深的吧?”

[338] 他说对于忏悔罪来讲,是不是没有比护持本性,就是修空性修实相更好的方法了吧?

[339] 上师异常欢喜地说:“实际上就是如此,纵然往昔所造的罪业积如山王,也能在现见本性的瞬间得以清净。”

[340] 上师很高兴,他说:的确,实际上就是如此,纵然往昔所造的犹如须弥山王那么高的罪业,也能够在此见实相、现见心性、现见本性的瞬间得以完全清净。这是在现见本性的角度讲的,现见本性也有很多不同的层次,比如登初地的时候真实的亲证实相,还有可能是总相方面现见,一下了悟了罪性是本空的。

[341] 还有在观修罪性本空的过程当中,这个过程本身就是很大的善根,虽然还没有现证,但是观修罪业,罪业就是因缘法,通过我相续当中的烦恼障的种子,通过外面的环境,再加上非理作意,通过各种因缘、自己的心识和合起来之后,我造了一个罪业,所以罪业是因缘法。龙树菩萨《中论》当中讲,所有因缘和合的法都是无自性的都是空性的。通过这样方式观察罪业的本性是空性的,这叫罪性本空。如果不断地观察罪业是空性的,它的本性是空性的,就会发现罪业的确是无自性。其实在观察罪业无自性的整个过程就能够让罪业减轻、清净。

[342] 如果修行空性有了觉受,的确安住在罪性本空当中,安住时间越长,罪业消减地就越快。如果我们要让很大的罪业清净,如果以前学过可以类推,如果没有学过就专门去学一下怎么观察罪性本空这方面的内容,花一定的时间怎么观察罪性本空,找到方法之后,就观察罪业的本性就是空的,它是因缘法,因为因缘和合才有的,所以它是无自性的,它是假立的,本性是空性的,如果是实有的话,就不需要观待因缘。反正想方设法知道罪性本空,然后安住它,通过这样方式让罪业清净。

[343] 因此,净除罪业的方法没有比修菩提心以及恒时护持无伪的实相更为甚深的了。

[344] 一个是菩提心一个是修空性,没有比这更深的。这是在四对治力里面的很殊胜的因素。

[345] 在这里,也要在不离开这二者的基础上,观修金刚萨埵、降下甘露、净除罪障、念诵百字明等等。

[346] 前面讲,忏悔的时候我们要用最有力量因素,所有的因素都是最有力量因素。因此,第一个菩提心的因素很强劲,修空性很强劲,还有一个很强劲的就是金刚萨埵本身,金刚萨埵修法本身是在所有的忏悔法门当中最殊胜的。这就是相当于强强联手了,我们把所有有利于我们能够极快地时间当中清净罪业的所有要素都集齐了,下面就看你自己怎么样去使用这么多的强大的因素去把你相续当中罪业清净了。

[347] 金刚萨埵本身是发了愿,他帮助众生忏悔,他本身是净罪的本尊,所以,在我们观修金刚萨埵的过程当中也可以清净一部分罪业,然后降下甘露的时候也可以清净罪业,甘露进入我们身体当中,罪业从我们的毛孔当中出去了,这叫净除罪障,它有一个实际的表示过程,甘露进来了罪障出去了,这也可以清净罪业。然后念诵百字明,通过百字明的力量让罪业清净,这一切再加上愿菩提心、行菩提心、空性,所有强劲的因素具备的时候,没有理由罪业不清净的,肯定会清净的。这些就是让我们的罪业很快可以清净的殊胜的要素,我们学习完之后,就有信心可以清净掉罪业。这就是告诉我们四对治力的过程。

[348] 今天我们就讲到这个地方。

[349] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[350] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[351] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[352] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

《前行广释》第116课辅导资料

[353] 诸法等性本基法界中,自现圆满三身游舞力,

[354] 离障本来怙主龙钦巴,祈请无垢光尊常护我。



[355] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[356] 发了菩提心之后，今天我们继续一起学习华智仁波切所造的《前行引导文》。

[357] 《前行引导文》是引导我们现在生起烦恼、感受痛苦的这颗凡夫的心趣向于究竟实相，是引导、实修的窍诀。引导的方法首先是修共同四加行，让我们生起出离心。然后对轮回与解脱了解之后，再通过依止上师、善知识修学不共的加行。不共加行也分了皈依的修法、发菩提心的修法、金刚萨埵的修法、供曼扎的修法和上师瑜伽的修法，这是不共的五加行。这些修法都是让我们的心次第地走向解脱。

[358] 在前世曾经修行过或者修行有素的人，前世因为因缘没有具足，所以没有证悟，但是他前世精进的缘故，在今生当中也是秉持了前世所有的修行习气。他们在今生当中修起来很快，我们称他们为利根者。利根者在投生之后，相续当中带了前世很多的善根、智慧、种子和修行的习气，他在前世的基础上修行就很容易生起佛法当中的很多验相，也比较容易生起证悟。这些上根利智者就不一定要完完全全按照每一个加行修若干时间的规定，也许他可能修一修，就像阿琼堪布一样，有些修法稍微修一下就行了，有些可能就根本不用修的，这样也有。

[359] 针对一般的众生来讲，如果前世修行的习气在现在的相续当中不是那么明显的话，还是要通过次第修行一步一步地来逐渐成熟相续。虽然说有些很高深的大法可以让我们的相续很快成熟，但如果我们的根基我们自己的相续没有上升到一个高度的话，这些法对我们来讲就没办法趣入，是属于暂时无法相应的法。这怎么办呢？就努力地通过加行，通过这一系列次第的修法来让我们修行的境界提升，让我们的相续成为法器。

[360] 共同加行、不共加行等修法对于上根利智者来讲，有可能就直接成了证悟的因素，证悟的因，他修这些法就证悟了。针对一般的人来讲，我们修这些法不一定证悟，但是可以让我们的相续成熟，可以让我们的相续成为法器。针对不同的修行者，加行、正行的作用是有所不同的，我们不能一概地说这些法全都是加行，没办法让你证悟，这个也不敢讲。不能说别的更深的空性都不用修，就修这些就可以了，这个也不敢讲。我们也不能说不能完全证悟，也不能说修这个就能证悟，关键看针对有什么样根基。

[361] 反观我们自己，如果不是上根利智，那我们可能就是一般的根性。一般根性怎么办？一般根性我们就要认认真真的、老老实实地按照次第修行。我们以前再讲过，这个次第就像上楼的楼梯一样，而不是让你从一楼一下子到六楼，如果没有其它的方便我们也上不去。次第是比较舒缓的方法，每一个阶段都让你可以适应，当前阶段的修法与你当前的心态是适应的，你可以理解、可以观修，然后可以生起感应。如果初级阶段就让你修更高的法，扔给你一个空性，扔给你一个生圆次第，你拿到可能啃不动。对于初级阶段的人来讲，修行四加行就能够适应。因为四加行这些法是相应于一般众生的分别心，针对分别心设定的修行。我们分别心是什么状态，就给你设计一种能够符合你现在分别心的修法，让你能够相应，能够修得动，这就叫做次第。

[362] 当我们按照次第修行，相续成熟到一定阶段的时候，或者说我们根基成熟到一定的高度了，下一个阶段的法我们就可以相应了，就不会出现拿到的时候不知道从何下手，或修半天没有感觉的情况。如果一个阶段一个阶段的法都是跟随着自己的根基，给我们安排的是当前的凡夫心能够接受的状态。而我们自己也要了解这个法这样安立的必要性。如果我们了解必要性之后，也就不会那么着急：这个前行是不是不用修了？听说那个地方是不是不需要灌顶就可以得大圆满？即便可以得大圆满，但是如果我们的相续不适应，根基很低福报很浅，即便得了对我们来讲也就是得了而已，你这么下劣的相续也相应不了那么高深的法。前行不管是什么样的阶段，反正都是跟随着你当前的状态而设计的修法。比如说修出离心，通过四加行生起出离心，这个阶段的法就能够相应所有在轮回当中漂的众生。他们对轮回所有的法特别地执著，这个修法相应于他们对轮回的执著，告诉你轮回不能执著，为什么呢？原因一个的一个的给你讲。

[363] 对轮回执著很深的众生，如果一下子给你菩提心的修法，中间没办法衔接。但是如果我们通过修四加行生起了出离心，在生起出离心的基础上再来修菩提心，就有一个梯阶了，你再去解读菩提心，那就容易理解了。为什么要利益一切众生？因为众生在轮回当中漂流是这么的苦，以前我没有了解，但是我通过修出离心，现在知道了轮回是怎么回事，我自己很迫切地想要从轮回当中解脱。然后再把这个观念放在所有正在漂泊的有情身上，我就知道他们的苦到底是怎么回事。

[364] 为什么这么迫切地要解救众生？因为我自己在轮回当中漂流的时候，以前没有感觉到轮回是如此地痛苦，现在我感觉到了，我再把这种感受放在其他有情上面，这样菩提心就可以引发出来。这个时候菩提心的修法对我们来讲就很自然了，很自然地就可以去修了，这中间没有断档。在菩提心的基础上再去修无二慧，这个时候慢慢地就相应实相。这对我们来讲就是加行，就是次第性。每一个都是我们能够接受的、能够慢慢修上去的，像前面讲的一样，因为有楼梯的缘故就可以从一楼到十楼乃至于一百楼，如果没有楼梯我们就没办法，相应不了。高是高，上面的风景很好，但是我上不去，没办法通过什么方便一下子蹦上去，这是做不到的。

[365] 本来一切众生都是觉悟的自性、都是佛的自性，但是如果没有经过前面的修行，尤其是对以前从来没有学习过佛法的人来讲，要了知这些就是很困难的。如果通过学修，把这些加行慢慢地一步步地学了，该了解的观念了解了，该修行的法修了，该生起的资粮生起来了，觉受也有了，这样一方面就可以对后面的法生起信心，一方面也懂得怎么样趣入，就能找得到趣入点，就可以有把握了。否则就很困难。

[366] 前行并不是可有可无的，对一般的众生来讲决定是需要的。而且不能因为是前行就认为可以马马虎虎，走个过场走个形式就够了，这不能走形式。如果修前行打基础的时候走形式，那么后面就没办法深入，下面要接近心性证悟你就没办法相应。如果没有加行的基础，信心或者菩提心没有生起来，一旦你接受到所谓更高窍诀的时候你就啃不动，或者你根本没法相应，会出现这种情况。这个时候没有福报的人就退失了，有福报的人可能就转回头补加行，他就知道加行很重要，又重新来修加行，把以前欠缺的认认真真地修起来。没有福报的人他可能就不修了，也有可能出现这样的情况。

[367] 因此，前行很重要。有些道友正在学共同加行，请正在学习的道友认真学、认真修；有些道友可能正在学修不共加行，也请这些道友们认真学习和认真修行，认真体会这里面的原理，去体会修这些法的必要性。如果把这些道理搞清楚之后就更有动力来修持这些法。因为修这个法来讲本身一方面会产生福报，另一方面也会消耗一定的福报，或有些时候当我们的福报跟不上的时候可能就不想修，或出现违缘，这些情况都会出现。

[368] 我们不管是修共同加行，还是修不同加行，反正时时要祈祷上师三宝的加持融入我们的心，让我们对于所学修的法一直都要产生兴趣并修下去。

[369] 共同加行已经学完了，现在我们正在学的是不共加行。前面皈依的修法、菩提心的修法都学了，现在我们正在学的是第三个加行念修金刚萨埵。念修金刚萨埵主要是清净障碍的。按照了义的佛法来说，金刚萨埵已经属于比较简单的入门级的生起次第了，从某些方面来讲它是属于密法的范畴。但是比较特殊，而严格意义上的密法可能是要灌顶。加行当中虽然得了灌顶来修会更好，但是很多上师们也没有说绝对需要灌顶才能够学。这个可以说是属于比较特殊的修法。

[370] 为什么这样讲呢？因为在了义的法义当中提到，一切众生本具佛性本具如来藏，佛功德不现前的原因就是客尘。比如说我执、烦恼，还有无始以来轮回当中流转的时候，积累的各式各样厚厚的业或者习气，就像镜面上的灰尘一样很厚很厚，没办法在镜面上显现出影像。要让我们本具的佛性现前，就必须要把这些障碍物清扫掉。这些障碍物不在别处，就在我们心里面，要清净它也是往里走，修法也是往里走。皈依、发菩提心是调心的，金刚萨埵也是在心上面调伏障垢。金刚萨埵的修法是强有力的净障法门，不单单可以清净让我们堕恶趣、让我们感受痛苦的恶业，也可以清净它的种子和习气。

[371] 在修金刚萨埵的时候，会相应于空性的见解，如果修比较深的金刚萨埵修法时运用到等净无二见等很高的密宗见解。如果相应于这些高深的见解来念百字明，首先就要把恶业，感召痛苦的因缘和感果的功能灭掉，灭掉之后再让存在我们相续当中的种子和习气也慢慢地去掉。去掉之后本来清净的实相、本具的佛性功德就会慢慢地浮现了。因为在佛性当中，不耽著轮回的心、利益有情的大悲菩提心、还有空性，这些其实都在我们的相续当中完完整整地圆圆满满地具足。

[372] 当我们的修行到了一定的程度、生起感应的时候，功德其实是由内往外发的，内心当中就有感觉，就生起感应了。其实在佛性上面自带这个功德，佛性当中本来就具有，但是因为障垢太厚的缘故感觉不到，当通过各式各样的修行，福报增上了或者罪障清净到一定程度了，智慧也增上了之后，本具的佛性功德就逐渐地可以被我们感受到。

[373] 这来自于因缘和合的结果。佛菩萨们的加持、上师的加持作为助缘，我们自己的信心和积资净障作为内因，这些内因外缘具备之后，本具佛性上面的功德就会显露出来。越明白这个道理，我们在用功的时候越能够使用让障垢快速消亡的因缘，如果能善巧地使用，佛功德显露速度就越快，显现的面积



就越大，功德也会比较深。我们讲这些的原因是，功德每个众生本自具有，就看你去不去开发。你越懂开发的道理，越精进，你本具的佛性就显现得越快。这是别人没办法给你的，很多事情必须自己勤办，尤其是自己要掌握如何开发佛性的行之有效的办法。

[374] 上堂课我们以金山来比喻我们本具的佛性。如果同样都是在开发金山，但因为自己没有钱，只能买几把锄头、铲子，然后就开始使劲挖，这样你可能是在努力，但这种方法就比较慢，效率低下；如果你有足够的钱，可以请团队设计、勘探，买大型的设备，挖掘就很快了。开发我们的佛性也是一样的。一方面来讲福德智慧资粮都很重要，一方面还要有正确的方法及精进勤奋。本具的佛性每个众生都有，就看你怎么样开发它。你是修几座之后就跑去浪费时间懈怠，还是每天都按照既定的计划修行？这是有大大地差别的。

[375] 对这个道理了解得越多就会越精进。那个时候不需要上师来发奖品，也不要上师说：你们再不修，我就不讲课了……，根本不需要这样的。针对那些修学佛法时间不长的人来讲，有些时候需要鼓励一下，有些时候需要吓唬一下等等，反正要使用很多方法让他们动起来。一旦通过上师的教诲，明白了这里面的道理之后，可能就不需要了。这是自己的事情，而且这个功德是天然具足的，每个众生都具备这个功德。如果我们了解了正确的方法再加上勤奋，开发出来之后，自己就获得了圆满的功德。

[376] 金刚萨埵的修法从比较了义的侧面来讲，是开发我们佛性的，让我们佛功德通过清净罪障的方式显露。罪业本身除了让我们堕恶趣的功能之外，也是障碍我们佛性现前的。所以，我们在念金刚萨埵的时候也会出现这两方面的内容，一方面是让我们把罪业清净掉，另外一方面就是把它的种子、习气也完全灭掉，这两个方面都是存在的。

[377] 前面我们学了罪障忏悔清净的因素——四种对治力。四种对治力是非常重要的，如果我们真正想要清净罪业的话，必须要认真对待这四种对治力。这个内容我们已经大概学习了。

丁三、真实念修金刚萨埵：

[378] 四种对治力在金刚萨埵的修法上面是如何去体现的？或者怎么样在念修金刚萨埵的时候，用四种对治力来进行忏悔？从这开始真实介绍忏悔罪障最行之有效的方法。所有忏悔的方法当中，金刚萨埵的修法是最快的。虽然在经典、论典当中也讲：念佛号的名字可以清净若干若干的罪障，念经典可以清净若干若干的罪障，所有的修法都可以清净罪障，但是最行之有效的就是金刚萨埵的修法。

[379] 金刚萨埵在因地的时候发愿，对清净众生的罪障，他有共不共的愿力。在成佛之前，他再再回向：我成佛之后，不管谁观想我，谁念我的咒语，我都清净他的罪业，不管什么样的罪业我都要清净。这是他不共的能力。

[380] 观修金刚萨埵再配合这里面的仪轨。这套仪轨就是专门为了清净罪障而设计的。仪轨里面该有的空性、菩提心等等，所有能够清净罪业的最主要的要素在修法里面都包含了。相当于一个团队中每个人都是精英，这个团队就很强大。金刚萨埵的修法也是一样的，既有显宗最圆满的菩提心、空性的因素，也有金刚萨埵本身的因素，还有仪轨本身的因素、传承的加持力等等，所有能够让我们罪业清净的诸大要素在这里面都具备了。剩下来就是要我们去学习，了解之后要上座去念修金刚萨埵。念修金刚萨埵就可有真正地把我们相续当中潜伏的种种罪业一个一个地灭掉。有些罪业潜伏得特别地深，有些可能潜伏得浅一点，不管怎么样，金刚萨埵的修法可以把我们的相续当中的罪业完全清净掉。

[381] 在忆念四对治力之后，进入真正念修金刚萨埵的阶段。

[382] 下面就开始进入到了念修金刚萨埵的阶段。前面是一些概念，真正怎么样操作金刚萨埵的修法，来清净我们的罪业？因为罪业在我们相续当中多呆一天都是定时炸弹，不知道什么时候就会成熟，一旦成熟之后，也许我们就丧失了当前大好修法的因缘。所以，我们要抓紧时间来修这个法，赶在罪业成熟之前，我们一定要把该灭的灭，该压的压，把很重的罪业变轻，轻的罪业让它消失。我们了解之后，就要赶紧开始修，要进入到真正念修金刚萨埵的阶段。

[383] 首先自己平平常常地安住下来，

[384] 平平常常安住下来就是坐在坐垫上面。要找个舒适的坐垫，念修的时候有可能时间会长一点。有些大德他们可能在山上岩石上面打坐，但是一般的人刚开始就一下子进入到那种苦行，他们就会受不了。为了让我们能长期地用细水长流的方式来进行修法，我们找一个舒适的地方，找一个自己做起来比较舒适的坐垫，这样就可以让我们保持比较长的时间。

[385] 平平常常的意思就是不把自己观成清净的本尊，就是当前我们平庸的身体、血肉之躯。或者说所谓的平平常常，是说这血肉之躯里面充满了我执、烦恼、业障。我们坐下来，以现在这个身体进行观修。

[386] 在头顶上方一箭左右的虚空中观想一朵千瓣白莲花，它的上面有一轮圆月。

[387] 然后在我们的头顶上方，正对我们的头顶梵净穴上方一箭左右，有些修法说一肘高，这里面是一箭，一箭就是我们所射的弓箭的距离。“一箭左右的虚空中观想一朵千瓣白莲花”，首先观想一朵白莲花，有一千瓣花瓣的莲花。很多唐卡、画像当中可以看到千瓣白莲花的样式，我们可以去参考。

[388] “它的上面有一轮圆月”，在白莲花上面有明月一样的坐垫，叫做月轮。有些时候上面有日轮，在一般的修法当中都是月轮。我们看藏传佛教的唐卡上面，本尊佛菩萨下面坐的白色坐垫，就是月轮。只不过画的时候，画不了那么圆，后面看起来是圆的，前面有点扁。其实是特别圆的坐垫，上面有一轮圆月，金刚萨埵坐在莲花上面的圆月垫上。

[389] 所谓的“圆”并不是指它大小的尺度，而是指明月的所有部分完整无缺，就像十五的月亮一样毫无弯弯曲曲而是圆溜溜的意思。

[390] 所谓的圆不是指它的大小，是指它所有的部分都是完整无缺的，不是扁的，也不是有残缺的，特别地圆满，就像十五的月亮一样，没有一点点弯弯曲曲的部分，整个的是非常的圆，圆溜溜的意思。这是观想月轮。

[391] 接下来再观想月轮上有一个光闪闪的白色吽（）字。

[392] 在圆轮上面观想一个吽字，很多时候要求观想藏文的，藏文和梵文其实是一样的。观想光闪闪的白色的吽（）字。

[393] 虽然其他宗派有观想从“吽”（）字放光、收光等步骤，但自宗并没有这种观想。

[394] 这个“吽”字，其实就是金刚萨埵自己的种子字，有些时候“吽”字就代表金刚萨埵。首先在莲花月轮上面观想“吽”字，再由这个“吽”字变成金刚萨埵，其实这个“吽”字本身就是金刚萨埵的自性。这样观想也是有一定的必要，在生起次第的修法当中，莲花是什么意思，为什么要观莲花，代表什么，月轮代表什么，为什么要观想种子字，很多很多的原理都会介绍得很详细。但是在咱们这里面，就是一个观想的次第，没有介绍得那么细致。这是观想一个“吽”字。

[395] 虽然在其他宗派有观想从“吽”字放光，收光等步骤，但自宗并没有这种观想。其他宗派当中，观了“吽”字之后，首先这个“吽”字放光，放光之后，光明供养一切诸佛菩萨，供养之后，光收回来变成本尊。

[396] 在这里的自宗并不是指宁玛派，是指宁提派，宁提派是宁玛派其中的一个分支。因为在宁玛派的仪轨当中有些是要求放光、收光。但是在龙钦宁提，智悲光尊者的传承当中，就是咱们前行的传承叫宁提派，在宁提派也就是龙钦心髓的传承里面，没有要求“吽”字放光、收光等等。

[397] 然后观想一瞬间“吽”字就变成了本体为三世诸佛的总集、无等大悲宝藏具德根本上师，形象是报身的本师金刚萨埵主尊，

[398] 把“吽”字观完之后，一瞬间，很快的时间当中“吽”字就变成了金刚萨埵。金刚萨埵的本体是根本上师，根本上师具备什么样的特点呢？根本上师不是一个平凡的普通人，是一切三世诸佛的总集。其实这样说我们就知道了我们所观的根本上师，他不是一个凡夫人，也不是一地到十地的菩萨，他是佛，而且是十方三世诸佛的总体，即三世诸佛的总集。

[399] “无等大悲宝藏”，即具有无与伦比的大悲心。这些都要了解，观想的时候这些内容很重要，这些文字介绍我们不要忽略。为什么不能忽略呢？因为如果我们没观这些，虽然观想的是上师，但是上师种种的特点，可能没办法刻意观出来。可能通过我们的分别念，自然而然就把他想成凡夫人，这样信心就很难提升。



[400] 要把金刚萨埵观成三世诸佛的总集，而且是具有无等大悲宝藏，他具有非常圆满的大悲心。因为有非常圆满的大悲心的缘故，所以，他非常非常希望他的弟子或者修这个法的修行者相续当中的罪业能够非常快地清净。如果没有悲心，他可能就不会这样想。但是我们知道他有悲心，就要凸显出来，这也有必要的。我们观不观，他都是有悲心的，但是如果刻意地观了之后，祈祷他就更加地有动力。我们知道这个本尊特别希望我们罪业清净，他的悲心特别强大，所以，只要我一呼唤他，他是忍不住的，他没办法克制，他肯定要立刻加持我。就像在世间我们去求助某一个人，如果我们所求助的这个人他的悲心不太强，你三番五次的又是磕头又是怎么样，他就是不为之所动，这个时候你可能就会失望。但是我们所求助的这个人悲心很强烈，你只要一开口，他完全忍不住，他马上就给你帮助。

[401] 在观修金刚萨埵的时候，所观本尊的特点我们要专门地观出来，这样更加有助于我们猛烈地祈祷他。他本来就具有这么大的悲心，我一定要好好地祈祷他，加持我清净罪业。这样观修让我们相续当中对金刚萨埵生起信心，是很有必要的。

[402] 也许我们会想：反正你想不想他的悲心都在这，否则他怎么能成佛呢？这倒也是。关键是我们自己正在念修的时候，对他的信任达到什么程度。这样观修，能让我们对金刚萨埵生发信心，并且信心强烈与否都与这样的观修有一定的关系。所以，应该把这些文字当中所表达的意义都认真地观想。

[403] 本体是我们的根本上师，形象是报身的本师金刚萨埵主尊。本师的意思就是佛陀，他是佛，不是一个菩萨。为什么不是菩萨呢？因为假如他是真正的菩萨，就说明他相续当中自己的障碍还没有清净，他自己的功德还没有圆满。或者说他虽然以前发了愿要救度众生，但是他现在愿力还没有成熟。为什么呢？因为还没成佛。这对我们来讲，信心就不一定那么圆满。有些人说，金刚萨埵是个菩萨，其实不是菩萨，他本来已经成佛了。金刚萨埵就是佛，是世尊。这里讲是本师，是金刚萨埵主尊。

[404] 他的身色洁白宛如十万个太阳照耀在雪山上一般，

[405] 金刚萨埵是白色的。观想他的身色是白色的，这是有一定的必要。因为在法界的缘起当中，显现在世间当中种种的颜色是有特定的因缘。这些颜色，这些物体本身都有各自不同的作用。密宗的很多事业其实也是相应于世间的颜色或者物质本身的作用，来安置相应法界的修行。那么在密宗的四种事业当中，白色是什么呢？白色主要是清净的，或者息增怀诛当中的息，息是息灭罪业、障碍，这方面都是以白色来代表的。

[406] 现在我们要清净我们的罪业，所观的所依对治力的本尊也是白色的。而且这个白色不是没有光泽，就像十万个太阳照在雪山上面反光一样。我们不要想：十万个太阳，雪山还受得了？可能就融化了。有些时候我们该想的不想，其他的想得很详细。十万个太阳照在雪山上面，是说金刚萨埵放射出无量白色的光芒，照在雪山上面反射出来的光明。

[407] 他不单单是白色的，而且是无量的光明。光明表示他的功德圆满，还有他的悲心，他的事业往外散射等很多很多种的表示。这是他身色和身体放光的情况。我们观想的时候要尽量观得栩栩如生，能够借助图片就借助图片，能够借助动画就借助动画，反正要把这些了解得很清楚。

[408] 一面二臂，右手在胸前握持表示明空的五股金刚杵，左手依于腰际部位握着代表现空的金刚铃，

[409] 金刚萨埵是一面二臂。屏幕上的这个金刚萨埵颜色好像不是白的，是肉色，严格来讲应该是白的，仪轨里是白色的。有些唐卡画的是白色的，这个像有点带肉色。

[410] “右手在胸前握着金刚杵”，金刚杵是五股，五股代表五智，即佛的五种智慧。它是表示明空无二，明是智慧，智慧和空性无二无别。金刚萨埵的法器金刚杵就是代表了明空无二的智慧——佛智。“左手依于腰际”，左手放在腰部握着金刚铃。金刚铃表示现空，显现和空性无二无别。

[411] 金刚铃是表示空性的，金刚杵是表示智慧的，一个是智慧一个是空性。有的时候在用铃杵的时候，它不单单是法器，它是一种表示，在修法的时候要相应观想，这样去观想就直接和实相相应。金刚铃、金刚杵不是一般的金属器具，也不是武器，它其实是代表佛智。什么意思呢？当我把金刚铃、杵拿在我手上，它是一个表法的标志，标志什么呢？如果我懂的话，我一看到金刚杵的时候我就知道这是代表五智的，五智是什么？佛的五智，就直接和实相相应了，金刚铃是空性，也直接和实相相应了。

[412] 在密宗当中每个修法、法器，包括座垫等都和实相完全完全相应的。观想的时候，其实不仅仅是一个世间的观想，每一个观想都和法界实相，和究竟的佛性在相应。你这样观的时候，其实你的思想，你的第六意识就和实相在相应，一直不动，安住在这样的状态，就一直在和实相相应，这样的修法力量是相当强大的。为什么强大？因为每一个步骤都和究竟的本体实相在相应，所以强大。

[413] 为什么说密宗的修法很快，一生成佛？如果你懂的话，它每一个修法、每一个步骤都直接和实相在相应，都表现出非常非常强大的力量；如果你不懂，就当成是一种观想，好像头脑体操一样，肯定是有利益的，但是有更深的意义的，这些在密宗《幻化网》等等的窍诀当中讲得非常地殊胜。

[414] 双足金刚跏趺坐，身上以十三种报身服饰庄严。

[415] 他是报身佛，报身佛就有报身佛的装饰。当然对我们来讲，凡夫人是见不到报身佛的。我们在学显宗的论典的时候，就知道一到十地的菩萨他们的导师是真正的报身佛。一般的普通人最多能够见到佛陀的化身，还是在有福报的前提之下，你生在两千五百年前的印度，在当时见到了佛陀。佛入灭之后一般的人就见不到真正的佛陀的化身了。金刚萨埵是报身佛，他有十三种报身服饰做庄严。

[416] 十三种报身服饰也就是绶罗五衣与珍宝八饰。

[417] 绶罗五衣再加珍宝八饰，总共十三种。下面分别介绍了一下，在法本里面有图片，也可以去参考。

[418] 其中的绶罗五衣：是指冕旒、肩披、飘带、腰带、裙子；

[419] “冕旒”就是帽子。其实是皇冠，以前皇帝所戴的皇冠，叫做冕旒。但这里面是金刚萨埵戴的帽子。还有肩披、飘带、腰带、裙子，在法本里面都有图画。

[420] 珍宝八饰：头饰、耳环（左右二者算为一个）、项链、臂钏（左右二者算为一个）、璎珞、手镯（左右二者算为一个）、指环（所有的指环算为一个）、足镯（左右二者算为一个）（报身服饰中也可将璎珞分为长短两种，计为两饰，不计指环）。

[421] “臂钏”是手臂上面的装饰，主要是在上臂的装饰，左右二边合起来算一个。“璎珞”是挂在脖子上比较长的装饰。“手镯”是戴在手腕上的，左右二者算一个。“指环”类似于戒指一样，有些密咒士手上也戴戒指，有时候是属于誓言物，有提醒自己觉性等等很多的功能。在十根手指上都有指环，所有的指环算一个。还有在脚上戴的足镯。总共有珍宝八饰。

[422] 根登群佩大师在《中观精要·龙树心庄严》当中讲，我们现在看到的报身服饰，是属于古印度皇帝的装束。假如说当时有印度的菩萨在净土当中看到了报身服饰，他如果把这些报身服饰原原本本地画下来，当时的印度人是理解不了的，因为超过了他们所见到的范围。所以就把当时印度国王的装束作为报身服饰来表示，因为国王是属于比较圆满的。

[423] 这些是不是属于真正报身刹土当中的服饰？当然我们也不知道，也许是这些。现在我们所看到的这些，根登群佩大师说，和古代印度国王的装束特别相似。他又说，如果佛陀是在汉地降生，那么报身服饰就应该是穿着龙袍的，戴着秦始皇那种帽子的报身服饰，留着胡须的。如果佛陀在藏地出生，肯定是藏地的服饰了，在描绘净土的时候就会有一个五百由旬大的打酥油茶的桶，这是属于最圆满的。他的意思是什么呢？给我们介绍的这些服饰，有些时候就是跟随当时的人能够理解的，或者认为是最好的。比如汉地的壁画所画的天宫，画的极乐世界，那我们说极乐世界到底是怎么样的？有些大德可能见过，但是他见过画出来之后也许我们不认可。所以画出来是皇宫的样子：这就是天宫，琉璃瓦、栏杆，都是汉室皇宫那种。反正是我们认为最好的，给我们描绘出来，给我们一个大概的观想指南而已。是不是就是这样的呢？那不一定，因为真正解脱的境界是不可思议的，只要能够利益众生，只要能够让众生趋向于这样的境界，刚开始怎么描述其实也不是很重要。

[424] 大恩上师在讲记当中讲，这些不能观错。不能因为根登群佩大师说，汉地是穿龙袍的形象，那我是不是也把服饰改成龙袍，帽子改成秦始皇的那种帽子呢？这不行，上师在讲记当中讲不能随便改。因为这是仪轨，仪轨通过大德们的智慧金刚句这样制定的，制定之后不要乱来，不要随顺自己的分别念，这是不行的。仪轨里面怎么样，或者传统是怎么样的，我们就按照这样去做。因为一个众生一套分别念，如果都去改那就整个乱套了，自己的分别念制定下来的东西也不具备加持力。符合经典续部的仪轨，是佛菩萨的智慧观察完之后印持了。即便这个服饰是属于以前印度国王的，但是因为仪轨里面



佛菩萨加持过的，所以我们要这样观想：观他的帽子也好，观他的戒指也好，观他的裙子也好，这样观本身都能产生很大的福德。这是佛菩萨金刚刚制定

的，加持、印持了之后，我们随顺去观都可以得到加持。

[425] 如果我们自己去换一套来观的话，就是分别念想出来的东西，没有什么力量。即便你感觉在道理上符合，但是你自己的分别念本身不可靠，我们的分别念是被我执、烦恼、种种的虚妄染污的，所以我们自己发明创造的一个东西，那就是浪费时间而已，能够产生的作用非常地小。在修行佛法的过程中，有很多的道理我们需要去了解。

[426] 金刚萨埵与白慢佛母无二双运，身体现而无自性，现空犹如水月或镜中现影像一般了了分明。

[427] 如果自己密宗没有邪见，能够接受，就观想双身的佛父佛母双运的金刚萨埵。如果自己暂时还接受不了，上师在讲记当中讲，就可以观单身的金刚萨埵，这是特殊的情况。一般来讲，上师老人家在很多地方讲，仪轨是怎么样我们就按照这样去观，不要随便改。但是有些特殊情况，比如这里面本来按照仪轨应该观双身的金刚萨埵，但有些刚刚学习佛法的，对它的原理不了解，或者这样观想容易相应世间烦恼，那观单身也就可以了。不管是观双身的也好，还是观单身的也好，身体现而无自性。虽然观想金刚萨埵，但是他不是实有的，他是现而无自性的，虽然显现但是并没有实有的本体。

[428] “现空犹如水月或镜中现影像一般了了分明”，水月就是水中的月影。水中的月影你说它没有，但它很清楚地显现；你说它很清楚，但本性是找不到的，在水中找不到一个真实的月亮，所以叫做显而无自性，是现空双运的本体。镜中影像：在镜子里面显现自己的容貌，或者镜子里面显现的是金刚萨埵。这个时候你说他没有，他非常非常清楚地显现了；你说他有呢，镜中的影像也不是实有的。

[429] 观想金刚萨埵就应该大致契合于这种思想：我们观想的时候是非常非常地明了，但是他的本性我们不能执为实有，因为所有的执实都是凡夫的分别念。其实金刚萨埵的本性，并不是我把他观为实有他就是实有了，我把他观为无实有他就变成无实有了，好像是被我们操纵地一样。金刚萨埵本身你观不观他都是无实有的，他就是戏论的，只是我们在观的时候，我们的分别念认为他是实有的，所以我们不能把他执为实有。其实我们要相应于金刚萨埵本身，他本身没有有无是非的种种戏论，我们相应于他的本性，把他观为现而无自性。

[430] 因为所有执为实有的分别念都属于众生的专利，只有众生才把这些法观为实有，如果是圣者他不会。圣者他已经了悟了它的本性，他不会把这些法执为实有的。我们凡夫人修的时候要大概随顺于佛菩萨的境界。佛菩萨的境界金刚萨埵本身是离戏论的，是无实有的，所以我们要观金刚萨埵显而无自性。当然如果学了中观，比较有定解的话，对现而无自性了解的可能比较清楚。要把金刚萨埵观得明明白了的，最好要观清楚。如果实在观不清楚的话，就以信心来观：反正金刚萨埵就在这儿，他就住在我的头顶上，他是真实的智慧本性的金刚萨埵。这样也可以。

[431] 下面是方向：

[432] 观想自己头顶上的至尊面向与自己面向相同，以上是所依对治力。

[433] 面向和自己的面向是相同的。比如说自己朝东方坐，那么金刚萨埵也是朝东方坐，面向是和自己一个面向，不是面对面的。以前上师讲，基本上有一个原则，我们把这个原则掌握了之后，遇到同类情况就会比较容易了解了。就是只要观在头顶上的都是同一个面向，如果是观在前方虚空那就是面对面的。

[434] 比如说《金刚萨埵如意宝珠》，如果是观想在前方虚空当中，那么就是我们现在坐在这儿，朝前方看着祈祷，就好像在我们面前摆一个唐卡，是面对面的。如果观在头顶都是同一个朝向。这里是至尊面向与自己的面向相同。

[435] “以上是所依对治力”，在金刚萨埵修法当中第一个体现就是所依对治，把金刚萨埵作为自己的皈依境，忏悔时候的所依。我们在他面前发露，通过他的加持让我们的罪障清净，在他面前要发誓以后不再造。所以说厌患对治力也是在他面前，他是我忏悔的依靠处；在修返回对治力的时候，我在谁面前发誓以后不再造？也是在他面前发誓；现行对治力也是通过观修金刚萨埵降甘露，然后念金刚萨埵清净罪业。所以整个地来讲，金刚萨埵就是我们忏悔的所依，是我们清净罪业所依靠的对境。

[436] 这种明观既不是观想成唐卡或壁画一样扁平的，

[437] 在观想的时候，虽然我们借助唐卡，比如观想的时候，在我们的前面，或者桌子上摆照片，或者在墙上挂着唐卡，然后对着唐卡开始观修。但是唐卡或者照片都是扁平的，当我们观金刚萨埵的时候，能不能够因为照片是扁平的我就观成扁平的？这个不行，不能把他观成扁平的，应该观成很圆满的。可以参照金刚萨埵的水晶像或者铜像，方方面面都是很圆满的，像真人一样的，前后左右都是立体的状态。不能把他观成扁平的像唐卡一样。

[438] 也不是观成土像、金像那样实质物体自性或无情物的形体一般。

[439] 虽然观立体的，但是也不能把他观成土像、金像那样有实质性的：这个是黄金的，这个是土的，或者是铜的，把他观成一个有实质性的自性。或者说他是一个无情物，因为我们面前摆的是一个铜像，所以观在我头顶上面的金刚萨埵也是一尊铜像。金刚萨埵不是一个铜像，他是智慧身，他应该是一个立体的，透明的。不是铜的，也不是土的，世间当中的土石、钢铁这样的物质一概不是，他是一个里外透明的闪闪发光的自性，不能把他观成无情物。

[440] 第一个，这里面讲不是实质物体，这很重要。在头顶上的金刚萨埵不是实质的物体，不是有质碍的铜的、铁的。第二个，不是无情物。不是无情物是什么意思呢？不要把他观成土、铜，这是无情物，这是一个木头雕的，他好像就是一个木头；这个是铜做的，他就是铜。不是无情物的意思就是说他是一个智慧的本性，真正的金刚萨埵。这一点特别重要，这是真正的金刚萨埵降临了，相当于什么呢？就是从金刚萨埵刹土当中把真正的金刚萨埵请在我的头顶上安住了。他是无情的吗？他不是无情。应该把他观成一个智慧身，他就是一个真实的，完完全全和金刚萨埵无二无别的。因为你把他观成真实的智慧身，你再请他帮助你忏悔的时候，这里面因素的力量就不一样。如果你内心当中已经默认他是一个泥巴的，他就是一个泥巴。或者认为他是一个铜，这个时候你的心中已经默认他是一个铜的时候，你要请他给你加持，信心就不是那么到位，也会影响你自己忏悔的效果。

[441] 这些都是细节，每一个安排都有必要性。要打破我们的一些分别念，有可能潜伏在我们相续当中的种种分别，能够阻碍我们的，让我们忏悔不太圆满的很多因素，就通过这些细节一个一个地对治。

[442] 从显现的角度而言，包括主尊的双目黑白颜色在内都要互不混杂地观想得清清楚楚；

[443] 首先从显现的侧面来讲，要观得特别地清晰。包括主尊的双目，就是金刚萨埵的眼睛黑白颜色在内，对我们来讲黑白颜色可以比较容易观的，没说要把他观成蓝眼睛啊，可能外国人有可能在观的时候，头发也是金黄的，然后眼睛是蓝色的，这些有可能。但是对我们来讲，眼睛是黑白的。他一根一根的头发也要观得很清楚，他的衣服、服饰，这种观想得越清楚越好，黑白颜色在内都要互不混杂的观想得清清楚楚。这个在忏悔的时候是一个要求，在显现上面我们要观得特别地清晰。

[444] 从空性的侧面来说，没有一丝一毫实质身躯的血肉内脏等等，就像空中显现彩虹或无垢水晶宝瓶一样。

[445] 从现分来讲，要观得很清楚。从空分来讲的，任何的实质的血肉之躯都没有，你不要把他观成有实实在在的在内脏，血肉之躯等等，这样不能观。这样观想本尊是属于一种过患，一种过失，不能这么观的。像前面所讲的一样，要观成现而无自性，他是一个透明的，然后也不是实质性的，是一个智慧的本性，犹如彩虹的身体一样。彩虹我们知道显现的很绚烂，但是它没有本体，它就是一个无自性的，或像无垢水晶宝瓶一样的自性。

[446] 在观修金刚萨埵，观修生起次第本尊的时候，很多仪轨里面都要求观得特别清楚。上师、慈诚罗珠堪布等很多大德们都讲，如果实在是观得很费劲，就可以把自己很喜欢的一张标准的佛像，一个照片也好，唐卡也好，摆在前面看着观，看一段时间把眼睛闭着，再观，模糊了再睁开眼睛，再看，看了之后再闭上眼睛观，反复这样训练，最后不管看不看，都可以观得很清楚。

[447] 现在可以借助一些动画，虽然动画不是那么十全十美，但是还是可以作为我们修行的帮助。因为单凭我们去想象的话，也不一定观得那么清楚，但是借助这些大概就可以知道是怎么回事，就可以很直观地了解。忏悔的时候，这些能借助的都可以借助。这里要求观得很清楚。

[448] 还有些大德说，每个人根基不一样，有些人天生有这个能力，他一下子就能观得特别清晰，历历在目。有些就可能怎么观也很模糊，如果是实在观得很模糊，就像前面讲的那样，你就想真正的金刚萨埵就在我的头顶上，不是观想出来的，是真实的金刚萨埵降临了。你把他当成一个智慧的本性去观想，去祈祷。他虽然是模模糊糊的白色的一个人坐在上面，但是，这个时候如果你对金刚萨埵有真实的信心，如果这种信心生起来了，那要比你观得清楚但是没有信心要强得多，所以信心还是最主要的。



[449] 相信他可以清净你的罪业，这种信心特别重要。就是说我相信金刚萨埵，我祈祷他，他可以清净我的罪业，我相信我的罪业通过这一次的忏悔完全可以清净。我们以前再再讲过，这种对善法的信心特别重要。一边念忏悔，一边心里在怀疑，到底能不能够清净？我这样念到底能不能够清净？如果一边这样想一边去念金刚萨埵百字明，效果不太好。

[450] 效果不好的原因是什么呢？就是被自己的低素质拉低了，把咒力拉低了。不是到了末法时代，金刚萨埵的力量不够了，不是因为金刚萨埵从印度到了汉地，他可能不适应，所以是不是力量发挥不出来了？也不是这样的，他是法界的本性。但是为什么在这个地方不灵验？或者自己感觉不行？主要是自己对他不相信，有疑惑。这种对金刚萨埵、对善法力量疑惑的本身，可以让自己的咒力，让忏悔的力量直接打折扣。

[451] 我们要相信罪业一定能够清净，只要具备了因素为什么不能清净呢？我四对治力——都是圆满的，为什么不能清净呢！肯定能清净，我相信金刚萨埵，相信百字明，相信我以前造的罪业虽然很重，但是我的力量也很强大，我一定可以把它清净掉，这种信心是很重要的。如果有了这种信心，其他的观想不是那么清晰，或有些步骤不是那么圆满的话，但具备了信心，也可以很快地清净自己的罪业，这个是特别特别重要的。这是观想的内容。以上就是所依，我们讲所依对治力。

[452] 这样明观以后，自己诚心忆念：与大恩根本上师无二无别的怙主金刚萨埵，您以大慈大悲垂念我与一切众生，我自己从无始以来迄今为止，身语意所造的十不善业、五无间罪、四重罪、八邪罪，违犯外别解脱的律仪、内菩萨乘的学处以及持明密乘三昧耶戒，背弃世间的盟誓、说妄语、无惭无愧等等凡是能直接回忆起来的一切罪业在上师金刚萨埵面前，满怀惭愧、畏惧、追悔之情以致于心惊肉跳、毛骨悚然，发露忏悔。

[453] 首先是忏悔能够回想起来的罪业，这是属于厌患对治力。厌患对治力就是对我们曾经造过的罪业有一种后悔心，知道造的罪业不对，非常非常地后悔，厌患这个罪业在我的相续当中安住，我一定要把它去掉，这叫厌患对治力。

[454] 厌患对治力怎么观想呢？呼唤或者忆念和大恩根本上师无二无别的金刚萨埵：您因地时发愿清净罪业了，您的大慈大悲应该垂念我，看着我和一切众生——这个时候你要观想，观想的时候他看着我——现在我在你面前说，我在祈求你，你一定要看着我，听我讲：我无始以来在轮回的时间特别地长，无始以来到今天为止，我的身语意所造的罪业，比如说身体、语言，身语意所造的十不善业，杀生、偷盗、邪淫、妄语、恶语、离间语、绮语，还有贪欲、嗔恚、邪见等等，造了很多十不善业，基本上每天都造，多得无量无边。还有造五无间罪。祈求您垂念我，加持我，一定帮助我清除罪障！

[455] 五无间罪，我们知道有杀父、杀母等等。按照大多数经典来讲，五无间罪在我们现在相续当中应该没有。因为五无间罪造了之后肯定无间堕落，五无间罪是堕堕无间地狱的，它不可能延迟成熟的，一般来讲是这样的。那为什么我们要忏悔五无间罪呢？虽然直接的明显的五无间罪没有，但是和它相似的近五无间罪有。另外，以前的五无间罪可能没有了，今世当中有些人可能有杀父杀母造了五无间罪。出佛身血、破和合僧可能造不了，杀罗汉的机会也是很少的，基本上碰不到罗汉，这种机率不高。而杀父、杀母、杀罗汉这三条在今世当中有可能会造，如果造了也要忏悔。或者有的时候生起了一个想法，比如说对父母生起一些恶念，把她杀了或怎么怎么样，或者诅咒，这些都有可能，这是相似的部分。

[456] 近五无间罪也是比较重的罪业，是分支的或者相似的五无间罪。还有一些特殊的说法，以前我们学《大乘经庄严论》注释讲：如果是大乘种性的话，他造了五无间罪，不会立即成熟，这是大乘种性的特点。按照这种观点来讲，假如我们上一世是大乘种性，但是造了五无间罪，按理说应该马上堕落，但是因为大乘种性的缘故，没有堕落，延迟成熟了。如果延迟成熟，在我们相续当中还是可能有五无间罪的。五无间罪也要忏悔。以前造过了已经成熟完了，但是它的种子还在，没有完全彻彻底底地清净，因为种子还在，我们也要忏悔发露。

[457] 还有四众罪，八邪罪。在上师的讲记当中也提到了四重罪，八邪罪。四重罪：第一个，居智者之首位。智者不是一般的智者，他是具有很多功德的，一般的人应该处于智者的下首位置。但是如果你居于智者的首位，你坐在首位的位置上，坐得比他高，诸如此类的，居于智者首位都是有过失的。

[458] 第二个，享用密咒师的财产。密咒师不是一般的密咒师，他是具有生圆次第功德的密咒士。享用他的财物也是不应该的，因为他有生圆次第的境界，你恣意地去享用他的财物，会让自己损失福报，会有很大的过失。

[459] 第三个，居比丘顶礼之前。比丘在顶礼的时候，你站在他面前，这也是一个过失。

[460] 第四个，享用修行人的食物。在上师的讲记当中也讲到了，有些修行者他是把每天的食物计划好了，他一个月这么多的食物，准备好之后一个月之内他不会重新去找食物，一个月当中他会很平静地修法。因为他的食物够了，但是你去把它吃了，他本来计划的30天的食物就不够了，他就必须要提前下去，这就耽误他修法，所以你这样让他丧失很多禅修的功德。那么这个也是一种过失，如果我们犯了这个过失也要忏悔。

[461] 八邪罪：1. 诽谤白法。白法就是善业，认为善法善业没有功德，说做这些没有用，诽谤善法白法。

[462] 2. 赞叹黑法。赞叹恶业黑法，这些方面都是属于邪罪。

[463] 3. 对行善者积累资粮从中作梗，减少他们的资粮。对于修行善法的人给他做障碍，别人在积累资粮的时候你做障碍，让他的善法，善根有所损失。比如说别人在闻思修，你去制造很多违缘，让他们闻思修中断。或者别人在放生，你造了很多违缘让他们放生不圆满，这些都是属于邪罪。

[464] 4. 对修善的信士，说难听之语而扰乱其心。对于修善法的人故意扰乱他的心，让他不高兴，扰乱他的心，影响他的心，让他的心波动，这些都属于邪罪。

[465] 5. 已入密宗金刚乘坛城以后，在会众行列中发起争斗、恶语相骂、争吵不休，背弃上师；已经进入密乘的时候，在坛城等当中，做了很多的争吵等等，还有扰乱上师的心，或者背弃上师，这方面也是重罪。

[466] 6. 已入密乘者远离本尊；7. 已入密乘者脱离道友；8. 已入密乘者舍弃坛城。已经进入密乘的修行者，舍弃自己的本尊，舍弃道友，舍弃坛城，这是后面三种。

[467] 八种邪罪、四重罪，如果我们犯了之后都要忏悔。

[468] 还有违犯外别解脱的律仪。比如说，如果我们受斋戒的时候犯戒律也要忏悔。还有居士有居士的戒，你受了一条或受了五条，受了之后有违犯也要忏悔。如果是出家人，沙弥或比丘戒律，属于别解脱戒的，如果有违犯，不管是根本的还是分支的都要忏悔发露。

[469] 还有内菩萨乘的学处。菩萨乘学处，主要是严禁恶行戒，有18种根本戒和4种根本戒，还有分支戒律。摄善法戒：该做的不做；饶益有情戒：该饶益的不饶益。这些都是属于违犯了菩萨的学处。如果菩萨戒学处有违犯，也要发露忏悔。

[470] 以及持明密乘三昧耶戒。得了灌顶之后就自动生成密乘戒。有的得了灌顶之后密乘戒就获得了，获得密乘戒之后你必须守护14条密宗根本戒律。如果得了之后不知道或者违犯了，这个时候也会有很大的过失，失坏了密乘三昧耶戒。以上就是违背三戒的过失，也要发露忏悔。

[471] 背弃世间的盟誓。在世当当中诅咒发誓：我绝对没做，否则如何如何。在汉地就是天打五雷轰之类的，在藏地可能就说大藏经作证，或者说坛城作证，诸如此类的。像这样违背盟誓，你发了誓言违背了，或者有的赌咒发誓，违背了承诺的事情：我承诺了我要做！然后就违背了。或者别人说：你做没做？你说我没做。诸如此类都是有一定过失的。像这样就是诅咒发誓违背世间的盟誓。

[472] 说妄语：在世当当中有些妄语，是属于自性罪方面的妄语。无惭无愧：无惭无愧等等属于人品不好，就是属于世间这一类的。

[473] 以上所讲的罪业是一组一组的，比如说十不善业是一组，无间罪一组，四重八邪是一组，三戒是一组，世间的这些是一组。世间盟誓，说妄语，无惭无愧，其实这里面有些是互相含摄的，把后面的妄语都归摄在世当说盟誓这一类当中去了。

[474] 这方面来讲所忏悔的就是各式各样的罪业。

[475] “凡是能直接回忆起来的一切罪业在上师金刚萨埵面前”，只要能回忆起来的，在上师金刚萨埵面前“满怀惭愧心、畏惧心、追悔之心”，自己知道：很惭愧，这个不能做，这样伤害自己；很畏惧罪业的成熟；追悔不应该做：这些为什么要做呢！做了这些之后，其实是让自己处在很不利的状态或者说是痛苦的因当中。

[476] “以致于心惊肉跳、毛骨悚然，发露忏悔”。自己要追悔，追悔是真正地发自内心地后悔。这些表现在哪里呢？心惊肉跳，然后毛骨悚然，真正地害怕恐怖罪业，有时发露的时候也会流泪等等，反正就是发露忏悔。



[477] 如果我们在修厌患对治力的时候，没有什么感觉，反正就是按照这个程序走一下，内心当中一点都没有振动自己的心，那么这样忏悔，就是对我们的罪业认识不够。或者说对于要让罪业清净的心态不太迫切，觉得可忏可不忏，或者觉得可能没有那么严重，是不是佛菩萨在恐吓我们？如果有这种心态就无所谓。无所谓的心态当中就自然而然地不重视。不重视的话，你说念没念呢？也念了，四对治力似乎也有，但是他就没有真实地生起应该有的重视的心。这样他忏悔就不彻底了，发露也不会彻底的。

[478] 此外自己想不起来的，在无始流转轮回的生生世世中肯定也积累了许多罪业，

[479] 想得起的发露忏悔，想不起来的怎么办？想不起来的也是在金刚萨埵面前忏悔。金刚萨埵他是遍知一切的，他知道我以前在轮回当中漂流的时候我造过的所有的罪业。我现在实在是想不起来，不单是在过去世，即使在今世当中想起来的也是只占一部分，还有很多完全想不起来的。比如说我在哪个地方有一个起心动念，生一个恶念怎么怎么样，这些都想不起来了，小时候的这些都想不起来了。所以这方面实在想不起来的不单是过去世，在今生当中也有很多，肯定也积累了许多的罪业。

[480] 这一切罪业在此不覆不藏一并发露忏悔，请求宽恕，

[481] 我就相信，我就把这些交给金刚萨埵：金刚萨埵，请您以您的智慧眼关照，我以前所造的、想不起来的所有罪业，我也在您面前发露。这相当于也是一个发露忏悔，并请求宽恕。

[482] 但愿这所有罪障就在此时此地急快荡然无存全部清净，

[483] 自己也是要有非常强烈的、很坚定的心，“此时此地”就是这一座，我现在坐下来忏悔，就在这一座上面，我所有的罪业都要清净，应该有这样的决心，急迫的心。然后是“急快荡然无存，全部清净”，应该具有所有的条件。

[484] 以上观想是厌患对治力。

[485] 这是第二个厌患对治力，下面是返回对治力。

[486] 心里默想：我以往因为愚昧无知而造下了那些罪业，如今依靠大恩上师的慈悲而变成了懂得利害的人，从今以后，即使遇到生命危险也决不造那样的罪业，这是返回对治力。

[487] 自己要想：以前我完全是愚昧无知，不知道罪业是怎么样的，没学习过，或者没深入学习过，我不知道罪业是什么样的，也不知道罪业的过患那么大，造了很多很多、无以计数的罪业。如今依靠大恩上师的慈悲和恩德，我们依止了上师，上师给我讲了很多道理，讲了很多有关善业和恶业的取舍道理。我们学了之后，才知道这个也是罪业，那个也是罪业，这些以前都是不知道的。所以因为上师的恩德，我们自己懂得厉害，知道了这个是有利的，那个是有害的，知道造了这么多的罪业。

[488] “从今以后，即使遇到生命危险也决不造”，以前是不懂，造了很多罪业，现在我一定要发誓：下定决心，无论如何，即便遇到生命危险我也不再造这样的罪业了。这是属于返回对治。前面我们讲返回对治就是迷途知返的意思，从造罪的道路上返回来了，回头了，不在造罪的路上继续走到头。这叫做返回对治。

[489] 下面是现行对治。现行对治就是开始用仪轨来真正地忏悔，或者说这几个对治力通过仪轨来表示，这里面有所依，也有厌患，也有返回，也有现行对治力。但现行对治力我们没讲，我们就把下面仪轨里面念百字明等等当成现行对治力。但其实仪轨里面是总结了前面长行文的内容，在仪轨里面表示了四对治力的内容。

[490] 接着念诵（宁提前行仪轨）：

[491] 这是按照大圆满宁提前行仪轨来修金刚萨埵的。平时我们按照《开显解脱道》，大恩上师仁波切在下一星期要讲《开显解脱道》，讲共同前行、皈依发心、金刚萨埵等等。通过全知麦彭仁波切的开显解脱道的仪轨来给我们介绍金刚萨埵的修法，那时我们认真真地去听，会得到加持。

[492] 阿

[493] 首先是阿，阿字观想一切万法空性，没有实有观想空性的意思。

[494] 于我庸俗头顶上 白莲月垫之中央

[495] 这个内容在前面长行文都有的，“于我庸俗”，我庸俗而坐，自己就是一个血肉之躯，就是一个充满罪障的凡夫人，在我的头顶上，白莲月垫是中央。

[496] 吽成金刚萨埵师

[497] “吽”字变成上师金刚萨埵。

[498] 皎洁受用圆满身 双运慢母持铃杵

[499] 皎洁就是白色，像月光一样，“受用圆满”是报身，充满报身服饰。“双运慢母持铃杵”，是和白慢母双运，是双身像，持铃杵。

[500] 祈净罪障皈依您

[501] 祈祷所有的罪障都能清净，加持我所有的罪障清净，我皈依您。

[502] 这以上是所依对治。

[503] 以猛悔心发露忏

[504] 这一句是厌患对治。通过很猛烈、非常强烈的后悔心在金刚萨埵面前发露忏悔。“发露”，不覆不藏，首先在心中有后悔心，然后在嘴里说出来，在金刚萨埵面前把自己的罪业说出来。但有些时候在修厌患对治力的时候，是一边念百字明一边在想，这个时候不一定要说。有的地方说发露忏悔，不覆不藏，就是要说。但在仪轨里面可能没办法，就是一边念百字明一边自己想造的罪业，在金刚萨埵面前忏悔，这样也可以。

[505] 后遇难难亦戒犯

[506] 这是属于返回对治。以后遇到生命危险等命难“亦戒犯”，不再犯了，这是戒后，以后不再犯。

[507] 以下是观想现行对治力，开始真正通过念咒的方式来清净罪障了。

[508] 于您心间明月上

[509] 在金刚萨埵的心间，在心间的明月上，

[510] 吽字周围咒绕旋

[511] 在金刚萨埵无二无别的心间，观想有一轮明月，很小的月亮，月轮，在上面有一个很小的“吽”字，吽字周围百字明旋绕，就是下面图里面有一个百字明这样旋绕着。

[512] 诵咒打动相续故

[513] 自己开始念诵百字明的咒语。“打动相续”有两种说法。一种说法打动相续，是打动自己的相续，自己充满着信心，充满着智慧，充满着后悔心，反正所有的要素都充满着的方式、打动自己相续的方式来念诵，不能毫无感觉。还有一种，打动相续的另外一种解读，就是要打动上师的相续，因为自己是如此地迫切，上师大慈大悲心就受不了，就相当于给自己加持，也有这样的一种解读。

[514] 父母双运交界处 菩提甘露如云涌

[515] 在佛父佛母双运的交界处，降下甘露。菩提甘露其实就是金刚萨埵的智慧，是金刚萨埵佛父佛母的智慧，他们以加持和智慧通过这样的甘露的方式来体现。他们的加持力，如果整个金刚萨埵融入到我们的心中，有时不好观想。如果是他的加持力融入到我们心中，那这个加持力到底是什么？有时感觉很抽象，但是如果以灌顶的方式融入，以甘露的方式融入，这对我们来讲就是比较容易接受的一种方式。而且我们觉得这个甘露是个好东西，也是金刚萨埵佛父佛母的一种智慧，他们的加持力通过这种方式进入到我们的相续当中，每个步骤都以能生起感觉的方式来让我们清净罪业。它没让我们观想完全安



10 念修金刚萨埵(114-118)

住在空性当中，一切罪业以不存在的方式来忏悔，这个是针对高层次的瑜伽士，他们有这样的修法。但是对一般的人来讲，还是应该通过一种表示法，这个甘露其实就是金刚萨埵本身所有的大慈大悲、智慧、证悟，他以前的愿力，都是通过甘露的方式来表示的，这个甘露表示他所有的功德，和他无二无别，所以进入我们相续当中，清净我们所有的罪业。

[516] 降下白如冰片汁

[517] 白如冰片汁就如甘露一样。

[518] 我与三界众有情 业及烦恼痛苦因

[519] 病魔罪障煞气垢 无余清净祈加持

[520] 这时观想三界所有众生头顶上都降下甘露，甘露流入一切众生相续当中。我和三界众生所有的罪业，所有的烦恼等等痛苦之因，还有一切的疾病、魔障、罪障、杀气、垢染等等，就是说让自己不快乐的，或者障碍自己现前证悟的道障等等，“无余清净”，没有一点剩下，全部“清净祈加持”，祈祷金刚萨埵加持。所以这时要非常认真地，发自内心地去呼唤，呼喊金刚萨埵，祈祷金刚萨埵，一定要加持我所有的罪障都要清净。

丁四、念修百字明：

[521] 随后于金刚萨埵佛父佛母无二无别的心间观想一轮明月，大小就像压扁的芥子，

[522] 这个仪轨中也有，前面在仪轨当中说“于您心间明月上”，只不过这里面在再详细讲一下，到底是怎么具体地观想，明月大小是多大。这个是很小很小的一个明月，多小呢？“芥子”，中药药里面有一种白芥子，药房里面有白芥子，很小。那么白芥子压扁了，就一点点大，白芥子本来就小，一颗白芥子压扁了就特别小，非常地小，“大小就像压扁的芥子”，

[523] 月轮的上面有一个白色吽（）字，宛如毛发写成的一样，

[524] 然后在这么小的月轮的上面有一个白色的‘吽’字，宛如毛发写成的一样”，就是在这么小的月轮上面，观想一个很小的、更小的吽字，这个吽字就像用一根头发写的，这么小的这么细的吽字。这样也有必要的。

[525] 为什么这么小呢？能不能大呢？观起来不太方便。这么小就是让我们观想细化，否则有时就会散乱，心就散了，所以让这个很小很小，月轮也很小，自己要集中精神地观，要特别专注，非常非常专注地观，不让自己的心散乱。月轮很小，吽字更小，是头发书写的那种，所以非常细小的吽字，自己必须要特别地专注才能观得很清楚。在念咒的时候，在仪轨里面，第一个要求专注，专注也是很重要的，不能散乱。如果不观那么小的就很容易散乱，散乱之后念咒时心可能就不在这上面了，所以观起来很细。

[526] 一边这样观想一边念诵一遍百字明：

[527] 在吽字周围，也是和这个头发是一样的这么细小的百字明，观想围绕在吽字周围，就像这里的咒语一样，它一边旋转，一边降下甘露，我们一边观想一边念诵百字明。如果观不清楚，就通过信心来念百字明：月轮上面有很多字，咒轮里面不断地降下甘露，清净我的罪业，这样也可以。但如果按照比较圆满的要求，圆满的标准，应该把这个观得清清楚楚才对。

[528] 嗡班扎萨埵玛雅、嘛努巴拉雅、班扎萨埵底诺巴底叉、知桌美巴哇、苏埵卡约美巴哇、苏波卡约美巴哇、阿努日阿埵美巴哇、萨哇斯德玛扎雅叉、萨哇嘛呢色匠美则当、协央格热叶、哈哈哈哈哈、班哇哇纳、萨哇达他嘎达、班扎嘛麦母杂、班扎巴哇、嘛哈萨玛雅萨埵啊。

[529] 这就是百字明，有些仪轨后面有“吽，啪的”，这里面没有“吽，啪的”，这里就到“啊”，到“啊”为止是这里面的传统。这是要念百字明，百字明当然要念十万遍，加上一万遍的补缺是十一万遍。金刚萨埵百字明对于清净我们罪业的力量特别地大，是我们要现行对治最主要的核心。为什么是核心？因为它前面从观想开始的整个都是现行对治力，核心就是念咒语，通过念百字明的方式来清净我的罪业，所以这个相当于现行对治力的核心。我修行这种善法，以念咒语的方式来清净我的罪业。

[530] 观想百字明好似竖立的兽角一般互不抵触，旋绕着“吽”（）字。

[531] 百字明就像竖立的兽角一样，牛的两只角竖着，中间不是挨着，是有间隔的。“竖立的兽角”，是竖立的，站立的，中间没有沾在一起，这样互不抵触，旋绕着“吽”字。这个在咒轮上面可以体现，在动画里面也很明显，在3D动画里面都可以体现出来。

[532] 之后自己的口中以祈祷的方式念诵百字明，

[533] 祈祷罪业清净的方式，一边念一边祈祷金刚萨埵加持我罪障清净，内心这样作意，这叫祈祷的方式来念诵百字明。

[534] 观想从所有的咒字中犹如寒冰被火融化形成水滴一样源源不断地降下智慧甘露，

[535] 一边祈祷一边观想百字明所有的咒字里面，一百个字百字明当中“犹如寒冰被火融化形成水滴”，冰开始化了，开始滴水。我们观想从百字明当中不断地滴下甘露，在百字明里面显现出甘露。百字明是金刚萨埵佛父佛母的本性，在咒字当中流出了代表能够清除我们罪障的甘露，这个水能够清净、洗刷我们内心当中的罪障，这些其实都是一种表示，通过观想的方式表示。

[536] 为什么这样呢？前面我们讲了原理了，因为一般的人，刚刚修的时候，都是喜欢有形有像的一种表示心里才踏实，“这样下来之后，的确这个水，这个干净的水把我身体里面洗干净了，就像我们洗衣服一样，洗碗一样”。如果你说坐在那观想，它就自动干净了，他就总觉得哪个地方不对。但如果觉得水流下来了，甘露流下来了，把冲干净了，冲刷了，而且罪障也走了，这样心里就比较踏实，是这样的。前面我们也讲了，确实不需要这些，直接观想，安住在金刚萨埵本性当中，观好之后就念百字明，罪业就清净了，到哪去了？它本来就是如梦如幻的，它来的时候没有一个地方来，去的时候也不需要有一个去的地方，所以有些地方是以这样的方式来洗净的。但这个地方不是这样的，它是观待于一般众生的根机，有一个去的地方，它走了，的确走了，而且不会再回来，这样很多人修的时候就容易相应，容易清净掉罪业。所有净罪的原则，不管怎么安排，都是让我们罪业清净的方式，所以这里面安排的是一样的。

[537] 通过身体从佛父佛母双运的密处流出，由经自他一切众生的头顶流入，

[538] 金刚萨埵佛父佛母本身来讲，是无二无别的，双运的意思就是一味，没有两个叫双运。观想的时候好像是两个，佛父、佛母，但其实，佛父佛母本来就是无二的，佛母表示我们内心当中的空性，佛父表示我们的大悲，或者方便。金刚萨埵本身具有智慧和空性，那么怎么表示呢？空性、智慧很抽象，对我们来讲很难理解，我们能够理解的是有形有像的表示。双运的佛像，就代表它的智慧、方便、大悲心。它的智慧通过佛父来表示，空性通过佛母来表示，双运就是无二的意思。无二可以从两个侧面来表示，智慧是无二的，明和空是无二的，但是也可以从不同的侧面说：这个是明，这个是空，我们观想的时候，佛父佛母是两个，其实本性是无二无别的，是智慧和空性的本体。通过这样的方式来进行安立。

[539] 甘露流出来之后，因为在头顶上，所以从头顶流入。

[540] 使体内的所有疾病变成脓血，所有魔障变成蜘蛛、青蛙、鱼、蛇、蝌蚪、虱子等小含生的形象，

[541] 这个时候就是具体的了。我们观修的时候，一边念百字明一边观想：我们所有的疾病，比喻说我们生病了，有很重的病，或者我们没有病但也可以这样观想，随着甘露融入我们的身体，我们所有的疾病都变成脓血这样的形象流出去了；所有的魔障都变成蜘蛛、青蛙、鱼、蛇、蝌蚪、虱子等小含生的形象。所有的魔障是我们内心当中的魔障，分别心是魔，能障碍我们修行的所有的障碍都叫魔障。

[542] 这些魔障就变成蜘蛛、青蛙等含生的方式，这个不是一个真实的情，不是一个真实的众生。有些道友在修的时候，就觉得，为什么把这些蜘蛛等送下面这些阎罗王等吃呢？佛教的慈悲心到哪去了？其实不是这个意思。这个不是一个真正的情，这是我们自己的魔障，通过这样的方式来清净的意思。因为在我们的感觉当中，我们对于这些蜘蛛、蛇、蝌蚪等都是不喜欢的，有时就是觉得这些代表邪恶，代表让我们不舒服的、让我们恐怖的对境。

[543] 罪障也是一样的，罪障走了，清净了，这也是一个很抽象的问题，所以就具体化，把我们的罪障具体化，怎么具体化呢？以蜘蛛、青蛙等等含生的形象，就是平时我们不喜欢的，或者我们认为代表邪恶的这些东西，让这些东西离我们而去，就代表我们的罪障清净。这个就是金刚萨埵的本性，甘露进入我们的相续之后，甘露本身自带清净罪障的功能，有我们的信心，再加上它的加持力进去之后，魔障这部分就变成含生的方式出去了。



- [544] 所有罪障变成烟汁、炭汁、灰、烟、云、气的形态。
- [545] 还有所有的罪业、所有的罪障就变成了烟汁、炭汁，炭汁很黑的，烟汁、炭汁都是很黑的那种，还有是灰的形象，烟、云、气等等的形象。
- [546] 这一切的一切犹如飞泻的洪水冲走尘土一般全部被甘露流毫无阻碍地冲走。
- [547] 金刚萨埵的甘露从我们的头顶进去之后，就开始清刷，我们就相当于一个很脏的罐子，很脏很脏，然后大量的、带着洗洁功能的水进去之后，不断地冲洗，不断地冲洗，然后越洗越少，越洗越少，最后这一座结束之后，就观想我的相续是干干净净的了。它就是有这样的一种能力，这个水就是金刚萨埵的愿力，他的智慧、慈悲、善巧方便，反正他三个无数劫所修行的所有东西都在里面，他不可能不能清净我们所有的罪业，他肯定可以清净我们的罪业，这个方面我们一定要深信。
- [548] 从足底、肛门、所有毛孔的部位黑乎乎地排出体外。
- [549] 从体内，从自己的脚底排出体外，从肛门、从所有的毛孔部位，黑乎乎地不断地往外排出体外。上师也讲，这个过程的观想特别的重要，能够如理如实这样观想，很多的罪业就可以清净。甚至于上师说，有些人担心有附体，如果有附体，也可以通过金刚萨埵净罪法，甘露进去之后，把这些魔障排出体外的方式清净，上师讲记当中很清楚地这样讲了。
- [550] 因此，平时应该认真真地修。如果病很重，障碍很重，有这些妖魔鬼怪的障碍，都可以通过金刚萨埵的方式，通过比较平和的方式，而没有说过金刚撒、大威德之类的威猛法来遣除这些障碍。是通过一般的众生能够接受的，与慈悲菩提心等等原理比较接近的方式来清净自己的罪业。
- [551] 经常性这样修，对我们的身体、心灵、修道，方方面面都有很大的力量，这是金刚萨埵修法的不共之处。和其它忏悔罪法不一样的地方，它有很多迅速忏悔的不同功能，体现在这些很多很仔细的观想，都是金刚萨埵本身进入到我们身体里面，帮助我们清净所有的罪业。
- [552] 这时再观想自己下方的大地裂开，所有男女怨家债主围绕着死主阎罗王，它们全都是张着口、伸着手、张着爪来盛接（，上面的脓血等全部冲到它们的口手爪中）。
- [553] 然后再观想自己身体的下方大地裂开了，在裂开的大地下面，有很多的男女冤亲债主围绕着阎罗王。这些也是观想的，是不是我们的冤亲债主都在下面？这不一定，不会是所有的冤亲债主都在下面，但是这是个代表，代表我们还了债了，以前伤过他们，我通过忏悔的力量把罪业清净了，罪障清净之后就相当于还清了债务。这是一种观想，是一种表示，不是真正的男女冤家，无始以来的冤亲债主就在下面，一直就在阎罗王周围，不是这个意思。
- [554] 它们张着口，伸着手，盛接上面排出来的青蛙、鱼、脓血，还有烟、炭汁、浓汁等等，这些全部冲到他们手中、口里。
- [555] 一边这样观想一边念诵百字明。
- [556] 一边念百字明，一边不断地观，罪业不断地清净。
- [557] 如果能一次性地明观一切所缘境，就这样来观想。
- [558] 如果是高级瑜伽士，观想很纯熟，上面所有的内容可以在很短的时间、一个刹那当中就全部观完了，这是属于特别纯熟的。有人说这不可能，我们不可能，不一定别人也不可能。观得很纯熟的人，的确可以在一个时间同时观想一切所缘境。
- [559] 如果实在做不到这一点，那么就时而专心致志观想金刚萨埵的身体、颜面、手臂等来念诵；
- [560] “如果实在做不到”，那就是讲我们的了。我们就专门观想金刚萨埵的身体，或者观想金刚萨埵的脸、或者观想金刚萨埵的手臂，或观想他的帽子，他的耳环、眼睛等等，有的时候就专门观这个。比如这一座是两个小时，我就专门观想金刚萨埵的容貌五分钟，就专门观这个，观完之后再换一个所缘境观。
- [561] 时而全神贯注地观想主尊的服饰来念诵；
- [562] 前面是观手臂、颜面，再换成观想主尊的服饰，专门观他的衣服。
- [563] 时而观想甘露流洗涤魔障、罪障而专心念诵；
- [564] 观完之后，又开始观想甘露下来了。甘露是什么？甘露就是金刚萨埵的本身，甘露流带着金刚萨埵的愿力、智慧、慈悲，净罪能力，进入到我的身体当中，什么罪障能够抵挡得住这种甘露流呢？抵挡不了。因为甘露流是代表实相的，我们的罪障本来就是虚幻的东西，是无明、我执、颠倒所形成的虚妄的相，虚妄的相没办法和实相对抗。我们的罪障是幻相，所以甘露流进来之后就无坚不摧了，没有什么罪障能抵挡得了。
- [565] 这种甘露流就是这种自性，我要观想：它完全全具有可以清净安相的能力的，我在观想甘露流其实就是在相应实相，我就是直接和实相相应，因为这是金刚萨埵。金刚萨埵是什么呢？就是证悟万法的本性，就是万法的实相，其实是和实相相应的。所以“时而观想甘露流”进入到我的身体，把所有的魔障、病障、罪障等等全部洗干净。一个时间当中专门观这个。
- [566] 时而以悔前戒后的心理来念诵。
- [567] 时而开始厌患对治了，念完之后我就换一种，换什么？就是厌患对治力，就是我需要忏悔的，以前杀过生，以前偷盗、邪淫，或者以前犯过戒律，把所缘境换成这些作为厌患对治。然后再换成返回对治力：无论如何不能再造了！这个罪业不能再造了！
- [568] 反正就是不断地观，把所有有关金刚萨埵的内容就在这一座，二个小时当中或者一个半小时当中，不断地换着观想。不要想其它东西，只要想着和金刚萨埵忏悔罪业有关的都对。要不然就观空性，要不然什么都不想，观罪性本空，就观我本来是佛，这样也可以。反正就是不断地换所缘境，不断地观，每一种观想都能清净罪业，整体都是清净罪业的。
- [569] 最后观想居于地下的死主阎王等所有怨家债主全部心满意足，至此已经化解了宿怨、偿清了业债、清净了罪障。
- [570] 最后时间差不多的时候，就观想居于地下死主阎罗等等，以他为首的所有的冤亲债主心满意足了，他们拿到那么多东西，心满意足了。这就是一种表示，我们怎么给他们这种东西？他们喜欢吗？他们拿到这些东西怎么样？所以为了对治这些分别念，有些仪轨当中说，这些东西到他们手上就变成他们喜欢的东西，这个都是考虑到我们的想法。蜘蛛放到他们手上，还有脓血，他们需要这些东西做什么？所以有些讲记当中说，脓血这些东西下去之后，到他们手上之后就变成他们喜欢的东西，种种的食物，或者以前欠他们的东西，钱也好，什么也好，反正变成这些，他们就心满意足了。
- [571] 这个就是一种表示，让我们在忏悔的时候，真正觉得能够清净了，是个方便法。所以我们不要看到这个仪轨的时候，就开始认真了：这个是怎么回事？就像前面讲的那样，怎么把旁生给它们吃呢？或者阎罗王他们会喜欢这些东西吗？冤亲债主他们会喜欢这些脏东西吗？好像就是想不通，这些都是一表示方法。像这样他们就心满意足了，至此就化解了所有的宿愿，偿清了一切的业债，清净了所有的罪障。
- [572] 阎罗王等也都闭上了它们的口、手、爪，裂开的大地又恢复到原状。
- [573] 他们全部都闭上了口等，裂开的大地就开始复原了。这个时候就这样安住，一个阶段就结束了。下面还有另外的观想。
- [574] 这里面的观想一个一个很清楚。我们首先学习这些，熟悉了之后就去看，在我们上座的时候，就开始认认真真地一边念百字明，一边把所有观想的程序都认认真真地观，这样效果很明显。如果有时间，有条件就应该这样修，如果实在没有，那就只有走路念，这是没办法，只能说是没办法的情况下。
- [575] 我们要忏悔，想要让罪业清净，在相续中很快地生起修证佛法的境界，就要自利利他。我们在修的时候，尽量地给自己创造最有利于让罪业清净的条件。应该坐下来修或者闭关，通过这样的方式把百字明从第一遍到第十一万遍之间认认真真地去做忏悔。这样对自他都有利益。
- [576] 今天课就讲到这个地方。
- [577] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智
- [578] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌
- [579] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛
- [580] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情
- 《前行广释》第 117 课辅导资料



[581] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，
 [582] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。
 [583] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！
 [584] 发了菩提心之后，今天我们继续一起学习华智仁波切所造的《前行引导文》。
 [585] 前面我们学完了共同加行，现在学的是不共加行。不共加行也有皈依、发菩提心、念修金刚萨埵忏罪、供曼扎积累资粮和修持上师瑜伽强烈得加持的证悟方便。在这些修法当中，前面我们皈依和发心已经学完了，现在学的是念修金刚萨埵。
 [586] 前行修法是为了让自己的相续得以成熟的殊胜方便，我们的心从本性来讲是天然成熟的，不需要再成熟到什么阶段。因为它就是佛性、佛功德。从显现上来讲，因为我们没有认识到自己的佛性，所以在轮回当中流转，导致了很多迷惑和烦恼的生成，在这个状态当中，离我们的本性已经很远了。
 [587] 轮回当中众生的相续没办法现前殊胜的佛功德，必须要通过修行来让它现前。我们的相续如果没有累积一定的资粮，相当于是一个很生涩的状态，还不成熟，没办法作为修行的法器。从我们苏醒了善根、种姓开始，就逐渐的要靠近佛性，这有一个成熟的过程。所谓的成熟主要是我们开始要接受本具佛性的实相，以前没有思考过，也没有朝这方面去努力过，现在通过上师诸佛的恩惠，还有自己福德不断的圆满，遇到了让我们成佛的方法，就要努力首先让我们的相续成熟，成熟了法器之后，就可以在法器当中装满所有正法甘露的功德。这个就是我们学加行的一个必要。
 [588] 如果我们在学修佛法过程当中，掌握了足够的修行方法，或者说我们的福德智慧成熟到一定程度，皈依、发菩提心、金刚萨埵修法都可以让我们觉悟，在供曼扎的过程当中也可以让我们觉悟。那就不是纯粹意义上的前行了，如果我们相续没有成熟的话，这五个修法可以成为成熟相续的方法；如果我们的相续已经成熟到一定阶段的时候，这些修法也是可以让我们开悟的。如果真正了悟到比较了义的观点，再通过这些了义的观点来修皈依，它就可以修到非常深的层次，就是直接可以让我们证悟的因缘。那个时候就不单单是一个前行，完全可以变成正行，能够让我们真正觉悟。发菩提心也是一样的，如果我们真正通过一个高质量的相续来修发心，通过愿菩提心、行菩提心，还有世俗菩提心、胜义菩提心等等一系列窍诀完全可以让我们开悟。
 [589] 金刚萨埵也是一样的，如果有了等净无二见和非常殊胜的信心，在修金刚萨埵的过程当中，认知自己的本性是绝对可以的。关键看我们自己处于哪个阶段，是以什么样一种状态来修这个法。很多道友可能以前没有修行过，相续相对来讲没有成熟。如果是没有成熟，我们就可以通过这个修法来让自己成熟。
 [590] 我们前面两个修法已经学完了，当然还要继续修行，乃至还没有完全生起验相之前，都要不断地串习。
 [591] 现在我们学的是念修金刚萨埵，念修金刚萨埵是一个忏罪的法，可以让我们的罪业不成熟、让我们下世不堕恶趣。它既是让我们不堕恶趣、罪业清净的法，也可以成为一种净障的法，就是说我们要觉悟本性，金刚萨埵可以在我们觉悟实相、认证心性的过程当中，起到清净我们证悟实相障碍的作用。金刚萨埵的修法和我们前面讲的一样可深可浅，如果我们通过一定的信心，按照仪轨来念百字明，可以把我们的相续当中，很重的罪业减轻，逐渐让它消亡，我们不会在下一世感受恶趣的痛苦，也可以在修金刚萨埵的时候，完完全全相应于圆满的菩提心和空性、等净无二的见解来修行，在修的过程当中，就会成为证悟实相的一种清障法，完完全全可以净障。能够把障碍自己获得成佛、认证心性的所有违缘障碍彻底清净掉。这样一来，金刚萨埵就是相应于实相的观修，能够成为一种净障的修法。
 [592] 前面我们对于金刚萨埵修法的四对治力也是学习了，在学修过程当中每次都要用，不是学完之后，用过一次就可以了，每次我们在要念修金刚萨埵的时候，哪怕只念二十一遍或一百零八遍都要具备四对治力，一遍是一遍的效果。我们在修十万遍百字明的过程当中，也是要非常认真的对待，尽量争取在每座的观修当中，一百、两百、一千的计数当中，都能包含四种圆满的对治力，这是非常理想的。
 [593] 金刚萨埵的观修等等已经讲完了，前面也讲了念诵百字明，通过百字明化成的甘露冲洗相续当中的障碍。我们皮肤上的脏东西可以通过水，用香皂等等洗干净，衣服也可以。而在我们阿赖耶识上面罪恶的种子，成为障碍、违品的东西用水洗不掉，在世間当中找不到任何一个方法能够洗掉相续当中的障碍。只有通过殊胜的佛菩萨化现的咒语，用相应于实相的方法正确的念修可以清净相续的违品和障碍。
 [594] 甘露是一种表示法，一般人对于安住在空性当中，或者说比较深的这些净罪的方法可能难以去相应，因为它很抽象。所以也是通过一些具有形象的方式，比如说通过白色的甘露来表示，这样非常便于我们观想，从头顶进来了，充满我们全身。金刚萨埵化现的咒语里面自带了他在无始以来所修行的智慧、愿力，所有功德都在甘露里面，就是带有这些内容。这些东西和我们相续当中的障碍、罪业，还有没认证实相的虚妄分别念所形成的思想，二者之间是矛盾的，一个是实相，一个是妄念。如果你认证或现前了实相，所有的违品是不可能安住的，就像火和水、光明和黑暗一样。
 [595] 我们在观想甘露从头顶进入自己身体里面的时候，就要想这个甘露就是实相，它是金刚萨埵的所有功德、愿力、智慧、善巧方便都是以甘露的形式来体现的。这是无坚不摧的，实相现前了没有什么障碍能够抵挡。我们在忏罪的时候，如果只是用一些世间的办法，世间的分别念和罪性障碍本身是相顺的，相当于朋友之间的关系。通过这些方式不能彻底清净我们相续当中的违品。而金刚萨埵可以，他就是代表圆满的实相，罪业、障碍代表的是虚妄分别，本性就是没有的。以后我们能够学习中观他空见，里面也会讲很多，所有的客尘都是不存在的，属于他法，真正的本性就是如来藏佛性，佛性上面所有的障碍都不存在，就像绳子上的蛇是根本不存在的一样。
 [596] 二者之间就是相违的，如果有了实相虚妄分别就会消亡；如果有虚妄分别的时候，实相就会隐没。现在我们就开始观想实相体现出来的是什么？就是金刚萨埵，金刚萨埵是代表本性的光明。我们在不断观修的时候，相当于不断的认证它。我们相续当中的违品、习气本身就是可以对治的，再加上如果我们有认识了，或者说念修的时候自己的思想里有这种见解，力量就会更大了。我知道甘露代表什么，它不是一般的水，也不是一瓶牛奶，就是无为法的自性、殊胜的相应于实相的功德，所有金刚萨埵的信息都在里面。它从头顶进来的时候，前面讲了没有什么东西能够阻挡住它的威力，只要一进来，所有的罪业只要能找到一个窟窿，就纷纷出去了，就从毛孔这些地方走了，排到下面去。通过这样的方式观想，罪障也在逐渐清净。
 [597] 在观修的过程当中，这是很重要的。甘露流进来不是一般的水，它就是金刚萨埵、实相、智慧、功德、大悲心，所有的发愿、净罪功德都在里面。冲洗到一定阶段的时候，我们接下来观想下面的内容。这部分在我们修金刚萨埵过程当中，属于比较主要的。念百字明的时候，一边念百字明一边通过甘露来冲洗我们的身体，把这些罪障以黑气、黑水、青蛙等等不愉快的形式，从我们的身体里面分离出去，这样它就远离我们而去了。我们的相续就通过这样方式清净了，罪业、障碍不再和我们共住，就是这样观想。
 [598] 接下来观想自己的身体是内外透明光的自性，
 [599] 最早的时候是血肉之躯，里面是非常脏的。我们身体的这个容器装了很多污秽脏东西，但是通过无数轮的冲洗，而且用的也是强力的洗涤剂，通过很强力的冲洗之后，我们的身体变了。每一个观想都是有一种表示的，就是暗示我们的罪障清净到一定程度了。罪障清净到什么程度呢？以前是血肉之躯，里面充满了很多黑乎乎的脏东西。冲洗完之后，就变成了内外透明光的自性。表示我们刚刚那一拨的忏悔起作用了，清净掉了罪业，我们的身体也变成了内外透明。虽然身体还是这个身体，但是它已经从以前的状态通过清洗之后变成了第一内外透明，第二是光的自性，非常必要这样观想。
 [600] 这是一步一步来的，刚开始平庸而住的血肉之躯，通过这个观想之后，还是这个身体但是开始变化了。变成了什么？内外透明光的自性。最后还要变，变成什么？下一轮就变成金刚萨埵了。现在是在把很脏的身体变成了一个内外透明光的自性了，下一轮观完之后，自己就要变成金刚萨埵，最后还要消失在法界当中。通过一步一步的观想修行，让我们从刚上座时的一个罪障特别深重的凡夫，特别懊悔的自性。我们如果很专注的修，当我们下座的时候就不一样，每一个步骤都是引导我们的心趣向于实相的。真正来讲当我们下座的时候应该是身体轻快、内心愉悦，通过这种方式相应了生起次第、圆满次第，最后一切都消失在法界当中，和实相相应，在这种状态当中下座。休息一段时间之后，如果有时间又开始这样修第二座。反复这样修我们的相续会越来越清净，不会再想自己的罪障这么重怎么办？如果真正按照这个修法一步一步修下来的时候，这些思想是不会再存在的。
 [601] 身体中央有一个中脉，
 [602] 这些都是一些属于比较简单的圆满次第修法。首先是内外都是光的自性，然后身体中央有一个中脉。这个观想在后面的破瓦当中，也有一些中脉的粗细，颜色，是处于身体正中央很端直的自性。在有些图片当中也有表示，大家可以看一下。
 [603] 它分出的四轮形如伞辐，



[604] 中脉是中心，它有四个轮，形如伞辐一样，我们把伞撑开之后，就有一个伞辐。

[605] 脐部幻化轮有六十四个脉瓣，瓣端朝上；

[606] 脉瓣在脐部，名字叫幻化轮。幻化轮有六十四个脉瓣，瓣端朝上。以前上师在讲的时候，伞辐一样的脉瓣，它不是很陡的方式，比较平缓，稍微有点向上。伞撑开之后有一定的幅度，不是特别陡。就是比较平缓而往上的，有六十四个脉瓣，瓣端都是朝上的。

[607] 心间法轮有八个脉瓣，瓣端朝下；

[608] 心间有法轮，有些地方讲了脐部的幻化轮是黄色的，稍微朝上的六十四个脉瓣。心间的法轮蓝色朝下，朝下也不能特别陡，稍微平缓往下走。有八个脉瓣，就像伞辐一样。我们撑开伞的时候也有很多的骨架，类似于那种伞幅，里面是空的。

[609] 喉间受用轮有十六个脉瓣，瓣端朝上；

[610] 喉间是受用轮，有地方说是红色的，也是瓣端朝上的。

[611] 头顶大乐轮有三十二个脉瓣，瓣端朝下，

[612] 它是白色的，头顶大乐轮有三十二个脉瓣，瓣端朝下。在很多不同续部的修法的表示也有不同的地方。为什么要观这些呢？就是为了让甘露通过脉瓣的方式周遍到全身去，这是主要的脉轮。和主要的脉连接的还有很多分支，这些细小的脉周遍全身。打个比喻来讲，就像我们身体有主要的血管，也有很多毛细血管，有些比较大的主要血管，连接的还有很多细微的周遍全身的毛细血管，脉轮也是这样的自性，它是周遍全身的。甘露要通过主要和分支的脉瓣，充满全身，不留死角，相当于在每个地方都充满了加持，获得一种清净的自性。

[613] 我们通过这些有形有象的方式观想的时候，很容易会相应于本身的法义，通过修行时，我们平庸的身体，通过改造之后，相应于空性、菩提心和实相的自性，相应完之后我们的本性就慢慢开始转变了，转变是逐渐的，开始是一个庸俗的身体，然后通过脉瓣等方式，进一步获得灌顶，最后变成一个相应于佛菩萨的自性。因为在了义的经典当中讲，每一个众生都本具佛性或者本来就是佛，怎么才能让我们快速的现前佛性呢？这个修法就是一种让我们快速现前佛性的方式。就是告诉你，你本来就是佛。不单单说你本具潜力，而且直接告诉你心的本性是智慧，身体也是清净的。

[614] 这些修法是密宗的不共修法，显宗当中没有这些修法，只是让我们通过发菩提心、修行六度、观空性，逐渐在你成佛之后，就可以获得了这个功德。密宗基本上来讲由果位起修，观想你的身语意相应于实相，身体也是相应于实相，就是佛陀的样子，然后语言都是清净的咒语，心就是智慧。通过这样的观想之后。由果位起修，相应于很高的正见缘故，障碍清净的非常迅速。就是从这方面来进行观修。

[615] 这些脉瓣也都如前一样降下甘露，从自身头顶大乐轮开始直到四脉轮以及由它们分出的体内一切部分，包括手足的指尖在内全部像水晶瓶里装满乳汁一样盈盈充满白色的甘露，

[616] 继续从金刚萨埵的身体里面继续的降下甘露，前面是把我们的身体清洗干净。相当于通过长时间的洗刷之后，瓶子洗干净了，然后就是把瓶子装满。甘露还是源源不断的从头顶降了下来。顺序首先是从中脉进来之后，充满头顶的大轮。因为大乐轮和中脉中间是相通的，充满之后再从中脉往下走到喉部的受用轮，然后再把喉部的受用轮再充满甘露，往下面走心间的法轮也充满了，再往下面走幻化轮也充满了。逐渐通过像毛细血管一样的分支，这样甘露周遍了全身，全部充满这样甘露的自性，观想的次序是头顶开始充满。

[617] 益西彭措堪布以前说过，动画片里面做错了。按照一般世间法的观点，当时做光盘的时候，可能是一般的人在做。他们想要倒入东西，肯定是首先底部充满，哪里会是首先悬在空中上面充满之后，才慢慢把下面充满。动画片里面首先是下面充满，然后慢慢的往上，像在瓶子里面装水一样，上师说这是一个错误的地方，另一个错误的地方，百字明在转的时候是左转。还有一个地方我忘了，他讲了三个地方。当时做的时候，工作人员不太小心，有几个地方是做错了的。

[618] 最后包括自己的手指尖在内全部充满，我们在观这些白色的甘露的时候，要知道这些都是属于金刚萨埵的加持、属于佛智，相应于实相的，显现上是像甘露一样的自性，其实就是智慧、大悲等等。前面我们讲了为什么会这样呢？因为大悲和智慧对一般人来讲太抽象了，很难观想，所以通过这个表示方式。我们在观的时候，要知道这是真正的无为法自性，充满我们的身体，把我们的所有的障碍相当于脱胎换骨一样，我们的内外身体都变了，内脏也没有了，障碍也清静了，变成一个干净的自性，全部充满了白色甘露。

[619] 自他一切众生由此获得了宝瓶、秘密、智慧、句义四种灌顶。

[620] 这就是属于获得了四灌顶，在上师瑜伽当中也有四灌顶。这是属于道灌顶，自己每天可以受这种灌顶，得到加持。首先在头顶获得宝瓶灌顶，然后往下走，喉间获得秘密灌顶，心间获得智慧灌顶，再往下获得句义灌顶。有些地方说通过放不同的光进入头顶、喉间和心间。在甘露进入身体、充满脉轮的过程当中，我们就观想首先获得宝瓶灌顶，然后再获得秘密灌顶、智慧灌顶、句义灌顶。四种灌顶就是清净我们的障碍，获得加持，然后苏醒我们佛性的殊胜方便。

[621] 麦彭仁波切在《大幻化网总说光明藏论》里面把灌顶所有的要义以窍诀的方式，讲得非常殊胜。以后道友把前行学完之后，进入到了密法班，学习《光明藏论》的时候，可以理解到很多有关密宗殊胜广大的见解，这些理论特别的殊胜。学完之后，再去领受灌顶的时候就不一样。以前灌顶不知道，反正就是盯着水，觉得灌顶好像就是这个水，必须要把水倒在手上喝掉，每个地方拍完之后就得到灌顶了。或者说头上戴个什么帽子、一定要看一下水晶，虽然这些是一种表示，但是还有更深的一些灌顶的本意。这些我们要了解，学完之后，再灌顶的时候，见解和方方面面都不一样了，更加能够获得灌顶的殊胜加持，对苏醒我们的佛性来讲，具有很大的力量。根机成熟的人在灌顶的时候都有可能证悟，灌顶本身就是给指示自己的本性。具有善根的人在灌顶的时候，就可以证悟；如果灌顶没有证悟，灌完顶之后，再给你讲窍诀，有些利根者在讲窍诀的时候也会证悟；如果在讲窍诀的时候没有证悟，在修行的时候就可以证悟。随着众生根机的利钝，都有不同的证悟方式。

[622] 四种灌顶也是由浅而深，在句义灌顶的时候接触到了究竟的实相。一般来讲，得到第四灌顶的人是可以修行大圆满的。如果没有得到第四灌顶，还没有资格修行最甚深的大圆满法。我们在道灌顶的时候观想得到了宝瓶灌顶、秘密灌顶、智慧灌顶、句义灌顶，在得到了四灌顶的时候，同时观想清静了业障、烦恼障、所知障、习气障，四种障碍。得到宝瓶灌顶的时候，清静了业障；得到秘密灌顶的时候，清静了烦恼障；得到智慧灌顶的时候，清静了所知障；得到句义灌顶的时候，清静了习气障。习气障是所知障更细微的部分。

[623] 像这样分别的清静了四种障碍，从最粗大的业障到习气障，业就是可以直接成熟于器情世界、我们的身体，这是业成熟的一种障碍，比业更细一点的是贪嗔痴等烦恼，比烦恼障更细一点的是所知障，即三轮二取的执著。比所知障更细的就是所知障的习气，这是从宝瓶灌顶开始，从粗到细地分别清静了四种障碍。

[624] 清静了业障、烦恼障、所知障、习气障四障，相续中生起了喜、殊喜、极喜、俱生喜四喜智慧，

[625] 在清静四种障碍的过程当中，因为清静了业障等等四障，相续中生起了喜、殊喜、极喜、俱生喜四喜智慧，逐渐生起了四种喜。这四种喜是四种智慧的一种表示，看起来字面上好像是特别高兴、特别欢喜，实际上四喜是四种不同智慧的四个阶段，也是由浅而深的四种智慧。

[626] 现前了化身、报身、法身、自性身四身果位。

[627] 获得四灌顶，清静了四障，生起了四种智慧，最圆满的现前化身、报身、法身、自性身的四身果位。自性身是法报化三身无二无别，从这个侧面来讲叫做自性身。

[628] 虽然有些地方说就是三身，但是从三身的侧面往上分还可以分四身、五身等等很多不同的侧面，因为佛功德有很多的侧面，所以从不同的侧面也可以分成不同的身。自性身也就是法报化三身无二无别，从这个侧面来讲，安立为自性身。把自性身拆开之后他就是三身。这就是获得了佛果的意思。我们在这个过程当中，通过这些观想获得了殊胜的功德。总而言之一系列的观想就是让我们的相续逐渐的靠近实相、清静我们的障碍、苏醒我们的种姓。如果我们懂得宝瓶灌顶、秘密灌顶、智慧灌顶、句义灌顶的意义，我们在观想领受灌顶的时候，每一个都是相应于实相。当你相应于实相的时候，所有的障碍从比较粗的到比较细的，然后逐渐的远离这种障碍，暂时的生起喜等四种智慧，究竟的现前佛的功德。



[629] 佛的功德也是每个众生本具的。有些人说，难道你通过观想就能得到吗？单单通过观想就可以获得佛果，觉得很不可思议，这也没有什么不可以的。所有的佛功德，从了义的经典上来讲，比如《如来藏经》《宝性论》《妙法莲华经》等等，都讲了所有的众生本具佛功德。为什么不现前呢？就是因为各式各样的障碍，如果这些障碍分别念能够远离，本具的佛智就可以现前。这个障碍是不是实实在在的呢？障碍不是实实在在的，本来就是属于客尘。客尘是怎么形成的呢？所谓的客尘就是虚妄分别念，就是心识形成的，而且分别念的来源就是错认了实相而已，没有了知实相。

[630] 障碍本身是没有根的，不像本性一样，本性属于自性，这是众生本具的，不管怎么样折腾，都不会远离我们的。即便你堕入了无间地狱，或者说变成了一个恐怖分子、十恶不赦的恶人，还是本具佛性，它不会远离。反过来讲障碍不一样，看起来很坚固的障碍。如果我们一层一层的去找障碍的根源的时候，最后发现什么都没有。为什么什么都没有？所谓的障碍就是一个错觉而已。障碍来自于我执，那我执是什么呢？我执就是缘五蕴的整体认为有一个我，就是无明。无明是什么呢？就是对本性不了解，然后产生一个错觉，就像前面我们讲的一样，就像在黄昏的时候把绳子看成了蛇，所谓的蛇找不到来源，没有一个很稳固的所谓的因，就是一个虚妄分别念。

[631] 如果我们了解了每一个众生都本具佛性，而且深信不疑，在你深信不疑的同时，也知道障碍佛性现前的客尘，所谓的这些障碍都是假的，没有一个实实在在的在的东西，只是看起来很坚实。有些地方通过空性的方式去破掉障碍，知道一切本性无自性的，只是一个虚妄分别念而已，就是错误的一种心识。我们了解完之后，如果能够知道障碍本来是空性，也能够知道本来具有佛智，掌握了方法，障碍很快就会清净掉。假如你能够在这座山上，认识到所有的要素，为什么不能清净障碍呢？障碍清净了，本具的佛性没有理由不现前，这是本具的，不是说以前没有，现在要辛辛苦苦地去打造一个佛果出来。在了义的经典当中会讲这些，不了义的经典当中不会讲，不了义的经典当中说每一个众生都有心识，通过这个心识去发心，慢慢地改变，到了一定阶段，心识就会逐渐转变成智慧，这个智慧是一个因缘法，以前没有，后面才有的。这就需要很多时间去打造它。

[632] 在了义的论典不是这样讲的，了义经论中说，众生本具佛性，而且这样无为法的佛性在凡夫位已经有了，观待于你认识本性或者破障的能力，就是说你清净客尘的能力到底有多强？如果清净客尘的能力特别的强，很快的就可以现前；如果打破客尘的能力不强，就会很慢。从二转法轮开始，到三转法轮，乃至到密宗的观点当中，都是讲了这些比较了义的观点，越往后面越快。密宗把我们要快速成佛所有的要素，就是在二转法轮和三转法轮的基础上给我们讲了很多修行的窍诀。如果我们在密宗之前，能够把中观、如来藏等的关联，有了一定的定解，再去学密宗的等净无二见的时候，就会理解的比较清楚。如果不是那么清楚，学习的密宗的时候，虽然讲的文字是一模一样的，但是里面蕴含了很多深奥的修行原理。如果我们不懂，看到这个字的时候解读不了，密码打不开，不知道里面蕴含的甚深窍诀。在这个基础上去修行念咒、观修仪轨，让我们现前佛性的能力就会受到一定的局限。虽然不了解，但是有很强的信心也可以，也是能够帮助我们现前实相的一个殊胜的方便。

[633] 不管怎么样，我们通过这样的观想，方方面面都相应于自己本具的佛性。有时候在一座上面就可以证悟自己的心性。“不历僧祇获法身”，这是完全可以的，不需要阿僧祇劫可以证悟法身的原理，就是在了义的法轮基础上，就可以建立这样殊胜的一生成佛的观点。

[634] 观完之后还有下面的修法。

[635] 接着念诵：

[636] 怙主！我以愚昧无知故

[637] 于三昧耶有失犯

[638] “怙主！”，就是呼唤上师金刚萨埵，以前我因为愚昧无知的缘故，于三昧耶有缺犯。这是以三昧耶密乘戒为主的，不单单是三昧耶。因为三昧耶是力量最大的，如果你守好了三昧耶戒，很快可以成佛；如果守不好，你破了三昧耶戒，不忏悔的话，也会堕到最深的地狱当中。所以力量越大的，你做好了功德大，做不好损失也大。显宗的菩萨戒也是一样的，菩萨戒守好了功德特别大，比守护别解脱戒的功德大多了，但是如果你不小心破了菩萨戒，过患也比破别解脱戒大得多。密乘戒也是一样的，越往上密乘三昧耶戒的誓言，如果守护清净了就可以帮助我们一生成佛，守不清净，破了戒律，又没有及时地忏悔，过患也是相当大的。所以以最主要的、最严厉对境的三昧耶戒为主，也是附带讲了菩萨戒，还有其他的等等，于三昧耶等有失犯，就是违犯的这些。

[639] 上师怙主予救护

[640] 祈祷上师金刚萨埵救护我。

[641] 亦即主尊金刚持

[642] 上师金刚萨埵也是所有坛城的主尊，也是金刚持。金刚持就是佛的意思，就是持金刚，金刚就是殊胜的佛性，他已经完全现前了，在佛像当中就是手里面拿着金刚铃杵表示的。守持金刚的意思，持就是已经完全现前了，已经证悟了，金刚就是无为法的佛性，最殊胜的佛智，这就叫做持金刚或者金刚持。

[643] 金刚萨埵上师，您也是金刚持。我们在对他呼唤的时候，对于这个完全没有丝毫保留的皈依的对境，祈祷予以救护的对境，他是没有丝毫欠缺的。金刚持的意思就是代表最圆满的，色身方面也是最圆满的色身，他的证悟也是最圆满没有丝毫欠缺的，这样我们的信心就可以达到极致。如果我们生信心的对境，知道他是一个凡夫，或者他有缺陷，那么我们在皈依的时候，在呼唤的时候，我们的信心也没有办法因为对境的圆满而达到圆满。但是主尊金刚持，他是真正圆满的佛院。

[644] 具足大悲体性者

[645] 众生主尊我皈依

[646] 您是具足大悲的体性。大悲就是无缘大悲，佛性如来藏里面的大悲的自性已经完全现前了。大悲有很多层次，有的是相似的大悲心，比如我们现在修四无量心，按照大悲心的仪轨、修法去修的时候，这个时候大悲心对于我们来讲还是一个了解的对象，还是一个在串习的对象。大悲心在我们相续当中有没有生起来呢？我们正在朝大悲心的方向正在努力，这个时候相续当中还不一定具足大悲心的。

[647] 大悲心修到一定程度的时候，会达到一个符合某个阶段大悲心的体性，比如必须要具备一种条件，你对所有的众生没有什么偏袒，都是完全一心一意的救度，这个心态生起来了，说明你有大悲心了。但是这个大悲心里面可能还有杂质，还有很多染污的成分，不太清净，还有二取、三轮、烦恼障。大悲心里面还有这些成份，所以它的力量没办法现前。

[648] 通过不断修行菩萨道，从一地到十地之间，功德逐渐的圆满了，大悲心里面的成分也是越来越纯净。到成佛的时候，佛功德如来藏本具无二无别的大悲，因为所有的障碍没有了，就完完全全全部现前。都是大悲体性，但是因为发大悲的过程，或者生大悲的相续不一样的缘故，所以大悲也有不同的层次。

[649] 这个地方的大悲是金刚萨埵的大悲，完全是佛的大悲，里面一点杂质都没有，完完全全和最圆满的空性智慧、如来藏的自体无二无别，所以他是具足大悲体性者。

[650] “众生主尊我皈依”，您就是众生的主尊，我一心一意地皈依您。生起最大的诚敬心去呼唤、皈依金刚萨埵，然后得到加持。因为信心和加持是成正比的，前面讲对于金刚持怙主生起了信心，以最清净的信心去皈依，去祈祷的话，得到的加持也是非常猛烈和巨大的。

[651] 发露忏悔自他一切众生身语意所失毁的一切根本支分三昧耶，祈求赐予加持一切罪障、堕罪、垢染全部清净。

[652] 然后在金刚萨埵面前祈祷，或者说开始发露忏悔，在他面前陈白。在您面前发露忏悔，我的身语意失毁的所有的誓言，就是我的身体所造的，语言所造的和心所造的，或者说所失毁的一切的根本的誓言和支分的誓言；或者在别解脱戒律当中，根本的戒律和分支的戒律；或者一切的自性罪等等。反正以三昧耶戒为主的，所失毁的所有的根本戒和分支戒全部在你面前发露忏悔。

[653] “祈求赐予加持”，祈祷金刚萨埵您赐给加持，加持一切的罪障得以清净，一切的堕罪得以清净，一切的垢染全部得以清净。所有的罪障、一切的堕罪没有垢染，都通过你的威德力全部得以清净。

[654] 忏悔文念诵完毕，紧接着观想上师金刚萨埵和颜悦色地说：“善男子，你的一切罪障、所失毁的戒律均已清净。”



- [655] 忏悔文念完之后，我们就观想金刚萨埵和颜悦色了，对我们说：善男子，你的一切的罪障，所失毁一切的戒律，现在都清淨了。就表示认可了。
- [656] 有一些观想的窍诀说，当我们刚刚开始上座的时候，要观想上师金刚萨埵不是那么高兴，因为你上座的时候还是一个罪人的身份，要去祈祷清淨，所以有些地方说刚开始上座的时候，他不是那么高兴。修到这儿的时候就很高兴了，和颜悦色了，因为你通过一系列的观想把该忏的罪业忏悔了。这也是个过程，和我们的状态对应。其实上师金刚萨埵有没有不高兴的时候，或者很高兴的时候呢？从佛的自性来讲，不会有。但是对应于我们的情绪的变化、心态的变化，在仪轨当中也会安排：刚开始的时候可能显得不是那么高兴，后面弟子如理如法的忏悔，弟子通过自己的努力，通过金刚萨埵的加持，他的罪业清淨了，所以金刚萨埵就很高兴，和颜悦色了。也有这样观想的。
- [657] 这般予以认可之后，
- [658] 他已经认可了，你的罪业已经清淨了。这每一个步骤都很重要，每天这样观想，一次一次金刚萨埵认可罪业已经清淨了，我们就可以从负罪感当中走出来。比如我们在一个有信心的上师面前，他认同你的修行的时候，我们心里就感觉很放心。这也是用这种原理给你认可，你的罪障的确是清淨了。
- [659] 我们真正如理如法的忏悔的话，罪业不可能不清淨。虽然清淨了，但是心里的阴影还在，老是觉得是不是没有清淨？就导致自己继续往下修的动力受影响。这个仪轨把这一点也考虑到了，相当于金刚萨埵亲自给你说，你的罪障已经清淨了。我们得到了认同之后，除了罪障清淨，负面的心里阴影也可以消除了。经常这样观想，有助于我们走出曾经犯过罪业的心理阴影。有些人犯了罪业，关了监狱，出来了，但是心理阴影还在，我是关过监狱的人，还是觉得很自卑。我们造过罪业，总是想以前是造过罪业的人，犯了那么大的罪业，这个思想会在修行人的相续当中成为一种障碍。
- [660] 世间来讲，你判了十年或者五年，只要你判了刑关了监狱，释放之后，相当于以前的罪业一笔勾销了，本来应该是这样的。但是你毕竟进去过，你出来之后还是有这种想法，觉得自己进去过，总是很自卑的感觉。对于我们修行者来讲，可能也有类似的思想，罪障可能通过忏悔已经清淨了，但是我们还是觉得有点放不下。所以通过一系列的安排，认可你的罪障已经清淨了，不用处在这样的心理阴影当中了。所以这也是有一定的必要性。
- [661] 上师金刚萨埵化光融入自身，
- [662] 从这儿开始自己要变成金刚萨埵了。金刚萨埵说完之后就化成光明，五彩的光明也好，还是白色的光明也好，就从自己的头顶融入到我们的身体里面去。
- [663] 以此为缘，自己变成了与前面观想一模一样的金刚萨埵，
- [664] 以此为缘，金刚萨埵化光融入到身体之后，我自己就变成了金刚萨埵了。这是一步一步地深入，前面是我自己忏罪，忏完罪之后，金刚萨埵融入我的身体，我就变成了金刚萨埵。按照观想的步骤一步一步地，就可以引导我们的心比较顺利地把自己观成金刚萨埵。如果刚开始一上来就把自己观成金刚萨埵，对有些人来讲感觉太唐突了：我这个身体是血肉之躯，这么脏，怎么观成金刚萨埵？是不是我外面穿上金刚萨埵的服装，然后看起来是金刚萨埵，但是里面还是很脏的。
- [665] 修法仪轨这样安排，就是让我们一步步地接受：你先是很脏的，你通过大量的百字明洗刷之后，清淨到一定程度了，内外透明，也是有光明的自性，然后再通过四灌顶进一步地清淨之后，在金刚萨埵面前祈祷清淨，金刚萨埵也同意了，认可你清淨了，然后再化光进入你身体。这个时候你就可以很顺利地接受，把自己观成金刚萨埵。
- [666] 接受自己是清淨的这一点也不容易，但是通过这一系列的安排，前面该清淨的罪障已经清淨了，然后在融入的时候，我们再把自己观成金刚萨埵就比较容易一点。不单单是这个修法，很多生起次第的仪轨都是一步一步的生起本尊。有些仪轨当中对于根基成熟的人，上根利智者，不需要一步一步地来，一刹那就可以把自己观成本尊。
- [667] 一般来讲是要一步一步来观想的，首先要处理好你的血肉之躯，你的血肉之躯怎么观成本尊？首先第一步观空性，如果有空性的观点，所有的不清淨的东西在本性上面都是不存在的，在空性里面生起清淨的法。了知之后，再看仪轨怎么样引导我们认同我就是本尊，我就是佛。如果认同我是佛，那力量是非常大的，你的见解就不一样了，从一个很卑微的、负罪感很重的有情，真正内心当中生起了我就是和佛无二无别的见解，这在世当中叫升华。在佛法当中认同我们的本性，力量非常大，不单单是清淨了罪业，而且这个修法让你趋向于实相的证悟，相应于最深修法的证悟。
- [668] 每一个步骤我们都要去体会，在法本词句里面都有思想，但是如果我们不理解，就不知道为什么要这样观，一步一步观下来，就是让我们和本具的佛性相应的，最后就真正认同我们就是佛。既然你认同是佛了，你安住在这样的见解，在密宗当中讲叫佛慢。安住在佛慢当中的时候，那么所有的障碍根本是没办法立足。就是因为我们安住在我是凡夫，安住在我执、烦恼、各种情绪，你的心相续当中安住在这种状态当中，就很容易痛苦、造业，感受轮回当中各式各样的苦恼。
- [669] 但是如果你相应于实相，你生起烦恼的基础就没有了。一般来讲安住在这种清淨的状态很难，而且在上座的时候安住，下座的时候也会重新消失，所以要反复去观，反复去观。当你把本性是佛陀观得很纯熟的时候，也很难再生起庸俗的分别念了，那么通过庸俗的分别念导致的执著、烦恼、忧愁、痛苦这些慢慢就消亡了。
- [670] 这些就是原理，我们不是在讲具体密乘的修法，显宗里面也会讲这些原理。为什么这样观想？原因是什么？相应于实相，了知万法空性，了知你的心的本性是空性，其实是引导我们的心安住在实相。安住实相了知空性到底有多大的作用？前面我们刚刚分析了，作用非常大。如果你相应实相的时间越长，那么你生起或者安住颠倒分别念的时间就越短，这个时候你就不会再生起很多的痛苦，忧愁，时间越长越稳固离现证实相距离就越近。
- [671] 把自己观成和前面一样的金刚萨埵。
- [672] 在心间扁芥子大小的月轮上，中央是蓝色的吽（）字，吽的前面是白色的嗡（）字，右边是黄色的班扎（），后方是红色的萨（）字，左边是绿色的埵（）字，然后在念诵“嗡班扎萨埵吽”（）的同时，观想五咒字放射白、黄、红、绿、蓝五色光，
- [673] 在自己的心间观想咒语，咒语本身也是代表金刚萨埵，无二无别的自性，观想咒语也是忆念金刚萨埵。然后一边念“嗡班扎萨埵吽”，心安住在金刚萨埵无二无别的智慧，身体观成了金刚萨埵，咒轮也观好了，口里念诵“嗡班扎萨埵吽”，相当于身语意都相应于金刚萨埵的自性，无二无别。在唐密当中比较多的就是三密相应，身语意和所观的本尊佛菩萨完全相应的观想。
- [674] 我们在一边念诵的时候一边观想五咒字放射出白、黄、红、绿、蓝五色光，有无数的光明。
- [675] 光的顶端有嬉女等供养天女
- [676] 每一个光的顶端都有嬉女等等供养天女，我们在修三十七堆曼扎的时候，也有这些花女、鬘女、嬉女、灯女等等供养天女，这些嬉女等等开始供养无量无边的光明，灯，无量无边的供品等等，
- [677] 挥手散出八吉祥徽、轮王七宝、幡伞、宝幢、华盖、千辐金轮、右旋海螺等无量供品，
- [678] 她们开始供养各式各样非常吉祥的供品，比如八吉祥、轮王七宝等等。我们在观想的时候，八吉祥就是在世界当中真正具备八吉祥的供品，在佛堂里面放的是个代表，相当于是一个模型。我们在观想供养的时候不要单单想，就把我佛堂里面的八吉祥拿去供养，其实还有更好的，因为是幻化供养，当然佛堂里面的想供养也可以。除此之外还可以想在整个世界当中有很多真实的金轮宝、玉女宝、八吉祥徽等等，这些全部来进行供养，还有很多在天界在其他很多地方具备的幡伞，各式各样珍宝装饰的宝幢、还有华盖、千辐金轮。千辐金轮不是你佛台上面表示的那个千辐金轮，是真正的千辐金轮，具有很多功德的。还有很稀有的右旋海螺等等无量供品。
- [679] 整个世界当中所存在的供品，因为我们自己的福德有限，很多供品名字都没有听说过，真实的真品也没有见过，最多图片上看过，见过模型。其实除此之外，在龙宫、在天界、在净土等各式各样世界当中，还有很多很多非常殊妙的供品，我们通过自己的心意识幻缘取之后，通过供养天女的方式散发出去全部供养三世诸佛。
- [680] 供养居于十方广大无边、不可思议刹土中的诸佛菩萨，



[681] 所供养的对境是住于十方世界的诸佛菩萨，你的心有多大，观想能力有多大，就观想无量无边的刹土，观想的刹土越多，缘的佛越多，供养的对境就越多。应该观想居于十方无量无边、不可思议刹土中的诸佛菩萨等等。

[682] 令他们心生欢喜，从而圆满了资粮、清净了罪障。

[683] 供养之后，他们很欢喜，从缘起的侧面来讲，诸佛菩萨得到供品的时候也是很高兴很欢喜，显现上面我们要这样观想。当然真正理解的时候，因为这些弟子能够修广大的供养，对于弟子相续的成熟很有利益。真实生欢喜不是因为以前很缺这些东西，然后你供养，他收到之后很高兴。他高兴的意思是弟子通过广大的供养，第一，供佛和佛相应，第二，供养积累了成佛的资粮，弟子因为这样的供养，很快可以从轮回当中获得解脱和迅速成佛。他们是很高兴看到这个，所以很高兴很欢喜。他们欢喜的缘故，自己圆满了资粮，清净了罪障。

[684] 再观想所有佛菩萨的一切大悲、加持成五颜六色各种各样的光融入自身，自己现前了殊胜与共同成就。

[685] 再观想佛菩萨的大悲和加持力变成了五颜六色各种各样的光明，光明其实就是代表加持力和大悲心。融入到自身当中，自己获得加持之后，自己现前了殊胜的成就和共同的成就。即平时所讲的共同的悉地和不共的悉地，成就就是悉地，比如世间当中共同的神通，飞行、金丹术、各式各样世间的成就，还有不共的成就。

[686] 与学道相关的四种持明（异熟、寿命自在、大手印和任运持明）以及究竟果位——无学道双运果位，

[687] 也获得了与学道相关的四种持明。在这里面讲四种持明是和学道相关的，有些地方讲，四种持明是从凡夫到无学位之间的。也有讲四种持明只是学道，相当于从一地到十地，都是四种持明所涵摄的，相当于异熟持明、长寿持明、大手印持明和任运持明，获得这四种持明果位。四种持明果位在《光明藏论》当中讲得很广。

[688] 然后“以及究竟果位——无学道双运果位，”即成佛了。

[689] 这是准备自利法身的缘起。

[690] 这样观想是准备自利法身的缘起，获得自利法身的一个因缘。这样观想，自己很快可以成佛。

[691] 又观想这五个咒字向下放射出无量光芒照耀三界六道一切众生，使他们相续中所有的一切罪障、痛苦、习气等犹如太阳出现在黑暗处一样烟消云散，

[692] 观想完自利缘起之后，再观想他利的缘起。再观想五个咒字往下，前面是上供，后面是下施。“往下放射出无量光芒”，金刚萨埵的咒字放射无量光芒，照耀三界六道的所有众生，一个都不放过，也没有偏袒。不是说我认识这个人，光明就粗一点，光明明显一点，那个是我不认识的可以绕过去，或者光就弱一点。没有，反正是所有的光明平等地照射所有的三界六道的一切众生。

[693] 然后使他们相续中的一切罪障、痛苦、习气等，犹如太阳出现在黑暗处一样烟消云散。本来这个地方很黑暗，但是阳光照进去之后，所有的黑暗一刹那之间就没有了，就消亡了。相当于很暗很暗的暗室，只要把电灯打开之后，在开灯的一刹那所有的黑暗就消失了。观想心咒的光明照到所有众生身上之后，所有众生的罪障、痛苦、习气一刹那之间全部彻底烟消云散，都变得很清净。

[694] 一切外器世界变成现喜刹土，

[695] 所有的外器世界变成现喜刹土，现喜刹土是金刚萨埵的佛土。所有的刹土变成现喜刹土，就好像我们在修极乐世界修法的时候，就把现在的世界观想成极乐刹土，把所有的众生观想成阿弥陀佛的眷属，或者把所有的众生观想成阿弥陀佛。因为现在我们所修的是金刚萨埵，所以相应这个缘起，所观想的刹土，器世界也是属于现喜刹土。

[696] 一切内情众生变为白、黄、红、绿、蓝五色金刚萨埵的自性，

[697] 世界变了，一切众生也变了，因为所有众生本具佛性，都具有佛功德。一切众生相应于各自的种姓，变成了五部金刚萨埵，五部金刚萨埵由白黄红绿蓝来表示。五方佛的颜色也是白黄红绿蓝，五方佛的原理也是因为众生的种姓不一样，把所有的种姓归纳成五种姓，即归纳成佛部、金刚部、珍宝部，还有莲花部、事业部五种种姓。

[698] 五种种姓相应于各自的种姓，通过不同的颜色来表示五色金刚萨埵的自性，其实本体是一样的没有什么差别，只不过他在因地的时候种姓不同，所以在果位的时候也通过这样的方式来表现而已。其实成佛之后是不会有这些差别的。

[699] 之后他们全部口诵“嗡班扎萨埵吽”，传出一片嗡嗡之声，这是准备他利色身的缘起。

[700] 所有变成金刚萨埵的众生都一起念“嗡班扎萨埵吽”，我们观想整个世界好像都在念金刚萨埵，一片嗡嗡之声，所有的显现都观为清净，没有一点不清净。所有不清净的刹土都变成现喜刹土，所有具有烦恼的众生都变成了佛的自性。

[701] 我们发心的时候说，愿一切众生都得以成佛。现在在修的时候，就开始观想一切众生本具佛性，都成佛了，最后当我们修这个法自己获得了利益之后，然后再一步一步引导众生实际让众生安立在佛地。像这样首先是从修法观想当中认证了众生都是佛，每一个众生都可以成佛，这对我们生发菩提心，或者遇到刚强难化众生的时候，因为我们经常这样观想的缘故，即便遇到这样有情，我们的承受力也是很大的，就不会觉得这个人绝对无法度化，不会这样想。我们在观修的时候，一切众生都是本具佛性，而且的确确实相应于众生的佛性，把众生观想为佛。每一个修法都是有一定的必要，就像前面讲的密宗所有的修法，每一个次第都是有一定的必要性的。

[702] 这是准备他利色身的缘起。

[703] 如《法行习气自解脱续》中说：“射收二利净除分别障。”

[704] 前面有放光，然后收回来，光明射出去再收回来叫做射收。“二利”：光放出去供养佛，再收回来获得自利，然后把光明放出去之后利益众生，这是利他。所以叫“射收二利净除分别障”。通过这样的观想可以清净分别障碍，即清净所有的罪业障碍乃至于分别念。什么分别念呢？二取、三轮、和实相不相关的。因为所有的修法是在大空性、大平等性，清净的佛性之下来观想，所有的分别念都不会有了。比如说我耽著轮回，你还耽著什么轮回？你有什么好耽著的，全都是清净的刹土你有什么好耽著的，没什么耽著。所以如果你能观想清净刹土，对我们打破对轮回的耽著是有效的。

[705] 你耽著自利也没有什么好耽著的，这里面所观想的一切众生都是佛性，没有所谓的自己的利益，也没有认为的所谓实实在在的法，因为所有的众生安住在佛性的时候都是离戏的自性。如果能够完全相应密宗的思想，从头到尾相应密宗的仪轨来观想，就像这里面讲的一样，净除分别障，所有的分别障不管是什么程度的，粗相细细的障碍都可以净除。哪怕你认为我不是佛，这种障碍都会净除的，因为你完完全全安住在和佛无二无别的自性当中，所以没有什么障碍不可以遣除。关键是你的见解要高，如果你的见解高到完全相应于这种程度那就非常好，如果我们的见解还没有到达那么高的程度，也可以得到相应于见解高度的加持和利益。

[706] 这其中讲的也是上述的这种要诀。依靠这样的观想要诀，加上密宗金刚乘善巧方便的要点一瞬间就可以圆满不可思议的福慧资粮，

[707] 依靠这样的观想，再加上密宗的善巧方便能够快速让自己净罪，圆满资粮。还有很多密宗的善巧方便或者还有成就四种事业的，反正是各式各样的善巧方便，这些要点在一刹那当中一瞬间就可以圆满不可思议的广大的福德和智慧资粮。因为所有的修法都是相应于实相的，你观想的时候哪怕每一个毛孔都是相应于坛城，都是相应于实相，没有保留一点点不清净的地方。我们按照仪轨修行时候，都要相应于究竟的实相去观想，这样观想没有理由不迅速的集资净障，它可以很快圆满福德和智慧资粮。

[708] 也因为一刹那之间可以圆满不可思议的福慧资粮，一生成佛就有了支持了。为什么可以一生成佛呢？在常规的道上要很多劫积累的资粮，他一刹那可以圆满，他以很高的见解相应于实相去观修的，所以他可以很快地积聚不可思议的资粮。通过这样的观想去掉客尘的速度也是相当之快，把障碍在我们佛性上面的客尘去掉的速度也是非常快。你的福慧圆满得越快，你的障碍去得越快，就像风有多大，吹走云的速度就有多快，是一样的道理。

[709] 同时也能够成办利益天边无际众生的事业。



[710] 放光看起来只是观想，但是如果我们的见解、福慧、菩提心等到位的时候，在放光的时候也能够利益到很多的众生。如果他的福报够，他跟你有缘，我们在观想的时候也同时可以利益很多人和非人等等，所有的有情都可以通过这样的修法得到利益。

[711] 如此尽力念诵金刚萨埵心咒。

[712] 一边这样观想，一边念诵金刚萨埵心咒。百字明我们是念十万遍，每一座当中可能有一定数字的要求，但是在这里金刚萨埵心咒是随力诵，随着自己的时间精力而定，反正尽力念诵金刚萨埵心咒，不用计数。

[713] 到最后收座时观想为现喜刹土的一切外器世界全部收摄在内情五部金刚萨埵尊众之中，

[714] 这是收摄，修持最后的一个圆满次第。因为我们一直在观想，也许我们还会觉得实实在在有一个金刚萨埵的存在，最后也要把这种执著打破，通过最后的观想让我们真正地相应于更深细的实相当中，所以要收摄。

[715] 前面我们把这个世界观为现喜刹土了，首先从器世界，把现喜刹土全部放光融入到五部金刚萨埵尊众当中，外器世界全部放光，收摄在所有众生变成的五部金刚萨埵尊众当中，他们也依次化光融入自身。在我观想的金刚萨埵（自身）周围还有无量无边的金刚萨埵也就是众生，所有的众生已经显现成了金刚萨埵形象，在收摄的时候所有其他众生显现的金刚萨埵全部逐渐融入到我主要的金刚萨埵的身体里面，全部一直收摄。

[716] 他们也依次化光融入自身，

[717] 最后，无量无边的金刚萨埵就变成了自己一尊金刚萨埵。他们融入自身，就剩下自身的金刚萨埵和心咒了。

[718] 自身也从边缘逐渐化光融入心间的“嗡（）”字中、

[719] 从自己的边缘就是身体的外面，逐渐往身体里面化光，融入到心咒里面，即自己的身体化光融入到心咒，首先融入“嗡”字。

[720] “嗡（）”融入“班扎（）”、

[721] “嗡”字化光进入到“班扎”当中

[722] “班扎（）”融入于“萨（）”、“萨（）”融于“埵（）”、“埵（）”融入“吽（）”字的“雅布杰（）”、

[723] 这样次第融入，最后就只剩下“吽”字，“吽”字也有几层结构，之后融入吽”字的“雅布杰”，就是最下面的小勾里面。

[724] “雅布杰（）”融入“小阿（）”、“小阿（）”融入“哈（）”、“哈（）”融入头部的日月明点（）中，

[725] 这在藏文的字当中有，融入到日月明点中。

[726] 到“那达（）”之间次第融入，

[727] 最后融入到“那达”这个符号当中。

[728] 最后“那达”也如彩虹消于空中般消失得无影无踪，

[729] 我们看“那达”的构造，下面比较粗，上面比较细的，所以就是说从比较粗的部分逐渐融入到比较细的部分，越来越细最后就消失在空性当中。

[730] 就这样在无缘离戏的境界中稍许放松而入定。

[731] 融入的时候，因为我们在缘本尊缘清净的思想，逐渐地把器世界融入有情，有情融入了自身，自身融入了心咒，心咒逐渐融入到“吽”字，“吽”字再融入“那达”，最后，我们的分别心随着观想越来越细微的，我们所观的字越细，所观的所缘境越少，我们的分别心相应来讲收缩得就越小。所缘越细，我们的分别心就越细，最后随着我们所观想的“那达”融入到虚空当中的时候，自己的分别心就无缘了，就没有什么安住的，什么执著都没有，因为所有都已经融入到空性当中，法界当中。这个时候我们一定要认真观，如果一步一步观，观到这儿的时候你在进入到一切无所执的状态当中，也是很自然的就进去了。

[732] 修法仪轨每一个步骤的文字都是引导我们观想的次第，逐渐引导我们的心，最后到达一切无所执无所缘，没有什么执著和所缘的。这样认认真真的修下来的时候，最后随着“那达”的融入，你就没有什么可执著的，安住在空性，安住在无缘离戏当中稍许放松而安住，你的心就安住在这个状态当中。

[733] 当又开始生起分别念时，

[734] 如果福报越深境界越高，安住的时间就会很长，如果我们的福报等等都不够，可能就安住一会儿，或者就几秒钟，马上就开始生起分别念了。

[735] 再度将一切器情明观为金刚萨埵刹土，并念诵：

[736] 又生起分别念的时候，再把器情世界观成金刚萨埵的刹土。

[737] 我今速以此善根

[738] 成就金刚萨埵尊

[739] 令诸众生无一余

[740] 悉皆安置于此地

[741] 开始念诵回向文，这就已经起座了。我现在以修持这一座金刚萨埵修法的善根成就金刚萨埵尊，首先让我成就金刚萨埵，主要是自利方面的回向。

“令诸众生无一余，悉皆安置于此地。”主要是他利的回向。不单单是我成就金刚萨埵，而且令一切众生没有一个剩下也全部都安置于此地，就是金刚萨埵的果位。这是回向和发愿。

[742] 金刚萨埵的修法如果我们认真去学习，认真修行的话，它的力量是很大的，如果能够非常认真的去观修，在一座观修当中就可以得到很大的加持。全知麦彭仁波切在有些论典当中讲，密宗的修法，如果你在一个地方修七天密宗，修完之后你的相续都不一样。我们这个地方以金刚萨埵为例，就像我们刚才讲的一样，如果随着词句的深入，跟随词句去观想，认认真真闭关七天修这个仪轨，出来之后，你的相续你的状态和以前都会不一样的。这就是密宗仪轨的加持力，认认真真的实践佛法，加持力就会这么大。

[743] 以此等来作回向、发愿。

[744] 以此作回向和发愿。下面就是一些注意事项。

[745] 在念修金刚萨埵等任何念诵期间，心思专注所缘而不散他处、不夹杂闲言碎语，这一点相当相当重要。

[746] 以念诵金刚萨埵心咒为例，所有的念诵不管是念金刚萨埵，还是念诵南无阿弥陀佛，或者是在念“嗡啊吽班则革日班玛斯德吽”，反正在做任何念诵期间，心思专注所缘很重要，一定要专注不要散乱，不散他处。自己的心不胡思乱想，然后嘴里面也不要夹杂闲言碎语，如果是在大众共修的过程当中最好是止语。如果你要修法最好是抽一段时间来专修，反正就是在两个小时当中不接触人不说话，或者要不然你就找一个地方闭关。因为这样就可以有效地制止夹杂闲言碎语，如果做不到就尽量的减少，只有这样了。华智仁波切说这一点相当相当重要，加重的语气说相当相当重要。

[747] 如续部中说：“若无此等持，如海底磐石，诵数劫无果。”

[748] 如果没有一心专注的等持，“如海底磐石”，就好像在海底安住了很长时间的一块石头一样，安住了很长时间它不会有任何的变化，扔进去的时候是一个鹅卵石，若干年、几十年、很多年之后它还是这样，没有什么变化的。“诵数劫无果”，如果在很散乱的状态当中念诵就是数劫无果，念诵很长时间都不会有很明显的效果。

[749] 又说：“净与不净差千倍，有与无等持差十万。”

[750] 清净的念诵和不清净的念诵之间有一千倍的差距，有没有等持中间有十万倍的差距，这是告诉我们最好是清净的念诵，最好是有等持的念诵。“等持”，有些时候等持就是专注，当你观想之后完全不散乱。比如说有些修行者在修生起次第的时候，他通过仪轨把自己观想到最后一步的时候生起本尊，他就一直安住在本尊观当中，他念心咒的时候一直不动摇，一直不散乱，外面的器世界完全清净的，一切的有情就是佛菩萨，一切的声音都是咒语。他完全安住在这个状态当中，就一直和实相相应，很专注的话就很容易得到悉地。所以说有没有等持差十万。那么稳固的等持我们也许没有，但是尽量专注，我们把观想细化，观想越细化我们就越不容易走神，这个也是让我们专注的一种方法。



[751] 念修密咒时，如果掺杂一些庸俗不堪的闲言碎语来念诵，那么他所念的密咒就是不清净的念诵。

[752] 前面有一个“净与不净”，那么到底什么是净，什么是不净呢？不净的念诵如何理解？这里说，不净的念诵就是在念密咒的时候掺杂闲言碎语，说一些闲话，所以念咒的时候掺杂闲话叫做不净的念诵，那么他所念的密咒就是不清净的念诵。

[753] 举个例子来说，就算是在纯金、白银中掺杂微量的黄铜或普通铜，也只能被人们称为非金或伪银了，它们再也起不到纯金纯银的作用。

[754] 就好像在金子 and 银子里面掺杂了一点点的黄铜，那么这个时候就不纯了，就已经不是纯金或者纯银了，非金或伪银就起不到纯金或纯银的作用了。

[755] 邬金莲花生大师也说：“杂有绮语诵一年，不如禁语诵一月。”

[756] 在杂有绮语的状态当中念诵一年的咒语，还不如以禁语的方式来诵一个月。这些都是要诀，我们总是说修了很长时间没有动静、没有感应，就是缺少这些条件。我们在念诵过程当中，有时候观想的不齐全，还有不清净念诵、没有等待，或者一边念一边说胡思乱想，说很多的绮语等等，在这种状态当中，要让效果显现也是很困难的。金剛薩埵说，你这样念我都没办法给你悉地。

[757] 如果我们能够真正按照要求去念，自然而然很快就会现前殊胜的悉地。假如有条件的話，能够禁语念诵是非常好的。在一个月或者七天、三天当中，完全能够禁语念诵是非常好的。如果没有完整的时间，但是在两个小时当中禁语是可以做到的。每天抽出两小时到半小时，禁语念诵也是挺好的。

[758] 当今时代，有些经忏师在大众中念经、诵咒期间，尽力做到禁语也是十分重要的一点。

[759] 在汉地、藏地、南传佛教都有经忏师。经忏师在大众中念经、诵咒期间，尽力保持禁语是很重要的。当时有很多密咒师、僧人和修行者去做经忏，现在也是一样的。华智仁波切也是提醒这些人，如果你们去做经忏，就要发清净的心，认真地去念很重要。现在的这些做经忏的人，发心清清净净的念诵特别重要。

[760] 还有一些道友不是那种意义上的经忏，现在有很多道友去给亡者做助念，这些原则也是用得上的。发起善心认认真真地念，对自他都有很大的利益。从这里开始的下面一大段都是与此有关的，我们在念诵的时候尽量地按照文字去观想，禁语、发起正知正念，对于自他的利益都特别的大。

[761] 杂有庸俗绮语的念经、诵咒等没有什么实义，

[762] 在念经、诵咒时，杂有庸俗绮语的等没有什么实义。

[763] 特别是做超度亡灵等佛事时，那些正在中阴界遭受恐惧、痛苦等逼迫的众生为了获利，会满怀希望地跑到上师僧人们面前，

[764] 在做超度的时候，包括学会爱心小组的道友们也是一样的。如果我们要去做一些超度亡灵的事情。当然我们能不能超度是另一回事，这个仪轨叫做超度仪轨，我们也可以说是做超度佛事，至于能不能超度，我们尽力做就行了。不管有没有能力超度，你通过自己的力量，尽量做到清净是很好的。这就是一种慈悲心。

[765] 我们要去助念的时候，就要想现在处在中阴身的这些有情正在遭受各式各样的恐怖和痛苦，正在被各种恐惧和痛苦所逼迫。他们“为了获利，会满怀希望地跑到上师僧人们面前。”他们想要获得利益，就会跑到上师僧人们面前，有些地方有很著名的上师来念经主法，还有一些僧众念经。现在有些亡者可能也会跑到助念的道友面前，想要获得利益。因为他们正在念诵仪轨帮助自己，所以就会跑到他们面前满怀希望的想得到一些帮助。

[766] 那时如果他们既不能明观等待，也不具足清净的戒律与誓言，而且口中说些贪嗔的话，心里一直胡思乱想，结果具有神通的那些中阴身知晓后，便对这些上师僧人们起邪见或生嗔心，以此为缘将堕入恶趣。

[767] 如果上师僧人们在超度的时候，该具备的要点都没有具备的话，比如没有明观等待，就是说没有明观词句安住在等待当中。因为念诵闻解脱等仪轨必须要把词句念诵得很清楚。一边念一边观想安住在等待当中，应该有这些。也不具足清净的戒律与誓言，也不具备很清净的戒律，而且口里经常说一些具有贪嗔的话，心里面也是一直胡思乱想。到了中阴的时候，通过业报会自然具足神通，也可以知道一些人的心中所想。了解了之后，就会对上师僧人或者助念的人生起邪见或者嗔恨心，以此为缘将堕入恶趣。因为自己对于福田等其他的修行者，生起邪见和嗔心的缘故，造下了罪业，所以以此为缘将堕入恶趣当中。

[768] 这类上师僧人有还不如没有的好。

[769] 本来是去帮助的亡者的，不仅没有帮助得了，反而因为自己没有注意的原因，然后让这些亡者堕入恶趣的话，这是很不应该的。所以，华智仁波切说，这样的超度者、上师僧人有还不如没有的好。没有的话，也许他不一定会堕落，但是因为他们不如法的超度，反而使他堕落了。

[770] 尤其密宗金剛乘所有的仪轨就是所谓的“明观生次词句门”。

[771] 金剛乘的仪轨就是所谓的明观、生次、词句，很明显的观想生起次第词句的一种方便。门就是方便。通过观想词句随文入观。一方面念诵词句，一方面在词句的引导下，自己开始观想：把自己观察本尊，把一切外境观成清净刹土。

[772] 本来，明观生起次第的要义必须要依靠词句来观想，

[773] 仪轨很重要。为什么呢？因为这个仪轨引导你的心一步步趋向于最后所要达到的状态。如果没有仪轨，可能就会很难达到。参加过大修的道友都会知道，那时候仪轨会念的很慢。为什么呢？就是让我们能够观想得很清楚，太快了根本来不及观想。念诵的很慢就可以一边念一边观，念完了观想也就成功了，下一步就开始念诵最关键的咒语。因此这些要义必须要依靠词句来观想。

[774] 可是有些人对于本该观想的生圆次第的意义，丝毫也不专注，只是口头上以各种不同的语调铿锵有力、抑扬顿挫地吟诵“明明观修”等仪轨的词句，

[775] 有些人对于这些该观的不观，只是口头上念诵词句。不同的教派有不同的传承，或者大修当中也有不同的阶段，词句语调都是不一样的，有些特别好听。所以，就通过铿锵有力、抑扬顿挫的语调念诵“明明观修”。在有些仪轨当中，会出现明明观修的词句，就是为了让我们的观想得很明显。

[776] 到了最为关键的讽诵心咒的时候，心情顿然放松下来，

[777] 我们在参加一个修法的时候，觉得前面敲锣打鼓、念诵颂词的部分是最重要的，很多人基本上都是很专注地在修。而到了咒语的时候，觉得念完了，好像就放松了。不是这样的，就像这里面讲的一样，前面敲锣打鼓、念诵词句，都是为了让你达到仪轨念咒的状态。

[778] 你要真正开始念咒了，前面的准备工作就是按照词句引导你生起本尊，把这些该观的观完之后，最重要的就是念诵心咒。念咒语就是跟本尊交流，就是真正地通过心咒的方式相应于实相。虽然整个仪轨里面最重要的地方就是念咒语的时候，但是我们到这儿就开始放松了，觉得中间这一部分是不是不太重要的，下一个重要的地方就是回向，下座又开始敲锣打鼓时，觉得又重要了，再把法本拿了过来，很专注地观想。虽然都很重要，但是中间的部分是最重要的。

[779] 甚至原来端坐的身姿也已经东倒西歪了，

[780] 这就是我们自己的写照。我们修法的时候就是这样，本来坐得很端正，到了念咒的时候就开始靠墙，拿着茶杯喝水，反正放松了下来，这样的情况是非常多的。这些就是告诉我们要注意，并不是说不要喝茶也不要靠，你觉得有必要喝茶喝一点也行，最关键的是我们的心，我们要知道念咒语是最重要的时候，直接和实相、自己的本性在相应，这是非常关键的。

[781] 开始吸起百恶之源的烟草，

[782] 以前华智仁波切在世的时候，有很多修行者，他们要吸鼻烟，当时有鼻烟，现在很少很少。当时有些僧人吸鼻烟，或者说吸烟草，现在非常稀少。

[783] 谈论“沟头沟尾”等无关语，

[784] 开始说很多的闲言碎语。

[785] 开启了众多绮语伏藏之门，

[786] 就像把一个绮语伏藏门打开了，很多的绮语纷纷地涌现了出来。



[787] 就像捋黑色肠子般空空地数着念珠来混日子。

[788] 捋肠子，相当于清洗肠子里面脏东西的时候，一边抓住使劲地去捋肠子，把里面的粪便露出来，清洗肠子。念咒的时候就抓着念珠哗哗地拖着，好像是在动，其实根本就没有念，嘴巴上说的是其他的话，手上无意识地拿着念珠。其实这是不对的，应该好好地念，念珠是计数的，你应该通过念诵用念珠计数的方式来控制你的心识。

[789] 到了下午时分抬头望望天空，便开始念诵“班扎布白得贝……”，吹打法器发出巨响而念完仪轨。

[790] 时间差不多了，他觉得应该收座了，收座的时候看看天空差不多了，天都快黑了，这个时候就开始念诵“班扎布白得贝……”，念诵后面供赞的仪轨，供养本尊，赞叹，然后开始取悉地，最后回向。这个时候开始吹打法器，发出巨响，把后面的仪轨念完。

[791] 这种讽诵仪轨简直是形象中最低等的形象，

[792] 华智仁波切很不客气地说，这样的念诵没有实际的意义，在所有的形象当中是最低等的。

[793] 诸如此类的形象佛事，真不如以清净心念诵一遍《三十五佛忏悔文》或《普贤行愿品》好。

[794] 这样不清净的念诵，还不如一般的人通过清净心念一遍《三十五佛忏悔文》，或者是念一遍《普贤行愿品》。这是什么意思呢？按理来讲，密宗的仪轨的加持力，可能比《三十五佛忏悔文》《普贤行愿品》要大。如果你如理如法地修行，对自他的利益加持都是特别地大；如果你不好好念诵的话，还不如去念诵显宗的《三十五佛忏悔文》《普贤行愿品》，这样肯定比不如法念诵密咒仪轨的利益要大得多。

[795] 依靠这种不清净的念诵及形象的仪轨将亡魂引入恶趣的那些上师僧人们，对活人作佛事也同样只能是弊大于利。

[796] 依靠这样不清净的念诵，形象念诵仪轨的这些人，他会把亡魂引入恶趣当中。所有的助念者，助念的团体，或者说有些时候我们找不到团队，自己去给别人助念，或者有些爱心的助念团，反正助念的时候都不能够做一些弊大于利的助念。发心清净，知道亡者很需要帮助，我依靠佛菩萨的力量加持，去帮助这个亡者，这时来讲一心一意地助念是非常重要的。不单单是对亡者，就是对活人作佛事（有些时候也有一些对活人的，比如说让他消灾延寿，这是给活人作的佛事）也是这样随随便便地不负责任地念诵仍然弊大于利。

[797] 这类人享用信财，确实好似食用炽燃的铁丸一般。

[798] 像这样形象的念诵者，他们去享用信财的话，确实好似食用炽燃的铁丸子，烧红的铁丸你把它吃下去只能伤害你自己的身体，没有什么利益，对自他都是没有利益的。

[799] 所以，享用信财、亡财者，无论是上师还是普通僧人都是同样，切切不可只是将注意力放在肉块大小、油饼薄厚、供养好坏上，而应当对于那些处于紧要关头、倍受痛苦、无依无怙的病人或死者一视同仁，发心利益他们，以慈悲心、菩提心摄持而行事，专心致志勤奋努力念修自己所了达的生圆次第法门。

[800] 所以说，给别人做超度做佛事的这些上师僧人等等，都是一样的，不要把注意力放在肉块的大小上。因为当时华智仁波切在世的时候，因为藏区环境恶劣，所以也有一些肉食的习惯，就像现在很多南传佛教的国家，他们不是吃素，也是肉食的。看到南传佛教的僧人应供的时候也是一样的，受供的时候，也有鱼肉、鸡等等。因为他们的传统就是这样的。汉地很早就是有素食的习惯，其他的地方因为环境、教义的原因，在小乘教义当中有开许三净肉的。藏区虽然是大乘佛教，但是以前环境很恶劣，交通不发达，很多菜也没有办法运进去，所以他们也有肉食的传统。这个时候也是一样的。

[801] 不要把注意力放在施主供养的肉块是大还是小，或者油饼是薄还是厚，或者供养是不是很丰厚，或者现在有些红包是不是很厚很大，不要把注意力放到这上面，应该把注意力放在亡人上面。亡人很可怜，我应该要帮助他的，其他有没有供养这些都是没有什么的。当然有些地方也说了，如果你去做这些佛事，做超度，也要和亡者接上因缘，有的时候也是要通过亡者的名义给这些超度者做一些供养，结了缘之后就可以方便超度，在有些经书当中是有这样的说法。虽然有这样的说法，但是不应该把注意力放在供养上面，应该把注意力放在亡者的上面。

[802] “对于那些处于紧要关头”，紧要关头的意思就是正处在中阴的时候，上和下都是很关键的。如果这个时候有一些具有能力和清净心的人给他念经或咒，助他一臂之力，他的中阴身就可以往上走，可以到善趣或者获得解脱。如果那个时候没有人帮助他，甚至于他的亲人在世间还为了他杀生，那他就有可能往下走了。在中阴的时候，他可以往下也可以往上，如果没有人去助念，他可能就往下了。从这个方面来讲，很关键的、处于紧要关头的时候，他正备受痛苦，在中阴的时候会出现很多比较恐怖的声音、图像等等。

[803] 无依无怙的中阴身，或者是病人、死者，对这些需要帮助的对象应该一视同仁，发心利益他们。不要想着这个是某个大施主老板的亲人，你念的时候就格外起劲儿，念诵的种类很多，时间也很长；如果这是一个没钱的施主，你就随随便便应付一下，这是不好的。应该一视同仁，不管怎么样都是亡者，你作为他们的依怙，他们没有别的依怙，这个时候你可能就是他们唯一的依怙，如果是这样的话，你就应该以一视同仁的方式给他们发心，去利益他们。

[804] 发心利益他们，以慈悲心和菩提心摄持而行持，通过这样的一种善心来行持。专心致志、勤奋努力地念修自己所了达的生圆次第法门，如果你懂生圆次第闻解脱等等，你就好好念，用等净无二的见解，你对这些词句的观想都要用上。如果你没有这些，你就把《三十五佛忏悔文》好好地念，四皈依好好地念诵，或者说把《阿弥陀经》《往生咒》，阿弥陀佛的佛号好好念，你有多深的定解有多好的修行都用上。千万不要想着这是在帮别人。如果有十成功力，我只用三成，要是自己就全部用上，这是不行的。你有多大的定解多大的修行，都应该拿来帮助这些可怜的或者是活人，或者是亡者，用自己所了达的生圆次第等法门。

[805] 不能做到这样的人，也应该随着词句思考意义，或者至少也要怀着一颗慈悲的心肠怜悯这些可怜的众生、

[806] 有些道友刚刚学佛，可能要去参加助念，对于很甚深的生圆次第的见解还没有，也没有很甚深的禅定等持。如果没有这些，做不到这些，你应该随文入观，随着词句来思考意义，甚至至少也要怀着一个慈悲的心肠，来利益这个人，活人或者亡者，利益这些可怜的众生，这叫慈悲心。

[807] 对三宝的无欺谛实力生起信心、定解等等，

[808] 还有很重要的一点，就是对三宝无欺的谛实力生起信心和生起定解。我要相信经文的力量，相信佛号的力量，要相信善法的力量，我也要相信三宝的力量，这是很重要的。好像是慈诚罗珠堪布也讲过这个问题，我们在去给别人助念、帮助的时候，有时我们会说：我哪有能力去超度？我哪有能力去帮助？我们要相信佛语的力量，相信佛号六字洪名。什么是六字洪名？它里面代表了阿弥陀佛三个无数劫所修行的愿力、功德、慈悲、智慧，等持都在这里，就相当于密码一样，你一念就打开了很多的功德之门，所以我们要相信名号的力量很大。佛菩萨的加持力很大，我们只不过是过我们的嘴或者发心念诵帮助亡者，如果没有我们的念诵，可能这个亡者和佛号之间没有联系，但是我们来了之后，念佛号就跟他联系上了，我们要相信佛语的力量。

[809] 你自己有多大的证悟，多大的功德也是一种因缘，如果你是证悟者，你就可以更好地使用佛号，如果不是证悟者，那你就通过信心来使用这个佛号。所以你到底是不是证悟者，能不能帮助这个亡者，这个其实来讲有些时候我们不要想得太多了，我们是用佛号，我们是依靠仪轨的加持力，依靠经书的加持力，依靠佛号的加持力，也就是我们把阿弥陀佛搬过来帮助他，哪里是你去帮助他呢？不是你在帮助他，是我们请阿弥陀佛过来：“阿弥陀佛！这里有一个需要帮助的人，我们念阿弥陀佛，你过来帮助他！”他就来了，来了之后就帮助这个亡者，就是这样的。

[810] 我们念仪轨也是祈祷三宝的力量来帮助这个有情。我们难道对三宝没有信心吗？你对自己有没有信心，那都是一样的，我对我自己都没有信心，但是我对三宝应该有信心，我就请三宝来帮助这个有情，他自己现在没有能力去呼唤三宝，没有办法忆念，那么我们来帮他忆念，再加上我们大家一起发善心的力量，发菩提心的力量，念仪轨的力量，很多很多力量加在一起，一定可以帮助这个亡者或者是活人。我们要有这样的信心帮助他，这对一般人来讲是很重要的。如果是一个证悟者，他会自然地安住在他自己的证悟中，安住在他自己的生圆次第境界当中做最大的帮助。

[811] 对平凡人来讲，以信心来相信三宝的谛实力，相信佛语的力量这是非常关键的。如果我们相信佛语的力量，就是仪轨在帮助他，就是仪轨的加持力在加持亡者，佛号的加持力在加持亡者，如果我们是这样想的就可以，这样的话我们去帮助别人念诵的时候就不会有其他的想法。这里面讲的是对三宝无欺的谛实力生起信心、定解等等。



[812] 总之身语意三门要集中精力。

[813] 总而言之要很认真地去。

[814] 如果能够做到仪轨念诵音正、清晰、发心清净，那么依靠皈依处三宝的大悲力、无欺因果的威力以及菩提心的无量功德等，必定会使病人或死者受益匪浅。

[815] 如果能够做到念诵仪轨的时候音很正，很清晰，然后发心很清净，依靠皈依处三宝无欺的大悲加持力，还有无欺因果的威力。因果的威力是什么意思呢？我们念诵的是因，加持力是果，这些因果是有无欺威力的，通过无欺善法的威德力、菩提心的无量功德，还有法界的谛实力等各式各样的因缘，一定可以使病人和亡者都受益匪浅。

[816] 而且，诚如人们所说的“于人垫上净已障”，

[817] 这个也很重要。“于人垫上净已障”，我们在别人的坐垫上帮别人助念的时候，或者帮病人去加持的时候，去超度亡者的时候，是在别人的坐垫上面给亡者或者病人念经，这是“于人垫上”。“净已障”，因为自己的发心很清净，念诵仪轨这方面很清净，我们在利益病人利益亡者的时候，同时也清淨了自己的障碍，这是一种双赢的善巧方便，叫自利利他。我们的佛教术语叫自利利他，世间上的说法是双赢，这是一个殊胜的方便。

[818] 这让我们打消我们的顾虑。有些时候我们很顾虑：我们去帮助他，如果我有损失了那该怎么办呢？如何如何的。有些时候去帮助别人时，我们想到我能够得到多大的名声，多大的供养？这些都不对。讲这些原因就是让我们要处在一个最正确的心态和最正确的行为当中：如果去做的话，它的结果就是自他二利，能够利益众生，也能够利益自己。你的心越清净，越能够利益对方；越能够利益对方，反过来也越能利益你自己，所以我们不需要有很多的顾虑，只需要把该做的做好，这是很重要的。

[819] 同时也能使自他二种资粮得以圆满，

[820] 于人垫上净已障，净除自己障碍的同时也能够让自他二种资粮圆满。前面是净障，这是圆满自他两种资粮。

[821] 并将凡是结缘的众生安置在解脱道中。

[822] 不管你是给病人念还是去给亡者念，或者咱们再换一个说法，你在放生念放生仪轨，其实也是一个道理。在念放生仪轨的时候，你也是要把所放的生命，通过你的慈悲心菩提心等很清淨的心，即前面所讲的发心清淨，依靠我们念诵的药师七佛的愿力，阿弥陀佛、十方三世诸佛菩萨摩訶萨的威德力，给所放生的有情一心一意、真真实实地去念。我们站在放生的鱼的旁边，装鱼的塑料框或者塑料袋旁边，在口袋边上净已障，这是一样的，可以清淨你自己的障碍，也可以圆满自他的资粮。

[823] 也可以把结缘的众生就是所放的众生，和你要帮助的病人，你要超度的亡者安置于解脱道。为什么呢？因为你所做的一切都和解脱道相关，仪轨本身就和解脱道相关，他是佛菩萨的威德力，他们所描绘的境界是实相，还有你自己发的心也和解脱道相关，所有的一切都和解脱道相关。所以它能够发愿说，只要和我结缘的众生，通过三宝的加持，都能够种下解脱的因缘的话，就可以把它们安置在解脱道当中，可以让它们种下解脱的因缘，如果力量很大，甚至有可能直接把它们超度到净土当中去。这个可能性都是很大的。

[824] 因此，我们必须竭尽全力这样去做。

[825] 华智仁波切的这段话，说是超度指南或者是助念指南，往生仪轨操作指南都可以。反正我们要去做的时候，很多地方都是用得上的。很多不必要的心态，不健康的心态，过度的思想，认认真真地学，把它记在心里面，这样把自己的心扭转过来之后，我们再去的时候就很轻松，或者说很殷重，很清淨地做。像这样的的确确就是自他二利了，不会想：我去帮助别人的时候，我的功课怎么办呢？我的修行怎么办？其实这就是一种修行，这也是可以让你积累资粮，是你积累资粮的一个殊胜方便。

[826] 如今有些本来被人们一致共称为比较贤良并且明晓因果的上师僧人们，却因为害怕享用信财、亡财的过患，甚至对病人、死者等倍受痛苦的众生连加持、回向、发愿等佛事也不肯做，这真正已经断绝了慈悲心、菩提心的根本。

[827] 华智仁波切批评另外一种极端的思想。有一部分修行者他很注重因果，特别注重因果，所以他就被共称为比较贤良的好修行者。他们很“明晓因果”，觉得信财对修行者障碍很大，亡财尤其障碍很大，所以他们特别害怕沾染上享用信财和亡财的过患，就非常的小心谨慎，这样的话有时甚至于请他给病人念个经他都不做，给亡者念一个超度仪轨他也不做，然后对病人亡者，需要帮助的倍受痛苦的众生连做一个加持，做一个回向，做一个发愿等佛事他都不做。反正就是不和你结缘：不要和我有什么关系，否则的话你的这些所谓的晦气，你的不吉祥，或者我做了你找到我怎么办，或者给你背业，如何如何，反正就是这样的，有很多很多的这些思想。华智仁波切说；这些是不对的。从你小心因果或者是保护你的修行，或者说小心因果取舍的这方面来讲，这一部分是可取的，但是太极端的心态也不对，因为你连这些都不做的话，已经说明你断绝了慈悲心菩提心的根本，如果你断绝了慈悲心和菩提心，你这样修行，在你修行当中这块要素就没有了，就欠缺了。

[828] 华智仁波切讲，如果没有慈悲心，没有菩提心，不愿意帮助这些可怜的人的话，这样去修大乘也没有办法修成功。太过于谨慎，走另外一个极端也要避免。这在汉地的修行者当中，出家人当中，居士当中也有，藏地也有，很注重，特别特别地注重这样的因果取舍，尤其是亡财、信财这些他都不敢碰，尽量地不去碰，就为了保护自己的修行。我们前面讲了，某个地方的确是可取的，但是我们要考虑到：你这样做，在太过于保护自己修行的时候，是不是你的慈悲心、菩提心也逐渐地丧失了？如果是这样的，这也是你必需要小心的地方。另外，华智仁波切前面讲的意思是说，这个不用过多地担心，只要你认认真真地去做，能够利益对方，接受一些供养，它不会成为多大的障碍。

[829] 另有些过于注重一己私利的人，到了施主家以后，在大众行列中，需要为施主家念诵的经不念，反而取出自己那黑乎乎的念诵集，认为自己的诵经功课不能间断而装模作样地念起来，他们对自己的一点点念经、诵咒竟然如此认真谨慎，并且认为这完全可以净除自己的罪障以及享用信财的罪过，

[830] 还有一些不如法的行为，有些人太过于注重一己私利了。到了施主家之后，他是去了，但去了之后他该给施主念的经不念，给施主念经的时候他自己的念诵集拿了出来。有些修行者每天都有自己的功课，他自己的念诵集，因为长时间地念，变得很黑，把自己黑乎乎的念诵集拿出来，认为我的功课是不能断的。像这样别人在念经超度，他就把自己的念诵集拿出来念自己的仪轨，装模作样地开始念诵。他们对自己的一点点经咒很认真谨慎，而且还认为我念自己的功课是可以净除自己的罪障，还可以消除享用信财的罪过。

[831] 而在为施主家念诵的大众行列中却东张西望、胡言乱语、心不在焉，全然不考虑那些本该救护的众生——死者或活人的利益。这些人已经断绝了慈悲菩提心的根本。

[832] 他很注重自己的念诵，他觉得自己的修行不能断，念诵不能断，他不给施主好好地念。在应该念的时候，他在大众行列里东张西望，胡言乱语，完全不考虑该救护的众生，这些活人或者是死人的利益。这是不对的，这些人已经断绝了慈悲菩提心的根本。

[833] 即使他们后来尽力净除享用信财的罪过，然而以自私自利的恶习也很难清淨享用信财的障碍。

[834] 尽管他以后也许发现到了自己的问题，对享用信财的罪过开始忏悔，但是如果他有自私自利的心，或者自私自利的心很严重，那他也很清淨享用信财的障碍。所以说华智仁波切讲这一段话，也就是说如果我们好好的念诵，是完全可以清淨自己罪障的过程当中利益众生。还有一些比较明白取舍因果的人，他过多地保护自己，不给别人做一些必要的加持这也是不对的。

[835] 这些思想在刚开始学习佛法，学习大乘佛法的时候就应该逐渐逐渐地开始要接受。利他的思想是非常好的，所以大恩上师他老人家在很多地方都在教导我们，让我们开放自己的心，不要过度地保护自己，当然有些时候保护自己是应该的，但是过度地保护自己，不愿意去帮助众生这种心态在修行大乘佛法的过程当中，刚开始的时候就要注意这是不好的，然后有意识的去逐渐改正，这个对于大乘修行者来讲也是非常重要的。

[836] 所以说，如果我们最初就能以慈悲、菩提心为本，尽己所知、尽己所能、诚心诚意精进修行生圆次第等都不离开想利益众生的动机，那么无论是在自家还是到他家观修生圆次第、念经、诵咒都没有丝毫差别。



[837] 以清淨的心態，慈悲菩提心，還有自己能夠了知多少，盡己所知、盡己所能，意思是說自己有多高的定解，對佛法了知多少，對生圓次第了知多少，有多高的境界，反正就去使用這些境界、見解來修行生圓次第，不要離開利益眾生的動機。这样的话不管你在哪里念诵，或是在自己家里面念诵生圆次第，只要你的动机是利他的，你在自己的家里面修生圆次第，因为你动机是利他的缘故，这也会成为成佛的因。如果你在别人家里面念诵生圆次第，因为你的动机是利他的，这也会成为成佛的因。都是一样的，都是成为自他利益的因，都没有什么差别的。

[838] 这些教言在逐渐地扭转我们的心态。我们无始以来养成了很多自私自利的心态，修学佛法之后，因为这些心态还在起作用，所以大恩上师，华智仁波切等等，他们在很多的地方扭转我们过度考虑自己的想法，在不同的教言当中以见缝插针的方式告诉我们，不管修什么，只要以菩提心摄持都是自他二利的，都能够利益自他的，没有差别的。但是如果你没有慈悲菩提心的话，那你不管在哪个地方修，都没有办法对自他有大的利益。我们的人身是很难得的，既然得到了这个人身，就应该做最有利益的法行，而做最有利益的法行，就是以菩提心摄持，这是最有利益的。

[839] 我们自以为保护自己的修法，这不是最好地使用暇满人身的方法。如果过度地以自私自利的心态来保护自己，不能让暇满人身利益最大化的方法，而真正地使用暇满人身的方法，就是以利益众生的心去使用这个人身。这样的话不管是自己修还是利益他人都是没有差别的，这里面讲得很清楚。

[840] 不管怎样，远离私欲之心，一心一意利益他众，这点都是完全相同的，因此我们一定要、必须要希求这种目标。

[841] 这里用了加重的语气，必须要希求这样的目标，远离私欲之心，一心一意用利他菩提心摄持来做所有的修行，或者帮助众生。这些行为是非常重要的。

[842] 今天的课就讲到这个地方。

[843] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[844] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[845] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[846] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

《前行广释》第118课辅导资料

[847] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[848] 离障本来帖主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[849] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心。

[850] 发了菩提心之后，今天继续一起来学习《前行引导文》，《前行引导文》是引导我们的心趣向于实相证悟的引导的窍诀。

[851] 学完之后还要去修行，力争在我们的心中生起和《大圆满前行》里面的法义完全相同的境界。修到什么样一种状态算是达标了呢？不管我们生起什么境界，如果用《大圆满前行》来做印证，都可以对得上。就是说前行法本里面所讲的状态和自己的心修完之后的状态完全一样，这就是真实的达标。在没有达标之前我们还需要不断的串习，如果没有了解清楚就需要了解清楚，了解之后还必须还要不断的训练。通过不断地训练就可以让我们的心达到和前行法本当中所描绘的状态无二无别的境界。

[852] 这是可以达到的，因为我们的心本身是具有佛性的，如果从世俗角度来讲，心完全是无自性的，或者说我们的心具有很强的可塑性。它不是决定性的，我是凡夫，一个普通人或者是罪障深重的人，这些都是假象。因为这个心，你给它什么因缘，它就会朝这个方面去发展。如果给它轮回的因缘，烦恼等情绪不好的东西就会变成那样；如果给这颗心世间贤善的人品的教育或者传统的教育，这个心就会变成这种状态；如果给我们的心佛法调心的窍诀，比如说给它出离心、菩提心的教言等因缘，它也会随着这些因缘变成其他的样子。

[853] 从世俗的角度来讲，心完全具有可塑性，本身没有决定性，给它什么因缘就可以朝着这方面发展，最后变成这样子。从究竟的角度来讲，它本具这个功德，所有的障碍都是假立的，属于一种虚妄的分别念。了解这些之后，我们对于自己的心可以串习、观修、改变的方面产生决定的信解。前行当中讲的内容，就是要引导我们的心达到这种状态。

[854] 前面共同加行已经学完了，现在正在学的是不共加行。不共加行前面也学了皈依、发菩提心的修法，现在正在学的是念修金刚萨埵，今天是忏悔修法的最后一堂课。

[855] 平时来讲，如果我们没有做忏悔、没有尽量对治，相当于坐等罪业成熟。随着自己死亡的到来，就会眼睁睁地感受痛苦。即便不死亡，在人间当中也会遇到各式各样的违缘，有很多的麻烦、痛苦，这些都是坐等罪业因缘成熟的一个自然结果。我们没有在死亡到来之前，把相续当中比较重的罪业清淨或者减弱，随着死亡的到来这些罪业就会成熟，成熟之后就会引导我们的心趣向于该去的地方。如果是很重的罪业就会把我们的心识带到恶趣当中去投生。我们在死前需要做一些对治、忏悔，这是其中的一个必要。

[856] 还有一个必要，我们修行佛法现不出境界来，也是因为相续当中有这些障碍。很多上师们经常讲，如果我们在修行过程当中长时间生不起觉受，或观修很长时间没有动静，就应该针对性的做一些集资净障，通过积累资粮多做一些培福德的修法，忏悔方面做一些百字明的针对性的忏悔。有些时候做一下之后，境界可能就有所提升。为了让我们内心当中生起修法的感觉、境界和状态，也必须要通过每天念修金刚萨埵把这些障垢清淨掉。

[857] 我们这里的忏悔法本身是使用金刚萨埵的修法，既可以清淨我们的罪障，也可以把金刚萨埵作为本尊，通过这个修法和本尊相应。和金刚萨埵相应其实就是和实相相应。从本质上讲，我们的本性也是与金刚萨埵无二无别，显现上面我们有垢障，还是个凡夫。比如说我们现在血肉之躯的外壳，还有内心当中的种种分别念、凡夫的情绪和妄执，其实都叫做客尘，就是覆盖在本性金刚萨埵上面的垢染而已，现在通过金刚萨埵的法门相应它，就可以把它清淨掉。它既是净障的法门，也是可以直接和金刚萨埵相应之后现前本性的自性金刚萨埵的一个修法。这方面就看我们有什么见解，如果有很深的密宗见解，它就会变成一个很深的修法；如果没有很深的见解，就通过信心、观修力来念诵百字明，也可以达到效果。

丁五、忏悔之功德：

[858] 前面我们学完了有关金刚萨埵念修的所有内容，今天我们学习的是“忏悔之功德”。我们在念修过程当中，如果了解了忏悔的功德，有些时候不想念了、不想修了，或很疲厌了，就必须了解到忏悔的功德和不忏悔的过失。直接讲到忏悔的功德，也顺便讲到了不忏悔的过患。我们经常性的这样去对比、理解之后会重新生起来必须要咬牙坚持修下去的意乐，这些方面都是需要了解的。有些时候可以很顺利的修下去，有的时候修不动，可以通过了解忏悔的功德来让我们继续的修。

[859] 如果还有一些道友没有开始修，提前了解之后，也会生起一个想要念修金刚萨埵的思想，因此了解忏悔的功德是非常有必要的。

[860] 如果一心专注所缘境、不掺杂庸俗的话语一次性地念诵一百零八遍百字明，那么往昔所造的一切罪障及所失毁的戒律一定会得以清淨，这是上师金刚萨埵亲口允诺的。

[861] 这是首先讲到的功德，平时我们在修法过程当中或者在日常生活当中，故意不故意地造了一些罪业，怎么办呢？这里面就讲了，一次性地念一百零八遍百字明就完全可以清淨，最好是养成这种习惯，有这个习惯是非常好的。从某些方面来讲，没有解脱之前从早上到晚上都会连续性的出现很多的问题，出现一点问题就念一百零八遍、出现一点问题就念一百零八遍，也许我们没那么长时间。如果发生了一些比较重大的过失，我们就可以马上念一百零八遍。如果不是那么严重的，我们可以在早晚集中念一次也行，或者把这个当成一个功课，放在自己的课诵里面一次性的念诵，反正每天至少做一次一百零八遍的念修。有时候就专门针对就刚刚犯的过失，我刚才没控制住，或者没有想起来，现在平息下来之后想到这个过患很大，然后就开始一次性的念一百零八遍，马上就清淨了。这是它的一个很大的功德，我们要了解，了解了之后再去做，就比在这一直懊悔、自责好得多。自责过后，你必须要有行动，什么行动？就是马上做一次一百零八遍的百字明念修，其实就清淨了。

[862] 念修一百零八遍百字明会清淨一切的过失，它的要求是什么？首先是一心专注所缘境，就是把金刚萨埵观好，一心专注在所缘境。比如百字明的咒轮或者金刚萨埵的形象等等，反正一心专注所缘境。其次是不掺杂庸俗的话语，在这个过程当中止语，不说其他的话，一心一意的念诵。然后是一次性的



念，不是说你念二十遍再做什么事情再怎么着，这是一次性的念，从第一遍到最后一遍之间不间断，一次性的念诵一百零八遍百字明。如果能够这样做，以前所造的一切罪障，尤其是刚刚或者近期所造的，效果是更好的。

[863] 往昔所造的一切罪障及所失毁的戒律一定会得以清净。因为百字明的功德特别大，如果我们有很深的见解，念诵一百零八遍所有的罪障都可以清净掉。针对一些上根利智的人来讲，可能一百零八遍就够了，往昔的所有的罪障就清净了。如果说是根基没那么利，可能要多念。这个修法当中，也是要求计数，念诵十万遍百字明。这里说如果每天念一百零八遍，当天罪业都是可以清净的，我们要相信百字明的功德，一定要相信它。如果相信百字明的功德，当我们念完之后完全可以清净。

[864] 然后所失坏的戒律也一定可以清净，如果是密乘戒律，这样念诵所犯的罪业就清净了。如果失坏的是别解脱戒律，单单通过念百字明是不能完全恢复的，这个戒体恢复不了。如果破了密乘戒律，马上念一百零八遍，戒体就会恢复，这是不一样的地方。这里主要是从密乘誓言方面讲的。还有一种说法是通过金刚萨埵的忏悔，罪障本身完全可以清净，有些戒律就不能恢复，必须忏悔之后再重新去受戒。在有些别别的仪轨当中，比如别解脱戒的仪轨、菩萨戒的仪轨，还有密乘戒的仪轨，每个仪轨都有不同的要求。我们在操作的时候，就按照要求去做。如果需要重新受，就重新受；如果不需要重新受，就不需要重新受。业障一定得以清净，这是上师金刚萨埵亲口允诺的。一次性念修一百零八遍百字明的功德，这个忏悔的理念应该要植到我们骨髓里面去。

[865] 前面讲，无论是不是犯了比较大的过失，不管怎么样，每天我们都应该念一百零八遍，虽然今天出现很多小的过失，但是没有很明显的破戒的行为，一次性地在晚上念一百零八遍，我们完全可以相信所有的罪障清零了，这是咒本身的功德，金刚萨埵百字明的功德就是这么大。每天都是这样做，我们的善功德就会逐渐增长，拖后腿的障碍每天都在扫除，这是非常关键的。

[866] 如果在修百字明的时候，就是集中的修十万遍，有些上师们给我们教导说，修完十万遍之后，每天保持一百零八遍。虽然我们十万遍百字明修完了，第二个十万遍还没有开始的时候，就可以每天保持一百零八遍。能够相续不断，这样就可以不间断的清净很多过失。这是金刚萨埵亲口允诺的。

[867] 《无垢忏悔续》中又说：“百字明是一切善逝的智慧精华，能够净除所失毁的戒律与分别念的罪障，堪称为一切忏悔之王。

[868] 金刚萨埵百字明是所有善逝，就是说一切佛陀的智慧结晶。它看起来就是一个咒轮，其实百字明本身就是佛陀的智慧。就像我们上堂讲课的金刚萨埵一样，其实百字明、金刚萨埵都是实相，看起来就是一个唐卡、水晶像或咒语，这些本身就是实相。如果我们忆念、相应于实相，所有和实相不符的东西自动就会消散了。就像在很黑的房子，当把灯打开或者阳光照进来的时候，和光明无法并存的所有的黑暗一刹那之间就消亡了。我们的罪业是通过烦恼障、烦恼障的种子，通过非理作意、我执、无明等这些因缘和合而有的。

[869] 我们说这些罪业也是缘起的，什么缘起？就是通过这些缘而起的。比如我执、无明、烦恼障种子、非理作意、对境现前等等，反正就是通过你的身语意，以很多因缘集在一起之后，罪业就形成了。罪业本身是无自性的，因缘和合的时候就会呈现，正在呈现的时候，它的本性也是空性的。有时候说观罪性本空，我们现在不是讲这个，我们在观察所有罪业生成的因缘，没有一个和实相相应的，全是属于妄执的。从无明开始，无明、我执、烦恼，还有所有身语意等等，反正所有的东西都不和实相应，所有的因缘都是虚妄分别念的一种自性。

[870] 当我们忆念金刚萨埵、百字明的时候，这个本性完全就是属于它的实相。金刚萨埵和百字明没有一个因缘是和妄执相应的。当我们去忆念观想的时候，念念相续都是和实相在相应。我们一旦相应了，这个力量出现之后，没有什么障碍能够招架得住实相的攻击。当我们忆念金刚萨埵百字明的时候，这个地方讲了这就是所有善逝智慧的精华，这不是随随便便的几个字，百字明就是智慧的自性，它就是实相。我们念这个功德很大的原因是，它就是实相显现成金刚萨埵的咒语，通过我们的第六意识去忆念实相没办法忆念。心识和实相一个是无分别智，一个是分别念，通过分别念去忆念实相没办法完全忆念，它只是一个总相。咒语不一样，咒语本身就是实相，咒语就是佛的自体，这是不一样的。咒语就是佛菩萨度化众生的一个力量最大、最方便、最直接的利器。在很多的密乘的窍诀理论当中，都讲了为什么咒语的功德那么大？并不是随随便便几个字，就是本尊直接显现出来的。佛菩萨能够和我们直接沟通的就是咒语，我们见到的画像不是真正的佛菩萨智慧的自性，脑袋里观想的也不一样，咒语就是佛菩萨直接显现出的度化众生的方便，它的功德就这么大，属于一切善逝智慧的精华。

[871] 我们能够忆念、念诵，对它生信心，这种力量非常巨大。这是我们需要了解的，它不是单单几个字的排列。我们说有些世间上有很多字，排列得也很长，这有功德利益吗？从因来讲，世间当中排序的几个字没利益，而咒语就是佛菩萨智慧的一种方便、善巧的示现。我们念这里排序的一百个字，在念每个字的时候，我们相续当中的罪业就在纷纷的远离。通过一边念咒，一边罪业就开始在远离我们的相续，这是它不共的功德。念得越投入念得越多，我们和实相接触的时间越长，相应的力度就越大。我们相续当中的罪业坚持不住，肯定会清净的，逐渐就没力量了。我们一定要相信金刚萨埵、百字明的不共功德，非常非常巨大。

[872] 能够净除所失毁的戒律，比如密乘戒律等等，还有分别念的罪障，比如有时候生起了烦恼、邪见、嗔恨心等等，都是属于分别念的自性。因为能够清净分别念的罪障，所以堪称为一切忏悔之王。在所有的忏悔法门当中，金刚萨埵百字明的方法是最殊胜的，称之为一切忏悔之王。

[873] 倘若一次性念诵一百零八遍，便可酬补一切所失之戒，不会堕入三恶趣。

[874] 如果一次性念诵一百零八遍就可以酬补一切所失的戒律。我们失坏的戒律一次性地念诵一百零八遍之后，酬补的意思就是说有残缺、失坏的一下子就补齐了，全部重新得到圆满的意思。因为具有忏悔力量的缘故，所以本来要堕三恶趣这些罪业就消失了。堕三恶趣也是因缘，三恶趣是一种果，能够让堕三恶趣的果呈现出来因是什么？能够牵引众生的相续，或者说混在众生的心识里面的罪业，这些罪业能够带动和牵引我们的心识趣向于三恶趣的投生。如果你通过忏悔把心识上面的力量消除了或让它减弱让它消除了，那就没有什么东西可以牵引你去三恶趣了。能够让众生堕恶趣的不是哪个主宰者，不是说你信不信仰全能神、上帝，没有一个具有生杀大权的主宰众生的上升和下降。真正来讲，众生内心上面带了什么样一种业，就会引导你投生哪里。换句话说来讲，我们的心上面具备什么样的力量，这个力量是把你往上牵引呢？还是往下牵引呢？它在起主导作用。

[875] 这个业从哪里来的呢？我们在人间的时候，前世或者今世，通过无明、烦恼、习气等各种因缘和合之后形成的业。这个业是众多因缘和合的果，而这个业又变成恶趣的因，就是这样一种因果不断的呈现。我们要让这个业的力量消除，必须要通过治这个业来消除。虽然很多力量都可以对治这个业，阻止业让它不要成熟，但是这里面真正力量最大的就是金刚萨埵百字明。我们在有限的时间、无常的生命当中，怎么样让业力量减弱、尽快消除呢？就是在我们死亡、罪业成熟之前要把它清除掉。就要选择一个最好的方法。最好的方法就是金刚萨埵百字明，在能够阻碍业成熟所有的因素当中最有力的就是金刚萨埵百字明。它不会让我们堕三恶趣，这是非常重要的。因为一旦我们堕入三恶趣，除了感受痛苦之外，还有更重要的一个过失，就是修行佛法的相续中断了。我们在恶趣当中没办法修行。

[876] 一旦堕恶趣了，当然痛苦是无法避免的。还有一个很严重的问题，修行佛法的相续就中断了，什么时候接上去还不知道。我们要通过这样一种忏悔让我们不要堕恶趣。除了我们不去感受痛苦之外，也不会丧失这个修行的因缘。我们就要转善趣，只有转了善趣之后，才能够把修行佛法的因缘重新连续起来，通过一生又一生的修行就可以逐渐地趣向于解脱。

[877] 任何一位瑜伽行者如果能发誓念诵，不但此人今生会被三世诸佛视为胜妙长子而加以护佑，而且命终之后也无疑会成为诸佛的长子。”

[878] 前面那段是讲到如果忏悔，一次性的念诵一百零八遍的百字明可以酬补一切所失之戒，不会堕恶趣，这从另外一个方面讲遣除过失的功德。

[879] 还有一种功德是什么呢？如果为了净障，每天念诵一百零八遍百字明，任何一位瑜伽行者，不管是老年人，还是年轻人，还是说男的女的，在家出家，反正任何一位瑜伽行者，如果能够发誓念诵的话，就会获得此处的功德。

[880] 瑜伽行者有些时候指具备一定的止观功德，也叫瑜伽士。还有说你在修这些本尊瑜伽，比如说你修上师瑜伽、本尊瑜伽的，也叫做瑜伽士，这里就是指已经入密乘的，或者对我们来讲，正在修行佛法的这些都可以叫做瑜伽士。

[881] 如果能发誓念诵，不但此人今生会被三世诸佛视为胜妙长子而加以护佑。三世诸佛都把这一个瑜伽行者当成胜妙长子，就是最特殊的一个儿子一样加以保护，就像国王保护他的太子一样，这是在世的时候得到这样一种庇护和加持。命终之后也会成为诸佛的长子。在今世和命终之后都会持续性的得到上师诸佛的加持。虽然我们念的是金刚萨埵百字明，并没有对三世诸佛去做祈祷，但是金刚萨埵是属于三世诸佛的总集、百字明是一切善逝智慧的精华，即便没有对三世诸佛一去做祈祷、礼拜、供养，只是念修金刚萨埵、百字明，就可以得到三世诸佛的加持，这也是一个很殊胜的窍诀。



[882] 此外，进入密宗金刚乘之门以后，无论失毁了根本誓言还是支分誓言，如果每天观想金刚萨埵而念诵二十一遍百字明，就叫做加持堕罪，也就是说，堕罪所产生的异熟果不会越来越增长。

[883] 大恩上师也是讲过很多次，经常提到每天念二十一遍百字明。

[884] 我们进入密乘金刚乘之后，不管是失悔了根本誓言，还是支分誓言，都可以念诵二十一遍百字明清净。根本誓言、支分誓言在《三戒论》的誓言部分和《幻化网》的誓言品都会讲到。观想金刚萨埵的仪轨有很多，比如在前行就有一个不广不略的仪轨，这些很长的仪轨，前面要做很多很多的观想，把每个步骤观得很清楚，要迎请、供养，这些仪轨特别长，几十页法本，才能观完了，然后开始念咒。这是很细的。有些是很略，一刹那那就把自己观好了。在无垢光尊者的大圆满窍诀当中，有些前行部分特别略，一刹那间观想金刚萨埵就开始念了。如果喜欢这种的也可以，当然一刹那观想的要求比较严格，有些虽然长，但是方方面面只要跟着词句念，基本上不会遗漏什么，时间要长些，利益也很大。有些人喜欢略，不喜欢太长的，一刹那观想他就喜欢，但是一刹那观想对于观想的不是很纯熟的人来讲，可能会在观想的过程遗漏一些信息，观不了那么细致。有些是比较中等的，《开显解脱道》就是比较中等的，不广不略，我们也可以选择。如果早上起来，法本在佛堂里面，躺在床上要念百字明，不太方便，可以选择略的，一刹那那就把自己观为金刚萨埵，或者不观金刚萨埵，反正就是念百字明也可以。

[885] 每天观金刚萨埵念二十一遍百字明，这个功效就是加持堕罪。加持堕罪的功效是什么呢？通过堕罪产生的异熟果的能力不会越来越增长。罪性本身会增长，每天在相续当中种下种子，我们相续当中的阿赖耶识上面本来有这个基础，然后在阿赖耶识上面还有有利于罪业增长的沃土。比如说我们做了杀生偷盗，做完了之后，相当于在阿赖耶识上面种下了种子。阿赖耶识不单单是仓库，如果就是一个仓库而已，只是保存，放进去一百颗种子就保存这么多。

[886] 但是，我们相续当中种下去之后，这个阿赖耶识是个仓库，别的因素还在我们相续当中，每天生起非理作意也会增长，能够让我们相续当中的业种子每天增上，在我们相续当中，这些因缘都具足的。每天种下去之后，都在不断的生长，每天都在增长广大，这就是业自己的自性。除了恶业之外，善业也有这个自性。只不过一般的世间人，每天从早到晚的所作所为，思想当中更多的是有利于罪业增长的因缘，而有利于善业增长的因缘就比较少。我们的烦恼方面就是比较自在的。

[887] 善业也是肯定会增长的，只要种下去就会增长，增长的不一定像罪业那么迅猛。从原理上来讲，善业和恶业都会增长。一般的凡夫人的容器更有利于不好的东西生长。这个时候我们必须做一些善行阻止它增上，然后每天也要修一些善法，尽量的发菩提心，或者多修善业，让我们相续的环境更干净，更有利于我们善业的不断增长。在我们相续当中，也是善业恶业、世间出世间的一个战场，就是一个此消彼长的过程。如果我们从早到晚给恶业的因素多，恶业就占上风，善业就受到压制。每天从早到晚，发菩提心、修善法，给它善业的因缘多，善业增长的就快，恶业就受压制。

[888] 我们每天最少要念二十一遍百字明，就是专门做一个堕罪加持，把我们相续当中密乘戒律支分还是根本的有违犯的，还是菩萨戒、别解脱，还有很多各式各样的罪业控制，让它不要增长，就像癌细胞不能扩散，如果扩散了就会很麻烦了。如果做一些治疗，虽然没办法根除，但是控制住它，不要让它扩散，就是类似于这种功效。只是把它控制住还不行，控制在一定范围之后，还用更大力度的去做一些治疗。念诵二十一遍百字明用的时间很短，通过这些比较短的念修把这个堕罪控制住，不要让它增长太迅速了。

[889] 我们以前学习业因果的时候有一种说法，在我们死亡的时候，内心当中这么多的业到底是哪个先成熟？哪个重哪个先成熟。死亡的时候，如果我们的相续当中的恶业重，恶业先成熟。如果是你的善业轻，善业后成熟。按照这个原则来讲，比如说堕入地狱的众生有没有出来的机会。我们说，有。为什么有呢？为什么会堕入地狱呢？在内心当中这么多的善业和恶业混杂的状态当中，你的恶业重了，就先成熟了，所以让你堕入到地狱当中去，然后你在地狱当中去感受通过受苦的方式去把这个业消掉。

[890] 因为你受苦的时候，没有修善法，所以按照有些观点来讲恶性循环，会很难出来。这是从某一个方面来讲，同时我们内心当中还有一些相对来讲比较弱的善业，当时没有来得及成熟的。不会因为堕入恶趣就把善业就消亡了，所以它也会存在。当我们堕入地狱的恶业，清净到一定程度，没有连续性的成熟很多很多不同种类恶业的时候，以前的善业也会成熟，他一旦成熟，我们就可以从地狱当中出来而投生善趣，投入善趣当中，就像现在很多世间当中的有些人。虽然现在是人，但是不修行。有很多这样的情况，这些成熟完之后，没有继续的善业，内心当中以前的恶业，又变成了重业成熟了。这个原则就是我们在死亡的时候什么样的业重什么业先成熟，因此我们要力争恶业不要成为重业，要让善业成为重业。如果我们死的时候善业成为重业这个先成熟，这个时候就可以先争取生于善趣，或者说净土的业重，先成熟就可以生净土，这些方面都可以从这些方面来理解的。

[891] 我们一定要做堕罪加持，不要让它变得很重，把它控制住之后，然后我们再一次性的念诵十万遍，或者说每天念诵一百零八遍，就把这些逐渐逐渐的清洗掉。为什么把它控制住呢？是为了更好的消灭它，把它局限在一个范围当中，然后每天去修行善法，去针对这个业每天做忏悔。念修金刚萨埵的时候，我们要观想百字明咒语的力量深入到阿赖耶识上面的罪业上面去，要这样去想，如果你这样去观想了，意念就会引导咒力趣向于你想要达到的地方，把这些罪业清掉。

[892] 如果你不想，只是念诵百字明，虽然也有一定的功德，但是不会针对性的去清静很多的罪业，因为你的观想不够，或者不够重视，没有作意的缘故，虽然有口无心的念诵，念是念了，但是因为你没有专门把咒力引导趣向于罪业的地方，没有想把阿赖耶识上面的罪业清洗掉，即便做了一些忏悔，功效并不是很明显，有的时候也会有这样的情况出生，这方面就叫做加持堕罪。

[893] 这种念诵是在早晨没有说话之前，我们早晨醒来之后，一句话都没有讲的时候，没有说闲言碎语的时候，首先开始念诵二十一遍百字明。上师在讲记当中也讲了，他老人家不仅这样做教誨，自己也是这样做的。他从第一次听到圆满前行的教法开始一直到现在就没有中断过。作为一个修行者来讲，有些修法要变成像我们的呼吸一样很自然的东西。呼吸很自然，不需要说我要呼吸了，做个准备，很多修行也要变得很自然。

[894] 早晨起床和晚上睡觉之前的三个顶礼，还有每天早晨的二十一遍百字明等等，我们的修行要从少到多，最后把所有的修行完全变成我们的呼吸一样自然。比如菩提心、空性如梦如幻，乃至后面的你在观修生圆次第的时候，都会很自然的安住在三坛城的自性当中，变得非常自然的时候，就不需要专门去对治、作意什么，已经变成了自己的生命的一部分，你就是修行，没有说我现在做了什么，然后我要准备修行了，没有这样的。如果能够这样去做，就可以一直相应于正念当中。这个要求是很高的，我们就从比较容易做到的开始。不管怎么样，给自己要定一个目标，如果以前没有这种习惯，一定要制定一个目标。比如说上师老人家经常讲早晨起床顶礼三个，睡觉之前顶礼三个。首先你要养成一个习惯，如果你忘了，已经上床了，马上爬起来磕头，再去睡觉。有些事情通过训练，养成一种习惯。二十一遍百字明的加持堕罪也是一样的，养成习惯之后就不难了。

[895] 如果念诵十万遍百字明，则可彻底清静一切堕罪。

[896] 如果能够念诵十万遍百字明，一切堕罪都可以清静。所以现在在五加行当中就有十万遍百字明的念修。有些念得快，有些念得慢。以前也遇到过很多道友在修行其他加行时修得特别快，但一到百字明时就念不动，不管怎么样就是念不动，念几十遍、一百遍之后，怎么也不想念，舌头也转不动，反正各式各样的问题就出来了。不管怎么样，如果出现这种情况，就说明更加需要念诵。不是说我念不动就算了，或是不是暗示着我可以不修了？它不是暗示着你可以不修了，是暗示着你必须要加油的意思。你念诵百字明念不动的时候，就说明你的罪障可能是很重很重的。所以不管怎么样，念得快也好，慢也好，反正这是非常重要的一项修行。十万遍百字明一定要念，基数是十万，十万遍念完之后，可能还要持续地念，如果有机会的话就开始第二轮的十万遍。像这样五加行修若干遍，对于彻底清静我们相续当中的罪障，特别特别地重要。所以我们现在有时间的时候就提前做准备，不要等到临终、手忙脚乱的时候，你再发愿祈祷死主再给我三个月时间去念诵十万遍，那就来不及了。

[897] 对我们来说，从现在到死亡之间可能还有若干个三个月，所以我们可以利用这些时间来做一轮一轮的十万遍百字明的观修，这些是有必要的。如果提前把空余的时间——你不念的话它也是浪费掉了——来安排修五加行，念诵百字明，经常性的这样修，在一轮一轮十万遍的轰炸当中，你的罪业就会越来越少，越来越少。当你死亡的时候虽然可能还没有证悟，但是你通过密集性地修行，已经把这些罪业清静在很弱很弱的状态当中。如果你的罪业很弱，那你的善业肯定就会变成重业，没有障碍了。那时你想往生极乐世界也好，或者想生于善趣也好，都是很容易的事情。而且你通过很长时间很多遍百



字明的修行，你相续当中的罪业也会很薄弱，那个时候如果观修菩提心也好，观修空性也好，或者是观修生圆次第，修上师瑜伽，或者修大圆满的窍诀，都很容易相应。

[898] 百字明是必须要修的。很多上师在给大家教诲的时候，或有些道友问我，我给他们的建议也是说，修百字明，或者念诵一百零八遍百字明，有些罪业肯定可以清净。为什么这么肯定呢？因为法本里面讲得很清楚。有人问：今天我斋戒没有守清净怎么办？我说：念 108 遍百字明肯定可以清净的。因为这里面讲了，如果你一次性地念诵 108 遍，什么罪业都可以清净掉。平时如果我们不注意的时候犯了一些戒律，不管是居士的根本戒，或是斋戒、菩萨戒，乃至于犯了密乘的戒律，马上在最短的时间当中一次性地念诵一百零八遍百字明，这里面讲是完全可以清净的。念十万遍，无始以来的这些罪业都可以得以清净，就可以彻底地清净一切的堕罪，这就是忏悔的功德。这个功德特别地大。

[899] 如《庄严藏续》中说：如果念诵十万遍百字明，那么一切堕罪都能从根本上得以清净，

[900] 在《庄严藏续》当中说，如果你念诵十万遍百字明，一切的堕罪可以从根本上清净，就说明百字明的力量非常非常地明显，是很巨大的。

[901] 此续中云：“妙观白莲月垫上，上师金刚萨埵尊，依百字明之仪轨，倘若念诵二十一，即将加持堕罪等，使其不复得增长，诸成就者所宣说，故当恒时而修持，倘若已诵十万遍，必成清净之本性。”

[902] 这是续部当中的原文。“妙观白莲月垫上”，把金刚萨埵观想在白色的莲花和月轮之上，观想金刚萨埵，依靠百字明的仪轨，如果念诵二十一遍就加持堕罪，让堕罪不增长。这是“成就者所宣说的，故当恒时而修持”，每天瑜伽士们都应该修持，既然是瑜伽士，就必须要把该修的修，这些基本的修法都必须要去修的。

[903] “倘若已诵十万遍”，如果念诵十万遍，“必成清净之本性”，所有的罪障都已清净，就变成非常清净的本性了。

[904] 下面这一段话是针对于修密乘的人，他们修百字明的迫切性、必要性，必须要经常性地修百字明。

[905] 当今时代在藏族这片领域内，上师僧人包括俗家男女在内，可以说没有谁未曾受过灌顶，所以没有谁不是入了密宗之门的。

[906] 这是从藏地来讲，藏地佛法很兴盛，金刚乘就是密乘也是很兴盛的。所以上至上师僧人，下至这些俗家男女在内，可以说没有谁没有受过灌顶的，有些是受过最高的四级灌顶，有些受过宝瓶灌顶以上的，基本上都受过密宗的灌顶。从受灌顶开始，就进入了密乘之门，就已经进入密宗了。进密宗的标志就是要得到密宗的灌顶，相当于得授权，进入密宗之门了。

[907] 但是得了密宗灌顶的时候，密乘的誓言也就得到了。密宗受灌顶，并不是灌顶的仪式参加了之后，只是像有些人想的那样去捞利益，责任就不想，不是这样的。有些人就是这样，哪个地方有灌顶了，赶快去灌顶，然后一下子得几十个上百个灌顶，但是得完灌顶之后，就觉得最大的利益得到了，剩下的事情就根本不问。剩下的责任是什么呢？密宗的誓言，必须要守护誓言的。

[908] 得到灌顶之后，他的誓言在相续当中也就同时生成，不需要发誓的。有些人说我没有发誓啊，我没有说要受什么，但是密宗的誓言不像是别解脱戒、斋戒，说“此乃方便”、“善哉”的时候得到誓言了。觉得我没有说这句话，是不是没有得到誓言？并不是这样的。金刚乘只要得灌顶了，灌顶圆满的时候，誓言就有了，没有一个专门受戒的仪式，只要得到灌顶的同时就得到了密宗的誓言。

[909] 这个是从藏地来讲，现在对我们来讲，基本上也是一样的。有些是已经得灌顶了，有些人正在得灌顶，还有一些即将得灌顶的，反正我们要了解这个情况，如果一旦得了灌顶，就意味着必须要守护密乘的誓言。

[910] 趣入密乘之后，如果不守誓言势必会招致堕落地狱的下场，倘若守誓言便可以获得圆满佛果，除了这二种可能性以外别无出路，就像把蛇放在竹筒中一样

[911] 趣入密乘之后同时就得到了密宗誓言，得到密宗誓言就必须守护誓言。如果相续当中得到了誓言而不守护，破了誓言，那么就会通过破誓言的过患导致堕地狱，堕金刚地狱。其实这个道理和受别解脱戒律、菩萨戒、斋戒是一样的，你特别想受戒，如果受了戒之后，你完全不了解要守护什么戒律，不知道什么是犯戒的情况，不守护戒，紧接着就会破戒，破戒之后当下就生成破戒的过患，那么这个过失在相续当中留存的话，最后成熟就会导致痛苦的结果。

[912] 密乘的誓言也是一样的。得到誓言之后就应该守护誓言，如果不守护誓言就会堕地狱，守护誓言就可以获得圆满的佛果。有些时候我们会想，得到灌顶之后为什么佛陀必须要安立一个誓言？如果只是有灌顶没有誓言该多好啊！觉得得了灌顶之后安排一个誓言，好像不是自己想象的那样。

[913] 其实誓言，包括密宗的誓言，都是修行的方法。比如别解脱戒律、菩萨戒律，不懂的人就觉得是个束缚，密乘的誓言也是这样的。别解脱戒律也好，菩萨律仪也好，这些方面其实本身就是一个修行的内容。如果你照着所受的戒律去做，你就可以得到很多的利益，防护很多的过失。如果不守戒、不防护，过失天天像下雨一样，每天都得到很多过失。但是从我开始守护戒律开始，对自己、对修行、对众生有害的行为不再做了，发誓中止了，中止之后就不会再出现过失，而且守护戒律本身就会持续性地生成很多的功德利益，生成善根，这些善根保护自己的心不断地趣向于解脱。

[914] 戒律从皈依戒到居士戒的一条乃至五条，或者斋戒，出家的戒律，菩萨戒律，誓言的戒律，从下往上最好守的是皈依戒。皈依戒是基础戒律，然后再往上你可以守护一条居士戒，或者二条乃至五条居士戒，或者一天守一个八关斋戒。越往上戒律越多，戒律越多守护起来就越困难，戒律越少守护起来就相对容易。这是一个什么原理呢？

[915] 越往上守护的戒律越多，能够避免的过失也就越多。比如说你要守八条戒，八条戒律要避免八种过失，避免八种过失和避免一种过失那是不一样的，你避免了八种过失，那你相续当中就更清净了。有些戒律你没有守，那对你来讲就不会成为刻意要避免的东西。如果你守的戒律少，当然你的压力就不会大，但从另外的一个角度来讲，你相续断除的罪业也就少，你能够得到的功德也就少。所以越往上戒律就越多，每一个戒律都是让我们修行的，让我们更好地修善法断除恶业。

[916] 菩萨戒也是一样的，菩萨戒主要是调心方面的：这样的起心动念你不要有，否则会犯戒律等等。然后到了密乘戒的时候，它的戒条更多，过失也就越大，原因是什么呢？因为每一条密乘誓言，都是很深的，要不然是很深的见解，要不然是很深的修行。你如果破掉这些誓言，不守誓言，其实就直接和密乘的精神——让你相应于清净实相——直接就有矛盾、违背。违背之后，自己就没有办法趣入最圆满的修行。

[917] 但是如果你守护誓言，把这些戒律都守清净了，之后你所有的身语意都能够和究竟的实相相应。因为密乘当中的誓言，十四条根本戒也好，还是其他誓言也好，每一条都是和清净的实相，和净观相应的。如果你能够守护，就相当于每天都在忆念清净的法界。你能够守护清净的时候，把所有的方方面面的细节都守清净了，身体也相应于清净，语言也相应于清净，这个清净是和实相相应的。身体方面和佛陀无二无别的，语言和咒语是无二无别的，分别念和智慧是无二无别的，如果能把这些细节都守清净了，本身就是修究竟实相。你所有的戒律都特别地清净，持续性地清净，那你肯定就会成佛，没有什么讲的，这个本身就是一个很深的修法了。所以说如果你能够把戒律守清净了就会成佛，因为戒律这么细致，越往上走越细，就像前面讲的一样。

[918] 如果是别解脱戒律，主要是制止你的身语，你的身体不要做，你的语言不要说，这就没有犯根本戒。比如说，我没有说我是圣者，只是心里想一想，这不会犯根本戒。主要是没有做，相对来讲它比较容易守，它的根本戒律的戒条比较宽松。如果比较宽松，你守护起来比较容易，但是你却能够断除的罪业也受局限，因为比较宽松的缘故，所以有些罪业断了有些没有断。然后越往上走戒条越来越多，你能够断除的过患也就越来越多。

[919] 到了菩萨戒，不单单是身体了，开始往心里走了，不是表面上我没有说没有做就行，如果你内心当中生起了伤害众生的心念，如果到量了，就直接犯菩萨戒了。它不是以身语为主，主要是以心为主，心比身体可要细多了。所以我们就知道，一个人在外表道貌岸然的，但是他的心是怎么样的，大家都不知道。还有一个只要你的身体没有做什么，在世间的标准当中，可以说你是一个标准的模范公民，是没有问题的一个好人。这就是讲外在的身语和内心比，心更细。

[920] 菩萨戒的重点就放在了心上，以调伏心为主，这个就更难了。密乘誓言不单单是以调伏心为主了，密乘誓言要和究竟的清净实相相应，每一个誓言都要相应清净的实相。比如说坛城，一切都是清净的实相，每一个戒律都是要让你忆念这个。当你能够守护住的时候，那么你不单单是护心了，而是心



的本性和究竟的佛性直接相应了。这个戒律，它能够把它守清净了，那当然直接就是成佛的因了。所以戒律越往上守护起来就越困难，但是如果你能守得住，离解脱就越近，是这样一个原理。

[921] 我们在分析的时候，说守誓言就可以成就圆满的佛果。为什么可以成就圆满的佛果？因为密乘的每一个誓言都是特别的细，方方面面的让你和究竟的实相，和佛性相应的，没有一点点不干净的东西。如果你生起了一个庸俗的分别念，这个庸俗的分别念本身和究竟的实相是不相应的，所以从这儿说你犯了戒律了，这个就很严格了。你如果能够把这些都守护得住，那当然你会一生成佛，或很快成佛。因为你的修行已经达到了这么深细的状态了，这个时候在这个基础上你可以谈究竟成佛或者一生成佛的问题了。因为你的修行，守护戒律本身，你的心心念念都在和实相相应，如果你守护得圆满就可以成佛，如果破了誓言你也会堕入地狱。

[922] 除了这二种可能性以外别无出路，就像把蛇放在竹筒中一样。比如说，竹筒里的蛇，只能是上去或下去，再没有别的出路。

[923] 在一个竹筒里面放一条蛇，它只有两个通道，要不然往前面，要不然往后面，要不然往前走，要不然就退下去，所以竹筒里的蛇，除了上和下之外没有别的出路。

[924] 《功德藏》中也说：“入密士夫之去处，恶趣佛外无三处。”

[925] 智慧光尊者在《功德藏》里面讲，进入密乘的这些士夫这些众生们的去处，只有恶趣和佛，除了恶趣和佛之外没有第三个去的地方。把这个誓言守清净了就会成佛，如果破了誓言就会堕恶趣，除了这两个之外没有第三处。究竟分析的时候的确是如此的，要不然你把戒律守护得特别清净，完全守护清净就会成佛，或者间接会成佛。要不然你的戒律不清净，不清净有两种情况，要不然你不忏悔，要不然你就忏悔了，如果不忏悔就会因为违背誓言的过失，他就会堕地狱。但是如果违背誓言之后你忏悔了，忏悔之后相当于可以还净，他还是可以逐渐逐渐成佛的，反正就是说，究竟的方向只有两个。

[926] 如果你的戒律直接守护得很清净，就可以很快成佛。如果没有守护得那么清净，中间有些障碍也会趋向于成佛，它的方向是往成佛的方向去的。虽然你守得不清净，但是你每天都在做酬补，每天都在做忏悔，所以总体的方向还是朝成佛的方向去的。有些人说难道我下世不能转人吗？为什么就只有成佛和堕地狱呢？下世我转人呢，中间我呆着不动呢？这些来讲，中间呆着不动，都算是你守护誓言的时候，可能在守护的过程当中没有那么地清净圆满，犯了一些戒律，但是你在做忏悔，犯了之后你在做酬补、在忏悔，这个时候进展很缓慢，但是总的趋势、走势还是在往成佛的方向走。如果你破了戒律，就在往下走。你破了戒律之后，就观待你忏悔还是不忏悔，如果你不忏悔那就直接滑下去了，如果你忏悔之后，那肯定会停滞一段时间，要是力量不够它还是往下走。

[927] 所以其实来讲，就只有这两个，分析的时候这个问题没有问题。有些人说会不会在中间呆一段时间，这个是可以的，但是它主要的趋势还是要不然往成佛方向走，要不然往地狱方向走。所以对我们来讲，最好把这些学得很清楚，每天尽量地去守护，然后为了保险，每天做些忏悔。比如这里面讲，首先早上起来之后是二十一遍百字明，加持堕罪，然后再念一百零八遍把罪障清静掉，或者修五加行的时候，把十万遍的百字明，认认真真地修，认认真真地念，一遍修完之后，再修第二遍，这都是接近成佛的方便。

[928] 分类细致、种类众多的密宗三昧耶戒又是极其难以守护的，所以阿底峡尊者也曾经说：“进入密乘时接连不断地出现过失。”

[929] 密宗三昧耶戒分类特别细，种类特别的众多，原因就是这样的。为什么要搞这么地复杂，为什么要把这些戒条搞那么地细，那么复杂那么多呢？简单一点不好吗？简单一点可以，简单一点的戒律像居士戒就简单，要不然你受一条戒律就简单。你想简单，但是，用望远镜来看你成佛的目标，就遥遥无期，根本看不到，也不知道在哪里。所以如果你要简单，那你成佛就慢，这个就是相对来讲的。

[930] 你想要简单也有简单的方法。比如有些大德说，吃肉的人、吸毒的人也可以学佛，这些都可以学佛，但是不是说你一边吸毒一边可以很快成佛呢？这个不敢保证。所以说你可以守一条戒律，相对你自己的想法，你当前的情况，你可以守一条戒，这个没有说不可以的。但是守一条戒律和守五条戒律，然后守一分戒和守很细致的戒律是不一样的，完全不一样。

[931] 如果你想要很快地成佛就必须要做到高标准。高标准是什么呢？你要进入大乘，你不能满足于这个，你要进大乘，你要守护很圆满的菩萨戒，要成佛了，守菩萨戒就开始踏上了成佛之道了。如果你还想要快速成佛呢，你不满足：一打听说三个无数劫，三无数劫是多长时间？给你描述的时候，你说这个不行，等不起，我想快点。快一点的话，给你介绍一个套餐就是密乘（众笑），这个密乘套餐它的标准高，戒律特别地细，如果你能够把这个学好，忏悔好，就可以在进入密乘之后快速成佛。

[932] 像别解脱戒律，守别解脱戒律你就可以解脱了，看到解脱的希望了，因为这个是别解脱戒，如果你没有守别解脱戒，那你所有的善行和解脱无关，你守了别解脱戒，你的善行和解脱就有关系。这只是解脱，没有承诺你守别解脱戒就可以成佛，对不对？如果你想要成佛，那你就守菩萨戒，菩萨戒是让你成佛的。

[933] 如果要快速成佛呢？那就必须要守密乘戒。但密乘戒越往上要求就越严格，因为你的要求不一样，你想很快嘛，对不对？你说我要走路去北京，那行，你走路去北京，条件就比较宽松，只要你身体好没毛病，你慢慢走，有的是时间。但你说不行，要快一点，快一点给你一辆自行车蹬着去了。还有别的方法，你可以坐汽车去。还要快，你可以坐飞机去，但是要求就高，钱要够。这些方面来讲就是这样的情况。虽然有很多选项，你可以选，但是你选了这个最基本的，你要想快速成佛，那这没有办法，你非要一块钱坐飞机，那不行，最便宜的打折也打不了一块钱。

[934] 所以我们修行者，自己做的选择，你选的是基本的修行方案，但是你脑袋里面想的是什么呢？脑袋里面想的是要快速成佛，这个可能就不行。所以你必须要学习这些不同的教义，这些不同的要求，学完之后你就知道必须要精进，不能够满足于这个，我必须精进！你精进起来，以前做不到的，以前迟迟下不了决心的，现在你想通之后你能下决心了：不管怎么样这个是最重要的，我要下个决心，下决心之后我要精进起来，以前不敢守的戒我现在要守，或怎么怎么样。这个时候以前对治不了的习气我现在要对治，断不了的恶习我现在要断。这个时候从这儿开始，慢慢地你就可以提高自己的素质，在修菩萨道，修密乘道的时候，你就可以通过比较好的方式去趣入。

[935] 所以说，这些内容我们不学习是不行的，学完之后我们就知道：这是我自己选的，条件就是这些，如果我没有达到法本里面所讲的要求，我就不能奢望很快成就。因为你的条件，你自己所做的抉择就是这个。如果你想要快速成就，那你就必须要看法本里面给出来的快速成就的指南，这里面的条件是什么，你要按一个“同意”，这个条款你同不同意？你不同意那就没办法了，你要是同意了，那你就必须要去做，一条一条地去履行。如果你想要快速成就，前面讲了好几个套餐，你可以自己去选。到底你选哪一个，你的钱只有这么多你就选便宜的，便宜的服务就少，钱多服务的就多。这里面都有一定的规律，和世间的规律来讲，虽然佛法不是纯粹的世间法，但是很多的原理是一样的。如果你想要快速地成佛，你就不能按照当前的这种状态，什么都断不掉，然后你还想快速成佛，这个就是相差太远了。

[936] 所以这里面讲，为什么密宗这么多誓言？因为它要给你提供快速成佛的加持或者服务、利益，它必须要把所有不能让你快速成佛的违缘全部去掉。这样它就够了，每一个窟窿它都要去堵，每一个让你快速成佛的因素都要具足。所以你自己在这方面都需要注意，就不能够再像以前那样，只要大概具足几个条件就可以了，只要我信佛皈依就行了。如果你只是这样也可以，但现在关键是你想要出离轮回，想要觉悟，想要快速成佛，那你必须还要下很大的功夫。所以说这是利根者修的，利根者修密乘的法要，否则还是不行。我们现在可能还不算是那种标准的利根者，但是我们进来之后可以努力。一方面尽量地学修，对我们以前没有学过的我们要多补课；一方面我们在做的过程当中，有欠缺的，我们就忏悔，多念百字明去忏悔，这也是一个很殊胜的方便。我们总体的路线是靠近于快速成佛的。

[937] 分类细致、种类众多的密宗三昧耶戒，是极难守护的。所以阿底峡尊者讲，进入密乘的时候接连不断地出现过失，因为它很难守很细致。细致的体现是念念都要相应于究竟清净的实相，这个就很难。一切都是本尊，一切都是净土，分别念都是智慧，要和这个相应就很难，因为无始以来我们众生的分别念总是执著于——这个是柱子、这个是瓶子，当你认为这个是柱子、瓶子的时候就没有想：这个瓶子的本性其实就是坛城，我的分别念贪心它就是智慧。有的时候就是想不到这个，我们的这一念就没有和究竟的实相相应。所以阿底峡尊者说进入密乘之后接连不断地出现过失，并不是说，阿底峡尊者十四条根本戒好像不断地在犯，不是这个。十四条根本戒是根本的，比较粗大的，阿底峡尊者的意思是指比较细微的那些分别念方面。有些念头出来的时候没有相应于清净，没有相应于清净观，没有相应于等净无二见解，这个方面出现了一些过失。



[938] 阿底峡尊者说一旦出现之后马上就忏悔，没有让罪业过夜的，这个方面也是说明了要及时发现，每天忏悔。但有些时候我们发现不了，不管发现还是不发，反正每天都要做忏悔。今天我所犯的所有过失都做忏悔，这样总体做忏悔也是可以的。

[939] 既然尊者尚且如此，那么如今我们这些对治力薄弱、丧失正念、无有正知、不晓堕罪种类的人，所犯的堕罪数量毫无疑问会多如雨水，

[940] 阿底峡尊者尚且都是如此，那么像我们这些平凡人、凡夫人，刚刚进入佛法，修行的对治力很薄弱，智慧很少，经常性地丧失正念，没安住在善所缘当中。没有正知，没有经常观察身语意三门，不晓得不了解堕罪的种类，连堕罪的种类都不知道，当然谈不上守护了。对这些人来讲，“所犯的堕罪数量毫无疑问会多如雨水”，我们每天所产生的过失会非常的多，像雨水一样多，下雨一样多。

[941] 那怎么办呢？下面就是对我们这些修行人来讲是很殊胜的窍诀，佛菩萨特别慈悲地给我们一个殊胜的补救方案：

[942] 因此我们应当立下誓言：随时随地念修金刚萨埵对治这些堕罪，从今以后最起码也是做到每天不间断念诵二十一遍百字明，这一点极为重要。

[943] 作为一个修行人来讲，也应该至少有一些必须要做的修行。要做一些功课，要有一些念诵，至少有一些要修的。这里面讲的，是针对我们相续中接连不断出现的过失，从这个情况来看，随时随地地念诵金刚萨埵特别地重要，来忏悔我们的堕罪。

[944] 现在有一些道友经常习惯性地念：嗡班扎萨埵吽，嗡班扎萨埵吽，这个是一个好的习惯，只要是发现不对了就马上开始忏悔，因为金刚萨埵心咒比百字明要短得多，只有六个字。像这样经常性地、习惯性地念，也是挺好的。

[945] “最起码每天不间断地念诵二十一遍百字明”，这是特别重要的，极为重要的。如果这些都不做，只是说自己是修行者的话，那是最基础的修行都没有，这也不行。即使你其他广大的善根做不到，但是最基本也要保证我们的堕罪不要增长，所以每天念诵二十一遍百字明，这是非常非常地重要。其实念一百遍百字明的时间也不长，一次性地念诵，在这个过程当中不说话，相对来讲以比较专心的方式来念一百零八遍百字明，把堕罪清静，是特别有必要的。

[946] 如果自己已经精通了生圆次第的要诀，即使依靠正知正念明观等方法没有犯过失毁三昧耶的错误，但是，也会因为与其他失毁根本誓言的人互相交谈、接触往来，甚至共同饮用一山谷的水也会产生相对失戒、株连失戒的罪过，所以我们务必要精进忏悔、净除罪障。

[947] 这个是另外一种情况。华智仁波切讲过很多不同的情况，前面的情况是针对一般的人来讲，进入密乘之后每天都会不间断地出现很多的过失，对这类人，也是对我们来讲，每天念诵忏悔很重要。还有一种必要性就是说，有些瑜伽士是自己特别地精通生圆次第，他自己经常依靠正知正念明观的方法，没有悔犯过三昧耶，他的戒律很清静。要不然没犯，要不然犯了之后就马上忏悔了。但是针对这些人来讲，还是需要每天不断地念诵百字明，为什么呢？因为还会出现另外一种情况，叫做相对失戒或者株连失戒，就是冒渎晦气。

[948] 这是什么情况呢？就是说他们“也会因为与其他失坏根本誓言的人互相交谈，接触往来”，自己虽然很清静，但是接触的人，没有观察，或者不知道，接触的这个人他失坏了誓言，他是个毁坏誓言者，是个破了根本誓言的人。如果和这些人交谈、接触，那自己就会沾染对方破戒的过失。甚至于没有交谈也没有往来，“甚至只是喝了一个山谷里的水”，在一个山谷里面，共用一处水源，然后同喝一个山谷的水，他会因为对方破坏誓言的过失，自己而株连失戒。这个过失很严重，过失不严重破誓言者也不会堕金刚地狱。前面讲了，金刚地狱在无间地狱下面，比无间地狱还要严重的地狱。如果他的罪业不严重也堕不了金刚地狱，就是因为他的罪业严重，所以他的染污力也很大，甚至于喝同一条山谷的水，也会沾染过患。在山区、藏区是山谷里的水，其实现在城市里面，可能就是一个管道的水，或者同一个自来水公司的水，都有可能。反正这个方面来讲，就是有这种染污的力量，大概就类似于这样的情况。

[949] 这说明了什么呢？就说明它的染污力特别特别地强劲。如果是这样的情况，会出现什么呢？会出现相对失戒、株连失戒。这两个意思差不多，是一个意思。株连，我们知道以前古代比较多，现在可能也有一些小的株连。以前比较明显的株连是一个人犯了过失之后，一家人都会被杀掉，甚至于株连九族，他的朋友啊，他的学生，反正全部都要一起株连。所有的、别人没犯任何过失的，就因为和他有关系，也会被株连，相当于以前的斩草除根。

[950] 这种株连失戒的意思也是一样的。我没有犯戒我很清静，但是就是因为前面这些因缘，你和他交谈了，或者你和他同饮了一个山谷里的水，等等等等，当然除了这个之外，还有其它的很多形式，这里面只是讲了三种情况，类似的我们可以类推，有很多很多的，我们对这些防不胜防。防不胜防怎么办呢？我们有时觉得太冤了，我每天这么小心守护，一百零八遍也天天在念，然后十遍也是经常地念，但是这么冤，我守护的这么清静，还是沾染上了这个过失，对这种情况也是一样可以忏悔的。

[951] 我在念一百遍百字明忏悔的时候，把这个罪业也要忏悔进去，这种罪也要清静，这是可以忏悔的。如果我这样做了，我就可以避免，就是说他沾染不了我。怎样让这些破戒人的过失沾染不了我呢？我就是通过这样的作意，念百字明，他的染污力就不能够沾染我。这相当于是一个护轮一样的保护措施。

[952] 相对失戒和株连失戒是和那些破戒的人交往，以株连的方式沾染上过失。所以对这些人我们也需要精进的忏悔，通过这样忏悔的方式来净除罪障。

[953] 续部（《无说义忏续》）中说：“酬补失罪交往失戒者，于失戒非器者宣讲法，不加警惕彼等失戒者，必将染上冒渎晦气（违犯誓言招致的不祥）过，一切此生违缘来世障，以悔自过之心发露忏悔。”

[954] 《无说义忏续》当中这样讲，我们要酬补很多与三昧耶戒有关的过失。如果违犯了戒律，或者接触了这些人，都可以通过这样的方式来忏悔。

[955] 什么叫酬补呢？在密宗仪轨当中，专门有酬补的仪轨，酬补的仪式，比如说荟供当中专门有一项是酬补。酬就是酬谢，通过供养本尊的方式来酬谢，谢谢三宝谢谢本尊给我加持，相当于酬谢。补就是补缺，如果你在这段时间当中，犯了戒律，有了过失，你的戒律不太完整，有毁犯，通过酬补的方式补齐，通过这个仪式把残缺的补齐。一方面是酬谢本尊，一方面补上自己的缺失，这个就是仪式，在荟供里面有很多。

[956] 密宗荟供相当于诵戒，显宗解脱里面有诵戒，半月诵一次。在密宗荟供的时候，比如宁玛派是初十和二十五荟供，如果在上个月二十六到本月初十期间有犯戒律的，在初十荟供的时候就通过仪轨清静，让戒体增上；从十一到二十五之间的问题，在二十五那天荟供的时候也可以清静。所以通过这样的仪式一起参加荟供之后，就把这些该补的补齐，重新恢复到一个清静的状态。

[957] 恢复到清静状态之后，以清静的状态重新投入到下一轮的修行当中，当然这个过程当中可能又不小心又违犯戒律的时候，又开始第二轮的荟供，开始酬补。当然，不单单是可以酬补，还可以增上很多的功德，可以得到悉地，有很多很多的必要性。但荟供本身是很严格的，并不是说摆一点东西，然后大家在这儿念诵就可以了，这是简单的表示一下。真正的荟供，因为是密乘的修法，要求还是很严格的。不管怎么说要酬补失罪，就是有些誓言没有守护好，失坏了誓言的罪业要酬补。

[958] “交往失戒者”，还有不注意和失坏戒律的人交往，然后与失戒者讲法，于非法器讲法，这些都是有过失的，这个也是要忏悔要酬补。

[959] “不加警惕彼等失戒者”，对这些失戒者没有警惕，就是说很随便，没有打听。因为有些修密乘的人他要接触人时，会多方打听这个人怎么样，以前有没有毁犯过密乘誓言，最关键的其实就是要没有和金刚上师发生过矛盾，主要是这个，别的方面也是，因为密乘戒律越往前，排前面的过失越大。他有没有斗诤过金刚上师，诽谤过金刚上师，或和金刚上师有没有矛盾啊，这方面要打听，如果有他就不会接触。所以有些时候没有警惕，随随便便就做了，这样不加警惕失戒者，有的时候马马虎虎的，以无所谓不在乎的方式随便接触，据说有违背誓言，但是自己不在意，这个也是有过失的。

[960] 当然这个方面，上师老人家在讲记里面也讲了，说失坏誓言的人绝对不能接触。但是也不能够毫无根据地说：这个人破誓言了，那个人破誓言了，是不能这样的。如果他是破誓言的，那你必须要打听清楚，调查清楚他是不是真的破坏誓言，破哪条誓言，是什么情况。因为有些时候看起来是，其实不是，或有些时候他当时犯了，但是他忏悔了，这些都是必须要搞清楚。如果学了一点点佛法，但是又没有学精通，就容易犯错误：噢，这个人是破誓言的人，千万不要接触！就发动所有的人去抵制他，这个也是不负责任。

[961] 但如果是真正地破了誓言，那就不能接触了，不管怎么样不能接触。如果没有破誓言的，或者说有这个传言，传言我们必须落实，因为这是很大的事情，不是随随便便能讲的。关于一个人破不破誓言，破誓言是要堕金刚地狱，或者对很多修行人有染污的大事，所以越大的事情，越严重的事情，越要调查清楚，必须要上心，要调查清楚，怎么样的，他具体情况怎么样，必须要搞清楚。如果是破了誓言的人，密宗的寺院都是不能让他参加法会，不能



参加荟供，不能参加灌顶，根本就没办法，所有的资格都取消了，不能和他接触的。是这么严重的一个情况，所以我们不能随随便便地说这个人是破誓言的人，如果这样的话，自己可能诽谤了金刚道友，这方面的过失也是特别地大。所以，我们要谨慎要警惕，不能够没有根据，太过敏了也不行。作为一个修行者来讲应该要有智慧，要去辨别，不能够人云亦云。

[962] 如果这样“必将染上冒渎晦气过”，冒渎晦气就和前面的株连失戒一个意思。沾染上很多的晦气，叫冒渎晦气，受到染污。其实在小乘里面，在别解脱戒里面，如果有些人破了别解脱的根本戒，有些地方讲，僧团里面也是不能共住的，不能住在僧团里面，也是一样要隔离的。还有和破根本戒的人交往也会有一些染污，只不过没有密乘戒律那么明显那么大大而已，并不是说就密乘里面是这样的。所以说必将染上冒渎晦气过。

[963] “一切此生违缘来世障”，那么这些会变成今生的违缘来世的障碍，所以对于这些今生的违缘和来世的障碍，以悔自过之心，通过忏悔自己过患的这种心来发露忏悔，认认真真地忏悔。有些是自己的过失，有些是接触的过失，不管怎么样反正是自己相续当中可能染上了这些过失，都要在本尊面前一发露。在念诵《无说义忏续》这个续部仪轨的时候，就可以清淨掉很多很多的罪业。

[964] 在（僧众）集会行列中，即便只有一个破誓言的人，在场的人也都将被他的冒渎晦气所染污，

[965] 在僧众的行列，比如说在做灌顶，在做大修的仪轨，有些时候要很多的僧众集聚在一起，一起修莲师法会，修忿怒的普巴金刚法会，这些都叫大修仪轨。在做大修仪轨时，如果这个行列里面有一个破誓言的人，他就会染污所有的人。还有做荟供的时候，做灌顶的时候，大法会的时候，像这些如果有一个破誓言的人，在场的人都将染上这个过患，都被他染污，所以他们在参加法会的时候，中间也有一项要忏悔的，需要念百字明忏悔。

[966] 因为有些时候没有办法去辨别，在做的时候如果你不加入这一项，就相当于所有的人都白念了，但是有时也不会说，怎么办呢？这里面就加入这些忏悔的仪式，如果有这些人混进来，就通过这样的仪式把过患清淨掉，然后大家也能够得到一些相应的功德。

[967] 具体点说，就算是有成百上千的具誓言者也不会得到丝毫修行的成果，

[968] 虽然所有的人，其他的人都是具有誓言的，誓言很清淨的，但是因为混进来了破誓言的人，受到染污之后，虽然很精进地修了，但是也不会有丝毫修行的成果。如果没有做忏悔仪式的话，没有做清淨株连失戒的仪式，就不会有任何的成果。

[969] 就像一滴坏奶损坏满满一锅鲜奶或者一只带疮的青蛙传染同住的全部青蛙一样。

[970] 打比喻来讲，一满锅鲜奶，如果说这里面滴进去一滴坏奶，很快，特别快地，这一锅鲜奶就变质了，很快地就变质。这说明了什么呢？说明破誓言的人对整体清淨的修行人染污的力量，就像传染病一样，像很强烈的瘟疫传染病一样，很快就会传染到所有具有誓言的人的相续，所以这个时候忏悔就很有必要。华智仁波切讲这个意思，不是要吓我们，关键是说忏悔的功德和忏悔的必要性。如果我们去参加这个法会，没有做必要的忏悔的话，我们花这么多钱，这么多时间，去了之后，最后什么都没得到，就回来了，那这样也没有必要。这里面讲这些，说明念诵百字明的必要性。这段讲这个，也是说可以清淨掉这部分的过失。

[971] 还有一个比喻就是说青蛙，一个带疮的青蛙它也可以传染所有的一起共住的青蛙，最后全部都染上这种传染病。

[972] 如颂云：“犹如一滴腐奶汁，可毁一切鲜奶汁，失毁誓言之一人，能毁诸具誓言者。”

[973] 这个和前面讲的意思是一样的，一个人失坏誓言能够毁坏其他所有具有誓言的人，这个时候就需要忏悔。

[974] 下面讲的破誓言的人，他的染污的力度，除了能够染污共修的僧众外，还可以让具有证悟的这些大德也受到染污，也可以染污他们的相续。

[975] 不仅如此，就算是一位上师、高僧大德、成就者也避免不了被冒渎晦气染污上。

[976] 一位具有正量的上师，还有高僧大德、成就者，他们也避免不了被这些破誓言的人的晦气所染污这样的一种自性。

[977] 举个例子来说，往昔卓滚朗吉日巴尊者曾在匝热地区期间，

[978] 这个是一个很著名的瑜伽士，朗吉日巴尊者，他曾经在匝热地区。在西藏那边有个匝热。

[979] 一次，由于鬼神制造违缘，将正午的太阳隐蔽不见，变成繁星闪烁的漆黑夜晚，

[980] 他在匝热地区修行的时候，由于当地的非人鬼神制造违缘，因为有些时候修行人瑜伽士，他去一个地方的时候，非人有些时候为了显示他们的力量，为了示威，为了震慑或者不让瑜伽士住到这里，因为对他们有威胁，总之各式各样一种原因，这些非人就会示现很多的神变，有的下雹子等，这个里面讲他们制造违缘，把正午的太阳隐没不见了。当时正是正午，太阳正在天空中挂着的时候，他突然示现神变，把太阳遮住，显现上就像夜晚一样，就变成繁星闪烁的漆黑夜晚，太阳被遮蔽了，它就显现这样的一种障碍。

[981] 可是尊者却无阻无碍地来到了黑红血湖畔，唱起金刚歌、跳起金刚舞，并在石头上留下足迹，至今仍然清晰可见。

[982] 但是尊者没有受到影响，非人制造违缘的时候，他没有受到影响，他没有阻碍地来到了这个湖畔，然后就唱起了金刚歌，跳起了金刚舞，在石头上面留下足迹，至今仍然清晰可见，世间有这样一个人殊胜成就的大德。

[983] 虽然是这样一位大成就者，但是后来因为一个破誓言的弟子来到他面前，结果染上了冒渎晦气而导致神志不清，不能言语成了哑人。

[984] 这样一个真实的证悟者，他不是一般的有一点点修行的，是一个证悟的大德。即便是这样的一个证悟的大德，还是因为有一个破誓言的人到了他跟前，因为大德都有很多人去见，这样破誓言的人到了他跟前之后，他染上了晦气，染上破誓言的晦气而导致了什么呢？导致了这个大德神志不清，神志不清不能说话这样哑人的状态了。破誓言的人力量是特别地大的。

[985] 上师老人在讲记当中也讲了，很多大德，有很多人去见，他的弟子有的时候首先也会观察，有些时候如果大德生病很重的时候，这些弟子就不让见，就怕这些破誓言的人到跟前会加重大德的病情，因为他的确有这种缘起，有这种力量，所以有些时候这样守护。如果没有注意的话，突然之间大德显现病情加重，有的时候入灭的情况也有，大德也是有这样的一种示现。

[986] 此外，成就者俄坚巴也曾在道歌中说：“雪域乞人仁亲花（指其本人），仅有失戒敌可害，唯有师尊能救护。”

[987] 俄坚巴尊者他也是这样讲的。雪域乞人，他说自己是一个雪域乞人。雪域是藏地，乞人就说他是一个乞丐。他这是一个自谦自嘲的话，“雪域乞人仁亲花”，仁亲花是他的法名。

[988] “仅有失戒敌可害”，他因为获得了成就，没有怨敌，没有人能够伤害他，但是只有一种，什么呢？就是失坏誓言的人可以伤害他，仅有失坏誓言，失坏戒律的敌人可以伤害他。

[989] “唯有师尊能救护”，在整个世间当中没有别的救护者，只有上师师尊能够作为他今生后世的救护者。所以这也是说明了失坏誓言的力量是很大的，对他们来讲都会有影响，对一般的人来讲影响就更大，更明显。所以我们每天念诵百字明来避免自己染上这些过患，其实是非常重要的。

[990] 所以说，如若失毁密宗金刚乘的三昧耶戒，罪过极其严重，并且守持也十分困难。

[991] 前面我们讲要忏悔，虽然不是我们亲自犯戒，但是我需要发露忏悔，因为受到了染污，我要忏悔被染污的戒律。就好像传染病，我自己的饮食方面方面都很节制，但是如果别人传染你了，你不还是需要去治疗吗？这是一个道理，虽然我自己没有犯戒律，但是受到了别人破戒者的染污，我还是要忏悔这种过失，通过忏悔来做“治疗”。

[992] 不观察自相续认为我具足誓言而心生我慢的人，终究一事无成。

[993] 如果没有观察自相续，而自认为修行非常好，自己的誓言很清淨，而心生我慢的人终究一事无成。为什么呢？因为他没有观察自相续，所以犯了戒也不知道；没有观察自相续，没有做忏悔，所以被染污了也不知道。所以不管是自己亲自犯戒也好，还是被染污也好，这样的状态当中都没有办法成就事业，最后就会一事无成。

[994] 正如密宗诸续部中说：“三门即使一刹那离开三坛城之本性也违越密宗誓言。”

[995] 这就是很细的了。最细的是什么呢？三门就是身语意，我们的身语意，即使是一刹那之间离开了三坛城的本性也是违背了密宗的誓言，也算是一种破戒，破誓言。这个怎么理解呢？三坛城就是我的身语意，本来按照密宗的观点来讲，我们时时刻刻都要安住在我的身体就是本尊坛城；我的语言就是咒



语，咒语就是本尊的自性；我的心就是智慧，这叫做三坛城的本性。外器世界也是清净刹土，所有看到的众生都是清净的本尊，所有听到的声音都是属于咒语的自性。

[996] 密宗修行的时候，必须要恒时安住这种境界，如果一刹那之间离开了，散乱了，比如说声音，听到蝉鸣：这个就是蝉在叫。如果你生起了这种想法的时候，你就离开了三坛城之中的声音坛城的自性了，就是犯了密乘戒律。这么细致的戒律犯了之后也是需要忏悔的。当然很细微的这些戒律并不是根本的誓言，但是根本誓言和支分誓言也是一样的。有些时候，我们没有犯根本戒，就好像很满足，没有犯根本戒从一个方面来讲也是好的，但是支分的戒律也不能犯。如果根本的戒律和支分的戒律都是圆满的，你的修行就会上升很快；如果你只是根本戒没有犯，支分戒不断在犯，你的修行不圆满，还是拖后腿的。

[997] 十四条根本戒没有这样细，有的时候对我们来讲主要守护的是十四条根本戒。像这些比较细微的戒律，身语意安住在三坛城的自性当中，一刹那也不离开这是它的标准，白天和晚上都是一样的。如果你能做到，能够保持这种状态，完完全全处在清净的状态当中，根本没有丝毫的庸俗的分别念可言，一切的分别念都没有，全方位相应于实相的自性。如果你达标了，达到这种状态的话，很快就可以成佛。

[998] 但是如果你生起了一念庸俗分别念，觉得这是一朵花，没有觉得这是坛城的自性，就离开了清净的自性，这就需要忏悔了。为什么？因为它与你的即生成佛或者说方方面面时时刻刻和清净刹土相应的自性就离开了。密乘的戒律就是很细，我们可以通过它很细微的戒律对密乘生信心。为什么可以一生成佛？这不是随便讲的，他能够一生成佛，是把修行做到很极致了，把所有的修行修得很圆满，他就可以在这个基础上谈即生成佛，他有这种底气，有这样的修行。如果你能够做到你可以即生成佛，但如果你离开了就马上忏悔，这是需要做忏悔的。

[999] 密乘的誓言特别细致，但是也是很高的，刚刚我们讲了密宗的誓言每一个都是有关证悟心性的。比如说这里面讲身语意一刹那不离开三坛城的自性，其实这就是相应，念念相应清净的法性，相应于如来藏的本性，相应于究竟的智慧，它的戒律本身就是一种很圆满的修行，你能够把戒律守圆满，完全不犯戒律，肯定成佛。

[1000] 显而易见，（密宗金刚乘的誓言）有多么的难以守护。

[1001] 其实有些人，他因为看到戒律很多很繁琐复杂就会心生厌倦，心生畏惧；有些人看到佛经戒律就心生信心。在历史上也是有很多大德因为了解到了佛教的戒律，特别地细，对方方面面要遮止的都遮止了，他在这方面生起了很大的信心。

[1002] 对我们来讲，看到这些戒律的时候，尽量不要生起恐怖、不要觉得很麻烦，要远离，尽量朝好的方面想，尽量对密乘生起真正的信心。其实戒律越细微就越靠近实相，所以说密宗是利根者的修行，密宗很殊胜，从这方面完完全全可以作为一个根据，一个体现。对我们来讲，虽然我们还没有办法做到，但是我们可以从另外一个角度对它生起信心。我们对菩萨乘生信心，就因为看到菩萨的发心那么清净，他的行为那么清净，所以我们对菩萨生信心。对密乘也是一样的，它的修行这么圆满。

[1003] 现在很多道友还没有系统的进入密乘的理论，如果进入了密乘的理论，比如像《幻化网》的学习，就会对整个密乘生起信心。但是即便是从密乘的一部分戒律，从它修行的部分我们其实也可以了解，密乘的戒律是那么细，如果能够做得到，肯定可以很快成佛，就可以对密宗的修法本身产生信心。

[1004] 如果详细分类，不下十万种誓言，数量繁多，而且失毁誓言的罪过也相当严重。

[1005] 细分有十万种誓言，特别多，我们现在连十万种的数量都很难了解。数量特别多，而且很容易犯，失坏誓言的过患也很严重。这个原理就像我们前面所讲的一样，别解脱戒和菩萨戒比较起来，守护菩萨戒的功德比守护别解脱戒的功德大得多，但是反过来讲你失坏菩萨戒的过患也比失坏居士或者出家根本戒的过失要大得多。功德大，反过来过失就有多大。密乘的戒律可以让我们一生成佛，功德特别大，反过来讲，如果你违背了，过患相对来讲也是成正比的，所以过患也是很严重。这方面是这样的自性。

[1006] 诚如续部中说：“金刚罗刹痛饮其心血，短寿多病失财畏怨仇，长久住于无间地狱中，极其恐怖感受难忍苦。”

[1007] 续部当中讲到失坏誓言的过患。有一种众生叫做金刚罗刹，他会不断地痛饮破坏誓言者的心血，因为被痛饮心血，心血越来越少的缘故，在表象上就会体现出“短寿”，他的寿命会减短；然后“多病”，他的疾病会越来越多；“失财”，他的财富越来越丧失；“畏怨仇”，畏惧的事情越来越多，怨敌和仇人就会越来越多。所有不如意的事情全部都会逐渐得到，吉祥的事情逐渐远离，这是今生当中的事情。

[1008] 那么后世呢？“长久住于无间地狱中”，后世是长时间住在无间地狱当中。“极其恐怖感受难忍苦”，在无间地狱当中非常恐怖，感受难以忍受的痛苦。有些观点，金刚地狱是在无间地狱的下面，有些观点说无间地狱就是金刚地狱，两种观点都有。这里面讲住于无间地狱其实就是住于金刚地狱的意思。

[1009] 有些续部讲，即便破戒之后不忏悔，即便堕入金刚地狱，这个人从金刚地狱出来之后，他出来之后马上就会成佛，这是从另外一种角度来讲的。以前有些大德在讲密乘誓言的时候也讲到，如果你不犯戒律，很快可以成就；但是如果你犯了誓言没有忏悔，堕金刚地狱了，在金刚地狱感受很长时间的痛苦，只要这个痛苦一消失，罪业一旦消尽了，从金刚地狱一出来马上就成佛。也有这样讲的。

[1010] 在《贤愚经》里面，有大德让一些人出家受戒，他们说：“破戒怎么办？”“破戒就破戒！”为什么这样讲呢？因为他受戒破戒种子的原因，他以后很快会遇到佛陀，很快就可以成就。是从这个方面来讲的。当然不破戒是最好的，但是即便破了戒之后再成就，也比不受戒成就快，所以总体比较起来还是利大于弊。

[1011] 所以，即便进入密乘破了誓言，他也不是彻底完蛋了，金刚地狱的痛苦很难受，但是一旦他出来之后很快就成佛。我们不要走这个弯路，不要说我没有体会过，我去体会一下，没有必要去体会。我们现在还有时间，还有自在，而且金刚萨埵修法我们也掌握了，就使劲修，把这罪业全部清净掉，清净掉之后我们很快就可以通过这样的方式直接获得解脱，这是最好的。

[1012] 因此，我们必须随时随地兢兢业业观修金刚萨埵，念诵百字明，忏悔对治一切能想起或想不起所失毁的戒律、堕罪。

[1013] 所以，我们要经常了解这些自性，学了之后，我们就知道修行的道路其实就是这样：如果认真修行就可以得到很多功德利益，如果不认真在这个过程当中有可能会有一些过患，如果这些过患清净了还可以继续走，如果不清净也会导致很多的痛苦，所以我们随时随地兢兢业业地观修金刚萨埵是特别重要的。然后念诵百字明忏悔，对治能够想起来的和不能想起来的一切失坏的戒律、堕罪。比如说十万种誓言，我们还没有学到这么多，很多都不知道的，包括我们不知道犯了的，还有想不起的，想得起来的，所有的这些失毁的誓言、堕罪都要通过金刚萨埵来进行忏悔。只要我们忏悔了，忏悔的力量功德也是特别特别大。

[1014] 古大德也曾经说过：初需未染罪，一旦染上罪，忏悔极关要。

[1015] 大德们也讲，最好是最初的时候不要染上堕罪，一直清净是最好的，“初需未染罪”。但是如果我们不注意，或者因为以前习气很重，“一旦染上罪”，忏悔就很重要了。刚开始的时候守护预防是最重要，但如果一旦染上罪了，忏悔很重要，不要拖马后要忏悔，忏悔得越快越好越早越好。

[1016] 如果加以忏悔，那么失毁密宗誓言的罪业也可轻而易举得以清净。

[1017] 前面讲了罪业很容易犯，过患也特别大，但是反方面讲，失毁了密乘的誓言，如果我们马上忏悔也很容易清净，清净起来也特别容易。这个是什么自性呢？下面我们讲：

[1018] 声闻乘中说：如若违犯一次根本堕罪，就像瓷器破碎一般无法恢复。

[1019] 如果是别解脱戒律，声闻乘里面如果犯了一次根本堕罪，就像瓷器破碎一样无法恢复，尤其是出家的戒律，如果你破完之后就没办法恢复，破就破了。打比喻讲，就像瓷器摔碎之后就没有办法再恢复。尤其是古代更加恢复不了，现在有些还可以用强力胶粘，但还是没有办法完全恢复到与以前一模一样。这个比喻主要是按照以前的状态讲的，古代的时候没有现在的技术，没有强力胶来修复摔碎的碗，没有办法的。



[1020] 以现在的科技，有些东西坏了修复不了，有些大德就用现在我们能够理解的比喻说：如果你犯了戒律了就像这个东西一样，破了之后就恢复不了了。但是也许再过一二百年有更新的科技出来，现在修复不了的东西以后可以修复了。未来的大德就会说：这个比喻是二百年前的情况，现在有点不同。所以瓷器破碎不能修复是当时的情况，现在也许可以修复。声闻乘里面如果犯了一次根本堕罪，没有办法修复了。

[1021] 破菩萨戒则如同珍宝用品破碎一般，比如，珍宝用品碎了，可以依靠能工巧匠得以修复。

[1022] 菩萨戒破了之后就就像一些珍宝用品破碎了，破碎之后，还可以找些能工巧匠修补，通过一些方式重新把它修补起来。

[1023] 同样，依靠他缘善知识可以酬补菩萨戒；

[1024] 菩萨戒破了，忏悔完之后，通过善知识的因缘可以重受。在《三戒论》的菩萨戒品当中也是讲菩萨戒是可以重受的。

[1025] 密乘戒则好似稍有凹陷的珍宝用品一样，也就是说，自己依靠本尊、密咒、等持进行忏悔完全可以清净无余。

[1026] 破了密乘的戒律就好像珍宝用品稍有凹陷，它没有破碎。前面讲菩萨戒，是讲珍宝用品破碎了，破碎了但是我自己修复不了，可以通过其他的能工巧匠修复。我把它拿到工匠那儿，他有工具，有手艺可以把破碎的珍宝用品修复，比如皇冠破碎了可以重新修复。密乘的戒律也是珍宝用品，但只是稍微有一点凹陷，自己完全可以修复，不需要找能工巧匠，自己可以用铁锤敲敲打打就可以把它重新修复，是小问题。

[1027] 同样的道理，如果破了密乘戒律都不需要找上师善知识，只是通过自己忏悔就完全可以清净。比如说念诵金刚萨埵、本尊、百字明密咒，安住在相应实相的等持当中进行忏悔，自己就可以清净。不需要找别人帮忙，自己马上开始打坐，把仪轨念一遍，然后念百字明，百字明念完了，自己的罪业就清净了。所以这也容易，而且是越快越好，忏悔的速度越快，清净得也就越快。

[1028] 为什么小乘的戒律、菩萨的戒律和密乘的戒律恢复起来有这样不同的情况呢？小乘的别解脱戒律以身语为主，对于身语方面比较着重的，心方面不是那么着重，心不是主要的，犯不犯戒律主要是以他的行为为主；而菩萨戒以心为主，有的时候如果你的心贤善，你外表的身语不一定没有犯戒律；那么密乘的戒律是相应于净观为主，清净的见解为主。所以就有身体、心和净观，三个步骤越往上见解越高，越往下见解就越低，越往下实执心越重。如果当时受戒的时候有很重的实执心，破戒了之后也很难恢复了。

[1029] 菩萨戒是以心为主的，相对来讲调伏心就比较容易，比如说我的心一刹那之间就可以到色达，但是你的身体要去的话就需要很长时间，心是内在的，所以心比身体更加容易修复，菩萨戒的本身是以心为主的，所以它修复起来相对来讲就容易。而密乘戒律是以净观为主的，只要它能够安住净观就可以清净了。

[1030] 为什么从下往上越来越容易清净呢？就是因为越往下越相应于世俗谛，越往上越相应于胜义谛，越往上见解越高，见解越高清净起来也就越快。甚至于有些忏悔法当中说，你只要安住本性就可以，都不需要忏悔了。你只要安住于实相究竟本性当中不需要忏悔，究竟的实相当中没有破戒，没有所谓的破了誓言，你如果能够安住这个，都不要做别的就可以清净了，这样的情况也有。因为密乘所有的戒律都是安住在究竟的、清净的等净无二的状态当中安立的缘故。

[1031] 所以，我们也不用太过于担心，只要你懂得了方法就没有什么害怕的。虽然破戒的过失是那么大，自己掰手指头数，我今天好像破了好几条，很恐怖，但是反过来看还是容易清净的。这不是安慰，不是扇你耳光，再给你揉一下，然后说没事没事，不是的。它的确就是这样的自性，你不忏悔的确过患很大，但是如果你懂得这个道理了，忏悔起来也很容易，因为它的见解很高，你安住在这个状态当中也容易清净。所以我们要学，学了之后用了就没有什么可担心的。

[1032] 善法是越往上走越了义的法力量就越大，在忏悔方面也是一样的。越往上越接近实相，越接近实相就越简单，因为分别心越少就越简单，一切都是空性的，如梦如幻的，都是清净的，你越能接近实相的修行就越高，你要做忏悔当然也就越容易。越往下走实执心越重，实执心越重，你要做的忏悔就很困难，比如说小乘的忏悔，经常讲的《贤愚经》里面的公案，有的已经忏悔了还是堕恶趣了，还是五百世转生狗，已经做了忏悔，还没有彻底清净的。他当时忏悔的状态，有分别心还有实执心，都是阻碍他罪业清净的因缘。

[1033] 越往上走见解越高，见解越高忏悔起来也就越快。这方面原理了解之后，完全可以相信所讲的这些意义。

[1034] 如果（违犯后）毫不迟疑立即忏悔，就容易清净，时间拖得越久，罪业会越来越增长，忏悔也有一定的难度。

[1035] 我们一定要把这些记在心里，如果违犯了之后，毫不迟疑马上忏悔就容易清净，时间拖得越久罪业也就越容易增长。所以我们有必要把忏悔放在每天的课诵当中。修行人每天应该有课诵，课诵就是提醒我们要修的，要做的。课诵里面必须要放忏悔的，比如你晚上犯了戒律，早上起来念课诵的时候就清净了；或者你晚上做课诵，你在白天的时候犯的戒律，就可以通过课诵忆念把它清净了。像这样就可以最大程度的保护我们的修行。

[1036] 时间拖得越长罪业力量越大，忏悔起来就越麻烦。

[1037] 一旦超过了三年以上，就已经逾越了忏悔的期限，即使作忏悔也无法清净。

[1038] 如果过了三年，就没有办法忏悔了，超过了忏悔的期限，这个时候再忏悔也清净不了，只能减轻一点，彻底清净是不行了。其他的都可以彻底清净掉，但如果过了三年，尤其是净斗金刚上师，诽谤金刚上师的那一类罪业，如果过了期限之后，你再使劲做忏悔只能稍微有一点点减轻，还是只有通过在地狱当中感受痛苦的方式来清净掉这部分的罪业。

[1039] 过了期限之后再忏悔也没有办法清净了，所以尽量不要拖延。这些教授我们自己要学好，学清楚，还有很多人要接触我们，只要你懂得这些道理你可以给他们讲：第一，让他们不要太过于担心和害怕；第二，让他们在尽快的时间当中做忏悔，尽量不要拖时间，不要过了忏悔的期限，那个时候就不好办了。

[1040] 此外，作为凭借咒力与加持来救护他众、中止冰雹、消除瘟疫、治病救人以及使幼童健康成长等等兼顾自他二利的人们也是一样，要想具备咒力及加持，必须净除语障。

[1041] 这是华智仁波切从另外一方面讲的，针对做佛事的人，也需要多念百字明。

[1042] 有些人经常性的专门做经忏，有些人不经常做，但是有必要的时候也会给别人做一些佛事进行超度，或者做一些救护等。作为经忏师或者做佛事的人，超度的时候“凭借咒力”，他念仪轨，念佛号，念咒语，凭借咒语的力量，还有通过加持来救护他众，让其他众生不要受到违缘。

[1043] 还有“中止冰雹”，在很多的地区，如果下很大冰雹基本上所有的庄稼都打死了，一点收成都没有，所以在藏地专门有一些仪轨，可以通过念诵来中止冰雹的。比如说下冰雹的时候，他一念诵仪轨冰雹就不下了。除了藏地之外，别的地方还有他们当地的巫术，与此类似吧，也是通过法术巫术来中止冰雹的。这些都是缘起，有些是咒力，有些是鬼神的力量，有的是通过其他的力量，通过法事或者咒力来中止灾害的。

[1044] “消除瘟疫”，瘟疫流行的时候也可以念诵一些仪轨，比如金刚铠甲或者药师佛的仪轨来消除瘟疫。还有“治病救人”，有些人生病了治病救人。“使幼童健康成长”，在藏地，如果有一些孩子很容易夭折，不好养，就专门做一些仪轨，保护仪式，念完仪轨后在身上佩戴一些护身符、金刚结，做一些保护措施之后，逐渐的就不会有违缘，幼童可以健康成长。有些密咒师专门做这些保护措施的，反正各式各样的法事都有。

[1045] 以前我们在佛学院也接触了一些很精通佛事的人。如果有家庭长期怀不上孩子的，他们有专门的咒轮戴在身上，一段时间之后她就会怀孕。这种情况有很多，我们以前也接触过咒力很厉害的人。

[1046] “等等”：很多各式各样的。“兼顾自他二利”，通过这方面增长自己的资粮，然后利益众生。兼顾自他二利的人们也是一样。

[1047] “要具备咒力及加持，必须净除语障。”要让你所念的咒语有力量。有些人一念咒就有力量，有些人念了很长时间没有力量，这是为什么？有语障和没有语障，语障重和语障轻的缘故。你语言的障碍很重，虽然念了咒语了，咒语的力量被语障障碍住发挥不出来，如果你的语障很轻，一念咒就很容易起作用，咒力很强大。

[1048] 而使语障清净的方法也无有比精华百字明更为殊胜的。

[1049] 如果要清净语障，最好的方法就是通过念诵百字明的方式来清净语障。



[1050] 所以，随时随地精进念诵百字明至关重要。我的至尊上师曾经以开玩笑的口吻说：

[1051] 如来芽尊者曾经开玩笑的方式这样讲的。

[1052] “想救护他众、享用信财亡财的人首先必须净除语障，为此念诵一千万遍百字明是必不可少的。”

[1053] 他相当于是在开玩笑，很多人以做佛事享用信财、亡财，救护他众的人，首先必须要清净语障，如果要清净语障至少要念诵一千万百字明，这是必不可少的。一千万百字明不是小数字，是很大的数量了，就说明要认真的意思。但是他是开玩笑的口吻，是不是真的要念一千万遍百字明？倒也不一定，多多益善，越多越好。反正如果你想要救护自他，让语障碍越来越少，就要多念诵百字明。

[1054] 其实我们自己也是一样的。我们自己的事业，还有保护别人，要给自己念咒，也要给别人念咒，如果有语障，虽然念了很多，修了很多，因为有障碍的缘故就没有办法发挥出来。所以就为了这个必要，也可以在念诵百字明的时候作意：百字明要清净我的语障，让我念的咒语有力量。这样也可以。

[1055] 上师的弟子中有许多已经念诵了一、两千万遍百字明，最低也都圆满念诵了二、三十万遍。

[1056] 如来芽尊者特别特别注重百字明的念修，很多时候都在强调念诵百字明，所以他的弟子里面有很多已经念诵了一两千万遍，精进的人就是这样的。大恩上师在讲记当中也讲了一个精进的老人，一亿遍观音心咒没有当回事儿，在上师面前发愿念诵一亿遍观音心咒，不到三年就念完了，又发愿再念一亿遍，请上师加持他再活三年还要念一亿遍，没有感觉到有什么困难的，精进的人就是这样的。不精进的人念诵一百万，都感觉好像要圆寂了，觉得是很大一个工程。

[1057] 但是我们生而为人，应该发起精进的心，尽量在我们死之前多念诵。上师们也讲：作为一个修行佛法的人一亿遍的本尊心咒还是要念的。不管怎么样，无论如何作为一个修行人，修本尊法的人或者修密乘的人来讲至少要念一亿遍的本尊心咒或者一亿遍的阿弥陀佛名号。法王如意宝都不止念一亿，念了好几亿的本尊心咒。

[1058] 我们自己也应该有起码的精进，否则你得到了暇满人身，你遇到了这么好的上师，遇到了这样好的佛法，现在还有大把的时间，如果你不发愿念诵，每天的时间都被自己挥霍掉了。但是如果你发愿了，就有一种压力，有了压力你就要找时间去念，你就会压缩其他散乱的时间。而且，念诵一亿心咒也的确可以更好地和本尊相应，和实相应，有很大的必要性。得到暇满人身至少要修一遍五加行，至少念诵一亿遍的本尊心咒，这样你得到暇满人身还是非常有意义的，即便不成就也没有什么后悔的。

[1059] “最低也都圆满念诵了二、三十万遍。”我们修五加行，修一轮两轮还是有必要的，修完一轮之后还要修第二轮，你第一轮修完十万遍百字明，第二轮又修十万遍百字明，在我们的有生之年尽量多的把时间花在修行善法方面，这是善法当中有加持力的善法。虽然有些人一辈子也在修善，但是他没有修具力的仪轨，没有修力量很大的善法，但是五加行的修行，的确力量是特别巨大的。

[1060] 下面相当于摄义：

[1061] 上师金刚萨埵是集百部于一部的自性，称为大密一部金刚萨埵。

[1062] 他也叫大密一部金刚萨埵，因为是百部集于一部，所以叫做大密一部。为什么叫大密呢？百部集一叫大，因为金刚萨埵总集了一百部的自性，他汇集了一百部。一百部集为一部叫大密一部金刚萨埵。

[1063] 浩瀚无垠、不可思议的一切寂猛本尊也无不包括在金刚萨埵之中。

[1064] 所有的寂静和忿怒本尊的自性都可以包括在金刚萨埵的自性当中，所以归摄为一就是金刚萨埵，一打开之后就是浩瀚无边的三宝、三根本的自性。所以修一个就相当于修一切，这也是密宗其中的一个窍诀。但是我们要了解，虽然你了解不了解，金刚萨埵都包括一切，但是你了解之后，你有这个见解再去修，你就知道修一个金刚萨埵自性，就相当于修一切佛菩萨的自性。这个时候的信心和修行的力度都是不一样的。

[1065] 因为本体观为与根本上师无二无别，所以也总集了上师瑜伽，称为珍宝总集的观修法，是极其甚深究竟的法门，正如前所说密咒当中没有超过咒王百字明的。

[1066] 在修金刚萨埵的时候，把本体观为与金刚上师无二无别，金刚萨埵是一种本尊瑜伽，其实也是上师瑜伽。本尊瑜伽主要是修本尊，和本尊相应，叫做本尊瑜伽。上师瑜伽是修上师，和上师相应，叫做上师瑜伽。但是金刚萨埵既是本尊瑜伽也是上师瑜伽，也是作为一个上师瑜伽的法门，称为珍宝总集的观修法，是极其甚深究竟的法门。正如前所说密咒当中没有超过咒王百字明的。

[1067] 因此，我们应当了知何处也再没有比这更深的法了。

[1068] 华智仁波切也只能说到这儿了，这是最深、最高、最圆满的，再再要修的。如果有善根的人学完之后，自动就会生起想要念修的心，如果没有善根可能不一定有大的兴趣。但是我们得到了暇满人身，相续当中有这么多的罪业，不管怎么样，还是应该安排修一次五加行，如果五加行修不了，至少也要修十万遍百字明，这是很有必要的。

[1069] 闻益窍诀然却耽词句，稍许实修然为散乱欺，

[1070] 我与如我迷相众有情，愿得生圆精华祈加持。

[1071] 这是最后的暂停偈。“闻益窍诀然却耽词句”，虽然听闻了对我的修行非常有意义、有利益的窍诀，但是没有修，耽著词句而没有观修。第一个是听了窍诀，但是没有修，耽著在词句当中。

[1072] “稍许实修然为散乱欺”，第二个是虽然修了，但是没有好好修。他并不是没有修，他也在实修，但是稍许实修然为散乱欺，一边修一边散乱，没有很专心地修。第一个是让我们听了之后要修，第二个修的时候要专心修，尽量有质量地修。“我与如我迷相众有情”，我和像我一样有迷乱相的众多有情。“愿得生圆精华祈加持”，愿得到生起次第和圆满次第的精华，就是相应生起次第和圆满次第的精华来修行，为得到生起次第和圆满次第的功德，而祈祷上师加持我。

[1073] 金刚萨埵修法是属于生圆次第的修法，有生起次第，有圆满次第。但是如果我们没有按照生圆次第，没有切中它的要害来修，虽然修了生圆次第，但是得不到生圆次第的精华。但是我们要了解生圆次第，最终通过修炼生圆次第得到生圆次第的究竟精华，这是很重要的。因为生起次第和圆满次第在集资净障，还有成就佛果方面的加持力，要比显宗的加持力快得多，所以，我们开始修的时候，要祈祷上师三宝加持我，尽快能够获得生圆次第的精华，祈祷加持。

[1074] 净除业障法——观修上师金刚萨埵之引导终

[1075] 以上我们学完了观修上师金刚萨埵的修法。

[1076] 今天我们就学到这里。

[1077] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[1078] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[1079] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[1080] 哲波措利卓瓦卓瓦致 愿度有海诸有情