

晋美朗巴傳

益西彭措堪布●译讲



祖师传(一)

晋美朗巴传

益西彭措堪布 译讲

目 录

晋美朗巴传 1
支分自传 50
莲师父母赐加持107
三见龙钦巴112
病里正观124
出关137
五空行劝转法轮142
首弘龙钦宁体大法146
后半生弘法要略155
最后的圆寂157
两篇遗教160
第一篇遗教165
第二篇遗教166

大圆满龙钦宁体祖师传记

益西彭措堪布 译讲

这次开讲的是大圆满龙钦宁体的传承祖师传记。这 有两个大的目的: 一来, 从祖师传能了解这部大法的由 来以及在近代弘传的情况,从而认识到本法的根源极为 清净,能够建立信心。二来,祖师的传记本身是一种最 好的典范,明确地示范了如何实践大圆满前行和正行一 切次第的修证。

我们学后会得到很多宝贵的教导,能够确立一生修 行的方向和次第修证的志愿。而且能作为一面明镜,时 时对照自己,发现自己的不足,又时时效仿祖师的行持, **这对于我们的修持有很深的加持。**

晋美朗巴传

首先讲讲本法近代开宗祖师大持明者晋美朗巴的 传记。在纽西堪布的《大圆满传承源流》中这样写到:

那时候在卫藏实修光明大圆满的教法中,掺杂了一些伺察意,所以天竺大成就者蒋华西宁大师、赤松德赞法王和遍知龙钦巴等的智慧幻身特意降生世间,这便是雪域所有伏藏师和成就者的大自在王——仁增·晋美朗巴。

当时,大圆满法快要出问题,寻思者用自己伺察、 杂乱的想法掺杂在里面,就会使大圆满法变质,因此就 有他老人家的应运出世。他是雪域所有伏藏师和得道者 的自在王,是一个成就顶峰的表现。

下面按照尊者写的自传来讲解。他自己写了广传《如意树果实》和两部支分传记——《空行密语》和《水月舞者》。首先我们出示自传的内容,然后作相应的讲解。尊者这样说:

先谈谈我这一世父亲方面的情况。我祖父是瑜伽自在者米拉日巴金刚发愿力下秋吉竹巴法脉中的一个行者。他和遍知龙钦巴大师是亲戚,住在我诞生处——尤日地方不远的上方。我祖父名叫至尊愿妙。他秉性贤善,天性淳厚,常常修十法行,持诵密咒,修行上比别人有成就。

先谈到了他的祖父。他属于米拉日巴发愿力下的秋

吉竹巴法脉里的一个行者。他和龙钦巴是亲戚, 秉性非 常贤善。他天性就是这样,不是造作伪装的。一生中常 常行持十法行,都是在闻法、思维、修习、讽诵等当中 度过,而且持诵密咒真言。修行上比别人更有成就。

我祖父年轻时,正值敏林大师德达朗巴开展事业特 别深广的时期。当时, 德达朗巴观察我祖父的种姓等后, 安排他作为大圆满光明界、光明洲等几个寺院的上师。 后来才生了我父亲。

祖父年轻的时候,处在伏藏王德达朗巴大师的事业 十分兴盛广大的时期。当时, 伏藏王观察了祖父的种姓 等以后,觉得这个人非常有功德,就安排他做大圆满光 明界、光明洲等好几个寺院的上师。但他属于在家的瑜 伽行者。

我母亲是属于后藏名叫努氏族的家族(历史上. 努·桑吉益西就属于这个家族。他是把密宗经、续、窍 诀三种传承集于一身的一位大德)。我母亲的种姓在七 世中,出现过很多比丘扎旺和修行者称珠南宗等的清净 善知识。

这是讲到母亲方面的种姓很好。七世当中出了很多 出家的比丘、行者等清净的善知识,是一个在累世当中 信奉三宝,出很多行者、善知识等的家族。

我的诞生地,如莲师在广传中所授记的:上方有持金刚心要自宗的僧团,那里有层石堆叠的山峦,下方有奇异的降天塔,是在这中间的一个村子里诞生的。诞生的时间是藏历土鸡年(西元 1730 年)12 月 18 日的早晨。

距离现在有二百八十多年。

我想,这是由于我前世承事过三宝,而且有余留的发愿力和清净业力的缘故,才受生在这个家族。一般说,受生在世间有福德、有权势的贵族家庭,大多数是前世行善时没有以方便摄持的结果。龙树菩萨也是见到生在这种家族中享有福报,会造各种杀生等恼害众生的业,这就成了来世堕恶趣的很猛的因,这样看到后,龙树菩萨发愿:不要受生在这种家族里。

这是尊者对于今生生在这个家族里的看法。他想: 这决定是我前世承事过三宝,而且有剩下来的发愿和清 净的业力,以这种力量牵引着我生在这个还不错的家族 里。因为这个家族出了很多修行人,也不算特别有权有 势,也不算贫穷,属于非常适合修行的种姓。

通常来讲, 受生在世间有权有势、大富大贵的家族

里非常不好。为什么会生在这种家族呢? 这是因为他前 世做很多善法,但没有用方便摄持。也就是不具足三殊 胜,前面没有发心,后面没有回向,中间也不是住在无 缘中。这样的话,他就会希求来世有权有势等。这是一 种世俗希求的心,结果就会现前那样的果报。

假如行善时一直以菩提心摄持,根本不求自身的利 益,都是为着将来成佛利益众生,以这种发心驱使,最 终又用普贤行愿来发愿回向, 中间不住世间的心态, 或 者更高的不住相而行,那绝对不会受生在这样的家里。

这种人过去行善非常努力, 所以他的福业力很大, 这一世就生在富贵家族中。而这种情况叫做"三世冤"。 第一世修很多善,第二世就有福报生在富贵家里。这时 候因为他有权势、钱财等,为着吃喝玩乐、地位、名誉 等会造很多业。比如有钱,就经常为了吃肉杀很多生。 或者用权力来欺诈、剥削别人,造很多损害众生的业。 这些业都是仗着这一世的福报和力量才做的。这样造业 以后,就集下了来世堕三恶趣的很猛的因。所以龙树菩 萨说:我不要生在这种家里。

但如果生在特别贫贱的家族, 也会过得很苦, 很难 受. 成了怜悯的对象, 这也难以集聚值遇正法的因缘。

另一方面,如果生在非常贫贱、困苦的家庭,那会

一直受着业力的逼迫,身心、家庭、环境、地位等方方面面都很困苦。这时候连衣食问题都解决不了,更没办法集聚遇到正法的因缘。也就是,生存的压力逼得他整天像牛马一样去谋生,去服苦役,没有很多自由。或者说连肚子都填不饱,哪里有心思修法呢?

所以,没有落到苦乐两边,生在了没有修法违缘的家族中,而且有善缘,又入了佛道,大多数像所需的饮食等条件也全都具足(这是由我的宿世善缘所感)。

尊者说,这样看来,我这一生受生的家族没有落在 极苦极乐两个极端上,属于中等,而且这个家庭累世信仰三宝,出很多修行人,所以我生在这个家里没有修法 的违缘。而且有很多善缘,能入在佛道里,大多数修道 的资具,像是饮食、衣服等都具备,不用愁。这确实是 我宿世的善缘所感。

我的舅舅和哥哥都做了喇嘛。小的时候,我想跟他们一起去大乐山修道。那时在"希日巴瓦达"寺院,有十个在家人想来出家,正往这边过来,途中一个人死了,九个人过来了。大家都说:"要来出家,还死了一个人,缘起很不好。"这事触动了我的心,"这么无常,要及早出家修行"。

这是尊者讲到自己很小的时候就有这样的善根。家 里舅舅和哥哥做了喇嘛,小时候就想:他们都做了喇嘛, 这样很好,我也要跟他们一起去大乐山修法,一定要入 法道的门。当时一个童真的心灵,非常希求能入到法道 里,一生一世以修行度过。这就是善根萌发的相。

又讲到那时出了一件事。在名叫"希日巴瓦达"的 寺院里,当时有十个在家人想过来出家,结果在路上一 个人死了。他们过来时,大家就说:"本来要出家的, 中间却死了一个人,这缘起很不好。"

当时他听到这个事,心里很有触动。心想:已经发 了心要出家,但在路上就死了,没出成。是这么无常, 根本不是按照人的想像就能办到,所以一定要及早出家 修行。不要拖到后面再去修行,再去出家,也许根本没 有后面,明天死不死都不知道。他一听到这事,就触发 了无常心, 非常急, 想一定要赶紧出家。

而且在我小时候, 思维还不成熟的阶段, 见了穿僧 衣的喇嘛就很羡慕. 着急地把头上的发髻散开来. 想快 点剃掉。

我们一再强调,真正要修法成就,一开始就要有出 离的德相。尊者非常小的时候,一看到穿僧衣的喇嘛, 因为僧衣表示出家相,从三有中超出的相,所以就迫不 及待地把头上的发髻散开来,想赶紧剃掉,不能再等了,不能在这个世间待了。但有些人可能到了三四十岁还一点这种心情都没有。所以前行很重要,这个心不修出来就不具德相,要修无上大法就很欠缺。

逐渐地集聚了这些因缘后,到我6岁的时候,就和九个人去到秘密殊胜吉祥山上的光明大乘洲(寺院名),想入正法。珠古阿旺洛宗班玛剪了我头上的发髻,舍掉了在家相,正式受了一切善聚宝的依处——居士戒。而且,以佛教的殊胜表相——三世间难以获得的大仙幢相庄严了自身。出生后,我很快遇到了正法,在自身上实现了这一点。

这时候终于如愿满足了。他确实有一种爱出家的心,在他很小的时候,就一心这样向往,因缘就不断地集聚。到了6岁时,这次真的有机会了,他跟九个人一起到了光明大乘洲寺院里想入正法。这就是皈依心。

当时,一位珠古剪了他头上的发髻舍掉了在家相,而且正式受了居士戒。这是一切善聚宝的所依,意思是无数善法的初步的所依,有了居士戒后,就可以逐渐地在这上建起无数的善法。而且很幸运,这时候已经能以天、人、龙三世间难以得到的大仙幢相庄严自己,这是佛教的殊胜表相。"大仙幢相"指穿着法衣,表示三世

佛的胜利瞳相。也就是在生死界得到胜利,或者从四魔 中得到胜利。"幛"表示胜利,"大仙"指佛。

实际上,在我做小孩还没能力思维的六到十三岁之 间,我天天都是在玩耍中度过的。

到了13岁,长辈对我说:"你还在跟小孩玩呀?(意 思是该成熟一点了。)"那时起,我就想:虽然我对各宗 派了解得不多,但我对前译自宗金刚乘的密法却有很大 欢喜心, 总的对于三宝所依的形相有殊胜的信心, 特别 对于莲师, 仅仅见到形相、听到名字或心里忆念, 信心 和恭敬心就极大地增长。

这是讲当时他6岁到13岁,还不太懂事,不晓得 怎么对未来思维的阶段, 天天都在玩耍中度过。

一直到 13 岁,那时长辈说:"都 13 岁的人了,还 跟小孩玩?"这时候,他才开始考虑未来的前途。他想: 我对佛教里的各个宗派了解得不是很多,但对前译自宗 金刚乘的密法有很大的向往。自己凡是遇到三宝所依, 比如佛像、经书、僧人等,都有殊胜的信心。意思是, 见到佛像时会非常恭敬地顶戴,见到经书特别欢喜,见 到出家相也特别有清净心,而且特别向往。这都是清净 信的表现。尤其对于莲师特别有信心,只要见到莲师像, 听到莲师的名字,心里一想到莲师,信心、恭敬就会极 大地增长,这都是大善根的相。

这就启发我们如何来修好前行,具足这些德相。这些德相缺一不可,没有它怎么能一生成就呢?我们光说尊者是无上的成就,那你看看他从小表现出什么德相?反观我们自身又如何?这都是我们学习传记时,一定要发心随学的地方。

在我 20 岁以前,每年至少一次做一个同样的梦。 在梦里,整个世间界没有一点剩下,次第次第地都在被 焚烧,我带着一些人一直跑到了一由旬之外。

这是讲 20 岁以前,每年都会做同一个梦,至少一次。什么梦呢?整个世间界没有一点剩余,全部被大火次第次第地烧着。然后,他带着一些人一直跑到一由旬之外。

这个梦相表示三界无时不被苦苦、坏苦、行苦的苦 火所烧,没有一时停歇。换言之,世间里的一切万法, 全都落在苦当中,没有一点乐的自性。这是他已经起了 真实出离心的相。他带着一些人一直跑到一由旬之外, 这表示将作为大导师引导众生出离三界火宅。

特别是小时候就想:心是怎样一种存在呢?自己也寻思寻思,总也参不透,也就放下了。有一次心里不满

足、就问一些大人、他们说:"肚子里有的这个、就是 心啦!"我按他们所说。再去思维。也知道他们讲得不 对。平时我是这样找心的。

尊者对于"心的本性如何"一直有一种寻求, 这就 是在探求生命的本源或者万法的本源。

他小时候就起了这样的疑情,他怀疑,心到底是怎 样的存在。自己想来想去,到底是怎么样子?还是参不 透,也就放在一边。有一次他心里不满足,这个问题不 解决不行,于是去问一些大人。他们说:肚子里装的这 个就是心,还有什么别的?那时他按大人说的再去想, 但知道他们讲的不对。尊者确实是有很多明显的善根的 相。

那段时间,要么是黎明,要么是早晨,当我睡得很 轻或刚醒来的时候。一听到寺院吹海螺的声音。以此为 因缘。心前就显现海螺的相和现起大海宽广无边的境 相。

在触到一些因缘时, 尊者宿世的修证就会现出。当 时他住在寺院里。藏地的寺院通常以吹海螺来叫大家起 床。有时候是黎明,有时候是清晨,在睡得很轻或者刚 醒来时,一听到海螺声,他马上就现出了海螺的相,以 及大海无边宽广的境相。这些都是神通力的表现。

到我学唱念等法事的时候,以宿世业力,我所遇到的老师多数都很严厉粗暴,几乎没有一天不挨打。到了夜晚入梦乡时,心情才欢喜一点。所以对于童年,我几乎想不到有什么快乐。但也出现了很多净罪相。以此为因缘,心里出现了难忍的厌离和苦的状况。

这是讲很小的时候就开始学一些念经、讽诵等法行。以宿世的业力,遇到的老师都特别严厉粗暴。那时候不像现在,都是经常挨打挨骂。只要不听话、不守规矩就要打,而且打得很厉害。到了夜晚入梦的时候,心情才欢喜一点。因为白天感觉处处会挨打,所以对于童年想不到有什么快乐。但也出现了很多净罪的相,这确实也是消业障。以这些因缘,心里出现了难以忍受的厌离,感觉轮回都是苦的,就想从中出离。

那时候,我经过了一段无想的状况,此生的显现如梦一样消失,以宿世的一些习气,南瞻部洲中的金刚座数数地在我心前显现。

一段时间过后,显现在恒河的对岸那边,有块像房子那么大的石头,上面有个印度僧人,上身穿着黄色的法衣,正在修明禁行。他是在护持,做这些行为。这是当时想起来的事。

很小的时候,在一段时间里没有任何的念头、想法, 今生的显现像梦醒一样全都没了。这时以宿世的习气, 在定中现了印度金刚座的相。过了一段时间,又现出在 大恒河对岸那边,出现了一块像房子那么大的巨石。有 一位穿着黄色僧衣的印度僧人, 正坐在那块石头上修持 明禁行。

可能是尊者前世的情景。意思是这时出现了一些宿 命通。这就是《普贤行愿品》说的,在一切生中都知道 宿命。那时唤起了他对宿世的回忆。

另外, 当别人讨论殊胜的生圆次第法义时, 或者念 诵仪轨时, 自己心里就特别欢喜。甚至见到别人这么做 的时候, 自己的心情就彻底变掉了。

这些都是善根的相。生圆次第是密教法义,别人谈 论,或者念诵法的仪轨时,他只要耳朵一听,心里就非 常欢喜,这就是至心好乐的相。他不是欢喜别的,唯一 是欢喜法。甚至听到念仪轨的声音,或者别人讨论法义, 都有一种情不自禁的踊跃想趣入的心。甚至眼睛看到别 人这么做,心境就一下子彻底变掉了。

通过这些就要知道, 皈依修得好的话, 确实会有很 大的净罪、增福和获得无量功德的作用。这都是心来发 生这些功德的。不要以为只是修一修欢喜,每天在这上 串习,好像没什么作用。从尊者的传记里就看出,他会对于法时时有至心的好乐,特别想学、想求。甚至看到别人作法行的形相时,那种欢喜、清净的状态都会使自己的心完全变掉。可见,三宝的加持和善根力发动的情况是多么殊胜!

特别是在见到、听到有情断命根的时候,猎人做杀生的行为,心里只是忆念一下,就特别悲痛。心想:这些众生现在就从这样的苦中脱离该有多好!我有能救一切众生性命的能力该有多好!

这就是尊者悲心的自然流露。见到或者听到有情要 断命根,心里想一下就特别悲痛。众生受这样的苦,如 果现在就能立即从这个苦里脱离多好! 我有能够救一切 众生性命的能力多好!

尊者是这样的心。这都是不加造作,是天性使然。 悲心串习得好,已经成了天性,所以一触到马上就出来。 不是说还很麻木,还要多想一想、念一念,或者一点也 起不来。这都是善根力量不足的表现。

到了像秋天,杀生日子到来的时候,心里一想起会做特别可怕的杀生业,遭杀的众生太苦了,无造作的悲心自然就涌现,直到现在为止,一直都有。

按藏地的风俗, 春夏季是不杀生的, 到了秋天会做 杀生的业。所以,随着这个日子一天天临近,他心里好 难受,一想到这么悲惨的事快要来了,人们要做那么可 怕的杀生恶业,而且那些众生一个个都要挨宰, 断掉命 根,那是多么可怜! 当时,尊者那种天性的慈悲自然就 涌现出来了。从小到大,一直有这样的心。每一次碰到 众生遭遇被杀的苦, 悲心就无法遏制地油然生起。

这就是缘苦生悲。我们这一生要好好地串习悲心。 大圣者很小的时候就向我们表现应如何起悲心,我们一 定要随着他老人家的足迹, 走这条修心的路。

所以想,这个悲心,以念文句来修十万遍四无量心, 和这些造作的情况相比,这是非造作的,非常猛利、有 力量、自然发起的悲心, 这是有价值的。这是我传记中 很好的一段。

尊者谈到,我们修悲心,常常是念念四无量的文句, 修上十万遍。有时候有口无心,有时候通过造作的方式 起一点点。但是,他当时的悲心不是造作起来的,而是 一见到,就出于天性,非常猛利、具力量、自然涌现的 悲心,这就非常真实。所以尊者说:这是我传记中很好 的一段。

另外,虽然入了正法之门也是好的缘分,但是生逢油世,在一般的僧团中很少有大善知识,又有一些恶友,跟一般的凡夫和喜欢愦闹者相处,以这种方式过下去,裹在自性愚痴的衣服中,陷入烦恼的泥潭,以爱的镣铐紧缚,与萨迦耶见的山接触,纯粹是这样的状况。要从中获得修行是很难的。因此我从心里想彻底舍离一切事。

这是当时尊者在寺院里的想法。他说:虽然我已经入了正法门,这算得上是好的缘分,但是处在这样五浊增盛的时期,在一般的僧团里很少有大善知识,而且旁边总会有一些恶友,一直跟一般的凡夫和喜欢愦闹者待在一起,这样过下去的结果可想而知。因为在杂染的世间,人们的内心都充满了烦恼和恶见,会互相感染,很少有清净的修行。

跟凡夫和喜欢热闹的人接触,无非是一直包裹在自性愚痴的衣服里。人们都是我、我、我,然后追求世间的名利享受,无非是吃喝玩乐,都是一些身口意的杂染业。彼此相处时,会起很多贪嗔、散乱、竞争等的烦恼,会陷在这种泥潭里。再说,跟人接触时会生爱的贪染。时时都跟萨迦耶见的山接触,不断地增长我见。纯粹是

这种状况,再没别的。

当时尊者能一眼看清这个世间,所以他当时就知道,这样子很难修行,所以一定要远离。他在心里发愿: 我要彻底远离一切事。

这样我们就明白,为什么修行一开始要出离,而且要坚决地出离,否则难以成道。这都要依次第进行,没有出离心哪来菩提心?又怎么会有无二慧呢?所以,一开始要具足真正的出离心,一心想要出离烦恼和苦的泥潭,专心地来成办道业。

他当时有一种想彻底舍掉一切世间事的心,这就是喝当派行者经常强调的要舍弃今世。无非是要使心念念转入法,所以必须要有出离心,才可能让心转入法道。否则的话,就像刚才尊者说的,完全是那种情况。有些人还以此高谈什么,其实每天接触的无非就是我见,然后被爱的镣铐紧紧地缚住。和人、事、物接触,喜欢愦闹、享受、散乱,不断地陷入烦恼的泥潭中。然后被愚痴性的衣服包住,自己时时都陷入非常愚蒙,糊里糊涂的状态。这样,全都是往生死里走的因缘,哪里来的修行?

当时他非常确定地看到苦和集的现相,所以发愿彻底离开一切世间琐事来修行。

正如怙主龙树菩萨所说:"大地是情与无情的所依,同样地,戒是一切功德的所依。"当时我对修行特别有愿力。要坚固圣教的根本,就务必要珍爱戒学,这也是入金刚乘道的途径。于是,我从阿阇黎和数位具戒比丘处受了沙弥戒。

这是讲他发了彻底舍离一切事的心以后,就一心想修行。而修行的第一步是持戒。他想:就像龙树菩萨说的,所有能动的动物,不能动的矿物、植物等,都要依止大地才能存在。同样,戒是一切世出世间功德的所依,或者说是增上生善趣和决定胜解脱所有功德的所依。有了戒才能出现功德。

当时他特别想修行,又想到,要使圣教的根本得以坚固,务必要珍爱戒律学处。就像佛经上讲的:"毗尼住世,佛法住世。"人们有了持戒的功德,圣教就能安住世间,所以,戒是圣教安住的根本。他想到这一点,知道对于别解脱戒的学处要特别珍惜爱护,它是功德的基础,而且守持别解脱戒是进入金刚乘道的必经之路,于是就在阿阇黎和数位具戒比丘那里受了沙弥戒。

怙主世亲菩萨说:"首先住戒,具足闻思,由此趣入修行中。"虽然以无罪垢的戒学作为圆满的所依后, 圣教的自体是教和证的自性,对此修学就能成就菩提而

解脱,因此为成就闻思修三慧,照理来说,对于各方面 都要趣入学习, 但我在 25 岁以前, 只是在相应法行的 讽诵和唱念仪轨上, 跟着大家做了一点。此外系统地闻 思教典等, 这些都空缺了, 是这样过的日子。在这段时 期、没有老师、只是自己看一些佛典而已。

接着尊者叙述自己进一步修行的历程。

就像怙主世亲菩萨所说, 先是身口意都住在戒当 中, 止恶防非。有了这个基础, 就要在听闻和思维上做 到量。也就是透过闻思完全确认修心的路,对于所修义 发起定解。以此就能正确地趣入修行。

尊者说:虽然以无有罪染的戒学作圆满的所依后, 圣教的自体是教和证的自性,对此修学能成就菩提而解 脱,因此,为了成就闻思修三慧,照理说各方面都要趣 入修学。

正规的途径就是这样。首先要有清净持戒的功德来 作圆满的所依。然后,要趣入圣教无非是教和证两种, 教是给我们指示修行的途径,这需要通过闻思来了解; 证是依照所指示的正轨来修心,以求达到实证。这样来 修学,就能成就菩提,得到解脱。所以,为了成就闻思 修三慧,按照正轨来讲,各方面都要学习。不学就根本 不了解, 更不可能依照所了解的来修。

但是,尊者的情况很特殊。他说:我在25岁以前,只学了一点法行方面的讽诵、唱念等,这也是跟着别人做了一点。此外系统的闻思教典等,这些方面都很缺少,是这样过的日子。在这段时间里也没有老师教,只是自己看一些佛典。

有一次出现了月食,心里稍感有些惊奇。起了好奇心后,就对天文历算自学了七天,差不多可以出日历了 (精通得不错,能算得来)。

这是讲他相当聪明。有一次看到月食,心想:这是什么现相呢?他有些好奇,就自己去翻天文历算的书,学了七天就会算了,差不多可以出日历。意思是他都能算得很好。

对天文学其他的一些难点,我自以为能有些可靠的书参考,感觉也不难通达。对于医学也背了一些书。以印度诗学论典中的两句话和别人问答,学了这两句后,我就通达了诗学等。一般的法凭着自学等,差不多就精通了。

这是讲他怎么学作诗的。当时翻了印度诗学里的两句话,就跟别人讨论一下,到底是什么意思。从别人那儿听到了这两句,别人解释了一下,他就通达了怎么作

诗。其他方面也都差不多这样,一般的法他凭着自学差 不多就通了。

一般来说,我本人无论是文法,还是经论,或者名 言的书籍、指示实相的窍诀等这些学处,看到后就以恭 敬心受持。也就是说,白天在日光下,夜晚在灯光下, 唯一是一种欢喜阅读的好习气。除此之外,没有一天得 过接触阿阇黎而增长智慧的方面。后来. 我在桑耶青普 三次见了龙钦巴大师的智慧身, 以诸多的表示、方便和 缘起的加持. 使我的宿缘在大圆满中醒过来了。

尊者说:我的修学有一些特殊。我这个人不管是藏 文的文法, 还是内明的佛经、解释经的论典, 或者一些 名言的比如医方明、工巧明、因明、声明等书籍,或者 指示实相窍诀等的学处,我见到了这些书就用恭敬心受 持。这是我与生俱来喜欢阅读的好习气。所以,我白天 在日光下看, 夜晚在灯光下看, 都是自看自学。除此之 外,并没有跟着别的老师,通过得到他的指点、传授来 增长智慧。

后来,我有幸在桑耶青普三次见到龙钦巴大师的智 慧身。由于真佛龙钦巴用很多的表示、方便和缘起的加 持, 计我的宿缘在大圆满中醒过来了。以这个缘故, 各 种句和义都在心里现了出来,从此能够自在无碍地写任 何东西。是这样的情况。

在我小时候还处在有些能思维有些不能思维的阶段,上座普贤光就给我作了大悲莲花自在、马头金刚和长寿佛等的灌顶,作了成熟。这以外,龙钦巴大师的《心性休息》的偈颂和注释,以及《上师密意集》等的传承,我也前后领过很多。以此准备好了缘起的善妙之门后,13岁时,我遇到了上师成就者王泽旺仁波切图却多杰。

从小,我就对具有上师名者、舍世行者,乃至具调 伏相的行者,都是一向增长清净观和信心。由于前世的 愿力,仅仅见到这位尊者时,我自己的显现就顿时变了, 生起了很大信心。

后来在建造吉祥山的大供殿时,教给我建立坛城和 佛塔的尺度规范。在那里,他赐给我"大手印"和"如 意成就愿"等的灌顶。加持我相续。有大恩德。

我小时候,处在有些问题能思维,有些还思维不了的阶段时,上座普贤光师父给我作了一些灌顶,来作成熟。这以外,对于龙钦巴大师的"心性休息"的偈颂和注释,以及"上师密意集"等的传承,前后得过很多。这样,很多缘起都预备好了。这些缘起逐渐集聚,到了13岁时,我遇到了上师——成就者王图却多杰。

尊者说:我有一个好的习气,从小对于那些具有上师尊名的人,或者舍弃世间的一切、专心修行的舍世者,

还有身口意具调伏相的修行人,都一直处在非常清净的 观念里。而且很有信心,一听到名字,见到形相,看到 他们能会弃世间去修行,心里就有非常清净的看待。

这次也是前世的愿力,我一见到这位尊者,自己的 显现顿时就变了。这都是自身的信心、清净观, 加上具 缘上师的加被,这些一和合,心前的各种显现一下子就 变了。比如有时候得了大的加持,好像凡夫的相已经没 有了。生起了很大的信心。

这位至尊上师非常关注我, 所以在他圆寂之后, 我 还见到了他的智慧幻化身。

这些都在于信心和恭敬。

在其他上师处。我得过《入行论》、阿底峡尊者的 《道炬论》以及无著菩萨的著作等,很多新旧派法门的 传承。

到 28 岁之前的一年。总的在这个时期里。有无量 的厌世和出离心。"唯一除了修法外,其他事无论做什 么,到了死的时候都没有利益",这种想法,在我还没 有能力思维的童年时期就已经有了。明明是心里有,但 在 25 岁以前,只是稍微去求点法、受一点灌顶和听一 点,就在这样的状况中度过了。其实,这是受了魔的现 量欺诳。

尊者说:我 28 岁前的一年里,心里出了无法计数那么多的厌世和出离的心。一直想:除了修法以外,其他做什么到死时都没有意义。对世间的事特别厌离,想从中脱离。觉得这么过毫无意义,没办法再这样待下去了。

其实,这个想法在很小,没有思维能力的儿童时期就已经有了。明明心里有,但一再地晃来晃去,晃到了25岁。这以前的阶段只是稍微求一点法,受一点灌顶,听一点,就这么过了。这实际是受了魔的现量欺诳。"魔"就是常执。虽然那么小就已经起了这个想法,但魔会说:这样还是蛮好嘛!不必去舍世修行。这就叫受了欺诳。

有人说: 这难道不好吗? 也是求法等等。

但这时候并没有真正狠下心来出离、去闭关,这不就是现量受了魔的欺诳吗?魔就是常执。只要它住存在心,自己就会觉得现在蛮好,也是在修行,不必要舍离。

一般人会说:我们现在修得蛮好,学得蛮好等等。 其实完全是被常执的魔欺诳了,根本不害怕死。或者没 有猛然警醒:死的时候什么事都没有用,只有修法才有 意义。没有起这个心以前,都是被常执的魔给骗了。

犹如《日月和合续》里所说:"人命无常,像客人一样不会常住的。像这样,在身体的市场上,心识的客

人偶然聚会,明天是否分离都无法确定。" 所以说不定 什么时候就要死。不明这个状况, 使大多数人的寿命就 这样空过了。我当时是有一种很强的出离心想去修法. 想把三有彻底地消灭掉。

此时,尊者起了非出离不可的心,不想在既是世间 又是出世间,来回打转的状况里纠缠。他想脱掉世间事, 一心出离修行,把三有的虚妄显现消灭得一干二净。这 就是大志愿,是真正想实修的心。不像我们,心软绵绵、 犹豫不决,一直缠在轮回里,难以解脱。

他当时想:就像《日月和合续》里说的,身体就像 市场,有位心识的客人偶然到来,但它很快会走,明天 会不会离开都无法确定。身心合在一起就成了今世的显 现,心识离开就成了死尸,到了后世。所以说不定什么 时候,因缘一尽,心识一走,人就死了。不明这个状况, 使大多数人的寿命就这样空过了。总以为不会死,一生 都在忙世间事, 而死的时候什么都没利益, 只有修法有 益。

尊者说: 当时我有非常强的出离心, 一心想修法。 轮回太长了, 我要一举把三有的显现全部摧灭。想今生 一次性解决。

从那时起,真实的出离心引导着尊者,开始想闭关

修持。他首先去觉沃佛像前、莲师修行的地方朝拜发愿。

到了觉沃佛大菩提面的坛城——能随机感而变化的圣像面前(指拉萨的觉沃像,它能随众生心量而显现,各人所见的或感应到的情形都不一样,这叫做"随机感而变化"),以此,我不由自主地落泪。而且自然就想起邬金莲师,看过莲师的传记和闭关修行处,心里特别思念,向着西南罗刹洲的方向,哭过好多次,但哭有什么用呢?来世要能无碍地直接去铜色吉祥山,是需要好好修行的,因此猛利地发誓:一定要好好修。

尊者到了拉萨觉沃佛那里。这里赞叹觉沃佛是"大菩提面坛城",也就是不可思议的圣像,随众生机感,现出各种表现。当时一见到觉沃佛,这是本师释迦佛的代表,就情不自禁地流泪。而且自然想起了邬金莲师,看过莲师的传记和修行闭关处,心里特别思念,不由自主地向着西南方向的罗刹洲哭了好多次。但一想:光是哭有什么用呢?要想来世能无障碍地直接去铜色吉祥山,今生一定要好好修行。这时他给自己打气,猛利地发誓:我一定要好好修行!

在拉萨,许多有殊胜三宝所依的佛殿中,为了生生世圆满自他二利,当时内心无颠倒地作意,随着《普贤行愿品》而发愿。

然后到拉萨,很多佛殿里陈设了殊胜的三宝所依, 自己在三宝所依前,为了生生世世圆满自他二利,当时 心里没有颠倒作意,一句一句随着《普贤行愿品》发愿。

这是启发我们,到了殊胜三宝所依前,要以《普贤行愿》印持来发愿。随着大愿王的文句,心不颠倒地作意。文句如何,就那样起心、作意。这是教我们如何发愿。

回来途中,有个八岁左右的小喇嘛,被他师父打得很厉害,身上打的伤痕都能看到。他光着身子,没穿一点衣服,一直在疼痛哭泣。来了几个放牛的小男孩、小女孩,过去安慰他的心。当时,见到这种可怜的情形时,我不由自主地流下眼泪,生起无量悲心。我问他:"你有没有父母?"他说:"父母死了,没有了。"看到孤儿伤心地痛哭,以此成了显示轮回自性为苦的阿阇黎。我当即脱下很好的上衣,为他穿上。好好嘱咐了那些孩子后,把这个孤儿安顿好了,我就离开了。要想趣入大乘道,在菩萨学处中,主要的是生起殊胜菩提心,而其前行——由四无量转变自心的缘起,在我身上都无欠缺地具足。

回来的路上见到这样一件事。有个小喇嘛才8岁左右,被他师父打得相当凶,身上被抽打的痕迹非常明显。

这个小喇嘛光着身体一点衣服没穿, 痛得很厉害, 一直 在哭。当时, 尊者看到这个情况忍不住流泪, 生了无量 的悲心。

这就是缘苦生悲。悲心修得好,见到苦马上引悲,那些现象都成了开示苦的老师。当时,小喇嘛孤苦零丁,又被痛打,非常可怜地在哭。一般人看来不是什么大事,但在尊者眼里,就成了显示轮回周遍是苦的阿阇黎,都是轮回苦的暴露。如果轮回是乐的自性,哪里会有这种苦、这种伤心? 他缘轮回里的一幕情景起了无量的悲心。

然后,尊者把自己的衣服脱下来,给他穿上,又交 代那些小孩,该怎么照顾他,这样安顿好就离开了。

后面尊者教诫说:要想入大乘,菩萨学处里最重要的是发殊胜菩提心。要生起菩提心,就要出现以慈悲喜舍四无量转变自心的缘起。尊者说:这些在我身上全部具足,无一欠缺。

这才知道,为什么能起悲心?能起大乘心、行大乘道?这里面都有修心的量。为什么他能一心闭关?能很快成就、开悟见性?就是他前行修心的内涵都具足。从前面一路看来,无常观、出离心、悲心、菩提心等等都圆满具足。

或者说他有非常好的种性、习气。一见到三宝形象, 听到上师名字等,自然有一种出自天性的信心、恭敬。 对于修行的渴求, 对轮回坚决的出离和猛利的求解脱 心,在尊者身上都圆满具足。这就是我们要学习之处。

之后, 在我 28 岁这年——火牛年大神变月开始. 于希日巴瓦达寺院,在自心上刻了三年闭关的誓愿。

在没得到大悟之前,将有许多魔来作障碍。为了避 免魔障. 我立下七条誓约: 一、七年中不入俗人的屋子. 不入放逸之地。二、住在寺院人多聚会之处,在关房处 不见很多人。如果见的话,贪嗔等烦恼会压不住。三、 外语不传内, 内语不传外, 如此而禁语。四、少欲知足, 不用修持的功德换取世间财物。五、唯一投入十法行. 不散乱于其他事务。六、过简朴的生活,不随意享用信 财。七、唯求解脱,不作息增怀诛四种事业的方便。

之后在我 28 岁那年——火牛年大神变月开始, 在 希日巴瓦达寺院想作为期三年的闭关,在心里刻了三年 闭关的誓愿。

彻悟以前,外的天魔、内的烦恼魔等会来干扰。这 时要十分注意,一心在根本上修行,不在次要的事上分 心。尊者为了防止内外魔的侵扰,在闭关期间给自己立 了七条誓约。

首先,七年内不进在家人的屋子,不入放逸之地。 得道前力量很弱,内心有烦恼随眠,接触染缘会失坏修行境界,这时就要严密地防护。俗人的房间有烦恼、污秽的气氛,染污缘很多,触到对自己有影响。"放逸之地",指嘈杂喧闹,有是非争斗,增长贪嗔等地。一入进去,心会不由自主地随它转。比如一入城市,心基本就随染污缘转了。境的引诱力特别强,自己的道力很差,很可能失坏道业。所以,初修的人说大话,在红尘里练心等等,完全是自不量力。

第二,住在寺院人多聚会的地方,在关房里也不见 很多人。因为一见人,内心的烦恼会无法遏止地生起。

现在的人心太粗,自以为不是烦恼,实际处处都在起烦恼。凡是跟人、事接触,无不在散乱、放逸,合意则喜,不合则嗔,愚痴、蒙昧等中,随着心的习气流浪。这些都是烦恼。所以闭关期间要非常严密地护心,不这样修难以成就。

寺院里人很多,聚在一起有起贪嗔的因缘,别人的烦恼和业也会影响自己,这时会伏不住烦恼。从细分上看,很多时候一遇境烦恼就起。不是起很猛的才是烦恼,是下至微细的心念都要护持。不然什么时候能得定开慧?与法相应?一开始就要处在绵密的保护中,这样才

能成就。而且, 悟后还有很长时期, 必须好好保护。到 已经坚固,不随境转,那时才能行五欲为道的法行。此 前多数落在自欺中。

第三,持止语戒。不让外面的话传到里面,也不让 里面的话传到外面。

关房有一扇门和一扇小窗户,在这里容易跟外人通 话。既然要闭关,首先是外闭,关闭眼耳鼻舌身意六门。 根是生识之门,接触境会生妄识,失坏道业。所以,在 窗口和门那里绝不与人通话。这样,外面的话就不会传 进来扰乱心, 里面的话也不会传出去, 发生一些事情。 所谓的闭关,指在封闭环境里,绵密地滋长道业,就像 十月怀胎那样。有些人不知道修行次第,或者得一点小 成就就自以为了不起,这样终究难以证成大道。

第四、少欲知足。所谓少衣、少食、少希望住。只 取维持生存的衣食住所,其余都不希求。因为这些会防 碍道业。受取衣食等时要住在清净心中,不生贪染。而 且,不能以修持的功德换世间财物,这样会染污心相续。

第五,唯一投入十法行,不散乱在其他事务上。

日日夜夜都行法行,一心缘法。像噶当派说的:"心 依干法、法依干贫、贫依干死、死依干岩。"这都要在 自身上做出来,不是口头空谈。说多少遍"心依于法",

自己不做也是枉然。所以尊者规定, 闭关期间唯一行十 法行,心心念念倾注于法,不散在别的事务上。后面尊 者也讲,自己在闭关期间,时时观察三门是否在放逸中, 下至一弹指的时间都不失忆念和正知。如此认真地修 行。

第六,过简朴的生活。行头陀行,衣食受用等都极 简单,不是蓄积很多财物,贪得无厌,随意享用信财等 築。

现在有些人修持不严肃, 甚至是贩卖佛法, 赢取名 利。如果自己没有功德,以贪婪心大肆受用信财,那无 非是在服毒, 自寻死路。

第七,一心求解脱,不作息增怀诛四事业的诸种方 便。

成就以前,做这些只是世间事业,不成为出世间法 行,所以要一心求解脱、得成就。把次要的东西放一边, 根本上是要彻悟。在这之前,与人接触,谈论是非,追 求名利,作有染污的法行或者不究竟的法行等,全部要 舍开。不然在这里会发生各种魔障。

这就看到,大悟以前必须有坚决的出离,不是去随 便度生或者以五欲为道。

闭关后,每天下至一弹指中有没有放逸,昼夜都在 观察而修行。

闭关以后,下至一弹指的时间,心都没有失去忆念 和正知。一直看到自心是放逸还是不放逸,从没失去正 知。这样严密抉择才能杜绝一切非法心念,才保证二六 时中都处在绵密不断的修证中。

对于寿命无常、厌患出离、非造作的信心、缘众生 的悲心等. 修道最初的功德也在逐渐地增长. 修寂止也 出现了证相。

护持好修行的相续后, 无常、出离心、信心、悲心 等前行阶段修心的功德,都在逐步增长。所以说上品修 行人每天都有进步。如果没有绵密地观照、护持修的相 续,就像烧水时,稍有热气马上就冷了,这就不可能成 就。

而且, 在修定上也出现了实证的情形, 不是停留在 口说上。

我对大圆满宗义的不共处和难点生起了确认.全都 是从阅读《七宝藏》获得的。即使南赡部洲的六庄严二 殊胜亲自现在眼前,也驳不倒我的把握都有。

自己对于大圆满不共的宗义以及各种疑难处,起了 无疑的确认,都源于阅读龙钦巴的《七宝藏》而获得。 这种确信用一种说法来表达——假使南瞻部洲二胜六 庄严这样的大智者,亲自现在眼前说:大圆满宗义有问题,或者没有不共之处等等,也根本不受其所破。

这是真实得了定解,确认无疑,并非出于阿好,或 者维护自宗的一种说法。

闭关大约到了三个月时,扎龙修得不错,屡次出现了在空中结金刚跏趺坐的现象。从此我身体中的虫都清净了。一般在吉日等的时候,由于觉证增长,就有想在关房里跳舞的心。以及显现无实如幻,整个趋势就成这样了,数数出现。由此,我悟了《三摩地王经》和《虚幻休息》中的诀要。

闭关三个月左右时,扎龙修得很好,一次又一次出现在空中结跏趺坐的情况。这以后体内的虫都清净了。一般在吉日等时,由于自身的觉证增长,就有想在关房里恣意跳舞的心。而且觉受上,一切显现就像幻事,没有实义。自己的体认逐渐成了这样。过去执著很重,以为万法实有,修到一定地步,所有显现全都成了幻化。看起来有个假象,寻找时了不可得。这时,实执在逐渐地剥落。以此悟了《三摩地王经》和《虚幻休息》中的决要。意思是修到这个地步,经和窍诀论中说的"一切是幻"的要点全都领悟了。

总的来说,我这一生跟莲师法的因缘很好。从法的自体来说,莲师亲传的教授——《三根本密意自解脱》,对于它是大续部的总纲,摄尽了一切口诀甚深的要义等,有许多难测的功德,在这阶段就真正了解了。

这是讲另一个好的现象。总的来说,与生俱来跟莲师的法有很好的因缘,这从自己的信心和恭敬等完全能看出。从莲师所传的法自身的体性来看,对于莲师亲口传的《三根本密意自解脱》教授,这阶段算是真正认识到它是大续部的总纲,而且摄尽一切口诀甚深的要义等,有很多难以测度的功德。

那时,我请了老比丘曼达巴扎到关房里来。这位老人的发心很好,天性淳厚,心很正直,我对于他有清净观。虽然他不擅长系统的讲解,但他的传承好,清净无染。我让他给我灌顶,相应地要拿什么东西,我就给他递过去。他用了九天时间给我传完了上述的法和很多其他密法的传承。由此,未得灌顶和传承擅自修行的过失就远离了。

要修法不能没有传承,所以当时请这位老者来,从 他那里受灌顶和传承。自己心想,这位老人发心相当好, 天性淳厚,没有矫揉造作、虚伪的表现,对他的看法很 好。虽然他不太会讲,但他的传承很好,清净没有垢染,于是请他为我作灌顶。他对做这些不太熟习,所以相应地要拿什么,我就给他递过去。用了九天对于自己要修的法和很多密法都给了传承。这样我就可以正式修法。得了灌顶和传承,修法就有效果,免离了过失。

从那时起,我修持生圆次第,得到莲师所赐给的近 传加持等,获得了确信的定解。这上,我一直在修。

这以后开始修生圆次第的法。修法期间得到莲师赐 予的近传加持等。等字包括其他很多,传记里没写。而 且,对于法的殊胜清净得了确信定解。所以,这个法清 净纯正,是真实的佛法,不像有些人说的跟印度教修法 差不多,那都是胡扯。

修扎龙时,座上能持住宝瓶气,气于中脉入、住、融三者的证相多数都出现了。由于脉界文字相解脱,喉轮就成了金刚歌的财富藏。我认为,一切法一见就了知的修所成慧已经出现了。这时对于《上师密意集》写了一部叫"百光释"的注解。

修扎龙时,座上能持住宝瓶气,可以做到不让气随 意往上或往下走。气入到中脉,和气入、住、融中脉, 三方面的证相多数都出现了。当时有一个很好的证量, 脉界的文字轮解脱了, 喉部成了金刚歌的财富藏。财富 藏就是库藏, 意思是能随意流现金刚歌, 无论要说多少。 这时,一切法一见就知道的修慧已经出现。这不是闻思 慧推理的结果,而是任何法一现在眼前就知道它的意 思。修慧产生后可以自在地写注解,那时对于《上师密 意集》写了一部名叫"百光"的解释。

下行气到了脐轮, 杂秽物不会下来, 成了底部有滤 网的小水瓶那样(就像比丘用的滤水器,上面有一层纱 布,水倒下去的时候虫子不会下去。就像这样,杂秽物 不会下来), 所以下气不会臭。小便不会变色, 都是纯 净的白色。甚至吃不适宜的食物, 进入腹部, 对于身体 也没有损害。出现了很好的共同修证的相。菩提心宝(指 明点) 在金刚摩尼中很坚固了, 由此生起了无量的乐空 的功德。

下行气到了脐部, 杂秽物不会漏下来, 这种情形就 像底端有过滤网的小水瓶。也就是比丘用的滤水器。为 了避免喝到虫子而杀生,打水时要用滤水器,滤水器上 有层纱布,水倒下去时,虫子被滤在上面,不会掉下去。 像这样,气到脐轮时,杂秽的东西不漏下来,所以下行 气不会臭,而且小便都是干净的白色,不会变成黄色等。 甚至吃了不相宜的食物,到腹部这里,对身体也没有损 害。一般来说,吃坏东西会拉肚子,对身体有影响,但 因为生圆次第修得好,所以根本没问题。而且菩提心宝 在金刚摩尼中得以圆满,这时候生起了无量乐空的功 德。

以下讲述尊者自传中的道歌:

"关房里,坐垫上,

持着身要不变。

一弹指间有否放逸,昼夜都观察而精修。如是修习的果,决定无欺诳的缘故,

三个月满,寂止上,不断出现心住一缘等觉证。"

尊者说:我在自己的关房里,在坐垫上保持毗卢七法等身要不变。"身要",是持身的要点。譬如住于毗卢七法的坐式,身体不随意摇动,或者靠一靠、躺一躺, 歪来歪去,始终认真严格地修行。

而且昼夜以忆念、正知、不放逸三个心所监控身心。 这样严密地把持,使修行没有漏失。下至一弹指的时间, 都没失去过忆念和正知。这样绵密地修持,当然有它的 成果,不会不应验。

三个月满了,在寂止上不断地出现心住一缘等觉证。有些人没有出离心就修定,当然修不成。必须有坚

决的出离,而且严密地把持自心。如果牵扯太多世间事 务,心处在失念的烦恼里,无法掌握自心,又怎么能达 到心住一缘呢? 怎么能在修证上不断进步呢? 这都不 可能。

修习无常、厌患出离和悲心的道歌: "为着此生的活计。 以贪嗔扰动的山王. 能如霹雳般摧毁它的. 除深心念死之外,别无他法。 佛说的这谛实语. 在我内心成熟了。"

首先讲对于无常的体证。

第一句讲常执引起的内心状况。因为常执,心基本 为着今生而发起,几乎起不了忆念死亡和来世的心。由 于一味地注重现世名利,心不断地以贪嗔搅动,它极其 坚固、巨大,就像一座山王,占据了内心的空间,占了 主宰地位。(山王比喻坚固的贪嗔习性,对于现世称心 合意的法,有非常大的贪欲;而对于不合自己心意的法, 则有非常大的嗔恚,还有我慢、嫉妒、竞争等,全都极 其坚固、巨大,难以瓦解。)

这时,像空中霹雳一样,顿时摧毁它的,除了内心

深处忆念死亡以外,没有别的方法。没生起念死的心, 就动摇不了它。

比如一个人癌症晚期,自己也感觉朝不保夕,那时对现世的贪求就会歇下,不再计较。但一般人处在坚固的常执中,从不想今天会死。或者只是口里说说,不是心里起了。念死的心非常困难,一般行者恐怕几十年都起不来。这不在于口说,在于真实的心理状况,是以为今天会死,还是以为今天会活?我们没修死无常时,天天以为不会死,心一直追求现世,被贪嗔搅动的心理掌控力量像高山一样,占满了内心空间,没办法清除,力量很小或者简单说几句是不会起什么作用的。所以,这是修道前面的一道难关,难以攻破。

尊者说: 佛说的谛实语——除了念死以外没有别的办法, 在我心中成熟了。

这不是表皮上的说法,而是无常的修法已经到量。 经过数数修习,对于无常的观感,心理状况,心转到什 么地方,出现了怎样的猛利变化等等,已经成熟。法本 上说的所要达到的修量,自心已经有了,这就叫修上得 了一百分。如果光会说,心里一点没有,在修上就是零 分。"成熟",指不是起一两次,而是完全成了那样的心。

这就看出,修前行不是简单的事。有人认为无常的

道理简单,学上两个小时就能鹦鹉学舌地说。考试也不难,几句话记一记,几个道理推一推,很容易过关。实际可能几十年内心一点变化也没有。

"得意传加持降临的作者,不是靠其他什么, 唯靠自己的胜解和恭敬, 因而,信心猛利,泪水不断涌流, 常常是这样呼求。"

这是讲上师瑜伽的修证状况。

前三句直接传授了要诀。要想意传加持降临于心,它的作者不是别的,唯一依赖自己的胜解和恭敬。对于莲师是真佛,对于他无上的功德和恩德有胜解,发起猛利的胜解信和恭敬后,一心祈请,这样意传加持才入于自心。表面的能说会道,世智辩聪,做一点外在的假象等等,都毫无作用,关键在于心。

尊者在关房里修习时,是以猛利的信心,泪水不断 地流。整天都在流泪,止都止不住。这个流泪不是假装, 假装的一时可以,但他是止不住地流泪,常常是这样呼 求的。

当然,不在根本上发起胜解和恭敬,或者没到量, 只是有口无心地念一念,那就不行,远远不够。有人问: 我念诵、祈请怎么没开悟呢?加持没入心,一点感应也没有。那你看看自己,信心也没有,恭敬也没有,诚心也没有,怎么可能得意传加持?

"如同说,大乘道的多数功德由大悲召来, 杀身的仇人来到面前, 也会不起丝毫嗔恚、抱怨, 命都可舍给他的悲心也生起了。 轮回是极为无乐具苦的险难之地, 一切有情的大患难处, 忆起时,就难忍地放声痛哭, 长时流着长长的泪。"

这是讲尊者修悲心到量的相。

就像经中所说:大乘道的功德,多数以悲心召来。 所以教典中说:大悲是大乘道的根本。初要以它播菩提 心的种子,中要以它持续不退,后要以它成为无量众生 的受用处,所以悲心至关重要。

那么尊者修到何等地步呢?他说:甚至有杀身之债的仇人来到面前,比如杀了父亲、母亲或儿子等,对他也没有嗔恚、仇恨,连不好的态度也没有。正面来说,为利益他,可以把命都给他的悲心也生起了。这是悲心到量的一种描述。

照世俗人的心态,有杀身之仇的人,对他绝不作利益。即使不杀他,心里也很气恼、很愤恨,不想见他。凡夫俗子都是这个情况。稍微好一点的可以不去报仇,但见到他不会一点怨恨也没有。而尊者不但不恨他,反而连最爱惜的生命都能给他。这是清净、平等的悲心,达到了冤亲一如。心里再没有亲、怨、中三类分别,一视同仁。为了拔济他的苦,连给他命的悲心都起来了,这就是无伪的大悲心。

再说到悲心普遍的量。不光是对一个人,一想到生 死界众生的命运那样苦,就天天放声痛哭。

这是缘苦生悲。透彻了解有漏皆苦的法义,在心中 串习坚固,之后想到全体众生都处在患难之地,轮回里 连针尖大的乐都没有,一苦接一苦,不断地在苦海漂流, 那种大苦接连而生的情形像永无休止的噩梦一般。尊者 想到众生是这样无乐唯苦,有如此的忧患,就忍不住放 声而哭。这不是一两天的情况,而是闭关的几年里,长 时间这样不断地流泪。可见悲心要修到何种程度。

古德都是这样修。有的想起众生苦,只有用衣服包着头,失声痛哭。有的天天都是流泪。而我们心里一点反应没有,还自以为是大乘行者,真是莫大的自欺。修行要在心上起了修量,不是光凭口头说几句,外相上做

一点,心里什么也没有,这只会在自欺中度过。我们要把"自欺"变为"自怜",自己可怜自己。什么修法功德都没有,连前行下品的修量都没起,这样一味地自诳、自傲、自我吹嘘,没有任何利益。

一向这样以念死无常,猛利的厌患和出离,无量的 悲心,猛利的胜解和恭敬,如是坚守闭关年月的誓愿, 从未有失坏。在无疲倦的心境中,就这么度过了。

这是对几年闭关的总结。从始至终,心一直处在无常心,猛利的厌患出离,无量的悲心,猛利的胜解与恭敬中。前行修得非常好,都是完全到量的心态。

这里提到几个关键点:无常,出离,悲心,胜解与恭敬。无常是舍现世法,出离是舍轮回法,悲心是入大乘道的根本,胜解和恭敬是与上师相应的根本。这四大前行的修证要点如量地在心中显现,日日夜夜都处于这种心态,就是真正与法相应。

尊者在三年三月零三天中真实地闭关,对于闭关的 誓愿从没有失坏。一般人草率莽撞,一时心急就进了关 房。结果就像关了一只猛兽,越闭越难受、烦恼越大, 天天数着还有几天出去。甚至想以后再也不要闭了。实 在没人讲话就自己唱歌,聊以自娱。这根本不叫闭关。 而尊者好像在片刻之中,丝毫没有疲倦,是这样在修法 中度过的。

总的来说,在三年闭关期间,我对于五部佛——金刚部、宝生部、莲花部、事业部、佛部等许多各类的本尊法行,在三门成熟为三金刚的要点上,以及定中住于本尊的自性上,常以近修而串习。如是修学,达到福德智慧二聚双运圆满,此是由无欺的因果律所致,无须怀疑。

而在目前,也以坚固的生起次第,达到了异熟持明地修量。由此,集聚了对于密宗不共四种事业,堪能任运成就的缘起。

这是讲三年闭关的成果。

总的来说,对于五部佛很多的本尊法行,都做到了以近修来串习。"近",是此前持咒等的修法,不断地贴近本尊;"修",是真实入了正修,住在本尊的自性上,也是行者自身的自性。

要修的方面有两大门类:一、自己的身口意三门成熟为三金刚。"成熟",指由生转熟的过程。开始是初步的,逐渐达到成熟,完全住在三门是三金刚的修境中。二、定中住在本尊的本性上。譬如修莲花部弥陀本尊法,正修时就住在阿弥陀佛的自性上,或者说住在自性弥陀上。真正到正修时,是要达到开悟的。

或者就福慧两分来说,三门成熟为三金刚侧重在福,住于本尊自性侧重于慧。按这样修学,以缘起无欺的轨道,决定会达至福德智慧二聚双运圆满,不会有别的结果。

求果必须正因,因上契合必然得果,因不契合决不得果,这叫无欺的因果律。这不观待外面什么,而是观待自身如何修因,来决定是否证果。按这样殊胜的道来修,就会达到福德智慧二聚双运圆满。"聚"是资粮的意思,它能聚起这方面现证的势力。最终福慧交融,达至圆满。

而且,现前以坚固的生起次第,达到异熟持明的修量。对于行持密宗不共的出世间息、增、怀、诛四事业,有了能任运成就的缘起。譬如修证上,可以任运地行持放光、摄收等事业。这要有深厚的基础才行,不是一般人口里念念的事。

在此期间,对于某些着魔者,心稍微专注一下他, 现前就起到利益,出现了一些这类情况。

当我猛利地起悲心时,那阶段,认为自己完全发得起自他相换的善心,觉得与慈力王类似的心态已经出现。

起这样的心,并非自己有什么巧方便,纯粹都是随

空悲藏而转。在此状态中,以胜解和大恭敬触动自心, 泪水如降雨般涌流。同时,不顾自己生命的心也会生起, 起得很猛利。

尊者达到一定修证时,有些人着魔来求解除,尊者 的心稍微注意他一下,就马上起到利益。出现了这类情况。

在猛利地起悲心时,自己认为:现在我完全发得起自他相换的善心,可以把众生的苦放在自身上,把自己的乐全部舍给众生,完全能换位。人没这么修的时候,完全以自己为重,不能把自己好的舍给别人,把别人坏的放在自身上,自私心特别重。尊者那时完全能抛开自己,以众生为重,苦乐可以交换。他感觉,佛宿世做慈力王舍身救众生的心,已经在自身上有了,能够真实行持。

那么,他是怎么起的这种心?是不是有什么技巧,按照什么方法起的呢?其实这完全出于本性的力量。由于本身是空悲藏,修到那个阶段,完全按空悲藏他自在转,不是自己刻意想什么。那时空悲双运,自然在空中起悲,以悲心可以舍掉自己,利益众生,所以到一定阶段确实能舍头目脑髓等。但修到这个地步之前,不开许这么做。一这么做,马上就起执著,爱重自我,那时会

起嗔恚、后悔、怯弱等等,这不是一时勇猛就能成办的。

在这状态里,尊者说:我以胜解和恭敬动了自己的心,泪水像泉涌一样滴滴答答地降下。同时,猛利的不爱重自己生命的心也发得起来。为了利益众生,把命给他都愿意。

在此之后,连带地,前所未有的证德也都生起了,它的量语言说不出。生起之后,前前的见解全成了像外皮一样。

悲心修出来后,从没有过的很多证德都连带生起, 当时出现的现证相,用语言没办法说出。这样生起后, 前前阶段的见解看起来就像外面的皮子一样。

随着修行一步步深入,再看过去的见解会发现很肤浅,像稻谷外面的皮一样,不具深义。修道有一路的证相。一般人得少为足,稍有一点感应就觉得了不得。但这算什么呢?可能连皮壳也不是。真正要走修证的路,绝不是靠一点小聪明、小口才,外面搞一点小事情能成办的。

这阶段,以自己的心完全堪能为因,证得"一切现相如幻"的体性为缘,万法都显现成了经法。

这是当时出现的证相。心完全堪能,一切显现出来

的相全都是如幻空性的。之后,坚固的实执瓦解了。万 物都在宣说佛法,无时无处不是。

不是书本上的几个字才是经法,一切法全都是佛 法,都是在演说佛法,从没有半点隐藏,只是自己的心 被蒙蔽,而不认识。

(西藏南部出生的大圆满行者自然金刚智悲光已 善作的传记:如意树果实)

支分自传

接着讲尊者的支分自传——《龙钦宁体的传记·空行密语》。

对于光明金刚心要——龙钦宁体甚深殊胜义诸窍 诀类出现的历史,稍许宣说的话,正如《上师密意集》 里的授记——"秘密印持"中所说:"南方具沃瑟名的 幻化身,以深义心髓法拔济有情,凡结缘者都被引度至 持明刹土。"

光明金刚心要——龙钦宁体甚深殊胜义的窍诀类法门,是怎样出现的呢?首先从《上师密意集》里的授记说起。这一部授记叫做"秘密印持",只给有缘者看,不泄露给其他人。这里说到,未来在藏地南方,有一位名为"沃瑟"的幻化身,以甚深义的心髓大法拔济有情。

"深义心髓"指宁体法。藏语"沃瑟"是光明的意思,指尊者的另一名称——智悲光。"晋美朗巴"拉萨音是吉美林巴,意思是无畏洲。凡是跟这位大化身结缘者,都会被引度到持明刹土。这是很久以前的授记,在因缘成熟之际的确这样显现。

以下是尊者自述,如何在境相中得到龙钦宁体伏藏 大法的因缘。

由吉祥邬金法王父母大悲的广大事业,累世中恩养 的缘起生的愿力时机成熟。以此, 对于轮回苦的自性无 法遏止的厌患以及猛利的出离, 变动心意后, 在希日巴 瓦达三年中一心安住、精进修行期间, 汇合上下伏藏密 义为一的寂忿百尊, 在其近修上努力专注时。某日, 黎 明时分,以厌患与猛利的出离心为缘后,面前的虚空中, 显现了邬金莲师与持明蒋华西宁,在光明境界中见到 了。

"吉祥邬金法王父母"指莲师父母,他们大悲的极 广大的事业, 生生世世对自己有过恩养。以这种缘起生 的愿力,时机一成熟,对于轮回苦的自性,内心就不由 自主地生起忍不住的厌患和猛利的出离,这样变了心 后,一心想要闭关修持。这就是因缘到了,自然有这种 反应。

在希日巴瓦达寺院,三年中一心精进修行的这段时 期里,主要在上下伏藏的密义汇合为一的寂静忿怒一百 尊的近修上,努力专注。"近",指持咒能够靠近本尊; "修"、指和本尊的本性相应。

这期间出现了境相。某天黎明时分,以对轮回苦的 厌患,和猛利想出离的心作发起的因缘,当即在面前虚 空中,出现了邬金莲花生大师和大持明者蒋华西宁。在 光明境界中见到了。

为作表义而作了许多无戏灌顶,最终融入自身。由此,自然的证量忽然生长起来,出现一些觉受境界,堪能自在业气,虚妄显现顿时消殒。

心中的智慧力变得明利起来后,对于此生的显现多数已忘记。好像到了另一世,住在阿里班钦的习气中,没有别的境相,纯粹在这样的相中过了一段,感觉模模糊糊的,并不那么清晰。

当时莲师和蒋华西宁为表义给了很多无戏灌顶。灌顶有很多种:有戏灌顶、无戏灌顶、极无戏灌顶、最极无戏灌顶,现在总的说是无戏灌顶,就是没那么复杂,不必用宝瓶等的戏论方式灌顶。

当时领灌之后,莲师和蒋华西宁随着就入了自身。 得到直接加持的缘故,自然证量忽然生长起来,比如说 一百倍、一千倍等的增长。当时出现了一些觉受境界, 能自在业气,虚妄显现一下消陨了。心中的智慧力变得 明利起来,智慧的觉照程度或者敏锐程度得到了提升。 此生的显现多数忘记了,感觉好像到了另一世那样,住 在阿里班钦的习气中。

从这里看出他前世是阿里班钦。"班钦"是大班智

达。"钦"在藏文里表尊重,比如"堪钦"是大堪布。 阿里班智达是《三戒论》的作者——宁玛派的大成就者。 当时没有别的境相,就住在这个习气里过了一段,但感 觉上模模糊糊,不是特别清晰。

不久,我在梦境中来到了一处陌生之地——名为 "任运成就"的剎土。见到会众中, 有骑在龙身上的金 刚威猛(这是八大莲师中的忿怒莲师),一脚屈着,一 脚斜伸, 以国王游戏姿骑在龙上。色身是一种超过有漏 质碍的如彩虹般的相, 在动态中(就是龙和莲师都在 动)。然后,有一位现为僧相的人,我认为是丹津护法。 他过来说:"邬金与本尊不二故,无疑, 儿将得父宝藏。 天尊就是他!"言毕.随即消失。因见本尊之故,此时 已经出现发掘甚深伏藏的前兆。

尊者说:过了不久,我在梦里到了一个陌生的地方, 名叫"任运成就"的剎土。只见眼前的会众中,有一位 骑在龙身上的金刚威猛。他呈现国王游戏姿,一脚蜷屈, 一脚斜伸, 也就是莲师八变里的国王游戏姿。

他的身体超过有漏质碍,如彩虹般,为光明体性。 不是静态, 龙和莲师都在动来动去。"彩虹般的身", 就 像当年赤松德赞想试验一下, 手从莲师身上过的时候,

没有任何障碍,直接穿到对面去了。说明那是光,没有质碍。

然后来了一个人,现僧人相,我认为他是丹津护法变的。他过来说:"邬金跟本尊不二,所以毫无怀疑, 儿子会得到父亲的宝藏,天尊就是指他。"就是指这位 骑龙者,他就是莲师。那个人说完就消失了。

这时在梦里已经得了预兆。因为见本尊或者莲师的缘故,出现了开启甚深伏藏的前兆。就是这样一种表示。一件事要出现时,有它的前兆或者缘起成熟的前相,会在梦里显示一下。"儿得父宝藏",就是毫无疑问,父亲的宝藏会由儿子获得,不是由别人得到。意思是,你是莲师养育的,到了因缘成熟时,当然由你来取莲师的伏藏法。

当年,莲师伏藏龙钦宁体时候,已经做了缘起。因 缘成熟,就自然会出现这些相。

上次讲到尊者在寺院闭关时,梦中见到了莲师。当时护法对他说:"莲师跟本尊不二,毫无疑问,儿子能得到父亲的宝藏。"他那次见莲师,就出现了开启甚深伏藏的前相。

几天过后, 在火牛年(1757)10月25日夜晚, 我 心中对于大古鲁莲师生起了恭敬及胜解信的缘故, 眼眶 里充满了泪水。以宿世习气稍微发动后,就忆起了莲师, 心很伤感: 这些红面藏人不作善法, 尽作恶业, 圣教只 剩下影子,似乎是成天由贪嗔来生存的地方。现在我如 孤儿般,被遗弃在边地流浪。父亲走了,胜过一切佛的 大悲莲师去铜色吉祥山了, 何时才有因缘见到呢? 想 后. 随即心中起了无量悲痛. 泪水不断地流. 在此状态 中入睡了。(如同《水月舞者》传记中所说。)

过了几天,在10月25日夜晚,尊者心里对于莲师 起了猛利的信心和恭敬,当时眼里充满了泪水。宿世的 习气稍许发动一下,心里就开始不断地忆念莲师。他心 情很伤感:现在落在藏地,旁边的红脸藏人们不作善法, 都是造恶,圣教只剩个影子,没有人在心里真实修证, 人们好像成天以贪嗔过日子,自己就像被孤单地遗弃在 边方之地(就是处在到处都是造恶,没有正法的地方)。 父亲莲师走了,大悲怙主去了铜色吉祥山刹土,我什么 时候才有见到父亲的缘分呢?他以这样思念,致使内心 起了无量悲痛,泪水止不住地流。在这样伤感的心情中 入了睡眠。

当时,尊者是以猛利的信心和恭敬,一心愿依止莲

师,这就是得相应的缘起。

在梦中的光明境界里,心前显现无边无际遍满的大光明。我骑着一头悦意的白色母狮子,顿然跃入无边深远的虚空界。乘空飞越以后,一时出现一个地区的境相,我想,这是尼泊尔殊胜夏绒卡秀塔的外围环形路。

尊者在现起无量悲痛后,随着就入了梦光明境界。 只见眼前显现无边无际的光明。当时骑在一头很悦意的 白色母狮子身上,顿时入了不见边际的广袤虚空界。这 样乘着虚空飞骑过去后,一时间眼前出现了一个地区, 有很多境界相。这是到哪里呢? 尊者认为这时已经到了 尼泊尔夏绒卡秀塔的外围环形道路上。

彼时,在东边环道上行走之际,当即就现见了法界智慧空行母。她把一个木制的扁箍型宝盒交给我,说道: "在清净眷属的现相之中,您是法王赤松德赞;在不清净所化的现相之中,您是森格日巴。这是普贤的意藏,持明莲花生的大界表征,是空行母的大密库。你要知道它的秘密。"宣说完毕,消失无踪。以此我起了大欢喜心。

尊者说: 当时我在东方的环形道上走,随着就现见 了法界智慧空行母。她把一个木制的宝盒交给我说: "在

心清净了的眷属的境界中, 见到你是赤松德赞法王; 在 心还没清净的眷属的境界中,见到你是森格日巴。这个 宝盒是普贤的意藏,持明莲师的大界表征,也是空行母 的大密库。你要知道它的秘密。"说完,消失不见。得 到这个加持, 我生起了大欢喜。

在梦光明里, 时空等境界跟人间的境相全然不同。 当时尊者见到的不是普通凡夫心识的境界。

法界非常稀奇,到了缘起即将成熟时,就会以一种 因缘来引动。当时尊者对莲师起了非常猛利的信心和恭 敬,一想起自己被遗弃在周围全是野兽般的恶人的边 地,心情非常伤感,一心思念莲师。以这个极度忆念的 缘起力,就入了梦光明,开始显现取伏藏的境相了。

这时,自然呈现遍满光明的境相,出现了一头白色 母狮子, 自己骑在母狮子上, 霎时间凌空越过了许多地 区,到了夏绒卡秀塔的外围路上。这都是秘密层面的事。 其实,在人间由砖石等堆砌成的宝塔外相的当处,就有 深密的境界,只是凡夫的心识不清净,受了障蔽见不到 而已。

秘密层圣塔的四边都有道路。他走到东边道路时, 出现了法界智慧空行母。首先把一个木制的扁筛型宝盒 交给他,这里面其实有大法。然后透露了他身份的真相,

这同样是三身不二的情形。 清净眷属能见到内层、密层 等,见他是文殊化现的赤松德赞;不净心识见到的是凡 夫同类相。他本是法王赤松德赞,但在现时因缘中,在 凡夫不清净的心前就现为人的相,这叫做幻变。其实, 化现的本源和所现的相不二, 所以虽然有清净眷属和不 清净眷属的两种所见,实际是不二的,现前的森格日巴 就是法王赤松德赞, 也就是尊者的本地风光。

又说到,这个法是"普贤的意藏"。用文字要表论 的就是自性普贤。自性普贤的法藏是极秘密的, 也是真 实的法, 彻证时才能见到它, 而这里是用文字符号来论 表。所以, 所显现的文字法藏表论的就是真实法藏, 或 者说,这部大法要开示或引导的就是悟入自性普贤秘密 的法要。后两句也是同类的意思。

"持明莲花生的大界表征",住在光明中毫无移动 的法身莲花生的大界表征。莲师与法界不二,或者说即 是法界。莲师所现证的大法界用文字表论就叫"表征"。 或者说,文字所指示和引导趣证的就是莲师所现证的大 界,所谓"还归法界而成佛",就是这个意思。

"空行母的大密库",空行母所证到的秘密法藏, 或者所守护的密法,就是这个心髓大法。

实际上, 普贤、莲师、空行三者本自不二。空行母 宣布完毕就顿然消失。以此因缘,尊者起了大欢喜心。

启开宝箧,忽然从里面冒上五个黄纸卷和七颗豆子 般大小的水晶。当时, 我着急地快速打开大的卷轴, 随 即被一股上品药物的气味熏得全身发麻。但是一想到此 法的伏藏主是凶猛易怒的怙主、家赫拉、心中顿时警惕 起来。随后, 次第打开卷轴, 呈现出总体为舍利塔的形 相。塔内充满了密密麻麻的空行表示文字。无法阅读。

当时尊者在特别欢喜的心情中, 急忙打开宝箧, 里 面自动冒出来五个黄色纸卷和七粒豆子那么大的水晶。 他心里很急,很快打开大的卷轴,随即就被一股上品药 物的气味熏得全身发麻。这时,想到这部法的伏藏主是 一颗赫拉,他管得很严,显现上非常凶猛易怒,心里顿 时就警惕起来,提醒自己不要犯错误。之后,次第把纸 卷打开,出现了一个总体是舍利塔形状,里面由密密麻 麻的空行表示文组成,用分别心无法观察。当时感觉没 办法阅读,就准备卷起这个纸卷。

我正准备收起纸卷时,霎那间宝塔形幻化文字表示 图案顿然消失,里面的空行文字顿时转成了藏文—— 《大悲观音修心法类》,我没有读下去,就放在一边。 心想:谁传持这个法呢?我累世的传记如何呢?想到这 里. 就看到伏藏法的跋文中有一谕令: "此属法王父子 的缘分。"

尊者要收起纸卷时,舍利塔的图案如幻般顿然消失,里面的空行表示文霎那间全转成了藏文,出现了一篇修法——《大悲观音修心法类》。当时尊者读了一些,没全读下去,就放在一边。他心想:这个法由谁来护持、弘扬呢?当时是怎么付嘱的呢?我一世一世的情况如何呢?想到这,就去看伏藏法的后跋,里面有明确的交代:这是属于法王父子的缘分。这里"法王父子"是指藏王赤松德赞和王子穆茹赞普,后者是第一世多竹千的前世。后来果然如此,龙钦宁体的法就是在法王父子的手上传下来的。晋美朗巴尊者是法王赤松德赞的转世,他授权第一世多竹千为龙钦宁体的根本法主。

继续读下去,文字如明镜中顿时齐现般,不知该如 何依次阅读。

尊者再往下读,忽然间,所有的文字顿然全现,就像镜子里顿时现出千万影像那样。因为是一时顿现的缘故,就不知道该怎么依次阅读。这不像人间书本上的文字,依次排列,可以顺着读下去,这是一时顿现,所以读不了。

当年,莲师在他的本性光明中埋藏了本法。这是无生无灭的无为法,最可靠了。不像外在经书上的文字,会以水浸、火烧、风化等因缘而毁坏,也不像内心记忆

的文字, 受了很强的刺激、昏厥、神志发疯, 或者到中 阴等时就会失去,这是藏在本性光明中的。到了因缘成 熟时,也是一时顿现出来,不是一个字一个字依次出现, 所以无法阅读。

彼时在此境界中, 我生起了无量欢喜。就准备要退 回住处,将有些水晶吞在口中,拿着黄纸卷,就打算离 开。当时现起境相,有个显现成僧人相的人说:"我早 想到你会如此。"并对我显现无比的净相,我认为此人 就是大护法额赫拉。

当时在这个境界中, 尊者起了无量的欢喜心。他打 算要返回住处,把一些水晶含在嘴里,手里拿着黄纸卷, 准备离开。当时,出现了一位现僧相的人对他说:"我 早知道你会这样。"而且在他面前现了无比的净相。尊 者心里胜解,这个现僧人相的就是大护法窾赫拉。

这时,我随即到了环形路的北道,又打开另一黄卷, 发现是《龙钦宁体指南》这本书。立即,内心大乐觉受 无忍炽燃产生。心想:这书是见解脱,我要给阿妈看。 虚空中随即出现一个妆饰得很殊妙的女人,我觉得是阿 妈. 实际是后来在桑耶青普给我解释标志的那个女人。 我请她看这一见就解脱的伏藏物。她说:"需保密的还

给人看,欢喜得太过度了吧!这是个过失。这不但见到 能解脱, 品尝也能解脱, 你吃下它吧。"我当时就把水 晶和纸卷全吞下了, 顿然一切句义无余呈现, 如同从模 子中印出那样, 非常稀有的境相。

再说,尊者很快到了宝塔的环形北道上,这次又打 开另一个黄纸卷(先前打开的是五个纸卷中的大纸卷), 发现是一本叫做《龙钦宁体指南》的书。一见这书,内 心的大乐觉受就禁不住炽然产生。

尊者说: 当时我心里想: 这是一见就能得解脱的书, 我要给阿妈看。正这么想时,空中出现一位以种种饰品 严饰得很殊妙的女人,我认为是阿妈。我就请她看看这 个一见就能解脱的伏藏物。她说:"要保密的还给人看, 你是欢喜得过度了,这是个过失。这不但是见到就能解 脱,品尝也能解脱,你把它吃下去。"当时尊者立即把 水晶和纸卷吞下去了,一切句义顿时在心中呈现,就像 从模子中印出来那样清晰,有无量的稀有相。

我从觉证中醒来后,心念唯一住在大乐中。从此在 我的梦光明境界里, 出现了广大的净相, 一世一世的授 记就如同《水月舞者》中所说那样。

尊者从这一证境中醒来后,心念纯一地住在大乐当

中,而没有别的。这以后发生了很大变化,在他的梦光 明中,不断地见到无量广大的净相,和自己一世一世身 份情形的授记。

尊者在传记中说道: 就众生一边来说, 本来没有万 法,然而以业力仍会变现这些相来。同样从修证者来说, 在修行时, 由于与佛的悲愿力和合, 也会有现而无自性 的种种的觉受、净相等。我讲述这些是为了使后人起信 心。

尊者在自传里还讲到: 依众生的情况来说, 本来没 有万法,但是以业力仍然会无而显现各种各样的相,包 括根身、器界、受用(色声香味触)等无量无边的虚妄 显现。修行时,心跟佛的悲愿力和合,也会出现种种现 而无自性的觉受、净相等等。 意思是在修证过程中,以 缘起力同样会出现各种境界,这也同样是没有实体的一 种幻现,都是缘起力用的一种表演、一种游戏。尊者说: 我讲这些是为了让后世学人生起信心。

我向依怙上师图却多杰请教这些状况,上师说:"像 你这样的成就者,要一个接一个地取出传承下来的真实 伏藏, 以及以净相意伏藏而出现无量法门, 这是毫无疑 问的。但暂时要特别保密等。"

尊者后来把这些修行和梦光明的净相向上师请教后,上师说:"你这样的成就者,会一个个地取出佛语 伏藏,和在净相中显现无量法门,这是不必疑虑的。" 意思是,像你这类宁玛派成就者,一个是外在取的佛语 伏藏,一个是光明中出现的意伏藏,这是因缘成熟时自 然就会出现的。不必怀疑这些不可靠,这些都是非常清净的殊胜法门。

说完,我心里也想:现今五浊恶世,取伏藏和出净相有多种的情况,人们都入了疑惑之网。总的来说,对于空行大密藏能自在而转的征象未持在自己手上的话,有些人以气脉状况和某些特殊天性,也能随意唱得出道歌,会现出一些零散偈颂,结果就认定这是净相法门等,自以为是大的事业,此类情形也是见闻很多的。再者,如果有勇父空行圣者劝请我取伏藏的话,若对于自己的寿命、事业的缘起有损害,那不得不干。除此之外,我在七年里甚至对着风也不宣说,纯粹无分别安住,对此我再不想什么了。如是断定后,就放下而安住了。

尊者说:上师这样肯定后,我心里也想:在现今的 浊世,像是取伏藏、出净相等情况多种多样。人们都入 了疑惑之网:这是真实的佛语伏藏、在光明中现出的意 伏藏,还是魔现出的假伏藏?等等。真真假假难以分辨。

尊者说: 我总的看法是: 对于空行大密藏能够自在 而转的征象,没有真的持在自己手上或者把握的话,有 些人因为气脉顺畅,或者出于慧业文人的天性,也会随 意唱出道歌来, 出现一些零星的偈颂。像这类情况也经 常能见到听到。实际都是虚假的伏藏或法门。

他又想: 如果真的有圣者勇父空行劝我立即取伏 藏,那我不取的话,对于自己的寿命、事业的缘起会有 损害, 所以绝对要去做。如果没这个情况, 那我在七年 里,一定守住誓约,甚至对着风也不宣讲。

这事出现以后,尊者心里无分别而住,再也不想它 了。这样决定后,就完全放下它。一直到七年后,因缘 成熟时,才宣布了这个伏藏法。这期间完全保密,自己 的心也根本不去想它,就这么放下了。

复次,到了我31岁,即地兔年时,由三宝三根本 海的大悲力,三年三月零三天的闭关无碍完成。作了解 脱的灌顶、取悉地的仪轨,同时一起作的喜筵。

尊者说: 我 31 岁时, 由于三宝三根本海的大悲力 加被,三年三月三天的闭关没有障碍地完成了。通常闭 关结束要给自己作灌顶,这叫做"自入灌顶"。就像金 刚阿阇黎给别人灌顶前, 先要给自己灌顶那样。在闭关 结束时,他给自己作了解脱的灌顶,也修了取悉地的仪轨。

在一个树林围绕的欢喜园,与施主们晤面。依白度母如意轮而作长寿灌顶,作了比较大的荟供。

出关后,在一个树木围绕的欢喜园和施主们见面, 作了白度母的灌顶和荟供。白度母是长寿三尊之一,属 于女本尊。

虽然当地亲与非亲的一切众生都奉我为礼拜供养处,但我心想:恐怕心会变成老油子。无量贪嗔等过患的来源就是对家乡和当地寺院的贪著,应当如唾液般舍掉,居无定所,随缘度日,心已足矣。只想做一个童真的、与人无不融合的修道士。

尊者出关后,当地无论是亲友、非亲友,都一致认 为他是了不起的大德,而奉为礼拜供养处。

但尊者想:这样下去不好,自己搅在世俗八法里会成一个老油子。因为处在高位,接受顶礼供养等,会生很多贪嗔,时间一长就成老油子了。

他又想:贪著家乡和当地的寺院,是贪嗔、骄慢、嫉妒、散乱、放逸等无穷无尽过患的来源,会坏掉我的修法。尊者特别明知苦和集。对藏人来说,所谓"世间",一个是家乡,一个是当地的寺院。这里人来人往,亲友、眷属、弟子等围绕在身边,这都是烦恼的根源。

所以尊者想: 我要像唾液一样把贪著去掉, 真正当 一个舍世的云游僧,居无定所。不固定住在什么地方, 因为住久了会出现过患。自己随缘度日,一切都心满意 足,不希求什么。只想做一个童真的、与人无不融合的 修道者, 不求名闻利养。

一般人认为,自己处在上师的地位,得很多恭敬、 供养等很好, 求之不得。岂不知名利就像毒药, 会失坏 修行。这就是当时尊者的想法。"童真",指不带我执、 我所执引起的各种假面具,以及伪装、矫饰、贪嗔、竟 争、散乱等等,永保童真的心,跟任何人无不融洽和合。 这是他心中的所愿。

当时,亲附我的那些人说:"你从此地去他乡,食 住都不方便,这不妥吧?"感觉似乎在特别怜悯地开导, 我觉得就快入到诱惑的狱中了。

尊者说: 我做了这个决定后, 很多亲近我的人都说: "您从这里到他乡异地,吃住都不方便,这样多不妥 当!"他们好像很有怜悯心地在作教导,我感觉快要入 到诱惑的牢狱中了。也就是, 听别人这么说, 心不清醒 就会被情所动。

但尊者不会上当,他后面就唱道歌劝自心出离,修 真实的道,不在虚假上停留。修道即生成就是一条长远 的路,一定要有特别深远的见识,不要被中间一点小名 小利小成就给耽误了。

彼时脱口而出,唱出道歌,劝励自心:

"唉玛吙!

教主释迦狮.

雪域有缘的圣观音,

诸佛总集大邬金,

由衷胜解作祈请.

令老油子的心转向法。"

面对亲友们怜愍劝诱的假象,尊者当即脱口而出, 唱出以下道歌劝自己。

"唉玛吠"是惊叹词,意思是奇哉。这是至心祈请 释迦佛、观音圣尊和莲师。

尊者唱道:教主释迦佛;藏地有情共同有缘的观音 圣尊,西藏是观音化土,由观音大悲力而出现了这个民族,所以与藏土众生普遍有缘的是观世音菩萨;以及诸佛总集邬金莲师,我以胜解至心祈祷,让我这个老油子一心转向法,不要落在非法中。

什么是非法? 就是用佛教来搞名利,或者外现修行,实际落在贪嗔和世间八法里,散乱在世法和佛法的琐事中。

"轮回的自性于何者思维。 亦生厌患与出离,如同巨大寒水石。"

无论从哪方面思维, 轮回的自性都是苦的。轮回不 是别的,就是当下的五取蕴。我们念念都在起惑、造业、 感苦, 所以念念都是轮回, 从没脱离苦的轮转。不论从 苦、乐、舍哪种境界,善趣恶趣任何处,或者成功失败、 悲欢聚散等哪方面思维,都充满了过患,没有一点好的。

这就譬喻成一块巨大的寒水石,接触哪里都有冰凉 刺骨的苦,没有一点舒服的。同样,轮回里没有一点真 实的安乐或可休歇处。

既然如此, 那就不得不出离, 不能再为着现世的名 利耽误解脱大事, 那实在是愚不可及。深陷在三苦炽燃 逼恼的状况中,不停地在苦中轮转,这样还不寻求出离, 任由这种状况发展,难道自己真的像铁球一样,是个没 有心的人吗?

"今世得了暇满宝. 人生却多时已空过。 虽从内心想修法. 却散于八法,似善实已杂。"

这一世得了暇满宝,可是人生多数时间已经浪费,

没剩下多少。心里一直想: 我要好好修法,其他事没有意义。然而不由自主地散乱在八法里。好像修一点善法,实际都跟八法杂在一起了。

我们切莫骗自己,以为修了很多善。检点一下就发现,行善的时候,不断地执著我的名、我的利、我的地位、我的功德等等。处在各种应酬里,根本防不住心,不断地散乱在尘境中。

这里尊者直截了当地检点自己:我不要做这些在八 法里散乱的事。看起来好像修一点善,别人也有些表面 的赞叹,其实说的都是闲话,做的也都是闲事,都杂了 很多世间法的毒。

"虽以五欲为道行密法, 却驰于五毒烦恼自相上。"

看起来好像在行密咒行,以五欲为道,实际已跑到 五毒烦恼的自相上了。

比如说以贪为道,刚修才两分钟,就已经跑到真正的贪上去了;以嗔为道,结果是真正起了嗔;以散乱为道,也成了真实的散乱。可见并没有以它做到"道",心里出来的东西没变,还是原来那个烦恼。

"虽在寺中修静虑.

却为着存亡两财。忙着经忏颇瓦而度日。"

虽然在寺院里修静虑,天天打坐、修定,但处在俗 人的包围圈里,各种琐事会纷至沓来。

在藏地,人们普遍对闭关的行者特别看重,认为供 养他肯定有利益,所以家里要禳灾、度亡、祈福等等, 就往关房里送供养。结果,说是在寺院里修定,其实有 忙不完的事。得到了为死人和活人做法事的两种信财 后,一直忙个不停,时间都在忙着做经忏和念颇瓦中度 过了。所以,尊者想赶紧舍掉家乡和家乡的寺院,因为 这里的缘太多,缘多了就修不了了。

"虽修生圆双运法。

却以势利名称外散而空过。"

虽然修生圆次第双运,但还没做到如法时,心已经 随具威势的虚假名誉而向外散乱了。

人们会说:他是了不起的密咒士,修息法很灵验, 修诛法很厉害, 生起次第修得好, 扎龙也不错。结果自 己就有了具威势的大名称。说是修牛圆次第,心已经跟 虚名跑了。

这就告诉我们,前行的基础没打好,修正行往往会 落到这上面。法当然殊胜,比前行高才叫正行,但人的 心很差,一得到高的名称、声望等,就不由自主地跌在 世间法里了。心没有通过前行得以成熟,还有很多贪著 八法等的烦恼心,内在的心没变,面对法的时候,还是 杂染心在起作用。

这是当今时代的普遍现象。修行人不重视前行,一 开始就修高法。虽然修的是很好的法,但内在的心没有 修好,结果遇到世间境缘时,根本把持不住,直接陷在 名利的魔网中,或者落入了散乱。这都是点出了痛处。

"虽知本净自面赤裸裸,

却住在后得觉受的皮子上。"

虽然知道本净的自面是赤裸裸的,但往往住在后得 觉受的皮子上。虽说有一点悟,然而心持不住。

"虽已出现离边广界之证德, 夜梦却迷惑入歧途了。"

虽然现了离边广界的证德,但不能打成一片,到了 夜晚入梦时,又迷惑入歧途了。

即使白天做得了主,能始终保住而不入迷,但入梦时,往往又迷掉了,在境界里浑掉了,所以悟后要长期保任。唐代得成就的禅师多,因为他们有坚决的出离,悟后住山几十年保养圣胎。后来成就的人则越来越少,

就是因为普遍不重视出离,导致大道无法圆成。

我们一生修道要把握四个重点,就是出离心、菩提 心、无二慧和求生净土。当前初步阶段,要以出离心为 主要的修行,要修坚固,要贯彻一生。

"虽对他人劝善说忠告。 却成了绮语、耻笑因。"

虽然对别人说"你要行善"等,作各种劝告,但却 成了绮语、闲话。自己都做不到,还教别人,完全成了 他人耻笑的因。

这就叫不究竟的利他。自己没修好, 就在别人面前 说各种劝善的忠告,自以为是,好为人师,都成了说闲 话。所以,人要有自知之明,不要冒充老师。

"佛说的未来诸授记。

现今众生的头上已降临。"

佛对于未来作的各种授记,已经在今天众生的身上 出现了。

这是一种厌离的话。 末法时期的人多数注重外在假 象,真正能长期精修,有证德的人非常少。大家都迫不 及待, 想马上开悟, 但是没有一生修行的誓愿, 连最初 的出离心都有问题,是很难成就的。

这也是世尊的授记,未来时代,人越来越没有修行。 譬如经中说:佛灭后五百年属于正法时期,人们能证果; 第二五百年,人能修定;第三五百年,能多闻读诵;第 四五百年,能造塔修福;第五五百年,基本都是斗诤。

"思维如今什么也不需, 从内心想修真实法。"

想一想现在对世间法一无所求,什么名利享受、眷 属资财、地位权势,我什么也不要。我从心里想修真实 的圣法,或者一生以修法来度过。

"前贤住处加持大,

然于如法行的静处,无熟无亲的空山当出行。"

虽然古德先贤住的地方有大加持,自己却想去能如 法修行的寂静地。那里没有熟人,也没有亲戚,独自一 人在空山里修行。

"无供养则师长不喜欢, 未分配则僧众谁喜欢, 无受用则道友聚而离, 无眷属信众必为众人轻, 教众之义岂能有所成?" ("教众之义" 指圣教和众生方面有意义的事。)

如果没有很多供养,上位的师长就不欢喜;没有东 西给大家分,僧众哪个喜欢你?没有受用的话,道友原 来跟你聚在一起吃喝,后来也会离开;没有很多出家眷 属和在家信众,大家就瞧不起。就像今天,谁有地位, 有很多徒众,大家就欣赏他。至于布衣褴褛,讲究修行 的人,人们都瞧不起。这都是颠倒相。

尊者以厌离心说:像这样,对于圣教和众生的义利 哪里做得成? 这个时代,在家和出家的团体里都有很多 杂染, 搅来搅去就成了世间法。这样, 连心都抽不出来, 陷在世间法里,对于圣教和众生的义利能真正作出贡献 吗? 这不成了自欺吗?

"嗟吙!

于平居处不贪著. 修绳总在腰上缠. 石堡雪山兰若处, 无住的广大界中休歇。"

好啊! 我现在不贪求平时的住处, 修绳在自己腰上 缠住,我想在雪山阿兰若处,不染任何世间法,没有亲 友、名利等耽著,心不落于尘劳,在不住相的广大界中 休歇。

过了一段时间,想到吉祥桑耶青普建立修行的胜幢,就往那边走。到了桑耶寺附近时,在稀有的五座石塔处,做了荟供、酬补。不清净的现相消失了,心前现了无量清净相,这时唱了下面的道歌:

过了一段时间,尊者想去吉祥桑耶青普建立修行的 胜幢,不想搞那些不究竟的事。于是发心去青普闭关。

来到了桑耶寺旁边,那里有稀有的五座石塔,尊者就在这里做了荟供和酬补。当时的证境是不清净的现相顿时消失,心前现出了无量的清净相,对此他唱了以下的道歌。

"顶礼五部佛莲足!于有相戏论的善行,建立了远离自欲的命要;于生起次第器情清净,了知了无著而自现的关要;于此生全心修行,远离了对证道迹相的欲求。 从错谬三处的险地中已脱离,这是我闻的近取处。"

在敬礼了五部佛莲足后,尊者说明自身由闻思修直 接取得了何种成果。

他首先说从闻直接能达到的地方,其次说从思能达到的地方,之后说从修能达到的地方。有时候从闻直接可以达到,不必再思维,一听就能把握到。在更细处,他通过思能把握到,不必经过修。在最细处,他通过修

能够把握到。

尊者首先说: 我以闻为因, 达到了从三种错谬的险 地中脱离。怎么脱离了三种错谬险地呢? 就是前六句所 说的。

第一是在有相戏论的善行上远离了自欲。世俗的善 行都属于有相的戏论,这上根本的歧途是脱离不了自 欲。总想着:"为了我如何如何,我要怎样……"做善 法的时候,总有想求名誉,在别人面前展现等的心,或 者特别计较自己做了什么,一直是缘着"我"来求的, 这叫做"自欲"。这种心脱不了就是一种险路。尊者说: 这个歧途, 我在闻的时候就超过了。

"远离自欲",是修大乘道利他行时,如命根一样 的要点,有了它才有清净的利他行。比如,说是利益别 人,实际是为了自己脸面好看。或者,说是发心做事, 但一检查, 凡是自我满足的时候就高兴, 自我不得满足 就不高兴, 那是为谁在做呢? 显然是为着自己。这就叫 自欲, 它很难脱离。

一旦离了它,就有了大乘道的命要。在利他行上, 像命根一样的要点,就是心里完全舍弃自欲。丝毫不顾 恋自己,才是清净的利他行。如果一直缠绕在"我"上, 做什么事都要观待我喜不喜欢? 我有没有成就感? 得 不得满足?等等,那么说到底,做利他就是为了自己。 这是修行中,第一个会发生错谬的险处,一落到这上面, 一辈子做的无非是为自己求名利。

名利心很难除。不必说粗的,像是大张旗鼓地求名 誉、称赞、钱财等等,但凡心里总想着"我",有一种 爱重自我的心,就叫做自欲。一有了它,就不会发生清 净的利他行。

以上讲的第一个歧途,大家听了应该有所触动。

第二是在生起次第器情清净方面,没有了平庸的耽著。心上再没有净与不净等的耽著,这时本来的清净相自己就会现。尊者已经了解了这个关要,超出了耽著的歧途。

总是分别这个清净,那个不清净,那个更清净,好坏、得失、净秽、圣凡等等,始终在分别里缠绕,落在耽著的戏论里。这样本来的清净就现不出来,完全落歧途了。

如果没在心要上用功实修,修法就没有进步的机 缘。盲目修法更是不行,口里念念,心里没有见解。现 在的人连见解都没有就随便修,心落在歧途里根本不晓 得,这样是很危险的。

第三是此生全心地修行,对于外在成就境界相的欲

求完全远离了。不求外在得神诵、证相等等。

真正的修行重根本,不重枝末。这跟禅宗大德说的 "但得本,不愁末"是一味的。重道本,不重神通外相 就对了。尊者说:我在道的根本上全心修行,不在外面 的神通等迹相上着眼,对这方面的欲已经脱离了。

有些人一心求神通、能力、境界等外相,得一点小 神通就沾沾自喜, 沉浸其中。这种有所得的心是很大的 魔障, 是入了歧途险地, 很多人难以脱出。

一般没修好心的人,在在处处落在这三个歧途里。 尊者说:我通过闻已经脱离了这些歧途。

上次讲的几句道歌,再作成偈颂说一下。

"顶礼五部如来足!

于有相戏善行上,已离自欲立命要, 于生次第情器净,已知无著自现要, 此生全心住修行, 已离欲求道证相, 离彼错谬三险地,是即吾闻近取处。"

今天接着讲尊者唱的道歌,下面讲由思维所达到之 处。

"圆满次第本离戏。修无所有空无义。 定位后得明空融,净舍立执于自地,

平常明性本自明,未入无念痴无染, 离彼错谬三险地,是即吾思掌握处。"

尊者说:我由思维从三处错谬的险地里脱离,不必经过修,已经能把握了。离了哪三处险地呢?首先说到,圆满次第本来离戏,另外去找一个什么也没有的空来修,这毫无意义,或者没有必要修这样的空。

其次,在根本位和后得位上,明空本来双融不二,明而空,空而明,这就是本地,特意执著要舍什么、立什么都成了错谬。尊者说:我住在明空无二的本地里,欲舍和欲立的妄执都净除了,不再起这样的心。

第三,平平常常的明性本自有个明分,在此上没有入无念呆傻的状态而沾染上它。这是本来纯一的明,如果落入无念、呆了的状态,就像在漆黑的房间里没有一种明分,虽然不起念,没有善恶,但处在呆傻的状态中,这就是险地。尊者说:我对此已经脱离,不会沾染无念的痴心状态,不入这个歧途。总之,它平平常常,本来如此。这上没有增减,人人本有,个个现成,没什么稀奇古怪的。

接着讲由修所把握之处。

"胜观何现本空明,不流注于伺察境, 自住明念于本性,无有惧散之作者,

无修一味离所缘, 舍心作舍垢未染, 离彼错谬三险地,是即吾修掌握处。"

这里谈到胜观、自住、无修三方面的险地。

首先说胜观。任何显现本自空明就是胜观。这不是 一般说的胜观,它本寂本照,不是修而新生的,如果心 落到伺察所知上,就已经入了歧途。

在这里不必要观察修,心有一种拟议或趣向,想着 "这是什么", 伺察对面的境, 就脱离了本位, 发生了 迷乱。也就是说,不必造作什么,或者刻意观什么,如 果特别立一个境来观,就只是假立,实际已经跑出去了。 尊者说:我在胜观方面,心不会流注在伺察对境或所知 ۲.

再讲自住。"自住"是对自己的本性不忘记。已经 见到了它,心里一直不会忘。就像人不会忘记自己的名 字,因为就是自己,他不会忘,这时没有了害怕丢掉或 散落掉的心,已经修到时时不忘本来人。不像先前要时 时提醒:"我一定要看住它"等等, 生怕丢掉。

第三是说无修。这也不是别的,就是一味地离所缘。 如果特别提起一个"舍",把贪嗔等心舍掉,就成了有 所缘。大圆满和禅宗都说对治是一种障碍。因为对治就 有对象,有对象就有所缘。尊者此时,连以舍心特意来 舍烦恼等都没有沾染。

尊者说:远离这三种错谬处,是我以修能把握到的。

"于庸常苦全无受,于有漏善已离著,明性现门不灭时,境明现分无希冀, 界中分别已消泯,无念暗笼从中脱, 欲色无色诸天歧,已离歧险三错谬。"

这是讲脱离了乐、明、无念三种歧途。在乐上耽著 会入欲界,在明上耽著会入色界,在无念上耽著会入无 色界。

前两句是说脱离了欲界的歧途。欲界包括恶趣和人 天善趣,都属于散乱界,上界处在定中。在散乱界里, 超越了庸常的苦受,没有身心上的苦恼。而且脱离了对 有漏善的耽著,不希求人天欲乐而修有漏善,超出了欲 界的善趣。这就脱离了入欲界的歧途。

什么是欲界的歧途呢?就是以为有真实的欲乐,为 了得到它而修有漏善。以这种心的方向、耽著就会入欲 界,这是一个歧途。尊者已经从中脱离了。

然后说入色界的歧途。对于境的明现分有希冀,盼望得到它,在定中对此有希望心、耽著心,就会入色界,而不出生死。尊者说:我已经从中超越了。

"明性现门不灭时",现一切法的门或根源是自己

的明性, 也叫做智慧或法身。它是显现的门, 万法都是 它所现出的幻相。它本身是明,如果它是暗的,那可以 有期盼,看怎么找到一个明?但它本身就是明,还去找 什么明呢? 尊者说: 我远离了对于境上明现分的希望 心,从色界的歧途里脱出来了。

接着是入无色界的歧途。这是指处在暗暗的无念的 笼子里,就会入无色界。尊者说:我在这个界中("界" 指一真法界),分别已经消掉,但又不落在无念的暗笼 当中。

像这样, 尊者已经脱离了欲界、色界、无色界的三 种歧涂险地。

"虚廓通彻真心中, 住于离戏已现前, 斯乃吾果运到处,闻思修证诚如是!"

尊者说:在虚廓通彻的真心中,住在离戏里,这个 证境已经到达或现前,这是我的果所运到之处或达到的 地方。也就是离掉了虚妄的显现、流落在幻尘中,已经 回归了。

以上尊者讲了自己闻、思、修、证所达到之处。

接着。到了桑耶青普境内娘氏·当增桑波的岩洞。 洞的上层到处布满了水滴画纹。洞内如小湖般聚满了 水,遍生很多荨麻等绿色植物及各种芽。在当下能顿消 此生显现的此地,最好能一人独住。

由于雨水很大,岩洞的内外没有一处干的。在洞对面的山沟里,从一户世俗的男人家借了一张白色毯子,昼夜无差别地作为衣服。

珍爱我、护持我的人,如同白昼星辰般,一个也没有,所以过得很寂静。我分辨相兆时想到,在此处可以步古尊宿的后尘,心里就格外欢喜起来。

尊者实现了宿愿,来到莲师修行处——吉祥桑耶青普,到了大成就者娘氏·当增桑波的山洞。

这里的情况如何呢?洞上方的岩石上布满了漏雨 形成的纹,洞里有较大的空间,下面积满了水,像一片 小湖。由于长期没人住,洞中长满了荨麻等各种绿色植 物,发了很多芽。

尊者想:这个山洞的加持力很大,住在这里能退失 此生的虚妄显现,所以想:我最好一个人单独住。可见, 修行时应独自而修,才不受干扰。传记后面也讲:起初 有个亲戚照顾他,后来亲戚也走了,尊者就独自一人在 这个洞里修行。

当时雨水特别大,山洞一直漏雨,里里外外都很湿, 没有一处干的。尊者要住在这里,看到洞口对面的山沟 里有户人家,就向住在那里的男人借了一张白色毯子, 早晚都用它包住身体,作为衣服。

当时住在洞里非常寂静,没有亲人朋友、提供帮助 的人,但尊者心里非常欢喜。想到这么好的圣地,以后 能住在这里效仿古尊宿的修行,就充满了喜悦,此外没 有别的念头。这是修道者的心情。所以,我们应当爱修 行胜过爱一切。得一些名利、享受、恭敬而满意欢喜, 那是落在世间八法当中,没有实义。只有独自一人在静 处修行,才是随行得道者的足迹,才是我们所应希慕之 处。

过了一段时日,有营养的食品——酥油等快受用殆 尽了。以往生活上除了喜乐之外,没有苦的感受。心想: 在邬金大师的修行处摄取实义,建立修行胜幢,这比任 何福德都大。因此, 哪怕没有吃的, 要依止摄生术, 我 也绝不退失修行的誓言。如此起了猛利的决断心。

尊者在洞中住了一段时间,带来的酥油等有营养的 食物都快吃光了。于是心想: 我能在莲师修行的地方摄 取实义, 在心上建立修行的胜幢, 一举摧灭一切内外诸 魔和消尽一切惑业苦,这的确比做任何世俗善法的福德 都大,所以,吃再大的苦我也心甘情愿。哪怕以后没有 一口饭吃,要靠摄生术来存活,也绝不离开此山洞,退 失修行誓言。这时,尊者起了猛利的决断,一心依止法。 这就告诉我们,修行要有"敢死队"的精神,敢于为法 道献身。

正当我住在这无贪著的处所时,来了些俗人说:"到处有山洞,住这么差的岩洞,真是傻瓜!"如是诸道友也说:"住这里不合理。"等等。对此,我起了欢喜心唱着这样的歌:

尊者住在这里,无亲无怨,不会遇到名利、恭敬等, 所以叫做"无贪著的处所"。当他在这安住时,来了一 些俗人,讥讽地说:"到处都有山洞,偏要住这么差的、 漏雨的山洞。这个人很怪,可能精神有问题。"一些道 友也来劝阻说:"住在这里不合适。"比如身体会受不了, 没人照顾,修行也不必要这样等等。他们也有各种理由。 这时,尊者却起了很大的欢喜心,然后唱出以下的道歌。

我们要效仿尊者的道心。他是思维无常到量,知道 死的时候,亲人、眷属、财富、名闻等,包括自己的身体都没有利益,只有正法有利,所以一心想清净地修法, 不染名利恭敬、世俗感情以及各种琐事等。他当时能在 这么艰苦的地方住下来,一切都置之度外,就是下了"要 在这里苦修成道"的决心,遇到任何困难都不舍弃誓言。

所以,别人觉得苦,有人说他傻,有人认为这不合理, 尊者却非常快乐,以此就唱出道歌,表明自己内心的想 泆。

"阿吙!

父乃金刚阿阇黎莲师. 子为清净君臣诸徒众. 处即扎玛吉祥青普地. 三事集聚传记汝听否?" ("阿吙"是真稀奇的意思。)

这是对那些嘲讽者和劝阻者的回答。

尊者的意思是: 你们不知道这是殊胜的圣地, 还以 为这里不好。你们只会看外相,对我生怜悯心,不明白 我心里多么快乐!

父亲是金刚阿阇黎——莲花生大师, 法子是清净的 徒众——二十五君臣,处所是扎玛吉祥的青普之地,这 三相会合的传记, 你听过吗? 意思是, 这在缘起上多殊 胜! 你们不知道那殊胜奇特的传记, 这个岩洞具有大加 持,对于我来说,一生就想依止这里修行,剎那不离开。 这就是心依干法,身依干岩,昼夜不断地接触莲师和君 臣们曾安住的圣地。

"寂静岩洞是为静虑堡, 杂众尊长实乃贪著源, 我诣静处非谓无投处, 乃循得道古尊宿道迹。"

尊者说:这个寂静的山洞,是修持静虑的碉堡。在 这里能安禅静虑,不受任何境风的影响。不然处在世俗 堆里,有亲怨等各种境缘,时时会生贪嗔。或者那些纷 纷扰扰的境,会使心散乱在里面。而住在寂静的岩洞里, 就像进了一座静虑的碉堡,它能保护自己一心住在法 上,不散于别的所缘。

如果作眷属杂众的尊长,整天为他们奔忙,管理很多人事纠纷、生活琐事等,长此以往,自己心里也逐渐在增长贪著,最终就放不下了。所以,有了尊长的地位,就成了贪著的根本。所谓"上台容易下台难",处在那个位置,自然有很多执著。下等的会对权势、威望、地位等起执著,好的也会对眷属贪著。这样心就被缠绕在里面,无法修行。

因此尊者说:我来到寂静处,不是说没有地方可去, 而是想走古尊宿得道者的路,一心在静处长养道业,直 到获得大成就为止。 "处所我执耽著为我所。 石面打制光滑筑起房. 经幡悬挂庄严于自屋. 乞丐我作亦能成此三. 思忖寿命不定择岩洞. 当念速死无常诸道友!"

这还是在分辨法与非法的道路的差别。

世俗人认为: 我们能营造自己的小屋, 可以过得很 舒适,何必到那个偏远的清苦之地自讨苦吃呢?

尊者表达自己的心声说: 世间的事我也知道。首先 是以我执心,把一个处所执为我的住处。之后特别用心 地把一块块石头打磨得整齐、光滑。在藏地做土房时, 先是用石头打地基,这样不会被雨水冲垮。比如拉萨的 房子,下面是很高的石层,在石层上打土房。因为执著 这是自己的房子, 所以特别用心, 每一块石头都精心挑 选,每个地方都做得很好。做好了石头地基后再打土房。 打好土房还嫌不够,还要把房子好好地装饰一番。按藏 地的风俗,要在房子上挂很多五颜六色的经幡。

尊者说: 乞丐我要干的话, 这三件我都做得出。但 是我思维寿命不定以后,才选择去山洞修行。道友们! 你们也要思维人命无常,很快会死,何必以我执我所执 心,营造轮回监狱的家宅呢?人命短暂,也许就快没有了。这么难得的暇满身,哪能浪费在做这种无意义的事上!

尊者忆念无常,想到世间法毫无意义,而修行只有 靠今生得到的暇满身才能成办,暇满又极其短暂,也许 今天就会死,所以想赶紧脱出世俗尘境,到山洞里一心 摄取实义。这就是以无常心,截断一切对世间法的贪著 和各种经营。

"墙面细磨软土使无缝, 好木削刨为柱坚固排, 诸色描画房木成妙图, 乞丐我作亦能成此三, 思忖寿命不定择岩洞, 当念速死无常诸道友!"

尊者继续说造房子的事。为了造一个窝,过得舒适,满足自己的心,世人会花很多心思。墙面不能粗糙,要用很好的软土在上面磨,磨得一点缝隙也没有。之后选择好的木料,通过刀劈、斧削、刨光滑,做成坚固的柱子,把房子撑起来,排得非常整齐。这样还不够美观,还要用颜料在柱子、屋檐、房门等各处,尽可能地画得好看。世人为着今生的住宅,是这样倾注心力。

尊者说: 乞丐我要干的话, 这三件事也能干成。但 是有必要在这上用心吗? 我一想起死期不定,说不定今 天就要死,哪有心思做这些无意义的事? 我一心想脱离 世俗的圈子,坚决地在山洞里住,这样才能摄取到实义。 你们也要想一想:人命无常,终究会死,还忙这些事干 什么? 这是针对那些嘲讽他的人,而给予回击。

尊者是大瑜珈士,那些人一说,马上就很欢喜地唱 出道歌:到底是谁在发疯?谁很傻?你们无非是为着无 意义的房子花费心血,浪费了暇满身,一点实义没取到, 庸庸碌碌地活一世,最终带着满心的贪嗔回到恶趣。所 以,要常常想死时什么有意义,不然一定会迷失方向。

后面尊者破斥出家人做佛门琐事,不能念死、一心 修持的过患。

"三宝依前供品荣盛排。 锅灶瓢壶擦拭清理净. 穿着上下衣今身显眼. 乞丐我作亦能成此三. 思忖寿命不定择岩洞. 当念速死无常诸道友!"

这是讲寺院里的出家人,如果不念死,也会在做各 种琐事中度过一生。

如果是个普通僧人,每天在三宝所依前,把供品排得整齐好看,很丰盛。然后把灶打扫得很干净,锅、瓢、茶壶都擦得干净整洁。身上的上衣、裙子都很贴身、很体面,穿出去很耀眼,感觉蛮有身份。

尊者说:乞丐我要做的话,这三件事都做得来。我 也可以整天把壶擦得很干净,把灶清得很干净,供品排 得很整齐,上衣下衣都弄得整洁体面。但一想到人寿不 定,说不定马上会死,忙这些没意义,所以我选择过山 居静修的生活。

虽然已经出家,但心被常执蒙骗的话,会觉得这样过蛮好,还要想什么?人从世俗生活换成佛门生活,还是按照习惯,一天天过日子,从来不想死的事。就像修行人问仲敦巴尊者:这个是修行吗?是正法吗?有的说转绕,有的说诵经,有的说修定等等,但尊者都说不是,"放下此生"才是真正的修行。

要知道,没修念死的话,今生的事根本放不下。心仍然粘在今世上,不必说求解脱,连求后世的心都没有,根本没合到法上。所以,修前行相当重要,不然绝对落在这里。在家有在家的一套,出家有出家的一套,低位普通人有他过的方式,高位的学者、智者、假成就者、假大德也有他过的方式。总之,大家都不想死的事,都

在忙今生的一套,这就叫"忙今生活计",全都被常执 的魔骗掉了。

大家应结合自己的生活检查,看是不是整天就在忙 今生琐事?这样没多大意义地浪费一世暇满,是最大的 迷失和损失。

"近于土司结交今亲厚。 击鼓咚咚护遮镇压杀. 运用灵器求财充自腹, 乞丐我作亦能成此三. 思忖寿命不定择岩洞. 当念速死无常诸道友!"

这是讲藏地的主管僧人,以及在佛教里做法事过日 子的人的情况。

作为寺院的大和尚,就要和当地土司、领导搞好关 系。必须顾到他的面子,他才肯护持,所以整天搞世俗 关系。其次是做法事搞收入。整天敲敲打打,做护、遮、 杀、压等各种事情。比如信众来祈求念仪轨,保护亲人: 或者对于敌方的干扰进行回遮;或者诛杀怨敌;或者对 这些作镇压等等。整天以护亲伏怨的心做法事。以及运 用灵器求收入,填饱肚子。

尊者说:这三件事,如果我要干也都干得来。但一

想到人在世上像住旅店一样马上要走,何必做这些无意义的事,甚至惹一身罪业呢?我要做一名清净的修行人,献身于清净的修法,所以选择在山洞里修持。

人出家后如果不念无常,就很容易搅在现世护惜面 子、求名求权等事中,不知不觉就陷在这个网里了。所 以,常执这个魔会让人心堕在罪业和无意义的琐事中, 非常可怕。如果不提起无常想,十个就有五双落在这里, 转眼一世又空过了,到时后悔没有任何意义。

"较量之心笃学贪嗔理, 自续顽固外作讲辩著, 未成自利匆遽行利他, 乞丐我作亦能成此三, 思忖寿命不定择岩洞, 当念谏死无常诸道友!"

这是讲佛教里的高层分子等,如果不念死,也都落 在假象上,出现掺杂烦恼,或者自不量力的情况。

首先说,刻苦求学的人以较量心比赛,比如看谁考第一,谁拿的学位高,谁的辩才好等等。为了辩论获胜,对于贪嗔的理认真学习。意思是,以竞争心想辩赢对方,贪著自方的立宗,一直寻找他宗过失。为了立自破他,以贪嗔之心,认真地学习破立的道理。这都是较量的心,

从不考虑修心,一心想在辩论时取胜,觉得这样有面子、 有自尊,非常荣耀。

第二种,自心非常顽固,从不念死,不修心,心丝 臺没变,外在却不断地进行讲辩著。世间各大院校、研 究所里,有很多讲辩著的人,他们不修心,照样可以写 很多书,可以到处讲演、辩论。像这样,如果学法跟修 心脱节,就完全成了知识积累。由于他从不修心,虽然 口里在讲、辩,笔下在著,说的全是圣言佛语、修心法 要,但自心丝毫不修,这样即使成了大学者,心还是老 样子。所谓"江山易改,秉性难移",心相续顽劣得像 石头一样。而且, 地位越高、声誉越大、徒众越多, 就 越难转变。多少聪明人都在这样自欺欺人中, 虚生浪死 了。

第三, 自利还没办成, 就突然匆忙去利益众生, 尽 做些不究竟的利他。"未成",指在自利的修心上什么都 没完成,从最低的修暇满开始,究竟取得了什么? 修出 了什么心? 什么都没办妥, 连一个完成的东西都没有, 却忽然间说要普度众生,很慌忙地迫不及待地就要跳入 红尘度众生,这样搞不好的话就彼此都陷落了。要想一 想,现在自心还没修好,自身的利益没得到一分,该治 的心病没治, 该修的功德没修, 天天劝人断恶修善等,

严格来说,这也违背了法道。应该先以利他的发心摄持, 把自心修好,再去利益别人。

尊者说:这三件事我去干的话,一样能干成。意思是,我也可以不修心,整天学怎么立自破他,跟人较量,也可以在千万人中雄辩滔滔。或者不调心,天天背、讲、辩,罗列知识,建立体系等等,讲辩著也搞得来。或者不在修自心上用功,每天去作表面的利他,作各种事业等等,这些也能做。但我一想到人命无常,活不了多久,就不想搞这些,想赶紧进山洞修行。

所以尊者劝诫说: 道友们! 你们也要好好思维死无常,一口气上不来就到了后世,忙这些干什么? 天天都在说食数宝,说佛法多好多好,甚至用佛法谋取名利赞誉,自己心里连一分功德也没有,这是何等可惜!

所以,我们要辨别清楚,修心之路要在自心上发展,不要在内心没修好时,整天忙外在的事。

"无天无鬼轻舍于业果, 弥漫空见开禁莽荡行, 酒醉疯会嘣咚跳舞声, 乞丐我作亦能成此三, 思忖寿命不定择岩洞, 当念速死无常诸道友!"

这是尊者破斥伪瑜伽十等。这种人想行持超越行 为,但根本没有修量,纯粹是在表演、做假象,毫无实 义。这也是因为不念死,结果成了这种角色,天天蒙骗 自己。

- 一是轻舍业果。"无天无鬼",就是不信有鬼神、佛 天等, 所以做什么都不害怕, 认为造恶没有惩罚、行善 没有奖赏,恶不必断、善不必行,行为不必细致取舍, 导致肆意妄为、无拘无束。
- 二是豁达空, 处处弥漫这种下劣空见, 本来应当禁 止的杀盗淫等,完全开放,肆无忌惮地做下劣行为。所 谓"豁达空,拨因果,莽莽荡荡招殃祸",危害十分严 重! 佛在《无上依经》中告诉阿难:"一切众生如果起 我见如须弥山,我不害怕。为什么? 因为他虽然没有当 即得到出离,但他恒时不坏因果正见,常修正因,因此 不会失坏果报。但如果起了空见,即使像芥子那么小, 我是不许可的。因为这个著空见者破丧因果,多数堕入 恶道,在未来生处,也必定违背我的教化。"像这样, 表面行大乘无相,认为没有善恶、染净之分,内心全然 不护戒相,那就"莽莽荡荡招殃祸"了。
- 三是喝醉了酒,一群疯子互相接触,手拉手"嘣咚、 嘣咚"地跳舞。他不是悟了本性行疯颠行,纯粹是装的。

或者装济公和尚, 穿布满油渍的破烂衣服, 摇着扇子, 到酒吧、妓院、歌舞厅、屠宰场等到处逛。

尊者说:如果我要做,这些全做得来。这无非是表 演和虚吹,或者放纵烦恼的疯狂之行。一想到因果可怕, 造了恶业就要堕恶道,而石火电光般的这一生显现,转 眼间就没有了,又何必要做这些自欺欺人的事呢? 你说 无因果,明明因果就在心上。你说什么都是空,但在自 身上因果律丝毫不爽。再说,只是做疯子的行为,又何 必修行呢?街上的疯子都在做。想到这些毫无意义,我 才舍掉世俗和佛教中的杂染,一切沾染名利的行为,一 心安住山洞修清净的法。道友们, 应当想一想此生无常 的道理。

"吾父莲生嘎绕西日森。 至尊米拉洛列达波等. 大印大圆一切智证士. 去住岩洞尔后皆成证. 我心看齐彼等为目标. 至尊龙钦宁玛三尊宿'.

¹宁玛三尊宿:宁玛派三位大师,指宿氏祖孙三代,即:一、大宿释迦穷 乃,于西藏佛教后弘期中,植旧译佛典之本;二、小宿协绕札巴或称善逝 嘉卧巴,培旧译佛典之支; 三、卓普巴释迦狮子,增长旧译佛典之成果。

大圆满四兄长之行传. 我心志向已为彼等夺。 于余虚夸毫毛亦不动!"

这时尊者说明了自己的志愿: 唯一以古尊宿为目 标,绝不心向浮夸主义者。过去的莲师、米拉日巴等祖 师,都是一心出离,依止岩洞而修行成就,不是混在世 俗染污境中。这就要知道,修道需要有一段时间住在静 **外长养**道心。

尊者唱到: 我的父亲莲花生大师, 以及旧传宁玛派 的大祖师嘎绕多吉、西日桑哈, 噶举派的至尊米拉日巴 等,这些大手印、大圆满的智者和成就者们,都是住岩 洞以后成就的。我的心唯一以成就祖师为目标。

至尊龙钦巴大师和宁玛派的三尊宿,这四位大圆满 兄长的传记夺走了我的心。换言之,我的志向已经定下, 以他们为目标,一定要实修实证。而且首先以小乘出离 为基础。其他的虚夸自身能够如何,说不必依止山洞等, 对于这些, 我连一根毫毛也不会动摇。

尊者有坚定的出离,有一心依法修持的定见,所以 说"毫毛亦不动"。"虚夸",比如说我们不必住山洞, 那是小乘的行为,应该在红尘里自在地练心、修持等。 这种话大多是虚夸, 口里说得好听, 实际到尘缘里丝毫 把持不住,大部分时间都分散掉了,很难修行成就。

"乞丐护持无观待之行, 由衷忆念寿命不常存, 居无定所以立修行幢。 我无耽著轮回之悔恨, 纵心包蒙吾欲已圆满!"

尊者自称"乞丐",意思是行头陀行。"比丘"是乞士的意思,上乞于法,滋养慧命;下乞于食,滋养色身。佛在世时出家众都要挨家挨户地乞食,给什么就吃什么,不想别的。也就是对轮回毫无耽恋,心不系缚在这里。

无观待是相对观待来说的。"观待",是好的就要,不好的就拒绝,受用等要观待境缘的好坏。"无观待"是一种平等心,像乞丐一样,对于高下、好坏、净秽、美丑等都不在意。干净或者污秽的地方都一样坐;狗食、猫食、人食、天食等都一样吃;身上是干净还是脏都不管。一点不注重外在,不是只有好屋子才住,有好的条件才修等等。就像乞丐的心不附著在这些事物上一样,舍世者如行云流水般,心无牵系。

自心由衷地忆念命不长久,只在刹那间,所以不搞 现世法。一想到快死了,哪会注重什么吃的、住的等等。 就像噶当派行者,认为今晚睡下,明天不一定能起来, 所以不盖火,碗也扣着放,不作明天的打算。

一想到无常,就不作住处方面的打算,不会想在哪 儿修个房子,经营一个小屋等等,居无定所地建立修行 的胜幢。也就是行头陀行。头陀行的要点是抖数身心出 尘劳,不系著在轮回的因缘上,对于衣食住方面心无贪 著。乞食为生,日中一食;只穿三衣,不蓄长物;在任 何地方都不久住, 因为住久了会起我执、我所执, 心又 拴在轮回的桩子上了。对世间的一事一物一人,下至一 针一线,一件衣服、一种饮食等等,一旦起了爱就成了 轮回的因缘, 所以为了避免世俗染污, 居无定所, 毫无 耽著,一心住在法上,建立修行的胜幢。

因为有坚决的出离,行头陀行,心不著在轮回的名 利、受用等上, 所以心中没有因耽著轮回而起惑造业的 追悔。这是尊者很真切地给我们开示修无常的要点。就 像前行法中所说, 修无常有两个面向: 一方面想到死时 其他事都无意义,就一概放下,不去想它,不计较好坏 得失等;另一方面,想到死时只有正法有益,就一心投 注于修行。这样一来,就不会有耽著轮回的悔恨。可见 无常法很深,修好后会一心住在法中。

尊者说:即使我的心被包住、蒙死了,由于愿望已

经实现,成了一名真正的修行人,能一心住在法上,也死而无憾。尊者对修法有极大的意乐,一心修法是他的所愿。就像噶当派祖师所说,一心依法,死在岩壑里也毫无遗憾。那些人嘲笑尊者:"你住在这样的山洞里,吃这么多苦,如果得了风湿、关节炎,甚至饿死、病死、被怨敌害死等,不是很傻吗?"但尊者回答:"我现在已经是一心依法的人了,脱出了红尘的罗网,从早到晚都住在修行里,即使现在死了也毫无遗憾。"

"大圆满法修而复修故, 彼义明性见要已达量, 今已不退轮回心断定, 尔后犹须行至法性尽!"

尊者说:大圆满法修了再修的缘故,它的意义就是 光明或明的自性,在这上面,现见的关要已经到量。现 在我的心已经能断定,再不会退回轮回,今后我还要修 到第四相——法性尽地。

尊者在大圆满法上修得很纯熟,已经到量了。这时已经有把握,不会再退到轮回。要知道,初开悟的人还自身难保,并没有把握说:我不再入生死。要在悟后起修,对于明的自性在现见的关要上已经到了量,这时才有把握不入轮回。尊者显现上还没达到究竟量,所以说:

今后还要修到法性尽地。"法性尽地",就是在法性中一 切如空花般的有法都消尽了,本有的光明彻底显露,再 没有别的法,这样就究竟成道了。

"宿昔多生勤积资粮故。 法已值遇金刚乘近道. 基则证取大本净密义. 虽弃于法丝毫亦不散。 于讲辩著自然而流露. 唯恐由此增长业风行. 于今不置寻伺文句上. 一心唯住实相本真义!"

尊者说:由于过去多生精勤积资的缘故,这一生因 缘很好, 法上我已经遇到了金刚乘能速疾成就的近道, 不是三大阿僧祇劫成佛的沅道。对于基或本体,已经拿 到了大本净的密义。也就是已经悟取了本体上一切本来 清净。此时,即使我舍掉了法,也丝毫不会散动。

法是暂时使用的工具。就像《金刚经》所说:"法 尚应舍,何况非法。"或者像到岸后不必背着船走那样。 一般来说,一离开法,心就散在其他境上了,但尊者这 时已经不必借用什么法,自心也不会背觉合尘,或者说 不会离开本位。已经达到有把握的境地。

这时就发了很大的用。尊者说:在讲辩著三方面可以自然流露,然而自己还是非常小心,怕以此会增长业风之行。

讲辩著会带起分别心,一起分别心业风就动,所以在修证过程中,一段时期要求不看书,不牵扯跟分别有关的事。证道没达到足够力量时,一起这些,业风就转,会耽误自己的证道进程。所以尊者说:我现在根本不放在寻思文句上,唯一住在实相义中。

"处依岩洞而住乃圣规,村守土房是乃俗家规, 凡庸不明我行功过故, 居处无定善观莫诽谤!"

尊者说:处所依止岩洞而住是圣人的规矩。释迦佛 也是示现首先出离,住在深山里修道,古昔先贤们都是 依止岩洞而专修。因为必须从红尘里脱出,一心住在法 上,才能成就圣果。

至于在各个村镇聚落里,守护自己的家宅,这是俗家的规矩。居家和出家是两条路,你们当然是守着一个家,营造自己的安乐窝。而我是出世道的行者,怎么可能住在俗家那样的罪业渊薮或烦恼稠林中呢?当然是依随佛祖的规范,住在深山岩洞里了。

你们这些凡庸,不了解我的行为是有功还是有过的 缘故,眼光短浅,看不到很深远的解脱成佛的道路,但 是对于我居处无定,如行云流水般的生活方式,还是不 要诽谤为好。

"我法纯一质直语之歌。 要之并非爱重自我起. 于寂静处山洞依止时. 汝当了却土房依岩洞!"

尊者说:我这人的作风或者行事规则, 纯一是以质 直心来说话,不带任何谄曲、偏执。总的你们要知道, 我根本不是爱重自我而起什么心,唱什么。在寂静处山 洞依止的时候, 你应当结束土房, 依止岩洞而居。

"汝等讽笑兴起增损时. 自脱瑜伽我即忽然生. 但为除心疲劳唱道歌. 凡修法者合宜于彼心. 内愧疚者如棘刺其心. 是故当如盗财而守密!"

尊者说: 你们笑话我, 无中生有地起这些增益和损 减的想法时,我依着你们的因缘,忽然就生起了这些语 言。我是自解脱的瑜珈士,不会被讥笑束缚住,但是应

这个缘,同时为了造除心的疲劳,就唱出这些歌来。

尊者不是怕被人讥笑,为了还击而唱,他是自解脱的瑜伽士,遇到一切都解脱,没有苦乐相对,或者适合不适合,或者受到刺激等等。他无非是应缘而现,这叫做"忽然生"。而且是自娱自乐,所以叫"除心疲劳"。他始终住在法乐当中。

尊者说:我不以人情来说话,都是直心流露,听了我的话后,凡是修法的人,内心会感到非常适宜,因为句句都是很有营养,能长养修行慧命的妙药。而对于内心有亏的人来说,我的话就像荆棘,会刺痛他的心。

"内愧疚者",指检点起来心里有亏的人。比如明明是修行人,却一直在无意义或者起烦恼、造业中度日子。而这些话正是揭他的伤疤,所以会感到刺痛。尊者从前到后,处处都在揭露过失,把人内心的真面目暴露出来。一般人伪装得很好,看起来都在修行,做很多善,比如前面说到的假学者、假瑜伽士、假修行人等等,由于这些话直接刺到他的痛处,所以不愿意听。或者一直强调出离的缘故,那些不愿意出离的人就不想听等等。

最后尊者说:你们要像偷东西那样,对此保密!意思是非器者不传。所谓"话不投机半句多",说的话对方能接受才好,不然听后起了很大烦恼也很麻烦。

莲师父母赐加持

在《大密证相传·水月舞者》中说:

火牛年神变月初十, 我心中忆念至尊父亲邬金莲 师. 眼眶里一直聚着泪水. 边落泪边口里不断地发出哭 求的语言,对于父亲邬金第二佛的传记及恩德数数地忆 念。想起今天是初十的吉日, 莲师要来, 就虔诚地祈祷。 以此一直在座间数数不断地猛利祈请。

这一段示范了修上师瑜伽的方法: 对干莲师以胜解 信和恭敬作内因,发动身口意,至心地祈请,再由数数 修习,来加深这个量。一旦能感通的心到了恒常猛利的 地步,就能跟莲师的心相应而得到加持。莲师的法身遍 一切处,谁至心祈请,都决定入他的心而作加持。

尊者以发自肺腑、非造作的信心和恭敬,到初十这 一天自然想起至尊莲师。至诚的依止心引动了他的思 念,眼眶里泪水不断积聚,一直流着泪在哭求。就这样, 一次又一次地忆念莲师的传记和恩德,座间不断地猛利 祈请。这是具信心和恭敬心的祈请, 莲师的加持不可能 不降临, 这是由缘起律决定的。

因这个祈请, 过了三夜的黎明时分, 五根的明现隐

没。在阿赖耶识的镜面中,不清楚是什么地区的某一个地方,好像面前出现了很多崇山、胜幢、幡盖等(分别心无法衡量)前来迎接,呈现了莲师八变的境相,身体形量有凡人两倍那么大。如同十五晴明之夜,特别清晰地——次第过来。

就在彼处幻现般的境相中,见到一道圆形彩虹相,极其清净。彼中有一架五级梯子,升向虚空上方。当时自己没有分别,直接踏上了梯子往上走。在这种状态中,心想:我将会见到邬金上师。随着耳旁就清晰地听到莲师说:"儿啊!来这无贪的莲花地。"即刻便到了自现邬金洲的吉祥约日昌珠稀奇的无量宫中。

尊者说:以猛利祈请的缘故,在三个夜晚后的黎明时分,眼耳等五根的明了显现分顿时全隐没了,到了阿赖耶识的地位,在阿赖耶识的镜面上出现了这样的境相:不明确是什么地方,眼前呈现分别心无力衡量的非常多的高山、胜利幢、幡盖等的相状,次第地过来迎接。又呈现了莲师八变的相,有常人身体两倍那么大。就像十五的晴明夜,这些境相特别清晰,很明显地一个个过来。

这时,如幻的境相中出现一道圆形彩虹,非常清净。 彩虹当中有一架五级的梯子,升向虚空。尊者没有任何

分别,直接踏上了梯子。正这样走时,心想:我会见到 莲师的。这时耳边响起了莲师清晰的声音:"儿子啊! 你来这无贪的莲花之地。"莲花表征的是无贪著——"出 淤泥而不染"。西方净土叫莲花国, 是妙观察智所现, 弥陀、莲师都属干莲花种姓。

随着莲师的声音, 尊者当即到了智慧自现的邬金 洲, 进了名叫"吉祥约日昌珠"的奇特的无量宫里。"自 现"是说这是智慧自现的剎土,而不是心外独立存在。 由于不是妄识所现,就不落在妄识的行境中,体性、功 能、德相等都超出了一多、广狭等量度,分别心无法称 量辨别它的名字和数量等,因此叫做"无量宫"。

当时, 我来到中央彩虹的帐幕展开的界中。父亲持 明莲花生大师,三身总聚体性者,住在无所依的虚空界 中。两方由布玛尊者、勇士、空行会众眷属而为庄严。

当时,尊者到了中央的彩虹帐幕中,里面有无边际 展开的世界,见到了邬金莲师。这是三身种类总聚的体 性。换句话说,邬金莲师的法报化三身不是分开的三个, 而是对于无二的体性,仅仅从体、相、用三分安立三身, 因此是即法即报即化,这叫做"三身总聚的体性"。

莲师的色身住在虚空界,没有依靠处,叫做"无所 依的空界"。莲师的右边是布玛尊者,两旁由勇父、空 行眷属众围绕而庄严。

在地基中央有个石头大法座,我无有分别,径直就上去了。当时,以心生胜解和恭敬之故,心念无自在地失去了。心识如空中星辰坠落般,顿速直入古鲁仁波切心间。在彼处得了明力大灌顶,顿然明了道之大圆满关要,并且证见了界童瓶身刹土,无偏向无方所的法性土。

在地基的中央,有个石质大法座,尊者当时没有任何分别,直接就上了法座。由于亲自见到莲师,内心被极大的胜解和恭敬所夺,一下子失掉了念。心识如空中星顿时掉落般,直接入了莲师的心,合而为一,当即得到大圆满明力大灌顶,在基、道、果的大圆满中,了悟了道之大圆满的关要。由于得到了莲师住于光明本性所起力用的直接加持,内心顿然了悟。这不是由研究分析等得到的了解,而是心心相应后的顿悟。由此要认识到,上师瑜伽是极深的顿悟之道。

当时就见到了法界童瓶身刹土,没有任何偏向、方 所的法性土,即常寂光土。"无偏向",指法性没有偏向, 不落在时间、空间、数量等的相上;"无方所",指没有 东、南、西、北等的方位和边际。

似乎过了一夜的时间,醒来心前刹那间现出秘密殊

胜大乐者——佛母智慧空行措嘉母,显现成以饰品装饰 的殊妙女子相, 持着一个具相的托巴, 授到我手上说: "这是法王赤松德赞的真实颅盖。"她稍想了一下,又 把托巴暂时拿回手中。 幻相般的现分中, 与前者无法区 分的另一托巴和前者合在一起。赐给我说:"你现在能 分辨这两个吗?"当时我分不清差别。

尊者感觉像是经讨了一夜。醒来刹那间见到智慧空 行母——益西措嘉。师母显成以饰品装饰的殊妙女子, 拿着一个无裂缝的托巴,交到尊者手上说:"这是法王 赤松德赞的颅盖。"稍许考虑了一下,又把托巴拿了回 去。在如幻的现分中,拿出一个跟前者无法区分的托巴, 两个并在一起交给他说:"你现在能辨别这两个吗?" 当时尊者分不出。

这一明显的境相,如彩虹般消失了。我心中对于至 尊莲师父母特别思念, 处在无忍的伤感中, 以此对密续 中所说的表与所表义等获得了定解。

尊者心前的这些明显的境相,忽然像空中彩虹消失 一般,荡然无存。他心里特别想念莲师父母,以无法抑 制的悲痛,顿时得到了加持,对密续中所说的各种能表 和所表义等生起了定解。

这不是由记忆、揣摩、思维文句等获得,而是加持 入心后,顿时就了然于心。所以要知道,与莲师父母相 应是生起证悟的极关键的要道,以上师佛的智慧加被自 心的缘故,能使心顿时明了,彻悟本性。

接下来是三次见法王龙钦巴的记录。

三见龙钦巴

又在《水月舞者》中说: 当年 8 月 16 日,我在大密圣地——青普闭关实修期间,是夜住在无来无去的光明境中休息时,取五境的庸常根识的状况消尽了,粗的取境入于意识的水海。在阿赖耶无分别的境界中,现分之缘起息灭了,胜观明智擦拭得极为清明的镜子中,现出未来佛须弥灯宝幢如来。在光明城中,现成具足六界的人相——吉祥桑耶人遍知语自在的微妙色身,以三法农庄严,稍显盛年成熟之相。当时我如见佛一样,无一处不悦意,如是如幻般现见了。

这一年8月16日,尊者在大密圣地——青普(就是指上娘氏山洞)闭关实修期间,夜里住在无来无去的光明境中休息。在妄识前,万法似乎有来有去,而无为法的光明是周遍的,所以无来无去。

这样住在光明境中, 庸常境界一层一层消失, 最后

在胜观明智里现出净相。首先,取五境的庸常根识的状 况消尽了。一般凡夫眼睛取色、耳朵听声等,都是庸常 的取境。当时粗境全没了,入于意识的海中不起分别。 到了阿赖耶无分别的境界中,八种妄识的因果系统息灭 了,不再显现,这时现前了胜观明性的智慧,就像擦拭 干净,没有尘垢的明镜那样,就在这里现出了净相。

为什么说这些呢?因为了解这些境界的层面后,才 知道它真实不虚。这并非像凡夫做了一个好梦,或者分 别心估计的相兆等,这是法界中的事实,是光明智慧中 现的,都是谛实的,没有比这更可靠了。

净相里现了什么呢? 现出了未来佛须弥灯宝嶂如 来,处在光明城中。"城"是譬喻。他现为具地水火风 空识六界的人的形相,那就是吉祥桑耶人遍知语自在。 显现具足相好的微妙身,以三法衣作为庄严,现壮年之 相。

龙钦巴佛住在吉祥桑耶,他有很多名字,其中一个 是"谝知语自在"。他示现成佛时的名号是"须弥灯宝 幢如来"。可见这都是佛来加持。他成就了法身佛的果 位,应所化的机而现为人相,所现人相的本体就是法身, 要这样来了解。

当时尊者像见了佛一样,看到遍知龙钦巴的色身无

一处不悦意。这样像幻事般见到了。

见尊者时,听到说:"愿所诠义的意传入于你心! 入于你心!愿能诠文的传承得以圆满!得以圆满!"当时,口中朗朗地念着这样的声音。即刻,我的念头像要空掉一样,胜解信与恭敬无忍生起。没有顶礼的时间,立即抓住遍知上师的双手,置于自己头顶的大乐轮上,说道:"遍知法王知!遍知法王知!"如是以胜解与恭敬,几乎昏倒的状态中祈请。上师说:"往后也有人会这样叫我。"

那时听到这样的声音:"愿所诠义的意传降入你心! 降入你心!愿能诠文的传承得圆满!得圆满!"上师这 么念时,尊者听得非常清楚。顿时像断了念头一样,信 心和恭敬无法抑制地猛利生起。连顶礼都来不及,立即 抓住遍知上师的手,放在自己头顶上求加持说:"遍知 法王知!遍知法王知!遍知法王知!"由于极度的胜解 和恭敬,几乎快要昏过去。可见到了何等程度!

证悟大圆满,关键在于信心和恭敬到量,上师的加持一入心,马上见本性。这也是修上师瑜伽的根本。通过刚才的表示,遍知上师把句和义的传承全部交到了尊者心中。

上师说:"以后也会有人这样称呼我。"也就是以此

缘起,未来的人会恭敬地称呼"遍知龙钦巴"。

我说:"我本人忆念您以《七宝藏》以及诸心髓秘密伏藏法,对于圣教和众生作利益的恩德。您的殊胜功德与真佛无异,我一直不断地在起胜解和恭敬。"如是禀白。

尊者说:"我常常想起您以《七宝藏》和各种心髓法门,对圣教和众生作利益的恩德。您的殊胜功德跟真佛没有两样,我一直住在胜解和恭敬中如是忆念。"这样恭敬地作了表白。

以此,遍知上师悲眼殷切地注视我后,说道:"善男子!现在我对于你是以愿力交付印定的方式,将意传的密意传入你心,所以,你自己应持续修习,并对有缘者广为宣说。你唱的道歌很好。"说时,我正准备请教一些问题,三身的现分如幻般消隐。此时,我不禁忆念起遍知上师来。随后唱了一首歌:

尊者表白后,遍知上师两眼注视着他说:"善男子! 现在我以愿力交付印定的方式,把意传密意传到你心里 了,所以,你自己要持续地修持,并对有缘者广泛宣说。 你唱的道歌也很好。""愿力交付印定",就是心里作愿, 直接把它交付给弟子。已经作了印定的缘故,中间不会 发生退失和变化。密教里就是这样,以谛实语说后就会 按那样实现。

这样说时,尊者正准备请教一些问题,三身的现分如幻般在界中消失了。"三身的现分",是说当前的显现是三身不二的体性。在所化前现出身体的形相,因缘一毕就自然消失。

这时,他禁不住思念起遍知上师,随后唱出以下道 歌。

"住山洞的乞丐僧我,

住于寂静后, 年龄未老故,

高慢者虽会讥讽:

产生证悟不可能。

然而, 佛子莲花显成善知识相, 无垢而明界尊,

见面. 罪障习气便都会清净;

闻声,就可现起契证法界德:

名言法虽未曾励力学.

见经文便了知教授要;

一日使有情变成佛,

思维中感念此大恩。"

尊者这样唱到:我这个住岩洞、靠乞讨过活、没有 资财的乞丐僧,住在寂静中后,别人会笑话说:这么年

轻(三十多岁),不可能产生证悟。

但是,由于现为善知识相无垢光明界尊——遍知上 师有大加持,只要有信心和恭敬,仅仅见到他,心中的 罪障、习气等就会清净: 仅仅听到他的声音或语言, 就 能顿时证入法界;对于名言法没作努力修学,但得加持 后,一看经书就知道教授的要点。我是在思维中不断地 忆念,遍知上师有能在一天中把有情变成佛的恩德。

"外即吽钦调众无垢尊。 内即森格阿阇黎蒋华西宁. 密即智慧身者龙钦巴。 多种表示方便缘起力, 传付心印。 见些模糊的相,如虚空闪电, 石上留足印,外道中也能, 觉证难现根境前. 何须说彼常坚不坏者。"

这是对于上师外内密三层的赞叹。外现为名叫"吽 钦"的调伏众生的无垢尊,内是阿阇黎蒋华西宁,密是 智慧身龙钦巴。

"龙钦巴",表示法身佛或法界藏身。"智慧身", 指大智慧, 它是一切相用的所依, 或者一切功德的积聚 处,一切事业的根源(这是"身"字的意思)。这是无 为法的大智慧,不是世智辩聪。向外取境的是分别心,这是本无生灭的智慧,所以叫智慧身或法身。"龙钦"是大界或法界的意思,称"龙钦巴",是致以最深度的敬礼。

之后尊者讲到遍知上师的恩德: 您以多种表示方便的缘起力,给了我意传,这是不可思议的大秘密藏。其他如见一点模糊的相,像空中闪电一样,转瞬即逝;能在石头上留脚印,外道也有,这不足为奇。但内心真实的觉受和证量,不会现在凡夫根境前,对于此常坚不坏者,作很多宣说也没有必要。

识前的事物,以凡夫眼耳等的根识能见到,而内证 无法拿出,像哑巴吃糖一样说不出。"常坚不坏者"指 本性,或如来藏、明性、明体等。说"常坚不坏",是 因它非因缘所生,所以不生不灭、无成无坏,是亘古亘 今、从无变异的法。见到它就见了本面或自性佛,就回 了老家。这事不是根识行境的缘故,无法言说。所谓"是 法非思量分别之所能知","言语道断,心行处灭","唯 证方知"等等,都是一个意思。

——首次身加持终。

以上讲了三见中的第一见,得到龙钦巴身加持的情

形。下面是第二见——得语加持。

在法王赤松德赞与娘 当增桑波曾修行过的大密圣 地——青普闭关洞中作严格闭关。以出离润泽心续时, 耽著所取的心已灭除了, 住在此证境中。

尊者在大密圣地——青普闭关洞中作严格闭关(指 桑钦美朵山洞或下娘氏山洞)。以坚决的出离心,避免 尘俗的干扰,不断地以法滋润自心。当时得到一个证境, 耽著所取的心没有了。我们通常认为有取的对象而耽著 所取,但实际没有,只是自心的耽著。那段时间,尊者 就住在无所取或无所缘的证境中。

当再度亲见遍知第二佛时, 遍知给了许多经书后 说:"《大车疏》中的隐含义,在这里面全都明显有了。" 又说:"应解开大密藏的伏藏。"就是在此时宣说的。

尊者再度见到遍知第二佛时, 遍知给了他很多经 书,并说道: "《大车疏》里的隐含义,在这里都明显有 了。"《大车疏》后八品讲密法,里面有很多难点,难以 吃准,那里的隐含义在这些书中都明显地解释了。之后 又劝他说:"应解开龙钦宁体大密藏的伏藏。"就是在这 个时候说的。

第一次是得身加持,所以现清晰身相,具足无量庄

严,在身相前求加持等等。这次是得语加持,所以缘起 上都跟语言有关,赐予经书,劝他解开密藏等等。

又说:"这是你身世的授记说明。"随即给了我一个卷轴,我打开来看,有上下两层文字。上层中写道:"前世是遍知法王。"我正准备读后文时,此现相如云散虚空般消失。那时我对上师身体的姿态、面貌等如何,连粗分取相的心都未生起。这是上师作语加持后开许我造论。——第二次面见终。

遍知上师又给了他一个经卷,里面记载他历代转世授记的情况。尊者打开,见里面写着:"你前世是遍知法王。"正要看后面内容时,这些境相如云散虚空般,顿时消失了。

这一次是得语加持的缘故,对于遍知身体姿态、面 貌等的情形,连一点粗分取相的心都没生起。而且得到 造论的开许。前面讲他在光明境中现出伏藏法,发誓在 七年中严格保密,没有特殊劝请因缘对谁也不说。这次 是得了法王龙钦巴的语加持,被赐令解开大密藏,就是 开许造论的意思。

下面讲第三次面见的情形。

数月后,再度见到遍知上师显现班智达的装束。含

笑而住。皮肤柔软富有弹性。显现二十多岁的青春相。 头戴班智达长耳帽,在金刚身坛城两个奇异牌坊处的璎 珞. 是自成五部佛父母双运之表示。赐我光明清净无量 之灌顶后, 在无言语、熙怡含笑的境中. 大清净智慧的 现分收入界中。

又过了几个月, 尊者再次见到遍知上师。这次上师 现班智达装束,面带笑容,皮肤柔软,不紧不松,现二 十几岁的青春相。头上戴有班智达长耳帽,在金刚身坛 城上方两个稀有牌坊处的璎珞,它是自成五部佛父母双 运的表示。

在这个境界中,上师赐给他"光明清净无量"的灌 顶。之后在没有语言,非常欢喜的境界中,大清净智慧 的现分入于法界。所现的相叫做"大清净智慧现分"。 体是清净智慧,在所化前现的相叫做"现分",不是离 开智慧另有一个相。因缘过后,这个相就消失了。

这是上师以意加持后,赐我成为得到心印传承的主 人。——第三次面见终。

这一次尊者得了意加持,被赐予成为证得意传的主 人。

上一次是赐经书等作语加持,可以通过语言造论,

开显密义等。这次是心传,得了心印传承,叫做"意加持"。以此得了心髓,明了佛法的真实义。

以上讲了尊者得到遍知上师身语意三加持,跟上师成为无别的经过。以此,后世尊称龙钦巴和晋美朗巴尊者为"遍知父子"。

尔时,外的境相无有所依而解脱后,于三昧秘密境中,无偏堕、无方所。在内的取境识上一无所住的缘故,自行解脱,一切偏堕而住都消失了。后得智的现相中,以欢喜和厌离两种心而度过时日。

尊者自从三见龙钦巴得加持后,外的境相无所依而解脱了,即外的境相无余消陨,住在根本定的密意中。这不是言语、寻思所能达到,没证到就像瞎子一样,无法了解,所以叫"密意"。住在根本定的密意中,没有偏向和方所。分别心是计度或遍计的体性,由它显现的时、方、定相等都是戏论,实际没有。

由于外的所取境消失,内的取境识也就脱掉了。也就是没有能所。能所是一对,境上有此法彼法,心上就有取此取彼的识。现在境没有了,取境的识也就随之消失,这就是自然解脱,不是在此外还有解脱。这时,偏住在某种相上的情况消失,这就是"无所住"。

以上讲了尊者根本定契证实相的情况。所谓"若见

诸相非相,则见如来",相本来没有,如是证得就是实 相,但实相也是假名,不要以为有一个不同于其他的相。

在后得智的现相中, 尊者以欢喜和厌离的心度日。 一方面法喜充满, 住在不可言说的法乐中, 同时对轮回 的法毫无兴趣,一点不沾染,是这样度过时日的。

之后,以信心和猛利的呼求为缘,我写下了赞偈— 一《布谷鸟的远歌》。

后来, 尊者以信心和猛利的呼唤为缘, 写了《布谷 鸟的远歌》来赞叹遍知上师龙钦巴。

如是从真实遍知处, 光明秘密心髓一切续、教、窍 诀之枢要,毫无错谬,于一刹那间全部圆满,获得了一 切心印传承。

尊者从遍知第二佛那里, 光明秘密心髓的一切续、 教和窍诀的关要,一点没有错谬地,一刹那间全部圆满, 得到了一切以心印心的传承。心印于心时,确实可以一 刹那全部得到,决定有顿悟、顿然现证的情况。

以上讲了"光明秘密心髓"法教的传承,是晋美朗 巴尊者在净相中,从遍知处心传而来。这就知道,由尊 者口授、著疏等传来的龙钦宁体决门极为清净可靠。

病里正观

之后,在桑耶青普三年闭关的誓愿即将圆满时,由 于生活粗劣,饮了有毒的茶水为助缘,多世所积累的残 留恶业和信财的债务,在自己身上成熟了业报。

尊者说:在桑耶青普闭关三年接近圆满时,由于生活条件差,无意间喝了有毒的茶水,以这个为缘,多世以来所积累的残余恶业和欠的信财债务,在自身上成熟了果报。

当时看起来是喝茶中毒,很多人认为毒茶是生病的 因,但尊者说:那只是引发疾病的助缘,它是导火线, 引爆了过去世的余留恶业,和出家享受信财的债务,身 上出现了病相。

当时,后背因为风病而疼痛,仿佛被人用石块砸击那样。前面以气血扰动使得胸部疼痛,如同用钉子钉入身体般。脚上得了象皮病,举身沉重。身体的精华全部耗尽了,像衰败的百岁老人的身体那样虚弱。吃喝都不好,身体无力,连说话的气力都没有,走三步膝盖就开始颤抖。

尊者后背因风病而疼痛,像石块砸在身上一样。前胸因气血扰动而疼痛,像钉子扎入身体那样。脚上得了

象皮病, 这是一种淋巴炎症, 表现为小腿肿胀、青淤、 流脓,肿得有象腿那么粗,皮肤硬得如同象皮,导致全 身特别沉重。身体的精华都耗尽了,像一百岁的老人那 样衰朽。而且,没有好的饮食来调理、护养,渐渐身体 没了力气,连说话都吃力,走三步路,膝盖就开始发抖。

如果我现在突然死去,从我自身来说,对于觉沃(阿 底峡尊者)噶当巴的传记由衷向往后,差不多做到了"心 依于法、法依于贫"等的四依。对于自性大圆满的实相。 自己的心已经有把握的缘故,哪里还有疑和忧呢?主要 是父母年龄老了. 很可怜。而且一心托付我的那些施主 和具信心的眷属弟子. 他们求义利的意愿还没得到满 足。我自身以闻思修三者承事圣教和对有情广作义利的 心愿尚未圆满,心有遗憾。我称念:"邬金仁波切钦诺! 邬金仁波切钦诺!"如是反复不断。

尊者想:如果现在突然死掉,那么对我来说,发心 随学觉沃噶当巴的修行传记后, 差不多做到了"心依于 法、法依于贫"等四依法。也就是实行了一心出离,一 心依法。在此之上,对于自性大圆满的真实义有把握的 缘故,心里哪有什么疑和忧呢?身体只是虚假的影子, 本性是无死的。由于彻见本性,远离了对死亡的担忧。

尽管如此,但又一想:我的父母年纪大了,很可怜;

那些诚心依托我的施主和具信心的眷属弟子们,想从我这里得到教授和引导等,他们的意愿还没满足。而且,我自身一直想为佛教服务,以闻思修来承事圣教,对有情作广大义利等,这个心愿还没实现。想到这,尊者数数地呼唤:"邬金仁波切钦诺!邬金仁波切钦诺!"

境况虽如此,由根本上师传承、持明海众的大悲力,我心上不必感受病苦的重担。对于病,因明空大界灸法的缘故,(所治)病苦和(能治)对治的分别念全部收于离边大界之中,于教授生定解,于逆缘未入恐惧。

虽然是这种情况,但由于根本上师——莲师的传承和持明海众大悲力的加持,尊者心上并未感受病苦的负担。对于病症,他运用明空大界的灸法(不是以一般火灸等来治病,而是住在明空大界中),病苦和对治等分别,全部收入了离边大界中,毫无苦受。这一切很奇妙,尊者外现上病得很重,好像快不行了,连路都走不稳。一般人就认为:大成就者怎么还生病?还病得那么重?等等,有各种想法。实际他一直住在光明境界中,对此我们要有清净观。

这样,尊者对于佛法,尤其大圆满的教授生起定解,对于逆缘,心里没有一点恐惧。正如《心经》所说:"观自在菩萨,行深般若波罗蜜多时,照见五蕴皆空,度一

切苦厄。"五蕴是空的、观自性常在、哪有什么苦厄或 恐惧呢?

若细致观察。随生何种身苦心忧。除五取蕴之外。 别无所生。以病痛为例. 色上有病的刺痛. 如是以受了 知刺, 以想取当下剎那的分齐相, 以行复作痛, 以识受 取刺的自性等, 其法性实为苦谛, 以圣者智慧胜伏之关 要便了知了。

以下是尊者就此情况,对后学作的教导。

尊者说: 如果对病苦细致观察, 就知道不论是产生 身苦还是心忧,除了五取蕴上出现一些相以外,其他什 么也没有。我们对虚假的身体非常执著, 所以生病时很 恐惧;病到极点是死,对死的恐惧就更大,因此在生死 中有很多忧虑。这都是凡夫心,圣人不畏惧生死。

以病苦为例,所谓的"病"就是色受想行识的五分 现相。色蕴呈现病相,身体这儿痛那儿痛,像被毒箭刺 到。受蕴是以它了解到刺痛,酸、麻、胀、痛、痒等。 想,是对于当下剎那清楚地取相。心前有很清楚的境界 相状,取这样的相就叫做"想"。前剎那痛了后,下一 刹那又作痛,这样造作的心相续不断,叫做"行"。然 后,以识受取到刺的体性如何等等。

这种五取蕴在世俗上决定是苦的法性,或者就是虚

妄分别的体性,在实相中本来没有。正当起这个病痛的 妄现时,不接纳它,就不会有对这种刺痛的虚妄的了知, 当时就不会取现前这一刹那的境相;而没有境相,它就 不会再发起痛,也就不会去受取刺的体性。这样就在缘 起链上截断了,不会落在苦的妄执当中,就从中胜伏了。 所以说"照见五蕴皆空,度一切苦厄"。

彼时,我与某些具信心和誓戒的弟子同作荟供时,在自显的清净虚空之中,自在得道者唐东加波从发髻处披下的发辫拴在腰间而作腰带。遇后,赐予我清净的现相,所有的显现都合于乐空弥满中了。我心知,这是成就者仁波切除我寿障的征象,胜解与恭敬炽然而生,由此唱出了以下道歌:

在那期间,尊者跟具有信心和誓戒的一些弟子作荟供时,在自显的清净虚空中,出现了大成就者唐东加波。"自显",指并非外在事物,而是自心与祖师的心相应时,以自心自然现出的相。当时唐东加波现为瑜伽士,头上有发髻,向后垂着很长的辫子,绑在腰间当腰带。尊者就这样见到了。

之后,唐东加波赐给他清净的现相。也就是以祖师 的加被力,顿时出现了清净相,一切显现都合在乐空大 周遍当中。尊者知道这是大宝成就者给自己遣除寿障的 相兆, 胜解和恭敬非常炽盛, 干是唱了这样的道歌。

"见证极顶大圆满阿底。 修于无名见境中解脱. 行中之王已立修胜幢. 乞丐我今纵死亦无悔。"

"诸见极顶",指在圣教的各种见解中,大圆满是 见之极顶。民国的贡嘎上师讲过《七抉择见》(龙钦巴 造),从浅到深依次是:凡夫执实见,外道常断见,小 乘人无我见,大乘唯识见,大乘中观见,大手印俱生智 见,大圆满见。得出世间见非常不易,得大圆满见更是 难中之难。尊者说:我对于诸见极顶——大圆满阿底约 嘎(最极瑜伽)已经证到了。

又说:我的修是在没有名字的见的境界中解脱。"无 名"是说不但没有物,连名也没有,一切都超过了。住 在这个见的境界中解脱叫做"修",此外没有别的修。

"行王",指诸行之王。在修上完全建立了,让它 占据了主要地位,再不会流落到别的地方,就叫做"建 立胜幢"。

尊者说:我对于大圆满的见、修、行都已确立,即 使现在死去也不后悔。死不过是个假名,证到了大圆满 见,也具有修,在行上也完全确立了,还会到哪里去?

"存亡财食阴气凝成冰, 压迫解脱后颈障证面, 了知诸佛菩萨呵责已, 为命存故但受劣资具, 未染放逸行过心乐喜。 故劣螳螂树皮为饮料, 平日汉茶捆置于一边, 心已定作供养三宝因。"

这一段讲尊者十分注重因果取舍。

"存亡财食",具信施主为了给活者祈福消灾等所供养的财物,叫做"活者之财";为了超度亡灵所供养的财物叫做"亡财"。这些财物没有如法回向等会有很大障碍。另外就是饮食。人都要靠饮食来维生,而受用时要作如理的想等,就像《遗教经》所说的,比丘受用饮食要知量,过分受用会欠下很多业债,败坏道业,障碍成就等等。

如果对于这些财物没有如法受用,就必然在心相续中积聚阴气。阴气多了就结成了冰,重重地压在解脱的 后脖子上,让人抬不起头来,意思是障碍获得证悟。

业债极其沉重。正如古德所说:"施主一粒米,大如须弥山,今生不了道,披毛戴角还。"有些人不重因

果, 随意受用信施, 大肆挥霍, 唯恐受用不多、浪费不 够。但要知道,受用多了无法增上道业,毁坏解脱的慧 命,而且会堕落。有这么沉重! 施主的一粒米就像须弥 山那么高,如果不了道,坐享清福,随意挥霍,将来就 是做牛做马,多少辈子也还不清。《前行》里也讲,有 些上师以及寺院的监院等,因为受用信财不如法而堕 落。

像这样,业债重得背不动,在解脱道上稍微修出一 点功德就会被压住, 障住修证的面目。 业障重了心会被 蔽住,现前有的修证会退掉,没有的修证也生不起来。

尊者十分小心,知道修证要好好保护,不能有任何 沾染。否则修证的面目即使现出来了也会被蔽住。这样 了解,知道诸佛菩萨呵责修行人享受不清净的财物后, 选择做一名乞丐,除了一些非常下劣、菲薄的维生资具 以外,从未沾染放逸之行的过失。意思是从不放纵身心, 随意享受。

现在的一些人,房子、车子、衣服、饮食、电脑、 手机……不断地挥霍信财,没有一点求道之心。有的人 甚至贩卖如来, 为了自己享受五欲, 以佛法骗取财物。 但要知道, 三宝是非常沉重的境, 缘此稍做一点善法也 能很快增长福德。即使现前有些业障,不太聪明也不要 紧,只要能在三宝门中用心地修福,就会很快消业障、 开智慧。反过来,如果在三宝门中造罪,随意享用信财 等,也会很快堕落。

尊者说:我这一生小心谨慎,心上从未沾染放逸行的过错。所谓"无罪一身轻",尊者对于信财连半点也没乱用过。一直是破衣烂衫,吃最粗粝的食物过活,所以他心里很快乐。如果我们回想自己一生,在佛门里不但没得成就,还欠了很多债,心里一定不安。

尊者又说:我平时是把最差的螳螂树的树皮煮了当饮料喝,别人供养的高级汉茶等,我都捆在一起放着没敢用。因为受用不起。我们学传记,看到古德的行持,就要以此为榜样,不要学现代派,因果上是没有古今之别的。现代的潮流很不好,谈修行的话,根本没人关注;一说到怎么摆阔气,怎么享受,各种流行事物等等,却乐此不疲、趋之若鹜。岂不知享用不净的信财跟吃毒一样,会败坏自心,障碍成就。

这是近三百年的事,那时藏地不富裕,人们生活很简单,喝汉族茶是很高级的享受。因为要从汉地远道运来,路途艰难,十分不易,所以汉茶是高级品。对于别人供养的汉茶,尊者一捆一捆地包好,事先就想好,这些全部舍给三宝作供养。我们可以想象,当时尊者在山

洞闭关时, 这些东西全部放在一边, 一点不沾。

"然以他者净信所赐饮。 无分别中饮此为助缘. 往昔业债报应忽然现. 四大和合顿为茶毒搅。"

尊者谦虚地说:别人以清净的信心赐给我饮料,我 当时没作什么分别, 直接就受用了。结果以此为缘, 宿 世业债的报应突然现前——喝茶中了毒,原本调和的四 大忽然翻江倒海般搅动起来。

当时尊者以一点缘就引发了宿业, 使得四大不调, 出现病相。

"后夜吾从睡暗中醒觉。 前胸血气径直向上冲. 出息入息艰难即将断. 立不舒适坐下亦难忍. 难动之苦逼迫而煎熬。"

到了后夜时分,尊者从睡眠中醒来,发觉很不对劲, 胸腔处的血气不断地上涌,呼吸困难,感觉快断气了。 站起来不舒服,坐下去也特别痛,全身痛得动不了,被 这种痛苦逼迫、折磨着。

"恶缘知为宿业乞丐我, 一切功德之源上师父, 于大乐轮顶上明观后, 速道深修上师相应行。"

尊者说:我知道恶缘都是业的表现。宿世的恶业一 遇到缘,就以病痛的形式现了出来。

从这里要看到,尊者在生病时,起的是什么心,怎样以世俗和胜义的修法转为道用等等。这都是我们效仿之处。这里是深信业果,知道苦乐都是业的果,所有苦都是宿世造恶的报应,怨不得别人。

这样了知后,尊者就开始修上师瑜伽。因为一切处 只有依靠上师,任何情况都要观上师。他当即将一切功 德来源的大宝上师观在头顶大乐轮上方,修持速道甚深 的上师瑜伽。

"病痛即除罪障之扫帚, 以此知为上师之大悲, 病痛现为上师取四灌, 上师亦复知为我自心, 心本空寂离根境中放。"

病痛除罪障故→知为上师大悲加持→观病痛即是 上师,在其前取四灌→观上师是自心→观心是空性而坦 放

尊者想: 病痛是清除罪障的扫把, 是上师现出病的 形相来加被我。

尊者已经修到很高的地步,稍有点缘,宿世的罪业 就要翻出来,这些一消除,就现前更高的道证。那时他 马上想到: 这样很好, 通过生病, 宿世的恶业能很快消 除。

这是世俗修法。也就是首先想:身上出现痛苦,这 是消业的表现,不必害怕。之后想: 这是上师的大悲住 在我心中。上师要去掉我的罪障, 现在就现成病, 像扫 把一样,消除我累劫的业障,重报轻受。这样把病痛观 成上师,并在上师前取四灌顶。实际是修上师瑜伽的作 意。而且, 起烦恼, 感受痛苦, 遭遇不理想环境等, 对 于一切显现都要观成上师。知道是上师给我作加持,没 有一个不好。这样观成上师,心马上就转:多么幸运, 这是上师在加持我!

尊者又想: 上师是什么呢? 除了我的心没有别的, 自心就是上师。这时心就安了,安了以后就要入于胜义。 这是胜义修法。上师就是本心,是实相,是胜义,不是 别的。

那么心又是什么呢?心的自性是空的,没有根没有边,没有着落处,因此在空境中坦然放任。

"于彼病苦不成乃法身, 病体性净即圆满受用, 以证胜伏病痛为应身, 三身无别境中缚解尽。 ……²

以此痛于界上清平故, 见于实相义普贤自面。"

尊者接着说:病是三身不二的体性。空性之中病不成立,这是法身。病的自性是清净的,是圆满的受用,这是受用身。病痛一起,我就应缘以证知本性而胜伏了病痛,这是应身。

意思是病上具足体相用,所以是法报化三身。病的 本体是空性,这是法身。病起时的相就是清净的,没有 不清净的法,一切都是安乐,这是受用身。它一现前就 应缘起用,觉知了它,而且把它转化了,就是应身。在

² 中间有一大段偈颂未译。

三身无别的自性中,没有解脱,也没有系缚,所以无缚 无脱。

这个病痛, 执著时有色受想行识各种相, 但在清净 的法界中一道清平,没有高低、起伏、苦乐等相。这时 已经见到了实相义普贤的自面。

出关

在桑耶青普. 终于圆满了三年闭关誓愿。在闭关期 间,我将食物中的精妙部分都割舍出来,每逢各月初十, 就在青普匝玛给冲修作五供与灯供。每年四、五两月. 供灯一百盏. 从未间断。《上师密意集》的药修及荟供. 修了近一万遍。对于空行的火供也多作了些。"托"的 补充、八大法行四种事业的火供等,也以广的方式作了 一些而积累资粮。得到少许的存亡信财,从未恣意享用, 少分也未浪费、都换成了酥油。酥油千供全部圆满了。

这就看出, 尊者特别注重积累资粮。

在三年闭关期间,他把好的食物都存好,用作供养, 从不随便享用。每个月初十这天,因为莲师要来,就在 青普的匝玛给冲(莲师和弟子们曾在此处修八大法行), 作五供和灯供。每年的四月和五月, 因为日子好, 会使 功德成倍增长,就在这两个月里,每天都供一百盏灯。

这是把平时储存的酥油用作灯供。

而且,前后修过近一万遍的《上师密意集》药修和 荟供。这个数量很惊人,平均每天要修十遍左右。还作 了很多的空行火供。又补充了"托"的修法,这是指自 受灌顶。八大法行的息增怀诛四种业的火供等,也以广 的方式作了一些。像这样非常注重积集资粮。

尊者说: 我平时得到的活人和死人的信财,自己从 没随便使用过,全都换成了酥油。由此圆满了以酥油作 千供的愿。)

在树木丛生的园林中,以劝善的欢喜发起,将糌粑与食品全都作为供养之缘。七月初八,如同小虫从果皮中出来般,我到了桑耶不变任运成就处。适逢当地农夫遭遇旱灾,很可怜。纯粹以利益他们的发心,我到了桑耶的黑波日山上,为祈雨等而作烧供。

尊者出关后,在一个有很多树木积聚的园林中,以 劝信众修善的欢喜心驱使,把所有的糌粑和食物用作供 养资具,作了彻底的供养。这种以身作则,带动人们修 善的心,叫做"劝善"。

尊者说:到了七月初八,自己像一只小虫从皮壳里钻出来一样,离开了山洞,到了数十里外的桑耶寺——不变任运成就殿。当地很多天没有下雨,农夫们因遭遇

干旱,非常可怜。那时,以纯粹想利益他们的发心,到 桑耶寺对面名叫"黑波日"的山上,作一些烧供来祈雨 等(请龙天降雨)。

初十吉日, 在与真佛无别的觉沃大菩提身像面前, 呈献千供之云,以普贤供养的观行作了印持。并发大愿: 在现前和究竟一切时中, 转成圣教与有情的无上义利: 凡是与我结缘的存亡有情,都安置于清净的解脱和一切 种智的果位。如是而作印持。

到了初十吉日,尊者来到觉沃像前,这不是大昭寺 的觉沃像, 是桑耶寺里的一尊石雕释迦佛大菩提身像, 这也极其殊胜,跟真佛没有差别。他在佛像前广设千供, 自己住在普贤供养的观行中作了印持。然后发了大愿。

所发的愿有两个:一、在现前和究竟一切时中,以 此善根力使自己成办圣教和有情的无上利益。

要知道,发愿有两个重点:一是圣教,二是众生。 愿一切时对圣教作贡献、对有情作利益。我们要随学尊 者的发愿,做任何善法都要想:从现在起到尽未来际之 间,我都要对圣教和众生作利益。这就把握了要点。

二、将所有活着和死去的与我结缘者,都安置在解 脱和成佛的果位。

这是有情方面的发愿。凡是跟我结缘的众生, 无论

是善缘还是恶缘,在生或已死,见过我的身相,听过我的声音,和我有过接触,或者心缘念过我等等,不是只给他世间快乐,而是了知有漏乐会变坏,纯粹是苦性,把他们安置在解脱和一切种智的清净果位,得到真实利益。这是尊者出自全然的利他心,自然以这种发愿来印持善根。

我们作供养时不要只是凑热闹,参加一个活动,看 到丰盛的供品时,像小孩看鲜花一样,高兴一下就完了, 关键是要以大愿来印持。也就是业和愿要结合。做善业 后要发大愿,以普贤行愿来印持,这叫做"结行殊胜"。 这样确实能让善根往所愿的方面实现,这一点特别重 要。我们学传记是要学祖师,不是听听就完事。

在桑耶寺的中层佛殿,作盛大的荟供时,由忆念起莲师、菩提萨埵和二十五位君臣的大悲及传记,极为增上地出现了欢喜和厌离之心。

莲师会在初十亲自降临,所以尊者特别注重,在桑耶寺的二层殿里作盛大的荟供。(桑耶寺有三层,分别是西藏、汉地、印度的建筑风格。)当时见景生情,自然想起了莲师、菩提萨埵和二十五君臣。在藏地佛法最辉煌的前弘时期,父亲莲花生大师、菩提萨埵和二十五位君臣大弟子们,就是在桑耶寺兴盛了讲修法业。尊者

一想到他们的大悲和传记,欢喜和厌离就极为增长地出 现了。一下子增长了很多倍, 远远超过平时。

这是一种悲欢交集、难以形容的心态。心缘哪方面 就会起对应的心。尊者一方面想到莲师等的传记、当年 辉煌的法业等,起了很大欢喜心;另一方面想到自己孤 单一人留在浊世,人们不做善法,尽做无意义的事,又 起很大的厌离。

当时除身上穿的衣服和法本外, 一无所有, 因此称 得上是舍一切事者。

那时,尊者除了身上穿的衣服和带的法本以外,没 有任何财物。尊者说:我可以称得上是舍一切事者了。

这是一代大圆满祖师的风范。他在外层上示现共小 乘的头陀风范,因果见极其深入,取舍毫不错乱。不像 有人认为的: 那是大祖师, 行为无取无舍, 可以随意使 用信财等等。尊者说:我连少分都没有浪费过。也不像 有人认为的: 行世俗善法没什么意义。尊者在每个月能 使功德增上的特殊时日里,都殷重地作供养。不是学了 无分别,就舍掉一切善行。当然,修行到了某个阶段时 是要舍事而专修,但不是最后什么善事都不做。而且, 他有无伪的出离心,确实做到了噶当巴的"法依于贫"。

除了一身穿了好多年的衣服和平时带的法本以外,什么 也没有。有的是圆满的修证功德,以及极清净的为佛法 和众生的心。这是我们所要随学之处。

五空行劝转法轮

《大密证相传·水月舞者》里说到:在桑耶青普时, 某天的黎明早座期间,稍微入眠的净相中,我认为是来 朝礼圣山的五个女人结伴而到。其中有个认为是我母亲 的老女人,弃舍了羞愧和装模作样后,对我非常慈爱的 表情,就像母亲对于幼子做的那样,屡次地碰触我的头 脸和亲吻我。

尊者说:我在桑耶青普闭关期间,某一天黎明早上 打坐时,在稍微睡着的净相中,出现了以下情景。(大 德们通常是在黎明时分,依靠稍稍有点睡的这种因缘会 现起净相。)

有五个女人结伴而来,我认为她们是来朝山的。里面有位老女人,我认为是我阿妈。她过来时没有什么害羞和表面上装样子,以真切慈爱的表情,像母亲对幼小的孩子那样,多次地碰着我的头脸,然后亲我。

在这样的情状中, 带我到了一处非常悦意的山洞, 里面有邬金仁波切的头迹。在那里,她为我介绍圣地说: "这是益西措嘉佛母修金刚橛寝居的山洞。"接着。她 们一道以特别悦耳的声音做了动心的曼扎和祈祷的唱 诵。

尊者说:在这样的情状中,她带我来到一座非常悦 意的山洞, 里面有格日仁波切头部的印迹。(大成就者 不光是留手印、脚印,有时也会留下头部的印迹,或者 身体的印迹等。)

当时为我介绍说: 这是措嘉佛母当年修金刚橛时休 息的地方。接着她们用非常悦耳的声音供献曼扎并祈 祷,唱着很动听的诵词。这是要劝请龙钦宁体大法出世, 空行非常重视, 所以劝请时特别讲究, 音声出来时有极 其动人的力量。

随即有个稍微难看的女身,由她劝后都共同面对着 我,以比唢呐声更加悦耳的音调同声唱诵了三遍:"祈 祷上师身健体安康, 祈祷上师身寿恒绵长, 祈祷事业繁 荣且兴旺,不离师尊恒时赐加持。"

由此生起了现相稍微恍惚,彼时伴随而生的识刹那 间想: 她们现在要去朝雅隆的三宝所依, 所以该教她们 怎么发愿。

当时,随着就出来一位稍丑一些的女身,她来劝动大家很整齐地朝着尊者,用比唢呐声还要悦耳的音调(意思是唱出的声音比唢呐声还要悦耳。通常迎接上师要吹唢呐,表示极其重视。这种声音特别清净,一听到心里当时就起欢喜心、信心和诚敬心),齐声地唱了三遍祈祷文,对于尊者的色身、寿命和事业作祈祷:"祈祷上师的色身安康、寿命恒绵长、事业繁兴,与上师永不分离。"

以这种缘起的触动,尊者出现了有些恍惚的现相。 这不是一般坚固不变的杂染相,像酒醉的人见什么都在 晃动那样,不是固定状态。这是因缘快要出来,自然有 这种表示。这时,尊者随着出生一念心,刹那间想到: 现在她们要去朝雅隆的三宝所依,我该教她们怎么发 愿。

此刻的刹那间,端端地出现了我认为是我哥的人。 随后,他做维那师带领她们一起念诵:"祈愿以大法鼓 音,一切有情到彼岸,无量难思俱胝劫,转妙法轮久住 世。"最终如空中一群鸟集合在一起飞行那样就分离了。

这时突然面前出现一个很端正的人,尊者认为是自己的哥哥。由他做维那,带领这些女众一起念诵请转法轮的一个偈子。这一偈在早期的藏地课诵里都有。意思

是: 祈愿您宣出大法鼓音声, 使一切有情到达彼岸, 祈 愿您在难以思量的俱胝劫中久住于世,恒常不断地转妙 法轮。(宣扬龙钦宁体大法正是大法鼓妙音,能使一切 有情迅速到达解脱彼岸。)

最后,她们像虚空中一群鸟集合起来又飞走那样, 一下子告别了。

几个人都走了后,其中有个亲妹单独留下,似乎要 给我讲解学处的义理。她近前, 附着我的左耳悄悄地说: "对于大人物给面子做不好, 你就住在静处。春季、秋 季等的生活资具无须操劳就能获得。语清净就对了。" 之后就咻咻咻地如吹风般,声音愈来愈小,几乎听不到。

她们走后,有一个亲妹单独留下,附在尊者左耳边 上悄悄地说:"看大人物的情面来做事是不好的,你就 住在静处, 春天、秋天的生活资具不用愁, 自然会来。 你保持语清净就对了。"然后又悄悄地说了什么,声音 越来越小,后来几乎听不到了。

我想:是不是做梦?即刻一心住于法界的缘故,我 从梦中醒来, 很长时间都住在明念大乐空的境界中度 过。

尊者想:这是不是做梦呢?梦里的感觉非常清晰、

真切。尊者当下就一心住在法界上,以此缘故,他从梦中醒来后,很长时间都住在明念大乐空的境界里不离 开。

后面讲到会有持明、勇父、空行的三次劝请,这个 法才公诸于世。第三世多竹千仁波切在《龙钦宁体历史 文》中讲到:"'持明',指遍知法王龙钦巴劝请解开大 密藏的密意;'勇父'则是工布的疯瑜伽士;'空行'是 青普的五个女人。从记载中说到祈祷请住世和劝转法轮 这两点看来,似乎就是指她们。"

首弘龙钦宁体大法

在《龙钦心髓之传记·空行大密语》中说:

尽管七年里是这样守密,但到了火兔年,来到了吉祥桑耶青普名叫上下娘氏自然元成的山洞中三年闭关。一心修行安住的时候,班钦布玛莫扎身语意三密的幻化——无垢光尊者(也称为遍知语自在),光明境界中亲见了三次后,劝我抉择秘密的大密藏。而且由五部空行母的至尊母作了揭开表示的缘起后,次第地在白纸上写成文字。在《龙钦宁体指南》中也如是说:"持明、勇父、空行将有三次劝请,彼时不忘念的总持,以六钉的

钥匙, 启开解明密意的伏藏。"又说:"猴年猴月(1764 年7月)初十日、与莲师我亲见面、遣除违缘加持等、 乃至,彼时于教授守密而弘传。"

尊者在七年里一直保守秘密。之后在桑耶青普闭关 时,在光明境中三见龙钦巴,劝他抉择龙钦大密藏的涵 义。又由五部空行的至尊母作了表示揭开的缘起后,就 在白纸上次第地把伏藏法写成文字。

当时在光明境中获得的《龙钦宁体指南》里也说: "到时,持明、勇父、空行会有三次劝请,此后以不忘 陀罗尼来启开伏藏。"授记中还说:"在猴年猴月初十, 将与我莲师亲自见面, 遗除违缘, 得到加持。此前对于 教授需严格保密,之后再广大弘传。"必须遵循这种方 式。这是授记中的说明。

如是在木猴年,正如所说,是揭开秘密的时候了。 猴年猴月的初十吉日,在莲花光明洲那里陈设了内外很 丰盛的供品, 我等会众集聚, 依十三窍诀总集的《如意 成就祈请文》(这是莲师的祈请文),修持初十荟供仪轨。 到迎请圣尊的时候, 那时以无比的胜解和恭敬作因缘 后,吉祥邬金法王格日仁波切显现庄严相好,视无厌足。 勇父空行像芝麻荚开一样. 数目繁多。在前后左右层层 围绕的界当中, 莲师金刚坐式, 持胜伏三有之相(指一

手持金刚杵向上,一手置于膝盖上)。勇父空行在撒一陀一陀的曼陀罗花。当时在净相中,完全成了眼前呈现的极清楚的境相。由此以胜解和恭敬,几乎到了要昏厥的状态。得到了很多善妙的瑞相。心识契入了明空不坏的界中,纯一遍满,没有别的。

在木猴年,按照授记,很快到了该揭密的时间。尊者在猴年猴月(藏历七月)初十这天,在莲花光明洲陈设了丰盛的供品,大众聚会在一起,依照莲师祈请文,修初十荟供仪轨。

当修到迎请圣尊这一段时,尊者心里发起了无比的 胜解和恭敬。以此为因缘后,莲师当即在空中现身,现 出极为微妙庄严的相好身,百看不厌。周围的勇父空行 像芝麻荚打开那样,层层排列,极其繁多,前后左右围 绕着莲师。当时,格日仁波切以金刚跏趺坐,一手向上 持金刚杵,一手放在膝盖上,现出胜伏三有之相。勇父 空行在周围一把一把地散着曼陀罗花。在当时的净相 中,莲师和眷属现得非常清晰,历历在目。那时,以胜 解和恭敬的缘起力,尊者几乎快要昏厥。现前了很多瑞 相。当即心识就入了明空不坏的界中。

"明空不坏"指法界,它是常坚不坏的无为法体性, 无丝毫变异,也就是本来法性。"纯一遍满",就是《华

严》说的"一直法界、弥满清净、中不容他"等。这是 纯一的法界,而且是遍满的,没有内外范围,无一处不 是它。

这时, 从南方地区来了三个珠古, 本来不熟悉、没 接触。他们劝导说:"这次请抉择意大伏藏,善哉!"而 作安慰。持着大哈达, 敬献吉祥物的供养, 他们都住在 清净观当中(就是表现出非常恭敬的态度,气都不敢大 出等等. 像这样叫做住在清净观里。他们都觉得这是不 可思议的成就者, 所以他们的心一直住在清净观里)。 无疑这是以自在莲师的发愿力和加持力引着他们来劝 导,因为平时对本法作了严格的保密,谁也不知道。

再者. 工布的疯瑜伽士对这极隐秘的事. 竟然以神 通力知道了。他来的时候毫无怀疑,特别确信地说:"这 一次一定要抉择意大伏藏。"(这是说前面已经写了文 字. 但是要对这个伏藏深法作抉择. 就是要讲授和引导 的意思,这样才能把修要法义断定下来。)

这段时间,从南方来了三位素不相识的珠古。他们 劝请尊者说:"这次一定要抉择大意藏,这是很好的!" 对尊者作了劝慰。他们手捧大哈达,非常恭敬地献供养, 都住在清净观里。这三位是当时西藏南方非常重要的珠 古。他们表现出清净的观想,认为尊者是大成就者,所 以气不敢大出,现出很恭敬的态度等。尊者认为,这是 莲师自在的发愿力和加持力,摄引他们的心来作劝请。 因为自己平时对于此法极严格地保密,除了自己谁也不 知道。

无独有偶,在工布地区,一位疯瑜伽士也以神通力知道了这秘密。他来到尊者面前,一点不怀疑,特别确信地劝请说:"这一次务必要抉择大意藏。"这个法义极其深密的缘故,如果尊者不去抉择,后面的人没办法传,所以要对此法的要义一一抉择、断定,它才会在人间自在无碍地传播流布。此时因缘已经成熟。

再回顾一下伏藏法从前到后开启的经过:

尊者首先在净相中见到莲师与本尊不二,丹津护法透露父亲的宝藏会由儿子获得。这是开启伏藏的前兆。

之后在光明境中,法界智慧空行母授予藏有水晶和纸卷的宝箧。尊者打开纸卷,里面的空行表示文转为藏文,之后在心前一时顿现。他吞下了水晶和纸卷后,心中顿然呈现出一切句和义。空行母嘱咐尊者守密。他也认为,在七年中,没有圣者持明、勇父、空行等作劝请,就不对任何人说,甚至对着风也不泄密。

在桑耶青普闭关期间,见到遍知龙钦巴和五部空行母,出现了劝请和揭开伏藏密义的缘起。于是尊者把这

些法初步写成文字,但还没到抉择法义,使之广为流涌 的阶段。

后来在猴年猴月初十那天亲见莲师,顿时空掉妄 识,证入法界。这跟《龙钦宁体指南》和其他授记里说 "见莲师, 遣除违缘, 获得加持"等完全吻合。

不久,出现三位珠古和疯瑜伽士作祈请等因缘,尊 者认为这是莲师的加被,即授记中说的"赐予加持"等, 缘起非常好。于是顺理成章地对于此法抉择开显,作讲 授、引导等, 使它迅速地传遍极广大地区。直至今日, 仍然是加持力极大,而且极为流行的法门。这一切不是 偶然, 都是莲师金刚的发愿力和本法的因缘成熟时, 必 然出现的结果。

往昔愿力的时机成熟,我也知道到了因缘会合的时 候了。当即,在这里有十五个初会眷属(十五表圆满)。 从那时候开始,以传授教授解脱的门径从此开启了,这 个大法就这样次第地传授开来。

当年,对于莲师外、内、密、极密的咒语全部都如 法地念满了。这还不算, 依照上师瑜伽外修如意宝的修 法, 很多人承诺修一亿莲师咒等, 出现了这些相。以这 些因缘, 凡是与这部法结缘的人, 都有具意义的好的缘 起(也就是与莲师已经结上了缘,有了联络)。

此时,往昔愿力的时机成熟。当年莲师在桑耶寺传授此法,在本性中伏藏,以发愿力印持,作为远的愿力缘起。中间经过近千年,现在因缘成熟,到了发掘本法的时候。尊者说:我也知道,因缘已经聚合了。

当时尊者身边有十五个初会眷属,于是立即进行,毫不拖延。从那时起,开启了以传授教授而解脱的大门,宣讲龙钦宁体法门的教授义,使徒众得到解脱。这个法就次第地传开来了。直到今天,宁玛派六大派系都一致尊崇这部大法。虽然各派都有各自的伏藏法和修持仪轨,但对于龙钦宁体法无有二致,都非常推崇而且修持。

这一年里,对于莲师外、内、密、极密的有关咒语,全部如法念满了。而且依照上师瑜伽的外修法,很多人承诺修满一亿莲师咒等,出现很多好的现相。尊者说:以这些因缘,凡是跟本法结缘的人,都建立了很好的具义的缘起。已经跟莲师结上很好的缘,终究得大利益。

在纽西堪布的《大圆满传承源流》等当中这样写到:

此后,次第发掘了三根本主尊、上师修法、大圆满法、观世音修法等的伏藏法,集成了很厚的两卷宁体伏藏法类。尤其是写了开显遍知龙钦巴密意的《功德藏》的偈颂和自释共两本。又有《智慧上师》的意伏藏(也叫《大圆胜慧》)和它的附件(指补充解释)。《修行法

问答》《教理宝库》《赞颂集》《教言集》《上师密意集大 疏》等等各种教典、共九大函。

这是讲龙钦宁体法系的修法和撰著情况。

"龙钦宁体"是具有续、教、窍诀、前行、正行等 整全的一个系统。尊者依次发掘了三根本主尊、上师修 法、大圆满法、观世音修法等的伏藏, 撰集成很厚的两 卷宁体伏藏法类。特别写了《功德藏》的偈颂和自释开 显遍知龙钦巴的密意,这有两本。而且有《智慧上师》 或称为《大圆胜慧》的意伏藏,以及它的补充解释。另 外,《修行法问答》《教理宝库》《赞颂集》《教言集》《上 师密意集大疏》等各种教典,合计有九大函。这是指德 格版,很厚的、页面很大的九大卷经函。这些是晋美朗 巴尊者的全集。

后半生弘法要略

如是实际上自身一切都已经有了,但为了断除密咒 的随意行。和印度、藏地的窍诀耳传河流持续不断。尊 者对诸部大圆满法是如何听受的呢? 他在敏林冉江邬 金巴贡处听受了"四心髓吉祥秘密心要"等。在门巴喇 嘛根桑处得到了"三休息"等法。从通唐卓巴·班玛仁 增兄弟得到了"七宝藏"等如海的甚深法。总的闻受正

法的情况,要在《闻法日月耳环》中得到了解。

对尊者自己来说,他在现证中一切教法都得到了。 像前面说的,在光明中得到遍知上师的加持,光明秘密 心髓的一切续、教、窍诀的枢要,一刹那间全部圆满, 丝毫不缺。不必再去听闻、学习等。

但作为祖师,要给众生做楷模,做什么都要利益到圣教、法脉以及众生。一来为了断除密咒士的随意行为。密咒行者容易废弃传统、随意而行,要遣除这个弊端。二来为了使印藏两地的窍诀耳传河流不断地传下去,有住持圣教的责任。因此要示现在诸善知识前求传承,听教法,之后传给后人,才符合名言上圣教传持的规则。于是尊者就到诸位上师处听受各种法要。

去泽仁迥道场之前,改穿了密咒士的服饰。在勇父 空行云聚般的集会中,在山峦、岩石、雪山、湖泊等各 种地方,行持随心自在的瑜伽士行为。

在泽仁迥,他为常住寺院兴建起了佛殿以及相关设施。当时就如花园里蜜蜂集聚一样,从上方、南部不丹,下方康巴、多科、色达以上,无数有缘化机齐聚一处。他为这些弟子以自己的伏藏和大遍知的法门为主,转了无量法轮,无上极密之法以觉证的方式做了传讲,许多智者、成就者的心都被转了。从各方集聚而来的弟子,

多如空中繁星。光明心髓的大圆满法从此光显出来,无 有勤作、任运地周遍了虚空界。

尊者在去根本道场泽仁迥前,换掉了比丘形象.穿 上在家密咒士的服饰。这是他修证到一定境界, 开始示 现瑜伽士的行为。在空行、勇父云聚般的境界里, 在山 岩、雪山、湖泊、寒林等各处,修随心自在的瑜伽士行 为,在一切境界中调练,以求达到事事无碍。这就知道, 对于小大密三乘,要严格依照次第来进修。取得证量后 要在汤镬中行,在各种顺逆境界中历过,利用烦恼来增 长菩提。如果已经有了这个量还不更上一层,那也是个 没出息的人。

整个传记从前到后看下来,就知道佛道上的修证次 第不能躐等、紊乱。首先要以成就自身的功德为主,奠 定好坚固的前行基础,这样到修正行开悟后还有很长的 保养,到保得圆熟了、修得任运了,自然龙天推出,能 发展出极广大的事业。所谓源远流长、根深叶茂就是这 个道理。比如尊者前面说:我最好一个人住山洞独修, 不待在人多的杂染之地,不作息增怀诛四种事业,放下 不究竟的利他等等。现在他已修证到量,就开始作极广 大的利生事业。

尊者来到泽仁迥,给常住的寺院兴建佛殿和各种相

关措施,并摄受弟子。以他极高的修证和大悲愿力等,像花园里聚集群蜂一样,在极广阔的地区——西藏上方,南部的不丹,下方的康巴、多科,色达以上,无数有缘化机会聚一处。于是尊者开始广转法轮。一个是自己取的伏藏,一个是遍知上师龙钦巴的法门,以这些为主转了无量法轮。对于无上极密的法,不停留在文字、教理等上,以自身的觉受和证悟直接传讲。以此,很多智者和成就者的心被他夺走了。

这就知道,一开始不要急于利他,要注重修证,自己有光才能照亮别人。如果自己一点光也没有,还天天说我要照世界,那简直是笑话。相反,自身有太阳般的光,却不能照耀天下,给无数人带来温暖,这也不可能。修证的力用发挥出来,就叫做事业。这时任运自在,不必费力,不会出错。所以,我们要有深远的智慧,不要草率行事。

当时,从各地前来的弟子比繁星还多。这样一来, 光明心髓的大圆满法,很快就弘传开来,极为兴盛广大。 由于因缘成熟,加上尊者是住在光明本性中作事业,所 以毫不费力地任运周遍了虚空界。

尊者还用金银书写前译十万颂续部宝等, 劝动德格 王和他的后妃及孩子, 专门刻版宁体法全集以及前译十 万颂续部宝等。仅仅这一项,就对宁体法流的传承做了 不可思议的功德。在世间上对于遍知父子如同日月般称 赞, 如是对于圣教和众生作利益。3

这是极重大的弘扬前译密教的工作。 因为密续中出 现一些增减、错谬等的染污, 以尊者的证量和悲心作了 整理后, 弘扬了清净的前译圣教, 因此他的深恩泽被了 无数后人。之后,尊者为了承事前译圣教,用金银书写 了前译十万颂的续部宝等,并劝德格王和他的后妃、孩 子专门出资刻版。当时刻版是一件大工程,刻一张经版 都十分不易。那时为宁体法的全集和前译十万颂等专门 刻版。如此来推动前译教法的弘传。

仅仅这一项事业,尊者就对宁体法流的传承做了不 可思议的功德。后人一致赞叹龙钦巴和晋美朗巴父子如 日月二轮般,光照整个世间。

最后的圆寂

吉祥怙主任运成就二利,将有缘者安置在信心之 地。当他寿命究竟七十岁时, 出现稀有的瑞相, 暂时将 色身摄回铜色莲花光明宫中。

³ 东珠仁波切的《大圆满龙钦宁体传承祖师传》中说: 尊者在四十三岁时, 收集、整理并出资抄写了二十五函前译密续,并撰写了《宁玛密续部史》。

吉祥怙主任运成就了自他二利,把一切有缘者都安立于信心之地。在他七十岁时,度生的因缘已尽。当时出现了稀有的瑞相,尊者的色身示现涅槃,归回了铜色莲花光明宫。

此后出现了五种殊胜化身,即:身化身——钦则益西多吉,语化身——华智大菩萨,意化身——蒋扬钦则旺波,功德化身——米居·南卡多杰,事业化身——嘉瑟·贤彭塔义。这些化身每一位的功德都宣说不尽,他们将密宗前译派的正法普遍弘扬至十方世界。

尊者圆寂后,以他的悲愿力,出现了身、语、意、功德、事业五大化身:身化身是宁玛派中极具神异的多钦则尊者;语化身是显示大菩萨行为的华智仁波切;意化身是大伏藏王蒋扬钦则旺波;功德化身是米居·南卡多杰;事业化身是嘉瑟·贤彭塔义。

这些化身每一位都有说不尽的功德,他们把前译正 法普遍弘传于十方世界。

晋美朗巴尊者以语甘露培养出了无数不可思议的弟子。其中,持内证实际意传传承的有四个都称为"晋美"的心子:多竹千·晋美称列沃瑟,晋美嘉维尼固,晋美衮卓南嘉,晋美俄刹丹增。他们每个人又作育出了

无数传承弟子,由此将光明心髓大法普遍弘传到地球上 的广泛地区。作了这样的事业。

尊者以语甘露培养了无数了不起的弟子。其中有四 位持实际意传,名叫"晋美"的心子。尊者有很多名字, 说到开发龙钦宁体法门,就称为"晋美朗巴",因此, 得心传的弟子,对于龙钦宁体法门来说,名字都以"晋 美"开头。比如,尊者的两大弘传者:第一世多竹千仁 波切,名字叫"晋美称列沃瑟",第二位叫"晋美嘉维 尼固"。再传下来,比如华智仁波切叫"晋美秋吉旺波" 等等。总之都是"晋美",是无畏的意思。

这四大心子又培养出无数的传承弟子。这样代代相 传,把龙钦宁体大法(或名光明秘密心髓大法)普遍弘 传到地球上的广泛地区。

这就知道,龙钦宁体法是怎么来的。"龙钦"两字 是大界心髓的意思,是莲师的伏藏法,名叫"龙钦宁体"。 (不要理解成龙钦巴传出的法。) 从最近的缘起看, 是 从晋美朗巴尊者传下来。近三百年来,成为极受欢迎的 法门,加持力极大。

在这位上师处, 远传、近传、净相传的三传承河流 汇集成一条大河, 从他身上传下来了。迄今为止, 大圆 满续部、伏藏、净相三者以窍诀实修引导及耳传的传承

一直未中断,的确都是由这位圣上师的恩德和事业中而来。

在这位圣上师处,远传、近传和净相传三大传承河流汇成一条大河,从他身上传下来了。他的出世对前译教法的弘传有着重大意义。到目前为止,大圆满的续部、伏藏、净相三大法系,以窍诀作实修引导和耳传的传承从没间断,这都源于尊者的恩德。

只有高证量的金刚上师,才有大的能力传窍诀而作 实修引导,维护清净的法脉。如果只停留在文字上,那 就像前面说的,会出现被寻思分别染污的情况,使大圆 满法变质。

以上讲了晋美朗巴大圣者出世的因缘,在世修证的 历程,以及龙钦宁体法流的传承状况。通过讲解简要的 传记,相信大家已有了大体的了解。

两篇遗教

这是尊者临终时留下的两篇殊胜教诲。他讲到自己 前世转生的情形,以及这一世以后的情况,这是世俗层 面的事。在胜义层面,自己的金刚体性无生无死,这样 来安慰一切善缘者的心,让他们感觉上师永远与自己不 分离。这成了在心中了解无分离的胜义自性后,时时忆 念上师发起胜解和恭敬的所依。为了护持弟子的信心与 敬重,以及乃至成佛间永不分离的誓愿,尊者留下了遗 教。

第一篇遗教

尊者言: 你们听好. 我要讲三句遗教。我在做支格 王的王子时,于迦叶佛前发了心;释迦佛时,身为佛的 亲弟: 在此藏地幻化的松赞干布王时期, 是比丘阿嘎玛 德: 乃至于莲师与菩提萨埵的时代, 示现为布玛莫扎和 佛子天尊。此后,生生世世作圣教和众生的义利而修学 菩提行。以此最终将在此贤劫中成佛. 号为"胜利佛". 获得了如是的授记。

尊者首先讲到自己宿世转生的情况。

早在咖叶佛时期,尊者是支格王的王子,当时在佛 前发了菩提心。到释迦佛出世时, 转生为与佛同父异母 的弟弟难陀。他示现为一开始迷恋妻子,虽然被佛逼迫 出了家, 但总想着溜回妻子身边。后来佛带他到天上和 地狱,看到轮回的情形后,生起出离心,一心向道,成 为护根第一的阿罗汉。在西藏观音化现的松赞干布王时 期,尊者出家做比丘,名叫阿嘎玛德。到莲师和菩提萨 埵入藏大弘显密佛法时,尊者示现为布玛莫扎和佛子天 尊。

这以后,每一世都作圣教和众生的义利来修学菩提行。对圣教作护持、弘扬的利益,对众生作拔苦与乐的利益。

最后会在贤劫示现成佛, 名号是"胜利佛"。

这一世也仅少用功力,就在心中生起了自然的证德。一切法皆不学而知,具足对于众生的无量悲心,并且一生安住静处度过时日。因此对死毫无畏惧,从安乐行于安乐,对此不必悲伤。

尊者说:我今生以很小的精勤,相续中自然生起戒定慧的证德,无上瑜伽的生圆次第、大圆满,都现前了证量。对于一切法不学就知道。对众生有无量悲心。特别是有出离心,为成就无上大道,一生安住静处,从没入到放逸之地。因此到临终时,我对死亡没有任何畏惧。

告别了这一生后,将会到安乐之地,所以你们不必 悲伤,对我来说,完全住在安乐当中。

此刻,当四大收摄之际,有天语在我耳边朗声宣说: "今去自性幻化刹土和莲花光明宫的时间已到。"我无 须明观。

这是尊者临走时留下的几句话。

他说:现在到了四大收摄之时,我耳旁有清楚的声 音, 朗声地提醒说:"现在到了去自性幻化剎土和莲花 光明宫的时候。"我根本不必作观,能自在地去幻化刹 土和莲师剎土的莲花光明宫。

但这样的去也只是在众生前示现, 尊者的本地风光 则无来无去。

要做的圆满密意之事。主要是供献和作荟供酬补。 此遗体是七世之身,故须约一年中和合盐后,全身入塔。 如此将使地之精华不失坏,于圣教庄严有利益。

大德圆寂后,通常要做四十九天的法事,这叫做"圆 满密意"。 意思是他自身有什么密意, 都要为他做圆满。

尊者说: 要为我做的主要是供献 (作大量供养), 以及作荟供和酬补。而且,我的身是七世之身,有极大 的加持和利益。你们要在一年里, 把我的身体和盐合在 一起,全身入塔好好安奉。这个法体能够加持大地,使 地的精华不失坏,而且有益于成为圣教的庄严。

什么是"七世之身"呢?根据邬金朗巴尊者传,里 面有一段莲师的授记这样说到: 邬金朗巴的色身是七世 之身,不能以其他方式处理,要全身密存起来,由后世 的伏藏师取出,把它做成甘露丸,放在净水里喝下。未 来吃到此肉的人,全都种下善根,仅以此将会得到可以 去空行剎土的身。

华智仁波切曾说:上师晋美嘉维尼固的色身要保存 起来,在这个色身前发愿,跟亲自在佛前发愿一样。

法王如意宝也说:七世的身甘露吃了以后,就种下了解脱种子。

有些附近的凡愚不知我相续的量,故对佛出世不欢喜的人也很多,因此要么就清净地水葬。不具生圆者不行火施。

尊者说:有些附近的愚人不知道我相续的量,他们被邪见障蔽,对于佛出世也不欢喜,因此你们要么就清净地水葬,供养水族而结善缘。不要让不具生圆次第修量的人做火施。本来行火施是使事业最快成就的方便,但具修量者很少,难以发生效力,所以尊者作了这样的嘱咐。

接下来谈到来世化现的情况。

以幻化般的化身调众的转世者未必不来,故我所穿的法衣、用的法器莫令失坏,应妥善安放。对我的转世 不必专门追究。要勤供大黑天护法。

尊者说:以幻化般的化身再来世间调伏众生,不是 决定不来。结果后来出现了五大化身。比如蒋扬钦则旺 波是尊者的意化身,而且再化五种,每一种又化五种。 钦则珠古的世系有很多,每一位都不可思议。比如现今 时代的宗萨仁波切,是第三世钦则化身,实际都是晋美 朗巴尊者的化身。其他的比如华智仁波切、嘉瑟·贤彭 塔义、多钦则等等,全都是尊者的化身。

所以尊者说: 我穿戴的法衣、用的铃杵等法器不能 丢掉,要妥善保管。但是对于我来世的化身,你们不必 专门追究,特别要精勤供养大黑天护法。

末后留偈曰:

"我乃不变法性常。 于我无有行住别. 示现生死唯后得. 本解脱中圆正觉。"

尊者最后留了一首偈:"我是不变法性常", 意思是 金刚性体, 永无变坏。

"对我来说,没有行和住两种"。不要以为先前上 师安住,后面上师走了。如《金刚经》所说:"若有人 言:如来若来若去,若坐若卧。是人不解我所说义。何 以故?如来者,无所从来,亦无所去,故名如来。"尊 者住在无来无去的光明中,没有行和住的差别。不是说 前面住在这里,后面离开到另一个地方。

"在所化的心前示现生和死是后得的事,我在本解脱里圆满正觉。""后得"指尊者自身住在本位中,没有生死,只是就他现的角度说,在众生的善缘和自己的悲愿和合时,就会在有缘者前现出化身的影像,这叫做示现生,而在因缘尽时顿时隐没,称之为死,是众生妄识前所得,称为"后得"。

第二篇遗教

又在面前桌子的裂开处放了纸条,里面写道:

在尊者的房间里,面前有张桌子,在它的裂缝处有一张纸条。这是一篇遗教,尊者顶礼阿弥陀佛后,讲了生和死的真实义,又说到自己去了哪里,以及祈愿一切具信敬的结缘者在同一坛城中成佛。

"顶礼无量光佛足! 所谓的生是有之轮, 十二缘起持续轮转后, 病等苦谛的近取者, 所谓的死是胜义谛, 在心的法性无自性上, 生和死只是妄分别所作。" 这是讲生和死的意义。

这是有关归宿的问题,因此先顶礼阿弥陀佛。西方 表归宿,代表成就门。那么生是什么呢? 生就是转有的 幻轮。细分上是剎那剎那地现出有的影像,接连不断, 叫做轮。由于这有的幻影总消不了,导致长劫轮转。粗 分上表现为在三有或者无量有的生处不断地受生。

接着再讲到生是一切苦的近取者。也就是说,生是 总的起因,由它而出现连绵不断的生死之苦。具体来说, 众生在三有中上下轮转,以无明的迷乱力,不断地发生 行、识、名色等。这是惑业苦循环的缘起机制。有迷惑 就有虚妄造作,有造作就有苦,因此不断地轮转后,会 出现病、死、衰等的无量苦事。

这一切都是从同一源头而来,就是由执著实法而出 现的生。有生才有一切显现和它的成住坏空等;没有生 就没有显现,也就没有成住坏空等苦谛。然而,生不过 是一念入梦,之后无法拔出这种因缘的锁链,就相续不 断地轮转下去。无论怎样轮转,也只是虚假的显现,这 叫做世俗谛。如梦般现而无有,寻找时了不可得,这是 生的真相。

这样本来无生就叫做"死",也就是本自寂灭。所 谓的死,是指在心的法性无自性上,生和死是虚妄分别 作出来的。

就世俗谛描述是万法唯识,再没有更高的涵义。妄识是作者,它虽然了不可得,但从中会变现出无数生死的幻相,因此,真实中生死不可得,只是一种分别。大悟时会发现原本没有生死——"梦里明明有六趣,觉后空空无大千",或"生死涅槃等空花"等等。

"无境的识是三解脱门界, 合于彼即是自然金刚无量宫。 莲花光及自性幻化者, 以大悲调伏众生的殊胜处。"

说了生和死的意义后,人们往往会追问: 尊者圆寂后到哪里去?

尊者回答:我已合到了三解脱门法界,住在自然金刚的无量宫中。这是用譬喻在描述,意思是还归法界,回到无生无死的法性中。它法尔如是,非因缘所作,称为"自然";坚实不变,无有丝毫迁变、增减,称为"金刚";超出语言、思维的境界,称为"无量";是住处的缘故,就称为"宫"。当然这是名言上的表达。(自然金刚是尊者的名号,这里道出了尊者的本来面目,也是我们的本来面目。)

"无境的识" 指直心或本心。我们理解佛教法相时 要看语境,因为使用时会不拘一格,而且对于同一种法, 不同教典里用的名词也有所不同。通常来说,"识"指 虚妄心, 包括八种识。但有时会指第九识, 这是在八识 之外的无境识,远离一切境相,区别于第六意识和阿赖 耶识。

无境的识或无二智慧是具有空、无相、无愿三解脱 门的法界。虚妄显现的体性了不可得,叫做"空";远 离一切生的行相,就叫"无相";在果上没有可以求、 能得到的法,就叫做"无愿"。一旦通达了就能入法界, 比喻为"门"。这是本自解脱,不是由修而出现解脱, 叫做"三解脱门界",也就是空性法界。

尊者说: 我住在法性土或法身土中。身和土不二, 不要想成是有形相的处所,一切都是不二的。只是从住 处来说称为"土";从明知来说称为"心";从它是发生 一切的根源就称为"界";是万法的真实体性就称为 "性"。

应所化的善根,从法身现起色身,尊者将会示现住 在莲师的莲花光刹土,或幻化体性的五方佛刹土等,以 大悲调伏众生的殊胜处。这些剎土非常殊胜,众生一到 那里就能迅速成佛,所以叫做"殊胜之处"。

"凡胜解与恭敬结缘众, 愿皆一坛同成佛。"

尊者最后祈愿: 愿凡是以胜解和恭敬与我结缘的众 生,都将在同一坛城成佛。

思考题

- 1、对于自己受生的种姓, 晋美朗巴尊者是如何看待的? 为何生在过于富贵或贫贱的家庭不利于修道? 为避免此种结果, 因上应如何做呢?
- 2、尊者小时候在以下善根上有何表现? 反省自己 与尊者相比有何差距? 如何在自身上学到这些德相?
 - (1) 无常心
 - (2) 出家修道心
 - (3) 对三宝的信敬心
 - (4) 探求心的本性
 - (5) 对于法至心好乐
 - (6) 悲愍遭杀有情
- 3、尊者出于何种考虑,而想彻底舍离一切事来专心修行?又出于何种考虑而受沙弥戒?
- 4、一般而言,学人应如何趣入修行?对于尊者在 这上的特别示现,应如何正确看待?(可以从对尊者住 清净观和自身如何行持两方面趣入思维。)
 - 5、尊者是如何由念死无常而生猛利出离心的?
 - 6、思维尊者缘苦生悲的一则事例。尊者说:"菩提

心的前行——以四无量心转变自心的缘起,在我身上都无欠缺地具足。"这与他修行很快成就有何关联?对我们重视前行基础有何启发?

- 7、从总别两分思维,尊者为何立下七条誓约?结 合自身的情况,应如何随分行持这些誓约的内涵?
 - 8、依据道歌,思维以下问题:
- (1) 尊者是如何由持守身要、绵密护心等,而生 起寂止上的觉证?
- (2) 如何摧毁为现世活计而起的贪嗔山王? 尊者 在这上达到了何种修量?
- (3) 如何才能使意传加持降临自身? 这上尊者是何表现?
 - (4) 尊者修悲心到量的相如何?
 - 9、尊者三年闭关的成果如何呢?
 - 10、尊者入梦光明的当晚,是如何忆念莲师的?
- 11、思维尊者入梦光明取意伏藏的全过程。应如何 看待修行者出净相这类事? 从这段传记怎么体会龙钦 宁体传承极其清净可靠?
- 12、尊者在普受当地人敬奉时是怎样想的? 这对我 们修行有何启发?
 - 13、在道歌中,尊者检点、指出了哪些不如理修行

的相?随自己修行浅深,反省是否有这些过失。

- 14、尊者由闻取得了何种成果?
- 15、细致学习道歌后,从以下几方面,反省自己是 怎样被常执魔骗掉的?做这些到死时有没有利益?如 是思维后,你在修行上有什么打算?
 - (1) 营求房子、车子、名牌服装、高档电器等;
 - (2) 营造温馨家庭,追求生活品位;
 - (3) 交际应酬, 求名利地位;
 - (4) 刻苦钻研, 求学问知识。

(也可根据自身情况,从其他方面作反省。)

- 16、自己在生活里应如何尽力行持出离行? (比如 生活简单、少欲知足、早晚勤勉修法等。)
- 17、尊者在对待存亡财食上是怎么做的? 自己如何 学到这种取舍因果的细行?
- 18、尊者生病时是如何作观的?随自己的能力,学习其中的观法。
- 19、思维尊者在积资粮、发大愿上的做法,并尽力 随学。
- 20、从见莲师父母和遍知龙钦巴的传记,如何体会 上师瑜伽修法极其重要、殊胜?
 - 21、尊者在对待存亡财食上是怎么做的? 自己如何

学到这种取舍因果的细行?

- 22、尊者生病时是如何作观的?随自己的能力,学 习其中的观法。
- 23、思维尊者在积资粮、发大愿上的做法,并尽力 随学。
- 24、思维龙钦宁体伏藏法从最初开启,到经三次劝请而揭密弘传的全过程。
- 25、就尊者一生的行持看,他在以下两点上是如何做的?这对我们走菩提道有何示范意义?
 - (1) 小、大、密次第修证;
 - (2) 先成就自利,后自在利他。
 - 26、依两篇遗教作思维:
 - (1) 思维尊者末后留的偈子: 我乃不变法性常,于我无有行住别, 示现生死唯后得,本解脱中圆正觉。
 - (2) 生和死各是什么涵义?
- (3) 尊者圆寂后到哪里去了? 从法身和所化前现的色身这两分来思维。