

二十一 度母赞讲解

索达吉堪布 · 译讲



课程
70



南无本师释迦牟尼佛



至尊圣度母

PRAISES TO THE TWENTY-ONE TARAS

二十一度母赞讲解

索达吉堪布·译讲

传讲日期：2012.5.18-2012.6.15

版本：2024年12月

序

度母，除苦最有力的本尊

提起“度母”，汉地许多人都没听说过，但在藏地和印度，她的鼎鼎大名，可谓家喻户晓、无人不知。

度母，顾名思义，就是救“度”众生的“母”亲。她如同妈妈一样，能带给我们绵绵不绝的温暖、安全感，保护我们免受灾祸苦难，并得到梦寐以求的幸福安乐。

在佛教中，度母是观世音菩萨的化身。或许有人会问：“既然如此，那祈祷观世音菩萨就行了，干嘛

还要单独祈祷度母呢？”虽然究竟来讲，所有佛菩萨的本体都是一个，但由于她们往昔的愿力不同，度母在加持方面相当迅猛，如古大德所说：“当今末法时代，度母的加持最为快速。”所以，我们也有必要祈祷度母。

在藏地，几乎人人都祈祷度母，有关的感应事迹比比皆是。而在汉地，由于历史、传统等原因，虽然也有度母法门，但并没有得到广泛弘扬，这是相当可惜的。所以，希望通过这次机会，大家能认识到度母的加持无处不在。

可能有人又问：“祈祷度母的话，一尊度母不就可以了么，为什么会有二十一尊呢？”其实，佛、菩萨的不同身相，是他们不同愿力、与众生不同因缘的具体示现，就相当于观世音菩萨的三十二应身，这一切都是利益众生的方便。

要知道，众生的根基千差万别。比如若想开智慧，有些人喜欢祈祷白度母，有些人则觉得明觉吽度母更有感应。但实际上，不管祈祷谁都可以，关键看你的信心与意乐。你对哪一尊度母最有信心，才最容易与她相应。

世间的一切万法，虽然如《金刚经》所说，在胜义中皆为空性，但在世俗中，缘起显现也是不灭的，有苦、有乐、有本尊、有加持……这一切谁都无法否认。所以，大家在遇到痛苦时，最好能祈祷除苦最有力的本尊——度母。

假如，你不懂复杂的度母修法，则可在面前的虚空中，观想一尊绿度母或白度母，然后虔心念诵度母心咒或度母赞，祈祷度母赐予加持。这种方法很简单，没有经过灌顶的人，也可以念诵、观修。

我本人终生修持度母法，从小度母带给自己的加

持就无法言表，令我在这一生中，对度母每时每刻具有巨大的信心。当然，没有这种经历的人，也许对此不太相信，但就如同良药的效用，受益者才最清楚一样，佛菩萨不可思议的加持，只有当你亲身体会了，才知道到底怎么样。

常言道：“佛氏门中，有求必应。”这的确不是一句空话。不过，若要心想事成，并非磕几个头、烧几炷香就行了，关键要懂得方法。

希望有缘者通过这本书，能找到适合自己的方法，以此摆脱畏惧、苦难，让内心获得不退的快乐！

索达吉

2014年2月19日

目 录

二十一度母赞	001
--------	-----

二十一度母赞讲解

第1尊 奋迅度母	016
----------	-----

第2尊 白度母	021
---------	-----

第3尊 紫磨金色度母	026
------------	-----

第4尊 顶髻度母	031
----------	-----

第5尊 吽音叱咤度母	038
------------	-----

第6尊 帝梵恭奉度母	047
------------	-----

第7尊 胜伏他方度母	054
------------	-----

第8尊 大怖救度度母	060
------------	-----

第9尊 三宝严印度母	066
------------	-----

第10尊 欢悦威德度母	073
第11尊 解厄度母	081
第12尊 月相冠冕度母	087
第13尊 烈焰度母	092
第14尊 顰眉度母	100
第15尊 安乐柔善度母	105
第16尊 明觉吽度母	112
第17尊 震撼三界度母	116
第18尊 灭毒度母	121
第19尊 天王所敬度母	127
第20尊 消疫度母	133
第21尊 具光度母	138

二十一度母赞

索达吉堪布·译

梵语：阿绕达瑞多札

藏语：帕玛卓玛拉多巴

汉语：圣度母赞

嗡 顶礼至尊圣度母！

顶礼奋迅救度母，目如刹那闪电光，
三域怙主莲花面，花蕊绽放从中现。

顶礼月色白度母，秋百满月聚集脸，
成千群星同汇聚，尽放威光极灿然。

顶礼紫磨金色母，莲花庄严其妙手，
布施精进苦行静，安忍禅定行境性。

顶礼如来顶髻母，奉持无边尊胜行，
获得无余波罗蜜，一切佛子近依止。

顶礼吽音叱咤母，声遍欲色虚空界，
其足压伏七世间，皆能勾招尽无余。

顶礼帝梵恭奉母，火神风神自在供，
鬼王起尸及寻香，夜叉众会皆赞叹。

顶礼胜伏他方母，札啲尽毁敌惑轮，
右屈左伸足压伏，盛燃熊熊烈火焰。

顶礼大怖救度母，摧毁一切凶猛魔，
莲花容颜现颦眉，无余斩尽诸仇怨。

顶礼三宝严印母，手指当胸露威严，
庄严无余诸方轮，自之光芒普萦绕。

顶礼欢悦威德母，顶饰光鬘诚斑斓，
喜笑大笑圣咒音，怀柔群魔与世间。

顶礼解厄圣度母，能召一切护地神，
顰眉竖动发吽光，消除所有诸贫穷。

顶礼月相冠冕母，一切饰品极璀璨，
无量光佛髻中现，恒常光芒最耀眼。

顶礼烈焰圣度母，如末劫火住光鬘，
右伸左屈喜姿态，击毁一切诸敌军。

顶礼顰眉圣度母，手掌压地足踩踏，
面露怒容发吽声，击破七重一切处。

顶礼安乐柔善母，寂灭涅槃行境性，
真实咒语嗡娑哈，摧毁一切大罪恶。

顶礼明觉吽度母，众会围绕极欢喜，
怨敌之身悉击碎，十字庄严明咒吽。

顶礼震撼三界母，足踏吽相为种子，
须弥玻雪曼达绕，三世间界皆摇动。

顶礼灭毒圣度母，手持天海相皎月，
诵二达绕咄字声，无余灭除一切毒。

顶礼天王所敬母，天人非人咸依止，
披甲欢喜之威德，遣除争斗与恶梦。

顶礼消疫圣度母，日月双眸光鲜明，
诵二哈绕德达绕，消除剧猛瘟疫病。

顶礼具光圣度母，安立一切三真如，
正具寂灭威神力，摧魔起尸夜叉众。

以根本咒礼赞二十一度母终

略祈祷文：

至尊度母您垂念，祈求救脱诸苦难。

度母心咒：

嗡 达热 德达热 德热 娑哈

二十一度母赞讲解

有了度母加持，做什么事都容易成功

度母，在印度、藏地可谓家喻户晓，信仰者不计其数。但在汉地，了知其功德者却寥寥无几。有些人只知道“藏传佛教中有度母修法，这个修法来自于印度；还有像龙猛菩萨、龙菩提、寂天菩萨、阿底峡尊者等高僧，昔日都得到过度母的授记、开示和加持”，除此之外，自己从来也没有修过，充其量只念过几句度母心咒而已。

其实，度母具足圆满的智慧、悲心、威力，你若能经常修持，依靠其迅速、猛厉的加持，一方面可以遣除人生中的违缘、修行中的障碍，同时也能增上自

己的智慧和福德。

在佛教中，文殊菩萨是诸佛的智慧总集，观音菩萨是诸佛的大悲总集，而度母，是诸佛的事业总集。

诸佛的事业是什么？就是遣除一切众生的痛苦，置其身心于安乐的境地。这方面，度母具有特殊的能力。所以，不管是什么人，只要信仰度母，经常念诵她的祈祷文，就一定会得到度母的加持。

我本人从小对度母就有极大信心。大概6岁半时，连字都不认识，就已经会背《二十一度母赞》了。从那时起，不管遇到任何违缘，我都会油然而生起一种信念：“度母一定会加持我，度母一定会帮助我！”

10岁时，有个叫班玛丹增的修行人，送给我一尊很小的度母像。从小学、中学、师范到出家，我一直将它带在身边。虽然它不如现在的度母像做工精致，

但对我来说却珍贵无比。那时，我将它包在一块黄布里，经常拿出来祈祷，感觉它的加持非常大。

这次给大家讲度母法，缘起的确特别好。本来几年前我就想讲了，但因缘一直没有成熟，直到2012年，尤其是年初以来，出现了许多跟度母有关的缘起——首先，国外一些高僧大德和佛教徒，给我寄来了许多度母的法本；另外，两三个月前，我见到了上师德巴堪布，他送给我一尊度母像；还有前不久，一位印度商人供养了我一尊从尼泊尔请的极为精美的度母像；前两天，石渠的一个考察团，送给我一张罕见的度母像照片，此像据说是文成公主入藏时留下的，属于国家级文物，平时被锁在保险柜里，一般人很难见到；还有前段时间，有居士想给我们经堂供养唐卡，竟然也是度母，我宣布要讲度母的当天，唐卡恰好到了学院……

所以，我相信，这次弘扬度母法，对大家会有

不可思议的利益。通过学习这部《二十一度母赞》，很多人会对度母产生信心，并很快得到度母的特殊加持，这样，做各方面的事情都会圆满！

度母的加持非常快速

《二十一度母赞》讲了什么呢？就是讲了二十一尊度母，并且对每一尊度母，以一个偈颂进行了赞颂。

它实际上是一部佛经，不仅在藏文中有，汉文的《大藏经》中也有。元朝有位叫安藏的翰林学士，曾奉皇帝之命翻译的《圣救度佛母二十一种礼赞经》，就是《二十一度母赞》。这个译本我也看过，但有些地方过于直译，理解起来比较难懂，所以这次我对照藏文，并参考藏传佛教中《二十一度母赞》的解说，对此重新作了翻译。

阿底峡尊者认为，《二十一度母赞》属于事续，事续总共有 35 品，其中第 3 品就是《二十一度母赞》。日藏大师则认为，《二十一度母赞》属于瑜伽续，瑜伽续的第 570 品是《二十一度母赞》。后来，个别大德认为，《二十一度母赞》既属于事续，也属于瑜伽续。实际上，这些说法并不相违，就像《文殊真实名经》既有无上密法，也有普通密法的解释方法一样。

综上所述，我们可以这样理解：从究竟意义上讲，《二十一度母赞》可以按照无上密法解释，但根据所化众生的根基，也可以按照事续和瑜伽续解释。

在这部《二十一度母赞》中，提到的二十一尊度母，本体都是一个。之所以用二十一偈从不同侧面进行赞颂，是因为在不同众生面前，度母示现的形象、身色、功德等不尽相同。比如，度母有白、红、黄、蓝、黑、绿等色，白色表度母之身，红色表度母之

语，蓝、黑色表度母之意，黄色表度母之功德，绿色表度母之事业。但不管是绿度母、白度母还是其他度母，只要我们经常念诵《二十一度母赞》，就会获得一切度母的加持。

在藏传佛教中，无论哪个寺院、哪个教派，格鲁派也好、萨迦派也好、宁玛派也好，平时课诵或给施主念经，僧人们都要祈祷度母。而且，藏地念《二十一度母赞》特别快，以体现度母加持非常快速，尤其是格鲁派的念诵速度，很多人根本跟不上。大家刚开始念时，可能不太熟练，但只要经常念诵、祈祷，慢慢就会熟能生巧。

度母是显现为女性菩萨形象的佛

除了《二十一度母赞》，佛经中还有很多其他的度母经典。前不久我翻阅藏文《大藏经》，发现了与度母有关的大量典籍和修法，另外，在藏传佛教的

伏藏品中，也有许多度母仪轨。当然，大家不要因此就认为：度母法门是藏传佛教独有的。其实，在汉文《大藏经》中，也有很多度母修法。尤其在唐密中，度母被译为“多罗菩萨”，此法门在汉地也曾广泛弘扬。

有些人可能会想：“度母是菩萨还是佛呢？”从究竟上讲，度母早已成佛，《大幻化网》中讲到了五部佛和五部佛母，其中北方不空成就佛的佛母，就是誓言度母；但在某些所化众生面前，度母暂时显现为菩萨形象。

我们对度母要有这种认识：度母实际上是佛，只不过显现为女性菩萨的形象度化众生。

度母的含义就是度脱灾难和痛苦

度母可以遣除不同的灾难和痛苦，所以，我们遇

到任何苦难时，应当一心一意祈祷度母。在汉传佛教中，有“救苦救难观世音菩萨”的说法，其实，这也可以用在度母身上——“救苦救难圣度母”。

“度母”的含义就是度脱众生的痛苦。依靠谁来度脱呢？度母。度脱者是谁呢？正在受苦的众生。以什么方式度脱呢？自己以信心祈祷度母，或者别人替自己祈祷度母。当这些因缘聚合时，我们就能得到度母加持，解脱一切苦难。

末法时代，假如没有诸佛菩萨加持，仅凭一己之力想远离痛苦，这是不现实的，就像风中的灯很快会被吹灭一样，自己的力量相当微弱。而若有了圣者的助缘，即便魔众再兴风作浪，自己也有应对的能力，依靠具足智慧、悲心、威力的圣尊，就像天降大雨一样，违缘的烈火一瞬间就会熄灭。

所以，大家要对度母生起信心。有了信心，什么事情都容易成办。

如何祈请度母的加持：对度母进行总顶礼

嗡 顶礼至尊圣度母！

“嗡”既是呼唤词，也是与诸佛菩萨的身口意相应的一种咒语。

“至尊”是对圣者度母的尊称。

此顶礼文的意思是：在圆满智慧、慈悲的圣者度母面前，我恭恭敬敬地顶礼。

在古印度，即使是不信佛的人，祈祷度母者也不计其数。从历史上看，那烂陀寺的壁画中，度母占的比例非常高；菩提迦耶的众多佛像中，度母像也可谓比比皆是。而在藏地，每一座寺院基本都有度母的塑像和唐卡，每一个藏族人几乎没有不念度母经咒的。

大家若想对度母生起纯净的信心，一定要先了解度母有何功德。这样，就如清水中可映现月影一样，

自然可获得度母的迅速加持。

下面分别讲二十一尊度母。在具体观想时，她们的手印、坐姿完全相同，但身色和左手的法器略有差异。

第1尊 奋迅度母

顶礼奋迅救度母，
目如刹那闪电光，
三域怙主莲花面，
花蕊绽放从中现。



奋迅度母：加持极为迅速

奋迅度母的功德：加持快速、有力

奋迅度母，身体为红色或黄色，右手结救护众生的胜施印，左手持莲花，花上是右旋海螺。

所谓奋迅度母，“奋”是勇猛，“迅”是迅速，合起来指度化众生极其勇猛，加持相当迅速。

麦彭仁波切在《八大菩萨传》中说：“在本尊中，度母的加持最快速。”因此，以前我们佛学院每次遇到违缘，或是修法方面的障碍时，法王如意宝都要求僧众祈祷度母，这样，违缘立即就消失了。

奋迅度母具有什么功德呢？“目如刹那闪电光。”就像黑夜中的闪电刹那照亮万物一样，度母的

智慧双目一瞬间可照见万法的真相。

度母是观世音菩萨悲泪的化身

度母的来历是什么呢？“三域怙主莲花面，花蕊绽放从中现。”“三域”是欲界、色界、无色界，“三域怙主”就是指三界怙主观世音菩萨，“三域怙主莲花面”是形容观世音菩萨的面容犹如莲花，“花蕊绽放从中现”指度母是从莲花的花蕊——观世音菩萨的泪水中化现的。

佛典中记载过度母在因地的三次发愿：

第一次：很久以前，种光世界的鼓音如来出世，当时有一公主名“般若月”，天生善根深厚，礼敬三宝。那世界的人们寿命极长，般若月公主至心供养佛陀及僧众，长达一百万零八年。诸比丘都赞叹她：“你如此恭敬虔诚，一切所愿必能成就。你为何不发愿转

女身成男身，以方便修行？”

公主回答：“我观此处无男亦无女，无人无识亦无我，男女名称皆虚假，世间劣智迷惑生。”随后她发下大愿：“以男身成佛者很多，可是以女身成佛的却很少。我今于佛前发愿：直至虚空毁坏之时，都以女身度化一切众生。”后来，公主于无量岁月精进修持，最终获得证悟，成就了大愿，鼓音如来授记她为“度母”。

第二次：度母又曾在不空成就佛面前，发愿道：“愿我能护持十方一切苦难众生，降伏一切魔障。从此九十五大劫中，每天都能度化百万众生，令其身心安稳快乐。”诸佛感佩她的愿行，故赐名“度母”。

第三次：往昔观世音菩萨以慧眼观察，发现自己虽然度化了无量众生，可六道众生并没有减少，他不禁悲从心来，流下两滴眼泪。泪水变成两朵莲花，从中出现白度母和绿度母，她们合掌同声说：“菩萨，

您不要伤心，我们愿分担您救度众生的悲愿。”之后，两尊度母显现为二十一尊度母，协助观世音菩萨广度众生。因此，度母是观世音菩萨悲泪的化身。

此外，还有佛经中说：久远以前，有位叫无垢光的比丘，他得到十方如来的灌顶而成为观世音菩萨，观世音菩萨又获得五方佛的灌顶，心间出现了度母。

度母既然是观世音菩萨眼泪或心间化现的，二者实际上是一个本体。在汉地，观世音菩萨一般被认为是女性；而在藏地，观世音菩萨被认为是男性，但度母是观世音菩萨幻化的女身。从这个角度来看，汉地的观世音菩萨和度母，基本上是相同的，只不过没有这么描述而已。

第2尊 白度母

顶礼月色白度母，
秋百满月聚集脸，
成千群星同汇聚，
尽放威光极灿然。



白度母：开智慧、延寿命

白度母的功德：开启智慧，让自己或他人长寿

白度母，身色洁白，面容宛如一百个秋天的满月聚在一起，极为圆满且远离垢染；她的身体，犹如成千上万的群星汇聚，放出灿然的光芒，并降下白色甘露，遣除众生心灵的热恼。

白度母有七只眼睛，脸上有三眼，双手掌、双脚掌各一眼，故又名“七眼佛母”。她的七只眼睛，眉间的一只观诸佛菩萨，其他六眼则观六道众生。

白度母，也叫“妙音天女”，在藏传佛教中，二者的修法比较类似。所以，白度母可以开智慧，若能经常祈祷，在作诗、写文章等方面，会有不共的能力。

另外，白度母还是长寿三本尊（长寿佛、尊胜佛母、白度母）之一。在许多高僧大德的住世祈祷文中，经常会提到白度母。因此，若想让自己或他人长寿，祈祷白度母也相当重要。

在历史上，藏王松赞干布的王妃——文成公主、赤尊公主，分别是绿度母、白度母的化身。据史料记载，松赞干布在离开人间之前，对大臣们作了未来国事及佛教住世的预言。随后，他用右手抚摸赤尊公主的头顶，公主化为一朵白色的八瓣莲花，花蕊中出现象征白度母的种子字；又用左手抚摸文成公主的头顶，公主化作一朵绿色的十六瓣莲花，花蕊中出现象征绿度母的种子字。最后，藏王仰望十一面观音本尊像，随即与两朵莲花一起化光，融入了观音像的心间……

穿得好、吃得好、住得好，并不等于活得好

世间人最渴求的是什么？无非就是平安、发财、求子、长寿、开智慧。很多修法仪轨中说：只要虔诚祈祷度母，一心念诵《二十一度母赞》或度母心咒，除了个别定业难转者以外，自己想要的一切皆会如愿以偿。

现在许多人表面上穿得好、吃得好，但实际上非常痛苦，这种痛苦并非源于物质的缺乏，而是内心的恐惧、不平、失望、焦虑。如今自杀的人为什么越来越多？就是他们没有面对痛苦的勇气。但若能祈祷度母，这一切都可以迎刃而解。

尤其当遇到灾难、恐惧时，立即祈祷度母很重要。以前，有一位叫贡确松杰邦的论师，是陈那论师的弟子。他在印度东方宣讲佛法时，从大海里出现一条大毒蛇，吞食了很多人和大象。论师向度母作猛烈祈祷，并念诵度母心咒。大毒蛇当即返回了大海，从

此不再伤害众生。

第3尊 紫磨金色度母

顶礼紫磨金色母，
莲花庄严其妙手，
布施精进苦行静，
安忍禅定行境性。



紫磨金色度母：满足一切愿望

紫磨金色度母的功德：

消除痛苦、愚痴、贫穷等

紫磨金色度母，身体是黄色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有如意宝。这尊度母的特点，是以六波罗蜜多度化众生。此处的六波罗蜜多，一是布施，二是精进，三是苦行寂静（指持戒，因为持戒需要苦行、寂静的环境），四是安忍，五是禅定，六是行境性（指智慧，因为若想入于对境的本性，必须开启般若智慧）。如果祈祷紫磨金色度母，可以增长智慧、福德、寿命，消除痛苦、愚痴、贫穷等。

往昔，那烂陀寺附近有个乞丐，她女儿出嫁时没有嫁妆，于是向月称论师乞讨。月称说：“我是个苦

行的出家人，没有什么财物给你。附近有一个叫月官的居士，你不妨去他那里试试。”

乞丐便向月官论师乞讨。月官对她的困境深感悲悯，但除了身上的衣服和《般若经》以外，自己也没有多余的财物。于是，他对着墙上的度母像祈请，求她慷慨相助。度母被他的诚心所动，立刻现身，将身上的丝绸衣服和珠宝饰物脱下，让月官交给乞丐，作为她女儿的嫁妆。

从那之后，这尊度母像全身赤裸，被人尊称为“裸体度母”。

这个故事，在《印度佛教史》中也有。其实在印度与藏地，度母的神奇事迹不胜枚举，就像汉地观世音菩萨的显灵一样多。

亲身感受的度母加持

月官论师说：“度母对所有无私的祈请都会即时应现，而其他祈请，则可能要等久一些。”所以，大家祈祷度母时，最好是没有自私心，完全为了众生的利益。

当然，即便是为了自己祈祷，度母也会给予相应的加持。

以前，我读师范时想出家，记得出现了很多违缘，实在没办法对抗，于是我就拼命地祈祷度母，结果所有违缘奇迹般地消失了。

当时，班主任对我的执著很大，若不经他同意就退学，必须罚款三千块钱。在那个年代，这是一笔极大的数目，我家根本交不出这么多钱。

我亲自去班主任家申请退学，没进屋子之前，默默念了很多度母心咒，没想到事情非常顺利，他竟然

一口就答应了。

过了几年后，这位老师来看我，我问他：“以前你对我那么执著，按你原来的想法，肯定不让我出家，为什么会同意我退学？”他想了很久，说：“我也不知道怎么回事，糊里糊涂就同意了。”

所以，从我自身的经历来看，度母的加持非常灵。而每个人，一生中都会有迫切需要解决的事情，若能真心祈祷度母，许多困难定会迎刃而解，顺利成办一切所愿。

第4尊 顶髻度母

顶礼如来顶髻母，
奉持无边尊胜行，
获得无余波罗蜜，
一切佛子近依止。



顶髻度母：连佛菩萨也要恭敬的度母

顶髻度母的功德：灭尽众生的贪嗔、不顺

顶髻度母，身体橘黄色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有长寿宝瓶，瓶中盛满无死甘露，以此灭尽众生的贪嗔、贫穷、不顺，尤其是六波罗蜜多的违品。

顶髻度母，又名尊胜佛母。为什么叫这个名字呢？因为一切如来都将她视为自己的顶髻，对她极其恭敬。要知道，在一切众生中，如来处于最尊贵的位置，既然如来都将度母视为至高无上，可见其功德有多么不可思议。

顶髻度母有三方面的功德：

一、“奉持无边尊胜行。”

她能胜伏一切怨敌和魔军，对于世间和出世间的障碍、逆缘，没有不能战胜的。

二、“获得无余波罗蜜。”

她圆满了十波罗蜜多，也就是布施等六波罗蜜多，加上方便波罗蜜多、愿波罗蜜多、力波罗蜜多、智波罗蜜多，并获得一切自在。

按照《十地经》的观点，能圆满十波罗蜜多的，不是一般的天女，也不是菩萨女，而是证得无上菩提的佛陀。

三、“一切佛子近依止。”

从一地到十地的所有登地菩萨，都会恭敬依止、赞叹、承侍她。

所以，对于度母，大家应该经常祈祷，没必要分

什么藏传佛教、汉传佛教。实际上，只要是具足功德的圣者，就值得去恭敬、顶礼，因为他们的智慧、功德、能力，远远超过我们这些凡夫。

我们凡夫有什么理由不顶礼度母

有时候，人们过于执著自己的宗派，就不会恭敬有功德的对境，“度母是印度和藏地大德依止的，而我是学汉地净土宗的”，以这种分别念作祟，就会觉得没必要学习度母法。其实这是一种孤陋寡闻。

在汉地，度母也曾一度得到过广泛弘扬。唐朝时，藏王松赞干布派大臣噶东赞到大唐求亲，带去一尊用六公斤黄金塑造的度母像，作为献给皇帝的见面礼。唐太宗见到这尊度母像，心生欢喜，立刻下旨供奉在当时最大的皇家寺院——开元寺里。

和亲的文成公主出嫁前，请求将供在开元寺的国

宝——释迦牟尼佛十二岁等身像带去藏地（即现今拉萨大昭寺的觉沃像）。唐太宗虽然万分不舍，可还是答应了。文成公主请走佛像之后，莲花座就留了下来。

后来唐太宗到开元寺拜佛，看到空着的莲花座，心想再在上面供奉一尊什么佛像好，这时度母像开口讲话了：“皇上不必供奉其他佛像，就由我来替代释迦牟尼佛普度众生吧！”从此，这尊度母像美名远播，来朝拜者络绎不绝。

到了1703年，康熙皇帝西巡到西安，在此修建了广仁寺，并将开元寺的度母像及巨光天母像、一髻天母像改供在广仁寺。由于这尊度母像在唐朝时曾开口显灵，所以，寺中将其供在大雄宝殿的中央主位上。从此，广仁寺成了汉地唯一的度母道场。

所以，汉地并不是没有弘扬过度母，只不过不像藏地这样普遍而已。大家以后若去西安，也应朝拜一下这尊度母像，在其面前多顶礼、供养、发愿。

其实，一切大菩萨既然都向度母顶礼，包括观音菩萨、文殊菩萨也是如此，我们凡夫有什么理由不顶礼度母，如果有人说“我是学净土的，不需要礼敬度母”，那就太愚痴了。

要知道，对诸佛菩萨有信心很重要。当然，这种信心应该有正确的来源，而不能盲目。否则，你看到一位上师特别慈悲，或见到一尊佛菩萨像很庄严，马上就激动不已，这不一定是真正的信心。

根登群佩大师说过，他故意在外道的神殿里拼命祈祷，竟然也流下过感动的眼泪，由此可见，凡夫的信心多不可靠。

当然，我们也不要以为外道什么加持都没有。人类历史上出现的宗教，很多都有加持力，也有不少感应事迹，这些不可能都是假的。而且，不少宗教有劝人行善的一面。正因为如此，密宗续部中说：“即使对胜论外道，也不能随便排斥、毁谤。”所以，我们

不要认为：只有佛教才完全正确，其他宗教都不好。

这种态度绝对是不合理的！

第5尊 吽音叱陀度母

顶礼吽音叱陀母，
声遍欲色虚空界，
其足压伏七世间，
皆能勾招尽无余。



吽音叱咤度母：摄受一切众生

吽音叱咤度母的功德：

消除贪心，收服一切邪魔

吽音叱咤度母，身体红色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有弓箭。

她名号中的“吽”代表大悲菩提心，“叱咤”代表无缘的空性智慧。她所发出的智悲双运之声，能传遍欲界、色界和无色界，其双足压伏地狱、饿鬼、旁生、人、阿修罗、天人以及中阴界（另有说法是地狱、饿鬼、旁生、人间、欲界天、色界天、无色界天），能勾招、降伏、摄受一切邪魔外道。

这尊度母，实际上就是作明佛母，怀业九本尊之

一。法王所取的伏藏品中，也有作明佛母的仪轨和赞颂文。如果有人贪心极其炽盛，无法守持清净戒律，只要念诵、观修作明佛母，贪心自然就会消除。所以，若想守持净戒，就要多祈祷吽音叱咤度母。

依靠吽音叱咤度母，还可以成就怀业（让身心自在，并能自在摄受一切众生），摄受一切有形和无形的众生。有些人想弘扬佛法、利益众生，只要经常祈祷这尊度母，不仅能战胜修行中的一切违缘，还能摄受无量众生，自在地弘法利生。

所以，希望大家平时多祈祷怀业的本尊，多念怀业本尊的祈祷文——“怀业祈请文”。今年，我就印了大量“怀业祈请文”的经旗，在我家乡那边的山上，挂了特别多，以此愿一切众生身心获得自在。

大家也应该多挂怀业经旗，但要注意的是，不要把经旗挂在树上。藏地有种说法：“山有山神，树有树神。”如果把经旗挂到树上，树神就被困住了，无

法活动。还有些人用经旗围院子，不管为了挡风还是装饰，这样做的过失特别大，还是应把经旗移到山上清净的地方。

身心焦虑、迷茫，祈祷度母就能自在

现在许多人身心不自在，一直处于焦虑、迷茫的状态中。若能祈祷度母等怀业本尊，经常修持怀业，身心一定会很自在，完全可以战胜烦恼。

有些人天天都在为自己烦恼，却从来没有想过众生。其实，你越想自己，违缘就越多；不想自己，违缘反而会减少。因为从究竟上讲，一切魔障和痛苦，都是从我执产生的。所以，我们应当通过祈祷度母，从根本上减少我执，以获得身心自在。

从古大德的传记看，祈祷度母确实非常灵。就拿阿底峡尊者来说，他一生中的几次重要转变，都是度

母指引的。

1. 舍俗出家

阿底峡尊者本是一位王子，年少时，度母在他梦中示现，劝他不要被世俗的诱惑牵绊，解救众生脱离轮回才是他的使命。于是他放弃王位，出家为僧。

2. 发菩提心

出家之后，他产生了一个疑问：“怎么样才能迅速成就佛道以利益众生？”

当这种想法生起时，度母先后化为美女、乞丐、老妇等形象，告诉他：若要迅速成就佛道，首先必须发菩提心。

尤其在印度金刚座（佛陀成佛的地方），一尊度母石像亲自开口说：“舍己爱他的菩提心，是圆满证悟的最好方法。”

经过度母几次三番的点化，阿底峡尊者终于明白了菩提心的重要性。于是他历经千辛万苦前往金洲，依止具有菩提心的金洲大师 12 年，最终生起了真实无伪的菩提心。

3. 去藏地弘法

阿底峡尊者的那个年代，藏地因为朗达玛灭佛，佛教遭到了灭顶之灾。为了重振佛教，国王智慧光多次派人迎请阿底峡尊者。尊者祈祷度母，请求指引：“我去藏地能否利益众生？能否满足藏王的心愿？对我的寿命有没有障碍？”

度母告诉他：“如果前往藏地，你必定能利益无量众生，并满足藏王心愿。但你的寿命会缩减 20 年，原来能活到 92 岁，去了藏地的话，将于 72 岁圆寂。”得到授记后，尊者为了众生，毅然前往藏地弘扬佛法，后来于 72 岁圆寂。

4. 选择传人

尊者到了藏地后，一天晚上，度母在梦中对他说：“明天有个叫仲敦巴的人会来这里，你一定要摄受他。”

第二天，尊者依照度母的授记，在门外等着仲敦巴到来。可是等了好久，仲敦巴都没有来，尊者心想：度母该不会骗我吧？

没多久，一户人家请阿底峡尊者去应供。尊者到了那里以后，在吃饭时，把食物分成两份，一份给自己，另一份留给仲敦巴。后来他在回去的路上，就遇到了仲敦巴。

5. 忏悔重罪

阿底峡尊者在藏地时，每天还要做四十九个小泥塔，实际上这也与度母有关。

昔日，尊者在那烂陀寺当管家，寺中有一个修行人叫梅志巴（又名慈氏），为了供养护法和空行，他私藏了一些酒，结果被阿底峡发现了，于是将他从寺院开除。

被开除时，梅志巴没有从房门出去，而是示现神通，直接穿墙而过。看到这种情景，阿底峡尊者方知开除了一位大菩萨，内心非常后悔，遂请教度母该如何忏悔。度母说：“你若到藏地弘法，每天做四十九个小泥塔，不可间断，如此即可清净罪业。”

正因为这个原因，阿底峡尊者在有生之年，每天都做四十九个小泥塔。《大圆满前行》中讲过，有些弟子曾对尊者说：“您是一位伟大的上师，整天摆弄泥巴，不但别人会讥笑，而且您也很辛苦，不如让我们来做吧！”尊者回答：“你们在说什么？难道我吃的食物，你们也替我吃吗？”

另外，《入行论》的作者寂天菩萨，也得到过度

母的指点。寂天是古印度的一个王子，在登基的前一天晚上，他做了两个梦。首先，梦到文殊菩萨坐在他次日登基的宝座上，对他说：“这是我的座位，我是你的上师，你我二人处在同一个座位上，这是不应理的。”

随后，他又梦见度母用开水给自己灌顶。他问度母为何如此，度母说：“这水并不算烫，如果你明天登上王位，执政后会造下无量恶业，下辈子堕入地狱时的铁水，比这个水烫多了。”

第二天，寂天醒来后，知道这是圣尊的警示。于是他舍弃王位，前往印度北方依止文殊菩萨化身的上师，最终成就了无上圣果。

第6尊 帝梵恭奉度母

顶礼帝梵恭奉母，
火神风神自在供，
鬼王起尸及寻香，
夜叉众会皆赞叹。



帝梵恭奉度母：折服一切世间主尊

帝梵恭奉度母的功德：消除世间灾难

帝梵恭奉度母，又叫大威德度母、诸世间恭奉度母。她的身体红色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有金刚橛。虽然这尊度母是寂静相，但为了表示摧毁各种邪见，故而示现坐在火焰中。

对于帝梵恭奉度母，帝释天、梵天、火神、风神、水神、鬼王、起尸、寻香、夜叉都会恭敬顶戴。

密续中说，我们这个世界，由十大主尊护持：帝释天主管东方，

寻香主管南方，水神主管西方，夜叉主管北方，火神主管东南方，起尸主管西南方，鬼王主管

东北方，风神主管西北方，梵天主管上方，地神主管下方。

这些主尊，在《闻解脱》中经常提及，除了诸佛菩萨以外，他们在世间非常有名望，各自有无数眷属簇拥。他们见到度母，皆会顶礼、供养、赞叹，生起极大的敬畏心。

鉴于此，当我们遇到地震、水灾、火灾、飓风等世间灾难时，只要虔诚地祈祷度母，灾祸很快会消弭于无形。在印度和藏地，这方面的事迹数不胜数。甚至有时候没有祈祷度母，只是将度母画像挂在那里，也有不可思议的奇迹发生。

在270多年前，德格地方有一位国王，建造了著名的德格印经院。印经院建成之后，很长一段时间里都规定：女人不能进入经版库中。

一天晚上，突然有女人的声音在经版库里响起：

“起火啦！大家快来灭火。”很多人都觉得奇怪，怎么会有女人在里面？

火扑灭后，大家到处寻找，当走到一面墙壁的拐角处，墙上的度母画像说话了：“以后你们该防的是火，而不是女人。”从此以后，人们称之为“说话度母”。也从那时起，女人就被允许进入印经院了。

在拉萨的哲蚌寺，也有过类似的度母显圣现象。很久以前，有一次，哲蚌寺僧众在辩经院进行辩论时，来了一群印度女孩站在旁边看，她们一边看一边嘻嘻哈哈，指指点点说这个辩得不好、那个讲错了……僧人们忍无可忍，就赶她们走。她们看自己不受欢迎，便一哄而散，隐入墙里了。僧人们知道糟了，原来这帮女孩不是普通游客。

后来，在女孩隐入的墙角等地方，开始出现了度母的自生像，这边一尊，那边一尊……分布于寺院各个角落，都在很莫名其妙的地方。大家一数，不多不

少，正好二十一尊。

没有信仰的人，也许觉得这是传说、神话，根本不可能发生。但实际上，度母的加持难以想象，所以，千万不要以我们有限的认知，轻易否定自己所不了解的现象。

其实，每个人不管在梦中还是现实中，都会遇到一些难以解释的事情。当遇到这类事情时，我们不要急于否认，而应当先停一停、看一看，给自己留一点余地。

在世间许多不可思议的力量中，诸佛菩萨的加持最神奇

在佛教历史上，有些修行人看起来跟普通人一样，但却拥有不共的能力，这是什么原因呢？就是得到了本尊、空行、护法的加持。

麦彭仁波切在《二规教言论》中也说，一个人若有了圣尊的护佑，他的力量如熊熊烈火一样无法阻挡，单枪匹马也抵得过千军万马。

所以，对凡夫来说，祈祷圣尊的加持非常重要。在汉地，信佛的女众比较多，度母既然示现为女身，显现上还是有点“偏心”，肯定会格外关照女性的，所以，女性应着重祈祷度母。当然，男众如果祈祷度母，也会迅速得到加持，这一点毋庸置疑！

世间上有许多不可思议的力量，像妙药、幻术就是如此，而在这一切中，最神奇的就是诸佛菩萨的力量。不过，佛菩萨虽有不可言说的威德和加持，但如果你不希求、不祈祷，也不可能得到这些利益。

这部《二十一度母赞》，只有二十一个颂词，表面上看似简单，意义却相当深广。它的解释方法，实际上有很多，每一颂都可按照生起次第、圆满次第乃至大圆满解释；在用大圆满解释时，又有心部、界

部、窍诀部等不同分类。如果要细讲，一个颂词也要讲几天，而在具体观修时，结合息增怀诛四大事业，每一尊度母又有不同的观想次第……

这次我讲得比较简单，只是讲了一些故事，让大家初步认识度母。等以后有机会，再翻译一些度母的甚深修法，那时候再按密宗的方式讲。

如今，人们并不缺少物质，最缺的就是精神食粮，而佛法，无疑是非常适合现代人的心灵甘露。现在很多人向往藏地，对藏文化特别感兴趣，其实并非因为这里的天有多蓝、云有多白、草有多绿，而是在这片古老的土地上，至今仍完整保存着大乘佛教的精髓。像度母法门，在藏地就流传得非常广，几乎人人都在念度母心咒，经常祈祷度母。所以，藏地才会散发出不可思议的强大吸引力。

第7尊 胜伏他方度母

顶礼胜伏他方母，
札啪尽毁敌惑轮，
右屈左伸足压伏，
盛燃熊熊烈火焰。



胜伏他方度母：战胜一切恶缘

胜伏他方度母的功德：摧毁怨敌、魔众

胜伏他方度母，又叫灭敌度母。身体为蓝色，姿势为右腿屈、左腿伸——度母的坐姿一般是右伸左屈，此处却是右屈左伸，可能是修法不同的缘故。

总体上，她显现为寂静相，但为了表示摧毁怨敌、魔众、冰雹、战乱、瘟疫等逆缘，她也带有少许忿怒相：其足压伏一切怨敌，安住于熊熊的火焰中。右手结胜施印，左手持莲花，花上有斩断无明邪见的宝剑。

一般来讲，对愚昧无知的众生，度母会以慈悲的形象摄受，而对刚强难化的众生，则会以威猛的方式调伏。因此，为了摧毁怨敌、魔众迷惑众生的伎俩，

胜伏他方度母口中发出“札”“啪”的威猛咒音——“札”是净除轮回的咒语，“啪”是清静涅槃的咒语；或者说，“札”是无缘悲心的本体，“啪”是无缘智慧的本体。这两个咒语合起来，就表示智悲双运，依靠这一力量，没有不能胜伏的违缘。

在生活、工作、修行中，每个人难免都会遇到违缘和障碍。此时，祈祷度母是最有效、最快速、最灵验的方法。

在祈祷过程中，能观想所有度母是最好的。若实在做不到，观想其中一尊也可以。甚至退一步说，就算你没有观想能力，把度母像挂在魔障经常出现的地方，也可以得免于恐惧和伤害。

往昔在印度，有五百位僧人在森林里禅修。林中住着一个妖魔，经常干扰他们，变化出种种幻象诱惑他们，导致很多人着魔、发狂。

一位老比丘见此情景，万分忧虑。他想起自己的上师说：当遇到魔众的违缘时，应当观修度母。于是他猛烈地祈祷度母。不久，度母出现在他的梦中，告诉他要怎么做。

老比丘遵照指示，把二十一尊度母像挂在树上，布满了整个不安静的森林。从此，每当妖魔幻化出各种鬼怪，依靠度母的加持，僧人们很自然地就将此看成是度母的各种法相。由此，魔障终于被遣除了，妖魔再也无法兴风作浪。

所以，度母像的殊胜加持，的确不可思议。像大昭寺中的度母壁画，据说也特别灵验。一次，元朝国师八思巴到大昭寺拜佛，在度母像前，把哈达搁地上供养，度母竟然开口说：“请直接呈上来！”

修度母，对改善婚姻、事业有很大帮助

个别人可能会想：“这些事情都是过去发生的，现在祈祷度母，会不会这么灵啊？”

这一点不用怀疑。当今之世，其实也有不少度母的故事。像在台湾，一些藏地的大德很早就开始弘扬度母法门，所以，那里很多人特别喜欢修度母，感应的事例比比皆是。

譬如，有些年轻人失恋了，念《度母赞》后感情生活就好转了；有些人的工厂破产了，祈祷度母后也能慢慢找到出路……记得有些台湾学佛弟子说：“内地常年以来，很少有人修度母，真的是特别可惜！度母感应确实非常疾速，对改善生活、婚姻、事业有很大帮助，不少台湾人修了度母法后，都有明显的感应。”

前不久念《度母赞》时，我的泪水一直在流，一

方面是源于对度母的信心，同时也是比较伤心——现在的人有那么多痛苦，一定要为他们祈祷度母。

所以，大家在祈祷度母时也应当想：“在我的身边，甚至我眼睛看不到、耳朵听不到的地方，正有无数众生在哀泣、挣扎，祈愿依靠度母的加持，让他们早日从痛苦中解脱出来！”

曾有人问：“佛教到底是利他，还是利己？”其实，佛教既有利他的成分，也有利己的成分，但具体到每个人就不太相同了：上等人完全利他，不顾自己；中等人既利他，也利己；下等人只是利己——当然，这种利己不同于一般的自私自利，而是希求自己从轮回中解脱。换句话说，佛教的终极精神就是利他，但这能体现到什么程度，则要看每个人的境界了。

第8尊 大怖救度度母

顶礼大怖救度母，
摧毁一切凶猛魔，
莲花容颜现颦眉，
无余斩尽诸仇怨。



大怖救度度母：遣除一切怨仇

大怖救度度母的功德：断除邪行

大怖救度度母，身体红色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有燃烧的金刚杵，以此摧毁一切凶猛恶魔。这尊度母的容颜，本来像莲花般美丽，但在难调难伏的众生面前，她皱着眉头，略显忿怒之相。

在现实生活中，有些人惧怕邪魔侵扰，有些人唯恐仇敌加害，有些人担心生意折本，有些人害怕工作不顺……凭借着这尊度母的威力，一切怨仇都能一一遣除。

当然，“无余斩尽诸仇怨”，并不是把一切敌人都统统杀光。在佛教中，常有“降伏”“摧毁”“驱逐”等字眼，其实这都是利益众生的手段，假如对众

生毫无利益，佛教中绝不会使用这些。

世间人为了维护自己，对仇敌千方百计赶尽杀绝，但佛教中不是这样。表面上看，依靠度母的威力可以摧毁怨敌，但实际上，这是在大慈悲的摄持下，令其断除邪行，就像母亲责打孩子一样。所以，密法中的降伏法，并非人人都能做，只有具足慈悲和超度能力的人方可行持！

关于度母可以遣除鬼魔、非人，藏地有一则家喻户晓的故事：

从前有个老太太，她对度母极为虔诚，而且非常有信心。有一天，由于非人捣乱，使得他们夫妻吵架，一气之下，老太太离家出走了。

她走到一座桥前，看到那里有非人出没，心里特别恐惧，便口念度母祈祷文。由于太紧张，她只记得祈祷文的前半句，但也没有放弃，一直念叨着，结果

安然过了桥。

在她家作祟的非人，跑来问守桥的非人：“刚才有个女人从桥上过，你怎么不把她推下去？”

守桥的非人说：“我没看见什么女人啊，只看见一个独脚度母从桥上走过。”

老太太念了半句度母祈祷文，但由于信心十足，度母就能保她安然无恙，在非人眼中，她竟然变成了“独脚度母”。可见，度母的加持力无法想象。

每当遇到麻烦事，就念度母心咒

我很小也有一种习惯：每当遇到麻烦事，如果有时间，就念《二十一度母赞》；没时间的话，则念略祈祷文“至尊度母您垂念，祈求救脱诸苦难”，或者度母心咒“嗡达热德达热德热娑哈”，以此很容易遣除一切违缘。

在藏地，有些大德虽没有明说，但在修三根本时，都是以莲师为上师，以观音菩萨或文殊菩萨为本尊，以度母为空行。所谓“三根本”，是上师、本尊、空行，即上师给予加持，本尊赐予悉地，空行成办事业。

祈祷三根本非常重要！我们每个人在人生中，都会遇到各种各样的挫折，若能以信心祈祷三根本，内心有一些佛法的境界，面对逆境时就会非常坦然、自在。否则，对三根本不屑一顾或持有邪见，纵然你才华再超群、地位再显赫，实际上也逃不开烦恼的镣铐。

有些女修行人或许有疑惑：“男众可以将度母作为空行，我们女众能吗？”

有这种想法，是因为没有搞懂何为“空行”。在修密宗的生圆次第时，对自身的观修其实没有男女之别。与男众一样，女众也照样有上师、本尊、空行，

完全可以将度母、妙音天女或一髻佛母作为空行。

大家若能将度母当成空行来祈祷，依靠她迅速、威猛的加持，除了某些不可逆转的定业外，没有任何不能遣除的违缘！

第9尊 三宝严印度母

顶礼三宝严印母，
手指当胸露威严，
庄严无余诸方轮，
自之光芒普萦绕。



三宝严印度母：守护一切众生

三宝严印度母的功德：

即使重症病人，也有获得重生的机会

三宝严印度母，就是绿度母。她身体绿色，右手结胜施印，左手当胸结三宝印，以三宝印持着莲花，花上有法轮（绿度母的形象有各种，有些手中的莲花上没有法轮，而有些手中没有莲花，直接拿着法轮）。她守护着十方世界的每个角落，身体发出的光芒，萦绕着每一个众生。

修绿度母的人，汉地历史上有不少。比如清朝时，章嘉国师在皇宫传过绿度母法，乾隆皇帝的母亲对此极有信心，并绣过一幅绿度母唐卡，由数千块不同色泽的锦缎堆绣而成，工艺极其复杂，至今仍收藏在北京雍和宫中，是非常珍贵的文物。

在藏地，也有许多珍贵的度母文物。以前赤尊公主入藏嫁给松赞干布时，带来一尊檀香木的度母雕像，后安置于大昭寺中。这可能是最初传入西藏的度母像。

后来，文成公主入藏时，也带了一尊度母像，现供奉于甘孜州石渠县的志玛拉宫。据说当年文成公主入藏的途中，经过那里时，度母像突然开口说：“我要在这里度化众生，就不去拉萨了。”于是，这尊度母像被留在了当地供奉，距今已有 1300 多年的历史了。

度母像很早以前在藏地就有，但度母法门的兴盛，却是从阿底峡尊者开始的。1046 年，这位藏传佛教后弘期的著名祖师，由弟子仲敦巴等迎请到了聂当，在那里传法整整九年，尤其是广弘度母法门。后来，弟子在此修了一座卓玛拉康度母殿，供奉阿底峡尊者的能言度母像，附近佛塔安放尊者的部分灵

骨。在拉萨那一带，这座度母殿可谓无人不知。1990年，法王途经拉萨去印度时，还特意去了那里开光。在我的印象中，这座度母殿规模不大，但非常有加持力。

祈祷度母极其灵验，若能具足信心去祈祷，不说别的，就算是绝症病人，也有获得重生的机会。

曾有一位饭店的老板，长期经营海鲜餐饮，生意火爆，财源滚滚。正当春风得意之时，他被查出得了晚期胃癌。绝望的他非常无助，只能一天天等待死亡降临。

有一天晚上，他梦见一位全身绿色的女人，亲切地说：“我是你妈妈，你立即断除经营海鲜的生意，我会来救你！”他满心欢喜地从梦中醒来，事后想想非常惊奇，不知道这女人到底是谁？为什么说是自己的妈妈，而且全身是绿色？

多日后的一天，他无意中走进了一家佛具店，竟然看到店内的一幅唐卡，上面画的正是他梦寐以求的全身绿色的妈妈。他大喜过望，立即喊来店主，询问这个女人是谁。店主告诉他：这就是观世音菩萨的化身—绿度母！

他立即请下那幅唐卡，悬挂在家中，并按照绿度母的梦中授记，放弃了海鲜餐饮生意。

不久，他就遇到一位上师，上师听了他的奇遇，便给他传了绿度母的修法。随后，他又发心建了一座绿度母道场。最后，他的癌症奇迹般地不治而愈了。

祈祷度母还能延长寿命

祈祷度母不但可以祛病，还能让人延长寿命。

曾有一位噶当派的格西，一天他做了个恶梦，梦到太阳落下。他将梦境告诉上师，上师说：“这是个

很不好的梦，预示着你将会死亡。不过，不用害怕，我有个殊胜的秘诀，可以遣除你的寿障！”随后，上师给他传了度母法。

他遵照上师的嘱咐，修持度母法 11 个月后，终于亲见度母示现，并延长了 10 年的寿命。

当这位格西到了 60 岁时，他希望还能再延长寿命，可以继续弘法利生，于是又向度母祈请。这次，度母跟他说：“如果你能造一尊度母像，寿命就会延长。”他便画了度母的唐卡，因此又活到 70 岁。

之后，他希望能更长寿，就又向度母祈请。度母跟他说：“你再建造一尊度母像，就能再延长 10 年寿命。”于是，他建造了一尊度母像。

10 年后，他又向度母祈请，度母跟他说：“再造一尊度母像的话，可以再延寿 15 年。”这位老格西依教奉行，最后活到了 95 岁。

对很多世间人来讲，一辈子最关心的，无非就是健康、长寿、发财、家庭幸福……其实若想得到这些，最好能多祈祷度母。当然，这是针对有信心者而言的，假如一点信心都没有，只是有口无心地随便念念，想获得这些世间的圆满也有点困难。

第 10 尊 欢悦威德度母

顶礼欢悦威德母，
顶饰光鬘诚斑斓，
喜笑大笑圣咒音，
怀柔群魔与世间。



欢悦威德度母：收伏群魔之心

欢悦威德度母的功德：增加吸引别人的魅力

欢悦威德度母，具有无漏的欢喜大乐，依靠她的威德，能度化无边众生。这尊度母有个特点：她头顶上的装饰光鬘非常稀有、庄严，并发出“哈哈、呵呵、嘿嘿、吹吹”的大笑，这些笑声实际上就是度母心咒“嗡达热德达热德热娑哈”，以此咒音能驾驭群魔，收服帝释、梵天、国王、大臣等一切世间众生。

如果想度化众生，首先要依靠自己的威德和能力，折服他们的心。就好比两个人在一起，一方若没有魅力，整天只是吵架，这只能让别人离他越来越远，根本不愿待在他身边。反之，一个人若具有吸引力，如同有了鲜花就会招来蜜蜂一样，别人自然喜欢

亲近你，此时，想利益他就一点也不难了。所以，若想吸引别人、收服别人，离不开度母的加持。

度母的身相非常庄严，具有珍宝璎珞等报身服饰，这也是一种加持的象征。在历史上，一些具有善缘的人，都曾见过、甚至得到过度母身上的装饰。

据无垢光尊者的传记记载：当他住在桑普时，由于恶劣众生扰乱，先后被迫搬了七次家。最后，他写了一首厌离世间的道歌，离开了那里。路上，他遇到一位格西，他说自己准备去某山洞闭关，恰好格西也想去那儿，于是二人结伴到了那里，他们发愿闭关八个月。期间，他每天给格西讲一次《现观庄严论》。

过了五个月，一天的拂晓，无垢光尊者在梦中见到一位度母化身的少女，她骑着金鞍铃铛装饰的骏马，身着锦缎衣裳，佩带纯金、松耳石等饰品，以金璎珞掩面，芳龄十六左右。他请求道：“圣女，请慈悲摄受加持我。”少女摘下自己的头冠，戴在他头

上，并说：“从今以后，我恒时加持你，并赐予你悉地。”醒来之后，他连续一个月处于明乐无念的境界中。

从那以后，他的一切事业都得到了度母帮助。

要想婚姻美满、智慧大增，请修度母法

当然，不仅是修行人，世间人修度母法也很有感应。现在许多人渴望婚姻美满、夫妻恩爱，实际上，修度母法对此非常有帮助。

曾有个女人结婚好多年，年纪也不小了，但老公依然对她非常好，看她的眼神，就像还在蜜月中。周围的人见了极其羡慕，就问她是什么原因。

她回答说：“以前不是这样的，之前我和老公的关系很差，老公总是看我不顺眼。后来，一位上师对我说，如果能念40万遍度母心咒，夫妻关系就会好

转。于是我就开始念，念到20多万遍时，真的有变化了。直到现在，我们是越来越好，所以我发愿继续念，一直要念够100万遍。”

可见，度母的加持周遍一切，只要有信心，就必定能得到加持。

此外，有些人若想开智慧，以虔诚心祈祷度母，也能如愿以偿。往昔“第二大佛陀”世亲论师的得意弟子——安慧论师，前世是只鸽子，世亲论师在背诵般若九十九万部时，它经常在屋檐下听，有时候生起欢喜心，有时候恭敬地低头。

以此因缘，这只鸽子死后转生为一个王子。刚刚出生，小王子就问：“我的上师在哪里？”父母大惊：“你上师是谁？”他回答：“世亲论师。”国王派人打听，发现在印度中部真有一位世亲论师，于是将儿子送到了那里。

在依止世亲论师的过程中，安慧特别精进，日日夜夜地求学，智慧和悲心也极其超胜。

安慧7岁时，有一次在僧众中分到一把豌豆，就拿到供奉度母的殿里吃。突然他想到：“我也必须供养度母一些豆子，否则，在这儿吃太不礼貌了。”但是当他把豆子放在度母圣像面前时，不论怎么放，豆子都不断地滚到地上。他不甘心，不断地供养，结果到了最后，手中的豆子都没了，度母面前也没有供养到一颗。那些掉在地上的豆子，反而全被老鼠抢走了。

安慧不禁伤心地哭了起来。这时，度母像开口说话了：“不要伤心，孩子。你将得到我永远的加持。”

被度母摄受之后，他的智慧变得如世亲论师一样广大，一切经文都过目不忘，人们明显感觉到他不再是初学者了。

后来，安慧造了许多著名的论典，对佛教做出了极大贡献。那尊度母像也被誉为“玛沙度母”，意思是豌豆度母。

当今时代，度母法门特别适合大家。有些人表面上吃穿不愁、功成名就，但实际上，在各种风光的背后，总是被烦恼折磨，心中苦不堪言。我经常想：“如果人人都有佛法的境界，那该多好！若能如此，无论他遇到什么不顺，都能坦然面对；生活中的痛苦，依靠度母的加持也一定能遣除。”

有些人学了禅宗或大圆满法后，可能认为：“加持也是一种相，我们不能太著相。”其实，在你没有开悟之前，著“善法”的相还是有必要。有了护法、空行、本尊的帮助，不管是你的修行，还是你的家庭、事业，都会相当顺利。

《二十一度母赞》加持力的确非常大。如今，它有好几种汉文译本，大家对谁的翻译有信心，就可以

采用谁的译本，没必要只认准某一个，而将其他的全部推翻。

曾有人问我：“我以前念另一位大德翻译的《二十一度母赞》，现在要不要改成您的译本？”我告诉他：“不一定要改。”一部法有不同的译本，这种现象很正常。在藏地，中观经论有很多译本；在汉地，《金刚经》《阿弥陀经》《心经》也有多种版本。当然，由于译者各自的发愿不同、与众生的因缘不同，每个译本在利益众生方面会有差别。但不管你采用哪一个，都没有问题。

第 11 尊 解厄度母

顶礼解厄圣度母，
能召一切护地神，
颦眉竖动发吽光，
消除所有诸贫穷。



解厄度母：消除贫穷的财神

解厄度母的功德：勾招福德与财富

解厄度母，身体橘黄色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有伏藏宝瓶。她颦眉竖动，表情略带忿怒相，可以遣除灾难和厄运，勾招一切护地神（护地神范围很广，包括上界的帝释天、日神、月神、天龙八部，也包括下界的土地神、水神、山神）。比如你晚上走夜路，或者去比较危险的地方时，只要忆念解厄度母，一切护地神都会护佑你。此外，她心间的“吽”字发出光芒，以此勾招福德和财富，遣除众生的贫穷之苦。

解厄度母，实际上就是财神。现在很多人特别想发财，二十年前，就有人让我传“黄财神法”，但我一直没有讲，因为财富到底有利还是有害，这很难

说。尤其是作为修行人，财富多了很容易使人心境散乱。像我们佛学院，财富不错的人，经常出现违缘；没有财富的人，修行反而很顺利。当然，在家人跟出家人不同，他们确实需要一些钱财，假如一点都没有，生活上也会举步维艰。

讲解厄度母，也算是传了财神法。想发财的人，若能多祈祷她，自然而然会得到财富。

藏地有一个故事：有个贫穷的小孩，从小是孤儿，没有父母。每当看到其他小孩都有妈妈疼爱，他就特别特别伤心。

他住的附近，有一尊很大的绿度母石雕像。他每天都跑去和绿度母像说话，把她想象成自己的妈妈，心情不好时就说着自己的心事，像孩子和母亲撒娇一般，将自己的喜怒哀乐跟绿度母像倾诉。

有一次，他被别人欺负了，特别伤心，就抱着石

像大哭。这时绿度母像竟然动了，将他抱了起来，深深拥入自己怀中，像慈母般不断安慰着他，并开始陪他玩耍。最后当他离开时，绿度母像还取下自己的珍宝项链，挂在了他的脖子上，以帮他解除贫困。

后来，有人看到这小孩身上有一串珍贵罕见的项链，就问他是从哪里来的。

小孩回答：“是妈妈给我的。”

人们问：“你不是无父无母吗？”

小孩说：“我妈妈就是绿度母石像呀！”

人们不信，跑去看那尊绿度母像，发现石像上的项链居然不见了，也没有任何被敲下的痕迹。从此之后，人们对这尊度母像更有信心了，这小孩也摆脱了贫穷，再也没有离开福德。

多造善业、祈祷度母，就能摆脱贫困

在古印度，有不少这方面的故事：往昔，一位很贫穷的婆罗门，在十分困苦时，看见路边有一尊度母石像，他以虔诚之心，向度母倾诉自己的痛苦。度母显灵说：“不远的地方有座佛塔，在附近挖掘，就可获得宝藏。”婆罗门按度母的指示，果然挖到了很多金银珠宝，使他及其七代子孙都消除了贫困。

以前，印度还有一个生活陷入困境的穷人，因为没有东西吃，马上就要饿死了。此时，他突然想起度母，就一直祈祷。之后，度母化现为穿着树叶的女孩，告诉他：“你想脱离痛苦，就去东方。”这人虽然身体虚弱，但他满心欢喜地往那边慢慢移动，最后到了一片沙漠，再也没力气了，就昏倒在那里。

过了一会儿，他听到一阵铃铛声，睁开眼，看到一匹马正以马蹄刨地，再看时，马就消失了。当时他身上一下有了力气，于是沿着马刨地的地方向下挖，

结果挖开了珍宝做的七重门。进入七重门后，他到了龙宫，在那里尽情享受，得到各种如意宝和珍宝。最后，当他返回家园时，人间已是沧海桑田，三代国王都过世了。

所以，前世没有积福而感召今生贫苦的人，也不必太伤心。只要你一方面多造善业，一方面经常祈祷度母，一旦因缘具足时，就能摆脱贫困的厄运。

第 12 尊 月相冠冕度母

顶礼月相冠冕母，
一切饰品极璀璨，
无量光佛髻中现，
恒常光芒最耀眼。



月相冠冕度母：帮助人往生净土

月相冠冕度母的功德：

将痛苦转为安乐、不祥转为吉祥

月相冠冕度母，也叫吉祥度母。她身体黄色，头顶有半月形的冠冕，手中莲花上有吉祥结，身上的饰品璀璨夺目，任何众生看了，都会生起无比的欢喜心。尤其在她的顶髻中，有部主无量光佛（即阿弥陀佛），恒常发出耀眼的光芒，能遣除众生的一切痛苦，赐予一切吉祥。

在世间，人人都渴望家庭、生活、事业圆满吉祥。若能祈祷吉祥度母，很容易达成所愿，将一切违缘转为顺缘、痛苦转为安乐、不祥转为吉祥。

度母的顶髻中有无量光佛，说明她与净土法门也

有甚深渊源。乔美仁波切在《极乐愿文》中讲过：“阿弥陀佛右手发光，变成无量的观世音菩萨；左手发光，变成无量的度母；心间发光，变成无量的莲花生大士。”所以，希求往生极乐世界的人，也应该多祈祷度母，若能如此，临终时可遣除一切对往生不利的魔障，顺利往生净土。

离开人间时，依靠度母能获得成就

在藏地，有些大德离开人间时，就依靠度母获得了成就。我在《密宗虹身成就略记》中，介绍过一位上师叫贝玛降措。他是四川甘孜人，也是法王的弟子，1997年圆寂的。当时他以大圆满心性休息坐式端坐，口念三遍“啪”，随后安然示寂。圆寂七天后，遗体缩至一肘高。火化后，出现了许多舍利，其中有一颗完全是一尊绿度母像。

我没听说这位上师是修度母法的，但从舍利来

看，可推知他的成就与度母有密切关系。这种现象在藏地特别多，不仅仅是高僧大德，甚至许多在家人，由于一辈子天天念度母，临终时也伴随着各种瑞相，获得了解脱。

《极乐愿文》还讲过，极乐世界的菩萨们，每天清晨要前往度母等佛菩萨的刹土，傍晚再返回极乐世界。法王如意宝也说，从大的方面来讲，度母、文殊菩萨、不动佛的刹土，都可以包括在极乐世界中。

所以，修净土的人不要认为：“度母法是藏传佛教的，而我是净土宗的……”如今个别人思想比较封闭，现在已是21世纪了，人类的思想都在与时俱进，可他们还没走出七八十年代的观念，这样不太好。虽然佛教徒不用像世间人那样赶潮流，但佛教各派的教义，究竟来说是圆融无违的。

因此，希望大家以广阔的心态，除了修净土法门，也要好好祈祷度母。这样对你只有好处，绝不会

有丝毫损害。假如你一边努力念佛，一边以祈祷度母为助伴和后盾，如此修行必定成功。否则，在五浊极其猖獗的末法时代，仅靠自己的力量，想战胜魔障违缘难如登天。

第13尊 烈焰度母

顶礼烈焰圣度母，
如末劫火住光鬘，
右伸左屈喜姿态，
击毁一切诸敌军。



烈焰度母：调伏野蛮

烈焰度母的功德：以慈悲心击毁一切敌军

烈焰度母，也叫胜敌度母。身体红色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有金刚杵。她安住在末劫火般的光鬘中，呈右腿伸、左腿屈的欢喜姿态，通过寂静的方式，转法轮度化有缘众生；通过忿怒的方式，降伏一切野蛮众生，击毁一切人和非人的敌军。

从前，印度俄智比喀国有位王子，一次他在森林中，被敌国的军队发现了，他们手执兵器，将王子团团包围。危急之中，王子向度母祈祷，请求救护。一瞬间度母降临，并刮起狂风，将敌军吹回了自己的地方。

可见，只要修持度母，就具足了抵御外魔的金刚

护轮，令他们无法侵入。实际上，密宗中普巴金刚、忿怒莲师、大威德等降魔本尊，也都是度母的化身。在末法时代，修持这些除障法非常有必要。

当然，假如你对度母半信半疑，也不一定有这种力量。民国时期，汉地有位张先生，他出生于佛化家庭，祖母常劝导他：“当经过危险地方时，切记要念度母心咒！”

当时，他家乡常有抢匪出没，抢劫富裕的路人，但他遵从祖母的指示，从未遭遇过不幸。

有一天，他对此生了疑心，故意停止念诵，同时起了一个念头：如果咒语的力量真实不虚，那么这次让我碰到劫匪。没想到他刚这样起心动念，劫匪便出现了，他的钱财被洗劫一空，还差点丢了性命。

在这个不太平的时代，我们每个人都应具备一些保护自他的方法。有人曾问我：假如佛教徒总是发

菩提心，当敌人拿着武器向你进攻时，该怎么办？其实，倘若你真正有信心，通过祈祷度母，既能保护自身，又不会伤害敌人。

依靠度母加持，还能遣除牢狱之灾

曾有一位居士论师叫拉意森格，他精通大小乘佛法，是克什米尔一个国王的国师。他为克什米尔的民众广说佛法，并修建了500座寺院。后来，他在大食教盛行的地区弘扬佛法，令很多信徒皈依了佛教，而大食教日渐衰败。

当时，一个信奉大食教的国王很不高兴，就把他抓起来，并威胁道：“你必须放弃佛教，改信大食教，否则就会被处死。”论师说：“我宁愿舍弃生命，也不舍弃佛教！”

于是国王将他投入死牢。在监狱里，他默默向自

己的本尊度母祈祷。结果，在度母的加持下，他身上的铁链变成了花环。国王闻讯前来，命人换上新的铁链，可是刚换上去，铁链又变成花环。连续七次都是如此。见到这种情况，国王特别震惊，最后在他面前皈依了佛教。

度母的加持不是传说，其实我们不用讲很多，关键要看有没有信心。假如将度母作为本尊或空行来依止，一生中虔诚地向她祈祷，必定会获得相应的加持。

而且，度母不像世间的鬼神，祈祷她非常安全。祈祷鬼神的话，暂时会得到一些利益，一旦中断了供养，鬼神就会不高兴，反而给你制造麻烦。就像与个别人相处，跟他关系好了，他会帮助你；关系不好了，他就会报复你。而度母绝不是这样，她时刻以慈悲心观照一切众生，即便众生没有祈祷她、供养她，也不会给他们降下灾祸。

现在世间的危难层出不穷，除了外在的海啸、地震、恐怖袭击等，人们自身也频频遭受痛苦：心情恶劣、身体不好、事业不顺、家庭不和……与二十多年前相比，人们内心的焦虑、压力越来越大，日益没有安全感。在这样一个时代，大家若能将度母作为依怙，经常忆念、祈祷她，一切负面心态都会消失，内心将充满清净的安乐。

在藏地，基本上每家每户都供着度母像。印度的度母像也特别多，在佛陀成佛的金刚座，至今仍有许多非常灵验的度母像。

据说印度以前有一位小乘比丘，他对大乘比较排斥，而且诽谤过度母。有一次，这个比丘掉到一条河里。危难之中，他想起度母能遣除水难，于是马上向度母祈祷。金刚座的一尊木雕度母像立即现在他面前，并对他说：“你平时对我不恭敬，现在为什么祈祷我？”说完，度母将他救了起来。后来，这尊度母

像被称为“入水度母”。

此外，印度有一个老婆婆对度母很有信心，她出钱在金刚座大塔后面建了一座度母殿，并在殿中塑了一尊度母像。完工以后才发现度母殿竟然背对着菩提迦耶大塔，她特别懊悔。此时，度母像开口说：“如果你不高兴，我可以转过来。”言罢，度母像和殿堂的大门都转向了大塔。后来，这尊度母像被称为“转面度母”。

藏地色拉寺也有一尊度母像，因曾显灵而闻名于世。有一次，一位僧人匆忙赶路时，在此像前摔了一跤。跌倒之际，他冲口而出：“妈呀！”此时，只听度母像开口安慰他说：“别怕，妈妈在这儿。”

小时候，在我的心目中，度母就像妈妈一样，我始终觉得依靠她，任何灾难都可以遣除。每当自己遇到麻烦，第一个念头就是：“请度母帮我！”记得那时候，家里没有佛像，我在玩耍时，常捡一些小骨

头、小石头，将其当成绿度母、白度母，然后在“度母”面前，把细沙观想成供品进行供养……而且在这一生中，我修行上的很多违缘奇迹般地消失，与度母加持是分不开的。

总之，这部《二十一度母赞》特别殊胜。它一方面是释迦牟尼佛以法身毗卢遮那佛的形象，为文殊菩萨宣讲的，另一方面，赞颂的是三世诸佛的佛母。如果能经常念诵，一定会得到渴求的一切。

第 14 尊 鬘眉度母

顶礼鬘眉圣度母，
手掌压地足踩踏，
面露怒容发吽声，
击破七重一切处。



顰眉度母：保护你与他人

顰眉度母的功德：

遣除外在的灾难、内在的烦恼

顰眉度母，身体蓝色或黑色，右手以胜施印压地，左手持莲花，花上有燃烧的金刚杵，可以摧毁一切魔障。她足踏大地，面露怒容，口中发出“吽”的咒音，击破七世间的一切魔军（顰眉度母是半忿怒相，跟普巴金刚等完全的忿怒相有区别）。

许多人都喜欢护身符，其实，度母就是最好的护身符。假如随身携带度母的小卡片，或将其挂在车里、放在屋中，就可以遣除水灾、火灾、牢狱灾、盗贼灾等八难。有些人虽然没有这些外在的灾害，但内心的烦恼特别厉害，这些依靠度母也可以遣除。

有些人修行非常圆满，往往是得到了度母的保护。例如尼泊尔有一位珠脱上师，他父亲是尼泊尔人，母亲是藏族人。曾经，他被关入监狱三年，受尽了折磨。当时，有人逼他舍弃佛教，但他坚决不肯。为了迫其就范，连续七天不给他食物和水，并恶毒地说：“去跟你的三宝要食物吧！”珠脱上师默默祈祷度母，最后不但没有饿死，精神反而更好，让众人亲眼见到了佛法的不可思议。

许多人没有遇到磨难时，可能不觉得度母有多灵，甚至认为度母再殊胜也跟自己无关，但到了最危难的时候，就会突然想起度母。如同有些人对医生的态度一样：身体好时，对医生没有感觉，甚至不把他放在眼里；一旦身体不好了，就急忙四处求医，对医生也毕恭毕敬了。但不管怎么样，即便只是“临时抱佛脚”，危难时只要能想起度母，也能得到她的帮助，而平时经常祈祷度母就更不用说了。

藏地有一位无著菩萨，他是《佛子行》的作者。

有一天，他在前往拉萨的途中，见到七八个人骑着马准备过河。那些人到了河中央时，突然全部沉入水底，无著菩萨见状焦急万分，马上双手合十祈祷度母。不大工夫，除了一马一人被河水席卷而下以外，其余人马都安然无恙从水中浮起，顺利到了对岸。

这时，无著菩萨身后忽然冒出一个人，他身材高大，披着陈旧的白色氍毹，腰系毛兰草绳做的腰带，急切地说：“我去救他！我去救他！”说完就跳进激流里，很快就拽着落水者的手，将其毫发无损地拖上了岸，旋即便消失不见了。

在场的人个个深感稀有，就问无著菩萨是怎么回事。无著菩萨感慨地说：“这应该是度母的化身，真是稀有难得啊！看来，只要自己能一心一意地祈祷，三宝肯定不会欺惑我们，一定会给予如是的加持。”

佛菩萨的化现有各种形象

前面讲过，尼泊尔的赤尊公主是白度母化身，但另外有一种说法：她也是颦眉度母的化身。

其实，诸佛菩萨以慈悲心，可以转化成男相、女相、忿怒相、寂静相等各种形象。我们在祈祷的过程中，一定要有清净心，不能把这些形象当成实有。比如，当你看到忿怒本尊时，不要认为他的嗔心特别大，也不要觉得他永远都是这样。其实，不要说佛菩萨，善知识也会示现各种形象，有时候慈悲，有时候严厉，这都是度化众生的方便。

因此，大家对佛菩萨的示现要有信心，要养成随时祈祷的习惯，若能如此，佛菩萨的加持就会融入你心里。

第 15 尊 安乐柔善度母

顶礼安乐柔善母，
寂灭涅槃行境性，
真实咒语嗡娑哈，
摧毁一切大罪恶。



安乐柔善度母：毁一切重罪

安乐柔善度母的功德：能清净滔天大罪

安乐柔善度母，“安乐”指果位上无漏，没有任何痛苦；“柔”指没有业和烦恼的粗暴，极其柔和；“善”指在因地时没有造恶业，全是善业。因为具足这些特点，她又有“安乐母”“柔母”“善母”等不同名称。

安乐柔善度母，身体白色，右手结胜施印，左手持莲花，花中有妙瓶，妙瓶中降下甘露。她是普贤佛母，不住二边，是真正的法身，对一切万法通达无碍，住于寂灭涅槃的境界中。

她的真实咒语是前面加“嗡”，后面加“娑哈”，便成了度母心咒“嗡达热德达热德热娑哈”。

通过祈祷她，能摧毁杀人、五无间罪、破根本戒等一切滔天大罪。

阿底峡尊者说过：度母法具足息、增、怀、诛四大事业，若想灭除罪业和痛苦，修此法就可以实现。智悲光尊者的伏藏仪轨文中，也清楚记载了度母法有十种殊胜功德，第十种就是能断恶业。

很多人都知道，金刚萨埵法是忏罪的妙法，同样，度母法也是很好的忏悔方法，若有人认为自己罪业深重，就应该多祈祷度母。

佛教中有一部著名典籍叫《事师五十颂》，它的作者巴布拉，往昔也造下过极重的罪业，后来因祈祷度母获得了忏罪方法。

巴布拉是一位精通佛法的班智达，年轻时想去朝拜印度东方的一尊度母像，但在途经大海时，却遇到了强盗，被劫持到一个海岛上。他被困在那里多年，

成天盼望能早日离开，于是一心一意祈祷度母。某天晚上，度母在梦中告诉他，如果他想去哪里，只要睡觉时头朝那个方向即可。

他按照度母的指点，晚上头朝故乡而睡。第二天醒来，竟已回到了故乡。但此时已时过境迁，原来的寺院有了很大变化，老一代的班智达都圆寂了，新的又不认识他，他感觉很难开展弘法利生的事业。

当时，他愤愤地想：“之所以变成现在这样，完全是因为岛上的强盗劫持我的原因。”于是他心生恶念，手结契克印，念恶咒使那个海岛沉没了。

事后，他冷静下来非常后悔，为了忏悔罪业，决定三步一拜去五台山朝拜文殊菩萨。此时，度母现身告诉他：“拜文殊菩萨也不能清净如此重罪，若想忏悔，必须要造一部论典，告诉大众怎样修行才能迅速成佛。”

于是他开始闭关进行思维，通过翻阅大量的经论，发现如理依止上师才是解脱妙道，于是撰著了《事师五十颂》。这部论典字数不多，但汇聚了一生成佛必不可少的窍诀，所以利益了后世的无量众生，由此，他的罪业也得以清净。

当然，对一般人来讲，或许不会造巴布拉这么重的恶业，但我们今生的很多痛苦、疾病、不顺，也是由往昔罪业所导致的，若能虔诚祈祷度母，就可以消除一切苦难。

以前印度有一位婆罗门，他不幸得了麻风病，并传染五百多人，人们一看到他，就掩鼻快速离去。他只好以乞讨为生，过着猪狗不如的生活。一天，他在路边看见一尊度母石像，一下就生起极大的信心，然后祈祷度母消除自己的疾病。当时，只见度母石像的手中流出如牛奶般的甘露，当他用来沐浴自己的身体后，病痛全部消除。

现在有很多患重病的人，长年卧床不起，看起来特别可怜。我们没病时不知道，一旦生病了，才知道那是什么滋味。尤其是得了严重的病时，精神和身体备受折磨，简直生不如死。因此，当我们自己生病或见到别人生病时，应通过观修度母来遣除病痛，帮助别人。

具有极大加持力的度母观修法

度母的观修方法有很多，最简单的就是：观想度母身上降下甘露，将自他一切病苦净除无余。

其实，如今的世间人，最适合修度母法。因为度母不仅能赐予究竟的解脱，还能赐予世间的圆满。人们喜欢的升官发财、相貌庄严、生意兴隆、身体健康、长命百岁、工作顺利、事业成功……度母没有不能满足的。

曾有个女人结婚八年了，一直没有孩子，她经常为此而苦恼。后来，她听说度母很灵，就念度母心咒求子。一个月以后，就如愿以偿地怀上了宝宝。

现在大多数人，对获得圆满佛果、度化众生，基本上不太考虑，他们要求比较低，就是想得到世间的快乐，这对度母来说特别容易。所以，如果想要这一切，那就请祈祷度母吧！

第 16 尊 明觉吽度母

顶礼明觉吽度母，
众会围绕极欢喜，
怨敌之身悉击碎，
十字庄严明咒吽。



明觉吽度母：赐予你智慧

明觉吽度母的功德：遣除一切魔众和怨敌

明觉吽度母，也叫放光度母。身体红色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有十字金刚杵，她被无量菩萨圣众围绕，面容表情极为欢喜。同时，以度母心咒这十个字（嗡达热德达热德热娑哈）来庄严的明咒——“吽”，发出了无量光芒，能摧毁众生的无明、愚痴、我执，以及一切魔众和怨敌。

度母在遣除魔怨方面，确实有不共的威力。以前，印度南方有五百个商人到大海取宝。由于途中有诸多凶险，很难保证顺利返回，所以，当他们启程时，前来送别的亲人们都依依不舍。

商人们乘着三艘船，克服了很多违缘，最终到达

了宝洲。他们按各自需求拿了大量珍宝，然后高高兴兴地返航了。突然这个时候，守护宝洲的海神一下不欢喜起来，刮起狂风，掀起巨浪，对商人制造违缘（一般来讲，如果某地的资源被过分掠夺，环境被破坏得太厉害，当地的山神、地神、水神、树神都会不高兴）。

眼看船就要翻了，商人们非常恐惧，有些人紧抓着船帮，有些人抓着珍宝不放，还有些人使劲呼叫亲友的名字，旁边还有人拼命喊着梵天、遍入天、日、月等世间众神的名字……这时，一个居士突然想起了度母，于是大声念起度母心咒。不一会儿，只见风平浪静，商人们平安无事，最后全部顺利地回到了家乡。

祈祷度母可以增长智慧

有些人为了开智慧，经常祈祷文殊菩萨。其实度母也有这种能力，可以遣除众生的愚痴，令其获得智

慧光明。

例如，若服用以特定度母仪轨加持过的药丸，就能极大地增长智慧。但如果没有这个条件，只念度母心咒或《二十一度母赞》也可以。

曾经，有个汉地居士的孩子担心考不上大学，于是考试前念了一千遍度母心咒，后来果然如愿考上了。当然，也有人念了仍照样考不好，于是就生邪见，开始到处诽谤。其实，他们之所以开启不了智慧的宝库，或许正是缺少了信心的“钥匙”。

第 17 尊 震撼三界度母

顶礼震撼三界母，
足踏吽相为种子，
须弥玻雪曼达绕，
三世间界皆摇动。



震撼三界度母：遣除怨敌恐怖

震撼三界度母的功德：鬼魔不敢危害你

震撼三界度母，也叫无量镇压度母。身体橙色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有佛塔。她足踏大地，“吽”字种子咒发出无量光明，能震动须弥山、玻雪山、曼达绕山等人间、天界、龙宫最难动摇的高山，撼动欲界、色界、无色界的一切。

从古往今来的历史看，度母的加持不可思议。在过去，有位叫桑嘎弥扎的小乘论师，他对小乘经论非常精通。一天在梦中，他见到了释迦牟尼佛和诸菩萨众，而度母化现为蓝色天女告诉他：“你不仅要通达小乘佛法，还应好好学习大乘佛法。”桑嘎弥扎从梦中醒来后，决定遵照梦中的授记，前往克什米尔求学

大乘佛法，并依止度母为本尊。

在求学的途中，他遇到一群强盗，并被劫持带到邪教的神像面前。强盗们准备把他作活人祭祀，危急中，他向度母祈祷求救，度母当即显灵，使邪神像马上裂成了许多碎片。看到这种情景，众强盗大惊失色，纷纷逃走，论师因此而获得解救。

在藏传佛教中，不管哪个教派，都会念《二十一度母赞》，度母遣除八难、十六难的事迹也比比皆是。尤其是当有人遇到鬼魔作祟，而又无力抵挡时，就应该马上祈祷度母。

昔日，在印度东方有一座小乘的寺院，比丘们晚上在林间打坐时，常会遇到罗刹鬼而被一一吃掉。一天，一位小沙弥在走路时，不幸碰上了身色炭黑、獠牙毕露的罗刹鬼，被其逮住拖往林中。此时，小沙弥不断地祈祷度母，当即，度母以手拿宝剑的忿怒相现于面前。罗刹鬼一见浑身都吓软了，赶紧放下小沙

弥，跪在度母面前请求皈依。

从那以后，此处再也没有发生罗刹鬼害人的事件。

度母就像“街道办事处主任”

诺那活佛的老弟子、一百岁的度母本尊女成就者方于教授曾说：“阿弥陀佛就像国家主席，观世音菩萨就像省长、市长，而度母就像街道办事处主任。国家主席、省长、市长，我们不一定能见到，但是街道办事处主任，我们基本可以随时见到。为了更加贴近众生，所以，阿弥陀佛和观世音菩萨化现成了度母。”

这个比喻浅显易懂，而且非常恰当。在本体上，度母和阿弥陀佛、观音菩萨是无二无别的，但相比之下，度母更加贴近人们，在生活中的每个细节，都可

以体现她的加持。所以，不管你遇到大大小小的难事，都应该想到向度母求救。

如今，不少人什么信仰都没有，对佛不可思议的境界完全否认，这应该也是一种悲哀。其实，你若从小就接触佛教，明白“科学无法解释的，不一定就不科学”，那看世界就会有更全面的角度、更广阔的心态。

第 18 尊 灭毒度母

顶礼灭毒圣度母，
手持天海相咬月，
诵二达绕咄字声，
无余灭除一切毒。



灭毒度母：灭除一切毒

灭毒度母的功德：让身和心都远离毒害

灭毒度母，也叫孔雀度母（孔雀具有灭毒的能力，最厉害的龙毒也可消除，故以此得名）。身体白色，右手结胜施印，左手持莲花，花上有皎洁明月，犹如天界的白色甘露海。

她口诵心咒“嗡达热德达热德热 色绕波夏达绕哈 Ra 哈 Ra 吽_的娑哈”，无余灭除众生内在的我执毒、贪嗔痴三毒，以及外在的饮食毒、混合毒、眼见毒等一切毒。

通过祈祷灭毒度母，我们的身体和心能远离一切毒害。以前，印度有个漂亮的妓女，她的容貌、笑容、说话，都非常顺合人心，因此很多男人被她吸

引。有一次，一个商人对她说：“你若陪我一晚，我就送你五百条珍珠项链。”她答应了这个要求。

半夜时分，妓女穿上迷人的新衣裳，头上戴着花鬟，独自前往商人那里。途经一座大森林时，她感觉有点累，于是就坐在一棵树下稍事休息。

这时，一条毒蛇爬了过来，紧紧缠住了她的身体。顿时，她的贪欲消失，心中只有巨大的恐怖。见四处无人可以帮忙，她就在心中拼命祈祷度母。在度母的加持下，毒蛇生起了悲心，于是松开她，慢慢离开了。

印度还有一个故事：有个美丽的少女在森林采花时，忽然间头上响起怪声，一看，只见一头踩死过很多生命、脚上沾满鲜血的狂象正站在自己面前。狂象一下用鼻子把她卷离地面，送到脚下，打算将其狠狠踩死。万分危急之际，少女忽然想起度母，就赶紧一心一意向度母祈祷求救。顿时，狂象慢慢地松开了鼻

子，将少女轻轻放在地上。

之后，狂象把少女带到人来人往的集市，向她顶礼；接着带到寺院，再次向她顶礼；最后带到皇宫门外，又向她顶礼。

如此不可思议的事情发生后，大家觉得非常奇妙，认为这个少女很有福报，但并不知道她实际上是得到了度母的加持。国王听说此事后，心想：“太子正值成婚之龄，这个少女这么有福报，理应娶回当王妃，这对国家和百姓都有利益。”就这样，少女成了太子妃。

度母相当于汉地的观世音

若诚心诚意地祈祷度母，就如赞颂文中所说，求子可以得子，求财可以得财，求官位可以得官位，求平安可以得平安……

在汉地，祈求大慈大悲、救苦救难的观世音菩萨，也有这方面的感应。所以，度母跟汉地的观世音菩萨在救度众生方面，没有太大差别。大家见到度母的塑像、唐卡，理应生起恭敬心，依此善念，便可得到度母的加持，遣除一切违缘，增上一切顺缘。

历史上，有些高僧大德，年轻时跟普通人差不多，但后来通过精进修行，再加上经常祈祷度母，得到了她的护持，所以即便是一个人，能力也非常强大，利益众生的程度远非一般人所能相比。麦彭仁波切说：“何人若有神所护，则彼以其独自力，堪与成千上万众，所有力量相匹敌。”

因此，大家应当遣除对诸佛菩萨的各种怀疑和邪见，树立起正确的见解。

佛在《涅槃经》中说过：“有信无解，增长无明；有解无信，增长邪见。”一个人光有信心、却无智慧，这种信心就是迷信，只能徒增自己的无明愚

痴；光有智慧、却无信心，这种智慧会成为自己傲慢的资本，只能增长无边的邪见。

所以，信心与智慧犹如人的双足，缺少一个的话，在解脱的道路上都走不了多远！

第 19 尊 天王所敬度母

顶礼天王所敬母，
天人非人咸依止，
披甲欢喜之威德，
遣除争斗与恶梦。



天王所敬度母：消解争斗、灭除恶梦

天王所敬度母的功德：

祈祷她，就能披上保护自他的铠甲

天王所敬度母，又名大白伞盖佛母。她受到帝释天、大自在天、遍入天等诸多天王恭敬，一切天人和阿修罗、夜叉、罗刹、鬼魂等非人，也纷纷前来依止她。因此，当我们遇到非人的侵害时，比如有人说自己有“附体”，那不妨多念度母心咒和《二十一度母赞》。

倘若对度母生起了信心、欢喜心，经常忆念她、祈祷她，就能披上保护自他的铠甲，任何大大小小的争斗和可怕的梦境，都会离自己远去。

生活中，有些人经常做一些怪梦，梦境很不吉

祥。其实，这是有各种原因的：有时候是身体四大不调，有时候是怨亲债主等非人作害。但不管怎么样，只要多祈祷度母，一切恶梦都不会出现。

此外，度母还能化解争斗。有些人总是看不惯这个、看不惯那个，经常和别人发生冲突，其实这些祈祷度母就可以化解。不仅如此，乃至人与人之间更大的争执，也常在世界各个角落层出不穷，如果我们多修度母法，就有助于平息这些纷争。退一步说，即便因业力而无法避免，自己也会在战争中取胜。

往昔印度有两个国王，一个叫古米扎，一个叫阿修格，他们之间作战多年，其中，阿修格的武器和兵力胜过古米扎，在战争中一直处于优势。为了扭转这种劣势，古米扎想了一个办法：召集全军开了七天度母法会，念了十万遍《二十一度母赞》。

再次交锋时，阿修格军队的眼里，突然冒出了很多身着黑衣、面容忿怒的女战士，而且古米扎的人

数、兵力远胜从前。阿修格的军队无力抵抗，最后溃不成军。

其实，度母的加持无有偏堕，不管是谁，只要真心实意地祈祷，哪怕这个人造下了滔天大罪，度母也会伸出慈爱的援手，而不会对其置之不理。

以前，印度有一位小乘比丘，他对大乘佛教特别排斥，经常烧毁大乘经典，而且诽谤密宗，砸毁密宗佛像。国王得知后勃然大怒，派兵去抓他，准备严惩。

比丘非常害怕，开始狼狈地东躲西藏。一天，在逃亡途中，他看到路边有一尊度母石像，无奈之下便向度母求救。这时，度母像开口说：“你躲在路边的水沟里，便可幸免于难。”比丘一看：这水沟只有碗口那么大，自己怎么躲得进去？

此时度母连连催促：“快进去，追兵马上就到

了。”比丘顾不得多想，一屈身便向水沟里钻去，结果居然钻进去了。追兵到处找不着他，最后也只好作罢。

从那以后，这个比丘舍弃了对大乘的邪见，对度母也生起了真实的信心。

或许有人认为：“度母竟连恶人都帮，这似乎有点说不过去。”实际上，恶人也是众生，他们得到了帮助之后，会对度母产生信心，进而慢慢有所醒悟，也能忏悔自己以前造的罪业。

不要怕“麻烦”度母

在祈祷度母时，我们务必要有强烈的信心。假如你没有什么信心，甚至边打瞌睡边念度母心咒，虽说这也有功德，但能否立即得到加持，就不太好说了。所以，修法的效果如何，与自己的心态密切相关。

我从小就有一种习惯：不管遇到什么违缘，都会立即祈祷度母。甚至放牦牛时，牦牛跑丢了，也会马上想到度母。

对每个人来说，哪怕有些事情微不足道，也不要害怕“麻烦”度母。因为她是众生的依怙，只要你养成经常祈祷的习惯，随时就可以得到她的护佑。

第 20 尊 消疫度母

顶礼消疫圣度母，
日月双眸光鲜明，
诵二哈绕德达绕，
消除剧猛瘟疫病。



消疫度母：消除瘟疫疾病

消疫度母的功德：让瘟疫不会侵害你

消疫度母，身体为红黄色，右手结胜施印，左手持的莲花上有宝瓶，瓶中盛满消除瘟疫的无死甘露。她的双目犹如日月，放出无量光芒，口诵“嗡达热德达热德热 那摩哈绕喝绕吽哈绕娑哈”，以此能消除瘟疫和疾病。

昔日，藏地有个地方瘟疫盛行，人们死亡无数，当地几乎人烟绝迹了。大家实在走投无路，突然想起在附近的山上，有位闭关多年的修行人，于是就去求他指点生路。修行人通过打卦及入定观察，要求他们在此地到处挂满度母经旗。大家依言而行，后来，凡是被吹过经旗的风接触到的人，瘟疫就迅速痊愈了，

而且当地以后再也没发生过瘟疫。

当然，我们一旦生了病，除了祈祷诸佛菩萨以外，还应当接受医生的治疗。有些人比较固执，对中医、藏医、西医都不信，生病后拒绝看病，一直就在那里等死。其实这样不太好。《上师心滴》说过：咒语的能力不可思议，妙药的力量也不可思议。

所以，我们应该相信医药的能力。生病之后，既要祈祷诸佛菩萨，也要接受治疗。

密咒的功德，没有任何依据能破得了

如果常念度母心咒，会有一种不可思议的力量，这一点，非佛教人士或许不太懂。就像对于中医，外行人可能觉得：“诊一诊脉，看一看舌头，就开药方了，怎么会如此简单？几种草混在一起，就能治病吗？”但实际上，这些看似简单，背后却有极深的

奥秘。

同样，不懂佛法的人，对密咒也会有这种怀疑：

“几个文字，就有这么大力量吗？学佛只要调心就好，挂经旗、转经轮、念念经，这些有点多余吧？”

前不久，我遇到一个老师，他就是这样，不明白为什么转一转经轮就有功德，后来，我给他简单讲了一下这方面的道理。

不过，若想通达佛法的甚深奥义，光听别人讲几句是不够的，必须要通过长时间的学习。比如，你若想详细了解密咒的功德、加持，最好系统学习一下《大幻化网》，学了以后，你就会知道：密咒的功德，没有任何依据能破得了。

在这个世界上，有许多看不见、摸不到的神秘事物，这些你想不承认，它也是存在的。所以，对于自己暂时不了解的领域，先不要急于下结论，而应该仔

细研究一下。

第 21 尊 具光度母

顶礼具光圣度母，
安立一切三真如，
正具寂灭威神力，
摧魔起尸夜叉众。



具光度母：圆满一切事业

具光度母的功德：

让你既能保护自己，又不损害敌人

具光度母，也叫具光佛母。身体白色，右手结胜施印，左手的莲花上有吉祥双鱼。她额间有白色的“嗡”字，喉间有红色的“阿”字，心间有蓝色的“吽”字，这三真如字发出白、红、蓝三种光，加持一切众生的身语意变为三金刚，并令其息灭贪、嗔、痴等所有烦恼，现证智慧、慈悲、信心等所有功德。

同时，她还能摧毁邪魔、起尸、夜叉、罗刹、恶神的害心，令他们以及被他们损害的众生都安享快乐。可见，修度母法来摧毁魔怨，不同于世间上用武器来消灭敌人，它是利益众生的一种方便，不仅能保

护自己，还能令怨敌也远离痛苦。

印度曾有位叫智天的论师，他是寂天菩萨的弟子，长期在印度南方弘扬佛法，后来发愿去雪山修行。在前往的途中，他经过一个村落，那里因罗刹鬼作祟，许多人在同一天中死去，遍地都是尸体。当他走过去时，突然有一具尸体站了起来，胡乱奔跑。当时，他马上念度母心咒加持金刚橛，然后向起尸抛去，尸体顿时倒在地上。他知道，这些死去的众生寿数未尽，于是向度母祈请救度。度母显灵，从空中降下起死回生的甘露，使所有死去的人都复活了。

在过去，印度很多地方都有起尸的危害，藏地和汉地也经常有，但如今这种现象不太多了。不过末法时代，也有各种违缘层出不穷，加上人生本来就苦多乐少，所以大家在遭受痛苦时，一定要有思想准备，要考虑如何面对痛苦，如何将痛苦转为道用。

在这方面，我个人的建议是：最好多祈祷度母，

如此可以真正离苦得乐。

二十一尊度母的本体都是一个

以根本咒礼赞二十一度母终。

这部《二十一度母赞》，以二十一个偈颂，从不同角度赞叹了度母的功德。当然，所谓“二十一度母”，也只是大致而言，其实度母有无量的化身，并不单单有二十一尊。

大家平时若念诵此祈祷文，念完前面的所有偈颂之后，最好加上这一句“以根本咒礼赞二十一度母终”，如此有头有尾会比较圆满。

总的来讲，度母在法身层面是普贤佛母，在报身层面是金刚亥母或金刚瑜伽母，在化身层面是妙音天女等众多女性菩萨，不管示现什么身相，她们在本体上都是无二无别的。不过，在显现上，就像观世音菩

萨示现不同化身一样，度母也可化现为不同的形象，以度化和饶益无边众生。

略祈祷文

至尊度母您垂念，祈求救脱诸苦难。

假如你想祈祷度母，又没时间念《二十一度母赞》，那可以念略祈祷文。

这个祈祷文只有短短两句，任何人只要有信心，随时随地都可以念。它的意思是：祈求至尊度母您垂念我、慈悲加持我，将我从诸苦难中解救出来。

“诸苦难”，包括了各种“苦”和“难”，不但有水灾、火灾、战争等天灾人祸，结合当今时代，还有金融危机、失恋、失业等种种危难。这些人生中的苦难，依靠度母的加持，都可以一一遣除。

汉地信众常说“大慈大悲、救苦救难的观世音菩萨”，其实也可以说“大慈大悲、救苦救难的圣度母”。不管是什么样的人，只要经常祈祷度母，就会得到她的慈悲眷顾。

念度母心咒，成就一切所愿

度母心咒：嗡 达热 德达热 德热 娑哈

这个心咒的广大功德，麦彭仁波切在《百咒功德》中讲过。比如，能忏净一切罪业，救脱一切衰败，遣除一切灾难，成就一切所愿。

有些上师还说，度母心咒念得越多，就会长得越漂亮，所以，现在很多人都特别爱念。

以前，有些大德一辈子念了几亿遍度母心咒，这对大家来讲可能不现实，但若能在一年内念完一万遍度母心咒和一百遍《二十一度母赞》，也可以与度母

结上殊胜因缘。

其实，这些数量并不多，只要每天念一百遍度母心咒、一遍《二十一度母赞》，三个多月就可以完成。若能圆满这些念诵，你肯定可以发现自己身上的改变。

我本人对度母始终有极大的信心，虽然没有很高的境界，但一辈子都会修这个法门。小时候，尽管环境特别恶劣，但我一直默默地念度母，从来没有间断过。这次讲《二十一度母赞》，愿大家能迅速得到度母的加持，在度母的慈光沐浴下，一切所愿都顺利实现！

当今时代，众生非常需要强有力的本尊，若能以度母作为依怙，不论对个人还是整个世间，很多苦难都会被遣除，吉祥、安乐自然而然具足！

相信的力量

本书中的许多感应故事，并不是一种神话传说。有些人经常把自己理解不了的现象，简单扫入“迷信”之列，这实在不是智者之举。

爱因斯坦曾说：“有些人认为宗教不合乎科学道理。我是一位研究科学的人，我深切知道：今天的科学，只能证明某种物体存在，而不能证明某种物体不存在。”

所以，对于自己并不熟知的领域，千万不要自以为是，妄下断言。假如你实在弄不懂，也请试着不要去诋毁。因为你所诋毁的，或许就是你一直在苦苦寻觅的，只不过你不认识它而已！

索达吉

2014 年 2 月 19 日

○○ 相关阅读

- ▶ 索达吉堪布全集 12 | 译作 《诸佛菩萨名号集》
- ▶ 索达吉堪布全集 13 | 译作 《净除业障百咒功德》
- ▶ 索达吉堪布全集 14 | 译作 《占卜法类》
 - 《文殊占筮法》
 - 《观音占卜法》
 - 《占卜法讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 17 | 译作 《喇荣课诵》
- ▶ 索达吉堪布全集 18 | 译作 《法会课诵》
- ▶ 索达吉堪布全集 19 | 译作 《仪轨合集》
- ▶ 索达吉堪布全集 14 | 著作 《生死救度》
- ▶ 索达吉堪布全集 71 | 课程 《十六罗汉礼供文讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 72 | 课程 《忏悔窍诀》
 - 《略说忏罪》
 - 《百字明到底讲什么》
 - 《三十五佛忏悔文讲解》
- ▶ 索达吉堪布全集 73 | 课程 《仪轨讲解合集》

