



莲师教言讲解

索达吉堪布·译讲

课程
101



南无本师释迦牟尼佛

ELABORATIONS ON GURU
RINPOCHE'S TEACHINGS

莲师教言讲解

索达吉堪布·译讲

版本：2024年12月

目 录

祈祷莲师之功德	001
修莲师法遣除违缘	035
依莲师像加持法	055
依莲师像加持法	068
七句祈祷文的重要性	072
莲师祈祷文之上师瑜伽	092
莲师多吉卓罗修法讲解	135
第1课	135
第2课	165
莲师略传讲解	208
莲师略传	250

《莲师祈祷文·除诸违缘	
速成心愿》讲解	253
莲师祈祷文	299
莲师心咒之功德讲解	302
第1课	302
第2课	343
忿怒莲师修法讲解	399

祈祷莲师之功德

2009年8月16日

今天，想简单地介绍一下莲花生大士的上师瑜伽。大家应该清楚，藏地密法里面，大多数上师瑜伽修法，都与莲花生大士有密切的关系。这一届加行班，本来我们安排的不共加行的实修次第，是皈依、发心、金刚萨埵、曼荼罗和上师瑜伽，最后是颇瓦法。

这次为了一些修行上的方便，以及种种缘起，我们更改了原来的安排，现在的要求是：先修上师瑜伽，然后才修其他的不共加行。上师瑜伽既可以是正行，也可以是加行。有些上师的传承，也是先修上师

瑜伽。今天会给大家简单介绍一下莲师的上师瑜伽。

另外，我们要求有信心的道友，经常修莲花生大士的七句祈祷文、念莲师心咒，上根者平时也应该修莲师的上师瑜伽。为什么这样要求呢？因为作为显密双修的行者，祈祷莲师的确非常重要。在末法时代，不管是为了自己的修行顺利成就，还是为了利益众生的事业圆满成功，或者是为了成办一切大的事业等等，都离不开莲花生大士的加持。

弘扬莲师法门有殊胜的缘起

如今，如果汉族四众弟子，能够广泛地弘扬莲师法门，比如在各地建造莲师像，大家经常祈祷莲师、修持莲师法门，对未来佛法的兴盛有不可思议的缘起。

上师如意宝在 1986 年，发愿前往五台山，摄受广

大的汉族四众弟子。在 1987 年，法王带领一万多的僧俗，在汉地的五台山等地，发普贤大愿，然后摄受众多四众弟子。那时最主要的因缘和缘起，就是在各个寺院里建造了莲花生大士像。当时，上师如意宝也亲口说：“如果我们这次在各个寺院里，能够造一些莲师像，而汉地四众弟子没有排斥，那将来藏传佛教会在汉地开花结果。”

当时我们对法王的话感到很诧异、不太了解，因为未来会变成怎样，对每个人来说都是一个未知数。但是现在 20 多年过去了，回头看看这些历程，的确觉得，上师当年的金刚语，有一种殊胜的缘起。

而且，老人家当时在五台山的菩萨顶，造了一尊最主要的、代表五明佛学院的莲花生大士像。这尊莲师的心间，又放了一尊比较小的莲师像。后者是由华智仁波切和麦彭仁波切加持过的，而且莲花生大士也亲口说是“如我一样”的像，即跟莲师一模一样。这

尊小小的莲师像，是一个伏藏品。

在《五台山圣地记》里，对这尊小的莲师像，介绍得比较清楚。我只有两本藏文著作，一个是《忠言心之明点注释》，另一个就是《五台山圣地记》。刚开始发心的时候，我本来是想写不少于 10 本藏文书，但是后来由于种种原因，写得不多。

当时，上师如意宝建造了大的莲师像，然后亲自开光。大家以后如果有因缘去五台山，一定要到菩萨顶中央的莲师殿，朝拜这尊莲花生大士像。

当时造像的工艺质量好像不是很好，去年学院有些人，想发心把它换成铜像，但好像当地的寺院和相关部门不太同意。据说是这样，我不太清楚具体的情况。我在 1991 年也朝拜了五台山，那时候这尊莲花生大士像，还是完好无损，保存得非常好。

以法王五台山之行的缘起，汉传佛教中确实有非

常多的人，接受了藏传佛教。很多人不仅是接受，而是从中得到了切实的利益。很多出家人和在家人，他们从骨子里、心坎深处对佛教真正的道理，产生了定解。我们学院的传承，从此摄受了很多信徒，大家也获得了很大的利益。

另外，以此缘起，藏地许多寺院、高僧大德、活佛、堪布，以及一般的喇嘛，都跟汉族的四众弟子结上了殊胜的因缘。在弘扬佛法方面，这的确起到非常大的作用。汉地的各个寺院里，有许多佛像以供朝拜，这样的传统非常好；而藏传佛教的教理，对很多信士，有非常大的利益。

法王朝五台山，距今已经有 20 多年。这次共修，不敢说跟法王五台山之行，有同样甚深的缘起，但是作为一个凡夫人，在我的分别念当中，白天、晚上都在想：如果汉地的四众弟子，大家都非常有信心地祈祷莲花生大士，同时也在各个地方，让大家在各方面

跟莲师结上善缘，比如印一些莲师身相的图片，那对未来众生的利益，的确会有非常深奥的缘起。

上师瑜伽的重要性

任何一个宁玛派的修法，都要修莲师的上师瑜伽，即把上师观为莲花生大士，自己观为金刚瑜伽母，很多引导文都说，这有殊胜的缘起。上师瑜伽是以很强有力的方式，令加持融入自己的心，这很重要。在末法时代，纯粹依靠理论、学术研究或者知识，要对治自己内心根深蒂固的烦恼，是非常困难的。所以，一定要依靠一个不共的窍诀——当下就能对治我们的烦恼、习气和种种不良的分别念。这唯一的方法，就是上师瑜伽。

因此，很多上师们经常说，在修任何一个法之前，最好先修上师瑜伽。这也是以前华智仁波切、纽西隆多尊者和阿琼堪布的传统。接受道灌顶——观想

上师的三处发光并融入自己的身体，除了能够遣除修法中的违缘和世间的一切魔障，也能让自心与法相应，让上师的加持融入自心。

如果你令上师生欢喜，得到上师的特别摄持，或者上师的智慧融入你的心，那你当下就会有一定的开悟。现在，世间一些学术界的人，他们不相信这些，非要用自己的分别念把佛法当做一种世间学问来研究。对于他们分别念不能理解的事情，比如加持、相应法、灌顶等等，都一概不承认，这是不合理的。所以，我们强调理论和窍诀相结合。

不管是显宗还是密宗，都承认上师与佛无二无别，所以修上师瑜伽的功德非常大。《大圆满前行引导文》引用了一个续部的教证：“何人俱胝劫，修十万本尊，不如一刹那，忆念上师胜。”意思是，任何一个人，在百千万劫当中修十万本尊，如观音菩萨、文殊菩萨、马头明王等，不如于一瞬间、一刹那

修上师瑜伽，后者的功德远远胜过前者。有些人的定力不够，但是一瞬间或者五分钟修上师瑜伽的定力，应该是有的。

方便的时候，你们可以看《大圆满心性休息大车疏》和《事师五十颂》，里面都引用了教证，说明修上师瑜伽的功德。这方面的教证非常非常多，所以，大家一定要修上师瑜伽，这是修行者不可或缺的法。

我们并不是为了完成加行，所以才修上师瑜伽。是不是修完加行，修本来清静，就不需要再修上师瑜伽呢？不是。我认识很多老修行人，如果跟他们接触大概一个小时，从中得到的加持暖气，在一年内也不会消失。的确有时候，如果自己烦恼深重，应该到修行比较好的道友或者老修行人面前，听听他们的经验分享。你会发现，这些老修行人，都把上师瑜伽作为一生的主要修法。

世间有些修气功的人，他们在身体不好的时候才

修行，或者心情比较好的时候，才在外面放一个录音机，然后跳一跳或者修一修。但是修上师瑜伽并不是这样，它应该是修行人一生的主要修法。

莲师与诸佛无二无别

当然，每个上师的修法或者一些伏藏品、窍诀书里，都有不同的仪轨，但是归纳起来，全部可以归集为莲花生大士法门。为什么呢？因为在藏传佛教中，不管是阿底峡尊者、宗喀巴大师、萨迦班智达，以及其他很多大德，他们全是莲花生大士的化现。这并不是世间人的说法，而是有真正、可靠确凿的教证可查。所以，只要忆念并专修莲师，就等于修持了十方诸佛菩萨。

有些上师的教言说，不能把莲花生大士看作一个普通人。我以前在一些关于辩论的书里也说了，现在有些人，包括一个对藏地贡献比较大的瑜伽士，他们

把莲花生大士看作一个普通人，这是非常不对的。可以说，莲花生大士跟佛陀无二无别。

有些历史书说，莲花生大士是贤劫过去、现在、未来三世诸佛的化现。像当时释迦牟尼佛显现为报身时轮尊主宣说《时轮金刚》一样，每一尊佛都会以报身的形象来弘扬密宗，而他们报身的形象就是莲花生大士。不仅是密宗，其实在显宗的经典中，对莲花生大士的授记也非常清楚。以前讲《入行论》的时候，引用了《涅槃经》¹和《诸佛未来授记经》²的教证。另外，《无垢称天女经》也说：“十方三世一切佛，事业归为一体相，殊胜稀有之佛子，生于邬金西北隅。”这跟七句祈祷文所讲的一样，意思是，十方三世诸佛的事业，化现一圣尊相，这位非常稀有的佛子，会降生在邬金西北隅的莲蕊中。事实上，莲师

1 藏文的《涅槃经》说：“我已灭度后，汝等莫忧伤，无垢彩湖中，较我胜丈夫。”

2 《诸佛未来授记经》说：“我已灭度后，一百十二年，较我甚殊胜，名为莲花生。”

降生时的情景，邬金恩扎布德国王及其眷属也亲眼目睹了。

这是显宗经典里的说法，并不是密宗经典的教证。虽然密宗的经典，关于莲师的介绍和他生平の説明非常多，但是，有些只了解显宗的人，可能不一定承认。另外一部显宗经典——《秘密不可思议经》也说：“贤劫三世佛，奇妙幻化身，稀有莲蕊中，现为持明者。”它的意思很明显：贤劫诸佛奇妙幻化的身体，在稀有的莲蕊中，显现为持明者。毫无疑问，指的就是莲花生大士。

任何一个比较公正、有智慧的人，在看了这些授记以后，一定会生欢喜心和信心。依靠一个教证，有些人可能不觉得有什么，但从莲师的事业，也可以判断他是不是诸佛菩萨的化现。

如果当年藏地国王赤松德赞和菩提萨埵阿闍黎（静命论师），没有迎请邬金莲花生大士入藏，那么，

在非人猖獗的藏地，殊胜的教法很难弘扬开来。而当时莲师来到藏地，降伏了十二护地母和二十一优婆塞，之后他们承诺，永远保护藏地的佛法如意宝，并且自己也行持密法。莲花生大士也在藏地建造了很多有殊胜缘起的寺院，降伏了种种魔障，并且弘扬了小乘和大乘显密佛法。

到目前为止，藏地跟世界任何一个地方都不相同，它是全民信仰佛教的。很多国内外的信徒，在来到藏地净土之后，自己对于上师三宝的信心，在很长的时间中都没有退转，而且出离心、菩提心和觉性之证悟油然而生。个中原因，肯定是这个地方有特殊的缘起。

圣者行境，非凡夫所能测度

一些莲师的传记中说，在国王和一些眷属面前，莲师示现留在藏地的时间比较短。但为什么有些学者

说，莲花生大士已经在藏地住了很长时间呢？一些伏藏大师和智者解释到，莲师已经踏遍藏地的所有地方，包括每一个神山，而且隐藏了非常多的伏藏品，如果从世间学者的角度，这当然需要很长的时间。

如果我们稍微了解伏藏品的意义，一定会对密法的传承生信心。有的伏藏大师一生有 30 多部伏藏法，有的甚至有 100 多部，这全部是从他们的智慧中自然流露的，不像世间的文学家需要每天苦思冥想。这些上师们立成文字的仪轨和续部，大多数是莲花生大士以前隐藏的。在藏地，这样殊胜的教言非常多。

正是因为这些教法，如今有许许多多的人，信仰了藏传佛教。有些不明个中道理的人，会好奇为什么有这么多人信仰藏传佛教，他们会想：那些佛教徒是迷茫了，抑或有些莫名其妙的迷惑？其实都不是。现代人的头脑很清醒，哪里有正确的道理，他们便会去追求。虽然有部分人的信仰，可能是非理性和冲动

的，但更多的是希求解脱的知识分子。如果说他们都是非理性的，那肯定不合理。

一方面，藏传佛教确实有殊胜的加持力；另一方面，藏传佛教中的伏藏品，续部、修法、仪轨，以及众多的窍诀和教言，都有一些不共的特点。

从历史来看，莲花生大士在获得持明果位后，显现上在印度住留了两千多年，而住在藏地的时间却不长。其实，每个众生的根基和因缘都不相同，莲师在不同的众生面前，所显现的住留时间也不相同，就像佛陀在印度示现神变，教化外道六师的情况一样。

根据《贤愚经》和一些历史记载，佛陀在大乘行人面前，在神变月用了上弦月的 15 天，来调化外道六师；而在小乘行人面前，只用了一天的时间。同样，佛陀在共同乘的行人面前，只转了三次法轮；而在不共乘的行人面前，佛陀还宣说了《华严经》《妙法莲华经》，密宗的《时轮金刚》和《密集金刚》，以及

内续部的许多法要。

现在很多研究佛教历史的考古学家，想用自己的笔墨或者放大镜，去找一些他们认为非常确切、可靠的考古证据，这是很困难的。包括释迦牟尼佛圆寂的日子，在历史上也有很多不同的观点和辩论。由于佛菩萨在不同的众生面前有不同的示现，世间的学者想找出唯一正确的答案，会有一定的困难。

有一个公案，讲的是迦叶尊者想把文殊菩萨逐出僧团：当时僧众正在安居，迦叶尊者发现文殊菩萨跑到波斯匿王妃的宫殿，没有好好地安住。因此迦叶尊者特别生气，他敲打木槌，想通知所有僧众集合，然后把文殊菩萨逐出僧团。那时候，十方世界出现了无数个佛刹，每个刹土中有无量的佛陀；每尊佛陀跟前，都有一位文殊菩萨；每位文殊菩萨旁边，都有一位迦叶尊者拿着木槌。

当时佛陀问迦叶尊者：“你现在打算把哪一个文

殊菩萨逐出僧团？”迦叶尊者朝东南西北不同的方向看，看到四周都有很多佛陀、文殊菩萨和自己。于是他非常为难，觉得圣者的行境不可思议。他想立刻把木槌放下，可是动不了。最后他束手无策，只好在佛陀面前忏悔。忏悔完毕，他才能把木槌放下，而外面的景象也随之消失。

相关的经典说，即便是已经灭尽所有烦恼、获得无尽神通的迦叶尊者，尚不能了知其他补特伽罗的相续，更何况是凡夫呢？所以，世间凡夫要判断莲花生大士到底是哪个时代的人，他的名字和身相哪个是真、哪个是假，等等这些，都是以凡夫分别念的行境，来衡量圣者不可思议的幻化之相。我们凡夫面对这些分别念，一定要对佛陀和莲师有不共的信心。

要培养这种信心，大家可以阅读《藏密佛教史》和一些佛教历史方面的书籍，去了解莲花生大士的事迹，比如他是以怎样的形象来到藏地和五台山，还有

他在世界不同的地方度化众生的经历。

莲花生大士有一部广的传记，在藏地一直都是家喻户晓的。几乎每家每户都供着这么一本书，藏人把它奉为如意宝，对它非常敬仰，就像汉地对待《金刚经》一样。这部传记介绍了莲师的各种事迹，比如：他在印度住留了多少年，他在尸陀林和山洞里修行的情况，他怎样行持禁行、度化众生、转法轮，等等。从历史来看，在凡夫面前，莲师可以以凡夫的形象来度化他们，但若要一口咬定这是莲师唯一的显现，恐怕不合理。

不仅是莲花生大士，所有善知识、成就者的幻化身，其实都不可思议。像印度的一些圣者，他们在印度示现圆寂后，来到藏地；在藏地示现圆寂后，到了汉地弘扬佛法。很多高僧大德，像唐东嘉波和帕单巴尊者，就是如此示现，他们的幻化相也是各种各样的。所以，我们对一些上师和成就者的行为，不能依

靠自己的感观和分别念妄加揣测、判断甚至诽谤，这些都不太合理。

莲师法门在末法时代尤为重要

具体的莲师修法，希望你们参考《前行引导文》里上师瑜伽的相关章节。修上师瑜伽的时候，一定要有虔诚的恭敬心，要想：莲花生大士真的就在自己面前。谁对莲师有最大的恭敬心和信心，谁的自相续就会得到最大的加持和感应，这是一种缘起。要是你修的时候心很散乱，或只是随随便便地修，那么加持也不一定来得迅速。总之，在末法时代修上师瑜伽，尤其是莲师法，的确很重要。

很多在喇荣常住的道友也许记得，以前法王如意宝引用过噶托度达的教言：“五浊兴盛黑暗越深时，莲师加持之月越明亮。”意思是，在五浊兴盛、黑暗越来越深重的时候，莲花生大士的加持就像月亮，会

越来越明亮。

现在五浊障垢一年比一年深厚，当众生的根基越来越下劣、琐事越来越多、分别念越来越重、贪嗔痴越来越炽盛的时候，众生也越来越难以度化，这时莲花生大士的加持，就像月光在漆黑一片的晚上更显明亮一样，会越来越猛烈、迅速。

格玛旺波也说：“如果诚心祈祷莲花生大士，就不会被违缘所转。”这非常重要。在末法时代，邪魔外道和非人的危害极其猖獗，因此，修行者无时无刻都要祈祷寂静和忿怒本尊总集、一切邪魔外道的降伏者——莲花生大士。每当我们提及“莲花生大士”这个名字，许多非人和妖魔鬼怪，都会胆战心惊，很多上师的窍诀里都是这样说的。

从历史上看，世界各地特别是藏地的很多成就者，都修莲师法门。从无垢光尊者、宗喀巴大师、麦彭仁波切等前辈大德的著作和传记可以看出，他们对

莲花生大士有多大的信心，以及他们是如何祈祷莲师的。上师如意宝也是如此，无论是在梦光明或者白天的一些境界中，还是云游刹土的时候，他对莲师的信心及所得到的加持，都是不可思议的。

在末法时代，很多人都衷心地想成为一个好修行人，但是有时候身心不自在，或者被妖魔鬼怪所左右，最终力不从心，只能随魔而转。所以，每个修行人的身上，应该佩戴一枚莲花生大士像，这样可以遣除一切违缘。几年前，我给每一位道友发了一枚莲师像章，这的确有很多殊胜的因缘。现在很多人在自己身上摸这个像，是不是看掉了没有？（众笑）

我从小就对莲花生大士有不共的信心，这并不是说自己修得很好，但是作为传讲者，如果我自己对这个法一点感应都没有，却跟你们传讲，这不太好。我传的每一个法，无论是小时候修的，还是出家以后修的，都是我认为已经从中得到了很大的收获，以及不

可思议的加持，然后才分享给有缘分的人。因为我知道，这个法肯定会对他人有利益。

小时候，我隔壁的一些喇嘛和识字的人，经常念诵很多莲花生大士的祈祷文，包括莲师传记的赞颂文，所以我在还没识字的时候，就已经能背这些。后来，一个叫云登桑波的亲戚，把一本小小的莲师传记给了我，我非常欢喜。这是一部由伏藏大师勇士金刚所开取的、比较略的传记。

之后，每天我放牛的时候，便在山上的树林里朗朗地念诵。那时候我年纪很小，还不到10岁。不太记得是哪一年了，那时我还没上学，但已经能看懂藏文。当时每天都念这本传记，由于那时候条件比较差，我没有洗手，所以翻书的地方全都变黑了，另外有些地方也已经磨破了。最后我把整本传记背了下来，可以边放牛边背诵。现在，有时在去炉霍的途中，可以从很远的地方看到那个山顶，小时候的情景

就会浮现眼前。

我从小就对莲师很有信心，虽然不敢说现在有很大的成就，但是依靠莲师为主的诸佛菩萨之加持，在自己修行的过程中，的确没有遭遇很大的违缘。我身边的很多上师、出家人和一些在家人，都特别爱念莲师心咒。

我的父亲是文盲，但是直到他往生之前，每天都不断地念莲花生大士心咒，他每年都念 100 万遍。小时候我们经常问他：“今年还差多少遍呢？”有时候他念不完，会说：“噢，今年还差多少遍。”

多念莲师心咒

在藏地，莲花生大士心咒不仅是修行人才念，而是家家户户的藏民都在念。《密宗虹身成就略记》里记载了一些公案。据嘉曲喇嘛说，石渠有一个人念了

大概一亿遍莲师心咒，最后虹光成就。另据龙多活佛口述，道孚有一个人，他在去印度的路上遇到强盗，不经意间把强盗杀了。之后，他很后悔，便到山洞里修莲师心咒。据说他念了 7 亿遍莲师心咒，也有说 13 亿，最后也获得了成就。诸如此类的成就相，在藏地确实很多。

智悲光尊者和华智仁波切，都要求他们的传承弟子念 1000 万遍以上的莲花生大士心咒，这方面你们可以参考《大圆满前行》。如果要求你们念 1000 万遍莲师心咒，那可能有一定的困难。但是大家最少也应该圆满 10 万遍，如果是以闭关的方式来修，就尽量圆满 100 万遍。以莲师的咒语来护持自相续，的确很重要。

有些人不重视念咒，或者觉得念咒没有必要，他们认为，只要学一些理论和禅修就足够了，其实这种想法不对。佛陀在《楞严经》里说：“若不持咒而

坐道场，令其身心远诸魔事，无有是处。”意思是，如果你住在修行的道场却没有持咒，那么你的身心不可能远离魔众的损害，因为他们的力量非常强。由此亦可知，平时坚持持咒的修行人，不会遭到魔众的干扰。

有的经典还提到，十地菩萨尚以咒护持，那何况凡夫呢³？就是说，连十地菩萨尚且需要以咒语来护持自身，那凡夫人更不用说了。因此，希望大家平时多念一些咒语。

伏藏大师噶玛朗巴有一个伏藏品，是关于莲花生大士心咒（嗡啊吽班匝儿格热巴玛色德吽）的功德。这个伏藏品比较短，以后会翻译给大家。它里面说：

“嗡啊吽”是三世诸佛身语意的总集，

“班匝儿”是金刚部，

3 《显密圆成佛心要集》云：“又金光明经说。十地菩萨尚以咒护持。何况凡夫。”

“格热”是珍宝部，

“巴玛”是莲花部，

“色德”是事业部，

“吽”是善逝部。

这个咒语包含了五部佛的种子，依靠它能遣除五种障碍，成就五种智慧，而且见闻忆念此咒语的众生，都能获得持明果位。如果把莲花生大士的心咒刻在石头上，或者写成文字，那么见到咒语的众生都能往生极乐世界。在莲花生大士的传记里，宣说了很多莲师心咒的功德。

汉地的居士和出家人，如果自己平时多念莲花生大士心咒，会强烈地感受到那种遣除违缘的殊胜加持力。此外，如果大家能培养小朋友从小就念莲师心咒，那对未来佛法的长久住世，会有很大的利益。

我在成都的时候，看到几个儿童读经班的小学生，唱诵莲花生大士心咒，唱得特别好。如果能够让

孩子们在这样的氛围中长大，的确有很大的功德，对他们会有很大的利益。

以信心念七句祈祷文

希望大家能够多念莲花生大士心咒。在念心咒之前，最好先念七句祈祷文。我刚翻译了七句祈祷文的功德介绍，所以在此不广说。我看了以后，觉得它的加持、功德实在很大，所以每天都在念。一有时间，就念“吽 哦坚耶杰呢香灿……”

七句祈祷文并不是由莲师宣说的，它是十方诸佛同时发出的自然金刚声。七句祈祷文不仅是莲师的祈请文，更是十方所有诸佛和一切圣尊，包括空行、护法的祈请文。依靠这些金刚语加持自相续，非常殊胜。

最近，我们给学院的道友发了《深法宝篋》。以

后如果因缘成熟，也希望发给电视、电脑面前的道友。《深法宝篋》中不仅介绍了七句祈祷文的功德，还提到七句祈祷文的外、内、密、极密修法，这些非常深，很多人不一定能看懂。至于外修的部分，有很多伏藏品的教证，通过这些教证，大家会明白，虽然这个祈祷文表面上只有七句，但实际上它的功德，确实跟如意宝没有差别。

其中提到一个公案，跟其他的一些历史描述有点不同。当时在那烂陀寺，佛教的班智达遇到外道的攻击，他们互相辩论，输的一方要皈依胜利方。那时候，在教理上的辩论方面，班智达们不是很害怕，但在显现神变方面，他们却有点担心。

期间所有的班智达，在晚上都做了相同的梦。梦里有一个空行母告诉他们：“你们不用发愁。如果你们去迎请我那住在尸陀林里的哥哥，他便能帮你们折服外道。”班智达们说那个尸陀林漆黑一片，难以

行走，他们没有能力去那里迎请。空行母说道：“如果你们在经堂的顶层陈设供品，伴着妙香、乐器，以悦耳的音调念七句祈祷文，那么莲花生大士会现前的。”

第二天，诸位班智达如是而行。刹那间，莲师从空中降临，居于众班智达之首。之后，莲师以教证、理证折服了所有外道。接着他们比试神变，当时外道在虚空中飞行，显示各种神变，但莲花生大士以契克印一指，所有外道纷纷掉落在地上。最后，所有外道纷纷向莲师忏悔，并皈入佛门。从此以后，印度的很多佛教徒，都念诵七句祈祷文。

现在的藏地也是这样，不管是格鲁派、萨迦派，还是其他宗派的很多寺院里，维那师在念一些仪轨或者经典之前，会念“吽 哦坚耶杰呢香灿……”可以说，在藏地的很多寺院里，念仪轨的时候，都非常重视七句祈祷文。

各位现在明白了七句祈祷文的功德，以后在修任何法之前，都要念七句祈祷文来迎请莲花生大士。莲师在很多伏藏品里说，任何人如果以信心和恭敬心来念七句祈祷文，那么莲师必定会降临在他面前，如同孩子以哀哭声来呼唤母亲，那么母亲会情不自禁、迅速地来到孩子面前。莲师也说，如果他没有降临，就违背了自己的誓言。

有些道友可能会想：“我是一个烦恼深重的修行人，而莲花生大士那么伟大，他不可能因为我念一遍七句祈祷文而来到我面前，还是不念了。”各位千万不要这样想，而一定要有信心，让自己的心跟圣尊融合。

麦彭仁波切在《大幻化网总说·光明藏论》中说：“应当对本尊、咒语无别这一点诚信不移。也就是说，胜义中，诸法于净等大法身界中无有偏袒；在世俗中，证悟本尊的真身与咒语二者只是为了利益所

化众生以智慧幻化的，无有差别，要认定咒语就是本尊。”由此可知，莲师心咒就是莲花生大士，谁真的以信心来念诵，莲师当下就会显现。

有些传记提到，当莲花生大士准备离开藏地、前往罗刹国的时候，很多大臣和一些修行人，哭着请求莲师不要离开。当时莲花生大士说了很了义的话：“谁对我有信心，我刹那都没有离开过他。”我们祈祷诸佛也是同样，如果自己的信心越来越强烈，那么本尊、莲师、上师的加持，会越来越猛烈和迅速。总之，我们的信心和祈祷时的状态，是最重要的。

祈祷的时候，若能把内在真实无伪的信心，自然而然地引发出来，那依靠这样的态度和心态，诸佛菩萨的加持必定会降临。如果以散乱的心来祈祷，由于祈祷的缘起不会虚耗，也一定会得到加持，但不一定会来得迅速。

莲师上师瑜伽的修法

这次要求大家，一定要念莲花生大士的心咒。念诵的方式和仪轨，建议按照《开显解脱道》里的上师瑜伽来修。《开显解脱道》的词句很简单，前面有皈依和发心，后面修上师瑜伽，所有的修法都完整无缺地包含在里面，所以特别难得。

这样修的目的，是通过猛厉的祈祷，让莲师的加持融入自心。观修的方法：先把自己观想为金刚瑜伽母，佛父（莲花生大士）和佛母（益西措加空行母）在自己的前方上面；开始的时候，以七句祈祷文来祈祷，接着念莲师心咒；念了若干遍以后，观想上师的三处发出三种不同颜色的光，融入自己的身体，自己因而获得上师身语意的灌顶和加持；最后，观想上师化为一个明点，融入自己的心间，自己的心跟与上师无二无别的智慧（胜义明点）融为一体。

多竹仁波切——单碧尼玛有一个跟莲师无二无

别的上师瑜伽修法，里面有很多窍诀，以后如果有时间，会简单地给大家传讲。

修莲师法门，修行会圆满

学院的很多出家人，能够看破世间，来此长期修学，真是非常不容易；同样，很多城市里的在家人，排除了生活上诸多艰难困苦，一心一意地学佛，也特别不容易。菩提学会里的很多道友，平时要处理很多家庭和单位的问题，在发心的过程中也遇到许多困难，但是你们都很勇敢地面对，继续修行，这也真的很难得。

可是每个人的修行，能持续多久呢？这是自他都说不准的。现在末法时代，外境的散乱之因和诱惑特别强大，而很多人自心的力量极其薄弱，所以我们一定要依靠一个强而有力的后盾——上师、本尊、护法。若能依靠莲师心咒、七句祈祷文和上师瑜伽，很

多人的修行会善始善终、究竟圆满，这就是我们一生中最大的收获。

大家不应该担忧今生什么时候死，或者名声好不好。而应向往和希求：自己的修行和道心，千万不能退失；现有的菩提心和对上师三宝的信心，即使很薄弱，也能够日益增上；以前自己没有的功德、境界，能够尽快在相续中顿然生起；凡与自己结缘的所有众生，能够真实地让他们得到一点一滴的利益。

敞开心扉，我心里想的，唯一就是在短暂的人生中，依靠佛法来利益一些众生，这应该也是每位修行者所希求的。虽然我们希望自他都能得到一点利益——有这个愿望很好，但是如果没有方法，也终究不能达成。就像一个想赚很多钱的商人，如果没有方法，最后也只能事与愿违。

在末法时代，违缘极其繁多，如果我们的自相续真正得到诸佛菩萨和金刚上师的加持，那么除了能超

越一切违缘，上等者可以当下开悟，中等者会对上师三宝生起不退的信心，并对佛教的教义有所领悟，下等者可以很圆满、顺利地皈依三宝，或者以出家人的身份度过今生，为来世创造殊胜的因缘。

因此，在如今末法时代，祈祷莲师、念莲师心咒，真的很重要。这次短暂的百日共修，对大家来说，确实是一生中非常难得的机缘，所以希望大家务必努力，把莲师法门修好。

修莲师法遣除违缘

2013 年 5 月 20 日

今天我们主要讲莲花生大士心咒的功德和利益。为什么要学习这个呢？因为无论是学佛几十年的资深佛教徒，还是刚学佛、刚皈依的人，经常修持莲师法门都非常重要。今天会给大家传授这方面的法要。

下午的时候，我发现今天刚好是莲师会供日——藏历四月初十。我们没有特意安排，也自然碰上莲师殊胜日，所以缘起很好。按照莲花生大士的传记，莲师每个月都有不同的神变，会显现一些特殊、稀有的功德和事业。当时也是藏历四月，莲师和曼达拉娃空行母被国王用火烧了 7 天，但他们并没有被烧死，反

而把火海变成莲花湖。

大家要经常以七句祈祷文来祈祷邬金莲花生大士。

吽

吽

哦坚耶杰呢香灿

邬金西北隅

巴玛给萨东波拉

莲花蕊茎上

雅灿巧格悟哲尼

稀有成就尊

巴玛炯内益色札

共称莲花生

括德夸卓芒布果

空行众围绕

切杰吉色达哲吉

我随汝修行

辛吉拉协夏色索

祈临赐加持

格热巴玛色德吽

格热巴玛色德吽

今天在莲师殊胜日讲课，是自然而成的缘起。希

望今天不管是在现场还是在世界各地听受的道友，大家都能发起共同的意愿，一同来祈祷莲花生大士。

祈祷莲师，是当前对全世界人类最重要的一件大事。如果全世界的人们，能够一心一意地共同祈祷，或者经常念诵莲师法，那么对全世界而言，各种各样的天灾人祸都能消除；对个人而言，你的修行、事业和家庭中的各种障碍和魔障也能遣除。除非你前世做了一些非常严重、不可逆转的定业，否则依靠上师莲花生大士不共的威力、大悲发愿力和殊胜加持力，决定会遣除一切障碍。

以前见过上师如意宝的道友，可能会记得法王经常用的两个教证。其一是由藏地一位非常著名的大德——噶托度达所说：“在末法时期，其他八种乘像微光，而大圆满就像月光，完全能遣除末世、恶世的一切黑暗。”很多佛教徒经常说，现在是末法时代，离佛陀在世的时代越来越远，众生就越来越刚强和可

怜，烦恼也越来越重。这时候大家要多多祈祷莲师，遣除我们自相续中许多的违缘。

另一个法王经常引用的教言来自格玛旺波，即托嘎如意宝的上师——法王上师的上师。他说：“你只要一心一意地祈祷莲师，就绝对不会被魔障所转和控制。”所以，我从小就对莲师有特别强烈的信心，而且在一辈子当中也没有改变过。作为佛教徒，我是一心一意地把自己的一切都交付于莲师，依赖于莲师。

祈祷莲师不分宗派

希望现在听课的道友，不管是学显宗还是密宗，以后都要对莲师有不共的信心。根据我的观察，学院里对莲师特别有虔诚信心的一些法师，他们的修行都善始善终，基本没有什么大的违缘。如果你们想在修行上圆满或者生活中一切顺利，那么祈祷莲师是非常重要的。我的人生经验不敢说特别丰富，但是，经过

多年经验的积累和沉淀，人生到了现在这个年纪，我认为祈祷莲师确实很重要。

极个别的人可能会想：“我是学显宗不是学密宗的，祈祷莲师可能是密宗的一个特殊修法吧。”这种想法不合理。比如我们明明知道自己是个病得很严重的病人，那么只要有一种药能够把我们的病治好，不管它是中药还是西药，我们都没有必要去分析该不该吃这种药。这种药能治病，但你却排斥它，这是愚痴的行为。

当然，有个别的人确实对莲师没有信心，那你不祈祷、不念诵，我们也不强求，毕竟信仰是自由的。再者，我跟莲师也没有什么私人利益关系：他没有发信息给我，让我今天一定要帮他宣传；或者如果我宣传得好，他会让我做什么公司的总经理。现在末法时代的很多众生确实很可怜，因为他们对祈祷和依止的对境，并没有特别地重视。

希望你们如果有机会，可以在自己的佛堂供莲师的身像。我们以前做了一些莲师的小挂件，下课后可以在门口发给大家，但暂时发不了给网络上的道友。

（鼓掌）你们不要这样，不然网络上的道友更伤心。

（众笑）

五台山的莲师像有特殊意义

1987年，法王如意宝在五台山造了一尊莲花生大士像。这不仅对密法，而且对整个佛法在汉地的再次兴盛，有特殊的缘起。前段时间，有些人说要把这尊像搬到别的地方，我说我希望把它留在原来的地方，如果你们担心泥土像的质量不好，那我们可以对这尊佛像进行修整重塑。如果寺院把佛像原原本本地放着，当然是可以的；如果寺院要求搬走佛像，那佛教徒肯定不同意，这尊佛像不应该移到别的地方。

20多年前，我们把一些很珍贵的装藏品放在里

面，这对众生的福祉有很大利益。如果真有个别的人和领导看不惯，要用某些借口或通过某些途径来搬走，是不符合宗教政策的，因为相关的所有手续，在当时都已经办好了。那些具有特殊加持和历史意义的佛像，不能随便依个别人的想法来移动。

下课后你们得到佛像挂件，这也是一种缘起。以后如果有机会，你们应该在自己的家或者佛堂供莲师像，最好是到处都有莲师像。听到我这样说，很多卖莲师像的人应该很高兴（众笑）。我们的影响力比较大，可能他们明天就开始造莲师像了，希望价格不要定得太高。以后每个人一定要让自己有莲师的保护，这很重要。

末法时代应常念莲师心咒

2009年8月，我翻译了一个由噶玛朗巴大师开

取的伏藏品⁴。很多道友好像没有重视，但其实这个伏藏很重要。当时益西措嘉空行母问莲师：“现在末法时代，瘟疫、疾病、战争频生，将来末法时期，各种魔障猖獗，那该怎么办？”莲花生大士说：“虽然我有很多伏藏品分别藏在海里、岩石里、虚空中、山里等，但是这些伏藏品，除了极个别、有缘的弟子以外，无法传得很广。唯一的法要，是持诵我莲花生大士的心咒——嗡啊吽班匝_ཎ格热巴玛色德吽。每个人都可以持诵这个心咒，而且它的功德和威力非常非常大。”

之后，莲师详细讲解了这个心咒的功德。比如每天念 100 遍，饮食和财富会自然而得；自己喜欢的人，也不会舍弃自己，等等（众笑）。最近没有看，但记得里面好像是这样说的。现在很多人说，自己的家庭关系不好，所喜爱的人不理他。其实不仅是他们，

4 《莲师心咒之功德》，堪布于 2009 年 8 月 26 日翻译圆满。

那些得不到饮食和钱财的人，还有那些经常事与愿违、感受求不得苦的人，都应该经常念诵莲师心咒。

如果念诵莲师心咒的数量达到 100 万或者 1000 万遍，那么行者会获得威力，对三界中的所有鬼神都能予以摄受。这很重要，因为现在有些人比较害怕魔障。

前段时间，学会里极个别的道友可能已经修完五加行了。希望修完五加行的道友，以后多念莲师心咒。按照前辈上师们的传统，修完加行的人至少要念 1000 万遍莲师心咒，但现在末法时代，大部分的人都特别忙，所以这对很多人来说，确实有一定的困难。

要对密法有信心，不做跑跑居士

你们不要认为修完加行就可以随心所欲，然后离开学会，跑不同的道场——现在很多人是“跑跑居

士”，这种现象的确不好。当然你们跑到哪里都可以，但如果退出学会，那么以后这里所有的密法课程，就没有机会听。

6年前我对你们承诺的事情，每一件都已经兑现了，现在也是如此。学会有极个别的人，在修完五加行以后，认为自己很了不起，然后就缺课，有些甚至已经退出了。退出学会以后，就不再是学会学员。

学会的正科系以后会有三个专业：五部大论班、修行班（以净土为主）和密法班。如果你想参加密法班，就一定要修完五加行。最近，我们在商量密法班的课程安排，比如明年、后年怎样安排，这就像我们的“十二五计划”（众笑）。事实上，我们也一直在商量未来五六年的规划等。

前几天，研讨班上有位居士说得很好，他大概的意思是：一方面我们不排斥显宗，所有显宗跟我们都是一家；但另一方面，我们也不能否认密宗的殊

胜，尤其是遇到无上大圆满，并不是那么容易。

想不想继续学习，是自己的事情。但如果你想继续学习，就得符合学会相关的要求，比如修完 50 万加行。否则，管理人员不给你权限和网络房间号，你也不能去听那些甚深的法。以后的密法课程，除了一些特殊的情况以外，全部都会在菩提学会里传讲。当然，学院里没有修完加行的人也不能听。

因此，希望还没有修完加行的道友，尽快把加行修完。有些人修了十几年加行，现在还没修完，不知道这种佛教徒以后会变成什么样。就算是修完了加行的道友，也应该多念莲师心咒，以及长期地修上师瑜伽。

有个别的居士对密法有很大的信心，其实应该这样。有些愚痴的人不信密法，其实他没有任何不信密法的理由。藏地有那么多密法的典籍，如果你去研究，肯定会生信心。在美国，很多研究密法超过 20

年、40 年、50 年的大学老师，他们对密法确实有很大的信心。而我们的一些道友，在信心等各方面可能还需要培养。

想修行圆满一定要以信心祈祷莲师

莲师心咒的功德真是非常大，这篇功德文也说，如果念诵心咒的数量达到 3000 万至 7000 万遍，那么所有十方诸佛会时时刻刻保护你，所有护法、空行和本尊都不会离开你，因此多念莲师心咒真的很重要。

大家不要认为自己“现在就很好了”或者“已经证悟了”。阿琼堪布的传记与华智仁波切的《前行》，都提到宁提派有非常多的上师，要求弟子们至少念 1000 万遍莲师心咒。阿琼堪布的上师要求他念 3000 万遍，之后阿琼堪布一心一意地修。刚开始的时候，他结合七句祈祷文一起念，后来就专念莲师心咒。最后他念了 3000 万遍心咒，还把《大圆满前行引

导文》全部背下来了，从此他的修行非常圆满。

如果能至少念 100 万遍莲师心咒，那你个人的修行和见解一定会变得稳固。否则，现在末法时代，每个人很有可能不由自主地被各种各样、非常厉害的烦恼狂风，吹到正法的边缘去。

在藏地，密法的兴盛和对教法的护持，跟全世界任何其他地方都不相同，这是不管哪个宗教的人都有目共睹的。现在，很多欧美国家的知识分子，都认为藏地是精神宝地，保留着全世界最完好无损的精神文明。其中的缘由，是莲师当年让十二护地母对藏地的佛法进行护持，并且把各种各样的伏藏法门，隐藏在藏地各处，同时以特别殊胜的加持力护持。

为什么现在有这么多人在学习藏传佛教？这不是自赞毁他，而是不得不承认，确实有这样的现象，西方人也认同这一点，包括一些基督教徒和犹太教徒，我跟他们交流的时候，他们都说藏传佛教有不共的威

力。这确实与莲师当年的发愿分不开。

那些自以为是、不想祈祷莲师的人，可能是因为没有信心和佛缘。邪魔外道和魔王波旬应该特别喜欢抱持这种心态和想法的人，因为他们没有保护措施，就像开车而没有刹车会随时遇险一样，魔王波旬随时都可以让他们的修行等各方面遇到违缘。所以，在修行方面，大家一定要“买保险”，这很重要。

现在，很多人都会买医疗保险和养老保险，但很多修行人却不知道修行上也要“买保险”。世界上有些修行人非常成功；有些修行人不但不成功，而且很失败，最后甚至身败名裂、毁坏自他。没有人愿意成为后者，毕竟得人身很不容易，所以，大家应该经常祈祷莲花生大士。

莲师心咒不仅是莲师本尊的心咒，而且是十方诸佛菩萨的总持咒、八万四千法门的命根。如果把它写在经旗上，刻在石头或木头上，风吹过咒文后，它

所接触的众生都能得以解脱，同时所有鬼魔都会远离你，不会打扰你。所以，我哪怕是做了一个比较恐怖的梦，或者晚上出去的时候，前面有个黑乎乎的东西，我都会念“嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽”来祈祷莲师，这样当下就感到有力量。这个从小养成的习惯，确实有它的威力和作用。

今天，我特别希望世界各地的人，都要像孤儿呼唤父母一样，以非常悲切的信心来祈祷莲师。末法时代的众生，有如在一个荒无人烟之地，面对着末世中各种极其猖獗的野兽。这时候大家应该用特别真诚的信心，经常祈祷莲师并对他顶礼、供养和皈依。即便你特别忙，每天也应该念一点莲师心咒；临死的时候，也最好把莲师心咒戴在身上，然后跟尸体一起焚烧，那就会彩虹萦绕，决定往生极乐世界。这是伏藏的金刚语，所以一定要对莲师有信心。

如果你是非佛教徒，根本不信仰这些，那就没办

法，毕竟每个人有各种各样的因缘，没有人会强迫你信什么；如果你信仰佛教，就应该对莲师生起信心。现在，有些佛教徒的信仰不是很坚固，有些人对于一些理论也不了解，大家应该在这些方面下功夫。在藏地，很多人对莲师的信心非常诚恳，但现在一些藏族的年轻人也很少祈祷了。

今生遇到密法很难得

莲师的传记说，如果世界上对莲师祈祷的人越来越多，那么世间的灾难会越来越少，而且人们心里的“幸福指数”会越来越高。如果有人舍弃莲师，谁会遭受损害呢？是舍弃莲师的人自己。莲师是成就者，你舍弃他不会让他受到任何损害。

要是莲师当时没有降伏藏地的鬼神，那藏地可能还是野蛮之地，哪会成为佛法兴盛的宝地？哪会有如今的这些佛法？哪会有你们众多虔诚的人，不怕高

山反应来到这里？很多来到藏地的人，都喜欢去珠穆朗玛峰。其实，去那里并不是很重要，因为比珠穆朗玛峰更高的精神高山，就是藏地的密传佛教。客观来说，它确实有甚深的意义。

今生遇到藏密，的确很有福气。世间人如果中了彩票，或者偶然得到什么财物，都会说：“哇！我今天很幸运！”也许这是幸运，但我认为，像昨天一位道友说的那样，今生能遇到真正的密法，就感到很荣幸、满足了，这是肺腑之言。可能很多道友都不珍惜现有的机缘，总想今天学这个、明天学那个，但最后什么都学不成。个人而言，我从来没有想过要转什么宗教，或者学其他东西，在所学方面，我学到的完全是极具加持和解脱能力的正法，因此我的一生都在尽心尽力地修行自宗。

经过今天再三介绍，大家应该知道，莲师的殊胜加持力对每个人的成就有非常大的作用。刚开始修

莲师法的时候，可能你对莲师不太熟悉，那么可以读一些他的传记，慢慢地去了解。美国的很多学校一直在学习、研究莲师和益西措嘉空行母的一些传记。可是在国内，包括一些大学的宗教系，很缺乏这方面的研究。按理来说，如果想对此了解和研究，国内比西方国家容易得多，因为由汉地去藏地特别方便。在藏地，有很多莲师亲自加持过的圣地；在各个寺院里，伏藏品堆积如山，这些都是很好的研究材料。

前两天，我看了一些莲师的伏藏法，包括一些由我们传承上师所开取的。看的时候，我问自己：“现在末法时代，世界上有这么好的精神良药，但又有多少人能够真正享用？”我越看越觉得，自己非常有福气。这不是为了给你们打广告才说的，而实在是发自内心。

系上修行的安全带

各位佛教徒，如果想自己的修行等各方面顺顺利利，可能需要系一条安全带。否则，当你遇到一些措手不及的危急情况时，其他办法不一定管用。其实，经常祈祷莲师的修行人应该是非常快乐的，同时他的修行，包括把烦恼、痛苦转为道用方面，会因殊胜的加持而非常成功。并不是因为我自己学密宗，才这样赞叹莲花生大士。

那么今天给大家讲解的目的是什么呢？多年以来，我自己对莲师所传的大圆满法中一些精髓部分，的确有一点了解和受用。在此过程中，我觉得它确实是当今世界上所有学说中最为罕见的。所以，我想在此劝大家在这方面好好地去了解，同时要经常祈祷莲师。

要是你没有时间，哪怕一天念三遍七句祈祷文和念 100 遍莲师心咒，也是对莲师有信心的表现。其

实，修行人以念咒等行为去跟本尊沟通，确实很重要。比如两个朋友之间，如果从来都不说话或者不联系，那过了很长一段时间后，他们会变成陌路人。从世间的角度，我们确实需要这种感情的交流。

作为凡夫，大家应该经常以信心来祈祷上师和本尊，那么上师、本尊的智慧和身语意的加持会真正融入你的心，这样你的修行会圆满，什么事情都能如愿以偿。

依莲师像加持法

2013年7月7日

今天是一个非常吉祥的日子，来自不同国家、说不同语言的道友齐聚在现场或网络上共同学习，我个人也特别欢喜。

这次主要就两方面的内容和大家分享：一是为了满足大家的愿望，我将自己在学佛旅程中的经验和建议分享给大家；其次，也给大家分享一部极为殊胜的莲师加持法门。

莲花生大士也被尊称为“古汝仁波切”。“古汝仁波切”是一个梵藏组合词，“古汝”是梵语音译，意为上师，而“仁波切”则是藏语音译，是如意宝的

意思。

今天为了表示一种缘起，现场有多语种的同步翻译。希望依靠各种不同的语言，让佛法的真理弘扬开来，让全世界的人们都能真正地了解佛法。任何国家、任何民族的每个人，都希望获得快乐、远离痛苦，而佛法就是帮助人们断除痛苦、获得幸福的最好方法。

我想，寻觅心灵的自在与宁静是我们每一个人的使命。那么，如何才能让心灵获得自在与安宁呢？就个人而言，我从小就学习佛法、修持佛法，透过佛法的修持，我确实感受到了无与伦比的幸福与宁静祥和。除此之外，佛法也使我的人生和生活有更多的感悟。因此，我非常希望各位能以客观的态度看待佛教，看看佛法到底在讲什么。

生活需要信仰，信仰需要智慧

世界上有很多宗教，每一个宗教都有它的真善美，包括佛教。佛教可以细分为南传佛教、北传佛教和藏传佛教。信仰是必要的，但与此同时，我们也需要智慧，而不能盲目迷信。因此，以自己的智慧去了解、去学习就显得格外重要。

实际上，现今世界上有许多人通过学修藏传佛教，明显地改善了自己的身心。昨天，一位来自西方的大学教授说，20年前他因为某一殊胜的因缘彻底爱上了藏传佛教，从那以后，就再也无法与之分开。

藏传佛教尤其重视逻辑与辩论，而且也有一套极为系统的学习方法。依靠辩论的方式学习，能在最大程度上遣除怀疑、辨明真理，因此，这样的学习方法值得全世界效仿。

我今年年初参访了美国和德国的几所大学，当

时深深地感到，现今世界上虽然有非常多的人信仰佛教，但长期、系统闻思修的人却并不是很多。不仅是佛教徒，很多其他宗教的宗教徒也有一定程度的信仰，但真正去学习的人也不多。如果不学习、没有智慧，信仰就是一种迷信，还很容易退失。所以我认为，所有的宗教徒不仅要有信仰，而且要让自已的信仰成为一种智慧的信仰，这就特别需要学习。比如通过学习藏传佛教，我们会明白它的意义，之后再将其运用在生活中，则会给我们的人生带来极大的帮助和利益。

我的老师法王如意宝晋美彭措，在 30 年前创办了喇荣五明佛学院。他老人家当时创办这所佛学院的核心宗旨就是：学习佛法、修持佛法、利益众生。上师如意宝如此重视佛法的教育、佛法的弘扬与弘法人才的培养的缘故，在一定程度上也促进了佛法在全世界各个地方的兴盛。

我认为，对每一个人的生活来说，学习与教育是最有意义、最有价值的事情。因此我也真诚地祈愿：希望你们每一个人的生活，都能因学习与教育而不断成长，也能以信仰收获安宁与幸福。

如今很多佛教徒虽然对上师三宝有信心，但因为不懂佛法，又没有闻思修行，这样暂时的信心很容易退失。

现在的社会环境本就浮躁而急功近利，人们喜欢的是暴力等刺激的事物，而学习需要一个平静、专注的心态，所以很多人难以静下心来学习。即便如此，我们还是要知道，接触太多狂乱、暴力、刺激的负能量只会让我们的身心越来越不健康，所以特别希望大家能够长期地学习和弘扬正能量。

这以上是传讲莲师修法前的一个想法和建议，接下来为大家传授古汝仁波切的伏藏修法。

古汝仁波切和他的伏藏法门

众所周知，古汝仁波切是一位非常了不起的密宗大成就者，在国王赤松德赞时代，是他将密法弘扬到了藏地雪域。对于传授古汝仁波切的法门，我相信自己是有资格的。在我很小的时候，虽然当时正值“文革”，信仰受到禁止与打击，但在每次看到偷偷藏起来的古汝仁波切的佛像和唐卡时，我总是会生起无法抑制的信心。相较于其他的本尊，我对古汝仁波切有着更为特殊且强烈的信心。

这也许与前世的因缘有关，也许是家庭环境的影响。在我的记忆中，我父亲每年都会念诵 100 万遍以上的莲师心咒。我从小就是在祈祷莲师的环境中长大，可以说，我的一生都在祈祷莲花生大士。

乔治敦大学的本杰明教授说，自从 20 年前第一次听受莲师法门以来，就一直对莲师有着不共的信心，始终不间断地修持莲师法门，而且也追随莲师的足

迹，朝拜了印度、尼泊尔、锡金和不丹等莲师圣地，莲师为他的心灵带来的转变与成长是不可言喻的。对此，我个人也有相同的感受，莲师法门的加持确实不可思议。

今天给大家分享的这个莲师修法，我自己花时间去修持过，也得受过它的殊胜法益，因此才推荐给大家。比如推荐一种药，如果自己都没尝试过，就随便地推荐给别人，这是不负责任的表现；应该是自己服用过，觉得效果很好，之后再推荐给其他人。这个莲师修法所具有的加持力无与伦比，我对这个法门的信心终身都不会改变。

人生旅途中，每当遇到不开心的事情、陷入不顺的逆境，或是做事情不成功，甚至只是做了一个噩梦时，我都会祈祷莲花生大士和度母。每次，我都会很快地感受到他们的加持与力量。

有些人对莲师有信心，有的人可能没什么信心，

即使你对莲师没有信心，但你无法否认莲师将密法从印度带到了藏地这一事实。如果莲师当年没有将密法带入藏地，也许藏地现在仍旧被黑暗笼罩着。依靠莲花生大士的发愿力，如此殊胜的密法才得以遍及五湖四海，在全世界范围内弘扬开来。这个世界上有多少人因为修持密法而获得了身心的自在与安宁，稍有智慧的人自然会明白。

莲师法要中，既有甚深的密法，也有浅显易懂、易于修持的法门。我一直觉得，凡是与莲师法门结上善缘的人，确实非常有福报。一想到莲师将这么珍贵、殊胜又充满智慧与慈悲的宝典留在人间，就特别感恩莲花生大士和历代的传承上师们。

莲花生大士的二十五大弟子中，有一位名叫安楞·甲瓦秋阳，他的第二十五世转世就是朵芒寺的多杰·德钦朗巴。今天为大家传授的就是他取出的一个伏藏法门。

莲花生大士的伏藏法门殊胜无比。今年我们去了科罗拉多大学，那里有很多教授已经研究了 20 多年的伏藏法门；哈佛大学和哥伦比亚大学也有许多教授在研究莲花生大士的伏藏。他们对伏藏法门的信心和持之以恒的研究精神，让我特别随喜。

可能你们大多数人还不知道什么是伏藏品。伏藏品非常神秘，对如今的西方科学界来说，伏藏法门是一种稀有、神奇的法要，就连现在世界上最顶尖的科学家也没能揭开它的神秘面纱。当年，莲花生大士将伏藏珍宝藏在大海里、山岩内、虚空中，甚至证悟者的智慧中，等待未来因缘成熟时，再由伏藏师开取出来。

我发现，欧美国家的大学教授有很多都在研究伏藏法门，修持伏藏法门的修行人也特别多。相较而言，汉地研究伏藏品的学者并不多，有一些虽然在研究，但一段时间后也退失了。趁此机会，我特别希

望：有信心的人，至少不间断地修持一部伏藏法门；有智慧的人，应该好好研究伏藏法门。实际上，越研究伏藏法门，越会对莲师和伏藏法门生起信心——就像我一样。（众笑）

前两天我在想，如果我下半生能够活得长一点，应该在理论上好好地学习伏藏法门，在修行上好好地修持莲师法门。莲师的伏藏法门确实太不可思议了！

当然，现在也有很多假伏藏师，这方面大家以后也要注意。

今天的这个伏藏法门，不同信心和根基的人，得受的利益也不同。如果对莲师法门没有什么信心，依靠这个法门也只能得一个加持而已；如果对莲师法门有强烈的信心，那么密宗中的四灌顶都能全部圆满。

这次传讲完莲花生大士的修法后，希望你们对莲师有信心的人，应该发愿终身修持莲师法门，尤其是

在遇到违缘与困难时，一定要记得祈祷莲花生大士。祈祷莲师，会有立竿见影的效果与感应，这一点毋庸置疑。

我这次给大家传授莲师法门，唯一是希望利益大家，没有想过控制谁，也不是为了获取利益而打广告，没有任何私人的目的。不管怎么样，从我学习佛法的一生来看，我对莲师法门的信心，谁也无法改变。

莲师的加持到底能不能融入你的心，关键看你是否有信心。上等的信心得到上等的加持，下等的信心得到下等的加持，如果没有信心，也就得不到加持，这是一种缘起规律。

五年前，我花了 500 万元人民币请尼泊尔的工匠塑造了 1 万尊莲师像，今年准备发放到世界各地，希望世界上相当一部分的人都能得到莲师的加持。依靠今天这样的缘起，也特别希望各位，通过修持莲师法

门来保护自己人生顺利、修行成就，同时也为这个末法时代带来更多正面的力量与智慧，以帮助所有的生命。因此，大家共同创造缘起相当重要。

与莲师心心相印

凡是听这堂课的道友，希望从今天开始，每天至少念诵 100 遍莲师心咒“嗡啊吽班匝_{ཀུ}格热巴玛色德吽”。我今天早上试了一下，100 遍莲师心咒，大概三分钟就能念完，100 天之内就能念满 1 万遍。所以我也要求，听这堂课的道友，在 100 天之内念满 1 万遍莲师心咒。无论是修莲师还是其他本尊，若想与本尊相应，首先要念诵他的心咒。在藏地，念诵 1 亿遍、3 亿遍莲师心咒的人非常多，但我考虑到你们城市里的人很忙碌，寺院里的人也很精进，所以为大家安排了一个比较方便、容易完成的功课。

接下来的仪式，对具上等信心的人来讲，叫灌

顶；对具中等信心的人来讲，叫加持；对没有信心的人来讲，叫玩耍。我等会儿用莲师像为大家传授这个法门后，再由个别出家法师和具有缘起的教授，用莲师像为现场每位道友作加持。

实际上，莲师并不是一尊铜像，而是自心的光明。莲花生大士往昔在藏地灌顶时，曾令整个藏地包括小虫以上的众生都得到了灌顶。因此，你们网络上的道友只要有信心，每一次都观想到位，那和我身边得受灌顶是一模一样的，没有任何差别。

在具有特殊缘起和修证的情况下，出家人也可以于在家人面前领受加持，所以大家等会儿领受加持时，要生起信心。

这个仪轨既可以用来为他人灌顶和赐予加持，也可以用来自己修持。自己修持这个仪轨时，就将仪轨里面的“汝”换成“吾”就可以了。

(灌顶过程略)

这个修法已经传给大家了，希望你们经常观想莲师的四处放光融入自己，从而获得四灌顶以及莲师身语意的所有加持。这个法门真的非常殊胜，有信心的人要经常修持。

生活中见到的一切色法是莲师身体的游舞，听到的一切声音是莲师心咒的游舞或空性的自声，自己心中生起的一切分别念是莲师无分别智慧的游舞，在这样的境界中生活，自然而然会获得不可思议的加持！

附：

依莲师像加持法

多杰·德钦朗巴伏藏品

索达吉堪布·翻译

以莲师像作加持时，上师将有加持力的莲师像放

在弟子头顶，令其以猛厉信心、恭敬心专注观想后，
真诚迎请莲师，最后念诵：

诶玛吽！

三世佛陀莲花生，一缘恭敬祈祷您，
净具缘子三门障，四灌成熟得四身。
道修生圆大圆满，果至本净法尽界，
临终大密金萨尊，灌顶力觉真实相。
愿与莲师同密行，灌顶方智聚光辉，
由莲师像四处射，融入于汝现前智。
终师融己无别性，得表灌顶胜义灌，
离灌得基实相义，愿今汝识自本面。

念诵“革日嘎雅斯德喻”，观想莲师额头出现
“喻”字，放射白光，融入自己额头，由此清净身
障、获得身宝瓶灌顶，自身可修本尊身，相续中播下
化身果位之种子。

念诵“革日瓦嘎斯德阿”，观想莲师喉间出现

“阿”字，放射红光，融入自己喉间，由此清净语障、获得语秘密灌顶，口中可诵密咒，相续中播下报身果位之种子。

念诵“革日紫达斯德吽”，观想莲师心间出现“吽”字，放射蓝光，融入自己心间，由此清净意障、获得意智慧灌顶，心中可修等持，相续中播下能成就法身果位之种子。

念诵“革日萨瓦斯德吽”，观想莲师脐间出现“舍”字，放射黄光，融入自己脐间，由此清净三门同分障、获得功德句宝灌顶，可修大圆满道，相续中播下本性身果位之种子。

最后莲师化光融入自己，安住于自己身语意与莲师身语意无别的境界中。其后，诵发愿文与吉祥文。

平时可依此自受灌顶，也可为他灌顶。灌顶略义——甚深加持法终。

萨玛雅！印印印！多杰·德钦朗巴（金刚大乐洲）由
益西措嘉之手稿《无变命文》中抉择。善哉！

2013 年 7 月 6 日译

七句祈祷文的重要性

2014 年 4 月 10 日

学院在今、明、后三天，会开莲师七句祈祷文的法会。这不是常规的法会，是临时决定开的。今天早上，我在微博上说，今晚八点到八点半之间，会有一个关于莲师七句祈祷文的简单开示，之后会继续常规的《现观庄严论》课程。

学院昨天才确定开法会，今天上午我才通知大家今晚会有开示。虽然通知大家的时间很紧，但今天网络上来了很多道友，看来网络的力量挺强大，佛教徒也应该学会应用。现在很多七八十岁的佛教徒，本来从来不上网，但是为了学习，现在也一边手在抖一边

在看屏幕，这是他们对科技和佛法的信心。

在各地组织一天的莲师法会

今天的开示主要讲七句祈祷文，它非常重要。今天学院的大多数道友，都非常认真地念修。因为这个机会很难得，所以学院的各位道友，包括一些发心人员，应该尽量上座念。除非是因极少数特殊的事情而走不开，你们最好把一些发心工作，安排到晚上或者早上第一座之前。

这次法会的安排是上午、下午各一座。上午是早上8点到12点，下午是1点半到5点半。学院的大型法会是每天有4座，这几天的法会是上下午各一座。虽然发心等一些事情都非常重要，但是，现在和这么多僧众、菩萨一起来祈祷莲师，这种机遇在人生中非常难得，所以希望道友们能够尽量参加。

今天是法会的第一天，还有明、后两天。希望各地的道友，最好在这三天之内，念完 3 万遍七句祈祷文。如果三天之内真的念不完，那就尽快完成，没有时间限制。“尽快”的意思是越快越好，不是三个阿僧祇劫（众笑）。之后，学会会在网上公布报名的安排。这次发愿报名参加的僧众非常多，如果你们也一起发愿和报名，就要尽快完成，不要违背誓言。

大家一定要尽量参与明天和后天的法会，我们在网络上会同步直播。想参与的道友，不管是不是学会的，最好跟学院的上座时间一起准时开始。后天是周六，我特别希望各个地方的学员，或者一些佛教团体，能够在当天，在你们当地开一天的莲师七句祈祷文法会，这非常重要。要求你们开三天的法会，恐怕有一定的困难，但一天的话，应该不会很难。

这次的念诵非常容易，前面有莲花生大士的上师瑜伽，跟以前做会供的仪轨是一样的。学院的很多

道友，是今天早上没有带法本，抑或法本还没有印出来？一些新来的道友，好像也没有法本。相关的负责人应该想办法提供法本给大家。要是没有法本，或者只有几本，那印经处最好给大家印一些，最好明天早上在门口发给大家。你们看今晚要不要加班来印？因为法本是修行的基本资具，很重要的。

重视念修七句祈祷文

另外一个希望学院道友重视的事情是：白天念诵的时候，最好把经堂的法座移开，后面挂一幅大的莲师唐卡，前面供一些灯和其他比较好的供品。如果你们修法的时候观想不来，最好在自己的前面放莲师像。今天，我看很多人修得很专注。

大家有机会在这三天跟众多僧众一起共修、专修七句祈祷文，真是非常难得。大概在 2009 年，我传讲了七句祈祷文的外修法。当时很想组织大家共修几

天，但因为上课等各方面的事情，没有时间去安排。去年下半年的时候，我也想跟大家一起共修，但当时由于要外出以及其他一些原因，所以没有参与。这次对道友们来说，是个非常难得的机遇，各个城市的女友可以呼吁其他人来参与，这个法是可以公开的。

如果大家报名参与，最好是发愿念完 3 万遍七句祈祷文。其实这不算多，只是现在城市里的人太懒惰了。你们可以看看《七句祈祷文释·白莲花》，它后面讲了麦彭仁波切的弟子——西绕哦色的故事。他担任麦彭仁波切的侍者大概有 30 年。他祈请麦彭仁波切撰写这个注释的时候，已经念了 130 万遍七句祈祷文，他说还要继续发愿念诵。最后，麦彭仁波切看他非常精进，对七句祈祷文很有信心，所以撰写了这个注释。

讲《前行》的时候，我也传讲了《七句祈祷文释·白莲花》中莲师祈请文的外修法。那时候没有传

讲它的内修法和密修法，其实它们更殊胜。当时传了外修法后，大家都对莲师和七句祈祷文生起了非常大的信心。从此很多人也对密法生起了极大、不共、坚定的信心。

因此，希望各地的道友们重视这次共修，因为这对你们是很重要的。现在的世界，以四大——地水火风为主的各种灾难频频发生，为了整个世界的平安和快乐，我们特别需要修习佛法。在个人方面，每个人的业力、烦恼、痛苦、疾病和各种折磨，也在不断地涌现。所以，每个人都需要遣除外内密的各种违缘和障碍，而在末法时代，祈祷莲花生大士是最好的选择。

祈祷莲师，不分显密

坦白地说，并不是因为我们是修密宗的，所以才劝大家祈祷莲花生大士。其实很多人不知道，以现

在的术语来说，莲师的法要是心理疗法。它可以在当下，完全消除你所有的烦恼，并且让你当下开悟。莲花生大士是无上大圆满密法的创始者，并把它传到藏地。虽然莲师离开藏地距今已有 1000 多年，但是他那能让人证悟心性的法门，到目前为止，已经成就了无数的修行者，这就是它的价值。如今佛法犹如皓月，它的光芒照耀整个世界，也源于莲师不共的威力和加持力。

现在，有极少数不懂密法或者不懂如意宝价值的人，可能对莲师有各种邪念，这是难以避免的。因为真理往往只掌握在极少数人的手里，这是一个自然规律。《白莲花》中莲师祈请文的修法分为外修和内修。内修分解脱道和方便道；方便道讲密修和隐义，主要是大圆满的心性法。的确，如今已经有无数的人，依靠大圆满心性法的加持和威力而证悟。

从历史看，莲花生大士离开藏地前往罗刹洲，已

经有1210年。桑耶寺奠基的那一年，距今有1254年；4年后，桑耶寺进行了开光。开光以后，莲师和静命论师在藏地弘法，当时佛教非常兴盛，那时距今有1248年。

莲师的法门有什么功德呢？从古到今，无论是在藏地、汉地、欧美国家，还是任何一个地方，真正有信心的人修了它以后，或者不舍肉身前往清静刹土，或者虹身成就，或者在即生中真正斩断了所有烦恼。

麦彭仁波切的《七句祈祷文释·白莲花》非常珍贵。里面一些比较浅显的部分，现在大家就可以看或者修，尤其是最近共修莲师的时候。在传讲前行的时候，我只讲了它的外修法，没有讲内修法和密修法，因为后两者不能公开传，只能对极少数的人传。《白莲花》后面有七句祈祷文的总修窍诀，这个大家应该都可以修。

七句祈祷文的修法

首先，在自己的头顶上观想莲花生大士，自己以非常猛厉和坚定的信心，念七句祈祷文来祈祷。祈祷的时候，观想莲师的身体发光并降下甘露，让自己身口意所有的病魔、罪障、痛苦，以肮脏的脓血、含生、烟汁等形象排出并往下降，下面的冤亲债主因而心满意足。然后自己的身体像盐融入水一样，变成净化的乳汁，进入下面所有众生的口里，让他们得以满足。之后，将自己的身体观成自己有信心的本尊，顶上的莲师向下降临到自己心间八瓣莲花的中央。最后，在自心与莲师的心无二无别的境界中入定。

出定后，了知任何色法、身相和心里的各种起心动念，都跟上师的显现、身相和上师的智慧没有分别。平常行住坐卧的威仪，皆安住于此境界中，这是非常深的窍诀。

不共的加持

这次共修七句祈祷文，不仅对你们自己有利，也对整个佛教的兴盛和遣除魔障方面有非常大的功德和力量。麦彭仁波切在《白莲花》中提到一个公案，以前在印度那烂陀寺，有 500 位佛教的班智达跟外道进行辩论。辩论快结束的时候，内道的班智达们感觉束手无策、困难重重，眼看外道将要获胜。最后一天的辩论之前，500 位班智达同时做了一个梦，梦中空行母告诉他们用七句祈祷文祈请莲师前来加持。于是，他们以七句祈祷文来祈祷，最终莲师降临并在辩论中以教证、理证折服了外道。接着他们较量神通，当时外道显现各种神变、神通，但班智达们以七句祈祷文来祈祷，最终莲师以神变制服了所有外道，佛教获得了完全的胜利。

为什么藏地的佛教，虽然在历史的风风雨雨中受到了一定的折磨和摧残，但在当今世间，无论是它的

闻思修还是讲辩著，仍然完好无损地保留着呢？因为它有不共的缘起和力量。为什么现在很多藏传佛教的高僧大德，都有与众不同的威力和力量呢？因为他们有一些不共的缘起和加持。

莲师在不同的伏藏中亲口说过，任何一个人以七句祈祷文来祈祷他的时候，他一定会从罗刹洲铜色吉祥山，来到这个人的面前，犹如母亲听到爱子呼唤自己的声音后，她会无法堪忍而立刻前往一样。然后，莲师会对祈祷他的人加被、垂念、赐予悉地等等。所以，很多密法，尤其是由真正的伏藏大师所开取的伏藏仪轨里，基本上都有七句祈祷文。

七句祈祷文的外义，以前已经简略地介绍过，像“吽 哦坚耶杰呢香灿”等每一句的意思都已经解释了；至于它内在和秘密的意义，没有人传讲的话，大部分的人不一定能看懂，可能只有认识心之本性的人，或者对密法有不共认识的人，才能懂得其义。

共同祈祷发愿

要你们像麦彭仁波切的那位弟子一样，即生念130万遍七句祈祷文，那可能有一定的困难，毕竟现代人的寿命、决心、信心等各方面，都不如以前的修行人。但是，大家能不能在有生之年，至少念诵10万或20万遍七句祈祷文呢？若真能做到，那不仅是你即生的人生有意义，而且你生生世世的修行都不会被各种违缘所遮障。要是你的修行有莲师身口意不共的加持，那你一定会战胜违缘，顺利地达到自己修行的目的地。

这次共修，无论是学院内部还是学院以外的人，都要有共同的信心和愿望，这样我们才能达成共同的目标。大家在念诵七句祈祷文的时候，共同的愿望方面，要想：“现在世间有各种各样的自然灾害、人为和非人为的各种灾难，同时有很多人的思想、见解等各方面，受到了一些烦恼的染污。愿以这次共修的缘

起，以及莲花生大士不共的威力和加持，把这些违缘转成顺缘，让世界变得更美好。”这是共同的愿望。

不共的愿望方面，每个人都不一样。比如：有些人可能想通过修生圆次第，来现见自己心的本来面目；有些人可能想通过修无勤大圆满的直断或者顿超，来认识自己赤裸透彻的心性；有些人可能想通过祈祷莲师来认识心性……

其实，圣尊莲师跟阿弥陀佛、释迦牟尼佛以及诸佛菩萨都是无二无别的。只要我们以无比诚挚的信心来祈祷莲师，那么他一定会来到我们的面前赐予加持。关键是我们的信心，这方面的教证非常多。以前在藏地，不管是哪一个宗派的大德，从其传记来看，他们都把莲师作为本尊和上师来修。因为有此不共的缘起，很多大德的事业宛如杲日，在全世界无与伦比。

如今，有其他宗派的个别大德，显现上对莲师法

门不恭敬。莲师的加持是没有分别的，但是因为特殊的因缘，那些人的事业虽然暂时兴盛，可是最终也不长久。经过长期的观察，我发现一个修行人，如果他对莲师和莲师法门有不共的信心，那他的修行会善始善终；如果他对莲师有各种各样的成见，甚至经常毁谤，那倒霉的是他自己。任何人的毁谤对莲师都不会有损害，因为他跟法界是无二无别的。

所以在此方面，个别的修行人应该谨慎。即使你生不起信心，也千万不要以各种方式毁谤。现代人的分别念千变万化，特别可怕。为了保护自相续，修行人应该守护自己的正见，这非常重要。

关于这次法会，我特别希望各地的道友可以在周六共同呼唤、祈祷莲师。现在末法时代，众生特别可怜：对修行人而言，他们本来就寥若晨星，但也有很多内外密的各种违缘；就全球的人类而言，他们内心的贪婪、嗔恨、愤怒染污了整个世界。此时此刻，需

要一片非常有威力、智慧、悲心和加持的妙云，降下真正的解脱甘霖，这样我们众生才有希望。

现在，给大家念一遍这次法会议轨的传承。

（堪布念传承）

对莲师要有不共的信心

本来我想介绍一下七句祈祷文的缘起和功德，但因为之后还有《现观庄严论》的课，所以今天不多说。总之，希望大家踊跃报名参加这次共修，因为和学院众多出家人一起发愿念诵，这个功德非常大。共修的善根，像广阔无边的大海；一个人的善根，就像是一滴水。只要自己的一滴水融入大海中，乃至大海的水没有穷尽之前，个人善根的水滴也不会穷尽。这次共修是非常难得的，所以，大家应该认真地念诵七句祈祷文。

之前给大家介绍了莲师心咒的功德，以前讲《赞戒论》的时候，我也讲了修莲师法门的重要性，它对很多人，尤其是末法时代的人，非常重要。其实，平时只要随身带着莲师的传记、佛像或者咒语，那么邪魔外道都不能摧毁我们。

所以，我本人从小就对莲师有非常大的信心，也经常发愿：“乃至生生世世中，得到莲师的摄受。”刚才给大家念的莲师上师瑜伽，麦彭仁波切在后面也说：“发愿生生世世，成为莲师的仆人。”

很多宁玛巴大德的传记，比如上师如意宝，也说他们是莲花生大士的化现。200多年前，菩提金刚的授记说，莲师的化身带有“晋美”的名字，他说得很直接，上师如意宝就是莲花生大士的化身。有些传记说，上师如意宝是莲师的大弟子——降魔金刚的化身。上师自己解释道：“所谓莲师的化身，实际上是得到莲师身口意的一些加持。”

我以前翻译了许许多多由无垢光尊者所著的密法典籍，包括《七宝藏⁵》《三休息⁶》《四心滴⁷》。无垢光尊者的著作后面一般会有结尾小字，它大概的意思是：生生世世被邬金莲花生大士所加持、摄受的瑜伽士无垢光撰著圆满。

我特别希望大家对莲师有不共的信心。其实修莲师法门，比如平时念诵咒语，即使没有很高文化水平的人也可以修。像我的父亲，他不识字，除了揉糌粑以外，基本什么都不会，但是他对莲师有很大的信心，一辈子都在念莲师心咒。那天有几位堪布说，我的父亲好像不喜欢跟别人聊天，他没有什么喜欢的事情，就是每天从早到晚都念莲师心咒。

5 七宝藏：《胜乘宝藏论》《实相宝藏论》《窍诀宝藏论》《宗派宝藏论》《如意宝藏论》《句义宝藏论》《法界宝藏论》。

6 三休息：《大圆满心性休息》《大圆满禅定休息》《大圆满虚幻休息》。

7 四心滴：母心滴为莲花生大士的《莲花心滴》和布玛莫札的《布玛心滴》；子心滴为无垢光尊者的《上师心滴》和《空行心滴》。母、子心滴两者深要之合集为《甚深心滴》。

也许我从小就受到父亲的影响，或者受到自己前世的一些影响，不管怎样，我对莲师有非常强烈和坚定的信心。很多人对莲师的信心不坚定，因为他们的分别念比较重，有些闻思比较多的人也是如此，这些人要注意；有些人可能本来水平不够，加上听到过一些人对密法的毁谤，所以不一定能生起信心。

要是有些人实在生不起信心，我们也没有办法。佛陀在世的时候，也有很多人对他没有信心，不可能所有众生全部一样。但在末法时代，众生真的很需要莲师的加持。若有莲师的加持，那你今生了达心性和弘法利生都有望成功，在许多方面会有很多不共的缘起，你的修行不会有什么障碍。

今天，我只是简单地给大家介绍了七句祈祷文。其实，关于它的内修法和密修法，法王如意宝曾经在学院讲过一两遍，当时我生起了极大的信心。后来，法王在印度贝诺法王的寺院——南卓林佛学院时，贝

诺法王和那边上千个僧人，一直恳请法王如意宝传讲七句祈祷文外内密的注释。这也是他们迎请法王如意宝从藏地去印度的主要原因。

虽然我翻译了这个七句祈祷文的注释，但是如果没有人传讲，很多人可能看不懂。很多殊胜的论典也是这样，虽然有人翻译好了，但之后可能没有人传讲，就像一块如意宝放在某处，如果没有人知道它的价值和重要性，那最后可能谁也不知道这是如意宝。所以，在这个迷茫的世界，很多人真的需要一盏明灯来指路，这也依靠大家的共同发愿和共修的力量。

今天，很多道友来到经堂现场，网络上也有很多道友来到直播现场，我希望你们每个人发愿念七句祈祷文。如果你真的念不了很多，比如 130 万遍念不了、10 万遍也念不了、3 万遍也念不了，那念 1 万遍应该是可以的。

如果让你看一些世间法的東西，或者做一些关于

贪嗔痴的事，可能你会很有信心和耐心。所以，有时候要给自己创造一个缘起。如果你认为这样共修没有必要，我也不会强迫，你继续去玩就好了，反正我们之间没有什么约束，对吧？

莲师祈祷文之上师瑜伽

麦彭仁波切·著

索达吉堪布·译讲

2015年5月28日

今天是藏历四月初十，一个吉祥殊胜的日子。莲花生大士曾亲口承诺：“在每个月的初十吉日，我会特意前往每一位具有信心的行者面前，赐予加持和悉地，遣除其修道过程中的一切违缘与障碍。”我在信仰莲师的环境中长大，所以对于莲师的这一承诺，始终深信不疑。

我们没有刻意安排，但在这个特殊的日子，为大

家开示的恰好是莲师的修法。这样的缘起很奇妙。我相信，现场的道友，包括我在内，以及海内外依靠网络听课的佛教徒与非佛教徒，一定与莲师有着不共的因缘。

西方和东南亚等许多国家的修行者，将莲师称为“古汝仁波切”，也就是“上师如意宝”。这一尊称的发源地，其实是藏地。藏地的人们，一直以来恭敬地称呼莲花生大士为“古汝仁波切”。后来，这一尊称漂洋过海，到了西方。如今，只要在西方国家提起“古汝仁波切”，无论是佛教徒还是非佛教徒，都知道指的就是莲花生大士。

对于莲花生大士的生平、发愿、所获得的殊胜成就，以及他弘法利生的伟大事业，也许有些人还不太了解，但无论了解或承认与否，莲花生大士的加持都无处不在。大家今天之所以有因缘听受佛法，其实与莲花生大士的加持密不可分。学习藏传佛教需要一

种因缘，而这样的因缘，最早就源自莲花生大士的加持。

1987年法王如意宝带领我们前往五台山时，学习藏传佛教的汉族人还很少，可谓寥若晨星。当时，法王说：“从五台山开始，如果汉地的各个寺院和道场，能够供奉莲花生大士的法像、念诵莲花生大士的咒语、猛厉祈祷莲花生大士，那么，佛法将会如日中天般地兴盛！”从那时的缘起开始，佛法逐渐兴盛，二十多年后，如今佛法在汉地的兴盛状况大家有目共睹。

如果没有莲花生大士和上师如意宝的加持，我们很多人还沉溺在轮回苦海中，不知基本的因果取舍，在轮回的悬崖边徘徊，整天追逐世间琐事，因为种种执著而疲惫、痛苦不堪，更糟糕的是，稍不小心就会坠入万劫不复的深渊。

大家现在能够遇到大乘佛法和大乘善知识，而且

还有皈依三宝、得受灌顶、听受窍诀等的机缘，的确十分幸运。相较于世间的发财致富、功成名就，闻思修大乘佛法的机缘更有意义。

今晚我们共聚一堂，听受莲师的修法，这样的机缘殊胜难得。这次聚会，虽然只有短短的一两个小时，但依靠三宝无形的力量与加持，也许可以改变许多人生生世世的命运轨迹。所以，我决定今晚为大家传授莲花生大士的修法仪轨。

莲师功德简介

首先，我讲一下莲花生大士的功德。莲花生大士是一位神奇的大成就者，也是彻底断除二障的大持明者，被人们共称为第二佛陀。佛陀在不同的经续中授记，当佛示现涅槃之后，莲花生大士将来到这个世界，大转无上殊胜的显密妙法轮。

起初，藏地雪域充斥着邪魔外道和鬼神妖魔，后来因为藏王赤松德赞的迎请，莲花生大士来到藏地，降伏了十二地神母为主的所有鬼神。他们在莲师面前承诺永远护持佛法，成为护法神。正是因为莲花生大士的存在，密法才得以在藏地、汉地乃至整个世界兴盛。假如莲花生大士当初没有来到藏地，也没有在藏地建造桑耶寺、埋藏伏藏教法，没有为二十五大弟子为主的有缘弟子广转法轮，藏地的青年才俊也没有去印度求取声明学等五明学处，那么，全世界的佛法不可能如此兴盛。

也许，很多人对莲师，甚至对观世音菩萨和释迦牟尼佛都不了解，对汉传佛教的祖师大德，像六祖惠能大师、智者大师等著名的大师和成就者更是知之甚少。这一方面是因为，很多人从小接受的教育，几乎不涉及佛法；另一方面，大部分人的生活也与佛教无关，很多人从小到大一直忙着世间八法，对宗教、祖师、教法和修行了解得很少很少，不像藏地的人们，

从小就在佛教的氛围中长大。

如果还不太了解，就不要妄下结论，更不要轻易诽谤。我以前讲禅宗法门时说过，可能有人对六祖惠能大师的生平存有质疑和偏见，但如果自己没有深入研究过，最好不要武断地下结论。如果要驳斥或批判，至少自己要精通这方面的内容，而且也需要找到你所驳斥内容的错误之处，这样，你才有资格驳斥。

有些人对莲师法门有极大信心，有的也许没有那么强烈的信心，但通过逐渐培养自己的智慧和信心，到一定的时候，你会认识心的本来面目，也就是密法大圆满里讲的光明、觉性。当这样的境界在你的心相续中现前时，你自然而然会对传承祖师们生起不退转的信心。我认识很多汉地的居士、大德，他们对传承上师们有着强烈的信心，也正是因为这样的信心，他们的觉受和开悟才得以现前。

因此，我始终认为，作为佛教徒，一定需要五部

大论为主的哲思、推理、辩论等理论的靠山；更重要的是，我们要相信感性的祈祷、三宝的垂念以及不可思议的加持。如果只是一个理论家，就像一些学校里的讲师那样，嘴上说得头头是道，但从来没有实际修行过，在遇到烦恼和痛苦时，就可能表现得和一般人一模一样，甚至比没有修行过的人更差劲。我今晚为大家开示的话题，其实与每一个人的信心与证悟有密切关系。

我这里为大家提供一些藏文的教证，看看藏地的前辈大德们是如何看待莲师的。

200 多年前，曾授记过法王如意宝的大成就者菩提金刚，在他的莲花生大士祈祷文中说：从共同乘的角度来说，释迦牟尼佛显现在此世界三转法轮；对不共密宗根基的众生来说，与佛陀无二无别的莲花生大士，同样显现在此世界大转法轮。

对密法有信心的人，尤其是学过《三休息》《四

心滴》《七宝藏》的道友应该知道，无垢光尊者在这些论典的末尾部分，经常说自己是邬金巴玛桑巴瓦（莲花生大士）所摄受加持的瑜伽士龙钦巴——像无垢光尊者那样的伟大祖师，也祈愿生生世世得到莲师的摄受。除了他以外，《功德藏》的作者持明晋美朗巴（智慧光尊者），也是从小就得到了莲花生大士的摄受与加持。

事实上，藏地所有的开悟者和传承上师都得到过莲花生大士的加持和摄受，而且有些本身就是莲师的化身。修行较好的人，大部分都在梦中或生活中得过莲师的加持——的确会有这方面的感应。从自身的角度来讲，若想得到莲师的加持与摄受，真诚恳切的祈祷非常关键。

一位伏藏大师在他的伏藏品中说，莲花生大士曾亲口说过，由于往昔发愿力的缘故，他会更加慈爱末法浊世的众生。所以，当我们末法时代的众生遇到种

种痛苦、困难与折磨时，一定要一心一意地祈祷莲花生大士。

个人而言，我从小就有祈祷莲师的习惯。小时候放牦牛，如果牦牛不幸走丢了，我会恳切地祈祷莲花生大士；在云雾中迷路时，我也会恳切地祈祷莲师。有时是直接祈祷，有时是念诵莲师心咒“嗡啊吽班匝儿格热巴玛色德吽……”

有的人问我：“我遇到了违缘、恐惧和不顺，我现在应该怎么办呐？”我很坚定地告诉他：“莲花生大士是三世诸佛的化身，对末法时代的苦难众生来说，他的慈悲与加持更为猛厉、迅速。所以，祈祷莲花生大士是最好的办法。”我也希望大家经常祈祷莲师。

格鲁派的土观大师，一位公认的大德，他曾经说过，藏传佛教中的阿底峡尊者、达波瓦尊者、宗喀巴大师都是莲花生大士的化身。不仅是土观大师，包括

第四世班禅在内的许多高僧大德也一致认为，藏传佛教中的萨迦派、噶举派、觉囊派、格鲁派等教派的教主，其实都是莲花生大士的化身，是莲师显现为各教各派的教主在弘扬佛法。这并不只是宁玛巴个别人的说法，而是各教各派公认的大德们以智慧眼照见、以无垢智慧抉择，之后以金刚语宣说的。

在这个末法时代，修行的违缘特别多，为了遣除违缘与障碍，最好的办法就是经常祈祷莲花生大士。在修行的过程中，没有违缘是不可能的，有些人虽然遇到了不少违缘，但由于经常祈祷莲师的缘故，修行最终圆满成功；而有些人，因为很少祈祷，或是祈祷时不用心、心不恳切的缘故，结果中途退失了道心。

我很小的时候，就经常祈祷自己能得到莲师的加持与摄受，而且不仅这一世，我发愿生生世世都得到邬金莲花生大士的慈悲摄受。我在梦中遇到恐怖的景象时，第一反应，就是祈祷莲师，希望得到莲师的加

持与救护。

祈祷莲师时，我们既可以念莲师心咒，也可以念七句祈祷文。我在讲《大圆满前行引导文》时，讲过麦彭仁波切的《七句祈祷文释·白莲花》。七句祈祷文不是莲师自己所造，也不是哪一位大德所写，它就像《一子续》一样，是三世诸佛金刚语的自现。我们在祈祷莲师时，若能像孩子呼唤慈悲的母亲那样，以美妙动听的声音念诵七句祈祷文，那么，莲花生大士必定会来到我们面前，赐予身语意的加持与悉地。

第五世观音上师在其莲花生大士的祈祷文中说：任何人，只要见到莲师的身像，听到莲师心咒的声音，甚至仅仅忆念莲师，也决定会获得解脱。因此，我希望每个人都能随身佩戴莲师像。

前段时间，学院讲密法时，我让大家将“三不离”随身携带。在座的各位，不一定每个人都有资格佩戴“三不离”，但大部分人可以选择一位上师的

像和一位护法神的像戴在身上——上师的像就选莲师像。

其实，无论是藏传佛教还是汉传佛教，所有的祖师大德，包括你自己的根本上师，都可以观为莲花生大士。学过《大圆满前行引导文》的人都知道：上师瑜伽修的就是莲花生大士；修皈依时，皈依境主尊也是莲花生大士；修菩提心时，还是需要观想莲花生大士。大家可以思考，莲花生大士给我们每个人的相续，带来了怎样的加持和力量。

正是因为莲师的加持，佛法才能如此兴盛。如今，名相上的佛教徒很多，但真正像藏传佛教的高僧大德那样，极其勇猛、有力量，尤其是在弘法利生方面起到极大作用的人，如今这个世界上又有多少呢？

去年，我两次去美国，在十几所大学做了演讲，之后去了加拿大、德国、新西兰……几乎每所学校都会问：“藏传佛教对世界各地的加持为什么如此迅速？”

修学藏传佛教的人为什么那么多，而且越来越多？”他们很好奇。我个人认为，这并不是什么其他原因，而是现在本来就是莲花生大士的加持与事业展现于世间的一个时代。

当然，佛法的兴盛与大德们的威力和辩才分不开，但我发现，从古至今，每一位弘法利生特别成功的藏传佛教大德，其实都对莲师有着不共的信心，而且在修持莲师法门方面，也达到了一定的境界。所以，大家要对莲师不可思议的加持生起信心。

麦彭仁波切在《七句祈祷文释·白莲花》中说，莲花生大士曾经亲口承诺，在每个月的初十，他一定会来到每一位有缘者的面前，赐予加持与悉地。所以，我们应该经常祈祷莲花生大士，祈求莲师满足自己的所愿。

今天恰好是藏历初十，我们没有刻意安排，但确实有这样一个好的缘起，我也发自内心地祈愿，你们

每个人的相续，都能得到莲花生大士的加持。当我们的内心得到了莲师的加持，以后遇到任何事情，面对起来都会很容易，而且，自己的修行会很顺利，利益有情也不会有困难。如果自身苍白无力，自相续从未被加持的雨水滋润过，修行就很可能半途而废，甚至越来越倒退。

来学院开法会时，大家都很虔诚，可是一回到大城市，有的人就将转经轮丢在了 100 公尺以外的世界，水晶念珠扔到了东方的现喜刹土，然后继续沉溺在世间的琐事中。如果你的相续真正得到了莲师和诸佛菩萨强有力的加持，那么，你时时刻刻会想着修行，在任何环境中——即使身处监狱，你仍会坚定地修行。

在每个月的初十，藏地的所有道场几乎都会举行莲师会供。我翻译过一个莲师会供的仪轨。

念诵仪轨很重要，但更重要的，是按照仪轨的内

容随文入观。佛学水平较低的，会特别看重仪轨、仪式的表面形式，而水平较高的，才会重视闻思，重视仪轨里的内容和意义。不仅佛教里是这样，任何一个地方都是如此，比如说，农村一般不关心理论，却很重视仪式。水平达到一定高度时，不仅会重视仪式，对仪式的内容和意义，会更加重视。现在很多地方，对仪轨的念诵、放生、会供比较重视，当然，每个月举行一两次会供是可以的，我也为大家准备了一份莲师会供的仪轨。刚开始，你们可能会很认真，就像当初提倡大家念《诸佛菩萨名号集》时，学会这边特别积极，几乎每天都念诵诸佛菩萨的名号，可是现在，也许很多地方已经将这件事情置之脑后了。

还有一位大德是这样讲的：“仅是见到莲花生大士的身像，自相续中就能生起大乐智慧。”所以说，莲师像非常重要。我们有必要请莲花生大士的像供奉在佛堂和道场中，如果有条件，可以请大一点的莲师像。小的莲师像，大家可以戴在脖子上。（堪布将戴在脖

子上的莲师像展示给大家看)

如果想要遣除违缘，最好佩戴莲师像，哪怕只是莲师像的小卡片，也最好随身携带，这很重要。在这个末法时代，有各种各样的障碍，比如疾疫、非人的干扰，东北有大仙，印度有狂象，尼泊尔有老虎和狮子等猛兽。那位大德继续说道：“仅是忆念莲师，恐惧和痛苦都将消失。”莲花生大士的名号和心咒，其加持比闪电还要迅速。对浊世的众生来说，莲师是唯一的怙主，我们要坚定这样的信念。经常念诵莲师的祈祷文、传记和咒语的人，相续中非常容易现前大圆满的境界。你看，很多密法成就者们，都是依靠莲师加持而现见本性获得成就的。所以，只要我们对莲花生大士有不共的信心，那么，认识自心就会非常容易。

许多闭关者和修行人，会将莲花生大士的咒语和身相印成经旗，挂在门上或屋顶上，以遣除修道过程

中的违缘。包括藏地的牧民，也会将印有莲师咒语的经旗挂在帐篷顶上。自己的闭关房和修行场所最好有一些莲师的咒语，这样，自己的道心会稳固，修行也能圆满。

法王如意宝在一篇发愿文中说：“祈愿我与无边诸有情，世世具足暇满难得身，值遇莲师及其幻化身，或所加持具德善知识。”这句祈祷文有两层意思：一是，祈愿我和所有的众生，生生世世都能获得暇满人身——如果没有得到人身，也就没办法遇到大乘佛法；第二层意思，祈愿我和所有的众生，生生世世都能得到莲花生大士的化身，或是莲花生大士所加持的善知识的摄受。

虽然显宗和密宗是圆融无违的，但从加持层面来讲，密宗的上师在咒力等法力方面，的确有殊胜的力量。仅这一点而言，大家选择藏传佛教和莲师法门也大有必要。

麦彭仁波切在另一篇发愿文中说：诸佛总集身，化现莲花生，愿我世世中，成莲师使者，弘法利群生。也就是说，莲花生大士是十方三世诸佛总集的化现，祈愿我生生世世都能成为莲师弘法利生的使者，成办莲师的事业，弘扬与兴盛莲师的教法。

根本的修法，终生的依靠

今晚的机缘非常难得，我刚才说过，许多人的命运很可能因为这次短暂的聚会而改变。我自己也觉得，今晚这一个多小时的讲座，与一般的讲座完全不同。我之前在学校和企业也做过演讲，讲的是适合他们的法门，而今晚听课的人里面，80%以上都是佛教徒。我们既然身为佛教徒，就要有一种内在的力量。

个人而言，我对许多知识都很感兴趣，比如生物、物理、化学，等等，这些我仍在不断地学习。虽然在学，但我知道，这些对我来说不是最重要的，我

不依靠这些知识来获得解脱与成就。我内心深处最重视的，还是莲师修法、大圆满等最深奥的修行法门。这是我本人的态度。

世界上所有的知识都有必要去了解。同时，也要接纳、包容各种不同的宗教和教派，各教各派都应该互相尊重、和睦相处。这是我们应有的态度，也是当今时代不可或缺的原则。但更重要的是，我们每个人要有自己内在的修行，要有一位根本上师和终生修持的本尊，不要变来变去。

佛教里面有一些“跑跑居士”，每天背着一个特别大的包，今天包车去那里，明天包车来这里，目的不是听法也不是学法，而是到处做供养，最后供品供完了，钱花完了，精力也耗完了，然后跟金刚道友一直吵架、吵架、吵架……回去之后再找人借钱，然后又开始“云游四方”，一边吵架，一边供养，反正就是不好好学法。像这样的少数居士还是很可怜的，没

有真正的修行。

我们求到一个法以后，比如莲师的上师瑜伽修法仪轨，刚开始应该念修 10 万遍或以上，尽量多修一些。这就像两个人刚开始认识的时候，互相之间要经常请客吃饭，这样才能结下很好的友谊。之后，你需要对方帮忙时，直接提出来就可以了。同样，无论修哪一位上师或本尊，刚开始要多修一些，如果有时间，最好修 10 万遍以上，至少也是 1 万遍。修加行的上师瑜伽时，本来要求念诵 1000 万遍的莲花生大士心咒，但很多人都没有做到。我当时说，最好念 1000 万遍，中等念 100 万遍，至少也要念 10 万遍——这每个人都能做到。以这样的方式修行，可以得到莲师的加持和摄受，之后每天修莲师法门时，就能很快相应。

有些人该依止的法不依止，却到处去拜见上师。其实，很多佛教徒连辨别的能力都不具足，他们胸前挂的不是佛像，全是各种上师的像。当然，如果你有

信心也可以，因为从理论上讲，所有上师都是诸佛菩萨的化现。但有些所谓的“上师”，不说是诸佛菩萨的化现，甚至连世间的高尚人格都没有。所以，大家最好佩戴莲师像或释迦牟尼佛像，这样比较保险。

之前我严格制止任何人挂我的像，而且我也非常讨厌别人挂我的像。为什么呢？因为崇拜凡夫人不一定能给你带来利益。你这段时间特别喜欢一位上师，特别爱这位上师，对这位上师的印象特别好，所以将他的像挂在脖子上。可是两三天后，你跟他吵了一架，然后将原来挂在脖子上的像扯下来扔进厕所里。这有什么必要呢？我希望大家最好佩戴莲师像、释迦牟尼佛像和法王如意宝的像。佩戴这些诸佛菩萨的像章是我非常赞叹的，也是我发自内心的建议。

修法仪轨讲解

接下来，我为大家念一下麦彭仁波切的《与七句

祈祷文相属之上师瑜伽·降加持雨》的传承，并简单讲解。

། ཨུཾ

阿

阿

རང་ལྷས་ཐ་མལ་གནས་པའི་མདུན་མཁའ་བླ།།

让利塔玛内波敦夸热

自身平庸而住前虚空

ཨ་ཁུན་དྲི་མེད་རྣ་ན་གོ་གའི་མཚོ།།

哦坚哲美达那果西措

邬金无垢达那够夏海

གཏིང་ཟབ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྗན་ཆུས་གང་བའི།།

当萨验拉嘉丹齐刚卫

甚深盈满具八功德水

དབུས་སུ་རིན་ཆེན་པད་ལྗང་འདབ་ཆུས་སྟེང་།།

卫色仁钦巴东达吉当

中央珍宝茎瓣圆莲上

སྒྲུབས་གནས་ཀྱན་འདུས་ཨ་ཁུན་དྲི་མེ་འཆང་།།

嘉内根第哦坚多杰强

依处总集邬金金刚持

མཚན་དངེའི་དབལ་འབར་མཚོ་རྒྱལ་ཡུམ་དང་འབྲིལ།

灿慧华巴措嘉印当彻

相好灿然拥抱措嘉母

首先，我们观想自己的身体为平庸的身体，也就是说，保持原来的形象不变，自己是什么样子就观想什么样子。之后，在自己前方的虚空中，观想一片具八功德水的大海⁸。在这片大海的中央，生长着一支珍宝莲茎的八瓣莲花，其上安住着三世诸佛的总集——邬金金刚持莲花生大士，相好庄严，万德圆满。如果密法基础不错，就观想莲师和益西措嘉空行母的双运像，就像皈依境里的形象那样；如果还没有达到一定的境界，对密法空乐无二的智慧还不太理解，仍有男女庸俗分别念的话，那就观想莲花生大士的单身像，比如五台山的那尊莲师像，或其他形象的莲师单身像。

8 邬金地方清净无垢的达那够夏海，是莲师降生的地方，在现在的阿富汗境内。

ཕུག་གཡས་དོ་ཐེ་གཡོན་པས་བོད་བུམ་བལྟམས། །

香耶多杰云贝托温南

右手金刚左持颅器瓶

དར་དང་རིན་ཆེན་རུས་པའི་རྒྱན་གྱིས་མཛེས། །

达当仁钦瑞波坚吉贼

绫罗珍宝骨饰作庄严

འོད་ལཱའི་གློང་ན་བདེ་ཆེན་གཟི་བྱིན་འབར། །

沃诶隆那得钦色辛巴

五光界内大乐威光灿

འཁོར་དུ་ཅ་གསུམ་རྒྱ་མཚོ་སྤྱིན་ལྟར་གཏོབས། །

括德匝森嘉措珍达德

眷属三根本海如云集

བྱིན་རྒྱབས་བྱུགས་ཐེའི་ཆར་འབེབས་བདག་ལ་གཟིགས། །

辛拉特吉恰贝达拉色

加持大悲雨降观照我

莲花生大士右手持着金刚杵，左手托着颅器瓶，身体由璎珞、珍宝、骨饰等庄严，在璀璨绚烂的五光界内，庄严地安住着。莲花生大士周围，环绕着无量无边的眷属，他们就像大雪纷飞般遍布整个虚空。莲师以及三根本海会众，始终慈悲地关照着我們，持续

不断地降下加持与大悲的甘露雨。

接下来是七支供：

ཐུལ་ཀུན་ངོ་བོ་འཆི་མེད་ཡེ་ཤེས་སྤྱད།།

嘉根哦沃切美耶西格

诸佛本体无死智慧身

གཏུང་བྱུགས་དྲག་པོས་དད་ཕྱག་རྟག་རྒྱ་འཇལ།།

东秀扎布达香达德擦

深怀强烈信心恒顶礼

首先是顶礼，我们以虔诚、恳切、强烈的信心祈祷：莲花生大士，您是三世诸佛的智慧本体，我怀着强烈的信心向您顶礼。

ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས་གསུམ་དགེ་བའི་ཚྭགས།།

利当隆秀第森给卫措

身及受用三时之善资

ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྱིན་རྒྱ་དམིགས་ནས་འབུལ།།

根桑秋波珍德么内波

观想普贤供云而供养

其次是供养，将自己的身体、三世的受用和善

根，以普贤云供的方式供养莲花生大士。

ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྒྲིག་ལྷུང་མ་ལྟས་བཤགས། །

托美内萨德东玛利夏

无始所积堕罪无余忏

然后是忏悔，我们在莲师和无量诸佛菩萨面前，
忏悔自己无始以来所造的一切罪业。

སྤྲས་བཅས་ཀྱལ་བ་ཀླན་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི། །

贼具嘉瓦根杰云丹杰

一切佛子如来之功德

བྱབ་བདག་གཅིག་སྤུ་མགོན་པོའི་རྣམ་ཐར་ལ། །

恰达杰波袞布南塔拉

唯一遍主怙主之事迹

སྒྲིང་ནས་ཡི་རང་དད་པས་གསོལ་འདེབས་གིང་། །

酿内耶让达贝索得香

诚心随喜虔信而祈祷

之后是随喜，我们诚心诚意地随喜一切诸佛菩
萨，尤其是唯一怙主莲花生大士示现种种身相、以不
同方式度化无量众生的如海功德。

ཟབ་ཀྱས་ཚས་ཀྱི་ཆར་ཆེན་འབེབས་པར་བསྐྱལ། །

萨吉秋杰恰钦贝巴格

劝请降下深广大法雨

接着，我们劝请莲花生大士为主的十方诸佛菩萨
长久住世、常转法轮，摄受自他一切众生。

རང་གཞན་དགེ་བའི་དངོས་པོ་ཀུན་བསྐྱེམས་ནས། །

让验给卫悟波根敦内

总集自他一切善事已

འགྲོ་ཁམས་ཀྱི་མཚོ་རི་བྱིད་གནས་ཀྱི་བར། །

卓康嘉措杰哲内杰瓦

乃至众生界海存在间

མགོན་པོ་བྱིད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་རྗེས་བསྐྱེགས་ཏེ། །

袞波切杰南塔吉尼得

追随怙主汝尊之足迹

མཁའ་ཁྱབ་འགྲོ་བ་འདྲན་པའི་དོན་དུ་བསྐྱེ། །

夸恰卓瓦珍波敦德哦

为导天下众生而回向

最后回向善根。将自他所做的一切善根，乃至众
生界存在期间，生生世世追随怙主莲师您的足迹，为
了利益天下无边的众生，而普皆回向。

སྐྱབས་གནས་ཀྱན་འདུས་མཁུན་བརྩེའི་གཏེར་ཆེན་པོ།

嘉内根第钦贼得钦波

皈处总集智悲大宝藏

དུས་ངན་སྒྲིགས་མའི་སྐྱབས་གཅིག་རིན་པོ་ཆེ།

第安涅美嘉杰仁波切

浊世唯一怙主如意宝

ལྷ་བདོའི་རྒྱད་པས་མནར་བཞིན་གདུང་བྱགས་ཀྱིས།

阿度格贝那印东秀吉

五浊猖獗衰败逼迫时

གསོལ་འདེབས་བྱ་ལ་བརྩེ་བས་ཐུར་དུ་གཟིགས།

索得沃拉贼卫涅德色

猛厉祈祷速慈垂念我

དགོངས་པའི་རྒྱུང་ནས་བྱགས་རྗེའི་ཅལ་ཐུང་ལ།

贡波隆内特吉匝雄拉

密意界中发出大悲力

མོས་ལྡན་བདག་གི་སྙིང་ལ་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས།

木丹达格酿拉辛吉洛

加持具有信解我心田

རྟགས་དང་མཚན་མ་ཐུར་དུ་བསྐྱན་པ་དང་།

达当灿玛涅德丹巴当

迅疾显示验相及感应

མཆོག་དང་བྱམ་མོང་དངོས་གྲུབ་སྤུ་གསོལ།

巧当吞蒙悟哲匝德索

祈赐殊胜共同诸悉地

修上师瑜伽时，一定要怀着强烈的信心随文入观。

接下来，我们祈祷莲师：三世诸佛智慧和大悲的总集——莲花生大士，您是浊世唯一的怙主如意宝。在如今这个五浊猖獗的末法时代，各种违缘张牙舞爪，此时此刻，请您一定要慈悲垂念我！祈求您在智慧的密意界中起现大悲的力量，加持我的心，让我迅速获得验相和感应，当下就赐予我共同与不共的悉地！

这是莲师上师瑜伽的前半部分内容。首先是观想，然后是七支供，接着要猛烈地祈请莲花生大士：

“莲师，请您一定要加持我！”有时候，我们对上师和道友，该说的话要说，说得比较不错的人，经常如愿以偿。学院原来有一位索顿管家，他当了好多年上

师如意宝的侍者。他有一次说：“在上师面前，该要的东西，自己要主动去要。如果你自己不要，上师是不会给的。”所以，我们在上师面前，该祈祷的一定要祈祷，而且要很清楚地祈祷。如果不向诸佛菩萨祈祷，也就很难得到悉地。有些厉害的人，祈祷的时候也特别猛厉，以此缘故，诸佛菩萨对他的加持会特别迅速。显现上，这和世间的规律相似。

ཞེས་བྱས་ལ་ཚིག་བདུན་གསལ་འདེབས་ཅི་རྒྱས་སུ་འདོན།

尽力念诵七句祈祷文：

ཧྱཱུ།

吽

吽

ཨོ་རྒྱན་ཡུལ་གྱི་རྒྱབ་བྱང་མཚམས།

邬坚耶戒讷香灿

邬金西北隅

བད་མ་གེ་སར་སྒོང་པོ་ལ།

巴玛给萨东波拉

莲花蕊茎上

ཡ་མཚན་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན།

雅灿巧格欧哲尼

稀有成就尊

པད་མ་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་གྲགས།

巴玛炯内义色札

共称莲花生

འཁོར་དུ་མཁའ་འགྲོ་མང་པོས་བསྐྱར།

括德卡卓芒布果

空行众围绕

ཁྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བདག་བསྐྱབ་ཀྱིས།

且杰吉色达哲杰

我随汝修行

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་སྤྱོད་གཤེགས་སུ་གསོལ།

辛吉洛协夏色索

祈临赐加持

॥ श्रीगणेशाय नमः ॥

格热巴玛色德吽

格热巴玛色德吽

མོས་གྲུས་ཀྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་བས་ལྷ་མ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་སྦྱོར་མཚམས་དང་བྱགས་
ཀ་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་རྣམས་ལ་ཐག་ལྷུང་བརྒྱུད་ནས་རང་གི་ལྷིང་གར་ཐིམ་
བས་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱིས་བརྒྱབས་པར་བསམ། བརྒྱ་གྲུ་ཅུ་ཅི་རིགས་བཟུ།

木給 吉 索瓦 达贝喇嘛雅耶戒 友灿 当特嘎 内益西

戒哦色那昂瓦塔达 香 内 让革酿嘎特 毕杰 辛 吉 拉
白 萨

以敬信心祈祷，观想上师佛父佛母双运处及心间发出
智慧五光如线延伸般融入自己的心间，加持相续。

ཨོཾ་ཨུཾ་ཧུཾ་བཛ་གུ་ཅ་པ་བླ་མ་གླིང་ཧུཾ་།

尽可能念诵：嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽

念完七句祈祷文之后，再观想，莲师与益西措嘉
空行母的双运处和心间发出五色智慧光，如线延伸般
融入自己的心间，加持心相续。同时，多念莲花生大
士的心咒。

བླ་མ་འི་གནས་གསུམ་ཡི་གེ་འབྲུ་གསུམ་ལས།།

喇密内色耶给哲色累

由从上师三处三字中

འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་བྱུང་ནས་སུ།།

哦色嘎麦汤色炯内色

放出白红蓝色三种光

རང་གི་གནས་གསུམ་ཐིམ་པས་སྒྲོ་གསུམ་གྱི།

让各内色特贝够色戒

融自三处三门障碍净

སྒྲིབ་བྱང་སྒྲུ་གསུང་བྱགས་ཀྱི་དོ་རྗེར་གྱུར།

哲香革颂特戒多吉杰

成为身语意之三金刚

མཐར་ནི་སྒྲ་མ་འཁོར་བཅས་འོད་དུ་བྱུ།

塔纳喇嘛库吉哦德叶

最终上师眷属化为光

དཀར་དམར་ཐིག་ལེ་རྩྱི་གིས་མཚན་པ་བྱ།

嘎麦特累吽给灿巴热

红白明点以吽作严饰

རང་གི་སྒྲིང་གར་ཐིམ་པས་སྒྲ་མའི་བྱགས།

让各酿嘎特贝喇密特

融己心间师意与自心

རང་སེམས་དབྱེར་མེད་ལྷན་སྒྲུས་ཚས་སྒྲུར་གནས།

让森益美酣吉秋革内

无二安住俱生法身中

ཨ་ཨུཾ་ཞེས་བརྗོད་ལ་ཡེ་ནས་བཅོས་བསྐྱར་སྒྲང་སྒྲང་ལས་འདས་པ་རང་གི་

སེམས་ཉིད་གདོད་མའི་ཚས་སྒྲུ་ཆེན་པོའི་རང་ཞལ་བལྟ་ཞིང་སྒྲར་ཡང་སྒྲུ་མ་ལྟ་

བུའི་སྒྲང་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་རང་བཞིན་དུ་བལྟས་ལ་དགེ་བ་བསྔོ་ཞིང་གིས་

བརྗོད་པས་བདེ་ལེགས་སུ་བྱའོ།།

念诵“阿阿”，观本来超越改造、转变、取舍自之心性原本大法身的本来面目，复观一切如幻的显现为上师之自性。并回向善根，诵吉祥文。

念完莲师心咒之后，紧接着观想，莲花生大士的眉间、喉间、心间三处发出白、红、蓝三种光，融入自己的眉间、喉间和心间，净除身语意的一切罪障，获得莲师身语意的加持，成为身语意三金刚。

最后，莲师及其眷属化光，变成以藏文“吽”字形象严饰的红白明点，融入自己的心间，自己的心与莲师的智慧成为无二无别，在这样的法身、空性中安住，念诵“阿、阿、阿”，然后安住于超越改造、取舍之心的本来面目中。

出定后，将一切现象观成莲花生大士的身相，见到任何人，都认定为莲师的化现；听到任何声音，

都认定为莲花生大士咒语的妙音游舞；生起任何分别念，都认定为莲师无漏智慧的游舞。通常而言，在生起次第的座间、后得位，都会如此观修。

这其实是一个非常深的密宗修法，这次得过金刚萨埵灌顶的人可以修，但网络上有很多人还没有得过灌顶，我今天公开传了这么多，可能也需要忏悔。最近正好在开金刚萨埵法会，本来就在念金刚萨埵心咒忏悔，等会儿下课后，我还要不断地忏悔。

成功的修行人

以上是莲花生大士上师瑜伽修法的全部内容。这个修法非常重要，如果你的课诵不多，我特别希望你们每个人将这个修法放在自己的课诵集中，每天修一遍。如果实在做不到每天修，尽量每周或每个月修一遍。

我今天一边感冒咳嗽，一边辛辛苦苦地为你们传这个法，目的是什么呢？就是希望你们每个人都真正得到莲花生大士的加持。如果得到了莲师的加持，以后的修行不会那么费劲、不会那么痛苦、不会那么不顺。在末法时代，如果没有莲师的加持，自己一个人势单力薄，修行很难圆满。

因此，希望你们能发愿——我这里不做特殊要求，大家自己发愿。你们对我做法供养的话，也应该发一个愿，比如发愿：“我每个月至少修一次莲师的上师瑜伽。”我刚才给大家念，不到5分钟就念完了，每天抽5分钟修莲师的上师瑜伽，这个时间谁都有；每周不可能连5分钟的时间都抽不出来；每个月修一次的时间都抽不出来更不可能。我们不是没有时间，而是将大部分时间都浪费在了散乱上。所以，修还是不修，你们自己决定。

修学佛法，并不是听一听就可以了，听了法就

要修，而且要长期坚持。比如说，你在 20 岁时遇到了这个莲师法门，到了四五十岁时，你还在修同样的法门，这说明你是成功的修行人。法门经常换来换去的，是不成功的修行人。

有时候，我觉得自己在这方面比较稳重。前段时间，我翻了翻出家前的笔记本和课诵集，发现我当初念的课诵，现在也在念，这 30 年来没有大的变化。包括莲师的有些传记，我原来在学校给很多同学分享过，现在仍然在念。

我今天用一个小时为大家传了这个法，希望你们以后用一辈子来修持。若能如此，那么我传法、你们听法是有意义的。如果我传完了以后，你再也不修，那我也只是给你种了一个善根而已。

这个修法，理论上没有什么不好懂的，我今天不是在讲因明，也不是在讲辩论，而是在讲修行——莲花生大士的修法，而不是讲如何研究莲花生大士或

益西措嘉空行母。哥伦比亚大学有一个教授说他研究了很多年莲花生大士的传记，但我们今晚不是研究莲师，而是要修莲师——修持莲师的慈悲、智慧和力量。我衷心希望你们每个人的修行都能圆满。

在修行的途中，我们也许会遇到一些困难，但就像法王如意宝经常引用的一则教证里说的那样：“五浊黑暗越深之时，莲师加持之月越明。”当末法时代的黑暗越来越深重时，莲花生大士的加持，就如明月一般，越来越明亮，瞬间就能遣除一切违缘。

格玛旺波·丹增诺吾在《赞戒论》中也说：“猛厉祈祷上师莲花生，决定不为违缘所转变。”只要猛厉祈祷莲花生大士，就一定不会被违缘所转变。这则教证，法王如意宝在课堂上引用过无数次。我们每个在上师如意宝面前得过法的人，对莲师的信心都极其坚定。

法王如意宝已经圆寂了，我们虽然不敢当他的接

班人，但毕竟聆听过他的法音，所以我也有资格给大家分享上师如意宝曾经的开示。我的上师曾经是这样讲的，我这一生也是按照上师的教言行持的。未来还能在这个世间住留多少时日，谁也不知道，但我现在还在的时候，也可以作为中间人，为你们传递这样的讯息。

ཞེས་པའང་ཐམས་ཅད་འདུལ་ཅེས་པའི་གྲོ་བཞིན་ཟླ་བའི་ཡར་ཚེས་བརྒྱད་ལ།
རབས་ཐམས་ཅད་དུ་གྱུ་བྱ་བ་སྒྲུབ་པའི་བྱན་དུ་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་མི་ལམ་རྣམ་པར་
བྱུང་བའི་ཡིད་གྱི་མཆོ་ལས་བྱུང་བ་དགེའོ།།མཛུ་ལྟོ།།

此文，也是于丁亥年（即火猪年）七月初八，发愿生生
世世做莲师奴仆麦彭南白嘉瓦意海中浮现。善哉！增
吉祥！

不变的承诺，永恒的心意

在最后的小字部分，麦彭仁波切是这样说的：

“发愿生生世世做莲师奴仆的麦彭南白嘉瓦意海中浮

现。”像麦彭仁波切这么了不起的大菩萨，都发愿生生世世当莲花生大士的弟子和仆人，我们也随同麦彭仁波切一起发愿：生生世世当莲花生大士的传承弟子。以后不能变啊！

承诺容易，行动难。既然大家都举手发了愿，那么以后就应该时时祈祷莲师，尽心尽力地护持和弘扬莲师的教法，尤其是每天要念修莲师的这个上师瑜伽。

我经常想，真正懂得莲师甚深密意的人，可能少之又少。以前老子说过：“吾言甚易知，甚易行。天下莫能知，莫能行。”他说，《道德经》大概五千多字，从表面上来看，他的话语很容易理解，也很容易实行，但实际上，天下人里面，没有多少真正懂得的，更难得有人能真正行持。

同样，也许很多人会说：“我懂得莲师的心意！”但实际上，从整个世界范围来看，真正领悟了

莲师身语意及其智慧的人，可能并不多。即使精通世间的所有知识，对五部大论了如指掌，也不一定懂得莲师的密意。那么，如何才能领悟莲师的密意呢？应该怀着信心，时时祈祷。当你通过祈祷莲师，与莲师相应，从而认识了自心的本来面目时，一定会对莲师为主的传承上师生起不共的信心。

今天因缘殊胜，希望今天的这个开示，能让汉地乃至全世界的众生，对莲师生起无比的信心！信心非常重要，大家应该发愿修这个法门。

法王如意宝之前讲《释迦牟尼佛广传·白莲花论》时，常常会因为释迦牟尼佛因地的菩萨行而感动得声泪俱下。我们当时也大受鼓舞，所以每个人都发愿每天念修释迦牟尼佛的仪轨。直到现在，我每天仍在坚持念修。后来，我将《释迦牟尼佛广传·白莲花论》译成了汉文，并将世尊修法仪轨放在了《喇荣课诵集》中，每天课前念诵。

希望你们每个人都能重视我今晚的开示，一旦我离开这个世间的时候，你们就要这样想：“我一定要将莲师的这个法门当作自己的精神支柱与依靠处。”其实，传承上师们的加持，全都融入莲师的加持中。通过修持这个法门，你能得到莲师的加持，得到所有传承上师们的加持。他们的加持，超越了时间与空间。无论中间隔了多少座山、多少条河，也无论中间相距多长时间，丝毫也无法阻碍你得到他们的加持。比如说，有些上师虽然已经圆寂了，但我们依靠修持莲师法门、祈祷莲师，也完全可以得到上师的加持。而且，莲师的加持是不可思议的。

最近学院正在接国电。国家电网的力量很强，国电进来后，就不需要依靠周边的小电站来发电了。那天，四川省电力公司给我介绍国电的时候，我一直在想，这就是莲花生大士的加持，莲师的力量确实与众不同。

我毕竟研究、修行了这么多年，所以在这方面，多多少少有一些经验。所以，如果你希望自己修行圆满，能利益无量无边的众生，那么，最好将这个修法当作终生的法门来修持。我非常希望，再过10年、20年，你还是一直在修持这个法门，若能如此，想必你的相续中一定会有很好的修行境界。

莲师多吉卓罗修法讲解

莲花生大士·伏藏

法王晋美彭措·取藏

索达吉堪布·译讲

第 1 课

2019 年 3 月 19 日

这节课是今年课程的开始，按照上师如意宝晋美彭措的言教，每年的第一节课要传讲《胜利道歌》，或是念诵《胜利道歌》的传承，作为修行圆满、遣除一切障碍、获得闻法和传法胜利的缘起。所以我先念

一遍《胜利道歌》的传承。

（堪布念《胜利道歌》的藏文传承）

今天准备给大家讲一个莲花生大士的修法。这个莲师身坛城的略修法，是法王如意宝 1990 年 9 月 12 日在不丹的虎穴（巴卓达仓）开取的伏藏法门。

今天的听众里面，有些对密法有信心，有些只是对密法感到好奇，不一定有真实的信心，因此，这个修法我准备分两个阶段来讲解。首先为大家介绍一下这个莲师忿怒修法的来历、修持忿怒法门的必要性，以及忿怒修法对个人的生活、工作和人生的益处等道理。

与南传和汉传佛教不同，藏传佛教中有很多伏藏法门、修法仪轨，以及理论的解说和窍诀引导，等等。如果对其中的意义不太了解，可能会觉得多此一举，或者认为仅此而已；如果真正感受过其中的甚深

意义，对窍诀的殊胜性有一定体会的话，那么“如人饮水，冷暖自知”，不用很多的解释或描述，也自然会明白其中的道理。

让法义沁润你的生命

我始终认为，佛教徒可以分为两种：一种根基不错，遇到佛法后，无论哪个教派的传承和修法，都能很快接受；还有一种，虽然早已皈依佛门，在佛教团体里待了很长时间，而且也得到了一些密宗法要，可是自相续依旧如故，佛法并没有融入相续——法是法，人是人，二者之间相距甚远，有时表现得好像和从未听受过殊胜教法的人一模一样，甚至变得越来越糟糕。

我看到身边的有些人，包括我自己在内，在进入佛门之前，确实可以用刚强难化来形容，可是在皈依了佛法僧三宝、开始闻思修行之后，很快就有了脱胎

换骨的改变，可以说，前后判若两人；有的虽然有一点进步，但非常缓慢；有的在一段时间内还不错，可就像一个顽皮的孩子，只听话两三天，过段时间也许就成了“法油子”。

因此，我们无论修显宗的法还是密宗的法，最重要的，就是让所修的法真正融入自己的心相续。哪怕只是修一个仪轨或观想，比如《大圆满前行》中的“人身难得”，或是《入菩萨行论》中的一句偈颂，只要能真正融入自己的相续，心与法完全相应，那么，你所修的法其实已经成了世界上最难得的甘露妙药，你的今生来世乃至生生世世都会因此而受益。

否则，有些人虽然听了10年、20年，可是心相续始终没办法调伏，也很难与法相应，而且越听越没有感觉、越听越烦恼，最后也许会对上师和佛法生起各种邪见，甚至有堕落的可能。

所以，闻法的形式不是很重要，最重要的是让佛

法融入自己的相续。为了让法融入心，心与法相应，我们很有必要经常念诵一些祈祷文⁹，祈祷传承上师、本尊、空行和护法加持自己的相续。只要这样的心念很强烈，自相续一定会有非常大的改变。

我看到，有些出家僧人和在家居士，虽然只学了五年、六年或十年，对真正的修行人来讲，这个时间很短，但他的进步很快、改变很大，而且所修所行也完全如理如法。相比之下，有的人学的时间很长，也听了很多很多法，中观、密法，什么法都听了，法本加起来，可能需要一头大象或山羊才背得动——你自己背不动这些法本，只好牵来一只老山羊，然后将法本全堆在它的身上，山羊累得气喘吁吁，最后实在走不动了，只好躺在路边，“咩——”。法本是有很多，可你是否从中得到了利益呢？也许一点利益都没有得到，遇到对境时，性格还是和以前没学佛时一样，依

9 “祈祷加持我等心相续，祈祷加持内心趋正法，祈祷加持正法趋入道，祈祷加持修法无障碍，祈祷加持修行至究竟。”

旧生嗔心、发脾气，甚至比学佛前更可怕。个别知识分子没有学佛的时候，还不太懂道理，学佛懂得了一些道理之后，反而将这些道理拿来“以子之矛攻子之盾”。这真是很可怕的事情。

我在这里首先强调一下，无论是修显宗的法，还是密宗的法，关键不在于听法时间的长短或内容的多少，而在于让法融入心相续。有些人由于前世的根基和自身的福报等原因，虽然听的法不多，时间也不长，收获却非常大，而且自从听了法以后，所言所行始终如理如法。

我经常想，像上师如意宝晋美彭措那样的人，一般人确实没办法与之相提并论。法王在石渠只待了6年，在这6年的时间里，他一心一意依止上师托嘎如意宝，一丝不苟地依教奉行，最终完全得到了上师的密意。虽然上师如意宝求学的时间很短，只有6年，但这短短的6年却改变了他老人家的一生。所以说，

闻思修的关键在于让法融入心相续，只有如此才能真正改变自己。相续有了进步和改变，这样的闻法和修法，才有实际意义。

培养对莲师的信心

接下来，我给大家讲一下莲师的修法。为什么要给大家讲莲师的修法呢？因为在末法时代，莲师法门极为重要。一篇莲师祈祷文中说：全世界的众生，都是莲师所化，莲师度化众生的事业永无间断。也就是说，为了开显和弘扬密法，莲师曾经来到藏地，但实际上，莲师真正的发愿其实是度化整个世界的众生，莲师在全世界度化众生的事业，永远不会间断。诸佛菩萨利益众生的事业，本就不会间断，也不会有完结的时候，莲花生大士更是如此。

也许有人会问：“难道只要祈祷莲师，就一定能得到莲师的加持吗？”的确如此，只要我们对莲师和

密法有信心，就一定能得到莲师的加持，如同有清净水器的地方，月影就会映现其中一样。莲师的慈悲无有分别，对于不同民族、国家、肤色或宗教信仰的众生，都一视同仁。而且，莲师曾说：谁对我有信心，我就在谁的面前。佛陀在《华严经》中也强调过信心的重要性。因此，只要你对莲师有信心，莲师其实就在你身边。

信心很重要，由于各自的根基不同，俱生信心的对境也不一定相同，比如有些人对莲师很有信心，有些人对观世音菩萨很有信心，有些人对文殊菩萨很有信心……而信心也是可以逐渐生起的，不太了解某一位大成就者、祖师大德或佛菩萨时，你不一定有信心，了解了其功德后，也许会生起很大的信心。个人而言，我在深入学习汉传佛教之前，对六祖惠能大师没有太强烈的信心，只知道他肉身不坏，是一位了不起的禅宗和尚。在仔细阅读了《六祖坛经》和他的传记之后，才发自内心地对他生起不退转的信心。

同样，当你还不太了解与自己同时代的高僧大德时，也许觉得：“他是人，我也是人，他吃饭，我也吃饭，我们两个有什么差别？”当你真正依止了他之后，你会发现他相续中的智慧、悲心、戒律等很多方面与自己完全不同。那时，你自然而然会对他的功德生起敬畏之心。

所以，我们首先要对莲花生大士有一个全面、合理的了解。当然，这不是像传销那样，本来没有功德，非要说它有功德。若是假宝，我们也没必要大肆宣传；如果确实是货真价实的无价之宝，那么，我们了解其功德就大有必要。

个人而言，我从小就对莲师充满信心，这也许是由于家庭和环境的原因，但我觉得，这其实也与前世的因缘有关。在我很小的时候，宗教政策还没有开放，公共场所也找不到任何佛像，我就将找来的小石头和小骨器当作莲师像和释迦牟尼佛像，然后将鲜花

和泥土作为供品供养。很小，我就对莲师有着不共的信心。后来，在接触到莲师的教法、伏藏法和大圆满法时，我对莲师的信心愈加强烈，可以说真正生起了经得起理证和逻辑观察的不退转信。我也希望，每个人都能对莲师生起坚定不移的不退转信。

人云亦云的清净信，来得快，变得也快。有些人刚开始对某位上师很有信心，觉得他特别了不起，甚至称呼时，直接用“佛”来代替，根本不说“上师来了”，而是说“佛来了”；过了一段时间，就变成“菩萨来了”；再过一段时间，“阿罗汉来了”；然后“善知识来了”；最后成了“坏人来了”“魔来了”……这种感性的信心，刚开始很强烈，但最后也许不仅没有了信心，甚至认为他连一个有德行的人都不如，这就太“不可思议”了。所以，理智、理性的信心很重要。

莲师的修法很多，最重要的有“莲师八相”的

修法，以后方便时也很想给大家讲一下莲师的略传，其中就提到了莲师为调伏众生所示现的八种神变。这次，我们讲的是“莲师八相”之一——忿怒莲师卓吾罗的修法。

刚才讲了，要对莲师有信心。一般来讲，藏地对莲师有信心的人非常多，后来随上师如意宝去西方时，看到很多西方佛教徒也对莲师特别有信心。不只我一个人有这样的看法。前段时间，我听了一下第二世敦珠法王的音频。敦珠法王是1987年圆寂的，那个音频是1976年的一个录音。他说：“很高兴来到纽约，今天刚好是美国建国200周年的日子，缘起很好。”然后他讲了一些与修行有关的内容。

老修行人确实不一样，他讲的虽然不是当地的语言，但他的语言非常有加持力，具有不共的威力，给当地人的心灵带来了极大的震撼。他还提到，他特别喜欢那片土地，与其他地方不同，美国人对莲花生

大士更有信心。莲师本身不会有任何宗派的执著，末法时代的修行人，通过修持莲师法门能遣除各种违缘和障碍，所以他希望信众不断努力，时时祈祷莲花生大士。

我曾经看过第二世敦珠法王的传记，他在几岁时就苏醒了前世伏藏大师的种姓，有非常多的意伏藏，有些保密了大概 37 年后才开始弘扬。他的伏藏品中有许多忿怒莲师卓吾罗的修法。如今，东西方很多国家的修行人特别重视这个修法，而且他们的相续中，也确实得到了忿怒莲师强有力的加持。

末法时代，众生的分别念极其纷乱、复杂，外在的怨魔、厉鬼、鬼神十分猖狂，在邪恶的黑势力等负面力量极为强盛时，莲师的强大威力就像夜晚的月光，将会越来越明亮。

修法虽然有很多，但有些修法具有特殊的力量，尤其是莲师的不共法门，可以保护自身不被魔众攻

击，非常殊胜。在莲师的加持下，我们如同穿上了金刚铠甲一般，任何邪魔外道都无机可乘。

关于忿怒相

经常有人问：“佛教不是很慈悲的吗？为什么密法中会有獠牙毕露的忿怒金刚？看上去很可怕。”

一般人生嗔恨心、发脾气的时候，确实像发疯一样。有的演员，平时还不错，可是发起脾气来，五官全变形了，特别难看。诸佛菩萨的忿怒相并不是这样。学过《大幻化网续》和《文殊真实名经》等经续的道友应该知道，忿怒相是一种表法，是智慧与大悲结合的妙力和游舞，是一种庄严。有时候只有通过这种方式，才能降伏凶恶、粗暴、刚强难化的鬼神、夜叉和恶魔等众生。

在一般的情况下，修持寂静本尊可以成就戒定

慧等功德，也能遣除一些违缘，但在极其恶劣的环境中，魔众肆无忌惮，非常猖狂，甚至连寂静本尊也不一定能调伏，这时就需要修持忿怒本尊。当年静命尊者来到藏地弘扬佛法时，邪恶势力十分强大，最后只有迎请莲花生大士来藏地以忿怒的方式降伏魔众。

有些修法，以寂静相可以成就，但有时，仅凭寂静相不一定能降伏违缘。比如说：在东西方任何一个国家，温和慈悲的人通常是受到欢迎和赞叹的；但即使是再温和的人，为了成办某些事业，有时也会显现威猛的形象。

诸佛菩萨虽然会示现忿怒相，但永远不会伤害任何一个众生，连众生的一根毫毛孔也不会伤害；不仅不会伤害众生，反而有能力——依靠等持力和智慧力，将众生的相续和五蕴融入于法界，让众生实现彻底的离苦得乐。而且，大家一定要知道，忿怒法绝对不是以嗔恨心来修的。

有件事我记得很清楚，经常想起来。那时候，喇荣刚开始接收汉族修行人，有一个重庆人带着他的小女儿来了。他来了以后，要求法王给他传一个忿怒的修法。当时，这里几乎没有汉族人，所以他来了以后，法王很慈悲，给他传了忿怒莲师的咒语；我们也很重视，虽然那时我们自己也没多少吃的，但还是帮他们找了住处，经常给一些食物。

有一次，他跟我说：“我现在修得很不错了。”我问：“修得怎么样？”“我现在把忿怒相修得很成功了！”“你怎么修的？”“我每天想着我的对手，就是那个气功大师，天天想着粉碎他、摧毁他！”他边说边生起猛烈的嗔恨心……我跟他说：“你这种修法完全不对，忿怒法不是用嗔恨心来修的，你还是改一下，先修慈悲心吧。”

我后来悄悄告诉上师如意宝：“他好像修得不太对，不是我们忿怒本尊的修法，他目的是害一个

人。”从此以后，法王传忿怒法就比较少了，包括这个多吉卓罗的修法，也一直没让我们公开传授。可能某个人的行为或多或少有一些影响吧。

所以，我们在修法的过程中，千万不要想：“我现在要用忿怒莲师或金刚橛，对付所有和我关系不好的人，我要修这个法摧毁我的竞争对手，让他们垮掉，让伤害我家庭的人倒霉……”像这样以自相的贪嗔痴为基础来修法，完全不正确。不管是藏传佛教还是南传佛教，佛教中绝对没有一个以自相的贪嗔痴为基础的修法。任何法都绝不能以自相的烦恼来修，这一点大家一定要知道。

忿怒修法的非凡力量

同时，大家要明白，忿怒相虽然看起来很可怕，令人毛骨悚然，但实际上，忿怒修法确实有着非凡的力量，也能起到不可思议的作用。经常修持莲师法门

和忿怒本尊的人，一生的修行会很顺利，而且能圆满。相较而言，有些人因为没有修持这样的法门，结果经常遇到违缘，甚至连寿命和事业也出现了严重的障碍。

我几年前翻译过《一世敦珠法王自传》，里面讲到，某年一月初十的晚上，敦珠法王做了一个梦，梦见一位空行母跟他说：“你要告诉你的舅舅，让他修金刚橛法，如果不修，今年9月份他的寿命会出现大的障碍。”第二天早上起来后，敦珠法王就跑到舅舅那里，说：“舅舅，你今年有寿障，现在就要修金刚橛，不然会很危险。”敦珠法王当时还很小，才14岁。他的舅舅可能是一个难以调化的人，听到敦珠法王的话，很生气，一边说：“你这个小孩子懂啥啊！”一边打了他一巴掌，根本没把敦珠法王的话当回事。后来，他的舅舅确实死在了那年秋天出现的一场瘟疫中。

同年十月初三的夜晚，敦珠法王梦见一个僧人和一个妇女对他说：“我们要去一个美丽的地方，你和我们一起去吧！”敦珠法王答应了，正要启程，一位身色鲜红、骑着大鹏金翅鸟的人拦住敦珠法王，对他说：“你千万不要去，否则会有生命危险！而且，你一定要修持忿怒莲师卓吾罗，以此可以遣除你人生中的所有违缘。”敦珠法王按照他所说的观想并诵咒，那两个厉鬼当即逃之夭夭，敦珠法王也随即从梦中醒了过来。那位身色鲜红、骑着大鹏金翅鸟的人，其实是敦珠法王的护法神。如果敦珠法王当时没有按照他说的修持忿怒莲师，也许会被那场瘟疫夺去性命。

敦珠法王观修的忿怒莲师和上师如意宝的这个卓吾罗修法里的观想稍有不同。你们最好自己看一下敦珠法王的传记。我在翻译时觉得，修行人还是很需要修一些威猛的本尊保护自己，也保护别人。

最早的时候，个别女众道友很爱念“吽”字，虽

然不一定懂“吽”是什么意思，但经常“吽吽吽”。不懂也没关系，咒语的力量本来就不可思议。

我们确实有必要修持莲师的忿怒法。这个修法，从法王开取到现在，已经快三十年了，一直没有广传。我最近为什么传呢？因为我有一种无常感，觉得如果现在不传，以后不知道还有没有机会。

上师如意宝以前讲过，伏藏大师列绕朗巴（法王如意宝前世）的伏藏品中，有一个非常广的莲师多吉卓罗的修法，最后的一段小字部分说：在列绕朗巴时代，此伏藏法未能广弘，但到了第二世，也就是法王如意宝时代，莲师的密法会弘扬得极为广大，将从尼泊尔一直兴盛到汉地。

这个教证法王如意宝经常引用，我认为，现在也有这样一种因缘，所以我决定将法王的这个伏藏法传授给没有邪见又有信心的人。

法王取出这个伏藏时，当时在场的人有法王的妹妹阿里美珠空行母、门措上师、南珠堪布、不丹的吾智喇嘛、热巴喇嘛、索顿喇嘛，还有我，所以我有这个伏藏法的清净传承。

虎穴取藏

法王当时是怎么开取伏藏的呢？法王如意宝的传记中提过一些，《梦尘回忆录》里也有详细的描述。有人以为《梦尘回忆录》是我的自传，其实不是自传，是一段跟随上师朝圣的回忆。

1990年，法王带着我们去了尼泊尔、印度和不丹，后来从香港返回大陆，之后去了成都附近的几座寺庙，最后回到学院。前后总共六个月零三天，这期间的经历，我都一一记录了下来。那个破旧的日历和日记本以前给你们看过，我后来将里面的内容拼凑起来，写了一本回忆录，取名《梦尘回忆录》。其中就

有法王在不丹开取伏藏的详细经过。

我在这里大概地讲一下：当时，法王正在印度的南卓林佛学院传授《七句祈祷文释·白莲花》，预计讲三个多月。在传法期间，法王突然收到了不丹国王森格旺秋和皇太后阿禧格桑的邀请。之所以会受到邀请，一方面是因为顶果钦哲仁波切的推荐，另外，不丹当时正处于内外交困的时刻，内政和国际关系方面出现了许多危机。对此，有一个伏藏授记说：“如果法王能去不丹取伏藏，不丹的灾难便会烟消云散。”

受到邀请，法王和贝诺法王讨论后，决定缩减在南卓林的课程，抽出时间前往不丹。之后，法王带着我们从嘎拉嘎达（加尔各答）乘飞机前往不丹的巴卓达仓机场。到了不丹后，法王与国王以及顶果钦哲仁波切会晤。记得去虎穴巴卓达仓是在9月12日。这些我在《梦尘回忆录》里讲述得很清楚——上午去了哪里，下午去了哪里，在飞机上坐了多少个小时……30

年后再回过头来看，还是蛮有意思的。

虎穴在一座很高的山上，海拔 3000 米左右。当天去的时候，不丹王室专门为法王如意宝安排了一顶人力轿和数十名年轻有力的轿夫。

9 月的不丹，气候很舒适，山上的风景也很美，鲜花铺满山坡，森林里的柏树青翠高耸。有时候回想起那段经历，觉得特别美好。你们以后去不丹虎穴时，可以好好感受一下那段路程。

从山脚到虎穴，通常需要两个多小时，我们那天因为不赶时间，大概花了三四个小时才到达虎穴。

一般人朝山，可能会拿着相机这里拍一下、那里拍一下，但法王似乎安住在一种境界中，嘴唇一直在动，不知在念什么。

上山的路很难走，中途我们休息了好几次。虎穴位于陡峭的悬崖边，看上去有些危险，但到了以后，

会发现里面其实很宽敞。那里的每个山洞，都是莲花生大士亲自加持过的圣地。

莲花生大士在藏地的事业圆满后，准备前往罗刹洲之前，示现成就相降伏了不丹的鬼神和非人。为了整个世界的众生，莲师在那里埋藏了特别多的伏藏珍宝。许多莲师的祈祷文中都会提到巴卓达仓。巴卓达仓是一个极为重要的圣地。

我在给不丹做宣传，打旅游广告（众笑），可能你们很多人都想去不丹了。

那一路上，我很调皮，拿着相机到处拍照。不过我今年写《梦尘回忆录》的时候，还是很感谢我的那个破照相机，它当时拍下了很多珍贵的照片。

当时，法王坐在那个山洞门口，让我们暂时离开。我们只有在远一点的地方等着。因为一直没吃饭，我们其实有点饿。法王那边一直没动静，我们也

不敢过去。大概等了 20 分钟，听到法王咳嗽，我们才过去。法王让我们在那儿留一条哈达，特意开许我们拍照。我们觉得，那里应该就是法王取伏藏的地方。之后到了虎穴，还是不吃飯，先要去念经、发愿。

（众笑）

当天下午，法王让我把忿怒莲师的《身坛城略修法》立成文字。法王就像念经一样，速度很快，整部仪轨脱口而出。我按照法王所说，完整地写了下来。写完之后，法王恢复了平常的神态，看上去十分放松。

法王给我们念了传承，有没有灌顶我现在记得不是很清楚。之后，法王要求我们按照仪轨，念修“吽”字十万遍。那两天，大家基本上以禁语的方式念诵，很快就完成了。

我们在虎穴寺住了两晚。虎穴寺的管理非常严格，如果是旅游的人，下午必须离开，不可以在那里

住宿，那里也没有供游客住宿的地方，但因为我们是
不丹王室邀请的客人，所以为法王准备了一个单独的
房间，也给我们随行人员安排了住宿。

当年，法王如意宝前往不丹最主要的目的，就是
开取这个伏藏法门。列绕朗巴伏藏大师的多吉卓罗广
修法，光是念一遍就需要一天的时间，末法时代的众
生不一定有时间和精力修持。相较而言，法王的这个
忿怒莲师略修法，就非常适合当今这个时代。

在藏地，多吉卓罗的修法和祈祷文家喻户晓，几
乎人人都会修持。忿怒莲师多吉卓罗的法相，大家应
该都看过，但这个仪轨的忿怒相与其他的稍有不同。
多吉卓罗，“多吉”是金刚的意思，“卓罗”是力士
的意思；同时，“多吉”也有无法被摧毁的意思，“卓
罗”则表示已经获致最高的证悟境界。

浊恶时代的怙主

我刚才讲过，人生中的有些问题，如果无法以寂静的方式解决，就很需要使用忿怒的法门。如今，外器世界遭到了严重的破坏，地水火风等四大的灾难此起彼伏；有情众生的恐惧、分别念、忧郁、烦恼和痛苦也极其强烈。有些人的烦恼不是一般的强烈，一产生嗔恨心的时候，好像连卓吾罗也不一定能降伏，就算莲花生大士亲自来了，也可能有点困难。身边的人看到了都觉得：“啊？世界上怎么会有嗔恨心这么大的人哪？这个人真的太可怕了……”有些人产生嫉妒心和贪心时，旁边的人看了非常惊讶：“哇！世界上竟然有烦恼如此强烈的人啊！”除了这些烦恼以外，很多人经常有一种恐惧感……现在这个浊世，众生的烦恼、痛苦特别强烈，而且也变得特别快，与以往的时代完全不同。

21 世纪，不管是从外在的器世界来看，还是从

有情众生的内心来看，人类有史以来从来没有像今天这样变化极端。现在的人心，变得特别快，今天是好人，明天变成坏人；今天是有钱的富豪，明天就成了沦落街头的乞丐；今天是密不可分的朋友，明天就成了不共戴天的仇敌……人的心态是如此，人与人之间的关系是如此，包括经济、政治——世间的一切，都是如此，动辄就发生天翻地覆的变化。这就是 21 世纪的特点。身处这样一个不可信赖的时代，忿怒莲师这样的威猛本尊，是我们最值得依靠的怙主，而他的咒语，则是最珍贵、灵验的妙药。只要你有信心，就一定有作用。

如果有人觉得我在一本正经地胡说八道，那你不愿意接受也可以，我是在一本正经地讲述自己内心的想法，你这样认为我也没办法（众笑）。从个人的修行、信仰、人生等许多方面来讲，我的依靠处就是莲花生大士，我经常祈祷的，也是莲花生大士，“喇嘛钦”和“格热仁波切钦”可以说是我的口头禅。

其实我很喜欢西方的一些佛教徒，在学佛之前，他们本来就有自己的信仰，后来因为藏传佛教具德上师的加持，对莲花生大士生起了强烈的信心。希望大家也能有那样强烈坚定的信心。

在这个浊世，众生的烦恼非常粗猛，尤其是当各种黑暗邪恶的负面情绪纷至沓来时，唯一的办法就是祈祷诸佛菩萨。诸佛菩萨寂静相的修法，有时可能实在没办法调伏邪魔外道和自身的恶分别念。正如噶托度达的教言所说的那样：“五浊黑暗越深之时，莲师加持之月越明。”此时，唯有通过祈祷莲花生大士，才能迅速斩断自相续中杂乱无章的分别念，从而认识自心的本来面目——明空无二的觉性，这时，烦恼的乌云当下就会烟消云散。所以说，祈祷莲花生大士、修持莲师法门有不共的缘起，这样的缘起是不可思议的。

我今天给大家讲莲师法门，并不是因为莲花生大

士和我关系很好，所以我要帮他宣传，不是这样的。当然，我那次去不丹，的确有很大的收获：一是与紫玛护法神结上了不共的因缘——也许有人觉得我在说大妄语，其实不是，因为确实如此；另外就是得到了莲师的不共加持。我当时在虎穴哭了很长时间——不过现在很多居士也特别爱哭，看到谁都泪流满面。

我这样说，不一定很好，但不管怎么样，我确实是在上师如意宝面前得过近传的加持和传承，所以这次决定为大家传授这个忿怒莲师的修法。

本来明天没有课，但我观察了一下，这样直接传可能不太合适，所以具体的修法明天再讲。明天的课是密法，只有想进入密乘学习密法的人才能听；如果对密法和传讲者没有信心，也不想修学密法，最好不要听。后天讲法王的莲师祈祷文，谁都可以听。下周开始讲《善生经》，对世间人来说，这部经很重要，里面讲了许多人间佛教和生活佛教的道理。

每个人要有一种难得的心，这样的闻法机会非常稀有，不会每天都有，以后可能会有很多变化，不管是自身的烦恼、身体状况，还是大的世界形势，都有很多变化，大家要有无常感。

那么，今天为大家念了《胜利道歌》的传承，也给大家介绍了忿怒修法的意义，大家要知道，忿怒相并不是真的嗔恨烦恼，而是一种表法，是降伏烦恼的殊胜方便。此外，还讲了不丹的虎穴、莲师的故事。

第2课

2019年3月20日

今天的课程与以往的稍微有些不同。按理来讲，这个法应该灌了顶再传，灌顶的话，人太少了不行，太多了也不好，中间的分寸难以把握。我想了半天，还是觉得不方便，因为听课的人里面，不一定都对密法有信心。但如果这次不传，又有点可惜，所以我为大家念一下传承，也简单地讲一下这个修法。

这个忿怒莲师的修法，是法王如意宝在不丹虎穴开取的伏藏品，属于密法，这次以比较公开的方式为大家传授。像这样的略修法，有些上师传的时候不一定要求灌顶，甚至连大圆满的本来清净和任运自成的甚深法，他们也不要求灌顶，上来就开始讲。但按照

我们的传统，讲大圆满的修法时，一定要提前灌顶，如果讲引导法，除了要求灌顶外，还要求修完加行或是至少完成 50% 以上，这样的人才有资格听受。

次第勤修学

这几年，我每年都传了密法。听密法的人里面，没有修过加行的，我的记忆中没有。如果连加行都没修，却来听本来清淨的甚深法，那他可能和无垢光尊者和麦彭仁波切一样，根基非常“不错”。这样的人，我到目前为止还没找到，如果找到了也可以给大家公布。当然，麦彭仁波切、华智仁波切和吉美嘉维尼固（如来芽尊者），他们修了多少遍加行，阅读过他们传记的人应该清楚。

这次，我的这种做法对部分人来讲是有必要的。如果像有些上师那样，非常严格，没有得过灌顶、没有修完加行的人一律不可以听受，也许很多人这辈子

都没有机会听受。每个人的生命都是有限的，我在上师如意宝面前得过特别好的密法传承，如果这些一直不传，也有点可惜。我自己是发了很大的心，除此之外，没有其他目的。

有些上师传密法传得很广，尤其是西方的一些上师。一方面，他们在那样的群体中弘扬密法，特别了不起，但有些在次第上好像有一点差别——先讲本来清浄的直指法，然后慢慢下来，讲中观的空性，过一段时间，就开始讲简单的基础法和世间的人规。

总而言之，如果传授密法，尤其是本来清浄等甚深法门时，还是应该严格一点。这对听者来说也更有利，通过次第地修行，听受者最后一定会获得成就。即使这一世没有获得成就，但就像无垢光尊者在《胜乘宝藏论》里说的那样，无论男女老少，只要遇到了甚深的密法，得到了引导和窍诀，即使没有修行，也会依靠听闻的功德而迅速解脱。为什么呢？因为遇到

了心滴果法的缘故¹⁰。

有些人虽然遇到了密法，但因为工作、家庭和自己的烦恼等原因，还没来得及修法就得了癌症。最后要走的时候，不要说修法，连家里的事情都没处理完，死亡的军队已经来迎接了，所以也不得不放弃世间的一切说“拜拜”。虽然没来得及修，但无垢光尊者说得很清楚，我们因为听过甚深密法的缘故，仅凭听闻的功德，也一定会解脱。

有时候，密法也许会被别人诽谤，这是正常现象。许多甚深的法门，比如禅宗、净土宗，刚开始弘扬的时候，很多人不接受。包括在藏地佛法非常兴盛的时候，也有个别论师、法相师不承认大圆满，甚至对其进行攻击。汉传佛教历史上，也有这样的情况。所以，任何一个殊胜的教法出现于世时，都会遭到一部

10 《胜乘宝藏论》：“无论是男人、女人还是孩童，只要趋入殊胜极密之法，并获得引导和窍诀，即使没有通达其意，也因听闻之功德而必定迅速解脱。因为已值遇无上果法心滴之故。”

分人的攻击，但无论他们再怎么攻击，也绝不可能将其摧毁，只会让它的真理光芒更加璀璨明晰。所以，今天趁这个机会，也希望大家对密法有一个更好的认识。

我今天本来想给大家灌一个莲花生大士的威猛莲师或缘起除障法的顶，但考虑到种种原因，还是觉得不太方便。那么，我就从字面上简单地为大家讲解一下这个修法。对有信心的人，这个修法能赐予其传承的加持和悉地，对没有信心的人，会自然而然地隐藏其意——密法中有许多隐秘方法。

前行

在正式传授之前，我首先为大家做一个皈依和发心，然后用莲师七句祈祷文成熟相续，之后传授《莲师多吉卓罗修法·成就一切事业》。

在这个特殊的时代，传授佛法的方式可能也需要些许的改革——有些保守派的人可能会有意见，如果有意见的话，我在教理方面也可以提供一些建议。

我先给大家做皈依。有的人已经皈依很多年了，但真正发自内心、在任何环境下都绝不改变的皈依心有没有？大家自己观察。真正的皈依心是什么样的呢？即使遇到生命危险，也绝不舍弃佛法僧外三宝，以及上师、本尊、空行内三宝，这才是真正的皈依心。皈依是一切戒律的基础，有了真正的皈依心，才会逐渐获得善妙的功德。因此，以前没有皈依的人，现在要皈依佛法僧三宝；皈依过的人，要坚定皈依的心。身处这样一个世界，我们可能会遇到各种情况——有些人舍佛、有些人舍法、有些人舍僧、有些人舍本尊、有些人舍空行和护法，等等。因此，我们一定要坚定自己的皈依心——哪怕遇到再困难的情况，我也绝不舍弃三宝，乃至生生世世皈依三宝，永不退转。

我们按照麦彭仁波切《开显解脱道》里的偈颂来皈依。我用藏文念，你们跟着我一起念，以此方式受皈依戒，并在相续中生起坚定的皈依心。

（堪布带领大家念诵皈依偈）

接下来发大乘的菩提心，“我与一切众生本来就是佛，在认识到了这样的自性后，发起无上殊胜的菩提心。”在这样的心态中发菩提心，同样念三遍。

（堪布带领大家念诵发心偈，然后念诵莲师金刚七句祈祷文）

我先给大家念一下《莲师多吉卓罗修法·成就一切事业》的藏文传承……

按理来讲，修这个法最好得过莲花生大士忿怒修法的灌顶。已经修完加行、得过灌顶的人，可以按照我去年8月份给大家传授的威猛莲师的修法修行。如果没有得过莲师忿怒修法的灌顶，也没修完加行，那就将这个仪轨当作一般的简修法来修，这样比较

如法。

关于这部法的因缘和来历，上节课已经为大家做了简单的介绍。在这个各种违缘与障碍此起彼伏、众生的分别念纷杂狂野、相续中的贪嗔痴等烦恼如同山洪暴发一般难以阻挡的时代，最需要的就是力量强大、加持迅猛的法门。所以，我发自内心地认为，这部法对末法时代的众生极为重要。

昨天讲过，“多吉卓罗”翻译过来是“金刚力士”，像金刚一般不可摧毁、已经获致最高证悟的大士。许多大德都是依靠修持多吉卓罗而摆脱了违缘的危害。像第一世敦珠法王那样了不起的伏藏大师，也是因为观修了多吉卓罗才遣除魔障的，否则他在14岁的时候可能会和他的舅舅一样，被瘟疫夺去生命。

有些人因为没有遇到这样殊胜的密法和窍诀，结果在生活和修行中遇到了许多违缘，甚至连身体和寿命也受到了障碍。作为大乘佛子，最执著的就是弘法

利生，而这个修法，对遣除弘法利生过程中的违缘就特别有效。所以，为了遣除生活、修行以及弘法利生过程中的种种违缘与障碍，这次决定为大家传授法王的伏藏修法——《莲师多吉卓罗·成就一切事业》。

创巴仁波切与多吉卓罗

之前在西方弘法的创巴仁波切，也有一个多吉卓罗的伏藏修法。1993年，我跟着法王去美国时，看到很多香巴拉的弟子都在念“吽”字，都在修多吉卓罗的法。我当时带回来了一部创巴仁波切在虎穴开取的伏藏。开取的时候应该是藏文，后来他自己译成了英文，而且每句末都保留了伏藏句点（上下两个圈，中间以横线隔开的符号）。其实西方修行人特别重视多吉卓罗的修法。

还有一件很有趣的事情，我曾经在挪威的奥斯陆大学讲过。创巴仁波切的侍者，一位藏文名叫达瓦的

西方人，他 1993 年在加拿大的多伦多时跟我们说：

“创巴仁波切当年去不丹虎穴开取伏藏，下来的时候说：‘将来，一位名叫晋美彭措的伏藏大师会来到这里开取伏藏。’”我们当时亲耳听到他说这句话，我再三地跟他确认，他说创巴仁波切的确说过。他还说他当时也很惊讶，心想：“难道悬崖上刻着‘晋美彭措’这几个字吗？不然创巴仁波切怎么知道呢？”创巴仁波切圆寂是在 1987 年，法王去不丹开取伏藏是在 1990 年，所以他当时根本不认识法王如意宝晋美彭措。

我看过创巴仁波切取出的多吉卓罗修法，有些地方与法王所取出的修法相似，不过在他的净观中，莲师多吉卓罗戴着噶玛巴的黑帽，后面还有噶玛巴德新谢巴、噶玛巴希等几位上师融入一体的修法——不同的传承，根据各自传承上师们的加持，显现的表法和形相也会稍有不同。有时候看来，上个世纪末，藏传佛教在西方的确有着特别殊胜的因缘，我相信，这和

莲花生大士的加持密不可分。

尼泊尔的夏扎仁波切，住世一百多岁，一辈子修的就是多吉卓罗这个法。在藏地，许多修行人都将多吉卓罗当作秘密本尊。过去没有照片，他们将多吉卓罗画在小小的四方形卡片上（藏文叫“扎卡”），当作修行所依，然后藏在法本里经常祈祷。

个人而言，我从小就对多吉卓罗很有信心，并且经常祈祷，尤其是在上师如意宝面前得到这个法以后，修行中的违缘确实减少了很多。

除障猛修法

我今天为什么要传这个法呢？在法王如意宝开取的忿怒莲师灌顶仪轨的小字部分说道：莲花生大士的这个猛修法，主要目的就是遣除教法的违缘和障碍，以及修行人在修道过程中的障碍。在这样的浊世，这

个忿怒修法一定会给修行人带来极大的帮助和利益。

当然，有一些人因为前世的业力现前，或外缘的障碍实在是太凶恶了，也许很难立即遣除。比如说，癌症已经扩散了，即使吃再好的药也没办法，最好的医生来了，也只能悄悄地跟家人说：“嗯，不行，不要让病人知道……”可是那个病人恰好就在旁边，而且听得一清二楚，“啊？他说什么？我是不是已经快不行了？”家人只好说“方便妄语”：“不是不是，你的情况好多了，现在吃中药就可以了。但是我还要跟医生再单独谈一谈。”癌症晚期的时候，家人会安慰病人说回去吃中药……

所以说，再殊胜的对治法，也不一定能马上解决所有的问题。当我遇到违缘时，从来不会怨天尤人。有些人因为不懂前因后果和前世今生的因缘，所以遇到事情时才会抱怨：“我修了那么多法，为什么还是不管用？我做好人也修善法，为什么生活中还是有那

么多倒霉的事情出现？”

我不敢保证凡是修莲师的人绝对不会遇到任何违缘，但至少——比如说，以前医疗水平很低的时候，人只能活到 40 岁，但现在因为医疗水平的提高，人可以活到 80 岁；同样的道理，某个人本来遇到了特别大的违缘，他的修行很可能因此而夭折，但后来因为特殊上师和本尊的加持，他的慧命才得以延续。所以，即使从这个角度来讲，我们修这些法也是有意义的。

正行

接下来，我们开始讲《莲师多吉卓罗修法·成就一切事业》。依靠这个修法，我们能成就息增怀诛等一切事业。

那莫革日班玛黑日嘎雅！

顶礼忿怒莲师！

于此，无戏论之行者首先皈依、发心……

“无戏论之行者”，也就是不愿意广做佛事，不愿意广修大的仪轨，也不愿意学习五部大论，对广闻博学没有兴趣，只喜欢简单易行的修法，喜欢在一个清净的地方一心一意修本尊的修行人。这样的人好好修莲师，今生依靠莲师的加持，可以变成一个很好的修行人，以后心力强大起来时，就能够利益无量无边的众生。

修此法门之前，首先皈依和发心。念诵任何仪轨中的皈依和发心偈都可以。

你们修的时候，先念一遍《开显解脱道》里的皈依和发心偈，之后念一遍仪轨，到“吽”字部分时，持续不断地修诵“吽”字，“吽吽吽……”

为了让大家都理解仪轨的内容，我们简单地过一下。

吽

“吽”既是莲花生大士的种子字，也是感叹词。仪轨中经常有“吽”和“阿”等字，这既是一种对本尊的呼唤和劝请，同时也有特殊的深意。

器情清净普贤佛母界，普明大悲普贤佛父坛，
双运胜子大乐菩提心，紫黑吽字形相空中现，
放光行持二利复回摄。明观主尊莲师卓吾罗，

器世界和有情世间是本来清净的，当下就是普贤佛母，即空性的法界，这是从空性方面讲；若从生起次第来说，则称为真如等持——观一切万法空性。在密法中，空性可以被称为佛母或普贤佛母。同时，空性并不是单空，而是光明周遍一切的普明大悲，这被称为普贤王如来，或者说现位等持。

也就是说，一切万法本来就是空性的，而空性和光明又是无二无别的，因此，佛父佛母双运的真实含

义，其实就是现空无别。

双运像是一种表法，一者表示空性，一者表示光明，完全不是世间的男女贪欲。只不过一般人对双运有种特殊的执著和认知，所以佛像中才会有双运像。

空性和光明双运，然后显现“胜子”，即光明空性无二无别的大乐菩提心，这叫因位等持。

之后，大乐菩提心变成紫色的“吽”字（最好观想藏文的“吽”字），显现在前方的虚空中。“吽”字发出光芒上供下施——上供一切清净刹土的诸佛菩萨，下施六道轮回的一切众生。然后将光收回来，若按无上瑜伽的方法来修，则将自己明观为格热多吉卓罗¹¹。

如果没有这样的境界，对于将自己观成忿怒金刚感觉害怕的话，那便将格热多吉卓罗观在自己的前方。按照显宗和外续部的修法，本尊和行者之间有很

11 密法的事续、行续和无上瑜伽续里有不同的观修方法。在观修的时候，有些是逐渐次第地观修，有些是在一刹那间明观。

大差别，本尊可以赐予行者悉地，这样的见解也是大多数人容易接受的。我们认为：“哇，莲花生大士很殊胜，他骑着老虎，降伏我的所有违缘，这让我很有安全感和幸福感！”既然大部分人接受这样的见解，那么我今天就以这样的方式来解说。

“吽”字收光之后，变成主尊格热多吉卓罗。

“格热”是上师的意思，智悲光尊者的一篇祈祷文里面说：“生起猛烈嗔心时，心转正法莲师知，莫入歧途全知护，悉皆无二恩师知。”也就是说：“祈祷莲花生大士加持我的心转向正法，祈祷全知无垢光尊者加持我切莫误入歧途，祈祷与莲师和无垢光尊者无二无别的大恩上师时时刻刻护持我！”祈祷特别重要，我们一定要经常祈祷。

在藏地，人们对莲花生大士很有信心，遇到任何事情都会祈祷莲师，甚至在路上滑倒时，第一反应就是“格热仁波切钦”。我们经常说“喇嘛钦”，你们

以后也可以念“格热仁波切钦”。“格热”是梵语的译音，翻译过来是“上师”的意思，实际上指的就是莲花生大士。西方人经常说“古汝仁波切”。法国的修行人几乎都对莲师具有强烈的信心。我觉得汉地的众生对莲师也特别有信心，藏地就更不用说了，许多年轻人依然对莲师很有信心。

信心至关重要，对缺乏信心的人来说，诸佛本尊的唐卡只不过是一幅画而已，上师只不过是有肉体的人而已，再出名的上师，还是一样吃饭、一样发脾气，也没什么了不起。所以，从某种角度来讲，自己的信心和缘分也很重要。

我这里提供一张我们所观修的主尊多吉卓罗的照片，这个形象比较符合法王的多吉卓罗修法。

红褐一面二臂睁三目，红黄须发眉毛竖上空，

不同的伏藏大师，开取的修法仪轨和仪轨里的

所观本尊也不尽相同，因此，多吉卓罗的形象不止一个，而这张照片，恰好符合法王所取仪轨的观修内容。



这里的多吉卓罗一面二臂睁三目，“一面”表法界一体，“二臂”表胜义谛和世俗谛双运，“睁三目”表通达过去、现在和未来。

有些不太理解忿怒相的人觉得：“为什么他有三只眼睛，我们不是都只有两只眼睛嘛，两只眼睛多漂亮，他为什么有三只呢？”两只眼睛是很漂亮，三只眼睛，其实也很漂亮。我们虽然有两只眼睛，但见不到过去、见不到未来，甚至有时候连现在也见不到，只见到眼前的一小块儿，尤其是人老了以后，看什么都模模糊糊的，越来越见不到了。所以，有三只眼还是很好的，可以照见三时。

格热多吉卓罗的头发、胡须和眉毛向上竖起，这同样是表法，表无上、清静之义，或者说，表示已清静了轮回的垢染。

牙关紧咬利齿雪山中，暴风骤雹令鬼魅冤魂，
五蕴网罟消融于法界。

由于是忿怒相，所以獠牙毕露、牙关紧咬。这里将多吉卓罗的利齿比喻成洁白、伟岸的雪山，表示没有丝毫烦恼障和所知障的垢染。从这样雪山般的利齿中，喷发出猛烈的暴雨和冰雹，将制造违缘和损害的鬼魅、冤魂、怨魔、厉鬼等恶魔的五蕴解脱于清净的法界。

现在很多人有附体，不知道什么原因。不过藏地很少有人有附体，我在藏地遇到过精神不正常的人，但从来没遇到过有附体的。有些人觉得这是迷信，其实不是迷信，佛经里提到过夜叉等非人会缠在某些人的身上，尤其是在做恶梦时，它就出来了。前天晚上我做了一个恶梦，醒来的时候有点害怕，心脏一直在猛跳。我忽然想到，去年讲《药师经》时有几尊佛的名号很管用，但我忘了到底是哪几尊，于是我将七佛的名号全念了一遍，我想其中肯定有能遣除恶魔的佛¹²。

12 药师七佛：善名称吉祥王如来，宝月智严光音自在王如来，金色宝光妙行成就

五蕴相当于网罟，由于五蕴的束缚而不得解脱。因此，咒语“吽吽吽……”变成暴雨和冰雹，令恶魔的五蕴消融于清净的法界。也就是说，通过忿怒莲师猛修法，让那些损害佛教、伤害众生的恶劣众生的心识获得解脱、超度——并不是让他们痛苦或堕落。

在世間，人与人、国家与国家之间作战时，双方是以嗔恨的心态希望毁灭对方，“我要把你灭了！”但降伏法不是这样，其目的不是损害或消灭众生，而是让那些可怜众生的五蕴消融于法界，从而获得真正的解脱。

右手天铁金刚挥空中，微小怒尊霹雳降敌头，
左手擎起天铁橛之顶，熊熊炽燃烈火幻化轮，
能害魔众无遗焚成灰。

多吉卓罗右手持着天铁金刚杵挥舞在空中，从金

如来，无忧最胜吉祥如来，法海雷音如来，法海胜慧游戏神通如来，药师琉璃光如来。

刚杵中出现许许多多微小的忿怒本尊，如同降下霹雳一般打击损害佛教、伤害众生的魔众和怨敌的头颅，以此降伏他们，令他们获得彻底的解脱。

左手擎起天铁金刚橛，金刚橛的顶端燃烧着炽燃的熊熊烈火，如同幻化轮¹³一般，将制造损害的魔众的五蕴和四大彻底焚毁，断除其相续中的恶业种子。

有些人可能仅从字面上理解：“是不是要将那些可怜的众生全部摧毁？”不是这样的，学过《大幻化网续》的人应该知道，修诛业并不是要伤害众生，而是让他们的五蕴消融于法界，从而获得彻底的解脱。

莲花生大士当初来到藏地，降伏了许多鬼神等非人众生。有些土地神被降伏之后，洗心革面，开始护持佛法；有些形象没有变，但心态变了，成了佛教的护法神，只是形象和生活习惯还是和之前一样，喜

13 幻化轮：天人降伏非天时使用的兵器。

欢喝酒吃肉。为什么我们供护法的时候要供一些酒和肉？因为莲花生大士当时答应过他们：“你只要不伤害众生，其他的要求我们都可以满足。”我们也应该这样想：“他们已经习惯了，所以吃一点肉、喝一点酒也可以。”毕竟，他们以前经常饮酒食肉，所以我们在供养时，提供一些他们所需的物资是可以的。

事实上，从汉地高僧大德的传记和公案来看，他们在降伏了某些鬼神后，对其特殊需求也会给予一定程度的满足。

极怖傲然有孕母虎上，双足叉开大力士步姿。

忿怒莲师多吉卓罗双足岔开，以大力士的姿态骑在傲然、有孕的母虎上。

母虎是一位佛母的示现。她并不脆弱，而是充满自信，以傲然的姿态示现，让人见而生畏。

如果从生起次第的角度广讲，母虎以及多吉卓罗

的种种标帜都表示不同的涵义，但这些内容以后有时间再说吧。

圆满息业装束白内衣，圆满增业装束著法衣，
圆满怀业装束披紫氍，圆诛业装头鬘斜挎肩，
忿怒悍然威猛之身相。

多吉卓罗身著的服饰表示息增怀诛四大事业。

白色内衣是圆满息业的表示。我们修莲师，同样可以圆满息业，息灭身心的疾病以及相续中的罪业。

红黄色的法衣是圆满增业的表示。修莲师可以增上名声、财富等一切所需。一般人最希求的是什么呢？就是息业和增业：息灭疾病、痛苦和困难，然后获得名声、财富和地位。所以如果希望升官发财，最好修莲师。（众笑）

紫氍是圆满怀业的表示。修莲师可以得到自己喜欢的一切，你喜欢房子能得到房子，喜欢车能得到

车，喜欢人能得到人……

颅鬘是圆满诛业的表示。修莲师法可以降伏给自己制造违缘和障碍的人与非人。

多吉卓罗将颅鬘斜挎在肩上，像米拉日巴穿戴着修行带一样，我看有些老和尚下课的时候，一边拿着拐杖一边将大大的背包斜挎在肩上。（众笑）

多吉卓罗的整体身相，呈忿怒、悍然、威猛的形象。我上节课讲过，有些人与鬼神，唯有以忿怒的形象才能调伏。我在管理的过程中，也遇到过这种情况，反反复复强调过好多次，他根本不听，后来狠狠地说一下，他马上听话了。本来，父母是最慈爱自己的孩子的，但父母如果整天温柔地说：“你好好写作业哦。”孩子根本不听话。如果假装恶狠狠地说：“你再不好好学习，我要狠狠地揍你！”孩子马上就听话了。因此，即使是最爱孩子的父母，有时也有必要对孩子显现忿怒相。

忿怒相是一种很重要的手段，不仅修行中需要，世间也需要。比如说，在与一般人打交道的过程中，以温和的语气说了很多次，根本不起作用，这时以忿怒的语言稍微吓唬一下，马上就能起到作用。前段时间，我回来之后现了好几次忿怒相，效果相当好。当然，有些人不是示现忿怒，而是真的生起了嗔恨心，被嗔恨驱使的人还是很可怕的。

彼之头顶莲月层积上，三传上师加持虹光绕，
中间之处四续六续部，本尊会众悉地雨云布，
下方之处三境空行母，空乐赤光散收明耀耀，
周围三部一切护法众，黑风呼啸成办四事业。

忿怒莲师多吉卓罗的头顶上方，层层叠叠的有许多莲花和月轮的坐垫，坐垫上坐着如来密意传、持明表示传和补特伽罗耳传的传承上师们。三传上师们的加持，如虹光般萦绕。

多吉卓罗的四周，由四续部和六续部的本尊环

绕。四续：事续、行续、瑜伽续、无上瑜伽续。六续：事续、行续、瑜伽续，无上瑜伽续又分为玛哈瑜伽、阿努瑜伽和阿底瑜伽。四续和六续部里的本尊，如同空中的云彩，无量无边，他们降下的悉地好似甘露，连绵不断。

像这样的法门，汉地修的人不多，而在藏地，各个教派都会修；萨迦派和格鲁派以四续部为主，宁玛派和噶举派主要修六续部的本尊。

多吉卓罗的下方，由三境的空行母环绕。

三境空行母：父母皆为密宗证悟者，由其所生之空行母，称为密生空行母；由莲师刹土等清净刹土而来的空行母，称为刹土空行母；诸佛菩萨的化身，称为俱生空行母。

法王如意宝曾将觉姆区划分为俱生法身洲、刹生报身洲和咒生化身洲，以三角形的标帜表示三境空行

母。我下午跟藏族堪姆们开会时开玩笑说：“你们都是三境空行母，都是证悟者。”

这里说，三境空行母空乐无二的智慧光明，光耀夺目，时而散射，时而摄收，慈悲加持我们每一位修此法的行者。

同时，心部、法界部、窍诀部的所有护法神众环绕在周围，他们成办息增怀诛等事业，如同黑风呼啸一般，极其迅速。

法王的这个多吉卓罗的修法仪轨还没有唐卡，是吧？以后如果画的话，可以根据这个来画。

一切平等一味一智性，起现遍布虚空幻网相，

实际上，仪轨里提到的格热多吉卓罗、三传上师、四续六续的本尊以及空行和护法众，他们的本体始终安住在空性法界中，从未动摇，与空性本体无离无合，但在众生面前，为了断除众生的邪见，遣除其

修行和弘法利生的违缘与障碍，他们起现了无量无边、遍布虚空界的幻化相。

由于他们的幻化身遍满虚空，以及缘起不可思议的缘故，因此，无论在世界的哪一个角落，只要我们去祈祷、去忆念，他们当下就会显现，并赐予加持与悉地。

比如说，只要有手机，也有信号，那么手机就能接收信号正常使用。如果没有手机，即使有信号也没用，反之亦然。同样的道理，如果祈祷者不具足信心，即使莲师的加持遍布整个法界，也不一定能感受到；如果像信号一般的莲师的加持没有的话，即使有信心，也没办法。当然，莲师的加持是周遍法界的，所以，只要我们具足信心，这样因缘和合，我们随时随地都可以感受到莲师的慈悲加持。

在这个世界上，不可思议的因缘许许多多，有些人可能觉得：“这样的说法合理吗？难道真是这样的

吗？”实际上，我们的智慧真的很有限，所以有这样的想法也情有可原。想想看，莲花生大士为我们众生伏藏了多少珍贵的法门，即使只研读一位伏藏大师的伏藏著作，多少年也不一定能研读完。打个比方，对科学一窍不通的人，如果因为自己听不懂，就觉得科学家在胡说八道，这也不合理吧？

因此，对佛法的智慧和慈悲还不太了解的人，希望不要太傲慢了，如果你真的想一窥佛法的堂奥，首先应该以谦虚的心态潜心学习，之后再和佛教里有造诣的大德们探讨，修行。即使没有信仰，但只要以开放的心态去了解和讨论，你也会有收获。

还有一些人担心：“密法会不会因为某些人的攻击而消失呢？”我想，只要这个世界仍然承认真理，密法就永远不会消失；只要世间界存在，密法的光芒就一定会熠熠生辉，恒时利益有缘的众生。

本来誓言本智无有二，显现空乐广大界庄严。

誓言本尊和智慧本尊本来无二无别，在众生面前显现种种空乐与智悲的现相，作为广大世间界的庄严¹⁴。

实际上，莲花生大士与自己的心无二无别，若对莲师有信心，莲师就会显现在此人面前。就像彩虹本来如虚空一般无有任何实质，但在因缘具足时，也会显现美妙的形象。因此，只要我们用心祈祷，就一定可以得到莲师的加持。

另外，我希望各位以后随身佩戴莲花生大士的像。很多人的脖子上挂着各种各样的像，我非常反对佩戴凡夫人的头像，包括我的像在内。追星的年轻人，床头贴满了自己偶像的海报，班主任再怎么批评，他们还是不听。作为佛教徒，最好将莲花生大士和释迦牟尼佛当作自己的偶像，同时佩戴他们的像。这边以前做过一批一面是释迦牟尼佛，一面是莲花生

14 誓言本尊，是将自己观想为本尊；智慧本尊，则是观想在自己前方虚空中的本智本尊。

大士的挂件。像这样的挂件，任何宗派的修行人都可以佩戴。虽然藏传佛教其他教派的个别人不一定对莲花生大士有信心，但其实很多高僧大德说过，如果没有莲师，也就不会有藏传佛教。莲花生大士对藏传佛教的恩德极为深厚。这一点，了解历史的人都清楚。

当然，你们是自由的，如果实在想挂很多上师的头像，那我也没办法。刚才不是说莲师挂着颅鬘吗，有的道友也是，这个上师的像，那个上师的像，身上挂的上师像比莲师颅鬘的头颅还多，但不知道这些上师的头像到底管不管用。如果挂着莲师像，毫无疑问是有益的，一定能遣除违缘，邪魔外道只是看到就会心惊胆战。

现在很多人看到一个笑眯眯的上师就觉得：“哇，这个上师好慈悲哦，我一定要把他做成挂件，挂在脖子上。我心情不好的时候就看一看我的上师。”——但是，可能起不到作用。

主尊眷属普皆传吽声，一切显现变成吽形相，
一切声响变成吽音声，一切知念等性吽本性，
无有希忧执著境界诵：

主尊多吉卓罗和周围的眷属，都发出“吽”的声音，一切显现成了“吽”的形相，一切声音成了“吽”的音声，一切分别念成了“吽”的本性——空乐无二的本性，在没有任何希望与担忧的无执境界中念诵“吽”字。

这次给大家传了这个法，希望每个人至少念1万遍，我们当时是念的10万遍，如果真的想遣除违缘和障碍，最少要念10万遍以上。如果实在没有时间——闻思的道友需要背诵、看书，每天都很忙，而且咒语的债也欠了很多，债太多了，还是有点累，对吧？所以我这里不做硬性要求，但还是希望大家和这个殊胜的法门结上善缘。而且，麦彭仁波切专门著过一个吽字的修法，吽字的力量和功德特别大，在浊世修这个

法非常有意义。所以，是念1万遍还是10万遍你们自己决定，如果连1万遍都念不了，那念100遍也可以。

吽吽吽……

结座诸吽融本尊，眷属收于主尊心，
主尊唯一手印身，明净稳固皆齐全。
平时威仪当行持。萨玛雅！

然后持续不断地念诵吽字，“吽吽吽吽吽……”

结座的时候，观想所有的“吽”字融入本尊多吉卓罗，所有的眷属收摄于多吉卓罗的心间，多吉卓罗是唯一的手印身，即光明空性无二的智慧——本自具足的觉性，这样的觉性具足明清、清净、稳固的境界。我们在平时的行住坐卧四威仪中，观想自己的一切行为都是与多吉卓罗无二无别的“吽”字，尽量让这样的观想清净、明清、稳固，无论是说话还是修行，始终不离这样的境界。

大家在修行的过程中，一定要重视莲师法门。

这个法不能传给非法器，所以这里说“萨玛雅”，也就是要保密的意思。

释迦比丘勒西桑波我，佩有清净戒慧之装饰，
唯一成办弘法利生业。本想甚深真义藏心中，
莲师谛实语及愿力强，部分密语不由脱口出。
我虽已成众深地伏藏，广大密意伏藏之法主，
弘扬深法法器难得故，当舍随意多言之戏论。
祈愿未来多吉土美匝，开取此法弘法利有情。

这是一段结语，法王如意宝说：“我勒西桑波（法王如意宝出家时的法名），作为释迦教法下的出家比丘，以清净的戒律和清净的智慧作为庄严，唯一希望以这样的方式成办弘法利生的大业。本想将莲师交付于我的甚深伏藏法门藏在心中，可是来到不丹虎穴后，由于莲师的谛实语和愿力极为强大的缘故，这个忿怒莲师身坛城的略修法不由自主地脱口而出。我虽然是众多

甚深地伏藏和广大意伏藏的法主，然而，在这样的浊世很难找到能受持甚深法门的法器，因此，我暂时舍弃了随意著论的行为。祈愿在未来，我的转世多吉土美匝能开取此伏藏法门，广利众生。”

法王与莲师的因缘不可思议。当年，莲花生大士一定对法王如意宝的前世降魔金刚有所嘱托，所以法王如意宝在不丹虎穴时，才会显得与平常完全不同。法王如意宝当天取藏的情形，经常浮现在我眼前，他老人家的神情确实与以往不同。

其实，不仅莲师的愿力很强大，法王老人家的发愿力同样强大，而且他老人家与伏藏法有着殊胜的因缘。正是由于这样的原因，这个忿怒莲师身坛城的略修法才会脱口而出。这个法门对每一位修行人都特别重要。

法王接着说，他是众多甚深地伏藏、广大意伏

藏¹⁵的法主，也就是说法王确实是真正的伏藏师。

关于伏藏师，大家要注意，现在有很多假的伏藏师，莲花生大士以前已经授记：未来时代，假伏藏师就像地上的蘑菇一样非常多。当然，现在是有很多假伏藏师，但真伏藏师也会不断涌现。

关于伏藏方面的内容，我想多讲一些，但一直没时间。我之前在美国的科罗拉多大学和耶路撒冷的希伯来大学，讲过一些伏藏方面的法要，如果你们想初步、大概地了解，可以看看我在这些大学演讲的视频和讲记。伏藏很神奇，西方不少人正在研究伏藏，确实很有意思。

法王如意宝确实是一位真正的伏藏大师，他老人家的腰间一直别着一枚金刚橛，其中有着甚深的密意。关于这点，我也有一些故事可以给大家分享，但

15 从山洞、山岩、湖泊和大海中取出之后，再以表示法立成文字，这样的伏藏被称为地伏藏；从证悟者的智慧海中直接流露而出的被称为意伏藏。

以后有时间再说吧。

法王接着说，如果要写道歌，也就是开取净法类，内容将会特别特别多，但末法时代的众生，由于信心鲜少、邪见严重的缘故，不一定能接受，所以法王暂时放弃了随意著论的行为。

最后，法王祈愿他的转世多吉土美匝未来能开取此地的全部九函伏藏，以兴盛佛法，广利有情。

当时轮金刚军队来到此世间降伏魔众、弘扬密法时，法王会转生为时轮金刚军队中的一位大臣，名叫多吉土美匝。也有不同的授记说，法王未来会转世成为利吉多杰。

《集善逝之卓罗广修法》总共有九函，法王当时只取了其中的身坛城略修法。法王取完之后，让我们在那个地方留下一条哈达，我们才知道：“哦，原来法王是在这里取的伏藏。”这个伏藏法看上去是意伏

藏，但实际上可能是意伏藏和地伏藏结合的伏藏法。

此甚深地伏藏《集善逝之卓罗广修法》中《身坛城略修》，是朝拜忿怒莲师多吉卓罗无余降伏魔与冤魂之胜地不丹巴卓达仓山洞（虎穴）时，

这一甚深地伏藏《集善逝之卓罗广修法》中的《身坛城略修》，是法王在朝拜忿怒莲师多吉卓罗降伏一切魔与冤魂之胜地——不丹巴卓达仓（虎穴）时开取出来的。

从前，巴卓达仓居住着特别多的非人和鬼神，那里有许多恶魔，后来莲师一一降伏了他们。

你们以后去虎穴时，可以了解一下莲师显现神通降伏鬼神和魔众的故事。我去的时候，了解了很多，那天写《梦尘回忆录》时就在考虑，到底要不要把这些故事写进书里呢？后来想到，印度和不丹的故事已经有很多了，我再写可能意义不大，所以就没有将其

写入。那里确实有特别多奇妙的故事，但我今天就不讲故事了。

巴卓达仓的山洞，也就是虎穴，藏文叫巴卓达仓。刚才讲过，地伏藏《集善逝之卓罗广修法》共有九函，《身坛城略修》就是我们今天讲的这个法门。其实，多吉卓罗的身修法有许多许多，很多伏藏大师都开取过多吉卓罗的身修法。藏地许多寺院都有举行卓罗广修法的法会，我刚出家时，参加过一次，但当时还不太熟练，包括念诵和法器的使用都不太会。

经空行表示劝请，为利众生而立成文字，愿成为无余摧毁弘法利生违缘障碍之因，愿增吉祥！

经由空行表示劝请，法王为了利益众生而立成文字，祈愿此法能成为摧毁一切弘法利生的违缘与障碍之因，愿增上吉祥！

我衷心希望，有信心的人多修这个法，多念

“吽”字。同时，将格热多吉卓罗或莲花生大士的像随身佩戴。莲花生大士主要示现了八种重要的相，格热多吉卓罗可以说是莲花生大士的忿怒相。有些人喜欢寂静相，“他的笑容十分灿烂，我很喜欢！”有些喜欢忿怒相，“我很喜欢他发脾气的相，每次看到就不敢懒惰懈怠了，所以我喜欢佩戴忿怒相。”

无论是修寂静相还是忿怒相，都可以。总之，大家一定要有一个终生依止的上师、本尊和所修之法，一辈子不要改变。今天修这个，明天修那个，这样不行的。虽然修很多法门也可以，但最好将一个特别殊胜的修法作为自己的主修法门，一辈子不间断地修持。

我去年说过，如果每年都能修一次忿怒莲师的法门，将对个人和集体的闻思修，以及佛法在世间的兴盛起到极大利益。这其中有外内密不共的缘起，希望大家重视。

十七胜生周铁马年七月二十三日

一个胜生周年是 60 年，以 60 年为一周期。我们当时是 1990 年 9 月 12 日去的，藏历是七月二十三日。我们在那儿住了两晚，下山是在 9 月 14 日。

我在《梦尘回忆录》中，将法王朝圣的足迹都标好了，以后你们也可以带上 6 个月的路粮，沿着那条线路去朝拜。唯一在虎穴寺待两晚可能有点困难，但也没事，山下有很多酒店，你们可以住在那儿。

我将这个法门记录下来后——虽然本来就对上师很有信心，但当时确实很惊讶：“讲了这么多的内容，而且意义这么深，竟然这么快就显现成了文字！法王老人家真是不可思议，这个伏藏法一定特别有加持！”

莲师略传讲解

法王晋美彭措·造论

索达吉堪布·译讲

2019年3月21日

今天讲莲花生大士的略传。

莲师略传，藏文中叫“巴玛瓜唐”。“巴玛”指莲花生大士，“瓜唐”是传记的意思，“巴玛瓜唐”也就是“莲师传记”。在藏地，莲师传记可谓家喻户晓。对于莲花生大士和益西措嘉空行母的传记，西方佛教徒也很重视。

奇妙缘起

我们今天讲的这篇莲师祈祷文，或者说莲师略传，是法王如意宝的智慧流露，也是一部我很喜欢的莲师传记。这其中的缘起，我在这里简单地讲一下。

1990年7月27号，法王带着我们一行人再次前往印度的昌迪加尔之前，先去了离那儿不远的圣地莲花湖（Rewalsar Lake）。当年，莲师在莲花湖大显神变，调伏了萨霍国王为主的众生。所以，作为密宗佛教徒，特别需要朝拜这个圣地。

法王带我们去莲花湖时说：“我们少数人，这次放下戏论，以简单的朝山方式，去各个圣地朝拜。”我记得，那天去朝拜莲花湖的人很多。

莲花湖面积不大，位于萨霍地方，村落零零星散落在周围，地方很美。远远望去，莲花湖似乎不大，而靠近湖边，又会觉得那是一片很大的湖。这个

圣地很重要，以后如果朝圣，不要错过莲花湖。

当天上午，法王先去了白玉派的菩提法轮寺。之后，乘车前往莲花湖。在我的印象中，法王比较喜欢低调，但当天附近很多寺院的佛教徒，尤其是藏传佛教徒，几乎都知道法王要去莲花湖，所以那天随行的车辆非常多。我暗暗数了一下，一共有 42 辆。中途休息和堵车时，我随手拍了几张照片，像素不高，但现在仍保存着。



到莲花湖时，已经是下午了，所以我们先在附近找了一个地方住下。住的地方条件一般，不是宾馆，相当于客栈或招待所。本来我们准备吃过饭再去朝拜，但法王突然很急切地说：“莲花生大士来了！我要马上去湖边。”那个时候，法王的身体很不错，他马上站起来，然后跑下楼梯，连鞋子都没穿，直接光着脚赶了过去。见法王如此匆忙，我也赶紧拿起法王的鞋子——法王在印度的鞋子有点像人字拖，我们从尼泊尔开始，就一直穿着那样的鞋子——跟着一起跑，最后在路中间追上了法王。

那家客栈的名字，我想不起来了。但我记得，我们当时住的客栈离莲花湖很近，就在湖边，与莲花湖只隔一条小马路。

到了湖边，法王非常欢喜，首先向莲花湖顶礼，之后即兴唱了一首我们从未听过的道歌，用的是藏地流行的专门唱诵莲师传的调子。我们随身带着录音

机，所以将那首道歌完整地录了下来，但没有立即落成文字。

莲花湖中央有一丛莲花根，很有加持，据说是莲师示现神变时，将火海变成湖泊后所坐莲花的根，漂浮在水面上的部分就像一个小小的岛屿。当地人说，莲花根通常下沉在湖底，只有在莲师的特殊节日才会浮到水面。

当法王唱诵莲师祈祷文时，莲花根奇迹般地浮了上来，并漂到了法王面前。莲师传记里记载，当莲花生大士示现神通将火海变为湖泊后，在场的人首先为莲师供茶，然后将自己最珍爱的手镯、耳环等首饰摘下来，作为供养抛在莲花根上。法王也边唱边向它献上哈达。之后，莲花根又漂漂荡荡回到湖心。当时大概有两百人见到了这一幕，他们都觉得很稀有。

法王显得特别高兴，带大家念《普贤行愿品》发愿。一般来讲，法王不会主动让大家拍照，但当时却

说：“这个湖非常有加持。来！我们一起拍个照。”

法王老人家在莲花湖旁拍了几张照片，然后邀请大家合影。当天朝拜的人很多，里面有少数印度人，其余大部分都是藏传佛教的出家僧人和在家居士。按照印度的习惯，无论拍照还是吃饭，在家人一般都会让出家人排在前面。这是那天的合影，门措上师等都在里面，大家特别开心。



莲师的全传很广，这首法王脱口而出的金刚道歌，相当于莲师的略传，重点赞颂莲花生大士示现神

变的经历。如今，上师如意宝的这篇莲师祈祷文在藏地和西方都非常流行，许多道场都在念诵，他们以这样的方式祈祷莲师。而且，大部分修行人都将这篇莲师祈请文放在自己的课诵集中，每天念诵。你们根据自己的情况，如果有信心，也可以在各个道场或个人家里，经常唱诵这首莲师略传。这其中有不可思议的缘起，能给你的家庭、工作和生活带来极大利益，以后会给大家讲述这方面的道理。

接下来，我从字面上做个简单的介绍。藏文的偈颂与汉文和英文的都不同，固定字数的藏文偈颂在译成汉文时，如果字数太多、太白，会失去颂词的味道；如果太略，意义又不太好懂，其他没有传承的人，仅凭自己看，不一定能明白。当然，懂藏语，但没有传承，对诗学也不是特别精通的人，也不一定看懂藏文的偈颂。从这一点来讲，传承很重要。法王如意宝的这篇莲师略传，如果自己看的话，有些地方也不是那么好懂，所以我们一起从字面上理解一下。

诶玛吽

“诶玛吽”，感叹词或者说呼唤词，相当于汉文里的“善哉”或“奇哉”，表示对诸佛菩萨的呼唤和劝请，在这里是祈请莲师垂念自己。许多祈祷文和仪轨都是以感叹词“诶玛吽”作为开头。

祈禱大悲幻化身，无等智慧威力尊，
持明莲师予垂念，加持外内密违缘，
消法界中而现前，法政无余善妙果。

获得四持明圣果的莲花生大士，您拥有无与伦比的智慧，已经彻证了一切万法的实相，对一切如母有情也具有无法堪忍的强烈悲心，您威力非凡，能度化无边众生。在持明莲花生大士您的面前，我虔诚祈祷，祈祷您垂念我、加持我，让外内密的所有违缘，消于法界，让世出世间的善妙功德，悉皆现前。

莲师不仅具足诸佛菩萨的不共功德——智慧、大

悲和威力，而且也获得了密宗中提到的持明果位。学过密宗的人都知道，持明果位有四种，分别是异熟持明、大手印持明、长寿持明和任运持明¹⁶。

我们在获得了持明果位的莲师面前祈祷，之后向莲师稟白所求，即祈求莲师加持。一方面，让我们外内密的违缘消于清净的法界。地水火风的灾难，以及在生活中遇到的种种困难，都属于外在的违缘。焦虑、恐惧、忧伤、没有力气、心不堪能……这些属于内在的违缘。有的道友说：“我现在闻思不下去了，没有感觉，也没有动力……”这也是内在的违缘。烦恼障、所知障、习气障等阻碍我们认识觉空无二之本性的，都属于秘密的违缘。为了遣除这所有外内密的违缘，我们需要祈祷莲花生大士。另一方面，现前“法政无余善妙果”。“法”，指佛法或出世间法；

16 《前行备忘录》：“依照全知无垢光尊者的观点，安住大资粮道边际者，身体还没有成熟为本尊身，心已成熟为本尊身，即是异熟持明；之后见道是大手印持明；身体成为澄清以后寿命得以自在，胜法位道圆满，即是寿自在持明；如果没有得到寿自在，那么在即生当中证得见道，中阴越到二地，后得起现有学双运境界，一直到十地末际以上是大手印持明，达到究竟现前佛地，即是任运持明。”

“政”，指国政、政权等世间法。也就是说，为了现前世出世间的一切所求和善妙功德，我们要祈祷莲花生大士。

每个人的所求不同、喜好不同，愿望也不尽相同。总之，我们通过祈祷莲花生大士，能遣除自己学习、工作、生活以及人生中的种种违缘和障碍。

遣除违缘很重要。我们遇到的，有些是外在的障碍，有些可能属于内在的违缘。有些障碍对一般人来讲，根本不是违缘，但对某些人来说，却是非常大的违缘，心里的坎一直过不去，像这样的违缘和障碍，同样需要依靠莲师的加持来遣除。

当你们觉得有一些违缘自己始终扛不过去、熬不过去时，最好一心一意祈祷莲花生大士，一定会有立竿见影的明显效果，这是我的经验。

我在修行过程中，或者说在人生中，每次遇到乌

云般的阴影时，就会通过念诵莲师心咒，或具有谛实语加持的偈颂和祈祷文，以这样的方式恳切、猛烈、一心一意地祈祷莲花生大士，之后，就像风吹云散、太阳出来了一样，阴影很快便消失于法界。

你们可能不知道，藏地的牧民每年都需要做帐篷，也就是更换帐篷的毡子。对牧民来说，这是很重要的事情，所以他们会提前观察，选一个好的日子来更换毡子。更换毡子时，需要把帐篷拆开，那时，家里的东西全都露在外面，人也站在外面，此时如果下大雨或冰雹，就是一个很大的灾难。所以，我小时候经常被他们请去“遮风挡雨”。他们每次做帐篷，都会让我好好祈祷，保证风和日丽，不要下雨。我的任务就是拿着黑色的小转经轮，坐在旁边念莲师心咒。有时候，早上天气很好，可是到了中午，就开始乌云密布，于是我对着乌云拼命地吹……好像确实有用。后来，周围的邻居让我去挡雨时，我都会信誓旦旦地答应，胸有成竹地念咒，在当时的我看来，挡雨是一

件很容易的事情。

去年还是前年，六一儿童节，学校的孩子们跳舞时，好像马上要下雨，有个别道友让我去“加持加持”。我当时心想，既然我小时候可以，到底是真的假的我也不知道，但不管怎么样，我现在也试试吧。然后我就悄悄地念莲师心咒，然后躲在别人看不到的地方默默地吹……后来也许是我的分别念，太阳很快就露出来了，当天孩子们跳舞跳得非常成功。所以，我有时候的祈祷还是很管用的，但你们以后挡雨不要找我，万一不成功，我的“神变”就有点露馅了，对吧？

我也并不是在开玩笑，我们在自己的人生中，确实需要经常祈祷。你们如果有需要成办的事情，或是遇到违缘需要遣除时，都最好祈祷莲花生大士，依靠莲师的加持，事情能成办，违缘也能遣除。

昔日自生莲花生，为萨霍王活烧时，

四大害显觉空严，八功德水湖中央，
叶果严饰莲花蕊，现出相好庄严身。
聚此君臣信心海，涌动无法相容纳，
双手合十之莲花，速于首髻而顶戴。

国王恩扎布德去大海取宝时，发现了降生在莲花上的莲花生大士。由于莲师是直接化生在清静大海的莲花上的，并不是由世间父母的不净种子所生，所以被称为自生莲花生大士。

往昔，莲花生大士被萨霍国王活活焚烧时，四大尤其是火大的加害，显现为觉空无二智慧的庄严。四大不仅没有伤害到莲花生大士，反而更加凸显了莲师的修证和他觉空无二的智慧。熊熊烈火使莲师看上去更加美妙、庄严。其后，火海变成了具八功德水的莲花湖。在湖泊中央，有一朵由美妙枝叶、花瓣和果实所装饰的莲花。莲师以国王游舞式端坐在莲蕊上，相好庄严，观不厌足。

萨霍国王及其臣民，本来想要活活烧死莲师，结果熊熊烈焰不但没有伤害到莲师，反而变成了清凉的莲花湖。莲师的这一神变，让在场的每一个人都生起了无比的信心。他们的信心强烈涌动、无法克制，如同大海波涛汹涌，连心相续也无法容纳，似乎马上就要溢出来一样。

内心的波动，通常会引起外在行为上的变化。因此，当萨霍国王及其臣民心潮澎湃、信心强烈时，他们自然而然双手合十如莲花，高举头顶如肉髻。

这段传记内容，我想很多人都知道，但我在这里再讲一下。我不太会讲故事，但因为你们听故事的时候不容易打瞌睡，也不容易产生分别念，所以我还是简单地讲一下。

如果一堂课连一个公案也没有，全是甚深的理论辨析，即使讲得再好，也不一定有很多人接受。一会儿理论分析，一会儿引经据典，一会儿展开辩论，

讲者也许有这个能力，但听者可能会走神，不容易入心。所以，有时候讲一下高僧大德和诸佛菩萨的生平事迹是很有必要的。其实，你们自己也可以通过阅读高僧大德的传记来生起信心，找到共鸣。

以上这段内容，讲的是莲师八相中，以巴玛托创匝和莲花王巴玛嘉波的寂静相示现神通，度化众生的经历。后面还有一段，讲的则是狮吼莲师森给扎卓示现忿怒相调伏众生的情况。

法王的莲师略传与其他的莲师传记稍有不同，有些说狮吼莲师是莲师在印度金刚座的示现，有不同的说法。事实上，根据众生不同的意乐、根基，诸佛菩萨在众生面前会有不同的显现，所以都可以解释。法王的莲师略传，不仅有莲师显现寂静相的事迹，也描述了示现忿怒相时的情节，这样的传记才完整。

当然，有些众生不愿意见到忿怒相，诸佛菩萨为了随顺众生的心态，在这样的众生面前也确实会示现

寂静相。但实际上，诸佛菩萨除了示现寂静相以外，还会在不同的众生面前显现忿怒相。

就像人的一生，不可能一直笑呵呵的。有的人忿怒相多，有的寂静相多。既有寂静相，又有忿怒相，这样的人生才完整。你觉得某个人始终很柔和，有的人可能会说：“他在别人面前是很调柔，但在对待内部的人时，其实特别凶！”所以，他在你面前显得很柔和，不一定在所有人面前都这样。包括有些上师也会得到不同的评价，有的人说：“这位上师好温柔啊！他在讲课的时候就像观世音菩萨和释迦牟尼佛一样。”然后另一个人可能会说：“你不知道吗，他其实不是这样的，他在别人面前确实很温和，但实际上，可凶啦！我就见过他发脾气……”

总之，对于听话的众生，莲花生大士会示现寂静相来度化，而在调皮、野蛮的众生面前，则会示现威猛的忿怒相来调伏。这其实也符合我们所知的规律，

任何事物，在不同的时间和空间，会有多维度的不同展现。个别人觉得：“啊，佛教不是很慈悲吗？怎么还会有这么忿怒的相啊？好可怕哦！”一方面，佛教确实很慈悲，无论在哪个场合，我们都会提倡慈悲。但仅凭寂静相，不一定能调化所有的众生，因此在内心保持慈悲的同时，有时也需要金刚怒目。

莲花湖的由来

当时是这样的，莲花生大士在印度的灵鹫山，也就是释迦牟尼佛二转法轮的地方禅修。莲师思维：“我现在应该去何处利益众生？”这时，在他的清净显现中，一个声音说道：“你现在去离印度金刚座不远的萨霍国，可以饶益无量众生。”

萨霍国环境秀美，物产丰饶，是一个兴旺发达的国家。萨霍国的国王，具足福德、财富与权力，有许多王妃，但没有子女。后来，有一位王妃怀了身孕，

生了一位公主，取名曼达拉娃。

“曼达拉娃”，是曼陀罗花的梵语音译。实际上，她是一位早已成就的空行母。当曼达拉娃空行母降生在萨霍国之后，整个国家出现了许多瑞相。

曼达拉娃公主的成长速度特别快，普通人一年的生长，她只需要一周时间，所以短时间内就长大成人了。公主心地善良，美丽庄严，名声遍传大地。各国的国王、大臣纷纷来向萨霍国王求亲。

按照那时的传统，子女的婚姻必须由父母决定。听说现在有些地方仍是如此，是吧？父母决定子女的终身大事——到底是大事还是小事也不知道，但汉地经常说“终身大事”，所以每个人都看得很重，这件“终身大事”不成功的时候，就会特别伤心，其实这和媒体、习惯、传统也有关系。藏地一般会说“终身大事”，只说“终身的事”。

萨霍国王虽然可以决定自己女儿的婚嫁，但考虑到，答应任何一个国家，就会得罪其他所有国家，所以他也左右为难，无法决定，只能将权力交给公主，让公主自己定夺。曼达拉娃公主不愿入于世俗成家，只希望去静处修行。国王同意后，在离皇宫不远处，为公主修建了一座禅修院，并安排了五百位宫女陪同公主修行。

一天，虚空中彩虹萦绕，莲花生大士在空中显现神变。曼达拉娃公主和宫女们见到后，因为特殊的因缘与加持，心中生起极大的恭敬与信心，因而祈请莲花生大士降临并转法轮。

莲花生大士凭借神通之力，降临在她们的禅修院内，为曼达拉娃空行母为主的女众，宣讲了许多不共内续的生起次第和圆满次第的修行法要。

正当莲师在她们内部空行界转法轮时，有一个牧童为了找寻丢失的牦牛，恰好到了禅修院附近。他听

到禅修院内传来男众传法的声音，刚开始以为自己听错了，再三确认后，发现里面确实有男众在传法。

牧童回到村庄后，就其所见所闻说出诽谤的闲言碎语。当时，萨霍国的人民对公主的出离与修行生活很关注，所以消息很快就传开了，一传十，十传百，最后传到了国王的耳朵里。国王听到这个消息，大为震怒，他心想：我得罪了那么多国王，就是为了让她们好好修行，现在竟然发生这样的事情！我身为一国之君，这对我来说简直就是奇耻大辱！

国王在盛怒之下，派出大臣与士兵去惩罚她们。当大批人马浩浩荡荡地赶到禅修院时，莲花生大士正在为她们传授佛法。虽然被派去的大臣和士兵并没有见到任何不清净的行为，但也只能遵照国王的命令，将莲花生大士拉下法座并绑了起来。

这时，曼达拉娃空行母在旁边急忙辩解道：“各位王臣与侍卫们，这位慈悲的上师是一位殊胜的化

身，他来此是为我们传授能获致觉悟的胜妙佛法。我们每个人都是清淨的，并没有受到丝毫世俗的染污。所以请你们立即释放尊贵的莲师。”那些大臣和士兵，对公主的话置之不理，将莲师捆绑后带走了，也按照国王的命令，将公主和宫女们监禁了起来。

国王对这件事情感到非常生气，他觉得一定要给老百姓一个交代，于是让大臣们挨家挨户收集木材，准备在 7 天后活活烧死莲花生大士。

依照国王的命令，家家户户都提供了焚烧莲花生大士所需的木材。7 天后，也就是三月初十那天，国王下令执行死刑——将莲师放在堆成山的木材上活活焚烧。国王下令后，士兵点起火把，刹那间，烈火烟雾腾空而起。

那些大臣和士兵以为莲花生大士必定会葬身火海，可是出乎意料的是，整片火海转瞬间竟成了一片具八功德水的清淨湖泊。在湖泊中央的莲花上，莲师

以国王游舞式安坐在莲花蕊心，其相好圆满的身相，显得更加庄严、美妙。

在场的大臣、士兵——Police，是吧？那些“公安人员”非常害怕，急忙跑回王宫向国王禀报。国王刚开始根本不相信，甚至到了现场亲眼见到那样的神迹后，仍然半天反应不过来，以为是自己的眼睛花了。过了好一阵子，国王才逐渐接受所发生的一切。醒悟过来的国王，心中充满悔恨与绝望，因极度悲伤而扑倒在地，哭喊着向莲师忏悔。为了得到莲师的宽恕，国王祈求莲师接受萨霍国的国政、人民以及宝库里的所有财富。

虽然莲花生大士的身体丝毫没有受到熊熊烈火的伤害，但衣服已经被烈焰吞噬。因此，国王命令大臣立即去王宫，取来最新、最好的服饰供养给莲花生大士，其中就包括“见解脱莲花帽”。直到如今，像阿富汗等印度北部的一些国家，国王戴的帽子仍然没有

太大变化。

通常而言，莲花生大士的冠冕有三种，分别是莲花苞帽（莲师降生时，诸位空行母所赐，作为部主标帜的冠冕）、鹿耳帽（莲师于八大尸陀林行持禁行时，诸位空行母所赐，作为功德标帜的冠冕）和萨霍国王供养的“见解脱莲花帽”。¹⁷

萨霍国王将宝库里的莲花帽、披风、衣冠全都供养给了莲花生大士。莲师说道：“大王，你仔细听着，我的无漏金刚身，宛如虚空一般，不会被四大所害。我早已证得无来无去的果位，不需要任何世间的财物，我来到此地，只是为了开示佛法，引导你们趣入

17 《大圆满前行引导文》：莲花生大士的这顶冠冕有三种不同类型。邬金第二佛既不是由父因所生，也不是由母缘所成，而是在西南具乳海中的莲花花蕊间，于顿生觉性中诞生并证悟现有本基圆成的，当时诸位空行母赐予作为他部主标帜的冠冕，叫做“莲花苞帽”。莲师在八大尸林中行持禁行，行为远离善恶之边的时候，诸位空行母赐给作为他功德标帜的冠冕，名为“鹿耳帽”。莲师在萨霍国被国王哲拉活活燃烧的时候，他的金刚身不受火大灾害的侵袭，全身赤裸，显得凉凉爽爽一样如如安坐在莲花中央。当时国王惊奇不已，生起信心，于是下令：“打开新锦缎宝库的门，取出我所有的衣冠！”这位萨霍国王将一切妙衣、服饰，连同国政、眷属一并供养给莲师，当时国王所敬献的那顶冠冕就称为“莲花见解脱帽”。这里指的就是这顶莲花见解脱帽，或者叫做具瓣五部帽。这顶冠冕内外双层表示生圆次第双运；顶端三尖表示三身；五种颜色表示以五身来利益众生；日月表示智慧与方便；蓝边装饰表示三昧耶无边无际；金刚宝顶表示三摩地如如不动；鹰鹫的顶翎装饰表示见解证悟到极点，修行已达究竟。

佛道。”于是，萨霍国王下令释放公主和宫女，并且命令全国人民前来莲师面前听受正法。

莲师在萨霍国待了很长时间，有的传记说是13年，说法不一。莲师为萨霍国的众生传授了大乘密法，他们皆对莲师生起了不退转的信心。后来，包括国王在内的十多万萨霍国众生，全都获得了持明果位。

度化了萨霍国的众生后，莲师和曼达拉娃空行母一同前往尼泊尔的玛拉蒂卡。法王如意宝去尼泊尔时，本来也打算去玛拉蒂卡，但因为路途遥远，所以邀请方准备租用一架直升机接送。但后来说天气不好——不知道是天气不好，还是邀请方的费用不够？因为包一架直升机的费用很贵。总之当天等了很久，但还是没有去成。听说现在去玛拉蒂卡朝圣的人很多。莲师和曼达拉娃空行母在那里闭关修持了三个月的时间，之后都获得长寿持明，成就了无死虹光身。

前面的这段传记，主要讲莲花生大士被火焚烧时，大显神变调伏萨霍国众生的经历。

我是看莲师传长大的，在很小很小还不太认识藏文的时候，就经常拿着一本莲师的传记在山上或树林里阅读。为了畅快地阅读莲师传，当时特别想精通藏文——那时要是有声书就太好了！

山上有一些曾经出过家的修行人，我总去找他们，让他们给我讲莲花生大士的生平事迹。他们有些人讲得很好，所以，在我的智慧书函里，收藏着很多不同版本的莲师传记。

伏魔至尊狮子吼

莲师为了调伏不同的众生，显现了八相，每一相都是莲师非常重要的示现¹⁸。以上是八大莲师中的

18 《莲师金刚七句讲解》：（一）海生金刚：最初，阿弥陀佛心间的“舍”字，投射到邬金达那够夏大海的莲花上，莲蕊中诞生了一位八岁童子。邬金国王恩扎布德膝下无子，因其乐善好施，不时供养三宝，故国库空虚，于是到大海里

寂静相——巴玛托创匝和巴玛嘉波（莲花王）的简短介绍。昨天讲了多吉卓罗，接下来，我们看看狮吼莲师

取宝。在回程途中，大臣紫那木扎首先见到莲师，接着国王也见到了，对其生起极大信心，迎请到宫中作为太子，赐名“海生金刚”。

（二）忿怒金刚：莲师降伏了奸臣之子，国王将其流放到尸陀林。他在不同的尸陀林中，为有缘的人与非人宣说了种种殊胜法门；对无缘的、对佛法有邪知邪见的鬼神，以忿怒金刚的形象全部降伏。

（三）释迦狮子：在印度金刚座，莲师示现种种神通，说自己是自生之佛陀。很多人不信，并加以诽谤。为把这些众生引入解脱道，他在扎巴哈日上师座下示现出家，此时被称为释迦狮子。

（四）爱慧莲师：莲师于西日桑哈、桑吉桑瓦（佛密）等诸多上师面前，得受了以大圆满为主的众多显密教授。他听闻任何一部经典和续部，都能了如指掌、通达无碍，故叫做罗丹确哲，汉译为“爱慧”。

（五）巴玛托创匝：莲师在萨霍国示现种种神变，国王最初不承认他的成就相，命人堆积木柴焚烧他，结果烈火变成了湖，木柴变成了莲花，莲师端坐在莲花上，颈上挂着骨鬘以作庄严，没有受到丝毫损伤，此时叫巴玛托创匝。托创匝即颅鬘妙力之义，指莲师用骷髅鬘装饰身体。

（六）莲花王：萨霍国王和大臣们对莲师生起极大信心，请他担任国师十三年，并从国库里取出珍贵的衣饰、莲花帽等作供养。莲师戴着莲花帽，这时叫巴玛嘉波，即莲花王。

（七）日光莲师：在格拉佐尸陀林，莲师示现种种禁行，给空行母们传授密续法门。并降伏了一些鬼神，对其宣说诸多妙法，在日光上显示各种神变，故叫格热宁玛沃热，即日光莲师。

（八）狮吼莲师：在印度金刚座，莲师于辩论中击败了五百邪见外道，并依靠咒术的威力降伏了他们，使外道们屈服并皈入佛门，此时叫格热森给扎卓，即狮吼莲师。

的事迹。

时魔外道大象群，大力我慢身强健，
伸出恶行之长鼻，

莲花生大士显现神变时，骄傲的魔王、魔众和外道，像狂象群一般蜂拥而至，十分猖狂。他们身强力壮、势力雄厚，现出种种狡诈的伎俩和凶恶的手段，意欲伤害莲师，给莲师制造违缘。

俗话说，道高一尺魔高一丈。释迦牟尼佛在成佛时，遭到了魔众的干扰。莲师在示现神变时，也出现了这样的情况。在印度，大象是力量很强大的众生，发狂的大象非常危险，经常摧毁房屋，杀害人畜，所以这里将魔众和外道比喻成大象群。

空行狮面怒母口，顿时吞下三有界，
以吽_的咄声动尊心，

正当那些外道和魔众想要伤害莲师时，狮面空行

母以顿时能吞下三界的威力念诵“吽”和“啪_的”来劝动莲师的心。其实很多降伏咒语中都有“吽吽”“啪_的”。

狮面空行母是一位非常重要的空行母，实际上，在莲师成就的过程中，狮面空行母经常出现。之前讲《莲师金刚七句祈祷文》时，也提到狮面空行母交给莲花生大士一个宝篋，嘱咐莲师降伏外道。后来莲师示现神变，以咒语降伏了外道。我们学院现在也一直在念修狮面空行母和金刚亥母。

起现降魔大等身，神变教理利齿爪，
 享诛反方野兽餐，美名吼声震三有。
 彼时上空诸天人，称扬彼名狮子吼，

经由狮面空行母的劝请，莲师起现降伏魔众的大清净、大平等妙身。也就是说，莲师显现为雄狮王的形象。狮子既有尖牙，更有利爪，表示莲师不仅需要以教证、理证的辩论胜伏外道和魔众，更需要以神变

降伏他们。

狮子杀死猎物后，会将猎物吃掉。同样，莲师降伏了外魔野兽之后，便开始享用他所诛杀的反方。当然，这里并不是说莲花生大士通过作战杀死了很多人，然后再将他们吃掉，不是这个意思。对真正的成就者来说，就像昨天讲多吉卓罗修法时提到的那样，通过行持降伏的事业，将恶业众生的五蕴网罟超度于清净法界，让众生获得解脱的快乐，这就是最好的美餐，也是最大的法乐。所以，世间美食不一定是真正的美味佳肴，降伏魔众才是最胜妙的美味。

以雄狮王的形象降伏了外道和魔众后，莲师的威名震动整个三界，上方的天人异口同声地称赞莲花生大士为“狮子吼”。为什么莲师在这里被称为“狮吼莲师”呢？一是因为狮面空行母“吽吽啪_的啪_的”的劝请。同时，在因缘具足的情况下，莲师示现雄狮王的忿怒相，降伏了所有的外道和魔众，所以被称为“狮

子吼”。

在法王的境界中，莲花生大士在莲花湖降伏了许许多多的外道和魔众。那里耆那教徒很多，他们叫“班佳”，一辈子不剪头发，而将头发全卷在白色的布里面。不知道他们承不承认这段被莲师降伏的历史。不过，他们也称莲花生大士为“古汝”，将莲师视为重要的传承上师。

不仅是玛拉蒂卡，莲师在印度、尼泊尔和克什米尔等地示现神变的山洞和圣地，也被各宗教的教徒当作他们的朝圣之地，他们认为自己宗教的祖师和教主，在那里降伏了教敌，展现过伟大的神迹。

众生的业力和业感不可思议，诸佛菩萨的示现也不可思议，所以确实可以有种种不同的游舞。因此，我们不能绝对地说：“莲师唯一是显现在我们面前的量士夫。”对于不同的说法，我们应该理解。各宗各派都会赞叹自己的宗派和本师，这也是合情合理的。

世界上的任何一个宗教，其传承上师和持教者都会着重赞叹自己的宗派。

人类就是这样，对于自己的家庭、民族和国家很在意。如果有人说自己家的坏话——对出家人来说，遇到说自己寺院的坏话就会很生气，这就是贪嗔痴，人类共有的烦恼。宗派之间的分歧，很多时候也是因此而来。

总之，我们既要掌握自宗的不共特点，同时，也要懂得包容不同的观点和看法。

**现量显示尊中尊，大地美女肩难撑，
颤动呻吟相交织。**

在讲了莲师示现寂静相调化萨霍国众生的经历，以及示现忿怒相降伏外道和魔众的事迹后，法王紧接着以诗学的修辞手法赞叹莲师的伟大示现。

当时，人们亲眼现见莲花生大士将火海变成湖

泊，调伏萨霍国王，降伏外道魔众。这些不可思议的伟大行为，展现了莲师无与伦比的强大威力，甚至连大地美女也觉得难以承受，以致大地不断地颤动，颤动和呻吟交织在一起。

诗学里有这样的表达，世间也有这样的说法，比如我们会说：这个功德实在是太大了，连天地都没办法容纳，大地似乎快要裂开，天空也行将塌下。

如是无等大上师，千万寂猛游舞戏，
一时展现之圣地，成为亲见喜宴时，
意童欢喜翩起舞，引吭唱此无伪歌。

无与伦比的伟大上师莲花生，示现的千万种寂静和忿怒的游戏，在同一时间展现在莲花湖圣地。如今，我现见这样的喜宴，内在心意的童子充满欢喜，不由自主地翩翩起舞，放声唱起这首无有勤作、任运流露的信心欢歌。

“千万”是很多的意思。莲师示现神变调化萨霍王，是寂静的游舞；显现雄狮形象，降伏外道和魔众，则是忿怒的游舞。这些游舞展现在莲花湖，而法王现在亲眼见到了莲花湖，所以非常欢喜。法王将自己的内心比作一位童子。童子因为欢喜而翩翩起舞，引吭高歌。“翩翩起舞”是指法王当时的心态，“无伪歌”则是指这首祈祷文——法王当时很快就唱出来了，根本没有任何的思索和造作。

**殊胜处您三界中，利生事业不越时，
亲口金刚之立誓，劝请速现诸验相。**

后面这部分是对莲师的祈请。殊胜的皈依处——莲花生大士，您在三界中的利生事业永远不会越时。

“乃至轮回未空之前，要利益无量无边的众生”，这是您以金刚语亲口立下的誓言。因此，我现在劝请您、祈祷您，在我等众生面前，迅速现前一切加持的验相。

莲师不会放弃利益众生，而是会一直度化众生。

不像有些发心人员，“我发心四五年了，已经利益众生很久了，您可以考虑换一下吗？不然我都老了。而且我现在心脏不好，一天到晚咚咚咚地跳，您可不可以关心一下？”“我不行了，头好痛，我可不可以下山了？”“我带班已经八年了，现在不带了可以吗？请您放了我吧……”有些法师好像觉得带班、转法轮是一件很痛苦的事情。莲花生大士不是这样的，他以金刚语承诺：永远利益众生，利生事业永远不会完结。

莲师您既然已经立下过利益众生的誓言，而且您在三界中的利生事业永远也不会间断，那么我现在就祈请您，请您迅速为我们众生显示加持的验相。

也就是说，众生需要的任何验相，包括身心健康、升官发财，等等，都祈祷莲师赐予。

尤其我等诸雪域，最胜依怙诸民众，

不谋而合同一心，日夜随念莲师尊，
悲切深情猛呼唤，大爱汝岂置不理？

尤其是我等藏地雪域最殊胜的高僧大德等怙主以及全体民众，不谋而合、一心一意、日日夜夜地随念您、祈祷您，以悲切与深情之心，猛烈地呼唤您。大慈大悲的莲师，您怎么忍心置之不理？

今发大悲之威力，灌顶加持具信我，
持教大德久住世，正法兴盛于十方，
众生安乐行正法，现前一切所求果。

祈祷莲师您现在就发起大悲之威力，为您的心子我，赐予加持和灌顶。同时，祈祷莲师您，加持所有的持教大德长久住世，正法恒常兴盛于十方，众生具足安乐并且精进行持正法，祈愿一切善妙的心愿都能迅速成就。

此文，是朝拜圣地莲花湖时阿旺罗珠宗美即兴脱

口而出，弟子南珠由录音立成文字。善哉！

这篇祈祷文，是法王如意宝阿旺罗珠宗美在朝拜印度圣地莲花湖时即兴脱口而出——法王当时不假思索，一下就将这些偈颂唱诵了出来，当时由弟子南珠录音，并立成文字。

这篇莲师祈祷文是南珠堪布立成文字的，昨天讲的多吉卓罗修法是我立成文字的，但法王没有写我的名字。我们去印度是南珠堪布他们祈请的，所以在印度要看南珠堪布的面子，然后我就随便，不写也无所谓。（众笑）

在立成文字时，后面的小字部分也由法王确定，并不是我们随意加的。从这个地方也看得出来，法王对南珠堪布还是很重视的——善哉！

三点希望

今天听课的道友们，大家都对莲师有信心，而且大部分都是金刚道友，所以我在这里提几点希望和要求。

第一点：希望大家团结和合。

佛教内部的团结非常重要，无论是在同一位上师面前得过法的金刚道友，还是在同一个班级一起学习的志同道合的佛教徒，相互之间应该融洽相处，要发自内心地融合在一起。

我身边的发心道友，不管从哪方面看，都很团结，对内对外都还可以。我们作为大乘修行人，最重要的就是利益众生，虽然有时候利益众生有一定的困难，但不管怎么样，我们至少要调伏自己的心相续。无论身边人的见解和行为是否与自己相同，我们都应该以和平的方式对待，以和平的方式处理所有的

问题。

事实上，团结就是和平。许多人祈愿世界和平，但世界和平可能太宽泛了，为了世界和平，我们首先要保证自己的内心和平、与周围人的关系和平，在这个基础上，世界和平才有可能实现。

有时候，我会通过身边人的语言和表情，来观察他们相互之间是不是有什么矛盾。他们很聪明，知道这一点，所以在我能看到的方，相互之间哪怕装着也会笑一笑。表面上的和平当然也可以，但我很希望：大家发自内心地关爱身边的道友和家人。

道友之间要团结和合，同样，家庭成员之间也要团结和合，这样，家庭才会和平。也许是业力现前，现在越来越多的人看不惯自己身边的人——子女和父母互相看不惯，兄弟姐妹互相看不惯，与身边人待在一起时经常吵架，其实这是特别不好的现象。家庭是世界的细胞，家庭不和睦，世界怎么可能会和平？如

果每个家庭都争吵不休，那么，整个世界也会开始动乱。因此，希望每个群体都能和平。

有些上师身边的人，整天勾心斗角，人们看到时会觉得：“噢，这个上师好痛苦啊！”如果他身边的每个人，都发自内心地关爱其他人，相互之间团结和睦，我们自然而然会得出结论：“嗯，这个上师一定很快乐。你看，他身边既没有外战内战，也没有冷战热战，很好的。”

如果你们愿意听我的话，那么，希望每个人都能够发自内心地与身边的人和平共处。

第二点：希望大家发大心。

每一位大乘佛教徒都要发大心，不要整天想着自己的烦恼和痛苦，而应该想：怎样让佛法恒久地延续。比如说，你们道场有十个人，那么，每个人都应该想：“我们以后要如何弘扬佛法，怎样才能将佛法

弘扬开来？”大家要站得高一点，看得远一点，尽量弱化自私自利的心，最好将其化为乌有。

有的佛教徒，大的方面，比如护持道场、弘扬佛法、利益众生，这些根本不想，整天想的就是“我的学习，我的考勤，我的修行”。如果起心动念、说话做事，想的全是个人的烦恼和个人的事情，那活也活得不开心，做也做不了什么事情。这也是为什么有的道场最后无法维系下去的原因。而有些道场里有智慧的人，首先想的就是：“我们的道场，对众生很有利，我们的传承和法脉，能为众生带来极大利益。所以，怎样才能让我们的道场和法脉，持续兴盛几百年呢？”

每一位有闻思修因缘而待在道场的道友，都应该从长远的角度考虑道场的延续。因此，我希望你们每一位都要想到将佛法弘扬于整个世界，让佛法久住于世间，要有这样一颗广大的心！

第三点：大家要精进修行，而且要开心。

好像很多道友都有点灰心丧气的，总觉得自己已经不行了。我遇到一些道友的时候，他们跟我说：“您不要问我修行，我现在修行特别不好……”不要这样贬低自己。我觉得大部分人的修行都很好，想想看，你从原来不学佛到现在学佛，而且每天都会看书、听课，虽然有时候比较忙、烦恼稍微多一点，但很多方面我其实是很满意的。你们最懒惰的人，我也觉得非常伟大，至少你知道自己有点懒惰。（众笑）

所以，我觉得每个人都是有希望的，没有佛性、没有希望的，我一个也没看到。每个人都有希望，真的有希望，只是自己不要有自轻凌懒惰。个别道友总是觉得：“啊，我肯定不行的！我这样的恶人、我这样的坏人、我这样的……”世界上有些六根不全的人都有那么大的发心和精进力，我们这些六根齐全的人，为什么要如此自我轻凌呢？所以，希望大家精神

高昂，持之以恒地精进努力，要对自己有信心——要自信，自信很重要！

威猛法音震三有

今天为大家传讲了莲师略传，你们以后可以经常念诵。

前段时间，我们喇荣居士林的在家人自发念诵了这个莲师略传并录了视频，这里给大家看一下。

（播放视频）

他们大概有几百人，都很年轻，不是知识分子，是周围的牧民。

念诵莲师的传记，除了能辟邪除障，让世间风调雨顺以外，还有许许多多的功德。我也希望，以后各个地方都能传出这样威猛的法音。

我们今天还安排了藏语和汉语的念诵，大家听一下。

（藏语念诵莲师略传，汉语念诵莲师略传）

汉文的调子，听上去有点——以后可能还要再改一下。这是刚刚才安排的，可能还没来得及练习，也没人教。大家念诵还是很认真的，但那个调子有点——不知道谁教的，第一次听到（众笑）。可以，挺好的，这是一个因缘。

法王的这个莲师略传有很大的加持力，希望以后将其做成念佛机，放在家里播放，可以辟邪除障。

附：

莲师略传

法王晋美彭措·造论

索达吉堪布·翻译

诶玛吹

祈祷大悲幻化身，无等智慧威力尊，
 持明莲师予垂念，加持外内密违缘，
 消法界中而现前，法政无余善妙果。
 昔日自生莲花生，为萨霍王活烧时，
 四大害显觉空严，八功德水湖中央，
 叶果严饰莲花蕊，现出相好庄严身。
 聚此君臣信心海，涌动无法相容纳，
 双手合十之莲花，速于首髻而顶戴。
 时魔外道大象群，大力我慢身强健，
 伸出恶行之长鼻，空行狮面怒母口，
 顿时吞下三有界，以吽_的声动尊心，
 起现降魔大等身，神变教理利齿爪，
 享诛反方野兽餐，美名吼声震三有。
 彼时上空诸天人，称扬彼名狮子吼，
 现量显示尊中尊，大地美女肩难撑，

颤动呻吟相交织。如是无等大上师，
千万寂猛游舞戏，一时展现之圣地，
成为亲见喜宴时，意童欢喜翩起舞，
引吭唱此无伪歌，胜皈处您三界中，
利生事业不越时，亲口金刚之立誓，
劝请速现诸验相。尤其我等诸雪域，
最胜依怙诸民众，不谋而合同一心，
日夜随念莲师尊，悲切深情猛呼唤，
大爱汝岂置不理？今发大悲之威力，
灌顶加持具信我，持教大德久住世，
正法兴盛于十方，众生安乐行正法，
现前一切所求果。

此文，是朝拜圣地莲花湖时阿旺罗珠宗美脱口而出，弟子南珠由录音立成文字。善哉！

《莲师祈祷文·除诸违缘速成心愿》讲解

第二世敦珠法王·造论

索达吉堪布·译讲

2019年8月7日

今天的课，主要是讲一篇简短的莲师祈祷文。

闻思修不能断

在此之前，我先说一下。跟以往相比，现在我们在各地的管理比较规范，同时大家也在系统地闻思修行。闻思修行确实不是一件简单的事。如果问你学习

轻松，还是不学习轻松？应该是不学习轻松。不思维和不修行轻松，还是思维和修行轻松呢？肯定是不思维、不修行。什么事情都不做是比较快乐、放松的。可是，我们即生中遇到这么好的佛法，如果没有系统地学习，那的确非常可惜。你想得到法要，就一定要闻思修行，关于这一点，很多人在道理上是明白的。

如今，城市里修行人的闻思修行其实不算特别精进，如果和古代大德们求学、求法的精神相比，应该有天壤之别。且不说古代，近代的像在学院里持续闻思十几、二十几年，常年如一日的一些道友，如果与他们的精进相比，现在城市里就算是比较精进的一些人，后者所花的时间和功夫，可能没有前者多，因为城市里散乱的因缘毕竟较多。

虽然现在在城市里闻思修行比较艰难，但是希望大家要坚持，这样你自己会获得利益；如果你自己获得了利益，那么众生也会直接或间接得到利益。所

以，首先要求大家，不要间断闻思修行。纵使你在学修的过程中有一些间断、烦恼和掉队的现象，但还是要重新投入并切实地修行。这是第一件事情。

要长久发心

另外，对于各地的发心团队，我真是非常感谢！你们自己在学习的同时，还要管理别人，做很多发心的事，这就是真正的弘法利生，真的特别不容易。其实像你们现在这样，边学习边做一些发心的事情，就是在弘法利生。如果每个人都觉得教法跟自己没有什么关系，一直对很多事情置之不理，那谁来弘法呢？

即使是特别有能力的人，也不会说：“哦，我应该来弘法，你们都不应该。”没有人会这样分工，包括我们的传承上师们，他们不会说：“我今天多给你传一点法要，以后你一定要承担更多的责任。”传法上师们都是平等地赐予法要甘露，而在得到法要

之后，弟子们各自都有责任和弘法的重任。所以，每个人在力所能及的情况下，都要做一些弘法利生的事情。

最近，我接触了不同地方的一些发心人员，还是很开心，为什么呢？因为从平时的讨论看来，大家都关心各个地方弘法的情况。在弘法利生方面，像如何建立道场、让大家系统学习等等，大家一直都考虑得非常周到，有些人甚至为此日思夜想，真的很好。

我也看得出来，哪些人真的有这种利他心，哪些人整天在忙着自己的事，耽著自己的烦恼，总想着自己的琐事。一个人内在的菩提心，到底是怎样的呢？这可以通过他的语言和行为来推断。

希望各地的发心人员，不要认为：“我发心已经有两三年了，应该可以不用继续发心了。”根据这样的逻辑，从世间法的角度，其实我应该早就退休了。当年在甘孜跟我一起读书的同学，基本上 90% 都退休

了。他们都成了爷爷奶奶，好多人在成都、郫县那些地方养生，除此之外，他们也不做什么事情，包括世间的工作。

学院这里，除了极个别的老堪布以外，像我这种年纪仍在讲经说法的人基本上没有。我们哪怕是一年、一个月、一天能撑得住，也一直坚持讲经说法。能坚持多久呢？这跟因缘、寿命等各方面有关，但无论如何，我还在不断地为此而努力。

希望各地的发心道友不要太自私。昨前天传讲了《修心七要》，虽然这是一个修心的窍诀，但是它始终强调，要把利他菩提心作为自己修行的核心要点来受持，否则就谈不上是大乘佛子了。

今天，我想在此劝一下大家。

首先，你们不要间断闻思修行。如果遇到一点事情就把闻思修间断，那非常可惜，所以不要半途

而废。

其次，对于发心人员，如果你们发心期间因为一些事情，而休息了一段时间，那么休息一两年后，还要继续发心。文殊菩萨从来没有休息，他一直在利益众生，那我们为什么要休息呢？我们同样是发了大乘菩提心的。如果你觉得不能跟文殊菩萨相比，那在休息一两年之后，还应该继续发心，这是很重要的。

各地的发心人员都各自提供了自己的人力、财力，或者其他方面的支撑，这是很好的。个人而言，我也给大家提供了一个最方便、最适合的学习平台。所以，大家应该善用这个机会来学习，也应该好好地周围的道友提供帮助。

另外，对于管理人员，希望你们不要太死板。现在，有些管理人员太情绪化，什么事情都不讲原则，只是随着自己心里的想法而行；有些管理人员则太机械化，管理得很死板，没有任何灵活性，这也不合

理。我们的管理必须要人性化与制度化相结合，这样各地的管理才能有序地开展。

希望发心人员在管理的时候做到平等对待、灵活处理。管理人员不要好像没有人性似的，只要自己有一点权力，不仅不利益众生，还要以此伤害众生。这样的情况当然是极为少数，可能是千分之一、万分之一，但是有没有这种情况呢？好像是有的。有些人世间的习气太严重了，一旦权力在手，就利用它来做一些不如法的事情。如果你即生中没有发现自己有这种情况并加以遮止，来世的因果你是逃脱不了的。所以，大家应该注意取舍因果。

要培养对莲师的信心

今天讲课的内容是什么呢？就是莲花生大士的祈祷文。这个祈祷文是第二世敦珠法王在他很年轻的时候造的。我初次看到这篇祈祷文的时候，好像是在尼

泊尔，当时心里特别欢喜。由于我没有得到传承，所以今天不能给大家念传承，但是我想和大家一起学习它的内容。

如果你们愿意念诵这篇祈祷文，可以把它加到自己的课诵里。但这不是强迫，因为也有很多其他的莲师修法，比如莲师七句祈祷文、莲师心咒和很多祈祷莲师的除障文，念诵这些也非常好。

今天，我会在字面上简单地介绍这篇祈祷文，之后大家应该会对莲师有全面的认识——这很重要。为什么呢？因为莲师是当今末法时代活生生的佛陀，如果你祈祷他，那一定会得到不共的加持、悉地及灌顶。

在个人所愿方面，如今很多人在社会中遇到各种不顺心的事情，如果你祈祷莲师，会得到非常大的加持，所以祈祷莲师非常重要；在全球方面，如果人们越来越重视祈祷莲师、修莲师法门，那会给整个世

界的众生带来很多幸福、安乐、和平，这是毫无疑问的。

也许有些人会想，修莲师法门是不是藏传佛教中个别宗派的说法？不是。就藏传佛教而言，如果没有莲师的加持，整个藏传佛教就不可能出现在这个世间，这是稍微懂一点历史的人也清楚的；就密法而言，莲师的加持和密法窍诀，以及让行者认识自己心性等等，凡是修行密法的人都非常清楚他的殊胜性，尤其是利根者或者对密法有所了悟的人。

那莲师的加持是怎样的呢？如人饮水，冷暖自知，修莲师法的人一定会心里明白。藏传佛教中，所有开悟者没有一个不信仰莲师。现在，不管是西方还是东方，各地的很多人都能感受到莲师的加持。当然，这也依靠你自己的信心，如果你没有一点信心，虽然莲师具有无量无边的加持，但你能否感受得到也是一个问题。

这篇祈祷文的作者是第二世敦珠法王。大概在1976年，有些记者问他关于藏传佛教大圆满的一些事情。当时敦珠法王说：“我们无上大圆满的主要开创者，以及把它弘扬于世间的祖师就是莲师。莲花生大士是我们这个时代，最直接利益众生的佛陀，他与佛陀无二无别。另外，人们的心态、身体是有变化的，但是莲师的加持永远不会有变化。所以在当今末法时代，祈祷和观修莲师至关重要。”的确，敦珠法王从小就对莲师有非常大的信心，他在五六岁的时候就开始取伏藏了。

大家如果能够真正了解，莲师那让我们认识自心本性的窍诀，就会知道他会让我们有多受益。当然，就算是现在对莲师虔诚的人，可能初时对他也不是特别了解。比如，没有皈依汉传佛教的人，初时可能很不了解汉传佛教中的观世音菩萨，但慢慢地深入了解后，他会逐渐对观世音菩萨有全面的认识。如今五浊恶世，在兴盛佛法和个人满愿等方面，大家都很有必

要去观修莲花生大士。

即生遇到莲师，无比荣幸

下面看一下祈祷文。

奇哉

“奇哉”是一种呼唤词，也是稀有——“艾玛
叭”的意思。

诸佛大悲汇为一，无欺唯一永皈依处，
祈祷莲师速悯念，今赐加持灌悉地。

第一个偈颂是我们对莲师的祈请文。它说，三世诸佛的大悲、智慧和威力合而为一的莲师，他永远无有任何欺惑，这是从利益众生方面讲的。永恒的皈依处就是莲师，无论是佛弟子，或者是没有任何信仰的人，我们都真诚地祈祷莲师您，请您悲悯垂念，在

当下迅速地赐予我们身口意的加持、四种灌顶和四种悉地。

其实，每个人都需要得到莲师的加持和灌顶。现在，世界各个国家的很多人都特别喜欢受莲师的灌顶。据闻，韩国等国家的佛教中心，每年都有莲师的灌顶，而受灌的人特别多。在美国纽约的很多宁玛派中心，也经常有莲师灌顶。像上师法王如意宝，他去各个地方的时候，也会灌莲师“缘起除障法”的顶。这个灌顶有广中略三种，法王一般会灌略的莲师除障。

除了由上师来灌顶，大家可以自己修持道灌顶¹⁹。比如上师瑜伽后面的部分，是依靠观修莲师来让自己的身语意获得灌顶、加持和悉地。总之，祈祷

19 《大圆满前行讲解》第134课：如果从基、道、果上分，灌顶有三种：一、在具有法相的金刚阿闍黎让我们进入坛城以后赐予灌顶，这叫做基灌顶。也就是我们平时在上师面前得受的灌顶。二、依靠上师瑜伽，不观待他缘而自己得受四灌顶，这叫做道灌顶。就像前面讲的，莲师的身口意及心间发出四种光，融入自己的四处。三、究竟果位（即十地末际）时，获得大光明或者深明无二灌顶，现前圆满正等觉，这叫做果灌顶。

很重要，大家要经常祈祷莲师和念诵七句祈祷文、莲师心咒等等。

虽知您诸传记德，大恩胜过其余佛，
乐时未念莲师您，祈祷亦成口头禅。

这个颂词的第一句说，虽然知道莲师您广如烟海的传记中，记载了您非常不可思议的功德。莲师的传记特别多，现在有些英文和汉文的介绍，说莲师有九大传记；藏传佛教的很多伏藏大师，像绕那朗巴、班玛朗巴、德钦朗巴等等，开取了不同的莲师传记。

颂词还说，对于末法时代的众生，莲师的恩德超越了其他佛。其他的很多佛已经示现圆寂了，他们的教法也已经隐没了，但是莲师如今在我们这个时代，还在示现各种各样的化身。以前藏传佛教的很多大德，都是莲师的化身，包括法王晋美彭措。法王的传记里引用了多智钦的授记：吉祥莲花生大士的化身就是晋美彭措。它直接说法王就是莲师的化身，这确实

不是空谈。

不论是否是法王的信徒，很多人也都知道，虽然法王如意宝圆寂至今快 16 年了，但是他所弘扬的显密教法仍然如日中天。对于多智钦的授记，法王自己倒不承认：“我不是莲花生大士的化现，但是也许我获得过莲师身语意的加持，从这个角度，可能可以称之为化身。”不管怎样，藏传佛教中特别了不起的很多大德，都受过莲师身语意的加持，然后他们在弘法利生方面都非常有力量，这样的大德不断地涌现。所以说，莲师的恩德胜过其他佛。

这个颂词的后两句说：但是我们浊世众生，在快乐的时候并没有想念莲师您，甚至祈祷也变成了口头禅，没有一心一意地祈祷您。

一般人都是这样的，在快乐、幸福和顺利的时候，不会想起上师、佛和法；一旦遇到违缘、受到折磨或者是不顺利、倒霉的时候，就开始寻找依

靠处——“啊！这里有一个佛！请问我该怎么办好啊？”确实，很多人在快乐的时候，根本不会想起上师；而在痛苦的时候，像家里出了事、感情出了问题、得了抑郁症等等，才特别有激情、非常认真地笑着或者哭着，给莲师“打电话”——马上祈祷。

其实，作者在此用了一种谦虚的语气，我认为他的祈祷不会变成口头禅，而是真实的祈祷。因为我看过第二世敦珠法王的一些伏藏法、道歌等等，也学习了他的一些教言，虽然学得不是很多，但是看得出来，他对莲师有一心一意的真诚信心。

第一世敦珠法王也是如此。在翻译他的教言时，我发现他在每一个教言的前面都会祈祷莲师。所以，道友以后无论是造论还是讲法，都应该先祈祷或者观想莲师。

每个人能否得到佛菩萨的加持，跟自己的内心有一定关系。如果你很虔诚、经常祈祷，便会得到佛菩

萨的加持。你跟上师的关系也是如此：如果你对某个上师不理不睬甚至恶目相向，那加持的源泉要真正融入你的心，可能会有困难；如果你特别虔诚，用恒久不变的信心来祈祷或者承侍传承上师，那你自然而然会得到加持。

今盛五浊衰败袭，不欲痛苦临头时，
深心忆念怙主您，深情呼唤悯垂念。

这个颂词说，如今恶世，五浊障垢非常猖狂，世间不断地涌现各种各样的衰败、痛苦和烦恼。同时，有许多我们不太愿意接受的、猛烈的痛苦降临到我们的头上。这时候，我们要从心坎深处忆念怙主莲师您，深情地呼唤您，请您以悲悯的心垂念我等浊世众生。

在五浊恶世，当痛苦降临自身的时候，如果大家祈祷莲师，他的加持会极其迅速地来到。噶托度达有一个教言：“在浊世黑暗非常猖狂的时候，莲师的加

持如皎洁的明月。”在时代越来越黑暗的时候，其他一些佛的事业可能会有所损减，但莲师的事业会越来越增盛，加持会越来越迅速，所以平时祈祷莲师是非常重要的。

那天，我准备在藏微博发一个麦彭仁波切的教言。教言说：“仅仅是忆念，得到的加持便如密布的云。”仅仅是忆念莲师也会得到他许多的加持。麦彭仁波切还说：“一切三根本加持的根源，以及对藏地有无比恩德的莲花生大士，我可以在您的足下顶礼，真是非常荣幸！想到有些人，他们没有很好的本尊，跟他们的命运相比，我即生中有这么好的本尊和上师，也对莲师您生起了这么大的信心，真是很幸运！”

法王如意宝也经常说：“在广大、可怕的轮回中，现在很多芸芸众生没有依靠处；有些人虽然有依靠处，但是他们自己充满邪知邪见，非常可怕。这个

时候，我们找到了特别殊胜的、今生来世的依靠处和皈依处——莲花生大士您，这的确确是我们此生非常荣幸的事情。”意思跟刚才麦彭仁波切的金刚语是一样的。

所以，大家今天在一切收获中得到了最大的收获，一切拥有中得到了最殊胜的拥有，一切皈依中找到了最永久的皈依处。大家最好通过学习莲师的教言、传记等来了解莲师，并跟他建立很好的、正面的信心和感情。

虽然佛菩萨很殊胜，但有些刚入道或者刚了解的道友，起初祈祷的时候可能找不到感觉，这样加持就不一定来得迅速和猛厉。这时候，你可以先去了解，就像你崇拜一个明星，初时你不认识他，但通过慢慢了解，之后你会对他一直关注。同样，你可以经常观想莲师的身相、念诵他的咒语，让你的心安住于与他无二无别的智慧中，诸如此类的很多行为，要是不断

串习，最后你对莲师的信心永远也不会退转，这非常重要。

大家祈祷的时候，内心要非常虔诚，如此会得到不可思议的加持，像麦彭仁波切所说，仅仅忆念莲师的名称，也可以得到无边的加持，莲师法门这么方便、殊胜，所以大家很有必要去弘扬。

接着是说，让外内密三种违缘消于法界。

地震火风旱洪水，外障天灾消于外！

寒热风胆涎疾患，内障身逆消于内！

五毒贪嗔希忧魔，密障心乱消法界！

外在方面，像地震、火灾、狂风、干旱、洪水等大自然的灾害，还有各种人为的灾祸，我们通过祈祷莲师，让这些灾祸全部消于外在的自然界中。

内在方面，跟我们的身体有关，包括寒热、风胆涎等八万四千种疾病。我们通过祈祷莲师，让这些内

在的、身体上的障碍，消于内在的地水火风——四大当中。

秘密的方面，是贪心、嗔心等五毒烦恼，还有希忧——希望和忧愁的魔众。我们通过祈祷莲师，让这些秘密的障碍和心烦意乱，消于秘密的法界中。如此祈祷后，外内密的所有障碍可以全部消于法界。

大家在弘扬佛法和自己修行的过程中，或者在日常生活中，都会有不同的违缘和障碍。面对违缘时，大家可以像《修心七要》所讲，以菩提心转为道用，也可以通过祈祷莲师来遣除这些障碍。无论是个人、集体或者是世界性的外内密障碍，把它们消除是很重要的，所以藏传佛教的课诵，一般会有各种类型的莲师祈祷文，包括《七品祈祷文》《遣除道障祈祷文》等等。

有一个祈祷文，它每一个偈颂的后面都有“外障外除，内障内除，密障密除”。1990年10月4日，

法王在印度南方的南卓林佛学院讲法，附近有格鲁派三大寺院之一的色拉寺。后来，色拉寺的僧人邀请法王到他们的寺院讲《三主要道论》、授长寿灌顶等等。同时，他们还请求法王念这个莲师祈祷文的传承。

那次出访，从尼泊尔开始我就负责录音。因为当时法王的眼睛看不到字——13 年当中看不清字，所以在法王传法之前，除了他自己能背诵的以外，全部仪轨、法本都是由我们先录音，然后法王在现场用耳机听录音复读来给别人传法、念传承。其实这样传法，对我们来说是很困难的，但对法王来说特别方便。

那时候，法王说我的录音不太好。在出访的僧团中，我念的藏文应该不是最好，也不是最差，但是法王显现上有点不满。同时，秋巴堪布一行人越过冈底斯山跑到印度来了。法王说：“让秋巴堪布来录音会好一点，今天是在格鲁派的大寺院，让他来录莲师祈

祷文。”

不知道秋巴堪布是如何录的。可能他没有经验，所以他没有特别详细地念每个偈颂的前面部分，吐字不是很清晰，“嗡嗡嗡”这样的；到了每个偈颂的后面部分，就是“外障外除，内障内除，密障密除”的地方，他就念得比较清楚。

当天，法王在现场听着录音机的复读来给大家念传承。念传承的时候，法王也跟着复读念，每个偈颂的前面就“嗡嗡嗡”，后面就“外障外除，内障内除，密障密除。”法王从法座下来后，就批评秋巴堪布，说他的录音一点也不好。自此以后，我就没有“失业”。（众笑）

秋巴堪布对我还是有恩德的，要是他当时不在，可能我便回不来了。印度有一座敏竹林寺，当时他们让学院安排一位能够传讲五部大论的堪布在那里待3年。去印度之前，他们和法王问我可不可以在那边待

3年，我答应了。我想，反正能去印度就可以了，应该没有什么问题。但是到了印度之后，我就不想待在那里了。

于是我问法王，我可不可以跟他们一起回学院。当时，法王的妹妹阿里美珠空行母也非常赞同我的观点，她说：“我们几个人一起来，回去的时候最好一起回去。”但是法王说：“我不好说，因为已经答应了，看你自己能不能想办法。”之后我问秋巴堪布：“你能不能代替我住在敏竹林寺？”秋巴堪布说：“应该可以，没问题。”最后，他就代替我在印度住下来。

法王当时也跟我说，如果能回去，还是回去。那时候学院有20来个汉族人，他说：“将来如果再多一些汉族人，你可能有传法的必要。如果秋巴堪布能代替，还是很好的。”之后秋巴堪布在那个寺院待了几年，后来在其他地方弘法的时候示现圆寂。

秋巴堪布是位很好的堪布，他的个子特别高，好像现场经堂里的人都没有他那么高；他的声音很大，在阳山传法的时候，阴山的人可以听得非常清楚。

（众笑）

刚才说外障外除、内障内除，至于秘密的障碍，有些在表面上看不出来。《智悲精滴》里引用了法王如意宝讲过的一个公案。以前有个叫阿切桑给的人，说自己能开取很多伏藏法。他去找第一世敦珠法王给他鉴定，敦珠法王说：“这不一定是真实的伏藏。”他听了不高兴，认为是法王嫉妒他。之后他去找另外一位上师，但那位上师没有理会他。

后来他去找蒋扬钦哲旺波，蒋扬钦哲旺波跟他说：“你先念 1000 万遍莲师心咒，之后再看看。”他念完 1000 万遍莲师心咒的时候，在他的感应中，看到有个老僧人倒下去。他才知道原来自己之前有魔障，他取的并不是真正的伏藏法。从此之后，他再也没有

取什么伏藏，或者有什么神通等现象，而变成了一个真正的修行人。

有些秘密的障碍，表面上好像是你现在的成就很好，或者梦境、白天的显现很好，但实际上如果慈悲菩提心没有增上，就不一定是真正的道相，可能是障碍。

祈祷莲师能息灭战乱、瘟疫和贫苦

下面总共有十几个以“莲师尊”结尾的颂词。莲师的传记说，莲师快要离开藏地去罗刹洲的时候，因为国王的请求，莲师传了13个金法。金法中提到，莲师以不同佛的形象来利益众生，比如财神佛、药师佛、无量光佛……它的内容跟这里比较相近，现在简单地介绍一下。

世界有情受苦时，赐予和平莲师尊！

世间的各种众生感受非常严重的痛苦，包括民族与民族之间、国家与国家之间冲突所引起的痛苦。在人心非常慌乱的时候，请让整个类获得和平——国家、民族、家庭的和平，还有办公室和公司里也要和平。一家人如果不和平，整天处于冷战、热战中，是很痛苦的，而祈祷莲师就能获得真正的和平。

以前去不丹，确实感到不丹举国上下对莲师有巨大的信仰。如果和某些地方比较，不丹还是很和平。在那里，你可以感受得到莲师的加持和人们对莲师的信心。不丹的巴卓达仓，也就是虎穴，是莲花生大士一个最重要的圣地。虎穴在很高的悬崖上，多吉卓罗伏藏法就是在这里开取。这个地方很美，从下面看，虎穴神似多吉卓罗，两边的眼睛则有点像马头明王。

虎穴附近有一个法王住过的地方，叫沃拉唐，当时我们在那里住了几天。好像沃拉唐现在还有住房，如果你们以后去——我是不是在给这家小宾馆打广告

了？（众笑）好像是 303 号房。听说不丹人都知道那是法王住过的地方。那是森林中的客房，环境很好，以后有机缘的时候，我也要再去那里。总之，从不同方面的观察可知，主要是因为不丹的人们祈祷莲师，所以不丹的整个国土很和平，人们的内心很快乐。

边中军兵四起时，遮止战乱莲师尊！

不管是边地还是国土中央，在军兵四起的时候，祈祷莲师尊者能遮止这些战乱。

现在的世间，有时候看起来非常可怕，什么经济战、贸易战、科技战、金融战，各种战争都有，尤其是武器战。有些虽然不是武器战，但实际上也是互相伤害得特别可怕。在全世界战乱四起的时候，大家可以祈祷莲师，使战乱得以遮止，让众生得到和平。

现在，世界上应该有 195 个主权国家，大部分的国家，无论是他的邻国还是国内，都有不同程度的纷

争、战乱，有些地方非常可怕。总之，现在全世界不太和平，大家应该经常祈祷莲师，这非常有必要，因为祈祷莲师的缘起不可思议，可以平息各种战乱。

梦魔鬼疾瘟逼时，根除病魔莲师尊！

在梦魔鬼和瘟疫逼迫的时候，祈祷莲师能根除所有这些病魔。

一般梦魔鬼就是晚上压着你、让你喘不过气的一些妖魔鬼怪，或者是让你非常害怕的鬼神。此外，世间还有各种各样的瘟疫。以前很多国家出现过许多瘟疫，包括埃博拉病毒；现在像菲律宾等一些地方，也有各种不同的、特别严重的疾病在蔓延。埃博拉病使内脏在很短的时间内糜烂，特别可怕。在非洲的刚果等地方，它蔓延得非常严重。

无论是疾病蔓延，还是个人做恶梦，在出现各种危机的时候，大家要祈祷莲师。我自己也经常这样

做，有时候半夜三更做了恶梦，我想：“哇，不行！”然后就祈祷，心里想起谁就祈祷谁：想起度母就祈祷度母，想起莲师就祈祷莲师，想起上师就祈祷上师；迷迷糊糊中，有时候也不知道先想起谁。无论如何，我祈祷得比较多，也许自己对上师、莲师等佛菩萨有信心，所以祈祷以后就没有出现恶缘。

器情舍福贫苦时，开财伏藏莲师尊！

当器世界和有情世界舍离了福德，处于特别贫穷的状态时，要祈祷莲师开取我们的财伏藏、意伏藏、智慧伏藏等等。

要是全世界的所有资源全部耗尽，最后人们会无依无靠。轮回中的众生，他们的业力和福报的确是辗转不断、无常的，没有什么可靠处，历史上这样的例子多不胜数。

以前大唐特别兴盛，无论是从全世界还是从历史

上看，它不管是佛法还是财富都非常圆满。到了 16、17 世纪的时候，欧洲的荷兰崛起，从全世界来看，它的财富非常圆满，也统治了很多国家。之后像法国、英国，也兴盛了一段时间。在全球来讲，从二战以后到现在，最兴盛的国家要算是美国，但将来会怎样呢？

有些国家的福报不断地增上，有些国家则不断地耗尽福报。如果一个地方的人们造的恶业越来越多，也许他们现有的福报，在很短的时间里就会用尽，个中因缘我们凡夫很难说得清楚。大家要想到，器情世间的福报的确有不同的无常。最近，美国和中国等很多地方的股市跌得很厉害，让很多人的心情都不太好，这时候人们应该祈祷莲师，看能不能……但如果人们的杀业、恶业太重，要现前福报可能有些困难，目前全球的形势不是特别乐观。

学院的道友住在山沟里的小房子，也许只关注自

己的心情，“今天我的心脏好了一点。”“我昨天晚上睡得好不好？”若你只关心自己、不关心世间，觉得世界上发生什么事情都跟你没有关系，我们也不会强迫你改变你的生活态度。但是，如果你稍微关注这个世界、这个形势，就知道它们每天都在扮演无常的角色，对吧？

大家应该祈祷莲师，让世界上不管是哪个国家的每一个众生都能获得快乐，不要太穷、不要太烦恼……愿他们身心的各种痛苦都立即消失。如果大家经常以非常真诚的心来这样祈祷，那是非常好的。

法财圣物利生时，付传家宝莲师尊！

我们用佛法、财物和圣物来利益众生的时候，一定要祈祷莲师尊者：请您把从释迦牟尼佛到现在一直流传下来的加持、意传的传家宝，赐给我们后代的弟子们。

作为父亲，他的传家宝会一代一代地传给他的子孙后代；莲师的加持、传承这么殊胜，他也希望把这样的传家宝传给我们这些后代的人。同样，现在我们这一代，将来也要把自己的传家宝传承下去，大家确实有这个责任。

你们有些人，得法的时候不是很重视，得法以后也不是很在乎。其实在听法的时候，应该先接传承；然后很细致地观察每一句话是怎么解释和理解的；得法之后，将来要对有缘的众生传讲，你们都有传法的责任。总之，大家若要把法传承下去，就要祈祷莲花生大士。

云游幽静深山时，指引正道莲师尊！

云游幽静深山的时候，要祈祷能指引正道的莲花生大士。就是说，无论你是出国还是在国内云游四方，都要祈祷莲师。

现在，很多欧美的人有了一点钱就马上去旅游：秋天赚到的钱用来冬天旅游，冬天赚到的钱用来春天旅游。他们很潇洒，也不愿意把钱存在银行。有些地方的人却不一样，他们舍不得吃、舍不得穿，到死的时候，还想把存折跟尸体放在一起。

云游四方的时候，愿我们得到莲师的加持。尤其是我们在深山闭关或者在幽静的神山修行时，要依靠祈祷莲师这位护法，让我们的修行不出违缘，以及让传承的加持入于自己的心。

莲花生大士可以称为上师，是加持的来源；本尊是成就的来源；空行是成就事业的来源；护法是遣除违缘的来源。所以，不管你在任何地方修行，都应该祈祷莲师并且修莲师的上师瑜伽，这对自己的修行是非常有意义的。

《西藏生死书》讲过念咒语的利益。且不说大的事情，小的事情比如你懈怠或者身心特别疲惫的时

候，如果通过念莲师心咒来祈祷，你会马上感到有活力，因为咒语会让你的身心非常健康。虽然以念咒来祈祷是个小小的举动，但只要你有信心，确实非常灵验。

虽然我出生时的环境不是特别好，但可能是家庭和邻居的原因，很小很小的时候，我就对莲师很有信心。在玩耍的时候，要是有些石头、骨头看起来像莲师，我就把它们放在石堆上，然后前面用一些泥沙来做供养。很小的时候，我已经把莲师当作自己的父母亲来对待，这就是对莲师的信心。所以，现在不管任何时候，我看到莲师的唐卡、塑像的话，都特别欢喜，这可能是因为看到与自己有缘的本尊。其实每位修行人也应该如此。

我看很多道场以及一些有福报的老板和公司，他们都请了一些很庄严的莲师像，就是比较大的、好几米高的那种，非常庄严，这样对遣除障碍会有很大

作用。

如果你想挂一些像在脖子上，最好是挂莲师的像，不要把很多不同上师的头像全部挂到脖子上。当然，如果你对上师有信心，也可以这样做。但除了极个别的，像法王如意宝那样公认的成就者以外，把普通的、很多不同的上师头像全部挂到脖子上，还不如挂莲师和释迦牟尼佛的身像。因为他们的身相和名号非常有加持力，邪魔外道只要看到、听到也会胆战心惊，这是很重要的。

遭遇猛兽侵害时，遣除凶众莲师尊！

当我们遭受一些猛兽侵害的时候，祈祷莲师来遣除这些。

古代的人会经常遇到老虎、豹子、人熊等等，现在也有类似的情况，有动物园的老虎跑出来把游客吃了的新闻。藏地很多地方有人熊，放牦牛的人经常会

遇到。人熊也会吃人，非常可怕。藏地除了有人熊，也有毒蛇。法王的传记提到，以前喇荣有很多蛇。在印度、非洲这些地方，毒蛇毒虫特别多。我们要通过祈祷莲师来遣除这些灾害，莲师会让这些众生产生悲心，最后不害众生。

四大幻身临坏时，寂灭本位莲师尊！

“四大幻身临坏”，就是地水火风这四大组成的人体，在死亡之际基本上都毁坏了——地融入地、水融入水、火融入火、风融入风。在身体临近毁坏的时候，我们祈祷莲师：希望我们的心入于光明本位，然后寂灭于光明本位，愿我们认识自己心的本性，刹那间获得成就。

野人盗匪危害时，摧毁暴心莲师尊！

野人和盗匪带来危害的时候，祈祷莲师摧毁他们残暴的心性。

当今野蛮的人非常多，包括那些拐卖儿童的人，有些孩子在小区玩耍的时候，一些拐卖儿童的团队就把孩子掳跑了。现在的暴徒和盗匪也非常多，像在美国，好像有一天发生了 87 起枪案，总共有 29 个人当场死亡，81 个人受伤。现在很多地方的状况都不是很理想，包括加拿大，有些穿着光鲜的人被劫到别的地方，盗匪把他们的衣服抢下来就跑了。

现在藏地的一些地方，如果有人戴着金耳环，可能匪徒会走到他的旁边，把金耳环一下子拽掉就跑了，然后被抢的人耳环没有了，耳朵也出现了一些奇特的伤口。各个地方都有这些事情，汉地一些地方也是，现在如果有人带着一个比较好的包或者值钱的东西，骑着摩托车的人从旁边就把它抢走了。总之，各种各样的情况都有。

凡是这些情况，都要祈祷莲师，那是不是所有问题都能百分之百因而得以解决呢？不一定，但是祈祷

确实能让你得到利益，就像你吃了药，能不能百分之百治愈呢？不好说，有些病确实不可逆转，有些病在吃药后确实可以好转。

我始终认为，祈祷护法神和莲师很重要。我经常发自内心这样想：“自己能活到现在，还能讲经说法这么多年，这应该是得到了上师、本尊和护法神的加持。”因此，每个人都需要上师、本尊和护法神的加持，对他们祈祷很重要。

嗔敌凶手刃击时，金刚幕庇莲师尊！

具有嗔恨心的怨敌、凶手以利刃攻击的时候，祈祷莲师马上消除所有违缘，而且用金刚帷幕来保护。当出现各种凶手和杀机，或者遇到敌人残害你的时候，通过观修、祈祷莲师，所有违缘也能消除。

一旦寿尽命终时，接引极乐莲师尊！

一旦我们的寿命走到尽头，在临命终时，祈祷莲

师来接引我们到极乐世界。

显宗说人生最后的归宿是极乐世界，所以要修净土法；密宗的莲师祈祷文也提到，我们人生最后的归宿也是极乐世界。很多伏藏大师的伏藏品中，都会祈祷莲师，愿命终之后往生极乐世界。（堪布念祈祷文）

每个人最后都会离开世间，这时候应该祈祷与阿弥陀佛无二无别的莲师。如果你看过莲师的传记就知道，其实莲师是阿弥陀佛的化现，他和释迦牟尼佛无二无别。一切诸佛在法性中一味一体，所以在那些对莲师有信心的人面前，佛陀会显现为莲师来接引他们前往极乐世界；在对阿弥陀佛、观世音菩萨有信心的人面前，佛陀会分别显现为阿弥陀佛、观世音菩萨来接引他们到极乐世界，这都是根据各人的信心和缘分而显现。

中阴妄相苦现时，迷乱自解莲师尊！

中阴妄相显现的时候，祈祷莲花生大士让迷乱自解。

中阴的时候有各种各样、非常可怕的声音，比如像同时打 1000 个雷的巨大声响、暴力的声音；也有各种各样特别恐怖的显现，包括不同的光和光线。因为外气和内气断的时候，你会有跟平常完全不同的感觉。当这些显现出现时，如果你提前修了一些闻解脱法，或者在生前经常祈祷莲师，那他会显现一些形象，包括以寂静和忿怒形象出现的文武百尊，让你当下从所有的迷乱显现中自然解脱。

一般来说，每个人临死的时候，都会有一些让你感到恐怖和痛苦的景象，这时候应该认识到是自现。密宗经常提到，此时要将自己的心，与莲师或者根本上师的心，观为无二无别；或者马上祈祷与莲师无二无别的上师。这样你在中阴界的所有恐怖迷乱，当下便会荡然无存，然后在光明显现中，会出现清净刹土

的所有庄严形象。这非常重要！所以，一旦出现各种中阴妄相，我们一定要祈祷莲花生大士。

业力轮转三有时，示解脱道莲师尊！

当我们以业力流转三有轮回的时候，祈祷莲师给我们指示解脱之道。

每个人都是因为业力而在轮回中流转，但如果莲师的加持强行融入你的心，那你可能会马上生起出离心、菩提心，并入于正道。如果没有上师本尊的引导，只靠自力是很难解脱的，因为业的力量非常强。虽然你暂时是个好的修行人，看来解脱有望，但是过一段时间，因为业力的冲击，你不知不觉就会被卷到轮回大海的中心，然后无力自拔，不由自主地沉溺在三恶道的苦海里。那时候，你想从中解脱真的非常困难。所以大家应该以非常强烈的信心来祈祷，祈请上师、莲师来救护我们，这对每个众生都很重要。

此生后世中阴时，依处唯您莲师尊！

这是最后一个、总结性的“莲师尊”颂词。不管是此生、后世还是中阴，我唯一的依靠处就是莲师您。

其实每个人都应该这样想：“我不管是活着抑或死了、快乐抑或痛苦、富裕抑或贫穷、健康抑或生病、长得好看抑或难看、心情好抑或不好，无论什么情况，都是莲师的加持。”

在你顺利的时候，就想这是莲师的加持；在你痛苦的时候，就想这是让自己消业，“莲师的加持真的很猛厉，因为我特别痛苦。”无论什么情况，一切都是莲师的显现和加持：听到的声音都是莲师金刚语的幻化，看到的身相都是莲师金刚身的幻化，所有分别忆念都是与莲师觉性智慧无二无别的幻化。你这样一直想，最后会显现莲师的境界。

诸如此类的窍诀，《大圆满前行》讲得比较多。

真正的修行人或者密法修行者，在现实生活中不管遇到什么违缘，到最后他们对上师三宝的信心不但不退，反而违缘都成了增长信心的因。如果你的相续中没有传承上师的加持，那不管是什么情况，法最后会变成毒药，这种现象很容易出现。如果你对上师三宝的信心非常大，莲师的加持融入自心，那即便遇到违缘障碍，道障会全部变成顺缘，魔众会变成天尊。这就看大家的修行到底怎样了，对吧？

总之信解我心间，您足莲住恒不离。

加持不净迷苦尽，抵至永乐之坚地。

总而言之，莲师您的足莲恒时住在我具足信解的心间，您的加持使不净的迷乱之苦悉皆消尽，最后让我抵达永恒安乐的佛地——永远也不会退转的坚实之地。

此文，于内外众缘损害身心之际，晋札益西多吉（第二世敦珠法王）依祈祷而心想事成，愿以此成为凡结缘者止息内外违缘如意实现愿望之因。

最后是发愿。这篇祈祷文，是当时敦珠法王在出现一些外内密违缘损害身心的时候写的。最后他依靠祈祷而心想事成，也愿凡与此结缘者，能成为止息内外违缘、如愿实现愿望之因。

今天，线上、线下的听众都比较多。凡是跟此法结上缘的道友，我都发自内心地希望你们的障碍遣除，包括生活、工作、家庭、修行当中的障碍，还有阻碍你获得最高成就的障碍。大家的障碍比较多，希望这些障碍全部遣除。即使出现一些障碍，如果能把它们转为道用，其实修行人应该是很快乐的。真正的修行人，像昨前天所讲，可以把所有障碍视为莲师的加持：“哇！最近莲师对我的加持特别大！”如果你真的这样想，那就真正成了一位很好的修行人。

下面我给大家念莲师心咒和七句祈祷文的传承，然后大家一起念几百遍莲师心咒，最后再一起回向。

因为今年对整个世界而言比较特殊，所以这时候大家要一心一意地祈祷莲师，愿他给整个世界的众生带来快乐和安详。另外，大家如果有时间——不是强迫的，以此次传法的因缘，希望你们每个人至少念1万遍莲师心咒。如果你能多念，就念10万、100万遍等等，这样会很好。至于念多少遍，就由你们自己来发愿。

其实，全世界的人应该经常以真诚的心来祈祷莲师，也要经常把一些莲师像放在自己的书本里、挂在自己的脖子上或者供在佛堂里。

如果由于一些工作的原因，你不能把莲师像挂在明显的地方，那以其他方式，比如设置在手机的屏幕上，也可以，对吧？这是一种表示，也是对莲师的一种信仰。现在，很多明星的粉丝一定要把所喜欢的

明星头像，设置在自己的手机屏幕上。如果我们对莲师有信仰，这样做也是现代的弘法方式。现代人以现代的方式来弘扬莲师的教法，是非常有意义的！

附：

莲师祈祷文

——除诸违缘速成心愿

第二世敦珠法王·造论

索达吉堪布·翻译

奇哉

诸佛大悲汇为一，无欺唯一永皈处，
祈祷莲师速悯念，今赐加持灌悉地。
虽知您诸传记德，大恩胜过其余佛，
乐时未念莲师您，祈祷亦成口头禅。
今盛五浊衰败袭，不欲痛苦临头时，
深心忆念怙主您，深情呼唤悯垂念。
地震火风旱洪水，外障天灾消于外！
寒热风胆涎疾患，内障身逆消于内！
五毒贪嗔希忧魔，密障心乱消法界！

世界有情受苦时，赐予和平莲师尊！
边中军兵四起时，遮止战乱莲师尊！
梦魇鬼疾瘟逼时，根除病魔莲师尊！
器情舍福贫苦时，开财伏藏莲师尊！
法财圣物利生时，付传家宝莲师尊！
云游幽静深山时，指引正道莲师尊！
遭遇猛兽侵害时，遣除凶众莲师尊！
四大幻身临坏时，寂灭本位莲师尊！
野人盗匪危害时，摧毁暴心莲师尊！
嗔敌凶手刃击时，金刚幕庇莲师尊！
一旦寿尽命终时，接引极乐莲师尊！
中阴妄相苦现时，迷乱自解莲师尊！
业力轮转三有时，示解脱道莲师尊！
此生后世中阴时，依处唯您莲师尊！
总之信解我心间，您足莲住恒不离，
加持不净迷苦尽，抵至永乐之坚地。

此文，于内外众缘损害身心之际，晋札益西多吉
(第二世敦珠法王)依祈祷而心想事成，愿以此成为凡结
缘者止息内外违缘如意实现愿望之因。

莲师心咒之功德讲解

莲花生大士·伏藏

噶玛朗巴大师·取藏

索达吉堪布·译讲

第 1 课

2023 年 8 月 18 日

我准备在今明两天，利用两节课的时间，为大家传讲莲师心咒的功德。

传讲之缘起与必要

为什么呢？前两天慈诚罗珠堪布给藏族的喇嘛和觉姆讲解了莲师心咒的功德并倡导念诵，很多人发愿念诵十万遍莲师心咒，到法王涅槃法会时统一回向。

汉族道友们听说后也想念诵，我准备翻译时，发现里面的词句看起来似乎很熟悉，后来才想起，原来在十多年前（2009年）讲《七句祈祷文释·白莲花》之后就已经翻译过，翻译完后一直没有机会讲，所以现在不用重新翻译。

今天讲莲师心咒的功德很有必要。值此末法浊世，众生内在烦恼深重，外在地水火风的天灾人祸频频发生，此时，应祈祷三世诸佛总集的莲花生大士，祈请他加持我们世间的可怜众生。所以，现在正是非常迫切的时刻。

关于莲花生大士

本论前面讲莲师心咒的总功德，后面将莲师心咒“嗡啊吽班匝_ཎ格热巴玛色德吽”这十二个字逐一解释，故题目不做广述。

这篇短文是莲花生大士的伏藏品。说起莲花生大士，我想每个人都不陌生。如今有关于他的各种诽谤，例如：莲师只是神话故事中的人物，他的伏藏如何不合理等，有诸多误谬之论。但实际上，他并非神话人物或传说中的大士，而是在人类历史上真实出现过的一位伟大的密咒士。

翻开人类历史，莲师来藏地的时间，虽然在不同的历史书中有不同的记载——这不仅是莲花生大士，包括释迦牟尼佛在内，世界上许多伟人出世和圆寂的时间都有不同的说法，但较为公认的观点应该是8世纪中期。静命论师先于莲花生大士来到藏地，当时藏地魔众猖獗，无法弘扬正法，静命论师建议国王迎请

莲师来藏地降伏鬼神，之后莲花生大士来到藏地，奠定佛教的基础并逐渐加以弘扬。静命论师来藏地的时间应该是公元 763 年，有些历史书上说静命论师到藏地七年以后莲师入藏，且在公元 771 年时，佛教和苯教之间有过辩论，史称“佛苯之争”，那时莲花生大士已经入藏了。以此推算，莲花生大士应该是公元 770 年来到藏地。这在《森巴佛教史》中有明确记载——《森巴佛教史》是藏地非常著名、可靠的历史书籍，作者是森巴·益西班觉，我以前在甘孜读书时买过这本书。

莲师在藏地待了多少年呢？也有不同的说法。个别觉囊派的大德说是 8 个月，有些说是 111 年，但历史学家比较公认的观点是：莲花生大士于藏地教化民众 56 年，在藏地的卫藏、安多、康区等地的各大神山埋藏了不同的伏藏品，降伏鬼神，建立了包括桑耶寺在内的佛教道场，预试七人出家，奠定了佛法基础。从此，便开启了藏传佛教辉煌的历史篇章。若是莲花

生大士当年没有来到藏地，如今以大圆满为主的密法，根本不可能兴盛于雪域高原及世界各个角落。

现在历史学家认为，莲花生大士来藏地降伏鬼神时有一条特别的路线。他先在扬列秀地方获得了大手印成就之后，用金刚橛降伏了藏地和尼泊尔的很多鬼神。途中，莲师故意惹怒唐拉雅秀神山的山神——他先是炖羊肉，炖完后一脚踢翻，倒在火上，顿时臭气漫天。一般来讲，任何动物的皮肉扔在火里烧焦后的臭味，土地神特别不喜欢，如果有人故意这么做，肯定会惩罚他。现在的烧烤很容易激怒这些土地神、山神，所以我们藏地的习惯，若在煮牛奶时，牛奶不小心沸腾，倒流进火灶，马上要熏柏树丫丫，然后念“嗡啊吽”来净化。

莲花生大士激怒唐拉雅秀神后——唐拉雅秀神是不是卫萨空行母的父亲？山神特别生气，出现种种神变，闪电霹雳。这时，莲花生大士用契克手印令他的

雪山崩塌，后来山神不得不投降。有很多诸如此类降伏鬼神的事迹。

每到一处，莲花生大士都降伏了给他制造各种违缘的地神，并将他们摄受为佛教的护法神。所以，藏地的护法神跟其他地方的土地神完全不同，若非有意冒犯，他们一定会鼎力相助，保护持教者。

今天讲的是莲花生大士的伏藏品。藏传佛教宁玛派的教法分为教藏传承和伏藏传承：教藏传承，一般是指以“经、幻、心”为主的所有续部传承；伏藏传承，是莲花生大士到了藏地以后埋藏的一些密教经典法门，后由诸伏藏师不断取出并弘传于世。

在《大宝伏藏》中，收集了从 11 世纪左右的伏藏大师桑吉喇嘛²⁰，一直到 19 世纪的伏藏大师德钦朗

20 有说是 12 世纪的桑吉朗巴。

巴²¹之间，普遍公认的百位伏藏大师的所有伏藏品，共有六十三函，主要编辑者是贡智·云丹嘉措和蒋扬钦哲旺波。

关于伏藏大师噶玛朗巴

莲花生大士的伏藏法在藏地非常兴盛，很多寺院有自己的伏藏大师所取、所修的伏藏法，比如“大威德”“普巴金刚”等各种大修仪轨。

今天所讲的伏藏法，是由噶玛朗巴大师所取。“噶玛”是事业的意思，“朗巴”有伏藏大师的意思。噶玛朗巴是公认的五方伏藏大师之一，具体而言：东方是多杰朗巴，南方是仁钦朗巴，西方是贝玛朗巴，北方是噶玛朗巴，中央是桑吉朗巴。这在莲花生大士的略传中都有授记。

21 不是朵芒寺的德钦朗巴，是在他之前的一位伏藏师。

噶玛朗巴伏藏大师，在《藏密佛教史》中有记载²²。以前有三大译师“噶焦祥”——噶·瓦拜则、焦·鲁坚赞、祥·益西德，其中焦·鲁坚赞的转世就是噶玛朗巴。噶玛朗巴的父亲尼达桑吉，也是非常著名的伏藏大师，住世 125 岁。

噶玛朗巴 15 岁就从达拉岗布神山取出中阴法门等伏藏，然后云游各地。《敦珠佛教史》中没有记载噶玛朗巴圆寂时的情形，据其他佛教史中记载，他是由于选择了不具相的明妃，从而被明妃伙同他人下毒药暗杀。噶玛朗巴虽然是非常了不起的大德，但显现上因为明妃的原因，圆寂时的状况不是很好。

他在圆寂之前，将自己的伏藏法交付给唯一的弟子尼达秋吉，并且授记说：“我的伏藏法三代之前需要独传，三代以后可以遍于虚空所遍及之处。”到了

22 《藏密佛教史》：“堪布菩提萨埵和莲花生大士等诸位班智达、贝若札那以及噶·瓦拜则、焦·鲁坚赞、祥·益西德三师等所有译师们将显密经典、最主要的注疏论著通通翻译成藏语。”

第三代，由南卡秋吉嘉措开始着重弘扬。

噶玛朗巴主要的伏藏法，有《文武百尊》《六中阴》《西藏度亡经》等。本来他是西藏贡布一带的人，但他的法一直弘扬到安多和康区等地，迄今为止仍然十分兴盛。尤其是中阴法门，自1927年被翻译成英文以后，在西方国家也得到广泛弘扬，以前我在博物馆看到过第一次翻译的版本。而且，在所有的密法中，噶玛朗巴的伏藏法较为广传，有些文武百尊的仪轨后面讲过，中阴法门谁都可以听受，即经常说的“闻解脱”。

今天讲的是一个短短的伏藏品，主要介绍莲花生大士心咒的功德。

顶礼上师、本尊、空行！

益西措嘉女子我，供养外、内、密大曼荼罗而呈白：

益西措嘉在此作为请法者呈白莲师。不仅是这部法，莲花生大士的许多教言都是由益西措嘉空行母请求而传讲的，她就像释迦牟尼佛身边的阿难尊者一样。莲花生大士离开藏地时，益西措嘉空行母将莲师的诸多法要写在黄纸上，用空行文字印持，然后伏藏在不同的神山、神湖、虚空等处。

关于益西措嘉空行母

在未加了解之初，似乎觉得益西措嘉空行母与世间普通女子别无二致，但实际上她非常了不起，这从她的传记中可以看出。西方人对益西措嘉空行母的传记非常有信心，她的事迹为很多西方女性的内心带来力量、希望和正能量，无论是修行人还是非修行人。

在一千多年前的藏地，男女不平等的习俗较为严重，在这样的历史背景下，仍然诞生了如此智慧、如

此能干、如此具有非凡功德的女性，西方人觉得这非常有意思，一直在探索中。

我们去西方一些学校时，经常遇到专门研究益西措嘉空行母的专家、学者，他们认为，东方益西措嘉空行母的思想和伟大精神，为西方女性带来了新的思考方向，有许多诸如此类的赞赏之词。

益西措嘉空行母在莲师面前请示的各种问题非常尖锐，具有针对性，这样请法为众生带来极大利益。不仅是莲师，历史上许多大德、上师座下弟众的提问、请法，也为后人留下了不可胜数的、极为珍贵的法要。

益西措嘉空行母说：我供养外内密的曼荼罗——外是一般的外曼荼，内曼荼是身坛城，密曼荼是供养大乐智慧的曼荼罗；或者外是身体，内是语言，密是心。在宁提派的前行中有三身曼荼罗。

空行母在莲花生大士面前供养曼荼罗后陈白——

“奇哉！莲花生大士，对我们西藏的一切众生，今生来世作了广大利益。

虽然莲花生大士也去过汉地的五台山等地，但主要是给西藏众生带来了今生来世的广大利益，也给我们在座的众生带来了利益。

胜过您深恩厚德者，以前未曾出现过，以后也不会出现。

我认为益西措嘉空行母说得非常对。莲花生大士在一千二百多年前入藏，降伏鬼神、弘扬正法，开创藏地密法闻思修行的先例。到目前为止，虽然藏地历史上曾经出现过诸多大德，例如宗喀巴大师、无垢光尊者、萨迦五祖师、觉囊派诸大德，以及玛尔巴罗扎、米拉日巴等，但像莲花生大士那样具有威力者，在藏地历史上从未出现过，以后也不会出现。这是益

西措嘉用慧眼观察到的。

莲师的威力大家有目共睹。当年静命论师想建造桑耶寺时，妖魔鬼怪尤为猖獗，工人白天修建的部分，晚上全部被鬼神摧毁无余，后来实在无能为力，只好派人从印度迎请莲花生大士入藏。

自佛陀出世以来，藏地国王拉托托日时期（公元4世纪中叶）为藏传佛教的开端；国王松赞干布时期（公元7世纪中叶）有了三宝所依，开创了佛教道场；国王赤松德赞时期（公元8世纪中叶），是真正树立佛幢教法和证法的起点。这也是莲花生大士的恩德。

并非因为我们是宁玛派，所以在此赞扬莲师，从历史上看，像莲花生大士那样具有恩德的人，以前的确没有出世过。其实无论宁玛派、格鲁派等藏传佛教，还是汉传佛教，只要对人类有利，对自己的解脱有利，任何教派都没有差别。

所以，国内外具有智慧的大德，都不分教派一致认可莲花生大士和静命论师对我们藏地雪域的深恩厚德，如果当时他们没有开创教法，如今藏地雪域，甚至全世界的佛教徒都将与此殊胜密法无缘。

现在很多地方的佛教已经到了形象期，外表上虽然有寺院、有佛像，但真正的佛法很难在人们内心立足。然而，直至今日，这样的佛法甘露仍然完好无损地存在于雪域高原并兴盛于全世界，世界各地的有缘者到藏地求学之后，都得到了今生来世的极大利益。

综上所述，在雪域藏地，虽然很多伟大的成就者、上师、大德都曾纷纷涌现于世，但真正能与莲花生大士相提并论者，历史上应该没有，以后也不会出现。所以，益西措嘉空行母当时说得十分正确。

您已恩赐了如醍醐般的修法，

莲花生大士给以益西措嘉空行母为主的广大信众

赐予了密法灌顶和修法。

我虽是女流，却无有怀疑，而未来的众生三心二意，刚强野蛮，对妙法起邪见，尤其会诽谤无上密法。到那时，一切众生前疾疫、饥馑、刀兵频起，尤其汉、藏、蒙如同毁坏蚁穴一般，到了西藏百姓受苦的时刻。

益西措嘉说，虽然我身为女众，却对您所传之殊胜修法没有任何怀疑，但未来的众生可能会于法产生邪见与怀疑，三心二意、刚强难化，尤其会诽谤无上密法。那时，众生的生存状况堪忧，疾疫、饥荒、刀兵、战争等频频发生，尤其是汉地、藏地、蒙古一带，就像蚁穴被毁坏一般，到了藏地百姓受苦的时刻，众生密密麻麻，走投无路。——当时没那么多，现在的确是像毁坏蚁穴一般，可能现在人类繁衍的速度比较快吧。

这是益西措嘉空行母对未来的一种授记。如果莲师心咒未能得以弘扬，未来的众生将会越来越野蛮，邪见越来越重，甚至诽谤密法的人越来越多。由于造了恶业的原因，刀兵、饥荒等各种灾难频发，那时的众生非常可怜。

前两天夏威夷发生森林火灾，导致一百多人死亡，上千人失联，失联者极大概率也已遇难，大火到目前为止还没有完全扑灭。加拿大各地也正在经历有史以来最严重的野火季。放眼全球，这边水灾淹没了很多人，那边火灾烧毁了许多人，还有些地方发生战争，这些众生正处于水深火热之中。所以，现在是众生感受痛苦之时。

现在的天气似乎也跟以往不同：热的时候就像烧烤一样特别烫，在太阳下稍微坐一会儿就半天不舒服，本来“耍坝子”²³很美妙，但要完坝子回来，好

23 藏地的一种民族习俗。每年夏季，藏区老百姓会走出户外，在一块相对平坦的草地（坝子）上游玩。

像是被批斗了一整天，全身疼痛；下雨的时候好像天空被凿穿了一个洞，瓢泼大雨下个不停，也是非常严重。

所以，从里里外外来观察，由内在人心的烦恼引发，外在的各种天灾人祸频繁发生。

如今，在不断听到“幸福美满”“小康社会”等各种积极口号的同时，耳边也时时充斥着来自四面八方的痛苦哀嚎。所以，益西措嘉当时说，未来的众生会有感受痛苦的时刻。

从闻思修，入三摩地

有些人也许会担忧：“那未来该怎么办啊？”于是，到处找人打卦、算命、看圆光镜。

前两天学院的相关负责人开会时说过：学院是闻思修行的道场，不是算命的道场，也不是打卦的

道场。

现在有些愚笨的人比较喜欢打卦、算命，喝水烫到嘴了要去打个卦，晚上做个噩梦都要去观察这个、观察那个。色达附近的有些人本来不是圆光师、打卦师，但降魔洲为主的个别人把他们捧成有名声、有财富、有地位的人，这样会导致很多敛财的情况发生。

我在相关书中写过，圆光师需要具备一定的条件和法相，不是任何人只要拿一面镜子就成了圆光师。所以，在这方面应该注意，不要整天向外求，这与学院闻思修行的传统不符。

法王在世时，打卦、算命、说神通的这些人，往往都是严厉打击的对象。学院有个别不闻思的人，表面上在班里报个名，偶尔听一堂课、两堂课，但实际上不是真正在闻思修行，而是有各种目的，以造佛像、建佛塔为名到处去化缘，做很多欺骗人的行为。学院从今年开始要做一些整顿，这不是只在口头上说

说而已。

还有些人虽然自己不打卦，但经常跟一些打卦的喇嘛接触，到处说来说去。如果你想待在学院就好好闻思修行，否则，学院各个班都不准参加。

有的道友不好好闻思修行、不好好念诵，整天危言耸听地说“马上要到最后的时期了，人类要毁灭了，明年灾难很大，后年灾难很大”，可能这些人自己也会遇到各种麻烦。

今天在此提醒：无论是藏族人、汉族人，如果你想待在学院，就要遵守相关规定与纪律，好好闻思修。有些人如果以前没有犯特别严重的错误，愿意改邪归正，我们可以给个机会；倘若不思悔改、一意孤行，必须严惩不贷，这种人不能待在学院，必须离开。相关负责人到时会上台详细的执行方式。

如果不这么做，这里就不像闻思修行的佛学院，

而像一个神神叨叨的场所，茶余饭后的闲聊就是“我找哪个活佛打卦，哪个上师打卦……”其实这些人特别笨，如同我刚才所说，连喝口水烫到嘴也要打个卦问为什么，“为什么我昨天做恶梦，为什么我下楼绊倒了，为什么我今天胃很痛……”我做过两次大手术，都没有打卦问是否需要做手术，只是念了点经——如果打卦说不能做，但在检查身体时又明明发现了肿瘤，那我就有点矛盾了。虽然我也翻译过一些佛教的占卜法，但原则上来说，修行人不能天天都活在一个算命的世界。

这些事本来不应该在课堂上讲，但既然想起来了，还是善意提醒各位。因为空行母益西措嘉也说，现在正是众生受苦之时。

益西措嘉空行母接着对莲师说——

您已宣说众多扭转之方便，而未来的人们无有空闲修行，个别想修行之人也是违缘重重，

虽然莲师您已宣说了诸如普巴金刚、忿怒莲师等许多扭转违缘的大修仪轨，但未来的众生——我们这个时代的人们，特别忙碌，没有时间修行，即便有个别人想修行，在修的过程中也是违缘重重。

众生意愿不一，不具足财物，行为不如法，

在末法时代修行违缘众多：宗派、民族之间的纷争不断，人心不一致；不具足修行所需之财物，甚至连车费都没有；自己的行为不如法，导致修行无法善始善终；等等；诸如此类。

如此恶时极难阻挡。于如此之时，唯一依靠莲师的修法心咒，有什么利益？为利未来浅慧者，请求宣说。”

此等违缘极难阻挡。这时，唯一依靠具有极大力量之莲师心咒的修法，具体有何功德与利益？请莲花生大士您对未来的可怜众生和浅慧者宣说。下面莲花

生大士说——

尔后，莲花生大士告言：“噢，具有信心的女子，您所陈述千真万确，

益西措嘉空行母非常有信心。信心是巨大的财富，一个人具足信心，学佛就有希望；反之，虽然具有智慧、戒律清净等各方面的功德，但缺乏信心则很难入于甚深之门。所以莲师说，具有信心的您，说得特别对。

于未来如是时刻对众生必定有暂时究竟利益的不可估量窍诀修行，许多已隐蔽成地伏藏、水伏藏、岩伏藏、虚空伏藏等。

对未来众生具有利益的窍诀修行已隐藏于各处。地伏藏一般隐藏在没有岩石的地里。法王的《文殊静修仪轨》《普巴仪轨》等仪轨，都是从山洞中取出。

水伏藏，例如上师如意宝从年宝湖中取出的《金刚萨埵修法》，当时，有人拍摄了上师取伏藏的视频。

岩石伏藏，比如上师如意宝的《作明佛母修法》等，是从青普的山岩中取出。

虚空伏藏，在上师的传记中有记录，我也亲眼看到过。在古屋神山时，上师拿条哈达在虚空挥了一下。过了一会儿，看到他手里有尊小佛像，大概一寸大小。当时我在现场，取伏藏时上师穿得比较薄，怀里没有任何东西。喇荣有一次会供时，德巴堪布在场，法王也拿着哈达在虚空中挥舞，一尊佛像从天而降，法王马上用手接住了。

佛像伏藏是将真正的实物隐藏在某处，文字伏藏只是出现一些表示语和零散的空行文字，依靠这些因缘就能显现完整的仪轨。就像为上师做翻译的人，翻译时不一定把所有的字全部记下来，只是记录下关键

词，依靠关键词就能把刚才所讲的道理复述出来。一般空行文字我们都看不懂，它是一种表示，一个符号能代表很多内容。

如果有些伏藏大师文笔很好，那他的伏藏仪轨念起来特别动听；若是文笔不好，仪轨念起来也不一定那么朗朗上口。以前上师如意宝也经常说，某某伏藏师文笔特别好。就像我要翻译莲师心咒的功德，由汉文译成藏文，或是由藏文译成汉文——如果我的文笔好，翻译得就很好；如果我的文笔不怎么样，虽然翻译出来了，但文句不一定很优美。

噶玛朗巴是特别厉害的伏藏大师，我们念《闻解脱》中寂猛本尊的仪轨时，听众不仅能听懂，而且觉得文字优美，听起来悦耳动听。

信心要以智慧为助伴

所以，大家不要认为，所有的伏藏法都很厉害，所有的伏藏大师都很厉害，进而把他当成真正的佛。伏藏大师也分真假，麦彭仁波切有一篇专门观察伏藏师的文章《观察伏藏师·明辨珠水》，我刚来时，在我住的那间土坯房中每天阅读。

其实伏藏大师自己应该清楚，他是否在伏藏法门中具有各种验相。有些伏藏大师所开取的伏藏法对众生非常有利；有些因为身体的脉轮和智慧等原因，虽然有各种伏藏法，但对众生无利无害；还有些被魔加持的人，他的“伏藏”对众生极为有害。

汉族道友们特别容易盲目依止，没有观察的能力。我原来讲过几个伏藏法，之后藏地出现了很多真假伏藏大师到汉地去弘扬伏藏法门。如果是假伏藏师，一段时间后自然会露出破绽，真假分明。

我们刚开始对活佛也是盲目信仰，后来才知道活佛也有真活佛和假活佛。有些“伏藏大师”也是一样，即使有人为他写传记，说他是伏藏大师，也不一定是真实的。《大宝伏藏》中的百位伏藏大师是真正的伏藏大师，如果说是他们的转世，那到底认定了没有？即便是由政府认可，有活佛证——从世间规则上是由宗教事务局和省佛教协会所承认，寺院也承认，百姓也承认，但从佛法的角度观察，不一定真正是他们的转世。现在社会上议论纷纷：某某人虽然有证，但他的所作所为，不要说是高僧大德，连一般的普通人都不如。

所以，希望在座的佛教徒不要盲目，盲目的信心会被很多人所利用——这些人比较可怜。如果是真正通过智慧观察而依止上师，我们没有任何嫉妒心，就像《入行论》中所讲²⁴，施主的财富他人拥有也可

24 《入行论释·善说海》：“若已从他得，或利在施家，二俱非汝有，施否何相干？”如果怨敌从施主那里获得受用，或者他没有得到，那些财物仍旧留在施主家中，不管怎样都不会到你手中，无论施给与否，受用或破立的行为与你又

以，他人没有得到也可以，反正自己都得不到。我们并非为了拉拢施主、信徒，而是发自内心对众生悲悯，很多人由于不知取舍，所以比较盲目，做出许多自欺欺人的事情。有信心很好，但缺乏智慧的信心经常被人利用，最后很容易产生邪见。

恶时之际，有缘者的方便缘起极难聚合，这是众生福德穷尽之相。

虽然莲师当时隐藏了很多伏藏，但各方面因缘很难具足。上师如意宝也是因为因缘没有集聚，以至于一些重要的伏藏法未能成功开取，即生没能成为特别大的伏藏师，这也是众生福报穷尽之相。

有什么瓜葛呢？根本毫不相干。

一、总说莲师心咒之功德

然而在如此之时，这一‘嗡啊吽班匝_{ཀུ}格热巴玛色德吽’，在圣地或寺院或高山之巅或大河之畔，鬼神魑魅猖獗的沟头沟尾等处，

于此浊世，莲花生大士的心咒“嗡啊吽班匝_{ཀུ}格热巴玛色德吽”，无论是在城市、圣地、寺院、山洞、山上，或是大河之畔，鬼神比较猖狂的沟头沟尾等任何地方——

具足誓言的咒师、具足戒律的僧众、具足信心的士夫、具足法相的女子等，如果在广大发心的状态中尽可能念诵百、千、万、十万、千万、一亿遍等，则功德利益威力不可思议。

具有誓言的咒师、清净戒律的僧众、具足信心的士夫们、具足法相的女子们——此处是指具有一定德相，密宗讲了很多女子的相，包括信心的相、智慧的

相、戒律的相、人格的相等，这些人在发广大心的状态中念诵百、千、万、十万、千万、一亿遍等，功德利益威力不可思议。

所以，莲师心咒在任何地方都可以念，工作时、坐车时、在家中等；任何人都可以念，咒士可以念，出家人可以念，信众也可以念。

具体能起到什么作用呢？

于一切地方，能遣除疾疫、饥馑、刀兵、战乱、天灾、凶兆、厄运，

你们看看新闻，如今多地出现各种灾难，人类现在确实是受苦的时候。所以，我们很需要发广大心，共同念诵莲师心咒。

能令风调雨顺，农牧丰裕，诸地吉祥。在今生、来世、中阴，上根者直接、中根者于觉受中、下根者

于梦中屡屡见到我，次第圆满地、道以后，必定于妙拂洲刹土趋入男女持明行列。

若能如上所述念修莲师心咒，则能遣除世上的灾难，能令风调雨顺、五谷丰登，为一切地方带来吉祥。今生、来世、中阴，上根者能亲见莲花生大士，中根者在觉受中见到，下根者在梦中见到，次第圆满五道十地，最后于莲师的刹土中成为男性或女性的持明者。所以，念诵莲师心咒确实很重要。

亲见莲师的放牧人

以前藏地有个故事。一户富裕人家的仆人，每天为主人放牛、放羊。这户富人家经常迎请一些大德来家中为周围的民众灌顶、传法。一次，他们家迎请了一位十分了不起的大德，据说是某位大圆满祖师的转世。

仆人得知消息后，将手头的工作暂时交给他人帮忙，然后前往谒见这位上师。到了上师所住的帐篷后，上师问他：“你想要什么？”虽然他不知道什么是大圆满，但因为听说是大圆满的上师，所以老老实实地回答说：“我想要大圆满。”上师再次问：“你究竟需要什么？”他仍然回答说：“我想要大圆满，我要听大圆满。”上师说：“那你过来吧，我给你传大圆满。”然后在他的耳边念了一遍莲师心咒“嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽”，让他回去好好念诵。

后来，这位放牧人在任何时候——放牧时、做其他杂务时，甚至晚上睡觉时都在念诵莲师心咒。以此缘故，当地人称呼他为“班匝格热”。

某日，他对主人说：“今晚我要去见莲师了，非常感谢您这么多年对我的照顾。”第二天，他的帐篷上空出现彩虹，他获得了直接亲见莲师的成就。

从这个故事中可以看出，如同之前传讲观音心咒

的功德时所说，即使其他修法不太懂，你天天一直念“喻啊吽班匝_ུ格热巴玛色德吽”，功德也非常大。很多咒语非常有意义，念修功德极大。

我每年都劝大家念忿怒莲师心咒、莲师心咒，我们也学过很多跟莲师相关的如《七句祈祷文注释》、莲师功德等法，即生想要修行善始善终，祈祷莲花生大士很重要。希望大家在念诵时，最好将莲花生大士的唐卡、画像放在前面，边念莲师心咒边祈祷莲师，这样非常有意义。

即使（每天）不间断念诵一百遍，也会使他人悦意，在无勤中获得食品、财物受用；

只是每天不间断地念诵一百遍莲师心咒，也能令人见而生喜——不是一接触以后就觉得磁场很不好，不想跟他说话，更何况跟他同住一间房，或者一起吃饭。有些人跟谁都合不来，只要这个人一来，所有人

都见而不生喜。若想今生来世很多人喜欢自己，先多多念诵莲花生大士的心咒。

念诵莲师心咒能在无勤中得到饮食、财富受用。有些人实在是生活费紧张，那就多念莲师心咒，其实很多财神的本体也跟莲师无二无别。

如果念诵千、万遍等，则能慑服、加持他心，无碍成就威力；

如果念诵千遍、万遍等，能慑服、加持他心，并无碍成就威力。若想摄受他人、加持他人，还是要多念莲师心咒。

有些刚皈依、刚出家的人，很想好好学五部大论。学习五部大论当然很重要，但如果自己的心没有跟上师相应、没有跟本尊相应、没有跟护法相应，只学理论知识，只是外在穿着红黄色的袈裟，内在一大堆烦恼，自身没有修证、没有内涵，这样不用说真正

弘法利生，自己的修行也极难善始善终，很难调伏自心。如果调伏不了自己的心，学得再多也跟善星比丘、提婆达多一样。

学好理论并不困难，最主要是用虔诚的信心来跟上师相应、跟本尊相应、跟莲师相应，一旦他们的加持融入自心，心完全有一种滋润感，依靠佛法的力量，不论是遇到违缘、顺缘，都可以转为道用，哪怕你开个玩笑，很多人都能心生欢喜而接受，能让众生得到利益。

所以，要在心上多下功夫，至少要跟上师、本尊相应，这很重要。

倘若念诵十万、百万遍等，则能怀柔三界，慑服三有，役使鬼神，无碍成就四种事业，能行持一切众生所想的无量利益；

如果念诵十万、百万遍等，则能怀柔三界、慑

服三有。“三界”和“三有”意思相同，都是指色界、无色界和欲界。还能役使鬼神，无碍成就息增怀诛的事业，能令一切众生如愿以偿等，有诸多功德与利益。

学院每年都会在秋季或冬季传讲密法，本来计划今年讲《入大乘论》的后半部分，但讲记的整理速度暂时没跟上，再加上下半年时间不够，这样的话，今年讲一部分、明年讲一部分，分三年讲完《入大乘论》。在此基础上，堪布、堪姆再讲一些莲师心咒的功德或祈祷文。

再过不久就是学院每年集体闭关的时间，闭关也很重要，很多人专门在那时去旅游、朝拜，其实这很可惜，以后有没有这样的集体闭关机会也很难说。

很多佛教徒的心不稳定。我并非阻碍你们出去，我曾经依止上师如意宝接近二十年，在这期间，色达周边也有很多灌顶、传法，当时我也很想偶尔去曲恰

堪布那里听几节课，或是去我们寺院的德巴堪布面前闻法，但都未能成行。

那天有人问我：“你祈请德巴堪布造了那么多注释，那为什么很多传承你都没有？”他是指包括《如意宝藏论》《窍诀宝藏论》的注释，及德巴堪布自己所造的《佛法兴盛愿文》的注释等，大概三四部大论典都是堪布应我的祈请而造的，但我一个传承都没有。所以，他们认为你既然对上师有信心，那为什么没有传承？

我说：“当时一方面是在带汉人，担心自己跑出去他们的闻思会受影响；另一方面，觉得依止上师的过程中，心还是要稳定一点，不要听到有念传承、灌顶的消息就飘来飘去。”

所以，我个人在求学的过程中，自己有信心的上师们在周围传法时，虽然心里很想去，但也没办法，即使只停课一天，对汉僧闻思修的影响还是很大。

虽然很多人都计划在闭关期间去旅游、去朝山、去拜师，但我觉得除非确实身体不好去检查，除此之外，和这么多成就者一起祈祷，磁场和加持力应该与众不同。去年闭关时，正好是疫情期间，我也没办法出去，当时天天念莲师心咒，觉得喇荣圣地的加持确实很大。希望今年在闭关期间多念些莲师心咒，多祈祷莲花生大士。

如若能念诵三千万或七千万遍等，则与三世诸佛不相分离，与我无二无别，所有天龙八部言听计从，交口称赞，成办所嘱托之事。

若能念诵三千万或七千万遍及以上，则与三世诸佛不相分离，与我莲花生大士无二无别，所有的天龙八部对你言听计从、交口称赞，而且你所嘱托的一切事业都能圆满成办。

我记得《大圆满前行》中，其他皈依、发心等

都是念十万遍，到上师瑜伽时，华智仁波切说，莲师心咒需要圆满一千万遍。他的上师和很多修行人还会念百字明一千万遍以上，古代的上师们跟我们真的不同。

我今天也犹豫了很久，如果报名念十万遍，不知能否在今年法王涅槃法会之前完成……可能你们也是这样吧，确实我们有时在行持善法方面力量比较弱。

以前我翻译《如意宝藏论》时，上册刚刚译完，我们寺院的旺德喇嘛到我这里来，他说：“我从今天开始准备念一亿遍阿弥陀佛心咒，请您加持一下念珠。”我问他：“你以前念过多少咒语？”他回答：“我在上个世纪七八十年代时，在拉雪堪布面前发愿念一亿遍莲师心咒，已经念完了；后来在上师如意宝面前发愿念一亿遍观音心咒和一千万文殊心咒，也念完了；中间念了一百万百字明、一百万《七句祈祷文》，还有上师法王如意宝著作中的本尊心咒，这些

倒是不多，有些只有七八十万。现在准备开始念一亿遍‘阿弥得瓦’²⁵。”

他跟我年龄差不多，不到七十岁。我们基本上是一样的岁数，同样地活在人间，但他光念本尊的心咒都已经多少亿、多少千万，而我们念十万、念一百万都要顾虑许久。

若能如理如法地念修莲师心咒，肯定能跟莲师相应；如果跟莲师非常相应，那必定会成办一切事业。那时，诸佛菩萨及世间的天龙八部都会来保佑你，经常赐予你力量。有些人做任何事情都很厉害，有些人什么都成办不了，甚至一件很小的事情都违缘重重，原因是什么呢？其实与诸佛菩萨的加持和天龙八部的支持、护佑有一定的关系。

刚才说，最好是念莲师心咒千万遍以上。居士和

25 即阿弥陀佛心咒：嗡 阿弥得瓦 阿耶色德吽舍。

出家人当中都有念过一千万莲师心咒的，念一亿遍以上的也有。莲师心咒念起来不是很难。藏地许多人念咒语很厉害。

上根者于即生成就虹身，中根者在临终时认识母子光明，下根者也会在中阴面见我而显现解脱于自地，往生妙拂洲刹土，利益无量众生。”

上等者即生成就虹身；中根者在临终时认识母子光明——大圆满中讲，自己所认识的子光明与本基中出现的母光明二者相合，马上获得成就；下根者在中阴时面见莲花生大士，显现解脱于自地，往生妙拂洲刹土或极乐世界，利益无量无边的众生。

这次大家还是要发愿念诵莲师心咒，虽然我们闻思修行的时间确实比较紧张。现在离法王的圆寂法会（12月24日）还有四个月，每天也不用念很多，一百天内每天念一千遍就能完成，大家都努力吧！这次藏

地、汉地报名的人特别多，将一滴水融入大海，这个功德很大。如果很多人都祈祷莲花生大士，每人念诵莲师心咒十万遍以上，眼前世界上的各种灾难，包括个人修行中的违缘也会有新的转机。

以上是总说莲师心咒的功德，下一堂课讲莲师心咒的字面解释。

第2课

2023年8月19日

现在继续讲莲师心咒的功德。上一节课已经讲了莲师心咒总的功德，今天这节课将莲师心咒“嗡啊吽班匝_ཎ格热巴玛色德吽”这十二个字，每一个字的作用与利益都讲得比较清楚。观音心咒或金刚萨埵心咒都是六字，莲师心咒是十二字，有两个观音心咒那么长。

今天收到很多人报名念诵莲师心咒十万遍以上的信息，这样很好。我今天试了一下，一千遍莲师心咒半小时之内能够念完。当然，发愿的时候很容易，实际行动中，如果没有正知正念很难坚持。

念修方式

念诵时，如果有时间，最好正式一点。首先念皈依和发心，然后尽可能修一个莲花生大士的上师瑜伽，到念咒语的地方，开始念莲师心咒，念满一千遍以后，念个赞颂文、供养文、缘起咒，再念一个求取悉地的四灌顶的内容，最后做回向。如果工作各方面比较忙，实在没时间，边开车边念咒语，或者边做事情边念咒语，在行住坐卧中完成咒语的数量也可以。

《开显解脱道》中也有上师瑜伽的部分，要么按《开显解脱道》中的仪轨念诵，要么按《莲师会供》中的上师瑜伽的仪轨念诵。如果能这样念诵就更完整、更完美。

也许有人在猜测：是不是降魔胜利洲或佛学院出现了一些违缘？并非如此。修行人如果说有违缘的话，随时都有违缘；没有违缘的话，任何违缘都不算违缘。回顾过往，人生中曾经出现过的违缘也不算什

么。除非是现在吃不了饭、睡不了觉，可能这对修行而言是较大的违缘，除此之外，只要你活着，能吃饭、能睡觉，身体基本上能维持，一些小小的事情也不算是真正的违缘。

所以，今年算是一个特殊缘起。前两天喇嘛和觉姆那边开始念莲师心咒，我们汉族这边很多人只是听说，但具体的参与方式不太清楚。这次依靠此因缘，将十多年前翻译的莲师心咒的功德为大家宣讲。

不仅是今年，以后无论是谁有缘得到此音频、视频或文字，无论你是否在学院，为了保护自己、圆满一生的修行，每个人每年最好念十万遍莲师心咒或忿怒莲师心咒，就像现在学院每年都念四十万遍金刚萨埵心咒、三十万遍阿弥陀佛心咒一样。

养成拿念珠的习惯

学院有些公共场所的工作人员，以前没有特别要求拿念珠，但这里毕竟是佛教道场，如果有时间，拿念珠念咒语也没关系，毕竟你也不是公务员。当然，如果你是客房、前台，或是餐厅服务员、柜台的售货员和医生等，上班时间一直拿着念珠，不管客人肯定不行。

现在来旅游的那些没有信仰的人都戴着念珠，我们佛教徒反而不戴。学院现在基本上开放了，不知道以后会变成什么样——并不是我们要求开放的，我们也很无奈。以前这个山谷里可以说全部是佛教徒，至少是有信仰的人来朝拜；现在很多游客带着各种习气和行为来到这里，如果我们没有以正知正念好好地维护自己的心，久而久之，可能道场三四十年以来维持的宁静氛围会有所破坏。但这也没有办法，眼下全世界都掀起了旅游热潮。从积极的方面来看，也许通

过这种方式我们能度化很多众生，他们来到这里至少能转转佛塔、顶礼佛像，或者心里产生：“哇！原来在这里有这么多人以这种方式生活着，他们到底在追求什么？”以此因缘他们以后可能会在精神领域有所探索。

总之，建议大家还是经常拿着念珠念咒语。如果特别忙时可能不太方便，但平时养成拿念珠的习惯，每天念一千遍左右问题不是很大。

当然，最初发愿时觉得很容易，就像很多人买房、买车时，以目前的收入为准，选择贷款或分期付款，认为在将来的十年或二十年中，还款肯定没有问题，但后来工作变动，收入减少，最后无法偿还贷款，又非常痛苦，特别可怜。

我个人而言，刚开始计划每天翻译多长时间，减少琐事、多念咒语，但后来有很多始料未及之事，导致原计划被搁置。

无论如何，这次这么多人一起发愿共同念修很好，如果有正知正念，每天都能合理安排时间，应该问题不大。有些人常年如一日地坚持，有些人刚开始发愿时虽是真心，但后来实际操作时，无法完全按照最初的发愿去做，有种种情况。不管是堪布、堪姆，还是普通的修行人，在这方面都有差别。

今天讲莲花生大士心咒的作用，大家要好好地学习。我们平时念了很多莲师心咒和观音心咒，但以前只是从信心的角度，知道通过念诵莲师心咒，会得到莲师的加持，有这么一个信念。除此之外，每一个字代表什么含义，可能很多人都比较陌生，在这个教言中言简意赅地为我们归纳了重点。

（益西措嘉空行母呈白：）“大士啊，宣说如此无量广大功德威力，恩德实大。

前面从总的方面来讲莲师心咒无量无边的广大功

德和威力，如果莲花生大士没有宣说，我们不一定知道其中的甚深意义。

莲师心咒逐字解释的功德威力虽然不可估量，但为利益未来众生，请求摄略宣说。”

莲师心咒逐字解释的功德、威力不可估量，如果您逐字逐句来讲，肯定内容非常多——在有些注释中，撰写莲师心咒的功德就有好几函，但为了利益未来末法时代的这些众生，请求莲花生大士您，能否以较摄略的方式为我们宣说部分功德？

益西措嘉以比较婉转的方式请求，与阿难在《楞严经》中请问佛陀的风格稍有不同。

尔后莲花生大士告言：“噢，善女子，‘**嗡啊吽班匝_{ཎེ}格热巴玛色德吽**’并不是我独有的心咒，

（堪布念诵莲师心咒）

我们安多语基本上是这样念诵的，你们以怎样的音调念诵都可以，但一般在书写时，统一写成“**嗡啊吽班匝儿格热巴玛色德吽**”。

莲花生大士说：“这并非我独有的心咒。” 其实在莲花生大士心咒中，集聚了这么多内容——

它是四续部本尊、

莲师心咒已经具足四续部本尊的命根。四续部是事部、行部、瑜伽部、无上瑜伽部，这些本尊的咒语都包括了。

九次第乘、

九次第即声闻乘、缘觉乘、菩萨乘、事部、行部、瑜伽部、玛哈约嘎、阿努约嘎、阿底约嘎，莲师心咒已含摄了九乘法门的核心。

八万四千法蕴的命根，此中俱全三世诸佛、上师本尊空行护法等的心咒。俱全的原因何在呢？请认真谛听，铭记在心，当念诵、当缮写、当于未来众生讲说。

具足了八万四千法蕴的命根，未来、过去、现在的所有三世佛，及上师、本尊、空行、护法等的心咒全部都具足。俱全的原因是什么呢？莲花生大士说：以益西措嘉空行母为主的后来的弟子们，请你们认真谛听、铭记在心，并念诵、缮写、为未来众生宣讲。

这一段是归纳性的解释。

有人也许会想：若是莲师心咒十二个字已经具足所有续部的教义和三根本的心咒，那是不是只念一个莲花生大士心咒，其他都不用念了？既然阿弥陀佛有这么大的功德，那其他八万四千法门都不用了，只念阿弥陀佛就可以？

其实也不是这样，众生的根基各不相同，有缘分、有信心的人，光念莲师心咒也可以，光念观音心咒也可以，光念金刚萨埵心咒也可以，光念阿弥陀佛也可以。这些心咒确实有无量功德，但也要看众生是否有缘。有些人很反感念咒语，那这种人还是需要其他法门。

比如在“诸恶莫作，诸善奉行，自净其意，是诸佛教”中，前三句已经归纳了释迦牟尼佛所有佛法的精华——不做恶法、行持善法、调伏自心，那是不是其他八万四千法门都没有用了？不必要学习了？并不是，众生的根基千差万别，教义上虽已具足，但这样的教义并非所有人都能相应。

莲师在这部教言中讲了为何一句莲师心咒聚集一切功德的原因，大家不仅要认真地听，还要记在心里，而且随时随地都要念诵莲师心咒。也可以写在纸上，或刻在石头上，令见闻觉知者获得利益——下面

会讲。

我从小就对莲师心咒和观音心咒有信心，一直有书写、雕刻的习惯。我们朵芒寺经堂的门口，有观音心咒、莲师心咒及《贤劫经》的石刻，因为“朵芒”是以《贤劫经》的因缘而得名。如果无法转绕经堂，转绕这些石刻也可以。

其中，我特意放了几块幼时与自己有缘、感应强烈的莲师心咒、观音心咒的石刻。此前，我已经四五十年没有看到这几块石刻，前几年我特意去寻找，虽然找的过程很辛苦，但当天依靠各种因缘，最终还是找到了，如今放在那里。原来想放在图书馆，又想到离开人间后放在纪念馆，但后来想，若是放在寺院，凡与之结缘者，都能为其带来利益。

虽然看起来只是一个普通的石刻，但实际上有些加持确实不可思议，我对此深信不疑，就像益西措嘉空行母讲的一样。具体细节不方便讲，到目前为止没

有对任何人讲过，未来也不一定讲，我自己认为具有特殊意义与加持，有很多不同的故事。我们藏地有很多观音心咒、莲师心咒的石刻，有些是自然显现的，有些是以前的上师、僧人加持过的。

不管怎么样，莲花生大士当时为后来的吾等众生宣讲了莲师的心咒，有信心的人会相信，没有信心的人不一定相信，不信也没关系。不要说是佛教中的神秘教义，甚至一家人也是你不相信我，我不相信你，在男女的感情上，经常因为信任问题吵架，那更何况是超越很多维度的三宝的加持和威力？我们出生的环境和自己前世的善根、业力，都有各自不同的复杂因缘，所以不相信也情有可原。

可能有信心的人打算“我以后好好专修莲师心咒”，就像前两天讲观音心咒时，很多人说“我在学习了《初中末善语》就可以了”，其实《初中末善语》我很早以前就讲过，只是许多人没有印象了。

我感觉今年大家对观音心咒的信心有所提升，因为之前讲观音心咒的功德、《宝王经》等比较成功。若是闻法后在行为上有些许改变，说明你的听法是成功的；反之，如果没有什么改变，每天都像是往石头上倒水一样，心相续永远也不会湿润，听了很多节课，却越来越刚强难化，那除了闻法的功德以外，没有多大价值。

千江有水千江月

这次学习之后，希望大家经常修上师如意宝的上师瑜伽，或经常祈祷莲花生大士。

我昨天也讲了，作为修行人，最好真正得到三根本的亲自摄持；次之，则在觉受中、在梦中经常跟上师相应、跟本尊相应；即使未能亲睹莲花生大士的尊容，也没有得到任何感应，但内心认定“我的本尊就是他”，一心一意地祈祷，生生世世不生邪见，这也

是一种修行。

将来无论是自己修持还是弘法利生，都不能仅仅停留在理论上，要在修行过程中特别虔诚地祈祷。我们讲《七句祈祷文》时说，如果以信心祈祷，那本尊也会依靠祈请的力量垂念你、加持你，这是绝对的。我自己感觉，我们每个人都要念修莲花生大士的心咒，任何人只要虔诚地祈祷、虔诚地念诵，就像月亮悬挂在虚空，无论地面有多少个清澈的水器，月影一定会如实呈现一样，这是无欺的缘起力。

念诵有很多方式，有些是以咒语、本尊无二无别的方式念诵，就像《大幻化网》后面部分讲的一样，念诵的咒语与莲师无二无别，这样观想比较好。如果实在无法生起这种等净无二的见解，那还是要用祈祷的方式，祈请他、呼唤他。

麦彭仁波切曾引用教证说：如果悦意动听地念诵《七句祈祷文》，就像是孩子呼唤母亲那样，莲师必

定会从邬金刹土前来赐予加持。这个比喻非常形象，关键是我们是否具有信心，若是没有信心，本尊想加持你也有点难。当然，信心需要复杂的因缘。有些人的信心实在生不起来，邪见却很容易生起来，那就慢慢忏悔吧！能与此伏藏法结上善缘也非常幸运。

下面开始逐字逐句地介绍。

二、分别宣说莲师心咒之功德

1. 是五方佛和五方圣尊的心咒

嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽，

其中‘嗡啊吽’是诸佛身语意的心咒；

“嗡啊吽”是三世诸佛身语意的心咒。麦彭仁波切在《净除罪障百咒功德》中首先就讲了“嗡啊吽”

的诸多功德²⁶，我记得引用了《密集续》《八大法行集善逝续》等续部中的教证。“嗡啊吽”的确非常重要，很多咒语的前面都要念。大圆满修法中说，“嗡啊吽”是身语意的智慧种子，依靠它的火能焚尽六道的种子等，功德非常大。

‘班匝_儿’是金刚部的心咒；

“班匝_儿”是梵文，意即金刚，代表金刚部。这是东方金刚部的心咒。

‘格热’是珍宝部的心咒；

“格热”是上师，即珍宝、如意宝，这是南方珍宝部的心咒。

26 《净除罪障百咒功德》中云：“‘嗡啊吽’这是三时一切如来的真实身语意，堪为三世佛陀所说的一切咒语之王、一切咒语之本，念诵此咒能成就所有咒语，无论是什么咒语，开头加上‘嗡啊吽’，都会变成智慧咒，使一切未成办之事得以成办，一切不吉祥变为吉祥，一切罪业荡然无存。《密集续》与《八大法行续》等续部中唯一赞扬这一咒语。大圆满续等之中说‘嗡啊吽’咒能焚净六道的种子。仅仅念诵也能消尽轮回的障碍，相当于持诵浩瀚无边三世寂猛如来的咒语。诸如此类，功德无量，这是诸续部中再三宣说的。”

‘巴玛’是莲花部的心咒；

“巴玛”是西方莲花部的心咒。

‘色德’是事业部的心咒；

‘吽’是善逝部的心咒；

“色德”是北方事业部的心咒，“吽”是中央善逝部或如来部的心咒。

综上所述，“嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽”是五方佛和五方圣尊的心咒，比如珍宝部的主尊是宝生如来，宝生部不仅有宝生如来，还有佛母、八大菩萨，以及护法眷属，就像我们看过的文武百尊像，五方佛的周围有五方圣聚，在此圣聚中，菩萨、菩萨母全部具足。所以，念一句“嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽”，实际上也包括了寂静四十二尊的心咒。念

《闻解脱》时，每一个本尊的心咒都要念的话，很费劲，但此处讲到，莲师心咒包括了五部所有如来和菩

萨的心咒。

2. 是一切寂忿本尊、护法、空行的心咒

嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽，

在“嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽”这个咒语中，寂静尊和忿怒尊全部聚集。

‘嗡’圆满五方佛报身；

‘啊’圆满无变法身；

‘吽’圆满化身莲师；

法报化三身中：报身是五方佛，无变法身是普贤王如来，圆满化身莲花生大士在众生面前显现各种游舞度化众生。“嗡啊吽”已圆满三身佛。

‘班匝_儿’圆满黑日嘎之尊众；

黑日嘎是所有的忿怒金刚，如大威德、马头金刚、玛哈嘎拉等，也包括忿怒五十八尊。有些修法中提到，忿怒五十八尊在头顶的大乐燃烧轮这里。这些黑日嘎——忿怒本尊，“班匝_儿”全部圆满具足。

‘格热’圆满上师持明尊众；

上师持明，比如上师莲花生大士、上师龙猛菩萨，印度有八大持明上师的坛城，这些都具足。

‘巴玛’圆满空行本尊坛城；

空行，比如金刚亥母、作明佛母等；本尊的话，每个续部和每个人修持的本尊都不同。

‘色德’是财神、伏藏主之命脉；

“斯德”是黄财神赞巴拉等所有财神以及伏藏主的命根或心咒，不同伏藏品常常交付给不同的伏

藏主。

‘吽’是无余一切护法之命脉。

此处，可以说所有寂静和忿怒的本尊、护法、空行的心咒都具足。这样看来，如果大修，当然每位本尊都有大修的仪轨，但若是想综合起来修，天天念莲师心咒就可以。

3. 是三传承、三藏、九乘之命脉

嗡啊吽班匝_{ཀླ}格热巴玛色德吽，

‘嗡啊吽’是三传承之命脉；

有些版本里面说是三传承，即持明表示传、补特伽罗耳传、如来密意传。也有一些版本讲的是“三续部之命脉”，即事续、行续、瑜伽续，但这在后面也有讲述，如果是三续部，此处是总说，后面分说。或者宣说身金刚的续部、语金刚的续部、意金刚的续

部——会不会有这方面的续部？

‘班匝_儿’是律藏、经藏之命脉；

‘格热’是论藏、事续之命脉；

“班匝_儿”“格热”合起来是三藏之根本，“格热”也是事续之命脉。《大藏经》中所有的经律论全部要学恐怕很困难，但归纳而言，三藏的命脉在此已包括。

‘巴玛’是行续、瑜伽续之命脉；

‘色德’是玛哈、阿努之命脉；

‘吽’是大圆满阿底之命脉。

“色德”是玛哈约嘎和阿努约嘎之命脉，“吽”是大圆满阿底约嘎之命脉。藏文《大藏经》有一百零四函，从显宗到密宗之间，一切经典和续部的根本、命脉都已包括。

为什么咒语功德这么大？因为这是诸佛菩萨、前辈圣者所加持的。讲《释迦佛修法仪轨》时说，“达雅塔 喻牟尼牟尼 玛哈牟尼耶索哈”²⁷，观音菩萨依靠此咒语成就，释迦牟尼佛也是依此而成就，等等。

有些道友特别爱念咒语，对咒语很有信心；有些人念着念着就不想念了；有些人则非常反感。当然，每个众生爱好不同、意乐不同、习气不同、因缘不同、业力不同，不能一概而论。不要说来自东南西北的各不相同的人，甚至连双胞胎的性情和根基也有不同，这也是正常的。所以，有些比较调皮、容易生邪见的人，我们也不要太讨厌、太排斥他们。

接下来主要讲清净五毒。

4. 能清净五毒

27 《小般若经》中云：“诸佛皆从此陀罗尼咒中生，释迦佛亦依此陀罗尼咒之威力而成佛，观世音依此现前菩萨胜果，仅仅听闻此陀罗尼咒，也将无勤获得广大福德并清净一切业障。”

嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽，

以‘嗡啊吽’清净三毒障；

此处总说“嗡啊吽”能清净三毒的障碍，三毒即贪嗔痴，下面分别讲说。

以‘班匝_儿’清净嗔心障；

以‘格热’清净我慢障；

以‘巴玛’清净贪心障；

以‘色德’清净嫉妒障；

以‘吽’清净烦恼障。

“嗡啊吽”是总说，中间广说，最后“吽”字归纳，以莲师心咒能清净所有的烦恼障碍。

所以，莲师心咒不仅是一个威力非常强大的咒语，还能清净障碍。或许我们以前认为，念金刚萨埵心咒清净罪障，念文殊心咒开启智慧，其“分工”是

这样的，但其实每个咒语也有其他作用。

以前我在《虹身成就略记》中讲过，一位喇嘛年轻时，在去印度朝圣的途中遇到了强盗，争执中不小心将强盗打死，后来生起大悔心，在山洞闭关三十年一直忏悔，期间念了七亿遍莲花生大士心咒，圆寂时虹身成就，整个肉体缩小了三分之二。他当时用过的念珠辗转交到了龙多活佛手中，龙多活佛自己用这串念珠也念了一亿遍莲师心咒——这是龙多活佛口述的，我有文字记录。那位喇嘛念了七亿遍莲师心咒，到最后连杀人的罪障也都清净了，这是真实的。

由此可见，莲师心咒也是很好的忏悔咒语。

5. 能获得三身五智

嗡啊吽班匝_ཎ格热巴玛色德吽，

此处主要讲，念莲师心咒能获得三身五智。

以‘喻啊吽’获得法、报、化身；

以“喻啊吽”获得法身、报身、化身的功德，或者说自己将来能得到三身。

以‘班匝_儿’获得大圆镜智；

五种智慧中的大圆镜智；

以‘格热’获得平等性智；

以‘巴玛’获得妙观察智；

以‘色德’获得成所作智；

以‘吽’获得一切智慧任运成就。

以“吽”获得一切智慧。有时说“法界性智”，有时讲“一切智慧”，因为法界性智是四智的根本，有些经典中提法界性智，有些不提。这在讲《经庄严论》时分析过，为什么有些经中是四智，有些经中是五智，有些经中提到其他不同的分类。

因此，想得到佛菩萨的智慧，就念莲师心咒，念莲师心咒能获得三身五智。若能获得五智，则定能开启大智慧，如果三身五智的智慧不大，那佛的智慧就不大了。

念莲师心咒不仅能忏悔、开智慧，还可以降伏魔众。

6. 能降伏魔众

嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽，

以‘嗡啊吽’调伏天、鬼、人；

以“嗡啊吽”制伏或调伏天、人、鬼等中的魔众。有时人会变成魔，魔女、魔男；有时天当中有天魔、魔鬼。“嗡啊吽”能降伏世间所有鬼魔。

以‘班匝_儿’胜伏寻香、火神诸魔；

以“班匝_ལ”胜伏寻香鬼和火神诸魔。现在房子起火、森林起火，一般都是惹怒了火神。由于全球变暖的原因，火灾随时都可能出现，多念莲师心咒的同时，要加强防火意识。

那天我去一所寺院，发现他们将所有的消防通道全部都堵住了，我当时狠狠地批评了管家——万一发生火灾怎么办？

现在公共建筑基本上都有消防通道，但有些私人建筑有点危险，每个人都应该有防火意识，什么时候惹怒火神也不知道，鬼神对于烧焦的味道很敏感。尤其是女众区房子特别密集，一旦半夜三更发生火灾，确实很难逃脱。有些两层楼的房子，自己应该提前考虑，万一第一层燃火的话，窗户在哪里，如何逃生。

这次夏威夷火灾，很多人为了躲避大火，无奈之下跳入太平洋求生，身体浸泡在大海中，眼睁睁看着自己的房子燃烧……说起这些场景时，如果我们设身

处地去思维，还是很痛苦的。

我以前住校时，宿舍里也着过火，但那与自己的行为有关。后来校长骂我：“你怎么不注意？”我说：“我们已经注意了，可能是有火神鬼、火神魔。”校长听后更生气：“你们受的什么教育？哪里有鬼神啊！”其实是我当时点蜡烛看书引起的。往外逃生时，有些同学的裤子穿反了，有些把衣服当作裤子……我唯一一件较为时尚的黑色呢子衣服被烧了一半，当时很心疼。

以‘格热’胜伏阎罗、罗刹诸魔；

以‘巴玛’胜伏水神、风神诸魔；

有时出现水灾，是水神不高兴；有时出现十几级的风灾，各种暴风、龙卷风，这些是风神魔。

以‘色德’胜伏夜叉、地主神诸魔；

“地主神诸魔”，我看了两个版本，一个版本是自在天，一个版本是地主神，即土地主。念莲师心咒能胜伏相关的魔众。

以‘吽’胜伏恶曜、地神诸魔。

“吽”字能胜伏恶曜等各种星曜，例如有时天象不吉祥，包括与星座不相应等。

虽然有些教育中说鬼神不存在，但魔、鬼、神确实存在。我遇到过很多人，以前是唯物论者、无神论者，不承认天堂、地狱，不承认鬼神、三宝，但后来自己生病了，或是干一些坏事激怒了鬼神，当他们显示在自己的梦中或觉受中时，自己不得不承认。

藏地有这样的习惯，比如去一个特别危险的地方，或者这个地方以前死过很多人，就会念莲师心咒。

不说以前，现在也有。2010年富士康“13连

跳”，13个人连续在同一个位置跳楼自杀——虽然肉眼看不到，但这个地方完全不同寻常。比如，有些地方好像前面有路，司机一开过去却掉落悬崖，而且不是一个人，好多人连续在同一个地方翻车。这种现象说明，鬼神是有的。

我看过窦文涛采访一位比较出名的研究犯罪心理学的女教授李玫瑾，她讲过好几个案例，比如有次在破案时，死者托梦说被埋在什么地方，后来警察去那里挖掘，真的找到了被害人的尸体。她完全没有信仰，只是从职业的角度来说事实。还有些医生经常跟亡人打交道，他们也见得比较多；一些侦破凶杀案的刑警，包括狱警，也会遇到鬼神。所以，鬼神确实确实存在。

现实生活中，如果遇到非人、鬼神、魔的干扰，导致身体不好、心情不好、做噩梦，或者修行过程中觉得实在是修不下去，这时使劲地念莲师心咒，马上

就能破云见日。所以，莲师心咒也是降魔的咒语。

从前学生时代，有时我晚上放学回家要翻山越岭，不像城市里晚上有路灯，那时需要在月光下穿过树林中的一条小路。树林里曾经死过很多人，听到老鼠叫或是什么声音的时候还是会很害怕，好像头发都全部竖起来的感觉，这时我就悄悄地念莲师心咒，感觉确实很有加持力。

也许跟家庭有关系，我从小对这些咒语很有信心，遇到违缘需要遣除时，要么马上念莲师心咒，要么念度母心咒。现在可能很多人不一定这样，以后最好能养成习惯。

下面讲莲师心咒在成就事业方面的功德。念莲师心咒有不同的作用，如同某味药具有多种疗效一样。

7. 能成就一切事业

嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽，

以‘**嗡啊吽**’成就六波罗蜜多；

以‘**班匝_儿**’成就一切息业；

息业，指使身体不好的病魔等违缘全部都能熄灭的事业。

以‘**格热**’成就一切增业；

增业，即增长你的财产、名声、势力、威力、力量……有些人说“这几天不知什么原因，一直没有力气”，如果想有强大的力量，就念“**嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽**”。国外各个道场念诵莲师心咒的音调各不相同，有些念起来比较威猛，有些是很寂静、很优雅的声音，有些则像瀑布流水声等，有各种声音。

以‘**巴玛**’成就一切怀业；

若想获得财物自在，或是想要勾召人和非人，可以念这个心咒。

以‘色德’成就一切事业；

此处是总说能成就一切事业。

以‘吽’成就一切诛业。

在有慈悲心的前提下念诵莲师心咒，对自身修行、工作制造违缘者，包括对佛法、对众生造成危害者，都可以降伏。下面是回遮。

8. 能回遮一切诅咒

嗡啊吽班匝_ཎ格热巴玛色德吽，

以‘嗡啊吽’回遮僧人苯教橛诅咒；

以“嗡啊吽”回遮佛教的一些僧人及苯波教的橛诅咒等。古代咒术较多，汉地也有，比如在宫斗剧中，皇宫里的人为了害对方去学一些咒语，做个布娃娃，写上人的名字后用针扎，这也是一种诅咒。以前

原始宗教中都有诅咒，藏传佛教的诅咒仪轨、回遮仪轨比较多。《心经回遮仪轨》好像在汉传佛教的几个译本中都没有看到，学藏传佛教的人，都会用《心经》来回遮——若是有人对你进行诅咒，你通过念诵咒语或回遮仪轨，对方不但害不到你，“兵器”反而落到他自己身上，这是一种反噬，按照回遮仪轨来念诵则没有过失。

以‘班匝_儿’回遮（他人所迎请）智慧本尊的诅咒；

以“班匝_儿”可以回遮他人所迎请的智慧本尊的诅咒。

以‘格热’回遮天龙八部诅咒；

有些咒师可以控制天龙八部，给别人制造一些违缘。虽然天龙八部是佛教的护法神，但如果惹怒了他们，也需要回遮。

以‘巴玛’回遮世间鬼神诅咒；

以‘色德’回遮龙类、地神诅咒；

以‘吽’回遮天、鬼、人诅咒。

其实这些很多都是人依靠不同的仪轨进行诅咒。诅咒的方式非常多，例如以前的萨满教，将某人的生辰八字、星座等写上后，由巫师做各种仪式进行诅咒。我不太喜欢讲这些，否则，修行不好的人知道了以后，马上对付与自己关系不好的人。但作为大乘佛教徒，即使别人害你，你也不应该诅咒他们。

总有刁民想害朕？

当然，即使接触外道或内教的各种诅咒，大家也不用怕。有些人特别担心，会不会有人诅咒我？会不会惹怒地神？……我一般不会怕，世间有种说法叫怕什么来什么，越怕越出现——如果你特别怕鬼，鬼

会来的；特别怕别人的诅咒，也可能会引来别人的诅咒。

有些居士经常认为“有人诅咒我，我今天头痛”“刚才那个道友好像瞪了我一眼，他是不是回去修诅咒仪轨”“我周围气场有点不对”……但大多数时候都是幻觉，是自己的妄想和分别念，别人不一定有这个能力。现在的人不像以前印度的仙人那么厉害，即便用了某些仪轨，也不一定马上生效，所以大家不用怕。

经常有人跟我说：“你要注意，当心别人诅咒你。”我也没有害过谁，他想诅咒、投诉、报警、举报都没关系，可能是我前世欠他的债，以此因缘还清，也无所谓。所以，我个人而言，确实没有怕过这些。

但这里有些道友，不像学《大幻化网》和学莲师心咒的人，特别胆小、害怕，经常担心会不会惹怒

了鬼神。老百姓当中，没有文化的人当中，确实有些人就像我昨天讲的一样，遇到一点事情时，要么打个卦，要么算个命，天天都特别焦虑。我们没有必要这么害怕，如果真的有人诅咒你，在你的梦中、觉受中，或现实生活中，一定会出现真实的魔，那时很难避免。若确有诅咒之事，念诵莲师心咒回遮，非常有用。

台湾有位莲师学会的法师，讲过一件不丹那边发生的事情。不丹有位农夫，因为仇家的诅咒，导致双目失明。在此之前他是其他宗教的信徒，甚至诽谤过莲师，后在佛教善知识劝导下念修莲师心咒。他不分昼夜地一直念诵，念到三亿遍时，亲见莲花生大士为他做了一系列的授记。2006年示现圆寂时，显现了各种不同的加持之相、成就之相，令大家不得不起信心，不丹举国上下都为之震惊。保守估计，他在圆寂前至少念了六亿遍莲师心咒。

作为修行人，心要放松下来；心若是放松，什么问题都没有，很多违缘障碍是因为心不淡定而导致的。所以，大家不要害怕是否被诅咒、会不会惹怒了什么，天天处于恐慌当中。有时确实是杞人忧天，没有必要这么担忧。如果真的害怕，就多念莲师心咒。

9. 能摧毁一切魔军

嗡啊吽班匝_ཎ格热巴玛色德吽，

前面讲了内在的五毒烦恼，这里讲由五毒烦恼引发的外在魔军。有些是贪心魔产生的怨敌，有些是嗔心魔产生的怨敌，有些是嫉妒魔产生的怨敌……

以‘嗡啊吽’摧毁五毒之魔军；

这是总说，主要是指自身的烦恼投射到外境所显现的外魔。

以‘班匝_儿’摧毁嗔心之魔军；

例如现在国家与国家之间的战争，人与人之间的打架，道友和道友之间的冲突，其实这些都可以说是由嗔心引起的魔军。

以‘格热’摧毁我慢之魔军；

以‘巴玛’摧毁贪心之魔军；

以‘色德’摧毁嫉妒之魔军；

以‘吽’摧毁天、鬼、人之魔军。

“吽”字摧毁天、鬼、人带来的各种魔军。莲花生大士曾经授记：未来末法时代，在藏族人的男士心中入男魔，女士心中入女魔，孩童心中入独角鬼，每个人都由不同的魔众控制，那时是藏地遭受痛苦的阶段。

在六七十年代，由于受到特殊影响，藏地很多

人砸佛像、毁寺院，其中许多是以前有信仰的人，但在那时完全无法控制内心。其实人着魔的时候，以前修行好也没有用，人格好也没有用，长得漂亮也没有用，自己丝毫没有自控能力，心烦意乱。所有的魔都是由五毒烦恼所引起，这些魔，通过念修莲师心咒可以摧毁。

以前法王讲麦彭仁波切的窍诀时讲过：一世敦珠法王在世时期，有位名叫阿切桑给的修行人，他自认为已经获得成就，把帽子戴在头顶，声称自己有肉髻，对别人说“我已经成佛了”，有时自言能够飞翔，可他从房顶上跳下后，身体却摔成重伤。

一次，他找到敦珠法王说自己有许多伏藏品，要求敦珠法王予以鉴定。敦珠法王看过后说：“这些并非真正的伏藏，只是你自己的一种迷乱显现。”他认为是上师嫉妒自己。后来他又找到蒋扬钦哲旺波，再次要求予以鉴定。蒋扬钦哲旺波说：“我可以为你鉴

定，但有个要求。你要念一千万遍莲师心咒，念完后我可以给你鉴定、签字。”他按照要求刚念完一千万遍莲师心咒时，在境界中，见到一位出家人坠落在地，他自以为是的迷乱幻觉也随之破灭。

有时，幻觉中的魔也有，现实生活中的魔也有，有各种人魔、天魔、非人魔。在修行过程中，若是遇到了魔障，要多念莲师心咒。

我虽然不是很害怕，但经常会遇到魔障，这时交钱请僧众念经，自己好好地念莲师心咒，把上师如意宝在虎穴取出的伏藏红色忿怒莲师像拿出来，晚上睡觉前放在枕头上，两三天以后，那种感觉就消失了。

莲师的加持，我确实深信不疑。生活和修行中遇到一些魔障时，拿着莲花生大士的法相，违缘很快就会消失，就好像发现盗贼时让警察过来，那些盗贼就会迅速逃走一样。

尤其末法时代，魔军特别猖狂、违缘极重时，总觉得文殊菩萨、观音菩萨等寂静本尊太慈悲了，可能还是要念莲花生大士的心咒，因为它包含了续部的很多降伏密咒。诸佛菩萨在智慧中本来是一味一体，莲花生大士与释迦牟尼佛在本体上没有差别，但在降伏魔军方面，莲师的威猛力确实很超胜。

10. 能获得一切悉地

嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽，

以‘嗡啊吽’获得身语意悉地；

获得身语意的各种悉地。

以‘班匝_儿’获得寂猛本尊悉地；

以‘格热’获得持明上师悉地；

以‘巴玛’获得空行护法悉地；

以‘色德’获得殊胜共同悉地；

以‘吽’无余获得一切所求悉地。

悉地是成就的意思。很多人时常有诸多所求，若想获得饮食、穿着、名声、财富等各种暂时与究竟的悉地，念如意宝般的莲师心咒，就能无余获得一切所求，这也很重要。

11. 能往生清净刹土

嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽，

以‘嗡啊吽’往生本来刹土；

以“嗡啊吽”往生与普贤王如来的本性无二无别的本来刹土中。

以‘班匝_儿’往生东方现喜刹土；

以‘格热’往生南方具德刹土；

以‘巴玛’往生西方极乐刹土；

以‘色德’往生北方事业刹土；

以‘吽’往生中央不动刹土。

净土行人念莲师心咒也可以往生极乐世界；如果很想往生东方现喜刹土或是中央不动刹土，那你也要念莲师心咒。念这个咒语肯定能往生到自己所发愿的刹土。

12. 能获得一切持明

嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽，

以‘嗡啊吽’获得三身持明；

以“嗡啊吽”获得三身持明的果位，这是总说。

以‘班匝_儿’获得住地持明；

以‘格热’获得寿自在持明；

以‘巴玛’获得大手印持明；

以‘色德’获得任运持明；

以‘吽’获得异熟持明。

学过《大幻化网》的人都知道，在密宗当中，“持明”是指五道十地的特殊成就。对此，无垢光尊者和索巴派有不同的观点。无垢光尊者认为：从凡夫地到佛地之间，异熟持明是凡夫地（资粮道与加行道）所摄，寿自在持明是见道所摄，大手印持明是修道所摄，任运持明则是无学道所摄，因而承许四持明为圆满五道所摄。索巴派则认为：四种持明是一地到十地所摄，不包括资粮道、加行道与无学道。

总之，一般持明大法会中的“持明”，是指修持密宗的一种大的成就，念修莲师心咒便可获得四种持明的果位。下面是总结。

三、总结

嗡啊吽班匝_儿格热巴玛色德吽，

念诵一遍莲师之心咒，

彼若有色世界也难容，

念诵一遍莲师心咒之功德，如果它有色相，整个世界也难以容纳。佛教经常用一种假设句宣讲功德：皈依的功德，整个世界都很难容纳；发心的功德，尽虚空际也难以穷尽……世间也经常说，众生的痛苦世界无法容纳，某人的爱遍满世界等，有各种夸张修辞手法，但这里确实是一种难以言表的功德。

见闻忆念此之诸众生，

必定置于男女持明列。

见到莲师心咒、听到莲师心咒、经常忆念莲师心咒的众生，最终定会获得密宗的最高成就。

无欺莲师心咒谛实语，

为何有如此大的功德呢？因为这就是谛实语。

若未如其所愿而成办，
莲生我已欺惑诸有情，
决定无欺依教而修行。

莲花生大士说，如果念诵、修持莲师心咒，却未能如愿成办所欲之事，那莲师我已经欺惑有情了。但莲花生大士作为成就无二果位的大持明者，绝对不会欺惑众生。所以，在此劝诫我们后学一定要依教奉行，修持莲花生大士的咒语。

此次劝请大家念修莲师心咒并非一时的热潮，希望各位今后能将修行与生活相结合。有些道友十几二十年来，每天都念 108 遍莲师心咒、108 遍其他各种咒语以及 21 遍百字明等，这样很好。如果每天都念 108 遍，日积月累，一百天就有一万多遍。

我在今年 2023 年元旦发了一条微博说：为了

2023 年一整年顺利吉祥，我们共同念诵 108 遍莲师心咒。我刚才看了一下，有 138 万的阅读量。这次，希望通过你们自己的语言，通过各种方式，让更多人参与念诵莲师心咒，这样既不违法，也不违规，能令更多人得到利益。

此咒作成幡旗飘顶巅，
风触众生无疑得解脱，

如果将此咒语做成经幡放在山顶，凡是风接触到的众生，都能无疑获得解脱。其实观音心咒做成经旗的功德也是同样的。

现在很多地方为了环保，不能挂经旗。希望学院的道友们，不要用经旗将自己的房子围起来，不然别人认为你已经圆寂了。一般藏地人死了以后，会把经旗放在人死的地方。所以房子不要用经旗围起来，挂一些飘带是可以的。城市里面方便的地方可以挂。

学院上面的有些经旗被风吹掉了，有些已经旧了，掉落在地上，来来往往的路人踩在上面很不好。以后不要把经旗挂在草原上，不要挂在西方的路边，可以挂在桥边，但要防止落在路面上，否则，众生跨在上面也有过失。经旗一般挂在比较寂静、干净的地方，不一定非要人看到。现在很多人做善事一定要别人看到，放宝瓶、挂经旗等一定要宣扬，做任何善法如果是为了炫耀，那就没有多大功德。

莲师心咒的经旗功德很大，但现在挂经旗越来越不方便。挂经旗不方便，放生不方便，烧烟烟不方便，以前我最喜欢的有些善法都受到了限制。但不能因为不方便就不做善事，还是要做，只是做的方式大家要注意。

抑或刻写土木石面上，

还可以刻写在土上、木头上、石面上。藏地经常在路边看到观音心咒，山上刻玛尼的也有，刻莲师心

咒的也有，去色达的路边有个莲师心咒刻得很好，这样见闻接触的功德都很大。

予以开光设置道路旁，

若是方便，予以开光后放在路边，很多众生能看得到，有机会接触。

谁见清净疾疫诸魔障，

住于彼地鬼神皆远离，

金粉书于蓝纸系带身，

一切魔障鬼王不能害。

无论谁见到所刻之莲师心咒，包括一些瘟疫在内的魔障都能得以遣除，住在那里的凶恶鬼神也会远离。用金粉写在蓝色的纸上系带于身，一切魔障不能损害，就像“系解脱”一样。

我在 2015 年涅槃法会时，精心设计了一个挂件，内有法王如意宝的头发和法衣，一面是莲师心咒，一

面是大鹏金翅鸟。我想，如果将莲师心咒戴在身上的话，鬼神不会害你。以后我们也可以在蓝色的纸上用金粉写上莲师心咒，然后夹在“系解脱”里面，一切魔障不能害。

如若命终不离尸体焚，
彩虹萦绕定生极乐国，
缮写讽诵功德不可量，

人临终时，莲师心咒不离尸体而焚烧（“系解脱”也是这样），则彩虹萦绕，一定会往生极乐世界。莲师心咒的功德非常大，希望大家缮写。现在写字的人不多，但可以复印，或者将介绍莲师心咒功德的文字通过网络发给别人。以前需要纸，现在是一种幻化的纸，发一次与印刷一次、缮写一次的功德应该是一样的。总之，缮写、念修莲师心咒，其功德不可思议。

为利未来有情隐藏彼，

莲花生大士说，为了利益未来的有情，我将其伏藏在某个地方。噶玛朗巴大师具体在何处取伏藏，此处未加详说。

愿诸具缘之子得值遇。”

传承当中有发愿交付传承——当时莲花生大士发愿，给弟子们如此交付。之后，依靠黄纸词句传——伏藏大师得到黄纸后，就像U盘一样，用一个简单的东西就能开取伏藏。因为莲师的发愿力非常强大，弟子们依靠各种因缘已经值遇了此莲师法门。

其实，开取伏藏也不一定需要挖地，现在有些“伏藏大师”拿个锄头，拿个什么工具来使劲挖地。当然，个别伏藏品，例如佛像，可能会有这种方式，但大多数伏藏品，就像我昨天讲的一样，隐藏于自己的智慧界当中，然后依靠某种因缘，能将莲花生大士伏藏时的情景全部回忆得清清楚楚。

我原来写《梦尘回忆录》时，他们问：“这是不是伏藏？”我说：“这不叫伏藏，因为没有隔世，并非前世今生，只是依靠一本薄薄的日历回忆起的一些往事。”

我现在想写 1995 年的回忆录。慈诚罗珠堪布说他往年所有的日历都有，我问：“那 1995 年的记录是怎么样的？”他说：“那段时间什么都没有，也许写在其他资料上，丢失了。”所以，不知道能否有因缘写成 1995 年的回忆录。这是一个发愿，希望护法神加持。

1995 年年初，我们去了新加坡、马来西亚、香港，历时一个月——去了当时位于马来西亚首都吉隆坡的噶玛噶举中心；在新加坡大众学佛会，法王如意宝讲了《文殊大圆满》《心性自解脱》等。这些经历若有因缘就简单写一下，当时有我们去印度的那几个人以及慈诚罗珠堪布。法王总共三次出国，我三次

都有机会随同，前两次已经写完了²⁸，第三次（1995年）虽然时间离现在更近一点，但记忆更模糊，只有和慈诚罗珠堪布在海边开的玩笑能想得起来。也许依靠其他什么因缘，到时会想起来吧。

不管怎么样，伏藏大师依靠某种特殊因缘，将花生大士在多少世之前所说的语言开取出来，这种真正的伏藏法非常有加持力。我们以后如果想修一些伏藏法，最好是来自《大宝伏藏》，因为这是公认的百位伏藏大师所开取的伏藏。在此之后的伏藏品，就像是草地上长蘑菇一样，伏藏师各种各样，伏藏法也有各种各样，不好评价。

萨玛雅！印！印！印！

**于邪见者保密！印！印！印！交付与具誓言者！
印！印！印！**

28 堪布将1990年随同法王如意宝去印度弘法的经历写成了《梦尘回忆录》，将1993年随同法王去欧美弘法的经历写成了《西游回忆录》。

对邪见者要保密，印印印，盖了很多章；要对有缘者宣讲，印印印，又盖了很多章。这里有九个“印”。

化身噶玛朗巴开取伏藏而由黄纸中抄录。

化身噶玛朗巴开取伏藏，从黄纸中抄写下来。

2009年8月26日译

这是2009年8月26日翻译的，今天是2023年8月19日，已经很多年了。

前面也讲了，噶玛朗巴的伏藏法加持力非常大，《六中阴》等法门弘扬得很好。《六中阴》我十几年前已经讲了，以后想为修完加行的、得过灌顶的人，提供一些以前的音频、视频等。

这部法到此传讲圆满，希望你们好好地修持噶玛朗巴的这些伏藏法。这次因缘很好，我也很开心，以

后大家要永久地把莲师心咒记在心里。莲师心咒的功德非常多、非常广，日后若有因缘再多讲一点。

忿怒莲师修法讲解

法王晋美彭措·意伏藏

索达吉堪布·译讲

今天我给大家讲讲祈祷莲花生大士的功德。

一、如何理解忿怒修法

莲花生大士是集三世诸佛身语意为一体的智慧本尊、大悲本尊、力量本尊，是智悲力三者的融合。时时祈祷莲花生大士，不仅能轻易遣除我们身语意各方面的违缘，还能令我们迅速获得证悟，尤其是大圆满方面的证悟。密乘中无数前辈大德，都是依靠实修莲

师而成就的。总的来讲，莲花生大士有不共的愿力和摄受力，不论是谁，只要真诚祈祷莲师，都会在很短的时间内得到感应或成就相，这是毫无疑问的。

我自己从小对莲师很有信心。当时条件很差，我放牦牛时总带着一本藏文版《莲花生大士略传》，天天念、天天背。后来我人生中包括出家、学佛等很多大事，自然而然具足顺缘。当然，也许有其他因缘的作用，但我自己始终认为，是莲花生大士的加持令这一切如愿以偿。所以，大家都应该认识到祈祷莲师的重要性。

莲花生大士的修法分为寂静和忿怒两大类。寂静修法我们以前在学《大圆满前行》、《七句祈祷文》和《开显解脱道》时都讲过一些。很多上师瑜伽中也有依于莲师的修法。至于忿怒修法，许多伏藏大师的伏藏品中都有不同的仪轨。这些修法或广或略，一些大修仪轨甚至有几百上千页，要一连修三天或七天。

以前很多寺院都有进行忿怒莲师大修的传统。然而这些广的修法一方面暂时没有汉文翻译，另一方面相关的传承、仪轨，包括应做的供品，都比较复杂。在这个末法时代，大家要修起来可能有一定的困难。相较而言，法王如意宝的这个略修仪轨更加简便易修。

法王所造的忿怒莲师略修法有两个，一是“莲师多吉卓罗修法”，我们以前讲过，还有一个是“忿怒莲师修法”。这两个修法方式稍有不同。今天我先给大家念个“忿怒莲师修法”的传承，再从字面上简单介绍一下。希望大家每年都修一修。

为什么要修忿怒修法呢？因为现在这个浊世之中，非人魔众十分猖狂，我们仅仅依靠寂静的方式，念念观音心咒、修修菩提心，虽然也有效果，但有时候不是很明显。而如果用莲师忿怒修法加以调伏，见效会更为迅速。通常而言，这样的修法不应面向大众传讲，应当只传给少数有缘弟子。但我认为，一方面

应该秉持法王如意宝的精神，将他老人家珍贵的意伏藏修法传承提供给大家，是很有必要的。另一方面，各位道友在学佛和修行的过程中，可能会遇到各种各样的违缘和障碍，这个时候依靠忿怒本尊的修法，就会立竿见影。所以，这对大家应该是很有利益的。以前我们学院每年都会共修一些忿怒修法。我自己有时也会遇到一些似乎很难越过的坎，但只要修一修莲师的忿怒修法，不管对于个人还是集体，方方面面的违缘都很容易遣除。

但要注意，修忿怒修法的时候，一定要以慈悲心来摄持。记得法王在上世纪 80 年代传过一些忿怒本尊的修法和咒语。当时有一对重庆来的夫妇求法王传授莲师的忿怒修法和心咒，法王就给他们传了。后来他们有一次来我家——那时候不像现在，我的院子没有门，谁都能进来。其中一人跟我说：“我现在修莲师忿怒修法感应很强，应该是修成了。”我问：“你怎么知道修成了？”“我用非常猛烈的嗔恨心来念咒语

时，感觉我的敌人瞬间粉身碎骨。”我赶忙纠正：“你这样修肯定不对，不能用嗔恨心来修这类降伏法。”后来我无意间给法王讲了这件事，法王在课堂上专门作了批评。如果以嗔恨心来修忿怒修法，比如存心报复伤害自己的怨敌或非人，那根本的发心就已经错了，这种发心绝对不行。虽然有时候他人会令我们不满意，或者故意制造违缘，但我们绝不能以嗔心将其作为忿怒修法的对境。

那到底该怎么修呢？其实我们每个人相续中都有很多分别念的魔，依靠忿怒莲师的金刚威猛之力将这些魔摧毁，这才是修法的目的。我们心中生起强烈的贪嗔痴，也相当于一种可怖的非人相，这时修持忿怒莲师，就能以莲花生大士的觉性本智将其刺穿摧灭。

莲师的忿怒修法可以遣除我们外内密的违缘。外在的违缘包括地水火风的灾害、人与人之间的冲突，以及突发性的人和非人的危害等等；内在的违缘包括

我们自己产生的病魔、烦恼、妄想、恐怖、悲痛、怀疑等等；秘密的违缘从根本上来说，就是不认识真相的无明，正是由于无明，才有贪嗔痴等分别妄想。这些炽盛的烦恼其实就是一种忿怒之相。从反面来说，这是粗暴恐怖的魔相；然而从正面来说，这就是觉性金刚本智，这即是忿怒莲师的本相。以忿怒莲师的智慧利刃将粗大的无明分别的魔相统统砍断、刺穿，一切的一切就荡然无存了。这样修有很大的利益。

大家对修行如有一定的理解深度，就应该知道，外在的魔虽是狰狞恐怖、令人畏惧的凶猛之相，但只要认识到内在自心的状态，心一旦平静，一切世界也会随即平静。这就是最彻底、最甚深的莲师威猛的本质。

在这个修法中，虽然显现上莲师双脚踩着男魔和女魔，手里拿着种种兵器，但这只是一种表示，内在实际上象征着自然本智的妙用。所以我们在修行的时

候，千万不能怀有嗔恨心、抱怨心，不要想着莲师的忿怒相，自己也生起气来。像那位重庆居士的想法，就彻底错了，也不符合佛教的精神。

总之，我们在实修时应该认识到，一切恐怖的魔障和违缘，不论显现为人、非人或病魔，抑或是眼睛看不到、心也无法触及的状态，通过祈祷莲花生大士，以忿怒的形象都能统统降伏。如果有些人不太容易接受忿怒相的降伏法，也可以多念莲师心咒和《七句祈祷文》。

《西游回忆录》中《谈谈莲花生大士》一文，就是法王在纽约传授莲师修法的讲记。当时法王也提到了莲师的不同名号，包括爱慧莲师、狮吼莲师、莲花生比丘等等。顶果钦哲仁波切专门作过一篇包含莲花生大士种种名号的祈祷文，虽然我没有传承，但以后有时间也可以给大家翻译一下。莲师就是这样以不同的名称、不同的形象、不同的方式来度化无量众生。

所以，我们每个人都应该多多祈祷莲师。我经常跟大家谈起我对莲师的信心——虽然这只是我的个人经验，你们不一定相应，因为每个人的根基和意乐都不同，但我确实认为莲师有不共的加持。如果能把莲师像、咒语戴着身上，就是一种最好的护身符。

我们今天要讲这个“忿怒莲师修法”略修仪轨是法王如意宝所造。按理来讲，传法前应该先进行忿怒莲师的灌顶，但这个灌顶太深，而现在受众中各种各样的人都有，我不太敢灌这个顶。不过此法包括外修、内修等不同层次的修行方式，我们今天就用外修的方式，先念一遍传承，然后从词句上做个大致讲解，最后大家可以一起简单共修一遍。这样一来，可以遣除我们这个道场和个人的很多违缘。我之前也给大家强调过，不管我以后在还是不在，你们每个人都要多修“莲师忿怒修法”。法王所造的种种修法仪轨，我也给你们翻译和传讲了不少，然而其中我最重视的就是莲师忿怒修法，这可能跟我自己的一些修行

感应有关。就像我吃了某种药觉得效果很好，就会推荐给其他人吃。如果自身没什么感觉，当然不会随便给别人推荐。但是我同时也有些顾虑，因为这个法很深，是否能灌顶，我经过了很长时间的考虑，也对自己各方面的情况做了观察，后来觉得确实没办法。因此，这次就只给大家念一念传承。

（堪布念传承）

二、此法由来

接下来简单介绍一下这部“忿怒莲师修法”的由来。法王如意宝于 1988 年受邀去北京的中国藏语系高级佛学院讲课，然后去拉萨等地朝圣。在去桑耶青朴的路上，遇到一个魔女施加干扰，当时法王显现忿怒莲师之相对她做了降伏。这段经历在我写的《法王晋美彭措传》和丹增活佛的《圣者法王如意宝广传》中均有记载。后来法王在桑耶青朴一个山洞中得到了一

个海螺形的宝篋，以此缘起，造了这个“忿怒莲师修法”的仪轨。法王曾经说，其实那个宝篋当中还伏藏着莲师寂猛广修修法，但因为当时各方面的缘起，暂时只将这个威猛略修法取出来，其他留待后世。

后来法王去不丹的时候，也给国王和王室成员灌了忿怒莲师的灌顶，并做了相关授记。我在《梦尘回忆录》里讲过这段经历。当时不丹面临被其他国家吞并的危险，法王把不丹国政比喻为雪山，与国王进行了一番交谈：邻国的日光正要把雪山融化，依靠忿怒莲师的修法，雪山可永远屹立。据说后来不丹王室专门修行此法，后来危机果然化解。当时，不丹国师顶果钦哲仁波切也在那场法宴中，直到圆寂之前，仁波切也一直在修这个修法。事实上，像顶果钦哲仁波切和敦珠仁波切这些宁玛派最重要的大德中，很多人都特别重视祈祷莲师。敦珠法王有一个较略的莲师忿怒修法，与法王在虎穴取的伏藏法相当一致，都是修多杰卓罗，都是念修“吽”字，区别只是本尊手中拿

的是铁蝎还是金刚杵。其实，大德们的智慧海是融合一体的，只不过在有缘弟子面前显现各自的法脉和仪轨。

法王给不丹国王授记后，第二天去了虎穴，在那里开取了“莲师多吉卓罗修法”。法王后来说，当时在境现中，本来可取的莲师伏藏法有九函之多，但是为了不破坏缘起，只取出了略的仪轨。

（堪布向周围的道友借法本。“我看看这是谁的法本，是戒智堪布的吗？看来这个法你念得很勤，法本边缘都磨破。我以前说过要常修这个法，说明你确实经常修。”）

三、修法讲解

忿怒莲师修法

一切轮涅之诸法	本来无生净本性
觉性水中鱼跃式	自身忿怒莲师尊
一面二臂身红色	右持金刚举空中

左持毒蝎于心前	双足热扎男女上
威猛舞姿而安住	身著圆满尸林饰
智慧炽燃火聚中	雨降兵器小怒尊
明观摧伏魔军身	心间日垫蓝吽边
咒语之鬘右旋绕	诵咒震撼三千界
妄念鬼魔名亦无	

嗡格热阿则呢则纳摩巴嘎瓦得吽吽啦_的

猛厉念诵秘密咒，胜伏违缘及魔军，
普获胜共诸悉地。莲生究竟此窍诀，
伏藏善缘者心中，后现魔之灾害时，
愿吾心子得值遇。萨玛雅，嘉嘉嘉！

下面我们从字面上简单解释一下这个“忿怒莲师修法”的仪轨。

首先观想，轮回和涅槃所摄的一切法，自始至终都是无生空性、本来清净的状态。我们讲禅修三等持的时候，观想轮涅所摄的一切法是空性，这是很重

要的。在这样的空性之中，有许多不同的观想方法，比如生起次第中观想种子、月轮、日轮等，但这里是一种针对极利根者的修行方式——观想自己的觉性和心识如鱼从水中一跃而出，在一刹那间明观为忿怒莲师。

莲花生大士的这个忿怒相是什么样子？这里有张图片，大家一边看图一边学习仪轨。

（堪布展示图片）



嗡格热阿泽呢泽那摩巴嘎瓦得吽吽的

图中的本尊是一面二臂——有时莲师的忿怒相是一面四臂，敦珠法王的自传中也如此讲过，而这里是一面二臂。身色红火，如同火焰一般——有些莲师忿怒相是紫黑色或紫色的，不同仪轨的观想方式不一样。莲花生大士在众生面前会显现为不同颜色，就像我们很多人今天穿黑色，明天穿红色一样。右手在空中挥舞金刚杵。左手持着铁蝎。这个铁蝎在莲花生大士的很多仪轨中都有，表示一种缘起，是非常重要的标志。我稍后会介绍铁蝎的功德。现在很多人在网上卖各种九头铁蝎，这是一种护身的法器。莲师的双足踩在男女魔鬼身上——我们修过的莲师多杰卓罗是骑着母虎，而这个忿怒相是踩踏男魔女魔。他以游舞傲然式安住，周身体圆满装饰着各种尸林骨饰。莲师置身于智慧的火焰中，在身周燃烧的熊熊烈焰当中，有许多微小怒尊、兵器、铁蝎，这一切全是火焰本性，无比炽热，就像暴雨一样降下，将世间各种分别烦恼所成的恶魔、眷属、违缘、非人等全部摧毁无余。边念咒边如此观想。

念咒的时候，观想心间日轮上有一个蓝色的“吽”字，周围是忿怒莲师的咒串，以右绕的方式旋转。念诵这个咒语时，整个三千大千世界都为之震动，所有分别妄念变成的恶魔障碍，全部荡然无存，化为虚名。在这样的观想中一直念诵“嗡格热阿则呢则纳摩巴嘎瓦得吽吽吽_的”。

念诵此猛咒，能克胜一切障碍和魔军，获得殊胜和共同的悉地。在莲师最究竟的窍诀中，此法最为甚深。具缘者应该将其藏于自己心中，未来末法时代各种恶魔猖狂危害之时，有缘弟子会遇到此法。

遇到这个法是非常珍贵的机缘。就像金子要有钱人才能买到，一般人不一定买得起，同样，能够遇到这个法的，都是与莲师和法王的法门有缘的人。从1989年取出伏藏直到现在，已经过去三十多年，经过这么多年后我们有幸值遇此法，只要对莲师具有信心，一定可以降伏一切魔障。

四、相关公案

讲到莲师的修法，我想分享几个前辈大德的公案。《全知无垢光尊者略传》中讲过，尊者在—一个地方建经堂时，飞出了许多天灵盖，当时情况凶险，尊者当即示现忿怒相，飞身而起，踩踏天灵盖，将它们压伏在一座降魔塔下。²⁹现场有一位喇嘛叫索南桑波，他亲眼见到尊者就是忿怒莲师。由这个公案可知，前辈大德显现上主要是依靠莲师的忿怒本尊相来降伏魔众的。

《—世敦珠法王自传》中有一个故事，在他六岁的时候，—天空中出现了—只九头铁蝎，—个人骑在上面对他说：“忿怒莲师让我给你捎个口信，在三年中，你要在晚上睡时把自己观为铁蝎，虽然自观为旁

29 《全知无垢光尊者略传》：“后来，所有边地的魔军因为被长期地压伏，而且从前所压伏的不同类众生，许多天灵盖中的偶像需要复修的都重新复修了。在为压伏作准备时，突然天降土石之雨，狂风大作，情况变得十分险恶，人们惊慌失措，乱作—团，有的甚至昏厥在地，根本无法帮助压伏魔众。这时，尊者现示黑日嘎的形象，气势威猛，咄咄逼人。跳起金刚舞，口中也铿锵有力地念诵梵音，那些天灵盖从地上跳起，相互碰撞，叮铛作响，其中最大的—个天灵盖腾空而起，并且停在空中。于是他纵身飞到空中，左脚踩着天灵盖，跳起姿态各异的九种金刚舞，当时全知索南桑波亲眼见到尊者就是忿怒的莲师，最后所有的天灵盖都被压在降魔塔下了。”

生不太好，但这是为了帮你遣除违缘，切记！”³⁰ 我这里有张九头铁蝎的图片。

（堪布展示图片）



30 《一世敦珠法王自传》：“我到了六岁，那一年是鼠年，六月初一的早晨，我刚刚醒来，就看见前方的虚空中有一只黑色的九头铁蝎在缓缓动弹，把我吓得赶紧蒙上头哭了一会儿。这时，听到呼唤‘阿霍’，我露出头一看，在铁蝎的上面有一个人，那个人对我说：‘鄙人骑着这只蝎，来给你捎个口信，忿怒莲师亲口说：你晚上临睡时，要把自己观想成一个燃火的铁蝎，三年之间切切不可忘记这件事，尽管不能常常观想成旁生，但这次是为了克胜鬼王加害。就是这只蝎子，快看看，千万要将它的这个形象在心里现得清清楚楚，认认真真看好。’说完他就消失了。”

这只铁蝎看起来好像跟刚才忿怒莲师手里拿的有点不同的，不知是不是敦珠法王当时看到的那只九头铁蝎。很多唐卡中专门有一个铁蝎的护轮，还包括一些仪轨和咒语。虽然有时候铁蝎看上去比较恐怖，但实际上要对治魔众的话，这种“以毒攻毒”方式是很有效的。

创巴仁波切的家徽就是一只铁蝎，他自从上世纪80年代从虎穴取出了莲师忿怒伏藏后，就把铁蝎作为自己的一个象征。所以，他的弟子们都非常珍视铁蝎，在他们的法会和很多场合都能看到蝎子的印章，这就叫做蝎印，代表很多西方弟子心目中最高的法。

我很早以前也想制作一个铁蝎的法器，因为其中有一些缘起。但后来我又担心，流通的人一多会变成一种商品，而很多人对此容易产生误解。就像现在也有人诋毁藏传佛教，尤其是一些密法的深义，不懂的人可能会有误会。这件事也可以再考虑斟酌，因为在

莲师的忿怒法中，铁蝎确实是一个非常重要的因缘。修忿怒本尊时，经常要观自己的身体或口中出现很多铁蝎摧毁魔众，依靠这种因缘，可以降伏外在的众多魔障。

还有第四世竹钦仁波切，他在修行过程中有一次由于接触了一个女众，染上了晦气，以前广闻博学的知识全部遗忘无余。这个时候忿怒莲师出现在他面前，让他修狮面佛母。他依教奉行，兢兢业业地修持，后来果然遣除了所有的障碍和晦气。

莲师的忿怒相在藏地很多唐卡上和经堂中都很常见。不丹有一座叫日郎扎梅的寺院尤其以此闻名。这个寺院坐落于不丹三大神山之一，离虎穴比较远，寺院的岩壁上自然形成了许多莲花生大士的手印、标帜，包括铁蝎的印子。据说莲师在这里示现过很多神通神变，而且藏了六十卷伏藏法。我虽没有去过，但听很多去过的人说这里特别殊胜。这座寺院在不丹非

常有名，当时我们本来很想去，但时间和交通实在不方便。以后你们如果有机会去不丹的话可以看看，忿怒相的莲师在不丹确实比较多见。

多修这样的忿怒本尊是很有必要的，因为我们在修行过程中，难免会出现各种各样的违缘。记得第一世敦珠法王十四岁的时候，一次梦见一个僧人和一个老妇，他们叫他去下面一个快乐的地方。他正准备出发的时候，一个骑着大鹏的人出现阻止了他，并给他传了一个四臂忿怒莲师的修法。依靠这个因缘，他才没被两个魔鬼带走害死。³¹

31 《一世敦珠法王自传》：“在十月初三的那天夜里，我梦到一个老妇人和一个僧人结伴而来对我说：‘你该走了，在我们下方有一个快乐的地方，去那里吧。’正当我准备启程之时，又一个骑着红色金翅鸟、身色鲜红的人出现说：‘孩子，你千万不能去，你要这样想到，命已经落到鬼魔的手中，心里如此观想：吽！自己的身语意三门，变成空性，由空性法界中，上师本尊无二无别的本体忿怒莲师，身色红黑，一面四臂，龇牙咧嘴，舌头上卷，胡须眉毛迸射火星，褐色头发向上立起，第一双手将金刚杵和三尖天杖向空中挥舞，第二双手握着金刚槌和铁蝎，下身以燃铁槌插入厉鬼的心间，在劫末火般的界域内，吽的声音如千声巨雷般传出，以数多小忿怒铁蝎，摧毁所有凶神恶煞。念诵“嗡啊吽、阿则内则、那莫巴嘎瓦得、班则革乐革拉雅、萨瓦布南旺吽啦⁴⁰。”再同样明显观想以后念诵咒语，结果能使那两个厉鬼昏厥倒地，片刻间清醒过来立即逃之夭夭，消失不见。’随后那个红黑人又说：‘从往昔累劫以来，你和护法神我刹那也不曾分离过，你对我一心信赖，我能消除一切违缘。’这时我醒了。”

梦里的僧人和老妇，会不会就是忿怒莲师脚踩的男魔女魔？所以，有时候我们必须依靠忿怒莲师来遣除违缘恼害。就像前年的瘟疫，我们没有病死，或许也有这方面的原因。我当时一直非常认真地修除疫莲师修法，那也是莲师的一个忿怒相。现在还好好活着，也可能就是因为除疫莲师的加持，虽然不能确定，但我自己是非常相信的。在这个末法时代，大家尽可能每年都修一修忿怒莲师，不管以后我们是否还有机会见面，为了保障自己的修行，你们最好记住我的话。

（堪布对借书者说：“我看你修得还不错，连法本都翻破了，真厉害，今天要给你点赞！我用你的法本传了这个法，缘起很好。这个法我是十年前翻译的，当时给大家传了，愿修的人确实在修，不愿修的人可能一点都没有念过，这就看你们自己吧。”）

五、劝修忿怒莲师

关于“忿怒莲师修法”我就介绍到这里。如果你们觉得忿怒本尊有点恐怖，可以直接修莲花生大士，如果感觉跟莲花生大士不太相应，也可以修释迦牟尼佛、药师佛等本尊。我也不会要求你学了这个法就非修不可。但我自己确实从小就对莲师特别有信心，感觉就像自己的父亲一样。不管我去哪里都会戴上莲师的像或咒语。以前我也做过一批莲师的挂件作为法王涅槃纪念的加持品，外面有一圈莲师心咒的咒轮。我想任何人只要把它戴在身上，都不会受到邪魔外道的危害。不过，如果前世业力深重，或者邪魔特别猖狂，这些因缘也不一定能阻挡。不管怎样，我觉得每个人熬到现在都很不容易，虽然看上去外面似乎没有什么违缘，但实际上如果真正观察每个人的内心，其实每过一关都十分艰难。有些人以为只是自己不容易，别人都很轻松，其实除了个别修行好的人以外，

每个人都会遇到各种各样的挑战。

前阵子我们评选堪布堪姆，当时有一位堪布发言说，在这里十余年闻思，熬过来很不容易。我听了也很认同，因为这里很多法师，刚开始非常有意乐，但后来慢慢就退了，这一点在讲考时也看得出来。有些人魔尤其很严重，如果不是心魔干扰，外在的地水火风或疾病等违缘其实对我们没有太大威胁，但心魔一旦出现，干扰确实很厉害。在这个时候，要么依靠本尊的特别加持，要么依靠自己的证悟，这样才有机会自救。

我们这里的很多道友现在修行基本上能交出答卷了，如果最近圆寂，也算善始善终，这也是依靠本尊的加持。就像在战场上要存活，必须依赖铠甲和自己的勇气，所以，我对此比较重视。以前有些堪布也提醒过我，应该传一些简单的修法，不要讲这么深的法。可能是我个人经历的缘故。早在没学佛的时候，

我就对莲师的修法非常感兴趣。虽然我感兴趣的你们不一定感兴趣，但我要讲一堂课，必须结合自己的兴趣和信心，这样也许对你们会多一些所谓的意传加持或者上师的相应。我一直认为，法王如意宝与忿怒莲师无二无别。就像法王在青朴降服魔女，我们每个人也要面对自己分别念的魔众，有时是一个两个，有时可能很多很多。依靠这个修法，我们在慈悲心的前提下，认识自心是空性，在空性的境界中，依靠观想的缘起力，就能摧毁一切违缘，这样我们修行必能善始善终，利益众生也会轻松实现。

今天就讲这些。接下来我们一起来念诵仪轨，修一些咒语。

（堪布带领共修“忿怒莲师修法”）

○○ 相关阅读

▶ 索达吉堪布全集 75 课程	《菩提道次第摄颂讲解》
▶ 索达吉堪布全集 80 课程	《四法宝鬘论讲解》
▶ 索达吉堪布全集 81 课程	《华智仁波切教言讲解》
▶ 索达吉堪布全集 83 课程	《当日教言讲解》
▶ 索达吉堪布全集 84 课程	《胜道宝鬘论讲解》
▶ 索达吉堪布全集 98 课程	《禅修教言讲解》

