

一个上师是好是坏，
不在于上师的名气大小，
在于他是否有窍诀的利齿。



不凡

ཨ་མེ་ལུ་ལྷོ་ལུ་ལྷོ་ལུ་ལྷོ་ལུ་

法王晋美彭措·传讲

索达吉堪布·翻译



法王晋美彭措

序

此书是学院组委会 2018 年为纪念法王圆寂十四周年而编辑的。本来我第二年就已经翻译完了，但由于又着手翻译其他论典，加上各种各样的琐事，竟淡忘了这本看似平凡却又不凡的书。最近偶然忆起，正值今年法王如意宝圆寂十八周年纪念日将至，于是匆匆校对出来，希望能和有缘的你一同重温上师的教诲、感念上师的恩德。

全书共十四章，表示法王如意宝圆寂十四周年；八十五节，表示从 1933 年出生到 2018 年的年数。这里汇集了法王老人家在不同场合传授佛法的言教。也许你没有机会亲眼看到法王在世的尊颜、亲耳聆听法王现场的传讲，但这里面的字字句句都再现了当时的场景。他平凡的话语蕴含着

不 凡



EXTRAORDINARY

TEACHINGS

FROM

JIGME

PUNTSOK

RINPOCHE

法王晋美彭措·传讲

索达吉堪布·翻译

非同寻常的深刻含义，从中你可以深深感受到他老人家的不凡之处。

无论是哪一位具相善知识，他来到这个世界就是为了利益有缘众生，方式就是通过言传身教直接或间接让你、我、他受益。如果你能按照书中的教言如理行持，那么一定会成为一个非常好的修行人，这可能远远胜过那些依师多年但没有依教奉行的人。

许多前辈修行人就是依靠上师的教言开悟的，希望在本书的指引下，天各一方的你能得到法王的垂念加持，真正踏上解脱之路……

索达吉

2021年12月15日

目 录

第1章	授记五圆满	001
第2章	依师令喜	013
第3章	全知上师	037
第4章	闻思切要	051
第5章	修大圆满	067
第6章	众善奉行	081
第7章	诸恶莫作	103



第 1 章

授 记 五 圆 满

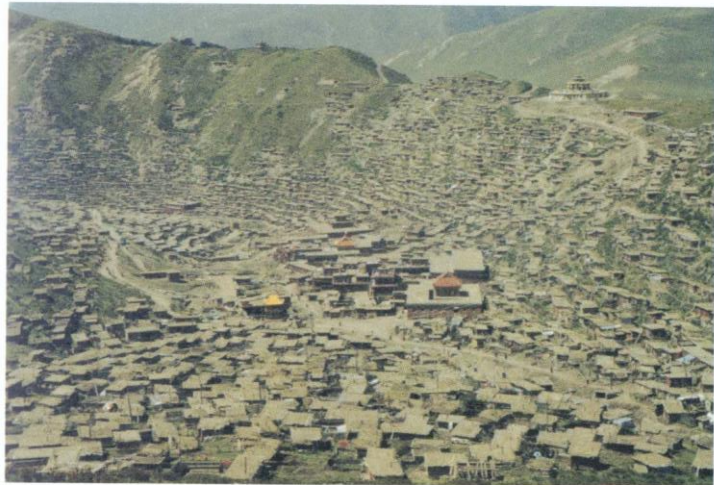
- 处圆满
- 本师圆满
- 眷属圆满
- 法圆满
- 时间圆满

第8章	高尚净行	117
第9章	服饰勿乱	133
第10章	佛法无违	147
第11章	寺院法规	163
第12章	细辨善恶	179
第13章	种种事业	201
第14章	指引极乐	225

根据菩提金刚的授记，其中简明扼要地讲述了（喇荣）五圆满的意义。

正如菩提金刚在授记中所言：“单坚阿拉木天喇荣沟。”这宣说了喇荣无误的特征——“单坚阿拉”，左边是阿拉达紫神山，右边是单坚神山，在这两个地方的中间就是神圣的喇荣山谷。“木天喇荣沟”这一句授记了它不变的特征，即这个地方的明确标志，或者说是当地最大的境神、地神。修行人仅仅是住在这里，也会得到圣地的加持，因此被称为“喇荣”。

这个地方是菩提金刚、降魔金刚（指一世敦珠法王）等众多不可思议的前辈智者和成就者驻锡、加持的圣地。细细想来，喇荣五明佛学院，是同一时间涌现十三位虹身成就者的古寺，也是同一地点现世八大菩萨化身的古刹。



东嘎活佛谿敦嘉措曾说：“怀业山沟莲花开，洛若金鹰空中翔……”可以看出，这个地方是殊胜不凡的怀业圣地。一世敦珠法王在传记中也说：“奇哉，此处空行至尊母，莲花空行集聚处……”这里是一个如此非凡的圣地。

· 第 2 节 ·

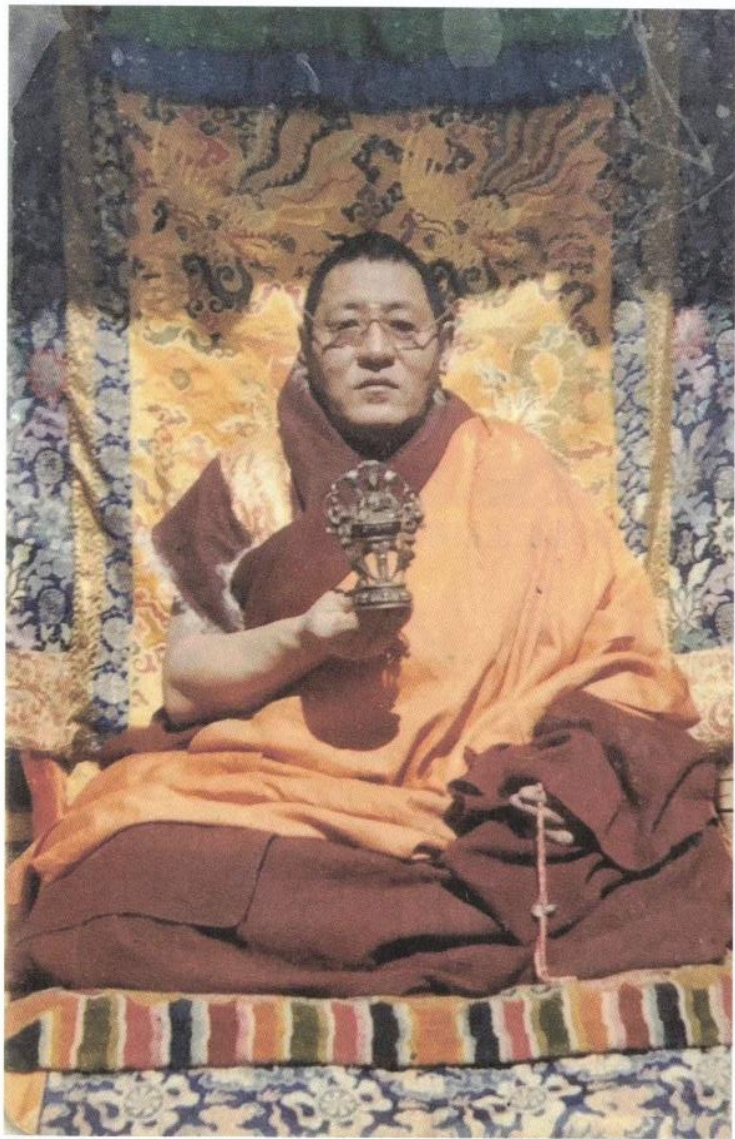
本师圆满

关于本师圆满，菩提金刚的授记是这样说的：

“邬金莲师化身名晋美。”

平心而论，就像不净物中出现黄金一样，像我这样有百种过失而无一分功德、比不净堆更不净的人，之所以能建立起佛教道场，完全是因为如来王莲花生大士、怙主文殊菩萨的意加持入于我的口与心。

正是考虑到行持利乐一切有情的无量事业，赞叹护持白法的境神、地神的威德，息灭一切黑法魔众的气焰，减少疾病、饥荒、战乱等的缘起，才有必要授记本师圆满。

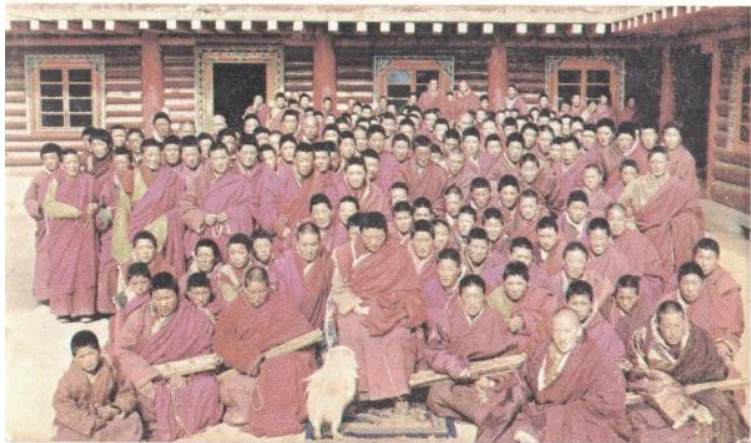
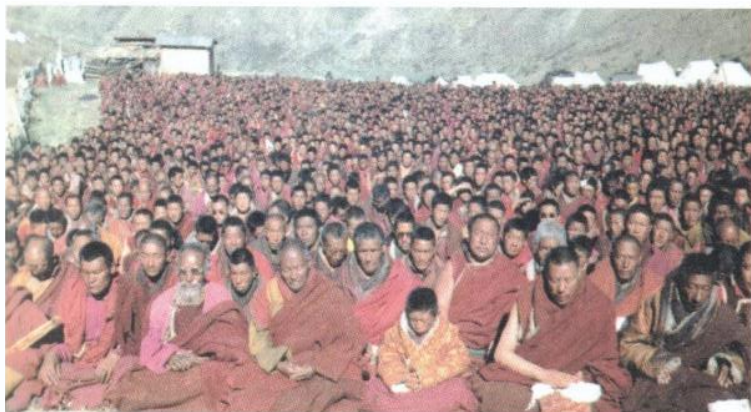


眷属圆满

关于眷属圆满，菩提金刚的授记中说：“彼于菩萨四众眷属中。”其中，“四众眷属”指的是比丘、比丘尼、优婆塞、优婆夷，也就是按照佛陀的四众眷属来说，我们佛学院也具足这四众眷属，而且他们都是学菩萨乘的。像这样的四众眷属，恐怕在整个大地上也很难看到。掌握这个不变的要点也很关键。

或者说，所谓的“四众眷属”，并不是理解为佛陀的四众眷属，而是喇荣佛教大学按照特有的四众眷属，分为四大学院，即研学五明的喇嘛学院、莲花空行聚集的尼众学院、汇集各族弟子的汉学院或国际学经会、信心具足的居士学院。

这四众眷属，就是授记中的眷属圆满。



关于法圆满，菩提金刚的授记中说：“广弘显密教法如明日。”总的来说，这所喇荣佛教大学的四众眷属，都正在学修下至四厌世心、上至大圆满的佛法。

如果有人问：“我们师徒实修法要的真正核心是什么？”

它是以别解脱戒为基础，以菩萨道为扩展，以大圆满为究竟，这样的窍诀是必不可少的。

其中，就别解脱戒而言，汇集了如海律典的要义、比《根本律》更为超胜、具有五种特法的就是《戒律花鬘论》。虽然随着时间的推移，在这片雪域中讲闻这部论的传统似乎暂时隐没了，但现在我们师徒就像森林中的花朵，正在广兴讲闻它的事业。接下来，菩萨的教言中，无与伦比的要算是

《入菩萨行论》了。大圆满阿底约嘎中，具足所有窍诀精华的，就是《上师心滴如意宝》。

从这所佛教大学成立至今，一直在不间断地全面讲闻修行这些论典。只要喇荣佛教大学存在，你们诸位就必须不断弘扬这三种佛法。这就是法圆满。



时间圆满

具足这样的处、本师、眷属、法，这个时候就是时间圆满。

尤其是在这个时候，如果你仔细想想，就像我曾经在 27 岁写的教言中说的那样：“夏季乌云密布时，渐成晴朗非瞬间，具慧解脱怀疑壳。”在这个喇荣山谷，我们已经整顿佛教 13 年了。整顿佛教就像阴天的时候，不是一瞬间放晴，而是逐渐才晴空万里。同样，佛教经过 13 年的精勤整顿，也很难说已经彻底清净了，但一定达到了民主改革前的水平。

就我而言，我已经整顿佛教 13 年了。从现在开始，整顿佛教的重任就落在你们的肩上。

所以，时间圆满，总的来说，是喇荣佛教大学从成立到现在的 15 年；分别而言，就是现在圆满兴盛的时期。然而，这还不够。菩提金刚在授记中说：“利生事业顶天立地也，清净所化眷属遍十方，凡结缘者皆生极乐刹。”

以上所有条件都满足了，现在我们达到了鼎盛时期。因此，这个顺缘样样俱全、远离违缘的大好时机，就叫做时间圆满。为此，你们众弟子一天也不要浪费，而应该不懈地闻思。这是我的希望。



第 2 章

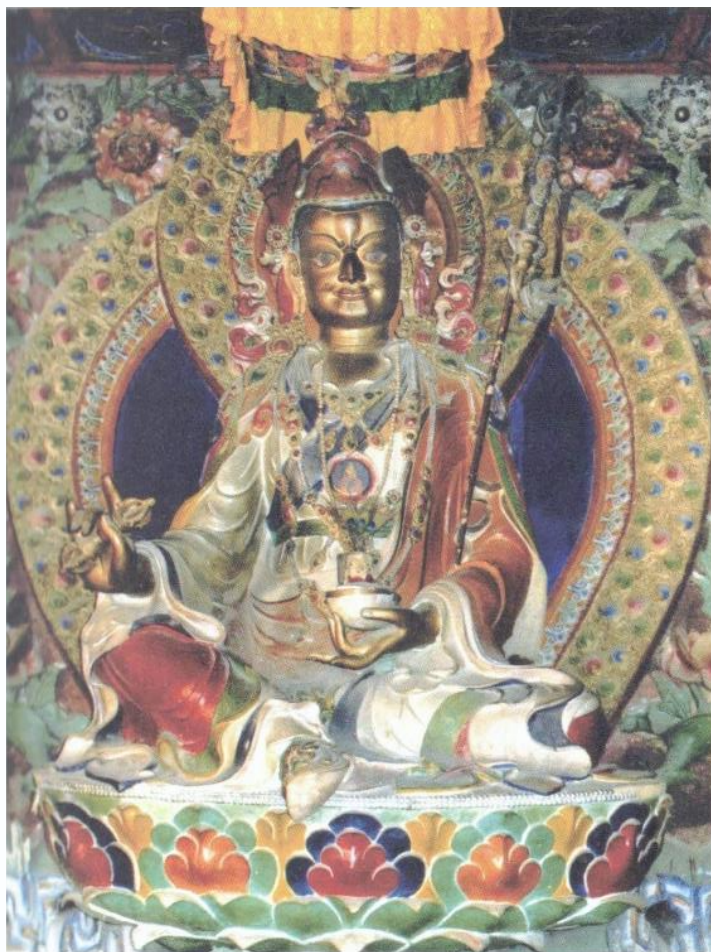
依 师 令 喜

- 专心祈祷莲师
- 加持之源
- 累世有缘的上师
- 不曾违背上师心愿
- 上师功德并非名气而是教言
- 不离加持之光
- 加持之根本上师

专心祈祷莲师

这个非常难以调化的藏地雪域，却拥有包括密宗在内的佛法，这唯一来源于邬金莲花生大士的恩德。整个雪域的人们，都应坚定不移的恭敬信解，一心一意虔诚地祈祷莲师，确保佛法与世法都不会出现衰败。

而且，金刚乘佛教中也多次赞叹，藏地大部分的持教大德，唯一是“第二大佛陀”莲花生大士的化现。比如，达波达吾云尼、文殊怙主萨迦班智达、无等宗喀巴大师、大成就者噶玛巴希等，都是莲花生大士的幻化身。然而，一些福报浅薄的众生却把独角鬼奉为自己的本尊，作恶多端，这就到了藏地受苦受难的时刻。那些恩将仇报、倒行逆施的众生，把莲花生大士当成敌人，反而把邪魔冤魂奉



为本尊，导致佛法和世法严重衰落。所以一般来说，整个雪域唯一的有缘上师，就是“第二大佛陀”邬金莲花生大士。

尤其是密宗前译派的修行人，对超胜一切的上师莲花生更有信心，并成为大圆满特别的不共所化，所以是极具善缘者。正如上师麦彭仁波切曾说：“摄集三部如来本体师，唯忆尊名降下加持雨，于藏恩德无比持明师，海生金刚足莲如意宝，得以观修头顶此善缘，思维断缘无信个别人，于应信处虔信此获得，诚信获得之最我欣悦。”对于我们这些缘分如此好的密宗前译派修行人来说，虽然有些节日也可以积资净障，但最重要的是永远不要忘记这个纪念“第二大佛陀”莲花生大士的大节日。

我们唯一有缘的上师，就是全知麦彭仁波切。我告诉过你们很多次了，都是表里如一、发自内心的。



在我的相续中，哪怕是生起一点一滴的信心、一丝一毫的悲心，都是直接或间接依靠麦彭仁波切的悲心而显现的，绝不是靠自力呈现的。我真的这么认为。生起一次的信心，也来自麦彭仁波切的大悲与加持。

所以，你们诸位也应该实修他的言教。因为对我们来说，它具有传承近、加持大、成就快、未被破誓言之锈染污的特点。

在这个世界上，虽然我是一个分别念非常非常重的人，但是在我依止托嘎如意宝的五六年时间里，无论从“外”别解脱、“内”菩提心、“密”金刚乘哪方面观察，我都没有见到他做过、想过无意义的琐事和与正法不符的琐事。甚至托嘎如意宝和别人开个玩笑，我也觉得这个玩笑有这样那样的必要，他智慧缜密，不可能说乱七八糟的话。

上师圆寂前两个月左右，有一次他以授记的方式说：“我今年会离开。”15日，也就是圆寂的前几天，托嘎如意宝在我面前做了一次还净仪式和结夏安居仪式，19日就圆寂了。

就在上师圆寂的四天前，大约后半夜时分，他说：“我由此前往北方香巴拉。厉鬼九兄弟兴风作浪，边军闯入藏地中土，可能造成佛教名存实亡的



危害。凡是祈祷我的人、与我结缘的人，必定大有利益。你们要专心勤修时轮金刚。”他谈到了一些这样的教言和授记。除此之外，他从未说过任何关于授记的事情。事实上，不说授记是他的功德。

托嘎如意宝一生的主要修行，一是珍惜和守持清净戒律，二是讲修教法和证法，三是平息世间八法。正如阿吾拉刚撰著的托嘎如意宝祈祷文所说：“佛教戒律极清净，教证法理讲修增，斩断八法魔缚索，具德师尊前祈祷。”他就是这样一位了义的圆满佛陀，在没有圆寂之前，具有戒律清净的眷属，他本人也非常重视持戒清净。我曾经以为无论从哪个方面来说，他一定是证得二地的菩萨，但实际上，他圆寂时出现的彩虹、声响、光芒、舍利等，都足以证明，大圆满自续中所说的成佛验相，他统统具足。

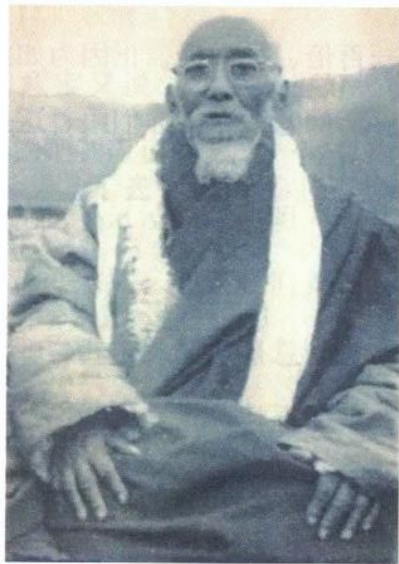
根据大圆满的说法，传承必须像金线般未被破誓言的锈所染污。特别是所有与金刚上师阿闍黎有关的誓言，都要像守护生命一样守护，要如理如实地依教奉行。

以我自己为例，虽然我和上师相处只有那么几年，但正如我告诉你们的——有一次，我在托嘎如意宝面前发誓：“我保证不再去超度亡人，也不在大众中灌顶。”

他老人家说：“如果你不想灌顶，不灌顶就可以了。你不需要发誓。”

虽然我认为这是一件好事，但实际上似乎做了一件上师不欢喜的事。老实说，除此之外，我没有做过其他不合上师心意的事。

第二天，具德上师托嘎如意宝一边给我们一



些人传讲引导法，一边开玩笑地说：“嘿，你们怎么看？我的小胖活佛昨天向我保证，他不再灌顶，也不超度亡人了。他这次是不是承诺不再行持他利了？哈哈，快过来，我们俩碰碰头。”他做了一个十分疼爱我的亲昵表示。当时是以一个玩笑开始的，后来我们碰头时，上师看起来很开心。

临近圆寂的时候，上师特意来到大众面前说：

“也许别人会笑话我，但对我来说，我的小胖活佛比别人重要一百倍、一千倍。正因为如此，从今以后，我的小胖活佛怎么做，你们跟着这么做就可以了。我有点坐不住了，要回去了。”说完就上楼了。

平日里，上师总是这样关爱我、呵护我。就在他圆寂的前一天，上师在几个人的搀扶下走出了卧室，正好遇到了我。他说：“快过来。”我来到他跟前，上师说：“我的小活佛，去年你家乡的人来接你，那时候我舍不得让你走。今年，是我们父子俩离别的时候了。”说着给我碰头加持，口中似乎在发愿。那时候的我，不要说发愿，连一句话都回答不上来。

第一次见到托嘎如意宝，他也显得格外欢喜。虽然我是和周巴一起去的，但是托嘎如意宝问：“你们两个当中，你更出色一些吗？”

我回答说：“我们没有什么好坏的差别，只是

两个普通的僧人。”

托嘎如意宝又说：“很好很好。你们两个刚到，没有吃的吧？应该给你们一些食物，但我只有一点咸的糌粑。不过没关系，明天南晋活佛家将请僧人去念《甘珠尔》，如果你们两个去那里，可能会得到一点食物。如果这里分念经钱，我会让人给你们留着……”我们去那家念了《甘珠尔》，结果得到了一些食物。当我们回来的时候，托嘎如意宝看起来非常开心。平日里他对我也是独一无二，说：“我的小胖活佛做了什么，我的小胖活佛是如何如何……”

刚到那里的时候，我的肺很疼，晕倒过几次。后来我到上师跟前，他开玩笑地说：“我的小胖活佛死而复生了。后世这个地方怎么样啊？”说完哈哈大笑起来。

说起他对我的慈爱，即使是他真正亲生的儿子，好像也不会得到比我更胜一筹的关爱了，这一

点他老人家也说过。我曾经想过：他老人家是不是太宠爱我了，还是显现上对我有一点信心呢？在初次见面、中间依止、最后别离的任何阶段，我都没有做过真正违背托嘎如意宝意愿的事情。虽然我是一个非常贪玩、调皮的人，但他从来不会对我表现出生气的样子。

华智活佛也说：“你生生世世的上师，就是托嘎如意宝。”确实如此。如来芽讲过，他从未做过任何让具德上师瞪他一眼的事。我之前讲的“发誓不做超度”那件事，不知道上师是怎么想的，除此之外，我真的没有做过什么让托嘎如意宝瞪我一眼的事。

托嘎如意宝终身修行的法，就是这部《赞戒论》。我从来没有做过一件轻视清净戒律的事。你们也要好好祈祷托嘎如意宝。我的上师与众不同，他是真正的圆满佛陀。

总的来说，所有上师对我都很好，比如罗珠上师、札宗堪布、观音上师班玛斯德，显现上都十分喜欢我。堪布达吾偶尔会批评我几句，但他也是好心好意才那样对我，并不是因为憎恨我。我和邬金丹增、嘉花桑波等人在洛若寺学习时，他最器重的人就是我。后来我在石渠的时候，一是因为托嘎如意宝是他的上师，他也想去拜见，二是因为想见我，所以他才去的。可以看出，所有上师对我的欢喜心都是数一数二的。

如果有人问：“你做了什么才令上师们欢喜的？”其实我也不知道是什么。我从来没有供养过财物，从来没有做过承侍，也从来没有真正通过修行来供养，大概是往昔的一种缘分吧。

以前我祈祷所有上师时，好像都是带着一种欢喜心祈祷和发愿。也许正因为如此，所有上师都以同样的欢喜心回应。

· 第 10 节 · 上师功德并非名气而是教言

一个上师是好是坏，不在于上师的名气大小，而在于他是否有窍诀的利齿。打个比方说，乞丐乞讨口袋里的金子是金子，国王宝库里的金子也是金子。同样，眷属众多、大名鼎鼎的上师口里说出的教言是教言，一个普通人口里说出的纯净教言，也是教言。

个别人在学习经论方面有一点功底时，不仅对其他上师越来越不恭敬，对自己的上师也越来越不尊重，觉得“我现在很了不起了”，这种人也是有的。不过，像那若巴的话，虽然他是那烂陀寺守护北门的大班智达，但诸空行母授记道：“你精通词句，却不精通意义，还是需要依止上师。”因此，他依止了外表是捕鱼乞丐、内在是大成就者的帝洛巴，最后，他的境界与上师无二无别，获得了成就。所以，当你认为“我又善良又有智慧”的时

候，这恰恰是你不善良、没有智慧的表现。文殊菩萨、普贤菩萨等，当本师释迦牟尼佛住世时，以三种欢喜去依止，他们并不是因为一无所知才需要依止，而是为了获得加持才依止的。

邬金莲花生大士虽被称为“第二大佛陀”，但在《莲师传》中也提到他依止了八位上师。布玛莫札也依止过那么多上师。即便是已经获得了成就，尚且需要依止上师，那你只是有一点点智慧，又有什么理由不需要依止上师呢？

当然，对于你所依止的上师，首先要仔细观察。当今时代的人们，不恭敬具有圣贤功德的人，反而去尊重那些见神见鬼的造罪骗子。然而，你已经依止上师以后，纵然遇到生命危险，也不能违背上师言教，假设在必要的情况下有轻微的违反，也必须不隔夜进行忏悔。比如，如果上师的怒气已经平息，你最迟需要在一天内忏悔；如果上师还在生气，你应该想尽一切办法让上师消气。当上师心平

气和时，你要请求宽恕，忏悔一切罪业，以三种欢喜进行依止，由此会增上觉受、证悟的功德。那时候无论你了知什么，都是从修所生的境界中自然流露出来的闻慧，依靠随随便便的纸上谈兵而生起感知认识，并不是一种根本上的领会。

过去，大成就者多哲丹毕尼玛，只身一人从家乡来到喇荣伏藏大师一世敦珠法王面前，他们师徒二人研讨了三四天，两天两夜没合眼，也没有掺杂其他闲聊，一直在进行辩论。有一天，大成就者仁波切说：“伏藏大师，您说得对，我讲的并无实质。”伏藏大师说：“我是证悟了法性虚空密意的开悟者，所以像你这样的人无法相比。”正如他所说，真正具有持明传承的人，大多是拥有开悟境界的人。

荣索班智达（荣索秋桑），很小的时候只会说梵语，他的父母心想：“这到底是好事，还是着魔了？”就带他去拜见阿底峡，请求指点。无等阿底



峡尊者把荣索班智达抱在怀里，和他研讨正法，但一点也赢不了他。阿底峡尊者说：“像我这样的人，无法胜过他，他是大成就者黑行与美哲嘉纳尊者的双重化身。”

持明无畏洲，虽然没有广泛听闻过佛法，但他坚持不懈地虔诚祈祷“第二大佛陀”龙钦绕降，结果从密意的境界中流露出闻慧，获得了即使摄受成百上千眷属弟子也无所畏惧的境界。

至于上师麦彭仁波切，他在华智仁波切面前只听了七天《入行论》，除此之外，从来没有得到过更多的其他引导法，但是他在童年7岁时就造出了《定解宝灯论》。

· 第 11 节 ·

不离加持之光

自从24岁与根本上师生死离别，到现在67岁，我已经40多年没有真正见过上师了。所以，一方面我觉得有点难过，但另一方面，我也没有那么难过。原因是，每个月我都会在梦里梦到六七次托嘎如意宝和麦彭仁波切。虽然不能再看到以前的庄严身体，但我觉得这依然是我不离加持之光的标志，想到这儿，我既难过又高兴。我在《快乐歌》里说：“回想当年在石渠江玛静处，具德上师慈爱呵护、所有金刚道友研讨教理的情景，现在也让我无比快乐。”但这实际上是一种悲伤。

因此，我对你们讲的，一定要记在心里。快乐时一起笑、痛苦时一起哭的亲爱的兄弟姐妹，不



要太伤心，虽然我们此生遭受了狂风般的疾病、饥荒、战乱等浊世灾难，但如果没有业际颠倒，那么后世就会往生极乐世界，这一点大家应该牢记在心。

总之，三首《快乐歌》，基本就是我的证悟肖像。如果说是我的传记，大概没什么不可以的。这也是我对你们的终极教言。因此，作为跟随父亲脚步的儿子，请你们按照这三首《快乐歌》里说的去做。



第 3 章

全 知 上 师

- 一诞生就圆满觉性妙力
 - 唯依本尊加持造论
 - 传承加持书函自净
- 语无内部相违首尾广略一致
 - 句句有深义
 - 教诲爱重自宗

续部云：“观修十万本尊身，不如刹那念师胜，持诵千万依修咒，不如一次祈师胜。”比如你一劫接一劫地祈祷三世一切佛，不如仅仅一次祈祷上师的功德大；你观修三世所有佛尊的数十万身体，不如仅仅一次忆念上师的福德大。

祈祷上师是积累一切资粮的根本。因为这个原因，所有经续中都广泛赞叹了上师。尤其是《事师五十颂》，关于最初如何观察上师、中间如何依止上师、最终如何修学上师的意行，以及依止上师的功德等，都有详细的讲解。在这个藏地，就宁玛派的大圆满而言，一切加持和悉地的根源都是上师，不需要再有一个遣除障碍、增上境界的殊胜窍诀。

如果你明白具德根本上师总集了一切皈依处的本性，然后全心全意地祈祷，那么魔障将依此而遣除，境界也会依此而增上。



一 诞生就圆满觉性妙力

对于上师麦彭仁波切的语言，我不只是像人们常说的“贪著父亲的碗很清净”一样，而是他的语言的确有不可思议、耐人寻味的含义。之所以有这种功德，是因为从一出生就拥有圆满一切觉性妙力的人，在印度圣地，只有旃扎古味居士，而在藏地雪域，只有上师麦彭仁波切。比如旃扎古味居士 7 岁的时候，写了一部论典，折服了对手，上师麦彭仁波切也在 7 岁时造了《定解宝灯论》。

其他诸位上师，有智慧力圆满和未圆满的时期。持明无畏洲曾说：全知法王龙钦绕降也有智慧

圆满、未圆满的阶段，比如，《深义海云聚》是他智慧未圆满时造的论典，《上师心滴如意宝》等是他智慧圆满时造的论典。

再者，大名鼎鼎的宗喀巴大师，《善说金鬘论》是他智慧未圆满时造的论典，《菩提道次第广论》与《入中论·善解密意疏》是他智慧圆满时造的论典。

然而，上师麦彭仁波切根本没有童年时智慧较差、年老时智慧圆满的差别。

唯依本尊加持造论

上师麦彭仁波切说，他曾经在华智仁波切面前得过与自己相应的《入行论》，除此之外，他从来没有闻过佛法。造论的时候，他会祈祷本尊、依靠本尊的加持，而不像读万卷书那样或汇集别人的说法来造论。虽然他是文殊菩萨特意化为善知识的形象，但一般来说，由于总的浊世众生福德浅薄，尤其是宁玛派修行人福报浅薄，并没有如他所愿地成办众生的利益，最后他说“现在我要前往东方现喜刹土”。

因此，上师麦彭仁波切是了义怙主文殊故意化现的善知识，更重要的是，他小时候就圆满具足了一切断证功德。

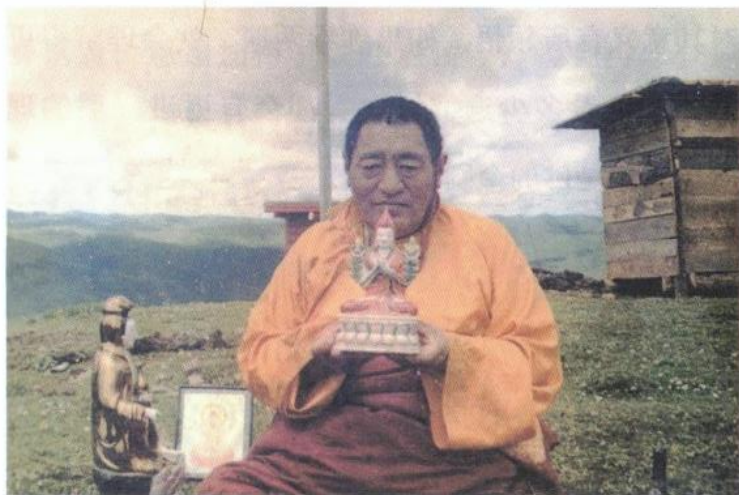
上师麦彭仁波切传下来的这个法，七代之间加持不会消失。如果有什么未加校正的地方，你们就先放置一旁，获得陀罗尼的菩萨的书函，自然是正确的。这种情况在大多数上师的传记中都有记载。



· 第 16 节 · 语无内部相违首尾广略一致

上师麦彭仁波切的语言没有一句是自相矛盾的。如果你觉得有，那是你没有理解。《殊胜赞》中云：“若愈多深思，外道诸宗义，如是于怙您，我心更起信。”与其他诸位智者的语言相比，显然他的语言比其他人更超胜。

上师麦彭仁波切的语言，开头详略如何，结尾也是如此，没有虎头蛇尾之类的情况。他不卑不亢的圣者本性是显而易见的。我也知道，无论你修习萨迦派、格鲁派、噶举派、宁玛派的任何一种法，都可以获得遍知佛果，这些都是无误的正道。然而，在传讲前译大圆满法时，上师麦彭仁波切与众不同。比如，（他所造的）讲解宁玛派特法的《前译教法兴盛愿文》、讲解大圆满的《文殊大圆满愿文》，这些殊胜教言不仅在雪域，就算在印度圣地，可曾出现过？虽然我心里有这个想法和分别念，但不知道你们是怎样想的。



句句有深义

上师麦彭仁波切的语言，如果你看一遍，会对其意义有所领悟。如果你看两遍，就会理解得更多。无论看多少遍，每次看都会有更进一层的理解。就像是佛的金刚语一样。

当我把《直指心性》念了一万遍、把上师麦彭仁波切的祈祷文念了一百万遍的时候，心中才大体呈现出《心性直指》的句义。最初念诵一两遍的时候，觉得没有什么不明白的，基本上已经懂了。但是，我总觉得持明传承的加持和上师麦彭仁波切的语言不可思议，一定还有比这更殊胜的含义。所以，我每念一百遍上师麦彭仁波切的祈祷文“觉空文殊童子加持中，意密界中解脱八辩才，教证法藏

大海胜主尊，阿则达哦匝雅前祈祷，于具缘分弟子身语意，恩赐加持予以胜灌顶”，就会再念一遍《直指心性》的教言。当祈祷文被念了近一百万遍、《直指心性》被念了近一万遍时，“上师麦彭仁波切所说的真正意义就是这个”的定解才真正产生。当时，我脱口而出的无伪词句是：“我漂险恶轮回深渊时，师尊舒展善巧方便手，置三传师会众行列中，无以回报恩德明在心。”依靠全知麦彭仁波切的加持，我终于进入了三传持明上师的行列，随后我萌生了“一定不需要再长久漂泊在轮回的险恶深渊里”的想法。



你们永远不要低估全知麦彭仁波切的言教，我也从来没有轻视过。我反反复复地看了上师全知麦彭仁波切的言教，他的教诲有着不可思议的加持威德力。

然而，他的法义只看一遍绝不会通达。我十三四岁的时候，曾以为《中观庄严论释》总义及其注释的意义，没有什么不明白的，其实并不是这样。因此，你们也应该深入细致地分析和探究，要着重于自宗的法本。前译持明传承的加持，有着殊胜的缘起，所以一定要得到全知麦彭仁波切的加持。你们平时闻思修行，应该尽可能地把注意力放在与他宗不共的自宗无误的法本上。



第 4 章

闻 思 切 要

- 年轻人闻思重于修行
 - 闻思需切要
 - 修行前要闻思
 - 闻思精华需修行
 - 对教言需断除怀疑
 - 活佛应闻思
 - 实修三主要道

一些年轻的小僧人说：“现在就应该修行。像我们这样的深山太喧闹嘈杂了，修行不会成就的。为此，我要去一个寂静的地方修行。”

但实际上，年轻人不应该太急于修行。华智仁波切曾说：“少年修行、老年求学，是很难弘法利生的。”作为一个濒临死亡的老年人，如果重新开始闻思，当然会有闻法的功德利益，但除此之外，要达到自利断除增益、他利弘法利生的目标，真的很难。在二三十岁的青春阶段，着急忙慌地修行，是不会走上正轨的。年轻人很容易跟着外缘跑，一个人打坐也不会善始善终，不会有很大的利益，不如在具相善知识和金刚道友等人面前进行闻思，正确无误地了解正法。老年人奋力读书、年轻人拼命修行，这两者都是错误的。

华智仁波切说：“如果以闻法成熟相续，则没有一个像闻法这么大的功德，如云：闻法利后世，布施亦不及。”也就是说，上供下施也比不上闻法更有利。

如果闻法不切要，那么就应了无等达波瓦大师所说的：“若不如法而行持，正法反成恶趣因。”由此可见，如果闻法不切中要点，就会成为不见自过只观他过、偏袒宗派、谤法谤人的因，那么你闻法不仅没有意义，反而会成为堕入恶趣的因。所以，我们要谨慎再谨慎，对佛法和持教大德要有信心、要观清净心，看能不能为珍贵的佛法做一点贡献。

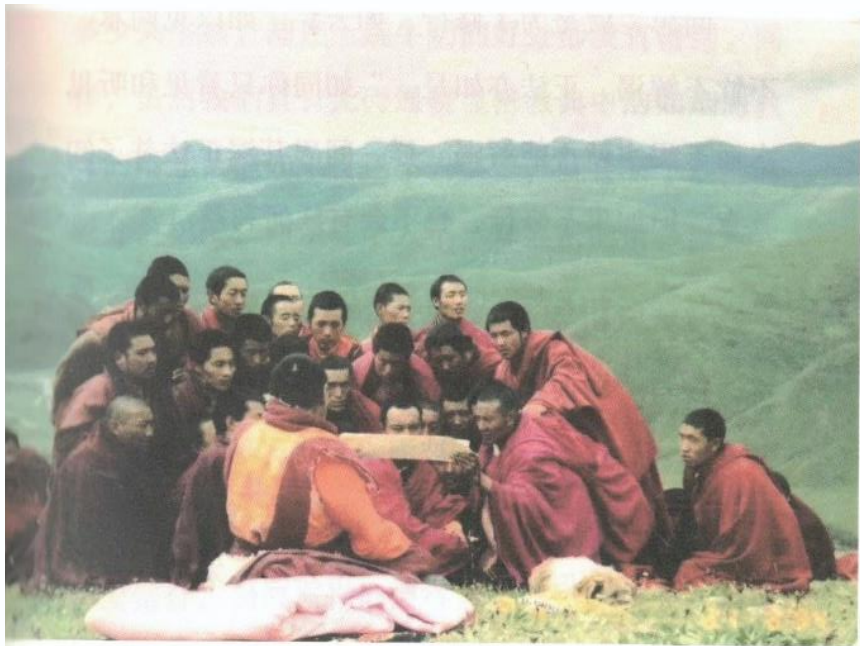
从世间人规来看，我们嘴里有吃的、身上有穿的，这都是源于佛法的恩德。如果没有佛法，我们取“上师”和“善知识”的名称也没有意义，这也是珍贵佛法的恩德。从后世来看，我们很难一再地遇到妙法，就像《入行论》说的那样：“犹于乌云暗夜中，刹那闪电极明亮，如是因佛威德力，世人暂萌修福意。”也就是说，正法千载难逢，诸经藏中广泛宣称佛陀出世极难、遇到正法极难。现在，我们遇到了正法，看能不能对佛法做出一些贡献。



所谓“寂静深山”，确实是个殊胜的地方，比起承侍百千万佛陀，以居于寂静处的发心而向寂静处迈七步的功德更大。

昨天、今天，我们都在讲闻思修行次第颠倒的现象。有人声称“不需要一丝一毫的闻思，只需要在林间静处闭关”，从而彻底放弃了闻思的一切事。如果认为这也是正道，那根本不符合智者的规则。没有任何闻思就进入修行阶段，这没有什么可修的，就像早獭一样，自然成就寂止的有情，停留在无所思维的状态中，没有太大的益处。因此，闻思不错乱尤为重要。

作为一个真正想修行的人，首先在依止具相上师的时期，即使不能广泛闻思，也应该对专一平等安住的实修要点做到无有增益怀疑。当你达到即使没有上师、没有教言书，也不需要询问的境界时，住在寂静的深山里才会大有利益。



· 第 22 节 ·

闻思精华需修行

闻思，就是为了修行。如云：“如以见闻水，不饮不解渴，正法亦如是。”如同你只看见和听见水而不喝水就不能解渴一样，闻思甚深正法并了知其意，但如果不修行，也不会有任何利益。

《大宝积经·迦叶品》中云：“譬如一人溺海水，彼者干渴而死去，贪爱多法而放逸，虽住法海堕恶趣。”比如一个人被海水卷走，他以为在海里不会渴，但最后却因为干渴而死。同样，虽然我们听闻了正法，但如果不实修，也会像这个人一样。

《诸法要颂经》也说：“设人多说理，放逸非如是，如牧数他畜，非得沙门缘。设人少说理，随法而行法，能断贪嗔痴，彼等是沙门。”比如有个放牛的人，整天在财主家里数着有多少头牛、有

多少头牛犊，却连一碗牛奶的好处都没有得到。同样，虽然我们具有无碍通晓显密教典中浩如烟海教义的辩才，但如果自己不去实修，就会断了沙门的缘分。相反，即使一个人不了知显密的诸多要点，只知道作为修行人如何成佛的完整无误、善巧方便的少许窍诀，从而进行实修，那么他也获得了沙门的缘分。

为此，大家必须真修实证。如果正法不与心相续结合，而以所谓的“寻思者”自高自大，很可能有一天对佛教也会产生“句义有矛盾”的恶劣怀疑。这叫邪慧，邪慧绝不是智慧，所以一定不能变成这样。

对教言需断除怀疑

世亲论师曾说：“守戒具足闻思慧，极为精勤而修行。”

首先，我们需要有清净的戒律。打个比方，如果没有大地，那么所有的草木林苑都不会存在。同样，如果没有清净的戒律，你就不可能产生闻思修的任何功德。

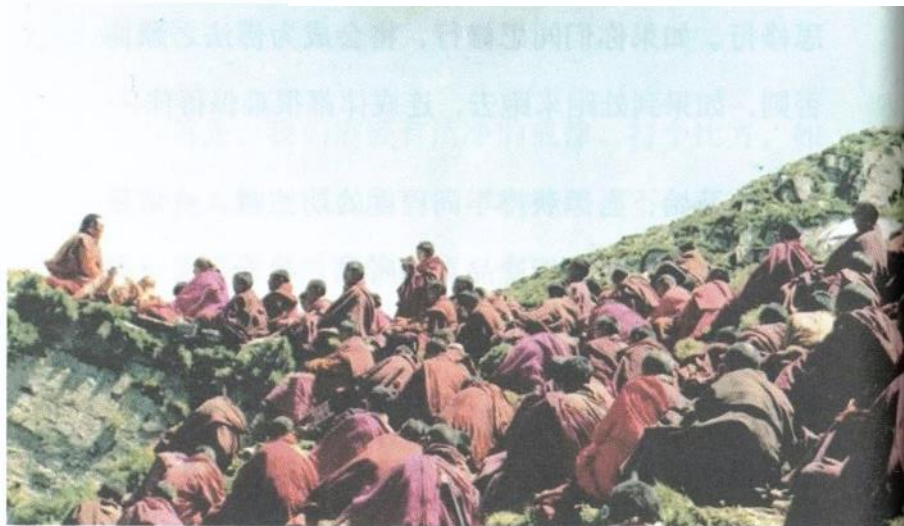
然后，你需要真正去闻思。即使不能广闻博学，也必须闻思你所实修的大圆满、大手印、大中观等法，做到深究到底、无有怀疑。

真正修行时，不需要带一些经书法本给一位老上师询问。当你住在静处的时候，不需要上师，也不需要反复阅读教言，只需要祈祷就能够修行。

活佛应闻思

年轻的活佛们，好好安住下来，真正地精进闻思修行。如果你们闻思修行，将会成为佛法之源，否则，如果到处跑来跑去，连戒律都很难保得住。

一开始，当你获得不同程度的功德时，就需要利他。达到《普贤行愿品》中所说“我于一切诸有中，所修福智恒无尽，定慧方便及解脱，获诸无尽功德藏”那样时，就不应该只想着自己快快乐乐，还要像文殊菩萨发愿“乃至有虚空，以及众生住，愿吾住世间，尽除众生苦”一样，乃至虚空存在之际一直利益有情。



三主要道是什么呢？

是意识到整个轮回都是痛苦的自性而想从中解脱的无伪出离心；想把一切有情都安置于佛果的菩提心；不住任何边的无二慧。

如来所说的八万四千法门的精要归纳起来，都包括在这里面。它也是一个修行人真实圆满成佛的完整无误之道。相当于宗喀巴大师所有言教的究竟精华，唯一是这三主要道。我的《胜利道歌》从以出离心、菩提心、无二慧为核心的角度看，与此也是相同的。

讲这个法，有非常殊胜的必要性。原因我之前跟你们说过，在我的境界中，曾经显现宗喀巴大师给我传授菩提道的三主要道，他无欺地承诺道：

“如果你和你的弟子将来能为别人传讲，并守持八

关斋戒，当你们要转生时，死去会立即往生到兜率天的欢喜持法宫。当我（宗喀巴大师）成为狮吼如来时，你们会降生于此赡部洲，受用大乘法。”

以前我们佛学院的所有弟子都背诵了《三主要道论》，我也广讲过这个法，直接间接鼓励大家守八关斋戒近一亿次。特别是，作为宁玛派的代表，我去了班禅大师仁波切的（中国高级藏语）佛学院，虽然当时讲的是《定解宝灯论》，但在此之前，因为很多重要的事情，我和班禅大师有一次特别的会面。当时我对他说：“每次传法的开头，我通常会讲《三主要道论》。这一次，我也想在传讲引导法之初讲一下……”我还向他汇报了宣讲这个法的特殊缘起和曾经的梦境等。当时他说：“非常吉祥！如果你能背诵《三主要道论》，请给我一个传承。”于是我也给他供养了传承。

这个《三主要道论》，不仅是宗喀巴大师在梦里传过，我也多次在许多上师面前接受过引导法和



传承。我一生的实修法非此莫属，你们也没有比这更殊胜的实修法了。因此，大家应该坚持不懈地认真修此法。



第 5 章

修 大 圆 满

- 实修大圆满
- 浊世大圆满加持更速疾
 - 大圆满的殊胜性
- 证悟大圆满，重在口诀
 - 种植大圆满良好习气

实修大圆满

我们要对上上下下的胜劣众生有一颗善良的心，除此之外，还应该看看相续中是否生起了大圆满的修行境界。若想让大圆满的实修境界在相续中生起，必须长时间实修上师的口诀。

举个例子，就我而言，我依靠的是每念一百遍麦彭仁波切祈祷文的间隔，随句思义地念一遍《直指心性》，然后我再入定稍微观一下，看看能不能明白一点点。就这样，当我把《直指心性》念了将近一万遍时，上师祈祷文也念了将近一百万遍。也就是说，这两个念诵轮番念，怀着特别大的信心，每念一百遍祈祷文，就念一遍《直指心性》。当我在它的意义中入定时，觉得“心的法性真的就是这样啊”。



我所理解的一切，靠的就是这个不起眼的方法。这样的理解，也需要这么大的苦行和毅力。

20岁时，我觉得一个凡夫俗子不可能有比这更超胜的尖锐智慧了。即便如此，当我第一次看《直指心性》时，觉得没有什么不明白的，全部都领会了，但看了第二遍、第三遍，才发现里面有比以前更深的含义。就这样，日复一日，我才真正明白，文殊菩萨特意化现为善知识形象的上师，他的言语与普通凡夫人截然不同。

如今是烦恼粗重的时代，这个大圆满法就显得更为甚深了。如果你想：“自宗的论典里是怎么讲的呢？”《句义宝藏论》中说：“上等精进者用三年、中等精进者用五年、下等精进者用七年十一个月零六天，就会现见法性尽相，而解脱为虹光身。”

后来，七大宗派的教主蒋扬钦哲旺波也说：“励力精进者，上等历经六个月、中等历经三年、下等历经十二年，有漏身体化为光。”可见，大圆满的加持力是如此之大，法也是如此之深。

真正来说，一位能传讲大圆满真实道要的修行人，就是三传持明上师的加持合而为一融入了他的

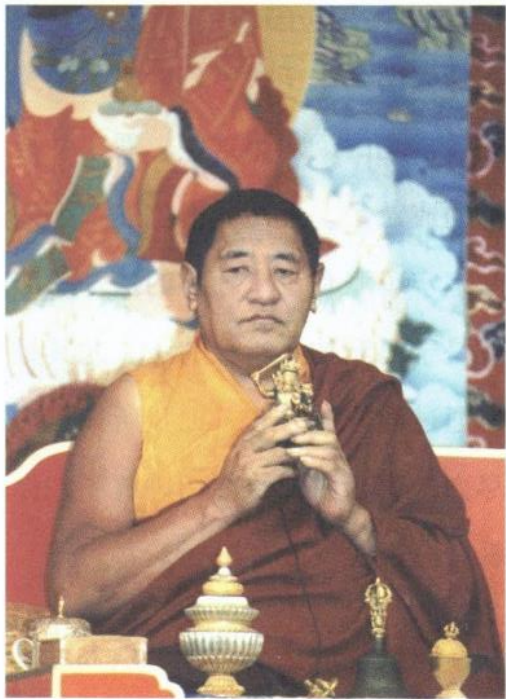
口和心，他就是真正的金刚持佛。所谓上师，就是需要通过听受他的言传而产生决定道义的定解，而不是只讲以前一本书的内容而照本宣科。

现在的弟子，分别念五花八门，如果能讲一个与之相应的法，那么就具足了上师的法相。全知麦彭仁波切曾说：“浊世衰败如黑暗，莲师事业如皓月。”所说的密意也在于此。

以往，虹身成就者可以说是层出不穷。不仅如此，单单第一世敦珠法王在世期间，就曾有十三位虹身成就者出世。如今，我们藏地的一些实修者也有不同程度的身体无余化光。在古代，修行人圆寂的时候，身体缩到盘子大小或者只有半身大小，这种情况是很常见的。想到这些，看来弘扬大圆满法的时机真的成熟了。上师麦彭仁波切不是亲口说过吗，“密宗宁玛派有没有独特的法？总的来说，三种约嘎就是宁玛派独具特色的法，尤其是大圆满法。”我也通过教导的方式，把我所知道的，大部分都尽心尽力、明明白白给你们讲解了。你们也应该仔细看看自己到底有没有领会。

如果我举一反三地重复讲，个别人可能会稍微

懂一点。即使不能完全理解，但如果对正法和上师没有生起恶劣的邪见，那么依靠不可思议的正法习气，今生或来世就会遇到大圆满法，后世在 15 岁或 25 岁也会遇到此法，依靠那个身份不可能不解脱。作为具善缘的你们，看看有没有懂得这个法。



· 第 29 节 ·

证悟大圆满，重在口诀

不知道我们还能在这个世界上活多久，所以要下大功夫观修暇满难得、死亡无常。说到对业因果要努力行持，有人会说：“修它没有什么价值，要修大圆满才是。”所谓的大圆满，真的不是那么容易就能了悟的。

上师麦彭仁波切老人家曾说：“印度大智成就者，长久精勤修行义，奇哉愚者须臾间，说是证悟起怀疑。”

布玛莫札、嘉纳思札等印度圣地具有智慧成就的大班智达都知道，证悟的唯一途径就是依止上师。嘉纳思札大约在九年的时间里，以三种欢喜依止上师，那期间，修行不是最重要的事情，而是通

过令上师欢喜，作为通晓教言的根本。他们先是闻思教义，然后年复一年地修行，就像米拉日巴尊者一样。

所谓的大圆满，不是短时间就能证悟的，也不是证悟后修行马上就能解脱的。因为它是九乘之巅，生起这种境界非常困难。为了生起大圆满的境界，首先我们来看看，自己对无偏的所有众生有没有生起无伪的悲心？对无偏的所有上师有没有断除邪见、生起真正的信心？如果你相信根本上师是真正的佛陀，那么，之后必须对他的教言无有怀疑而依止静处修行。

· 第 30 节 ·

种植大圆满良好习气

你们应该尽最大努力种下大圆满的习气，想方设法地去理解它，这没有什么不懂的。即使你懂了，仍然还不够诚信；即便足够诚信，也还不能实修；如果能精勤实修，上等者今生就能执掌法身国政，即使做不到这一点，在法性中阴或自性化身刹土中也会得到解脱，这是毫无疑问的。

平时，大家每天应打坐大约半个小时。如果赶上有很重要的事情，根本没有空闲时间，只打坐十五分钟也可以，不会有人连这么短的时间也空不出来吧？如果当天你实在做不到，那就第二天把打

坐补上。如果你一生都这样一直坚持，依靠大圆满的善妙缘分，无疑会踏上妙道。

大圆满的教言，是千千万万空行的心血，绝不能把它随便送给和你关系好的人。但是对于完全具备条件者，不管是谁，都可以赐予。具备什么条件呢？对上师有信心、对正法有胜解心，对众生有悲心，这三个条件必须满足。





第 6 章

众 善 奉 行

- 集资净障的功德
- 妙音念诵的功德
- 七句祈祷文的功德
- 唱颂莲师心咒与观音心咒的功德
- 观音转经轮的功德
- 戒律清净的功德
- 夜晚受戒的功德
- 转绕“见解脱”坛城塔的功德
- 回向的功德

积资净障的功德

所谓的积资净障，仅凭着巨大的财富，是不会构成积资净障的。以清净的发心来摄持，则很容易积累资粮。在此基础上，即使念一遍《普贤行愿品》，任何业障、堕罪都会清净。

《普贤行愿品》不是已经说了吗，“若人于此胜愿王，一经于耳能生信，求胜菩提心渴仰，获胜功德过于彼”，所以，念诵一遍《普贤行愿品》的福德无法限量。“往昔由无智慧力，所造极恶五无间，诵此普贤大愿王，一念速疾皆消灭”这一句也讲了，就算是五无间罪——如果是明知故犯，就不属于无知，除此之外，所有由无知造下的罪业都会得以清净。

想一想，依靠一遍《普贤行愿品》就能净除

五无间罪，作为一个有良知的人，为什么不乐此不疲地念诵呢？即使你不会念诵长篇经文，但《普贤行愿品》（没什么不会的）。我们所有法会的初中后、讲经闻法的前后都在念诵它。不仅仅要认真地念，还要用高亢优美的音调来念。

因为前世的业力，虽然有些人的声音好听，有些人的声音不那么好听，但也不一定非要好听。如果你以纯净的心供养赞美佛菩萨们，会得到同样的福德。所以，绝不能小看这个《普贤行愿品》。

（在念诵它的时候，）从《八吉祥颂》开始，大家就要聚集在会众中，从七支供念到受菩萨戒——如果以清净的意乐发殊胜菩提心，那么你名称上是菩萨，实际上也成了佛子。如《入行论》云：“生死狱系苦有情，倘若生起菩提心，即刻得名诸佛子，世间人天应礼敬。”

妙音念诵的功德

以前觉姆们念诵《自在祈祷文》和《普贤行愿品》的时候，像我这种不容易真正起信的人，也深深生起了信心。可是现在，觉姆们的念诵，一点感觉都没有了。

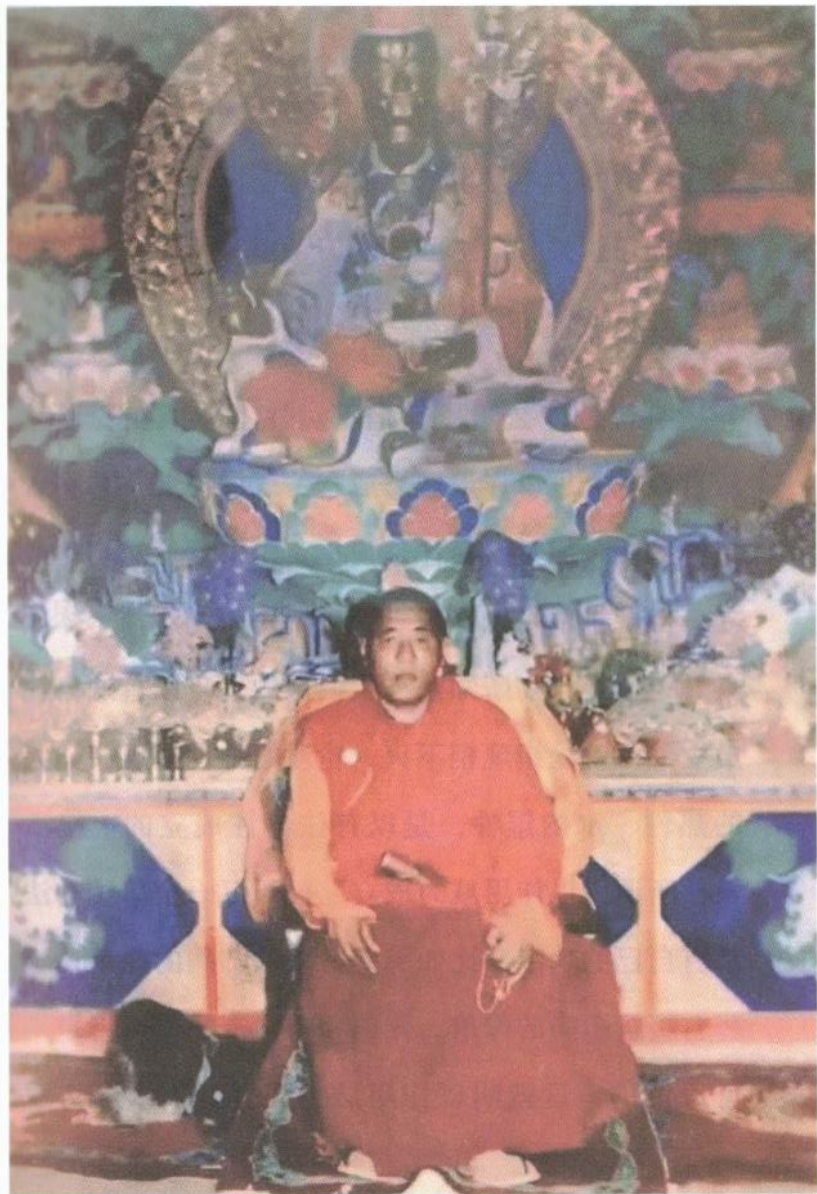
谢谢你们，上课时念诵的音调应该高昂而悦耳。除了个别的觉姆，女人的声音基本上具足细、颤、抑、扬、顿、挫这妙音六支。美妙的声音是一种广大的供养，因此要尽力念诵。平时对正法要有欢喜心，要远离无记和放逸的行为。



七句祈祷文的功德

我们要认识到，邬金仁波切莲花生大士是总集一切皈依处的本性，故应以一心一意的信心引发，依自生金刚的自声显现的七句祈祷文，诚心诚意地向他祈祷。

所谓“自生金刚的自声显现”，指（七句祈祷文）并不是一个修行人以分别念的勤作而刻意编造的，它是法性金刚的本声。具有宿业与缘分的所化行人啊，显现为文字云轮的七句金刚妙音，在基位相当于七识聚、在道位相当于七觉支、在果位相当于胜义七财，任运自成、本性不可分割的这七句，是三十二境空行母们用来祈祷、具有加持的词句。因此，通过它来祈祷，依靠祈祷的对境——“第二大佛陀”邬金莲花生大士的宿愿和缘起力，大悲尊



业比其他诸佛都要快。尤其是这样的金刚句，不仅是法性的妙力中显现的，而且是三世诸佛所加持的殊胜词句，具有最殊胜加持的特点，所以，这个祈祷文具有独一无二的殊胜性。

不管是什么法，都是以法性本体成立、以有法自性成立、以作用威力成立、以加持成立，具有这样的四种成立。具体来说，实相中任何法均不成立，但现相中可以显现一切，就是“以法性本体成立”，它是一切所知法与生俱来的。“以有法自性成立”，就是指现相不灭，轮涅的种种显现，如火的热性、水的湿性，是以有法自性成立的。接下来，所谓“以作用威力成立”，即每一个单独的法都有自己的功能，比如肺药有祛除肺病的作用，胆药有缓解胆病的作用，咒语和药物等的作用都是不可思议的，这就叫以作用威力成立。“以加持成

，是指如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳加持，尤其是邬金第二大佛陀等成就持明众的。

一般来说，所有明咒、陀罗尼咒都有着不可思加持与威力，但金刚七句堪称“一切殊胜加持力之最”。所以，与其一劫又一劫持诵一般的和陀罗尼咒，不如念一遍金刚七句祈祷文更有、更有威力。

唱颂莲师心咒与 观音心咒的功德

当你自利究竟的时候，需要为他众传法、灌顶等。在没有直接行持利他的情况下，如果你去高山、陡岩、高原，用悠扬的音调吟唱观音心咒和莲师心咒等，那么所有听到的众生都会阻挡恶趣的生门，往生清净刹土。如果你有一副好嗓子，那就去山顶放开嗓子尽情歌唱吧。

按照华智仁波切和喇嘛罗珠的传统，在传授和聆听佛法时，首先在僧众聚集之前吹奏法螺，听法者边唱莲师心咒边走进经堂。在传法的最后，以“索南德意……”结尾。如果没有问答环节，那就唱诵莲师心咒。这样一来，你今生中所有的病魔、违缘会依此止息，后世也会往生吉祥山莲花光刹土。



邬金仁波切本人住在芒耶贡塘，给众君臣宣讲诸多教授的时候，曾经说过：“如果向我祈祷，莲花生哪里也不去，每个有信心的人面前都有一位莲花生。”因此，莲师就安住在我们面前，（通过虔诚的祈祷，）我们将获得无量的加持和悉地。

观音转经轮的功德

大众中所有的在家人，每人都应该请一个转经轮，并尽可能多地转动它。《观音二十一经续》等中宣讲了观音心咒转经轮的功德不可思议。达莱贡秋嘉村等大多数还魂师的言教中都说：转观音心咒转经轮的人，没有一个转生恶趣和漂泊中阴的。所以，大家要尽心尽力转这个观音心咒转经轮。

要说不投生三恶趣，根本不转生为人、天、非天，那是相当难的。但若以“真言之王”六字大明咒为本尊，做成手摇转经轮来转，就不会再堕入轮回，这一点对你们来说非常重要。

我们的转经轮，在海外许多国家覆盖面很广，人们称之为“喇荣转经轮”，非常受欢迎，在拉萨等藏地和汉地也传播得极其普遍。你们不要断了自己的缘



分，这个转经轮来源清净、数量可观，而且被一万多僧众开光过。

一个人在死的时候，把转经轮放在枕头上方，完全可以起到超度的作用。此外，它还可以作为究竟护身符，保护自己免受敌人、土匪、强盗、小偷等的侵害，后世还能往生极乐世界，没有比这更好的了。

大家应该发起大心，世界上没有什么是通过努力做不到的。这绝不是一件无足轻重的小事，对你们今生来世有很大的好处。这一次，这个转经轮里大约有八万到十万个观音心咒。所以，你们请一个转经轮吧，转一下转经轮吧。不要把它放在被窝里，不要把它横着转，不要在它上面跨越，平时把它放在干净的地方。这个转经轮就是真正的观世音菩萨。

《亲友书》中说：“戒如动静之大地，一切功德之根本。”所有善妙功德的基础，就是戒律，三世诸佛也是依靠清净戒律而成佛的。如云：“守戒具足闻思慧，极为精勤而修行。”如果没有清净戒律的基础，就不会有真正听闻的功德；如果没有听闻，就不会有思维的对境；如果没有思维，就不知道修行的道理。因此，戒律是一切增上生、决定胜的基础。

所谓佛法住不住世，也主要取决于别解脱戒有没有隐没，而不是密宗续部有没有隐没。即使密法续部在这个世界上隐没了，但空行境和清净刹土等处的密法，又怎么可能从根本上隐没呢？

因此，如果我们珍惜佛法，就必须重视别解脱戒。世尊曾说：“我灭度后，以戒为师。”经藏、论藏也是佛法，但佛没有说它们是本师。只有律藏，既是本师也是佛法，这是出有坏佛陀亲口说的。



夜晚受戒的功德

所谓的“昼夜戒”，虽然以前各个地方都没有这么叫，但晚上要入睡前，刷牙、漱口、洗净五肢，想着守八关斋戒而躺下，恐怕没有比这更容易的了，善根也非常大。

如果问：“这个传统的出处是哪里呢？”

现今雪域的上师谁也没有宣说这种法规。然而，根据珠辛吉尊者的故事，一个屠夫发誓晚上不杀生，获得了不可思议的功德；一个妓女发誓白天不邪淫，感得白天享受不可思议的安乐，晚上遭受邪淫的果报而感受痛苦。如果能推行这种受戒方式，那是最好不过的。到了该睡觉的时候，清洗五肢，随念佛陀，观想无量光佛在前方的虚空中来受八关斋戒，想必再没有如此简单易行、有大功德的善法了。

这座坛城塔，是能获得持明佛果的一大殊胜方便，里面的佛像等无不齐全。建造这样的所依，在世界上真的非常少见。

《无垢忏悔续》说：“只要看到坛城，就不会堕入大地狱。”就算你见过一次，也肯定不需要堕入金刚地狱等处。如云：“寂猛之幻化，坛城尊前礼，无余清破誓，净五无间罪，根除阿鼻狱，称持明佛刹。”如果你逐一持诵四十二位寂静本尊的圣号，同时顶礼一百次，就能清净五无间罪，根除地狱之业，所以不需要转生地狱。“称持明佛刹”是指持明佛，也就是说，你将获得寿自在持明、异熟持明、大手印持明、任运持明的任意一种果位。

转绕（坛城塔）的数量有四种差别：下等者



转绕一百圈，中等者转绕一千圈，上等者转绕一万圈，最上等者需要达到十万圈。

各自的功德：转绕数量是下等者，会阻塞恶趣门，获得善趣果；中等者，解脱三界轮回，获得解脱果位；上等者，在极乐世界等净土获得菩萨果位；最上等者，迅速获得圆满佛陀的无上果位。

无论转绕多少圈，都需要结合顶礼和念诵百字明。比如，转一百圈，需要一百次顶礼、念诵一百遍百字明……依此类推。它有如此大的功德和加持，是非常难得的快速成就法。平时，我们应该尽最大努力顶礼、供养等。

回向的功德

（回向的时候）需要观想：就像文殊童子为利益一切有情而发愿“乃至有虚空，以及众生住，愿吾住世间，尽除众生苦”一样，自己也应该如此观想：乃至虚空未空之际，众生不空；乃至众生不空之际，业和烦恼不空；乃至业和烦恼不空之际，痛苦也不会穷尽。一切众生的痛苦之因，就是集谛——业和烦恼，在这一切没有灭尽之前，我愿意一直成办众生的利益，我所做的一切善根都回向给所有众生。

“回向”，基本上就是布施的意思。比如你有 100 块钱，那么“给别人”和“回向别人”是一样的。我所做的所有善根，也需要回向给由集谛之因所生的一切有情。

如果善根被回向了，就不会被未回向、颠倒回向、向别人炫耀、生嗔恨心这灭尽善根四种因的任何一种所摧毁。否则，未回向的话，千劫积累的布施、持戒等一切善根也会灭尽。如《入行论》云：“一嗔能摧毁，千劫所积聚，施供善逝等，一切诸福善。”善根若是被回向了，它就不会穷尽，《慧海请问经》说：“犹如水滴落大海，大海未尽彼不尽，回向菩提之善根，未得菩提前不尽。”如果为获得佛果而作回向，那么乃至没有成佛之前，善根都不会穷尽。与之相同，菩提心所摄持的善根也不会穷尽。



第 7 章

诸 恶 莫 作

- 贩卖佛像、佛经、佛塔的罪过
- 诽谤圣者的罪过
 - 祸从口出
 - 缘僧众要谨慎
 - 不要给人取外号
 - 邪见断善根
- 还俗者莫对三宝生嗔
 - 受想之害

· 第 40 节 · 贩卖佛像、佛经、佛塔的罪过

塔波仁波切的一个修行者弟子，为了谋生，卖了很多佛经。想到这件事，他对至尊说：“我卖了很多这样的法本，造下了罪业，清净它的最好方法是什么？”尊者说：“最好把那些法本买回来。”

佛经中也有宣说，对于佛陀和正法，如果通过提供同类的东西来忏悔，则可得以清净。如果你毁坏过三宝所依，就要造出同类的东西（来忏悔）；或者卖过（三宝所依），就要把它买回来进行忏悔，这样才能彻底清净。

靠卖佛经赚来的钱，一定要非常谨慎。一方面，在当今时代，佛陀的事业是以佛像利益众生，

虽然广泛而普遍地传播法本和金佛像等是一件非常好的事，但另一方面，贩卖它的人也需要深思，否则不知道这会成为善业还是罪业。

贩卖佛像、佛经、佛塔后，用赚来的钱去做杀生买卖，或者积累财物等，这叫享用法宝财，罪业极其严重。卖佛经养活自己，说明佛教已经到了末日。用佛经来养家糊口，用佛经来造罪经商，那他最大的悲哀，就是享用法宝财。

诽谤圣者的罪过

关于议论、诽谤其他佛子菩萨的过失，恰美仁波切曾在《极乐愿文》中说：“诽谤诸菩萨之罪，较杀三界有情重，发露忏悔无义罪。”所谓菩萨，就是从他相续中生起了无伪的菩提心开始，就叫菩萨。如果他本无过错，你却无中生有；他本具功德，你却矢口否认，大肆诽谤，这个罪业比同时杀死三界所有众生还要严重。

仲敦巴尊者也说：“凡有四位出家人，就有一位是菩萨。”只要是身穿僧衣的人，就不可能没有一分功德。《噶当弟子问道录》记载：仲敦巴尊者也曾向僧人脱帽、合掌、顶礼。

所以，千万不要诽谤菩萨们！否则，所谓“三界有情”绝不是一个小数目。如果你杀了十二三亿人，人们都容不下你的罪业，更不要说三界有情



了，比这多百倍千倍。但是就算把他们都杀了，也没有诽谤菩萨们的罪业那么严重。

因此，对所有菩萨都不能诽谤，也不能诽谤正法。佛陀的补处——弥勒菩萨（在《大乘经庄严论》中）说：“意罪自性恶，非理色非理，疑法何须说，等舍善无过。”大家不要诽谤任何人。

祸从口出

平时，我们主要用嘴说话。就像上师麦彭仁波切在《（君规教言论·）语言品》中所说：“通常成为亲怨者，余事促成极少见，多由言词所导致，故当慎察再出言。”

语言，即使只是一句话，也是前面有人听，后面有人看。所以，无论你说什么，都需要小心。正如民间谚语所说：“不要大声叫喊，恶劣的猎人正在潜伏抓鹿；不要轻声细语，青狼正在潜伏捕羊。”自己要能控制自己，自己是最有资格的。所以，说话做事要谨小慎微。

缘僧众要谨慎

我们师徒平日一定要小心，因为带来大利大害的业，就是以僧众为对境所做的事。

在这样一个具足戒律的大僧团里，能讲法闻法、聚众共修等是一种很好的缘分。就算你不能成就其他法，光是随句忆义而多多少少了知《普贤行愿品》的功德，和僧众一起大声念一遍，功德也是不可思议的。如果一个人不具备修生起次第、圆满次第的要点，即使在寂静处闭关修行了一辈子，也不可能成办这么大的善行。因此，依靠僧众有很大的利益。但是，如果你坐在僧众的群体中，对金刚道友品头论足、说三道四，那就是在积累无数劫中堕入恶趣受苦的因。



尤其是，你不仅自己不闻思，还整天跑来跑去，在别人面前说一些引发贪嗔的话，妨碍别人看书和闻法等，而且在大家共修的聚会场合打开绮语伏藏门，打断别人的念经，那你就是以恶心出如来教法证法的法身的血。这在上师们的言教中也讲过。以恶心出如来色身的血，尚且是一大无间罪业，如果让法身出血，则比这罪过还大。

不管我们是谁，请不要给别人起外号。如果你叫别人的外号而不是真名，那么异熟果报是非常严重的。比如很久以前，有一个人叫别人“母狗”，结果他五百世中投生为母狗。为了忏悔这份罪业，他想尽一切办法还净，全心全意地承事僧众，终其一生行持善法，但也无法消除这一罪业。最后，他还是感受了叫别人母狗的不善业的异熟果报。

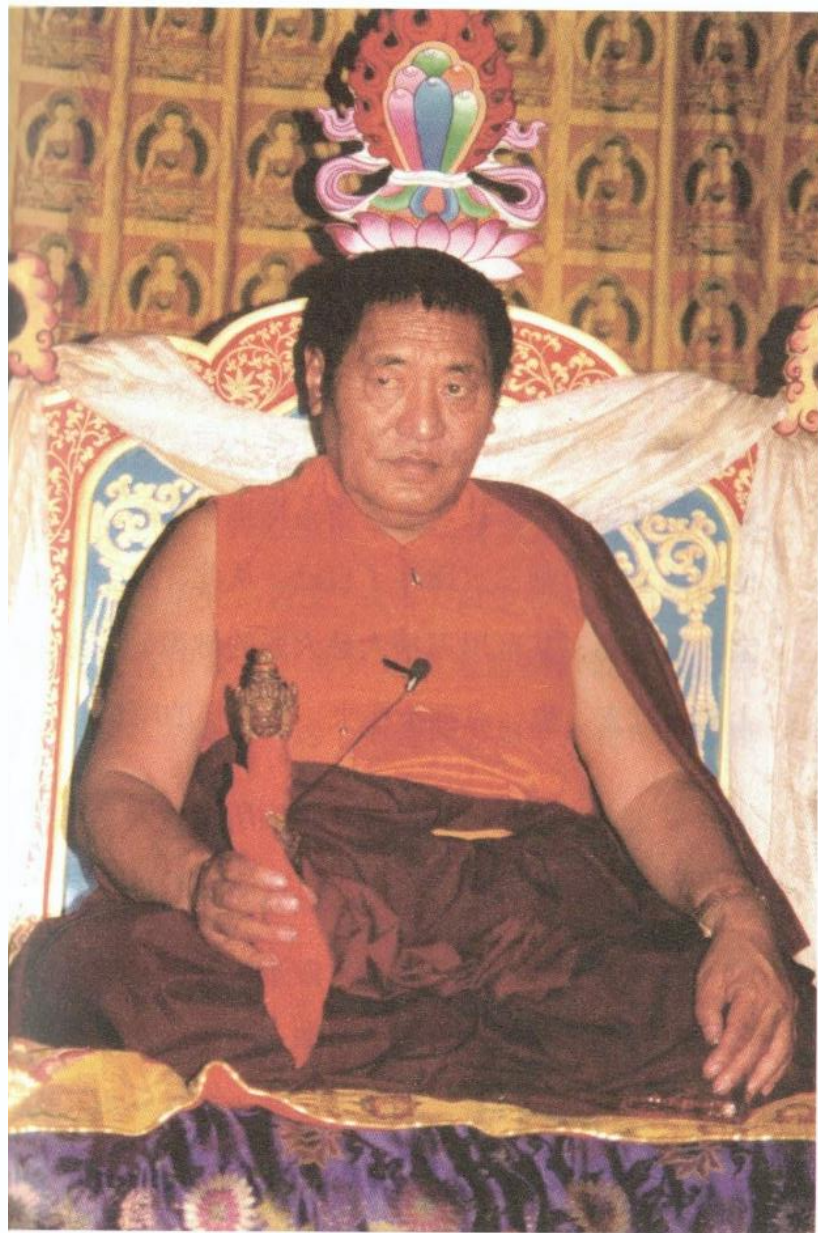
作为上师、僧尼、居士等，我们对此必须慎之又慎，请不要叫别人“大头”“瞎子”“大鼻子”“大嘴巴”等外号。

《百业经》从头到尾，整本书主要讲的是口所造的业。想想《百业经》的全部内容，再仔细想想后世的异熟果报，我好心提醒你们：请记住这一点，不要互相冷嘲热讽，谢谢你们了！

邪见断善根

邪见有很多分类，如对果起邪见、对因起邪见、对人起邪见等。其中，对业因果的邪见是指，比如你认为造善因而无有乐果、造不善因而无有苦果。

当然，只是觉得“造不善因真的会有苦果吗”的合理怀疑，或者觉得“实际上不会有苦果吧”的非理怀疑，并不能斩断善根。但如果生起“一定没有”的想法，则会断绝善根。



· 第 47 节 ·

受想之害

从无始三有轮回以来，我们就一直被受蕴、想蕴所毁坏。

世亲论师亲口说过：“成为争论之根源，轮回之因次第因，是故一切心所中，受想单独立为蕴。”五十一种心所不会那么有害，所有在家人都只是因为乐受、苦受（受蕴）而争吵，漂泊轮回；我们所有出家人，都只是因为想蕴，说“你的宗派、我的宗派”“这个不合理，那个不合理”而辩来辩去。

《胜乐续王略续》中说：“宣说甚深法，设若无信解，切莫相诋毁，法性不可思。”如果别人能宣讲甚深的法理，即使你没有信解，也要认为是对的，最好不要生邪见。因此，我们对其他教派和其他持教大德万万不可诽谤，生起邪见。

· 第 46 节 ·

还俗者莫对三宝生嗔

如今，一些僧人还俗变成在家人后，似乎并不认为是自己迷失了，完全舍弃了世出世法，相反，他们认为是上师三宝抛弃了自己。从此，他们对三宝怀恨在心，甚至用刀捅大慈大悲的佛像、在经论上面跨过去，也一点都不在乎，有这样的嗔恨心。

事实上，正是他自己被贪嗔痴所牵，毁了生生世世的永久大计，断了缘分。伤害他的不是三宝。



第 8 章

高 尚 净 行

- 善良的人格
- 交友方法
- 关爱年迈父母
- 照顾病人
- 招待客人
- 夫妻和睦

让我们来理解一下什么叫“好人”。

对于所谓的好人，似乎大多数人都不能说英雄是好人，有人说智者是好人，有人说好人……但其实这些都不叫好。没有谄媚对一切众生都有善心，这样的人才是好人。

总之，我们要知道，不管是上上下下谁有一颗善良的心，谁就是一个好人。如果持利他，这种人既能集福，也能集财。

在一切法中，最究竟的法就是它。



· 第 49 节 ·

交友方法

刚开始不要和别人走得太近，不然用不了多久就会矛盾重重。不管你住在哪里，一开始都不要和任何人太亲密，也不要太有矛盾，最好保持平淡的关系。

我们应该按照全知法王说的那样去做：“村落寺院以及深山等，虽住何处不应交亲友，于谁相处不怨亦不亲，稳重自主即是吾忠告。”



关爱年迈父母

我们平常需要一个小小的威仪，就是对远方的客人、久病的患者、年迈的父母等要恭敬承事，这是非常重要的。

无等阿底峡尊者不是说过吗，“这和修空性大悲藏没什么区别”。在光明大圆满中，没有比空性大悲藏更超胜的修法了。同样，即使你实修大手印、大中观等浩瀚法理中的任何一个法，也没有比空性大悲藏更好的实修法了。阿底峡尊者已经直接讲了，孝养父母与修空性大悲藏没有区别。《中观宝鬘论》也宣说了孝敬父母有不可思议的功德。

此外，《俱舍论》也说：“虽非圣者然而于，

父母病人说法者，最后有者之菩萨，供养功德无有量。”即使不是圣者，但对父母、病人、说法者或讲法的上师、最后有菩萨进行承侍，功德也无法衡量。“最后有菩萨”就是那些从此不需要再流转轮回的人，比如义成王子之类的，就称为最后有菩萨。

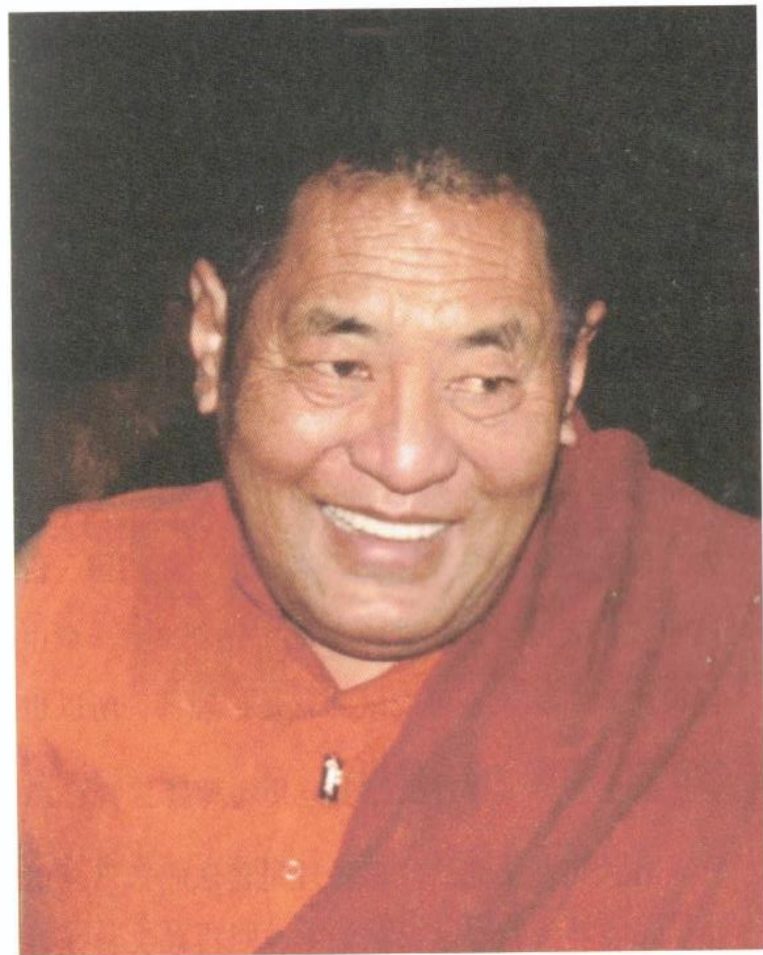
所以，居士学院、尼众学院、汉学院，喇嘛学院，不管是谁，对年迈的父母都要尽量说话温柔、做事体贴。想想父母以前有多爱你。现今，父母也不同于别人，是你遇到大乘法的不共增上缘。因此，对老父老母，要柔声细语，温柔体贴地照顾。

年轻人的心还是很幼稚的，虽然是自己的父母，但觉得他们又老又脏。也可能有这样的人。如果父母长寿，到了像我们这样的年纪，就会满头白

发、满脸皱纹，嘴里没有一颗牙，走路需要靠拐杖。如果他们不长寿，即使没有变成这样，无论如何，也千万不要轻贱虐待父母。

即使不是父母，对其他老人也要同样善待。就像邬金仁波切说的“恭敬爱护悲伤老人”，人一旦老了，无论是谁，心都非常脆弱。因此，我们要对所有老人照顾有加。在经堂里，他们可以随意坐在某个座位上，这样可以方便出入，让他们尽可能心情愉快，我觉得这样很好。老年人不会在这个世界上活很久，他们和你们年轻人完全不一样，内心非常脆弱。有句俗话说得好：“微微的气息都觉暖，飞禽的影子都觉寒。”

所以，我们应该尽量尊重老人。



照顾病

大家还要尽可能照顾久病的患者，帮助那些出家的觉姆。

如果是无依无靠的觉姆，真的很可怜。有些病的觉姆不仅不能出门，甚至卧床不起，真的有这么可怜的对境。那些根本不能来公众聚集场所的人，即使念经钱只有十元，也必须给他们留一份这叫“病人应得”。世尊不是在分配僧财一章中得很广吗？病人不可或缺的就是护理者，所以也给护理人员留一份念经钱。

有人可能会想：“做护理是善法吗？”《俱论》中说：“虽非圣者然而于，父母病人说法者

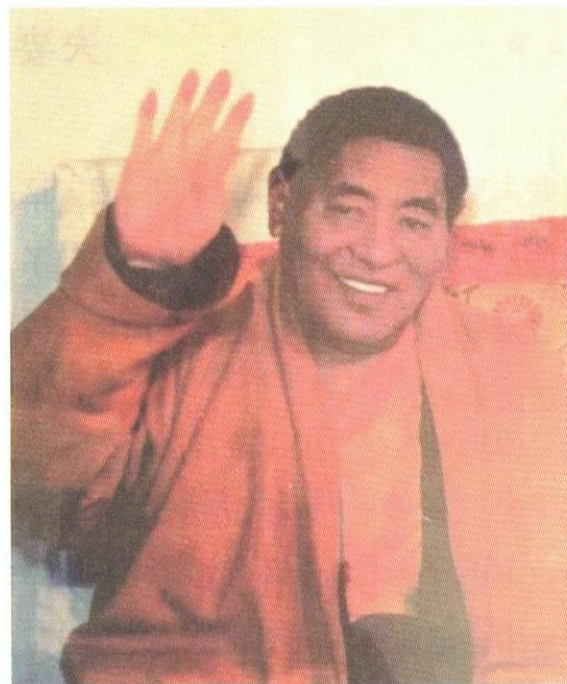


最后有者之菩萨，供养功德无有量。”这里面已经讲了，护理病人和供养圣者一样具有无量功德。很难找到比这更好的集资方法了，因此，我们要尽心尽力护理病患。

招待客人

大家不要看不起远道而来的客人，要帮助他们借住处、借衣服、提供饮食等等。按照我们以前的一些规矩，如果真的是刚来这个佛学院的孤苦僧尼，去乞讨一些东西也未尝不可。此外，值得信赖的执事僧人（管家）和堪布应该负起责任，即使他们需要在道场的上院到下院之间乞讨化缘，也是无可非议的。

财富受用这些东西，有时候有，有时候没有。尤其是，为了正法而历尽苦行的圣贤大德们，可以说基本上没有不曾乞讨过的。所以，乞讨并不是一件可耻的事情。请你们这些施舍者端正态度，把自



已有的酥油、糌粑等，尽快给他们一些。觉姆和喇嘛不管是谁，刚来的时候都有些困难，因此要好好关照爱护他们。

夫妻和睦

有些夫妻几乎一辈子都在吵吵闹闹，这是前世的业力使然，是前世的邪淫果报现在成熟了。有些夫妻恩恩爱爱、情深意切，这也是前世不曾邪淫、勤行善法的果报。

夫妻在一起的时间有长有短，没有人能一直在一起，永不分离。有生必有死，死后他们会随着各自的业力，漂泊到六道不同的地方。但是，不管这一生的时间有多长，在一起的时候，都要相亲相爱、和谐相处，彼此同心同德地行持善法，这样后世也会快乐。假设有一颗清净的心，那么夫妻俩将

会形影不离、同生净土。为此，所有夫妻都应该力求和睦。

我们金刚兄弟姐妹也是如此。如果金刚道友上下争斗，当众甜言蜜语，背后恶语中伤，这和夫妻完全不一样。所谓的金刚兄弟姐妹，有一个“紧密相连的誓言”，从依止同一上师、同一坛城得受灌顶和口诀的那一刻起，即使上升到净土也需要去同一圣聚中，就算下堕到恶趣也需要一同前往。所以，要想从快乐走向快乐，金刚道友内部就要做到慈爱、和睦、友善。



第 9 章

服 饰 勿 乱

- 秉持藏装
- 出家人要穿清净僧衣
- 出家人衣服的颜色
- 俗人莫穿僧衣

秉持藏装

作为藏族人，所有穿着服饰都需要沿袭祖祖辈辈传承下来的服装，以相应藏地气候冷暖、相应身体状况、相应自己的习俗。同样，如果你是汉族人，也需要穿符合汉族当地和习俗的衣服。

藏族人穿藏装很方便。在古代，夏季的三个月里，人们都要穿皮袍出门，如果被泥水等打湿，干了以后会变硬，不像今天，人们在夏天穿布衣服等，即便被雨淋湿也没事。衣服也是五颜六色的，比如白色、黄色、红色、绿色，非常漂亮。这种藏装，从祖孙三尊时代就非常流行，是菩萨们亲自传承的特殊衣服。

从前，玛尔巴大译师在为众弟子灌顶时，穿了一件难看的衣服。弟子们呈禀道：“作为如此伟大

的上师，您穿这么寒酸的衣服，别人只会说上师太小气，没有任何好处。”上师说：“这件衣服是我在美哲巴尊者、大成就者那若巴等赐予《喜金刚》甚深灌顶、传承时穿的。我想，光是看到这件衣服也会对众生有利，所以我就穿了。不是我连一件好衣服都得不到。”

同样，我们的藏装，也是往昔观世音菩萨的化身法王松赞干布、文殊菩萨的化身国王赤松德赞、金刚手菩萨的化身国王赤热巴坚等相继出世的藏王以及住地大菩萨邬金莲花生大士、大班智达布玛莫札、大堪布菩提萨埵等亲自加持、传承下来的服装，因此是有着菩萨加持的衣服。

如果真的要好好想一想，单单是这个藏装，也能对怀有狠毒害心、黑法方面的魔与冤魂等有所利益。

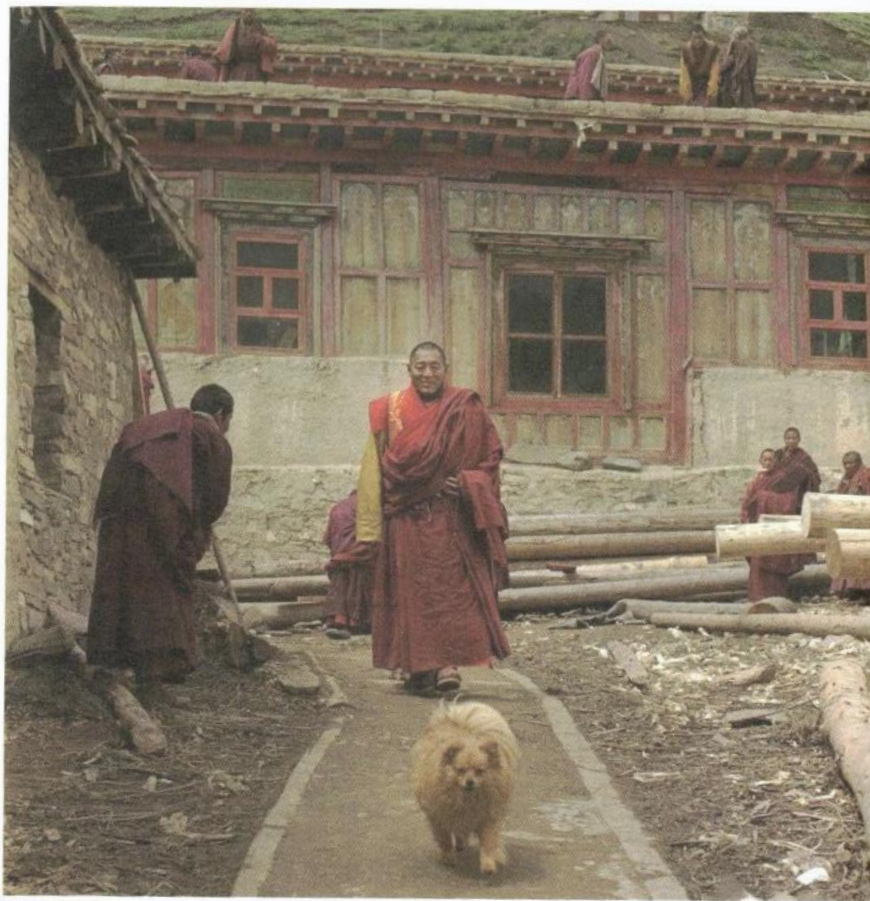
如果国家规定必须穿汉装，那也情有可原，但事实并非如此。所以，从现在开始，一般在家的藏族男女，不管是谁，都应该穿上本民族这种清净的服装。若能如此，你不仅不会失去自己的风俗习惯，而且它还带有加持。

特别值得一提的是，如果下半身穿僧装、上半身穿汉装，这确实是一种恶兆。就像邬金仁波切莲师曾经说过的“时不改变众人变”。人们常说的“恶世、恶世”，其实不是时间恶劣，而是人的行为和心态变得越来越恶了——每个人都唯起恶心、唯做暴行。

一般来说，所谓“在家人”，是没有受过沙弥戒、比丘戒的人，也就是普通的俗家男女；“出家人”就是沙弥、比丘。僧与俗的穿着、行住坐卧各不相同，因此不应该相互混淆。

然而，当今时代的个别上师、僧人，如果得到一件可穿的在家衣服，似乎觉得很好看、很稀有。但事实上，不是说“具戒僧衣可清净一天僧财障”吗，单单是具有戒律者的僧衣，也能清净一天之内享用僧财的障碍。

三世诸佛身上穿的衣服，也是这种出家僧衣。正如全知龙钦巴尊者所说：“三有尊主曾百遇，披袈裟袍唯此番。”我们在多生累世中曾受生过帝释天王、大梵天王等三有世间的主尊，但身著出家僧衣，唯有今生这一次。此番具有身著僧衣的缘分时，一定要穿着清净的出家僧衣。



我反反复复这样讲的意思，也是当今出家人的衣服面料有绸缎、哔叽、氈氍等，颜色有红、黄、紫色，就像夏天绚丽的鲜花一样应有尽有，得到一件在家男女的衣服并不罕见。因此，出家人要按照本师佛陀所说的来穿衣服，不要做各种不伦不类的在家男女之事。再者，作为一个出家人，如果一边穿着出家僧衣，一边杀生、不与取、邪淫等，那真的是罪大恶极，完全没有必要。

出家人衣服的颜色

出家人不要穿黑色的衣服，那是鬼神的穿着。当人世间到处都是鬼神的时候，如果我们也穿上鬼神的衣服，鬼神就会来制造违缘。紫色中的紫黑色也基本是黑色。

此外，白色是在家人的衣服。我们出家人本来已经舍弃了在家相，如果再穿白色的衣服，那就是舍弃了中间出家戒¹。当你已经舍弃了中间出家戒，智者谁也很难承认你还理所当然地被称为比丘、沙弥。因此，出家人不应该穿白色。

蓝色，虽然根据以往的律典，它属于可用的三种颜色之一，但是藏族的持戒大德们说，因为它接近汉地服装的颜色，所以藏族的出家人不可以穿蓝色僧衣。

大红和大黄也不可以，因为它们属于八种非理色之一。因此，如果你穿着大红大黄，就会犯堕罪，要尽力忏悔才能还净。年轻人几乎都不愿意穿淡红、淡黄、淡蓝等浅色的粪扫衣。

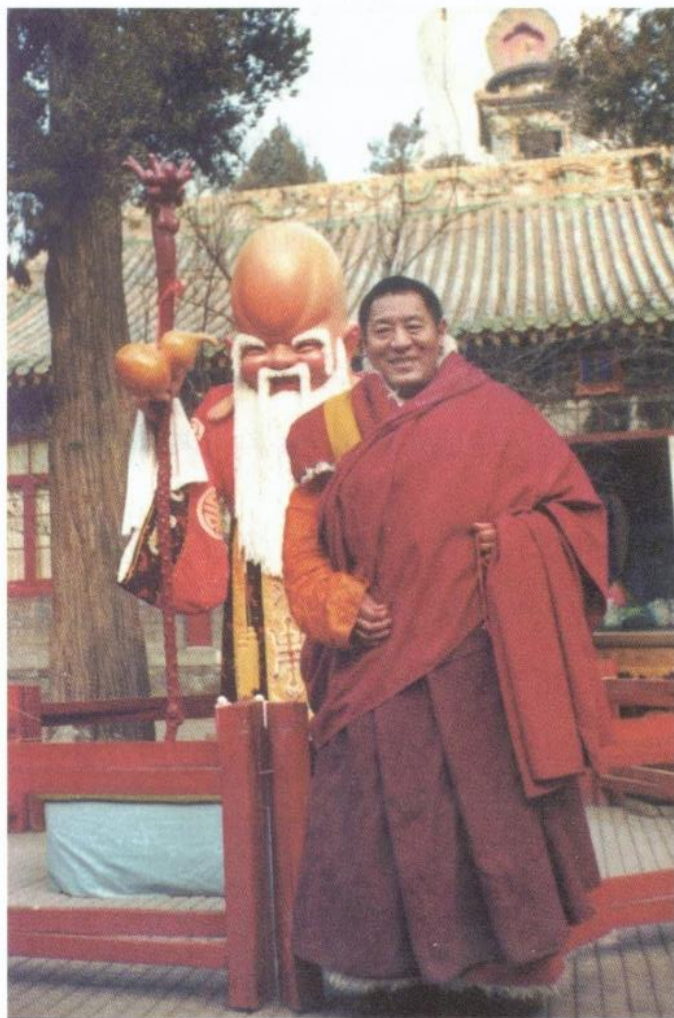
我们应该身穿红黄色的内衣、红紫色的披单和外裙。现在我的眼睛模糊了，只能大概看到一点点，但环顾四周，你们的衣装都很好。所以，在著装上，可以清楚地知道常住者和新来者的区别。

在印度，因为天气太热，除了掩腋衣²、丝绸布料的夏衣等很薄的衣服以外，其他都不可以穿。就像通过帽子推断鞋子的说法一样，藏地也有些人不穿嘎让（不带袖子的上衣），不同的地方有不同的传统。

例如，世尊不开许在印度中部使用皮革，但在多坚（地名）等山区、冰雪覆盖的地带也开许适当

1 中间出家戒：介于沙弥、沙弥尼与在家之间的戒。

2 掩腋衣：十三资具之一，出家人白天穿在上衣里面，用于吸收体表汗水的内衫。



使用皮革。

再者，《毗奈耶经》说不能穿有袖子的衣服，所以有些人不穿内衣。但是如果你穿外面有袖子的上衣，两者也就没有任何差别了。

一般来说，外裙为了表示三学、三藏，正面和两侧有两折三平，所以，如何穿裙要不违背论中所说“裙不齐圆过高下，裙边上翻如象鼻，如香囊与蛇头状，上衣不圆高低十”的七条法要。

俗人莫穿僧衣

在家男女只能穿自己的衣服，不能穿出家人的衣服。

有的地方为了侮辱佛教，在家男女都穿出家人的衣服，行持出家人的威仪。这不是因为对出家人有欢喜心和信心，只是想破坏出家人的特殊威仪，想隐没出家人的装束法规，这都是黑法魔众造成的。

因此，大家最好不要把在家衣服和出家衣服搞错。比如，以一件内衣为例，僧人应该穿黄色、红色、红黄色，在家人最好穿绿色、蓝色之类的，万万不可把它们混在一起。

祖衣、上衣（七衣）、下衣（五衣）这三衣，是世尊亲自加持的衣服。

此外，所有前辈持戒大德都说，按照藏地传统，嘎让、多嘎等是出家人被开许可以穿的衣服，所以出家人应该这样如法穿着。



第 10 章

佛 法 无 违

- 佛教诸大祖师同一意趣
- 教法要点互不相违
- 不偏袒贪嗔

佛教诸大祖师同一意趣

比如，就噶举派而言，达波拉吉、噶玛巴希等都是邬金仁波切莲师的幻化。

以文殊怙主萨迦班智达为例，《莲花略传》说：“尔时我化名萨迦，上方父名为嘉花，母名卓玛子诞生，众怙根嘎嘉村尊，修复我之诸殿堂。”其中就讲了萨迦班智达是邬金仁波切莲师的化身。

再者，就新派而言，大班智达罗桑秋坚说：“成就者王莲花生，幻化具德阿底峡，转世罗桑札巴尊，非汝我无余依处。”其依据是《噶当弟子问道录》记载，《佛子贡秋邦传》中云：“比丘无垢称言：‘于北方吐蕃国土无有悲心的野蛮众生前，派一位我之幻化具威德力者，先调伏野蛮众生，平息残暴损恼。你于他前派一幻化王，引导那些藏地

众生。尔后，可以向生起信心的普通人宣说教言、受到藏地所有种姓高贵者的敬重时，你当受生。派一名你加持的化身到印度迎请我，旨在把人们安置于暂时与究竟的安乐中。’化身的比丘们说：‘如果你们父子去了藏地雪域，谁来维护邬金这个地方？谁来摄集诸位空行？谁来镇压罗刹？’无垢称比丘说：‘派我的一个具威德力的化身到雪域，再前往罗刹境，怀柔诸位空行母，转会供轮，镇压诸罗刹。’”

又如比丘无垢称说：“我去彼处降鬼神，一化身往汉地，一化身去尼泊尔，一化身去下多康，一化身游圣印度。比丘我虽无真有，常善作人君汝友。”邬金第二佛陀、阿底峡尊者、无等宗喀巴大师罗桑札巴等，都是无垢称比丘的同一个幻化。无等阿底峡尊者也说：“印度吉祥黑日嘎说过，阿底

峡尊者是密咒师海生金刚的化身。至于密咒师海生金刚，你们大多数密咒师都很清楚，所以我不需要多讲。而相继涌现的藏王都仲敦巴嘉瓦炯尼的转世，我要作详细宣说……”

因此，邬金第二佛陀、阿底峡尊者、宗喀巴大师三者是同一位上师。明明是一位上师，如果宁玛派说“邬金仁波切莲师好，宗喀巴大师不好”，实际上是在诋毁邬金仁波切莲师。如果诋毁其他宗派的教法和持教大德，那自然也诽谤了自宗的教法和持教大德。正是考虑到这一点，我才说诸大祖师的密意一致。



教法要点互不相

通晓修传八大宗派、尤其是教传四大宗派的智者都明白，（各派教义）只是特法的提法不同，一句相违之处也没有。虽然我不是智者，应该是一个见多识广、经验丰富的修行人，我可以保证，佛教的要点决定无有相违。

班禅大师等所有圣贤大德都认同这种意趣，他们也深信佛教各派互不相违。我们必须懂得一切法互不相违的理念。

我们修传八大宗派的所有上师，其实都是一位上师的幻化。无等阿底峡尊者在《噶当祖师道录》中说：“最早辨别法规的是大堪布菩提埵，其他传承的所有堪布是他直接化现或加持的人。”同样，所有大德也都是阿底峡尊者加持而

化的。诸位上师是同一个智慧相续。

如果有人问：“真的有别人不曾共称的密宗宁玛派‘内续三约嘎’吗？”

总的来说，密宗所谓的“前译”和“后译”，是以前面翻译、后面翻译来安立的。在前译时期，密宗是共称的，如云：“土弥桑布札，荣索秋桑前，所译诸经续，共称前译密。”在后译时期，如云：“仁钦桑波起，翻译诸经续，共称新后译。”这就是前译、后译的安立。在后译阶段，除了个别教典不是前译而只是后译的，其他的都是在前译阶段翻译过的。

如果有人问：“那后译为什么要重译？”

在前译时期，教典基本都是古文，后译只是将一部分翻译成现代文，除此之外，后译时期，没有

任何大的变动。所以，密宗四大续部是宁玛派（旧派）与新派一致承许的。

如果有人想：“内续三约嘎是宁玛派特有的法吗？”

也不是，《密集续》和《密藏续》这二者基本是一个论体。大家仔细看一下，《密集续》和《密藏续》并没有什么大的差别。

如果问：“与大圆满也没有差别吗？”

与大圆满也基本相同。

你们大多数人都看过《甘露妙药》吧，但也有少数人没看过。这是南岩业金刚传授给宗喀巴大师的，里面说：“业金刚乃上师最，罗桑札巴（宗喀巴）弟子最，甘露妙药法之最。”关于《甘露妙药》，在宗喀巴大师没有出生之前，就已经有了



一部（与之类似的）《空行心滴法类·金鬘问答录》，是邬金仁波切莲师传授给益西措嘉空行母，后来由伏藏大师班玛列则匝开取的伏藏品。它们之间除了个别词句不同以外，只有一个差别就是，《金鬘问答录》里的“邬金仁波切告言”在《甘露妙药》中是“业金刚告言”，“益西措嘉问言”在《甘露妙药》中是“罗桑札巴问言”。

宁玛派没有比《金鬘问答录》更殊胜的一部所修大圆满了，这也是宗喀巴大师意趣的核心、究竟的归宿。“罗桑札巴弟子最，甘露妙药法之最”就是说，这是堪为之最的宗喀巴大师的究竟意趣。因此，法之间没有差别。

如果从前派、后派来讲，萨迦派、噶举派、噶当派、宁玛派等都叫藏传前派。至于后派，宗喀巴大师出世以后就称为后派。上师麦彭仁波切说：

“佛王龙钦绕降等，前派智者善说理，二佛罗桑札巴等，后派智者善说宗，多许印藏共称故，智宗实难下定论。我等今世生前派，是故唯随此宗言，虽不诋毁他之宗，不同承许立一方，少许不说不见故，如子随父略言说。”他的意思是，一般来说，前派有住地的如来王龙钦绕降等不可思议的大智者，后派也有至尊宗大师罗桑札巴等不可思议的大智者，如果以“这人的观点正确、那人的观点不正确”进行破立，那么像他这样的人实在无能为立。但这一世，他既然转生到了前译派中，如果子不随父而稍加说明，就不会见到自宗的意旨所在。所以，他稍微谈一下所谓的自宗、所谓的他宗，并不是带着嗔恨心……

不偏袒贪嗔

你们看看能否成办一点弘法利生的正事？我们修传八大宗、讲传十大派等所有以前出世的智者，已经建立起了同一意趣、同一要点，所以要知道，佛教各派互不相违，对所有教派都要有无偏的清净观。即使没有证悟所有教派的本义，也绝不能生起邪见、进行诽谤。

实修自己的清静正法，（与其他教派）一丝一毫也无有相违。不管你修大手印、大圆满等什么实修法，如果已经明白了（宗大师所说的）“了知以现除有边，以空遣除无有边，缘起性空显现理，不为边执见所夺”，即从空性中显现因果缘起自性的道理，那么无论你行持大圆满的见解还是大手印的

见解，都是可以的，宗喀巴大师的究竟意趣也是这一点。

因此，对于任何教派都千万不要偏袒、贪嗔。萨绕哈巴尊者曾说：“于我玩游戏，凡愚执真实。”我们必须明白，智者之间相互辩论时，立论者说对方的道连解脱都得不到，成就者之间甚至授记对方是魔等，这都有不可思议的必要性。如果狐狸去跳老虎跳过的地方，只会让自己摔下去，变成死路一条。因此，每个人都要依止正念正知，不要放逸。

我觉得在喇荣这个道场里，真正意义上没有一个人偏袒教派，想要遮破持教大德。如果我们想通晓所有教法互不相违的特点、所有宗派显现为教言的特点、轻易获得如来密意的特点，严重罪行自然



泯灭的特点，就必须按照无等阿底峡尊者具德德旺嘎绕《菩提道灯论》中所说的去实行。

总之，这所佛学院对任何教派都没有贪心和嗔心，但与自己有缘的本师莲花生大士仁波切、全知荣索班智达、全知龙钦巴、上师麦彭仁波切的言语，我们会更加珍重受持。这是因为我们这辈子生在前译宁玛派的教法下，但对其他教派也不能嗔恨。

如今，这所佛学院开设了噶举派的新班，摄受了很多噶举派的弟子，这也是为了对噶举派有一点帮助。同样，我们也有利益萨迦派、格鲁派、噶当派、觉囊派等教法的愿望。



第 11 章

寺院法规

3

- 各寺必行三事
- 要了知佛教的特性
- 掏心掏肺的教言
- 明明不是活佛不要冒充
- 灌顶传法需有可靠传承
- 做事平等

各寺必行三事

如果有人问：“你们学院对诸位上师、僧人有什么规定？”

那就是团结和合、清净戒律、闻思修行这三条。

“团结和合”是什么意思？

对上中下所有众生，以及萨迦、格鲁、噶举、宁玛等各派都不偏不倚，对所有持教大德都不嗔不谤，僧众都要团结和合。否则，如果僧众之间发生内乱，那个地方会焚毁七层，谁也不会获得一点悉地。因此，每个人都应该小心。寺院内部的上师之间要团结和合，僧人之间要团结和合，上师与僧人之间要团结和合，这就是团结和合。



“清净戒律”是什么意思？

只要是出家的沙弥、比丘，最低限度要具备四根本戒和酒戒，一分都不能染污。连四根本戒加酒戒这五戒都不具足的沙弥、比丘，是不会有。这是此教法中唯一的本师——出有坏佛陀的言教，要慎之又慎。

如果你是密宗行人，必须小心守护各大续部中提到的誓言。虽然有些人认为具足戒律和誓言只是出家人的事，所有密宗行人不需要守护什么。但实际上，密宗行人也必须守护誓言。

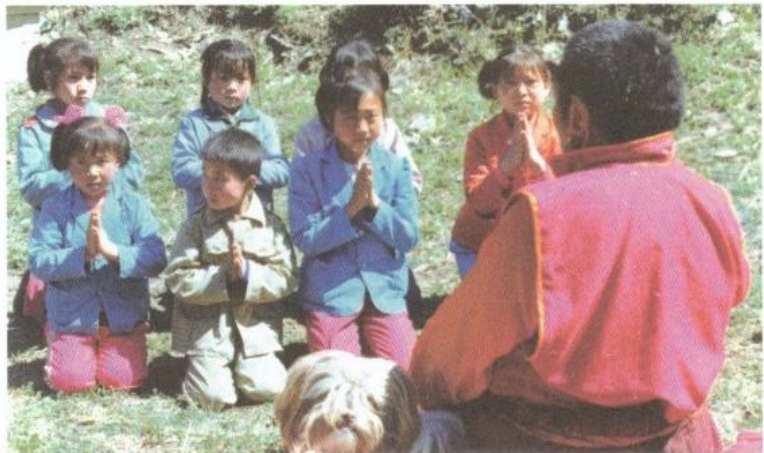
一般来说，我绝不会吝惜任何秘诀，不传给你们这些具缘弟子的话，又能传给谁？但是你们要按照我所传讲的去实修，就算是那些即将离开或者只想待一两年、一两个月的人，也都一样。总之，每个人应该关心自己能否成就正法，没必要有过多的愤闹散乱。

最近各种事情都在进行，比如建造三宝所依、经堂等等。当然，这些土石不是佛教，大搞佛教排场也没什么用。佛法住世的时间量，按照时轮金刚的观点，到勇武轮王即位时，就只有三百年了。因此，一定要在佛法住世期间，以清净的意乐讲闻修行教法和证法。

总之，除了《时语天鼓妙音》中所讲的毕生实修法以外，我再没有什么可讲的。虽然文句上没有漂亮的词语，但意思基本上是遵循如来及其随行者的诸位智者的言教传授的。所以，我觉得不会有大的相违之处。

你们各位要对集三世诸佛本体于一身的上师善知识有信心，对光明大圆满有正确的定解，要有菩提心，至少要守持别解脱戒中“居士四根本戒加酒戒”这五戒，并根据自己的心力尽可能地修行。尤其是实修甚深法的时候，要和具梵净行的同行道友见行一致，人格善良，然后要发愿往生极乐世界。

在《时语天鼓妙音》中，除了这些全面完整的要点，再没有其他什么了。我一生的实修法也是它。对于我这些掏心掏肺的教言，你们应该表里如



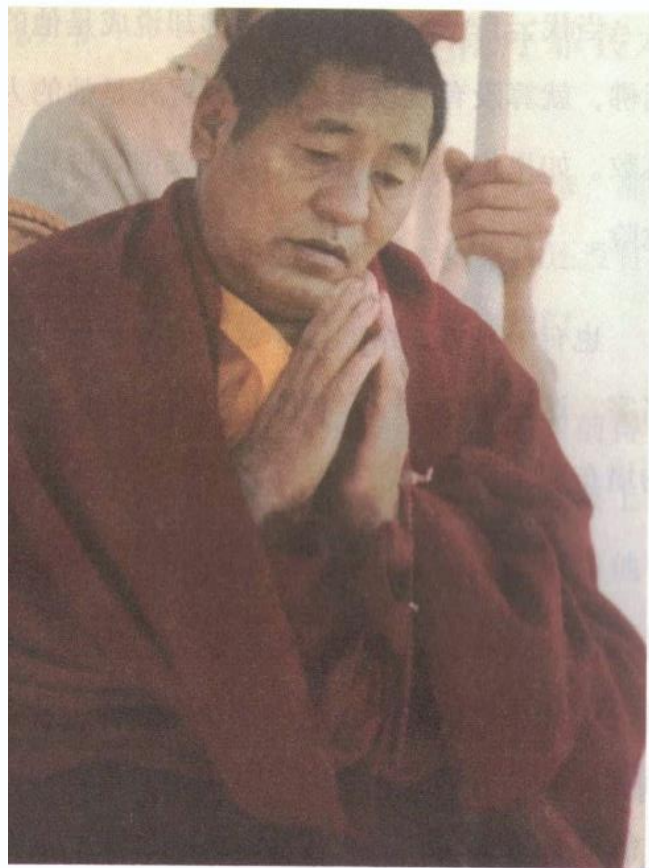
一去修行。作为传授者的我，虽然是个具有一切束缚的凡夫人，但我所传授的法，就像是从不净堆里得到的纯金。

我觉得在这个《时语天鼓妙音》中，绝对不可能有障碍你们修行解脱和获得遍知的错误之义。正因如此，《时语天鼓妙音》所讲的教言无需再增、不可再减，这就是所谓“无整无缺的教言”。请大家牢记于心。

· 第 64 节 · 明明不是活佛不要冒充

在当今时代，有些人生为高贵种姓富裕家庭的儿子，一出生就被称为活佛，受到众人的尊重。有些人即使拥有高超的智慧、清净的戒律、贤善的人格，但如果种姓低贱、没有财富，也会受到歧视和羞辱。正如全知上师写给康巴人的信中所说：“愚较圣贤得势时。”

自己明明没有功德，但如果无缘无故被别人称赞，那就是害人害己的因。当然，别人的相续不可揣度，我们在没有现前圣地之前，无法判断别人的相续是高是低。但是我们的心对自己是没有隐瞒、暴露无遗的，所以，自己要仔细观察自相续。



当代，自己本不是某某活佛却说成是他的转世活佛，就算没有直接说，但假装冒充是他的人不乏其数。如果你是一个比丘，就有破别解脱根本戒的危险。

也有一些人，给非常非常小的孩子取上活佛的名字，这还不如给一个稍稍传授所有经论颂词注释的堪布取个活佛的名字要好。

虽然很多堪布正在变成活佛，但我们佛学院的大多数堪布都稳重地安住着，说自己不是活佛，这很好。如果你明明不是活佛却冒充活佛，就是犯了别解脱的他胜罪。你明明不是活佛，但有些愚笨的人认为你是而生信心，这就是欺骗众生的罪业，菩萨的大部分根本堕罪也将依此而生。

任何法，如果想弘扬给他人或自己实修，都需要一个可靠的传承。从自身来看，如果你还没有获得过灌顶，根本不可以实修、弘扬密宗法门。

当有些上师圆寂了，没办法在他们面前得受灌顶传承、引导传承的时候，可以按照《集上师密意》中所说“加持证悟入相续，自此可为他传讲”，即相续中获得了上师的加持证悟以后，即便没有传承，也可以把他们的法传给他众；再者，如果在梦里面见上师、听受言教，他亲口传授了完整的言教，自己也得到开许，那可以将此法弘扬给他众。除了这些情况之外，不管是什么法，没有来源、没有传承的话，都不能为别人传讲。

尤其是密宗金刚乘，灌顶引导窍诀都需要有传承才可以宣讲。虽然有些人认为只要懂一点灌顶的仪轨就够了，但实际上，单单的灌顶仪轨，依靠法本没什么不会的，但它也必须是由一个传承金线未被破誓言之锈染污的人来灌顶，而不是随随便便就能灌顶的。

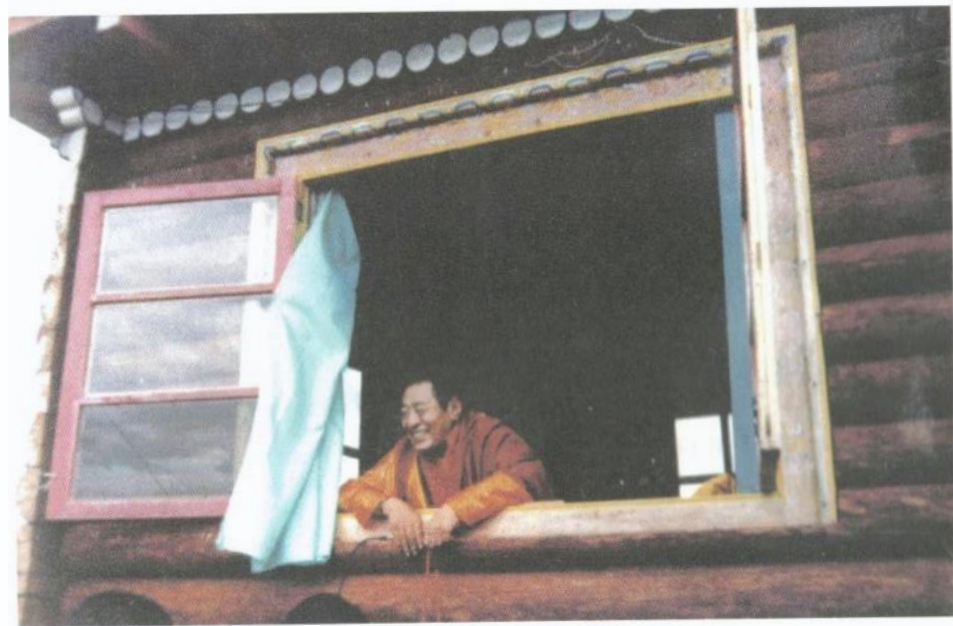
此外，考虑到后代的修行人，以金刚手菩萨为例，他是三世诸佛无分别智慧显现为菩萨的形象，虽然大家都知道他不要求灌顶，但是显现上，为了遣除随便将灌顶引导弘扬给他众之人的邪分别念，他特意请求灌顶，前往东方、南方、西方弘扬密法。



做事平等

比如给僧众供斋时，有人说：“因为某某是我们那里的堪布、活佛，所以不能让他们做事。”谁也不能这样说啊。没有“堪布活佛不能去积资净障”的说法吧？不要搞特殊化！

如果他们不来做事，就必须遵循僧众内部的规定来执行。有些不明事理的人说：“他们是非常尊贵的，不能让他们供灯供水。这些事情要由调皮的小僧人们来承担。”这种说法是不合理的。





第 12 章

细 辨 善 恶

- 业果甚深
- 可享用信财的两种条件
- 转经轮来源需要清净
- 三种能从根本上清净罪业的方法
- 菩提心也能清净无间罪
- 临终无悔
- 临终需要殊胜结生
- 超度者的必要条件

如《百业经》云：“众生之诸业，百劫不毁灭，因缘聚合时，其果定成熟。”所谓众生，就是具足业和烦恼依他起的身蕴者。即使他们造了一个小小的善业、不善业，过了千劫也不会虚耗。在没有真正感受到那个业果之前，由于因果不虚而不会灭尽。

如果有人问：“谁能了知业果的细微密要呢？”

只有遍知出有坏佛陀才能知道。除了佛陀，没有人能用分析智慧来了知业因果的细微奥秘。当今时代，在这个世界上被公认的智者可能对它略知一二，但只有获得了遍知佛陀的果位，才能真正被称为“遍知”。大智者也是根据出有坏佛陀和住地菩萨所说的来宣讲业因果。怙主龙树也说过：“以理分析能解空性义，极难了悟因果甚深法。”



可享用信财的两种条件

上师、僧人中比较好的一类人，不享用信财。真正来说，享用信财需要具足两个条件：清净戒律、智慧。第一个是具备清净的戒律，这里戒律是否清净的标准，是按照《戒律海》所说，四根本戒加上酒戒要不染过患。在此基础上，我们还需要小心警惕自性罪。第二，在清净戒律的基础上，要尽心尽力精进闻思修行，具足智慧。

如果满足这两个条件，就可以享用信财。如果这两个条件非常圆满，那么即使给你供养了三界全部财物，你也完全有资格享用，不需要害怕。这是出有坏佛陀说的，不是别人说的。

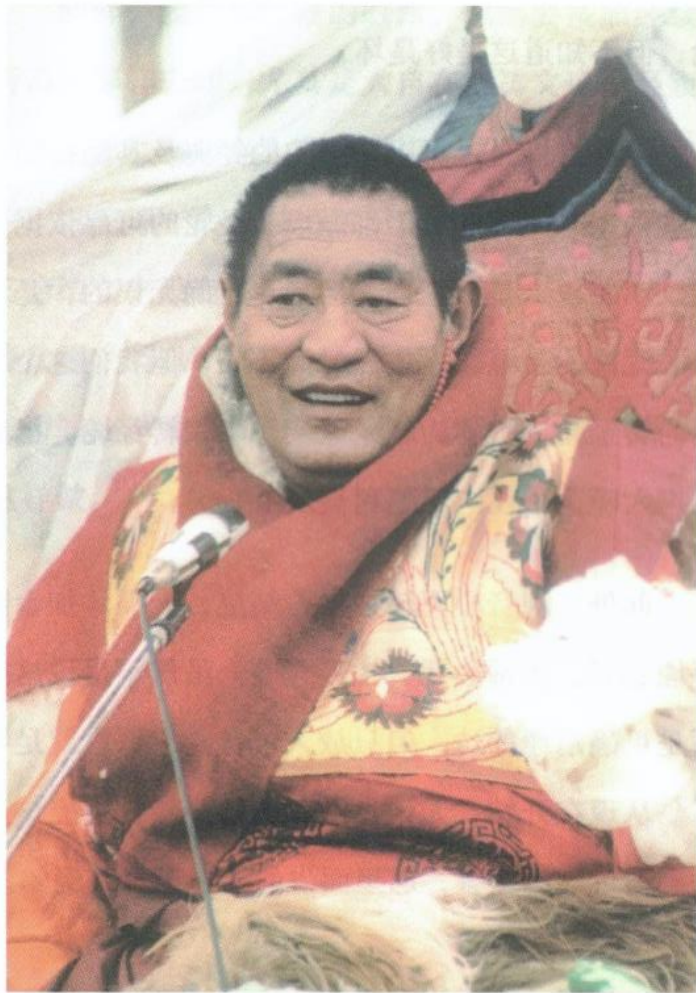
我们各自的智慧和戒律到底怎么样呢？如果稍微符合要求，享用信财就不会有过失。尤其是，如果能以菩提心和慈心摄持，那是最好的。



转经轮来源需要清净

从现在开始，所有住在喇荣佛教大学、以堪布活佛为主的僧众，无论是印经幡还是做转经轮，都是一样的：不要有很多混杂，要按照续部与窍诀中所说的去做。不然，用伪心去造作，说得特别漂亮，虽然没人敢说那是恶业，但也绝不会断言是善业。我们以前做的观音心咒转经轮，只是单单把观音心咒放在里面，没有和其他内容混在一起。如果混杂了其他内容，暂且不说是不是善法，甚至不知道会不会变成罪业。

如今，不仅在藏地，在印度和美国等地，据说我们这个小小的观音心咒转经轮也很有名。他们都说喇荣的观音心咒转经轮不可思议，非常清净，首尾不颠倒，没有混杂，纯净无瑕。虽然有人随心做



了一些《招财》《一子续》《别解脱经》等的转经轮，但不知道这是好是坏。

我从来没见过可以把佛陀的经典及其随行的大智者怙主龙树等的言语都做成转经轮的可靠依据，所以不敢说这是否正确。但绝对正确无误的，是观音心咒做的转经轮。虽然时间不长，但我们这个小小的转经轮，被称为喇荣五明佛学院转经轮，已经名声大噪，正在广泛地利益众生。

此外，观音心咒转经轮的结尾，无需添加金刚萨埵心咒、莲师心咒、缘起咒等。虽然不是说这些不是正确清净的法，但只放入观音六字真言就足够了。从现在开始，无论你做什么转经轮，都应该遵循确凿可靠的圣教，那里面讲的才是千真万确的。

同样，我们印经幡的时候，也需要按照经续中所说的那样去印。尤其是大自在祈祷文这个经旗，上师麦彭仁波切老人家亲口说：“如果把它做成火轮、风轮等，会获得相当于念诵的功德。”但是，它的结文中没有写五大陀罗尼咒、皈依偈、住世祈祷文等，所以不需要在最后写那些。否则，就算不成为罪业，又怎么知道会不会成为善法呢？请不要这样做。

· 第 70 节 · 三种能从根本上清净罪业的方法

单单是这辈子我们这个身体上的罪业，如果真的用心去好好思考，也会觉得特别可怕。

若有人问：“有没有一种方便法可以完全清净这些罪业？”

如果你生起了无伪的菩提心，也就是具足“从今以后，为了让所有众生都获得佛果，我要不惜自己的生命去修行”的誓言，那么所有的罪业就从根本上清净了。

再者，如果你相续中生起了光明大圆满道的空性大悲藏，那么一切罪业都会消失得无影无踪，就像太阳升起时所有黑暗都消失了一样。



即使没有达到这一点，如果你没有造过舍法罪与无间业，并发愿往生极乐世界，最终也到了极乐世界，那根本不需要再感受痛苦。

除了这三种净除罪业的方便法之外，想要清净我们的业障，是非常困难的。顶礼、转绕、诵经等，也难以从根本上清净罪业。按照《时语天鼓妙音》中所说，我们应该修行大圆满见解，发殊胜菩提心，守护清净戒律，有善良的人格，对殊胜对境不恶言恶语、不进行诽谤。请大家这样身体力行。

在小乘中，无间罪业只能不断减轻，不可能根本不需要感受异熟果报。不过就大乘菩萨宗而言，有一种方便法，无间罪完全不需要感受果报，或者就算受报，也只需要感受线团从地上弹起这么短时间的报应。

这种殊胜的方便法是什么呢？正如怙主龙树所说：“空性大悲藏，予修菩提者。”依靠证悟诸法空性的见解和希求一切有情获得佛果的世俗菩提心——无伪的空性大悲藏，可以从根本上清净所有堕罪。

这个菩提心能摧毁一切业和烦恼，但没有什么可以摧毁它。未生怨王杀死了既是阿罗汉又是他父亲的影坚王（频婆娑罗王），造下了无间罪业。我等本师善巧方便、大慈大悲的佛陀，在灵鹫山被文殊菩萨、弥勒菩萨等众多菩萨会众围绕时，未生怨王



来到世尊面前忏悔后还净。结果，他只需要感受短如线团落地弹起般的果报，而不需要待在地狱里，罪业就从根本上得到了清净。

此外，关于造无间业后完全清净的方法，如怙主龙树在《亲友书》中说：“何者昔日极放逸，尔后行为倍谨慎，如月离云极绚丽，难陀指鬘见乐同。”进入大乘菩萨道后，如果相续中生起了无伪的菩提心，那么罪业就能完全清净。

我们过去所有罪业没有清净的主要原因是什么？就是没有成为修行大乘菩提心与空性的有缘人。所以，就我们藏地雪域而言，所有善男信女都在观世音菩萨所化的刹土里，上师是邬金仁波切莲花生大士，具足大乘种姓，对大乘法有着极大的信解心。当我们念诵七支供时，如果自相续受菩萨戒和皈依戒而发心，祈祷，那么即使在过去造过无间业，也基本上有清净的机会。为此，大家要把这些教言放在心上，清净罪业的方便法，没有比菩提心更好的了。我们随时随地受持菩提心是必不可少的。

临终无悔

大部分人穿着高档衣服、小有名气、住处舒适的时候，即使做了坏事也感觉挺好，其实这完全是自己欺骗自己。当你临近死亡之际，到了四肢颤抖、十指抓胸、床上染满不净物的时候，后悔都来不及了。那时，什么办法也没有。所以，趁着你现在自由自在时，要行持善法。上等者会获得佛果，即使你做不到这一点，也真的需要做到临终无悔。

如果有人问：“临终无悔是什么感觉？”

“现在即使我活到一百岁，以前也是尽心尽力、尽己所能、全力以赴了。我这一辈子，一直在行持清净的善法，尽可能行善，尽可能断除不善法。”如果有这种想法，那就叫临终无悔。每个人都应该努力做到这一点。

临终需要殊胜结生

人在死的时候，需要一个殊胜的窍诀。

总的来说，毕生行善是最重要的窍诀。但死亡是上升下堕的关键，就像马嘴被辮头勒转一样，如果以殊胜的窍诀摄持，重罪者也能被引向正道。如果临终遇到一个不好的结生，那么就没什么希望了。

所以，那些一辈子行善的人，活着的时候，看起来似乎有智慧的功德、清净戒律的功德、人格贤善的功德。不仅如此，就智慧的一个功德而言，觉得讲辩著每个方面都有突出的功德。但如果（临终时）一点善法也不成办，那就太糟糕了，他们大多会转生到害誓鬼的行列，加害佛法和众生。这样的人，就是以临终结生这种差别造成的。虽然他一生都在行善，但如果临终时生起贪嗔痴，也会受生到地狱、饿鬼、旁生中，或者转生为害誓鬼、独角鬼。



即使是造了一辈子罪的人，如果在临终结生时，拥有《临终智慧经》所描述的临终，也有机会获得解脱。因此，从现在开始就要修习这些。

如《佛说十一想经》中说：“万法无常，故当尽力修行，无所贪执……小善亦作大善想……”你整个一生中，不管是行善也好、造罪也好，在临终时，都应该把自己的小善作大善想，把大罪作小罪想，大家都称赞你：“你是一个大善人，所有堕罪都微不足道。”如果一个人在生命的尽头，生起后悔心而好好忏悔，也会清净所有堕罪。

· 第74节 ·

超度者的必要条件

为他人超度的人，必须具有生起次第、圆满次第、大圆满的实修境界，必须明确了知亡者现在正走向中阴的何处、正感受着怎样的苦乐、心中正显现着什么。而且，超度者要有自在投生的能力。如果自己还没有到达解脱的干地，就没有办法带领别人到达解脱的干地。

不过，虽然有句话说“尚未获得圣地，不能超度亡人”，但如果你有无伪的慈悲心，对亡灵生起特别的悲心，在这种心态的驱使下超度，那么依靠菩提心不可思议的威力，也会对亡者有利益。即使不会给亡者带来很大的利益，但自己享受信财不会有任何障碍。

念诵破瓦的时间，是在临终者内气未断、三次大喘气后外气趋于断绝的那一刻进行超度。对着尸

体做超度，基本上就是把亡者的神识融入尸体中进行超度；有的会立一个灵牌，让神识融入灵牌进行超度。个别人可以直接将六道中任何地方的众生，超度到清净刹土。

当死者知道是自己的尸体时，他们感到非常非常巨大的痛苦，并产生一种恐惧感、肮脏感。也有人说，当身心已经分离的时候，不可以再把那个亡灵勾招回来。

有人可能会问：“如果是一个具有本来清净直断和任运自成顿超这种实修境界的修行人，那就应该在死后马上成佛。虽然他不需要破瓦法，但难道不能对这些杰出的上师做超度吗？”

在杰出的上师身边，如果有一个誓言清净的金刚道友或弟子念破瓦法，那就像骏马加鞭一样，会有更大的利益。

特别是，有罪的人需要超度。如金刚持佛亲言：“每日杀梵志，造五无间罪，若遇此教授，无疑得解脱。”比如一个人杀了几百个众生，造了各种各样的罪业，如果能得到真正的破瓦法，就不会被罪业所染。破瓦法不需要观修很广，行人无有贤劣、男女、罪重罪轻的差别，通过强制手段可以将亡灵引领到清净刹土。因此，大家要努力精进实修破瓦法。



第 13 章

种 种 事 业

◦ 三种事业

◦ 最深言教

◦ 猴月初十聚会

◦ 认清猴月初十

◦ 妹妹美珠往生

◦ 梦光明见上师

三种事业

我这一生有三个任务，那就是弘扬教法证法、无偏利乐众生、开启十三大圣地的伏藏门，这似乎是一辈子都摆在我面前的任务。

第一件事，以培养持教大德为例，从 14 岁到现在，我一直在从事讲辩著、培养持教大德的事业。尤其是宗教开放以来，在下多康为主的各个地区，先后让 2 万多人受了沙弥戒、比丘戒，培养了约 300 名具足智慧、戒律、善良人格的堪布。此外，在各地的僧团道场建立起讲修的传统，奠定了佛教的基础，似乎达到了佛教衰落之前的水平。

第二件事，就是让大众步入十善的轨道。这也是在宗教开放后，我连一天的空闲时间都没有，一直奔赴各地祈愿并劝人行善。我已做、正在做的事业就是无偏引领众生去极乐净土。所以，你们也要至少念诵阿弥陀佛圣号一百万遍，不要造舍法罪、

无间罪业，对往生极乐世界要有强有力的信心和希求心。若能如此，凡是与我结缘的众生，一定会像石击鸟群瞬间惊飞一样前往极乐国土。

伏藏大师列绕朗巴等，在很多伏藏授记中，都明确授记过我们师徒。特别是宁玛派一致公认的菩提金刚的授记，不就像直接看到我们师徒的现状而写的一样清楚吗？这些授记完全不会骗人。你们要满怀欢喜、尽快完成自己所承诺的阿弥陀佛圣号，劝人行善，这样也能同样得到不可限量、不可估量的善根。

特别是老年人，更要尽快完成啊，毕竟我们是要先离开的。比如有人要外出一个月，还需要准备马鞍、马垫、衣食等，同样，我们为了生生世世，必须筹备好一个永久大计。每个人对此应该牢记在心。我们正在做一件伟大的工作，让所有结缘的众生都转生为如来的眷属。

第三件事，也是所有这些事情中最殊胜的。

我过了 60 岁以后，如果能开启十三大圣地的伏藏门，那么雪域上上下下的所有众生，只要去过那个圣地，就可以不舍肉身前往空行净土、极乐世界和类似的刹土。这是有授记的，并不是我信口开河。很多真正的伏藏大师都授记过。

而且，在当今时代，居于国内和国外的许多持教大德都说需要着手做这件事。然而，因为被破誓言的冤魂和厉鬼入心的个别人破坏了伏藏缘起，黑法魔愿的强大力量导致我们没有完成所做的事情。

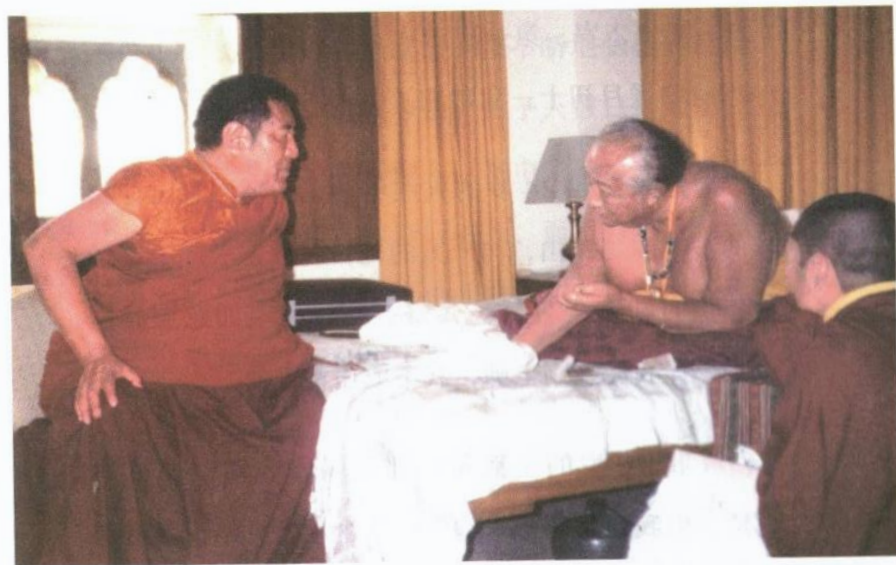
总的来说，在过去，持明者鹫翎尊者（果敦巴）着手开启十三大圣地的伏藏门时，国王反目成仇，没有能如实成办。后来，香巴班陈等一个又一个降魔金刚转世的人，也没能完成这个任务。所以，大家都为这件事伤心难过。虽然之前因为雪域众生福报浅薄而没能成办此事，但从现在开始，为了不被魔障所转，我们要以强烈而深切的恭敬信解心，祈求佛菩萨赐予加持。



· 第 76 节 ·

最深言教

在我写的许多意伏藏法中，具有近传加持的甚深法，是白文殊和大威德这两个灌顶；弘扬事业最广大的，是《文殊静修仪轨》和《文殊静修支分引导文·手中赐佛》；缘起始终没有被破坏的，是《项袋金刚橛》。如果你们好好实修这些法，必定无疑会获得共同悉地和殊胜悉地。



猴月初十聚会

以我自己的一生为例。第十六胜生周的木猴年，我 12 岁，第一次进入上面的洛若寺佛学院。当时的猴月初十，我参加了盛大的供养节日。

后来，我 24 岁的火猴年，在托嘎如意宝住持的石渠江玛深山，与十方的几百名僧人一起，在猴年猴月初十吉日曾经共修。当时托嘎如意宝做施主，让我做金刚上师，我不敢违背言教。

我 36 岁的土猴年，那是局势非常动荡的时期，但我还是秘密来到喇荣这个地方，给少数眷属弟子灌顶，做会供，发愿弘法利生。那个地方就是现今罪聚自解脱洲（法轮区）的所在地。

再后来，我 48 岁的铁猴年，是喇荣佛学院成立的开始。猴月初十那天，我带着少数眷属弟子来

到这个圣地，根据自己的经济条件准备了会供品，做了一次广大的会供。

从那以后，在这个圣地，我相应大家各自的根基，根据我所了知的程度，一直不断地弘扬显密及明处的完整法门。时至今日，弟子人数日益增多，光是常住学员就有数千僧人。其中，不仅有具足戒律、夜以继日精进闻思修行的人，而且在显密及明处方面的学识胜过我的，也大有人在。就像世人说的“父如凡牛，子如牛王”一样，他们一直常住在这个学院里。

今年猴月初十，我来做你们各位僧人的施主，进行前所未有的广大供养，会供法会的形式也会首屈一指。今年初十这个供养节日，是我自己人生中第五次猴年猴月初十的聚会。我们师徒不离不弃，通过讲修来受持、护持、弘扬佛法，从现在算起，希望十年后的大怀业猴月初十，我们师徒还有共同

相聚的善缘。大家要好好发心发愿，这一点相当重要。

据印度圣地的一位持教大德说，我需要住世到 95 岁，那我们或许还会有第二次、第三次猴月初十聚会的机缘。丹增嘉措活佛的这个《喇荣简介》也是金刚语，可能在十三年里，还会有初十同聚的机会。但这是一件非常困难的事，因此，请你们僧众深切地发心发愿。

师徒不离共相伴，身寿不变永固坚，见面闻语不间断，快乐弘法愿吉祥！

大自在猴年猴月初十，是邬金第二佛莲师从西南乳海中诞生的重大节日，也是他前往西南罗刹国的重大节日，这可以说是一个特殊的日子。

虽然真正认定的方式有很多不同，但《集上师密意》和持明无畏洲尊者，把藏历六月认定为猴月。

例如，大虹身成就者布玛莫札，在贤劫 1002 尊佛一一出世之间，他恒常安住于五台山。每 100 年，就在这片雪域示现一位真正的化身，广弘大圆满法，饶益众生。最终，于此瞻部洲 1002 尊佛均已出世后，他再示现成佛。

上师邬金仁波切莲花生大士更胜一筹。他亲口承诺，每13年就投生一个真正的化身，无有中边地踏遍整个藏土，以作加持。

就在今天这个时候，上师邬金莲花生大士会亲自降临的承诺不会骗人。《修行上师要文》中说：“猴年猴月初十日，邬金我必临藏地，此语乃我之誓言。”诸多伏藏授记中都说他会亲自降临。所以，以宿缘和愿力结缘的我等师徒，在这么殊胜的节日聚集一堂，依靠无上密文殊莲师坛城而共同受用甚深密法，也是一种善妙的缘分。



妹妹美珠往生

关于我的妹妹，没有必要讲太多。你们都很清楚，她是一个普通的老觉姆，从小到大，洛若这一带上了年纪的人基本都认识她。她小时候是个普通的牧民，不曾故意杀害过任何生命，包括小蚂蚁。她应该不是一个沾满各种罪业的人。

尤其是在民主改革期间，我无处可去、无处可住的时候，不得不和美珠、晋拉两姐妹住在一起。如果我一个人住，政府方面的人会看我不顺眼。起初，我们吃穿是各自分开的，但中间一段时间闹饥荒，我们就一起做饭吃了。

美珠以前最严重的罪业，就是在放羊时需要给一大群羊做阉割。那些罪业应该是她一生的全部罪业了。虽然她后来非常努力地忏悔，但也不能明确了知罪业到底有没有清净。除此之外，她没有造过大的罪业。

上下洛若的领导和民众对我们有无量恩德，尤其是贡图和贡波等领导，有特别大的恩德。后来，当我把山羊上交给公家时，他们把那些羊全部放生了。

美珠，始终把行善放在第一位。作为一个普通通的老觉姆，恐怕成办不了比这更超胜的善事了。她一直祈祷怙主阿弥陀佛，也念诵了几亿遍观音心咒和莲师心咒等。

我觉得她有一点修行境界。通过教证、理证来推测，想必她已往生到极乐世界了。后来，请了许多决定可以预言的上师和还魂师来授记，他们也说是“往生到了极乐世界”。

这应该是真的。看她死时暖气消失的情况，从小乘有部到大乘大圆满都讲过，转生到地狱、饿鬼、旁生、人、天、清净刹土等处时，暖气消失的方式是不同的。她暖气消失的情况，主要是我的侄子花措和泽仁医生两人详细观察到的。从暖气前后



消失的情况来看，想必她已经踏上了解脱道。当时天空中也出现了彩虹、各种光芒，如（《一子续》）云：“谁即得佛果，尔时此三遍，腾越真虚空，五自光此现。”

比如夏天，先前有太阳，后来出现乌云，空中飘着微微细雨，出现彩虹的因缘一旦齐全，自然而然就会显现彩虹。但在她去世的那天，并没有任何这种因缘，当时已是夕阳西下了，天空中出现的不是普通的彩虹，而是白色的云、黄色的云、红色的云，随后呈现出线状的红色光辉。

从我的空行会供殿里，也传来悦意动听的声音，正在传颂似乎解脱于寂静刹土的瑞相。虽然外面的人听不到，但是里面的人明显能听到。不是说“如果在寂静本尊的本体中成佛，就会传出悠扬悦耳的音声；如果在忿怒本尊的本体中成佛，就会传出剧烈震撼的声响”吗？

一般在传出某种声音时，基本就接近死亡了。

大概就在那之前传出某种声音，但也有稍微延后的现象。如果看看所有前辈大圆满上师的传记，就会想到可能会有轻微延迟的情况。如果那是解脱的验相和成佛的验相，是最好的了。

假设她已经往生到了极乐世界，就会圆满具足地道的功德。她会以欢喜的眼神注视着我们，以慈悲的心垂念着我们，恒时以天眼清晰地看到留在人间的亲属、僧人、弟子等。如（《极乐愿文》）云：“愿天眼明见，生前友侍徒，加持并护佑，亡时接彼刹。”我们祈祷在极乐世界的她，以五眼六通恒时关注着我们这些留下来的僧人和远近的亲属等，凡与她结缘者，命终之时被接引到极乐世界。

她最初也发下了往生极乐世界的清净愿。所以，如果你们能在她的遗体前承诺念诵一百万遍阿弥陀佛圣号，我觉得这会有特别大的功德和利益。

今天清晨时分，我处于梦光明的境界中，来到了一个陌生的地方，看到托嘎如意宝以弥勒坐式坐在众多僧人的前方。

我生起无比的信心和欢喜，心想：“我们正在共修大威德广大事业的修法，尤其是已摧毁了很多非人的黑法城市。这样做到底是有利有弊，正好请教一下托嘎如意宝。”于是我上前拜见，坐在他的身边。

还没来得及汇报，上师就开始说：“一切放生之王，就是降伏事业。如果放生小虫，最多只能保住它一两天的生命。如果放生马、牛、羊等大动物，只能救护它们几年的生命。相比之下，如果你行持真正的降伏事业，就是赐予众生永远无死的果位。这是一切放生之王，你懂了吗？”

当时我对上师说：“对于能够起死回生、把众生神识超度到净土的修行人来说，降伏事业的确不可思议，但如果普普通通做降伏事业，这有什么好处吗？”

托嘎如意宝说：“你不用这么顾虑重重。简而言之，因为追随佛教和持教大德，即使只是普通的现行诛业，其功德利益也是不可思议的。因为依靠本尊心咒、法性、等持的加持而跟随佛教和所有持教大德，降伏事业是一切事业之王，它比放生几百、几千、几十万、几十亿更有功德利益，你明白吗？”

当然，这并不代表普通放生就没有功德利益了，世间善根中没有比救护众生生命更有功德的善法了。比如，以六度为例，一切布施之王，就是做无畏施的放生。从自身来想，比起世间的金银、松石、珊瑚、猫眼天珠、珍珠、玛瑙、子女等，大家更珍爱自己的生命。如果通过无畏施给你重新活

下去的机会，哪里有比这更大的喜悦呢？因此，一切布施之王就是放生。

一切持戒之王，也是不害有情的生命，并且救护生命。所谓持戒，就是断除害他及其根源的本体。不害他众，主要就是指不害生命。

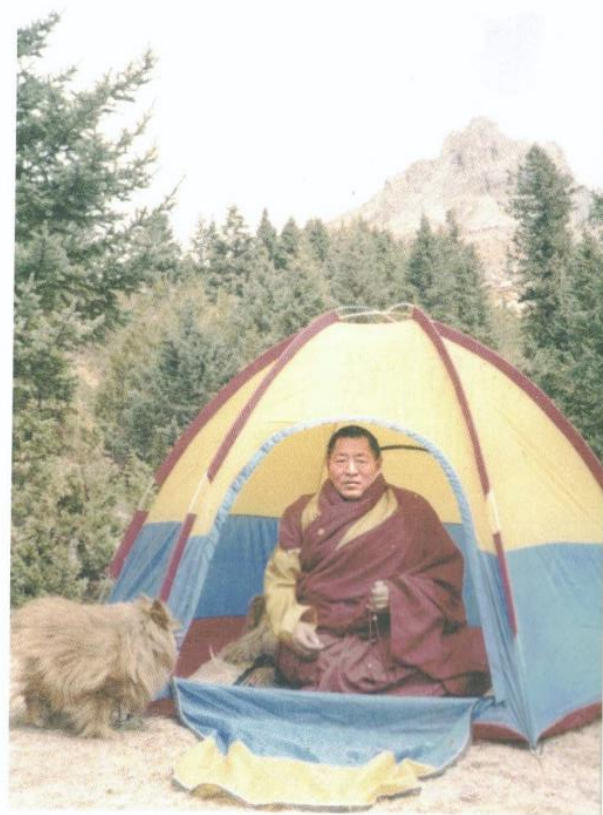
所谓安忍，是指别人如何加害自己，都不以怨报怨。不以怨报怨，主要也是不侵害别人的生命，这才是根本。安忍主要就是戒杀放生。

再来说说精进。精进就是对善法欢喜踊跃，而善法是指能够产生悦意果报的法，如经中说：“造作如是业，获得如是果。”这个世界上，除了地狱里的众生，没有一个众生死时不会痛苦，就算是地狱众生，失去生命时也有难以想象的恐惧感。简单来说，六道众生都是爱惜生命的，如果你救护了生命，就能产生悦意的果报。所以，欢喜踊跃地救护生命，就是对善法欢喜踊跃的精进。

所谓禅定和智慧，就是寂止和胜观。寂止和胜观的因，就是不害他众、利益他众。这两者的本体是不害他众，作用也是不害他众。如果有人救护了正在被杀的众生的生命，这种功德利益会有多大啊？世界上没有放生这么大的功德利益了。”

我心里感到无比高兴，凑到上师跟前呈禀：“去年今年这两年，我放生的鱼、蛇等，接近一亿个生命了。”上师双手合十说：“父亲的好孩子，你真是浊世能圆满利生的唯一太阳。”他一连说了三遍后，向我合掌。

我喜出望外，再次走近上师。这时，他把手放在我的头上，为我摸顶并发愿：“深寂离戏光明无为法，证悟犹如甘露法性义，应机度化善巧方便行，愿得度化无边众生力。”





第 14 章

指 引 极 乐

- 极乐世界的功德
- 往生净土以意乐信解为主
- 以猛烈的信心意乐祈祷往生极乐
 - 守护一分戒
 - 心要善良

极乐世界的功德

所谓极乐世界，并不会像人间一样感受身体上的病痛、心理上的怨憎会苦，甚至连痛苦的名字在那里都听不到。只要往生到极乐世界，就不可能再投生到轮回中。

极乐世界是很容易往生的，除了造舍法罪与无间罪业的人，如果发愿往生，都能往生。因此，没有像极乐世界这样幸福快乐的地方了。

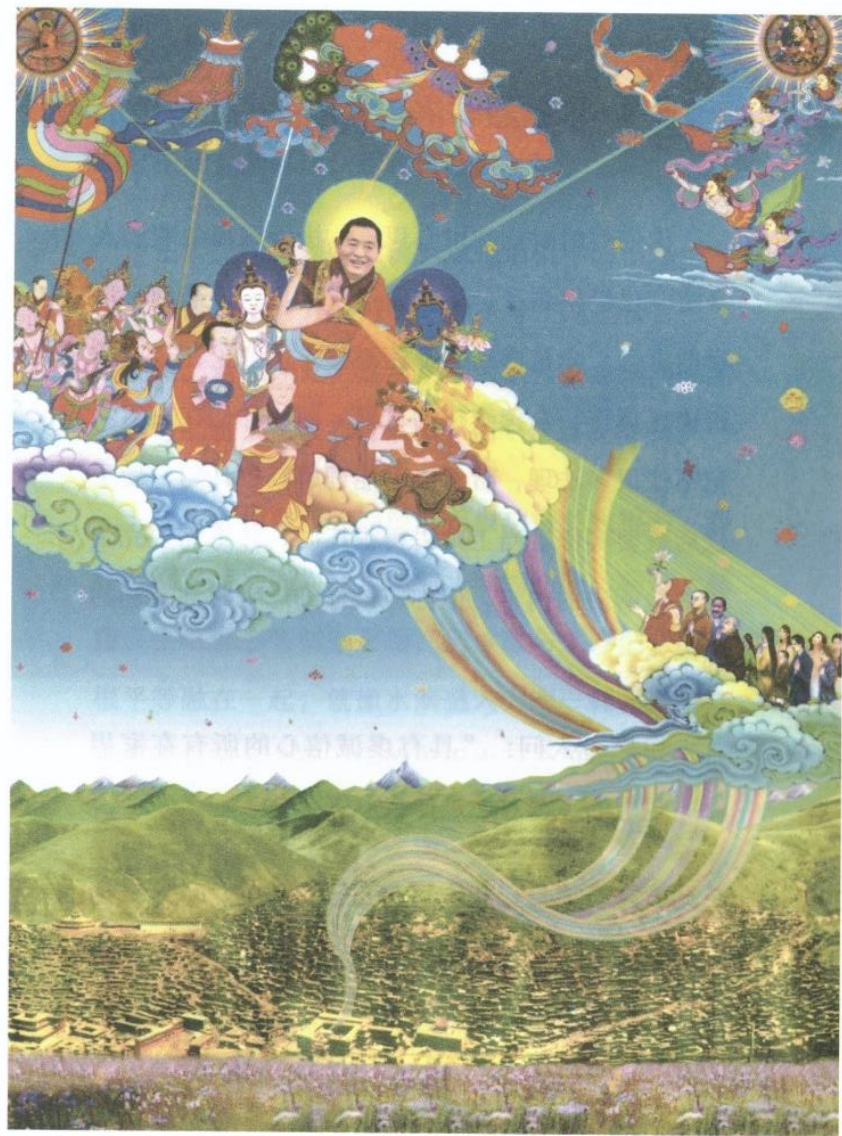
有些人请不要一味地造杀生等罪业，否则就会转生到地狱。地狱的痛苦完全超出了真实表达的范围，依靠我们现在的身心苦乐，只是一种比量推理，而极乐世界的安乐与三恶趣的痛苦，谁都不可能一五一十说得清清楚楚，甚至在心里浮现出来也很困难。因此，如今我们获得了暇满人身、遇到了具相上师、进入了深法之门，此时此刻，每个人应该发个善愿。



· 第 82 节 · 往生净土以意乐信解为主

往生极乐世界的主因，就是讲闻大乘法。同时要怀着“以自他三时所积累的一切善根，愿所有与我结善缘恶缘的众生都往生极乐世界”的发心，观想西方极乐世界，以及那里的阿弥陀佛和佛子。

如云：“诸法依缘生，住于意乐上，何者发何愿，即得如是果。”如果你发愿往生极乐世界，就一定能往生，因为这主要取决于意乐。如果你心中有希求和渴望，就必定会实现。最重要的是对善法要有意乐和信解，这是相当关键的。在开“极乐法会”时，寻思到底能不能往生极乐而怀疑自己，是没有意义的。



·第83节· 以猛烈的信心意乐祈祷往生极乐

你们要时时刻刻用心思维：极为难得的暇满人身宝，已经得到了；不仅获得了人身，还遇到了清净的上师；光是遇到上师还不够，上师正在亲口传讲诸恶莫作、众善奉行的真理。即使你们在家男女记不住很多法理，看看能不能理解其中几句，懂了以后就要实修。当上师讲得很广时，并不需要完全理解他所讲的内容，但你应该仔细思考对你有利的那个法。

如果有人问：“具有虔诚信心的所有在家男女，观想的主要对境是什么？”

就是祈愿自己和一切与自己有关的、以亲友为主、结过善缘恶缘的众生，今生长寿无病、幸福美满，后世往生西方极乐世界。

如果有人问：“自己一生的实修法，以及决定对自相续有利的法，到底是什么呢？”

主要是祈祷阿弥陀佛，这是最根本的。每个人都发誓念一百万遍阿弥陀佛圣号，绝不食言，一定要做。若能如此，这次劝勉大家行善念诵阿弥陀佛圣号七百多亿遍的善根，你们一定都能得到。

这比你独自闭关诵经的善根功德要大得多。那种善根可能会因为你未回向、颠倒回向、向别人炫耀、生嗔恨心等而被灭尽，但这次与上万僧众的善根平等融在一起，就像水滴融入大海一样，在所有善根没有穷尽之前，你的善根也不会单独穷尽。所以，这种善行，不同于你个人独自诵经，是不可思议的。

接下来是动机。如《宝鬘论》中说：“众生界无量，欲利彼如是。”如果你不只是想着自己，而

是带着“愿普天下一切有情在今生命终时，立即往生到怙主无量光佛足下”的意乐来念佛，那么为利益无量众生而行善的功德利益也是巨大的。

平时我们要经常思考：怙主无量光佛与往生极乐世界的大愿、极乐世界容易往生、如果往生则何处都不会有比这更大的功德利益。如云：“百千俱胝那由，佛及八十一佛刹，庄严功德合为一，超胜诸刹最无上，祈祷往生极乐国。”怙主无量光在因地是菩萨时，曾发愿：“百千俱胝那由他刹土的所有功德合而为一，愿我未来成佛时，于如是刹土中成佛。”如今，他的大愿已经实现了。

极乐世界不像五台山、普陀山等在不清净所化众生前显现的刹土。我们往生到极乐世界时，只有快乐，身体没有病痛，心里没有生老病死等痛苦，

甚至连痛苦的名字都听不到。

就阿弥陀佛的寿量而言，如云：“彼刹阿弥陀佛尊，住无数劫不涅槃。”所谓“无数劫”，是无法用人间几亿年来衡量的。

有句话说“菩萨们要重新修行自己的刹土”，但我们不需要修行刹土。怙主无量光佛在很多阿僧祇劫中集资净障，已经修成了这样的净土。我们只需要像儿子回父亲家一样去那里就可以了。

释迦牟尼佛和怙主阿弥陀佛在学道期间，多次受生为国王、王子等，他们二位总是在一起。因此，凡是入于释迦牟尼佛教法中的行人，如果发愿往生极乐世界，一定能往生。所以，你们都应该发愿往生极乐世界，全心全意地持诵阿弥陀佛圣号。

守护一分戒

你们应该断除罪业，守护一分清净的戒律。

如果想：“所谓的守戒是什么？”

戒律有很多种，分别是比丘戒、沙弥戒、居士戒、皈依戒。除此之外，还有受持一分以上的戒。

如果能断除杀生这一分罪业，仅此果报也是不可思议的。所以，大家一定要小心，不要杀生。当今时代，有许多不同于以往的罪业。佛法濒临末期，边军流失中土，恶魔冤魂的损恼特别猖獗时，人们都在造各种各样的罪业，其中，杀生真的超乎想象。

诸位善男子，我们这一生（是非常珍贵的），相当于一百个小时只吃一顿饭，所以这辈子应该谨慎行事，不要杀生。人生如此短暂，不会在这个世界上久留。当我们有一天死去的时候，就像《教王

经》说的“国王趋入死亡时，受用亲友不随身，士夫无论至何处，业如身影紧随后”，即使是转轮王或几千个部落、几万个部落的首领，在死亡的那一天，一个随从也没有权利带走，哪怕是一针一线都拿不走，必定是赤身裸体、赤手空拳，穿越阎罗世界长长的险隘，去阎罗法王跟前等候善恶的公正裁决。

到那时，大多数人会趋入恶趣。扪心自问，你修过什么善法可以解脱？做过什么罪业会让你堕入恶趣？细细想来，造下堕恶趣之业的人，恐怕非常多吧。能让你堕入恶趣地狱的，主要是被嗔恨的意乐驱使，行为上杀害过他众的生命。你们完全可以不杀生而活，依靠布施、持戒只能增长受用，而不会令受用灭尽，所以你们不必担心吃喝。

总之，千万不要杀生，尤其是不要杀害、而要救护无辜的野兽。如果你已经承诺断除杀业，那以后就绝不能再杀生了。

心要善良

无论是胜是劣、是上是下，每个人都要尽力拥有一颗纯真善良的心。绝不会有心不善而是好人的现象。所谓的心善，可以说完全包含在信心和悲心之中。

世人常说：“某某是一个心地善良的好人，对大大小小的众生都很仁慈。”行为善良就是不伤害他众，比如不偷盗、不杀生等，警惕罪业，努力做到心地善良……这其中没有不包括的善法。

简而言之，我在这里讲三条：

第一，哪怕只念一句观音心咒，也要回向“愿自他所有众生往生西方极乐世界”。把阿弥陀佛作

为日常的本尊，祈祷往生极乐世界。

第二，总的来说，不管是什么清净的戒律，都要守护。假设守护不了很多，也要尽可能守护“不杀生”这一条戒。

第三，时时刻刻要努力做到心地善良。

除了这三条，我就不多说了，因为这个你们很容易理解。请大家记在心中。

愿万事顺遂，心想事成，善妙光芒遍布三界。
吉祥如意！

己亥年（2019年）中秋节

译于喇荣

○○ 相关阅读

- ▶ 索达吉堪布全集 89 | 译作 《无垢光尊者零散教言》
- ▶ 索达吉堪布全集 90 | 译作 《麦彭仁波切零散教言》
- ▶ 索达吉堪布全集 91 | 译作 《不离》
- ▶ 索达吉堪布全集 92 | 译作 《不忘》
- ▶ 索达吉堪布全集 99 | 著作 《法王晋美彭措传》
- ▶ 索达吉堪布全集 126 | 著作 《梦尘回忆录》
- ▶ 索达吉堪布全集 330 | 课程 《法王教言讲解》