

平安錦囊



梭巴仁波切 開示





# 目錄

## SARS 防治法集

疾病的主因在內心	06
抵抗SARS病毒的法門	12
紅葉衣佛母儀軌	14
黑金翅鳥火劍修法講解	17
黑文殊短軌	22
蓮師除障祈願文	27
度脫薩迦疫癘經	28
白度母延壽略軌	30
聞甘丹坎帕香或勞朵香	34
藥師佛 防治疾病的法門	35
薄伽梵藥師經軌心要略攝：如意寶	41
防護藏字	58
大白傘蓋	60
康復觀修法	61

## 天災防治法集

如何對治四大不調所引起的災難	66
對治各種天災的法門	72
去除地大危難的蓮師修法	74
防禦地震造成的傷害	75
關於地震的建議	76
對森林大火的建議	77
你是自己的嚮導，也是自己的敵人	78

## 祈願世界和平文集

內在與外在的裁武 / 達賴喇嘛尊者	82
戰爭是過時的手法 / 達賴喇嘛尊者	85
面對非和平的將來，如何止息戰爭	87
還能為世界和平做些什麼？	90
關於世界現況的進一步指示	91
隨喜惡行是極重的惡業	95
梭巴仁波切致美國布希總統的公開信	97
消弭戰禍諦語祈願文	106
大乘八關齋戒儀軌	107
迴向文	112

## 如何利益亡者

有人往生時，該為他修什麼法？	114
臨終的善念	117
臨終自助五力	119
給痛失親友者的開示	138
極樂發願文	140

## 迴向

普賢行願品	144
-------	-----

## 附錄

梭巴仁波切簡介	155
護持大乘法脈聯合會 (FPMT) 簡介	156
認識彌勒計劃	157
FPMT在台組織	166



# 序

此世，我們已經得到珍貴的暇滿人身，自應擷取精華，好好用來修學佛法。但是，近年來，天災人禍不斷，傳染病流行，經常造成健康、壽命、財物上的損失，也讓社會人心浮動不安。身為佛弟子，除了利用機會觀修念死無常外，也應該積極保護、照顧其他有情。

這本小書主要收錄了梭巴仁波切防止天災、戰爭、SARS 的開示，仁波切強調，這些法門只是方法，其中沒有宗教問題，只有生死的問題。無論任何人，只要能以懇切心、全然的信心來持誦這些祈願文和真言，都會有幫助。

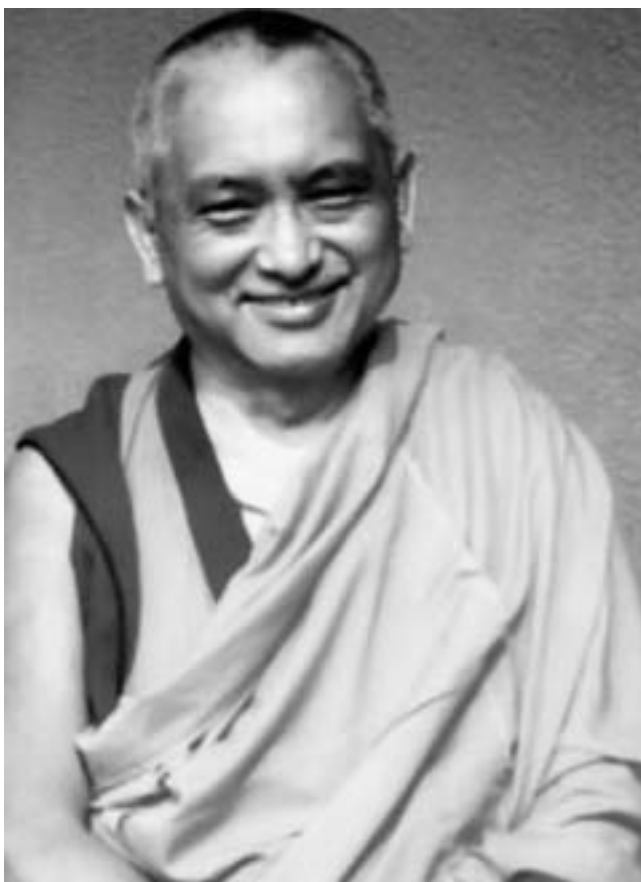
4

仁波切也說，就算我們不是身處險境，也有責任保護其他有情。這些法門不僅能保護你和你的財產，如果問題發生在其他地方，其他國家，你必定可以用這些法門幫助他們，解救數不清的動物和人的生命、財產，也能幫助政府。這是再簡單不過的幫助。我們懇切的提供這些法門，希望對於拯救他人遠離各種不同災難的危害有所幫助。

編者謹誌



# SARS 防治法集



SARS  
防治法集



5

梭巴仁波切 開示



## 疾病的主因在內心

由於煩惱控制而造作不善業，才會得到 SARS（嚴重急性呼吸道症候群）。這種業主要是不善生活的果報，由於傷害他人，因此也將傷害自己。這是以不善念造不善行的果報。如果你得了 SARS，這是過去的業報成熟；而其外緣就是世界上出現了這種疾病。

依據西藏藥典和教法解釋，癌症和其他疾病都是個人的惡業所引起的。此外，也由欲傷害他人的「瑪摩」(mamos，兇惡的有情)引起。「瑪摩」呼出毒氣，傳播開來。然後，有這種業的人就會接觸到毒氣。這就是癌症產生的原因。

因為嫉妒而造不善業、破三昧耶（誓言）、過不道德的生活、跟隨三毒而不以善心過生活、不正念、做出有害的行為等等而造了不善業的有情，會被外在的有情（指造惡者「瑪摩」，他會傷害其他有情）所傷害。

所以，那些造了惡業的有情會被他們的毒氣感染（就像病毒和疾病透過飛沫散佈）。那顯現為病症，例如癌症和 SARS。因為這些原因，所以這些不同的法門和真言會有幫助，尤其是黑金翅鳥法門。

究竟而言，我們必需去除有情的煩惱和惡業，那是一切苦難之源，包括生死和其間所經歷到的一切苦。究竟而言，我們必需連微細的煩惱也去除，帶領有情到解脫，到恆常的安樂，無上正覺。此刻，佛陀以難忍悲心

化現為這些不同的形相擁抱有情，例如，黑金翅鳥，是龍族的天敵，噉食蛇等等。佛陀化現為黑金翅鳥，為了讓有情能受到保護，遠離各種疾病，尤其是那些源自龍害的疾病。黑金翅鳥防護並治療這些疾病，以幫助有情。

同樣的，佛陀也示現富人相以濟助窮人。佛陀甚至可以示現為屠夫來調伏邪惡的有情，使之與身體分離並轉化他們的意識。由於類似的原因，佛和菩薩可以示現為軍隊，摧毀不斷傷害其他有情、傷害整個世界的和平與安樂的惡人，同時也阻止邪惡的有情因為他們的行為而造下那麼沈重的惡業。佛陀的事業是由於純淨的慈悲心及對有情的關心，不論是邪惡有情或一切有情的苦，他都具有同樣無比的悲心。

西方臨床上解釋（SARS）病症的方法即使正確，也不是完整的解釋。這是因為要完全了解疾病的因，必需對心有完整的了解。即使僅僅了解心的俗諦性質，都有那麼多事需要學習。在經典中解釋了粗糙的心識，在密續中解釋了微細心識及其作用。了解病因的過程中，如果對心所知有限，那麼對於治療的解釋也永遠不會完整。

通常在西方會解釋疾病的助緣，卻不提到因，那無法用肉眼或儀器看到。正向思考以及正面的心念，其果報會是有利益的，使別人歡樂，同時也讓自己安樂。如果我們的心念非常粗重、負面，其影響是有害於自己也



有害於他人。

藉由在日常生活中分辨什麼是對，什麼是錯，我們同樣可以用知曉何者有益的分別智慧來造善行。如果我們無知、無明，那麼就會得到相反的影響，果報將有害於自己的生活，也有害於其他無量有情。

由於無明，你危害到他人。但是以智慧和慈悲心、安忍和寬容，會為自己和數不清的有情帶來安樂及和平。你也可以為全世界和宇宙中數不清的有情帶來和平與安樂。持續的善心，安忍和慈悲，生生世世這麼做。與此相反的則為憤怒、嫉妒的心，傷害宇宙中數不清的有情，傷害這個世界，無疑也將傷害到你自已。

令自己解脫內心的貪病，就如同讓煩惱、苦難和痛楚的因離去。解脫自己不被貪欲的外境所征服、壓倒，就是帶給自己內心的和平，因為你成就了內心的滿足。在佛法的教誨中，給自己滿足和知足稱為「出離」，因為你出離了苦因：不善、煩惱、情緒心，那是你日常生活中所有問題的來源。

所以，此處你可以非常廣泛地看出貪欲（苦因）的負面影響。你也可以理解出離心的正面影響 - - 和諧及安樂，內在的力量，無論在何方、無論是獨自一人或與人為伴，都能自在。這來自於放下，和解脫自己出離貪欲。

此外，還有自我愛惜的心念，由此打開生活中一切困難之門，由於生生世世直接或間



接地傷害數不清的其他有情，也大大傷害了自己。透過轉化，改變心念為珍愛他人，就像把安樂給數不清的有情。這就好像陽光普照世界，這是成辦自身安樂的最好方法，它會順便而來。

無明的殺傷力也很強。例如，在事業上，如果你無知，且無法看清現在或未來，就有失去所有錢財的風險存在，那是你的畢生積蓄，從幼稚園存到現在，花了那麼多年。而你可能失去所有的錢，隔天就成了乞丐。這就是由於無明。


所以，擁有知識、了解和先見之明非常重要且必要。無明也對人際關係非常有害。當你結婚或共同生活時，整個人生卻始終在爭吵和打架之中，那麼多的痛苦，永無寧日。你的人生如此地悲慘，那麼憤怒。就好像被關在監獄中，你不是享受生命，而是被關在監獄中，就如同地獄般。你的人際關係，你的家庭生活變得像地獄。然後，尤其當你非常貪著時，就會有愛別離苦，這過患就是無明、無知，沒有知識或先見之明。

無明在醫療上也非常有害。你可能被誤診，或診療要花很長的時間才有效。也或許療法是正確的，卻有其他併發症，或經歷到壽命的障礙或死亡。你還是需要知識、了解和先見之明以克服這些事。

無明在戰爭時也具有很大的殺傷力。你因為不知道敵人在哪裡或者敵軍攻擊的時間而犯錯，所以打了敗仗，那麼多人被殺害。一



樣，你需要知識、了解和先見之明以克服它。



無明對於養育小孩也是一大傷害。如果你沒有知識、了解和先見之明，就不知道什麼對小孩是對或錯的，什麼應該避免。你不知道如何依據過去世遺留下來的不同習氣來養育小孩。再次的，因為無明，你遭遇到那麼多困難、問題和痛苦，無法真的利益到小孩，無法真的使孩子的生命有意義。即使你給了他生命、住所、食物和一般的教育，但孩子的生命依然非常具破壞力，不僅是內在的，還有外在的，在家裡和在世界上。這是因為欠缺善心和智慧的教育。所以，由於無明不知道什麼是真正的樂及樂因（即使是一般的安樂、成就）；由於無明，不知道什麼是解脫的因和成就解脫之道，不知道什麼是成就無上正覺之道，孩子是自私的，連對父母都毫無敬意，儘管父母犧牲了那麼多年的生命以他們自認為好的方式養育孩子。這是最有害的無明，意思是你無法真的幫助他人成辦安樂；你無法真的教育他們什麼是真正的樂因、什麼是真正的苦因；你無法真正解脫他們，因為你自己不懂「道」，你無法帶領他們到達無上正覺，因為你不知道怎麼做。這全都是因為無明。

無明也有害你的修行。因為沒有知識、了解和先見之明，你無法知道修什麼是對的，什麼是錯的，從而毫無進展。生命非常短暫，死亡當然隨時會發生，因此你失去幫助



自己和他入解脫苦及苦因的大好機會。

無論你過何種生活，無論你在日常生活中做什麼，以慈愛心、慈悲心、珍貴的利他心和智慧來做一切事。你必需兩者兼顧。沒有智慧，你或許會做傻事，實際上是想利益他人，卻完全是傻事、白費工夫、不切實際；所以你遭遇到問題。

沒有智慧，你可能會以不善的方式運用你的生命和作為，所以原本是用來利益他人之事，卻產生傷害他人的結果。這是因為缺乏知識，所以你造惡業或利益極微之事。例如，你或許能利益數百或百萬的人或動物，解救他們的生命並幫助他們不要創造痛苦，創造安樂；但是你卻為了一隻小蟲而犧牲自己的生命；你選擇死亡，付出生命給一隻小蟲，而不是利益那麼多人。這就是缺乏智慧之悲心的例子。

跋：本文由何莉安瑟法師（Ven. Holly Ansett）於二  
三年四月二 - 三日騰寫於加州阿普多斯卡措碟千林。

---

注：SARS (severe acute respiratory syndrome) 是世界衛生組織 (WHO) 於二 三年三月十五日新公布的名稱，是一種急性的呼吸系統感染，中譯為「嚴重急性呼吸道症候群」。先前的名稱是「非典型肺炎」。

## 抵抗 SARS 病毒的法門

梭巴仁波切建議修下列法門來抵抗目前在世界各地散佈的 SARS 病毒。

- 一、紅葉衣佛母
- 二、黑金翅鳥或黑文殊儀軌
- 三、蓮花生大士除障祈願文
- 四、度脫薩迦疫癘經
- 五、白度母長壽法門（含寶瓶氣修法）
- 六、聞來自西藏甘丹的甘丹坎帕香，或者，也可選擇聞勞朵香
- 七、藥師佛法門
- 八、配帶大白傘蓋佛母的法照或咒輪在身上

為了保護全國免於 SARS，可以修下列法門（必需由具格喇嘛和僧眾來修持，且修法者必需在該國修法。）：

- 一、將卡（Chang Kar 伏魔鐵堡）忿怒火供，是以閻魔法王為主的法會。
- 二、獅面空行母拋食子火供法會
- 三、大白傘蓋拋食子火供法會

下列法會可以利益感染 SARS 的患者（必需由具格喇嘛和僧眾來修持，且為某人修這些法時，必需在該國修法。）

- 一、恰孫（Chag sum）三分食子供

二、 呷虛 ( Gyab shi ) 四百供

三、 夏迦瑟噶 ( Shakya Sega ) 百肉百食供

此外，仁波切也建議七個不同的藏字可以寫在身體各處——掌心、手上和心口——保護自己免於各種傷害。

本書包含了梭巴仁波切關於 SARS 的建議和講解。需要具格喇嘛和僧眾修的法門——例如較高深的密續修法——必需詢問具格喇嘛或格西才知道。



## 紅葉衣佛母儀軌

此本尊特別能療病。仁波切建議大家念誦紅葉衣佛母心咒和事業咒，每天各念四串長念珠。如未曾受此本尊灌頂，可觀想上師葉衣佛母在前方虛空而修。

自觀本尊。從心間咒鬘放光（如日光照耀），淨除自他所有非人傷害、惡業、疾病和煩惱障。可觀有情在心間月輪上環繞著咒鬘。專注於自心與上師葉衣佛母的心無二無別。

### 觀想獨尊紅葉衣佛母

從蓮花月輪上的紅色「蚌」字，自身現為葉衣佛母。自身深紅色，三面六臂。根本面年輕，現忿怒相。右面白色，現寂靜相。左面紅色，現懷愛相。每面各有三眼。

第一隻右手持金剛杵，第二手持短柄斧，第三手持箭。第一隻左手結威嚇印，持著繫在環上的金剛杵，第二手持茂盛矮樹所造的細棒，樹上有嫩葉花果，第三手持弓。

右踵抵密處。右膝優雅地作半舞姿，左足置右踵旁。上身披紅絲綢，下身著嫩葉裙。佩寶飾、花和白蛇梵索。頭髮部分束起。姿容妍麗、年輕、微忿。坐月輪上，為耀目光芒圍繞。額、喉、心分別有白色「喻」字、紅色「阿」字和藍色「吽」字。以不動佛為頂嚴。



### 趨歸依發菩提心

桑傑卻堂措記秋南拉  
我趨歸依佛法眾中尊

蔣秋巴杜達尼架不索契  
直至圓滿證得菩提果

達記卻黏吉貝索南記  
惟願以此聞法諸功德

左拉篇契爾桑傑竹巴秀  
成就佛道以饒益眾生

### 四無量心

森間湯界捏仁洽當唐  
願諸有情離親疏愛憎  
賊捏可八帕悲得哇透  
離已皆得殊勝妙安樂  
所給獨給假錯雷賊對  
拯度出離難忍大苦海  
踏八唐悲得湯賊馬舉  
願不遠離解脫微妙樂

### 祈請文

哥雅哇滾恩哥以耶謝歌由瑪以  
披戴大勝利者之智慧  
切出南巴爾初哇雷窘哇  
幻化容貌溫柔夏哇日  
帕摸扛哥義諸悲餒頓給  
佛母所住疾魔鬼障蓋  
滾恩杜息賊瑪拉招叉囉  
悉皆平息於汝吾禮敬



種子字：「蚌」

心咒：

喻 比夏記 巴那夏哇日 啥 哈 吽 呬 梭哈

事業咒：

喻 比夏記 巴那夏哇日 薩哇 發柔札 巴惹夏  
瑪那耶 梭哈

迴向文

科月拉堆津梭哇搭貝凸  
惟願於汝祈請之威力  
涅檔烏澎湯界洗哇唐  
疾病貧窮爭鬥皆平息

答索扛凸涅悲撒戚又磔  
我等諸眾所住一切地  
卻檔札西呬哇爾賊都索  
祈賜佛法吉祥廣增長



跋：

此儀軌是巴瑞克拉克 (Barry Clark) 應尊貴的上師梭巴仁波切於一九八二年在印度菩提迦耶授予仁炯理札 (Rinjung Gyatsa, 隨許灌頂總集) 眾本尊灌頂而翻譯的。觀想部分的兩節開示由上師梭巴仁波切講授。全文由護持大乘法脈聯合會中央辦事處慕瑞如艾特 (Murray Wright) 於一九九三年五月略作修訂。另再由護持大乘法脈聯合會教育服務部堪荳瑪紐森 (Kendall Magnussen) 於二〇〇三年四月略作修訂和重新編排格式。香港慈悲寺中譯，並由台灣圖敦秋映補入祈竹仁波切編撰之略軌內容，本書略加校訂。



## 黑金翅鳥火劍修法講解

修持此法門者應曾受無上瑜伽密續灌頂。如未曾受無上瑜伽密續灌頂，即使已受過觀音大灌頂等下密續大灌頂者，雖然還是可以修持此法，但不能自觀本尊。修時應觀自身為平常的相貌，本尊在前面虛空或頭頂上，且必需按方括弧（【】）內的指示更改觀想方式。

南無 咕嚕 本雜巴尼耶

皈依

皈依上師

皈依佛

皈依法

皈依僧（三遍）

發菩提心

持誦黑金翅鳥儀軌前所發的菩提心，應思惟為了利益其他有情、實證道次第，而需要長壽、健康。不應只為保護自身而修此法門。

為了利益一切有情，我必須成就圓滿佛果，所以我將修持並持誦黑金翅鳥真言。  
（三遍）

觀空咒

嗡 梭巴哇 修打 薩哇 達瑪 梭巴哇 修多 杭



一切成空。觀大毒海中央，現起由見毒、觸毒、嘗毒等種種不同的毒所成的須彌山。山四方型，上有蓮花、日輪和非人眾。自身現為黑金翅鳥，站立於三層疊的寶座上。【觀黑金翅鳥站立於三層疊的寶座上。】

【應信解黑金翅鳥實際上是佛而生起依止心。佛陀比你自已更珍愛你千千萬萬倍。佛陀化現為黑金翅鳥以保護你和無量有情免受侵害，並引領一切有情臻至無上正等正覺。】

【如非自觀為本尊，凡對於本尊身相的描述，以「本尊」或「本尊的」代替「我」或「我的」。】

我有天鐵（隕石）所成的嘴和兩角。兩角根部為三股金剛杵形，角尖則為獨股杵形。自身體性為烈火。

頭部兩角間以寶珠嚴飾。金目如日，熾然轉動。聖口滿是海螺殼齒，雙翼具金剛杵紋樣，放射十萬火花。雙手持毒龍，作噉食狀。（身體的）頸項至膝為人相，雙足為鳥爪。我的聖身發出無數火花，火花現黑金翅鳥和天鐵（隕石）相，射向十方。

暴惡地神和龍王皆震慄不已而昏厥。

我的【他的】頂輪現白色「嚩」字  
我的【他的】喉輪現紅色「阿」字

我的【他的】心輪現藍色「吽」字

我的【他的】心輪「吽」字放光，迎請智慧尊  
(與所觀想的黑金翅鳥形相相若)和灌頂尊。

佳 吽 蚌 貨

智慧尊與誓言尊合而為一。

獻供養

嗡	班雜	嘎如打	阿甘	巴地恰吽	梭哈
嗡	班雜	嘎如打	巴登	巴地恰吽	梭哈
嗡	班雜	嘎如打	布貝	巴地恰吽	梭哈
嗡	班雜	嘎如打	杜貝	巴地恰吽	梭哈
嗡	班雜	嘎如打	阿洛給	巴地恰吽	梭哈
嗡	班雜	嘎如打	甘爹	巴地恰吽	梭哈
嗡	班雜	嘎如打	內威爹	巴地恰吽	梭哈
嗡	班雜	嘎如打	夏他	巴地恰吽	梭哈



禮讚

羽翼揮動震三千  
嘴如烈燄翱長空  
上中下界眾非人  
雙翼一拍悉摧滅  
金翅鳥王我敬禮

注：「上中下界眾非人」指地上「迪」(de)非人、地中王  
系非人和「贊」(tsen)非人、地下龍王和地神。

觀想

觀自【本尊】身心間咒鬘如劫末之火燄，燒成一團烈火，遍滿動靜二界，體性成火，焚燒上中下三界眾非人，悉皆清淨。

注：「動靜二界」即眾生及其所處的國土和行星。

持咒

持誦息災咒數遍：

唵 嗎呢 官官 通通 巴巴 梭哈

盡力持誦忿怒咒

此咒可用於清淨患上某種疾病和沒有患病的眾生（包括自己），思惟自他今後不會再被其他眾生侵害。

【黑金翅鳥放射如日光般的甘露光，融入自身，光芒遍滿全身，去除一切疾病、非人的傷害、惡業及障礙。】

那波 卡拉 惹卡 巴巴 / 梭 梭 / 鍾 鍾 / 普  
支 增 增 / 強 基 爹 沐 寧 鍾 / 慮 杰 督 帕  
夏 啦 左 / 唵 啞 啞 / 車 車 / 悟 悟 梭

【思惟自身已獲得黑金翅鳥的所有功德：一切種智心、種種證量、圓滿的力量和無量悲心等等。結束時，思惟：「我已具足圓滿的力量，不會再有其他眾生傷害我，也不會染上疾病。」】 結行時迴向。

## 迴向

願我能以善業，速捷成就黑金翅鳥果位，  
並將一切諸眾生，安頓立定於彼地。

無論有多少患病的眾生，願他們當下解脫  
一切疾患。願一切有情永不再受病魔侵擾。

如此迴向並以空性封存功德。

## 仁波切的叮嚀

無論已受或未受 SARS 病毒感染，均可修此  
儀軌。此法門亦可對治由暴惡眾生引發的癌  
症、痲瘋病、潰瘍和其他傳染病。

即使沒有染上疾病（SARS），亦可觀想染  
病的因（煩惱和業）完全淨除，思惟：「我的  
心相續中再沒有惡業。」



跋：

此儀軌由上師梭巴仁波切於卡措碟千林翻譯，旨在對治亞  
洲區肆虐的 SARS 病毒，時為二〇〇三年三月二十九日。  
此儀軌由何莉安瑟（Ven. Holly Ansett）法師繕寫，並於  
二〇〇三年四月由護持大乘法脈聯合會教育服務部堪荳瑪  
紐森（Kendall Magnussen）重新編排格式和略作修訂，  
香港慈悲寺中譯，本書略加校訂。

## 黑文殊短軌

首先觀上師釋迦佛在前面虛空。

趨皈依發菩提心

桑傑卻堂措記秋南拉      蔣秋巴杜達尼架索契  
我趨歸依佛法眾中尊      直至圓滿證得菩提果

達記卻黏吉貝索南記      左拉篇契桑傑竹巴秀  
唯願以此布施等功德      成就佛道以饒益眾生

(三遍)

觀想

喻 梭帕哇 修打 薩哇 達瑪 梭帕哇 修多 杭

我和一切現象均化空。

曾受黑文殊灌頂者，按儀軌自生本尊：

(未受灌頂者，觀黑文殊在頭頂上方。)

由空性中現出種子字「蚌」字，化為蓮花。其上「阿」字，化為月輪。其上「讓」字，化為日輪壇城。其上自心化為十分顯耀的黑色「吽」字。由此化為極忿怒黑文殊。

黑文殊現極忿怒相，一面二臂，右手執智慧火劍，高舉空中，滅盡諸魔障。左手執《般若經》於心前。頭髮一半挽髻於頂，一半單絲垂掛，覆蓋尊身上部。巨腹下垂，披著虎皮為下裙，頭戴五骷體冠，以五十鮮人首



為頂鬘。三目紅而圓，體性為「樣」、「讓」、「蚌」字。足右屈左伸，站立於熾盛猛火當中。

觀根本上師安坐黑文殊頂門上，現部主不空成就佛相。黑文殊心間日輪中央立著黑色「吽」字，咒鬘右旋圍繞：

喻 踏梭 初梭 圖而達梭 圖而密梭 寧果拉卻  
喀拉匝 岡木 香木 章木 巴呬 梭哈

誦咒多遍時，觀想黑文殊心間放射出甘露光，清淨自身。首先，甘露光下沖，驅除所有疾病、非人的傷害、真實的苦及苦因、所有煩惱和貪瞋癡三毒、成就一切種智的所有障礙，從大、小便處和下半身的毛孔排出。亦可觀疾病以膿血相排出體外、癌症為龍相、施害者現蜘蛛、蛇蠍相。觀想自身中所有的障礙現污穢的液體和煙霧相。

觀腳下的地面裂開，地下九層處為死主閻魔。觀想被沖出體外的所有垢穢聚合，轉化成甘露，進入閻魔口中，令其完全飽足。最後，閻魔閉上嘴巴，並以金色的十字金剛杵封緘其口；從此這些障礙將永不復返。然後地面閉合起來。

復次，再次持咒清淨自身。從黑文殊心間突然猛烈放射出甘露光，疾病等瞬間消弭於無形，如光明一照瞬間驅走黑暗一般。感覺身體變得如水晶般晶瑩剔透。確信自己已解脫一切苦及苦因、一切煩惱、一切由貪瞋癡三毒發動而致病的業力等等。

## 迴向

最後以強烈的菩提心迴向。菩提心是最究竟的善心，即珍愛一切有情如珍愛自己，甚至更勝自己的性命。願有情離一切苦和所有不如意事，並引領他們臻至最值得嚮往的、無比安樂的圓滿佛果。沒有菩提心，就不能廣大利益眾生，甚至連自己的願求都無法圓滿成就。



唯願自他所積集的功德，願任何僅僅見到我、聽到我、觸及我、憶念我或談及我的有情，獲得一切安樂，淨除一切痛苦。

願我能以此善業，速捷成就黑文殊，並將一切諸眾生，安頓立定於彼地。

### 法門利益

黑文殊法門可去除巫術、詛咒術（be de bo tong）等非人的傷害、一切傳染病、阻礙修行和一般成就的黑品魔羅、阻礙人活到某個歲數的妖魔（稱為kag）及種種作障精怪。

亦可去除在屬於僧伽但未淨壇的地方行灌頂或修忿怒密法而引起的魔障，看到凶兆、穢氣、穢物或屍體而產生的魔障。

還可避免任何由憤怒的非人，諸如上界非人（稱為de）、中界非人（例如tsen及gyal gong）及下界非人（如龍和地基主）所引發的內外疾病（nyen）。亦可斷除稱為「龍帕」（lhog pa）的疾病及任何因動土、砍樹、在危險的地方（如龍居住的地方）移動石塊而引起的魔障。

簡言之，此法門能去除飲食、行走等行為方面的過失所招引的魔障。此咒絕對可以止息這些問題，而依據經驗，在紓緩潰瘍和痰疾方面亦頗靈驗。每日修持此法的效益極大，尤其是患病者或幫助其他重病者康復。

跋：

此儀軌原本摘自章嘉遊戲金剛編訂的忿怒黑文殊法本，



由勞朵喇嘛圖敦梭巴仁波切於一九八五年一月四日在印度達蘭沙拉兜率天閉關中心翻譯和講解。全文由護持大乘法脈聯合會中央辦事處慕瑞如艾特 (Murray Wright) 於一九九三年八月重新編排格式。

此法為原本儀軌的節錄本，旨在按上師梭巴仁波切的建議，讓弟子誦念黑文殊咒，從而阻止 SARS 繼續擴散。全文由護持大乘法脈聯合會教育服務部堪荳瑪紐森 (Kendall Magnussen) 及康絲坦米勒 (Ven. Constance Miller) 法師於二〇〇三年四月輯錄、重新編排格式和略作修訂。香港慈悲寺中譯，本書略加校訂。



## 蓮師除障祈願文



杜松桑傑咕嚕仁波切  
三世佛陀咕嚕仁波切  
吳助棍答爹瓦千波下  
一切成就之主大樂尊  
巴切棍些敦杜札波扎  
障礙遍除威猛伏魔力  
梭瓦爹梭親記拉杜梭  
至誠祈請汝賜予加持  
企朗桑威巴切夕瓦當  
加持消除內外密障礙  
桑巴倫記助巴金記羅  
加持所願自然得成就

度脫薩迦疫癘經 (大成就者唐東嘉波的金剛語)

發心

量如虛空眾有情 皈依殊勝上師佛  
我等皈依佛法僧 上師本尊空行母  
並以一心誠歸向 自心空明之法身  
(盡力念誦多遍)

誦咒

喻 嗎呢 唄咿 吽 (盡力念誦此咒數百遍)

誦文

令心憂惱諸疾患 業力眾緣所和合  
鬼病四大等侵害 願此世間不復現

惡疾所生諸煎熬 彷彿屠夫奪性命  
頃刻截斷身與心 願此世間不復現

急病痼疾諸疫癘 名號經耳心震慄  
彷彿送入閻王口 願諸有情得倖免

八萬種類作障者 三百六十暴惡靈  
四百二十四疾患 願諸有情免諸難

四大不調諸衰損 剝奪身心眾歡樂  
願諸苦痛得調伏 身心健旺壽延安

上師三寶大悲心 空行護法侍衛力  
業因果報不謬力 願所迴向即成辦

跋：

殊勝薩迦派的大寺院曾發生一場疫症，疫癘不斷蔓延。不論密咒師採用任何方法，包括造佛像、獻食子、用藥、誦咒、戴護身符等，都不能產生絲毫效用。正當寺院瀕臨毀滅之際，大成就者唐東嘉波虔修「虛空」皈依法、念了若干遍六字明，並念誦這首名為「成就」的經文。唐東嘉波一修法，整場疫癘便即時消滅。此經遂譽為化現無量加持雲的金剛語，題為《度脫薩迦疫癘經》。

吉祥圓滿！比丘圖敦珠津（Ven. George Churinoff）編譯



## 白度母延壽略軌

修法之前先發心，你修持此法並不是只為了自己，而是為了一切有情的利益。然後至心懇切皈依佛、法、僧。

觀想白度母在頂門上方或額前虛空。長壽甘露從度母心中流出，大樂白光進入頂門，遍滿全身，強烈感受並清楚專注於所有惡業、煩惱障、非人干擾和疾病完全淨除。用以下的方式禪修上面的觀想。

當持誦一串度母咒時，專注於甘露進入並遍滿身體。念完一串度母咒之後，強烈感受自己的壽命得以延長、功德增長，對經論的了解和智慧增加，並已證得無死成就。

ཨོཾ་ཏཱ་ལའི་ཏཱ་ལའི་ཏཱ་ལའི་མ་མ་ལུ་ཡུ་རྩུ་ཏཱཱེ་ལྷོ་ལྷོ་ཀུ་ཙེ་ལྷོ་ཏཱཱེ།

喻 答列 都答列 都列 麻麻 阿喻 布涅 雜那  
播殊聽 咕嚕 耶 梭哈

當以修持此法來對治 SARS 病毒時，誦咒後修寶瓶氣很有助益。曾受無上瑜伽部密續灌頂者，修時可自觀本尊，否則可以用平常的身相來修。

### 寶瓶氣禪修（可省略）

首先，觀想身體中空，完全沒有阻礙，皮膚體性為光，非常纖薄。身體中央，脊骨正前方，觀中脈為一通透的管道，直徑如小指





的寬度，由頂門一直延伸至脊骨的底部。之後，觀左右脈在中脈兩旁，由左右鼻孔開始，向上延伸至頭頂，然後向下彎，沿中脈兩旁向下延伸，再向內彎，於臍下大約四指處與中脈連接。為準備修寶瓶氣，最好先修九節佛風。

#### 九節佛風（可省略）

以無名指閉左鼻孔，右鼻孔緩慢而深長地吸氣，把氣一直送到右脈末端。移動無名指

閉右鼻孔時，觀想氣由右脈進入左脈。慢慢從左鼻孔呼出所有氣。氣從左鼻孔排出時，觀種種障垢（例如散亂心和昏沉）隨氣息排出。

再重複兩遍，以右鼻孔吸氣，左鼻孔呼氣。

之後反過來進行。以無名指閉右鼻孔，轉由左鼻孔深深吸氣，把氣一直送到左脈末端。氣由左脈進入右脈時，移動無明指閉左鼻孔。慢慢以右鼻孔呼出所有氣。氣從右鼻孔排出時，觀種種障垢隨氣息排出。

再重複兩遍，以左鼻孔吸氣，右鼻孔呼氣。

接著，以左右鼻孔緩慢而深長地吸氣，觀想氣由左右二脈往下走，然後向上進入中脈。呼氣時，以左右鼻孔呼出種種障垢。重複兩遍（即總共三遍）。

觀想左中右三脈完全潔淨、明亮。繼續輕輕地、平均地呼吸，觀想氣在左中右脈自在運行。

### 寶瓶氣

輕輕收緊骨盆的肌肉，並專注於收緊內部肌肉（而不是外部肌肉），從而把氣由密輪提至臍下四指處。

然後，輕輕地以左右兩鼻孔深深吸氣。觀想氣由鼻孔通過左右脈向下走，到達臍下進入中脈之處。使上氣與下氣會合。

吸完氣後，立即吞咽，輕輕以橫隔膜向下



推，以便穩固地壓緊向下走的氣：這時氣已完全被鎖住，從上下兩方壓住。盡量持氣，愈久愈好，但以舒適為度。這時你或許會注意到臍部會感到微暖或愈來愈強的震顫。這很自然。準備好之後，放鬆略微收緊的肌肉，輕輕呼出所有的氣。儘管氣是由鼻孔排出，但應觀想氣循中脈上升並消散其中。

當你第一次呼出所有氣之後，再次收緊骨盆肌肉，再次吸氣，吞咽，以橫隔膜下壓，把氣緊壓在臍下。持氣並集中精神於該處，感受在該處不斷增強的能量。持氣至感到不適時，呼氣，再次把氣釋放入中脈。這便是寶瓶氣修法。

寶瓶氣可修三遍、七遍或任何遍數，以增強命氣。

### 迴向

結行時，將功德迴向給一切有情，從而能為了利益一切有情而成就佛果。

### 仁波切的叮嚀

此法門最最重要的觀修，是觀想白度母淨除了疾病、非人的傷害、煩惱障和惡業四種障礙。誦咒結束後，強烈專注於自己已經完全淨除所有這四種障礙，並已證得無死成就。在你完成誦咒之後，加修若干遍寶瓶氣亦非常好。



跋：

此法由上師梭巴仁波切於一九九四年三月在台灣台北市編訂，其後在一九九九年四月由護持大乘法脈聯合會教育服務部康絲坦米勒法師（Ven. Constance Miller）略作修訂。九節佛風法摘自護持大乘法脈聯合會初級課程《佛教探玄》（Discovering Buddhism）。寶瓶氣修法則摘自凱絲蓮恩麥當勞（Kathleen McDonald）所著的《如何禪修》（How to Meditate）。香港慈悲寺中譯，本書略加校訂。

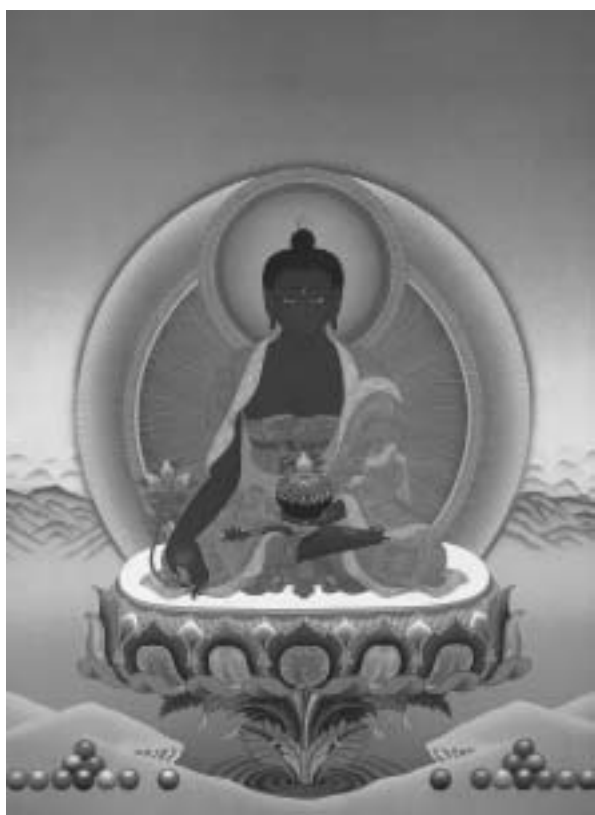


## 聞甘丹坎帕香或勞朵香

點燃西藏甘丹寺的香非常有利益，感染 SARS 的人聞並深深吸入此香非常有助益。（甘丹香的正式名稱為甘丹坎帕 Ganden Khenpa 香）也可以用同樣的方式使用勞朵（Lawudo）香。首先你持誦幾串金剛瑜伽母的咒來加持此香；亦可不時加誦少許極秘密馬頭明王咒。吹向香上加持，然後燃香並吸入香氣。



## 大醫王藥師佛 防治疾病的法門



如你真的愛惜自己和他人，想令自己和他人快樂，好好享受人生，獲得種種成就，敞開內心非常重要。

要研究和分析其他文化（例如東方）的哲學和宗教，尤其是心性的課題。舉例來說，佛教非常清晰圓滿地說明我們的心如何成為痛苦的根源，又如何能斷除痛苦，使我們從此解脫生死，擺脫所有憂悲苦惱。

光看到有那麼多人花時間編製各項統計數字，例如某個國家有多少宗甲狀腺腫病例，實在發人深省。如果這些研究有意義，那麼

研究能令我們獲得佛果的圓滿安樂，內容又完整無謬的哲理和禪修法門，意義必定更重大。

西方文化對心的解釋仍在研究和修訂，所得出的定義，隨著研究的進展又會有所改變。然而，一位成就佛果、透徹了解心性者對心所作的定義已是鉅細靡遺，就無須反覆修訂。佛陀是闡釋根、道、果（即成就了永恆安樂）的覺者。研究這些教法，就有更多機會能帶給他人安樂。這些研究極為重要，有愈來愈多心胸開放、教育程度高的西方人察覺到研究佛法的利益。

在此觀想的是藥師佛。修習這個法門的發心簡單而直接，為什麼呢？當你生病時，不論醫生如何假名安立你的病，就你的安樂而言，最重要的是找到能治好你的人，尤其是不會有副作用。陷於名言中根本無濟於事。這說明了藥師佛觀修法的簡便。

此法門的目的是避免生病，並治療已罹患的病。做任何事之前都必須有良善的動機，所以首先應匡正意樂。

正行

發心

我生命的目的，是要消除一切有情的苦及內心的苦因，並令他們獲得所希求的寧靜與安樂，尤其是圓滿佛果的無上安樂。為此，我需要圓滿、清淨、健康的身心。為了利益



之後如下祈請：

薄伽梵明行圓滿善逝（藥師佛）與四藥師天女，願助我免受病苦逼惱，並立即止息已罹患的種種疾病。

心中的藥師佛和四天女放射出各自代表的藍、白、黃、紅、綠光。你的心輪和身體盈滿大樂光芒，徹底淨除一切疾病、非人的傷害、惡業及其習氣。五色光芒由自身所有毛孔向外散射，同時甘露從藥師佛手中的鉢、四天女左手所持的寶瓶流出，遍滿你的身心，強烈的確信所有疾病已徹底平息，你再也不會生病。

一心專注觀想，並持藥師咒。

如果你被傳染病或其他疾病所苦，持咒後吐一口唾液在左手心，以右無名指尖塗抹，再把唾液塗在左右鼻孔（即所謂遍行王脈所在之處），然後塗於患處。

然後盡力持誦梵文子音母音咒，並加誦緣起心咒：

母音咒：

𑖀𑖄𑖅𑖆𑖇𑖈𑖉𑖊𑖋𑖌𑖍𑖎𑖏𑖐𑖑𑖒𑖓𑖔𑖕𑖖𑖗𑖘𑖙𑖚𑖛𑖜𑖝𑖞𑖟𑖠𑖡𑖢𑖣𑖤𑖥𑖦𑖧𑖨𑖩𑖪𑖫𑖬𑖭𑖮𑖯𑖰𑖱𑖲𑖳𑖴𑖵𑖶𑖷𑖸𑖹𑖺𑖻𑖼𑖽𑖾𑗀𑖿𑗁𑗂𑗃𑗄𑗅𑗆𑗇𑗈𑗉𑗊𑗋𑗌𑗍𑗎𑗏𑗐𑗑𑗒𑗓𑗔𑗕𑗖𑗗𑗘𑗙𑗚𑗛𑗜𑗝𑗞𑗟𑗠𑗡𑗢𑗣𑗤𑗥𑗦𑗧𑗨𑗩𑗪𑗫𑗬𑗭𑗮𑗯𑗰𑗱𑗲𑗳𑗴𑗵𑗶𑗷𑗸𑗹𑗺𑗻𑗼𑗽𑗾𑗿𑘀𑘁𑘂𑘃𑘄𑘅𑘆𑘇𑘈𑘉𑘊𑘋𑘌𑘍𑘎𑘏𑘐𑘑𑘒𑘓𑘔𑘕𑘖𑘗𑘘𑘙𑘚𑘛𑘜𑘝𑘞𑘟𑘠𑘡𑘢𑘣𑘤𑘥𑘦𑘧𑘨𑘩𑘪𑘫𑘬𑘭𑘮𑘯𑘰𑘱𑘲𑘳𑘴𑘵𑘶𑘷𑘸𑘹𑘺𑘻𑘼𑘽𑘾𑘿𑙀𑙁𑙂𑙃𑙄𑙅𑙆𑙇𑙈𑙉𑙊𑙋𑙌𑙍𑙎𑙏𑙐𑙑𑙒𑙓𑙔𑙕𑙖𑙗𑙘𑙙𑙚𑙛𑙜𑙝𑙞𑙟𑙠𑙡𑙢𑙣𑙤𑙥𑙦𑙧𑙨𑙩𑙪𑙫𑙬𑙭𑙮𑙯𑙰𑙱𑙲𑙳𑙴𑙵𑙶𑙷𑙸𑙹𑙺𑙻𑙼𑙽𑙾𑙿𑚀𑚁𑚂𑚃𑚄𑚅𑚆𑚇𑚈𑚉𑚊𑚋𑚌𑚍𑚎𑚏𑚐𑚑𑚒𑚓𑚔𑚕𑚖𑚗𑚘𑚙𑚚𑚛𑚜𑚝𑚞𑚟𑚠𑚡𑚢𑚣𑚤𑚥𑚦𑚧𑚨𑚩𑚪𑚫𑚬𑚭𑚮𑚯𑚰𑚱𑚲𑚳𑚴𑚵𑚷𑚶𑚸𑚹𑚺𑚻𑚼𑚽𑚾𑚿𑛀𑛁𑛂𑛃𑛄𑛅𑛆𑛇𑛈𑛉𑛊𑛋𑛌𑛍𑛎𑛏𑛐𑛑𑛒𑛓𑛔𑛕𑛖𑛗𑛘𑛙𑛚𑛛𑛜𑛝𑛞𑛟𑛠𑛡𑛢𑛣𑛤𑛥𑛦𑛧𑛨𑛩𑛪𑛫𑛬𑛭𑛮𑛯𑛰𑛱𑛲𑛳𑛴𑛵𑛶𑛷𑛸𑛹𑛺𑛻𑛼𑛽𑛾𑛿𑜀𑜁𑜂𑜃𑜄𑜅𑜆𑜇𑜈𑜉𑜊𑜋𑜌𑜍𑜎𑜏𑜐𑜑𑜒𑜓𑜔𑜕𑜖𑜗𑜘𑜙𑜚𑜛𑜜𑜝𑜞𑜟𑜠𑜡𑜢𑜣𑜤𑜥𑜦𑜧𑜨𑜩𑜪𑜫𑜬𑜭𑜮𑜯𑜰𑜱𑜲𑜳𑜴𑜵𑜶𑜷𑜸𑜹𑜺𑜻𑜼𑜽𑜾𑜿𑝀𑝁𑝂𑝃𑝄𑝅𑝆𑝇𑝈𑝉𑝊𑝋𑝌𑝍𑝎𑝏𑝐𑝑𑝒𑝓𑝔𑝕𑝖𑝗𑝘𑝙𑝚𑝛𑝜𑝝𑝞𑝟𑝠𑝡𑝢𑝣𑝤𑝥𑝦𑝧𑝨𑝩𑝪𑝫𑝬𑝭𑝮𑝯𑝰𑝱𑝲𑝳𑝴𑝵𑝶𑝷𑝸𑝹𑝺𑝻𑝼𑝽𑝾𑝿𑞀𑞁𑞂𑞃𑞄𑞅𑞆𑞇𑞈𑞉𑞊𑞋𑞌𑞍𑞎𑞏𑞐𑞑𑞒𑞓𑞔𑞕𑞖𑞗𑞘𑞙𑞚𑞛𑞜𑞝𑞞𑞟𑞠𑞡𑞢𑞣𑞤𑞥𑞦𑞧𑞨𑞩𑞪𑞫𑞬𑞭𑞮𑞯𑞰𑞱𑞲𑞳𑞴𑞵𑞶𑞷𑞸𑞹𑞺𑞻𑞼𑞽𑞾𑞿𑟀𑟁𑟂𑟃𑟄𑟅𑟆𑟇𑟈𑟉𑟊𑟋𑟌𑟍𑟎𑟏𑟐𑟑𑟒𑟓𑟔𑟕𑟖𑟗𑟘𑟙𑟚𑟛𑟜𑟝𑟞𑟟𑟠𑟡𑟢𑟣𑟤𑟥𑟦𑟧𑟨𑟩𑟪𑟫𑟬𑟭𑟮𑟯𑟰𑟱𑟲𑟳𑟴𑟵𑟶𑟷𑟸𑟹𑟺𑟻𑟼𑟽𑟾𑟿𑠀𑠁𑠂𑠃𑠄𑠅𑠆𑠇𑠈𑠉𑠊𑠋𑠌𑠍𑠎𑠏𑠐𑠑𑠒𑠓𑠔𑠕𑠖𑠗𑠘𑠙𑠚𑠛𑠜𑠝𑠞𑠟𑠠𑠡𑠢𑠣𑠤𑠥𑠦𑠧𑠨𑠩𑠪𑠫𑠬𑠭𑠮𑠯𑠰𑠱𑠲𑠳𑠴𑠵𑠶𑠷𑠸𑠺𑠹𑠻𑠼𑠽𑠾𑠿𑡀𑡁𑡂𑡃𑡄𑡅𑡆𑡇𑡈𑡉𑡊𑡋𑡌𑡍𑡎𑡏𑡐𑡑𑡒𑡓𑡔𑡕𑡖𑡗𑡘𑡙𑡚𑡛𑡜𑡝𑡞𑡟𑡠𑡡𑡢𑡣𑡤𑡥𑡦𑡧𑡨𑡩𑡪𑡫𑡬𑡭𑡮𑡯𑡰𑡱𑡲𑡳𑡴𑡵𑡶𑡷𑡸𑡹𑡺𑡻𑡼𑡽𑡾𑡿𑢀𑢁𑢂𑢃𑢄𑢅𑢆𑢇𑢈𑢉𑢊𑢋𑢌𑢍𑢎𑢏𑢐𑢑𑢒𑢓𑢔𑢕𑢖𑢗𑢘𑢙𑢚𑢛𑢜𑢝𑢞𑢟𑢠𑢡𑢢𑢣𑢤𑢥𑢦𑢧𑢨𑢩𑢪𑢫𑢬𑢭𑢮𑢯𑢰𑢱𑢲𑢳𑢴𑢵𑢶𑢷𑢸𑢹𑢺𑢻𑢼𑢽𑢾𑢿𑣀𑣁𑣂𑣃𑣄𑣅𑣆𑣇𑣈𑣉𑣊𑣋𑣌𑣍𑣎𑣏𑣐𑣑𑣒𑣓𑣔𑣕𑣖𑣗𑣘𑣙𑣚𑣛𑣜𑣝𑣞𑣟𑣠𑣡𑣢𑣣𑣤𑣥𑣦𑣧𑣨𑣩𑣪𑣫𑣬𑣭𑣮𑣯𑣰𑣱𑣲𑣳𑣴𑣵𑣶𑣷𑣸𑣹𑣺𑣻𑣼𑣽𑣾𑣿𑤀𑤁𑤂𑤃𑤄𑤅𑤆𑤇𑤈𑤉𑤊𑤋𑤌𑤍𑤎𑤏𑤐𑤑𑤒𑤓𑤔𑤕𑤖𑤗𑤘𑤙𑤚𑤛𑤜𑤝𑤞𑤟𑤠𑤡𑤢𑤣𑤤𑤥𑤦𑤧𑤨𑤩𑤪𑤫𑤬𑤭𑤮𑤯𑤰𑤱𑤲𑤳𑤴𑤵𑤶𑤷𑤸𑤹𑤺𑤻𑤼𑤽𑤾𑤿𑥀𑥁𑥂𑥃𑥄𑥅𑥆𑥇𑥈𑥉𑥊𑥋𑥌𑥍𑥎𑥏𑥐𑥑𑥒𑥓𑥔𑥕𑥖𑥗𑥘𑥙𑥚𑥛𑥜𑥝𑥞𑥟𑥠𑥡𑥢𑥣𑥤𑥥𑥦𑥧𑥨𑥩𑥪𑥫𑥬𑥭𑥮𑥯𑥰𑥱𑥲𑥳𑥴𑥵𑥶𑥷𑥸𑥹𑥺𑥻𑥼𑥽𑥾𑥿𑦀𑦁𑦂𑦃𑦄𑦅𑦆𑦇𑦈𑦉𑦊𑦋𑦌𑦍𑦎𑦏𑦐𑦑𑦒𑦓𑦔𑦕𑦖𑦗𑦘𑦙𑦚𑦛𑦜𑦝𑦞𑦟𑦠𑦡𑦢𑦣𑦤𑦥𑦦𑦧𑦨𑦩𑦪𑦫𑦬𑦭𑦮𑦯𑦰𑦱𑦲𑦳𑦴𑦵𑦶𑦷𑦸𑦹𑦺𑦻𑦼𑦽𑦾𑦿𑧀𑧁𑧂𑧃𑧄𑧅𑧆𑧇𑧈𑧉𑧊𑧋𑧌𑧍𑧎𑧏𑧐𑧑𑧒𑧓𑧔𑧕𑧖𑧗𑧘𑧙𑧚𑧛𑧜𑧝𑧞𑧟𑧠𑧡𑧢𑧣𑧤𑧥𑧦𑧧𑧨𑧩𑧪𑧫𑧬𑧭𑧮𑧯𑧰𑧱𑧲𑧳𑧴𑧵𑧶𑧷𑧸𑧹𑧺𑧻𑧼𑧽𑧾𑧿𑨀𑨁𑨂𑨃𑨄𑨅𑨆𑨇𑨈𑨉𑨊𑨋𑨌𑨍𑨎𑨏𑨐𑨑𑨒𑨓𑨔𑨕𑨖𑨗𑨘𑨙𑨚𑨛𑨜𑨝𑨞𑨟𑨠𑨡𑨢𑨣𑨤𑨥𑨦𑨧𑨨𑨩𑨪𑨫𑨬𑨭𑨮𑨯𑨰𑨱𑨲𑨳𑨴𑨵𑨶𑨷𑨸𑨹𑨺𑨻𑨼𑨽𑨾𑨿𑩀𑩁𑩂𑩃𑩄𑩅𑩆𑩇𑩈𑩉𑩊𑩋𑩌𑩍𑩎𑩏𑩐𑩑𑩒𑩓𑩔𑩕𑩖𑩗𑩘𑩙𑩚𑩛𑩜𑩝𑩞𑩟𑩠𑩡𑩢𑩣𑩤𑩥𑩦𑩧𑩨𑩩𑩪𑩫𑩬𑩭𑩮𑩯𑩰𑩱𑩲𑩳𑩴𑩵𑩶𑩷𑩸𑩹𑩺𑩻𑩼𑩽𑩾𑩿𑪀𑪁𑪂𑪃𑪄𑪅𑪆𑪇𑪈𑪉𑪊𑪋𑪌𑪍𑪎𑪏𑪐𑪑𑪒𑪓𑪔𑪕𑪖𑪗𑪘𑪙𑪚𑪛𑪜𑪝𑪞𑪟𑪠𑪡𑪢𑪣𑪤𑪥𑪦𑪧𑪨𑪩𑪪𑪫𑪬𑪭𑪮𑪯𑪰𑪱𑪲𑪳𑪴𑪵𑪶𑪷𑪸𑪹𑪺𑪻𑪼𑪽𑪾𑪿𑫀𑫁𑫂𑫃𑫄𑫅𑫆𑫇𑫈𑫉𑫊𑫋𑫌𑫍𑫎𑫏𑫐𑫑𑫒𑫓𑫔𑫕𑫖𑫗𑫘𑫙𑫚𑫛𑫜𑫝𑫞𑫟𑫠𑫡𑫢𑫣𑫤𑫥𑫦𑫧𑫨𑫩𑫪𑫫𑫬𑫭𑫮𑫯𑫰𑫱𑫲𑫳𑫴𑫵𑫶𑫷𑫸𑫹𑫺𑫻𑫼𑫽𑫾𑫿𑬀𑬁𑬂𑬃𑬄𑬅𑬆𑬇𑬈𑬉𑬊𑬋𑬌𑬍𑬎𑬏𑬐𑬑𑬒𑬓𑬔𑬕𑬖𑬗𑬘𑬙𑬚𑬛𑬜𑬝𑬞𑬟𑬠𑬡𑬢𑬣𑬤𑬥𑬦𑬧𑬨𑬩𑬪𑬫𑬬𑬭𑬮𑬯𑬰𑬱𑬲𑬳𑬴𑬵𑬶𑬷𑬸𑬹𑬺𑬻𑬼𑬽𑬾𑬿𑭀𑭁𑭂𑭃𑭄𑭅𑭆𑭇𑭈𑭉𑭊𑭋𑭌𑭍𑭎𑭏𑭐𑭑𑭒𑭓𑭔𑭕𑭖𑭗𑭘𑭙𑭚𑭛𑭜𑭝𑭞𑭟𑭠𑭡𑭢𑭣𑭤𑭥𑭦𑭧𑭨𑭩𑭪𑭫𑭬𑭭𑭮𑭯𑭰𑭱𑭲𑭳𑭴𑭵𑭶𑭷𑭸𑭹𑭺𑭻𑭼𑭽𑭾𑭿𑮀𑮁𑮂𑮃𑮄𑮅𑮆𑮇𑮈𑮉𑮊𑮋𑮌𑮍𑮎𑮏𑮐𑮑𑮒𑮓𑮔𑮕𑮖𑮗𑮘𑮙𑮚𑮛𑮜𑮝𑮞𑮟𑮠𑮡𑮢𑮣𑮤𑮥𑮦𑮧𑮨𑮩𑮪𑮫𑮬𑮭𑮮𑮯𑮰𑮱𑮲𑮳𑮴𑮵𑮶𑮷𑮸𑮹𑮺𑮻𑮼𑮽𑮾𑮿𑯀𑯁𑯂𑯃𑯄𑯅𑯆𑯇𑯈𑯉𑯊𑯋𑯌𑯍𑯎𑯏𑯐𑯑𑯒𑯓𑯔𑯕𑯖𑯗𑯘𑯙𑯚𑯛𑯜𑯝𑯞𑯟𑯠𑯡𑯢𑯣𑯤𑯥𑯦𑯧𑯨𑯩𑯪𑯫𑯬𑯭𑯮𑯯𑯰𑯱𑯲𑯳𑯴𑯵𑯶𑯷𑯸𑯹𑯺𑯻𑯼𑯽𑯾𑯿𑰀𑰁𑰂𑰃𑰄𑰅𑰆𑰇𑰈𑰉𑰊𑰋𑰌𑰍𑰎𑰏𑰐𑰑𑰒𑰓𑰔𑰕𑰖𑰗𑰘𑰙𑰚𑰛𑰜𑰝𑰞𑰟𑰠𑰡𑰢𑰣𑰤𑰥𑰦𑰧𑰨𑰩𑰪𑰫𑰬𑰭𑰮𑰯𑰰𑰱𑰲𑰳𑰴𑰵𑰶𑰷𑰸𑰹𑰺𑰻𑰼𑰽𑰾𑰿𑱀𑱁𑱂𑱃𑱄𑱅𑱆𑱇𑱈𑱉𑱊𑱋𑱌𑱍𑱎𑱏𑱐𑱑𑱒𑱓𑱔𑱕𑱖𑱗𑱘𑱙𑱚𑱛𑱜𑱝𑱞𑱟𑱠𑱡𑱢𑱣𑱤𑱥𑱦𑱧𑱨𑱩𑱪𑱫𑱬𑱭𑱮𑱯𑱰𑱱𑱲𑱳𑱴𑱵𑱶𑱷𑱸𑱹𑱺𑱻𑱼𑱽𑱾𑱿𑲀𑲁𑲂𑲃𑲄𑲅𑲆𑲇𑲈𑲉𑲊𑲋𑲌𑲍𑲎𑲏𑲐𑲑𑲒𑲓𑲔𑲕𑲖𑲗𑲘𑲙𑲚𑲛𑲜𑲝𑲞𑲟𑲠𑲡𑲢𑲣𑲤𑲥𑲦𑲧𑲨𑲩𑲪𑲫𑲬𑲭𑲮𑲯𑲰𑲱𑲲𑲳𑲴𑲵𑲶𑲷𑲸𑲹𑲺𑲻𑲼𑲽𑲾𑲿𑳀𑳁𑳂𑳃𑳄𑳅𑳆𑳇𑳈𑳉𑳊𑳋𑳌𑳍𑳎𑳏𑳐𑳑𑳒𑳓𑳔𑳕𑳖𑳗𑳘𑳙𑳚𑳛𑳜𑳝𑳞𑳟𑳠𑳡𑳢𑳣𑳤𑳥𑳦𑳧𑳨𑳩𑳪𑳫𑳬𑳭𑳮𑳯𑳰𑳱𑳲𑳳𑳴𑳵𑳶𑳷𑳸𑳹𑳺𑳻𑳼𑳽𑳾𑳿𑴀𑴁𑴂𑴃𑴄𑴅𑴆𑴇𑴈𑴉𑴊𑴋𑴌𑴍𑴎𑴏𑴐𑴑𑴒𑴓𑴔𑴕𑴖𑴗𑴘𑴙𑴚𑴛𑴜𑴝𑴞𑴟𑴠𑴡𑴢𑴣𑴤𑴥𑴦𑴧𑴨𑴩𑴪𑴫𑴬𑴭𑴮𑴯𑴰𑴱𑴲𑴳𑴴𑴵𑴶𑴷𑴸𑴹𑴺𑴻𑴼𑴽𑴾𑴿𑵀𑵁𑵂𑵃𑵄𑵅𑵆𑵇𑵈𑵉𑵊𑵋𑵌𑵍𑵎𑵏𑵐𑵑𑵒𑵓𑵔𑵕𑵖𑵗𑵘𑵙𑵚𑵛𑵜𑵝𑵞𑵟𑵠𑵡𑵢𑵣𑵤𑵥𑵦𑵧𑵨𑵩𑵪𑵫𑵬𑵭𑵮𑵯𑵰𑵱𑵲𑵳𑵴𑵵𑵶𑵷𑵸𑵹𑵺𑵻𑵼𑵽𑵾𑵿𑶀𑶁𑶂𑶃𑶄𑶅𑶆𑶇𑶈𑶉𑶊𑶋𑶌𑶍𑶎𑶏𑶐𑶑𑶒𑶓𑶔𑶕𑶖𑶗𑶘𑶙𑶚𑶛𑶜𑶝𑶞𑶟𑶠𑶡𑶢𑶣𑶤𑶥𑶦𑶧𑶨𑶩𑶪𑶫𑶬𑶭𑶮𑶯𑶰𑶱𑶲𑶳𑶴𑶵𑶶𑶷𑶸𑶹𑶺𑶻𑶼𑶽𑶾𑶿𑷀𑷁𑷂𑷃𑷄𑷅𑷆𑷇𑷈𑷉𑷊𑷋𑷌𑷍𑷎𑷏𑷐𑷑𑷒𑷓𑷔𑷕𑷖𑷗𑷘𑷙𑷚𑷛𑷜𑷝𑷞𑷟𑷠𑷡𑷢𑷣𑷤𑷥𑷦𑷧𑷨𑷩𑷪𑷫𑷬𑷭𑷮𑷯𑷰𑷱𑷲𑷳𑷴𑷵𑷶𑷷𑷸𑷹𑷺𑷻𑷼𑷽𑷾𑷿𑸀𑸁𑸂𑸃𑸄𑸅𑸆𑸇𑸈𑸉𑸊𑸋𑸌𑸍𑸎𑸏𑸐𑸑𑸒𑸓𑸔𑸕𑸖𑸗𑸘𑸙𑸚𑸛𑸜𑸝𑸞𑸟𑸠𑸡𑸢𑸣𑸤𑸥𑸦𑸧𑸨𑸩𑸪𑸫𑸬𑸭𑸮𑸯𑸰𑸱𑸲𑸳𑸴𑸵𑸶𑸷𑸸𑸹𑸺𑸻𑸼𑸽𑸾𑸿𑹀𑹁𑹂𑹃𑹄𑹅𑹆𑹇𑹈𑹉𑹊𑹋𑹌𑹍𑹎𑹏𑹐𑹑𑹒𑹓𑹔𑹕𑹖𑹗𑹘𑹙𑹚𑹛𑹜𑹝𑹞𑹟𑹠𑹡𑹢𑹣𑹤𑹥𑹦𑹧𑹨𑹩𑹪𑹫𑹬𑹭𑹮𑹯𑹰𑹱𑹲𑹳𑹴𑹵𑹶𑹷𑹸𑹹𑹺𑹻𑹼𑹽𑹾𑹿𑺀𑺁𑺂𑺃𑺄𑺅𑺆𑺇𑺈𑺉𑺊𑺋𑺌𑺍𑺎𑺏𑺐𑺑𑺒𑺓𑺔𑺕𑺖𑺗𑺘𑺙𑺚𑺛𑺜𑺝𑺞𑺟𑺠𑺡𑺢𑺣𑺤𑺥𑺦𑺧𑺨𑺩𑺪𑺫𑺬𑺭𑺮𑺯𑺰𑺱𑺲𑺳𑺴𑺵𑺶𑺷𑺸𑺹𑺺𑺻𑺼𑺽𑺾𑺿𑻀𑻁𑻂𑻃𑻄𑻅𑻆𑻇𑻈𑻉𑻊𑻋𑻌𑻍𑻎𑻏𑻐𑻑𑻒𑻓𑻔𑻕𑻖𑻗𑻘𑻙𑻚𑻛𑻜𑻝𑻞𑻟𑻠𑻡𑻢𑻣𑻤𑻥𑻦𑻧𑻨𑻩𑻪𑻫𑻬𑻭𑻮𑻯𑻰𑻱𑻲𑻳𑻴𑻵𑻶𑻷𑻸𑻹𑻺𑻻𑻼𑻽𑻾𑻿𑼀𑼁𑼂𑼃𑼄𑼅𑼆𑼇𑼈𑼉𑼊𑼋𑼌𑼍𑼎𑼏𑼐𑼑𑼒𑼓𑼔𑼕𑼖𑼗𑼘𑼙𑼚𑼛𑼜𑼝𑼞𑼟𑼠𑼡𑼢𑼣𑼤𑼥𑼦𑼧𑼨𑼩𑼪𑼫𑼬𑼭𑼮𑼯𑼰𑼱𑼲𑼳𑼴𑼵𑼶𑼷𑼸𑼹𑼺𑼻𑼼𑼽𑼾𑼿𑽀𑽁𑽂𑽃𑽄𑽅𑽆𑽇𑽈𑽉𑽊𑽋𑽌𑽍𑽎𑽏𑽐𑽑𑽒𑽓𑽔𑽕𑽖𑽗𑽘𑽙𑽚𑽛𑽜𑽝𑽞𑽟𑽠𑽡𑽢𑽣𑽤𑽥𑽦𑽧𑽨𑽩𑽪𑽫𑽬𑽭𑽮𑽯𑽰𑽱𑽲𑽳𑽴𑽵𑽶𑽷𑽸𑽹𑽺𑽻𑽼𑽽𑽾𑽿𑾀𑾁𑾂𑾃𑾄𑾅𑾆𑾇𑾈𑾉𑾊𑾋𑾌𑾍𑾎𑾏𑾐𑾑𑾒𑾓𑾔𑾕𑾖𑾗𑾘𑾙𑾚𑾛𑾜𑾝𑾞𑾟𑾠𑾡𑾢𑾣𑾤𑾥𑾦𑾧𑾨𑾩𑾪𑾫𑾬𑾭𑾮𑾯𑾰𑾱𑾲𑾳𑾴𑾵𑾶𑾷𑾸𑾹𑾺𑾻𑾼𑾽𑾾𑾿𑿀𑿁𑿂𑿃𑿄𑿅𑿆𑿇𑿈𑿉𑿊𑿋𑿌𑿍𑿎𑿏𑿐𑿑𑿒𑿓𑿔𑿕𑿖𑿗𑿘𑿙𑿚𑿛𑿜𑿝𑿞𑿟𑿠𑿡𑿢𑿣𑿤𑿥𑿦𑿧𑿨𑿩𑿪𑿫𑿬𑿭𑿮𑿯𑿰𑿱𑿲𑿳𑿴𑿵𑿶𑿷𑿸𑿹𑿺𑿻𑿼𑿽𑿾𑿿𑀀𑀁𑀂𑀃𑀄𑀅𑀆𑀇𑀈𑀉𑀊𑀋𑀌𑀍𑀎𑀏𑀐𑀑𑀒𑀓𑀔𑀕𑀖𑀗𑀘𑀙𑀚𑀛𑀜𑀝𑀞𑀟𑀠𑀡𑀢𑀣𑀤𑀥𑀦𑀧𑀨𑀩𑀪𑀫𑀬𑀭𑀮𑀯𑀰𑀱𑀲𑀳𑀴𑀵𑀶𑀷𑀸𑀹𑀺𑀻𑀼𑀽𑀾𑀿𑁀𑁁𑁂𑁃𑁄𑁅𑁆𑁇𑁈𑁉𑁊𑁋𑁌𑁍𑁎𑁏𑁐𑁑𑁒𑁓𑁔𑁕𑁖𑁗𑁘𑁙𑁚𑁛𑁜𑁝𑁞𑁟𑁠𑁡𑁢𑁣𑁤𑁥𑁦𑁧𑁨𑁩𑁪𑁫𑁬𑁭𑁮𑁯𑁰𑁱𑁲𑁳𑁴𑁵𑁶𑁷𑁸𑁹𑁺𑁻𑁼𑁽𑁾𑁿𑂀𑂁𑂂𑂃𑂄𑂅𑂆𑂇𑂈𑂉𑂊𑂋𑂌𑂍𑂎𑂏𑂐𑂑𑂒𑂓𑂔𑂕𑂖𑂗𑂘𑂙𑂚𑂛𑂜𑂝𑂞𑂟𑂠𑂡𑂢𑂣𑂤𑂥𑂦𑂧𑂨𑂩𑂪𑂫𑂬𑂭𑂮𑂯𑂰𑂱𑂲𑂳𑂴𑂵𑂶𑂷𑂸𑂺𑂹𑂻𑂼𑂽𑂾𑂿𑃀𑃁𑃂𑃃𑃄𑃅𑃆𑃇𑃈𑃉𑃊𑃋𑃌𑃍𑃎𑃏𑃐𑃑𑃒𑃓𑃔𑃕𑃖𑃗𑃘𑃙𑃚𑃛𑃜𑃝𑃞𑃟𑃠𑃡𑃢𑃣𑃤𑃥𑃦𑃧𑃨𑃩𑃪𑃫𑃬𑃭𑃮𑃯𑃰𑃱𑃲𑃳𑃴𑃵𑃶𑃷𑃸𑃹𑃺𑃻𑃼𑃽𑃾𑃿𑄀𑄁𑄂𑄃𑄄𑄅𑄆𑄇𑄈𑄉𑄊𑄋𑄌𑄍𑄎𑄏𑄐𑄑𑄒𑄓𑄔𑄕𑄖

喻 嘎客卡嘎哈額阿 雜囉惹阿札娘阿 炸踏  
達達哈那 大踏塔達哈拿 爸帕琶拔瑪 牙惹  
阿拉瓦 夏客阿薩哈阿喀訝 梭哈

緣起心咒：

ཨོཾ་ཡེ་རྫ་མུ་ཏེ་རུ་བ་རྩ་མ་ཏེ་རུ་རྩེ་ཤར་ལྷ་ག་ཏོ་བྱ་མ་དང་།  
ཏེ་ཤར་ལྷ་ཡོ་ནི་རོ་རྩ་ཨོཾ་ཨོ་ལྷ་ཏེ་མུ་བྱ་མ་ཏེ་ཡེ་ལྷ་ཏེ།

喻 耶達嗎嘿堵 札巴娃嘿杜得 看達他嘎  
豆 海呀哇底 底看雜 育尼 若達 耶汪  
巴底 嘛哈夏嘛納耶 娑哈（三遍）

（喻 諸法從緣生 如來說是因 諸法從緣滅 大沙門所說梭哈。此為譯文，無須念誦。）

這是蓮華生大士的巖藏法要，可保護行者免受疾病侵害，去除已罹患的病。

迴向

唯願以我過去、現在、未來三世所造、可以獲得安樂的善業，願究竟的善心 珍愛和關照一切有情，他們是自他三世一切安樂的泉源 在我和他人心中生起，並願已生起的利他心輾轉增長！

唯願以我和一切行願清淨的聖者，過去、現在、未來三世的一切善業，願一切父母有情安樂，願我獨力成辦此事。願三惡道（地獄、餓鬼、畜生道）從此空寂。

願奉獻生命為眾生尋求安樂的聖者，所有的願望當下圓滿，願我獨力完成這些願望。



唯願以我和諸佛菩薩過去、現在、未來三世所造善業，願我成就佛果的無上安樂（遠離種種過患，圓滿種種功德的境地），並引領一切有情臻至無上正覺。

跋：

此療病儀軌由尊貴的梭巴仁波切在一九九一年九月一日於澳洲墨爾本度母中心譯出。發心和迴向部分是隨後加入的。由護持大乘法脈聯合會中央辦事處慕瑞如艾特（Murray Wright）在一九九三年五月重新編排格式。此儀軌原本由波士頓智慧叢書在一九九四年刊行。其後由護持大乘法脈聯合會教育服務部康絲坦米勒（Ven. Constance Miller）法師在二〇〇一年六月增訂。香港慈悲寺中譯，本書略加校訂。





薄伽梵藥師經軌心要略攝：如意寶



班禪善慧法幢(洛桑確吉堅參)編著  
由藏譯漢：陳智音

本譯所據版本為 Bhikshu Svasti 合訂倡印  
1973 年印度翻印之單行本

2003 年 4 月 25 日譯

2003 年 6 月 16 日增訂本

Sherab Translation Office,  
Madison, Wisconsin

譯注	正文
	<p>namo guru munīndrāya/ 那摩姑汝牟尼因陀羅耶</p>
<p>「解脫記」：聖者傳記。</p>	<p>僅由聽聞誰名之水流 轉無間火清涼如蓮池 即彼濁世怙主七善逝 及釋迦頂尊足我敬禮 勝劣業散然能以辨慧 信解濁世七佛解脫記 為利如是具慧故編此 經軌甘露精煉之心要</p>
	<p>此中總攝修習濁世之中速疾最大加持力聖不變語教所親許、策動濁世怙主七善逝誓願、心要中心要之法。先依經軌中所出加行作已，接修歸依：</p>
	<p>歸依十方三世一切如來身語意功德事業為體、八萬四千法蘊生處、一切聖僧伽之主、具恩根本及相傳承一切具德上師正士。歸依一切圓滿正等覺佛薄伽梵、歸依一切正法、歸依一切聖僧伽。歸依薄伽梵藥師如來八昆仲及諸天眷屬。歸依具慧眼者勝吉祥怙主守護正法一切諸護法。（誦一遍）</p> <p>歸依上師、歸依佛、歸依法、歸依僧。歸依薄伽梵藥師如來八昆仲及諸天眷屬。歸依具慧眼者勝吉祥怙主守護正法一切諸護法。（誦二遍）</p>
	<p>次修發心：</p>
<p>【按】原版於「施等善」處為「近修善」，以該本系為作近修而編。另「善」原文直譯應為「福德」。</p>	<p>諸佛正法眾中尊 直至菩提我歸依 以我所行近修德 為利眾生願成佛（誦三遍）</p> <p>【此頌藏文亦為九言，直譯如下： 乃至菩提之中我歸依 諸佛正法及眾中最勝 以我所行施等諸福德 為利一切眾生願成佛】</p>
	<p>次修四無量心：</p>
	<p>願諸蒙昧於我及一切顯現即法界自性之有情具足安樂及安樂之因、遠離苦惱及苦惱之因、不離無苦之樂、住於遠離苦樂之因貪瞋親疏之等捨。</p>





	特別者， 為利一切如母有情當成就圓滿正等覺佛位， 為此之故當修習於八薄伽梵善逝及諸天眷屬 敬禮供養勸策誓願等道次第。（誦三遍）
	如是修習歸依發心與自相續如實結合已，
三種力：明、咒、信 解。	<p>勝者佛子勝諦加持力 二資威德清淨法界力 令此地如極樂土相應 情器有寂圓滿諸希求</p> <p>大寶地基巖以樹與湖 水底遍鋪金銀珍珠沙 妙花遍敷出旃檀馨馥 充滿人天受用普賢供</p> <p>此中可意寶宮殿中央 蓮華獅座上住佛佛子 欣享明咒以及勝解力 變化所成周遍供雲海</p> <p>濁世怙主具悲七善逝 釋迦正法菩薩及護法 為救我等祈臨成此會 加持作救護者及助友</p>
	〔七支〕
「梵」：梵天、「釋」：帝 釋、「天王」：四天王。	<p>大恩無等之根本上師 釋迦尊王妙音寂護等 於彼印持此一甚深經 一切本傳上師我敬禮</p> <p>救度貧苦有情具大悲 七佛善逝及釋迦正法 妙音救脫秘主及梵釋 並諸天王藥叉我頂禮</p> <p>供養實設明咒勝解力 所變諸供懺悔諸罪墮 隨喜諸善勸轉請長住 此等眾善迴向大菩提</p>
	〔總求賜承諾〕
	<p>薄伽梵大集會祈垂念 七善逝之往昔誓願等 釋迦聖教末後五百年 當獲成就如其所親許 今請於我現前實開演</p>
	〔別禮供祈請八佛〕
	〔一〕

「應」此依玄奘新譯，舊譯為「應供」。

頂禮、供養、歸依薄伽梵如來應正等覺善名稱吉祥王。（誦七遍，下同）

尊身金色手結施依印 八願成就滿二資威嚴  
他無能勝刹吉祥成就 善名遍揚吉祥我頂禮

以妙華喻（三十二）相，以花蕊喻（八十種）好，具有如此之美妙身。

相若妙華圓滿清淨上 飾以隨好花蕊美妙身  
凡諸見聞憶念皆吉祥 妙相遍揚吉祥我頂禮

供養實設明咒勝解力 所變諸供懺悔諸罪墮  
隨喜諸善勸轉請長住 此等眾善迴向大菩提

聞憶誦禮供養佛號力 我等以及一切諸有情  
離諸病疫怨敵邪鬼魅 圓滿諸根斷絕苦罪續  
不墮惡趣受人天樂 飢渴貧窮息滅得滿足  
無諸捆縛鞭打等身苦 遠離虎獅蛇害爭鬥息  
互生慈心若遭水難者 亦願蘇息度越無畏樂  
由此死時於彼佛淨土 從蓮華生圓滿諸功德  
承受善妙名稱吉祥等 語教傳承令彼等歡喜

〔二〕

頂禮、供養、歸依薄伽梵如來應正等覺寶月蓮華莊嚴善巧威音王。（七遍）

尊身黃色手結勝施印 八願成就滿二資威嚴  
具足寶刹吉祥而成就 大寶月尊足前我頂禮

「雅音」即佛號中「威音」之「音」。此中說「音」即是雅音，如說「香」時指妙香。

大寶月及蓮華所莊嚴 善巧一切所知智圓滿  
具甚深如大海之心意 雅音王尊足前我頂禮

供養實設明咒勝解力 所變諸供懺悔諸罪墮  
隨喜諸善勸轉請長住 此等眾善迴向大菩提

聞憶誦禮供養佛號力 我等以及一切諸有情  
散者正法增 受人天福 離生產苦常轉生為男  
不離菩提勝心增善法 清淨業障獲享人天樂





	<p>無諸友離及暗魔擾害 死與仇敵寂害勤供修          下者能得三摩地念力 獲勝智慧火難轉清涼          由此死時於彼佛淨土 從蓮華生圓滿諸功德          承受威音王等諸如來 語教傳承令彼等歡喜</p>
	〔三〕
	<p>頂禮、供養、歸依薄伽梵如來應正等覺無垢          赤金寶光禁行成就（七遍）</p> <p>如瞻洲金手結說法印 四願成就滿二資威嚴          妙香遍滿剎吉祥成就 無垢赤金光明我頂禮</p> <p>如瞻部洲水流金明朗 勝過千日威嚴光熾然          尊身猶如無垢赤金塔 無垢赤金光明我頂禮</p> <p>供養實設明咒勝解力 所變諸供懺悔諸罪墮          隨喜諸善勸轉請長住 此等眾善迴向大菩提</p> <p>聞憶誦禮供養佛號力 我等以及一切諸有情          短命長壽貧窮轉富足 諸爭鬥者轉互生慈心          失學處者不墮於惡趣 而能具戒不捨菩提心          由此死時於彼佛淨土 從蓮華生圓滿諸功德          承受無垢金等諸勝者 語教傳承令彼等歡喜</p>
	〔四〕
	<p>頂禮、供養、歸依薄伽梵如來應正等覺無憂          最勝吉祥。（七遍）</p> <p>身色淺紅二手結定印 四願成就滿二資威嚴          無憂苦剎吉祥而成就 無憂最勝吉祥我頂禮</p> <p>憂苦已滅得最勝安樂 能息眾生三毒諸苦痛          吉祥作六趣有情怙主 無憂最勝吉祥我頂禮</p>



	<p>供養實設明咒勝解力 所變諸供懺悔諸罪墮 隨喜諸善勸轉請長住 此等眾善迴向大菩提</p> <p>聞憶誦禮供養佛號力 我等以及一切諸有情 不離憂苦等息、長壽樂 由勝者光地獄喜樂增 光澤端嚴鬼魅不能害 互起慈心無有諸疾病 由此死時於彼佛淨土 從蓮華生圓滿諸功德 承受無憂勝等諸勝者 語教傳承令彼等歡喜</p>
	〔五〕
	<p>頂禮、供養、歸依薄伽梵如來應正等覺法朗 海音。（七遍）</p> <p>身色白紅手結說法印 四願成就滿二資威嚴 正法勝幢剎吉祥成就 法朗海音如來我頂禮</p> <p>法音朗然摧滅敵論邊 具足深如大海妙語教 能息無餘有情諸苦痛 法朗海音如來我頂禮</p> <p>供養實設明咒勝解力 所變諸供懺悔諸罪墮 隨喜諸善勸轉請長住 此等眾善迴向大菩提</p> <p>聞憶誦禮供養佛號力 我等以及一切諸有情 恒常具足正見及信心 聆聽法音菩提心增廣 斷為得受用惡增富饒 復願慈住長壽並知足 由此死時於彼佛淨土 從蓮華生圓滿諸功德 承受法朗海等諸勝者 語教傳承令彼等歡喜</p>
	〔六〕
<p>此處「遊戲」指無礙，「神通」為出世間神通，即智慧能見諸法一切方面，如下頌中所說「無餘現觀一切所知」。</p>	<p>頂禮、供養、歸依薄伽梵如來應正等覺法海 勝慧遊戲神通王。（七遍）</p> <p>身珊瑚色手結勝施印 四願成就滿二資威嚴 寶海剎土吉祥而成就 神通智慧王佛我頂禮</p> <p>法慧深底難測之勝意 善遊戲於清淨之法界 無餘現觀一切所知者 神通智慧王佛我頂禮</p>



	<p>供養實設明咒勝解力 隨喜諸善勸轉請長住</p> <p>聞憶誦禮供養佛號力 散者無諸害心得滿足 無自主者得自主圓滿 由此死時於彼佛淨土 承受神通王等諸勝者</p>	<p>所變諸供懺悔諸罪墮 此等眾善迴向大菩提</p> <p>我等以及一切諸有情 入惡趣邪途者得十善 一切長壽聞號成淨善 從蓮華生圓滿諸功德 語教傳承令彼等歡喜</p>
	〔七〕	
	<p>頂禮、供養、歸依薄伽梵如來應正等覺藥師琉璃光王。（七遍）</p> <p>尊身青色手結勝施印 琉璃光刹吉祥而成就</p> <p>大悲一切等持薄伽梵 消除三毒病患藥師佛</p> <p>供養實設明咒勝解力 隨喜諸善勸轉請長住</p>	<p>成十二願滿二資威嚴 醫王如來尊前我頂禮</p> <p>僅聞名號即除惡趣苦 琉璃勝光明尊我頂禮</p> <p>所變諸供懺悔諸罪墮 此等眾善迴向大菩提</p>
邪劣道：「邪道」指外道，「劣道」指小乘。	<p>聞憶誦禮供養佛號力 相好莊嚴眾生與我同 受用無盡、信邪劣道者 離壞戒苦圓滿具諸根 惟願恒常具足男身根 王政迫害止息、為飢故 息寒熱疲滿願且具足 由此死時於彼佛淨土 承受彼醫王等諸勝者</p>	<p>我等以及一切諸有情 放光除闇智慧方便故 入大乘道以戒律莊嚴 無病多資、厭患女身者 解脫魔羅網索諸惡見 行邪命者得法食滿足 聖者歡喜淨戒得解脫 從蓮華生圓滿諸功德 語教傳承令彼等歡喜</p>
	〔八〕	
	<p>頂禮、供養、歸依導師薄伽梵如來應正等覺吉祥勝者釋迦牟尼。（七遍）</p>	

<p>「堪忍」玄奘新譯為「索訶」，舊譯「娑婆」。</p>	<p>尊身金色手作觸地印 以殊勝悲及大精進力 於此堪忍世界而成就 最勝導師釋迦我頂禮</p> <p>善巧大悲出身釋迦族 他無能勝摧伏諸魔軍 猶如金色須彌威嚴身 釋迦尊王足前我頂禮</p> <p>供養實設明咒勝解力 所變諸供懺悔諸罪墮 隨喜諸善勸轉請長住 此等眾善迴向大菩提</p> <p>從勝導師於此經軌中 如其所說無餘諸利益 我等一切無怙諸眾生 今於此處獲得祈加持</p>
	<p>〔禮供祈請於正法〕</p>
<p>【按】此處有說應誦七遍或三遍之不同版本。</p>	<p>除無明闇最勝燈 除苦惱病最上藥 於此一切正法寶 頂禮供養並歸依</p> <p>供養實設明咒勝解力 所變諸供懺悔諸罪墮 隨喜諸善勸轉請長住 此等眾善迴向大菩提</p>
	<p>由正法寶諦實加持力 我等從今乃至一切生 願如勝者密意得成就 一切如來正法悉無餘</p>
<p>「菩提薩埵眾」：原文為「勝者之子眾」。「大部主」古譯「大將」。</p>	<p>妙音救脫及金剛手等 三萬六千菩提薩埵眾 勸策請問勝者誓願已 所說此經一切諸利益 今於我等現前令成就 亦如護世及諸大部主 往昔於導師前所親許 回遮仇敵魔害病疫等 遍息爭鬥圓滿身心樂 增長受用自在財稼壽 如意成辦一切所求事 請作恒常守護勿遺忘</p>
<p>【按】此處注音皆按梵文發音，修習者可依師傳念誦。</p>	<p>由此〔誦咒〕 歐姆 那摩帕噶瓦迭 徠沙皆姑汝 徠諸屋 爾亞波惹帕惹啊加啊亞 達祉啊噶搭啊亞 啊 爾哈迭 三姆亞刻三姆布達啊亞 達得亞他啊 歐姆 徠沙皆 徠沙皆 瑪哈啊徠沙皆 徠 沙皆惹啊加啊 薩目得噶迭 娑啊訶啊  </p>







	<p>如是持誦，若無暇時：</p> <p>達得亞他啊 歐姆 徘沙皆 徘沙皆 瑪哈啊          徘沙皆 徘沙皆惹啊加啊 薩目得噶迭 娑          啊訶啊  </p> <p>隨意持誦任何長時間。</p>
	<p>次結行作簡略酬謝供養已祈請容恕：</p> <p>大恩無等之根本上師 釋迦尊王妙音寂護等          於彼印持此一甚深經 一切本傳上師我頂禮          救度貧苦有情具大悲 七佛善逝及釋迦正法          妙音救脫秘主及梵釋 並諸天王藥叉我頂禮</p> <p>供養實設明咒勝解力 所變諸供懺悔諸罪墮          隨喜諸善勸轉請長住 此等眾善迴向大菩提</p> <p>頂禮供養導師佛 善逝眷屬願轉生          清淨刹土蓮心中 圓滿一切諸功德</p> <p>我今頂禮及供養 一切正法大寶已          願於一切生世中 受行大乘法行</p> <p>我今頂禮及供養 一切菩提薩埵眾          永不捨離菩提心 清淨正法令出生</p> <p>我今頂禮及供養 護方四大天王眾          外內中斷皆息滅 所求如意令成就</p>
<p>「部落主」古譯為「大將」。</p>	<p>我今頂禮及供養 十二藥叉部落主          外內中斷皆息滅 一切悉地令成就</p> <p>善逝及諸佛子所加持 如彼一切菩薩所親說          守護正法護法諸誓句 祈請令於我等獲成就</p>
	<p>復次發願：</p> <p>善名寶月赤金無憂苦 法音神通藥師釋迦佛          廣大誓願密意極圓滿 善逝及諸眷屬我頂禮</p>



瞋恨慳吝煩惱所牽轉	行業所造有海輪迴中
苦痛驚濤淹沒諸眾生	願彼生起無量諸安樂
爭鬥惡夢以及諸惡相	所有苦惱及心無安穩
由具三摩地方便加持	願彼剎那之間即息滅
一切有身願皆不遭受	一日二日或三日病苦
或為長期流行病苦擾	亦無一切憂苦之傷害
所有一切種種傳染病	雖僅剎那亦不令生起
爭鬥貧窮一切皆息滅	令彼皆互生喜和睦住
諸根擾亂及意不安樂	瘋顛愚昧及念力不清
有情一切意闇淨除已	生起無倒通達妙智慧
願諸有身不為風膽涎	所攝一切疾病及鬼魅
食肉空行眾等所傷害	令獲光澤端嚴強健身
願一切年月日及晝夜	以及星曜常值善吉祥
一切諸方恒常獲安樂	一切年穀亦令獲豐收
我等無論居住任何地	供養世尊眷屬加持故
疾病貧窮爭鬥皆息滅	正法增長願一切吉祥
願於一切生生世世中	種姓善妙聰明無憍慢
悲心廣大恭敬諸師長	安住醫王勝者誓句中
惟願我等能同等成就	如汝醫王勝者尊身色
眷屬壽量以及淨刹土	以及汝之殊勝妙名稱

【按】此頌原版中略，今為便念誦據1989年青海版《念誦集》度母讚中同頌補全。

願由稱贊祈請至尊力	我等任住何處於彼處
疾病貧窮爭鬥皆息滅	正法及諸吉祥令增長
如是發願白淨善資糧	無餘集聚一處攝持力
為利一切如母諸有情	迴向獲得無上菩提因



	<p>薄伽梵如來應正等覺七佛並諸眷屬以及導師 薄伽梵吉祥勝者釋迦牟尼並諸眷屬會眾面 前，我等今此祈請成辦眾多眾生利益，然我 等惡時有情行持劣弱，或由不淨、求索不 得、或有放逸，導致身語意三行染雜煩惱， 供物微劣不潔，未符經中所出儀軌等一切混 淆、過失，祈請具勝大悲諸尊容恕！由大悲 意親容恕已，勿使其成為我等暫時或長久罪 障，惟願賜予加持！</p>
	<p>接誦百字明咒，及「由無知」等頌。若欲略修，則誦：</p> <p>不全以及有失壞 任何以我之愚心 或有自做或教他 於此亦復祈容恕</p> <p>惡時有情福報弱 染雜無明諸煩惱 未能令聖意歡喜 於此亦復祈容恕</p> <p>由慳吝或不善巧 供養微劣置雜亂 怙主具大悲心者 於此亦復祈容恕</p> <p>由諸放逸不淨行 未能符合經儀軌 任何一切諸錯失 於此亦復祈容恕</p> <p>若有增益或損減 儀軌支分有失誤 或我任何所遺忘 於此亦復祈容恕</p> <p>【末頌據法自在匯編本補】</p>
	<p>〔若有像時祈請安住〕【依法自在匯編本加】</p> <p>為諸眾生利益故 於此與像同住已 亦請善賜無疾病 長壽自在諸殊勝</p>
<p>蘇波惹底師利：善安 住；瓦吉惹：金剛。</p>	<p>歐姆 蘇波惹底師利 瓦吉惹耶 娑啊哈啊  </p>



	<p>請歸本處者，</p> <p>尊為普辦有情利 請賜隨順諸悉地 今請返回諸佛境 後以大悲願再來</p> <p>怙主具大悲心者，利益我等一切有情已，請與各自刹土所化眷屬等返回。</p>
	<p>〔誦最簡普賢行願偈等〕</p>
<p>【按】舊譯《普賢行願》文皆七言，此依藏文體例重譯為九言。另此二頌在藏地傳誦極廣，常用於儀軌法會作迴向處，而於文詞之上常有出入，今略勘訂各所見本，主要依 1989 年青海版《念誦集》譯出。各本不同之比較詳見另處。事關重要，特申述之。</p>	<p>如妙吉祥勇士如實知 普賢菩薩此復亦如是 我為於彼一切隨學故 究竟迴向今此一切善</p> <p>一切三時善逝諸勝者 稱贊何種迴向最殊勝 我亦究竟迴向自所作 一切善根為能普賢行</p> <p>願諸眾生以此善 圓滿福智二資糧 並獲福德智慧中 所生二種淨妙身</p> <p>【此頌出龍猛《六十正理論》】</p> <p>眾生苦痛唯一藥 一切安樂所生處 聖教所需財敬侍 惟願獲得長久住</p> <p>【此頌出寂天《入菩薩行論》】</p> <p>希有勝者佛子加持力 復由緣起無欺諦實力 及我清淨增上意樂力 願諸清淨所願皆成就</p> <p>如是（已作）若有像時祈請安住、無者請回本處（等結行），誦吉祥頌。</p>
<p>【按】本譯所據版本先結儀軌於此處，後附吉祥頌。修時應將其加於「誦吉祥頌」等字後。【按】此吉祥頌收於著者文集第五（CA）函，本儀軌則收於第三（GA）函。</p>	<p>跋曰</p> <p>末後五百時中無依怙 五煩惱毒魔醉諸眾生 以大悲意彼釋迦尊主 勸策濁世七佛大悲心</p> <p>宣說利樂生處契經軌 復由遍知吉祥寂護尊 增廣經軌自在王頂飾 然於今時諸般散亂故</p> <p>我為少數有信心者編 彼之心要之心如意寶 願以此等白善令自他 獲得八善逝歡喜攝受</p>



	此乃出於安置少數士夫利益之心，說法師善慧法幢（洛桑確吉堅參）作於扎什倫布大法苑寢室。	
	〔吉祥頌〕 那摩姑汝曼殊廓沙耶 (namo guru manjughosaya /)	
「無死道」：虛空異名。「水生」：蓮華藻名。	圓滿方輪無死道之中 或正灑降種種水生雨 或行摧滅魔障之事業 善了知已應生大歡喜	遍布藥師如來天眷眾 或正詠唱祈賜善妙歌 彼皆勝賜於汝大善緣 我當誦此悅耳吉祥頌
「君陀」一種白色蓮華，有月光照時即開放。	誰之足趾之寶放白光 開敷即汝人天勝導師	觸及頂上令有緣君陀 能仁說法月尊我頂禮
	妙音以及大堪布寂護 第二勝者善慧名稱等 一切善聚所成吉祥力 樂善猶如新月增長已 未被其他佛日所調伏 願以濁世怙主七善逝 一切善聚所成吉祥力 樂善猶如新月增長已	墀松德贊阿底峽父子 願以根本傳承勝上師 汝諸違緣衰損皆消除 欣享圓滿妙善祈吉祥 無怙末後五百年眾生 成就諦語誓願廣大海 汝諸違緣衰損皆消除 欣享圓滿妙善祈吉祥
	能仁自在廣長舌蓮上 修亦能成故殊勝甘露 一切善聚所成吉祥力 樂善猶如新月增長已	所出釋迦聖教末後時 即此甚深廣大契經王 汝諸違緣衰損皆消除 欣享圓滿妙善祈吉祥
	願以十方刹土中一切 乃至修習諸導師善逝 一切善聚所成吉祥力 樂善猶如新月增長已	僅持藥師醫王之名號 極廣大願經軌善男子 汝諸違緣衰損皆消除 欣享圓滿妙善祈吉祥

<p>二三句意為：大寶所成超越三界的三寶住處等同於極樂淨土。</p>	<p>由善逝悲陀羅尼勝解 三摩地及諦語所成就 大寶所成超三界三寶 住處等同極樂勝刹土 一切善聚所成吉祥力 汝諸違緣衰損皆消除 樂善猶如新月增長已 欣享圓滿妙善祈吉祥</p>
	<p>此藥師儀軌結行時所誦吉祥頌文，系依饒江巴格西法師比丘法增義成（確佩敦珠）之勸請，大德善慧法幢（洛桑確吉堅參）著於扎什倫布。</p>
<p>以下為單行本附錄內容。譯者今暫略去咒文。</p>	<p>〔附錄：七種陀羅尼及功德〕</p> <p>一、百字明：〔……咒文〕</p> <p>二、釋迦牟尼咒：〔……咒文〕經云若誦一遍可清淨百俱胝劫罪業。</p> <p>三、一切如來心咒：〔……咒文〕經云誦此一遍可清淨十萬八千劫之罪業。</p> <p>四、旋繞咒：頂禮薄伽梵如來應正等覺釋迦牟尼〔……咒文〕誦此陀羅尼一遍等於頂禮旋繞十方三世之三寶，清淨無始以來所集一切罪業，速疾獲得佛菩提，不為敵障所獲，脫離一切病魔。</p> <p>五、聖大悲十一面（觀自在）陀羅尼：〔……咒文〕誦此陀羅尼一遍清淨淨治四根本墮。他處亦廣說清淨五無間罪、得一切淨治，病魔等速疾息滅以及往生極樂淨土等功德。</p> <p>六、六字大明及觀自在心種子字：〔……咒文〕</p> <p>七、不動如來陀羅尼：〔……咒文〕</p>
<p>「娑斯滴」：Svasti. 「善慧遍喜」：洛桑滾噶。</p>	<p>為增未作法施千戶長 學名比丘具娑斯滴名者 清淨增上意樂勤善修 施主善慧遍喜得順緣 此善願令所緣諸有情 皆受用於無漏利樂德 一切吉祥！</p>





## 【附錄】藥師七佛名號義淨大德譯、藏譯及依藏譯漢對照表

義淨譯 (大正藏14-451)	藏譯	依藏譯漢
善名稱吉祥王	mtshan legs par yongs sgrags dpal gyi rgyal po	(= 義淨譯)
寶月智嚴光音自在王	rin chen zla ba dang padms rab tu brgyan pa mkhas pa gzi brjid sgra dbyangs kyi rgyal po	寶月蓮華莊嚴善巧 威光音王
金色寶光妙行成就	gser bzang dri med rin chen snang ba rtul zhugs grub pa	無垢赤金寶光禁行 成就
無憂最勝吉祥	myan ngan med mchog dpal	(= 義淨譯)
法海雷音	chos bsgrags rgya mtsho'i dbyangs	法朗海音 (用義淨譯，字雅故)
法海勝慧遊戲神通	chos rgya mtsho mchog gi blos rnam par rol pa mngon	法海勝慧遊戲神通王
藥師琉璃光	sman gyi bla baid? rya'i 'od kyi rgyal po	藥師琉璃光王

注：義淨所據梵文本與藏譯所據梵文本可能並不相同，因此七佛名號的譯法就會有所不同。我們這裡因為是從藏文譯漢，所以主要依據藏譯。其第五佛古譯皆隨義淨譯作「法海雷音」，今此暫依藏文改譯為「法朗海音」，實非輕視古譯也。 譯者

## 【譯跋】本法重要及翻譯緣起

這一殊勝經軌的翻譯是在法友慈祥等人多次敦促和大力贊助之下完成的。今年二月上旬慈祥寫給我一封信，我讀後感慨萬分，因感其概括本法重要性，言及翻譯修習四端必需，言辭十分切要中肯，特抄錄部分內容如下，既為鞭策自身，並願與大家共享：

「至尊師長在世之日，金剛持 賽倉仁波切屢囑我等為師長長久住世誦此《藥師儀軌》。我等無明所覆，渾然不覺。至恩德無比之胡老師示寂，猶未醒悟，徒然手足失措耳。迄至大恩楊老師示現重病，方有譯經之議，然頗為晚矣。此實如阿難為魔羅所蔽，未祈請聖一切智住世之舊事也。今每思及此，輒痛悔不已。師長於我，可謂恩如四大海水 此一端也。

今值末世，邪見熾盛，正法衰頹，有情福慧澆薄，往往不堪受持教法，雖五戒十善亦不能持，遑論無上密法。然頗有一類好高騖遠之眾，動輒勝樂、怖畏，全不知次第、根性。每每無功而費時，一生亦無纖毫之利，反造顛倒墮落之因。今此儀軌，文約義簡，然具不可思議之加持力。又依顯乘之規，故童叟皆宜。此實增福慧、治逞誇之良藥也。 此二端也。

余年來深感末法有情福慧不能相諧。認真修持者往往福德不足，甚至衣食堪憂，此故能淨惡業，然此物欲橫流之時，亦足以退道心也。又為外道所見，徒令其謗法譏僧，造無窮惡業。此儀軌頗可增長福德，令修行眾遠離衣食之慮，順緣迅速積集，實滿願之摩尼寶也。此三端也。

今時眾生，肇因惡業，苦病日盛，種種怪疾，此衰而彼起，又有刀兵之禍，實憂苦之甚。頗有學佛眾多年而不得療其痼疾，乃惑於外道邪見，退失信心。此儀軌可療眾生身



心諸種病患，實長夜無盡之明燈，憂苦有情不請之良醫也。此四端也。」

當時我雖有所感，仍因懈怠，未能立即完成所托，誰知信中所及「種種怪疾」等竟成預言。三月底時消息傳出：SARS 傳染病橫發，肆虐中國從南向北並波及其他地區。危急關頭，親者罹難，孰不哀哭？大悲無等上師梭巴仁波切也指示 FPMT 教下徒眾立即修習包括此法門在內的法要以祈禱消除 SARS 災難。這一切不啻是在向我們警示無常。此又一端也。嗚呼！僅以同修此法之微少功德，迴向自他父母有情早離病苦，入菩提道，享無上樂。

復次，因 SARS 突發機緣，為趕時間，初譯完成較為倉促，至有失當存疑之處。後經法友慈祥多次持譯稿往波士頓 KURUKULLA 中心從原色拉寺 措噶格西 (Geshe Tsulga) 處諮詢、校對，復與譯者詳加討論，確定文意，校正譯誤，潤色文詞，務求嚴謹。故請一切依此校訂本為準。

譯者謹誌 二 三年六月九日。於六月十四、十六日複校二遍。

一切吉祥！



## 防護藏字

以下是七個藏文字。每一個都有特定的作用和利益，解釋如下。源於蓮花生大士。喇嘛梭巴仁波切建議這些藏字可以用洗得掉的墨水寫於掌心。這是因為手通常用來做不敬之事（例如上廁所），由於這些字是神聖的，與其對其不敬，不如把它洗掉比較好（或至少不要以不敬的方式使用那隻手）。

此外，當你洗掉它們時，請憶念現在水得到了加持。藏字可以寫在左手或右手。仁波切也說，可以把藏字製成印章，蓋在手上。藏字之效力有賴自己對此字威力的信心。上師更提醒我們，寫藏字在掌上之餘必需同時修持儀軌，才能更有效地預防和醫治 SARS，且必需以大悲心進行此事。



一、將不會得到來自他人的疾病。寫於掌心。

(LHA)(拉)



二、保護免於傳染病。寫於掌心。如果你將它寫在前額，將會得到一切所欲的財富。

(HRIH)(喜)



三、不會受到武器的傷害。寫於掌心。

(MA)(馬)

མ

四、保護你遠離八種恐懼。寫於心上。

(NAM)(南木)

འཁམ

五、在鬥爭、口角和商場之戰中獲勝。寫於心上。

(SHIN TU TSE DROG)(新圖賊卓)

ཤུ་ཅེ་ལྷོ་འ

六、不會遇到敵手。寫於掌心。

(NAM KHA) (南木卡)

འཁམ་ཁམ་པའ་

七、你會在戰爭中獲勝。寫於掌心。必需在去打仗之前寫好。

(TAG)(大)

ཏཱག



## 大白傘蓋

梭巴仁波切也建議可隨身攜帶大白傘蓋本尊的法照、祈請文或真言作為預防 SARS 很好的防護。可請購法照或從 FPMT 網站下載，網址是 [www.fpmt.org](http://www.fpmt.org)

### 大白傘蓋祈請文

禮敬威名頂髻大白傘佛母蓮足下：

無垢智大白傘蓋，  
無人能擊潰之最勝佛母，  
無見頂髻之所生，  
諸佛之最殊勝相。  
敬祈摧滅諸障礙並賜予  
一切安樂及最勝成就。



真言：

答呀他 唵 阿哪咧 阿哪咧 卡薩昧  
卡薩昧 巴蕊 巴蕊 薩昧 薩昧 薩爾哇  
布達 啊滴希答哪 啊滴希滴嗲 梭哈

唵 薩爾哇 搭他嘎搭 鳴嘻尼夏 西答  
塔巴蕊 吽 呬 吽 嗎嗎 吽 尼梭哈

跋：梭巴仁波切於二〇〇三年五月針對預防 SARS 所追加的開示，黃純如中譯。

## 康復觀修法

首先，你必須了解到，疾病的主因源於心識。因此，消除邪見是疾病的主治，健康的主因。這是最善巧的修持法門，最有益於健康、長壽、幸福、安寧，以及如意實現所有的心願。要得到這一類的效果，就得看你下多少功夫去破除頑固的邪見。

接著，必須破除堅定、頑固的觀念：「得了癌症或愛滋病就一定會導致死亡；如果沒有了它，就會長命百歲。」要破除這個觀念，你必須想：「縱然我的身體健康強壯，但死亡隨時都會降臨。此外，也有許多其他病菌能造成我的死因。」一旦你依著這種想法來破除錯覺時，那疾病再也不能產生像以往那樣強烈的威脅作用。所以，這種想法非常有效。

如果你將癌症或愛滋病所造成的傷害，與自我愛惜的「我執」概念所帶來的傷害相比較，那癌症與愛滋病只不過是芝麻綠豆的小事。愛惜自我的我執概念會在你的日常生活中，尤其是在趨向心斷絕過患、圓滿成就佛果的修行道路上，造成莫大的害處。

自我愛惜造成所有四百二十四種疾病。一旦我執的心態消失了，那些造成疾病、人生旅途上的荊棘、人際關係上的問題、情緒也不再生起。

最善巧的修法，最有益、有效的修法，能將煩惱轉化成幸福。最好的技巧、最好的心理、最好的治療法，莫過於自願為其他有情



承受所有的問題與病痛，用以消滅我執、自我愛惜的心態。是自我愛惜的我執使你感受到愛滋病、癌症與死亡的現象。

事實上，使你在生活中遇到重重的困境、人際關係問題、他人的諷刺與傷害等 真正的罪魁禍首，莫過於自己的心，自己的我執，自我愛惜的念頭。就是因為它的存在，才會產生這些問題。

舉例來說，當你心裡沮喪，或對人生充滿不滿，一旦你放鬆了對自我的執著、愛惜自己的念頭；一旦你改變了態度，放棄「自我」，愛惜其他有情眾生 剎那間，沈重的消沈情緒連同一切的煩惱，便立刻消滅。忽然間，你心中能享受到快樂與安寧。

一旦你改變了自我愛惜的態度，多為他人著想，為他人服務及利益他人；縱然你的心量包容不了十方眾生，單是為周圍的人想著：「服務他人是我生命的意義」，片刻間，你充滿了豐厚的滿足感，也在生命中找到了幸福。

故此，這個觀修法是康復最重要的方法。它是完美人生的至上秘訣 無論十方眾生或單個有情，你都應盡各自的能力來利益他們。這是最重要的理解兼修持的要素。除此之外，人生沒有更富裕的享受，以及更大的幸福、安寧與意義能和此法門比較。

修持康復觀修法的根本態度，是認清人生的意義。這種基礎非常重要；不只為自己追求幸福與快樂，不在於成就自己的心願，不只是解決自己的問題 生命的意義不只這

些，尤其是在此時，還擁有寶貴的人身。

即使你病倒了，你所感受的病痛，若是為其他眾生來承受的話，那病痛非常有益和值得。就算你遇到任何的困難，如失業、貧困；就算人生非常艱苦，如果你艱苦的一生能利益其他眾生，能有效地為眾生帶來幸福，那就算是完成人生的真正意義。

以下這段偈頌，你應該誠心誠意的念誦，並且在內心深處決心實踐。你可以用任何能使你了解與體會偈頌本意的語言，來念誦這段取自「上師供養法」的偈頌：

因此至尊具悲諸上師，加持令母有情業障苦，  
當下無餘成熟於我身，並令我樂善果盡施他，  
以使眾生皆具足安樂。

以下是念誦偈頌時所應修持的觀想法。此修法非常高深，若誠心去修，能對修行者起奇妙的作用。

觀想你的病菌或疾病，連同你自顧與自私的心理，在你心中化為烏黑的一團。接著觀想六道眾生皆以人身出現，圍繞著你，尤其是那些如你一般的患病者。想起他們的痛苦，那些已患或將患病者的痛苦，和其他五趣、五道中所感受的痛苦。

觀想這些眾生的痛苦如一道烏黑的光，從他們的右鼻孔出來，吸入你的左鼻孔，直射心中的黑團，完全的消滅它。

觀想你已經徹底地解除一切眾生的痛苦，並將象徵著你身上的病菌或疾病，和自私心



態的黑團全部毀滅。

接著觀想將你的幸福、財富與功德施予這些眾生。這一切都以一道白光從你的右鼻孔離開，隨而注入眾生的左鼻孔，使他們充滿了快樂。

這是最巧妙的醫療觀法，也是無上的心理治療。依此法門，你可以在片刻間累積無量的功德。這是因為當你為其他眾生承受痛苦，或向他們布施時，因十方眾生無量無數，你所累積的功德也無邊無際。

如果你能誠心誠意地修持這種觀想法，它將會成為淨除惡業與聚集善因最強勁、迅速的途徑，能帶來長壽、健康，實現暫時與究竟的安樂。這是因為實現一切願望的主因是善業，或稱功德。若能累積更多的功德，成功就來得更快。

成就這觀修法門而獲取利益的行者，留下許多感應事跡。最常聽聞的是藏地一帶行者，噶當派善識切喀瓦。他經常修習這承受眾生痛苦而施予自身功德的法門。故此，他經常發願並迴向自己能早日投生於地獄道，以便利益有情眾生。但在他圓寂的那一天，他忽然哀道：「我的努力絲毫沒成功！」為什麼？因為他多年的苦修，反而使他親見到無苦淨土果位的顯現。這是善心與愛惜他人的結果。若往生於淨土中，便能直接從佛陀座下接受教示，而證得圓滿的無上正覺果位。

故此，擁有愛惜其他眾生的態度是成就幸福、和平與安寧的無上妙方，能使人生最有意義。





# 天災防治法集



天災防治法集



65

梭巴仁波切 開示



## 如何對治四大不調所引起的災難

當災難發生時，例如龍捲風、颶風、豪雨、暴風雨、水災、地震、火災，和其他災難，例如作物毀壞、一個小時內就毀滅城鎮、造成百千萬元損失的災難，要花那麼多錢重建城鎮，造成許多人死亡或無家可歸，沒有住處、食物或乾淨的水等等的災難。所以，我在此提供一些建議，你該做些什麼來幫助國家並解救眾人的生命；有些建議是保護房屋、村莊和城市免於四大不調（地、水、火、風）所引起的破壞。

雖然這種問題很嚴重，但如果有一個人至誠懇切地一心趨皈依，毫無疑惑，雖然有無量諸佛存在，即使只皈依一佛，例如觀音（慈眼視眾生者），蓮花生大士或藥師佛，如果有人僅僅向一尊佛強烈的皈依並祈求，持誦真言（例如名號咒），這樣做能徹底改變狀況，改變天災並避免戰爭。無論有什麼問題都能紓解，甚至徹底止息。那個鐘頭或下個鐘頭內，天氣就能因為那個人祈求的力量而改變。

如果那個祈求的人確實有成就 不要說密續的成就，僅僅是菩提心的成就（那其實是最好的成就） 如果一個有菩提心的人祈求，每一字一偈都會有不可思議的力量。

過去有許多菩薩和聖哲的佚事，他們能阻擋水患，徹底改變河水的流向，甚至完全阻斷河水，穿過河流到對岸去。



有一位卡桑 蔣揚 夢藍喇嘛的故事，他成就了菩提心。當札什倫布寺處於被洪水淹沒的危機時，他在石頭上寫道：「如果我有菩提心此事為實，那麼水就應該回頭。」寫在石頭上之後，河水真的轉向回頭了。

有許多故事談到菩提心的威力。它如何控制四大的影響。在基督教和佛教中都有許多這樣的例子。

有一個關於偉大聖哲聖方濟的故事。一次他和弟子住在山洞中修行。弟子要求聖方濟阻止流進洞中的水，因為那干擾到他們的修行。聖方濟走到水流下之處，並說：「姐妹，我的弟子無法修行。」之後，水就從此停止流動，直到現在。如果水又再次流動，一般會認為非常不吉祥。所以，水因為聖方濟菩提心的威力而停止流動。

聖方濟就像噶當派格西，連外相都像，雖然他來自其他宗教傳承。他的心完全清淨，絲毫不受世間八法所染，他是一個徹底出離、清淨的修行人。如同噶當派格西，聖方濟要求弟子批評他。他寧願遭受批評也不想被讚美。甚至從他的雕像、他的面容就能感受到他的和善，這就是擁有菩提心、心已徹底調伏的一種徵兆。他顯得那麼寧靜、謙虛，令人目不暫捨，非常鼓舞人心。所有的鳥都愛他，總是停留在他身邊、身上。這也是一位聖者、擁有菩提心的聖哲之徵兆。

偉大的印度學著、成就極高的寂天菩薩所著的《入菩薩行論》中說：



倘若內在的敵人，煩惱，已經調伏，  
就如同摧毀了外在的所有怨敵。

倘若，舉例而言，如果你腳上穿著皮革，  
那就好比整個地面，所有的荊棘、灌木，都  
被皮革所覆，因為無論你走到何處，都不會  
有荊棘刺穿皮革，沒有任何東西可以傷害  
你。

同樣的，一旦你的敵人 煩惱 已經  
熄滅，那麼，即使外在有無數的敵人，他們  
也就被平息、摧毀了，不只是在此生，而是  
永遠，盡未來世。

一次在義大利，有一隻森林裡的狼傷害了  
許多人，沒人敢到森林裡去。聖方濟說他要  
出去和那隻狼談話。人們乞求他不要去，但  
當聖方濟遇到那隻狼時，狼舔著他的腳，就  
像狗遇到主人，非常高興能見到他，仰臥著  
顯得很快樂。聖方濟要求狼不要傷害人，他  
會為狼乞食並送給牠以作為回報。此後，狼  
就停止傷害他人。因為聖方濟的心已經調  
伏，沒有自我，沒有自我愛惜的心念，連兇  
惡的野獸也無法傷害他。

一位偉大的西藏上師，是色拉杰（拉薩附  
近最大的佛學院之一，有數以千計的僧侶在  
那裡學習）頂尖的學者和前住持，他有一隻  
貓。貓一開始跟住持生活，就不再捕捉和噉  
食老鼠。即使貓看到老鼠在房裡跑來跑去，  
也只會非常安靜的待在住持身邊。這是由於  
住持的加持，由於他調伏的心，他的菩提心



加持，和他的善心。住持的菩提心令貓的心能轉變，不再傷害其他有情。

有了菩提心的成就，你的祈求將變得不可思議的具威力。同樣的，如果有人有空性的成就，他們的祈願也變得極具威力。此外，如果有修行人的心非常清淨，不受世間八法所染，他們的祈求也會有不可思議的威力。而如果有人過著清淨的生活，持清淨戒（在家或出家戒，尤其是出家戒）而祈求，他們的祈求也有很大的威力。

當有其中（上述）任何成就的人祈願時，那麼天龍八部（與天氣和四大關係密切，能造成四大的危害者）和其他有情，都會更聽從、依循這些行者。即使行者沒有這些成就，但至少過著持戒生活，那麼這些有情也會聽命於此人，由四大不調引起的傷害和破壞都會平息。

幾年前美國威斯康辛州麥迪遜地區發生一場龍捲風，並朝著鹿野苑而來，那是上師梭巴格西的住處。梭巴格西是一位偉大、稀有、傑出的學者，非常博學，持戒清淨，心地善良。他也是耶喜喇嘛的上師。梭巴格西在麥迪遜的大學中教學約二十年，現在退休了。龍捲風發生的那天，梭巴格西在大學中教書，他想到鹿野苑一定會完全被破壞。當格西回去鹿野苑時，想著那裡的僧眾和格西會發生什麼事。在路上警察攔下所有的車輛，不讓他們往鹿野苑的方向行駛。格西向警察解釋他要回到鹿野苑住處，然後警察才



知道鹿野苑是一座西藏僧院。他們說，發生了一件非常奇怪的事——朝鹿野苑行進的龍捲風繞過鹿野苑，完全沒有損害到中心。雖然龍捲風傷害了當地許多房舍，卻沒碰到鹿野苑本身。這是由於住在中心的僧眾，由於他們修行和清淨持戒的力量。

此外，幾年前在台灣的台北市發生一次非常強烈的地震。許多人喪生，許多房屋和建物倒塌。有個非常簡單的家庭，擁有非常善良的心，總是幫助他人，極依止佛教。他們住在一間非常脆弱、老舊、簡單的房子裡。光看就覺得房子好像很容易倒塌。然而，經過地震的打擊，他們的房子絲毫無損。他們也在房子樓上做了許多水供，充滿整個房間，供養上師佛法僧。他們想那些水必定會從供杯內灑出，但當他們去看時，供杯依然裝滿了水，不是半滿，而是滿至頂端（只留了一粒米的寬度）。這是因為這家人做了許多祈願，並每天持誦大悲觀音的真言，他們是皈依心很強，非常善良、心地清淨的人，因此，佛法會保護他們和他們的房子。

幾年前，新聞報導颶風將襲擊佛羅里達州。一位老學員喬治·布羅布( George Propps)打電話給我，請我修法。我念了一些米老鼠的祈願文，然後給了他一項工作（雖然是他請我做）。我請他持誦地藏菩薩的真言。他強烈地皈依地藏菩薩並祈求。颶風沒有襲擊佛羅里達州，而是繞過佛羅里達。他非常震驚，並打電話跟我說：「有效耶！」

有許多種不同的方法，這點點滴滴，讓我們對問題發生時該怎麼辦有些概念。這不僅能保護你和你的財產，如果問題發生在其他地方，其他國家，你必定可以用這些法門幫助他們，或用任何你做得到的方法，以懇切心、全然的信心而做。

這能解救數不清的人和動物的生命，許多財產（人們花那麼多錢在這上面），也能幫助政府。就算我們不是身處險境，也有責任保護其他有情。

當我們生病時，我們會服藥或到醫院去，其中沒有宗教問題，這是一樣的道理，這些方法就有助益。這裡談的是生死的問題，這是再簡單不過的幫助。這是我建議可以幫助的事項，這些供持誦的不同真言、祈願文只是方法。

我懇切的提供這些法門，希望對於拯救他人遠離各種不同災難的危害有所幫助。



## 對治各種天災的法門

天災指龍捲風、颶風、豪雨、暴風雨、水災、地震、火災等等。

- 一、向資糧田供茶（包括佛法僧三寶、心印本尊、菩薩、阿羅漢、空行、空行母和出世間的護法）
- 二、向天龍八部（碟記）供茶，尤其是八部世間天神，他們與四大密切相關，製造由這些風、水、地、火等元素所引起的具大破壞力的暴行、災難。
- 三、獅面空行母法門
- 四、持誦地藏菩薩真言
- 五、大白傘蓋佛母祈願文
- 六、蓮師除障祈願文
- 七、藥師佛法會及藥師咒
- 八、和自他相換法合修的觀音咒
- 九、受持二十四小時的大乘八關齋戒

當修持如獅面空行母等本尊的祈願文時，觀想本尊，然後以堅定的信心持誦真言。依賴本尊，思惟本尊具有圓滿的力量，並為我們有情化現出不同的形相，為了不同的目的，也為了有這種惡業的有情。

藥師佛法門不只可以治病，對於成就及解決一切困難方面也非常有威力。藥師佛法門對於亡者、家庭問題、生病的人，獲得安樂和解脫痛苦、找工作、事業成功等等都很有效。







大白傘蓋佛母這本尊對於防護四大危害非常有威力，也可以佩帶本尊真言或法照在身邊，以強烈的信心和強烈的皈依心，觀想本尊放射出甘露雨。這甘露熄滅了火焰，淨除昆蟲的痛苦，和一切有情的惡業，使他們全數解脫。

梭巴仁波切希望大家都能非常清楚，不要被「天災」這個字眼混淆。因為可能有人會誤解「天災」是指存在自然環境中毫無「人為」因素的災難，大家必需了解的是，這些都是由眾生所造的共業導致的結果。這些災難並不是從它們自己那一方面毫無原因就發生的，它們展現為自然界的力，卻是有情身語意業的果報。



## 去除地大危難的蓮師修法

我向蓮花生大士祈求      祈請加持所願自然成

蓮師除障祈願文

杜松桑傑咕嚕仁波切

三世佛陀咕嚕仁波切

吳助棍答爹瓦千波下

一切成就之主大樂尊

巴切棍些敦杜札波扎

障礙遍除威猛伏魔力

梭瓦爹梭親記拉杜梭

至誠祈請汝賜予加持

企朗桑威巴切夕瓦當

加持消除內外密障礙

桑巴倫記助巴金記羅

加持所願自然得成就

然後如下持誦

當發生地水火風四大引生的障礙，這借來的幻身值遇死期之時，毫不懷疑的向蓮師和四大天女祈求，四大無疑地會自然平息。

我向蓮花生大士祈求      祈請加持所願自然成

唵 阿 吽 本雜 咕嚕 貝瑪 悉地 吽（持誦多次）

也可以每天持誦唵瑪呢唄吽吽並同時修持自他相換法，能止息地大的危難。也可持誦《地藏經》。

跋：一九九五年三月給台灣高雄中心的建議。



## 防禦地震造成的傷害

將以下的真言水平書寫於長紙上。然後以黑沉香、牛黃（Gyiwong 是一種來自人體、象體或牛體的特殊物質。不必三種都準備。通常藏醫會有。）加持。此真言不應被他人看到。將此防護品放在房屋的牆壁上，也可以佩帶在身上。

喻 阿 巴惹 恰誇 虛 他 慕娘 雅 阿 帕 那 雅

保護此處遠離地震的一切危難 惹 可雅 惹 可雅

若要製作可佩帶的防護品，寫好全咒然後如下書寫：

保護佩帶此咒者遠離地震的一切危難 惹 可雅 惹 可雅

此教授來自岡波巴達波拉杰（Gampopa Dagpo Lhaje）。

如果附近有好喇嘛，可請他們加持此咒。如果沒有，應思惟無量諸佛的所有智慧融入此咒，並永遠停駐其中作為防護品。以強烈的信心佩帶此咒，並放在房屋周圍。



## 關於地震的建議

九二一大地震後，梭巴仁波切建議台灣的所有中心修持以下法門以避免地震造成的更多問題。仁波切說，當地的弟子修持這些法門非常緊要。

- 一、格西應每天持誦《南查南呷》(Nam tsa nan gya)和《查虛仁帕》(Tra shi tseg pa)。
- 二、弟子應盡力受持大乘八關齋戒並迴向此處和其他地方不會再有其他天災。
- 三、盡力持誦宗喀巴大師的上師相應真言(密則瑪)和祈願文。
- 四、持誦蓮師除障祈願文，仁波切說此法非常具威力，最好早晚至少做三次以上。
- 五、持誦金剛經和心經以淨除惡業。
- 六、持誦度母讚，尤其是二十一度母讚。
- 七、持誦獅面空行母祈請文

持續修這些法三至五個月。



## 對森林大火建議

如果澳洲森林大火的火勢依然無法控制，仁波切建議，各個不同的澳洲中心可以修十一次藥師佛法會。如果強烈的祈請藥師佛止息風並帶來大雨而舉辦這些法會，絕對會對情況有幫助，尤其是如果中心的格西也能出席法會。在仁波切的觀察中，藥師佛顯得非常有利益。

跋：二〇一二年一月給澳洲中心的建議，由羅傑昆桑法師繕寫。

### 結語

如果有強烈的信心，這些法門就有幫助，但並不表示它能淨除地震或火災的業。你必需分別修持淨除該業的法門。但這些法門能成為不經歷地震和火災的緣。不必遭遇到地震、颶風、火災或水災最重要的對治法是淨除其因——那存在你心相續中——實際上就是你自己的心——戒除造惡業，並過著持守淨戒的生活。

所以，這些咒會有幫助。就算你有金山、鑽石山或幾百萬元，都無法平息這些危難，而這些法門會有幫助。



## 你是自己的嚮導，也是自己的敵人

迄今科學家談到天災時，從未提到心，即經歷事情的造作者。他們只解釋災難如何發生的外在歷程，那只是短程的解釋，並未真的解釋整個過程原來怎麼發生，為何發生。同樣的，為什麼先天有缺陷的孩子誕生在特定的家庭？這是同樣的問題。雖然可以用遺傳來解釋，但為什麼那個孩子不出生於另一個有適當遺傳的家庭呢？不提到心，這些問題就沒有答案。

從佛教最簡單的教法中你就能了解到颶風和地震從何而來。它們是十不善業的果報。這些業的因可能是造了十不善業之一，或數種。這可能是偷盜這惡業的果報，也可能是對他人不懷好意的果報，也可能是邪見的果報，例如說沒有輪迴或佛法僧三寶的皈依境存在。邪見的部份惡果或許是在災難之後失去嚮導或遮蔽處。而這些災難可能是殺生或其他任何一種十不善業的惡果。可以是一種或數種不善業的果報。那就是業果，就是經歷到地震或颶風（這是出於貪或瞋的我愛執心念的惡果）的心。但貪和瞋密切相關。真正的根源是無明、無知，不知道自心和我或諸蘊的究竟本性。

所以，要記得有因、有業果，然後還有緣。地震並非來自外在，它來自你的心。我們也應該憶念，即使採取了外在的預防措施，如果傷害的因依然存在，那麼果報就會



成熟。例如，雖然建物採用了所有防震設施，卻依然在地震中被毀滅，而那些沒有採用任何防震設施的房子卻在地震中倖存。如果建物毀滅的因存在，那就會發生，如果沒有因，就不會發生。

這是依據佛教四宗一致的見解。依據佛教各宗先哲，釋迦牟尼佛說，「你是自己的嚮導，也是自己的敵人。」那是事實，因為無論你每日生活中有什麼問題或安樂，都來自於你用自心做了何事，你讓心用何種方式思惟。如果你讓心正向思惟，就會得到安寧。如果是負向思惟，就會遇到問題。

究竟而言，最好的解決之道是永不再經歷這些問題。這是可能的，倘若在我們每日生活中淨除這些問題的因，那就在我們自身而非外在，那是我們的不善念、紛擾、情緒化的念頭（我執心）。依於此心生起無明、瞋恨、貪執。然後我們會以不善的心態造作不善行，並造下傷害自己和他人的惡業。任何外在的解釋即使是正確，也只解釋了這些問題發生的外緣。沒有內在的因 惡業 這些問題的外緣不會發生。

我們每天都應祈求淨除自己過去惡業。每天都應試著避免造惡業。這說明為什麼受戒（在家或出家戒）很重要，過著持戒的生活，不再造惡業。藉由受戒誓，心裡下定決心不再造惡，能幫助我們不會再造惡業。即使你無法在聖物或僧團、上師面前受戒誓，也可以下定強烈的決心不再造惡業，並過著持戒



的生活。

所以，解決問題最究竟的方法就是修持佛法，尤其是在自心中實證道次第並淨除一切苦（輪迴、老、病、死）的因果業和煩惱。

這是所有疾病、所有健康問題，例如癌症的最佳解方。這也是為了得到長壽、健康、獲得財富、權勢和名聲、和諧、寧靜、安樂、得到他人的幫助，獲得他人的愛與關照，得到支持等等的最佳解方。



---

跋：

以上為梭巴仁波切在二〇〇二年九、十、十一月旅美期間於加州阿普多斯鎮卡措碟千林和路途中口述的信件，由何莉安瑟法師（Ven. Holly Ansett）整理。由康絲坦米勒法師（Ven. Constance Miller）二〇〇三年三月於新墨西哥州陶斯鎮略加編輯。



# 祈願世界和平文集



不為痛苦而煩惱，  
亦不執著快樂的人，  
能無礙地修持佛法，  
解脫苦樂，  
抵達無憂之城（和平的喜樂境界）。  
梭巴仁波切

## 內在與外在的裁武

達賴喇嘛尊者去年在加州聖荷西市公開演說時，對世界和平和普世責任的省思，摘錄編輯為本文。

我們都是人類，共享著這個星球。我們是人類大家庭的一份子。我們也都有同樣的經驗——當你對我微笑時，我覺得很開心，當有人對你微笑時，你也覺得開心。我們有相同的基本人性。

人類的未來緊緊相繫。例如，因為我們對環境的忽視，全世界都經歷到天氣型態的改變。無論個別的國家多麼強盛，也無法解決這些問題，除非全世界的人類一起來照顧這個星球和環境。

因此，在這種情況下，我們顯然需要某種全球責任感，不只是照顧我們自己的家庭或自己的社區、自己的國家，而是一種關照全人類的感受。因為自己的利益和他人的利益總是密切相關，所以我有時會覺得「我們」和「他們」的概念已不復存在。因此，為了擁有更安樂的生活，或者自己本身更快樂的未來，你必需關照他人的利益。

生而為人，每個人都有快樂的權利，以及擁有和樂家庭、和樂社會的權利。因此，我們必需對人類的安樂及和平的世界負起一些責任。

和平主要透過內在和平來達成。首先，個



人心中應該培養和平，這終究會擴展到家庭和社會。這樣一來，公眾就能影響領導階層。忿怒和敵意摧毀我們內在的和平，但是慈悲、寬恕、兄弟姊妹情誼，滿足和自律是內在和平的基礎。和平可以藉由增強這些內在美德的修持來培養。然後我們應該在家庭生活和教育機構中傳播這「內在的裁武」。

外在的裁武也同樣重要。如果我們完全只從人類身體的能力來看人的破壞力，那它很有限。但因為我們有精密的智力，我們擁有巨大的破壞力，尤其在當下這核子時代。

戰爭是要蓄意的殺戮。死亡通常不被歡頌，而且是件大家不想要的事。但在戰爭中，它被蓄意創造出來。戰爭就像被動員的暴力，有時是被合法化的暴力。假設有人殺了一個人，我們叫他「兇手」，然而在一場數百萬人被殺害的戰爭中，我們將行兇者稱為「英雄」，或「勝利者」。

即便如此，其實我認為我們對戰爭的概念正在變。早期，敵對的國與國間宣戰時，國家的百姓會毫無疑問地、高興地加入戰事。但現在，當某個國家宣戰時，會有多數的人民質疑政府，並且示威抗議。這是一種健康的徵兆，顯示全世界的人類對暴力感到挫折。

然而，只要世界上仍有崇尚戰事的政權存在，想要立即達成全面的外在裁武很困難。但我們應該要有全球廢除武裝的長程目標。然後，那些製造坦克車或武器的工廠可以轉



型做更具建設性的工作，例如製造堆土機。

我們應該慎重地省思軍備競賽。禁用地雷及裁減核武是很好的開始。我們應該在心中謹記這些要點，並把握任何可能的機會表達出來，這樣逐步朝全球廢除武裝的目標作出貢獻。以這種方式能達成真正的世界和平。

我曾在歐州提出這樣的觀點。當然，伊拉克總統薩達姆·海珊的貪婪、殘忍態度很糟。然而，任何極權政體／獨裁政權都需要有現代化裝備的強盛軍隊作為基礎。創造出伊拉克強盛軍隊的裝備，並不是伊拉克本身製造的，而是由一些歐洲國家等等供應的，因為他們參與，所以建立了這極權政體／獨裁政權。所以，我們應該了解武器貿易事實上引生了許多問題。

此外，在非洲也有貧窮國家也陷於內戰，當地人正面對飢荒時，仍在使用武器。我認為這非常不幸，這些國家糧食供應不足，卻有充裕的武器和彈藥，那是其他國家製造並販售給他們以從中獲利的。

在此我分享了我對世界和平的些許感受。如果你覺得它們值得探究，那麼請多加思惟，看有什麼事可以落實和實踐。



## 戰爭是過時的手法

以下為達賴喇嘛尊者在今年大祈願節的第一天（二〇〇三年三月十一日）於印度達蘭沙拉的大昭寺所做的開示。

伊拉克的問題現在非常危急。戰爭，或組織化的打鬥，是隨著人類文明的發展而來的。

它似乎已成為人類歷史和性格的重要部份。同時，世界在戲劇性地變遷中。我們已看到打鬥不能解決人的問題。意見不合所導致的問題，必須透過漸次的對話過程來解決。戰爭無疑會產生勝負，但這只是短暫的。戰爭的勝負不可能永久。其次，世界已經變得這麼相互依賴，一個國家戰敗會影響到世界其餘國家，或對我們大家造成直接或間接的損失。

今天，世界是這麼小，這麼地相互依賴，戰爭的觀念已經落伍，是一種過時的手法。一般而言我們總是在談論改革與變遷。老傳統裡有許多層面已經不合時宜，或因為短視而造成反效果，我們已經將之搬到歷史的垃圾桶裡。戰爭也應該被搬到歷史的垃圾桶。

很不幸地，雖然已經到了二十一世紀，我們仍然無法摒棄前輩的習慣。我指的是以為武力可以解決問題的想法。因為這樣的想法，世界持續被種種難題所纏。



但我們能做什麼呢？當強國已經下定決心的時候，我們能做什麼？我們只能祈請，但願戰爭的傳統逐漸結束。當然，黷武傳統不會這麼容易結束。但是我們想想看，如果有流血衝突，有權位的人或要負責任的人將可找到安全的地方避開衝突所導致的苦難。無論如何，他們將可為自己求得安全。但是窮人、無防備的人、孩童和老弱的人怎麼辦？戰爭的毀滅他們首當其衝。武器不會分別無辜者和有罪者。飛彈一旦發射出去，就不會尊重無辜者、貧窮者、無防備者、值得憫憐者。所以，真正的輸家將是窮人、無防備的人、完全無辜的人及無隔宿之糧的人。

比較正面的是，有人在戰區當義工提供醫療、援助及其他人道協助。這是現今時代一種令人欽佩的發展。

好，現在讓我們來祈請，但願不要有戰爭，若可能的話。但如果戰爭真的爆發，我們祈請，願流血衝突和痛苦能降到最低。這是目前我們所能做的。

本文譯自西藏流亡政府新聞及國際關係部新聞稿

## 面對非和平的將來 如何止息戰爭

二 一年九一一事件發生後，許多人打電話請教梭巴仁波切該如何幫忙，仁波切給了以下的建議。

想要幫忙的人可以受持大乘八關齋戒，同時儘可能地持誦六字大明咒，並向觀世音菩薩強烈地祈請，祈請觀世音加持每個人心中生起慈愛心，尤其是造成此次傷害的人。祈求立即改變並止息他們傷害他人的心，尤其是在美國的人。祈求世界上能有更多的和平及安樂，越多越好。同時觀想從觀世音菩薩身上流出甘露，注入美國每位民眾身上，特別是在這次恐怖行動中傷亡的人，還有世界上的每個人。藉此淨除他們所有的痛苦、疾病及欲加害他人的惡念。淨除所有的痛苦，尤其是輪迴的過患之一——戰爭。戰爭只是輪迴苦海當中的一種苦。然後，當然要禪思菩提心，這無疑是非常重要的。

這些修持對個人而言也非常好。就算這個世界上沒有戰爭、癌症、疾病等，死亡還是隨時會降臨。我們心中就有戰爭，我們（身體）的四大中就有災難，當然還有業力。煩惱和業是死亡的肇因：只要還有業及煩惱存在，我們就無法征服死亡。我們總要不斷地在生死中輪轉，從來沒有人長生不死過。

當然，沒有佛法是無法克服生死的，克服生死就是止息煩惱及業。這代表自己必須正



確地修持佛法 佛法意指業力和煩惱的止息，這樣才能永遠解脫死亡及苦難，獲得永久的安樂。

想要避免戰爭、永不再經歷戰爭的方法，就只有佛法，證悟空性並發展智慧以斬斷輪迴的根本 無明；無明產生整個輪迴苦海。

除了這些修持之外，也可以修法，但這是非常大的法會，需要修很多天。這些法會可以遮止地震、水災、戰爭等等。要對治這些障礙，這方法絕對有效，但是必須要修很長的時間。而且這些大法會必須要由非常清淨的修行人來修持，那些已經有成就、非常清淨的修行人，這樣除障的力量會更大。當業果已經成熟時，是比較難以阻擋。尚未成熟的業則比較有機會改變。

坦白說，此時最好的方法是強烈地修持皈依法門，以淨除過去傷害他人的惡業。一般來說，如果我們能夠修持強烈的皈依心是很好的，皈依並祈求和平，避免現狀導致戰爭。在皈依的同時，唸誦大成就者唐東嘉波所寫的《消弭戰禍諦語祈願文》是很好的。有心祈求消弭未來戰禍的人可以持誦。

這位偉大的瑜伽士去到西藏一個充滿了殺戮及戰爭的地方，所以寫了這個祈願文並以大悲心持誦，由於大悲心及諦實力，他遮止了許多殺戮。根據我觀察的結果，念這個祈願文非常的好。

當戰爭發生時，可能也會發生飢荒。如果





能念避免飢荒的《度脫薩迦疫癘經》也非常好。

此外，向拉薩大昭寺中佛陀親自加持過的釋迦佛像獻供養，強烈祈求世界和平（包括持誦唐東嘉波的《消弭戰禍諦語祈願文》），並迴向眾生所求願滿，例如得到所需的食物等等。根據觀察的結果，在拉薩大昭寺中佛陀親自加持過的佛像前做這些祈請將非常有利益。如果有人有朋友在拉薩或知道有人正要前往拉薩，可以請他們去供養並念誦這些強有力的祈請文。請大家盡量傳達這個訊息。

所以，這些就是我向希望改善嚴重現狀的人建議的主要修持：

- 一、受持大乘八關齋戒
- 二、在大昭寺供養及祈請
- 三、強烈的皈依
- 四、持誦消弭戰禍諦語祈願文



## 還能為世界和平做些什麼？

在不動佛閉關期間，仁波切建議在大乘八關齋戒儀軌中增加一些詞，以應對全球惶恐不安的時代。仁波切說，讓世界和平的唯一辦法就是我們自己培養善心，以及一切眾生培養善心。

仁波切建議在受戒發願文中「為了解除飢荒」之後增加「為了遮止戰爭、為了遮止四大危害」。四大指火災、水災、地震等天然災害。其實這些災難是因為眾生的業力而生起。

受戒儀軌結束時，仁波切建議我們思惟，「這是我對眾生的和平與安樂所做的貢獻，尤其是這個世界的眾生。」

仁波切說這是我們為世界和平做出貢獻最實際的方法。這是我們種下善因的過程之始，這個過程不僅讓我們能夠為眾生提供短暫利益，而且也能讓我們成就菩提正覺，為眾生帶來究竟的利益。



## 關於世界現況的進一步指示

以下是梭巴仁波切二〇一一年九月二十一日  
的開示，提供關於世界現況的進一步資  
訊。

為了世界，為促進世界和平，也為了美國  
及每一位個人，除了之前的指示外，個人應  
當受持大乘八關齋戒，並生起強烈的大悲  
心，持誦六字大明咒。

在這個世界上，或許有許多人，千千萬萬  
人將喪生。最慘的是生化戰爭，它的殺傷力  
非常、非常大。不只如此，除了戰爭，似乎  
已有生化戰爭的預警，還有天災。看來似乎  
將會有更多的天災，如地震、水災、風災  
等。

所以，給大家的進一步指示是修持藥師佛  
法會及《藥師佛短軌》。多年前我在柯槃寺曾  
翻譯過一份日修簡軌，這是一份可以為家人  
或往生者而修的儀軌。也有較長的藥師佛儀  
軌。如果要修《藥師佛短軌》，一開始要先修  
七到八次的七支供養，然後持誦每一尊藥師  
佛的名號七次。這是大家都能修持的簡易儀  
軌。

還有另外一部經，就是慈悲的導師釋迦牟  
尼佛所講的《金光明經》。有一位德國教授  
(R.E. Emmerick) 在許多年前翻譯了這部經。  
令人訝異的是，他大約是在第二次世界大戰  
期間翻譯的。這部經對這個世界、世界和平



有如虛空般的利益，甚至對只讀到一小部份經文的個人，也有如虛空般的利益。

在甘珠爾（大藏經）中，這部經典有廣、中、略三個版本。我從一位蒙古菩薩上師處獲得略本的口傳，從巴咕啦仁波切處獲得中本的口傳。我想盡可能地口傳給各中心的學員。有一位在色拉寺學習的僧侶已將此經翻譯成西班牙文，我希望能再翻譯成法文、德文、瑞士文等等。中文早已有整套大藏經的譯文，所以三個版本應該都有譯本，只須把經典找出來，印給大眾讀誦。

當然，我的心很頑固。對於已經值遇佛法的人，每一種狀況，如戰爭、天災、任何令人短壽、威脅生命、造成更不確定能否繼續活命的情況等等，給了我們不可思議的機會去精進地修持佛法。這樣的狀況強烈地激勵我們去修行。因為沒有其他方法可以逃避（不管是短暫或究竟的逃避），解脫一切苦難。這些可怕的情況，幫助我們的心更容易克服煩惱或慾望的干擾。

在宗喀巴大師的《菩提道次第廣論》中提到，如果你每天都憶念「我今天將會死」，在那天結束時，就算你並沒有死，因為那一天當中，你會為死亡作許多準備，如淨除惡業、累積功德、禪思道次第，而使生命變得非常有意義。就算死亡真的在那天來臨，因為你已經作了很多的準備，你已經使自己的生命變得非常有意義。

這是我對於現狀所建議的最好方法。我想



這是最實際的建議，在世界現勢中最好的解決方法。精進地修持佛法，憶念無常及死亡，將為你的心帶來平靜、無懼。這也使你沒有選擇地憶念到你所見、所聞的其他眾生所遭受的不可思議的痛苦，不需要透過研讀佛典，就可以發現情況有多難以承受。對你而言，這會變成非常強烈的動力，使你生起悲心，進而引發菩提心，那將引導你成佛，引導你為了等同如虛空的眾生，造下短暫及究竟安樂（佛果）的因。

因此，我所提到的這些法門：《藥師佛》及《金光明經》，是非常強力淨除惡業及苦因的修持。持誦觀世音大行者唐東嘉波所寫的祈請文，以及《三怙主（觀音、文殊、金剛手）祈請文》也是。如果缺乏強有力的善業使我們免於遭受危難時，強烈地皈依有助於降低危險，使它們縮小或減弱。

持誦《金剛經》也非常好。沒有《金剛經》的人可以念《心經》。

如我之前提到的，如果能向歷史悠久的拉薩大昭寺中最珍貴的釋迦佛像供燈，供養穀物、食物，特別是供燈，並虔誠祈請釋迦牟尼佛加持那些恐怖份子及所有人的心生起慈悲心。祈求立刻將所有人心中的瞋恨心轉化為慈悲心，立即停止造作惡業。不僅不再經歷這些，而且阻止他們再次造惡業。整個娑婆世界充滿祥和、安樂及富裕。強烈祈請世界無暴力、疾病、貧困，沒有經濟困難，人們不浪費時間、浪費生命。這不是說



不能做點放輕鬆的事，而是說要修持佛法。不管你做什麼，隨時將心安住於法上。當然，最好的佛法修持是菩提心。下定強烈的決心要解脫世間法。

編按：

您可以在這個網站下載《金剛經》的MP3 檔案。

<http://www.lamrim.com/lamazopa/>



## 隨喜惡行是極重的惡業

二 一年十月二十七日，時逢戰爭期間，梭巴仁波切給FPMT各中心的建議，開示於藥師佛淨土中心。

我想提醒各中心的是，要確保自己不要隨喜（戰爭或殘殺的新聞）。那是非常沈重的惡業。當我們聽到塔利班（阿富汗神學士政府）或不管是誰的名字，當然，如果你不喜歡他們或憎恨他們，爾後你聽到他們被殺害或毀滅時，接著你會自然而然地隨喜或覺得爽快。

當你一隨喜，例如你聽到一千個人被殺或被傷害，你覺得快慰，你就得到等同殺一千個人的沉重惡業。你坐在禪修坐墊上，聽到這類的消息，然後，僅僅隨喜或覺得高興，就是和殺了一千個人一樣沈重的惡業，即使你並不在戰場，你並沒有真的轟炸或射殺他們，你什麼也沒做，但是你和那個真的殺了一千個人的人，獲得一樣沈重的惡業。

正如帕繃喀 碟千寧波大師在《掌中解脫》中所闡釋的，我想我得提及，當你聽到新聞，然後立刻覺得高興、隨喜時，會有極大的危險。如果你不喜歡或憎恨他們時，這就發生了。如果你不憎恨他們，我不認為會發生這種隨喜。如果你對他們懷有憎恨或怒氣，那麼隨喜就發生了，因而帶來嚴重的後果。



那些在日常生活中憶念菩提道次第的人，憶念並且實修《掌中解脫》及菩提道次第中關於業果教授的人，就不需要被告知。但是其他人，或許聽聞過道次第，卻沒有在日常生活中憶持，宣布這一點或提醒這些學生或許有助益。

當我第一次聽到在阿富汗的破壞行動，提到有一些地方被摧毀時，當時我並不小心。新聞報導並沒有說「人」而是說一些「地方」被摧毀了。我沒有小心地看守自心，所以內心有點覺得還不錯之類的，接著我立刻意識到自己的感受。報導並未提到有人被殺，而是有地方被摧毀。自此之後，我變得更加小心。因此，當你聽到這類新聞時，要更加小心，不要去隨喜。

當然，一個人如果這樣思維，見解就會改變。但是當你不在禪修時，當你的心並沒有保持在以慈悲心珍視眾生的境界時，你會視他們為不悅意的。當你不禪修時，通常你的感覺是粗重的。





## 梭巴仁波切致美國布希總統的公開信

喇嘛梭巴仁波切有一封給美國總統布希的公開信，是關於以修行解方對治當前世界危機的效用。他提供了佛教徒和非佛教徒都適用的祈願文和修行法門。

自宣戰以來，有些人暢言抗議並疾呼和平。但如果那些人真的想要和平，那他們應該先提出清楚實用的構想，阻止在美國及其他國家的恐怖攻擊行動。還是你只是疾呼和平，卻讓美國被恐怖份子徹底摧毀？這就好像西藏佛教典籍中說的：「盲牛吃草」，或西諺說的：「因噎廢食」。

現在有那麼多人因為無法體認未來會發生什麼事而受苦。問題在於一般人因為欠缺內心成長而見識有限。他們沒有能力洞燭先機，獲悉恐怖份子、包括受訓中的恐怖份子的心意。倘若政府的情報團有預見的能力，那麼他們就能預見未來的危機。他們看到那些危險人士及恐怖份子心中的危害。他們能看到這些人會對美國及整個世界做出何種損害。

世間的凡夫認為戰爭是解方。問題是，戰爭，即使是勝戰，就像有副作用的藥。它或許暫時有利於情勢，但事後卻變得越來越複雜。為什麼？因為被你擊敗的人對你生起瞋恨心，未來的世代會對你報以傷害。依據行為（梵文稱為業）的自然法則，傷害的行為在



心相續中留下習氣，那習氣就像種子。當它未來成熟時，那人就會經歷到被他人傷害的果報。

我了解情勢很困難，美國民眾非常憤怒，但是除了宣戰，還有許多解決問題的方法。可能這些恐怖份子能被修行的力量（而非武力）所征服。戰爭要損失那麼多的金錢與生命。即使是一枚導彈都那麼昂貴、花費數百萬元。如果採用修行的力量來解決問題，能省下所有這些代價，幾乎沒有任何損失。

佛教，尤其是西藏佛教，有許多方法有助於帶給有情和平及安樂。如果政府對於採用修行之道來解決當前問題有興趣的話，他們必需向每個不同傳承的精神領袖請益。然後，為了使這些法門產生效益，應該修持幾個月或一年。這種方式不像軍事戰爭，會使某些人高興，某些人不快。這些法門是看不見的，所以不會惹惱或煩擾到任何人，也就是說，沒有任何人會生氣，並計畫以牙還牙。

### 無瞋之戰

另一種解方是打一場無瞋之戰，某種看起來好像暴力，但事實上卻變成善的事。僅因為某事看起來是暴力的，僅因為這樣，並不能斷言它必定是不善的，因為是有些表面上顯得暴力的事，實際上是最良善、最清淨，有益於內在和平。

佛教奠基於不害及利益他人。但是當一位



邪惡的有情傷害他自己，或大大地傷到許多其他有情和這世界，那麼，在大乘佛教中，擁有難忍悲心之功德、被稱為菩薩的偉大聖者，會取走那位有情的生命。他們完全犧牲自己，喜樂地去經歷任何奪取那位有情的生命所造成的苦果，例如地獄的痛苦。他們這樣做是為了利益那位有情，為了阻止他去從事有害行為，也是為了其他眾生的安樂。當取走一位邪惡有情的性命，比不取走更有利益時，佛陀容許具資格的偉大聖者這麼做。

尤其在大乘佛教的秘密真言乘中，會在難忍悲心的基礎之上，珍愛那些邪惡的有情而行密乘誅法：將意識與身軀分離而轉移到無苦淨土中。事實上，雖然採用了表面上忿怒或暴力的行為，卻不會傷害到造惡者，只會利益他們。心的忿怒相沒有絲毫的瞋怒沒有傷害他人的心念。例如當小孩非常頑皮，而父母沒有任何平和的方法能控制它。那麼父母會以忿怒心斥責小孩，因為那是控制它的唯一方法，從而會有更美好、成功的未來。

這些恐怖份子的心念，落入那麼多重邪見的沈重鐵籠中，他們甚至無法看出這些見解是錯誤的、他們的行為是有害的。他們的不善念與不善行造成數千人被殺害，那麼多消防隊員要犧牲生命去拯救他人。因為如此，他們將會受苦數千劫。善有善報，惡有惡報，這些恐怖份子對他們自己、對美國和世上其他地方造成的巨大傷害，令人難以想像。



## 輪迴

無數人都已經了解到輪迴的存在，有前世與來世存在。死亡之時，身體亡故了，但心流仍繼續，這就是輪迴。輪迴並不只是佛教的哲學和經驗，基督教也談輪迴，因為他們談到此世之後的天堂和地獄。經歷到天堂和地獄的並不是身體，而是心。所以輪迴存在。聖經也談到復活。

世界上分有信仰的人和無信仰的人。有個例子是當美國人登陸月球時，某些東方人無法接受或了解這怎麼可能。另一個例子是電視上看到的衛星視訊會談：某個人和數千哩遠之外的人談話，而且可以清楚的在螢幕上看到對方。有些未開化的人無法相信這是可能的。

當心在死亡之後延續，不善心念也延續，因此這些恐怖份子將繼續再三地傷害他人，永無止盡，除非他們消除不善的情緒心念。不善念，諸如瞋怒、不滿足的心，欲望，是心的慢性病，也是苦難的主因。倘若這世界上的人不努力改善己心，消除不善念，那麼，即使身體被摧毀、分解，尚未消失的心，將與所有這些心念一起延續下去。去除不善的情緒心念是究竟的解方。尤其是以生起慈愛心與悲憫心、究竟的善心、珍愛他人和利益他人來消除它們。

利生的宗教，害生的宗教

我確信大多數的宗教，每一種都對人類有



某種良善的貢獻。任何能提供完善法門的宗教，都應該能帶領有情到達究竟安樂——止息一切不善念，折磨人的情緒心念，包括其種子。倘若你的宗教傷害他人，它也傷害到你自己，那麼，擁有宗教信仰就沒有意義，還不如沒有任何宗教信仰。

對於美國和全世界當前及未來的和平、安樂，我的建議和貢獻是，持戒清淨的人，尤其是僧團應該閱讀或持誦《金光明經》。這是釋迦牟尼佛最珍貴的聖教之一，讀誦它的利益猶如無邊虛空。這也有助於消除其他問題，包括經濟困難，平息天災，諸如地震、暴風雨、水災、龍捲風、颶風等等。政府可以請美國的佛教僧眾持誦這部經典兩、三年。在家人和心胸開放的非佛教徒也可以讀誦。那麼，他對國家會有極大的利益。

### 癒病藥師佛

在此我只是提供建議。有一種具威力的癒病藥師佛簡要修行法門，來自證悟的瑜伽士蓮花生大士。這個法門能避免被他人感染疾病，或者，如果你已經被感染了，能用來治療。另一位修行人也推薦此法門，他預測這個法門對於保護自己免於炭疽熱的感染可能非常有助益。

「淨除一切惡業煩惱真言」不僅保護你免於炭疽熱，如果你平日持誦它，對於免於地震、火災、龍捲風、颶風、水災等等四大不調造成的生命危險，也是最佳保護。也有另



外兩個短咒能對治炭疽熱、疾病等等，還有，也證明能治療癌症。

當天災發生時，基督徒或許會說這是上帝的懲罰。然而，此處我所說的是，請宗教機構或禪修中心如此祈願非常值得，不只是組織，還有個人，因為透過祈願，他們能幫助止息或減少這些事。或許不是每一次都能這樣，但或許有時是如此。

還能做什麼？

我有一些建議，人們可以做一些事來拯救他們所居住的地方免於遭受數百萬美元的建物損害，也能拯救許多人命免於死亡：

有一種法門是供茶給控制天氣和製造憂慮的眾生。有一種供茶祈願文叫「獻浴給天龍八部」，非常有效。法門本身不算什麼，只是持誦簡短的祈願文，提及他們的名字，並請求他們不要製造這些憂慮。

強烈地向女性佛度母祈請，她就像基督教中的聖母瑪利亞，也能極有效地止息危難。她是一切諸佛事業的化身，可以持真言，或略、廣的二十一度母讚祈願文。

即使是全心依賴於本師釋迦牟尼佛而祈願，持誦他的名號及真言，強烈地祈請這些危難得以平息，也非常有效。

方法非常簡單，但其結果卻能對這個地區及國家有極大的利益。

其他也可以用空性的觀修來持誦金剛經，金光明經，心經。另一種非常具威力、能有



助益的方法是，當災難即將發生時，向慈眼視眾生的觀音祈請，持真言，完全信賴並做強烈的祈願。佛教密續充滿如此多種方法能克服各種災禍、淨除其肇因，包括戰爭，但當然，它們的成效端賴修持此法門的人多麼具格而定。

就算在即將發生災禍的地區沒有佛法中心，還是可以由其他地區的西藏佛法中心的人來做這些祈願文。我要強調的是，遇到凡夫無法控制災禍的情況，他們應該依賴修行的方法來避免或降低這些災禍。這不只是指佛教的方法，也可以用基督教、印度教、伊斯蘭教或任何宗教的方法。

### 領袖與媒體

我從未聽過任何領袖及在新聞中的其他人強調照顧心靈的必要，保護生活在這世界上的人的心靈。很清楚的是，一切事物，好或壞，安樂或苦難，全都來自於心，卻沒有隻字片語提到培養慈愛心與悲憫心的必要。沒有人強調全世界的每個眾生都有修持這一點的必要。我只聽過兩次「悲心」這個字眼，兩次都來自於布希總統，其中一次是在文中提到「美國是一個慈悲的國家。」

我非常高興聽到您和英國首相湯尼布萊爾明確地提出你們不會攻擊恐怖份子之外的回教徒或伊斯蘭教徒。倘若媒體也能以這種方式呈現此事，就能大大減低瞋怒和混亂。媒體只要說出一些不善巧的字句，就能夠挑起



無數人的怒氣。

### 教育兒童優先

我最後的建議是，如果整個世界，包括回教徒，能培養慈悲心、愛心和普世的責任感，在學校中給予這種特殊教育，在家庭中教育父母去實行，那是多麼善妙。

這樣，孩子就能夠在他的生命中，以及為家庭、國家和全世界，帶來更多的安樂。然後，當那個孩子變成父親或母親時，他們就能夠教育自己的小孩去實踐普世的責任感，慈愛和悲憫，善心得以延續下去，代代相傳。珍愛他人，致力於在辦公室、工作、家庭中，一切處所培養善心。這是阻止全世界恐怖行動的究竟方法。在因成熟為果之前，以及正在面臨難題時，修持慈愛、普世責任感、包容、寬恕、對他人的慈愛非常重要，而不是對他們漠不關心，只珍愛自己。

依據基督教、佛教、伊斯蘭教及任何其他宗教都可以找到理由與解釋。任何有助於心培養普世責任感、悲心、對他人的慈愛心的事。從歷史中可以發現，僅僅是一位有權勢卻缺乏善心、慈悲心、安忍心的人，可導致世界上的無數人和其他有情被殺害。

召開不同宗教信仰者的會談也很重要，所有的宗教領袖聚在一起，依據他們自己傳統的方式來祈願。這也應該為年輕人舉辦。如果世界上的年輕人能聚在一起祈願，對於世界上不同宗教間的和平與調合會有助益。





我之所以寫這封信是因為我特別關懷美國人。這個國家為了和平與安樂給予那麼多自由。我不懂為什麼中國大陸無法給西藏人和其他人同樣的自由。

雖然我在此解釋的方法是依據佛教，但傳統並不重要，這是關於存活並拯救他人遠離危難的問題。最重要的是人們能運用這些真言與祈願文有多麼重要。它們完全沒有副作用，對身心不會造成任何傷害。

### 最後的祈願

最後，我迴向我每日祈願的功德給一切有情的和平與安樂，願每位有情都能生起慈愛心、悲心，及滿願的珍貴善心。我祈願他們只利益彼此，而每位有情的心中都能充滿歡喜與大樂。我祈願整個世界充滿和平與安樂。

### 祈願與祝福

喇嘛圖敦梭巴仁波切

卡措碟千林

美國加州阿普特斯

(譯自二〇〇二年三月曼達拉雜誌)



## 消弭戰禍諦語祈願文

喻 瑪呢唄咿 吽

大慈勝者至聖觀世音，忿王馬頭至尊度母眾，  
僅聞其名能除諸恐怖，依處悲心仁者請垂念。

諍亂五濁熾盛有情眾，浮沈惡業忌妒汪洋中，  
備受猛力爭鬥煎熬苦，請以悲智令其皆枯槁。

於被瞋恚焰火焚燒眾，請降慈愛甘露雨淋已，  
使其彼此起如父母想，加持福樂吉祥得增長。

當其入心刹那能摧壞，胸襟轉變猶如非天般，  
魑魅惡毒海會之大眾，願彼不再流連此方中。

願諸戰死沙場有情眾，從此捨離惡業諸因果，  
化生入於極樂世界中，帶領其餘眾生入彼境。

願諸有情長壽無疾病，止息爭鬥奉行十善業，  
適時降雨農牧恆興旺，加持情器世間增吉祥。

法性自性本來即清淨，有法業果亦是無欺誑，  
上師本尊三寶大悲尊，願其廣大淨願皆實現。

此大成就者唐東嘉波之金剛語【消弭戰禍諦語祈願文】，乃因多康地區（青海西康地區）經常戰亂頻繁，調停和解無法解決，至尊大成就者於是抵達該區，寫下此文，宣說諦語，拋花祈請時，頓時眾人之忌妒瞋怒全消，不再征戰，使得該地年歲平安，豐年民樂，吉祥圓滿。

釋法炬 藏譯中 二 一年九月十五日



## 大乘八關齋戒儀軌

趨歸依

上師即佛亦即法 上師亦為賢聖僧  
上師造作一切善 我趨歸依諸上師 (三遍)

發菩提心

為能成就自他利 我今生起菩提心 (三遍)

將場地化為淨土

願此地基遍清淨 無有砂礫等雜物  
面均平坦如掌心 性同琉璃卻柔軟

供養雲

人間天界諸供養 或屬實物或化成  
普賢最妙供養雲 無餘遍滿虛空界

供養陀羅尼

唵 那摩 帕嘎瓦得 本雜 薩拉 帕麻大  
捏 答他嘎答呀 阿哈得 三藐 三布他呀  
答呀他 唵 本澤 本澤 麻哈 本澤 麻  
哈 顛雜 本澤 麻哈 毗帝呀 本澤 麻哈  
玻提吉答 本澤 麻哈 玻提 曼多 巴薩  
帕麻那 本澤 薩瓦 嘎嘛 阿哇拉那 比修  
他那 本澤 梭哈 (三遍)

諦力願

願以三寶真諦 一切諸佛菩薩加持 圓滿福  
智資糧大威神 本自清淨不可思議法界力(此  
供)化為真如!



迎請

祈請無餘等護諸眾生  
於諸事物無餘善知者

且摧凶猛魔王魔軍尊  
世尊眷屬駕臨於此地

修七支供養

我以三門誠心恭禮敬  
懺悔無始累積諸罪墮  
生死未盡恭請常安住  
迴向自他功德於菩提

盡奉實陳意現供養雲  
隨喜凡夫聖者各善業  
並祈為諸眾生轉法輪

獻曼達拉

喻 金剛堅地 阿吽 大威黃色地基 喻  
金剛圓周 阿吽 四周邊際圍繞鐵圍山脈  
中山王須彌 東勝身洲 南瞻部洲 西牛貨  
洲 北俱盧洲 身勝身洲 貓牛勝貓牛洲  
諂洲勝道行洲 惡音洲以及惡音對洲 珍異  
寶大山 如意勝樹 滿願牛 不需耕種莊稼  
珍異車輪寶 珍異如意寶 珍異王后寶  
珍異大臣寶 珍異大象寶 珍異良馬寶 珍  
異將軍寶 珍異大藏瓶寶 姿天 花鬘天  
歌天 舞天 鮮花天 末香天 燈明天 塗  
香天 太陽 月亮 珍異寶傘 制伏一切十  
方寶幢 一切天人所珍重富饒資財盛聚在其  
中 此田清淨悅意 我茲恭敬奉上大慈心根  
本上師 並且獻予一切真實傳承上師 尤其  
供養予上師羅桑能仁金剛持及其本尊眷屬大  
眾 惟願汝等慈受以利生 惟願汝等享此供  
已即以深大慈心不吝加持我 以及一切無邊  
如虛空母有情



須彌四洲日月所莊嚴 妙香遍塗華散之大地  
觀如佛土我樂敬供養 願諸有情共享此淨土

令我生起貪瞋無明境 怨親中庸色身用具等  
我均無吝奉上願享受 加持我他當下渡三毒

伊當 沽魯 啦那 曼達拉甘 尼雅答雅蜜

禮拜真言（三禮拜並持誦真言三遍）

唵 那摩 曼殊師利耶 那麻 蘇 師利耶  
那麻 烏答麻 師利耶 梭哈

【頂禮三拜後，右膝著地跪著，雙手合掌，頭和肩膀低彎著，觀想釋迦牟尼佛在你的面前，然後跟著傳戒上師（或在佛前自授），覆誦受戒發願文三遍，一面思惟其意義。】

### 受戒發願文

啟請住十方一切佛、一切菩薩，汝等尊聖，眷念我！阿闍梨，念我！正如往昔善逝如來、阿羅漢、正等覺圓滿佛陀 - 猶如聰慧馬、大龍、大象，所作已辦，更無所作，捨重擔，逮得自己之利益，窮盡生死輪迴中諸有結，言說清淨，心已極善得解脫，慧已極善得解脫——具此功德眾，為了饒益一切諸有情，為能給予利益，為能令得解脫，為能令無饑饉、災荒，（為了遮止戰爭，為了遮止四大危害），為能令無疾病苦，為能令圓滿成就諸三十七覺支道品，為能確定達證悟無上正等圓滿正覺菩提果，完整無缺漏，行說戒布薩，今我（自己名）亦復如是說從此時刻



直至明天日未昇起，將要持，為了饒益一切諸有情，為能給予利益，為能令得解脫，為能令無饑饉、災荒，為能令無疾病苦，為能令圓滿成就諸三十七覺支道品，為能確定達證悟無上正等圓滿正覺菩提果，完整地舉行說戒布薩。（複誦三遍）

註一：首次授戒時，唸完第三遍時，傳戒和尚會彈指並向大眾說：「塔實諾」，大眾必須回答：「雷克梭」。

同時專心思惟自己已經得戒體並生起隨喜心。

註二：於佛前自授戒（須曾於上師前受此戒）時，受戒發願文中第一行『阿闍梨，念我！』不用唸。

### 持戒願

從此我將不殺生	他人財物亦不取
不淨行法皆不作	謊言妄語也不說
眾多過失之近因	酒精飲料全戒除
高廣大床不坐臥	非時食物亦不吃
香水花鬘諸莊嚴	歌舞伎樂等戒除
恆常猶如阿羅漢	不行殺生等惡業
我亦戒除殺生等	願速證得無上覺
願從生死大海中	度此紛擾苦世間

### 淨戒陀羅尼

（首先，由傳戒和尚口傳，大眾跟隨覆誦3遍。然後，大眾一起誦18遍。）

唵 阿摩嘎 尸拉 桑木巴惹阿 巴惹阿 巴惹阿麻  
哈 續他 薩大 悲麻 微普 克以爹 不雜 打惹  
阿 打惹阿 薩滿答 阿瓦羅給爹 吽 佩 梭  
哈 （21遍）



離慢持戒及迴向願

惟願能以無過戒 及以清淨諸尸羅  
由無憍慢心律儀 圓滿持戒波羅蜜

勝菩提心極珍貴 諸未生者令生起  
令已發者不衰退 展轉增上恆滋長

願我能以此善業 速捷成就上師佛  
並將一切諸眾生 安頓立定於彼地

勇猛文殊如實了諸法 大行普賢菩薩亦如是  
為能隨從彼等清淨學 我將此等善根皆迴向

正如一切三時善逝佛 所讚種種迴向中最勝  
為行普賢行我亦如是 將此善根各各皆迴向

(大眾起立，向上3禮拜，受戒儀式到此圓滿。)

註一：受戒期間應該保持正念正知，守護這些戒條。

註二：萬一不小心犯戒，應該懺悔並誦淨戒陀羅尼三遍。

註三：可特別恩惟：「這是我對眾生的和平與安樂所做的  
貢獻，尤其是這個世界的眾生。」



## 迴向文

(第十四世 達賴喇嘛閣下著)

願受身心痛苦的十方眾生，  
因我的功德，而得如海似的快樂和喜悅。  
願一切眾生不受害、造惡或生病。  
願一切眾生沒有恐懼或被人欺負，  
心不被憂悶所壓。  
願盲者見色，聾者能聽。  
願因辛勞而疲乏的身體，得休息而復原。  
願裸者得衣，飢者得食，  
渴者得水和美好的飲料。  
願窮者轉富，悲傷者得歡樂。  
願失落者得希望。  
願風調雨順，農作物豐收。  
願所有的藥有效和合理的祈求如願。  
願一切病者，迅速由痛苦中解脫。  
無論世上有什麼疾病，願它們永不再出現。  
願驚慌的人不再恐懼，  
囚者得釋、弱者得權威。  
願人們想到互相幫助。





# 如何利益亡者



如何利益亡者



113

為臨終的病人發願 作者：梭巴仁波切 譯者：高明道

願我的皮是一棟房子

我的骨是給人方便的機器

我的血是甘露、是游泳池

我的內臟是美麗的花朵和花園

我的感官是大樂的境（對象）

而所感受到的也只是大樂（就像正等正覺者的感官）

我的心是一顆如意寶，

滿世間願和究竟願

我把這些供養給臨終關懷的病人

惟願由於這個因，

他們能到達連「苦」這個詞都沒有的境界

## 有人往生時，該為他修什麼法

這是梭巴仁波切給一位中心會長的建議，那時中心的一位學員往生，並留下一大筆錢給中心。仁波切也說這是有人過世時能利益亡者的一般性建議。仁波切說，這些是當人們「必需」為亡者做某些事時該做的事，對亡者而言，這是最具決定性的關鍵時刻。

舉辦藥師佛薈供及藥師佛法會

持誦一般在僧院中為亡者修持的八種祈請文（由於八種祈請文尚未全部翻譯出來，最好贊助僧院修法）。弟子們可以修任何已英譯的法（普賢行願品及入菩薩行論迴向品）

舉辦金剛薩埵薈供法會

做數千盞燈供（依梭巴仁波切所造的燈供廣軌）或其他的廣大供養（水供、花供等等）

修禁飲食齋（一個周末即可修畢）

舉辦周末金剛薩埵閉關、觀音閉關、藥師佛閉關（或全部都做）

修持自他相換法同時持誦嗡瑪呢唄吽並迴向給亡者（可以修半天或一座）

持誦普賢行願品許多次（可修一整天或一個周末）

持誦金剛經

持誦並觀修心經

觀修空性並迴向給亡者（可做一座或一天。或者舉辦周末空性共修閉關）

舉辦金剛空行火供共修，迴向給亡者。



製作佛塔或擦擦（最重要的是放入四個有力的真言時，迴向並念亡者的名字。這樣能改變墮入惡趣者的轉趣，使之能獲得投生善趣的因而利益他們。

製作不動佛擦擦

製作唐卡或佛像並迴向給亡者獲得良好的轉趣（當然，不一定要製作到一尊五百英呎的佛像）

代亡者出版或助印佛書。

如果亡者修持密乘，可以如下而行：

修亡者主要本尊的自灌頂及薈供  
舉辦亡者主要本尊的周末閉關

也可代表亡者如下供養：

代亡者供僧非常有力量，供養和亡者同上師的同修也一樣有力量。這能累積不可思議的功德，然後你可以為亡者迴向。

此外，你也可以供養亡者的上師，或者可以代亡者供養你自己的上師。

你可以代亡者供養或布施給佛法中心，因為佛法中心是人們觀修菩提道次第之處，他們可以在那裡學習佛法，清淨自心並累積功德。

你可以代亡者布施病患、無家可歸的人，解決他人的困境，做各種布施，或布施窮人。



也可以代亡者布施給畜生。

中心可以組織共修團體做這些事，或個人盡其所能地做其中任何項目。

跋：

二〇〇二年十月開示於加州阿普多斯的卡措碟千林，何莉安瑟法師（Ven. Holly Ansett）騰寫，二〇〇三年二月由康絲坦米勒法師（Ven. Constance Miller）略加編輯。



## 臨終的善念

死亡是我們生命中最關鍵性的時刻，非常地重要。因為有輪迴，所以無疑地，我們死後必有來生。來生的狀況是由臨終的心念所決定。未來是安樂或會有困難、有問題，全靠自己為臨終所作的準備。念頭是苦樂直接的因：如果我們有善念，它就變成來生安樂的因；但如果在臨終時生起不善念，它所招致的來生，必定比今世的問題還多。

來生會多「嚴重」，要看臨終者具有什麼心態，看他最後一個念頭。因此，要做的是，當臨終粗品心識尚未隱沒時，要生起一個正確的態度。這個態度十分要緊。

即使一個相信生命僅有一世的人，我相信臨終對他也很重要。縱使你這輩子在早年，或者是大部份的時候都充滿困難，常會遭遇到種種的問題，在臨終時還是需要內心的安寧，需要一個安樂的心。在那時刻，安寧、安樂的正面態度都是非常重要的。

如果我們設身處地想，就可了解臨終者需要多大的幫助，特別是在引導、保護心念上，讓心很安寧、自在、安樂。

我們可以應用心理學和修行等等，幫助我們在臨終時斷除恐懼、憂慮、瞋恨、常見和對生命、身體、親友、財富等等的貪著。能對事物養成一種如實的認知（認知事物的無常），而不持常見（希望那些東西是恒常的），這是非常有用的。不這樣的話，煩惱



的心會貪著無常的法，誤認它是恒常的，結果對它很自然的狀況，例如經歷死亡和一些事物的遠離產生瞋恨。

這煩惱心是沒有必要的，它是我們製造出來的。恐懼、憂慮等等也是這個無明煩惱心生起的。所以令死亡變得很可怕的就是這個心，事實上死亡本身一點都不恐怖。

我們視為恒常的法，實際上也不是恒常的。是我們對這些法生起貪著、瞋恨等等，才使死亡可怕。尤其當我們不接受法的無常，死亡就變得更加恐怖。因此，可怕、恐怖的死亡來自我們自己的心，是我們的顛倒見所製造的。

如果我們生起悲心、忍辱、信心等善念，智慧就會生起、增長。我們的智慧看清法的真相，死亡就不再可怕，反而變成很安樂的一條路。如果有一個善的心念，死亡將變成一條道路，變成有利的條件，因為我們可以用它來修行，來斷除所知障，根除一切痛苦、問題的根源。

有這種善念，就可以用死亡來達到最究竟的安樂——佛果。如果臨終時有這種善念，就不會恐懼，死亡看起來也不再可怕，不是一個讓你煩惱的障礙，反而是一個有利的條件。它是一條修行道，能夠解決所有的痛苦、障礙、顛倒。用修行、用這個善念，就可以操縱死亡，而不是死亡操縱你。

（摘錄自梭巴仁波切一九九一年十月四日在澳洲雪梨傳授藥師佛灌頂的開示）



## 臨終時自助五力

一九九五年六月十三日遍德法師 / 講授 高明道 / 口譯

今天要講的主題是如何用五力來準備自己的臨終。在講主題之前，我想先簡略地提一下本師釋迦牟尼佛身、口、意的種種功德。讓我們再思惟一下，因為他的關係，使我們受到多大的恩惠。此部分我引梭巴仁波切的話。資料來源是一日大乘修行法門，指出佛果捷徑。

首先看佛身的功德：佛陀的身是具足一切的莊嚴，但是他連一絲的微塵物質也沒有，而且不會受到物質的影響。佛陀的整個身體，包括髮、指甲都是佛意，佛陀的心。亦是說連佛陀的一根髮，一根毛均是一切法的寂靜。

為了適應眾生各種不同的根機，佛陀顯現各種不同的相。對有些眾生而言，他現出動物、畜牲的相。對其他眾生，他現出一個發狂的愚夫，或是國王、大臣、乞丐。佛陀可顯現為文字，在沒有橋的地方，可以顯現為橋，對找不到水的眾生顯現為水。就是為了引導眾生，在他們所需要的時候，顯現他們所需要的相。

佛身所放出的每一道光芒，連小光芒都有無數的佛。這種種不同的相的種子是在眾生心裡。要看到報身佛的種種相好，是高地菩薩才能看到。相好裡包括像手掌與腳掌上有千輻輪，手指之間有蹠，指甲、腳指甲顏色



像銅，在頭頂上有肉髻，眼睛細細長長的，很安詳，額頭上有白毫等等。

至於佛陀聖語的功德，佛陀所說的話很悅耳，先是聽到那聲音，心裏會很喜悅，遠離貪瞋痴。佛陀講一句話，各種不同語言的人都可以聽得懂；而且他們所聽到的都非常適合他們自己的程度。佛陀講一句話的同時，可以回答無數的問題。

佛陀聖意的功德可分成二部分：一為無上的智慧，包括一切的俗諦和勝義諦。他可以在一剎那同時了悟通達過去、現在、未來。如果把全世界的樹木都砍成小小的碎片，把那些木屑丟到大海裡，佛陀仍能區別那一木屑是來自那一樹木。

佛陀聖意的第二種功德是大悲：大悲心是繫住佛陀的心，像眾生被無明所困住一樣。佛陀的大悲心是沒有分別的，對一切的眾生是用平等最究竟的照顧。如佛陀坐在二個人中間，一個人用刀子來刺他，另一個人輕輕的按摩他，佛陀對這兩個人的悲心是一點差別也沒有。

佛陀的身、語、意是一，所以他身最小的一部分也是包括語和意，也可以顯現不同的形狀。佛陀身、語、意所做的事業是自然的、不斷的。對各個眾生提供不同的幫助。眾生心已成熟的話，佛陀就可以給他很大的利益，如一塊田把範圍擴大，那就可以播下更多的種子。

如果我們能常常去憶念佛陀的這種種功







德，對他的信心能增強。由於有信心，所以菩提心也會不斷地增長。只要我們能憶念佛陀的功德，連死亡的痛苦也可以減少。

在佛經上說：有信心的人，常常瞻仰佛陀身、語、意的種種功德。當信心增加後，晝夜均能看到世尊。那麼這樣的一個人，在重病或是臨終時都隨時可以看到佛。他所經歷的苦不可能使他的信心退轉。如果自己熟悉佛陀的種種功德，等到臨終時，利用此熟悉的念頭來幫助我們。如果常常憶念佛陀的智慧而生起信心的話，對佛陀的智慧所產生的佛、法、僧也同樣有信心。

如此憶念佛陀身、語、意的功德，會給我們一股力量，使我們繼續修行，成就佛道。而且可以體會自己福報有多大，因為我們生到一個仍然有佛法的世界，仍然有成就的師父幫助我們成就佛道。可能每一個人都曾經聽過，美國有一個著名的教授叫傑弗瑞·霍普金斯（Jeffrey Hopkins），他是研究佛學的學者，翻譯了很多書。

他曾經得過一種傳染重病，幾乎往生。他說，如果他當時對佛法沒有了解的話，他可能不會好轉，甚至可能死亡。在他生病時有種像死亡過程的狀況，在某一時刻幾乎連自己的名字都想不起來。他那時想起林仁波切 - 達賴喇嘛的親教師 - 教過他一個驅除障礙的真言。他當時內心就開始持此真言，他相信他當時沒有死就是持此真言。

他病的那段時間也常持文殊菩薩的咒：唵

啊惹巴札拿帝。他說對他當時有很大的幫助的一件事，是他以前五年曾住在寺院裡，常常修定。霍普金斯教授所提到很重要的一點，以前很多有瀕死經歷的人都曾經提過，我覺得是很重要的。就是在此經驗後，強烈的感覺到沒有時間。也就是說時間很珍貴，不該浪費它。

所以他說，若有一件事要說、要做，那麼現在就去說、去做。因為以後可能沒有機會。他回憶以前如果不是修行人的話，那麼就會一團糟。提這個例子，因為霍普金斯教授是很有名的學者，他經歷如此的狀況，覺得在死亡時，沒有一件事比佛法更重要。

佛陀曾說過，所有的足跡、腳印中，大象的腳印是最大的；在所有的念處法門中，念死是最殊勝的。念死可以對治我們的各種煩惱。當然斷除煩惱最有利的法門是空性，第二是無常念死。所以佛陀所顯現涅槃就是告訴我們無常。

如果我們不參考佛陀的教誨，到臨終時一定會後悔。一個修行最好、最有成就的行者，他在死亡時是大樂；中等的修行者他臨終時是很歡喜的；成就最差者，他臨終時則一點都不害怕。只要我們好好準備自己臨終，毫無疑問的我們也不會煩惱、害怕。

我不久前聽到西藏的一位老師父的故事，給了我很大的鼓舞。在當地的共軍要利用老師父來破壞當地村民對佛教的信仰。他們就將這位老行者從他住的山洞找出來，從山上





帶到村莊。他在路途中，一直唱宗教的證道歌。那些解放軍原先的想法是一到村莊就要把他殺掉，讓村民了解佛教是沒有用的。

但當他們一到村莊時，那師父就修移識法，當場往生了。共軍本來是要破壞村民對佛法的信仰，結果效果是正好相反的。因為老師父對自己的往生早就準備好了，他面對死亡不但不害怕，而且他連如何往生都是自己掌握的。

其實我們每一個人都能夠如此這般面對死亡。過去幾天的開示中，也常提到如何照顧臨終的病患。當時常常提到，我們照顧臨終的病患，其中最重要的是：希望他能很安定、安詳的在內心生起善念。這是大原則，但對於各別案子，要如何幫助他，要看各別的狀況，主要的是他有沒有意識活動，他有沒有固定的宗教信仰。

如果他有意識活動、有宗教信仰，可以在他的床邊放佛龕，或是一些與他宗教信仰有關的聖物，或是放一些梵唄等等，都很好。如果患者仍有意識活動，臨終時最好的準備是用五力。

臨終用的五力可以說是大乘經部法門的移識法。一個行者如果本來學的是續部移識法，在臨終時當然會用上。不過要看行者個人的情形。修行最好的行者，在世的時候會成就佛果，中等修行者在死亡時成就佛果，修行最差的行者在臨終時是用移識法。

在經部的移識法中，最核心的部分是，不

管是死亡、中陰身、來生這三個階段都儘可能的維持菩提心、大悲心。臨終時的念頭對於來生的情形有決定性的影響。臨終時生起何種念頭與此人最熟悉、最習慣的念頭有關。

假如我們平時每天都好好修行，儘可能維持善念，那麼在臨終時也會生起這樣的善念。一般來說我們可以看到一個人死亡的情形和他的個性很相應的。平時日常生活很慈悲的人，他臨終時也很安詳；那些平時有不善念如瞋恨、貪著的人，他臨終時也很不安。

### 一、引發力

在五力當中第一種是「引發力」。引發力指的是一個決心，就是我在死亡時、中陰身時、來生時都要堅持菩提心。換句話說，無論如何我要修俗諦和勝義諦的菩提心。

有關俗諦的菩提心在佛典上有不同的法門。其中一個法門叫七重因果，另外一個主要的法門是自他相換，宗喀巴大師把這兩個法門結合起來。第一點也可以說是悲心的基礎，就是平等心。

因為大悲心對於眾生都有一種沒有差別的關懷，所以它的基礎是平等心。有一個法門是可以幫助我們把自己對不同的眾生那種看法、感覺平衡過來。基本上它是讓我們思考週圍親朋好友，或者是冤家或者中庸的人、陌生人種種關係，都是會變的，這一世會





變，在許多世當中也都不一樣。

這個法門第一點是平等心。第二點是要思惟一切眾生都曾經是我的母親。邏輯是這樣成立的：因為我們有無數次的前世，所以每一個眾生都應該曾經當過我的母親。也就是說，都曾經跟我有很密切的、很親密的關係，而且對我有很大的恩惠。釋迦牟尼佛也說過，他沒有看過任何一個眾生，沒有當過其他眾生的母親。

第三點是憶念自己母親的恩德、恩惠。也就是說：先想到這一世自己母親的恩惠。也許有人跟這一世的母親關係並不是很好，但是我們可以回憶一下當母親懷孕的時候，我們在母胎長達九個月、十個月。

這一段時間，她都非常、非常關心我們會不會很安然。為了我們她必須經歷生產的那種苦。接著她多年全天都幫助我們、照顧我們。如果沒有她的話，我們根本不會學到什麼的，甚至於根本活不下去。前幾年我才知道、才發現自己的情形，如果不是我母親的話，我早就死了。因為我在很小的時候，發生一種病況，連醫生也沒有辦法。

因為我沒有辦法吃東西、沒有辦法消化，醫生也想不出一個解決的方法。幸好我的母親用某些東西餵我，因為那個時候我只能夠接受這些食物，所以才活下去，才長胖一點。所以自己如果想到母親的恩惠、一切母親的恩惠，就會生起一個念頭，我們希望我們能夠報答這個恩。

接下來的重點是把自己跟其他的眾生看成平等。也就是說，思惟像我自己只是希望自己獲得安樂，只是希望避免痛苦，而其他的眾生事實上都跟我一樣。也就是說，在全世界所有眾生都是同樣想離苦得樂。那我們也可以想一想，我只是一個人，我只是一個眾生，但是其他的有情，則是無數無邊的眾生。所以我們可以從邏輯來了解到，假定我只是照顧自己，這是一種非常狹窄的、一種非常自私的關懷。我們可以進一步的思惟，那麼一顆自私的心，是我們遭遇一切困難的來源。

只要有那麼一顆自私的心，我仍舊不可能心裡很安詳、很安靜。因為有那麼一顆自私的心，我們不斷的有如嫉妒心、好勝心、傲慢心等等，我們一直都會有這些問題，所以不可能安樂。因為有這些煩惱，所以我們造不善業；又由於不善業的關係，以後所遭遇到的果報還是苦果，沒有安樂。

但是如果能夠學會怎麼樣珍惜其他的眾生，怎麼樣對其他眾生有悲心，這個將使得我們的心很安寧。它給我們短暫的、世間的安樂，也給我們究竟的、佛果的安樂。因為有其他眾生的關係，我們才有辦法修悲心。把悲心跟智慧結合在一起，那就可以成就佛果。

在這個思惟的基礎上，我們就可以進一步的學自他相換。那麼首先，我們就修悲心。所謂悲心，是希望眾生能夠離苦，也能遠離



苦因的願心。因為有那麼一顆悲心，希望我們真正的能夠使其他眾生遠離痛苦。也就是說，我們希望，能夠代替他的苦。如果同時有另外一個念頭希望我們能夠給他安樂 - 那這個就牽涉到修慈心。

大慈心的意思就是我們希望眾生都能夠具足樂跟樂因。希望我們可以把我們自己的身體、我們的財富，這一些通通都跟其他眾生分享，也包括我們自己一切的安樂，也就是由於過去、現在、未來所造得的種種的善業而帶來的那些安樂，我們都全部給他們。

那這樣修慈心跟悲心，慈心是給與，悲心是取代。把這兩個跟呼吸配合。可以這樣觀想：自己代替其他眾生的苦，其他眾生的苦就像黑色的煙，我把它吸進來。然後把自己的安樂等等送給其他眾生的時候，它像白色的光芒，我將之呼出去。同時，也可以把自己的那種自私、愛惜自我的心觀想是在自己的心上一顆黑色的磐石。

當我們把眾生的苦這樣吸進來的時候，這縷黑煙把我們內心那愛惜自我的心的磐石摧毀。既然我們把愛惜自我的心摧滅了，就可以開展我們的心，我們可以對其他的一切眾生施予平等的關懷、悲心。

在成就大慈心、大悲心的基礎上，我們再進一步的生起所謂的增上意樂。我們知道慈心是與樂、悲心是拔苦。而所謂增上意樂，指的是：我真正的負起這拔苦予樂的責任。

這就像受菩薩戒的不同層面。菩薩戒可以

在願或行的層次上受。也就是說，在願的層次上，我們發一個願心，希望我們能夠使得眾生遠離痛苦。但在行菩薩戒的層次，我們真正的負起使得眾生離苦的責任來。心中憶念著：「如果不是我要負起這個責任，那誰會做呢？」

前幾天來參加活動的一位女士，拿證嚴法師的一本著作給我。我看到裡面有一句話是說，「你要用悲心來看待別人，或其他眾生。」你就是要把那抽象、潛藏於內心的悲心，透過世間法轉化成具體的行動。

你隨時都要生起一個悲心的念頭，說：「如果不是我們來，誰會來呢？誰會做呢？我要承擔，我能夠承擔。」這就是所謂增上意樂，就是你自己負起那個擔子。

也就是說，我們不救他們，誰來救他們？像沈美真律師，他們所創辦的台北婦女救援基金會，聲援受迫害與凌虐的婦女，並且以具體的行動幫助她們解決問題。這就是你看見問題，然後你負起責任來處理問題。而願菩提心跟行菩提心差別就在這邊。

證嚴法師說，你這樣做的話，這個污穢的五濁惡世，也會轉化、轉變成極樂世界。這個增上意樂成就以後，自然產生的結果就是菩提心。換句話說，我們真正的能夠生起菩提心，它是有步驟的修行過程、修習、修持的結果。

達賴喇嘛尊者說，如果我們能夠不斷的修菩提心，毫無疑問的，我們必定能夠成就菩







提心。我們想替菩提心下個定義，我們說：它是一個不斷的、自然想利他的力量。

## 二、修持力

在五力當中，第二個是叫做「修持力」。修持力指的是把由於貪、瞋、癡三毒所造過的不善業，希望把三業都淨除的意願。這些不善的種子，臨終之前要盡可能淨除，這是很重要的。要淨除這些不善的、不好的種子，很有力的一個法門，是四力或者是對治力。

四種力當中，第一個是出罪力。就是我們懺悔這一世及前世所造的種種不善業。因為既然過去世是無數的，所以任何一種不善業我們都曾經造過。

這裡我們要區別懺悔或者是後悔，跟罪惡感的差別。懺悔或者後悔，是很正面的。但是罪惡感是很負面的。因為懺悔，只是承認我們所造過的惡業，所做的事情，對自己或者對其他的眾生有害的。為了要避免繼續造不善業，懺悔或者後悔是一個基礎。但是罪惡感的重點是感到自己很差，自己很不好，很不行。因為這樣想，所以內心很容易覺得很憂鬱、很痛苦。所以它並不是正面的心態。

第二個力是依止力。依止力的理念是：我們過去所造的一切的不善業，不是針對眾生就是針對三寶。要對治對於三寶所造過的不善業，就要趨皈依佛、法、僧三寶。要對治對於眾生所造過的不善業，就要生起菩提

心。因為如果我們具足了菩提心，我們就不可能害其他眾生。

四力裡的第三個力是對治力，就是造作各種善業來防非增善。這其實可以指任何一個善業。比如說，包括聽聞佛法，或者是造佛像，或者莊嚴佛像，像剛剛在那邊擦佛像、供養聖物，或者修悲心、修空性、誦經持咒、供養，或布施，或做其他的利益的事業，如照顧那些無家可歸的人等等。

四力中最後一種力是誓不犯罪力或遮止力。就是要下一個決心，以後不要再犯不善業。如果是能夠在佛像面前發願以後不再造惡業，那麼它的力量會更大。就好比是你是一個師父面前，受在家戒。我們說，我不要再犯這個不善業，你可以依個別情況在時間上做限制。比如我們可以說，幾天或者是幾個星期，我不要再犯這個惡業。

比如說，假定一個人是屠夫，他可以發願每天晚上五點到第二天早上九點。就舉這一個例子，這一段時間以內他不要殺生。那麼，他持戒的那一段時間，會累積很大的功德。

如果是修學密續的法門，除了剛剛講的那四種對治力之外，還可以利用其他一些法門來清淨三昧耶戒。如果是受過灌頂的話，可以祈請上師或其他師長重新給你灌頂。如果沒辦法再次得到師長的灌頂，那你也要自我灌頂。如果能夠這樣做，你所犯過的一切的三昧耶戒是可以恢復，也可以彌補的。也就



是說，在你死亡的時候，那些三昧耶戒都沒有瑕疵。

### 三、善種子力

五力當中第三力叫做「善種子力」，就是斷除內心裡的一切貪著。你可以把自己所有的一切財富，自己所擁有的東西布施出去，給一些有意義的活動或事業。比如說你把那些東西布施給貧窮的人、有病的人、從事教育的機構或者是醫院、從事宗教活動的機構。

在死亡之前把自己所擁有的財物都布施出去，這樣就可以減輕我們臨終的貪著。在西方世界很多國家有寫遺囑的習慣。其意義是一樣的，你知道所有的財產你已安排好，將一切都給別人，那你就不會貪著它、執著它。正是這強烈的貪著使得我們不能生到善趣，不能脫離生死。如果能把自己的財富都布施出去，要用移識法也比較容易。

假定我們貪著太重，我們不可能把我們的心識移到阿彌陀佛的淨土。有一個西藏的法師，因為對西藏奶茶貪著太重（因為西藏奶茶是藏人的最愛），臨終的時候移識法用不上力。這位法師的師父就指示其他的弟子去告訴他，兜率天的奶茶保證更好喝。這位法師才有辦法用移識法往生。

所以如果我臨終時，有人可以說服我西方極樂世界有很多巧克力，我就比較容易用移識法。我雖這樣說，但千萬不要供養我巧克力，這樣會增加我的貪著，在臨終時那障礙



就更大了。

#### 四、省思力

五力當中第四力是「省思力」。意思是說，儘可能地強而有力地生起菩提心，以菩提心來往生。在死亡的時候，在臨終的時候所採取的姿勢，最好是像佛陀入滅時的那種姿勢，你側面臥著在右側，腿是伸出來的，左手是放在左腿上，右手是放在頭下面，右手的無名指把右邊的鼻孔遮住了。

為什麼這姿勢是那麼有利益？相傳如能夠採取那個姿勢，除了頂輪之外，其他身體的孔竅，都被遮住了，所以心識一定是從頂輪離開身體的。如果心識從頂輪離開身體，就很可能生到善趣，或生到淨土。臨終時最好的法門，就是取跟予的法門。內心思惟，我經歷死亡過程的種種困難，是代替，或為了一切有情。

一切修行有成就的行者，臨終時都坐雙盤，死亡時還是維持這樣的姿勢。從呼吸停止一直到識離開身體，身、心分離那時刻，還是維持那個姿勢。但等到身心分離的時候，身體就會往側面倒或往前面倒。

師父往往也會勸我們入眠時採用入滅的姿勢。如果我們這樣睡的話，不會受到魑魅或者鬼神的干擾。如果仰著睡，魑魅、鬼神很容易干擾。我所聽過大部分睡眠的時候被魑魅困擾的例子，都是仰臥著睡。但從來沒聽過一個人在右側睡眠的時候，被其他道的眾





生干擾的。

## 五、祈求力

五力當中最後一力是「祈求力」。就是發願希望眾生的苦在自己身上成熟，使得眾生都能遠離這個苦，而我為能利益一切有情，要很迅速成就佛道。如果能用上這五力，對我們來生繼續修習大乘法門有很大的幫助。

假如你有修密續裡的移識法，臨終時就應該用它。什麼時候用密續的移識法？在自然往生之前六個月以內就可以了。通常用的時候就在自然往生之前七天。這個法門是很有利的。你用力來把你的心識、意識，從頂輪射出去。那時候你觀想阿彌陀佛在你的頂輪上面，把你的心識射到阿彌陀佛的心。如果能夠成功利用這個法門，便能往生極樂世界，在蓮花中化生。在淨土的好處是能夠直接和阿彌陀佛和其他的菩薩修學，能很迅速的成就佛道。

達賴喇嘛尊者曾說死亡有三種因，第一個是壽命用完了、消盡了，第二個是福報用完了，第三個是業消完了。每種情形都有它對治的方法。如果第一種情形，就是壽命將盡，那你可以受長壽灌頂，或修一些延壽的法門。像我們後面的一幅唐卡上面有長壽三尊，最上面是無量壽佛，左邊是白度母，右邊是尊勝佛母。所以如果一個弟子壽命快到的時候，他的師父常常鼓勵他用這一類延壽的法門。包括觀想跟真言的持誦。

如果福報用完了，那麼弟子要累功積德。像前面講的四力中，有一個講累功積德的部分。像畫佛像，那是一個很好的法門。第三個，像剛講的第三個原因是業消盡了。那麼那個弟子就要淨除他的惡業，用剛講的四力對治。如果這三種原因中其中的一個甚至二個還可以解除它、去除它，那就沒有問題。但如果三個都具足了，那麼這個人到那個時候就應該準備往生了。

如果一個行者察覺到有那往生的預兆，先了解他的情形是屬於上面所講的三種情形當中的那一種，然後用對治的方法看看能不能挽回。這法門用三次用完之後，他會再觀察，這預兆還在不在。假定這預兆還在的話，那行者就開始準備死亡。可能那時候就用移識法。移識法行者要修到有一些現象、一些狀況。包括在頂輪有一種癢癢的感覺，或者是他在頂輪那邊長一個包，甚至有時候在那個頂輪那邊，就裂開一個洞。

原先在西藏如果有這麼一個閉關，那師父就會看他們弟子，如果弟子在這法門修得成功的話，他會用一朵花，或一個小木桿之類的放在弟子頭頂上裂開的洞裡面。有那麼一個症狀發生以後，那個行者頂多一個月，用一、二次這種法門，就是要這樣熟悉、繼續熟悉這法門而已。因為如修得太勤、太多次，可能壽命會變得短一點，或者是不小心心識真的跑出去了。

心識跑出去就沒辦法回來，這樣的話，就





是下一世。而且修這個法門的時候，每座都要持長壽真言，觀想那長壽甘露充滿你的身體。在你學了這法門之後，不只是對你自己有用，而且也可以利益其他往生的眾生。因為這法門有一個誓言，就是行者每次遇到往生的人或畜牲，都要幫他修這個法。這法門對自己，對其他眾生有很大利益。但這法門有危險，不應在無師父指導之下亂用。

假定一個人他不信佛的話，那我們怎麼幫助他？如果我們說在精神方面照顧一個病患或者一個臨終的人，它的範圍不是像宗教那麼狹窄。如果是精神方面的照顧，重點是放在照顧一個人的心。所以如果我們能夠幫助臨終的人或者是病患，很安詳地、很平靜，然後內心充滿善念這樣走的話，這也是屬於精神方面照顧他。

我深信像舍利子，或者加持過的那種藥丸，或者是你持真言，即使那個人他不信佛，對他仍然是有好處的、有利益的。但是，我們用它的時候要小心，我的一位師父他曾經說：『如果我們想勉強一個臨終的人接受他不想接受的一些宗教理念，因為他有那個排斥的心，對他來生能不能接觸到宗教而言，是一個很大的障礙。』也就是說，如果我們現在用這些方法，結果那個人心裡面生起瞋恨，或者厭惡的心，其實我們是害他。

但是，我又會想到梭巴仁波切的開示，仁波切說：『一個人他看到一尊佛像的時候，

即使他生起一種不善心、瞋恨心的話，仍然是種下成佛的因，那個因是在那個對象 - 那個佛像的威神力。」所以，剛剛講的那種不同的概念，我們就按照個別的案子去衡量它。我自己的方法是：如果我跟一個臨終的人在一起，就不管那個病患或臨終的人他個人的宗教信仰如何，我內心會默念真言，而且內心會迴向功德，希望這個臨終的人或亡者能夠迅速地生到善道，能夠遇到具足資格的善知識，以及圓滿的教法，能夠很迅速地証得佛果，以便圓滿利益一切有情。

相傳一個臨終的人，他的心其實非常清楚的，甚至於說他可以瞭解到四周的人他內心是怎麼想的。我的想法是這樣子：如果我們內心那種願，是一個很誠實的一個願，而且我們充滿了悲心，即使那個病患、那個臨終的人他信仰的宗教不一樣，但是因為是一種悲心，所以不會讓那個臨終的人感到不安、或者是反感。所以，我們跟一個臨終的人在一起的時候，最忌諱的是讓他心不安，或者讓他生氣的那些行為。所以，跟臨終的人在一起的時候，我不會說很多話，但是我一直都儘量維持一種很平靜、很正面的善念。

剛剛講的五力，不只是在臨終的時候用的，平時也要用。五力的核心是在死亡、中陰跟來生都能夠維持菩提心，這是它的核心。最理想的當然是我們在世的時候，隨時都用五力，等到臨終的時候，那些念頭會很自然的生起。





譬如說用四力對治來淨除我們的惡業，每天都應該這樣做才對的。甚至於說我們每一次做不善業的時候，應該是馬上就用四力來對治。那自我灌頂也是定期地在不管是寺院，或者是閉關道場，或者是個人行者，都應該是定期這樣修來彌補或恢復他的戒。

自從佛陀時代開始，僧團每個月兩次都舉行布薩，是同樣的意思，也是同樣的意義，先是懺悔，然後回復戒。所以，回到一個要點，就是我們整個的一生其實是準備死亡。我們過每一天應該是把它看成我們這一輩子最後一天。使得我們一面對死亡，我們心裡早就有準備。那個時候就能夠很穩、很安定、一點都沒有懊惱地來面對它。



## 給痛失親友者的開示

文 / 梭巴仁波切 開示

如果你擔心或想念亡者，應該憶念我們全都會死，尚未解脫輪迴的我們，有生就有死。因為我們在煩惱和業的控制之下，直至解脫輪迴。這是生命的本性。即使整個看起來非常堅實的地球，也會消失、壞滅，一段時間之後，地球曾經存在的地方，會變成虛空。因此，一切由因緣而起的現象都不會永久存在，它會變遷、壞滅，不只是一秒接一秒，連一秒鐘內都是如此。

因此，對亡者有利益的是你們在日常生活中以好心做好事，饒益他人之思，慈悲心和愛心，這樣，你的行為變為善。以這種清淨的動機、善心生活，你的行為變成善的，即使你沒有任何其他的善舉。從這些善行，你累積了功德，如果你迴向它們，迴向給他能有美好的來世，不只成就暫時的安樂，最重要的是，盡速解脫輪迴，生死輪迴，並以最迅速的方法成就佛果。

透過對他人更多的善行，例如慷慨布施他人等等，過持戒的生活，戒除傷害他人、傷害自己，藉由憶念亡者，為了他的利益，當有人對你不好或污辱你，顯得不尊重你時，試著修持安忍，至少你不要生氣，然後，這意指你不會傷害他人。因此，即使是透過修持安忍，或者當傷害他人的心念生起時你試著阻止它，都迴向這功德給亡者。倘若你能



思惟這也是為了一切同樣想要安樂、不要受苦的有情，為了他們的安樂和利益。因此，無論你每天能有多少善行，至少當生起瞋怒的危險出現時，去阻止它並修持安忍或悲心，當對他人有害的不善念出現時，諸如不善願、嫉妒等等，要能止息之並修持佛法。

除此以外，倘若能盡可能的在日常生活以誠摯的心利益他人，或大或小的幫助，這會使你的生活品質更好，心更健康，那也就是有更健康的身體、長壽，獲得內在的和平與安樂。你能修多少善事，做善行，也就是指為自己減少了那麼多的苦。而當你死亡的時候，就會比較沒問題或完全沒問題，你會有安樂的死亡，寧靜，非常愉快，並能啟發他人，給其他人勇氣去修學佛法、觀修或行善。所以，你的生命將有非常快樂的結局。

因此，亡者的死是對我們的提醒，人生是多麼可貴，也提醒我們更努力修行，更清淨。



## 極樂發願文 引自大藏經

宗喀巴大師造 法尊法師譯

勝行無盡利有情 一念永棄死王畏  
恆愍眾生如愛子 禮天人師阿彌陀

能仁數稱讚 最勝極樂刹  
發願往生文 隨力而宣說  
無明障取捨 瞋劍斬善趣  
貪索繫生死 業水漂有海  
老病苦浪擊 將入死鯨口  
非愛苦擔逼 無依苦哭喚  
啟白願證成 救苦無量光  
觀音大勢至 並及多眷屬  
多劫為度生 莫忘所發心  
如鵬飛於空 現通速降臨

今依自他三世所集資糧大海，總集之力，願我臨終，現見阿彌陀，觀音勢至，海眾圍繞。爾時緣於佛及聖眾，發殷重信，無支解苦，具足信境明記不忘，死已無間，八大菩薩現通而至，示與往生極樂之路，依此得生極樂國土，寶蓮華中，利根大乘。

願生已無間，證得無量陀羅尼，三摩地，無緣菩提心，無盡辯才等功德寶藏，承事供養無上大師阿彌陀等十方諸佛菩薩，受學大乘。

願如實了知諸法真義，剎那剎那以神通力徧往十方無央數佛刹，圓滿一切菩薩大行。



願生淨土已，以此猛利悲心發起無碍神通而還穢土，為諸有情如其根器而說正法，皆悉立於諸佛所讚清淨妙道。

願速圓滿微妙大行，為利無邊諸眾生故，速當成佛。

願捨壽行時，現見阿彌陀，海眾遍圍繞，信悲滿我身，中有初現起，八佛子示路，化生極樂已，度濁土眾生。

乃至未得如是勝位，願一切生中得清淨身，聞思修習於佛聖教，教證二法。

願彼身不離善趣七種功德而為莊嚴。

願如是一切生中得宿念。

願一切生中恆觀三有悉無堅實，欣慕解脫所有功德，於佛世尊善說法律而為出家。

願出家之時，雖微小罪，悉皆無犯，究竟戒藏，證大菩提，如不動比丘。

願一切生中如實了知染淨已，究竟支中，明記受持諸法文義，獲得圓滿大陀羅尼。

願如自所受為他宣說，獲得清淨無礙辯才。

願一切生中得健行等三摩地門，肉等諸眼，神境等通。

願一切生中得廣大慧，自力能辨諸所捨處。

願獲明了慧，能無紊亂，如實簡擇，雜染清淨，最微細處。

願證速急慧，不解邪解，猶預意樂，生已無間，無餘永滅。

願得甚深慧，於他不能持佛所說文義，無滯能入。

願總遠離一切過失，以慧簡擇佛經文義，由巧便慧究竟一切諸菩薩行，如曼殊尊。

願獲得如是廣博明了速疾深慧，為欲攝受賢善，降伏邪說，喜悅智所有支分，謂緣一切佛教獲得講說辯論著作善巧究竟。

願一切生中破除樂著自利作意，及初一切菩薩大行退懼意樂，愛樂利他到達智力第一彼岸，由於巧便大菩提心，究竟一切諸菩薩行，如觀自在。

願一切生中行二利時，摧伏一切魔外他論，由巧便力究竟一切諸菩薩行，如秘密主。

願一切生中永離懈怠，精進圓滿大菩提行，從初發心剎那不廢，由大精進證大菩提，猶如無等釋迦法王。

願一切生中能摧一切身心疾病，菩提障難，略稱其名，便能滅身語意一切痛苦，如藥師佛。

願一切生中欲壽究竟，略稱其名能壞一切非時橫死，如阿彌陀佛。

願有命難時，得見阿彌陀佛，四種事中隨順調伏，示現化身，見已無間，一切命難悉皆消滅。

願於如應調伏所現身了知，即是阿彌陀佛，生堅固信，由此力故，一切生中，不離阿彌陀，為善知識。

願一切生中，常為世出世間，一切功德根本，具足德相，大乘善友，歡喜攝受。

願被攝受時，於善知識獲不壞信，由一切門承事歡喜。





願凡其所不喜，剎那不作。

願善友開示一切圓滿教授教誡。

願如實了悟一切義已究竟正行。

願剎那不隨惡師惡友增上而轉。

願一切生中證悟一切，深信業果，永出離心，大菩提心，清淨正見，無有功用任運恆轉。

願一切生中身語意業一切善根，唯成利他及清淨大菩提因。

乃至我未得	能仁最勝位	顯得修道身
出家念宿命	總持辯才定	通等功德藏
無比智悲力	速滿菩提行	非時死相現
即見彌陀身	摧壞死王力	證無死持明
彌陀一切生	作大乘知識	於佛所讚道
剎那不退轉	若時棄有情	生起自利心
不愚利他事	巧便行利他	願誦憶我名
諸受惡業果	得圓滿安樂	上昇大乘梯
略明佛子傳	修菩薩行障	消滅諸順緣
如意皆成辦		

釋迦法王無量光 彌勒妙音秘密主  
觀音海眾緣起力 如是諸願速圓滿

往生西方極樂世界發願文終  
吉祥圓滿



## 普賢行願品

所有十方世界中，三世一切人師子，  
我以清淨身語意，一切遍禮盡無餘。  
普賢行願威神力，普現一切如來前，  
一身復現刹塵身，一一遍禮刹塵佛。  
於一塵中塵數佛，各處菩薩眾會中，  
無盡法界塵亦然，深信諸佛皆充滿。  
各以一切音聲海，普出無盡妙言辭，  
盡於未來一切劫，讚佛甚深功德海。  
以諸最勝妙華鬘，伎樂塗香及傘蓋，  
如是最勝莊嚴具，我以供養諸如來。  
最勝衣服最勝香，末香燒香與燈燭，  
一一皆如妙高聚，我悉供養諸如來。  
我以廣大勝解心，深信一切三世佛，  
悉以普賢行願力，普遍供養諸如來。  
我昔所造諸惡業，皆由無始貪嗔癡，  
從身語意之所生，一切我今皆懺悔。  
十方一切諸眾生，二乘有學及無學，  
一切如來與菩薩，所有功德皆隨喜。  
十方所有世間燈，最初成就菩提者，  
我今一切皆勸請，轉於無上妙法輪。  
諸佛若欲示涅槃，我悉至誠而勸請，  
唯願久住刹塵劫，利樂一切諸眾生。  
所有禮讚供養福，請佛住世轉法輪，  
隨喜懺悔諸善根，迴向眾生及佛道。





我隨一切如來學，修習普賢圓滿行，  
供養一切諸如來，及與現在十方佛。

未來一切天人師，一切意樂皆圓滿，  
我願普隨三世學，速得成就大菩提。  
所有十方三世刹，廣大清淨妙莊嚴，  
眾會圍繞諸如來，悉在菩提樹王下。  
十方所有諸眾生，願離憂患常安樂，  
獲得甚深正法利，滅除煩惱盡無餘。  
我為菩提修行時，一切趣中成宿命，  
常得出家修淨戒，無垢無破無穿漏。  
天龍夜叉鳩槃荼，乃至人與非人等，  
所有一切眾生語，悉以諸音而說法。  
勤修清淨波羅密，恆不忘失菩提心，  
滅除障垢無有餘，一切妙行皆成就。  
於諸惑業及魔境，世間道中得解脫，  
猶如蓮華不著水，亦如日月不住空。  
悉除一切惡道苦，等與一切群生樂，  
如是經於刹塵劫，十方利益恆無盡。  
我常隨順諸眾生，盡於未來一切劫，  
恆修普賢廣大行，圓滿無上大菩提。  
所有與我同行者，於一切處同集會，  
身口意業皆同等，一切行願同修學。  
所有益我善知識，為我顯示普賢行，  
常願與我同集會，於我常生歡喜心。  
願常面見諸如來，及諸佛子眾圍繞，  
於彼皆興廣大供，盡未來劫無疲厭。  
願持諸佛微妙法，光顯一切菩提行，  
究竟清淨普賢道，盡未來劫常修習。  
我於一切諸有中，所修福智恆無盡，

迴  
向





定慧方便及解脫，獲諸無盡功德藏。  
一塵中有塵數刹，一一刹有難思佛，  
一一佛處眾會中，我見恆演菩提行。  
普盡十方諸刹海，一一毛端三世海，  
佛海及與國土海，我遍修行經劫海。  
一切如來語清淨，一言具眾音聲海，  
隨諸眾生意樂音，一流佛辯才海。  
三世一切諸如來，於彼無盡語言海，  
恆轉理趣妙法輪，我深智力普能入。  
我能深入於未來，盡一切劫為一念，  
三世所有一切劫，為一念際我皆入。  
我於一念見三世，所有一切人師子，  
亦常入佛境界中，如幻解脫及威力。  
於一毛端極微中，出現三世莊嚴刹，  
十方塵刹諸毛端，我皆深入而嚴淨。  
所有未來照世燈，成道轉法悟群有，  
究竟佛事示涅槃，我皆往詣而親近。  
速疾周遍神通力，普門遍入大乘力，  
智行普修功德力，威神普覆大慈力。  
遍淨莊嚴勝福力，無著無依智慧力，  
定慧方便威神力，普能積集菩提力，  
清淨一切善業力，摧滅一切煩惱力，  
降服一切諸魔力，圓滿普賢諸行力。  
普能嚴淨諸刹海，解脫一切眾生海。  
善能分別諸法海，能甚深入智慧海。  
普能清淨諸行海，圓滿一切諸願海，  
親近供養諸佛海，修行無倦經劫海。  
三世一切諸如來，最勝菩提諸行願，  
我皆供養圓滿修，以普賢行悟菩提。



一切如來有長子，彼名號曰普賢尊，  
我今迴向諸善根，願諸智行悉同彼。  
願身口意恆清淨，諸行刹土亦復然，  
如是智慧號普賢，願我與彼皆同等。  
我為遍淨普賢行，文殊師利諸大願，  
滿彼事業盡無餘，未來際劫恆無倦。  
我所修行無有量，獲得無量諸功德，  
安住無量諸行中，了達一切神通力。  
文殊師利勇猛智，普賢慧行亦復然，  
我今迴向諸善根，隨彼一切常修學。  
三世諸佛所稱歎，如是最勝諸大願，  
我今迴向諸善根，為得普賢殊勝行。  
願我離欲命終時，盡除一切諸障礙，  
面見彼佛阿彌陀，即得往生安樂刹。  
我既往生彼國已，現前成就此大願，  
一切圓滿盡無餘，利樂一切眾生界。  
彼佛眾會咸清淨，我時於勝蓮華生，  
親睹如來無量光，現前授我菩提記。  
蒙彼如來授記已，化身無數百俱胝，  
智力廣大遍十方，普利一切眾生界。  
乃至虛空世界盡，眾生及業煩惱盡，  
如是一切無盡時，我願究竟恆無盡。  
十方所有無邊刹，莊嚴眾寶供如來，  
最勝安樂施天人，經一切刹微塵劫。  
若人於此勝願王，一經於耳能生信，  
求勝菩提心渴仰，獲勝功德過於彼。  
即常遠離惡知識，永離一切諸惡道，  
速見如來無量光，具此普賢最勝願。  
此人善得勝壽命，此人善來人中生，

迴  
向





此人不久當成就，如彼普賢菩薩行。  
 往昔由無智慧力，所造極惡五無間，  
 誦此普賢大願王，一念速疾皆消滅。  
 族姓種類及容色，相好智慧咸圓滿，  
 諸魔外道不能摧，堪為三界所應供。  
 速詣菩提大樹王，坐已降服諸魔眾，  
 成等正覺轉法輪，普利一切諸含識。  
 若人於此普賢願，讀誦受持及演說，  
 果報唯佛能證知，決定獲勝菩提道。  
 若人誦持普賢願，我說少分之善根，  
 一念一切悉皆圓，成就眾生清淨願。  
 我此普賢殊勝行，無邊勝福皆迴向，  
 普願沉溺諸眾生，速往無量光佛刹。



### 法王 達賴喇嘛尊者長壽祈請文

於此雪嶺所繞國土中 一切利益安樂之生處  
 巔津珙措觀自在菩薩 願其常住直至生死盡

148

### 祈請圖敦梭巴仁波切長壽文

願自如意成就之雲朵	彌陀等三根本佛智慧
珍寶穀雨施予妙利樂	吉祥圓滿光明普照曜
身披飾教三學之袈裟	勤修無垠續部瑜伽海
並以難忍能忍之鎧甲	戰勝四魔祈汝安住世
能為善緣化機妙教導	解脫賢道事業極希有
隨行賢聖大眾之事跡	吉兆金日唯願常升起
一生律儀清淨多聞等	菩薩學中見行具無瑕
於第二佛羅桑之教法	純淨無雜唯願堅護守
惟願世世不離真上師	惟願隨時享有盛正法

惟願地道功德圓滿後  
願以勝佛菩薩之加持  
及吾清淨增上意樂力

迅速得證金剛持果位  
緣起無欺無誑之真諦  
真誠誓願諸要處成就

祈請宇色仁波切長壽文  
圓滿相好奪雪山色母  
若念將從非時難救度  
隨順種種化機信解界  
噶丹賢規佛教心法王  
尤於西方邊地之眾生  
隨意降生異地之種族  
盡知無垢經續之怙主  
精通善巧導向解脫道  
於教精華戒律調伏法  
亦達浩瀚經續海彼岸  
惟願藉由善業善願力  
願如歡喜攝受眾弟子  
願諸上師本尊護法助  
盡力精進行持聞思修

若見人迷若聞憂惱除  
施壽如意妙輪賜吉祥  
並以善說光芒巧顯揚  
至尊勝妙上師我啟請  
恩惠超越一切勝者尊  
念汝深恩大德祈常住  
太師賢聖善友常勤依  
成熟多聞賢眾祈常住  
嚴謹淨持尸羅之要點  
圓滿妙主願汝常安住  
生生不離有恩勝上師  
恆因汝語甘露味滿足  
加持由衷憶念其深恩  
速成賢劫常遠大利益

迴  
向



149

了義善識袞卻上師轉世無惑速臨祈請文

曾允利生愛心達究竟  
無與倫比善知識親自  
周遍一切大樂大幻化  
無比導眾純正善知識  
窮盡二障能力達究竟  
大恩無敵純正善知識  
由汝怙主教證所出生  
汝於我等棄否能捨否

超勝一切勝者具大恩  
無惑轉世願能速拜謁  
隨順所伏示現種種身  
無惑轉世願能速拜謁  
摧滅我等眾生諸罪障  
無惑轉世願能速拜謁  
我等徒眾除汝無皈處  
無惑轉世我等怙蒞臨



彼之事業遍明廣道路 宛如文殊上師宗喀巴  
 五濁熾盛無怙諸眾生 無惑轉世我等怙蒞臨  
 願以勝佛菩薩之加持 緣起無欺無誑之真諦  
 及吾清淨增上意樂力 真誠誓願諸要處成就  
 (張福成恭譯於二〇一二年六月十一日袞卻格西舍利抵台前)

### 菩提道次第願

惟願以此長久勤精進 所積廣如虛空二資糧  
 令我成為勝者主能引 一切因癡慧眼盲眾生  
 願於未達彼地諸生中 文殊妙音悲憫攝持我  
 獲法次第圓滿至上道 然後修習令諸佛歡喜  
 願依我所體悟聖道要 猛烈悲心所引權方便  
 淨除一切眾生心中暗 然後永持勝者之教法  
 願我盡為大悲心驅使 於諸珍貴勝教未弘地  
 或已弘揚卻又衰敗處 令彼利樂寶藏盡顯揚  
 願以勝者佛子妙事業 所成菩提聖道之次第  
 於求解脫眾心施勝德 且恆護持勝者所作為  
 成就修習賢道之順緣 而除逆緣諸人及非人  
 願其與諸佛讚清淨道 生生世世永遠不分離  
 願當誰以勝乘十法行 如理如法精進勤修習  
 彼時皆受威勢眾之助 且願吉祥大海遍十方



願以我、諸佛、菩薩、眾生三世所累積的功德，為利他而成就佛果的菩提心，在我及一切眾生的心中連一秒也不遲疑的生起，並願已生起的利他心輾轉增長！

惟願所有地獄、餓鬼、畜生、人、天、阿修羅和中陰身的眾生皆將獲得我所累積，包括道上成就及佛果的種種安樂（暫時的安樂、

究竟解脫和成佛)、功德！

惟願眾生任何苦在我身上成熟！ - 惟願我累積的任何安樂、功德當下在眾生的身上成熟！

願所有珍貴的上師長壽健康，願所有量等虛空的眾生獲得安樂，願我及眾生能夠累積一切功德並且無餘盡除一切惡業，願加持能使我們迅速成就佛果。

願以我、諸佛、菩薩、眾生三世所累積的功德，生生世世皆能遇見具格的大乘善友，並且從我心中將他們視之如佛；願我們所做皆能讓善友的聖心喜悅，願我們能立刻能夠圓滿他們的聖願。

或者：惟願由我所做之功德對任何眾生連一微細的傷害也不會造成，反而帶給他們最大的利益；任何我所遭遇的快樂或痛苦，願它成為他人最大之利益，使他們能迅速的成就佛果。

或者：願以我及他人三世所累積的功德，僅由見、聞、憶念或者談及我者，立刻就能從痛苦 - 疾病、惡業、和危難中 - 解脫出來，並將他們永久置於無上安樂的佛果。

惟願猶如上師宗喀巴，從現在直到未來一切世，我能夠利益量等虛空的有情及諸佛的聖教，願我擁有如上師宗喀巴的所有功德。

勇猛文殊如實了諸法  
為能隨從彼等清淨學  
正如一切三時善逝佛

大行普賢菩薩亦如是  
我將此等善根皆迴向  
所讚種種迴向中最勝

迴  
向





為行普賢行我亦如是 將此善根各各皆迴向

惟願我及諸佛菩薩三世所累積自性空的功德，自性空的我，成就釋迦牟尼佛自性空的佛果位，帶領自性空的眾生，迅速成就自性空的佛果位。

願以我、諸佛、菩薩、眾生過去、現在、未來三世所累積的功德，願我和我的家人、學員和所有的眾生，在此生能夠完全的實踐上師宗喀巴結合經和續，純淨猶如萃取出黃金般的教法，願這純淨的宗喀巴教法能遍及弘揚於十方。

願以我、諸佛、菩薩、眾生三世所累積的功德，迴向將不會有戰爭、饑饉、疾病、爭鬥、不安的心；願能繁榮和任何事都能容易成辦，願所有世界上的人類都能有精神上的導師引導佛法，每個人都能享用佛法的安樂，願每個人都能健康並且在他們的心流中僅以慈悲和愛對待彼此。

你可以在此做各別的迴向給那些生病的、有困難的或往生的人以下的迴向可以自行選擇：

願我和他人能夠以純淨的行為度過此生（猶如上師宗喀巴他自己） 訓練發菩提心和過於正見和正行中，願由此將不會使第二佛的教法有所染著。

唯由仁慈的上師，使我得以遇見佛陀無等的教法，我迴向所有這些功德，無一例外的給那些流浪於生死的眾生，願未來他們也能





被仁慈的上師所引導。

直到輪迴盡，願這教法的利益不會為邪知的風所動搖，願這個世界充滿對於真實教法了解、並有穩固信心的人。

願我日以繼夜地，以思惟和審思這個能散佈於眾生及我心中的教法，度過時日。

增長功德十萬倍的真言：

敬禮毗盧遮那世尊 如來 應供 正遍知！

敬禮普賢菩薩摩訶薩！ 各三遍

答雅他 唵 潘恩擦 枝牙 阿哇波塔尼 梭哈

唵 杜如 杜如 紮牙 木些 梭哈（七遍）

炯顛迭 迭新雪巴 扎炯巴 揚大巴爾 左碑

桑給 渦哇當 孟蘭 湯木卻 惹巴杜 杜貝

嘎牙玻啦 恰克查囉（三遍）

願以勝佛菩薩之加持 緣起無欺無誑之真諦

及吾清淨增上意樂力 真誠誓願諸要處成就

迴  
向





# 附錄



附  
錄



155

## 導師圖敦 梭巴仁波切簡介

護聯會的導師梭巴仁波切，是耶喜喇嘛的心傳弟子。兩位喇嘛在一九六四年相遇，一九七一年在尼泊爾建立了柯槃寺，且一直為著把佛法介紹到西方的心願而努力。一九八四年，耶喜喇嘛圓寂了，梭巴仁波切一肩獨挑起領導護聯會的重任，以「不忍聖教衰，不忍眾生苦」的悲願，矢志圓滿上師耶喜喇嘛的遺願——要在印度建造一尊彌勒大佛，促使大乘教法常住於世。

仁波切所有的時間都用於修行或教導眾生，終年馬不停蹄地走訪全球各地，推動種種弘法利生的事業，即使在示現病相的時候，仁波切仍然不願意放緩腳步，仁波切常說：「如果我活著的時候，不能對眾生有絲毫的利益，那我就沒有存在的理由了！」

## 護持大乘法脈聯合會（FPMT）簡介

護持大乘法脈聯合會（FPMT，簡稱護聯會），是由耶喜喇嘛所創辦的國際佛教團體，旨在維護佛法的修學。這個組織是為所有的母有情而設立的，主要目的是讓佛法的智慧在人們的心中成長，這是我們存在的唯一理由。目前護聯會在全世界各地共有一百多個中心。其中包括：都會地區大規模的中心、僻靜山上的閉關道場、共修團體、出版社、臨終關懷服務中心、醫療中心以及各種社會服務工作。目前護聯會最重大的利生計劃，就是在印度建造一座屹立人間千年，世界上最高的彌勒大佛像。



156

## 護持大乘法脈基金會

基金會成立的宗旨，正如導師梭巴仁波切在繪製基金會徽章時所開示的：「徽中的蓮花代表眾生的心；日、月代表佛道的智慧與方便。它們放射光芒，去除眾生一切障礙；菩提葉象徵可以獲得的安樂，兩隻鼬鼠吐出來的珠寶，象徵一切眾生已圓滿的願。兩隻鼬鼠象徵基金會的人員。所以，基金會應該廣泛地支持、協助眾生修行佛法，滿眾生的願。」

# 認識彌勒計畫

彌勒計畫是由已故的耶喜喇嘛構思的，喇嘛生前多次提到，建造彌勒大佛對於延長佛法住世有很大的利益，所以發願要在印度建造彌勒大佛以利益眾生。喇嘛圓寂之後，他的心子梭巴仁波切將喇嘛的大願付諸實現，依靠著十方捐助的善款，開始籌劃大佛的建造。

彌勒計畫是要建造一座五百英呎（一百五十二公尺）高的彌勒佛莊嚴銅像，融合了兩千年來古老的佛教藝術及最先進的科技，設計為至少能延續一千年的彌勒佛像。

彌勒佛的本質是慈愛與和平，建造佛像將提供一種象徵，加持並轉化世上每位有情的心。整整一千年扮演著和平的摧化劑。佛像座落在北印度，接近歷史上佛陀入滅之處，並建造為對大眾開放的佛教寺院，其目標是儘量帶給最多有情最大、最長久的利益。

為了儘量達成最大的利益，彌勒計畫將結合公眾修行、醫療、教育設施，將慈愛付諸實行。這也將間接帶動其他經濟、社會利益，讓無數人受到彌勒計劃事業的加持與啟發。

我們生活在一個極不確定的年代。人類和一切有情不斷遭受到威脅，為了在世上散播和諧，我們迫切需要造下其因。慈愛是因，和平是果。給個人、家庭、社區和全世界的內在與外在和平。建造佛像不是目標，而是達成目標的方法。我們的目標是儘量長久地利益最多人。



## 彌勒計畫的殊勝



這個計劃真的非常好，是大勇氣和大決心的產物，我對興建此計劃有關的人，包含贊助者，已奉獻或正在奉獻心力的人，由衷的讚嘆、喝采。大家應當了解，這是十分神聖的計劃，我會為此祈願、迴向，願這個計劃能夠弘揚光大佛法，並造福眾生。 法王 達賴喇嘛尊者

在歷史上，此聖地對佛教徒來說是一個非常神聖的地方。佛陀在此所證悟的真理非常重要，並且利益了無量的眾生。梭巴仁波切及耶喜喇嘛發願要在此建造一尊彌勒大佛。我將為此計劃祈求、迴向早日完成。 十七世大寶法王噶瑪巴

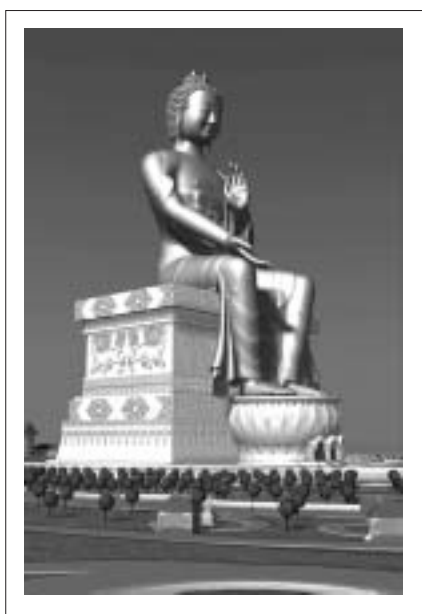
對此工程計劃所作的任何一種貢獻，都將獲得很大的利益。我深信透過對這個計劃將能傳播佛法，並且為印度及世界帶來安詳與和諧。所以我覺得這個大計劃真的非常偉大。我至誠全力支持這個計劃。任何人只要捐一點錢，甚至只是一個乞丐捐一毛錢給彌勒大佛，雖只是一個小小的善因，但獲得的果報是不可思議的。 薩迦崔金法王

非佛教徒有時會駁斥建造佛塔和聖物，但是釋迦牟尼佛提出很多理由，並解釋其利益。很多經典中提到，建造寺院和佛塔的時候，與此善行有關的

人，可累積如同組成寺院或佛塔的微塵數般的無量功德。建造彌勒佛像也是一樣。 究給崔金仁波切

現在建造大佛正是時後。目前佛陀教法正逐漸衰微，為此建造彌勒大佛，將可弘揚佛法，為這個世界帶來和平、為眾生帶來安樂。 貝諾法王

一位行菩薩道的人不應只想到自己和未來佛結緣及成就佛果。為饒益一切有情眾生，所以一切眾生需要和未來佛結緣。如果我們能造這樣一尊代表佛陀聖身、聖語、聖意的佛像，人們只是看到佛像一眼將會開發心中的慈愛心。 蒙古法王



附  
錄



159

## 為什麼要建造彌勒大佛？

摘錄梭巴仁波切的開示



160

耶喜喇嘛建造佛像的目的，是為了使佛陀的教法，特別是上乘教法，能夠長存。這是傳統的修行法門，西藏四大教派許多寺院都特別建造相當大尊的彌勒佛。不只是宗喀巴大師，格魯巴教派，還有薩迦和其他教派。

許多寺院的彌勒佛像都相當大。所以我請教吉諦·岑夏仁波切，為何很多寺院特別把彌勒佛造得很大？仁波切解釋，造彌勒大佛有這樣的利益。佛的報身相有五決定。其中的一個就是僅傳授上乘教法，因為這樣，報身佛像幫助上乘教法得以長存。另外，這尊佛的聖號是彌勒，意思是慈愛。一切諸



佛的慈愛都總攝在這個形相。所以這尊佛像會促使一切眾生心中生起慈愛心——這就是特殊的利益。

只有透過內心轉化，對其他有情生起慈悲心，那麼無論做什麼，都不會危害他人，只有彼此互惠、互助，只造善業。這樣一來，帶來許多安和樂利，不會互相傷害。只有讓這個地球上的眾生把內心轉化為慈悲心，那時才可能停止戰爭、殺戮、大規模的屠殺、諸多磨難、某個人折磨好幾百萬人——這一切都可以止息。懷抱著良善的慈悲心，只會有善業，所以就不會再有饑荒、疾病、生病，特別是無藥可醫的新疾病。

一切不想要的事情，包括地震、經濟衰退、難以置信的經濟困境，這一切不但是個人惡業的果報，也是共業所感。一群人共同造下經濟衰退和所有經濟困境的因，是他們共同所造的業，共業。

另外，很多人問：為何不蓋醫院、學校，而要造大佛呢？我想到一件事：就是花了好幾十億元製造原子彈。相形之下，花好幾十億，甚至好幾千億、好幾兆來鑄造一件聖物——不只是一尊塑像，不只是一件藝術品，而是一件聖物，能帶給世人、無數眾生安和樂利；凡是見到這尊佛像，乃至見到彌勒像的照片的人，內心都會種下善的習氣或解脫與成佛的種子。它能在這麼多眾生的內心種下善的習氣，使他們能夠漸漸達到解脫，除盡一切苦因，尤其是成就無上安樂的佛果。

佛陀在《三昧帝王經》提到，畫在岩壁上的佛像，即使有人懷著瞋心看它，也終究會導致那人見到一千萬尊佛（一千萬只是表示很多的意思，不只是一千萬，因為佛不只是一千萬尊，而是無數之多），所以即使只是看到畫在岩壁上的佛像，便淨化諸多煩惱及業的心，所種下的種子終究導致看到



一切無數諸佛。隨著心在修道中發展，就能夠看到越來越多的佛，並且能夠接受教法，能夠悟道這就是一個人如何解脫輪迴，乃至圓成佛果，並讓其他一切有情成佛。

所以即使看到佛的畫像，對內心中就會產生這樣的作用，如虛空般的正面效用，即使只是見到在小冊子等之內五百呎高的彌勒佛像照片，就在內心有這樣的影響和利益。當我們拍照，某種形相會留在底片上；同樣的，當我們看到圖片，乃至畫在岩壁上的佛像，在內心就會獲益，受到影響，得到善的習氣。

佛像越大，越多人會來看，越多有情將因佛像清淨內心、繞佛、供養和祈請。佛像越大，越多有情造善業，所以佛像越大，利益越多眾生。最近中國大陸造了一尊阿彌陀佛像，而日本也有一尊。聽說每天有好幾千人去看這些佛像。所以這些



佛像每天就可以讓好幾千個有情造善業，使他們獲益、得以解脫。這就是為什麼佛像要造得這麼大。

我先前解釋過，苦與樂並非來自外在，主因是來自眾生的內在，來自心。非洲有好幾百萬人死於饑荒，困難重重，戰禍不斷，年復一年，一點也沒有改善。而戰禍連連，瞋心那麼重，嚴重乾旱，萬物不生。已經遭受這些果報的同時，又在造那些果報的因，一而再，再而三地，同時造下偷盜等諸多的惡業。要真正改變他們的命運，只有一件事，如同我先前提到的，他們必須清淨自己的心，淨除惡業；一切的殺戮、偷盜，這一切往昔的惡業，帶來





乾旱饑荒，這一切都是他們必須淨化的。

另一方面是守戒、造善業，而不傷害其他有情。只有透過內心的轉化，國家才能發展起來。國家真正的發展必須來自內心，不是來自外在。例如，有一次，一架飛機從其他國家載水給他們，本來是可以飲用的水，但飛機抵達時，水變臭不能喝了。由於他們的惡業，使他們沒有新鮮乾淨的水喝。惡業還是在阻礙，即使他人從外地帶水給他們，也會變得不能喝。縱然食物送到那裡，大多數的人民得到的也少之又少，因為領導階層中飽私囊，這都是由於業力的緣故。

有了這些聖物（五百呎高的彌勒大佛像），任何來看的人繞佛、供養等等，就可淨除過去的惡業，並且積聚不可思議的功德，大佛像就是這樣帶來安和樂利，消除貧窮，帶來財富、健康、長壽，以及今生來世的一切安樂，大佛像也就是這樣實際逐步利益眾生，使他們獲得安和樂利。

這個計劃也提供社會服務。彌勒大佛工程可以讓好幾千人有工作。即使工程完工之後，也要維護，仍需要很多人來工作。這個計劃包含哲學研究，研習彌勒佛的教法，彌勒佛教了五部大論的教法。無著菩薩就彌勒佛的教法，著作了五部論。

真正的解脫，要由每一個有情自己去成就。我們必須自己來成就真正的解脫，必須解脫我們自己。怎麼做呢？在我們而言，我們要聽聞教法，並且禪修、實證道。唯有這樣，我們才能徹底解脫整個苦，永遠解脫生死，一切苦，包括苦因，煩惱和業。為此，必須在內心實證道。為此，我們必須創造必要的條件，也就是功德。我們必須聚積大量功德，才能獲得佛道的證量，此外也必須淨除障礙惡業和煩惱。

目前我們還沒有那麼清淨的業、清淨的心。以我們目前具有的業，唯一留下來給我們的是佛的象徵性塑像、塔、經典。這是依照我們現有的業，留下來給我們的一切。這些聖物存在的目的就是讓我們有情得以造功德、好運，並清淨我們的心，因而能夠獲得菩提道的證量，這樣我們不僅可以自我解脫，也能救拔所有無數的眾生。



文殊師利問過佛陀，現在我們可以親見佛而聚集功德，將來一旦佛涅槃後，眾生要怎麼辦？佛陀回答，將來眾生可以向我的塑像供養，所積聚的功德，等同他們現在直接向我供養一樣。

佛陀還解釋，無論佛像含有多少微塵，造佛像的人將轉生為轉輪王的次數，等同佛像所含的微塵數。這樣的轉輪王不只是一洲、一國，而是這整個地球最有威勢的國王。不管佛像的微塵數有多少，就造下等量的因，成就圓滿的定、奢摩他、止，這種證量必須歷經九次第。未證得止，就無法證得直觀勝義諦空性的智慧，便無法解脫業與煩惱，包括習氣和種子，沒有辦法解脫生死和一切苦。所以你必须成就圓滿的定。而佛像含的微塵數有多少，你就造下多少因，成就圓滿的定。還有，無論佛像的微塵數目前有多少，便可以造下多少成佛的因。

花錢建造佛像，只會帶來安和樂利，激勵人心，



勝過花幾十億來造原子彈。其特殊的利益是，不但是親手造佛像的人，凡是出錢出力，奉獻參與建造這尊佛像的人，即使只捐獻一分或一盧比，就算我們在佛陀的時代沒有證悟，大家都和彌勒佛結了緣。凡是繞行、禮拜或供養彌勒佛像的人，就是和彌勒佛結緣，當彌勒佛下生時，將成為彌勒佛首批弟子，接受教法，並直接由彌勒佛授記成佛。倘若未能在釋迦牟尼佛的時代證悟，會在彌勒佛的時代證悟。造彌勒佛像有這樣的大利益。

佛像造得越大，就能讓更多的人參與，奉獻時間、金錢等等，而得以聚集功德。此外，贊助大佛的建造，還能影響亡者來世獲得圓滿的轉生，當然無疑地，也能利益生者，保證來世往生善趣，並迅速成佛。



## 護持大乘法脈聯合會(FPMT)在台組織

### 財團法人台北市護持大乘法脈基金會

地址：105 台北市南京東路四段七十五巷十四弄三號一樓

電話：(02) 8770-6939

傳真：(02) 2546-9923

E-mail：fpmttw@ms22.hinet.net

劃撥帳號：18397743

戶名：財團法人台北市護持大乘法脈基金會

網址：<http://home.kimo.com.tw/fpmttaiwan>

家族：<http://tw.club.yahoo.com/clubs/>

### 彌勒大佛工程專案

地址：105 台北市南京東路四段七十五巷十四弄三號一樓

電話：(02) 8770-6939

傳真：(02) 2546-9923

E-mail：mpbuddha@tpts6.seed.net.tw

劃撥帳號：18812056

戶名：財團法人台北市護持大乘法脈基金會

### 台北經續法林中心

地址：105 台北市八德路三段八十一號十二樓之一

電話：(02) 2577-0333

傳真：(02) 2577-0510

E-mail：jinsiufa@ms3.hinet.net

劃撥帳號：18812150

戶名：財團法人台北市護持大乘法脈基金會



### 桃園馬頭明王佛法中心

地址：桃園市中正路 720 號 8 樓

電話：(03) 316-5506

傳真：(03) 316-9133

E-mail：fpmtty@ms65.hinet.net

劃撥帳號：18812175

戶名：財團法人台北市護持大乘法脈基金會

### 台中釋迦牟尼佛中心

地址：台中市福順路 907 巷 13 號

電話：0961-181399(法覺師)

E-mail：fpmttc@ms65.hinet.net

劃撥帳號：22350638

戶名：財團法人台北市護持大乘法脈基金會

### 高雄勝樂金剛中心

地址：806 高雄市英德街七十號

電話：(07) 713-4861

傳真：(07) 713-4917

E-mail：fpmtks@ms65.hinet.net

### 圓滿教育愛麗絲專案研究

負責人：鄭惠凱老師

地址：台北市內湖區環山路一段二十七號

電話：(02) 2799-1817 轉 601

E-mail：chhk915@mail.apol.com.tw

附  
錄



167

國家圖書館出版品預行編目資料

平安錦囊：SARS防治法集/圖敦·梭巴作，  
臺北市：護持大乘法脈基金會，民92  
面；公分

ISBN 957-98016-6-5(平裝)

1.藏傳佛教-語錄 2.藏傳佛教·修持

226.965

92009622

## 平安錦囊

發行人：陳明茹

作者：圖敦·梭巴仁波切

編輯：魏馥馨、黃保齡、洪玉軒

美編：周麗足、吳惠英

印刷：宇森廣告事業有限公司

出版者：財團法人台北市護持大乘法脈基金會

地址：105台北市南京東路四段七十五巷十四弄三號一樓

電話：(02) 8770-6939

傳真：(02) 2546-9923

E-mail：fpmttw@ms22.hinet.net

劃撥帳號：18397743

戶名：財團法人台北市護持大乘法脈基金會

網址：<http://home.kimo.com.tw/fpmttaiwan>

家族：<http://tw.club.yahoo.com/clubs/FPMT>

結緣書，歡迎隨喜助印。

有著作權，未經同意請勿轉載翻印。

出版日期/中華民國九十二年六月(初版3500本)