

《圣者言教》第四十五课（一）共同外前行是精进修行的基础

进入佛门，无论闻思还是实修，一切都是为了成办解脱。所谓的解脱，并不在遥远的地方，而在清净心之上。如汉传佛教历代高僧大德六祖惠能大师曰：“心地但无不善，西方去此不遥；若怀不善之心，念佛往生难到。”我们平常无论修学什么法门，行持什么善法，都是为了调伏自己的内心。

总之，今生能否成办快乐，临终能否获得自在，未来能否获得解脱，一切取决于调伏内心之上。从小乘十八部乃至无上窍诀大圆满，法虽纷繁，一切所宣无非调心之方便。我们这次传讲的《圣者言教》，主要在于心入于法和法入于道。心入于法主要讲解观四厌离法，即人身难得、寿命无常、轮回过患与业之因果。四厌离法非常重要，若非长时间观修，即便闻思上通达多少理论，实修上产生一些觉受，即身成办解脱还是很困难。我们在讲行菩提心学处六度波罗蜜时讲过，不做精进成办不了解脱。精进的前提是观修四厌离法产生的修行动力，所以，共同前行是迅速成办解脱之基础。没有这个基础，无论下面的条件多么成熟，也很难实现。由于共同前行的重要性，我等大恩根本上师喇嘛仁波切平常无论讲解共同法还是不共同法，都会把共同前行作为重点传讲。作为我等大恩根本上师的法脉继承者，我们在平常修行过程中，当然要把共同前行作为正行来对待。

今天我们虽然得到难得的人身，但这样的人身不是无因无缘就能获得的，从难得之因、难得之数和难得之喻三方面就能知道获得这样的人身是多么难得。由于宿世善行，今生获得这样的果报，为了不辜负自己的累世善因，我们必须珍惜这个人身，把拥有的一切智慧运用到相对的境之上，精进修学佛法。如我等历代传承祖师无垢光尊者曰：“如今我等已圆满获得暇满人身，值遇大乘法宝，具此如法行持正法之际，切勿无义虚度人生，当作清净究竟意乐为妙。”所以，平常应尽可能把自己的身心投入修法之中。

人身虽然宝贵，却非恒常，可怕的无常随时可能降临到我们身旁。今天在上，明天还会不会在上？今年在上，明年还会不会在上？谁都不知道。若要说个准确的时间，再过五十年，我们都已经不在上了，这是特定的事。即便我们多么不愿意面对，即便我们到时有多么不舍，离开这个世界是决定的。今天贪执的一切，今天留恋的一切，五十年内都会结束。相信在座的弟子们时时都会听到有人去世的消息，这就是诸佛菩萨的授记，让我们早做准备。无常会在他人面前呈现，也会在我们面前呈现，当无常降临到我们身边的时候，一切都结束了。为了能在无常降临时坦然面对，我们从现在开始就要精进修法，再不能拖延时间，再不能懒惰懈怠。

末法时代，众生烦恼沉重，难免产生懈怠拖延等一系列显现。为了对治这些过失，观想共同外前行尤其是人身难得与寿命无常，是非常必要的。若不能以此对治自己的内心，在我们见地等一系列条件不成熟时，很难对治当时的邪念与偏念。为了迅速改变懒惰放逸的状态，让自己全身心投入正法，必须时时观想共同前行。

虽然我们常常强调共同前行的重要性，但由于业及烦恼沉重的缘故，我们很容易把这些正法搁置一旁，顺从自己的私心去创造、追寻另外的“正法”。要记住，不依教奉行，时时随着自己的私心飘动，是不能成办究竟解脱的根本。为了迅速成办解脱，以上传讲的一系列道理必须时时铭记心中。

《圣者言教》第四十五课（二）依止修持上师之利益（一）

【庚四、依止修持上师之利益】

若供养、依止、修行自在上师瑜伽，并令上师欢喜，如同供养十方三世诸如来及一切大坛城、邻近坛城，并能清净共同罪业——毁犯别解脱戒、十不善业、五无间罪，及不共罪业——失毁密乘之誓言。】

如理如法修学上师瑜伽导修有什么功德利益呢？能获得一切加持，赐予一切悉地，遣除一切违缘，清净一切罪障。

所谓加持，是指信心和慈悲心越来越增上。如果不消尽烦恼、清静罪业，信心和慈悲心能增长吗？就像天空越来越晴朗，阳光越来越明媚，充分说明乌云越来越薄甚至已经消尽。若云层很厚，如同阴天般，太阳的光芒很难示现在我们面前。讲法的时候，我们站在不同的角度中讲解，依止这样的法能得到什么功德，依止那样的法能得到什么功德，但实际上，得到一种功德的时候，一切功德都在圆满。

平常多修修上师瑜伽当然很好。相信在座的弟子们，无论是刚开始入门，还是已经修到一定的程度，从表面显现之上，我们按照上师瑜伽仪轨念诵一遍，配同着成熟口诀法，每天都在不间断地修一座上师瑜伽。当然也可以说，我们平常行持的一切善法都是在修上师瑜伽。由于如是修学上师瑜伽的原因，可以清静共同罪业和不共同罪业。

【如《金刚萨埵幻网根本续》云：“若供上师五受用，即能供养诸坛城，邻近坛城何须说，清静一切诸罪业。”】

若时时修学上师瑜伽，就是时时在供养、修持、依止上师，能得到上面传讲的一系列功德。

【总之，若能依止供养上师，其功德不可思议，如《意之续密集》中云：“供养或承侍恒河沙数之诸佛如来，不如供养、承侍上师身上一毛孔，或仅令上师一毛孔欢喜，功德更为殊胜。”】

上师乃十方三世一切诸佛菩萨之总集，本尊也是十方三世一切诸佛菩萨之总集，为什么依止上师的功德比依止其他佛菩萨的功德更为殊胜呢？从功德的角度而言，上师与十方三世一切诸佛菩萨没有丝毫之差异，但站在恩德的角度，上师远远超胜十方三世一切诸佛菩萨恩德。细致观待，如今我们内心生起的共同、不共同功德，对佛法教义和修行理趣的稍许领悟，修行过程中违缘障碍的遣除，都来自导师的恩德。所以依止、供养上师，获得的加持更大。

《圣者言教》第四十五课（三）依止修持上师之利益（二）

【尤其具敬信依止上师，则可迅速获得一切胜共之悉地】

不共同悉地，指证得心的本性。我们在讲上师瑜伽的时候，站在四个不同的立场（传承法脉清静，通达方便，认识智慧和善巧运用）调伏自己的内心，获得不共同之悉地。第一，传承法脉清静，讲解要具普遍之信心。总体上，我们站在三种信心的立场上传讲普遍之信心。第二，通达方便。在修上师瑜伽的过程中，总分为前行之前行（两个要点）、入座前行（三个要点）、共同外前行（四个要点）、念诵仪轨（依文明观）和回向（两个要点），称之为通达方便。第三，认识智慧。如同成熟口诀法般，认识智慧包括从寂止到胜观之间的一系列过程。寂止分为有相止和无相止，后期从小乘十八部乃至密乘之间，讲解的一切都称之为胜观。

胜观还分为不了义和了义之境界。第四，善巧运用。在修学禅定的过程中，昏沉掉举会时时侵犯我们的等持，这时我们需要根据妄念起现的程度，采用不同的方便调伏内心。按照成熟口诀法的要点，调伏内心分为意识转为道用和智慧转为道用，按照我等历代传承祖师华智仁波切的教言，调伏内心分为三个阶段——剖析调伏妄念，直视调伏妄念和安住调伏妄念。剖析调伏妄念可以配同着前面的四厌离法，也可以配同不共同法，如皈依、发心、金刚萨埵、供曼扎和上师瑜伽等，当然还包括成熟口诀法的决断心之根本和寻觅心之过患。直视调伏妄念分为粗直视调伏妄念和细直视调伏妄念。粗直视调伏妄念根据修行者的见地和对共同观察心之来住去的认识，总分为三个层次与一个层次。细直视调伏妄念主要讲解四空双运或者缘起性空之见解。安住调伏妄念按照成熟口诀法分为五种辨别，平常我们着重讲解的是四大解脱。这一系列道理必须铭记心中，才能更好地善巧运用，否则仅以一种方便去对治烦恼，可能有时候能调伏烦恼，有时候不能，这充分告诫我们，善巧运用非常重要。

【如《应成续》云：“依止上师之功德，等同吉祥如意树，摩尼宝与如意牛，获取无量诸功德，此等皆缘依上师，故而遮除轮回境。”】

如同比喻的吉祥如意树、摩尼宝或如意牛般，上师瑜伽可以赐予我们一切——不仅仅是世间一切财富，更是出世间一切功德。这一点我相信在座的弟子们都有相似的道验。

【《三句续》云：“何者金刚阿闍梨，谁人恭敬观头顶，即获诸佛之加持，一切千佛诸功德，其人亦能得受持。”】

修行过程中，认识上师乃十方三世一切诸佛菩萨之总集非常重要。如果没有这种认识，即便你在修学过程中依止上师、敬畏上师，只能得到一位导师的加持。但若能认识到上师乃十方三世一切诸佛菩萨的总集，那么在祈祷上师依止上师之时，就能得到十方三世一切诸佛菩萨的加持。

《圣者言教》第四十五课（四）依止修持上师之利益（三）

【《智慧现证续》云：“不离上师相，即未离诸佛。”】

我等大恩根本上师喇嘛仁波切在讲解成熟口诀法时多次告诫弟子们，要在不离上师之相的境界中行持。这种修法不仅摄持了一切智慧，同时具备方便的一切功德。

【格西茂久巴云：“精进解脱尚存疑，恭敬解脱无疑惑。”】

精进是解脱不可缺少的助力，但仅凭精进是否能获得解脱，尚有疑惑。我等历代传承祖师智悲光尊者曾经说过，他一生摄受的弟子不乏有智慧者，有精进者，但唯有具信心者，方能迅速成

办解脱。因为有智慧者，得到的可能是伺察意之见解；具精进者，得到的可能仅仅是世间禅定；唯有具信心者，才能具备佛的自体。这充分告诫我们，平常修学过程中，培养及增上信心非常重要。

【及“观音菩萨白即白，瑜伽佛母红即红，喜金刚者蓝即蓝，我于何处亦未离，大恩上师之形相，即生成佛应有期。”】

修行中不离上师之相，很快可以成办解脱。历代高僧大德以这种方便成办解脱，我们也应随学，并时时观待自己的内心，是否时时都能意念上师之相。若能做得，成办解脱指日可待。很多人都说修行很难，从某种角度而言，确实不容易，因为在成办一切法之精要。但从另一个角度来说，理解起来并不很难，只要时时不离上师之相，解脱就在不远的地方。

【迅速获得佛果，如《阿底大庄严续》云：“观想赞颂忆上师，一生定能证佛果。”如是一切经续窍诀中，数数宣说其无量功德。总之，于内三续，尤其大圆满极密无上乘中，欲证解脱之士夫，于传承法脉清静、具殊胜证悟之上师，视为佛陀法身而恭敬祈祷，则无需观待生圆次第等任何他缘，依此瑜伽定可速疾成就殊胜之悉地。】

传承法脉清静、具殊胜证悟之上师，也就是我们通常讲解的传承法脉清静、导师功德圆满。在具备这两者的前提下，如理如法修学上师瑜伽，不需要依靠生起次第、圆满次第，也不需要行

持其它善法，可以迅速成办解脱。这就是上师瑜伽导修的功德，这样修学，意义非常广大。

【复次，金刚乘中一切基道果、见修行果，唯一即此自之智慧上师之本体，除以反体安立外，实无任何不同。】

无论用基道果还是见修行果来阐述我们平常的修学，实际上，除上师之外没有其它所立之法。

上师瑜伽总分为外、内、密三种上师相应法。若当下能悟证密相上师瑜伽，当然已圆满含摄一切法义。因为无论基道果还是见修行果，只是站在不同的角度当中印证，实际上就是讲解密相上师瑜伽。若当下不能悟证密相上师瑜伽，我们就要先从外相上师相应法入手，即便当时创造的见解、修行、行为以及暂时的功德不圆满，但也没有离开基道果、见修行果等。

【此中含摄一切道之要义，较他道更为甚深快捷。】

上师瑜伽乃一切乘法之顶点，诸法之精要，所以成办解脱比其他之法更快。显宗需要三大阿僧祇劫方可成就，乃历代传承祖师所共许，但如理如法修学上师瑜伽导修，上品者六个月、中品者数年、下品者一生可以成办解脱。这就是密法的殊胜。

【此乃一切三世如来之行迹】

往昔历代传承祖师是这样修学而成办解脱的，作为后一代修行者，我们必须追随历代传承祖师的足迹，以上师瑜伽导修作为我们修行的重点，绝不能搁置一旁。

【如海持明成就者之精华，瑜伽道究竟殊胜之要义，除此以外别无更胜者。】

无论哪个教派，都会讲解自宗修法的殊胜性。但我们讲解上师瑜伽导修是最殊胜之法，是否站在密意方便的立场上如是传讲呢？当然不是。我等导师释迦牟尼佛为了拯救八万四千种不同的根机而传讲了八万四千种不同的方便道，总摄于三乘教法之中。小乘、大乘为因法，密乘为果法。因法在意识造作中成办果位，果法由于多方面条件成熟的缘故，不需要依靠前者那么多戏论，直接无戏论状态中迅速成办心的本性。所以因法和果法在调伏内心等一系列过程中有着很大的差距，成办解脱的时间自然也不同。萨迦班智达曾云：“依种种所化之根机，一切皆为殊胜。若以共同而论，唯密乘最为殊胜。”也就是说，从根机而论，与自己根机相应的法最为殊胜，但从法而论，唯独密法最为殊胜。这也告诫我们，上师瑜伽导修乃最殊胜之法，不是站在密意方便的立场上安立的，而是谛实语。

【故此，唯一修持了义上师佛，此尽摄一切甚深之义，自他任何所作，一切勤勉皆成修持上师瑜伽之方便，故知一切修行之

根本，即为极密窍诀之殊胜要义，顿时生起了悟之智慧上师瑜伽之引导次第竟。】

以上就是修持上师瑜伽导修的功德。希望大家平时尽可能在这方面多做一些修行。

《圣者言教》第四十五课（五）外魔

【戊三、不生道障结合二种引导

不生道障结合二种引导分二：净除违缘障碍；颇瓦法。】

在修行的路途之上，难免会产生很多魔障及各式各样的违缘和障碍。为了遣除这些障碍，龙萨派讲解了这种独特的吽字修法，宁提派没有这种传讲。虽然大圆胜慧调伏语的过程中有这种吽字修法，但是这两者有些相同也有些不同。相同的地方是依靠吽字修法，清净外器山河大地、内情五蕴。不同的地方是，龙萨派前行吽字修法没有很好的等持基础也可以如是修学，但大圆胜慧前行必须有一定的等持基础。按照亚青寺历代传承祖师的传统修法，必须修到智慧转为道用方可修学这样的法门。当然我们平常可以多修修这个法，对于遣除修行路途上遇到的各式各样的违缘和障碍，意义非常广大。

【己一、净除违缘障碍

对境即修持菩提之所依三门。】

修行的障碍会如何呈现呢？就是在身口意三门起现不同的障碍。我们把制造障碍者分为外障、内障和密障三种。若对制造障碍者没有认识，就无法依靠相应之法对治，所以知道障碍的分类，非常重要。

【造障碍者即疾病、魔鬼、违缘、障碍，亦名外魔黑品之鬼；】

我们在修行的路途之上，往往有各种违缘的显现。比如身体不舒服、生病；精神无法控制，产生一些错乱的显现；或者在静下心来修法的过程中，家里的亲人出现违缘，而不得不放弃修法去处理；或者在修学过程中，自身心中出现各式各样与正法相违的感觉或显现，这些都称之为违缘和障碍。我们把这些制造障碍者，称之为外魔或外障，也就是魔王波旬等一切魔鬼制造的违缘。我们今天讲解的吽字修法，不仅可以遣除外障，也可以遣除内障和密障。

往昔我们讲过，按照历代传承祖师的传统修法，每天在功课中不间断地念诵一遍般若波罗蜜多心经回遮仪轨、大白伞盖修法仪轨、狮面佛母修法仪轨，以及意愿速成祈请颂、除障祈祷文等，在《显密甘露心滴念诵集》中都有。总之，为了遣除一切外障，每天念诵一遍这些仪轨是平常功课中必不可少的。

外魔时时都会侵犯我们的修行。今天没有，明天可能就有了，明天没有，下个月可能就会出现。如我等导师释迦牟尼佛，在成就的一瞬间，魔王波旬等一切外魔给释迦牟尼佛制造了多大的违

缘，但由于释迦牟尼佛一瞬间成就的缘故，一切魔障均变成悉地。如今我们的见地还不圆满，所以这些外缘就是外魔，会制造很多障碍，影响我们的修行。为了早些做好准备，防止起现这样的违缘，时时念诵这些仪轨非常重要。不仅仅是这些仪轨，我们每天念诵三遍大自在祈祷文、解缚咒和狮吼咒，也是为了遣除修行过程中的一切违缘。尤其我等大恩根本上师法王如意宝和喇嘛仁波切复次教诫，要把解缚咒作为遣除违缘的一把宝剑，所以平常如是念诵意义非常广大。

以上讲解了外魔的概念和遣除之法。

《圣者言教》第四十五课（六）内魔

【内魔白品者即（世间空行母）为考验修行者所制造之违缘；】

智慧空行母不会给修行者制造违缘，但世间空行母会制造很多违缘，考验修行者的能力。若能转为道用，世间空行母就成为我们修行的辅助，因为没有这些考验，很难过很多关，而过这些关的时候，也是迅速成办解脱的机会。所以从显现的角度，它是一种违缘，但从我们修行的角度，要是能转为道用，它是我们的辅助。

很多人由于没有得到导师的很多窍诀法，在呈现这些觉受的时候不知道如何对治，进而形成极大的障碍。当修行者执著于这些显现的时候，一切均形成障碍，当修行者能控制一切的时候，一切均变成悉地。比如在修行过程中，我们可能天天看见的都是山河大地，也可能看到五彩光、文武坛城，甚至魔的形象等等；从身体的感觉中，可能今天突然得了很严重的病，但突然又好了；从内心的角度来说，今天可能烦恼非常沉重，妄念非常炽盛，也有可能内心非常清净，甚至呈现一些神通神变。这些都是世间空行母考验修法之者的能力，把握不住的人很容易产生执著，因为显现文武坛城或神通神变而高兴，或者因为妄念炽盛而烦恼。一旦对这些境相和感觉产生执著，就说明我们已经被世间空行母所控制。

我们都知道，执著是漂泊轮回的根本，所以在修行过程中，不应执著任何显现。从修行的角度，世间空行母虽然在我们面前呈现不同的觉受，制造各种违缘，但也是让我们见解迅速增长的辅助。若能把握住，我们的见解会迅速增上，但若把握不住，也会着魔。魔与悉地只有一线之隔，取决于执著与不执著之上。无论自我感觉多么丰富，一旦对这种感觉产生执著，就叫做违缘障碍。

好多年前我在亚青寺，谒见上师的时候上师跟我说了这样一个公案。有一个尼姑某天在一朵云彩上见到了莲花生大师，周围

环绕诸佛菩萨，心里非常高兴，于是到上师身边汇报。当时她对莲师的执著非常强烈，所以上师对她说，先停下顿超的修行，念诵十万遍莲师心咒遣除违缘，之后才能继续修学顿超。尼姑很不理解，问：“难道见到莲花生大师也叫做着魔吗？”上师告诉她，见到莲花生大师的形象不会着魔，但对莲师形象的执著形成魔障。

往昔堪布昂琼时代，有一位修行者在山上闭关修顿超，有一天他在一朵云彩上见到主尊为莲花生大师，周围围绕诸佛菩萨和天女。莲花生大师授记：“你今生如是修学非常好，但你今生的事业不是以出家人的身份修行，而是用在家人的身份度化众生。”并授记了便友的姓名和地址，让这位修行者出关寻找。这个人因为得到莲师的亲自授记而非常高兴，所以立即收拾东西，准备回家去寻访便友。在下山的路上，他看到自己的上师堪布昂琼正在路边的一个帐篷中闭关，所以决定先去谒见导师。他一进门，堪布昂琼就说业障业障，他想：“我什么都没说，为什么导师说业障呢？”堪布昂琼说：“你今天来见我，你的业障已经得以清净。你今天呈现的一切，都是世间空行母在考验你的修法能力，即便你去寻找，恐怕也找不到这个便友。即便找到，也不是你今生的真正事业。你今天若不来见我而直接走，你就已经着魔了，后面的结果比现前糟糕多少倍都不知道。”在座的弟子们可能有疑问，难道莲花生大师亲自降临到自己面前授记还是魔障吗？要记住，真正的莲花生大师不是一个形象，而是内心清净。在对某个形象

产生执著的时候，执著本身就是魔障。往昔帝洛巴尊者对那诺巴尊者说：“显现不缚执著缚，断除执著那诺巴。”我们面前呈现的无论是莲花生大师还是魔鬼，形象是平等的，没有好坏之分，完全取决于你如何去面对。若执著一切，则成为违缘，若按照正常的方式去调伏，即便呈现魔鬼之相，也是悉地。魔障与悉地如同手心与手背，两者之间的真正差异仅在于是否执著。

只要好好修学，决定会呈现觉受，这时一定要反观自心，对这样的形象、感觉有没有执著，比如在打座的时候，有没有无意中去寻找某种以前出现过的境界，或者对梦中形象反复思虑是吉是凶。要记住，这些觉受这是内魔，断除内魔最好的方法就是不执著。

《圣者言教》第四十五课（七）密魔

【密魔即被我执烦恼妄念所困扰而成清净修道之障碍。】

密魔就是贪嗔痴烦恼。从上师瑜伽导修的角度而言，我们以剖析调伏妄念、直视调伏妄念和安住调伏妄念来对治烦恼，这也是密魔的三种对治法。站在成熟口诀法的角度，以上传讲的无论是心入于法观四厌离法，还是法入于道，从皈依直到上师瑜伽，以及下面要讲解的颇瓦法等，都是为了对治贪嗔痴烦恼，也就是密魔。

《圣者言教》第四十五课（八）吽字修法

【障碍方式即此等魔鬼侵入自己三门，而生起邪想、邪行。】

魔障障碍的方式就是侵入自己的三门，而生起邪想和邪行。比如身体产生各种贤劣感觉；突然会说往昔没有学过的方言，或者突然连母语都不会说了；有时内心烦恼异常沉重，有时内心非常清净等等。

【净除方法：如颂云：“遣除障碍喝吽字，修持吽字成断护。”】

为了净除外、内、密障碍，不让这些障碍侵犯自己的三门，可以修持吽字修法。

【因此，明观自成本尊之心间深蓝色“吽”字，连同自己喝声，从右鼻孔排出无量“吽”字，充满世间之界。其后从左鼻孔吸入，充满全身。】

相信在座的弟子们平常都在修本尊，有些可能在修二臂观世音菩萨、四臂观世音菩萨、文殊菩萨、莲花生大师、金刚手菩萨、二十一度母寂静本尊等，有些可能在修忿怒莲花生大师、马头明王、大威德、狮面佛母等忿怒本尊。有些在功课中可能念诵依止几十位本尊，有些可能念诵一两位本尊。我等大恩根本上师喇嘛仁波切为真正的佛，每天还要念诵几十位本尊，何况尚在修道上

的我们，所以，绝不能因为懒惰而放弃念诵，一味安住。我们反复强调，将方便搁置一旁，单纯追求智慧，不能成办解脱。

如果你平常修行的是二臂观世音菩萨，那么无论是在供护法还是在修吽字修法时，都把自己观想成二臂观世音菩萨。由于长时间修学的缘故，观想很清晰，不会觉得陌生，这也是我们常年修本尊的真正目的。

很多人喜欢修忿怒本尊，但我们的功课中很少翻译忿怒本尊。为什么呢？不是我不喜欢忿怒本尊，而是有时候听很多人说到忿怒本尊，是以嗔恨心针对怨敌。这种发心已经完全背离佛法教义，所以我暂时不翻译。当然针对有些弟子，是需要一些忿怒本尊，后期我会陆续翻译。要记住，无论念诵什么本尊，都要以菩提心摄持，否则无论修学什么法门，都变成堕入金刚地狱之因。

把自己观想成本尊，心间观想一个深蓝色的吽字，逐渐从自己的右鼻孔呈现，一个接着一个，很多很多，口里同时念诵吽字，也呈现很多很多吽字。接着观想世间看得见的一切，都变成吽字之相，一个接着一个。然后用左鼻孔吸入吽字，自己的五脏六腑和整个身体都变成吽字。吽字与吽字之间没有间隙，一个挨着一个。如是修行，临时可以遣除一切违缘，究竟成办解脱。

要记住，修行时一定要以菩提心摄持，绝不能有嗔心，希望把一切魔障遣走。若带有私心，吽字修法即便临时能起到这个作用，也绝不会成为解脱之因。我们行持善法的目的是为了三界六

趣一切众生都能成办解脱，因此修行吽字修法时，可以观想包括违缘制造者在内的一切都变为吽字而获得清净解脱。密法虽然殊胜，但一切都在菩提心的基础之上。若忘失菩提心，成办解脱已无可能。

吽字修法虽然不在五加行的范围当中，但如是修行可以遣除修行路途上的一切违缘，平常若能抽出几十分钟的时间，甚至十分钟、二十分钟来修此法，我想是挺好的。

《圣者言教》第四十五课（九）护轮（一）

为了遣除一切魔障，我们平常身上会佩戴诸佛菩萨或导师的像，或者各式各样的加持品等，这是一种护轮。我们将护轮分为外内密三种，平常可以按照这个去观想，护持护轮。

【复外护轮者：如云：“佛像、金刚橛、法轮、火焰而守护。”】

把自己居住的地方，观想有很多佛、金刚橛、法轮或智慧火，可以护持自己的三门，从此不再被一切外魔侵犯。

【即射收之护轮：金刚围墙、帐幕、箭网护栏、标志、各类兵器、五色火焰及命根金刚链、兵器帐幕为代表之五甲冑护轮。】

我们平常看见的很多本尊宫殿，外面有金刚围墙、帐幕、箭网护栏、五方佛标志和各类兵器，以及五色火焰、智慧命根金刚

链和兵器帐幕为代表的五方佛甲冑等。我们可以把自己的住所观想成这样的外墙。这些就叫做外护轮。

我们平常身上佩戴的各式各样的佛像、导师的像，或者成就者打的金刚结、来自成就者的加持品等，都是外护轮，可以起到护身的作用。

【内观本尊坛城：生起次第之护轮：即身之脚心为金刚地基、肋骨为金刚围墙、皮肤为金刚幕与华盖、头发胡须为箭栏、牙齿指甲为火山，唯如是观想忆念亦可，此乃自然任运自成之护轮。】

心里观想身之脚心为金刚地基、肋骨为金刚围墙、皮肤为金刚幕与华盖、头发胡须为箭栏、牙齿指甲为火山，这样观想可以护持身口意三门不被一切外魔侵犯。这是自然任运自成之护轮。

【密中断之护轮：自心大手印之妙力，自解脱法性之本体，自心自然宽坦，无散无收，于明空离戏圆满次第原始智慧中安住，即是胜义菩提心之护轮。】

若能圆满实证见解，一切敌对之心皆已消融于法界，外境无论呈现什么形象，都是本体之庄严，一切魔障永远无法侵犯。这时的护轮，就称为无守持护轮。如我等导师释迦牟尼佛在成就的一瞬间，无论魔王波旬及一切眷属制造怎样的违缘，一切皆为悉地，射向释迦牟尼佛的利箭和岩石，在释迦牟尼佛身前皆变为鲜花而成无上供养。

《圣者言教》第四十五课（十）护轮（二）

【如《秘密释》云：“修证之王无念慧，当伏魔王分别念。”其为无上之守护，故须如是了知生圆二次第护轮之要义，如《八大法行善聚续》云：“一切身与智慧中，造障碍者何亦无，无有所护与能护。”】

我们修行，就是要用无念智慧调伏魔王分别念。在真正的见解中，没有制造障碍者，也没有能护与所护之分别。我们修行的真正目的，就是为了达到这样的护轮。当然在修行的路途之上，我们现前恐怕还做不到这一点，所以像外护轮和内护轮的观想，是必不可少的。

尤其像甘露丸，我等导师莲花生大师曾经说过：“以修行成办解脱之法，历代传承祖师均有讲解，但是无需修行仅仅依靠饮食就能成就之法，唯有我莲花生大师才拥有。”这里无修成就的饮食，指的就是甘露丸。所以身边要是有甘露丸，每天吃一些，也是修行不可缺少的辅助。当然，每天吃一粒，可能我们也没有那么多，这时可以找一个小小的瓶子，里面放几粒甘露丸，用水泡好，每天早上起来喝一滴，也是护轮。

我初次到亚青的时候，在我等大恩根本上师喇嘛仁波切身边，就看到一个小小的玻璃瓶，里面放着用水泡的甘露丸。当一瓶甘露水喝完以后，再加上水，若味道很淡，就再放几粒甘露丸，

若味道不淡，就继续喝。一瓶甘露水可以喝很长时间。每天早上，上师打坐之前，第一件事就是喝甘露水，因为它不仅是护轮，可以遣除修行路途上的一切违缘，还有令一切善法加倍之功德，此外，还可以遣除内心烦恼，增上智慧。甘露丸的功德非常大。

很多人说，一上座修行，就会出现昏沉掉举，也有人说，明明闻法前还很精神，可一闻法就昏沉不断，好像只要与修法有关，一瞬间就招来很多违缘。这些都是魔障的显现。以前有一位高僧大德曾经说过，如今所谓的魔障，从大的方面说，是业际颠倒，从小的方面而言，就是平常闻思修行过程中的昏沉。魔障起现的时候，我们绝不能顺从魔障，而是要更加提起精神。

【本来具有之万有平等诸佛坛城中，因庸俗分别念之障碍而遮蔽，须以生起次第净除，并不退还于庸俗而守护。基续如来藏之能障，乃客尘八种识聚，当以圆满次第而净除，如是彼等近取五蕴于无分别法界中安住，并不退还于心识而守护或行持，即是闭关除障、守护之义，亦为生圆二次第总体之扼要。】

如今我们在座的弟子，无论平常修学成熟口诀法还是上师瑜伽，以及刚开始入门修加行，一切都称之为守护，换言之，就是遣除一切外障、内障和密障。当然，修行当下就完全断根恐怕不现实，但是依靠这种方便可以逐渐消尽一切障碍，迅速增长见解。修行过程中，吽字修法是非常殊胜的遣除魔障之法，修学一些非常好。

【大乘总护轮，即为贤善意乐菩提心之护轮。如是观修至晚间亥时，应思维：为使怨敌魔障父母为主一切有情，均解脱三有轮回之痛苦，获证无漏安乐，故我今直至成佛间行持善法，或从当下直至未死间，或从今年至明年，或从今天至明天太阳生起间，三门当修善法】

大乘的总护轮是菩提心。若有菩提心，就不会想要遣除魔障，因为制造魔障者也是我们无始以来的父母，当面对魔障之时，只会因慈悲心生起度化之念，绝不会舍弃、嗔恨。没有对立，一切魔障也就永远制造不了障碍。

为了度化以怨敌为主的一切众生，我们要时时行持善法。若能时时提起这样的正念，直至成佛之前，永远不会遭遇一切魔障违缘，一切魔障均变成你的伴友。如果不能时时护持正念，魔障就会在你忘失正念的时候侵犯你的三门，给你制造违缘。

【需发誓愿，如同将护送者奉送于敌人，而自无畏行之，此为救护一切怖畏中最胜者。其目的为三门不趋入障碍，并接续此生未竟之道。】

若具有真实菩提心，如同将护送者送给敌人而自己无畏行走般，一切怨敌均变成伴侣，这是最殊胜的遣除魔障、救护怖畏的方法。当然，吽字修法也是遣除魔障的一种方便，按此法修行，意义非常广大。但同时尚需了知，平常我们行持的一切善法，都具有这样的功德，对遣除魔障的理解不能狭隘。

《圣者言教》第四十五课（十一）何谓颇瓦法

己二、颇瓦法

颇瓦法又称迁转法，共分五种——法身颇瓦法，报身颇瓦法，化身颇瓦法，具三想颇瓦法和超度亡灵颇瓦法。我们平常修学的一切法都是在修颇瓦法，比如无上窍诀大圆满为法身颇瓦法，生圆次第为报身颇瓦法，平常所行持的一系列善行为化身颇瓦法，所以我们平常都在修颇瓦法。但这里主要传讲的是具三想颇瓦法。

【此生修道未得圆满，为获后世善妙之所依，及圆满修道，结合气心强制法。】

若此生修道已获圆满，心识已转变为智慧，这时智慧本身就是刹土，不再需要修具三想颇瓦法。但若此生修行没有圆满，为了获得后世修行善妙之所依，需要修行具三想颇瓦法，就是不修成佛深道颇瓦法。“不修成佛”指引业即便没有很多善行，只要临终满业时遇到颇瓦法，就可以往生西方极乐世界。

【不修成佛深道颇瓦法之引导分三：不具窍诀之过失；具窍诀之功德；如何修炼。】

这里的窍诀指颇瓦法。“颇瓦”是藏文的音译，意译为迁转，就是把神识迁转到西方极乐世界的修行方法。顾名思义，我们平

常行持的一切善法都是颇瓦法，因为一切善法的目的都是转识成智，成办西方极乐世界。但我们这里讲解的窍诀和窍诀的功德、殊胜，主要讲解具三想颇瓦法。

《圣者言教》第四十五课（十二）不具三想颇瓦法窍诀之过失 （一）

【庚一、不具窍诀之过失

《空行普证续》云：“心识骑风马，若入下门道，纵修妙法者，堕入恶趣多。”】

了了分明者为心识，飘动了了分明者产生不同妄想的力量为风马。气和识一旦融入一体，尤其是堕入到下三界恶趣种子之中，必定呈现三恶趣之形象，遭受三恶趣之痛苦。

【彼士夫即使为修善法者，临终时之心力及善恶之缘，与何者相连均无定准。】

即便是一个修行者，临终满业时心识会融入哪一道种子之上，没有丝毫确定性。若你定力很强，时时都能护持见解，提起正念，满业时也能护持这样的见解，往生西方极乐世界毫无疑问。但若仅仅引业为善，平常忘失正念的时候很多，尤其临终满业时若不能护持正念，气识很容易随习气融入到某一道种子之上，当时融入哪一道，就会呈现哪一道的形象，遭受哪一道的痛苦。

往昔在黄河边有一个修扎龙（修气脉明点）的修行者。他习惯一到晚上就到黄河边提很多水，把家里的水器全都灌满，以免当天修行过程中要起座打水，晚上睡前还会把床前的水杯加满水，以备晚上渴的时候喝。有一天晚上，他的气识融入饿鬼道种子，感到非常渴，所以急忙起床，想拿水杯喝水，却发现杯里没有水。他很奇怪，昨天晚上明明倒了一杯水，怎么就没有了呢？想到可能是自己忘了，于是又去水缸找水，但奇怪的是，水缸也是空的，涓滴不剩。太奇怪了！是不是在梦游？他回房穿上法衣，来到黄河边取水，可往日奔腾不息的黄河居然一滴水也没有，只余干涸的河床。他走过河床，把法衣挂在对面的树上后，就回家继续睡觉了。第二天早上，他的气识恢复到人道的种子上。醒来后，他发现水杯、水缸里都盛着满满的水，走到黄河边，发现黄河如同往常一般，水流湍急，再张目一望，他的法衣就在黄河对岸的树上挂着，所以又坐船到对岸把法衣拿回来。

这个公案告诫我们，即便前面引业是善，临终瞬间若不能护持正念，气识融入哪一道中，真的没有丝毫定准，所以要时时护持正念为妙。

《圣者言教》第四十五课（十三）不具三想颇瓦法窍诀之过失
（二）

经常有弟子问，带业往生西方极乐世界要具备什么条件？当然是在临终瞬间能意念到阿弥陀佛。但临终瞬间能提起正念，意念阿弥陀佛恐怕不是一件容易的事情。临终与梦境相似，细致观待，你在晚上做梦的时候，如果梦到惊惧、恐怖的噩梦，能不能立即意念到阿弥陀佛？若意念不到，说明临终往生的把握并不大。说起来好像非常容易，不就是临终一念吗？但由于我们无始以来业及烦恼沉重的原因，临终时如同风吹羽毛，完全不能自主般，只能被业及烦恼裹挟着，没有丝毫自在。即便生前引业为善，若不能时时护持正念，临终时仍难免被业及烦恼牵引，进入哪一道亦无定准。

【若恰好于今生显现心生耽著恶念之时断气，则漂泊轮回恶趣，遭受无边痛苦。】

临终断气时若耽著恶念，想到自己辛苦一生挣得的血汗钱就要落入旁人之手而心生不舍、嗔恨，或者耽著于自己名下的财产是该分给儿子还是女儿，这些恶念都会令我们漂泊轮回恶趣。对于凡夫而言，如果不能护持正念，临终瞬间不生起这样的念头很困难。

我们家乡以前有一对夫妻，没有儿女，妻子去世后，年老体弱的丈夫一直都由亲戚照顾。临终之时，老人让亲戚把他的一个小箱子放在床边，手里紧紧攥着箱子的钥匙。老人去世后，亲戚想把箱子打开，用里面的东西为他做超度的供品，据说手攥得很

紧，很难把钥匙拿出来。后来终于把钥匙拿出来，打开箱子，里面也没什么。想一想，他临终的瞬间对生前的这些财产有多大的执著，可能唯一的执念就是这些亲戚会不会私吞自己的财产。在这样的状态下断气，我们今生获得的十八种珍宝人身真的已经没有意义了，因为紧接着就要遭受堕入恶趣的痛苦。但细致观待，临终的瞬间不产生这样的想法，对自己曾经拥有的一切没有丝毫执著，真的很困难。

为了避免在临终时耽著世间财物，我们应该将自己拥有的一切上供十方三世一切诸佛菩萨，下施三界六趣一切众生。即便已经不能亲自供施，也要这样思维，并意念阿弥陀佛和上师往昔传讲的一切窍诀法，而世间的事情应搁置一旁。

【其神识迁转之道：肛道为地狱，尿道为旁生，脐道为饿鬼，此下三门为三恶趣门；】

在讲解九门六道种子的时候，通常讲解涌泉为地狱道，密处为饿鬼道，丹田处为旁生道。但这里按六门讲解，就是这样传讲的——肛门为地狱道，尿道为旁生道，脐道为饿鬼道。

【从男性左鼻孔，女性右鼻孔出者为人道；从男性右鼻孔，女性左鼻孔外出则为夜叉；口道为阿修罗，此三门为中等三道；右眼为转轮王，左眼为色界天，双耳为欲界天，即上等三门。】

在讲解念诵颇瓦法时我们会细致讲解如何闭塞九门。临终时用吽字闭塞九门的原因，是因为这个门很容易外散而成漂泊轮回之因，所以要闭塞九门。

《圣者言教》第四十五课（十四）具三想颇瓦法窍诀之功德（一）

【庚二、具窍诀之功德

上中下三品瑜伽士，以临终、中阴、来生三时修持三身而迁识。至尊笑金刚云：“此即融合往生之窍诀，乃为摧毁中有之向导，具足修行此道人有否？命风进入中脉入安乐，彼将趋入法界唉玛吽！”】

“唉玛吽”是特定的意思，就是说若能按具三想颇瓦法去做，闭塞六道之门往生西方极乐世界是特定的事。

【即使平庸者，若以方便摄持，从头顶梵穴脉门中迁识，则能往生清净刹土、空行刹土、人道善妙种姓等任一之处，衔接前世善业，其道获得圆满。】

即便是凡夫，若能按具三想颇瓦法修行，也可以往生清净刹土、空行刹土或人道善妙种姓等任一之处。

为什么前面讲解清净刹土，后面还讲解三善道，尤其是人道和天堂呢？往昔蒋扬钦哲旺波的一个弟子问蒋扬钦哲旺波，他平常在超度亡灵修颇瓦法的时候，看到很多亡者身上起现很多瑞

相，比如头上冒暖气，头顶梵穴之中冲出明点，或者头顶梵穴掉落一圈头发等，但作为雪域高地数一数二的高僧大德，您在超度众生的时候，死者身上为什么没有这些瑞相呢？蒋扬钦哲旺波开始说，可能是由于自己念诵过程中加持力不大的缘故，但后面说不是这样。一般老和尚在为亡者念颇瓦法的时候，会在亡者的身上迁转神识，也就是把他的身体观想成观世音菩萨，把观想的整个过程观想在亡者的身体上，再开始迁转，所以最终亡者身上会显现往生的瑞相。但蒋扬钦哲旺波由于有神通的缘故，他知道亡者的神识在哪一道当中，所以就直接在神识所在之处开始迁识，最终亡者的身上就不会呈现瑞相。这就是两者的区别。他的弟子继续问，是不是只要身体呈现瑞相，就足以证明亡者往生西方极乐世界？蒋扬钦哲旺波说这个不一定，身体出现瑞相，是往生的象征，但往生不一定是西方极乐世界，也可能是往生善趣。所以要懂这些道理。

【如颂云：“若人修道劣，颇瓦法来迎。”】

无论往昔你的业障多么沉重，即便生前所做一切引业皆为恶行，只要满业（临终时）能遇到颇瓦法，神识往生西方极乐世界是特定的事。

《圣者言教》第四十五课（十五）具三想颇瓦法窍诀之功德（二）

【修道未获稳固之种姓，及罪业沉重之人等，极需此要义。】

见解没有圆满赤裸，尤其是业障很沉重的人，颇瓦法是非常重要的。因此亚青寺每年八关斋戒以后，会修七天颇瓦法。我相信常住亚青寺的弟子，无论是出家还是在家，往昔都修过颇瓦法。由于很多人一起修行，其中若有往昔修颇瓦法呈现道验者，很容易起现颇瓦法成就的瑞相。亚青寺每年修颇瓦法期间，多数在修到三至五天的时候，最长七天，人人都会呈现瑞相。

我在汉地听说有些堪布和活佛在汉地聚集很多居士们一起念诵颇瓦法。当然，单纯站在念诵的角度，汉地和高原没有什么区别，但是从地处条件而言，汉地的条件有点不圆满。念诵颇瓦法，“拍”字吼的声音越大越妙，但在汉地想找一处几十人一起吼“拍”字而不受打扰的地方，恐怕很难。

还有一点非常重要。带领弟子们一起修颇瓦法的人，往昔必须已经开悟。这里的开悟并非指见解已经达到明心见性，而是讲解修行颇瓦法已经呈现瑞相，这样带着刚开始修行的人一起，最多七天，人人都会有修行颇瓦法成就的徵象，比如头上长包，包中出水，或者能插入吉祥草等等。一旦具备颇瓦法成就的瑞相，超度亡者的意义非常广大。但若自己往昔没有颇瓦法成就的征象，只会念诵和观想，为他人做超度是不如法的。常年在高原地方居住的弟子们，我相信你们都有颇瓦法成就的征象，以后应该把龙萨派颇瓦法仪轨、宁提派颇瓦法仪轨以及平常念诵的其他各式各样的颇瓦法仪轨，放在自己的经书当中，以后若遇到亡者，

在亡者刚刚断气、身体还没有完全变冷的时候，修颇瓦法是最佳时机。这时若能遇到颇瓦法，往生西方极乐世界与善趣是特定的事。但若过了很长时间以后再做念诵，虽然有功德，超度的难度相对会更大。

【若具如是窍诀，纵具何许极重罪业，亦必将闭封投生恶趣之门。如造无间罪业径直下堕之人，若遇此窍诀，定无需投生恶趣。如续云：“日日杀梵志，及造五无间，以此道解脱，不为罪业染。”】

无论往昔引业造过多大的罪业，只要满业的时候能遇到颇瓦法，往生三善道以及西方极乐世界是特定的事。这就是颇瓦法的功德。

【邬金莲花生大士云：“修持成佛众皆有，不修成佛唯我有。”】

以修行成办解脱的法，历代传承祖师都有讲解，但是不需修行，在满业瞬间就能成办解脱的法，唯有莲花生大师才有讲解。这个法就是颇瓦法。通过这个教证，就能知道颇瓦法的殊胜性。相信以前不重视颇瓦法的人，现在真的要重视一些。如今在汉地有这样的传统，很多信仰佛教者聚集一起，给亡者念佛念经做超度。这些非常好。若要是具有颇瓦法，意义更为广大，尤其是出家弟子，这个非常重要。但要记住，当自己没有成就的徵象而为他人念诵，完全是瞎子带瞎子。即便前面的瞎子非常有自信，说

自己知道路，但最终两个人会走到哪里，很难所言。所以作为引路人，必须先把自己的眼睛睁开，才能带领盲人去到光明之地。

【班钦那若巴云：“九门乃为轮回窗，一门即是大手印，关闭九门启一门，无疑趋入解脱道。”南岩译师玛尔巴尊者曾云：“我今修持往生法，反反复复修炼已，平凡而死亦无惧，具有前修之把握。”】

如果在没有呈现临终之前时时都在修颇瓦法，尤其已经具有成就徵象，即便在临终时没有善的概念，因为往昔修过颇瓦法已经没有恐惧，所以往生即在眼前。不要仅仅想到自己的见解已经是加行道，加行道虽然有烦恼但没有堕落，所以不需要修颇瓦法。要知道，修颇瓦法决定与见地没有丝毫之矛盾，还是应该多修修。

以上讲解的是具窍诀之功德。

《圣者言教》第四十五课（十六）上根瑜伽士颇瓦法修炼之法

【庚三、修炼之法

分二：具瑜伽之修法；不具瑜伽之修法。

辛一、具瑜伽之修法

以临终、中阴、来世三种而修持。上根瑜伽士现证法性实相，串修娴熟者，在临终时，通过本净直断之密道，依止法界与觉性

之要诀，基道之母子光明相会，认知妙力圆满获得稳固，彼者即往生于本净法身界。】

上根瑜伽士现证法性实相，一切都在心行之中。这里母子光明相会，母光明是指如来藏本具有的圆满功德，子光明是指行道过程中自己相似证悟到的见解。当子光明圆满实证的时候，就称为母子光明相会。这是本书本净的传讲。在顿超中，本基为母光明，光明任运为子光明，此时显现与本体无二之见解，称为母子光明相会。虽然都是讲解心的本性，但是本净与顿超的区别，不要全都混为一谈。

《圣者言教》第四十五课（十七）中根瑜伽士颇瓦法修炼之法

【中根瑜伽士于实相生起觉受，生圆二次第无别之瑜伽串修娴熟，并修炼如幻之本尊之力，临终起现中阴迷乱之显现时，于生起次第境界中往生，声、光、色之相，皆现为本尊之坛城，于圆满报身中成佛。】

临终在外隐没次第和内隐没次第时，听见的比如四大之声，后面如明、增、得光、色等之相，皆现为本尊之坛城。我们讲过，即身解脱是在第二本净解脱以上，以下顿超四种成就的地方为法性中阴解脱，再后面是有生中阴。有生中阴耳前听得见的一切声音，眼前呈现的一切光、色，这里色指六道轮回之境相。比如中阴七七四十九天，前半与我们今生梦中完全相同，后半会显

现飘向未来的征象。比如未来要投生天界，会显现天界的形象，未来投生人间，会显现人间的形象，未来投生三恶趣，会显现三恶趣之相。在修生圆次第过程中，行为之中如是修法，在有生中阴时，就可以如同现世所修学之法般，成办解脱。同样的道理，我们平常修顿超时，就是在修法性中阴，因为法性中阴的时候，我们会呈现如同现在修顿超般一模一样的形象。若现前一直执著这样的显现，临终时也会执著外相，失去成就的机会。要知道，无论是否修过顿超，都会呈现法性中阴的一切形象。没修过顿超，不能执受这个光明境界的凡夫，法性中阴如同流星划过天际般转瞬即逝，自然没有解脱的机会。修过顿超的弟子，在法性中阴四个呈现当下，若能执受本体，就能把握住成办解脱的机会，根据各人的禅定力量，经过三个、五个、七个甚至二十一个禅定夜，就能解脱。一个禅定夜，是指入定到妄念起现之间的时间。

我们反复强调，修行不能执著，因为一旦执著，无论顿超呈现多么好的形象，都是业风飘动之相。在本净之见地没有赤裸之前，一切都是心识在飘动，即便呈现文武坛城，也不会解脱。但本净之见解一旦赤裸，就不会执著外境，此时一切显现皆为觉性妙力之相，时时都在境心分不开的状态当中。我们在讲解第一种辨别（法身与阿赖耶识的辨别）时，问觉性是否依赖于外境？大家都会说不需要。反观我们的修行，平常打坐的时候，为什么那么执著于显现？

【认识一切显现均为虚假，犹如幻化，即于化身中成佛。了知诸法自现之瑜伽士，若知一切显现皆为自现，即于自性身中成佛。此主要以各自所修行之教言而宣述矣！】

从总体角度而言，我们现今如果修生起次第，那么在临终时呈现修行之相，把握住这个机会就可以成佛；如果我们现今是修圆满次第，那么临终时呈现修行的境界，此时执受禅定就可以成佛。在座的弟子们都是修无上窍诀大圆满的，第一本净解脱主要讲解直断之见解，无论是第一本净解脱还是第二本净解脱，都应时时执受自己的禅定。若当时有思维，有少许之执著，这个成就的机会就过去了。下面我们还会讲解外隐没次第、内隐没次第，也就是临终呈现的整个过程，临终之前的预兆，进入死亡的感觉等，以及若具有直断的见解，会在何时成佛。

《圣者言教》第四十五课（十八）下根瑜伽士颇瓦法修炼之法

【下根瑜伽士无量大悲化身之往生：获得密乘能成熟灌顶，并守持誓言，于实相见解仅具了知】

相信在座的弟子们在不同的具德导师面前已经接受了成熟灌顶，那么接下来应该反观自己，守持誓言是否清净。这一点很重要，若得到灌顶却没有守持誓言，往生的机会还是很小。若得到灌顶后能守持誓言，并且从实相见解角度具有了知之见解，那么往生毫无疑问。我相信在座的弟子们对见解都有了知。

【上品者认识诸法无实如幻，中品者于生圆次第心生希求及敬信等（修持境心无执之妙力，并祈祷上师）净观，并具殊胜之敬信及中阴窍诀者，通过阻塞不净之胎门，依大悲心之牵引与转为化身道用而往生清净刹土】

由于有前面的境界，临终时意念导师，想到窍诀法，并护持这样的见解，往生西方极乐世界是特定的事。这就是是我们通常讲解的带业往生，虽然不能称为成就，但也是一种解脱。反观自身，在座的弟子们都已经得到了成熟灌顶和解脱法窍诀法，所以现前要做到的是护持誓言——共道密乘十四条根本誓言以及依上师三门而支分的二十七条根本誓言。比如所缘对境为上师与道友，在自己神志很清明的前提下，诽谤上师或道友，对境也圆满听到，这时已经犯了根本堕罪。以前我们讲过隔一座、隔一日、隔一年、两年和三年要如何忏悔，但若超过自己的年龄，金刚萨埵已不摄受，堕入金刚地狱是特定的事。所以我们应谨慎护持誓言，尽可能在座上多修学窍诀法，座下多行持善法，这样临终时往生西方极乐世界，毫无疑问。往生后，在西方极乐世界修学五百年，圆满消尽一切无明而获得佛果。成就和往生有这样的差距。

总之，现前我们该做的是护持誓言。不能守持誓言的最大过失虽然讲解六因，但主要在于无知和烦恼沉重。对治无知，就要了解共道密乘十四条根本誓言和无上窍诀大圆满依上师三门而支分的二十七条根本誓言，我相信在座的弟子们都已经知道。烦

恼沉重主要表现在顾及自己的面子，在与金刚道友产生矛盾的时候，放不下自己的颜面而指责、谩骂、殴打他人。要记住，如果触犯根本誓言而未及时发露忏悔，堕入金刚地狱是特定的事。要记住，我们进入佛门是为了趋向正法，如果仅在自私的立场上制造罪业，别说成就，连往生的机会都非常渺小，所以希望在座的弟子们必须依教奉行，时时调伏自己的内心。

我们今生进入佛门，将世间琐事搁置一旁，身心投入修法，如果临终时还是和凡夫一般内心充满痛苦，那就太不值得了。从某种角度而言，我们今生成办解脱不是很困难，关键在于如何抉择你的见修行。

【如颂云：“封闭胎门当忆有寂界，乃为精进净观之一刻。”】

在圆满的一瞬间，若能修行颇瓦法，往生西方极乐世界是特定的。迁识法有复杂的修法，也有简单的修法，像具三想颇瓦法有强制往生法和意愿往生法等。我们平常天天都在修强制往生法——观一尊阿弥陀佛在头顶，内心专注于阿弥陀佛心间，念诵“祈请大觉阿弥陀佛尊，加持往生西方极乐刹。”时时如是念诵的缘故，只要在临终的时候能意念到阿弥陀佛在自己的头顶之上，把心专注于阿弥陀佛心间，即便不能念诵强制往生法的两句颂词，往生西方极乐世界毫无疑问。但前提是引业要长时间串习，否则临终时业及烦恼沉重，在众多的妄念中能意念强制往生法，恐怕非常困难。

【尤其以大悲铁钩超度亡灵之往生：具殊胜证悟之士夫，即心境堪能调柔，并了知中阴身心相续之瑜伽士，可超度其他临终者或中阴身得以往生。】

颇瓦法分为五种，法身颇瓦法、报身颇瓦法、化身颇瓦法、具三想颇瓦法和超度亡灵之颇瓦法。平常修行颇瓦法出现成就徵象，即便见解不是很圆满，只要以菩提心摄持，就具有功德可以超度其他亡者，意义非常广大。作为历代传承祖师的继承人，度化众生是我们身负的使命，平常行持一切善法时我们也时时发愿，愿天下所有一切众生离苦得乐，成办佛果，所以当自己条件成熟的时候，行持菩萨行是必不可少的。

作为出家人，我们是所有一切信众眼前的庄严。往昔成就者很多，超度自然是成就者的责任，但现前是末法时代，超度亡者的责任就落在我们所有出家人的肩上，所以平常需要修行颇瓦法。要记住，在颇瓦法不圆满之前，可不能这样。往昔上师曾经说过，以前有一个人给一家人灌喜金刚的顶，灌完后这家人非常高兴，不停感谢这位导师太慈悲，因为他们盼望得到这个灌顶已经很长时间了，终于在那一天得偿所愿。这位导师说，由于施主面子太大的原因，虽然他自己没有这个传承，也还是给他们赐予了灌顶。但这样可真的不圆满。虽然当时可以得到一些世间供养，满了施主的愿，但这个可不能称之为慈悲，因为真正慈悲的前提，

是符合历代传承祖师的教言。这些道理大家都应该懂得一些，非常重要。

《圣者言教》第四十五课（十九）不具瑜伽之修法

【辛二、不具瑜伽之修法】

不具瑜伽之平庸者，以心识上师之往生或具三想之往生法：三想即自己作本尊想或中脉作道想、心识明点作旅客想、佛菩萨作迎接者想。】

具三想颇瓦法，就是把自己观想为四臂观世音菩萨，把中脉观想成神识的通道，自己的神识从中脉升到梵穴；把心识明点观想成旅客，现前就要回到自己原本的家里——阿弥陀佛的心间；在梵顶之上观想西方极乐世界，其中阿弥陀佛以及十方三世一切诸佛菩萨都是迎接我们的神识回家的人。具三想颇瓦法必须同时具备上面三个条件。

我们以上都在修成熟口诀法上师瑜伽，临终时上品者、中品者和下品者什么时候成就，会在后面细致讲解。颇瓦法中具三想颇瓦法当然很重要，但最重要的是依靠我们的修学，何时可以成办解脱。

《圣者言教》第四十五课（二十）教法与证法的区别

无论平常从理论的角度还是实修的角度，对以上传讲的一切法都必须铭记心中。教法与证法最大的区别，在于教法是往外散的，越支分越细，证法是往回收的，一切法尽可能收到一法当中。

举例来说，在实修过程中，我们不会站在五十一心所法的立场上，用五十一种不同的方法去对治五十一种不同的心所。如果这样修行，就会在对治第一个心所的时候，忘记对治第二个心所，对治第二个心所的时候，又忘记第一个心所，就会有这样的过失。但我们知道，一切心所均来自于一个心识，所以只要对治心识一法，一切都在对治之中。这是证法的传讲风格。有时候从逆缘的角度，我们讲解一个心识支分为能所、三门、四障、五蕴、六聚、十二处、十八界、二十随烦恼、五十一心所法、八万四千种烦恼，这就是理论的传讲风格。无论是对治还是站在不同的层次当中，小乘是小乘，缘觉是缘觉，唯识宗是唯识宗，自续派是自续派，应成派是应成派，外三部分为事部、行部、瑜伽部，内三部分为生起次第、圆满次第和大圆满，即便大圆满也分为心部、界部、窍诀部，窍诀部分为外、内、密、极密四个滴等。只要开始往外散，就已经没有窍诀的含义。

什么是窍诀？万法摄一谓之窍诀，也就是实修的特征。我们这次传讲《圣者言教》，站在心入于法、法入于道的不同角度当中，是往外散的，但在修行过程当中，却应该知道往内收，在一法中具备一切法义。我等大恩根本上师喇嘛仁波切往昔说过，仅

仅站在教法的立场上无论通达多少教理，都不能称之为善知识。真正的善知识，外散通达一切教理，内收能把一切汇聚到一法当中，而且有很好的道验。如今我们在座的弟子们都在往这方面发展，非常好。