

《二十一度母禮讚文》

堪布彭措郎加

台北・2009年1月

歷史

今天我們所要講述的內容是《二十一度母禮讚文》。

在講述這個法之前，首先要講述一下它的歷史。這個法出現於哪裡？出現於報身佛所講述的《度母現前續》，或稱《現前續》。這個《現前續》有廣、中、略各種不同版本。廣、中這兩個版本的續部，是爲了當時的化機而說，並不適用於我們現在這些化機，所以現在我們已見不到廣本和中本的續，只能夠見到目前留下來的略軌，意即廣軌跟中軌的傳承已經斷了。

現在我們要講的二十一度母的內容，基本上都屬於當時所流傳下來的略軌。印度許多大成就者都依據這個略軌的《度母現前續》做了很多相關的度母修法。有一些是根據事部儀軌做的，有些是根據行部儀軌做的，有些則是根據瑜伽部和無上瑜伽部來做的，所以現在我們可以見到非常多種的度母修法。

所謂「至尊度母」，從本質上來講，其實就是「般若波羅蜜多佛母」；但是從化機的角度來看，她是示現爲女相之身，多劫之前就一直在利益著衆生，而且從現在一直到輪迴不空之間，都在進行度生的事業。

在三身的刹土之中，比如在法身的刹土，度母就會示現爲般若波羅蜜多佛母；在報身的刹土之中，度母就會示現爲五種姓佛母；在化身的刹土之中，也就是剛剛所說的在我們這些化機之前，則示現我們一般印象中的度母形相。

六道衆生之中乃至一切世間，都會有無數無量的度母在化現、利生。尤其是在我們的娑婆世界，她就示現爲至尊度母的形相，不斷地利益著衆生。這是不共歷史的說法。

從共通歷史的角度來講，以前有一個世界名爲「雜色光」，當地有一位國王叫阿智王，度母當時領受爲王女之身，名智月（藏音依喜達娃）。那時候度母就發起了菩提心：「只要天空不墜落下來，只要輪迴未空，在此期間我都一定要利益衆生！」她發了這樣一個非常大的誓願。因此就在過去、現在、未來，她每天不分晨昏晝夜地一直利益著衆生，不斷把所有衆生導向各種各樣無數的度母刹土，引導他們到達清淨佛刹。

因為她具有能够引導一切衆生得到解脫的威能，所以她就有了一個名字叫「解脫救度母」，也叫「度母」。只要能够憶念她，只要能够憶念「度母」這個名字，就具有驅除輪迴苦痛、得到大加持的作用。

另外一種關於度母化身的說法是，當觀世音菩薩先後三次在三界度衆生之後，他觀察到衆生（的數量）並未因為他的救度而減少，於是他出於大悲心而落淚。由這眼淚生出蓮花，蓮花開放以後出現度母，度母對觀音說：「請您不要悲傷，我可以幫助您利益衆生。」所以，度母是觀世音菩薩利益衆生的助手。這也是其中一種說法。

譬如說，釋迦牟尼佛身為淨飯王王子的時候，當他在王宮裡和衆多王妃在一起時，有一位名叫「桑措瑪」的王妃，據說其實也是度母的化身。之後王子出家，六年苦行，在得到牧羊女所供養的乳糜後，於菩提樹下證等正覺，這個牧羊女也說是度母的化身。當釋迦牟尼佛即將證得正覺時，各種各樣的魔前來干擾他，據說也是度母透過嘿嘿哈哈等八種笑聲降伏了魔軍。度母幫助釋迦佛的類似故事還有很多。

在佛之後的龍樹菩薩、旃達果明、蓮花生大士、貝瑪拉米札、覺沃杰阿底峽尊者等，這些先後在印藏出現的大師也曾經示現得到度母的加持，甚至親自見到度母，從度母那兒得到口訣，得到修行的方法。有些教法被他們收入經典當中，有些則被作為伏藏埋藏起來。所以，在印度、西藏，都有很多種屬於外、內、密的度母修法，比如獅面空行母、作明佛母等等，也都說是度母的化身，跟度母毫無差別。

在蓮花生大士和貝瑪拉米札的伏藏法中有很多度母的修法，蔣揚欽哲旺波大師也曾經發掘出很多伏藏法，其中有兩種度母修法，當中就包括了二十一度母讚頌。覺沃阿底峽大師也曾在菩提迦耶圍繞金剛座轉經的時候，親見度母，然後從度母那裡得到《二十一度母禮讚文》的講法；而後他也得到度母授記：「你去西藏，在那裡會有廣大的利生事業。」所以阿底峽大師之後才來到藏地利生，在西藏的利生事業也的確非常廣大。

從阿底峽大師傳承下來的度母法，是按照事部儀軌編寫的修法；從龍樹菩薩傳承下來的儀軌，基本上是按照無上密的儀軌來進行編排的；還有另外一位大師叫寧瑪貝瓦，從他所流傳下來的也是按照無上密的儀軌編排的。各種各樣的度母法門，流傳至今的很多。

我們要對度母產生恭敬信解之心，只要能够對她產生恭敬信解之心，就能够得到很大加持，得到廣大利益；這是真實傳承的法門。

修持方法

對於《二十一度母禮讚文》這樣一個法本來講，如果想與儀軌配合，比方說配合度母的儀軌等，類似的儀軌很多。如果不與這些儀軌配合，也有念誦三遍或七遍禮讚文等各種說法，這都是可以的。根本沒有「不配合儀軌就不能夠念誦禮讚文」的說法，這種說法是不正確的。

如果按照從印度譯出、由阿底峽尊者所傳下的度母念誦法，在打算念度母禮讚文之前，首先要在自己對面虛空中的蓮花月輪上，觀想度母出現，度母的身色應該觀想成綠色。右手勝施印，也就是平掌放在右邊的姿勢；左手是怙施印，拿著烏巴拉花的姿勢。烏巴拉花的花柄拿在手上，然後花瓣在左耳邊開放。右腿略伸，左腿屈曲。應該這樣來觀想度母的形相。

如是觀想之後，在度母面前真實地進行供養，同時也要用心意去幻化而進行供養。然後就在保持虔信心的基礎之上，念誦《二十一度母禮讚文》。在念誦《二十一度母禮讚文》的過程中，念到每一偈頌的時候，亦即針對每一位度母的禮讚文時，都要在心中觀想自己對度母頂禮，然後度母放光。這光芒進入自己和一切衆生的身上時，就清淨了身的罪障；接觸到自己和一切衆生的語時，就清淨了語的一切罪障；然後接觸到自己和一切衆生的意的時候，就清淨了自己和一切衆生意的罪障。因此我們所有的貪瞋癡等煩惱和習氣全部都被清除乾淨，於是我們變得和各個二十一度母無二無別。雖然度母是顯現出來的，但是她卻沒有真實、實際的自性；雖然她沒有實際的自性，卻能清晰地顯現。應當在這樣觀想的同時繼續念誦。

念誦的方式，可以念誦七遍或者三遍，可根據自己的實際情況來選擇。在七遍或三遍的禮讚文念完之後，就觀想之前在自己面前虛空中的度母此時化光，從自己的頭部進入自己的身體，自身變成毫無執著的、空空的存在，一種空性的存在。

然後在身體完全放鬆、心也非常坦然的狀況下，自心會出現一種明而淨的境界；如果能夠了知自心明而淨，就在這種狀態下安住片刻。之後可以把自己這一次念誦《二十一度母禮讚文》的善業加以回向。

這整個過程就是念誦《二十一度母禮讚文》的方法。

在藏地《二十一度母禮讚文》的最開頭，並沒有我們現在手裡拿到的總讚頌，總禮讚的這一個偈頌，恰恰好就是二十一個偈頌的讚頌。此處我們所翻譯的這個版本，是從其他的版本拿過來，在上面加了一個總讚頌，所以共有二十二個偈頌。

這個總讚頌的涵義究竟為何？在二十一度母的中間，有一尊最根本的度母，可以稱作「興頓拿吉卓瑪」，相當於「綠度母」這個名稱。把它的意義放在最開頭作一個總讚頌，就相當於一個總的提煉。而我們前面所說，念誦過程之間觀想身為綠色的度母形相，其實也就是代表興頓拿吉卓瑪的形相，其他的二十一度母可以說是興頓拿吉卓瑪的變化身。

禮讚文正文

接下來就一一講解這二十一尊度母。如果對這二十一尊度母進行非常詳細、非常廣義的闡釋，可能大家會聽得頭痛，可能還得吃頭痛藥。

爲什麼這麼說呢？比如說，如果按照龍樹菩薩或寧瑪貝瓦大師他們的講解傳統，其中包含各種不同的講解內容和方式，大家肯定會感到頭痛；如果按中等的講解方式，基本上，度母除了身色與手中寶瓶內容物的差別以外，其他都是一致的，相對會簡單一點，所以這算是中等的講解方式；如果只是從這些偈頌的字面意思來解釋，應該算是比較略軌的講解方式。

我不想讓大家頭痛，所以不會選擇非常繁複的講解方法。

嗡！頂禮至尊聖救度母！

頂禮！

達咧迅疾勇猛母，都達咧除怖畏母，

都咧成事救度母，具掃哈尊我禮敬！（註）

現在開始講第一個偈頌。第一個偈頌其實剛才已經講過了，主要是頂禮綠度母。首先會有「頂禮」這個藏文字，是頂禮誰呢？我們會發現，這個偈頌裡有表示度母心咒的十個字，這是把度母的十字心咒放在首偈之中作整體描述。

比如說「達咧」這個字音是表示什麼？就是解脫一切衆生出離輪迴，這種解脫的作用就是「達咧」。而且從解脫、得到成就的角度來講，這種解脫的作用比任何本尊、任何佛陀都更加快速和迅捷，所以說她是迅疾的；因爲她可以降服一切魔敵，所以說她是勇猛的。

接下來「都達咧」三個咒音，代表可以清除對於火、水、風、地動、地搖、龍、虎、獅、象、羅刹等各種的怖畏，比如我們所說的八種怖畏或十六種怖畏等等，全部都可以清除。所以這裡就用「都達咧」來描述，這完全符合咒意。

接下來「都咧」這個咒音是說，任何共通、不共通的成就全都可以快速達成，而度母可以幫助我們達成全部這些成就。度母的功德達到這樣的程度，「都咧」這個咒音也包含了這樣的意思。

最後這個「掃哈」是什麼意思呢？就是連同前面這些咒音加上「掃哈」，總共有十個咒字，這十個咒字代表了快速、勇猛、除怖畏、成就一切事等各方面的度母功德。所以最後一句話要讚頌具足這些功德的度母，亦即把十字心咒的意義，乃至度母本身的一切功德，全部歸結在一起進行禮敬和禮讚。

不過在這四個偈句裡面並未提到「唵達咧都達咧都咧掃哈」的首字「唵」，這個「唵」字在哪裡呢？就在一開始「頂禮至尊聖救度母」的前面，這樣十個咒音就齊備了。

這個「唵」字代表什麼？如果從「唵」字的字面意思來解釋，它本身是由「啊」、「唔」、「瑪」這三個元輔音共同組成。這三個字代表什麼意思？代表十方三世一切佛與佛子的身、語、意三密。這是「唵」字本身的含意。

把這個字放在很多真言的最前面，到底是為什麼呢？如果按照續部的法義來講，有一種說法是，「唵」字本身代表吉祥，而為了表示一切佛陀和菩薩的真言本身都具有吉祥的作用，所以把它放在前面。另外一種解釋是，「唵」字本身代表佛身的種子，而因為要代表佛，我們就要講到身語意的「身」，所以把「唵」字放在最前面。還有一種解釋是說，「唵」代表誓言，比如將「唵」字放在開頭，代表「唵」字之後的內容都是我的誓言。假如針對《二十一度母禮讚文》而言，相當於表示在「唵」字之後的這些內容，我將要講、我將要念，所以就將「唵」字放在最前面。

「唵」字之後是「頂禮至尊聖救度母」，這個「至尊度母」是什麼意思呢？因為這尊度母本身，從外在看，她具足別解脫戒；從內看，她具足菩薩戒；從密看，她具足密乘的三昧耶。她具足了外內密的一切誓言，所以說她是「至尊」。因為至尊的度母已經完全捨棄輪迴裡的一切過失、煩惱、苦痛，所以她是不住輪迴的；但是她對於無量的眾生又具足無量的大悲心，所以她也不住於涅槃。因為她既不住輪迴，也不住涅槃，所以說她是「聖母」。

度母能夠救度一切眾生。如果按照無上續的說法，度母的住處在哪裡？在印度南方的普陀山。這個普陀山的山頂是觀音的刹土，山的下部就是度母的刹土。雖然觀音和度母的體性與法身無量光佛無二無別，但是為了利益各種不同的眾生，觀音就示現男身，以利益應該用男身救度的眾生；而度母示現為女身，以利益應該用女身救度的眾生。除了觀音和度母這兩個形相之外，他們還會變化出無數無量的化身。從這個意義上來講，度母用無數無量的方便救度一切眾生，所以說她是「救度母」，因此有「至尊聖救度母」這個稱呼。我們應該以身、語、意三門非常恭敬地頂禮聖救度母。

為了日常念誦方便，我建議大家按照剛才所說的，在自己的頭頂觀想一尊度母，心裡就認為這一尊度母代表二十一度母全體，然後進行念誦。念誦完之後，觀想度母化光融入自身。這樣按照前述過程進行，日常念誦時非常方便。

但在這裡，我會配合偈頌，分別講解每一尊度母。大家如果能夠配合偈頌的念誦，分別觀想二十一尊度母，那也非常好。但是，如果為了日常的方便，大家仍然可以按照觀想一尊度母的方式來念誦。

一、疾勇母

頂禮！

度母迅疾勇猛母，目如剎那電閃母，
三世祐主蓮面之，花蕊綻放而生母。

下面開始介紹第一尊度母「疾勇母」。

開頭的兩個字是「頂禮」。向誰頂禮？向後面這個偈頌所表示的法義頂禮。它表示什麼？它表示一位能夠帶領眾生得到解脫的救度母。因為她比一切三世諸佛對眾生的救度都更加快捷，所以她是迅疾的；因為她沒有絲毫的恐懼之心，所以她是勇猛的。後面的這些內容全部都表示度母的功德，所以頂禮的就是後面這些偈句所描述的這尊度母。

「目如剎那電閃母」就是說，這尊度母心相續之間的智慧或者說她的智慧之眼，猶如空中剎那出現的閃電一樣。這句話再予以進一步解釋，就是僅僅剎那之間的度母智慧，也能非常清晰明朗地了知一切眾生的心相續，所以說她是目如剎那電閃母。這是度母的功德之一。

「三世祐主蓮面之，花蕊綻放而生母。」其中的「三世」可以理解為欲界、色界和無色界這三世，也可以理解為地上、地面和地下這三世，兩種理解都可以。那麼所謂的「三世祐主」是誰呢？就是觀音大士。此處的「蓮面」有不同的翻譯，我認為其中一種翻譯理解起來會比較好，也就是現在我們翻譯出來的這個意思。三世祐主觀音顏面之壇城，是如同蓮花般的顏面之壇城。壇城中「花蕊綻放而生母」，就如剛才我所講的，觀音菩薩因為三世救度輪迴中的一切眾生，到最後發現眾生並未減少，因而生起悲心而落淚，然後淚珠中生出蓮花，蓮花花瓣開放，當中生出度母。度母對觀音說：「善男子，你不用悲傷，在度生事業方面，我可以幫助你。」度母用這樣的話來安慰觀音。這裡的「花蕊綻放而生母」就是這個意思。

所以這個偈頌頂禮的是這樣的度母，這尊度母的名字就叫作「疾勇母」。

我們使用的這個禮讚文，二十一度母的名字和無上續的二十一度母的名字有些許出入。我今天晚上完全是按照事續為主的講解方式，因此基本上是依事續的說法來講說。

這尊「疾勇母」的身色是紅色，一面二臂，右手像前面一樣是勝施印，在勝施印上面持著代表懷柔一切眾生的紅色寶瓶，左手像前面一樣是持烏巴拉花。

如果打算驅除自己所遭遇到的魔障，則如同剛才所說，按照那種程序，在自己面前虛空中觀想紅色的「疾勇母」，然後不念誦全部的二十一個偈頌，而是只念誦「疾勇母」的這個偈頌。念誦千遍、萬遍或者十萬遍，誦完之後就觀想疾勇母化光融入自身，跟剛才那種觀想過

程一樣。藉由這樣單獨念誦的方式，可以獲得相應的利益，並不一定需要把二十一度母的偈頌全部誦完。

二、大寂靜母

頂禮！

猶如百輪秋圓月，面容光輝難喻母，
猶如千顆星齊聚，身放光芒熾燃母。

第二尊度母是「白度母」，也可以稱為「大寂靜母」。

這是一尊白色的度母，一面二臂，右手勝施印，拿的是寂靜的白色寶瓶，左手拿的是烏巴拉花。如果修行者或瑜伽士打算驅除自己身上的疾病或者說魔障，就可以念誦這個偈頌：「頂禮！猶如百輪秋圓月，面容光輝難喻母，猶如千顆星齊聚，身放光芒熾燃母。」念誦這個偈頌就可以達到這種作用。

首先是頂禮，頂禮的對象是誰呢？就是後面四句所描述的這尊度母。在四季之中，秋天無雲的天空所出現的月亮最為明亮；秋天的月亮雖然明亮，但它還有最明亮的時候，就是十五或十六滿月時。一個月亮的明亮程度肯定比不上多個月亮，這裡寫的「百輪秋圓月」並不是整整一百個的意思，而是代表更多、數百個、無數個。將這麼多秋天滿月的潔白光芒全部匯集在一起，那代表什麼？代表這尊白度母的白淨光芒。「面容光輝難喻母」，她的面容的光芒，相當於百餘或無數秋日圓月所匯集的白色光芒。這是一種非常難以思議的形相。

下面兩句話是，「猶如千顆星齊聚，身放光芒熾燃母。」千顆星齊聚也不是剛好一千顆星，而是代表無數無量星辰的意思。無數無量星辰所放射的光芒，這些光芒全部齊聚在一起，這代表這尊白度母身放的光芒遍布十方，藉著這個光芒就能夠驅除十方一切眾生的疾病和魔障。

對著這尊具有如是非常潔淨、難以思議之潔白光芒的大寂靜母或說白度母，我們頂禮。

三、金色母

頂禮！

青金水生之蓮花，令汝妙手莊嚴母，
布施、精進、難行、寂，忍辱、禪定之行母。

第三尊是「金色母」。

頂禮「青金水生之蓮花，令汝妙手莊嚴母，布施、精進、難行、寂，忍辱、禪定之行母。」頂禮的是這四個偈句所代表的金色度母，這尊度母的名字就叫「金色母」。

這尊度母的身色是金色，一面二臂，跟前面的觀想方式完全相同，只是手上拿的是代表增長——「息增懷誅」的「增」——的金色寶瓶，其他方面都沒有差別。如果衆生想要得到長壽、壽命的增長，想要得到各種資財享用的增長，那就跟剛才一樣，專一地念誦這個偈頌，同時進行觀想，就可以達成願望。

這裡的「青金」代表什麼？金子的質地經過反覆鍛煉之後，會變得非常純淨，沒有任何雜質，這時的金色會略微泛著青色。此度母的身色就是這種青金色。同時，她左手所持的烏巴拉花，也具有這樣的顏色，花瓣開放在左耳的位置。

她是因為什麼原因而擁有這個度母的名字呢？因為她以六度為本因。所謂的六度本因，就在後面的兩句話中表述出來了。比如說「布施」代表布施度，「精進」代表精進度，「難行」代表持戒度，「寂」靜表示清除愚癡，代表智慧度，「忍辱」和「禪定」各自代表六度之中相應的兩個度。

所以，這尊度母代表「通過六度之行而證得果位」的意思。頂禮她所代表的意義，就如偈頌裡所描述的六度。

四、頂髻尊勝母

頂禮！

如來頂髻所出生，無邊尊勝諸行母，

已成無餘波羅蜜，諸佛子極依止母。

接下來，如果有瑜伽士想增長自己的壽命，想獲得長壽成就，就要頂禮這尊「頂髻尊勝母」。

我們日常所念誦的「頂髻尊勝佛母」，其實就是這尊度母的一種示現，可以把她當作眷屬。無上瑜伽部所說的頂髻尊勝母，亦即有很多手臂的尊勝母，其實和這尊頂髻尊勝母的意義完全一樣，本質上沒有區別。

當我們念誦這個偈頌的時候，所觀想的度母，基本上類似剛才那尊度母的形相，身體也是金色，手上所持寶瓶也是代表增長功能的金色長壽寶瓶。

這個偈頌首先有「頂禮」兩個字，頂禮誰呢？就是頂髻尊勝母。這位頂髻尊勝母是從佛的頂髻出生，這可以理解為從釋迦佛的頂髻化生而出，也可以理解為從十方三世一切諸佛的頂髻所化生。

她是「無邊尊勝」的，這是什麼意思？就是她可以降服一切的魔、障、敵、怨、愛等等。所有一切她都可以降服，可以勝伏，所以說她是「如來頂髻所出生，無邊尊勝諸行母」。

那麼後面的「已成無餘波羅蜜，諸佛子極依止母」是什麼意思呢？關於波羅蜜多，有百波羅蜜多這樣的說法，也有十波羅蜜多、六波羅蜜多這樣的說法。所謂的十波羅蜜多，就代表從初地到十地。誰能夠獲得初地到十地之間的波羅蜜多？只有相應地達到各個地階的佛子才能够獲得。這裡的描述是什麼意思？意思就是：就連已獲得十波羅蜜多的初地到十地的佛子，他們在頂髻尊勝母跟前，也像弟子依止善知識一樣地恭敬依止。

所以我們頂禮的就是這樣的一尊度母。

五、吽聲母

頂禮！

都達日阿以及吽字，遍滿欲、色、無色母，

蓮足踐踏七世界，勾招懾服無餘母。

第五尊「吽聲母」代表紅黃身色的度母，她手上持的是能讓所有人都生起悅意感覺的紅黃色寶瓶。其他的一面二臂等各種觀想，都跟之前的度母沒有任何區別。

前兩句是「都達日阿以及吽字，遍滿欲、色、無色母」。「都達日阿」和「吽」這兩個咒音、咒字，以及放射而出的咒的光芒，完全充滿了欲界、色界、無色界。

「蓮足踐踏七世界，勾招懾服無餘母。」「七世界」代表三種惡趣，加上天、人，再加上色界、無色界，這樣的七個世界。這七個世界，度母都能用她的蓮足去踐踏，然後還放射虹光，藉由這種方式可以懷柔、懾服一切的天、龍、人、非人等。只要她願意，就能夠懷柔各

種各樣的衆生。

這個偈頌對什麼人會有用呢？假如想要懷柔、懾服其他人，就可以專念這個偈頌。

六、勝三世母

頂禮！

帝釋、梵天、風、火神，種種自在供養母，

部多、起屍、尋香及，夜叉等衆勝讚母。

「勝三世母」的身色是紅黑色，手裡拿的寶瓶叫作「令醉瓶」，就好像是可以讓人醉倒的寶瓶。她主要的作用是降服部多（註：即「鬼」），藏文叫做「炯波」。

在這個偈頌裡面，我們頂禮的就是這樣一尊度母。包括天人之主「帝釋」在內，包括梵天、風神、水神，甚至包括地下的地主，包括閻羅王、羅刹王等等，所有這一切都對這尊度母非常地恭敬並且進行供養。「種種」代表什麼？「種種」代表沒有說完的十方的護方神。不單單這些護方神對度母進行供養，而且他們的主人自在天，也對度母非常恭敬地進行供養，甚至以頭面頂禮這尊度母。而作為這十方神的下屬，或者說他們的眷屬，所謂的部多、起屍、尋香、夜叉等等，他們也都全部圍繞在周圍，對度母歌詠、灑花，進行讚頌。我們所頂禮的就是這樣的一尊度母，可以勝伏一切部多的度母。

這個偈頌的意思，是指帝釋、梵天等一切都非常恭敬地對待勝三世母，而不是說這些帝釋、梵天、風神等等就是度母。之前有一個版本可能翻譯成「這些就是度母」。

七、摧破母

頂禮！

以那摘聲及拍聲，摧破迷亂彼方母，

右屈左伸足踐踏，火焰猛烈熾燃母。

接下來是第七尊「摧破母」。她主要的作用就是，當別人對自己念惡咒或施加惡咒在自己身上的時候，如果想驅除惡咒，不讓它產生作用，就念摧破母的偈頌，這會產生效果。

摧破母的身相是黑色的，右手拿的瓶子是具有「可以驅除他人對自己施加的惡咒」作用的黑色瓶子，其他的觀想和之前的度母沒有任何區別。

「以那摘聲及拍聲，摧破迷亂彼方母，右屈左伸足踐踏，火焰猛烈熾燃母。」這個偈頌就是說，這尊度母的口中發出「摘」、「拍」的猛咒聲音，表示擊打的意思。藉由這樣的「摘」聲和「拍」聲，可以完全摧破對方以明咒、密咒或其他任何方法施加於我們身上的作用。

這尊度母的姿勢是右腿屈曲、左腿伸出，踐踏對方密咒、明咒的所有作用，踐踏對方的全部；而且不僅踐踏，度母還身放火焰光芒，這個火焰可以把對方所有的咒力、人身，全部都焚燒乾淨。

我們頂禮具備這樣大威能的「摧破母」。

八、破魔敵母

頂禮！

都咧極大可怖畏，摧破凶猛諸魔母，

蓮面示現忿怒紋，一切怨敵皆殺母。

如果一個瑜伽士打算摧破對方，也就是打算摧破作為自己魔敵的對方，就可以念誦第八尊「破魔敵母」的偈頌。

這尊「破魔敵母」的身形是紅黑色，右手所拿的寶瓶屬於降魔瓶，也是紅黑色的，其他的觀想跟之前的度母毫無區別。在這樣觀想的同時，念誦第八個偈頌。

我們頂禮的這尊「破魔敵母」，她具備什麼樣的功德呢？「都咧」的音聲、咒字、乃至光芒，以及前面我們提到「都咧」代表快速的意思，都說明了這尊度母所示現的是紅黑色的、令人感到極為害怕和恐怖的形相；這個形相可以摧破一切魔敵之中最凶猛者。所謂的魔，一般情況下我們講四種魔：天子魔、死魔、煩惱魔和蘊魔。在這四魔之中，最凶猛的就是煩惱魔，也就是煩惱毒，它代表貪、瞋、癡、慢、疑等。煩惱魔只要見到外相上非常恐怖的破魔

敵母，就會被降服。那麼其餘三個，也就是所謂的天子魔、死魔和蘊魔，不用說也可以輕易降服。

後面的「蓮面示現忿怒紋」是什麼意思呢？所謂的「蓮面」就是好像剛剛開放的蓮花一樣，非常漂亮，令人感到賞心悅目；但是爲了救度這些化機，度母卻示現張大口、齜著牙的忿怒相——蓮面示現忿怒紋。只要見到，或者修行者只要觀修這樣的形相、觀修這尊度母，就能夠摧破所有魔敵；更不用說一切與自己有仇怨的對方，當然也能夠完全被殺滅了。

九、除一切怖畏母

頂禮！

以表三寶之手印，妙指當心莊嚴母，
輪輻莊嚴之自光，無餘諸方遍燃母。

接下來第九個偈頌是「除一切怖畏母」的偈頌。當一個修行人想要清除來自水、火、風、地震等的怖畏時，就可以念誦這樣的偈頌。

這尊度母的身體是白色的，她的寶瓶是具備除一切怖畏能力的寶瓶，除了以上這兩點以外，其他跟上述度母沒有差別。

這個偈頌是在什麼情況下念誦呢？當一個人遇到令自己感到怖畏的事，比如遇到水的威脅、火的威脅，立刻念誦這個偈句，立刻就會有效用。

這尊度母的左手就是我做出的手印姿勢，這代表三寶手印，就是佛、法、僧三寶，表示雖然外相上有佛、法、僧三寶的不同，但三寶的體性卻可以完全歸納到一尊度母身上。所以用一個代表三寶的手印放到心口時，就代表前面兩偈句「以表三寶之手印，妙指當心莊嚴母，」非常的莊嚴。

這尊度母的右手，用勝施印持著除一切怖畏的寶瓶。右手本身有法輪的莊嚴，從法輪放射出無量光芒，光芒遍布欲界、色界、無色界，或者說地上、地面、地下，或者說三千大千世界，或者說十方三界所有地方都遍布。凡是光芒照耀之處，所遇到的水、火、風、地震等等一切怖畏之事，當下就被熄滅。

所以我們頂禮的就是具備這樣功德的「除一切怖畏母」。

十、懾服魔及世間母

頂禮！

極喜威德之頂飾，光鬘更令莊嚴母，

大放笑聲都達日阿，懾服魔與世間母。

接下來第十尊「懾服魔及世間母」，是當一個修行者遇到魔及障礙時可以念誦的，是想懾服魔敵的時候念誦的。

這尊度母的身體是紅色，她的右手勝施印上持著除魔瓶，其他的跟上述度母沒有差別。

這裡先說「頂禮」，我們頂禮的對象是後面這四句話所代表的「懾服魔及世間母」。「極喜威德之頂飾」是什麼意思？如果一個弟子對度母非常有信心，當他一見到度母的頂飾，心中會立刻生起歡喜心，而且會增加自己對度母的信心。如果是一個沒有調柔之心、對度母本來沒有信心的人，當他見到度母的頂飾時，在度母頂飾的光芒作用下，也會被懾服，也會因此而產生信心；所以就有「極喜威德之頂飾」這樣的說法。度母的頂飾會放射出無數無量的雜色光芒，這些光芒能夠懾服、征服一切魔敵，而光鬘會令度母顯得更加莊嚴。後面的「大放笑聲都達日阿」，意指這尊度母會放出威猛的笑聲，能夠懾服一切世間的魔及障礙。

所以我們頂禮的就是具備這樣功德的「懾服魔及世間母」。

十一、除貧困母

頂禮！

守護大地之諸尊，皆被勾召大能母，

怒紋晃動之吽字，度脫一切貧困母。

接下來是第十一尊「除貧困母」的讚頌偈句。當一個修行人想除去自己貧困的狀態，就可以念誦這個偈頌：「守護大地之諸尊，皆被勾召大能母，怒紋晃動之吽字，度脫一切貧困母。」。

這尊度母身色可以觀想成金色，或者是紅金色，右手的寶瓶是除貧困寶瓶，其他的跟上述度母沒有差別。

首先，頂禮的對象是具備「連剛才所說的十方守護者都可以隨時被勾召」的這樣一種大威能的度母。

她的面容非常忿怒，而且從她的口中發出極忿怒的「吽」字。這個吽字的作用，可以令一切處於貧困的眾生脫離貧困，得到各種享用及珍寶。

我們所頂禮的就是具備這種威能的「除貧困母」。

十二、出生一切吉祥母

頂禮！

以那月牙為頂飾，諸嚴飾皆熾燃母，

髮髻中現阿彌陀，恒常放射光明母。

接下來第十二尊度母是「出生一切吉祥母」。也就是說，當一個修行人打算令自己變得非常吉祥，令一切事物都變得非常吉祥的話，就可以念誦這樣的偈頌。

這個「出生一切吉祥母」的身色是金色，右手的寶瓶是吉祥瓶；除了這兩個特點外，跟其他的度母完全沒有區別。而這個偈頌就是「頂禮！以那月牙為頂飾，諸嚴飾皆熾燃母，髮髻中現阿彌陀，恒常放射光明母。」

我們頂禮的對象是一尊以月牙為頂飾的度母，月牙就好像是初一的月亮，只有一點點，並不是滿月的形相，以此為頂飾。月牙上放射出光芒，可以令一切都變得非常吉祥。

不但如此，除了月牙之外，這尊度母身上其他的寶飾也都放射出吉祥的光芒。更有甚者，不僅身上的寶飾和頭頂上的月牙放射光芒，她黑亮的頭髮中間恒常有種姓主阿彌陀佛安住其中，而從阿彌陀佛身上放射出更加吉祥的光芒。這些光芒照射一切眾生，令一切眾生任何不吉祥、不順遂的事，都變得吉祥順利。

所以我們頂禮具備這種功德的「出生一切吉祥母」。

十三、火熾燃母

頂禮！

猶如劫末之火焰，烈焰鬘中安住母，

喜轉輪者之敵軍，左屈右伸降伏母。

如果有瑜伽士或修行者想清除自己所遇到的各種不吉祥、不順利的障礙時，就可以念誦第十三尊「火熾燃母」的偈頌。

觀想在自己面前虛空中，度母的身色是紅色，有著燃燒的火焰，她右手持的寶瓶是除障瓶。除了這兩點之外，其餘的觀想跟其他度母沒有差別。

如果修行人想去除自己不順利的障礙，可以念誦這樣一個偈頌：「頂禮！猶如劫末之火焰，烈焰鬘中安住母，喜轉輪者之敵軍，左屈右伸降服母。」

當劫末的時候，一切皆會被摧壞，地輪全部被火焚燒。用這個比喻來表明，這尊度母身上所放射的智慧火焰，比劫末之火焰還要強大，還要厲害，這尊度母就安住在極為熾燃的智慧火焰當中。

她的身形是左腿屈、右腿伸，她所降服的是「喜轉輪者之敵軍」，她能降服所有的敵軍。一般情況下，「喜轉輪者」代表喜歡聽講正法的修行人，我們可以再延伸為喜歡修行正法的人，或者說非常歡喜修行度母法、念誦度母真言的正法弟子。凡是他們的敵軍都能被火熾燃母所降服。

我們所頂禮的對象就是具備這樣一種功德的「火熾燃母」。

十四、怒紋母

頂禮！

妙手按壓那大地，蓮足亦作踐踏母，

現怒紋相以吽字，摧破七重兇暴母。

接下來第十四尊「怒紋母」，這是一個修行人打算對自己所遇到的魔敵進行毆打、擊打時，所應念誦的偈頌。

觀想這尊度母的身體是黑色，面目上表現出非常忿怒的皺紋，右手所持的寶瓶是能夠擊打魔敵的寶瓶；別的觀想跟其他的度母沒有區別。

我們頂禮的對象是以下字句所描述、具備這樣功德的度母：「妙手按壓那大地，蓮足亦作踐踏母。」度母的手掌按壓或擊打在大地上，雙足按壓或擊打在大地上。基本上，這些意思都是按壓、擊打或踐踏，但是出於字面排列的原因，所以妙手用按壓，蓮足用踐踏。不但如此，藉由度母這樣的擊打，可以讓一切的魔產生恐怖及害怕的心理，從而最終被消滅、被降服。

尤為甚者，這尊度母還會顯現出非常忿怒的形相，以致面目上都會表現出忿怒的皺紋，口中也會發出非常忿怒的「吽」字，可以摧伏大地之下乃至於七重地府之內所安住的各種兇暴眾生。

我們頂禮的對象是具備這樣功德的「怒紋母」。

十五、白色大寂靜母

頂禮！

安樂賢善大寂靜，涅槃寂靜所行母，

清淨具足掃哈、喻，摧破諸大罪業母。

接下來的第十五尊「白色大寂靜母」，是當修行者打算清除自己的一切罪障時念誦的偈頌。

這尊「白色大寂靜母」的身色是白色，右手所持的寶瓶是滅除一切罪障的寶瓶；其他觀想跟其他的度母沒有區別。也就是說，當一個修行人打算清除自己的一切罪障時，可以念誦這個偈頌。

我們頂禮的對象是具足「安樂、賢善、大寂靜、涅槃寂靜所行母」。「安樂」代表的是無漏大樂，是成就佛果之後，已經超越我們所能理解的樂和苦之後的大樂；而這個大樂，即使我們想試著描述，也很難用自己所能理解的譬喻來加以陳述。這種大樂永遠不會產生變化，

永遠不會消失，所以稱作「安樂」。所謂「賢善」代表這尊度母一切的身之所行、語之所行、意之所行，完全不摻雜罪業，完全不沾染煩惱，所以說她是「賢善」的。這尊度母超越了輪迴的一切苦，所以說是「寂靜」的。因為她已經超越了一切戲論，安住在空界之中，所以說她是「涅槃寂靜所行母」。

「清淨具足掃哈、唵」，這代表以「唵」開頭、以「掃哈」結尾、再加上中間那幾個咒字的總共十個字的真言，不但口中念誦，而且完全具足十字真言當中所蘊含的功德。藉著這個功德，可以摧破一切罪障，包括五無間罪以及五無間罪的根本原因——貪、瞋、癡，也包括生、老、病、死等各種各樣的苦，全都可以息滅。

所以當瑜伽士想要清淨自己的所有罪障時，就念誦這個偈頌，對「白色大寂靜母」進行頂禮。

十六、明咒吽生母

頂禮！

極為歡喜轉輪者，其敵之身摧破母，

十字咒句作莊嚴，明咒吽而生度母。

第十六尊度母是「明咒吽生母」。這個偈頌代表的度母，主要是為了破除爭訟的時候念的。

比如，佛和佛的弟子在說法時，當別人說「佛說的這些法義不正確」時，佛就會用各種理由來說明佛所講說的法是正確的；這也屬於爭訟或者爭論的一種。又比如在世間，兩個人或兩個商業單位之間，或者兩個地方之間等等，都會發生各種各樣的爭論甚至爭鬥，他們也許會尋求法院的判決。在各種各樣情況下，只要自己因為爭鬥、爭訟的原因，想要求得勝利的話，就可以念誦這個偈頌。

這個偈頌所表示的「明咒吽生母」，她的身色是紅色，右手以勝施印持明咒寶瓶，左手以三寶印持烏巴拉花，坐在蓮月墊上。

前面兩個字是「頂禮」，我們頂禮的對象是誰？是「極為歡喜轉輪者，其敵之身摧破母，十字咒句作莊嚴，明咒吽而生度母。」

對轉法輪非常歡喜的佛弟子、佛的後學，他們對正法有信心，對於修習正法非常歡喜。這種信法之人或行法之人，當他們修行或者進行利生事業時，如果想要破除對他們產生障礙的一切魔敵或真正對手的爭訟，「明咒吽生母」可以讓這些魔敵對手的身體全部破碎，令之毀滅。

接下來的十字咒句就是「唵達咧都達咧都咧掃哈」這個咒。如果要觀想寂靜尊的度母，就在心口月輪觀想「當」字；「當」字周圍有十字咒鬘，從咒鬘放光照射到障礙正法、信法、修法、行法利生的魔敵身上，清除掉他們。如果要觀想威猛的度母，就觀想心口的月輪上的咒鬘是「南無達日阿 南無哈日阿 吽哈日阿掃哈」，同時再念《二十一度母禮讚文》，這樣可以用威猛的咒把對方勝伏。

有了最後一句由明咒「吽」而生的這樣一尊度母，就可以把魔障全部去除。

十七、三世震動母

頂禮！

都咧之足作踐踏，吽相種字所生母，

須彌、曼陀及賓陀，三種世間震動母。

如果一個修行者想要破除自己所遭遇到的魔障，他就應該念代表「三世震動母」的第十七個偈頌。

觀想度母紅黃色，右手持的是明咒壓制的寶瓶，其他的觀想和之前我們講的度母沒有差別。

這個偈頌是：「頂禮！都咧之足作踐踏，吽相種字所生母，須彌、曼陀及賓陀，三種世間震動母。」

首先是「頂禮」，後面四句話講述頂禮之對象所具有的功德。前兩句「都咧之足作踐踏，吽相種字所生母。」這兩句其實從文字的順序來講應該是顛倒了，正確的順序應該是這樣：這尊度母首先出現時是從「吽」字開始，然後由「吽」字變化而出現了「三世震動母」。然後在「三世震動母」出現以後，因為代表非常迅猛之事業的「都咧」這個因，就有了她的雙足踐踏大地；因為她的雙足對大地的踐踏，導致須彌山王發生震動；最後就連賓陀、曼陀這兩

座山也都發生震動。這兩座山加上須彌山，代表印度當時所能够認識到的最高的三座大山，它們都因度母的雙足踐踏而引發大地震動。不但大地震動，而且三世，包括地上、地面和地下，三世界都爲之震動；不僅三種世間爲之震動，就連所有的魔障都因此而產生畏懼，全部的魔障都會因此而被消滅。

所以我們頂禮的是一位具備這種功德的度母。

十八、除毒母

頂禮！

具有天海相狀之，具獸相執手中母，

二達日阿聲與拍字，無餘清除諸毒母。

接下來，修行者要驅逐由龍而引發的或其他種類的毒時，就應該念誦第十八偈所描述的「除毒母」這個偈頌。

觀想她的身體白色，右手的寶瓶是除毒瓶；除了這兩點之外，其他觀想內容和前面有關度母的觀想內容一樣。

首先是「頂禮」，頂禮「具有天海相狀之，具獸相執手中母，二達日阿聲與拍字，無餘清除諸毒母。」完全具足這四個句子所代表之功德的度母，我們向她頂禮。

「具有天海相狀之，具獸相執手中母。」這個「天海」代表天人之海。天人之海具備白色、純淨的特性，可以說是非常難以思議的潔白特性，它是一種天上的海。「具獸相」代表月輪；爲了描述月輪潔白、皎潔的相狀，我們就用天海來形容它。爲什麼說「具獸相」就是月輪呢？因爲當我們從地面抬頭仰望的時候，會發現月亮上有陰影，而這些陰影的形相往往被我們描述爲好比是兔子般的形狀，所以「具獸」的「獸」指的是兔子；「具獸相」指的是具有兔子形狀陰影的月亮。所以前兩句話合起來就是說，這一尊除毒母的手中拿著散發潔白光芒的月輪。這是按照無上密的方式來說，阿底峽大師則說她手中拿的應該是除毒瓶。

接下去這「達日阿」聲代表什麼？這「達日阿」聲其實代表「嗡達咧都達咧都咧」前面這部分的咒字。後面本來應該是「掃哈」，但這裡不念「掃哈」而念「拍」，也就相當於「嗡達咧都達咧都咧拍」這樣的一個完整的咒音。念誦這個咒音之後，再接著念誦本偈、第十八

偈，或者念整個《二十一度母禮讚文》，就可以驅除一切毒之根本，也就是煩惱毒；還可以驅逐所有或動或靜的一切毒，或者說各類接觸毒或各類和合毒。總之一切的毒都可以被清除乾淨。

我們頂禮的是一尊具備這種清除諸毒功德的度母。

十九、除苦母

頂禮！

諸天人衆之王者，天、人非人依止母，

恒常歡喜鎧甲威，清除爭鬥、惡夢母。

如果有修行者打算清除自己所遭遇的爭訟，清除自己所遭遇的惡夢，那麼他就應該念誦第十九偈頌「除苦母」的偈句。

爭訟，其實在前面已經提到過，在這裡主要是講惡夢。比如說，你作了有各種非常不好徵兆的惡夢，或者夢到讓自己心生恐懼不安的情況，爲了驅逐惡夢所代表的緣起，或者說作了惡夢之後，可能未來、今天、明天或者過兩天就會應驗，爲了驅逐惡的應驗或驅逐惡果等等，只要是想驅除這類不好的情況，都應該念誦這個偈頌。

這個偈頌所對應的度母，身白色，右手持的是除苦瓶；除了這兩點之外，其他的觀想和之前的說法都一樣。

前面兩個字是「頂禮」，我們頂禮的對象爲何？就是連三十三天所有天人的主宰帝釋天以及人與非人之王者（在一般說法中，這非人之王者是一個長著馬頭的非人）都要用自己肢體最高貴的頭去頂戴這尊度母肢體部位最卑微的足，亦即他們都要用頭頂戴足這樣一個頂禮方式，表示對於這尊度母的恭敬和讚頌。既然王者都已經這樣做了，那麼所有的天人、人與非人及其眷屬，自然也對度母非常恭敬！

如果修行者的身、語、意三門都非常喜歡觀修度母的身形、念誦度母的咒音、唱二十一度母的禮讚文，那麼這種觀想身、念誦咒、唱讚文的動作，就稱作極爲「歡喜」的「鎧甲」。由這個動作所發出的威能、威光，可以清除一切的爭鬥與惡夢。

在觀想這尊度母如此功德的同時，念誦這個偈頌。這就是我們要頂禮的對象——「除苦母」。

二十、除疫癘母

頂禮！

日輪、月輪圓滿之，雙目光芒朗然母，

二哈日阿聲都達日阿，清除凶猛疫癘母。

如果一個修行者要清除所謂的疫癘——主要是指各種各樣的傳染病，可以從一個人傳染給另外一個人的比較惡性的病，或像由風、膽、黃水等原因而導致的四百零四種病——如果希望這些病能夠快速地痊癒，也可以念誦這樣的咒或偈頌。這個偈頌主要是針對傳染病。

「除疫癘母」的身形是紅黃色的，她的手上持除疫癘瓶；除了這二個特點之外，其他觀想跟之前的沒有區別。亦即當我們進行觀想的同時，念誦「頂禮！日輪、月輪圓滿之，雙目光芒朗然母，二哈日阿聲都達日阿，清除凶猛疫癘母」這個偈頌，就可以達到目的。

這個偈頌前面是「頂禮」，後面的偈句就代表頂禮的對象。這尊度母如果示現威猛之身，她的雙目就猶如日輪；如果示現寂靜之身，雙目就猶如月輪。猶如日輪、月輪之雙目所放射出來的明亮光芒，如果是熱光，就會驅除修行者的寒病，如果是涼光，就可以驅除修行者的熱病。也就是說，雙目放射出能夠清除所有疫病的光芒。

接下來的「哈日阿」聲，代表的是：「南無哈日阿 南無哈日阿 吽哈日阿掃哈」這樣的一個猛咒。而後面的「都達日阿」則代表「唵 達咧 都達咧 都咧 掃哈」這個度母心咒。透過這二個咒語，前面是威猛度母的咒，後面是寂靜度母的咒，就連各種最凶猛且非常難以治癒的疫癘都可以治癒，那各種小小的傳染病或其他疾病自然也都可以治癒。而且念誦這樣的一個猛咒或寂靜咒，也可以預防各種各樣的其他疾病。

所以，我們頂禮的對象，就是能夠完全清除各種疾病，尤其是凶猛疫癘的「除疫癘母」。

二十一、圓成一切事業母

頂禮！

以三寶相而莊嚴，清淨具寂靜力母，

邪魔、起屍、夜叉等，都咧摧破最勝母。

如果一個修行者想成就自己所有的事業，讓自己所做的一切事業完全能够成功，可以念誦「圓成一切事業母」的偈頌。

觀想這尊度母的時候，在自己面前的虛空中，觀想白色身形的度母，右手的勝施印上面執持著施一切成就的寶瓶；除這兩個特點外，其他觀想和之前的觀想沒有差別。在如此觀想的同時，可以念誦整個《二十一度母禮讚文》，也可以只念誦第二十一尊度母的偈頌。

我們頂禮的對象，是具足這樣功德的「圓成一切事業母」。在觀想度母的同時，我們應該觀想自己的頭頂有代表身實相的白色「喻」字、自己的喉輪有代表語實相的紅色「阿」字、自己的心輪有代表意實相的藍色「吽」字。在這樣觀想的同時，念誦這個偈頌，可以令阻礙我們一切事業成就的所有障礙、罪業等等，全都變得寂靜，全都被消除。一切魔敵，比如說十五大魔等、所有起屍、夜叉等，又比如能够奪命的夜叉、奪身的夜叉、奪魂的夜叉等等，全都被摧破。而且「都咧」代表這種摧破的作用比一切諸佛菩薩更快；不但最快，而且是一種更加殊勝、迅捷的快。

「圓成一切事業母」具備了這樣的功德，可以讓我們的一切事業最迅速地得到成就。我們頂禮的就是這樣的一尊度母。

以根本咒來讚頌，連同頂禮二十一。

講完了第二十一尊度母的偈頌後，整個《二十一度母禮讚文》就等於圓滿了。緊接下來的「以根本咒來讚頌，連同頂禮二十一」，可以結合下面的功德利益一起講，也可以連著前面的讚頌偈句來講。我們現在的排布方式是連著前面來講。

「以根本咒來讚頌」是什麼意思？就是上面二十一個讚頌的內容裡，包括了度母的根本咒、寂靜咒、威猛咒等各種咒音。當我們念誦二十一度母的禮讚文時，同時也要穿插各種各樣的咒。而且，在二十一個偈頌的最開始有一個總讚頌，裡面也包括了一個完整的咒語。因此總括起來有二十二個偈頌，但是讚頌的度母是二十一尊。在每個偈頌的開頭，我們都有「頂禮」的字眼，也就是說共有二十一次的頂禮。

整個的度母禮讚文出現在《度母現生續》中，而這個續最初是由報身佛所宣說，這個報身佛的名字就叫毗盧遮那佛。最初是毗盧遮那佛宣說，然後又由化身佛釋迦牟尼再次於印度金剛座將這個度母禮讚文宣說出來。每一個偈頌配合一尊度母，每一個偈頌裡面都表述了各個度母相應的、有所差異的事業。

阿底峽大師在金剛座的時候，親自見到度母，並得到度母賜予這個禮讚文。阿底峽大師將它記錄下來，成為完整的《二十一度母禮讚文》。

功德和利益

下面開始講述《二十一度母禮讚文》的功德和利益。

恭敬聖母具淨心，若能至誠而禮讚，
黎明起身而念誦，憶念皆可得無怖。

最前面的兩個偈句：「恭敬聖母具淨心，若能至誠而禮讚。」「聖母」就是代表度母。一個人若是對度母具有真正的恭敬心，具足了清淨的心，就表示這個人具足智慧。他若能非常真誠地禮讚二十一度母，真誠地對二十二個偈頌所代表的二十一尊度母進行禮讚（禮讚文說起來有二十一偈頌，但加上開頭的總讚頌，實際上共有二十二偈），就可得到以下所描述的一切功德利益。

接下來二個偈句：「黎明起身而念誦，憶念皆可得無怖。」這是什麼意思？如果一個修行者主要是為了今生的生活無所障礙，沒有任何來自地、風、水、火等等的怖畏，沒有任何疾病、災殃、魔障等等，他應該要在凌晨起身，然後於自己面前虛空中觀想忿怒尊的度母，同時念誦《二十一度母禮讚文》。

如果想要擺脫未來世的痛苦，比如地獄、旁生等三惡趣的痛苦，或者想要投生天人善趣，或希望得到出離輪迴的寂靜果，就應該在黎明起身，觀想在自己面前虛空中出現寂靜尊的度母。然後藉由觀度母的身相並念誦《二十一度母禮讚文》，就可以解除一切怖畏。不單可以解除今生的怖畏，來生的怖畏也都可以得到解除。

一切罪業皆熄滅，一切惡趣皆摧破，
可得七千萬佛陀，迅速前來賜灌頂。

「一切罪業皆熄滅，一切惡趣皆摧破。」所謂的「一切罪」包括了五無間罪等非常嚴重的罪業，也包括了殺、盜、淫、妄等等罪業。總之，只要能夠憶念度母，只要能夠念誦《二十一度母禮讚文》，所有傷害他人的行為與心念、傷害之因、罪業之因，都可得到熄滅。

既然罪業之因熄滅了，那麼罪業所帶來的果報，比如來世會墮落到地獄、旁生、餓鬼等

惡趣的這些果報，也全都被摧破。所以才會有「一切罪業皆熄滅，一切惡趣皆摧破」這樣的描述。

接下來的兩句：「可得七千萬佛陀，迅速前來賜灌頂。」意指如果這樣一個修行者，觀想度母的身形，然後念誦《二十一度母禮讚文》，就可得到七千萬佛陀前來為他灌頂。

所謂「七千萬」，顯教與密教的計算方法會有差別。這裡按照密教的計算方法是七百萬，如果按照顯教的說法就是七千萬這個數字。無論如何，如是無量的佛陀來到了修行者面前，賜予他灌頂。

如果從無上密的角度來說，就代表獲得寶瓶灌頂、秘密灌頂、智慧灌頂、第四灌頂等四種灌頂。如果按照事部來說，並沒有這種四灌的說法，而主要是水灌頂和佛灌頂。這種灌頂是用有佛形像的寶冠戴在修行者的頭上。在事部並沒有提到「五方佛灌」這個名詞。

總之，只要你能對度母的身形有很好的觀想，而後念誦《二十一度母禮讚文》，就一定能夠非常迅速地得到諸佛前來對自己授予灌頂。不僅如此，而且當這個修行者後來證到十地菩薩，緊接著要證佛果時，也可親見七千萬佛前來為他賜予大光明灌頂；這種大光明灌頂在顯教經典當中也有描述。

所以，從這個意義上來理解的話，只要能夠很好地觀修度母的身形，然後念誦《二十一度母禮讚文》，暫時可以證得十地，最終可以證得圓滿佛果。

可得不斷之增上，究竟可至佛陀果。

接下來兩句話：「可得不斷之增上，究竟可至佛陀果。」這「不斷之增上」表示從此生的當下開始，只要你能夠觀修度母，能夠念誦《二十一度母禮讚文》，那麼暫時地你可以在人生的未來得到比現在更多的享用、更大的威德、更強的勢力、更多的財富、更長的壽命等，一切暫時的利益全部都能獲得；乃至究竟可以得到佛陀的果位，這點在剛才已經說過了。

**或中強力之毒者，若頑固毒變異毒，
不論誤飲誤食毒，憶念自可全清除。**

接下來是「或中強力之毒者，若頑固毒變異毒，不論誤飲誤食毒，憶念自可全清除。」「強力之毒」代表什麼？就是煩惱毒，就是非常難以斷除、令眾生進入輪迴而飽受各種各樣無盡痛苦的毒，亦即貪、瞋、癡、慢、疑等煩惱毒。一個真正修持度母、念誦《二十一度母禮讚文》的修行者，其相續中的強力之毒都可得以滅除。

或者此生當中，一旦碰到就會令自己喪命或產生嚴重病痛的頑固毒，比如存在於地、水、

火、風等等當中這些屬於外部的毒；或者會發生其他變異的毒；或者可以行走的毒，像是蛇毒、蝎毒、蜘蛛毒等；只要能够憶念「除毒母」的身相，念誦「除毒母」的偈頌，或者念誦二十一個偈頌，不管是頑固毒還是變異毒，不管是因為吃了、喝了或接觸到這些毒，肯定都可以清除掉。

邪魔、疫癘或因毒，所遭諸苦皆斷除。

下面一句話：「邪魔、疫癘或因毒，所遭諸苦皆斷除。」所有這些苦，比如天魔、龍、鬼等等所造成我們身體的苦，比如各種傳染疾病、疫癘所帶給我們的病苦，或者因為毒造成我們喪命或產生嚴重疾病的苦，一切的苦都可以因為觀修度母或者念誦《二十一度母禮讚文》而得到清除，我們可以因此而得到安樂。

他衆生亦得如此，若念二三又七遍，

欲求子則可得子，欲求財則可得財。

那麼「他衆生亦得如此」，這一句話是什麼意思呢？前面說過，如果自己透過觀想度母的身形或者念誦二十一度母的偈頌，可以得到上述各種功德和利益，那麼其他的衆生，比如你的師祖或其他任何衆生，如果你是為了他們的利益而代替他們觀想度母或念誦禮讚文，那麼就像我們自己一定可以得到上述的功德和利益一樣，對方一定也可以得到上述一切功德。

例如，別人拿著一些供養品，請你幫他念度母，只要你這樣做了，他也一定會獲得同樣的功德利益。或者說，只是自己念誦了，然後回向給別人，那麼別人所得到的功德利益也完全是一樣的。

下面「若念二三又七遍」，這句話有兩種解釋。第一種解釋，所謂的「二」是把一天分成晝夜二時，所謂的「三」是把晝分成三座、夜分成三座，所謂的「七」就是每一座都要念七遍。也就是說，白天共三座，每座念七遍，總共念二十一遍；夜晚共三座，每座念七遍，總共念二十一遍。這是第一種解釋。

第二種解釋是按照目前大多數的儀軌而說，亦即按照從阿底峽大師所流傳下來的度母儀軌而說。一般是這樣念誦：先念兩遍，然後進行供養；再念三遍，再進行供養；最後再念誦七遍，總共念十二遍。這是目前大多數人採用的度母儀軌念誦方法。

接下來的「欲求子則可得子」這句話，所謂「求子」、「得子」也有兩種解釋。第一種是自己血脈之子，亦即透過自己念誦或幫別人念誦，沒有子女的人若想求得血脈子女，一定可以獲得。這是第一種解釋。第二種解釋，比如對於一個喇嘛上師來講，如果他希望得到一個真正傳承自己法脈的法子，藉由祈請度母、念誦二十一度母的偈頌，自然可以得到能够聽聞並傳承自己的佛法的法子。這一句話包括了這兩種意思。

「欲求財則可得財」，這句話的意思很明顯，如果一個人本身沒有財富，只是一個貧困的人，而他希望獲得財富，那麼只要他能夠對度母進行祈請、念誦《二十一度母禮讚文》，他就可以相應地獲得自己所求取的財富。

一切所欲皆可得，魔障全無各個滅。

最後的兩句話：「一切所欲皆可得，魔障全無各個滅，」這代表什麼意思？透過觀想度母、念誦《二十一度母禮讚文》，不但可以獲得上述所有功德利益，而且暫時上來講，只要這個人此生有任何所求，不管欲求是大是小，只要他在心中念想自己的欲求，然後觀想度母，念誦《二十一度母禮讚文》，欲求就一定能夠得到實現。他也可以如願於來生獲得解脫與一切智果位，或者如願於來生到達觀音、度母刹土。如果他希望來生去到任何一個清淨刹土，也都可以實現。也就是說，他的一切欲求都可以得到滿願。

不但如此，通過他的祈請、發願，所有魔障也都能夠消失不見。假如出現任何一個魔障，比如以前經由祈請或念誦，所有疾病全都消失、全都治癒，而未來如果遇到新的疾病，只要再次念誦、觀想和祈請，所有的魔障也都可以一一消滅。

後面這個偈句描述的就是：一切願望都可以經由觀想度母、念誦《二十一度母禮讚文》而得到實現。

講到這裡，《二十一度母禮讚文》的內容就全部講解完畢。

我再簡單地總結一下念誦方式：在自己面前虛空中觀想度母的形相，然後按自己的計劃念誦二遍、三遍或者二十一遍《二十一度母禮讚文》，念誦完之後，再念一遍功德利益。一切念誦都完成以後，觀想度母化光融入自己和一切眾生的身體當中，最後回向。如果要配合儀軌來進行念誦，就視各個儀軌的要求，不用按照這種簡單的方法念誦。

現場問答

問：請問堪布，講解「若念二三又七遍」時，您說念完兩遍作供養，念完三遍再作供養。而剛剛您做總結時，並沒有再提到念誦完之後要供養。如果我們不按照某個特定儀軌念誦二十一個偈頌，還要做三次供養嗎？

答：如果是日常簡單的念誦，可以不用進行供養。如果是配合相應的儀軌，按照儀軌的要求

進行供養就行。

問：請問如何觀想度母形象？

答：可以按照佛度母像的形象去觀想。如果對觀想不太熟悉的話，可以先看看佛像或者唐卡、照片等。看熟悉了以後，就在自己面前的虛空中，按照自己所看到的佛像、唐卡、照片的形式觀想。然後慢慢把用顏色畫出來的佛像，轉變成像是一尊活生生的本尊。然後慢慢又轉變為不是一尊簡單的、具備心識的、活生生的本尊，而是具備智慧的智慧尊。然後再慢慢轉變成如同虹彩一般，雖然顯現，卻不是真實的；雖然不真實，卻活生生地顯現的本尊。應當慢慢地一步一步發展自己的觀想。剛開始的時候，可以藉由觀想佛像、畫像或者照片，幫助自己進行觀想。

問：文章中的功德利益是真的嗎？是不是一念就可以得到？

答：關於功德和利益，一般情況下有兩種解釋方式。按照顯教經典的解釋，比如顯教的經典當中經常會說，念誦一遍一尊佛的名字，只要這個佛的名字進入了眾生的耳朵裡，所有聽到的眾生都會成佛。按照事部的說法，比如念誦一遍明咒，就可以得到長壽，乃至可以成佛等等。

關於功德和利益的說法非常非常多，但這些說法往往並不表示一定在此生就能夠實現。這一切功德和利益，很多時候會出現在來生。同樣的道理，度母的功德和利益，如果你念誦《二十一度母禮讚文》或觀想度母，這種功德和利益在此生當然可以出現，但也有可能會出現在來生。比如驅除疾病、驅除障礙、解除各種各樣的毒等等，這一切功德和利益並不是念了就立刻出現，不是這樣子的。

舉一個很簡單的例子，比如頭痛藥的介紹上面都會說，只要頭痛，吃這個藥就會解除頭痛。但是，假如一百個人同時吃頭痛藥，並不是一百個人的頭痛都能夠解決。大多數人都會有用，但是個別的人雖然吃了頭痛藥，頭痛還是存在，或者需要經過一段時間之後才會消除。度母的功德和利益，其實也是這樣，並不是在你念修的當下，在你念修的這一生，馬上就能夠全部出現，但是未來一定會全部出現的。

問：修這個法一定要吃素嗎？

答：如果是配合儀軌來進行念誦，儀軌中若要求素食、不能食肉，就一定要吃素。假如不是配合儀軌進行念誦，並無規定不能夠吃肉。

問：剛才講功德利益的時候說度母那麼厲害，又說功德利益可能會出現在來生，那麼如何才能讓功德利益很快地表現在今生今世？

答：快速的方法是有的，是什麼方法呢？如果晝夜任何時間，在行住坐臥一切時中，都能够毫不忘失度母，都能够以非常強大堅定的信心憶念度母，那麼不用說來生了，也不用說不遠的將來，你一定會在一個月內，在你的夢中見到不一樣的景象。

問：爲什麼有人念誦、修行了很多，却沒有出現什麼利益？

答：我們現在所謂的修行方法，比如念誦度母的方式，往往是當我們坐下來的時候；當我們端坐念誦時，可能還真的會生起比較強大的信心，比較能好好地念誦。但是一旦下座以後，我們馬上就開始胡思亂想，信心、注意力等就完全散亂了。這就相當於，當我們念誦、修法時，是在給繩子上勁，但是當我們下座以後，又在給繩子鬆勁，因此繩子怎麼都無法纏緊，怎麼都無法做好。類似這種比喻，不管你怎麼做，哪怕費了很久很久的時間，但仍然不可能成功，不可能見到度母，不可能得到功德和利益。之所以很長時間都沒有利益，原因可能就在這裡吧。

問：是不是我們的罪業障礙太大，功德和利益才不容易出現？

答：如果從最初的實相這個角度來講，我們的心是具足一切智慧和功德的，是具足一切智慧和大悲的。當我們的妄念產生得越來越多的時候，這些妄念就障礙了我們的智慧和大悲。因爲這些妄念對我們智慧和大悲形成的障礙，當我們修行時，就很難修出成就的徵兆。如果能够藉由修行止觀，尤其是修「止」，把自己的妄念慢慢打消，哪怕你沒有修行出世間法，只是修行世間的「止」，你也可以獲得比如神通等各種各樣的功德和利益。尤其是當你獲得無念的「止」的時候，你本來的功德就會逐漸顯現出來，這是非常自然的一件事情。當你能够有很好的「止」，能够慢慢地把妄念打消，能够善加精進的時候，這時你去觀修度母、念誦度母的禮讚文，那麼所有的功德利益一定能够出現，這是根本不用說的。

問：爲什麼本尊會是這樣那樣的模樣呢？

答：作爲一個本尊來講，她就好像我們讀到的文字一樣，文字能够帶讓我們明白文字背後的意思；而本尊的形相，其實也是爲了表示深奧的法義而顯現的，因爲所表示的法義不同，所以她的身相就會有各種各樣的差異。並不是外部有因爲業果等原因而出現真真實實存在的各種不同本尊、智慧尊，這樣的智慧尊根本不可能存在。

比如一個本尊，你看到她有六隻臂膀，那麼她代表什麼？她其實就代表成佛的六度。一般情況下，我們很難直接明瞭六度的意思，所以本尊以六隻臂膀的形相出現，我們一看到六臂，緊接著就會想「爲什麼她有六臂？」最後明白，原來六臂的意思是告訴我們，要想成佛就要修六度。明白了這個道理，我們就走上了修行六度的道路，最終我們就能够成佛。所以，任何本尊，儘管身形有各種差別，但全都是爲了表示深奧的法義。

最後作一個歸納，任何本尊的身體都包含從衆生到佛道之間的一切佛法法義，如果你能够明白的話。任何一個本尊身，只要你能够明白，它都具足了所有的道法。(結束)
(吳寧強藏譯中)

註：堪布所使用的版本不同於一般使用的《大藏經》的版本。