

**第八期 忠告、蓮師七句祈請文之開示 (張惠娟譯)****忠告**

2000年四五月間，宗薩欽哲仁波切在金剛持寺帶領龍欽心隨加行閉關，臨飛往舊金山短暫訪問前，給予閉關者下述忠告。

現在我要探討蔣貢康慈仁波切所著「遙呼上師」祈請文末段注釋。我認為不但此時，於整個佛法修持中都非常重要。這些祈禱文非常短。各位無須撰寫一字一句，只需想和有如面對上師、本尊、勇士、空行、諸佛菩薩說話般即可。現實上，你們確定可以和他們對談。

依照蔣貢康慈仁波切的說法，在上師瑜珈的結行部分唸誦此段祈請文是非常殊勝。我也常常持誦，對我有些助益。"請瞭解我，就在此時，這個時刻，示現您的慈悲" 'Lama khyenno tukjey du zik damcho taru chinpar jingyi lob'，"加持我，使我成就勝法"。

一方面，修持佛法或精神道，如大圓滿法，可以是非常簡單；如果你具足功德、有虔誠心、上師的慈悲伴隨、與上師有業緣，它是非常非常的簡單。

另一方面，佛法修持可能會非常迂迴、非常無聊、消耗時間，令人畏懼或未受鼓舞，因而喪失動力。能修持一天或兩天、一星期或兩星期，一個月或兩個月，都是好事。要持續到死亡，真正發願...，要一而再、精進再精進來改善對法的熱誠，殊為不簡單。

最重要的原由是對法不夠瞭解，無法看出它的吸引力。例如，在發現一塊綠松石為寶玉前，沒有人會要拿他來加工，可是一旦知道它是美玉，即會加以琢磨。我們聽聞過法是如何的珍貴，但由於我們修法不足，無法看出應該看到的，法的價值、美麗、吸引力、豐盛與富裕。因此修法的渴望與熱誠，就弱了些。

此外，雪上加霜的是，數世累積的業債、煩惱又從旁侵襲。一方面，不瞭解修持佛法的價值；另一方面又受到過去業債的侵逼，兩者交相攻擊。此乃'damcho taru chinpar jingyi lob'之意。加持我，賜予我加持力，使我頑強、堅毅，無論發生任何事，我絕不放棄，賜予我如是加持力。

我們在獻曼達時，應如是祈求，而皈依時更該如是祈求。例如：皈依佛、皈依法、皈依僧，我會堅持、我不會退轉等等。發菩提心時，更應如此。我們最大的問題只因沒有好夢，即喪失對法的熱誠。無論我們修持多久，只因未曾有好夢、或身體無任何好的覺受、或感官的愉

悅等等因素，使我們喪失對法的熱誠。真是有這樣的事發生。

我們必須銘記在心，我們曾受過菩薩戒。寂天菩薩曾說：身為菩薩，對眾生即有責任。我們都知道，基本上我們修行，不是為了自己的解脫；理論上也許我瞭解，但事實上常常忘了這回事。譬如我修法，我不為自己而修；你也不是為你而修，而是為了所有眾生。你是否開悟，誰理你？為何我們要在乎？我們應有如是的態度。

走在修行道上，我們有機會和各種怪異的、邋邋的、醜陋的、令人惱怒的人相處（多數的我們甚至因未作好夢早已棄離佛法而去，不會遭逢此機會）。想像一下，我們一一的面對他們。誠如寂天菩薩所說，你必須發時間和精力在這些人身上。我的意思是，你理應使這些人解脫。因此毅力和堅強是非常重要的。

蔣貢康楚仁波切多麼不可思議，簡單數語即能詮釋無量涵義。Kyoshey tingney kyewar jingyi lob. '加持我，使我具有衷心的傷悲'（genuine heart of sadness）。卻傑創巴仁波切會這麼翻譯。具幾分傷悲是有必要的。與你們各別會談時，多數人會提到對自己的生活不滿意。（不曉得你們是否注意到）多數時後我不會刻意要解決這些問題，修行人，不滿意此生，就某方面而言是件好事。此生，稱為世俗生活的，是不可取的不是嗎？我們應常有'我們在作什麼'的意識。為何要起床、吃早餐、上班、賺錢、也許打十五分鐘的盹、然後回去工作、再上床睡覺，第二天也是如此。五天後，稱為週末的日子來臨，如未去海邊、野餐，就去佛法中心。我們為何要作這些事呢？這類的傷感是我們應有的。它不是疑難問題。這有點像吃飯或喝湯時所用的盤子，盤子有翹起的邊緣，使湯或飯不致於溢出。衷心的傷悲類似翹起的邊緣，不能棄捨。有了它，心就會趨近佛法，尤其是修持佛法、追隨上師等等。所以任持它，因而願我自內心深處，常持衷心的傷悲。

但這不是說在佛道上，我們要採取逃避方式。你不能，你不可以！你要過活、付帳單，即使是佛法中心，在現代也有帳單要付。有時我會為西方社會，沒有佛法文化，而對這一代，你們這些傢伙感到難過。現今西藏和不丹還保有這些文化。在不丹，修行者所需的僅是一個手鼓、一隻鈴和一個大腿骨作成的號。只要搖著鈴到村裡繞一圈，就會有人供養吃的。然而這種傳統也在消失中。同時我們貪婪的心也不允許我們過那種有一餐沒一餐，不舒適的乞討生活。因此衷心不意謂必需拋棄一切。但具足衷心的傷悲，我認為非常重要。

接下來是 longmey lona tungwar jingyi lob, '加持我使我不浪費時間、縮短計劃'。這樣的翻譯難以打動人心，longmey 藏文意思是當你非常忙碌時，時間會不夠用。因為沒有時間，所以只作短程規劃。例

如，當你只有兩天可活時，你根本不必作計劃。為什麼要呢？na 是尾狀物或鼻翼，這裡指的是尾部。我們常會有'明天我要去雪梨，明年再修法，五年後我會蓋個閉關小屋'等諸如此類的未竟事。尾巴實在有夠長。看看我們，當然包括我在內，我們目前都在坡上正往下走。我認為多數的我們都已登頂，作計劃時都應比以往更為短程。我們應該想還有三十年可活，可是多數人作計劃時，好像還可以活一千年似的。我們應該只擬定短期計劃，有如我們將於幾天內逝去，日子不多了。

下一句是 chiwa nyingney drenpar jingyi lob '加持我，使我銘記死亡。'我們多不會自心深處思考死亡。我們認為死亡是在一段期間過後才來臨；譬如說十天後。這還算好。當我在不丹閉關時曾禪修死亡，它確實有幫助。我是否提過，當我在 Paro 時，我決定十四天內只作死亡禪修，我的作法是數分鐘內我一定會死亡。我看著我的錶，如果是在九點十分，我會想：九點十一分時，我還能瞧見我的手嗎！即使這樣進展也不大，我們還應向上師、本尊、勇父及空行祈求，使我們能從心深處憶念死亡，而不是嘴裏說說而已。

Lleyla yichey keyewar jingyi lob。又是很重要的一句話，'加持我，使我堅信業力法則。'這個主題我們已討論過很多次，對於因果業力，我們並未完全信服，這就是為什麼我們常會有意識、無意識的作出非必要的善行。這也是為何我們不熱衷獻曼達，那是因為我們對所謂的業力不是真正相信。

Lamla barchey meypar jingyi lob。"加持我，使我的修行道無障難。'由於我們的習性、自身的不安全感、著重八種世俗法的舒適和愉悅，我們的修行道滿布荊棘。身心脆弱，所以受干擾時，錯在我，卻責怪對方。寂天菩薩曾說：有人以杖鞭你，應責備的是自己的身體太羸弱。各位知道，我們有太多的障難，由其是現閉關時。即使目前這個關不算大關，但也足夠成為一個閉關模式。它已足夠認真、有意義。處於閉關中，障難常會成熟現起。因此往後的十二天，我們應小心翼翼，因為每項事件都在突顯、成就，都是你的障難。即使像隔鄰同參放屁的小事，都會令你惱怒十二天。所以不要演變成那樣。

還有 Drnbla tsondru nupar jingyi lob。'加持我，使我能精進修持'"Kyenngen lamdu longwar jingyi lob '加持我，能轉困境為道。'再舉隔壁同參放屁為例，或是某人打膈，或是小小的一件事，如筆掉落地等荒謬理由；也或許是不好的消息，如接到父親死亡的電報。佛法修行者應有能力轉此為道，或接受其為一種挑戰。挑戰是個不錯的字眼。這個能力，是我們應該追尋的，是我們應從蓮師處獲取的。

再來是 Nyenpo rangtsuk tubpar jingyi lob。'加持我，使我能屹立不搖的採用對治法。' 不！不！這樣翻不太好，'加持我，使我從上師處獲得的慈悲、忍辱、淨觀、虔誠心、咒語、手印、禪定、三摩地等等這些應屬防禦系統的對治法。...加持我，上師，當時機來臨時，這些攻擊或防禦系統或對治法門都能發揮作用。例如當有人激怒你時，你失控了，沒有悲心、沒有愛心、不能容忍別人、甚而忘了忍耐。這是因為對治法沒有運作失效了。因此這是我們所要求的。加持我，使其發揮功效，使其有能力，平時算了，但在緊要關頭，請使它具足力量，不要讓它平擺、失效、四處散落。請助它一臂之力。

Chomin mogu kyewar jingyi lob。'加持我，使我能具純正虔誠心。' 目前我們只有創造的、捏造的虔誠心。這我們以前已談過。下一句 neyluk rangzhai jalwar jingyi lob。'加持我，使我能面見本性。' 目前我們的心在此，所有的境界在彼，心到彼時，我們也只能說彼，無法內省。因此加持我，使我能面見心的本來狀態。

'加持我，使我的本覺能自心甦醒'。Rang-rig nying-u seypar jingyi lob。加持我，使本來狀態、本覺或俱生智在心中覺醒。康楚仁波切曾說智慧不是出於外，而是發於內。Trulnang zhitsa chopar jingyi lob。'加持我，使迷網的經驗連根鏟除。' 我們所見所作的每件事都是迷網的經驗。還記得我說過的帕楚仁波切的故事嗎？（他問他的學生紐修浪託）"你看到星星嗎？你聽到狗吠嗎？" 當下這位學生的終生經驗崩潰了，他跳脫了這一生，這個經驗。這是各位所需的。

最後 Tsechik sangye drubpar jingyi lob。'加持我，使我能於一生中成佛' 加持我，使我能於此生中開悟' 這是各位所應該祈求的。



### 蓮師七句祈請文 (主講：南開寧波仁波切 翻譯：張惠娟居士)

聽法之前首先要生起菩提心。心中要想為了利益等虛空的如母眾生，自己要迅速證得佛陀的果位；因為這個緣故來聽聞甚深的教法，聽聞之後，還要如法修行。像這樣的動機不只在聽聞佛法前生起，平常不做任何行持，即使只頂禮一次，也都要具有這樣的動機。因為菩提心是獲得佛陀果位最主要的因，所以要是具有菩提心，那麼我們所行的善，雖然很小，也能夠給予我們廣大無邊的利益。

蓮師七句祈請文的由來：

蓮花生大士為三世諸佛之總集，其祈請文有很多，當中最為殊勝的就是蓮師的七句祈請文。過去在印度那瀾陀大學，曾有 500 位各個通達因明及聲明的外道導師來到那瀾陀大學和佛教的班智達們辯論，那時佛教的班智達們沒有辦法回答外道們的問題，佛法就現出有點衰退的景象。某晚班智達們，作了相同的夢，夢到 Shiva Cho 空行母對他們說：「我的兄長叫做多傑托千宙，他住在印度蒙巴尖的尸陀林，如果你們不去迎請他來，佛教就會慢慢的衰退。」夢境中班智達們回答：「因為路途遙遠又不好走，我們根本沒有辦法迎請他來。」爾時空行母回答：「其實並不難，只要你們在大殿的頂上擺上豐盛的供品，並且以七句祈請文來祈請，那麼他就會來到。」，於是那瀾陀的 500 位班智達就依空行母的授記，擺上豐盛的供品，並且一致地唸頌七句祈請文來向蓮師祈請，當他們祈請時，剎那間蓮師就來到了那瀾陀學院，並和五百位外道辯論，蓮師以教理引經據典破斥他們，除了辯贏外道外，蓮師並以神通力降服了他們，使其歸入佛們。而使得當時印度的佛教更為興盛。

七句祈請文是空行母們用來迎請蓮師參加薈供輪的祈請文。在伏藏中提到，蓮師在法身境中現報身的因緣，也是因為空中自然顯現出七句祈請文，而現出報身。還有在伏藏中也說到蓮花生大士來到釋迦牟尼佛的淨土，也是因為空行母以七句祈請文迎請，所以才自阿彌陀佛心中化現蓮花生，來到人間。所以伏藏寶藏中，祖師們也都說到，只要我們具有堅定且強烈的信心，專注的以七句祈請文向蓮師祈請的話，加持就會很快的降臨在自己身上。

蓮師在西藏時，將七句祈請文傳給了 25 位弟子，之後，為了利益未來的眾生，就將七句祈請文埋藏起來，往後尋獲出的伏藏寶藏裡大都有七句祈請文。七句祈請文是蓮師親口所說、所傳的，要是我們能以堅定而強烈的信心來唸誦七句祈請文，蓮師就會像母親聽到自己孩子的哭聲般，非常不忍的立刻來到孩子的身旁一樣，來到祈請者面前。

南開寧波仁波切稍就七句祈請文的意思作以下解釋：

因為共有七句，故稱七句祈請文，開始的「啤」字就是蓮花生大士心的種子字。七句祈請文涵意是極深極廣的，所有一切教法的涵意都含攝其中；因此要完全了達七句祈請文內外密的涵意相當困難的，就連頂果法王也曾說過，他也無法完全將七句祈請文的涵意完全說出。

首先，第一句「**鄔金剎土西北隅**」，鄔金是密咒乘教法的出處，也是空行母所在之地。鄔金這個地方的西北方有個叫 Dama 個謝湖，湖上有很多蓮花，依吉美林巴的選法，在藏曆六月十日，從阿彌陀佛心中五股金剛杵的「唵」字，放光到達瑪爾謝湖中最大一朵蓮花上，蓮花生大士就在蓮花上化生。所以第二句「**降生蓮花胚台上**」。

後來，蓮花生大士被因渣菩提王帶動王宮，授給他太子位，但蓮花生大士並未掌管國政，他捨棄王位，離開王宮到八大寒林中修行。他的行徑都是依密咒乘來行持的，通達五大明、五小明，若想詳細了解可參閱蓮花生大士傳記。無論他的修行事業或利生事業都是非常稀奇希有的，所以在第三句講到「**希有得證妙成就**」。蓮師所行是甚為稀奇罕有的，而這稀有得證的人是呢？他就是為世間人所熟知，獲得了究竟佛陀果位的蓮花生。

第四句「**無量空行眷圍繞**」。在蓮花生大士周圍圍繞的就是無量的空行眷屬，從外表上看來，好像蓮花生是主，周圍眷屬是從屬，其實在他周圍的空行眷屬就是蓮花生智慧的展現，和他是一體的，並無主從的分別。以上幾句是皈依境的觀想。

**第六、七句是為自利而向蓮師祈請的文句**，意為祈請具有不可思議功德的蓮師，請賜給我所一切的成就。

其次，祈請文還講到五圓滿。

第一句：所講的是處圓滿。鄔金」所隱含的涵意即是心的實相。而「西」代表的涵意是「輪迴」，「北」則是「清淨、涅槃」的意思，導師釋迦牟尼佛在藍毗尼降生時，一生下就向西方走七步，意思代表「斷三界輪迴」。之後朝北走七步即實證大菩提的意思。

而藏文中的「西」除有「西方」的意思之外，還有「沈沒、沈溺」的意思；而北方的「北」除有「北方」的意思外，還有「清淨」的意思。故「西北」有「將一切垢染障病清淨」的意思。隅-「西北隅」的意思是 不在西也不在北，是在西北的中間，即不住輪迴、也不住涅槃，超越了輪涅二邊。

第二句講的是時圓滿。具瑪-「蓮花」之意。蓮花出污泥而不染，故

其代「法界境」的意思蓮莖-「莖」代表的是「無二」。入中論提到境無生故分別外境的心自然不會升起，月稱論師希望大家能實證了知並通達這層的意思。

第三句所講的是法圓滿-因蓮師依密咒乘教法修行而獲得最高的成就。希有-如果以白話來講，就是「非常奇怪、非常稀奇」。整句意思是指無二的智慧、諸法的實相，卻不是能所二相的心所能證得，所能知的。如果我們透過修行就能證得本具的智慧，故接下來說「得證妙成就」。「妙成就」指的是殊勝不共的成就，而證得不共的成就就是佛果。

第四句指的是導師圓滿。蓮花生代表不共成就的佛果和「如來藏」只是名稱的不同，意思是一樣的。就如同我們常說「桑傑」。(藏文佛的名字)。「桑」是從無明睡夢中醒來的意思，傑有「花盛開」的意思，即代表證得的功德開展到圓滿，故以蓮花生來表示「佛」。

第五句指的是眷屬圓滿。無量空行-代表俱生光明所展現出來的五種智慧，名稱有五種智慧但實質只有一個。

六、七句-蓮花生大士您所指示實證之後的道路，九乘的教法，我今依您所指示的，首先聽聞，並思惟之後，依了知的意義去修行，我就能實證到智慧，實證到智慧即蓮師加持的降臨。

以上為七句祈請文簡單的涵意。

如果此生均能專注修持，死後即能進入蓮師心中。蓮師為諸佛總集的體性，在蓮師的伏藏寶藏中提到，在末法時期，蓮師慈悲加持的速度比諸佛還快，在這一世，若想身體無病痛，向蓮師祈求，就能得到救護；又如想求財求長壽、除障等，只要依止祈求，亦能得到滿願。或許有人認為求財修蓮師毋用，其實這是不對的。只要依止蓮師，亦能滿願。

蓮師曾說過：「修我修到成就時，等於成就一切佛；見我等於見到一切諸佛。總之，釋迦牟尼佛、阿彌陀佛、觀世音菩薩等及印度八大持明者和八大成就者與蓮師均無差別。故要實證，唯有上師相應法，除此外別無他法。所以在任何時刻都要專注的以七句祈請文向蓮師祈請，如此對此生和來生均可得到無邊利益，這是毋庸置疑的。」

若其它法均無法修，只要修七句祈請文就能如一味藥可以醫治所有的疾病一樣。但若只是嘴裏念念不夠的，要對蓮師具虔誠恭敬心，如此專注的祈請，定能得蓮師之加持與成就。在過去、現在都一樣，有很多上師和修行人親見到蓮師，這是最上等的。中等的是有好的覺受生起，下等者也在夢中見到蓮師，得蓮師的授記和加持。而單靠聞思是

不易得到解脫的，除了聞思外，還要有修，三者是互補的。修時定要依止一位本尊，如過去的龍樹、寂天菩薩益都有依止的本尊，像這樣專注地向蓮師祈請，蓮師心與我合一，則走在解脫道上就不會那麼艱辛困苦。對蓮師要有全然的信賴和絕對的信心，但只依信心和虔誠還是不夠，在任何時刻都要深信蓮師是不會欺騙我的。而且要有信心蓮師和自己的根本上師是無二無別的，要依此信心來修持。

因為我們現在與根本上師的關係非常親近，我們又能夠經常見到根本上師，所以他的加持很快就能進入我們的心續。過去有位甘珠仁波切的事蹟，他修持的覺受讓他來到了蓮師的淨土，當時有許多勇父空行來迎接他，帶領他四處看看並參見蓮師。那時他心想蓮師不知長成什麼樣子，待他來到宮殿中，坐在寶座上的竟是他的上師，而勇父空行介紹說，座上的上師即為蓮花生。可見蓮師與上師是無二無別的，希望各位能夠如法修持。