

四加行 - 內密部共同皈依依法:(第二個階段).

以下頁數以金剛橋第 4 冊為基礎，除了第 8 項是以第二冊為基礎.

一定要上坐修行，坐下修不計數.

1. 九節佛風 (3 右 3 左 3 左右)，身加持/1 遍.
2. 蓮師七句祈請文 (P10-12，P13-18 念藏文可觀想)，意加持/3 遍.
3. 語加持/1 遍 (P21-28，觀想).
4. 四轉心法 (P41-43)，念完 8 句偈 3 遍後，念時觀想人身難得>壽命無常>因果不虛>輪迴過患/解脫利益等等，盡量去思維。可觀想完整一些，因為出离心為成佛之因。
5. 皈依 (P46-47，可觀想) /3 遍
6. 發菩提心 (P48-49，可觀想) /3 遍
7. 內密部 共同皈依依法:(第二個階段)：念誦皈依文及觀想皈依境 (開始計數)。
 - a) 第二個階段我們要皈依的對象是三根本，包含上師本尊和空行。三根本的總集也是上師，上師是唯一可以解救我們脫離輪迴的怙主升起這樣的確信。
 - b) 觀想皈依境先從主尊開始、諸佛菩薩、本尊、空行、護法、傳承祖師，憶念三寶的功德，三根本的等等功德，上師、壇城聖眾是真實的顯現在我們當下，用這樣的心態去做祈請。
 - c) 然後祈請我們的眷屬，右手邊要觀父親為主的所有一切男眾，左邊觀想母親為主的所有一切女眾，後面是觀想所有的三善道三惡道的一切眾生，前面是我們的冤親債主，一切如母有情眾生跟我們一樣他們都顯現成人的形象，不管六道輪迴他們是顯現成什麼樣子的形象，但是這個階段都是顯現成人的樣子，將自己跟一切如母有情眾生的一切苦樂好壞病痛全部托付給上師三寶，除了他們之外沒有其它可以托付的地方，以這種虔誠的託付完全信賴的心來做皈依。

前方皈依境壇城聖眾他們放光加持攝受，一切如母有情眾生與自身都變成本尊蓮師金剛薩埵。
 - d) 然後觀想蓮師金剛薩埵、頂門、喉間、跟心間三處發出白紅藍三種光芒，白光進入右鼻孔，淨化我們右脈當中業風對明的執念，紅光進入左鼻孔，淨化對樂的執念，然後藍光進入頂門中脈淨化對無念的執念，以這種輪涅樂空無別的狀態中來念誦第二個階段的內皈依。

Ps:也可以觀想本尊八大嘿魯嘎來做淨化。

Ps:這個時候皈依還是以信心為主，這個信心就是要升起自己一定能夠成為蓮師，一定可以跟蓮師金剛薩埵一樣，得到無二無別果位的這種自信心，我們這個時候雖然還是有一種祈禱蓮師的心，更重要的是要去引發我們內在對如來藏性的這種認知，然後生起這種信心所有的眾生都有佛性，都能夠成佛的這種信念。

e)南無吽(意義:頂禮賜給我加持) 利益眾生佛法僧三寶 根傳上師本尊空行眾
三身本覺無離合尊前 恆常皈依怙主攝持我

Ps:念誦的時候觀想自身與所有的蓮師金剛薩埵一起同時念誦。

計數

f) 皈依文念誦完畢，觀想所有的蓮師金剛薩埵融入我們自身，之後前方皈依境的壇城聖眾融入到蓮師金剛薩埵，然後蓮師金剛薩埵融入到我們自身，然後我們自身由下往上消融化空……安住……直到念頭升。

8. 供曼達（P50-51，可打手印）/1 遍，遍數可以自行決定。

9. 金剛薩埵（P52-57，可觀想）/1 遍，遍數可以自行決定。

10. 迴向（P144-146）/1 遍

頂禮堪布，頂禮上師。

金剛師兄修持圓滿吉祥。

20210805

第二座或第三座或保持修持功課不斷，請依照如下順序修持。

1、蓮師七句 p.10~p.12(三遍) p.13~p.18(一遍)

2、四轉心法 p.41~p.43

3、皈依 p.46~p.47(三遍)

4、發心 p.48~p.49(三遍)

5、正行（正在修的內容）

6、回向 p.144~p.146(一遍)