

四加行 – 殊勝方便之金剛藏皈依法:(第三個階段).

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. 殊勝方便之金剛藏皈依法:(第三個階段)：念誦皈依文及觀想皈依境。
 - a) 第三個階段我們要皈依的對象是上師，三寶、三根本的總集是上師，上師是唯一可以解救我們脫離輪迴的怙主主要升起這樣的確信.
 - 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。

外皈依(第一個階段)

- d) 念誦皈依文的時候是跟一切眾生一起念誦，壇城聖眾及諸佛菩薩的眉間喉間跟心間三處，分別發出白色紅色和藍色的光普照著我們，我們一開始是有血有肉凡夫的眾生相，在諸佛菩薩的加持，以及我們自己與一切眾生虔誠的祈禱跟念誦皈依文的信心之下，慢慢不斷淨化我們的業力，淨化我們的煩惱，最後三門慢慢變得清淨.
- 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

內皈依(第二個階段)

- f) 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。
- g) 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。

- h) 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

殊勝方便之金剛藏皈依(第三個階段)

- i) 實修來說的話，耳傳筆記當中他提到觀修方式就是把前面的共通跟內密合在一起修持，就是上師的意是法身，語是報身，身是化身，三密是指身語意的三種祕密，他的智慧是無別體現的不變金剛身，所以上師即是三寶的總集，也是三根本的總集，也是三身的總集之主，一邊念誦皈依文一邊去意念上師的功德及恩德，念誦第三個階段的皈依偈，用這樣的方式去圓滿第三個階段的皈依。

- j) 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

(開始計數)

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並意念上師的功德及恩德。

- k) 皈依文念誦完畢，觀想所有的蓮師金剛薩埵融入我們自身，之後前方上師及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……直到念頭升起。

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。

堪布開示:

第三階段的皈依方式是屬於圓滿次第的皈依，屬於氣脈明點的一種皈依，前面兩個階段外內的皈依實際上它是向外的，指的是我們皈依的對境壇城，它是由內而外的一種體現，第一個階段我們自身及所有的一切眾生都是不清淨的，而我們皈依的對象是清淨的三寶，經過第二個階段的修持已經變得清淨，不管是我們自身及所有的一切有情眾生都要觀想成聖眾已經淨化，雖然沒有達到圓滿的程度，但是已經淨化了一部分，都已經是本尊眷屬聖眾這樣的一種方式，但是他都還是有內外之別，這是一個對象跟自己這樣的差別。

那麼在第三個階段和第四個階段皈依就已經是皈依自身了，這個階段皈依自身是我們的氣脈明點。當然這個部分就已經把這個皈依者跟皈依處沒有分開，合在一起來修持用這個皈依者的皈依處本身叫我們佛教的術語叫做境跟有境，用這種已經是一體兩面的方式去做皈依，脈清淨顯現為化身，氣或者叫風清淨顯現為報身，明點清淨為法身，那麼關於氣脈明點的一些觀念或者說是解釋，大家可以看金剛橋的書我的視頻或者是文章上面好像也有關於這個氣脈明點的一些解釋，因為這個部分牽扯的比較多比較複雜，那我在這邊不太特別詳細的講，我們現在主要是實修的部分的階段。

20211009

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)