

《大悲十一面观音菩萨贝摩传承修法断食斋戒仪轨》教授

第一讲

夏仲仁波切 教授

释曲尊法师 翻译

2021 年 5 月

我们正值藏历四月的萨嘎达瓦。在萨嘎达瓦的期间，我们要举办斋戒的法会。要举办斋戒的法会的话，我们就必须先熟悉斋戒的这个仪轨。以斋戒这个仪轨来讲的话，最主要就是对圣观自在，也就是观世音菩萨，以观世音菩萨为本尊，然后对他做七支供养等等。我们要以圣观自在为本尊以后，然后来做集资净障。因为我们是追随佛陀的佛教徒的关系，所以我们才会有想要这样子去修习的意乐。如果不是佛教徒的话，就不会有这样子的修习意乐。

我觉得先讲一些值得令大家思维的部分，之后再进入到自身仪轨，这个是比较好的。我们是追随佛的佛教徒，以佛来讲的话，他是不忍众生苦、以及众生的苦因，因此对众生产生悲心，希望众生可以离苦，因此首先就发了菩提心。在中间的阶段积集六度以及菩萨行等等，花了无数劫的时间来积集六度以及菩萨行等种种的资粮。在最后这个阶段，由于贤劫千佛，他们所成佛的地方就是菩提座下，所以佛陀最后也是在菩提座下成就佛果位。所以以佛来讲的话，去除所有的障碍，了知一切所知，他就是这样子的示现。那在佛的身语意事业当中，最为殊胜的就是语事业，针对无数众生的根器，来对他们讲解离苦得乐的方法，因此有了所谓的八万四千的法门。

我们众生来讲的话，都是希望要离苦得乐，离苦得乐的话就是必须透由集资净障，透由集资来讲的话，可以让我们消除我们不想要得到的苦，然后也可以让我们积集成就佛果位的资粮，就是尽自己的能力，尽己所能去积聚资粮是非常重要的。我们可以用善巧方便，就是做小小的努力，就可以积聚到大资粮的这一种方便来积聚资粮。

在经论里面就有提到，依着福田力，依着意乐力，依着加行力，以及依着殊胜日力的这些方便，可以让我们积聚到广大的资粮。其实我们只是供一个小供品，但是你所供的那个境，那个对象是上师、佛、菩萨、或者是修行人的话，以及修行

的僧人来讲的话，也是我们去积聚资粮的一个福田力。那对于我们有利益的这个田，就是我们自己的父母亲；还有一个贫苦的田，贫苦的田就是指那些受苦、贫困的这些众生。所以透由各种不同的田来做供养的话，那你即使所供的东西都是只有一点点，但是你却可以积聚到无数的资粮。

那接下来讲到依意乐力来积聚资粮。以畜生来讲的话，当你给这些畜生即使是非常小的东西，但是你的意乐是“为了众生我要成佛”的这个意乐，然后来去做布施，布施之后再去随喜自己所行的善业的话，那因为意乐殊胜的关系，你可以积聚到广大的资粮。

那第三个是讲到，透由加行力的殊胜可以让我们积聚到广大的资粮，也就是即使你所要布施的境比我们低劣，或者是他的程度跟我们一样，或者是他的程度比我们高，我们不可以对他们产生低劣的心，比我们低劣的这些众生我们不可以对他产生轻视心，跟我们相同程度的众生我们不可以产生慢心，程度比我们高的我们不可以产生比较、嫉妒之心，总而言之我们要一视同仁，即使比我们低劣的众生我们都要用尊敬的心来布施给他们。我们不论给予任何东西，总之如果是遇到好的日子，以及遇到特殊的，譬如说那些有严重灾情，旱灾水灾，或者是疫情等等这些日子，来做一些布施或者是供养的话，你所积聚的资粮会更大。

所以说当你在积聚资粮的时候刚好遇到有所谓的福田力，或者是再加上意乐力，以及加行力，跟殊胜节日，这四个殊胜集合起来的话，你所积聚的资粮更是不可思议的大。比方来讲的话，譬如说有一亩良田，那这个良田再加上好的天气或者是水肥，然后再加上你努力的去种田的话，那必定是可以长出好的果实。在这个佛菩萨的广大的佛行事业的这一个阶段，我们去行持积聚资粮，这个是非常重要的。基本上以佛的特殊日子来讲的话，有几个日子，就是佛成佛的日子，佛转法轮的日子，然后神变节，以及佛神降日，这几个日子都是属于佛的一个殊胜日。我们就是要积聚资粮，这个是很重要的，特别遇到像现在三个殊胜的日子结合起来的这个大日子，积聚资粮、净除罪障更是重要。有些人有受过菩萨戒或者是密乘戒，甚至有出家人要持戒律，平常当然我们要好好地持守戒，但是在这些殊胜的日子，我们更是要谨慎地去持守戒律。如果你没有菩萨戒或密乘戒等等戒律来讲的话，我们要受的这个斋戒仪轨里面，他要受大乘八关斋戒，这个是要持守一日的戒律，透由这个一日戒律的持守，我们可以净除我们对众生所造下的恶业，也可以积聚广大的资粮。

所以我们在思维佛陀的恩德以及节日的殊胜之下，我们就以观世音菩萨为本尊，然后来集资净障。大悲观世音菩萨来讲的话，他是悲心所化之色，悲心来讲的话又是三世诸佛的不共因。在其他经论的开头，在做礼赞文的时候，都是对菩萨以及佛做礼赞文，但是在《入中论》里面，他是对大悲心做礼赞文，那由此可知这个大悲的重要。因此在《入中论》的偈颂里面有提到“悲性于佛广大果，初犹种子长如水，常时受用若成熟，故我先赞大悲心”。这个也就是提到，大悲心初重要就好像种子一样，中重要如同水肥，后重要如同成熟果。所以我们想要从轮回当中获得解脱的话，我们必须依止悲心的本尊，也就是观世音菩萨，我们一定要依止他祈求救护。

我们在这个浊世有很多方法可以跟观世音菩萨祈求，透由这样的祈求，我们可以获得观世音菩萨事业的摄受以及加持。这样的事业上的摄受以及加持来讲的话，我们可以透由吉祥女比丘尼她所做的这个斋戒仪轨来祈求加持。这个吉祥女比丘尼她所做的这个斋戒仪轨，是她自己本人所做的对观世音菩萨做祈求的一个仪轨。

为了要让我们对这个法产生欢喜心，所以首先我们会跟大家介绍一下这个吉祥女比丘尼她的传记，还有这个法的殊胜。第二个，我们会跟大家介绍仪轨里面要怎样去缘念。第三个，会跟大家介绍如何去做祈求。

在贤劫千佛之中，释迦牟尼佛他发愿调伏难调伏刚强的众生，所以说这些难调伏刚强的众生在佛陀的教导之下也都成就了佛果位。当然我们不论依止哪一个本尊都是殊胜的，但是我们如果依止悲心的本尊来修习悲心的话，悲心就会更容易生起。

首先我们就先介绍一下吉祥女比丘尼的传记。吉祥女比丘尼是印度一个国王的公主。她有一个哥哥叫因陀罗菩提王。在八岁的时候，这个公主长得非常好看，身材也非常好，变得非常有名，所以有很多其他的国家就想要来提亲。所以说不论是印度也好，或是中国也好，以及其他国家都想要来提亲。很多国的国王都来提亲，父王就说，“这样子的话，我首先要问一下公主她的意愿”。之后这个公主就回答她的父王，就说“我对这个世间的轮回我已经产生了厌离心，因此父母亲以及哥哥你们请给我一个修行的机会”。基本上那时候以女性之身来修行的话是非常困难的，但是在公主极力的祈求要求之下，所以说父王也答应了公主的要求。那时候公主就带了一个仆人，叫斯珍女。然后（公主）就到了吉祥尊者上师的座前来学习佛法。到了十二岁的时候这个期间，她跟这个上师都是没有分开的，然后努力在修学

佛法。她的证量不仅是跟上师一样，甚至高过于她的上师。那时候她受了出家戒，以后她的名字就改为吉祥女比丘尼。当这个吉祥女比丘尼到了十五岁的时候，吉祥尊者上师就对这个比丘尼讲说，“你现在很年轻，我是男众，我们持续这样子在一起的话，会引得别人的讥嫌，因为别人会讲话，为了避讥嫌的关系，所以说你就住到一个离我远一点有一个茅草屋的那个地方，去那边修行”。因此这个公主带着斯珍女这个仆人，她们就到所谓的箭木园的这个地方。那以箭木园来讲的话，当时就是学习佛法的一个地方，她就想说来到这里，跟着这里的上师学。但是在箭木园里的上师，他已经圆寂了。因为箭木园住持的这个师父已经圆寂的关系，所以她并没有机会闻得这个住持的说法。所以虽然如此，但是因为吉祥女比丘尼她那时候修行的很好，也有非常大的名声，因此她到这个箭木园的时候，箭木园里的比丘就祈请这个吉祥女比丘尼呆在箭木园，当他们的堪布。这时候吉祥女比丘尼她说，“我只是一个女性，一个女众的话我没有办法承担起这样子的一个责任，这么大的寺院”。但是由于对方这些比丘一直要求，在他们强烈的要求之下，这个吉祥女比丘尼就答应下来了，在箭木园做堪布、做住持。在箭木园当堪布、做住持的期间，为他们建立了一些规矩，然后戒律。

为了要让吉祥女比丘尼更好修行的关系，所以她身上就产生了一种病。什么病呢？就是她脚的那个大拇指有一个麻风病的一个小伤口，因为这个小伤口最后就蔓延到整个全身，整个身体都有这个麻风病的这些伤口。她的仆人斯珍女看到吉祥女比丘尼得到这种病，她也觉得很痛苦，所以她更是对这个吉祥女比丘尼更严谨的去服侍她，去帮忙她，但是也没有什么作用，没有办法帮助到她。

那之后的三个月，三个月以后，这个吉祥女比丘尼，她的脚趾头全部都断掉了，五个月以后，她的那个手趾头也都全部都断了，她在吃喝东西的时候就好像蛇一样，就好像蛇趴着的那种姿势来进食。因为病情已经这么严重，严重到她在进食的时候就像畜生一样趴着进食，所以这时候她的仆人斯珍女最后没有办法，就在吉祥女比丘尼的周围围了一块布，不要让别人看到。虽然她这样子做了，但是还是会有那些麻疯病而产生的臭味产生出来。因为这样子的关系，所以导致之前对吉祥女比丘尼有信心的人，信心都退失掉了。最后那个地方也待不下去了，所以仆人斯珍女就背着这个吉祥女比丘尼来到一个山洞。到了那个山洞的时候，她们就遇到这个吉祥女比丘尼以前国家的那些商人，他们就问了一下父母那边的状况。这个商人就回答了说，父王跟母亲都已经往生了，他的哥哥也往生了，还有他的上师也都圆寂了。她们听到这样子的消息，内心非常的忧苦。由于吉祥女比丘尼内心非常的忧苦伤心，所以她也做了强烈的祈求，强烈到导致这个箭木园寺院里面画在墙壁上的

这些佛像，他们的脸都朝向这个吉祥女比丘尼的那个方向。这时候那个比较年长的箭木园的比丘，就请求吉祥女比丘尼再回去住，但是最后也没有成功，为什么？因为这个计划，被那些比较年轻的僧人否决掉。

这时候吉祥女比丘尼她就想说“我如果持续在这里呆的话，我的病情会感染给其他人，其他人也会受到痛苦，因此我要到一个比较没有人的地方去”。所以她就决定去一个无人之处，当她要出发的时候，刚好遇到太阳升起，她觉得这是正法兴盛的一个象征。在去那个无人处的路上，遇到了一些虎啊豹啊什么的。这些可怕的虎豹，即使遇到吉祥女比丘尼也好像孩子看到母亲一样，对吉祥女比丘尼非常的温驯、尊敬。她的仆人斯珍女，为了吉祥女比丘尼要闭关的关系，因此准备了一间闭关房，在闭关房的四面墙，弄了四个像窗户一样的洞。造了闭关房以后，仆人斯珍女就跟吉祥女比丘尼说，“我要回我的家乡一年五个月，一年五个月之后，我再来看你”。当这个斯珍女离开之后，吉祥女比丘尼，她就是口诵六字大明咒，然后心观修空性，这样子持续二十一天的情况之下，二十一天之后，在她面前出现了一个大概十六岁大小的童子。这个童子她右手持就是水晶的念珠，左手持一朵莲花，来到这个吉祥女比丘尼的面前，她跟这个比丘尼说，“如果你想要获得共的悉地、或者是殊胜悉地的话，那你就必须到另外一个地方，去祈求圣观自在的一个加持，去那边修行”。这个童子这样子讲了以后，即使吉祥女比丘尼她身体的状况非常的不好，她还是努力的像蛇在爬行一样，一直爬到这个叫尼卡拉辛培的这一个地方。爬到这个地方以后，她就开始好好的修行。有一天她在梦当中，就梦到她的哥哥，也就是刚刚讲的因陀罗菩提王，他拿了可以去除十八种麻风病的这一个甘露，来帮她沐浴身体。之后有五部的空行母，把她带到圣观自在的寺院里面去。

五部空行母就把吉祥女比丘尼带到观世音菩萨那个寺院去。在寺院里，吉祥女比丘尼就开始做强烈的、至诚的祈求。在这个祈求的过程当中，寺院当中的香灯师就出来讲话了。寺院当中的香灯师出来了以后就非常的生气，眼睛瞪着吉祥女比丘尼，然后拿着一根棍子打她，从头打到脚，要把她赶走，就说乞丐女，要把她赶走。他说，“因为你来这里的的关系，导致寺院充满了乌烟瘴气，非常臭，人家都没有办法好好的待下来”，所以就要把她赶走。“因为你把这些乌烟瘴气带来的关系，导致我们这个地区如果产生不平静，有任何灾害产生的话，你可要负责任！”这个香灯师就对比丘尼讲，后来就把比丘尼丢到寺院的后面。虽然香灯师把比丘尼丢到寺院的后面，但是比丘尼对香灯师依然是具有强烈的悲心，并没有生气，也对香灯师产生悲心。不仅如此，比丘尼对观世音菩萨的信心依然是没有改变的。之后我们在仪轨文里面会看到一段文字，也就是“稽首圣观自在”等等的文。这个文就

是对观世音菩萨作礼赞，这个文在仪轨里面我们需要做礼拜的时候所要念诵的一段文。在吉祥女比丘尼对于观世音菩萨非常强烈的修习，也修习了观世音菩萨的法门。

在七个月之后，观世音菩萨的寺院的门就朝向吉祥女比丘尼。所以这间寺院被称为前后交换的寺院。本来吉祥女比丘尼被丢在后面，但是因为比丘尼强烈修习的关系，寺院的门就突然转换了，转换成朝着吉祥女比丘尼，面对着吉祥女比丘尼。在藏历十五号的时候，她就亲见了大悲观世音菩萨。大悲观世音菩萨给她了许多教诫、以及赐予她灌顶。最后这个吉祥女比丘尼为了众生，为了利益有情的关系，所以她也修习多次的斋戒。

之后，她的仆人斯珍女就非常想念吉祥女比丘尼。因此她算算日子，时间也该到了，所以说一年五个月之后，斯珍女就回来看吉祥女比丘尼。因为两个人已经长久时间不见的关系，所以他们非常欢喜地拥抱在一起，而且欢喜高兴到两个人都晕过去。两个人都醒过来了以后，斯珍女就问比丘尼说，“您平常是怎么样生活下去的呢？吃了什么药呢”？吉祥女比丘尼就回答说，“我是依着圣观自在而生活的，我的药就是六字大明咒”。最后吉祥女比丘尼和斯珍女为了宣扬佛法的关系，再次回到之前他们去过的箭木园，希望度化这些信心退失、以及产生邪见的众生。到了箭木园，吉祥女比丘尼就说，“我之前之所以会有麻风病，是为了众生而病。所以说在这之间，如果你们有违背誓言的人的话，你们今天就要好好的来忏悔”。她就飞到虚空当中，这时候他就把他的头砍下来，挂在锡杖上，不仅如此，还一边跳舞，展现各式神通。然后她就讲了一句话，说“我如果有所违犯戒律的话，我的头就不会再黏到这具身体上了；那如果我的戒律是清净的话，我的头就会再次黏回身体上面”。她讲了这个谛实语之后，这个头又再次黏回到身上了。所以退失信心、产生邪见的人，他们信心又恢复了。以上就是吉祥女比丘尼简略的一个传记。

接下来我们讲一些传承祖师的这些传记，也就是修行这个法门的这些祖师的传记。其中有一个叫圣智班智达，这个圣智班智达他也是得了非常严重的病，所以他就想到说他要迎请他的上师，也就是月童班智达来帮忙他。这个月童班智达他就打算出发去他弟子圣智班智达那个地方，但是这时候空行母就对这个月童班智达说，“你去的话没办法利益到他们，倒不如你去迎请吉祥女比丘尼，她更能够利益到你那个弟子”。这个吉祥女比丘尼就对他们传授灌顶，做了种种教诫，然后圣智班智达他也修了七次的斋戒。最后圣智班智达以及月童班智达他们也透由修习，最后获得了殊胜的悉地果位。

还有一个传承祖师叫白究尼瓦巴瓦，这个传承祖师来讲的话，他平常就是修习悲心的那个法门，修习悲心。但是在这个修习的期间他就想说，“我是不是要去找一个比这个更殊胜的一个教授来修习”。因此他就去找了这个圣智班智达跟月童班智达。这两位班智达跟他说，“你现在修行的就是最殊胜的教授了，没有比这个更殊胜的”。之后这两位班智达又再传授于他这个关于悲心的法类，就是悲心的成就法。所以像类似这样子的公案有很多，就是这些传承祖师透由修习斋戒，然后获得不同果位的这样子的公案很多。

我们修这个斋戒这个仪轨有什么好处呢？在这个斋戒的当中我们会禁食，透过这个禁食的功德可以消除我们身体的障碍。这当中我们会禁语，透过禁语的话可以消除我们口所造的这些恶业。在这期间我们会持续念诵六字大明咒的关系，我们会消除内心所产生的种种分别妄念，因为这样的关系所以会净除我们的罪障。我们有很多会投生到地狱、恶鬼、畜生的这些恶业，所以我们如果在修习的时候，前行、正行、结行都能够好好的、如理的去修持的话，对于净除这些恶业是有非常大的帮助的。在修习这个仪轨的时候如果没有信心的话，虽然说没有办法得到很大的利益，但是还是有一点点利益的。所以如果在修习这个仪轨的时候，你没有产生信心反而产生疑心的话，你以一颗疑心来修行这些仪轨的话，你没有办法造下一个清净佛果的因，但是你还是可以造下成就佛果的因，但是那个因就变得比较长远。透由这个疑心来修行这个斋戒的仪轨的话，你没有办法造下成就佛果的一个清因或者是说净因，但是可以造下成就佛果的一个长因，长远的长。所以说即使你对观世音菩萨没有信心，但是你只要念诵他的名号以及持他的咒语的话，也是会得到不共的利益。在寂天菩萨的《入行论》里面有提到，怙主观自在为了要让这些众生都能够脱离轮回的悲心，所以他也加持了他自己的名号。

我们今天就先到这里，之后我们再继续开始自生仪轨的部分。如果两堂课讲不完，我们就讲三堂课，没有关系。请大家合掌我们回向：

文殊师利勇猛智，普贤慧行亦复然。

我今回向诸善根，随彼一切常修学。

三世诸佛所称叹，如是最胜诸大愿。

我今回向诸善根，为得普贤殊胜行。

胜菩提心极珍贵，诸未生者令生起，

令已发者不衰退，辗转增上恒增长。

乃至有虚空，以及众生住，
愿吾住世间，尽除众生苦。

于此雪岭所绕国土中，一切利益安乐之生处。
丹增嘉措观自在菩萨，愿其常住直至生死尽。
惟愿世世不离真上师，惟愿随时享有胜正法，
并于地道功德圆满后，迅速证得金刚持果位。

（此文稿为同学整理，未经上师校对，仅供参考。若有错字缺失，请以录音为准）