

藏传佛教经典译丛



莲花生 著
祁正贤 译

藏传佛教宁玛派

度亡经

【全译本】

青海民族出版社

藏传佛教经典译丛

藏传佛教宁玛派

度亡经
【全译本】

莲花生 著
祁正贤 译

青海民族出版社

图书在版编目(CIP)数据

藏传佛教宁玛派一度亡经/祁正贤译. —西宁:
青海民族出版社, 2012. 12
(藏传佛教经典译丛)
ISBN 978-7-5420-1896-0

I. ①藏… II. ①祁… III. ①宁玛派-佛经 IV.
①B946.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第000089号

策 划: 索 洛

责任编辑: 完玛多杰

封面设计: 星 亮

责任印制: 尤 秋 花

藏传佛教经典译丛

藏传佛教宁玛派——度亡经(全译本)

莲花生 著 祁正贤 译

出 版 : 青海民族出版社(西宁市同仁路10号)
发 行 : 邮政编码: 810001 电话: (0971)6138933
发行部: (0971)6123221

经 销: 新华书店
印 刷: 青海西宁印刷厂
开 本: 720mm × 1000mm 1/16
印 张: 15
字 数: 170 千
版 次: 2012年12月第1版
印 次: 2012年12月第1次印刷
印 数: 1—3 000

书 号: ISBN 978-7-5420-1896-0
定 价: 30.00 元

版权所有 翻印必究

(书中如有缺页、错页及倒装请与印刷厂联系)



译者自序

驾驭生死，企盼生命永久是人类孜孜以求的梦想。莲花生大师所著《奥妙喜怒佛慧自度密法大成》以其深厚的佛教文化底蕴和极具神秘意味的独特视角，为我们展示了生命延续时所呈现的种种奇异景象。通过对这一密法的感知和观修，可以深切领悟载负我们智慧的生命与我们引以自豪的智慧，是一样的神奇，一样的不可思议。尽管书中许多篇目都是用来教诲那些在我们看来已经死去的人的偈言，但对活在今天的人看来，依然有着许多值得思考的东西。

1

人生真正获得教诲的机会不多，而有幸聆听这深奥的、几乎是动人心弦的、甚至在静谧中透出几丝悲伤的生命教诲，则将是终生难得的一次机缘。我们庆幸自己有缘得遇于这样一次没有导师讲解的教诲。惟因如此，才使我们在阅读和翻译的过程中，真正把自己的心融入那神秘的境界，与五部佛尊共交流，与空行神众齐奔走；惟因如此，我们才能在彻夜不寐的灯下，在绞尽脑汁的思索中，仿佛看到了那“光明”绚丽的色彩。以此为契机，也最终使得奥义与勤奋交合的“明点”凝成案头这一行行、一页页跳动的文字。所以，我也特别珍惜与佛菩萨交汇灵感与智慧的这



一难得机缘。

读者在阅读这部译本的过程中，如果因为译文的艰涩、语义的深奥，以及很多难以理解的术语而影响你对整个密法的敬信，那只能怪译者本人水平拙劣，切不可对密法产生偏见和怀疑。其实，似我等平庸之辈，在没有取得上师指导的情况下，进行这样一部鸿篇巨制的翻译，真有些担心和后怕。担心的是不能很好地表达经文的原义而给读者造成新的困惑，后怕的是因本书含有极其深奥密法，按照藏传佛教规制，绝不应擅自向大众宣扬，违规解译很可能给自己带来不必要的罪愆。但译者窃以为传承各民族的优秀文化是我们这代人应有的责任，那么本人即使受到佛家怪责，也是心甘情愿的。

2 阅读这部密法，从某种意义说也是一种经历和审视生命的过程。由此，我们得知，佛教的生命观同样有着很大的积极意义，它告诉我们死亡其实并不可怕，勇敢地面对死亡也是追求幸福生活的一种方式。其中许许多多的启示，使我们更多地明白获得人身是如此的不易，珍惜生命，把握好自己的一天，从生活的幸福和痛苦中，了知自己所肩负的社会责任。为了求得人生最美好的归宿，活着就要做一个善良的人，做一个有益于社会和他人的人。只有这样，我们的人生才最有意义。所以，在我们读这本书时，更重要的应当是从死亡的结局感悟到生命实践的价值。

本密法由藏文原版全篇翻译成汉文，这在历史上还从未有过。因此，在既无上师讲授又无其他资料可参考的情况下，毫无遗漏地把藏文直接翻译成汉文，这无疑有着极其特殊的意义。徐进夫先生早年曾将此密法部分章节从英文翻译成汉文，并就此做了大量的注解。这的确为我们的翻译提供了极大的帮助，尤其是



他那通俗秀丽的译风使我获益匪浅。我在有些章节中曾试图模仿和运用同样的译法，但限于才能，还是未能达到那样一种境界。惟此，在惭愧之余，对徐进夫及其他学者的无量功德表示我最诚挚的敬意。

世间万事，绝无完美，拙笔薄技，不免差错万千。本译文定有纰漏和谬误，恳请方家智者，慧眼剔瑕，惟以宽仁为怀。

言之愈多，犹如无言，仅此絮语为序。

祁正贤

2012年8月于西宁寓所



目 录

向三身上师请求自度祈祷文	(1)
法性中阴闻教得度篇	(4)
欢喜部中阴显现篇	(11)
忿怒部中阴显现篇	(24)
向诸佛菩萨呼援祈祷文	(36)
中阴六相要诀	(38)
世间中阴闻说得度篇	(41)
祈愿中阴险道救度文	(63)
名义蕴体自度篇	(67)
救危中阴祈愿文	(105)



依照法行习气自度篇	(108)
罪障自净百敬偈	(149)
向喜怒诸尊法界忏悔自度篇	(171)
意识裸观自度篇	(187)
明示死亡征兆自度篇	(195)
赎命自度篇	(206)
明示世间中阴善恶本原教海篇	(213)
明示世间中阴善恶本原教海补遗篇	(223)
译后记	(232)



向三身^①上师请求自度^②祈祷文

在那清净遍布法界宫中，
住有无生^③离戏^④法身上师。
无比尊敬的上师啊！
我愿衷心向你祈祷——
请以法身福力赐与我心性本净的加持吧！
愿我无须断除愚痴而能得度，
愿我本有慧智任运^⑤而生。

1

在那明净智慧大乐^⑥宫中，
住有无灭大乐的报身上师。

① 诸佛如来所具有的法身、报身和化身：(1) 法身，为证显实相真如之理体，无二无别，常住湛然，称为法身。(2) 报身，酬报因行功德而显现相好庄严之身。(3) 化身也称应身，顺应所化众生之机性而显现之身。

② 自度：脱离轮回，获得解脱。

③ 无生，即非生，意即自然恒常。

④ 生灭常断等偏执之说称为戏论，离戏即离弃此等偏执说法。

⑤ 无需造作而任其自然。

⑥ 获得俱生佛慧即为大乐。



无比尊敬的上师啊！
我愿衷心向你祈祷——
请以报身福力赐与我任运成就的加持吧！
愿我无须断除贪欲而能得度，
愿本觉慧智大乐自生。

在那无垢洁净莲花宫中，
住有现相不定化身上师。
无比尊敬的上师啊！
我愿衷心向你祈祷——
请以化身福力赐与我自度的加持吧！
愿我无须断除嗔怒而能得度，
愿我自心慧智自证自明。

在真正光明自证宫中，
住有普遍大乐三身上师。
无比尊敬的上师啊！
我愿衷心向你祈祷——
请以三身福力赐与我大乐的加持吧！
愿我无须断除执著而能得度，
愿我慧智自然三身天成。

不知自心无边^①即是法身，

① 无偏执、无常断见，心际广阔。



却因愚昧漂泊于轮回，
深陷苦海可怜众生，
祈愿你们获得法身。

不知自证大乐即是报身，
却因贪欲堕落于轮回，
邪欲缠身可怜众生，
祈愿你们获得报身。

不知自心直觉即是化身，
却因嗔心徘徊于轮回，
充满邪思可怜众生，
祈愿你们获得化身。

不知自心无异于三身，
却被执著烦恼蒙蔽，
未能成佛可怜众生，
祈愿你们获得三身。

此祈祷文藏文本乃莲花生大师所造并伏藏，由成就者噶玛林巴从冈布
旦山掘出。



法性中阴闻教^①得度篇

法身尊者无量光，
报身莲花喜怒天，
化身怙主莲花生，
皈敬三身上师尊。

4

作为中级修行者中阴解度之法，其内容包括加行^②、实务、结束三大部分。

一、加行期的救度主要是对导引次第的体验。在此阶段，资质极聪慧者经过引导必定得度，若不得解度，可在临终中阴时体验或观想往生颇哇^③自度法。中级修行者依此必定得度，若不得解度，必须在法性中阴时依本法教诲再精心修习。首先，修行者按《亡兆明镜》（《死亡征兆自度篇》）辨别死亡征兆。若必死征兆具备，可要求他观想往生自度，以此促其往生，此时无须再诵本法。除非如此，则必须在亡尸近前清晰明了地解读此《闻教得

① 听闻教诲，提醒记忆。

② 前言或前提之意，按时间段可理解为准备阶段。

③ 藏语译音，有往生、转趋之义。



度》。若无亡尸，也可端坐于亡人临终时的床铺或座位上，以真挚的语气召回亡灵，诵读《闻教得度》供其倾听。此时应提醒其亲属万万不得发出悲泣啼哭之声。若亡人在场，可在其外呼吸断绝之时，由亲朋或上师附耳诵读《闻教得度》。

具体诵读时，须给予三宝以大供养，或供奉任一观想本尊，给予无量幻想供养。尔后唱诵《向诸佛菩萨呼援祈祷文》三到七遍。再嘱咐《救危中阴祈愿文》、《祈愿中阴险道救度文》和《中阴六相要诀》。之后，须诵读《闻教得度》三至七遍。核心内容有三点：在临终中阴认证光明，在法性中阴认证大祈祷法，在世间中阴明示关闭转生胎门之法。

在临终中阴认证光明，就是针对那些虽有较好悟力却未能认证正道，或是虽得认证却因习性功力显得较小的人，以及从未经受导示的普通人而进行的。所以，只有认证了根本光明，便可超越中阴而一直向上最终获得无生永恒的法身。

5

导引者由曾经教授过当事人的根本上师担当则最佳。如果没有，可由其戒律严谨的道友或同一教派学友进行。若以上两者都没有，可由识字的人对着亡人清晰准确地诵读一遍即可。这样，亡人定能想起上师平时的教诲，从而认证根本光明而获得救度。

导示时间可选在亡人停止呼吸，气息进入慧识中脉，无垢识中光明尽现，而气息并未散离左右脉时进行。若气息由此返回，必定向左右二脉散去，终将使中阴之光出现。这一时间长短可掌握在亡人内呼吸尚存、气绝不到一顿饭工夫之内。

导示方式上，若在临近气绝时能运用往生法当然最好，若不能就须这样导示：

“哦，某某善男子，你现已临近选择道路的关头。在你即将



气绝之时，上师曾经教导过的第一中阴之光明妙义，将随着呼吸的终结显现为诸法如虚空般空荡荡明空无际的一种赤裸觉识。此时，请认清自己并铭记在心吧！我将随之给你帮助导引。”

如此，在亡人外呼吸未断绝之前，可附耳叮咛数遍使其铭记心中。在外呼吸即将断绝之时，可让其身体右侧着地成狮子卧姿。若脉搏未停，应及时按压二睡脉。此时，气息从中脉返回定到达梵凶穴^①。若要导示，必须在此时进行，把这一段时间便称为“第一中阴法性光明”。这是在众生心中产生真正惟一法身意识的时机，即在外呼吸已断绝，内呼吸未断绝之间，或者说是在身体气息尚未进入中脉之际。

对此，普通人往往会以为是处于昏厥状态。这种现象持续的时间长短不定，以其体质的好坏和脉气的次第而定。有一定修习体验、禅定稳固且气脉良好者可保持较长时间。那么，必须在死者七窍未流出黄水之前进行导示，向他清晰明确地重复叮咛。那些生前罪恶深重且气脉不良者，其留住时间必定短暂抑或在一瞬间之间，有的也不过一顿饭工夫。按大多数显宗的说法，这种临终昏迷可维持近三天半时间。所以，应在其身气留住的三天半内竭力导示其认证光明。

6

导示方法是：如果可能，临终之人可自己提前导示自身。若不能，或由上师、或由学生、或由道友留在临终者近前，依次向亡人提醒“土渗入水”^②等死亡征兆。而后在其耳旁轻声呼唤使其发心^③，如果是兄弟朋友或其他人可直呼其名作如下叮嘱：

① 头顶凶门部位。

② 土、水、火、风、空五大消亡过程。

③ 发心愿，发菩提心。



“哦，善男子，你行将死亡，请如此发愿吧：‘现在我已到临终时刻，我愿藉助死亡以慈悲菩提心为怀，为天空般广大的众生而求得圆满佛果。尤其甘愿为众生而证得死亡光明法身，以此求得至高无上的大手印成就而利益众生。即便不能获得如此大的道果，只要能确认中阴，也愿在中阴道上修得双运大手印身以所向披靡之势为天空般广大的众生谋取幸福’。请不要背离这些意愿，不要忘记将你曾经熟知的这些叮咛付诸于体验吧！”

如此在亡人耳边细说清楚，使其集中精力加以体会。待其外呼吸断绝，紧紧按压二睡脉，又可如此导示叮嘱：

“善男子，你现在已显现根本光明，请认证它并付之于体验吧！”

对于其他人可这样导示：

“哦，某某善男子，悉心听真！你现已显现清净法性光明，请认证它吧！你现在的清净心识已不再有物质、体貌和肤色等性质，这种空荡荡的感觉就是最美好的普贤法性啊。你本觉性空，而这种空性在本觉中清晰明了而全方位地得以显现，那便是完美的普贤佛。本觉性不成实^①而为性空，本觉又能清晰明了一切而为识明，所以，无分别地兼有空明二性的本觉便是佛的法身。只因空明无别的本觉存住于巨大光体之中，所以，那也是我们日思夜想的恒光佛啊。就那样认证吧！本觉自己认证自己，这便是佛的旨意”。

这样，以准确的字句和清晰的口齿念诵三至七遍之后，亡人在第一刹那就可按上师教诲般想起；第二刹那便可认证本觉如赤

^① 意为不成实有或不成立，或者说是不真实存在。



裸裸光明；第三刹那便由本觉产生不可聚分的法身而终得解脱。

若使其认证第一光明，又不能认定而怀疑时，第二光明将随后产生。第二光明产生于外呼吸断绝后一顿饭多一点工夫之内。此时，以其造业之善恶分别使左右任一脉释放身气，从身体某一窍冲出，心识变得清晰明净。这里，所谓“一顿饭工夫”，其时间长短皆以脉象之优劣、修习之有无而定。这时，魂魄虽已离体，但自己不能料定是否已真正死亡，因为亲朋好友依然可见，哭嚎之声依然可闻。所以，在亡人还没有对业力产生强烈的错觉，对阎罗的恐怖尚未到来之前，应当按圆满次第和生起次第的区别分别给予嘱咐。

对处于圆满次第者，可三呼其名，并导示上述光明之后再行嘱咐。对处于生起次第者，可顺其本尊修法概要进行嘱咐使其现知现觉：

8 “哦，善男子，请观想本尊，集思勿散，虔心以对本尊。观想一切显而无性，仿佛水中之月，万不可当成实体而修。”

若亡人为普通凡夫，须叮嘱其观想大悲观音。能如此叮嘱导示，即便没有认识中阴之人也终将有所认识。

有些人在世之时，虽然受过上师教导指引，但因所受影响浅薄，在中阴不求甚解，对此须由其上师或道友助以导示。对于那些生前虽受一定教诲影响，但因绝症造成意识错乱之人，非常需要给予这种导示。对那些生前虽熟悉一定善道，但背弃戒律、未守承诺以致逐步沦落恶趣者则更为必要。

当然，若能在第一中阴时得以认证最好。如若不能，就必须第二中阴时予以导示，只有这样才能唤醒其心智而终得救度。在第二中阴期，会产生所谓的“不净幻身”，即不知自身是否死



亡的一种清明心境。若在此时得到导示，母子^①法性相融，业力无法改变，宛若阳光驱散黑暗，业力必将被道之光明所摧毁，终将使其获得解度。第二中阴显现于意识之身上，此时心识依旧伴随在其中。此时，若能给予导示定有效果。只因对业的幻觉此时尚未出现，便有任意塑造的可能。

如此，虽不能认证根本光明，但经认证第二中阴光明也可获得解度。即便不能解度，随之也将出现第三中阴，即法性中阴。在此境界，对业的错觉就会闪现。这时诵读法性中阴导示大法至为重要，不仅会有大效力，而且会有大收益。

此时，亡人可见亲属哭嚎着撤去他的食物、脱去他的衣服、清扫他所睡的床铺，但亲人们却看不见他。能听见亲属的呼号，而亲属们却听不见他的呼唤。见此情景，他只有在无奈中悻悻离开。声光焰具足的境界在冥冥中浮现，随之又被畏惧、可怕和恐怖的气氛所笼罩。当此，应及时给予法性中阴导示。导示者可呼唤亡人姓名，以清晰明了的口齿作如下叮嘱：

“哦，善男子，集思勿散，悉心倾听！中阴境相有六种，即自性生住中阴、梦境中阴、等持禅定中阴、临终中阴、法性中阴和生死流转世间中阴。你将经历其中三种中阴：临终中阴、法性中阴和世间中阴。昨日以前你在临终中阴时，虽遇到法性光明，但仍然未能认证，以致滞留于此。现在你还将经历法性中阴和世间中阴。集思勿散，悉心铭记我对你的导示吧！”

“哦，善男子，现在死亡已经来临，你即将离开这个世界，但你绝不是此行的惟一，每一个生命都是如此。不必贪恋这个世界，不必执著这个生命，即便执著贪恋，也不可能再有生存的余

^① 这里指导示者与受导示者。