

需要全本请访问 www.ertongbook.com



分分秒秒组成的“岁月时轮”,无始无终转动不息,威力无比。它创造出五光十色的天地万物，又将它们一个个粉碎，不留痕迹。

气脉运行节奏形成“生命时轮”，从生到死，运转不息。它创造着维生元素，养育着生命,又无情地破坏生机,致使生命夭折、终止。

六支修法是绝妙的“对治轮”。掌握规律,主动控制,调整气脉，保精养神，增利除弊，超尘脱俗，成就乐空不二的自在时轮。这就是“时轮”的含义。

时轮法是反映生命规律，改变生命规律，使人们超脱生命规律的奥妙无穷之大法。时轮天文和人体的修证经验证明了它的科学性。

1994 年 7 月，持金刚法王、文殊师利贡唐仁波切在甘肃省甘南州桑科草原举行了隆重的时轮金刚大灌顶。

是时，有许多汉族及其他兄弟民族的信众参加了这一盛会。会后,他们中陆续有很多人向我询问“灌了顶以后怎么修 ?”这一问题。

根据众人的请求,我搞了一个简单的仪轨,把有关情况讲一下，主要是为参加过时轮灌顶法会的金刚学友们修习之用。

这是很不容易的,是千载难逢的机会。大家都信仰藏传佛教，是信仰密法的金刚弟子，经过受戒、灌顶,就可以给大家讲授如何修的问题。

如果没有灌顶，密法是不能修的，没有权力修,也没有权力讲。已经灌过顶就可以修了,修了以后就有法脉，有传承了。

大家希望得到真正的佛法，希望知道真正的藏密,所以大家去灌了顶。这是我们藏传佛教最高级的一种灌顶,也是规模最宏大的灌顶。能得到像贡唐仓大师这样的上师的灌顶，也是非常难得的，大家应该感到荣幸。



第一节
藏传佛教的特点

藏传佛教主要以修密法为主，是显密相结合的。严格地说藏传佛教是三乘佛法的理论和修持有机地结合在一起的最完整的佛教形式。不能把藏传佛教简单地理解为单一的密法。

它的教义原则是“外修声闻戒”、“内修菩萨行”、“密修金刚禅”。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

一、外修声闻戒

就是要把戒律修好，就像小乘上座部的戒行，佛的四众弟子(在家的、出家的)各有各的戒律。

二、内修菩萨行

大乘菩萨行指的就是大乘教里的菩提心，即利众的思想,一切都是为了众生的幸福、为了度脱苦难中的众生。菩提心是以六度为主的菩萨行。

六度为：

1. 舍 就是人人讲奉献精神,舍己救人；

2. 戒：就是绝不损人利己，任何事首先要为众生的利益着想，这就是戒律的标准；

3. 忍：能忍受各种艰难困苦，忍受来自众生的对自己的各种难以忍受的事情；

4. 精进：是一切事情成功的根源，不论是对待世间法还是佛法都要有锲而不舍的精神，要有坚定的意志，要有奋斗精神，否则什么事也干不成；

5. 禅：就是思想高度集中，修炼破除散乱之心，能够自由自在地驱使自己的心识，“定能生慧”,只有把‘定’修好,才能产生真智慧；

6. 慧：一个是般若智慧(即彼岸智慧),一个是世间智慧。世间智慧就是为众生服务的各种学文化知识,般若智慧不是这种世间智慧,是见空

智慧。

这里最根本的就是大慈大悲心。用现代语言来说,就是要有爱心、同情心、仁慈心、善心。

这是佛教的灵魂，佛教的根本和基础。没有这个不行，因而首先要修菩萨行。

三、密修金刚禅

就是在上面两种修行的基础上，再修金刚禅。金刚禅就是密法。金刚禅是无上密中的生成次第和圆满次第。

简单地说藏传佛教是以小乘上座部的戒行、大乘显宗的慈悲菩萨行和金刚密乘的禅定修证妙法相结合的快速成佛的方便法门。这就是完整的藏传佛教的定义。

小乘的戒行和大乘显宗的慈悲善行是密法修持的基础,是密法的性质、目的、方向的决定因素，也是密法修持获得成功的必需条件。

正如宗喀巴大师的师父、金刚手佛的化身罗扎大成就师所说的那样：

若无慈悲和正见，
只念烈性咒语，
死后会变成邪恶精灵。

有这样一个故事：哲蚌寺有一个格西，他的学

问很高,作为一个僧人,他是一个大善知识。他的佛法水平也已相当高，但德行很差。

他修大威德的层次也已经很高了，由于德行不好，不但没有超脱，死后反而变成了一个驴头鬼。

每年冬天拉萨的三大寺院都要进行四十天左右的辩经法会，晚上天很黑，驴头鬼也头顶袈裟，混入辩经法会，若谁辩经输了，他就把谁捏死。

为此,后来有一条规定,晚上参加辩经会,头上不能披袈裟。听来非常可怕,一个修大威德的僧人由于德行差而变成了恶鬼。

这就说明,藏密的修证层次之所以高,是因它的起点高,基础高,是修法人的根器层次高。

它是把修证起点建立在普通佛法的山峰上的。要想进入密法的珍宝宫,首先必须一步步登上普通佛法的山峰。

在这个问题的观点上，藏传佛教的各教派都是一致的。现在藏密在世界上名气很大,人们普遍认为藏密很厉害,可以即身成佛,不成佛也可得大成就。

很多人向往学藏密,迷之过头,把密法变成了歪门邪道,甚至把密法变成了气功,乱传、乱修、乱念咒,不讲德行,没有显教的修行基础,没有起码的慈悲心和菩提心，藏传佛教界对此非常痛心。



第二节　佛教的根本

佛教有八万四千法，归根结底只有两条：

一是菩提心；

二是见性智慧。

佛家的根本宝就是这两宝。不论它的理论体系多么庞大，知识多么广泛，内容多么丰富，八万四千法，万变不离其宗的最根本的宗旨就是悲与智。

这是佛法最主要的两条。

菩提心就是以诚挚的爱心和忘我的慈悲心为动力的

救苦救难、普度众生的高尚行为和价值观念。这是佛法的基础。

佛法能赢得那么多信众，经几千年历久不衰，而且现在社会上仍有那么多人信仰，究其根本就是这点，就是有与众不同的慈悲心和价值观念。

在有些大师的经典中就讲：什么叫佛法？佛法就是‘善”。什么叫做‘善”？一切有利于众生的事都叫善。

凡是为自己小圈子利益的事都是恶。凡是有损于人、有害于人的事都叫恶。

修行修什么？就是修慈悲心和见性智慧。

见性智慧就是透过万事万物纷繁复杂的表面现象，看清本质，走出虚幻颠倒的人生梦境，摆脱爱、恨、虚荣枷锁的解脱智慧。

解脱什么？归根结底就是解脱爱、恨、名利、地位、虚荣。智慧也叫“解脱不二法门”。

西方科学和哲学不重视慈悲善心的开发，正是它致命的弱点。现代社会学家都已开始注意和研究这样一个问题：西方科学的发达，社会物质文明向前发展，也给世界带来了许多麻烦，就像一个两面有刃的刀子，一面是利，一面是害。

单一的物质文明向前发展了，同时也造成人类毁灭的危险。现在世界上 50% ~60% 的优秀科

学家在从事军事工业，制造战争武器，这些武器从性质上来说都是杀人的武器。

有些科学家为了个人利益、为了一个国家的利益、为了局部地区的利益，而不考虑全人类的利益，缺乏慈悲心，所以，造成了现在世界上这种充满恐怖和不安定的局势。

现在社会上为什么有这么多人要信仰佛教？许多人注意到了这一问题：只有物质的发达是不行的，人要有一种精神追求，有一种思想。社会要有精神文明，不然社会会走向邪恶。

从一个人来说，只有智慧而没有善良的心，没有良好的思想品德，这种智慧只能使他更坏，例如用现代智慧和现代技术进行犯罪。

这说明只有智慧是不行的，应开发人的慈悲心和善心。

佛教始终重视慈悲、善心和开发智慧。

有慈悲心的人掌握了科学技术，就会利益众生；无慈悲心的人掌握了科学技术，就会变成人类的灾难。

慈悲是成佛的基因——种子，也是众生脱苦得乐的根本因素。

智慧是佛菩萨的母胎。

学佛的人首先必须掌握这两条根本原则。慈

需要全本请访问 www.ertongbook.com

悲和智慧高度结合、融为一体，这才是佛教思想的特点。

慈悲和正见也是密法的根本。慈悲为“乐”，正见为“空”。这两条是密法修持的最主要的内容，也是密法所追求的最高目标——乐空智慧（即乐空境界）。

乐指的是慈悲，有慈悲才能得到“乐”。

“空”是见性智慧，悟到万物性空。这个空不是理论上的理解，而是指体验性的直觉。

无上密中佛父佛母双身合体像，就是慈悲和空慧相结合的象征。佛父代表慈悲，佛母代表智慧，悲为阳，智为阴，阴阳相合不悖，便称“金刚”。

什么叫金刚？金刚就是阴阳不分离的意思。金刚不是单一的。金刚是指阴阳事物的两个方面保持平衡。

阴阳不能分离，如果阴阳一分离，事物就毁灭了。这一法就叫金刚法。

在《密集续部》中把万物和生命现象分为25类阴阳双合现象，认为一切事物的形成、存在和毁灭都是阴阳两极的相合和对立分化的结果。

这是密法最核心的理论和认识。

人体不仅仅是指一个肉体，肉体如果没有精神就是行尸走肉。所以，作为一个人，不仅有外部

的肉体,还有人的感觉、思想、感情、意志等,只有精神和肉体结合在一起才叫‘人”。所以,精神和肉体也叫阴阳。

身体内部有好多阴阳双合现象，例如：

气和血：气为阳,血为阴。

精和血：精为阳,血为阴。

上为阳,下为阴。

表面为阳，内部为阴。

脉、气、精神、身体的各个部位都是阴阳相对的。阴阳平衡人就不得病,阴阳失调了、分离了,人就会得病或死亡。

密法修炼的成功，要靠慈悲善行的功德能源，如果能源不足或能源枯竭，密法这部高能量的机器就无法正常运行。

所以，藏传佛教有句口头禅说：

密法的高深功力要靠显法的修养，
奶渣糕点的质量要靠酥油的搅拌。

不重视戒德,不修慈悲利众善行,把密法当作纯法术，片面地追求神通，甚至把它当作愚弄群众、骗钱害人的工具,这是严重的造恶业行为。

现在是商业时代，社会上不仅有假烟、假酒，而且假佛法、假密宗、假咒、假经典都出来了,大家

要高度警惕。

打着佛家的旗号，改头换面的许多杂家功法也都出来了,乱七八糟,名目繁多,其目的是为了赚钱。在这种情况下,特别是内地,有些人一方面希望得到真正的密法，另一方面又没有真正的密法师传法，就有人钻了空子。

更重要的是大家想学密法，佛教知识又知道得很少,没有通俗的资料让大家阅读,大家缺乏鉴别能力，就容易上当受骗。

有的甚至搞得走火入魔，有的简直搞成了低级的迷信活动，这在佛法上来说是严重的造恶业行为。

即使佛法得不到广为传播，也不能让它成为造业的歪门邪道。这也是藏传佛教界共同的看法。

藏传佛教有许多很厉害的密法,像夺舍法、破瓦法，用功力能够杀死人。

夺舍法就是让自己的灵魂进入别人的肉体，把别人肉体中的精神驱除掉，自己可以直接进入他人的肉体，这就是破瓦法的延伸。

真正的破瓦法练到高级的时候，看到鸟、乌鸦、狗什么的,可以用一个意念杀死它。

所以,破瓦法现在很少有人练,也不敢传,如果坏人掌握了，就可以变成杀人武器。佛教讲慈

悲心，不愿意传这些。

《米拉日巴传》大家都看过了,开始,他为了报家仇，杀了那么多人，后来到玛尔巴大师处求法，玛尔巴大师就不给他传，他苦苦乞求，吃苦十多年，洗清了身上的罪业，才给他传了佛法。

如果没有慈悲心、德行作为基础，密法中的许多咒语、修法就会成为歪门邪道，与旁门外道、邪术没有什么两样。

如果想偷东西，需要什么时就可以摄回来，这个法怎么能传呢？如果小偷掌握了，不就很容易去造恶业了吗？这一类东西（道理）就看被什么人掌握。

所以我们再三强调每一个诚信的弟子和爱护佛法的人要用生命来维护佛法的纯洁。

凡是那些自称是“佛菩萨转世化身”的人大多是假的。藏传佛教的活佛是通过严格认定程序认定的，没有一个是自封自吹的。

“活佛”这个词,是翻译上的错误,藏语是‘朱古”,即‘化身’的意思,化身不一定是佛,从来没有“活佛’的意思。

佛、高僧、菩萨都有化身，没有登地的也有化身。哪有那么多的佛？四世以前的班禅都是弟子追认的。五世达赖喇嘛在他的自传中说：“我是一个普通人家的孩子，由于制度把我推到了这一位置，

我的智慧并不高于别人，没有任何比别人特殊的地方。”

真正的高僧大德都非常谦虚。宗喀巴大师处处以谦虚的态度宣传佛法，忏悔罪业。《佛理精华缘起理赞》中说“:我自恨受无知之害,对这无上功德宝藏,虽然皈依时日已久,胜德点滴也未认识。”

藏传佛教高僧大德这种崇高的道德精神和精湛的学问,诚实、谦虚、简朴和平易近人的作风,赢得了无数信众的尊敬和爱戴，也为藏传佛教赢得世界范围的信仰播下了种子。

藏传佛教中没有一个装神弄鬼的，如果有的话也会让人看不起。有的寺院明确规定：“修密法的人至死不能显神通。”

神通不是追求的主要目标，主要目标是智慧，是慈悲心。学习藏传佛教就要学那些珍贵的东西，而不是学几条咒语。学神通学呼风唤雨，搞这一套就与气功没有什么区别了，佛教就是佛教，佛教不是气功，与气功有严格的区别。同时，它也不是神神道道的现代迷信。



第三节
如何修行，修什么？

佛教的修行目标有三个：

一是追求世间幸福快乐(下士道)；

二是只求脱离烦恼，不求成佛(中士道)；

三是追求身心彻底净化，达到功德和智慧高度圆满——佛(上士道)的境界。

不求成佛、超世，只求世间幸福,不愁吃,不愁穿,能幸福过一辈子，下一世希望得到

需要全本请访问 www.ertongbook.com