

度母教法，2014年6月12日，巴西圣保罗 - 第二部分

来源：https://www.youtube.com/watch?v=y1_8v6UJmq

讲师：

[音乐]

是的，修持度母有许多不同的方式——与度母结缘、亲近她、接受加持、与度母合一、现证度母——这取决于我们修行者各自的根器。人们就是这样各自以不同方式趋近度母的。就我自己而言，我对度母的方式，可以说像是对待母亲、对待姐妹——寻求加持、祈请庇护，但同时也有时会去现证度母、证悟度母。

所以对我们大多数初学者来说，我想我们大多数人趋近度母的方式，很可能主要是为了加持和庇护——来自外在的力量。但对于那些已经接受更多教授、修行更为资深的人来说，最好记得不要只把度母当作外在的加持与庇护来源，同时也要认识到她是我们自心本具的本性。不仅仅是向度母祈祷祈求加持，而是要真正证悟度母、成为度母、成为那位保护者本身。

然后，我们也应时时记得，度母的根本不外乎是空性与明性的双运，或称不二。正因如此，我们对度母的认知也可以有所不同。目前，我们大多数人将圣度母视为一位尊贵的本尊，端坐于高高的法座或宝位之上，持有各种法器，示现不同的颜色，放射光芒，诸如此类。而到了最扩展的层次，以广大的发心与见地来看——哪怕是一面旗帜的飘动，都是度母的示现；天空的颜色、树木、山川、清风，皆是度母的身；我们所听到的一切声音，皆是度母的咒；当然，这一切都以度化一切有情众生为发心。以这种方式，我们便以最深奥的方式成就了度母。

不管怎样，像我们这样的凡夫，喜欢数字，喜欢多样，喜欢分类。于是就有了卡当尼度母，也就是绿度母，她的咒语是……好，请跟着我念咒语。

嗡……

度母有无量无数之多，但我就简单介绍其中几位。

然后是吉祥度母，可以说是非常……怎么称呼她呢——迅速的、如疾风般的度母。这位度母主要是用来保护免受外在的障碍与伤害，尤其是伤害，通常是红色的。当然，不同传承、不同典籍各有差异，所以也无法太过具体。请跟着念她的咒语——

嗡……[音乐]……库如如……

然后是寂静度母，也就是白度母，用来除灭邪灵与疾病。我想这位度母的名字有"息灭者"或"平息者"之意——平息者。请跟着念咒语——

嗡……欣欣库如如……[音乐]……库如……

然后是金色度母，大致是为了增长财富与福寿，增益事业，黄色。请念咒语——

嗡……普欣……[音乐]……库如如……

然后是胜利度母。这位度母颇为特别——就像有些度母一样，二十一度母中有几位变得非常流行，而她就是其中特别受欢迎的一位，有很多不同的形式。据说她是一切诸佛智慧的化身，是佛陀之首。我想中国历代许多皇帝曾礼拜供奉她，大概是出于对胜利与权力的祈求。她非常有力量，与胜利有关，示现多种形式，如六臂白色或黄色，在西藏和中国都极为流行……好，请念咒语……

[音乐]

然后是……这位度母，名字我不知该如何翻译，听起来像是与沟通有关，我想这位特别是与召唤相关，有时是红色的，颜色是红色——不过颜色并不重要，她有无量形色。请念咒语——

[音乐]

然后是另一位胜利度母，得胜于三界，基本上是超越三界的，她也被一些鬼魅围绕。请念咒语——

嗡……嗡……

然后下一位是摧伏者——用来防护咒术与黑魔法，有时被描绘为黑色。

嗡……维亚维亚……阿惹……瓦惹阿……[音乐]

然后是降伏仇敌与魔罗的度母，另一位度母，有时是红色。

嗡……萨……玛惹……马伦……玛惹……

然后是守护免于一切怖畏的度母，绿色。

嗡……玛……[音乐]

然后将魔众与三界纳于她力量之下的度母，又一位红色度母。

嗡……塔惹……娑婆诃……

然后是消除贫乏的度母，我想这是财富度母，黄色。

嗡……是的……这确实是财富度母。

然后是创造吉祥的度母——

嗡……曼伽朗……嗡……

然后下一位是如烈火燃烧般的度母，同样是为了降伏魔障。

嗡……伊姆……古如……等等，请再念一遍——

喻……

然后是皱眉怒目的度母，用来摄伏魔众，基本上是他们降服。

喻……威……玛……玛……[音乐]……巴夏什……

然后是又一位寂静度母，白色，这一位主要用于净化……比如净化业障之类的。

然后是从觉性中生起的度母，也是从觉性的赫中生起的——我想这是智慧度母……喻……喻……

然后是震动三界的度母，同样是为了克服障碍。

喻……[音乐]

然后是守护免于毒害的度母——

喻……纳威……欣亭……欣……古如……古如……

然后是提升一切苦难的度母，也针对噩梦——噩梦和苦难。

喻……

然后是遣除一切传染病与瘟疫的度母。

喻……威斯……

然后是圆满一切佛行事业的度母，对修法者尤为重要。

喻……萨……萨……悉地……萨……萨……

好，这就是二十一度母，二十一个咒语。你们可以认为已经接受了这二十一度母的转化加持。

现在简单说说——如果你们想修度母法，有很多不同的成就法可以选择。通常最好从皈依和发菩提心开始，然后根据不同的成就法，按照该修法的修持手册逐步进行。如果你没有特定的成就法，或者有时你只是不想依赖成就法而只是想修度母，那么我建议你观想度母，她的右手结施无畏印，就像这样。你可以观想自己在她的手掌下方，以及一切你希望得到庇护的人——你的子女、家人、朋友。然后持咒，或者做赞颂。

赞颂更像是用来记忆度母的工具，因为忆念本尊才是最关键的。为了做到这一点，我们才做赞颂、供养，诸如此类。然后有时你可以观想度母在你头顶上方，所有加持以光或甘露的形式从她那里流下，融入你。然后持咒或念赞颂。

也有时，度母融入你，你成为圣度母——无论是哪种形式你都可以选择——然后持咒或念赞颂。

至于赞颂，有很多不同版本。其中最广为人知的一个是二十一度母赞，你可以念那个；或者你们刚才

念的那个也很好。最重要的是忆念她。

我想给你们一些重要的建议：如果你想修持圣度母，不要局限自己，以为只能在特定时间修，比如早上或晚上；或者只能在特定地点修，比如在你的房间、在佛龕前；或者只能修特定时长，比如至少要修一小时或半小时。千万不要这样想。任何时间、任何地点，哪怕只有片刻，忆念度母，就把那当作正式修法，并对此感到满足。

当然，要保持持续修持——不要修了又停，几个月不修，然后再一口气修很长时间。相反，要多次短修，多次修持，但要持续不断。然后，最后做回向。

好，有任何问题吗？如果有，可以……我来问——

我能以一种互补的方式，通过修学或专注于五方佛，来获得这些度母的加持与教授吗？而不是……继续专注……继续专注于五方佛？

哦，当然，当然！是的，就像我说的，那就是绝对的度母。如果你能那样修，那是最好的。只不过，因为它太简单，我们可能反而做不到——因为我们习惯于需要颜色、形状、咒语，这些东西总会涌来。你知道，最高或最深的度母是最简单的，但简单有它自己的挑战，因为……我们就是不知道该怎么修，而且很多时候我们以为自己在修，但其实并没有，与此同时时光流逝。而持咒、修成就法，至少你是在做一些具体可见的事情。这就是为什么所有这些成就法对我们很多人来说也是必要的。但接近度母的那个究竟层次，无疑非常重要。

好，下一个问题——她说，随着她的修行进展，她感受到内在有些东西在变化，但她也感觉像是一种阶梯，往上爬了一点，或者往下深入了一点。随着修行逐渐成熟，她感觉自己有两面——一面已经在修行中有所成熟，另一面则感到自我重要感在作怪。比如她看到旁边有人对她的孩子态度粗鲁，她心想：“哈，我比那个人强。”然后她内心的另一面就来评判这一面，说：“你以为你是谁？你想成就佛道、度化众生，看看你在做什么！”然后这一面就把她打倒了，她的修行也随之减弱，她有一段时间不修了。然后那一面又说：“你要修，去修吧。”于是她回去修，感觉好像往前走了一点，又退了一点。这已经过了好几年，她觉得自己只是移动了一点点，就像前进一步、后退两步。

晶嘎说，修行者必须在信心与谦逊之间保持平衡——不是真正的“杂耍”，而是将信心与谦逊同时持有。她正在经历的，我不会为此担忧——这就是应该有的样子。当我们在道上修行，就只有这一种方式。应该有信心，知道自己所做的是好的；也应该有谦逊，认为这还不够好。当我们持续这样做，过一段时间，我们会慢慢从所有这些所谓的参照点中解脱出来，然后就不会再经历所有这些“我做对了吗”之类的挣扎了。

不是问题，你好，而是一个请求——如果按照我们的日程——他知道日程相当繁忙——您能否在斯帕多停留更长时间？

好的，还有其他问题……

我只是想知道，您能否多说一点关于本尊降临融入的事——它是如何运作的？

三昧耶萨埵，基本上就是你所观想的，某种意义上是你所构造的——为了便于沟通，我们姑且称之为“假的那个”。而智慧萨埵是真实的那个，可以这么说。所以你先做假的那个，然后用真的那个来加持它，那么假的就变成真的了——就像佛像一样。

为什么有这种信心呢？因为对初学者来说，两个都看起来是假的——你所观想的那个，以及你观想从某处降临融入你的度母，两者都感觉是假的。但真正真实的那个，是你从无始以来本来就是圣度母这一事实——这种信心与认知使它成为真实。

好，还有其他吗？

他问我们能否把这些咒语印出来，以及将来某个时候您是否可以给我们灌顶，也就是传给我们绛玛悉地……

好的，我们可以尝试做咒语——我们可以这样做。至于灌顶——如果他说的是灌顶，那可能需要一些时间来安排。但我想……我不确定，不过这里已经被转化为东旺了，所以一切都……记住——对初学者来说，是的……

对于初学者来说，培养观想信心的最好方式是什么？就算你你知道看看自己……哦，不，不，我是绿色的……不，我是红色的……是不是最好先从小细节开始，然后再扩展？

如果你想要那样做，可以的。如果你想要那个……那是方法之一。但我认为最重要的是信心。好的……

这个问题是关于一个问题——大约十年前她问过我，我一直在思考这个答案，到现在还在努力想清楚。她说在做奢摩他修行的时候，有时会感到恐惧，这种恐惧把她从禅定中拉出来，禅定就变弱了。她好几年前谈到过这个，我当时说，这就好像你挂在悬崖边上，抓着一把草。她一直在琢磨这个比喻。后来她遇到了我父亲，他也说了类似的话，说“不要抓，不要抓”。她理解为，这意味着她应该敞开心扉，去观察自己的心在呈现什么。但是当你睁开眼睛，什么都可能涌现出来——而度母有那么多不同的面向，能切断种种不同的情绪——她该如何应对这种试图保持开放、试图时刻与自己的心合而为一的努力？又该如何应对自己还没准备好面对一切所带来的后果？

我会说，她应该把技巧保持简单，就做同一件事。她唯一需要知道的是：根本没有悬崖。所以，那种想要抓住草的努力本身，制造了大量的紧张——这才是她需要记住的。技巧方面，她不应该去改变它，无论发生什么，只是对此保持觉知——这就是她的技巧，除此之外什么都不需要。这在某种意义上，就是奢摩他和毗婆舍那合为一体。

第一个问题比较简单。就像这些度母——你跟我们讲的那些，你用各种名字称呼她们——她们之间有关联吗？她们和我们一般修诵的《二十一度母赞》是同一回事吗？

是的。但就像我一再说的，有不同的版本，不同的传规。当你读到不同的版本，你会以为，哦，这是另外一件事，但其实不是另外一件事，只是以不同的形式呈现出来，名字对应着各种不同的事业与功德。是的，这也是很概括的说法，也是很概括的说法。

关于她自己的修行——有时候当她观想自己是本尊时，她说她能真实地感觉到，仿佛自己的业力全部消失了，仿佛成了本尊，生起一种证悟的感觉，感觉非常好，但她无法维持。关于您的建议——要时时刻刻忆念修行，而不仅仅是在特定时间——如果她也试着维持那种感觉，那会不会成为一种持续的修行？

不，她完全不应该去想那种感觉。就像你吐在地上的唾液，连看第二眼都不要，然后回到对本尊的忆念、正念。

作为一个初学者，您会给什么建议，让他对度母修法生起不可动摇、无可逆转的信心？

我会说，如果你真的是初学者，你应该多听闻教法——不仅仅是关于度母，其实更应该了解佛法的基本原则：四圣谛、空性、缘起、因果，这些都是非常重要的教法。这些会让你的信心坚不可摧。

我想表达我的感谢，并代表我们的学生作一份供养——在我们这些学生中，他可能是进步最慢的那一个，但承蒙您的慈悲，您一次又一次地回答他的问题，甚至通过邮件。他一直在努力跟随这些教法。八年前，在世界杯期间，他设法获得了一件国家队球衣，上面有全体球员的签名，这一次他会再次获得一件，以向您和我们所有人表达感恩与供养。

总之，这就是我委托创作的度母像——这是我的版本，二十一度母之一。这幅是依据某一特定传规，不是我自己编出来的。我觉得这一位是……怎么说来着……是驱散噩梦的那位，还是什么……那个名字，对，应该是的，我不是百分之百确定，因为这全都在你的感知之中嘛。总之，你们可以说，这就是你们正在修持的那一位。我请了宝莱坞的广告画师来画的。

我们怎样才能真正平衡——有那么多外在的挑战，轮回中总有地方要去、事情要做——我们怎样才能真正利用这一切来推动修行？

我想说，发愿大概是我们能做的最好的事。发愿去做所有这一切，发愿去利益一切众生。

好了，今天早上的开示就到这里。