



SIDDHARTHA'S
INTENT

莲师心咒持诵

宗萨钦哲仁波切

时间：2020 年 6 月 5 日

地点：印度措贝玛之直贡噶举寺

翻译：西游译文

© 悉达多本愿会版权所有

本文版权属悉达多本愿会所有。读者仅可为个人学习之目的而复制、保存。
除非取得悉达多本愿会的正式授权，不得以营利或非营利的目的，复制、印刷、
出版、翻译或制作衍生作品（例如录制有声读物）。



SIDDHARTHA'S INTENT

佛教有非常多的方法可以用来成就诸佛菩萨的智慧与事业。特别是对我们这些修持金刚乘教法的人来说，密咒乘尤其拥有大量的法门。有这么多的成就法可以用来修持上师、本尊、空行与护法，然而你我等人却喜欢、仰慕、尊敬、虔信某个称作“莲师”的人，这是由于我们累世的业力和愿力。就连仰慕莲师这件事都征示着我们前世积累过一些福德，因此我们大家都必须真正为自己感到欢喜。

各位正在进行的亿遍莲师心咒持诵是特别针对目前正在侵袭这个世界的疫疾和其他冲突。我完全相信，仅仅是想到要这么做的心念就已经为世界带来了巨大的利益。请各位要有这样的信心。

那么，应该如何观想和忆念莲师，如何向莲师祈请呢？有这么多方式是你可以做到的：

- 在念诵莲师心咒时，有时候你可以想象莲师坐在你前方的虚空中看着你。
- 在持咒时，时而观想他在你的头上。
- 有时观想他在你的喉间。尤其在饮食的时候，我们可以想象莲师端坐在自己的喉间，同时我们念咒。而且如果在进食时，带着自己是在向莲师献供饮食的信心，那是成就修持的无上方便。
- 有时观想莲师在自己的心间并持咒。
- 如果你夜晚入睡时观想莲师在自己心中，那会成为一种明光的禅修。
- 你们那些曾经受过必要灌顶的人，有时也可以在持诵时观想自己是莲师。
- 如果你观想莲师在前方虚空中或是坐在自己头上，有时也可以持咒



SIDDHARTHA'S INTENT

并观想自己正在从莲师那里接受灌顶。

- 是的，我们有一颗心！因为我们不是岩石树木，所以我们必然有一颗心。因此在念诵莲师心咒时，有时也可以这么想：我们所拥有的这颗心即是莲师。

但是无论你做什么观想，在任何情况下，无论何时何地，你能做的最佳方式是要如此作想：持诵莲师心咒不仅是为了谋求自己的微小利益，例如长寿无病或生意兴隆、发财致富。你需要令一切有情完全证悟，让他们从无明沉睡中觉醒；你是为了他们的利益而持诵莲师心咒。如果能以这种心态来念咒，利益和效用会倍增。

我在这里说的不是我自己发明的唬人话语。我们的持明祖师们曾经一遍又一遍地讲过这些话，因此我们大家都必须对这些话语充满信心。

念诵莲师心咒时，并不一定必须坐着。你可以在走动时念诵，例如在散步或走来走去的时候念咒是没有问题的。尽管有时候，如我先前所说，你当然应该在持诵的同时，一心不乱地观想莲师。

即使你不专心，或者是与人交谈，或者是在走动或坐着，你仍然可以持咒。人们可能会说“在分心时念咒是毫无意义的”，这不是真的！有持咒远远胜过完全不持咒。因此，千万不要以为在看电视或者与人交谈时念诵莲师心咒是没有功德的。

若是能尽自己最大的努力，如前所说，要生起殊胜的菩提心并专心一意地向莲师祈请，以这样的方式来持咒。