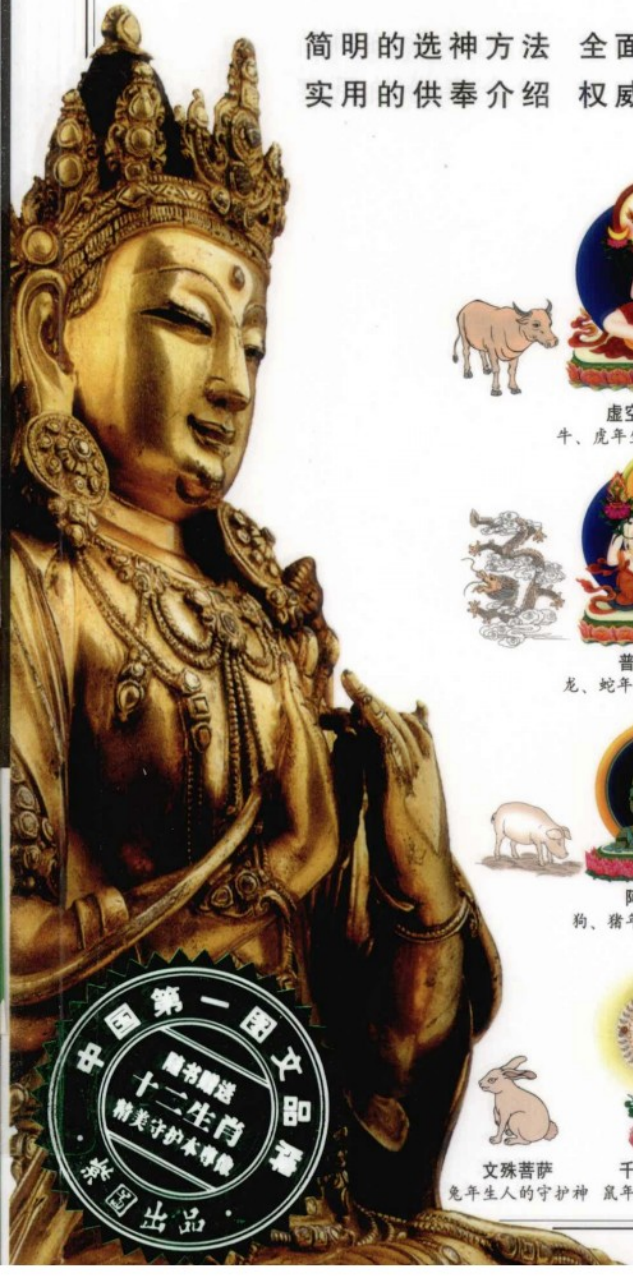
十二属相、不同性格、每种愿望 都能找到专属的守护神

守护本尊 图文大百科

简明的选神方法 全面的神明信息
实用的供奉介绍 权威的修行指导

诺布旺典／著

紫禁城出版社





虚空藏菩萨
牛、虎年生人的守护神



大日如来
羊、猴年生人的守护神



普贤菩萨
龙、蛇年生人的守护神



不动明王
鸡年生人的守护神



阿弥陀佛
狗、猪年生人的守护神



文殊菩萨
兔年生人的守护神

千手观音菩萨
鼠年生人的守护神



大势至菩萨
马年生人的守护神

中国第一图文品牌
赠书赠送
十二生肖
精美守护本尊像
紫图出品

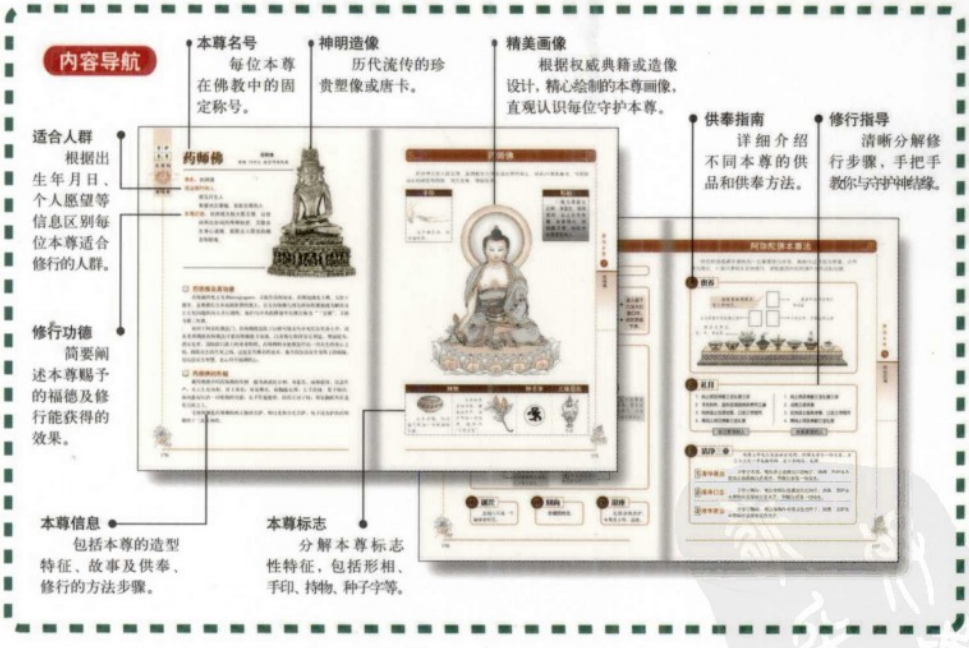
紫圖書館 0900
图文大百科 001

关于本书

升官发财、健康长寿、聪明智慧、消灾解难……佛教密宗给我们提供了一种达成这些愿望的方法，让每个人都找到守护自己一生的佛或菩萨——守护本尊，也就是俗称的“守护神”，得到他们的庇护，就能事遂心愿，一生平安。

其实，每个人的守护神可能是不一样的，只有根据你的属相、性格、主要需求等来选择适合自己的守护本尊，才能达致你的希望和梦想。而且，每一位本尊的日常供奉法均有区别，差之毫厘，即谬之千里，甚至可能出现反面的结果。本书涵盖了8种常用且便捷的本尊选择法，31位最重要的守护本尊，提供了权威、简便、实用的本尊供奉方法及修行步骤指导，是趋吉避凶，获得一生庇护的必读书籍。全书不仅具有普通百科书籍语言通俗易懂的特点，而且穿插30余幅精美的神明画像，近30幅唐卡珍品，还有300幅插图、100个图表，信息权威全面，修法一目了然，是参考、收藏、馈赠几相宜的百科读本。

- **最简明的选神方法** 只要知道自己的出生年月日与希望，就能选出专属于你的守护神。
- **最全面的神明信息** 结合精美插图直观呈现守护神的形相、事迹、功德、供奉方法、修行步骤。
- **最实用的供奉介绍** 你知道不同佛、菩萨要用不同供品、供奉方法吗？翻开本书寻找答案吧！
- **最权威的修行指导** 告诉你不同本尊对应的适合人群，修行指导更权威、更实用。



ISBN 978-7-80047-882-6
9 787800 478826 >
定价：68元
建议上架类别：人文·社科

图书在版编目（CIP）数据

守护本尊图文大百科/ 诺布旺典著.
—北京：紫禁城出版社，2009.10
ISBN 978-7-80047-882-6
Ⅰ.守… Ⅱ.诺… Ⅲ.喇嘛教—佛像—简介—西藏
Ⅳ.B946.6
中国版本图书馆CIP数据核字（2009）第185410号



项目创意/设计制作/ 紫圖圖書 ZITO®
插画/ 睿达点石插画

本书著作权、版式和装帧设计受国际版权公约和
中华人民共和国著作权法保护。
本书中所有文字、示意图等著作权为北京紫图图书有限公司所有，
未事先获得北京紫图图书有限公司书面许可，
本书的任何部分不得以图表、声像、电子、影印、缩拍、录音或其他任何手段进行复制和转载，
除非在一些重要的评论及文章中作简单的摘引。违者必究。

守护本尊图文大百科

诺布旺典/著

责任编辑/万钧
出版发行/紫禁城出版社
经销/新华书店
印刷/北京市兆成印刷有限责任公司
版次/2009年11月第1版
2009年11月第1次印刷
开本/787毫米×1092毫米　1/16　20印张
字数/310千
书号/ 978-7-80047-882-6
定价/68.00元

如有印装质量问题，请寄回印刷厂调换

寻找你自己的守护本尊

佛教密宗有一种秘密流传的修法，修行者选择一位与自己特别有缘的佛或菩萨，终其一生修证其法门，便可以得到这位佛或菩萨的庇护，去除痛苦和烦恼，事业有成，家庭和谐，一生安乐。这就是密宗本尊法，这种修法让每个人都找到一位自己的守护本尊，因此也更容易在修行上取得成就，获得利益。

藏传佛教作为密宗的主要流派之一，对本尊法的传承也十分重视。在藏地流传下来的许多精美绝伦的唐卡中，有很多是关于各种修行本尊的描绘。这里撷取几幅唐卡珍品，供读者鉴赏和参考。



释迦如来

释迦如来也就是我们平常所说的佛祖、佛陀，他是佛教的创始人。以释迦如来作为本尊进行修行，可以得到他的护佑，避开灾难，去除病痛，消解烦恼，最终成佛。

适合修行的人：

三十日生人

希望息灾、除障的人



药师佛 金汁纸画唐卡 清代 西藏

药师佛是众佛的“大医王”，他的灵药能让修行者一生安乐、增福延寿，消灾免难，治疗身心的病痛，并在死后往生他的净土。

适合修行的人：

初八日生人

希望消灾增福、延命长寿的人



观世音菩萨 布本设色唐卡 清代 西藏

观世音菩萨是最为人熟知的一位菩萨，他是佛教慈悲的象征，以大慈大悲之心，帮助人们去除痛苦，获得安乐。修行他的法门，可以获得他人的敬爱，增长智慧和记忆。

适合修行的人：

十八日生人

希望获得智慧、敬爱、消灾灭祸的人



弥勒菩萨 布本设色唐卡 清代 西藏

弥勒菩萨是弥勒佛成就佛果之前的称号，未来将继承释迦如来的佛位。他能使修行者安住于真实的快乐之中，远离一切灾祸和烦恼。

适合修行的人：

初五日生人

希望得到敬爱、快乐的人



绿度母 布本设色唐卡 清代 西藏

绿度母是一位美丽的女神，相传是由观世音菩萨的眼泪所化，藏传佛教的女性修行者大都以她为本尊进行修行。她能护佑修行者去除苦难，一生平安吉祥，富贵长寿。

适合修行的人：

女性修行者

希望延寿、消灾、得人敬爱的人



普巴金刚 布本设色唐卡 清代 西藏

普巴金刚是藏传佛教特有的一位本尊，他手中所持的金刚橛是他的标志。修持普巴金刚法，可以消除内心的恐惧，一生吉祥如意，事业有成，长寿富足。

适合修行的人：

初七日生人

希望息灾、解难的人



大圣欢喜天 布本设色唐卡 清代 西藏

大圣欢喜天是佛教的财神，他不仅能帮助修行者增长财富，还能护佑他们事业成功，夫妻和谐，寿命长远，福禄自在，求子必得。

适合修行的人：

十一日生人

希望获得财富、事业有成、夫妻和乐的人



莲花生大师 贴花唐卡 清代 西藏

莲花生大师是藏传佛教的祖师，他把密法从印度传入西藏，为佛教在西藏的传播做出了不可磨灭的贡献。藏传佛教的男性修行者多以莲花生大师作为修行的本尊。

适合修行的人：

男性修行者

希望消除灾难、延寿、去除魔难等的人

十二生肖守护本尊　鼠年生人



千手观音菩萨：鼠年生人的守护本尊

千手观音最著名的是他千手千眼的形相，这象征着他的大慈大悲之心。他能帮助属鼠之人克服挑剔和猜疑的毛病，让他们事事如意，心想事成。

十二生肖守护本尊　牛、虎年生人



虚空藏菩萨：牛、虎年生人的守护本尊

虚空藏菩萨拥有高深的智慧，慈爱的力量，救助众生于水火之中。他能帮助属牛、虎之人增长记忆力，保佑他们财源广进，家庭和乐。

十二生肖守护本尊　兔年生人



文殊菩萨：兔年生人的守护本尊

文殊菩萨的智慧、辩才在菩萨中名列第一，他能保佑属兔之人学业有成，事业顺利，婚姻和谐，并使他们不受一切烦恼的干扰。

十二生肖守护本尊　龙、蛇年生人



普贤菩萨：龙、蛇年生人的守护本尊

普贤菩萨是所有菩萨的代表，作为属龙、蛇之人的守护神，普贤菩萨能保佑他们延年益寿，一生安稳，远离各种病痛、灾祸。

十二生肖守护本尊　马年生人



大势至菩萨：马年生人的守护本尊

大势至菩萨象征着光明和智慧，能保佑属马之人一生聚财守财、顺利平安，在他的佛光照耀下，得到无上的力量。

十二生肖守护本尊　羊、猴年生人



大日如来：羊、猴年生人的守护本尊

大日如来代表最高的佛教智慧，他像太阳一样，大公无私地将各种功德施与众生。属羊、猴之人得到大日如来的庇佑，如得贵人扶持，可开启智慧，成就事业，大展宏图。

十二生肖守护本尊　鸡年生人



不动明王：鸡年生人的守护本尊

不动明王与观世音菩萨、地藏菩萨一起，是西藏最为常见的的三大主尊。属鸡之人以不动明王为本尊，便能得到他的守护，一生顺遂，平安如意。

十二生肖守护本尊　狗、猪年生人



阿弥陀佛：狗、猪年生人的守护本尊

阿弥陀佛居住在西方极乐世界中，以他的无量愿力普度众生。属狗、猪之人得到他的守护，可一生安乐，逢凶化吉，并往生极乐世界之中。

图文大百科 01

守护本尊

图文大百科

十二属相、不同性格、每种愿望
都能找到专属的守护神

紫禁城出版社

编者序

找到守护自己一生的佛

在彷徨无助的时候，你曾暗暗祈求过神佛的护佑吗？

在贫困无依的时候，你曾渴望过上苍的怜悯吗？

在烦恼迷惑的时候，你曾寻找过抚慰伤痛的方法吗？

在欲望充盈的时候，你曾咬紧牙关抵制邪念的入侵吗？

……

每个人都会遇到许多难以预料的问题，都有对人生的规划和希冀，在人生的行途中希望得到守护，有所寄托。或许你不相信神佛的存在，但佛教的许多法门确实能给人们提供一个寄托心灵的净所。在宗教意义之外，我们相信，佛教提供给我们的是一种精神上的依托，信念上的支撑。"本尊"法的现实意义也在于此。每个人都可以轻松找到与自己有缘的那尊佛、菩萨或上师等。当我们把他当做自己的榜样，走近他们的世界，感到自己被守护时，一言一行都会受到引导，便自然会增强抵御伤痛的能力，找到实现愿望的方法。

事实上，只要稍加了解，我们就会发现，"本尊"的神秘在于佛教密宗口口相传的传承方式和繁杂严格的修行规范，"本尊"的含义并不高深，而且还与每一个人都非常接近。这是因为在佛教看来，我们每一个人都能在佛教众多的诸佛、菩萨中找到与自己十分亲近的一位，这位佛或菩萨就是与我们有缘的本尊，也就是每个人自己的守护本尊。

在选好自己的本尊后，按照相应的方法进行修行，也就是密宗所说的本尊法。修行本尊法，我们就会得到这位佛或菩萨的庇护，获得他给予我们的各种功德。这些功德有些是世间的，也就是俗世的利益，是离我们比较近的，比如选择文殊菩萨作自己的本尊，他会守护我们获得智慧，选择多宝佛作为本尊，他会保佑我们获得财富。还有些功德是出世间的，这也就是佛教所追求的境界，获得证悟，成就佛身。

那么，我们该如何确定哪位佛或菩萨是自己的守护神？选择本尊的时候有什么讲究？选好本尊后，又该怎么修行？修行自己的本尊之法，又会得到哪些利益和成就？这些就是本书将要讲述的内容，本书将一步一步地让你了解自己的守护本尊，并告诉你每位本尊的修行方法。

（1）8种简单、实用的选择本尊法

本书介绍给你8种最为常见的本尊选择法，你可以根据自身条件采用适宜的方法进行本尊的选择。

如果你是一位早已入门的居士，并有自己的传承上师，那么你可以请上师为你选择修行

本尊；如果你对密法一知半解或完全没有接触过，那么你只要根据自己的出生年、月、日，找到相对应的佛、菩萨就可以了；当然，如果你在平时看到某一佛像时，心中便生出喜悦之情，便把这尊佛当做本尊，也是有理可循的。

（2）形相、功德、咒语等：了解本尊的方方面面

人的相貌、秉性各不相同一样，要真正了解一个人，得知道这个人方方面面的信息。同样地，要真正与自己的守护本尊相亲近，对其进行全方位的了解。对于修行而言，要修好他的法门，与本尊相应，搜集、明白本尊的各种信息，也是十分必要的。

关于本尊的信息有形相、手印、持物、果位、功德、咒语等，本书将以百科全书式的解读方法，将这些信息一一呈现给读者，让读者在选好自己的守护本尊后，了解他的方方面面。

（3）精简、方便的本尊修行法

正如前文所说，本尊法作为佛教密宗的独特修法之一，是口口相传的秘密传承，并有着十分繁杂的规范。如果按照严格的修法仪轨进行修行，一次修行可能就要花上一天的时间。一般修行者可能会对复杂的仪轨制度及过长的修行时间感到无法适应。因此，本书删繁就简，在第三章中总结了本尊修法的一般步骤，再介绍各位本尊的具体修法，则选择其简修法予以阐述。

（4）15幅唐卡珍品，30幅本尊画像

本尊修法出自佛教密宗，而藏密作为密宗流派之一，在藏地流传下的许多精美绝伦的唐卡艺术珍品中，有很多是对本尊的描绘。本书撷取的15幅唐卡，均为藏地流传下来的艺术珍品，有着极高的收藏价值。

另外，本书还根据佛教典籍中对于本尊形相的描述，绘制出30幅精美的本尊画像。这些唐卡和画像可以作为修行时的辅助工具，帮助你形成对本尊的直观印象，从而更好地进行修行。

（5）图表、图解等现代编辑手法

本书语言通俗易懂，版式简洁清新，并配有近300幅手绘插图，近100个图表，以时下流行的图解手法将本尊及本尊法的各个方面呈现出来。去除了艰涩难懂的词汇，配合条理清晰的解析，对相关知识进行了详细阐释，希望能使读者在阅读本书时获得轻松舒适的体验。

请你翻开本书，与我们一道找到属于自己的守护本尊，与你的庇护之神结缘，体验美好的人生吧！

2009年10月

目录

寻找你自己的守护本尊 1-8
十二生肖守护本尊 9-16
编者序：找到守护自己一生的佛 18
本书内容导航 24

第壹章 人人都有自己的守护本尊

1. 找到你终生专注修证的那尊佛：本尊 28
2. 第一种本尊选法：上师选定本尊 30
3. 第二种本尊选法：自己择定本尊 32
4. 第三种本尊选法：以属相选定本尊 34
5. 第四和第五种本尊选法：以出生月、日选择本尊 40
6. 第六种本尊选法：以修行功德选定本尊 42
7. 第七和第八种本尊选法：打卦和投花 48
8. 无量的本尊：佛、菩萨、护法等 50
9. 佛部、莲花部、金刚部、宝部和羯磨部：金胎两界本尊 54
10. 本尊的三类形相：寂静、寂忿、忿怒 58
11. 一位还是多位？选择本尊的数目 60

第贰章 了解守护本尊

1. 本尊的教派背景：密宗 64
2. 每一位本尊都有独特的仪轨：仪轨 66
3. 本尊的形相、造型：尊形 68
4. 本尊体性的代表：种子字 72
5. 诸佛菩萨的声音：真言 74
6. 本尊的形色：三昧耶形 78
7. 本尊的标帜之一：印相 80
8. 本尊的标帜之二：持物 86

第叁章 本尊法——佛我同一

1. 把本尊当做修行的榜样：本尊法 98
2. 《长阿含》的记载：本尊法源流 100
3. 修行前的准备：修本尊法的原因和条件 102
4. 修持本尊的方法：三密相应 104
5. 观想自己为本尊：生起次第 108
6. 观空性的修行：圆满次第 110
7. 本尊法步骤一：皈依 112
8. 本尊法步骤二：发菩提心 114
9. 本尊法步骤三：供养上师三宝 116
10. 本尊法步骤四：发四无量心 118
11. 本尊法步骤五：观想本尊 120

12. 本尊法步骤六：念诵真言 122
13. 本尊法步骤七：回向 124
14. 创造修行的环境：观想的空间和时间 126
15. 领悟佛性的过程：观想的方法与次第 128

第肆章 佛部本尊

1. 大日如来 132
2. 释迦如来 140
3. 阿弥陀佛 150
4. 燃灯佛 160
5. 多宝佛 164
6. 阿閦佛 166
7. 药师佛 170
8. 大通智胜佛 182
9. 日月灯明佛 184
10. 不空成就佛 186

第伍章 菩萨

1. 观世音菩萨 192
2. 千手观音菩萨 202
3. 弥勒菩萨 208
4. 文殊菩萨 214
5. 普贤菩萨 226

6. 虚空藏菩萨 232
7. 大势至菩萨 238
8. 地藏菩萨 242
9. 日光菩萨 248
10. 月光菩萨 252
11. 药王菩萨 258
12. 无尽意菩萨 260
13. 施无畏菩萨 264
14. 准提菩萨 266
15. 绿度母 272

第陆章 上师及其他

1. 不动明王 282
2. 孔雀明王 290
3. 普巴金刚 294
4. 大圣欢喜天 298
5. 龙树菩萨 302
6. 莲花生大师 306

附录

其他守护本尊 312

本书内容导航

本节主标题
本节所要探讨的主题

守护本尊大百科

第1章

第二种本尊选法

自己择定本尊

藏传密宗信徒在修炼密法时一定要选择一尊佛或菩萨作为依托，对于一般人来说，过去世并没有什么修持可言，因此只要选择与自己投契的本尊便可，这种选择完全依凭修炼者心性和投缘而定。

章序号
本书每章统一用章号标示，提契全文。

合意投缘的本尊

对于一般人来说，过去世并没有什么修持可言，所以也就不必去向上师请教，自己的前世有何修行。如果听到某一位本尊的名字，心中生起莫名的欢喜或感动；看到这位本尊的形相，心中便产生欢喜心，觉得很熟悉畅快；念诵这位本尊的咒语，心中也会产生欢喜；觉得某位本尊特别合意投缘，便可以把这位佛、菩萨等作为自己的修行本尊。

另外，如前文所述，如果是有一定基础的修行者，在所作的修行中，如果在修某位本尊之法的时候，特别能够生起欢喜心，或是特别能够相应，或环境转换比较顺缘一些，或是智慧、心态各方面都比较平和，更能有效获得利益等，都可以作为选择修行本尊的参考。对于一般人来说，选择弥勒菩萨、观音菩萨或绿度母作为修行本尊，是最为常见的。

本尊没有高低

在佛教看来，所有的佛、菩萨、护法等都是一样的，没有高低上下可分。密教体系中，每一个菩萨、明王、眷属都是如来的化现，本质上是一致的，是没有差别的，任何佛或菩萨均可成为本尊。

至于佛和菩萨的差别，简单说来，佛的地位相对来说是比较崇高的，例如释迦牟尼佛住于天国的“色究竟天”，拥有崇高的智慧和德性，难以与世俗的信徒相接近，被视为地位最高的佛，可以变化或化身为菩萨。

菩萨全称为“菩提萨埵”，意思是“觉有情”、“道众生”、“道心众生”等，菩萨的地位仅次于佛。据说释迦牟尼未成佛之前，也曾以菩萨为称号。菩萨放弃了涅槃，留在世界上帮助解脱其他众生，与世俗的信徒相对来说更为亲近。

护法的功能是保护学习密法的人，消除现世的灾难，分为世间与出世间护法两类。世间护法是六道中的有力众生，他们自己尚未脱出六道。出世间的护法则是佛陀等的化身。一些出世间的护法，如不动明王等也可以作为修行的本尊。

正文
通俗易懂的文字，让你轻松阅读。

32

图解标题

针对内文所探讨的重点图解分析，帮助读者深入领悟。

选择本尊方法之二：自己选定本尊

对于一般人来说，没有什么宿世的因缘可言，因此也就无须向上师请教，只要选择一位与自己有缘的诸佛、菩萨作为自己修行的本尊即可。



1 了解选择本尊的原则

选择与自己有缘的本尊，是本尊选择的基本原则。一般来说，有缘指的是修行者与某位本尊特别投契，修这位本尊的法特别容易获得成就。

2 判断与自己有缘的本尊

没有修行过的人	有修行基础的人
听到本尊的名字，心中生起莫名的欢喜或感动。	修行本尊之法时，特别能够生起欢喜心。
看到本尊的形相，心中产生欢喜心，觉得很熟悉畅快。	修行本尊之法时，特别能够相应，特别顺利。
念诵本尊的真言，心中会产生欢喜。	修行本尊之法时，比较不受环境转换的影响。
感觉与本尊特别合意投缘，修行特别顺利。	修行本尊之法时，智慧、心态各方面都比较平和。

3 选定本尊

插图

较难懂的抽象概念运用具象图画表示，让读者可以尽量形象直观地理解原意。

图表

将隐晦、生涩的叙述，以清楚的图表方式呈现。此方式是本书的精华所在。

第壹章

人人都有自己的守护本尊

本尊即藏传佛教所修法门之所属主尊，修行者选择某一尊佛、菩萨或护法等作为其一生中所主要供奉、学习的对象，并专修其密法。对于修行者而言，这尊专修的佛、菩萨或护法等即其修持之本尊。本章将介绍本尊的概念、选择方法以及分类等。

本章图版目录

本尊及三根本/29

选择本尊方法之一：上师选定本尊/31

选择本尊方法之二：自己选定本尊/33

选择本尊方法之三：根据属相选定本尊/36

贤劫十六尊/39

选择本尊的方法之四、五：缘月本尊和缘日本尊/41

选择本尊的方法之六：以功德选择本尊/43

六种密法/45

长寿三尊/47

选择本尊的方法之七、八：打卦和投花选择本尊/49

本尊按身份分类（一）/51

本尊按身份分类（二）/53

金刚界曼荼罗/55

胎藏界曼荼罗/56

三轮、三部和五部/57

本尊的三种形相/59

选择本尊的几条原则/61



找到你终生专注修证的那尊佛

本尊

本尊为佛教“三根本”（上师、本尊、护法）之一，是一切成就的根本。藏传佛教的修行者选择某一尊佛、菩萨或护法等作为自己一生所主要供奉、学习的对象，专修其密法，这尊佛、菩萨或护法等便是他的本尊。

一生修证的佛

“本尊”又称“自尊”，梵文为 Ishtadeva，藏文中称为 Yidam，意思是修行者终生专注修证的一位佛的化身，这尊佛的法门就是其终生不辍，永不放弃的主修法门。Yid 是“意”的意思，dam 则表示联系和誓言。Yidam 便是指修行者与诸佛菩萨的形像及身、口、意之间的联系，也可视其为修行者本身内在自有的神。

本尊的修行可帮助修行者实现菩提心，藏传佛教的修行者都会选择某一尊佛、菩萨或护法等作为自己一生所主要供奉、学习的对象，专修其密法。对于修行者来说，这尊佛、菩萨或护法就是他的本尊。

修行本尊法可以迅速集聚福报资粮，有的本尊修了以后可以增长智慧，比如说文殊菩萨；有的可以让修行者长寿健康，如长寿三尊；有的可以成就事业，比如绿度母会救苦救难，让修行之人成就事业；有的则可以消除一切痛苦、疾病、灾难和业障，如除盖障菩萨……总之，每一个本尊会有不同的诸多殊胜功德，修行这位本尊便可获得相应的功德。

三根本

所谓的三根本，指的是上师、本尊和护法。上师是加持的根本，本尊是成就的根本，护法是事业的根本。

上师是加持的根本。三根本中，上师又是本尊和护法的根本。这是因为一切密法的传授，都以上师传承为基础，上师对修行者的加持是修行密法的基本条件，本尊和护法其实也就是传承上师功德力的延伸和展开。

本尊是成就的根本。一切成就，包括普通的世俗成就或殊胜的出世成就，不经由本尊仪轨的修持，是不可能获得的。另外，虽然上师和本尊有不同的名称，被视为两大根本，但两者实际上具有相同的功德，上师也具足本尊的功德，本尊也是上师的化身。

护法是事业的根本。护法包括勇父和空行母，是专门帮助众生的，借着护法的护持，佛法的事业可顺利付诸实行。

本尊及三根本

本尊是密宗修行者终生专注修证的一位佛的化身，为三根本之一。三根本即上师、本尊和护法。其中上师为加持的根本，本尊为成就的根本，护法为事业的根本。



本尊：成就的根本

一切世间和出世间的成就均由本尊修持来获得。

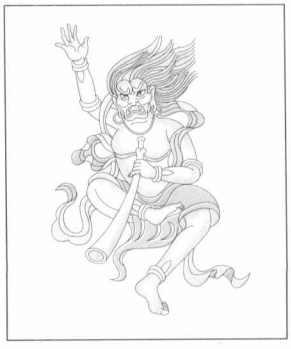


上师：加持的根本

上师对行者的加持是修行密法的基本条件。

护法：事业的根本

行者借由护法的护持，事业才能顺利实行。



第一种本尊选法

上师选定本尊

专心修学密宗的人，最主要的是选择一位与自己有缘的佛菩萨，作为根本的固定本尊。根本的本尊可以由自己选择，但大部分是请上师来决定根本的本尊。

选择有“缘”的本尊

佛教中有数不尽的神和菩萨，如何从这无量众佛之中选出自己的本尊来修行，便是修行本尊时第一个需要解决的问题。如果是有心修学密法的人，最主要的是选择一位与自己有缘的佛菩萨，作为固定的修行本尊。这关系着修行者的一生，是否能够获得成就很大程度上要看本尊的选择是否合适。

选择本尊的方法有很多，但其原则都是一样的，即选择与自己有“缘”的本尊。这里的“缘”指的是在无量众佛中，对这尊佛或菩萨的法最投契，或者是曾经修习这尊佛或菩萨之法，已经有了一定的基础。修行有“缘”的本尊，才能比较迅速地与本尊相应，而获得成就。

上师选定本尊

一个具有功德的上师，可以了解修行者宿世的因缘，知道修行者与哪一位本尊有缘，从而可直接为其判断修哪一位本尊之法最好。上师以各种方法观察修行者到底是与哪位本尊有缘。如看他的前生所修的本尊是哪一尊，便选择其作为今生的修行本尊。这样做的原因在于，有过往世的因缘作基础，修行者如果继续修行同一位本尊会较快获得成就。当然，这只是对那些宿世因缘的修行者而言。

上师还会根据弟子们的愿望或个性为其选择修行本尊。例如性情易怒、过于急躁的人，便可以选择畏怖相的文殊师利菩萨作为修行本尊，其形相为长着牛头和许多手臂，站在腐尸之上，在火海中跳舞的忿怒相。借由形相畏怖的忿怒本尊的威慑力，来帮助修行者控制急躁的性格。再比如，一个容易动情或沉迷女色的人，便可以选择一尊女形和慈祥的神，如白度母或绿度母作为修行本尊。在某一时期内，对本尊的性别、形相的崇拜对修行是有益的，这可以帮助修行者解脱以自我为中心的情欲，尽快地从业之轮回中解脱出来。

选择本尊方法之一：上师选定本尊

大部分的密宗修行者是请上师来决定自己所要修行的本尊，上师根据修行者的宿世因缘或其个人的心性来为其选择本尊。



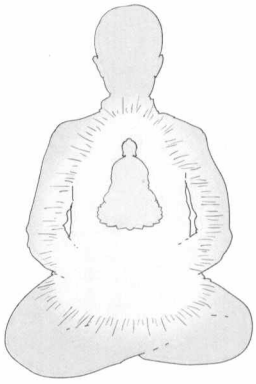
一个具有功德的上师，知道修行者与哪一位本尊有缘，从而可直接为其判断修哪一位本尊之法最好。

1 上师观察修行者



2 有宿世因缘的修行者

上师看其前生所修的本尊，将其作为今生所修本尊。



2 一般的修行者

上师根据弟子们的愿望或个性为其选择修行本尊。

3 选定本尊

第二种本尊选法

自己择定本尊

藏传密宗信徒在修炼密法时一定要选择一尊佛或菩萨作为依托，对于一般人来说，过去世并没有什么修持可言，因此只要选择与自己投契的本尊便可，这种选择完全依凭修炼者心性和投缘而定。

合意投缘的本尊

对于一般人来说，过去世并没有什么修持可言，所以也就不必去向上师请教，自己的前世有何修行。如果听到某一位本尊的名字，心中生起莫名的欢喜或感动；看到这位本尊的形相，心中便产生欢喜心，觉得很熟悉畅快；念诵这位本尊的咒语，心中也会产生欢喜；觉得某位本尊特别合意投缘，便可以把这位佛、菩萨等作为自己的修行本尊。

另外，如前文所述，如果是有一定基础的修行者，在所作的修行中，如果在修某位本尊之法的时候，特别能够生起欢喜心，或是特别能够相应，或环境转换比较顺缘一些，或是智慧、心态各方面都比较平和，更能有效获得利益等，都可以作为选择修行本尊的参考。对于一般人来说，选择弥勒菩萨、观音菩萨或绿度母作为修行本尊，是最为常见的。

本尊没有高低

在佛教看来，所有的佛、菩萨、护法等都是一样的，没有高低上下可分。密教体系中，每一个菩萨、明王、眷属都是如来的化现，本质上是一致的，是没有差别的，任何佛或菩萨均可成为本尊。

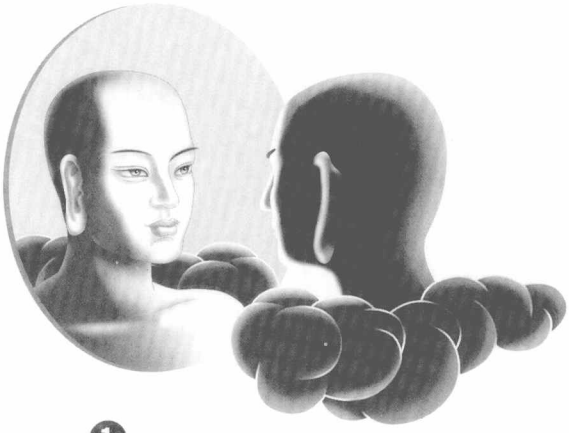
至于佛和菩萨的差别，简单说来，佛的地位相对来说是比较崇高的，例如释迦牟尼佛住于天国的“色究竟天”，拥有崇高的智慧和德性，难以与世俗的信徒相接近，被视为地位最高的佛，可以变化或化身为菩萨。

菩萨全称为“菩提萨埵”，意思是“觉有情”、“道众生”、“道心众生”等，菩萨的地位仅次于佛。据说释迦牟尼未成佛之前，也曾以菩萨为称号。菩萨放弃了涅槃，留在世界上帮助解脱其他众生，与世俗的信徒相对来说更为亲近。

护法的功能是保护学习密法的人，消除现世的灾难，分为世间与出世间护法两类。世间护法是六道中的有力众生，他们自己尚未脱出六道。出世间的护法则是佛陀等的化身。一些出世间的护法，如不动明王等也可以作为修行的本尊。

选择本尊方法之二：自己选定本尊

对于一般人来说，没有什么宿世的因缘可言，因此也就无须向上师请教，只要选择一位与自己有缘的诸佛、菩萨作为自己修行的本尊即可。



1 了解选择本尊的原则

选择与自己有缘的本尊，是本尊选择的基本原则。一般来说，有缘指的是修行者与某位本尊特别投契，修这位本尊的法特别容易获得成就。

2 判断与自己有缘的本尊

没有修行过的人

- 听到本尊的名字，心中生起莫名的欢喜或感动。
- 看到本尊的形相，心中产生欢喜心，觉得很熟悉畅快。
- 念诵本尊的真言，心中会产生欢喜。
- 感觉与本尊特别合意投缘，修行特别顺利。

有修行基础的人

- 修行本尊之法时，特别能够生起欢喜心。
- 修行本尊之法时，特别能够相应，特别顺利。
- 修行本尊之法时，比较不受环境转换的影响。
- 修行本尊之法时，智慧、心态各方面都比较平和。

3 选定本尊

第三种本尊选法

以属相选定本尊

除了前面所述的本尊选择方法，修行者还可以以出生的年、月、日来选择本尊。需要特别指出的是，以出生年月来选择本尊只是一种缘相，在实际修行中，弟子都是根据上师的传承因缘来选择自己的本尊。

《法苑珠林》中有这样的话："阎浮堤外，四方海中，有十二兽，并是菩萨化导，人道初生，当菩萨住窟，即属此兽护持、得益，故汉地十二辰依此行也……"文中提到的十二兽就是平常所说的十二属相，每一个属相都得到相应的一位菩萨的化导、护持、得益，为其守护本尊。十二属相对应的本尊如下：

鼠年生人：千手观音

鼠年生人可以选择千手千眼观世音菩萨作为修行的本尊。

"千"为无量及圆满之义，"千手"代表观世音菩萨大悲利他的无量广大，"千眼"代表观世音菩萨观察智慧的圆满无碍。佛教认为，观世音菩萨可以在世间众生遭遇苦难时，解除他们的苦痛，达成他们的愿望。观世音菩萨可以化身为33种不同的形相和身份，其中最为独特的便是千手千眼观世音。

千手千眼观世音可以"息灾"、"增益"、"敬爱"、"降伏"，鼠年生人若能修千手千眼观音本尊，可以减轻或者消除属鼠者的挑剔心和猜疑心，获得事事顺心、心想事成的功德。

牛、虎年生人：虚空藏菩萨

牛、虎年生人可以选择虚空藏菩萨作为修行的本尊。

"虚空"为广大之意，"藏"代表无限的福德智慧。虚空藏菩萨具有无量无边的福德与智慧宝藏，犹如虚空般能够满足众生一切所求，故名虚空藏菩萨。《大集经》中记载，佛陀对速辩菩萨说，虚空藏菩萨就好像一位极为富有的长者，拥有无数的宝藏和财富，他经常布施，尽量满足他人的需求，使众生都能得到利益。

虚空藏菩萨的形相有很多种。在金刚界曼荼罗内，虚空藏菩萨作为贤劫十六尊者之一，又名金刚幢、金幢，其形相为白玉色身，左手按拳，右手持上置宝珠的莲花，结跏趺坐于莲台之上。

虚空藏菩萨是济度众生的菩萨，具有赐予利和乐的力量，慈悲、智慧、愿力都非常广大，困苦众生只要到他面前，他就会施予救济。虚空藏菩萨的闻持法也非常有名，有增长记忆力的功德。牛、虎年生人如果能以虚空藏菩萨作为本尊，可获得财源广进的功德。

兔年生人：文殊菩萨

兔年生人可以选择文殊菩萨作为修行的本尊。

文殊菩萨即文殊师利菩萨，是一切菩萨中智慧、辩才第一的菩萨，为三世诸佛的老师，故又称为文殊师利法王子。他与普贤菩萨为释迦牟尼佛的左右胁侍，并与佛陀、普贤菩萨合称为“华严三圣”。在藏传佛教中，文殊菩萨还有般若金刚、吉祥金刚、大慧金刚、辩法金刚等密号。

《放钵经》中记载，佛陀曾在法会中说：“今我得佛，有三十二种相、八十种好，威神尊贵，度脱十方一切众生，皆文殊师利之恩。（文殊菩萨）本是我师，前过去无央数诸佛皆是文殊师利弟子，当来者亦是其威神恩力所致。”如同世上小孩有父母一样，文殊菩萨可以看做是佛道中的父母。

文殊菩萨有多种形相，一般的形相是：右手持金刚宝剑，斩群魔、断一切烦恼；左手执上置金刚般若经卷宝的青莲花，象征无上智慧；骑在狮背之上，象征以狮子吼来震醒沉迷的众生。

兔年生人如果修文殊师利菩萨本尊法，能获菩萨护佑，增长智慧，使学业、事业顺利，婚姻和谐，破除一切烦恼。

龙、蛇年生人：普贤菩萨

龙、蛇年生人可以选择普贤菩萨作为修行的本尊。

“普”为将愿行遍及所有地方的意思，“贤”即最妙善之义，“普贤”就是说普贤菩萨依菩提心所起之愿行，及身、口、意悉皆平等，遍一切处，纯一妙善，具备众德。藏传佛教以普贤表示菩提心，认为他与金刚手、金刚萨埵、一切义成就菩萨同体。

普贤菩萨的形相通常为左手叉腰或执金刚铃，右手执金刚杵，头戴五叶宝冠，形如满月童子，骑在一头号白象上。白象力大而稳当，是“理德”与“大行”的象征。另外，普贤菩萨有时也以二十臂的形相出现。

《法华经》中说，只要修行之人虔诚信奉，普贤菩萨便会与诸大菩萨一起出现来守护他，使他身心安稳，不受一切烦恼魔障的侵扰。《普贤延命经记》则认为普贤菩萨具有延命益寿的力量。龙、蛇年生人如果能修普贤菩萨本尊，便能获菩萨护佑，获得远离灾邪、延年益寿的功德。

马年生人：大势至菩萨

马年生人可以选择大势至菩萨作为修行的本尊。

大势至意即大精进，据《观无量寿经》记载，大势至菩萨以独特的智慧之光遍照世间众生，令众生远离三恶道，得无上力；因为他行进之时，十方世界即如地震一般，故称为大势至。大势至菩萨象征着光明、智慧，在藏传佛教中为持轮金刚。他与观世音菩萨同为西方极乐世界阿弥陀佛的胁侍，并与之合称为西方三圣。

选择本尊方法之三：根据属相选定本尊

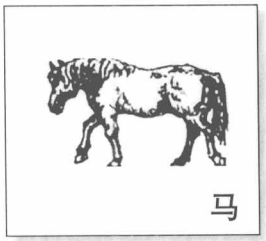
根据自己的属相选定本尊是一种比较简便的选择方法，各属相所对应的本尊及其修行功德如下：

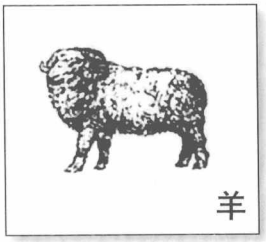
属相	鼠	牛	虎
本尊	千手观音菩萨	虚空藏菩萨	
功德	减轻或者消除属鼠者的挑剔心和猜疑心，事事顺心、心想事成。	增长记忆力、财源广进、家庭和乐。	

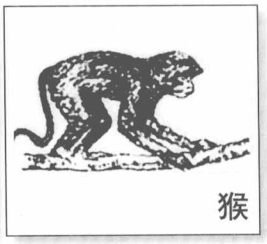
属相	兔	龙	蛇
本尊	文殊菩萨	普贤菩萨	
功德	增长智慧，使学业、事业顺利，婚姻和谐，破除一切烦恼。	获菩萨护佑，远离灾邪、延年益寿。	

关于大势至菩萨的形相，据《观无量寿经》记载，他的身量大小等同于观世音菩萨，全身光亮，呈紫金色，能照遍十方国土，使有缘众生亲眼得见。只要见其一毛孔所放的光芒，就等于见到十方无量诸佛的净妙光明，因此大势至菩萨又被称为无量光菩萨。

马年生人如果以大势至菩萨作为本尊，可消除前世业障，获得一生聚财守财、顺利平安的功德。


马


羊


猴

本尊 大势至菩萨

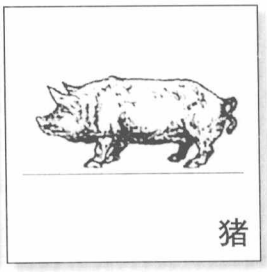
功德 消除前世业障，一生聚财守财、顺利平安。

本尊 大日如来

功德 开启智慧，成就一切事业，获得贵人相助，大展宏图。


鸡


狗


猪

本尊 不动明王

功德 远离罪业，一生顺遂，平安如意。

本尊 阿弥陀佛

功德 消除一切灾祸业苦，一生顺利、逢凶化吉。

羊、猴年生人：大日如来

羊、猴年生人可以选择大日如来作为修行的本尊。

大日如来是密宗的最高本尊、最上根本佛，梵文为 Vairochana，音译为摩诃毗卢遮那。“摩诃”意为“大”，“毗卢遮那”意为“日”，有“光明遍照”之意。“大日如来”即喻指他像世间的太阳一样，大公无私地施予众生无限的佛光加持。不论昼夜、方位、贫富、贤愚等，“遍一切处作大照明”。另外，大日如来还被视为释迦牟尼的法身，是代表绝对真理的佛身。

藏传佛教中的大日如来形相常为身白色，四面二臂，双手结禅定印，执八宝法轮，神态安详地察看四方。他身着绸缎肩帔，具足诸宝庄严，结跏趺坐于莲台之上。

羊年生人前世多造杀业，虽然性情聪敏，但多有灾难，年轻时财禄起伏不定。猴年生人颇具才干，财富聚足，但个性轻率，耐心不足。《大日经疏》记载，如来日光遍照法界，能开发众生善根。羊、猴年生人如果能以大日如来作为修行本尊，并修持大日如来之法，便可获得如来之光明开启智慧，成就一切事业，获得贵人相助，大展宏图。

鸡年生人：不动明王

鸡年生人可以选择不动明王作为修行的本尊。

不动明王为密宗五大明王之一，又称为不动尊、无动尊、无动尊菩萨，密号为常住金刚。“不动”意指慈悲心坚固，无可撼动，“明”指智慧之光明，“王”指驾驭一切现象者。不动明王与观世音菩萨及地藏菩萨为民间佛像的三大主尊，为大日如来的应化身。

不动明王的形相一般为三头六臂或一面八臂的忿怒尊，怒目圆睁，咬牙切齿；右手持剑，象征斩断烦恼恶魔；右手持索，表示自在方便，用来捆绑一切恶魔；住于三昧火焰之中。不动明王多为坐像，少有立像。

不动明王是一切众生的守护者，他的忿怒是从大悲心中生出，悲愤众生为何还未成佛。鸡年生人以不动明王为本尊修行，能得不动明王守护，远离罪业，一生顺遂，平安如意。

狗、猪年生人：阿弥陀佛

狗、猪年生人可以选择阿弥陀佛作为修行的本尊。

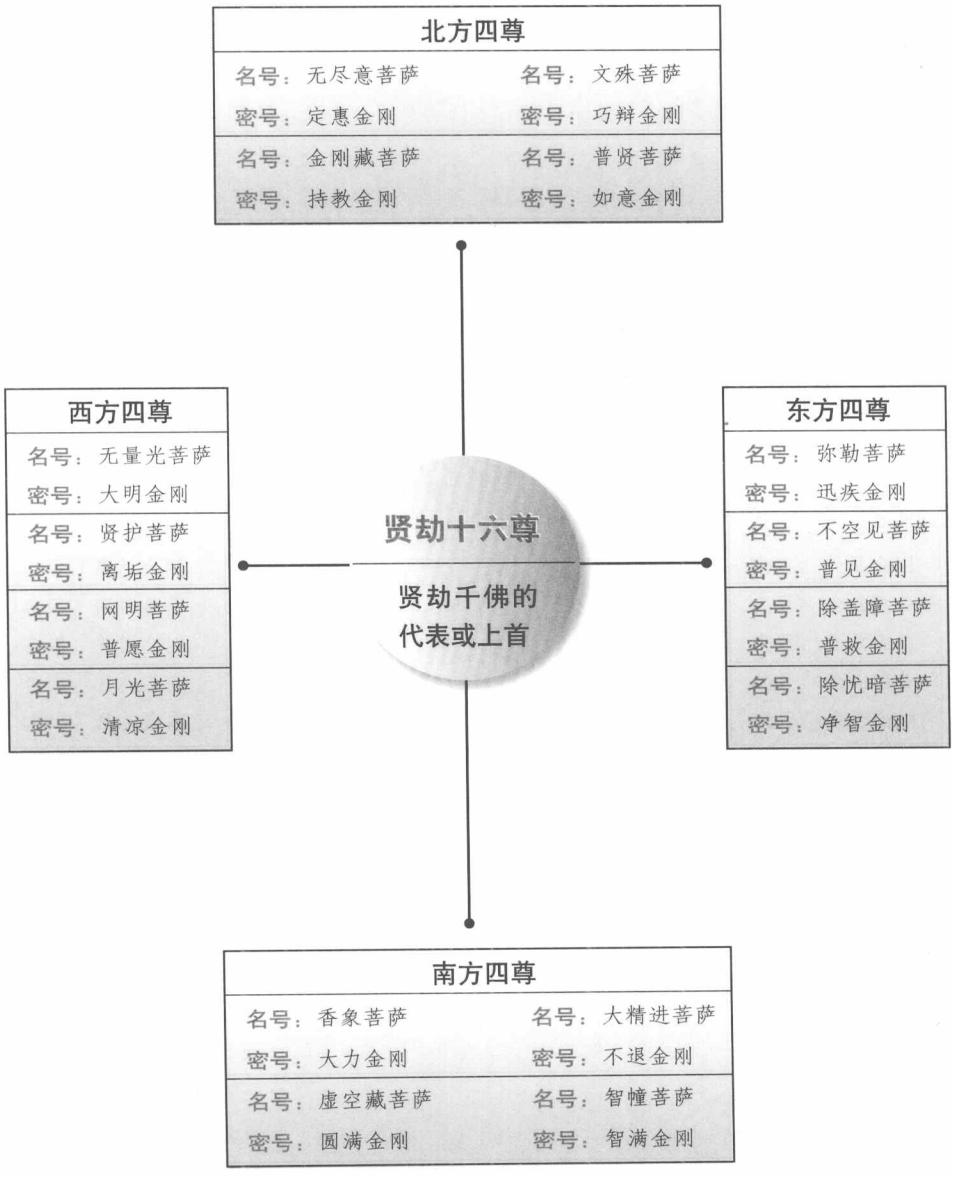
阿弥陀佛的梵语是 Amitaba，意思是无量光、无量寿，为西方极乐世界的教主。他以观世音菩萨和大势至菩萨为左右胁侍，在极乐世界中，实践其教化众生、接引有情的伟大悲愿。另外，在藏传佛教中，阿弥陀佛与白度母、尊胜佛母一起合称为长寿三尊，能增长众生的寿命及福德智慧，避免非时而死。

阿弥陀佛的形相一般为身红色，头戴宝冠，盘发成髻，着五色天衣，佩珍宝璎珞，具足一切报身佛的种种庄严，安坐于莲花月轮之上，宝座由八只孔雀抬起。

阿弥陀佛以无量愿力誓渡一切众生，不舍悲愿，以无量光明照修行者，业障重罪皆可消灭。诚心信奉阿弥陀佛的人，生前可得佛的护佑，消除一切灾祸业苦，往生后到达极乐净土，得享一切安乐。狗、猪年生人如果以阿弥陀佛作为本尊修行，可获得一生顺利、逢凶化吉的功德。

贤劫十六尊

贤劫指的是释迦如来佛等千佛出世的现在劫，与过去庄严劫、未来星宿劫并称为三大劫。贤劫十六尊即贤劫所出现的千佛中最主要的16尊菩萨。他们都是密宗的重要修行本尊。



第四和第五种本尊选法

以出生月、日选择本尊

修行者还可以根据出生的月份和出生日来选择修行的本尊，这里只将各月及各日的本尊名称列出，各位本尊将在本书后面的章节中作具体介绍。

缘月本尊

缘月本尊是按照出生的月份来选择本尊的方法，这里的月份为农历。

正月：虚空藏菩萨；二月：文殊菩萨；三月：普贤菩萨；
四月：普贤菩萨；五月：大势至菩萨；六月：大日如来；
七月：大日如来；八月：不动明王；九月：阿弥陀佛；
十月：阿弥陀佛；十一月：千手观音；十二月：虚空藏菩萨。

缘日本尊

缘日本尊是按照出生日来选择本尊的方法，也是指农历的日期。

初一：燃灯佛；初二：燃灯佛；
初三：多宝佛；初四：阿閦佛；
初五：弥勒菩萨；初六：孔雀明王；
初七：普巴金刚；初八：药师佛；
初九：大通智胜佛；初十：日月灯明佛；
十一：大圣欢喜天；十二：不空成就佛；
十三：虚空藏菩萨；十四：普贤菩萨；
十五：阿弥陀佛；十六：准提菩萨；
十七：龙树菩萨；十八：观世音菩萨；
十九：日光菩萨；二十：月光菩萨；
二十一：无尽意菩萨；二十二：施无畏菩萨；
二十三：大势至菩萨；二十四：地藏菩萨；
二十五：文殊菩萨；二十六：药王菩萨；
二十七：大日如来；二十八：大日如来；
二十九：药王菩萨；三十：释迦如来。

选择本尊的方法之四、五：缘月本尊和缘日本尊

除了以属相来选择本尊外，修行者还可以根据出生的月、日来选择本尊。

正　月

1

缘月本尊：虚空藏菩萨
缘日本尊：定光佛

缘月本尊（按农历月份计算）

正月	二月	三月	四月	五月	六月
虚空藏菩萨	文殊菩萨	普贤菩萨	普贤菩萨	大势至菩萨	大日如来
七月	八月	九月	十月	十一月	十二月
大日如来	不动明王	阿弥陀佛	阿弥陀佛	千手观音	虚空藏菩萨

缘日本尊（按农历月份计算）

		1 燃灯佛	2 燃灯佛	3 多宝佛	4 阿閦佛	5 弥勒菩萨
6 孔雀明王	7 普巴金刚	8 药师佛	9 大通智胜佛	10 日月灯明佛	11 大圣欢喜天	12 不空成就佛
13 虚空藏菩萨	14 普贤菩萨	15 阿弥陀佛	16 准提菩萨	17 龙树菩萨	18 观世音菩萨	19 日光菩萨
20 月光菩萨	21 无尽意菩萨	22 施无畏菩萨	23 大势至菩萨	24 地藏菩萨	25 文殊菩萨	26 药王菩萨
27 大日如来	28 大日如来	29 药王菩萨	30 释迦如来			

第六种本尊选法

以修行功德选定本尊

藏传佛教根据众生不同的需求，及其所能达成的世俗愿望，将密法分为息灾、增益、敬爱和调伏四种。在选择本尊时，同样也可以根据自己的需要来选择有相应功德的佛或菩萨等作为自己的本尊。

根据自身需求选择本尊

修行者可以根据自身的需要来选择要修行的本尊。如果修行者是一名医生，便可选修药师佛法，这是因为药师佛的愿力中，存在解除众生苦痛的特殊愿力，与医生的职业有相似之处，在修行时便比较能与之相应；如果修行者对于钱财有所渴求，便可以选择虚空藏菩萨或毗沙门天王作为修行本尊，专修其密法；如果修行者是一位音乐家，便可以辩才天女为修行本尊；如果想要延年益寿，便可选阿弥陀佛作为修行的本尊……

根据功德选择本尊并没有一定的规制，这里介绍的是根据密宗法门及其修行功德的分类来选择本尊的方法。

四种密法：息增怀诛

首先，先来了解一下四种密法指的是什么。密宗法门极其繁多，通常可分为三种、四种、五种、六种，其中四分法又是最为普遍的。四种法指的是息、增、怀、诛四法，又称为四种护摩。

息法即息灾法，又称为寂灾法，指的是消除外在的灾难、阻障、烦恼及罪业等的修法。修息灾法，可以去除贪、嗔、烦恼，止息国家的灾难。

增法即增益法，又称为增长法、增荣法，指的是为增益自身及他人的寿命、福德、智慧的修法。修增益法，除了可以去除贪、嗔、烦恼等，还可以增长定、慧的功德，获得外在的种种福德。

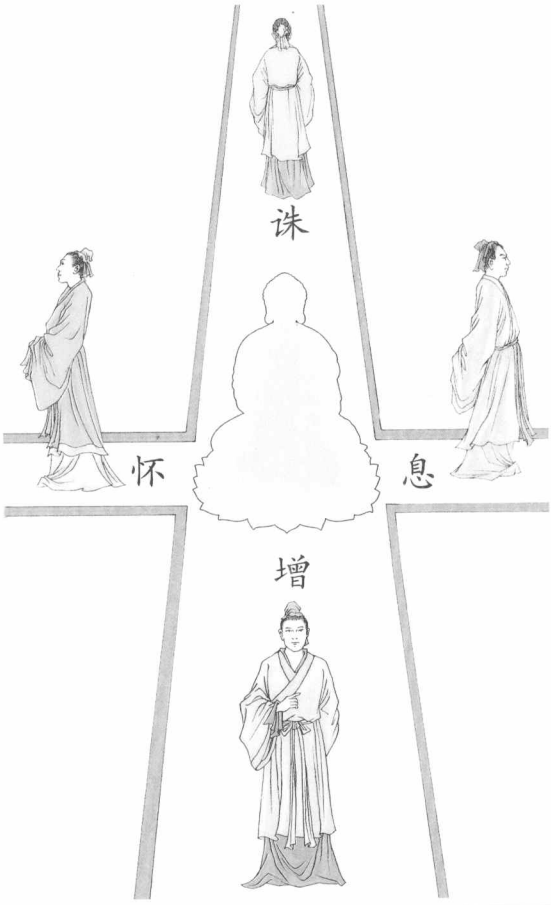
怀法即敬爱法，又称为怀爱法、庆爱法、爱敬法，指的是为自身及他人祈求获得佛、菩萨加持或者众人敬爱的修法。修行者往昔未结善缘，致使修行福德资粮难聚，佛法难弘，修敬爱法便可得人亲睦及敬爱，从而成就菩萨大行。

诛法即降伏法，又称为调伏法，指的是为调伏自身和他人一切烦恼业，及化解怨敌等的修法。修调伏法，可在诸功德善业增长的基础上，积极化解怨敌等灾难，灭除自他烦恼，渐可摧破无明、灭诸灾殃。

这四种密法并不是各自独立的，就其所生功德而言，每一法均含有其他四法的效益。息、增、怀、诛四法，有一定的连贯性，互融互摄，相即相入。

选择本尊的方法之六：以功德选择本尊

以功德选择本尊指的是修行者根据自身不同的需求以及期望修行达成的成就来选择本尊的方法。修行功德可以按四种密法划分为息灾、增益、敬爱和调伏四种。



自身的需求和愿望		相应的本尊举例
息	去除烦恼，消除灾难	释迦如来、千手观音、不动明王
增	增长智慧、财富、寿命等	宝生如来、地藏菩萨、毗沙门护法
怀	得人敬爱，增长威德	阿弥陀佛、观世音菩萨、爱染明王
诛	调伏烦恼，化解怨敌	五大明王（不动明王、降三世明王、军荼利明王、大威德明王和金刚夜叉明王）

其他分类方法

除了四分法之外，密法还可分为三种、五种和六种。三种法即指息灾法、增益法和调伏法。从增益法中分出敬爱法，即为四种法。

从四种法的敬爱法中又衍生出钩召法，即为五种法。钩召法又称为摄召法、请召法、招召法等，指的是为招徕人心所修的各种秘法。修钩召法，能招徕人心，能钩召三恶趣之有情，令生善处，就好像钩能牵引物体一样，因此得名。

六种法是在前述五种法的基础上，从增益法中衍生出延寿法，即为六种。延命法又可称为寿命增益法，指的是能灭除身体中所有害命之病，增长寿命的修法。

息灾本尊

息灾法梵文为 santika，音译为扇底迦，是止息各种灾害、苦难，灭除无始烦恼、罪业的修法，可消灭种种灾祸以及无始劫来所有烦恼罪障。息灾法又可分为四种：灭罪息灾法，如灭除四重、五逆等罪；灭苦息灾法，如灭除三途八难之苦；除难息灾法，如除七难等；悉地息灾法，如欲得上中下、世间和出世间的悉地成就。有息灾功德的本尊包括：

佛部有释迦如来佛，可除一切障难、治一切病痛，并护佑修行者成就佛道；药师如来，可消除众生的疾病之苦，免去横死等灾劫；阿閦佛，可降魔灭罪，令一切烦恼止息，使修行者无灾无障，安稳吉祥……

菩萨部有千手观音菩萨，能满足众生一切愿求，在平息灾障的修法上尤其相应；准提观音，能灭罪，转除灾害、疾病等种种灾障；不空羂索观音，能度化一切众生，防止天灾地变，拔诸病苦……

明王部有不动明王，能止息天灾，消除疾病、传染病及种种灾难；军荼利明王，能破除一切灾难、障碍，使修行者迅速聚集福德智慧；普巴金刚，能除魔息灾及消除危难……

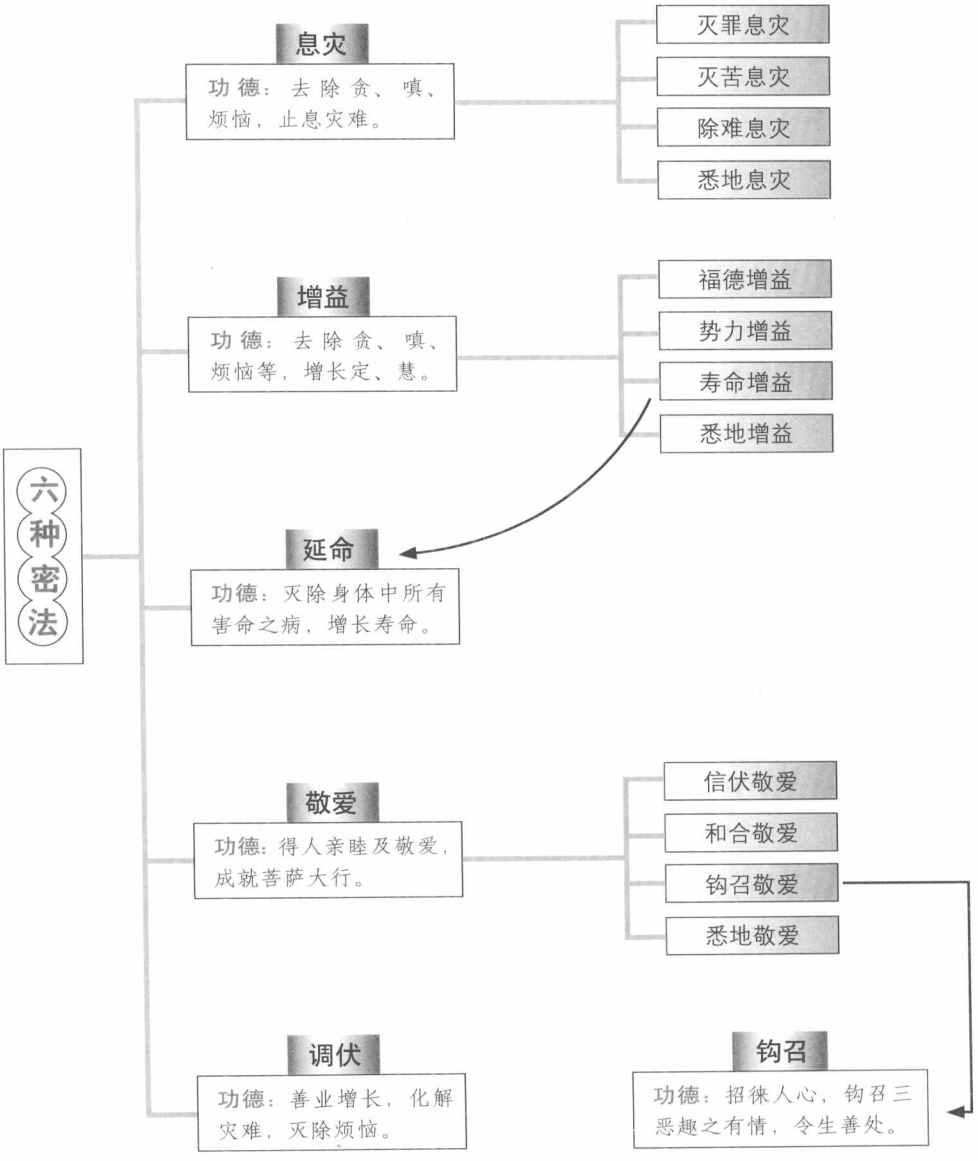
增益本尊

增益法梵文为 pusitka，音译为布瑟征迦，是增长修行者财宝、寿命、智慧、才辩等各种福德的修法。增益法又可分为四种：福德增益，指能得到广大的福德，获得世间的快乐；势力增益，指能获得广大的势力、官爵；寿命增益，指能灭除疾病，增长寿命；悉地增益，指能成就无量悉地，获得转轮王位。有增益功德的本尊包括：

佛部有宝生如来，以摩尼宝福德聚功德，圆满成就一切众生的祈愿；阿弥陀佛，能护佑众生圆满无量寿命、无量光明；大日如来，能开启众生本具的佛性，使其转烦恼成智慧，具足究竟安乐的诸佛智慧……

六种密法

藏传佛教的修行方法按修行者希望达成的世俗愿望分为四种，即息灾法、增益法、敬爱法和调伏法。其中增益法又分出延命法，敬爱法又分出钩召法。这也可以作为选择本尊的一种参考。



菩萨部有地藏菩萨，能满足众生五谷丰盈、福德、财富的祈求；普贤菩萨，有延命长寿之特德，能免除一切夭折短命之苦，使寿命增长；文殊师利菩萨，具足种种善巧、教学方便……

其他还有如毗沙门天王、大黑天护法、胜乐金刚、辩才天女等，都有增益之功德。

敬爱本尊

敬爱法梵文为 vasikarana，音译为伐施迦啰拿，是为求得获爱而修的法。敬爱法又可分为四种：信伏敬爱，能令折伏悖己者随顺；和合敬爱，能令世间夫妇互相敬爱；钩召敬爱，能钩召不随顺己心者生出敬爱之心；悉地敬爱，能令无明众生归入本觉佛果。有敬爱功德的本尊包括：

佛部有阿弥陀佛，能使一切众生欢喜满足，为敬爱本尊的代表；佛眼佛母，能令众生生起敬爱欢喜之心；卡雀佛母示现大贪爱之相，能钩召一切众生……

菩萨部有观世音菩萨，以种种方便钩摄众生归入圆满，为敬爱本尊的代表；准提菩萨，能钩召一切众生，并能使夫妻和乐，他人敬爱；弥勒菩萨，能增长、改善人际关系……

另外还有如爱染明王、大威德明王、大圣欢喜天等，都有敬爱之功德。

调伏本尊

调伏法梵文为 abhicaraka，音译为梵语阿毗遮噜迦，是“降伏魔怨，制诸外道”的修法。调伏本尊的代表为五大明王。

长寿三尊

长寿三尊即阿弥陀佛、白度母和尊胜佛母，三位本尊均能增长众生的寿命及福德智慧，是重要的延命长寿本尊。如果修行者想要获得长寿、避免无妄之祸，可选择长寿三尊作为修行本尊。

1 阿弥陀佛

阿弥陀佛又称为无量寿佛，从其名号便可以看出其延命长寿的功德。阿弥陀佛能护佑众生圆满无量寿命。

2 白度母

白度母又称为增寿救度佛母，修白度母法能断生死轮回之根，免除各种灾难，增长寿命和福慧。

在长寿三尊的画像中，尊胜佛母多位于阿弥陀佛的右边，有三面八臂，每面各有三目，八只手或作手印，或持法器。



3 尊胜佛母

尊胜佛母又称为顶髻胜佛母，修尊胜佛母法，能去除烦恼，消除罪业，增长福慧，延长寿命。

第七和第八种本尊选法

打卦和投花

本尊的认定方法有很多种，除了前面所说的由上师观察选定以及自己选择易生觉受的佛、菩萨作本尊外，还可以用打卦、向坛城投花的方法来选择本尊。

打卦选定

除了以前面所述的方法来选定本尊外，修行者还可以祈请上师用打卦的方法来为自己选择本尊。上师会用尺木打卦决定本尊，比如投到红色的，可能就修属于西方阿弥陀佛的法，比较能相应；投到蓝色的，则选择北方羯磨部主尊，修事业法，可能比较容易成就；如果投到黄色的，则选择南方宝部的主尊，比较容易成就……

投花选定

在东密传承中，还有一种用投花的方式决定修行本尊的方法。修行者站立在金刚界、胎藏界曼荼罗前，蒙上眼睛，将花掷出，看花落在哪一尊佛或菩萨之上。那么这尊菩萨就是修行者累劫以来最有缘分的本尊。

曼荼罗是密宗的一切精神所在，象征着诸佛聚集的处所。把诸尊的境界表现在多彩多姿的图案上，就是曼荼罗。依照经典记载，一位密宗修行者在修行上要达到最高、最深的、梵我一如的境界，必须接受大日如来金刚界、胎藏界的灌顶。

东密的投花灌顶即是在修完四度加行之后进行的，投花时蒙上眼睛是为了让自性来选择本尊，选出与修行者最有因缘的本尊，灌顶之后便可以请求上师教授此本尊之法。据说日本的弘法大师在投花金刚界曼荼罗时，投中大日如来，在投花胎藏界曼荼罗时也是投到大日如来。

选择本尊是一件很慎重的事。曼荼罗上的本尊有的属佛部，也有的属菩萨部或明王部，还有的是天部的本尊，无论投到哪一位本尊，都是自性之选择。如果修行者投花投到毗沙门天王，觉得天王部太低，便想要再投一次，看能否投到大日如来，有这样的想法就错了。正如前文所述，诸佛无高低之分，所有佛、菩萨或护法在本质上是一样的。

据说，在投花时，如果投花者业障深重，便会屡次把花投到曼荼罗之外。业障还没消除，需继续努力修持之后，才能再来投花。

选择本尊的方法之七、八：打卦和投花选择本尊

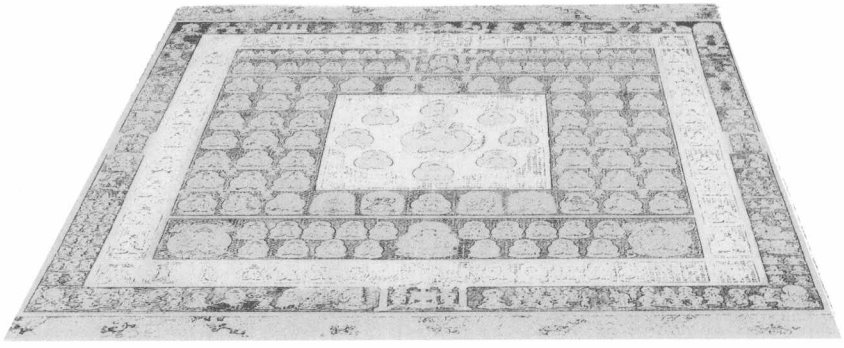
以功德选择本尊指的是修行者根据自身不同的需求以及期望修行达成的成就来选择本尊的方法。修行功德可以按四种密法划分为息灾、增益、敬爱和调伏四种。

打卦选择本尊

❶祈请上师为自己选择本尊。 → ❷上师用尺木打卦。 → ❸根据打卦的结果选定本尊。

投花选择本尊





❶在面前放置金刚界、胎藏界曼荼罗。 → ❷站到曼荼罗前，蒙上眼睛，将花掷出。 → ❸根据花落的位置选定本尊。

小提示

选择本尊是一件很慎重的事，无论是用打卦还是投花投到的本尊，都是修行者出于本性做出的选择，不应有“我投到的本尊地位太低了”这样的想法。

无量的本尊

佛、菩萨、护法等

佛教有无数的本尊，按其修行成就及所证果位可将其分为佛、菩萨、护法、上师等。诸佛、菩萨本就有无量之多，其化身更是无量。各种护法、诸天、上师均可以作为修行的本尊。

佛部

佛即佛陀，梵文为 Buddha，意为觉者、知者。佛陀本特指释迦牟尼，后来演化为觉悟真理者的总称。这里所说的佛也就是指觉知三世一切诸法者，即自觉、觉他、觉行圆满者。比较常见的本尊佛有：

竖三世佛：竖三世的“世”指的是时间，三世指过去、现生、未来三世。竖三世佛指过去佛燃灯佛、现生佛释迦牟尼佛以及未来佛弥勒佛。

横三世佛：横三世的“世”指的是空间，横三世佛指中央释迦牟尼佛、东方药师佛（还有一说是东方阿閦佛）以及西方阿弥陀佛。

三身佛：即法身毗卢遮那佛、报身卢舍那佛及应身释迦牟尼佛。

五方佛：即东方阿閦佛、南方宝生佛、西方阿弥陀佛、北方不空成就佛及中央毗卢遮那佛，即大日如来。

十方佛：“十方”即十个方向，十方各有佛刹，即十方佛的国土。十方佛分别为东方善德佛、南方栴檀德佛、西方无量明佛、北方相德佛、东南方无忧德佛、西南方宝施佛、西北方华德佛、东北方三乘行佛、上方广众德佛、下方明德佛。

另外，藏传佛教中还有许多佛母本尊，比较常见的有佛眼佛母、尊胜佛母、圣白伞盖佛母等。

菩萨部

菩萨的全称是菩提萨埵，梵文为 Bodhisattva，意为觉有情。菩提即觉悟之意，萨埵为众生（有情）之意，还含有勇猛之意。因此菩萨的意思可理解为发大勇猛心求正等正觉菩提道并发心解救一切众生的大士。

比较常见的菩萨有八大菩萨，据《八大菩萨经》记载为文殊菩萨、观世音菩萨、弥勒菩萨、虚空藏菩萨、普贤菩萨、金刚手菩萨、除盖障菩萨和地藏菩萨。有的菩萨还有多种不同的形相，如观世音菩萨便有白衣观音、不空羂索观音、多罗观音等多种形相，藏传佛教中还有准提观音、四臂观音、如意轮观音、马头观音等。

另外，有的菩萨还有多种应化身，如圣救度佛母（绿度母）即为观世音菩萨的化身。

本尊按身份分类（一）

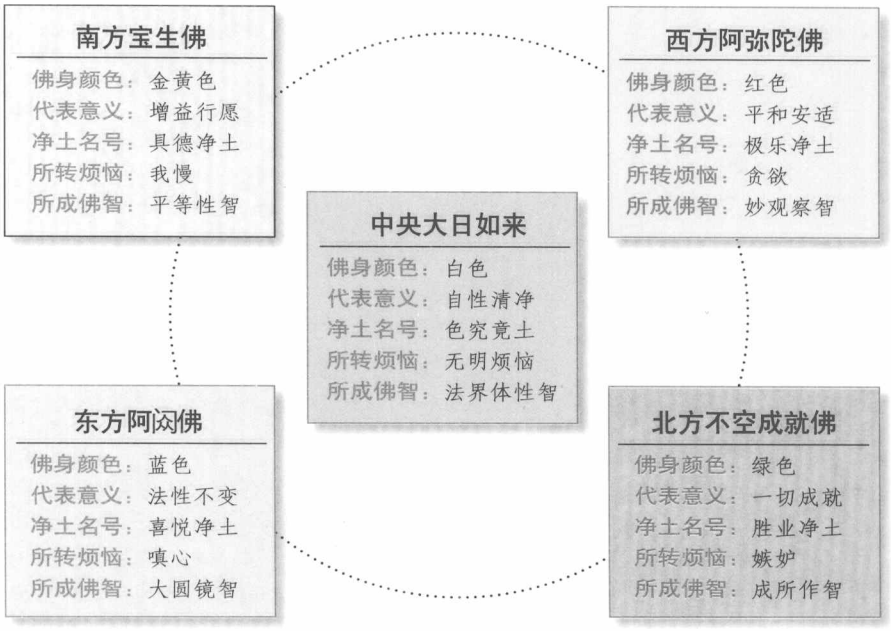
藏传佛教的修行本尊多种多样，按其修行的成就及其所证的果位，或者通俗地说，按其在佛土世界中的身份，可将其分为佛、菩萨、护法、上师四类。

1 诸佛

名号解析：佛即佛陀，意为觉者、知者，指觉知三世一切诸法者。
代表本尊：三世佛、五方佛、各种佛母等。

五方佛

五方佛代表五种智慧，修行五方佛之法可以清净人心的五毒（贪、嗔、痴、慢、疑），将其转化为五种智慧，并有息增怀诛的成就。



2 菩萨

名号解析：菩萨全称菩提萨埵，意为发大勇猛心求菩提道并发心解救一切众生的大士。
代表本尊：八大菩萨、圣救度佛母等。

护法部

护法即护法神，梵文为Dharma-pala，是护持佛法的圣僧、鬼神及众生。如四大声闻、十六阿罗汉、各类天神、天龙八部、世间护持佛法的帝王将相、檀越等均可视为护法。护法多为忿怒相，如藏传佛教的五大明王、增长天王、广目天王、阎魔罗王、罗刹鬼王、阿修罗王、迦楼罗等。也有的是善相护法，如大梵天、大自在天、帝释天、六才天女等。

藏密的护法，大部分是原印度的神明，如大梵天、帝释天、四大天王等，有些则是藏地苯教的神祇，如吉祥天女等。有些原本就是护持佛教的，有些则是被佛法降伏折摄后成为护法。最有名的便是五位男性大护法神——五大明王。

明王又称为持明王，梵文为Vidya-raja，意为破除愚暗之智慧光明法王，为摄召和调伏众生而示现忿怒形相。五大明王即不动明王、降三世明王、军荼利明王、大威德明王和金刚夜叉明王。

佛经中经常出现“天龙八部”的说法，每当佛陀说法，天龙八部便在旁护持。天龙八部又称为八部众，指的是天、龙、夜叉、乾达婆、阿修罗、迦楼罗、紧那罗和摩睺罗迦。

上师

除了前面所说的佛、菩萨及护法等，还有以上师大德作为修行本尊的。上师又作金刚上师，梵文为Guru，是对具有高德胜行、堪为世人轨范者的尊称。藏传佛教特别重视上师的传承，传授密法时必须经过上师的灌顶，修持密法仪轨也必须先由上师加持，强调心法相传。密法之传授均由上师向弟子秘密教授。

上师作为修行本尊，包括历史上有名的大德上师，常见的有龙树菩萨、莲花生大师等。修行者自己的传承上师也可作为修行本尊，藏传佛教认为，视自己的传承上师为本尊，将其作为自己学修的榜样，是修行密法的一大方便法门。因为上师是一个有相的“人”，因此修行时也就更容易契入，可以作为修行者破除我执和法执的种种功德之源。在修行者把身、口、意供养给上师的时候，把最心爱的财富供给上师的时候，实际上就是在积累自己的功德资粮。

本尊按身份分类（二）

3 护法

名号解析：护法即护法神，是护持佛法的圣僧、鬼神及众生。
代表本尊：五大明王、毗沙门天王等。

五大明王

明王是诸佛的忿怒化身，五大明王为藏传佛教极为重视的本尊，分别是五方化的教令轮身。教令法身即诸佛为度刚强难化的众生而示现的身相。



南方军荼利明王

宝生如来的教令轮身，可清净一切罪业，消灭各种病痛，去除一切畏怖。

西方大威德明王

阿弥陀佛的教令轮身，可摄众生之敬爱，摄受一切有情。

东方降三世明王

阿閦佛的教令轮身，可降伏过去、现在、未来与佛教为敌的一切障碍。

北方金刚夜叉明王

不空成就如来的教令轮身，能啖食秽恶，消灾除难，摧伏邪浊。

中央不动明王

大日如来的教令轮身，可降伏一切诸魔，焚烧内外障难。

4 上师

名号解析：历史上修得成就的佛教大师，以及自己的根本上师。
代表本尊：龙树菩萨、莲花生大师等。

佛部、莲花部、金刚部、宝部和羯磨部

金胎两界本尊

密教认为大日如来是宇宙的象征，其智德与慈悲，构成了整个宇宙。前者为金刚界，后者为胎藏界。

金刚界和胎藏界

藏传佛教视大日如来为宇宙的象征，其智德与慈悲，构成了整个宇宙，宇宙的一切皆为大日如来所显现。表现其智德的是金刚界，梵文为Vajradhαtu，比喻大日如来之智德如金刚般坚强不摧，并能摧破一切烦恼魔障；表现其慈悲的为胎藏界，梵文为Garbhadhαtu，比喻大日如来的慈悲好像母亲怀育胎儿，又好像莲花的种子蕴含在花中，佛性隐藏于众生身中，或理性摄一切诸法，具一切佛功德。

据《金刚顶经》将金刚界绘制出来，便是金刚界曼荼罗，据《大日经》将胎藏界绘制出来，便是胎藏界曼荼罗。两部曼荼罗中佛、菩萨、金刚众多，但均摄于独一法身大日如来。

三轮、三部、五部本尊

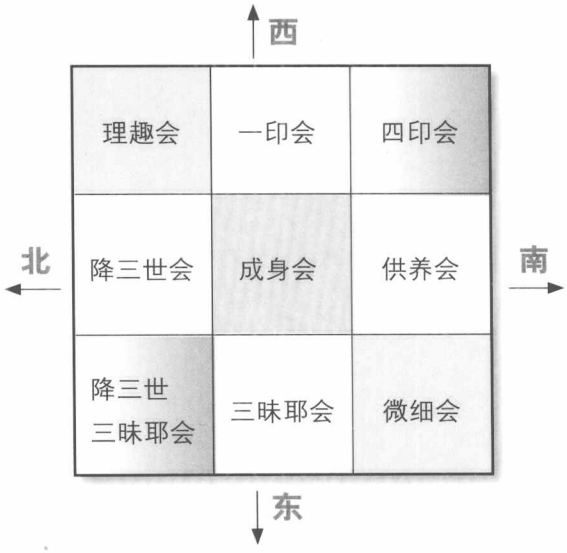
金刚界、胎藏界诸尊有三轮、三部、五部的分法。三轮指的是自性轮、正法轮、教令轮。自性轮指的是表现佛陀本来自性的本尊，如大日如来、宝生佛、无量寿佛等，多为寂静相；正法轮身指的是为弘扬正法而示现的悲智之佛、菩萨，如释迦牟尼佛，观世音、文殊、普贤、地藏等菩萨；教令轮身指的是为度刚强难化的众生而示现的身相，如五大明王，均为忿怒相。

胎藏界配以大定、大悲、大智三德，则分为佛部、莲花部和金刚部三部。佛部为大定门，以大日如来为代表；莲花部为慈悲门，以观世音菩萨为代表；金刚部为智慧门，以金刚萨埵为代表。金刚界与胎藏界中诸尊，都可摄于这三部之中。

金刚界配以五智（法界体性智、大圆镜智、平等性智、妙观察智、成所作智），又可分为五部，除了莲花部、佛部、金刚部，还有宝部和羯磨部。宝部为佛成就福德无边，以宝生如来为代表；羯磨部又称为事业部，指佛为众生而垂悲悯，成办一切事业，以不空成就如来为代表。

金刚界曼荼罗

金刚界曼荼罗表现的是大日如来的智德，金刚即坚固不摧的意思，比喻如来能打破众生无明，唤醒众生的佛性。金刚界曼荼罗中共有 1461 尊，又分为九会曼荼罗，也就是金刚界的九个曼荼罗。



金刚界九会

成身会：又叫羯磨会，是金刚界九会曼荼罗的根本，中央为五方佛。大日如来之外的四方佛周围又有贤劫十六尊的男女尊形，共 37 尊。

三昧耶会：位于东方，是塔、杵、珠、刀、剑等本尊标帜，是本尊自证化他的本誓相状，即“三昧耶形”。

微细会：位于东南方，本尊画在三股杵中，表示其住于微细智中。

供养会：位于南方，表现诸本尊的供养仪式。

四印会：位于西南方，综合以上四会，摄四会于一会，所以叫四印会。

一印会：位于西方，表示大日如来独一法身，四会归一的意思。

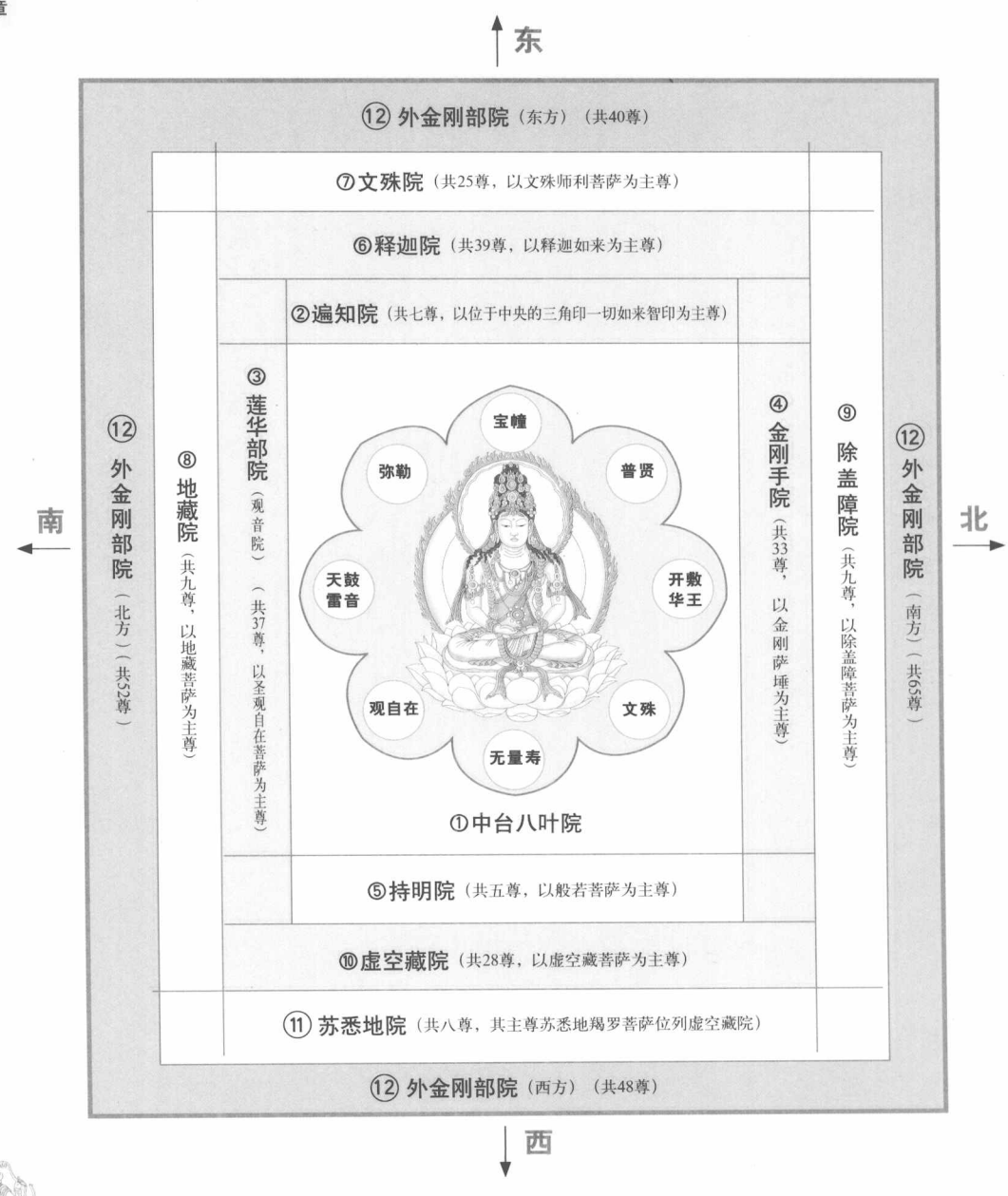
理趣会：位于西北方，表示大日如来现金刚萨埵之身以正法度化众生。

降三世会：位于北方，诸尊皆现忿怒的“降三世明王”之身，表示降伏四魔及三毒。

降三世三昧耶会：位于东北方，与降三世会同，但此会是降三世的三昧耶形。

胎藏界曼荼罗

胎藏界曼荼罗表现的是大日如来的慈悲，比喻大日如来的慈悲好像母亲怀育胎儿，又好像莲花的种子蕴含在花中，佛性隐藏于众生身中，或理性摄一切诸法，具一切佛功德。胎藏界包含中央九尊及十二院，共计 414 尊。



三轮、三部和五部

金刚界和胎藏界曼荼罗中各有数百位本尊，这些本尊除了按其在曼荼罗中的位置及象征意义有九会、十二院的分法外，还有三轮、三部、五部的分法。

三轮

各位本尊按其分身可分为自性轮、正法轮和教令轮三轮。

三轮	意义	举例
自性轮	表现佛陀本来自性的本尊	大日如来、宝生佛、无量寿佛
正法轮	为弘扬正法而示现的悲智之佛	释迦如来、观世音菩萨、文殊菩萨
教令轮	为度刚强难化的众生而示现的身相	五大明王

胎藏界三部

胎藏界曼荼罗配以大定、大悲、大智三德，则分为佛部、莲花部和金刚部三部。

三部	三德	意义	举例
佛部	大定	佛身众德庄严，具足理智	大日如来
莲花部	大悲	如来大悲能滋荣万善，犹如莲花	观世音菩萨
金刚部	大智	佛的智慧力用能摧破惑业苦三障，犹如金刚	金刚萨埵

金刚界五部

金刚界配以五智分为五部

五部	五智	意义	举例
佛部	法界体性智	证入佛果后理智显现，觉道圆成	大日如来
金刚部	大圆镜智	众生自心具有坚固不坏的智慧、能破烦恼	阿閦佛
宝部	平等性智	表示诸佛成就福德无边	宝生佛
莲花部	妙观察智	众生本有清净菩提心，在轮回中不染污，犹如莲花	阿弥陀佛
羯摩部	成所作智	表示诸佛为众生而垂悲悯，成办一切事业	不空成就佛

本尊的三类形相

寂静、寂忿、忿怒

藏传佛教中的本尊有无量之数，但都可以粗略划入三大类中，即寂静尊、寂忿尊和忿怒尊。

寂静尊

寂静尊为善良静雅的佛、菩萨形相，代表众生心中美好的一面，也可以说是远离烦恼的一面。远离烦恼，自然生起智慧，其形相的意义也在于此。如寂静尊头戴五佛冠，代表五智；花蔓、璎珞悬挂于颈、胸、脐间，即代表去除三毒；身上饰有六庄严即颈圈、手环、臂钏、脚环、戒指，代表六波罗蜜多。观世音菩萨、度母、无量寿佛等一般都是寂静相。

忿怒尊

忿怒尊为狰狞凶恶的金刚相，多作瞋目、举腕之形相，呈现忿怒威猛状。诸佛菩萨对信仰佛法的众生便现慈悲相，对极刚强不讲理的众生，则现忿怒相度化。也就是说，忿怒尊是诸佛、菩萨为了降服顽恶天魔、鬼神、夜叉、恶人，防其侵扰修行者，内存慈悲心，外现忿怒相，使其归伏，不再作恶，为救度众生而不舍恶人的大悲心示现。

忿怒尊的手印、法器、服饰等也各有其意义。如五骷髅冠代表贪、嗔、痴、慢、妒五毒；三头代表过去、现在、未来三时；骷髅念珠代表无明；骨制珠饰代表无常；以毒蛇为饰及青面獠牙的凶恶相，表示降伏烦恼，化嗔恶为菩提；许多手臂，表示“方便”教化众生的善巧法门。忿怒尊最典型的代表是藏传佛教中的五大明王。

寂忿尊

除了寂静尊与忿怒尊之外，藏传佛教诸尊的法相，还有一类称为寂忿尊。这类本尊的形相，既不是忿怒，也不是寂静，既不是面目狰狞，也不是慈祥的法相。他们的标志也是这样，既不佩璎珞，也不挂骷髅念珠。头上所戴的宝冠，既不是五佛冠，也不是五骷髅冠。

寂忿尊多为佛教祖师的法相，如莲花生大师的寂忿相便是最典型的例子。他头戴独特的莲花冠，身着三法衣，代表内外密三乘。

本尊的三种形相

藏传佛教中的本尊按其面容、形相可笼统分为三类，即寂静尊、忿怒尊和寂忿尊，分别如下：



寂静尊

特征：

1. 慈眉善目，面容安详，代表慈悲。
2. 头戴五佛冠，代表五智。
3. 饰有花蔓、璎珞，代表去除三毒。
4. 饰有六庄严，代表六波罗蜜多。

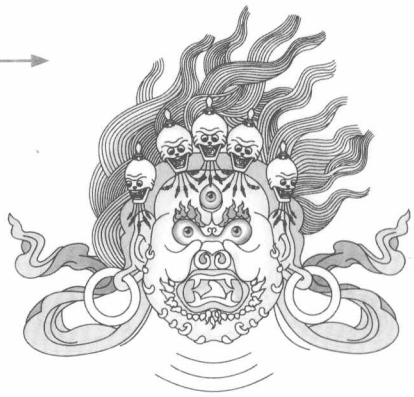
举例：观世音菩萨、无量寿佛。

忿怒尊

特征：

1. 面容狰狞凶恶，瞋目獠牙，代表威慑邪魔之力。
2. 头戴五骷髅冠，代表去除贪、嗔、痴、慢、妒五毒。
3. 饰骷髅念珠，代表去除无明；骨制珠饰代表去除无常；以毒蛇为饰，表示降伏烦恼。
4. 许多手臂，表示“方便”教化众生的善巧法门。

举例：五大明王。





寂忿尊

特征：

1. 面容介于寂静与忿怒之间，如同微怒，表示慈悲与威慑并存。
2. 头上所戴的宝冠，既不是五佛冠，也不是五骷髅冠。
3. 既不佩璎珞，也不挂骷髅念珠。

举例：莲花生大师寂忿相。

一位还是多位？

选择本尊的数目

佛教有很多不同的传承，有些传承要求不同的时期修不同的本尊，有些传承要求一生只修一个本尊。一般来说，修行者一生只修一位本尊就足够了，因为一切佛、菩萨的本性都是一样的。

专修易于成就

做任何事情，一心一意地做比较容易成功，三心二意则事情较难办成。修行也是这样，专修一位本尊，易于成就。修行好像掘井一样，假设水源埋在地下50米处，如果停在一处进行挖掘，挖到50米的时候，便会见到水源。但如果是今天在东边挖十米，明天在西边挖十米，花了同样多的力气，却完全找不到头绪。修行也是这样，应专注于一个法门的修行，而不宜今天修这个，明天改那个。

在选择本尊时，如果用不同的方法得到的结果不同，应选与自己有缘的本尊进行修行。佛法为一法通则万法通，专修一法，可兼具多法的功德。每一个法门都是殊胜的，修每一位本尊都可具同样的功德。有的藏传佛教大师认为，愚者修一百本尊也不能证得一尊相应，而智者只修一位本尊，却能证得一百本尊相应。这是告诫修行者在观其因缘选好本尊后，便应决定一心修这一个法门，终生不变，这样才容易得到相应、加持及成就。

阿底峡尊者的故事

阿底峡尊者在西藏弘法时，接受仁钦桑波大译师的邀请，到其所在寺庙中接受供养。尊者在寺中的大殿中看到了很多不同的本尊，便对译师说："西藏已有了您这样的大译师，又何必要我千里迢迢来弘法呢？不过我想请教一下，这么多的本尊，每天您是如何安排功课呢？"

大译师说："当我接受每位本尊的灌顶时，已发了修持本尊的三昧耶，所以我必须要修持每位本尊，至少一定要诵每位本尊的真言，很精进地念诵它。"

尊者又问说："如果每位本尊有所不同，才需要您这么做！"于是译师便开始解释每位本尊之间的不同，以及每位本尊修法的不同。

尊者打断他的话，说："如您所说，修一位本尊就能圆满现空、乐空、明空不二时，那一位本尊，不就等同一切本尊吗？如果是这样，那您为什么不专修一位本尊，而要修那么多呢？修持一尊，不也就是修持所有的本尊吗？"译师无言以对，遂礼尊者为师。

选择本尊的几条原则

本章介绍了选择自己的守护本尊的几种方法，虽然选择的方法互不相同，但其原则是一样的。这里就对选择本尊时应把握的原则以问答的方式作简单的总结。

1 选择什么样的本尊？

A 果位高的本尊

✓ B 与自己有缘的本尊

2 什么叫做“有缘”本尊？

✓ A 前生或今生曾修行过的本尊

✓ B 感觉特别亲近的本尊

✓ C 修行时特别容易成就的本尊

✓ D 观身、诵咒、感受时升起欢喜的本尊

3 本尊有高低之分吗？

✓ A 没有，所有的本尊都是一样的，每一位本尊都是如来的化现。

B 有，诸佛、菩萨、护法等级不同，诸佛比护法更为高级。

4 本尊可以随意更换吗？

✓ A 不可，选择好本尊后，应将其看做一生修证的对象，一心一意修行。

B 可以根据自身的意愿和需求随意更换。

5 选择一位还是多位本尊？

✓ A 最好选定一位本尊专心修行，其他本尊法只作辅助。

B 可以随意选多位本尊，本尊多更易获得成就。

第贰章

了解守护本尊

选定要修的本尊之后，还要对本尊作深入的了解。比如本尊的形相是怎样的，他的咒语该怎么念，手印怎么结，身上有什么法器，代表什么意义，具有哪些德性等，本尊的背景、功德、由来等都应有所了解，方能进行修行。

本章图版目录

佛教源流/65

修行者的行为准则：仪轨/67

本尊的辨识信息：形相/69

佛的三十二相/71

法曼荼罗/73

真言与咒轮/75

真言的分类/77

三昧耶曼荼罗/79

密宗的手印/82

几种常见的手印/85

本尊持物的分类/88

八吉祥/92

准提观音的持物/95



本尊的教派背景

密宗

本尊法的修行，源于佛教密宗。密宗的修行者，最主要的便是要选择一位与自己有缘的佛、菩萨，作为根本的固定本尊。在对本尊进行解析之前，首先要了解一下密宗的源流。

密宗的源流

密宗又称为怛特罗佛教、秘密教、秘密乘、密乘、金刚乘、真言乘、瑜伽密教、真言宗等，是大乘佛教的一个支派，为印度后期佛教的主流。因其教法为上师口授的传承方式，而被称为密宗。与密宗相对的是流传于东亚地区的显宗，两者同属大乘佛教。与大乘佛教相对的是在南亚及东南亚地区流传的小乘佛教。

密宗的源起甚早，许多仪式与修行方式可以追溯至早期的印度教传统，但其真正兴起的时间应为印度大乘佛教晚期，是佛教吸纳了印度教的一些修行方式而形成的佛教流派。公元七世纪时，以《大日经》等的形成为代表，以那烂陀寺、超岩寺等寺院为中心，密宗开始在东印度等地区开始流传，并通过开元三大士等人传入中国。

但在印度，由于印度教的兴盛，佛教僧团日益衰败，到 13 世纪初，趋于消亡。

藏传佛教

公元七世纪初，松赞干布时期的藏传佛教，就传入密部经典。到公元八世纪中期，印度密宗大师寂护和莲花生到西藏弘法，建立桑耶寺，密宗就此正式传入西藏。

很多西藏僧人入印求法，很多印度僧人入藏弘法，如 10 世纪初，玛尔巴译师入印度求法，向印度密宗上师那洛巴学得密法回藏，并广为传播，形成了藏传佛教噶举派。之后又逐渐形成了噶当、萨迦、宁玛等教派。

15 世纪初，密宗大师宗喀巴及其弟子贾曹杰、克主杰等创立格鲁派，成为现在西藏地区最为盛行的一大密宗教派。

区别于流传汉地的唐密，以及流传日本的东密，藏传佛教的密宗流派被称为藏密。

佛教源流

本尊修行法为佛教密宗独特的修行法门之一。佛教起源于公元前六世纪前，由古印度的释迦牟尼创立，之后发展出各种佛教支派。密宗为其中重要的一个分支。

起源

前六世纪

出身于北印度婆罗门家族的释迦牟尼在鹿野苑宣说四圣谛，创立佛教。

前五世纪

小乘佛教

佛陀涅槃100年后，佛教分裂为上座部和大众部，进入部派佛教时期。

公元前后

大乘佛教

印度佛教团体中出现宣讲“发菩提心，修菩萨行，求成无上菩提”的菩萨行修行者，成为大乘佛教的起源。

中国的佛教

佛教由古印度传入中国。

一世纪左右

龙树著《中观论》，建立中观学派，为大乘佛教完全建立的标志。

二至三世纪

密乘佛教

大乘佛教吸收婆罗门教咒语、仪规和修行方法，形成金刚乘，或称密乘。

七世纪左右

藏传密宗

密乘佛教开始传入西藏，到八世纪，印度密教僧人寂护和莲花生大师进入西藏弘法，建立密教根本道场桑耶寺，形成藏密。

八世纪

汉传密宗

印度密宗高僧善无畏来到唐朝长安，译出多部密教经典，为中国密教正式传授之始。因此，汉地密宗又称为唐密。

九世纪初

日本密宗

日本空海大师到长安学习佛法，归国后以平安为中心弘传密教，称为东密。

日本僧人最澄等先后到唐朝学习天台宗和密宗教义，归国后在比睿山等地弘法，称为“台密”。

七世纪

每一位本尊都有独特的仪轨

仪轨

藏密的修行都有历代上师传授的仪轨可循，就本尊而言，每一位本尊都有其独特的仪轨，修法有一定的相通之处，但又有所不同。

什么是仪轨

仪轨，全称秘密瑜伽观行仪轨，梵文为 Kalpa sutra，原指密部本经所说诸佛、菩萨、天部等，于秘密坛场之密印、供养、三昧耶、曼荼罗、念诵等一切仪式规则，后引申为记述仪式规则的经典的通称。仪轨还可称为念诵仪轨、秘密仪轨、三摩地仪轨、修行法、念诵法、供养法、三摩地法、密轨等。

印度从远古吠陀时代，便将礼拜诸神的方法称为 Kalpa。密宗依循这一传统，也将有关诸佛、菩萨、诸天的造像、念诵、供养的方法规则，称为仪轨。随着密教仪礼的发达，作为密宗仪礼执行规则的仪轨也逐渐变得繁杂。

根据修法的目的、本尊，以及成立年代的差异，仪轨的内容也逐渐多元化，形成了一系列严格的仪式规范，包括择师仪轨、传戒仪轨、学法仪轨、灌顶仪轨、设坛仪轨、入坛仪轨、供养仪轨、摄徒仪轨、传法仪轨等。

各种仪轨是佛教密宗的根本内容，在密宗的实践体系中，仪轨具有相当程度的神秘性，极为重视上师传承。如果没有上师的传授，便不能通彻其意义，私自修持其法也没有利益可言。而且，也不能将其私自传授于人。

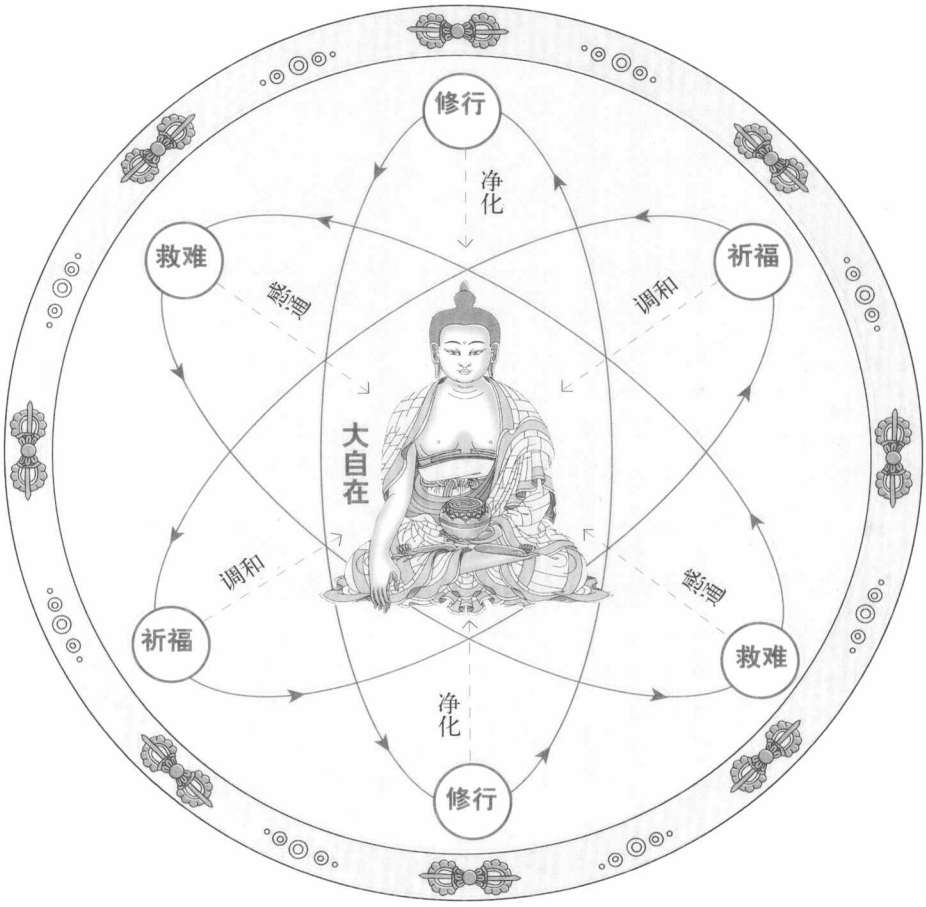
藏密仪轨的形成

藏密在继承印度密教传统仪轨的基础上，将各种零散仪轨加以整理和完善，形成了具有藏民族特色的藏密仪轨。藏密的修行都有历代上师传授的仪轨可循，就本尊而言，密部诸尊在诸经中多有规定其行法仪轨，如欠缺规定者，则依通用之仪轨。

一般来说，藏密修行者除了要具各种威仪之外，还需有观想自身时刻都成本尊的威仪。仪轨规定了修行者配合法器及供养，再配上经、咒，经由手印、身体的姿势、口说的话语、意念的观想，即由身、口、意来呈现的表现形态。各位本尊的具体仪轨将在本书后文中作具体阐述。

修行者的行为准则：仪轨

仪轨就像我们必须遵循的规范一样必不可少。修行者只有在既定的轨道上按照代代相传的仪式做下去，才能在此基础上提升自己。如果你不把这种仪式看做束缚，那么它对你来说就不是束缚。修行者可以将日常生活中的行住坐卧、救难祈福都变为修行的机缘，借每一种仪轨来净化自身、感通诸佛。



特别提示

一般人常常以为仪轨就是那些祈福消灾、超荐亡灵的法会，是那些如灌顶一样非常庄重的仪式，这个看法是有偏颇的。事实上日常生活中的每一个举动，修行上的点点滴滴，乃至心念的萌生和思考，都包含在仪轨的范围之中。因此修持者要抓住每一个机缘，为自身和众生消罪增福。

虽然每一种仪轨都有不同的作用，但不同仪轨之间其目的又是相通的，都是为了共同推进修行者和众生获得大自在，所以修行者不必担心自己因遵循某一种仪轨而错失了其他。

本尊的形相、造型

尊形

尊形指的是密宗各位本尊的形相或造型，大都有其一定的仪轨，本尊的神态、容貌、臂、脚及衣着、所持法器、所佩戴的饰物都有相应的象征意义。

本尊形相仪轨

密宗各位本尊都有相对固定的形相，根据其仪轨来绘制。如金刚智菩萨的仪轨中便详细描述了他的形相："其像作黄白色种种庄严其身，腰下着白衣，衣上有花文，身着轻罗绰袖之天衣，以绶带系腰，朝霞络身，其手腕以白螺为钏，其臂上之钏，七宝庄严，手上着指环，十八臂，面有三目，上二手作说法之相，右第二手施无畏，第三手剑，第四手数珠，第五手微若布罗迦果，第六手钺斧，第七手钩，第八手拔折罗，第九手宝鬘，左第二手如意宝幢，第三手莲花，第四手澡罐，第五手索，第六手轮，第七手螺，第八手贤瓶，第九手般若波罗蜜经夹。"

本尊的神态、容貌、身色、臂、脚及衣着、所持法器、所佩戴的饰物、所处的环境都有相应的象征意义。如三个头代表法身、报身、化身三身；四条腿代表慈悲喜舍四无量；六臂代表六度；脚下踏魔代表降伏外道等。

佛的三十二相

"三十二相"指的是转轮圣王及佛的应化身所具足的32种殊胜容貌与微妙形相。又称作三十二大人相、三十二大丈夫相、三十二大士相、大人三十二相等。三十二相并非与生俱来，《大乘百福庄严经》中说，佛陀每修一百福，才庄严一相，菩萨要经过一百大劫的修行，才能成就相好。一般来说，佛的形相是固定不变的，只是在饰物、法器上有所区别。

关于三十二相的名称和顺序，存在许多不同的说法，据《三藏法数》中所记，三十二相为：

①足安平相：足底平直柔软，无凹处，表示引导利益之德。

②千辐轮相：足心有千轮轮形，代表照破无明、愚痴。

③手指纤长相：手指纤细圆长，代表破除骄慢心。

④手足柔软相：手足极妙柔软，表示佛以慈悲柔软的手摄取亲疏之德。

⑤手足缦网相：手指中间缦网交合，表示离烦恼恶业，至无为彼岸之德。

⑥足跟满足相：足踵圆满，代表化尽未来际一切众生之德。

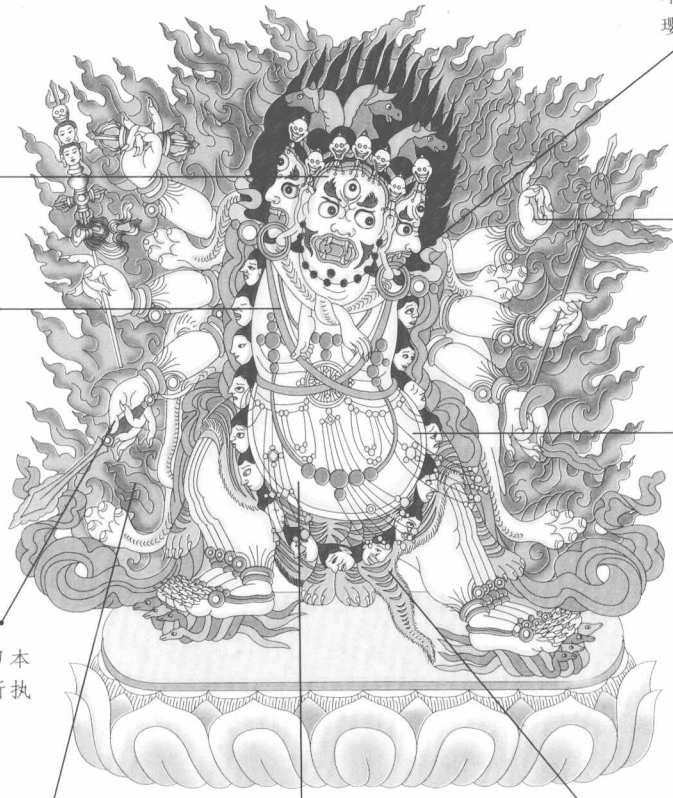
⑦足趺高好相：足背高起，如真金之色，背上之毛为青琉璃色，代表利益众生，

本尊的辨识信息：形相

密宗各位本尊都有各自的形相或造型，均按一定的仪轨而来，包括面相、身体、手印、持物、饰物、坐姿等都可以辨识本尊的标准。下面便以马头明王像为例，说明形相具体包括了哪些辨识信息。

马头明王

马头明王是观世音菩萨的化身之一，修其本尊法，可迅速集聚福德、智慧，消病除灾。



面相

面相即面部特征，包括面目的数目、颜色、眼睛的数目以及表情等。

饰物

饰物即饰于本尊身上的项链、璎珞等。

手印

手印即本尊的各只手所结的印契。

身姿

身姿指本尊身体的姿势，包括各种坐姿和站姿。

衣着

衣着包括头上的法冠、身上的法衣等。

持物

持物即本尊各手中所执持的法器。

其他

除了上面所述的辨识信息，其他如本尊周围的火焰、脚踏的邪魔等，也可以用来辨识本尊。

身体

身体指的是身体的颜色、手臂的数量以及单尊还是双尊等。

宝座（或坐骑）

本尊的宝座样式，或其独特的坐骑。

大悲无上之内德。

⑧腨如鹿王相：小腿纤圆，如鹿王之腨，代表一切罪障均被消灭之德。

⑨手过膝相：双臂修长，下垂过膝，代表降伏一切恶魔，哀悯摩顶众生之德。

⑩马阴藏相：佛之男根密藏体内，犹如马阴，代表寿命长远，得多弟子之德。

⑪身纵广相：身仪端正，竖纵横广，无不相称也。

⑫毛孔生青色相：身上毛孔，一孔生一毛，但不杂乱，右旋向上，青色柔软。代表消灭二十劫罪障。

⑬身毛上靡相：身上的毛发右旋向上偃伏，令瞻仰的众生心生欢喜，获益无量。

⑭身金色相：身色如紫金，光明晃曜，令瞻仰的众生厌舍爱乐，灭罪生善。

⑮身光面各一丈相：全身放出光明，四面各有一丈，表示一切志愿皆能满足之德。

⑯皮肤细滑相：皮肤细腻滑泽，尘垢不著，表示佛陀的平等无垢，以大慈悲化益众生之德。

⑰七处平满相：两足下、两手、两肩、项中七处，均平满端正，表示一切众生得以灭罪生善之德。

⑱两腋满相：左右两腋圆满，又称为肩脯圆满相。

⑲身如狮子相：身体平正，威仪严肃，代表威容高贵、慈悲满足之德。

⑳身端直相：身形端正平直，能令见闻的众生止苦，得正念，修十善行。

㉑肩圆满相：两肩圆满而丰腴，代表灭惑除业等无量功德。

㉒四十齿相：佛有四十齿，能制止众生的恶口业，灭无量罪，受无量乐。

㉓齿白齐密相：齿白净齐密，代表能得清净和顺、同心眷属之德。

㉔四牙白净相：四门齿洁白如雪，坚固如金刚，能摧破一切众生的三毒。

㉕颊车如师子相：两颊隆满，见此相者能除灭百劫生死之罪，面见诸佛。

㉖咽中津液得上味相：咽中常有津液，代表佛陀妙法能满足众生志愿之德。

㉗广长舌相：舌广而长，柔软红薄，可灭除百亿八万四千劫生死罪。

㉘梵音深远相：音声和雅，远近皆闻，闻者随其根器而得益生善。

㉙眼色如金精相：眼目清净明莹，为绀青之色。

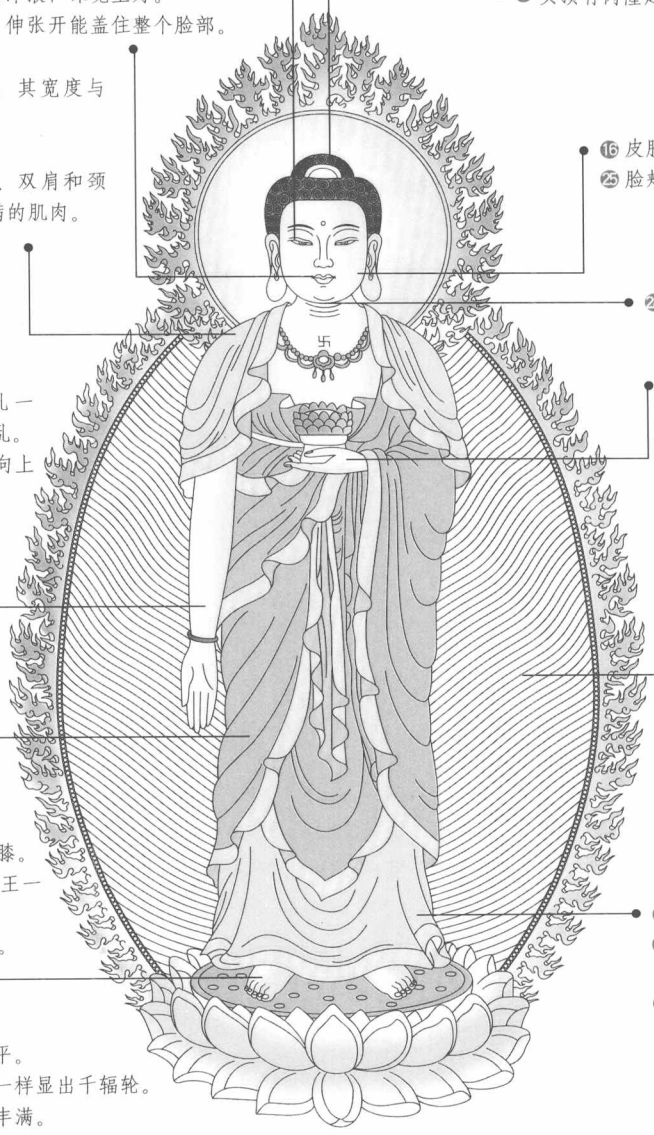
㉚眼睫如牛王相：睫毛长而浓密，整齐不杂乱。

㉛眉间白毫相：两眉之间有白毫，清净柔软，右旋而常放光明。

㉜顶肉髻相：顶上有肉，高起如髻，亦名无见顶相。

佛的三十二相

三十二相指的是佛所具足的 32 种殊胜容貌与微妙形相，一般来说，所有的佛的形相均具足三十二相，区别只体现在饰物和法器上。



㉒ 40枚牙齿，整齐而美丽。
㉓ 牙齿洁白整齐而密，没有缝隙。
㉔ 上下的门牙，尤其白净。
㉖ 口中有特别的津液，味觉上好。
㉗ 舌薄而柔软，伸张开能盖住整个脸部。

⑳ 双手平举时，其宽度与身高相等。
㉑ 双肩丰满。
⑰ 双手、双足、双肩和颈部七处有丰满的肌肉。
⑱ 腋下饱满。

⑫ 全身毛孔一孔一毛，青色不杂乱。
⑬ 体毛全部右旋向上而偃伏。

⑨ 站立时手长过膝。
⑧ 大腿的肉像鹿王一般柔和。
⑩ 男根缩入体内。

❶ 足底丰满扁平。
❷ 足底像掌纹一样显出千辐轮。
❻ 足跟广阔而丰满。
❼ 足背隆起。

㉙ 眼睛像晴空一样澄美。
㉚ 睫毛如牛王一般长而美丽。
㉛ 眉间生有白毫，右旋，放光明。
㉜ 头顶有肉隆起，如发髻。

⑯ 皮肤细滑，毫无垢腻。
㉕ 脸颊饱满而紧缩。

㉘ 声音洪亮且美妙。

❸ 手指细长优雅。
❹ 手足皮肤细嫩、柔软。
❺ 手足的指与指间，有像水禽足趾间的蹼一样的膜。

⑮ 身上经常放出一丈高的光芒。

⑭ 全身光辉如黄金。
⑲ 身体平正威严如狮子王。
⑪ 身直而端正。

本尊体性的代表

种子字

种子字代表各位本尊，本意为植物的种子，有能生、能藏、带业流转的作用。种子字是其真言的精髓所在，修行者若一心观想本尊的种子字，也就是观想本尊。

种子字及其意义

种子字又称为种子、种字，梵文为Bija，取一个梵文或藏字代表一位本尊，即为种子字。“种子”的本意为植物的种子，有能生、能藏、带业流转的作用，引申为“自一字可生多字，多字复可赅摄于一字” 之意。例如组合十字为一句，如果以第一字为种子，则可依据这一字引生出后面的九个字所具有的观智，同时这九字的意义也可统摄入第一字中。故种子有引申、摄持之意。

藏传佛教以这个道理来表示：如果了知一法，即了知一切法；如果了知一法空，即了知一切法空；如果能于一字专注行观，修诸行愿，即能于一切行愿皆得圆满。

一般来说，种子具有三义。一为了因义，好像看到烟便能识火的体性一样，经由观种子字，便可了知佛智；二为生因义，好像谷物的种子可生出根茎、花果一样，由种子字即可生三昧耶形；三为本有义，意思是说，种子字为诸法的根源，具足本来的性德，可作为轨范。种子字具有上面这三层意义，故密宗的本尊多以种子字来作为表征。

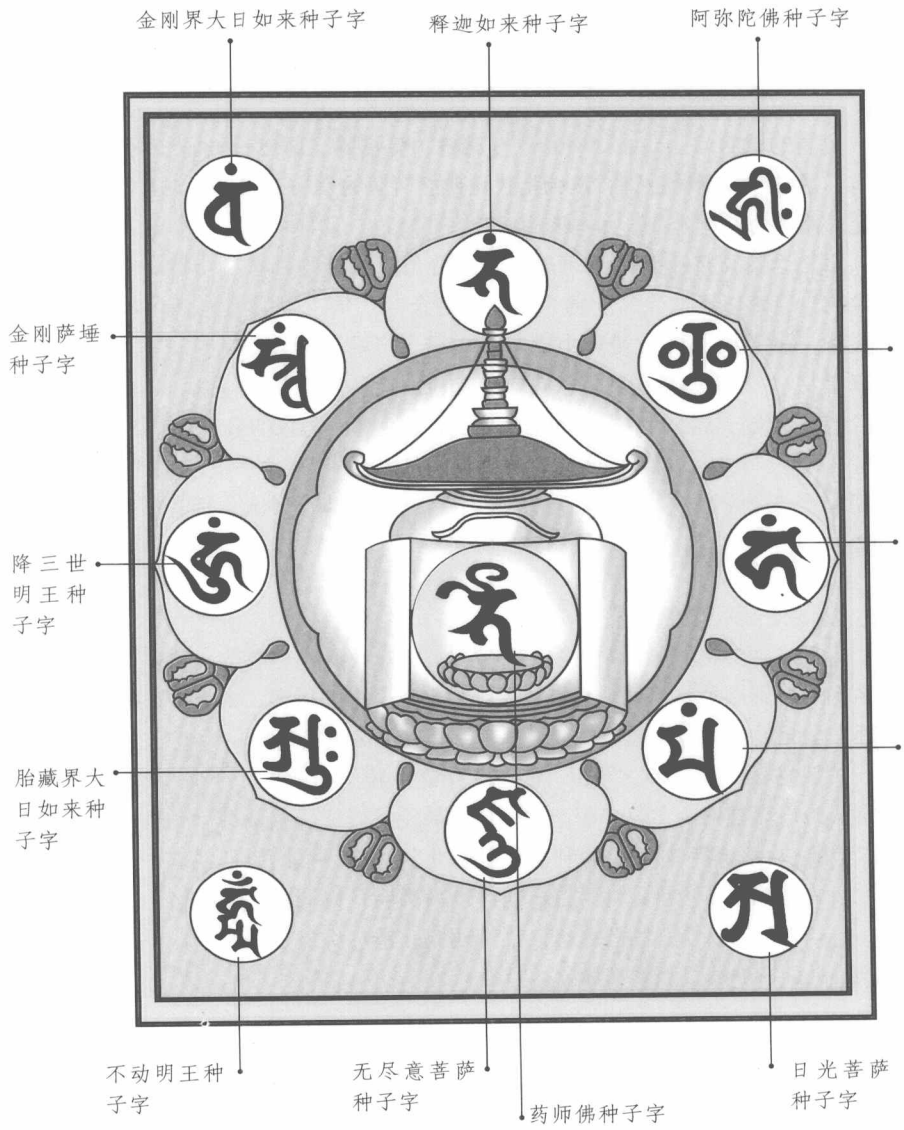
种子字的来源

本尊种子字的来源有以下几种：比较常见的是采用本尊真言的第一字作为种子字，如胎藏界大日如来的种子字；有的则以真言的中字为种子字，如地藏菩萨的种子字；有的采用真言的终字为种子字，如释迦牟尼的种子字；有的以梵号为种子字，如文殊菩萨的种子字；有的取与本誓相应的用语作为种子字，如圣观音的种子字；有的则为真言与梵号并取，如阿弥陀佛的种子字。

每位本尊都有相应的种子字，有的本尊可通用一个种子字，称为通种子，例如金刚界五部主尊的种子便是各部的通种子。另外，种子字并不是本尊所专用的，一切法门都可有种子字，如“五大”——地、水、火、风、空便有其种子字。

法曼荼罗

法曼荼罗也叫种子曼荼罗，即不绘神佛的形相，也不绘所持法器，而是将本尊的种子字绘于曼荼罗上，用种子字来代表诸佛、菩萨，修行者见种子字即可观想出本尊的形相。下面是一幅简化的法曼荼罗图。



诸佛菩萨的声音

真言

真言是真如本来的声音，是象征诸法实相的秘号名字。持诵真言的人都能与诸佛、菩萨相应交感，能消除无明烦恼之暗昧，身心得圆明清净，获得他们不可思议的力量。

真言及其作用

真言的梵文为 Mantra，音译为曼荼罗、曼陀罗。真言一词原为印度婆罗门教所有，后被密宗吸收过来，成为指代诸佛、菩萨的言语的名词。真言的意思即真实无虚假之语，也就是真如本来的声音。

真言含有诸佛、菩萨不可思议的加持力。加持即加被和摄持的意思，“加”即诸佛、菩萨以大悲大智随顺众生、护佑众生，“持”即众生接受、持有这种大悲大智。《总释陀罗尼义赞》中说：“如来于百千俱胝劫积集菩提资粮，加持陀罗尼真言文字。”虔诚持诵真言，可以唤起佛、菩萨所成就的誓愿、功德，加持于修行者，令修行者自性中本具的功德显现，发生不可思议的效力，能灭罪、增福、益智、除障、消灾、避邪、入定，达到世间及出世间的各种目的，乃至即身成佛。初期大乘佛教的诸多大师，如马鸣、龙树、无著、世亲等人，都是持诵真言的修行者。

真言的其他名称

真言又称为陀罗尼、咒、明、神咒等，这些名词所指代的对象完全相同，但各名词的着重点稍有差异。真言是大日如来三密中的语密，由于如来的言语真实契理，全无虚妄，因此称为真言。真言就是象征诸法实相的秘号名字。

陀罗尼义译为总持、能持、能遮，指能令善法不散失，令恶法不起的作用。密宗认为，真言不论字数多少，每一个字都能总摄任持无量教法义理，持诵者能借以消除一切障碍，得到无边利益。但后世多以陀罗尼来指代长咒。

真言是如来不可思议的结晶，自体清净圆明，持诵者都能消除无明烦恼之暗昧，身心得圆明清净，因此真言又称为明咒。密宗认为，持诵真言的人能消除灾患、获得各种神通，因此又称为神咒等。

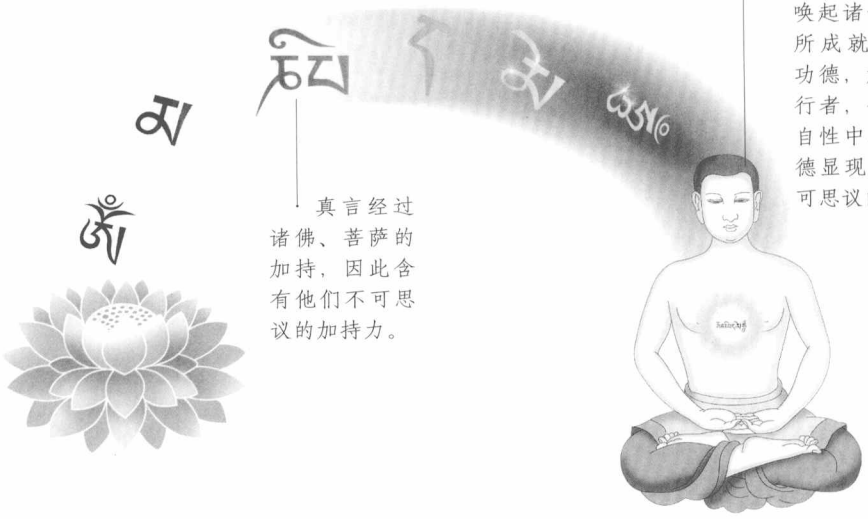
真言的分类

真言以长短来分，一位本尊便有大咒、中咒和小咒三种真言。大咒又称为根本陀罗尼、根本咒与大心咒，是将诸尊的内证、本誓、功德作详细宣说的陀罗尼；中咒又称为心真言、心秘密咒、心咒，是本尊内证秘密的精要，也就是

真言与咒轮

真言

真言即真实无虚假之语，也就是真如本来的声音，对众生有着不可思议的加持力，修行者只要诚心念诵，就可得到本尊的加持。



真言经过诸佛、菩萨的加持，因此含有他们不可思议的加持力。

修行者虔诚持诵真言，可以唤起诸佛、菩萨所成就的誓愿、功德，加持于修行者，令修行者自性中本具的功德显现，发生不可思议的效力。

咒轮

咒轮指的是本尊的种子字和真言构成的轮状的符咒，咒轮可以随身佩带、粘贴除灾，也可用来观想。下面便是观世音菩萨的六字大明咒咒轮。



轮

真言画成环形，形成一个轮状，象征佛法转动生生不息，摧毁众生的一切烦恼。

真言

咒轮以本尊的真言、心咒环绕，这个咒轮所绘的即为观世音菩萨的心咒——六字大明咒。

种子字

咒轮中央一般绘制本尊的藏文或梵文的种子字，这个咒轮所绘的即为观世音菩萨的藏文种子字。

根本陀罗尼的心要真言；小咒又称为随心真言、心中心咒，是本尊根本陀罗尼核心。此外还有一字咒的说法，指的是将本尊的种子字作为真言持诵，或者在种子字之前加上归命词句而成的真言。

真言以内容和意义来分，也可以分为三种。第一种是完全由无意义的语言所组成的真言，有些是本来的意义早已消失，有些则是从一开始就没有任何意义；第二种是混合无意义和有意义的语言所组成的真言；第三种是由有意义的语言所组成的真言。由无意义的语言所组成的真言主要见于杂密经典，大部分是去除疾病与障难等的咒文。

另外，真言以密语者的类别来分，可分为如来说、菩萨金刚说、二乘说、诸天说、地居天说五种，前三种为圣者真言，后两种为诸神真言；以密教三大部来分，可分为佛部、莲花部、金刚部三部真言；以修法性质来分，可分为息灾法、增益法、敬爱法、降伏法四种真言。

密宗不译真言的原因

密宗有一个传统，即对真言不作翻译，而直接用原语音译，其原因大致如下：

第一，真言为诸佛密语，只有佛才能知道真言的含义，一般人很难了解，即便翻译过来，也难知其义。

第二，真言诠释诸佛心印，好比国王的玉玺，大臣见到玉玺，就像国王亲临，都要敬礼。

第三，真言能总持一切未予，以少字摄多义，持诵真言能遮恶灭罪，断惑入理。

第四，真言为诸佛菩萨圣号，持诵真言即持诵诸佛菩萨圣号。

第五，真言具慈悲威德神力，持诵者能获得诸佛菩萨威德加被，灭罪生福速登圣位。

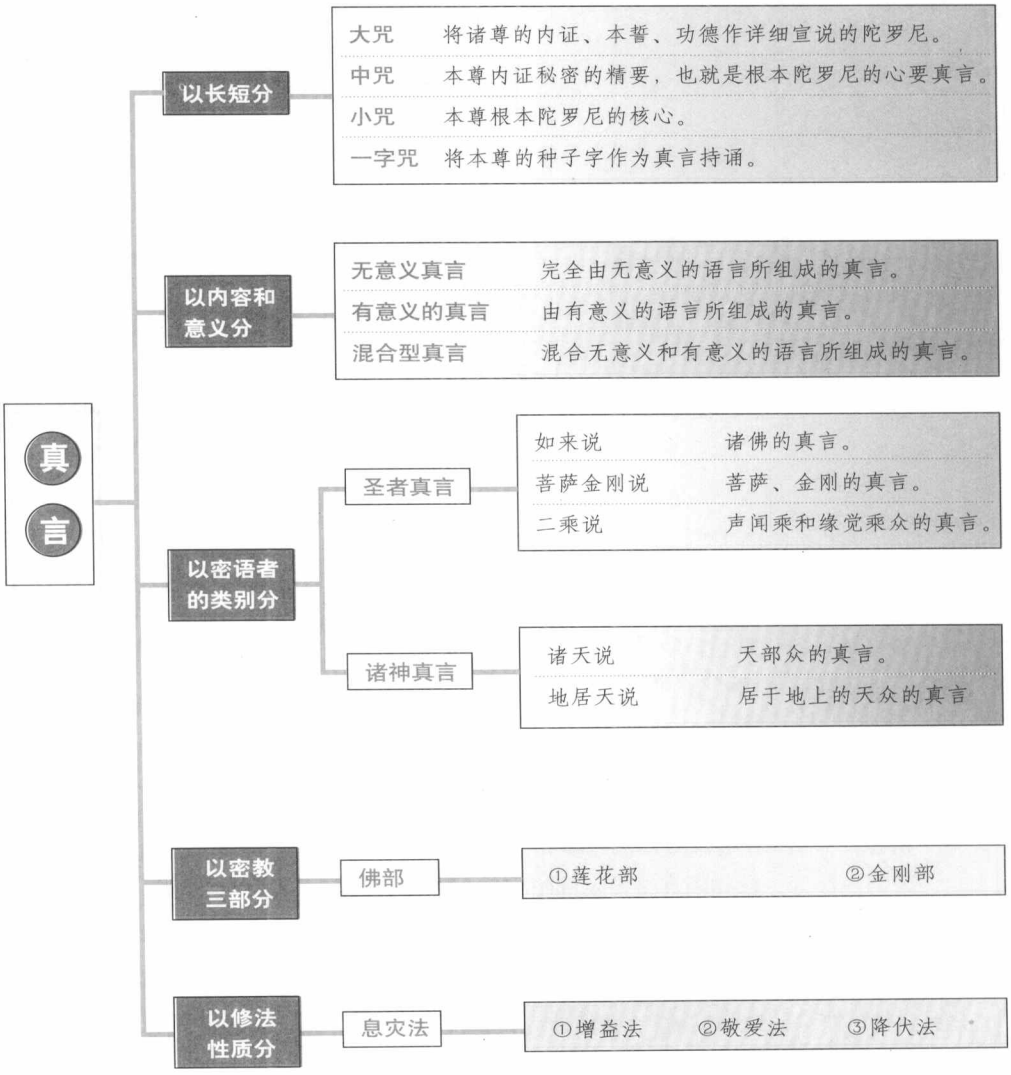
第六，真言为密语遮恶，一心念诵，内障不起，外患不侵。

第七，真言为诸佛因中誓愿，诸佛修菩萨道时，无不誓愿人生离苦得乐，故众生持真言，必圆满其所愿。

第八，真言如诸佛密令，如军中密号，唱号相应，若不相应，即执法治罪。

真言的分类

真言是密宗修行的重点之一，持诵本尊真言可以清净修行者的口业，每位本尊的真言可长可短，或有意义或只是一些音声，具体分类如下：



注：凡属修四谛法门而悟道的人，总称为声闻乘；凡属修十二因缘而悟道的人，总称为缘觉乘。

本尊的形色

三昧耶形

种子字是依字形、字义来证知本尊的功德和法门，而三昧耶形则是以特有的形、色表示诸佛、菩萨不同的誓愿。修行本尊时，观代表本尊誓愿及特殊功德的三昧耶形，才能显其誓愿、功德及其契入法门。

本尊有各自不同的三昧耶形

象征佛、菩萨、诸天等本誓的器杖、印契等物，称为三昧耶形，梵文为Samaya，又译作三摩耶形，简称三形。三昧耶形指本誓，本誓即到彼岸的誓愿，所以三昧耶形又称波罗蜜行。波罗蜜就是到达彼岸的意思。

三昧耶形是以特有的形、色来表示诸佛、菩萨的誓愿，所以修行本尊时应观代表其誓愿及特殊功德之三昧耶形，才能显其誓愿、功德，契入法门。如观世音菩萨的三昧耶形为莲花，宝生佛的三昧耶形为宝珠等，有使众魔不敢违越，诸佛自身也不能违越的作用。并且因诸位本尊有各自不同的功德、誓愿以及不同的修证法门，所以各自有特殊的三昧耶形。

因此，在修行时，首先要了解各位本尊的三昧耶形所代表的意义，知道其与本尊功德、誓愿之间的相关性，也就是说，要知道三昧耶形的形、色与誓愿、功德或本尊法门之间的关联性。但是，三昧耶形与种子字一样，都是助修行者契入真性的色相，这就好比手指能指出明月所在，但手指却非明月，修行者不能执著于文字、形色能产生佛性。

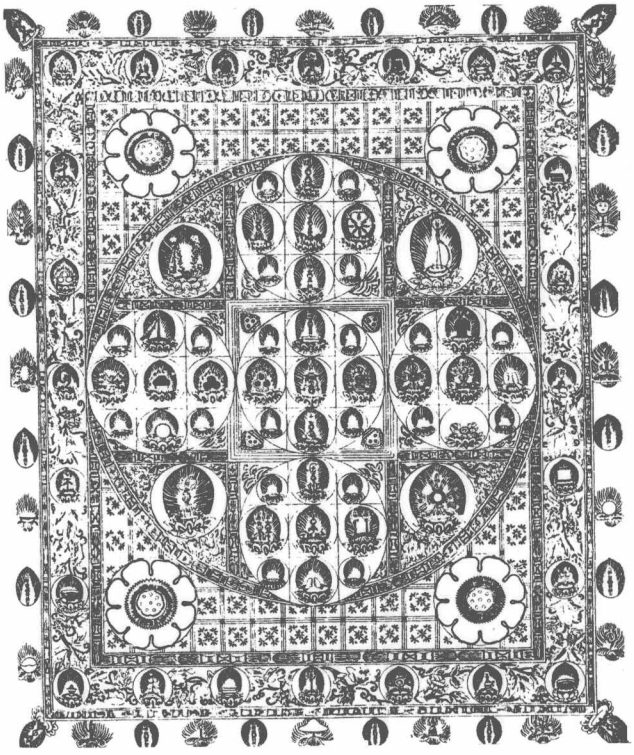
三昧耶之意

三昧耶形可分为持物和印契，密宗本尊大都有固定的印契与持物。印契以手指各种形状的组合以显示佛陀境界，如阿弥陀佛的法界定印、圣观音的施无畏印及与愿印等。持物则直接显示佛陀境界，如阿弥陀佛的开敷华（已开放的莲花）以及不动明王的剑与索。

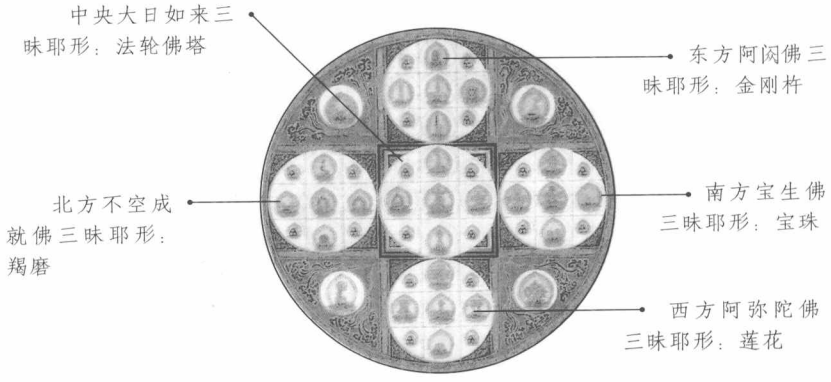
三昧耶有平等、本誓、惊觉、除障四义，每一义都可显示出佛陀的境界。平等是指一切众生本有的功德，皆与如来平等无别，因此诸佛菩萨也愿令众生能同证如来的功德；本誓为其根本义，也就是说，诸佛菩萨当初发其誓愿因地修行而成就，于今而后也忆持当初之誓愿而行菩萨道，众生依三昧耶形而修观，必能得本尊誓愿力之加持而顿入空性；惊觉是指众生因受持本尊的三昧耶形而能惊觉自性，顿开佛慧；除障是指修观时若契入三昧耶形，自然能破除心中无明的障难，显现本具的佛性智慧。

三昧耶曼荼罗

三昧耶曼荼罗又称为三摩耶曼荼罗、平等曼荼罗等，即是以示现诸尊的本誓三昧耶形，也就是将表示本尊的印契、法器、持物等图来象征诸佛菩萨曼荼罗图。下图即为一幅简化的三昧耶曼荼罗图。



五方佛的三昧耶形



本尊的标帜之一

印相

真言的持诵还与手印相结合，其功德与效用更大。手印是表记和象征，实指心灵妙明之境，是玄奥的精神照耀。

什么是印相

印相即手指所结的印契，又称为手印、契印、印契、密印等，梵文为 Mudra，音译作母捺罗、慕捺罗、母陀罗、牟陀罗、目陀罗。印即标帜的意思，象征诸位本尊内证本誓的功德。印相即密宗用来标示曼荼罗中诸佛、菩萨、天部诸尊各自内证三昧及本誓的外相，也可指代修行者相应于本尊的本誓，以成就三密涉入的境地时所结的手印。另外，有时也将本尊所执的器物称为印相。

修行者可通过结手印来感受佛、菩萨的力量，并与之成为一体。众生烦恼未断，如果身持本尊的密印，口、意二密也与本尊相应，则由三密相应加持之力，而与本尊相互涉入，得成就悉地。因此，结印、解印都需要拜师亲授。

印相有广义和狭义两种说法。广义地说，印相即表示诸佛、菩萨证悟境界的具体器物或手势，指的是密宗四种曼荼罗，也就是大曼荼罗、三昧耶曼荼罗、法曼荼罗、羯磨曼荼罗都称为印。具体地讲，印相即四智印：大智印（指佛、菩萨之形相）、三摩耶智印（表佛、菩萨所持之物或手势之形相）、法智印（表佛、菩萨德行之文字）、羯磨智印（表佛、菩萨自利利他之智用）。狭义地说，印只指四曼荼罗中之三昧耶曼荼罗，也就是密宗身、口、意三密中的身密，诸位本尊的三昧耶身。在一般密教典籍中，印契或印相一词所指多是以狭义而言。

密宗出现之前的印相

印相并非密宗所创，在密宗产生之前，印相就已产生。如下面这些手印便产生在密宗出现之前：

施无畏印：右手开启，掌心朝外，举手肩侧之相。这一手印表示佛为救济众生的大慈心愿，据说能使众生心安，无所畏怖，所以称为施无畏印。

转法轮印：两手置于胸侧，右掌与左掌相反，左右诸指轻触之相。此印表示佛说法之意。

触地印：又称降魔印、破魔印，据说是佛陀成道时之相。为坐相，左手掌心向上，右手垂地。表示降伏魔众之意。

禅定印：又称法界定相，两手舒展五指，左掌叠于右掌之下，呈冥想思维之相。此印表示禅思，使内心安定之意，为胎藏界大日如来所持。

施愿印：又称为与愿印、施与印，右手伸展，掌心向外之相。此印表示诸佛、菩萨能使众生愿望满足，使众生的祈求都能实现，具有慈悲之意。

有相印与无相印

关于印相的种类，根据《大日经》卷六本尊三昧品、《大日经疏》卷二十所述，印相可分为有相和无相两种。

有相印以色彩、形状、姿态表示，即简别诸相而住于一相，又可分为两种。一种是手印，即诸尊所持的手印，如金刚界大日如来之智拳印、胎藏界大日如来之法界定印等；一种是契印，即诸尊所执的器物，也就是标示诸尊本誓的器杖、刀、莲花等三昧耶形，如观音之莲花、文殊之利剑等。

无相印不以色彩、形状、姿态表示，而在于体会真意，举手投足一切动作皆是密印。

基本印

密宗的手印甚多，一般以六拳十二合掌为基本印。六拳即金刚拳、莲花拳、内缚拳、外缚拳、如来拳、忿怒拳。12 种合掌为两掌所作 12 种印相，与六种拳印同为诸契印的基础，称为印母。结手印的两手及十指各有其不同之含义。双手称为日月掌、二羽，十指为十度（十波罗蜜）、十轮、十莲、十法界、十真如、十峰。左右手分别表示止、观，定、慧，权、实，慈、悲等，小指次第至大指则表示色、受、想、行、识或地、水、火、风、空。

六种拳

金刚拳印：以拇指入于掌中，屈其余四指作拳。

莲花拳印：屈小指、无名指、中指、食指等四指，以拇指压食指于外侧。

内缚拳印：叉手作拳，十指皆于掌内相叉，右手拇指压于左手拇指之上。

外缚拳印：叉手作拳，十指皆于掌外相叉，右拇指置于左拇指之上。

以上四拳为密教常用之印母。

忿怒拳印：先作金刚拳，然后再竖食指与小指。

如来拳印：右手在上结金刚拳印，左手在下结莲花拳印。

十二合掌

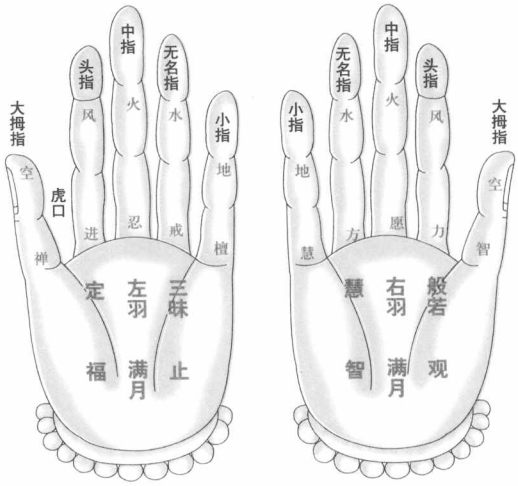
坚实合心掌：即坚合二掌、二掌间无空虚。

虚心合掌：又称空心合掌，但两掌间存少许空心。

未敷莲花掌：又称未开莲花掌、如来莲花合掌。其形虚心合掌，而内空稍呈穹隆，似莲花未形之形。

密宗的手印

密宗结手印的两手及十指各有其不同的含义。如图所示双手称为日月掌、二羽，十指为十度，左右手分别表示止、观，定、慧，福、智等，每手五指又表示地、水、火、风、空五大。



六种拳

密宗的手印甚多，一般以六拳十二合掌为基本印。六拳即金刚拳、莲花拳、内缚拳、外缚拳、如来拳、忿怒拳。


金刚拳


莲花拳


内缚拳


外缚拳


如来拳


忿怒拳

十二合掌

十二合掌为两掌所作 12 种印相，与六种拳印同为诸契印的基础，称为印母。


坚实合心掌


虚心合掌


未敷莲花掌


初割莲花合掌


显露合掌


持水合掌


归命合掌


反叉合掌


反脊背互相著合掌


横柱指合掌


复手向下合掌


复手合掌

初割莲花合掌：即二地（两掌小指）、二空（两掌无名指）相著，水、火、风（中、食、拇）三指稍离开，如莲花初开状。

显露合掌：即两手并排、二地（两小指）两相著，掌心向上。

持水合掌：即两掌并仰，指头稍屈相著，仅二空（拇指）挂于二风（食指）侧，如钩水状。

归命合掌：又称金刚合掌，即十指相互交叉，右手之五指置于左手五指之上。

反叉合掌：即两手相合，十指相叉。

反脊背互相著合掌：即仰右手，俯左手，两手背相著。

横柱指合掌：即两手仰掌，仅二火（中指）相著仰之，其余指头稍散开。

复手向下合掌：即复两掌、并二空（大指拇），仅二火（中指）两著。

复手合掌：即复两掌，二空（大拇指）并接，十个指头皆向外。

以上十二合掌，各皆具有深秘之意义。但在一般的修法中，多以结十八印契供养本尊，称为十八道法。

十八道法

十八印契又作十八道契印、十八道，为印相的基本形，是密宗修行者在观法时所用的主要合掌形相。以修法的不同又可分为六类。

护身法：即除秽净身之法，有净三业印、佛部三昧耶印、莲花部三昧耶印、金刚部三昧耶印、被甲护身印五印。

结界法：定道场区域，在四方设墙。有地结印、四方结二印。

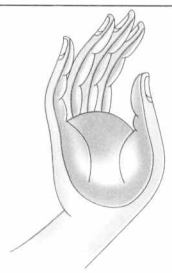
道场法：建立道场庄严。有道场观印、太虚空藏印二印。

劝请法：请入本尊圣众。有宝车辂印、请车辂印二印。

结护法：驱除随魔，坚固道场。有部主印、虚空网印、火院印三印。

供养法：供养本尊圣众。有阏伽印、华座印、普供养印三印。

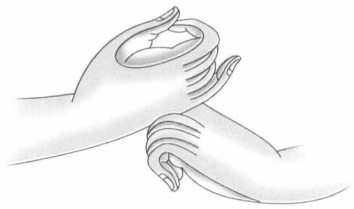
几种常见的手印



施无畏印

姿势：右手开启，掌心朝外，举手于肩侧。

意义：表示佛为救济众生的大慈心愿，能使众生心安，无所畏怖。



转法轮印

姿势：两手置于胸侧，右掌与左掌相反，左右诸指轻触。

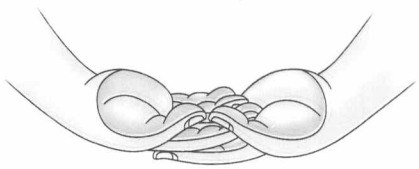
意义：表示佛说法之意。



触地印

姿势：坐相，左手掌心向上，右手垂地。

意义：表示降伏魔众之意。



禅定印

姿势：两手舒展五指，左掌叠于右掌之下。

意义：表示禅思，使内心安定之意。



施愿印

姿势：右手伸展，掌心向外。

意义：表示诸佛、菩萨能使众生愿望满足，使众生的祈求都能实现，具有慈悲之意。



智拳印

姿势：两手各结金刚拳，左拳置于胸前，伸出食指，以右拳握之。

意义：右手表佛界，左手表众生界，表示生佛不二，迷悟一体，能灭无明妄想，入于佛智。

本尊的标帜之二

持物

在藏传佛教中，诸佛、菩萨的头顶、肩上、冠饰上、手中往往有法轮、水瓶、金刚杵、金刚铃等法器以标明其身份。辨别一尊佛、菩萨、明王的身份，只要看这些标帜就可以作判断了。

法器表示诸尊的本誓

如前所述，持物也表示诸尊的本誓，每位本尊都有其相应的持物标帜，各种持物有着不同的象征意义。如文殊菩萨、宗喀巴大师的标帜是代表智慧的宝剑和经书，观音菩萨宝冠上的标帜是化佛，弥勒菩萨的冠中有宝塔。诸佛、菩萨的持物如铃、杵、螺、碗、鼓、刀、枪、剑、戟、斧、钺、钩、锤等，都隐含着特定的佛理。

持物的种类繁多，这里只将常见的几种持物列出，并作简单的介绍。

金刚铃

金刚铃，又称为金铃、藏铃，为督励众生精进与唤起佛、菩萨之惊觉所振摇之铃。金刚铃柄呈金刚杵形，以柄的样式又可分为独股铃、三股铃、五股铃、宝铃、塔铃五种。其中以五钴铃最为常见。五钴铃即具有五钴杵形柄的金刚铃，按铃身装饰又可分为素纹、种子字、三昧耶形、佛像四种。

五钴素纹铃为铃身上中下只围以带饰之一般性的铃；五钴种子铃是指铃身上刻有诸佛的种子字，一般为大日如来、阿閦佛、宝生佛、阿弥陀佛、不空成就佛的种子字；五钴三昧耶铃是铃身上刻有诸佛、菩萨三昧耶形的五钴铃；五钴本尊像铃是指在铃身上铸有佛教诸尊的金刚铃。

金刚杵

金刚杵原为古印度的武器，由于质地坚固，能击破各种物质，所以称为金刚杵。密宗以金刚杵来象征摧灭烦恼的菩提心，象征如来金刚智慧，能破除愚痴妄想之内魔与外道诸魔障碍。金刚部诸尊皆持金刚杵。

金刚杵有独股、三股、五股等，分别象征独一法界、三密三身、五智五佛等。其中，独股杵最为古老，为密迹金刚二力士所持。千手观音第 40 手中所持的金刚杵以及金刚藏王菩萨第 108 臂中所持的金刚杵均为独股杵。

宝剑

宝剑象征智慧，是精神觉识的利器，表示断灭愚痴和障蔽的觉识，如文殊师利菩萨的喷焰宝剑就是其标帜之一，代表他能用敏慧觉识断灭诱惑和愚妄，能向佛的空性真谛。另外，宝剑也是表示胜利的武器，一些本尊右手持剑，象征斩断并摧毁一切怨敌和魔障。

金刚钺刀

金刚钺刀是藏传佛教常见的法器之一，多为佛母所用，表示护卫佛法、斩妖除魔。一般是方法右手所持，其形状类似古代的兵器斧，柄端为金刚杵形，下有斧状的刀身和刃口，有的手柄和器身上雕饰着龙头、火焰、连珠、卷草等。

嘎巴拉碗

“嘎巴拉”是梵语音译，意为护乐，是大悲与空性的象征。嘎巴拉碗又称内供颅器，是为数众多的瑜伽师、大成就者、空行母、护法神的供器、饭碗或祭祀用碗。嘎巴拉碗由修行者头盖骨的椭圆形上半部做成，碗内之物包括甘露、精液、酒、朵玛供品、化现为恶魔和魔的邪恶之敌的鲜血等。白色的颅骨盛满绯红的脑浆、温暖的血液和旋转的甘露，其直接意义在于得道者愿以脑浆作为醍醐，用甘露传承智慧。

骷髅项链

很多忿怒相和寂忿相的本尊都戴有用 50 或 51 颗割下的人头或骷髅头编织成的项链，这象征着净化“五十一心所”（大乘唯识派所立心所之数）。人头项链主要用于男神，而骷髅项链则主要为女神佩戴。不过，某些神灵也被画成既戴人头项链，又戴干枯的骷髅项链。其中，骷髅项链代表“空”的阴性，一般是用尸体上缠结的头发串成，尸体的头发代表着“无我”或更概念化行动的“灭失”。

达玛茹

达玛茹即嘎巴拉鼓，是藏传佛教中乐器型的法器，透过声音的震动与神秘力量接轨，也显现空性之音。达玛茹常与藏铃、金刚杵合奏，称三法器。密宗的达玛茹鼓槌和手柄装饰物都是用人骨制成的，黑丝绒的手柄还织有各种武器的图案，令人生畏。

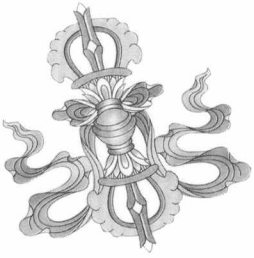
藏式达玛茹的两个鼓面是用“同时发声”的两个少男少女的颅骨制成，摇动它也是在强调阴阳二性、方法和智慧的结合。神灵或修持者“阳性”的右手持达玛茹发出“大乐之声”，握在“阴性”的左手并与法铃相配，则发出“空性之声”。达玛茹的空心鼓体象征着法身，两个鼓槌头象征着相与空的结合。

本尊持物的分类

持物是诸佛、菩萨手持的物品，是代表本尊的标帜。修行者可以通过本尊的持物，来了知本尊特别的誓愿，以助于更好地修行。本尊的持物大致可以分为以下几类：

法器类

持物举例	相应本尊
金刚铃	降三世明王
金刚杵	文殊菩萨
念珠	四臂观音
钵	释迦如来



金刚铃为督励众生精进，唤起佛、菩萨之惊觉所振摇之铃。持金刚铃的本尊如降三世明王、金刚萨埵、秽积金刚等。

器具类

持物举例	相应本尊
宝瓶	弥勒菩萨
如意宝珠	虚空藏菩萨
宝幢	地藏菩萨
法轮	千手观音



如意宝珠能随心意，满足一切所愿，象征众生本具的净菩提心。持如意宝珠的本尊如虚空藏菩萨、四臂观音、马头明王等。

兵器类

持物举例	相应本尊
弓箭	千手观音
宝剑	文殊菩萨
索	不空羂索观音
棒	大威德明王



宝剑象征般若智慧，能斩断一切无明烦恼。持宝剑的本尊如文殊菩萨、不动明王、普贤菩萨等。

自然类

持物举例	相应本尊
萝卜	大圣欢喜天
莲花	观世音菩萨
吐宝鼠	黄财神
日轮	日光菩萨



莲花代表清净无垢的菩提心，又有未开敷莲花、初割莲花、开敷莲花等，持莲花的本尊如观世音菩萨、大势至菩萨、绿度母等。

藏密的特别持物

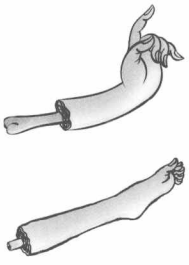
持物举例	相应本尊
嘎巴拉	大威德金刚
天杖	莲花生大师
普巴杵	普巴金刚
钺刀	金刚亥母



天杖上的三个骷髅代表佛的三身，十字杵代表事业成就，手鼓代表钩召。持天杖的本尊如莲花生大师、马头明王、卡雀佛母等。

其他

持物举例	相应本尊
化佛	尊胜佛母
残肢	大威德明王
牙	如来牙菩萨
宝冠	宝冠菩萨



残肢代表降伏生死，断除众生恶业轮回，持残肢的本尊如大威德明王、爱染明王、大黑天等。

八吉祥之宝瓶

藏传佛教中常见的八种吉祥的图案，称为八吉祥，即宝瓶、宝盖、双鱼、莲花、法螺、吉祥结、胜利幢和法轮。

金色宝瓶主要是财富之神的持物，宝藏神、多闻天王和增禄天母均持有宝瓶。黄色增禄天母的化身之一就是站在水平摆放的一对宝瓶之上，宝瓶连续不断地喷出珠宝，瓶内永远都珠宝满盈。

典型的藏式宝瓶被画成极其华丽的金瓶，多为平底、圆身、细颈，状如女子子宫，因此有孕育生命的寓意，瓶中盛有甘露或长生树，象征生命的永恒。其各个部位都散射着莲花瓣图案。一块如意宝或三联宝石作为饰顶，象征着佛、法、僧三宝。

八吉祥之宝盖

宝盖在古印度传统中是皇室和贵族们出行时的仪仗用具，伞下的阴影使人免受炙热阳光的暴晒之苦。阴凉象征着保护人们免受酷热之苦，避开欲、障、疾病和邪恶力量，后演化成象征忠诚、保护和足具大威势，能除一切魔障，清净吉祥。

宝伞的圆顶代表智慧，悬挂的丝绸围幔象征着各种慈悲的方法或方便善巧。作为手持武器，大白伞盖佛母手中的伞是能解脱烦恼，得到觉悟的象征物。

八吉祥之双鱼

在梵文中，一对金鱼被称作“双鱼”，暗示其来源，也是恒河和朱木那两大主要圣河的古代标志。金鱼常常成双成对游动，故通常对称绘制，称为双鱼。金鱼也是印度大成就者帝洛巴的器物，象征着他使芸芸众生免受轮回之苦的觉识和能力。

藏传佛教的双鱼则多以鲤鱼的形态出现，两鼻相触，尾巴、鳃和鳍均十分优雅，长长的鱼须从上鳄伸出，为八吉祥之一。

八吉祥之莲花

莲花是佛教的主要象征，代表着神圣、纯洁、复活、高雅和太阳，是很多本尊的持物，通常是白色、浅红色或粉色，有八个或 16 个莲瓣，较低处的卷曲状的莲茎优雅地向上攀缘，在齐平神灵耳部时长出叶子，象征以“口耳相传”的方式使佛法像甘露一样得到传承。攀缘时莲花主茎则会在每侧的荚果上长出三个芽，主花开在中央，另一边是个含苞欲放的花苞。开花的三个阶段代表戒定慧三学或过去、现在、未来三世佛。

莲花是很多菩萨或观音的手持器物，象征着优雅、慈悲、智慧和圆满。梵文有“莲花手”一词，是指阿弥陀佛的主菩萨金刚手观音，他手持一朵八瓣白莲花，象征着他的纯洁无瑕、仁爱和慈悲。莲花也是红色西方佛莲花部怙主阿弥陀佛的标帜，代表着佛陀善识一切的特质把慈悲变成具有辨识能力的智慧。

菩萨手持的莲花上一般都有特殊的标帜，放在莲花圆拱形果荚皮上或中间的果荚上。八大菩萨的人神化身手持的莲花上就托有如下器物：文殊菩萨托宝剑和经书；金刚手菩萨托金刚杵或金刚铃杵；弥勒菩萨托法轮和净水瓶；虚空藏菩萨托宝剑；地藏菩萨托珠宝；普贤菩萨托太阳；除盖障菩萨托月亮；观音菩萨则为无饰物的莲花。

八吉祥之法螺

法螺自古为佛教乐器之一，作为持物，法螺一般持于本尊的左手中。常见的天然螺壳的壳口一般为左旋，右旋白螺由于罕见而被视为仪式中的吉祥之物。释迦牟尼说法时声震四方，如海螺之音，称“妙音吉祥”。右旋白螺还因其音传得远，据说能在佛祖登坛说法之前，用来告晓诸弟子，使其各归其位，静听说法，象征着佛陀无所畏惧地向十大方向弘传佛法。

八吉祥之吉祥结

吉祥结又称永恒结，是一种交缠不断、无始无终的绳结。在佛教中象征佛陀细致绵长、无穷无尽的智慧与慈悲。作为佛教思想的象征物，它代表着“十二因缘”的延续性，强调轮回转世的现实。

吉祥天女手持的吉祥结，又称无尽意结，象征佛意的连绵不绝、无边的佛法以及无尽的究竟佛性。

八吉祥之胜利幢

胜利幢又称金幢、宝幢，源自古印度时的一种军旗，一般安置于寺庙佛殿屋顶的四角及门头两旁，象征佛陀战胜四魔。它的形状不似伞可以曲张，而是呈圆柱形的收拢状，最上面也有喷焰宝珠或三角叉矛，伞状的小圆顶中央插有一块如意宝，其边缘也有装饰华丽的徽记杆，杆上挂着飘拂着黄色或白色的丝绸哈达。有的幢顶呈六角或八角形，每个角上挂着铃铛。外表鎏金的胜利幢上还镌刻有咒文、狮头、缨珞等。

佛教用幢来比喻烦恼孽根得以解脱，觉悟成正果。胜利幢代表佛身，是解脱大众病贫、除一切烦恼魔障、得大胜利终解脱的象征物。右手所持的胜利幢是财宝天王的主要标帜，象征带给人们的财富和满足。

八吉祥

宝瓶



持物造型：饰有莲花图案的华丽金瓶，瓶顶上系一方丝绸，顶部多以如意宝作饰，或有一棵生长在甘露中的如意树。

象征意义：宝瓶主要是某些财神的象征，象征着取之不尽的珍宝和财富。

本尊举例：宝藏神。

宝盖



持物造型：饰宝盖多为圆形或八角形，伞架上撑着白色或黄色丝绸，边缘有多褶的帘饰，上缀各种华丽的悬饰。

象征意义：宝盖象征忠诚、保护，象征各种慈悲和方便，具足大威势，能除一切魔障，清净吉祥。

本尊举例：大白伞盖佛母。

双鱼



持物造型：多以鲤鱼的形态出现，两鼻相触，尾巴、鳃和鳍均十分优雅，长长的鱼须从上鳄伸出。

象征意义：在印度，双鱼为恒河和朱木那两大圣河的标志，象征着人体的阴、阳脉道，还有慈悲、财富、长寿等意。

本尊举例：帝洛巴。

莲花



持物造型：通常为白色、浅红色或粉色，有八个或16个莲瓣，较低处的卷曲状的莲茎优雅地向上攀缘，在齐平神灵耳部时长出叶子。

象征意义：代表神圣、纯洁、复活、高雅和太阳，象征着优雅、慈悲、智慧和圆满。

本尊举例：绿度母。

法螺



持物造型：通常垂直绘制，在较低处系一根丝带，从口部的曲线和螺孔可看出螺的右旋。

象征意义：法螺象征着宣讲佛法真谛时的无畏精神和号召众生的精进力，有“佛语”之意。

本尊举例：大圣欢喜天。

吉祥结



持物造型：通常为三角形的漩涡状，也可以为垂直的菱形，四个主要的内角挂有环圈。

象征意义：象征佛陀细致绵长、无穷无尽的智慧与慈悲，代表着“十二因缘”的延续性，强调轮回转世的现实。

本尊举例：吉祥天女。

胜利幢

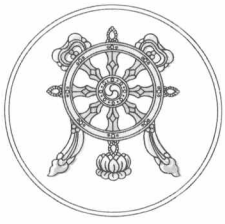


持物造型：呈圆柱形的收拢状，最上面有喷焰宝珠或三角叉矛，伞状的小圆顶中央插有一块如意宝，边缘有华丽的装饰。

象征意义：代表佛身，是解脱大众病贫、除一切烦恼魔障、得大胜利终解脱的象征物。

本尊举例：财宝天王。

法轮



持物造型：中央为简单的轮圈，常绘有向八大主向的圆形饰物，外面一般有饰有珠宝的框圈，底部常插在莲花座上。

象征意义：法轮是正法之轮，象征着佛法能摧破众生一切的烦恼邪恶，或比喻佛法光明如红日，利益一切众生。

本尊举例：大日如来。

八吉祥之法轮

法轮在藏传佛教中又称金轮，作为器物，常插在一个小轮柄或莲花座上。在古印度，轮既是农具也是兵器，它的不断转动代表碾碎邪恶和无限轮回。佛教借用“轮”来比喻佛法像轮子一样旋转不停，永不停息，能摧邪显正、驱走魔障。法轮是正法之轮，象征着佛法能摧破众生一切的烦恼邪恶，或比喻佛之说法光明如红日，行化天下，利益全世界的一切众生。

金色法轮是白色中央佛如来部怙主“大日如来佛”的标识，象征佛陀大公无私地施与众生无限的佛光加持。另外，密宗有许多本尊手持金色法轮，其八大轮辐代表佛陀的“八正道”，轮辐后面四个代表方位的部分常涂以颜色，代表四大方位、四大要素、四佛，其中：底部为白色，代表东方；左为黄色，代表南方；顶部为红色，代表西方；右为绿色，代表北方。

准提观音的持物

在藏传佛教中，很多本尊以多臂的形相出现，每只手都作不同的手印或持不同的器物，各有其象征意义。准提观音即为其中之一，下面就以十八臂准提观音为例，具体分析多种持物的不同含义。



持物

① 宝剑：灭除无明，斩断一切烦恼。
② 数珠：代表智慧，为转法轮之意。
③ 天妙果：代表佛果，为圆满之种子。
④ 钺斧：摧破一切无明、惑障。
⑤ 钩：摄召一切众生。
⑥ 金刚杵：摧灭贪、嗔、痴三毒。
⑦ 宝鬘：代表具足万德庄严。
⑧ 莲花：代表自性清净。
⑨ 澡罐：能盛满一切。
⑩ 索：降伏恶魔。
⑪ 轮：转惑摧破，轮圆具足。
⑫ 法螺：宣讲佛法，降伏众生烦恼。
⑬ 宝瓶：流出宝藏，施与众生。
⑭ 经箧：诸佛菩萨依般若无不成佛。
⑮ 宝幢：为众生施世间与出世的愿望。

准提观音

准提观音的梵文为 Cundi，意为清净、明觉，密号最胜金刚。准提观音福慧无边，修持准提观音本尊法，可增长智慧、寿命、财富，远离一切灾障。种种祈愿，无不满足。

第叁章

本尊法——佛我同一

选定要修的本尊，并对要修行的本尊有所了解之后，就可以开始修行了。本章即详细介绍修行本尊的方法，从本尊法的源流及修行前的准备到其修行次第及具体方法，都将作详细的阐述。

本章图版目录

本尊法/99

大典尊的修行本尊——大梵天/101

藏传本尊法的基础——灌顶/103

什么是三密/105

三密相应/107

本尊法生起次第/109

本尊法圆满次第/111

三士道皈依/113

发菩提心/115

六供/117

四无量心/119

观想/121

念诵真言的方法/123

回向详解/125

选择修行的场所/127

观想时的坐姿/129



把本尊当做修行的榜样

本尊法

手结本尊的印，口诵本尊的真言，意作本尊观想或种子字，以本尊的身、口、意来指导自己的身、口、意，与本尊相应，即本尊法。

一生不辍的修行

本尊法又叫本尊相应法或本尊瑜伽，是身作本尊的姿态，手结印契，口诵本尊真言，意作本尊观想或种子字，使自己的三业与本尊的三密相应的修法。本尊法是修行者选择本尊之后，决心要做这一本尊的修行，并一生不辍的修行法。修行者坚定地要获得修持本尊的一切利益及力量，本尊即代表了修行者誓愿达到的究竟成就，这也是本尊之所以被称为本尊的原因。

修持本尊法即表示修行者决心要做某一本尊的修行，直到开悟之前都会锲而不舍地修持此法。正如莲花生大师所说，本尊法是“一世修行永远不变的法，日日均要修。而其他的法，只是因为需要才修，属于辅助法，均是助法助修”。

实际上，本尊法就是让修行者把历代学有所成的诸佛、菩萨、金刚、祖师以及自己的上师等当做自己的学习榜样，把他们的成就作为自己的修行目标，以他们的身、口、意来指导自己的身、口、意，与本尊相应。所谓“一门千门，千门一门”，一法通则万法通，只要与所修的本尊相应，其他的诸佛、菩萨自然也会与修行者产生感应。观想本尊与自己合二为一，并借此本尊法，证得最高的成就及究竟的佛果。

本尊如暗海中的灯塔

佛教认为，一切众生从无始以来便轮回于生死六道之中，受轮回之苦而无法出离。诸佛、菩萨像待自己的子女一样悲悯众生，施与其乐，救拔其苦，令众生出恶道，离三界，让他们发菩提心，得般若智慧。但是因为众生迷昧无知，背离佛心，所以才无法出离。

修行本尊法，选择一位与自己相应的诸佛、菩萨，发愿一生依止其慈悲神通之力，即是让修行者视诸佛、菩萨如黑暗的大海上漂浮的灯塔，指引修行者在无尽生死之海中脱离罪苦，得成佛果。

本尊法

本尊法又叫本尊相应法或本尊瑜伽，即修行者选定本尊后，以获得修持本尊的一切利益及力量为目标，一生不辍的修行方法。

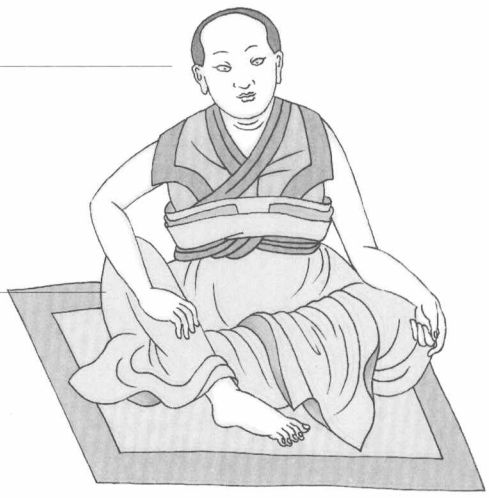
目标

获得本尊所具足的一切息、增、怀、诛的功德利益。



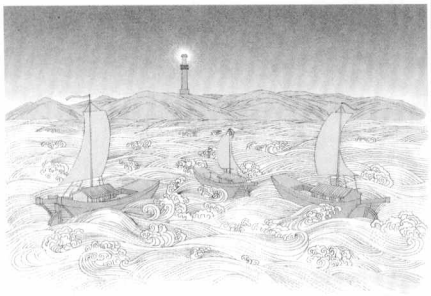
方法

通过身、口、意三密相应，修行本尊法一生不辍。



最高成就

一法通则万法通，通过修行本尊法，与一切诸佛、菩萨产生感应，证得最高的成就及究竟的佛果。



本尊如灯塔

本尊代表了修行者誓愿达到的究竟成就，是修行者的学习榜样。诸位本尊如同黑暗的大海上漂浮的灯塔，指引修行者在无尽生死之海中脱离罪苦，得成佛果。

《长阿含》的记载

本尊法源流

佛灭五六百年后，密宗成为佛教的一个重要流派，本尊法即为密宗的特殊修法之一。每种法门都有其源流，本节介绍的是根据《长阿含·典尊经》记载的本尊法源流。

《典尊经》的记述

大典尊是释迦牟尼的过去世，他曾受七国的相印，“理七国事，无不成办”。七国的国王视大典尊如神明，七国的大居士、梵志都以为大典尊常与梵天神（梵天为印度教的天神，后被佛教吸收，成为天部之神）相见交谈，关系十分亲善。

大典尊知道自己未曾见过梵天，也未曾与之交谈，不能虚受此称誉，便在城东亲居静处，开始修四无量心，希望能见到梵天。但是，梵天神并未降下与大典尊相见。于是，大典尊在十五月满之时，出静室，在露天打坐，不久便有光华出现在天空，梵天神化为五角髻的童子，坐在虚空之中。

大典尊见到梵天童子，说自己奉上各种供养，询问梵天学何法能得生于梵天。梵童子答说：“舍度‘我’与‘人’的分别，修慈心，除欲念，便可得生梵天。”然后又说：“你有勇猛、精进之志，为智者之所为，死后必可得生梵天。”

最古老的本尊法

《长阿含·典尊经》中的这一段文字所描写的正是最为古老的本尊法修持，记述的是释迦牟尼佛的过去世大典尊以梵天为本尊做修行，并且得到成就的故事。之后，大典尊出家修行，广结善缘，引导众生投生天界，但是因为大典尊所修毕竟不是究竟之道，因此其弟子虽有果报，有教诫，但不能真正离苦得乐，“不能使得究竟梵行，不能使至安稳之处”。

释尊成佛后，在印度各地以“缘起无我”的究竟道来教化众生，其弟子最后都能获得真正究竟的解脱。释尊入灭后，人间修行的佛弟子，只要禅定和心愿具备，也可以和这些投生天上的圣者们相应，便是现在所说的本尊法。

印度佛教发展后期，随着密宗兴起，本尊法受到重视，并成为密宗独特的修法流传至今。

大典尊的修行本尊——大梵天

根据《长阿含 · 典尊经》的记载，释迦如来的过去世——大典尊曾以梵天神为本尊进行修行，并获得了成就。这是关于最早的本尊法修行的描述，可看做是本尊法的源头。

大梵天

原为印度教的创造之神，后成为佛教的大护法神，有时作释迦如来的右胁侍，为色界初禅天之主，称“大梵天王”。



形相

四面四臂，每面各有三目，戴发髻冠，右手持莲花、数珠，左手执军持，作无畏印。

特别提示

在佛教系统中，大梵天属天部，并未证得究竟之道。因此大典尊以梵天为本尊做修行，并不能真正离苦得乐，“不能使得究竟梵行，不能使至安稳之处”。因此，现在的修行者并不选择大梵天作修行的本尊。

修行前的准备

修本尊法的原因和条件

在进入本尊法修行方法的介绍之前，首先应了解修行的原因和条件，即为什么要修本尊法，以及修行本尊法要具备什么条件。

本尊是成就的本源

如前文所述，本尊是三根本之一，是成就的根本。从一般的层面上看，本尊是与修行者特别有缘的诸佛、菩萨，将其作为专门修行的对象，对于修行来说，可达到事半功倍的效果。打个比方，修行者如果修其他法门，可能要经历多重劫难，方能修成正果。但如果修本尊法，可能即生便能得解脱，证入实相。

从深层的教义上看，众生的本觉就是法身，是纯净无染圆满无缺的。正如《大日经》中所说："一身与二身，乃至无量身，同入本体。"众生本具清净的佛性，佛即是我，我即是佛，或者说本尊即我，我即本尊，本尊与众生的本性是一体的。因此，本尊法有时也称为人佛合一法。

修行本尊法的条件

密宗修行者修持本尊法必须具备以下几个条件：

①对上师、本尊、护法三根本有信心，坚信三者是一体无二的显现。

②不攀比本尊的大小高低，坚信上师所传的本尊法即是与我最相应的法门。信心坚定，不随着他人的意见而动摇。修本尊时的修行者内心要与本尊愿力契合，如准提菩萨愿力为"不舍人天众生行菩萨道"，药师佛愿力"以药师十二愿行菩萨道"。如果内心存有矛盾疑惑，便无法修成。

③具有出离心和菩提心，明白修学佛法的次第，密宗四加行的修持达到相应的标准。四加行是藏传佛教的基本修法，指的是诵四皈依、金刚萨埵百字明、供曼达及上师祈请颂。

④戒律清净，尤其要守持清净的三昧耶戒。三昧耶戒为密宗的根本戒律，指住于三三平等之理，以本有之净菩提心为戒体，法界无量万德为行相的秘密真言戒。其戒相为不应舍正法、不舍离菩提心、不吝慳一切法、莫不利众生行四重禁。

⑤具有即身成就的愿力与我必能成就的佛性。

修本尊法的弟子不允许宣扬自己所修的本尊，在未觉证之前不允许传授本尊法。修行者如理如法，自然会得到护法的护持。

藏传本尊法的基础——灌顶

一些本尊之法，即使没有传承也可以修，但有些本尊则必须得到上师的灌顶和口传，才可以进行修持，这样才能得到密法的传承加持，否则便不可能获得殊胜的成就。灌顶的过程如下：

灌顶上师的条件

上师的传承必须毫无缺失。

灌顶弟子的条件

弟子须有很强烈的求法心并对上师有坚定信心。

供养

弟子必须供养上师才能获得灌顶。

第一步

修持者沐浴，身着新僧衣。



第二步

上师用宝瓶，向受灌顶者头上洒少许圣水，后再让受灌顶者喝几口。这能祛除修持者身心的无明烦恼及垢秽，洗净身口意的各种恶业，引出本来的自性清净心。

第三步

灌顶后，上师为弟子选择本尊，并传授如何修持本尊法。

四级灌顶

灌顶基本上分成四级：宝瓶、秘密、智慧、胜义灌顶。下表说明了四级灌顶的各自的条件、作用及内容。

身具金刚之功能者	宝瓶灌顶	可修行生起次第的三摩地法
言具金刚之功能者	秘密灌顶	可修气、三脉五轮、明点
意具金刚之功能者	智慧灌顶	可修乐空双运
三密皆净者	胜义灌顶	可证得光明空性不二的境界

修持本尊的方法

三密相应

密宗认为，身密、口密、意密这三密是一切修法的主要内容，是密宗修行的关键，是密宗修持者必须信仰、严守和实践的基本理论和方法。本尊修持也不例外。

什么叫三密

三密即身密、口密、意密，是密宗的基本修持方法。通过修行三密，可使修行者身、口、意三业清净，达到转识成智、即身成佛的境界。三密是密宗一切修法的主要内容，是修行的关键，也是密宗修持者必须信仰、严守和实践的基本理论和方法。本尊修持也不例外。

佛之三密即指佛之三业，其作用“甚深微细，为凡虑所不及，等觉十地亦不能见闻”。众生皆有佛性，其本性等同于佛之三密。佛之三密与众生之三业相应，便能成就不思议的业用。众生之三业不仅与佛之三业相契合，且含摄于佛之三业之中。

三密加持与三密相应

三密分有相和无相两种。有相三密指的是佛与众生互融，入于瑜伽境界，众生身结印（身密）、口诵真言（口密）、意观本尊（意密）；无相三密指众生所有身、语之行为、内心所思考皆为三密，此即无相三密。

在具体的修行方法上，密宗有三密加持和三密相应的修行方法。基于有相三密，佛之三密加护摄持在众生之三业上，称为三密加持。佛之三密与众生之三密相应融合，称为三密相应。如果依法修习，即修行者手结印契(特定的手势和坐法，即身密)，口诵本尊真言（咒语，即语密），心观本尊神（佛），就能使自己的身、语、意三业清净，与本尊佛的身、语、意相应，即身成佛。

身密：手印与坐姿

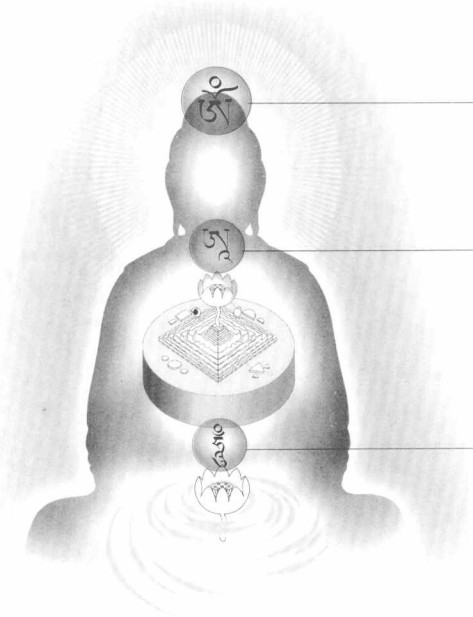
一般来说，身密的修持以手印为主，即手结印契，也就是通过人的手掌和手指结合成各种不同形状的手印，并配合想象和意念，形成的一种修法。密宗手印种类繁多，数以千计，每一位本尊均有自己独特的印相，每一种手印都有各自的名称、功能及特别的内涵。通过手结契印，修行者与法界已经成就的诸佛、菩萨的身密气息互相感应，进而将修行者自身的身业转化为佛之身密。

什么是三密

三密即身密、口密、意密，是密宗的基本修持方法。通过修行三密，可使修行者身、口、意三业清净，达到转识成智、即身成佛的境界。三密是密宗一切修法的主要内容，本尊法修行也不例外。

佛之三密

佛之三业即佛的身、口、意，三者均有着不可思议的作用和力量，为众生所不能见闻，因此称为三密。



身密

众生所见佛的身色、体态不同，并可示现出各种神变。

口密

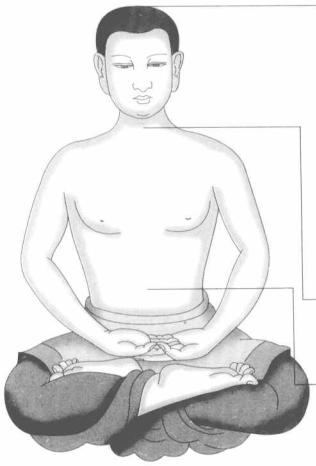
佛说法时，千万里外均能听闻，而且众生听闻的佛法各有差别。

意密

佛常处寂定之中，一切思维、观察，均不可思议。

众生之三业

众生之三业非但契合佛之三业，且含摄于其中，又众生心中隐秘的本性同于佛之三密，因此也称为三密。



身密

双手作本尊之手印，乃至行、住、坐、卧等均与本尊相同。

口密

口诵本尊之真言，乃至一切言语等均与本尊相同。

意密

心中观想本尊，乃至一切行事、起念均与本尊相同。

除了结手印外，身密还包括各种坐势，最常见的有全跏趺坐和半跏趺坐。全跏趺坐是将两足脚背分搭于左右大腿之上，半跏趺坐则是将左足压在右股下，右足加到左股上，右掌放在左掌上，或是左右相反的姿势。

另外，身密还包括修气、修脉、修明点和拙火等方法。

口密：念诵真言

口密又可称为语密、声密，也就是咒语、真言等。藏传佛教认为，人世间的文字、言语都是虚妄不实的假法，只有佛、菩萨等神秘的语言，才是真实不虚的至理明言。正如前文所述，虔诚持诵真言，可以唤起诸佛、菩萨所成就的誓愿、功德加持于修行者，令修行者自性中本具的功德显现，发生不可思议的效力，能灭罪、增福、益智、除障、消灾、避邪、入定，达到世间及出世间的各种目的，乃至即身成佛。

值得一提的是，念诵真言时，只需注重音声，不必究其意义。也就是说在念诵的时候，不必开动思维去思考真言的意思，只要坚定信念，专心致志地念诵就可以达到修行的目的。

意密：观“本无”为“现有”

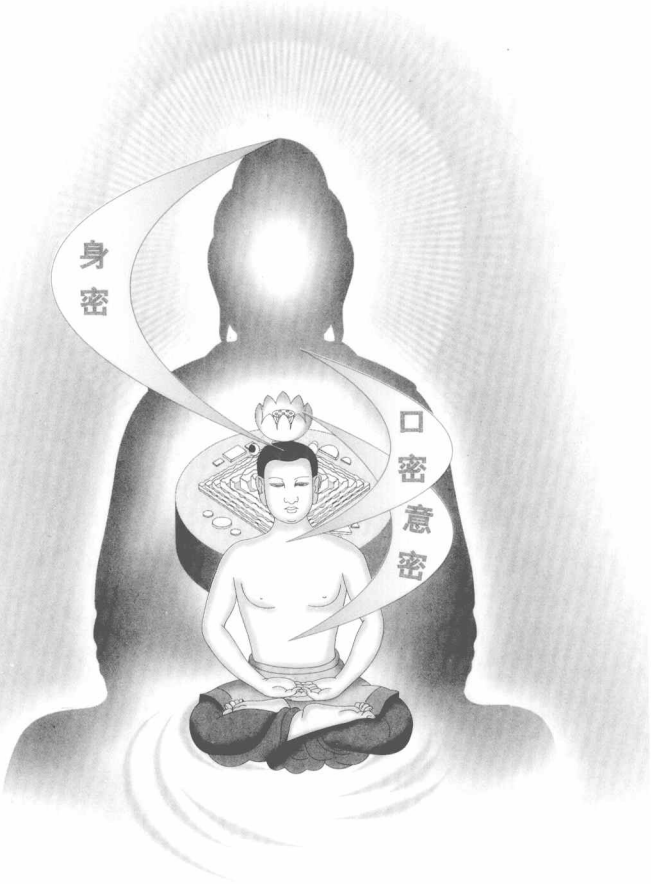
意密是三密中最主要的一环，而意密的修行主要是观想，即用冥想、想象的方法，把“本无”想象成“现有”来进行修行。在藏传佛教中，观想的对象十分广泛，一般可分为字、事、法、人四种。字即观一些梵文、藏文等；事即观月轮、莲花等；法即观慈悲、空性等；人即观想上师、本尊等。修行者通过专精于一念，从而消除我执、无明，转识成智。

观想本尊的修法，是藏传佛教的一大特色。修行者结本尊手印，念本尊真言，观想本尊于对面虚空，放光罩住自己，再移住在自己头顶之上，放大光明，光中流出甘露水，充满自己全身，黑气从全身诸孔排出，最后本尊完全与修持者融合为一，修行者就“变身”成为本尊。

事实上，藏密身、语、意三密的修持，特别是观想的修持，是为了入定，梵语称为三摩地，又称三昧、三昧地。入定是佛教密法修持的最高法门和最高境界。藏密一切法的目的就在于入定。

三密相应

在具体的修行方法上，密宗有三密加持和三密相应的修行方法。本尊法采用三密相应的修行方法，即修行者手结印契、口诵真言、心观本尊，就能使自己的身、语、意三业清净，即身成佛。





修行者结本尊手印，与本尊身密相应，净除杀生、偷盗、邪淫等身业。



修行者念诵本尊真言，与本尊口密相应，净除妄语、绮语、恶口等口业。



修行者观想本尊，与本尊意密相应，净除贪、嗔、痴等意业。



观想自己为本尊

生起次第

修习本尊法可分为生起次第及圆满次第两个修行阶段。生起次第是指皈依、发菩提心，观想自己为本尊和念诵真言等，而圆满次第指观空、禅定等。依这两个次第不断修习，便可以得到很大的功德。

生起次第

修习本尊法分生起次第及圆满次第。简单地说，生起次第就是生起本尊，这个阶段是指皈依、发菩提心，观想自己为本尊和念诵真言等，包括念诵、献供、称颂及祈请如愿等。

这个阶段最值得注意的是观想，观想自己“变身”成本尊，细心观察由自己的意念转化出来的头、臂、脚及所持的法器，与本尊的形相、印契、法器等相应。清楚地知道本尊的每一部分所具的象征意义。接着，从本尊心中的莲座上的日轮、月轮生起种子字，种子字放出光芒。祈请十方诸佛、菩萨、上师及空行，向他们献上供养。召请本尊降临，并请他们安住。然后观想诸佛赐予灌顶，并于顶上赐予种姓主尊（即五方佛），例如修四臂观音的部主是无量光佛，然后恭请他们离开。

观想本尊的头顶、喉间、胸口处有嗡、阿、吽三字放出光芒，融入自己的头顶、喉间、胸口，清净自身三业。然后念诵本尊的真言，观想自己化为本尊。这便是生起次第。

观想己为本尊的目的

每个本尊法的生起次第必须观自己为本尊，再观本尊现于虚空，众生向他唱诵礼赞。这是为了消除我执，修行者对“我”的执著。

人们总是相信存在一个“我”或“自我”，如果说世界上根本没有一个“我”存在，便觉得很难理解。事实上，“自我”只是虚张声势的假象，并无实际内容。人们因无明而致我执，将拥有的一切赋予“我”的错觉，进而执著于它。其实，被执以为“我”的一切，只是出自我们的设定而非事实本身。修行本尊法，将自身观为本尊，便是为了减少并渐渐消除对“我”或“自我”的执著。本尊是完全清净的化现，如果修行者能了知这一点，观己为本尊，对自我的执著便会自动消失。

同样地，修行本尊法还可以让修行者了悟自己所经验到的所有事物的虚假特质，以此来消除无明，断除我执，让心得到彻底的转化。这要靠观本尊于虚空来实现，观一切众生均化为清净的本尊，来消除对外相的执著。

本尊法生起次第

修习本尊法分生起次第及圆满次第，生起次第就是生起本尊，这个阶段包括皈依、发菩提心，观想自己为本尊和念诵真言等。

皈依　皈依佛、法、僧三宝。

↓

发菩提心　发起为众生的利益而修行的真诚意愿。

↓

观想本尊示现

观想示现

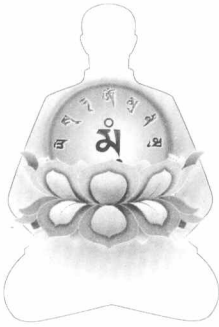
1. 观想本尊示现在头顶，则与自己面朝一个方向。
2. 观想本尊示现在对面，则面向修行者。

观想细节

1. 本尊的形相
2. 本尊的印相
3. 本尊的法器

↓

祈请十方诸佛



1. 观想本尊心间有莲座，莲座上有日轮或月轮，轮上有本尊的种子字，种子字放出光芒。
2. 祈请十方诸佛、菩萨等，向他们献上供养。
3. 诸佛、菩萨等应众生祈请而降临，请他们安住。
4. 一些本尊法在修行时，要观想本尊接受诸佛为其赐予灌顶。

↓

清净自身三业

1. 观想本尊的头顶有嗡字，放出白色光芒，融入自己的头顶，净除身业。
2. 观想本尊的喉间有阿字，放出红色光芒，融入自己的喉间，净除口业。
3. 观想本尊的胸口有吽字，放出蓝色光芒，融入自己的胸口，净除意业。

↓

念诵本尊真言

念诵本尊真言，观想本尊化入自己的身体，自己与本尊融为一体。

观空性的修行

圆满次第

要修好本尊法，并非一朝一夕之事，必须依据正确的方法循序渐进地进行生起次第和圆满次第的修行。本尊法圆满次第的修行即观空和禅定。

空性

圆满次第是超越任何概念的本尊修持法。佛教认为，世界上的一切事物无一具有真实的存在。所有存在的一切现象是因为因缘和合而生起，没有独存性的东西，因此也就没有自成的、常住的、独立的自性。这也就是佛教常说的空性。

要知道，本尊并非实有存在的，本尊的不同化现，如寂静尊、忿怒尊或单身、双运，都是由法界空性中化现，也就是上师之慈悲本自清明的显现。修行者各有不同的本性、观点和目标，其祈愿也大都不同。修行者选择与自己有缘的本尊，依据不同的习性、喜好而选择不同的本尊，实际上是为修行找到一个顺应个人意愿和习性的参考点。

开始修行时，修行者尚无法全心不移地专注在究竟本尊上，因此便需要一样具有代表性的东西，这就像一般修行时常会以一些图片或画像来作为修行的辅助一样。本尊不同的身貌和手持的法器，代表众生对外境不净的执著和攀缘。众生执著很多不净的观念和想法，并认它为真，每位本尊即代表了众多执著习性中的一种。

圆满次第的修行

进行圆满次第的修行时，要观想自己融入本尊的光芒，变成本尊的种子字，并逐渐融化成一个微细明点，明点愈变愈细，最后成澄清明了的空性并安住。这里说的明点在藏传佛教中指的是人体生命能量的凝聚点。

要修好本尊法，并非一朝一夕之事，必须依据正确的方法循序渐进地进行生起次第和圆满次第的修行。对于初学者而言，观想时清晰想象的每一个细节是很重要的，如本尊的身色、所持的法器及各种印记，都应清晰明了。而且，不仅在打坐修法时观想，下座后在日常生活、人际交往中也时时观想自己为本尊，观想所见一切众生皆是本尊，一切声音皆是本尊语言，一切境界皆是本尊净土。

依照这两个次第不断修习，便可以得到很大的功德，如果无法依次修行这两个次第，即使接受灌顶，也仅能得到加持，无法获得成就。

本尊法圆满次第

本尊法生起次第的重点在于观自己为本尊，而本尊法圆满次第的修行重点则是观空和禅定。

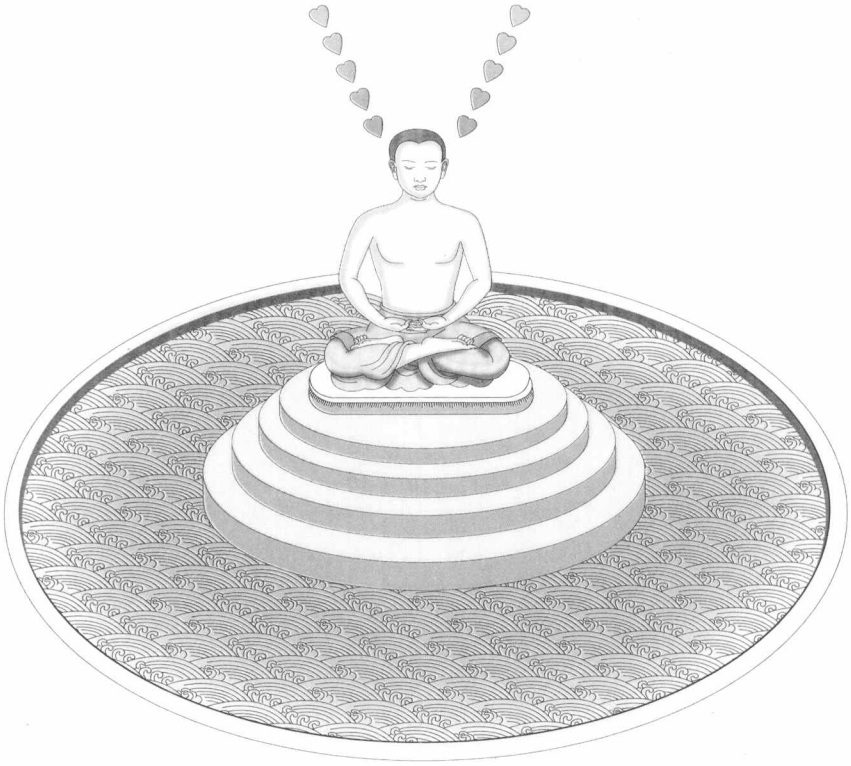
观空

为什么要观空？

生起次第的修行中，修行者要观想本尊的形相、手印、持物等，有时还需借助本尊的画像来辅助观想，其实这都是因修行者还存在外境的执著和攀缘。

怎样观空？

观想自己融入本尊的光芒，变成本尊的种子字，并逐渐融化成一个微细明点，明点愈变愈细，最后成澄清明了的空性并安住。



禅定

修行者住于澄清、明了的空性之中，入定。观想所见一切众生皆是本尊，一切声音皆是本尊语言，一切境界皆是本尊净土。

本尊法步骤一

皈依

前文中已经说到了本尊法的修行方法——三密相应，以及修行的阶段——生起次第与圆满次第，下面几节则着重分解本尊法的具体修行步骤。值得一提的是，各位本尊的修行方法互有差异，但步骤大致是相同的。

什么是皈依

各位本尊的修行方法虽有所差异，但其步骤大致都包括皈依、发菩提心、供养上师三宝、发四无量心、迎请本尊、观自身与本尊合一、诵真言等，并均以回向结束修行。

皈依又作归依，意思是身心归向或依靠于某个对象，以得到指引与帮助。皈是回转，或是归投；依是依靠，或是信赖。凡是回转依靠，或归投信赖的行为，都可称为皈依。佛教的皈依指的则是将每个人内在所潜藏的无限能力加以发掘和利用。换句话说，大乘佛教认为，一切众生皆有佛性，只是由于业障的迷惑才不见佛性。皈依的目的就在于寻求佛性的显现。

外在皈依与内在皈依

皈依又分为外在皈依与内在皈依。外在皈依指的是皈依三宝，即佛、法、僧。佛教认为，佛法僧能够产生无量的功德，发挥无尽的妙用，并且取之不尽，用之不竭。“佛”指获得证悟者及其证悟的境界，皈依佛指的是修行才敞开心胸接受这些证悟者所给予的智慧，以及他们在精神修持道路上的引导；“法”指智慧，也就是佛陀为众生认证实相而指出的修行方法；“僧”指的是奉行佛陀教法的出家弟子，也就是具有智慧、能给予启发和支持的人。

内在皈依是指皈依修行者自身的究竟潜能。佛、法、僧三皈依都有内在的对应：内在的“佛”就是潜藏在每一个有情众生心中的证悟种子；内在的“法”就是能够分辨真伪的天生智慧；内在的“僧”则是我们所能给予别人的引导与启发。

皈依是佛教修持之路上最基本的一步。想要修行任何佛法，都以皈依作为修行的基础，否则就会像把好的种子撒在荒漠之中，无法开花结果。

皈依时，一般都要念诵皈依文：“皈依上师、皈依佛、皈依法、皈依僧。”

三士道皈依

皈依是佛教修持之路上最基本的一步，任何佛教修法均以皈依作为修行的基础。在藏传佛教中，皈依可分为三个层次，称为“三士道皈依”，也就是修行者的三个修行阶段、过程。



上士道皈依

发起菩提心，为度化一切众生成就佛果而皈依，为上士道皈依。

中士道皈依

为了解脱轮回、获得寂静涅槃的果位而皈依，为中士道皈依。

下士道皈依

为了自己获得长久的安乐而皈依，为下士道皈依。

本尊法步骤二

发菩提心

《大日经》将密宗的基本思想概括为“菩提心为因，大悲为根本，方便为究竟”。发菩提心，修菩萨行，成如来果，即是密法的核心。密法的一切修持，必与菩提心相应，方能证道、入道。

什么是发菩提心

菩提心即圆满无上智慧之心，它建立在慈悲和空性的基础上，又是两者的统一体。发菩提心，就是为了众生的利益而发起的一种求取无上菩提的真诚意愿和行持。

大乘佛教强调利他，修行的最高目标为普度一切众生。也就是说，大乘佛教的成佛是为了减轻他人的苦，为众生带来快乐，并最终带领他们得证。而修行者在修持时发出这样的心愿，便是发菩提心。

“修行不发菩提心，譬如耕田不下种。”菩提心是佛教修行最起码和最重要的条件。本尊法也是这样。修行本尊法的目的是为了达到本尊的境界，与本尊的身、口、意三密相应，获得本尊的功德和成就。而诸佛、菩萨均有利他的圆满无上智慧之心，如阿弥陀佛曾发四十八愿，地藏王菩萨也有“地狱不空，誓不成佛”的大愿。

要修本尊法，必须先学本尊，发本尊的心。而学本尊的愿，就是从发菩提心开始，最终修成与本尊相应的境界。

如何发菩提心

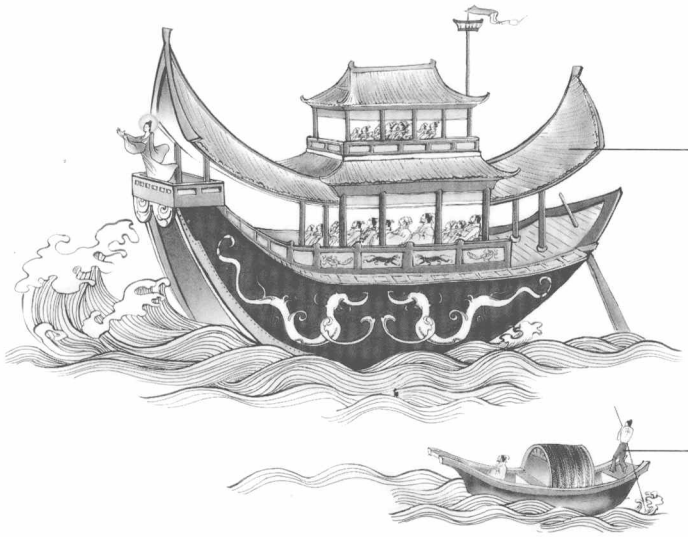
佛法认为，一颗充满烦恼和罪业的心是发不起菩提心的，因此要发菩提心，首先要忏悔罪业，这是佛教各派修行法中不可或缺的重要内容。忏悔罪业依四种对治力进行。破恶力，指造作恶业的人应从内心深处发露忏悔；依止力，指的是造下恶业的人皈依三宝，观想诸佛菩萨的种种功德庄严；现行力，或精勤行善，或进行各种禅修；恢复力，下定决心不再造作同样的恶业。

其次，应培养对众生的慈爱之心，如观想众生皆为父母。佛教认为，在无始的轮回中，无人不曾是父母、亲人，所以应将众生视如己母，发愿带他们脱离苦海，获得安乐。这是发菩提心的基础。然后，还要以同样的方法培养对怨敌的慈爱之心。观想他们与自己一样，在轮回中受苦。这种观想众生之苦的方法在佛教中称为“自他交换法”。

发菩提心文为：“诸佛正法圣僧众，直至菩提我皈依。愿我所修之功德，为利众生愿成佛。”

发菩提心

发菩提心是为了众生的利益而发起的一种求取无上菩提的真诚意愿和行持。“无上”显示佛果菩提的圆满无过其上者，“菩提”则是觉悟、智慧的意思。这也是大乘佛教与小乘佛教最主要的区别所在。



大乘佛教强调利他，修行的最高目标为普度一切众生。

小乘佛教强调自觉，以个人解脱为最高目标。

发菩提心的方法

忏悔罪业——依四种对治力进行修行

- **破恶力**：指造作恶业的人应从内心深处发露忏悔。
- **依止力**：指的是造下恶业的人皈依三宝，观想诸佛菩萨的种种功德庄严。
- **现行力**：或精勤行善，或进行各种禅修。
- **恢复力**：下定决心不再造作同样的恶业。

培养慈爱之心——观想众生皆为父母

- 观想自己的父母、亲人，想象他们和自己一样，正受轮回之苦。
- 观想与自己毫无关系的人，想象他们和自己一样，正受轮回之苦。
- 观想与己有仇怨的人，想象他们和自己一样，正受轮回之苦。
- 观想众生在无始轮回中，无人不曾是自己的父母，亲人。
- 发愿带一切众生脱离苦海，获得安乐。

本尊法步骤三

供养上师三宝

供养是对上师及佛、法、僧三宝在心、物两方面予以资养的行为。在密宗看来，上师是修行者最珍贵的福田，供养上师的功德和供养十方诸佛的功德是一样的，都能迅速圆满自己的福慧资粮。

什么是供养

供养又称供施、供给，为供给资养的意思。一般来说，供养可分作三种：财供养，即以饮食、衣服等供给上师及三宝；敬供养，恭敬、赞颂也可作为一种供养；法供养，指依诸佛所说的教法，如实奉行，起菩提心，利益众生。三宝即佛宝、法宝、僧宝，是佛教的教法和证法的核心。佛宝指已经成就圆满佛道的一切诸佛；法宝即诸佛的教法；僧宝则指的是依诸佛教法如实修行的出家之人。

供养所用的供品要根据个人的能力而定。供养的方法又有实物供养和意幻供养之分。实物供养就是把实物供给上师三宝，而意幻供养则是以观想的方法来实施供养。鲜艳的花朵、珍贵的果实、种种上好药物、世间的珍奇宝物以及清澄的净水都可以供养上师三宝。

佛教认为，众生的一切行为取决于他实施该行为时的心理状态，因此，只要是以清净的心来做供养，供养的物品不同，但效果却是一样的。即使供品是最不起眼的物品，也具有极大的裨益。反之，如果以不清净的心来做供养，即使供品是很贵重的物品，也不能积累资粮。

供养文为："香涂地基妙花敷，须弥四洲日月严。观为佛土以奉献，有情咸受清净刹。"或者是："我所爱、恶、不识者，及我身、财、诸享乐；不觉失落尽献出。祈请欣喜而纳受，加持我离于三毒。"

供养的注意事项

在向上师及三宝呈奉供养时，有一些应该遵循的方法和条件。古印度的无著大师总结为以下六条：

第一，要发愿为得佛果而供养，供养时应当这样想：为将来证悟佛果而献供；

第二，要利益众生，供养时心中要这样想：我是为了利益众生而献供；

第三，陈设的供品一定要庄严、整洁；

第四，供养时，要三轮清净，也就是能供者、所供物、供养境三者无执著而行供养；

第五，在供养时，要断除贪、嗔等不净的心；

第六，供养完成的时候，一定要将供养的功德回向给众生。

六供

六供指的是藏传佛教中常见的六种供物，即阏伽（净水）、涂香、花、烧香、饮食和灯明。这六种供品各有其象征意义，具体如下。

阏伽



即净水，俗称花水，代表清净一切染污。

涂香

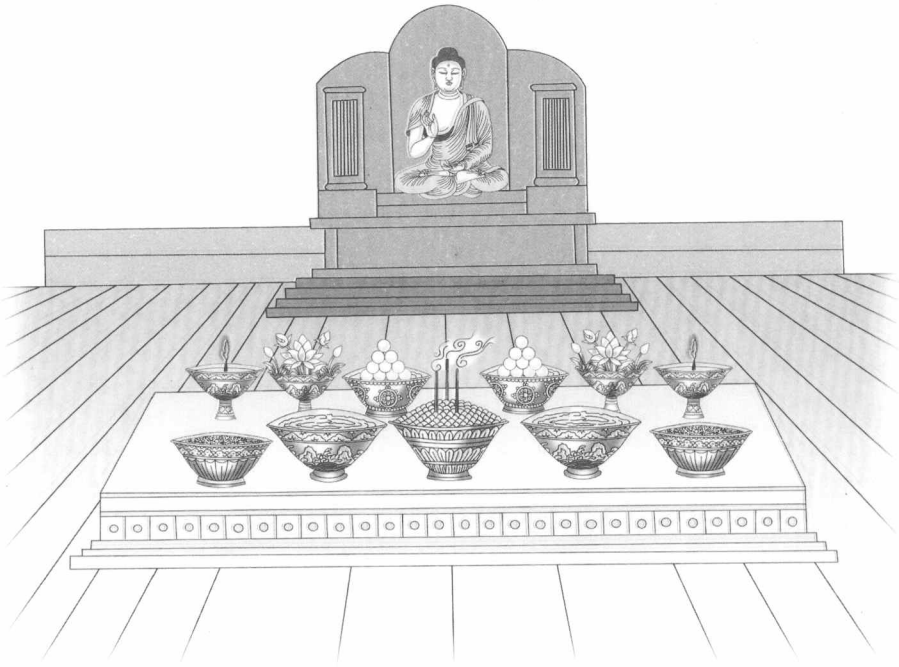


研成细末的香，用于涂手净身。象征着具足诸佛的圆满功德。

花



香花象征庄严佛身或果位之功德，如同花香一般遍及虚空。



饮食



饮食代表禅定，注意不可用葱、蒜、肉、酒作供品。

烧香



烧香含有焚烧菩提之香的意思，有遍薰法界的象征。

灯明



灯明代表诸佛无尽正觉、智慧，能破除无明烦恼。

本尊法步骤四

发四无量心

四无量心即慈、悲、喜、舍四种无量心。无量指的是没有边际，涵盖了一切众生。修习四无量心，即希望一切有情众生能够离苦得乐，同时得到无量的福报。

慈无量心

慈无量心，即希望一切众生快乐的心愿，把他人看做自己，想要他人也能得到快乐。众生大多只知自求快乐，而忘掉他人的痛苦，修习慈无量心的目的就是为了让修行者心中不但想要自己以及自己的亲朋好友得到快乐，还要发愿让一切众生都得到快乐，并脚踏实地地去帮助他们得到快乐。

悲无量心

悲无量心，即希望一切众生脱离受苦之境的心，是想要拔济众生的痛苦，见众生受苦，便等同身受的悲悯之心。人们一般都希望自己从痛苦中解脱，修习悲无量心即让修行者将这种脱离苦境的愿望推及他人。悲心也就是拔除他人痛苦的心，无量悲心指的就是能拔无量众生之苦的心。

喜无量心

喜无量心，即希望一切众生永远同享究竟快乐的心。见到他人得到快乐、去除痛苦，便心生喜悦，便是喜无量心。人们一般都会因为自己有所获得而感到愉悦，生出欢喜之心。但当他人有所得时，则不会生起欢喜心，反而有时会心生妒忌。修习喜无量心就是要让修行者在他人有所得时，也心生欢喜。

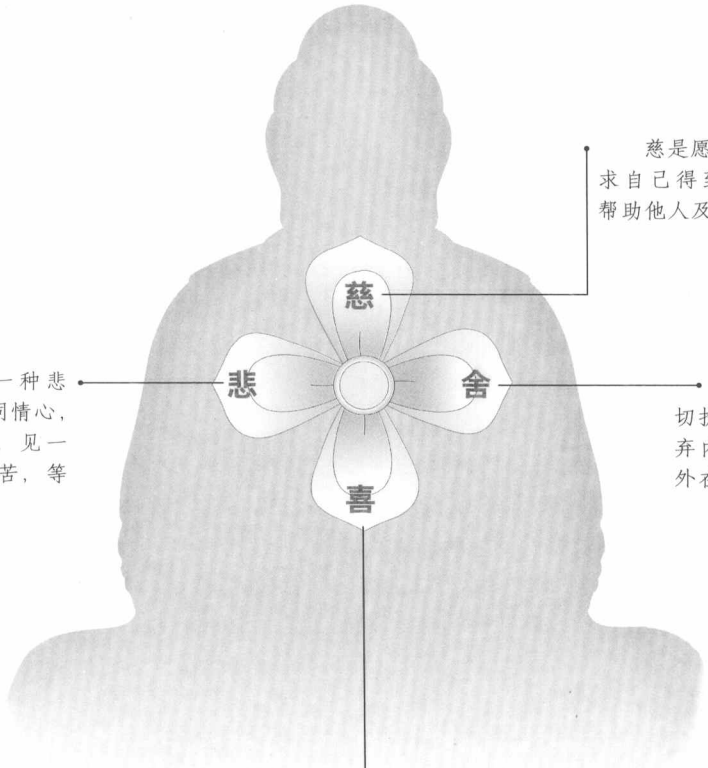
舍无量心

舍无量心，即希望一切众生脱离分别敌我的执著心和厌恶心。舍就是放下妄见和偏见，内心充满宽容，不执著，不倨傲。修习舍无量心的目的是让修行者舍弃人我、敌友、好恶的分别和执著，达到心量广阔，慈悲济度无量众生。

发四无量心文为：“愿一切众生具足乐及乐因，愿一切众生远离苦及苦因，愿一切众生不离无苦之乐，愿一切众生远离爱憎住平等舍。”

四无量心

四无量心指的是慈、悲、喜、舍四种广大的利他之心，意为令无量众生离苦得乐之心，又称四无量、四等心、四梵住等。



慈是愿人得乐，不只求自己得到快乐，还要帮助他人及一切众生。

悲是一种悲悯他人的同情心，常怀悲心，见一切众生受苦，等同身受。

舍是舍掉一切执著的念头，舍弃内在种种心境、外在种种物质。

喜是欢喜，见他人离苦得乐，即使对方是仇敌，也会生无限喜悦。

四无量心观修法

慈无量心

观想众生都能得到快乐，该有多好。
发愿众生都能得到快乐和快乐之因。
发起慈心，愿帮助众生早日得到快乐。
祈愿得到加持，使自己能帮助众生得到快乐。

悲无量心

观想众生都能脱离痛苦，该有多好。
发愿让众生脱离痛苦和痛苦之因。
发起悲心，愿帮助众生早日脱离痛苦。
祈愿得到加持，使自己能帮助众生脱离痛苦。

喜无量心

观想众生都能离苦得乐，该有多好。
发愿众生都能得到无苦的快乐。
发起喜心，愿帮助众生得到究竟的快乐。
祈愿三宝加持，让自己有能力帮助众生。

舍无量心

观想众生都能去除贪、嗔等，该有多好。
发愿众生都能去除贪、嗔等不好的习性。
发起舍心，愿帮助众生摆脱贪、嗔等。
祈愿三宝加持，让自己有能力帮助众生。

本尊法步骤五

观想本尊

修行本尊法的方法常见的有宣称本尊佛号、念诵本尊经典、供养本尊以及观想法等。其中，观想是一个直接与本尊相应，又有多重利益功德的方法。

观想本尊的方法与好处

观修本尊的方法有很多种，这在前文中已有所提及。有时是观想本尊示现在头顶上，有时是观想自己完全转化为本尊的形相，有时则是观想本尊示现在修行者面前的虚空之中。一般来说，修行者应根据自己的情况以及修行的阶段来选择不同的观想方法。观想自己转化为本尊的方法又可称为自生本尊观想法，观想本尊示现在面前的虚空之中的方法又可称为对生本尊观想法。

观想本尊有利于修行者去除不清净的习性，帮助修行者契入本尊所代表的清净。比如在观想寂静相的本尊时，修行者所观想的本尊形相都是形态优美、面相慈悲、以璎珞珍宝为饰、令人心生欢喜的。修行者观想自身与本尊化为一体，意味着一切不好的习性被清除出身体，变得与本尊一样清净。借由观想熟悉的清净本尊形相，修行者不再被累世所堆建的不良习气及不清净的心性所支配，使心平静下来，进入安止的状态，这也就是佛教所说的止、定。

观想的具体步骤

无论是观自生还是对生本尊，都要先得上师口授本尊的真言、咒语，得到加持，然后才可开始修行。修行时，先在面前放一幅精致的本尊画像，以能让自己感到舒适的坐姿坐下。先稍坐片刻，排除心中的杂念。之后观想本尊的形相，从脚部到头部，每一处细节都做观想，之后再观本尊的全身。观想的过程中，可以稍作休息，暂时不去想本尊的形相，以令自己精神放松，不致太过疲惫。

密宗的修行者开始观想本尊时，往往一坐下来就是一整天的时间，但到晚上一般不做本尊观想，而是住于无念之中，好好地睡一觉，到第二天白天再开始观想。当然对于一般的修行者来说，观想本尊的时间可视情况而定，适意即可。另外，在观想时，如果本尊的形相变得模糊不清，可观察面前的画像后，再继续做观想。

这样的练习时间长了，本尊的形相便会如同常驻于心中一般。即使不做刻意的观想，只要一闭上眼睛，本尊就会出现。

观想

在藏传佛教中，观想是一项十分重要的修行方法，它为禅修提供了一个方便的途径。简单地说，观想就是想象眼睛看到的事物在心中留下的影像。

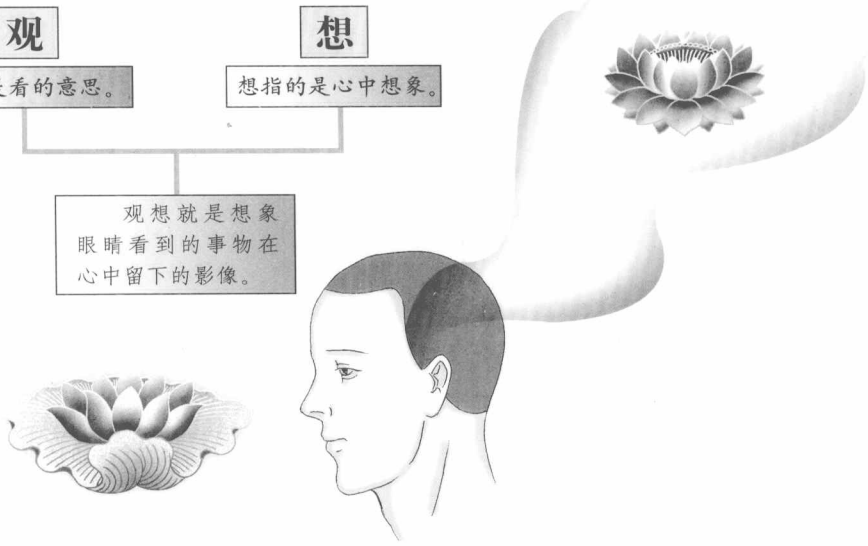
观

观就是看的意思。

想

想指的是心中想象。

观想就是想象眼睛看到的事物在心中留下的影像。



本尊观想的步骤

① **加持**：上师口授本尊的真言、咒语，得到加持。

② **观看佛像**：在面前放一幅精致的本尊画像，稍看片刻。

③ **排除杂念**：以舒适的姿势坐下，用一段时间来排除心中的杂念。

④ **开始观想**：观想本尊的形相，从脚部到头部，每一处细节都做观想，之后再观本尊的全身。

观想时间

可随修行者自身条件适当调整，不必强求过长的时间。

观想一般安排在白天，晚上容易导致昏沉，不利于观想。

观想方法

自生本尊：观想自己完全转化为本尊的形相。

对生本尊：观想本尊示现在面前的虚空之中。

注意事项

观想期间如觉劳累，可稍作休息。

本尊的形相变得模糊不清，可观察面前的画像后，再继续做观想。

⑤ **随时观想**：练习时间长了，只要一闭上眼睛，本尊就会出现。

本尊法步骤六

念诵真言

修持本尊法的方式虽然有很多，但是每一种修行方法都要身、口、意同时修持。口密的修行即持诵本尊的真言、咒语，有时是一心一意念诵本言真言，有时则是配合观想来念诵。

观想与诵咒

修持本尊法时，持诵本尊的真言、咒语也是非常重要的一种修行方法。任何一种本尊法，都要身、口、意三密同时修行。身密方面，要求修行者结本尊手印，有适当的坐姿；意密方面，要求修行者观想本尊或将心住于禅定之中；而在口密方面，即要求修行者持诵本尊的真言、咒语。持诵本尊真言有很大的利益，真言的声音能够使修行者的心更好地住于安静平和的状态之中，排除杂念的侵扰，在本尊法生起次第的修行中，对心性及修行能力的开发也有很大的帮助。

但是，持诵真言和观想本尊的修行方法也有所差异。藏传佛教重要祖师莲花生大师认为，要想修行出世间的成就，证得佛果，观想比较重要，因为观想可得见本尊示现，令修行者悟得本尊佛性，令三密相应。如果只想得到一些世间成就，达到息灾、增益、敬爱、调伏等世俗的功德事业，则持咒较为重要，需要持诵本尊咒语达到圆满的数额。

获得成就的持咒数目是因人而异的。持咒的目的是通过修持，生起信心，获得本尊的加持，并与本尊三密相应，最终获得解脱。一般来说，持诵本尊真言至少要修 100 万遍作为基础，但这并不表示念完 100 万遍就可以不再念。许多大成就者都是念诵几亿甚至十几亿次本尊真言才得成就的。

念诵真言的注意事项

首先，念诵本尊真言时，要对诸佛、菩萨有相当深的认识，能对其产生信心和敬仰之心，进而自内心发出欢喜心。

其次，念诵本尊真言时，心中不要存有思维、分别，不要加入自己的思想，也不要试图思考本尊的功德与特性。要专心一致，远离妄想，内心获得清净，不受烦恼习气和外部环境的干扰。

然后，以平静的心来感知平日对本尊德性的认知，以及日常生活中的体受，产生无比的欢喜、亲切，以与本尊融合在一起密不可分的感觉和心境，去持诵本尊的真言、咒语。

念诵真言的方法

修持本尊法时，持诵本尊的真言、咒语也是非常重要的一种修行方法。本尊法的修行要求三密相应，念诵本尊真言即可与本尊口密相应。持咒又可分为开口、莲花、金刚和瑜伽四种方法。



持咒



开口念诵（出声念诵）

眼微开，看鼻端，发声念咒，自己能听见即可。适于一般初学或昏沉散乱时，但比较伤气。

莲花念诵

观自心月轮上或自己舌心上有莲花，莲花上有白螺贝，从螺贝中发出妙音，产生念诵。

金刚念诵

唇齿不动，仅舌根弹动，即口合不出声，全身心地念诵。此法适于久持，易于打通气脉。

瑜伽念诵

心念耳闻，口舌不动，完全无声地默念，一般配合观照或观想。



手印

持咒应有手印，因咒语不同，手印也不同。若无法得知某一咒语的手印时，可用大定印代替。

咒音

真正持咒的人也讲咒音，最好是以梵语的原音发音，每一个音节在印度都有一定的意义。不过一切修持法门，以心为主，声音是其次的，因此发音的差异并不会有什么不良的后果。

加持

①声音太大；
②声音太小，自己都听不到；
③念得太快，没有字字分明；
④念得太慢；
⑤以散乱心念咒；
⑥边念咒边与人闲谈；
⑦少念咒字；
⑧多加入咒字。

持咒八忌

本尊法步骤七

回向

修行本尊法，无论是生起次第，还是圆满次第，都是以回向来结束。回即回转，向即趣向，所谓回向指的就是起大悲心救度众生，是佛教极为殊胜而独特的修行法门之一。

修行的正确动机

任何修行都必须要有正确的动机的态度。首先不要对修行的结果抱有任何期待，不要先预设立场，不要抱有任何期待。然后应发愿修行有所成就后，要利益众生。在密宗各本尊的修行仪轨中，对修行的动机都有所说明。修行者修某一本尊法，能否有所成就，动机是最至关重要的。在开始修法之前，修行者就应有利益众生之心，发愿使众生获得世间的利益——息、增、怀、诛以及出世间的利益——究竟成佛。

如果修行者抱有与他人竞争或妒忌、羡慕的心态，是无法修得成就的。比如修财神法，应发愿众生都能得财富，而不是与他人比富，不喜欢他人的财富比自己多，或者希望占有别人的财富。

回向

修行本尊法，无论是生起次第，还是圆满次第，都是以回向来结束。回即回转，向即趣向，所谓回向指的就是起大悲心救度众生，是佛教极为殊胜而独特的修行法门之一。回向的原理就如手拿一根蜡炬去引燃其他的蜡烛，原来的蜡烛的光亮不曾有所减弱，还和其他蜡烛的光融为一体，使室内更为明亮。也就是说，回向越多，自身的功德不会减少，能利益更多的众生，功德就更为殊胜。

修行结束、离开座位之前，心中必须真诚地想着，愿将禅修所得到的一切功德，或者一切美好体会及觉受（例如祥和、轻安、慈悲、烦恼减轻等）完全回向给一切有情众生，祈愿他们未来都能够开悟解脱。花些时间回想一下修行的理由和动机，然后将获得的能量及洞见回向给这些目标，以促成实现。清楚明白的回向能够让洞见在心里安定下来，也让目标更有可能达成。

回向文为：“以此善行诸功德，速证上师佛境地。引领众生尽无余，得证菩提登佛果。”

回向详解

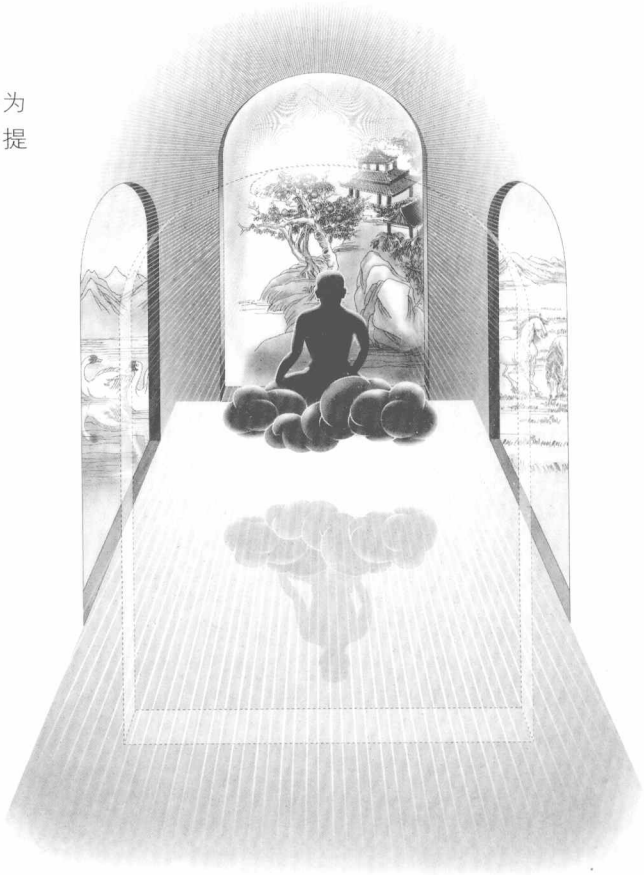
回即回转，向即趣向，所谓回向指的就是起大悲心救度众生，是佛教极为殊胜而独特的修行法门之一。



回向的原理就如手拿一根蜡炬去引燃其他的蜡烛，原来蜡烛的光亮不曾有所减弱，还和其他蜡烛的光融为一体，使室内更为明亮。也就是说，回向越多，自身的功德不会减少，能利益更多的众生，功德就更为殊胜。

三种回向

有人根据趣向将回向分为三种，即真如实际、佛果菩提和法界众生。



真如实际是所证

回自己之功德，趣求真如实际，也就是所谓的回事向理。

无上菩提是所求

回自己之功德，趣向佛果菩提，也就是所谓的回因向果。

一切众生是所度

回自己之功德，施与一切众生，也就是所谓的回自向他。

创造修行的环境

观想的空间和时间

如前所述，观想是本尊法修行最为殊胜的方法，是修行出世间成就，修成佛果的重要途径。本章最后两节便对观想作详细的介绍，内容包括观想前的准备、观想的次第等。

场地的选择

对于刚刚开始修本尊法或注意力不容易集中的人来说，选择一个安静、无人打扰的地方进行修行，有助于更好地进行观想。比如在家中单独辟出一个房间或角落用于禅修，这样可以排除家人、朋友的干扰，避免因周围的人或事影响专注力，心才能保持清静。修行的地方不一定是一个完全隔绝外界的空间，但最好可以避免噪声的干扰，如房间里最好不要有电话，以免电话铃声响起打扰修行。

修行的房间尽量要保持简单整洁，不要太过杂乱，以免杂物闯入视野之中，干扰修行。房间内可以在地板、床或沙发上放个坐垫，前面放一张桌子，桌上放置本尊的画像及香花、香烛等供养。或者在房间内设一个佛龛，并在龛前放置供品。这些只是禅修的相关设备，可以起到激励人心的作用，并不是必需的。

时间的选择

观想的时间可选在一天当中头脑最清楚、注意力最集中的时候。不论早上或黄昏，都可以进行观想。但是，观想不是打盹或者迷迷糊糊地打坐，而要在保持充分清醒的状态下进行。因此不可在早上未睡醒或晚上进入昏沉状态时进行观想。

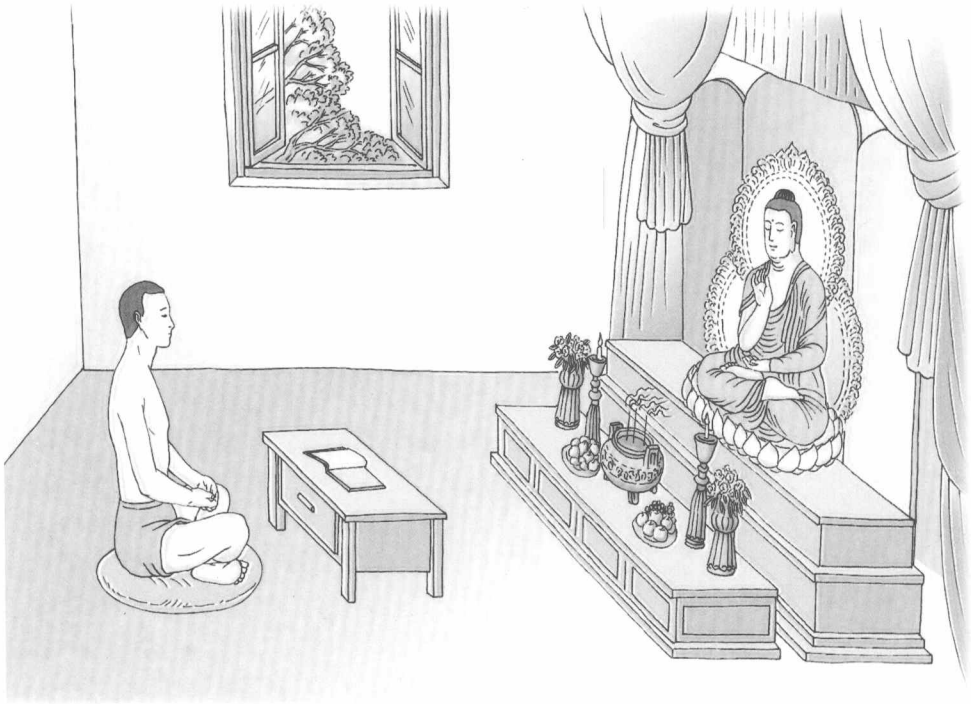
选好观想的时间后，最好能有规律地进行修行。每日的同一时间都进行一次观想，或至少每周数次。若闲置数周或数月不做，那就会前功尽弃，必须重新开始。至于一次观想的时间，则可依修行者个人的情况作调整，但初学者切不可贪多、贪快，开始时只做 10 到 20 分钟的观想即可。等到观想能力较为成熟之后，再将时间延长。

另外，在观想前，除了上香、礼拜、供养之外，修行者还可以先持诵净三业真言或百字明咒来消除业障，减少干扰。然后再诚心而恭敬地念诵要观想的本尊的佛名或真言，使心进入平静的状态，然后再开始进行观想。

选择修行的场所

选择适宜的场所进行修行，对于初学者来说是十分必要的。一个清静的修行场所主要应注意以下几个方面。

基本要求	①安静隐蔽	②适于独处	③陈设简单	④相对固定
	修行的地方最好保持安静，避免噪声干扰，尽量减少因外物而引起分神。	最好利于独处，避免受到他人的打扰，减少因家人、朋友的言行而使修行受到影响。	房间设置不宜过于豪华或杂乱，只要布置几件需要的物品，如供桌、佛像等即可。	修行最好有固定的场所，在同一地方修行，可以让修行者更快进入状态。



简单陈设	①坐垫	②供桌	④佛像	④供养
	摆放合适的坐垫或坐椅，可以让修行者打坐时间更长一些。	摆放供桌，以陈设修行本尊法必要的佛像、供养等。	在供桌上摆放本尊的画像，有助于修行者进行观想。	在供桌上摆放净水、香烛、花果等供养。

领悟佛性的过程

观想的方法与次第

观想本尊首先要对本尊有一定的了解，然后进行初步的观想。等到观想熟练之后，再观想本尊与自己合而为一，并渐渐能与本尊相应，得到本尊的慈悲加持与护念。

观想时的姿势

选择姿势的主要标准不是别人怎么说它，而是它是否适合自己，选择一个对自己最为恰当的姿势，才会真正有助于观想的进行。修行者可以跪着、盘坐或直接端坐在椅子上，双手可合掌置于胸前，也可安放在腿上。无论以哪种姿势、手印做观想，关键在于要能持久，并使心灵自然生起恭敬与专注。

观想的方法和过程

刚开始修习观想时，可以睁着眼睛，观察面前供桌之上的本尊画像，看清本尊的形相。先看本尊的手印和法器，然后再看本尊的形态轮廓，例如本尊身体颜色、手臂数目、身体的姿势以及他的坐骑或宝座的样子。接着，再看较为细节的部分，如本尊所穿的衣服、所戴的饰品，以及本尊旁边和身前身后的诸多景象等。最后看本尊庄严的脸部圆满相，领会其面相是本尊的慈悲、安详的德性的体现。

观想的过程可依由大至小、由粗至细的次第。开始时先睁眼看几秒钟画像，然后再闭眼观想，等到本尊的形相模糊时，再睁眼看一下。这样反复练习，本尊的形相就会越来越清晰。等到熟练之后，再观想本尊与自己合而为一，且本尊的身即是自己的身，本尊的口即是自己的口，本尊的意即是自己的意。至诚恭敬地全力观想，渐渐与本尊三密相应，得到本尊的慈悲加持与护念，生起慈悲、清明、喜悦等觉受。

当修行到有慈悲、清明、喜悦的觉受时，修行者应安住于这种觉悟的境界之中，不取不舍。不必刻意加强或延长这种觉受，要任其自然发生与消失。更不可对这种美好的觉受有所贪图和欲求，这样反而会破坏原本灵明的觉性。

最后，当观想结束时，先将自己、本尊以及观想的一切景象，都观为空性，化于虚空之中。然后双手合掌，将刚刚供养、礼佛、念佛、观想等的一切功德回向给一切有情众生。然后便可起座、礼拜，结束这次观想。

观想时的坐姿

佛教修行时的姿势，最主要的是要选择能令自己感到舒适的姿势。一般来说，最为常见的坐姿是全莲坐和半莲坐。



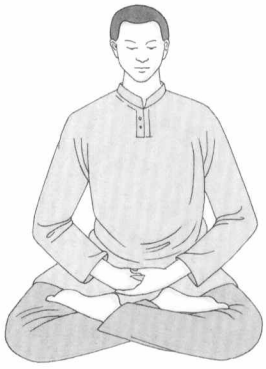
全莲坐（又称双跏趺坐）

不动金刚坐

先将左脚放在右腿上，再将右脚放在左腿上。

如意吉祥坐

先将右脚放在左腿上，再将左脚放在右腿上。



半莲坐（又称单跏趺坐）

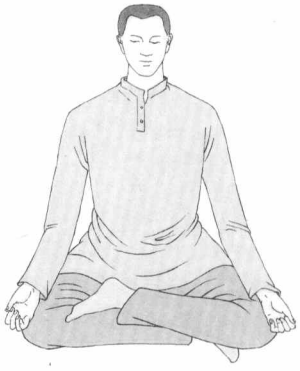


金刚坐

只将右脚置于左腿上，不需再将左脚置于右腿上。

如意坐

只将左脚置于右腿上，不需再将右脚置于左腿上。



第肆章

佛部本尊

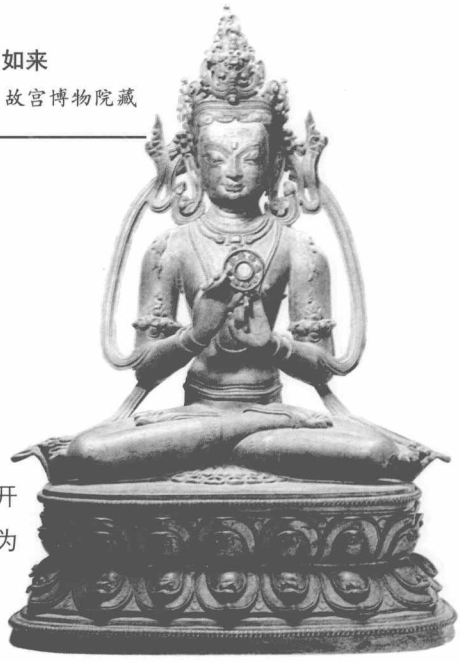
本章介绍的是佛部的本尊。佛即佛陀，意为觉者、知者，是佛教修行的最高果位。本章介绍的佛部本尊包括大日如来、释迦如来、阿弥陀佛、药师佛等。

本章图版目录

金刚界大日如来/133
胎藏界大日如来/135
一切智大日如来/137
释迦如来/141
佛陀生平/143
释迦如来本尊法之准备阶段/145
释迦如来本尊法之正式修行/148
阿弥陀佛/151
阿弥陀佛的12种称号/153
阿弥陀佛本尊法/156
燃灯佛/161
过去世最有名的佛/163
多宝佛与多宝塔/165
阿閦佛/167
阿閦佛名号的功德/169
药师佛/171
药师佛十二大愿/173
药师七佛大愿/175
药师佛本尊法/177
药师七佛修法/179
大通智胜佛的十六弟子/183
日月灯明佛/185
不空成就佛/187
不空成就佛座下的大鹏金翅鸟/189



大日如来


大日如来
黄铜像 11世纪 故宫博物院藏

佛名：大日如来
密号：遍照金刚
适合修行的人：
属相为羊、猴的人
三月、四月生人
二十七、二十八日生人
希望获得智慧之人
本尊功德：大日如来代表法界智慧，能开启众生本具的佛性，使众生转烦恼为智慧，具足究竟安乐的诸佛智慧。

大日如来是密宗最根本的本尊，也是密宗教理的核心，是密宗将宇宙实相佛格化的根本佛，他代表最高的佛教智慧。修大日如来本尊法，可得贵人扶持，开启智慧，成就事业，大展宏图。

大日如来的佛名

大日如来梵名Mahavairocana，音译作摩诃毗卢遮那，又称为毗卢遮那佛、最高显广眼藏、遍照王如来、光明遍照、大日遍照、遍一切处、遍照尊等。“摩诃”是“大”的意思，“毗卢遮那”则是“日”的意思，故意译作大日如来。另外，“毗卢遮那”有光明遍照的意思，因此又称为遍照如来。

根据《大日经疏》卷一的记载，大日如来的名称有三种意义：

一是除暗遍明之义。书中将大日如来与世间的太阳作比较，说明太阳只能照于处所外而不能照于内，只能照于昼而不能照于夜。而大日如来的智慧则不是这样，能遍照一切处而作广大照明，没有内外昼夜的分别。以“日”为喻，只是取其少许相似之处，故加“大”字于前，称为大日如来。

二是众务成办义。大日如来智慧之光遍照法界，能平等开发无量众生的善根，乃至成就世间和出世间种种殊胜事业。

三是光无生灭义。众生的佛心之日即使为无明所覆障，但不会消灭；即使住于究竟如法实相三昧圆明之中，也不会有所增加。

密宗最根本的主尊

大日如来是密宗最根本的本尊，也是密宗教理的核心，是密宗将宇宙实相佛

金刚界大日如来

金刚界大日如来密号为遍照金刚、无障金刚，象征摧坏众生烦恼，表示其坚固不坏，代表如来智慧的世界。

形相

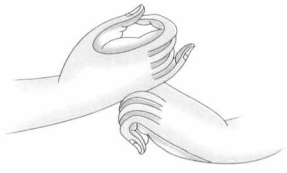
身白色，现菩萨形，头发下垂，戴五智宝冠，身上有手镯、臂钏、璎珞等装饰品；结跏趺坐于七狮子座上。



种子字



手印



双手结智拳印，即左手食指伸直，用右手的手掌把它握住。

格化的根本佛，也是一切诸佛、菩萨所出之本原、所归之果体。如来智慧之光遍照一切处，能使无边法界普放光明，开启众生本具的佛性，成办世间和出世间的事业。

大日如来的身、口、意遍及虚空，演说如来三密及密宗的甚深教义。《大日经疏》卷一中说，大日如来可分本地法身与加持受用身两种。本地法身指如来的自证极位，加持受用身指说法教主。两者并无分别。大日如来以身平等之密印、语平等之真言、心平等之妙观为方便秘密加持为所入之门，所以加持受用身即指毗卢遮那遍一切身。

金刚、胎藏两部主尊

大日如来为金刚界、胎藏界两部曼荼罗的主尊，但大日如来的形相和姿态在这两部曼荼罗中略有不同。

金刚界大日如来密号为遍照金刚、无障金刚，象征摧坏众生烦恼，表示其坚固不坏，代表如来智慧的世界。金刚界大日如来身白色，现菩萨形，头发下垂，戴五智宝冠；双手结智拳印，即左手食指伸直，用右手的手掌把它握住；戴着手镯、臂钏、璎珞等装饰品；结跏趺坐于七狮子座上。金刚界大如来的种子字为鋡（vam），三昧耶形为率都婆（五钴）。

胎藏界大日如来密号为遍照金刚，为中台八叶院中央的理法身，也现菩萨形，头挽发髻，戴五佛宝冠；身黄金色，缠轻妙之衣；结法界定印，即左手在下，右手在上，两拇指相抵；坐于八叶莲花台上。胎藏界大日如来种子字为啊（a），三昧耶形为率都婆或如来顶印。

四面大日如来及其他

在形相方面，大日如来尚有四面的造像。这是因为大日如来为五方佛的中央主尊，为遍法界身，因此可同时向四方的四佛宣说四智印，故作四面之形相。《金刚经经义诀》中说："四面毗卢遮那者，鋡（vam）字轮中法身如来，四面圆满，向四方作三昧耶相也。"在藏传佛教中，四面大日如来极为常见，又称为一切智大日如来。

另外，《大日经》中说，大日如来还化现成执金刚菩萨、普贤菩萨和莲花手菩萨，于十方世界宣说真言妙法，普度一切众生。执金刚菩萨代表降伏，普贤菩萨代表息灾，莲花手菩萨则代表增益。三位菩萨的广大力用，代表大日如来不可思议的无量功德。

大日如来的修持仪轨非常复杂，修持大日如来本尊要求多、难度大，藏地寺院完整做一次大日如来修法仪轨，至少要五到八个小时。正因如此，大日如来本尊的修持传承和修行者都较稀少。

胎藏界大日如来

胎藏界大日如来密号为遍照金刚，为中台八叶院中央的理法身，代表圆满究竟的无上佛智。

形相

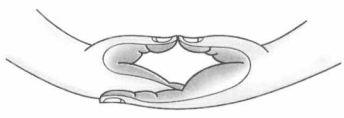
现菩萨形，头挽发髻，戴五佛宝冠；身黄金色，缠轻妙之衣，坐于八叶莲花台上。



种子字



手印



结法界定印，即左手在下，右手在上，两拇指相抵。

种子字为：



金刚界大日如来真言为：

梵文    

汉字 唵 缚日罗 驮睹鑁

意义 归命 金刚 界 鑁（大日的种子）

梵文   

汉字 缚日罗 枳惹南 啊

意义 金刚 智 阿（大日的种子）

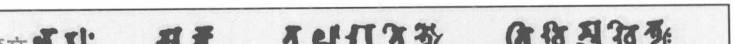
梵文    

汉字 鑁 吽 怛洛 缬唎 恶

意义 金刚界的五智五佛 东方阿閦如来 南方宝生如来 西方无量寿如来 北方不空成就如来

胎藏界大日如来真言为：

①无所不至真言

梵文 

汉字 南谟 萨婆 怛他孽帝弊 微湿缚日契弊 萨婆他 啊 啊 暗 恶

意义 归命 一切 如来 金刚 界无上 供养 普遍 平等 哗

②满足一切智智真言

梵文 

汉字 南谟 三满多勃驮喃 啊 味 罗 斛欠

意义 归命 一切 如来 金刚 界无上 供养 普遍 平等 哗

一切智大日如来

一切智大日如来即四面大日如来，在藏传佛教中极为常见，四面即代表大日如来为五方佛的中央主尊，为遍法界身，因此可同时向四方的四佛宣说四智印。

手印



双手作法界定印，持法轮。

形相

身白色，四面双臂，头戴五佛宝冠，身着翠绿天衣，面色安详，结跏趺坐于莲花台上。



相关链接

五方佛

金刚界和胎藏界中，都有五方佛的说法，但所指各有不同，分别如下：

金刚界五方佛	中央大日如来、东方阿閦佛、南方宝生佛、西方阿弥陀佛、北方不空成就佛
胎藏界五方佛	大日如来、宝幢如来、开敷华王如来、无量寿如来、天鼓雷音如来

唐卡鉴赏——五方佛



❶一切智大日如来

中央主尊为一切智大日如来，身白色，四面双臂，头戴五佛宝冠，身着翠绿天衣，面色安详，双手作法界定印，持法轮，结跏趺坐于莲花台上。

❷宝生佛

左上方为黄色的宝生佛，居于南方欢喜世界，可净除众生的傲慢心，使之具有平等性智。

❸阿弥陀佛

右上方是红色的阿弥陀佛，居于西方极乐世界，可净除贪欲心，使众生具有妙观察智。

❹阿闷佛

左下方是蓝色的阿闷佛，居于东方妙喜世界，能净除嗔怒心，使众生具足大圆镜智慧。

❺不空成就佛

右下方是绿色的不空成就佛，居于北方业具足刹土世界，能净除嫉妒心，使


1
2
3
4
5

释迦如来


释迦如来
黄铜 清代 故宫博物院藏

佛名：释迦如来

密号：寂静金刚

适合修行的人：

三十日生人

希望息灾、除障的人

本尊功德：释迦如来佛悲心持重，誓愿于秽土成佛，济度众生，除一切障难，治一切病痛，护佑众生最终成就佛道。

释迦如来是佛教的创始人，也就是我们平常所说的佛祖、佛陀，他放弃王位，潜心修行，一生弘传佛法。修释迦如来本尊法，可得佛的护佑，避开灾难，去除病痛，消解烦恼。

释迦如来的功德

释迦如来的梵文为 Sakyamuni，音译为释迦牟尼，原名悉达多·乔达摩，又称释迦、佛陀、佛祖、世尊、释尊等。其中“释迦”是其所属部族的名称，有能、勇的意思，“牟尼”意为文、仁、寂默，所以又称为能寂默、释迦文佛等。

释迦如来佛为此婆娑世界的佛教教主，为佛教的创始人。他悲心持重，在往昔修菩萨道时，不取净土而发愿于秽土成佛，一生弘传佛法。在诸多修法中，释迦如来法常作息灾之法，能避一切障难，除一切鬼病，治一切病痛，息除众生的灾疾，疗愈众生的烦恼痛苦。

释迦如来的形相

常见的释迦如来形相有坐像、立像和卧像三种，其中又以坐像居多。释迦如来为坐姿时，其形相一般是左手横放在左足上，结禅定印，右手伸直下垂，结触地印，或双手结说法印，结跏趺坐在宝座上。

释迦如来的立像则通常是左手下伸，结与愿印，右手屈臂上伸，结施无畏印。卧像并不多见，一般是侧身微屈膝而卧，左臂平放在腿上，右臂枕在头下。

释迦如来

释迦如来密号寂静金刚，为现在世佛教教主，为佛教的创始人。以释迦如来为本尊，能避一切障难，息除众生的灾疾。

持物



莲花象征清净无染

形相

黄金色，左手横放在左足上，结禅定印，右手结与愿印，结跏趺坐在宝座上。



手印



左手结定印，
象征禅思的定力。



右手结与愿印。

种子字



在胎藏界曼荼罗中，释迦如来位于释迦院中，身黄金色，着赤色袈裟，双手当胸前结说法印，结跏趺坐在莲花之上。密号为寂静金刚，三昧耶形为钵形。

释迦如来生平

2500 年前，释迦如来生于北印度释迦国的王室，根据当时的习俗，在很年轻时候，他和美丽而忠诚的年轻公主耶输陀罗结了婚。青年的王子在皇宫里过着随心所欲的豪奢生活。

据说在王子 29 岁的时候，有一次出游时在城镇的东门处遇到一位老人，领悟到老的痛苦；在南门遇到一个病人，领悟到了病的痛苦；在西门看到一具尸体，领悟到死的痛苦；在北门遇到一位修行者，被其崇高的精神所折服。他见到人生的痛苦，下定决心要找出一个方法，来解决这遍及世间的苦恼。于是，王子离开家人，开始在森林中修行。

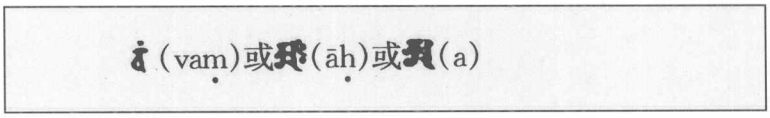
王子在恒河流域行脚六年，拜访了许多大师，研习他们的理论与方法，修炼最严格的苦行，但这一切都不能使他满意。于是他放弃了所有传统的宗教和修炼方法，自己另辟蹊径。在 35 岁时的一天晚上，他坐在尼连禅河边的一棵菩提树下，终于达到证悟之境。人们都称他为佛陀，也就是觉者的意思。

之后，释迦如来在鹿野苑为与他一同进行修行的五位行者做了第一次的说法。从那之后的 45 年中，他都用来解说了悟自心、处理问题、培养慈爱与悲悯的方法，也就是得证的方法。他的教法就像流水般，随着听者的需求、才质、个性而调整，以善巧的手法引导听者，让他们可以朝着对实相的究竟本质有所理解的方向前进。

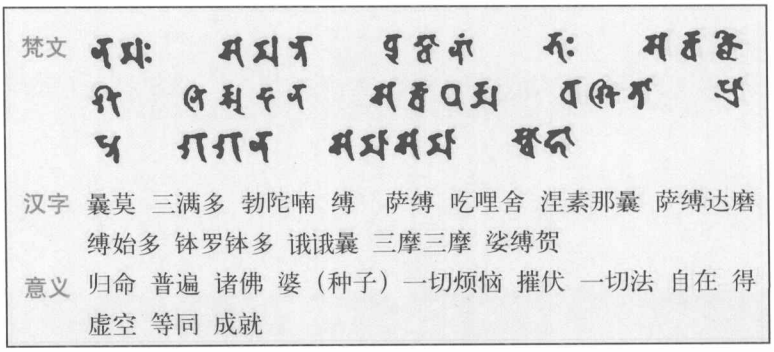
在 80 岁时，佛陀逝于拘尸那罗。

种子字和真言

种子字为：



真言为：

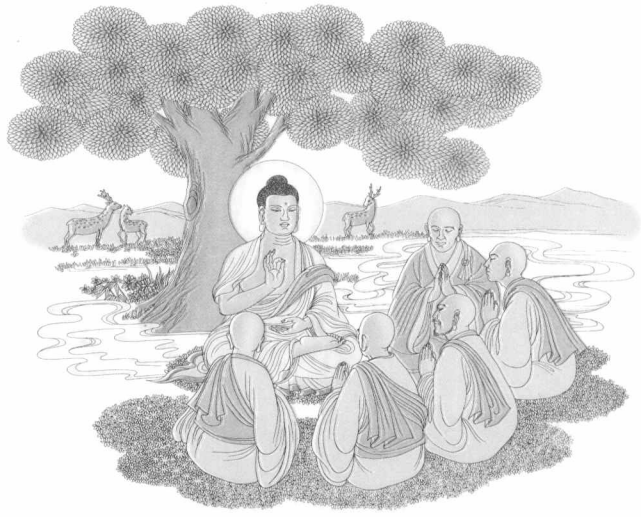


王子诞生



王子诞生	传说，佛陀在印度蓝毗尼园的一棵无忧树下，从母亲的右胁降生。他于十方周行七步，朵朵宝莲自他足底涌现。
离世出家	在29岁之时，王子四门出游，了解到人生的痛苦，决定出家修行。之后他在尼连禅河畔做了六年的苦行。
悟道成佛	35岁时，他在佛陀迦耶的菩提树下静坐修行时，终于大彻大悟，悟道成佛。
广转法轮	佛陀悟道后，在鹿野苑初转法轮，之后便四处传法，度化众生。
证入涅槃	80岁时，佛陀在拘尸那罗城外的两株娑罗树中间，寂然入定，安详而逝。

广转法轮



释迦如来修法

（1）布置佛坛

选择修行的房间内一处清静、干净的地方布设佛坛，以积聚功德。在供桌上安放代表佛的身、口、意的物品。代表佛身的是释迦如来佛像，除此之外，还可以供上一尊祖师像，如宗喀巴大师像；代表佛口的是佛经，例如《菩提道次第广论》或《大品般若经》等，佛经应放置在佛坛的左边，也就是佛像的右手边；代表佛意的是佛塔，放在佛坛的右边。

佛坛是修行者借以积聚功德的对象，应保证佛坛不会染尘。在每一次修行前，都应打扫一下，以表示尊重。打扫时应以一束孔雀翔等羽毛轻轻拂拭佛像，而不应以手直接触摸。保持佛坛的清净，还要保证佛坛附近没有人在抽烟、饮酒或有葱、蒜、肉的气味。

在佛坛上放上清净的供品，如清水、花、明灯及香等。

（2）皈依、发菩提心和四无量心

在佛坛前坐好，先看一下佛像，然后想象自己身处净土之中，检查自己修行的动机，培养为众生利益而欲成佛的菩提心，并以此作为修持的动机。然后先修皈依，这是任何佛教修法都必须修的步骤。

修皈依，心中想着三宝在前，而不作具体形相的观想，把心思用于培养至心的依止上，念诵皈依文："皈依上师，皈依佛，皈依法，皈依僧。"也可以念诵皈依及发心偈："行者皈依直至成正觉，佛陀正法以及圣僧众。因作布施等诸修持故，愿证佛境利普有情生。"前一句是皈依，后一句则是发菩提心文。皈依文可自由选择，念诵次数一般为三次。然后念诵四无量心文，尝试在心中生起慈心、悲心、喜心及平等心。

（3）七支供

七支供指的是礼拜、供养、忏罪、随喜、请法、请长住及回向七支修持。七支供的修行是为了净除心中的负面能量，并积累功德，获得正面能量及洞见。藏传佛教认为，积累资粮的无量法门全部可以包括在七支供中。

念诵修持文为："我以身语意虔敬顶礼，献上实设、意变供养云，发露无始以来所造恶，随喜圣者凡众诸功德。祈请住世直至轮回止，并请为利众生转法轮，自他功德回向大菩提。"

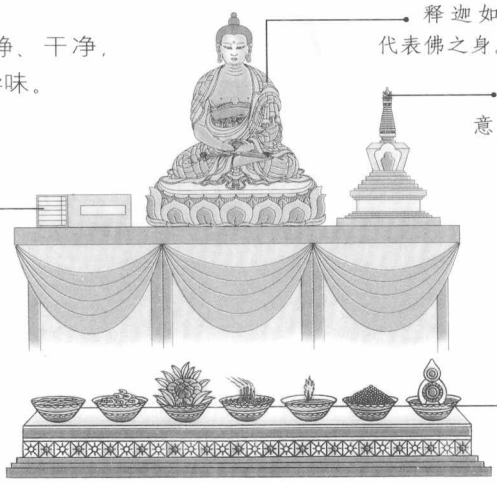
顶礼本尊，分身、语、意三种方式。身顶礼即身体做礼拜，或诚心合掌，低头恭敬；语顶礼即口中念诵顶礼句或祈祷文；意顶礼即诚心恭敬意念上师三宝的功德。

释迦如来本尊法之准备阶段

释迦如来本尊的修行仪轨有不同的传承，有的传承较为繁杂，这里介绍的是源于印度的一个较短的修行仪轨，具体如下：

1 布置佛坛

房间应清静、干净，不要有杂物或异味。



释迦如来像代表佛之身。

佛塔代表佛之意，放在佛像右边。

佛经代表佛之口，放在佛像左边。

供品可以是清水、花、明灯及香等。

2 皈依、发菩提心和四无量心

检查修行的动机。 → 念诵皈依文三次。 → 念诵皈依及发心偈三次。 → 念诵四无量心文。

3 七支供

礼拜	身体做礼拜，或诚心合掌，低头恭敬。口中念诵顶礼句或祈祷文。诚心恭敬意念上师三宝的功德。
供养	将献给皈依对象的实物放置在佛龛上，或观想为本尊献上各种供养。
忏罪	向诸佛菩萨上师三宝诚心发露，忏悔自己所造的一切业障。
随喜	随顺他人的欢喜，成为自己的欢喜，或见他人所做的功德善事，自己心生欢喜。
请法	请诸佛到面前来为众生讲经说法，教导破迷开悟和离苦得乐的教法。
请长住	请求诸佛住世为众生讲经说法，教导破迷开悟和离苦得乐的教法。
回向	将修行所积聚的功德回向给一切众生。

供养本尊可分实物供养和意幻供养，实物供养就是献给皈依对象的实物，像放置在佛龛上的物品就属于实物供养，而意幻供养则是观想为本尊献上各种供养。

忏罪的修行必须具足四力，即追悔曾作恶业、依止三宝祈求净化、修持以作忏净及誓愿不再作恶业这四力。随喜是对佛陀、三宝等之利生事业生出欢喜心，把他人的欢喜当做自己的欢喜。请求诸佛转法轮及请求诸佛住世，求诸佛教导证悟之道，通过观想来完成。最后是回向的修行。

（4）观空性

开始正式修行时，首先要观空性，念诵空性咒：

唵 森巴华 淑打 沙华 达玛森巴华 淑多 杏

念诵咒语的同时，思考参详空性。空性指世间万物都是由因缘和合而成，随着因缘的变化而生灭，因此任何事物都没有所谓的“绝对本质”，也可称为“性空”、“空”。也就是说，所有存在的一切现象是因为因缘和合而生起，没有独存性的东西，因此也就没有自成的、常住的、独立的自性。

（5）观想佛陀

观想在对面的虚空中，或距离自己头顶横排四指的上方虚空中，有一个由八头雪狮子托起的宝座，宝座上面有一朵盛开的莲花，莲花的中心是一个平躺的藏文或梵文“阿”字，“阿”字化为月轮。月轮上有一个金黄色的竖立的“吽”字，在一刹那后，变成了释迦如来佛的样子。

观想释迦如来的身体呈金黄色，结跏趺坐在月轮之上；右手放在右膝上，作触地印，中指刚好触得到月轮；左手作禅定印，手上托着一个僧钵；身着三衣袈裟；具足三十二相、八十种好。

观想释迦如来佛是由光形成的通明身相，他身上的每一个毛孔内，就是一个佛陀的净土。观想从佛陀的身体放出光芒，化出千千万万的化身，在不同的宇宙里进行利益众生的事业，完成利益众生的事业后再融回到佛身之中。

（6）观想慧身融入

修行者观想的本尊形相只是本尊的三昧耶身或者称为誓身，所以接下来还有一个召请佛陀的慧身融入观想的三昧耶身的修行过程。实际上，佛陀遍布虚空的每一微尘之中，并不存在召不召请、融不融入的分别。但对初学者而言，召请慧身融入可以坚定、强化修行者的信念。

念诵咒语：“班扎萨马扎渣吽班嚎。”同时观想佛陀心间有一个莲花月轮，上面竖立着一个金黄色的“吽”字，“吽”字放射出无数光束，照至十方佛土。祈请诸佛土中的佛陀圣众前来。观想诸佛心间化出的无数化身，随着光束的收回，

来到三昧耶身的上方，大的如山，小的如一颗芥子。无数化身两两融合，然后再两两融合……最后，只剩下一尊佛身，处于三昧耶身的正上方虚空中。

观想汇合诸佛慧身合一的佛身降下，融入到原先观出的三昧耶身释迦如来佛身之中，两者合为一体，无二无别。

（7）观想三密相应

观想本尊的头顶、喉间、胸前分别有白色的“唵”字、红色的“阿”字和蓝色的“吽”字。在胸前的“吽”字周围顺时针排列着释迦如来佛的咒语，真言的每个字也是竖立的，第一个字“唵”刚好面对月轮中央的“吽”字。真言的颜色为金黄色，正面面向中央的“吽”字。字与字之间没有太大的空隙。

念诵释迦如来佛的真言，同时观想释迦如来佛的心间“吽”字及真言，不断涌出白色的甘露，进入自己的身体。真言及种子字是金黄色的，甘露却是白色的。甘露涌出进入己身有两种观想方式，一为观如水喉般贯入身体，一为观如毛巾从水中取出时猛力滴水。

观想自己的罪业化为污水等，病疼化为脓血等，魔障化为蛇、蝎及蛤蟆等毒虫，全部被冲出体外。多做几次这样的观想后，再观甘露从身体下方进入身体，充满自己的身体，令自己得到佛的加持，自己的智慧、善心、慈心、悲心、菩提心、功德、寿命等得到增长。同时念诵佛陀的真言。

（8）回向

结束修行时，念诵回向文，把修行的功德回向给一切众生。

释迦如来本尊法之正式修行

4 观空性

念诵空性咒，同时思考空性：世间万物都是由因缘和合而成，随着因缘的变化而生灭，因此任何事物都没有所谓的“绝对本质”。

5 观想佛陀



❶观想对面或头顶的虚空中有一个八头雪狮托起的宝座。

❷宝座上有盛开的莲花，中央平躺一个“阿”字，化为月轮。

❸月轮上有一个竖立的金黄色“吽”字，化为释迦如来。

❹观想释迦如来的形相、手印、持物等。

❺观想佛身放出光芒，化出千万化身，利益众生，最后再融回佛身。

6 观想慧身融入



❶观想佛陀心间有一个莲花月轮，上面竖立着一个金黄色的“吽”字。

❷“吽”字放射出无数光束，照至十方佛土，祈请诸佛土中的佛陀圣众前来。

❸观想诸佛心间化出的无数化身，随着光束的收回，来到三昧耶身的上方。

❹无数化身两两融合，然后再两两融合……

❺最后，只剩下一尊佛身，处于三昧耶身的正上方虚空中。

❻观想汇合诸佛慧身合一的佛身降下，融入到原先观出的三昧耶身释迦如来佛身之中。

念诵咒语：『班扎萨马扎渣吽班嚎。』

7 观想三密相应

念诵释迦如来佛真言。

❶ 观想释迦如来咒轮。

头顶有白色“唵”字；
喉间有红色“阿”字；
胸前有蓝色“吽”字；
“吽”字周围围绕着释迦如来的真言。

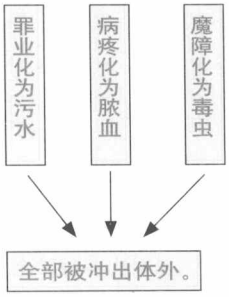
❷ 观想甘露流入身体。

观想佛胸前的“吽”字及真言涌出白色甘露，进入自己的身体。

真言及种子字是金黄色的，甘露却是白色的。

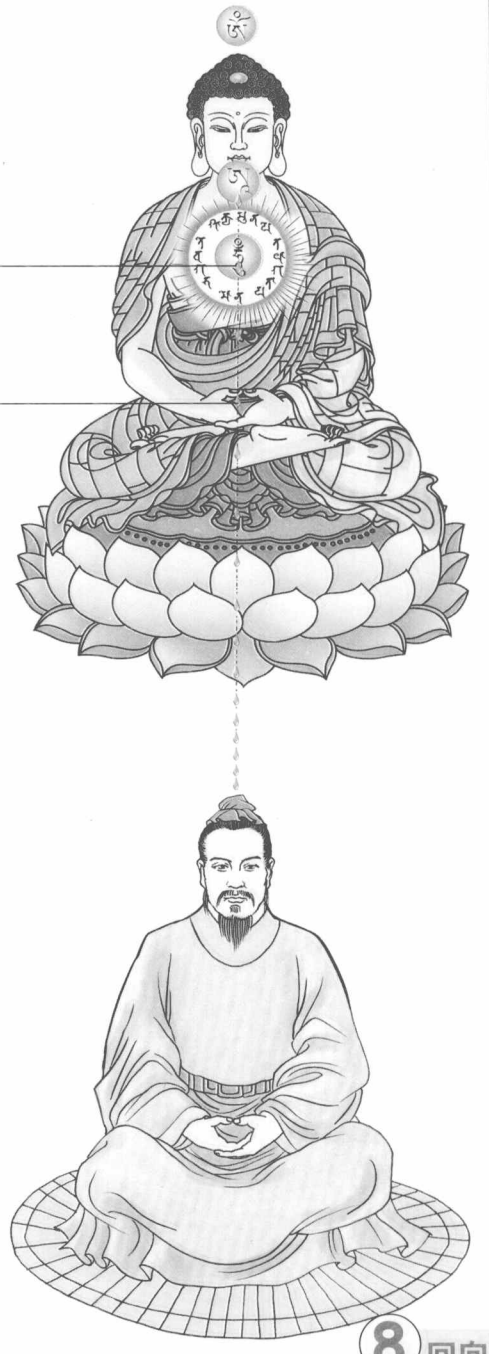
甘露如水滴一般，或如水喉一样贯入身体。

❸ 观想净化罪业。



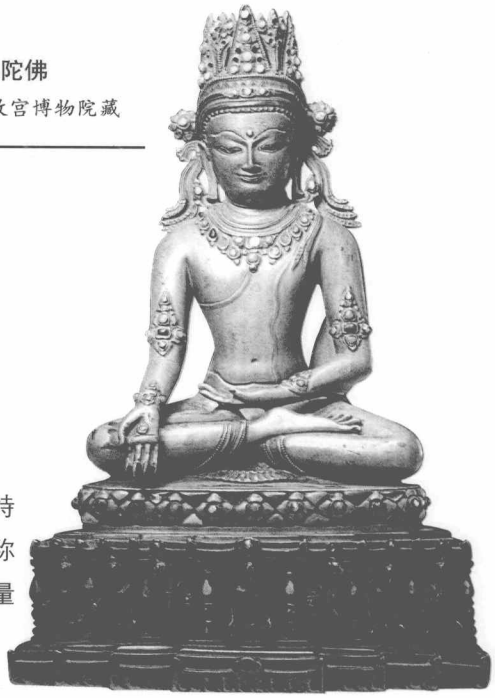
❹ 再观甘露。

观想从身体下方进入身体，充满自己的身体，同时念诵佛陀的真言。



8 回向

阿弥陀佛



阿弥陀佛
黄铜 10世纪 故宫博物院藏

佛名：大日如来
密号：清净金刚
适合修行的人：
属相为狗、猪
九月、十月生人
十五日生人
希望得人敬爱、延长寿命的人
本尊功德：阿弥陀佛为具足敬爱钩召之特德，能使一切众生欢喜满足。又称为无量寿佛，能护佑众生圆满无量寿命。

阿弥陀佛是一位在汉传和藏传中都有很高知名度的佛，是西方极乐世界的教主，以他的无量愿力普度众生。修阿弥陀佛本尊法，可得到他的守护，一生安乐，逢凶化吉，并在死后往生极乐世界中。

阿弥陀佛的功德

阿弥陀佛梵名 Amitaba 或 Amita-buddha，汉译为无量光或无量寿佛，为西方极乐世界的教主，莲花部部主。在汉传和藏传佛教中，阿弥陀佛都占有极为重要的地位。

在金刚界五方佛中，阿弥陀佛位于西方，身红色，代表怀爱钩召之特德，为敬爱法的主尊，能使一切人生愉悦欢喜。因其具足钩召摄持之德，故能调伏众生的贪性。阿弥陀佛的极乐世界有无量光明、无量寿命，极乐世界中的众生，寿命可以不断的延续。在藏传佛教中，阿弥陀佛又与尊胜佛母、白度母一起被称为长寿三尊，能增长众生的帮命及福德智慧。

阿弥陀佛的形相

藏传佛教中，阿弥陀佛的形相一般为身红色，一头二臂，盘发成髻，戴五佛宝冠；上穿天衣，下着绸裙，身佩珍宝璎珞，具足一切报身佛的种种庄严；双手结定印，即左手向上置于脐间，右手向上叠于左手之上，两手拇指稍微相对贴合；手上置长寿宝瓶，结跏趺坐于莲花月轮之上；宝座由象征贪欲的八只孔雀抬着；宝座的左右为阿弥陀佛两大胁侍，即观世音菩萨和大势至菩萨。

阿弥陀佛

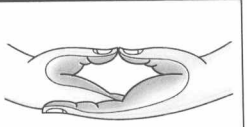
阿弥陀佛密号清净金刚，为西方极乐世界的教主，莲花部部主，又称为无量寿佛、无量光佛，在大乘佛教地区，许多人修阿弥陀佛法以求延年益寿。

形相

身红色，盘发成髻，着天衣，佩珍宝璎珞，双手结定印，持长寿宝瓶，结跏趺住于莲花月轮之上。



手印



双手结定印，即左手向上置于脐间，右手向上叠于左手之上，两手拇指稍微相对贴合。

	种子字	三昧耶形
金刚界		 莲花
胎藏界		 初开的莲花

此外，阿弥陀有时作站立姿，形相为左手曲肘当胸，掌心向上，平托一小型莲台，象征接引往生的人住于莲台；右手下垂，手掌向前，伸直并拢五指，结与愿印，意在满足往生之人的一切愿望。

阿弥陀佛的故事

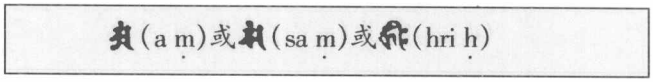
据《无量寿经》卷上记载，在过去久远劫，世自在王佛（意为救度世间众生而得自在的佛，是过去佛之一）住世时，妙喜国的一位国王闻佛说法，心中非常欢喜，发起无上道心，舍弃了王位，出家为沙门，法号法藏。法藏在世自在王佛处修行，历经五劫，发殊胜四十八愿，誓愿建立集法界净土所有庄严的极乐世界。此后，法藏不断积聚功德，而距今十劫之时，愿行获得圆满，成为阿弥陀佛。

阿弥陀佛的根本愿力在十方佛土中，是第一位的，他所在的极乐净土也是最为殊胜、最为微妙的。阿弥陀佛至今仍在其净土说法，接引念佛之人往生西方净土，故又称接引佛。

种子字、真言及其他

藏传佛教以阿弥陀佛象征大日如来法身之妙观察智，又称为甘露王。在金刚界曼荼罗中，又称为受用智慧身阿弥陀如来，身黄金色，结三摩地印，种子为遮(hrih)，密号清净金刚，三昧耶形为莲花。在胎藏界曼荼罗中，又称为无量寿如来，身为白黄色或真金色，闭目，身着轻衣，跏趺坐于莲台上，结入定印，种子为𑖦(sam)，密号清净金刚，三昧耶形为初开的莲花。

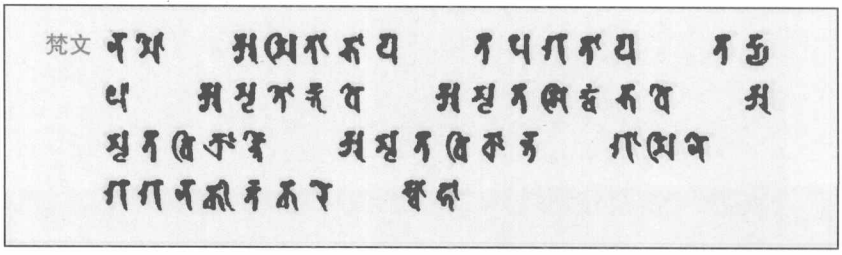
种子字为：



真言为：



阿弥陀佛往生咒为：



阿弥陀佛的12种称号

阿弥陀佛成就光明无量之愿，其威德为诸佛之最，为“威神光明最尊第一”。佛教以12种称号来分别赞叹其光明智体的德用，从这12种称号可以看出阿弥陀佛的功德无量。这12种称号的名称及意义分别如下：

阿弥陀佛

- **无量光佛**——称其佛光无量，不可计数。
- **无边光佛**——称其智慧之光无所不照。
- **无碍光佛**——称其光明无所阻障。
- **无对光佛**——称其光明为诸菩萨所不能及。
- **焰王光佛**——称其光明自在无可及者。
- **清净光佛**——称其光明能除众生贪浊之心。
- **欢喜光佛**——称其光明能除众生嗔恚之心。
- **智慧光佛**——称其光明能除众生无明之心。
- **不断光佛**——称其光明恒照不绝。
- **难思光佛**——称其光明不能测度。
- **无称光佛**——称其光明为声闻菩萨也难称扬道尽。
- **超日月光佛**——称其光明日夜恒照，超越日月之光。

相关链接

阿弥陀佛的眷属

阿弥陀佛的菩萨眷属，包括观世音菩萨和大势至菩萨作为左右胁侍在内，共有25位菩萨为其胁侍。其中最著名的是八大菩萨，即观世音菩萨、大势至菩萨、文殊菩萨、地藏菩萨、虚空藏菩萨、弥勒菩萨、普贤菩萨和除盖障菩萨。念诵阿弥陀佛名号，会使二十五菩萨如影护行，使行者无病无恼，常得安稳。

汉字	南无 阿弥多婆夜 哆他伽多夜 哆地夜他 阿弥利都婆毗 阿弥利哆 悉耽婆毗 阿弥利哆 毗迦兰帝 阿弥利哆 毗迦兰多 伽弥膩 伽伽那 枳多迦利 娑婆诃
意义	归命 无量光 如来 即说咒曰 甘露所生者 甘露成就所生者 具甘露神力者 甘露神力者 前进 愿名满天下 成就

修阿弥陀佛本尊法的准备

修阿弥陀佛本尊法，修行者应要在清洁的佛堂中供宗喀巴传承图一幅，图中包括了藏传佛教诸佛、菩萨、本尊神和护法神等。在这幅图的下方正中，供奉传授密法的根本上师之像，以便瞻观。上师像的右边供奉长寿佛，左边供奉阿弥陀佛或供宗喀巴大师像。每个像的背面画“唵、阿、吽”藏文字符，即三字明咒，所供奉的这些画像如果能得到一位密宗大师或活佛的加持开光则更好。供品主要以香花、灯、米、净水等即可。

如果是受过灌顶的修行者，修行前要向上师及佛教三宝礼敬三拜，然后手执铃杵，摇铃念诵加持供养咒三遍，并用宝瓶中的甘露（净水）向供品上轻洒，洒甘露的同时口念“唵、阿、吽”三遍，然后再向上师及佛教三宝礼敬。如果是没有受过灌顶的修持者，不能手持铃杵，而要点燃三枝净香，在供品上摇转三次，念诵“唵、阿、吽”三遍。

接着，观想上师及三宝各放出光明，照耀自身与一切众生。自己与众生一齐礼敬作拜。先合掌于头顶，观头顶上有藏文白色唵字，诸佛、菩萨及本尊顶上也都放白色光芒，照耀行者及一切众生，一切身业均被清净。然后，合掌于喉际，观自身喉际有藏文红色阿字，诸佛、菩萨及本尊喉际也都放红色光芒，照耀行者及一切众生，一切语业均被清净。最后，合掌于胸前，观自身胸中有藏文蓝色吽字，诸佛、菩萨及本尊胸中也都放蓝色光芒，照耀行者及众生一切意业均被清净。

观想的过程中，念三字明咒，向诸佛、菩萨及本尊五体投地磕拜一次作为礼敬。当然，磕拜的次数越多越好。这样的观想重复多次之后，清净身、口、意三业，便可开始正式的修行。

正式的修行

修行者开始进行正式的修行阶段，专心致志地观想上师在自己对面虚空中，放出光芒。念诵四皈依经，即“皈依上师、皈依佛、皈依法、皈依僧”三遍。

然后观想上师及佛教三宝、诸本尊等共同放出五色光芒与甘露，从自

己及一切众生的头顶注入，灌满全身。自己及一切众生的恶业重罪均化为黑气、黑水，从毛孔中流出；一切疾病化为红黄水，一切魔障化为蜈蚣、蝎子等，从大小便流出。这些污秽流入座下六牙大红象口中，由它吞食干净。与此同时，念四皈依经若干遍。

接着，念诵五戒偈、发菩提心偈以及菩萨戒偈等。之后便进入发菩提心观的阶段，观想自己的一切功德都化为白光，从右鼻孔放出，进入一切众生的左鼻孔，使一切有情众生的业障垢染都被消灭，所有愿望需求都能圆满，一切罪业魔障、一切苦厄都化为黑气，从他们的右鼻而出，进入自己的左鼻孔中。这样的修法每日进行一次。同时，念诵三遍菩提净戒咒：唵、洒哇、达塔嘎打、嘎雅哇、嘎资达、班杂扎纳麦那、洒哇达塔嘎打、班杂把打、本达南、嘎若米。

之后，念诵800或1 000遍绿度母咒：唵达日、都达日、都日娑哈。接着念诵800或1 000遍阿弥陀佛心咒，其咒为：唵 阿弥利陀 底势 可罗吽。

最后，发愿回向，念诵“上师三宝加持力，愿我速成无上道。功德回施诸众，皆共往生极乐国”。诵念发愿回向文完毕之后，礼敬诸佛、菩萨、本尊及上师，然后可退出座位。

阿弥陀佛专修法

在专一修习阿弥陀佛本尊法时，修行者入座后可直接观想阿弥陀佛本尊，先观想自己前面空中有八只孔雀，抬起一个红白色莲花的宝座，座上有月轮，月轮上端坐阿弥陀佛，两旁有文殊、弥勒、观音等八大菩萨及十方诸佛、菩萨，护法、诸天等在阿弥陀佛前后围绕。

念诵四皈依、四无量心、发菩提心、发愿往生等经文。诵毕，手结法界定印，结全跏趺坐或半跏趺坐，观自身通体透明，净如玻璃，并想自身遍体八门，即顶、耳、鼻、眼、口、脐、大便处、小便处均以白光闭之。

之后，观想自己头顶上有八狮子宝座，座上有莲花，莲花上有月轮，月轮上有阿弥陀佛，其身呈珊瑚色，赫然如同十万日轮的光芒照耀，其相貌极为庄严，三衣披体，外衣黄而内衣红，手结法界定印，手中持宝瓶，瓶中盛满甘露，两腿屈平向前而坐。

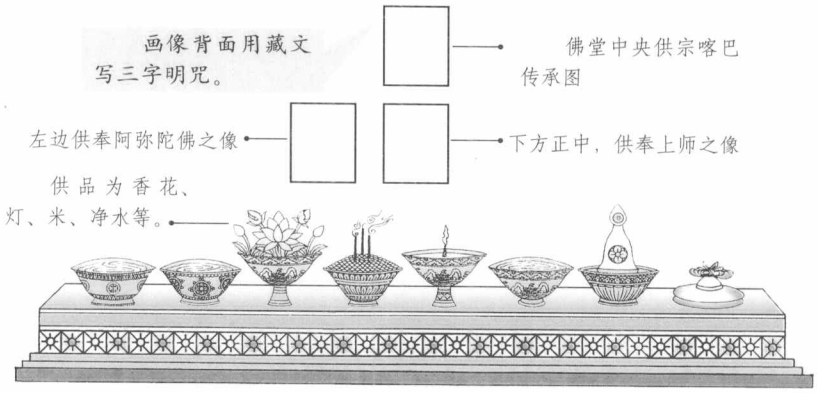
接着观想一切诸佛之法，聚集于阿弥陀佛一身之上，自己头顶之白色唵字、喉际之红色阿字、胸中之蓝色吽字，即三字同放光芒，召请法身本土之阿弥陀佛及其眷属来入顶上的阿弥陀佛身中。念诵阿弥陀佛心咒800或1 000遍。

最后念回向偈。

阿弥陀佛本尊法

阿弥陀佛是藏传佛教的一位重要修行本尊，其修行过程极为繁复，这里将其简化，行者只要每天坚持修行，便能获得阿弥陀佛不可思议的功德。

(1) 供养



(2) 礼拜

受过灌顶的人

1. 向上师及佛教三宝礼敬三拜
2. 手执铃杵，摇铃念诵加持供养咒三遍
3. 向供品上轻洒甘露，口念三字明咒
4. 再向上师及佛教三宝礼敬

未受灌顶的人

1. 向上师及佛教三宝礼敬三拜
2. 点燃三枝净香
3. 在供品上摇转净香，口念三字明咒
4. 再向上师及佛教三宝礼敬

(3) 清净三业

观想上师及三宝各放出光明，照耀自身与一切众生，自己与众生一齐礼敬作拜。念三字明咒，礼拜。

❶清净身业 合掌于头顶，观头顶上有藏文白色唵字，诸佛、菩萨及本尊顶上也都放白色光芒，照耀行者及一切众生。

❷清净口业 合掌于喉际，观自身喉际有藏文红色阿字，诸佛、菩萨及本尊喉际也都放红色光芒，照耀行者及一切众生。

❸清净意业 合掌于胸前，观自身胸中有藏文蓝色吽字，诸佛、菩萨及本尊胸中也都放蓝色光芒。

(4) 皈依

念诵四皈依经三遍。

(5) 观想

观想本尊等放出五色光芒与甘露，从自己及众生的头顶注入，灌满全身。同时念四皈依经。

恶业重罪 → 化为黑气、黑水 → 从毛孔中流出

一切疾病 → 化为红黄水

一切魔障 → 化为蜈蚣、蝎子等

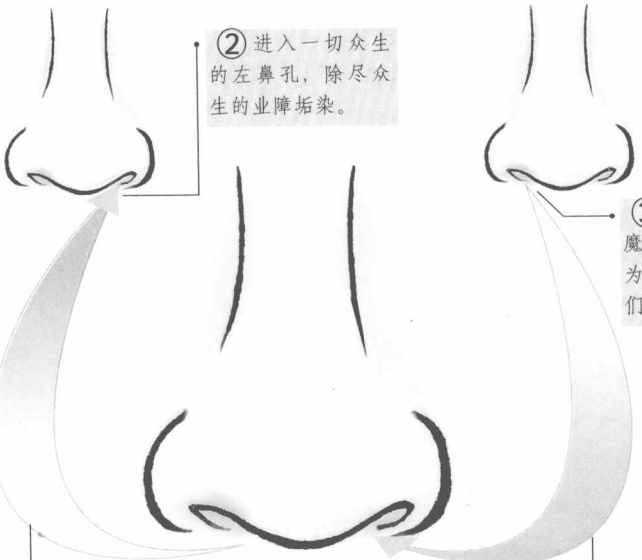
从大小便流出

流入座下六牙大红象口中，由它吞食干净。

(6) 发菩提心

念诵五戒偈、发菩提心偈以及菩萨戒偈等。

念诵三遍菩提净戒咒。



(7) 诵咒

念诵 800 或 1 000 遍绿度母咒。

(8) 回向

念诵回向文。

(9) 退座

礼敬诸佛菩萨、本尊及上师，退座。

唐卡鉴赏——阿弥陀佛

布本设色唐卡　清代　西藏

在汉传和藏传佛教中，阿弥陀佛都占有极为重要的地位，他所居的西方极乐世界有无量光明、无量寿命，极乐世界中的众生，寿命可以不断地延续。这幅唐卡描绘的就是西方极乐世界中的情景。



1 中央主尊为阿弥陀佛，身红色，头戴黄金宝冠，身穿三法衣，双手结禅定印，托宝钵，结跏趺坐在莲花法台上。

2 阿弥陀佛有许多眷属随从，唐卡中描绘的是其中最著名的八大菩萨，即观世音菩萨、大势至菩萨、文殊菩萨、地藏菩萨、虚空藏菩萨、弥勒菩萨、普贤菩萨和除盖障菩萨。

3 阿弥陀佛的身后描绘的是西方极乐世界的景象，其中有金、银、琉璃、水晶等所建的亭台楼阁，各种宝物装饰的宝池，环绕着各种宝树和莲花。


3
1
2
2

燃灯佛


燃灯佛
黄铜 10世纪 故宫博物院藏

佛名：燃灯佛

适合修行的人：

初一、初二日生人

本尊功德：过去、现在、未来，都有无量诸佛出世，在世间示现成佛，教化众生。燃灯佛即过去世最有名的一尊佛，是为释迦如来授记的佛陀。

诸佛可分为过去、现在、未来三世佛，燃灯佛便是过去世中最有名的一尊佛。另外，他还是释迦如来佛的授记之师。

燃灯佛佛名由来

燃灯佛梵名为Dipankara，又称为然灯佛、定光佛、锭光佛、普光佛、灯光佛等。佛经中并没有关于燃灯佛的独立记述，只散见于各种经论中，说法有多种多样。

关于燃灯佛的佛名由来，就有以下多种说法：《过去现在因果经》卷一记载，此佛刚刚诞生的时候，四方放出光明，连日月的光芒也遮盖下去，因此称为普光佛；《大智度论》卷九记载，此佛出生之时，身边一切光明如灯，故被称为燃灯太子，成佛后则称为燃灯佛；《修行本起经》卷上则记载，提和卫国有一位名叫灯盛的圣王，临终时将国政托付给太子锭光，太子了知世间无常，便又将国政托付给他的兄弟，出家成佛。

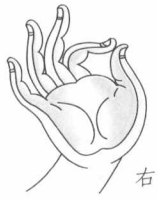
燃灯佛的形相

藏传佛教中，燃灯佛的形相一般为出家比丘相，面相长圆，弯眉大眼，大耳垂肩，神情祥和；头饰螺发，螺发施蓝彩，排列规整，肉髻圆隆高凸，顶饰摩尼宝珠；身着袒右袈裟，法相庄严；双手结说法印，或左手结禅定印，右手结说法印；结全跏趺坐在宝座之上。

燃灯佛

燃灯佛为过去世最有名的一尊佛，又称为然灯佛、定光佛、锭光佛、普光佛、灯光佛等。



手印		形相
 右手结说法印。	 左手结禅定印。	出家比丘相，面相长圆，弯眉大眼，大耳垂肩，神情祥和；头饰螺发，螺发施蓝彩，排列规整，肉髻圆隆高凸，顶饰摩尼宝珠；身着袒右袈裟，法相庄严。

过去最有名的佛

前文中已经提到的竖三世佛的概念，竖三世佛即过去佛、现在佛和未来佛。现在佛即释迦如来，过去佛即先于释迦如来，从久远劫便已成佛的诸佛。关于过去佛的数量，各种佛经有不同的说法。如《无量寿经》中说，在过去久远劫，锭光如来出世，教化众生。在他之后又历经 10 劫，依次出现了 53 佛。而《大毗婆沙论》卷一七八中则说，释迦如来于第三阿僧祇劫曾遇 77 000 佛，其中居于首位的便是燃灯佛。

一般来说，过去佛指过去六佛或特指燃灯佛，燃灯佛是过去诸佛中最著名的佛。《贤愚经》卷三记载了燃灯佛从宝髻佛授记的故事。在过去久远劫，阎浮提有一位名叫勒那识祇的太子，出家学道成佛后，即为宝髻佛。当时，有一位比丘阿梨蜜罗，他日日燃灯供养宝髻佛，宝髻佛便为其授记，即为定光如来。

释迦如来的授记之师

说到燃灯佛，一般都会提到他为释迦如来授记的故事。据说释迦牟尼在燃灯佛在世时，名为儒童，有一天，他看到一位名叫瞿夷的女子，手中持七枝青色的莲花，心中便生出喜爱之情，便要以 500 金购买女子手中的五枝莲花。

瞿夷见他高价购买莲花，便问他买莲花有什么用。儒童回答说，莲花是用来供佛的。瞿夷听后，十分欢喜，便将剩下的两枝莲花也送给他，一起用来供佛。

儒童以七枝青莲花供养燃灯佛，见地上泥泞，便脱下自己的衣服铺在地上。但泥水又从衣服上渗出，他又解开自己的头发铺在地上，让燃灯佛踩在上面走过。因为精进而虔诚的修行，他得到了燃灯佛的授记：“是后九十一劫，名贤劫，汝当作佛，号释迦文如来。”

在佛经中所记载的许多佛、菩萨都曾是燃灯座下的弟子。

过去世最有名的佛

燃灯佛堪称过去世最有名的佛，不仅与释迦如来、弥勒佛并称为竖三世佛，还是释迦如来佛的授记之师。

竖三世佛

竖三世佛如图所示，即中央的现在佛——释迦如来，右侧的过去佛——燃灯佛和左侧的未来佛——弥勒佛。



燃灯佛为释迦授记



佛经中记载着燃灯佛为释迦授记的故事，在过去世释迦还是一名儒童，他以七枝青莲花供养燃灯佛，因其精进而虔诚的修行，得到燃灯佛的授记："是后九十一劫，名贤劫，汝当作佛，号释迦文如来。"

多宝佛


释迦如来与多宝佛像
镏金像 北魏

佛名：多宝佛

适合修行的人：

初三日生人

希望获得财富功德的人

本尊功德：多宝佛为《法华经》增益法的本尊，能使众生具足一切世间和出世间的财富。

多宝佛是东方宝净世界的教主，佛教著名经典《法华经》中记载着他与释迦如来佛一同宣法的故事。修多宝佛本尊法，能得其护佑，增财进宝，富贵终生。

多宝佛的典故

多宝佛梵名为 Prabhuta-ratna，又称为大宝佛、宝胜佛、多宝如来等。根据《法华经》卷四《见宝塔品》的记载，多宝佛是东方宝净世界的教主，他在行菩萨道的时候，立下誓愿，愿在成佛灭度之后，每当十方世界之中有诸佛宣说《法华经》，便会从地下涌出，以证明此经的真义。传说在释迦牟尼宣讲《法华经》时，就有七宝塔从地中涌出，耸立于空中，塔中的多宝如来入禅定，与释迦牟尼一同坐在狮子座上。

历史上，《法华经》在我国流传甚广，因此许多地方都建有多宝塔。

多宝佛的形相

据《法华曼荼罗威仪形色法经》所载，多宝佛的形相是身黄金色，头戴绀发冠，眉间放索毫光，普照一切；双手结智拳印；身被袈裟，结跏趺（右足在上）坐于大莲花上。释迦如来的形相则为身黄金色，头有绀青髻，眉间放白毫光，左手结拳印，身被袈裟，跏趺（左足在上）坐于白莲花上。经中多以多宝佛为金刚界大日如来，以释迦佛为胎藏界大日如来。

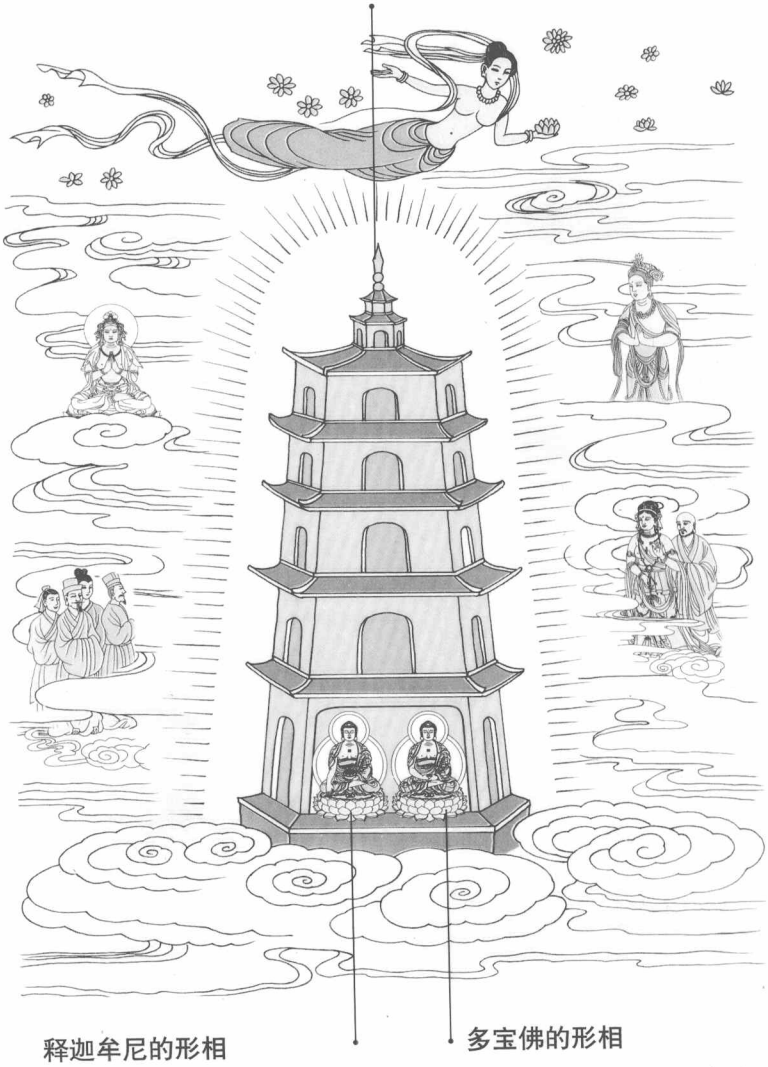
《法华经·见宝塔品》还对多宝佛作了详细的描述。多宝塔高 500 由旬（古代印度的一个长度单位），纵广 250 由旬，塔上有 5 000 栏楯、千万龛室、无数幢幡、万亿宝铃。宝塔上饰有金银、琉璃、砗磲、玛瑙、珍珠、玫瑰七宝，高至四天王宫。

多宝佛与多宝塔

多宝佛是东方宝净世界的教主，他曾立下誓愿，愿在成佛灭度之后，每当十方世界之中有诸佛宣说《法华经》，便会有七宝塔从地中涌出，多宝如来与释迦牟尼坐于塔中，以证明此经的真义。

多宝塔

高 500 由旬，纵广 250 由旬，塔上有 5 000 栏楯、千万龛室、无数幢幡、万亿宝铃，并饰有无数珍宝。



释迦牟尼的形相

身黄金色，头有绀青髻，眉间放白毫光，左手结拳印，身被袈裟，跏趺（左足在上）坐于白莲花上。

多宝佛的形相

身黄金色，头戴绀发冠，眉间放索毫光，双手结智拳印，身被袈裟，结跏趺（右足在上）坐于大莲花上。

阿閦佛



阿閦佛
黄铜 10世纪 故宫博物院藏

佛名：阿閦佛

适合修行的人：

初四日生人

希望消灾解祸的人

本尊功德：阿閦佛可降魔灭罪，净除一切烦恼，使其无法对修行形成阻碍，使修行者无灾无障，安稳吉祥。

阿閦佛又叫不动佛，与阿弥陀佛相对应，他是东方妙喜世界的教主。阿閦就是不嗔恚、无忿怒的意思，修阿閦佛本尊法，便可消除真恚之心，净除一切烦恼，一生无灾无障，安稳吉祥。

阿閦佛的佛名及功德

阿閦佛梵文为 Akshobhya，密号不动金刚，又称为阿閦鞞佛、不动佛、无动佛，或怒佛、无嗔恚佛，是五方佛中东方妙喜世界的佛陀，地位与西方极乐世界的阿弥陀佛相同。阿閦佛还是比丘时，受大日如来的启发，发起“对一切众生不起嗔恚的誓愿”，因此得名“阿閦”。阿閦就是不嗔恚、无忿怒的意思，引申为对一切众生恒起慈悲心，永不为嗔恚所动，所以又名为不动或无动。不动的意思就是身不动、心不动，身不动即身常住三昧，心不动即指心不为杂染所动摇，不为嗔心所动。

阿閦佛不对众有情起嗔恚之心，并以大慈悲护佑一切众生，灭除众生的一切极重大罪，降伏一切诸魔鬼神，使众生没有灾难和阻障。初发菩提心者，由于阿閦佛加持的缘故，能成证圆满菩提心。

阿閦佛的形相

在藏传佛教中，阿閦佛为金刚界五方佛之一，是由大日如来大圆镜智所流出之金刚平等觉身，象征一切诸佛平等之特德。在金刚界曼荼罗中，阿閦佛位于正东，前方为金刚萨埵，右方金刚王菩萨，左方金刚爱菩萨，后方为金刚喜菩萨。

阿閦佛

阿閦佛密号不动金刚，又称为不动佛，是五方佛中东方妙喜世界的佛陀。修阿閦佛本尊法，可息灭嗔恚的情绪，灭除灾难和阻障。

持物



金刚杵代表阿閦佛降魔的决心和神力。

形相

身黄金色，左手置于脐前，托一支金刚杵，右手结触地印，结跏趺坐在莲花月轮之上。



手印		种子字	三昧耶形
			
左手结禅定印。	右手结触地印。		五股杵

阿閦佛的形相一般为身黄金色，左手置于脐前，右手触地，结触地印。左手上托一支金刚杵，结跏趺坐在莲花月轮之上。

阿閦佛得道的故事

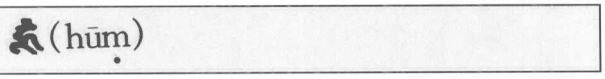
《阿閦佛国经》卷上《发意受慧品与善快品》记载，过去，在距现在的世界向东千佛刹的地方，有一个称为阿比罗提（妙喜）的世界，大日如来出现在其中，为诸菩萨宣说六度无极之行。当时，有一位菩萨在听闻佛法后，发无上正真道意，发愿断嗔恚、断淫欲，成最正觉。大日如来因此赐号阿閦。阿閦菩萨遂在东方阿比罗提世界里成佛，并在那里宣说佛法。

另外，在《法华经》卷三《化城喻品》中又有这样的记载：传说大通智胜佛在还没出家时，生有16位王子，这16位王子后来都出家做了沙弥。其中有一位王子为智积，智积就是后来的在东方欢喜国成佛的阿閦佛。

《悲华经》卷四中则认为，阿弥陀佛在过去世曾为无诤念王，生有千子，其中第九子蜜苏即为阿閦佛，后来在东方成佛，国号妙乐。

种子字、真言及其他

阿閦佛的种子字为：



阿閦佛的真言为：



金刚界阿閦佛的三昧耶形为五股杵。

阿闷佛名号的功德

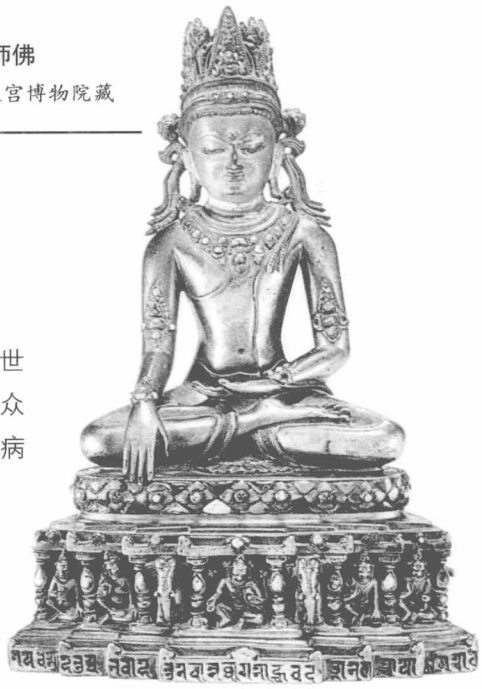
在佛教经典中，阿闷佛的名号含摄无量的功德利益，念诵阿闷佛的名号，能获得以下 12 种不可思议的力量。

❶ 能拔诸苦	能为众生拔除痛苦，心中虔诚念诵佛的名号，一切痛苦即时全部除灭。
❷ 魔不能娆	阿闷佛又称为不动佛，其菩提行能令众魔不能损害。
❸ 患不能侵	念诵阿闷佛名号，一切灾害、畏怖不能侵害。
❹ 能地狱救	死后在地狱中受苦，如果曾经念诵过阿闷佛名号，纵使身处地狱，也可得到阿闷佛的救济拔度。
❺ 女人泰产	女子有临产的痛苦，或疾病缠身，念诵阿闷佛号，可得安泰。
❻ 福德优渥	如果能听闻阿闷佛之法，必为有福德的人。
❼ 得大智能	如果能听闻阿闷佛之法，必为有高深智慧的人。
❽ 致不退转	念诵阿闷佛的名号，能住于法性之中不退转。
❾ 现证无学	念诵阿闷佛的名号，能证得出世间的佛果。
❿ 蒙佛护念	念诵阿闷佛名号，能得如来加持护念。
⓫ 得生佛闷	念诵阿闷佛名号，能蒙佛威神力加持而往生其佛土。
⓬ 速证菩提	念诵阿闷佛名号，能累积福德、善根至无上菩提。

阿闷佛的净土

阿闷佛的净土一共有五个，分别是妙喜国土、现喜国土、妙乐国土、现乐国土与可乐国土。净土中主要的诸佛、菩萨有阿闷佛、宝莲香菩萨、宝莲花菩萨、维摩诘居士、转女身菩萨、贤王菩萨等。护法则有不动明王与孔雀明王等。

药师佛



药师佛
黄铜 14世纪 故宫博物院藏

佛名：药师佛

适合修行的人：

初八日生人

希望消灾增福、延命长寿的人

本尊功德：药师佛又称大医王佛，以世间和出世间的两种妙药，灭除众生身心诸病，拔除众人现世的病苦和烦恼。

药师佛是众佛中的“大医王”，是东方净琉璃世界的教主。修药师佛本尊法，不仅能消除身体上的病痛，增福延寿，消灾免难，还能得到心灵和智慧的医治，生起佛的大悲心。

药师佛及其功德

药师佛的梵文为 Bhaisajyaguru，又称作药师如来、药师琉璃光王佛、大医王佛等，是佛教东方净琉璃世界的教主。东方药师佛与西方阿弥陀佛被视为解决众生生死问题的两大并行佛陀，他们与中央的释迦牟尼佛合称为“三宝佛”，又称为横三世佛。

相对于阿弥陀佛法门，药师佛修法除了同样可使众生在死后往生净土外，还着重强调修药师佛法可蒙药师佛愿力加被，以求现生即得安乐利益，增福延寿，消灾免难，清除修行路上的重重障碍。药师佛的本愿便是疗治一切众生的身心之病，拔除众生的生死之病，这也是其佛名的由来。他不仅医治众生身体上的病痛，还医治众生智慧、悲心均不圆满的心。

药师佛的形相

藏传佛教中的药师佛的形相一般为离欲比丘相，身蓝色，面相慈祥，仪态庄严；头上生有肉髻，双下垂肩；身着佛衣，袒胸露右臂；左手持钵，置于脐间，钵内盛有医治一切疾病的甘露；右手作施愿印，持药王诃子枝；双足跏趺坐在莲花宝座之上。

药师佛

药师佛又称大医王佛，是佛教东方净琉璃世界的教主。修药师佛本尊法，可拔除现世的病苦和烦恼，消灾免难，增福延寿。

手印



左手禅定印，右手施愿印。

形相

一般为离欲比丘相，身蓝色，面相慈祥，头上生有肉髻，身着佛衣，袒胸露右臂，跏趺坐在莲花宝座上。



持物



左手持钵，钵内盛有医治一切疾病的甘露。

右手持药王诃子枝，藏医体系中，诃子作为一种灵药，被称作“万药之王”。



种子字



三昧耶形



药壶

宝座两侧是药师佛的两大胁侍菩萨，即日光和月光菩萨。座下还有护佑药师佛的十二夜叉神将。

药师佛净土及其眷属

药师佛的净土称为净琉璃，“能照度三有之暗”，三有也就是三界的意思，琉璃的光明透彻以喻国土的清净无染。净琉璃净土位于东方十恒河沙国土之外，以琉璃为地，城阙垣墙，门窗堂阁等均以七宝建成。这个净土中，除了药师佛，另外还有他的两大胁侍菩萨——日光菩萨和月光菩萨，三者一同被称为药师三尊，化导救济有情众生，使之得到究竟安乐利益。

另外，净琉璃净土中，药师佛的眷属还有八位引导众生进入净土世界的大菩萨——文殊菩萨、观音菩萨、大势至菩萨、宝檀华菩萨、无尽意菩萨、药王菩萨、药上菩萨、弥勒菩萨，以及誓愿护持药师法门的十二药叉神将。十二药叉神将各率 7 000 药叉眷属，在各地护佑受持药师佛名号的众生。

药师佛的十二大愿

药师佛在过去世行菩萨道时，曾发十二大愿，愿为众生解除疾苦，使众生具足诸根、身相端正、资具丰饶、离诸横难等，并导入解脱。药师佛的愿力就是要消灭痛苦，灭除灾难，消除众生的烦恼，使其免于被疾病缠身。药师佛十二大愿为：

①自身光明照无边界；
②身如琉璃内外清澈；
③令诸有情悉皆圆满；
④令一切众生行者安住大乘法宗；
⑤令诸有情修行梵行如法清净；
⑥诸根不具者皆得端严；
⑦令诸有情身心安乐乃至菩提；
⑧由女身转男身；
⑨令诸有情消除外道邪见修习诸菩萨行；
⑩令诸有情解脱一切忧苦；
⑪令诸有情随意饱满令住安乐；
⑫令诸有情得种种上妙衣服无诸苦恼。

七佛药师

七佛药师分别为善名称吉祥王如来、宝月智严光音自在王如来、金色宝光妙行成就如来、无忧最胜吉祥如来、法海雷音如来、法海慧游戏神通如来和药师琉璃光如来。关于七佛药师，历来存在两种说法，一种是说七佛各自七尊佛，另外一种说法认为七佛同为药师佛的别名或者分身。但是，七佛药师为使众生离苦得乐，成就无上菩萨的广大悲愿是一样的。

药师佛十二大愿

据《药师琉璃光如来本愿功德经》记载，药师佛在过去世行菩萨道时，曾发十二大愿，以救度众生现世的种种灾疫苦恼，因此又被称为十二愿王。十二大愿中，第七和第十大愿对众生的救度更为直接、有力。

十二大愿

1. 自身光明照无边界。
2. 身如琉璃内外清澈。
3. 令诸有情悉皆圆满。
4. 令一切众生行者安住大乘法宗。
5. 令诸有情修行梵行如法清净。
6. 诸根不具者皆得端严。
7. 令诸有情身心安乐乃至菩提。
8. 由女身转男身。
9. 令诸有情消除外道邪见修习诸菩萨行。
10. 令诸有情解脱一切忧苦。
11. 令诸有情随意饱满令住安乐。
12. 令诸有情得种种上妙衣服无诸苦恼。

药师佛的眷属

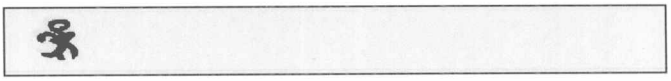
药师佛的佛土称为净琉璃，其眷属除日光菩萨和月光菩萨两大胁侍之外，还有八大菩萨和十二药叉神将等。

八大菩萨为：文殊菩萨、观音菩萨、大势至菩萨、宝檀华菩萨、无尽意菩萨、药王菩萨、药上菩萨、弥勒菩萨。

十二药叉神将为：宫毗罗大将、伐折罗大将、迷企罗大将、安底罗大将、颁你罗大将、珊底罗大将、因达罗大将、波夷罗大将、摩虎罗大将、真达罗大将、招杜罗大将、毗羯罗大将。

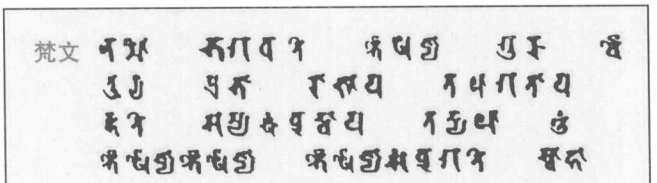
种子字、真言及其他

药师佛的种子字和真言为：



真言有大咒、小咒之分。

大咒（灭除一切众生苦恼咒）为：

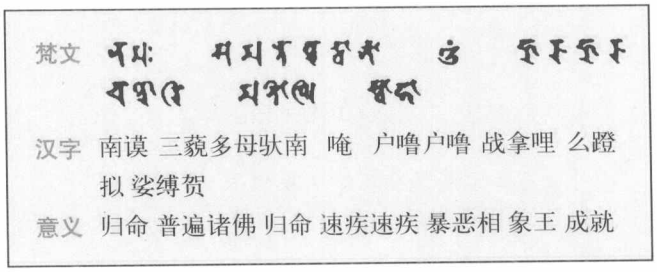


梵文

汉字 南谟 薄伽伐帝 鞞杀社 窭噜 薛琉璃 钵喇婆 喝啰阇也 怛他揭多也 阿啰喝帝 三藐三勃陀耶 怛侄他 唵 鞞杀逝鞞杀逝 鞞杀社三没揭帝 莎诃

意义 归命 世尊 药 师 琉璃 光 王 如来 应供 正遍智 所谓 供养 药药 药发生 成就

小咒为：



梵文

汉字 南谟 三藐多母驮南 唵 户噜户噜 战拿哩 么蹬拟 娑缚贺

意义 归命 普遍诸佛 归命 速疾速疾 暴恶相 象王 成就

另外，药王佛的三昧耶形为药壶。

药师佛本尊法

（1）修行准备

选择最舒适的姿势坐好，放松身体，花点时间专注在呼吸上，直到心平静而清明为止。观想自身的周围坐着父母、亲人、朋友和一切众生。念诵四皈依文三遍，发菩提心文、发四无量心文各七遍。

药师七佛大愿

药师佛发十二大愿，能令修药师佛法者获得种种功德。药师七佛其他六佛也在成佛前都曾发下弘愿来利益众生，愿令称诵其名号的众生，获得如下各种功德：

宝月智严光音自在王如来四大愿

①不受横死，得无病长寿。
②衣食不乏。
③生起慈心。
④善能防护、戒誓清净。

金色宝光妙行成就如来四大愿

①长寿、苦恼息灭。
②转生地狱者转生人天道。
③衣食充足、相好庄严、眷属善贤。
④不受鬼神所害。

法海雷音如来四大愿

①生起正信，不会退转。
②不堕恶道，得遇善知识引导。
③衣药饮食皆不乏少。
④和合生起慈心，不善之念息灭。

法海慧游戏神通如来四大愿

①资生之具不假营求。
②不堕恶道，成就十善。
③受拘禁刑罚者得脱苦。
④命终时正念现前，摆脱众难。

善名称吉祥王如来八大愿

①衣食不乏，善根增长，诸苦得脱。
②获得安乐，不受寒热饥渴所逼。
③厌离女身者，能于未来生得男身。
④本身及亲友不受贼人所侵。
⑤诸恶鬼神不作加害。
⑥智根渐增。
⑦舍二乘道而入胜妙菩提。
⑧劫末时得大清凉，生于净土。

无忧最胜吉祥如来八大愿

①诸病与邪障消灭。
②诸根具足。
③不坠恶道。
④衣食充足。
⑤得脱拘禁刑苦。
⑥不受恶兽伤害。
⑦斗诤解散。
⑧出海行舟遇大风，能得安稳。

（2）观想药师佛

念诵药师佛祈请文七遍："世尊、如来、阿罗汉、圆觉佛，医王善逝，琉璃光如来，我向您礼拜，祈求皈依，献出供养。愿您助益有情众生之誓言，此刻为我与众生实现。"同时观想药师佛在自己或他人的头顶上几厘米的地方，结全跏趺坐于莲花月轮之上，与修行者面朝同一方向。

观想药师佛的身体由明亮的深蓝光芒组成，呈现出琉璃的颜色。他的每一面都是由光组成，同时散发出深蓝色的光芒。药师佛的右手置于右膝之上，结施愿印，即呈现施予最高证悟的姿态，拇指与食指夹着一枝诃子枝。他的左手结禅定印，持一只琉璃钵，钵内贮满能治众生由因果所生诸病的甘露妙药。他的身上披着黄色僧侣袈裟，带着全然证悟的佛所拥有的特征，面容安详微笑，悲悯与慈爱地注视着宇宙一切众生。花些时间让自己沉浸在对药师佛的观想中，感受他发出的祥和与慈悲。

（3）净除病痛和烦恼

观想无数的闪耀白光自药师佛的胸口与身躯流下，从头顶进入自己和众生的身体，净除病痛与苦恼以及产生这些问题的因，即负业、妄念、昏沉的心神，所有这些负面的因素都转化成浓稠的黑色汁液从身体中排出。自己的身体都变得如玻璃一样清澈明净。观想其他一切众生也以相同的方式得到净化。观想的同时，念诵药师佛真言。念诵次数并没有一定的限制。

观想发自药师佛的光再次充满自己的身体，带来证悟之道的所有领悟及诸佛、菩萨的一切特质。观想同样的事情也发生在一切众生身上。感受自己与所有众生都得到了药师佛的加持与启发。

（4）观想融合

观想药师佛心间有一个蓝色的"吽"字，周围围绕药师佛的真言梵字，自己的心间也有一个蓝色的"吽"字，周围围绕药师佛的真言梵字。观想从自己心间的真言放出光芒，并从眉间放射出去，射到药师佛的眉间，最后融入药师佛心间的真言上，以此祈请药师佛陀的慈悲加持。接着，药师佛心间的咒语放出光芒，从肚脐放射出来，射到修行者的脐间，融入自己的身体，消除身心的病痛与修行障碍。

然后，把同样的观想延伸到一切众生的身上，消除他们的身心病痛和烦恼障碍，观想从自己的心间真言上放射出光芒，射到药师佛的心间，再从药师佛的心间放射出光芒，照射到有病痛的众生身上，消除他们的病痛，得到药师佛的加持，保护他们今后不再受苦痛的干扰。

药师佛本尊法

修药师佛本尊法，死后可往生药师佛净土，并在现生获得安乐利益，增福延寿，消灾免难，清除修行路上的重重障碍。具体步骤如下：

(1) 皈依，发菩提心，修四无量心。

(2) 观想药师佛

念诵药师佛祈请文七遍，观想药师佛示现在头顶上，观想要点有：

❶ 药师佛的身体由明亮的深蓝光芒组成。

❷ 右手置于右膝之上，结施愿印，拈一枝诃子枝。

❸ 左手结禅定印，持一只盛满甘露妙药的琉璃钵。

❹ 身上披黄色袈裟，面容安详微笑，注视一切众生。

(3) 净除病痛和烦恼

念诵药师佛真言

❶ 观想无数的闪耀白光自药师佛流下，从头顶进入自己和众生的身体。

❷ 病痛与苦恼及产生的原因化成浓稠的黑色汁液从身体中排出。

❸ 自己和众生的身、口、意均得到净化，得到药师佛的加持。

(4) 观想融合

❶ 观想药师佛心间有一个蓝色的“吽”字，周围围绕药师佛的真言。

❷ 自己的心间也有一个蓝色的“吽”字，周围围绕药师佛的真言。

❸ 观想从自己心间的真言放出光芒，并从眉间放射出去，射到药师佛的眉间，最后融入药师佛心间的真言上。

❹ 观想药师佛心间的咒语放出光芒，从肚脐放射出来，射到修行者的脐间，融入自己的身体，消除身心的病痛与修行障碍。

❺ 同样的观想发生在一切众生身上。



(5) 回向

观想结束时，回向所得的功德，及所获得正面能量，愿一切有情众生身体与心灵上都能真正健康，也祈愿最终可促成他们得证。念诵回向文。

药师七佛修法

药师七佛的每一位都在成佛前发下弘愿，共有四十四大愿，均愿为众生带来利益。因此，佛教认为，在福薄多难的时空中，药师七佛是最能救度众生，最适于依止的佛陀。修行药师七佛法门，可令修行者去除恶见、邪见，去除贪、嗔、痴三毒，免于天灾、饥荒、疾病之苦。

（1）修行准备

找一处干净的地方，摆放供桌，在供桌上陈设释迦如来像和药师七佛的图像，放置清净的供品。然后坐好，观察自己修行的动机，要为众生而修行。然后念诵皈依文。念诵的同时，观想药师佛和佛经示现面前虚空中，周围环绕着僧众。这也就是修行所要皈依的对象——佛、法、僧三宝。

念诵皈依文完毕，观想三宝融入药师佛的身体，继而药师佛变得越来越小，最后变成一个明亮的光点，由自己眉心融入身体中。

（2）观想药师七佛

观想头顶上有药师七佛。头顶正上方出现莲花月轮宝座，座上为药师佛，身蓝色，左手作定印，托一个盛满甘露的钵，右手作施愿印，拈着一枝诃子枝，结跏趺坐在宝座上。

药师佛的后上方为法海胜慧游戏神通如来，身红色，右手作施愿印，左手作定印，但没有持物；法海胜慧游戏神通如来头顶后上方有法海雷音如来，身色浅红，双手作说法印；头顶后上方为无忧最胜吉祥如来，身色浅红，双手作禅定印；头顶后上方为金色宝光妙行成就如来，身金色，双手作说法印；头顶后上方为宝月庄严光音自在如来，身金色，右手作施愿印，左手作定印；头顶后上方为善名称吉祥王如来，身金色，右手作无畏印，左手作定印。

（3）七支供

修七支供：礼拜、供养、忏罪、随喜、祈请长住、祈转法轮及回向。具体方法在“释迦如来本尊法”中已作详细介绍，这里不再赘述。

（4）观想净化与融合

七支供修完之后，观想处于最上方的善名称吉祥王如来化作光芒，向下融入前面下方的宝月庄严光音自在如来身中。然后，宝月庄严光音自在如来也化作光

药师七佛修法

佛教认为，在福薄多难的时空中，药师七佛是最能救度众生，最适于依止的佛陀。药师七佛的具体修法如下：

(1) 皈依

1. 陈设佛堂，排放供养，坐好后观察自己的修行动机。
2. 念诵皈依文，同时观想三宝融入药师佛的身体。
3. 观想药师佛变小成一个明亮的光点，由自己眉心融入身体。

(2) 观想药师七佛

观想头顶上有药师七佛。头顶正上方为药师佛，其他六佛依次排列在药师佛的后方，后一佛处于前一佛头顶上后方的位置。

(3) 七支供

(4) 观想净化与融合

1. 观想处于最上方的善名称吉祥王如来化作光芒，向下融入前面下方的宝月庄严光音自在如来身中。
2. 依次观想，后一佛融入前一佛的身体中，最终只剩下头顶的药师佛。
3. 心中默想："头顶上的这一尊药师佛，便是药师七佛的总体化现。"
4. 观想药师佛化作光芒和甘露，由自己的头顶流入身体中。
5. 观想一切罪业化为黑水、黑烟等，身心病患化为脓血等，魔障、邪法等障碍化为毒蛇、蝎虫等全部排出体外，自己的身、口、意得到净化。

(5) 观自己为本尊

1. 观想头顶上的药师佛身形缩小降下，从头顶上进入自己身体，与自己合而为一。
2. 观想心中有一个莲花月轮宝座，上面有一个蓝色"吽"字，"吽"字周围环绕着蓝色的药师佛真言。
3. 持续这样的观想，并念诵药师佛的真言。

(6) 回向

芒，向下融入前面下方的金色宝光妙行成就如来身中。如此观想下去，最后，七佛药师都融入头顶的药师佛身中。心中默想："头顶上的这一尊药师佛，便是药师七佛的总体化现。"

然后，观想药师佛化作光芒和甘露，由自己的头顶流入身体中，一切罪业化为黑水、黑烟等，身心病患化为脓血等，魔障、邪法等障碍化为毒蛇、蝎虫等全部排出体外，自己的身、口、意得到净化。

（5）观自己为本尊

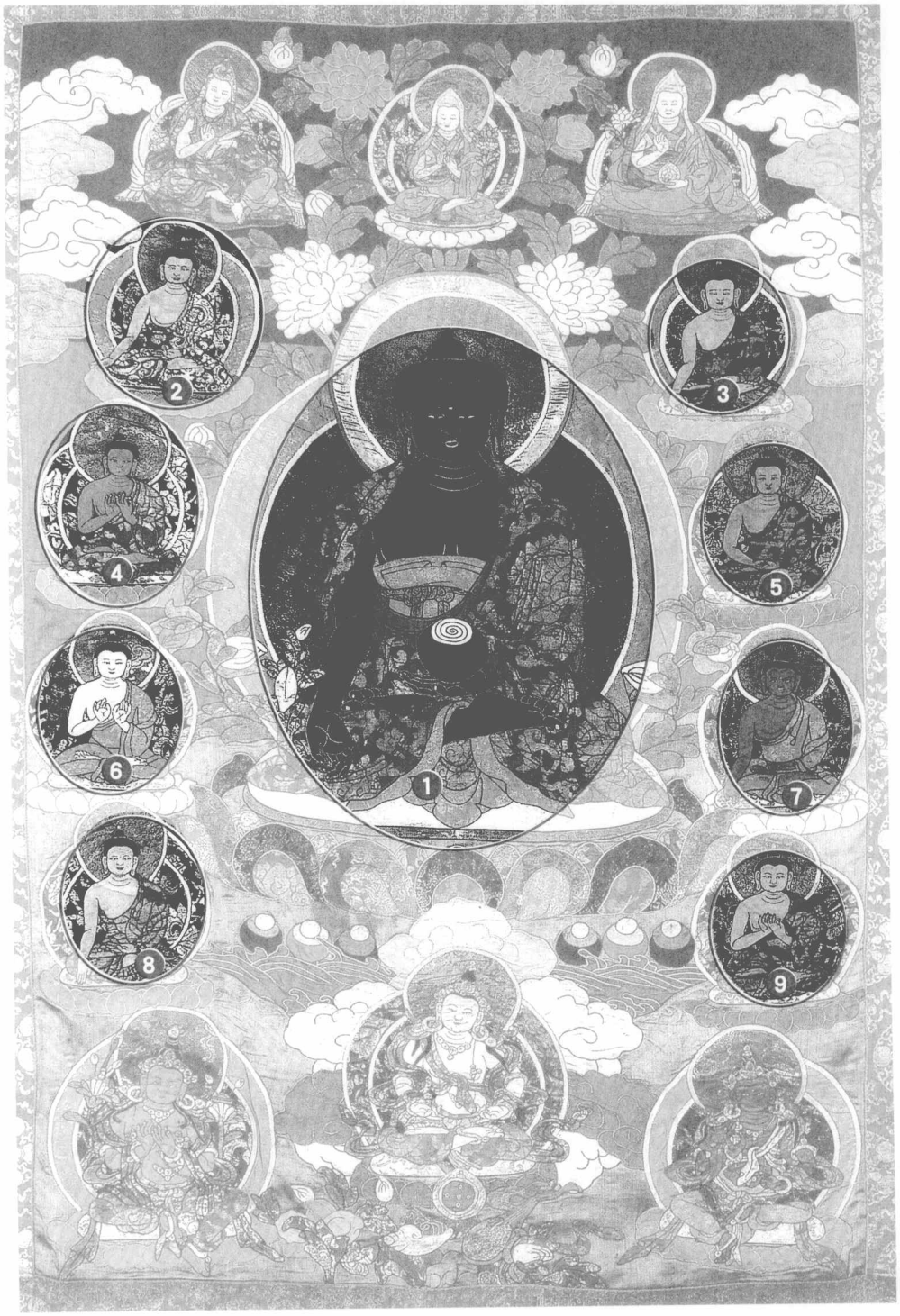
接着，观想头顶上的药师佛身形缩小降下，从头顶上进入自己身体，与自己合而为一。观想心中有一个莲花月轮宝座，上面有一个"吽"字，"吽"字周围环绕着药师佛的真言。"吽"字与真言都是蓝色的。持续这样的观想，并念诵药师佛的真言。

修行结束时，念诵回向文："礼拜作供持七佛洪名，所积功德令因缘具足，七佛四十四本愿誓言，于我与众生中即报现。"

唐卡鉴赏——药师七佛

金汁纸画唐卡 清代 西藏

1. 中央主尊为药师佛，身蓝色，左手托钵，右手拈药王诃子枝，结跏趺坐在宝座之上。
2. 左上为善名称吉祥王如来，身金黄色，右手结无畏印，左手结禅定印。
3. 右上为宝月庄严光音自在如来，身金黄色，右手结施愿印，左手结禅定印。
4. 左侧中间靠上为金色宝光妙行成就如来，身金黄色，双手于胸前结说法印。
5. 右侧中间靠上为无忧最胜吉祥如来，身色浅红，双手于脐间结禅定印。
6. 左侧中间靠下为法海雷音如来，身色浅红，双手于胸前结说法印。
7. 右侧中间靠下为法海胜慧游戏神通如来，身红色，右手作施愿印，左手作定印。
8. 左下方为释迦牟尼佛，右手结触地印，左手结禅定印。
9. 右下方为药师佛，结说法印。


1
2
3
4
5
6
7
8
9

大通智胜佛



佛名：大通智胜佛

适合修行的人：

初九日生人

希望获得智慧的人

本尊功德：大智通胜佛是在过去无量无边、不可思议阿僧祇劫以前出世的佛，拥有无碍上佛智。

在佛教传说中，大智通胜佛是很久以前出现的一位佛，后来佛教中出现的许多佛陀，包括阿閦佛、阿弥陀佛、释迦如来佛等都是他的儿子。

大通智胜佛的梵文为 Mahabhijna-jnanabhibhu，又称为大通智胜如来、大通众慧如来、大通慧如来等。据《法华经》的记载，大通智胜佛在过去无量无边、不可思议阿僧祇劫以前出世，他的佛国名为好成，劫名大相。他住世 540 万亿那由他劫，在降伏魔军后，于菩提树下静坐 10 小劫，证得无上佛果。

大通智胜佛未出家时，有 16 个儿子。儿子们听说父亲已经成佛，都纷纷舍弃家财，出家成为沙弥。他们的祖父是转轮圣王，他带领 100 位大臣和百千万亿人民，也都前往道场，听闻大通智胜佛宣说佛法。

16 王子出家后，净修梵行，发愿要求得无上菩提。他们向大通智胜佛请求演说《妙法莲花经》。大通智胜佛于 8 000 劫中演说此经，然后在静室中入定，一定就是 84 000 劫。在此期间，16 菩萨沙弥知道佛在入定，各升法座，在 84 000 劫中广为宣说《妙法莲花经》，每一位沙弥都度化了 600 万亿那由他恒河沙等众生，令他们发起了无上菩提心。

大通智胜佛这 16 位沙弥弟子，如今皆已成佛，正在十方的国土为众生说法。其中有两位佛位于东方，即欢喜佛国的阿閦佛和须弥顶如来；两位在东南方，即师子音佛和师子相佛；两位在南方，即虚空住佛和常灭佛；两位在西南方，即帝相佛和梵相佛；两位在西方，即阿弥陀佛和度一切世间苦恼佛；两位在西北方，即多摩罗跋栴檀香神通佛和须弥相佛；两位在北方，即云自在佛和云自在王佛；一位在东北方，即坏一切世间怖畏佛；第 16 位便是释迦如来佛。

大通智胜佛的十六弟子

据《法华经》记载，大通智胜佛在过去无量无边、不可思议阿僧祇劫以前出世，于菩提树下证得无上佛果。他的 16 个儿子听说父亲已经成佛，都纷纷舍弃家财，出家成为沙弥，听闻大通智胜佛宣说佛法，之后都成正果。这 16 尊佛的佛名及其佛土位置如下所示：

西北方

多摩罗跋栴檀香神通佛

须弥相佛

北方

云自在佛

云自在王佛

东北方

坏一切世间怖畏佛

西方

阿弥陀佛

度一切世间苦恼佛

众生所在的婆娑世界

释迦如来

东方

阿閦佛

须弥顶如来

西南方

帝相佛

梵相佛

南方

虚空住佛

常灭佛

东南方

师子音佛

师子相佛

日月灯明佛



佛名：日月灯明佛

适合修行的人：

初十日生人

希望远离烦恼、清净欲望的人

本尊功德：日月灯明佛的光明如天上的日月，地上的灯火，能令修行者在当今世降伏自心诸欲，永远不受魔障烦恼的扰乱。

日月灯明佛和大智通胜佛一样，也是很久以前出现的一位著名的佛。修日月灯明佛本尊法，能令修行者降伏内心的各种欲望，不受各种烦恼的侵扰。

演说《法华经》的日月灯明佛

日月灯明佛的梵文为 Candra -surya-pradipa，又称为灯明佛，是于过去世中出现的宣说《法华经》的一位佛。他的光明如天上的日月，地上的灯火，为众生演说正法，使其达于无上圆满的佛陀境界。

据《法华经》卷一《序品》记载，在无量劫前，有两万日月灯明佛出世，这两万佛有着相同的佛名，都宣说《法华经》。日月灯明佛演说正法，意义深远，言语巧妙，能为各种不同生命演说妙法，使其达到无上圆满的佛陀境界。

《五千五百佛名神咒除障灭罪经》中也提到了日月灯明佛，说他说法犹如狮子吼般，使众生开悟，如果有人能持诵他的名号，就不会投生于诸恶趣中。另外，有的佛经还提到，弥勒菩萨过去曾从日月灯明佛出家。

八王子的故事

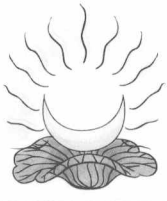
《法华经》中记载，两万位日月灯明佛的最后一位，在没有出家时是一位国王，生有八个王子。他们听说父王出家修成佛道后，都舍弃了王位，出家修行，发大乘菩提心。日月灯明佛为他们宣说了《法华经》。佛入灭后，八王子又从其座下的妙光菩萨为师学习佛法。

八王子在妙光菩萨的教化下，依次成佛，最后一位成佛的便是释迦如来的授记之师燃灯佛。而妙光菩萨，即现在的文殊师利菩萨。

日月灯明佛

日月灯明佛是在过去世中出现的宣说《法华经》的一位佛。持诵其名号，便可获得来生不投于恶趣中的功德。



形相	持物	
身黄金色，面目慈祥，左手持月轮，右手持日轮，结跏趺坐在莲花宝座上。	 **日轮** 日轮象征破除无明，发大智慧光明。	 **月轮** 月轮代表众生本具的圆满佛性。

不空成就佛


不空成就佛
黄铜 10世纪 故宫博物院藏

佛名：不空成就佛
密号：成就金刚
适合修行的人：
十二日生人
希望事业有成、增益财富的人
本尊功德：不空成就佛以如来的大慈方便，使众生远离一切烦恼，加持众生在世间及出世间的事业上圆满成就，从不落空。

不空成就佛为五方佛中的北方佛，他以大慈的方便，成就俗世和如来的一切事业。修不空成就佛本尊法，可以远离烦恼，圆满成就各种事业，永不落空。

不空成就佛的功德

不空成就佛的梵文为 Amoghasiddhi，为五方佛中的北方佛，代表大日如来的成所作智，象征能以大慈的方便，成就一切如来事业及众生事业。他为一切众生解除惑业烦恼，成就大愿，从不落空，故此得名。

佛德圆满，菩提正觉时，眼、耳、鼻、舌、身五识转为无烦恼的清净智慧，称为成所作智。正如《佛地经论》中所载："成所作智，就是能遍于一切世界，随所应化一切众生，示现种种无量不可思议的化身，方便一切众生，没有间断，这就是所谓的成所作智。"

藏密经典中记载，不空成就佛修行圆满，证得无上菩提后，垂念众生被无明所昧，堕于生死轮回之中不能出离，所以例以慈悲方便，依仗成所作智的妙用，普度、救拔十方世界的有情众生。修行者如果能得到不空成就佛的加持，便可以在世间及出世间的事业上都能圆满成就，而且能成就自利、他利的妙行，远离一切烦恼。

不空成就佛的佛土为胜业净土，意思是完全、圆满，故又称为诸行圆满。

不空成就佛的形相

不空成就佛的身色一般为绿色或金色，头戴宝冠，左手作定印，持羯磨杵，右手作说法印，结跏趺坐在莲台之上。有的形相双手作施无畏印，即左手执衣两

不空成就佛

不空成就佛为五方佛中的北方佛，能以大慈的方便，成就一切如来事业及众生事业。他为一切众生解除惑业烦恼，成就大愿，从不落空，因此得名。

种子字

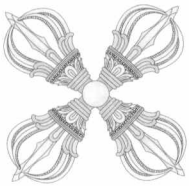


形相

不空成就佛的形相为身绿色，头戴宝冠，左手作定印，持羯磨杵，右手作说法印，结跏趺坐在莲台之上。



持物



羯磨杵指向四方，象征无论在哪里，不空成就佛为众生成就事业的方便从不落空。

手印



左手作定印，
右手作说法印。



三昧耶形



角，右手展掌，竖起五指，与肩齐平，掌心向外，象征着不空成就佛拔济一切有情的功德。

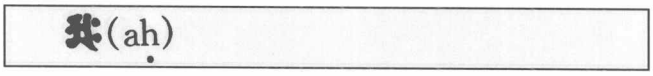
在藏传佛教关于不空成就佛的唐卡或画像中，在他的四方，通常还绘有与其亲近的四位菩萨。前方为金刚业菩萨，专司如来事业，身肉色，双手合掌；右方为金刚护菩萨，名号象征其功德如护身的甲胄，有大慈和持身的功德，身青色，双手各舒头指，余指弯屈，置于腋侧；左方为金刚牙菩萨，生有金刚牙，具有能咬啖一切怨敌之德，身白色，双手作拳状，有的左手持莲花，莲花上有牙；后方是金刚拳菩萨，有结合的功德，身青色，双手作拳，置于胸前，手腕稍微弯屈下垂。

在金刚界曼荼罗中，不空成就佛为中央五佛之一，居于北方，密号悉地金刚或成就金刚。在胎藏界曼荼罗中，被视为北方天鼓雷音佛的同体佛，称为天鼓音佛或雷音王佛。

不空成就佛以金翅鸟为座，表示以大鹏鸟的威力，可降伏诸龙，接引天人，随摄随归，无有违背。

种子字和真言

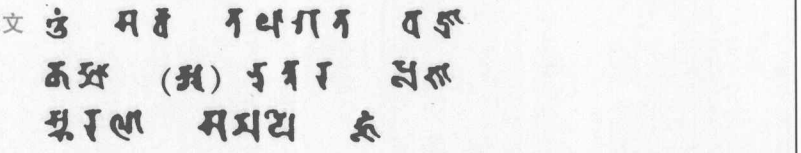
不空成就佛的种子字为：



真言为：

梵文 
汉字 唵 阿目伽 悉地 恶
意义 归命 不空 成就 恶（种子）

梵文 
汉字 缚日罗 枳惹南 恶
意义 金刚 智 恶

梵文 
汉字 唵 萨缚 怛他诿多 缚日罗 羯磨 努多罗 布惹 娑发罗拿 三摩 曳 吽
意义 归命 一切 如来 金刚 事业 无上 供养 普遍 平等 吽

不空成就佛座下的大鹏金翅鸟

不空成就佛的宝座由大鹏金翅鸟抬起，表示以大鹏鸟的威力，可降伏诸龙，接引天人，随摄随归，无有违背。



大鹏金翅鸟

大鹏金翅鸟梵文为 Suparna，意为羽毛美丽者，又称为迦楼罗鸟，属天龙八部之一，被认为是梵天、大自在天或文殊师利菩萨的化身。大鹏金翅鸟是一切智慧忿怒的部主，也是办成事业的利器，可以帮助众生消除障碍，增长福禄财寿和智慧。

第伍章

菩萨

本章介绍的是菩萨部的本尊。菩萨的全称是菩提萨埵，意为觉有情。菩萨与佛并没有本质的区别，只是所证得的果位有所不同。比较常见的菩萨本尊有八大菩萨等。

本章图版目录

圣观音菩萨/193
密宗六观音/195
四臂观音/197
四臂观音本尊法/199
千手观音菩萨/203
千手观音的手印和持物/204
弥勒菩萨/209
布袋和尚/211
弥勒菩萨本尊法/213
五文殊及文殊的七种智慧/215
黄文殊/217
黄文殊本尊法/220
大威德金刚/223
普贤菩萨/227
普贤菩萨的十大行愿/229
普贤八供/231
虚空藏菩萨/233
五大虚空藏菩萨法/235
虚空藏菩萨简修法及其功德/237
大势至菩萨/239
地藏菩萨/243
僧人相地藏菩萨/245
地藏菩萨的功德/247
日光菩萨/249
日光菩萨陀罗尼/251
月光菩萨/253
月光菩萨陀罗尼/255
药王菩萨/259
无尽意菩萨/261
药师八大菩萨/263
施无畏菩萨/265
十八臂准提菩萨/267
准提菩萨本尊法/270
绿度母/273
二十一度母/275
绿度母本尊法/277

观世音菩萨


观世音菩萨
红铜 8～9世纪 故宫博物院藏

佛名：观世音菩萨

密号：法金刚

适合修行的人：

十八日生人

希望获得智慧、敬爱、消灾灭祸的人

本尊功德：大悲观世音菩萨，为代表性的敬爱本尊，能得一切众生欢喜敬爱，并能得大聪明，增长记忆。

观世音菩萨是最为人熟知的一位菩萨，是佛教慈悲的象征，他以大慈大悲之心，帮助人们去除痛苦，获得安乐。修行他的法门，可以获得他人的敬爱，增长智慧和记忆。

观世音菩萨的名号及功德

观世音菩萨的梵文为 Avalokitesvara，又称为观自在、观世自在、光世音、观音、圣观音等，或救世菩萨、救世净圣、施无畏者、莲花手、普门、大悲圣者等。观世音菩萨为阿弥陀佛的左胁侍，为西方三圣之一。未来阿弥陀佛涅槃之后，观世音菩萨将递补为佛，名为遍出一切光明功德山王如来，其净土为一切珍宝所成就世界，比极乐世界更加庄严微妙。

观世音菩萨是大乘佛教中最为人熟知的菩萨，是慈悲的象征，以大悲显现，以拔除一切有情的苦难为其本愿，循声救苦，不曾稍有停息。当众生有苦难时，只要称念他的名号，即可获得解脱苦厄。他会根据众生的所求，变化为种种不同的身相，如水月观音、鱼篮观音等。

“观世音”蕴含了菩萨大慈大悲济世的功德和思想，意即观世间众生之音，生大悲心，断众生诸苦恼，使众生住于安乐。观世音的梵文还有观照万法而任运自在的意思，观世音菩萨兴慈运悲，拔苦与乐，普门示现，自在无碍，故又称为观世音自在。

观世音菩萨以大悲救度为主要的德行，自利是智，利他是悲，大悲之后蕴藏着无边的大智，他拥有般若的智慧，能照见五蕴皆空，故能救苦救难，拔苦与乐，

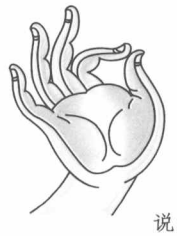
圣观音菩萨

观世音菩萨是大乘佛教中最为人熟知的菩萨，是慈悲的象征，以大悲显现，拔除众生的苦难。圣观音菩萨是观世音最为常见的形相之一。

形相

一般形相为头戴宝冠，手持莲花或净瓶，或双手结禅定印，身上有璎珞项钏等装饰，结跏趺坐在莲台之上。



手印		持物
 左手作说法印。	 右手作触地印。	 莲花。

自由自在，无所障碍。

观世音菩萨的形相

观世音菩萨化身有很多种，其形相也千变万化，各种经典中对其形相的描述也有所不同。如《摩诃止观》卷二中举出了六种观音，即大悲观世音、大慈观世音、天人丈夫观世音、大梵深远观世音、师子无畏观世音，大光普照观世音。而《楞严经》卷六按其臂、目的数目将其分为四臂、六臂乃至千臂、万臂、八万四千臂，二目、三目乃至千目、万目、八万四千清净宝目等多种形相。《法华经·普门品》中则以其化身身份归纳出观世音菩萨的 32 种化身。

《佛像图汇》中，将历史上曾经出现过的观音菩萨造像归纳起来，大致有 33 种像。这 33 种形相中，较为常见的有杨柳观音、龙头观音、持经观音、圆光观音、水月观音、鱼篮观音、洒水观音等。

密宗六观音

在密宗的经典中，不同形相的观世音菩萨有着不同的修行仪轨。密宗的观世音主要有六种形相，称为“密宗六观音”，即圣观音、千手观音、马头观音、十一面观音、准提观音、如意轮观音。他们都是圣观音的化身，只是形相和主要的德性有所区别。

圣观音又作正观音，一般形相为头戴宝冠，冠上有化阿弥陀佛坐像；手持莲花或净瓶，或双手结禅定印；身上有璎珞项钏等装饰，结跏趺坐在莲台之上。

马头观音即明王部中的马头明王，为忿怒的形相，双眼上吊，獠牙显露，头发倒竖，头顶马头。其造型有一面二臂、一面四臂、三面二臂等多种。

千手观音即千手千眼观世音，其形相一般为 42 手象征千手，中央二手合掌，两边各有 20 手，分别持法器。

十一面观音又称为大光普照观音，密号慈愍金刚，其形相是在原本的观音像上再加上 10 个面相，合为 11 面。前三面作菩萨面，左三面作嗔面，右三面作獠牙上出菩萨相，背后一面作暴恶大笑相，顶上一面作佛面。各面均戴华冠，主体左手持澡瓶，瓶口出莲花，右手串璎珞，作施无畏印。有的十一面观音为四臂，右边第一手持念珠，第二手作施无畏印；左边第一手持莲花，第二手持澡瓶。

如意轮观音多为六臂，手中持如意宝珠和宝轮，故名如意轮，密号为持宝金刚。坐姿为竖右膝，右第一只手支颐，左膝盘坐。

准提观音又称为准胝、七俱胝佛母或作人天丈夫观音等，“准提”意为洁净。其形相依各经典有所不同，常见的多为身黄白色，面有三目，18 臂；两只手作说法印，其余各施手印或持法器等；手腕上饰有白螺钏，臂上有七宝装饰的臂钏，坐于一大池中的红莲花宝座上。莲花座前难陀、跋难陀两位龙王守护。

除了以上六个观音形相，密宗常见的还有不空羂索观音和数珠手观音等。数

密宗六观音

密宗六观音即密宗经典中的六种不同的观世音菩萨形相，他们形相各异，修行仪轨也有所不同。分别是圣观音、千手观音、马头观音、十一面观音、准提观音、如意轮观音。



1 名号：圣观音
形相特点：头戴宝冠，冠上有化佛，手持莲花或净瓶，或双手结禅定印。

2 名号：千手观音
形相特点：一般为 42 手象征千手，中央二手合掌，两边各有 20 手，分别持法器。

3 名号：十一面观音
形相特点：共有 11 面，三面作菩萨相，三面作嗔相，三面作獠牙上出菩萨相，一面作暴恶大笑相，一面作佛面。有两臂、四臂等多种。

4 名号：马头观音
形相特点：观音的忿怒相，头顶马头，有一面二臂、三面二臂等多种。

5 名号：准提观音
形相特点：身黄白色，面有三目，18 臂，18 只手各作手印或持法器。

6 名号：如意轮观音
形相特点：多为六臂，手中持如意宝珠和宝轮，坐姿为竖右膝，右第一只手支颐，左膝盘坐。



珠手观音又称为数珠观音。双手作数珠印，即以左手大拇指和无名指，作圆孔状，孔中贯数珠。右手的大拇指与无名指掐数珠。不空羂索观音又称为不空王观世音菩萨，羂索是一种绊取野兽的绳索，“不空羂索”的意思就是用此羂索去捕获从不落空。不空羂索观音的形相也有多种，以三面六臂及一面三目八臂较常见。

观音菩萨的本生事迹

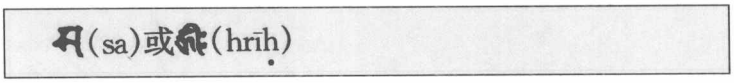
《悲华经》中记载，在远古时有一个名叫删提岗的佛世界，其转轮圣王名叫无诤念，他有 10 个儿子，太子名叫不眴，其他九位王子分别叫得大势、文殊、金刚智、虚空印、虚空日、师子香、普贤、阿闷。王室一家均发菩提心，修行佛法七年，国王受记成佛，即为无量寿佛。

国王成佛后，太子不眴发愿在无量寿佛的佛土修菩萨道，等到无量寿佛涅槃之日再成佛。于是宝藏佛为太子授记，即为观世音菩萨。等到佛灭后，观世音菩萨便会在菩提树下的金刚座中成佛，号为遍出一切光明功德山王如来。

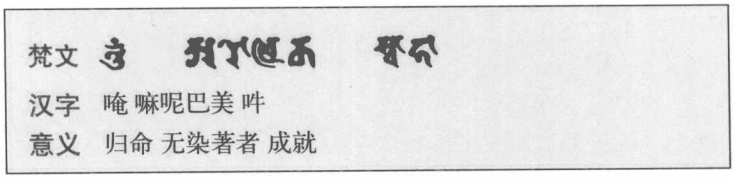
《千手千眼陀罗尼经》等经中则记载，观世音菩萨早在阿弥陀佛成佛之前就已经成佛，号为正法明如来。在他成佛时，释迦如来佛还只是一名苦行僧。

种子字、真言

观世音菩萨的种子字为：



观世音菩萨的真言为：



观世音菩萨的真言又称为六字大明咒。“唵”有很多方面的意义，可以理解为皈依；“嘛呢”是随意变化的如意宝珠，用来比喻众生的本性，万事万物皆是它的幻化；“巴美”是红莲花，用来比喻人的本性清净无染；“吽”也有多层次的意义，可以理解为摧毁一切障碍，迅速显现本来觉悟的功德，早日达到最终的目的地。

六个字合在一起的意义就是“皈依观世音菩萨，愿我通过您的大加持力，使我本具与您同样的清净无染，随意变现的自性功德迅速显现，随意达到我愿达到的目的”。

四臂观音

四臂观音是观世音菩萨众多化身中的一种，也是藏传佛教中最为常见的观音形相。

种子字



形相

身白色，表情慈祥，头戴五佛冠，身着天衣，佩戴各种饰物，一头四臂，结跏趺坐于莲花宝座上。



手印	持物		
			
开敷莲花合掌印，竖左右十指，指掌相合，表示理智不二。	如意宝珠，代表能满足所有众生的要求。	水晶念珠，代表不停地救度众生。	八瓣莲花，代表清净的心性。

四臂观音

四臂观音是观世音菩萨众多化身形相中的一种，是藏传佛教的本尊之一。常见的四臂观音有两种，分别为寂静相和忿怒相。寂静相为身白色，表情慈祥，头戴五佛冠，身着天衣，佩戴各种饰物，一头四臂，主臂两手作开敷莲花合掌印，另外两手右手持水晶念珠，左手持八瓣莲花，结跏趺坐于莲花宝座上。

忿怒相为身蓝色，四头四臂，下面有三头，上面有一头，上面的头为灰色，下面的头左为红色，中为蓝色，右为白色；四手中分别持月刀、头骨碗、水瓶以及匕首、镖枪等；腰围虎皮裙，挂五骷髅念珠；脚踏邪魔，背景是熊熊的火焰。

四臂观音修持法

四臂观音修持法的仪轨与释迦如来等本尊法门有相同之处。大概的步骤为念诵皈依文、发菩提心、发四无量心，等到心平静下来后，进入观想的阶段。

观想观世音菩萨出现在前方虚空，面向自己或观想观世音菩萨出现在自己的头顶上方。观想的方法是，首先观虚空中有一朵盛开的八瓣莲花，莲花上有一个白色的藏文“阿”字，化为月轮。月轮上有一个竖立的白色藏文“舍”字，这个“舍”字是观音智慧所化的心字。这个字一刹那间变成四臂观世音菩萨。

观想观世音菩萨的身体由白光构成，他面容安详，有四只手臂；两只手在心轮处合掌，握着一颗如意宝珠；第二只右手拿着水晶项链，第二只左手握着一朵白色莲花；结跏趺坐在白色月轮上，月轮下方是一朵绽放的莲花。

保持觉知在这观想的形象上，直到稳定为止。轻松舒适地接受观音祥和而带着慈爱的能量。衷心祈祷自己能克服错误概念和负面能量，培养对所有众生纯净的慈爱与悲悯。观想观世音的头顶、喉间和胸前分别有代表身、口、意的白色“唵”字、红色“阿”字及蓝色“吽”字。从这三字放出光芒，流入自己的头顶、喉间和胸前，无尽的爱和慈悲充满了我们的身心，净除自己的身、口、意三业。然后观想自己把宁静而开放的感觉传给身边的一切众生，净除他们的负面能量，让他们也充满喜乐。

然后，在专心观想的同时，诵念六字大明咒“唵嘛呢巴美吽”，先大声念一会儿，然后再不出声地默念，念多久都可以。诵念结束后，想象观世音化成白光，经由自己的头顶流身体之内，与自己合而为一，感受到全然的安详与喜乐。尽可能久地持续这种感觉。

最后，将做此修行所得的正面能量回向给一切众生，希望他们快乐。

四臂观音本尊法

四臂观音本尊法是藏传佛教的重要修法，其仪轨与释迦如来等本尊法门大致相同。

(1) 皈依，发菩提心，修四无量心。

(2) 观想观音示现

❶观想虚空中有一朵盛开的八瓣莲花，莲花上有一个白色的“阿”字，化为月轮。

❷观想月轮上有一个竖立的白色藏文“舍”字，刹那间变成四臂观世音菩萨。

❸观世音菩萨的身体由白光构成，观想他的形相、手印、持物、坐姿等每一个细节。

(3) 观想净化

❶观想观世音的头顶有白色“唵”字，放出光芒，流入自己的头顶。

❷观想观世音的喉间有红色“阿”字，放出光芒，流入自己的喉间。

❸观想观世音的胸前有蓝色“吽”字，放出光芒，流入自己的胸前。

❹感受无尽的爱和慈悲充满了我们的身心，净除身、口、意三业。

❺观想把宁静而开放的感觉传给身边的一切众生，净除他们的三业。

观想的同时，念诵六字大明咒



六字大明咒

唵 嘛 呢 巴 美 吽

(4) 观想融合

想象观世音化成白光，经由自己的头顶流身体之内，与自己合而为一，感受到全然的安详与喜乐。尽可能久地持续这种感觉。

(5) 回向

唐卡鉴赏——密宗三怙主

布本设色唐卡 清代 西藏

藏传佛教中，观世音菩萨与文殊菩萨、金刚手菩萨（大势至菩萨）合称为“密宗三怙主”，分别代表慈悲、力量和智慧，整体为十方佛陀三种功德的人格化身。



1. 中央主尊为四臂观音，身白色，头戴五叶冠，身披帛带与狐皮，胸前两臂捧摩尼宝珠，后两臂持念珠和莲花，结跏趺坐在莲台上。

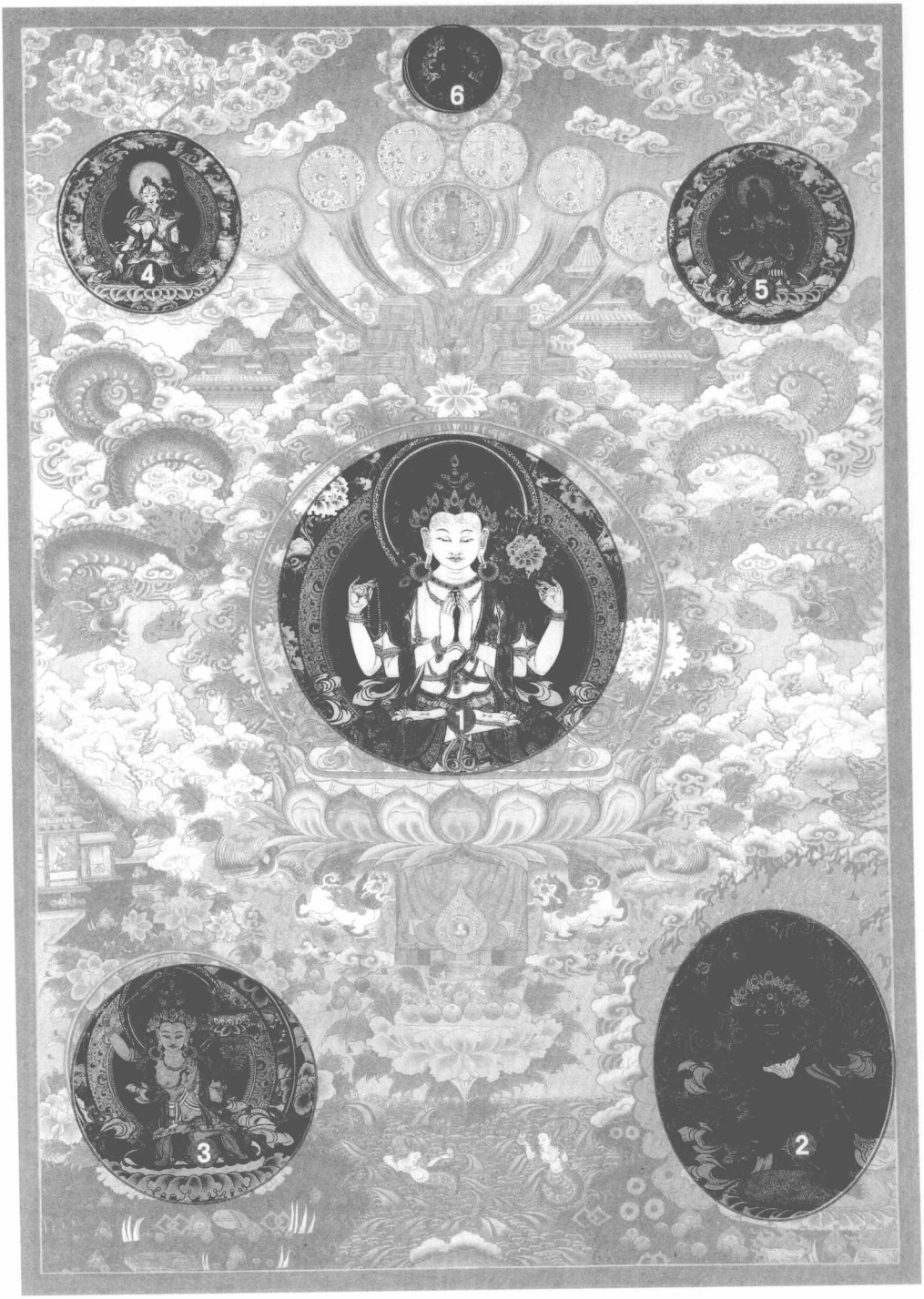
2. 下界右侧为忿怒金刚手菩萨，蓝色身，一面三目，左手持嘎巴拉碗，右手上扬结期克印。

3. 下界左侧为文殊菩萨，身黄色，左手持一段莲花，莲花上托一本经书，右手持宝剑。

4. 上界左侧为白度母，身白色，头戴花蔓冠，面目慈和，右手膝前结施愿印，左手当胸以三宝印捻莲花，花茎至耳际。

5. 上界右侧为绿度母，身绿色，头戴五佛宝冠，右手置于右膝上，作施愿印，持莲花，左手置于胸前，持莲花。

6. 上界中央为阿弥陀佛，身蓝色，双手结定印，手上置长寿宝瓶。


6
4
5
1
3
2

千手观音菩萨


千手观音菩萨
雕塑 15～16世纪 西藏金卡寺藏

佛名：千手观音菩萨

密号：大悲金刚

适合修行的人：

属相为鼠的人

十一月生人

希望获得智慧、财富、敬爱、消灾灭祸等的人

本尊功德：千手观音具足无量大悲、智慧及利益众生的方便，能随众生所愿，满足众生希求智慧、财富、事业、敬爱、消灭灾祸等祝愿。

千手观音菩萨是观世音菩萨的化身之一，最著名的是他千手千眼的造型，这象征着他的大慈大悲之心。修千手观音本尊法，无论智慧、财富、事业，还是获得敬爱、消灭灾祸等各种愿望都能心想事成。

千手观音的功德及其来历

千手观音的梵文为 Avalokitesvara-sahasrabhuja-lo-cana，又称为千手千眼观世音、千手千眼观自在、千臂观音等，为观世音菩萨的众多化身之一。“千”代表无量及圆满之义，“千手”表示大慈悲的无量广大，“千眼”则表示智慧的圆满无碍。千手观音的千手千眼代表的是菩萨的大悲大智，可令众生得息灾、增益、敬爱、降伏、钩召等成就。千手观音菩萨如同世间众生的父母，能满足一切众生的心愿。

至于千手千眼的来历，据《大悲心陀罗尼经》中记载，在过去千光王静住佛在世时，他向观世音菩萨教授了大悲心咒。观世音菩萨闻听此咒，便发下大愿：“如果我能利益安乐一切众生，令我即时身生千手、千眼具足。”于是，观世音菩萨果然生出了千手千眼。

千手观音的形相

千手观音的形相，并不一定要具足千臂，一般常见的千手观音头部有一面、11 面、27 面等多种。头戴宝冠，面有三目，冠下垂绀发，冠中有化佛。

手臂则多以 40 臂、41 臂或 42 臂等来象征千手。其中，42 臂的形相除中央

千手观音菩萨

千手观音为观世音菩萨的化身之一，为密宗六观音之一，是藏传佛教的重要本尊。千手观音又可分为一面、十一面、二十七面等多种，下面为十一面千手观音的坐像。



形相

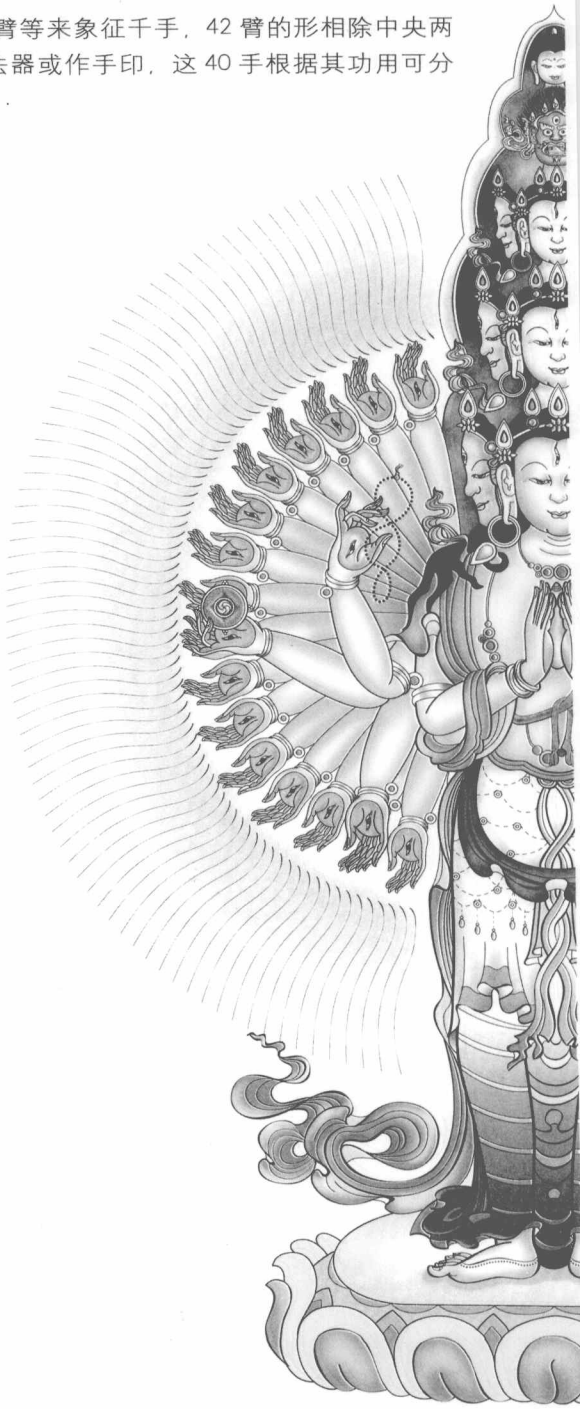
11 面而多臂，共有 42 手，中央主臂合掌，两边各 20 手。头戴宝冠，身着长裙，佩戴有耳饰、臂圈、手钏，当胸宝珠与璎珞环绕，坐在莲花座上。

种子字



千手观音的手印和持物

千手观音的造像多以40臂或42臂等来象征千手，42臂的形相除中央两手合掌外，两边各有20手，分别持法器或作手印，这40手根据其功用可分作五组。

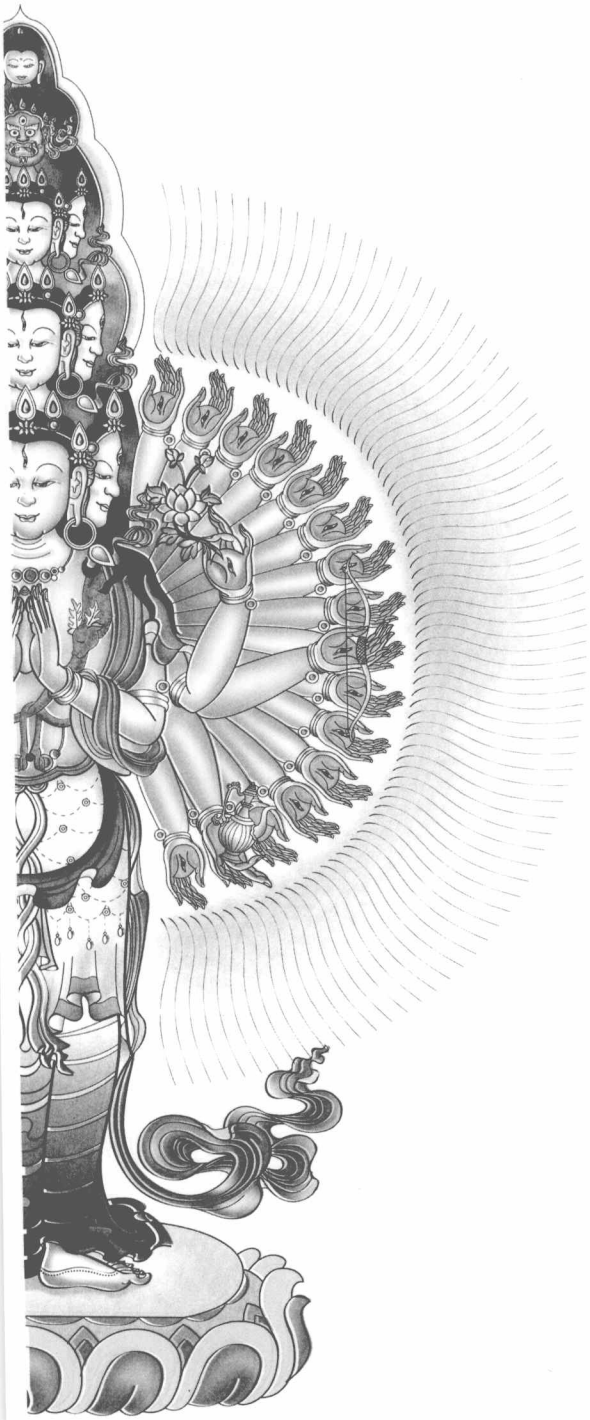


(1) 息灾法

①化佛手：为生生之众不离诸佛边。
②羂索手：为种种不安求安稳。
③施无畏手：为一切除怖畏不安。
④白拂手：为除身上恶障难。
⑤榜牌手：为辟除一切虎狼豺豹诸恶兽。
⑥斧钺手：为一切时处好离官难。
⑦宝戟手：为辟除他方逆贼。
⑧杨枝手：为除身上种种病。

(2) 调伏法

⑨跋折罗手：为降伏一切天魔神。
⑩金刚杵手：为摧伏一切怨敌。
⑪宝剑手：为降伏一切魍魉鬼神。
⑫化宫殿手：为生生世世常在佛宫殿中，不处胎藏中受身。
⑬不退金轮手：为从今身至佛身菩提心常不退转。
⑭宝钵手：为除腹中诸病。
⑮日精摩尼手：为除眼暗无光明。
⑯月精摩尼手：为热毒病求清凉。



(3) 增益法

⑰如意珠手：为富饶种种珍宝资具。

⑱宝弓手：为荣官益职。

⑲宝经手：为多闻广学。

⑳白莲花手：为种种功德。

㉑青莲花手：为欲得往生十方净土。

㉒宝铎手：为成就一切上妙梵音声。

㉓紫莲花手：为面见十方一切诸佛。

㉔葡萄手：为果蓏诸谷稼。

(4) 敬爱法

㉕莲花合掌手：为一切众生常相恭敬爱念。

㉖宝镜手：为大智慧。

㉗宝印手：为口业辞辩巧妙。

㉘玉环手：为男女仆使。

㉙胡瓶手：为一切善和眷属。

㉚军持手：为生梵天。

㉛红莲花手：为往生诸天宫。

㉜锡杖手：为慈悲覆护一切众生。

(5) 钩召法

㉝俱尸铁钩手：为善神龙王常来拥护。

㉞顶上化佛手：为十方诸佛速来摩顶授记。

㉟数珠手：为十方诸佛速来授手。

㊱宝螺手：为召呼一切诸天善神。

㊲宝箭手：为诸善朋友早相逢。

㊳宝筴手：为地中伏藏。

㊴髑髅杖手：为使令一切鬼神。

㊵五色云手：为仙道。

二手合掌外，两边各有 20 手，分别持法器或作手印，每一手中各有一眼，据说每一手有 25 种功用。千手观音的 40 手根据其功用可分作五组。

息灾法：化佛手、羂索手、施无畏手、白拂手、榜牌手、斧钺手、宝戟手、杨枝手。

调伏法：跋折罗手、金刚杵手、宝剑手、化宫殿手、不退金轮手、宝钵手、日精摩尼手、月精摩尼手。

增益法：如意珠手、宝弓手、宝经手、白莲花手、青莲花手、宝铎手、紫莲手、葡萄手。

敬爱法：莲花合掌手、宝镜手、宝印手、玉环手、胡瓶手、军持手、红莲花手、锡杖手。

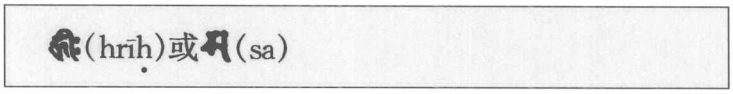
钩召法：俱尸铁钩手、顶上化佛手、数珠手、宝螺手、宝箭手、宝篋手、髑髏手、五色云手。

40 手就是 40 种不同的印相，分别代表 40 种修法，每种修法都有对应的观音和真言。

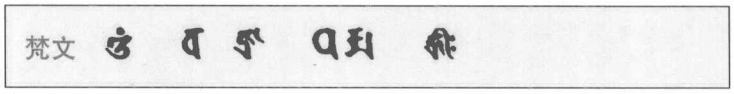
种子字、真言等

千手观音的种子字的真言与观世音菩萨是一样的。

种子字为：

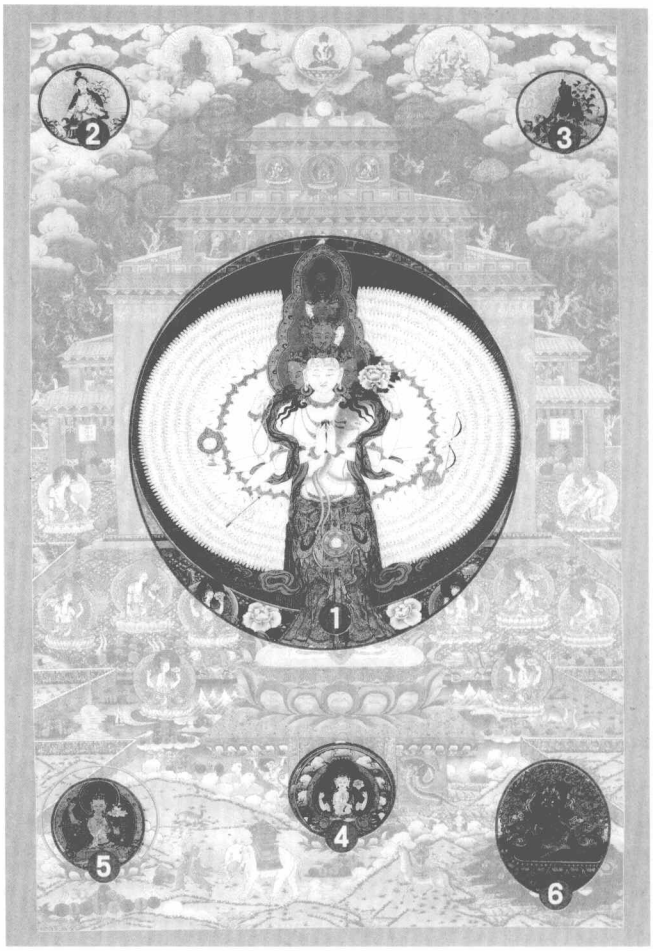


真言：



三昧耶形为开敷莲花。

另外，彰显千手观音菩萨的圆满功德的大悲心陀罗尼，又称为大悲咒，是观世音菩萨的大慈悲心、无上菩提心以及济世渡人，修道成佛的重要口诀，以上为其主体部分的 84 句，该咒的一字一句都包含著正等正觉的真实工夫，没有一丝一毫的虚伪。持诵此咒，能得安乐、除一切病苦、延年益寿、得富饶、灭除一切恶业重罪、远离障难、增长一切功德、成就一切善根、远离一切怖畏，临命终时，可随愿得生任何佛土。



唐卡鉴赏

千手千眼观世音菩萨

布本设色唐卡　清代　西藏

十一面千手千眼观世音为观世音菩萨最重要的化身之一，相关仪轨记载在《千手千眼观世音菩萨广大圆满无碍大悲心陀罗尼经》中。他生出千手千眼，象征观世音菩萨以大慈悲之心，以千手护持众生，以千眼观照世间。

1 中央主尊为十一面千手观音，前方三面及右边三面呈慈悲相，左边三面为嗔相，后方一面呈忿怒相，顶部一面呈佛相。胸前双手合掌，身披璎珞，立于莲花月轮台上。

2 上界左为白度母，身白色，面上有三目，手掌和脚心各有一目，左手持莲花，右手作施愿印，结跏趺坐。

3 上界右为绿度母，身绿色，手印与持物与白度母相同，结游戏姿。

4 下界中为四臂观音，身白色，胸前双手持摩尼宝，左上手持莲花，右上手持念珠，结跏趺坐。

5 下界左为文殊菩萨，身黄色，头戴宝冠，袒露上身，左手拈一枝莲花，右手持宝剑，结跏趺坐。

6 下界右为金刚手菩萨，身蓝色，忿怒相，周身以蛇为璎珞，左手捧嘎巴拉碗，右手持金刚杵，展立于莲台日轮之上。

弥勒菩萨


弥勒菩萨
黄铜 12世纪 故宫博物院藏

佛名：弥勒菩萨
密号：迅疾金刚
适合修行的人：
初五日生人
希望得到敬爱、快乐的人
本尊功德：弥勒菩萨多生修持慈心三昧，发愿要使一切众生安住于真实快乐之中，使一切众生远离一切灾障，永离一切烦恼。

弥勒菩萨是弥勒佛成就佛果之前的称号，未来将继承释迦如来的佛位。他能使修行者安住于真实的快乐之中，远离一切灾祸和烦恼。

弥勒菩萨名号的由来

弥勒菩萨的梵文为Maitreya，意为“慈悲者”或“慈氏”。关于这个称号的由来，《大日经疏》中记载：“慈氏菩萨从久远劫来，修慈量心，故以慈称。……一切如来，必住四无量心，广度众生，此四无量心，从如来种性中生，能念一切世界不断佛种，故称慈氏。”

“弥勒”是音译过来的名称，在梵文和藏文中，弥勒菩萨多称为阿逸多菩萨。阿逸多为其名，弥勒为其姓。阿逸多的意思为“无能胜”，这是因为弥勒菩萨“发愿于刀兵劫中，拥护众生……至极之慈，一切权小皆无能胜”，故得此名。

另外，弥勒菩萨有时还被称为一生补处菩萨、补处萨埵，据说释迦如来佛曾预言弥勒菩萨将来会继承自己的佛位成为未来佛，因此称为“补处”菩萨。

弥勒菩萨的形相

弥勒菩萨的形相一般为身白色，一面二臂，面含慈悲，头戴五佛冠；左手拈一根龙华树花梗，花茎向上绕至左肩，花朵开放于耳际，花瓣上置一法轮，表示弥勒佛将来于龙华树下示现成佛，并到世间转轮说法；右手托水瓶，表示他将来生于婆罗门族；作游戏姿坐在莲花宝座之上。

弥勒菩萨

弥勒菩萨意为“慈悲者”或“慈氏”，为一生补处菩萨，将在未来世继承释迦如来的佛位，成为未来佛。

种子字



形相

身白色，一面二臂，面含慈悲，头戴五佛冠，如常人般垂足而坐，住于条形的莲花狮坐椅上。



持物

左手拈一根龙华树花梗，花瓣上置一宝瓶，表示弥勒佛将来于龙华树下示现成佛，并到世间转轮说法。

手印



右手作说法印。



左手作施愿印。

坐姿



垂足坐于高台上，表示他即将起身走下莲台，来到人间，弘法度众。

值得一提的是，常见的弥勒菩萨形相还有的是如常人般垂足而坐，住于条形的莲花狮坐椅上，这表示他即将起身走下莲台，来到人间，弘法度众。

弥勒菩萨在金刚界曼荼罗中属于贤劫十六尊之一，其形相不一，存在多种说法。在胎藏界曼荼罗中，其形相为身肉色，头戴宝冠，冠中有率都婆，右手施无畏印，左手持莲花，花上置有宝瓶。

弥勒菩萨的故事

弥勒菩萨生于古印度的一个大婆罗门家庭，他出生时便具足轮王之相，相貌庄严，聪慧异常，取名阿逸多。国王听说了这个消息，怕自己的王位受到威胁，便欲加害阿逸多。于是，阿逸多便藏匿到舅舅家中，听闻佛法，出家为僧。

阿逸多从小在富人家长大，出家后依然喜欢交游，喜好华丽的穿着。有一次国王赐给比丘们一件金缕袈裟，其他人谁也不要，只有阿逸多接过袈裟，并天天穿在身上。据说正因他爱好吃穿，贪著名利，所以虽然学佛的时间比释迦牟尼长，但释迦牟尼却先于他得道成佛。

释迦牟尼在众多弟子中特别器重弥勒菩萨，予以授记："当来成佛，字犹弥勒。"弥勒菩萨在将来会在娑婆世界成佛，并在龙华树下，三会说法，广度众生。作为释迦牟尼佛的一生补处菩萨，弥勒菩萨在灭度后，距离成佛的时间尚远，所以就上升至欲界第四天——兜率天中，并在兜率天的善法堂说法，并时刻以种种身相示现在众生面前。

值得一提的是，大乘佛教唯识学派尊奉弥勒为祖师，该学派的代表人物无著菩萨、世亲菩萨均以其大菩提心往生弥勒的兜率天。

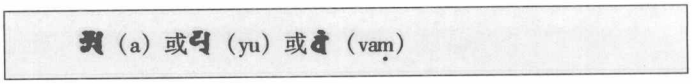
布袋和尚

汉地的弥勒菩萨像经常被塑成和蔼慈祥、满面笑容、豁达大度、坦胸露腹的慈爱形相，并被称为笑佛、大肚弥勒佛等，并流传下关于他的一句著名楹联："大肚能容容天下难容之事，开口便笑笑世上可笑之人。"据说这样的形相出于五代时的布袋和尚，他被看做是弥勒菩萨的化身。

布袋和尚名为契此，五代后梁时期奉化（今浙江宁波奉化）人，因为他常以背着一只布袋的形象出现，所以称为布袋和尚。在他示寂之时，留下一首偈语："弥勒真弥勒，化身千百亿，时时示时人，时人自不识。"布袋和尚为弥勒菩萨化身的说法因此流传开来。

种子字、真言及其他

弥勒菩萨的种子字为：



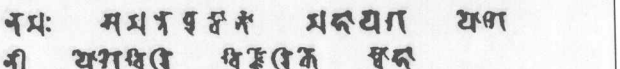
布袋和尚

布袋和尚是弥勒菩萨的一种化身，在汉传佛教所流传，在各地寺院中极为常见，又称为笑佛、大肚弥勒佛等。



形相	持物	
和蔼慈祥，满面笑容，坦胸露腹，穿宽大的袈裟，左手持念珠，中手持桃，就地而坐。	 右手持桃。	 左手持念珠。

弥勒菩萨的真言为：

梵文 

汉字 南么 三曼多勃驮喃 摩诃瑜伽 瑜拟宁 瑜诣诜缚履 欠若利计 莎诃

意义 归命 普遍诸佛 大相应 相应者 相应自在 空生作 成就

弥勒菩萨心咒：

梵文 

汉字 唵 妹怛隶野 娑缚贺

意义 归命 慈氏 成就

三昧耶形为瓶或塔。

弥勒菩萨简修法

弥勒菩萨的修法与其他本尊修法大同小异，依念诵皈依文、发菩提心、发四无量心等修行开始，进入观想阶段。

观想自己的心中感觉到无比的快乐，然后观想自己喜欢的人，如朋友、亲人等，他们同样感到无比的快乐。接着，观想与自己没有什么关系的陌生人，也感到无比的快乐。最后，观想与自己有仇怨或自己不喜欢的人，也感到无比的快乐。

观想自己对面的虚空中，忽然出现千叶莲花座，座上有洁白的月轮，月轮之上有弥勒菩萨的金色种子字。种子字一边旋转，一边放出光明，最后化成弥勒菩萨的形相。

观弥勒菩萨放出大光明，化为蛋黄大的亮点，从自己的头顶进入身体，他慈爱的力量灌满自己的身体。之后，观想亮点变成拇指大小的弥勒菩萨，并逐渐放大，变成与自己的身体一般大小，与己身融为一体。然后，再观想自己的身体无限放大，最后融入虚空之中。观想同样的过程发生在其他众生身上。

念诵弥勒菩萨真言或心咒，安然入定。

修行结束时念诵回向文："愿我迅速以此善，成就本尊弥勒佛，一切众生尽无余，悉登彼等之胜位。"

弥勒菩萨本尊法

弥勒菩萨本尊法与其他本尊的修法大同小异，修持此法，可远离一切灾障，去除一切烦恼，安住于真实快乐之中。

(1) 皈依，发菩提心，修四无量心。

(2) 观快乐的感觉

❶ 观想自己的心中感觉到无比的快乐。

❷ 观想自己喜欢、亲近的人感到无比的快乐。

❸ 观想陌生人感到无比的快乐。

❹ 观想与自己有仇怨的人感到无比的快乐。

(3) 观想弥勒菩萨

❶ 观想虚空中出现千叶莲花座，座上有洁白的月轮，月轮上有弥勒菩萨种子字。

❷ 种子字一边旋转，一边放出光明，最后化成弥勒菩萨的形相。

❸ 观想弥勒菩萨的形相、手印、持物等。

(4) 观想融合

❶观弥勒菩萨放出大光明，化为蛋黄大的亮点，从自己的头顶进入身体。

❷想象弥勒菩萨慈爱的力量灌满自己的身体。

❸观想亮点变成拇指大小的弥勒菩萨，并逐渐放大，变成与自己的身体一般大小，与己身融为一体。

❹观想自己的身体无限放大，最后融入虚空之中。

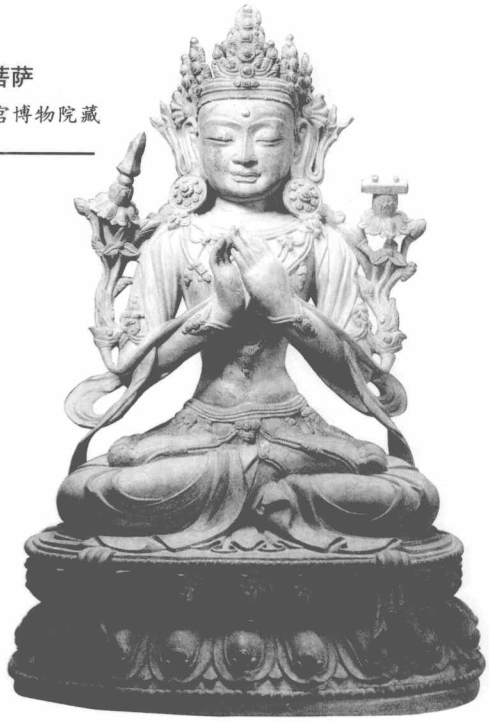
❺观想同样的过程发生在其他众生身上。

❻念诵弥勒菩萨真言或心咒。



(5) 回向

文殊菩萨


文殊菩萨
黄铜 15世纪 故宫博物院藏

佛名：文殊菩萨
密号：吉祥金刚
适合修行的人：
属相为兔的人
二月生人
二十五日生人
希望获得智慧的人
本尊功德：文殊菩萨是一切菩萨中智慧辩才第一者，是三世诸佛的老师，具足种种善巧、方便，能护佑众生入智慧大海。

文殊菩萨以其智慧第一而闻名，他是诸佛智慧所化现，是佛教诸多菩萨中智慧、辩才名列第一的菩萨。修文殊菩萨本尊法，可以增长智慧，增强记忆力，并能得其护佑，学业有成，事业顺利，婚姻和谐。

文殊菩萨及其功德

文殊菩萨的梵文为Manjushri，音译为文殊师利或曼殊室利，意译为妙德、妙首、妙吉祥等。文殊菩萨是诸佛智慧所化现，是智慧的本尊，是一切菩萨中智慧第一者，因此又称为文殊师利法王子。在藏传佛教中，文殊菩萨为诸佛智慧所化，观世音菩萨为诸佛慈悲所化，金刚手菩萨为诸佛力量所化，三者合称三部主。文殊菩萨又与普贤菩萨同为释迦如来的两大胁侍，合称华严三圣。

文殊菩萨能于诸法实相，通达无碍，具足种种善巧、方便，能使修行者直接进入智慧大海，所以又号称为大智文殊师利菩萨。佛陀曾说，在过去世中，文殊菩萨曾经传授佛法给他，“前过去无央数诸佛皆是文殊师利弟子，当来者亦是其神威恩力所致”。因此，文殊菩萨被喻为“佛道中的父母”，又称三世觉母。

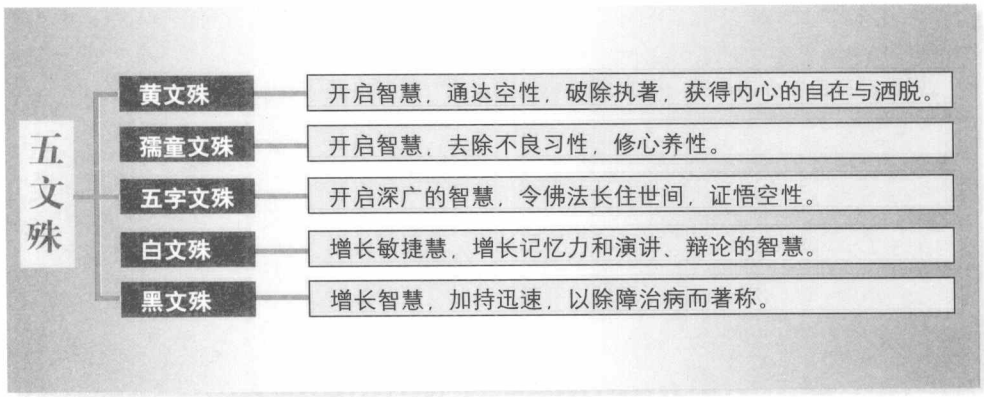
文殊菩萨发愿以大智慧教化一切众生，劝导一切众生发菩提心，教授其圆满的智慧、悲心，直至一切众生圆满成佛，他自己才成就无上菩萨。文殊菩萨为度化众生，常游化十方佛土，五台山为其示现的道场。

文殊菩萨的形相

在各种传承中，文殊菩萨的形相多种多样，有僧形文殊、五髻文殊、一髻文

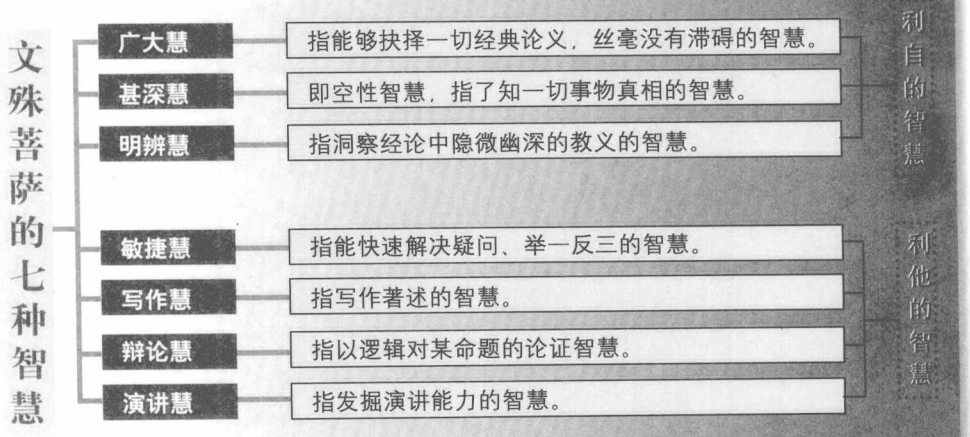
五文殊及文殊的七种智慧

在藏传佛教里，文殊菩萨有许多种化身，常见的有黄文殊、孺童文殊、五字文殊、白文殊及黑文殊五尊，合称为五文殊。他们的功德利益有所不同。



文殊的智慧功德

文殊师利菩萨是一切菩萨中智慧辩才第一者，具足种种善巧、方便，能够佑众生入智慧大海。无论哪种化身，都有令众生获得智慧的功德。藏传佛教中，文殊菩萨的智慧可分为七种。



殊、八髻文殊等。藏传佛教中常见的文殊菩萨有黄文殊、孺童文殊、五字文殊、白文殊和黑文殊五种，合称为五文殊。

黄文殊身橘黄色，一面二臂，面容微笑，发结五髻，颜色绀青；右手持宝剑，表示斩断一切烦恼；左手于胸前拈一枝青莲花，表示菩萨智德清净无染；花茎延伸到左耳边，花上置有代表《般若经》的经箧，表示菩萨的一切如来智慧；身穿天衣、具足庄严；双足跏趺坐于莲花月轮之上。

孺童文殊现童子身，象征佛法清静无染，代表菩萨纯真无邪，永有一颗赤子之心。

五字文殊即以阿、罗、波、者、那（  ）五字为其真言的文殊师利菩萨，在胎藏界曼荼罗中，位于中台八叶院月光菩萨的右边，又称为妙音菩萨，密号吉祥金刚。三昧耶形为青莲花上金刚杵。形相一般为身金色，现童子相，头上有代表五智的五髻；肘上系袈裟一角，向外低垂；右手仰掌，持梵箧，左手竖掌，屈三指，执青莲花，莲花之上置有五股杵。

白文殊身白色，一面二臂，头戴天冠，手印、法器与黄文殊相同。

黑文殊是文殊菩萨的忿怒相，身黑蓝色，一面二臂三目，头戴五骷髅冠，颈挂 51 颗新湿头颅穿成的项链，身饰珍宝璎珞，腰穿虎皮围裙，右手高举除魔之剑，左手胸前握般若佛经。以左伸右屈之站姿立于莲花宝座之上，身后是熊熊燃烧的般若火焰。

五文殊同为文殊菩萨，但其功德利益略有不同。红黄文殊法门除了开启智能以外，还有怀摄的作用；孺童文殊是大威德金刚心内的文殊化身；五字文殊法门对证悟空性特别有帮助；白文殊法门除了开启智慧以外，特别利于生出菩提心；黑文殊除了开启智能以外，还是一位消除障碍的本尊。

另外，在胎藏界曼荼罗中，还单设有文殊院，以文殊菩萨为主尊，密号吉祥金刚或般若金刚。其形相为身紫金色，顶有五髻，右手仰掌，左手竖起屈三指，执青莲花，花上置有三股杵。在金刚界曼荼罗中，文殊菩萨为贤劫十六尊之一，三昧耶形为金刚剑，有时骑坐青狮，表示智慧；有时坐莲台，表示清净无染；有时骑乘孔雀，表示飞扬自在。

文殊菩萨的故事

《文殊师利般涅槃经》中记载，文殊菩萨出身于古印度舍卫国的一个婆罗门家族，出生时有许多瑞相，相貌庄严，具三十二相，身呈紫金色，刚生下来就能说话，并有七宝盖随覆其上，后随佛陀出家学道。

关于文殊菩萨的事迹，很多经典中都有所记载。如《法华经·序品》中记载，日月灯明佛未出家时的八个儿子随父出家，拜妙光菩萨为师，依次成佛，其中最后一位便是释迦如来的授记师——燃灯佛，而妙光菩萨即是文殊菩萨。

《妙法莲花经》中记载，当佛陀在灵山会上放白毫光，文殊深知佛意，即请

黄文殊

黄文殊为文殊菩萨的化身之一，修黄文殊本尊法，可获得通达空性的智慧，破除执著和迷误，得到内心的自在与解脱。

种子字



形相

文殊菩萨现16岁童子像，身橘黄色，一面二臂，头上青色五髻，面带笑容，身着天衣，种种璎珞庄严，跏趺而坐。



手印



左手作说法印。

持物



右手持宝剑，表示斩断一切烦恼。



左手拈一枝青莲花，表示菩萨智德清净无染；花上置有代表《般若经》的经箧，表示菩萨的一切如来智慧。

佛陀宣扬法音，倡导圆乘佛性，奠定佛教大乘思想的基础。而文殊菩萨的睿智，也让与会的菩萨、罗汉等心悦诚服，尊称他为大善知识。《华严经》中记载了善财童子受文殊菩萨的教诲而南诣各国，参访 53 位善知识，开了游学的先河。

种子字和真言

文殊菩萨的形相多种多样，其种子字和真言也随之有所变化，如一髻文殊的种子字为 (sri)，真言为 (srhyim) 或 (trhyim)，而五髻文殊的种子字为 (a) 或 (ma)，真言为 (a ra pa ca na)。在《大藏全咒》中，与文殊有关的咒语，大约有 20 个。较出名的有一字咒、五字咒、六字咒、八字咒等。

一般而言，藏传佛教中的文殊菩萨的种子字为：

真言为：

梵文
汉字 唵 阿 喇 巴 札 那 帝
意义 归命 空性 清净 诸法平等 诸法诸行 诸法无有 成就

黄文殊修法

文殊菩萨有许多种化相，其咒语真言也各不相同，修法仪轨也有所差异。由于篇幅的限制，这里仅黄文殊的修法作详细介绍：

（1）观空

念诵三遍皈依文，发菩提心和四无量心。然后开始观想，观想自己的身体中，心像鸡蛋一般大小，形状为下粗上细。在心有一个洁白的月轮，月轮上有文殊菩萨的种子字，放出橘黄色的光芒。光芒越来越亮，充满自己的身体，最后射出体外，遍照整个世界，净化自己和众生的一切烦恼和罪业。

观想光芒回敛，从头顶和足底流入，最后回到种子字上。自己和世间的一切都不复存在，虚空中只剩下种子字“帝”。最后，种子字也化作光芒，融入虚空之中。

（2）观净业

观想空中忽然生起白色“邦”字，化为莲花座，座上有一白色“阿”字，化为月轮，月轮上有一橘黄色“帝”字。种子字放出光芒，普照世间，每道光芒顶端都有供养天女，手持种种供物，供养十方世界中诸佛、菩萨。诸佛、菩萨的功

德及加持化作橘黄色或红、黄、蓝三色光芒从十方射来，融入“帝”字之中。然后，“帝”字再放出光芒，照亮十方世界，光芒的顶端都有文殊菩萨，融入众生体内，净除众生三业，众生的身口意与“帝”字所化的文殊和合为一，为自身文殊。

观想众生化为橘黄色光芒，从十方融入“帝”字之中，“帝”字越来越明亮，最后化为文殊菩萨，现16岁童子像，身橘黄色，一面二臂，头上青色五髻，面带笑容，右手持智慧剑，左手当胸，执莲花花茎，莲花于左耳旁开放，上有《般若经》的经箧，身着天衣，种种璎珞庄严，跏趺而坐。

（3）观灌顶

念诵甘露明王咒：“嗡 班甲阿弥答 滚扎利 哈纳哈纳吽呸。”念观空咒：“嗡 梭巴瓦许达 萨达麻 梭巴瓦许多杭。”观想空中生起八个白色“邦”字，化为八个无量广博的宝器，宝器中有蓝色“吽”字，化为功德水、濯足水、花、熏香、灯、涂香、妙食、乐器八供养，充满虚空中。

观想从自己心中化出无数供养天女，分别持取供物，献供于文殊菩萨及其眷属之前。念诵三遍：“如何怙主文殊尊，为利有情授灌顶，如同智慧甘露水，我今为自授灌顶。”祈祷文殊菩萨及所请五方佛手持宝瓶授灌顶。甘露从头顶进入身体，体内充满五色的甘露，消除了一切障碍。

（4）观咒轮

观想自己心间，有一个则六把智慧宝剑组成的六齿轮，剑尖向外，剑柄向内，中间空隙处有一月轮，月轮上有“帝”字。自身文殊菩萨舌上平放有橘黄色“帝”字。观想心间咒轮放出光芒，遍照体内，消除一切业障。然后光芒射出体外，遍照一切众生，让他们得到文殊菩萨的加持，消除一切业障。

然后观想咒轮再次放出光芒，光中有无数供养天女，供养十方佛土一切佛陀、菩萨等，得到他们的加持，他们的智慧、辩才化成“帝”字从十方融入心间的“帝”字中。

观想的同时念诵文殊菩萨的种子字“帝”字，念诵黄文殊心咒：“唵 阿日阿巴杂那帝。”

最后念诵回向文：“我以此善业，速成文殊尊， 众生无一余，尽引彼佛土。”起身结束修行。

忿怒化身大威德金刚

在藏传佛教中，大威德金刚被认为是文殊菩萨的忿怒化身，因其能降服恶魔，故称大威，又有护善之功，故又称大德。大威德金刚能除违缘、增福慧、断除诸障，协助修行者成就无上事业。其名号中“金刚”比喻智慧，“大威德”表示方便，大威德金刚即代表空性与大悲心无别的菩提心。

大威德金刚的形相有很多种，最为常见的九面三十四臂双身像，本身及怀中拥抱的



黄文殊本尊法

文殊菩萨多种化相的修法仪轨虽然存有一定的差异，这里介绍的是黄文殊本尊法的步骤。

(1) 皈依，发菩提心，修四无量心。

(2) 观空

❶观想自己的身体中，心像鸡蛋一样。

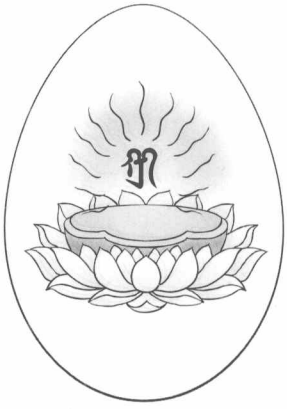
❷心中有一个洁白的月轮，月轮上有文殊菩萨种子字，放出橘黄光芒。

❸光芒射出体外，遍照世界，净化自己和众生的一切烦恼和罪业。

❹光芒回敛，从头顶和足底流入，最后回到种子字上。

❺观想虚空中只剩下文殊菩萨种子字。

❻种子字化作光芒，融入虚空之中。



(3) 观净业

❶观想虚空中出现莲花月轮，上有白色种子字。

❷种子字放出光芒，祈请十方诸佛、菩萨。

❸诸佛、菩萨化为红、黄、蓝三色光芒从十方融入种子字中。

❹种子字再放光芒，遍照世界，光芒的顶端都有文殊菩萨。

❺光芒融入众生的身体，净化身、口、意，与他们融为一体。

❻众生化为橘黄色光芒，融入种子字。

❼种子字越来越亮，最后化为文殊菩萨的形相。

(4) 观灌顶

❶念诵甘露明王咒，念观空咒。

❷观想空中生起八个白色“邦”字，化为八个宝器，宝器中有蓝色“吽”字，化为八种供养，充满虚空中。

❸观想从自己心中化出无数供养天女，分别持取供物，献供于文殊菩萨及其眷属之前。

❹念诵灌顶文三遍：“如何怙主文殊尊，为利有情授灌顶，如同智慧甘露水，我今为自授灌顶。”

❺祈祷文殊菩萨及所有五方佛手持宝瓶授灌顶。甘露从头顶进入身体，体内充满五色的甘露，消除了一切障碍。

(5) 观咒轮

❶观想自己心间，有一个则六把智慧宝剑组成的六齿轮，剑尖向外，剑柄向内，中间空隙处有一月轮，月轮上有种子字。

❷观想自身文殊菩萨舌上平放有橘黄色种子字。

❸心间咒轮放出光芒，遍照体内，消除一切业障。

❹光芒射出体外，遍照一切众生，消除一切业障。

❺咒轮再次放出光芒，光中有无数供养天女，供养十方诸佛、菩萨。

❻诸佛、菩萨的智慧、辩才化成“帝”字从十方融入心间的“帝”字中。

念诵文殊菩萨种子字及真言。



(6) 回向

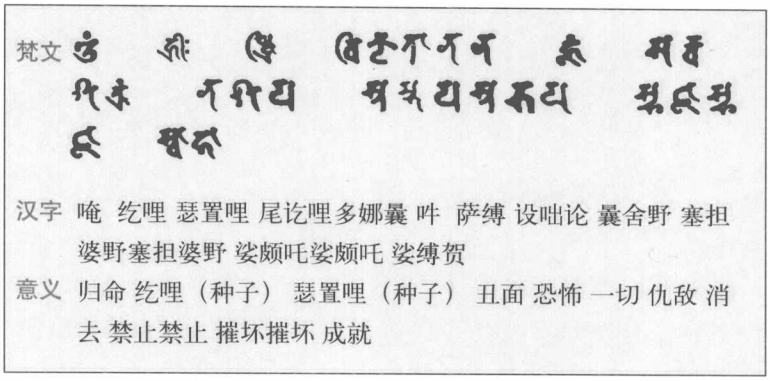
明妃均呈忿怒相。身青色，九面共分三层，下层七面，居中为蓝色，头上有两只水牛角，左右各三面，颜色各异。中层一面，为夜叉相。上层一面，为文殊菩萨的面相。每面各具三目，除文殊相的一面外，均头戴骷髅冠。

左右各有 17 臂，手中持物各异。有 16 足，左右各八足，足下踩人、兽、禽等 16 种众生。颈上挂 50 人骨项链，着人皮围裙，站在日轮莲花座上。

大威德金刚的种子字为：



大威德金刚真言为：



大威德金刚法

大威德金刚法是藏传佛教重要的修持法门之一，属于比较高深的修法。一般来说，要修大威德金刚法必须学习密宗教义，并有一定的修行基础，才能进行修行。在修大威德金刚法之前，必须先修文殊菩萨法，文殊菩萨法修到一定的程度后，才能进行大威德金刚法的修行。

观想虚空中出现莲花月轮宝座，宝座上文殊菩萨的种子字，刹那间化为一尊文殊菩萨，身红黄色，头戴五佛冠，发髻高束，一面二臂，现童子相，左手结印，右手持宝剑，坐在一头青狮之上，身上佩有各种庄严法饰、璎珞。

观想从文殊菩萨头顶放出一道黑光，黑光中示现一尊大威德金刚，然后仔细观想大威德金刚的形相、手印、持物、姿势等细节。一段时间后，观想大威德金刚的法身开始旋转，化为一股具有巨大法力的紫色光芒，从自己的头顶进入身体中，与自己化为一体，即观想自己为大威德金刚。

观想的同时，念诵大威德金刚真言，入定。结束时回向。

大威德金刚

在藏传佛教中，大威德金刚被认为是文殊菩萨的忿怒化身，能除违缘、增福慧、断除诸障，协助修行者成就无上事业。



形相

大威德金刚最为常见的是九面三十四臂双身像，本身及怀中拥抱的明妃均呈忿怒相。身青色，九面共分三层，下层七面，居中为蓝色，头上有两只水牛角，左右各三面，颜色各异。左右各有17臂，手中持物各异。左右各八足踩16种众生，站在日轮莲花座上。

持物

大威德金刚共有34臂，中央两臂分别持：
❶嘎巴拉碗 ❷金刚钺刀 ❸摇鼓 ❹箭 ❺宝剑 ❻标枪 ❼长铃 ❽斧头 ❾金刚杵 ❿三尖矛 ⓫剑轮 ⓬弯刀 ⓭降魔杵 ⓮系绳投枪 ⓯骷髅棒 ⓰羽尾镖枪 ⓱钺刀 ⓲象皮 ⓳黑布(后面) ⓴炉(后面) ㉑象皮 ㉒鲜左臂 ㉓梵天头 ㉔宝伞 ㉕尸杖 ㉖鲜左腿 ㉗人肠 ㉘索 ㉙颅碗 ㉚弓 ㉛人左臂 ㉜三尖矛 ㉝金刚铃 ㉞军旗。

唐卡鉴赏——文殊五尊

布本设色唐卡 清代 西藏

在佛教的所有菩萨中，文殊菩萨盛名远播，是佛陀智慧的象征。文殊菩萨形相众多，如这幅唐卡中就描绘了文殊菩萨的五种形相。



1. 中央主尊为黄文殊，身色橘黄，一面二臂，发结五髻，左手作说法印，持一枝莲花，莲花上有《般若经》经箧，右手持智慧宝剑，结跏趺坐在莲花月轮宝座上。

2. 左上为红黄文殊，身色红黄，戴五佛冠，双手作说法印，各持一枝莲花。左手莲花上放置《般若经》经箧，右手莲花上放置智慧宝剑。

3. 右上方为四臂文殊，身红色，戴五佛冠，左边第一手持放有经箧的莲花，第二手持弓，右手分别持智慧宝剑和箭。

4. 左下方为白文殊，身白色，左手持一枝莲花，莲花上放有智慧宝剑和经箧，右手作施愿印，结跏趺坐在宝座上。

5. 右下方为黑文殊，其手印和持物与中央的黄文殊相同。


2
3
1
4
5

普贤菩萨


普贤菩萨
黄铜 19世纪 故宫博物院藏

名号：普贤菩萨

密号：真如金刚

适合修行的人：

属相为龙、蛇的人

三月、四月生人

十四日生人

希望消灾、忏罪、长寿、获得智慧的人

本尊功德：普贤菩萨是一切菩萨行的代表，具有延命长寿、增长智慧、破灾灭罪的功德。在藏传佛教，其同体菩萨金刚萨　还是消业灭罪的唯一主尊，修行者修其本尊法，可最快获得消业灭罪的利益，成就无上菩提。

普贤菩萨代表了一切菩萨大慈大悲的行事。修普贤菩萨本尊法，可延命长寿、增长智慧，最快破灾灭罪，成就无上菩提。

普贤菩萨及其功德

普贤菩萨的梵文为Samantabhadra，音译为三曼陀跋陀罗，意译为普贤或遍吉。他与文殊菩萨一起，是释迦如来的两大胁侍，文殊驾狮子侍如来之左侧，普贤乘白象侍右侧。文殊师利菩萨代表智、慧、证，普贤菩萨代表理、定、行，一同代表释迦如来的理智、定慧、行证的完备圆满。文殊、普贤为一切菩萨的上首菩萨，常助成宣扬如来的化导摄益。

普贤菩萨是大乘菩萨的代表，其名号始出于《三曼陀罗菩萨经》，后见于各种佛经。正如《大日经疏》中所说，“普”是遍一切处之意，“贤”是纯一妙善之意，普贤菩萨发菩提心，所起愿行遍及身、口、意，具足各种功德，代表了一切菩萨大慈大悲的行事。

《华严经·普贤行愿品》中记载了普贤菩萨的10种广大行愿，即礼敬诸佛、称赞如来、广修供养、忏悔业障、随喜功德、请转法轮、请佛住世、常随佛学、

普贤菩萨

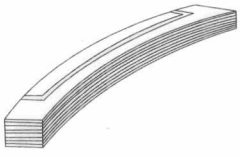
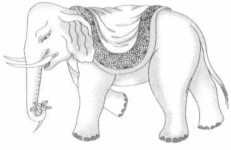
普贤菩萨是大乘菩萨的代表，具有延命长寿、增长智慧、破灾灭罪的功德。与文殊菩萨一起，是释迦如来的两大胁侍。

种子字



形相

普贤菩萨的形相有多种，这里为骑象普贤的形相。头戴五佛冠，左手持佛经，右手作施无畏印，以游戏姿坐在六牙白象上。

手印	持物	坐骑
		
右手施无畏印。	左手持佛经。	六牙白象，象征菩萨的六度。

恒顺众生、普皆回向。因此普贤菩萨又被称为十大愿王，这十大愿为一切菩萨行愿的标帜，又称为普贤之愿海。

密宗以普贤菩萨表示菩提心，将其与金刚手菩萨、金刚萨埵、一切义成就菩萨视为一体。他示现教化众生的道场是中国四大名山之一的峨眉山。

普贤菩萨的形相

金刚界曼荼罗之中，普贤菩萨为贤劫十六尊之一，位于北方四菩萨中最下位，密号普摄金刚，三昧耶形为剑形。在微细会中是左拳安放于腰间，右手执利剑。在供养会中的形相是两手执莲花，举于胸前，莲花之上置有利剑。降三世羯摩会中的形相与供剑会的形相大致相同，只是利剑周围多出了火焰。

胎藏界曼荼罗中，普贤菩萨列于中台八叶院和文殊院中。在中台八叶院，位于东南方的莲花上，身白肉色，戴五佛宝冠，左手以大指、头指执莲花，莲上安有火焰围绕的利剑，右手伸开仰掌，屈无名指、小指，三昧耶形为莲上剑，密号真如金刚。

在文殊院中，普贤菩萨在文殊右后位，左手执青莲花，上面置有三股杵，右手伸五指，掌向外，大指与头指、中指二指相捻，伸无名指、小指立于胸前。三昧耶形为莲上三股，密号真如金刚。

普贤菩萨的故事

《悲华经》中记载，普贤菩萨是阿弥陀佛还未成佛之时的第八子，名为泯图。他在宝藏佛前，发愿要在像娑婆世界一样不清净的国土中，修菩萨行救度众生。更修治庄严十千不净世界，使其庄严清净如“青香光明无垢世界”。同时，还要教化无量的菩萨，令他们心地清净，都能趣向大乘佛法，使他们充满所化度的国土世界。宝藏佛于是为他改号为“普贤”，并授记他未来在北方“知水善净功德世界”圆满成就无上正等正觉，佛号为“智刚吼自在相王如来”。

普贤菩萨曾自述说，已曾与恒河沙如来为法王子。十方诸佛都以普贤为榜样，教菩萨众修普贤行，提倡修行圆觉清净境界。据《大方广圆觉修多罗了义经》记载，普贤菩萨在灵山法会上，为与会的诸大菩萨向释迦牟尼佛提了四个问题，释迦牟尼佛一一作答，两者的对话成为千百年来的佛弟子研习的经典。

另外，普贤不仅是十大愿王，《华严经·十忍品》中还记载了他对修行者“十忍”的告诫：

（1）音声忍：菩萨对佛所说一切教法，不惊不怖不畏，深信悟解，爱乐趣向，专心忆念，修习安住。

（2）顺忍：菩萨能于诸法思维观察，平等无违，随顺了知，令心清净，正住修习，趣入成就。

（3）无生法忍：菩萨不见有少法灭。

普贤菩萨的十大行愿

《华严经》中记载了普贤菩萨的10种广大行愿，这10大行愿为一切菩萨行愿的标帜，普贤菩萨也因此被称为十大愿王。

十大行愿

- **礼敬诸佛**：以自身的神通力使佛教十方三世一切佛刹中无量诸佛同时现前，常修礼敬。
- **称赞如来**：深信十方三世一切诸佛，用微妙舌根发出无尽的声音、言辞，赞叹诸佛无边的功德。
- **广修供养**：用最好的供品供养诸佛，并用上等的法供养，如说修行，利益众生、摄受众生、代众生苦、劝修善根等诸种法作供养。
- **忏悔业障**：思量过去无始劫中由自身的贪、嗔、痴所造的身、口、意三业，在诸佛菩萨前诚心忏悔，誓不再做恶业。
- **随喜功德**：对诸佛、菩萨乃至六趣、四生一切种类所有善根，尽皆随喜，丝毫没有妒嫉诽谤、讽刺打击之类的恶行。
- **请转法轮**：十方诸佛成等正觉后，普贤菩萨都要前往，以种种方便，殷勤劝请转妙法轮，为众生说法度世。
- **请佛住世**：佛欲入涅槃，普贤菩萨都要前往，殷勤劝请他不要涅槃，请其多在世间为众生说法。
- **常随佛学**：在佛住世期间，发心学习佛法，精进修习，无论何种法会，都随佛参学，没有疲倦。
- **恒顺众生**：对各类众生都承事供养，如敬父母。因为佛以众生心而起大悲心，恒顺众生就等于供养如来。
- **普皆回向**：以上所有功德回向给法界一切众生。众生恶业所感一切极重苦果，普贤菩萨都愿代受，让作恶业的众生得到解脱。



(4) 如幻忍：菩萨知一切法，皆悉如幻，从因缘生。

(5) 如焰忍：菩萨知一切世间，同于阳焰。

(6) 如梦忍：菩萨知一切世间如梦。

(7) 如响忍：菩萨观如来说法声音，悉同于响。

(8) 如影忍：菩萨非于世间生，非于世间没；非是世间，非出世间；非修菩萨行，非舍于大愿；虽常行一切佛法而能办一切世间事；不随世间流，亦不住法流。

(9) 如化忍：菩萨观世出世间法，一切如化。

(10) 空忍：菩萨了知一切法界，一切世间界。

普贤延命菩萨

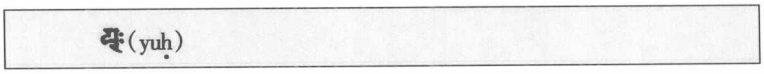
普贤菩萨有增益、延命的功德，在密宗修法中，有一种以普贤延命菩萨为本尊的修法，称为普贤延命法。普贤延命菩萨的梵文为 Samanta-bhadrayuh，又称为大安乐不空三昧耶真实菩萨和金刚萨埵，关于这两个别名的意义，前者是说普贤延命菩萨具有赋予众生大利益、大安乐的平等本誓，后者是说他具有不朽不坏之智，能摧诸烦恼，犹如金刚。

密教经典中记载，众生如果能修持普贤延命法，便可“不堕三恶道，定增寿命”，也没有夭死、短命的危险，没有噩梦、魇魅、诅咒的困挠。而且能“具大福智，胜愿圆满”，官位高迁，一生富足，求子也能遂意。

普贤延命菩萨的形相有二臂和 20 臂两种。二臂的形相如满月童子，头戴五佛冠，右手持金刚杵，左手持召集金刚铃，坐于千叶宝莲花上，莲花下为白象王，象王足踏金刚轮，轮下有 5 000 群象；20 臂的形相身金黄色，戴五智宝冠，左右各 10 只手，各持不同法器，坐于千叶莲花上，莲花下有四白象。

种子字、真言及其他

普贤菩萨的种子字为：



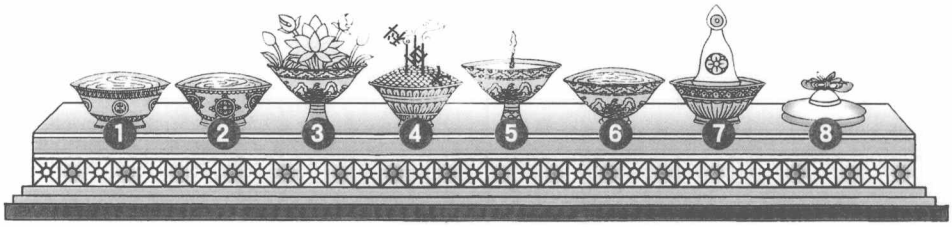
真言为：



普贤八供

普贤十大行愿中有“广修供养”一项，普贤菩萨是一切菩萨中供养最胜者，观想世间一切宝物作供养，称为普贤供养或观想供养。藏传佛教系统一般指以下八供。

① 水：供养诸佛菩萨饮用及漱口的水。
② 水：供养诸佛菩萨濯足的水。
③ 花：供养一切美好的色。
④ 香：供养世间美好的香。
⑤ 灯：供养诸佛菩萨眼识光明。
⑥ 涂香：供养涂身之油，代表世间美好的触觉。
⑦ 果：供养世间美食，代表味觉。
8 乐：通常是铙钹等乐器，供养世间妙音，代表声觉。



献八供的方法

献八供有一定的顺序、手印等规定，一般早晨上供，晚上撤供，按照上图的顺序摆放八供。具体步骤和手印如下：



虚空藏菩萨


虚空藏菩萨
石像 唐代

名号：虚空藏菩萨

密号：如意金刚

适合修行的人：

属相为牛、虎的人

正月、腊月生人

十三日生人

希望获得智慧、福德、财富的人

本尊功德：虚空藏菩萨具大慈悲、大愿力，凡至心祈求虚空藏菩萨，必能解脱一切苦难、满足一切所愿、消灭一切重罪、无一切灾难、临终往生净土。

虚空藏在众多菩萨中专主智慧、功德和财富，为三世诸佛第一辅臣。修虚空藏菩萨本尊法，能远离苦难，增强记忆力，财源广进，家庭和乐。

虚空藏菩萨及其功德

虚空藏的梵文为 Akasa-garbha，又称为虚空孕、虚空库、虚空光等，在众多菩萨中专主智慧、功德和财富，为三世诸佛第一辅臣，功德浩荡遍满虚空，智慧无边恒沙难喻，忍辱心如金刚，精进猛如疾风，具足一切三昧。他能如愿满足世人的需求，使众生获得无穷利益，正如《大方等大集经·虚空藏品》中所说："虚空藏菩萨……于虚空中随众生所需，若法施，若财施，尽能施与，皆令欢喜。"

"虚空藏"的意思即福、智二藏无量，等如虚空，广大无边。"藏"字则有三重含义：

（1）能藏名藏：虚空藏菩萨的功德聚集了世间和出世间的福德，无边无际，无所妨碍。

（2）所藏名藏：诸佛无量功德、资粮的聚集，众生因福薄而不能感得，虚空藏菩萨便为众生示现所藏。

（3）能生名藏：虚空藏菩萨悲悯众生，开法界藏，生出无量金刚七宝，施予一切众生。

关于虚空藏菩萨的住处，有两种说法。一说他住在东方大庄严世界的宝庄严佛所，一说是住在西方一切香集依世界的胜华敷藏佛所。

虚空藏菩萨

虚空藏菩萨在众多菩萨中专主智慧、功德和财富，为三世诸佛第一辅臣，能如愿满足世人的需求，使众生获得无穷利益。

种子字





形相	持物	
身肉色，头戴五佛冠，右手屈臂持剑，左手置于腰侧，握拳持莲，坐于莲花宝座上。	 左手持莲花，莲花上有如意宝珠，代表福德。	 右手持宝剑，代表智慧。

虚空藏菩萨的形相

依《观虚空藏菩萨经》的描述，虚空藏菩萨的形相是身紫金色，头戴天冠，顶上有如意珠。天冠中有三十五佛像示现，如意珠有十方佛像示现。其他则与观世音菩萨相同。

在金刚界曼荼罗中，虚空藏菩萨为贤劫十六尊之一，又称金刚幢菩萨、宝幢菩萨等，密号富贵金刚、圆满金刚。其形相为身呈白肉色，左手握拳，按于腰上；右手持莲，莲上有宝珠。三昧耶形为三瓣宝珠。

在胎藏界曼荼罗中，虚空藏菩萨为虚空藏院的主尊，密号如意金刚。身呈肉色，头戴五佛冠，右手屈臂持剑，剑缘有光焰；左手置于腰侧，握拳持莲，莲上有如意宝珠；坐于莲花宝座上。宝珠、宝剑分别代表福德和智慧。三昧耶形为慧刀。

另外，虚空藏菩萨还是胎藏曼荼罗释迦院中释迦的右胁侍，密号无尽金刚。其形相为右手竖掌，屈食、中指，执白拂；左手覆拳安于脐，持莲花，莲上有绿珠；披天衣，立于一平敷之莲花座，面稍向左。三昧耶形为莲上绿珠。

虚空藏菩萨的故事

在过去世有一位转轮圣王，名为“福报庄严”，得七宝具足，国城宫殿十分庄严。福报庄严王的两位妃子各自产下一位王子，都是宿植善根，从愿力化生的，一个名为师子，一个名为师子勇步。两王子刚生下来，便同声向父王歌颂佛法。父王非常高兴，就以种种财宝来供养佛。

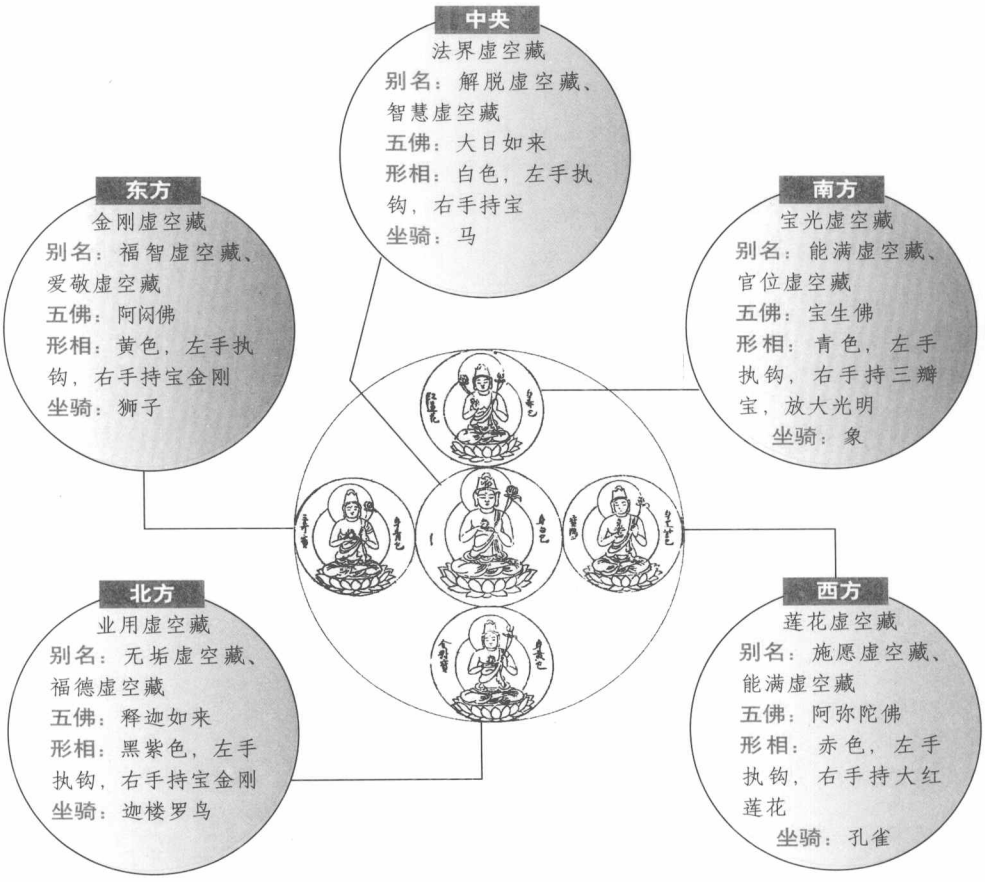
后来，师子及师子勇步舍弃王位，出家学道，不久便能以智慧成就，在一切诸佛世界中施作佛事，宣说佛法。这时，福报庄严王为听闻佛法，去往无垢炎无量光王佛的佛所，见到出家修道的两个儿子，很想知道他们修行的成果。于是，无垢炎无量光佛便叫师子勇步示现福慧神通。

师子勇步举手扪大虚空，三千世界六种震动，又举手扪摸虚空，空中竟有不鼓自鸣的和雅乐音响起，再举手扪摸虚空时，众多柔软妙极的宝花从天而降，还有种种的庄严资具不断从虚空中涌出，积满三千大千世界。这时便有天神唱道：“此菩萨于当来世，必得成就虚空库藏的功德，能随众生心之所求，而从空中出生诸宝以满足他们。”

福报庄严王看到师子勇步的成就，随即立另一个儿子胜慧王子为王，自己则出家学道。福报庄严王也就是后来的拘留孙佛，而师子便是释迦如来佛，师子勇步便是虚空藏菩萨，而胜慧王子则是未来的弥勒佛。

五大虚空藏菩萨法

五大虚空藏菩萨又称为五大金刚虚空藏，为大日如来、阿閦佛、宝生佛、阿弥陀佛、释迦如来五佛所变现。五大菩萨的名号、形相、持物、坐骑各不相同，具体如下：



五大虚空藏法的功德

修持五大虚空藏菩萨本尊法，可得增益、息灾等功德。这种修法在日本尤为盛行。

五大虚空藏菩萨

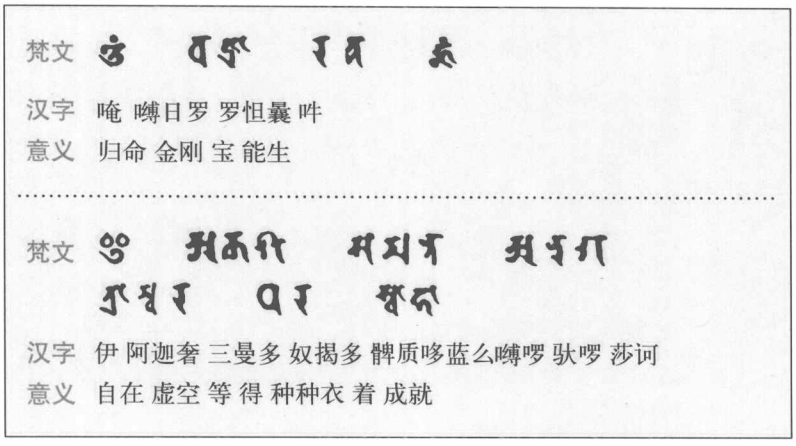
五大虚空藏菩萨又称为五大金刚虚空藏，指的是法界虚空藏、金刚虚空藏、宝光虚空藏、莲花虚空藏和业用虚空藏五位菩萨，是大日如来、阿閦佛、宝生佛、阿弥陀佛、释迦如来五佛各住于如意宝珠的三昧之义，为五佛所变现。

五大虚空藏菩萨的形相，按佛经所载，为在一大圆明之中画五小圆，中间为白色法界虚空藏，左手执钩，右手持宝；东边为黄色金刚虚空藏，左手执钩，右手持宝金刚；南边为青色宝光虚空藏，左手执钩，右手持三瓣宝，放大光明；西边为赤色莲花虚空藏，左手执钩，右手持大红莲花；北方为黑紫色业用虚空藏，左手执钩，右手持宝金刚。五尊分别乘狮、象、马、孔雀和迦楼罗鸟。以五大虚空藏菩萨为本尊的修法，称为五大虚空藏法，多为祈求增益而修。

种子字和真言



真言为：



虚空藏菩萨简修法及其功德

下面介绍的是一种简便的虚空藏菩萨修法，通常被称为虚空藏求闻持法，简称求闻持法，是为了增强记忆力，为获得对见闻、觉知之事长久不忘的能力而修持的秘法。

(1) 设置佛坛

在干净、寂静的房间内设置佛坛，在供桌上摆放虚空藏菩萨像，像的正面朝西或朝北，用干净的布覆盖佛像，前面摆放净水等供养品。

(2) 诵咒、饮净水

早晨起床，洗手后，拿一杯温开水置于桌上，双手合十，念诵“南无虚空藏菩萨摩诃萨”三遍，然后念诵“虚空藏菩萨神咒”七遍，然后将水饮尽。虚空藏菩萨神咒为：

阿尼 罗阇皮 前浮娑阇皮 耶婆奈阇皮 博策 娑迷 波扎罗阇皮 陀奈婆罗皮 萨多罗伽罗尼 休摩休摩 摩诃 伽楼尼迦 娑婆诃

(3) 礼拜、供养

诚心礼拜，取去覆盖佛像的布，为菩萨送上供养。

(4) 观想

观想虚空中示现虚空藏菩萨，菩萨的心间有莲花月轮，上面竖着他的种子字，放出金色的光芒。光芒流溢而出，从自己的头顶流入。如此观想一段时间，如果身体感到疲倦，便停止修行。

(5) 回向

修行功德

持诵虚空藏菩萨圣号及其咒语，除了增强记忆力，还可获得如下的功德。

❶解脱一切苦难，消除种种病痛苦恼，解脱轮回。
❷满足一切所愿，如可求得富贵、多闻、解脱、长寿等。
❸消灭一切重罪，如佛教所说的“十恶业”、“五逆罪”均可拔济。
❹无一切灾难，免受火灾、水灾、刀伤、毒害等一切灾难。
❺临终往生净土，非佛教徒可不堕恶道，佛教徒可得生净土。

大势至菩萨


大势至菩萨
雕塑 唐代 敦煌第328窟

名号：大势至菩萨
密号：持轮金刚
适合修行的人：
属相为马的人
五月生人
二十三日生人
希望获得智慧、威势的人
本尊功德：大势至菩萨以智慧之光普照一切，使人得到无上力量、威势自在，接引众生往生净土。

大势至菩萨以神通力而闻名，与观世音菩萨和文殊菩萨一起，是密教最受尊崇的三大菩萨。修大势至菩萨本尊法，以获得力量和威德，增长智慧，消灾解难。

大势至菩萨及其功德

大势至菩萨的梵文为 Mahasthamaprapta，又称得大势至菩萨、大精进菩萨、大势至法王子等，简称势至。大势至菩萨为西方极乐世界阿弥陀佛的右胁侍，为八大菩萨之一，并与观世音菩萨、阿弥陀佛合称西方三圣。他恒念阿弥陀佛，以智慧之光普照一切，使人得到无上力量、威势自在，接引众生往生净土。

根据《观无量寿经》记载，大势至菩萨以独特的智慧之光遍照世间众生，使众生能解脱血光、刀兵之灾，得无上力量，威势自在。因此，大势至菩萨被认为是光明智慧第一，所到之处天地震动，能保护众生免受邪魔的危害。

在藏传佛教中，大势至菩萨以神通力而闻名，号称“大勇”，现忿怒相时为金刚手菩萨（另有说金刚手菩萨为普贤菩萨所化）。大势至菩萨与代表大悲的观世音菩萨和代表大智慧的文殊菩萨一起，是密教最受尊崇的三大菩萨。

大势至菩萨的形相

据《观无量寿经》记载，大势至菩萨的身量大小与观世音菩萨相等，身紫金色，光芒照遍十方国土。头戴的天冠上有五百宝华，每一宝华上又有五百宝台，每一

大势至菩萨

大势至菩萨为西方极乐世界阿弥陀佛的右胁侍，与观世音菩萨、阿弥陀佛合称西方三圣。大势至菩萨的形相有很多种，下面的画像即为其中一种。

种子字





形相	持物	
身紫金色，头戴有五百宝华的天冠，肉髻如红莲花，上有一个宝瓶，形相与观世音菩萨相近。	 莲花上安放一支金刚杵，象征大势至菩萨的智慧。	 右手施与愿印，象征济度一切众生；左手轻轻下垂。

宝台上均有十方诸佛净妙国土的大小。头上的肉髻像红莲花，肉髻上有一个宝瓶，内里装着智慧的光明，用以济度一切众生。其他一切相好与观世音菩萨完全一样。另据《阿喇多罗陀罗尼阿噜力品》载，观世音、大势至两位菩萨均呈纯金色白焰光，右手执白拂，左手执莲花。大势至菩萨的形体比观世音菩萨略小。

在密宗胎藏界曼荼罗中，大势至菩萨位于观音院内，为上方第二位菩萨，密号持轮金刚，身肉色，左手持开合莲花，右手屈中间三指，置于胸前，坐于赤莲花上。三昧耶形为未开敷的莲花。

大势至菩萨的故事

《悲华经》中记载，大势至菩萨与观世音菩萨一样，是阿弥陀佛未成佛之前的儿子，获得成就后成为阿弥陀佛的左右胁侍。当阿弥陀佛入灭后，由观世音菩萨补其佛位；在观世音入灭后，则由大势至补处成佛，掌握化权，号善住珍宝山王如来。

据《楞严经·大势至菩萨》中记载，大势至菩萨在往昔劫中，得遇十二如来，最后一佛名为超日月光佛（阿弥陀佛），得其开示念佛法门。大势至菩萨在闻法后，严谨受教，精进修持，以都摄六根，念佛法门而证道，经历十信、十住、十行、十回向、十地及等觉、妙觉 52 个阶段而证道。

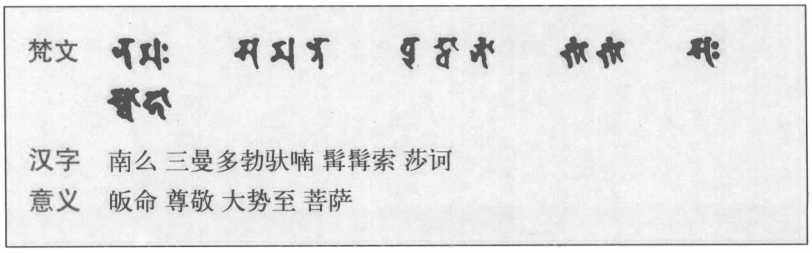
大势至菩萨举足行路时，十方世界的一切都会震动，而当大地震动的地方，会生出 500 亿宝华。每一宝华都显得高尚庄严如极乐世界。大势至菩萨坐下来时，首先本国七宝地面会一时为之摇动，然后逐渐扩展，下至金光佛国，上至光明王佛国都震动起来。上下两国土之间出现尘数般无数的三尊之分身，全部都云集到极乐国土，充塞整个空中，坐于宝莲花座上，演说甚深妙法，以渡济苦恼众生。

种子字和真言

大势至菩萨的种子字为：



真言为：





唐卡鉴赏——金刚手菩萨

布本设色唐卡　清代　西藏

金刚手菩萨为大势至菩萨的忿怒化身。唐卡的中央主尊即为金刚手菩萨，身蓝色，一面二臂，面目狰狞，头戴宝冠，周身以蛇为璎珞，腰束虎皮裙，右手持金刚杵，左手持金刚铃，展立于莲台之上。台下为一只迦楼罗鸟。上界为释迦牟尼佛和弥勒佛，下界为多闻天王。

地藏菩萨


地藏菩萨
雕塑

名号：地藏菩萨

密号：悲愿金刚

适合修行的人：

二十四日生人

希望获得财富、消灾灭祸的人

本尊功德：地藏菩萨是诸微妙功德伏藏，能满足众生世间及出世间的心愿，应众生所求而消灾增福，以成熟众生的善根。

地藏菩萨具有不可思议的无量功德，他曾发誓“众生度尽，方证菩提；地狱未空，誓不成佛”，自愿在人间普度众生。修地藏菩萨本尊法，能消灾解难，一生衣食丰足，增长聪明智慧，获得他人敬仰。

地藏菩萨的名号

地藏菩萨的梵文为 Ksitigarbha，意译为地藏，他是释迦圆寂和弥勒菩萨成道之间的无佛时代，自誓度尽六道众生始愿成佛的菩萨。关于地藏菩萨的名号，《地藏十轮经》中这样解释，地藏菩萨“安忍不动，犹如大地；静虑深密，犹如秘藏”，故此得名。

详细地说，“地”有七种意义：

（1）能生义，土地能生一切生物，喻菩萨能生一切善法。

（2）能摄义，土地能摄一切生物，令安住自然界中。

（3）能载义，土地能负载一切矿、植、动物，令其安住世界之中，喻菩萨能负载一切众生，由众苦交煎的此岸，运载到清凉的彼岸。

（4）能藏义，土地能含藏一切矿、植等物，喻菩萨能含藏一切妙法。

（5）能持义，土地能持一切万物，令其生长，喻菩萨能总持一切妙善，使其增长。

（6）能依义，土地为一切万物所依，喻菩萨能为一切众生所依。

（7）坚牢不动义，土地坚实不可移动，喻菩萨的菩提妙心，坚如金刚，不可破坏。

地藏菩萨

地藏菩萨是释迦圆寂和弥勒菩萨成道之间的无佛时代，自誓度尽六道众生始愿成佛的菩萨。他能满足众生世间及出世间的心愿，应众生所求而消灾增福，以成熟众生的善根。

种子字



形相

头戴五佛冠，身着天衣，饰有璎珞，坐在莲花宝座上。



持物	手印	其他
 右手持如意宝珠，象征他能满足众生祈愿。	 左手结与愿印。	 身后莲花上放置金刚铃，表示断除贪、嗔、痴。

地藏菩萨的功德利益

《地藏十轮经》中记载，地藏菩萨具有无量不可思议的殊胜功德。由于过去的大悲誓愿力，地藏菩萨可示现出无量的化身来教化众生，并应众生所求而消灾增福，以成熟众生之善根。地藏菩萨也因变现无数化身济度众生，而被称为千体地藏。

至心称念诵地藏菩萨的名号，礼拜、供养地藏菩萨的画像、雕像等，便能离诸忧苦，不堕恶道，并能获得 28 种利益：

①天龙护念	②善果日增	③集圣上因	④菩提不退
⑤衣食丰足	⑥疾疫不临	⑦离水火灾	⑧无盗贼厄
⑨人见钦敬	⑩神鬼助持	⑪女转男身	⑫为王臣女
⑬端正相好	⑭多生天上	⑮或为帝王	⑯宿智命通
⑰有求皆从	⑱眷属欢乐	⑲诸横消灭	⑳业道永除
㉑去处尽通	㉒夜梦安乐	㉓先亡离苦	㉔宿福受生
㉕诸圣赞叹	㉖聪明利根	㉗饶慈愍心	㉘毕竟成佛

地藏菩萨的形相

地藏菩萨的形相有几种，其中以比丘相最为特殊。一般菩萨的形相都是头戴宝冠、身披天衣、璎珞装饰，而地藏菩萨则多以光头或是头戴毗卢冠，身披袈裟的出家僧人的形相出现。《地藏菩萨仪轨》中所记载的也是僧人的形相，他身着袈裟，左手持锡杖，右手持莲花或施无畏印，或是手持幡幢、宝珠等，安坐于莲花之上。

地藏菩萨在六道中渡化众生，根据救度众生的不同，其名号和持物也有所不同，具体如下：

（1）檀陀地藏：左手持人头幢（即檀陀），右手结甘露印，救度地狱道众生；

（2）宝珠地藏：左手持宝珠，右手结甘露印，救度饿鬼道众生；

（3）宝印地藏：左手持锡杖，右手结如意宝印，救度畜生道众生；

（4）持地地藏：左手持金刚幢，右手结施无畏印，救度阿修罗道众生；

（5）除盖障地藏：左手持锡杖，右手结与愿印，救度人道众生；

（6）日光地藏：左手持如意珠，右手结说法印，救度天道众生。

地藏菩萨的密号为悲愿金刚或与愿金刚。在金刚界曼荼罗中，是南方宝生如来四方之金刚幢菩萨。在胎藏界曼荼罗中，是地藏院的主尊地藏萨埵。

地藏菩萨的故事

地藏菩萨的本生故事，有多种说法。一种说法是，地藏菩萨为过去不可思议

僧人相地藏菩萨

地藏菩萨还常以头戴毗卢冠、身披袈裟的出家僧人形相出现，这在众菩萨中是比较罕见的。



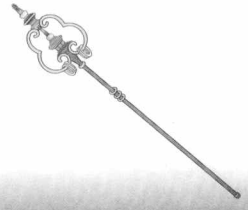
形相

僧人形相，头戴毗卢冠，身着袈裟，以游戏姿坐于莲花宝座上，宝座下为其坐骑“谛听”。

持物



左手持如意宝珠。



右手持锡杖。

坐骑



名为“谛听”，虎头、独角、犬耳、龙身、狮尾、麒麟足，被视为吉祥的象征。

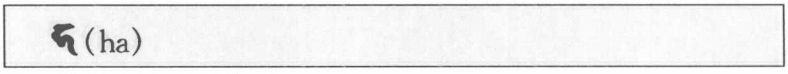
阿僧祇劫时的一个婆罗门女，她不忍母亲在地狱受苦，于是变卖家产，捐献钱财供养佛寺，并发愿尽未来劫广度罪苦众生。后来受觉华定自在王如来的指引，梦游地狱，求得母亲脱离地狱，因此她立下弘誓："愿我尽未来劫，应有罪苦众生，广设方便，使令解脱。"

还有一种说法是，地藏菩萨在过去久远劫时，是一位名叫光目的女子，其母生前喜食鱼子，犯杀生罪。光目知母死后必堕恶道，于是一心念佛，恭敬供养，以诚孝的力量，拔救母亲离地狱之苦。并在忉利天宫中，发愿救拔一切罪苦众生，待众生尽成佛后，方成正觉。"众生度尽，方证菩提；地狱未空，誓不成佛"、"我不入地狱，谁入地狱"等说的就是地藏菩萨。

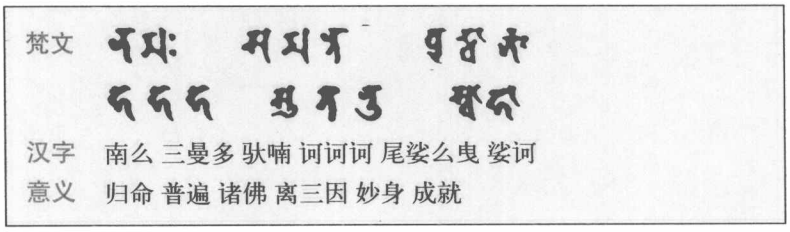
佛灭度1500年后，地藏菩萨降迹于新罗国，为该国的王子，名为金乔觉，在他24岁时，渡海来到中国的九华山，在那里潜行修行了75年，在99岁时涅槃。传说他圆寂后，肉身坐于缸内，三年后开缸颜面栩栩如生。后人为其建肉身宝殿，九华山也就成了地藏菩萨的道场。

种子字、真言及其他

地藏菩萨的种子字和真言为：



真言为：



三昧耶形为莲花上之宝珠幢。

地藏菩萨的功德

地藏菩萨誓曾发下誓愿："地狱未空，誓不成佛；众生度尽，方证菩提。"修地藏菩萨之法，礼拜地藏菩萨，诵其咒语，赞叹其功德，便可获得许多不可思议的利益。具体来说，其功德又有七种、10种、28种等多种说法。

十种利益

土地丰收	所在之地土地肥沃，生活富足，衣食无忧。
家宅永安	自身及家人一生平安，没有灾害。
亡者升天	已故的祖先可借地藏菩萨的愿力脱离恶道。
现存益寿	自己与家人增福延寿，家庭和睦。
所求遂意	合理的祈求都能遂心如意。
无水火灾	不受水灾和火灾的侵害。
虚耗辟除	去除一切虚耗之事。
杜绝恶梦	没有恶梦的干扰。
出入神护	出入平安，有善神护持。
多遇圣因	常遇到善知识、常闻正法、常遇建寺修塔等善因。

二十八种利益

①天龙护念	②善果日增	③集圣上因	④菩提不退
⑤衣食丰足	⑥疾疫不临	⑦离水火灾	⑧无盗贼厄
⑨人见钦敬	⑩神鬼助持	⑪女转男身	⑫为王臣女
⑬端正相好	⑭多生天上	⑮或为帝王	⑯宿智命通
⑰有求皆从	⑱眷属欢乐	⑲诸横消灭	⑳业道永除
㉑去处尽通	㉒夜梦安乐	㉓先亡离苦	㉔宿福受生
㉕诸圣赞叹	㉖聪明利根	㉗饶慈愍心	㉘毕竟成佛

日光菩萨



日光菩萨
木刻 福建开元寺

名号：日光菩萨

密号：威德金刚

适合修行的人：

十九日生人

希望增长智慧、消除烦恼的人

本尊功德：日光菩萨持慈悲本愿，普施三昧，照法界俗尘，摧破生死之暗冥，犹如日光遍照世间一般。

日光菩萨是药师佛的两大胁侍之一，代表着照尽众生迷惑的智慧。修日光菩萨本尊法，能消除过往的罪业，避开各种烦恼和天灾人祸。

日光菩萨及其功德

日光菩萨的梵文为 Surya-prabha，又称为日光遍照菩萨、日曜菩萨、日光明菩萨等，为药师佛的左胁侍。他与月光菩萨在东方净琉璃国土中，为药师佛的两大胁侍，是净琉璃国中无量菩萨的上首菩萨，两者与药师佛并称为药师三尊。

日光菩萨的名号是取“日放千光，遍照天下，普破冥暗”的意思。日光菩萨持慈悲本愿，普施三昧，照法界俗尘，摧破生死之暗冥，犹如日光遍照世间一般，因此得名。“日光遍照”在佛法上代表智慧，放射无量光明，普照宇宙中的一切有情众生，使自昏昧迷惑中醒觉。

《大宝积经·优波离会》记载，日光菩萨曾说：“我能堪任于诸众生未纯熟者令得成熟。”如果修行者祈请日光菩萨，便能使修行得以成熟。另外，日光菩萨与观世音菩萨的大悲咒有着密切的联系，持诵观世音菩萨大悲咒的修行者，日光菩萨会与无量修得正果的诸佛、菩萨一同前来为其作证，并增益其修行的效验。如果持诵大悲咒的修行者，再持诵日光菩萨陀罗尼，则能灭一切罪，辟除魔障及天灾，得到不可思议的果报。

日光菩萨的形相

密宗胎藏界曼荼罗中，日光菩萨密号威德金刚，三昧耶形为赤宝，为除盖

日光菩萨

日光菩萨即日光遍照菩萨，为药师佛的左胁侍，他放射无量光明，普照宇宙中的一切有情众生，使自昏昧迷惑中醒觉。

形相

一般作站立姿，身披天衣，头戴宝冠。或身肉色，右手曲肘竖掌，左手握拳，执莲花，结跏趺坐。

持物



双手执长柄莲花，花上置有日轮，日轮内有金乌，象征太阳。

种子字





障院九尊中最西面的一尊。他身呈肉色；右手曲肘竖掌，掌心向内，屈中指、无名指、小指；左手握拳，置于脐处，手执莲花，上面置有宝珠。

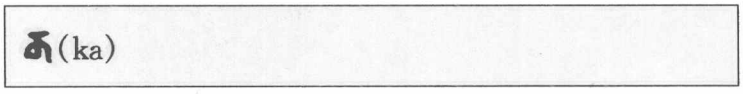
日光菩萨的形相有多种，汉地的日光菩萨像一般作站立姿，双手执长柄莲花，花上置有日轮，日轮内有金乌。另外，有的日光菩萨像为左掌安日轮，右手执蔓朱赤花。有的日光菩萨则为通身赤红色，左手持赤莲，莲上安日轮，右手半举朝内结印，结跏趺坐在赤莲之上。汉地的日光菩萨像是结合了汉地对“日”的认识后形成的。

日光菩萨的故事

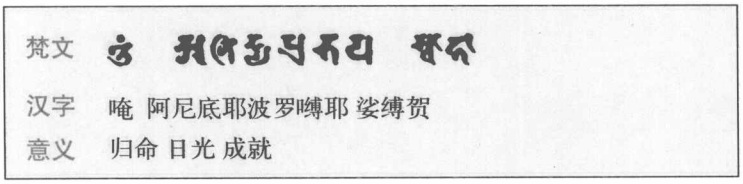
日光菩萨作为药师佛的一大胁侍，与药师佛有着十分深厚的渊源。据说，在久远的过去世，电光如来在世间度化众生。当时有一位梵士，养育了两个儿子，由于有感于世间的浊乱，所以发菩提心，誓愿拯救受病痛所苦的众生。电光如来赞叹其德行，为这位梵士改名号为医王，他的两个儿子分别改名为日照和月照。这位梵士后来成佛，就是药师佛。两个儿子证悟后就是药师佛的两大胁侍。其中的日照就是后来的日光菩萨。

种子字和真言

种子字为：



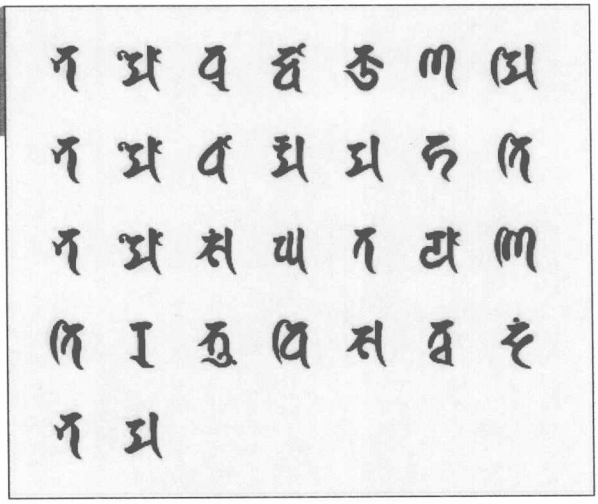
真言为：



日光菩萨陀罗尼

日光菩萨陀罗尼为日光菩萨的长咒，修行者在持诵观世音菩萨大悲咒的同时，再持诵日光菩萨陀罗尼，便能获得不可思议的果报。

梵文



汉字

南无勃陀瞿那迷
南无达摩莫诃低
南无僧伽多夜泥
底哩部毕萨咄檐纳摩

持诵的方法与功德

诵此咒语可灭一切罪，也能辟邪魔、除天灾。如果念诵一遍咒语，礼拜一次佛，如此诵咒礼佛，未来世可得相貌端正的功得，喜得果报。

方法

念诵日光菩萨陀罗尼。

念诵一遍，礼拜一次。

每天的早上、中午及晚间各做一次修行。

功德

1. 灭一切罪：能消灭修行者一切的罪业。
2. 亦能辟魔：能辟除邪魔，消除邪魔的侵扰。
3. 及除天灾：使修行者不受飓风、大雨、地震等天灾之害。
4. 未来之世，所受身处，当得一一相貌端正，可喜果报。

将来世投生，会相貌端正，姿容美丽，自己和他人都喜欢这样相貌圆满的果报。

月光菩萨


月光菩萨
木刻 福建开元寺

名号：月光菩萨

密号：清凉金刚、威德金刚

适合修行的人：

二十日生人

希望去除贪、嗔、痴等习性的人

本尊功德：月光菩萨代表静定，映现明澈清辉，容摄大千芸芸众生，使其免于受贪、嗔、痴三毒逼恼。

月光菩萨是药师佛的另一大胁侍，代表着映现众生清明的静定。修月光菩萨本尊法，可以免受贪、嗔、痴等烦恼的困扰，让心灵回归清净的本性。

月光菩萨的功德

月光菩萨的梵文为 Candra-prabha，又称为月光菩萨、月净菩萨、月光遍照菩萨等。与日光菩萨同为药师佛的左右胁侍，为净琉璃净土无量菩萨的上首。“月光遍照”在佛法上代表静定，映现明澈清辉，容摄大千芸芸众生，使其免于受贪、嗔、痴三毒逼恼。

如同日光菩萨一样，月光菩萨与观世音菩萨的大悲咒也有密切的关系。凡是诚心持诵大悲咒的修行者，月光菩萨也会与无量获得证悟者前来增益其持诵的功德。修行者在持诵大悲咒过后，如果能再加诵月光菩萨咒语，则会受到月光菩萨的庇护，使持咒者除去一切障难与病痛，并成就一切善法，远离各种怖畏。

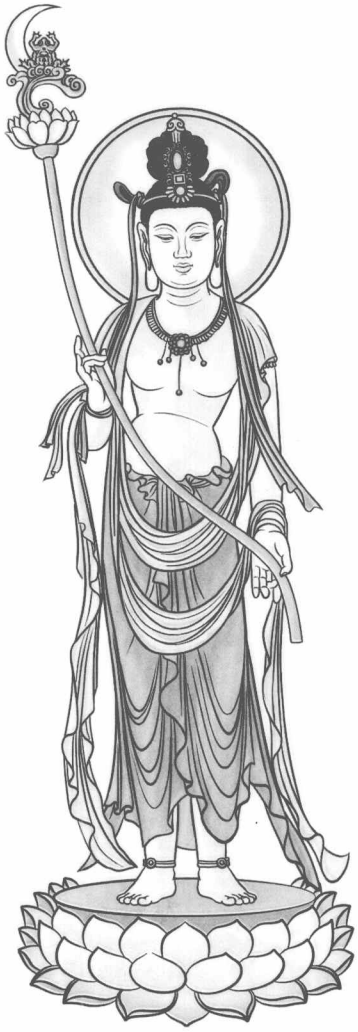
月光菩萨的形相

月光菩萨在金刚界曼荼罗中为贤劫十六尊之一，在胎藏界曼荼罗中为文殊院中的一尊。金刚界月光菩萨身呈白色，左手握拳当腰，右手持月光形器，或持莲花，莲花上置有半月。密号清凉金刚，三昧耶形为半月形，象征菩提智（满月象征佛智）。

胎藏界月光菩萨位于妙音菩萨与无垢光菩萨之间，右拳当腰执莲花，莲花上安置有半月，左拳当胸持合莲花，结跏趺坐于莲台之上。密号威德金刚，三昧耶

月光菩萨

月光菩萨即月光遍照菩萨，为药师佛的右胁侍，为贤劫十六尊之一，能容摄大千芸芸众生，使其免于受贪、嗔、痴三毒逼恼。



形相	持物	种子字
一般作站立姿，身披天衣，头戴宝冠。或身白色，左手握拳当腰，右手持莲花，结跏趺坐。	 右手持莲花，莲花上置有半月，有时还有一只蟾蜍，象征月亮。	

形为青莲花，上置半月形。

月光菩萨的故事

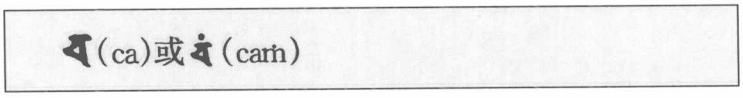
关于月光菩萨，有三种不同的传说。一种传说是，月光菩萨与日光菩萨一样，是药师佛之子。后来改名月照，发无上菩提大愿，誓救六道一切有情出轮回苦。

还有一种传说是，月光菩萨是古印度的一位帝王，是释迦如来在过去世修菩萨行时的前身。根据《贤愚经》、《月光菩萨经》、《大宝积经》等佛经中的记载，这位帝王具有大威德，后来修成檀波罗蜜行，称为月光菩萨。

第三种传说是，月光菩萨是释迦如来佛在世时中印度的一位国王。这位国王名为月光，称为波斯匿王，意即胜军王、胜光王、和悦王、月光王、明光王。他的国家叫做侨萨罗国，并辖迦尸国，是当时最强大的国家之一。他在释迦如来在世时，成为佛教教团的维护者。据说刚开始时，波斯匿王暴恶无信，后来皈依佛法，屡受佛陀的教化，笃信佛法。他与其夫人摩利迦的问答，得出了“人皆深爱自己”的结论，这段经典对话一直流传至今。

种子字和真言

月光菩萨的种子字为：



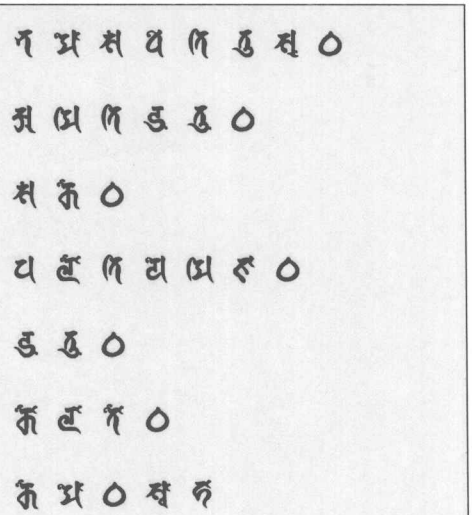
真言为：



月光菩萨陀罗尼

与日光菩萨陀罗尼一样，诚心持诵观世间菩萨大悲咒的修行者，若再持诵月光菩萨陀罗尼，也会获得不可思议的功德。

梵文



汉字

深低帝屠苏咤
阿若蜜帝乌都咤
深耆咤
波赖帝
耶弥若咤乌都咤
拘罗帝咤耆摩咤
沙婆诃

持诵的方法与功德

方法

念诵月光菩萨陀罗尼五遍，取青黄赤白黑五种颜色的线，拧成一股绳，作为咒索，身体哪里痛，便把咒索系到哪里。

功德

为修行者作护持、除一切障难、除一切病痛、成就一切诸善法、远离一切怖畏。

唐卡鉴赏——东方三圣

布本设色唐卡　清代　西藏

药师佛为东方净琉璃世界的教主，他的左胁侍为日光遍照菩萨，右胁侍为月光遍照菩萨，三者合称为东方三圣，又称药师三尊，均为密宗修行的重要本尊。



1 中央主尊为药师佛。药师佛身蓝色，面目慈祥，仪态庄重，身穿金色佛衣，左手托宝钵，钵中盛有能够医治众生一切诸病的甘露，右手拈诃子果枝，结跏趺坐在法台上。

2 主尊座前左为日光菩萨。日光菩萨身赤红色，头戴五佛冠，身被华衣，佩戴各种庄严璎珞，左手作说法印，右手持一枝莲花，莲花上置有日轮，立于莲花宝座上。

3 主尊座前右为月光菩萨。月光菩萨身白色，头戴五佛冠，身被华衣，佩戴各种庄严璎珞，左手作说法印，右手持一枝莲花，莲花上置有半月，立于莲花宝座上。


1
2
3

药王菩萨


药王菩萨
石雕

名号：药王菩萨

适合修行的人：

二十六、二十九日生人

希望消除身心病痛的人

本尊功德：药王菩萨施予良药，救治众生身、心两种病苦。如果有众生听到菩萨名号，菩萨便助其灭除病苦。

药王菩萨是给众生施药治病的菩萨，能救治身、心各种病痛。修药王菩萨本尊法，在消除病痛的困扰上最有功德。

药王菩萨的故事

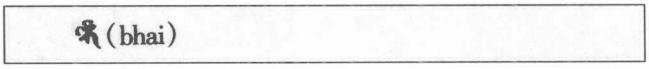
药王菩萨的梵名为 Bhaisajya-raja，为施予良药，救治众生身、心两种病苦的菩萨，是阿弥陀佛二十五菩萨之一。据《观药王、药上二菩萨经》所载，药王菩萨原为星宿光长者，听了药师佛的化身日藏比丘宣讲的大乘佛教平等大慧的佛法，心生欢喜，便以雪山良药供养日藏比丘及众僧，并发愿以此功德回向无上菩提，如果有众生听到自己的名号，便助其灭除病苦。

《法华经》中则记载，在过去无数劫，雷音宿王华智佛宣说《法华经》，当时有一位名叫妙庄严的国王，不信佛法，王后与两位王子净藏、净眼巧施计策，将国王带到宿王华智佛的处所，令其听闻《法华经》，共得利益。净藏、净眼两位王子即后来的药王、药上两位菩萨。

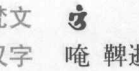
药王菩萨的形相、种子字、真言

药王菩萨的形相一般为顶戴宝冠，左手握拳，置于腰部，右手屈臂，置放胸前，以拇指、中指、无名指执持药树。

药王菩萨的种子字为：


(bhai)

真言为：

梵文	
汉字	唵 鞞逝舍罗惹耶 莎诃
意义	归命 药王 成就

药王菩萨

药王菩萨是施予良药，救治众生身、心两种病苦的菩萨。如果有众生听到他的名号，药王菩萨便会助其灭除病苦。



形相	持物	种子字
一般为顶戴宝冠，左手握拳，置于腰部，右手屈臂，置放胸前，以拇指、中指、无名指执持药树。	右手持药树。据说，药王菩萨发愿以身化为药树，广度众生。众生听其名字，闻其气味，便能去除疾病。	

无尽意菩萨



名号：无尽意菩萨

密号：定慧金则、无尽金刚

适合修行的人：

二十一日生人

希望去除贪、嗔、痴等习性的人

本尊功德：无尽意菩萨观一切事象的因缘果报均为无尽，发心上求无尽的诸佛功德，下度无尽的众生。

无尽意菩萨是东方净琉璃世界的八大菩萨之一，也是贤劫十六尊之一。修无尽意菩萨本尊法，可脱离烦恼，一生平安喜乐。

无尽意菩萨的功德、形相等

无尽意菩萨的梵文为 Aksayamatir-bodhisattvah，又称为无尽慧菩萨、无量意菩萨、罗度无尽尊者等，为东方净琉璃世界药师佛所的八大菩萨之一，为贤劫十六尊之一。在密宗金刚界曼荼罗中，位于三昧耶会外坛北方西端。因为无尽意菩萨观一切事象的因缘果报均为无尽，并发心上求无尽的诸佛功德，下度无尽的众生，故此得名。

无尽意菩萨密号为定惠金刚、无尽金刚，形相为身呈白肉色，左手握拳置于腰间，右手持花云。三昧耶形为上云泽五色云。

无尽意菩萨的故事

《大方等大集经》卷二十七《无尽意菩萨品》中记载了无尽意菩萨的故事：释迦如来佛向无量菩萨、大士传授《大集经》时，东方出现金色的光芒，遍照三千大千世界，众生沐浴在这光芒之中，去除了一切苦受。佛前的地上生出 60 亿净妙莲花，莲花的香味传遍三千大千世界，天龙八部闻到香味，都得妙喜，渐离烦恼。释迦佛告诉阿难尊者，这是无尽意大菩萨在 60 亿眷属的围绕下，从东方前来此地，所以先有瑞相显现。

然后，释迦如来应舍利弗尊者的提问，讲述了无尽意菩萨的情况：“东方有一个不眴世界，普贤如来在那里教化众菩萨。那里的诸佛、菩萨不以文字宣说佛

无尽意菩萨

无尽意菩萨为贤劫十六尊之一，他观一切事象的因缘果报均为无尽，发心上求无尽的诸佛功德，下度无尽的众生。



形相	持物	种子字
身呈白肉色，左手握拳置于腰间，右手持花云。	 右手执一枝莲花，莲花上有五色祥云。	

法，只修观佛。观佛时没有厌倦，眼睛也不曾眨一下。因此这个世界名为不眴。”之后，无尽意菩萨以神力让法会上的部众亲见不眴世界及普贤如来，并向普贤如来敬献了莲花。

在听闻了佛讲述不眴世界无尽意菩萨等菩萨的功德后，法会大众纷纷供养无尽意菩萨及其眷属。如果有众生念诵菩萨之名，便可得菩萨的无量善利。如果听闻众生赞叹称其功德，均当发无上道心。

种子字和真言

种子字为：

真言为：

药师八大菩萨

据《药师经》记载，无尽意菩萨为药师佛东方琉璃世界中的八大菩萨之一。八大菩萨分别是文殊师利菩萨、观世音菩萨、大势至菩萨、宝檀华菩萨、无尽意菩萨、药王菩萨、药上菩萨和弥勒菩萨。这八位菩萨的主要功德如下：

文殊师利菩萨

功德：文殊菩萨是一切菩萨中智慧辩才第一者，是三世诸佛的老师，具足种种善巧、方便，能护佑众生入智慧大海。

观世音菩萨

功德：大悲观世音菩萨，为代表性的敬爱本尊，能得一切众生欢喜敬爱，并能得大聪明，增长记忆。

大势至菩萨

功德：大势至菩萨以智慧之光普照一切，使人得到无上力量、威势自在，接引众生往生净土。

无尽意菩萨

功德：无尽意菩萨观一切事象的因缘果报均为无尽，发心上求无尽的诸佛功德，下度无尽的众生。

宝檀华菩萨

功德：宝檀华菩萨只在《药师经》被提及，众生听闻药师佛的名号，宝檀华菩萨与其他七大菩萨便会在其临终时显示神通，接引其进入东方琉璃光世界。

药王菩萨

功德：药王菩萨施予良药，救治众生身、心两种病苦。如果有众生听到菩萨名号，菩萨便助其灭除病苦。

药上菩萨

功德：药上菩萨助众生清净罪业恶名，辟除诸邪，并能增强记忆力，为人所敬爱，受到诸佛的护持，随意往生清净佛国。

弥勒菩萨

功德：弥勒菩萨多生修持慈心三昧，发愿要使一切众生安住于真实快乐之中，使一切众生远离一切灾障，永离一切烦恼。

施无畏菩萨



名号：施无畏菩萨

密号：自在金刚

适合修行的人：

二十二日生人

希望去除恐惧、忧患的人

本尊功德：施无畏菩萨以拔除一切众生之种种怖畏忧患为本誓，拔济众生种种怖畏、免除众生之恐惧感。

施无畏菩萨是一位能够去除人们种种恐怖、畏惧的菩萨。修持他的孝法，便可消除自身的恐惧感，让心灵恢复平静安详。

施无畏菩萨的梵文为 Abhayanda，全称为施一切无畏菩萨，又称为施无畏者，施无畏萨埵等。施无畏菩萨以拔除一切众生之种种怖畏忧患为本誓，其形相为身呈肉色，右手结施无畏印，左手作金刚拳安于膝上，坐在赤莲花上。密号自在金刚，三昧耶形为施无畏印。

施无畏菩萨为密宗胎藏界曼荼罗除盖障院的第三尊。

真言为：

汉字	唵 阿佩延 那那 莎诃
意义	归命 无畏 施 成就

施无畏菩萨

施无畏菩萨为密宗胎藏界曼荼罗除盖障院的第三尊，能拔济众生的种种怖畏，免除众生的恐惧感。



形相	手印	
身肉色，头戴宝冠，身着华衣，戴各种庄严璎珞，结跏趺坐在赤莲花上。	 右手施无畏印，表示菩萨救济众生的大慈心愿，能使众生无所畏怖。	 左手结金刚拳，象征般若智慧，是身、口、意金刚的合成，是三密活动的总持。

准提菩萨


准提镜
青铜 元代 故宫博物院藏

名号：准提菩萨
密号：最胜金刚
适合修行的人：
十六日生人
希望得人敬爱、夫妻和乐的人
本尊功德：准提观音心性清净，功德广大，能钩召一切众生，使其心生欢喜，并能使夫妻称乐，得他人敬爱。

无论在汉传佛教还是藏传佛教中，准提菩萨都有着十分重要的地位，是一位有着无限慈悲功德、广大无边方便的大菩萨。修准提菩萨本尊法，可增长智慧、延寿增益、得人敬爱、消灾灭难。

准提菩萨的名号和功德

准提观音菩萨的梵文为 Cundi，意为清净，表示“觉悟到众生本性清净之理”。无论在汉传佛教还是藏传佛教中，准提菩萨都有着十分重要的地位，是一位有着无限慈悲功德、广大无边方便的大菩萨。她随缘化现，济度众生，满足众生世间和出世间的一切愿求。

准提观音菩萨又称为准提、准胝、准提菩萨、准提佛母、尊那佛母、七俱胝佛母等。其中“尊那”为辉丽之意，“七俱胝佛母”为 7 000 万诸佛、菩萨之母的意思。密号最胜金刚。另外，准提菩萨还被认为是观世音菩萨所化现的六观音之一。

准提菩萨有着无量的福德智慧，佛经中记载，佛陀为了悲念未来的薄福恶业众生，因此在舍卫国祇树给孤园中入准提三摩地，宣说过去千万佛所说的准提咒。修学此咒没有任何限制，修持时也不必戒荤食，不必禁房事，因此最适合在家中修行的人来持诵。持诵此咒，可消灭累世的罪业，得诸天敬爱、加持，得增长智慧、延寿增益、得人敬爱、消灾灭难等功德，证得无上菩提。种种祈愿，无不满足。

准提菩萨的形相

准提菩萨的形相有二臂、四臂、十八臂乃至八十四臂等多种形相，最为常见的是十八臂三目准提菩萨和一面四臂准提菩萨。

十八臂准提菩萨身黄白色，代表理智不二、定慧一体；一面 18 臂，面上有三目，代表理、智、事三义；腰着白衣，绶带系腰，并饰有种种庄严璎珞；臂上

十八臂准提菩萨

准提菩萨又称为七俱胝佛母，是密宗一位十分重要的本尊。她随缘化现，济度众生，能满足众生世间和出世间的一切愿求。



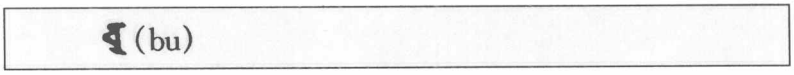
形相	手印和持物	种子字
十八臂准提菩萨身黄白色，一面18臂，面上有三目，腰着白衣，绶带系腰，并饰有种种庄严璎珞，臂上以白螺为钏。	主臂两手作说法印，右边第二手结施无畏印。其他诸手分别持智慧宝剑、数珠、天妙果、钺斧、钩、金刚杵、宝鬘、莲花、澡罐、索、轮、法螺、宝瓶、经箧、宝幢。	

以白螺为钏，有说法之意。18只手的手印和持物各异，主臂两手作说法印。右边第二手结施无畏印，其他诸手分别持智慧宝剑、数珠、天妙果、钺斧、钩、金刚杵、宝鬘、莲花、澡罐、索、轮、法螺、宝瓶、经篋、宝幢。

一面四臂准提菩萨呈16岁少女相，身色为白色，面露微笑。左上手中拈一枝莲花的花茎，延伸至肩部，莲花上放有一部般若经书。右上手垂于膝上，作布施印。另外两只手作禅定印，上托一钵，钵内有能起死回生的长寿甘露。身上穿着华丽的天衣及佩戴各种饰物。结跏趺坐在宝座上。

种子字和真言

准提菩萨的种子字为：



真言为：



准提菩萨本尊法

（1）准提镜坛

如前文所述，持诵准提菩萨真言并无特别的条件和限制，而准提菩萨本尊修法也是如此，是一种大众化的可以每日进行的修行方法。修行者可以自由选择一个合适的时间，一个安静的处所练习此法。

首先，选择一个较为亲近，比较能生出欢喜的准提菩萨像放在供桌之上，前面放上净水、鲜花、灯明等供养。与其他本尊修法不同的是，修准提菩萨法时，要准备一个准提镜坛。关于设置镜坛的仪轨，《七佛俱胝佛母心大准提陀罗尼法》中有相应的记载：首先准备一面没有用过的干净的镜子，镜面朝西，在每月农历十五日的夜晚，摆上净水、供香等供养，结印念咒，使心平静下来。如此持诵真言108遍后，便可将镜子带在身边，修行时将镜子放在供桌上即可。这里所说的

咒语指的是准提观音真言，结印的方法是两手无名指、小指相交叉，中指竖起相抵，食指屈起，附在中指的第一节上，拇指捻无名指的中节处。

将准提镜供于佛坛之上，镜子即代表本尊。合掌礼拜准提菩萨，注视面前的画像，思考她的无量悲心及种种功德。皈依，发菩萨心，修四无量心。

（2）观自己为本尊

先念诵空性咒："唵 森巴华 淑打 沙华 达玛 森巴华 淑多 杏"，同时思考自己的身、口、意皆为空性，我及一切万象皆无自性，而是由因缘和合而来。

然后，观想虚空中出现一个"邦"字，化成一朵八瓣的莲花。在莲花中心有一个"阿"字，化成一个平躺的月轮。在月轮上面竖着一个准提菩萨的种子字。种子字放出光芒，照向十方世界。十方世界的诸佛、菩萨的加持和功德化为光芒，摄回至种子字。种子字刹那化成准提菩萨的形相。观想准提菩萨的形相，各部细节一一辨识。

一般来说，只有受过准提传承法门的灌顶的人，才可以做此修行。没受过灌顶的人，则不宜观自己为本尊，只要观想本尊在面前即可。

（3）观想净化

观想准提菩萨的心间有一个莲花月轮宝座，上面竖着一个白色的"沧"字，在"沧"字的周围，环绕着准提菩萨的九字真言，九个字以顺时针方向排列。"唵"字排在前方，所有字皆面向中央种子字而立，放出白色的光芒。

念诵准提菩萨的真言，观想本尊心间的"沧"字及其周围的九字真言流出白色的甘露，流入自己的身体，将自己的身、口、意三业全都净化。观想罪业、病患等化为黑色的污水，被白色甘露冲出体外，自己的身体最终被甘露所充满，变得清明透彻。然后，观想准提菩萨与自己融为一体。

（4）进入禅定

念诵真言数遍，具体的数量可自己决定，但一旦决定，就不要有所变动。但要注意念诵时不可分心。念诵完毕后，观想准提咒轮收摄入中间的种子字中，种子字又收摄入月轮之中。莲花月轮化作一个黄豆大的明点，刹那间从头顶冲出体外，散失于虚空之中。观想自己和众生也消失于虚空之中。

最后，念诵回向文："以此功德愿我能，成就金刚准提果，一切众生悉无余，安利准提金刚位。"



准提菩萨本尊法

准提菩萨本尊法是一种大众化的，可以每日进行的修行方法。修行者可以自由选择一个合适的时间，一个安静的处所练习此法。与其他本尊法相比，较为特殊的是，准提菩萨本尊法需先准备一面准提镜。

(1)准提镜坛



准提镜的正面



准提镜的背面

1. 选择修行场所，摆放供养。
2. 准备一面没有用过的干净的镜子，镜面朝西，放在供桌之上。
3. 每月农历十五日的夜晚，摆上净水、供香等供养，结印念咒。
4. 持诵真言 108 遍后，便可将镜子带在身边，修行时将镜子放在供桌上即可。
5. 合掌礼拜准提菩萨，注视面前的画像，思考她的无量悲心及种种功德。

(2)皈依，发菩萨心，修四无量心。

(3)观空性

念诵空性咒

“唵 森巴华 淑打 沙华 达玛 森巴华 淑多 杏”，同时思考自己的身、口、意皆为空性，我及一切万象皆无自性，而是由因缘和合而来。

(4)观自己为本尊

1. 观想虚空中出现一个“邦”字，化成一朵八瓣的莲花。
2. 莲花中心有一个“阿”字，化成一个平躺的月轮。
3. 月轮上竖着准提菩萨的种子字。种子字放出光芒，照向十方世界。
4. 十方世界的诸佛、菩萨的加持和功德化为光芒，摄回至种子字。
5. 种子字刹那化成准提菩萨的形相。
6. 观想准提菩萨的形相，各部细节一一辨识。

(5)观想净化

诵准提菩萨的真言

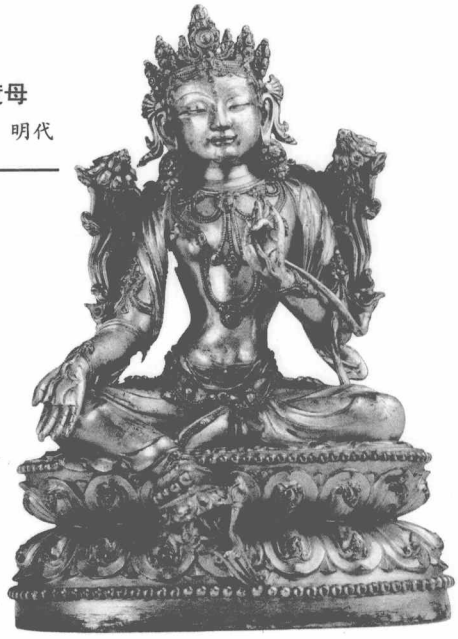
1. 观想准提菩萨的心间有一个莲花月轮宝座，上面有一个白色的种子字，种子字的周围，环绕着准提菩萨的九字真言，放出白色的光芒。
2. 观想种子字及咒轮流出白色的甘露，流入自己的身体，将自己的身、口、意三业全都净化。
3. 观想罪业、病患等化为黑色的污水，被白色甘露冲出体外，自己的身体最终被甘露所充满，变得清明透彻。
4. 观想准提菩萨与自己融为一体。

(6)进入禅定

1. 念诵准提菩萨的真言若干遍。
2. 观想准提咒轮收摄入中间的种子字中，种子字又收摄入月轮之中。
3. 莲花月轮化作一个黄豆大的明点，刹那间从头顶冲出体外，散失于虚空之中。
4. 观想自己和众生消失于虚空之中。

(7)回向

绿度母


绿度母
铜鎏金 明代

名号：绿度母

适合修行的人：

女性修行者

希望延寿、消灾、得人敬爱的人

本尊功德：绿度母能增长福德，消除一切众生的烦恼痛苦、满足一切众生愿求，现世富贵长寿平安吉祥、除诸病苦业魔障碍等。

绿度母是一位美丽的女神，相传是由观世音菩萨的眼泪所化，藏传佛教的女性修行者大都以她为本尊进行修行。她能护佑修行者去除苦难，一生平安吉祥，富贵长寿。

绿度母的功德

度母梵文为 Tara，全称为圣救度母，又称为世间母、绿度母、救度母、多罗母等，意为“一切世间众生的母亲”，佛经解释为“度诸穷苦中之母”。度母在诸佛中所代表的是所有得证者的善巧作为，也代表根据众生能力高低与众生相应或引导众生时所用的方法。为了帮助有情众生成功地成就暂时和究竟的安乐，诸佛所有的懿行都彰显在这位女性形相的救度者身上。佛教认为，度母能够解决人生很多的困难：她能让众生免于早逝，帮助众生疾病康复、事业成功、获得财富。通过修行度母法，能获得一切安乐。

绿度母菩萨为二十一度母的主尊，总摄其余 20 尊化身的所有功德，本尊心咒具足一切息、增、怀、诛的功德，可消除一切众生的烦恼痛苦、满足一切众生愿求，现世富贵长寿平安吉祥、除诸病苦业魔障碍等，帮助众生解脱生死苦海，命终往生极乐世界，获得究竟的安乐，因为其救度之迅速、摧灭魔业之勇猛，故又称作“救度速勇母”。

绿度母的形相

绿度母现妙龄女子相，身体的颜色与五方佛中的不空成就佛部一样，全身呈绿色，代表了诸佛事业；一面二臂，慈悲形相，头戴五佛宝冠；右手向外置于右膝上，作施愿印，并持莲花；左手作三宝印，持莲花，置于胸前；莲花茎

绿度母

绿度母意为“一切世间众生的母亲”，在诸佛中所代表的是所有得证者的善巧作为，具足一切息、增、怀、诛的功德。

形相

身绿色，一面二臂，头戴五佛冠，身饰各种珠宝璎珞，着天衣，右足舒展，左足跷起，坐在莲花月轮之上。



手印		持物
		
右手向外置于右膝上，作施愿印。	左手作三宝印，置于胸前。	双手各持一枝莲花，茎上有果、盛开的花朵以及花蕾，代表过去、现在、未来三世佛。

上有果、盛开的花朵以及花蕾，代表过去佛、现在佛和未来佛；身饰各种珠宝璎珞，着天衣，下身着重裙；右足舒展，左足跷起，坐在莲花月轮之上，代表她随时起来救度众生。

绿度母的故事

传说绿度母曾是一位名叫般若月的公主，她天生善根深植，礼敬三宝，供养佛家弟子长达 1 000 008 年。有人劝她说："您如此恭敬虔诚，今生必然获得证果，若是能至心于佛前发愿，一切所愿必能成就，那么您何不发愿将女身转变成男身，以方便修行呢？"公主回答说："我观此处无男亦无女，无人无识亦无我，男女名称皆虚假，世间劣智迷惑生。世上以男身修行佛法的人众多，可是以女身修行的却很少。所以我今日于佛前发愿直至轮回皆空，我都以女身度化一切众生。"

后来，她又在不空成就佛面前发愿说："愿我能护持十方一切苦难的众生，并且降服一切魔障，每天都能度化百万众生，使其身心安稳快乐。"诸佛感佩她的愿行，赐名为度母。

还有一个传说是这样的：大悲观世音菩萨无量劫来救度众生，但是众生仍然沉溺于五欲生死苦海、轮回六道之中受苦，菩萨因为悲悯苍生而不由得悄然落泪。他左眼中的眼泪化为白度母，左眼眼泪化作绿度母。她们合掌恭敬向观音菩萨同声说道："菩萨，您不要担心，我等誓度一切流转生死苦海的众生，为菩萨分担救度众生的悲愿。"

种子字和真言

种子字为：



真言为：

藏文 

汉字 唵 达列 都达列都列 梭哈

意义 归命 解脱痛苦 解脱疾命 成就

绿度母修法

皈依，发菩提心、四无量心，观空性，然后开始观想本尊。

二十一度母

藏传佛教中有 21 位度母，绿度母即为二十一度母的主尊，总摄其余 20 尊化身的所有功德。其余各尊均有各自不同的名号、形相、持物等，如下面即为其中的增福慧度母。

形相

身黄色，相貌威猛，左手持有宝珠柄的铁钩，右手执如意宝珠，全身饰璎珞，着天衣，以游戏姿坐在宝座上。

功德

增福慧度母可增加修行者的财富、威权、福德、智慧，成就一切富贵吉祥之事，使修行者丰财自在，事事顺利。



二十一度母

①绿度母 ②救灾难度母 ③救地灾度母 ④宝源度母 ⑤如意度母 ⑥长寿度母 ⑦救毒难度母 ⑧救火灾度母 ⑨救水灾度母 ⑩救兽难度母 ⑪救畜难度母 ⑫救魔难度母 ⑬增威权度母 ⑭增福慧度母 ⑮救狱灾度母 ⑯救风灾度母 ⑰救盗难度母 ⑱救兵灾度母 ⑲救天灾度母 ⑳伏魔度母 ㉑药王度母

观想面前的虚空中或自己的头顶上，有一个平躺的白色“阿”字，变化为平躺的白里透红的月轮，月轮上有一个竖立的绿色“谭”字，此字变化为绿度母。

观想度母身绿色，右手作施愿印，拈着一株蓝色莲花的茎部。左手放于胸前作三宝印，拇指及无名指碰触着，表义悲智双运。左手也拈一蓝莲花茎。左右手各拈的两朵莲花，都延伸至度母的肩位。在茎的顶端，各有一果实、一盛开的花朵和一未开的花蕾。右足向外微伸，左足向内屈入。身上穿美丽的衣服，佩戴宝饰。

观度母的心间有一朵盛开的小型莲花，上有月轮，月轮上有一个绿色“谭”字，放出光芒，照射十方佛土，召请诸佛为度母灌顶。然后观想度母的头顶、喉间及胸前分别有白色的“唵”字、红色的“阿”字和蓝色的“吽”字。

专心观想一段时间，感受度母的慈爱能量。然后观想度母头顶的“唵”字放出白光，自她的前额流出，进入自己的前额，净除身业；从“阿”字放出红光，从她的喉部进入自己的喉部，净除口业；从“吽”字放出蓝光，从她的胸口进入自己的胸口，净除意业。按照这样的方法一一观想，真正感受到自己完全自所有问题中解脱，并且接收到启发和能量。

在观想的同时，诵念度母心咒“嗡 达咧 嘟 达咧 嘟咧 梭哈”，并持续一段时间。然后观想度母来到自己的头顶上方，与自己面朝同一方向，化成绿光，从头顶进入身体，度母与自己合而为一，感受到清明、祥和、喜乐。尽可能让此状态保持长久。

结束观想时，念诵回向文：“以此功德愿速能，成就圣度母之境，并将一切诸众生，安立于同等果境。”

绿度母本尊法

在藏传佛教地区，大部分的女性修行者都以绿度母作为修行的本尊。他们认为，修持绿度母本尊法，可消除一切烦恼痛苦、满足一切愿求。简单步骤如下：

(1)皈依，发菩提心、四无量心

(2)观空性

(3)观想绿度母

1. 观想虚空中出现莲花月轮，月轮上竖着一个绿色的绿度母种子字。
2. 种子字刹那间化为一尊绿度母。
3. 观想绿度母的形相，明了各个细节。

(4)观想诸佛为度母灌顶

1. 观想绿度母心间有莲花月轮，月轮上有种子字，放出光芒。
2. 观想光芒射出，召请十方诸佛为绿度母灌顶。

(5)观想净化

诵念度母心咒

1. 观想度母的头顶、喉间及胸前分别有白色的“唵”字、红色的“阿”字和蓝色的“吽”字，并持续观想一段时间。
2. 观想“唵”字放出白光，自度母的前额流入自己的前额，净除身业。
3. 从“阿”字放出红光，从度母的喉部进入自己的喉部，净除口业。
4. 从“吽”字放出蓝光，从度母的胸口进入自己的胸口，净除意业。

(6)观想融合

1. 观想度母来到自己的头顶上方，与自己面朝同一方向，化成绿光，从头顶进入身体，度母与自己合而为一。

(7)回向



唐卡鉴赏——绿度母

布本设色唐卡　清代　西藏

绿度母是观世音菩萨的化身，也是诸佛事业的化现，她因地时发愿，在轮回未空之际，以女身度化一切众生。这幅唐卡的中央主尊便是绿度母。



①中央主尊为绿度母，身绿色，全身犹如翡翠，呈少女状，体貌绝美，头戴宝冠，冠上有阿弥陀佛像，左手捻一朵莲花，左腿屈起，右腿向下舒展，脚踏在一朵莲花上。

②唐卡上界为五方佛，从左至右分别为蓝色身阿閦佛、黄色身宝生佛、红色身阿弥陀佛、绿色身不空成就佛及白色身大日如来佛。

③绿度母宝座左侧为尊胜佛母，身白色，三面八臂，中间面为白色，右面为黄色，左面为蓝色，面相微怒，各有三目。右边四只手分别持羯磨杵、阿弥陀佛、箭及结施愿印，左边四只手分别持绢索、结施无畏印、持弓及甘露宝瓶。身上佩戴珍宝璎珞，着秀丽天衣，结跏趺坐在莲花宝座上。

④绿度母宝座右侧为阿弥陀佛，身红色，盘发成髻，戴宝冠，着天衣，佩珍宝璎珞，双手结定印，持长寿宝瓶，结跏趺住于莲花月轮之上。

⑤唐卡下界中央为四臂观音，身白色，头戴五佛冠，身着天衣，佩戴各种饰物，一头四臂，主臂两手作开敷莲花合掌印，另外两手右手持水晶念珠，左手持八瓣莲花，结跏趺坐于莲花宝座上。

⑥下界左为金刚手菩萨，身蓝色，一面二臂，头戴五骷髅冠，左手持嘎巴拉碗，右手持金刚钺刀，项上戴 50 骷髅项链，脚踏天魔，展立于莲花日轮宝座上。

⑦下界右为吉善金刚，身白色，三头六臂，头戴黑色帽子，口中喷出毒雾，身绕人头项链，六手或作手印，或持法器，骑坐在一头白狮上。


2
4
3
1
6
5
7

第陆章

上师及其他

除了诸佛、菩萨之外，密宗修行者还把一些拥有出世成就的护法以及历史上修成佛果的上师作为修行的本尊。前者如五大明王、大圣欢喜天等，后者如龙树菩萨、莲花生大师等。

本章图版目录

不动明王/284

不动明王本尊法/287

孔雀明王/291

孔雀明王的持物和坐骑/293

普巴金刚/295

普巴金刚及其佛母的持物/297

单身大圣欢喜天/299

龙树（一）/303

龙树（二）/305

莲花生/307

立像莲花生/309

莲花生大师忿怒本尊法/311



不动明王


不动明王
黄铜 清代 故宫博物院藏

名名：不动明王
密号：常住金刚
适合修行的人：
属相为鸡的人
八月生人
希望延寿、消灾、得人敬爱的人
本尊功德：不动明王是一切众神的守护者，如影随形，恒不相舍。他对护持众生的命根有殊胜的功德，能消除种种灾障，得众生敬爱。

不动明王与观世音菩萨、地藏菩萨一起，是西藏最为常见的的三大主尊。修不动明王本尊法，能得到他的守护，一生顺遂，平安如意。

不动明王及其功德

不动明王的梵文为 Acalanatha，意为不动尊或无动尊，又称为不动金刚明王、无动尊菩萨等。“不动” 指慈悲心坚固，无可撼动，“明”指智慧之光明，“王”即驾驭一切现象者之意。如前文中所述，不动明王是大日如来的教令轮身，受大日如来教令，示现忿怒相，是降伏一切恶魔的大威势明王。他的身相是对那些顽固不化、执迷不悟、受魔障遮蔽的众生而变化的，以喝醒众生和吓退魔障。

不动明王的誓愿为“见我身者发菩提心，闻我名者断恶修善，闻我法者得大智能，知我心者即身成佛。”在诸明王之中，不动明王也是最高尊者，为诸明王之王，五大明王之主尊。不动明王同观音菩萨和地藏菩萨一般，是藏民供奉的三个主要佛像之一。

不动明王的形相

不动明王有二臂、四臂、六臂等多种不同的形相，藏传佛教崇奉的不动明王多为二臂。不动明王一面二臂，身青蓝色，表示法性不变；发垂披肩，面有三目，三目红圆，右眼仰视，代表能捆住天魔；左眼俯视，表示能烧毁龙魔和非天；额眼平视，表示能降伏夜叉和罗刹；脖子上挂着一条蛇，表示去除根本烦恼之嗔心；以五骷髅及不动佛为饰，表示消除一切恶障；上衣斜披，下着摆裙，全身以八大龙王为饰；右手高举着利剑，能断烦恼之根；左手拿系杵的金刚索，用来捆绑一

切恶魔；右腿弓，左屈膝着地，以童子相站姿安身于莲花日轮宝座上；身周有智慧烈焰。

不动明王的眷属

不动明王有多位眷属，其中以“八大童子”最受著名。八大童子的名称说法不一，一般来说，他们的名称为慧光童子、慧喜童子、阿耨达童子、持得童子、乌俱婆伽童子、清净比丘童子、矜羯罗童子和制吒迦童子。

八大童子中，又以矜羯罗童子和制吒迦童子两大童子最负盛名，他们有时视为是不动明王的化身。“矜羯罗”意为随顺、恭敬。矜羯罗童子的形相如 15 岁童子，身白肉色，头戴莲花冠，双手合掌，执一只一股杵，身着天衣袈裟，佩各种庄严法饰。

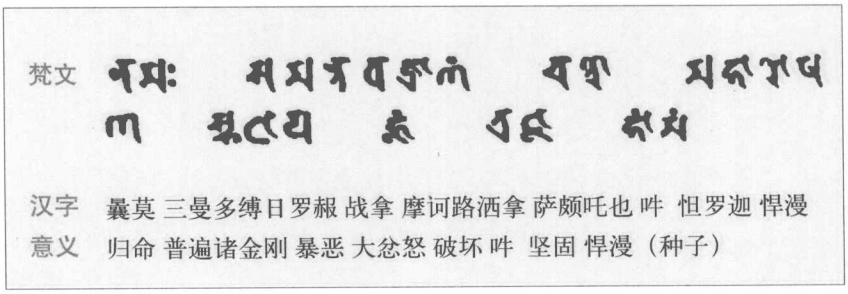
“制吒迦”意为难以共语的恶性者。制吒迦童子相貌也如同童子，身色如红莲，头上结五髻，一髻结在头顶中央，一髻结在额上，一髻结于头后，还有两髻结在头的左右。五髻分别代表五方五智。左手持金刚杵，右手执金刚棒。因其为嗔心恶性者，所以不着袈裟，只以天衣缠着颈肩。

种子字、真言及其他

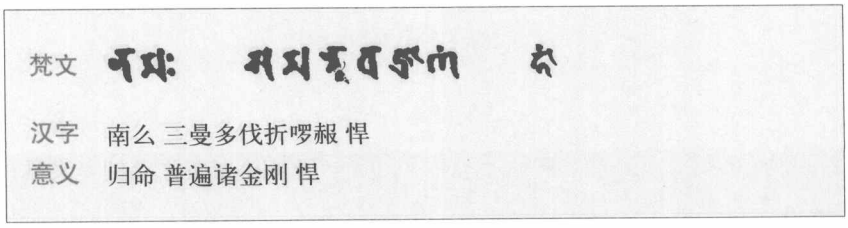
种子字为：



真言为：



不动明王心咒：



不动明王

不动明王是大日如来的教令轮身，受大日如来教令，示现忿怒相，是降伏一切恶魔的大威势明王。



不动明王的眷属——八大童子

慧光童子：表示金刚部菩提心，大圆镜智，是阿閦佛所化。

慧喜童子：表示宝部福德，平等性智，是宝生佛所化。

阿耨达童子：表示莲花部智慧，妙观察智，是无量寿佛所化。

持得童子：表示羯磨部精进，成所作智，是不空成就佛所化。

乌俱婆伽童子：表示菩提，是金刚波罗蜜菩萨所化。

清净比丘童子：表示福德，是宝波罗蜜菩萨所化。

矜羯罗童子：表示慈悲，是法波罗蜜菩萨所化。

制吒迦童子：表示方便，是羯磨波罗蜜菩萨所化。

持物		种子字
 右手高举着利剑，利剑为不动明王的三昧耶形，表示以智慧利剑斩断众生的烦恼之根。	 左手拿系杵的金刚索，索是系缚之义，表示用四摄之索引入无上菩萨，捆绑一切恶魔。	

形相	
坐瑟瑟座	表示净菩提心不动摇，有大定、大德之义。
坐青黑色大磐石	表示能出生佛之功德宝，也象征降伏四魔。
身青黑色	青色表示法性，黑色表示无相烦恼。青黑色表示法性与无明不二，烦恼即菩提。
半跏趺坐	表示以正道、正智降伏邪道。
住三昧火焰中	象征以大智之火烧尽一切烦恼恶业。
童子形貌	象征纯净无垢的菩提心。
七莎髻	表示择法、精进、喜、轻安、念、定、行舍七觉支。
左垂一辫髮	为奴隶相，表示住于大悲，垂给一切众生慈悲。
额上水波皱	表示以平等智水灌顶成佛。
右牙上出	象征以智慧降伏天魔。
左唇外翻	象征以慈悲摄化众生。
闭左眼	表示佛智惟一，也有生死迷妄之意。
右眼脾睨	表示断除众生的恶业烦恼及其果报寿命，不动明王一眼业寿已定。
以蛇为饰：	表示去除根本烦恼之嗔心。
五骷髅及不动佛为饰	表示消除一切恶障。

不动明王修法

（1）观想前的准备

皈依、发菩萨心、四无量心，然后开始观想。

（2）观想本尊示现

观想在面前或头顶上的虚空中，出现了一个白色“邦”字，变为红白色或粉红色的盛开莲花，内有红色“兰”字，此字变为红色的日轮。日轮上有一个蓝色的“吽”字，化为蓝色的金刚杵，在杵的中央内部有一个小日轮，上面又有一个小“吽”字。金刚杵刹那之间变为不动明王。

（3）观想本尊形相

观想不动明王的身体呈蓝色，一面二臂，双目大而圆，怒瞪四周；头发、胡须及眉毛等为金黄色，向上竖立；上牙咬着下唇，露出少许尖尖的獠牙；右手高举，持一把利剑；左手持金刚绳置于胸前；右腿屈起，左腿舒展，足下踩着象鼻天神及大自在天神等；身上饰有种种宝物，下身穿虎皮下袍，全身有智慧火焰围绕。从不动明王的身上，化出千千万万的忿怒尊，他们形如不动明王，身上都有火焰围绕，飞出去除障难。

（4）观想为本尊灌顶

观想不动明王心间有一朵莲花，莲花中有红色“兰”字，此字变为日轮，上面有一个站立的“吽”字。“吽”字放出光芒，召请十方佛土的智慧尊前来。观想为诸尊献上供养，祈请诸佛为不动明王灌顶。念诵灌顶咒：“唵 阿比肯刹 度盟萨哇 打他嘎打。”咒语的意思是：“祈请佛圣众给予灌顶，甘露充满全身，净除一切垢，剩余甘露溢出头顶，化为不动如来为顶饰。”观想十方的智慧尊持宝瓶倒下甘露为不动明王灌顶。甘露的一滴刚由其头顶溢出，化为了一个小小的佛首，好像一个本尊顶上的饰物一般。

（5）念诵本尊真言

念诵不动明王真言，并观想本尊有他的种子字及咒轮，放出千万小不动明王化身，消来世上所有魔障；观想种子字及咒轮放出红光，把自己的罪业、病患及魔障烧灭。

观想自己心间也有莲花、日轮及不动明王种子字，周边有不动明王的真言，按顺时针排列环绕，形成咒轮，咒轮直立，咒字面向心字。同时念诵不动明王的真言。需要注意的是，种子字与真言都是蓝色的，但它们放出的光芒则是红色的。

最后，念诵回向文：“以此功德愿速能，成就愤怒不动王境，并将一切诸众生，安立于同等果境。”

不动明王本尊法

不动明王本尊法的修行步骤与其他本尊法大同小异，比较特殊的是，要有一个为本尊灌顶的观想。

(1) 皈依、发菩萨心、四无量心。

(2) 观想本尊示现



观想虚空中出现了白色“邦”字，变为盛开的莲花。



莲花上有红色的“兰”字，变为红色的日轮。



日轮上有蓝色的“吽”字，化为蓝色的金刚杵，杵内有一小日轮，上有一个小“吽”字。金刚杵刹那之间变为不动明王。

(3) 观想本尊

仔细观想不动明王的各个部分，然后观想从其身上，化出千千万万的忿怒尊，形如不动明王，身上都有火焰围绕，飞出去除障难。

(4) 观想为本尊灌顶

1. 观想不动明王心间有莲花日轮，上面有一个站立的“吽”字。
2. “吽”字放出光芒，召请十方佛土的智慧尊前来。
3. 为诸尊献上供养，祈请诸佛为不动明王灌顶。
4. 念诵灌顶咒：“唵 阿比肯刹 度盟 萨哇 打他嘎打。”
5. 观想十方诸佛持宝瓶倒下甘露为不动明王灌顶。
6. 甘露的一滴刚由不动明王的头顶溢出，化为了一个小小的佛首。

(5) 念诵本尊真言

念诵不动明王真言

1. 观想本尊心间有种子字及其咒轮，放出千万小不动明王化身，消来世上所有魔障。
2. 观想种子字及咒轮放出红光，把自己的罪业、病患及魔障烧灭。
3. 观想自己心间有莲花日轮，不动明王种子字及咒轮。种子字与真言都是蓝色的，放出的光芒则是红色的。



(6) 回向。

唐卡鉴赏——不动明王

绛丝唐卡　元代　西藏

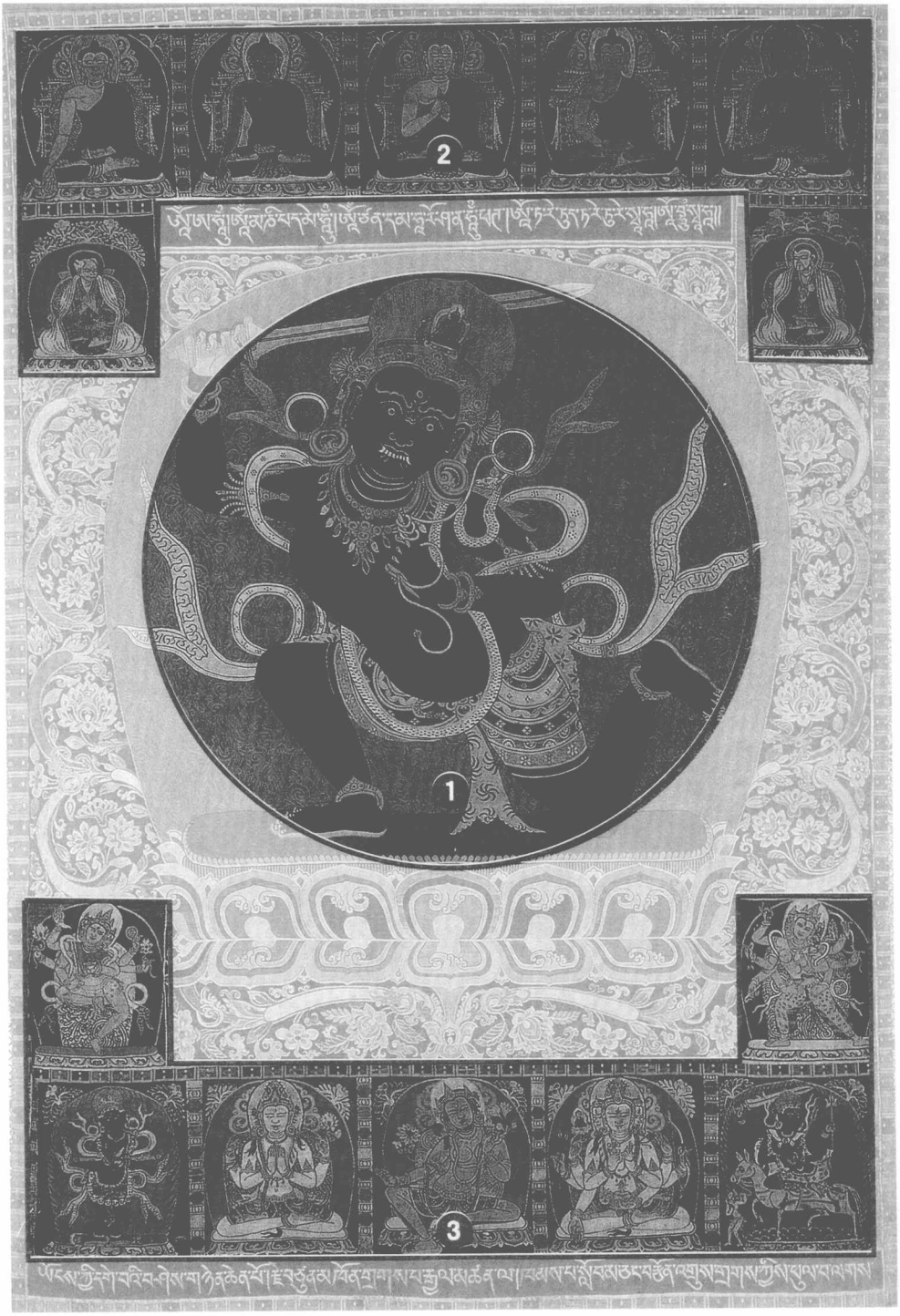
不动明王是五大明王的主尊，是大日如来变现的忿怒相，这幅唐卡描绘的是一面二臂不动明王。据说，这幅唐卡是内地官员送给藏传佛教萨迦派第五代祖师扎巴坚赞的。



❶中央主尊为不动明王。一面二臂，身青蓝色，发垂披肩，面有三目，三目红圆，脖子上挂着一条蛇，右手高举着利剑，左手拿系杵的金刚索，右腿弓，左屈膝着地，以童子相站姿安身于莲花日轮宝座上。

❷唐卡上界为五方佛及两位藏传佛教萨迦派祖师。

❸唐卡下界有四臂观音、绿度母、尊胜佛母、吉祥天母等。


2
1
3

孔雀明王


孔雀明王
铜塑 台湾

佛名：孔雀明王
密号：佛母金刚
适合修行的人：
初六日生人
希望消灾、除病、安产的人
本尊功德：孔雀明王对于护国、息灾、祈雨、除病、安产等都极有效验，可除去一切毒害，平息一切灾难怖畏，诸病消除，得日夜吉祥，益寿延年。

孔雀明王是东密传承特别重视的一位本尊，修行他的法门，对护国、息灾、祈雨、除病、安产等都极有效验，可去除毒害，平息灾难，得日夜吉祥，益寿延年。

孔雀明王的功德

孔雀明王的梵文为 Maha-mayuri-vidya-rajni，音译为摩诃摩瑜利罗阇，又称为佛母大孔雀明王、佛母大金耀孔雀明王。以孔雀明王为本尊的修法，在东密中受到特别的重视，被称为孔雀经法。修持孔雀明王法，可获得护国、息灾、祈雨、除病、延寿、安产等利益，具足一切敬爱、调伏、增益、息灾的妙用，可去除众生心中的贪、嗔、痴、慢、疑等各种毒害，使其心性清净，使其智慧、慈悲菩提圆满，证得无上佛果。

在胎藏界曼荼罗中，孔雀明王为苏悉地院南端第六位，密号是佛母金刚或护世金刚，三昧耶形是孔雀羽。

孔雀明王的形相

一般明王多为忿怒相，但孔雀明王却是一个例外。他形相庄严，慈蔼可亲。常见的孔雀明王形相为身白色，着白缯轻衣，头戴华冠，身披各种庄严璎珞，佩戴耳环、手钏等饰物。具四臂，右边的两手分别持开敷莲花和俱缘果，代表着敬爱和调伏，左边的两手分别持吉祥果和三至五茎孔雀尾，代表增益和息灾。

孔雀明王结跏趺坐在莲花宝座上，宝座下为其坐骑——一只美丽的孔雀。莲座象征其摄取慈悲的本誓，而孔雀以食毒虫为生，因此孔雀明王以孔雀为坐骑，象征断尽一切烦恼恶毒。

孔雀明王

孔雀明王又称为佛母大孔雀明王，为密宗本尊之一。以孔雀明王为本尊的修行法又称为孔雀经法或孔雀明王经法，主要有息灾、祈雨或止雨、安产等功德。



形相

1. 手臂：孔雀明王有二臂、四臂、六臂、八臂等形相，最为常见的是四臂孔雀明王。
2. 面相：一般明王多为忿怒相，但孔雀明王却是形相庄严，慈蔼可亲。
3. 身色：身白色，表示所有一切法清净无染。
4. 装饰：着白缯轻衣，头戴华冠，身披各种庄严璎珞，佩戴耳环、手钏等饰物。

另外，孔雀明王还有二臂、六臂、八臂等形相，手中的持物有佛手果、吉祥果、莲花、月轮等。

孔雀明王的故事

《佛母大孔雀明王经》中记载，过去有一个刚刚出家的比丘，在砍木为柴的时候，被朽木中窜出的一条大黑蛇咬伤。毒气传遍全身，口吐白沫，双目翻白，闷绝倒地。阿难尊者看到这个情形，便去释迦如来佛处寻求救护。于是，释迦如来向阿难尊者口述了摩诃摩瑜利佛母明王大陀罗尼，即孔雀明王咒，并向他讲述了持诵此咒的功德，可灭除一切诸毒、怖畏、灾恼，摄受一切有情获得安乐。

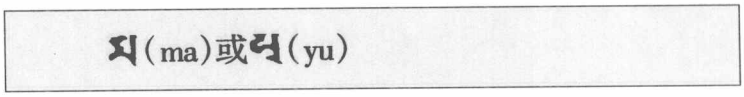
据说，很久以前，雪山上的一个金色大孔雀王持诵孔雀明王咒而获得长久的安稳。但有一次由于贪图逸乐，大孔雀王与多名孔雀女在山中嬉戏，忘了持诵真言，因此被猎人捉到。他恢复正念，持诵孔雀明王咒，终于解脱捆绑，重获自由。

还有一种说法是，孔雀原为古印度摩揭陀部落所尊奉的天神，称为孔雀王神。后来在阿育王大兴佛法时，升格为整个佛教的守护神，并在佛教传播的过程中和孔雀王的形象相结合，成为孔雀明王。

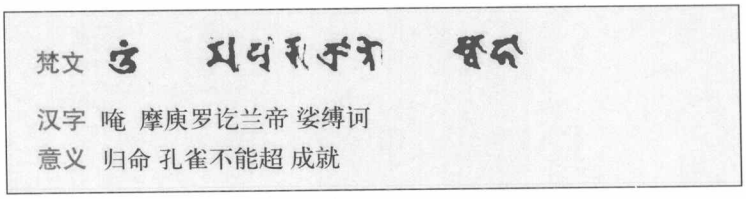
另外，孔雀明王有时还被视为是释迦如来佛的化身。

种子字和真言

孔雀明王的种子字为：



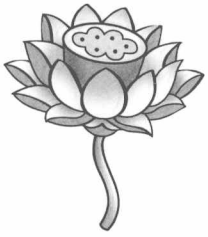
真言为：



孔雀明王的持物和坐骑

孔雀明王又称为佛母大孔雀明王，为密宗本尊之一。以孔雀明王为本尊的修行法又称为孔雀经法或孔雀明王经法，主要有息灾、祈雨或止雨、安产等功德。

持物



开敷莲花

孔雀明王右边第一只手中持开敷莲花，代表敬爱。另外，莲花开敷，花果具足，又代表证悟果德，智慧福德庄严具足。



俱缘果

孔雀明王右边第二手中持俱缘果。俱缘果又称为具缘果、枸橼果，音译为摩登隆伽、摩独龙伽，形如木瓜或柚子，代表调伏之意。



吉祥果

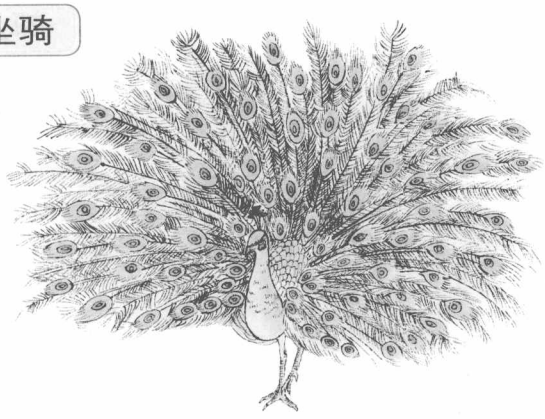
孔雀明王左边第一只手中持吉祥果。吉祥果即石榴，又称鬼怖木，有增益之意。又因其花少果多，因此有修行少而得大果之意。



孔雀尾

孔雀明王左边第二手中持孔雀尾翎，佛教中常用孔雀尾来作拂净之用，因此孔雀尾有息灾之意。

坐骑



孔雀

孔雀明王结跏趺坐在莲花宝座上，宝座下有一只美丽的孔雀。孔雀以食毒虫为生，因此孔雀明王以孔雀为坐骑，象征断尽一切烦恼恶毒。

普巴金刚


普巴金刚
黄铜 西藏

佛名：普巴金刚

适合修行的人：

初七日生人

希望息灾、解难的人

本尊功德：普巴金刚具足无比大悲威力，可断除所有鬼神、天魔的迫害，并可降魔息灾、解除危难。

普巴金刚是藏传佛教特有的一位本尊，他手中所持的金刚橛是他的标志。修持普巴金刚法，可以消除内心的恐惧，一生吉祥如意，事业有成，长寿富足。

普巴金刚的名号及功德

普巴金刚的梵文为 Vajrakila，藏文音译为多吉普巴，意为金刚孺童。“普巴”为藏文音译，意思是“橛”，也就是他手中所持的主要法器——一种三菱尖的利器，古代称为金刚橛，现在通称为普巴橛或普巴杵。“普”字表示空性，“巴”字表示智能，“普巴”即“空性与智能”的不二体性。

按照历来的传承所言，普巴金刚具有无比大威力，可遮止一切鬼神、非人、天魔、恶咒之迫害，降魔息灾，为免除危难的特别法门。修持普巴金刚法，可断除一切自我的贪执，消除内心的恐惧，了解法界空性，得到吉祥如意、事来成功、长寿富足、亲友受人敬爱、消除业障、诛除障碍魔众等功德。

普巴金刚的形相

普巴金刚的形相一般为身黑蓝色，三头三目六臂，右面为白色，代表文殊菩萨的忿怒相——大威德金刚，为诸佛“身”的代表；左面为红色，代表阿弥陀佛或观世音菩萨的忿怒相——马头明王，为诸佛“口”的代表；中间为蓝色，代表大势至菩萨的忿怒相——金刚手菩萨，为诸佛“意”的代表。

普巴金刚六只手中的持物分别为：右边第一手执天铁制九股金刚杵，铁表示忿怒，九股表示一切众生；右边第二手执金制五股金刚杵，金表示喜乐，五股表示转五毒成五智；左边第一手执般若智焰，表示燃烧一切苦恼；左边第二手持三叉戟，

普巴金刚

普巴金刚是藏传佛教中一位独特的本尊，以手中所持的金刚橛为重要标帜，具有无比大悲威力，修持其法，可免除灾难，断除我执，消除怖畏。



形相

❶ **身形：** 身黑蓝色，三头三目，六臂四足，背后生双翼，怀中拥抱佛母洛格津母，佛母身浅蓝色。

❷ **面相：** 共有三面

右面：白色，代表大威德金刚，为诸佛之身。
左面：红色，代表马头明王，为诸佛之口。
中面：蓝色，代表金刚手菩萨，为诸佛之意。

❸ **足相：** 右二足踏男魔之背，左二足踏女魔之胸，安住于般若智焰之中。

❹ **衣饰：** 头戴五骷髅冠，颈挂三串骷髅和蛇饰，披象皮、人皮，着虎皮裙。

表示摄尽三界空行母；主臂两手合掌，捧单面金刚橛，表示净除一切烦恼魔障。

普巴金刚头戴五骷髅冠，颈挂三串骷髅和蛇饰，背后生双翼，身披表示降伏愚痴的象皮、表示降伏贪爱的人皮，着象征除伏嗔恨的虎皮裙。四足，右二足踏男魔之背，左二足踏女魔之胸，表降服诸魔。安住于般若智焰之中。

普巴金刚怀中拥抱佛母洛格津母，佛母身浅蓝色，右手执天杖，左手举盛着鲜血的嘎巴拉碗，腰系豹皮裙。

普巴金刚的故事

关于普巴金刚的由来，存在许多不同的说法，他究竟是印度佛教原有的神还是藏传佛教与当地的苯教结合才产生的神，至今没有定论。

传说过去有一个名叫麻当鲁扎的大力鬼神，生有三头、六臂、四足，并有一对翅膀。他住在尸陀林中为害众生。金刚萨埵的忿怒化身噶玛黑鲁嘎化身为普巴金刚，与麻当鲁扎具有相同的形相，将这个大力鬼神及其魔众制伏。

还有一种传说是，莲花生大师与尼泊尔公主释迦德华在印度与尼泊尔边境的赖舒岩洞中修行时，有三个魔鬼前来扰乱他们的修行，使当地三年不下雨，并散播瘟疫。于是，莲花生大师派遣两位使者前往印度，取“降伏间断法”中名为“普巴续教传”的教法回来。两位使者取法后刚刚返回当地，三个魔鬼就已自动远逃，天上也立刻下起了雨，瘟疫也被消灭。

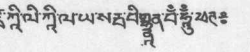
在藏传佛教中，普巴金刚的传承相当严格，如果没有经过严格正式的传授，修行者不能随意修行此法。即使是普巴金刚的真言，也不能随意持诵，否则不但无法获得成就，反而会落入鬼道。

种子字和真言

普巴金刚的种子字为：



真言为：

梵文 

汉字 唵 班杂叽利叽拉呀沙尔瓦比嘎念嗍 吽 呸

意义 “唵”指普巴金刚自身；“班杂”指其佛母；“叽利”指其示现之十男忿怒相；“叽拉”指其示现之十女忿怒相；“呀”指头普巴杵；“沙尔瓦”指其坛城中的一切；“比嘎念”指怨敌、鬼灵神祇；“嗍”为绑的意思；“吽”为其种子字与鬼神怨敌合而为一；“呸”为去净土之意。

普巴金刚及其佛母的持物

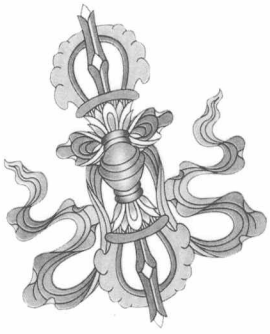
普巴金刚是藏传佛教中一位独特的本尊，以手中所持的金刚橛为重要标帜，具有无比大悲威力，修持其法，可免除灾难，断除我执，消除怖畏。

普巴金刚的持物



普巴橛

主臂两手合掌，捧单面金刚橛，表示净除一切烦恼魔障。



九股杵

右边第一手执天铁制九股金刚杵，铁表示忿怒，九股表示一切众生。

五股杵

右边第二手执金制五股金刚杵，金表示喜乐，五股表示转五毒成五智。



般若智焰

左边第一手执般若智焰，表示燃烧一切苦恼。



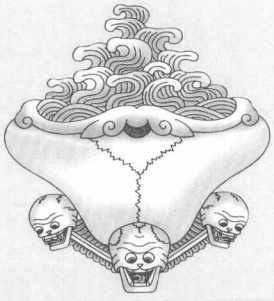
三叉戟

左边第二手持三叉戟，表示摄尽三界空行母。

佛母持物

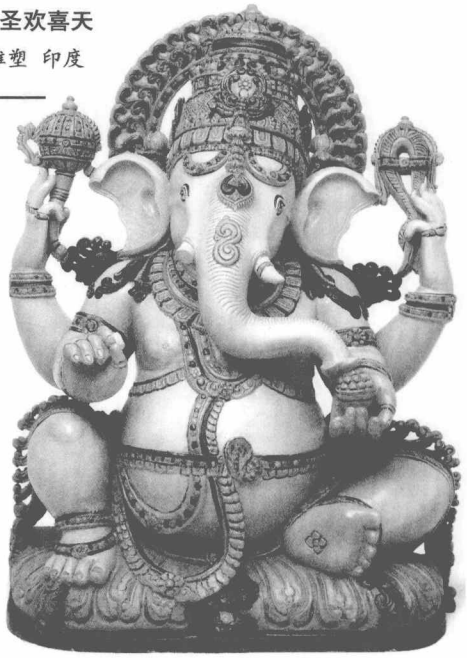


右手执天杖。



左手举盛着鲜血的嘎巴拉碗。

大圣欢喜天


大圣欢喜天
雕塑 印度

名号：大圣欢喜天

适合修行的人：

十一日生人

希望获得财富、事业有成、

夫妻和乐的人

本尊功德：大圣欢喜天能护佑修行者获得世间的财富、事业成功、夫妻和合，为密宗的财神。

大圣欢喜天是佛教的财神，他不仅能帮助修行者增长财富，还能护佑他们事业成功，夫妻和谐，寿命长远，福禄自在，求子必得。

大圣欢喜天及其功德

大圣欢喜天的梵文为 Maharya-nandikesvara，全称为大圣欢喜自在天，又称为欢喜自在天、难提自在天，简称圣天、天尊，是佛教的护法神。

在藏传佛教中，大圣欢喜天还是增益法的财神，如果持诵大圣欢喜天的咒语，求功名、求官职、求财富、求伴侣均可获得，而且还能解脱病苦、烦恼、劫杀、盗贼等灾难，能得夫妇和合、求子必成、寿命长远、福禄自在的功德。

大圣欢喜天的形相

在胎藏界曼荼罗中，大圣欢喜天位于金刚部院北方，其形相有双身和单身两种。

单身像又有四臂、六臂、八臂等几种。四臂大圣欢喜天的形相为象头人身，面稍向左，鼻向外转，右边的象牙被折断。右手执钺斧、欢喜团，左手执棒、牙或萝卜根、数珠、羂索、三叉戟等。六臂欢喜天形相为象头人身，具足六臂。左手持刀、果盘、轮，右手持棒、跛折罗、索。也有持棒、牙、剑、欢喜团、轿等器物。

双身像呈夫妇合抱站立状，男女二尊均为象头人身，男天的脸靠在女天的右肩上，女天的脸靠在男天的右肩上，互相注视对方的背部。二天手足柔软端正，露出足踵，女天的两足踩在男天的足端。二天身色均为白肉色，都着赤色裙。男

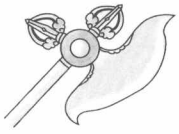
单身大圣欢喜天

大圣欢喜天全称为大圣欢喜自在天，是藏传佛教增益法的财神，能护佑修行者获得世间的财富、事业成功、夫妻和合。

形相

单身大圣欢喜天象头人身，一面四臂，面稍向左，鼻向外转，单腿立于莲台之上。



持物		立姿	其他
			
右手持念珠和萝卜根。	左手持金刚斧和欢喜团。	单腿舞蹈立于莲台上。	脚踏吐宝鼠，象征赐给众生财富。

天头上不戴华鬘，肩披赤色袈裟。女天头系华鬘，手足均缠有璎珞。各以两手互抱对方腰上，右手覆在左手背上，右手中指指端盖在左手中指中节之上。

大圣欢喜天的故事

古时，有一座毗那夜迦山，意即象头山，又名障碍山，山中多住有毗那夜迦，他们的头领叫做欢喜。欢喜王为大自在天的长子，性格暴戾，他与无量眷属都受大自在天的敕命，欲前往世间夺众生的生气，给众生带去灾难。

于是，观自在菩萨以慈善根力，化为毗那夜迦妇女的形相，来到欢喜王的住所。欢喜王见到菩萨化现的女子，色欲熏心，便要扑身上去，将女子抱在怀中。女子拒绝了他，并对他说："我虽是毗那夜迦女的形相，但我从过往世就能信佛教，你想接触我的身体，必须随我受教，像我一样直至示来世，为我护法。"欢喜王答应了女子的要求，皈依佛法。于是两者含笑相抱。

其实，大圣欢喜天原为印度教的神祇，名为甘尼沙，是湿婆神与其妃乌摩的儿子，形象为象头大腹，缺一牙，有四臂，乘一只老鼠。相传甘尼沙在湿婆神外出时出生，当湿婆神回家时，乌摩正在洗澡，甘尼沙不认识父亲，因此守在门口不让湿婆神进门。争斗中，湿婆神砍掉了甘尼沙的头。

后来湿婆神得知甘尼沙是自己的儿子，便允诺要砍下所看到的第一只动物的头，来给甘尼沙作头。而他看到的第一只动物是一只大象，因此甘尼沙就成了象头人身的形象。

种子字、真言及其他

种子字为：

(vi)或(gaḥ)

真言为：

梵文
汉字　唵 儗哩 虐 娑嚩贺
意义　归命 儗哩（观世音种子） 虐（欢喜天种子） 成就



唐卡鉴赏——大圣欢喜天

布本设色唐卡　清代　西藏

大圣欢喜天原是古印度的一位神灵，后成为佛教密宗所供奉的财神。这幅唐卡的中央主尊即大圣欢喜天，身红色，象头人身，一面十二臂。胸前双手分别持嘎巴拉碗和金刚杵，其他左手分别持木杵、弓、天杖、白色法螺和三叉戟，右手所持为铁锤、箭、铁钩、宝剑和矛，以舞姿站立在一只吐宝鼠身上。

龙树菩萨



名号：龙树菩萨

适合修行的人：

十七日生人

希望获得智慧、消灾灭祸的人

本尊功德：龙树菩萨在往昔无数无边劫中发菩提心，不断修积福德资粮，在世间做饶益无数众生的事业，是为弘扬佛教，乘愿而来的一位大菩萨。

龙树菩萨是大乘佛教的两位开山祖师之一，是佛教中观派的奠基者，因其对佛教做出的巨大贡献，被人们尊称为“第二佛祖”。

龙树菩萨及其功德

龙树菩萨的梵文为 Nagarjuna，又译作龙猛、龙胜，是大乘佛教的两位开山祖师之一，中观派的奠基者。他与圣天、无著、世亲、陈那、法称、功德光、释迦光一起，被人们称为“六严二圣”。因为龙树对佛教的贡献巨大，因此又被人称为“第二佛祖”。

佛教认为，龙树菩萨是从往昔无数无边劫中发菩提心，并在无数大劫中不断修积资粮，由释迦如来佛授记，在世间做饶益无数众生的事业，是为了在此世界中弘扬佛教，乘愿而来的一位大菩萨。《大云经》中记载，在往昔过去无数无边劫以前，龙树菩萨是一位名叫大精进龙的法王。他遇到了龙种明灯如来，便向如来供养无量财物，并发心立下誓愿：“我愿于未来世，薄伽梵释迦牟尼圣教衰落的时候，身入佛门出家，三次传播大法音中，为了正法，舍我生命。”到释迦出世时，龙树菩萨生为一名童子，得佛授记，在佛涅槃 400 年后，生为龙树菩萨，大弘佛教。

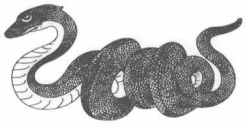
龙树菩萨的形相和传说

龙树菩萨的形相十分容易辨认，他的头顶有着象征智慧的肉髻，头部环绕着七条或八条彩龙，身披福宝袈裟，两手结说法印，身旁置有经书。其中的彩龙、

龙树（一）

龙树又称为龙猛、龙胜，二至三世纪时的南天竺（今印度半岛南部）人。他是古印度有名的佛教哲学家，也是佛教中观派的创始人。同时，他被禅宗奉为第 14 代祖师，还被尊为印度二圣六庄严之一。



手印	坐姿	其他
		
双手于胸前结转法轮印，法轮是方法和智慧结合而成，也代表着佛教的各种三位一体。	以游戏坐姿坐于莲花台上。	背后八条蛇代表其受龙族护持。

经书等，都与龙树龙宫取经的传说有密切的联系。

传说龙树菩萨在出家后，有两位龙女以弥漫胜土檀香涂身，现作少女的形相，来到龙树的面前，对他说："我们是德义迦龙王之女，奉了父王之命，特地迎请上师前往龙宫宣说正法，以利益龙国大众。"龙树答应了她们的请求，去往龙宫说法。在龙宫，龙树见到了很多释迦世尊教法中的阿罗汉，他们见到龙树菩萨，便问说："我们都是了脱生死的阿罗汉，而你却是贪、嗔、痴三毒具足的凡人，为什么你能够到这里来弘扬佛法？为什么又能不被龙毒所伤呢？"龙树回答说："我是修学大乘密法而得到成就的，为了求法宝，特地来龙宫迎请大乘经典。"

龙树接受龙王的礼请，去参观龙宫的宝库，才发现释迦世尊所说的三藏法，都很完整地珍藏在龙宫里。人间所存的三藏经典，不及龙宫珍藏的百分之一。为了遍阅佛陀所说的法宝，龙树便在龙宫住了下来。可是过了很长时间，他连经典的目录也没读完。他就向龙王请求，由龙宫请出《大方广佛华严经》80卷和《般若十万颂》等多种经典。

龙树菩萨的生平

关于龙树的生平，有各种不同的传说。据传他在佛灭400年（即公元前后，也有说是佛灭600年）时，出生在印度南部布达苇国的一个婆罗门家庭。其享寿亦说法各异，有说500岁，有说600余岁，更有的说其寿逾千岁。

龙树天资聪颖，在孩提之时，读婆罗门经典数遍，即能背诵。到20岁时，他已名声远扬，"世学尘能、天文地理、图纬秘藏及诸道术，无不悉练"。他和几个朋友从术士处学到隐身之术，经常偷偷跑进王宫戏耍，竟导致宫女怀孕。于是，国王下令连夜在宫中布设防护，遍布武士，随意向空中挥刀刺杀。结果，龙树的两个朋友被乱刀砍死，只有龙树屏住呼吸躲在国王的身后，幸免一死。当时，他虔诚祷告，许下忏悔罪恶的心愿，立下"过此一关，即出家为僧"的誓言。

之后，龙树认识到贪欲是痛苦祸患的根源，便在那烂陀寺从大成就者萨惹哈出家，取名具德比丘，圆满通达了大乘三藏的所有经论。他还修持大鹏鸟法、作明佛母法、九夜刹法和马哈嘎拉，成就了妙丹、眼药、土行、宝剑、空行、隐形、不死和除病这八种共同悉地，还有制伏、死而复生等悉地。

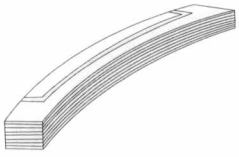
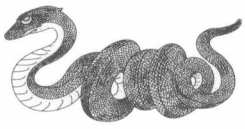
龙树大力宣扬佛法，说服外道，推广大乘佛教，造"中观六论"（《中论》、《六十正理论》、《七十空性论》、《回诤论》、《细研磨论》和《成名言论》）等论著，培养出许多出类拔萃的弟子，兴建了不胜枚举的佛殿、佛塔，并为演说佛法的各大上师修建了众多供养处。

龙树一生撰写了数目惊人的阐释三藏四续密意的论典，故有"千部论主"之称。他的学说通过鸠摩罗什翻译并介绍到中国来，大乘空宗的思想因而得以显扬，影响深远。而龙树菩萨，也被中国汉地佛教的禅宗、密宗、唯识（法相）、天台、华严、三论、成实、净土八大宗派奉为祖师。

龙树（二）

龙树为印度大乘佛教中观学派的创始人，他出身于南印度毗达婆国婆罗门种族，自幼聪颖，学五明、四吠陀、天文、地理及诸道术等，无不通晓。



持物		其他
		
双手持经书，象征他对佛教经书的精通。	身后为宝篋，代表着佛陀教义的精神滋养。	头顶的八条龙为其主要辨认标志，代表龙王护法，也代表天龙八部护法的意思。

莲花生大师


莲花生大师
红铜镀金 清代 故宫博物院藏

名号：莲花生大师

适合修行的人：

男性修行者

希望消除灾难、延寿、去除魔难等的人

本尊功德：莲花生大师把密法由印度传入西藏，是藏传佛教的祖师。具有极大的神通和威德，曾发誓在末法时期保护众生。

莲花生大师是藏传佛教的祖师，他把密法从印度传入西藏，为佛教在西藏的传播做出了不可磨灭的贡献。藏传佛教的男性修行者多以莲花生大师作为修行的本尊。

莲花生大师及其功德

莲花生的梵文为 Padmasambhava，又称作白玛穹乃、海生金刚、洛本仁波切、古噜仁波切、乌金仁波切等。他约于 750 年，受吐蕃王赤松德赞的邀请，进入西藏弘扬佛法，组织译场翻译佛典，并主持修建藏传佛教史上第一座佛、法、僧三宝俱全的寺庙——桑耶寺，为佛教在西藏的传播立下了不可磨灭的功劳。在藏传佛教地区，许多男性修行者都以莲花生大师作为本尊进行修行。

莲花生大师不仅将印度后期佛教密宗传入西藏，而且对后弘期的藏传佛教密宗也产生了极其深远的影响，是宁玛派的传承祖师。因此，莲花生亦被视作藏传佛教密宗的始祖，在藏地被尊称为第二佛。时至今日，莲花生仍在民间受到广泛崇拜，有些地方几乎家家都挂有莲花生大师像。

莲花生大师的形相

莲花生大师的形相一般为头戴红色莲花帽，身色白中透红，一面二臂，面呈寂忿相；左手端嘎巴拉碗，碗中装有长寿宝瓶，瓶口有如意树叶作装饰，左臂处抱一支天杖；右手作期克印，持金刚杵；身穿三法衣，上衣红色，下装绿色，披着红褐色的袈裟；结跏趺坐在莲座上。

莲花生大师在四处度化众生的过程中，以八种不同的形相示现，称为莲师八

莲花生

莲花生大师是八世纪时古印度的密宗大师，又称乌金大师、海生金刚，是印藏佛教史上的一代神奇人物。同时，他也是藏传佛教的创始人，宁玛派的传承祖师，为阿弥陀佛、观世音菩萨、释迦牟尼如来等身、口、意三密的金刚化现。



持物		其他
		
左手托颅器（嘎巴拉碗），象征着其制敌的无比智慧。	右手持金刚杵，表示大师为十方诸佛的总集，五方佛最得意之心子，具十力自在等功德。	左胁挟持着上有三颗人头的三叉戟，表示大师已获闻思修、戒定慧圆满成就的大智慧，能灭三界众生的三毒与烦恼，能惩邪恶，赐以吉祥。三颗人头代表大师具足过去、现在、未来三世的智慧，圆证法、报、化三身。

变，分别为海生金刚、莲花国王、日光上师、爱慧上师、释迦师子、贝玛桑巴哇、忿怒金刚、师子吼声。

海生金刚白色身，现忿怒相，左手持嘎巴拉碗，右手持金刚杵，怀抱天杖，结跏趺坐在莲花台上，莲台漂浮在蓝色的大海之中；

莲花国王现国王像，头戴宝冠，身穿王服，左手持宝镜，右手持手鼓，以国王姿坐在法座上；

日光上师头戴五骷髅冠，现忿怒相，身穿瑜伽装，腰围兽皮，左手结期克印，右手结施依印，怀抱三叉天杖，以菩萨坐姿坐在宝座上；

爱慧上师肉色身，现微怒相，身穿上师咒装，左手持宝盘，右手持双面头骨鼓，以国王坐姿坐于法台上；

释迦师子黄色身，高束发髻，身穿法衣，具佛陀的三十二妙相和八十种随好，左手托宝钵，右手结触地印，结跏趺坐在法台上；

贝玛桑巴哇现年轻比丘相，头戴红色僧帽，身穿袈裟，左手托嘎巴拉碗，右手持金刚杵，怀抱天杖，以游戏姿坐在法座上；

忿怒金刚红色身，一面三目，头戴五骷髅冠，披棕色锦袍，下身着舞裙，左手持普巴橛，右手持金刚杵，踏于母虎背上，安住于般若烈焰之中；

师子吼声蓝色身，一面二臂三目，现忿怒相，龇口獠牙，头戴五骷髅冠，身披缎带，腰围虎皮裙，裙上结满人头，左手结期克印，右手持金刚杵，双足踏人尸，站立在法台上。

莲花生大师生平

莲花生活动于公元八世纪，他的出生颇具传奇色彩。《金刚座授记经》中记载，佛陀涅槃之时，曾预言说："当我涅槃后，时至八百年，邬仗那西部，达那俱咤湖，莲花心中出生胜童子。"这个胜童子就是后来的莲花生大师。他被邬仗那山婆罗的国王，也就是大成就者因渣菩提收为养子，初名莲花光明，后通晓声明及各种明处，得名莲花金刚。后又从寂色学事、行、瑜伽三部密法得密号为莲花生。

莲花生虽为王子，却一心想要放弃王位，去精进修行以求解脱。后来，他被指控杀死一位大臣的妻儿，因此被流放。他离开了王宫，开始周游印度广访密法大师，在印度八个寒林之中做专心一意的修行。据载，他受许多佛教大师的灌顶和教授，并学会了无数治病的方法，学会雕刻等各种工艺，学会梵文、天文的圣语以及其他 360 种语言和 64 种文字。

当时的吐蕃王赤松德赞笃信佛法，他于 750 年，派人到印度请莲花生大师到西藏弘法。在途中，莲花生降伏了吐蕃十二女神（当地的苯教神灵）为首的千万妖魔，于 751 年到达西藏。之后，莲花生大师在吐蕃王的支持下，主持修建了桑

立像莲花生

莲花生大师生于邬仗那国（今巴基斯坦斯瓦特河谷一带），以神通咒术第一闻名于当时。751 年前后，莲花生应吐蕃王赤松德赞之请入藏弘传金刚乘密法，遂成为西藏密宗的开山祖师。



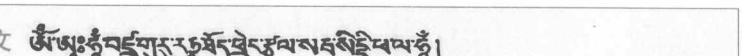
持物		头饰
		
右手持金刚杵，表示大师为十方诸佛的总集，五方佛最得意之心子，具十力自在等功德。	左手握人头骷髅棒，象征着终止或业力的死亡。	头戴莲花帽，冠顶呈金刚杵形，冠前饰日月和羯磨杵，这是辨别莲花生大师最主要的特征。

耶寺，组织译场，从事佛典翻译工作，大力弘扬佛教。

在藏地待了 50 多年之后，莲花生大师重返印度，在南印度弘传佛法 12 年，修建了毗陀、遏陀、苏陀三大寺院。之后云游天下，利益了无量众生。

莲花生大师心咒

莲花生大师的心咒为：

藏文 

汉字 嗡阿吽 班渣 咕噜 贝玛 悉地 吽

莲花生大师忿怒本尊法

莲花生大师的本尊修法与其他本尊修法大同小异，这里不再详细叙述。只就其忿怒本尊法作简单的介绍。

皈依，发菩提心、四无量心。观想自身变身为莲花生大师忿怒相，全身红黑色，一面二臂，面上三目圆睁，右腿屈起，左腿伸展，颈上挂着 50 个人头项链，身着象皮衣、虎皮裙，人骨璎珞庄严全身，周身环绕忿怒火焰，遍照三界。

观想从自己头顶上端坐莲花生大师寂静相，其头顶、喉间、胸间分别有“唵”、“阿”、“吽”字，放出光芒，流入自己的头顶，融入身体之中，心间日轮上的“吽”字现出红黑色，周围忿怒咒轮围绕，右旋放出红黑光芒，摧破一切众生的烦恼无明。

观想自身转成忿怒莲花生大师的身相，念诵莲花生大师威猛根本咒：

嗡阿吽 阿尔职呢职 南摩巴加娃地 吽吽呸

又念莲花生大士调伏八部咒：

嗡阿吽 阿尔职呢职 南摩巴加娃地 吽吽呸 阿耶妈 都鲁渣沙纳沙妈耶 吽吽呸呸 乔乔杜杜觉杜职

进入定境。修行结束时，回向，起身。

莲花生大师忿怒本尊法

莲花生大师的形相一般为忿怒相，他在四处度化众生的过程中，以八种不同的形相示现，称为莲师八变，忿怒金刚即为其中之一。莲花生大师忿怒本尊法指的便是以忿怒金刚为本尊的修法。



忿怒金刚形相

红色身，一面三目，头戴五骷髅冠，披棕色锦袍，下身着舞裙，左手持普巴撅，右手持金刚杵，踏于母虎背上，安住于般若烈焰之中。

修法步骤

1. 皈依，发菩提心、四无量心
2. 观想自身变身为忿怒金刚
3. 观想净化三业
4. 观想自身成忿怒金刚
5. 念诵威猛根本咒
6. 念诵调伏八部咒
7. 入定
8. 回向

附录

其他守护本尊

佛部



(1) 宝生佛

梵文： Ratna sambhava

功德： 宝生佛即宝生如来，“宝”即宝贵之意，“生”即指宝贵之源。他以摩尼宝聚福德，满足一切众生所愿，更予以三界法王位的灌顶，使自他平等的胜义圆满。



(2) 尊胜佛母

梵文： Ushnishavijaya

功德： 尊胜佛母为长寿三尊之一，又称佛顶尊胜佛母。“佛顶”意即具足最上最胜之功德。尊胜能增长寿命和智慧，消除一切烦恼业障，免除一切凶灾苦迫。



(3) 金刚萨埵

梵文： Vajrasattva

功德： 金刚萨埵为藏传佛教各教派的本初佛，为消业灭罪的唯一主尊，为忏罪解冤而修持此本尊法，功效最快最大。



(4) 金刚亥母

梵文： Vajravarahi

功德： 金刚亥母是藏传佛教中重要的佛母本尊之一，又称为多杰帕摩，修持金刚亥母法，可去除烦恼、所知二障，开启俱生智慧，证得解脱。



(5) 作明佛母

梵文： Kurukulla

功德： 作明佛母又称咕噜咕列佛母、旺吉拉姆、三界自在空行母等，为藏传佛教中掌管权威及敬爱法的本尊，能使人生得人天福报，上下级关系和谐，夫妻和睦。



(6) 大白伞盖佛母

梵文： Ushnisha sita tapatra

功德： 大白伞盖佛母全称为一切如来顶髻中出白伞盖佛母，她大放光明，覆盖一切众生，是以息灾功德著称的本尊。

菩萨部



(7) 不空羂索菩萨

梵文： Amogha-pasa

功德： 不空羂索菩萨为观世音菩萨的化身之一，他以慈悲心为索，度化一切众生，修其法能免除天地之灾，拔除一切苦难。



(8)如意轮观音

梵文： Cintamani-cakra

功德： 如意轮观音为藏传佛教六观音之一，全称为如意轮观世音菩萨，密号持宝金刚，他常转法轮，摄化有情众生，满足众生一切福事所求，消除种种罪障、疾苦。



（9）除盖障菩萨

梵文： Sarvanivarana-viskambhin

功德： 除盖障菩萨又称除伏一切障碍菩萨，能消除众生的贪、嗔、痴、慢、疑五盖障，照明一切诸法，护持众生财缘。



（10）大随求菩萨

梵文： Maha-pratisara

功德： 大随求菩萨能随众生祈求，为其解除苦厄，圆满众生所求，得一切护法的守护。



（11）宝源度母

功德： 宝源度母为二十一度母之一，度母发大悲愿救度贫困众生，令其有资财，安心向道，故而示现宝源度母，使众生财源丰足，免除穷苦。



(12) 金刚手菩萨

梵文： Vajrapani

功德： 金刚手菩萨为诸佛能量的化身，以手持金刚杵而得名，他具足大威力，能制服诸魔外道，消除各种灾难，众生一切所求，无不如愿成就。

其他



(13) 降三世明王

梵文： Trailokya-vijaya

功德： 降三世明王又称为胜三世、忿怒持明王尊等，是五大明王之一，为东方阿閦佛的教令法身。他能降伏众生三世的贪、嗔、疾，使其入于正法。



(14) 军荼利明王

梵文： Kundali-yaksas

功德： 军荼利明王又称为吉里明王、大明王、大笑明王等，为五大明王之一，是南方宝生佛的教令法身，能摧破种种魔障，以慈悲方便迅速聚集福德智慧。



(15) 金刚夜叉明王

梵文： Vajrayaksa

功德： 金刚夜叉明王又称为金刚啖食、金刚焰口明王、金刚尽明王等，为五大明王之一，是北方不空成就如来的教令法身，能啖食一切秽恶，消灾除难，推伏邪浊。



(16) 爱染明王

梵文： Raga-raja

功德： 爱染明王为敬爱法的主尊，又称为罗诫罗阔、爱染王等，“爱染”的意思即爱欲贪染即净菩提心，他能调伏怨敌，使他人敬爱。



(17) 毗沙门天王

梵文： Vaisravana

功德： 毗沙门天王为四大天王中的北方多闻天王，又被称为财宝天王，藏传佛教认为他是宝生佛的化身。他常以慈悲利乐一切众生，加持众生事业有成，求财如愿。



（18）大黑天

梵文： Mahakala

功德： 大黑天为大日如来降魔时呈现出的忿怒相，又称为大时、大黑神或大黑天神等，是密宗重要的护法神，能降伏魔障，护佑众生。



（19）辩才天

梵文： Sarasvati

功德： 辩才天女又称为妙音天女、妙音佛母等，掌管学问、辩才、音乐和福德，可赐予各种智慧、文学及艺术天分，加持众生得大辩才。



（20）宗喀巴大师

功德： 宗喀巴大师是藏传佛教格鲁派的创始人，他学识渊博，精于辨析法义，他闭关实修各种密法，获得圆满成就。他还为藏传佛教建立起严密的修学次第，进行了大胆的宗教改革。

[General Information]
书名=守护本尊图文大百科　十二属相、不同性格、每种愿望都能找到专属的守护神
作者=诺布旺典著
页数=318
出版社=紫禁城出版社
出版日期=2009.11
SS号=12427374
DX号=000006815324
url=http://book2.duxiu.com/bookDetail.jsp?dxNumber=000006815324&d=4A1F68537758A39DF0646B2759BA9FFA4&fenlei=0215&sw=%C5%B5%B2%BC%CD%FA%B5%E4