我们继续大圆满前行引导文——普贤上师言教。我们先念诵皈依和发心，诸佛正法贤圣三宝尊，从今直至菩提永皈依，我以所修施等诸资粮，为利有情故愿大觉成。 (三遍)

我们就继续金刚萨埵的最后一部分，大圆满前行引导文——普贤上师言教，这个里面的金刚萨埵的部分，现在是内加行。然后这个部分我们讲的主要的重点是忏悔的一种的必要。忏悔的法门已经我们讲了很多，特别是以金刚萨埵百字明的修法。然后能够忏悔的这些因以及忏悔的因缘，忏悔的方法，包括具体的一些观想，这些都之前已经讲了。

但是今天我们讲说为什么必须忏悔？因为很多人的心里面就是会想到说我没有做什么错，我其实挺好的，好像觉得自己不是什么坏人，所以心地善良，我也不得罪人了，我也不做错事，为什么我会这么不走运，或者说有些人说为什么还要忏悔这样子，这些就是说像那人身上有疾病的时候，你开始是不知道的，常常可能随时都可以产生疾病，因为身体的这种吃的食物，一方面是营养，支持身体，但是是药三分毒一样，食物里面也有很多是这种对肉体、身体有营养有好处，有一部分是有伤害的，所以伤害的部分可以化解排除，有好的部分可以吸收，所以这个里面我们的身体里面运作的时候也有，比如说像肝肾这些把它分解，然后吸取营养，然后排出这种怎么讲废物，这样子，就是身体不需要，不支持身体的部分的毒素，这些全部排出去，这样子的时候身体的免疫系统以及包括我们身体里面的白血球这类的，就是很多种的这些功能同时运作下，可以帮助，我们睡觉的时候，其实身体一直也在工作当中，也在每时每刻不停的正在清理我们身体里面的垃圾，五脏六腑这些里面的这种的修补和补充，这些上面就是无时不刻都在做这样的工作。

所以类似的心态上面，我们24小时当中包括做梦这些时候也需要，特别有时候我们说身体出现问题，比如说疼痛，有疼痛的这些病，不见得能够，也不一定是会夺取你的性命的这种的疾病。有些很明显的疼痛这些，可能疼痛是有的，但是不至于害命，但是也有一些疼痛会致命的，还有一些不疼痛的，不代表它不存在，或者是它是一个小病，也没有任何身体上直接的疼痛，比如说肺部这样子的一些疾病或者是某一些肿瘤，它没有这种马上会让你感觉不舒服，但是它最后是正面的一种这种威胁，所以也有一些又是隐性，又不是那么重要的就是这样的一些疾病。

所以类似的我们在修行的时候也需要观察，有一些很明显的自己做的就是杀盗淫妄这一类的很明显的一些过失，造的业，包括伦理道德，或者是比如说罪业，就犯法之类的事情，就觉得自己心里过意不去这样子，这些可能一部分也是比较严重的伤害，这样子也可以有很重的后果。

但是有一些看起来只是伦理上面好像心理上面有没有道德评判的这些不一样而已，比如说觉得很悔过这样子，但是其实问题本身不是那么大，也有这样的，但是也有一些是细微的，隐性的，看起来好像没什么人会直接谴责你这样子，就像破这些菩萨密乘的戒，破誓言这样子，破誓言好像比较容易发生，不论是跟这些灌过顶这些上师，传过法，因为现在我们讲的就是六种上师，特别是三大恩的上师，就是灌顶、窍诀和传承这种的密续的这些传承窍诀和灌顶的这些三恩上师，具三恩的上师，以及酬补、受戒和引入佛门的这些上师，一般我们称为这些不同的上师，跟这些有很严重的这些意见的心里面的裂痕，很大的伤害，以及同修道友同坛之间金刚师兄这些上面内心当中有这种不善的这些心怀，心怀不善，或者是说直接争吵或者是动粗，这样子的话都很明显的是破戒，所以不是一个破戒不破戒的问题，而是怎么样去马上及时酬补的这种问题。

所以类似的这种的在一般的人是世俗人，看到觉得这不是你自己的一个心态而已，或者观念而已或者转变，他不至于说好像你没有杀盗这些，但是罪业比一般的杀盗还要久、重，比如说真正的一些菩萨，或者是成就者，你去伤害他们，这样子罪业是很重的，这个以前讲过。类似的说我们还有一些能看得见的，后期看不见的种种的这些罪业，大家需要去忏罪，这是为什么很多人并不懂得佛法里面讲的这种的忏悔罪业，觉得自己不是坏人，就好了那这样子，哪怕自己常常生气，都觉得都有生气的理由，但是我们说包括我们吃住行这些时候对众生的各种的伤害，吃饭的时候我们吃肉或者是穿衣服的时候我们穿皮毛，用的时候我们用象牙或者是用各种其他动物皮的钱包，口袋，所以我们吃的食物有很多，喷洒很多农药，犁地的时候会有很多生命死于这个，然后甚至是我们自己可以看得见打扫卫生的时候，都可能有很多的生命死于这种的自己手下有意无意的一些不是那么特别贴心的一些动作，甚至用杀虫剂去除草，或者是这样子的时候，同时也会伤害到很多生命。

所以你看这样讲的时候，其实我们也会是有这些，包括有些人真正的亲自在这一生当中也是在厨房里面动过刀，动过枪，在屠杀猎物、家畜，或者是做过这些活的动物的这些实验，种种的在学校里面，所以杀生的也有。

邪淫的就是包括很多种的这些不如法的这些邪淫，让别人的身心受到摧残，让其他人的家庭产生破裂之类的，盗取也是一样，如果有不正当的来源，包括亲戚朋友、兄弟姐妹以及陌生的人，其他的这些公共或者私财上面，如果有这些侵占、伤害这样子，在未取得同意这样的时候，种种的欺压或者是抢夺，欺骗这些都是算的。

然后语言上面也是一样，有些人平时觉得言语上面的反驳很重要，别人说一自己马上会反扑二，这种。包括恶口，给别人有意无意的一些取笑，制造矛盾，宣扬仇恨，就是离间，以及说种种就是让别人退失这些正念，退失这些正见，使别人离间，让别人心里面产生这些仇恨，就是有些人说我有一个人他怎么欺负我，你就站在你的朋友的那边去狠狠的说对方，其实只会给你和你的朋友带来更多的这些嗔怒，所以有些人那就是让别人有因果善恶的观念，他就说你应该这样，不要在乎这些，让别人不诚信因果，或者是不真正的走上修行的道路，而是完全是外在物质的这种关心而已，这样子产生种种的这些断灭和长短的这些邪见，然后有一些人因为自己不太懂的情况下，会给别人修行佛法当中的诽谤这个宗、那个派，这个上师，那个弟子这样子，就是有时候破和合僧，有时候诽谤这些正师，有时候诽谤善知识，有时候诽谤菩萨。所以以前有一句讲的就是真正诽谤菩萨比杀害3000界的众生罪业还重，因为这些佛菩萨就是利益无量的众生，如果种种的缘起中的这些都不了解的情况下，不能随意评判评断任何一个人这样子，然后有些人会肯定就是因为他不了解内在的仪式，他只是看一些外在的项目，看一些图片，看一些法器，这样心里面不理解，然后暂时（？）陌生，然后这种内外障的这些作用下，那时候以前像个别的时候会有怎么讲毁坏道场、寺庙、佛堂，或者是同时伤害众生啊，当然别人破戒就是自己或者是别人破戒，破分别破解戒，不忏悔，破菩萨戒，不忏悔，破密乘戒也不酬补。

所以这样种种的这些烦恼习气，像我们刚才讲的无时无刻的白血球会去摧毁、转化这种负面的技能或者是负面的这些毒素一样，我们需要时时刻刻常常以金刚萨埵的这些修行来转化烦恼障、所知障、习气障导致的这些种种的不善的业、罪业。

所以这个我们想说不忏悔有它的一种的果报，常常是未来世会继续受苦，如果杀生不忏悔来世就是多病短寿，异熟果就是堕入下恶道三恶趣。包括言语当中说谎话的业不忏悔的话，将来就是说话没有信誉，或者持续说谎话或者说谎话，因而就是遭到这些种种的这些不予取的这种偷骗、欺骗这样子。谎话也是一样，不予取得这种的果报，只是受贫穷啊，然后被抢夺啊，或者是堕入下三道啊这样子。

然后邪淫也是一样，如果邪淫这一世没有忏悔这样子的话，来世就是家庭不和，或者是持续的就是有邪淫的习气，或者是因此而产生的种种的纷争，就是不可测的种种的后果。

绮语妄语离间语这些也是类似相通的，贪嗔、邪见，他也有我们以前其他的加行的部分里面就系统的讲过，他们都有异熟果、等流果、感受等流果、同行等流果（？）、增上果、士用果就这样子的，所以这些各自成熟的业报的方式没有了解这样子的话，他们不了解自己是应该忏悔的，越忏悔的话，其实对于过去的这些夙缘、宿债，过去留下的，欠下的以及今生今世当中各种行为造作当中的造下的罪业，也就是一并遣除，而且不仅是自己的，而且无量的众生也可以进入这个殊胜的法门，所以可以得到遣除这个意思。

所以我们应该了解到，生生世世业报非常复杂，仅仅是这一生当中，我们也会有很多，因为有时候人心难免被贪嗔疑痴嫉妒骄傲欲望这些种种的这些烦恼所知，习气的这些障碍存在的时候还会造种种的业，所以只有真正的证得这些一地的果位这样子以后，不会再造能够继续在阿赖耶识当中的种种的这些罪业，所以修习金刚密乘可以忏悔，不仅仅是一般的这些杀道淫妄酒或者是十不善的罪业，以及像菩萨失去菩萨戒，失坏密乘戒，这些可能就是比较严重的这些罪行、罪业也都会得到遣除。

所以细微的这些障碍都能够获得清净、遣除，所以这个方法我们之前已经讲了，就是百字明，用这种最好的就是随时随地可以修持的这种法门，百字明，像如意宝，像以前所烦恼的烈火，用亲近的甘露，熄灭轮回的熊熊烈火，这就是它是一个慈悲的法门，慈悲一切众生免于困难，也是智慧的法门，就是能够早日解脱。

所以忏悔一切的法门当中，基于种种的这些所有妙法为一体的这些深奥之法，金刚萨埵百字明，这个忏悔百字明，这个咒语非常殊胜，其实是忏悔之王，所以在其他的很多里面都有讲。

人造了业以后，有一些其他的就仅仅你自己后悔这样子，就觉得很汗颜，或者是说很抱歉这种心态的话，他们不能够真正的摧毁所有的这些业、因缘，造这些罪业的这些因缘，只是说还会有可能异熟的这些，果报这些还会产生，但是用金刚萨埵百字明的这些，而且以依止四力的方式，六种门的这种方式，以及观想、手印、持咒语，这一切这样子的方式，而且他以祝福菩萨所有的这些五方佛这种的修持的方法，然后都是五方佛，都是金刚萨埵的化现，包括我们讲的时轮金刚、还有密集金刚，还有喜金刚，胜乐金刚、普巴金刚，种种这些都一切实际上都是金刚萨埵，以前麦旁仁波切也有讲过，就是十方三世诸佛，归集为金刚萨埵这样子。

所以之前我们也讲了，这个咒语也是代表五方佛的咒语，所以这种的方式忏悔这样子，就是金刚部的一切的这些主尊一样，然后也代表三世一切诸佛的这种一体、愿力和一切的加持这种的忏悔特别有力量，所以这样子的话就是说他能够清净一切的罪障，所以我们可以因为百字明在其他的这些经典这些里面都有引用，我们也可以引用几个部分，包括一个是《金刚童子持念经》这个里面说：修行者又虑恐承事供养之中。或有忘误疏遗犯三昧耶禁。或有多生宿业罪障由未消除。诵金刚部百字真言。以补前潜灭除诸过。得身心清净。与法相应。

诵金刚部百字明真言能够能除无始已来一切重罪。破四重禁五无间业罪谤方等经。如是等罪悉皆消灭。何况误失小过而不清净。就是何况小的罪业当然会清净，哪怕是破四重禁五无间业，哪怕是这些谤法的这些罪，这些都能够清净这个意思。

另外一个里面讲是《金刚顶经瑜伽观自在王如来修行法》，这个里面也是在大藏经里面收藏的一些法、书，就是由此「摩诃衍百字密言」加持故,设犯五无间罪及谤一切诸佛方等经典,如是等罪悉令消灭,以本尊坚住已身故,速获「金刚萨埵」位,及获「菩萨诸佛」位。

然后蒋贡康楚仁波切也讲这一个，就是如何用百字明修行，一般的陀罗尼箴言、手印，佛塔、曼德拉修持，包括五种圣智，他说积集的这些功德不如念一遍百字明这样子，他用这些来比喻，所以就是这么一个修行。

所以百字明的一些修行的功德也有讲了很多，这个就是《前译大法部无垢王忏悔续》里面有讲，百字明是一切佛的智慧精华，能够清净所有违失戒律和分别念所造做的罪障，可说是忏悔之王，如果能一次不间断念诵108遍，能够弥补一切所失的戒律，可以从三恶趣中获得解脱。

如果有人发誓念诵，不但今生会被三世诸佛视为圣妙长子而保护庇佑，来生必为三世诸佛之长子，就是这么一个，然后就是殊胜灌顶王续，这些里面也有讲很多的这些功德，就是念诵金刚萨埵，就是百字明的这种的功德，然后还有秘密主就是金刚手菩萨，在《集密意续》里面也讲这些种种的功德，我们不一一再说，因为大家都已经引用一些就已经很能够了解，所以金刚萨埵的这些修法仪轨原来的《如意慈悲》、《如意宝珠》这些里面都有，那么《庄严藏续》里面也说：妙观白莲月垫上,上师金刚萨埵尊,依照百字明仪轨,尚诺念诵21遍,即将加持堕罪故,使其不复得增长,诸成就者所宣说,恒时精进当修持，尚诺已诵10万遍，必将清净诸罪障。

然后如果你是对于死者或者活的众生，如果你放生了这样子说，或者是其他有罪业的人种种每天都有生生死死无量的众生的这样子，说你可以观想无量的这些金刚萨埵在他们的头顶上，然后尽力念诵百字明，然后自己的就像前行里面的一样，当然我们现在只是说功德的时候，顺便讲其他的一些修法，但是我们修的时候还是以前行的法门，按照这个标准来修，但是有这些方法，就是金刚萨埵的身体，在每一个众生的头顶上，无量众生无量金刚萨埵，这样头顶上面的降下甘露，清净自他一切的这些罪障，然后念108遍金刚萨埵，然后金刚萨埵能融入到自他一切众生的，然后他们都成就金刚萨埵的身，然后继续念诵，忏悔的对境忏悔者以及忏悔的这些行为，在无缘的这些意思说都如梦如幻的这些境界当中，休息安住在空性，在空心当中安住片刻，就是一切成为金刚萨埵，金刚萨埵都融入自身这样子。

乃至就是世俗谛、胜义谛忏悔的这种就是法门，就是说世俗谛地和胜义谛，因为能够安住在无缘空性，这个境界是胜义谛。之前的就是有加持的部分，发慈悲心怎么样，这个是世俗谛的部分。所以这是二谛，原是双运的这种二谛任运的这种的自然的这种的忏悔的法。所以以此就是说前世无量的罪业也可以得到清净，就是这么一个修法。

所以总的来说就是说，我们能够知道三世诸佛的这种本体，具得金刚萨埵六字或者是百字的这种的修行，谁听到谁念到，都会对他们对未来的这种修行能够遣除种种的罪障，可以获得这些诸佛的加持，趋近于解脱，令心成熟，令行解脱，这些上面具备种种的这些智慧和定力，这种的清净的法门。

所以如果我们有这些是修某一个法门的时候，特别是金刚萨埵这样子的时候，可以把知道怎么样忏悔，怎么样去酬补，怎么样去就是弥补种种的这些过失。

所以建立所破的一切的戒律，这些都能够清净，所犯的一切的身语意的这些罪失、过失，这些都能够清净，然后平时一边能够一天念诵21遍，不间断的每天念诵21遍心咒。这样子的话对于犯密乘根本誓言，分支誓言的这些所造的异熟果也不会发生就是说不会增长。

如果我们按照这种修行之前讲过的种种的这些观想的方法，如法的修持，能过一次持续修108遍百字明，然后中间如果你抽星期天或者是某一种的时间，中间也不会有很多的这些停顿烦恼，这样子持续能够修持108变百字明，中间没有任何言语这些障碍的间断，可以清净过去所做的业力，包括很多破的这些学处，违反的学处，违背的誓言，这样子都能够弥补。

所以说我们能够从根本上总的来说可以拔除这些种种的这些过失，过失有一个好处就是可以被适当的方法能够忏悔而消融消除。所以按照这些仪轨修持的话，它是一个一整套的圆满的一种方法。就像我们说如果我们能见到我们自己的这些内在的佛性，这样子佛性很庄严很美好这样子，就像一个说美好的一个人，但是这个美好的人本来就是很美好，但是他现在身上就是衣服不干净，身上有污泥，有汗臭，头发也没有洗汗，衣服破破烂烂这样子的时候，看不出他的这种圆满的庄严，只有洗净他身上的这些污泥浊水，固然，然后擦净所有的这些怎么讲不干净的，然后重新给它怎么讲，带上这些庄严的这些珠宝，（？）饰，所有的这些是耳环也好，臂环也好，或者是衣服，适当的这种的衣服、鞋子，然后焕然一新，这样子的时候就是展现出他这个人的本来的特色。

类似的就是说我们本身是每个人都有佛性，但是就是习气固然种种的五毒这些弥漫遮蔽了这一层的这些圆满，随时虽然他无时不刻的都在那边，但是暂时有所遮蔽，所以在这样的状况下，金刚萨埵就是在清理这种，要见到天空的话，蓝天的话，乌云散开是很重要的，因为见到庄严的人的话，他身上的这些脏泥的就是脏衣服或者是这些要换掉，要取下来，也这个很重要，擦掉这些不干净的东西，所以类似的就是忏悔之王，这种的修行的方法，如果能够在闭关的这些修行的环境下，或者适当的这些比较有限，限定自己的一些时间的这种情况下，可以修持很有必要。

所以当然一般我们说修金刚萨埵的时候，有些人说是不是要修10万、20万、30万呢？主要数字不是最主要的，主要是以自己的心，真正有没有这些印象，就像之前我们讲在梦中在禅定的境界当中，是否出现金刚萨埵，说你失坏一切誓言皆已清净，清净了遣除了的所有的罪证，种种的获得加持的这种感受，如果心很虔诚很努力，一定会有种种这些感受。所以就是说没有到的时候，你还是继续好好的去持续不断的充满信心和法喜的方式来修行。

如果心中就是杂念很多，嘴上虽然念很多，有些人看电视也念，就是不断的计数，有些人言谈是欢笑，以及闲聊当中也会不断的计数这样子，一边念也这样子，所以这样也不太好，就是口念这些经咒，心思这些经义的观想，心不在焉的话没有太大的意义，所以专门修的时候尽量少夹杂这些世俗的这些言语，不然的话就是它的这种修行的质量会下降，所以以前也有讲不专心，莲花生大师讲，如果不专心，夹杂绮语一年，不如禁语持咒一个月，只是一年和一个月，当然差很多，但是是因为一年是夹杂着种种的这些怎么讲没有意义的一些言语，世俗的这些讨论，或者是世俗的这些闲谈。

所以有些时候就是说大家好像为了完成任务，而就是不断的凑10万的数字，或者110,000的这种数字。虽然会计数，但是不是为了计数而去修行，而是最终是为了真正能够自净其三门，这样的，自净其意这种的方式来修行。

然后另外一个就是说金刚萨埵的法门修持的时候，你尽量在刚刚发生自己的身口意的这些散乱贪嗔痴慢疑，就是骄傲、嫉妒这些，贪嗔痴慢疑嫉，就这样子的一些状况发生的时候，能够立马忏悔，特别重要。如果就是说像声闻戒的这些戒就是说出家人的比丘的这些戒啊很多都如果破了以后就像陶瓷碎了一样很难修补，不能修补就是这个意思，我没有办法。

菩萨的戒像珠宝，只要有能工巧匠的时候，总是可以把它用来装饰更美好的这些，你可以用来修补这个部分，就像自己给自己（？），也可以修补这个意思，你只要懂得这个方法，金刚乘这个就是像珍宝有某一种的凹陷一样，它没有什么破的，它只是一个凹陷，就是说意思说它随时都等待着自己，只要能够及时的酬补的时候，他这个凹陷就是靠金刚萨埵的这些修法，这种本尊，这些咒语，百字明，这样以后可以清净，立刻忏悔，立刻清净，这样子很容易清净，但是所以常常也容易犯，就是说一种小乘的根本的这些堕戒这些不太容易犯，因为界定很清楚，很明显的。

菩萨戒就是说也是意念上的很多戒律，有时候也会犯，密乘戒更是要求更高，就是这些上面更细致或者是说要求更高一点这样子，所以更容易犯，所以以前阿底峡尊者说小乘的出家戒，分别解脱戒的时候，他从来没有犯过这些借，说大乘的菩萨戒的时候，就是偶尔犯戒，就是密乘的三昧耶戒，以及密乘的种种的这些续部的戒，就是说很容易犯戒，所以但是时候没有一次是他破戒以后睡过一觉，就是每一天都当天忏悔，睡前都做完圆满的忏悔，所以我们也要这样子就是身口意的这些种种的不清净，清净忏悔，这样子，得以清净忏悔，然后安心的睡觉。

所以这些也在《金刚萨埵威猛三调伏续》，这里面也有讲，若持诵此心咒十万遍,则破根本誓言亦得清净。

所以以前好像在《慈悲如意宝珠金刚萨埵修法》，这个里面就是一个伏藏法，《金刚萨埵威猛三调伏续》，这个以前也在那个法本里面也引用过，所以特别是法王好像当时就是说以前10万遍，但是现在末法时代必须要乘以4倍，所以他说那时候是念心咒，就是金刚萨埵百字明的，不是百字明，金刚萨埵六字心咒，这个念四十万遍，按照就是这种的修的话，哪怕是破了最严重的就是密乘的这些誓言，都能够清净，其他的都不用说了，就是这个意思。

所以总的来说用这些忏悔有忏悔的方法，有具体的这些观想修法，这些都特别要自己去不断的体验体会，这种修法观想我们也要到位，尽量的融入这些观想，所以特别重要。

所以我们之前也讲了，总之说对金刚萨埵的法门或者本尊基于这种百部于一体的这种的修行，所以成为大密一部金刚萨埵，就是百部成为一部的总体的金刚萨埵，所有一切的这些不可思议的寂静、愤怒的这些修持都可以在金刚萨埵这种修行金刚萨埵当中，之前好像我看有哪一个上师讲过，就是哪一部续里面有这个。在《忠言心之明点广释如意宝》中有：

因为将本体观为上师，所以也包括上师瑜伽，他的意思是他实际是一个这种，虽然是前行的一种修行，这种它是包括在前行里面，但是也包括在这种生起次第这些修行里面，所以它也就是是一个本尊的这种修法，所以他称之为就是珍宝总集的这种观修法，所以这个是非常殊胜的这么一个修法。

所以之前我们也念了，就是讲了这些，密续里面讲念诵多少遍能够成就自在这些，所以总的来讲，我们说他即使只有华智仁波切前行里面有的这些法义大家可以重新阅读一遍，然后把殊胜无比的修行的法门当作自己是日常用的，而不是束之高阁的一些修法。

所以自己可以平时日常当中的念诵21遍百字明，要发誓承诺，自己一直这样做，其实所有都是习惯，就像我们一日三餐想都不要想，就想到这一点了，我要吃饭不会累，不会说我又要吃饭，要这么辛苦这么痛苦，而是会说啊，就是应该吃饭了而已，类似的每次修行的时候也不会有这种因为会产生法喜，就像说饿的人见到食物的时候有这种渴的人，这些看到水的时候有这种怎么讲，这种的自然的一种的欢喜和需要一样，我们每天有罪业的人，每天能够积累罪业的人，看到是金刚萨埵这个修法如此难得，很多人都不知道自己积累了多大的业障，也不知道自己正在去往哪个方向，也不知道自己有应该怎么样去改善自己的业因果，怎么样去修持证悟觉醒的这些道路，所以但是咱们知道的情况下，有这么好的这些方法，这么好的一些修法的道路，这样子的话我们把它好好的去运用，来修持，最后我们一起念一遍，百字明来回向功德，然后为一切众生忏悔罪业，然后身口意的这些不断的改善，这种的上面发一种的愿心，说我每一天如果有时间的话，你可以按照这个书里面观修的这种方式，就是整个从皈依发心开始念，这样子，然后念不间断的念，念诵108遍或者是21遍，以这种的方式，或者是108心咒，或者是百字明，21遍百字明，所以每天念诵21遍百字明这个很好，如果你曾经集中的修过心咒40万遍的话，也会把一切都过去的这些罪业全部消除。

所以有这样的这些特殊不共的这些经典续部这些的校正的应用，然后让自己能够了解，而且有信心的去修正。

然后我念一下百字明，嗡 班匝尔萨多萨玛雅 玛呢巴拉雅 班匝尔萨多迪诺巴 迪叉哲卓美巴瓦 色多喀友美巴瓦 色波喀友美巴瓦 阿呢RA多美巴瓦 萨尔瓦色德玛美抓雅匝 萨尔瓦嘎玛色匝美 则当希央格热吽 哈哈哈哈伙 巴嘎万 萨尔瓦达塔嘎达 班匝尔玛美门匝 班则尔巴瓦玛哈萨玛雅萨多阿。

念的时候这样一边念一边有这些前面的这些观想，这样子简单的观想的时候就是说，那么自己头顶上有金刚萨埵，然后种种的这些报身的圆满的这些装饰，然后自己内心当中生起这种所以厌患、立誓、现行4种的这些这种要点，一心依法本尊，然后细数过去重重的就是罪业以及想不起来的可以推理，或者说用比量的这种推理，意思说用推理的这种方式可以想象到的，这些都能够身口意种种的这些忏悔，六个门的这种忏悔，然后继续念当中，从下决心以后不再犯，然后以及酬补包括与恶行相反的一切的行为，与堕戒破戒种相反的一切的善业，就是去怎么讲成就，去努力去做这样子。

然后以及这些具体的这些观想里面，包括有讲甘露水，就是观想咒轮，然后还清冤亲债主的种种罪业，自己也获得灌顶，获得这些四喜，四种的这些，这就是法报化自性身的成就，气脉明点的这些圆满的这些修行这类的。我们已经书里面讲过的，我只是给大家说怎么样修，里面包括金刚萨埵轻语，如失坏之一切，誓言皆宜清净种种的这些，然后内轮，以观想金刚萨埵融入一体，然后观想六字的金刚萨埵咒轮，然后这些上供下施，这些光到每一个地方就是成就这些资粮以及遣除罪障这种修行，最后这些情器一切世间都获得成就，圆满，成为净土，一起共同持诵这些殊胜的密咒，然后最后融入这些。观想的时候，主要也是从吽字显现出，这些金刚萨埵，莲花，金刚萨埵，然后咒轮，这些应该种种最后又是相融于每一个情器世间，一切交融于这些刹土，刹土又融入到这些自身，然后自身融入到六个字，六个字最后融入最后吽字，然后吽字消融于法界这种的圆满，如梦如幻，这样子三轮体空的一些修行，主要是这个，我们再继续把余下的金刚萨埵百字明念完。

修这个法门的时候，最主要的是见解上面，首先要有诚信，了解因果，以及知道就是罪业的这些需要忏悔，不然的话就如同复读都一样。

所以种种的这些了解，见解上面，忏悔的原理，从空性从慈悲这些因缘、因果、因缘果报这些等方面去了解。

然后忏悔的方法依止四力，就是四种的这些，依止、厌患，立誓、现行，这四个要点特别重要，不然的话根本场景(?)有困难。

然后他说还有百字明、六字咒这两种的咒语，然后具体的观想这个方法怎么样去观想金刚萨埵、咒轮这些都在这个仪轨里面都讲得很清楚，包括仪式，圣像的就是说怎么样面朝自己，透明，所以它是所有上师诸佛菩萨的总集。

然后猛烈的就是忏悔的这些心态，以及持诵咒与以及观想的时候怎么样降下甘露，怎么样清净罪障，然后怎么样就是还清这些冤亲债主的这些种种的这些业债、业报，这样子，然后观想越来越清楚，慢慢努力这样子就是分段的这些观想了。

然后甘露涌满全身变得清净以后，就是自己开始继续观想就是获得你自己都已经很干净了，很清净了，这样子的状态下是一种的容器，是一个适合的修这些四灌顶的这种法器，就是弟子，这样的情况下怎么样观中脉、脉轮，然后我们就是说每个脉轮，顶上32，喉间16，心间8，脐间幻化轮是64，就这种观想。然后散射到所有的全身这样子，然后瓶灌顶、秘密灌顶、智慧灌顶、句义灌顶的时候，先消除这种身口意的说罪障，宝瓶灌顶，消除业障，然后烦恼障，然后就是宝瓶灌顶消除业障，秘密灌顶消除就烦恼障症，然后智慧灌顶消除所知障，然后句义灌顶消除习气障这四种，然后每一个部分就是从头顶轮到喉轮、心轮、脐轮这4个降下的时候，获得4个灌顶，这个过程当中获得四喜，就是喜，胜喜，极喜以及具生喜这4个，然后得到化身、报身、法身、自性身这样的一个观想。

然后这个就是脉轮这些成就这些都完了以后，自己和金刚萨埵合二为一，业障所有的清净的种种的征兆，这时候已经现前，然后在合二为一的为自身，自己变成金刚萨埵的心间就是观想，嗡班匝萨埵吽，然后与五方佛的功德相应这样子，然后用这些在自己的咒轮心间，自己也即是金刚萨埵无二无别的心间，就有散射周周的光到达上供养十方菩萨，自利法身的因缘成熟，下布施六道众生，利他色身的种种的因缘成熟，然后最后与智慧法界融入，刚才讲的就是说它既是世俗谛和胜义谛的这种两种修法圆满的这些修法，所以然后平时有信心知道忏悔罪业的这些功德这样子。

所以我们再念一点，嗡班匝萨埵吽。

然后主要是说烦恼障，所知障、习气障、罪障都是客尘，就是说这些都能够被清净，这个信心很重要。知道所有的自己本身是佛，不是（木偶？），或者不是那种无明，自己的本性是智慧，本性是这种佛性。

所以这个，遇到适合的法门因缘的时候，我们会清净一切的罪障，忏尽。所以这个遇到这些适合的这些修行法门的时候，一生成佛的这些故事，像密勒日巴，很多这些修行者的故事，包括从佛陀时代的一直到现在，所以对这个要有一定的自信心这样子，然后一定能够忏尽，这个心特别重要这样子。

此福已得一切智 摧伏一切过患敌 生老病死犹波涛 愿度有海诸有情。我们继续大圆满前行引导文——普贤上师言教。

然后我们先念诵皈依和发心，诸佛正法贤圣三宝尊，从今直至菩提永皈依，我以所修施等诸资粮，为利有情故愿大觉成。 (三遍)

我们就继续金刚萨埵的最后一部分，大圆满前行引导文——普贤上师言教，这个里面的金刚萨埵的部分，现在是内加行。然后这个部分我们讲的主要的重点是忏悔的一种的必要。忏悔的法门已经我们讲了很多，特别是以金刚萨埵百字明的修法。然后能够忏悔的这些因以及忏悔的因缘，忏悔的方法，包括具体的一些观想，这些都之前已经讲了。

但是今天我们讲说为什么必须忏悔？因为很多人的心里面就是会想到说我没有做什么错，我其实挺好的，好像觉得自己不是什么坏人，所以心地善良，我也不得罪人了，我也不做错事，为什么我会这么不走运，或者说有些人说为什么还要忏悔这样子，这些就是说像那人身上有疾病的时候，你开始是不知道的，常常可能随时都可以产生疾病，因为身体的这种吃的食物，一方面是营养，支持身体，但是是药三分毒一样，食物里面也有很多是这种对肉体、身体有营养有好处，有一部分是有伤害的，所以伤害的部分可以化解排除，有好的部分可以吸收，所以这个里面我们的身体里面运作的时候也有，比如说像肝肾这些把它分解，然后吸取营养，然后排出这种怎么讲废物，这样子，就是身体不需要，不支持身体的部分的毒素，这些全部排出去，这样子的时候身体的免疫系统以及包括我们身体里面的白血球这类的，就是很多种的这些功能同时运作下，可以帮助，我们睡觉的时候，其实身体一直也在工作当中，也在每时每刻不停的正在清理我们身体里面的垃圾，五脏六腑这些里面的这种的修补和补充，这些上面就是无时不刻都在做这样的工作。

所以类似的心态上面，我们24小时当中包括做梦这些时候也需要，特别有时候我们说身体出现问题，比如说疼痛，有疼痛的这些病，不见得能够，也不一定是会夺取你的性命的这种的疾病。有些很明显的疼痛这些，可能疼痛是有的，但是不至于害命，但是也有一些疼痛会致命的，还有一些不疼痛的，不代表它不存在，或者是它是一个小病，也没有任何身体上直接的疼痛，比如说肺部这样子的一些疾病或者是某一些肿瘤，它没有这种马上会让你感觉不舒服，但是它最后是正面的一种这种威胁，所以也有一些又是隐性，又不是那么重要的就是这样的一些疾病。

所以类似的我们在修行的时候也需要观察，有一些很明显的自己做的就是杀盗淫妄这一类的很明显的一些过失，造的业，包括伦理道德，或者是比如说罪业，就犯法之类的事情，就觉得自己心里过意不去这样子，这些可能一部分也是比较严重的伤害，这样子也可以有很重的后果。

但是有一些看起来只是伦理上面好像心理上面有没有道德评判的这些不一样而已，比如说觉得很悔过这样子，但是其实问题本身不是那么大，也有这样的，但是也有一些是细微的，隐性的，看起来好像没什么人会直接谴责你这样子，就像破这些菩萨密乘的戒，破誓言这样子，破誓言好像比较容易发生，不论是跟这些灌过顶这些上师，传过法，因为现在我们讲的就是六种上师，特别是三大恩的上师，就是灌顶、窍诀和传承这种的密续的这些传承窍诀和灌顶的这些三恩上师，具三恩的上师，以及酬补、受戒和引入佛门的这些上师，一般我们称为这些不同的上师，跟这些有很严重的这些意见的心里面的裂痕，很大的伤害，以及同修道友同坛之间金刚师兄这些上面内心当中有这种不善的这些心怀，心怀不善，或者是说直接争吵或者是动粗，这样子的话都很明显的是破戒，所以不是一个破戒不破戒的问题，而是怎么样去马上及时酬补的这种问题。

所以类似的这种的在一般的人是世俗人，看到觉得这不是你自己的一个心态而已，或者观念而已或者转变，他不至于说好像你没有杀盗这些，但是罪业比一般的杀盗还要久、重，比如说真正的一些菩萨，或者是成就者，你去伤害他们，这样子罪业是很重的，这个以前讲过。类似的说我们还有一些能看得见的，后期看不见的种种的这些罪业，大家需要去忏罪，这是为什么很多人并不懂得佛法里面讲的这种的忏悔罪业，觉得自己不是坏人，就好了那这样子，哪怕自己常常生气，都觉得都有生气的理由，但是我们说包括我们吃住行这些时候对众生的各种的伤害，吃饭的时候我们吃肉或者是穿衣服的时候我们穿皮毛，用的时候我们用象牙或者是用各种其他动物皮的钱包，口袋，所以我们吃的食物有很多，喷洒很多农药，犁地的时候会有很多生命死于这个，然后甚至是我们自己可以看得见打扫卫生的时候，都可能有很多的生命死于这种的自己手下有意无意的一些不是那么特别贴心的一些动作，甚至用杀虫剂去除草，或者是这样子的时候，同时也会伤害到很多生命。

所以你看这样讲的时候，其实我们也会是有这些，包括有些人真正的亲自在这一生当中也是在厨房里面动过刀，动过枪，在屠杀猎物、家畜，或者是做过这些活的动物的这些实验，种种的在学校里面，所以杀生的也有。

邪淫的就是包括很多种的这些不如法的这些邪淫，让别人的身心受到摧残，让其他人的家庭产生破裂之类的，盗取也是一样，如果有不正当的来源，包括亲戚朋友、兄弟姐妹以及陌生的人，其他的这些公共或者私财上面，如果有这些侵占、伤害这样子，在未取得同意这样的时候，种种的欺压或者是抢夺，欺骗这些都是算的。

然后语言上面也是一样，有些人平时觉得言语上面的反驳很重要，别人说一自己马上会反扑二，这种。包括恶口，给别人有意无意的一些取笑，制造矛盾，宣扬仇恨，就是离间，以及说种种就是让别人退失这些正念，退失这些正见，使别人离间，让别人心里面产生这些仇恨，就是有些人说我有一个人他怎么欺负我，你就站在你的朋友的那边去狠狠的说对方，其实只会给你和你的朋友带来更多的这些嗔怒，所以有些人那就是让别人有因果善恶的观念，他就说你应该这样，不要在乎这些，让别人不诚信因果，或者是不真正的走上修行的道路，而是完全是外在物质的这种关心而已，这样子产生种种的这些断灭和长短的这些邪见，然后有一些人因为自己不太懂的情况下，会给别人修行佛法当中的诽谤这个宗、那个派，这个上师，那个弟子这样子，就是有时候破和合僧，有时候诽谤这些正师，有时候诽谤善知识，有时候诽谤菩萨。所以以前有一句讲的就是真正诽谤菩萨比杀害3000界的众生罪业还重，因为这些佛菩萨就是利益无量的众生，如果种种的缘起中的这些都不了解的情况下，不能随意评判评断任何一个人这样子，然后有些人会肯定就是因为他不了解内在的仪式，他只是看一些外在的项目，看一些图片，看一些法器，这样心里面不理解，然后暂时（？）陌生，然后这种内外障的这些作用下，那时候以前像个别的时候会有怎么讲毁坏道场、寺庙、佛堂，或者是同时伤害众生啊，当然别人破戒就是自己或者是别人破戒，破分别破解戒，不忏悔，破菩萨戒，不忏悔，破密乘戒也不酬补。

所以这样种种的这些烦恼习气，像我们刚才讲的无时无刻的白血球会去摧毁、转化这种负面的技能或者是负面的这些毒素一样，我们需要时时刻刻常常以金刚萨埵的这些修行来转化烦恼障、所知障、习气障导致的这些种种的不善的业、罪业。

所以这个我们想说不忏悔有它的一种的果报，常常是未来世会继续受苦，如果杀生不忏悔来世就是多病短寿，异熟果就是堕入下恶道三恶趣。包括言语当中说谎话的业不忏悔的话，将来就是说话没有信誉，或者持续说谎话或者说谎话，因而就是遭到这些种种的这些不予取的这种偷骗、欺骗这样子。谎话也是一样，不予取得这种的果报，只是受贫穷啊，然后被抢夺啊，或者是堕入下三道啊这样子。

然后邪淫也是一样，如果邪淫这一世没有忏悔这样子的话，来世就是家庭不和，或者是持续的就是有邪淫的习气，或者是因此而产生的种种的纷争，就是不可测的种种的后果。

绮语妄语离间语这些也是类似相通的，贪嗔、邪见，他也有我们以前其他的加行的部分里面就系统的讲过，他们都有异熟果、等流果、感受等流果、同行等流果（？）、增上果、士用果就这样子的，所以这些各自成熟的业报的方式没有了解这样子的话，他们不了解自己是应该忏悔的，越忏悔的话，其实对于过去的这些夙缘、宿债，过去留下的，欠下的以及今生今世当中各种行为造作当中的造下的罪业，也就是一并遣除，而且不仅是自己的，而且无量的众生也可以进入这个殊胜的法门，所以可以得到遣除这个意思。

所以我们应该了解到，生生世世业报非常复杂，仅仅是这一生当中，我们也会有很多，因为有时候人心难免被贪嗔疑痴嫉妒骄傲欲望这些种种的这些烦恼所知，习气的这些障碍存在的时候还会造种种的业，所以只有真正的证得这些一地的果位这样子以后，不会再造能够继续在阿赖耶识当中的种种的这些罪业，所以修习金刚密乘可以忏悔，不仅仅是一般的这些杀道淫妄酒或者是十不善的罪业，以及像菩萨失去菩萨戒，失坏密乘戒，这些可能就是比较严重的这些罪行、罪业也都会得到遣除。

所以细微的这些障碍都能够获得清净、遣除，所以这个方法我们之前已经讲了，就是百字明，用这种最好的就是随时随地可以修持的这种法门，百字明，像如意宝，像以前所烦恼的烈火，用亲近的甘露，熄灭轮回的熊熊烈火，这就是它是一个慈悲的法门，慈悲一切众生免于困难，也是智慧的法门，就是能够早日解脱。

所以忏悔一切的法门当中，基于种种的这些所有妙法为一体的这些深奥之法，金刚萨埵百字明，这个忏悔百字明，这个咒语非常殊胜，其实是忏悔之王，所以在其他的很多里面都有讲。

人造了业以后，有一些其他的就仅仅你自己后悔这样子，就觉得很汗颜，或者是说很抱歉这种心态的话，他们不能够真正的摧毁所有的这些业、因缘，造这些罪业的这些因缘，只是说还会有可能异熟的这些，果报这些还会产生，但是用金刚萨埵百字明的这些，而且以依止四力的方式，六种门的这种方式，以及观想、手印、持咒语，这一切这样子的方式，而且他以祝福菩萨所有的这些五方佛这种的修持的方法，然后都是五方佛，都是金刚萨埵的化现，包括我们讲的时轮金刚、还有密集金刚，还有喜金刚，胜乐金刚、普巴金刚，种种这些都一切实际上都是金刚萨埵，以前麦旁仁波切也有讲过，就是十方三世诸佛，归集为金刚萨埵这样子。

所以之前我们也讲了，这个咒语也是代表五方佛的咒语，所以这种的方式忏悔这样子，就是金刚部的一切的这些主尊一样，然后也代表三世一切诸佛的这种一体、愿力和一切的加持这种的忏悔特别有力量，所以这样子的话就是说他能够清净一切的罪障，所以我们可以因为百字明在其他的这些经典这些里面都有引用，我们也可以引用几个部分，包括一个是《金刚童子持念经》这个里面说：修行者又虑恐承事供养之中。或有忘误疏遗犯三昧耶禁。或有多生宿业罪障由未消除。诵金刚部百字真言。以补前潜灭除诸过。得身心清净。与法相应。

诵金刚部百字明真言能够能除无始已来一切重罪。破四重禁五无间业罪谤方等经。如是等罪悉皆消灭。何况误失小过而不清净。就是何况小的罪业当然会清净，哪怕是破四重禁五无间业，哪怕是这些谤法的这些罪，这些都能够清净这个意思。

另外一个里面讲是《金刚顶经瑜伽观自在王如来修行法》，这个里面也是在大藏经里面收藏的一些法、书，就是由此「摩诃衍百字密言」加持故,设犯五无间罪及谤一切诸佛方等经典,如是等罪悉令消灭,以本尊坚住已身故,速获「金刚萨埵」位,及获「菩萨诸佛」位。

然后蒋贡康楚仁波切也讲这一个，就是如何用百字明修行，一般的陀罗尼箴言、手印，佛塔、曼德拉修持，包括五种圣智，他说积集的这些功德不如念一遍百字明这样子，他用这些来比喻，所以就是这么一个修行。

所以百字明的一些修行的功德也有讲了很多，这个就是《前译大法部无垢王忏悔续》里面有讲，百字明是一切佛的智慧精华，能够清净所有违失戒律和分别念所造做的罪障，可说是忏悔之王，如果能一次不间断念诵108遍，能够弥补一切所失的戒律，可以从三恶趣中获得解脱。

如果有人发誓念诵，不但今生会被三世诸佛视为圣妙长子而保护庇佑，来生必为三世诸佛之长子，就是这么一个，然后就是殊胜灌顶王续，这些里面也有讲很多的这些功德，就是念诵金刚萨埵，就是百字明的这种的功德，然后还有秘密主就是金刚手菩萨，在《集密意续》里面也讲这些种种的功德，我们不一一再说，因为大家都已经引用一些就已经很能够了解，所以金刚萨埵的这些修法仪轨原来的《如意慈悲》、《如意宝珠》这些里面都有，那么《庄严藏续》里面也说：妙观白莲月垫上,上师金刚萨埵尊,依照百字明仪轨,尚诺念诵21遍,即将加持堕罪故,使其不复得增长,诸成就者所宣说,恒时精进当修持，尚诺已诵10万遍，必将清净诸罪障。

然后如果你是对于死者或者活的众生，如果你放生了这样子说，或者是其他有罪业的人种种每天都有生生死死无量的众生的这样子，说你可以观想无量的这些金刚萨埵在他们的头顶上，然后尽力念诵百字明，然后自己的就像前行里面的一样，当然我们现在只是说功德的时候，顺便讲其他的一些修法，但是我们修的时候还是以前行的法门，按照这个标准来修，但是有这些方法，就是金刚萨埵的身体，在每一个众生的头顶上，无量众生无量金刚萨埵，这样头顶上面的降下甘露，清净自他一切的这些罪障，然后念108遍金刚萨埵，然后金刚萨埵能融入到自他一切众生的，然后他们都成就金刚萨埵的身，然后继续念诵，忏悔的对境忏悔者以及忏悔的这些行为，在无缘的这些意思说都如梦如幻的这些境界当中，休息安住在空性，在空心当中安住片刻，就是一切成为金刚萨埵，金刚萨埵都融入自身这样子。

乃至就是世俗谛、胜义谛忏悔的这种就是法门，就是说世俗谛地和胜义谛，因为能够安住在无缘空性，这个境界是胜义谛。之前的就是有加持的部分，发慈悲心怎么样，这个是世俗谛的部分。所以这是二谛，原是双运的这种二谛任运的这种的自然的这种的忏悔的法。所以以此就是说前世无量的罪业也可以得到清净，就是这么一个修法。

所以总的来说就是说，我们能够知道三世诸佛的这种本体，具得金刚萨埵六字或者是百字的这种的修行，谁听到谁念到，都会对他们对未来的这种修行能够遣除种种的罪障，可以获得这些诸佛的加持，趋近于解脱，令心成熟，令行解脱，这些上面具备种种的这些智慧和定力，这种的清净的法门。

所以如果我们有这些是修某一个法门的时候，特别是金刚萨埵这样子的时候，可以把知道怎么样忏悔，怎么样去酬补，怎么样去就是弥补种种的这些过失。

所以建立所破的一切的戒律，这些都能够清净，所犯的一切的身语意的这些罪失、过失，这些都能够清净，然后平时一边能够一天念诵21遍，不间断的每天念诵21遍心咒。这样子的话对于犯密乘根本誓言，分支誓言的这些所造的异熟果也不会发生就是说不会增长。

如果我们按照这种修行之前讲过的种种的这些观想的方法，如法的修持，能过一次持续修108遍百字明，然后中间如果你抽星期天或者是某一种的时间，中间也不会有很多的这些停顿烦恼，这样子持续能够修持108变百字明，中间没有任何言语这些障碍的间断，可以清净过去所做的业力，包括很多破的这些学处，违反的学处，违背的誓言，这样子都能够弥补。

所以说我们能够从根本上总的来说可以拔除这些种种的这些过失，过失有一个好处就是可以被适当的方法能够忏悔而消融消除。所以按照这些仪轨修持的话，它是一个一整套的圆满的一种方法。就像我们说如果我们能见到我们自己的这些内在的佛性，这样子佛性很庄严很美好这样子，就像一个说美好的一个人，但是这个美好的人本来就是很美好，但是他现在身上就是衣服不干净，身上有污泥，有汗臭，头发也没有洗汗，衣服破破烂烂这样子的时候，看不出他的这种圆满的庄严，只有洗净他身上的这些污泥浊水，固然，然后擦净所有的这些怎么讲不干净的，然后重新给它怎么讲，带上这些庄严的这些珠宝，（？）饰，所有的这些是耳环也好，臂环也好，或者是衣服，适当的这种的衣服、鞋子，然后焕然一新，这样子的时候就是展现出他这个人的本来的特色。

类似的就是说我们本身是每个人都有佛性，但是就是习气固然种种的五毒这些弥漫遮蔽了这一层的这些圆满，随时虽然他无时不刻的都在那边，但是暂时有所遮蔽，所以在这样的状况下，金刚萨埵就是在清理这种，要见到天空的话，蓝天的话，乌云散开是很重要的，因为见到庄严的人的话，他身上的这些脏泥的就是脏衣服或者是这些要换掉，要取下来，也这个很重要，擦掉这些不干净的东西，所以类似的就是忏悔之王，这种的修行的方法，如果能够在闭关的这些修行的环境下，或者适当的这些比较有限，限定自己的一些时间的这种情况下，可以修持很有必要。

所以当然一般我们说修金刚萨埵的时候，有些人说是不是要修10万、20万、30万呢？主要数字不是最主要的，主要是以自己的心，真正有没有这些印象，就像之前我们讲在梦中在禅定的境界当中，是否出现金刚萨埵，说你失坏一切誓言皆已清净，清净了遣除了的所有的罪证，种种的获得加持的这种感受，如果心很虔诚很努力，一定会有种种这些感受。所以就是说没有到的时候，你还是继续好好的去持续不断的充满信心和法喜的方式来修行。

如果心中就是杂念很多，嘴上虽然念很多，有些人看电视也念，就是不断的计数，有些人言谈是欢笑，以及闲聊当中也会不断的计数这样子，一边念也这样子，所以这样也不太好，就是口念这些经咒，心思这些经义的观想，心不在焉的话没有太大的意义，所以专门修的时候尽量少夹杂这些世俗的这些言语，不然的话就是它的这种修行的质量会下降，所以以前也有讲不专心，莲花生大师讲，如果不专心，夹杂绮语一年，不如禁语持咒一个月，只是一年和一个月，当然差很多，但是是因为一年是夹杂着种种的这些怎么讲没有意义的一些言语，世俗的这些讨论，或者是世俗的这些闲谈。

所以有些时候就是说大家好像为了完成任务，而就是不断的凑10万的数字，或者110,000的这种数字。虽然会计数，但是不是为了计数而去修行，而是最终是为了真正能够自净其三门，这样的，自净其意这种的方式来修行。

然后另外一个就是说金刚萨埵的法门修持的时候，你尽量在刚刚发生自己的身口意的这些散乱贪嗔痴慢疑，就是骄傲、嫉妒这些，贪嗔痴慢疑嫉，就这样子的一些状况发生的时候，能够立马忏悔，特别重要。如果就是说像声闻戒的这些戒就是说出家人的比丘的这些戒啊很多都如果破了以后就像陶瓷碎了一样很难修补，不能修补就是这个意思，我没有办法。

菩萨的戒像珠宝，只要有能工巧匠的时候，总是可以把它用来装饰更美好的这些，你可以用来修补这个部分，就像自己给自己（？），也可以修补这个意思，你只要懂得这个方法，金刚乘这个就是像珍宝有某一种的凹陷一样，它没有什么破的，它只是一个凹陷，就是说意思说它随时都等待着自己，只要能够及时的酬补的时候，他这个凹陷就是靠金刚萨埵的这些修法，这种本尊，这些咒语，百字明，这样以后可以清净，立刻忏悔，立刻清净，这样子很容易清净，但是所以常常也容易犯，就是说一种小乘的根本的这些堕戒这些不太容易犯，因为界定很清楚，很明显的。

菩萨戒就是说也是意念上的很多戒律，有时候也会犯，密乘戒更是要求更高，就是这些上面更细致或者是说要求更高一点这样子，所以更容易犯，所以以前阿底峡尊者说小乘的出家戒，分别解脱戒的时候，他从来没有犯过这些借，说大乘的菩萨戒的时候，就是偶尔犯戒，就是密乘的三昧耶戒，以及密乘的种种的这些续部的戒，就是说很容易犯戒，所以但是时候没有一次是他破戒以后睡过一觉，就是每一天都当天忏悔，睡前都做完圆满的忏悔，所以我们也要这样子就是身口意的这些种种的不清净，清净忏悔，这样子，得以清净忏悔，然后安心的睡觉。

所以这些也在《金刚萨埵威猛三调伏续》，这里面也有讲，若持诵此心咒十万遍,则破根本誓言亦得清净。

所以以前好像在《慈悲如意宝珠金刚萨埵修法》，这个里面就是一个伏藏法，《金刚萨埵威猛三调伏续》，这个以前也在那个法本里面也引用过，所以特别是法王好像当时就是说以前10万遍，但是现在末法时代必须要乘以4倍，所以他说那时候是念心咒，就是金刚萨埵百字明的，不是百字明，金刚萨埵六字心咒，这个念四十万遍，按照就是这种的修的话，哪怕是破了最严重的就是密乘的这些誓言，都能够清净，其他的都不用说了，就是这个意思。

所以总的来说用这些忏悔有忏悔的方法，有具体的这些观想修法，这些都特别要自己去不断的体验体会，这种修法观想我们也要到位，尽量的融入这些观想，所以特别重要。

所以我们之前也讲了，总之说对金刚萨埵的法门或者本尊基于这种百部于一体的这种的修行，所以成为大密一部金刚萨埵，就是百部成为一部的总体的金刚萨埵，所有一切的这些不可思议的寂静、愤怒的这些修持都可以在金刚萨埵这种修行金刚萨埵当中，之前好像我看有哪一个上师讲过，就是哪一部续里面有这个。在《忠言心之明点广释如意宝》中有：

因为将本体观为上师，所以也包括上师瑜伽，他的意思是他实际是一个这种，虽然是前行的一种修行，这种它是包括在前行里面，但是也包括在这种生起次第这些修行里面，所以它也就是是一个本尊的这种修法，所以他称之为就是珍宝总集的这种观修法，所以这个是非常殊胜的这么一个修法。

所以之前我们也念了，就是讲了这些，密续里面讲念诵多少遍能够成就自在这些，所以总的来讲，我们说他即使只有华智仁波切前行里面有的这些法义大家可以重新阅读一遍，然后把殊胜无比的修行的法门当作自己是日常用的，而不是束之高阁的一些修法。

所以自己可以平时日常当中的念诵21遍百字明，要发誓承诺，自己一直这样做，其实所有都是习惯，就像我们一日三餐想都不要想，就想到这一点了，我要吃饭不会累，不会说我又要吃饭，要这么辛苦这么痛苦，而是会说啊，就是应该吃饭了而已，类似的每次修行的时候也不会有这种因为会产生法喜，就像说饿的人见到食物的时候有这种渴的人，这些看到水的时候有这种怎么讲，这种的自然的一种的欢喜和需要一样，我们每天有罪业的人，每天能够积累罪业的人，看到是金刚萨埵这个修法如此难得，很多人都不知道自己积累了多大的业障，也不知道自己正在去往哪个方向，也不知道自己有应该怎么样去改善自己的业因果，怎么样去修持证悟觉醒的这些道路，所以但是咱们知道的情况下，有这么好的这些方法，这么好的一些修法的道路，这样子的话我们把它好好的去运用，来修持，最后我们一起念一遍，百字明来回向功德，然后为一切众生忏悔罪业，然后身口意的这些不断的改善，这种的上面发一种的愿心，说我每一天如果有时间的话，你可以按照这个书里面观修的这种方式，就是整个从皈依发心开始念，这样子，然后念不间断的念，念诵108遍或者是21遍，以这种的方式，或者是108心咒，或者是百字明，21遍百字明，所以每天念诵21遍百字明这个很好，如果你曾经集中的修过心咒40万遍的话，也会把一切都过去的这些罪业全部消除。

所以有这样的这些特殊不共的这些经典续部这些的校正的应用，然后让自己能够了解，而且有信心的去修正。

然后我念一下百字明，嗡 班匝尔萨多萨玛雅 玛呢巴拉雅 班匝尔萨多迪诺巴 迪叉哲卓美巴瓦 色多喀友美巴瓦 色波喀友美巴瓦 阿呢RA多美巴瓦 萨尔瓦色德玛美抓雅匝 萨尔瓦嘎玛色匝美 则当希央格热吽 哈哈哈哈伙 巴嘎万 萨尔瓦达塔嘎达 班匝尔玛美门匝 班则尔巴瓦玛哈萨玛雅萨多阿。

念的时候这样一边念一边有这些前面的这些观想，这样子简单的观想的时候就是说，那么自己头顶上有金刚萨埵，然后种种的这些报身的圆满的这些装饰，然后自己内心当中生起这种所以厌患、立誓、现行4种的这些这种要点，一心依法本尊，然后细数过去重重的就是罪业以及想不起来的可以推理，或者说用比量的这种推理，意思说用推理的这种方式可以想象到的，这些都能够身口意种种的这些忏悔，六个门的这种忏悔，然后继续念当中，从下决心以后不再犯，然后以及酬补包括与恶行相反的一切的行为，与堕戒破戒种相反的一切的善业，就是去怎么讲成就，去努力去做这样子。

然后以及这些具体的这些观想里面，包括有讲甘露水，就是观想咒轮，然后还清冤亲债主的种种罪业，自己也获得灌顶，获得这些四喜，四种的这些，这就是法报化自性身的成就，气脉明点的这些圆满的这些修行这类的。我们已经书里面讲过的，我只是给大家说怎么样修，里面包括金刚萨埵轻语，如失坏之一切，誓言皆宜清净种种的这些，然后内轮，以观想金刚萨埵融入一体，然后观想六字的金刚萨埵咒轮，然后这些上供下施，这些光到每一个地方就是成就这些资粮以及遣除罪障这种修行，最后这些情器一切世间都获得成就，圆满，成为净土，一起共同持诵这些殊胜的密咒，然后最后融入这些。观想的时候，主要也是从吽字显现出，这些金刚萨埵，莲花，金刚萨埵，然后咒轮，这些应该种种最后又是相融于每一个情器世间，一切交融于这些刹土，刹土又融入到这些自身，然后自身融入到六个字，六个字最后融入最后吽字，然后吽字消融于法界这种的圆满，如梦如幻，这样子三轮体空的一些修行，主要是这个，我们再继续把余下的金刚萨埵百字明念完。

修这个法门的时候，最主要的是见解上面，首先要有诚信，了解因果，以及知道就是罪业的这些需要忏悔，不然的话就如同复读都一样。

所以种种的这些了解，见解上面，忏悔的原理，从空性从慈悲这些因缘、因果、因缘果报这些等方面去了解。

然后忏悔的方法依止四力，就是四种的这些，依止、厌患，立誓、现行，这四个要点特别重要，不然的话根本场景(?)有困难。

然后他说还有百字明、六字咒这两种的咒语，然后具体的观想这个方法怎么样去观想金刚萨埵、咒轮这些都在这个仪轨里面都讲得很清楚，包括仪式，圣像的就是说怎么样面朝自己，透明，所以它是所有上师诸佛菩萨的总集。

然后猛烈的就是忏悔的这些心态，以及持诵咒与以及观想的时候怎么样降下甘露，怎么样清净罪障，然后怎么样就是还清这些冤亲债主的这些种种的这些业债、业报，这样子，然后观想越来越清楚，慢慢努力这样子就是分段的这些观想了。

然后甘露涌满全身变得清净以后，就是自己开始继续观想就是获得你自己都已经很干净了，很清净了，这样子的状态下是一种的容器，是一个适合的修这些四灌顶的这种法器，就是弟子，这样的情况下怎么样观中脉、脉轮，然后我们就是说每个脉轮，顶上32，喉间16，心间8，脐间幻化轮是64，就这种观想。然后散射到所有的全身这样子，然后瓶灌顶、秘密灌顶、智慧灌顶、句义灌顶的时候，先消除这种身口意的说罪障，宝瓶灌顶，消除业障，然后烦恼障，然后就是宝瓶灌顶消除业障，秘密灌顶消除就烦恼障症，然后智慧灌顶消除所知障，然后句义灌顶消除习气障这四种，然后每一个部分就是从头顶轮到喉轮、心轮、脐轮这4个降下的时候，获得4个灌顶，这个过程当中获得四喜，就是喜，胜喜，极喜以及具生喜这4个，然后得到化身、报身、法身、自性身这样的一个观想。

然后这个就是脉轮这些成就这些都完了以后，自己和金刚萨埵合二为一，业障所有的清净的种种的征兆，这时候已经现前，然后在合二为一的为自身，自己变成金刚萨埵的心间就是观想，嗡班匝萨埵吽，然后与五方佛的功德相应这样子，然后用这些在自己的咒轮心间，自己也即是金刚萨埵无二无别的心间，就有散射周周的光到达上供养十方菩萨，自利法身的因缘成熟，下布施六道众生，利他色身的种种的因缘成熟，然后最后与智慧法界融入，刚才讲的就是说它既是世俗谛和胜义谛的这种两种修法圆满的这些修法，所以然后平时有信心知道忏悔罪业的这些功德这样子。

所以我们再念一点，嗡班匝萨埵吽。

然后主要是说烦恼障，所知障、习气障、罪障都是客尘，就是说这些都能够被清净，这个信心很重要。知道所有的自己本身是佛，不是（木偶？），或者不是那种无明，自己的本性是智慧，本性是这种佛性。

所以这个，遇到适合的法门因缘的时候，我们会清净一切的罪障，忏尽。所以这个遇到这些适合的这些修行法门的时候，一生成佛的这些故事，像密勒日巴，很多这些修行者的故事，包括从佛陀时代的一直到现在，所以对这个要有一定的自信心这样子，然后一定能够忏尽，这个心特别重要这样子。

此福已得一切智 摧伏一切过患敌 生老病死犹波涛 愿度有海诸有情。