大圆满前行摘录

戊三、供三十七堆曼茶罗:

在供曼茶罗的过程中,左手拿着曼茶罗,

长时间用右手腕来擦拭基盘,同时内心专注所

缘,不散他处而念诵七支供。(擦拭曼茶盘的原

因)并不是曼茶盘上有不清净物需要擦净,而

是要通过这种苦行磨炼的方式来净除自相续中

二障的垢染。以往噶当派的诸位大德(在供曼

茶罗时),先用手腕的前面来擦拭曼茶盘,当前

面起疱生疮的时候,就用侧面来擦拭,又起疱

生疮时再用背面来擦拭等等。因此,擦拭曼茶

盘的时候绝不能用其他的氆氇、软布等来擦,

只能用手腕来擦,这是往昔噶当派诸位大德的

传统,我们也要遵循这样做。

接下来开始安放供堆。下面的这一《三十

七堆曼茶罗仪轨》是萨迦法王众生怙主八思巴

162所作,因为简便易行,所以为新旧派普遍通

用。在这里也有首先供养三十七堆曼茶的传统,

因此就这么进行。此外,无论是新派还是旧派,

各自都有许多与众不同的供曼茶罗仪轨。尤其

是宁玛派的每一个伏藏品当中都有一种供曼茶罗的仪轨。自宗(宁提派)也是同样,关于广供三

身曼茶罗的仪轨,是依照全知无垢光尊者在诸

《心滴》中亲口说的众多言教。所以,无论采

用哪种仪轨来供养都是可以的。在供三十七堆

的时候,首先念诵:

嗡巴杂布米阿吽

耶南巴 达巴王亲色 戒萨耶

清净本基 大自在金地

在念诵“须弥山王......”时,在中央放上

一大供堆,之后安置东胜身洲等四大洲时,将

自己的这一方向或供养对境方向作为东方都可

以,无论如何都要从东方开始依次右旋来放。

安放代表身洲及胜身洲等附洲的供堆时,每一

洲在东方、西方各有一个附洲,要按照顺序来

放。再放置东方代表珍宝山、南方如意树、西

方如意牛、北方自然稻的供堆,然后将代表轮

王七宝及宝藏瓶的供堆依次放在四方四隅,表

示嬉女等外供四天女置于四方,表示花女等内

供四天女的供堆放在四隅,之后东西南北依次

为表示日、月、珍宝伞、事业尊胜幢的供堆。

当念诵到“将此等无不圆满之人天之受用”的

时候,在那些供堆上面无有空隙地堆积供物,

如果有宝顶,最后就放在上面。在“供养大恩

具德诸根本及传承殊胜上师、佛菩萨众”这里,

有些人说需要加上“无不圆满、圆满悦意”,但

是我的至尊上师说:“这一句在本论当中没有,

实属多余。”关于曼茶罗的观想次第,我的上师

在亲传引导时就讲了这么多,再没有别的说法,

所以在此我也没有撰写。然而,本引导文中说:

另见《集密意续释》有详述。所以,如果想要

广泛了解,不妨参阅此书。

前行广释——四，积累资粮

我们认定目标之后，扫除障碍主要是金刚萨埵、百字明。扫除障碍后，我们也要积累资粮、圆满顺缘，圆满顺缘就是积累资粮。顺缘能够帮助我们生起功德，前面是扫清

违缘方面的，这里是正面要具足顺缘方面的，就是积累资粮，也是特别的重要。

资粮也可以叫作福报、善根、功德，意思都一样。总而言之，要成佛证悟实相必须

要具备这些。帮助我们达到目的地的所有顺缘，叫做资粮。比如你要从此处到彼处必要

的条件，或者帮助你能够走远，走到究竟的都叫做资粮。所以资粮我们要积累。

可能我们还没有或者很少资粮，怎么办呢？我们可以创造资粮。没钱过好生活就去

挣钱，挣到钱就可以买很多东西，或者可以改善生活质量。我们修法也是一样，没有资

粮怎么办呢？没有资粮就去挣。这样挣资粮就叫作积累资粮，或叫攒福报。

积累资粮的方法很多，现在我们学的是最殊胜的一种，就是供曼茶罗的方式来积累

资粮。总的来讲有很多积累资粮的方法，但是针对要很快圆满资粮的密宗行者，供曼茶

罗是非常快的圆满资粮的方便。所以我们对积累资粮也要和前面的百字明一样，高度重

视，生起兴趣，要以欢喜心来趋入这种修行。这个是第四积累资粮。

下面有一个求加持的顶礼句。

虽知世俗然积二资粮，虽证胜义无修然入定，

虽已现前双运仍精进，无等上师足下我敬礼。

华智仁波切首先对他的上师做顶礼。对我们来讲，就是对我们无与伦比的上师做顶礼，求加持。这里顶礼是从三方面来讲的。

“虽知世俗”是什么意思呢？虽然华智仁波切的上师已经了知世俗如梦如幻的本性，但是显现上还在积累智慧和福德二种资粮。如果已经彻证世俗，像佛陀一样已经完全把世俗的方方面面都了解了，现前遍知之后，其实已经不用再积累资粮了，因为已经彻底了解世俗。但我们并不了知世俗，不要说不同的分类、层次，即便是最浅显的世俗谛我们都不了解。有些人只能通达世俗的一

部分，比如我们学某一门、某一科，最多通达这个，别的很多就不了解。所以，我们对世俗是不了解的。不要小看，认为“知道世俗没什么大不了的”，其实能够了知世俗，如果要讲得很深，直接就要讲到遍知，因为只有遍知才能了解一切世俗。

这里讲“虽知世俗然积二资粮”，虽然上师完全了知了所有世俗的本性，但是显现上还是在积累智慧资粮和福德资粮。这是对上师的敬礼。那有什么必要呢？虽然完全可以不需要修、不需要积累资粮了，但是为了利益众生

的缘故，就像我们讲四摄法，最后有同事摄。上师要让弟子去修福德和智慧资粮，他自己带头修，给众生做一个示范。

因为众生根基很劣，很多众生可能不是很自觉，虽然这个修法，智慧资粮和福德资粮真正是谁修谁得利益的。但是众生的根基就是那么劣，对自己有利的不愿意去做。给他讲这个很好，他就是有这样那样的疑惑，看导师都没有修，自己也不修，好像找到一个不修的参照一样。也许他会怀疑，“这么好的法为什么你不修呢？你不修就说明法可能有问题。”

为了打消众生不必要的顾虑，上师也示现特别精进地修。这样弟子找不到不精进的理由，“上师都在修，为啥自己不修？”也会打消顾虑，“这么好的法上师也修，”弟子看到了也会修。这些导师们、上师们，虽然他们自己不需要再积累资粮，但是为了引导众

生的缘故，也在很勤奋地做。对我们来讲也一样，每天修佛法、闻思修行，谁去修都是利益自己的，但有时我们总是对有利自己的事情不太愿意、不太积极。这个属于什么呢？属于障碍。有时我们说业障深重是真的，不是自谦说业障重，而真的是业障重。

为什么？这么好的法——空性、积资净障不观，这是对谁好？谁修谁得利。这是开显心性的法，暂时得到巨大的福报、善根，生活过好的方法，也不愿意修。喊口号

要改善生活、要成佛、证悟实相，不去做、不去精进闻思，这就是印证业障深重的证据。上师讲了很多正法都是对我们有利的，应该去珍惜、生起兴趣、有欢喜心，尽自己的力量去做。

丙四（积累资粮）分二：一、供曼茶罗；二、古萨里。

五十万加行中，其中十万就是供曼茶罗。第二个是古萨里修法，古萨里是梵语，翻译过来就是乞人、乞讨者的意思。古萨里的修行者很贫穷，把琐事减到最少，通过

乞食来修行，没有什么资粮，叫古萨里。古萨里就是舍弃一切然后一心一意修行正法供曼茶罗是把三界最善妙的供品通过意幻供养的方式供养三宝、三根本等等。古

萨里是把自己最珍贵的身体拿来布施、积资净障。它是施身法，把自己的身体拿来上供下施。越喜欢的东西，能舍得拿出来供养布施，功德越大，利益就越大。我们最珍爱的是财富、家庭，往里就是身体，对身体是最执著的。现在要故意打破执著，把身体拿出来上供下施，这是一个有效快速积累资粮的殊胜方便。因为是把自己最珍贵的东西拿出来供养的缘故。

通过观想的方式打破我执，可以反复做，这就快。如果在现实中把身体布施，就

只有一次，布施完就死了。第二次投生后，学到这个程度、修法时再做第二次。但这个不需要，这是观想，一天可以做若干次，可以很迅速圆满资粮。古萨里修法是在《大圆满心性休息》中放在和上师瑜伽合修的。在龙钦宁提里和积累资粮合修的，它本身是积累资粮的方法。放在上师瑜伽中，是和上师相应的方法，也可以积资净障。放在积累资粮中，通过供养布施身体来圆满资粮，意义是一致的。

曼茶罗，上师在讲记中讲是坛城的意思。把曼茶盘观想成各式各样的供品，或者曼茶是一个佛堂。所修曼茶本身就代表了五方佛、皈依境，就是一个坛城。在修的时

候把曼茶作为供品供养佛坛城，曼茶就是佛坛城的意思。

胜义中无修，无修的状态我们通过修行来达成。究竟来讲是无修、无所得的，但是无修、无所得也需要通过修行，才能够达到这种状态。这个问题我们反复强调，目的就是为了让大家有个比较清晰的了解。这对我们在修行过程中树立正见是相当重要的。

擦曼茶盘是不是因为曼茶盘很脏需要擦拭呢？对有些人来讲的确是的，可能不注意曼茶盘很脏了，肯定要擦的。因为一段时间过后，大米、青稞还有这些所谓的宝石会带些灰尘，修的时间长了曼茶盘的表面逐渐会形成不太光滑的东西，还是要用些布、清水洗干净。

关于曼茶罗的观想次第，我的上师在亲传引导时就讲了这么多，再没有别的说法，所以在此我也没有撰写。

华智仁波切说，关于曼茶的观想次第上师在传的时候就这么多，我们在念喇荣课颂中，后面还有一句，“供养具德诸根本传承殊胜上师，恳请你们悲心纳受我，恳请纳吾供”。但是这里面就没有了。如果我们念课诵集里面就念这个，如果我们修前行里面就修到这为止就没有了，就到传承殊胜上师。

前面用三十七堆来记的确是非常缓慢的。所以在记数的时候用后面这个“涂香鲜花遍大地，须弥四洲日月饰，观想佛刹作供养，愿诸众生行佛刹”。这四句是当年赤松德赞国王请莲花生大士灌顶的时候，把整个的国土、眷属这些受用，都给莲花生大士供养，就用了这个偈颂。所以平时简易的时候就用这个，七堆记数的时候也是用这个。

“涂香鲜花遍大地”，上师讲在念这一句的时候，手上首先抓一把供品，一边念一边用手腕擦基盘。念“须弥四洲日月饰”的时候，手上的供品就放七堆——中央一堆，东南西北、日月，就是七堆，图上面画的很清楚。

念“须弥四洲日月饰”和“观想佛刹作供养”的时候供品就放完了，然后“愿诸众生行佛刹”，就发愿一切众生能够行于佛刹。“行于佛刹”就是生到佛刹中，成佛或者获得解脱。

在记数的时候就只念这四句，其他有一些传承中也这样说。后面这个咒语是不念的。有些时候咒语在修的时候也念，但是这个时候只是念这四句话。有些时候不念四句话专门念咒语，就是曼茶咒。

这里面有须弥山、四大部洲加日月，总共七堆。这个是代表什么呢？一个须弥山、四大部洲，加日月就是一个世界，把这个供养上师诸佛。但是我们在一边供的时候，是不是只观这七堆呢？不是，只不过用七堆表示。可以把七堆延伸到前面的三十七堆，也可以在念放七堆的时候，观想所有的供品在里面，只要你能够想到所有的供品都可以供。

修曼茶的人本身的层次也有很多，如果你有这个能力，就可以按照你的见解去摄持供养，如果你没有这个能力就可以不供。如果你有见解的话，包括你的罪业也是清净的，你的烦恼也可以拿来供养，没什么不能供的。只要你能够知道它的本性的确是空性，全部都可以很相合密宗的不舍弃烦恼、不舍弃不清净的东西就可以成正觉的观念。这些如果学过就可以，没学过的话就按照这里面讲的就可以了。