

「決不逾越尊教敕」此句的意義是指，在成為善妙依處彼眾的僕從且已隨學之後，當然不可逾越其教敕。思忖：「自己因為懼怕輪迴而入於菩提大樂道中，將如諸佛所說的教敕決不逾越地奉行。往昔我因無知而逾越教敕，今起無論如何再也不逾越—願能如是實現！」秉此意樂且亦發願。

3. 祈求救護：

「祈求諸尊普救怙」此句的意義是指，既然我已成為尊眾之僕從，也已隨學亦願做到不逾越教敕，謹祈請皈依處尊等諸眾，從今起直至菩提之間，普以聖意悲心垂鑒、以威力徹底救護我等輪迴有情。如是祈請所求。以上即是皈依。

肆、發心：

從「即如三世怙主眾」直至「安置有情於涅槃」的發心文亦誦三遍。將簡略講解此文的意義：

- 一、生起願菩提心
- 二、生起行菩提心
- 三、生起勝義菩提心
- 四、生起具四優勝心

一、生起願菩提心：

- 1. 認持發願之基
- 2. 發願之正行

1. 認持發願之基：

「如同三世怙主眾，決心行持於菩提。」此二句的意義是指，即如過去、未來、現在三世怙主諸佛菩薩尊等眾，確實決心行持於無上菩提的情況，如是…。這是說出願意隨學於三世諸勝尊之基，在此時刻以信心、意敬心憶念起三世諸佛行持於菩提的廣泛大行，而須生起意樂心。

2. 發願之正行：

「菩提心者甚無上，善妙我願令生起。」此二句的意義是指，諸善妙尊於聖意中修持且現證的無上殊勝善妙菩提心，我亦願令生起—以此承許且發願確實行持。在此時刻並非僅以詞句，而是於念誦時以純正願心自忖：「如同三世怙主尊等眾之發心，我亦願如是發心且以歡喜意樂入於大菩提道，再將三界大恩父母有情此等眾，從輪迴中引導而安置於殊勝菩提地。」此乃宣講立誓於果位。

二、生起行菩提心，若予分類：

- 1. 止惡行戒
- 2. 攝善法戒
- 3. 饒益有情戒

1. 止惡行戒：

「於諸戒律之學處，」此句是指別解脫、菩提心、密咒三項。能予斷捨三戒所有過失的戒學寶，我以堅定恆執持。在此時刻須對於三戒等罪過，能予斷捨的戒學，生起欲學之心。

2. 攝善法戒：

「以及總集諸善法，」此句意義是指，有關於戒學，並非僅偏袒於某方面，是包括三戒、十波羅蜜多等。總之，一切菩提道品暨所有善法無遺總集，即於彼清淨戒相悉願學習。在此時須對於所有善法，確實生起欲學之心。

3. 饒益有情戒：

「饒益有情三戒相，」此句意義是指，以上的止惡行戒與攝善法戒這二戒，只要不成為緣取一切有情勝義之發心與為利一切有情，即是入於歧途，應當加以避免。須想著對於一切行為、思惟悉成緣取一切有情的稀有發心、行動實踐而願如是學習。在此時最重要的，是須秉持一切行為、思惟除了唯有為了一切大恩曾為我母的有情之利，絕不摻雜執為愛己之垢的意樂心以及猛烈的進入心。

最後一句「我以堅定恆執持。」是指承許以上的三戒，不論在何時我將堅定且無散漫的執持。這最後一句皆須置於前句之後。此入心是為立誓於無上心續。

三、生起勝義菩提心：

1. 生起勝義菩提心之正行

2. 戒相已然全持而結尾

1. 生起勝義菩提心之正行：「至高無上菩提心，善妙我今生起已。」此中「至高無上」的意義是指再無更上。所有發心之中最為超勝或究竟乃是勝義菩提心，所生、能生、生起者此三項，以無所緣之三輪純正於自心屬性之中生起—我將今生起如是勝義無上菩提善妙心。在此時自心屬性安置於無造作、無散亂且為無生、離戲之體性中，須確實生起此即勝義菩提心的決定信解。

2. 戒相已然全持而結尾：「為利一切諸有情，我於戒相無餘持。」此二句的意義是指，為了利益一切有情皆得被安置於無上寶位之故，我將修持圓滿大菩提，且將執持菩提道上的戒相。在此時應由衷地以意樂心想著：「為了利益一切有情，我將執持一切戒。」如是的立誓或說是承許。

四、生起具四優勝或廣大心：

1. 予以救度

2. 予以解脫

3. 予以蘇息

4. 普悉置於涅槃

1. 予以救度：

「諸未救度我願度」是指所有未能從輪迴大苦海中得度的一切輪迴有情，我願開顯菩提道而自輪迴予以救度。在此時應對於一切有情生起悲心，專注的以意樂心想著：「願將彼眾自輪迴中救度。」

2. 予以解脫：

「諸未解脫令解脫」意義是指，全然未得解脫，執持邪見眾，我將確實開顯殊勝大菩提道而令解脫。在此時亦應特別針對所緣的對象，確實生起【予以殊勝解脫】的意樂心。

3. 予以蘇息：

「未得蘇息令蘇息」所有未能全然涅槃得到蘇息而住於菩提道上諸眾，我願予以安置於涅槃菩提果位而令蘇息。在此時亦應如是憶起一切住於菩提道眾，而確實以意樂心迅速安置於果位。

4. 普悉置於涅槃：

「安置有情於涅槃」意義是指，不僅僅只是給予住於菩提道諸眾殊勝寶果，即使一般凡夫具惡業眾，亦是立誓悉皆安置於圓滿菩提無上涅槃果位。在此時應確實以意樂心思惟：「將三界輪迴一切有情悉皆明晰於意境的悲心，自己於彼諸眾以隨機應化、超越數量之身將三界一切有情悉數的安置於無上金剛果位。」這些是一切發心之中最為優越殊勝，因此稱為具四優勝。在將求取發心字句的意義講解之後…。

五、皈依正行大禮拜：

觀想自己的身體以出家僧服作為莊嚴，且非一身也非此形相，身相青春俊美具足出家相，數量眾多，化現無量。彼眾每一身頂禮時具足多頭，每頭亦具足多條舌頭來祈請。與己相似者為數眾多，彼眾眷屬皆有六道眾生，眾生皆為出家比丘相。自他諸眾心中於彼皈依境眾，以猛烈悲憐之意敬心，在口中喃喃誦著「瑪 囊卡倘」皈依四身祈請文的同時，想著身體亦是安適坦然、整齊劃一的大禮拜。如是不忘皈依的觀想，若能清晰當然是為上品，但是想要做到全部的觀想皆得清晰甚是困難，不過即使無法如此，亦應盡力試著至少做到意樂。

既要進行大禮拜，又得唸誦「瑪 囊卡倘」的四身祈請文再加觀想皈依境，這些出現一個時，另一個又會消失，因為忘卻所以不怎麼安適，倘若隨著不安適放任擱置而去，則永遠不會達成。因此禮拜與誦唸，要鬆緩的漸進學習，總而言之，即是不令自心無法專注集中於所觀想，以及（避免）散亂、渙漫的惡習，身、口、意三門致力專注於所觀想，不被其他思惟所中斷。假始出現忘失、散亂，須予避免且再次清晰所觀想，在如是擰緊覺知之中，唸誦四句「瑪 囊卡倘」而行大禮拜。

在唸誦四句「瑪 囊卡倘」的時候，僅是口唸詞句而不解其義，在心中無可思惟意義，僅是口頭與詞句的皈依是無意義的，應予避免如同鸚鵡開口說話。唸誦「瑪 囊卡倘」時，需要思惟意義；想要思惟其義，首先須對各句的詞義，無錯謬地理解是為此與彼的意義；想要無錯謬的理解各句的詞義，首先需要上師阿闍黎講解，且對講解能牢記於心。

皈依的正行，四句「瑪 囊卡倘」，若予簡略宣講，「瑪」的意義是指，不僅只是此身與前世，而是從初始劫時一壽命輪轉沒有開頭，是故三界一切有情，未有不曾當過自己母親者。非僅一次地做為母親，次數上不可思議難以計量，教敕《親友書》：「盡為母際僅以柏粒般，縱計其數大地亦不足…」比方說，每一有情做為母親的次數，將此大地搓成漢地柏丸，即是綠柏果大小的丸粒，這將有難以思惟的極多數量。

一切有情在做為母親時的大恩：首先從住於胎中的痛苦開始，直至生產的痛苦等皆須承受。接著揹在身上，餵食母乳而養育，鼻涕、痰液以嘴舔淨，把屎把尿，以慈眼凝視，以愛心著想，叫著種種不同的暱稱，慈愛呵護以手擦拭嘴臉，以衣食慈愛護佑，給予種種美味的食物，披上種種衣服，以害怕生病、害怕死亡、害怕憂傷而愁苦，廣尋各種最佳的方法後，徹底滋養茁壯，若得些微茁壯，則對懵懂、缺

乏之事物再予教導。總之，祛除一切違緣，成辦一切順緣，而令體力臻於圓滿。生為人時做為母親，即使生為畜生時，母親亦是揹負種種痛苦而以慈愛護佑。遇到怨敵時，更是愛子勝過自己，以愛護而令體力圓滿。

在這方面，岡波巴的《解脫莊嚴寶論》與其他有關悲心、發心等的共同說法，一切有情皆為母親，做為母親的次數極多，有關其恩惠等並非如此次的簡略，而是極盡詳細的解說。但是若像那樣的繁多，恐怕除了無從明白外，再無其他，因此，其意義是一切有情皆為母親，做為母親的次數，並非僅是百、千、萬、十萬、百萬、千萬、億、兆等數，而是無可計數地為母。在次數極為眾多做為母親的過程中，彼時的無上恩惠即如同此世的母親所作般而作過。

然而，三界的老母眾生皆已迷失，假如毫無羞愧不念其恩，是不允許且不可為，那麼在自己修佛法時，即須思惟這是為了報答一切有情老母之恩而一同修持佛法。

獻出頂禮時，想著在自己的前方，有著三界一切有情與自己同時進行皈依。因為皆曾為母，所以是為母親。想著是為母親而喚出此詞：「**瑪囊卡尙 釀必 森間 湯接**」其意義是指，老母有情眾生並非少數或是一、二之數，隨著虛空所遍及而範圍廣闊，是乃等同於虛空邊際的有情，所以須在自己的意境中如是緣取觀想。

「**蠟瑪 桑解 屈介 固喇**」的意義是指，等同於虛空邊際的為母有情，悉皆向著上師佛陀法身尊——這是指自己的根本上師的聖意中，安住著（佛之）**法身**。以彼為首，在皈依境中所緣想的諸佛、大佛母等一切法身佛，另亦指十方剎、三世中的所有法身佛，彼眾亦須緣想在自己的意境中。

「**架布速企侯**」是指，更須乘以猛烈悲憐的意敬心而「求取皈依」。以上即是四身祈請文的第一句之義。

第二、唸誦「**瑪囊卡尙 釀必 森間 湯接**」的意義如前所說，如是唸誦時，將自己的為母一切有情置於意境中，而後…

「**辣瑪 隆說 走必 固喇**」的意義是指，根本上師的聖語中，安住著圓滿受用身尊，或是指以現今顯現**圓滿受用報身尊**為首，在皈依境中的勝樂輪、新舊派的寂怒本尊眾，另如五方佛等十方剎、三世中的所有圓滿受用身佛。如是將圓滿受用身眾緣想在自己的意境後。

「**架布速企侯**」如前所說，是指想著自己與一切有情，向所有安住於圓滿受用身的皈依處，乘以意敬心「求取皈依」。

第三、唸誦「**瑪囊卡尙 釀必 森間 湯接**」時，將彼眾置於意境中。

「**蠟瑪 禿介 祝了必 固喇**」的意義是指，化身之相縱為不可思議，若與總集有三類：殊勝化身、出生化身、造作化身。

殊勝化身：基本上，根本上師之身即安住著殊勝化身，或是以現階段中，根本上師本身即安住於一切體性之中為首，在現今皈依境中以釋迦佛為主的賢劫千佛等，亦即是所有安住殊勝化身相的三世諸佛。總之，殊勝化身乃是遠遠超出思惟的境界，即是於百千億的眾多剎土中，以寂靜、隨貪、忿怒之相而安住的無邊聖眾。

出生化身：是指諸佛為了眾生隨機應化，出現於器世間的種種身，以示現各種形象的眾生而安住者。