

# 跨過死亡之門

——雪歌仁波切指導臨終助念往生實錄

## 緣起

筆者的父親患病多年，我一直很擔憂自己無力幫助他渡過死亡這個重要時刻，更不用說往生善趣了。很慶幸在父親往生的時刻，能夠得到尊敬的上師雪歌仁波切在異地為他做超度，並且通過網路全程指導我們如何為他助念。藉由仁波切的教導，可以在父親往生的時候以自己的修法幫助到他，這是我最大的安慰。也相信把當時仁波切的開示分享給各位同修，將能有益於大家更好地幫助身邊的親友跨越死亡、往生善趣，最終脫離輪迴。因此，我將全過程記錄如下：

## 臨終時我可以做什麼？

弟子：仁波切，我的父親這兩天有點進入臨終的狀態：前天起大便秘了 5、6 次，體內都排空了；今天早上出現呼吸節律不均勻，甚至偶爾暫停的情況，下午有其他親屬來看望，呼喚他名字後有好轉，好像要走又走不了的樣子。之前(一個月前)仁波切開示說應該多念長的《普賢行願品》迴向給他，我們已經念了 180 遍。請問仁波切，我們現在該怎麼做？是繼續給他念《普賢行願品》嗎？還是應該為他念什麼可以幫助到他？我們現在在他的旁邊放《金剛經》的唱誦錄音。

### 1) 講一些讓臨終者放心走的話，並告知死亡過程，讓他不害怕

仁波切：這樣子聽起來的感覺是，我們念《普賢行願品》雖然對他增加福報與減少痛苦這方面應該有幫助，但現在他到要走的時候沒有走成，是不是被一些什麼執著卡住了？如果是這樣子的話，我們不如在他耳邊講一些讓他放心、不用起煩惱，我們一切都會做，你這個也不用擔心，那個也不用擔心，各種的不用擔心都給他講一講。

另外也跟他講一講，死亡這個是我們大家都要經歷的，也沒什麼可怕的。走的時候就是一個光明會來接你，你就跟著光走，就能夠走到一個很好的地方，能夠投生到很好的地方。就是這個過程跟他講一講。

### 2) 以心經助念

我們自己給他助念方面，是不是念《心經》他會比較有感覺？《金剛經》會不會太深，裡面那種空、不要執著的意思他會不會不容易抓到？

### 3) 助念佛號與咒語及《解脫經》

還有一個呢，我們在這個時候也應該儘量念一下佛號，就是《八十八佛懺悔文》或《三十五佛懺悔文》的佛號。每一個佛號念的時候，三遍三遍大聲地念，念的同時祈求消除他過去所有業障，好好念、好好祈求！

另外還有，你們應該也會念不動佛的心咒、大日如來的咒語、藥師佛的咒語、尊勝佛母的咒語等等吧？因為這些佛號、咒語在消除業障方面會有很大的幫助。

還有一個叫《解脫經》，我不知道有沒有中文版，會念藏文的話念一下(後來查證漢譯確有此經，名《聖大解脫經》)。

(總結)所以你們記得啊，第一，給他講一講先不用擔心，我們現在在你身邊，一切都 OK；還有往生的過程，不用怕，不用執著；這些光明來的時候不用怕，給他講講話。第二，爲了讓他不要執著，或者執著的心減低，可以爲他多念《心經》。第三，爲了消業障，要爲他念佛號、咒語、《解脫經》這些。

## **斷氣時或斷氣八小時之內，我可以做什麼？**

### **1)滴、灑、塗甘露粉**

另外再加上，你們如果有各種甘露丸的話，可以把甘露丸磨成粉，然後泡一點點水，在他嘴裡放一點點(一滴兩滴即可)，再灑點在他身上；剩下的粉末混一點點奶油——butter，只要能粘起來就行，用壇城沙最好，到真正走的時候，就是在斷氣的時候，或斷氣後八個小時之內均可，你們就可以塗在他的頂輪——百會穴那個位置。在他走的時候，你們儘量不要碰他身體下半身如腳這些地方，如果一定要碰的話先碰頭這個位置，然後別的地方再碰沒有關係。

### **2)念經、掛《九宮八卦》圖**

真的走了之後，也要念《真實名經》或《文殊贊》，爲的是解決走的時候某些時間、方位上相沖的問題。

另外，你們有沒有藏傳的《九宮八卦》圖？有的話掛在他頭頂上或面對著的牆壁上，能夠罩到他整個身體的高度即可。

### **3)幫忙超度亡者**

接下來五個小時左右的時間，我們按照仁波切的指示爲父親邊講話邊誦經，直至父親呼吸停止，這時已經是晚上近十一點了。我們立即微信留言請求仁波切有空的時候超度亡父，但仁波切收到微信後立即就按儀軌爲他作了超度，並且指示：

仁波切：你們在那邊現在馬上念《上師供養法》，主要是《上師供養法》後面“道次第”那部分，在快要結束的時候有四句專門是“破瓦法”的祈請(這四句是：“假使臨命終時未入道，強令證覺上師遷識法，清淨五力和合之教授，往生清淨剎土求加持。”)，這四句你們念三遍或七遍，念的時候好好祈求。念這四句之前可以念“密集瑪”，也可以念釋迦牟尼佛心咒或阿彌陀佛心咒。接下來最少每天這樣子修一次《上師供養法》吧。

然後你們念《普賢行願七支供》、《阿彌陀經》、持阿彌陀佛咒語，然後《宗大師祈願文》（密集瑪）、《上師供養法》裡面破瓦的偈頌念三遍，然後迴向。

本來父親在呼吸停止時相貌非常憔悴，眼睛、嘴唇都是微張的狀態，在仁波切為父親做完超度之後（約一個小時），父親的相貌便轉成端正安詳，嘴唇自然閉合了！

## 七七期間，我可以做什麼？

知道中陰身在未轉世前，每七天都要經歷一次死亡的感受，於是請示了仁波切在接下來的七七四十九天內，我們還應該如何為父親修法。仁波切指示：

建議在每一個“七”的當天，先念《上師供養法》，在《上師供養法》儀軌最後的迴向部分之前，如果有時間的話，可加念《金剛經》，沒有時間就念《心經》，這樣可以起到讓他放下執著、累積福報的作用（空性對累積功德有不可思議的作用），然後念《阿彌陀經》，然後如果有時間就念《文殊真實名經》，沒有時間的話念《文殊贊》。

應該是四個法吧——《上師供養法》、《金剛經》或《心經》選一、《阿彌陀經》、《文殊真實名經》或《文殊贊》選一。這四個法呢，《上師供養法》是透過祈求整個傳承上師及串習完整道次第法而作加持，《金剛經》或《心經》是累積福報及祛除執著，《阿彌陀經》是幫助投生好的地方，《文殊真實名經》或《文殊贊》是在投生好了之後他要有智慧。

觀想的話，是觀想你跟他一起，你念的經文他也有念。當然，他現在只是一個心續而已，但我們一樣可以觀想他以前的身體。念的時候，觀想佛菩薩特別攝受他、給他加持。先是在念《上師供養法》時，觀想傳承上師攝受他；念《金剛經》時觀想他就如須菩提一樣，對空性有完整瞭解、放下執著；然後念《阿彌陀經》時，令他看到佛和淨土的殊勝、歡喜阿彌陀佛、祈求阿彌陀佛；念《文殊真實名經》或《文殊贊》時，祈求文殊菩薩攝受他，這樣，生生世世都很有智慧。

其後，我們還找機會向仁波切請教了亡者會在什麼時間轉世。仁波切說，如果是隨自己的業力轉世，除非是平素造下特別強的善業或惡業，神識離體後均會經歷中陰階段。中陰身每七天發生一次死亡，但至遲在第七次死亡前便能覓得生處而轉世。若能夠得到有力的超渡，快則幾秒或幾小時內就能往生淨土。

補充：

2015年07月11日，仁波切在《廣論》課前有下面的相關開示：

我們每天課前都會作前行緣念。這個緣念次第，是先念《釋伽佛贊》作祈請；然後對於世尊的教法，透過念《心經》把它的殊勝點想起來；然後這樣殊

勝的教法由什麼樣的傳承傳下來讓我們可以修習呢？這就是念誦整個傳承上師祈請文；之後是念《功德之本頌》，把整個教法需要在內心裡面生起的證量一個一個認出來。我個人認為，這樣的一系列祈請不單可以作為課前的祈請，也可以用作臨終時候的祈請。為什麼呢？700年前，有很多修行成就的祖師在文集中寫到臨終的時候如何祈求，其中就有一個寫得很廣、很完整的祈請文，就是將整個傳承上師的名字一個一個念出來作祈請、本尊的名字一個一個祈請，一個一個佛，不同的佛、不同的菩薩、獨覺、聲聞等各個都作祈請。這個祈請文也象我們念誦的祈請文一樣，四句一偈，只是在每一偈後面加上兩句臨終的祈請而已。比如“無比導師世尊人天師，賢勝補處尊主阿夷多，勝者記別聖者無著尊，此三佛陀菩薩我祈請！”這個偈頌，就在它後面加兩句，這兩句的藏文大意是：“請慈悲眷顧如此可憐、無救護的我，在臨終、中陰以及來世的黑暗中救護我！”這就是臨終時的祈求。比如剛才那句意思就是“世尊、彌勒、無著我祈請”，在這個後面加兩句，以後我們把它翻譯出來，你們以後臨終的時候把它加起來修念。傳承上師祈請文我們每天都念了，一直祈請一直祈請，臨終的時候特別要一種祈請的話，就把這兩句加起來就可以了。這裡是只有傳承上師，沒有本尊是吧，我們也可以根據自己的情況，比如受過大威德本尊的灌頂、綠度母的灌頂，或者其它每一個佛、本尊等都有其特別祈請的偈頌，每一個祈請的偈頌後面加上這兩句就可以了。我覺得如果能這樣祈請的話是很有力的。

2015年7月12日，三寶弟子譚俏梅 謹記。願以此善衷心迴向一切沉溺眾生，皆能藉由上師三寶的加持，速疾往生淨土！