二臂童子紅觀音法，是藏傳佛教密法裡最高深的續部，藏密密續分別是事部、行部、 瑜伽部、無上瑜伽部，二臂童子紅觀音法是阿底瑜伽屬於無上瑜伽部的法門。無上瑜伽部是藏傳佛教的最精華部分，“無上”意指無法超越，是即生成佛的最高法 門。二臂童子紅觀音，系由岩藏大師第一世秋吉林巴所取出。在岩傳、教傳與淨觀傳承的種種觀世音法要中，這個名為［闊瓦東珠——輪回終結者］的紅觀音是屬於 岩藏與淨觀傳承二者合一的，是蓮花生大士的甚深心要修法，與另一尊［殿新東珠］，同被列為兩種最重要的觀世音菩薩修法，是非常珍貴的教法，其功德利益能除 眾生一切障礙，救度六道眾生解脫生死輪回之苦。我們知道，所有的本尊都是佛，但為什麼有時候我們會強調某一個修法是珍貴的呢？法的珍貴、無上與否，實取決 於口訣，也就是領受此法並實修的祖師所傳下的修行技巧，這樣的口訣技巧，是能使教法更為珍貴的主要原因。而包括第二世頂果欽哲仁波切在內的許多大師，都不 斷地傳授、開示這個紅觀音法要，因此更顯其重要性。

修法是讓我們觀想本尊身形來清淨我們幻現之凡夫身，主要的目的在於證得本尊的化身； 念誦經文來淨化我們的語，主要是為了證得本尊的報身；證悟空性而淨化我們的心識，主要是為了證得本尊的法身。通過念修二臂童子紅觀音儀軌是讓本來是凡夫俗 子的一個“我”，沒有了我執，領悟到一切都是如夢如幻的、虛空的。

具體修紅觀音法時，先發願為了一切眾生的利益而修行，念誦皈依文和精簡七支供的偈句。然後觀想虛空中隨著念誦出現一個“ http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png”字（此 為白瑪活佛親筆書寫，是觀音心咒“嗡瑪呢貝咩吽舍”的種子字）“http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png ”字一瞬間就變成了二臂童子紅觀音的形象（念誦儀軌時，必須觀想紅觀音的形象，怎麼站的、穿的什麼、手裡拿的什麼，就好像很清楚地在眼前一樣。這尊紅觀音 是蓮師的智慧所顯現，其身似八歲童子，紅色，站立，身著薄裙，以纓絡和花蔓飾身，頭髮束成髮髻狀，左手持甘露寶瓶，右手持蓮花所做成的花蔓吟珠。）紅觀音 頭頂上方端坐著西方極樂世界教主阿彌陀佛，阿彌陀佛身紅色，髮髻高聳，身穿三法衣，雙手結法界定印，上托寶缽，結跏趺坐在蓮花法座上，周身散發五彩的佛 光。隨後觀想紅觀音心間出現一輪如同一粒壓扁的芥子一般非常微小的月輪，像十五的月亮一樣圓滿晶瑩剔透，月輪上面有一個筆法像一根頭髮一樣細的“http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png ”字，字觀想得越小注意力就越集中，反之，雖然觀想是容易些，但是精神有可能散亂。“http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png ”字的周圍圍繞著站立著的“嗡瑪呢貝咩吽”心咒，順時針地轉圈，發射出耀眼的光芒，光芒裡有無數的八吉祥七如意等無量無邊供品，把這些都意供養給的十方刹 土的諸佛菩薩們，令其心生歡喜。然後一切圓滿吉祥的佛菩薩又慈悲地把光芒照耀到我，我心間同樣出現一輪非常微小的月輪，月輪上面有一個如同頭髮一樣細的“http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png ”字，“ http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png” 字的周圍圍繞著站立著的“嗡瑪呢貝咩吽”。此時的我請求五方佛作身、口、意的加持，成就自己“息、增、懷、誅”四佛業。並以恭敬心迎請大慈大悲觀音菩薩從 南方布達拉降臨，我虔誠地奉上甘露、淨水、鮮花、香、燈燭、食子、香水、妙樂等等吉祥無量供品，祈願從此我與觀音菩薩無二無別，得以清淨罪障、圓滿資糧， 獲得解脫之果位。此刻的我把心中“http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png ”和順時針繞圈六字大明咒的光芒，照耀到所有六道輪回中的一切眾生，使他們相續中的所有罪障、痛苦、習氣一下子全部得以清淨，最終終結六道的輪回。這時所 有六道眾生所在的外器世界化為觀音菩薩的刹土，一切有情眾生都是成為觀音菩薩，並齊聲念誦“嗡瑪呢貝咩吽”，然後就安住在這個觀想的狀態，念誦儀軌和輪回 終結咒語。

晚課時，先念誦觀空咒“嗡 梭拔瓦修達 薩瓦達瑪梭拔瓦修當杭”，隨著念誦觀想：眼前的虛空中出現蓮花寶座，上有月輪，月輪上有種子字“  ”（此字為白瑪活佛親自書寫，加持力無量）“  ”一瞬間幻化為紅觀音手中寶瓶的壇城，寶瓶中充滿了終結輪回的甘露，甘露中有一個“http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png ”， “http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png ”一瞬間變幻成二臂紅觀音的模樣（這和早課的觀想是一樣的，紅色身，左右手持有法器，頭頂上方端坐著阿彌陀佛），紅觀音童子心中出現個“http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png ”字，周圍順時針圍繞著站立著的“嗡瑪呢貝咩吽”，光芒的六字大明咒一邊旋轉一邊降下晶瑩剔透的水滴，直至把寶瓶充滿，每一滴水珠都是終結輪回的甘露，任 何眾生喝下就能脫離六道的輪回，去往阿彌陀佛和觀音菩薩諸佛發願而成就的極樂淨土。眾生獻上如雲供品迎請大慈大悲的觀音降臨，願觀音菩薩的大悲力加持，讓 眾生與觀音無二無別。然後安住在此狀態中念誦儀軌，起座前觀想外面的刹土化光慢慢地融入到自身和眾生所化的觀音菩薩，最後自己和眾生如彩虹般消失融入到法 界空性中。當一切都消失後，將心中的一切雜念都放下，什麼都不要想，專心於空性的境界當中，儘量保持這種狀態。在又一次生起念頭時，將一切器情世界明觀為 觀音菩薩的刹土，並念誦回向文，把念咒修行的功德，回向給六道眾生做個祝福，就是整個完整的修法觀想。

D：您的意思是說，眾生通過觀修就是紅觀音，佛菩薩們就是已經覺悟的眾生，是不是？觀音心咒“嗡瑪呢貝咩吽舍”的“舍”字是種子字，是什麼意思？

S：是的，佛陀就是已經覺悟的眾生，每個眾生都過修行都可以成為佛！種子字就是種子在眾生的心裡，通過修行可以發芽變成了佛。

D：是不是這個“http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png ”字安住在自己的心中，心咒圍繞著就象佛陀頭上光環一樣？

S：對。

D：然後依靠自己的明心來度化有情眾生？

S：把自己的明心觀想成觀音菩薩的心。

D：哦，然後觀音菩薩的心裡散發出了很多光芒。

S：嗯，這個光芒上照供養所有十方刹土的諸佛菩薩；下照佈施給所有的六道眾生，有情眾生沐浴在光芒中消除累世的業障，獲得解脫的果位。

起座時要觀想外面的觀音菩薩刹土融入到眾生幻化的觀音菩薩裡去，觀音菩薩再融入到法界空性中。

D；還需要觀想上師嗎？

S：不需要。這時上師、佛、我，都是沒有分別的。

D：念誦是用藏語好還是漢語好？

S:一開始的時候用漢語念，先理解儀軌的意思，等到理解之後，就念藏文，這樣加持力比較大。

D：是不是念誦心咒的時候都需要觀想，就比方說念金剛薩埵心咒就觀想金剛薩埵，念蓮師心咒，就觀想蓮花生大師？

S：對，不過念咒的觀想和二臂童子紅觀音修持儀軌的觀想有點不一樣，念誦心咒是觀想佛菩薩在自己的頭頂上方，現在這個阿底瑜伽的觀想要複雜些難些。

D：上師，現在我每天都按著早晚課來修，別的我啥也不修了，可以嗎？

S：可以的。

D：上師，紅觀音心咒有一個短咒一個長咒，短咒長咒是穿插著念嗎？長咒念完三百萬遍，隨念的短咒可以一起結束嗎？

S：可以。

D:短咒需不需要計數？

S：可以記數，記數就是自己定下一個目標，這樣對自己有點責任心。如果自己計畫每天念咒一千遍，那麼昨天念了一千遍，今天沒念的話，這個規定的任務就沒有完成，計數就是給自己點壓力吧。

D：上師，怎麼觀想那個舍字，是漢文的還是藏文的？

S：嗯。 這些觀想都是用藏文的，有幾個經常念到的經咒藏文，你們要學一學。這個舍字認識的話，對以後你們修頗瓦法很有幫助的。

D：上師您教我們寫一寫吧。

S：http://www.xztzgs.com/Up/day_110712/201107121713466456.png

D：謝謝上師！