**皈依之学处**

1. 三种所断
2. 三种所修
3. 三种同分

**皈依的学处**就是皈依的戒律，皈依有皈依的戒律，一方面，我们皈依后有很大的福利、功德，但也相对有很多责任。就像在这个城市、国家中，享受了很多福利，同时也要承担相应的责任。另一方面，皈依的戒律是保护我们皈依不失坏的一种方法。

皈依的学处、戒律也是让我们进一步接近皈依的境界、皈依的本性的一种方法。平时我们忆念、守持皈依戒，守护的越好，皈依戒就越好，皈依修行越好，离证悟就越近，障碍、违缘就越少。皈依有根本的戒律、也有分支的戒律。如果我们把根本的戒律和分支的戒律，从浅层次、深层次都能做到很好，这个修行者就能无限地接近证悟、觉性。 因为所皈依的本体本来就是觉悟的本体，我们能皈依、忆念他，那我们也是无限地接近觉悟的本体了。

学处就是戒律的意思，有时是指需要修学之处，都称之为学处。菩萨学处指整个菩萨行，有时是指戒律，学处有广义和狭义两种。这里皈依的学处主要是狭义的，就是戒律。**皈依的戒律最根本的就是不舍三宝，无论如何不舍弃对三宝的信心**。除了这个根本的学处之外，具体的该做、该断的等等，就是现在所要学习的内容。

**一、三种所断:**

我们皈依后不能做的、要断除的，有三种所断。三种所断分别针对皈依佛、皈依法、 皈依僧后的所断。

1. **皈依佛之后，就不能再顶礼所谓轮回中的世间天神**

**皈依佛之后，不能再顶礼世间天神，也就是说，不能把那些还没摆脱轮回痛苦的自在天、遍入天、上帝等外道天尊，以及地方神、 土地神等世间大力鬼神，作为后世的皈依处， 对他们顶礼、供养等**。当然，**从广义上讲**，各大宗教应和睦共处， 可以不称他们是外道;**但从狭义而言**，**我们皈依佛之后，不能再把鬼神、天尊当作解脱的究竟依处。**

有些地方供养土地神、世间护法、龙王、 狐仙，这虽是当地的一种习俗，但你不能永远皈依他们，而应把他们当成自己成佛的助伴， 以成办利益众生的事业。莲花生大士的很多仪 轨中，也有供养鬼神、天龙八部的。不过，这些众生不像智慧护法神、业成护法神那样已获得了出世间成就，只不过是在莲师等大成就者面前作过皈依，承诺要护持我们的修行，故不是究竟皈依的对境。所以，**皈依跟供养还是有一定差别**，在这些问题上，希望很多人应该要懂得。

（《前行广释》）

不能顶礼的意思，上师在讲记中讲了，世间的天神，如果有必要礼拜，问题也不大。但是不能把他当成解脱的皈依处、 究竟的皈依处去礼拜、供养，这是不行的。没有把他当作皈依处、究竟解脱的依靠处， 比如去拜父母、拜祖先，这些问题也不大。

世间天神道理也差不多，我没把他当皈依处礼拜，而是某种需要、某种目的，大家都来拜，我不拜不太好，考虑到这方面，或者有时得到暂时的利益，拜拜问题也不大。 **不能顶礼的意思，是不能把他当成究竟的皈依处去顶礼。**也就是说，不能把那些自己还没有摆脱轮回痛苦的自在天、遍入天等外道天尊，以 及地方神、土地神等世间大力鬼神作为后世的皈依处，而对他们顶礼供养等。

这里解释了，世间还没有解脱的，自己还有很多痛苦、烦恼、无明的自在天神也好，遍入天也好，这些印度比较多的，还有当地的土地神、地方神等地方特色的天神。不管怎么样，自己没有解脱的世间鬼神，不能把他们当成后世的皈依处，对他们顶礼供养。如果有些必要性，或为了成就事业、供养世间神，也不是不可以。上师在讲记中也讲了，**犯不犯皈依戒关键是你在顶礼、供养时，有没有把他当成像三宝一样，能引导自己获得究竟解脱的皈依处。**如果没有把他当作皈依处去顶礼、供养，问题不大。但能避免就避免，不能避免的话，如果没有皈依心，应该问题不大。

1. **皈依法以后，必须断除恼害众生之事，尽己所能防微杜渐，努力做到连梦中也不损害众生**

其他佛经也说: “若尊重三宝，当得三菩提，远离三种见，则不生诸苦。”倘若尊重、恭敬三宝，就能证得三 种菩提，远离障碍解脱的三种邪见，断绝一切 痛苦的产生。

汉地有些人明明已皈依了三宝，但还在杀鸡、杀虫、杀蚊子蟑螂，甚至有些法师也开许 这么做。但佛陀明确告诉我们，这样做是不合 理的，正如《涅槃经》所云:“归依于法者，则 离于杀害。”《涅槃经》说的是“杀害”，《前行》 说的是“伤害”，也就是连轻微地害众生都不行， 更何况是杀他们了?

因此，我们一定要懂得皈依的这些道理! 所以，**佛教徒一定要杜绝杀生。**否则，你把皈依证揣在包里，然后开始杀害众生，此举就已经破了皈依戒，已经不是佛教徒了。

（《前行广释》）

皈依法后，不害众生。**最好的是连伤害众生的心也没有**。皈依法后，务必要尽量断除杀害、伤害众生，“尽己所能防微杜渐，努力做到梦中也不损害。”梦中也不害众生， 这标准还是很高的。

上师在讲记中也讲了，如果我们皈依后做不到不害众生，有时连皈依的戒律都会破。 这个问题，我也观察、看过一些别的教言，无垢光尊者还有其他地方讲，如果直接解释， 别说是杀众生，连伤害众生都要破皈依戒，甚至比居士戒还严格，居士不杀人就不犯居 士根本戒。这里皈依的戒律中，皈依法后不害众生，连伤害众生都不允许，连梦中都不允许，像这样不仅不能杀害人，连有情都不能伤害，这个标准相对来讲就过于严格了。

皈依戒有根本和分支。皈依戒的根本戒就是不舍三宝，我们皈依完之后，无论如何， 宁舍生命不舍三宝。如果这个根本的戒律在，还有皈依戒。这里讲不伤害众生，属于分支戒——皈依戒律有一些损伤，而不是根本上就没有了。大恩上师从比较严格的角度讲， 如果你伤害了众生，皈依戒也没有了。

如果我们能做到这些完整的皈依戒，就是高标准的皈依戒圆满了。伤害众生就毁坏皈依戒，指的是什么呢?是指损伤了一部分就不是严格意义上圆满皈依戒了。从这方面观察，皈依戒的确比居士戒要严格。反过来讲，如果我们皈依戒破掉后，都没办法受居士戒了，因为居士戒必须在皈依戒的基础上，皈依戒破完了，再去受居士戒，根本得不 到戒体，因为皈依戒的基础都没有。所以解释的时候，如果根本戒律不舍三宝，根本戒律的戒体就还在。分支你做不到、做不圆满，对皈依的戒体是有损伤的**。**有损伤和破根本是不一样的，就像你脑袋掉了和掉块皮，或者身体受伤是不一样的。身体受点伤，你人还活着，命还在，但如果命掉了，那就没有了。 皈依戒根本是不舍三宝。比如很多地方的修行人，南传、藏传、汉传、泰国等，他们也打鱼、杀生，也有很多这种情况，但他们仍然可以做居士、修行者，汉地有，藏地 也有。根本戒体受点损失、受点伤害就不圆满了，分支和根本上有损害，这两者之间还 是有差别的。这里主要讲了如果做不到，分支戒肯定破了，但是根本戒不一定破，它应该还在。

**从严格的侧面讲**，**尽量地生起饶益众生的心，不要伤害众生，不要生起伤害众生的心。**如果生起了、做了，就精进地忏悔。逐渐生起饶益众生的心，把我们的心修得非常柔软、慈悲，这时我们的皈依戒不管根本上的，还是分支上的都圆满了。这个圆满要连梦中都做到，是二地菩萨才能达到的标准，二地菩萨皈依戒才圆满。这样真实圆满、达到高标准是我们的目标，但是现在对我们而言，根本一定要保住， 分支逐渐去完善，平时有违犯就忏悔。尤其是皈依佛后，不皈依天神，对我们来讲容易， 皈依僧众后，不与外道为友也容易。但不伤害众生就太困难了。所以我们先把别的守好， 然后逐渐去完善，这样比较好。

1. **皈依僧之后，不可以与外道为友，也就是不能与不信仰佛教及导师佛陀的外道种姓共同交往。**

皈依僧之后，不可与外道为友，也就 是不能与不信仰佛教及导师佛陀的外道交往。当然，有时候跟不信佛的人说个话、吃个 饭，这也是很难免的，但你的见解千万不能与之同流合污。在我们藏地，虽然没有真正的外道，但侮辱上师、诋毁正法，及诽谤密宗甚深法门的人，也与外道基本上相同，故绝不能和他们亲密接触，友好往来。

我们常说“**远离恶友佛子行**”，对上师、佛法不恭敬的人，跟他交往久了以后，自己的善 根就会全部毁坏，故《涅槃经》中云:“归依圣僧者，不求于外道，如是归三宝，则得无所畏。”

皈依僧众之后，不要与外道交往，这样的皈依， 可令你获得无所畏惧的境界。其他佛经也说: “若尊重三宝，当得三菩提，远离三种见，则不生诸苦。”倘若尊重、恭敬三宝，就能证得三种菩提，远离障碍解脱的三种邪见，断绝一切痛苦的产生。

（《前行广释》）

共同的交往并不是不能说话，不能一起工作、吃饭，是说见解上不能一样。和外道交往是说见解、行为和他们相同，这是不行的。

如果一家人里有外道，一家人不信佛法，或者更明显地皈依其他宗教，这是不是就 破了皈依戒呢?不是。一方面不是看你的行为，主要看你的心，虽然一起起居、一起工作、一起干事情，但是我没有认可他的见解，没有被他的见解所染污，这就相当于没有与外道共同交往。

在藏地虽然没有真正的外道，但**侮辱詈骂上师、诋毁亵渎正法，以及诽谤密宗甚深法门的人也与外道相同，绝不能和他们亲密接触，友好往来**。

藏地的佛法很兴盛，没有真正的外道。但是相似的外道也需要避免，比如“侮辱、 詈骂自己上师”的不能交往;“诋毁亵渎正法”，也许不会对所有正法亵渎，但可能某些法进行诽谤，还有诽谤密宗甚深法门的，和外道相同;“绝对不能和他们亲密接触、 友好往来”，认同他的见解、行为，这肯定不行，也是会有危险。

前面讲了三种所断，皈依三宝的戒律。修行者有时不愿意守戒律，因为多数人相续中认为戒律等于条条款款，等于绳子或者束缚，有了戒律就不自在，被捆起来了，相当于教条。其实这不是戒律的精神!表面上看似乎有一条条的条款把我们捆住了，但真实意义上讲，戒律的精神是通过这样的方式断恶行善，这是一般戒律的意思。

如果我们守持皈依戒里的戒律、行持学处，可以让皈依的本体更清净。它的精神就是让皈依的本体更清净，即该做的做，不该做的不要做。这样以来皈依的本体越清净， 就越易于趋入三宝自性以及所修的法，也越容易获得断证功德，这就叫修道。

皈依是趋入修学的第一步，**必须通过守护皈依的戒律和学处的方式，让皈依非常清净，不受染污。否则在修学的过程中就会出现障碍**。

多数情况下，戒律其实就是强制性的保护措施。对凡夫人来讲，自觉地去做是很困难的，没有这么高的素质怎么办?那就需要有强制性的措施让我们去做，让我们发誓。 比如受戒时，就要在佛面前发誓不杀生、不偷盗。发完誓之后，虽然心中还想但不敢做了，这样就强制性地把我们保护起来了。如果没有戒律，就会想“我就做一次，以后再改”，其实根本就管不住自己。这也是佛陀的善巧，用这种措施强制性地把我们保护起来，在这个保护的范围中断恶行善。

前面讲了，如果往生到了极乐世界，是不会有戒律的，因为那里的修行者，不管是圣者还是凡夫都是高素质的，没必要去了第一步就要受戒，不再需要戒律去约束了。然而娑婆世界里的众生没有这么高的素质，非常自觉的方式是做不到的。即便世界上有些国家所谓的国民素质特别高，但还是有法律、或很多条条款款来约束，没有这些就不行。

对于刚刚修学的人，很自觉地修道、断恶行善是肯定做不到的，也需要强制性的保护措施，通过这样的方式安住在修行状态中。等修行相应之后，自然也会守戒，通过完全随顺因果规律的方式去守护戒律就很自然、很快乐。

我们不要把学处当成一个负担，或者觉得很困难、很恐怖。应该高兴，通过这样的 方式让修行稳步前行，把我们置于保护中是好事情。否则就如同世间没有法律、不遵守条条款款一般，每个人都随着自己的性子去做，整个世界就乱成一锅粥了，自己也绝对得不到任何保障。如果自己不愿意守持，那别人也肯定不愿意守持，这样就可能没有丝 毫的安全。如果守护了这些戒律，在保护自己的同时，也保护别人。如果大家都能守护戒律，就是互相保护、自利利他，所以皈依的学处就是让皈依的修法更加清净，越清净则越相应于觉悟之道。

**二、三种所修：**

所修，就是皈依三宝后应该做的。它也有三条:

1. **皈依佛以后，对佛宝的身像，乃至零碎片段以上，也要恭敬供养，以头顶戴，放在清净的地方。对它起真实佛宝想，生起信心并观清净心。**

佛陀虽然已示现了涅槃，但很多经典里也讲了，佛陀幻化的形象就是佛像。《亲友书》 中说，作为智者，即使看到木雕的佛像，也会恭敬顶礼。

我们作为皈依佛门的人，不要说对佛菩萨 的画像、塑像顶礼膜拜，就算是佛像的碎片、 唐卡的一角，也应当恭敬顶礼，放在清净之处， 不能任人践踏。在末法时代，佛陀会显现为佛像来度化众生，故要把这看作是真正的佛陀，对它生起欢喜心、恭敬心。而千万不能轻蔑佛像，甚至见到时连帽子都不摘，以不恭敬的态度来对待。

（《前行广释》）

当我们皈依三宝，比如皈依佛之后，要恭敬所有的佛像。佛像是不是“皈依佛”的本身呢?不是这个意思，佛像是佛宝的所依。真实的佛宝的自性是具有法报化三身的，尤其**法身是最究竟的皈依处**。

为什么法身是最究竟的呢?因为化身是观待不清净的众生示现的，由于众生有缺陷， 所以化身佛在某种意义上讲也不完美。比如说释迦摩尼佛，他有降生、住胎，显现上也有生老病死等等，这些方面不是究竟的。因为他是观待众生示现的影像，从这个侧面来讲，他并不完美。报身佛比化身佛要清净完美，是针对一到十地菩萨而示现的，也要观待所化而示现。 而菩萨内心中，还残留一些烦恼障或者所知障，从这个侧面来讲，菩萨作为所化的弟子 也还没有达到完美。针对这类弟子所示现的报身佛，相对于化身已经很完美了，没有生老病死。但从某个侧面来讲，有微细的变化，因为他是观待所化弟子而示现的，所以报身也不是很完美的。真正圆满的是法身佛，不需要观待所化的弟子，是每个方面都圆满清净的。有些弟子在称呼上师如无垢光尊者时，就会称法身无垢光尊者或者法身龙钦饶降。为什么通过法身来称呼呢?因为化身和报身所针对的受众，有特别不清净的，或者是部分清净、部分不清净的，针对这些所示现出来的人，其实都有观待，还不是最圆满的;而法身不需要观待众生，是佛陀自己安住的境界，所有的断证都是圆满的，没有丝毫缺陷。在修上师瑜伽的时候，也需要安住在上师为法身的状态中去祈祷、去观修、去相应，有些地方是这样讲的。

真实的佛宝是法身自性，是最圆满的。这不是发明创造，这些观点都出自于《宝性论》。**真实皈依的佛宝，**最究竟、最圆满的，就是具有灭谛自性的佛陀法身，这个是最圆满的佛宝自性。这种佛宝自性我们看不到，因为这是佛自己的境界，我们是没办法了知的。

报身对我们来讲，也只能通过法本或者一些画像去了知，其实这也不是真实的报身。 化身对我们而言，释迦摩尼佛入灭了。在世间中，佛陀以善巧方便加持佛像，所以佛像是佛陀的所依和代表。**我们要恭敬顶礼一切佛像**，不管是木雕的、瓷的、铜的，还是画 的唐卡等，都是佛宝的代表和所依。虽然不是真实的佛宝，但是他是我们能够见到的并通过这种像产生信心的对境。虽然没有佛像也可以在虚空中观想，但对我们而言，眼前经常有这个像就容易产生信心。通过这样的对境就容易对佛陀产生信心、恭敬心、供养和礼拜的心。这对我们内心中福智的增长，或者相应于法界的自性来讲，很有必要。如果条件允许，尽量在房子里面多挂佛像，每个方向都挂，自己在哪都可以看到。我们眼根能够看到佛像、经书，在这个过程中也能够增长我们的种姓或解脱的习气。

任何种类的佛像都要恭敬，把它当成真正的佛宝。为什么是“当成真正的佛宝”? 就说明佛像不是真实的佛宝。真正的佛宝，前面讲了佛的法身就是佛宝。不管是铜制的、 木制的或泥塑的，这些其实是代表。但是我们要把这些当成真正的佛宝去恭敬，不要想这只是一张画、一张纸或一堆泥巴等等。如果这样想，就没有产生应该有的缘佛陀的恭敬心，对我们的修行也是一种障碍。所以，对佛宝的身像要非常恭敬，把他当成真实的佛宝来面对。

不单单对很圆满、很庄严、做工很精致的佛像，乃至于对佛像的碎片、零碎片段以上的，也要恭敬供养。有些佛像由于一些因缘可能破碎了，存留了碎片，从世间层面来讲，这尊佛像已经残缺不全了，只剩头部或者一只手或脚等等。看到碎片的时候，不要想:完了，这个没法处理了，把他当成垃圾来观待，这不行。即便是破碎的佛像，首先要想到他还是佛宝，佛像的碎片也是佛宝。“**零碎片段以上也要恭敬供养**”，其实是在培养我们对佛宝的恭敬心。

1. **皈依法后，不要说对显宗的《大藏经》、 论著，密宗的续部、经典要有恭敬心，甚至是只言片语，乃至一字一句，也要顶戴供养，生起真实法宝想**

佛陀曾在经中说:末法浊世时，我会以文字相来利益众生。然而，听说有些寺院的佛教徒，在跟别人辩论时，手里拿着《释量论》的法本，说它只 不过是文字而已，对它恭敬没什么意义，然后 就放在屁股下面。这种行为特别可怕!持此邪 见的人，表面上是佛教徒，实际上根本不是。 当然，他也是因为愚痴所致，不知道佛经的价值，所以非常可怜。

我们作为佛教徒，皈依了法宝之后，不能把经典放在不净的地方，或者地上，而一定要 放在高处。有些人把法宝、佛像塞在床底下， 甚至坐火车时把有经书的行李放在下层，这真 的很不合理。一般来讲，有智慧的人，绝不可能将法宝放在身体下面，这样对三宝连基本的恭敬都没有。

“文革”期间，藏地有些人被红卫兵逼迫必须坐在转经轮上、经函上，他们宁死也不坐， 不愿意舍弃三宝。还有个地方的红卫兵，把经 函、玻璃碎片分别摊在路上，让一个誓言特别 坚定的人，要么光脚踩玻璃碎片，要么就去踩经书。后来那人选择了玻璃碎片，而不愿意踩在经书上。所以，**我们一定要对所有的佛经有恭敬心，因为你已经皈依了法宝。**

（《前行广释》）

为什么皈依法之后对于佛经、论典和法本，生起真实的法宝想?不单是指对碎片生起真实的法宝想，还有一层意思是说，对经书也要生起真实的法宝想。这是什么意思呢? 经书难道不是法宝吗?这个我们再再讲过了，在三宝自性中，法宝是道谛和灭谛。道谛是圣僧相续中证悟的境界，**灭谛是佛陀相续中证悟的境界，这才是真实的法宝**。

而且在道谛和灭谛中，灭谛是最究竟的。为什么呢?因为道谛还有增上的，还是变化无常的。它不可能往下变，但可以越来越增上。一地菩萨和二地菩萨相续中的道谛自性就有变化，菩萨从一地到二地，相续中的道谛也是无常的，会变得越来越圆满。这就是所谓的法宝，是道灭二谛。道谛和灭谛是真实的法宝，这是《宝性论》中弥勒菩萨讲的。真实的法宝——道谛和灭谛中，再观察会发现灭谛是究竟的。因为道谛有变化，是无常的自性。**真实的、最究竟的法宝皈依处应该是灭谛自性，佛陀相续中的灭谛是最究竟圆满的**。

而经书、法本是属于证悟了道谛和灭谛的等流，这是两方面的等流:一方面是佛陀证悟了灭谛之后，从佛陀证悟的相续中，流现出来的文字，这个文字是佛陀宣讲“我的证悟”和“证悟的方法”，是以佛陀为源头，他讲的这个文字是随顺他的证悟，这个叫等流。

还有一种等流是以经书作为源头，如果缘经书中的文字，了知意义，就可以在相续中生起经书中所描述的证悟境界，这也是一种等流。这个文字就相当于指月亮的手指， 它是不是真实的法呢?手指不是月亮，但它是方便;文字不是法宝，但是它属于法宝的等流。如果依靠这些语言文字，就可以趋向于其中的意义，可以生起道谛和灭谛。从这个侧面来讲，把经书安立成法宝。但真实意义来讲，不是真法宝，是法宝的一种等流。

因为经书、文字，讲的是“道、灭”的道理，所以，也可以把讲道灭的这个法，叫法宝。经书文字就是我们能够看到的，因为道灭二谛对我们而言，并没有生起来，但是**法宝经书可以帮助我们达到道灭二谛的境界，所以需要恭敬**。如果对法本不恭敬，那么对法本中所讲的意义就不重视，也就没办法生起境界。我们现在都知道月亮在哪里，假如根本不知道月亮在哪里，会不会重视这个手指呢?肯定会，但是手指不是月亮。如果不重视手指，就没办法通过手指指出月亮在哪里，是这个道理。所以我们对于经书也需要像法宝一样恭敬。

没有讲真正的法宝时，在我们的概念中，经书就是法宝。但是如果要再进一步分析， 经书是法宝的等流。真实的法宝所传递出来的等流的意义，就是道谛和灭谛，这就是真实的法宝自性。所以**对于经书，哪怕是一字一句，也要作真实的法宝想，生起像法宝一 样的恭敬心**。

如果对于经书、论典很恭敬，会因为这种恭敬心和殷重心，逐渐得到法义，从而能通达、生起定解。通过法宝加持，也可以生起证悟。当登初地的时候，相续中首先能生起道谛功德，再经由修道之后，相续中生起灭谛功德。这时，我们相续中法宝就圆满了。 所以，法宝真实来讲应该是在修行者相续中，尤其是圣僧和佛陀相续的自性。

这种法宝自性，从究竟了义的侧面来讲，每个众生相续中是本具的，即灭谛这个本体是本具的。比如说自性三宝，就是每个有情相续中，佛功德、法功德，还有僧功德，都是具足的。我们必须首先皈依外在的三宝，逐渐了知或现证自相续中自性的三宝，这是我们对于文字、经书非常恭敬的一个缘起。

如果恭敬了之后，第一生起无量福德，灭掉很多的罪业。还有就是恭敬法宝，我们也容易在相续中生起经书文字中所指点出来的意义。这样就可以和法相应，真实地生起道灭二谛的功德。我们应该做的就是所修，虽然不是真实意义上的证悟的因，但是对于皈依法宝来讲是需要的行为。因为对于它的所依很恭敬，就更容易接近真实的法宝自性。

1. **皈依僧以后，对僧宝所依、乃至僧衣 的红黄补丁以上，也应当生起真实僧宝想，恭恭敬敬顶戴供养，将它放在干净的地方，生起信心并观清净心。**

僧众的僧衣，我们千万不能踩，如果在上面跨来跨去，过失也相当大。为什么呢?因为 有关经典中说，出家人的红黄僧衣，实际上是 过去、现在、未来诸佛成佛时的装束，天龙八 部、人与非人都会恭敬顶戴。还有些经典里说， 大鹏每天捉龙而食，龙王向佛陀求救，佛以僧 衣赠与龙王，教其及眷属各分一缕，系在龙角 上，就能避免大鹏捉食之难。

所以，出家僧衣加持极大，我们穿上之后，除非是前世杀生等异熟果报现前，否则，一般的世间鬼神无法加害。

现在有些在家人，邪见特别重，对出家人很看不惯，看到谁都觉得是坏人。有这种心态 的话，造的业会非常大。阿底峡尊者说过:“四 个僧人中，一定会有一位圣者。”只不过我们的心不清净，看不到而已。因此，能穿上这样的红黄僧衣非常不容易，大家理应观清净心，否 则，一不小心就会破皈依戒。

（《前行广释》）

真实的僧宝是什么呢?《宝性论》中讲的是一地以上的菩萨;大乘来讲，一地以上的圣者，叫做僧宝。为什么叫僧宝呢?因为他相续中生起证悟，有了道谛功德之后，就叫做僧宝了，僧宝的究竟就是佛宝。僧宝是从一地到二地乃至于十地，十地究竟之后，有没有之外的佛宝?没有了。所谓的佛宝就是僧宝的究竟，道谛转为灭谛，这个时候就成佛了。法宝是僧宝和佛宝所修的或者所证的。所以三宝自性就是这样，并没有别别分开。

对于我们来讲，三宝就是三个。但是所谓的僧宝就是修行者登地后，圣僧相续中现前道谛。然后僧宝和道谛同时走，僧宝圆满成佛后就是佛宝。严格意义来讲，没有三个。 但是在学习的时候会分开说明佛宝、法宝、僧宝。

一个人的相续中是这样的，但是会不会又有僧宝又有佛宝?当然有了，因为这么多修行者，有些已经成佛了，有些还在道上，有些还在圣者位。这个时候，僧宝和佛宝可以同时存在，不同的相续中都存在的，但是法宝没有，离开了僧宝的道谛是没有的。没有佛宝的灭谛也是没有的，所以道、灭二谛一定是在相续中的，要么在圣僧相续中，要么在佛陀的相续中，真实的法宝绝对不可能是在单独的一个地方存在的，是这样的自性。

在成就圣僧之前就是修行者，也可以叫做僧宝，如果是一种僧宝，从凡夫身的侧面来讲，就是前面讲的真实的僧宝。如果是相似的僧宝，凡夫的相续中就是四位比丘以上的出家人的僧团，称之为僧宝或僧宝自性。

一个僧人不能叫僧宝，圣僧一个就可以是僧宝——一个初地菩萨就是一个僧宝。但 是凡夫必须要四位比丘以上的僧团，才可以称之为僧宝，可以做很多弘法利生的事业。 在无垢光尊者的《心性休息》中讲，居士团体也可以叫小僧众、小僧团。

此处主要是从出家的身份讲，因为出家身份有守持戒律，佛陀的戒律是由僧人来传 递。此外修行正法、住持寺庙等等，都是出家人。所以此处是以**僧宝所依——出家人的僧衣**必须要当成真实的僧宝来想。这个地方也是这个意思，为什么把它当成真实的僧宝 来想?真实的僧宝一定是圣僧，凡夫身不能叫真实的僧宝。这方面也需要了解，在《宝 性论》中弥勒菩萨讲得非常清楚。

不单是整件僧衣，哪怕有些僧衣的碎片，或就是僧衣上面的红黄补丁以上都应该当 成真实的僧宝来想，把出家人或同行的道友都当成僧宝来想。因为真实的僧宝相续中有灭谛的功德，但是现在的出家人相续当中有戒体，也有一些佛法的功德。这些居士、修 行者也有戒体，不管是什么戒体，一戒或两戒，也是戒体，相续中也有一部分的正法功 德。

比如说生起些信心、出离心，其实都是随顺于道谛的(还不是道谛，但是随顺)，如果这样修下去一定会生起道谛功德，这是道谛的因。凡夫的出家人、居士，是圣僧的因; 圣僧相续中现前的是道谛。现在凡夫的僧人、居士相续中的这些教证、戒律，学习的教法、信心，都是道谛的因，所以对他们也要恭敬。要当成真实的僧宝来看，就可以对于皈依僧宝做得更圆满。

但是在家人的衣服我们会不会把它也当成僧宝?这个没有讲，因为从世间的缘起来讲，它并不像出家的僧衣一样，僧人的袈裟是有佛陀专门加持过的。佛陀没有把白衣加 持成福田，但是把出家人的僧衣加持成福田了。虽然也是同样的面料，可能也是一般的面料，剪几下就成袈裟了，和我们的衣服差不多，只不过样式不同。其实不一样，因为 佛陀用智慧加持过，这种样式就成为福田。

而在家的居士衣服没这种说法。虽然在家的居士也是圣僧的因，修到后面也会登地， 但是凡夫僧人的衣服、袈裟是佛陀以不可思议的智慧、善巧方便专门加持过的，可以作为福田。而在家人的衣服样式再好、再新潮，都没办法成为福田，这就是世间的缘起。 所以应该把僧人的衣服乃至于补丁以上，都当成真实的僧宝想，恭恭敬敬地顶戴供养。 如果在路上看到，顶戴供养之后把它放在干净的地方，生起信心并观清净心。

**三、三种同分**

这个科判主要讲把与上师三宝有关的，做相似的恭敬。

**一、对为自己开示取舍道理的上师，不管他的身相如何、地位怎么样，我们都应把他看 作真正的佛宝。甚至连其身影也不能随意践踏， 而要精勤承侍、供养。**

这里的上师和第六品讲的一样，不是只有一个上师的名称，应该是具有法相的，给自己开示取舍道理的。作为一个修行者，明了取舍的道理很重要，因为所有心的调伏， 都是从取舍之道而来。如果我们没有按照取舍之道去行持，内心就没办法断掉障碍、生 起功德。所有我们内心当中的转变——以前没有的功德生起，以前有的过失消失，这一 切都来自于对道理的取舍，这是善知识、上师给我们开示的。我们的进步或者断证功德的来源，就是上师和善知识，所以给自己开示取舍道理的上师、善知识也作为佛宝想。 因为从某个侧面讲，他们做的是和佛陀一样的事情。

佛陀出现在我们面前，也是告诉我们取舍之道。正如前面讲的，所有的事业中佛陀的语事业最清净、最圆满、最超胜，佛陀在我们面前也是给我们讲法。当然佛陀还会放光，或者根本不需要坐车来，从空中就过来了也有可能。但不管从什么地方来(从空中来还是突然从法座上面出现都有可能，佛陀肯定有这个功德)，关键是要让我们的心调伏。

善知识走过来我们可能不会太激动，佛陀飞过来我们会很激动，这个一般的凡夫都 会，但是激动之后还会归于平静，烦恼还是有，功德还是没有生起来。所以关键是来了之后佛陀会做什么事情。佛陀会放光，会摸顶把你的病消除，但是烦恼不可能被摸顶摸掉。最关键的是要调伏你的心，还是要讲法，还是要讲取舍之道:怎样守戒，怎样生出离心、菩提心，怎样修空性。佛陀讲方法，然后你按照这个去做，才能把心调伏，别的都是铺垫。

佛陀的显现是次要的事业，主要的事业还是给众生讲解取舍之道。可能这位上师的断证和佛的断证是没法比，但是善知识做的事情和佛做的事情相似，从这个根据来讲， 可以**把上师、善知识当成真正的佛宝、佛陀一样来看待**。

“**甚至连上师的身影也不能随意践踏，而要精勤承侍**”，这主要是让我们生起恭敬 心，不能随便，哪怕对上师的身影也是。因为加持、利益都自于恭敬，越恭敬越能得加持。如果没有信心或者很随便(随便的行为主要还是来自于随便的心态)，没有恭敬心， 肯定也得不到真实的法。

当心态是随便的、或者不恭敬的、傲慢的、烦恼的，那就生不起清净的功德。清净的功德只能从清净的心态中生起来。信心、恭敬心、谦卑心，都是属于比较清净的心。 有了清净心的因，就会有清净心的果;如果内心没有清净心的因，就不可能生起清净心 的果。乃至于在细节上面也要注意，连“**身影也不能够随意践踏，而要精勤承侍、供养**”， 这就是同分，即相同的部分。不是完全等同于佛陀，是有相同、相似的一部分，我们也应该把它当成佛陀一样来恭敬、供养。

**二、对上师所赐的任何教言，都应当作真正法宝想，依教奉行，哪怕仅仅是一言一句也不能置之不理**

**上师的语言和法宝相同、相似，这个作为同分**。上师的语言和法宝自性还是有差别的，但是有相同的部分(同分的意思就是有相同的部分)，就把它等同于法宝来恭敬。 对我们凡夫人的分别心来讲，如果是法宝，我们就会特别恭敬;如果是上师或某个高僧大德讲的，我们内心就不一定那么恭敬、那么重视。

所以把上师的语言上升到法宝高度，给我们的建议、教言，我们就会殷重对待，就可以因为行持了这样殊胜教言的缘故，对相续起到调伏的作用。“**对上师所赐的任何教言应该当成法宝想”**，所有的教言都应该当成法宝的自性。这里的上师是具有法相的上师，如果是没有法相的上师，就不一定有这样的作用了。

“**依教奉行，哪怕仅仅是一言一句也不能够置之不理**”。做得到做不到再看，但内心不能够置之不理。做不到的要忏悔“这个我做不到”，没有置之不理，还是很认真对 待这个教言。所对待的教言分两种，一种能够做到就去做;一种做不到，那也不会置之不理，而是内心生起惭愧心。比如对所有佛陀的教言，有些做的到就去做;有些现在做 不到，发愿以后一定要做到或者忏悔。

这代表我们对法宝的尊重。对上师的教言也是一样，能够做到的就去做，做不到的就生起惭愧心来忏悔。如果能够生起惭愧心来忏悔，说明我是尊重这个教言的，只不过能力有限，现在做不到。哪怕是一言一句也不能随便:“可能没有什么价值，根本不用 管。”这种心态是对自己深入法义、得到加持的障碍，需要断掉。

这是上师的语言和法宝的同分。然后讲僧宝同分:

**三、对于上师的眷属、弟子，及与自己共同持梵净行的道友们，也要作真正僧宝想。 身语意恭敬依止，一刹那也不做令他们不欢喜的事。**

包括为上师发心的人，你也不能看作敌人， 背后遇到谁都讲他的过失，甚至觉得上师如何 如何偏袒**。**

当然，假如上师的眷属、弟子，行为确实 说不过去，那也不一定非要维护。包括上师若不

是真正的善知识，所作所为完全违背正理， 佛教中也并不是强迫你一听说是上师，就必须 无条件服从，上师什么都可以随心所欲，什么 坏事都可以干。不过，上师若是真正的善知识，就必须要以恭敬心来依止。（《前行广释》）

如果这些都能做到，就是一个很标准的修行者。不单单是对上师本人，而且对上师的眷属、弟子，还有和自己共同守持梵净行、守持戒律的道友们，都要当作真正的僧宝想。

比如说一地菩萨、二地菩萨，我们对这样的大菩萨都会非常恭敬，说话会很小心， 生怕生起一个不好的心，造了罪业。如果我们能够对于同行的道友、上师的眷属、弟子， 尤其是同行道友都生起真正的僧宝想，我们的内心就会得到最大的调伏，邪分别念、烦恼就不会再生起来了。

我们觉得对上师可以恭敬，但是对弟子不用，都是差不多的，平起平坐。刚刚在上 师那都很恭敬，说话也很小心，一退出来嗓门也大了，说话开始随便了，因为觉得我们 都差不多。慢慢就不恭敬了，烦恼、思想开始随便了，说话、行为也开始随便了。这种行为本身是我们证悟实相的障碍，而且过程当中有可能通过语言产生一些过失、罪业， 也会成为障碍。要求我们这样做的原因就是尽可能地减少我们的障碍，让我们和法相应。

如果我们能够做到，相续就很调柔，就更容易和正法相应。这就是修行。其实并不 容易做，但修行就是这样，做得到的反复去串习，做不到的力争做到，改正不足。这个戒律同分的要求，也是一种修行。

做不到怎么办?我们就想道理:为什么让我们这样做?现在做不到怎么办?做不就要去忏悔，**通过修正自己的发心和行为，把道友、上师的眷属都当成真正的僧宝，身语意恭敬地依止**。真实的僧宝是圣僧，我们把道友当成真正的僧宝想，身边都是僧宝， 都是圣僧，这样身体就很恭敬，说话也很小心，尤其是内心中经常生起恭敬心，就好像汉地的大德一样，所有的人都是菩萨，就我一个是凡夫。

如果能够做到，就会非常小心谨慎，这种殷重心对我们烦恼的调伏，尤其是傲慢心的调伏，是很有利的武器。所以**力争做到一刹那也不令他们不欢喜，一刹那也不做令他们不高兴的事情，这就是同分。**

所有的道友，不管是上师的眷属还是弟子，在上师这儿多多少少得过法，相续中是有法的。同行的道友也是，要不就是守了戒律，要不就是内心中有一些信心、出离心、 菩提心。这些修行者的相续中缘正法在修，而缘正法在修的人都是僧宝的补处，或者都是预备位的准菩萨、准僧宝，只不过有些修得快点，有些修得慢点。但只要和法结缘， 只要正在修法，最终都会成为僧宝的自性。

所以我们对佛陀、对僧宝要恭敬，对修行法义的人、终将成圣僧、佛陀的人也应该恭敬。所有的佛都是从这儿上去的，所有的僧宝都是从这儿上去的，恭敬他们就相当于尊重自己。我也是修行正法的人，我最后也会成圣僧，也会成佛陀。

如果我现在没有这么高的觉悟，那么成为圣僧、成佛的速度会很缓慢。因为在对待别人的态度和行为上面，如果做得细节不完美，在短时间当中很难让自己成为圣僧，这方面还需要修学。

如果我们能够对所有的修行者都生起恭敬心，在这个细节上做得比较好，我们达到圣僧的阶段就会很快。这些都是要成为圣僧的必然的修行方式。既然要成就菩萨的修养， 就要调整改变自己。没有一个烦恼很强劲的人突然一下子就成为圣僧的，都是慢慢地、 通过对法义逐渐的认识而去改变。

比如我们觉得自己修得不错，但是这个道理也许不知道、也许根本没有想过，也谈不上去调整，自己觉得对上师那么恭敬应该是很好了，但对别的道友太差的话，上师看在眼里也不会高兴。态度起伏这么大，有这么大的偏袒心，上师是不愿意见到这种行为的。上师乐于见到弟子方方面面很调柔、非常谦卑，能够对所有道友都生起恭敬心，这是很好的弟子，上师会欢喜。如果只是对上师本人很恭敬，对别的道友根本不恭敬，说明他修行还差得很远，上 师肯定会看得很清楚。我们认为自己做得不错，上师会欢喜自己，可能不是这么回事儿。 我们必须在大的根本问题和微细的支分问题——尤其是微细的方面，都做得很完美，因 为从初地菩萨直至佛陀，他们相续当中都是很完美的。菩萨的相续完美是因为他在因地修行的法很完美，方方面面的细节都修得很到位，这样才可以成为菩萨。细节不到位是因上面有欠缺，果位就生不起来。

所以我们对上师的眷属，乃至于不管是显宗还是别的教派、其他上师传承，或者南传，对所有这些修行正法的修行者，都应该生起僧宝想，因为他们就是预备位。学了自己的传承之后对别的显宗师父、修行者不愿意接近甚至看不起是不对的。我们对所有修行正法者都应该当成僧宝来看待。只皈依某个地方的僧宝，别的不皈依——这种事情是没有的。有这样的心态上师们肯定会批评我们(僧宝会批评我们)。

皈依僧宝是皈依所有的僧宝，所有僧宝的预备位也都应该恭敬，把他们当成真实的僧宝一样去看待。就像前面我们学习皈依法宝，所有的法，不管是小乘、大乘还是密乘的法都要同等恭敬，所有僧宝和所有相应于僧宝的修行者也同样要恭敬。这样做别人理不理解是他的事情，但对我们心的修行非常有益，这是落实到细节上的、真实的修行。如果做不到，比如观念转不过来，或者还没有认识到自己的不足，不愿意去改正，可能还是需要继续集资净障，几年之后也许就知道这里讲的意思了。

我们对共同前行也是在学习了若干年之后才发现的确应该重视，因为它对我们心的调伏是非常有意义的。也许我们刚开始是奔着大圆满去的，学了之后就会发现其实前行很重要。所以在修行密法的同时返过来修共同加行的多得很。这其实是好事情，说明我们资粮可能圆满一部分了，发现一些比较关键的问题了。

当我们修行到一定程度时，就会开始重视细节。什么时候我们开始重视细节，就说明资粮已经圆满到一定程度，罪障可能也清净了一部分，否则对很多细节会觉得是小事情。发菩提心时特别大:一切众生我都要救度，但是下座之后对身边的人根本生不起任何利益的心。要救度一切众生，但对身边的人或者对某个人不重视，肯定不是真实的菩提心。真实的菩提心遇到任何人都是愿他得利益，愿他成佛。对任何人都能这样，那么他的菩提心就是非常圆满的。如果只是很虚地以总相的方式“要利益一切众生”，好像没有问题，在座上修得很好，下座之后遇到人却没有想到要让他得益，这就还需要进一步的修行。很多时候都是小事情做圆满了，大的事情就圆满了。没有一个很大的修行去修了之后就圆满，而是把每一个小事情做好了，你菩萨就做成了。每个人都用菩提心、菩萨行去对待，就容易修成菩萨行。小的方面做好了大的就做成了，小的做不好大的方面也没有办法。

**这就是三种同分:把同行道友、上师的眷属等同于僧众去对待;对上师的语言等同于法宝去对待;上师等同于佛去对待。**

**不过，上师若是真正的善知识，就必须要以恭敬心来依止。尤其在密宗金刚乘中，皈依境的主尊就是上师。我们务必要清楚地认识到， 上师的身为僧众，他代表了十方诸佛，在末法众生面前示现为善知识的形象;语为妙法**，**以讲辩著的方法，为**众生开示取舍，广转法轮; **意为佛陀，**他已证得一切万法的实相，跟佛陀的密意无二无别。故上师**是三宝总集的本体， 对于上师的所作所为，我们都要看作是正确的、 善妙的，诚信不疑地精进依止，时时刻刻虔诚祈祷。**

**假若自己三门的行为，让上师生起厌烦心、 生起不欢喜心，那就完全舍弃了一切皈依境。** 这样的话，再祈祷诸佛菩萨赐予悉地，也没有 一点用处。**因此，我们应随时随地以坚定不移的毅力和决心，想方设法让上师欢喜。**（《前行广释》）

“**尤其在密宗金刚乘当中皈依境的主尊就是上师**”，所有的本尊空行的主尊都是上师。这是已经进入了金刚乘，如果没有进，这个标准不一定对每个宗派都适合。进入了金刚乘之后，要知道金刚乘皈依境的主尊就是上师，所以务必清楚地认识到**上师的身体就是僧众(僧宝)，语言就是妙法(法宝)，意就是佛陀(佛宝)，上师就是三宝总集的本体**。所以皈依上师就已经皈依三宝了。

**之后，上师的所作所为都要看作是正确的、善妙的，诚信不疑地精进依止，时时刻刻虔诚祈祷。**

因为已经认识到，或者发自内心地能够安住上师就是三宝总集的本体，当然上师的所作所为都是正确善妙的，因为佛陀的自性是现前灭谛的，三宝的自性是现前道谛的， 这时候不会有烦恼、过患。

尤其是三宝自性的上师相当于和佛陀一样的自性，不可能有不正确或者是不善妙。 应该看作虽然上师在我们面前示现的可能还是有缺陷，但是我们见解和清净心上面应该 知道、也应该把上师看成三宝的自性、上师的所作所为看作是正确善妙的，诚信不移地 精进依止，时时刻刻地虔诚祈祷。

假如我们身语意三门的行为让上师生起厌烦心，就是舍弃了皈依境，就没有办法获得加持和证悟。所以**作为金刚弟子应该随时随地通过坚定不移的信心、决心和毅力，想方设法让上师欢喜**。真实地让上师欢喜就是三门完全相应于正法，努力做到发心、语言和行为都和正法相应。

我们一再讲，上师是世间出现的真实三宝总集或者佛陀菩萨的化现，他在世间出现唯一的事情就是引导有缘弟子趋向觉悟。什么行为才能让他欢喜呢?当然就是你能够精进闻思修行佛法，要不就是调伏了相续，所作所为都和正法相应。因为这些善妙的发心和行为是相应于证悟的，是获得证悟的因，而上师出世是引导弟子趋向于证悟的，你现在做的正是配合上师的教化。

调伏烦恼也好，集资净障也好，闻思修行也好，这些事情和证悟相应，所以能让上师欢喜，别的行为不一定。要让上师欢喜最圆满最究竟的还是精勤于正法的修行、法的调伏。当然暂时的欢喜行为也有，但是究竟的行为应该是在法上面非常勤奋。有过失也不要紧，就忏悔，努力去改正过失。这就是令上师欢喜的行为。

我们说上师、佛陀欢喜之道，有时是般若波罗蜜多，有时是精进修行，因为只有通 过这样的方式才能够解脱，而他们唯一的心愿不是别的，就是让弟子和法相应。所以弟子过得很好，没有违缘、身体健康、家庭和睦......这些是不是令上师真实欢喜的呢?不一 定。

当然作为菩萨肯定是愿众生都没有痛苦，但关键是他出世是要引导众生趋向于解脱的。他的弟子或其他的有情，如果为了修法，别的方面不是那么圆满、遇到了违缘，但信心能够很坚固，能够相应于正法而行，这个是上师高兴的。即便是别的方面很失败、有违缘也没什么，因为只要心在趣向于正法修行就是最好的了。

上师、佛陀来到世间的任务并不是为了把所有弟子的违缘都消掉，让他们过上非常幸福的生活，他们的目的是引导弟子的心和法相应，和正道相应。于法相应之后，至于他是幸福还是痛苦，其实不是主要的。以上讲了想方设法让上师欢喜。

**一切都是佛陀的加持**

总而言之，在生活中，不论痛苦也好、快 乐也好，吉祥也好、不幸也好，疼痛也好、哀 伤也好，我们都应一心一意依赖上师三宝。如果幸福快乐，也知道这是三宝的悲悯所致。诚如佛在经中所说:此世间的安乐与善事，乃至烈日炎炎时，有习习微风吹到脸上，都是佛陀的悲悯与加持。

《福盖正行所集经》亦云:“若佛不兴世，三界何有乐?由佛出现故，我等获安乐。”佛陀出世，不仅能开示正法，引导我们懂得取舍， 获得解脱的安乐。甚至在夏天特别热时，吹来 一丝凉风;冬天特别寒冷时，出现一缕阳光， 也都是佛陀的加持。

记得《中观庄严论释》里还说，对出家人而言，包括刀能剃发、衣能着色，也完全源于佛陀的加持，只不过人们不知道而已。到了末法五百年的形象期时，释迦牟尼佛的度生事业在娑婆世界已经圆满，此时人们很难获得佛陀 的加持。很多出家人虽想剃头发，但剃发工具无法使用，只能把牛皮覆在头上，装成光头的 形象;想把法衣染成红黄色，颜色也没办法染在衣服上，只好将牛皮反过来，当成袈裟穿。

对此，或许有人不一定相信。但不管怎么样，大家应该知道，世间上的一分快乐、一分开心、一分祥和，全部是佛的加持。很多老修行人就有这样的心态，自己如果特别快乐，或 是喝了一杯茶，特别香，马上就会说:“这是佛陀的加持!这是上师的加持!

（《前行广释》）

痛苦的时候心也不变化，还是一心一意依止三宝而行，因为三宝代表了导师、正道、助伴。一心一意依止三宝就是心永远都在正道上，永远都和解脱道相关联。

痛苦的时候不舍弃道心，对上师三宝不产生邪见。安乐的时候也不得意忘形，因为苦乐都容易让一般的修行者的心离开解脱道。有的时候太苦了，违缘很多，可能就有很多想法，对上师三宝的信心可能会退失。太快乐的时候会因为快乐驾驭不住，思想就从解脱道当中移出去了。太多快乐的事情出现之后，心就会被这些影响，可能就想不起来修法，对祈祷、闻思等方面就没有心了。

一般人今天突然中了大乐透之后，特别高兴，听课的时候都在想这些东西，根本听不进去，打坐时也全都在想怎么分配使用。所以一般人驾驭不了，太苦、太乐都容易让他的心飘离。这时我们就应该用教言，不能在遇到事情的时候让心飘离，而要把心稳定下来，因为这些暂时的苦乐在整个轮回过程中太多了，不要让其中的一段苦乐影响总的规划和目标。

只有能够驾驭这种情况的人最后才可以成功。如果驾驭不住，在一个小的痛苦、快乐出现的时候马上停顿的话，这个人肯定在世间也成不了什么大事。修行佛法也一样，我们在轮回过程中大起大落的事情难道还少吗?太多了!只不过我们想不起来了而已。

我们连帝释天那么高的位置都做过，现在还不是下来了，还是老老实实地打工?很低的位置也去过，在无间地狱也呆过不短的时间，去过不少次，但是又怎样呢?这些轮回过程当中起起落落的事情太多了，所以不要让这些东西成为我们修行的障碍，我们通过学法了知这点后，要有一个平稳的修行心态。

即便是再好的事情出现，我们也应该祈祷上师三宝。通过忆念法义，认识到没什么大不了的，因为这些也会过去的;痛苦来临的时候也没什么大不了的，这些也会过去的。 如果有这种比较冷静的平稳心态，这些因素也影响不了自己，该做什么就做，该修行就修行。随着心越来越调伏，就更加影响不了，走向良性循环。如果这样走下去，慢慢会发现，整个轮回的思想和行为没有办法再影响自己，很迅速地靠近解脱道。

所以，不管是痛苦也好快乐也好，一心一意地依赖上师三宝。吉祥也好，不幸也好， 这些都是在世间当中短暂出现的。这段时间很吉祥，那段时间又不善妙，乃至于天天做好梦或噩梦，不管是怎样的梦境，或者是白天吉祥不吉祥，这也没有什么，只不过是我 们在一段旅途中的插曲而已。如果有这种心态，这些就不会影响。

因此，修行者应该有大格局，总目标不管怎样，不要被暂时出现的好和坏的因素影响。当然并不是说就不该快乐、痛苦，这些都可以有，关键是不要让它影响你，不要被它控制，这是修行者应该做的事情和生起的心态。不能说吉祥的事情来了故意把它搞成不吉祥，这也没有必要，应顺其自然。吉祥的时候不要被它控制，不幸的事情来了也不要理它。你也改变不了什么，都会过去的，没有什么大不了的。

很多不幸的事情刚发生的时候，我们觉得过不去，但时间长了之后慢慢也就过去了。 想想看，无间地狱的痛苦我们都熬过来了，这些算什么?无间地狱的痛苦那么严重，你刚堕落的时候觉得“完了!”，结果还不是那么长时间也过来了?所以轮回中的这些痛苦不算什么。

如果有这种心态，也就没什么了。富裕的时候，像以前当帝释天时财富那么多，现在也没有了，轮回中的事情都是这样无常。现在既然选择了解脱道，就要把解脱定下来。 这些苦乐在解脱的过程中肯定还会不间断地出现，但是自己现在要变成一个不受影响的 人，尽量不要受影响，即便受影响也很快恢复。中了大乐透之后定个时间，高兴五分钟 后就恢复正常。这样慢慢地控制自己，心态越来越平静了，在解脱道方面就会很平稳， 最后没什么因素可影响的了。所以疼痛也好、哀伤也好，无论如何唯有一心一意地依赖上师三宝。

同样，哪怕你生起一刹那的善分别念，比如想修行、想出家、想放生、想发菩提心等，也是佛陀不可思议的加持力带来的。就像《入行论》中所言:“**犹如乌云暗夜中，刹那闪电极 明亮，如是因佛威德力，世人暂萌修福意**。”在 这样的末法时代，我们生起如闪电般短暂的学佛意乐，或者对佛陀生起信心、对众生生起悲心，是特别特别不容易的，因此，这一切均为佛陀的加持.

倘若没有这种加持，我们会永远沉溺在苦海中，感受极大的痛苦，所以一定要时时感恩佛陀。《胜天王般若波罗蜜经》也说:“若佛如来不出世，一切众生受大苦，无复善道唯恶趣， 但闻三涂苦恼声。”《方广总持经》还说:佛陀灭度之后，若有法师为人说法，令众生趋入大 乘之道，假如他们生起一丝欢喜心，乃至掉下 一滴眼泪，这也是佛的威神力所致。

就像我们跟别人交流佛法时，有些人对佛陀生起欢喜心和信心，听着听着就感动地流泪， 这都是佛陀的加持，是很不容易的。对一般世 间人而言，哭的话，多是为了自己的感情、自 己的家庭，这时候他流的眼泪比长江黄河还长， 但这种眼泪没有任何价值。

这主要是强化我们的信心。**佛经中讲，我们在世间遇到幸福快乐的时候，要想到这是三宝的悲悯心加持所致。世间的安乐与善事，乃至于在很热的时候，一阵风吹过来让我们感觉到短暂的凉爽，要想到这是佛陀的悲心与加持导致的。**

**同样，自心生起一刹那的善分别念也是佛陀不可思议的加持力带来的**，有时内心突然生起一个善念:想要修行的心或对轮回的众生产生一丝慈悲心，要想 到这是三宝不可思议的加持力，让我们生起这样的善心。

**如《入行论》中说:“犹如乌云暗夜中，刹那闪电极明亮，如是因佛威德力，世人暂萌修福意。”**

《入行论》中讲:就像在很黑的暗夜中，突然出现刹那闪电，一下子把所有的大地照亮了。如是，通过佛陀的威德力，在我们非常黑暗、充满烦恼的众生心相续中，突然萌生了一念修行福德的心意，这也是佛陀的加持。佛陀威德力让我们生起这一丝一毫的修行福德之心，我们要知道这一切都是佛陀的慈悲和加持力所导致的。

虽然有些地方说这些也有可能是其它因素比如善业形成的(所有的安乐是善业形成 的)，这与我们说这一切是三宝的加持，其实不矛盾。一方面，安乐来自于善业，善业来自于了知一切因果取舍的佛陀教言。善业变成了微风、加持，也可以这样安立，有时讲是三宝的加持力，出现在不同的地方有不同的解释，其意义是相通的。

在讲业因果、善业作用的时候，会说这些安乐是由于自己行持了善法所致。在讲皈依的时候，可以说这是三宝的加持，这样观想可以强化我们对三宝的信心，其实这种信心可以帮助我们得到佛陀的加持。证悟之后，就可以真实地利益众生。智慧增上之后， 对这些道理、是什么因素引起的，用智慧去观察。所以法义怎么讲都可以，说是善业形成的也可以，说是佛陀威德力或加持、悲心也可以。出现在不同的场合都可以这样去解读，能让我们的心安住在正道上面的话，佛陀的善巧方便还是特别多的。

这些教言告诉我们平时在生活当中遇到安乐、悲伤、痛苦、违缘的时候，作为佛弟子应怎样如理地观想、作意。要明确，不管拥有什么样的利乐之事，都来自于佛陀的大悲心。出现任何病痛、魔障，当然，出现这些违缘，有时是属于我们以前所造的恶业，在修道的过程中这些恶业成熟，变成违缘的方式出现。还有一些教言说:有些修行者出现痛苦、违缘，也是三宝的加持。因为如果在修法过程中没有遇到障碍违缘，可能对轮回生不起出离心，觉得这个轮回不错，可以生生世世为之奋斗。

学习佛法的时候，三宝的这些“违缘”加持让我们觉悟，知道轮回是痛苦的本性， 没有真实的快乐。尤其是正在学教法的时候，如果辅以教法的思维，就可以彻底看穿轮回的虚假，没有什么真实安乐可言，所以一定要生起修行的意乐，加紧修行，出离轮回。

否则，可能前段时间很快乐，现在突然又痛苦了。当我们快乐时，就觉得轮回可以留恋。但痛苦之后就会发现轮回其实是欺骗的自性，没有真实的可靠性，如果不出离， 这种变化一而再、再而三地接连不断出现。这只是其中的一小段而已，只要我们还在轮回中流转，各式各样的痛苦就会层出不穷，没办法避免。

如果现在不修行，还有更大的痛苦在等着:地狱中的痛苦、饿鬼道的痛苦、旁生道 的痛苦、人道的痛苦......从新闻中看到的一些现在不属于我们的痛苦，都有可能出现在我们身上。现在这个阶段碰到的痛苦只是很少的一段，是个小意思而已，如果不真正解脱， 后面的痛苦会排着队来。所以我们应该清醒，通过这样的方式让我们觉悟，没有什么可 留恋的。虽然在修行过程中也会有痛苦，但这种痛苦是有期限的，我们开始修行的时候， 不管怎样算是已经看到轮回的边了，要是不修行，轮回是无边无际的，根本看不到痛苦 的尽头。

修行人会有痛苦，米拉日巴尊者修行也有很多痛苦，很多大修行人也会有痛苦。如果在这个过程中不放弃自己的修行，总有一天会觉悟法性，相续中就不会再出现痛苦， 自己的智慧完全可以化解掉这些。所以不管出现什么病痛、苦痛，都可以把它观想成三宝的加持。就像前面讲的，可以说这是以前恶业的成熟，也可以把它当成是三宝的加持， 让我们在轮回中清醒，更有想要出离的意乐。所以我们在遇到这些的时候，就想是三宝的加持，让我们对于轮回的自性、轮回的本体产生更加清醒的认知。

也许有人会问:“如果三宝有这么厉害，那天天祈祷三宝就可以了，我生病是不是就不用看病吃药了?”

并不是这样。假如出现病痛、苦痛、魔障等磨难，首先你要祈祷三宝，除此之外，若是需要采取医疗术、禳解术等行之有效的方法， 也要明白这些都是三宝的事业，然后再接受治疗等，而不要认为“祈祷三宝起不到什么作用， 我看了医生以后才好”。其实你到医院去，不管是医生诊断还是开药，全是三宝的威神力在作饶益。所以，我们要把这些理念搞清楚，对“一切显现都是三宝的游舞”要深信不疑，并且观清净心。

此处顺着法义讲，除了祈祷三宝之外，不依靠其他解除病痛魔障的措施。我们在遇到疼痛、魔障的时候，除了三宝的加持之外，不依靠其他的办法。假如需要采取医疗术、 禳解术等行之有效的方法，也要明白这些都是三宝的事业。

当然，依靠三宝的加持有很多种，一种是可以直接祈祷、修某个仪轨，或者念经、 诵咒;还有一种，如果需要进医院看病、吃药、动手术也可以，需要禳解术(一种解脱魔障的方法，有违缘的时候修禳解术可以把冤结解开，化解掉很多障碍)等等也可以， 但是做的时候你不要想这是三宝以外的，要想这是三宝的事业。医生、药、医院都是三宝事业的化现，如果你有这样的心去做，虽然在接受医疗，但对三宝的信心、忆念没有离开，对皈依境本身也没有离开。

三宝会化现。比如对我而言，现在我要利益众生，就会这样想:只要对众生有利的我都要去做，如果有能力我可以化现一切利益众生。医生对众生有利，假如有一天我修行成就了，有能力了，我一定化现医生去做。看起来这是个医生，其实是我化现的，就没有离开三宝的自性。如果说药对众生有利，我就化现药，也没有离开过三宝的自性。

其实不是很牵强地祈祷上师三宝，不起作用了就进医院，为了说明什么就想这是三宝的化现，并不是这样。因为通过自己的观想、作意，还有佛陀告诉我们的思想，如《入菩萨行论》第三品就有很多这样的观想:变成船、桥、药、医生等等。

所以在发心的时候，只要对众生有利的，我们都要去做，只不过现在还没有能力。 一旦有能力了，一定会做的，因为现在我最迫切的就是利益众生。除了化现一位法师讲法之外，肯定还会化现很多，这是一种能利益众生的方法，一定是这样的。

我现在修法的时候，如观修菩提心时，就在不断地发愿回向:一旦我有这个能力了，一定会这样做。只要对众生有利的，所有的一切都要化现。化现凉风也可以，这是我的愿力之一，只是现在没有能力而已，如果有能力，加上当时众生也有一点善根，和合起来就可以出现这个情况。所以即便我们做这个事业，也是三宝的事业，这并不是很牵强的解释，的确通过这方面了知，都是真实不虚的。 然后再接受治疗，对一切都是三宝的游舞(游舞就是幻化、变化的意思)、幻化，我

们要深信不疑，并且观清净心，在遇到好的和不好的等一切事情时，都要坚固自己的信 心，现在对我们来讲，这是很重要的。

**如果为了办事等目的，我们要前往异地他 乡，也应先顶礼所去方向的如来或三宝，然后 再开始动身**。比如，要去东方的话，就观想东方如来，并作顶礼、祈祷;去西方的话，就向 西方如来顶礼和祈祷。或者，可以念些《八吉祥颂》，对三宝始终有一种恭敬心。若能如此， 则会成就一切顺缘。

还有些细节，比如出门办事，去另外一个城市或国家，在异地他乡也不要忘记三宝。 具体而言，首先顶礼所去方向的三宝、所去方向的佛。一方面是祈祷加持的意思，另一 方面是忆念，没有忘记三宝的自性。顶礼、祈祷完之后再开始动身。这一切都是把修行和生活完全融合在一起，所思所想和皈依三宝的修法完全挂钩。

《三戒论》中也讲过，**阿底峡尊者规定， 皈依后有五个共同学处:“**不为命奖舍三宝，何等要事不寻他，常供令自他皈依，顶礼所去之 方佛。”

意思就是，第一、皈依以后，就算遇到生命危险，或者得到再大的奖赏，也不能舍弃三 宝。

第二、不管发生怎样重大的事，也不能认为三宝不能救护，而去另寻其他的世间办法。

第三、行住坐卧中恒时忆念三宝功德，不间断供养。

第四、了知功德后，令自他虔诚地皈依三宝。有些人出去时，坐车也看看有没有容易调伏的对象，如果有人看起来不错，就马上坐到他跟前，笑眯眯地问:“你皈依过没有啊?”结果别人不但不领情，反而一直抽烟，最后把他给熏跑了。

我们藏地就有这种习惯:出门之前先去寺院供养僧众，请他们念经，然后自己进行祈祷， 向所去地方的佛陀顶礼，这样的话，一切所愿就很容易成办。

第五、无论去往何方，要对那方的佛陀进行顶礼

阿底峡尊者的《三戒论》里皈依学处有五条，其中最后一条就是‘顶礼所去之方佛。’ 这在学处中也有，五条叙述当中第一条是“不为命奖舍三宝。”如果别人威胁“不舍弃三 宝，就要杀死你”，这个时候不为自己活命而舍弃三宝。“不为奖励”，如果舍弃三宝奖励 你一百万或十万块钱，即便给你很大的奖励，也不舍弃三宝。第二条是“何等要事不寻 他”，任何重要的事情除了三宝以外，不询问其他任何人。第三条是“常供令自他皈依”， 意思是经常早晚供养、顶礼三宝，这也是一个学处;“令自他皈依”，经常在自己念仪轨 的时候皈依，也能劝别人皈依。第五条就是“顶礼所去之方佛”，顶礼所去方向的佛， 这也是一个学处。

其实这些学处都是让自己不忘三宝，经常忆念三宝，经常和三宝自性相应。相应越多， 自己本性的三宝就会越迅速地显现。串习的越多，显现越快，也有这样的目的。