

## 第七讲 真实无伪的出离心和真实无伪的菩提心

上一讲我们讲到藏密的修行次第，特地讲了出离心和菩提心。简单的说，出离心，就是我们修行的小目标，因为我们知道世间轮回的苦，我们一定要出离这个世

间，了脱生死，这样的发心叫作出离心。有了出离心，我们所有的修行，才有了真正的方向。没有出离心的人，就算修最厉害的密法法门大圆满，也是带着世间欲望来修的，最后得到的一定是这世间的东西，而和脱离生死没有任何关系。因为修心的话，

心一定要有方向，心都不以脱离生死，证悟智慧为目标的话，怎么样修，都是修自己的世间欲望而已，不可能解脱的。

然后是菩提心，菩提心是大乘佛法的方向。也就是说，我自己解脱还不够，我还要让全世界

一切众生都和我一样解脱生死。有这样的发心，才是大乘佛法的发心，这就是菩提心。

只有出离心，最后一定只能修成小乘佛法，不是根本解脱。有了菩提心，才是大乘佛法的修行。无论是藏密还是任何一切佛法，都是要先

修出离心和菩提心的，  
否则就不是走在正确的  
道路上，只是各门各派  
修的方式不同而已。而  
且，你有没有出离心，  
有没有菩提心，扪心自  
问，就清楚了，根本不  
用问人。别人修成神通，  
说你是什么佛转世，什  
么菩萨转世，通通没用。  
没有出离心，没有菩提

心，那些神通通通都不是佛法，都是在轮回中打转。这就是昨天我们说的一些总结。

今天我们要承接上一讲的话题，今天要说的是，真实无伪的出离心，和真实无伪的菩提心。因为出离心和菩提心是分层次的，先是造作的出

离心，造作的菩提心，  
也就是我知道出离心和  
菩提心的重要，但是我  
却做不到，我先喊口号，  
我一定要修成这出离心  
和菩提心，硬逼自己去  
做，这叫作造作的出离  
心和造作的菩提心。有  
造作的出离心和菩提心，  
也是好事，说明正在向

**更高层次的出离心和菩提心迈进。**

**在讲真实无伪的出离心和菩提心之前，我先讲一下闻思修的重要性。如何将出离心和菩提心深深刻在自己心里？就是靠闻思修。闻是听闻，也就是听到别人讲什么是出离心，什么是菩提**



心。思就是如理思维，也就是从理性上去分析，觉得别人讲的是有道理的，出离心和菩提心真的是很重要。修，就是修证，也就是将出离心和菩提心不断刻入自己心中，最后在潜意识中牢牢存在的过程。现在有很多所谓的修行人，只闻思，不修，是很大

害处的。因为很容易成为所谓的法油条，那也就根本不可能在出离心和菩提心上有所修证。什么叫法油条呢？听闻过什么是出离心什么是菩提心，觉得也是有道理的，但是不想去修，下次再听闻的时候，他就心里说，哦，出离心和菩提心啊，知道知道，

我早就听过了，然后就升起了不耐烦的情绪，那这心门就关上了，不愿意再接纳，这样的人还不如虔诚修行但没有听闻的人。因为会直接导致他再也不接纳这个法理，只是知道皮毛，却不纳入内心，那他所有所有做的一切其他修行，都仅仅是在佛法上

接个善缘，不知道哪一世，才有可能再听到佛法，再有机会修出离心和菩提心。所以闻思修当中的修，是最要持之以恒的，又是最重要的，单纯的闻思而不修，是很大问题的。

接着我们开始讲真实无伪的出离心。修的方法

不说，因为在藏密和其他修行法门中，都会有非常具体的方法，我只说修成之后是什么样子。

修成出离心的人，时时刻刻，都坚定相信，六道轮回是存在的，我这一世如果不好好修行解脱，下一世就有可能掉三恶道，不知道哪一世

再有机会修行了，这是很可怕的，一想到这个就心生怖畏，不敢不抓紧修行。对于世间赚钱的事情，会放在修行之后的位置，只有不得已才去赚钱。同样的，对因果报应是非常坚定的相信，不会敢做任何有恶报的事情，对于无常，非常相信而且敬畏。时

时时刻刻会知道，其实我们也活不了这么久，万一哪天出事死了，我可能对于下一世都还没准备好。我们可以买高额保险保障几乎所有的事情，就连女明星的脸蛋和大腿都可以保，但是有一件事情保险保不了，而我们都一定要经历的，就是死亡，是百分百要

经历的，没人逃得了，如果没有为死亡后做一些准备，那死后的事情就很麻烦了。所以出离心修成的人，对于死亡和轮回是非常敬畏的，因为敬畏，知道修行的珍贵，所以会不顾一切地以修行为优先级最高的事情，不会再有对世间其他事情的过多欲望。



如果出离心修成的人，  
会时时刻刻知道这几条  
真理：死亡无常，随时  
我们都有可能离开这个  
世界。山河大地，都是  
无常，都是轮回变迁的，  
没有一样是不变的；只  
有佛法的大智慧能让人  
了脱生死，证悟永恒。  
我们所有的财富，死后  
都带不走的，只有我们

造下的善恶业，会和灵魂一起离开，因恶业投恶胎，因善业投善胎。

我们所有的亲人，朋友，爱人，我们死后都不可能带走，他们终将远去，所以没有一样东西是会在我们身边久留的。但是，佛法不是一个消极的世界观，佛法只是说出了世界的真相，我们

不要掩耳盗铃去否认这个真相，因为这个真相是真实存在的。佛法不但让我们知道真相，还要让我们从中解脱，所以出离心之后一切修法，都是为了让我们的脱生死轮回，证悟生命的真谛。这才是唯一的希望，是最大的光明。因此，佛法不是悲观消极的世

界观，而是让我们以莫大的胸怀去接纳真实，从而生起深深的悲悯，下定决心上求解脱证悟，这是佛法最伟大的地方。

曾经有一个藏地的修行人，不远千里找到一位成就很高的上师，极其诚恳地向他求法。上师是怎么和他说的呢？大

家一定是想不到的。上  
师用力紧紧地抓住他的  
肩膀，用最深切最郑重  
的声音大声告诉他：

“你一定要记住啊！！  
千万别忘记啊！！你  
也是要死的！！我也  
是要死的！！你也是  
要死的！！我也要死  
的！！我也要死

的！！！”这是多大的智慧的教化啊。所以我们一定要知道，这就是真实无伪的出离心。

我们并不一定要修到完全真实无伪的出离心，才开始其他的修行。因为出离心的修行是贯穿修行的始终的，先修到一定程度的出离心，再

修到一定的菩提心，再修一定的明心见性，回来还修出离心，菩提心，明心见性，可以是螺旋式上升的。当然也有非常利根的人，直接一下子达到真实无伪的出离心。但我们如果要做一个真实的修行人，一定不能骗自己，一定要谦卑，我们要承认我们的

根性是不好，出离心还不够，一定要努力修，你也要努力修，我也是努力修，我们大家都努力修。

真实无伪的出离心说完了，我们说真实无伪的菩提心。虽然说大家知道菩提心就是渡众生的



**发心，但是真实无伪的菩提心是怎 么样的呢？**

**首先，我们要知道，我们是经过很多很多世的轮回才到这辈子的。我们这辈子，有我们的父母，特别是我们的母亲，如果大家当了父母的，特别是当了母亲的，会知道母亲和子女是一种**

什么样的情感，那是血脉连心的感觉。自己的孩子，十月怀胎，自己身体变形，美丽消逝，然后一把屎一把尿，含辛茹苦将孩子带大。所以我们对身边的亲人，朋友，认识不认识的人，都要起这样的信念，认定他们都是我们某一世的母亲，当我们某一世

的母亲的时候，他们都是为了我们鞠躬尽瘁死而后已，怕孩子生病，怕孩子受伤，怕孩子成绩不好，一切一切，都可以付出为孩子，甚至可以为孩子换肾，付出生命的全部，只为了孩子能活得好一些，我们的母亲，对我们就是这样的感情。如果我们这

辈子能了脱生死，证悟了解脱，这是多大的财富啊。但是我们的母亲呢？还是在生死轮回中受苦，我们却无能为力，看着愿意将生命都献给我们的母亲在六道中继续轮回。难道我们自己出离了，就要抛弃自己的母亲吗？如果我们真的是一个有良心的修行

人的话，那就应该带自己的母亲一起解脱生死轮回，一起证悟，这个道理，大家应该觉得说得过去。那我们进一步想想，我们的上辈子，上上辈子，都有不同的母亲，我们每一辈子的母亲，都是像我们这辈子的母亲一样，对我们无微不至，所有的母亲，

都是伟大的，都是对子女愿意无私献出生命的全部的。那这些母亲在哪里呢？就在我们身边四周，成了我们的亲人，朋友，同事，以及各种不同的陌生人。无数无数的轮回，因缘和合，这些都有可能做过我们的母亲，也有可能做过别人的母亲。而在这一

世，这些曾经对我们恩重如山的母亲们，却因为看不透轮回的根本，在生死苦海中苦苦挣扎。人世间，十事九苦，而且下一世，有可能更痛苦。我们难道自己解脱，就不管母亲们了吗？我们生生世世受每一世的母亲的养育，如何报答？如果我们能让母亲们接

受一些佛法的光明，给她们种下一点点证悟的种子，那都是对母亲的一种回报。我们这世听闻和接触了这么珍贵的佛法，难道我们自己独享就心安理得嘛？我们应该让母亲也有机会得到这么珍贵的佛法，所以我们要渡母亲们解脱，



这样，才接近更真实的菩提心的发心。

然后再进阶，我们这辈子会遇到一些害我们的人，恨我们的人，仇人，他们用各种方式来占我们便宜，来伤害我们。我们要明白，他们之所以害我们，完全是因为无明遮盖了他们的双眼，

他们不知道因果轮回，  
不知道解脱的重要，但  
是他们也很有可能某一  
世也当过我们的母亲，  
也许是因为我们那一世  
给他们造了很大的麻烦，  
所以这一世他们那种业  
力驱使他们来做伤害我  
们的事情。但是在当我  
们母亲的那一世，他们  
和其他母亲一样，是用

生命来呵护我们的。因为无明，才使他们这一世变成这样，其实不是他们的错，是业力使然。如果我们真的这么去认定了，我们就会对他们升起深深的悲悯，觉得母亲到达这样的境地，我们一定要想办法去让他们解脱。所以我们会发自内心发愿去渡自

己的仇人。所以大家就知道了，菩提心去救渡众生，并不是高高在上的，而是抱着感恩报恩的心去为自己累世的母亲们服务的。我们这一世，是为了偿还自己亏欠母亲的恩情，才来将自己得到的最珍贵的解脱之法，供养给自己的母亲，这是理所当然子

女应该做的，没什么可得意可自豪的。对母亲是供养，不是施舍，我们自己才是最低下的。有一点点高傲的心态，你都不是在供养母亲，只是在让母亲吃嗟来之食而已，这是差天差地的感觉。所以真正的菩提心的升起，自己是非常卑微的，是在服侍众

生，服侍母亲，而不是高高在上的施舍。我们如果常常去市场买鸡鸭鱼，让人杀害他们，我们要明白，自己是在看着自己的母亲被人宰杀。我们去想像哪个砧板上被刀一刀一刀切着肉剔着骨的，就是自己，就是自己的母亲，就会明白六道轮回是多么痛苦。

那些人，一边下刀割自己母亲的肉，一边面带着开心的笑容，一边流着口水想像自己母亲的肉煎炸后入口的感觉，这是一种什么景像。我们要将这种感觉真实地呈现在自己的心中，就明白佛陀的悲悯是如何产生的。然后我们还要深深的感知，我们渡众

生的时候，会随着渡化众生而升起越来越大的慈悲之心。与其说是我们在渡众生，不如说是众生在渡我们的心。如果没有众生给我们救渡，我们的慈悲之心无法升起。因此，我们所谓的渡众生，看着是渡母亲，实际上是母亲在救渡我们的心灵啊。母亲们用



前世的生命来呵护我们前世的生命，又用今世的缘来渡化我们的心灵，让我们能求证到大乘佛法的解脱，这是多么无私无畏的精神啊。所以我们要明白，并不是我们在渡众生，是众生在渡我们，我们要感恩一切众生，给了我们这么好的修行机缘。有了这

样的发心，才是最纯正的真实无伪的菩提心。

因此，渡完众生后，不要忘记感恩众生对我们的救渡，要知道是众生在渡我们。以上就是真实无伪的菩提心的最确切解释。

同样的，我们修菩提心不可能一下子修证到这

个层次。我们修到一定的层次后，就可以开始明心见性的修行。但是回过头来，还是会继续修出离心和菩提心，以得到最终最真实无伪的出离心和菩提心，那样才是真正打下坚实的基础，确保自己不会退转。所以如果说去衡量自己修行到底有没有进步，

通过这些标准，自己扪心自问，都是会非常清楚自己到了哪个位置的，有没有对出离心和菩提心更坚定一些，更进步一些，根本不用去请教什么大师。有人说自己皈依的上师非常厉害。对不起，如果自己没有真实的修证，没有出离心和菩提心，那上师厉

害是他的事情，他能解脱，和你是一点儿关系都没有。自己没有修没有证，出离心和菩提心没有生起，那上师再厉害，和你真的一点儿关系都没有。我们知道了这些原理，就知道修行是怎么回事，标准是什么，才有可能对明心见性有更深的认识。

**今天我的分享就到这里，  
非常感恩大家！**