



11 积累资粮 (119-125)

11 积累资粮 (119-125)

《前行广释》第 119 课辅导资料

[1] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[2] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[3] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心。

[4] 发了菩提心之后，今天我们继续一起来学习《前行引导文》。前行是引导我们的心趣向于实相证悟的一个系统的修法。我们要成佛必须要依靠真实成佛的方便，这些方便就来自于有经验的佛陀、菩萨们，他们通过修行已经获得了成就，并把他们修行的过程，以及所修行的正法对后学的我们进行了宣说。我们通过学习了解了，通过思维也是遣除了怀疑，再进一步通过定解不断地串习，我们内心就会逐渐和实相相应。这个过程就叫修道。

[5] 针对我们来讲，前面的共同加行很重要，因为共同加行是帮助我们真正地生起想要解脱的出离心。在修行之前我们自己对轮回特别地耽著，不知道解脱是怎么回事，也没有真正去审视过轮回，我们对正在流转的轮回当中所经历的一切并不了解，就通过佛菩萨的教言让我们了解这个轮回，其实我们要出离的。怎样才能让我们的心出离呢？通过暇满难得、寿命无常等等这一系列的修法，来让我们生起想要解脱的出离心。

[6] 生起出离心之后，再通过上师的教言来修持五加行。有一种说法就是五加行更容易修，如果不了解五加行的内涵的话，我们就会觉得五加行就是一些动作、念诵的词句，然后就是十万遍的数字，像这样觉得不难。当然，五加行从数字的侧面来讲，的确也有必要圆满。难的是什么？难的是共同加行，四加行在座上要生起觉受，这是很困难的。如果我们不重视共同前行的观修，内心当中就不会致力于生起出离心。要让我们生起出离心的缘故，真正地看破轮回，一般的人也必须要从共同加行上面去着手，也就是真正要下功夫在内心当中生起这种境界来。有些有五加行容易，四加行很难，有这样的讲法。

[7] 换一个侧面讲，五加行是不是这么容易呢？当然五加行也不容易，因为五加行是四加行基础上的修行。虽然五加行五十万遍的数字相对比较容易完成，但是这个数字的背后或者我们在圆满这个数字的时候，五加行的每一个加行都有它的标准。比如说修皈依要达到的量——对于上师三宝宁舍生命不舍皈依，这种决心和誓愿力不太容易生起来。在我们没有遇到违缘，当一切很顺利的时候，似乎对三宝的信心是牢不可破的样子，一旦遇到了违缘，自己方方面面不顺，这种心态就会影响到我们对三宝所谓的信心，这个时候也许就想不去祈祷。或许还会责怪，我天天这样做供养，为什么没有保佑我？会出现很多这样的想法。即便没有遇到生命危险，遇到了一般事情的时候，我们皈依的心有的时候都会打折扣，不会像没遇到违缘之前那么稳定、那么坚固了。这说明什么？这说明皈依的理念还没有真正地深入到我们的内心当中去，也就是说皈依的修法没有到量。

[8] 皈依的修法如果真正地到了量，从外在的角度来讲，一定要生起对三宝的稳固信心，无论遇到什么事情，自己都不会动摇对三宝的信心。还有遇到危险的时候，遇到诱惑的时候，自己也绝对不会舍弃三宝。不管是拿你的生命做威胁，还是说我给你很多钱，给你一个什么好的职位，给你很多一大笔钱让你舍弃三宝，这些财物方面或好的方面的诱惑，这个时候，我们内心要是有一个很深的皈依心的话，我们就知道皈依三宝的价值远远超过我们的生命，我们这一期的生命不算什么，也远远超过外在的这些物质。在世当中，别人给我们提供外在的一些职务、财富，也许其他宗教的人也会用钱财，甚至有时候用感情等很多东西让你放弃皈依，承诺给你这样那样的很多利益。

[9] 如果我们皈依的心不稳定，就很容易在面对这个时候动摇。这些都是实打实的，不是说你在座上观修的时候，宁舍生命不舍三宝，谁给我提供再多的钱我也不会动摇，这些都是你在座上的时候脑袋里面浮现出来的东西，这些诱惑力对你不强。但如果真正是实打实的对境现前了，你如果一点头，这个钱就是你的了，这个时候可能就不一样了，心态可能就变了。或者别人拿着刀子真正让你舍弃的时候，你还是想先把命保住再说，别的事情以后再讲，也许会产生这样的想法。皈依的修法要一直串习，因为我们不知道内心当中还隐藏了多少不稳定的因素，我们每天要通过这个修法，通过不断地皈依，不断地思维皈依的意义和利益，来把我们相续当中的一些种子，或者说让我们可能舍弃三宝或对三宝生邪见等等这方面的种子都逐渐地去掉，让我们心中对皈依的决心变得非常稳固。

[10] 不管出现了任何情况，都不会舍弃三宝，这就需要不断地串习。不是说在观修的时候我们在某一座上面使劲地流泪，或者听课的时候自己发了一个决心：我绝对对宁舍生命不舍三宝！这个也可以，但是关键还是要把皈依的修法放在我们每一天的修行过程当中，要经常地忆念，不断地学习三宝的功德，学习正法，逐渐让我们的智慧增上，福德增上，这样很多的邪见就不会生起来了。如果生起来了，我们也准备了武器，反正我早就准备武器了，邪见一生起来我就把它灭掉，这个武器不借助于外面，就是我内心当中的智慧。这样邪见就根本没有滋长的可能性。我们要通过不断的学习来滋生这样的皈依心，这是很重要的，也是我们进入证悟的第一步。

[11] 这是从外在方面讲了我们对外在三宝的信心，通过皈依我们还要对内在的三宝，就是我们本性当中本具的佛性，要一而再、再而三地确认。我们的本性是法宝的自性，也是僧宝的自性，我们和上师是无二无别的等等，深一点的见解就到这个层次了。皈依可以是外在的皈依，也可以是秘密的内在的皈依，信心从外而内。这些都是我们一辈子要修学的。

[12] 有些说法讲如果修得好，单单皈依就可以成佛。为什么皈依就可以成佛？因为咱们在前行里面讲皈依的偈颂时，就知道它本来就很深，不单单是对我们外在的三宝皈依，而且已经到了风月明点菩提心，要我们对本性做这样的皈依了，我们自性就是三宝，如果你能认识到这点当然可以成佛。这里面有很深的教言。

[13] 因此不要轻视皈依，说这个很容易。不是说我十万遍念完了，我的皈依就修完了，还不一定，我们还是要将皈依的修法重视起来，每天都要串习。当然平时我们听法，比如我们听《入行论》听《大乘经庄严论》，听《妙法莲花经》等等这些正法，其实也是对佛陀、对于佛法，对于修行的僧宝生起信心的一个对境，因为听了很多之后我们内心当中的邪见就不太容易生起来。听闻正法本身也是保护、增长我们皈依决心的一种方法。不间断地闻思修行是非常重要的。

[14] 我们知道生起菩提心不容易，虽然十万遍的偈颂容易念，但是内心当中真实生起为了利益众生的菩提心其实是不太容易的。总相的菩提心容易生，就像刚刚讲的那样，打坐的时候脑袋里面浮现一切众生的概念，然后就想我要利益一切众生，让这些众生都成佛，这些很容易，这是比较粗浅地容易。但是比较深入的，利益一切众生是什么样的情况？就是我的亲人、不认识的人还有很多的怨敌，平时的苍蝇还有蚊子、蚂蚁，反正我们遇到的所有有情，都要利益他们。尤其有时候出去做事情的时候，碰到家里面的人或者外面的人，有时不顺心的时候，或者有时和你有抵触的时候，你还要保持利益他们的心那就不容易了。

[15] 如果你有菩提心，那你就可以用菩提心来对待他，这是不会变化的。我眼前来了我喜欢的人，我利益他的心不变；来了一个我不喜欢的人，我对他的利益心也不变；来了个我不认识的人，我对他的利益心仍不变；来了个蚊子我对它的利益心还不变。不管换什么对境，我利益众生的心是不变化的，这样就不容易。没有修菩提心的人就不知道这到底有多难，真正修菩提心的人，他就知道其实是很困难的，菩提心不好修。我们说十万遍的偈颂可能好念，但是内心当中要完全全地生起不造作的、真实的菩提心，还是需要花很多的时间不断地去串习。

[16] 为了生起菩提心，我们也要不断地积资净障，要每天念受戒的仪轨、发菩提心的仪轨来提醒自己发菩提心。回向发愿也要让我们早日生起菩提心。我们在祈祷上师三宝的时候也是要加持我生起菩提心。比如我们早上在佛堂上供了水、点了灯，顶完礼之后就发愿：愿上师三宝加持我早日生起无伪的、殊胜的菩提心等等。反正我们每天都要做让菩提心生起的因缘，每天都不忘记，每天都要去串习，这个是很重要的。

[17] 当然我们还可以上座去真正地观修和菩提心有关的修法。比如说前面我们讲到四无量心，还有自他平等、自他相换等等，这些能让我们的菩提心生起、增长、稳固的修法都要去观修。尤其是《入菩萨行论》的第八品静虑品，它是让我们世俗菩提心能增上的方便。这里面讲的特别得多。这些对我们菩提心生起有帮助的教法，我们应该生起很大的兴趣去看、去思维，去发现，在我观修菩提心的时候，这段教言对我打坐观修菩提心有帮助，这个对我有触动，我就把它记在心中，在修的时候就像这个法义不断地去串习，让我们的菩提心能够生起来。其实这是不容易的。

[18] 后面还有胜义菩提心、六度等等，菩提心修法就是整个菩萨道，整个成佛之道。我们说这个容易吗？这个不容易，但是你说不容易不是不可能生起来，因为菩提心究竟的本性就是我们的佛性。其实我们观修也是让我们如来藏里面的佛性、菩提心、利他心显露出来。这不是不可能的事情，世俗当中我



们给它生起菩提心的因缘，让它生起菩提心的就是我们的思想、我们的意识，我们的思想、我们的意识创造菩提心生起的所有因缘。比如说前面讲的四无量、大悲心，这些都是生起菩提心的很多的方便，我们要给它。

[19] 我们内在如来藏本性里面的菩提心一直都在。在观修的时候把观修力深入到本性当中去，这也是有帮助的。除了我们在世俗的层面、在心识的层面我们给它菩提心的因缘之外，有的时候我们把注意力往里走一点，观想我们本性里面，其实本具像佛一样的大悲菩提心，这样我们就不会怯懦。意念内心当中本具这么殊胜的佛性菩提心，我们更加能相应菩提心，在内因外缘都具备的情况之下就生起菩提心来。所以菩提心也是我们一定要观修的。五加行当中生起到量的菩提心不容易，但它真是太殊胜了。

[20] 我们一定要在每天的修行当中去串习，比较困难的时候是刚起步的时候，习惯了之后就像《菩提道次第广论》里面，以及很多修心法要当中讲的，有些噶当派的祖师打了一个比喻：有些人刚开始的时候不喜欢喝茶，如果经常喝，最后不喝就不舒服了，他每天都要喝。修法有的时候也是这样的，刚开始的时候不喜欢修，但如果你坚持修，知道修法的利益之后，最后让你不修你就不舒服，哪一天不修你就不舒服，你肯定要修行，你自然而然就想要去串习这些善法。通过努力我们要达到这样的状态。但是达到这个状态是不是就万事大吉了呢？不是，这只是阶段性的一个进步而已，还要继续。因为前行里讲了：乃至在登地之前所有的这些感受、境界都是无常的，都有可能变化的。一方面来讲它是个阶段性的一种成就；另外一方面每天还是要小心翼翼地、如履薄冰一样地，很谨慎地去取舍，很谨慎地观修，这些方面是不能放松的。

[21] 金刚萨埵修法观本尊、念百字明比较容易，但是要生起四对治力，比如说破恶力，真正从内心深入认识自己的过患，真的想舍弃、发露这个不容易；还有所依对治力，就是把金刚萨埵作为真实的依靠，有的时候生起这种信心也不容易；返回对治力，发誓不造了，我们在修的时候，发誓即便遇到生命危险也不再造罪业，但有的时候自己都不敢发这个誓，像这个也不容易；现行对治力要保质保量地去念诵，比如安住在禁语、安住在禅定、安住在相应等净的见解当中去念百字明，这个要求还是比较高的。像这些都不容易。

[22] 金刚萨埵修法要达到的量是：我们的罪业如果清净了，在梦中出现净罪的相，在修百字明期间梦到呕吐脏东西，还有穿白衣、爬上雪山或者看到日月升起等等，这些都是属于罪障清净的标志。这个只是外相，内相是什么呢？内相是烦恼减轻，贪欲心很大但现在不太大了，慢慢就可以控制了；嗔恨心很大，现在嗔恨心开始减弱；嫉妒心开始减弱，反正这些都在开始减弱。也就是说，外在的这些梦境中的相出现了，内在的瑞相就是我们的烦恼开始减弱了。烦恼减弱其实就是罪障清净比较靠谱的、了义的瑞相。

[23] 这些都是要不断地去观修。尤其是在学百字明的时候，讲到了百字明的很多利益，不修百字明的一些过患，就是让我们每天在修十万遍百字明的时候认真地修，修完之后我们还是每天要保证一百遍以上的百字明，早上二十一遍，平时念一百遍，这个不要断。因为我们每天有意无意地都在造很多的罪业，除了我们在不间断的学习闻思修，创造让自己不再造罪的因缘之外，对已经造的罪业在晚上让它归零很重要。每天睡觉之前我们要做一次忏悔，不管怎么样我不能把这个罪来带到明天，不要让它过夜。这些是一个修行人应该有的观念，应有的一种素质。

[24] 做一个修行者，应该在方方面面表现出和不修行的人是不一样的。你的见解不一样，做事的方式不一样，遇到事情的时候祈祷三宝，或遇到不顺心的时候发菩提心，知道业因果，这样来消化你的不良情绪。还有你早上起来的时候，平时的时候，还有晚上睡觉之前的这一系列的行为、观修都和普通人不一样，这个就是所谓一个修行人综合素质的一种体现。在哪方面去体现？就从这些方面去体现，你的心态和你的行为，这些方面做为修行者来讲，应该有这些素质。如果你保持这些素质，那你每天都可以增长很多的善根，每天也可以制止很多无意义的罪业，这个来讲当然是有必要的。

[25] 这些我们已经学完了，但再再讲，学完了不等于就已经圆满了。我们只是学完了，或者数字上走了一次，数字上走了一次也有意义，虽然真正来讲，按照法本里面的这些要求，取过来对照的时候还差得远。但是即便是我们从数字上走一次的话，也有很大的必要，因为这些修法，我们去观修也能够帮助我们相续趣向于成熟。还有所念的咒语，它也是有很大的利益的。

[26] 我们修行不是只限一次，这次你修的好了你就过了，修不好你就彻底完了，是不是独木桥呢？仅此一次机会呢？也不是的。我们修加行，除了这一次五加行之外其实还是要反复修的。我这一次五十万遍的加行，虽然是以数字为主，但是我熟悉了这个修法，刚开始我很生疏，这一次全当是训练这个修法，把它训练得比较成熟，为第二次做准备。凡事总有个开始的时候，没有任何人开始就做得很好的，刚开始的时候都是很生疏的，都是很别扭的，但是开完头之后，第二遍第三遍反复地去做反复地做，逐渐地你就能够适应它。所以我们修加行的时候，第一遍你可能顾及不到质量，有的时候对我们谈质量还早一点，有些人刚刚学习正法，我们说要注重质量，这个要求可能有点过份。刚开始啥都不懂，然后要求他把质量提升起来，这个有点勉为其难的。但是在通过这一系列的修法之后，他熟悉了，不是以前没做过现在在做了，不熟悉的现在有点熟悉了，在第二次的时候他就可以在这个基础上慢慢地修行，慢慢深入到它的法义，这个时候质量就可以慢慢地提升。

[27] 现在很多道友在修加行的时候总是有点沮丧，说我们的质量不行。质量不行也许是事实，也许是有些道友谦虚了。但是不管怎么样，我们这个加行第一次即便是从数字上走了一次，其实也有很大的必要性。积累了该积累的那一部分善根，绝对是比不做要强。而且在趋入过程当中让我们的心成熟，所以也不用过于地沮丧。当然如果你有这种俱生的智慧，你可以让这个修行修得更好，把质量提升到很高的状态，这当然也是可以的。我们要知道修行是漫长的过程。第一次没有修好不要紧，我们还有第二次。有道友说“还有第二次啊？”，我说“当然有第二次”！“我以为就完了呢”，哪有这么简单的！

[28] 实际上加行是让我们生起证悟实相的修行，修到什么时候为止呢？修到你已经现前实相了。现前实相之后也不是说就完了，现前实相之后，比如到了初地了，你后面的修行在见道以后，通过见道的智慧摄持这些，你还要修这些法。但那个时候可能就不会有那么痛苦了，那么多的纠结就不会有了。真正地来讲，乃至没有成佛之前，都要不断地修行。所以我们现在到成佛了吗？没有，那有什么理由停止呢？那我们现在是登初地了吗？没有，那没有的话，我们有什么理由停止呢？没有理由停止。那么我们现在到了加行道了吗？也没有，那没有理由停止。资粮道还没有进入，也没有理由停止。

[29] 我们现在修法或修加行，不是已经太多了，而是远远不够，这个我们要了解。不是说我们修了一次，就说：这么多了！如何如何的。不是你修得很多，其实来讲，是你感觉修得很多。像打坐，我感觉都过了好几个小时了，一看表是五分钟！是你的感觉而已，其实，在这个过程当中你根本没有修什么。所以我们在修加行的时候，感觉修了很长时间了，感觉已经够了吧？其实还差得远。我们的标准是有没有佛果？有没有登地？要是没有，这些都要修。

[30] 如果你的修行，你的资粮完全圆满了，那一定会现前佛果。如果没现前佛果，那就说明你成佛的资粮还不够。如果你登地了，那说明你登地的资粮够了；如果没有登地，就说明你登地的资粮还不够。如果你加行道的资粮够了，你就会进入加行道；如果没有进入，那就说明你加行道的资粮还不够。这就是一个标准。我们现在有什么果了？我们现在没有什么果，那就首先奔着小资粮道的目标去。我通过现在的修行，现在我只有这么大的能力发心，每天我在修行时候，磕一个头下去，只能够累计这么多的善根。我就按照这个标准去做，把心安静下来去做。

[31] 当你做到一定时间的时候，自然而然你的心会变化，变化之后，你再把本本取回来看，这个就是小资粮道的标准，我已经达到了。达到了之后你再继续修，你的闻思修、见解、行为在整个过程中会逐渐地慢慢累积。现在我们按照这种方式去修，修到一定程度的时候，自然而然会进入小资粮道。进入小资粮道之后，你就通过小资粮道的速度开始计数了。以前你走路，是按照一个小时三公里的速度去走的，但是后来你坐上拖拉机，可能一个小时二十公里了，你就每小时按照二十公里的速度计数了；然后你坐上汽车之后，一小时一百二十公里，那就按照那个速度去计了。所以，你慢慢往上走的时候，每天积累的资粮是不一样的。但是你必须努力地达到第一个标准，先坐上拖拉机，坐上拖拉机后你的速度就会快，明显会比以前快多了。但这个还不够，只要你没有到加行道之前，还是要继续努力，不能停滞。只要你不停滞，按照正确的方式去做，第一遍第二遍修得不圆满，不满意，都不是什么事，就怕停下来，不怕慢就怕停。只要不停，不停地闻法、思维，每天念佛念咒，似乎每一个都看不出有效果，我念了一句佛号，念一句咒语，好像没有什么感应，也没得到什么好的消息，念了十万遍好像还没有什么，但是你继续做就行了。反正我们没有得到法本里面该有的验相，就说明我们做得不够，我们要坚信这一点。如果我们持续性地去做，总有一天肯定会圆满的。一旦圆满了，我们的心就会变化。

[32] 关键是你必须要做。比如说菩提心，我每天花时间就去串习，怎么可能不生起来呢？肯定会生起来的。所有的因缘都给它了，不可能不生起菩提心。对这个法能够调伏我们的心一定要生起信心，如果没有生起来，那么要不然方法不对，要不然时间不够，除了这个没有别的因缘。所以要积资净障，要每天串习。只要自己坚持去做，一定会生起来。这个就是我们在修法过程当中的内容。



11 积累资粮 (119-125)

[33] 积累资粮

[34] 我们认定目标之后，就要扫除障碍，扫除障碍主要就是观修金刚萨埵百字明。扫除障碍之后，我们还要积累资粮圆满顺缘，圆满顺缘就是积累资粮。顺缘能够帮助我们生起功德，前面是扫清违缘方面的，这个是正面具足顺缘方面的，是积累资粮，所以积累资粮也是特别地重要。

[35] 有些时候资粮也可以叫做福报、善根、功德，意思都是一样的。总而言之，要成佛要证悟实相，你说必须要具备善根也行；你说要具备资粮也行；你说要具备福报也行，具备福德也行，都是可以的，意思都是一样的。帮助我们达到目的地的所有的顺缘，叫着资粮。它的一些条件，比如说你要从此处到彼处必要的条件，或者能够帮助你，支持你，资助你走远，走到究竟的这些都叫着资粮。

[36] 资粮我们要积累，我们可能还没有或者很少。怎么办呢？我们可以去创造资粮。没钱过好生活那就去挣钱，就和这个是一样的。挣到了钱你就可以买很多的东西，或者你就可有改善你的生活质量。那么我们的修法也是一样的，没有资粮就去挣，挣资粮就叫做积累资粮，或叫攒福报。

[37] 总的来讲，有很多很多积累资粮的方法。现在我们学的是最殊胜的一种，就是用供曼扎的方式来积累资粮。针对要快速圆满资粮的密宗行者来讲，供曼扎是非常快地圆满资粮的一个方便。所以我们对积累资粮也要和前面的百字明一样，仍然要高度重视，要生起兴趣，要用欢喜心来趣入这种修行。

[38] 虽知世俗然积二资粮，虽证胜义无修然入定，

[39] 虽已现前双运仍精进，无等上师足下我敬礼。

[40] 这是华智仁波切首先对他的上师做顶礼。对我们来讲，就是对我们无与伦比的上师做顶礼，求加持。

[41] 这里面顶礼是从三方面来讲的。

[42] “虽知世俗然积二资粮”，“虽知世俗”是什么意思呢？就是他的上师虽然已经了知了世俗的本性，世俗的如梦如幻、世俗的本性，方方面面的本性都了解了，“虽知世俗”但在显现上面还在积累二资粮，还在积累智慧和福德二种资粮。如果已经彻证世俗了，像佛陀一样，已经完全把世俗的方方面面都了解了之后，完全已经现前遍知之后，其实已经不用再积累资粮了，因为他已经彻底地了解世俗了。但我们其实是不了解世俗的，对于这些世俗谛我们是不了解的，不要说它不同的分类，不同的层次，即便是最浅显的世俗我们都不了解。有些人只能通达世俗当中的一部分，比如说我们学某一门，学某一科，你可能最多就通达这个，别的很多你就不了解了，所以说我们对世俗是不了解的。我们不要小看这个，说知道世俗没什么大不了的，其实能够了知世俗，如果要讲得很深的话，直接就要讲到遍知，因为只有遍知才能够了解一切世俗，对世俗的方方面面他都了解，这个叫遍知。

[43] 这里面讲“虽知世俗然积二资粮”，虽然他的上师完全了知了世俗的本性，所有世俗的本性他都完全了解了，但是显现上还是在积累智慧资粮和福德资粮。这是对上师的一个敬语。这有什么必要呢？因为他自己虽然可以完全不需要修了，不需要积累资粮了，但是为了利益众生的缘故，就像我们在讲四摄法的时候，最后就有一个同事摄。要让弟子去修福德和智慧资粮，他自己就要带头修，要给众生做一个示范。因为众生根基很劣，很多众生可能不是很自觉，虽然这个修法，这个智慧资粮和福德资粮，真正地来讲，谁修谁得利益，但是众生的根基那么地劣，就是对自己有利的他不愿意去做。给他讲这个是很好的，他就是有这样的疑惑，那样的疑惑，修一下，看导师都没有修，他自己也不修，好像找到一个不修的参照一样的。他也许会怀疑：这么好的法，你怎么不修呢？你不修就说明这个法可能有问题。

[44] 有些人不想修，东张西望地看到我的上师也没有修，既然他都没修，那我也不修，好像找到了一个不修的理由。因为要打消众生方方面面不必要的顾虑，所以上师也会显现特别精进。这样弟子就找不到不精进的理，上师都在修，为什么你不修呢？弟子也就打消了这么好的法上师自己不修的想法，他看到了之后也会去修。

[45] 虽然这些上师们自己倒是不需要再积累资粮了，但是为了引导众生的缘故，他们也是很勤奋的在做。对我们来讲也是一样的，对于佛法的闻思修行是每天要修的，这些都是利益自己的。有时我们总是不太愿意修，对自己有利的事情不积极。这属于什么？这是一种障碍。我们说自己业障深重可能就是真的，不是自谦。为什么业障重呢？对于这么好的空性、积资净障的法都不去观。修法是对谁好呢？谁修谁得利的。这些开显心性的法，暂时来讲也会得到巨大的福报、善根。一方面喊口号说我要改善生活、提高生活质量，这种让你在世俗当中生活过的好的方法在这里，也不愿意做。一方面喊口号说我要成佛、证悟实相，方法也在这里，不去精进闻思修，这也是印证业障深重的一个证据。

[46] 上师给我们讲的很多正法都是对我们有利的，我们也应该珍惜，产生兴趣、有欢喜心，然后尽自己的力量去做。

[47] “虽证胜义无修然入定”，上师已经证悟了胜义谛，没有什么所修的，虽然胜义谛当中没有能修所修，但是还是通过入定等的方式修禅定。胜义无修，仍然还是在修。他已经达到了胜义无修的状态，为了引导众生的缘故，还是在示现入定不断的观修。

[48] “虽已现前双运仍精进”，虽然他已经现前了世俗谛和胜义谛二谛双运，但是还在精进的修行，对世俗谛的修法和胜义谛的修法都在修行。这样一位无与伦比的上师，怎么体现他的无与伦比？这三句话的前面部分是他的无与伦比的一部分，比如“虽知世俗”，他能够知道世俗的本性，这是不是无与伦比呢？当然是无与伦比了；“虽证胜义无修”，这是不是无与伦比的体现呢？也是；“虽已现前双运”，现前双运是不是无与伦比呢？还是，这是无与伦比的一部分。

[49] 另外一部分是什么呢？“然积二资粮”，他的悲心无与伦比。“然入定”，虽然已经证悟胜义谛了，根本不需要，但是他还是在示现入定，这也是一个利益众生悲心无与伦比的自性。“仍精进”，为了利益他众，还是在精进，从他自己的境界和利他的事业两方面来看都是无与伦比的。

[50] “无等上师”，这样无与伦比的上师足下，我恭恭敬敬的顶礼。如果了知了上师的本性，再做顶礼，质量就会很高。

丙四（积累资粮）分二：一、供曼荼罗；二、古萨里。

[51] 我们现在的五十万加行当中，其中十万就是供曼荼罗，还有古萨里修法，古萨里是梵语，意译就是乞讨者的意思。古萨里的修行者是很贫穷的乞士，他们把琐事减到最少，通过乞讨来修行，没有什么资粮，就是舍弃一切琐事，一心一意的修行正法。

[52] 供曼荼罗就是通过意幻供养的方式把所有三界最善妙的供品，上供三宝、三根本等等。古萨里是施身法，就是把自己最珍贵的身体上供下施、积资净障。我们越喜欢的东西拿出来供养布施的功德越大，产生的利益也越大。然后我们最珍爱的是什么呢？身体之外当然是财富、家庭，往里就是我们的身体，我们对身体是最执著的，现在就要故意打破自己的执著，把身体拿出来上供下施，这也是一个有效的，能够快速积累资粮的殊胜方便。因为把自己最珍贵的东西拿出来做供养的缘故，所以可以快速积累资粮。这是通过观想的方式打破自己的我执，而且能够反复做。如果现实当中，你把身体拿来布施，可能只有一次，布施完之后，死了就没有了。要做第二次需要投生，第二次投生之后，慢慢学到一定程度，修法的时候才能开始做第二次。但是观想不需要这样，一天可以做若干次，能够很迅速地圆满我们的资粮。

[53] 在《大圆满心性休息》当中，古萨里的修法是和上师瑜伽合修的；在龙钦宁提的前行里面，它是和积累资粮合修的，它本身是一个积累资粮的方式，如果放在上师瑜伽当中，既是和上师相应的方法，也可以积资净障。如果放在积累资粮当中，通过供养布施身体来圆满自己的资粮，从这方面来讲意义也是一致的。

丁一（供曼荼罗）分六：一、供曼荼罗之必要；二、所修曼荼罗；三、供三十七堆曼荼罗；四、三身曼荼罗；五、供品洁净；六、积资之理。

[54] 上师在讲记当中讲，曼荼罗是坛城的意思。我们观想的时候，可以把曼荼罗观想成各式各样的供品，或者说曼荼罗的本身就是一个佛堂。比如所修曼荼罗本身就代表了五方佛、皈依境，它就是一个坛城。我们修的时候就把曼荼罗作为供品供养佛坛城。

[55] 供曼荼罗分六，第一，供曼荼罗之必要。我们在供曼荼罗之前，首先要了解必要性，然后我们再去修，会更有兴趣和质量。第二，所修曼荼罗。所修曼荼罗就是把曼荼罗观成皈依供养的对境，外表好像是我们平时供的曼荼，修的时候就把所修的曼荼罗观想成我们皈依或者供养的对境。第三，供三十七堆曼荼罗。即萨迦派八思巴尊者的一种简便易行的曼荼修法。第四，三身曼荼罗。即宁提派不共的供曼荼方法，三十七堆曼荼、三身曼荼之后，也有平时我们记数修持的七堆曼荼。

[56] 第五，供品洁净。供曼荼的时候，我们的供品要干净，可以不是很高档，但一定要干净。供品高不高档和你的福报有关，如果你有很多的福报，就可以把供品打造得很高档。而干不干净和你的心有关，主要看你对此是否重视，这是两个概念。如果你有能力，就可以买高档的东西。虽然有了高档的东



11 积累资粮 (119-125)

西，但是你把东西放在那儿，蒙着一层厚厚的灰，你的心态说明对根本不重视。我们的东西可以不高档，应该要让它洁净，洁净说明我对此很重视，自己的心就在这上面。

[57] 供品洁净不单体现在供曼茶时，平时我们在佛堂上面供水、食品，也要让供品洁净、悦意，这是用心在做。乱七八糟地堆在那里，看起来就是对供佛不用心。供台横看竖看都是很整齐的，说明你是在用心做。如果看到一个佛台觉得很舒服，我们会知道他肯定是用心布置的。如果看上去乱七八糟，水碗摆放得歪歪扭扭弯过去弯过来的，不是一条线，灯也不整齐，就是没有用心。虽然你的东西很一般，但是用心去做，摆得特别整齐、悦意干净，这种心态是很珍贵的。供养的钱多少，供品高档与否，只是产生福德的一部分因素，另外一部分主要的因素就是你的心态，应该特别认真对待，把它做得特别好。

[58] 上师讲了以前的噶当派，即现在的格鲁派的寺院，他们对于供品特别重视，就是很用心在做。我们作为修行人也应该用心去做，不管怎么样，条件可以简陋，必须要用心。即便就是很小的一个台子，也要把它擦干净，东西认真摆放得很整齐，就会得到很大的福德。供品洁净可以表现出我们的心理状态。

[59] 第六，积资之理。就是对于积累资粮的一些原理，我们后面会了解这些道理。

戊一、供曼茶之必要：

[60] 供曼茶有什么必要呢？了解了必要之后，我们就会有兴趣学习供曼茶是怎么修的。如果不知道供曼茶的必要性，内心也没有生起应有的认知。那后面讲的曼茶和我有什么关系？你讲你的我做我的，讲完之后什么都没学到。如果有了兴趣，自然而然就会关心曼茶怎么修，有什么注意事项等等细节的方面。

[61] 有些时候接触的一些道友也是一样的，很多道友提问的时候，很多细节问的很细，说明他对修法有兴趣，才会问这么细。如果他对修法没有兴趣，可能也懒得问。虽然知道有法，但是根本不会关心的。我们知道了必要性之后，自然会关心下面的一系列修法，这是想把修法修持圆满，做到极致。有时上师们也会说，问太细了也没必要，法本里面没讲的也不用想那么多。对于应有的细节我们还是要了解，这方面也有一个度。有时特别注重细节，就会把整体的忽略掉了；有时过于注重全局，对细节不重视，可能也不太圆满。里面也有一个度。

[62] 我们在学法过程当中，要看上师对我们是怎么讲的，做到松紧适度。我们的见解也是一样的，修法也应该有这方面的智慧。

[63] 如果没有圆满福慧二种资粮，就无法获得具备二种清净的佛果。

[64] 首先讲了总的原则，这是从反方面讲的，如果没有圆满会怎么样。如果我们没有修持圆满福德和智慧二种资粮，也就没有办法获得二种清净的佛果。很多道友学过二种清净，一个是自性清净，一个是离垢清净。第一，自性清净。不管学不学佛，每个众生的本性都是如来藏、清净的佛性，连蚊子、苍蝇或者可恶的恐怖分子本性都是佛，这方面对我们来讲也很重要。当我们修行还没有达到比较纯熟的阶段，总会有讨厌的一类众生，当我们遇到比较讨厌的众生时，应该怎么想？第一他也是众生，第二众生有佛性，也是未来佛，本性是清净的。你这样一想，内心当中至少有了一个改正不好心态的基础了。如果你修的比较深，这样一想不好的心态马上减弱，乃至消失了。我们对自性清净需要花时间去领悟，它对我们现前佛性等很多修行来讲，就是一个基础。而且对打破我们的非理作意也有很多必要性，这就是自性清净、本性清净。不管学不学佛、修不修行，反正每个众生本性都是清净的。

[65] 第二，离垢清净，虽然自性是清净的，但是还有垢染覆盖在上面，有情就是这样的，虽然我们的本性是清净的，但是这样的本性清净并没有显现出来，让本来清净自性不显现的是什么呢？就是垢染、客尘。当我们开始修行，修行又是什么呢？把客尘、垢染去掉的过程，叫做修行。

[66] 无垢光尊者在《虚幻休息》，还有弥勒菩萨在《辨中边论》里面讲过，众生、菩萨、佛安立的三个阶段。众生的垢染一分都没有离开，叫做不清净的阶段。菩萨不净和净两个都有，叫做不净净阶段。垢染没有完全清净叫做不净，已经清净了一部分叫做净，菩萨虽然清净了一部分，但是客尘还有一部分，就是不净净。佛地的时候叫做清净，完全没有垢染了，叫做离垢清净，不单单是本性清净，而且本性清净全分显现了，垢染离开了，这种状态就是离垢清净。二种清净其实就是一个本体，不是两个本体，只不过自性清净上面有垢染，离垢清净没有垢染了。或者说前面的阶段有垢染，后面的阶段没有垢染了，这是二清净的佛果，二清净的佛果只有佛才有，菩萨还不能叫做二清净。

[67] 为什么呢？前面分析菩萨叫不净净，因为他们自性当中还有不清净的部分，烦恼障、所知障没有完全远离，所以不能称为二清净。只有佛果才能真正具备二清净的自性，换句话说二清净的自性要现前必须圆满福慧二种资粮，否则无法获得。此处告诉我们如果想要现前每一个众生本具的佛性，要让自性的清净彻底显现出来，就是圆满福慧二资粮。我们现在修行，从开始听闻前行或者皈依的那一天起，就是开启了圆满福慧二资粮的大门，从这里开始走上了圆满福慧二资粮的道路。

[68] 你什么时候皈依了或者对修行有了兴趣，开始真正的闻思修，就开启了圆满或者积聚二资粮的道路。我们通过各式各样的助缘，比如上师的加持和道友的帮助，以不断的闻思让积累二资粮的道路走得很顺畅，中间不要停滞，如果我们不间断地做，二资粮总有一天会圆满的。随着我们相续当中的智慧、福德的生起，修行刚起步的时候只能得到一点点，也许我忙活一整天，就得到一点点福德和智慧，速度没办法提高。刚刚讲了原理，随着我们资粮不断的增长，后面就会加速。因为他在更高的起点上面加速，所以修行就会越来越迅猛。现在我们是逐渐的做，只要我們不斷去积累，总会达到一个圆满的程度。

[69] 再说，二种资粮没有圆满之前，自相续中不可能生起无倒空性实义，

[70] 二种资粮没有圆满到一定程度，不可能生起空性实义。圆满到什么程度呢？如果你要证悟空性，内心当中的福德、智慧二种资粮必须要圆满到能够支撑你证悟空性的阶段。二种资粮没有圆满到一定程度之前，在我们的相续当中也不可能生起无倒空性的实义。空性本身不是修出来的，而且空性当中没有能修所修，也没有什么可执著的。如果你想要现前无修的空性，必须要修。虽然看似矛盾，但是并不矛盾。有些人说既然是空性，我啥都不修了，不修空性永远现前不了状态。虽然你不修它也是空性的，你不成佛自性也是清净的，但是有什么用呢？自性清净当前对你来讲不起作用，就是说你的自性清净对改善生活、远离烦恼本身不起任何作用。你必须要通过修行让它现前哪怕一点点，也能够起到作用。

[71] 不管你修还是不修，无倒空性都是离戏的，但是你不修，它也无法现前，无法现前就无法受用。来自于空性的加持、种种的安乐，你不修永远领受不了，这是一个无欺的规律。虽然胜义当中是无所修的，但是你不修就得不到，现前不了这种状态。

[72] 如果我们要生起无倒实相的空性，必须要很认真地对待福德和智慧资粮。我们能够认真去修行，逐渐就会靠近空性。比如现在学习《中论》《中观庄严论》，就是在了解福慧资粮当中的智慧资粮，对于空性部分我要去学习，了知之后才能在基础上，通过空性智慧的摄持，去做一切的修行，比如打坐观空性，逐渐去修行，创造圆满智慧资粮。我们还要学习圆满福德的方法，怎样才能得到更大的福报？世间人有自己的一套说法，你这样做很好，你是个大善人，实际是不是呢？通过更深的智慧，从更高的标准来看，虽然福报可能有一点，但是心态不清净，或者说很多要素欠缺了，这个时候就没办法。

[73] 假如说我们这些人都是外行，在看别人表演东西的时候，我们觉得不得了了，内行一看，知道里面的破绽太多了。有经验的专家看问题的角度不一样。我们看打拳，打的很热闹，专家说，这是花架子，没什么战斗力。我们觉得这个人肯定很厉害，还会翻跟斗。其实翻跟斗是没有用的，会打的马上直击要害了。

[74] 佛陀等有智慧的圣者，带着佛法的境界来看积累资粮的时候，有些人表面上做的很大，这个慈善那个慈善，做了很多轰轰烈烈的事情。假如是一个有修证智慧的人，观察他的心态时，发现隐藏了很多不好的心态或者应该让福报增长的因素都没有，虽然我们是看不出来，但是有经验或者有智慧的人能够看出来。

[75] 讲这个意思是什么呢？就是说我们在积累资粮的时候，应该学习正确的积累资粮方法，不管是智慧资粮，还是福德资粮，必须要认真地学。因为这里面有太多相似的地方，看起来是其实不是，所以我们怎么去辨别，怎么样把不是的东西去掉？我们要做真正干净的资粮，就必须要去学。心态不好，在做事情的时候，加的东西是不好的，我们要努力改正，把不好的心态剔出去。比如说我爱执、竞争心，如果你带着竞争心、嫉妒心去做，虽然看起来好像在做修法，但是没办法变成干净的资粮。



11 积累资粮(119-125)

[76] 上师说，你在做的时候，必须把这些影响资粮的杂质去掉，以免染污你的资粮。我们在修的过程当中，一边修一边努力调整。我们为什么上座的时候要发起菩提心？因为菩提心是个非常干净的心，里面不会有烦恼、嫉妒、傲慢，所以我们通过这样的心摄持的资粮就是真正的资粮，至少在这个阶段是干净的。

[77] 在深入修行时，当我们的智慧上升了，在那个阶段没发现的杂质又会被发现，就会越来越干净，最后一直达到登地，也就证悟实相了。如果要证悟空性、现前空性，必须让你的资粮特别干净，怎么样才能让资粮干净呢？除了不断的修行，还要不断去学习，生起更深的智慧去了解，这个心态以前没发现，现在发现了，它潜伏的很深，被我挖出来了，就要把它去掉。我们必须不断地深入学习，否则我们自认为不错，可能不一定是这样的，这方面我们必须要了解。没有圆满之前，生不起无倒的空性证悟。

[78] 经中说：“乃至殊胜二资未圆满，期间不能证悟胜空性。”

[79] 乃至殊胜的福德资粮没有圆满，期间不能证悟殊胜的空性。证悟空性有佛、菩萨的证悟，也有加行道的证悟。“未圆满”的意思是什么呢？就是圆满到能够让你证悟阶段的空性为止。我们刚刚讲了，证悟空性是初地，你的福德智慧资粮必须要达到让你证悟初地的状态，到了这个高度你才能证悟初地。如果对空性证悟的资粮没有圆满之前，你也没办法登初地，同样，如果资粮没有圆满到加行道对空性的感受之前，也生不起加行道的功德。这时我们需要不断的去修，不断的去积累福德和智慧二种资粮，这就是因缘法则。我们一再讲因缘法则，这是没有任何偷奸耍滑的地方。比如你是不是给我在哪个地方开个后门？我和释迦牟尼佛或者上师的关系不错，能不能让我的资粮圆满？这是没办法的。如果可以，你不用开后门，佛陀老人家的大悲这么圆满，他能够给你的早就给你了。就是因为给不了你，所以才让你老老实实去修，很多事情必须自己去做。如果他能帮你做，不需要祈祷他也会为你去做，这是毫无疑问的。因为他的悲心不是摆设，就是实打实的利益众生的心。任何一个事情他可以帮你做的，绝对会不通知你，就把事情给你做完了。世间上的好人也是做好事不留名，他不会通知你我做了好事了，都是悄悄地把事情做了，世间高尚的人都是如此的，何况大悲心修了三无数劫，不可能可以帮你做的他不修，让你去做。

[80] 因为修行的事情没办法代劳，只有你自己去做，所以他告诉你方法，督促你，然后在祈祷的时候，给你做些加持，这些可以。资粮是没办法偷奸耍滑的，必须要认真真地去落实，再苦再累再枯燥都必须咬牙坚持，只有这样才能突破我们的惰性和很多的障碍。如果你不圆满积累资粮，永远原地踏步，你所希求的佛果、菩萨果，或者加行道都没办法获得的，只有实打实的去把该做的资粮做了，该闻思的闻思该修行的修行，这样才能真的生起来。乃至资粮没有圆满到一定的程度，没办法得到这些果。我们的时间有限，因为在上一世听到过这些法没有重视，也没有修，所以我们现在的资粮还是这么可怜；如果现在我们听了之后开始做，不管起步再晚，只要开始做了，每天坚持做，我们的心态会越来越圆满，越来越成熟，我们的资粮也会越来越多，资粮越来越多了之后，我们的障碍就会越来越少。

[81] 善资粮和障碍之间的关系是此消彼长。如果你的福报资粮少，障碍就多；如果你的福德和智慧强劲，障碍就被压住了，没办法起来。上师在讲记当中，也是引用了汉地的说法说，“一福压百祸”。只要生起了一种福德，就会压制一百种祸事。如果我们经常性去积累资粮，修持福德，就像世间上有些人的福德特别强劲，福德强劲的人自然而然做事情特别顺利，没有障碍，障碍起不来，或者遇到障碍很轻松就解决掉了。

[82] 比如像天人等福德很强劲，不会遇到大麻烦，而且福德很强劲的人也根本转生不了有麻烦的地方，都会转生到没麻烦的地方。这也是一些体现，有些人在人间当中的福德很强劲，做事情很顺利；福德不强劲的人会有很多障碍违缘，而且违缘出来之后，也是难以解决，这也是我们福德欠缺的一个体现。

[83] 要证悟也是一样的，我们内心当中有这样那样的障碍或者要突破违缘障碍，有时就会念一些护法、莲师，或是通过忿怒法来遣除障碍。这也需要很强劲的福德，如果有强劲的福德，稍微祈祷一下很容易证悟；如果你的福德欠缺，一方面要积累福德，一方面要经常性的去祈祷，慢慢地可以起些作用。

[84] 证悟实相空性也是这样的，如果资粮不圆满期间没办法证悟，虽然空性本身是无所缘无所执的，但是证悟空性是一种果，我以前没有的，现在有了，现前这种果，必须要有它的因。空性里面没有一个所谓因果的安立，就是平等性的。虽然空性本身没有因果，但是证悟空性是一种果，证悟这种果必须要它的因。因是什么？福德资粮和智慧资粮，你想要证悟一切无所缘的空性，必须要做世俗的善根。以前我们也讲过，必须要把世俗善根做到极致才行，欠缺一点点都不行。如果欠了一点点，可能要等到下一世，这是没办法的。

[85] 我们在佛教史里面看到，有些人在这一世什么都没做，很容易就证悟了，这是因为他在前世就差一点。汉地有一个小和尚敲鼓的故事。讲的是一个老的修行者整天敲鼓，祈祷护法、本尊，怎么敲打祈祷都不现前。一个小和尚一敲，一下子就现前了：“问你需要什么悉地吗？”（众笑）老和尚看起来很不满：为什么我天天祈祷不来，他随便敲两下就来了？因为他前世所有的因缘基本上圆满了，差一点点没有圆满，最后就去世了，所以他到了这一世，一下子就现前了。

[86] 这方面哪怕欠缺一点都不行，我们必须要认真真地去落实，把它做到极致才行。因此我们要非常殷重地积资净障，或者对每个修法的细节都要非常的重视。你对因果越重视，越能够把这些漏洞补掉，把不全的地方补全之后，就容易产生强劲的福德。

[87] 此外还有“当知胜义俱生智，唯依积资净障力，乃与具证师加持，依止他法诚愚痴”的教言。

[88] 还有一种教言就是“当知胜义俱生智”，应该知道胜义谛的俱生智慧。像前面讲的一样自性清净的叫做俱生智，每个众生的佛性当中本来就具备无为法的佛智，叫做胜义俱生智。应该知道要现前胜义俱生智，“唯依积资净障力，乃与具证师加持”，这个有两个途径，一个途径是积资净障。如果放在前行当中，积资就是曼荼，净障就是百字明。当然还有别的途径，这不是唯一的，就是在这里积资净障可以通过两个法来体现。“乃与具证师加持”，另一个是具有证悟上师的强劲加持，这两个因缘可以让我们现前胜义俱生智。除了这两个之外，“依止他法诚愚痴”，如果我们没有依靠具证上师的加持，也没有积累资粮、清静罪障，想要再找到其他的证悟方法，“诚愚痴”，就是非常的愚痴啊，这是金刚句。如果我们想要现前本性，必须要高度重视积资净障，对上师生起清静的心来祈祷。

[89] 这也可以归摄一下，修上师瑜伽本身可以积资净障，上师瑜伽也可以包括在积资净障当中，二者之间能够互相含摄。上师瑜伽、百字明从修法上面来讲可以不一样。不管怎么样，我们一定要重视积资净障。平时也要祈祷上师三宝加持。把这些因素做圆满了，我们就可以证悟心性。如果我们另外去找一个方法，自己觉得或者某个道友认为的都不可靠，我们应该依靠金刚句中，讲的积资净障力和具证上师的加持，就可以现前胜义俱生智，除此之外依止其他的法是很愚昧的。

[90] 就算是已经现量证悟了空性，然而在没有获得圆满正等觉果位之前，还必须使修道路日益增上，所以仍然需要勤勤恳恳地积累福慧二种资粮。

[91] 就算是已经证悟了空性，比如说虽然已经证悟了初地或者八地，乃至于证悟了十地，但是没有圆满佛果之前，还必须使修道路日益增上，还有上升的空间，不是无学，而是有学，他还不是无上，只是有上，有上就是他的上面还有。如果属于有上位，就还不是无上位，如果有上位，还是要勤勤恳恳的积累资粮。到了初地以上，就不需要上师再拿个鞭子在旁边守着你，让你积资净障了，每天敲打你，你要积资净障、修曼荼等等。虽然真正证悟空性之后就不需要了，但是对于一般的初学者需要经常敲打，有时给你讲些功德必要，有时给你讲些不精进的过患等等，有时甚至还要用无常来督促你，寿命是无常的，你知道吗？如果不修就会怎么样。这些初期都要用的，他一旦证悟了空性，这些也就不需要了，证悟之后，他会自动去圆满资粮，做很多积资净障的事情。对我们来讲，必须反复去了解积资净障的必要性，来督促自己懈怠的心。我们不积资净障，从早到晚一眨眼就过了，有些人甚至于没办法打发时间，东看西看，电视剧不想看，电影也不想看，就是走来走去，坐下再站起来，然后去外面晃一圈又回来了，就是不想修法。有大把的时间，完全可以坐下来修百字明、曼荼或者看书，不管对其他方面有没有兴趣，反正就是不想去摸法器，也不想去看书。我们讲百字明的时候，说这是一个业障重的体现，在这里就是一个福报欠缺的体现，没有福报你才会这样的，有福报你就会争分夺秒的修法，非常欢喜地想要修正法。

[92] 大瑜伽士帝洛巴尊者亲口教诲说：“吾子那若巴，显现此缘起，未证无生义，莫离积二资。”

[93] 帝洛巴尊者对弟子那若巴尊者讲，心子那若巴，你应该知道，“显现此缘起”，就是说所有的显现法都是依缘而起的缘起法，即一切显现都是各自因缘和合而产生的，它的本性就是空性。缘起生其实就是无生，它没有自性生就是无生，这是空性的意思。没有证悟缘起生就是无生，比如现在我们所看到的一切法都是缘起而生的，其实缘起生的本质就是无生，它是本身在显现的当下就是无生的空性。没有证悟缘起本身是无生的之前，“莫离积二资”，不要离开积累二资粮。这些证悟者的教言很殊胜，加持力特别大。莫离积二资，不要离开积累二种资粮，就是不要离开福德资粮和智慧资粮。



11 积累资粮 (119-125)

[94] 虽然刚开始积累资粮可能比较笨拙，但是我们持续地做，当我们的福德生起来之后，就会越来越善巧，因为积累资粮本来也是一个可以得到加持的因，而且积累福慧资粮可以清净我们的无明障碍，对于内心当中的愚痴无明，就是正对治。当我们持续性去做，障碍会越来越远离，我们的佛性会越来越现前，智慧肯定也越来越敏锐，我们对于一切万法的本性也会逐渐了解。

[95] 我们修行佛法的时候，一方面要持续性的修行，一方面也要不断的闻思，这样就会让我们对于万法的本性，了解得越来越明显，越来越深入。总而言之，在我们没有证悟胜义谛、无生空性义之前，千万不要停止积累二种资粮，要非常精进地去积累二种资粮。

[96] 瑜伽士布瓦巴也曾在道歌中说：“虽具不求世俗佛果大把握，然应尽力精勤不断积福资。”

[97] 布瓦巴尊者是印度八十位成就者之一，萨迦派把他作为祖师。他说，虽然有些人在见地上面具足了不求世俗佛果的大把握，就是他在见解上面已经知道一切无所得，一切无所修，没有什么可求的佛果，他从见解上面来讲，的确已经完全获得了一个不需要执著佛果的殊胜见解。“然应”，但还是应该尽力精勤不断的积福资，也就是说见解上面有了不求世俗佛果的大把握，要让见解变成果，还是必须要通过资粮来达成，就是世俗谛和胜义谛二者之间的圆融。

[98] 一般的人在世俗谛和胜义谛之间容易脱节，世俗的方面要修要做，他想不通，怎么在讲修的时候无所修、远离三轮？然后空的时候也想不通，既然是空的为什么还要修？永远也想不通这些问题。其实胜义当中无修，就是实际的状态，现在这个状态对我们来讲还是属于隐藏的状态，要让它浮现出来就需要给它因缘。让它浮现出来的因缘是什么呢？就是修行，在世俗谛当中的发菩提心和观修空性，观修空性本身也是一个世俗的修法。我们要搞清楚，观空性就是用第六意识在观，它是属于世俗谛。现在众生的修法是必须把世俗的空性修到极致。菩提心的修法、集资净障等等都是属于世俗谛，只要空性没有现前之前，所有的修法都是世俗谛，哪怕名字叫做胜义谛、空性，它也是世俗谛。你必须要把所有世俗谛的因缘，即让空性的果显现出来的因缘必须修圆满，每个都要认真落实，修到极致的时候，才能浮现出在见解上面认定的不需要修，胜义当中一切无所作的状态，这个境界要生起来，就不是见解了，而是实际的果。

[99] 凡夫人很容易把见解当成果，其实见解和果之间差别很大，虽然从见解上面了知一切是空性、无所作的，但是是不是这个果已经得到了？没有得到，这只是见解而已。胜义谛再怎么样，我们也不要忘记一个事实，自己还是世俗谛的众生，胜义谛对你来讲只是一个愿景。你现在是谁？具有烦恼的世俗谛众生，你是通过思想在思考八万四千里之外的胜义谛，它对你来讲还差得很远。我们说，胜义谛无修，好像我们不用修了。胜义谛无修是胜义谛的事情，你现在是世俗谛，所以还要修，世俗谛的游戏规则对你而言还是有用。

[100] 如果你达到了胜义谛，再说胜义谛的事，关键你现在是在嘴巴里面说胜义谛，嘴巴里面讲的胜义谛不是真的胜义谛，脑袋里面想的胜义谛也不是真胜义谛，只有你哪天达到了胜义谛，才是真正的胜义谛。当你达到的时候，就会知道，二者是双运的，胜义谛无修的意思不是说睡懒觉，啥都不修，而是通过无修的方式来修。

[101] 刚刚学佛的人最容易进入一个误区，就是碰到需要精进、应该取舍之处，就把大空性、禅宗、大圆满的词句搬过来了，搬过来干什么？反正就是不修，什么都不做。这些是谁的境界？大圆满、大空性不是佛的境界，就是菩萨的境界。你把这些搬过来说我不用修了，本来就是一个很荒唐的事情，他们说不用修是他们的事情，和你有什么关系呢？你还是一个凡夫众生，就需要去现前。他们又是怎么现前的？他们也是积累二资粮现前，你还是一样的需要。

[102] 我们很容易把经典里面的境界当成自己的境界，把见解当成果，这方面是一个很大的错误。究竟不用修那是究竟的事情，你现在还不究竟。虽然可以说到目的地你就睡大觉了，但是还没有到，你现在还在路上，你要搞清楚自己现在的状态。的确是究竟不用修，就像你到了目的地，就不用再开车了，踩油门脚都已经软了，可以休息了。虽然到了究竟不用修，但是现在你还在路上，该做什么还得做什么，你必须要做，而且要做圆满。必须要达到这个状态，才可以说成佛了，你超越了因果，成佛之后怎么样都行。实际上怎么样呢？成佛之后佛陀积累资粮的心也没有断，很多示现就是这样的。只是往往没有达到这种境界的人，最喜欢不修。前面塔波仁波切也说了你认为不修就是更需要修的标志。

[103] 虽然你有了这个把握，但是还是要修，尽力精勤不断地福德资粮、智慧资粮，这是非常重要的。我们的修行要增上圆满，福德资粮是非常重要的的一环，有了福德资粮之后，很多事情都比较容易办，没有福德在修行过程当中，这样那样的违缘层出不穷，没办法顺利地做成办事情。

[104] 全知麦彭仁波切在《白莲花论》里面，引用佛经的观点专门宣讲了一个福力王的公案，非常强调福德，只要有了福德可以说无往不胜，基本上和如意宝一样的，做什么都可以。福力王子和几个兄弟在一起的时候，有人说精进重要，有人说智慧重要，有人说手艺很重要，他说福德重要。因为有了福德智慧，很多事情就可以无勤成办，大家多看一些宣讲福德的公案，可以对修福德产生很大的信心。我们现在有些人修福德是为了发大财或者做事更顺利，这只是一个很小的目标，我们应该有更大的目标。这就是获得觉悟和利益众生的能力，如果要获得利益众生的能力，就必须积累很大的福德。对一切众生都要利益，福德小了就不行的。我们要为了究竟的目标去奋发，而在这个过程中，世间的安乐顺便就可以得到了。

[105] 无等塔波仁波切也亲口说道：“虽然集资净障也是本来清净，但要从微薄资粮开始积累。”

[106] 虽然集资净障也是本来清净的，但是也要从微薄资粮开始积累，这和前面讲的是一个意思，虽然我们要现前集资净障的本性是本来清净的，但是现前本来清净的状态，必须从一分一毫的微薄的资粮开始积累。不能说这是很小的资粮，我不做了，对再小的资粮也要重视，大资粮就更加不愿意放过了，所有的资粮都要重视。如果从微薄的资粮开始积累，最后无量无边的资粮都可以圆满。

[107] 我们对于微薄资粮以上的积累，应该生起很大的信心和兴趣，最后就可以以现前证悟本来清净，最后我们能够通过修行、集资净障，来达成胜义当中无修的状态。虽然究竟来讲就是无修无所得的，但是无修无所得也需要通过修行才能达到这种状态。这个问题我们反复的强调的，目的就是为了让大家对这些问题有一个比较清晰的了解，在我们修行过程当中，树立正见是相当重要的。

[108] 所以，佛陀以大慈大悲善巧方便宣说了不可思议积累资粮的方法，

[109] 刚刚为什么要讲这些？因为我们在学法过程当中，尤其是在学中观、二谛的时候，这样那样的疑惑经常出现，胜义谛不修为什么现在要修？究竟当中没有因果，为什么世俗当中要取舍因果？尤其是在学空性的时候，这一类的问题比较容易出现。针对世俗和胜义二者的结合，在辅导的时候，我也会刻意讲一下这方面的关系。有些道友听了之后，可能就会避免走弯路，他一下子就了解了，了解之后就会对世俗谛胜义谛、见修行果之间的关系会有一些了解。

[110] 既然积累资粮这么重要，大慈大悲的佛陀在大藏经，以及很多菩萨都在论典当中，善巧方便地宣讲了很多不可思议地让我们积累资粮的方法。

[111] 其中位居于首的就是供曼荼罗。

[112] 所有的积累资粮当中最殊胜的就是供曼荼罗的修法，既然供曼荼罗的修法这么殊胜，为什么不普遍宣讲呢？因为众生的根基有很多，有些人没有成熟到一定的阶段，你跟他讲曼荼罗的修法，生不起定解，他还是喜欢实打实的行为，比如亲自去水池里面采莲花，亲手供在佛前，这样才能生起功德，至于玄幻的曼荼罗供养觉得都是虚无飘渺，根本得不到功德。

[113] 很多地方既有小乘的根基、大乘的根基，还有一些种性刚刚苏醒一点点的人和修行有素的人，他们对法义的理解不尽相同。一般来讲初学的人或者智慧不深的人，最喜欢的就是表相、仪式，觉得这些能够落到实处，可以抓到手心里，心里才踏实。对于比较高深的见解、修法，刚开始学习佛法的人不一定能够完全接受，因此佛陀为了调化不同的众生，宣讲了多个层次的积累资粮。喜欢实打实的，给你讲实打实的；具有很好的见解，给你讲供曼荼罗；你是已经到了密乘的瑜伽士，佛陀也会讲更深的密供、无上供。还有很多供养的方式，在《大幻化网光明藏论·供养品》中也讲了很多，比如供养、荟供，殊胜的供品和供养方式、圆满资粮的方法特别多。

[114] 供菩萨根据不同的根基，宣讲了不同的集资净障的方法。在这么多方法当中，位居于首的就是供曼荼罗，其中既有实物供养，曼荼罗本身属于实物，也有意幻供，主要还是意幻供。如果你的见解高深，在供曼荼罗的过程当中，什么见解都可以用上，比如遍于法界的曼荼罗，等净无二的见解也可以用，所有你能够想起来的供品，清净的供品或者世间人认为不清净实际上本性清净的供品，都可以用来供养。这样就可以包括所有的修行，如果你有这些见解，在供曼荼罗的过程当中，可以在你的高深见解摄持下圆满所有的资粮。你所有的思想都可以在这里体现，而且是集中在一个时间段当中，在供曼荼罗的过程当



中，就把我的见解落在实践当中。把这些供养诸佛菩萨，这也是训练我们的见解，把我们相续当中，比如说等净无二见，就在这上面来体现，一边供的时候，一边观想等净无二。还有很多平时可能不敢往佛台上摆的供品，也可以通过观想的方式来进行供养。或者找不到的供品，也可以通过这样的方式来供养。

[115] 有时候我们说到底要供养佛陀什么缘起物最好？这里什么缘起物都有了，最吉祥的缘起物在这里都有了，反正供曼茶的过程当中，不清净刹土清净刹土，所有悦意的供品全部具足，所有见解能够摄持的供品全都有，圆满资粮速度就会非常迅猛。上师老人家，还有慈诚罗珠堪布老人家在讲供曼茶的时候说，不是看你放在曼茶盘里的几颗米，就是指望这些来积累资粮。虽然供米也有功德，但是米是代表什么？代表你思想里面幻化出来的所有善妙的东西。主要还是意幻的能力，像这样是很重要的，这是心上面的曼茶，自己的见解，还有幻化，才是最关键的一点。

[116] 我们修学佛法，尤其是修学密宗的见解，如果你有很多高深的见解，在修百字明、发心，或者修曼茶的时候，见解越高越能体现出和实相相应的很多殊胜的修行。

[117] 诚如密续中说：“若于诸佛刹，无余三千界，庄严妙功德，供养圆佛智。”

[118] “若于诸佛刹”，如果将位于一切佛刹当中的供品，比如说阿弥陀佛的极乐世界当中，有很多善妙的供品，我们在经典里面看到的八功德水、黄金为地、宝树罗网，都可以来供养，很多清净刹土里面的，我们没有见过的，在佛经里面见到了文字的描述，也可以忆念，极乐世界的所有的供品，所有的庄严都拿来供养。然后东方不动佛现喜刹土、南方的具德刹土的所有善妙拿来供养。一切诸佛刹的供品，清净报身刹土里面的供品都可以拿来供养。

[119] “无余三千界”，就是三千大千世界当中，比如说南瞻部洲、西牛贺洲等等，在修七堆曼茶的时候，也会提到。反正不清净刹土善妙的东西都可以供养，这里的供品很多，不是说你曼茶盘里面的几颗黄金，这么一点点，整个南瞻部洲、地球上有多少财富，也只是其中的一小块，三千大千世界是无量无边善妙的供品，从现在一直到梵天界、色界，还有欲界天的，很多非常善妙的供品全部用于善妙的供养。你的心量要大，而且要有净观，把能够缘到的所有的东西都拿来供养。

[120] “庄严妙功德”，还有很多殊胜的庄严，庄严的意思就是在三千大千世界当中，有很多庄严的供品，“妙功德”就是我的善根功德，也可以作为曼茶的供品拿来供养，就是说我们相续当中的善根或一切众生的善根都可以把它作为供品供养诸佛。把自己所作的三世的善根作为曼茶供养上师三宝都是非常好的供品。庄严妙功德的意思，也可以是在供品上面做很多庄严。

[121] “供养圆佛智”，即供养圆满的具有智慧的佛陀，也可以说圆满佛陀的智慧。或者说供养这些供品来圆满我的佛智，上师在讲记当中，两个讲法都讲了。

[122] 在供曼茶罗的时候，按照自宗的传统，包括所修曼茶罗及所供曼茶罗两种。

[123] 下面对于这两种都要介绍。

[124] 关于曼茶罗的质地。

[125] 大家可能都比较关心质地，实际上我们真正应该关心的是供曼茶的内在意义，这是最重要的。有些人只能关心这些，一看这个和我相应，终于讲到曼茶盘了，我家的曼茶盘是什么样的，可能对这个比较容易相应。

[126] 根据自己的经济条件，上等者使用金银等珍宝曼茶罗，

[127] 根据自己的经济条件，如果是上等者，有能力可以用黄金、白银打造曼茶罗，反正就是金银或者很多珍宝制成的曼茶罗。

[128] 中等者使用青铜等材料制成的曼茶罗；

[129] 现在用铜等材料打造的比较多一点，这是中等的。

[130] 下等者使用石板、木板等光滑的平台作为曼茶罗，

[131] 下等者，可以把光滑的石板或者用木板打磨光滑之后，做成曼茶罗。一九九几年在学院修曼茶的时候，很多喇嘛去借曼茶，修完之后互相传着用。因为那时候经济条件不行，所以借曼茶。现在可能不需要借了，反正曼茶也不贵。有贵的，也有一般的，几十块的、几百块的、上千块的都有。

[132] 原则性来讲，质地越高档越好，比如黄金、纯银。有些修行者为了刻意的打破自己的执著，觉得用这些纯金、白银的曼茶，容易滋生自己的傲慢，产生攀比心，那个道友用的是镀金的，我的是纯金的，然后就生起傲慢了。有些道友为了刻意对治傲慢，故意选一个一般的，也有这种可能性。一般从供品的质地来讲，材质好的为佳。

[133] 无论哪一种都可以。

[134] 根据自己的经济条件，无论用哪一种都可以。

[135] 所摆放的供堆：上等者用松石、珊瑚、青金石、珍珠等奇珍异宝；

[136] 上等者用松耳石、珊瑚、黄金，现在也有很多金豆子、银元宝，有些大德说，采珍珠可能要伤害众生的生命，如果现在你的家里已经有了可以用，如果没有，尽量就不要买。有些大德没有这样强调，有些大德是这样强调的。虽然它是一个好的供品，这方面毫无疑问，有些珍珠特别圆，特别亮，但是珍珠的来源都是贝壳，把它掰开了，取出珍珠之后，它就活不了，伤害了生命。有些大德说，如果你现在已经有珍珠了，就可以继续用，不用也浪费了；如果没有的，不要买新的，也有这样说的。这种说法不是很确定，有些大德是这样强调的，希望可以这样，用这些奇珍异宝都是可以的。

[137] 中等用藏青稞、橄榄子等药物果实；

[138] 中等者用青稞、橄榄子或者药物，藏青稞是一种药物，也叫藏青果，比大米等珍贵。药物方面我们可以这样理解，虽然不了解橄榄子、藏青稞，但是可以打比喻讲用上等的人参，或者灵芝等等，大概就是意思，这些东西肯定要比大米珍贵的多，这是中等的一些供品。

[139] 下等者用青稞、大米、小麦、豆类等谷类；

[140] 下等者可以用青稞、大米、小麦，还有豆类，比如红豆、黄豆等等。

[141] 最下等者仅仅用碎石、瓦砾、细沙等为所缘境，也完全可以。

[142] 如果是实在没有钱的人，也可以用碎石，比如说比较光滑的碎石、没有棱角的瓦砾，还有细沙子等等，把这些作为所缘境，这是一个代表。最关键的是我们观想的，把这些当成所缘境，我们一边放的时候，一边在供养，这些也是可以的。大恩上师在讲记里面讲了，他老人家习惯性的是用粮食，他比较喜欢用粮食。当时也说了有些道友的宝石不知道是真宝石还是假宝石，也许只是一般的石头染了色。在很早的时候，色达县县城有卖松耳石的，有些人买的松石，不小心摔碎了，里面都是水泥，外面涂了一层绿色，也是卖得很贵。有些是假宝石，有些是边角料，比如很碎的水晶、玛瑙、珊瑚，这些本身是珍宝，不算是假的。上师说那种假的宝石又大，修的时候哗啦啦响，有很大的烟。上师有一次在学院共修的时候，好像也说过你们这些是假宝石。真宝石最好了，如果能够用黄金、白银、钻石，一方面你的心很清净，一方面曼茶高级，一方面供品也是好的，所有的条件都具备了。

[143] 如果你有条件这些也是因缘，曼茶的质地优良是供养，也是让你生起福德的因，里面的供品是黄金、白银，也是生起福德的因。再加上你脑袋里面的观想，意幻供养也是生起福德的因。如果是这样，都圆满了，发心很清净，观想很圆满，所有的供品面面俱到都观想到了，然后你的供品、曼茶很好，仪轨也是很好的，所有的条件都是圆满的。如果没办法圆满，你就尽量把能够圆满的做好，比如说我可以做好观想，但是我的条件只有青铜的曼茶，用粮食来做供品，里面最多加几颗宝石而已。这是可以的。

[144] 为什么这里面要说最好是这些呢？就像前面讲的一样，所有能够让你积累资粮的因素最好都能够具备，如果不能够具备，只有这些也可以。因为曼茶供养是意幻供养，所以最关键的还是观想。

[145] 不管怎样，都要认真地擦拭曼茶罗的基盘。



11 积累资粮(119-125)

- [146] 不管怎么样，修法之前要很认真的用自己的手腕擦拭曼荼罗的基盘，修之前要不断的擦，擦拭一段时间，下面也要讲擦的必要性。这是供曼荼罗的必要，我们要了解。现在有些道友正在修，有些道友已经修过了，有些道友以后会修。供曼荼罗的确是能够很迅速的圆满我们的资粮的法，应该用欢喜心来修行这样殊胜的法要。
- [147] 今天我们的课就讲到这里。
- [148] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智
- [149] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌
- [150] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛
- [151] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情
- 《前行广释》第120课辅导资料
- [152] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，
- [153] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。
- [154] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心。
- [155] 发了菩提心之后，今天继续一起来学习《前行引导文》。
- [156] 前面我们学完了共同加行，不管是修持小乘、大乘显宗，还是修持密法的，都必须修共同加行或者都要生起这种境界。这个境界是什么呢？就是要了知轮回的过患，或者说看破轮回，一心一意的生起想要解脱的心。
- [157] 之所以称为共同，因为佛法修行主要是为了引导众生认识实相获得解脱，而真实的佛法的修行，从小乘开始，小乘的修行者，还有大乘的修行者其实都有一个基本的目标，就是获得解脱。不管是任何修行者都要生起出离心。如果我们修行佛法没有生起出离心，或者说不是以解脱为目的的，从严格意义上讲还不算是真正的佛弟子。如果真正要成为一个佛弟子，他的不共法相应是要修行获得解脱，这些是属于真实佛弟子应有的一种心态。
- [158] 生起想要解脱的心之后，也告诉我们什么是解脱的状态，就讲到了解脱的利益。整个解脱的利益其实就讲到了解脱是怎么回事儿，了解了解是什么，我们就会对解脱生起一种希求心，希望安住在这种状态当中。然后要获得这种解脱，凭着自我的臆造是不行的。有些人自己想怎么样修就怎么样修，或者自己创造一套修行的体系，觉得这样修行就可以获得解脱，实际上这是完全没有办法获得解脱的。
- [159] 如果要获得解脱必须要依止善知识。善知识到底有什么标准呢？是不是随便的一个人就可以叫做善知识？或者说随便一个自称是善知识的人，他就是善知识呢？这个不一定，在依止善知识的过程当中也讲了善知识的条件，就是说具有什么样的标准和法相的人才可以称之为善知识。
- [160] 我们要依止善知识应该知道，第一个，善知识是怎么回事儿；第二个，也不是随随便便的修行者，就可以称之为依止善知识。依止者也有条件。为什么会这样讲呢？因为我们前面讲到了，真正的佛弟子应该是志求于解脱的，所以要依止善知识修解脱道的弟子，不是说随随便便作个皈依或者说给善知识结上一个法缘，供养一些财物，就觉得我是某某上师的弟子，如果从比较宽泛的标准来看似乎也可以。反正有了一个皈依的仪式，或者说是上师承认说这是我的弟子，自己也承认那是我的上师，虽然也可以这样，但是这里讲的是解脱道，并不是一般意义上的标准。
- [161] 佛法有人天乘，也有真实的佛法，在人天乘以上才是真实的佛法。佛陀出现在世间当中，主要是引导众生解脱的。我们把这个问题放在依止善知识来讲也是一样的，如果按照宽泛的标准来讲，可能没有那么严格。如果你觉得自己是一个佛教徒，自己对佛法有兴趣或者作了皈依的仪式，从这个标准来讲没有人说你不好。因为按照《大圆满前行引导文》当中的标准讲的是解脱道，所以讲解脱道上师的弟子也不能随随便便，没有什么条件，或者说只有很基本的条件就可以成为一个修解脱道的弟子了，不是这样的。
- [162] 在讲弟子法相的时候，里面也有作为一个弟子应该具有的条件。如果上师也是一个具备能够引导众生趣向于解脱的标准的善知识，他不是个江湖骗子，也不是仅仅顶着一个上师的头衔，根本没有想引导众生解脱，如果只想自己生活得好一些，这不是真实的上师。作为上师来讲，他自己主要的事业、安住的状态应该是想要引导众生、帮助众生趣向解脱的基本思想。当然在这个基础上还要有能力，必须能够正确的给弟子宣讲解脱道，同时还有一些不共的标准，最好是具有一定的证悟等等，这些都是他的功德。
- [163] 对弟子来讲也是一样的，既然上师是引导我解脱的，我自己也是要追求解脱，这样就简别了很多所谓弟子虚假的法相，比如追求人天利益、升官发财等等，我们认真看法相里面没有这些内容。对解脱有兴趣或者说对众生有悲心等等，这些也是一个法相。从上师和弟子的法相当中就可以看出来，我们学习佛法最主要的目标就是求解脱道。如果我们相续当中有其他的東西，就要通过学修来修正自己的心态，比如说你就是为了得到一些世间的利益，希求后世得到一些人天善报或者今生当中能够升官发财，如果我们心中还有这些，一定要通过修行去修正。
- [164] 我们依止上师是求解脱的，除此之外，其他的都不是主要的事情，这一点在我们修行佛法的过程当中，应该再再的提醒自己，通过内观把自己刚刚学习佛法时的一些世间的习气，在依止上师或者求法方面，有一些不太好的发心和行为，在这个过程当中逐渐都要去掉。把自己首先训练成一个标准的佛弟子和真正具有法相的法器，这是很重要的。这样做了之后，我们可以善巧地依止上师求法，通过这么高标准的行为就会得到上师的加持，或者说在清净的行为当中来追求清净的正法。
- [165] 从依止的导师、依止者和依止的行为方面来讲，都有一套标准，如果都做到了，就是清净的依止之道，没有歧途。自己的目标非常明确，求法就是为了解脱。这样依止也可以把自己的心引导趣向于真实的一种利益之道，也就是解脱道当中，别的方面在这个过程当中逐渐也就没有了。
- [166] 在依止善知识之后，我们进入了不共的加行，这方面主要是大乘的不共，还有一些属于密乘的不共，尤其是我们现在是大圆满的前行，是属于和小乘不共的，后面还有一些是和显宗大乘显宗不共的。首先是讲了皈依的修法，既有比较粗浅的皈依，还有比较深的皈依修法。这些学完了之后，就到了菩提心。菩提心主要是我们要利益众生要成佛的话，目标必须要确定，就是说我们为了利益众生而发誓成佛，以后所有的善根、所有的修行都是围绕这个目标而奋发，别的目标都不追求了，包括自我解脱的目标，在这个过程当中也渐渐不去追求了。这些也是逐渐让我们的心趣向于实相的次第修法。
- [167] 这些确定下来之后，下面为了达成这些目标必须要扫清障碍，就是修行金刚萨埵。以及要积累顺缘，就是现在我们学习的积累资粮。把罪业清净到一定程度，资粮圆满到一定程度。后面还有一个很殊胜的法门，就是上师瑜伽。如果我们在前面修得非常好，修行百字明的时候，瑞相非常多。把自己的相续当中障碍，不管是业，还是烦恼都清净到了一定程度。就是说我们的心在金刚萨埵的加持下，洗刷、清净得差不多了，再加上我们在清净罪障的基础上，也非常认真的供了曼荼罗，积累了资粮。如果我们带着具有非常深厚的福报和非常薄弱的罪障的相续再去祈祷上师加持，那么上师的加持就会很容易入于自己的心。上根者就在修加行的时候可能就获得了证悟，即便没有证悟，通过上师的加持也能够把自己的相续加持成一个能够接受大圆满的特殊法器。
- [168] 对于这些修法我们要认真去做，千万不要小看所谓的前行，有些时候上师劝我们或者我们劝道友修行前行，有些道友总是看不起前行，眼睛就盯着后面比较高的法，如果我们对前行的法很重视，修好了之后，再修后面的这些法，要生起境界还是相对容易的多；如果前面的基础没有打好，皈依真实的信心没有生起来，很清净的菩提心也没有生起来，该清净罪障没有清净，只是形式上念了十万遍。虽然圆满了十万遍的数字，对清净你的罪业也有一点作用，但是我们现在不能够满足于我念的十万遍百字明反正起到了作用，至于起到多大作用自己根本不关心，这样也不对。
- [169] 我们现在是能够接触甚深佛法的修行者，从某些侧面来讲也不是一般的人，或者换一个角度来讲我们还是有潜力的，既然我们是有潜力的修行者，就不能满足于只是过了一遍形式，反正咒力少一点，至于少了多少罪业少多少就算多少，这样就不对了，我们应该尽力的让咒力带走更多的罪业，集资的时候也能够在这个过程中积累更多的资粮，这是一个认真的修行者应有的想法，也是努力达到的状态。前面的前行如果修好的话，后面的境界就容易生起来；如果没有修好，后面即便是得到灌顶，进入密法班或者修本尊、修大圆满等等，也很容易出现障碍，无法生起应该有的功德。这就是相续当中的罪障该清净的没有清净，让你做准备、打基础的时候，没有重视。真正后面接触到了一个比较殊胜的修法，直接跟心性相应的时候，我们发现没有办法相应，该有的功德根本生不起来。主要是因为我们没有修好前行，也没有重视。



[170] 显现上面的这些大德在修行前行的时候也是反复的修，修了很多遍的前行，这也不是说要一直修行前行。有些大德说，如果有机会学习比较高的法，不去学，还是一直盯着前行，这也不对；如果不重视前行只是盯着比较高深的法也不对。我们对于前行的修法应该非常重视，如果有机会得到甚深的灌顶窍诀时，该得的时候可以得，然后每天积资净障，然后再观空性等窍诀，双管齐下会比较容易和自己的相续相应。

[171] 现在我们学习的是比较重要的积累资粮，很多道友喜欢积累资粮。他们觉得积累资粮是发财的因。如果要事业顺利必须要积累善根，他们的积累资粮不是为了自己证悟，让自己相续当中实相或者如来藏现前，获得对于觉性的了悟，没有这样想。也没有想到我要利益众生，就要获得真正利益众生的能力，这方面也需要大量的福德和善根。为了让自己的想法达成，可以度化更多的众生，可以让我的身语意能够利益众生。在有些祈祷文当中讲，我们在祈祷佛菩萨、上师的时候，每一句呼唤，就是请加持我让我变得有用，加持我的身体、语言和心能够对众生有用。有一个这样的祈祷，平时我们在祈祷的时候也可以这样做。

[172] 怎么样才能让我们的身语意更好的利他呢？就是要积累很多的福德、善根，如果有福德，身体、语言、行为、发心和起心动念都能够自然而然的和利益众生直接相应，他的起心动念，都是真实对众生有利益的抉择。如果他的修证很高或者福德很大，就可以比较任运地去展开利他的事业，而且这是一个基础。如果你有强大的福德，不管是自己通过修行法要获得相应，还是你去做真正宏大的利益众生的事业，都会比较容易成办。可能以后的趋势不同，有些人趋向于静修，有些人趋向于比较广大的利他，不管怎么样，福德都是至关重要的。就像不管是自己修行，还是以后去利他，现在认真学习教理打好基础都是必要的，学好之后不管自修还是利他都有了一个坚实的基础，这些对我们来讲都是非常重要的理念。

[173] 对于积累资粮的方面，大恩上师在这堂课前半部分讲了很多这方面的道理，也讲了阿琼堪布修曼荼的一些经历，还有让我们经常性的供曼荼，不单单是说我们正在修行十万遍曼荼的时候，要认真的去修，即便是修完之后，每天还要去修曼荼，以此让自己的福德持续的增上。尤其是对我们还在路上的人来讲，福德多多益善，我们千万不要嫌福德太多了，不能修了，要不然福德太多了。我们后面的路还特别长，如果你只是去一个比较近的地方，在身上带十万块钱也没有必要，很近的地方不需要花多少钱，最多就是公交车的两站，就是一块钱而已，打个车也就十几块钱，也不需要带太多。现在我们是走了一条很长的路，这时候资粮越多越好。既然我们走的路很长，必须持续性的修持福德、积累资粮。

[174] 关键是我们的心有没有满足。对于世间八法，到了一定时间应该有满足了，差不多了，世间法够了，可以停止了；对于积累资粮、串习佛法永远不应该有一个满足的心。我们应该不断地圆满资粮，前面讲了资粮越深厚越容易和实相相应，也越容易生起这些法本里面讲到的殊胜功德。对我们来讲，福德越深厚，障碍就会非常的少，即便有了障碍，也很容易突破。你带着这么强大的福德，什么障碍也挡不住。在强大福德的前提之下，念诵一些遣除违缘的祈祷文，修一些遣除违缘障碍的法也会特别容易相应。如果你相续当中的福德不够，虽然你念了很多遣除障碍的祈祷文，或者念了很多咒，也会显得力不从心，怎么修感觉都出不来验相，这方面也是有差别的。福德强盛的人和福德欠缺的人在修行佛法过程中，以及解决问题的效率上面，还是有很大差别。

[175] 福德没有人能够给你，虽然佛陀很愿意把他的福德都给我们，但是没有办法给，他只能把怎么样让你快速积累资粮、圆满福德的原理和方法告诉你，最多再给你一些鼓励的教言或者没有福德的反面案例，鼓励你修。他把这些该做的都做了之后，剩下的你必须要自己去做。有了方法之后，我们可以这样去做，不管是谁来做，都是一样的，绝对是可以积累资粮的，资粮就是通过这种方法不断圆满的。我们要对积累资粮产生兴趣，在产生兴趣之后，方向也要正确。有些人虽然很有兴趣，他特别愿意供养，愿意做慈善。也愿意修曼荼、放生，但是他的目标不是为了利他，也不是为了让自己的心现前实相的证悟，而是为了别的目的，这样当然也可以，但是从某种意义上讲，属于错失良机。这么好的机会给你了，本来可以获得更大的利益，但是你用在了别的方面，仅仅为了成办一个很小的目标，从某种意义上讲也是浪费。

[176] 为什么我们前面非常强调四厌世心、菩提心，其实出离心或菩提心的目标就是一个指引的方向。有了这些之后，我们所修行的善根就不愿意用在没有意义的方面，不愿意用于很小很小的利他，觉得划不来。如果真实的通过学习佛法，对于目标非常确定，我就是要解脱、为了利益众生而成佛。如果生起了这样的菩提心之后，自己积累资粮的目的是毫无疑问的，会把所有的善根用在这些上面，因为对这个问题已经非常的清楚了，要不然利益众生，要不然就是自己觉悟，除此之外没有别的，不会用在其他方面，这样的话就会非常有意义了，在这个过程当中，自己的利益附带成立，顺便就成立了，这方面我们在前面已经讲了很多次。

[177] 我们对前面的修法不单单要学一遍，而且要把这种境界在内心当中如实的生起来。只有在内心当中如实的生起来，就可以避免自己偶然的起心动念，想我这个善根是不是应该用一部分在别的地方呢？不会这样，马上就可以修正自己的想法。如果我们知道了道理，但没有通过反复观修，在内心当中没有生起这种状态的话，这些所学的东西，比如菩提心、出离心的理念都没有在我们的内心深处生起来。这时候会出现什么情况呢？以前耽著轮回的心仍然在起作用，如果是这种心在起作用的话，你的回向发愿自然而然就朝这方面就走了。它在牵引我们的方向，如果我们通过观修，内心当中生起菩提心，那么真正做主宰的就是菩提心。即便偶尔还会生起自私自利的想法，但是有了菩提心做主宰了，问题也就不大了。

[178] 我们通过观修生起真实的出离心和菩提心，没有丝毫怀疑，确认方向关系到我们后面所有的修行。比如你修了十万遍曼荼，功德非常巨大，你怎么用这十万遍曼荼？修了之后获得的善根你怎么去用？这个目标就很重要了。对于前面的修行，我们修完之后，每天都要忆念，反复串习，完全确定下来，没有什么怀疑，就是一心一意地以菩提心来摄持所有的善根，慢慢就会产生清净或者不虚伪的菩提心。

[179] 前面我们对于修曼荼的必要已经学完了，今天要学供曼荼修法当中的所修曼荼罗。

戊二、所修曼荼罗：

[180] 什么叫所修呢？所修的意思就是上师三宝，上师三宝是我们所修持的。比如说我们修持三宝的本性、上师瑜伽或者皈依境当中的境界，这些对我们来讲就是所修持的或者最后要现前得到加持的，这方面叫做所修。其实就是把曼荼罗观想成所修的对境，比如观想成皈依境、五方佛。因此所修曼荼不是一个单纯的供品，一部分是所供养的对境，即所修曼荼，一部分可以作为供品本身。我们说曼荼到底是所修持的本体，还是一个供养的供具呢？两个都可以。

[181] 下面我们介绍一下所修曼荼罗。

[182] 首先在所修曼荼罗的基盘上放置五堆所供物。

[183] 在所修曼荼罗的基盘上，也就是我们平时用的曼荼盘。首先在基盘上面放五堆所供物。有些地方讲如果有曼荼盘，就在曼荼盘上面放五堆；如果没有的话，也可以在盘子里面放五堆。这个代表五方佛，甚至于有些在山洞里面修行的人，这些山居者可能连盘子都没有，这时候就可以在石板或平台上面放五堆，把这五堆就观想成所修持的佛菩萨本身。

[184] 这也是一种方法，有些道友在外面办事，出差、旅行等等，有些人随时都带着佛像，也没有人说什么；有些人可能不方便，怎么办呢？虽然你可以在虚空当中观想佛菩萨，但是凡夫人有一种习气，如果眼前能够看到佛像，就对这个所缘容易产生信心，因为它是一个所缘境，会比较容易引发信心和恭敬心。如果只是凭观想，观的时候在，没观的时候可能就会很模糊。如果不方便摆佛像，观想也容易忘记，就可以摆放五堆。比如你把五块饼干在前面放五堆，虽然看起来就是放了几个饼干在前面，但是对你来讲这就是所修的曼荼罗，类似于你的福田。因为在放的时候，你的观念是把它观想成了佛菩萨，所以也可以作一个提醒作用。虽然观想在虚空当中也可以，但是对一般的人来讲，有没有一个所缘境，提醒的作用还是不一样的。

[185] 我们要把佛堂做得很庄严，一方面来讲，非常悦意会让人生信心，一方面来讲，这个佛堂本身也是一个提示。比如我在供水、供灯的时候，对自己做一个提示。我在供佛，就是为了成佛，我所供的佛和自己的本性是一样的，看到了佛像很容易提醒你，看到佛台上面的根本上师的像，也会提醒你和上师相应，或者说看到了释迦牟尼佛也可以提示自己本具佛性或者要发菩提心，看见金刚萨埵的相，也可以提示你清净罪业等等。

[186] 佛堂的作用就是提示我们，为什么上师们比较提倡在佛堂里面去做功课？因为有一个提示的作用，如果你面对的是一般的对境，可能没有提示你生起清净心的作用，尤其是对凡夫人来讲，如果是修行有素的人就无所谓了，佛法就在你心中，可以任运安住在境界当中，外境有没有提示都不要紧。有些修行者家里可能什么都没有，他不需要这些提示。对一般的人来讲，如果外境方面，比如寺院里面的佛像很庄严，供品很丰盛，这时候修行者看到了容易



11 积累资粮(119-125)

产生恭敬心，也容易引发善心，还有提示的作用，提示你发菩提心，让你安住在正知正念当中。如果没有提示，有些时候就会大打折扣。如果在外面的时候，不管你手上有东西，都可以摆五堆在前面放着，然后就可以观想，这是供养的对境。有佛像就供佛像，没有佛像这也是一个方便。

[187] 将位于中央的一堆观想成毗卢遮那佛由如来部尊众围绕；

[188] 这就是五部佛，中央是毗卢遮那佛，这是如来部或者叫做佛部，由佛部或者如来部尊众围绕，主尊是毗卢遮那佛，毗卢遮那佛的周围还有很多眷属。主尊和眷属层层围绕，观想的时候，除了毗卢遮那佛之外，也观想毗卢遮那佛被无量无边海会的眷属围绕着。

[189] 前面的一堆观想成金刚不动佛由金刚部尊众围绕；

[190] 前面的一堆是金刚不动佛，不动佛属于金刚部，所以由金刚部的尊众所围绕。

[191] 南方的一堆观想成宝生佛由珍宝部尊众围绕；

[192] 南方的一堆观想成宝生佛，五方佛当中的宝生佛属于珍宝部种性，也是主尊和眷属团团围绕。

[193] 西方的一堆观想成无量光佛由莲花部尊众围绕；

[194] 西方的一堆是无量光佛，也就是阿弥陀佛，西方属于莲花部，所以由莲花部的尊众所围绕。

[195] 北方一堆观想成不空成就佛由事业部尊众围绕。

[196] 北方的一堆属于不空成就佛，不空成就佛主要是事业部。有的时候翻译成羯磨，羯磨部和事业部是一个意思，羯磨是梵语，翻译过来就是事业的意思。由事业部的尊众所围绕。把五堆观想成五方佛和五方佛的眷属。

[197] 我们观的时候以五个主尊为主，如果有自己更强的观想能力，可以观想很多的眷属。有些人觉得盘子这么小，这么多的眷属可能坐不下吧？我只观五个就行了，曼荼不大，如果还有很多眷属感觉坐不下，其实这是一种表示。我们依靠这个所缘作为表示，观想的时候，可以非常的广大。按照佛法当中的见解，在《普贤行愿品》当中，也有“一尘中有尘数刹，一一刹有难思佛”，这就是大和小互不相违、完全圆融的，一和多也不矛盾，这方面在本性当中讲，都是无自性、空性的。因此在很小的地方就可以显现无量无边的佛刹，其实这种观想也是对我们一种训练，让我们能够接受法界的无量无边，也可以打破对于大小多少的执著。

[198] 我们供养曼荼、修曼荼也是一样的，在小小的曼荼盘上面要体现出无量无边的世界和无穷无尽的供品，这时候你的心量越大、观想能力越强，能够得到的善根、积累的资粮也就越广大。

[199] 前面讲了，法界本来是无边的，但是被我们的思想局限住某个地方，在观修的同时，就打破了我们狭隘的执著。本来一和多是无违的，就是被我们的分别念固定成一就是一、多就是多、大就是大、小就是小，像这样全部固定死了。在修法的过程当中，也是突破我们的分别念的过程。平时我们修的空性、诸法无自性，也可以体现在修曼荼上。这不单单是一个供养，也是和究竟的实相法界相应，或者通过训练把我们的心量一次又一次开放的具体训练方式。

[200] 如果我们以前学习过比较了义的教法，什么时候用呢？就是这个时候用，你有什么见解，在供曼荼的时候都可以用。比如空性见、能供所供无二无别、一切显现都是清净、法性周遍一切等等。不单单是我们现在小小的地球上才有有情，其实来讲三千大千世界乃至于无穷无尽法界的刹土，有着无穷无尽的佛和众生。我们学完之后再不断地去训练，心量就会越来越广大，很多局限在这个过程当中被层层突破，这方面也是一个训练我们突破狭隘观念的绝佳机会。

[201] 以上是观成五方佛，下面介绍另外一种观想方式。

[202] 或者像明观皈依境那样，将中央的一堆观想成与根本上师无二无别的莲花生大士、大圆满传承诸上师以重楼式安坐；

[203] 我们把曼荼罗观想成皈依境，中央的一堆观想成和自己的根本上师无二无别，形象是莲花生大士，他的本性是自己的根本上师。然后在莲花生大士的头顶上面，传承诸上师以重楼式安坐，从普贤王如来一直到自己的根本上师之间就像楼房一样一层一层的安坐。

[204] 前面的一堆观想成释迦牟尼佛由贤劫一千零二尊佛围绕；

[205] 一共观五堆，前面的一堆观想成贤劫千佛，或者说一千零二佛围绕。一般来讲是贤劫千佛，为什么有时有一千零二佛的讲法呢？有的地方说在发愿的时候，其中有两个兄弟发愿，在一千尊佛成佛的时候，由我们来劝请他们转法轮，这就是梵天，一千尊佛成佛之后，他也要成佛，就把他算进来了。还有一个发愿，这些兄长们积资净障，他们成佛之后，我来守护他们的教法，这就是金刚手菩萨。有些地方有一千零二尊佛的说法，即释迦牟尼佛为主的一千零二佛，或者说释迦牟尼佛周围有一千零二尊佛围绕，加上释迦牟尼佛就是一千零三尊。这种说法有些地方稍微有点不同，基本上来讲就是这样的，劝请转法轮的和守护的，我们可以这样理解。这些是佛宝的自性。

[206] 右侧的一堆观想成八大随行佛子由大乘圣者僧众围绕；

[207] 皈依境的右边是大乘的僧众，大乘的僧宝是一地以上的菩萨，就是以八大菩萨为主的所有大乘圣者僧众。所有一地到十地菩萨当中的佼佼者就是八大菩萨，在《八吉祥颂》里面也有对八大菩萨的顶礼，祈祷八大菩萨赐予吉祥，以文殊师利菩萨为首，观世音菩萨、地藏菩萨、除盖障菩萨、弥勒菩萨等八大菩萨。八大菩萨为首的大乘所有的圣者僧众无量无边，这么多的刹土，这么多的圣者菩萨无有边际。这些是属于右边的。

[208] 左侧的一堆观想成声闻二圣由小乘圣者僧众围绕；

[209] 左边的一堆观想成声闻二圣即目犍连和舍利弗为首的小乘圣者僧众。有些寺院当中声闻二圣是迦叶尊者和阿难尊者，但是更多地方讲是目犍连和舍利子，叫做二圣徒。小乘的圣者僧众不单是阿罗汉，见道以上的都叫做圣者僧众。小乘圣者僧众层层围绕。

[210] 以上是属于僧宝。僧宝有大乘僧宝、小乘僧宝，这个地方都是指见道以上的圣者，见道以上的圣者称为真实的僧宝。这在《宝性论》等当中都是有宣讲的。

[211] 后面的一堆观想成光芒闪烁的方格架内层层叠叠放置着法宝经函。

[212] 后面一堆就观想成法宝的自性。真实的法宝自性是什么？道灭二谛，道谛和灭谛是真实的法宝的自性。经书是法宝的一种表示、等流。我们怎么样去表示道灭二谛呢？表示不了的，就用经书来表示，其实佛像表示佛宝也是一样的，就是通过他的形象来表示佛宝。

[213] 真正的僧宝是他相续当中具有道谛的功德，具有灭谛功德叫做佛宝。真正来讲是表示不了的，所以就用一种形象——佛像来表示佛宝，八大菩萨的身相来表示僧宝，经书来表示法宝。五堆就这样观想。

[214] 不管是哪种观想，都要将所修曼荼罗放在供台上。

[215] 讲是放五堆，但是我们在图片上面看到的其实并不是五堆。平时供养曼荼就是把三十七堆曼荼供圆满的一种形式，放三个圈把东西放满，上面有宝顶，观想这个五堆。当然你只是放一个五堆在上面反正也行，就是不知道好看不好看。或者说我们虽然放了三个圈，但观想这里面就是五堆，这样也可以。反正就是把曼荼放上去，观想五堆，皈依境就这样观想，要把它放在供台上面。

[216] 如果经济条件允许，就陈设五供等环绕在所修曼荼罗的周围，供养在佛像、佛典与佛塔前；

[217] 如果自己经济条件允许的话，就在所修曼荼罗的周围环境五供等殊胜的供品，供养水、香、食子、花、灯，把这五供放在前面，或者环绕，这样供养都可以。还有把供品供养在佛像、经书佛典和佛塔面前。

[218] 所修曼荼其实就是供养境、皈依境，因为前面讲了，已经把它观成五方佛了。五方佛是什么呢？五方佛不是供品，五方佛、皈依境都是我们所修的佛宝的自体，就是我们要供养的对境，把这个所修曼荼放在供台上作为我们供养的所缘。第二个曼荼作为供品，对所修曼荼罗上面的这些圣众——五方佛、五方佛的眷属、皈依境和皈依境这所有支分的圣众，给他们做供养。

[219] 陈设供品有一个前提就是要庄严干净。我们上堂课也讲了，供品的好坏是你能力所限，你能力你就可以放很好的供品，但是整不整齐、清不清净是属于态度了，你的心态是不是很殷重？你随随便便放到了上面，乱七八糟的，把水供上去也不看满不满，溢不溢出来，这种心态是不好的。



11 积累资粮(119-125)

[220] 在供水时，供的水不能太满也不能太少（供习惯了基本上手上有感觉的，一般差不多），就是要让我们专注，专心的去供。有些地方说水必须要满，满是代表福报圆满，如果不满的话如何如何，不同的传承，有不同的说法。在我们的传承当中说不要太满，尤其是不能够溢出来，有一种说法，如果供水时水溢出来了流到供台上，会成为自己戒律不清净的不好的缘起。这方面应该要注意。

[221] 供杯的距离，如果是大的杯子就是一根手指的宽度，如果是小杯子就是一颗青稞一颗大米的距离。但是这个大米到底是横着的距离还是竖着的距离？我还看了一个说法就没有什么争议了，就是以一颗黄豆的直径，黄豆就没有长和短的说法，反正就是圆的。如果按照一颗黄豆的直径作为标准，那么一颗大米应该是按照它的长度，这样才和一颗黄豆的直径差不多。大杯子中间的距离可以宽一点，小杯子就是一个黄豆或者说是一个青稞一颗大米的距离，这样摆放就很整齐。

[222] 水当然是干净的水，自己喝纯净水，供佛时用自来水就不行，如果你只有一点纯净水，先用纯净水供佛，你自己喝自来水。不能说我喝的是高级的，供佛很随便找一点水，这样不行，因为我们是供养佛。你家里面来了尊贵的客人，你都要把好东西拿出来招待他，何况是最为珍贵的佛陀，我们要成就他的果位。最尊贵的大福田的佛陀，按理来讲也是应该以比较好的东西来作为供养的。

[223] 供品随着自己的条件，如果自己喝的是自来水那就没有什么，我喝的也是自来水，供佛也可以用。如果自己的经济条件有限，这样也是可以的。

[224] 如果经济条件有限，没有所修曼茶罗也可以，只是在心里意念明观福田。

[225] 如果没有条件，买不起两个曼茶，或者觉得佛台上面已经有皈依境了，已经有佛像了，没有所修曼茶罗也可以。但如果我们要按照这个标准来做，还是可以在佛台上放一个所修曼茶。所修曼茶可以在一天当中放着，自己当天供完之后把它取下来，每天观一次；也可以在整个修曼茶的期间，即修十万遍的期间一直放在佛台上，修完之后就可以取下来。如果没有所修曼茶，就在自己的心里明观福田，这是我供养的，这样也行。或者就在皈依境的唐卡面前做供养也是可以的。

[226] 上师以前在讲前行的时候，并没有要求一定要放一个所修曼茶，在我的记忆中，讲前行讲了几次，讲是要有所修曼茶，但是是不是要求大家一定要放一个所修曼茶？这在我记忆当中，没有这么刻意要求。当然我们也可以按照这里讲的去做，但是如果没的话，按照上师们的风格来讲，没有也应该是可以的。因为我们现在有很好的佛像、很庄严的皈依境的唐卡，在他们面前做供养也可以。但是如果完全按照法本里面去做当然绝对是可以的，我们就在前面放一个所修曼茶，或者用一个盘子放五堆米也可以，按照这些去实践法本里面讲的内容一个一个去做，当然也是非常好的。

戊三、供三十七堆曼茶罗：

[227] 基本上来讲藏传佛教都供三十七堆曼茶罗。有时候在大法会前面要供养，灌顶法会在灌顶的仪式当中也要有供曼茶罗，有的时候是供略的，有的时候需要供广的。我们参加金刚萨埵灌顶，前面也有供三十七堆曼茶罗，有时候在祈祷上师住世的法会上面，也会供三十七堆曼茶。有些曼茶特别大，两个人抬着供，有些小一点。

[228] 大恩上师说，如果我们出门带一个小的曼茶盘，如果在家里面用稍微大一点的。如果就一个，出门也带这个，在家里也供这个也行，都是可以的。

[229] 在供曼茶罗的过程中，左手拿着曼茶罗，长时间用右手腕来擦拭基盘，

[230] 在供曼茶的时候，左手抓曼茶盘，用右手腕来擦拭。手腕这个地方有菩提心脉，经常擦拭生菩提心的；有些地方说是智慧脉，经常擦拭开智慧的。供曼茶要经常性的擦拭，在供三十七堆曼茶前要擦拭，在修七堆曼茶时，修每一遍之前都要擦曼茶盘。

[231] 同时内心专注所缘，不散他处而念诵七支供。

[232] 一边擦拭曼茶盘，一边专注所缘。专注什么所缘呢？要专注所要念诵的七支供的内容。一边嘴里念七支供，心里面要观想七支供的内容：这是礼赞、供养、忏悔、随喜、请转法轮等等，做七支供。

[233] 不同的仪轨当中都有做七支供，有些仪轨当中七支供就一个颂词：“所有礼赞供养福，请佛住世转法轮，随喜忏悔诸善根，回向众生及佛道”。在这个颂词当中包含七支了。有些科判把这个颂词放在回向当中，但也有把它当成七支的浓缩，里面包含了整个七支的内容，即礼赞、供养、请佛住世、转法轮、随喜、忏悔、回向。

[234] 刚去佛学院修第一遍加行的时候，当时法王如意宝说：“如果顶礼的时候，一边顶礼一边念七支供，功德最大。”所以，我们第一遍修加行，在顶礼的同时念的是七支，就是刚刚我念的那个“所有礼赞供养福”这个偈颂，磕一个头念一遍七支。这是一个颂词当中浓缩的七支。

[235] 修上师瑜伽时也有一个七支，有几个颂词。《普贤行愿品》有一个七支，即从“所有十方世界中，……回向众生及佛道。”这也是一个七支。要不然念前面讲的那个颂词七支也行。

[236] 有些修行者喜欢广，前面可能念很长；有些可能喜欢略，可以念诵一个颂词，一边擦拭，一边念。有些在擦盘子的時候念《百字明》，不管念什么要观想、专注所缘。这里是念诵七支。

[237] 那么，为什么要擦拭曼茶盘呢？

[238] 并不是曼茶盘上有不清净物需要擦净，而是要通过这种苦行磨炼的方式来净除自相续中二障的垢染。

[239] 擦曼茶盘是不是曼茶盘很脏需要擦拭呢？对有些人来讲，的确是很脏需要擦的。他可能不注意，曼茶盘很脏了，那肯定要擦的。还有一段时间后，大米、青稞还有这些宝石上面会带些灰尘，修的时间长了，逐渐逐渐曼茶盘的表面上就会不太光滑，还是要清洗的。清洗要用布、清水洗干净。

[240] 这个时候擦拭是不是因为它脏呢？不是。这个地方擦拭最主要的目的还是清静自己的障垢。或者有些地方说，整个曼茶盘就是自己的心性，自己的佛性，广大无边的法界，因为究竟来讲，我的心性和法界是无二无别的。不要看我这么小的身体，我的法性是周遍一切法界的，在了义的佛经中是这样讲的。

[241] 曼茶作为一个表示，表示我的如来藏、心性，然后我擦拭这个曼茶就相当于把我的客尘，把我的烦恼障所知障这些垢染，全部以这样的方式清静掉。有这样一种原理。

[242] 在《前行》里面讲，通过这种苦行磨炼的方式来净除自相续中二障的垢染。整个曼茶基盘代表我们的佛性。我们擦拭时，把佛性上面的客尘垢染一一烦恼障、所知障全部清静。在修的时候每个步骤要专注，如果你专注了，每个步骤都有它的意义，都可以清静一定的罪障，都可以圆满资粮，都可以和实相相应一次。

[243] 如果你脑袋里面胡思乱想，手上在擦，没有去观想，就错过了一次相应实相、相应法界的一次机会。所以，每一个修法都应该专注，专注了，在修法过程当中就有种提示。密宗的修法，没有一个动作是多余的，每一个动作都有它的修行理念，有的和菩提心相应，有的和实相相应。所以，对这个问题我们要认真对待。

[244] 以往噶当派的诸位大德，先用手腕的前面来擦拭曼茶盘，当前面起疱生疮的时候，就用侧面来擦拭，又起疱生疮时再用背面来擦拭等等。

[245] 噶当派的阿底峡尊者、仲敦巴尊者，这些修行者特别重视曼茶罗，而且在修的时候也是很精进的，用手腕经常性的擦拭，把皮都擦破了，就开始起疱、生疮。前面擦破之后，然后又用侧面的去擦，侧面的擦破就用背面来擦。虽然我们的法本没有说，手腕后面有菩提心脉、有智慧脉，但是这样也是一种苦行。通过这种苦行集资净障，很重视清静自己的障碍。

[246] 在佛学院最早修曼茶盘时，有些道友看到这段话就死劲的擦，手腕要擦破，这当然也是为了清静罪障，但是立志要把手腕擦破，不擦破就修得不到量，这里面没有这么讲。现在曼茶盘的质量好、很光滑，你这样擦可能也不容易擦破。以前的曼茶盘可能做工不是那么光滑，或者是用石板等其他材料在修，以前的工艺可能不是那么好，可能很容易就把手腕给擦破了。现在就是使劲的压着擦，可能都不一定把它擦破。

[247] 说明并不是一定要擦破，这个标准里面没有手腕擦破就达标的这一说。但是说明以前的大德们对于修曼茶是特别的下功夫。前面我们讲了宗喀巴大师，他在供曼茶的时候，也有这样一种示现。通过这样的方式就可以积累很多功德，他的心态对修法积累资粮特别的殷重，心态越清静能积累的资粮就越多。本身这个曼茶的修法就是一个能够快速集资的方便，再加上修行者的苦行因素，还有他自己对这个修法本身的欢喜心，很短的时间就可以圆满资粮。



- [248] 因此，擦拭曼茶盘的时候绝不能用其他的毯毯、软布等来擦，只能用手腕来擦，这是往昔噶当派诸位大德的传统，我们也要遵循这样做。
- [249] 洗曼茶盘的时候你可以用布，也可以用清水，前面我们讲的，修完之后可能有脏，可以用清水洗，这是另外一回事。
- [250] 但是我们在修三十七堆曼茶时，不能用布来擦，因为这个擦拭不是完全因为它不干净，就是因为要清净我们的障垢，有这个必要性。所以不能用毯毯、软布来擦，只能用手腕来擦。这是往昔噶当派大德的传统，我们要追随。
- [251] 接下来开始安放供堆。下面的这一《三十七堆曼茶罗仪轨》是萨迦法王众生怙主八思巴所作，
- [252] 下面所用的是三十七堆曼茶罗的供养仪轨，这个仪轨的作者是萨迦派的第五祖，众生怙主八思巴尊者。
- [253] 因为简便易行，所以为新旧派普遍通用。
- [254] 格鲁派也用，萨迦派也用，噶举派、宁玛派都用这个三十七堆曼茶，不分教派，都是普遍使用的。
- [255] 在这里也有首先供养三十七堆曼茶的传统，因此就这么进行。
- [256] 首先供养是什么意思呢？在修三身曼茶之前，也有首先供三十七堆曼茶的传统。我们在修七堆曼茶来计十万的数量之前，先也要修三十七堆，有修一遍的，有修三遍的。都有这个传统。
- [257] 我们最好把三十七堆曼茶的仪轨背诵下来，这样我们不管到哪里，看到比较悦意的对境，有时候说供养三宝，有时候我们也可以用这个仪轨修曼茶供养。用这个三十七堆的仪轨一边观，一边供养也可以，用后面的四句话也可以。
- [258] 此外，无论是新派还是旧派，各自都有许多与众不同的供曼茶罗仪轨。
- [259] 旧派就是指宁玛派，宁玛就是旧的意思。宁玛派之后的格鲁、萨迦、噶举这些都是属于新派。
- [260] 不管是新派还是旧派，各自都有与众不同的供曼茶的仪轨。每个教派都有，宁玛派除了这个之外还有很多。
- [261] 尤其是宁玛派的每一个伏藏品当中都有一种供曼茶罗的仪轨。
- [262] 每个大的伏藏品当中都有一个供曼茶的仪轨，词句、方式是不一样的。
- [263] 这个地方的“自宗”，不是指宁玛派，主要是指宁提派，属于宁玛里面的一个分支。因为这是大圆龙钦宁提，所以这里面讲的自宗就是指龙钦宁提派。
- [264] 自宗也是同样，关于广供三身曼茶罗的仪轨，是依照全知无垢光尊者在诸《心滴》中亲口说的众多言教。
- [265] 广供三身的曼茶仪轨，是按照全知无垢光尊者在诸《心滴》当中的教言。诸《心滴》就是无垢光尊者的四个心滴：《上师心滴》《空行心滴》《布玛心滴》《甚深心滴》，即平常讲的四心滴。在诸心滴中有很多广供三身的教言，依靠这样的教言作为广供三身曼茶的依据。
- [266] 所以，无论采用哪种仪轨来供养都是可以的。
- [267] 这一段话是说，按照其他大德所造的供曼茶的仪轨来做也行，按照宁提派的做也可以。无论采用哪种仪式都可以，都是属于曼茶的一种修法，不能说只能用三十七堆，不能用二十七堆。因为有些大德，如宗喀巴大师他们也造了很多不同的曼茶仪轨。所以，不一定全都是三十七堆，可能有些多一点，有的少一点。后面讲的三身曼茶，它所供的堆数也是不相同的。但是都是属于一种曼茶的仪轨。
- [268] 当然，如果是修大圆满宁提派，还是比较鼓励供三身曼茶。如果没有时间，或者喜欢比较简略的，就供七堆曼茶。但是从法本里面看还是比较鼓励用三身曼茶来供的。
- [269] 修完十万曼茶的道友，如果想要按照法本里面所讲的再修十万曼茶，可以按照三身曼茶的仪轨，这也是有很大的必要的，不同的仪轨有不同的缘起。
- [270] 在供三十七堆的时候，首先念诵：
- [271] 嗡巴杂布米阿吽 清净本基大自在金地
- [272] 前面擦拭基盘，之后开始念诵：嗡巴杂布米阿吽，清净本基大自在金地。这是上师翻译的，以前的仪轨是不是能海上师翻译的，现在汉地格鲁派也有这种仪轨。
- [273] “清净本基大自在金地”。有些地方要求观想比较广，观想大自在金地时，还要观想水轮、风轮，。这里面没有这么要求。
- [274] 一边这么念“嗡巴杂布米阿吽”（清净本基大自在金地），这个基础是清净的本基，在上面有大自在的金地，就是黄金的大地。我们观修的时候，观想整个黄金的大地，这可不是曼茶盘里的一两颗金豆子，而是整个大地都是黄金大地。在《俱舍论》中讲，黄金大地是从地面一直到下面八万由旬，都是属于清净的黄金的自性。
- [275] 同时左手拿着曼茶盘，右手洒牛净物及香水。
- [276] 牛净物的本性是比较清净的，用一些特殊的小牛粪便、药配制成的，具有很强的清洁的作用。所以，在修法的时候，也会洒牛净物。上师讲，以前他们直接用小牛的粪便洗衣服，气味不太好闻。配制好之后，气味可能不明显。现在我们对牛净物不一定习惯，心里面打鼓，这个是粪便和尿，一边洒上去还要觉得这个是很清净的。觉得不太适应，那么不用也行，就用香水。
- [277] 香水也有两种，一种是红花、檀香配出来的香水，这个香水名字叫香水其实并不香。以前在学院，很多道友配制了一罐一罐的香水，是按照哪个大德的配方配的，我打开闻了一下感觉这个香水不是很香，反正水也可以清净的。
- [278] 有些大德说，香水要干净，不能有现在化学的东西，都是要天然的，比如说冰片、红花、檀香等等各式各样的东西，反正要清静干净。但大恩上师他老人家没有这样说，他说香水就可以，甚至于赞叹说法国香水挺好的。上师好像有一次讲：法国香水挺好的，在咱们的商店里面有卖的，十几块钱一瓶。下面有人在偷笑，不知道笑什么，是不是以为十几块钱一瓶的法国香水可能是打引号的法国香水，或者它的品牌叫法国香水。
- [279] 上师的意思是说，能喷在自己身上的香水，也可以在自己的佛堂上喷。的确也是很香的，供的时候也可以喷香水。但慈师说不行，不能用带化学的东西，要用自然的東西。这方面看自己的习惯，我也基本了解一些道友的心态，有些就是不用化学的，反正只要带化学的一概不用，他就要用天然的东西。有些就觉得没什么，看上师老人家也是，这些可以香水拿来喷，可以供养，不是那么反对，有的时候还是比较鼓励用这些。看自己的情况吧，如果自己可以接受就可以用，如果自己不太接受，就可以换另外一个，两种标准都可以执行。
- [280] 洒牛净物，或者洒檀香水、洒香水在盘子上面。现在有一种精油，用檀香油涂抹在上面也可以，一边念一边涂香水。
- [281] 接着念诵：
- [282] 嗡班扎日客啊吽
- [283] 同时用右手拇指和无名指拿一束花（或一粒米）在基盘上向右旋绕，最后安放在中央。
- [284] 用左手拿着盘子，右手食指和无名指拿一朵花，如果没有花就拿一个供品里面的一颗米也可以。然后一边念“嗡班扎日客啊吽”，一边在基盘上面右旋，在基盘上向右旋绕，没说几圈，一圈差不多可以了。绕了之后就放在中央，大米放的稳当，如果你要用别的圆的东西就放不稳，要往旁边滚。花也可以放得稳，反正放在正中。
- [285] 就是一边念“嗡班扎日客啊吽”，一边用右手拇指和无名指拿一朵花或一颗米，右旋之后放到正中，念完之后就放完了。
- [286] 如果有现成的铁围山要放，也在这时候放上。
- [287] 现在一套曼茶盘都有现成的铁围山，三个圈里面最大的一个圈，这叫现成的铁围山。为什么这样讲？华智仁波切那个年代，曼茶可能还是属于比较稀有的东西，不是每个修行人都有的，现在基本上每个修行人都有一个曼茶，但以前可能不是这样的，也许没有现成的铁围山，但是具体是什么来代替我们就不知道。这里讲如果有现成的，就在这时候放上。
- [288] 以下一边念诵仪轨一边安放供堆：



[289] 谢架热扣耶给够哦 外铁围山环绕

[290] 外铁围山环绕，就把这个圈放上。

[291] 在念诵“须弥山王……”时，

[292] 为色吽拉热意加波热绕 中央须弥山王

[293] 有些地方是“中央吽变须弥山王”，加一个“吽变”，这里面没有。上师老人家说，仪轨不一样，有的“吽变”，有的没有“吽变”，有也可以没有也可以。“中央是须弥山王”，这是念的，手上要抓供品，然后一边念中央须弥山王，一边放一堆中央的，然后前面、左面、后面、右边。有一个图，按照这个图来放就行了。

[294] “中央是须弥山王”，须弥山王的自性是珍宝自性，有黄金、红宝石、蓝宝石、琉璃，整个须弥山就是一个大珍宝山。在《俱舍论》里面讲，须弥山从海平面往下走，到金刚大地之间八万由旬，然后海平面以上到三十三天是八万由旬。由旬有几种算法，有说是三十二公里一由旬，有的说二十公里、八公里一由旬。反正须弥山有几十万公里那么高，是很大很大的珍宝山，所以我们观想的时候，须弥山就是一个很好很殊胜的供品。这就是中央须弥山王，须弥山它本身是珍宝自性的一个殊胜的供品。

[295] 在中央放上一大供堆，之后安置东胜身洲等四大洲时，

[296] 夏利帕波 东胜身洲 霍匠哦郎南瞻部洲

[297] 讷瓦浪秀 西牛货洲 相扎莫年北俱卢洲

[298] 东胜身洲、南瞻部洲、西牛货洲、北俱卢洲在须弥山的四周，这四大部洲也是供养的供品。

[299] 东边是胜身洲，胜身洲人的身体比我们南瞻部洲人的身体好像要高一倍，所以叫胜身，比我们身体要殊胜一些。胜身洲也有很多殊胜的、悦意的供品，殊胜的福报形成的一些财物，说供养东胜身洲，其实是把东胜身洲所有悦意的、殊胜的供品都作供养。

[300] 南瞻部洲也有不同的说法，有些地方说南瞻部洲只是指现在的印度，但是有些大德说南瞻部洲就是现在的地球。南瞻部洲也有很多殊胜的东西，在地球上面有很多殊妙的财富，钱、黄金、钻石等等，还有各式各样的建筑、受用等等，反正南瞻部洲上面的所有悦意的供品是非常多。现在我们的福报很小，能够找到一点点好东西就觉得不得了，但整个南瞻部洲有很多很多悦妙的供品，把所有这些全部供养三宝。

[301] 西牛货洲受用也是很圆满，它为什么叫牛货呢？它是以珍宝牛来作为殊胜的货币的，因为牛比较多，最殊胜的就是下面讲的如意牛。

[302] 北俱卢洲的福报也很大，他们的寿命一定是一千岁，中间没有夭折的，然后也有很多殊胜的财物、受用。

[303] 四大部洲是很殊胜的，四大部洲观想完之后就是身洲及胜身洲。

[304] 利荡利帕 身洲及胜身洲

[305] 每一个大洲还有两个小洲，大洲和小洲之间是相连的，所以说身洲和胜身洲是属于东胜身洲的附洲。放供品的时候是放在东胜身洲的两边，首先是东南西北把四大部洲放完，之后再念身洲和胜身洲时，就放在东胜身洲的两边。

[306] 有些说法说，这个大洲和小洲底下是相连的，上面是海，相当于大陆和岛屿，下面是相连的，但是上面是由海水分开的。

[307] 鄂呀荡鄂呀烟 拂洲及妙拂洲

[308] 南瞻部洲两个附洲是拂洲和妙拂洲。

[309] 右旦荡拉求昼 行洲及胜道行洲

[310] 这个是属于西牛货洲的两个附洲。

[311] 扎莫年荡扎莫年戒达 恶音洲及恶音对洲

[312] 这是北俱卢洲的两个附洲。

[313] 这些就是四大洲和八小洲。每一个洲上面都有很殊胜的供品，这些全部都供养给上师三宝，用它来积累资粮。

[314] 仁波切热喔 珍宝山 画萨戒向如意树

[315] 斗久瓦 如意牛 玛谋波漏斗自然稻

[316] 这四个分别相当于四大部洲里面具有代表性的好东西。东胜身洲具有代表性的好东西就是珍宝山，整个山是各种珍宝形成的珍宝山。南瞻部洲比较具有代表性的好东西就是如意树。但是现在是浊世的时候，如意树我们可能看不到了，以前在劫初的时候还是有如意树的。这个如意树，不管你有什么样的想法，需要什么样的资具，都可以从如意树里面显现出来，所以这个如意树是非常殊胜的物品。这是属于南瞻部洲珍贵的一种供品。

[317] 如意牛是属于西牛货洲的。这个牛叫如意牛，如意牛和如意树的功能差不多，西牛货洲的众生想要得到资具，比较好的资具都可以从如意牛上面显现出来。这个是它的珍宝物。

[318] 自然稻是属于北俱卢洲的特产。自然稻不需要人去播种、耕耘，它是自然生成的。有的时候我们觉得这个自然稻没啥稀奇的，我们现在的稻子只不过需要播种，需要放水，需要去拔草而已。它们的就是不需要管理，不需要播种而已，没什么超胜的。但这个差别可大了，北俱卢洲的自然稻具有百味。我们现在的白米饭，没有菜还吃不下去的，但是自然稻不需要什么菜，稻子本身自具百味的。所以说当年有些阿罗汉，有神通的阿罗汉，他们会到北俱卢洲去取自然稻，带回来之后，有些福报大的人就可以尝一下。所以从这个方面来讲，他们不需要劳作，稻子是自然稻，他们采完之后马上又生成了，永远也是吃不尽的。他们不用担心饥荒，不用担心粮食危机，都不需要，他们的福报就是这么大。

[319] 北俱卢洲的人首先是他们的寿命决定，中间不会夭折，死完之后就生欲天，这就是他们一种很大的福德显现，但是生完欲天之后的情况就不好说了，在这个阶段看起来还是不错的。他首先在北俱卢洲，衣食无忧，也不需要担心夭折，死完之后肯定是生欲天。他们根本不想修行，寿命也是决定的，你跟他说不无常，什么是无常？寿命是千岁，绝对不会夭折的。然后后世生欲天，他们也不用操心。因此他们不是法器，其他的三洲还可以和他们讲法，都有夭折的情况，北俱卢洲不是法器，谁去都度化也不行，暂时来讲没有解脱的习气。除了北俱卢洲，其他人间三洲没有这样的情况。

[320] 释迦牟尼佛从兜率天下降的时候，也观察除了北俱卢洲之外的三洲哪一洲适合于降生，北俱卢洲早就出局了，根本就不是考虑的对象。所以他有他的一种优势，也有很大的劣势。这个时候我们并不是观想暇满的时候，这时观想的主要是它里面的，属于他们殊胜福报方面的，要拿来作供品的。

[321] 珍宝山，如意树，如意牛，自然稻，我们观想到这儿。然后一边念，一边观想一边放供堆。供堆，在图上面比较明显，一看有一二三四五，按照这个顺序来放。三圈怎么安排？第一大圈，第二大圈，第三个小圈怎么安排？从大至小。有些大德说这个不需要去管是哪一个圈，反正你一直念一直放就行，放满了就放了多少圈，然后把三十七堆放完了就为止，有些是这样的。有些可能是为了方便记忆，可能放到这个地方为止，第一圈就放完了，有些就放到自然稻为止。到自然稻第一个大圈就放完了，最大的圈就放到自然稻，这个时候放第二圈，有些放到自然稻还不行，还要往下再放几个，这个也有讲的，有不同的。

[322] 但有些大德说这个不需要。一边念三十七堆一边放就行了，没有一个固定的，到底第一圈，大圈里面放到哪个地方为止？是放到自然稻为止，还是放到后面的宝藏瓶为止呢？没有这样说的。有些大德可能有这样的，下面一圈放多少，然后中间的放多少，最上的放多少。

[323] 下面我们看供养轮七宝再加上一个宝藏瓶总共是八个。

[324] 扣漏仁波切 金轮宝 洛吾仁波切如意宝

[325] 怎母仁波切 玉女宝 轮波仁波切大臣宝

[326] 浪波仁波切 大象宝 达求仁波切缁马宝

[327] 玛混仁波切 将军宝 得亲波哦巴宝藏瓶



[328] 这些放在四方四隅。首先按照四方来放，先放东胜身洲、南瞻部洲…，首先放四方，再放四个边角，再放四隅，这样就是八个供品，就是轮王七宝，再加上宝藏瓶。有些说是轮王八宝，有些说是轮王七宝再加上宝藏瓶。

[329] 首先是金轮宝。金轮宝是属于转轮王的一个比较重要的、显示他福德的标志。金轮宝很大，有五百由旬。在初十的时候，在东边显现金轮宝，由珍宝组成，主要是黄金珍宝组成的，很大，转轮圣王和他的眷属都可以坐在金轮宝上面，坐上去之后，金轮宝就腾空了，之后就可以到其他的地方去。因为转轮王刚刚开始成为转轮王的时候，他还没有统摄四大部洲，然后金轮宝显现之后，他就开始要统摄四大部洲了。金轮宝到的地方，只要金轮宝一到上空，所有的人民，其他地方人民的心就自然而然地归顺他，他不会发动任何的战争，他只要到了那个地方，那里人们全部都归顺他，他可以给他们带来很多的吉祥。所以这个金轮宝是他的一个最重要的宝物，是他自己福德所形成的宝物。

[330] 然后是如意宝。如意宝是一个宝珠，如意宝珠可以放光明的，晚上的时候它可以放光，没有月亮它也可以放光，还可以遣除贫穷，遣除很多的疾病。因此这个转轮王出世的时候非常吉祥，整个世间当中很吉祥，转轮王的福报很大。还有一些他的宝物，像金轮宝等等都是非常非常地善妙。所以要征服其他的世界，他不需要战争的，一滴血都不会流，不会有战争的。

[331] 因为如意宝的缘故，他可以通过如意宝来满足他的人民的很多希望，他们的粮食、财物，都可以通过如意宝来满愿。如意宝还可以遣除瘟疫，他们不会有流行的传染病，还有其他很多的疾病都可以通过如意宝来遣除，有很多殊胜的功德。

[332] 玉女宝。玉女宝相当于转轮王的一些妃子，她没有女人的过患，女人的这些烦恼、过患她都没有，而且非常地调柔。还有介绍说，玉女宝除了前面的功德之外，还有在冬天的时候，她们的身子是温热的，夏天的时候是凉爽的自性。玉女宝也是福德所形成的。

[333] 然后是大臣宝。大臣宝相当于转轮王自己的管财政这些方面的大臣宝，只要是转轮王需要的财富大臣宝都可以提供。

[334] 还有大象宝，紺马宝。大象宝是月牙白象，它一天可以绕南瞻部洲七圈，速度特别快，而且虽然快但坐上去的人不会有恐怖感。有些交通工具太快了，人们就会担心翻车了怎么办，或者你这个大象跑这么快脚崴了怎么办，坐在上面的人没有安全感。它不会这样的，特别地安全平稳。然后是紺马宝，紺马就是蓝色的马，它也是一匹骏马，一天也可以绕瞻部洲七圈，它有非常迅速的自性。

[335] 然后是将军宝，将军宝具有大威德力，而且对转轮王也是忠心耿耿的，转轮王在的时候他不会发动战争。别人看到将军宝之后，是对转轮王本身产生敬畏之情的殊胜来源，所以是将军宝。

[336] 还有就是宝藏瓶。宝藏瓶可以在里面显现各式各样的宝藏，所有的宝藏宝藏瓶里面都可以呈现，有这样的自性。

[337] 所以我们观想的时候，一边念一边观想，金轮宝，观想供养上师诸佛，然后是如意宝、玉女宝、大臣宝、大象宝、紺马宝、将军宝、宝藏瓶，一边一个地念一边观想。上师们都讲，供曼茶的时候心里面的观想很重要，内心的曼茶比外在的曼茶要重要得多。

[338] 什么叫外在的曼茶呢？外在的曼茶就是放的米，放的一些宝石，在曼茶盘上面哗啦哗啦地响，这个叫着外在的曼茶。内在的曼茶，就是一边放米、放珍宝的时候，内心当中一边观想的这些殊胜的供品，把这些供品观想供养上师诸佛，这个是内在的曼茶。这个曼茶的意幻供养是更加重要的，或者说是绝对重要的。

[339] 给巴玛 嬉女 幢瓦玛鬘女

[340] 乐玛 歌女 噶玛舞女

[341] 美斗玛 花女 德布玛香女

[342] 囊萨玛 灯女 这恰玛涂香女

[343] 放完之后然后放嬉女、鬘女、歌女、舞女、花女、香女、灯女、涂香女，这有八个，顺序还是四方四隅，还是先放四方，然后是四隅。

[344] 嬉女，姿态是非常优美的；鬘女，是拿着花鬘的；歌女，拿着乐器；舞女，跳舞的；花女，拿着花的；香女，有些地方画的是拿着香炉，正在燃烧香的香炉；灯女，供养天子的时候手上拿着灯；涂香女，香和涂香不一样，前面的香是烧的，涂香就是把香粉涂在佛菩萨身上的，叫涂香，这个是涂香女。

[345] 这些一边观想，比如说我们在观想灯女的时候，无量无边的灯女拿很多最殊胜的灯供养一切的诸佛，这个灯女手上散发出无量的灯，充遍法界供养所有的佛菩萨。或者花鬘充满一切法界，这样一种歌、舞，各式各样的供品充满法界，这个属于供养天女。有的时候说供养天女是产生无漏大乐的一个缘起。

[346] 在很多佛经当中都有供养天女之说，她们本性清净，用供养天女做供养的话，缘起可以生起殊胜的证悟，是产生殊胜无漏大乐的一种殊妙的缘起，所以供养天女本身，还有她们手上拿着的供品，这些都可以供养。如果我们觉得用供养天女本身供养菩萨不太习惯的话，我们就观想用她们手上的东西，灯、花鬘、香，把这些供养给上师三宝就可以了。

[347] 涅玛 日 达瓦月

[348] 仁波切德 珍宝伞

[349] 秀累纳巴加为加灿 尊胜幢

[350] 下面是最后四个。日、月，太阳也是个好的供品，太阳是代表光明、遣除黑暗的。还有月亮，珍宝伞，各式各样的珍宝。大恩上师在讲《入行论》的第二品的时候，在供养偈当中也介绍了这个珍宝伞，有些地方在讲珍宝伞时，说它的伞柄是什么样的，它的伞幅，这些方面都有介绍，反正是珍宝伞。还有尊胜幢，有的时候叫着事业幢，三十三天有一种尊胜幢，它只要在那个地方，就自然降服一切的魔障，事业自然成办。所以在寺院里面有很多类似于尊胜幢的，放在经堂的几个角上面，代表尊胜幢，代表降服魔障，代表事业自成，所以叫做尊胜幢。

[351] 这些我们了解了之后，就一边念一边观想，把这些供养给上师诸佛。

[352] 将此等无圆满之人天受用供养大恩具德诸根本及传承殊胜上师……

[353] “将此等无圆满”，把上面所述的，当然这里面有三十七类，或者说在观想的时候还可以把和这些有关的，不单单是这三十七类，和这些有关的所有的无圆满的人的受用、天的受用，供养给大恩具德诸根本上师，还有传承殊胜上师，作这样的供养。有的时候在修某些法时，观想供养大恩上师的时候，我们说他的本性是大恩上师、是传承上师，他的形象是金刚萨埵，所以我们修金刚萨埵的时候，有时候也需要供曼茶，圆满资粮。有时修观音菩萨的时候，在观世音的坛城面前供养，修文殊菩萨的时候，在文殊菩萨面前供养，这些都可以。反正他的本性是根本上师、传承上师，他的形象可以是刹土和刹土里面殊胜的圣众，像这样的一一作供养。

[354] 在念诵“须弥山王……”时，在中央放上一大供堆。

[355] 下面就是把上面的仪轨作一些介绍，在念诵中央须弥山王的时候，在曼茶盘的正中放一大供堆，就是放一堆，放一把米。

[356] 之后安置东胜身洲等四大洲时，将自己的这一方向或供养对境方向作为东方都可以，

[357] 中央就是曼茶的中央。然后是东胜身洲，安立什么是东方呢？有两种方法，一种方法就是靠近自己这边叫着东，图上也是。还有一种是什么呢？东就是自己的那边，曼茶盘的另外一面，自己的外侧也是东，两种都可以。但是咱们图里面都是靠近自己这边是东，我们按照这个去做就行了。

[358] 然后“将自己这一方或者供养对境”，对境就是那边，就是曼茶的另外一边，作为东方。

[359] 无论如何都要从东方开始依次右旋来放。

[360] 就是说不管是把自己这一边，还是对方那边作为东方，首先是右旋，东南西北顺时针来放，大多数来讲，除了中央须弥山王之外的三十六堆，中央没有什么说的不用右旋，三十六堆基本上大部分都是右旋的，为什么大部分呢？因为有八个小洲，它的次序稍微有点颠倒，但是整体还是右旋，只不过在每一个洲的两个方向稍微有一点调整，除了这个之外都是顺时针，都是右旋。

[361] 安放代表身洲及胜身洲等附洲的供堆时，每一洲在东方、西方各有一个附洲，要按照顺序来放。



[362] 这个地方所交待的按照顺序来放，就是这两个洲，这八个附洲，它的方向是稍微有点反，本来来讲都是顺时针的，但是在东边，比喻在放东胜身洲它的附洲的时候，要反过来，首先是另外一边，再放这边。本来应该是顺时针的，但这个时候是逆时针的方向，再反过来放，八个都是这样的。总体来讲，还是顺时针地放，东边、南边、西边、北边，只是在每一个大洲的两个洲的时候，调一下就行了，看图就清楚，图里面这两个方向，是稍微有点不同的地方。

[363] 比如我们看这里面，六和七，八和九，这个都是一样的，本来六在这边，六在七的位置，七在六的位置，应该这样的，但是图里面六和七、八和九稍微有一点点调整，除了这八个之外，其他所有的都是右旋的，都是顺时针的，这个看清楚就容易知道了。

[364] 再放置东方代表珍宝山、南方如意树、西方如意牛、北方自然稻的供堆。

[365] 然后再放珍宝山、如意树、如意牛、自然稻，这个也是按照顺序，四个方向，东、南、西、北，按照这四个方向来放。

[366] 然后将代表轮王七宝及宝藏瓶的供堆依次放在四方四隅，

[367] 这里面有八个供堆，八个供堆是轮王七宝再加上宝藏瓶。这八个供堆按照顺序先放四方，再放四隅。东南西北这四个方向，然后再放东南的这个，东南、东北、西南、西北，这样放四方四隅，就是八堆。

[368] 表示嬉女等外供四天女置于四方，表示花女等内供四天女的供堆放在四隅，

[369] 这八位供养天女分别是外供的四天女和内供的四天女，这个也有八个，首先是四方，然后再是四隅，图里面也是很清楚的，先是四方再是四隅。

[370] 之后东西南北依次为表示日、月、珍宝伞、事业尊胜幢的供堆。

[371] 最后这四个，日、月是东和西，就是自己这一方和对面一方，然后南和北，左边这个和右边这个。东、西、南、北，依次表示日、月珍宝伞、事业尊胜幢四个，应该放四个供堆，这个就放完了，最上面一层到这为止就放完了，放满了。

[372] 当念诵到“将此等无不圆满之人天之受用”的时候，在那些供堆上面无有空隙地堆积供物，

[373] 因为我们在放的时候也许没放满，放时可能是一把，一把里面抓的不多，最后念完的时候，日月珍宝伞、尊胜幢，最后放完的时候可能还不满，如果不满，你在念“将此等无不圆满之人天之受用”，在念这句话的时候就重新抓一把米，把所有的填满，没有缝隙。假如第一堆看起来还不太满，你就把它全部加满，把所有的空隙都填满。

[374] 如果有宝顶，最后就放在上面。

[375] 现在都有宝顶，现在我们所有的曼荼罗都有宝顶，放完之后就把手顶放在最上面。

[376] 在“供养大恩具德诸根本及传承殊胜上师、佛菩萨众”这里，有些人说需要加上“无不圆满、圆满悦意”，但是我的至尊上师说：“这一句在本论当中没有，实属多余。”

[377] 最后念的是什么呢？“将此等无不圆满之人天受用供养大恩具德诸根本及传承殊胜上师”，到这里按照我们的传承就圆满了，但有些地方说在这个后面还要加上“无不圆满、圆满悦意”，这在我们的传承当中不需要加。因为每一个传承不一样，有的还要加一些别的，比如供奉本尊的时候，你要加一个供养殊胜金刚萨埵坛城尊众；供养金刚概的本尊，供养大威德的坛城本尊，像这样后面有些要加。但这里面就不加了，这样就已经圆满了。修这个的时候，按照本派的传承到这里就已经结束了。无“无不圆满、圆满悦意”，我的至尊上师说：“这一句在本论当中没有，实属多余”。

[378] 关于曼荼罗的观想次第，我的上师在亲传引导时就讲了这么多，再没有别的说法，所以在此我也没有撰写。

[379] 华智仁波切说，关于曼荼罗的观想次第上师在传的时候就这么多。我们在念喇荣课颂当中，后面还有一句，就是说“供养具德诸根本传承殊胜上师，恳请你们悲心纳受我，恳请悲心纳吾供”，还有这样的一句，但是这里面就没有了。如果我们念诵课颂集里面的就念这个，如果我们修前行里面的就修到这为止，就没有了，就到“传承殊胜上师”。

[380] 然而，本引导文中说：另见《集密意续释》有详述。

[381] 本引导文当中讲，《集密意续释》这是续部，现在这个续部传的不多，有些大德说续部度化众生的时间过了，所以很多大德也不传，很多众生对续部的信心也不大，想修的心也不大。有些时候就是这样的，有些法在一个时间段当中很兴盛，调化众生很多，过了时间之后，大德讲的可能也少，传的也少，众生修的也少。

[382] 法王如意宝为了《集密意续》的传承延续，有一年请德巴堪布在佛学院给所有的僧众传过一次，其他时间专门讲这个续部的大德特别地少，按这里面修法修的也不多。《幻化网》还是很广，现在《大幻化网》，以及关于幻化网的所有的大注释，无垢光尊者的注释，全知麦彭仁波切的《总说光明藏论》。但是《集密意续》就很少很少了，华智仁波切讲，这里面有详述，。

[383] 所以，如果想要广泛了解，不妨参阅此书。

[384] 可以参阅，看一下这里面比较广大的修法。如果我们把有关曼荼罗的很多道理都了解了，供养的时候也方便。我们在供曼荼罗的时候看起来好像就是一个曼荼罗盘里面的这些东西，但是在供的时候就是一个须弥山，就是东胜身洲、南瞻部洲…，在观想的时候，是无量无边的须弥山，无量无边的东胜身洲、南瞻部洲…。因为它本身就是意幻供养，所以我们观想中央须弥山王，也可以观想无量的三千大千世界里面的须弥山，全部供养上师三宝。东胜身洲、南瞻部洲等等都是这样的，你的心量有多大，你可以观想多少你就观想多少，你观得越多，供品越多，你积累的资粮也就越大。比如，一颗大米就代表所有的供品，所有三千大千世界的供品都表示在一颗大米当中，然后你这样放的时候，就可以积累最大的资粮，最多的资粮，通过自己观想的能力，可以完全体现出来。

[385] 然后大恩上师在讲记的后面也讲，供三十七堆是不用记数的。有些道友不清楚，可能听的时候没有注意听，记数用三十七堆来记，修得好慢好慢，问：“什么时候能修得完啊？”我说怎么修不完？他说用三十七堆来记数，现在好多人才修了几十遍。上师讲不是用三十七堆来记的，用后面的四句话来记数，这样就快了。用三十七堆来记的确非常缓慢的。

[386] 萨耶布切谢向美斗扎 涂香鲜花遍大地

[387] 热绕朗月涅得坚巴 须弥四洲日月饰

[388] 桑吉扬德莫得破瓦意 观想佛刹作供养

[389] 昼根那大扬拉秀白秀 愿诸众生行佛刹

[390] 这四句是当年赤松德赞国王请莲花生大士灌顶，他把整个国土、眷属、受用，都给莲花生大士做供养，用的就是这个偈颂。平时我们也是用这个偈颂，简易就用这个，七堆记数的时候，也是用这个。

[391] “涂香鲜花遍大地”，上师讲在念这一句的时候，手上首先抓一把供品，在念这句的时候用手腕擦，一边念一边用手腕擦基盘。念“须弥四洲日月饰”的时候就开始放，手上的供品就开始放，放七堆，中央一堆，然后东南西北，六、七就是日月。图上面也有，画得很清楚。

[392] 念“须弥四洲日月饰”和“观想佛刹作供养”的时候，把手上的供品放完了，“愿诸众生行佛刹”，就发愿，愿一切众生能够行于佛刹，行于佛刹就是生到佛刹当中，成佛或者获得解脱。

[393] 在记数的时候就只念这四句。其他有一些传承当中也说，记数的时候只念这四句，后面这个咒语是不念的；有些时候讲，咒语在修的时候也要念；有些时候不念四句话就专门念咒语，就是曼荼咒，只念这个咒语也是一样的。但是这里只是念这四句话，没有说要念后面的咒语。

[394] 这里面有须弥山，四大部洲加日月，总共七堆，这个是代表什么呢？一个须弥山再加日月就是一个世界，把这个供养上师诸佛。但是我们在一边供的时候，是不是只观这七堆呢？也不是，只不过用七堆表示，可以把七堆延伸到前面的三十七堆，我们在念供放七堆的时候，只要你能想到的所有的供品都可以供，包括三身。在放的时候这个是化身的曼荼罗，所有化身界一切的供品供养，然后这个是所有报身刹土清净的供品供养，这个是法身刹土的所有的庄严供养。当然法身是无形无相的，但是我们可以把法身的境界、状态拿来供养。



[395] 包括密宗当中的五肉、五甘露，只要可以供养的东西，都可以一边念四句话一边观想供养，有关密宗的、小乘的、显宗的供品都可以。麦彭仁波切造的上师供，里面也有外、内、密、极密的供品，他还造了一个专门的供养文，里面也是有外、内、密的供品。

[396] 一边念一边供养，把这里面提到的供品都可以拿来供养，这个也是积累资粮的方法，是相应于实相的方法。比如密宗当中讲的五肉、五甘露，其实也是相应于究竟的实相，打破你的净秽的执著。有的时候可以把空性的见解作供养，有些时候把一切万法都是清净的见解作为供养。反正这里面可以修一切法，一边念四句，一边可以把你所有学过的教言都用一次。

[397] 当然这里面也要有菩提心。因为你供曼荼罗本身就是为了一切众生成佛而做供养的，也可以观想把这些供品供养上师诸佛。我们对所供养的物品要观想，所供养的对境要观想，对所利益的对象也要观想。哪怕把所有众生的身体拿来作供养也是可以的，他的本性也是清净的，所以你安住在这个清净的本性中就可以把所谓脏的东西都拿来作供养，没有什么可以不供养的。

[398] 有些时候说，在修供养的时候只挑好东西供养，比如三十七堆里面只挑好东西供养，不好的东西这里面没有提了。但是真正地来讲，如果你有更高的见解，所谓不好的东西本性也是彻底清净的，如果按照这个标准来看，那就没有什么不可以供养的，包括这些最不干净的屎尿，这些东西的本性是完全可以一边观想一边供养，没什么不能供养的了，包括众生的身体，整个器世界都可以供养。这就是在训练你的见解，不单单是在做曼荼罗，其实也是在修密法。但前提是你要知道这个见解才行，没有见解你就只供干净的、悦意的、高档的，这样也可以，反正这也是积累净障的一种方法。

[399] 三身曼荼罗里面有很广大的供品，或者是按照这些见解来摄持供养，有些是血肉供，有些是降伏供、双运供，不同的教义当中有各式各样供养的方式，就按照自己所学习过的来供。如果没学很多也不要紧，就供养须弥山、四大部洲和日月，就供养这七个，或者就供养三十七堆供品也可以，这些对我们来讲都是比较干净的、悦意的好东西。其他的東西你觉得不能供养，暂时不供也行。

[400] 修曼荼罗的人本身的层次也有很多，如果你有这个能力你就可以按照你的见解去摄持供养，如果你没有这个能力就可以不供。如果你有见解的话，甚至于包括你的罪业也是清净的，你的烦恼也可以拿来供养。没什么不能供养的，只要你能知道它的本性的确是空性的，没有什么可以剩下的，全部都可以拿来作供养。这个很相合密宗不舍弃烦恼、不舍弃不清净的东西就可以成正觉的观念，这些都可以在这里面显现。如果学过这些就可以，没学过的话就按照这里面讲的就可以了。我们下堂课再讲三身曼荼罗的内容。

[401] 今天我们就讲到这个地方。

《前行广释》第 121 课辅导资料

[402] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[403] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[404] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[405] 发了菩提心之后，今天我们继续一起来学习《前行引导文》。

[406] 《前行引导文》是引导我们脱离烦恼的修法。脱离、断除烦恼的修法就是真实的引导，如果我们想要证悟实相，这些就是引导我们证悟实相的修法；如果我们想要成佛，这些也是引导我们成佛的修法。它之所以叫做引导，就是引导我们的心趣向于解脱、觉悟、成佛和利益众生之道。因此我们对于这样的引导文应该非常重视，离开了这些引导之外也没有别的方法，世间的方法没办法让我们获得殊胜的解脱。世间的作意，其他的思想，除了真实的佛法之外，其余的引导都无法引导我们趣向于解脱，这些世间的引导只是引导我们趣向于轮回的方法，从这个侧面来讲，我们要学习如何引导自己的心趣向于解脱的殊胜正法。

[407] 前面我们学习了四加行，共同前行也已经学完了，这些可以引导我们生起出离心。现在我们学习的是不共加行，可以引导我们的心生起殊胜的皈依、菩提心，也可以引导我们心上面的罪障清净、积累起非常殊胜的资粮、获得殊胜上师的加持，也可以引导我们的心最后往生极乐世界，这些都是殊胜的引导。

[408] 五加行当中，前面的皈依和发心等引导我们已经学了，这也只是学了，学完之后下面还要修，修了以后能够引导我们的心达到真实的皈依、发菩提心、心里清净的状态。在我们的心上有很多的脏东西，这些习气以及能够引发以后痛苦的罪业，只有通过修行才可以清净。

[409] 现在我们学的是曼荼罗的修法，曼荼罗的修法在我们心上积累殊胜的资粮，也就是我们的心本身非常清净，具有佛性。因为以前我们有很多的无明、疑惑，所以在我们心上积累了很多的“垃圾”，对我们来讲没有什么用，而且这些垃圾也会引发我们很多的负面情绪，也会让我们感受痛苦。我们要通过金刚萨埵的忏悔方法把这些垃圾强制性的清净掉，然后曼荼罗的修法就是在我们心上积累对我们的快乐、世间事业、解脱有用的善根，这些善根是对我们有用的，针对我们的心来讲，这就是众生在轮回的过程当中，极度缺乏的，该有却没有的就是这些善根。

[410] 以前不需要的东西一大堆，现在我们通过修行必须认识到这个问题，就要把它去掉，然后应该有的我们以前没有、没有认识到的现在认识到了，就要努力去积累。修曼荼罗就是在我们心上积累起对于众生今生后世、解脱成佛全部有用的资粮或者叫善根，这是必须要了解的，然后通过实际的方法去积累。

[411] 曼荼罗的修法就是告诉我们怎么样真实的获得功德、积累善根，而且快速积累善根最殊胜的方法就是曼荼罗。前面华智仁波切给我们讲了，修行曼荼罗的原理和必要性，然后对于所修曼荼罗和三十七堆曼荼罗我们也学完了。

戊四、三身曼荼罗：

[412] 三身曼荼罗是宁提派不共的修法，我们作为宁提派的弟子，三身曼荼罗还是要修的。在《开显解脱道》当中，全知麦彭仁波切通过一个偈颂摄了了三身曼荼罗。如果一边念偈颂，一边做观想的话，相当于修了三身曼荼罗。大恩上师说，现在我们很多人因为是在城市里修行，没有那么多时间，所以就利用七堆曼荼罗来计十万的数。我们在修七堆曼荼罗的时候，可以放七堆，观想方面照样可以用三身曼荼罗的精神来指导。我们虽然念的是这个偈颂，放的也是七堆，但是观想的时候可以把有关三身曼荼罗的内容放在里面来做相似的观想。

[413] 最好还是用前行的仪轨里面比较广的三身曼荼罗修法来积累资粮。这也有一个特殊的缘起，从龙钦心髓宁提派的传承来讲，三身曼荼罗和证悟大圆满之间也会有有一种特殊的缘起和特定的因缘，否则也不会把三身曼荼罗放在这里让我们进行观修。有时间的道友最好还是要用三身曼荼罗，虽然它比较长，修行起来肯定是比较慢，但是这些对于一个修行者来讲，其实都不是问题。前提是你真正有时间，我们可以用三身曼荼罗来修，即便花很长时间，也不是浪费时间。如果时间很长，我们观想的很到位，也有自己不共的缘起和功德，这方面有一定必要性。

[414] 很多上师们在引导曼荼罗的时候，也说在条件允许的情况下，最好能够以三身曼荼罗来修十万遍，有这种建议。如果第一次修曼荼罗的时候，没有这么多的时间，我们也可以修七堆曼荼罗，首先把十万遍或者十一万遍的数字修圆满，在以后的时间段当中，也可以逐渐通过三身曼荼罗的方式来再圆满一次十万遍的曼荼罗，这是非常有必要的。为了以后我们能够很好的修行曼荼罗，现在就要好好的学习怎么样供三身曼荼罗。学习完之后，自己的心态、时间都准备好了之后，就可以开始用三身曼荼罗的方式再圆满一次十万遍的曼荼罗。

[415] 曼荼罗是一直要修行的，这是积累资粮的殊胜方便。我们成佛、登地、发起殊胜的清净菩提心都需要无数的资粮。菩萨们能够发菩提心，因为这些菩萨们也是花了很多时间，一次又一次的来做布施、持戒等等，积累了很多的善根，用这个善根来资助相续当中的菩提心从无到有、从浅到深、从不稳固的到稳固、从相似到真实的过程。因为他们也是一边观修一边通过资粮来支撑的，所以对我们来讲，内心当中要生起非常清净稳固的菩提心，这也需要一个广大的福德来做支持。即便是生起了菩提心、出离心，或者说闻思修要顺利，都需要广大的福德。

[416] 福德类似于世间的钱一样，哪方面都可以用。如果钱很多，这块可以用，那块也可以用。如果你有很多的钱，就不用着急。有钱的话哪个地方需要用，去用就好了，这样事情就可以成办。修行佛法的“钱”是什么呢？在修行佛法的过程中，这个钱就是善根，也叫资粮。这是各个地方都需要用的，生出离心、菩提心需要钱，想要闻思修没有障碍需要钱，还有证悟也是需要大笔的钱，这叫资粮，这个东西是不能少的。我们在世间当中，生活的钱不能少，钱是越多越好。如果钱太多，我们也不会有什么想法的。



[417] 在修修正法、追求解脱道的过程当中，这个“钱”就是资粮，资粮越多越好。我们不要觉得自己已经修过了，即便修过了，还是差很多。在这种情况下，我们必须反复通过最有效的方式来集资净障，虽然我们感觉自己每天都在集资净障，但是这个方法当中仍然有区别。为什么只是用曼荼罗的方式呢？因为曼荼罗可以通过意幻的方式来来进行殊胜的供养，这不是用实物供养。如果让我们去寻找实物供养，有时连半斤黄金、一斤黄金都找不到。意幻供养就不一样了，半斤、一斤黄金在曼荼罗里面根本都不是事儿，动不动就是须弥山王、四大部洲等等，都是重量级的供养，这就是意幻供养的好处，东西很容易找，就是通过我们的心去缘现成的东西，修持之后进行供养，通过意幻可以供养住于十方的佛菩萨，还有我们没有见面的上师、很多的圣地等等。如果你想要辛辛苦苦地去找佛或者找一个圣地去供养，那是很困难的。这些根本不需要，只要你坐到位置上就可以了。

[418] 如果你有一斤或者半斤的黄金，这是一辈子的积蓄，你供养了以后心疼或者感到后悔，利益就不是很大。我一生通过打拼的积蓄都在这里，到底是不是供养呢？反复纠结着。其实通过这种心态想要获得资粮也是很困难的。意幻供养不存在这种问题，首先你在供养的时候，不会有吝啬心，然后也不需要去寻找财富方面去做很多的劳作。如果是实物供养，你在赚一斤黄金的过程当中，可能也造了很多的业。意幻供养不需要造业，也不辛苦，供养的时候没有吝啬心，供养之后也没有后悔的心，而是特别的欢喜。这就是最有效积累资粮的原理。

[419] 我们坐在座位上，就可以把圆满资粮的事情做完。在这个过程中，仍然可以通过菩提心等方式摄持下来做殊胜的供养。我们特别需要这笔“钱”，在修行佛法的过程中，资粮非常重要，而能够快速“赚钱”的方法，就是通过修曼荼罗，如果一定要在最短的时间当中，获得最多的“钱财”，应该怎么做呢？佛陀通过大悲心和智慧告诉了我们这个最好的方法，因此我们就可以通过这样简单的方式来累积殊胜的资粮。如果你能够遇到这个法的本身，也需要有一定的资粮；如果你的福报不够，也遇不到曼荼罗的修法。能够遇到了曼荼罗的修法，说明还是具有一定的福德。遇到了之后，你对这个法的本身有没有兴趣，那是另外一回事。虽然有些人遇到了，但是没有重视，就像世间当中，别人给你介绍了一个发财的机会，因为自己的福报不够，所以你觉得这不是一个商机，不能赚钱就放弃了。过了两三年后，看见别人发了大财，自己还是这种状态。

[420] 同样虽然世间有这么多人，但是一部分人遇不到曼荼罗的修法，有一部分人就遇到了；遇到的人当中有些人重视，有些人没有重视。因为每个众生相续当中的因缘、福德不一样，所以也出现了种种的差别。既然现在我们遇到了，就要重视，一定要把它用上，每天不断地去修。如果我们坚信这是最好的方法，那这么好的方法为什么不用呢？每天大把的时间就这样溜走了，我们与其白白浪费时间，还不如用这些时间来做最殊胜的修法。

[421] 不管怎么样，曼荼罗的修法非常殊胜，不止是没有修的人要修，而且修完的人还要修，每天至少也要供养一次三十七堆，这是很有必要的。有些地方说如果条件不具足，可以念诵曼荼罗的咒语，或者说使用供养曼荼罗的手印，我们一边打这些手印，一边观想念诵曼荼罗的颂词去供养也是可以的。最好还是要用曼荼罗，每天花些时间很欢喜的来供养曼荼罗。我们修行方面，如果需要突破修不动的瓶颈，都是需要巨大福德的支撑，这些修法我们一定要高度重视。

[422] 因为三身曼荼罗是证悟大圆满的一种不共因缘，所以如果道友们在因缘具足的情况下，还是非常鼓励修行三身曼荼罗。有些地方说，如果有时间，就修行十万遍、十一万遍三身曼荼罗；如果不行的话，就修三万遍三身曼荼罗、七万遍七堆曼荼罗；如果还没有时间，就修十万遍七堆曼荼罗。一般来说，上等的修行者肯定是哪个修法最好，就去做那个。像世间人什么最赚钱保证都去做一样。如果是下等的修行者，可能做的就是最简单、最快捷的，他是这样理解的，只是按照最低的标准。作为一个希求广大福德的人，肯定按照最高标准才是最好的。

[423] 对于我们来讲，了解了这些必要性之后，应该认真发心来修三身曼荼罗。如果时间有限来不及。在学会当中，也有时间限制。如果自己来不及，可以先供三万遍三身曼荼罗，然后供七万遍七堆曼荼罗，或者说像刚刚讲的一样，这次先修完十万遍七堆曼荼罗，以后有时间不那么紧迫，逐渐修行三身曼荼罗，这也有一定的必要性。

[424] 下面我们就来学习一下，怎么供三身曼荼罗。

[425] 三身曼荼罗依照自宗（宁提派）的仪轨而供养时，

[426] 依照自宗的仪轨，也就是宁提派，叫做龙钦宁提。我们知道龙钦是无垢光尊者，这个法脉和无垢光尊者有关。因为龙钦宁提的创始者就是智慧光尊者，他在桑耶青浦的山洞三次见到了无垢光尊者，分别见到法报化三身，完全获得了无余的加持之后，得到开许造论，取了伏藏之后，叫做龙钦宁提。龙钦宁提里面有很多的法类，其中最主要的正行修法叫大圆胜慧，属于宁提的大圆满正行。里面还有很多生起次第和圆满次第的修法，还有护法等等很多其他的修法。大圆满龙钦宁提前行引导文是修持龙钦宁提的一个前行引导。

[427] 大圆满前行以前有一个仪轨，就是第一世多智钦活佛晋美钦列沃瑟写的《遍智妙道》，后面讲这个仪轨的时候，就记录下来了。这个法本身属于宁提派，如果我们把自宗的三身曼荼罗修好之后，要修正行大圆胜慧也有了一种因缘，更容易得到不共的加持。因为具有这样的缘起，所以应该按照这个仪轨来供养。

[428] 首先是共同化身曼荼罗：

[429] 首先是供共同的化身曼荼罗。

[430] 前面安置供堆时所说的四大部洲、须弥山以及梵众天算为一个世界，

[431] 要供养化身曼荼罗的时候，首先化身曼荼罗是把无数个三千大千世界做供养。首先三千大千世界是怎么算的呢？最小的单位一个世界怎么算？须弥山在中央，然后是四大部洲，须弥山和四大部洲，从这开始一直到梵天之间算是一个世界。真正来讲，最下面应该是从地狱开始算，最上面就到了梵天，然后铁围山围住，中间是须弥山、四大部洲、八小洲，须弥山的山腰是四大天王天、山顶是忉利天，再往上须弥山山顶，空中会有夜摩天、兜率天、化乐天、他化自在天，再往上就到了梵天，这就是一个世界。不要说是一个世界，即便是一个地球、南瞻部洲的财富也非常多，比如无数的财宝、钱财、受用，这样的妙欲是非常多的。南瞻部洲，再加上东胜神洲、西牛货洲、北俱芦洲，还有这些小洲、须弥山，须弥山里面也有三十三天、夜摩天、兜率天、化乐天、他化自在天、色界天、梵天的财富等等。我们如果详细地了解之后，就会发现这里有非常圆满的供具，这些东西都可以作为供品。而且很多供品，都是没有办法找到的。对于我们来讲，现在根本找不到，能够摆在我们佛堂上面的东西非常的少，这些完全可以通过意幻的方式来缘取，然后就可以做供养，这是一个世界。

[432] 这样数到一千，就称为一千小千世界；

[433] 这样的世界不断地累计，到了一千个数字，就是一千个这样的世界，一千个小千世界叫做一千小千世界。

[434] 拥有一千个四大洲世界的一小千世界算为一个，这样的小千世界一直数到一千，就称为二千中千世界；

[435] 这是把刚刚的一千小千世界算一个，然后再往上叠加，数字达到了一千，叫做两千中千世界，这就非常庞大了，刚刚我们讲的一个世界已经很多了。一方面的确存在这样的世界，另一方面我们要打开心量，通过自己的心识缘取无数的世界来作最为殊胜的一种供养。这时你的量越大，缘取得供品就越多；取得供品越多，得到的利益、积累的资粮就会越多。

[436] 中千世界算为一，这样数到一千个，就叫做三千大千世界。

[437] 前面的中千世界，中间有一千个小千世界，就是一个中千世界。像这样把中千世界作为一个，然后从一二三四五六七八九十直到一千之间。中千世界满一千数，叫做三千大千世界。这就是佛经当中所讲的三千大千世界。

[438] 其中具有百亿个四大部洲的世界是佛陀一个化身的所化刹土，比如释迦牟尼佛所化刹土叫做娑婆世界。

[439] “其中具有百亿个四大部洲”，就是说三千大千世界里面具有一百亿个四大部洲。平时说供养上师需要什么缘起物或者好东西？这个供品有这个缘起，那个供品又有那样的缘起，不同的供品确实会产生不同的缘起。有些东西我们知道缘起很好，可以用来供佛，那里去找？根本找不到，而这里不管什么缘起物都有。有很多不同种类的供具，这个供具供养佛陀可能让你身体健康，那个供具供养佛陀可能让你眼睛好，反正各式各样的供具可以产生不同的果，一方面产生殊胜的善根，一方面也会产生殊胜的果报，什么样的缘起里面完全齐全了，这就是供曼荼罗的殊胜之处。

[440] 如果让你用实物供养，就会非常的困难。比如你要去找花供养，天天买花供养短时间还可以，时间长了之后，也许就不想跑了，这还是其中一种，如果让你每天找一百种供具去供养，一方面找不到，一方面也没有时间，还有时间长了之后也会产生厌倦，意幻供养非常轻松。



11 积累资粮 (119-125)

[441] 这方面我们要有信心，再加上定解，上师老人家以前经常讲为什么可以做意幻供养呢？你有供养的能力，诸佛菩萨就有接受的能力。如果你可以用心去缘取这些东西供佛，佛就可以接受，这也是心识的殊胜功用。我们供养的时候，如果有一种非常方便的方法，我们就可以去用，不一定非要用一个比较笨拙的方式，通过很慢的速度去积累资粮。在一般人的想法当中，去买实实在在供品去供养，他觉得心里踏实，如果通过意幻供养，他就会觉得这是假的，产生不了什么实际的效果。没有把真实的花摆在佛的面前，或者说摆在佛的面前时，佛也没有伸手过来把花拿过来放在鼻子上面闻。对你供的水也没有去喝、供的苹果也没有吃一口，心里觉得不踏实。众生的分别心各式各样，他供养的时候看到上师抓了、吃了、嚼了、咽了，觉得这次供养已经成功了；如果供养完之后，上师好像显现没看或者没有用，就觉得这次供养不成功，功德也没有获得，其实这些都是我们的分别念。有时只要你起心了，你说这个东西供养了，其实这个功德就已经圆满了。

[442] 学习佛法以后，你的思想、认知肯定会不一样的，就像世间上有一些层次很高的人，他的思想和一般底层老百姓的思想还是有不一样的地方。受过很多的教育、见过很多世面、思想很开阔的人和没见过世面的人，肯定不一样，想法也完全不同。佛法当中告诉我们的思想非常开放，而且有些方法非常有用。比如一般人想不通，不去外面搬砖干活，怎么坐着就有钱了，你的钱从哪来的？他就不知道有钱人怎么运作，既不需要到外面晒太阳，也不需要辛辛苦苦去做很多实际的劳作，也可以轻松的赚钱。有些人完全想不通过到底怎么赚的钱？你也沒出去跑，也没有去干什么，就能把钱赚了，他没办法想通。

[443] 因为这是思想方面的差距，所以积累资粮也是这样的。实执心很重的人，打不开自己的心胸，很多东西想不通，也放不下很多执著。不知道除了这个方法之外，其实还有更轻松、快速的积累资粮的方法，就是开放心胸，通过你的心来积累资粮，而不是通过身体，心比身体力量大得多，范围也要广的多。你使劲地跑，一天也跑不出一百公里，心就不一样，一刹那之间可以到月球上去，马上又回来了，这是非常迅速的，心的力量非常大，完全都是不相同的。

[444] 学习佛法也是一个慢慢释放严重实执的过程，我们要接受这些比所谓的老老实实、没有投机取巧、实实在在的方式更能够获得功德的方便。如果实执心太重的时候，觉得不踏实，通过学习，慢慢就接受了，其实不需要劳作，也可以获得巨大资粮的运作方式，这个原理到底是怎么样的？现在很多赚钱的方式也是这样的，如果退回去十几、二十几年，没有人相信这样能赚钱，现在来讲，早就变成现实了，每天大把大把地赚钱。这就是一个认知的差距。现在这种赚钱的原理，以前大家没发现的时候，存不存在呢？肯定是存在的，只不过没有认识到而已，或者说可能条件没达到，各方面的环境都没有达到那种程度，大家没发现这个方式而已，这个原理肯定是有。

[445] 同样我们现在没有认识到的可以轻松积累资粮的方式，完全可以通过不断的修心了知，这些外部的环境早就有了，比如说现在的电商，可能连电脑都没有普及的时候，也没办法落实，佛菩萨看到了不会讲，讲了之后没人相信，那时的环境不成熟。我们修曼荼罗是不是环境不成熟？大环境早就存在了，只要我们学习，学完之后认同了这种轻松积累资粮的方式，然后再去用，我们内心为了这个积累资粮，资粮、善根也是在心上面安立的，就是说在心上面不断的积累善的习气、善根。如果我们认同了，并去使用之后，也可以非常轻松的积累资粮。只有通过这种方式，才能让我们在一生当中，乃至于最快六个月就可以完全圆满一生成佛的所有善根。凭什么？就是凭着最深的定解，通过最广大、开放的心胸来认识这种问题。别人一辈子做不到，他很容易做到了；别人奋斗一辈子都没办法得到的，他可能几秒钟就达到了标准。为什么？他的模式是很快捷的，或者属于非常先进的系统。

[446] 积累资粮的原理也是一样的，就像世间当中，我们想不通的事情，可以相似地用很多现在世间中的例子去做一些解释，当然这是相似的去做一些解读，这个原理我们可以接受，然后我们就会知道通过这个方式是可以做到的。

[447] 为什么有些人可以在一辈子当中，乃至于六个月圆满所有成佛的资粮？他的信心和定解方方面面具足，心量已经开放到非常成熟的高度了，在这样的情况下，他一秒钟积累的资粮，可能要比别人在几个劫当中积累的资粮还要多。我们能不能否认有这种人，因为世间当中也有这样的人，他一秒钟赚的钱比你一辈子赚的还要多，修行佛法也是这样，这些条件不是外在的，而是内在的信心、菩提心，他对修法的认识达到前所未有的高度，我们对修法的认识还处在一个比较低端的程度，对修法认识到了非常高的标准，只要在一秒当中就可以圆满很多的资粮。

[448] 我们要提高认识，达到这种状态，然后自己也可以积累很多以前想不到的资粮。这方面就是要学习，必须要通过闻思来提高自己的认知。有些人觉得学这么多干什么？我就是老老实实在地搬砖，今天我去搬砖，挣了一百块，明天又挣了一百，这个钱是看得到的。你学那些高端、玄妙的东西，也没有看到钱进来。其实这是不一样的。首先在学习的过程中，他就是在提升自己挣钱的认知，这个认知不是说你搬一块砖多少钱，不是这样算的，他有另外一套计算模式。上师老人家让我们闻思大经大论的原因，相当于让我们学习如何快速赚钱的方法一样，如果把认知提高到一定的高度，再去的时候就会很快；如果你的认知很低端，虽然很踏实，每天也都在辛辛苦苦地做，但是效率非常低的。你把自己的速度提高之后，那时的速度就会非常快。我们通过闻思尤其是闻思大经大论，通过学习很深的中观、如来藏，让你把整个修学佛法的认知，提高到一个前所未有的高度和深度，在这种前提下，你再去积累净障，就会非常快。如果你对学习佛法的认知已经很高了，没有理由还需要那么长时间。

[449] 比如说刚开始你要赚一百万，必须要三十年或者五十年，后面你的认知、挣钱的方式变了，不能再说还需要五十年，也许就是一分钟或者一两天的事情。我们学习佛法，到底是三无数劫成佛，还是一生成佛呢？根据人的不同情况，随着你对成佛的认知，速度就会越来越快。当你认识到本具佛性，而且佛性就是现成的，不动的，当你完全认同这一点的时候，就有了快速积累的基础，以后的修行就有了一个突飞猛进的坚实基础，这需要非常高度的认同，不是说大概知道了，而是要高度认同，认同了这一点之后，比如说客尘无自性，心识占主导，而且心识的本性是如来的自性等等，如果获得了这些高端的见解之后，修行就会突飞猛进。见解越高修行就会越深越快，肯定是这样的，这方面我们一定要认同。

[450] 这里面讲到我们认知整个化身刹土就是三千大千世界，其中百亿个四大部洲的世界是佛陀的所化刹土，三千大千世界是一个化身佛所教化的范围。

[451] 比如释迦牟尼佛所化刹土叫做娑婆世界，现在我们是在娑婆世界，娑婆世界就是释迦牟尼佛所化刹土。释迦牟尼佛对我们来讲是化身佛，释迦牟尼佛教化的范围，对我们来讲可能当时就在印度那一块，甚至于都没来过中国，我们的认知就是局限在那一块儿了。真正是这样的吗？真正来讲，释迦牟尼佛所化范围是三千大千世界，一个三千大千世界就是一个化身佛调化的范围。

[452] 在一般具有实执的人的认知当中，释迦牟尼佛没有走出过印度。如果认知不一样的人，或者说菩萨通过智慧看的时候，释迦牟尼佛在各个地方教化不同的众生。一个佛陀所化的刹土是三千大千世界。这只是一个三千大千世界，我们在供的时候，整个世界只有一个三千大千世界吗？不是。三千大千世界只是无数个三千大千世界之一，把这个三千大千世界作为一个单位，它还有无量无边的三千大千世界。

[453] 我们在供曼荼罗的时候，不要说因为这里面只介绍了一个三千大千世界，所以我供的时候只供一个，不能超过一个三千大千世界。你可以供无数个三千大千世界，以无数个三千大千世界作为供养，除了释迦佛所化，还有很多别的无量的佛，非常多，刹土无量无尽的。

[454] 三千大千世界作为一个单位，在成住坏空中，成的时候，三千大千世界一起成，住的时候一起住，坏的时候一起坏，空的时候一起空，所以它相当是一个整体。在这个整体当中又分了很多不同的世界，佛法当中的世界观非常大，不单单是一个地球上面的范围。我们了知之后，就知道发菩提心是一个什么概念，是不是就是这七十亿人？我们说七十亿人还不止，还有这么多的旁生呢！我们把地球上的旁生加进来也不止，还有很多饿鬼道、地狱道，它们也要加进来。

[455] 就是这么多吗？不是，这只是一个世界。一千个这个世界才叫一千小千世界，还有两千大千世界，两千最后是三千大千世界，这个只是一个化身佛的刹土，还有无数个这样的三千大千世界。所以说众生无量无尽，我们要度化的众生，发菩提心的所缘对境无量无尽，要突破我们思想的东西还有很多。我们还有很多需要了解的，需要我们去打破狭隘的思维方式，这个就是要不断的学修。通过学修之后，以前根本接受不了的，现在我们慢慢就能接受这个事实了。心量越来越大之后，他所回向的范围，愿力也越来越大。这个时候因为这一系列综合素质地提升，积累资粮的速度也越来越快，越来越多，最后就可以成佛，那是肯定的。

[456] 如果我们还是非常的狭隘，虽然可以给自己找很多的理由，但是不能让我们突破这些局限的思想，这些不必要的东西。对我们来讲这些不需要的东西，该打破的要打破，垃圾的东西不需要留下来。只不过我们习惯了这些垃圾了，舍不得丢开这些，好像有感情似的。这些没有什么，还有更好的东西，如果我们放下之后，我们就能得到一些更有用的，更多的一些资粮，这些资粮对我们的今生后世，对解脱才是真正有用的，有用的是这些善法。



11 积累资粮 (119-125)

[457] 这是认知的一种改变。学习佛法修行佛法首先是内心认知的改变。如果你内心的认知改变了，你的行为会跟随改变。如果你的内心不改变，那你的行为改变不了多长时间。你的内心还是保持在以前的认知，那你的行为要改变，改变了一段时间之后我们还会回到原位，因为起主导作用的还是以以前的旧思想。旧观念旧思想不打破的话，没办法真正地修比较殊胜清净的佛法。所以说要闻思修行，不断地改变自己，调整自己对世间的认知，对佛法的认知，对觉悟的认知，逐渐就可以把我们的内心引导趋向于一个非常殊胜的清净状态当中。

[458] 接下来我们要观想，在不可胜数、不可思议这样的刹土中，天境人间的轮王七宝等有主、无主应有尽有的上等物品，加上自己的身体受用、寿命福德、权利地位、三时中所积累的善根、幸福安乐的事情等等，凡是最为喜爱的一切的一切都无一遗漏地堆积起来，不带有芝麻许的贪爱执著之心全部供养上师化身尊众，以上就是共同化身曼荼罗。

[459] 接下来之后观想，在整个前面的范围当中，无量无边的三千大千世界，有不可胜数、不可思议的刹土，在不可思议、不可胜数的天境当中，比如有轮王七宝，有天境的如意树，八功德水，还有人间的轮王七宝，或者在劫初的时候拥有的圆满，或是现在拥有的圆满等等。

[460] 从原则性来讲，劫初的时候，这些圆满要远远超过现在的圆满，天境的圆满要远远超过人间的圆满。但是不管怎么样，对我们来讲现在这些差距都不是事了，我们不用去懊悔没有生在天界，没见到天界，没有生到劫初，没有遇到、找到如意宝，用如意宝供佛，这些都不需要，都不是事。现在就可以直接缘取了，天界现在还在存在着，我就用我的心缘取，把这些东西供养，作为化身曼荼罗里面的供品，然后把它供养给化身佛。

[461] 这些有主的可以供养，无主的也可以供养。有些时候我们说意幻供养当中有主物的供养，那是别人的东西，比如你到了一个富豪家里面，他家里面有一个很好的东西，你把它供养了，会不会犯盗戒？人家没同意能供养吗？这不是把真实的实物拿走了，供养了，他损失了，实物拿走了他就没有了，不是这个，实物还在这儿，我只是用我的心缘取，这个不会犯什么盗戒，或者让别人损失，这些都没有。

[462] 有主和无主只是供品的种类，都是我们的心在操作，心在缘取。所以有些大德为了打消我们的顾虑，他会这样解释，我们意幻供养我们看到的这些东西，只是把我们眼识所取的这部分供养了，我们的触觉所接触的实物还在这儿没动，这个眼识是我们自己的眼识，是我看到的，这个眼识是我的眼识，我供养我的眼识有啥呢？这是你自己的。有些大德的智慧很细，或者说针对一些分别念很重的众生，他说这个不会犯盗戒的原因，因为供养的是你自己的眼识这一部分，眼识是你的。东西是他的，但眼识是你的，你可以供养你眼识部分的财物，这不会犯什么盗戒的。

[463] 意幻供养绝对不会犯盗戒，不会追杀你，也不会说你供养没经过我同意，把它意幻供养了怎么怎么样，不会这样的。所以说天界的东西也好，龙宫的东西也好，整个世间很多圆满的欲妙，应有尽有，以前我们只能够听说，不能看到的，现在都可以拿来供养。当你在路上看到一辆很好的车，你可以马上把它供养了，这没有什么，马上你就可以积累资粮。看到任何一个好的景色，好的建筑，好的受用，很漂亮的男男女女，都可以拿来供养。

[464] 这些“上等的物品，加上自己的身体受用”，这是意幻供养自己的身体，因为身体是我们最执著的、最珍贵的。虽然我们觉得我们的身体那么老，那么丑，这样的血肉之躯，不算什么上等的供品，但是有些时候是物品本身非常的好，有些时候是因为它很珍贵，对我们来讲，身体是最珍贵的。平时我们所有的打扮，所有的保护，都是为了这个身体，对我们来讲是非常执著、珍爱这个身体，现在把这个最执著最珍爱的部分拿来供养。

[465] 还有我自己的受用、寿命、福德、权力、地位，这些也作为供品供养。而过去、现在、未来三世当中积累的善根，过去已经积累过的，现在正在积累的，未来将要积累的，把这些善根都放在曼荼罗里面，观想放在曼荼罗里面供养。

[466] 供养的原理就是你越供养越多，是增长资粮的一种方式。你把你的善根供养之后，不会像你包包里一百块钱供养了就没有了。供养完之后，在你的相续当中，在你的心里面，重新生成这些财富更多的因，我们叫它习气也好，善根也好，因缘也好。供养的时候，在你的相续当中同时就生成了更多善根的因，以后就可以获得更多的财富、更好的相貌，更多的受用。所有的因素，在供养的同时，你心中就已经生成了。一直不断地供养生成的善根越来越多，这个方面就叫做资粮，又叫做善根。这些善根会逐渐地成熟，你以前的善根一旦运作起来，一旦成熟了，它的力量就挡不住了，没有什么障碍可以挡得住这些善根的成熟。有些人福报特别大，什么金融危机对他都不起作用，福报太大了，他根本不会受这些影响。但是，如果你的善根不是那么强劲，可能会受外面的影响，你的财富也会上上下下地波动。如果善根特别强劲的人，不管怎样，他都不会受影响。

[467] 我们修曼荼罗，供养的这些财富、权力，是为了让我们觉悟，但是即便为了觉悟，供养这些物品的不共缘起也会返回到你自己的相续当中，这就是无欺的作用力，叫法界缘起力。它一定会返回到你这里来，你供养了什么东西，它会加倍地返回回来，这就叫做反作用力。反作用力就是这种情况，你把不好的东西施加给别人，反弹回来自己也会感受不好的，你把好的东西供养出去，或让别人快乐，反弹回来，也会让你快乐，这个就叫做反作用力。

[468] 每一个物品都有一个缘起，我们供养的是龙王七宝、身体、寿命、福德、权力，还有善根，这些一个一个的都会返回到自己的相续当中，如是不会错乱地成熟。假如我们还没有觉悟，没有成佛之前所有供养的善根，在轮回流转过程当中都会在你的身上逐渐成熟。

[469] 从暂时来讲，这是你以后获得快乐的因；从究竟来讲，这些是让你获得觉悟的因；还有一个是你度化众生的因，因为我现在供曼荼罗就是为了以后度众生。这些每一个都要如愿地成熟，都会如是成熟的。因此把这些全部供养，还有我现在所有的幸福，都可以把它当成供品放在曼荼罗里供养，安乐的事情也放在里面供养。反正我喜爱的一切的一切，没有遗漏的全部拿来一起供养，不带有芝麻许的贪爱，也不带有丝毫的执著，全部供养给上师，化身尊众。

[470] 化身曼荼罗，化身意思是说所供养的是化身刹土里面的。一般来讲，普通众生就是化身刹土的所化，如果是菩萨就会在报身刹土。所以化身刹土是不清净的刹土，前面讲从地狱到梵天就是一个世界，怎么累积都在这个范围，所供养的供品都属于化身刹土里面的，如黄金、白银、钻石玛瑙，或是财富受用，各式各样的东西拿来供养。这是他所供的物品，是属于化身刹土范围当中的物品，是化身刹土里面的。但这些东西和报身刹土里面的比起来就相差一大截了。首先用化身刹土里面最奇妙的东西来供养，所供养的对境也是三身佛里面的化身佛，或者说是上师化身尊众，因为上师是佛陀的本性，所以供养上师化身尊众。也愿我们获得化身果位，我们要成就三身佛，通过这样供养之后，发愿让我们获得化身果位。

[471] 这个以上就是共同的化身曼荼罗。所有善妙的物品里面都具备了，非常地殊妙。

[472] 在三身曼荼罗的这个图里面，化身曼荼罗是有九堆。修化身曼荼罗的时候，首先拿一个平时我们修的曼荼罗盘，先把最大的圈放上去，抓米后首先放第一堆，中间是一二三四五六七八九，四方四隅地放。大恩上师在讲记当中也讲了，有些大德解释说，九堆当中的前七堆，就像我们七堆曼荼罗里面一样，须弥山、四大部洲、日、月这个是七堆，再加上自己的身体算一堆，善根算一堆，加起来是九堆。

[473] 上师说另外一种观点，说这个九堆中间是须弥山，其余的八堆是四方四隅的刹土，这样讲九堆就更加容易理解一点。我们放的时候要把九堆放满，把最大的圈放满，一边放一边念诵下面的颂词，一边观想整个化身刹土里面所有善妙的东西全部都供养化身尊众，这个就是第一个圈里面放的化身曼荼罗。供完之后然后就供第二个，就是报身曼荼罗。报身曼荼罗是把中等的圈放上去，放五堆，五堆放满就行了。

[474] 接着再用心观想幻化出无数个五大庄严刹土均由不可思议的良田、无量殿、嬉女等无量供养天女作点缀，以此供养上师报身尊众，这就是不共报身曼荼罗。

[475] 这是不共的，不共的意思就是说，因为前面都是具有业惑的六道有情众生的地方，是共同的；报身刹土是清净刹土，是不共的，清净刹土一般的人去不了，能够见报身的是一地以上的菩萨，所以一地以上的菩萨福报是非常大的。

[476] 这些刹土里面有什么东西？都是根据这个刹土里面众生的福德感召的。为什么地狱里面没有好东西？地狱里面什么好东西都没有，除了痛苦之外，啥都找不到。就因为转生地狱所有的有情，他们内心当中正在现前成熟的业都是最不好的恶因，所以在他们跟前所显现的就是这些刀山火海，烧红的铁地，就是让你很不乐意很痛苦的环境。

[477] 从人道来讲，为什么有些地方的福报很大？或者福报很大的人转到好地方去？有好的有不好的？这个是因为整个人间这些众生相续当中的业，善和恶夹杂，有些善业部分突出点，有些恶业突出点，有些差不多近乎中间的。所以，在人间有好东西也有差的东西，有特别好的非常豪华的，也有非常差的贫民窟，这也是因为不同的业导致的。天界的众生都能转生天界，说明大家的福报都很好，他们的环境也就特别圆满。通过这个做例子，我们就知道能够转生到报身刹土的都是一到十地的菩萨，他们相续当中的心很清净，福报很圆满，所以，他们的刹土也是非常圆满的，远远超过化身刹土的庄严。



11 积累资粮(119-125)

[478] 我们首先观想幻化出五大庄严刹土，因为这个曼茶盘里放五堆，五堆就相当于五部佛，五部种姓。是不是只有五个呢？不是，它是分为五类。把众生分为五类，众生有五蕴，通过五蕴来分五类，或者说分为五种种姓：如来部、金刚部、宝胜部、莲花部、事业部，通过五种颜色来表示，具为五方，有很多的安立。这个安立就是表示一切的清净刹土。清净刹土特别多，非常广大。

[479] 首先观想幻化出五大庄严刹土，不可思议的良田、无量殿，还有很多的嬉女，前面讲的可以引申无漏大乐的嬉女。

[480] “等无量供养天女做点缀”，清净刹土里面的庄严供品非常地圆满，比如说极乐世界刹土，里面报身或是化身都有。极乐世界里面，有一般凡夫众生往生的，也有菩萨在里面。所以，在菩萨境界中，可以是报身刹，在凡夫众生面前可以是化身刹。清净刹土里面的大地、环境特别地庄严。其他的刹土我们可能不太熟悉，极乐世界因为很多的经典论典大德介绍的多，我们就以极乐世界为例子，相当于极乐世界清净刹土里面有很多的供品，用它来供养，有无量的天女做点缀，以此供养上师所有的报身佛，以报身刹土的庄严供养报身佛。通过这样的缘起，我们也可以获得报身果位。这是不共的报身曼荼罗。

[481] 供完这个之后，就把最小的圈放在最上面，这里面就只有一堆，就是供养一堆，抓一把米把它放满就行了。图里面就是一堆，为什么是一堆呢？因为法身无相，表示没有很多差别的意思。报身刹土的报身佛，属于色身，还存在着净土，它是清净的净土。法身刹土没有一个真实存在的地方，它是无相的。所以就通过一堆来表示，一堆就是无二，没有很多，像五方佛，像九堆，有很多不同的差别，法身就是无形无相的，就是通过一个来表示的。

[482] 将无生法界安立为曼荼罗的基盘形象，

[483] 整个无生法相就是曼荼盘，我们在供的时候，整个法界实相就是曼荼盘。

[484] 所显现的四相等一切分别识聚安立为供堆的形象，

[485] “显现的四相”，在《大圆满》里面提到四相，法性现量相、证悟增长相等。以后在学习大圆满龙钦宁提的正行《大圆胜慧》的时候，也会提到大圆满修托噶的时候有四种相。把这四种境界、四种相作为供品。

[486] “一切分别识聚”，这个分别识聚就是清净的心，清净的心就是清净的智慧，相应于法身的清净证悟的智慧。分别识聚我们不要理解成不清净的分别心，它其实就是指清净的心，清净智慧的意思，说的是分别识聚，但指的是清净的证悟，证悟实相的一种智慧。这个智慧也是无二无别的，和法界无二无别。

[487] 以此供养上师法身尊众，这就是殊胜法身曼荼罗。

[488] 共同的、不共的和殊胜的三种，分别是化身曼荼、报身曼荼和法身曼荼，这三身曼荼供养上师法身僧众，上师法身尊众也是无形无相的。供养完之后，也愿我自己获得或者现证这个法身果。供的时候就是这样的。

[489] 然后把宝顶放在上面就可以算一次的供养圆满了，就是这个过程。但是念的时候要念下面的这个颂词，一个曼荼一个颂词，一共三个颂词。念三个颂词的同时放供品，观想供养。

[490] 精通这些观想要诀而怀着强烈的诚信、恭敬之心念诵下文：

[491] 刚开始的时候都不熟悉，可能会很慢，但是随着自己修的越来越多，自己观想也会越来越纯熟，念诵也会越来越纯熟。刚开始我们修曼荼的时候，都是前面放张纸，盯着这张纸手上在供，左手捏念珠，有的时候忘了计数，就要重新拨念珠。有的时候供着供着就忘掉了怎么放的了，刚开始的时候就是手忙脚乱的。后来供的时间长点慢慢就熟悉了，熟悉之后就没什么。只要一熟悉就开始进入正轨，就开始深入观想的质量，刚开始的时候可能要熟悉它。所以一般来讲，在我们进入真实曼荼修法之前，我们可以提前训练一段时间。该念的念，念的熟一点，七堆曼荼就是四句话，把四句话背下来就行，花点时间每天念一下，把它背下来。背下来之后，真正开始修的时候，就已经很熟悉了，训练的过程已经提前经过了，就会比较迅速。所以，在修之前，提前做一些训练，这个是可以的。

[492] 经常“观想这些要诀怀着强烈的诚信、恭敬之心”，内心当中第一个是强烈的诚信，对三宝对三身有信心，对积累资粮的法有强烈的信心。通过恭敬之心，念诵下文，一边念一边随文入观，一边做观想：

[493] 嗡啊吽 洞色杰定谢瓦差杰扬 嗡啊吽百数俱胝三千世界刹

[494] 仁亲那登拉莫救为达 充满人天七宝等财富

[495] 大利龙秀吉巴永簪记 以及我身受用悉供养

[496] 秋戒扣路结为这透秀 愿获转法轮王之国政

[497] “嗡啊吽”就是加持，加持这些供品的。在修古萨里的时候，这个“嗡”字相当于清净，有清净的作用，把不干净的东西通过“嗡”字让它变得清净；然后这个“啊”字，它有增长的意思，很少的东西增长一样；“吽”字就是转变成殊胜的供品。“嗡啊吽”在古萨里是这样解释的。在有些地方讲“嗡啊吽”就是清净，就是清净、增长等不同的作用。我们首先念“嗡啊吽”。

[498] “百数俱胝三千世界刹，充满人天七宝等财富，以及我身受用悉供养，愿获转法轮王之国政”，这个颂词是从“百数俱胝”开始，修化身曼荼的时候就念这四句。“百数俱胝”就是百亿个，百亿个四大部洲组成的三千世界刹土。这个三千大千世界是百亿个四大部洲组成的，叫三千大千世界，或者说百数俱胝的三千大千世界，也可以理解，两个方面都可以理解。第一种理解就是三千世界刹里面包含了百数俱胝的四大部洲；或者直接理解，百亿个三千大千世界也可以，因为的确有这么多个。不能局限于我们只供养释迦牟尼佛一个化身的三千大千世界的刹土，别的我就不管了，或者只供养某一位，不允许这样的。当然你的心量越大越好，也可以供养无量无数个三千大千世界，因为这个你观想的越多，供养的越多，那么你的资粮也就积累的越多。

[499] 我们需要资粮，我们特别需要资粮，现在我们要度化众生，我们要证悟实相都需要很多的资粮，所以说佛弟子追求福德或追求资粮是需要的。有些说又著相了，又执著福德了，又执著福报了，我们就是要执著，我修学佛法不执著资粮执著啥呢？你让我去执著世间八法吗？因为修学佛法我就是需要这个，只不过你把对福德资粮福报执著只是为了世间的享受，那当然就是不圆满的。

[500] 但是为了要获得证悟，我为了获得成佛，我要利益众生，这么多众生需要我度化，我的钱少了做不到，我必须要很多钱才行，那这个就相当于你要做大慈善，这么多众生这么多人需要帮助，那你的钱越多越好，我们就是需要钱，而且我钱多了就可以帮助众生的。这么大的心量，我的资粮少了肯定不行，所以我就是要追求更大的福报，什么来福报快，我就要去使用。它就是帮助我们达成很清静心愿的基础，缺少这个完全不行。而且你要开发你的如来藏也需要资粮，你这个大矿山、大金矿，你没有设备去开发也是等于零。所以我需要钱买挖掘机，需要钱去买这些设备，需要钱雇工人去开采这个矿，我就是需要钱，我的如来藏就是需要钱来开采，我自己的资粮少了就是不行，就是没办法的，很多违缘我要用钱来摆平，要用钱来开道，很多事情、很多违缘要用钱去把它摆平。

[501] 修行也是一样的，就是需要资粮来把违缘遣除、压住，资粮少了绝对不行。所以我们不要羞于谈论积累资粮得到福报，对修行人来讲都是需要的，我就是想得到很大功德，需要功德来开发我的佛性，需要功德来作为度化众生的资本，没有什么羞耻的。

[502] 有些佛弟子修来修去，都很羞耻谈福德了，好像觉得一谈福德就著相，不能谈福德了。为什么不能谈呢？功德大就是大，我就是得功德，为了我自己暂时的幸福，也是为了度化众生，正大光明的，没有什么。尤其是我快速的现证佛性，现前实相成佛，需要很大的福德。可以获得广大福德的方法，就要大大方方去证，大大方方去修，鼓励大家通过这种手段、途径去获得殊胜的福德。

[503] 前面我们讲过百数俱胝，也就是观想百亿个三千大千世界，把所有的欲妙供品全部供养诸佛。“充满人天七宝等财富，以及我身受用悉供养”，人境、天界的七宝等等所有的财富，还有我的身体和受用一切全部供养。“愿获转法轮王之国政”，转法轮王的国政就是化身的佛果。转轮王有两种，一个是世间的转轮王、金轮王、银轮王等等，主要是统摄世间国政的；还有一种是转法轮的转轮王，就是佛陀。金轮王的标志是金轮，佛陀所转动的是法轮，法轮一转动，弟子相续当中就逐渐获得佛陀相续当中的智慧，就可以获得殊胜的功德和利益。

[504] 一边念化身曼荼的颂词，一边供，然后一边计数，是三身念完之后计一次数。



[505] 恆曼得亲德波够波扬 报身佛处大乐密严刹

[506] 爱巴哼旦热哎措哦坚 具五决定五部供堆者

[507] 斗运秋波震碰萨益巴 无量欲妙供云悉供养

[508] 破为龙给扬拉秀巴秀 愿获圆满报身之果位

[509] 第二个是报身佛处，报身在清净的报身佛的刹土，“大乐密严刹”，大乐就是没有苦，没有我们现在的苦和乐，因为我们现在的苦和乐都是属于有漏的心所法。无漏的智慧现前了叫做大乐，离开了有漏的苦乐的感受。密严刹土就是很清净的刹土。

[510] “具五决定五部供堆者”，五决定：处决定，即环境决定是清净刹土；导师决定是报身佛；眷属决定是一到十地菩萨；时间决定是恒时的，是没有涅槃的，恒时转动法轮；法决定肯定是大乘。五部供堆：就是五方佛。这样把五方佛刹土里面的庄严作供养。

[511] “无量欲妙供云悉供养”，无量妙欲形成供养云悉供养。上师在讲记当中讲的和以前法本当中不一样，好像改动了，以前是“供养无量欲妙藏供云”，现在是“无量欲妙供云悉供养”。“愿获圆满报身之果位”，供养报身佛，愿自己和一切众生都能够获得报身的果位。

[512] 下面是法身曼荼：

[513] 囊这那大运讷哦波哥 现有清净童子瓶佛身

[514] 特即玛嘎秋聂肉被坚 大悲不灭法性游舞饰

[515] 哥荡特利怎巴那大扬 明点持身净刹悉供养

[516] 破为秋给扬拉秀巴秀 愿获殊胜法身之果位

[517] 这里第三句好像也调整过了，以前是“供养持身明点清净刹”，现在讲记当中是“明点持身净刹悉供养”，意思差不多。

[518] “现有清净”，“现”就是显现的器世界，有就是有情世界，有情世界、器世界都是清净的。“童子瓶佛身”，这是大圆满的术语，就是一切众生都具有如来藏的意思，普具如来藏。童子是很年轻，不老的意思，佛性没有衰老过，如来藏是无为法，无为法没有衰老，不变化的。童子瓶，就好像在瓶子里面有一个童子一样，我们外面的五蕴就像瓶子，瓶子里面有佛性，瓶子碎了之后，佛性就显现出来，大概这样理解，其实就是如来藏，我们一切有情的佛性。

[519] “大悲不灭法性游舞饰”，在佛性当中具有智慧，具有不灭的大悲心，还有法性游舞，这一切都是最清净的无为法的自性。

[520] “明点持身净刹悉供养”，把明点、持身、清净刹悉供养。明点的本性就是佛性，明点本身代表清净的智慧。持身：就是能够守持身体清净的本性。净刹：自己的自性也是清净的刹土，即佛性本身就是清净刹土。就是把前面所讲的法性现前相等大圆满四相全部供养。

[521] “愿获殊胜法身之果位”，供养法身佛，愿自己和一切众生都能够获得殊胜的法身的果位。

[522] 一边念颂词一边供养，按照前面的图里面所示的，化身就供九堆，报身供五堆，法身供一堆，供完之后就宝顶放上去，这样一遍就圆满了。所以肯定要比七堆慢，相当于七堆修三遍，三身就修一遍，就是这样的速度。但是我们也不是为了赶速度，这样修可以把法、报、化三身的刹土都观想做供养。当然也可以用比较简略的，麦彭仁波切在《开显解脱道》里面，一句话是报身曼荼，一句话就是法身曼荼，一句话是化身曼荼，四句话就全部包括了，就相当于供养了三身曼荼。

[523] 计数的时候，左手如最初供养时那样握着曼荼盘，右手安放供堆。

[524] 计数的时候左手抓曼荼，右手抓供品，然后往上面放。慈诚罗珠堪布在讲曼荼的时候说，放供品时要反着倒下去，就好像是从炉子里面倒一样，以前我们修的时候很不习惯，修了几次又调回来了。上师老人家在修的时候，就是攥拳头顺着往下放，慈师说要倒过来，拇指和食指在下面这样往下倒，这样不习惯，不是特别方便。有的还说用指尖抓住供品放，各式各样的教言，但是我们可以看情况。视频里面大恩上师怎么示范的，我们照着做就可以，其实都是可以的。

[525] 如此一来，势必会导致左手极其疼痛，可是在没有达到根本无法握住曼荼盘之前，一定要以顽强的毅力手抬起来握着曼荼盘。

[526] 抓曼荼盘的时候肘是要腾空的，要抓在空中供，不能靠着或者倚着，时间长了之后，手腕就会很酸痛，乃至极其疼痛，但这也是一种苦行。如果没有达到实在是抓不住之前，一直要举着曼荼，手腕不能够靠在桌子上，或者把曼荼放在桌子上去修，这样不行的，还是要抓起来，这样不断的去供，这是一种修行。

[527] 曼荼有没有差别呢？以前上师老人家做的曼荼很轻，比较轻的用起来方便。材质有些可能是铜的，有些是银的，比较富裕的可能用黄金的，但是修的时候有点困难，抓起来可能很重的。但是如果能够抓得起来，修完之后手劲练出来了，也是一个好事，锻炼了身体。

[528] 所谓的苦行精进修正法，并不是说单单的口中没有吃的，而是指时时刻刻不怕一切艰难困苦，以坚韧不拔的毅力去修行。

[529] 所谓的苦行就是精进修正法，修苦行不单单是没有吃的、没有穿的，这也是其中一种。但是最主要的苦行就是内心对修法的痛苦能够坚忍，能够忽略痛苦。修曼荼本身也是苦行，磕头也是一种苦行，有的时候不想磕，很累很热，或者脚很痛，这些方面其实都是一种苦行。不管怎么样，要知道这就是苦行，这个苦行和米拉日巴在山洞里面的苦行没什么差别，的确本性就是这样的，是不同种类苦行。

[530] 不一定只有米拉日巴可以修苦行，我们就修不了了，必须要吃荨麻——我去市场上去看有没有荨麻卖，今天有没有荨麻卖，我去买点荨麻吃——修苦行。不一定要吃荨麻才是修苦行，也不一定非要去寻找破烂的衣服穿，才是修苦行。你在家里面磕大头磕不动了，不想磕了，然后你坚持磕下去，就是修苦行。所以，修苦行有很多种，修曼荼的时候也是可以修苦行的，这是从心里面安立的，今天你特别不想修，虽然很烦躁不想修，但是还是要修。为什么？因为这就是苦行，除了这个没有别的苦行了。

[531] “而是指时时刻刻不怕一切艰难困苦，以坚韧不拔的毅力去修行。”打坐也是这样的，今天不想上座了，必须上座修也是一种苦行，只有这样坚持下去，逐渐才可以开发出自己内心当中的境界和状态。否则的话，今天不高兴不舒服不修了，明天也不舒服了，不知道哪一天高兴了修一座，这样什么时候才修得成呢？像这样就没办法修得成，所以必须每天坚持。

[532] 但是一段时间之后也要稍微的放松一下，就是劳逸结合。在《入行论》当中讲放舍对治力，就是舍助缘，当你一个法修完了之后休息一下，或者中间调整一下。放舍的助缘可以帮助我们长期坚持，但是不能把舍助缘作为主要的修行，主要修舍助缘其他就没办法修了。所以舍助缘偶尔用一下，如果经常用、习惯用舍助缘就不好了，没办法积累资粮了。

[533] 有些时候稍微调整一下是可以的，但是经常性很懒惰就修不了法，所以必须还是要坚持。有的时候苦行太苦了，绷得太紧了也会崩溃掉，所以为了让修行不崩溃，要懂得放松或者调适，有的时候稍微放松一下，调剂一下，然后再开始，如《入行论》讲“暂舍为久继”，有的时候也需要调整。但是放松的时间不能太长了，否则，想修法的相续中断了，障碍违缘就开始出来了。稍微休息一下障碍违缘还来不及反应，你就又开始了，所以稍微放松可以，但是时间太长了是不行的。

[534] 所以，仅仅依靠修曼荼罗的苦行和安忍，也能圆满广大的资粮，我们一定要身体力行。

[535] 修曼荼本身是一个快速积累资粮的方法，再加上修曼荼时安忍苦行也能够帮助我们积累资粮和清净罪障，所以依靠这些，能够圆满广大的资粮，故一定要身体力行。

[536] 最后左手实在无法继续拿着曼荼盘的时候，就将它放在前面的供台等上面。

[537] 如果实在抓不住了，就放在前面的桌上或者供台上，再慢慢继续修，然后恢复了之后再用左手抓起来修。

[538] 在供曼荼罗期间，要一边供一边积数。在用餐、喝茶等一切间歇的阶段，要收好前面所供曼荼罗。

[539] 用餐和喝茶相当于中间休息，比如到了中午了，要吃饭喝茶，这个时候就可以暂时的告一段落，就把前面供好的三十七堆收下来，之后开始休息。

[540] 当重新开始时再如前一样首先供养三十七堆曼荼并且继续计数。



11 积累资粮(119-125)

[541] 休息好了之后，下午重供养三十七堆曼茶放在前面，然后再开始修三身或者修七堆。

[542] 通过这种方式来供曼茶罗必须要圆满供足十万遍。

[543] 为了补缺，要供十一万，在《慧灯之光》里面讲，在供的过程当中，也许有缺漏，供的不圆满，所以多供一万来补缺。但是如果时间来不及，也可以就是十万。以前在学院，下午五点钟发加行圆满证，有些道友还在家里面赶大头，把一百零八颗里面的八颗数字也加进去，好不容易在两点四十几分修完了，然后跑下去领证。时间紧也可以这样，但是如果不那么紧，供十一万遍，一万遍是补缺的，作为修行人来讲应该是这样的。

[544] 暂时不能做到广供三身曼茶罗的人，仅仅念诵下文：

[545] 不能广供三身曼茶的就念赤松德赞造的曼茶供，用七堆来进行修进行计数。

[546] 萨耶布切谢向美斗扎 涂香鲜花遍大地

[547] 热绕明月湿得坚巴的 须弥四洲日月饰

[548] 桑吉扬德莫得破瓦意 观想佛刹作供养

[549] 昼根那大扬拉秀白秀 愿诸众生行佛刹

[550] 大恩上师也解释了这四句曼茶的意思。一边念这四句，第一句的时候就把供品抓在手上擦拭，第二句、第三句就放七堆，然后第四句的时候就把它端起来供。但是一般来讲供完之后里面是光光的，供品全部都己经掉下去了，端起来供的时候基本上上面两、三颗米，或者什么没有了。有些曼茶是有很斜的斜坡，有些是比较平的，比较平的供完之后可能里面还保留着一些供品。按理来讲，第四句应该端起来，把供品给佛陀供养，但是，因为供品放下之后就往旁边撒掉了，所以端起来时基本上啥都没有。所以第四句供完之后倒掉，然后再抓、再擦拭、再供。

[551] “须弥四洲日月饰”，好像这里面有须弥、四洲、日月，但是在观想的时候，要把轮王七宝，还有所有受用，所有报身刹土、法身刹土里面的圆满的供品都放在里面。这里须弥四洲日月只是表示而已，观想的时候，思想上面可以广大无垠的，你的见解、修行的体会、证悟，你的一切善根、境界都可以拿来供养。

[552] 后面有一个曼茶的咒语：

[553] 章格日那曼扎拉劫匪梅嘎萨莫扎 萨巴那萨玛意啊叶

[554] 这是曼茶的咒语，如果没有时间供曼茶念这个咒语也可以。上师老人家讲，在修十万曼茶的时候，后面这个咒语不念也行，只念这四句就可以计数了。

[555] 只是供这七堆曼茶罗也可以。无论怎样，供养的过程中以最初加行发心、中间正行无缘、最后结行回向来印持也就是以三殊胜摄持十分重要，这一点与其他修法完全相同。

[556] 供曼茶和其他所有修法一样，都需要具备三殊胜。第一，最初加行发心。我供曼茶的目标很明确，就是为了利益众生，为利益众生我发誓成佛。目标首先确定下来，就为了让每一次修行的目标都不偏离，每一次修善法之前都要以加行发心殊胜来摄持，每次都提醒自己，我的目标就是这个，不能跑偏。因为初期修行的时候，菩提心不稳固，内心当中世间八法的思想还在占主导作用，如果不提醒自己，就会自动把你的行为牵引到升官发财之类去了。

[557] 为什么修法之前要加行发心呢？就是为了让自己的修行目标明确，让自己的路线不跑偏的缘故，所以首先加行发心。后面如果菩提心稳固了，无论如何内心当中的世间八法的心，我爱执的心都不会有什么作用，那个时候菩提心已经占主导了，那就不用操心了，那个时候念三遍就够了，或者是仪轨前面念三遍，或者稍微想一下就可以了。但是在修行刚开始的时候，要刻意的想一下：我就是为了利他，我不是为了自己，不是为了世间八法，不是为了在轮回当中转生一个好地方，我就是为了觉悟，为了利益众生。要刻意的想，使劲想，再再的提醒自己，想的越重越深越好。因为只有想的越重越深，力量才大，在修法过程当中力量才不容易散，如果只是轻描淡写的想一下，力量一下就散掉了，后面修行可能就不太圆满。

[558] 当然，在修的过程当中也是可以再再忆念，在供曼茶的过程当中，有的时候观想供品本身，有的时候是观想所供养的佛。比如说我供养上师，供养阿弥陀佛，供养十方一切佛菩萨等等；有的时候也可以观想，佛陀的法身是这样的，这个是报身，这个是化身，是他们化现的善知识。有的时候也可以观想自己的发心，我们现在供养是为了什么。

[559] 在修的过程当中可以反复观修，修曼茶也很容易，对自己修曼茶最有利的，你都可以反复调换轮番观想，还可以调整心态或者安住空性，观想能供所供是观待的、空性的、三轮体空的。在供养的时候其实我的本性也是佛，从这个方面来讲能供所供也是没有什么差别的，或者我的血肉之躯的本性是清净的，它也是供品，也是所供的佛。在供的过程当中，你自己所有的见解都可以用上，如果在修的过程当中加行发心模糊了，你仍然可以在供曼茶期间提醒自己——我现在供曼茶是为了利益所有的众生，可以再再的提醒自己。

[560] 第二，中间正行无缘。真正的无缘是安住空性，没有执著。但是另外一种解释，专注法本身不缘别的法也叫无缘，不散乱于和曼茶无关的地方，只要和曼茶无关的我都不缘，一缘专注在曼茶修法本身，所有的思想都和曼茶相关，这也叫无缘。两种都可以解释。

[561] 第三、最后结行回向。最后一定要通过最殊胜的心来回向：回向大菩提，回向利益众生，回向自己能够早日获得实相的觉悟等等。

[562] 通过三殊胜摄持，曼茶的修法就完整了，很清净很完整很有力度，如果三殊胜当中缺少一个，那修法就不完整，力度也不大，时间也花了，但是你所得到的利益并不是非常明确的。这一点与其他修法完全相同。

戊五、供品洁净：

[563] 供品洁净也很重要，不单单是供曼茶，后面还要讲，所有供养的物品当中，供品洁净是总的原则。当然供品本身根据自己的条件，可能有高档的，也有一般的、差的，但是殷重心、恭敬心很重要，供品要尽量整齐干净，这是我们可以做到的。

[564] 在供曼茶罗期间，用青稞、小麦等谷物供曼茶罗时，如果自己经济富裕，绝不能重复使用陈旧的粮食来供养，完全要用新鲜粮食作供养。

[565] 供曼茶期间，假如用的是粮食，用青稞、小麦或者大米等等谷物供曼茶，如果自己有条件那么每天都要换，用一次性的，比如说今天用两斤或者三斤，下午或者晚上修完了，就把粮食该供养的供养，该布施的布施，不用了。然后第二天再换新的粮食来供养，完全要用新鲜的粮食供养。

[566] 这样供养之后将所供的粮食施给鸟类、鼠类或盲人、乞丐等，

[567] 供完的这些粮食可以布施，布施给谁呢？放在山上面或者草地上面布施鸟，鸡、鸭都可以，或者布施给老鼠等其他动物，还可以布施给盲人、乞丐这些很贫穷很可怜的人。

[568] 或者堆放在佛像、佛经、供塔前等都是可以的，

[569] 为什么可以放在佛像、佛塔、佛经前面呢？因为本身就是供品，一方面，前面下施这部分是属于粮食，可以把粮食给它们作布施，但是它同时也是供品，所以可以放在佛像、佛经、佛塔面前作供品继续供。在藏地有很多露天的佛塔，可以直接堆在佛塔前面供养，可能有些鸟来吃，不用管的，这样也是可以的。

[570] 而不应该归为己有而自行使用。

[571] 供完的粮食不能用来做饭自己吃，这不行，要不然供养，要不然就布施，这也是为了打破自己的吝啬心，有这种必要。不管是供养出去的，放在佛塔上面，还是布施出去了，反正自己没有用，是舍出去了，自己整个修行就圆满了。

[572] 如果你想到——反正供养之后还是归我的，我还是要吃的，那么供的时候可能就有这个思想，内心就不纯净，潜意识里面就知道这个东西还是我的，就像我们放在佛堂上面的东西最终要归我的。供养的时候你带着这种想法，你就没有彻底的放舍。因为供养和布施就是把自己耽著的的东西放舍掉，所以，供出去的东西你给别人，或者放到外面去，供养就圆满了。在供养的时候就知道我是不要用的，那么就从开始到中间、到最后都是比较清净的舍弃自己执著的心态。

[573] 如果经济不宽余，就根据实际情况适当更换所供的粮食及供品。



[574] 如果经济不宽余，就可以适当看情况而调换，比如说三天换一次，七天换一次，或者十天换一次，一个月换一次，实在不行我就这么几斤，我一直供满十万遍，一直都不换也可以。

[575] 作为穷人等，一次供养的粮食反反复复来供也是允许的。

[576] 如果没有粮食，前面讲用沙土，沙子这些也可以。

[577] 不管怎样，都要先将供品中的土灰、稗子、鸟粪等所有杂质清除干净，做到所供物清洁，

[578] 首先要把土灰、稗子等等不干净的东西拣出去，把它清理干净。

[579] 并且用藏红花等香水浸湿后再来供养。

[580] 专门泡一些藏红花水洒在上面，浸湿了之后再用来作供养，这是比较如法的一种供养方式。

[581] 以上是对于三身曼荼罗的学习，学习完之后我们应该对曼荼罗法本身产生欢喜心，应该精进的修。因为在修法过程当中，要不然不愿意修，要不然修到中间的时候修不下去了，但是我们需要不断的了知修这个法的必要性，不修学的过患，再再的督促自己一定要把它修下去。比如说中间有一段讲供曼荼罗就是苦行，因为针对很多人来讲，修到中间的时候，可能会有各式各样的想法、因缘，就会找很多理由不想修了。但是不管怎么样，你还是要坚持修下去，修下去也许就过去了，状态恢复如初。只有不断地精进，自己的心才会逐渐地成熟，这是有必要的。

[582] 今天的课就讲到这个地方。

[583] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[584] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[585] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[586] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

《前行广释》第 122 课辅导资料

[587] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[588] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[589] 为度化一切的众生，请大家发无上的菩提心！

[590] 发了菩提心之后，今天我们继续一起学习华智仁波切所造的《前行引导文》。前面我们学了共同加行，现在正在学不共加行。不共加行有皈依的修法、菩提心的修法、念百字明忏悔的修法，还有为了积累资粮供曼荼罗的修法，最后有一个上师瑜伽的修法。不共加行学完之后还有一个破瓦法，如果今生修行没有成就，还可以通过破瓦，强制性的往生极乐世界。

[591] 不共加行当中前面的三个修法已经学完了，现在是学第四个积累资粮。积累资粮分了两个部分，一个是供曼荼罗积累资粮，一个是古萨里，即通过施身法来积累资粮。

[592] 供曼荼罗积累资粮部分，前面我们学了供曼荼罗的必要，所修的曼荼罗，还有三十七堆曼荼罗和三身曼荼罗。在学的过程中我们了解了修曼荼罗的必要性和积累资粮的重要性。如果我们对这个问题了解得很深的话，自动就会对修曼荼罗，或者对快速圆满资粮的方法产生兴趣，有了兴趣之后就愿意去实践。只要通过实践相续当中的善根功德就可以从无到有，如果以前相续当中的善根功德不够深厚的话，也可以通过曼荼罗的修法快速地把善根深厚起来。

[593] 一旦善根深厚了，我们修行佛法，比如要获得佛法当中的密意，要生起出离心、菩提心，修空性生起感觉，或者念咒、修密法得到本尊的加持等等，如果福报很深厚，这些就可以迅速获得；如果福报不深厚，顺缘不多，虽然我们在修这些修法，但不一定能马上产生法本里面提到的功德、利益或者修法当中的觉受，很难生起来。所以供曼荼罗就是一个很殊胜的方便，对此我们必须产生定解，这个特别重要。

[594] 今天我们学第五个科判——供品洁净，上堂课已经讲了一段。我们在供曼荼罗的时候，平时在佛堂上供修供养的时候，在寺院里面或在圣地朝拜做供养的时候，心态都必须要清净，很恭敬的一种心态来做。在供养的时候，如果有恭敬的心态，那么可以说供养这个善法主要的因素就有了，然后在恭敬的心态之上，尽其所能地准备一些供品。看我们当时有什么条件，如果条件好就可以用比较广大、善妙的供品做供养，如果条件时间不允许，也可以随机随缘的做供养的修行。但是信心和恭敬心，尤其是殷重的心特别重要，如果有殷重恭敬的心就可以累积清净的资粮，对修行者来说很重要。不单单对修行者，其实不修行者为了得到今生和后世的安乐，也需要做这样的供养和布施。

[595] 上供和下施是今生和后世得到快乐的直接因，主要的因缘。在世间当中有福报也很容易找到赚钱的途径，在这个过程当中也会很顺利，违缘很少，顺缘很多；如果欠缺福报的话就很困难。如果这一世富裕或者在这方面很顺利的话，由果而推因，就知道相续当中积累了福报。任何法都是因果法则，在世间当中任何因缘具足了就会有果，我们观察所有的果，都是因为所有有关的因缘具备了。世间当中每一个法的因和缘的配合都是紧密的，任何法因缘具备了就有果，不管是种庄稼也好，还是工厂里面生产产品也好，还是世间当中的幸福安乐也好，反正只要因缘具备了就会有果。那么由果而推因去观察的话，就能够找到导致这些果的因素。所以说世间当中所有的法都有前因后果，因和果之间有这样的联系，在《释量论》当中讲，“此有故彼有，此无故彼无。”如果有因就有果，如果没有因就没有果。因缘法则放在哪个地方都是完全经得起观察的。

[596] 我们能观察到的所有的法，因和果之间的法则都是如是如是的安立。善因和快乐，痛苦的果和痛苦的因都是有一个相顺的、相应的因缘法则。所以这一世的财富多少，也是和以前做过的供养和布施的善根有关系的，是主要的一种因果关系。

[597] 轮回很长，无论我们愿意还是不愿意，反正轮回是在继续的，我们会不断地投生，并不会因为不愿意投生了，想要终止轮回就可以终止的。有些人想通过自杀终止轮回，轮回就终止了吗？轮回不会因为自杀而终止，这不是终止轮回的因，只能终止这一世的生命。不管是通过天灾人祸，不能自主的方式来终止生命，还是自主的方式终止生命，生命终止之后因在心上还具备，死了又重新投生了。如果不遇到天灾人祸或者不通过自杀的方式来结束了自己，这一世的生命还会延续一段时间，然后死亡、投生；如果是天灾人祸或者通过你自主的方式终止生命，只不过把投生的时间提前了，没有改变轮回的模式。

[598] 如果我们不学习，就会以为死了之后就什么都没有了，不是，死亡是下一世的开始而已。中途夭折，或者现在很多人通过自杀的方式觉得可以终止轮回了，只不过是把投生后世的时间提前了而已，其实并没有改变什么，投生之后发现还是在轮回当中，又回来了。前面讲了不管修行不修行，反正轮回是在继续的，既然轮回在继续，还是有必要来关心我以后该怎么办。现在我可以做一些准备，为了让后世的后世过得好一点，应该做一些努力，修一些善法，对以后的自己负责任。就好像我们这一世的上半辈子为了下半辈子好一点，也要去找一个好的工作，然后要攒钱，要买房子。为什么呢？虽然很多人下半辈子还没有到来，或者说明年、几年后的生活对我们来讲还在未来，但是为了以后过得更好，现在也要拼命赚一些钱或者创造一些让以后快乐的因素。

[599] 其实下一世与即将到来但是还没有到来的明年或者下半辈子的情况是一样的。为了下一世能够生活得好一点，不管你修不修行，想不想解脱，反正都应该修行善法，都应该努力制止能够让我们下一世再下一世痛苦的因素，最起码要尽量的减少，就好像现在我们为了明年或者下半辈子不出现痛苦，也要想方设法的去发现哪些行为或者说哪些因素可能导致下半辈子痛苦，我们要去发现要去了解，发现之后要想方设法的去遮止。这个原理是一样的，

[600] 因此，佛陀告诉我们要断恶行善。断恶行善其实就是为了对自己负责，你断了恶行了善，那么最后是谁来感受这些呢？还是自己来感受。所以，不管你相信还是不相信，修行还是不修行，轮回还是照样在继续的，你的投生、你的生活还是在继续。你的生活在继续，你是愿意过一个比较好的生活呢，还是比较差的生活呢？这样一系列后续问题我们有必要去了知，然后该断的去断，该做的去做。

[601] 对我们来讲，了解轮回痛苦之后就想要获得解脱，如果想获得解脱，就必须要在我们的相续当中生起有关解脱道的功德，就是说解脱道的功德要在我们的心中浮现出来。要浮现解脱道的功德，必须要有强大的善根资粮、强劲的顺缘来帮助我们达成内心当中生起证悟等等解脱的境界。而供曼荼罗就是



11 积累资粮 (119-125)

一个殊胜的方便，还有平时我们在佛堂上对殊胜的对境作供养，还有在圣地作供养等等，因为有了这些善根的缘故，解脱就容易成办。下面还要讲关于这方面的内容。

[602] 前面讲，在供养曼荼期间要做到供品洁净，今天继续学习。

[603] 对于一贫如洗的穷人或者真正能够观想“一尘中有尘数刹”而作意幻供养的那些利根者，佛经中开许可以供养土粉、瓦砾等等。

[604] 这是针对外在的供品，相对来讲不太重要的一种情况。第一种情况是一贫如洗的穷人。特别穷能不能够积累资粮呢？也可以积累资粮，关键是你掌握积累资粮的方式方法。在佛经当中有针对富裕的人的一些修行的方式，对于穷人也是设计了一套可以让他们修行的方法。所以只要我们认真的去学习的话，穷人也是可以掌握穷人能够修行的一套方法。比如说这里讲可以通过观想“一尘中有尘数刹”做意幻供养，一个穷人没有拥有的财富，但是第一个，可以观想所看到的美好的事物做供养。比如，看到某某大银行，就想这里面肯定有很多财富，就意幻供养把这些财富供养上师三宝；或者看到美好的景色，在超市里面有很多很多好的商品，乃至奢侈品商店里面有很多好东西，珠宝店里面的宝物，我们看到这些后通过意幻供养的方式也可以积累资粮。还可以通过观想“一尘中有尘数刹”，一个微尘里面有无数的刹土，每个刹土当中有无数的庄严，我就把这些无数的庄严观想供养佛陀。所以贫穷的人照样可以迅速积累资粮。

[605] 我们时时刻刻要相信这种积累资粮的原理，首先要相信意幻供养完全是可以积资的，当然相信本身也需要一定的善根。修行者之间的差别是很大的，内心当中各式各样的业交织在一起很复杂，有些人可能又穷信根又差；有些人可能这辈子没有财富，很穷，但是他的信根很好，他相信这个原理；有些人可能富裕，信根也好；有些人富裕但是不相信这一套，各式各样都有的。如果是穷人，相信意幻供养可以积累资粮的原理，去做很多的意幻供养，就完全可以通过这样的方式积累起自己一生成佛的资粮。

[606] 所以，一贫如洗的穷人可以通过这种方式去做很多的意幻供养。我们一定要相信这个，还要勤快，自己每天要很精进的去观想，还要放弃作为穷人的自卑心，这方面负面的心态要打破。自己知道虽然真实的财富不多，但是我的内心还是可以通过很强大的观想，照样可以积累很多的资粮，和这些有钱财的人没有什么差别。在修行过程当中过度的自卑也是一种违缘，太自卑了就觉得自己什么都不行，比如有人觉得供养这辈子跟我没有什么关系了，发愿以后再做供养。这也不一定，供养的方式有很多，有真实的供养也有意幻的供养，意幻供养只要你有心识，你学习懂得了供养的原理，哪些东西可以供养，持续性的供养，像这样心量广大之后，当下就可以积累很多很多的资粮。这是第一种，对于一贫如洗的穷人。

[607] 第二种是对于观想能力很强大的。能够真实观想一尘中有尘数刹，他的禅定，还有观想能力很强大，可以把一尘中有尘数刹这种观想的方式真实的在他自己的修法当中有所体现。这一类人是利根者，佛经当中开许，他们可以缘土粉、瓦砾来做供养，因为他知道土粉的本性其实也是清净的，而一个土粉里面就有无数的刹土，无数的刹土里面就有无数的完美的物品，非常完美的供品就在这无数的刹土里面都是具备的。那么这样也是可以的，他有这种见解，有等净无二见，或者说有了知一尘中有尘数刹这种清净的智慧，他完全可以缘土粉、瓦砾做殊胜的供养，通过自己的清净观、观想力可以做得到。

[608] 而自己本来拥有万贯家财，却舍不得用来上供下施，反倒摆出诵咒、观想等种种相似的理由而自以为是的某些人，其实是自己欺骗自己。

[609] 这一段话告诫一些自以为是的修行者，有些人有一定的能力，但是舍不得把自己的财富拿去买供品，或者说舍不得去买真实的东西去供养他，舍不得花钱，他就想反正可以意幻供养。佛堂上面干干净净，就连一杯水、一盏灯也没有，每一天都在意幻供养，外面的路灯这么多，他就把路灯观想供养了，河里面这么多的水，就把河水观想供养了。舍不得花钱去买花，买水果，这种就是典型的吝啬的心态。佛台上面干干净净的，什么都不摆，很吝啬，只是做意幻供养可不可以呢？也可以，这样也可以得到一定的利益。但是想要通过供养打破我们的吝啬心，供养真实的物品来让我们放舍对财富的执著，这一点就做不到，你内心当中一边在做供养积累一定的资粮，一边牢牢地把自己的吝啬的烦恼。

[610] 对想要快速成就解脱果的修行者来讲，这种心态是一种相互牵制的矛盾的心态，对解脱不利。既然我们想要获得解脱，那么也必须要打破自己内心当中无始以来很多不好的习气，供养的一个目的就是让我们放弃很多执著。我们无始劫来布施的修法没有修得很纯熟，对轮回当中自己的身体、善根、财富等这些东西就会产生实执，就想要拥有这些东西，贪欲心、吝啬心这方面就随之而来了，这种心态对我们想出离轮回的解脱的状态来讲，其实是矛盾的，一方面你抓住轮回的东西牢牢不放，一方面说我要出离轮回，这本来就是矛盾的。

[611] 布施的修法本身就是我们帮助我们或者让我们加速放弃对轮回的种种执著，尤其放舍执著财富的心。通过训练这种放弃的心会越来越强烈，心量会越来越大，他在修布施的时候，他在修行供养的时候，就像菩萨在因地利，修布施是逐渐由小的物品开始做布施、做供养，到最后可以把所有的财富，以及自己的国政，自己的身体这些很执著的东西，原来不敢放的，舍不得放的，逐渐地就放弃了。我们的心把这些执著放弃了以后，那么这些方面的分别念就越来越淡了。障碍我们进入实相，获得解脱的很多的违缘，在这个过程当中逐渐就越来越少。

[612] 当然对于有些有情来讲，的确需要我们做布施，他们需要这些东西。那么我们在佛面前供养，对佛来讲他也不缺这些，我们给佛做供养，是因为佛是大福田，我们因为供养大福田的缘故，得到了很多的福德。你给吉祥的对境做祈祷或者结缘，你也可以获得吉祥；佛是大福德宝藏的自性，你给他做供养，你也可以获得相应的福德，供养的对境福德越大，你获得的功德就越大。

[613] 是不是因为佛陀缺少这些物品？然后我们想方设法的去找些东西——因为今天佛陀可能没有吃饭，我们就供养一点饭，或者佛陀今天没有水果，我们供养一些水果，是不是佛没有水了？我要供养七杯水。不是的。这个原理是什么呢？佛陀是福德的宝藏，他是大福田，福田越大我们供养的时候，我们自己所获得的福德就越大，是这样的自性。他是大福德的自性，他还缺这七杯水吗？根本不是因为缺七杯水，然后鼓励你每天要给佛供水，否则佛陀今天没有水喝，渴了。

[614] 有些不知道道理的人觉得，给佛供养好像是贿赂的一种自性，或者好像交保护费一样。其实根本就不是这样，而是要打破我们自己的吝啬心，还有，我们要借助这个大福田，借助他的功德来圆满我们的资粮。他是来帮助我们圆满资粮的对境，而不是他缺这些东西，我们要给他做很多很多的供养。这个问题我们需要好好的思维，通过这样的方式可以让我们自己的相续当中累积起很大的福德。

[615] 如果自己有观想的能力可以观想。如果自己本来有钱，却舍不得上供下施，反而只是用诵咒的方式供养，有些时候念一些曼荼供养的咒语，念供养咒，看到介绍里面写的——如果你念一句供养咒，功德有多大。他就是舍不得花自己的钱，一块钱十块钱都舍不得，然后觉得这样的方式既能够得到功德，又能保全我的财产，觉得这是一个好办法，其他大德都没有发现的一个办法，他发现了，然后自己就悄悄地实行。

[616] 其实也不是这样的。让我们拿实际的财富做布施做供养，也是为了打破我们的吝啬心，打破我们对财富的执著。因为你对某个东西执著越重，你在轮回当中受到的伤害也就越重，如果你对这些东西执著越轻，那么它能够伤害我们的违缘就越少，因为我的执著没有那么重。所以执著越重，你就会越执著，别人碰一下动一下，马上就受不了，就会非常敏感，执著重的人是非常敏感的。比如说有些自尊心强的人，心胸狭隘的人，这些人是敏感的，别人一个眼神都有可能触怒你，可能随随便便一句话就让自己受伤害很长时间；但是如果心量大的人他就无所谓，他没有感觉这些是什么大不了的事情。所以执著越少的人，他越幸福越快乐，越容易相应于实相，因为究竟的实相是无分别智证悟的一种究竟离戏的状态，所以说执著越重，离实相就越远。所有的执著分别念都是障碍，障碍我们相应于实相。

[617] 那么如果我们执著的越少，放手的越多，障碍就会越来越少。菩萨们在登初地之前，他的布施度要修圆满，任何东西都不执著，连他最珍爱的身体他都是反复一世一世的去做布施，有些是支分的一些器官，比如别人就是要你一只耳朵，要你一只眼睛，或者要你一只手。菩萨在修布施的时候，不管是什么样的情况，什么样的要求，他为了打破自己的执著，都要去做。

[618] 我们想的是什么呢？菩萨为了一个人去布施舍弃了身体，那么这么多人怎么样呢？我们心中认为：你要做布施，把你的身体舍出去，应该有价值，你为了一个人舍弃这么多，就没有价值。菩萨不是这样想的，菩萨的价值观和一般人不一样，他们为了打破我们相续当中各式各样的想法。比如说“反正你不能布施。”“为什么不能布施呢？”“你为了一个人舍弃了这么多人。”“是啊。”如此一来我们就找到了一个不布施的理由了。如果要去找这种理由非常多。因为菩萨不是这样的，所以这种想法是要打破的。

[619] 我们自己在修法的时候，往往会有很多相似的分别念来阻碍我们做殊胜的修行。比如说为了一个人的利益不能够舍弃成千上万人的利益，如果是舍弃了，我们就觉得这是没有价值的。而我们的分别心很喜欢找这些相似的理由和根据，找这些理由干什么呢？就不做了，就觉得以后再做，或者有什么样



11 积累资粮 (119-125)

的条件再做。但是恰恰就通过这样一次一次的分别念，就错过了很多次的修行机会。但是菩萨不会这样，菩萨的智慧知道这是有可能让自己变成不修布施的理由，他就把这些想法打破掉。

[620] 前面讲菩萨布施一只耳朵，或者布施一只眼睛，就把身体的一部分拿出去。有些人觉得这样我的身体就不圆满了，还不如死了之后重新投生。但是菩萨为了打破这些执著，残缺的身体也可以，只要身体的一部分也可以，把自己身体完全拿去也可以。

[621] 反正任何的执著，可能让他布施不彻底不究竟的所有的分别念，他会用各式各样的方法来打破。所以菩萨修布施，哪怕最珍爱的身体，他都会无数次地来做布施。在这个过程当中，各式各样的分别念，各式各样的情况，他都会经历，他都会一一去打破它，最后他修圆满就可以登地了，所以对他来讲没有任何东西可挂碍的。

[622] 因为没有任何东西可挂碍的，他就可在这个状态当中安住。他这种心态就很容易和实相相应。一方面，本身观实相安住实相修空性，另一方面，通过外在的行为让自己强制性放弃对一切法的执著。这样修行之后，他就会真正没有执著，和离戏的实相完全相应了。为什么要讲这些呢？我们在做供养、布施的时候，除了意幻供养之外，自己有能力的时候还是要用一些实物来做出上供下施，这是有必要的，以打破自己对财富的耽著。

[623] 通过“诵咒、观想等种种相似的理由而自以为是的某些人，其实是自己欺骗自己”。

[624] 在寺院里面供护法或者会供，都是要陈设广大的供品。当然也可以通过观想的方式，普贤云供的方式来做供养，但是对一般人来讲，单纯通过观想的方式，有些人就容易找一些不放弃自己财富的理由，修行就会浮于表面。这种所谓的供养就达不到打破深层执著的效果。如果我们以投机取巧的方式去做会供、供养，那其实只能够很表面地去做一些供养，没有办法深入到法义需要达到的深度。所以上师们说还是需要陈设广大的供品，让我们积累很多的资粮。

[625] 供养佛陀也是一样的，为了让供佛变成纯粹的供养，有些大德尤其是藏传佛教的一些大德要求供佛的供品自己不能吃，供养之后，拿出去布施或者给外面的人吃，反正自己不能吃。这是什么原因呢？因为我们供养的时候会想：这是很好的水果，是五十块钱一斤的。然后摆在上面供养了，供养之后想：反正撤下来之后我还是可以吃的。买的时候舍得花钱，原因是什么呢？他想：反正最后还要落在我这儿。他觉得这样挺好。但是如果觉得这些东西供养之后就不能吃了，他就会想：不能吃，我就买五块钱一斤的。这样供养之后拿出去，好像不会舍不得。

[626] 这里边就有一些很微细的心态的变化，做供养其实是留了后手，看起来好像陈设的很圆满，其实自己是带着私心，这对于打破对财富的执著，作用就打了折扣了。所以我们自己供的东西，供完之后就拿出来布施掉。有些人说，这太可惜了！这没什么可惜的，我用这个供品积累资粮了，它的任务完成了，没什么可惜的。难道说只有吃了才不可惜吗？我供完了，这个供品的事情就已经做完了，我供养的福德就已经得到了，或者说打破我执著的这个事情我已经做到了，所以我就把它布施出去。布施出去之后被鸟吃了难道就可惜吗？难道只是我们自己吃下去就不可惜？如果是拿出去布施给鸟布施给蚂蚁，布施给旁生，难道它们吃了就是可惜的吗？这是我们的观念问题，所谓的可惜是看怎么样去认识这些问题。

[627] 供佛的东西我们自己最好不要吃，如果是会供的那就另当别论了，会供本身自己要受用一部分，是另外一套观想方式。但是供佛的东西自己不能吃——反正我供养了，这些是佛的了，我就不吃了。把供养做彻底，真正地舍弃了，而且要供养最好的东西，不是为了我要吃这个东西，真正的是把这些善妙的东西来供佛，心很清净就能得到一个清净的善根。放弃对这些法的执著，这个水果这么好，我供养了就供养了，我就不吃，这也是自己的一种修行。有些不理解的人或者刚刚学习佛法的人，他们会觉得有点想不通。

[628] 有些时候高僧大德也说，如果你观想佛陀把供品赐给我，也可以吃，因为有的人的确是放不下这些东西，就觉得还是太可惜了。根据有些人的这种想法，有些上师们在回答时就说也可以吃，没有特意地去遮止。但是针对根基成熟的人来讲，他还是建议不吃的，但如果根基还没有成熟的人，你要吃也可以，供养完之后你就观想佛陀赐给我，就把它当成加持品这也可以的。反正根基不同层次不一样。如果我们能够接受这个观点的时候，我们就去做，以后供养佛的东西就都不吃了，可以给别人吃，反正我不吃。尽量是家里人以外的人，因为如果是家人还是觉得这是我们家里消费掉的，还可以。所以，就布施给外人或者布施给外面的旁生。

[629] 而且，诸续部及窍诀中明明说“清洁美妙之供品”以及“配制清洁欲妙供”，而并没有说“肮脏污秽之供品”，

[630] 下面再引用佛经和续部的观点。在续部和窍诀里面，还有一些修法当中说了关于供养的一些窍诀，哪些供养功德利益特别大的窍诀。

[631] 第一个是“清洁美妙之供品”。供佛的供品，第一个一定要清洁。在供养之前该清洗的要清洗，该除尘的要除尘，这是一种心态，我们把供养当作一个很重要的事情。我自己可能稍微擦一下就吃了，也许是这样的，但是供佛或者布施给别人，我们就应该有一个恭敬的心态去面对这个事情。但有些时候却是相反的，如果是我自己吃，就要观察农药的残留有多少，洗几次可以吃，观察得很细致。但是供佛可能就没有这样细致了，觉得是供佛的，佛陀有能力可以消化这些吧！不是我吃，差不多就行了。如果你有这个想法的话，你的心态就不是那么殷重。如果不殷重，是很随便的心，对这个法本身还不够重视，那供养本来得十分的利益，但因为你的心不太殷重，就打了折扣了。所以是我们尽量要用殷重心来做这些事情。

[632] “清洁”包括我们的供台，供台其实从某一个角度来讲就是佛住的地方，我们供的这些水果，这是佛吃饭的地方。我们自己吃饭的饭桌可能每天都要擦得很干净，干干净净的碗、食物，有些地方很讲究的，还有一些用餐的仪式，做得很隆重。但是供佛却很随便，这是不行的，佛台很脏，灰尘很厚，很长时间不清洗不打扫，所供的东西也是很随便的，不重视，摆得歪歪扭扭的，这些都不好。

[633] 这些本身是一个修行，要把这些事当成修行的一部分来对待。在这个过程当中会打破我们的不恭敬、粗心大意、不专注、没有正念正知，在这个过程中该抛弃的要抛弃，然后正知观察三门，不失正念，以菩提心摄持。所供养的佛值得我这么恭敬殷重地去做，因为他是宣讲证悟的导师，如果我对他恭敬，那么我就可以在恭敬当中获得他的加持，或者说他们也是通过这样恭敬成佛的，那么我也随学这个恭敬心。加持都是在恭敬中得到的，恭敬其实是一种谦卑的状态，自己的心不高举，是非常小心谨慎的心态。那么在这种状态当中就更容易得到正面的加持，得到福德。

[634] 一个是清洁，一个是美妙。我们自己觉得很美妙的物品拿来供养，而且以恭敬心供养，以此获得福德。供品的缘起，你供养什么东西，通过所供的东西产生一种缘起，所以要用清洁美妙的供品。

[635] 还有“配制清洁欲妙供”。配制很清洁的、各式各样欲妙的供品，有的时候有色声香味触。色就是看起来这颜色、形状特别好。声音一般就是美妙的乐器，有些时候是把乐器本身放在佛堂，不一定敲，但是乐器摆在那也是一种供养。比如说碰铃这些很美妙的乐器也可以把它拿出来供佛，在供佛的时候也可以去敲几声，把美妙的很清净的声音供养。还有表示香和味的。还有表示触的，有的时候就是涂香，涂香跟触有关的。色声香味触的妙欲，都可以做供品，比如在佛堂上摆八供，色声香味触都是有的。

[636] “而并没有说肮脏污秽之供品”。并没有说把很肮脏污秽的供品可以拿来供养，都是很干净的很乐意的供品。对分别心很重的人来讲，就要供好的东西。但是到了比较高层次的修法，为了打破对于所谓的清净和污秽的执著，有的时候也会把我们觉得不应供养的东西放在里面，是故意打破我们的执著。

[637] 比如在比较高的密乘当中，五肉、五甘露这些一般人觉得很脏的东西，也会作为供品，它的本性是干净的，它的本性在法性当中超越了净和秽，故意用这些东西来打破我们对清净的执著。我们刚开始供养的都是很干净的、美妙的、高档的供品，最后我们就会形成一种观念，这些好的东西能供养，好东西和差的东西差别很大很大，就有净秽、贤劣的分别。净秽和贤劣的分别念也会阻碍修行者的思想进入到平等的实相当中，所以，为了打破这种执著，故意要做一些修行来打破执著。

[638] 但是针对刚开始修行的人，就要把自己觉得非常美妙的、悦意的东西拿来供养。当然每个地方认为美妙的东西是不一样的，比如说中国、美国或者其他地方好东西的标准肯定不一样。那么就把当地人认为最好的东西拿来供养，这是因地制宜，因为地域的不同，有不同的差异。

[639] 因此，我们绝不可以将自己的残汤剩饭等肮脏不堪的物品作为供品，或者好的青稞留给自己吃，渣滓作为供物或磨成做神馐食子的糌粑等等。

[640] 华智仁波切教导我们说，绝对不能把陈汤剩饭这些肮脏不堪的东西作为供品供佛，把这些非常不好的东西来做供品，把新打下来的新鲜的青稞留给自己吃，把不好的渣滓作为供品或者磨成粉做成神馐食子。



11 积累资粮 (119-125)

- [641] 如果自己有能力就按照仪轨来做神馐。神馐就是天人的食物，神馐食子就是特殊形状的食物，做成不同的形状，有的时候在上面涂不同的色彩，不同的装饰。有些大德在境界当中发现，显现上护法、天人喜欢这种形状、颜色、饰物的食物，这是一种缘起物。当然如果做不了就用一般的食物来代替，如果有能力就用神馐。把不好的东西磨成做神馐食子的糌粑等等，这些方面是不好的。
- [642] 诚如往昔噶当派诸大德所说：切切不要自己享用新鲜的部分而将发霉的油饼、发黄的菜叶等供养三宝。
- [643] 噶当派的大德们对这些很重视，他们虽然是舍事者，但他们在做供养的时候，也会把佛堂打扫得特别整洁干净。噶当派的修行人对修行的环境，是非常重视的，外面的缘起和心的缘起也是相顺的。我们修行的地方，比如说我的禅修室是我平时学习的地方，经常乱七八糟，那么外在很乱的环境也会影响我们的心态。如果外在的环境很干净，特别悦意，在这个环境当中学习，自己的心也容易调顺，也容易和法相应。在修学佛法过程当中，这也类似于一种风水，外在的因缘会影响内在的心情。
- [644] 噶当派和噶当派传承下来的格鲁派，格鲁派就是新噶当派，很多传统都继承下来了，他们的寺院里面都特别干净整齐，佛像前面摆的供灯、供水都是特别整齐的。大恩上师也经常讲：他们僧人住的地方特别悦意，东西不多，特别干净整齐，进去之后就想要安住，心自然而然就很清净。
- [645] 当然如果条件所限那就另当别论，如果有条件就要把自己修法的地方、住的地方都应该收拾干净。有些修行人特别地乱、脏，觉得自己好像是不执著，其实就是懒，不愿意去收拾。但是在这个状态当中，想把自己的心调伏，道理上可不可以呢？道理上当然也可以，因为心为主。但是我们还没有达到那种状态之前，外和内在是有一种缘起的，所以，我们把外面的环境收拾好了，对调伏自己的心也是有一定的帮助的。
- [646] 我们在做供养的时候也是一样的，要通过很殷重的心把环境尽量收拾得非常善妙。噶当派的大德他们就是这个传统，对外部环境还是很重视的。“切切”，他们这样教导我们：不要自己享受新鲜的部分，新鲜的刚榨出来的油饼自己吃，而将发霉的供佛了，这样是不行的；然后发黄的菜叶供三宝，新鲜的菜叶自己炒菜、做汤吃，这样也不好。
- [647] 将有辣味或腐败的酥油等作为神馐或者做成酥油灯来供养，而自己食用新鲜的酥油，这些都是耗尽福德之因，所以必须坚决断除。
- [648] 这里华智仁波切借助藏区的一些风俗习惯，在藏区，酥油是他们的日常必需品，也是一个好的东西。酥油时间太长了就会发霉霉变，也会有辣味，不是那么好吃了。把腐败的酥油做神馐的装饰，或者把发霉的酥油化了之后做成酥油灯来供养，灯也供养了，也没有浪费这些东西。而自己吃好的，食用新鲜的酥油，这是不好的。
- [649] 一般来讲，汉地的修行者供养还是比较重视的，这个情况不是特别的多，但是也不能说没有。因为每个人内心当中有很多的分别念，虽然不多我们也要注意。供养的时候为了积累福德，为了打破我们的执著的缘故，应该是把最善妙的部分拿来供养，这是非常恭敬的、非常殷重的心态。
- [650] 家里的父母总是把不好的东西自己吃，好的东西给孩子吃，作为修行者来讲也应该有这种心态。如果是好的东西，我自己来用；如果是好的东西，供佛。觉得这个东西不好就不供佛了，去找更好更善妙的东西来供养。因为这方面是培福的因，而反过来是耗尽自己福德的因，不但得不到功德而且还会耗尽自己的福德，这就没必要了。福德不增长还罢了，只是不增长问题还不大，但是不但没增长反而耗尽自己的福德。这是什么原因导致的呢？这是因为吝啬心，属于小聪明，就觉得这一系列的操作做得非常好，这样的心会耗尽我们的福德。所以，如果不学习就不懂得哪些是善巧方便，反而因为这些不如法的供养耗尽自己本来就很少的福德，这没必要。供养对于你来讲，有不如无，还不如没有的好，你没有做还不会耗尽福德，但你这样做了之后，没有增长福德，反而耗尽你的福德，所以，必须坚决地断除这种不如法供养的心态，不殷重的供养必须要断。
- [651] 前面我们大概也讲过，家里面纯净水自己喝，泡茶做饭，然后自来水供佛，也类似这种情况。我们自己知道纯净水肯定是很好的，就应该首先拿来供佛，供了之后没有了，自己就喝自来水，这个问题都不大。如果看到类似的情况出现，就尽量去避免。
- [652] 此外，在做神馐、食子等时软硬度一定要做成与自己食用的一样，不能考虑简便易行而做成软软绵绵的食子团。
- [653] 在寺院里面或者藏区的修行者，会用糌粑和水之后加酥油做成神馐、食子，如果水加得多，糌粑很软，捏起来就很容易，一下子就成型了，很容易做；如果硬一点就不好做，做起来很费劲。所以有些人考虑简便易行，和糌粑团的时候，就和得特别软，这里面就有一个偷奸耍滑的心。还有缘起方面，太软了，你自己都不愿意吃，如果你自己吃，就把糌粑团和的软硬适度，吃起来又有口感又有嚼劲，就精益求精，但是用来供佛所有的要求就都没有了，怎么方便怎么做，这就不好。如果只是考虑简单易行，做成软软绵绵的食物，这也是一种缘起。
- [654] 一般来讲，按照你自己吃的标准来做，你如果觉得这种吃起来是最好的，那你就做成这种，普遍的标准是软硬适中。但是现在很多人不做这个，对我们来讲，可能用不上。但是要知道，不能仅仅考虑简单易行，就纯粹地简单化，这方面是不行的。积累资粮还是要有一定的精进心，舍得花一点时间，当成比较重要的事情来做。而不是说其他的事情是最重要的，供佛的事必须要做，就随随便便把水杯一摆，也不看摆得整不整齐，也不看间距，倒水有些多有些少，好像就是应付了事。这种心态就觉得这个事情不是太重要，然后其他的事情是非常重要的。
- [655] 在这种状态当中，其实我们还是对世间八法，对轮回的法有高度的兴趣，对解脱道本身和对解脱道有关的这一系列修行并不是很重视。我们想想看：如果是在这种心态当中，你想要很快获得解脱，基本上是不现实的事情。所以，你要做成一件事情，至少要对它很重视，你不重视就想随随便便办解脱道，这是不可能的。即便是世间法，一件世间的事情，你如果没有重视，随随便便都不会成功的，何况说出世间道是比成办世间道还要困难得多的一种修行方法或行为，所以更加应该加倍地去重视它，当成一个很重要的事情来对待。所以，前面我们讲，这是很重要的事情，要殷重的心态恭敬的心态去做。
- [656] 阿底峡尊者曾经亲口说道：“西藏人是不会富足的，因为人们做的食子团软软塌塌。”
- [657] 当时阿底峡尊者也讲，西藏人不会有福报，为什么不会有福报呢？因为很多人做的供佛的神馐食子团太软了，所以，这么软的神馐食子团供养佛之后得不到很大的善根福报的。
- [658] 此外尊者还这样说过：在藏地，仅仅用水来积累福德也已足够了！在印度由于气候过于炎热而没有西藏这样洁净的水。
- [659] 虽然阿底峡尊者批评了一下当时的食子团做得太软，但是也赞叹了一下藏地天然的优势，就是水特别地干净，泉水也好，河水也好，特别地干净。他说在藏地，如果有一定的勤奋，单单通过供水也可以积累很大的福报。每天准备七杯以上的水，把水器擦干净之后，通过恭敬的方式去打水，供水，单单每天供水来积累福报也足够了，通过给佛供水功德也特别大。因为在印度太热了，没有那么干净的水，是这样讲的。现在对我们来讲，也比较容易找到干净的、高质量的水，现在家庭里安装了净水器，还有外面卖的比较干净的水，这些都是可以拿来供佛的。
- [660] 所以如果我们能够通过殷重的心，单单每天供七杯以上的水都可以圆满很大的福德。水是很干净、很纯净、很柔软的一个自性，如果经常供水，也能够让我们的心逐渐变得干净，相续当中的分别杂念，还有很多的罪障也可以通过供水的方式净除，因为缘起就是这样的。通过供水也逐渐能够让我们的心很柔软、很干净，然后内心当中的杂质也会越来越少。
- [661] 我们也是要把它当成修行的一部分，要重视这种供养，如果自己能做就自己做，如果自己没有时间就让别人做。如果家里没有其他的修行，就让他每天帮忙供水来积累资粮，这样也可以。一般来讲，能够自己做就自己做，当然有别的想法或者有别的必要性让别人帮着做也是可以的。
- [662] 只要自己能够精进，那么以供养清净的水来积累资粮，也会得到想象不到的功德利益。
- [663] 水本身是一个很好的供品，它的成本很低，在藏地，只要你勤快就可以了。藏地没有像汉地通过自来水厂管道把水送到家里来，基本上都是去打泉水，或者去打河里，有的时候还需要背着桶，到几百米或者更远的地方去背回来，然后倒在壶里面再去供佛。所以，还是需要有一定的精进。如果有足够的精进的话，完全可以积累资粮。你再说没有钱，你花一定的时间，花一定的精力，还是可以积累资粮的，也会得到想象不到的功德和利益的。
- [664] 因为供水的利益很大，所以下面对供水也做了一些描述。
- [665] 作水供时将要七个供水杯等供器认认真真擦得干干净净，排列的时候间距也要适度，不可有过宽过窄、东倒西歪等现象，并且水中不能混有谷类、灰尘、含生等杂质，水器中的水也不能满满当当或极度不满，供台上不可有溢出的水流等等，一定要做到精致美观、令人赏心悦目。



11 积累资粮 (119-125)

- [666] 供水杯是七杯以上，七杯是比较普遍的，如果你只能找到一个杯子，那你就供一杯；如果你能找三个杯子，就供三杯，或者说你的佛堂摆不下七杯，摆三杯、四杯都可以。要是有这个条件，应该用七杯以上，以七杯为主。有些道友可能两组十四杯、三组二十一杯，乃至于七组四十九杯等等，如果自己的佛堂够大的话，这里也讲了，供水的功德是非常大的，属于一种积累资粮很有效的方法。
- [667] 首先是把七个供水杯的供器认真真擦得干干净净，现在有铜杯、水晶杯等等各式各样的供水杯。道友们有的喜欢这样的杯子，有的喜欢那样的杯子对于供水杯没有专门的要求，最早的供水杯有一条刻度线，供到这儿差不多就可以了，有些是没有的，也有用其他的大碗做供水杯的。
- [668] 有金杯、银杯、铜杯、水晶杯、玻璃杯等等各式各样的杯子，有些人喜欢用彩色的杯子。因为供水杯是供器，所以要认认真真的擦，专门准备一张干净的帕子每天都要擦拭，尤其收完水之后，要把水擦干净。
- [669] 摆放的时候间距要适度，不是随便摆，也有一定的要求，不可过宽过窄。上堂课我们也讲了，如果是小杯子中间大概一颗米，一颗黄豆或者一颗豌豆的间距，间距是这么宽的。有些大杯子是一根手指的间距。有些地方说如果供杯间距太宽了，就是说完全宽的离谱那种，间距太宽会有什么样的缘起呢？自己离上师的距离就会越来越远。因为它的间距很大，自己和法、上师的因缘就会越来越远，这样的话对自己不利。如果是过窄，就是说太密了，基本上挨着了，或者只有一条小缝，就会导致自己的心胸很狭隘，打不开。一方面间距宽了，你的心胸打开了，而离上师和法的距离却越来越远了。之所以有一定的要求，其实也是有一定的缘起。为什么要讲这些呢？也让我们在供的时候不要太随便了，要想到这个间距，所以不要过宽过窄，也不要东倒西歪，尽量要摆的很直。
- [670] 我自己供水的时候，会习惯性的在把水杯摆好之后，到侧面去看一下是不是很直？如果不直就要调，比如第三个有点歪了，过去把第三个调一调，习惯了之后就要这样去做。我们看了这些教言之后，会知道这里面的要求，一方面是间距，一方面要直，基本上来讲，我觉得是一条直线就可以了，如果不直就要调整。如果桌子本身没办法摆直，那样也没办法；如果桌子很平，尽量摆的直一点。如果歪来歪去对自己以后身体的发育可能不是非常有利，自己的身体以后不是那么匀称，经常歪来歪去的，有可能有这样的因缘，有的地方是这样讲的。我们要把这个摆的很直，看起来很悦意，从正面看侧面看都是悦意的。有时候我走到别的道友的佛堂里面，也会习惯性看是不是很直，现在成了职业病了，有些时候到寺院里面也会看水杯好像没有摆直，这样有时候可能也不是太好，反正自己摆的时候要尽量摆的直一点，就变成强迫症了，可能是这样的。虽然我没去动别人的东西，反正就是觉得是不是更直的话好一点，但是不敢去动。
- [671] 对我们来讲，如果可能的话，还是应该把它摆的好一点。有些道友喜欢这样做，只要是形象上的东西都愿意做，你让他观个心观个空性都观不到；你说让他摆直的话，他都可以用尺子去量，精确到毫米，这些是可以做到的。有些道友喜欢这个，喜欢这个也好，反正要抓住一个。如果可能的话，你对空性的教法，对打坐观空性很有兴趣，然后你对供佛也很有兴趣。如果二者兼顾不行，也要至少抓一个，如果两个都抓不住那就麻烦了。如果你修不动空性或者听法听不进去，把这些做好也是有利益的。总而言之，对我们有利的方面，至少要抓住一个经常去做，我们得到暇满人身之后，这些还是有必要的。
- [672] 这是讲到水杯不要东倒西歪，然后水要干净，不要混有谷类、灰尘、含生，有些时候混进去之后，如果不严重就用东西把它挑出来，如果太严重就倒掉重新供一杯，反正里面要干净，不能有杂质。有些时候在水里故意要放一些红花，就是红花水，红花本身是一种药物，这是很好的供品。泡了红花之后，用红花水来供，看起来也是很悦意、很舒服的一种供品。这是故意添加了开许的东西，此外的杂质、不干净的东西混进去一定要挑出来或者重新供养。
- [673] 水器中的水不能够太满了，但我看过有些传说水必须要供满，否则你的福德不圆满。在我们的传承当中，不能太满了，大概有一毫米多的空间，尤其满了之后容易溢出来。有些地方说如果溢出来对于自己清净戒律方面会有些违缘，像这样的话，我们供水不注意的时候，溢出来马上要做一些忏悔，这也是有一定必要的。我们供养是为了得到纯净的善根，如果在供养的过程当中，有一些导致善根可能不干净的方面，该忏悔的忏悔，该修正的修正。
- [674] 不能太满，也不能极度不满，以前有个道友害怕溢出来，他只是供半杯，好像有点过分了，虽然溢不出来，但是太少了，只供半杯这类矫枉过正的情况也是要避免的，反正不要太满了就行，留个一、两毫米，习惯了之后，基本上有了手感，供下去之后就是这么多。有些时候我们自己供佛的容器，倒下去也有一定的把握，如果突然换一个容器，如果倒下去的时候，可能一下子水倒了很多，也可能会有溢出来的情况。这是一种训练，我们应该把这个当成一件很重要的事情来对待，供佛相当于在真正的佛前供养一样，就像你请一个大人物过来吃饭，还是需要注意的。就像我们在真正的佛面前去供养一样，自己的心要特别的恭敬，然后很认真的对待，如果你的心越恭敬越清净，在供养的过程中，能够得到尽可能多的善根。相同的时间、东西，应该尽量得到更多的善根，这些都是让我们获得善根，资助我们修行成功的助缘，心里应该非常的重视才对。
- [675] 一定要做到精致美观，令人赏心悦目。有些搞设计的肯定会把这些搞的很好，对佛台的颜色和水杯之间如何调配，我相信有些道友会做的非常好，他把这一切就设计的很完美，自己看起来很悦意，别人看起来也很悦意，也有可能变成自己显摆的地方了，有人来了，第一个就引到佛堂里面参观一下，这样可能也是不行的。比如奔公甲格西就是抓一把灰撒到了上面，呵呵，开玩笑。
- [676] 我们供养主要还是让自己的心清净，做的庄严固然很好，但是不要因此生起傲慢，这不是为了生傲慢的。如果有傲慢我们在供佛的时候也要忏悔，我不是为了傲慢，而是真正为了让我们的心恭敬，生起福德而做的，我们把自己的心调整好就可以了。
- [677] 《普贤行愿品》中还说：“如是最胜庄严具。”
- [678] 在《行愿品》里面讲，如是最胜的庄严具，就是最殊胜、最庄严的供品、供具拿来供养诸佛。这是佛陀的智慧观察而讲的。有些时候我们不能太过于随便了，反正是心为主，只要心净就行了，自己的心是否清净到了那种程度呢？根本不是，只是把这个当成借口而已。对我们来讲，心固然要清净，外在的东西对调伏我们的心也有帮助。如果这些缘起做的好，我们就会发现逐渐心也会越来越调柔，自己和法之间的距离越来越短，法非常容易入心。这就是对于这些细节平时做的比较好，能够认真对待，它就起作用了。如果说不执著，随便吧！这种人的心往往是离法越来越远，我们也要注意这一点。
- [679] 无论是哪一种供品，甚至摆放、罗列的形式都要做到美观庄严、使人舒心悦意。
- [680] 不管是哪一种，前面讲供水，还有所供的灯，还有摆放的八供、水果，尽量让它美观庄严、舒心悦意，千万不要乱七八糟、很脏，这些都是要避免的。
- [681] 这样，依靠恭敬诸佛菩萨之因便可圆满自己广大的福德资粮，因此我们必须竭尽全力去做。
- [682] 这里面讲的很清楚，其实做的很美观也是发自内心的对佛的一种恭敬，像这样依靠恭敬诸佛菩萨之因便可圆满自己广大的福德资粮，我们应该竭尽全力把这个做好。
- [683] 当然，在自己穷得叮当响实在无能为力等情况下，以一颗清净的心供养肮脏的残汤剩饭、低劣物品等也未尝不可，因为诸佛菩萨并没有干净、肮脏执著的分别念，
- [684] 这是特殊的情况，如果在有条件的情况之下，包括我们的佛堂本身也要好好的重视。有些有能力的人自己住的地方装饰的特别好，佛堂就是随随便便放在一个地方，这样不太好。在自己有能力的情况之下，应该把一个比较宽敞、好的房间专门作为佛堂。这是佛住的地方。不是把小仓库或者哪个地方有一个旮旯、很小的角落，就把那儿当佛堂了，很随便地就这样处置了。我们家里来个客人都不可能随随便便把他塞到那儿去的，就取把佛堂放到那儿去。在你有能力的情况之下，就必须恭敬；如果没有能力，那就看情况。房间就这么多，在家人不信佛的情况下，能够把阳台拿出来做佛堂已经不错了。我们前面讲，在有能力的情况之下，还是应该重视这个佛堂。有些人很重视这个佛堂，把最好的房间作为佛堂，这方面也是对佛的一种恭敬。如果自己没有能力，就像这儿说的一样，我们就按照这个条件来做，只有一个地下室，或者阁楼、阳台，把这个当做佛堂就可以了。
- [685] 在没有能力的情况之下，也可以以清净的心来供养肮脏的残汤剩饭。我每天都是吃这个。有些人问剩饭、剩菜能不能供养？如果我就在吃这个，当然也是可以的。我就有这个能力，相当于这是我最好的东西了，虽然别人看起来这是不行的，但是对我而言是最好的。举个同等理来讲，在我们的佛堂里面自己认为很高档的供品，以天人的眼光来看，你供的是什么？他们觉得这是上不了档次的。其实对我来讲这是最好的了，已经把它做的最庄严了。



11 积累资粮 (119-125)

- [686] 这方面到底有没有一个标准呢？也许在相同的业当中，大家的福报、思想差不多，肯定有一个相同标准，这就是庄严的。如果跨界、差距太大了，不一定了。如果自己没有这个能力，反正这是我吃的，我就有这个条件，这个对我来讲是最好的，那我把这个东西供在佛堂上面，虽然别人认为这个很差，但是对我来讲就是好东西了，这也可以。低劣的物品来作供养也是可以的，我只有自来水，我也是喝自来水，能不能把自来水供佛？当然可以。
- [687] 供养低劣物品等也未尝不可，因为诸佛菩萨并没有干净、肮脏执著的分别念。佛陀有没有这是干净，那是肮脏的分别念？没有，在他的境界当中一切都是清净的。因此这时候殷重的心态显得尤为重要。
- [688] 往昔也有贫女仲涅玛供养世尊酥油灯的公案。
- [689] 这就是低劣的供品。她看到很多有钱人纷纷去给佛陀供灯。因为佛陀当时讲了供灯的功德，就像上师老人家讲了这个之后，我们佛堂里面的灯也多起来了，或者上师讲了一个什么功德的时候，我们就会马上去做。当年佛陀讲了供灯无与伦比的功德之后，很多人纷纷供灯，有些传记当中说绵延几里都是灯。贫女知道供灯功德那么大之后，她也想供，但是没钱。怎么办呢？在乞讨之后，得到了相当于可以买一盏油灯的钱。商人还多给了她一些，她就把这个恭恭敬敬地做成了一盏小灯，放到这些所有的供灯当中。很多人在供，她也把自己的一盏小灯供上，并发了广大清净的愿：愿能够遣除一切众生的无明黑暗，愿我通过供灯得到佛陀一样的智慧，然后以此智慧遣除众生的无明黑暗。她发了这个愿以后就供上去了。
- [690] 在第二天早上，目犍连尊者去巡视，有些灯已经着完了，有些灯中途灭了。目犍连尊者说，这个灯晚上再点，白天点的话没有必要，因为晚上佛陀要讲法，那时候再供灯必要大，白天本来那么亮，供灯没必要，所以有些该灭的灭。他看到贫女供的这一盏灯不大，其他的国王、富豪供的灯要不然着完了，要不然中途灭了，这个灯就像刚刚点着一样，我们点过灯都知道，时间长了慢慢油就越来越少了，可以知道这盏灯点了多长时间。她的灯就像刚刚点着一样，油膏一点没有消耗，而且特别亮，有一些很奇特的事情发生。目犍连尊者觉得没必要，他就想要把它灭掉，用手去扇、用袈裟去捂等等通过很多方法都没有把它灭掉。佛陀看到之后说，这是你灭不掉的，她是发了菩提心的人，小乘的智慧发心灭不掉，也可能是佛陀加持过的，说明通过清净心哪怕是很小的供品，也是一般的小乘以神通灭不掉的。
- [691] 佛陀也给她授记了，最后她会成佛，名字叫做灯光如来。这个供品很少，她只是供了一盏灯，现在有些人动不动就买一百件灯或者十万盏灯去供养。当时也有很多富豪，自己的财力雄厚，也买了很多东西供养。因为这个贫女的心很清净，她对这个功德产生了信心，对于这个供灯本身来讲有高度兴趣，而且她发了大愿，所以这个灯供下去之后直接成为成佛的因，佛陀给她授了成佛的记。她获得授记之后更不得了了，更多的人去供灯了，有些公案当中对这些讲得很细致。
- [692] 我们平时在佛堂里面供七盏灯，乃至于一盏灯，供灯的时候，该有的发愿，该有的善巧方便、智慧等等，就是说你学过的内容，你有什么见解，不要吝啬都用上，你想想贫女就是发菩提心供灯，得到佛授记。如果我们也是通过殷重的心，没准哪天你供的佛开口了，说你以这样心态，会什么时候成佛，佛像给你授记也有可能。我们心要清净，必须要发菩提心，虽然我们供的是一盏小灯，但是就像《供灯愿文》里面说的一样，愿这盏灯照亮三千大千世界黑暗，或者愿它的灯芯犹如须弥山王一样等等，通过颂词观想的能力，也可以让一盏小小的灯得到最大的意义，这是供灯的公案。
- [693] 另外曾经有一位患了麻风病的女子在行乞的时候得到了一碗米汤供养声闻大迦叶尊者，当时一只蚊子落入汤里，麻风女试图除去蚊子，结果手指断落在米汤中。但是大迦叶尊者为了满她的心愿而喝了米汤，并作为自己全天的斋饭，这使得麻风女无比欢喜，以此因缘她死后转生到三十三天。
- [694] 这是一个很著名的公案，大家都熟悉这个麻风女供养大迦叶尊者臭米汁的公案。麻风病的女子，一方面她的病很重，一方面她很贫穷。麻风病人当时也是受人遗弃、不敢接触，还有也很穷，经常吃不着东西。有一天她得到了别人倒的一碗臭米汤，发臭腐败的米汤，她只是得到了这个，自己也是很伤心，这就是她一天的全部食物。迦叶尊者为了圆满穷人的福报，悲悯他们，经常专门接受穷人的供养，富裕的人家他不去的，也不接受富人的供养，就有这个特点。迦叶尊者非常怜悯她，走到了她面前，问：你能不能给我作供养？当时那个女人觉得自己很穷，正在哭泣，迦叶尊者说，你可以把贫穷卖掉等等，说了很多。她说，我没有可以供养的东西。他说，你手上的米汤就可以用来供养。她说，这么差的东西可以供养吗？他说，可以供养。于是她就把这个米汤倒给他了。
- [695] 这时候一只蚊子还是一只苍蝇落到了汤里，她觉得供品里面有一个众生不好，想把它捞起来。我们是都知道麻风病人就是皮肤都溃烂的，特别严重的时候五官、手脚都会溃烂掉了，皮肤、肌肉都溃烂了，基本上就连了一点点。她去捞这个旁生的时候，手指一下子就断到米汤当中，迦叶尊者没有一点厌恶嫌弃的心，也没有把它捞出来，大迦叶尊者为了满她的心愿，直接连她的手指在内一起全喝光了。不单单是喝了，而且他说这是我今天一天的斋饭，再不化缘，吃别的东西了。这个女人特别高兴。首先她所供的是最差的东西，然后她的手指掉下去之后，尊者也没有丝毫的嫌弃，很欢喜的把米汤喝了之后，还承诺说今天再不化缘了，相当于你的供养就是我一天的饮食，在很大程度满足了这个老妇女的心愿，她在这个欢喜的心态当中就去世了。
- [696] 前面我们讲过，有些时候供养完之后，不注意的话容易生后悔心等不好的心态。因为她是在高高兴兴、欢欢喜喜、心满意足当中去世的，所以以此因缘她转生到三十三天，到了天界里边也是福报非常的大，她也知道自己什么因缘导致的巨大福报。不要说佛陀，连阿罗汉也没有净秽的分别，这里主要讲了这个问题。
- [697] 如果我们没有能力，就用这些低劣的东西来供养，照样可以得到巨大的善根，这个方面我们不要担心。有些时候贫穷的人会有自卑的心态，觉得自己做不了福德。以前的佛陀、圣者们，他们相互配合留下这些公案，就是为了给后面的人打气用的。如果我恰恰很穷，正在悲哀的时候，看到了这个公案，一下子就提升了我的信心，其实我可以做很大的善根，只要我的心清净，连这些这么差的供品也能得到这么大的福德，那我也可以，就通过这样的方式打消了不必要的自卑心态，然后生起了信心、勇气之后就可以做很多善妙的修行。
- [698] 所以，供养曼荼罗时也是同样，以清净意乐、尽己所能做成纯净悦意的物品而供养是殊胜的要诀。
- [699] 供曼荼罗也是一样，第一个是清净的意乐，第二个是尽己所能做成最纯净悦意的供品来修曼荼罗，这个也是殊胜的要诀。我们必须反复学习，这个观念要深入到骨髓里面去，然后我们在修的时候这些要诀才能够起作用。
- 戊六、积资之理：
- [700] 对于积累资粮殊胜的原理讲解一下，下面这一段也是很重、很殊胜的。
- [701] 供曼荼罗等精勤积累资粮的方便在修道过程中是不可缺少的修法。
- [702] 这是讲修道过程当中不可缺少，既然生而为人，无论如何在一辈子当中至少要修一次五加行，得到了人身以后，一次五加行都没有修实在太可惜了。因为修持一次五加行，可以圆满很多的资粮。这里也讲了供曼荼罗是可以迅速圆满资粮的方式。在修完之后，在修道过程当中，我们的福报没有圆满之前，还需要不断地按照这些殊胜的方便去修。这么殊胜的方便，真正来讲，也不应该用了一次就不用了。就像世间人对于真正赚钱的方法，会不会用了一次就不用了，能赚再多的钱我也不用了，我们在世间从来没有这么知足少欲过，而自己在修法的时候，显得特别知足少欲，十万曼荼罗修完一次就可以了，不用再修了，这是一个很大的赚钱机会，你都不要了，在世间当中肯定不会这样的。
- [703] 这是我们修道过程当中，能够迅速圆满资粮的方法。千万不要在修完了之后，曼荼罗就收起来压箱底了，准备传给下一世。这是要经常用的，可以圆满资粮的窍诀方便一定要反复用。假如我们有一定的时间，比如有一个月的时间，就再修一次十万遍曼荼罗，因为这的确是很殊胜的方便，所以在修道过程当中不可缺少。乃至没有成佛或者没有登地之前都要不断的修。如果你不修，大把的时间也是被自己消耗掉了，也没有做什么其他有用的修行。如果闻思修或者听法等等时间很紧迫，你可以相对来讲少修一点。如果没那么忙的话，每天还是应该在自己的功课当中把这些加进去，习惯了之后，就可以修了。
- [704] 其实我们要有这个意识，知道自己的福报很欠缺，他养成了这个习惯，就会在看到任何东西的时候，都有一种供养的心态在起作用。其实这种心态是特别重要的，就像有些人赚钱的素质很高，善于发现各种各样的商机，别人看不到的商机，他看到了之后，就能把它转变成财富，这是一个成功赚钱的人应有的素质。
- [705] 修行人也应该有这种素质，前面讲的这些就是培养我们这种心态，培养一个能够随时随地抓住积累资粮、把握机会的眼光，就是说我们应该有这种素质，看到好东西第一时间就想供养。因为他已经习惯了，对积累资粮非常有兴趣，成了他思维的一部分了，只要看到这些东西，他就不需要反应，自然



11 积累资粮 (119-125)

而然就把这些供养了，他积累资粮的速度就会比一般的人快的多，其他的人反复敲打，然后用尽各种方法，他才来修一点。以他的心态、行为，不可能得到很多的资粮。另外一种人就不是这样，他会很自主的去做，而且已经演变成了他的天性，这种人他的素质很高，积累资粮、修法等综合素质特别高，随时随地可以把这些转变成资粮，这是不一样的，他增长资粮的速度非常迅猛，别人不可能和他同日而语。我们也要把自己打造成综合素质很高的修行人，把积累资粮的观念深深融入自己的骨髓里面，一定要牢牢印在自己的脑海里面，变成我们的天性，这是特别重要的。

[706] 如续部中说：“未积资粮无成就，沙子不能榨出油。”

[707] 这句颂词特别重要。未积资粮无成就，就是说我们想要获得成就没有积累资粮，没办法获得成就。哪怕你往生极乐世界，也不可以缺少善根资粮，还是需要很多资粮才行。要成办世间的事情也要具备很多顺缘。如果我们要获得一生成佛等成就，没有积累资粮是不可能的。

[708] 打个比喻讲，沙子不能榨出油，沙子不是榨油的因，你拼命榨，沙子里面也榨不出油来。因为沙子里面没有榨出油的因缘，所以如果在没有资粮的状态当中，没办法获得成就，也就是说资粮是获得成就的一个顺缘，没有资粮就没有它的因缘了。

[709] 不积累资粮而希望获得成就，如同想从河边的沙子中榨出油来一样，就算是费尽九牛二虎之力挤压沙子，也不可能从中得到一点一滴油的成分。

[710] 大家都很清楚，河边的沙子里面没有油的成份。即便用了最好的榨油机来榨沙子也榨不出油，因为沙子本身一点油都没有，所以如果你没有资粮，虽然你想想法很好，比如快速成佛、克期取证，但是没有因缘的话，也不可能获得成就。就像不可能从沙子里面榨出一点一滴的油那样。

[711] 而想通过积累资粮来获得成就则好似榨芝麻得油一样，榨多少芝麻就会出多少油，哪怕是仅仅将一粒芝麻放在指甲上挤压，它也会使指甲变成油渍渍的。

[712] 另外一个方面，如果我们想要通过积累资粮获得成就，这就是对的。通过积累资粮来获得成就因和果之间是相应的。想获得多少成就就要看你积累了多少资粮，也就是你的资粮越丰厚越多越圆满，获得的成就也就越多越高。如果你的资粮越少，你获得的成就相应也就越少，这里面打了一个非常形象的比喻。就像榨芝麻油一样，芝麻是产生芝麻油的因，榨芝麻一定可以得到油，至于你得到多少油要看榨多少芝麻。芝麻越多，你榨出来的油就越多；芝麻越少，你榨出来的油也越少，芝麻和油的因果关系已经确定下来了。

[713] 这里面讲哪怕把一粒芝麻放在手指甲上面一压，也会让你的指甲变成油乎乎的感觉。因为芝麻就是芝麻油的正因，而沙子不是。对我们来讲也是一样的，如果对于积累福报越重视，积累的福报越多，那么你想要获得成就就有了一定的因，这个因缘是具备的，然后就可以获得。因为佛陀的资粮圆满了，所以就成佛了；初地菩萨因为资粮圆满到了一定程度，所以他成就了初地菩萨。我们如果想要进资粮道、加行道，也要拼命积累资粮，积累资粮和获得的成就二者是成正比的。我们现在一定要精进的积累，尤其是在我们现在所积累的资粮质量不是那么好的时候，尤其要多花时间来，多做善巧。本身我们现在所积累的资粮数量也少，质量也差，根本不训练，质量也没办法提高。现在我们要多做，逐渐得到了加持，然后让它的质量提高，让资粮的增长速度加快，在这个过程当中也去掉违品，我们的修行慢慢就会走上正轨，最后通过现在所积累的大量福德资粮，依靠这些而获得殊胜的成就。

[714] 佛在经中也说：“未曾积累资粮欲得成就，好似搅拌水想得油；积累资粮欲得成就，恰似搅拌乳想得酥油。”

[715] 佛经当中讲的这个比喻也是一个道理，没有积累资粮想要获得成就就像搅拌水，你去搅拌水想要在里面提炼出酥油，那也没办法，水里没有油的因。如果你积累资粮想获得成就，就好像搅拌牛奶，搅拌牛奶就可以得到酥油。因为酥油是通过搅拌牛奶提炼出来的精华，所以想要得到酥油必须要找到正因，有因才有果，而牛奶是提炼酥油的正因。而且不搅拌也不行，虽然牛奶里面有酥油的因，但是不搅拌也不出酥油。虽然搅拌了，但是搅拌的是水还不行。第一个要找到正因，第二个要搅拌，两个因缘齐全了酥油出来了。

[716] 我们现在也是一样的，第一个方法要正确，第二个要拼命去积累，搅拌就是相当于积累一样了，在我们的相续当中功德逐渐就出现了。现在我们的功德还没有出现，也不要太着急了，我们要把心静下来，然后去闻思修行，对于该听的、该思维的，该积聚的资粮慢慢地一定要积聚。反正我们要知道自己所做的每一个顶礼、念的每一声佛号，都是我能够成就的因。只要我现在认认真真、老老实实的积累，对于该发的愿、该做的回向，把这些做了之后，善根本身自动积聚和酝酿，到了一定的时间，成熟了之后我们的心态自然就变了，该得的成就自然就会显现出来。

[717] 如果我们没有积累资粮，没有按照正确的途径去做，那么想要得到成就也只是梦想而已了，就是梦想什么都没有，天天在这儿做发财梦，什么都不做那是不行的。我们有时候说我要一生成佛等等，什么都不做的话是不行的。如果我们想要一生成佛，必须要去做和一生成佛的果相对应的因才行，否则肯定是不行的。这里也是提到了我们在学习佛法过程当中，很重要的一个因素，这就是因缘法则，我们一再讲一定要相信因缘法则。

[718] 因此说，获得终极殊胜的成就是圆满二种资粮的正果。

[719] 因和果之间，想要获得终极殊胜的成就是圆满二种资粮的正果，这就是由果来推因，就像佛陀一样，佛陀已经获得了终极殊胜的成就，那获得这种殊胜的果的原因是什么呢？因为他的二种资粮已经完全圆满了，所以成就了佛果，这是由果推因就可以了解的。

[720] 正像前文中所说的那样，如果没有圆满福慧资粮，就无法获得具备二种清净的佛果。

[721] 福德资粮和智慧资粮两种资粮我们都要去修行积聚，如果两种资粮没有圆满，也没办法获得具备两种清净，即本来清净和离垢清净的佛果。

[722] 怙主龙树菩萨也亲口说：“此善愿诸众，圆满福慧资，获得福慧生，殊胜之二身。”

[723] 龙树菩萨在《六十正理论》里面也这样讲的，此善愿诸众。对于善根其实我们也可以这样回向。当时龙树菩萨造这个论典的时候说，此善愿诸众，以这个善根愿一切众生，现在我们也是愿我们的顶礼、修曼荼、听法的善根，圆满一切众生的福德和智慧资粮，这从因上面圆满的。获得福慧生，殊胜之二身，这是从果方面圆满的。因一旦圆满了，就会获得圆满的福德智慧所产生的殊胜二身，殊胜二身就是佛陀的法身和色身，这就可以获得。

[724] 意思是说，通过圆满有缘福德资粮而获得殊胜色身，依靠圆满无缘智慧资粮而获得殊胜法身。

[725] 有缘的福德资粮就是有所缘的福德资粮，获得了殊胜的色身，然后依靠圆满的无缘，就是说无执著的智慧资粮而获得殊胜的法身，这两种资粮都圆满了，就会获得成就佛陀的法身和色身或者法报化三身。佛果的二种资粮一定是同时要圆满的，因为没有一个是只有法身没有色身，也没有一尊佛只有色身没有法身，所以佛陀的色身和法身要得同时得，不得两个都得不到。福德资粮和智慧资粮要同时修行，圆满之后，就可以获得佛陀的二身。

[726] 而且，暂时世间的成就也都来源于圆满资粮。

[727] 不单单是说成佛，世间当中的成就也是来源于善根资粮某种程度的圆满。

[728] 如果自己从来没有积累过资粮，

[729] 这个资粮我们可以理解成善根、善法或者顺缘，如果没有积累过顺缘、善根、资粮的话，也是没办法的。

[730] 那么无论下再大的功夫也无济于事。

[731] 没有因的话，你下再大的功夫也是无济于事的。

[732] 比如，仅仅就眼前的受用、饮食、财物来说，有些人依靠以往积累资粮作为后盾，不费吹灰之力自然而然财源滚滚。

[733] 这也是显而易见的，在整个世间尤其是现在资讯这么发达的年代，我们从很多地方可以看到，有些人很自然的积累财富，他赚钱来讲根本不算一回事，他的收入可能以每秒钟几十万、几百万的速度递增，这是一般人根本想不到的，有些人一辈子也赚不了那么多。有些人就在一分钟或者一天当中，源源不断的积累很多财富。

[734] 还有我们讲的富二代也是这样的，因为他有福报的缘故，所以投生在富贵的家庭里面，这也是他通过自己的努力得来的。世间人不了解，只是看表面现象，觉得这些人运气好，他的父母很好，觉得不公平，其他人好像已经输在起跑线上面了。从某个方面来讲，虽然是在起跑线上面，但是这个富二代的身份也是他自己争取来的。他这一世已经到了收获季，他的播种季在上一世，他的播种季我们没有看到。他在挥汗如雨努力顶礼、上供下施的时候，我们都没有看到，甚至于那时候还嘲笑他，你看你把这个钱往水里扔，放生有什么用？在别人做善根的时候，我们不了解或者嘲笑他，别人现在处于收获季了，你开始羡慕或者仇富，这就是不了解前因后果。有些人生下就是富二代，有些人生下是富二代，过两年家族破产了，这是他的福报不够圆满，也有这样的情况。你有资粮就可以得到这样的果，没有资粮就是不行。有些人不需要动作，不费吹灰之力，自然而然就会财源滚滚。



11 积累资粮 (119-125)

[735] 可是有些人整个一生都是千方百计、勤勤恳恳、兢兢业业经商务农等，结果却没有芝麻许收益，最终竟然落得个饿死的下场，诸如此类的事情，是我们在现实生活当中有目共睹的事实。

[736] 还有一些相反的例子，有些人一辈子都在想方设法赚钱，千方百计、勤勤恳恳、兢兢业业，该做的都做了，家里致富的书一大堆，如何快速致富的演讲也有一大堆，这些都学到了，起早摸黑的也去做了，励志的书籍、成功的经验看了不少，但是就是没办法找到钱。他没有积累资粮是没有用的，看再多励志故事、发财致富的书籍也没有用。就是因为你内心当中缺少了最主要的叫做善根福德的东西，这个缺少了是不行的。就好像在一大块田地里，你不播种，没有种子，每天在里面施肥、拔草、浇水，这是没有用的。无论再怎么勤作，也不可能在没有种子的地里获得收成。

[737] 现在很多人不知道这个原理，如果我们没有前世的善根，最主要的种子没有，我们特别勤奋，时间也花了，精力也花了，按理说应该赚到钱的所有手段都用上了，就是没有成功，这是没有主要的因。虽然有一些很精进的助缘，但是只有助缘是不行的，必须还要有主因。而且这个主因也分了很多情况，有些种子是良种，种子本来就好，再加上好的管理，就有收成，有些虽然有种子，但是种子可能是假的，或是一种力量很弱的种子，这样长出来的庄稼也不是太好。我们现在有没有种种子？种的是良种、还是种下去的劣种，如果是劣种以后在收获的时候，就不能说为什么我那么勤奋，现在却没得到这么多的收获呢？因为你在修善法的时候，没有用心，买的种子不是真的，或者力量不大。

[738] 不管怎么样，通过因果的分析，主要还是让我们现在无论如何通过认真、恭敬，以信心、菩提心面对现在的善法，你现在是用什么心态在面对善法，以后收获的时候，直接的受益者是你自己，善法不是给别人做的，就是给自己做的。

[739] 以前有一个故事，一个木匠给别人修房子，他很用心去修，后来这个主人为了报答他，就让他再修一间房子，这本来是给他自己修的。因为他非常不用心，所以随便乱修了一个房子。最后主人说这个房子是给你的奖励，他修房子没有用心，住的就是很差房子。同样我们现在修善根都是给自己修的，这个善根不是说给上师修、别人修，这是给自己修的。现在在种种子、修善根的时候，如果你以菩提心摄持，就是成佛的种子；如果以出离心摄持，就是解脱的种子。如果你用很认真的心去对待了，以后成熟果报的时候，都是你自己去享受，不会其他人享受。

[740] 佛陀很认真的对待了他的善根，佛陀就成佛了，然后文殊菩萨、观音菩萨他们以前也很认真对待这些善根，他们也是相应成就了菩萨果位。我们是佛陀的随学者，佛陀以前怎么对待他的善根，文殊菩萨以前怎么对待他的善根，我们也应该这样认真的对待自己现在所修的善根，听法好好听、思维好好思维、顶礼也是一个算一个的好好去顶礼，这些善根是你自己最后要用的。如果你现在敷衍了事，以后这个果成熟的时候，也是敷衍了事的成熟了。这方面我们现在都要很认真的对待，每一个现在我们所修的法，最后都要在自己的身上去成熟的，恶业是这样，善法也一定是一样的，丝毫不会错乱，这是最公正的，里面没有暗箱操作的内幕，而是最公正的因缘法则。我们只需要认认真真的对待每个善根，不需要去想我这样付出了会不会得不到？正要收获的时候突然来了一只手，然后把这个果拿走了，你只好干瞪眼，这种情况是不会出现的。

[741] 你自己辛辛苦苦修的善根，全部是自己用，你就应该想我怎么样去面对现在修的善根呢？如果你想要以后成佛成菩萨或者想要获得高品质生活，现在也是要以非常认真的心态去对待善根，认真地多修多做才是我们应该有的心态。

[742] 这些从正反两方面讲到了有没有福德的差别。

[743] 再者，有些想通过修财神、护法神等得成就获财富的人也是一样，如果自己没有往昔所积累的布施果报，那么护法神们也爱莫能助。

[744] 有一些人在世间当中，经常喜欢修财神或者护法神，想通过他们的帮助赶快发财致富，获得广大的财富，既有这样的修法，也有很多的仪轨。其实这里面也有一些原理。虽然护法神、财神，他们是有一定的能力，但是仅凭他们的能力也没有办法让完全没有善根的人得到财富，他能够帮助你的善根加快成熟。如果你有这样的善根，相当于财富在这儿，按照正常的成熟速度，可能还要等个几十年、几世才成熟，现在通过祈祷护法神、财神帮助我，念诵心咒，可以帮助你提前成熟善根，相当于你在银行里面存的是死期，正常要再等几年才能取也可以通过其他的手段提前预支出来。现在我有急用也可以通过这样的方式，财神有这个能力，可以帮助你还没有成熟的善根让它提前成熟。提前成熟有什么好处呢？第一个你现在可能需要这笔财富，第二个提前成熟了以后，你可以用这笔财富来上供下施积累资粮。我们现在有道心和供养的对境，就是缺钱，如果我通过护法神、财神的帮助把钱拿过来，所有的因缘就具足了。我就可以用这个钱来上供下施，以此作为自己修行佛法的一些顺缘。如果按照正常的速度，也许在这个善根成熟的时候，可能我的其他条件不具备了，比如说道心没有了等等，因此就有必要，有时候通过修财神法的方式让这些钱财提前成熟。

[745] 有些世间人就是想要发财，根本不想解脱，他也想提前预支善根，如果你有善根，再加上供养财神、护法，念财神心咒等等，也可以帮助你的善根提前成熟，他有这个能力。这个原理是这样的，如果你完全没有这个种子，他们也没办法。就是说你在银行里面没有钱，根本没有存钱，再去找关系，一查你的户头没有钱，像这样也没有办法把你的钱提出来。如果你的户头里面有钱，他就可以运用他的关系把这个钱在不可能取的时候，取出来用，这是可以的。你求护法神财神加持，他一观察你的相续空空荡荡的，根本没有善根，他也没有办法；如果观察到你的相续有善根，他就能用他的手段把你的善根加速成熟，这是可以的。

[746] 下面讲一个这方面的事例：

[747] 从前，一位深居山里的修行人生活拮据，一无所有，于是他便开始观修单坚护法神，结果真的修成了，已经达到了人与人交谈般的境界，可是却没有获得任何悉地。单坚护法神对他说：“因为你以前布施的果报一分一毫也没有，所以我实在无法给予你悉地。”

[748] 以前有一个修行人特别穷，生活拮据，他想要改变这种现状，知道单坚护法神是管财富的财神。大恩上师在讲记当中讲，现在我们供的紫玛护法神也属于财神，然后单坚护法神也是财神，管财富的。他观修单坚护法，结果就修成了，达到了像人一样面对面聊天的情况，经常和护法神见面聊天。虽然他是财神，他们也能够见面了，关系那么好，但是还是没有办法获得财富，就是没有获得任何的悉地。

[749] 这是什么原因呢？单坚护法神告诉他，因为你以前没有做过布施，你在布施方面的善根一点都没有，所以我也没有办法赐给你悉地。

[750] 一天，在众多乞丐的行列中，这位修行人得到了一碗稀粥。回来后，单坚护法神问他：“今天我给你悉地了，你知道吗？”

[751] 那人说：“我仅仅得到了一碗稀粥，而且不只是我，所有的乞丐都得到了，不知道您所赐的悉地到底是什么？”

[752] 有一天，这位修行者在很多乞丐的行列当中得到了一碗稀饭，回来之后护法神又现身了，告诉他今天我给你赐了悉地，你知不知道？他说，没有，哪里有悉地？他觉得悉地可能是金块或者是钱等等，他说今天没有人给我钱，只是一碗稀饭，而且不单单是我，所有的乞丐都得到了，那么你的悉地是什么呢？

[753] 单坚护法神说：“盛粥时，你的碗里落的一大块油脂，就是我赐的悉地啊。”

[754] 在盛稀饭的时候，在你碗里落下一大块油脂，这个油脂就是我给你的悉地，他最多就只能给这个，再没有办法了。其他的乞丐都是白粥，他有一块油脂，这就是所能赐给他的悉地。

[755] 还有一个故事，有一为修行人在观修护法、财神，他也修成了，护法神给了他很多的黄金，非常多的黄金，在他的山洞门口洒了大块大块的黄金。他碰到了护法神的时候说，我的悉地，就是我的钱在哪里呢？护法神说，给你了，都是大块的黄金。他出去一看都是大石头。以前山洞门口没有那么多的石头，现在突然出现了很多块大石头，这是护法神给他的黄金全都变成了石头，这也没办法。

[756] 虽然他有能力赐给，但是你也要有福报。如果你没有福报，他给你的黄金全都会变成石头。出现了前所未有的大石头堆在门口特别的多。他已经给了，如果我们没有福报，只能通过其他方式呈现在面前，我们就是不知道，这个情况可能也是有。

[757] 可见，如果自己实在不具备往昔所积累的布施果报，即使修财神法等也不能遣除贫穷。

[758] 如果我们不具备以前布施的果报，即便修财神法也不能遣除贫穷。对于上面的修行者，有些时候我们可能会疑惑，他们既然已经见到了护法，为什么还会那样？难道没有福报可以见到本尊吗？这是两回事，他有因缘见到护法神，不等于他有因缘得到很多的财富，这相当于两套财富的系统。有些人可能既有见本尊的福报，又有本尊赐给悉地的福报，两种福报都有。我们再再讲，有情相续当中的业非常的复杂，各式各样的业不知道什么时候成熟。他们可以见到这个护法神，像人一样面对面的聊天，关系已经那么好了，按理来讲随便到他家里拿一个东西回来都行了，但是就是没办法赐给他任何的悉地。



[759] 虽然他有见到护法神的善根，但是没有得到财富的善根，这方面有很多差别。有些人可以证悟心性，但是得不到钱。高僧大德的示现也有这样的情况。虽然有些人有大笔的财富，但是离证悟心性特别远，各式各样的情况都会有。以前有些道友也是很纳闷，为什么能够见到财神居然得不到钱？套用现在的流行语，是不是他见到了一个假财神？见到的是真财神，因为他没有福报的缘故，所以也没办法给你帮助。见到这么富裕，而且乐善好施的财神，居然还是拿不到钱，觉得很稀有。有些世间因缘就是这样的，反正在世间当中各式各样意想不到的因缘出来了，本来应该拿到的，就是拿不到。出了这个状况，又出了那个状况，拐来拐去你的钱就没有了，别人可能已经拿出来了，你就是拿不到，这个情况在现实当中也有很多，大概类似这种情况。不是说你碰到了就一定能够拿到钱，这是不一定的，里面也会出现很多突发的情况，这些因缘出来之后，就会打水漂了，没有了。由此可见如果自己实在不具备往昔所积累的布施果报，即使修财神法等也不能遣除贫穷。

[760] 假设世间的财神等也能够赐予受用的悉地，那么诸佛菩萨的威德、神变胜过他们百千倍，并且全部是未受嘱托而利益一切众生的，必定会在这个世界上降下受用妙雨一瞬间消除一切贫穷，他们并没有这么做（，事实上也并不是这么一回事）。

[761] 假设世间的财神，你祈祷他可以给赐予自己财富、受用，而出世间的佛、菩萨获得十种自在，其中有一个财富自在。他们是已经获得了财富自在者，而且他们的威德、神变超过世间的财神千百万倍，尤其是他们的悲心特别强大，完全是未受嘱托而利益一切众生，他们是自发的要利益众生。假设说你没有善根，也可以通过他们的帮助获得财富，诸佛菩萨绝对不需要你祈祷，任何仪轨都不要，也不需要呼唤，他就可以直接赐给我们所有的财富受用，他们的悲心就这么大，而且也有这个能力。实际上做不到的，如果自己没有福德，他们也帮助不了你们，他只能告诉我们获得财富方法，我们就想来个直接的，我向你祈祷，给我钱就行了，不要告诉我那些方法。

[762] 我们应该知道他们没办法，如果可以，肯定直接就给了，不需要让我们去磨练，也没有必要。他们很慈悲地把能够获得财富的法告诉了我们了，那就是做布施、供养等善法，这些是获得财富的方法。我们对这个没有兴趣，想来点直接的，给我钱就行了，你不要给我这些东西，我也没有时间学，给我钱什么都解决了。情愿天天在佛面前磕头，他也不愿意把心沉下去去修很多布施等增长善法的方法，这是众生不了解佛菩萨的慈悲，也不了解其中原理的缘故。

[763] 一切受用财富等唯一要靠积累福德才能获得，

[764] 福德和财富之间是正因、正果关系，别的不是正因、正果。如果你很勤奋最多是个助缘，必须还要有正因才行。如果你的福德越大，对于助缘就不需要那么勤作；如果你的福德相对少一点，就需要比较大的勤作来让财富显现。如果你的善根很小，助缘很多，只是能够得到一点；如果你完全没有主因，都是助缘，那就一点都没有。现世当中也会出现有些人的助缘很少，基本上不需要怎么去奔波，他的财富很多。有些人需要做一定的勤作，要去到处跑，然后能够得到很多钱。随着相续当中的善根、福德越广大，对于助缘的依赖就减少。种子是良种，田地是良田，都是最优秀的，像这样其他人工的耕耘少一点也没什么关系，主要的因缘都具备了，欠缺一点东西的问题不大。如果主要的因素力量不大，虽然有时候做了很勤奋，但是得到的很少，或者达不到你的预期，在做的过程当中，可能也会经常有所损失。

[765] 在修财富的过程当中，要看有没有混进去别的东西，如果混进去一些不好的心态，种子里面不是那么优良了。其中细微的因果我们只能大概的分析，前面也讲了，众生的业网广大复杂，我们没办法一个一个去分析，这个是怎么回事，那个是怎么回事，这方面只有佛才能知道，我们只能大概去设想一下。

[766] 诚如古大德所说：“精勤如山王，不如积微福。”

[767] 精勤如山王，就是说现在这一世当中我们的勤奋犹如须弥山王一样高大，也不如往昔积累过一点点的福德。如果你往昔积累了一点点福德，现在不需要这么勤作，也可以获得很多财富受用。如果没有微小的福德，即使很勤作也得不到福德。以上就是积资之理的一部分。

[768] 今天我们就讲到这个地方！

[769] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[770] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[771] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[772] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

《前行广释》第 123 课辅导资料

[773] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[774] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[775] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[776] 发了菩提心之后，今天我们继续一起学习《前行引导文》。前面学了共同加行，现在学的是不共加行，后面还要学破瓦法。当我们把前行学完之后，如果相续已经成熟了，就可以进入密乘的修学。前行可以说能够引导我们的心成熟为一种能够修持正行的法器。如果是根机很好的修行者，通过这些引导就能够趋向觉悟，也是一种可以直接证悟的窍诀。

[777] 在学习殊胜佛法的过程中，我们现在听闻教法、思维、念咒、修学等等，对于我们的相续来讲，都是不断地去植入一些殊胜的善根。我们无始以来相续当中填满了和三界六道、流转轮回有关的种子和习气，解脱道方面的种子和习气特别少。从而导致我们在修学解脱道的过程中，总会出现这样那样的问题或分别念。对于不应该怀疑的经常生起怀疑，本来这些都是佛菩萨验证过的清净之道、得果方法，我们就是毫无理由的按照自己似是而非的根据经常性产生怀疑，根本不愿意按照这个道真实去行持。

[778] 这方面归根结底还是因为相续当中佛法的种子太少，所以必须还要通过各式各样的方法在相续当中熏入佛法的种子，而且越多越好。比如说听闻前行的积累资粮这堂课，在这个过程当中也是熏入了一些佛法的种子，听闻其他佛法的课也是熏入了一些解脱的种子，然后再思维、串讲、打坐、放生、顶礼、修五加行等等，这些都是通过很多的时间精力，在相续当中种下越来越多的解脱种子。如果有关解脱的种子准备了很多，在以后的修学过程当中，在今生来世甚至于再下世，我们遇到上师听闻佛法，在自己听法或者思维、观修的时候，相续当中非常干净，不会有和解脱道相悖的染污种子、习气，突然冒出不好念头的情况会非常少。

[779] 这个原因前面我们讲了，因为我们以前熏习了太多轮回的种子，对于整个解脱道的理论、实践等等都不是很熟悉，所以总会冒出来很多不该有的分别念。现在我们应该用大量的时间精力来熏习有关解脱道方面的种子。这方面的种子熏习得很多、很全面、也很深的话，我们在以后的修行过程当中，不理解修行原理，修行过程当中修不动，或者想退失等等的分别念会越来越来少。这也是我们要不断闻法、思维和串习的必要性。

[780] 我们前面已经皈依了三宝，也发了菩提心，成佛就是成就三宝果位。我们定了这个目标，自己要觉悟三宝自性，也要让众生安住在三宝自性当中。目标定下来之后，首先应该遣除它的违品，就是通过强有力的方法，即念修金刚萨埵来净除有关的一切违品。

[781] 现在学习的是积累资粮，也是为了成办这个目标积聚它的顺缘。积累资粮方面也有两部分：一部分是供曼茶，一部分是古萨里施身法。今天是曼荼的最后一堂课。前面也讲到了修曼荼的必要性、所修曼荼、三十七堆曼荼、三身曼荼等等，这些已经学完了。现在我们正在学的是积资之理。为什么要积累资粮？积累资粮更多是福德资粮，智慧资粮是通过学习空性的经论，思维空性等等都是属于和智慧资粮相关的。在前行法本的词句中，还是福德资粮多一些。里面讲到了有关积累资粮的方面。如果有资粮会怎么样，如果缺少资粮又会怎么样，通过对比的方式来让我们认识到积累资粮的重要性。前面也用了一些案例来说明如果缺少资粮，前世没有积福，虽然今生当中修财神达到了面见财神的程度，但是也没有能力赐予财富。自己没有福报也是无济于事的。相当于从反方面讲到了没有积资的情况。

[782] 华智仁波切是引用古大德的教言说：“精勤如山王，不如积微福。”上堂课我们已经讲了，今生当中特别的精进，非常勤奋的为了获得财富，还不如以往积累过资粮。换句话说来讲，现在我们特别勤奋的想要获得财富，还不如现在通过精进花些时间来积累像火星那么少的福德，就是说多多少少要去



11 积累资粮 (119-125)

一些福德。虽然现在我们花了很多时间去追求财富、快乐，但是能不能把这些时间当中拿出一部分来积累一些福德呢？其中也有这个意思，就是说不如积微福。

[783] 我们可以说不如前世积累福德，类推也是一样的。现在我们只是想够不够勤奋，有没有想过应该积一点福德？因为轮回是很长的，今生过了还有后世，不管你愿不愿意，反正轮回都在继续。如果轮回在继续，我们要考虑如果轮回继续，下一世吃什么、喝什么？下一世应该怎么办？考虑到这些问题，也是需要为了后世积累资粮。今生当中有没有福德，关键是看以前有没有积累资粮；后世有没有受用，要看现在是不是积累资粮。我们前世对于佛法是否精进决定了今生当中会不会变成利根者，或者说我们今生是不是利根者，关键还是取决于前世有没有精进修持过佛法。甚至于我们今生当中会不会通过炼根变成一个利根者，或者后世我们会不会变成一个修行佛法利根者也是要看现在自己是不是很精进的去学修佛法，这些都是很重要的因素。

[784] 下面我们继续学习。

[785] 当今时代，在一些穷乡僻壤的地方，人们看到稍有受用地位之人，便大呼小叫地喊道“上师知！这个人多么多么的了不起啊”而大惊小怪。

[786] 华智仁波切首先提到一种现象，在一些穷乡僻壤的地方，这里讲的穷乡僻壤的地方不是真的就是穷乡僻壤的地方。有些地方确实是穷乡僻壤，很多人没有见过世面或者没见过真正有钱的人。对我们现在来讲，即便自认为生活在大城市里面见过世面的人，有时候的见识还不是很全面，也是比较短浅的。在这种背景下，没见过世面的人看到有一点钱有一点地位的人感觉特别惊奇，口里说“上师知”，上师知就是喇嘛钦。他们通过一种特别夸张的语气，喊着：喇嘛钦、喇嘛钦，像这样就是很惊叹。这个人多么了不起啊，太富裕了吧！这种惊叹之声是发自内心的，看到一个人比别人多几匹马等等，他就特别惊叹：“哇，这个人太富了，不得了，福报太大了！”在佛法兴盛的地方，他们在表达自己的惊叹之前，也是习惯性的喊一声喇嘛钦。

[787] 上师老人家讲的时候，就是一种特别夸张的语气，我也表达不出来那种特别夸张、特别惊奇的语气。上师曾经讲过好几次前行，有一次讲的时候就是特别夸张的样子，讲的时候现场感十足。就是说有些穷人合掌开始惊叹，大惊小怪地说，这个人太了不起了，特别富裕。大概就是这个意思。

[788] 其实，如果遇到殊胜的福田，加上自己怀有一颗清净的心，达到这种程度并不需要积累很大的福德资粮。

[789] 华智仁波切分析的时候，如理如实给我们教诲，其实没必要大惊小怪的。本来这些偏僻地方的人没见过什么世面，他们认为所谓的财富也是针对自己和自己的村庄的对比，突然来了一个稍微有点地位的人，就觉得不得了。比如说以前的交通不发达，在偏僻的地方来了稍微大一点的官，人们就觉得不得了，很大的官儿来了。看到稍微有一点点财富的情况，觉得这个人特别富裕。

[790] 华智仁波切说，遇到这样情况不用大惊小怪。如果遇到了殊胜的福田，比如说在佛陀时代遇到佛陀这样功德圆满的圣者、大阿罗汉或者殊胜的僧众，遇到了这些殊胜的福田，再加上自己怀有一颗清净的心，能够对僧众、罗汉、圣者生起了恭敬心，只需以很小的资具做供养，并不需要积累很大的福德资粮，就能达到他们认为的很富裕或者地位很高的状况。既不需要积累很大的福德资粮，也不需要勤奋的做很多努力，不需要很大的善根，很轻松就可以达到。

[791] 我们现在没有生在佛世，即便以前生在佛世，可能在几千年前见过佛陀，也在佛面前供养过，也许我们当时的心不是那么广大，在两千多年当中富裕过，已经被别人羡慕过了，现在福报差不多用完了变成老百姓了，也有这种可能。肯定没有生天，因为天界的寿量很长，所以一般来讲生天之后不会那么快下来。

[792] 虽然我们现在没有生在佛世，但是还是有很多殊胜的福田。比如加持力很大的佛像、戒律清净的僧团、具有功德的具证上师，这方面都是属于比较殊胜的福田。从上师老人家一贯的教言来讲，如果我们供养财富的话，供养僧团要比供养单个上师好。为什么这样讲呢？因为也许这是一位很有功德、具有法相的上师，也许不一定，可能只是大家认为他可以，实际上就是一般人，所以这方面不太保险。如果你供养僧团，肯定可以获得很大的福德。上师不是一次两次说过，而是经常性开示。这些都是属于殊胜的福田。自己在遇到这些福田的时候，应该生起恭敬心。我们遇到僧团的时候，可能会有一种感觉。远远看这些僧团的时候都有信心，这是一个很大的僧团，大家好像都很清净；走近接触之后，信心可能会稍微消退。

[793] 总体来看，寺院的僧团很庞大，或者说穿了很整齐的衣服，会都容易产生信心。当我们走近单个人的时候，因为僧团里基本上都是普通人在修行，修行人也是人。作为人还是有自己的习气、性格，虽然有些人的修行不错，但是如果他的思想、行为和你不一样，自己可能也不一定生信心。凡夫人都是自带习气、烦恼的，接触了之后有可能不会生起很大信心。遇见这种情况的时候我们还是应该观清净心，不管怎么样，前行从很多方面告诉我们观清净心的方法。我们应该想自己看到这些人不一定真有这个过失，然后普遍观清净，再通过清净心摄持做一些清净的供养。其实供养很少物品就可以得到非常广大的福德资粮。

[794] 举个例子来说，在历史上我乳转轮王曾经以七颗豌豆的布施果报，后来统治了三十三天以下；

[795] 这个公案大恩上师在讲记当中讲得很清楚了，我们可以去看。大概的意思就是他没有当转轮王之前，也是一个普通人。有一次他看到佛陀的时候，以七颗豌豆抛撒供养，有几颗落到佛钵里面，有几颗碰到佛陀的胸口、头顶，就是通过这样的清净心供养。因为他当时看到佛陀生起了清净心，没有什么想法，很欢喜抛撒豌豆。

[796] 讲记当中讲了，当地有一个习俗，比如看到新娘子他们就会抛撒豌豆祝福吉祥，他看到佛之后也想要祝福吉祥，因此就通过这种方式来供养，最后他就转成了一个著名的转轮王，叫做我乳转轮王。他的威势特别大，首先在四大部洲统治了很长时间，然后又次第往上到了四大天王天，到了三十三天，虽然没有完全统治三十三天，但是在《贤愚经》等经典当中说。他在三十三天和帝释天王平起平坐，相当于以前所说的一字并肩王，基本上平起平坐，分半坐，还没有完全统治三十三天。他供养的物品很少，就是七颗豌豆，因为供养的对境很殊胜，是功德圆满的福田，当时他的心也很清净。在有些公案当中也讲了，最后他对帝释天生起了一个恶念，想把他杀了，然后自己取而代之。当他生起这个恶念之后，福报消耗尽了，就从天下掉下来了。据说帝释天王也是迦叶佛的前身，属于很殊胜的菩萨士夫。因为我乳转轮王对他生起一个恶心的缘故，把剩余的福报消耗尽了，从天界堕落了下來。

[797] 以前我们也讲过，看到过一个公案当中说，虽然他在供养豌豆的过程当中，整体来讲都是清净的，但是在供奉的过程当中，生起了一念恶念，这是一个等流，最后他还是因为这一念恶念从天界堕落。为什么要对帝释天突然生起恶念呢？他是和三十几代帝释天平起平坐的，在最后一代帝释的时候，他就生起了恶念，也是有一个这样的等流。

[798] 这说明了什么问题呢？因为他在供养豌豆的时候，大多数的时候是清净心，所以他在绝大多数的时间当中都是因此感受清净心供养佛陀的果报，都是非常安乐、一帆风顺的。由于他后面夹杂了一念恶心的缘故，最后也是因为一念恶念堕落下来。如果没有生起这一念恶念，下来的方式可能是比较平和，或者让我们容易接受的方式。肯定不是从天界掉下来，掉到自己旧王宫的门口，一无所有，在说了一些偈颂之后，就悲惨的去世了。“虽降银雨，贪者无满足，智者于妙欲，知苦多无益”，就是说贪欲心很可怕，让大家约束自己的贪欲。

[799] 在《贤愚经》当中讲了，我乳转轮王就是释迦牟尼佛的前世，释迦牟尼佛也曾经有这种过往，这个案例给我们的启示也是一样的。我们在做善法的时候，为什么要通过三殊胜来摄持？如果用三殊胜摄持的话，善法的本体就会很清净。刚开始一定要调整好自己的心，首先用菩提心来摄持，中间是正行无缘。正行无缘有两种，一种是相对胜义的，安住空性当中的正行无缘；一种是相应世俗谛的正行无缘，就是不散乱。在这个过程当中，我们一心一意的按照清净心或不散乱的去做善法，完了之后马上要通过清净的心来做回向。如果有了初中后三个步骤，善法相对来讲就很清净了。

[800] 讲完课以后，我们有一个习惯。就是回向之前，如果这个过程有过失，就要忏悔，先忏悔清净了，然后再回向善根。如果我们保证不了在这个过程当中不会生起恶念，那就在回向之前也先做一个忏悔。比如我在放生的过程当中生起了恶念，首先在三宝面前忏悔这部分的过失，然后剩下的清净善根再做回向也可以。

[801] 这就是通过很小的供品获得巨大福德的事例，这里说的不需要积累很大的福德资粮的意思，就是说不需要动作，也不需要很多的東西来积累福报。通过很少的东西在很短的时间内就可以积累起殊胜、广大的福报。如果我们去看《贤愚经》当中的这段公案，描绘得特别的详细、殊胜。当时他作为我乳转轮王的时候，从三十三天堕下来之前都是特别的顺利，而且他的威势、威力根本无法阻挡。当时他往天界走的时候，也有很多天人不愿意让他们上去，在路上设了很多障碍。他的谛实语、威德力，别人根本挡不住。后面到了三十三天的时候，那些守护神也是试图把门关了，不让他进去，他也是通过



11 积累资粮 (119-125)

自己的威德力一下子把所有的门全部打开。比如弹弓或者吹海螺的声音，把这些打开。他的威德力特别大，甚至于阿修罗王来三十三天寻滋生事的时候，这些天人乃至于帝释去作战都打不过，他一出去马上就降伏了，力量就是这么强大，在《贤愚经》里面把这些前因后果讲得特别详细。

[802] 这么大的威德力，就是用七颗豌豆，以信心供养德护如来的功德所导致的。我们看到这些案例的时候，也会生起信心。虽然我们没有生于佛世，但是现在还有佛陀身相的代表、佛经，也可以在殊胜的僧团里面做一些供养等等，这些都是无量福德的正因。

[803] 波斯匿王的福报也是以往布施温热无盐食团的果报。

[804] 这个公案大恩上师在讲记当中也是讲了，他的福报特别大，从降生开始每天都会自动的从空中降下两只熟的野鸡，也会降下来一些甘蔗。这种福报也是因为他以前在这方面做了一些供养的等流。他做了什么殊胜的供养会有这种等流呢？他给独觉供养饮食，供养的是两只熟的野鸡。因为当时有一只掉在地上了，所以他在感受果报时，也总是有一只鸡掉在地上吃不了。

[805] 上师的意思就是说，因和果的连续性有时很奇特。我们在做布施、供养等任何善法的时候，专心专意地去做，调伏好自己的心念，认真地去供养，这样的修行其实是非常好的，这就是一个等流，因缘法则的确非常奇特。如果你的因力量大，它的果很正，没有什么欠缺。在轮回的过程当中，得到一些钱财、地位的时候，跟着总会来一些不如意的事情。这方面有可能是当我们以前在修类似善法的时候，某个细节不注意，虽然供养了，但是心态不那么专注。比如形势所迫不供养好像说不过去，或者家人让自己把钱放在功德箱里面，不太情愿地放进去。供养了善根是有的，虽然会有善果，但是他的心态没有那么情愿的缘故，所以就会有不好的东西。总而言之，我们在修善法的时候，最好是以清净的心态来做。从修行人的角度来讲，如果以一个耽著轮回安乐的心态来做一些供养、布施也是不可取的，这方面我们就不多讲了，整个《前行》中都在这样强调。

[806] 波斯匿王这么大的福德，也是因为以往供养温热食团。在很多不同的经典当中，可以说是大同小异。虽然大的方面一样，但是微小的地方根据众生的根基不同，描述也有不完全一样的地方。这里讲的是温热的无盐食团，在上师老人家讲记中引用的是供养粳米做的米饭。他吃饭的时候，有时也会出现粳米的饭，还有一些熟的相当于烤鸡、甘蔗，这些都是以前供养过的，现在可以自动受用。这里只是提到了温热的无盐食团，无盐食团相当于用米饭捏的食团，它是无盐的。温热的无盐食团这是很少的东西，而且供养的是独觉，还不是供养佛。独觉的功德和佛相比还是有很大的差距。成就独觉的果位只是积累一百个劫的时间，成佛需要三个无数劫的时间，二者之间的差别是相当大的。

[807] 我们现在做供养时，可以通过自己的定解、信心，完全相信在十方刹土当中安住着无量无边的佛陀。我们通过自己的信心在无量无边的佛陀面前，通过殊胜的物品做供养。如果我们这样去想的话，和在僧团面前没有什么差别。对于十方的诸佛、菩萨、圣僧众，以及我们没办法到跟前的殊胜佛像等所依，都能够通过清净心做一些清净殊胜的供养，这样做供养的意义是非常大的。我们要相信这些因缘法则，这是很重要的。

[808] 昔日阿底峡尊者初来西藏时，当时整个藏地要比现在繁荣昌盛得多。

[809] 阿底峡尊者当时来到西藏，“当时整个藏地比现在”，“现在”上师讲就是华智仁波切在的时代，当时那个时代更加繁荣、昌盛。

[810] 可是尊者却说：“西藏真正成了饿鬼世界，在西藏居然没有一个能享受曾经对清净福田布施一斗青稞果报的人。”

[811] “西藏真正成了饿鬼世界”，大恩上师在讲记里也分析了，当时是不是真的完全成了饿鬼世界呢？从整体的角度来讲，可能的确不是那么富裕。还有一个意思是说，因为当时译师换黄金去请他的时候，可能是用比较谦虚的词语吧，说我们西藏像饿鬼世界一样，只能找到这么多黄金供养您。阿底峡尊者可能记得很清楚，所以到了西藏就经常像口头禅一样说，你们西藏就像饿鬼世界一样。也许通过圣者的语言这样说了之后，可以遣除很多贫穷的因缘，一些不好的贫穷习气等等。有些时候圣者们的语言，圣者们的呵斥，是为了遣除很多人相续当中贫穷的习气、饿鬼的习气等等，有这样必要的缘故，所以经常这样讲。有可能是这样的。

[812] “在西藏居然没有一个能享受曾经对清净福田布施一斗青稞果报的人”，其实一斗青稞很少，假如曾经有一个供养一斗青稞果报的人，那么现在整个西藏肯定会有很多非常富裕的人，但是没有，他说观察了没有一个能够享受曾经对清净福田布施一斗青稞果报的人，就说明很贫穷。或者由果推因，这些人当中没有一个曾经做过一般性的供养。一般性的供养都没有做过，更不要说大供养。我们应该知道，如果遇到了清净的福田，自己以清净心，通过很少的资具来做供养、布施都可以得到很清净的果报。

[813] 有时候我想，这么多的佛弟子在以前肯定修了很多很多的善法。因为我们知道进入佛门之后，供养和布施这门功课肯定是要学的，也是肯定要做的。而且很多佛弟子家里基本上都有佛堂，还有很多的寺院等很多殊胜的所依，大家去寺院或者在自己的佛堂里面供水、供灯、供香、顶礼，功德福报都是非常巨大的。但是为什么现在的佛弟子里面特别富裕的看起来不太多？佛法很兴盛的地方感觉好像也不是那么富裕，这到底是什么原因呢？

[814] 我自己用分别念分析：第一，一部分善根可能现在还没有成熟，还在酝酿之中。虽然做了广大的善根，但这个善根可能还正在酝酿，还没有完全的成熟，这种可能性也存在。第二，有一部分人修的善根可能成熟了，因为他们有更清净的心，有更大福报，要么解脱了要么到净土去感受更清净的福报了。第三，还有一部分人通过很广大的供养布施，可能已经生到天界去了，他们福报很大，不会再投生到这个地方。因为有如是的因就有如是的果，他有这么大的福德一定会相应他的福德转生到他该去的地方。如果他福德特别大，想得到广大受用自然就会生到天界。第四，还有一些可能是生到了比较富裕的国家感受他的果报。第五，还有一部分人发愿：我的福报不要成熟在世间的受用上，愿我的福报成熟在修行佛法的地方，得到暇满人身，有清净的法缘等等。这样有一部分人可能就投生到了一些佛法兴盛的地方，但是因为他自己没有着重去发愿成熟世间果报的缘故，所以他投生的地方可能相对贫穷一点，但是他对法的信心，还有法缘，这些方面可能是特别的超胜。有各式各样的情况。

[815] 有些时候我们对因果不虚的道理可能会产生一些疑惑：这么多人修福报，比如说我们看一个法会里面有这么多的人，人山人海的，都在修行福报，按理来说，那个个都成了转轮王了！但是前面我也分析了，这么多的人这么多的情况，按照我们现在的观点来讲，可能就是已经分流了。怎么分流呢？有些去了天界，有些去了净土，有些去了富裕的国家，有些还没有成熟，而有些可能因为他自己的愿力，回向于出世间道的缘故。因为现在我们学习佛法就知道，如果财富太多、福报太大驾驭不住的话，修行佛法就会产生违缘，所以他故意回向：愿我的福报成熟于出世间道，让我投生到佛法比较兴盛的地方。也就是说财富方面不是那样圆满，但有助于修行。所以有些人，可能外在的财富不是那么的圆满，但是他的修行方面，道心还有修行的种姓等是很超胜的。可以这样来理解。

[816] 比如，藏区就是比较典型的，修行环境特别好，气候、海拔等方方面面对于修行现证心性很有利。因为如果要做禅修等修行，天气太热很容易昏沉，但是稍微冷一点的地方，打坐修行相对来讲不太容易昏沉，所以气候冷一点对禅修等修行来讲是很好的；还有雪山对修行止观方面也是很好的，在无垢光尊者的《禅定休息》里面，对选择修行禅定的地方就有很多要求。一观察的时候，很多修行人的福报都是成就在自己能够修行证悟的地方，在这方面成熟了，所以外在的福报不一定有那么大。

[817] 我们自己学了佛法之后就知道，真正愿意解脱的人，没有几个愿意将自己的善根回向下一世当一个大富豪，或者下一世转生天界，真正观察的时候，这些没有什么大的意义。所以很多人发愿说：如果我有福德我死了之后就往生极乐世界，或者让我的善根继续成就一个暇满人身修行佛法。善根都是通过自己的愿力成熟。

[818] 对于有些人的疑惑，大概可以用这样的思路去理解。

[819] 有些人之所以对于眼前微薄的财富、地位感到稀奇罕见，原因有三：

[820] 这是对前面很惊叹的说“喇嘛钦”这种人的心态做一些分析。为什么会这么大惊小怪？看到稍微有一点财富的时候，就特别惊叹，对这些微薄的财富，地位感到稀奇罕见，这是什么原因呢？它有三个原因。

[821] 其一、自己孤陋寡闻，见识短浅；

[822] 没有见过世面的人，不知道什么叫有钱人，看到稍微有一些钱的人，就特别羡慕，特别惊叹，这就是见识短浅，没有见过有钱人。很贫穷的地方的人到了大城市的时候，一般来讲也会很惊叹；没有钱的人到了有钱人的家里也会目瞪口呆，从来没见过见到了，他会很惊叹；有钱的人看到更有钱的人享受，他也会出现这种心态。



11 积累资粮 (119-125)

[823] 一般来讲，在人间非常非常富裕的人可能想象不到转轮王到底是怎么样的富裕？他根本就想象不到的；人间最圆满的人，他也没有办法想象四大天王天的受用、三十三天的受用；三十三天的天人也想象不到夜摩天的受用、兜率天的受用，乃至化乐天和他化自在天的受用。福报是一层比一层高，其实我们没有见过所谓巨大的财富，根本想象不到。那么大惊小怪，是孤陋寡闻导致的。

[824] 其二、对于现世过于贪著；

[825] 太过于贪著现世，对财富和地位太执着了，所以见到稍微有一些财富和地位的人就特别仰慕，他的这种惊叹是由仰慕的心态发出来的。对现实过于贪著的时候，就特别羡慕这些稍微有财富的人。他把这些作为他奋斗的目标，自然而然就有这样的心态。

[826] 其三、并没有一五一十地懂得前面所说无忧树之果等要诀的因果规律或者只是懂得而没有诚信。

[827] 第三个也是最重要的一点，就是说并没有一五一十地懂得前面所说的因果规律，对于因缘法则和因果规律没有懂。前面讲的，无忧树的种子和无忧树的果之间的关系，无忧树的种子比芥子还小，但是无忧树长大之后，特别地高大，它结的果也是特别地多。所以因果规律、因缘法则，就是很少的因可以生长无量果。对这样的因果规律没有了解，或者有的时候懂了但是没有诚信，如果有诚信就会觉得这个没有什么。

[828] 如果诚信了因果规律，看到富裕人的时候，自然而然就会觉得：这个人有这样的钱财，按照他当前的财富来推他以前的因，他并没有做很大的善法。否则的话也不会在这儿见面，有可能会在天界见面，在这个地方见面的可能都是以前没有做过很大福报的人。比如这个俱乐部是十万俱乐部，在十万俱乐部见面，就说明他的财富可能不是太多。所以通过他当前的财富，可以推测他以前可能没有做太多的福报。

[829] 小小的因可以得大果报，无忧树这么小的种子可以长很大的果。由果推因的话，就知道他以前可能没有做太大的福德。反过来讲，如果我现在通过清净心做福德，那么以后我的果一旦成熟了要比这些福报多得多，没有什么可羡慕的。如果要超越他这些福报，可以说是轻而易举。真正来讲，的确是这样的，不是一种安慰的话。为什么这样讲呢？因缘法则就是这样的。我们对因缘法则要产生诚信，要相信今天我供养的这一盏灯，供养的这一杯水，它的力量是特别地大，善因的力量是非常巨大的。

[830] 前面讲到因果之间的规律，我们在讲第四个引导的时候，讲到了因果不虚。因果不虚的法则就是未作不遇，已作不失，还有一个是因果增长广大。未做不遇，如果没有做就不会遇到；如果已经做了这个因，那就是已作不失，已做了就不会消失的，也不会空耗的；然后因果之间的规律是增长广大的，一点小小的因会长成很大很大的果。我们了解之后，就不会对现在稍微有一点福报的人产生这么大的羡慕，这是没有必要的。

[831] 因此说，如果我们真正想要获得一些利益、财富，只需要遇到一个殊胜的福田，在短短的时间当中，通过清净的心做一次供养，就可以获得非常广大的果报。

[832] 因此，如果相续中真正生起了无伪的出离心，那么即使见到现世中那些富如龙王、高如虚空、厉如霹雳、艳如彩虹的人，也一定会认识到这些没有芝麻皮许恒常性、稳固性的实质，进而必然像胆病患者见到油腻食物一样感到恶心、厌烦。

[833] 分析了前面的那种心态，也教育了我们应该产生什么样的正确心态之后，华智仁波切又引导我们，对于以前我们曾经羡慕过的这些财富，要有一个正确的认知，引导我们生起出离心。出离心就是对于轮回的一切欲妙，和整个轮回的快乐，了知它没有实义。通过四加行等的引导，让相续当中真正地生起了无伪的出离心。无伪的出离心就是不虚假的，真正地一心一意想求解脱，整个轮回不管是转生到哪一道都没有真正的快乐，都没有真实的利益。

[834] 通过我们自己观想轮回的痛苦，把整个轮回的痛苦观得很纯熟，生起觉受入到我们的心中之后。观想地狱道的时候，这个的确是没有什么可贪著的，不去。再观想饿鬼道，饿鬼道的方方面面观想得很细致，也没有什么可去的。旁生道呢，把所有旁生道的状况观察好，包括有些比较好的，比如说转生为一只熊猫，感觉不错呀，似乎还可以呀；看到那只哈巴狗好像还行，是不是这样的也行？不错；或者感觉到那只猫长得很漂亮，是不是我下一世会这样呢？反正把这些也观进来。

[835] 观旁生苦的时候不要只观那些特别悲惨的旁生，悲惨的旁生你观了之后当然肯定是不愿意转生的。一头猪，你肯定是不愿意转生的，但是如果换一个熊猫，国宝级的待遇，去某个地方是坐专机，一些国家还专门给它修了一个宫殿，花了好几个亿，这个好像是不错的。是不是产生了这样的羡慕之心呢？有可能就会发愿以后转生为熊猫，或者转生为很高贵的马、狗。要这样观想：其实转生成这些动物，它们也是很笨笨的，没有自在，没有自由。把它有可能产生的过患，一一地详细地去了解，转生成这样的旁生，其实也没有什么真正的意义，要否定，不转成这样的旁生。

[836] 然后再观察：我转生人，现在我这个人怎么样呢？像引导文里面讲的一样，人首先就有生老病死四大苦河，然后是爱别离怨恨憎恨…，一个一个地去观想。富裕的人有富裕的痛苦，高官有高官的痛苦，底层人有底层的痛苦。各式各样的都要走近慢慢地去观察。不要抱着一种想法：他不可能有痛苦，他一定是很圆满的。不要这样去想，比较客观地去观察这些人的实际的痛苦。

[837] 《四百论》当中讲：“劣者从身生”，一般来讲劣者都是身苦，比较下劣的人或者一般的人，他的痛苦来自于没有钱财，身体方面的痛苦多一些；“胜者为意苦”，比较超胜的这些人，他的痛苦基本上是从内心当中产生的。比如说这些富裕的人，他是不会缺钱的，但是他所操的心，也不是一般的人能够体会得到的。那些高官也是经常操很多的心，有些时候只看到他表面上的光鲜，出行的时候又是保镖又是警车开道，但是他有很多操心的地方。有些当了几年总统之后，头发就白了，也是操心操出来的，所以他也有很多的痛苦。这些我们稍微去观察一下就知道了。

[838] 他还是一样有生老病死，他的苦苦，变苦，行苦都是一样的。不会因为他是一个特殊的人，是一个富翁的缘故，是一个领导人的缘故，就没有生老病死了，就不会有爱别离、怨恨会了，照样会有。这些痛苦都是有的，只是因为我们没有带着一个真正想要去了解的心态去观察，如果真正去观察就会发现，也是一样的。

[839] 以前有一个比较流行的节目《变形记》，我们可以在自己的思想上做一个变形记，观想把自己变成一个总统、富翁，然后想：如果我是这样的话，那我会遇到什么样的情况，也会体会到他的一些痛苦。体会到之后，从变形记还原，你就会想：如果我变成那样的人，还不是一样的？还是有很多操心的事情，还是有很多的痛苦！生老病死照样有，爱别离、怨恨会还是有，亲人该死的还得死，不和睦的因缘还是有，没有什么差别。所以也没有什么值得羡慕的。

[840] 然后慢慢很仔细地想：其实我以前不了解，很羡慕，现在我不圆满，但是通过我自己的打拼以后可能会圆满；接着想，现在已经达到了你思想里面追求高位的那个人，你去观察一下他的状态，他其实还是有一大堆的痛苦、烦恼。只不过处在低位的痛苦，现在没有钱的痛苦，富裕的人他是没有的；但是富裕的人，他现在内心当中的痛苦你也是没有的。所以当你在羡慕坐在防弹车里的高官的时候，他看到你在街边走路，可能也很羡慕你：这是很自在的，想去哪就去哪。

[841] 我们观想的时候自他相换，把自己换成他人，有的时候想一想就会体会到他人的一些痛苦，其实来讲没有什么可羡慕的。不要说我没有变成他，即便我变成他了又能怎么样？还是一样的，仍然有生老病死，没有什么差别的。在人道当中以后转生到某个更富裕的国家，其实都没什么差别的。

[842] 然后再观想阿修罗、观想天人。引导文里面讲得很细致，就是让我们通过观想去体会。体会之后就知道，反正转生的地方就是六道，一个一个否定之后就没有什么可贪恋的了，都不是那么圆满，都有各种各样的痛苦。这样就生起了真实的定解，前面讲的是无伪的，不是虚假的定解，真正完完全全发自内心地认为，六道的确没有什么安乐可言。只有追求解脱，才是唯一的一种出路，再观想解脱的利益。这样一对比之后，内心当中就会生起无伪的出离心。

[843] 有了出离心之后，“即使见到了现世中那些富如龙王”。龙王虽然是旁生道，但是它以前做了很多的布施和供养，福报很大。它有神通，能大变小，小变大，变换成各式各样的形象，也可以行雨、飞行，它的财富也是特别地圆满，有很多不共的财富。它以前做了很多的布施和供养，但是因为它的戒律守得不是那么圆满，不是坏了根本戒，是一些支分的戒律守得不太圆满，所以就导致转生为龙王。转生为龙王之后，特别的富裕，所以业是很复杂的。我们前面说，修行人里面造了这么多福德的人转生哪去了，可能有一部分人就转生到这儿来了。所以他做了很多的福德，但是戒律守得不太圆满，就转生成龙王这感受他自己的财富，福报很大，但是也有它一定的痛苦。



11 积累资粮 (119-125)

[844] 即便看到特别富裕的，就像龙王一样富裕的人。“高如虚空”，地位很高，像虚空一样，高不可及的地位。“厉如霹雳”，“厉”是说特别威严，就像霹雳一样，有些人的眼神、气场，还有权势都是非常地威严，很多人不敢违逆，也没有办法违逆，就像霹雳一样，闪电霹雳打下来的时候，是没人能阻挡的，力量是特别大，有些人厉如霹雳。“艳如彩虹”，有些人长得很漂亮很美丽，就好像彩虹一样艳丽。

[845] 但是即便看到以上这些人的时候，“也一定会认识到这些没有芝麻皮许恒常性、稳固性的实质”。因为对于整个轮回已经做过非常细致地观想，对各种情况都已经观想过了，内心当中都有一定的感受。如果以前没有观想的时候可能羡慕过，发愿要成为这种人，但是当修了出离心，内心当中有了出离心之后，重新再通过出离心的眼光审视这些非常富裕的人、地位很崇高的人、很威严的人、很美丽的人，就觉得其实没有芝麻皮许的、一点点的恒常性，都是无常的、变化的，没有什么稳固的实质。如果它是恒常的、稳固的，那么去追求也可以，但是完全没有。

[846] 世间当中有太多变化的事例了。特别富裕的人，尤其是现在，在一夜之间财富可能就没有了，比如股市里的财富，一下子就蒸发掉了，这方面的事例也特别多。以前古代也是一样的，皇帝下个旨意，抄家就抄了，所有的财富就没有了。地位很崇高的人也是一样，皇帝也有可能一下子成为老百姓；地位很高的官员在短短的时间当中就下来了，现在有很多这样的，大家都知道，从几年前开始，很多高官也都下来了，所以没有稳固性的。很威严的人、很美丽的人也是一样的，没有什么稳固性的。所以说没有什么恒常稳固性可言。

[847] 既然没有稳固性可言，那么内心当中自然而然就不愿意去追求了，这些不是向往之处。“进而必然像胆病患者见到油腻食物一样感到恶心、厌烦”，有些人的胆有问题，生胆病的时候，他是不能吃油腻食物的，不要说吃了，就是看到都不行，都会恶心，所以就找些清淡的食物来吃，油腻的食物看到就恶心、厌烦。

[848] 内心当中生出出离心之后，他对于以前没有境界之前非常向往的、很有兴趣的世间的事物，乃至整个世间、整个轮回都发现其实并不是那么美好。以前是不知道，现在认识到之后，并没有像以前认为的那么美妙，它其实有很多的过患，而且背后隐藏的过患远远大于它表面上能够给我们带来的所谓的利益。但是如果你不观想，不去深入了解的话，绝大多数人都会被表面的光鲜所蒙蔽，然后不惜一切的代价想要追求这些。有的时候就是满足虚空心，有的时候得到一些暂时的利益，但得到之后还是有很多的痛苦。

[849] 所以应该多去观察这样的情况，不管是新闻也好，还是案例也好。看的时候我们带什么心态去看呢？用出世间的眼光来审视这一切事情，其实这一切的都没有什么真实的意义，即便是我奋斗到了这个层次，一下子得到了很多钱财，成了亿万富翁或者百亿富翁了，但是会不会也像这些人一样有痛苦？财富蒸发了，或者即便没有蒸发，但每天为了保护自己的财富，要去操劳很多，除了操劳之外，还有很多的担心。痛苦太多了，如果我们专门去挖掘，可以挖掘出很多不共一般普通人的痛苦。

[850] 我们一定要知道，普通人有痛苦，有钱的人、有地位的人也有他们的痛苦，都是不共的，他们操心的事情一点也不比普通人少。拥有一个企业或者一个财团的人，他其实有很多担心，比如担心恶性竞争，或者在一个国家投资，如果政策突然变了怎么办？以前是有支持的，现在不支持了怎么办？担心这样的事情那样的事情，特别地操心。一个老百姓他可能不会操心这么多，但是他要操心学费、房租…，这些事情他还是要去操心的。

[851] 所以整个轮回当中，不管是上还是下，各式各样的状态都有他们各自不共的痛苦。为什么讲这些呢？假如以前在观轮回痛苦的时候，没有刻意地去观，还是很有必要返回头再重新审视一下轮回过患这个引导，一定要好好地去看。

[852] 因为只有通过这样的观想，我们才对整个轮回的实际状况产生一个正确的认知，以前大概观了一次，就觉得是很苦很苦，但内心当中并没有完全认同，所以还在追求。一方面口令在喊苦，一方面没停息追求财富的脚步，这就是因为没有对轮回痛苦本身产生一定的认知。当然主要是说心里面没有停息追求，并不是说你观了之后，啥都不干了，也不是这个意思。

[853] 其实所有的世间事物，真正观察的时候没有什么值得羡慕的，不要说稍微有点地位、有点财富的人，即便看到富如龙王、高如虚空一样的人，自己也不会生起丝毫的羡慕心。虽然现在我们没有生天界，没有见过天界，按理来讲，天界潜在的诱惑力还是很大的。因为没见到，我们可以说：我完全可以不执著，我绝对不会贪著的。但是，当你看到了天界的第一眼起，你的心态有可能就变了：哇，没有想到这么圆满。

[854] 天界肯定是很圆满的，我们在内心当中要再再观想。天界的的确确特别圆满，基本上和净土一样的，类似于心想事成，想什么有什么。这在人间是不可能的，人间只不过祝你心想事成，但天界真的就是心想事成。在观想的时候，要很仔细的去观，哪怕哪天到了天界，虽然第一眼、第二眼可能被震撼了，可能也是动了一点小念头，但是因为内心当中这个法修得很深的缘故，修法的力量就会起作用，就知道这只是天界，虽然看起来很好，但是隐藏了很多很多的过患。

[855] 所以，我们对于轮回的过患还是要认真的观，要在内心当中产生感觉，产生无伪的出离心。

[856] 当然，为了今生的受用圆满精勤积累资粮对世间平凡人而言倒也勉强说得过去，

[857] “今生的受用”也包括轮回的受用。“为了今生的受用圆满精勤积资”，比如说为了这一世受用圆满，供养僧众或修财神；为了后世能够生天或者能够得到更圆满的财富，现在下大功夫去供僧，或者去做很多的福德，修庙、做佛像、印佛经等等。对于追求今生后世的轮回圆满的平凡人来讲也可以，勉强说得过去，这样做善根，保证后世不会堕落，或后世不会贫穷，也是可以的，肯定比堕恶趣强。

[858] 但是沾不上出世间的正法的边，

[859] 但是对于想要修出世间道的人来讲，这种一心一意的为了今生后世的圆满而奋发，就和出世间的正道沾不上边了。

[860] 为什么这样说呢？因为，如果是一位希求获得解脱果位的真正修行人，就必须像前面三番五次所强调的那样，做到如丢唾液般抛弃现世的一切贪执，

[861] 作为一个希求解脱果位的真正的修行者，必须像前面共同前行当中三番五次所强调的那样，做到像丢唾液一样。我们擤出的鼻涕吐出的口水，不会有什么贪著的，丢弃之后不会有回头再把它捡起来的想法。所以我们要做到像丢唾液一样抛弃对现世的贪执，现在我们对现世是太贪执了，已经超过了我们福报能够承受的程度。

[862] 有些地方讲，如果你的福报是自然形成的福报，或者通过你自己正常的努力获得的福报，不用刻意的舍弃，但是你的贪执特别大，为了追求更多更大的福报做很多不切合实际的规划，然后朝着这个不实际的规划目标，去做很多的劳作，这是属于严重的贪执。这种贪执是需要去掉的，不必要的。

[863] 背井离乡，奔赴异地，

[864] 华智仁波切讲的这个标准主要是针对出家修行人，或者舍事的瑜伽士来讲的，与我们现在的情况不是完全相同。他们没有家庭等的牵挂，因缘成熟之后，就可以背井离乡，奔赴异地。因为在家乡有很多熟悉的人，有很多怨敌，有很多事情要处理，如果背井离乡、奔赴异地，相对来讲环境是个陌生的环境，所以不会有太多的应酬。

[865] 唯依静处，

[866] 奔赴异地之后依靠寂静处，比如道风很纯正的寺院，或者森林当中，山洞里面等等，在寂静处一心一意的修法。

[867] 罹患疾病、乐观对待，

[868] 如果患病之后很乐观对待。当然这不一定是指离开家乡的人，即便是现在城市里面的修行人也是一样的，如果罹患了疾病也要很乐观的对待，因为他知道整个轮回就是这样的本性。本来患病之后会很痛苦，但是因为对身体太过于耽著的缘故，在患病的痛苦之上，又加了操心、担忧，又叠加了很多的痛苦在上面。所以告诉我们，如果罹患疾病乐观对待，就是把它看淡的意思。

[869] 死亡临头、坦然面对而精进修法。

[870] 如果死亡要临头了，自己也是很坦然的面对死亡。真正要做到坦然面对死亡并不容易，一定是很强大的原因来支持它。但在世间当中也有一些人视死如归的，他有自己的信念理想，为了实现自己的信念理想，虽然要死了，但是视死如归。对于修行人来讲，怎么样支持我们视死如归，死亡临头坦然面对？主要是提前观想死亡无常。



[871] 生死是连在一起的，如果生了，那必然有死，世间规律就是如此的，每个人死亡都会到来。而且轮回当中，死亡已经到来无数次了。对于现世来讲，每个人生下来之后，由于众生的我执就会对自己的身体、生命特别地耽执，就怕死了之后“我”消失了。所以死亡到来的时候很慌乱、很恐怖，然后开始做各式各样努力，没办法做到坦然面对。

[872] 但是修行者就提前进入佛法修行，比如，对我们来讲，学《大圆满前行》第二个引导就是寿命无常，也就是进入佛门不久我们就开始接受死亡的培训，这是很有必要的。我们要知道死亡是一个很正常的现象，每个人都是要经历的，所以要经常观想死亡无常。如果观想得很纯熟，当死亡到来的时候，就会觉得没有什么——经常观想的死亡现在来了，只不过以前是观，现在死亡真正到来了。就可以坦然地面对死亡。

[873] 有些地方说，直视死亡的脸，不回避，眼光不游移，你直视他的脸就行了。死亡和生是一样的，众生喜欢生而恐怖死，但是生和死其实没有什么大的差别，生了之后马上要死，死了之后要重新生，生了又是死的开始，就是不断的轮回，不断的复制。所以经常性的观修死亡，当死亡临头的时候就会坦然面对。

[874] 当然，单单观死亡无常就可以了么？不是，只是从某个侧面来讲可以。因为在死亡无常的训练课程之后，还有一个后续的课程，并不是说观想我要死了就可以了，同时也要观想在死亡到来的时候，拿什么去面对死亡？这就要多修善法，你修了很多的善法，才有把握。比如说一个每天都精进修行善法的人，即便是下一分钟就要死了，他觉得：下一分钟死了也可以，已经修了这么多的善法，死亡到来了我的善法也会起作用。他就不会有什么后悔，也没有什么恐怖的。

[875] 前面说，对死亡恐怖是担心“我”灭亡，没有了，就是一种俱生我执的体现。但是对修行人来讲为什么害怕死亡呢？担心自己没有准备好，我的资粮还没有修够，所以，害怕死亡突然提前来了，也有这种恐怖。

[876] 对于死亡，有的人是不了知，有的是很避讳，有的是没有准备好。但是如果自己每天都在修善法，而且相信善法的力量，相信以清净的心顶一个礼、供一盏灯、念一句佛号、听一堂课的功德都特别大。如果我们完全相信，经常去做这些，准备迎接死亡的资粮，这样就没什么恐怖的。尤其是净土的修法修得好的，经常祈祷往生极乐世界的人，如果知道了下一分钟死亡到来，马上开始准备，死亡来了正好趁着这个机会往生极乐世界，要和轮回说再见了，这是他很高兴的事情。

[877] 所以拿什么面对死亡呢？第一个多观修死亡无常，第二个就是多修善法，这样自己就没有任何的恐怖心。针对一个佛弟子来讲这是应该有的信念。为什么讲这些呢？因为有时候强调福德，说功德很大，我们的心自然而然就想：这么大的福德，我修善根以后得到很大的财富。心不知不觉就转到世间法上面去了。

[878] 所以，华智仁波切讲完了积资之理之后，马上就要给我们敲个警钟：你要知道这些世间的财富即便你得到了，意义也不大，最好是生起出离心。如果你以出离心摄持来修集善法，就会成为解脱的助缘；如果以菩提心摄持就会成为成佛的助缘；在修菩萨道时，如果你有资粮，也会成为自己生死当中一种安乐的因缘。

[879] 一位弟子曾经问无等塔波仁波切：“在如今的末法时代，对于一个修持正法的行人来说，很难得到衣食资具，我们是修财神法还是修学摄生术（避谷术，金丹术。宗教徒凭借花草药石以求延年益寿之术），或者干脆走向必然的死亡？到底怎样做才好呢？”

[880] 无等塔波仁波切即岗波巴大师，他的弟子向上师请问。“在如今的末法时代，对于一个修持正法的行人来说，很难得到衣食资具，”我估计这个修行正法的行人可能是一位在静处修行的人，因为如果是在家的俗人，一般来讲通过他自己的劳作找到一些衣食不太困难；如果是在寺院里面的出家人也不是太困难；有些修行者、瑜伽士，在山洞或在深山等很僻静的地方修行，可能不太容易找到衣食。可能是这种情况。

[881] “我们是修财神法还是修学摄生术”，对这些人来讲，是修财神法好，通过修财神来得到资具呢？还是修学摄生术？摄生术类似于一种取精法，精就是精华。修摄生术，自己不吃东西，就通过修摄生术来延续自己的生命。“或者干脆走向必然的死亡”，还是说根本就不管，找不到就找不到，就等着饿死算了，那么是不是这样干脆走向必然的死亡呢？三种选项，到底怎么样才好呢？其实岗波巴尊者把三种选项都否定了。

[882] 仁波切告诉他说：“即使修财神法，但如果没有往昔的布施果报，也很难以达到目的，而且内心想如理如法修行的人为了今生利益去修财神法也是矛盾的；

[883] 仁波切先否定了修财神法的想法，他说即使修财神法，如果没有往昔布施的果报的话，修财神法也很难达到目的（就像前面讲的公案一样）；如果你有前世的福德，但是内心当中想要通过修财神法来对今生做利益，那么修财神法得到了财富又和如理如法修出世间的想法矛盾了。所以这方面不是太好，对于这个弟子来讲他是这样讲的。

[884] 当然财神法出现在世间对一些弟子肯定是有用的，不是全部否定了，并不是这个意思。至少是针对这个弟子来讲，你不用修财神法，如果你没有善根修财神法也修不动修不成，如果你有了财富之后，心也很容易被财富所转，转而追求世间道，所以你不要修财神法。对他来讲是这样否定的。

[885] 为什么这样讲？也有很多大德专门造财神法仪轨，也讲它的功德，这个仪轨出现在世间对某些弟子也是有用的，有些大德也鼓励弟子修财神法，所以也是有一定的作用和必要性的。

[886] 摄生术也是同样，在繁荣兴旺的古代，土石水木等营养充足的当时倒是容易修成，而在营养已经殆尽的现代，修摄生术也不可能获利；

[887] 摄生术以前也叫做取精术，精就是精华，取什么精华呢？外面的器世界的地水火风里面有很多很多的精华元素，有一种观想方法，通过静坐观想地水火风的很多精华变成光明进入到自己的身体里面，补充自己身体所需的能量。

[888] 在《文殊语狮子》里面也有一段：通过观想光明进入到自己的身体，也是类似于把隐藏在地水火风里面的精华通过观想摄入到自己的身体里面。还有不是通过观想，而是通过采集一些特殊的石头、木头等等配制成药丸子，通过这样的方式把精华摄受到一个丸子里面，然后念咒之后吃一颗，有时候七天之间不饿，有时候二十天不饿。因为丸子很好带，在山里面闭关，你如果有一小口袋的丸子的话，一两年当中根本不用下山的，就吃这个。

[889] 这就是摄生术，通过摄受四大精华的方式来养生，来维持你的生命。类似于汉地的辟谷，辟谷术也分很多种，有些辟谷完全不吃的，只是服气；有些辟谷可能吃一点点替代的东西，喝点水，吃很少的东西。

[890] 这些就叫做摄生术，塔波仁波切说如果在古代容易修成。塔波仁波切是宋代的人，对我们来讲也是古人了。塔波仁波切说：在我们的古代，那个时候营养很好，四大的精华很多，那个时候有方法稍微观想作意一下，很自然就修成了，你要配药丸、配丸的力量也特别大。那个时候容易修成。

[891] 但在“现代”，“现代”对我们来讲是宋代。如果宋代四大都没有营养的话，那现在修摄生术可能更困难。现代修摄生术不可能获利，因为地水火风的精华是跟随着众生的福报而变化的，现在是五浊恶世，越往后走越恶劣，很多东西原有的精华逐渐就会自动消散了。比如以前粮食里面的精华多，食用粮食、蔬菜很容易补充自己的体力，让自己的身体健康，但往后走的时候，同样的饭菜，同样的东西，精华就很少了，然后里面不利于身体的因素相对来说越来越多。但是对我们来讲现在还不是最糟的时候，再往后走可能越来越差。

[892] 虽然现在看起来好像科技很发达，但是综合来看，其实有很多隐患。转基因粮食可能是大家比较担心的事情，转基因食品到底怎么样，现在还在辩论中，类似于这种情况以后可能也会很多。地里面的精华会越来越少，因为众生的业很重，福报也没有了。因为外面的器世界和内在的有情世界也有一种互动，当内在的福报强劲的时候，外在的环境相对也是强劲的，当内在的因素众生的福报越来越差的时候，外在的环境相对来说也越来越差了。所以现在各式各样的天灾人祸都很多，非常频繁，众生的烦恼、业、痛苦也是各式各样的层出不穷，这些都是一体体现吧。

[893] 现在摄生术很难修成。但是上师也讲了他在丹巴的时候，在德钦朗巴前世闭关过的一个山洞里面的，碰到一个喇嘛住在里面，通过德钦朗巴一个伏藏的仪轨修摄生术，他修成了，只是吃一点药丸就可以维持生命。所以也不是完全修不成。

[894] 我自己也得过摄生术，以前在一个喇嘛面前得过摄生术，大概知道怎么修。当然肯定是没有修成，以前在佛学院吃得特别多，现在吃得不多，但还是不少。关键还是没有生起大的希求心想要去修，生起了一两个念头：是不是要修一修啊？但是还是没有修。现在还是有这种摄生术，但是修成的人不多，不太容易修成。



11 积累资粮 (119-125)

[895] 走向必然的死亡也不合情理。

[896] 前面说干脆饿死算了，我不去找，反正财神也不修，摄生术也不修，不化缘，就这样走向必然的死亡，我在山里面如果有果子就吃，没有就算了，不吃了，饿死就饿死吧。这叫做走向必然的死亡。那么这样也不合情理，为什么呢？

[897] 像如今这样的暇满人身将来难以复得，

[898] 我们这个人身是很难得的，所有的因缘集聚了能够得到一个暇满的人身，你走向必然死亡之后，还能不能够再想当然的得到暇满人身？这个不好说，不一定，所以既然现在得到暇满人身还是要珍惜。“虽见身如怨，然应保护身，具戒久存活，能做大福德。”《四百论》当中也是这样教海的，这个身体虽然不圆满，有很多的过患，但还是应该保护它，不要依靠这个身体去造过多的罪业，也不要因为这个身体有过患就去摧残它，应该走中道，适当的保护好这个身体，这也是有必要的。走向必然的死亡相当于心理上已经把它抛弃了，这是不对的，还是要有必要的维护。因为这个暇满人身以后能不能够得到还不好说，现在既然得到了应该使用身体继续修善法。

[899] 下面就给出一个正确的解读：

[900] 可是如果内心深处真正生起一种‘死与不死都无所谓，我决定修行’的观念，那么永远也不会缺衣少食，从来没有出现过修法者被饿死的先例。

[901] 如果你的内心当中生起——死也好不死也好，无所谓，反正我就要一心一意的修行，那么在这种观念当中，就是把所有的心思放在修行上面，这个心念很真切。如果真正生起这样的观念，那就绝对不可能冻死也绝对不可能饿死，不会缺衣少食。通过这种发愿的力量，还有佛菩萨的力量、护法神的力量，自然而然你就可以具足修道的衣食，肯定是不缺的。

[902] “从来没有出现过修法者被饿死的先例”，真心诚意的修行者被饿死的先例是没有的。这也是从普通的情况来讲，有没有被饿死的特殊情况呢？特殊的也有，比如说我们熟悉的小驼背阿罗汉，大家知道是《百业经》里面的一个公案，他就是被饿死的。当然他证道之前没有饿死，因为他最后有，虽然经常找不到吃的，但不会被饿死。最后证道也是因为吃了几天饱饭，体力补充之后，他就通过这样的力量证悟了阿罗汉。证悟阿罗汉之后最后还是饿死了，这是他的定业，他以前饿死过自己的母亲。如果是定业就没有办法，也有一些圣者饿死的情况。

[903] 这是特殊的例子，一般来讲如果不是那么严重的业，一心一意的修行者不会被饿死的，不会缺衣少食。他可能不会大富大贵，但是因为饥饿而死这种先例是不会有。

[904] 我以前看到过一个这方面事例：一个印度的大德说，他自己的一条狗特别能吃，这条狗上一世可能是一个和尚，在饥荒的时候饿死了，所以今生转生狗之后特别能吃。这个说法也有，所以特殊的例子肯定有，但是普通来讲不会有的，如果有一些特殊的业也没办法。但是一般的情况不会的，因为佛陀以前发过愿的。

[905] 世尊也曾说：‘纵然发生一藏升（西藏容量单位名，约可盛青稞市制一斤又二、三两）面粉兑换一藏升珍珠的饥荒，佛陀的追随者也不会缺衣乏食。’”

[906] 大饥荒的年代，一升珍珠来兑换一升面粉。当然现在珍珠都不值钱了，但是以前珍珠可能比较好吧，很贵很有价值。就相当于一升珍珠换一升面粉，这种闹饥荒的年代，佛陀的追随者们也不会缺衣少食，他们也会找得到维持生命的粮食，这也是佛陀曾经发愿：我的追随者如果一心一意追随佛陀的修行，肯定是能够找到修行的粮食。

[907] 还有一种说法，是佛陀把他自己的一部分福报留给了后世的修行者。各式各样的讲法都有。无论如何这是谛实语，是真实存在的情况，真实的修行者有时候可能稍微微寒一点，但是绝对不可能因为饥寒而饿死。

[908] 诸位佛子菩萨们积资净障也都是为了饶益遍满虚空界的一切众生。

[909] 修行大乘道的佛子们，积累资粮、清净罪障的唯一目的是为了饶益一切有情众生。

[910] 不用说成办自己现世的利益，即便是为了自利希求获得圆满正等觉的果位，也根本不属于大乘道。

[911] 前面一段教海让我们不要贪著世间，要以出离心来摄持；这里进一步的教诲我们说：积资净障也不要为了自我解脱，积累资粮是为了利益一切有情的。所以不要为了成办自己现世的利益，即便是为了自己的利益，想要获得解脱，想要获得圆满正等觉的果位也根本不属于大乘道。

[912] 所以，无论是积累资粮还是净除罪障都必须为一切众生的利益着想，

[913] 所以，不管是修曼荼罗积资粮，或是供灯、供水，还是净除罪障修百字明，所做的一切都不要离开这是为了一切众生的利益而修行的目标。我们修所有的善法都要习惯，以前可能还不太习惯为众生利益着想而修行的观想作意的方式，但是随着修行时间的延长，为了利益一切众生而修行的这种思想会越来越稳固，最后只要做善法就想这是为了利益一切众生。

[914] 绝不能掺杂自私自利之心，这一点至关重要。

[915] 我们修学菩提心到了一定阶段的时候要达到这个目标——绝不能掺杂自私自利的心。什么意思呢？因为现在对我们来讲，有些人可能再怎么想不掺杂也做不到。有些大德说在修菩提心的过程当中，如果有些时候生起了一些自私自利的心也可以。为什么说呢？因为以前我们相续当中全都是自私自利，现在心中有三成或者五成、六成利他的心了，虽然自私自利的心还在，但是利他心的比例已经上来了，这也是一个可喜的进步。

[916] 相续当中完全没有一点自私自利的心，这是我们要达到的一个目标，我们要朝着这个目标去奋发，这是一定要搞清楚的。所以，我们在修大乘道的时候有一些自私自利的心，也不要太沮丧了，法本里面讲的是我们要达到的目标，现在是朝着这个目标在努力，在路上，就意味着还没有圆满，现在正在朝没有丝毫自私自利的目标在前进。内心当中有的时候会生起一些自私自利的心，这是很正常的，生起来之后我们就想，这不太好，尽量去调整。

[917] 我们要知道，如果完全生起了利他心，自利也包含在里面了。真正的生起了利他心，一心一意的考虑利他的时候，自己的利益也包含在内了。并不是说我也包含在一切众生当中，所以我为了一切众生发菩提心，我也是众生啊，我也得到一部分。不是完全从这个角度理解的。只要一心一意的利他，我们的善根功德就更加地强劲，所以我们在发心利他的同时，其实我们也是包含在这里面，自己的利益肯定是不缺的。不但不会欠缺而且远远要比你死盯着自己的利益去发心要大很多，这就叫做缘起法则。了知了这个之后，我们自然就懂了这种殊胜的方便。这里面讲“这一点至关重要”，已经强调了很多次了，我们一定要知道这个真正是很重要的。

[918] 倘若如此修行，那么自己的利益以及今生的幸福安乐等不求也会自然获得，如同点火的时候炊烟自然产生、播种青稞禾秸自然长出一样。

[919] 紧接前面的意思，我们担心的是：我一心一意利他，那么我的利益谁来负责呢？这里说如果我们一心一意利他的话，自己的利益自然获得，不求也自得。倘若这样去做，这样去修行的话，那么自己的利益以及今生的幸福快乐等不求也会自然获得。

[920] 这就是很奇特的因果，我们没有办法获得圆满自利的原因，就是因为我们没有把利他心修到量。就是说真正让自己获得最圆满利益的方法就是生起最圆满的利他心，生起圆满的利他心其实就是帮助我们获得最圆满利益的唯一的方法。当我们的利他心没有圆满之前，那么让我们获得圆满自利的因素就还不齐全，所以说自利也圆满不了，还没有办法自动获得这些财富；当我们把利他心这个自利的因缘修圆满了，然后自利也就圆满了。所以说一心一意的利他这种因素，是帮助我们获得圆满的快乐、圆满的利益的唯一的因。

[921] 我们心里面自私自利的成份越多，那么自己的快乐的因素就越少；如果相续当中利他的成份越多，自己获得利益的成份就越多；如果我们相续当中全都是利他心，那么自利的所有因素就圆满了。佛陀相续当中利他的菩提心圆满的缘故，佛陀的自利已经达到圆满。菩萨们的相续当中完全没有自私自利心的缘故，他自己的利益也达到了相当高的高度。所以对我们来讲思维要转变，这个逻辑我们要想清楚，就是说当我们相续当中利他心不圆满说明什么呢？说明我们相续当中夹杂了自利心，相续当中所夹杂的自利心就是制约自己获得圆满利益的一种因素。

[922] 必须要把制约自己获得圆满利益的因素去掉，这个因素是什么呢？这个因素就是考虑自己过多了，自私自利的心就是制约自己获得广大利益的一个因素。那么怎么样把制约我们获得圆满利益的因素去掉呢？第一个是了知自利的过患，第二个是修利他心，通过这正反两个方面修，利他心越来越大，自利心越来越少，利他心圆满了，自利心就没有了。



[923] 当然利他心圆满也分若干个层次，修世俗菩提心的时候有一个阶段性的暂时的圆满，利他心小圆满了。就是说我们修愿菩提心，真实无伪的没有造作的菩提心生起来了，里面找不到自私自利心，心里面就是为了利他的。但是这种圆满是不是真圆满呢？这种圆满离初地菩萨的圆满、离佛的圆满当然还是有很大的差距的，所以我们只能说是小圆满。

[924] 如果利他心达到小圆满的层次了，那么自己就可以获得很多的利益，比如说这里讲的，你可能还会不断在轮回当中流转一段时间，但是在流转的时间当中，因为你的内心当中有这么纯净的利他心的缘故，你自动会转生善趣，自动地财富圆满，内心当中不会有很多痛苦，这些利益不求而自得。所以自己的利益以及今生的幸福安乐，不求也会自然获得的。

[925] 换一个角度来讲，如果你用强烈的自私自利的心去追求，那么今生的幸福会不会不求自得呢？这是不一定的。你去拼命的追求，今生的幸福安乐不一定能够追求到，但是如果你换一种方式，你开始抛弃自利，然后一心一意利他的话，这个自利不求而自得，这是显而易见的差别。

[926] “如同点火的时候炊烟自然生起”，点火的时候没有想起制造炊烟，但是火一点起来，烟就自然起来了。播种青稞没有想去追求禾秸，但是禾秸自然长出一样。这在因果规律里面是很重要的一点，我们一定要了解。

[927] 为此，我们务必抛弃如毒般追求现世自利的这种心。

[928] 所以说追求现世自私自利的心看起来很美妙，就得到了今世的快乐，后世的富足，但是这是不能追求的，这是一个大陷阱、糖衣炮弹，如果我们去追求它的话，最后我们就会发现这是一场骗局。最初是被自己的分别念所骗了，得到了之后发现还是有这么多的问题。就像我们前面讲的一样，没有成为一个大富豪之前，每天就想如果成为一个大富豪就好了。当你成为一个大富豪之后，你就会发现，成了大富豪之后有更多的麻烦。所以可以推知，当时想要追求财富地位的心就不是很正确的心态，只不过当时不了解，由于自己无明愚痴，不了知，追求了一个不该追求的“果位”。假如说我把当时追求现世的心放在追求利他的菩提果，就不会出现这种情况。

[929] 所以我们现在就提前观想，观想完之后再回到现世当中，就可以帮助自己做一个正确的选择。每天我们都在修大量的善法，前面有两条路，一条路通向现世的安乐、后世的快乐，一条路通向解脱道，这就是面临的选项，你的善根怎么回向，往左走往右走？这个时候你要做选择了。

[930] 这个时候教言就是指南、导航，帮助我们做抉择：你应该往右走，右走是菩提道、解脱道，如果你走这条道，你不求世间的利益，其实也能够自然获得；但你选了左边的世问道，菩提道、解脱道是不用谈了，而且走上去之后你会发现还是有很多麻烦的。

[931] 所以对我们来讲，这些教言具有很强的指导意义的，学完之后，我们的心思就会调整，就像这里面讲得一样，抛弃如毒般追求现世自利的心、一心一意的以出离心和菩提心摄持自己的善根。那么在修曼茶时，在你的每一念当中，你抓的每一把米当中就包含了无量的资粮善根，当你把这把米放在曼茶盘上面的时候，就自动生成了很多善根。

[932] 这些善根怎么用呢？有了“大笔的钱”你怎么用呢？关系到你的使用方法，你就要做一个正确的选择，今天课程里面这么多的教诲，帮助我们抉择现世的不圆满，它有缺陷，然后自我解脱也不圆满，不要追求现世，应该以出离心和菩提心摄持善根，这是正确的。

[933] 今天我们的课就讲到这个地方！

[934] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[935] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[936] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[937] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

《前行广释》第124课辅导资料

[938] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[939] 离障本来帖主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[940] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[941] 发了菩提心之后，今天我们继续一起来学习《前行引导文》。虽然《前行引导文》的词句并不复杂，但是境界、意义很深，如果生起了这个境界，完全可以调伏我们的心，调伏我们的烦恼，而让我们的心趣入于实相。我们对于前行法本身不能轻视。为什么这样讲呢？因为按照一般的人的心态，对于比较好理解的、词句简单的法容易轻视，觉得很简单，学完之后懂了，就不想继续去闻思修行；对于文字很复杂的法则非常害怕，听不懂、看不懂也就放弃了。简单的法自己不愿意去下功夫，复杂的法也不愿意下功夫，想找到一个能对治自己的心，或是自己分别念完全能够接受的法是很困难的事情。

[942] 所以，我们应该对于这个看似简单的法要非常重视，法王如意宝和大恩上师都一再强调，要重视这个法。还有像果钦哲仁波切这样的成就者，他把法本一直带在身边，不管是到哪个地方，只要安顿下来之后马上就要把这个法本拿出来看几页。其实这也是给我们示范对这个法的态度。作为一个初学佛法的人来讲，对于法的重要性不一定马上能够了解，这里面讲的这些道理有时候还不完全懂，有时候大概懂了之后也没往心里走，这些都是不正确的。这些法是引导我们的心证悟实相的殊胜法要，如果没懂一定要学习，要懂得这个法，懂了之后要不断地串习，在心里生起这种超胜的境界。

[943] 《前行引导文》是很殊胜的一个引导法。前面我们也学了共同加行，对于如何生起出离心、安立出离之后的解脱，以及依止谁获得解脱？这些分别通过四加行、解脱的利益、依止善知识这几品给我们做了介绍。

[944] 依止善知识之后，主要是在善知识面前听闻调伏自心的法，而不是天天跟着上师去朝山，或者打扫、聊天，有什么需要抉择的就打个卦，觉得这样就是依止善知识。其实看《前行》里面的次第就很清楚，依止了善知识之后紧接着就宣讲了五加行。这也说明了一个问题——依止上师善知识不是干别的事的，主要是学让我们的心成熟的法要。让我们成熟的法要是什么呢？比如这里面讲的五加行就是可以让我们的心的成熟的，我们依止上师就要学修这些法，这才是真实的依止。

[945] 上师善知识是我们解脱道当中的最殊胜的助缘，所有助缘当中上师善知识最殊胜的，在依止上师这一品当中讲到了善知识和弟子应该具有的条件。为什么要讲上师和弟子的法相呢？因为上师是弘扬正法、引导弟子相续的；弟子是自求解脱的。讲了这么多的法相，每一个法相都如何升官发财等世间法没有关系的，而是和修正法有关的。这里面也说明一个问题：作为一个上师来讲他主要的工作就是引导弟子趣向于解脱，除此之外都不是他真实的事业。作为一个弟子来讲依止上师主要的任务是什么呢？学修正法才是依止上师的主要目的，除此之外都跑偏了。我们学完之后要观察体悟，除了这里面所讲的内容之外，还有很多和我们修行有关的道理。

[946] 依止上师之后，第一个是皈依，上师讲了皈依是怎么样修的，皈依的原理、对境、修法、学处等等，让我们趣入于正法、真实地趣入胜道成佛的第一步就是皈依。当然也许我们早就已经做了皈依的仪式了，皈依是一个入门的仪式，但是真实的皈依或者有质量的皈依、和成佛、解脱道直接相关联的皈依，还是要通过不共加行里面的皈依的引导不断的去串习，让我们心里面生起宁舍生命不舍三宝的决心，或者说完全知道三宝就是我们的修行过程当中的依止处、皈依处。或者说自己的内心本具三宝自性等等所有有关这方面的内容通过这样串习之后逐渐要从内心当中生起来。

[947] 不是说你参加了某个仪式，皈依的修法是让你心中生起法本里面要求我们达到的标准，作为修解脱道、认证实相，觉悟真实义的第一个标准是要在内心生起来。不是说你完成了什么数量，也不是说你参加了一个皈依的仪式，拿了一个写了“皈依证”三个字的红本本，也不是说你皈依了某某大德或者不出名的人，这些都不是重要的。关键就是内心当中要生起修皈依的觉受，要生起特别强烈的信心，对于三宝自性要认知得很清楚，对于三宝的本体生起非常清净的信心和誓言，以此作为趣入实相的第一步。我们皈依实相、真理，皈依和真理有关的佛法僧，认同了之后再修学，那么我们的心时时刻刻都在和真理、实相应。这是作为我们趣入于觉悟的第一步。

[948] 第二个是发菩提心，菩提心让我们的心量扩大，不能局限在一个非常狭隘的范围。狭隘的心的特点，要不然就相应于世间轮回法，所有轮回众生的心量都是很狭隘的，无一例外地不考虑所有众生的利益，就考虑自己的利益；要不然就是解脱道当中的小乘行者，他们的心量也不大。一个是无解脱的，一个是有解脱的，不管是没有解脱道的平凡人的狭隘心胸，还是有解脱道安住在暂时解脱的小乘行者，比较而言，对于一个本具佛性的众生来讲，把自己



11 积累资粮 (119-125)

广大无边的佛性局限在这个范围当中其实是不应该的。所以，要通过菩提心的修法打破我爱执，通过利他的修法把我们的心扩展到无边的状态。这样能就打破我们心性某方面的局限。

[949] 所谓的我、我爱执、自私自利在实相当中完全不存在，在心上面也是颠倒的分别念，我执和实相是不相顺的，所以要打破它。如果要打破实执，一方面要认知它的过患，一方面要修利他心。通过正反面两方面就把我们相续当中本来不属于心性的东西扔掉了。在扔掉的时候应该有理念来引导，本来“垃圾”应该扔的，但是因为我们无始以来习惯了这些东西，一下子让我们扔，会问为什么要把它扔了，它不是挺好的吗？然后佛菩萨就给我们讲为什么要扔，这个东西是所有过患的来源等等，讲了很多道理。讲完之后我们就认同了，原来如此，然后我们下决心扔它。虽然下了决心要扔它了，但是我们扔的时候还是不太容易。这个时候必须要按照佛菩萨给出的方法去做、去修，逐渐把我执从相续当中分离出去，这个时候逐才可以获得真正的成功。

[950] 通过一系列的修行之后，我们的心里没有了本来不存在的颠倒，然后离实相就更近了一步。而且确定了目标就是觉悟实相、成佛利益众生等等，这也是我们修菩提心的一种原理。

[951] 第三个修金刚萨埵。为了觉悟实相，必须清净无始以来的身语意所造的业。就是身语意的行为导致了不好的，或者暂时看起来是好的，但究竟来讲不好的种种业的痕迹都要去掉，这些存在是我们认证心性的违品。在金刚萨埵修法当中动用了很多最殊胜的净罪资源，所有有效的东西都在里面了：第一，金刚萨埵本身是净罪最有效的本尊；第二，四对治力是有效的一个净罪的体系；第三，这里面也有对净罪来讲最殊胜的菩提心；第四，有观罪性本空的空正见；第五，金刚萨埵修法里面比较简略的讲了等净无二见，如果有密宗的见解就很清楚，其实这也是属于密宗的不共的特点。所有帮助你净罪的因素在这个修法里面全部集中了，只要认真去修很快就可以把你的罪障清净掉，把这些违品扫除掉。

[952] 现在我们学的是积累资粮，为了让我们在认证心性的道上面更加的顺畅，就要具备很多的顺缘。具备顺缘这里面讲了两个部分：一是通过上供的方式，即通过修曼荼罗供养的方式在短时间当中就可以积累起非常殊胜的深厚的资粮。还有一个就是通过今天我们要学的古萨里修法，把我们最珍贵的身体做上供和下施，打破自己对身体的耽执，通过这样的方式来积累资粮。

[953] 另外，如果要积累资粮，放不开手脚或者有时候违缘比较大的原因就是身执，对我们身体有执著。怎么样打破对身体的执著呢？这里面就给出一个殊胜的修法——施身法，即通过古萨里的施身法来打破我们对身体的执著。如果通过这个修法能够放松或者打破对身体的执著，我们做布施、持戒、安忍等修法，就会比以前更加得心应手，更加容易趣入这些修法的本质、核心的要义。否则一方面我们说要修布施、持戒、安忍，一方面又对身体抱着很大的执著，这是互相牵扯的两种力量。你要做布施的时候想：“我把这个东西布施出去了，我身体怎么办？我保养我的身体也需要花钱，高档的东西对我身体更好。”像这样如果对身体的执著很重，有的时候就舍不得把钱、物品布施出去。所以，身执也是一个障碍。

[954] 持戒也是一样的，不能守持戒律还是因为对于身体过于执著，不管是杀生、偷盗还是邪淫、妄语等等，其实都是因为对身体执著的缘故，所以没办法把佛经论典当中所讲的持戒的修法做得很圆满。

[955] 修安忍也是一样的，为什么我们觉得安忍特别难修？还是因为我们对身体很执著的缘故，谁骂你一下或者说你很胖、很丑，就觉得冒犯了我，这个还不就是对身体的执著吗？如果减弱了对身体的执著，就会觉得没有什么，不会有这么大的反应。

[956] 精进也是一样的，为什么有的时候我们精进不起来？“太精进了我身体会不会垮掉”。很多方面都是和身执有关。佛法总的修法都是引导我们放弃对轮回、受用、身体不必要、过度的执著，引导我们认清这种实际情况。认清实际情况之后我们的执著会自动会减弱，当然减弱到什么程度要看我们修行的力度，或者说降低到什么程度修行就会有某种收效。

[957] 如果能够彻底打破身执，就可以思考登地的问题了，因为你对身体的执著差不多已经完全打破了，这个时候你可以把登地的问题真正提上日程，准备要登地了。否则的话，对身体的执著特别大，要谈登地还早了一点。

[958] 我们对于身体的执著打破到什么程度，和自己的觉受、修行息息相关，我们还是要认真的对待。当然从原理上来讲，身体是虚妄的，就是业力所成、过患的来源等等，虽然比较容易认知，但是要放弃对身体的执著，初地菩萨也要做很长时间的修行，初地菩萨完全可以布施身体了，完全没有一点勉强，他已经特别纯熟了。其实要达到这个标准，他已经做了很多次的观修、空性的修行，或者修身念处等等，修了很长时间之后逐渐才达到这个标准，所以不太容易。不容易的原因就是我们投生无数次，每一世的投生都会对这个身体产生执著，就认为这个是我的身体。虽然前一世是什么我们忘了，是一只猫、一只狗，还是一个天人？我们忘掉了。前一世我们对身体也是特别执著，就像耽著我们现在的身体一样；我们后世转生到哪里也不知道。不管转生成什么，如果没有打破身执的话对身体还是一样的执著，从小执著到老，不会间断。

[959] 怎么样主动地做放弃身体的修行呢？通过修古萨里可以帮助我们放弃对身体的执著。这里面的仪轨也是和所有佛法的修行仪轨一样，里面都是有一套非常完整的理论体系支撑的。如果没有一个理论体系，为什么这样修就不一定能够知道得那么清楚，尤其是针对于分别念粗重的人来讲，了解了为什么要这样修之后就特别有效。

[960] 有些根机的分别念不重，上师说什么就是什么，法本里面说什么就是什么，他会完全照做去观修，通过修行生起觉受为止，他也可以通过这样的方式逐渐趣入。在现在没有解脱的人当中，大多数人的分别念都比較重，我们还是要学习有关这个修行的理论基础，知道之后我们就不用担心、怀疑，完全可以按照法本、仪轨里面所提示的内容慢慢去做。

[961] 古萨里的修行其实就是一种施身法，或者叫断法。古萨里是乞丐的意思，即乞丐的修法。这个乞丐当然不一定是真实意义上的乞丐，外面那些乞丐你让他修他也不会修的。古萨里主要是针对那些山居者，在深山里修行舍弃一切事情的舍世者，他们住在很偏远的地方，资具特别少，没有钱也没有很多资具，要积累资粮怎么办呢？就给他们设计了一套修行的方法，就是古萨里的修法，布施自己的身体，只要有身体就可以做上供和下施。所以，对于舍世者来讲，他没什么资具，还要做广大积累资粮的方法就是古萨里的修行。

[962] 古萨里的修法也叫施身法，其实古萨里的直译不是施身法，而是乞丐的意思。舍世者通过施身的方式来积累资粮，也就是通过供养和布施自己身体的方式来积累资粮。原理就是我们对于身体的执著最重，在做供养或布施的时候，如果能够把最耽著、最喜爱的东西拿出来做供养、布施功德最大，效果也最大。

[963] 因为供养和布施有一个最主要的精神，就是让我们放弃对很多东西的执著，以前是这个东西我要，那个东西我要，对任何好的东西都是“我要”，而供养和布施恰恰是反其道而行之——这个东西我不要了，那个东西我也不不要了，把这些东西上供下施。“不要的东西”这里面也要分析，如果是垃圾我不要了，本来就是你看不上眼的、没啥用的东西，拿出去供养、布施，有没有利益呢？也有。但是产生的影响就有限，因为你对它本来就不重视，一定要扔的东西，然后顺水推舟把它布施出去了。当然某些人得到这个东西之后能够对他的生活产生一些帮助，或者别人恰巧需要这个东西，当然两全其美，挺好的。如果自己很珍视的东西能够放舍，其实对打破我们的执著是行之有效的。上供和下施的核心精神就是帮助我们放弃掉耽著的对境。

[964] 对耽著的对境从外而内，就从那些比较一般的财产，还有价值比较多的财产，还有最珍贵的财产乃至于我们最珍惜的俱生的身体能够布施掉，因为这是我们最珍贵的东西，能够通过上供下施舍掉的话，那么利益、意义是非常巨大的。从供养和布施的精神来讲，最符合布施供养的核心精神，所以这是一个很好的积累资粮的方法。

[965] 当然，如果你有一套曼荼罗，带到深山里面去修可以，通过施身的方式也可以的。施身法也叫断法，断了什么呢？断除我们对身体的执著，断除我们的分别念，也就是说舍世者通过施身法来断除对身体的执著。三个修法就是一个意思。修断法可以帮助我们积累资粮，忏悔罪障，少出违缘，在断法当中也有相应于空性的一些理念，修断法也可以帮助我们证悟空性，所以有很多的殊胜的必要性。它是一套完整的修法，基本上其他修法里面的因素都有，菩提心、空性，还有调心都是完整的。

[966] 古萨里修法、施身法、断法，其实来讲都是一样的。只不过从不同的侧面来讲，有些时候是断，断除我们的分别念，断除执著，施身是从修法的本身来讲，古萨里怎么修？就是通过施身来修。修完之后它的功效就会断除很多分别念，断除很多的违缘，有时候也可以通过修施身法遣除重大疾病等。

丁二（古萨里）分三：一、古萨里之义；二、施身修法；三、断法之含义。

戊一、古萨里之义：



[967] 顿然断除四魔——积累古萨里资粮：

[968] “顿然”是一下子、很快就能断除。大恩上师在讲记当中讲了两“四魔”的观察，一种是共同讲法的四魔，就是平常大家都知道的四魔。第一个是蕴魔，我们现在的五蕴、身心，五蕴本身就是个魔，它本身有成为障碍的意义，我们身体粗大的色身，然后受想行识每个都是有漏的自性。虽然五蕴本空，但是在显现上、现相上面也会成为一种障碍。上师在讲记中也讲过，提到过色蕴怎么样，看一下讲记当中就特别清楚了。

[969] 第二个是烦恼魔，其实就是我们的贪嗔痴，或者嫉妒、骄傲等等都是烦恼，烦恼本身就是魔障。烦恼就是一种心法，当我们的的心法安住在某种贪欲、嗔恚、愚痴等等状态的时候，不见真性。它对我们见真性是一种障碍，而且贪、嗔、痴等烦恼会引发业，业就会引发痛苦、引发轮回，而且烦恼也是引发其他障碍的一种来源。

[970] 第三个是死魔，就是死亡本身对我们做伤害，怎么做伤害呢？本身是活生生的生命，当死亡到来的时候，众生很恐怖、畏惧，而且死亡到来时，一期的生命就结束了，从这个侧面来讲也是一个魔障。

[971] 第四个是天子魔，天子魔也叫天魔。天魔有很多种类，平时我们经常讲的主要是魔王波旬。魔王波旬手下还有很多眷属，魔王波旬不算光杆司令、孤家寡人，他的手下有很多的眷属。天子魔主要是指非人魔类。有些是天人，魔王居于他化自在天，这是六欲天最高的天界。既然魔王住在这么高的地方，整个他化自在天都是很善的，只有魔王很坏的，魔王作为首领，手下的人都不听他的话，这也是很难理解的。既然他在他化自在天的天王，很多也是他的眷属，至于是不是所有的都是，这个也不好说。从他是他化自在天来讲的话，他的眷属，就是平常我们讲的魔臣、魔子、魔孙等等肯定有一部分是天人。

[972] 魔类当中有一部分是他化自在天的天人，还有一些属于鬼道的众生，非人的部分。虽然天子魔的福报很大，也是住在欲界的最高处，但是他们不愿意见到人，尤其是南瞻部洲的人修法，就会经常做障碍，让有情耽著在欲妙之中。

[973] 修古萨里可以顿断四魔，在后面的仪轨里面怎么断四魔也讲了。

[974] 还有另外一种上师也讲了，即有碍魔、无碍魔、欢喜魔、傲慢魔四种，有碍魔就是内心当中有形有象、有质碍的。比如地水火风、疾病、灾难、痛苦，这些是属于有碍的。无碍的就是内心当中的烦恼，就是无碍的心法。

[975] 欢喜魔是我们在修法过程中经常会出现一些欢喜，比如在修法上产生一点点的觉受，今天打坐了半小时很舒服，产生很大的欢喜心，产生很大的执著，这也是一种障碍。昨天晚上的梦不错，到了一个金碧辉煌的寺院里面，见到了佛菩萨等等，醒来之后特别高兴，沾沾自喜。醒来之后特别执著到处去讲，这也是一种欢喜的魔障。

[976] 傲慢魔和欢喜还不一样，欢喜是对于一些少许的受用境界特别地欢喜，通过欢喜成为障碍的。而傲慢魔是内心当中比较高举的状态。这些魔都可以通过这种修法来断掉。顿断四魔——积累古萨里资粮，通过古萨里的修法来积累福德和智慧两种资粮。

[977] 这里所说的积累古萨里资粮舍施身体的略修法，

[978] 这里积累古萨里资粮是舍施身体的略修，这里面讲的古萨里修法不广，有些古萨里修法特别广，长达几百页，有方方面面的观想，这里是略修法。

[979] 本来《心性休息》中是与上师瑜伽结合在一起讲的，所以作为上师瑜伽的支分也并不矛盾。

[980] 在《心性休息大车疏》的颂词，还有《三处三善》的密宗实修法里面，古萨里都是放在上师瑜伽之中合修，通过施身的方式和上师相应。和上师相应也要断除魔障，而修施身法时也是通过息增怀诛的四种方式来遣除违缘、增长福德，断除我们对身体的执著，从而积累资粮，让上师欢喜。反正打破执著、证悟空性，这也是修上师瑜伽的根本精神，在心性休息的修法当中，就是和上师瑜伽在一起的。因此作为上师瑜伽的支分也并不矛盾。

[981] 但在这里按照我上师的言教传统，加在曼荼罗的后面讲。

[982] 智悲光尊者龙钦宁提里面的传统是放在曼荼罗的后面，把古萨里施身法作为积累资粮的分支，这也是可以的。一方面可以通过这样的方式积累资粮，另一方面讲也可以断除我们对身体的执著。对身体的执著断除之后，我们积累资粮的质量也会更高，更加契合于实相。

[983] 前面讲了，一方面我们在通过修曼荼罗的方式来积累资粮，一方面对身体很执著，这种对身体执著的分别念，对于修曼荼罗的修法本身具有一个制约的作用，这也是一种障碍。我们修曼荼罗时也会提到三轮体空，安住能修所修空性的方面。为什么呢？这样讲也是为了让让我们打破执著。虽然古萨里修法的缘起和供曼荼罗有些不一样，但是精神统一的。所以说放在曼荼罗后面修也是可以的。

[984] 所谓的古萨里是乞丐的意思，比如居于深山舍弃今生的瑜伽行者等，得不到用来积累资粮的其他受用而依靠观想供施自己身体的一种修法。

[985] 古萨里是乞丐，这个修法就是通过观想供施自己的身体来积累资粮。这些居于深山、舍弃今生的瑜伽行者居住的地方很偏僻，如果住的离城市、村庄很近的话，会碰到很多人，多多少少就会受到影响。虽然化缘方便，但是对修行的本身来讲会有障碍。很多舍世者是自己修行的地方选择到远离人群的地方，特别偏远。一方面偏远的地方人迹罕至，对于他修禅定等法有很大的优势，另外一方面离人群太远了，化缘不方便。

[986] 他们化一次缘要走很长的路，只能背回帮助修行的粮食。藏地修行者的口粮主要是糌粑，辛辛苦苦地背回来一百斤糌粑，如果每天用糌粑捏食子供养的话，很快就没有了，又要下去背，根本没有那么多时间，他就把这个粮食留下来自己食用，积累资粮就用施身法来代替。这些资具很少的修行者依靠“观想供施”，供是上供，施身法的一部分是上供，一部分是下施。通过供施的方式来修行。曼荼罗的修法主要是上供，这是把供品供养给上师三宝，而古萨里的修法除了上供之外还有下施，信心也有体现。上供就是信心的体现，下施就是悲心的体现，供养的东西是自己的身体。通过这种方式积累资粮，这是很方便的修法。下面就讲一下基本的原理。

[987] 实际上，辛辛苦苦、勤勤恳恳所积累珍惜的一切其他物质，也无非是为了养活自己的这个身体，为此每个众生必然珍爱自己的身体胜过其他一切受用。

[988] 实际上每个众生辛辛苦苦、勤勤恳恳积累珍惜的一切物质，比如辛辛苦苦地挣钱买房，通过很多的劳累获得的物质，无非是为了满足身体的需求，有时精神的满足也是为了身体服务的。在众生的心中，身体非常重要。虽然众生本身来讲，都有起心动念，但是心毕竟是内隐的法，而身体能够直接显现苦乐，别人认为好不好的对境都是这个身体。我们从小就学会保护身体，即便别人不告诉我们，也会保护自己的身体。众生对身体的执著是与生俱来的，大多数的努力都是为了养活身体的。

[989] 每个众生对身体的珍爱程度也是远胜过其他一切受用，因为这些都是为了身体服务的，很少有人会为了钱财舍去自己的身体的，就是要钱不要命。即便到了最危急的情况下，也是情愿放弃其他东西，保住我的身体。只要是身体还在，其他东西还会有。一般人为了身体可以舍弃外在的受用等等，身体是自己最珍惜的。平时我们修善法，如果听到这个法对你的身体好，那我修。比如磕大头对身体好，就会去磕。有时候这个东西吃了对身体好，就会吃了。有时说这个事情对你的身体不好，因果也先放在后面，如果对身体不好，那就不做了。对于凡夫来讲，对身体好不好已经成了自然反应。因果观念、修行解脱等等反而还要静下心来思维一下子，反应比较较慢，慢慢才能想到这对我的因果、修行会有什么影响，一般的人是这样的。

[990] 如果是修行有素的人已经通过长时间的修行了，他的因果观、修行解脱的思维已经占据了主导，他第一个念头就是我做这个事情，对众生有没有利益，对解脱有没有障碍？一般人第一反应是对身体好不好？如果皈依对身体好就去皈依。很多大德也会用这种方法引导众生。

[991] 稍微观察一下就会知道，众生对自己的身体非常执著。为什么我们要去讲对身体执著的程度呢？从供施的侧面来讲，我们觉得越珍贵的东西，能够把它舍出去，价值越大、利益功德也越大。一方面是功德大，另一方面越珍贵的东西对我们修行产生的阻力也就越大。如果你能够把这些放弃，对于修行产生了阻力，也会越来越少了。

[992] 所以，为了断除对身体的爱执而进行供施身体，与供施其他物质相比较，显然功德更大、利益更巨。

[993] 我们对身体的爱执已经到了丧失理智的状态了，根本没有合理地去对待。真正比较合理地对待，就像我们经常引用《四百论》中的教证一样，“虽见身如怨，然应保护身，具戒久存活，能作大福德”。这种态度就是对的，



11 积累资粮(119-125)

[994] 我们通过观察知道这个身体就像怨敌一样，所有的痛苦都是身体的缘故导致的，然后平时我们在外面受委屈、很辛苦等等，也是为了这个身体。从某些方面来讲，“虽见身如怨，然应保护身”，虽然见到身体犹如怨敌一样，但是还是要保护它，为什么要保护呢？“具戒久存活，能作大福德”，把身体保护好了，具有戒律就能做福德，身体具有戒律能做大福德，在身体上面可以做很多福德的修行，修空性、磕大头等等其实都是由身体去完成的。这就是中道的方式。既不像外道一样拼命的折磨身体，因为身体是怨敌，所以就要去拼命折磨。佛弟子既不会一味地通过苦行折磨身体，把它搞垮为止，也不会像一般人一样，千方百计、不惜一切代价地保护身体。保护的同时也要知道它有过患，处于中道的使用身体。我们还没有达到这个标准。没有达到这个标准之前，也需要通过一些修法来放弃过度、不必要的执著。

[995] 现在我们就通过这个修法把它放弃了，放弃了并不是摧毁或者自杀，不是这个意思。真正的布施身体、供养身体，一般要在初地或者接近初地的时候，没有一点勉强，完全可以做供养身体、布施身体的善行。接近登初地也可以，修行虽然没有那么圆满，但是已经非常稳固。虽然没有那么顺畅、完全的圆满，但是他去做布施、供养的时候，也不会像我们现在一样产生那么大的后悔心，产生那么大的痛苦。即便不完全圆满，也已经差不多圆满了。比如加行道的菩萨也会做一些布施身体的行为。

[996] 现在对凡夫人来讲，也可以做布施身体，这是通过观想来圆满。主要是从内心当中，放弃对身体的执著。我们放弃对身体的执著主要是两个方面：第一个方面是内心放弃，第二个是内心放弃的基础上，进一步真实在外在当中，把身体拿去供养或者布施等等。在显宗当中，有时候为了法的缘故燃指供佛，或者是整个手臂燃臂供佛，甚至于燃身供佛，把这个身体燃烧了。现在有些地方也有燃指供佛的情况。对于燃指供佛的，我也打听了一下，并不是真实的把手指直接去烧。前期还要做些准备，用绳子把手指捆住坏死了之后，取下来再去烧。根据佛经里面的记载就是直接点燃去烧，没有禅定的境界是绝对做不到的。

[997] 汉地有些师父燃指供佛的时候，我们打听了一下，首先在几天当中用绳子把手指的根部捆住，让它坏死了之后，手指就断掉了，再放到容器里面，这样燃烧供佛的。相对来讲，有没有禅定的境界问题都不大，只不过是有些后续处理不当会感染。佛经里面讲的不是坏死了取下来燃烧，而是直接点着身体之后去供养，就是把棉花浸上油直接点火，特别痛，一般人根本受不了。如果你具有禅定境界，安住在等待当中，就不会感觉那么疼痛；如果你证悟了空性或者布施的心特别强烈等等，也不会感觉那么疼痛。

[998] 佛菩萨不会开许初学者这样做的，我们远远没有达到这个境界，可能在点着的时候，马上就生起了后悔心。因为特别疼痛，到底是谁让我来做这个事情的呢？所以产生了很大的嗔恨心，这些都有可能，这样就没有必要了。佛菩萨在经典中讲的，绝对不是让我们产生烦恼、痛苦，而是有很大的必要，因此根本不开许初学者做身体的供养、身体的布施。

[999] 如果有很深的禅定了，安住在禅定当中，或者布施的习气特别的浓厚。就像《入行论》当中讲的一样：布施身体就像布施菜叶一样，供养身体也没什么痛苦。他的福报很大，智慧也很深。通过一系列的修行，福德再再增上，智慧也再再增上。到了一定的阶段，再来做这些供养的时候，丝毫不会有负面的东西。对我们来讲，现在就是通过观想。菩萨是内心放弃了，身体也可以直接去行持。我们可以先从心里放弃对身体的过度耽执，逐渐引导自己达到像到初地菩萨那样的境界，没有丝毫问题可以直接去做上供下施，把整个身体点着了去供养也是特别快乐，不会有丝毫的痛苦。而且菩萨在供佛的时候，还会大地六种震动、发出五彩光明、天女散花、天降花雨等等有很多瑞相，让别人看起来不那么恐怖。如果你在这里燃身供养，别人看着特别恐怖，烧焦了一个人，大家开始传这个。而是看到特别祥瑞的状态，不会恐怖，大家都会生欢喜心、随喜心、清净心。因为当时的场景，不会让你感觉恐怖。天女散花、大地震动、五色彩虹、香气弥漫，根本不会感觉恐怖的。到了一定的阶段，再做这些对自他只有正面的影响，不会有很多负面的影响。

[1000] 我们通过这样的施身法就可以做身体方面的布施，而且与供施其他物质相比较，显然功德更大、利益更巨。

[1001] 如颂云：“供施马象成百倍，供施妻儿成千倍，供施身体十万倍。”

[1002] “供施马象成百倍”，以前马和象都是价值比较高的东西。如果能够供养马匹和大象成百倍，这是和谁比较成百倍呢？比供养马象要比供养饮食等一般的物品的功德、利益要成百倍的增长。“供施妻儿成千倍”，虽然马象的价值很高，但是针对自己来讲的话，对于妻子和儿女更执著的。以前的菩萨们为了打破执著、圆满布施的功德，也会把妻子儿女做一些供养和布施，这样做会比布施一般的物品成十倍。“供施身体十万倍”，如果能够供养和布施身体，也是比布施一般的物品要强十万倍。这方面足以说明我们能够供施价值越大或者自己越珍惜、越执著的的心功德就会越大。

[1003] 玛吉拉准也说：“无贪施身体，未知为二资，珍爱蕴身体，佛母前忏悔。”

[1004] 古萨里创始者是玛吉拉准，她创立了这个断法。他是依靠《般若经》开悟的，《般若经》的精神是无我的，放弃一切执著，无我的一种教授。其实修古萨里放弃对我的执著，也是无我，就是通过施身的方式来体现的。

[1005] “无贪施身体”，就是说没有贪执自己的身体而布施自己的身体，是积累福德和智慧二资粮的殊胜方便。“未知为二资”，以前就是因为无明愚痴没有了知自己的身体可以积累福德和智慧两种资粮。“珍爱蕴身体”，在没有了知的情况下，特别珍爱五蕴的身体。“佛母前忏悔”，如今在佛母前忏悔。佛母就是般若波罗蜜多，因为玛吉拉准是依靠《般若经》开悟，也是依靠《般若经》创立的断法，般若的思想精神是无我的。在般若波罗蜜多前忏悔以前执著身体的过失。

[1006] 我们无始以来在没有学习正法、菩萨道、断法的精神之前，都没有想过身体本身可以圆满福德和智慧资粮。不是说以身体去做其他的修行去圆满福德资粮，而是说身体本身可以成为圆满福德智慧二资粮的载体。以前不知道无贪施身体就可以圆满二资粮的，因为珍惜身体造下了很多的罪业，或者执著身体本身也是一种无明，所以在佛母前忏悔。

戊二、施身修法：

[1007] 前面介绍了古萨里，古萨里者怎么样修持施身法呢？在上师的讲记当中也提到了古萨里者，就是除了吃饭、睡觉、大小便之外，其他事情一概不想的，像这样一心一意修法的人就叫做古萨里者。有时候叫“三想者”，就是除了吃饭、睡觉、大小便之外再没有别的事，他要想的世间法就这三种，除此之外，一心一意修正法。

[1008] 这些古萨里者的修法叫施身法，下面就介绍施身法。上师在介绍的时候也讲了，这个修法本身不复杂，我们把这个修法搞懂之后，最重要的是去修，要去实践。所以，上师在这里没有解释很多，就是简单地介绍了一下。

[1009] 如果自己具有娴熟的观想能力，那么首先就可以观想神识腾空而起，一刹那变成忿怒佛母。

[1010] 修行者当中的根机不一样，有些修行者观想能力特别强，一刹那就把该观的观清楚了；有些人观想能力差一点，所以，这里面也分两种。一种观想能力很强，观想自己的神识一下子腾空，在腾空的过程中，一刹那就观想成忿怒佛母。一刹那就观想圆满了，其实这要观想能力很娴熟才做得到。这个忿怒佛母就是玛吉黑怒母，其实就是一个。如果观想能力没有这么纯熟怎么办呢？下面就是第二套方案了。

[1011] 倘若不具备这种能力，就在自己心间将心识的本体观想为玛吉黑怒母，

[1012] 这个玛吉佛母和忿怒佛母就是一个，换了一个词而已。观想神识腾空的一刹那就变成忿怒佛母，这个对观想能力要求还是很高的。那么不具备这个条件怎么办呢？先对照上师画的相片，在自己的心里面，把玛吉黑怒母先观好。

[1013] 她作起舞的站式，右手挥动弯刀于空中，左手持充满血的托巴于胸前，右耳旁有一个黑色猪面发出叫声，总之她具足所有忿怒装束。

[1014] 原文当中有彩图，在讲记当中有黑白照，可以按照这些照片观黑忿怒母。“起舞的站式”，就是左脚站着，右脚弯曲，叫做起舞的站式，好像跳舞的姿势。“右手挥动弯刀于空中”，右手拿着一把弯刀，弯刀代表斩断烦恼的一个利器。密宗很多的法器都是代表特别殊胜的智慧，就是和方便、智慧无二无别的本体。

[1015] “左手持充满血的托巴于胸前”，左手在胸前持一个托巴，托巴就是天灵盖、头盖骨，头盖骨里面装满了鲜血。在密宗当中，每个形象都是表法的，血液代表我们贪欲的烦恼等等，忿怒本尊把这些鲜血饮下去之后，代表把所有的烦恼消尽的意思，或者说烦恼的本性是甘露的自性等，都有很多种表示。如果不深入学习密宗的理论，就觉得非常血腥、恐怖，会有这样错误的认知。



[1016] 如果我们真正了解之后就知道了，其实密法当中的每一个姿态，每一个法器，都表示和法界实相相应的内容，可以通过很直观的方式去理解法义，这就是不共的地方。有些时候表法时是用文字来表示，比如表示空性、方便；有些就直接用图画来表示，比如这个法器代表空性的，你看了之后就直观，你看到法器、这样的姿态，就知道代表什么，比如六度、空性、智慧等等。比如在忿怒本尊头上有五个骷髏，为什么戴五个骷髏在头上呢？就是五个骷髏代表五毒的本性，意思是不用舍弃五毒，认识它的本性就可以了。这里面有很多殊胜的表示方法，不知道的人就是看热闹，对密宗指指点点，如果了解了，就会知道每一个都是直指心性的，看图片就可以直指心性。

[1017] 像这样的话，一看到就会忆念实相，忆念你的教法。看到这些忿怒本尊、双运佛像，或者铃杵等法器，全部代表和实相相关的。如果你具有密宗的见解，不用去看书，看到佛像的时候，就会知道这是代表法界实相的，可以提醒你安住在法界实相当中。当你按照这些图片，把自己观想成这些的时候，就会知道每个观想的都是和法界相应的。没有离开实相，每个都是和实相相应的方法。

[1018] 在佛母的右耳旁有一个黑色猪面发出叫声，有些图片画得很清楚，有一个很明显的猪面，有些半天也找不到，有些一看到就找到猪面。黑忿怒母也叫金刚亥母。总之她具足所有忿怒装束。这是我的心识，就是把自己的心识观想成黑忿怒母。黑忿怒母其实就是究竟法界的实相。首先在自己的心中把这个黑忿怒母观得特别清楚。

[1019] 当口诵“啪的（）”时观想神识经过中脉道从梵净穴完全出来后，自己的身体当下变成一具尸体而猛然栽倒在地。

[1020] 因为这时候的神识已经变成黑忿怒母了，所以当口诵“啪的”时观想神识经过中脉道从梵净穴完全出来后，自己的身体当下变成一具尸体而猛然栽倒在地。

[1021] 前面我们口诵啪的时候，出来的一瞬间就观完了。神识腾空的一瞬间，把黑忿怒母所有的都观想完毕了。有些密宗的仪规非常略，在一刹那之间观想自己金刚萨埵或者观音菩萨。虽然有些人喜欢简单，但是能不能在一刹那把自己观得非常圆满呢？有时候是很困难的。所以，有些仪轨很复杂，要一步一步地观。首先观头，再观脖子、肩膀，一步一步念一句观一句，念完了这个过程就圆满了。有些仪轨特别长，针对那些观想能力差一点的，就让他一步一步慢慢地观。有些仪轨很快，刹那之间就观完了，包括所有的装饰全部观完，而且也要观得很清楚，这对观想能力的要求就很高了。念“啪的”的时候，自己在心中就观好了，一刹那之间通过脉道就出来了，出来之后显现在自己头顶的虚空当中。两种观法的神识都要出来。

[1022] 神识出来之后，剩下自己的身体，不管你的神识刹那出来在空中显现成忿怒母，还是在心中先把神识观成佛母然后再出来，反正出来之后，因为神识已经走了，所以你的身体就变成尸体了。

[1023] 自己的身体当下变成一具尸体而猛然栽倒在地。这具尸体并不是现在身体的这副模样，而是极为庞大、又肥又壮、滑腻润泽的形象，大小等同于三千大千世界，观成这样一个尸首。

[1024] 观想的尸体不像现在这样，我们死了之后尸体只有一米多，可能是一百多斤，重一点的话二百多斤，有的几十斤，没有什么肉、很瘦的一具尸体。这时候观想自己的身体特别地好，很庞大、肥壮的尸体，而且是滑腻润泽的形象，大小要观想等同三千大千世界，特别大的尸身。

[1025] 这里是以观想为主，我们要完全沉浸在观想的氛围当中，不要再想别的，就想身体变成那么大，其他的东西该隐没就让它隐没，就不去管了。然后我就一心一意地沉浸在观想的氛围当中，这是很重要的。其他的东西不该想的就别想了。比如三千大千世界，那我站在哪里？三千大千世界这么大的尸体，我比这个还要大才行等等，这些想法都是不必要的，就按照这个仪轨去观想就可以了。这里面主要的精神就是把自己的身体做上供下施。

[1026] 接着将自己观想为玛吉黑怒母，

[1027] 不管是利根者的观想，还是钝根者的观想，反正自己现在已经变成了黑忿怒母。

[1028] 右手用弯刀向自己那具尸体的白毫间一指，结果它的天灵盖即刻断掉。

[1029] 观想自己右手拿着弯刀，弯刀向尸体白毫间一指，然后它的天灵盖就断掉了。

[1030] 那个托巴也不像现在这样，它的大小也等同于三千大千世界。

[1031] 天灵盖就叫托巴，托巴是藏语，翻译过来就是天灵盖的意思。这个托巴是很大的，等同于三千世界这么大。

[1032] 上师在讲记当中也讲了，有些人对于等净无二见等密宗的法义兴趣不大，但是对找托巴很有兴趣。以前我也碰到很多，现在不知道还有没有对托巴兴趣很大的。以前在学院学习的时候，经常看到道友去尸陀林，往家里带回托巴，又用钢锯锯、高压锅煮，他们说这是制作工艺，做完之后用来吃饭。我是吃不下去的，不管你说我有没有境界也好，我是不用，也从来不住家里带这个东西。上师也批评过我，上师的批评肯定是对我有利的。

[1033] 有些人家里有八九个托巴放在佛台上供着，天气热的时候特别的臭。后来上师也批评了这些人，该学的没有学，外相上很执著。其实托巴是很有讲究的，如果选择不好的话，会给自己带来特别多的违缘。如果用得好，可以很快地增长福德，用不好违缘很大。有些托巴很吉祥的，有些不吉祥。

[1034] 有的托巴上面自然会显现“嗡啊叶”种子字，即便显现种子字的也不一定是好的。这个讲究太多了，搞不懂的人远离好一些，就不要去供。如果要修法，就买一些替代品，现在有用铁做的托巴的形象，是可以用的。真人的天灵盖，初学者就不要去供了。有些瑜伽士等修行有素的人，他们有一整套观察、加持的方法。

[1035] 听说有些道友把托巴带回家之后，晚上有动静，他们也讲了很多很悬的事情，比如放在家里晚上跳动，发声这样那样的声音等等。第一天拿回来，第二天送回去的故事也有不少。有些人特别地希求这些外相上面的东西。上师也说了，最主要的是心里面，断法的精神、原理是什么，必须要搞清楚。如果没有见解，弄很多的托巴，甚至搞一整副骨架放在家里意义也不是很大。不外乎就是不执著，我的境界高！其实境界高还是不高，不是你家里放几个托巴就可以表示的。我没有看到上师家里放托巴，但上师的境界非常高，这也是不一定的。

[1036] 这里观修的托巴也不是像现在这样，它的大小等同于三千大千世界。

[1037] 再观想忿怒母左手拿起那个托巴放在大如须弥山的三个人头支起的灶上，额头朝向自己；

[1038] 然后再观想忿怒母把割下来的托巴放在一个大如须弥山的三个人头支起的灶上。有些唐卡上面画的支架就是三个骷髏，三个骷髏大如须弥山，然后把割下来的托巴放在上面，就像一个锅一样，三个头像一个三角灶。就像我们在野地生火的时候，堆三堆石头，把锅放在上面，大概就是这个意思。

[1039] 右手又用弯刀挑起尸体放在托巴里。

[1040] 然后又用弯刀把尸体挑起来放在托巴里面。

[1041] 之后在托巴上方的虚空中观想一个甘露自性的白色“亢（）”字，

[1042] 这是一个倒立的形象。观想的时候还是要按照这里面的文字观想，就是观括号里面的字。我们应该观想藏文或者梵文，不要观汉文，观汉文体现不出这个意思来，没有这个效果。这是倒立的，从圆圈内往下面滴甘露，是这样的意思，所以要观想一个倒立的白色的“亢”字。亢字的本性是属于甘露自性，它融化之后滴下来的都是甘露。甘露自性有很大的利益，和法界实相是相应的，就是这样的一种本体。

[1043] 托巴下方观想一个烈火自性的红色“短啊（）”，

[1044] “托巴下方”，在托巴的底部，相当于是灶下面生火的位置。“短啊”就相当于柴火，没有点别的火，就用“短啊”来点火的。“短啊”，也按照括号里面的字观想，“短啊”是三角形，托巴下方观想一个烈火自性的红色短阿。在修拙火定的时候也是观想这个三角——烈火自性的红色短阿，必须要这样观。

[1045] 在念诵“嗡啊叶（）”的同时，观想从“短啊”中燃起熊熊烈火温暖了托巴内的尸体，

[1046] 因为“短啊”本身就是火的自性，本来就是热度很高的本体。所以一边念“嗡啊叶”，一边观想“短啊”，就开始燃起熊熊大火。然后逐渐温暖托巴，托巴里面的尸体也逐渐温暖、溶化。

[1047] 使它溶解成甘露自性而沸沸腾腾，盈盈充满整个托巴，



[1048] 这个时候尸体就开始溶化了，溶化之后这些肉、骨就逐渐变成甘露的自性，是液体的状态。“溶解成甘露自性而沸沸腾腾，盈盈充满整个托巴”，整个托巴都充满了，然后开始沸腾。

[1049] 使得一切肮脏污秽的不净物变成水泡、浮膜的形态而向外溢出。

[1050] 这个像水烧开了，煮菜煮开之后也是往外沸腾，还有热牛奶的时候，你不注意一下子就沸腾出来了，大概是这样的自性。下面的“短啊”的热量很高，然后尸体开始溶化、沸腾，沸腾之后就往托巴外部流一些脏的东西，肮脏污秽的不净物变成水泡、浮膜、泡沫等形式往外面溢出来。所有具有过患、肮脏污秽的不净物全部已经没有了，托巴里面剩下的东西就变得非常地清净。

[1051] 我们在修施身法的时候，也会想：自己的肉身这么不干净能供养吗？这个步骤就是为了打消我们的顾虑，肠肠肚肚里面的大便小便等等所有不干净的东西都变成泡沫等脏东西都溢出去，没有了，剩下的东西通过甘露自性的加持变得很干净。这就打消了我们很多的分别念。

[1052] 观想托巴里面一直在沸腾，就像我们在佛学院看打斋，大锅上面热气腾腾，水蒸气喷得很高，我们就观想托巴里面的沸腾的甘露热气往上走。

[1053] 气体接触“亢”字，结果“亢”字也变热，源源不断降下的红、白甘露混为一体，最后“亢”字完全化为光，与托巴内的甘露融为一体。

[1054] 热气接触到“亢”字之后，“亢”字开始不断地往下滴甘露，不断地滴到托巴里面的甘露当中，红白的甘露就混为一体了。“最后‘亢’字完全化为光”，非常热的缘故，就像把所有的亢字都融化了一样，这个亢字自性就完全变为光了，变为光之后就进入到托巴里面，和整个托巴就融为一体了。亢字是甘露自性，它融入到托巴里面，加持托巴里面的甘露变得更清净，完全变成甘露的自性。

[1055] 一边这样观想一边念诵下文：

[1056] 这是我们观想过程中的第一个阶段。下面是仪轨，修的时候还要按仪轨来修。先是把前面该观的观，观得差不多的时候，就开始念“啪的”，念“啪的”的时候，自己的神识要出去。

[1057] 啪的 离吉怎窝韦拉德炯 啪的舍弃爱身执著毁灭天魔

[1058] 第一个毁坏的是天魔。施身法顿断四魔，怎么样顿断四魔呢？首先断的是天魔，“舍弃爱身执著毁灭天魔”，自己的神识出去之后，舍弃了对身体的爱执，摧毁了天魔。如果我们对身体特别执著的话，就会对身体的欲妙执著，这个时候天魔就找到了一个下手的地方，所以怎么样摧毁他呢？并不是说真正要把天魔杀死或者捆缚住，摧毁天魔的方法就是说不执著身体了，让他找不到下手的地方。

[1059] 很多时候说降伏魔障，就是让魔障羞愧，让魔障羞愧是什么意思呢？就是说不执著欲妙、世间八法，或者说我安住空性当中，让想害你的天魔找不到下手的地方，这就是摧毁天魔的一个方法，不是说真正要追杀到天界才能把他摧毁掉了，可能我们也上不去，然后自己也不一定能够把魔王波旬彻底杀死。真正摧毁天魔的方法就是我不执著身体。因为身体是一切过患的来源，现在我不执著它了，就会让他找不到下手的地方，从而没办法对我做伤害，从这个侧面来讲他就失败了，这叫就是摧毁天魔。

[1060] 思仓波够内扬拉吞 心识由梵穴出于空中

[1061] 然后自己的心识变成了忿怒母，从自己头顶的梵穴出来进入法界，和法界无二无别。

[1062] 彻达格德炯杵玛杰 成忿怒母摧毁死魔

[1063] 因为自己把心识观想成了忿怒佛母，所以观想忿怒佛母的时候就摧毁了死魔。佛母是代表无生无灭的法界，无生无灭的法界是代表实相的，实相当中有没有生死呢？没有生死，因为生死只是轮回的状态，如果观想成佛母，佛母本身代表的是究竟如来藏的实相的一个外相，所以说这个本尊或者佛母的本身是一个早就超离了轮回的。观想成忿怒佛母其实就是摧毁死魔，因为里面没有生死，所以就是摧毁死魔的一个最好方法。

[1064] 意勃蒙德炯哲哥给 右持弯刀摧毁烦恼魔

[1065] 忿怒母的右手拿着弯刀，这个弯刀就是代表摧毁烦恼。有些法器是有密意的，金刚槌、弯刀、金刚杵等等都是有代表的。比如金刚杵代表五智，金刚槌代表自己的究竟本性，有很多的代表。因此弯刀也是代表摧毁烦恼的利器，殊胜的方便智慧。

[1066] 则碰布德炯托巴追 斩断托巴摧毁色蕴魔

[1067] 因为把自己的托巴斩断，所以从眉间斩断摧毁色蕴魔，然后把蕴魔也就摧毁了。

[1068] 云雷些策吉班达透 左手以事业印持托巴

[1069] 忿怒母左手用事业印把托巴拿起来。事业印是什么？上师没有讲，我也不清楚事业印到底是什么，应该怎么样去守持的。

[1070] 格色戒莫故吉波压 置于三身人头之灶上

[1071] 以事业印把托巴拿起来之后，放在三身人头的灶上。

[1072] 囊冬色刚卫瓦肉得 彼中尸身充满三千界

[1073] 托巴里的尸体充满了三千世界。

[1074] 阿通当亢耶给德则耶 短啊亢字所融成甘露

[1075] 托巴下面是短啊，就是火的自性，上面的亢字是甘露的自性，然后所融变成甘露融入到托巴里面。

[1076] 哲色戒内贝央贝杰 以喻啊吽咒力净增转

[1077] 然后长时间念喻啊吽，念喻啊吽的时候就观想，这个喻啊吽的作用分别有净、转和增三种功用。念喻字的时候就是清净，把所有的食物有过患的方面净除掉。就像我们在荟供的时候，首先念喻啊吽的时候，其实也是在加持供品。因为我们准备的是人间的供品，也许这里面有些供品是不符合标准的，可能有些过患，所以就念喻啊吽给它加持，把清净的障碍过患方面以喻字来清净。然后以啊字来增长，我们的面前就摆了这么一点点，请了十方三世诸佛、一切本尊空行护法、勇士勇母，全部请来之后，就通过啊字让食物得以增长。然后吽字是转变成各式各样圆满的食物，喻啊吽里面有净转增的意思。

[1078] 在施身法的时候，也是通过喻啊吽来加持托巴里面的甘露，让它变得非常适合于上供和下施的自性。念喻阿吽的时候其实也是在清净我们的分别念，把我们供养时的分别念清净掉。我们想的时候是缘托巴里面的甘露让它清净，实际上托巴里面的甘露和我们的心也是有关联的，所以说一边念喻啊吽的时候，我们的心安住在这样清净的净转增状态当中，随着心的清净，托巴里面的自性也是转为清净的。

[1079] 当然我们也可以直接说喻啊吽转变或者加持的是供品，这是没有问题的。在荟供等的时候，这一整套体系，首先是自己把环境通过前面的仪轨都要观成清净的，再通过喻啊吽加持供品之后，供品可以拿来供养了，然后再念荟供后面的词句，开始清净的荟供。这样如理如法的方式去做，可以清净很多的罪障，圆满很多的资粮，也对自己证悟实相法界有很大的帮助。虽然如理如法的做一次荟供的利益特别大，但是相似的做一次的利益也大，只要是以信心来做利益都是非常大的。我们可以最好是做到尽善尽美，如果不行，就尽量比较如法。我们要做比较如法的荟供，首先内心当中要生起等净无二见，这是最重要的。如果有了等净无二见，就有了做荟供的真实基础，荟供的真实基础不是食品，不等于有了食品做荟供的基础就有了，其实食品不是最重要的因素，最重要的因素就是做荟供的人本身要有等净见，有了等净见也就有了做荟供的基础。否则可能就是通过偈颂来做个供养，是不是变成荟供的自性那就不好说了。

[1080] 自己念诵“喻啊吽”时，观想以喻字净除色香味等一切过患，

[1081] 在颜色、香和味方面的过患，通过念喻字我们就观想过患全部清净了。

[1082] 以啊字增多，以吽字转变成一切所求的事物。

[1083] 这里面喻啊吽的意思，一边念可以一边观想，这个观想是很重要的。

[1084] 也就是成为散布一切所愿之云的无漏智慧甘露的游舞与自性。



[1085] 通过喻啊叶加持我的尸体甘露自性之后，就变成散布一切所愿之云。因为云是周遍虚空的，所以我们现在所散布的是一切所愿之云，佛菩萨欢喜，众生也欢喜，满足一切圣者和凡夫的心愿无漏智慧甘露的游舞和自性的供品。

[1086] 接着在自己前面的虚空中，观想有一个柔软舒适的宝座，上面安坐着大恩根本上师，上师的上方是根本传承上师，中间是本尊圣众。

[1087] 把这些供品观完之后，就在自己前方的虚空中观想我们所要供养的对境，首先观想一个非常柔软舒适的宝座，上面安坐着自己的大恩根本上师，上师的上方是从普贤王如来到根本上师之间的所有传承上师层层安住，中间就观想成本尊圣众，像皈依境一样的观想。

[1088] 再观想在托巴口对面的虚空中，有吉祥怙主七十五尊等智慧护法神和业力所成的护法神以及地方神、土地神等，

[1089] 上师、本尊观完了，就在托巴口正对的上面虚空中，有吉祥怙主七十五尊等等，有时候怙主是玛哈噶拉的专用名词，有些时候怙主也指其他的。一般在讲怙主滚波的时候，指的是各种玛哈噶拉的变化，有很多种玛哈噶拉，所以说是吉祥怙主，以七十五尊为首的智慧护法。当然也有阿松妈等各式各样的护法神，这些智慧护法是佛菩萨所变现，也有业力所成的世间护法神和各个地方的地方神、土地神等等，把所有的护法神、世间护法、地方神、土地神等等都观想来做客。

[1090] 在他们下方的大地上，八万种魔众、十五种小儿恶鬼等魔众为主客的三界六道一切众生，就像日光汇集尘埃一样。

[1091] 他们在虚空中安住，然后在他们下面的大地上面，观想八万种魔众、十五种小儿恶鬼，这些都是属于各式各样的魔众，种类非常多。世间当中有很多根据有情各自不同的业力所形成的魔众，他们有各式各样的痛苦，或者给众生带来各式各样的违缘等等，还有十五种小儿恶鬼。

[1092] 这些魔众为主客的三界六道一切众生，就像日光汇集尘埃，就像太阳下面的灰尘一样，平时我们看不到灰尘，但是在阳光照射下，一抖动的时候，很多尘埃就会飘浮在虚空中，就像阳光汇集下面的尘埃一样无量无尽。

[1093] 接着观想上方所有的根本传承上师佛菩萨，均用具有金刚管的舌头吸引甘露的精华来享用，以此使自己圆满了资粮，净除了罪障，所失毁的誓言也得以清净，获得了共同殊胜成就。

[1094] 观完之后就开始供养了，首先是上供，上供时观察的次第是什么？首先观想根本上师和传承上师，本尊佛菩萨他们具有金刚管的舌头。金刚在佛法密续当中讲的是无坏的智慧，无为法本体的殊胜智慧，这是代表了金刚，就是不会被摧毁的，然后无为法本体叫做金刚的本体。

[1095] 通过金刚管的舌头吸取甘露的精华来进行享用。享用完之后，观想自己圆满了资粮。因为供养的是最殊胜的对境，根本上师、传承上师、佛菩萨、本尊等等，所以这么好东西，又是自己的身体，通过很多喻啊叶、甘露、咒字加持过了之后，就是无漏的，然后满足一切所愿的殊胜供品。这个供品本身是没有过失非常殊胜的供品，享用者、供养者也是最殊胜的对境。看起来的话，如果他们享用了之后，自己就可以以此圆满无尽的资粮，然后净除很多的罪障。以前自己所失毁的誓言在供养的过程当中也就清净了，这也是让自己的誓言清净的殊胜的修法，从而获得了世间共同和不共出世间的成就。

[1096] 随后再观想中间的四续部六续部本尊等所有尊众，以各自特有标帜，也就是具有空心的金刚、法轮、珍宝、莲花、金刚十字架等舌头吸引甘露之精华来享用，以此使自己圆满了资粮，净除了罪障，所失毁的誓言也得以清净，获得了共同殊胜成就。

[1097] 然后再观想供养中间的四续部或者六续部本尊的尊众，事部、行部、瑜伽部再加上无上瑜伽部就是四续部，而六续部是无上瑜伽部又分了玛哈、阿努、阿底三种约嘎。六续部主要是宁玛派讲的比较多一点，其他教派四续部讲的多一点。四续部和六续部里面讲到的本尊，既有寂静的，也有忿怒的，浩如烟海的本尊都有各自的标帜，每个本尊具有各自的标帜。有些是宝剑、有些是法轮等等，这些法器的标帜都是空心的。

[1098] 这里把所有的本尊分为五部，首先是金刚部，标帜是金刚杵。他们的舌头是以金刚杵来体现的，不是我们一样。还有佛部、珍宝部和莲花部等等，莲花部的舌头变成莲花的形状，还有金刚十字架，金刚十字架就是我们平时讲的交叉金刚杵、十字金刚杵，不是基督教的十字架，不要观想错了，如果观想基督教的十字架肯定是不对的，这里面金刚十字架就是交叉金刚杵、十字金刚杵。在很多画像或法座上都有。

[1099] 舌头吸饮甘露的精华来享用，他们接受了供养之后。圆满了我们的资粮，净除了罪障，清净了所失毁的誓言。因为我们在修密法的过程当中，每个续部都有很多不共的誓言。有些是我们根本都不知道，每天都在犯，有些是我们明知故犯的，这就是很好的让自己誓言清净的机会，通过观想四续部和六续部的本尊，和所有接受四续部六续部的灌顶，有些没有修，有些失毁了誓言，通过这样的方法可以作一个筹补，这样就可以清净自己的誓言。然后他们也很欢喜，赐给我们共同和不共的成就。

[1100] 又观想空行勇士护法吉祥怙主七十五尊等，以具有日光空管的舌头吸入甘露精华而享用，

[1101] 然后再观想空行勇士、护法神等等，他们通过具有日光空管的舌头吸入甘露精华而享用，日光空管就是明亮的空管舌头。

[1102] 以此使自己圆满了资粮，清净了业障，遣除了一切修持菩提胜法的违缘障碍，

[1103] 所有的业障清净了，然后在修持菩提道过程当中，所有的违缘障碍都得以清净。这些空行勇士护法，他们有两个工作，一个是遣除我们修道的违缘，一个是赐予我们修行的顺缘，成办事业。三根本当中空行勇士护法主要的事业就是这样的。当我们供养他们这样殊胜的供品之后，就观想所有修行佛法的违缘都遣除了。

[1104] 这不是一个观想或者仅仅是我们的希望，其实真正来讲，如果我们完完全全以信心来行持施身法，通过古萨里的修法来做，真正可以达到圆满资粮清净罪障。既能让自己失坏的誓言得以清净，也可以遣除自己修道的违缘，并且真正的获得共同和不共同成就的殊胜方法。在修行的时候我们要完全相信这个修法的力量，然后认真地实行。

[1105] 增上了一切顺缘所欲的善妙资粮，这就是上供素斋。

[1106] 这些供养有上供的素斋、下施的素斋，还有花斋等等，这些内容后面还要介绍，我们在上供的方面主要就是这样去观想的。

[1107] 今天的课就讲到这个地方！

[1108] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[1109] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[1110] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[1111] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

《前行广释》第 125 课辅导资料

[1112] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[1113] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[1114] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[1115] 发了菩提心之后，今天我们继续一起来学习《前行引导文》。前面我们学了共同加行部分，现在学的是不共加行。因为共同加行是任何一个想要解脱的修行者都需要完成的，或者说这种功德是所有的修行者需要共同生起的，所以称之为共同加行。不共加行是为了能够修持更殊胜的大圆满或者密乘法，如果把不共加行修持圆满之后，就可以很顺利地接受殊胜的大圆满教法。

[1116] 在接受正行之前的功德境界，都要尽量地在我们的相续当中生起来。到了密乘的修法，不管生圆次第、大圆满本来清净或者托噶等等，所有的密乘法都是窍诀，窍诀法要本身的力量非常大。比如我们修生圆次第的时候，在这个过程当中只需按照提示去做，和它相应就可以了。它的力量是非常大的，都是最殊胜的方便窍诀。观托噶也是一样的，你只是按照坐式、看式等所有条件去实行就够了，功德自然会生起来。密乘也是一样的，生圆次第的窍诀法只要按照指示去观，仪轨里所提到的所有功德都可以获得，这是法本身的力量，它的加持力和价值就在此处。

[1117] 我们讲这个问题是什么原因呢？比如说我们在修古萨里、生起次第，像观音菩萨、金刚萨埵仪轨，我们在修的同时还在想很多事情。就是说在前行当中该解决的问题没有解决，把这些问题全部带到了修法的仪轨当中来，一边修的时候，一边心中生起各式各样的疑惑，应该有的根本没有，这样一来仪轨的价值没办法体现出来。像我们刚刚讲的一样，本来仪轨就是精华和窍诀，按理来说，你照做就行了，肯定可以生起功德，这是毫无疑问的。为什么没



11 积累资粮(119-125)

有生起来呢？我们在修的过程当中，还在纠结以前的事情。在前行里面该解决的问题没有解决，又带到了正行里面来。如果你还要花时间去解决这些问题，仪轨本身的功德也没办法显发。严格来讲后面的窍诀法非常简单，没有大段的推理。为什么？该推的早就推完了。在你进入密乘之前，一切都应该准备好。菩提心应该早就生起来了，然后在积累资粮的时候，认认真真地修了曼荼之后，你的福德会非常深厚；修金刚萨埵的时候，你也认真修了，罪障应该非常的轻微。带着一切的修行成果进入密乘的时候，所有的优势在仪轨当中都会体现出来。再加上最直接的窍诀和最简单的方法，最后就可以生起功德，应该是这样的。

[1118] 现在我们走到密乘的时候，该做的准备没有做好，导致了我们在修持仪轨的时候，还在对治很多的邪见、怀疑，纠结其他的问题，甚至于连修仪轨应有的目标都没有，到底是为了解脱，还是发财，到底是为了自己解脱，还是为了众生解脱呢？没有搞清楚，还在纠结这些问题。我们在修仪轨的时候，应该没有这些成份了，早就应该把这些问题解决了。我们在修前行的时候，这些没有认识到，或者没有重视。虽然数量圆满了，但是不够认真，不知道它的真实价值。这样过来了之后，带着这些问题进入到了密乘的正行当中，当然也没办法迅速的生起功德。

[1119] 既然因缘已经如此了，第一我们对于密乘该修的还应该修；第二我们要好好地“补课”，菩提心没有生起来，我们还是要生起来。资粮如果不圆满一定要让它圆满。对于前面我们学过的内容，在修密法的过程当中重新把它补圆满，不到位的都要让它到位，这样就可以逐渐地弥补。

[1120] 大恩上师等老修行人经常讲的教言也是这样的，当一个人的相续成熟的时候，就会对前行的法非常重视。或者说如果对前行等修心的法很重视，说明他的相续在成熟，他没有再盯着传说的高法和利益很大的法。为什么是传说中的呢？大家都在说大圆满殊胜。至于为什么殊胜并不知道。虽然法本身不是传说中的好，但是我们现在所接触到的就是传说中的好，因为自己该有的并没有认识到，所以只能活在传说的大圆满、密乘当中，对我们来讲，这些法没有起到应有的作用。

[1121] 我们现在应该扎扎实实地打好基础，以前对于上师的话没有体会，到了后面越来越发现前行的重要性。如果把前面的法一个个的修好了，反反复复的修，认认真真的落实，逐渐把暇满修好了再进入第二、第三个次第，在真实修正行的时候，很快就可以相应了。前面所做的大量准备就是为了最后在修的时候，带着这些资粮一下子能够有所突破。如果在这个过程中，没有积累大量的资粮，需要突破的时候突破不了，也没有东西来突破。就像攻城掠地一样，必须要准备足够的粮草、武器、装备，还有情报、资源等等，把所有的东西都要准备好，到了决战一下子就可以集中所有优势顺利突破了。如果你在前期大量的时间什么都不做，到了决战的时候就会什么都没有。

[1122] 同样的道理，没有修好前行，你怎么可能通过密乘的法要很快相应实相或者解脱，以及获得仪轨的小字提及的种种功德呢？很多仪轨的后跋当中都会讲到很多修法的功德，这些都不可能获得。小字里面的功德对我们来讲好像是不存在的一样，实际上这些绝对是有的。我们前面的法没有修好的缘故，后面在修的过程当中，还需要花很多的时间精力去对治，获得功德就会有点拖延。

[1123] 我们现在既然在学修，就尽量做好。我们再再讲前行也不是一两次就能学好的，需要大量的沉淀。我们现在尤其应该对于比较了义的法，比如说中观或如来藏的法要好好去学，学完之后都可以用得上，没有一个用不上的。对我们来讲，比较了义的教理应该努力去掌握，在有机会学习的时候，不要想方设法地翘课，这是最好的机会，可以让我们生起见解，自己应该认真真实地去对待。如果我们不认真对待，对于修法抱持一个能逃就逃的态度，这样的态度本身就不符合一个真正修行者的身份，想通过这种态度要去证悟大圆满肯定有困难。如果应该重视的法义没有重视，说明这些综合素质在修行者的相续当中有所欠缺，所以对于该学的一定要认真地学好，该掌握的一定要尽量地掌握，这是见解方面。

[1124] 而修行的方面就是共同前行等该修的要好好地修，皈依、发心和相关的内容都要认真地对待。到底怎么样才能让我的皈依、发菩提心、忏悔等等修得更好？如果平时很重视的话，我们在修的过程当中，对待这些修法会很殷重，没有敷衍了事的心态，就不是被迫修加行，能够很欢喜、很自主地想办法的修好，不是说为上师修的，而是为自己修的。最后获得的成果都由自己去享受，就像今天中午这顿饭是自己吃的，不是做给其他的人吃。如果是做给别人吃，你可能会想反正我也不吃，管那么多，随便弄一下就行了。

[1125] 而资粮怎么修、通过什么心态去修，这是自己受用的。修得差是你吃，修得好也是你吃，都是和自己息息相关的。如果真正想要获得解脱的人，不是说一个假装想要获得解脱的人，就应该好好的对待前行引导文。你好好对待它，它也会好好对待你，该生起的功德肯定会生起来。

[1126] 对于古萨里，上师讲得也很简单。我们照做就行了，按照这个修法去做，通过信心去观想。要求放松我执，我就放松我执；要求怎么观想，我就怎么观想，这样去做就可以得到里面的利益。上师之所以没有过多做解释的原因也就是这样的。不共加行里的古萨里就是施身法、断法。因为我们对身体最执著，所以以身体上供下施所获得的功德也最大，或者说能够获得的利益是非常大的。

[1127] 前面讲了上供的素斋，今天我们从下施素斋开始学习。

[1128] 如果自己具有娴熟的观想能力，就将自己观想成玛吉黑怒母，

[1129] “玛吉黑怒母”的“玛吉”就是玛吉拉准。我们都知道西藏有一位空行母，她是断法的创始者。为什么叫玛吉黑怒母呢？虽然有时候形象上观的是黑愤怒母，但是和玛吉拉准的本性是无二无别的，有时玛吉黑怒母的意思就是黑愤怒母。有些修法当中首先把自己观成玛吉拉准，然后再观成本尊，有这种的观想方式。因为这是玛吉拉准空行母传下来的一支，所以有时候在里面也会带着她的名字。实际上玛吉黑怒母就是前面我们讲的黑愤怒母。

[1130] 从心间化出白、蓝、黄、红、绿五色事业空行母成百上千、不可胜数，好似日光照射下的微尘弥漫一般，

[1131] 具有娴熟观想能力的人，已经把自己观成了黑愤怒母，就从自己的心间幻化出白、黄、红、绿、蓝的五色事业空行母。“事业空行母”就是要成办事业的，这里的事业都是利益众生的事业。五种颜色的事业空行母都是前面我们观的愤怒母的形象，只不过有白、黄、红、绿、蓝五种颜色。数量有成百上千，不可胜数，这需要娴熟的观想能力。有时我们观一尊都差点费劲，何况还要从自己心间幻化出无量无边的愤怒母，而且愤怒母的颜色有白、黄、红、绿、蓝。这些幻化出来的空行母还要把精华一一布施给众生，这方面需要有很强的观想能力。不管怎么样，我们在观想过程当中也可以这样去训练，逐渐地去观想幻化的越来越多，这样不断地去做布施。

[1132] 她们多得好像日光照射下的微尘的弥漫一样不可计数。

[1133] 她们将智慧颅器中装满的无漏精华甘露施给三界六道的每一个众生，使他们心满意足。

[1134] 因为幻化了无量无边、不可计数的事业空行母，所以每个空行母把托巴里面的无漏甘露面对面地布施给三界六道的每个众生，一个都不漏地给他们做布施。这个比较困难，需要非常娴熟的观想能力才能做到。如果我们做不到，可以用下面的一套方案。

[1135] 如果自己不具备这样纯熟的观想能力，就将自己观成忿怒母，左手将托巴中熬好的甘露洒给三界六道一切众生，普降甘露雨，使所有众生痛快畅饮之后心满意足，这就是下施素斋。

[1136] 如果自己的观想能力不娴熟，就观一尊。前面讲了把自己观成了黑愤怒母，自己从容器里面舀出甘露，然后抛洒出去。就像我们把盆里的水泼出去一样，就这样不断的舀甘露，然后不断的洒，这样观想起来就会简单多了。一个空行母舀了之后再洒，这是比较容易的。

[1137] 洒出去之后，就观想每一个众生都得到了甘露，然后去喝。每个众生手上的碗里装满了自己洒出去的甘露，他们接到了之后，就喝了下去，这样就会比较容易观想。所有众生接到之后痛快畅饮，然后心满意足，这就是下施素斋。通过下施的方式来利益众生、圆满自己的资粮。

[1138] 下面就是上供和下施的花斋，这是素斋，“花”的意思就是各式各样的用具，不单单是饮食。前面的上供下施是饮食的自性，不管是本尊、上师、众生都要饮用，通过这样的方式来圆满资粮、清净罪障。然后是各式各样最好的用品、财富，以这样的方式去满足众生。

[1139] 接下来观想从沸腾的甘露蒸气中，散发出沐浴水、鲜花、薰香、酥油灯、香水、神馐、乐器、八吉祥徽、轮王七宝、幡伞、宝幢、华盖、千辐金轮、右旋海螺等等不可思议的供云，

[1140] 前面大如三千大千世界的托巴里面充满了甘露，然后甘露在沸腾。这样沸腾的甘露就像我们在一口大锅里面烧了汤，上面热气腾腾的感觉，从里面冒出很多甘露蒸气。这些甘露蒸气相当于那种如意宝一样的自性，什么都是可以幻化的。一切万法空性当中只要具备了因缘什么都可出现。我们这样观想，也是符合于因缘力、法性力。一切万法的本性什么都不是，什么都不是当中，具备了因缘什么都可以显现。这时通过我们的观想力和法性力、三宝的加持力，当所有的因缘具足了之后，就可以在蒸气当中幻化出无量无边的殊胜供具。



[1141] “沐足水”就是洗脚水。这主要是针对印度的习惯。印度地处热带，人们都是赤脚走路。从外面赤脚走路回到家里的时候，就会在门口准备洗脚水，把脚洗干净，有时洗完脚之后，还要涂抹一些油等等。别的地方可能并没有进了门把鞋脱了之后洗脚的习惯，脱了鞋还有袜子，再把袜子脱了洗脚，别人可能觉得太麻烦了，而且也没必要。有时候已经这么冷了，还洗什么脚！有些地方不一定有这个习惯。在印度现在可能也有这样的习惯，去过印度的人，都知道不能穿太厚的鞋子，平时都是穿拖鞋，甚至赤脚。一方面很热，一方面没有穿袜子也很好洗，洗完之后进入房间里面显得很干净。这是一种当地的供养方式，反正我们供养这些也可以，沐足水只要是以前有，现在还可以采用。我们观想给佛洗浴，不单单是洗脚，浴身水也可以。在《入行论》当中，也有专门通过观想浴池的方式来浴佛的，这也是可以的。

[1142] 还有无量无边的鲜花和各式各样最好的熏香，我们觉得味道最好的熏香都可以供养，天然或者合成的，不管怎么样，就是非常悦意、善妙的熏香。以及最好的酥油灯、各式各样的香水，神馐是各式各样最好的食物。还有乐器、八吉祥徽、轮王七宝，各式各样的幡伞、宝幢、华盖等等，这些在佛经等很多地方经常可以见到。在图画、动画里面也有很多，我们见过的就可以观想，反正都是很善妙的。有些是很吉祥的缘起，佛陀加持它们成为了吉祥物，只要能够拥有、受用一切都会变得吉祥，比如八吉祥等等，有些本身是具有巨大的利益或者它们的功能很强大，比如轮王七宝等等，把这些作为供品。

[1143] 有些人是人间非常好的熏香，我们也很喜欢的各式各样的香，把这些作为供品。宝幢在有些地方自然就可以遣除很多违缘，因为胜利幢立在这里很多违缘自动就退散了，所以很多寺院的四角都会放宝幢。能够把一些违缘自动地遮除了。不需要念什么经、什么法事，只要放在这里就行。一部分的违缘通过它可以遣除，其他的违缘通过念经来遣除，这也是很善妙的。天界也有胜利幢。宝幢、幡伞等等有些是利益深远的，有些是佛加持变得吉祥的，有些是本身就具有很大功能的东西。还有千辐金轮、右旋海螺，右旋海螺也是非常吉祥的物品，有这些不可思议的供云。

[1144] 将这一切的一切均敬献上供对境，

[1145] 上面讲到了上供下施的素斋，这些属于花斋，将这一切的一切均敬献上供对境，就是上师、本尊、空行等等。

[1146] 以此圆满自他一切众生的资粮、清净业障，这是上供花斋。

[1147] 把这些供养之后，通过供养一切最善妙资具、缘起物的因缘，自他一切众生的资粮都圆满了。一切众生的业障因此而清净，这是属于上供花斋。

[1148] 我们在一座之上，就是坐在座位上面不需要很大的劳作，只是凭着信解力，通过观想力，就可以很轻松的积聚巨大的资粮，这就是善巧方便、窍诀。有些时候虽然非常的劳作，但是得到的资粮特别少。这不需要劳作，只需要信解。对这个法有信心，自己认真地去观想，通过非常善妙、清净的发心去观想，就可以无勤获得。比如今天当中一座一个小时修下来，你的相续当中，就已经积累了巨大的善根，很多障碍、违缘通过这样的方式就可以清净。上供花斋也是通过诸佛菩萨的悲心和智慧在相续当中，流露出来的殊胜方便。以上是上供的花斋，下面是下施的花斋。

[1149] 再观想从中如雨般降下六道所有众生各自所需求的一切资具，使他们全部欢欣喜悦、称心如意。

[1150] 这类是对六道众生喜欢的任何资具，他们喜欢的、需求的，就是说所有的资具都从前面所讲到的无漏甘露蒸气当中化现出来。它还在源源不断地散发着蒸气，蒸气也在翻滚，一部分幻化出供养的妙具，上供给了诸佛菩萨、本尊空行，还有一部分幻化出六道众生所需要的一切资具，让他们称心如意。

[1151] 下面就是具体来讲。

[1152] 尤其是自己从无始轮回以来到现在，（必定欠下了许许多多的债，）比如杀生短命的债、夺财贫穷的债、殴打多病的债、

[1153] 我们无始轮回到现在，在流转的过程当中，每一世都要和很多众生交往，在和人或旁生等有情交往的过程当中，会欠下各式各样的债，这些债有些也是因缘。做了这个事情，必定会留下一些痕迹，有些是偿还的，通过债务的方式论表会比较容易理解。对我们来讲，欠下了债就要还债。积了很多的业，也有很多的债。因为我们被动地偿还宿债，所以感召各式各样的违缘痛苦、不悦意，这些都是我们相续当中，各式各样的业和债成熟之后如是地体现。这时候我们就要通过善巧方便的方式来偿还债务，就是通过观想利益众生的方式来偿还的。

[1154] 虽然这是从无漏的甘露蒸气云中浮现出来的，但是甘露蒸气云是从哪里来的呢？实际上还是来自于我们的身体，就是说我的身体幻化出来的东西，也就是施身法的一个延续。这些全是我的身体当中幻化出来的，只不过以诸佛菩萨的加持力，通过空性、法性的缘起等能力，我的身体变现成了这个样子。老虎、豹子等可能对你的身体有兴趣，它们是吃肉的，其他众生是没有兴趣的。我们就要想办法，通过善巧方便让身体能够令所有的众生获益。通过施身法的方式可以让一切众生满足。这么多的债务如何偿还呢？就在蒸气云中观想各式各样的用具来偿还自己的罪障。

[1155] 比如说杀生短命的债，以前杀了很多的生命，没有来得及偿还，还有夺财贫穷、殴打多病的债。因为以前夺人财富，所以今生非常贫穷，有时候想要挣钱也挣不到，经常莫名其妙的破财，这样的人也有很多。很多人的身体有各式各样的疾病，也是因为以前杀害或殴打众生，所以导致今生当中病特别的多，这也是一种债。正在成熟的时候，比如自己正在生重病，也可以通过施身法的窍诀把债务偿还了之后，自己的疾病就可以痊愈。

[1156] 在我们相续中还有很多没有到期的债，差不多即将到期了。我们就通过施身法的方式把债务偿还了，利益了债主以后，就不用再以生病的方式还债了。

[1157] 上者救护的债、

[1158] 有时候我们受到了别人的救护，就是说能力比我们好的、地位比我们高的人，经常帮助、救护我们，这也算是一种债务。

[1159] 下者恭敬的债、

[1160] 下面的人对我们很恭敬，身体语言等等对我们很恭敬，有些时候按照法律或者善恶业来讲，虽然不一定是恶业，但是一种债务、因缘，反正下面的恭敬你或者上面的人保护你是不是恶业呢？不一定是恶业。毕竟在这个过程中留下的痕迹，以后还是需要通过各种各样的方式去偿还。如果能够通过这样的方式把该偿还的债务偿还了，就可以打破我执、利益众生，有些债务、疾病、违缘，也是因为各式各样的因缘和业，有时是因缘和业交织在一起，然后综合形成的当前这种状况。有些单纯就是以前的罪业等等，有些是一些因缘和合，不一定是业，而是因缘，这些都有可能导致自己的身体不适或者造成方方面面的违缘。如果是罪业，我们通过这种方式来忏悔；如果不是罪业，我们就通过债务的形式来还债，反正各种各样的情况都可以通过这个方式来解决。

[1161] 中者友爱的债、

[1162] “中者”就是互相友爱，对方对我很友爱也有一种债。

[1163] 高官住房的债、卑微田地的债、亲友近邻的债、子孙牲畜的债、

[1164] 有时高官在受用、住房等方面有一些债，他们有钱、有地位，比较容易住进好房子，通过这样的因缘有一些债务。有些卑微者通过种田生活，在这个过程中也会有这些债。还有亲友近邻之间，以及缘子孙、牲畜也会有些债。

[1165] 享用饮食的债、穿着衣服的债、债债相联的债、

[1166] 前面我们在学习业因果的时候，也学了一部分，还有在学习轮回过患的行苦时，甚至于穿衣、吃饭、喝茶，都有一些因果在里面。虽然严格来讲并不是造了很重杀生等罪业，但是必定你这样做了，对于众生间接或直接的有所伤害，也会有一些债。因此我们穿衣、饮食都会有这样债债相连的债。

[1167] 挤取乳汁的债、役使驮运的债、

[1168] 在有些牧场里面专门挤取乳汁，也有些是自己需要滋补身体，家里养一些牛、羊，通过它们的乳汁来滋补自己，有些是以此挣钱。还有役使牲口，让它们驮运东西。以前用耕牛耕田，或者用骡子、毛驴、牦牛等等来驮一些货物，各式各样的都有。

[1169] 开垦荒地的债、

[1170] 荒地是无主的，你想要开垦从某些方面来讲是可以的，在开垦荒地的过程当中，可能荒地上面是蚂蚁的家，它们的一个大家族都在这里，开垦的时候就相当于把它的整个家族给毁了。在在开垦荒地过程当中，可能会欠下众生这样那样的债。

[1171] 消费使用的债等等宿债，

[1172] 还有消费使用的债等各式各样的宿债。



[1173] 此时此刻，观想一切男女冤家债主手拿容器前来讨寿讨命、讨骨讨肉等等，犹如债主索债般蜂拥而集，

[1174] 第一个过程观想完了，我们这么多的债需要偿还，首先要在心里观想一遍，把这些认识清楚，然后就观想债主来了。我们在这个过程当中欠了太多的债，债主这时就要来讨债。因此就观想一切男女怨家债主手拿容器前来。如果欠寿来讨寿，欠命的来讨命，和讨骨、讨肉等等，就像债主索债般蜂拥而集。这时候我们不用担心。自己不仅早就准备好了还债，而且是用更好的东西还债。如果现在自己一无所有，债主蜂拥而至，这就可能非常的恐怖、担心，我们并不需要，一定要让他们赶快来，现在都已经准备好了，自己对无始劫以来所欠的债都准备偿还。

[1175] 他们各自所求的各不相同，不管他们求什么，都满足他们的愿望，

[1176] 所有的六道众生因为所欠的债不一样，所以他们的所求也各不相同。不管他们求什么，都能够满足他们的愿望。

[1177] 求食施食，求衣施衣，求财施财，求乐园施乐园，求乘骑施乘骑，求住房施住房，求亲友施亲友，如雨般降下取之不尽、用之不竭的宝藏，

[1178] 这一切只需要自己坐在舒适的坐垫上认认真真地观想，把这些都观想清楚，通过很真诚地相信这个力量的方式去观想。如果是想要求食的，就在他们的容器里面装满一切的饮食；如果是想要衣服，就在他们的容器里面装满各式各样的妙衣。还有财富、乐园，乘骑就是各式各样的交通工具，现在是汽车，以前是马，就在无漏的蒸气云里面幻化出最好的乘骑，他们骑上去之后，非常高兴地走了。求住房施住房，如果想要各式各样的住房也可以满足他们的愿望，给他们最好的住房。求亲友施亲友，如果他们没有亲友，就幻化出最好的亲友给他们，然后如雨般降下取之不尽、用之不竭的宝藏。

[1179] 这时一直都在念嗡啊吽。在下面的仪轨提示中说，在观想的过程中，自己一直在念嗡啊吽，嗡啊吽就是清净、增长和转变，一直在清净、增长和转变。就在无自性当中可以幻化出一切，这个因缘就是来自于观想力、法性力和很多仪轨的力量，不断地生成、增长、转变，就是一种取之不尽、用之不竭的宝藏。不管要多少，都能满足所有有情的心愿，能够彻彻底底地偿还一切的宿债。

[1180] 从而了结了宿缘、偿清了宿债、化解了宿怨、清净了罪障，

[1181] 在这个过程当中，了结了所有的宿怨，我和一切众生之间结的缘都已经了结了，而且不好的缘了结了之后，我布施给他们很多东西，这些也都是通过菩提心来做的，从今以后也结上了利益他们的缘，让众生能够解脱的缘从这儿就结上了，不好的缘全部化解了。我们在修行佛法的过程当中，这样那样的缘就会在我们的修行过程中，让自己的修行滞后。我们本来修学得好好的，突然就出现了一个因缘，无端就打断了，让你没办法继续。因为宿世当中的很多因缘现前的时候，我们会完全没有自在，所以要通过各式各样的方法，让我们的修行完全变得自在，可以把不好的缘全部化解。从而了结了宿怨，偿清了一切的宿债，化解了宿怨，自己和众生结下的怨恨全部化解了，清净了自己所有的罪障。

[1182] 那些冤家债主也全部心满意足，皆大欢喜。

[1183] 所有的冤亲债主因为得到了他们想得到的东西，所以我们就观想他们已经全部心满意足、皆大欢喜了。学习佛法的人经常说冤亲债主，我们会做很多的法事去超度冤家债主，自己来做古萨里修法就是针对冤家债主，通过布施自己身体给冤亲债主化解我和他们之间的宿怨，偿清宿债等等，通过施身法通过很主动的方式来偿还一切冤亲债主，而且在做的过程当中，既可以偿还冤亲债主之间所有的债务，也可以消尽我执、清净罪障等等，这和我们单纯通过交钱的方式请僧众念经去化解怨亲债主的宿债，比这种功德方方面面都要齐全。我们交些钱请僧众念经，对于我们所结缘的众生，具有一定的作用。能不能通过这种方式来打破我执，通过这样的观想能力增长自己的修行？也不太好说，而通过修施身法的方式完全是可以的。我们要相信这种力量，其实这个法非常好。

[1184] 每个人和众生之间都有各式各样的宿缘，现在我们就可以自主的通过这样的修法去偿还宿债，这也是非常好的一种方式，能够令他们全部心满意足，皆大欢喜。前面讲了如果自己想要去积累资粮、清净罪障，化解一些不好的因缘，这个方式就是非常好的。

[1185] 剩下来，对于那些语言无力、势力薄弱以及跛、盲、聋、哑等为苦所迫的所有六道可怜众生，给他们各自所求的事物，

[1186] 有一些语言无力或者势力薄弱的众生，有些人的语言没有力量，有时候不敢说，有时候说出来之后，绕来绕去也表达不清楚，还有一些语言方面有障碍的人，还有一些势力薄弱的众生，在整个世间当中没有亲人，也没有任何势力，要做什么事情都是可怜巴巴的。这种弱势群体也有很多，这是属于势力薄弱的人。也有通过以前的业导致今生当中跛脚、看不见色法、听不到声音、说不出话等等，就是说跛、盲、聋、哑等为苦所迫的所有六道可怜众生。真正来讲目光所及这种情形非常多，有些是心不自在的，有些是势力单薄的，有些是脚不方便的，还有一些是盲聋哑等残疾，有很多可怜的众生。

[1187] 给他们各自所求的事物，有些时候对一个盲人来讲，他最喜欢的就是我的眼睛能够看到；对于听不到声音的人来讲，可能其他的也需要，但是最希望的就是我能够听到声音；对于说不了话的人，最希望的是能够正常表达自己心中的诉求，每个众生都有不同的需求，就给他们各自所求的事物。

[1188] 无依无怙者面前作为他们的依怙、

[1189] 有些人特别可怜，完全找不到依靠处，没有依怙处，就从这里面幻化出可靠的依怙处，让他们有所依怙。

[1190] 无有友军者面前作为他们的友军、

[1191] “友军”相当于亲友团一样，他们的亲友或者能够帮助他们的人称之为友军。

[1192] 无有亲朋者面前作为他们的亲朋、

[1193] 在没有亲朋好友的人面前，作为他们的亲朋。

[1194] 无近邻者面前作为他们的近邻、

[1195] 有些人可能没有邻居，住的很偏僻。住在荒漠或者在森林里面，找不到能够说话的人，也没有邻居可以互相帮助。有些人是没有好邻居，虽然互相住的很近，但也不是可以帮助自己的邻居。现在的情况也是如此，以前的邻居经常见面，都很熟悉，经常去对方家里做客，有问题也会互相帮助。现在的邻居，虽然是门对门，但是也不知道对方的姓名，彼此从来不说话，有问题也没办法去帮助。这里就是没有近邻就去做他们的近邻，这是真实意义上的近邻。

[1196] 赐予病者康复的灵丹妙药，

[1197] 有些病人找不到药特别可怜，或者说没有特效药，每个众生都希望能够找到一副特效药。以前在小说里面有万年灵芝，好像找到之后什么病都能治愈，现在的灵芝是不是和以前不一样，我也搞不清楚。如果有特效药是最好的，服药以后所有的病马上就痊愈了。

[1198] 有时候有药众生没有钱买，也有这样的情况。虽然他们听说某某药特别好，但是一支药都要好几万，相当于没有这个药一样，因为他根本买不了。如果没有药的众生，让他们获得灵丹妙药。

[1199] 赐予亡者起死回生的甘露，

[1200] 天人作战如果伤得很重，擦一点甘露就可以了，甘露在人间还有起死回生的效果，这是赐予亡者起死回生的殊胜的甘露。

[1201] 赐予跛者神足，

[1202] 跛者的脚不方便，如果给他神足，不单单是有脚了，而且有了神足，还可以飞行。

[1203] 赐予盲人智慧眼，

[1204] 赐给盲人智慧的眼睛，一方面是肉眼，一方面是除了肉眼之外，能够辨别一切、照见实相的智慧眼也赐予他们。既有生理上的盲人，也有心理上的盲人。当然生理上的盲人就是那种看不见东西的人，我们就幻化出最好的眼根赐予他们。心盲是内心当中不知道取舍辨别，就给他们能够取舍辨别一切，照见实相的智慧眼。

[1205] 赐予聋人无漏耳，

[1206] 聋人以前听不到声音，给他们清净的耳根，还有能够听闻无漏法界的无漏耳。

[1207] 赐予哑人智慧舌等，

[1208] 赐给他们最殊胜的智慧舌根，不但能够讲话，而且智慧之舌也能够辨别万法，对于众生宣讲一切万法的实相。



[1209] 他们受用后心满意足，远离了六道各自的一切业感、痛苦、习气。

[1210] 他们受用完之后，自己观想所有的人都心满意足，当然也没有理由不心满意足。得到了这么好的偿还物品后非常满意，这里面也有一种菩提心的意识。我们在观想给众生在还债的时候，虽然是还债，但是我们偿还的债务也已经远远超过他们的需求了。

[1211] 一般不学习佛法的人也不知道智慧眼、无漏耳、智慧舌都是什么？就是说我们除了满足他们正常的需求之外，还要给予他们更殊胜的能够辨别实相获得解脱的功德。这里也有菩提心，愿一切众生得到利益和究竟的快乐，现在我们通过观想，我执就会逐渐消失，在观想的过程当中，罪障清净、福德圆满，随着自己的功德增长，我们也会证悟实相。当我们证悟实相，获得了圣者功德之后，逐渐通过自己的引导，帮助众生获得神足、智慧舌等等，安住法界实相当中，逐渐将众生引入究竟的果位。这里是一种观想，通过这样的观想，最后自己就可以成就真实帮助众生的能力。

[1212] 最后所有男众均获得圣者观世音的果位，所有女众均获得圣者度母的果位。

[1213] 所有的男众全部获得观世音菩萨的果位，所有的女众获得度母果位。按照汉地的习惯，提起观世音菩萨，就会浮现出女相。在印度藏地，提到观世音菩萨都不会联想到女的，观世音菩萨就是男的。如果不了解此处的背景，为什么男的会获得观世音菩萨的果位呢？在汉地观世音菩萨就是女的形象，而在印度藏地观世音菩萨都是以男的身份出现的。虽然有些地方说菩萨是超越了男女的，但是在习惯上面，比如说释迦牟尼佛、观世音菩萨、文殊菩萨，都是男人的一种化现。这里没有按照汉地的规矩来讲。如果按照汉地的规矩来讲，我们觉得应该是一切女众获得观世音菩萨的果位。这里是按照藏地和印度的传统来讲，一切男众获得观世音菩萨的果位，一切女众获得度母果位。

[1214] 从而彻底根除了三界轮回，这是下施花斋。

[1215] 我们在学的时候，要知道这是很殊胜的。如果经常性去修古萨里施身法，可以无勤当中上供下施，供养诸佛、上师，这是诸佛欢喜之道。下施可以布施一切六道众生，通过这样的方式修炼自己的菩提心，打破我执，偿还很多宿债。虽然偿还宿债只是观想，但也是可以。就像我们在忏悔的时候，也是通过观想、念诵的方式清净自己相续当中的罪业。因为罪障是存在于我们心上的，它主要是以心推动而造的，种子也存在我们心上面，所以净罪也是在心上去净。怎么清净心上的罪业呢？通过心上的观想、诵咒等力量就可以清净。既然可以通过观想来清净罪业，也可以通过这样的方式来偿还宿债。从原理上也是完全可以了解的。

[1216] 直到观想得一清二楚为止，期间一直尽力念诵：

[1217] 嗡啊吽

[1218] 反复地观想，直到观想得一清二楚为止，期间一直念诵“嗡啊吽”，不断幻化出上供下施的供品。

[1219] 紧接着念下文

[1220] 啪的牙求耶谨戒特大刚啪的上供满足对境贵客意

[1221] 通过前面所幻化的八吉祥等等，上供满足对境的贵客意。

[1222] 奏奏内秋吞恆圆满资粮获胜共悉地

[1223] 然后圆满了资粮之后，获得殊胜和共同的成就。

[1224] 玛扣卫諲妮蓝恰香下施令众欢喜清宿债

[1225] 不管是下施的素斋，还是花斋，都会令众生欢喜，然后清净一切的宿债。

[1226] 恰巴德禰谢给热侧尤令作害魔种悉饱足

[1227] 那敦当瓦恰扬色耶息灭病魔障碍消法界

[1228] 这里我们也观想了各式各样的魔众，给自己制造违缘的很多魔众，也在自己所布施的行列当中。我们在观想的时候，尤其令做害的，给佛法修行做障碍的，给整个佛法或者一个地区、某个道场，乃至自己修行做障碍的。“尤令做害的魔种”，各式各样魔的种类悉饱足，他们都能够饱足。而且令他们饱足东西里面，本来就自带了慈悲心的成分。他们受用了以后，菩提心的力量也会在他们相续当中发挥作用。他们享用的东西里面本身就有让众生生起慈悲心的成分在里面。相当于我的这个饮食配方里面就有菩提心、慈悲心，谁吃了谁就能接收到菩提心的信息。所有的魔众享用了之后，他们也生起了慈悲心，不再做害了。不是说吃饱了，现在休息一会，暂时不给你做害，不是这个意思。里面本来就有慈悲心，他们吃了以后，想要做害的想法也没有了，不愿意再给修行人做害了，就是这样一种原理，我们在观想的时候也要这样观。

[1229] 然后是所有的病魔、障碍消法界，这也是最好的消除违缘的方法。既可以通过修愤怒法、念护法，也可以通过施身法来清净我们的障碍、违缘、一切的病障，这些都消失法界当中。

[1230] 晋安当达怎德的拉摧毁一切恶缘及我执

[1231] 一切不好的恶缘、我执都完全摧毁掉。

[1232] 这是一个殊胜的修法，因为修法的人情况不一样，有些修施身法的人，信心、福德等方方面面都非常好，所以他在修法的时候，各式各样的违缘，尤其是各式各样难治的疾病，通过这个法完全就可以消尽了。还有一些人可能信心没有那么稳固，福德也没有那么深厚，虽然修的时候可能是会得到一些利益，但是立竿见影的效果不一定会浮现。还有一些刚刚入门的人，相续当中的条件都很差，修施身法的时候，他的效果就很轻微。

[1233] 我们生病的时候，到底需不需要去看医生，服药？这方面因人而异，我们不能一概而论地说完全都需要服药，也不能一概而论地说都不需要服药，修这个法就可以了。因为修法的人不一样。如果你没有这样的信心，你修法得不到感应，还是劝你一边吃药，一边修法好一点。对他来讲，没有上升到那么高的层次，药物可能更直接一点。就相当于物理、化学方面的关系，药和病就是这样对治的，互相之间很快就可以发生作用，就痊愈了。

[1234] 那是不是这个修法只是提到了可以治病，根本治不了呢？也不是这样的。病的原理有些是内在的四大不调，有些是非人、鬼神等等，当条件具备的时候，通过修法就够了。完全不需要外在的药物或者治疗而痊愈。

[1235] 这方面不能一概而论，我们一概而论都会有所偏颇，是不是所有的人都不要吃药了，念佛或者观想这个修法就行了。这个不好说。为什么呢？一百个人根机到底是怎么样不好说。假如一百个人都是刚进佛门的来的，全部对佛法一无所知。你让他们不要吃药，一方面药没有吃，一方面法也修不上去，最后就眼看这个病恶化，那就没办法了。也不能说，这个修法绝对不能治病，某某某没有吃药、治病就死了，也不能这样讲，每个人的情况不一样。

[1236] 基于现在的大多数人都是刚刚学习佛法不久，上师们在开示的时候都讲，如果有病就要去看病，很多人的条件没有达到那么高程度。假如说所有的修行者基本上都达到了很高的层次，这时候上师就会直接说你们修法就可以了。现在很多学习佛法的人，有些刚刚开始苏醒种姓，他的福德很差。如果你跟他说不要看病，本来他就对佛法有点怀疑，修法修不动，也不吃药，病情恶化以后就开始生邪见，别人也会以此攻击佛法，这样不太好。这方面我们不能一概而论，有很多种不同的情况，有时需要分析。如果真正从仪轨本身，还有条件非常相应的人来讲，所有的病魔、障碍完全可以消于法界，很多时候不可思议的情况就会发生，可以摧毁一切恶缘和我执。

[1237] 塔秋夏当秋耶玛利根一切能供所供及供境

[1238] 悉奏巴钦波玛救阿本性无改大圆满中啊

[1239] 最后来讲一切能供、所供和供养境、能施、所施和布施的境，本性无改大圆满中。最后所有的能供、所供和供境都是在本性无改的大圆满中安住，就是说没有什么能供、所供、供境，安住在无生的法界中啊。上师说，这个啊字要念三遍，大圆满中啊啊啊。最后就可以安住在这个状态中。

[1240] 这个修法能够清净障碍、圆满资粮，也是能够打破我执的。把我最珍贵的身体布施、供养出去，就是一个打破我执的体现。另外因为玛吉空行母也是依靠《般若经》创立的这个修法，古萨里的核心思想也是安住在般若空性当中，所以也是可以证悟空性的。最后安住在没有能供、所供和供境的大圆满的本性当中，这样证悟空性了，当然可以清净一切我执。

[1241] 念诵完毕，在不缘能供、所供及供境的无缘境界中入定。



11 积累资粮(119-125)

[1242] 最后一切能供、所供和供境都不执著，安住在这样不执当中入定。

[1243] 所有断法论典中本来宣说了素、荤、花、黑四斋，但这里只是列举了素斋及花斋而没有提及荤斋与黑斋。

[1244] 在断法的论典中讲了四种斋，在这里讲两种，针对一般的种姓而言，素斋是最保险的。花斋是各式各样的用具，很多众生也可以去实践。荤斋就是针对以素食、各种用具满足不了的鬼神，有些鬼神特别喜欢血肉，就要通过荤斋的方式观想血肉等等做一些布施。可能还要上供愤怒本尊，在有些仪轨里面有托巴里面装满了鲜血等等描述，这里没有提荤斋，我们平时做这两种修行就可以了。

[1245] 还有一种黑斋，在有些论典当中讲，在修断法之前，有时要到一些尸陀林等比较凶险的地方去，通过吹号、摇鼓，相当于把鬼神召集过来。如果通过常规方法惊动不了他们，就要通过黑斋，用特殊的方法去惊动他们，以这样的方式来获取一些超越自己修行的经验。对我们来讲，这方面暂时用不上，毕竟这还是在前行的积累资粮中，附带宣讲的一个古萨里修法，所以没有提到黑斋的修行。

[1246] 当今时代有些自诩为断法者的人认为，所谓的断法，就是通过残杀、砍杀、殴打、驱逐等手段，彻底消灭那些凶神恶煞的一种粗暴事业，

[1247] 这是华智仁波切纠正一些错误的断法的修行和对断法错误的认知。“当今时代”就是华智仁波切那个时代。很多自诩是断法的修行者，他们的观念是错误的，他们认为所谓的断法是什么呢？所谓的断法就是对于给病人造违缘的凶神恶煞、非人魔鬼，必须要通过残杀、砍杀、殴打驱逐的手段，彻底消灭它们的一种粗暴事业。他觉得类似于降伏，一种粗暴的事业这就是断法，断除它们的命根或者通过这样的方式遣除违缘。他们是这样认知的，认知错误，行为上面也浮现了一些错误的行为。

[1248] 所以他们始终都是怒气冲冲、煞气腾腾，摆出一副气势汹汹、洋洋自得的姿态，他们觉得必须要像阎罗狱卒一样威风凛凛，盛气凌人。

[1249] 在藏区很多人修断法，有些时候是专门给别人治病。有些是家里人着了魔，有些是病人着了魔，或有些病人病得很重，会请密咒士或修断法的人去他们家里面做断法的佛事。在做佛事的时候，从开始上坐到最后结束之前都是怒气冲冲、煞气腾腾，外表看起来非常凶暴的姿态，他们觉得必须要像阎罗狱卒一样让人见而生畏，威风凛凛，盛气凌人。

[1250] 他们在对病人等实施断法的过程中，也是以怒不可遏的暴力行为，瞪着碗大的双眼、怒目而视、咬牙切齿，同时握紧双拳、连捶带打，甚至将病人身上穿的衣服也撕得破破烂烂。

[1251] 因为有些病人生病是非人附体，不单单是汉地或其他地方有非人附体，在藏区有些人精神错乱等，有时候也是因为非人附体，或者是非人的力量在他身体上面，所以必须通过断法的方式驱离，驱离之后病人就会正常。这里面讲的也是通过这样的方式。

[1252] 他们在修法驱离非人过程当中，通过怒不可遏的表情、暴力的行为，还有眼睛瞪得很大，怒目而视，然后咬牙切齿，同时紧握双拳、连捶带打，甚至有些时候还要抓扯、撕打，把病人身上的衣服也撕得破破烂烂。

[1253] 这种行为是不是就一定不对呢？也不一定，因为有些时候需要这样外在的行为。在佛学院，有一次在修一个金刚概还是大威德法的时候，那个领诵师的声音比较温和，法王如意宝说：这个声音修忿怒法可能有点不太好，太温和了，应该找一个声音很雄壮、很威猛的维那师领诵，这样合适一点。所以说，有没有这样的缘起呢？还是有的。包括修忿怒法的时候坛城都是三角的，比较恐怖的，有时穿戴的装饰也是比较让人生畏怖的，声音或者法器的使用也带着一种威慑的力量。有些人擅于观察：这个修行者可能是修忿怒法的，因为他的外表看起来带着一种比较威猛的形态。所以也会有一些缘起。

[1254] 我看《佛教史》里面讲，有些有经验的人一看一些人的体态、体型，就知道这个人适合修忿怒法。比如在《宁玛佛教史》也就是《藏密佛教史》里面讲，有一个大德去找他的传承弟子的时候，找到一个铁匠。铁匠在拉风箱打铁的时候，这个成就者去调伏他，给他讲小乘的教义，讲一些善业因果，讲出离心，根本听都不听，完全和没听到一样；给他讲大乘菩提心的时候稍微听一下；有的时候给他讲最了义的降伏，他一下子就有兴趣了，然后就开始询问。他的上身很粗大，下身很细小，脚很细，看起来像是一个金刚概的样子，这个人适合修这个法的。所以，甚至于在观察的时候也是有这样的缘起的。

[1255] 这些法和外在的形式到底有没有关系呢？不能一概说没有关系，有些时候有一定的关系。在佛学院参加金刚萨埵法会的时候，大喇叭要唱心咒，有些上师说，唱心咒的声音应该是孩子呼唤母亲的那种音调，好像呼唤母亲一定要给我加持，清静我的罪障，应该有这个效果。所以有的时候外在的音调，修行时的装饰等等，还是有一定的因緣的。

[1256] 如果你内心当中没有见解，完全只靠外在的凶巴巴的行为，那不起作用，这里华智仁波切是批评这一类情况。有些仪轨当中也需要这样，该打的还是要打，仪轨里面就说对病人要捶打等，反正通过这样的方式，一边念咒一边安住菩提心，一边通过外在的行为多管齐下，这个时候假如是非人附体，它受不了就会走掉，降伏掉。

[1257] 这里面的意思是说，你内心都认识错误了，只是凭外在的把别人衣服撕烂了，有没有作用呢？这是没什么作用。我也见过修断法的，以前佛学院有一个修行者，不知道什么因缘有点发疯，请了一个修断法的人给他修断法，他也要打，通过这种方式撕衣服，该撕还得撕，要打的时候还得打，但是他是安住在菩提心当中。请来的修断法的人也是学院的一些大德赞叹过的，这个人菩提心修得非常好，他外在也在做很凶暴的行为，所以是不能够一概而论的。他修断法的效果非常好，修几次之后，我们就看到这个人平息了，原来几个人都压不住的，慢慢就平息了。所以，修这些法要有菩提心，然后修得有感应了，的确是有很殊胜的效果，但是你只是做外表的行为是没有用的。

[1258] 他们自以为这样便可以降伏鬼神，孰不知这种做法实在是大错特错。

[1259] 玛吉拉准空行母也说：“对于从无始时以来以恶业为因、被恶缘之风所吹、接连不断处在迷乱显现之中不断感受痛苦、死后也将立即堕入恶趣深渊的那些凶猛残暴的鬼神，

[1260] 玛吉拉准空行母说，无始以来很多鬼神是以恶业为因，被恶缘之风所吹。这些凶猛残暴的鬼神，它们造了很重的恶业，被很多恶缘所吹，连接不断处在迷乱显现当中，在世的时候感受痛苦，死后要堕入恶趣深渊。为什么讲这么多呢？这些凶猛残暴的鬼神，从某些方面来讲的确是非常残暴的，它们伤害人又残暴。但是换一个侧面来讲，上师讲就像世间的讲法——可恨的人也有可怜之处。

[1261] 有些世间人说“可怜之人必有可恨之处”，但上师说反过来讲，其实可恨之人也必定有可怜之处。这些凶猛残暴的鬼神表面上看是一个可恨的对境，谁都不喜欢，谁都不愿意被它们缠上，被它们做障碍。但是反过来讲，这些可恨的对境也有可怜之处，它们的可怜之处是什么呢？“恶业为因”这个是可怜的，“恶缘之风所吹”这个是可怜的，“接连不断地处在迷乱的状态”，这个是可怜的，生的时候遭受各种痛苦是可怜的，死后堕入恶趣也是可怜的。

[1262] 从可怜的方面来讲，它们其实比一个正常人还要可怜，一般人都没有这么痛苦，它们一直处在迷乱当中，一直不得自在的，所以是非常可怜的。空行母及慈悲心强的人就没有看到它们表面上伤害我的家人，对我的施主做伤害，他们眼中看到的就是这些鬼神方方面面的可怜之处，需要悲悯的地方。其他的众生也需要悲悯，但是这些对境是尤其需要悲悯的，它们在世和死后都是非常痛苦的缘故。

[1263] 我们学习的时候，要把这些词句往心里走，往心里走什么意思？因为我们可能也会怀疑或者确认自己遇到了非人，那么我们对这些非人、凶神恶煞应该有什么样一种心态呢？我们应该想：它是一个有情而已，它在受很多痛苦的逼迫，也是不自主的，很可怜的，也是一个需要慈悲心的对象。如果这样去观想，我们对他基本上就恨不起来，取而代之的是真正通过慈悲心去面对他，只要慈悲心生起来了，剩下的事情就好办了，不管你是念观音心咒也好，还是其他方式也好，反正以慈悲心面对，基本上问题解决大半。但如果没有通过慈悲心去面对的话，这个问题解决不了，而且会让事情往恶劣方面加剧。

[1264] 我们在看玛吉拉准空行母描述的这段话的时候，要去体会，把这段话放在平常给我们做违缘的人、非人上面，我们不要紧盯着他的可恨之处，要盯着他的可怜之处，盯着应该对他生起慈悲的地方。



11 积累资粮(119-125)

[1265] 作为一个修行者来讲，不应该像一个世间人一样看问题，世间人肯定就看着他的可恨之处，至于他是不是可怜完全忽略了。作为修行者来讲，我们第一念可能觉得他很可恨，但是至少应该在第二念或者第三念、第四念之后就觉得他其实是很有可怜的，这是修行人应该有的素质，如果没有这个素质我们就要训练，训练自己习惯性地通过佛法的眼光去看世界、看怨敌、看非人，这样，自己就会不知不觉的逐渐列入菩萨的行列当中了。

[1266] 我是以大悲的铁钩勾召它们，以自己的温热血肉布施它们，以慈悲菩提心转变它们的心，并将他们摄受为自己的眷属。

[1267] 空行母说：“我是以大悲的铁钩勾召它们”，我对它们生起大悲心，用大悲心去勾召它们，用大悲心去面对它们。然后以自己的温热血肉给它们做布施，因为她是断法一派的创始者，经常修施身，用温热的血肉给它们做布施，然后以慈悲菩提心来转变它们的心，并将他们摄受为自己的眷属。

[1268] 可是未来（末法时期）那些‘伟大的断法者’却认为断法就是残杀、驱逐、殴打我以大悲铁钩勾召的凶神恶煞，这完全是邪断法，也是魔教兴盛的标志。”

[1269] “伟大的断法者”是讽刺一些所谓的伟大的断法者不懂得断法的真谛。如果以嗔恨心去殴打驱逐所有的非人魔鬼等等，这是属于邪断法，也是魔教兴盛的标志，因为这是魔教的特点，魔教的特点就是以嗔恨心去面对他的敌人，然后一定要赶尽杀绝，这是魔教的一个标志。

[1270] 作为修行者，包括我们也是一样的，如果遇到违缘的时候，想到通过这样的方法去报复，完全不是佛教的标志。佛教的标志就是以大悲心为核心为根本的，所有的事情都应该以慈悲心、智慧来面对，而不是通过自己凡夫人的习性，或世间的处理方法去面对。

[1271] 她还预言将来会出现九种黑断法等邪断法，因为这些都是认为离开慈悲菩提心而只是通过残暴行为降伏鬼神的邪法。

[1272] 九种黑断法上师没讲，大概的意思是说这些修断法的人种种颠倒的行为，反正不符合于慈悲心的，以我执、以嗔恨心、以护亲伏怨的心态做的这些行为都称之为黑断法。这些邪断法不是真实的断法，因为他们有一个共同的标志——都是离开慈悲菩提心的，只是通过残暴的行为降伏鬼神的邪法。所以所有修降伏的，或者修忿怒法的人，核心一定都是大慈悲。

[1273] 这种做法虽然可以降伏一两个势单力薄的鬼魔，但如果遇到一些凶猛残暴的鬼神，反而会赔上自己的性命，这一点依靠我们日常生活中亲眼目睹的许多实例也足以证明。

[1274] 以嗔恨心或者以想要灭除这些鬼神，像对待怨敌一样去修断法的这种人，虽然可以降伏一两个势单力薄的、力量很弱的鬼魔，修一两次可能就见效。但是鬼魔当中有非常多力量很大的、凶猛残暴的鬼神，如果你还用这种方式去面对这些大力的鬼神，不但起不到作用，反而会赔上自己的性命。

[1275] 这一点其实在日常生活当中也有很多亲眼目睹的实例。在藏区有很多修断法的人，各式各样的案例都有，也有很多人在修断法过程当中，没有通过菩提心摄持，触怒鬼神，压不住，然后直接被凶魔杀死的。所以华智仁波切说有很多实例可以证明的。

[1276] 特别是对修行正法的人来说，很难以了知他们所得到的降魔加持等能力是真正的道相功德还是魔障，因为大多数鬼使神差的人表面上也具有神通、威力等等，但从长远来看，他们的言行举止肯定与正法越来越相违，到了最后甚至连芝麻许的善心也荡然无存，结果自己得到的就是背着重如须弥山的信财异熟债。

[1277] 对修行正法的人来讲，很难以了知他们所得到的降魔的能力，是真正的道相还是魔障，因为有些人在修行当中也有一些降魔的能力、咒力，可以遣除一些魔障。但是这些到底是功德还是魔障呢？这个不好讲。所以我们在遇到有一点能力的人的时候，也不要马上皈依，马上生起信心，认为他一定是一个大成就者，这个不一定的。为什么不一定呢？因为所谓的神通、降魔的能力，不一定是他的能力，有些是属于魔的能力。所以不要马上去皈依，或者觉得他是一个成就者。

[1278] 对自己来讲也是一样的，不要去追求这些所谓的能力，因为当你很想得到这些能力，很执著的时候也许有些非人魔障给你一点帮助，他们的能力附在你身上，然后你有一点能力，就开始飘飘然，这个过程当中渐渐丧失了所有的善心，你从最初抱着希求正法、自己解脱、利益众生的心态来学习或者修法的，最后修完之后变成一个完全没有善心，相续当中充满了恶念的人。这是非常可惜的事情。

[1279] 所以，我们最好不要把注意力放在这些所谓的降魔的功能，或者与众不同的功德上面，如果我们经常性的追求这些，就非常容易忽略佛弟子应该有的素质。比如说上师们强调的三要道，根本不会去重视出离心是怎么回事，就觉得这只是一个说法而已，或者我已经修过了，然后也不会重视菩提心、空性。真正解脱的方法、解脱道不会去重视，反而对降魔的能力方面非常重视。如果耽著于此，就会非常在意这方面的信息：哪个地方有培训班？然后去参加之后几天可以开天眼？或者谁有这个能力？据说依止他的人可以很快开发什么功能……，对这些非常有兴趣，逐渐就偏离了正法的轨道。

[1280] 所以，目标不要搞错了，刚开始的时候可以没有神通、没有降魔的能力，这没有什么，但是根基一定要正，我的目标是什么？我所修的法一定要引发出离心、菩提心。现在学会里面的很多修行者都知道出离心、菩提心和真正的空正见的重要性。希求神通的人不是说没有，相对来说少多了，因为学了正理之后，知道这些对调伏烦恼、解脱没有什么用，真正有用、调伏相续的三要道是最殊胜的。

[1281] 大多数鬼使神差的人，表面上有这些威力，但是长远来看，言行举止就会越来越怪异，所谓的怪异就是离正法越来越远了。正法是对自他利益的，今生后世解脱的唯一的道，如果你偏离了正道那就很麻烦，很可惜。

[1282] 一般的世间人从来没有入过正道，也不存在偏离的问题，所以虽然可怜但是没那么可惜。但是已经在正道上走了一段，然后不甘心进入了歧途，从岔道上下去了，什么时候再上来就不好讲，所以这是非常可惜的事情。如果把正道走圆满了，菩提心等真正的功德圆满了，这些功能神通都可以很容易的获得。但是如果最初没有把注意力放在该修的菩提心上面，你追求这些功能、神通，不一定能够获得真实的功德，这方面应该非常重视。

[1283] “到了最后甚至连芝麻许的善心也荡然无存，结果自己得到的就是背着重如须弥山的信财异熟债。”最后连芝麻许的善心也没有了，然后自己得到的就是犹如须弥山一样的信财异熟债。因为经常性的做超度、降伏的事情，做了之后收钱，得到了很多信财，但是这些信财没有真正的利益到众生的缘故，或者发心不对的缘故，获得很多信财的异熟之债。

[1284] 而且得到的蝇头小利对今生也起不到什么作用，到头来连维生的衣食也无从寻得，或者即使得到也舍不得吃舍不得穿以致于冻死饿死，正如前面所说，这些人死后也一定会转生在孤独地狱等恶趣当中。

[1285] 背负了这么大的业债，但是得到的只是一点蝇头小利而已，这些蝇头小利对今生起不到什么作用，只是很少很少的作用。到头来连维生的衣食也很难找到，即使是找到了也舍不得吃舍不得穿，因为有些时候心态变了之后就完全不一样了。最后以至于冻饿而死，正如前面所说的，死了之后也没有好的去处，也会转生在孤独地狱等恶趣当中。

[1286] 这一系列观察下来，就没有什么意义，只是有外相上的一点点的小神通、小威力，对解脱没有用，而且自己的功德或者善心不够，有了这些神通之后很容易让自己生起傲慢，很容易让自己偏离正法的轨道。所以最好还是通过慈悲、善心等等调伏自心，让自己的相续很谦卑，这是非常有利于修正法的。

戊三、断法的含义：

[1287] 断法所要降伏的妖魔鬼怪，其实并不在外界而在内心。

[1288] 这是进一步说明断法降伏的妖魔鬼怪，是在外境还是究竟来讲是在内心。当然我们否认在外境当中也有，但是根源其实还是在内心当中。它们是妖魔鬼怪吗，还是别的？不好说。比如说外在显现的妖魔鬼怪，到底是不是妖魔鬼怪？对我们来讲也许是妖魔鬼怪，就是在外在其中的一个非人或者一个魔鬼，但是它是真实的吗？也不一定。因为对妖魔鬼怪的亲朋好友来讲，没认为它是一个妖魔鬼怪，对他们来讲不成立。对于已经证悟空性的人来讲，他也不会认为这是一个妖魔鬼怪，对他来讲所谓的妖魔鬼怪所有的法相都不具备，所以它不是妖魔鬼怪。虽然表面上也许是妖魔鬼怪，但是究竟来讲不是，它没有真正的妖魔鬼怪的自性，所以妖魔鬼怪不在外界而在内心。

[1289] 有些时候所谓的妖魔鬼怪是纯粹是自己的幻觉，幻化出外面一个所谓妖魔的样子；在某种情况之下，有些可能是前面讲的非人、波旬。在外界当中有没有妖魔鬼怪？有。但是是不是真实的？还是看你的内心：你的内心如果执著很大，他就显现成一个妖魔鬼怪的样子，完全符合你内心当中对妖魔鬼怪的认定，在法相上就符合了；但是如果你的心变了，你充满了慈悲心，没有觉得它是怨敌、妖魔鬼怪，那就变了；如果你证悟了空性，觉悟了实相，你再



去看，它就不是什么妖魔鬼怪，完全没有妖魔鬼怪的法相，你看到的就是它的法性、它的如来藏，它就是本尊，就是一个真实的佛，哪里还有妖魔鬼怪呢？完全不存在了。

[1290] 所以说，不管是内心幻变的所谓的妖魔鬼怪也好，还是暂时来讲外界真实的所谓的妖魔鬼怪也好，其实都来源于自己的心。

[1291] 外境错觉显现为鬼神形象也都是由没有根除我执、我所执的傲慢产生的。

[1292] 因为内心当中有我执和我所执，所以导致一些错觉，认为外境当中有鬼神形象。

[1293] 玛吉空行母说：“有碍（外境的地神、鬼神、地水火风、疾病灾难等）无碍魔（贪嗔痴等八万四千烦恼），喜乐（自以为修法、境界等如何如何高而沾沾自喜之心）傲慢魔（即我执烦恼，本无五蕴而执著有之我和我所者），其根为慢魔。”

[1294] 这里面四种魔：有碍魔，无碍魔，喜乐魔和傲慢魔。我们上节课讲过了，上师注释当中也讲过，可以看。

[1295] “其根为慢魔”，根本就是傲慢魔，就是我执的意思。

[1296] 所谓的魔就是我执傲慢魔。

[1297] 为什么我执是慢——我慢？因为所谓的“我”根本没有，你认为有，就是一种慢，把没有的东西认为是有，是一种增益，就是慢的法相。所谓的魔就是我执傲慢魔，这个就是真实的魔的根本、魔的大本营。魔的大本营不在某一个山洞里面，不在六欲天当中魔王的宫殿里面，也不在其他的地方，真正的大本营就是你内心当中这个我执——我执傲慢魔，这个我执傲慢魔不在外面就是在你的内心，在你的相续当中。

[1298] 空行母还这样说过：“众魔为意识，凶魔乃我执，野魔即分别，断彼称断者。”

[1299] 众魔就是我们的心，就是意识，我们的意识很多，各式各样的意识，所以有很多很多魔。“凶魔乃我执”，凶猛的、凶恶的魔其实就是我执，我执也有各式各样的，我执就是一个凶魔。“野魔即分别”，野魔就是我们的分别心。不管是众魔、凶魔、野魔，其实都是我们的心，意识也是心，我执也是心，分别也是心。

[1300] “断彼称断者”，把我执断了，把分别断了就是断者，就是修断法者、断魔者。

[1301] 米拉日巴尊者也曾经对岩罗刹女说道：“比你更厉之魔是我执，比你更多之魔是意识，比你更纵之魔是分别。”

[1302] 米拉日巴尊者说：比你更厉害的魔就是我执，比你更凶更厉的魔其实就是我执；比你更多的魔就是意识；然后比你更放纵的魔就是分别。野魔即放纵的意思，是更纵之魔。

[1303] 关于断法的分类，玛吉空行母说道：“漫游险山外断法，弃身施食内断法，唯一根除义断法，具此三断乃瑜伽。”

[1304] 什么是断法瑜伽士呢？具有三断就是修断法的瑜伽士，这个断法有外、内、密三种，义是密的意思。首先外断就是漫游险山，所谓险山并不是说这个山势是很凶险，“险山”的险，指有很多非人住的比较凶险的地方。比如在藏地有时候说：这个地方的山神很凶猛，千万不要动他的石头，连一根草都不要拿，否则拿了之后他就会惩罚你。也有这样的情况。

[1305] 这是很凶险的地方，大家一定要注意，住着很多很凶险的非人。有些瑜伽士专门去找这样的地方，或者大家口耳相传，说那是一个凶险的地方，类似于现在的一个鬼屋、灵异之地、容易闹鬼的地方，他就专门找这样的地方去修行。通过摇铃打鼓把它们激怒，让它们对他攻击，他就安住在断法当中，给它们布施，安住于空性，通过这样的方式来证悟空性。也有些瑜伽士漫游险山找一些泉眼，然后污染水源激怒它们，等它们出来之后，他就开始修断法。“漫游险山”是专门找一些很凶险的地方，不是找个安全的地方去修断法——这个地方这么多的佛像，他肯定不会来这里修断法，他不会找这样的地方。

[1306] 对初学的人来讲，你不要去找这样的地方，没有什么实际的用处。因为现在我们在观想的时候不一定有危险，上师也会加持我们。但是有些真正的瑜伽士去一些比较凶险的地方，的确会出现很多很凶险的情况，现量可以见到一些很凶猛的非人。有一次我们去尸陀林，要睡一晚上，白天的时候没有什么，阳光普照，我们把帐篷搭好了，夜幕降临的时候就不一样了，帐篷外面好像有老鼠在跑，“哇”一下子全身寒毛直立，“来啦来啦！”，“这尸陀林的东西来了！”确实是很恐怖，第二天早晨太阳出来的时候，觉得又没有什么。所以晚上在这些地方，是很容易让我们紧张的，的确有各式各样的非人集聚。我们没有现量见到，听到的声音是老鼠在跑吗？还是什么在跑？我们不知道，也不敢把帐篷拉开看一看到底是什么，万一是什么，所以没敢拉开。但是有些时候的确会现量见到很多的非人。

[1307] 有些瑜伽士专门找这些地方去磨练自己，稍微有点证悟的时候，就要考验、提升自己的证悟，所以找一些比较凶险的地方，因为平常的环境对他来讲不会成为问题的。为什么要把它们激怒呢？把这些凶猛的鬼神激怒之后，让它们来攻击，是为了让自己的修行更加增上，相当于考试。

[1308] “弃身施食内断法”，把自己的身体布施给鬼神，这是一个内断法。“唯一根除义断法”，根除什么？根除我执，唯一根除我执就是密的断法，就是义断。“具此三断乃瑜伽”。

[1309] 所以，一切断法行者彻底根除了所有无明迷现的根本——我执，就称为“唯一根除义断法”。在没有断除我执之前，外境迷现的魔杀也杀不了，打也打不倒，压也压不住，赶也赶不走，就像火没有熄灭之前烟无法灭尽。

[1310] 我执没有消尽之前，我执就是魔的大本营，会源源不断地从“我执”里面浮现出各式各样所谓的魔障。我执没有断尽之前，外境一切的魔是杀也杀不了的，打也打不倒的，压也压不住，赶也赶不走，因为真正的魔是从内心里面源源不断地浮现出来，在外境上去打去杀是不起作用的，只有把内在的我执灭掉了之后，外面一切的迷乱相跟着就消失。这就是我们要认清楚的断法的一种原理。所以，真正的断法是在内在当中根除我执，这是真实的断法。

[1311] 而不是在外在形象上——看到修断法的瑜伽士的标配：有的时候修断法的瑜伽士要戴一个熊皮的帽子，有的时候要有人腿号，有的时候带一个比脑袋还大的手鼓，一边摇一边“呜呜”地吹号，还有鞭子——打魔鞭，打鬼鞭，这些标配我也要搞一套。搞到了也不一定是瑜伽士，穿起来之后，可能号都不敢吹，因为这个特殊的号吹了非人鬼神就会来的，有这些特殊的法器。阿琼堪布说这些都都不是重要的，最重要的是生起菩提心，断除我执。

[1312] 同样的，在没有根除内心的傲慢魔之前，由它的功用所产生的外境迷现的鬼神不可能消失，诚如岩罗刹女对米拉日巴尊者所说：“未了魔乃心之根，似我之魔不可数，你虽劝逐我不去。”

[1313] 岩罗刹女说：如果没有了解魔的根本是心，像我这样的魔太多了，你劝我打我，根本劝不走，为什么呢？因为是来自于你内心的。你所有的恐怖，所有的障碍都是来自于内心，你不从内心去根除，从外面去找一个庇护，找降伏，方向就不对，暂时可能起一点作用，究竟来讲起不了作用的。尤其断法是要证悟空性的，所以还是要从内心下手。

[1314] 至尊米拉日巴也说：“执魔为魔遭损害，知魔为心获解脱，证魔为空即断法。”

[1315] 你把魔执著为魔，就会遭到损害；知道魔是心的时候，你就会获得解脱。“证魔为空即断法”，你最后证悟魔就是空性，这是真实的断法。

[1316] 此魔罗刹男女相，未证之时乃为魔，制造障碍作损害，

[1317] 显现男女相的罗刹和魔等等，没有证悟空性的时候，显现成魔的样子，制造障碍做很多的损害。

[1318] 若证悟魔即本尊，一切悉地从汝生。

[1319] 如果证悟了空性，证悟了实相，魔就变成了本尊。“一切悉地从汝生”，所有的悉地成就都是从魔而产生的。因为你证悟了实相，内心的实相一证悟，你见一切都是实相；你证悟了空性，魔也变成了本尊的形象，赐给你一切的所欲，所有的悉地从“汝”而来。那时内心所谓的魔、本尊，全都是无二无别的，一切的悉地是证悟空性而来的，所以也可说是外在的本尊赐给的，也可以说就是以前的魔赐给的。

[1320] 所谓的断法是指彻底根除内心执魔的分别念，而不是指残杀、殴打、驱逐、镇压、消灭外魔，

[1321] 你在外面去镇压，去消除外魔，方向都搞错了，这怎么可能是断法呢？绝对不是断法。断法的瑜伽士首先要方向认清楚，一上来就把方向搞错了，把不该降伏的死劲降伏，该降伏的不降伏，这不是瑜伽士，是冒牌的瑜伽士。



[1322] 断法是真正要根除内心执著的分别念。不单单断法瑜伽士是如此的，所有佛法的修行者都是这样的，方向不要搞错了。所有佛法的修行全都是调伏内心，不管是把自己的心调伏成菩提心的状态，还是调伏成空性、出离心的状态，所有真正的佛法修行者都是调心的。而不是去要求外境——谁对我不好，他应该做改变；环境不好，应该做改变。类似于断法，真正的根源在你的内心，调伏内心是可以的。你在修行的过程当中，修断法把外在的魔降伏了，这个方向搞错了。所以说修行佛法的人，其实也是调伏内心，如果内心不调伏，总是指望别人去做改变，或者说你想要在外境上去改变，这也是搞错方向了。

[1323] 所有佛法的原理都是一样的，全都来自于调伏内心，降伏法是如此，断法也是如此的，所有的修法都是如此，这是通用的一个法则。

[1324] 因此我们一定要弄明白的一点是，所断的魔不在外界而在内心。

[1325] 这些都是很殊胜的窍诀，很重要的信息。只要我们掌握了这些信息，完全领悟之后，我们就可以把这个法则用在一切地方。我们在和人交往的时候，或者说在解决问题的时候都是一样的，全都是这样的原则。

[1326] 一般来说，大多数其他教派将一切事业的利齿、粗暴的威力，矛头箭锋指向外面，对外境的怨敌魔障展示降伏的事业，可是我们的这个教派并非如此，

[1327] 大多数的其他教派，他们在做外在一切事业的时候，“将一切事业的利齿”，即把咒力比喻成利齿，然后“粗暴的威力，矛头箭锋指向外面，对外境的怨敌魔障展示降伏的事业”，他们觉得外在有实实在在的魔障，使劲地去降伏念咒等等。“可是我们的这个教派”，我们的教派主要是指佛法，整个佛法都是“我们的这个教派”。我们的这个教派，尤其是密宗断法“并非如此”的。

[1328] 诚如米拉日巴尊者所说：我们这个教派的宗旨就是彻底根除我执、抛弃世间八法、令四魔无地自容。

[1329] 整个佛法的修行宗旨就是“彻底根除我执”。从小乘的有部开始，就开始调伏我执。唯识宗，中观，密宗全都是调伏我执为宗旨。“抛弃世间八法、令四魔无地自容”，这就是降魔，让四魔无地自容，自动消遁的方式降魔。

[1330] 一切修行就是向内反观自心，将所有的能力、威力、精力全部用在根除我执上。

[1331] 这就是精华的窍诀。一切修行就是向内反观自心。如果我们有能力、威力、精力，那么一定要全部用在调伏内心、根除我执上面。这是我们在修行佛法的过程当中的情况。

[1332] 修金刚撅也是一样的，金刚撅也是朝内指向自己心脏的部分，就是朝内调伏我执的意思。你用什么样愤怒的威德力或是诸佛菩萨智慧的愤怒外现来调伏我执，调伏分别念，这是行之有效的。

[1333] 所以说，喊一百遍“救我护我”不如诵一次“吃我携我”的好，

[1334] 我们不懂修行的时候，或者说在修行的初期，经常喜欢向佛菩萨呼喊：帮助我，救我，遣除我的违缘等等。但我们修行到了一定层次的时候，就要改变口号了，这个口号就是“吃我携我”，而不是说“保护我”，这是我们在早期的时候喊的口号，后来要转变一下。先从认知上面转变，有的时候是自动转变的，当我们准备得差不多了，虽然还有些恋恋不舍，但还是要勇敢地跨出那一步。完全没有累积是不能够随便转变的，因为内心当中的我执太深厚了，一下子转变，可能崩溃掉也不好说。

[1335] “吃我，携我”是什么意思呢？，就是把我吃了，把我拿走，干脆把我放弃掉，没什么可保护的。为什么前面说“救我，护我”？因为担心我被伤害。我们在供护法的时候，都好像把护法神当成保护罩一样，罩住之后别人就侵犯不了我，我在保护圈里面快快乐乐地生活就行了。把你保护好了，的确是不会出现违缘，但是把你的我执其实也保护得好好的。

[1336] 但这个时候就不一样了，把我放出去了，没有什么可保护的，根除我执，一切都是空性的。真正来讲，把我放出去是最好的保护，但是这也需要佛法的理论、实践达到比较高层次的认知，之后才可以有这样的修行。

[1337] 向一百位本尊祈求救护，不如将身体施舍给一百个鬼神为食的好。

[1338] 有的时候我们修一百位本尊，祈求一百位本尊的保护，不如把我们的身体施舍给一百个鬼神。相当于我们修断法，真正发自内心的把身体布施给他们，这个更好一点。

[1339] 如（玛吉拉准空行母）说：“病人交付于鬼魔，送者托付与怨敌，口诵百遍救护我，不如一遍食携我，此乃佛母我法轨。”

[1340] 本来我们要保护病人的，给他念经，不让他受伤害，其实从另外一种更深的修法来讲，把病人交给鬼魔，就是放弃我执。因为病人有些时候是属于我执，有时候是属于我所执——“这是我的病人我救护的”，“我的亲人”等等，所以有的时候干脆把病人交付给鬼魔，内心当中不把他执为我所。

[1341] “送者托付与怨敌”，是一样的，把护送者托付给怨敌，类似于一个比喻，本来托付者应该交给可靠的勇士护送，但是这个时候反其道而行之，把他交给怨敌，类似把所有的牵挂都放下的意思。当然一般的世间人根本接受不了：怎么可能把病人交给鬼魔呢？怎么把托付者交给怨敌呢？这个人太不可靠了！因为世间上来讲，所有的世间法运转的规律都是以我执为核心的，这没有什么奇怪的。佛法运转的规律，是以无我为核心的，从无我为核心来理解这个问题，就很好理解。以我执为核心来理解，就是世间的理解方法，所以他说你骂你，说你没心没肺，从他的侧面来讲，从世间的规律来讲，都是很正常的，自然不过的事情。但是这一段不是这样，这段是讲佛法的修行人，他是以无我的空性为核心在运转。

[1342] “口诵百遍救护我”，口里念一百遍救护我的祈祷文，不如念一遍“把我吃了，把我拿走”。我们要理解这句话的意思，就要站在无我的层次来理解，不要站在“我执”这个层面来理解。如果你站在我执这个层面，就根本理解不了这句话的精髓，也没有办法接受。你必须转换思维的方式，以无我为核心来理解这句话，一切佛法都是调伏我执的，而这一切是彻底打破我执的最佳的手段。

[1343] 这个就是佛母我的断法的法轨。

[1344] 如果断除了内在执魔的根本，那么一切现相都会显得清净，也就出现了所谓的“魔类成为护法神，护法换面成化身”。

[1345] 根本的我执断掉了，证悟了实相，如果实相一证悟，内在的我执清净了，那么外在的现相随后就清净了。外在清净之后，以前的魔，在我执不清净的时候它是魔，我执一清净它自动就转变了。这在《定解宝灯论》第六个问题答疑当中讲得很殊胜。所以说内在不清净，外在也不清净；内在一清净，心净则国土净，我执没有了，外在就自动清净。以前的魔找不到了，去哪儿了？变成本尊了，变成护法了，它开始保护一切修行的事业。

[1346] “护法换面成化身”，魔变成护法。然后再认知再清净，护法就变成佛的化身。第一步是魔，第二步是护法，第三步是化身，这就是我执清净的三个层次。当我执完全不清净的时候是魔，清净到一定程度的时候，就变成护法，在清净的时候就变成佛陀的化身。

[1347] 如今有些不懂此理而自诩为断法者的人认为外境中存在实有的鬼神，并且恒时处于不离执魔的境界中，结果一切显现真的成了妖魔鬼怪，

[1348] 这些要注意，“不懂此理而自诩为断法者的人，认为外境中存在实有的鬼神，并且恒时处于不离执魔的境界中”，他觉得真正有魔存在，对魔的执著特别地强烈，结果一切显现真的成了妖魔鬼怪。如果他经常这样想，就像我们平时在其他佛法当中讲的一样，分别念串习多了，总相就变成自相了。

[1349] 本来是他脑海里一个总相概念，但是你串习多了之后，在外面似乎真正地显现了。就像我们修不净观白骨观一样，首先是在脑海里面修，修了之后在脑海里面显现的就是一堆白骨，后面修到量的时候，你睁眼一看全都是白骨，现量见到了白骨充满。这个就是修得时间长，总相逐渐就会变成你眼识可见的自相，虽然这个自相是颠倒的。所以说平时魔执很重的人，有的时候眼前就会显现魔的样子，一切都会变成魔的境界。

[1350] 自己整天心神不定、忐忑不安，也常常对别人说“山上有魔，山下有魔”、

[1351] 经常说这个地方有魔，那个地方有魔。

[1352] “这是鬼，那是魔”、“那是妖精，我看见了并且捉住它，最后将它杀了”、

[1353] 刚开始的时候经常这样想，后来慢慢地，就好像有点错乱，在他的境界当中显现各式各样的情况，说：这个是妖精，我看到了，捉到了，把他杀了。

[1354] “你身上潜伏着一个魔，被我赶走了，而且它还回头看了你一眼呢”等等，



[1355] 和别人交流的过程当中，可能也会出现各式各样的情况：“你身上有鬼，我修法把它赶走了，好像它走之前不太甘心，回头看了一眼”。

[1356] 这些绝对是妄言骗人、胡说八道、信口雌黄。

[1357] 有些人看不到，是乱讲的；有些人是看到了。即便他看到了，也算是妄言骗人，胡说八道，为什么呢？因为有时候就是他内心其中的一个幻觉而已。好像是看到了，也捉住了，也给杀了，但都是骗人的东西，从这个侧面来讲它是虚假的。

[1358] 当这个时候，鬼神饿鬼们得知这种情形之后便缠着他们，他们走到哪里，鬼神便跟到哪里，如影随形般不离左右。

[1359] 你经常想什么，就会遇到什么，一般来讲是这样的。你经常觉得有鬼有魔，经常这样去担心、执著，鬼神它最喜欢你这种人，你就是他们的载体。你太执著这些，那它就很容易进入到你的身体里面，然后左右你的身体。如果我们经常思维佛法，思维上师，思维法义，思维菩提心，我们内心也逐渐会如是转变。

[1360] 我们要知道，所谓的鬼、魔其实都是内心当中的我执而已，不要把外境执为实有的魔，这样相续很容易被控制的。“走到哪里，鬼神便跟到哪里，如影随形般不离左右”。

[1361] 并且进入那些心胸狭窄、容易控制的女人等相续中，

[1362] 鬼神很容易进入到心胸很狭隘的容易被控制的女人相续当中，这个比较多。

[1363] 口口声声地说

[1364] 有的时候是附体的鬼神，借着他们的口，说各式各样的话，

[1365] “我是神”、“我是鬼”、“我是死人”、“我是你的老父亲”、“我是你的老母亲”，更有甚者还说“我是本尊”、“我是护法神”、“我是单坚”等等，并且妄言授记、胡说神通。

[1366] 这个也要注意的，有的人自己着魔之后，觉得看到了本尊，看到了护法等，然后就把自己看见的都给别人讲。有时我们会相信这样的人，他说自己看到了，而且说的一些事情我们觉得似乎是对的，好像和我经历的事情对得上，就会很相信这个人。但是有些时候是鬼神控制他的相续，是它们的语言。所以相信这种情况，对自己长远来讲是没有什么意义的，是妄言授记、胡说神通。

[1367] 鬼神欺上师，上师骗施主，

[1368] “鬼神欺骗上师，上师欺骗施主。”这是一种民间的说法。有些时候不加辨别，上师就有可能把鬼神当作本尊，把鬼神的话当做授记。鬼神欺骗了上师，上师没有分别观察就欺骗了施主。

[1369] 当然上师有很多种，有些上师是属于证悟很高的。真正有菩提心的人，有佛法知见的人，一般来讲他们不会相信这些事情，遇到这些一概以空性去对待，证悟的上师更加不会受欺骗。我们说：证悟的上师还会受鬼神欺骗吗？这是什么意思呢？其实上师有很多种，上师并不一定是证悟的，有凡夫的上师，有打引号的上师，名义上是上师其实根本就不是，有各式各样的。鬼神能够欺骗的上师，用世间话来讲，鬼神欺骗的上师都不可能是上档次的，都不是一个真实修行的上师。

[1370] 真正有修行的上师，根本没有办法欺骗。因为他安住在慈悲心中，安住在他如梦如幻的境界当中，他知道怎么样去面对这一切的显现，知道一切都是心识的幻变。有这样的认知，他肯定不会被欺骗，有些时候幻觉里出现的鬼神的变化，给他讲的授记，他根本就不听。

[1371] 因此我们要注意所谓的授记，觉得这是本尊、佛菩萨给我授记，应该当成真的！这个不一定是真的，有的时候就是鬼神的欺骗，这在历史上有许多的案例。我们现在可能没有遇到，如果遇到了，诱惑力是挺大的：一直没有见到佛菩萨，今天突然间见到了，哇！那个激动！跟你讲话了，给你授记了，那可不得了！所以一定要注意！对我们来讲，不管你见到了什么，是真的佛菩萨给你授记，还是假的佛菩萨授记，反正都不管，见怪不怪，其怪自败，世间上就是这样说的。我不管它，它根本就没有下手的地方，能够下手的就是你当真了，你执著了；如果你不执著，它自然就消失了。即使是好的显现也不要紧，你的修行是这个状态，好也好不到哪儿去。如果你的境界上升了，有了真正的菩提心，或者说证悟了空性实相之后，那个时候境界很稳固，能够辨别各种各样的情况。但是我们修行还很浅的时候，就不要把这些当真，如果当真了，就很容易误入歧途。不执著、修空性是最好的护轮，最好的对治。

[1372] 就像世间的俗话说：“父被子欺，子被敌骗。”

[1373] 敌人欺骗，儿子回来家里欺骗父亲。

[1374] 五浊恶世的象征真的已经现前了，国土也是被魔王统治着，

[1375] 华智仁波切说，五浊恶世的很多象征现在已经出现了，国土也被各式各样的魔王统治着。这个魔王是我执很重的这些人。

[1376] 正如邬金莲花生大师曾经授记说：“浊世男心入男魔，女人心入女魔，孩童心入独角鬼，僧人心入冤魔，每藏人心入一魔。”

[1377] 如果从我执的侧面来讲，每个人心中都住着一个魔。根据不同的情况，不同的业，有魔的不同种类，比如说男魔女魔，这个是根据不同人的业来安立魔的名称。其实每个人心中都有我执，有我执肯定就会有魔。在浊世，大家都不着重调伏我执，不注重调伏自心、修行空性，导致了魔力的猖狂。如果你不修空性，就调伏不了魔，所有的事情都是我执引发的，就是群魔乱舞。所有人民是魔民，国王是魔王，为什么是这样呢？因为大家都是我执当中做事情。修空性、发菩提心就是调伏魔的一种方法。

[1378] 又说：“将独角鬼视为天尊的时候，也就真正到了藏人受苦的时代。”这种预言的时间看来现在已经来临了。

[1379] 很多人把独角鬼，把鬼神当作本尊来对待、恭敬皈依，这是不对的，这是一种情形。还没有达到那么严重，上师说这个讲法稍微有点夸张，是不是真的就那么悲惨？也不是。现在还有很多的大德正在住世，也正在讲调伏魔的空性，人无我法无我的方法，很多修行者也认识到了我执是魔，也正在修行调伏魔的方法，所以还没有到那么严重的时代。这个说法是有点夸张。

[1380] 所以，我们绝不能将表面似乎显现的外在迷现的鬼神魔障形象看成是真实存在，而要将这一切观为如梦如幻的游舞来修炼自心。

[1381] 一定要观如梦如幻，一定要修空性，把一切当成梦幻，不要把它执著为实有。

[1382] 暂时现似能害所害的鬼神、病人也都是由往昔恶业错觉的因所导致的，

[1383] 暂时显现的鬼神，能害的鬼神，所害的病人，都是他们各自往昔的恶业成熟之后，一种错乱的因而导致的错乱现象。

[1384] 从而结成了能害与所害的关系。

[1385] 只要知道因缘，知道一切是幻化的就不会执实。一个修行者能够知道如梦如幻，这个修行人就不会着魔，十个修行人知道如梦如幻，十个修行人就不会着魔。我们自己修，然后也把如梦如幻的修法大力推广，让众生不着魔，让大家能够了悟降魔的真正方法，这就是空性，就是般若波罗蜜多。

[1386] 因此，对他们千万不能有亲疏、爱憎之心，而要平等观修慈悲菩提心，

[1387] 不管是对病人还是魔障都要平等的观慈悲心。

[1388] 彻底根除贪爱自己的我执，

[1389] 这就是属于我爱执，对自方很贪执，对他方很怨恨，这是我爱执引发的。首先把不平等的我爱执调伏，然后进一步地把俱生我执调伏。

[1390] 将生身性命毫不吝惜地施给鬼神作为食物，息灭它们相续中的嗔恨、粗暴，诚心诚意地讲些能使它们相续趋向正法的法要并发愿，最终将执著自他能害所害、圣现魔现、自他的患得失、贪爱憎恨、贤劣苦乐等一切分别念斩草除根。

[1391] 当我们修行真正到达了层次之后，我们就要彻底地根除我执，然后将我们的生身性命完全没有吝惜地布施给鬼神，给鬼神做食物，息灭他们相续当中的嗔恨、粗暴心，诚心诚意地给他们讲解让他们趋向于正法的法要，给他们发殊胜的愿。最终将执著自他的心念，能害所害的心念：这个是圣现，那个是魔现，（圣现就是见佛、见菩萨，魔现就是不好的。）执著自他的患得失，贪爱一方，嗔恨一方，这个是好的，那个是不好的，这个是苦，那个是乐等等，所有二元，一切对立的分别念都要斩草除根，这就是我们在修行正法过程当中逐渐要过渡到的阶段。



11 积累资粮(119-125)

- [1392] 拿什么来过渡呢？首先拿世俗菩提心来过渡，先修世俗菩提心，然后再修无我空性，修如梦如幻，逐渐就能够泯灭圣现魔现，能害所害等等。当然把这些法讲到最极致的就是大圆满，中观里面也会讲到这些内容。
- [1393] 如颂云：“无圣无魔见之要，无散无执修之要，无取无舍行之要，无希无忧果之要。”
- [1394] 这些都是很殊胜的窍诀。最殊胜的见解是“无圣无魔”，是一切的对立都没有，这个是见解的要点。然后修行的要点是“无散无执”，既不散乱也不执著。然后行的要点是“无取无舍”，修是上座，行是下座。“无希无忧”是果之要，忧是担忧得不到，希是希望得到，果之要是不希望也不担忧。
- [1395] 一旦大彻大悟一切能害所害均是法性等性，
- [1396] 一旦真正证悟实相的时候就知道，所有的能害所害都是法性，都是本性。
- [1397] 就断绝了内心傲慢魔的根本，也就现前了究竟义断法。
- [1398] 这是一层一层讲的，特别地殊胜。
- [1399] 虽具无我见然我执重，虽断二执然仍起希忧，
- [1400] 我与如我我见众有情，愿证无我实相祈加持。
- [1401] 华智仁波切谦虚地讲，“虽具无我见”，虽然我具有无我的见解，“然我执重”，但是我执还是很重的，遇到比较猛烈、严重对境的时候，还是会现前我执的。“虽断二执”，上师在注释当中讲了，二执是我执和魔执，我的执著和魔的执著都断掉了，“然仍起希忧”，但是还是生起希望和担忧，希望得到和担忧得不到。
- [1402] “我与如我”，我和像我一样，“我见众有情”，具有我见的，没有调伏我见的“众有情”，“愿证无我实相祈加持”，愿通过断法证悟无我的实相，祈祷上师三宝加持。
- [1403] 积累资粮——供曼荼罗与古萨里之引导终
- [1404] 以上供曼荼和古萨里的修法都已经学圆满了。
- [1405] 这节课就讲到这里。
- [1406] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智
- [1407] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌
- [1408] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛
- [1409] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情