



12 上师瑜伽(126-137)

12 上师瑜伽(126-137)

《前行广释》第 126 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》。前面我们学了共同加行，共同加行引导能够我们生起出离心，如果想要解脱的话必须要有出离心。因为所谓的解脱就是消尽迷乱，迷乱是什么？其实真正来讲，除了二取和六道之外没有其他的迷乱，也就是说现在我们所见、所闻、所处的环境，还有我们的心识本身是一种迷乱。解脱要消除迷乱，当然要了知迷乱的法不值得耽执，必须要出离。出离心就是让我们知道轮回没有什么可以耽执的，所有希求解脱道、志求于证悟实相的人必须要生起出离心。生起出离心的引导方法、次第在共同前行里面讲得很清楚，我们要学习、思维、观修，然后在内心当中生起不同的智慧，这种智慧就是出离心。

[5] 有了出离心之后，接着讲了出离的解脱道，即第五品解脱的利益。解脱道怎么样才能获得呢？必须要依止一位有经验的善知识，如果他对解脱没有经验，也没办法引导弟子走向解脱道，所以也讲了依止善知识。这里面讲到了所谓上师善知识应有的条件，不是随随便便一个人就能成为上师、善知识，他有他的标准法相。

[6] 作为弟子也需要具足法相，要成为合格的修行者，依止上师成为具德上师的弟子，也不是随随便便一个人就可以的，尤其是对修解脱道的弟子来讲，需要有一定的条件。如果没有具足法相必须要通过训练，用各式各样的方法让自己具足弟子的法相。虽然众生很多，但是有法相的弟子不多，因为这个原因真实获得解脱道的人很少。如果自己是具足了最基本的法相，也找到了上师，那么如何依止呢？这里面也讲了依止的方法。

[7] 后面是不共加行，讲了皈依、发菩提心、修金刚萨埵忏悔，还有通过修曼荼和古萨里的方式积累资粮。

[8] 通过皈依的修法让我们的心逐渐从一个想要获得解脱、对解脱有兴趣的状况成为一个真实的佛弟子。前面是想要获得解脱，成为一个想要修解脱道的法器，但是有关解脱的功德，还没有在内心生起来，要通过修皈依生起皈依的觉受，这个时候真实具足了修行者的一些功德。然后再修菩提心，菩提心直接和大乘道相应。然后也要通过殊胜的金刚萨埵修法来忏罪，如果违缘太多了，也修不动。就好像一个人的身体太差了，一身都是病，还要去跑马拉松，做很强的体力劳动或者长途跋涉，都是做不到的。同样菩提道也是很漫长的，真正要获得解脱，内心当中很多的违品、障垢必须清净到一定的程度。清静了违缘之后要积聚顺缘，快速积资的方法就是修曼荼罗。通过这些修行我们的相续成熟到了一定的高度，就可以修上师瑜伽。

[9] 上师瑜伽

[10] 今天我们要学习的就是不共加行当中的第五个加行——上师瑜伽。瑜伽是相应的意思，上师瑜伽就是与上师相应。与上师相应干什么，上师是代表什么？上师有无上的意思，因为上师具有很多不共的功德，所以称之为无上，否则就叫有上，不能叫无上。具有条件、法相才能称之为上师，和这种上师相应其实就和三宝、实相相应。这里面的上师不是代表一个师父，不是代表一个人，上师是代表实相。因为所谓的上师应该有他的条件，不是随随便便的一个师父就能叫上师的，这是很严格的。因此，和上师相应其实就和实相相应。因为上师是三宝的总集，是实相的一种外现，真实的实相就是他显现成能够和我们交流沟通的样子。

[11] 上师瑜伽就是和上师相应，或者说通过祈祷上师和实相相应。因为每个众生都本具和上师无二无别的本体，本具佛性，现在就是因为有无明、障垢没办法现前实相。怎么样才可以现前实相呢？通过上师瑜伽的修法祈祷上师，上师具有强大的功德，自己带着恭敬心、欢喜心、信心去祈祷，因缘和合就可以清静迷乱，把迷乱清静了自己本具的佛性就可以显现出来，这就叫做和上师相应。在修的时候或者我们早期依止的时候，似乎上师是外面的一个活生生的人，但是从实相来讲他其实就是实相的外现，这一点要了知。

[12] 这种上师相应法就是上师瑜伽，上师瑜伽有很多种修法，有些是通过外在的祈祷，有些是通过风脉明点的方式来修，还有通过生起次第的方式来修。有很多不同的修法。

[13] 我们修的上师瑜伽，是通过观想外现显现，外相是莲花生大士，本性是殊胜的根本上师的这种修法来让我们获得加持。修上师瑜伽可以清静我们很多的障碍，积聚很多的资粮，也可以在相续当中强制性地生起证悟。强制性的生起证悟就是上师瑜伽的一个特点，为什么把上师瑜伽放在最后呢？因为如果你想要强制性地获得证悟，也需要自己的条件达到一定的标准，所以前面让我们非常认真的把四加行修好，要好好的依止上师，然后皈依、菩提心、百字明、曼荼都要修到量。如果把这些都修好了，这种非常强劲的善根和很微薄违缘的相续就是一个很好的法器，他的信心、菩提心都是上品的。如果有上品的信心和菩提心等等，他就可以通过呼唤上师、祈祷上师和上师相应的方式来获得加持。

[14] 如果我们修上师瑜伽的时候，内心还没达到这么殊胜的标准，根基还没达到直接证悟的程度，其实也可以通过修上师瑜伽来让我们的法器增上，让法器尽快成熟，因为上师加持我的相续，让我相续更快的成熟，也是有这样的作用。

[15] 首先依止胜师如教行，中间百般苦行而实修，

[16] 最后密意无二得师传，无上上师足下我敬礼。

[17] 这是一个顶礼句。“首先依止胜师如教行”，华智仁波切主要的根本上师就是如来芽尊者，如来芽尊者的根本上师我们知道是智悲光尊者，他是龙钦宁提的创始人，也叫做第二龙钦巴或者龙钦巴第二。智悲光尊者三次直接获得无垢光尊者身语意的加持，之后无垢光尊者的所有密意全部融入相续，获得和无垢光尊者无二无别的果位，所以称为殊胜的上师。他依止胜师，然后如教修行，如理如法的依教奉行。

[18] “中间百般苦行而实修”，中间的时候，如来芽尊者也是通过百般苦行来实修上师教授的殊胜的教法，他也是通过依止上师，然后实修正法。

[19] “最后密意无二得师传”，最后密意无二，就是说如来芽尊者的相续和智悲光尊者的密意无二无别。在《西藏生死书》里面也提到过，还有其他的传记里面也讲到过这件事，如来芽尊者在深山里面闭关的时候，有一次他从山洞里面出来，眺望上师所在的方向，看到一朵白云正在往那个方向飘，当时他想：白云的下面就是我的上师。他生起了特别强烈的恭敬心，一下子就昏厥过去了，醒来之后上师所有的密意完全和他成为无二无别。

[20] 当然这完全也是因为他依止的时候，所有的修行都是非常到位的，最后通过这样的因缘就证悟了实相。我们知道很多祖师大德证悟的因缘是各式各样的，他是看一朵白云往上师的住处飘的时候，产生了无与伦比的思念，然后在这种非常强劲、猛烈的信心当中昏厥了，无分别当中醒过来就证悟了实相，成为无二无别了。

[21] 这是因为前面努力的依止、积资净障的必然的结果。如果以为只是最后看到了白云而证悟的，然后我也看一下白云，会不会昏厥过去也证悟了？即便是昏过去了，也不一定就能够证悟的。因为他最后证悟只是一个表示，通过这个因缘证悟的，并不是说这是主要的因缘。主要因缘就是早期的如理如法的依止，还有认认真真的修行教言，最后密意无二得师传，得到了真实的意传加持。

[22] “吾等下师足下我顶礼”，华智仁波切说，在这样无与伦比的上师足下，我恭恭敬敬的顶礼。这个顶礼句对应我们的上师也是一样的：上师首先依止法王如意宝如教而行，中间也是经历了很多的苦行。大恩上师以前讲过，他在学院依止法王的时候没有房子、没有吃的，最早的时候住帐篷，出去上课回来的时候帐篷就不见了，被大风吹走了，还有借房子等等，经历了很多的苦行，这些在他写的一些文字当中也有所体现，所以也是百般苦行而实修。最后就和法王如意宝的密意无二无别，法王如意宝给上师写的祈祷文“具德上师加持入心间”这一句也是印证了的。这个顶礼句也同样适合我们，对我们的上师也是恭恭敬敬的顶礼。

丙五（自相续中生起证悟智慧之究竟方便——上师瑜伽）分三：一、上师瑜伽之重要性；二、上师瑜伽实修法；三、传承上师简历。

[23] 在相续当中生起证悟智慧最直接、最究竟的方便就是上师瑜伽。很多修法修到后面真实证悟实相的最直接的方便就是上师瑜伽，在之前可能要修生起次第、圆满次第、念很多咒语等等，但是真正来讲，生起证悟智慧的究竟方便、最殊胜的就是上师瑜伽。



[24] 第一个是讲上师瑜伽的重要性。上师瑜伽对于真实的修行者，尤其对于根性成熟的修行者来讲，它的重要性是非常明显的，或者说是无与伦比的，对此我们必须要知道。知道了之后生起信心，有兴趣有信心来修持，对上师瑜伽的原理很清晰的认知，对修上师瑜伽有一个非常清晰的定位。

[25] 第二个是上师瑜伽的实修法。怎么样真实的修上师瑜伽呢？上师瑜伽的修法各种各样，有些是上师自己造自己的上师瑜伽，有些就是通用的上师瑜伽。这里面是通用的上师瑜伽，本体是根本上师，形象是殊胜的宁玛派祖师、无与伦比的大成就者莲花生大士，观想他的形象，念他的咒语。其实这个时候莲花生大士的咒语也就是上师的咒语，因为这是上师瑜伽，所以没什么差别。有些人问，我们上师的咒语是什么？是不是一定要上师讲下他的咒语？其实讲了也可以，不说的话，莲花生大士咒语就是上师的咒语，这方面没什么分别。

[26] 第三个是传承上师的简历。为了让我们生起信心，最后讲传承上师的历史。

丁一、上师瑜伽之重要性：

[27] 总的来说，要想修行一门正法，首先必须寻找一位具足一切法相的真正上师善知识，

[28] 其实在修任何佛法的时候，首先必须要寻找一位具足一切法相的真正上师善知识。也就是说如果我们要学习佛法当中人天乘的教法，也要找一位通达人天乘教法的上师，然后依止他，得到修行的关要，得到修行的窍诀；如果想要学习声闻乘的教法，也要寻找一位精通声闻乘教理和修行方法的上师善知识如理的依止；如果想要修持大乘的教法，也需要寻找一位精通大乘教义的、有菩提心大乘善知识；如果想要学习金刚乘，必须要寻找一位精通金刚乘、安住在非常清净的誓言当中的善知识，然后依止。不管学哪一种正法都需要有上师的指引。

[29] 然后依教奉行、

[30] 依教奉行针对不同的层次、时间段，也有不同的差别。刚刚学习佛法不久或相续当中信心等等还不是那么清净，这时候的依教奉行可以有选择性的。自己通达的，了解的这部分可以依教奉行；没办法掌握的，暂时不做也不要紧。依教奉行时，如果上师的教言符合佛经论典，可以依教奉行；如果不符合佛经论典的话，可以不依教奉行。在《事师五十颂》当中也讲，这个时候可以直接说：这个和佛教的精神相违，我不做，也不会有过患，或者自己做不到的，也可以说不做。

[31] 这是一个阶段。刚开始作为一个修行人来讲应该这样，这是最如法、最保险的一种依止方式。不是说学习佛法、依止善知识当中有一个依教奉行，上师不管说什么，我们都要去做，只要皈依就被套牢了，说什么都没有用了，不是这样的。这里面的依教奉行，也有很多不同的层次，对我们来讲必须要了解。你能做的依教奉行，不能做的你就如实地讲这个我做不到，这样不会有过失。

[32] 还有如果当我们的智慧到达很高的高度了，有智慧去做非常深细的辨别，对于自己所依止上师的信心也是非常地强烈、清净，忍耐力等方面都达到了一定程度，那个时候不管是什么样的情况，不管做得到还是做不到都依教奉行，这个时候就可以做一个很大的跨越。如果按部就班去做的话，修行可能很缓慢，当你的根基成熟了，有了很大韧劲的时候，那个时候如果让你自己去选择，可能不敢去做超越的行为，但是如果有一位真实具有法相的具德上师让你去做，自己也愿意做，这个时候就可以超越很多固有的习气，对以前不敢做的就敢去做。这样你的修行就会有一个大的飞跃。这个也需要弟子具有非常好的法相才行，一般来讲是做不到的。

[33] 不管显现上面是好的、不好的，符合佛教教义的，还是看起来不符合佛教教义的，看起来是善法、还是非法，他完全知道这是上师调伏自己的方便，不管怎么样他都会依教奉行。能够完全接受并去做的，要么他的根基非常深厚，要么他的智慧方方面面已经达到一个很高的标准，这个时候他就可以完完全全地依教奉行。

[34] 就像我们所看到的这些传承上师在依止他们的上师的时候，不管是什么样的教言他完完全全地都去做。那若巴尊者依止帝诺巴的时候，那么多看起来如法不如法的，甚至于偷稀饭、抢新娘子很多这样的事情。对于一个根基高度成熟的人来讲，这就是打破他执著的强有力的方便。如果按他自己去选择他肯定做不了，按照常规的方法他可能要很长的时间才能达到这样的标准。因为有了个很强有力的推手，强有力的助缘，一下子就帮助他突破了。这个时候依教奉行就不加简别了，没什么可简别的。

[35] 这个对我们来讲也要注意，如果我们的条件、根基还没有达到这么高的时候，不要假装自己已经达到了，不管怎么样我都要依教奉行，好像自己已经达到了一种很高的程度，变相地炫耀一样。我们观察自己的相续是不是达到了这么好的标准？其实根本没有。如果是这样的话，还是按照第一个阶段有选择性地依教奉行，这是自己能够做得到的。然后在有选择的依教奉行当中让自己的信心、智慧、福德逐渐地往上走。现在这个阶段的辨别能力、忍耐力、智慧力、信心都不达标，如果你很莽撞地去做，最后就是后悔、埋怨、诽谤，一系列的问题都出来了。

[36] 这些问题出在哪里呢？就是因为你没有达到这样的标准，然后强制性地去做依教奉行，就觉得这个是一位上师，他说什么话我都要听。他也许是一个真正的上师，也可能是一个冒牌货，但是我知道自己的情况，我还没有达到像那若巴尊者那样，或法本里面描述的圆满依教奉行的弟子的标准。没有达到的话，这个时候最保险的是有选择性地去做，这样不会有什么后悔，也不会诽谤、舍弃，一系列的问题都不会出来。我们要了解这个问题，也有责任、义务把这种思想给其他新来的道友介绍：密宗里面不是你皈依了就一定要怎么样，不是这样的，刚开始学的时候应该要有所选择。因为我们的智慧、方方面面综合的素质还没有达到这么高的标准，所以应该走比较大众化的路线。

[37] 对上师生起真佛之想、诚心诚意地祈祷上师，这一点十分重要。

[38] 对上师生起真佛之想，而且这个真佛之想非常稳固。我们刚开始可能觉得这是一位真佛，方方面面看起来都是真佛，但是随着依止时间的延长，尤其是看到上师的一些习气毛病，很多平凡的东西慢慢地出来了，刚开始是真佛，然后变成一个菩萨，菩萨变成一个修行者，修行者变成一个平凡人，平凡人最后变成一个很差的人，甚至连普通人都不如，这样是不行的，应该从下往上走而不是从上面往下来。如果从下往上走是比较好的，首先把他当成人，然后是一位老师，可以教授一些佛法。也可能是一个修行者，可能是有功德的人。如果他真正是一位具相上师，你越观察就会越发现他的功德，你对他慢慢地了解了，清净心就会逐渐地生起来。如果你从上往下的话，刚开始不了解，了解之后，慢慢地从佛到菩萨，从菩萨到了一个平凡人，这就不好了。

[39] 上师老人家说，修行佛法的人应该是有智慧的，有智慧就应该按照上师们教给我们的方法，从下往上走是最好的，千万不要依止的时候是佛，过几天就变了，这样是不好的。刚开始的时候，情愿我们认为他是一位修行者，或者是一位老师、一位善友，对他的期望值不高，然后看到他有一些平凡的行为，也不会太吃惊，因为我的定位就没有把他定太高。如果定位太高，佛应该是十全十美的。为什么他会做这个事情做那个事情？很多时候想不通。如果自己有信心有智慧，这些问题是可以化解的，我们现在没有到达那么高的标准，没有办法解决，就会出现这样那样的问题。我们需不需要完全地依教奉行呢？需要。我们需不需要祈祷上师的时候，把上师当成一个真佛想呢？需要。虽然这些都需要，但是也需要一定的步骤。真正能够达到标准的应该是完完全全地依教奉行，对上师生起真佛之想，并且真心诚意地祈祷上师，这一点是十分重要的。

[40] 经中也说：“胜义谛是依靠信心而证悟的。”

[41] 佛经里边也讲，真实的胜义谛是依靠信心。《摄颂》等当中也讲了这个问题，真正的胜义谛是依靠信心而证悟的。当然信心有很多种层次，就像我们前面学皈依的时候，大概分了清净性、欲乐信、胜解信、不退转信等等，这些都叫信心。在“信心”的名词包装之下，里面具备了多少实质性的功德和内容？这个方面我们要去观察，我们的信心里面有多少清净的智慧和有多少殊胜的成分？每个人是有不同之点的。所以，要通过长时间地闻思修行、积资净障等等方便，逐渐地把我们的信心，从无到有、从浅到深、从有染污的到非常清净地生起来。

[42] 如果我们的信心，是通过扎扎实实地闻思修行生起来的。对佛经论典真实地去听闻、思维、观修，在这个过程当中，我们实打实地可以生起辨别的智慧，通过佛经获得了观察的能力之后再引发的信心，就是具有坚实基础的信心。如果单单通过接触这个人，觉得这个人很温和或者很庄严，或者说这个人有很多的弟子等等，通过这些道听途说的信心，不一定是稳固的。如果通过闻思修行生起了真正的清净的智慧，依靠智慧去观察得到信心，这个就是有保证的。如果我们真正要生起信心的话，要力求通过闻思修行得到智慧，通过智慧去观察生起信心，这是比较清净的、有坚实基础的信心，是非常好的，这种信心就会达到胜解信和不退转信的标准。有了这个信心之后，我们再通过信心去祈祷就会得到加持并证悟实相，这从原理上来讲也是讲得通的。



- [43] 因为这个信心其实就是信任，相信这样的对境，这里面有一种成分叫做清净心。信心也叫清净心，为什么叫清净心呢？因为对信心的对境，我知道他是很清净的，没有染污，没有过患，是很清净的对境，我观察的时候，这位上师善知识的的确确没有烦恼，他的智慧很广大，悲心很强烈，有殊胜的功德。对这个很清净的对境，缘他清净的功德生起来的信心，所以叫清净心。
- [44] 缘佛陀生起来的信心也是清净心，因为佛陀很清净，没有烦恼障、所知障，他有清净的智慧，所以说他很清净。法宝也很清净，僧宝也很清净，三宝总集的上师也很清净。我们看到对境清净，缘这个对境，完全了知这个对境生起来的信心，所以是清净心。
- [45] 清净心和实相是高度相符的，是符合于这个对境的，这里面没有迷信、染污的成分。如果我们觉得佛陀有烦恼，可能功德不圆满，那我们内心当中的信心和对境本身的本体就不符合。虽然他本身是清净的，但是你觉得他有染污，那么你对境之间不符合的信心叫染污心。这个污染夹杂在信心里面，就叫做不清净的信心。我们闻思修行是干什么的？就是要把夹杂在我们信心里面不清净的成分，通过智慧把它去掉，如理如实地照见、了知这个对境，因为它本来就是清净的，然后对它生起信心，就没有理由退失。有什么理由生起邪见，有什么理由退失呢？没有。通过这样的方式生起的信心，会非常地清净，所以也叫清净心。
- [46] 清净的心和对境很相符，和实相很相符，当然就很容易证悟实相，证悟胜义谛。如果你完全知道胜义谛的本性，知道佛法僧三宝的自性，知道上师的自性，他们都是代表胜义谛的，你的心已经达到这样高的标准，信心清净，已经如实地和胜义谛的本性、三宝的本性这么接近的话，当然就很容易在你内心当中生起证悟。我们知道胜义谛是依靠信心来证悟的，原因就是这样，因此这个信心应该是高质量的信心。所有的修行者，应该为了生起这种高质量的信心而发愿、回向，或者祈祷上师三宝，加持我一定要生起这样高质量的信心。
- [47] 此外，阿底峡尊者也曾经亲口说道：“诸位法友，在没有获得菩提之前需要依止上师，因此要依止殊胜善知识；
- [48] 阿底峡尊者说过一些很殊胜的教言，他说，诸位修行者、诸位法友们，在没有获得菩提之前，还需要依止上师，也就是说只要没有成佛都需要依止上师善知识的。十地菩萨没有成佛，也要依止善知识。那么他的善知识是谁呢？就是十方诸佛，最后他在金刚喻定的时候，也是十方诸佛给他灌顶，获得果灌顶，成就佛果。所以说，菩萨们乃至没有成佛之前，都是需要依止上师的。对我们所有的修行者来讲，都不知道法界实相，也不知道很多修行的窍诀，非常需要依止上师。
- [49] 依止上师从某些地方来讲，就是言传和身教。一位标准的上师善知识，除了给我们讲教言，告诉我们应该如何做之外，还有身教，他以身作则给我们做示范，示范一个弟子应该怎么做，菩萨行是怎么回事，然后我们跟他学，我们的身语意逐渐地改变，变成一个标准弟子的状态。所以说，我们需要依止上师。
- [50] 具有证悟的上师，他本身有很强力量，有很强的加持力。弟子如果有清净的信心，那么内因和外缘具足了。我们的信心是内因，上师强劲的加持力是外缘，内因外缘具足之后，就可以发生感应，我们就可以获得加持。在相续当中很多的无明和迷乱，因为获得加持的缘故就可以很快地消尽，这样实相就会现前。
- [51] 在没有获得菩提之前依止上师，第一个就要听他的教言，就是说听法；第二就是随学他的行为。这就是言传身教。还有一个就是祈祷，祈祷他的帮助，因为他有能力，所以我们要祈祷他的帮助：一定要帮助我、加持我，在我修行过程当中因为您的加持而突飞猛进。
- [52] 因此，我们没有获得菩提之前需要依止善知识。
- [53] 在没有证悟实相之前需要闻法，因此要谛听上师的教授；
- [54] 证悟实相有很多种，比如像佛、初地菩萨一样证悟实相，或者在加行道的时候，从总相的方面证悟实相。无论如何在没有证悟实相之前都需要闻法，听受和实相有关的方方面面教法，有时候需要听一些外围的教法，有时候需要听一些正行的教法，有时候需要听一些增上证悟的教法等等，反正对于各式各样的教法都需要听闻。因此需要谛听上师的教授，经常性听上师的教授，这是很重要的。
- [55] 所有的教授都是实相的等流。为什么呢？因为实相的证悟者，比如佛陀、菩萨们，以证悟了实相为因。“等流”，平等而流现出了什么呢？第一种是对于方方面面实相描述的教言；第二种是依靠这个教言为因，可以获得实相的果，这也算是一种逆向的等流。因为所有的教言都是和实相相关的，所以作为一个想要证悟实相的人，要经常听闻教言，也就是说要经常听法。
- [56] 一切安乐均是上师的加持，因此要报答上师的恩德。”
- [57] 一切的安乐都是上师的加持而来，因此就要报答上师的恩德。不管是世出世间安乐，都是通过上师的恩德而获得的，我们了解了这个之后，就要报答上师的恩德。真正来讲对于上师恩德最殊胜的报答就是依教奉行，对他讲的教法要放在自己的心上去落实，而不是说在外在做点什么事情或者供养一点财产，这是没办法报答的。而且真正殊胜的上师，也不会希求这方面的报答。他需求的报答是什么呢？就是说我给你传法，然后去好好去落实，修持这个法，以后再把这个法给别人传讲。
- [58] 报答上师法恩最殊胜的方便，第一个是自己修行；第二个就是把这样的教言再给别人去传授，自己好好地传法，这方面才是真实报答上师的方式。
- [59] 喀喇共穹格西说：“必须认识到上师是世间出世间一切成就的作者。
- [60] 我们必须认识到上师就是世间和出世间一切成就的作者。我们获得世间的成就不完全都是通过世间的老师、善知识，在佛法当中，我们能够获得善趣，以及在善趣当中能够获得功德也是因为学习了人天乘十善的教法。而这也是在上师这里听闻了如何取舍，然后我们再去实践。上师还会用各种方便，有时鼓励我们去修十善业道和断除十不善业道，有时通过稍微惩罚的方式，强迫我们去做。就像现在的父母或者老师对于子女的教育一样，有时候是鼓励，有时候是惩罚，通过惩罚的方式让他们必须要学、必须要做。因为小孩子那个时候还不懂，所以用了很多方便。强迫他们学完了之后，在长大之后就可以运用这些智慧，这些都来自于父母、老师的善巧方便。
- [61] 世间人自己很难明白到底哪些是获得善趣、世间安乐的因，这时候就需要明眼的佛菩萨或上师善知识给他指点，你应该守五戒或者修十善。我们做了之后，通过这样的因就可以获得善趣的人身或者天道的身份，以及各式各样的安乐、财富、健康等等。因此我们知道世间成就的作者就是上师。你听到了他的教言并奉行了之后，最后就可以享受依教奉行善法的果。我们现在享受世间的成就是因为以前依教奉行了取舍之道的缘故。
- [62] 出世间的成就当然更不用讲了，所有出世间的成就都是来自于上师，上师告诉你发出离心、菩提心、修持空性等很多殊胜的教言。你在长时间的修行之后，上师也是对你一世一世的接引。一方面他会引导你，在现在修行的时候发愿转生到一个能够修持正法的地方，这是获得暇满人身的因。上师会引导你去发愿。如果你一边修行，一边按照他的指引去发愿回向，下一世就会重新转生到他的身边或者一个佛法兴盛的地方。观察到你的转生之处，上师有自在的缘故，也会转生到你的旁边继续教导。如果还不行，再发愿继续教导，这样通过生生世世的教导，直到最后真实地获得出世间的果位为止。对于上师就是世出世间一切成就作者的原因，我们通过这样分析的就会很清楚了。
- [63] 即使精通三藏，但如果不恭敬上师，对上师没有诚信及感恩戴德之心也不会有所收益。”
- [64] 即使我们精通了三藏，对于经律论非常通达，如果对上师没有恭敬心，也没有诚信和感恩戴德的心，根本不会有所收益。不会有所收益是什么意思呢？就是说你所精通的三藏，最多就会变成了一个学问，没办法把这个学问转变成证悟的力量。精通三藏其实应该和证悟成为一个等流的关系。刚刚我们讲了，一方面三藏是佛讲的，这是他的等流，一方面学了三藏之后，可以进入到实相当中。我们精通了三藏，就可以进入实相，进入实相之后，通过我们的证悟也可以讲三藏。三藏和实相二者之间永远是这样的等流关系。虽然你通达了三藏，但是缺少了恭敬和诚信，就没有办法把精通的三藏转化成为一个证悟的资源，这样不会有任何的收益，原因就是这样的。
- [65] 现在我们所学的任何教法都可以变成一个证悟的因，如果自己没有去通达，也没有恭敬上师善知识，或者说没有诚信及感恩戴德的心，那么我们学了教法，也不会转化成证悟的因缘。前面这一段是总的来说。
- [66] 尤其是，密宗金刚乘的一切道法中，唯独上师占有举足轻重的位置，因而所有续部中都讲述了上师瑜伽的修法，并且指出这一修法比观修一切生圆次第更为殊胜。



[67] 尤其是在密宗金刚乘的一切道法当中，唯独上师占有举足轻重的位置，因此所有的续部当中都讲了上师瑜伽的修法。那么在金刚乘当中对于上师瑜伽或者依止上师非常著重的原因何在呢？因为已经到了金刚乘，到了金刚乘意味着什么呢？经由前面的小乘道声闻共同乘或者大乘道共同的修炼，他应该有了一个很深厚的基础，对于道的认知，他的信心，都是非常的圆满。在这个基础上进入了金刚乘。所有的金刚乘都是基于这种高度上面讲的修法，金刚乘所调化的众生应该都是上根利智的人，不是根基很利，就是在前面通过长期修学，他的善根非常深厚，信心也很稳固。针对这部分众生来讲，直接给他讲上师瑜伽的修法，他们完全可以接受。

[68] 为什么现在很多人不接受呢？刚刚学习佛法的人，还有有一部分显宗的修行者，比较看不惯密宗的一点，就是如此的尊崇上师。为什么会有这样的思想？有时候我想主要还是因为他们刚刚学习佛法，思想当中对密宗当中所讲的上师的定位就是一位出家师父，最多是一位老师。

[69] 这位老师的身份可以和佛并驾齐驱，甚至于排在三宝前面，首先皈依上师，然后皈依佛、皈依法、皈依僧，为什么把他排在前面？他们非常想不通。我如果处在他的位置也会想不通。把这位师父放在佛陀的位置上，甚至有时候他的恩德还超胜佛。为什么这样的呢？这是他们没有了解金刚乘在讲这个教言的时候本身所处的位置。如果通过金刚乘的修行高度来看这个修法的时候，很自然地就会接受；如果你没有到达这个高度，对于金刚乘前面所要具备的所有条件，自己没有去了解，没有修，也没有通达，直接看到金刚乘的教言之后，很自然就会生起为什么会是这样的想法。就像小乘的修行者如果没有通过大乘道的训练，一上来看到了万法皆空，佛、众生、道、涅槃、轮回都是空的，一下子接受不了，就和这个道理是相似的。如果是已经通过训练达到大乘的高度的人，对万法皆空、因果空等等，非常自然就可以接受。

[70] 为什么呢？因为他的思想到达了那个高度，这种教法是在这个高度讲的，而不是针对刚刚入门或者共同乘的修行人讲的。如果没有学习过，不通达这个原理的人，他看到密宗金刚乘对上师如此的推崇，为什么对上师好像比佛还恭敬，这个原因是什么？有的时候就没办法了解。

[71] 其实我们从密乘的信心和智慧来讲，进入密乘的时候，对于前面显宗的比如说空性、如来藏等等都通达了，加行也修了，通过修曼荼罗或者密乘提供的集资净障的方式，相续当中的福报很深厚，通过殊胜的净罪方法，罪业也很微薄。而且这里所讲的上师也不是平常我们眼中的一位出家人，虽然他看起来就是一个师父，但是密乘当中也不是说随随便便找一个师父就是佛，我们就应该把他看成像佛一样，没有这样讲。尤其是不共的密宗金刚乘，对于上师的条件还要严格。

[72] 如果我们看到了具德的上师应该具备什么条件时，就会知道的的确这个上师已经具备所有的功德，即佛陀、正法道谛和灭谛的功德，还有殊胜僧宝的功德，僧宝也就是圣僧，我们把一到十地的菩萨称为圣僧，实际上佛法僧三宝的功德他都是具备的。我们所依止的，对他依教奉行的上师，就是佛法僧三宝的具体代表。

[73] 有些人觉得是不是颠倒了，应该依法不依人。我们看到的不是佛，不是法，也不是僧团，就是一个人。其实密宗的上师善知识不是平常意义上的人，他就是三宝的总集。三宝的总集是随便讲吗？不是随便讲的。因为他的条件达到了这个标准，的确就是三宝的总集，所以密宗的弟子通过长时间的观察之后，他就不是一位师父或者修行者，为什么要把师父当成佛一样拥护呢？不是这个意思，意义完全不一样。

[74] 虽然外表看起来似乎是一样的，没有什么差别，但是他的内在安住了佛一样的功德。如果这样去依止，其实就是依止三宝一样。因为他本身就是代表法的，他的身体、语言、意都是法，所以他的本身就是一个法的代表。依止这样的上师完全没有违背所谓的依法不依人的原则。

[75] 这个一般人眼中的上师，并不是一个所谓的普通人，他其实是具备功德的，就是法活生生的代表。这样讲了之后，我们就可以了解。为什么有些时候会对上师这么恭敬呢？所有的教法都是从上师这儿获得的，密乘的灌顶、殊胜的诀窍都是从这里来的。

[76] 如果我们皈依其他的对境，比如说我们皈依佛，现在一般众生的福德是也只能从塑像、画像上面了解佛，而真佛陀能不能够给我们讲教言呢？这是没办法给我们讲教言的。真正的法宝就是道谛和灭谛，或者就是文字。如果我们没有智慧也会很难理解，尤其是对于最了义的某个成佛的方便，我们自己去看法本也没办法看懂，法本自己不可能讲法，比如大圆满的法本放在这儿，它也不可能开口，把里面所有的密意给你讲出来，这是不会的。真正的僧宝是什么？就是一到十地的菩萨，一到十地的菩萨有两种情况，第一种是一到十地菩萨，他们都在佛陀的报身刹土当中，我们去不了刹土，也看不到。第二种是在人间，显现成善知识的样子，就是我们刚刚讲的看起来是个师父，其实是个圣僧。这样讲还是一样的，我们依止的并不是一个普通人，而是依止了具有殊胜功德的圣僧宝。

[77] 平常我们依止本尊也是这样的，虽然我们每天观想本尊、念诵本尊心咒等等，但是现在本尊没有现前，还没办法和我们对话。真正能够引导我们就是现在面前这个上师，他显现成人的形象。一方面可以和我们交流沟通，一方面来也具备殊胜的功德，所以说，他不是个普通意义上的人或师父，其实就是三宝的总集，是一位完全可以引导我们修法的殊胜善知识或者引导者。

[78] 通过很多原理分析的时候，密宗当中针对的是上根利智者，前面这些情况是可以成立的。在密宗金刚乘当中，对于上师的恭敬心达到了如此的高度，而且把这个作为所有修法的核心，不是说随随便便的，也不是说为了控制其他人，就是基于能够让众生最快的证悟。本尊佛陀都没办法给你直指心性，这位上师可以给你直指心性，而且也可以给你作很殊胜的加持，因为通过实修上师瑜伽就可以直接做加持，所以他是非常殊胜的，这个原因就是这样的。

[79] 当然刚才讲的这些，只是所有道理的一部分。我们把这些作为一个思路，可以从这方面去思维，很多人都会产生疑惑。为什么我们要依止这样的上师，看起来就是一个要吃饭、要睡觉、要走路的上师，和佛一样看待是什么原因呢？首先我们要认真的观察，前面讲了不是说你依止一位师父或者他有一个上师的名称，比如听某某道友叫他上师，那他就应该是大圆满法里面讲的上师吧？那不一定。刚开始弟子要长时间的观察，时间短了根本观察不出来他到底是不是具有法相的上师，这方面很严格。因为他在密乘当中的地位如此殊胜，所以需要慎重地长期观察。如果一旦观察到量，就应该像对待佛陀、本尊一样去依止。他就是一切悉地、一切加持的来源，并且此处也讲了上师瑜伽的修法比观修一切生圆次第的修法更为殊胜。

[80] 如续部中云：“何人俱胝劫，修十万本尊，不如一刹那，忆念上师胜。”

[81] 续部当中讲，任何一个修行人，在俱胝劫，即一亿劫或者十万劫当中，修十万本尊。比如观文殊菩萨、观世音菩萨、释迦牟尼佛等等，按照经典续部的观点，对于佛像仅仅看一眼，观想或者忆念的功德都很大。因为他们是殊胜的福田，所以功德是非常大的。

[82] 在俱胝劫当中，修十万数量的本尊，虽然福德非常的殊胜，但是也不如一刹那之间忆念上师殊胜。这不是说我觉得这个上师怎么样，这个不一定，这里面所讲的上师就是一个真实具有最殊胜法相的上师。不管从哪个方面观察，都经得起考验的殊胜功德的上师。对于这样的上师一刹那忆念，功德远远超胜俱胝劫修十万本尊。如果他是一个凡夫人，你觉得他是一个上师，认为忆念他一刹那比十万劫忆念十万本尊殊胜，肯定不是这样的。他本身是一个凡夫，只不过你觉得他是一位上师，然后这样去忆念，觉得自己得到了教证里说的境界，肯定不是的。

[83] 上师应该具有真实的功德。虽然前面也有一个观想狗牙得加持的公案，但是一般人来讲，这样的信心难以生起。还有一个比较关键的地方就是说狗牙待在佛台上面，它也不会给你交流互动，你基本上没有什么生邪见的机会。一般人对于上师要和他互动，就是说观察他的行为，他会说话、走路，可以做各种行为，有很多生邪见的机会。有些人说反正我对他生起信心，你看狗牙不是也可以吗？虽然从道理来讲的确是这样的，但是狗牙和师父还是不一样的，毕竟狗牙是不动的，即便你有信心天天去祈祷，它不会和你说话，也不会跑下来偷吃，你发现了之后对狗牙生邪见，这个是不会的，它就是待着佛堂上。

[84] 这和所谓的上师不是一个标准，你要和上师互动，不能说只要有信心就可以了。你生信心的来源在哪里？你是有分别念的，心中觉得这个对那个不对。当你长时间观察到这位师父不具备功德，他没有像经书里面描绘的一样，你会怎么想，还能保持这种信心吗？会不会慢慢开始打退堂鼓了呢？很有可能慢慢生起邪见、怀疑了。虽然从理论上讲，如果你有清净的信心，从一个凡夫人那里也可以得到加持，就像狗牙也可以得到一样。假如你对于凡夫人的信心一直不变动，还是可以得到这样的加持。最麻烦的地方在于狗牙是一个不说话的，不会互动的对境。如果他会说话、走路，做各式各样的事情，信心很有可能会动摇。释迦牟尼佛在世的时候，功德那么明显都还有人生邪见，法王如意宝、大恩上师仁波切，身语意的行为都那么清净，还是有人生邪见的，何况是一个根本没有功德的人，你不生起邪见，才是非常值得怀疑的地方。



- [85] 从这个方面来讲，长时间的观察、依止一位传承、智慧、悲心都经得起观察的上师就是非常好的。有些宣传材料上面讲的不一定是真的，宣传材料我都可以写，写得比释迦牟尼佛还厉害都可以，这个不可靠，有些是如实表述，有些并不是。如果你和他接触，通过他的悲心、智慧慢慢接触，生起的信心可能要稳当的多。
- [86] 我们应该知道，这里所讲的一定是一个经得起考验的上师，我们要依止一位具有殊胜功德的上师。虽然有可能我们也会生起一些怀疑、邪见，但是因为他的功德明摆在那儿，所以自己也很容易发现这是我的非理作意、邪见而已，上师根本没有这样的过失，这是很容易的。
- [87] 无论如何我们还是应该依止一位比较可靠的上师，这是非常关键的，说起来容易，做起来也很困难。每个人都觉得我的上师是可靠的，为什么你觉得他不可靠呢？这方面说来说去也要看自己宿世有没有积累清净的善根，我们在前面的依止善知识也讲过，在上一世积累了很多清净的善根很重要。如果你的福德深厚，就会遇到一位清净的上师；如果你相续当中的福德浅薄，很容易会遇到骗子。虽然有时很无奈，但也是没有办法的事情。
- [88] 此宁提金刚藏乘自性大圆满的观点，既不是像下乘那样凭借伺察、推理等方式来抉择甚深意义，又不是像下续部那样依靠共同悉地而获得究竟殊胜悉地，
- [89] “宁提金刚藏乘”，“宁提”就是龙钦宁提，即心滴派或者心髓派，比如说上师心滴、龙钦心滴，藏文翻译过来就是宁提。金刚藏乘自性大圆满的观点不像下乘那样，小乘和显宗称之为下乘，它们就是通过伺察、推理，比如说《俱舍论》通过很多的伺察，因明当中通过很多推理，学习中观的时候，也通过很多的推理来抉择甚深的意义。比如抉择人无我、法无我如来藏等等。也不像密宗的下续部那样，事部、行部、瑜伽部等是下续部，不像下续部那样依靠共同悉地而获得究竟悉地。下续部获得成就的方法是首先通过修行获得共同成就。
- [90] 成就有两种，一个是共同成就，类似于世间当中很多的神通。修禅定的人只要掌握了方法都可以获得共同成就。前面我们也讲过，比如以前的遁地术、金丹术，金丹术就是提炼黄金。还有眼药，不是现在看电脑时间长了用的眼药，而是通过很多殊胜的药物，念咒之后，涂在自己的眼睛上面，可以直接看到地上和地下的宝藏，这是眼药成就。有很多不共的成就。第二个是通过共同成就就可以逐渐获得究竟或者出世间的成就，这也是有一个过程，不是直接获得的。
- [91] 也不是像其他上续部通过第三灌顶的喻智慧来直指智慧，
- [92] 上续部就是无上瑜伽，通过第三灌顶的喻智慧来直指智慧。上续部通过第三灌顶智慧灌顶的喻智慧，首先生起喻智慧之后，来间接表示究竟的句义灌顶或者智慧，就是通过这个比喻来给你直指，这个就是究竟的智慧，和这个类似，所以说也是直接讲的。
- [93] 而是认为唯一依止一位传承如纯金丝线没有沾染破誓言的锈一样具有殊胜证悟的上师，
- [94] 在大圆满的传承当中，唯一依止一位传承犹如纯金丝线，就是说像纯金的丝线一样，从传承上师到这个上师之间完全没有中断，而且这个金线也没有被破誓言的锈染污。一代一代的传承上师里面，每一代都是很清净的，没有破誓言，而且证悟也非常殊胜的上师，不是一个普通的上师，而是具有殊胜证悟的上师。因为上师瑜伽的修法直接是强迫性领悟证悟的智慧，如果这位上师没有证悟，也没办法给你证悟的智慧。甚至于你一直祈祷，他完全不知道，这样祈祷的话意义就不大了。
- [95] 为什么具有殊胜证悟呢？这个相当于是最主要的标准，他具有殊胜的证悟，也有神通。你祈祷他，他会知道，然后给你加持，这就是具有殊胜证悟的上师。
- [96] 将这位上师看成真佛，以坚定不移的虔诚信心与恭敬心猛烈祈祷，
- [97] 把这位上师看成真佛一样，这里面讲了一个是信心，非常虔诚的信心，完全相信这样的上师和佛一样，不单单是白天，晚上也是一样的；不单单是在短时间当中，长时间当中也完全坚定不移。不管是上师对你好的时候，具有像佛一样的信心，上师显现上面打骂的时候，或者像在传承上师的传记里面那样，有时候无端的冤枉你偷东西，有时候在很多弟子里面点某个人的名字，说你偷东西、破戒，这是非常难以忍受的。他的信心也不会变，这种信心通过了很多的考验，不是现在我们说的那样对我的上师有佛一样的信心，那还是属于虚无缥缈的信心，根本经不起观察、考验。
- [98] 真实的信心完全经得起各种考验，不管是打骂，还是完全没有来由地说你破戒、偷东西、人格很差，都是经得起观察的。不管从哪方面考验，他的信心一点都不会动摇，这种信心是非常殊胜的。我们可以朝这个方向去努力，总有一天也可以达到这样的信心，达到这样的信心离证悟就非常近了。否则的话，想在在我们现在的信心当中，生起很殊胜的证悟，还是有一定的困难。我们可以把它定成目标逐渐靠近。虽然我们现在和生起证悟可能隔了好几层，但是可以通过修上师瑜伽的方式，祈祷上师加持我生起上师就是真佛一样稳固的信心。首先通过祈祷生起这种信心，然后在这种信心基础上，再祈祷就可以生起证悟，然后以非常殊胜的恭敬猛烈的祈祷，使自己的凡夫心与上师的智慧成为无二无别。
- [99] 这样的话，自己凡夫的心和上师的智慧完全成了无二无别，本来自己祈祷的心是凡夫的心，通过上师加持之后，就像修上师瑜伽速赐加持的时候，通过很长时间的祈祷之后，观想上师化成五光亮点，从头顶融入到自己的相续当中，这时候上师的智慧和我的凡夫心就成为无二无别。无二无别的意思并不是说上师的智慧和我的凡夫心混在一起，分不开了，不是这样的。智慧进来了之后，凡夫心瞬间就消亡了。因为有法和法性不可能并存，虽然现在我们处于凡夫心当中，如果凡夫心现前的时候，智慧现前不了的，但是现在上师的智慧下来融入到我的相续当中，智慧一旦现前凡夫心就没有了，这个无二无别的意思是这样的，不是说两个混成一起分不开了。而且上师的智慧一降临，就会安住在上师的智慧当中，凡夫的境界就没有了，自然会安住在和上师相应的状态当中。
- [100] 上师是什么智慧？他就是如来藏、实相、三宝自性，通过这个方式和上师相应之后，然后自己安住就得到了上师的加持。得到加持也有很多种，究竟的加持或初步的加持。初步的加持是得到一种觉受，安住在这个觉受当中。在这种状态当中，他得到一部分的加持，得到一部分的加持时，自己的凡夫心也是减弱一部分，安住在这个状态当中。后面当我们的信心非常坚固的时候，融入之后完全安住在和上师无二无别，这时的凡夫心一点都没有了，完全是上师的智慧。其实也就是借助上师的智慧显露我们本性的智慧而已，就是这样的意思。
- [101] 我们本性的心性和上师的本性本来就是无二的，只不过通过凡夫人的分别心，觉得我和上师是别别他体的，就通过修行来泯灭这个分别，也是有这种原理。
- [102] 也就是说依靠上师的加持力使自相续中生起证悟，就像前所引用的：“当知胜义俱生智，唯依积资净障力，具证上师之加持，依止他法诚愚痴。”
- [103] 前面引用过这个教证，我们应该知道胜义谛俱生智慧，只是依靠积累资粮和清净罪障的力量，再加上具证上师的加持力，除了两个方法之外，依止他法诚愚痴，依靠其他的方法完全是愚痴的。这是最直接的，其他方法能不能够证悟呢？也可以，但不是直接的证悟，而是缓慢之道，次第的证悟方法。
- [104] 萨 RA 哈尊者也说：“师言入于何人心，犹如现见手中宝。”
- [105] 上师的教言进入到谁的相续当中，也就是说真正获得上师加持的时候，犹如现见手中宝，就像宝贝放在自己的手中，可以很清楚地看到手中的宝贝，同样也可以清晰地看到实相。
- [106] 此外，全知法王无垢光尊者在《虚幻休息》中说：“依靠观修生圆次第等各道本体不能解脱，因为它们还需要依靠行为及助缘等。
- [107] 无垢光尊者在《虚幻休息》里面也是讲到了上师瑜伽的殊胜性，他说，如果单单只是依靠生起次第、圆满次第的道，没办法解脱，还要依靠其他的行为，比如说积资净障、荟供等等其他助缘的修法，这个时候逐渐才可以证悟，而上师瑜伽不是这样的。
- [108] 唯以此上师瑜伽自道本体能使自相续中生起实相的证悟，而得解脱，
- [109] 上师瑜伽自道的本体不需要依靠其他的助缘、行为，只是依靠上师瑜伽就可以在相续当中生起实相的证悟而获得解脱，所以我们在修的时候，一定要努力让自己生起清净的信心、恭敬心，非常强烈的去祈祷。
- [110] 所以说一切圣道上上师瑜伽最为甚深。”
- [111] 《誓言庄严续》中云：“十万劫中勤观修，具相随好之本尊，不如刹那念师胜，



[112] 这和前面的教证差不多，就是在十万俱胝劫当中，勤观修具有相好的本尊，虽然这个功德利益很大，因为一刹那观想都可以圆满很多的资粮，不如刹那念师胜，但是不如一刹那忆念上师殊胜。

[113] 念咒修法千万遍，不如祈师一遍胜。”

[114] 念了一千遍、一万遍的咒语，不如念诵一遍上师的祈祷文殊胜。平常依靠上师瑜伽、法王如意宝的速赐加持的祈祷文，能够认认真真的去祈祷，这时候就可以得到殊胜的加持。

[115] 《阿底庄严续》中也说：“观具恩上师，于头顶心间，或于手掌中，千佛之成就，彼人亦可得。”

[116] 在《阿底庄严续》中讲，观具恩上师，观想具三恩德的上师。这里讲就是《经庄严》中具有三恩德的上师，第一个是赐予最殊胜的无上大圆满灌顶的上师，第二个是赐予大圆满窍诀的上师，比如说像传授《文殊大圆满》《大圆胜慧》等等殊胜窍诀，第三个就是传统部，比如传授《真实名经》《大幻化网》等等，这些都是密宗的续部，三恩德上师就是金刚上师。这个地方的具恩上师就是具有恩德的根本上师，把根本上师观在头顶、心间或者手掌当中，在合掌的时候，也可以把上师观在手掌当中。千佛之成就，彼人亦可得，一切佛的成就这个人也可以获得，这就是观修上师瑜伽的殊胜的功德利益。以上讲完了一部分修上师瑜伽的必要。

[117] 今天我们的课就讲到这个地方！

《前行广释》第 127 课辅导资料

[118] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[119] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[120] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[121] 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，现在正在学不共加行。很多地方把《前行》作为佛学入门的基础教材，说明文字上面比较容易懂，当然也有不少难懂的教证。文字虽然容易懂，但是意义还是很深的。比如说共同加行，要在心中生起出离心这种状态，需要很长时间的观修，暇满难得、寿命无常的教义，通过观修之后内心要生起这种觉受，这些修法都需要很精进、很认真的对待。

[122] 有些时候我们观修找不到感觉，修暇满难得、寿命无常找不到重点，修这个法的必要性也不知道，或者修很长时间之后生不起应该有的觉受。比如说在每个引导后面都有一个公案，那个公案就类似于参照的标准，内心当中产生类似的觉受之后这个法就算是真实达标了。达标有究竟达标，也有不是那么高层次、高标准的阶段性达标。无论如何，我们在修习共同加行的时候，以前对于现世的轮回的执著抓得很紧，现在逐渐要放松，轮回的这些法暂时来讲虽然是不得不做，但是要知道绝对不能把它作为终极目标去追求。作为一个真正的修行人来讲，最应该追求的还是解脱道。

[123] 前面的共同加行还没有讲到菩提心的修法，在这里不讲菩提心也可以，也没有讲无我空性，在修共同加行的时候没有打破我执也不要紧，没关系。但是学习共同加行，我们应该知道对轮回的执著不是究竟目的，究竟目的就是一心一意地追求解脱，要有非常强烈的追求解脱的意愿。耽著轮回和出离轮回是两种思想，如果我们真正地看破轮回，就会知道轮回没有什么值得究竟追求的，内心当中会生起非常强烈的要出离轮回的意愿，如果生起这种意愿，想要解脱的心生起来了，以前对轮回的耽著心绝对就没有了。不可能一方面对轮回深深的爱恋耽著，一方面有很强的想要解脱、想要出离轮回的心，这绝对是矛盾的，这两种矛盾的心态不可能真实的生起来的，

[124] 终极来讲轮回对我们没有意义，我们内心要从耽著轮回逐渐朝追求解脱方面去发展，这个方向是对的，随着我们发现轮回当中没有意义，就会一心一意求解脱。如果内心当中生起很强的出离心，就会对轮回当中的很多事情没有真实的兴趣。换一个方面来讲，我们想要求解脱，生起很强的想要出离解脱的心不等于就已经解脱了，这个时候我们的身份还在轮回当中没有解脱，只不过很想解脱，还没有真实的接触到让我们的心解脱的方法。因为第一个阶段的修法主要还是让我们内心当中对整个轮回的本质有很深的了知，发现它不值得像以前那样去追求，把所有的时间精力全都放在追求世间的享受上面没有什么意义。

[125] 这个时候容易出现一个歧途，有些修行者认为解脱很重要，对世间的事情就一律不闻不问：反正我要求解脱这些事情可以不做了。这个也是我们观察的，为什么观察呢？虽然有很强烈的求解脱的心非常好，但是因为你现在的身份还没有解脱，你还在轮回当中，而且轮回当中的很多事情对你还是有影响的，尤其是对你长期修行解脱道，对你的发心、行为都有影响。所以，我们想要追求解脱道的强烈的出离心不能放松，不能让它减弱，但同时也要想：解脱这么重要，怎么样才能够保证想求解脱道的心和修解脱道的种种条件、因缘都具足呢？这个就要分析，第一个条件解脱道的本体，闻思修行关于解脱道的所有的教义都要认真对待，这是一个保证。单单从佛法本身的侧面来讲，必须要对能够帮助我们解脱的佛法非常认真地对待。

[126] 第二个条件要保证你修行解脱道的外围条件，现在你正处在轮回当中，轮回当中的这些人、事情对你是有影响的，对你的修行也会有影响。为了让自己的修行能够很顺利，认真对待现在的工作和生活也是必须要做好的一个内容。如果自己的修行还没有达标，修行方面的境界没有生起来，轮回当中的事情也放了，认为自己要一心一意修行，什么都不管了。但是，自己的修行还要慢慢走，如果世间当中的事情搞得一团糟，这样反过来就会对自己修行造成影响，就成了恶性循环。

[127] 虽然轮回的事情对我们来讲不是究竟的追求，但是对自己的修行决定有影响。所以，把轮回的事情处理好，不要在修行过程当中让这些事情的严重分心，我们就花一定时间，把工作、家庭的这些事情该做的做好，这是保证我们有更好修行环境的必然条件，否则肯定会影响，毫无疑问。如果你的家庭没处理好，就会有很多闹心的事情，你要在佛堂里面念经、听课、打坐，那家人绝对是不愿意的，他肯定要给你制造很多的麻烦：有些时候给你制造矛盾，有些时候给你制造很多的声响，反正要表达他内心当中的不满，有些时候就直接对抗，有些时候虽然不直接对抗，但是用其他方法来干扰。

[128] 我们经常说修行的违缘很多，其实有些时候还是应该把这些问题考虑进来，这不是离开修行之外的事情，它属于一个大的修行范围。修行的核心当然绝对是解脱道，就是佛法本身，即闻思修佛法，毫无疑问的，不可能把世间法当成修行的核心，但是修行的外围还是属于修行的范围，还是要把这些尽量的做好。

[129] 有些上师讲，一个真正有出离心的人不会刻意把自己的生活搞得一团糟，或把自己搞得很穷，什么都不管不顾，这不是应该有的态度，他不是会走极端的。如果真的想要求解脱，出离心越来越好，也会把身边的这些事情尽量打点好，在做这些事情的时候，既不会有很强的耽著，也会把这些尽力的去做好。因为把这些尽量的照顾好了，对你修行本身也是一个很好的助缘，外部的环境、条件和谐了之后，你的修行也可以比较顺畅。

[130] 当然要完全做好不容易，但是这是修行的一个内容，它绝对不是和修行分开的，它和修行有联系。就像我们自己做一些世间的事情，在把正事做好的同时外围的事情还是要打点好，否则可能会时不时受到干扰。我们不要认为工作或者生活就是修行之外的事情，不是，它和我们修行有联系，而且是直接联系。当然现在我们的思想、目标转变了，以前是单单为了把轮回的生活过得很好，去打点很多事情，现在不一样，现在是为了修行修得更好，必须要把世间琐事打点好，这是两个不同心态的转变。表面上你还是在过一个高质量的生活，但其实你的内心当中你的重心已经转移了，但是你这样转移之后，旁边的人并没有感觉到什么威胁。否则，一下子做很大的改变的话，他会感觉到危险，他出于保护自己或者保护你的所谓必要，肯定要对你的修行做很多的违缘障碍。

[131] 有些时候是不可逆的，因为前世的因缘，没有办法，条件可能是很难具足。；时候是我们自己没注意走极端了，如果是走极端，就调整一下，为了长远的修行这些是有必要的。真正的出离心是中道，有了出离心之后，绝对不是全部的时间精力放在佛法上，其他所有的事情一概不问。当然如果你有这个条件也可以，比如说有些人出家了，出家之后这些事情和他没有什么关系。如果这样的条件不具足，还是应该想一想怎么样能够保护好自己修行的环境，以前纯粹是生活的环境，现在生活、工作就变成修行的环境了。怎么样能把自己修行环境保护好，有时候也必须稍微花点时间，认真地去把这些做好，其实这是有必要的。

[132] 出离心其实需要很长时候来修，来找这个感觉，找到一个融合点。自己以前是纯粹的生活，现在是修行、生活两个方面，以前不需要照顾修行，反正按照生活做就行了，现在修行加进来之后，两方面都要照顾。刚开始可能会有些碰撞、抵触、矛盾、摩擦，这个时候慢慢去找感觉。在修行过程当中，



一方面要在这些道理上面，我们要去思维，或者和道友一起分享、讨论，到底是什么样的原理？到底有什么关系？把这些问题从理论上面要搞得很清楚，然后调整自己的心态，或者通过修行把这些事情逐渐处理好。

[133] 刚开始不一定能马上处理好，但是找到感觉之后，逐渐就可以把事情处理得很好。这其实也是修行的一部分，它不是和修行矛盾、对立的。尤其是当我们的修行逐渐深入到修行的本质、核心的时候，就会发现所有的万事万物都没有离开修行本身。刚刚讲，生活工作是修行的外围，是属于保护我们修行一些外围的因素，但是随着我们对佛法的领悟加深，工作生活本身就可以是修行，它不是外围的了，它可以变成修行的核心，这个时候修行就变成全天候了。现在来讲，因为我们对修行的认知不够，导致了严重脱节，就觉得如果是修行一定要抛弃所有的事情，否则不像一个修行者等等，这是没有认识到修行的精髓、本质。

[134] 有些时候这方面强求不了，上师会把这些原理告诉我们，让我们去做一个思路，慢慢去朝这方面发展。前面我们也讲了，随着修行的深入就会真实的发现，所有的所见所闻，所有的人和事全都是修行内容，没有离开过法界，也没有离开自己所修行的内容，这个时候就不需要再怎么去操心这些事情，但这需要一个过程。不管怎么样，逐渐地要把法入于心，真正修行好的人、有觉受的人他会自动的去规避很多极端的思想和行为。刚开始修行的时候，最容易落入极端，要不然就是特别特别喜欢外相，对于外在的形式、仪式，很热闹的敲锣打鼓的，他觉得这就是真正的修行；有的时候很注重打坐的姿势，呼气到底呼几次、多长、颜色是什么？每一个细节都搞得很清楚。但这个也好，说明他关心了。

[135] 有些时候对外相很执著，有些时候把修行和生活严重对立，刚开始的时候都会有这些。但是随着我们对法义、对实相逐渐的了解了，越深入到高层次的教义，对于实相认知更清楚，就会知道所谓的实相就在这些法当中，在法之外没有什么实相。要证实相就借助这些法，完全可以帮助我们趣入到实相当中，关键是你怎么去看待这些法，通过长时间的观修之后，智慧、能力就可以逐渐在我们相续当中生起来，这需要很长时间去训练。

[136] 专业的人士——什么世事都不做的很多出家人，他要花很长时间去闻思、禅修，最后他可以认识到这一点，从内心深入完全知道所有的法和修行没有丝毫的矛盾、抵触，任何法都是法性的显现而已。他们尚且都要花很长时间才认识到这一点，我们现在没有花很多时间，就应该首先知道这个大方向，然后逐渐朝这个方向去努力。刚开始有各式各样的思想、困扰，在修行当中也是避免不了的，一个人要成熟的话，肯定需要经过很多挫折。修行也是一样的，有的时候想退，有的时候有各种情绪、烦恼、困惑等等，这些经历一些也好，关键是我们的目标不要丢了。我们经常性的去闻思修行，逐渐我们心智成熟之后这些就不成问题了。共同加行要花很多时间。

[137] 不共加行不管是皈依、发心等等，要相应也要花很多时间，从数字来讲，上师说五十万的数字很容易，只要发个狠的话肯定修得完，没什么的，但要在相续当中真实的生起那种达标的界限不太容易。内心当中完全产生宁舍生命不舍三宝的信心，不管是遇到好的事情，还是遇到很大的挫折、打击，或者面对外在舆论的很大压力，自己对三宝的信心都完全不动摇，不受任何影响，这是不太容易的。有的时候顺风顺水，外界都在赞叹三宝，自己身体等方面面也很好，觉得自己信心非常清净、非常好。如果大环境来的时候，外面的人都在说学佛不好，诽谤三宝，自己的心也很容易被这些所转变。要对三宝生起那种绝对不变的信心不容易，如果一旦生起来了，就会作为真实证悟实相的强大基础。

[138] 发菩提心也是一样，这些修法没有一个是容易的。虽然的确是不容易，但是也必须修，不能说不容易我就不修了。对我们来讲毕竟这些是非常有意义的大事情，虽然困难，但也不是没有意义的，只要能够消化它或者说战胜它，所有的困难都会变成我们获得证悟的助缘。

[139] 现在我们学的是五加行当中的上师瑜伽的修法，它是强力地在我们相续当中生起证悟的方便，当然这是外在的上师殊胜的加持，还有法本身的加持力，当然还有一个很重要的就是信心。我们要生起一个能够接受强制证悟加持的信心，从某些方面来讲这也是对等的，你有多大的信心就能接受到多大的加持。如果你的信心上等的，那肯定接受到上等的加持，这和自己的信心是有关的。

[140] 因为法本身是可以让我们强制性的获得证悟，所以在修这个法之前，长时间去依止一位具德的上师很重要，上师要实打实的具有功德，按照前面依止上师善知识的标准一条条去观察去分析，这是很重要的。大恩上师在讲记当中也讲，要按照前面华智仁波切给我们列出来的观察上师的标准认真的观察。这需要很长时间才能做得到。如果只是听几个道友介绍一下，或自己觉得不错，这些都靠不住。

[141] 上师也说，凭感觉去寻找一位所谓的根本上师，觉得这个人不错、感觉很好、因缘很好，依此寻找一位根本上师是不行的。上师有他的标准，就应该长时间的去观察，寻找一位真正能够加持你相续的上师，这是非常重要的。因为在这个修法当中，基本上把自己所有的信心、时间精力都投在具德的上师上面——我祈祷你来加持我，一切一切都依止你，这样的上师一定是要非常合格的。

[142] 作为一个初学者来讲，要寻找这样一位上师，不要太着急了。因为这个时候我们的判断能力，还有我们本具的智慧，怎么去观察、判断、寻找一位上师，综合素质还不够，像这样很着急的去寻找、认定一位根本上师，这有点早了。我们前期主要是依止一位上师学法，可能有些上师他的确是具德的，也是被有些道友认证为他的根本上师，但对自己来讲不一定，他们认证了，我马上去找一位根本上师。因为每个人的条件、情况不一样，所以不用太着急。如果还没有准备好，太着急了，很多后续的副作用就会浮现出来，依止了之后，把他当根本上师，然后最后把他抛弃了，毁谤或者说很多过失，这些都是属于副作用。

[143] 什么导致的副作用？就是刚开始没有准备好，着急忙慌的去找一位所谓的根本上师，觉得找一位根本上师好像就是标配，是作为一个弟子的标准配置。如果没有根本上师，都不好意思说你是学佛法的，感觉是有点这个意思。这种跟风是不太好的，从比较理性的侧面来讲，刚开始学习就把他当成是讲解佛法的一位法师，这是最好的，不管这个人怎么样，反正他讲的法，对我的相续的成熟有帮助，刚开始的时候低一点，就说他是一个法师，跟着他所讲的法义去思维、观修，这个过程当中帮助自己逐渐生起信心，生起福智。也许学完之后，你的功德、辨别力增长了，你发现这个法师不适合做我的根本上师。并不是抛弃了，就不适合合作我的根本上师，他在我的早期修学当中，他对我的帮助很大，他的恩德我也会一直记着，但是你说是不是他可以做我的根本上师呢？通过我的观察可能不一定适合。

[144] 还有一个可能，比如说我们大恩上师，刚开始学加行、《入行论》都是从他那学的，学完之后，你发现他功德越来越明显，你也可以把他当成自己根本上师。但是这需要时间去学习，刚开始不要着急，因为这是一个很大的事情，你要修上师瑜伽，他要给你加持的这位上师，不是随便找一个就行，不是我感觉他可以就可以。上师在这堂课当中也讲了几次这方面道理，所以我们应该认真对待这个问题，慢就慢一点，不用着急，听说谁谁谁他都找了根本上师，我也去找一个，听说谁谁谁把谁认成根本上师了，我也要去认一个，这又不是什么赶时髦，不需要你赶什么时髦。修学佛法，尤其是修上师瑜伽让相续当中生起强制证悟的法，应该是有有一个很强的、很高的信心才可以真实得到强烈的加持。

[145] 刚开始的时候可以有很多上师，有很多听法的法师，可以作为共同的上师来对待，包括灌顶也是一样的。如果真正要认定完全依教奉行、信心完全不变、可以真实给你相续做加持的根本上师，那就需要很仔细的去辨别。通过比较长时间的观察之后，逐渐自己的辨别能力、认知能力达到高标准了，那个时候做的判断基本上会靠谱一点。

[146] 否则刚开始的时候，什么都不懂，就凭感觉或谁跟我说：他应该做你的根本上师，他不错——这样就有玩儿戏的成分，就不要太着急。在我们的教义当中，有很多的讲法，比如我们讲上师瑜伽时，肯定会要你把上师当成佛一样地看待，这些肯定会有。对已经准备好的道友，肯定会这样讲。对于我们现在来讲，也许还不到这个时候。刚开始要把自己的心念定下来，好好地学法，把自己的信心和对佛法的整体认知上升到一个程度，逐渐地认定，这是很保险的。

[147] 有些人说来不及了，其实有些事情不是说着急就是可以的，也是没有办法的。有人说我现在都已经三四十岁、四五十岁了，再让我去观察，再慢慢去寻找，哪里有时间啊？轮回长得，从时间上来讲也并不是你找不到上师轮回就结束，不是这样子的。而且从法上来讲，真正要修行的人应该是很认真的，不是随随便便的。世间上要找终身伴侣，也要用相当长的时间去了解、观察，何况是解脱道呢？因为上师是我们生生世世解脱道上的依怙，自己的信心、身口意都要交给上师，所以应该要好好地观察。上师也说：“千万不要凭感觉！”凭自己的感觉去认定还是比较危险的。

[148] 对于上师瑜伽的修法，前面我们讲了一部分修上师瑜伽的重要性，今天继续讲第二部分的必要性。

[149] 至尊果仓巴也亲口说过：



[150] 这也是一个大修行者，关于他的传记、故事特别多，在《开启修心门扉》等很多地方都有。他是一个修行的典范，他非常知足少欲，他的加持力、菩提心等等都是非常深厚的。大恩上师也讲过，我们可能也学过这个教言。他在世的时候，有一个妇女很伤心，她的家人死了，特别地伤心，后来她到了果仓巴尊者跟前，果仓巴尊者说：“我现在正在修菩提心，我很欢喜，你把我的欢喜心拿走，然后把悲伤留下就行了！”说完了之后，老妇人马上就不悲伤了，他的加持力就是那么大！有些修行人修心特别纯熟的时候，不单单自己内心当中充满了安乐，而且他也可以把这种安乐赐给旁边的其他人，能够影响他人的相续，这是非常不容易的！他一说完，对方马上就不痛苦了，这也是非常殊胜的功德。他是一个大修行者，那么他的教言当然是很有分量的。

[151] “若修上师瑜伽法，尽除过患德圆满。”

[152] 如果我们能够修上师瑜伽，现在也可以在所有的上师当中，如果对某位上师的信心大，也可以对他进行观修。上师说，最好是一些公认的大德，上师老人家给了我们这样的标准。现在有很多修行者都在世间当中传法，都在收很多的弟子。在这个过程中，有些弟子非常容易凭自己的感觉，找一些上师来做自己修行上师瑜伽的对境，这个里面当然有些是具德的，有些不一定。

[153] 上师老人家很早以前就给了我们一个建议，如果要修上师瑜伽，最好是大家都公认的大德，把他作为修上师瑜伽的对境非常好。大恩上师老人家推荐所有的学员全都修法王如意宝的上师瑜伽。为什么这样的呢？因为法王如意宝的弟子里面有很多具有证悟具有功德的，对法王如意宝本身来讲没有任何争议，所以上师要求他的弟子都修法王如意宝的上师瑜伽为主，这也是比较保险的。

[154] 你认定的上师，对他信心很大，你觉得他应该是成就者，但他到底是不是具德的？这个不好说。有时候只是他为人比较好或者有一点其他智慧，不能作为上师瑜伽赐予加持的来源？那就不一定。法王如意宝不管是从他的功德、加持等方面来讲，都是没有任何问题的。从这个侧面来讲，也告诉我们，如果不好判别，不知道他行不行，那我们就干脆不辨别。早期的时候不辨别，就把大家公认的当成上师瑜伽的修学对境，这是非常好的，也是很关键的。如果真实修行具功德的上师瑜伽，向他祈祷，因为他本身具有无尽的悲心、殊胜的智慧和巨大的加持力，所以向他祈祷，肯定会给你加持的。

[155] 净除过患得圆满，可以净除所有的过患。不管是我们的烦恼障、所知障，还是贪欲、嗔患或者很多违缘。有时心很烦乱的时候修上师瑜伽，上师的智慧和自己的心融合在一起，可以有效地让我们的心静下来。上师瑜伽结束的时候还有一个窍诀，如果我们的心烦乱，就把上师观在头顶上祈祷，祈祷完之后，融入到我们的心，安住在和上师无二无别的境界，这样很烦躁的心就会慢慢地平息下来。

[156] 包括自己的心情烦乱在内的诸多过患，通过修上师瑜伽都可以予以遣除，获得圆满。令过患完全清净，出离心、菩提心，以及各式各样证悟的功德，都会逐渐地生起来，最后也会圆满佛陀一样的功德。从原理上来讲，这些也是可以成立的，每个众生本具佛性，所有的障垢都是客尘，如果通过修上师瑜伽认识到心性，得到加持的话，所有这些不稳固的客尘都会因为认证实相，通过上师的加持，都会消尽、远离，然后本性的功德就可以纷纷地圆满具足，所以说净除过患德圆满。

[157] 又说：“虽多修持生次第，然修上师为无上，虽多修持圆次第，然诚依师为无上。”

[158] 这里讲到了生起次第和圆满次第。虽然现在很多的密乘行者修了很多生起次第、本尊法，比如修观世音菩萨、大威德、时轮金刚的生起次第等等。然修上师为无上，在所有的修法中，修上师瑜伽是最为无上的。虽然我们要暂时性地修一些生起次第，但是这些本尊本性也要观为上师。

[159] 虽多修持圆次第，虽然修了很多的圆满次第，圆满次第就是修风脉明点，比如修拙火定、修宝瓶气、观明点、观风等等，这些是有相圆满次第，还有无相圆满次第。修了很多的圆满次第，然诚依师为无上，恭敬虔诚地依止上师是最好的，最为无上的一种修法。外在恭敬地依止上师，内在祈祷上师加持、修上师瑜伽，这是所有生起次第和圆满次第的精华、殊胜的窍诀。

[160] 这里讲到了上师瑜伽的重要性，并不是说不修生圆次第。有些教言当中讲，生圆次第还是需要修的。生起次第、圆满次第的法要，对修行人来讲，都有不同的缘起、作用，上师瑜伽要作为核心的修法。

[161] 另外，哲贡炯巴仁波切也曾说：

[162] 他是哲贡噶举派的创始者，属于第一代祖师。噶举派有很多，哲贡噶举现在也是很兴盛的一个教派，拉萨那边的哲贡寺就是哲贡噶举派的道场。

[163] “上师四身雪山上，敬信之日若未升，不降加持之水流，故当勤修敬信心。”

[164] 上师四身雪山上，就是把上师的加持比喻成雪山。上师的四身，即法身、报身、化身，还有自性身，和法报化三身无二无别的叫自性身，这方面也没有单独的，就是一个本体的不同侧面。法身、报身、化身也是一个本体的不同反体，再加上自性身，也不是在三身之外的，三身本来无二就是自性身。不管是三身，还是四身，不是某个教义里面说了这个上师五身，可能这个上师就厉害，那个地方只说三身，可能就不厉害，不是这样的，这方面只是一种表示方法而已。其实说上师是法身或报身、化身、自性身，这些都是一个意思，就是说上师具有佛一样的功德。

[165] 真正的化身只有佛才有，除佛之外，其他的化身不叫真实的法报化三身的这种化身。有时说这是某某菩萨的化身，初地菩萨有多少化身，那个化身可以幻化出这个身体，而三身当中的化身和这是不一样的，那种化身只有佛才有，其他可以变化出很多身体的化身不是佛的特点，有时菩萨、阿罗汉，乃至一些仙人、帝释天，他们都可以变化出很多的身体，那个化身和这个化身不是一回事。我们讲的这个四身，就是说上师是佛的意思，从不同的侧面说他有四身。

[166] 上师四身雪山上，就把上师比喻成雪山；敬信之日若未升，把弟子的恭敬心和信心比喻成太阳，如果太阳没有升起来，温度不上升的话，就没有办法融化雪山上的雪。所以说，不降加持之水流，太阳升起来了，温度上升，雪山的雪融化了，水就会流下来，上师的加持就好像是雪山上融化的水一样。这个水流向哪里呢？加持之水就流入弟子的相续当中。

[167] 如果我们要得到上师的加持，作为弟子必须要有恭敬心、信心，这是很重要的。如果对上师有恭敬心也有信心，你一祈祷就相当于太阳升起来，雪山融化了之后，水就流下来，水就流下来，和佛陀一样无二无别的加持力，怎么融入弟子的相续当中呢？现在我们还没有受到强大的加持，真正接触到了之后，相续当中的实相就会现前，那个时候信心就会非常地强烈和稳定。不管怎么样，我们可以用现在已有的信心对上师做经常性地观修、祈祷，上师相续当中的加持力就会源源不断地融入到弟子相续当中。

[168] 可以说谁祈祷谁得加持。比如一位上师有成千上万的弟子，信心参差不齐，有些弟子的信心特别强烈，也很清净，他祈祷的时候，得到的加持就多；有些弟子的信心没那么强烈，也不祈祷，他得到的加持就少。上师并没有偏袒心，谁的信心达标了，就能得到加持，这方面都是平等的，因为弟子的信心有差别，所以得到的加持力也有差别，主要是从这个方面讲的。太阳没有升起来，就不降加持之水流，升起来了就会降下加持之水流。

[169] 故当勤修敬信心，所以应该勤修恭敬心和信心。勤修恭敬心和信心，有时需要多祈祷，有时需要多学法，多去闻思修行，努力生起智慧。一个具德的上师，他的功德就摆在这，是不会变化的。如果弟子没有智慧就观察不到。一个真正的具德上师根本不怕弟子生起智慧，而是非常希望弟子生起智慧。弟子生起了智慧之后，上师原有的功德弟子就会慢慢地觉察到，越观察越生信心。如果是冒牌货，就会越观察越虚幻，最后智慧彻底生起来的时候，就会发现上师的踪迹都没有了，一点上师的味道都没有了。

[170] 佛陀为什么说你们可以观察我所有的教言？这个自信来自于哪里？因为他的内心的确实安住在觉悟一切实相的智慧当中，所以根本不怕观察。我们也是一样的。作为弟子，要对上师产生恭敬心和信心，这个智慧很重要。有了智慧你就会逐渐发现上师的不共之处。比如我们的大恩上师，显现上他不说是自己是转世者、活佛，什么都不说，但是他的功德就摆在那个地方，他的智慧、悲心，还有很多的善巧方便，都在这儿。随着弟子智慧的上升，慢慢就会发现上师的不共威力、不共的加持，在平凡中发现不共的功德，这种信心是很稳定的，他根本不怕，会一直鼓励弟子多去学习增长智慧的方法，通过学法得到的智慧再来对上师做观察，他的信心就会逐渐地生起来。而且这种信心不是其他方式产生的，完完全全是本具的最经得起观察的信心，就是很平凡当中引发了弟子的信心。

[171] 不是通过天天显神通让弟子生起的信心，显神通让人生起信心很容易，一个人在天上飞，根本不用讲什么大道理，别人一看马上就生起信心了。虽然这种信心很容易生起来，但是含金量不够，因为随便一个人人都可以生起来，所以只要显个神变大家都能生起信心来，不要说佛教徒，其他不学佛法的人也能生得起来。这个信心本身的底子很薄弱，能保持多久？天天显示，时间长了之后，你就烦了。今天又显神通了，有没有什么新花样？昨天你跳了五



12 上师瑜伽(126-137)

米，今天跳了十米，我都知道后天要跳十五米。由于这个信心没有什么含量，虽然刚开始引发了强烈的信心，但是时间长了，你不显神通，他没有信心；你天天显，他又麻木了，觉得反正就是这些，没什么。

[172] 如果你学习佛法，通过智慧生起信心，这种信心是经得起观察的。你不用显神通，也不用去标新立异，这种信心基于很坚实的基础。这个坚实的基础是从哪里来的？是从佛法的智慧中生起来的。这种信心一旦生起来了，保质保量，含金量特别高。这种含金量很高的信心，第一个根机很牢，第二个质量很高，也不容易退失，而且能够发现很多很深的东西。他在依止上师时，可以发现和实相相关的内容，显神通就完全没有这个效果。虽然很多上师有这个功德，但是他们为什么不从这方面引导？对于一个弟子生起信心来讲，含金量太少了，这样引导的话，会让弟子进入一个歧途。因此就引导弟子去闻思修行。

[173] 我们的上师经常讲，你要多闻思。多闻思干什么？生起智慧。智慧生起来之后，可以通过智慧去观察、辨别。有了智慧以后，就可以消化掉自以为上师所谓的一些不如法的行为。如果你没有智慧，就很容易生邪见；如果你的信心很深，完全可以明白。这么多的弟子，根机意乐都是不一样的，为了调化不同的众生，上师肯定要示现很多不同的行为。在这样的情况下，你不但不会认为这是过失，还会明白这是一种善巧方便，从而生起信心。就像一个高明的医生不只是开一种药，针对不同的病人会开不同的药，使用不同的治疗方法。这时候生起的信心，就会更加强烈了。

[174] 这种信心就是敬信心，通过长时间的学习之后，信心有了坚实的基础，对于一些定解、智慧很深的人，虽然我们不敢说他完全不退失信心，但是退失的几率会很低，相对来讲保险多了。有了这种信心以后，他可以带着这种信心向上师祈祷。因为他有智慧，也有信心，这种信心是通过智慧产生的，所以他知道怎么去祈祷，相当于懂得怎么去打动上师，让上师给我加持。当然这是我们这里描述所运用的一个修辞方法，意思就是说你的祈祷可以切中要害，带着智慧、信心去祈祷这是完全不一样，会契合于实相等很多方面。能够深入、猛烈地祈祷，这是很重要的。

[175] 故当勤修敬信心，敬信心应该通过各方面逐渐去培养。有些人根机很好的人，不一定需要通过学习佛法获得，他是天生的，前生修学过，具有不动摇的信心，这样也有。修行人也有非常多的不同类型。还要多集资净障、发愿、回向，这些都是需要的。我们的信心生起来之后，就相当于太阳生起来了，我们把自己变成太阳了，有了太阳就可以融化雪山。如果现在观察我们的相续，还没有像法本里面一样，这么达标的信心很多道友可能都没有，但是我们现在正走在让信心达标的道路上，现在正在努力学法，学习了很多的道理和生起智慧的方法。智慧一旦生起来，逐渐信心也会跟随智慧的增长而增长，最后我就能成为一个法器。法器的标准之一就是诚敬心，恭敬的信心非常地强烈，也很真实。这样的话，就是万事俱备了，你一祈祷很容易得到殊胜的加持。现在我们应该为了达成这个目标，非常认真地做很多加行的修行。

[176] 至尊让热曰巴说：“若不祈祷上师尊，求无分别之智慧，如朝北洞中待日，彼无境心融合时。”

[177] 让热曰巴，曰巴是布衣，布衣者叫做曰巴，比如说米拉曰巴。西藏的冬天很冷，他们都是穿皮衣、棉袄，这些修行者只穿布衣。因为他们修气脉、拙地火，身上的热量很高，只是穿布衣。

[178] 让热曰巴说：“若不祈祷上师尊。”如果不祈祷上师，“求无分别之智慧”，你要求无分别智，这是很困难的事。虽然在显宗当中，也有很多的方法，但是非常的慢。显宗当中要三个无数劫，不是佛陀故意安排的。显宗针对密宗来说，就是一个比较缓慢的道。他们生起无分别的时间相对来讲就长得得多，密宗当中有很多殊胜的方便，不需要那么长的时间。

[179] 针对想要快速生起无分别智慧的人来讲，如果你不祈祷上师加持，想要很快生起无分别智慧，就像如朝北洞中待日。山洞因为地势不一样，朝向也不一样。有些山洞是朝南的，阳光就很容易照到里面。有些山洞是朝北的，因为太阳走势的缘故，东边升起来，经过南边，再从西边落下去，不会从北边绕过去，所以山洞朝北阳光照不进去。以前我也观察过一些山洞，有些山洞是朝阳的，太阳升起来就能照进去；有些山洞是朝北的，里面就比较阴暗，阳光照不进去。有些修行者去山洞闭关，中午就坐在外面，因为阳光照不进去，所以他必须要在外面晒太阳。我也见过很多不同的山洞。

[180] 这里的意思是说，如果你住在一个朝北的山洞，想要阳光照进来，那是没有机会的。同样如果你不修上师瑜伽，想要很快生起无分别智，也是没有机会的。虽然你很想生起无分别的智慧，但是没有切中扼要，没有抓住修道的核心，这样会很难。那是不是完全生不起来呢？也不是，只是比较慢。要通过大量的修行，慢慢地生起无分别智慧。比如显宗之道就是这样子的，这里讲的是密宗。想要很快地生起无分别智，不修上师瑜伽是不行的。上师瑜伽相当于强制性地，可以让我们迅速地生起无分别智慧的一个最快的捷径和殊胜的修法。

[181] 彼无境心融合时，如果没有境和心的融合。这里可以解释成实相和心融合或者外境的山河大地和心完全成为无二无别，就是证悟无分别智的心境无二，不是心外有一个色法，完全是实相周遍，叫做境心融合。上师的加持融入自己的心或者实相融入自己的心，没有这样境心融合的时候。

[182] 因此，无伪实相的证悟，唯有依靠以恭敬诚信之心来修上师瑜伽，才可以在自相续中生起，除此之外依靠其他任何方法都无法证悟。

[183] 我们要真实地证悟万法实相，唯有依靠恭敬、诚信之心来修上师瑜伽，才可以在自相续中生起。除此之外，依靠其他任何的方法都无法证悟。这也不是纯粹的。并不是说其他方便就不行了。前面我们讲了，显宗之道也可以通过其他的方便，以比较缓慢的方式生起实相的证悟。我们看到过很多显宗的修法，并没有把上师瑜伽当成一个修法，甚至于在显宗法当中，都找不到上师瑜伽的说法。显宗当中不可能其他的法都说了，只有这个不说，而是显宗就没有这个法。依靠显宗的道慢慢集资净障也可以逐渐地生起来，在密宗当中，迅速地证悟无伪的实相，必须要依靠恭敬心和诚信心来修上师瑜伽。

[184] 上堂课我们讲了，所谓的上师瑜伽，如果我们把上师看成一个人，你的注意力放在他这个人上面，就会和上师瑜伽很多的原理、修法矛盾，也会出现很多的疑惑。为什么上师比佛陀还高，为什么不说修佛陀瑜伽，要说上师瑜伽呢？在密乘当中，为什么对上师的修法、上师的教言、上师的恭敬这么突出？会出现很多类似的疑惑。

[185] 前面我们讲了，在密乘的修法当中，并不是完全把上师当成一个人来看待，而是通过长时间的学修，我们知道了他本身就是三宝的总集，而不是普通意义上的人的概念。我们修上师瑜伽并不是因为一个普通人比佛还厉害，佛都给不了你这种加持，而修了上师瑜伽六个月就可以证悟实相了，一个人就有这样的能力吗？不是这个意思。我们如果明白里面的含义，就会知道所谓的上师是具有法相和条件的。真实来讲，他就是三宝总集的自性，这样去修上师瑜伽就会很快。

[186] 为什么一定是修上师瑜伽呢？所谓三宝自性的集中体现在我们面前，可以与我们交流的，自己也可以缘的最近的因缘显现就是上师。这还是诸佛慈悲心的体现。虽然从释迦牟尼佛的功德来讲，从相好乃至于证悟都是圆满的。虽然在我们面前显现的上师没有这么圆满，但是这也是佛陀的善巧和智慧的表现。佛陀所示现的上师善知识，既要和我们交流，还要相应我们的根机和业力，成为我们愿意亲近的样子，又要具有佛陀的功德，这就是一种善巧方便。

[187] 如果我们从外相上来看，上师就是一个人，甚至于方方面面还不如你；如果从本性来讲，他就是三宝的总集。我们可以见到他，和他交流，面对面祈祷他，他也能够直接教化你，这些是他不共的功用。我们应该把他当成三宝事业的外现，佛宝的佛陀已经入灭了，僧宝的菩萨们在刹土当中，我们都根本见不到。那法宝呢？真正的法宝就是道谛和灭谛，也不是像一朵花一样直观，就在那个地方。什么是道谛灭谛呢？道谛灭谛就是智慧，它存在哪里呢？灭谛在佛的相续当中，道谛在僧宝相续当中，其实没有一个真实的法宝，真实的法宝不是经书，就是道灭二谛。因为《宝性论》当中讲的很清楚，道谛灭谛就在圣僧宝或佛宝相续当中，所以到哪里去缘呢？缘不了。对我们来讲，这是很困难的事情。

[188] 化现的上师属于三宝的总集，在他的一体上面佛法僧三宝都有，因此他是我们趣入实相的一个最近的途径。我们依止他、祈祷他，就是直接和三宝相应的一个对境，和佛陀交流、沟通也是一样的。如果证悟了以后，可以直接到净土当中去见报身佛或大菩萨们，现在我们不行，身处在娑婆世界根本见不到。实相当中的三宝化现成一个上师的形象，我们祈祷他就是直接和三宝、实相交流了，这是我们通过上师的方便趣于实相最近的一种捷径，直观的原理就是这样来理解的。

[189] 那若巴尊者尽管是精通三乘的班智达，能折服一切外道，但在布扎玛希拉寺担任守护北门的班智达时，智慧空行母告诉他：“你只是精通词句而并没有通达意义，所以仍然需要依止上师。”



[190] 大恩上师讲记当中也讲了，那若巴尊者起初就是班智达，他在布扎玛希拉寺守护北门，布扎玛希拉寺翻译过来就是戒香寺。印度当时有两大寺院，一个是那烂陀，一个是戒香寺。那烂陀的遗址现在还有，但是戒香寺的遗址找不到了，不知道在哪个地方。现在很多去印度朝圣的人都没有听说过有戒香寺的遗址，还有那烂陀寺的遗址。

[191] 当时他是在戒香寺担任护门班智达，寺院很大，因为有很多外道前来辩论，所以每个门都有护门的班智达，相当于守门的。这和现在小区守门的人是不一样的，现在这些人没有什么技术含量，随便在哪个地方戴个帽子或者穿件衣服就可以守门。当时需要最出色的班智达才可以去担任护门班智达，因为很多来辩论的外道都很厉害，所以没有学问、智慧的人根本做不了这件事情。他非常通达佛法，作为护门班智达。后来他又做了一次，我们前面讲依止上师的时候讲过，那时候上师说你回去不要做护门班智达，他没有听，当时也不是不听，而是形势所迫，寺院里苦苦哀求，他没办法就当上了，还有一段故事。

[192] 他在依止帝洛巴尊者之前，作为护门的班智达。上师在讲记当中讲，有一位很丑的老妇女，走到他面前说，你现在学什么啊？他说，我学因明等显宗的教义。老妇女问，你懂不懂啊？他首先说，我通达了词句。这个老妇女很高兴，就开始跳舞。他说既然你很欢喜，就再说一下，我也懂意义。老妇女就哭了。他问你为什么会哭了呢？她说，因为你懂词句是实事求是，懂意义就是吹牛了，所以我感觉有点伤心。有些时候的确可以懂词句，而要懂得意义必须是证悟了实相。如果你不证悟实相，是否真正懂了意义也有点不好说。

[193] 他说，到底谁通达这个意义呢？老妇人告诉他说，我的哥哥帝洛巴通达意义，然后她就消失了。他知道这是智慧空行母来点化他，让他去依止根本上师，他具有宿缘的上师就是帝洛巴尊者。虽然他已经通达了三藏，但是还需要依止上师，才能获得更高和更快的证悟，不单单是通达一些学处，还需要有更深的智慧。

[194] 如果有了更深的智慧，他利益众生的能力会更强。作为护门班智达虽然也可以利益部分的众生，但是他毕竟在显现上还没有证悟实相。利益众生或者护持佛法的能力仍然有限，如果通过一个因缘令他证悟了实相之后，利益众生、护持佛法的力量会更加殊胜。

[195] 因为他是一个上根利智者，所以并没有说你这个老妇女懂什么？要什么没有什么，年龄那么老，相貌也很丑，他没有这样，而是如理如是地去看，那么谁通达意义呢？老妇说，我的哥哥通达。他就去寻找帝洛巴尊者。因为他听完老妇的话之后，觉得的确如此，真正通达意义应该是证悟实相，证悟了实相才能完全通达意义。

[196] 有时候我们说懂了意义，其实是通达了词句的意义，相当于手指的方面我们通达了，而手指所指的月亮可能还没有通达。有些时候我们对于词句能够消了，然后也可以挖掘它的意义，这方面可以这样讲。我们挖掘的是词句的意义，虽然有关手指的方方面面都知道了，但是手指所指的月亮可能还没有了知，必须要看到月亮才能真实的知道，噢，这就是月亮，因此词句的意义和意义本身是不相同的。

[197] 所以说，那若巴尊者开始准备去依止帝洛巴尊者。

[198] 于是尊者便遵照空行母的授记，历尽千辛万苦而依止帝洛巴尊者。

[199] 尊者依靠空行母的授记，经历了很多苦行依止了帝洛巴尊者，这方面在前面依止上师那一章也讲了，前行里面只是节选，在广传里面讲得更广，把所有的大小苦行记载得特别清楚。对于密乘弟子来讲，如果看一下这些传记会有很大的启发。

[200] 到了一定的时候，

[201] 显现上上师没给他传法，就是让他干活，用各式各样的方式折磨他，而且那种折磨不是我们现在所说的折磨，现在可能有些人觉得上师在折磨我，实际上根本不是。他承受的是实打实的折磨，就是让他做很多苦行。玛尔巴尊者也是折磨米拉日巴尊者，身体方面还好说，米拉日巴尊者本来就是身强体壮，身体方面的折磨不算什么，心里的折磨比较多一点，相当于一次次地摧垮他的意志。他想求法，就是不给他传，让他一次又一次失望。

[202] 那若巴尊者经历了二十四次大小苦行，到了一定的时候，相续当中通过很多的苦行，罪障清净得差不多了。上师不用给他讲法，为什么呢？他在词句方面早就通达了，对于所有显宗的教法都通达了。因为他本来就是一位三藏法师、班智达，所以上师不需要给他讲什么法，密续也没给他传。

[203] 上师对他说：“这般宣讲开示还不了达。”说罢便用鞋底猛击他的额头，结果那若巴尊者的相续中顿时生起了实相的证悟，达到了与上师的密意平等一味的境界。

[204] 到了一定的时候，上师给他讲，这样给你宣说开示还不了达。其实传记当中说的是，根本没有给他讲法，反正也没有什么理由。那若巴尊者也不会说，你从来没有对我做过什么开示，他不会去分说你没有给我讲啊，你说这个话不对，他根本不会。真正的上根利智者，上师说什么就是什么。大恩上师说，即便上师说太阳从西边升起，你都会说是，的确是这样的。有些人觉得这个太可笑了吧？如果是不学佛法的人，觉得这些密宗的行者这么迷信，明明是违背常规，世间人都知道太阳不可能从西边升起来，这些密宗弟子还这么愚笨，这么迷信，搞个人崇拜，可能各式各样的想法都会有。如果真正境界达到很高的层次，解读的方式就完全不一样了。所有凡夫人的思想、境界，对圣者来讲，都是颠倒的。为什么有时上师说什么就是什么？因为他完全是从实相的侧面讲的，而凡夫人都是从颠倒分别讲的，所以你给他说你的错了我是对的，这样说是很可笑的。

[205] 以前大恩上师讲过一个案例，好像是第一世教珠法王有个弟子，他在外面学了很多法，非常会说，显现上面上师都说不过他，他因此觉得有点得意，非常的傲慢。上师就对他说，你再怎么能说，也是分别念；我再怎么样，也是无分别智。这句话有很大的分量，你再怎么说都是分别念。凡夫人的分别念都是自己的思维而来，而分别念的本身就是无明的自性。再怎么会讲，还是分别念；上师再怎么不会说，或者说你觉得我讲错了，也说不过你，反正我也是无分别智慧。的确是这样的。

[206] 这不是上师通过这样的话来压弟子。我听到这句话的时候，特别震惊，的确是这样的。上师不是通过权威在压弟子，说不过了，就说我全是对的。虽然世间有这样的情况，但是作为一个真实证悟实相的人，这句话从他的口里说出来的。假如我们相似的站在圣者的角度去看这句话，真的是这样的。凡夫人所有的东西都是颠倒的，包括自己所认知的实相，都是和无明在相应的。凡夫再怎么样也是颠倒的，而圣者说的话，或者在世间做的事情，再怎么不如理，即便我们看起来非常难以理解，也都是无分别智慧。到底是他错了，还是你错了？显现上可能严重违背常识，哪个地方的太阳是从西边升起来的？而我们还要说对对对、是是是，太阳就是从西边升起来的。

[207] 如果从凡夫人的分别念来看，严重的违背了常识，一般的人也不会这样说。而上师就这样说，而且如果上师说太阳从西边升起来，要求弟子也必须承认。这方面要看弟子的信心和智慧领悟到了什么层次。凡夫人承认的东西都是假的，不可能作为参照。所谓的所有世间的标准、规律、对错、取舍，从整个三界六道的本质来讲，就是无明颠倒习气形成的。可能在世间当中，有一个相对的正确和错误，或者说常识、非常识、颠倒、非颠倒的标准。如果从实相侧面来讲都是错的，没有一个是真的。假如我们能够从这个侧面去理解，也会理解密宗的修行者不是非常可笑，高层次的密宗行者也不是那么幼稚的，学了半天又回去了，甚至于比一个八岁的世间小孩子还幼稚，那是不可能的。

[208] 随着认知能力的逐渐上升，所有世间的概念、通过世间的分别念浮现出来的颠倒相逐渐都会瓦解，他会完全地认同，上师说什么就是什么，完全是出于实相的。他也不是说一定要强制性地让我们的心处在和上师一个频道。虽然不理解，但是也要说对。虽然从某些缘起来讲，不理解也要这样讲，但是真正从原理上讲，为什么要说他认为的一切都是对的呢？凡夫人所有认为对的东西其实都是错的。上师和佛菩萨安住在实相当中，他们才是真实的标准。只有他才是真实地证悟了万法的实相，安住在最正确的标准当中，他的本体是正确标准，讲出来的东西当然也是对的。而我们的本体是颠倒的标准，认为的对错，虽然暂时来讲，在世间人面前可能有一个对错，但是你这个标准去和真正证悟实相的佛菩萨讨论孰是孰非，就太可笑了。

[209] 我们要理解这个原理，然后逐渐地朝这方面去靠近。我们在依止具德上师的过程当中，有时候觉得这个上师做事情很颠倒、非常离谱，好像不可思议，其实没有什么。凡夫人认为的很多概念，包括我们用学习过的佛法去衡量上师，也是很可笑的。佛法是圣者证悟实相之后给我们讲的，我们学习了有关实相的佛法，再用这个去衡量真正证悟实相的人，的确是不合适的。

[210] 虽然道理上是这样的，但是是不是所有讲这些话的人都是证悟实相者？也不一定。可能他听到了这个公案，然后就用这些话来忽悠弟子。此处不是说忽悠的问题，而是的确从本性上来讲就是如此。比如我们前面讲的，这般宣讲开示还不了达，优秀的弟子就是这样的。他从来不想去和上师辨别，说我们



是对的，他也没有想过这些，反正就是完全安住在上师的智慧，处于正确无误的状态当中，不是在浅层次的认知上面，而是从见解上面完全接受，完全没有一点自己的思想。

[211] 为什么有时说完全依教奉行就可以证悟实相呢？我们的思想都是错误的，只有完全放弃了自己的思想，这个时候就要依教奉行，这个教代表实相的侧面。如果我们放弃了自己所有的思想，依教奉行就是一个捷径，不要自己想到很多的对错。虽然是这样讲的，但是我们离这个标准还很远，可以大概分析一下这里面的道理，然后慢慢去靠近，或者把这些当成一个发愿的对境。如果真正要让我们的心达到这么高的标准，可能还有一段路要走。不管怎么样，我们都要慢慢去了解、慢慢去做。

[212] 那若巴尊者丝毫没有自己的想法，所有的条件都已经成熟了，就剩一点点的障碍，所以这个时候帝洛巴尊者用鞋底狠击他的额头，把那若巴尊者打晕了。尊者从晕迷当中醒来之后，相续当中顿时生起了实相的证悟，一下子就证悟了万法的实相，然后达到了和上师的密意平等一味的境界，就处在这样一种状态当中，他没有自己的思想。

[213] 作为一个真正的弟子来讲，应该没有自己的思想。因为自己所有的思想都会辨别对错、取舍，这些都是属于凡夫的分别念。弟子的想法越少越容易证悟，那若巴尊者没有什么自己的想法，反正上师说什么就是什么，让我去偷稀饭我就去偷，还要再去一次，我就再去一次。他没有想很多，上师也没有给他讲很多道理。这个上师的的确是货真价实的如佛一般的上师，弟子相续当中的智慧、大悲心等所有的条件也都具足了。弟子高素质的一个弟子，上师也是非常圆满的上师，这样一来很快就可以证悟。

[214] 对于我们来讲，虽然上师是圆满的，但是我们还没达到那若巴尊者那么高的标准。如果有人说他可以，那就太高估自己了。以你现在的条件和那若巴比还差得远。不管怎么样，我的意思是希望大家可以了解。因为现在随学还早了一点，坚持不了多久，终究可能还会退失、生邪见，所以很多上师通过一个比较温和的方式来调化，主要以法为主，通过学法慢慢来调伏你的相续。到了一定的阶段，我们就可以通过这种方式调伏自相续，或者说不需要走这条路，反正你的根机成熟了以后，证悟的方法会是各式各样的。

[215] 那若巴尊者的开悟是上师用鞋子抽，然后被打晕了才证悟的。我们看到在很多传承上师的历史当中，证悟的因缘有很多种，有些人被门夹到了腿而证悟的。汉传禅宗的故事里面也是各式各样的情况，密宗当中也有很多，反正都是差不多的。在不同的传承当中，开悟的经历都是这样，只要他的因缘成熟了，都会有一个证悟的机缘。虚云老和尚是在喝茶的时候，茶杯打碎了之后证悟的，有些人是不小心掉在河里一下子开悟了。开悟的机会到处都是，关键自己要具备那种素质。你说我也像这样掉河里一下，或者摔个茶杯，买一吨茶杯来摔可能都不一定开悟。这方面只是一个助缘，主要还是内心当中具有强大的善根，这些素质也很重要。我们现在培养的就是这方面，把自己相续当中欠缺的诚敬、信心培养起来，而且我们对上师的信心和诚敬心也不能靠感觉，觉得他怎么样，不是这样的，必须要有智慧。这个时候应该多学法，通过学法就会生起真实可靠的智慧，那样生起来的诚敬心和信心才是最可靠的。上师在这堂课当中也是讲了很关键的教言。

[216] 下面再讲一个龙树菩萨弟子的案例。

[217] 据说阿闍黎圣者龙树丢了一把鼻涕，

[218] 阿闍黎圣者龙树就是龙树菩萨，有的时候翻译成龙猛，有的时候翻译成龙树，龙猛和龙树是一个人，两个不同的翻译而已。按照有些说法来讲，早期的鸠摩罗什大师，翻译龙树的多一点，后来玄奘法师翻译成龙猛的比较多。

[219] 圣者龙树丢了一把鼻涕。

[220] 他的弟子龙菩提全部拾起来吃了，

[221] 龙菩提有时候翻译成龙智，他是龙树菩萨的大弟子之一。在他的眼中不是一把鼻涕，他通过很清净的信心观照，完全没有离开实相，相当于我们荟供的甘露代表实相，他没有把上师当成一个凡夫人，鼻涕当成应该扔掉的脏东西，认为这是赐悉地的机会，所以龙菩提全部拾起来吃了。

[222] 依此而获得了殊胜成就。

[223] 通过这样的信心就获得了殊胜成就。龙树菩萨完全证悟了佛一样的境界，有些经典当中说他是初地或者七地菩萨，密乘当中讲他是一生获得金刚持果位，有不同的说法。这样一种和佛无二无别的圣者丢下来的鼻涕不是一般通过有漏或者烦恼、业力形成的东西，不是这样的。龙菩提的信心特别大，既有智慧，也有信心，所有的因缘都具备了之后，就通过这个获得了殊胜的成就。

[224] 上师在讲记当中讲，有些地方说他是通过上师的一句话证悟的，有些地方说是依靠一把鼻涕证悟的，这方面也是一样的。针对现在学习佛法的道友来讲，最主要的还是法。如果我们的智慧境界不够的话，吃鼻涕、吃口水，对我们的帮助其实是非常有限的。如果你还有净秽分别，捏着鼻子往下吞，这样的意义并不大。你认为那么脏的东西，自己还要吃下去，要在这种状态当中，得到证悟可能是非常困难的。而且你还会想，这个里面有没有细菌？前段时间听说上师感冒了，会不会带很多病菌啊？在这样的分别念当中吃下去，完全没有效果。

[225] 这些外相上的东西，对于初学者来讲，尽量没有的好。早期应该把注意力放在法上面，多做闻思修行这是很重要的。至于其他的東西，比如说龙树菩萨的鼻涕，要从当时的环境、弟子的信心等很多方面去考虑的，不是说这样去做一下就行了。有时候我们不了解这些情况，看到了传记想随学。虽然想随学的心也是好的，但是有时如果自己的条件不够，可能在这个过程当中，反而更加生了很多不好的分别念，还要把这个吃下去，想要得到证悟也很困难，甚至还会生起后悔心，这样就没有必要了。真正对我们百利无一害的就是缘法好好地闻思修行，对我们来讲完全没有丝毫的副作用，这样就可以让我们相续当中的综合素质，智慧、福德等等稳步地增长，这也是非常关键的。

[226] 到了一定的阶段，你看到的鼻涕就不是鼻涕了，也不会观察细菌等等，这个完全不是鼻涕的自性，那个时候你去吃也可以，相当于灌顶的水一样，依靠它可以得到加持、证悟。我们在不同的时间段，必须要分清轻重心。

[227] 下面还有一个案例。

[228] 此外，持明无畏洲也曾经亲口讲述道：“我也是因为拜读了第二大佛的论著后，

[229] 持明无畏洲就是智悲光尊者，大圆满前行的传承叫做龙钦宁提，龙钦宁提的第一代祖师就是智悲光尊者，这是他创立的宗派。

[230] 第二大佛又是谁呢？他称呼全知无垢光尊者为第二大佛陀。他读了无垢光尊者的七宝藏、四心滴、三解脱、三休息等论著之后，认为他就是真佛。

[231] 相续中认为他老人家就是真佛的想法油然而生，

[232] 他说，这一定是一位真实的佛陀，完全安住在他一个真佛的境界当中。

[233] 一心一意地虔诚祈祷，

[234] 然后专心专意地祈祷全知无垢光尊者。

[235] 承蒙尊者的智慧身摄受，从而自相续中生起了自然本智，

[236] 在智悲光尊者的自传里面也讲得很清楚，还有在其他的佛教史里面面对智悲光尊者三次见到无垢光尊者智慧身的记载也很清楚。他三次见到无垢光尊者的地方就在现在的桑耶青浦。现在很多人都去朝拜拉萨，在桑耶寺附近有座神山叫做青浦神山。青浦神山上有很多的山洞，既有莲花生大士的山洞，还有贝诺扎那尊者、嘉瓦却央、赤松德赞的山洞，其中的桑青梅朵，即大密莲花洞，就是智悲光尊者修行的地方。

[237] 无垢光尊者也住过很长时间，也是圆寂在青浦，好像也是在这里火化的，现在还有火化台。我第一次、第二次去的时候没有注意到，最后一次去的时候看到了。以前大恩上师说过，那里有无垢光尊者火化的地方。无垢光尊者的灵塔比较容易看到，火化台不容易看到。我第三次去的时候，也是非常有缘，一下子就看到了。之前怎么也找不到，后来一回头就看到了火化台。无垢光尊者在那里住了很长时间，也有他老人家修行讲法的地方。

[238] 在桑青梅朵的山洞里面，还有两个洞，一个上山洞，一个下山洞。智悲光尊者在那里三次见到了无垢光尊者。第一次好像主要是身摄受，也是给他做了加持，对他讲话，给他授记；第二次是语加持，语言摄受为主，身体方面没有接触，给他一些纸条，授记他前世是谁谁谁；第三次就是意加持，显现



了班智达的形象，戴着班智达帽，什么话也没有讲，就是微笑着看着他。据说从智悲光尊者见到了无垢光尊者之后，所有龙钦宁提的传承上师就有了一个传统，都要见一次无垢光尊者的智慧身。

[239] 我们看阿琼堪布的密传，里面也是讲到了，只要是传承弟子里面的持教者，都要见无垢光尊者的智慧身。从智悲光尊者开始第一世，反正后面的祖师都是得到了无垢光尊者智慧身的摄受和加持之后，证悟了实相的。在传承上师的历史里面，只要是龙钦宁提的，都有这样一种传统。当时诺西龙多尊者在摄受阿琼尊者的时候，也再再地问，你见没见到无垢光尊者？他说，没有见。上师说，你梦到了没有？他想起来了，的确有一次在梦中得到了无垢光尊者的摄持，而且讲了很殊胜的教言。上师就说，阿乐也见到了大全知。像华智仁波切、麦彭仁波切、王如意宝都是见过无垢光尊者。

[240] 桑青梅朵是比较著名的一个山洞，有很多修行的人到那里去闭关。我去朝拜的时候，就想当时智悲光尊者在这里见到无垢光尊者的时候，是什么样的情况呢？无垢光尊者又是以什么样的形式显现的？那个山洞不大，智悲光尊者当时坐在哪个位置祈祷呢？我进入山洞的时候，也有很多的想法。

[241] 持明无畏洲因此生起了自然本智，真正现前了相续当中的实相。

[242] 从此以后我才开始引导数以百计的求法者。

[243] 那个时候就开始真实地大圆满的实相当中，引导别人修持本来清净、托噶等等，像这样真实地以实修法去引导数以百计的求法者。

[244] 其中具精进者获得了出世间禅定，有智慧者不入分别伺察的歧途，他们都真正地意识到胜义谛的证悟完全依靠对上师万分的恭敬和坚定的诚信这条途径。”

[245] 所引导的精进者，获得了出世间的禅定，证悟后见到了实相；智慧敏锐的人完全不会进入到分别念伺察的歧途当中，他就可以相应于无分别智慧。他们都真正地意识到了胜义谛的证悟，完全依靠于对上师的万分恭敬和坚定的诚信这条途径，这样才可以。

[246] 这里为什么说精进者、智慧者？对于上根利智，有些大圆满的窍诀当中说精进根最重要，有些地方说慧根最重要。在五根当中，普遍认为信根最重要，就是说上根利智的标准就是信根，不同的地方有不同的讲法。有些具有精进者，获得了出世间的禅定。智慧者不入分别的歧途其实已经现证了实相，他们都知道对上师的万分恭敬和坚定的诚信是真实的证悟胜义谛的唯一途径。这是我们的传承上师智悲光尊者证悟的过程。因为他被无垢光尊者的摄持，所以自己的伏藏也叫做龙钦宁提，这里面也有无垢光尊者的名字。

[247] 下面是另外的一个案例。

[248] 大译师贝若扎纳流放甲摩擦瓦绒地区期间，

[249] 贝若扎纳尊者去印度求取了大圆满法，主要是以大圆满心部为主。他回来的时候，给国王传法，据说白天传一些显宗，晚上单独给国王等人传密宗。传记里面写在莲花生大士自己的大圆满法类当中心部不全，莲花生大士心部的圆满法也是贝若扎纳那里得到的，就是说贝若扎纳大师给莲花生大士传过大圆满法。

[250] 贝若扎纳大师是莲师二十五弟子当中的佼佼者，他是一个大班智达、大译师，也是一位大成就者。贝若扎纳传法的时候有一些其他的因缘，被有些相续不好的王妃破坏了，本来想把贝若扎纳他们杀掉的，后来改成了流放甲摩擦瓦绒。当时他们在拉萨，甲摩擦瓦绒就是现在四川甘孜的金川、马尔康、小金、丹巴那一带。其实甲摩擦瓦绒是两个地方，一个叫甲摩，一个叫擦瓦绒，合起来叫做甲摩擦瓦绒，其中有一个地方是甲摩族。

[251] 大家去佛学院的时候，都会经过这些地方，山特别的高、地势很险峻，贝若扎纳基本上把每一寸土地都加持过了。他住的主要地方是丹巴，叫做墨尔多神山，我去过三次。贝若扎纳在那个地方也显露了很多神迹，有他修禅定的禅定洞，留下了很多手印、脚印，他把自己穿的鞋脱下来之后，扔在峭壁上，这样的情况特别多。那里基本上就是朝拜贝若扎纳的圣地，下来往道孚的方向走的时候，上次我们也讲过，他靠在大石头上面的印子还有，特别的清晰。他也是在墨尔多神山那一带传法，玉扎酿波是贝若扎纳的大弟子，也是莲师的二十五弟子之一，他还是心部的主要传承者。

[252] 他在很多地方都有圣迹，从成都去马尔康，离马尔康大概还有八公里，那个地方有路标。有一个贝若扎纳的修行处，叫做圣窟，是一个很大的洞，大恩上师也去过。那里有贝若扎纳开的泉水，他把拐杖插到地上，现在已经长成了七八米高的一棵大树。现在已经保护起来了，以前大恩上师去的时候，还抠了一些树皮，回来分给了我们。现在不要说抠树皮了，连摸都摸不到。在金川路边好像也有贝若扎纳的很多圣迹，那边就是他教化的地方。

[253] 在喇荣神山也有他的圣迹，今年很多道友朝拜了喇荣神山。这边到那边中间隔一个山坡，贝若扎纳和玉扎酿波比赛谁先到。玉扎酿波变成了兔子，贝若扎纳变成了鹰，玉扎酿波在前面，贝若扎纳在后面。这边有一块很大的石头，先是玉扎酿波一下子撞到石头上，留下了一个非常清晰的兔子耳朵的印记，然后贝若扎纳变成的老鹰飞了过来，也撞在了石头上，老鹰翅膀很清晰的留在了石头上，还有他的手印等等。他们为后代留下了很多朝拜的地方，我看到这些圣境的时候，遥想当年的情景是什么样的，我到了刚日托嘎也在想，无垢光尊者当年在山洞里面怎么样呢？他住在哪里呀？怎么出去打水呀？总在想这些问题，到了这些地方的时候，非常容易忆念起传承上师。

[254] 流放在这里的期间，来了一位老人。

[255] 有一位年近八旬老迈龙钟的老人名叫邦甘麦彭滚波，

[256] 他也是贝若扎纳的心子，他当时已经八十五岁了，那时候流放结束了，国王也是带信说可以回来，他们准备起程返回。他和玉扎酿波一起走，有些地方说是在道孚的扎嘎神山，有些地方说是在炉霍，也就是大恩上师的降生地，在那里的宗塔草原上，现在也有一些脚印。反正就是那一带，麦彭滚波见到了贝若扎纳，这些地方现在也有很多圣境。他问，你们从哪里来，要到哪里去啊？他们说，我们是从甲摩擦瓦绒过来的，现在要去拉萨。他说，两位搞错了，你们要求法应该在甲绒才行。去拉萨求什么法，拉萨有法吗？要求佛法必须是甲绒，因为贝若扎纳住在那里，他的名气很大，就是一个佛法的大太阳。如果不是我太老了，也会去了，他的信心特别大。贝若扎纳说，我就是贝若扎纳，他生起了很大的信心，马上求了法。贝若扎纳就给他传了以上师瑜伽为主本来清净的修法。

[257] 上师将禅带系在他的身上，禅杖靠在他的腰间，

[258] 他没办法端坐，我们看到一些图片里面，有些修行者用一个大带子捆着，有些是从肩膀上下来的。修法的时候有一些特殊的姿势，如果你不用禅带固定住的话，膝盖会翘起来，姿势很难长久地保持，必须要用缠带固定好。用禅杖靠在腰间，也可以帮助他端坐。

[259] 对他传讲了上师瑜伽修法，结果他的相续中生起了直断本来清净的真正密意，最后身体散为尘埃而成佛……

[260] 然后对他传讲了上师瑜伽的修法。他的根机很利，甚至他也说过去拉萨求不到法，要求法就到甲绒去求法，他的信心很大的缘故，上师传完之后，他就证悟了本来的清净。传记里边讲了，他证悟了实相之后，抱着上师的脖子一天都没有放手，特别的高兴。因为这个缘故，所以他证悟的就更深了。刚开始他可能只是初步的证悟，特别欢喜抱着上师的脖子，一天没有松手，然后他的证悟就完全显发了，有这样的记载。

[261] 这些完全是因为修持上师瑜伽，他对上师的信心非常大，后来活到了一百多岁。可能这也是一个缘起，《藏密佛教史》里面记载了他的弟子年龄没有低于七八十岁的，都是高龄遇到了上师，然后修持佛法，最后得到了成就，似乎有这样的传统。他们一个主要的成就地就在扎嘎神山。我一直都想去，始终没有找到地方，也问过龙多活佛，龙多活佛说这个神山不是很大，我从来没有去过，特别想去朝拜一下。一方面这是康区的五大神山之一，另一方面也是传承上师们修法的地方。墨尔多我去过三次，喇荣神山我也去过，这个神山一直没有去过，这个神山里面有个狮子岩，一个很像狮子的岩石，好几个修行人在那成就了虹光身。在有些传记当中说，他们把袈裟、念珠取下来放在那里，身体虹化了，只留下这些东西。我看到好像有六七代，都是很老的人，遇到佛法的时候已经有七八十岁了。

[262] 他就是八十多岁遇到的上师，然后可能也是挑一些老的弟子才传法，缘起就是这样。这也是传递了一个信息，年老不要紧只要有信心就可以成就。他们一个比一个老，通过清净的信心和大圆满的窍诀都证悟了。有时候我们说自己已经四十多、五十多，其实和他们比起来算是很年轻了，完全有证悟的机会。

[263] 为什么传承上师们要这样示现呢？也有一定世间的必要，人到了一定的年龄就会比较沮丧，我这么大的年龄可能不行了，修不了法了，这也不一定。如果说你以很强的信心去修行上师瑜伽，即便是八十五岁才开始修法，也可以证悟实相。这方面在我们传承上师的历史当中，有些讲得很广，有些稍微略一点儿，在不同的传承当中都有。



[264] 邦甘麦彭滚波在大圆满传承当中，也是一个很著名的成就者，这么老才遇到了上师，一下子就证悟了实相，这是贝若扎纳众多弟子中的一个比较特殊的弟子。他不像玉扎酿波一样，后面成为了一个翻译家。作为莲师的二十五弟子之一，他后面对大圆满的传承也是起了很大的作用。麦彭滚波证悟之后虽然所收的弟子并不多，但是他的弟子很多都是具有真实证悟的殊胜功德。贝若扎纳最明显的就是在额头上有一只眼睛，很多图片上面都有。他开第三只眼的地方就是在桑耶寺附近的一条路进去，有一个叫做雅玛陇的地方。很多道友可能去朝拜过，也有很多道友没去过。雅玛陇有一个长寿岩，当年莲花生大士也在那里住过，因为赤松德赞有寿障，所以在那里开了长寿水，然后让他闭关遣除寿障。贝若扎纳也在那里闭关修行了三年，在山洞里面打开的第三只眼睛，那个地方也是很殊胜的修行处所，那一带有很多传承上师的圣境。道友如果要朝拜的话，对这些主要的地方不可不知。

[265] 所以说，所有九乘次第的法门当中，再找不到比这一上师瑜伽更为殊胜的深道了，

[266] 所以说，所有的九乘次第的法门当中，找不到比上师瑜伽更为殊胜的了。

[267] 虽然把它命名为加行，实际上一切正行道的究竟要诀就是它。

[268] 虽然取名加行，我们说这是五加行当中的上师瑜伽，但实际上这就是所有正行道的究竟，不单是正行，而且是正行道的究竟。也就是所有九乘道当中最殊胜的，可以在相续中生起强烈证悟的一种殊胜之道。话说回来了，在我们的修行过程当中，上师瑜伽如果要成为所有修法当中最主要的修法，我们本身的素质和相续都要成熟到一定的高度。虽然法本里面讲到了很多殊胜道的关要，但是对我们来讲暂时还达不到。

[269] 如果我们能够随时随地始终如一地将上师瑜伽作为修行的核心，即使没有任何其他修行也可以。

[270] 如果我们能够随时随地地把上师瑜伽作为修行的核心，始终如一地只修上师瑜伽，就是说把所有的法都归纳到上师瑜伽当中，即便没有修行任何法也是可以的。大恩上师对于这个问题也讲到了，因为这句话是针对某些修行能力很强，根机非常好的人，其他的法不修完全可以。对我们来讲，其他生圆次第的修法还是不可缺少的。

[271] 如果让我们一直修行上师瑜伽可能还做不到，我们的专注度、自己对上师瑜伽修法的理解深度和广度都不够。可能刚开始修的时候信心满满的，我什么法都不修了，一定要修上师瑜伽。最初也许是这样，修了一段时间，过了几天、几个月之后，慢慢低这个心也会动摇，觉得还是再加一些别的吧，有时也会这样去想。上师说了，刚开始可以多学多修，对于生圆次第都可以学一点，到了一定程度时，完全只是把上师瑜伽作为修行的核心，这样就够了。

[272] 所以，诚心诚意、尽心尽力修上师瑜伽，非常非常关键。

[273] 我们每天也应该用一定的时间来修行上师瑜伽，或者自己在打坐之前，修一个比较简略的上师瑜伽修法。现在很多道友在修五加行，顶礼的时候用的就是法王如意宝的上师瑜伽。我们要认认真真地把它当成上师瑜伽的法来修，肯定可以得到很多的加持。虽然像麦彭滚波、智悲光尊者、那若巴尊者等传承上师们那样暂时还达不到，但是我们只要认真地修，肯定会有收获，能够得到加持。我们获得的加持和自己的信心都是这样逐渐修起来的。我们现在虽然在修，也许没有什么明显的觉受，但是只要认真修行，总有一天会达到这样的标准，这些对我们来讲都是非常关键的。

[274] 以上就学完了上师瑜伽的重要性。我们今天的课讲到这里。

《前行广释》第 128 课辅导资料

[275] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[276] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[277] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[278] 发了菩提心之后，我们继续一起来学习华智仁波切所造的《前行引导文》，它是通过共同加行、不共加行和破瓦三个部分来宣讲修行的窍诀。

[279] 前面我们学了共同加行，主要是引导我们生起非常清净的、出离轮回的求解脱心。求解脱心生起之后什么方法才能解脱呢？下面就讲了皈依、菩提心、百字明、曼荼还有上师瑜伽，通过这些修法就可以让我们的心真实的安住在解脱道当中，刚开始是走在解脱的道路上，最后就可以真实的到达目的地。如果在今生当中没有解脱，后面还有破瓦，通过破瓦强制性的往生极乐世界，到极乐世界当中继续的修行。

[280] 在不共加行当中，前面我们学了皈依，皈依就是内心当中对上师三宝生起非常殊胜的、清净的信心。随着我们对皈依本性的了解，就知道皈依的对境从外面安立佛法僧三宝，逐渐到内在我们自己的本性当中具有佛法僧三宝的自体，生起的信心也是对外在三宝的功德如是了知，是依怙处、是皈依处，然后逐渐相信我们内在的佛性，对内在三宝生起信心，完全认同我自己本具有佛功德、正法功德和圣僧宝功德。如果有这样的认知，其实离成佛也就很近了，知道佛果不在外面，三宝的自性也不在外面，就是我们本性。如果能够认证、现前这个本性就是成佛。

[281] 当然，成佛的过程，首先是对本性部分的了知、现前，这叫僧宝自性；如果僧宝自性圆满、所有的佛性圆满之后叫佛宝自性，佛宝是僧宝的究竟。因此我们学习这些教法，逐渐深入皈依自性之后，就知道皈依既可以是入门的仪式、基础法，也是究竟的本性。能够了知究竟本性的修法，它本身也是一个究竟的修法。

[282] 修皈依，刚开始的时候我们的信心要生起来，要完全了知三宝的功德，因为我们对功德越了知，信心就越强劲。如果我对一个人不了解，对他的功德不了解，我就不会对他生起信任的心；如果深入了解之后这个人很可靠，他的性格他和方方面面都是非常可靠的，我了解之后再和他打交道，当然就很信任他，有安全感。对于三宝功德也是这样的，我们对佛的功德、正法的功德和僧宝的功德如果真正一一了知之后，把我们的时间、精力放在皈依三宝上面，或者如有些地方讲皈依三宝，以生命来做皈依和依靠，完完全全依靠三宝，当然就有了坚实的基础，就不是所谓的迷信。这是了解了对境的功德之后生起的信心，这种信心是真实的，因为了解了三宝自性。我们应该知道所有的修法、所有的修行其实都离不开三宝，从皈依入门开始到成佛之间整个都是离不开三宝的，不管是刚开始我们皈依它，还是中间的时候所修的法义，都是缘三宝、三宝的影像逐渐去修持。

[283] 我们现在所修的这些法、每天祈祷的对境，或者依止的圣僧众等，其实都是和三宝有关，我们自己庸俗的心也是逐渐的朝三宝的自性看齐，逐渐修正自相续当中很多的习气、毛病，生起一些证悟，逐渐趋入到真实的解脱道当中。三宝自性是解脱的自性，我们依止三宝其实就是依止解脱，宣讲解脱道的导师，解脱道的本体——法，还有修解脱道过程中的助伴，全都是和解脱相关的。我们深入学习皈依就会发现，从皈依那天开始到成佛之间，包括现在，我们其实每天都是缘三宝自性在做闻思修行。所以，皈依不是修完十万遍之后就可以放下的自性。其实我们不单要完全认同三宝自性，对它很敬仰去礼拜，把它作为一个膜拜的对象，而是在皈依之后，我们自己也要为了现前三宝的自性一直努力。皈依的意义大概有这样内外两层意思。

[284] 修完皈依，我们要发起菩提心。前面我们把皈依讲得那么高那么深，再回来讲菩提心，会不会觉得好像应该在前面讲菩提心，在后面讲现前三宝自性的皈依？其实皈依有浅和深的层次，一般意义上的皈依不会那么深，但是《大圆满前行》里面皈依的修法有入门级别的，也有很高层次的。发菩提心也是一样的，刚开始进入大乘相当于入门的仪式一样，发了菩提心受了菩萨戒，相当于进入了大乘的门。但是不是就是一个入门呢？和皈依一样，也不是。菩提心的自性其实从愿菩提心到行菩提心；行菩提心当中从布施、持戒、安忍、精进、禅定到智慧度；这里面有胜义菩提心，胜义菩提心如果再展开，密宗的大圆满等等都包括在里面。

[285] 对我们刚开始学习的人来讲，菩提心修法主要是生愿菩提心，生起一个为了利益众生而发誓成佛的这种心。那么仅此而已吗？也不是，随着我们自己的智慧不断地生起、深入，我们就发现菩提心的修法其实可以很深，可以相应到究竟的实相。甚至于在有些菩提心的偈颂里面，还有很多大圆满术语当中也有菩提心的术语，都讲到了实相、究竟的本性。

[286] 菩提心的修法也是由浅而深，也是我们要修一辈子的，或者说生生世世都要串习、现前，要完全显露菩提心的本性。在我们内心当中要首先生起来不考虑自己、一心一意考虑众生，为了利益一切众生而发誓成佛的这种殊胜的愿菩提心。愿菩提心的所缘是果，果是什么？第一个众生要安置，我要救度众生、利益众生这是一个果；第二个要发誓成佛，我要得到佛果。愿菩提心是缘果而发起的心。行菩提心主要是因，我发了愿，怎么样达成这个愿，得到这个果呢？我开始修布施、持戒等等，通过行菩提心的途径逐渐达到我发愿的愿景——我要成佛，我要利益一切众生。这样成佛之后就就像释迦牟尼佛、阿弥陀佛、药师佛一样，真真实实就把众生一个一个的安置在解脱地、菩萨地、佛地，或者把他们接引到自己的刹土当中慢慢调化等等，这个就是果位。行菩提心主要是从因方面，成佛的条件、成佛的修法我们要慢慢去修行、串习、观修。



[287] 为了扫清障碍我们也要修百字明，当然百字明的修法也是一样有浅有深的。浅的是什么呢？我的罪业很重，如果不忏悔我要堕恶趣、堕地狱，或者我不忏悔下世连人身都没办法获得，如是如是，我们要通过忏悔的力量，把无始以来以贪嗔痴引发、通过身语意所造的罪业的本性——感果的功能消尽掉。

[288] 我们在忏悔的时候，很多时候想：我要把罪业消尽掉，至少不要让它再有感果的功能，让罪业的种子没有生果的作用，不会再生果。那么就仅此而已吗？那也不是，金刚萨埵也像前面两个修法一样，也可以很深，这个修法，最后相应自己就是金刚萨埵，本性就是没有障碍的，在佛性当中、在金刚萨埵本性当中哪里有障碍？所有的障碍、罪障全都是暂时的因缘法、客尘，究竟的本性当中没有一点罪障。

[289] 如果能够安住本性修法，就不单单可以消尽感果的功能，连如来藏上的客尘都可以清净，它就是可以直接成佛的一种方法，不只是把罪业消尽。我们前面开玩笑说金刚萨埵修法就是后悔药，是不是单纯的后悔药呢？它的性质变了，就不是后悔药了，完全是可以成佛的修法，所遣除的罪障——罪业和障垢包括阿赖耶识上面的所有微细的种子、习气。如果进入了密乘，学了等净无二见等很高深的见解之后再修金刚萨埵，的确它就会直接变成成佛的因，照见本性。在修所有法的时候都相应于清净的大等净见，很快就可以现前本性如来藏，因为每个众生本身都是佛，这些障垢是暂时性的，只要分离罪障的力量够强大，完全可以在很短的时间当中把覆盖在如来藏上面的所有的罪障全部清净掉，让佛性完全现前。它的原理是很深的。

[290] 集聚顺缘的积累资粮——供曼茶、古萨里也是一样的，一方面来讲我们福报不够，很缺福报，通过曼荼的修法让我们的福报在很快的时间当中积累起来，很迅速的积累资粮；但是一方面也可以通过曼荼的修行让我们现前佛性，这个也是一样的。积资和净障是两个不同的侧面而已，其实从某些方面来讲，修曼荼积累资粮其实也是清净客尘，因为本性当中没有欠缺的功德，都是圆满的，这部分资粮不需要我们积累。既然这部分资粮不需要我们积累，那到底积累资粮干什么？其实还是清净客尘，还是把覆盖在如来藏上面的客尘清净掉的一个方便。但只不过百字明是从清净罪业的方面来讲的，积累资粮也是通过修行，让我们的心识当中有足够的相应佛性的力量，从这个方面来讲可以帮助我们更快的清净掉客尘。

[291] 不管是积资也好、净障也好，其实总的来讲都是净障。如果我们了知了义的佛经，比如《妙法莲华经》《宝性论》等等，像当中所讲的一样，每个众生都是具有与佛陀一样的功德和智慧，从这个侧面来讲没有不圆满的，全都是圆满的。所以，就只需要通过各式各样的修行，不管是积资也好净障也好，把覆盖在如来藏上面的无明、愚痴、客尘清净掉，佛功德和智慧就可以现前，就是这样一种自性。所以，积累资粮也可以是很深的一种修法。

[292] 现在学的上师瑜伽的修法也是一样的。在刚开始修的时候也是有一个初级阶段入门级别的修法，就是把上师当成一个外在的活生生的人，他具有功德然后祈祷他，他听到我的呼唤之后就过来给我加持，清净我的罪业或者加持我让我生起修法的觉受，我们可以这样理解。后面通过学习别的修法或者理念就知道，所谓的上师分为内上师和外上师，内在的上师就是我们的佛性，外在的上师就是我们自己本来佛性的外现，它显现成上师的形象来帮助我们唤起内在的佛性，让内在的上师完全地显现出来。

[293] 既然外在的上师就是我们自己本来佛性的外现，你对上师如果有不清净观，比如说你有邪见，其实就是对你自己本来佛性不了解、生邪见，这样就会成为障碍、染污，让我们没办法通过外在的上师直指我们的心性或者告诉我们修法，像这样就成为一种阻碍、违缘；如果我们对外在的上师没有任何邪见，完全的依教奉行，或者说有真正的清净心，其实就相当于对现前自己本身的佛性没有任何阻碍，没有染污的成分，这样很快就可以相应。显现上面外在的上师告诉你修法，让你去修。修上师瑜伽之后就与上师融为一体了，上师化为光进入到我的心，和我的心成为无二无别，你知道你和上师本来就是无二无别的。就通过这种方式来让我们认知佛性是无二无别的本性。

[294] 真正修了一定时间，从见解上我们就知道，其实我们所观想的、修行的上师就是我们内在佛性的外现。从外在上师的侧面来讲，为什么要视师如佛，要把上师观成法身？为什么有这种要求，有这些文字，要这样观想？其实这样观想更符合于佛性的外现，从显现上来讲他是佛，他所有障垢完全清净了。假如说上师是和我别别相续的一个引导者，那从他的侧面来讲，他的佛性是全分显露的，他的障垢是没有的，那么还是不是我们佛性的外现？也可以说，因为从究竟来讲，我的佛性和上师的佛性本来就是没有差别的。只不过因为我们有所分别念，分别念现起之后，你我他好像是不同的相续，你是你的相续、我是我的相续、他是他的相续，相互之间都不了解，但互相之间也有作用，这个方面完全是通过客尘——分别心，人为造成的不同的隔阂。

[295] 其实真正从空性的侧面来讲大家都是平等的，这个方面就已经开始进入到一切诸佛或者一切众生都是一体的自性当中。显现上面有很多不同的差别，其实从空性的侧面来讲都是一味的、平等的。大悲心其实也是平等心，没有我执，没有所谓你我他，不会只利益我、我的亲属，不利益其他众生等等。大悲心、菩提心当中是平等心，空性也是平等心，通过修很多的平等心，最后到了佛性的层次也是平等心，我和众生、上师、佛陀的自性都是平等的。

[296] 自性虽然是平等的，但是作为上师他已经现前佛性，我没有现前，由于我的分别心没有认知，所以，我现在还认为上师是上师，我是我，是二个不同的相续。但是通过不断的修行观修，尤其是通过前面的修法把基础打好了，一方面是自己的信心，一方面再通过上师瑜伽强制性的加持，这样因缘和合之后，认为我和上师、众生别别他体的分别心就没有了。我们说这是上师加持入于我们的心，其实真正来讲自己和上师本来就是一体的。在修上师瑜伽之前，上师提前把这些观念告诉我们，告诉我们干什么呢？其实了知了我和上师本来是一位一体的，只不过是就是因为我的分别念，习气，导致了这种障碍，让我们没办法现前和上师无二无别的法身自性。如果我们带着这种见解去修的话，就更加有力度。

[297] 就好像我们如果知道一切众生本具佛性，在发菩提心的时候心就更加勇悍，知道他绝对是可以度化的，因为每个众生都具有佛性，我也可以成佛，因为我本具佛性，了知了这些道理之后，对我们发菩提心，其实是有很大的帮助的。同样，如果我们提前了知到我和上师的本性其实是无二的，之后再修上师瑜伽的时候，信心就更加纯净，而且祈祷、修行方方面面都更容易相应。因为本来就是相应的，只不过中间有违缘阻挡了而已。就好像如果你了知本具佛性如来藏，只是有客尘障垢的话，那么你对所要现前的佛性，或者说对于可以成佛的信心就不一样。同样的道理，我们修上师瑜伽的时候，如果了解我所修的上师和我的本性本来就是无二的，有这样的见解去修行的话就更加有力度。

[298] 有时候说这些修法是加行，针对有些初学者来讲的确是加行，是入门的加行，积资净障的，让我们的根基成熟的。但是，针对根基已经成熟的人来讲，再来看这些所谓的加行法，它就不是说只是让根基成熟，而是让证悟增上或者达到圆满究竟的方法。有时候看起来很简单，但是这样修，完全可以让佛性现前。比如说上师瑜伽，如果带着很深的见解，很多的福德来观修上师瑜伽的话完全可以成佛，所以说它既是前行也是正行。

[299] 现在我们在学上师瑜伽的修法，当然也是跟随自己的根基、认知来修持。因为学习佛法的人，前世今世的因缘不一样，有些人可能学了很多时间，有些可能刚刚修学，不管怎么样，随着自己的了解趣入修法。如果是修行有素的人，或者他修行时间很长，就完全可以接受上师瑜伽的理念、修行的方式，获得加持，获得证悟，他可以修得很好。但是如果这方面基础打得不是很牢靠，可能有些时候就会质疑：“为什么要修上师瑜伽？他就一个人，和我一样的，他只不过是学的年头长一点而已，为什么放着佛菩萨不祈祷，而修上师瑜伽？”很多人就会有这样的疑惑，当然每个人的根基意乐不同，但如果真正进入到这个法脉当中认真去观察思维学习，这里面的原理都讲得很清楚的。

[300] 但是有些人没有学习很长时间，他看到这些文字，和他自己所学的知识一比较，就觉得这个不对。是不是真的不对呢？不是的，是他自己以前所接受到的知识，或者佛法的修行方法、概念和这里面讲的不一样，他没有很长时间去学习，容易产生很多误解，原因是这样的。对我们来讲，我们现在也有很多没有接触过的教法，密乘当中还有很多密法，还有很多净土的修法、禅宗的修法，还有很多其他法门的修法，如果我们没有学习之前，就说：“和我学的不一样，它就不对，这个不对，那个也不对。”但是不是不对呢？不是不对，是我们没有学，如果你花一段时间去学的话，就会发现每个修法都有它自己的理念、原理，修行的系统都是很完备的。

[301] 所以，不单单是其他人有可能对于密乘的修法或者前行，因为不了解而导致误解，我们也有可能因为不了解其他传承的法脉，而产生误解的情况，对我们来讲也是需要谨慎的地方。如果其他有情误解的话，我们能解释就解释，不能解释就不解释。

[302] 前面我们学了上师瑜伽的重要性，今天我们来看第二个科判——上师瑜伽的实修法，怎么样修上师瑜伽，就是它的仪轨，怎么样去修。其实这些仪轨都不难，只要我们了解这个仪轨修的次第，然后再加上自己的信心，这样去修就行了，在修的过程当中有什么问题我们就解决，比如说资粮不够，这里面本身也带了积累资粮的方法，忏悔的方法。其实有些时候到了修法的层面的时候，他不会讲很多的，反正这个修法放在这，你就去修，绝对是能够达到目标的。我们就要完全相信而且真实去修，因为理论方面，遣除怀疑等等，在其他很多地方，该讲的都讲了。



[303] 比如，我们看大圆满的很多修法，你这样去修就行了，根本不用去想，为什么这里面要这样那样，你只要按照这个去做，它的文字怎么说的，你就怎么去做，完全放心的去观修，一定能生起里面所讲的境界。金刚萨埵修法也是一样的。真正来讲，如果已经到了修法仪轨的时候，我们就完全相信这个仪轨，因为仪轨本身也是具有加持力的仪轨，咒语本身也是佛陀亲口宣讲的咒语，这个时候只需要我们放心去做就好了，不生起功德是绝无是处的。

[304] 上师瑜伽的修法也是这样的，仪轨的字很少，这里面也没有讲很多其他的方面，该讲的在其他地方已经讲了。到了仪轨修行时，对于修行者来讲，就是百分之百的相信这个仪轨，然后按照仪轨的要求，该观想的观想，该念咒的念咒，完完全全这样去做，全然的信任，这样就可以逐渐生起仪轨本身给我们带来的功德利益。这个方面是非常重要的。在修行者当中，有些前面有很多闻思的基础，然后生起正见之后，再趣入到修法仪轨当中；有些可能没有通过很长时间的闻思，他的信心比较稳固，他就相信这个仪轨、咒语，显现上面没有学很多，但是他就按这个仪轨不断地修，他有自己的信心，再加上这个法的力量，法的加持力，他内心当中也是可以生起觉受、证悟，完全是可以的。

[305] 上师瑜伽的修法本身来讲也不复杂，现在我们学习这个内容。

丁二（上师瑜伽实修法）分三：一、明观福田；二、七支供；三、专心祈祷。

[306] 明观福田就是观想我们要祈祷的对境。福田就是讲清净的所依和能依，清净的所依是把我们所处的环境观成清净的刹土，而能依就是观想作为法器的自己和所观修的上师。因为是上师瑜伽，就把能依所依观想清楚。福田观好之后，做七支供养，以七支的方式来积累净障。然后第三个就是通过念咒等等的方式来专心祈祷。

戊一、明观福田：

[307] 观修刹土实际上是广大心力的境界，

[308] 观想刹土，应该是心力比较大的修行者的境界，如果心力不够的话也观不了，或者说他遇不到、也不想观、观不清楚。现在我们眼前看到的、耳朵听到的，在我们面前显现的都是不清净的刹土，有很多不清净的杂音，或者环境也不是很悦意等等。那么在修法的时候，首先要把这样不清净的刹土完全隐没，隐没之后观成清净的刹土，其实这也是需要一定的心力，才能够观想得到。

[309] 在有些修法之前，先有一个观空咒，如果没有观空咒，就有一个“啊”字来表示，或者在仪轨当中要求，首先把一切庸俗的境界观为空性。因为从第三转法轮如来藏的侧面解释，在实相当中真正具有的就是实相，清净的刹土是本来具备的，隐藏在现相的深层面就是清净的实相。而不清净的庸俗的境界，比如我们自己的不清净的肉身、诸根，还有外面不清净的山河大地，这些在三转法轮里面叫客尘，叫迷乱，因为本来是不存在的，这一切的一切来自于我执、无明，就是不了知实相。

[310] 那实相是什么呢？实相就是大无自性的自性，就是本来清净的本体。从这种原理去观想的话，我们就理解，为什么刚开始要观空，为什么要把这些存在的东西观为不存在，其实它本来就是不存在的，只不过我们误认为它存在而已。所以，我们现在把这一切观为不存在，观为清净的刹土，其实就是还原一切万法本来清净的状态而已。如果学过二转法轮的教义，通过这个理论，把八识和八识所见的一切法抉择为大离戏。不单单是说这些法，我们认为这个法是有，它已经破掉了；我们认为这个法是无，这个也破掉了；不单单是这一切法的显现，连显现的名字都没有。比如说这些花，实际上连花的名字都没有，在究竟的大离戏当中，一法皆无。所以说，二转法轮已经把所有的法破完了，连名字都不存在，不清净的法，这些思想、概念，属于我们凡夫人的所有客尘的东西，二转法轮全部抉择为空性。它还保留有什么东西吗？连不清净的这个名字都不存在，就是破得这么干净。所破掉的这个部分，在三转法轮当中叫做他空的他，“他”是不存在的，“他”是客尘，他空就是说“他”全都是没有的、空性的，都是不存在的。

[311] 如果我们对此了解，有空性的见解、如来藏见解，要学密法的话，就会非常稳固。我们前面也是再再鼓励道友，如果能够学空性，学如来藏，对我们学《幻化网》等密乘是有很大的帮助。因为它的原理就是这样的，为什么要把自己观为清净的本尊，为什么把这一切观为清净？因为它本来就是清净的，我们现在抓住不放的，觉得不能放、本来是有的这些东西，全都是错觉，我们这个执著很深。就像在梦中一样，梦中的人告诉你这个是假的，你肯定觉得这个不是假的——这就是我赚的钱啊！怎么是假的呢？牢牢地抓着不放。其实，不管你在梦中怎么样认知，就是完全不存在的。

[312] 但是这些道理，并不是没有讲。有些时候如果直接来看密乘，就像以前汉地有些大德说，好像就是感觉密宗没有什么，就讲仪轨，就是你怎么想怎么修，没有什么理论。是不是没有理论呢？不是没有理论，而是在仪轨里面不需要讲理论，理论早就在三转法轮，二转法轮里面讲过了，它是直接拿来用的东西，它是直接现前佛性的方法。其实它每个修法都有非常圆满的理论，密宗的理论是非常完备的。所以，我们观想万法空性，如果有如来藏、他空见的见解是非常好的，因为他空的“他”字就是指一切的客尘。

[313] 所有众生分别念所见到的一切的东西，其实都是没有的，不是说如梦如幻的，就是完全一点都没有。三转法轮的究竟实相就是能见所见无二，实相现相无二无别，完全是一味的，这就是三转法轮的胜义谛。这个胜义谛谁见到了，谁安住呢？佛陀完完全全现前了，佛陀所看到的现相就是实相，二者之间没有什么差别。我们现在所看到的现相不是实相，在现相的背后或者深层次，还有一些更清净的东西。

[314] 凡夫人所有东西完全是不存在的，佛法通过很多步骤来动摇这些观念。比喻说这些东西都是无常的，粗无常震动一次，细无常再震一次。粗无常就是山河大地、四季变化或者我们的生老病死，这些都会变化的。这些还不够，然后再跟你讲细无常，粗无常还没有变坏之前，就是刹那生灭的，丝毫不住。就这样次第地颠覆我们对于这些法的错误认知。我们学到后面时再返回头来看，会发现自己最初对这个世界的认知到底有多颠倒，颠倒到了什么程度？只有学到了最了义的时候，再回头看我们当年的执著，就会知道颠倒得离谱。

[315] 佛陀非常慈悲，通过粗无常细无常，然后讲单空；或者讲细无常之后，再讲唯识；也可以先讲唯识，知道这些是唯识所现的，然后再讲单空，再讲应成派的离戏空，讲完之后，再讲如来藏，这样一步一步地讲下去，最后可以达到一切万法究竟的实相。现在我们眼睛所见的、耳朵所听的、鼻子所闻的、身体所接触的，我们舍不得放下的这些东西，真的是这样存在的吗？如果真正深入地学习，或者有些人通过打坐有觉受的时候，再来看这个世界，和以前我们的认知完全不同。

[316] 密宗直接用这个果，观一切空性，或者观一切清净。如果你懂这些步骤，马上就可以趣入，知道是这样子的，就直接安住。在显宗当中，虽然给你讲了如来藏的清净，然后如来藏上面的客尘不存在，但是怎样去迅速地现前佛性并没有讲。而密宗当中直接让你把自己的本体这样观想，不断地观，然后就可以迅速地现前佛性。这里广大心力的境界就是这个意思，见解等方面都比较完备的时候再来修密宗，的确就能够知道密宗的殊胜性。刚开始大概一九九二年在学院学习的时候，有一段时间觉得显宗密宗没什么差别，主要是根本分不出什么差别，觉得显宗密宗是一样的，没感觉密宗有多殊胜。后来一九九三年、一九九四年的时候，大恩上师讲到禅定休息，虚幻休息，讲完之后，慢慢地就能分得出来密宗殊胜的地方，尤其后面好像是一九九六年、一九九七年的时候，上师老人家讲了《幻化网》，里面安立的密宗见解、等净无二见特别殊胜，逐渐就知道了密宗不共的地方。

[317] 真正密宗超胜的地方我们还是要通过学习，学习完之后内心当中就可以生起真实的认知，密宗的殊胜性到底在哪里？一生成佛的原因何在？这些完全可以产生一个定解，这个定解对我们修习佛法是非常重要的。

[318] 观想圆满具足一切庄严法相、光明遍照诸方的莲花光宫殿，

[319] 这时候所有不清净的刹土要隐没，比如我们现在看到、听到的，在打坐的时候就要隐没，安住在等性，一切法都是客尘，都是不存在的，完全是清净的状态当中。在仪轨当中讲，观想诸法本性空，空性当中浮现种子字，有的时候浮现刹土，前面我们讲了那么多的原因就是这样的。一切万法不清净的东西本来就是不存在的，是大离戏的空性，你没有什么可以抓住的，这个不能破，那个不能破，没有，连名字都不存在，就是完完全全的清净实相，安住在这个清净的实相当中。这个时候观想莲花光宫殿就会很自然，就可以非常自然地直接趣入。不是说我这个肉身在这儿坐着，外面包着一身金皮、铜皮，好像变成了一个本尊，里面该有的血肉都有，这个不是。真正来讲，这些在实相当中都是没有的，刚刚讲了，不要说显现，连名字都没有，都是不存在的。在这个状态中生起本尊，生起清净，就是真的清净，就是完全符合实相的清净，不是包装的清净。

[320] 观想圆满具足庄严法相，观想的是莲花光宫殿，铜色吉祥山、莲花光明宫是莲花生大师的刹土。他从藏地飞走之后到了铜色吉祥山，现在这里还是叫罗刹洲，罗刹洲里面有个铜色吉祥山，范围也很大，铜色吉祥山里面有个莲花光明宫，这是莲花生大师住的地方。很多密宗的持明者在这个世界圆寂之



后都至少要去一趟，不管怎么样都要去莲花生大师那，去安住也好，报个到也好，或者看一下莲师，问一下莲师哪个地方有什么任务，给他派到哪个地方去，我们看一些传记时也是这样的，从我们比较了解的就是这样的方式。证悟者不需要长期呆在那。

[321] 莲花生大师是三世诸佛的总集，是最殊胜的主尊，从莲师刹土上幻化出很多的化身到娑婆世界不同的地方去显现度化众生的形象。在发愿文当中，有些大德讲，有时道友发愿往生铜色吉祥山，但是铜色吉祥山本身属于罗刹洲，有些大德强调你发愿必须是：铜色吉祥山莲花光明宫，不要笼统发愿往生铜色吉祥山，那样有可能会转到罗刹洲去，有可能的。核心地带是刹土，外围都是罗刹国。有些没有讲，有些这样强调。

[322] 这时我们观想，这一切都是莲花生大师的刹土。有些唐卡、图片里面，对莲花生大师的刹土也有描述的。总而言之，这个是持明的刹土，一般的凡夫人根本去不了，往生这个刹土的条件相对来讲是比较高的。当然凡夫人是不是不能往生呢？比如说你念很多的莲花生大师的心咒，然后一生当中修莲花生大师的本尊，或者修莲花生大师的上师瑜伽，然后再念铜色吉祥山的愿文，也可以往生到莲花生大师的刹土去。但是凡夫人去不了，凡夫人误打误撞到了莲花生大师的刹土是不可能的事情。如果死了之后，你通过修莲师的功德，或者证悟的功德，如果你愿意去，有可能是可以去的。

[323] 在它的中央将自己本体观为益西措嘉空行母，

[324] 在这个很广大、很庄严的光明遍照的莲花光明宫中央，因为你自己的肉身没有了，前面讲你的肉身已经不存在了，在观空当中，把自己的血肉之躯，还有自己庸俗的分别念都观为空性，剩下的是什么呢？如果你的血肉之躯、分别念观为空性不存在了，那是不是这个人没有了？不是，因为你的实相还在，你的实相是大无为法，不可能没有的；如果说没有，也只能是客尘没有。如果用智慧火烧你的话，最多把你的血肉之躯，把你的分别念烧掉，如来藏的本性是烧不掉的。莲花光明宫中间的就是你的实相，你的血肉之躯不可能站在那，你不要这样想，你的本性是益西措嘉佛母，是清净实相的自性。本体是益西措嘉空行母，但形象是另外的一个。

[325] 这样观想有三个原因：也就是堪为灌顶法器、生起空乐智慧、令上师欢喜摄受的殊胜缘起；

[326] 有三个原因，第一个是堪为灌顶法器。益西措嘉就是益西佛母，现在各大传承史都有益西措嘉佛母的传记，还有益西措嘉佛母的密传，里面讲了很多关于佛母的事迹、功德，还有祈祷文，道歌。堪为灌顶法器，因为从法器的侧面来讲，益西措嘉佛母的法器是圆满的，完全成熟的。当时在依止莲花生大师求灌顶的时候，她的法器是完全成熟的灌顶法器。把我们自己观为益西措嘉空行母，在后面我们要祈祷莲花生大师，祈祷上师给我们加持的时候，各方面来讲我们自己就是一个真正圆满的灌顶法器。这个时候就不要把自己再想成可怜兮兮的样子：我的业障深重，这些全部都要丢了，不要了。这个时候要把自己想成是非常圆满的法器，因为你越是这样相信自己，越是这样观修的话，就越容易得到加持。有的时候想，我可怜兮兮的，可能得到的加持多一点，其实把自己观得可怜兮兮的也意味着业障很多，很多方面都是不圆满的，法器也不圆满。这个时候我们就不要这样想了，要把自己想成最好的法器，益西措嘉空行母在莲花生大师那就是最好的法器，她是灌顶最殊胜的法器。所以，要把自己观成最好的法器。

[327] 第二个原因生起空乐智慧。通过这些缘起，把自己观成空行母，被上师摄受也容易生起空乐智。乐就是智慧，空乐就是智慧和空性无二无别的证悟，空乐智慧就是证悟。如果把自己观为佛母，再在后面的过程当中祈祷莲师或者念莲师心咒，莲师就是上师，念上师的心咒，这个时候就非常容易生起证悟，所以，这个很重要、很关键。不要说这个是观想的一个要求，就是走一下过场，重点要抓住。重点是为什么要观？把自己观得很清净，非常圆满，越清净的法器越容易证悟，那么我就要把自己观成这样子，这也是信心的表现。所以，一定要把自己观成非常清净的法器来领受后面的加持等等。

[328] 第三个是令上师欢喜摄受的殊胜缘起。把自己观成益西措嘉佛母，也容易被上师欢喜摄受。因为莲师有很多的弟子，在西藏的时候有很多弟子，在印度也有很多，最出名的是二十五个大弟子，二十五个大弟子当中还有非常殊胜的，益西措嘉就是其中之一。上师在讲记当中讲像金刚降魔多杰登炯，也就是法王如意宝的前世，还有赤松德赞、益西措嘉，有的地方还加了贝若扎那，这些都是非常殊胜的弟子。所以，如果把自己观成益西措嘉的话，也是被上师欢喜摄受的缘起，很欢喜摄受的对境。这样观想的因缘，在修上师瑜伽之前，这些条件是非常重要的。

[329] 因此我们在把自己观成益西措嘉佛母的时候，应该完全知道这三个原因。这三个原因其实就是给自己自信，一定要给自己自信，相当于在相应我们的本性修行了。不是那个可怜兮兮的张三李四，那样业障深重的人不在这儿了，这个时候把自己观成佛母，是已经准备好接受证悟，或者已经是在清净的状态中修行。安住在这样高层次的境界当中更容易得到加持，生起证悟。当然这个也要看每个修行者相续当中的信心，还有福报、智慧等等，这些是千差万别的。如果我们有这样的能力观想，最好是用上，不要一带而过，这个是很重要的信息。这是讲本体。

[330] 形象观成至尊金刚瑜伽母，身色鲜红，一面二臂三目，以急切专注的眼神盯着上师心间。

[331] 前面的本体是益西措嘉，那么形象观成什么呢？形象就观成金刚瑜伽母。金刚瑜伽母在法本里面也有，原文当中有彩图，讲记里面有黑白图。身体是红色的金刚瑜伽母，一面二臂三目，三目就是在两目中间、额头那个位置有个眼睛，以急切专注的眼神盯着上师心间，这个形象就是金刚瑜伽母。

[332] 除了本性是清净的佛母之外，他的形象也观成清净，没有过患，不是血肉之躯，全方位的相应于究竟实相，所以说，自己的形象也是清净的。金刚瑜伽母是清净的形象，不是一般凡夫人的形象，所以，更加容易相应清净实相。

[333] 所谓“急切的表情”指的是就像一见到上师无比欢喜、十分匆忙的神态。

[334] 自己的眼神应该是急切专注的。所谓急切专注，急切的表情，比如说有时一看到上师就很高兴，十分匆忙；有时突然看到上师的时候，好像就是手足无措，不知道手放哪，脚放哪，就是那个感觉，当然也特别高兴，那种状态叫急切的表情。

[335] 右手在空中摇动能唤醒无明愚痴睡眠的鼗鼓，左手在腰际部位执著根除三毒的弯刀，周身赤裸佩带骨饰、花鬘悬垂，观想这样一个显而无自性宛如空中出现彩虹一样的形象。

[336] 金刚瑜伽母右手拿一个手鼓，是骷髏做的鼓，两片天灵盖相反做成的这种手鼓。为什么要用天灵盖做手鼓呢？法器当中有些是用天灵盖做的，有些是木头做的，是有表示的，这个头骨是代表轮回的意思。前面我们讲舍弃天灵盖，其实就是舍弃轮回。天灵盖代表无明，或者轮回，或者代表无明的果，因为通过无明显现成人，人死了之后就是天灵盖，就是一个无明的果。把天灵盖做成鼓，这个声音就相当于唤醒无明，因为天灵盖本身就是无明的体现，无明的果，这样一摇就相当于让我们从无明当中清醒过来，时时刻刻都能相应于实相，相应于智慧，唤醒无明愚痴睡眠。

[337] 左手在腰际部位执著弯刀，弯刀表示根除贪嗔痴三毒，或者三毒根本就不存在。弯刀就是一种实相的智慧，如果有这种实相的智慧就没有无明，没有实相的智慧就生起了三毒。如果有了弯刀有了智慧，就三毒不生，或者能够对治三毒。

[338] 周身赤裸，就是万法在本性当中没有丝毫的客尘、垢染，通过赤裸来表示一切万法究竟的实相。没有丝毫的执著、二取、分别，无明垢染都没有。

[339] 然后佩戴骨饰，骨饰也是代表各式各样的庄严。有时愤怒本尊的头上装饰的骷髏，代表净除五毒作庄严，骨饰也是这样的，一切万法都是这样的，空性当中浮现这些骨饰，一般来讲，我们对于人骨、这些骨头都是厌恶的，但是在这个里面就是表示不需要舍弃任何一个东西，他的本性都是完全清净的。

[340] 花鬘悬垂，观想显而无自性，宛如空中出现彩虹一样的形象，自己观想的这个金刚瑜伽母是现而无自性的，虽然显现了，但是没有实有的本体，宛如空中出现的彩虹，很鲜艳。空中的彩虹一方面比喻是无自性的，一方面显现得很明显，我们观的这个金刚瑜伽母，她的本体是空性的，没有丝毫实有的分别自性，同时也很明显地浮现。

[341] 阿琼堪布讲过，有些人说观本尊的时候要观成彩虹一样虚无缥缈的，这个是不对的。哪个地方不对呢？为什么要批判这种观想呢？因为我们大家的概念当中，彩虹是假的，是虚无缥缈的假东西，不起作用的，如果我们观本尊，分别念落到这个上面：这个是假的，是虚无缥缈的，不起作用的，只是一个观想的形象而已，那就大错特错了。虽然这里面的彩虹现而无自性的，主要是从它的空分方面讲，明分方面还是很明显的，不但明显而且还是智慧的体性，它不是空中彩虹一样，你看不到摸不到，观想的金刚瑜伽母或者本尊，其实完完全全就是智慧的本性，这是非常重要的。

[342] 智慧的本尊就不是虚无缥缈，不起作用的花架子，他代表智慧。我们观成金刚瑜伽母，完全就是智慧的体性，这个智慧是什么体性呢？完全是如来藏的究竟实相，当然你不能观成那种意义上的虚无缥缈、假的、不起作用的，如果你有这样的思想就错了。有些时候在观想的过程中，容易把这个比喻的一部分当成所有，因为我们知道梦、幻、彩虹都是假的、不起作用的。给我们的暗示就是这个，但是我们不能把这个暗示放在本尊法里面。不管我们观金



刚瑜伽母也好，观金剛萨埵也好，虽然强调要观成如梦如幻，或者观成彩虹，但是绝对不能观成不起作用的法。它就是真实智慧的本体，这个是非常重要的。从他具有的智慧本体来讲，可以说它是实有的，从三转法轮来讲，它完全是起作用的，是真实的自性。

[343] 接着再观想头顶一箭左右的上方虚空中有一个由奇珍异宝组成的十万瓣的莲花垫，它上面是日轮，日轮的上面是月轮，

[344] 在自己的头上一肘高或者一箭许的虚空当中，观想自己的上师。上师所坐的坐垫是十万个花瓣，这个花瓣不是普通的花瓣，是通过奇珍异宝组成的珍宝莲花瓣，特别地多，十万莲花瓣的坐垫。莲花坐垫上面是红色的圆满的日轮，日轮上面是白色的月轮。

[345] 月轮的上面本体是三世诸佛的总集、无等大悲宝藏具德根本上师，

[346] 在月轮上面所安住的就是三世诸佛的总集，无与伦比的具有大悲宝藏的具德根本上师。因为我们修的是上师瑜伽，所观的对境的本体当然是上师，是具德的根本上师。

[347] 形象为邬金大金剛持，

[348] 他的形象是邬金莲花生大师。莲花生大师也叫邬金大金剛持，有的时候叫邬金第二佛，有很多的名字。

[349] 身色白里透红、光滑润泽，一面二臂，

[350] 莲花生大师的形象有很多种，画的，塑像的都有很多种，上师也画了一种，我们观的时候还是看自己喜欢哪一种。所画的这些，以前我也打听过，画唐卡也有很多不同的流派，有的偏重于鲜艳，有的底色很暗，是黑色调，画法也不一样。你看自己喜欢哪一种，挑一种自己喜欢的，然后把这个莲花生大师作为自己观想的对境，这个是比较重要的。

[351] 观想的是我们的根本上师，形象是莲花生大师。白里透红、光滑润泽，就是很圆满的意思，没有皱纹等其他的，让人见而悦意的形象。

[352] 一面二臂双足以国王游舞式而坐，

[353] 国王游舞式，一般来讲就是左脚内屈，右脚外伸。莲花生大师如果是跏趺坐就看不出来，不是跏趺坐姿都能看得清楚，右脚是伸出去的，左脚是盘起来的，往内收的，这个叫做国王游舞式。国王在看戏、在休息的时候就是这样坐的，一只脚伸在外面，下面还有一个垫子踩在上面，坐得很殊胜，很游戏的样子。国王在上殿的时候，在批阅奏折、在听大臣汇报的时候不是这样的，是他在游戏的时候这样坐，坐得比较舒适。

[354] 身着大氅、法衣、咒士衣，头戴莲花帽。

[355] 外面披的是大氅，大氅很多是绸缎做的。大氅里面是法衣，是出家人的法衣，有的时候是有红黄色格子的那种，披着这个法衣。莲花生大师从显现上面来讲，是一个在家人，但是在莲师的八种变里面，也有显现出家的形象，即班玛桑巴瓦，还有释迦狮子，显现的是出家相。但是平常的，莲花生大师显现的是在家形象。

[356] 在家形象可以披出家人的法衣吗？其实他们属于胜义比丘，完全没有烦恼的胜义比丘。通过法衣来表示他的别解脱戒特别地清净，显现上虽然没有出家，没有受出家戒，但是他们内心当中完全没有丝毫的烦恼，相续当中的戒体都是非常圆满而具足的，所以有些地方叫做胜义比丘，就是完全证悟了实相的出家人或者比丘。因为他们已经完全出了轮回的家，不是形象上从家庭里出来了，是完全已经证悟了诸法实相，所以说这个角度叫胜义的出家人，胜义比丘。就是平时讲的了义的出家，或者真实的出家，所以他当然可以穿这个法衣了。

[357] 咒士衣，就是密咒士穿的衣服。一般的咒士衣有时候是蓝色的。

[358] 头戴莲花帽，在头上戴着莲花帽。我们现在所看到这些莲花生大师的形象，基本都是戴着帽子的，不戴帽子的很少，有没有我不知道，都是戴着帽子的，要不然是莲花帽，要不然是尖帽。

[359] 下面介绍一下莲花生大师的帽子：

[360] 莲花生大师的这项冠冕有三种不同类型，

[361] 首先介绍第一种。比较常见的有三种类型。

[362] 邬金第二佛既不是由父因所生也不是由母缘所成而是在西南具乳海中的莲花花蕊间，于顿生觉性中诞生并证悟现有本基圆成的，

[363] 莲花生大师不是父精母血这样一种世间的因缘所生，他是莲花生，在莲花上面诞生的。有些地方说是在极乐世界阿弥陀佛的心间射出的一个光明的“舍”字，在莲花上面突然顿现一个童子的形象，这个就是莲花生大师。所以他也是阿弥陀佛的化身。这个在莲花生大师的本生传里面讲得很清楚，各种莲师传里面对这个都有描述。

[364] 突然降生在西南具乳海中，西南具乳海好像是在现在的巴基斯坦或者阿富汗那一带，现在还有，这个湖不大。我以前看到过这个相片，但是现在去朝拜可能很困难，一方面来讲那个地方不信佛，再加上是战乱的地方。根登群佩大师的一个游记里面说，在巴基斯坦和阿富汗那边有很多佛教的圣迹，包括以前释迦牟尼佛因地的时候，他本生显现的很多圣迹都在那边；还有印度密宗兴盛的时候，很多的密咒士、成就者他们的圣迹。那个地方以前叫做邬金或者邬金达那，邬金达那以前密乘特别地兴盛，现在当然没有了，可能还有一些遗迹，那个湖好像也在那儿，我看过的相片好像不是很大。以前应该不止这么大，否则按照传记来讲，国王坐着船很长时间之后，然后在湖上面看到莲师的，以前应该是很大，现在看起来不是很大。这是一种说法，是不是这样我也不清楚，反正有介绍说这个是莲花生大师降生的地方，降生的湖。可能是有些考证，或者有些大德的神通观察过，否则也不可能随便讲。

[365] 顿生觉性中诞生，顿生觉性当中，本来就没有迷惑过，从觉性当中诞生。并证悟现有，显现上面已经证悟了现有的一切器世界和有情世界，本基圆成，一切都是圆满的清净的自性。

[366] 当时诸位空行母赐予作为他部主标帜的冠冕，叫做“莲花苞帽”；

[367] 为了庆祝莲师降生，空行母赐给他标帜。作为部主，部主是很多部的主尊，比如金刚部的主尊，金刚部的部主或者莲花部的部主等等。标帜的冠冕叫做莲花苞帽，这个在原文、讲记当中都有画的。莲花苞帽里面的装饰比较少一点，看起来比较简单一点。

[368] 莲师在八大尸林中行持禁行，行为远离善恶之边的时候，诸位空行母赐给他功德标帜的冠冕，名为“鹿耳帽”；

[369] 第二顶帽子叫鹿耳帽。在印度有八大尸林，都是很恐怖的，以前印度人死了之后丢到尸陀林里面就不管了，所以那里是集中扔尸体的地方，里面有很多的非人、猛兽、毒蛇等等，各式各样的都有。很恐怖，一般的人是不去的，所以很多修行者就把尸陀林当成寂静处修行，莲师在八大尸林当中都行持过殊胜的禁行。禁行是一些成就者的行为，通过禁行超越善恶，有的时候是要超越自己的分别念，就是禁止一切分别念的行为。莲师在八大尸林当中行持禁行，调伏很多的非人等，尸林当中有很多的非人，也有很多的鬼女等，莲师通过他的证悟，把他们安置在解脱地，让他们行持佛法或者证悟空性，这个就叫做在尸陀林当中行持禁行。

[370] 行为远离善恶之边，他的行为远离了善恶，善和恶都不执著。在本性当中没有善恶，我们有了分别念之后，就有了善恶，其实在实相当中是没有善恶的。修行的时候，我们的相续当中有善恶标准，就要取舍善恶，每一个人都是一样的。当我们的修行到达了一定程度的时候，也要超离善恶的边际，超离善恶的执著，超离了微细的执著之后，才能真实证悟圆满的大空性，否则没办法证悟空性。如果想要真正的现前实相，不管是显宗、密宗，每个修行者最后都要超离善恶的标准。

[371] 诸位空行母这个时候赐给了他帽子，叫做鹿耳帽，看起来就像鹿的耳朵一样。

[372] 第三种帽子，

[373] 莲师在萨霍国被国王哲拉活活燃烧的时候，他的金刚身不受火大灾害的侵袭，全身赤裸显得凉凉爽爽一样如安坐在莲花中央。

[374] 在传记里面，莲花生大师在几个地方都被国王用火烧过，其中在萨霍也是被烧过，萨霍这里面写的是孟加拉，有可能孟加拉不只是一个。现在的孟加拉是在靠近印度洋的地方，莲师被火烧的地方，应该在另外一个地方做萨霍国，就是现在北印度。在很多道友朝圣的时候，都要去莲花湖，那个湖现在也有。莲师在萨霍的时候，摄受了曼达拉哇空行母，就在那个地方被国王捉了起来，堆了很高的柴火，焚烧了七天七夜，最后莲花生大师在火的中央好像很凉爽，显现上还有点冷，好像抱着手脚的样子。



[375] 国王看到这么大的火，莲师不但没有被烧死，而且显得很冷的样子在这儿坐着。那时候就生起了很大的信心。现在我们去朝拜的地方是萨霍，也许也叫孟加拉。孟加拉从地理位置来讲有两处，一个是现在的孟加拉国，还有一个是在北印度的萨霍。

[376] 当时莲花生大师坐在莲花上面，现在莲花的树根还在湖里面，朝拜的时候可以看到它在湖里面漂来漂去。法王如意宝去的时候，莲花的根从湖中央自动漂到了法王如意宝的前面。我们去的时候，正好在湖边，既没有漂走，也没有动弹，还算是没有丢脸。如果我们去的时候漂走了，那就惨了，好像我们的业障那么重。（众笑）法王如意宝去的时候看到它从湖中央来到了跟前，法王如意宝就念经，做了很多发愿。现在莲花湖那个地方也有很大的莲师像、莲师的山洞、莲师的脚印，还有敦珠法王的寺院。

[377] 当时国王惊奇不已，生起信心，于是下令：“打开新锦缎宝库的门，取出我所有的衣冠！”

[378] 国王生起了很大的信心，就让他们打开新仓库的门，把所有好的衣服、帽子都取出来。

[379] 这位萨霍国王将一切妙衣、服饰，连同国政、眷属一并供养给莲师，

[380] 他把所有的衣服、服饰、国政、眷属全部供养给了莲花生大师。

[381] 当时国王所敬献的那顶冠冕就称为“莲花见解脱帽”。

[382] 平时在唐卡里面出现得最多的帽子，就是莲花见解脱帽，看到这个帽子可以种下解脱的因缘。现在有很多宁玛派的大德，在法会的时候也会戴莲花帽，莲花帽就是莲花见解脱帽。

[383] 一方面有些大德说，现在的很多佛弟子比较著相，对于帽子特别执著，这样那样的帽子。他说，你有没有看到释迦牟尼佛和释迦牟尼佛的弟子戴什么帽子啊？后面在佛教传播的过程当中，佛弟子开始喜欢这样那样的帽子，好像很执著帽子。宗萨仁波切也是这样说的，对有些修行者过于著相做过一些批评。从另外一个方面来讲，有些特殊的帽子的确有不共的功德，比如说莲花生大师的莲花见解脱帽、鹿耳帽，都有不共的缘起、不共的表示，具有有特殊的功德、特殊的因缘。

[384] 比如现在藏地流行的堪布帽，也叫班智达帽，红色尖顶，下面有飘带。据说以前在印度，有一段时间外道特别兴盛，他们的智慧也很敏锐，很多内道班智达与之辩论经常失败。有一天空行母、本尊授记要做一顶这样尖的帽子，然后有飘带的，有些帽子上面还有三条金边，有些没有。如果做成这种样式的帽子戴着就可以战胜外道，他们第二天开始做了这个帽子，做完之后，戴上这个帽子缘起就具备了，立即降伏了外道。

[385] 从某些方面来讲，有些法义不入心的修行人喜欢做这个帽子那个帽子，或者认为我的上师戴了这个帽子，你的上师没戴这个帽子，喜欢做这些不太好。其实从帽子的本身来讲，当时有这个缘起。不仅莲花生大师有见解脱帽，格鲁派的宗喀巴大师戴的帽子是黄帽，黄帽是振兴戒律的缘起。因为当时显现上面戒律不像初期那么清静了，所以宗喀巴大师为了重新振兴戒律的缘故，他就改戴黄帽。以前都是红帽没有差别，后面他改戴黄帽，相当于振兴戒律的缘起。格鲁派直到现在，基本上帽子都是黄色的。噶玛巴的黑帽也有不共的因缘。

[386] 有些时候这些帽子，比如莲师的见解脱帽、噶玛巴的黑冠，见到之后都有不堕恶趣等很多殊胜的功德。虽然这是一种相，但是有些时候缘起也很奇特，的确能够给众生带来很多利益。

[387] 这里指的就是这顶莲花见解脱帽，或者叫做具瓣五部帽。

[388] 下面就是详细介绍。

[389] 这顶冠冕内外双层表示生圆次第双运；

[390] 它有内外两层，就是表示生起次第和圆满次第是双运的。

[391] 顶端三尖表示三身；

[392] 它的顶端有三个尖，分别表示法报化三身。

[393] 五种颜色表示以五身来利益众生；

[394] 它有五种颜色，就是表示以五身来利益众生。

[395] 日月表示智慧与方便；

[396] 它也有日月的标志，现在上师老人家创办的菩提学会的标志也是日月。日月表示智慧与方便。

[397] 蓝边装饰表示三昧耶无边无际；

[398] 蓝边的装饰表示三昧耶或者誓言，即三昧耶是无边无际的。

[399] 金刚宝顶表示三摩地如如不动；

[400] 它上面有一个金刚宝顶，也就是金刚杵。有时候金刚杵做的宝顶露了半截，金刚宝顶表示三摩地，也就是禅定完全如如不动。

[401] 鹰鹫的顶翎装饰表示见解证悟到极点、修行已达究竟。

[402] 在最上面有鹰鹫的顶翎，有些像上面画了，有些好像没有画。鹰鹫的顶翎装饰表示见解证悟到达极点，修行已达到究竟的标志。

[403] 这个是帽子上鹰鹫的顶翎装饰。还有一位宁玛派的大德仁增果登，他的头上直接长出来了鹰鹫毛，他的名字也叫果登，意思是具有老鹰羽毛的伏藏师，他是多杰札寺的第一代活佛，也是一位大持明者。他是法王如意宝最早在多杰札寺的化身，在他的头上直接长着鹰鹫毛，也是代表了殊胜的功德。

[404] 莲师右手在胸前以契克印持着纯金的金刚杵；

[405] 有些是莲师的右手拿金刚杵放在膝盖上面，这种形象也比较多。皈依境里面就是膝盖上面，这里的是放在胸口前。有些是在胸口拿金刚杵，有些是在膝盖上拿着金刚杵。这里面是在胸口持着契克印，莲师的手印就是契克印。

[406] 左手平托着装满无死智慧甘露的长寿宝瓶，瓶口用如意树严饰；

[407] 左手在肚子那个位置拿着长寿宝瓶，里面装的是无死智慧甘露。因为莲师修持长寿佛完全证得了无死虹身，莲花生大师是永远不会死的，他已经到了无死之地，所以这里也是这样来表示，拿着长寿瓶，瓶口用如意树严饰。

[408] 莲师的左腋下明妃空行佛母以隐蔽式持着卡张嘎，

[409] 在莲师的左腋下有一个空行母，这是隐藏的方式。平常我们看不到，空行母以隐藏的方式持着卡张嘎，也就是天杖。

[410] 前面我们把莲师的帽子介绍完了，莲师的帽子具有很多的功德。有些人可能也在想，当时国王在做这个帽子的时候，想到了这么多吗？他在供养的时候，既有生圆次第双运，又是三尖表示三身五身，这是当时想好以后做的，还是巧合的呢？

[411] 佛菩萨在化现事业的时候，假如说我做的帽子，根本不懂这些，对于这个做出来的帽子，后面大德一解释，有这样的功德，那样的功德，这到底是碰巧，还是很勉强的解读呢？其实在做帽子的时候，佛菩萨已经加持了，就做成了这个样子，然后一解读的时候，就把这些意思完全表现出来了。

[412] 这个国王在遇到莲师之前，不一定有那么深的智慧，但是在此之前，诸佛菩萨提前做了一些殊胜的加持，然后就把这个帽子做成了莲花见解脱帽的样式，否则为什么会做成这样呢？戴这个帽子，虽然从凡夫人的分别心来说不好理解，但是诸佛菩萨在时时刻刻在观照轮回，或者说哪个地方有度化众生的因缘，也会适时的做一些加持，这个帽子应该就是这样一种体现。

[413] 卡张嘎的顶端三尖表示本体、自性、大悲三者；

[414] 天杖的三尖表示本体、自性、大悲，这些名词在大圆满当中经常出现。我们前面在讲皈依的时候，也有本体空，自性大悲周遍。每个众生的佛性都具备这三个特质，本体是空性的，自性是光明的，然后二者无二无别是大悲周遍的，这是三尖表示的我们的本性如来藏。

[415] 干湿旧三种头骨表示法、报、化三身；

[416] 在天杖上面有三颗人头，有一个最新鲜的，干的、湿的、旧的三种头骨分别表示法、报、化三身。这些看起来好像人的头而已，实际上它的本性没有离开过实相，这三种头骨是表示三身的。



[417] 九个铁环表示九乘次第；五种彩绸表示五智；装饰着死人与活人头发表示在八大尸林中以禁行来摄受所有鬼女、空行母。

[418] 在天杖上面还有头发，有时候是一个飘带，有时候是黑色的头发，有死人的头发和活人的头发，这是莲师在八大尸林的时候，通过超越一切善恶大成就者的行为摄受了所有的鬼女、空行母。空行母有世间的空行母和出世间的空行母。平时我们提到空行母的时候，觉得一定是佛菩萨化现的证悟者，这不一定。既有外道的空行母，也有世间的空行母。世间的空行母有时嗔心很大，她不是假装的，而是真正的众生。那些可以在空中行走的女鬼也叫空行母。莲师在尸陀林当中调伏了很多外道和世间的空行母，这是表示了这种自性。

[419] 接下来明观莲师的周围五光网眼的范围当中彩虹旋绕，中央有印度八大持明、藏地君臣二十五尊等浩瀚如海的三根本、护法神，他们都是超凡入圣的形象。

[420] 莲师坐在正中，周围具有五色光明。五光网眼，就是说五色的光放射出去就像一张大网一样，它的光明互相交织在一起，就像一张很舒适的网。我们一提网，可能就会想到渔网、铁丝网，觉得这有什么庄严、好看的？这些只是一个表示，五色光浮现在外面的时候，互相交织特别好看、非常庄严。光网有网眼，就像渔网有网眼一样，在五光的网眼范围当中彩虹旋绕。

[421] 彩虹旋绕的中央有印度的八大持明，我们前面学习无常等等的时候，也学过八大持明。还有藏地君臣二十五尊，就是二十五大弟子，君当然就是赤松德赞，他是国王。有些既是莲花生大师的弟子，有些也是大臣。君臣二十五尊等浩瀚如海的三根本、护法神，他们都是超凡入圣的形象，这些全都是殊胜的圣者。

[422] 总的来说，修上师瑜伽有三种不同的观修方法，在皈依的时候将皈依境中的上师观想成重楼式，也就是莲师头顶上明观一切大圆满传承上师以重楼式而坐；

[423] 修上师瑜伽的时候，有三种不同的观修方式。第一种，我们在修行皈依的时候，本体是上师，形象是莲花生大师，就像皈依境当中一样，叫做重楼式。从莲师的头顶上，逐渐从普贤王如来开始到自己的大恩根本上师之间，传承上师一层一层的像楼房一样安住着，叫做重楼式而坐。

[424] 念修金刚萨埵的时候观想为总集珍宝式，也就是一切根本传承上师集于上师金刚萨埵一身中；

[425] 第二种，我们修行金刚萨埵，也是属于上师瑜伽的一种。为什么呢？因为他的本体是上师，形象是金刚萨埵，所以称为上师金刚萨埵。在以金刚萨埵在修行上师瑜伽的时候，观想为总集珍宝式。总集珍宝，就是说所有的珍宝总集在一起。所有的传承上师总集在金刚萨埵的一身当中，叫做总集珍宝式。

[426] 修上师瑜伽的时候观想成垒环式，也就是大圆满诸位传承上师以及一切浩瀚如海的三根本护法神围绕在邬金莲师周围犹如众人集会般安坐。

[427] 第三种，我们修行上师瑜伽的时候，也就是现在学习的内容。垒环式就是莲花生大师坐在正中央，而且是坐在比较高的位置，然后其他大圆满的传承上师，还有浩瀚的三根本围绕在四周，稍微低一点，类似于有一个圆形的好几层的台子。正中主尊坐着，周围一层比一层低，一层比一层高，逐渐围绕在中间。中间就是主尊显得主要的，然后周围也就是其他的眷属、传承上师、三根本等等，叫做垒环式。现在我们所观想就是垒环式，在自己的头顶观想莲花生大师，他的周围全是传承上师团团围绕。

[428] 这样观想完毕之后念诵下文：

[429] 下面就是念诵仪轨。

[430] 让囊恨哲大巴绕加扬 自现自成清净无边刹

[431] 够巴绕奏藏斗花热威 庄严铜色吉祥山中央

[432] 自现，就是说清净的刹土的本性不是通过其他因缘显现，它就是自现的，自然成就的无边清净刹土。在庄严的铜色吉祥山中央有一个莲花光明宫。

[433] 让涅杰珍多吉那久玛 自身观为金刚瑜伽母

[434] 呀戒夏逆玛萨这托怎 一面二臂红亮持刀盖

[435] 红亮，红色的身色，而且很明亮，放着光明。手持刀和盖，刀是左手的弯刀，盖就是指托巴所做的手鼓。

[436] 呀逆斗达现色那卡则 双足舞式三目视虚空

[437] 因为是在头顶上观想莲师，所以眼光就是往上在看。这种姿势在图片当中画的很清楚，一看就知道了。什么叫做双足舞式？就是像这样图片上画的起舞的姿势。

[438] 谢窝班玛簸大涅得荡 头顶十万瓣莲日月上

[439] 加内根地匝哦喇嘛荡 总集皈依根本上师尊

[440] 在头顶上面有十万瓣、各种珍宝组成的莲花坐垫，在日月上面是十方三世的一切佛陀总集的皈依处——根本上师。

[441] 瑞美措吉多吉哲波哥 无别海生金刚幻化身

[442] 无别就是说和莲花生大师无二无别，海生金刚也是莲花生大师的异名，莲师八相之一。因为他是在无死海当中降生的，所以叫做海生金刚。

[443] 嘎玛荡旦云逆夏侧坚 白里透红亮泽童子相

[444] 他是童子相，很年轻的那种形象。

[445] 抛卡秋故匝为洞玛索 身着大擎内法咒士衣

[446] 外面披着大擎，里面有法衣和咒士衣。

[447] 压戒夏逆加波弱波达 一面二臂国王游舞式

[448] 夏意多吉云贝托哦那 右手金刚左持托巴瓶

[449] 右手拿着金刚杵，左手拿着托巴瓶，就是前面所讲的装满了无死甘露的如意宝瓶，有时是托巴里面装满了无死甘露，有时是显现成宝瓶的样子。

[450] 哦拉达旦班米年叶索 头戴具瓣莲花鹿耳帽

[451] 头顶上戴着莲花具瓣的帽子，有时候戴着鹿耳帽，有时候戴着莲花帽。这里主要观想的就是莲花帽。

[452] 千空云那得洞叶秋玛 左腋之下殊胜空乐母

[453] 为波策记卡张贼色那 以隐式持三尖卡张嘎

[454] 空行母是一种隐藏的方式，手持三尖卡张嘎。

[455] 加赛特利恒彭龙那耶 住于彩虹明点光蕴中

[456] 谢扣恒昂扎为贼波龙 外旋绚烂五光庄严界

[457] 哲波吉邦涅谢匝昂荡 化现君臣二十五尊者

[458] 加窝班智热怎耶达拉 印藏成就持明诸圣众

[459] 卡卓秋炯达坚真达的 一切空行护法如云聚

[460] 萨洞年内亲波昂德萨 住于明空大平等性中

[461] 外围在彩虹明点的光明当中，光明炫耀的五光庄严界内，出现了或者化现了君臣二十五尊、印藏成就者、班智达、很多伏藏师等等，还有一切空行、护法，就像天空当中的乌云一样集聚在虚空当中。住于明空大平等性中，自己观想的一切完全安住在明空无二的自性当中。

[462] 联想句义而明观，

[463] 就是根据句义开始明观，一边念诵句义，一边明观得特别清楚。

[464] 并以猛烈诚信恭敬之心而念诵：



[465] 下面是念诵金刚七句，金刚七句祈祷文也是非常殊胜、极为重要的一个祈祷文。不管哪个教派的修行者，如果能够念诵金刚七句，就会得到莲花生大师的直接加持。莲师也是承诺过，谁念诵金刚七句，莲师绝对会马上到他的跟前做加持。金刚七句祈祷文也是自然显现的，后面还要学麦彭仁波切金刚七句祈祷文的注释，那时候我们就会知道金刚七句的殊胜功德。

[466] 吽！邬坚耶戒诃向参 吽！邬金刹土西北隅

[467] 班玛给萨东波拉 莲茎花蕊之座上

[468] 在邬金刹土的西北隅，莲花花茎花蕊的座上。

[469] 雅参秋革恆哲尼 稀有殊胜成就者

[470] 这是非常稀有的成就者，不是一般的成就者，而是非常殊胜。已经达到了佛果、无死虹身的殊胜成就者。

[471] 他就是这样示现的。虽然一切诸佛都达到了无生无死的境界，但是这么多的佛陀当中，在娑婆世界都已经入灭了。虽然莲花生大师已经获得了殊胜的佛果，但是他也通过殊胜的虹光身，一直没有入灭。我们没有听说过纪念莲花生大师涅槃的法会，这是没有的，因为莲花生大师是根本没有入灭的。

[472] 以前我们讲过大德之间互相开的一个玩笑。宗喀巴大师圆寂于藏历十月二十五号，那天也叫燃灯节。大家都是在那天晚上给宗喀巴大师供灯。有一个宁玛派的大德说，哎呀，很羡慕你们啊！你们可以给开山祖师供灯，我们没有办法给开山祖师在圆寂的纪念日供灯。看起来好像是说你们的福报很大，可以在祖师圆寂的时候供灯，我们没有这种法会，因为莲花生大师没有涅槃，所以也没有涅槃法会。各大教派的开山祖师们都有涅槃法会，宁玛派当中的莲花生大师没有开过涅槃法会，因为没有入灭的缘故，所以他在方方面面都很稀有。我们都知道莲师的生平、传记，还有无以伦比的悲心等等，这是一个非常殊胜的成就者。

[473] 班玛炯内意色扎 世称名号莲花生

[474] 扣德卡昼忙布够 空行眷属众围绕

[475] 世称名号莲花生，世间的称号就是莲花生大师。空行眷属众围绕，在他的周围有空行眷属层层围绕。

[476] 切戒吉色达折吉 我随汝尊而修持

[477] 新吉漏些谢色索 为赐加持祈降临

[478] 我现在发愿跟着你修持，为了赐予加持而祈祷你降临在我的面前或者心间做加持。

[479] 格日班玛思德叶 格日巴玛思德叶

[480] 这是莲师的心咒，就是说通过心咒来做加持。

[481] 念诵完了紧接着观想铜色吉祥山莲花光宫殿一切所依及能依尊众真实降临，就像水注入水中一样融入自身——所观想的誓言尊者中，成为一体。

[482] 念完之后，紧接着观想。这是我们观想的莲师以及他的眷属，为了打破分别念，有时候我们觉得自己的观想有没有实际的效果？比如说在头顶上观想成一个瓶子，这个瓶子里面能有水，瓶子里面的水可以解渴吗？我们会产生疑惑。在一般显宗的教法当中，因明里面讲第六意识面前显现的观想出来的这些就是总相，总相不起作用，就是假立的法。我们在观想本尊的时候，第六意识观想是总相吗？大恩上师以前讲过，这不是总相，虽然第六意识观想，但是属于自相。

[483] 为什么呢？本尊、上师不是无情的杯子、瓶子等色法的自性。虽然观想的瓶子是一个假的不起作用的形象，但是佛菩萨相当于你在哪里观想他们就会在哪个地方出现。我们在脑海里面想的佛菩萨属于自相，这是真正的智慧身。我们在观的时候，无论祈祷哪尊佛菩萨，都是一样的。我们对于自己祈祷、观想的对境一定要有信心。我在哪个地方观想，他一定在这儿。我观想在头顶上，他一定会在头顶上；我观想在喉间，他一定就在喉间；我观想在心间，他就一定在心间。这一点没有任何的疑惑。

[484] 从法身周遍一切的角度上来讲，也可以理解，他的法身周遍一切、无形无相。观想的意思就是说他希望他在哪里出现，他就在哪儿出现，观想就是一个因缘。法身没有形象，周遍一切，那他具体要在哪儿出现呢？就看你观想在哪儿。这个观想就是一个因缘，你观在心间，他就出现在心间；你观在头顶，他就会出现在头顶。我们经常对佛菩萨祈祷或者供水供灯的时候，迎请佛陀受供都要有见解和信心，我像这样迎请他，他一定会来的。因为他的法身周遍一切，我观想他在佛堂上受供，他一定在这儿。我们对着一张画像在供养，和对具有真实智慧身的佛菩萨做供养，这是不一样的。

[485] 虽然我们不知道这些，供养他们也能得到功德，但是这里还有一个通过信心获得加持的问题。我们要认知，从第六意识观想也是自相，因为佛菩萨是智慧身的缘故，所以你所观想佛菩萨的形象一定是自相，而且百分之百会有加持的，绝对是这样的。把圣尊观想在我头顶，就在我头顶做加持，这方面就是需要生起定解的地方。

[486] 前面讲了众生有疑惑，觉得我观想的这些内容到底是不是像总相一样不起作用。为了打破不必要的怀疑或者遣除分别念的缘故，所以在仪轨里专门安排了一个程序。什么程序呢？生起次第都有迎请，然后是降临，或者从他安住的刹土当中，迎请融入。比如说我们观想莲师，能依所依也是莲师，从他真实安住的地方，我们迎请过来融入到现在所观想的境当中，相当于开光一样。我把佛像放在这儿，具有能力的大德会迎请本尊融入到佛像当中，并安住在这里面，以后就是相当于他们一直都在这里。我们在头顶上观想佛菩萨，就是从刹土当中，真实地把他们迎请过来融入到自己所观想的圣尊当中，这时候自己的心就踏实了，觉得真的和我的观想成为无二无别了，我祈祷应该会有作用了。针对众生的分别念，很多仪轨当中都是这样安排的，能够打消各式各样的分别念，我们观想趣入实相的时候，不但没有疑惑，能够更加有效果。

[487] 融入的时候，一切所依，就是连同一切刹土一起融入，莲花光明宫也过来了。融入到我现在观想的莲花光明宫当中，然后是一切尊众，即莲花生大师、益西措嘉等等眷属，是全部融入到当中，就像开光一样，变成和真实的本尊、上师降临无二无别。

[488] 像水注入水中，这是帮助我们一个理解或者观想的方法，这是一种比喻。众生观想时的执著、分别念各式各样，有时候觉得卡这儿了。怎么也进不去，不知道怎样才能融入进去。这里就告诉我们可以去观想一下下雨时湖面的水完全融入到一起了，观想也是一样的，就好像一碗水倒入另外一碗水中一样成为无二无别。通过这样的方式，逐渐就可以理解，哦，是这样的。这样一想之后，马上就会接受，观想起来一下融入，就很顺畅了。就像水注入水中一样融入到自身，这方面需要长时间观想，否则会有很多的分别。只要我们能够长时间习惯性的观想，当然在观的过程当中，也要了知如梦如幻，实执要弱一点，要不然也会出现很多问题。

[489] 以前阿琼堪布在修行金刚萨埵的时候，也说观想金刚萨埵从头顶进来的时候有点困难，他的上师说主要是实执比较重，需要多观想空性如梦如幻。如果具有实执性，就会觉得两个法不可能真正的进来，进不来的就像卡到了一样。有些时候实执太重了，要多观想现而无自性，有些时候也要记住这个比喻。现在用高科技做成的动画非常有助于我们观想，不知道怎么样融入，看了别人怎么融入之后，我也这样融入。虽然这是屏幕里面融入的方式，但是好像感觉自己的实执一下就被打破了。我们现在能够做到就多去做，如果我们障碍，感觉有困难，就做一些融入的过程，逐渐一下融入应该没有什么困难，这样观修很容易。

[490] 融入自身之后，和所观想的誓言尊者成为一体，完完全全无二无别，安住在这个状态当中，再作集资净障。

[491] 今天我们的课就讲到这里。

《前行广释》第 129 课辅导资料

[492] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[493] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[494] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[495] 发了菩提心之后，今天我们继续一起来学习华智仁波切造的《前行引导文》。



[496] 我们前面学了共同加行，相续当中通过共同加行的引导，即通过四厌世心、了解脱的利益和依止善知识，就可以生起解脱的心。因为善知识就是引导我们解脱的，所以除此之外，善知识也没有什么其他特殊的功效。

[497] 生起出离心之后，我们现在学习的是不共加行，虽然有了出离心，但是也要知道出离的方法。怎样才能出离或者解脱呢？就要修持皈依等一系列的修法。通过修持皈依、发菩提心、百字明、供曼荼和上师瑜伽，就可以让我们获得真实的解脱。前面我们已经学习了上师瑜伽以外的所有内容，学完之后还要不断去修行。一方面要知道词句的意义，一方面还要通过一遍又一遍的观修串习，在相续中如理如是生起这种境界。我们不仅自己要很认真地学修，还要祈祷传承上师加持，加持我们的相续早日和正法相应，早日生起这里所提到的殊胜境界，令我们的心转入真实的解脱道。

[498] 前面讲了修行上师瑜伽的重要性，以及为什么要修持它的功德和必要，然后讲了明观福田，在上师瑜伽的修法当中，把莲花生大士的形象作为观修的上师，本体是自己的根本上师，形象是观想莲花生大士。前面也讲了观完之后，我们要通过念诵金刚七句的方式，迎请莲师和莲师的眷属，还有刹土真实的降临，融入到前面我们所观想的莲师等能依所依当中，就是说要通过金刚七句来进行祈祷。前面我们讲了金刚七句大概的意思，后面也还要学，今天晚上上师也要讲金刚七句的略说。自己对于这些能够让我们解脱的内容或者祈祷文等殊胜的法要应该多听，多去接受这个加持，尤其像上师老人家这样真正的高僧大德，所宣讲的祈祷文更是意义非凡。

[499] 祈祷完融入之后，相当于把福田观好了，然后第二步就是七支供。前面是我们的皈依境、供养境或者说祈祷的对境。为了让我们相续当中能够积累起殊胜的资粮、清净罪业，也通过下面七支供的修法来进行集资和净障。七支供的七支当中，其实关于供养的只有一支，第二支是供养支。其他的是顶礼、忏悔、随喜等等，没有直接的供养。有些地方说它就是七支，什么七支呢？就是集资净障的七个部分。

[500] 我们习惯性地把这七个修法称为七支供，其实里面真正供养的只有一个，供养支属于和真实的供养有关。那为什么叫七支供呢？七支都是积累资粮的，而平常讲到积累资粮，我们会自然而然地想到供养可以积累资粮，所以习惯性地叫做七支供。我们也可以通过七种修法对佛菩萨做祈祷，或者我们供养、顶礼等之后，也可以积累资粮，相当于通过行持善法的方式来做供养，我们就可以得到这些功德，也可以从这方面来了解。有些地方说七支供的供字不明显，虽然习惯上可以叫做七支供，但是里面就是七支修法。即积累资粮、清净罪业的七种修行方式。

[501] 这七支就是可以让我们迅速积累资粮的殊胜方便，我们要积累资粮、清净罪业，通过七支会非常的迅速。如果经常修仪轨的道友们就会发现在很多修法仪轨当中都有迎请，融入之后，接下来就是礼赞、供养等等，很多都有七支，有时候加入一支成为八支。比如我们修的怀业九本尊的仪轨，里面就是通过八支的方式来积累资粮，还有很多仪轨前面都有七支。比如《开显解脱道》的莲师修法里面也是以七支的方式来积累资粮，这些在稍微广一点的仪轨里面都有。

[502] 为什么要加这个呢？因为通过这七支来观想、实行的话，相续当中可以生起很多的福德，或者说能够清净很多的罪业。后面我们马上要趣入到通过念咒的方式，和上师相应的前方便。如果把这项工作做好了，相当于说我们要祈祷上师加持的时候，在真正通过念咒得到上师的强力加持之前，应该做好准备。怎么样做准备呢？想方设法地让我们相续当中的福德尽可能深厚，障碍违品尽可能微弱，能够完全没有是最好的。这些做好之后再通过念咒的方式去祈祷加持会比较相应，容易得到上师的加持。在正式的念心咒之前，我们就要学习或者实践七支。

戊二（七支供）分七：一、顶礼支；二、供养支；三、忏悔支；四、随喜支；五、请转法轮支；六、祈请不入涅槃支；七、回向支。

[503] 在平常我们念的《普贤行愿品》的前面部分其实也是七支的内容，有时候把顶礼和赞叹放在一起称为礼赞，即一边顶礼一边赞叹，口里赞叹佛菩萨功德进行顶礼，这就把礼赞放在一起。有些地方也有加皈依成八支的情况。

[504] 不管怎么样，现在我们可以分别来学习一下。当然七支的修法有些是通过很深的方式，比如相应密乘生圆次第的境界来做七支，每个仪轨不一样，有些很浅，有些很深，相应于实相、生圆次第等等方面来做七支积累资粮也非常多。跟随仪轨我们就可以了解，自己以后在念仪轨的时候，如果出现了顶礼、供养、忏悔、随喜等等，就知道是七支集资净障的修法。

[505] 金刚乘道的方便可谓多之又多，加上无需历经艰难困苦，完全是利根者的行境，所以具有广大心力者通过积累资粮、不断修学，在一刹那中也可以圆满显宗在一大劫中所积累的资粮，依此即生当中便能获得解脱。

[506] 这也是我们可以在一生当中获得解脱的原因之一。在金刚乘里面有很多积累资粮的善巧方便，这是非常多的。有些人觉得这些为什么没有出现在显宗的经论、小乘的修法或人天乘的典籍当中？虽然可以出现，但是众生的根基有很多的差别，修法出现在它应该出现的位置比较合适。如果本身的根机没到那么圆满的话，了义的法出现了之后，要不然无视，像没看到一样，没什么感觉；要不然就是接受不了，继而开始诽谤，这样反而会影响到正常的修学。佛菩萨在宣讲、安立很深的法、善巧方便时，总是针对能够接受的修行者，观察怎么样修法对他来讲，不会产生额外的困惑。

[507] 什么叫额外的困惑呢？对大乘根基来讲，比如说空性、自他相换的菩提心等等，我们刚刚学习的时候，也会产生一定困惑。为什么是空性的？凭什么我要放弃自己的利益，一心一意要利益众生？我们也会有些困惑。这种困惑是可以透过我们的智慧，在自己的种性范围当中能够解决的。只要你去学，这些都可以解决。为什么呢？这是大乘种姓可以接受的范围，只不过没有学习过，觉得很陌生。有些困惑超越了自己的接受范围，比如说针对小乘根基来讲，你给他讲菩提心、大空性，对他来讲，这个困惑就逾越不了，他们根本没办法理解。

[508] 因为佛菩萨不会让这种困惑出现在没法解决的根基面前，所以给他们宣讲了能够在自道上面可以顺畅修学的内容。比如小乘的修行者最高就是人无我，就对他们宣讲出离心、人无我、清净的戒律等等，这样对他们来讲，不会造成什么困惑，可以顺利取证他们的果，得到果之后，依此为跳板，在这个基础上逐渐再往上学修就可以了，这是循序渐进。金刚乘的善巧方便不会出现在大乘显宗和小乘当中的原因就是这样的。

[509] 密宗的方便是非常多的，这不是别的方便，而是可以让我们相续、心性迅速现前，让我们的资粮迅速圆满或者罪障很快清净的方便，在密宗当中非常多。

[510] 加上无需历经艰难困苦，像大乘显宗那样的艰难困苦是不需要的，完全是利根者的行径。我们打个比喻的话，比如要去很远的地方，在一般情况下，可能需要穿越森林、戈壁、沙漠等等很多恶劣的环境，还很多的盗匪、毒蛇、猛兽等等。从陆地上走时间会很长，然后也很辛苦。有些人不需要走路前往，他通过其他的工具，比如坐飞机等等就可以逾越过去，有这个能力就不用在地上走了，能够避免这些问题。在地下走会感受刮风下雨，他在天上飞，下雨对他来讲没有什么影响。有些人可以这样，我们不能说凭什么我在下面走，你上面坐飞机？我是通过很辛苦的方式到达了目的地，听见别人说他没经过辛苦的方式轻松到达了。觉得怎么可能呢？没什么不可能的，这就是不同的情况。

[511] 密乘当中具有善巧方便，对于利根者来讲，不需要经过很多的苦行就可以迅速的集资净障、圆满功德，这方面就是利根者的行径。在密宗当中不需要历经很多艰难，在三个无数劫当中去辛苦的积累资粮。为什么这样讲？这是利根者的行径。小乘的修行者虽然历经了很多的痛苦，但还是没办法获得菩萨果，通过自道是无法成佛的。比较而言，虽然地狱的有情所受的痛苦是最大的，但是受完苦之后什么都没得到。只不过就是通过地狱受苦的方式偿还了以前错误的行为，额外不会产生什么功德。通过受苦不会对他的解脱有利或者获得安乐。因为做错了事情，所以现在就通过这种方式来偿还，仅此而已。不会因为时间也长，而且非常痛苦，所以最后他从地狱当中出来之后，就变成一个福报最大或者解脱最快的人，这是不会的。

[512] 艰难困苦也有不同的情况，密乘的行者、大乘的行者、小乘的行者，他们为法苦行、经历痛苦都是有意义的，而其他的痛苦没有意义。我在这里说的意思是有些修行人从原理上来讲，可以通过不太受苦的方式来证悟佛果。这从原理上来讲，没什么不可能。不能说我们的某某祖师就是经过苦行成就的，密宗当中说的就是不可能的。虽然可能在你们的这个道当中必须要经过苦行才行，但是不能依此而说其他的道没有不经过苦行而成就的方法。众生的根基不同，有利根者，也有中根者，还有下根者，还有一些是断种姓者，暂时来讲不想解脱的也有很多。这种利根者的行径就可以无需经历很多的艰难困苦而尽快的圆满资粮。

[513] 具有广大心力者，他的心力很大，心力大的特征有两方面，一方面来讲他可能是发了菩提心的，大乘行者的心力很大，他是为了利益一切众生而修行，或者说他不考虑自己的利益而修行。另一方面是他对于所有的善巧方便都可以接受。人中也有很多的差别，有些人接受新事物特别快，他们对于高科技、新事物接受的能力很强，完全可以接受；有些人很古板，对于新事物迟迟不愿意接受，根本接受不了，有很多不同的情况。密乘的行者对于很开放的



实相、一切客尘都不存在，或者说一切众生本具佛性等很多可以迅速圆满资粮的方法完全可以接受。心力广大不单单是说菩提心，类似于显宗那种发菩提心，利益一切众生可以叫做心力大，另外一个心力大的体现，就是他对能够快速成佛的修法完全可以接受。

[514] 为什么不可以一生成佛呢？一定可以。里面的很多原理，通过善知识稍微讲解之后，他完全可以了解，认为的确是这样的，这也是广大心力。而菩提心的力量也大，再加上对于万法实相的所知之心也很大。在这种情况下，就是上根利智的具体体现。不然利根者体现在什么地方？不是说谁的钱多、谁长得漂亮，利根者不是这样的标准。密乘当中的利根者心量很大或者对实相接受的程度、慧根信根等等非常超胜。

[515] 具有广大心力者通过密乘当中所开显的方式修行，比如说很多现在修加行的道友对于曼荼的修法没有什么疑惑，对于金刚萨埵的修法也是特别欢喜，这些都是利根者，他们对这个法能够完全接受，而且也正在用。虽然修的时候可能还不是那么标准，但是他能够使用，足以说明起点很高。比起其他的同等修行者，他在这个过程当中，其实已经积累了很多不可思议的资粮。因为他的修法很殊胜，如果通过这种方式不断修学下去，积累资粮的速度会以几何级数增长，所以具广大心力者通过积累资粮不断的修学，在一刹那当中就可以圆满显宗在一大劫当中所积累的资粮。

[516] 因为他的心力、智慧和善巧方便，最后可以达到在一刹那圆满显宗一个劫中积累的资粮。有些地方说一个刹那是属于时间刹那，即一弹指六十个刹那。有些地方说这是成事刹那，比如今天修了一座曼荼或者观修一座上师瑜伽等等，叫做一个成事刹那。在一个刹那当中就可以圆满显宗一个劫，不管是哪一种刹那，时间都是很短的。显宗在一个大劫当中辛辛苦苦做布施、持戒、安忍等等积累的资粮，有些修行者就在一刹那当中可以成办，就像前面用的比喻那样，你走路、别人坐飞机，别人飞机一个小时所走的路程，你不知道要走多久。你在下面辛辛苦苦的走，还要休息、吃东西等等，可能别人坐飞机一个小时的路程，你要走一年，才可以到达。密修行者如果真正具备条件，的确可以在一个刹那当中，圆满显宗一个劫当中积累的资粮，甚至于更加超胜。既然可以一刹那圆满一大劫，以这样的速度完全可以在即身当中获得解脱。这个解脱是什么意思？这个解脱就是成佛。很多地方都讲密宗即身解脱，这不是那种泛泛地解脱，而是很肯定地说这种解脱就是成佛。所成的佛是什么呢？就是和释迦牟尼佛一模一样的佛，在一生当中完全可以成办，就是这样的原理。

[517] 前面我们一再讲，在《宝性论》等显宗义的经典当中讲，一切众生本具佛功德。我们的佛性里面隐藏的等待开发的佛功德，和已经开发完了释迦牟尼佛的佛功德，从本性上来讲没有丝毫的差别，有差别的就是佛陀释迦牟尼佛佛性上面的障垢没有了，而我们还有障垢。整个成佛的过程，其实就是让障垢消灭的过程。而利根者认定障垢就是虚妄的，它不是实有的，属于虚妄分别。他完全把障垢划在心上面，就是通过迷乱产生的所谓垢染。当我们能够把垢染认定为迷乱，完全知道所有的障垢、客尘其实都是它的本性，就是属于迷乱而已，没有实实在在的障垢，就是迷乱，就是对实相不认知，而导致在心识上面安立的能取和所取。如果修行者能够把障垢、客尘完全认定是迷乱的时候，其实他能够认定障垢的迷乱，对于清净障垢来讲，已经成功了一大半。他从见解上面了解了本具功德是怎么回事，然后障垢是什么，而且知道障垢完全可以很快的清净。

[518] 为什么可以很快清净呢？因为它本来就是不存在的，如果你的智慧达到了这种高度，其实根本不必专修一些灭垢的法，只要安住本性自然就远离了，为什么不可以呢？完全可以一生成佛。如果你的能力够大的话，或者说你见解摄持了一些善巧方便，完全可以在很短的时间当中把所有障垢灭掉，灭掉的原因就是说障垢是假的，本性不存在。如果你能够认识到这个，安住这个本性，有什么不可以迅速去掉的呢？这也是密修行者在见解上面的优势，他们具有全方位的优势，本身的根机，以及对于教法的特点、本性，和障垢本身、去掉障垢修行的认知，都是通过相应于本性的方式去修行的，这不是拐弯抹角的方式间接来讲，就是很直接来讲。

[519] 利根者完全能够接受直接宣讲的方式，也就可以在一生当中获得解脱，而且这个解脱就是成就和释迦牟尼佛一样的佛果，完完全全可以获得。我们以前也分析过，很多人觉得没办法获得佛果的疑惑之一就是成佛之后为什么没有显现和释迦牟尼佛一样的相好，这一点在显宗的很多经论中都有解释，就是说在一期教法当中，只有一个显现相好的导师，即便你是佛也不能显现佛的事业和相好。真正能够显示佛功德的佛陀叫做显化，通过极为明显的佛的方式来调化众生的就是释迦牟尼佛，从迦叶佛到弥勒佛之间只有一尊佛可以这样显现，还有很多佛叫做密化。

[520] 其他佛到了娑婆世界只能密化，怎么密化呢？不能显现佛的样子，虽然你是佛，但是不能显现。你可以显现成声闻、居士、比丘、菩萨，反正就是不能显现佛功德。比如佛陀讲法的时候，其他的佛过来做客这是可以的。因为佛陀自己是教主，在他的教法里面只有一个导师，所以很多佛经当中，讲到其他世界的佛他们过来做客以后还要回去。这也是说明了这个问题，在一个教法当中，只有一个能够显现汉地讲的八相成道，藏传佛教讲的十二相成道，这样显现相好、佛事业的就是一尊。当时的文殊菩萨、观音菩萨其实都是佛，大家都知道，他们都是佛陀的化现，就是显现弟子身份。维摩诘居士有些地方也说他是佛，他显现的是居士身相，没有显现真实的佛功德，这不是显化而是密化，密化的意思就是这样。

[521] 我们了解这样的方式之后，如果密宗的弟子通过密宗的修法成佛了，也会遵循这个规矩，不会显现相好。虽然他们本来是可以显现相好，但是为了佛法整体利益的缘故。这些成佛的弟子有时最多显现得比以前好看一点、健康一点、肤色再光亮一点，或者说寿命再长一点，这也就了不得了。会不会在成佛之后，一下子显现一个释迦牟尼佛样子？他不会。因为他知道这样显现，可能会引起世间的混乱，这是不会错的，所以他不是没有能力显现，而是说在这种情况下，按照佛和佛之间或者教法的特点而言，他不会这样显现。不显现不等于他显现不了。就像有钱的人不一定把钱堆在身上，然后到处显摆一样，他也可以很低调。虽然低调，但是不等于他就是一般人。

[522] 我们这里面还要说明一个问题，不是说你成佛了就必须显现相好，既然可以显现相好，当然也可以不显现相好。假如成佛了必须显现相好，没的选择只有通过显现相好才能成佛，像这样肯定就要显现，我们就会在世间当中看到很多佛，并不是这样子的，不是说成佛之后必须显现，否则不行，你可以显现，也可以不显现。成佛之后，他可以在自己刹土当中显现佛的形相，也可以在娑婆世界当中继续通过人、旁生的形相等利益众生。因此密宗当中即身成佛完全是可以的，虽然有这个功德，但是不一定显现这么明显的功德。或者说如果其他的众生具有福德、根机清净的话，也会看到佛菩萨的相好。就像无著菩萨通过十二年苦行，罪障清净了之后，他也可以把母狗完全见为弥勒菩萨，其他的众生如果善根清净，也可以看到很多寺院当中佛菩萨的显现。这里讲到通过金刚乘道的方便，利根者可以获得解脱，而且这个解脱就是完全可以成佛的。

[523] 无上密宗的福田中堪为之之最的也必定是指独一无二的金刚阿闍黎，

[524] 本来密宗就是一个可以快速积资净障、快速成佛的修行方式。在这么多密宗积资净障的方便当中，什么是最快的？最快的就是金刚阿闍黎，密宗当中最快、最殊胜当中，就是依靠金刚上师来积资净障，所以说，无上密宗的福田当中堪谓之之最的也必定是指独一无二的金刚阿闍黎。

[525] 所以七支供也附上上师瑜伽后面来讲。

[526] 这些修法能够让我们更快地积累资粮，前面教证里面也讲，于一刹那当中在头顶、心间、肩上、手掌上，观想上师，这样的修法可以积累很多的福德。把七支供附上上师瑜伽后面来积资净障，也是非常殊胜的。

[527] 积累资粮的无量法门全部可以包括在七支供之中。

[528] 积累资粮的无量法门全部可以包括在七支供之中，而且七支供所缘的对境是什么，这是对谁做的七支供呢？七支供是修法，对境也有差别。比如说对父母、出家人、佛做和对金刚上师做七支，都是不一样的，这些对境具有差别，对境当中有些是恩德胜，有些是功德胜。虽然七支是一样的，但是对境也有差别。本身最殊胜的就是金刚上师，再加上对金刚上师做七支供养，所积累的功德就会更加殊胜了。

己一、顶礼支：

[529] 下面我们来看通过七支积累资粮的方法。第一是顶礼支，这里面稍微讲一下，前面我们也是在头顶上一肘高的地方观想上师，是不是这样的？如果是这样，按照以前的规矩来讲，观在头顶上面和我们是一样的面向。这个地方做七支的时候，前行和讲记里面都没有提面向到底是怎么样，有没有转变啊？很多修行者，如果一直观在头顶上，和自己一个面向的话，好像顶礼供养起来很不舒服，觉得不习惯。本来这就是观想，不是固定的，所有的修法都是安住在如梦如幻当中，没有实有的体性。不管怎么样，我们只要观想上师对他进行顶礼就可以了。

[530] 因为我们有很多分别念，所以觉得如果观在头顶和自己一个面向，那怎么去顶礼呢？觉得很别扭。有些地方说如果你在做七支的时候也可以临时观想上师在前方虚空当中，和自己面对面，这样对他顶礼供养，然后祈祷加持，这方面没有什么决定性，也不是不能变换的。



[531] 还有一个问题，我们可以不管是否观在头顶，反正要知道朝着上师去顶礼皈依就可以了，他在任何一个方向都可以，这样就不会什么困惑了。如果还有困惑的话，我们在顶礼供养做七支的时候，把上师观在前方虚空当中面对自己，然后像这样朝着他做顶礼供养。如果我们觉得这样能够顺畅的修行，这样观想也没有什么不可以。

[532] 这是顶礼支，后面还有四灌顶，也有类似的一种问题。我们觉得如果观在头顶上做四灌的话，有点不习惯；如果在对面的虚空当中得四灌顶比较习惯，这也是修行者的习惯问题。如果我们习惯之后，不管哪个方向，是不是面对面都可以，观想在我们心间难道不能得到四灌顶了吗？其实还是可以。那个时候怎么办呢？其实主要是通过我们的信心去得受，至于怎么样观想舒服，都不是主要问题。如果我们觉得这样那样观想比较舒服，或更容易生起道的相应，稍微调整一下也没什么不可以的。

[533] 观想自身化现为成百上千无数无量刹土的微尘数，无边无际的一切众生也与自己一同顶礼，念诵下文：

[534] 顶礼的时候也有一个窍诀，就是我们顶礼的过程中，尽量使用自己的观想力，观想自己化现幻化了无量无边，犹如大地的微尘一样多的身体同时顶礼。就是说自己有这么多的身体同时向上师莲花生大士顶礼，这样的功德非常大。不单单是自己，还要观想一切众生，所有的众生和自己一同顶礼。如果自己心力很大就可以这样观想，当然这也需要训练。刚开始我们怎么也想不出来到底有多少众生。

[535] 以前我们在学院讨论的时候，有些道友说，我观想众生怎么观也只有几十、一百多人怎么样也没办法增长；有些道友说，观想三千大千世界的时候，他只能观一个水洼或者湖那么大，在一个大如三千大千世界的大海上面，漂浮着一个木碗，对于盲龟值木观不了。他们可能是没见过大海，只是看到过一些比较大的湖而已，或者说观想力有限，有些时候只能观想佛学院的山沟里面充满了水，就像盆里面有一个东西漂在上面，下面一只乌龟，觉得这就可以了。如果观大的话，可能就会出现这样那样的情况，这些问题都可以克服。可能是不习惯，我们在修的过程当中，就要训练自己的心量越来越扩大，习惯之后可以观想无量无边的众生充满了三千大千世界，这也是训练的过程。此处观想无边无际的一切众生与自己一同顶礼，然后一边顶礼，一边念诵。

[536] 舍 大利扬各德逆德 舍我身化为尽刹土

[537] 那巴这为夏擦漏 无边无数而顶礼

[538] 这个“舍”字，是有些佛菩萨如观音菩萨的种子字。观想之后，“我身化为尽刹土”，我的身体化成尽刹，就是所有刹土的灰尘数量一样多的、这么多无边无数的身体而顶礼，以这样无量无边的方式向金刚上师恭敬敬地顶礼，一边顶礼，一通念诵这二句，按照这里的仪轨应该是这样的。这个仪轨里面顶礼支、供养支、忏悔支等每一支都有单独的颂词。按照其他的窍诀，我们在顶礼的时候，要不然就是和皈依偈一起修，要不然就单独以七支供的偈颂来修，但是这里只有顶礼支的颂词，并不全。所以，按照法王如意宝他们的窍诀，我们在顶礼，比如说修十万次顶礼的时候，可以按照圆满的七支供的颂词来念诵：“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。”这个颂词四句话就包含了所有七支的内容。我第一次修加行修顶礼就按照这个念的，当时，上师老人家传完前行课开始修顶礼，就按照这个颂词来念的。后来修的时候也有念诵其他的偈颂，比如这次顶礼的时候是与法王如意宝的上师瑜伽合修，念诵的是法王如意宝的祈祷文，无论如何上师怎么说，我们就怎么做，像这样是最好的。

[539] 当然按照这两句来念也可以，念七支也可以，然后念法王如意宝的祈祷文也可以，从某些侧面来讲都是可以的。

[540] 一般来说，修行引导没有完成五十万遍的人，顶礼与皈依偈等合在一起来修也可以，

[541] 如果自己还没有完成五十万，但是有点赶时间，比如说要传密法了，时间不够了，然后在时间不够的情况下边做十万的顶礼，一边就把十万的皈依依加进来，顶礼一次念一次皈依偈，这样十万的顶礼完成了，十万皈依也就念完了，二十万遍加行同时修完，但上师老人家在这里并没有有鼓励这个修法。以前也有这样修的传统，一边顶礼一边皈依，这个也算五十万圆满，如果实在是很忙，也不是完全不可以的，但是本来安排修加行的时间就很长，有比较富裕的时间，我们看上师老人家的安排，按照上师的教言来做是非常好的。

[542] 尽管也有这样的修行传统，但是这里作为真实顶礼的引导，与上师瑜伽合在一起来修是最为适宜的。

[543] 尽管有这样的传统的修行方式，但是这里作为真实的顶礼引导的方式，和上师瑜伽合起来修是最好的。还有一种传统，五加行讲到上师瑜伽、顶礼，如果按照五加行修法的次第，应该是修完曼荼之后再修顶礼，因为顶礼是和上师瑜伽一起修，但是在上师们的传统当中都是在修皈依之前，首先把顶礼修完，基本上都是这样做引导的，这是上师们根据众生们的实际情况作的安排。而真正的上师瑜伽的修法没有把顶礼放在上师瑜伽里面，而是把莲师心咒作为上师瑜伽的真实修法，所以，顶礼可以放在这里，也可以放在前面，把顶礼首先修完这样也是可以的。这里讲与上师瑜伽一起修是最为适宜的。

[544] 顶礼的时候，身顶礼就是指身体作礼拜；

[545] 这里解释顶礼，有身语意的顶礼。在不同的经典当中，对顶礼的诠释也不同，有的地方说下等者是以身语意恭敬敬地五体投地来顶礼的；中根者相似的安住在实相当中来顶礼；上根者证悟和上师无二无别来做顶礼，什么都不需要做，他完全证悟了自己和上师无二无别，这已经在顶礼了，这种顶礼完全没有傲慢的。有的时候说顶礼是要打破傲慢的，对顶礼的对境完全接受、生信心、生恭敬心，能够安住和实相、对境无二无别的境界，其实这就是顶礼，他并不一定要做真实的礼拜的动作，但是他这种见解，安住在实相当中是至高无上的顶礼。在很多修法当中，比如，法王如意宝讲《文殊大圆满》的时候，对顶礼就是有这种安立的方式。

[546] 顶礼的时候，身顶礼指身体作礼拜，不同的传统有不同的礼拜的方式，下面还要介绍身体怎么样做礼拜，是以五体投地的顶礼方式。

[547] 语顶礼是指口中念诵顶礼句或祈祷文；

[548] 比如这里面的这两句：“我身化为尽刹土，无边无数而顶礼。”这是念诵的顶礼句，或者念诵法王如意宝等的祈祷文，还有些大德是一边顶礼一边念三十五佛忏悔文，有很多不同的修行方式。

[549] 意顶礼是指满怀诚挚恭敬的心意念：上师您无所不知，我全心全意依赖您。

[550] 意顶礼就是内心当中充满了信心，然后通过满怀诚挚恭敬的心意念，主要是恭敬心和信心：上师您无所不知，我全心全意地依赖您，一边顶礼一边这样想。修上师瑜伽的所顶礼的对境是上师，修法王如意宝的上师瑜伽，顶礼的对境是上师法王如意宝，对所顶礼的上师：您无所不知，您是真实法身自性的上师，我全心全意地依赖您。内心当中生起这种恭敬心特别重要。相对来讲身体做的动作和内心当中的心态比较起来，假如说必须要作一个比较的，当然内心当中的恭敬心是更重要的。但是内心当中有了这样的恭敬心，是不是就意味着不需要做顶礼了呢？也不是这个意思，我们要做顶礼，因为有必要，通过世俗的缘起，按照这样的标准的顶礼动作，的确是可以圆满资粮、清净罪业，可以和上师相应，也可以打破傲慢，有很多很多不同的功用。如果只是对上师生起信心，缘起方面就不一定那么齐全，每个事物都有不共的缘起。

[551] 其实在顶礼的时候身语意三门都可以做功德，身语意都不浪费，统一起来作功德，身体以顶礼方式、口里念祈祷文的方式、心安住在对上师诚挚的信心当中来集资障来，身语意三门都和上师不断地相应，随着我们一次一次的顶礼，其实就是一次一次和上师相应的过程。这就是通过顶礼来和上师相应。其实从原理上来讲，每一次的顶礼就和上师的本性相应，因为顶礼的是上师，所以顶礼一次就和上师的本性相应一次，再顶礼一次就又相应一次，所做的都是和上师相应的训练，顶礼的次数越多，就和上师越相应，这就是和上师相应的真实可靠的方法。

[552] 还有一种和上师相应的方式就是念心咒，其实通过顶礼、供养、忏悔、随喜等等方式来和上师相应，都属于上师瑜伽的分支，如果是在本尊法当中，七支就是和本尊相应的分支，这里上师瑜伽仪轨里面出现的，就是上师瑜伽修法的分支。上师瑜伽的本体是什么呢？就是念上师心咒，相应真实的本体，从这方面来理解。

[553] 并观想我与一切众生一同顶礼等身语意三门集中精力这一点至关重要。

[554] 观想我与一切众生，因为无论如何，所有的行者都要相应大乘的思想，要利益一切众生，不单单是我自己修，而是一切众生都要和我一起观修，这就是时时刻刻不忘众生的大悲心的具体的体现。观想我和众生一同顶礼等身语意三门集中精力这一点至关重要，顶礼的时候集中精力是相当关键的。

[555] 下面讲如果不这样做的过患。

[556] 如果不这样，而是一边顶礼一边东张西望，胡言乱语，心不在焉，



[557] “东张西望，胡言乱语”，首先是心乱，心是散乱的，心一散乱，心不在焉的时候，自然而然就会东张西望，本来顶礼的时候就应该把顶礼本身作为一次禅修，禅修就是制心一处，就让自己的心不外散，在顶礼的过程中也可以训练自己的禅修，认真地按照所提示的内容该观想就观想。如果在整个过程中都按照法义来观想，没有超出身语意顶礼的范围的话，其实这就是在训练自己的心，安住善所缘的训练。如果自己的心散乱，那么顶礼的功德就会大打折扣，本来应该获得的功德、功效，因为自己没有注意的缘故就大打折扣了，一边作顶礼，一边在东张西望，胡言乱语。东张西望是身体没有符合标准，胡言乱语就是语言上没有念诵该念的祈祷文、顶礼句，心不在焉是心没有安住在恭敬、诚信，没有观想一切众生，也没有安住悲心等等。

[558] 当右方有人来来往往、说话交谈时，眼睛与心思便转向右方，结果双手也就合十到左脸颊上面了；

[559] 如果右边有人在来来往往时，自己就往右边看，自己的手就自然地放在左脸颊上面了，经常会出现这样的情况，这是不合理的。

[560] 当左方出现类似的情况，眼睛心思又转到左方，这样一来双手又合十到右面颊上了。

[561] 在做顶礼的过程当中也是出了各式各样的状况。虽然我们的心在没有真正获得证悟之前，没有调伏之前都是散乱的，但是我们在修顶礼的过程中，应该尽力地摄持住自己的三门六根，把自己的注意力放在现在正在做的法上面。以前乔美仁波切等很多大德讲，有些善根是属于散乱的善根。什么叫做散乱的善根？比如做顶礼就属于散乱的善根，相对来讲，不散乱的善根就是指观心性，观心性就是不外散的，不散乱的善根。而像转佛塔、转坛城、顶礼，这方面是属于散乱的，因为没有安住内观、安住实相，所以从这方面来讲已经是属于散乱的善根。但这个散乱是针对于现实来讲的，从这个侧面安立散乱的，并不一定是那种意义上不好的散乱，所以我们在顶礼的时候，虽然它本身是属于外散的，但还是应该在这个过程中摄持住自己的六根和三门，作为我们的一个训练，让每一次的顶礼都是一个标准的顶礼，这样是最好的。

[562] 我们在顶礼时，嘴里念诵是念习惯了，不会不念或念错，然后身体作顶礼的姿势，稍微注意点也容易符合标准，就是这个内心不好管，管不住心思，会想很多。但是我们内心当中是不是只想一个呢？也不一定，只要是修顶礼有关的范围当中的善所缘都可以轮番地想，有的时候观想上师，手放在头顶上怎么观，放在喉间怎么观，放在心间怎么观，观旁边的众生和我一起顶礼，观我化现无量无边，反正在这个范围当中都可以轮番的观。但是和这些无关的那些事，比如股票怎么样了？等等那样这样的事情就不要想了，否则，自己修法本身就没有意义了。本来我们众生就是心思严重外散在世俗欲望当中，好不容易把这个时间留出来用于修法，在修法时就训练自己尽量不要散乱，把自己的心一次又一次地拉回到善所缘上面来，这也是一种训练。

[563] 所以，我们必须清楚地认识到，如果思想涣散、随境所转，只是身体在那里东倒西歪地进行顶礼，除了自己的身体白白受累以外没有任何实义。

[564] 我们顶礼就应该做标准的顶礼，就应该让顶礼有实义，如果在顶礼的时候思想散乱，随境所转就没有什么实义，尤其是现在，以前没有，有时我们顶礼时把手机放在旁边，顶礼几下就瞟一眼，看有没有新消息来，有的话就哔哔回一下，然后再做几个顶礼，一边顶礼眼睛一边瞟手机，屏幕一亮就又看看，这样就没有必要了。这叫做的散乱，在二十年前没有这种散乱，最多是人走走去，你看一下，现在没有人走，你也会看旁边的手机，这是要注意的。既然要顶礼就暂时不管，把手机放到其他地方去，好好顶礼，顶礼完之后你去回复都可以。因为修法的机会很难得，我们在修法时尽量让修法变得有意义，真实地能够积累资粮，让它变得有质量，也对得起我抽出来的时间。

[565] 思想涣散、随境所转，身体在东倒西歪地进行顶礼，如果谁有能力就以此拍一个电视剧，怎么样顶礼的方式，各式各样的状况都可以拍出来，让我们看一下顶礼过程中会发生什么情况，这当然是开玩笑。像这样在顶礼的时候东倒西歪，其实除了身体受累没有任何实义，也就是说没有大的意义，本来我们顶礼是为了和上师相应的，但是和上师相应的目标没有达到。我们每次作顶礼都要和上师相应，但是就在我一次次顶礼，趴下去站起来的过程当中，没有一次是相应的，像这样意义不大；但是如果一天天、一月月认真做顶礼，十万加行做完了就真正和上师相应了，只不过相应的程度跟随自己内心当中的智慧、信心有差别，但是我是认真地在和上师相应。所以，应该让修法变得有意义。

[566] 不懂佛法的人，比如说我们的家人等其他的世间人，他们觉得我们顶礼是没有意义的，我们不要真正变成他们说的那样，顶礼是没有什么意义，他们是不理解顶礼是干什么，这样一次又一次地磕头，到底有什么意义，“你这样磕头就能把钱磕出来吗？”他们觉得这是不可思议的事情，是没有意义的事情。我们觉得有意义、有功德，但是功德在这个过程当中没有产生，真的变得和他们说的一样没有意义了，所以，我们还是尽量让顶礼有意义，变成真实的顶礼，这是很重要的。当然是不是完全没有意义？也不是，你的对境是上师，哪怕你做一次这样的行为，都还是有意义的，但是应该有的意义得不到，只是附带了一些表层、皮毛的意义，本来可以得到骨髓的意义，但是没有得到，所以意义不大，本来可以得到更多，就因为在这个过程中没有认真，损失了很多很多你该得到的功德。

[567] 尤其是失去了和上师相应的机会，这里面每次都是和上师相应的，但是因为没有重视错过了，一次又一次错过了和上师相应的机会。如果我们在和上师相应的训练当中，一次又一次错过，那最后就会真正错过和上师相应的最终的果。如果我们把每个修法都按照标准认真去做的话，那么我们最后就可以和上师相应，真正得到上师的加持，生起功德，生起证悟，这方面都可以得到。但是如果我们没有认真做就丧失了机缘，你去找原因，从哪里丧失的？我也做了，他也做了，为什么他就得到上师的加持成就了？我还是众生，我还没有相应，到底原因在哪里呢？原因就是在顶礼的过程中一次又一次的散乱，一次又一次没有重视，念诵时没有相应，你的因是这样的散漫，那你的果肯定是散漫的；如果你每次都做得很认真，虽然不能马上发生一个很大的变化，但是逐渐地在转变，因为每次都认真，这样到认真的结果最后就会发生很大的变化，可以证悟等等。

[568] 不仅如此，而且顶礼的时候双手必须宛如含苞待放的莲花一般空心合拢，绝不可以掌心毫无空隙地并拢或者仅仅以指尖接触等等。

[569] 下面就告诉我们顶礼的一些姿势，第一个基本的姿势就是合掌，合掌在这个过程当中是自始至终不变化的，除了最后趴下去的时候手掌会松开之外，在顶礼过程当中都是合掌的方式。那么是怎么样合掌呢？这里面讲像莲花苞一样，做顶礼的时候，双手犹如花苞待放的莲花一样空心合拢。合掌的时候掌心是空的，如果量化的话，里面可以放颗鸡蛋，如果有强迫症，可以手里握个鸡蛋试一下。但这里仅是表示，里面是空的就可以了。手掌的掌缘都要接触，但是掌心是空的，像这样空心合拢。

[570] 这里面说按照我们的传统绝不可以掌心毫无空隙，就是说不可以并得很拢。但这个是不是完全不可以呢？上师老人家在讲记当中也讲了，在汉传佛教里面，就专门强调合掌必须要合实，掌心不能空，必须要抵得很紧，这样才有实义。我们的传统，空心是相应于现空无二，有这个意义；汉传佛教说要合拢、合实，不能是虚的，顶礼应该诚心实意的，所以表现出来就是掌心合拢。其实在不同的传承当中这样都可以，如果你在这里和大家一起修本派的加行，那么你就随着大家一起，掌心不要合实；如果你跟随汉传佛教的修行者一起礼佛，那就应该按照他们的规矩。有些修行人心态很开放，觉得都是可以的，但有些人特别执著，认为你必须要怎么样合掌。

[571] 我在出家之前，顶礼的时候都被别人说成外道，因为我按我们的传统去顶礼的。有一次，在一个寺院，有个居士他看我顶礼就开始纠正：应该怎么样顶礼。我那时年轻气盛，现在可能会随顺一下，当时没有随顺，他纠正了三次，我都没有管，然后他就开始有点不高兴了，说我是外道，说了很多很多。可能有些道友也是这样的，觉得我们这个传承才是对的，别人都是不对的。但是上师老人家在这里讲了，其实每个传承当中都有不同的顶礼方式，我也看到过很多种顶礼的方式，韩国的顶礼的方式也不同，藏传佛教里面还有很多细微的不同的姿势、顶礼的方式，不同的地方都有不同的传统。华智仁波切最后说，总而言之，顶礼是表示恭敬的方法，每个地方都有自己的传统，只要按照传统做就是对的。

[572] 还有一个问题，我们不要以我们的分别念去改造，有些人顶礼的方式是把汉藏合一了，我见到过，有时候我也会规劝，就是前面站着的时候是按照藏传佛教的方式在顶礼，最后趴下去的时候按照汉地的姿势翻掌接佛足，这个在我们传统当中没有。有些人喜欢合一，其实如果上师们没有这样讲，我们就不这样做，没有意义或者可能意义不大。并不是说没有功德，而是说很多时候我们的想法太多了，如果这个方面你愿意去合一，那个方面也去合一，最后就全都乱了，别人说，你可以合一，那我也可以合一，这样下去整个传统就没有了，全部按照自己的分别念在修行，这样也不好。

[573] 在某个范围当中，有些地方稍微改动一下、调整一下没问题，但是习惯了就不好了，前面我们一再讲过，上师老人家讲的这个原则，仪轨怎么做我们就怎么做，这是最保险的，不要去改动。但有些时候如果上师们说，这个地方可以稍微的调整一下，这是可以的，上师有他的标准。

[574] 有些地方说掌心必须要合拢，咱们这里讲不能够合拢，合拢是不好的。而且还有一个，仅仅以指尖接触也是不好的，什么叫仅仅以指尖接触呢？合掌本来是手指、指尖、下面的掌根、掌缘都应该接触，但有些人没有，他就是指尖接触，下面全都是空的，没有接触，这也不好。当然我也见过有些大



德，在念经的时候只是指尖接触，有一个大德，也是我的一个上师，他在念经的时候好像就是法本里面讲的标准指尖接触。但是大德们的修法是不可思议的，我们不敢去胡思乱想，可能就是为打破我们的实有的分别念。

[575] 我们一般的凡夫人，就按照传统来做是不会错的。并不是说完全一成不变，比如说，掌心到底能不能合拢？这里面就成了一个明显的矛盾了，这个地方说绝对不能够合拢，有些地方说必须要合拢，那么怎么去调和呢？的确矛盾很明显，但是我们只要按照传统来做就可以，因为在上师列举的若干种合掌当中，同时提到可以并拢，也可以掌心放个鸡蛋的方式合掌，两种都可以，还有很多顶礼的方式，所以，按照传统来做就是对的。

[576] 如《大解脱经》云：“如莲花待放，合掌于顶上，无量身云聚，敬礼十方佛。”

[577] 显宗的《大解脱经》说，如莲花待放一样，指合掌的姿势像莲花苞的形状；“合掌于顶上”，合掌在顶上顶礼；然后“无量身云聚”，就是观想无量无边的身体，犹如云聚一样很多很多，敬礼十方佛。

[578] 如《功德藏》中说：“并非随意身顶礼，心间合十恭敬相，合掌当如莲花苞，或如嘎乌盒之形。”

[579] “并非随意身顶礼”，就是说应该有传统的，顶礼的时候不能够按照自己的想法去做，当然佛陀在经典当中也是有示范的，也讲了应该怎么样顶礼。然后“心间合十恭敬相”，对我们来讲，首先在顶礼之前，第一个动作就是在心间合掌。“合掌当如莲花苞”，心间恭敬相就如莲花苞一样，或者如嘎乌盒之形。法本里面也画了两种，一个是莲花苞的合掌，一个是嘎乌盒的合掌，我们平时做的一般是嘎乌盒的合掌，但是掌心也是空心的。

[580] 接着依次下来，合掌在头顶清净身障，

[581] 在心间合掌完之后，依次下来第二个动作，就合掌在头顶清净身障，就把自己的双掌放在头顶上。以前我在顶礼的时候，很长一段时间都是放在额头上，但是上师说放在额头上是不行的，必须放在头顶上，这是第二个动作。第三个动作放在喉间，第四个动作放在心间。我们自己要懂，而且也要教刚学的道友按照规范的方式顶礼，如果你自己都二合一了，你教别人肯定也是二合一的，这样就不对了，我们必须要按照规矩，虽然有些人可能有别的传承，但是在这里应该按照前行的标准来做。

[582] 合掌在头顶清净身障，在头顶合掌的时候观想身体的所有的障碍清净了。十不善当中的杀生、偷盗、邪淫，这些是属于身体的业，身体的障碍，合掌在头顶的时候观想通过身体做的所有障碍都清净了。

[583] 合掌在喉间清净语障，

[584] 十不善当中的妄语、恶口、离间语、绮语，平时我们生活工作当中也说了很多很多，合掌在喉间的时候就观想这四个语业也彻底地清净。

[585] 合掌在心间清净意障，

[586] 贪欲、害心和邪见这三种意业，在合掌心间的时候观想彻底清净。

[587] 然后五体投地。

[588] 然后跪下去五体投地。

[589] 所谓的五体是指前额、两手掌与双膝。

[590] 前额是一个，两手掌是两个，然后再加上双膝，这是五体投地。

[591] 五体着地而礼拜有清净五毒烦恼的障碍、获得身、语、意、功德、事业五种加持等必要，

[592] 为什么要五体投地呢？五体投地，即五体着地，五体是有五个数字，从清净的方面来讲是清净五毒烦恼，就把我们的贪嗔痴、嫉妒、傲慢，这五毒全部清净；然后从获得的方面来讲，是获得身、语、意和功德、事业五种加持，比如说金刚身、佛陀的殊胜的语功德、无漏智慧，还有佛陀功德、佛陀事业。我们在五体投地的时候首先获得佛陀的身、语、意、功德、事业五种加持，最后我们也会成就这样五种殊胜的功德。

[593] 因此我们要这样来做。

[594] 所以说，我们应该这样来做，按照如理如法的方式来做顶礼特别重要。

[595] 站起身时腰应挺直，身体站立双手合掌，

[596] 这是完成一个顶礼，如果是汉传佛教还要说要翻掌接佛足，在这里面没有，趴下去之后不用翻掌，就把自己的双掌按在地上之后就算圆满了。站起身来之后，腰应挺直，但是不要刻意的去挺，站直了腰就比较自然了，因为修法也是需要契合于中道，太弯了太随意了不行，但太紧了也不行，觉得腰应该挺直，挺胸拔背，刻意非常挺直，这个也没有必要，反正站直就可以了。然后身体站立起来之后，再重新双手合掌，按照前面的程序重复。

[597] 再按照前面那样重新匍匐顶礼。

[598] 先是在心间合掌，然后头顶、喉间、心间，然后趴下去，顶礼之后站起来再重新合掌，这样一次一次的重复。

[599] 我们看这里面的文字描述，并没有说一定要磕长头。顶礼有两种，一个叫长头，一个叫短头，当然有些道友习惯说大头、小头，按照标准的术语来讲应该是长头、短头。长头我们知道是全身着地那种，就是身体趴下去手往前划，全身趴在地上。趴在地上之后也有两种方式：一种趴在地上之后站起来就可以了，还有一种，很多道友习惯趴在地上之后再合掌在头顶上放一次，两种都看到过。上师以前也说，两种都可以，但很多地方讲磕下去之后就直接起来，没有要求在头顶上再放一次。

[600] 这里面没有按照长头在讲，是按照短头在讲，五体投地就是额头、双掌和两个膝盖。如果是长头的话，可能也不会讲五体投地了，全身趴在地上然后再站起来，可能还有一些其他的要求，但这里面没有。但现在很多道友习惯性的认为十万顶礼肯定就是长头，这个不一定，有些人觉得我磕长头不好意思，或者觉得是不是不合规矩，这个倒不是。当然磕长头功德大，因为费时费力，再加上按照功德的计算法，你趴在地上的面积大了，按照换算法，你磕头的范围从磕的地方一直到金刚地之间，所有的微尘都是你做转轮王的数字，你趴下去面积大了，当然灰尘就更多，灰尘更多当然你得到的功德也越大，如果你的身高再高点的话，那可能更大一点，如果两米的话肯定比我们趴下去面积要大得多。

[601] 从这个方面换算，磕长头的功德可能更大，因为更累更辛苦，时间更长，对心理承受力的考验，对意志力的磨练等等，这也是有讲究的，短头快，从苦行方面来讲可能更容易一点，二者苦行的程度还是不一样的。但是这里是按照短头的标准在讲解，如果我们有时间当然可以磕长头，如果身体很不好或时间不够，完全可以磕短头。我们在佛学院修加行的时候，上师基本上没有要求磕长头，都是按照短头的方式，上师带过一次共修，益西彭措堪布带过一次共修，我们在班级里面顶礼全都是短头，没有说短头不算，如果不算的话，现在上师老人家传密法可能很多人参加不了了，没有这样讲。

[602] 所以说，两个都可以，如果你的时间不够，身体不好，或者有其他原因，完全可以通过十万个短头的方式来圆满，但是如果有这个时间或者想通过顶礼来做一些苦行，磕长头当然也可以。现在很多城市里面的道友磕头的时候，好像约定俗成的一样，基本上都是长头，当然这是非常好的。

[603] 如果双手没有按照要求认真合掌而只是甩动一下，

[604] 这个里面合掌应该还是比较分明的，我们也见过，有些磕得很快的人就是甩一下，四个动作四合一了，甩一下之后就趴下去了，但其实是四个动作：心间、头顶、喉间，再回到心间，但有些人太快了，甩一下就圆满了。有的时候磕快了就是这样的，磕得很快，动作就不太清楚了，但或许别人说：我其实是标准的，如果放慢动作来看肯定是标准的，把动作放慢了就觉得一个一个很标准的，这个可能性也有，但是我们没有必要那么着急吧？有些地方说，要磕头你就去享受这个过程，享受每一个步骤，合掌放在头顶的时候安住头顶观想，合掌心间的时候安住心间观想，每一个步骤都观想到位，这样慢慢一个一个来其实也是很好的。

[605] 膝盖及额头不接触地面仅仅弯一下身，

[606] 这个也是不好的，双手甩动一下之后，手掌肯定要触地，但是头没放在地上，膝盖没有碰地上，一下子就弹起来，并没有五体投地，膝盖和额头没有接触地面，有这种过失。

[607] 站起来时腰也不端端正正挺直，



[608] 站起来的时候没有完全站直，因为不站直的话就更快，这个也见过，各式各样的顶礼都见过，就是说他站起来之后没有完全站直，站到一半的时候又下去了，这样动作特别快。这个也是不对的，必须站直了，当然站端正要花点时间，但是必须一个一个来，如果不站直的话就很快，因为还没站直，弯着腰又下去了，基本上这样磕三个我们才磕一个。有些时候我也是强迫症，有一次在大经堂，一个道友在那顶礼，看了很长时间，实在看不下去了，他就是在那腰不站直顶礼，我是忍了很久很久，最后还是跟他讲：“不知道你的传承是哪儿的，但是这个地方的传承，按照前行的观点，是不能够这样顶礼的，应该站直。”说了之后感觉舒服一点。

[609] 这样弯弯曲曲来作礼等举动都是大不恭敬的表现，所以绝对不允许。

[610] 弯弯曲曲地做顶礼的举动是不恭敬的表现，是不允许的。我看到一些视频，一些其他寺院、其他传承的顶礼方式，他们的标准好像也可以不站直，的确是有，没站直直接就下去了。但是因为每个传承不一样，要求的重点也不一样，前行里面，我们自己的传承是这样要求的。也许其他的一些传承，比如我刚才说的那个道友，他是不是在其他传承当中学过加行，他们都是这样顶礼的？而且从上师大德，传承祖师到下面的这些弟子为止，都没有要求必须要站直，这个也是可以的。假如按他们的这个习惯，我们在寺院里面看到这样顶礼的，那可能是他们的传承就是这样的，那个时候你就不需要去纠正了。我纠正的是因为在学院里面，要按照学院的规矩做，你一个人这样顶礼，可能是不太合群，不协调，大家都统一还是好一点。那么如果我们去了别的地方之后，是不是也跟着他们一起学，也是弯着腰呢？这个我就不好说了，因为按照我的观念，我习惯了之后再弯弯腰顶礼，心里面就总是有看法：《前行》里面说了，如果不站直的话可能会转生驼背，是不是我在外面悄悄地顶礼？

[611] 这里面讲绝对不允许弯弯曲曲地做顶礼。

[612] 佛经中说：以弯曲顶礼的异熟果，将来转生为驼背者，也就是背上长大瘤的侏儒佝偻之人。

[613] 佛经里面这样讲的，如果没有站直，弯曲顶礼的异熟果，将来会转生驼背者。你顶礼的时候没有站直弯曲，你的功德当然也有，也许你会变成一个高贵的驼背，或者你会变成一个富裕的驼背。因为你的顶礼有功德，但是也有过患，假如二者同时成熟的话，就可能变成一个高贵的驼背者，或者说变成一个富二代的驼背者，是什么样的也不好说，这二者之间都有。因为你在做这个功德的时候不清净，夹杂过患的缘故，所以就会转生驼背者，也就是背上长大瘤的侏儒、佝偻之人。

[614] 我们是希望获得功德而顶礼的，

[615] 我们顶礼是为了和上师相应，也是为了获得功德而顶礼的。

[616] 如果转成这样奇形怪状的丑陋身体，顶礼也就大可不必了。

[617] 如果我们想要转生这种身体来做顶礼，没有必要。要转成这个身体的因特别多，直接通过造恶业就可以转了，你没有必要这么辛苦，本来顶礼就很辛苦，通过这么辛苦转生成一个驼背，那是没什么必要的。

[618] 所以，顶礼的数目不在于多，最重要的是每做一次礼拜都要尽力做到正规、如法、准确。

[619] 顶礼的数目不在于多。上师老人家讲了好几次前行，好像有一次讲过：他在单巴一个寺院安居的时候，给寺院僧人讲前行，晚上做梦在顶礼，他说法本里面讲过，所以我顶礼必须要端正。上师正在给别人讲顶礼必须要端正，所以他在梦中顶礼的时候动作做的也是很标准，上师在讲课的时候也提到这个问题。

[620] 顶礼的数目，当然能够越多越好。但是应该是在保质保量的基础上，再去累积它的数目。最重要的是每做一次礼拜都要尽力做到正规、如法、正确，站起来的时候就站直，每个动作、观想都是很正规、如法、准确。

[621] 如果考虑顶礼轻松省力而在陡峭的山坡或者某种依靠物的上面等顶礼，没有少许实义。

[622] 只是考虑到顶礼很轻松很省力，就选一个很陡峭的上坡，上师在讲记当中也说看到一个人，顶礼的时候在山坡上。在佛学院，有些修加行者是在经堂里面顶礼，有些家里面顶礼，有些人家里面可能不太方便，环境不允许，很多道友就到山上去修，也经常看到在山山顶礼的。山上不平，有些可能会找一些稍微平坦的，有些可能没那么平，在山坡上顶礼，有些可能是稍微有点缓坡，有些坡就比较陡了。这里面讲陡峭的山坡上的确省力，下去也快，起来也快，很省力，但是这样顶礼没有少许实义，意义不大。如果山坡可以，还不如趴在墙上磕了，这样更快，只是脑袋点墙就行了，比山坡还要省力（众笑）。考虑轻松省力而在陡峭的山坡上顶礼意义不大，数字虽然上去了，但是意义完全没有。

[623] “或者某种依靠物”，意思是顶礼的时候垫很高。上师老人家在讲记当中说最好什么都不垫，平地上顶礼是最好的，但有些地方说，如果是一个小垫子，不超过一个拳头高的话，还是可以的。以前我们和益西上师一起共修的时候，上师的裙子、披单放在前面的也有，稍微垫起来一点点高，像这样也可以，但太高了就没有必要了。有些时候我们去汉地的寺院顶礼，拜垫就很高，如果就是这个环境，那倒也可以，但是如果是要修加行，就不要专门放个拜垫，放个蒲团在上面，大和尚的蒲团那么高，然后你上面顶礼，这个就不太合适。如果在寺院里面就是这个条件，我们就在蒲团上顶礼就可以了；如果是在家里面修加行的话，没有垫子比较好一点。所以某种依靠物上面顶礼没有少许实义。

[624] 当今时代有些人前去拜见上师等时，首先做一稍微如理的顶礼后，再屈身问讯两次。

[625] 华智仁波切批评一些人不好的行为。有些人拜见上师的时候，首先做一次稍微如理的顶礼，就按照标准做的，一个顶礼起来之后，屈身问讯两次，就弯腰两次——问讯是汉地的一个术语，合掌之后弯腰下去就叫问讯——在汉地当中问讯是标准的，是可以的。但是这里面批判的是什么呢？因为在藏地拜见世俗中大人物的时候，首先做一个顶礼然后再弯腰两次，这是他们世俗当中的一种礼节，不是佛法当中的传统。这里面并不是要批判问讯，问讯本来没有问题，关键是看出现在什么地方，如果是出现在汉地，汉地本来就有问讯的规矩，顶礼完之后一个问讯，或者平时在路上的时候问讯，都是没有问题的，大家都知道这是恭敬的方式。但这里面所批判的是什么呢？

[626] 据说这是对重要人物的恭敬礼节，没有智慧的大多数人居然也跟着去学，这简直是荒唐至极的行为。

[627] 所以说我们分清场合是很重要的。我们法本里面讲，作者当地、当时的一些情况，如果换一个地方也许就不一样了，所以作为修行者来讲，也应该知道这个法是活的，它不是很死板的，更不应该按照我们学的一点点，孤陋寡闻的一点点智慧、一点知识去纠正别人，去指手划脚，作为修行人来讲这是没有必要的。

[628] 作为求法者，甚至对顶礼的方式不懂，也必须要通过在上师面前听闻而了知，懂得之后要做到随时随地念念不忘而实际应用。

[629] 作为求法者，如果我们刚刚学习佛法的时候，不懂怎么顶礼，对顶礼的方式不懂的话，你必须要在上师或道友那儿去学怎么样顶礼。我们学的时候首先是动作，动作是最容易学的，学完之后就要告诉他怎么观想，在做每个动作的时候应该怎么观想，这里面应该说怎么学，通过学习懂了之后，随时随地地念念不忘，实际应用。通过顶礼，在顶礼当中去修行，去体现我们很多广大甚深的法义。可以一边做顶礼一边观空性，一边做顶礼一边安住在实相当中，这些都是可以的。

[630] 即使是这般简便易行、浅显易懂的法，但如果不实际去修持，那么求得佛法也没有任何实义和结果。

[631] 即便是这样一种简便易行的浅显易懂的法，如果没有实际去修行，那么你所求得的佛法也没有什么实际的意义和结果。这个已经出现三四次了，华智仁波切讲的没有意义，没有实义，其实就是告诉我们，让我们应该去认真地对待。对于修行人来讲，如果简单的法不重视，可能复杂的法也学不了。有些法复杂起来真的是非常复杂的，圆满次第的观想和生起次第的观想特别地复杂，有的时候我们都不懂是什么意思，观想起来是非常非常地难的。复杂的法我们观不了，简单的法我们也不愿意认真地去对待，最后什么也没有得到。

[632] 所以，身为求法学者，包括做一次顶礼在内的一切行为都要远远超过那些不懂正法的人。

[633] 这一段和下面的一段配合起来的话，其实就是告诉我们，学了法之后，第一个要认真对待，第二个要学以致用，通过法来调伏我们的相续，如果不调伏就会变成下一段讲的法油子，所以学完之后就去用。这一段从正面讲学了就要用，如果学了不用那有可能就会误入歧途。用了之后我们的相续逐渐地就会被调伏。



[634] 如果我们对顶礼是这个态度，对供养是这个态度，对忏悔也是这个态度，对所有的法都是这个态度，学了之后就去用，很认真地去对待，那么我们的心不调伏都不可能，在这个过程中，心肯定就被调伏了。如果这个法学了之后不用，另外一个法学了之后也不用，那么最后来讲的话，就没有一个法能调伏我们了。所有的法都学了一圈，但是真正能够调伏我们的法似乎一个都没有，好像一个法都不管用，其实不是一个法都不管用，是自己完全没有认真去对待这个法，当然它也不会起作用。

[635] 包括做一次顶礼的行为都要远远超过那些不懂正法的人。有些时候我们去很多地方，比如说去寺庙，这个很明显，学过法的人顶礼和外面世间人的顶礼完全不一样，世间人完全不懂怎么顶礼。很多去寺庙烧香的人，汉地有很多，虽然手里边拿着一把香，或者是高香，但他不知道怎么做，好像作个揖，朝四方拜一下然后就放在上面，顶礼的时候也是不懂怎么去顶礼。如果是学过法的人过来，一看他的姿势：这个人的顶礼很潇洒，自然而然地就知道他可能是训练过的，真正懂得的人，他威仪都不一样，包括顶礼在内。比如说军人，他通过几年的训练，他的站姿，坐姿，还有他的眼神都不一样，但是时间长了也许肚子也会大起来了，刚刚军队复员的，他很多的东西还在，尤其是正在训练的，他完全和其他人不一样，一看就知道他是训练过的。

[636] 所以学习佛法的人和世间人也应该不一样，哪怕稍微学过一点点的人，他也和世间人完全不一样。你如果学了一点菩提心，你的菩提心也应该和从来没有训练过的人不一样，你如果训练过空性也应该和没有听过空性的人不一样。所以包括顶礼在内的一切行为，就是以顶礼为例，一切行为就是指我们所学习的法，都应该远远超过那些不懂正法的人。

[637] 以前米拉日巴尊者来到鄂巴上师面前求法，当时鄂巴上师正在为众多僧人传讲《二观察续》。

[638] 当时米拉日巴尊者求不到法，他和师母定了一个计策，偷了印章之后，假装上师同意了，到鄂巴上师那去求法。当时鄂巴上师正在为众多僧人传讲《二观察续》。二观察续是属于喜金刚的一个部分，是很深的无上瑜伽的续部。

[639] 米拉日巴尊者从远处参拜。

[640] 米拉日巴尊者从远处参拜。可能当时在外面传法，有时传法是在外面比较空旷的地方，或者在经堂的里面，而他在门口，反正就是能够看到，按照传记里面讲米拉日巴尊者好像是在一个山坡上面在做顶礼。米拉日巴尊者从远处参拜，在远远的地方就开始礼拜。

[641] 鄂巴上师也满面笑容脱帽还礼，并且说：传法间歇的缘起也很不错。

[642] 米拉日巴尊者参拜的时候，可能这个时候正好传法告一段落，鄂巴上师看到时也是很高兴，满面笑容脱帽还礼，并且说：传法间歇的缘起也很不错。

[643] 看样子，那边的人作礼的风格是南岩玛尔巴罗扎尊者传承的顶礼方式，去问一下他是谁？

[644] 看样子那个人顶礼是我上师的传承（因为他们是一个上师的传承），那个人顶礼的方式风格是南岩玛尔巴我的上师所传承的顶礼方式，去问一下他是谁？一看到之后就on知道他的传承是什么，上师在讲记当中也讲到，有时候在外面看到学会的人或者是佛学院的僧人，从有些地方也可以看得出来和其他不一样的地方，也是在一个地方熏习了比较长的时间之后，他的种种行为和言谈，也会有一种不共的特点。

[645] 本来，依止上师后求法要像璁璁染色一样与以前截然不同，殊胜上师的行为如何，作为弟子也要原原本本地随着学。

[646] 这是告诉我们依止上师求法，要达到一个什么样的结果，应该像璁璁染色一样与以前截然不同。璁璁染色，原始璁璁的颜色是白色的，璁璁是羊毛织的，是白色的，之后不管染什么色，染的好也好，不好也好，一染色反正就和以前不一样了。所以我们依止上师学法，也是和这个道理一样，以前我们没有学法之前像一张白色的纸一样，然后依止上师学完之后，以前在我们白纸上没有的这些功德、利益，逐渐通过依止上师的方式，求法、修法的方式让我们的相续完全不一样，朝好的方面去调整改变。

[647] 殊胜上师的行为如何，作为弟子也要原原本本地随着学。上师他老人家的一些行为，我们也要听也要学，也要去模仿，逐渐我们的相续也会和上师成为无二无别。上师以前在讲课的时候说，如果这个上师是喜欢实修的，那么他的弟子可能都是喜欢实修；如果这个上师喜欢放生，他的弟子也是喜欢放生的；如果这个上师喜欢做慈善，他的弟子也喜欢做慈善；如果他的上师喜欢强调菩提心，他的弟子也是喜欢强调菩提心，重视菩提心；如果上师他非常重视讲经说法，他的弟子也是非常重视这个，这个就叫做随学。如果你随学之后没有起什么作用，从这个方面来讲你依止上师就没有成功，所以殊胜的上师行为如何，作为弟子要原原本本地随着学。

[648] 例如，将璁璁放在染料当中，虽然所染成的色彩可能有好坏的差别，但是璁璁又怎么可能与先前没有放入染料中时相比没有改变呢？

[649] 把璁璁放在染料当中染，虽然所染成的色彩有好坏，染的时候它的原料和手艺也有很多的窍诀，这些有差别导致所染的色彩也有好坏的差别，但是有一点是相同的，就是绝对它要改变的，璁璁不可能和没有放到染料缸之前一模一样，这个是不可能的，它肯定是多多少少有所转变的。所以，所有依止上师学法的弟子们，如果是依止上师学法的话，就绝对有所改变。有些人的改变很大很优秀，就像这里讲的一样，有些璁璁染得特别好，一出手就是好几万的精品，有些弟子可能依止上师之后，就变成一个很殊胜的修行人，有些可能就方方面面差一点儿，但是绝对是有转变的。所以我们依止上师也是要逐渐地改变我们的相续，没有依止上师之前我们是个平凡的人，是个纯粹的世间人，我们所有的思想、行为，都和修行不沾边儿的，但依止上师之后，我们的思想、行为，逐渐和修行有关联，要改变调整我们的相续。

[650] 当今时代有些人，法倒是求了不下百次，可是自相续与从前比较起来没有一丝一毫的好转，

[651] 现在有些人法不断地求，求了不下百次，但是自相续和以前比较起来，一点好转都没有。有的时候也会出现这种情况，主要是对这个法没有重视。

[652] 所作所为和世间俗人无有一点一滴的差距，这种人就叫做佛教油子，

[653] 如果一直在学法，学了很长时间的法，但是相续一点都没有调伏，没有好转，他的心态还有行为和世间上人放在一起比较没有什么差别，没有任何地转变。这种人叫佛教油子也叫法油子。

[654] 或者失毁誓言之因，

[655] 这种人也会成为失毁誓言之因。誓言有很多种，主要是指密乘的誓言，有一些人进入佛门之后承诺了很多的誓言，这些都会成为因。守护誓言必须要很认真地对待，去实行之后才能够守护这个誓言，如果你不认真地对待也不去做，那就没办法去守护。你把其他的法、把誓言不当回事儿，所以可能会失坏誓言。如果你得到了密乘灌顶，最后失坏誓言，那么这个誓言，如果你守护好了它会成为成佛的因，如果你没有守护好，它就会成为地狱的因。所以这个对我们来讲一定要非常注意的。它的来源是什么呢？是对法的重视与否，认真实践与否。如果你学了法之后去用，去实践去调伏，你的相续就会慢慢地转变；如果你学了法之后不认真去对待，也不去实践，轻视，最后你的心就没有办法被法调伏。

[656] 如果你的心不被法调伏，除了修行没有增长之外，你的相续还会越来越恶劣。进入佛法得受法义之外，我们同时也意味着有责任，有的时候这个地方那个地方灌顶，不管怎么样都要去求灌顶，好像捡到便宜一样，但是一方面来讲灌顶的功德很大，好像也是捡了便宜，另一方面来讲捡这个便宜的同时也意味着责任，什么责任呢？就是守誓言，这是必须的。没有说你得了灌顶之后把好处捞了，剩下的事情就不管了，这个誓言你们自己留着我不要，没有这样的事儿。你得到了灌顶的好处，剩下来你的责任，那就是守护誓言，你必须去做。如果你不修行，那么除了你的修行上进不了，你的相续调伏不了，和世间人一模一样之外，还有一个问题，就是你在得受灌顶的同时应该承担的责任没有承担，失坏誓言的过失还会有，所以就变成了失坏誓言之因。

[657] 正如所谓的佛法可以调伏恶人，却无法调伏佛教油子，

[658] 所谓的佛法可以调伏一个很恶的人。一个人十恶不赦，五毒俱全，但是佛法是什么样的恶人都可以调伏，他只要愿意去做，愿意随法去修行的话，什么样的恶人都可以调伏。假如哪一天最厉害的恐怖分子进入了佛门，如果愿意认真学的话都可以被调伏，比如本拉登，只不过本拉登没有机会了，还没有遇到佛法就被打死了，假如他真正地遇到了佛法，愿意修行的话他也可以被调伏，他那么恶劣的相续也可以通过菩提心、空性得以调伏，再恶劣的人佛法都是可以调伏的。但是有一种人调伏不了，那就是法油子。法油子调伏不了，他不愿意学，或者学了之后他不愿意去做，这个就没有办法调伏。

[659] 佛法可以调伏一切人包括恶人，但是关键你要去随法修行。它教给你的你要去做，如果你去做了，没有调伏不了的。哪怕你的罪障再大再严重，以前的过失如山，只要你慢慢去做都可以调伏，只不过刚开始阻力大一点而已，但是只要你不放弃，认真去做的话全部都可以调伏，没有一个调伏不了的。



但是调伏不了就是法油子，因为他知道了他也不做，所以就没有办法了。以前这些恶人他不知道，也不知道利益，因为没有听闻、没有遇到能调伏的法，但是他一旦愿意做了就肯定会被调伏的。为什么说佛教油子调伏不了呢？就是因为他不做的原因。他没有认真地去对待，没有把这个法往心里面走，这个就是比较麻烦的事情。

[660] 酥油可以软化坚硬的皮革，却不能软化装酥油的皮壳。

[661] 酥油可以软化皮革。在藏区制造皮革的时候，皮革的衣服，皮革要让它变得柔和，能够穿能够缝，要用很多的东西、很多的工序去炼制，去揉这个皮革，在揉制的过程当中为了让它变得柔软，要加酥油去揉，之后慢慢就会很柔软，就像现在很多人穿的羔皮就很柔软。

[662] 酥油可以软化坚硬的皮革，却不能软化装酥油的皮壳。装酥油的皮壳，在藏区买酥油的时候外面包了一层皮革，应该是牛的胃，装满后它越来越硬，最后特别地坚硬，它里面包满了酥油，但是也软化不了。这个意思华智仁波切就告诉我们，要避免让自己成为法油子。

[663] 不让我们成为法油子的唯一方法就是如法地随法修行。了知之后不管再简单的法，上师告诉我们要修，我们就去做，这是一种态度。这个态度有了之后，我们就愿意去接受，愿意被法调伏，愿意按照法去观修。每天我们的功课再少，哪怕是念一百遍观音心咒，或者做顶礼、课诵，我们都要认真地去践行，践行之后我们就不会变成法油子。主要是这个态度，这个法要真实地往心里边修，去调伏，否则的话就真容易变成法油子。

[664] 这类人虽然已经听过善法的利益、罪业的过患、佛陀的功德等等，但始终认为这只不过是那样说说罢了，在他的相续中根本生不起少许的定解和信心。

[665] 法油子，也听过善法的功德，知道顶礼的功德、祈祷上师发菩提心的功德特别大，利益也很大；杀生、偷盗、邪淫罪业的过患也很大；佛陀具有无量无边的事业，神变神通等等功德，但是始终认为只是这样说说而已，没有把它当成一个真实不虚的对境去生起信心，在他的相续当中根本生不起少许的定解和信心，定解没有产生，信心也没有产生。

[666] 即使圆满正等觉亲自降临对他也起不到作用，

[667] 即便是佛陀亲自来了，对他来讲也没有办法调伏，不要说现在很多的道友和辅导员、上师调伏不了，连佛陀亲自来了，一切功德圆满的佛来了，对他来讲也调伏不了。佛在世的时候也有一些弟子，显现上佛陀调化不了，最后堕入地狱恶趣，这个也是不少的。

[668] 上师在讲记当中讲，有些法油子在人间的时候，正法调伏不了，最后变鬼了之后，在鬼道当中都是油子，难调伏的，要超度这些饿鬼法油子也是很困难的，所以我们还是尽量不要让自己变成法油子。按照上师的这句话来讲，如果我们在世的时候没有变成法油子，即便是堕入恶鬼也有被调化的希望，否则法油子这一世调化不了，变成饿鬼也是饿鬼法油子，上师、僧众念经也超度不了。我们没有变成法油子至少还有一个机会，在上师超度的时候，还是有可能被超度获得解脱的。

[669] 邬金莲师也曾说：“切莫摄受佛教油子之眷属，切莫亲近失毁誓言之道友。”

[670] 莲花生大师讲，作为一个上师善知识，不要摄受佛教油子的眷属。摄受他没有意义，他的相续不会有丝毫地改变，如果是这种人，上师也许会用一些善巧方便，给他一点钱，然后说你跟谁更有缘，去那个地方更容易学法，通过善巧方便让他走，的确是没有办法调伏。

[671] 有的时候也想，他可能还会成为失坏誓言的因。他现在也许没有犯什么事情，但是如果一直是这样相续不变的话，他可能最后慢慢地就会失坏誓言，失坏誓言对大多数的人都会有很多不利的因素。

[672] 切莫亲近失毁誓言之道友。前面那句可以理解成对于善知识来讲，不要摄受法油子眷属，对我们一般人来讲不要亲近失毁誓言之道友。不管他以前跟你的关系再怎么好，如果他真的失坏誓言就不能再亲近他。

[673] 我们再再讲的一个问题是，对于一个道友是不是失坏誓言这一点，一定要慎重。不要说我觉得他已经破了誓言，这个不是随便讲的。失坏誓言是一个很大的事情，千万不要说这是小事情。所以你觉得他失坏誓言，首先不要到处讲，不要去宣传，你必须落实。因为不落实，如果他真正是毁了誓言，还跟他交往的话，对你、对道友来讲，影响也很大。如果他没有失坏誓言，你说他失坏誓言，那也是过失很大的。对他来讲有压力，对你自己来讲，也有诽谤道友的过失。

[674] 有时我们不注意，看到要远离毁坏誓言者的教言，根本不去观察，就感觉他已经失坏誓言了，就随随便便地说，给别人定这个罪，所以对待破誓言这一点，我们一定要很慎重。不管是谁传：某某人破誓言了！我们一定要说：“根据是什么？你到底有没有去做调查？是不是真的破誓言了？还是大家的传闻而已？怀疑而已？”如果是怀疑，去调查的话，有些还不是那么地严重，是可以忏悔的。其实按照标准来讲，我们每天都在破誓言，因为按照前面学习的金刚萨埵修法里面讲，三门一刹那离开三坛城都是破誓言，这样问题就大了。但是 we 说：这个没事啊！不算什么，我们可以忏悔。如果我们忏悔，那么别人也可以忏悔。

[675] 所以，说他人破誓言，是不是破了？破誓言的程度是什么程度？是不是在可以忏悔的范围当中？是不是最严重的、和金刚上师有矛盾这种？还是别的状况？所以必须要去落实，因为这是很严重的问题。我们不要不当回事儿：破誓言就破，没事儿！觉得跟自己没有什么关系，但是也不要随随便便地说哪个道友破誓言了，是破誓言者。如果我听到谁说谁破誓言，我一般来讲都是非常害怕的，很警觉的，因为这不是很随便的事情，在密乘当中是属于最严重的罪业了。

[676] 我们一定要慎重，有必要一定要去做观察，对于毁坏誓言的道友，不能接触。当然偶尔不小心接触一下，通过念诵百字明也可以忏悔，如果经常性地接触破誓言的道友，或者很亲近他的话，你自己的誓言慢慢也会坏掉。所以对于道友也是必须要做选择的。

[677] 以上主要是让我们避免成为法油子和成为法油子的因，就是要认真地听闻思修行，真正地把法当成调伏相续的一种方便去对待，不断地观修，那么我们就不会成为法油子，就会成为一个很优秀的修行者。

[678] 今天我们的课就讲到这里。

《前行广释》第 130 课辅导资料

[679] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[680] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[681] 为度化一切众生，请大家无上的菩提心！

[682] 发了菩提心之后，今天我们继续一起来学习《前行引导文》。《前行引导文》分了三个方面的内容，首先是共同加行、不共加行，后面还有一个往生极乐世界的捷径破瓦法。这三个修法都可以帮助我们趣向于解脱，共同加行是让我们的心从耽著当前轮回的状态，然后确立一个修行的目标，也就是说虽然我们现在处在轮回当中，但是自己并不知道现在这种真实的状况是不值得耽著、需要出离的。因为我们在轮回当中待的时间特别长，所以觉得除了当前的思想、行为和追求，似乎在现在的生活之外也没什么其他的出路。

[683] 我们无始以来没有想过修行，如果以前想过或修行过的话，现在也应该成为一个觉悟者。因为以前没有了知和训练，所以我们的心和行为，乃至于身份都在不断的流转。共同加行就是借助佛菩萨的智慧告诉我们其实现在的轮回不值得耽著，不单单是口头上不值得耽著，对于为什么不值得耽著的很多原因以及引导我们的心真实不耽著的修法、引导文，在共同加行当中都讲得非常清楚。只要我们认真地学，尤其是学完并认真的修行了，我们的心可以转变。它可以称之为四个方面的转心法，把我们的心从耽著轮回转变为开始寻求解脱道。我们的心开始真正地朝解脱方面去努力，不是说从词句上面大概了知了，而是发自内心的转变，将我们的心从耽著轮回的方向调整到真实看破轮回的假相之后，从轮回当中彻底获得出离。

[684] 真正获得出离的方法可以从不共加行开始，不管是皈依也好，还是菩提心也好，这些都是和解脱有关的。皈依当然就是对于三宝生起信心，因为三宝才是真实引导我们趣向解脱的三个要素。皈依三宝当中的法宝是真实可以获得解脱行之有效的方法。要获得解脱，必须要有一个真实的方法。法宝当中的法就是帮助我们获得解脱的真实所缘，或者说要生起的。佛宝是真理的宣讲者，他是导师。这种真实的道是谁宣讲的？佛陀是真理的发现者、现证者，



也是真理的宣讲者，所以我们要依止佛、正法。僧宝是对于法已经开始修行，然后阶段性的成就叫做僧宝，相续当中的道谛现前了。而灭谛就是佛果，不是阶段性圆满的法。圆满的叫作佛，阶段性地对于法生起觉悟的叫做僧，法就是佛陀宣讲的，僧宝正在安住的，我们也要去行持的。

[685] 解脱的三要素是三宝，我们要对三宝生起信心，而且自己以后所有的修行其实都是缘三宝进行的。不管我们修行的助伴僧宝，我们皈依或者祈祷的对境佛宝，还是我们的相续当中要努力的修行而生起来的法宝，我们在整个修行过程当中，每个阶段都是不能离开的。

[686] 我们要以生命来皈依。为什么呢？因为这是我们获得解脱的唯一的要素。我们可以说三要素，或者说摄集起来唯一的要素就是皈依。如果我们没有皈依，你不皈依僧宝、法宝、佛宝，缺乏哪一个都没办法获得解脱的。如果我们要获得解脱，皈依必不可少。尤其是到了后面，我们会逐渐发现所皈依的三宝由外转为内，因为我们的本性当中本具三宝的自性。如果我们认知到这个事实之后，更加不会舍弃三宝了。为什么不会舍弃？没办法舍。既然三宝的自性就是你自己的本性，那自己的本性怎么舍得了呢？随着我们修学的深入，逐渐会发现现在拥有的东西终究会舍弃。我们耽著它，为此去奋发，或者说把自己的时间、精力，乃至安乐等等作为代价来追求现世的快乐，这些终究不可靠，都会离我们远去。

[687] 在这个过程当中，以前没有发现的我们自己本具的三宝自性，就会逐渐认知了，发现这才是自己的体性。我们认知了之后，重心也就转移了。在我们没有发现三宝自性之前，都是一切世俗的虚妄，这些东西不是我们的，自己却牢牢执著着这是我们的。随着修行的深入，我们逐渐发现这些东西不是我们的，真正属于我们的东西就是三自性。因此我们对于皈依绝对不会舍弃，怎么舍弃？你舍不得的。刚开始的不舍弃三宝，就是对于外在的佛法僧三宝我们一定要皈依不能舍弃，舍弃了之后会如何如何，所以不能舍弃三宝。这时对我们来讲，认知的程度还是外在的三宝自性。因为三宝是我们的导师、所修的法、修行的助伴，所以不能舍弃。修到后面逐渐发现，外在的三宝其实没有离开自己的本性，就是我们的究竟实相。那时候的信心非常稳固了。

[688] 为什么稳固呢？因为我们发现这就是自己的体性，你想舍也舍不得。那种皈依会非常的稳固，而且这种皈依的意义和第一阶段皈依的意义有些调整，方向也不一样了。我们要经由刚开始的对外在三宝的皈依转而认知到自己本具三宝自性而皈依，完全的皈依、相信或接受，皈依也有接受、相信等等的意思。刚开始的皈依有种臣服的意思，我相信或承认三宝是很厉害的。因为它具有功德，所以我臣服于你，你说什么我都听。刚开始的时候有臣服的意思，后面来讲皈依就是认同。为什么是认同呢？因为皈依从外而转内了，深深的认同自己本具三宝自性，所以这种皈依就是来自于深层的皈依了。皈依如果真正已经认知到之后，离现前实相就很近了。这是要点，也相当是一个节点。当我们认识到本具三宝自性的时候，就是一个转折点。因为发现了这样一种自性或者秘密之后，所有的修行开始逐渐朝着现前实相方面开始去前进了。

[689] 我们前面已经讲了，皈依是真正趋向于解脱的一个基础或者说核心的修法。有时候我们说基础就像修一栋楼最下面基础的意思，真正来讲的话，虽然所谓的基础首先要是一个真正必不可少、最初的基础，但是它也是在后面每个阶段当中，都有它的体性在里面的。从皈依的自性来讲，一方面来讲是入门的基础，那不是我们已入门了，就永远不需要再修皈依呢？当然不是。当我们修习到后面的任何修法时，皈依的修法在每个阶段都有体现，只不过体现的方式随着我们的智慧、福德的增上，对于皈依的本性的认知也是逐渐在发生变化，这种变化会越来越趋向于实相。因此皈依既是入门，也是我们整个修道每个阶段的核心。

[690] 我们都知道发菩提心，不单单是自己一个人解脱，也要把自己狭隘的心胸扩展到一切众生，这也是一个很大的修法体系。怎么样才能把我们无始以来来自私利狭隘的心胸，转变成菩萨一样的心态呢？大家都知道，佛陀因地的时候修行或者菩萨们的一些传记，他们都是如此的无私，心量如此的广大，和我们自己的心态差别太大了！我们就想怎么样才能把自己的心也变成这样呢？这也是一个很大的学问，需要很多的修行，也需要有很多转变心的技巧。

[691] 通过一些思维把你的心转变到那样的方向，再通过一些条件，比如积资、净障等等实实在在的善根来帮助你安住在这个状态当中。虽然有时是思想上的认知，但是思想上的认知还需要某些东西来让它稳固。这些让它稳固的东西就必须要有福德和智慧。有时候是通过忏悔的方式来让你的认知非常的稳定，最后完全变成你自己的思想当中的一部分。当然变成一部分最根本的原因是我们自己的佛性本来就没有局限。我们的佛性哪里有局限呢？佛性是没有局限的，佛性当中本来就有平等性的特征在里面，虽然它本来就有平等性，但是现在我们没有发现，这种平等性的特征没有被发掘出来，我们通过很多训练可以把这种平等性开发出来。

[692] 修行的时候一方面我们缘平等性，一方面通过很多的技巧、观修的方式去转变这种不平等，把我们认为的不平等的很多杂念、思想通过很多的认知和观修逐渐去掉，也就是说服自己放弃掉这些不平等的思想。我们给自己找很多不能的理由，他又不是我的亲人，凭什么我要和他平等呢？不能平等，诸如此类的很多的思想其实都不符合于佛性当中平等性的自性。我们可以成功的，最根本的原因就是因为自己的佛性当中本来就不具备不平等的东西，佛性就有平等的特征，所以我们当然可以成功。我们要通过修持外在的一些观修，内在佛性的平等性也在配合，外在的修法我们也在努力，类似于里应外合，在内因外缘都具备的情况之下，我们会发现自己的心逐渐在转变，自己的心就在靠近传记里面所讲的菩萨境界。刚开始我们纯粹把他们当成一个传记里面的人物，或者说这是和我不相干、差距很大，一个是人一个是神的状态。慢慢修学之后，就会发现我们的心在真实的靠近和转变，就是依靠于这些佛菩萨告诉我们行之有效的真实方法。如果我们了知了、修学了，我们的心肯定就可以变得非常的无私、清净和广大。最后达到没有一丝一毫为了自己利益奋发的一些成分，起心动念都是利益众生，非常的柔软、清净、伟大的心态。也就是法本里面描绘的那种状态、境界，通过自己的学修，逐渐就可以生起和达到。

[693] 针对一个修行者来讲，发菩提心的修法，也是很大的一个修法。十万遍就是串习十万次，我们修完十万遍之后，不一定就会生起菩提心。因为我们在修第一次十万遍的时候，不一定就能够领悟到修法里面所要告诉我们的很多信息，我们不一定完全体会到，未必就完全读懂了里面的很多信息。我们修完一次十万遍的发心之后也许我们的心还没有什么变化，但是我们还继续的学修，最后就会逐渐领悟到发菩提心的修法里面佛菩萨想要给我们传递的到底是哪种状态、信息？我们读懂了以后，发现文字还是这个文字，它从来没变过，一个字都没改过。我们在解读的时候就会读出这里面大量有关菩提心菩萨道的信息。相当你把密码打开了之后，就完全懂了里面所讲的原因是这样的。

[694] 我们修十万遍发心偈，如果菩提心还没有生起来当然还需要继续学修，修到什么程度呢？到你真正的生起菩提心为止。因为前面讲了，这些其实我们本性当中本来就具备，如果你压抑住自己不要去开发菩提心的话，相当于你压抑住自己不要开发佛性、暗示自己我不要成佛一样。我们本性当中本来就具备这个东西，为什么你要通过很多的分别念说我不要去利益众生、发菩提心、不要去管这个人那个人，这种自我局限是没有用的。当然认知到这一点也需要一定的福德和智慧，就是需要不断的学习、不断的祈祷。祈祷佛菩萨加持我能够读懂他们给我的信息。现在我们很多都读不懂，看到佛菩萨这些话的时候里面包含了很多的信息，因为现在读不懂，所以就要祈祷佛菩萨加持我读懂，我一定要接受到你们这些话里面给我传递出来的信息。

[695] 像这样我们一边要不断的学修，该背的背该看的看，一边我们也要诚心的祈祷，尤其是把我们的心静下来，心静下来之后祈祷佛菩萨加持我能够懂这句话的意思。我们看书的时候，虽然知道这句话里面有很多东西，但是我就解不开。那么怎么办呢？我就静下来祈祷佛菩萨加持我，给我智慧，让我能够解开这句话里面的密码或者信息，自己能够顺畅的解读，解读之后就懂了，懂了之后可能就会打开一些心扉或纠结的地方，逐渐就可以相应这里的含义。

[696] 一方面来讲我们要去观修它的法义，一方面还有积资净障、不断的学习、祈祷，这些都是让我们发起真实菩提心的修法。后面修的金刚萨埵、修曼扎反正都是和这个有关，完全是为了让我们相续当中生起菩提心或者现前本具的实相等等，而做的很多这方面的修行。

[697] 现在我们正在学习的是上师瑜伽的修法，如果前面的准备工作很认真地做得比较好之后，上师瑜伽的力量很大，可以强制性地让我们对于诸法的实相生起觉悟。自己本身具备了大量的福德和智慧，再加上外在上师殊胜的悲心和智慧的力量。虽然上师本来一直想加持、帮助我们，但是我们一直没有准备好接受帮助，这份大礼太大了。以前是思想上没有准备好，还有自己本身也没有准备好接受这份大礼。前面佛菩萨让我们逐渐通过其他的训练，令自己的心态能够接受。

[698] 刚开始我们都没有这个想法，就像大恩上师刚刚讲完的《法华经》里面所说的长者的儿子，他在外面漂流几十年了，一直和社会底层的人混在一起，他的见识、思想都是很狭隘的。看到那么大的财富根本接受不了，也不敢去靠近。那种心态很脆弱、很狭隘。我们刚开始也是这样的。上师要赐予我们殊胜的加持、悉地，要给我们很大的礼物，我们的思想完全没有准备好接受这么大的加持，所以就让我们去做其他的训练，把我们的心训练成一个可以接受这种加持的程度，再来修法的时候，我们的心胸、见识、福慧就可以接受，要到这种状态。



[699] 按理说应该是把前面的修法修得很纯熟，一个一个都过关之后，我们接受这个法的时候，马上就可以解读出里面的殊胜性，按理来说应该是这样子的。你前面的准备工作，智慧、福德，还有对于整个修行主体的认知，导致了个人修行的整体素质很高。比如说一个很高修行素质的人，看到这个法的时候，马上就能解读出很多东西来，再加上你通过修法很快就可以生起证悟，能够让我们强制性证悟，马上就可以完全直接现前的，本来应该是这样子的。因为我们在末法时代修行，根基也不是那么好，我们还要逐步学修。

[700] 虽然我们把前面的加行修完了，到了上师瑜伽，但是它们的殊胜性可能我们还没有完全解读出来，只是看到它的“说明书”里面说如果修这个法，它的力量很大，可以让你强制性地得到很多加持。虽然“说明书”是这样说的，但是不是有力量，内心中还有一点打鼓。因此我们要不断地去充实自己。“说明书”是这样讲的，它的功效会不会那么大的呢？实际上这是体现什么呢？体现了我们对这个修法的信心不足，乃至对整个修法信心不足，所以说加持力也是以你的信心做连接的。如果我们信心有折扣，那上师瑜伽的修法对你来讲，它的功效就没办法完全发挥。不管怎么样，你只要去修了，就一定有它的作用。至于作用到底有多大呢？这和我们的信心是成正比的。我们可以透过上师瑜伽本身来加持我生起信心，就要分析很多这方面的原理，分析完之后，我们该做什么就做什么。虽然我们现在已经修到这里了，但是不一定就是一个合格的法器，也许还没有成为合格的法器。我们知道了这个原理之后，还要不断的前行，把五加行一遍一遍地深入修行，总有一天我们一定会领悟到大圆满前行里面金刚句的分量，这个修法的含金量，那时候我们就可以真实的去领悟得到。我们也可以领悟得到为什么像华智仁波切、顶果钦哲仁波切这样的大德他们还是要把加行一遍一遍的去修、一遍一遍的去看。为什么是这样？真正来讲，也是完完全全可以发自内心去了知。

[701] 虽然修心的过程有时可能比较慢的，但是因缘具备之后，也不是那么遥不可及，一定可以发生改变。这里面很重要的就是不断的修学，不管现阶段我们的状态似乎不错，还是说现阶段我们的状态不是很好，不管怎么样，我们都要坚持修学。

[702] 对于上师瑜伽，我们现在学的是七支，即通过七支的方式来集资净障。为什么要修七支呢？下面我们要开始祈祷，真正通过念诵心咒等的方式来祈祷上师加持。在得到上师加持之前，你要用一个什么状态去获得上师的加持？我们后面要祈祷上师给我加持、悉地，这时自己的相续应该说该有的都有了，很多的福德资粮，该有的都有，没有的东西都要去掉。比如说通过忏悔，然后把没有的东西去掉，把自己的心调整到一个完全可以接受上师加持的状态，后面我们念心咒，祈祷的时候就可以获得殊胜的加持，因此我们要准备好接受加持。就是说，每个人都有获得加持的可能，这个机会都是平等的。我们平时也说机会是留给有准备的人，那么怎么去准备呢？这是留给什么样具有准备的人呢？我们通过七支等修法，把自己的相续调整到一个可以接受加持的状况。如果我们准备好了，机会现前的时候，就可以抓得住，真实的获得真实的密意。

[703] 对于七支的修法来讲，通过顶礼、供养、忏悔等等，如是地把我们的心再一次做一个强化的修练。其实前面已经做过训练了，在进入上师瑜伽修法的时候，再强化一次，通过忏悔再把我们相续清洗一次，把我们的资粮增上一部分，然后再开始祈祷。到了第二座修行时，再来一次集资净障、祈祷，第三座的时候还是一样，再通过观想福田、迎请，通过供养皈依来圆满资粮，然后再忏悔、祈祷，反反复复地一遍一遍重复之后，逐渐在这个过程当中，该得到的加持，该得到的感应都会逐渐获得。

[704] 现在我们讲的是七支当中的顶礼支，前面我们讲了，不管怎么样，学了一点法之后尽量就要去用，如果学了之后不去实行的话，就有成为法油子的危险性。因为法油子很难调化，所以为了让我们不要变成法油子，最好在学法之后就去实践。实修不一定就是打坐，学了就用就是实修。懂了这个道理之后，我们在日常生活、工作当中，抓住一切机会去使用这些修法，像这样逐渐地调伏我们的心，这样也不会变成法油子。

[705] 下面我们接着讲今天的内容。

[706] 因此，就算了解一句正法意义也必须要知道融入自相续而实地修行。

[707] 因此，就算了解一句正法意义，比如说听了一堂课，可能就了解一句正法，我也要把一句正法意义想方设法地融入到自相续当中实地修行。有些时候在一堂课当中，可能信息特别大，对这么多信息量一个地修，作为一个平凡修行者或者初学者来讲可能有点困难，但是一堂课当中至少对一个意义可能会感触比较深，觉得很好或者记住了，即便是一句话也要在下来之后反复思维。为什么要反复思维呢？就是加深印象或者趁热打铁，本来听了之后有一定的觉受。虽然对自己的相续有一定的振动，但是振动的持续性要看自己会不会保持，就是说如果我们没有注意去保护这种觉受、振动的話，没有这种保护的心，可能会随着下课之后的心思一散，其他的事情涌入之后，你的心就开始散乱，听课的状态就没有了。因为你没有保护的心了。

[708] 就像现在很多的遗产都要保护，如果大家都不保护的话，很多东西逐渐就会消失了，随着时间的流逝很多的非物质文化遗产，还有这样那样的遗产，慢慢没有了。如果有一个保护措施，立项需要保护，就会有人重视，通过挖掘等等，相对来讲，保存的时间可以长一些。

[709] 对我们来讲也是一样的，我们在听法的时候，对某个意义可能有些振动，有时候自己看书，对某个意义有所振动；有时候是我们打坐，对某种意义有所振动，对某个含意有些领悟。在有些领悟之后，自己欠缺保护的意識，本来这是一个很好的状态，而我们没想去保护它，随着时间的推移，可能几个小时或者几天逐渐自然而然就消失了。因为每天要处理这么多的信息，既有修法的，也有不是修法的，各式各样的信息都有，所以很多大量信息涌入之后，就会冲淡我们对法的认知，慢慢好像没有听过一样。这种消失就是因为我们没有保护意识而导致的，所以我们要有一个保护意识，最好就像前面讲的一样趁热打铁。如果我们有所认知，就反复忆念、反复强化，这样的内容如果还不懂，必须要搞清楚，比较模糊的让它变成非常的坚固，逐渐有这种训练的心。

[710] 其实这种心很重要，有了这种习惯性的自我保护措施，逐渐我们就会在修法的过程当中，令很多法义融入到我们的相续当中，这样怎么可能会变成法油子呢？这是不可能的，因此即便了解一句正法意义，也必须要知道融入自相续实地修行。

[711] 我们依止上师的目的是观察上师身语意的行为进而效仿随学。

[712] 这里讲到了，我们依止上师的目的是什么呢？就是观察上师身语意的行为之后，进行模仿和随学。我们依止上师其实就是一个模仿阶段，我们再回头来看，既然依止上师是一个模仿的阶段，最初找到一个合格的上师当然非常的重要了。先看你所模仿的对象是什么样的，对不对？你最早要找到一个模仿的对象，如果他具有很多毛病，就不是一个具有法相的上师。如果你去模仿他的话，最后根本模仿不出什么好的效果。因此刚开始的时候，一个具相的上师，一个合格的上师，真正来讲的话，他的身语意都是给真实的弟子去示现的。有些上师的身语意是给初学者弟子示现的，他的行为非常如法，语言非常柔和，他的心具足大悲和智慧，这是毫无疑问。上师的身和语要让弟子去模仿，很多时候引导初学者，就会非常如法。因为初学者什么都不懂，所以他的身语都是为了让自已安住在佛经论典或者世间道德规范所认可的标准行为当中，所说的话也会让人非常的悦意。这是通过让初学者去模仿，然后把他们引入到正确道路其中的一个方法。

[713] 当然还有一些上师，平时在佛教史当中，尤其在依止过程中，我们也会看到一些所谓的比较疯狂的上师，疯狂的上师其实也是让弟子模仿的，他是给弟子示现了什么模仿的状态呢？有时候对相续已经成熟的弟子，透过这样的方式调化。因为他本身素质比较高，所以这样去模仿的时候，也可以帮助他打破一些不必要的趣入实相当中的执著，通过这样的方式逐渐就可以打破。

[714] 任何一位具有德相的上师在调化弟子的時候，都是有明确的目的，他们知道自己在做什么。有些时候弟子不明白，想不通为什么要这样做，但是上师清楚自己在做什么，他要达到什么目的。这些都是属于模仿。因此在寻找善知识的时候，你要寻找一位模仿对象，找对目标非常关键。如果目标错了，找到一位不如法、不具德相的上师，你去模仿他就会相当危险了，相当你找了一个杀人犯，去模仿他的所有行为，这是很危险的。如果自己要求解脱道，想如理如法地修持，上师一定是直接和解脱道相应的，完完全全能够把你所有身语意引向解脱道。

[715] 我们要观察上师身语意，当然上师的意很难观察，只能通过他外在的一些事业、行为等等来观察他的心。比如说大恩上师仁波切也是一样的，他长年如一日的去引导弟子，不管方方面面的行为、语言，如果他没有一个非常稳固强烈的大悲心，绝对不可能做到。我们可以通过这些推知他的大悲心、利他心非常强。也可以通过教言推知他的利他心很强，因为他经常跟我们讲，要放弃自己，再去利他，经常这样讲，所以对我们来讲，完全可以通过这些语言来推知他的相续当中，利他心是非常强的，而且他也让我们安住在利他的状态当中，要生起利他心，所以我们要去随学这种大悲心。他的智慧我们也可以随学的，他的智慧体现在所讲的法义当中。通过随学他的智慧、大悲，然后他的身体是怎么如理如法的，语言是怎样讲话的，然后我们也是这样去随学的话，逐渐自己的相续也可以通过这样的方式受到好的影响。我们的身语意通过这样的方式逐渐导入解脱道。因为这些是我们愿意去模仿的，如果我们



愿意去模仿，而且所模仿的对境也是和解脱道相关的话，最后我们也会在不知不觉当中，走在正确的道路上面，所以说对于一个上师来讲，言传和身教都是非常重要的。

[716] 正如世间的俗语也说：“一切事情即模仿，模仿之中能生巧。”

[717] 藏地世间俗语也是说，一切事情都是模仿，幼童模仿父母的行为，或者有时候看电视，模仿电视里面这些人的行为。学说话时候，也是模仿，母亲教他，这个音怎么发，那个音怎么发，他刚开始模仿发不准，后面越模仿越像。身体和语言都是模仿，一个学舞蹈的人，他的身体也是怎么模仿；一个学武术的人，他的身体也是怎么去模仿，军人去模仿教官，司机也去模仿教练。

[718] 因为学习就是模仿的过程，所以在模仿当中，逐渐就能生巧，刚开始模仿的很生疏，随着自己模仿的次数越来越多，也会越来越好，这就是熟能生巧。我们学佛就是模仿佛陀的成佛之道，学菩萨也是模仿菩萨道修学之道，上师也是代表成佛之道，代表菩萨行，对于一个真实的佛来讲，我们只能在经书当中去看他的语言，真佛我们根本见不到，具有明显功德的菩萨也在净土，我们见不到，而我们能见到的只有上师。他是佛菩萨的化现或者代表，所以我们模仿上师的具德相很重要。

[719] 我们再说具德相，具德相的上师其实就是佛菩萨的代表。如果我们能够对具德上师的身语意模仿得非常的善巧，其实就是模仿菩萨的修法、成佛之道，以及模仿佛和菩萨清净的行为和语言。我们刚开始模仿的时候，怎么样都不对，比如说我们学了前行三个月后，学完了再回头看前行我们模仿得怎么样呢？一考试再和前行法本对照，这个地方模仿得不对，那个地方还没模仿对，好像很失败，有时候我们会很沮丧，其实刚开始都是这样子的，没有一个人马上能够模仿的很善巧，这样的情况非常少，除了上根利智、非常有智慧或是福慧很深的人，可能一点就透、一学就通，显然我们并不是这种人。

[720] 既然我们不是这种人，就知道这个模仿过程需要很长时间，所以我们学完之后不达标也没什么沮丧的，不达标我们再来从头，反正怎么模仿的方法我们学了，剩下的事情是自己要去做，不管有没有人监督你，要不要考试，反正就是我要做的，私下里要使劲练的，通过反复听闻思维，把模仿的东西吃透，吃透之后平时在任何机会当中都去训练，如果自己有这种心就会找一切的时间去训练自己所要模仿的事情。像这样不断的模仿，模仿之中能生巧，最后就模仿得特别像，基本上就是一模一样。

[721] 很多出类拔萃的舞蹈演员都是模仿得非常优秀的。作为佛弟子来讲，模仿的很优秀的人，他的菩提心、大悲心都是模仿菩萨的菩提心、大悲心，最后模仿得非常善巧的时候，他的心完全就变成了大悲心、菩提心的状态，完全就一模一样，这就算模仿成功了。智慧也一样，怎么样模仿智慧呢？就是抉择空性，刚开始这个地方不懂，那个地方也不通，后来逐渐模仿之后，对一切万法的观察，就没有一点阻碍，很顺利就可以抉择万法的空性，而且最后内心当中已经不用抉择，看到任何法当下就了知空性，因为他的心已经变成这种状态了。所以，这些全都是通过模仿而来的。

[722] 对于我们来讲，依止上师之道就是模仿的过程，要了知上师的身体、语言，他相续当中安住在什么状态，了知之后就逐渐逐渐去模仿。其实，在世间当中的经验也是这样的，比如学手艺，如果这个人很放得开很大方，没有什么拘束的，什么都愿意去做，不怕失败，也不怕别人笑话，经常这样去模仿，他就成功得快；如果是很拘谨的人，这个也不好意思，那个也不好意思，内心当中放不开，有机会也不去做，不去模仿，这样他成功的几率就很低。我们自己模仿上师也是一样的道理。

[723] 不管怎么样，学完之后，在任何的时间，任何的事情上面，我们都要按照上师告诉我们的方法去做，经常性的做，就会越做越熟悉，最后就会非常地善巧。本来，佛菩萨已经告诉我们，如果你遇到事情的时候，应该怎么样去做，比如别人欺负你的时候，说你坏话的时候，受到委屈的时候，你应该怎么做怎么做。但是，这个事情我不愿意去做，那个事情也不模仿，就丧失了很多很多模仿的机会，这样，想要很快成功也是非常困难的事情。

[724] 自相续取受上师所拥有的内外密功德，需要像泥塔小像从印模中取出来一样。

[725] “自相续取受上师所拥有的内外密功德”，上师出现世间唯一的目的，就是让弟子获得和他一样的解脱功德。所以，他所有的外的功德、内的功德，还有密的功德，都希望他的弟子快速拥有，所有的合格的上师都是这样的。这个和世间学艺不一样，世间这么多的老师是不是都是非常愿意他的弟子学得非常好呢？有的时候不一定，程度是参差不齐的。但是佛法中具相菩萨的这种老师完全是一个标准，具有德相上师的第一个标准就是菩提心，这也是当年他“毕业”的时候考核的硬件，他相续中真实的菩提心生起来了才能毕业，不是以其他的条件毕业的。上师不是靠技术，完全是内心当中达到了这种状态，他自己完全调伏了相续，所以他再去引导其他的弟子。

[726] 所以，在这种状态下，他调化弟子就有一种很强烈的思想，就是所有的他要调化的弟子都要达到和他一样的状态。如果他自己还没圆满菩萨或者还没有圆满佛果，他也愿意他的弟子超过他，然后迅速成佛。他完全没有弟子不要超过我的想法，即便他还没有成佛，他也不会担心弟子超过他，这就是他非常非常可贵的地方，他们是如此的希望我们达到这个状态。我们自己也需要不断地依止上师，按照他的教言去做，他告诉我们的教言就是模仿的窍诀。告诉我们应该这样做、那样做，直接把他的经验、模仿的窍诀告诉我们。如果我们认认真真的去修学，自相续就可以取受上师所拥有的一切内外密的功德。

[727] “需要像泥塔小像从印模中取出来一样”，做擦擦像时就是这样的，有个印模就是模具，现在有卖很多模具，圆锥形的比较多，当然也有方形的，有些是佛塔模具，有些是佛像模具，如文殊像、释迦牟尼佛像、金刚萨埵佛像，各式各样的模具。做泥塔小像就是把泥巴和好放进去，然后敲打之后再倒出来，这个小像就拥有了模具里面所有的花纹，如果是佛塔模具，做出来就是一个佛塔，是文殊菩萨的模具做出来就是文殊菩萨像。同样，我们模仿上师，最后我们自己的相续就和上师一样，像一个模子倒出来的一样。

[728] 相当于这种擦擦像一样，我们有时候说要做上师的小擦擦，做上师的擦擦像，意思是一样的，上师怎么发心的，我们也这样发心；上师怎么利益众生的，我们也应该这样去利益众生；上师以前是怎么精进修行的，我们也应该这样精进修行。一个真正的解脱的上师或者一个菩萨，他每一世都会来到世间当中，这一世结束了之后，他又重新来一次，他每一世的经历可能不一样，他从小孩子的时候开始怎么拜师，怎么样精进，但这都是针对这一世和他有缘的弟子示现的，让弟子们模仿的。以前上师是怎么精进依止上师的，我应该这样去依止，上师是怎么样修学的，我应该这样修学。最后，我们依止上师应该像印模中取出来的一样。

[729] 上堂课我们讲，每个上师的风格不一样，他调化的重点也不一样，有些上师非常强调禅修，那么和他有缘的弟子经常听上师们这样的教言，也是很喜欢禅修的。如果上师很喜欢做其他的善法，和他有缘的弟子自然会集聚到他的身边来听他的教言，听的时间长了之后，心中也是带了这个影子，这个“擦擦像”基本上已经生产好了，当然里面的花纹是不是清晰这方面有差别，但是总的来讲，他的弟子看起来和他差不多了。

[730] 作为大恩上师的弟子来讲，也应该有他老人家相似的气息。什么样相似的气息呢？就是利他，大恩上师所有的弟子都应该有一个共同的气息就是利他，这个“模具”总的来讲是培养利他的修行者或者菩萨，总体来讲都应该有这个气息。但是从差别来讲，有些人利他心的痕迹比较清晰，这个泥塔小像从模具倒出来之后，每个地方都是圆满的，没有一点缺陷，花纹很清晰，连眼睛鼻子都非常清晰，这个就是精品。但有些倒出来之后，大概有这个样子，你去观察的时候，比较模糊或者这缺一块那缺一块，这个可能就不是那么合格，不过也不要紧。这只是大概的比喻。

[731] 总的来讲，我们作为大恩上师的弟子，不管怎么样，都应该有一个利他的心，因为大恩上师经常强调利他，只要跟他学的弟子，相续当中都应该逐渐生起利他心。认识到利他很重，即便现在我啥能力都没有，但是我也要利他，或者我修行也是为了究竟利他的，都应该有这种总的思想。当然有些弟子可能是得到了上师的加持，他对上师的精髓领悟得更清晰、更深刻，他自己能够做到这些。这个方面每个弟子有很多不同的地方。不管怎么样，只要我们跟上师有缘，自然会集聚在上师的身边或者上师法脉的身边，大家一起来学习。有些众生和其他的善知识有缘，他们自然会集聚到那个善知识周围，跟着他学他的特色的教法。这方面会有不同。

[732] 每个法脉传承带的气息是不一样的，有些利他心特别强，有些修行的气息特别强；有些特别喜欢做福德，比如放生、供灯；有些对因果取舍非常得细致。反正只要是真正具德上师教导下的弟子都会有比较好的一些特点，大概有他的法脉传统的样子，但是模仿得好的，就像前面讲的，方方面面都是非常相似的。

[733] 本来所谓的顶礼也只是一种恭敬尊重的形式，所以顶礼的方法也有多种多样，



[734] 华智仁波切告诉我们，本来顶礼是恭敬和尊重的一种形式，所以，顶礼的方法也有多种多样。意思是告诉我们，因为顶礼是表示尊敬的方式，所以，每一个时代或者每一个地方，表示恭敬的顶礼方法可能也不一样。有些地方说法就像水一样，然后佛法传播到各个地方自动要和当地的风俗、文化融合，还要和时代相融合，这些就相当于承载佛法的杯子容器一样，有些地方的容器可能是三角形的，有些地方的容器可能是四方形的，有些可能是圆柱形的，不管什么样形状的杯子，水是一样的。因为水必须要有一个载体，否则就流失了嘛。每个地方的风俗，文化都不一样的，但是不管怎么样，杯子里面的水有一种共性，能够解渴等方面的性质不会变。

[735] 佛法肯定会自动融入当地的风俗，比如说佛法在印度是什么样的，通过西域、印度或者汉地的高僧传到汉地，会和汉地当时已经具备的一些风俗习惯去融合；佛法传到藏地的时候，和藏地的不同的地域风俗要融合；传到日本、朝鲜都是一样的，乃至现在传到欧美都会和当地有融合的过程。所以佛法不可能一成不变，肯定不行的，比如印度是热带的地方，修行人只能穿三衣，鞋也不能穿，如果原封不动把这个规定移到西藏去，那会怎么样？没人学，因为太冷了，没办法做到。

[736] 所以，外在的形象肯定要根据当地的情况做一些调整、改变的，不能完全原封不动移植过去，把它的精神移植过去就可以了。这个精神是什么？在顶礼里面的精神就是恭敬和尊重，就是这里面的水；顶礼的形式就是外在的容器。那么顶礼的方法是外在的体现，你不管怎么样去体现，都是要表示内心当中的尊重，所以说顶礼的形式也有多种多样。即便是藏地，总的方面来讲，顶礼的方式是一样的，但是在有些法脉传承当中内部是不一样的，包括观想方式，一些外在的行为，也有很多不一样的地方。

[737] 而且各个地区的顶礼方式也无定法，

[738] 顶礼的方法有短头，有长头，还有汉地的顶礼方式、泰国的顶礼方式、韩国的顶礼方式，有很多不同的顶礼方式，所以，各个地区的顶礼方式也无定法。这个方面首先告诉我们顶礼没有一个固定的模式，我们不能说，你这个方式是不对的，只有我这个方式是对的，或者他人说你不对，只有他是对的，我们去争论这些是没必要的，反正是代表恭敬的顶礼方法。首先告诉我们要有一种包容心，虽然在自己的法脉当中学到一个如法顶礼的方式，但是同时也要知道，顶礼在不同的地方，也有各种不同的标准。所以，我们不要急于指责别人对或者不对，也不要去做很多的评论，等等。我们的心态要是一种开放的心态，但是开放的心态也不能完全没有标准，虽然是开放的，但是开放也是遵循一定的规矩去做的。

[739] 然而在这里，对于上师依照佛经中的顶礼方式而讲的言教，自己本来一清二楚，可是却以轻轻松松投机取巧或者摆出傲慢自居的架势而不认真顶礼，就证明是不恭敬顶礼对境的轻蔑态度。

[740] 虽然说每个地方的顶礼方法不一样，但是在这里面我们也应该知道，还是要依靠上师所传的方式如理如法地去造作。我们在这个法脉当中学习，就应该认真的学习这个法脉的顶礼方法，学完之后，按照这种传统认认真真的、如理如法的去顶礼。本来自己学完之后很清楚，但是顶礼的时候不把它当回事，怎么轻松就怎么顶礼，怎么样能够投机取巧，那自己就怎么样去顶礼。也就是说自己的心思不在怎么样发挥内在的尊重、恭敬，或者顶礼应该有的打破自己的傲慢心上面，自己的心思不放在这些重点上面，每天都在投机取巧，以更轻松的方式去顶礼或者自己虽然学到了但是不当回事。外在也是表现自己的特立独行，故意摆出傲慢自居的架势，好像是反传统，挑战权威，自己无所谓，这样表现自己，不认真顶礼。如果是这样，就不是前面所讲的“顶礼的方法也有多种多样”，完全变成一种不恭敬对境的轻蔑态度了。这样是不对的，虽然顶礼的传统都不一样，但是我们学完之后，应该按照上师所讲的教言，放下自己很多自以为是的想法，认认真真的去做。

[741] 前面我们讲了，虽然顶礼是表示恭敬、尊重的一种形式，从理论上讲，它的形式可以各种各样，但是不等于说自己可以随便发明创造——既然都是表示恭敬尊重的，那我趴着墙上或者把前面垫很高，也可以表示尊重，只要我心里尊重就可以了，那也不能这样。为什么呢？因为如果真正是按照传统传承下来的顶礼的方式，在最早的时候，是佛陀把这个顶礼的方法传下来，或者说是某一个教派的上师把这个顶礼的方法固定下来，传承下来的。我们要知道有一个很重要的信息，是什么呢？就是说这种顶礼的方式，乃至于观想的方法，要不然是佛陀，要不然是证悟的大德，他们通过智慧，观察到这样的方式顶礼，这样的动作对我们顶礼的人来讲，可以把利益最大化，他们的智慧观察到这一点，所以就制定了顶礼的规范：第一步、第二步、第三步，乃至于你的手放在哪个地方，然后你站起来身体要直，等等，这种顶礼方式，对我们来讲是利益最大化的。

[742] 所以，我们不要随便改，有些人说我去发明一套顶礼，我的花样很多，很优美…，应该功德最大吧？这个不一定。虽然你内心当中可以通过这个方式来表示尊重，但是因为你没有佛菩萨观察每一个动作的缘起的智慧，你观察不到，只是纯粹的比较浅显的分别念去观察，觉得这个好，深入不到缘起的实相。世间的每一个缘起都有它的功用，如果我们去编一套顶礼操，编一套顶礼的方式，鼓动很多人来学，因为我们自己不一定能观察到很多缘起的功德、作用，所以编出来的东西可能看起来是很好看的，但是，可能利益不是那么大。虽然从表示你的恭敬、尊重这个侧面可能可以，但是你发明这一套顶礼的方法可能是不行的。我们不要自己去创造发明这些，不能讲：这个顶礼最早是谁发明的，他可以发明传世，那么我也可以发明一个传下去，不能这样讲。

[743] 因为世间当中这么多的缘起，我们每天都在做很多事情，看很多东西，还有太阳、星辰…，每个法都有它的缘起，但是也只有少数人可以发现互相之间的关联缘起，他们可以利用这个缘起创造出一些法，让这个法利益最大化。所以，修行佛法，比如说打坐的姿势，顶礼的姿势，还有念诵的方式，这些虽然表面上看都是一些外在的行为，有些是类似于体操的动作，但是，是不一样的。为什么不一样呢？我们也不是完全的迷信，其实佛菩萨通过训练之后，他们的大悲心、智慧和我们是不同，他们很关心的是，怎么样通过这个顶礼的动作来让做顶礼的人的利益达到最大化，他们通过某种缘起配合起来之后，就能够达到这种效果。比如，密宗当中有很多种手印，通过观察，这样做手印可以达到效果。如果你自己编一套手印操，可能是没有效果的。所以是不一样的，虽然看起来都是一样，但内在来讲，这里面有一个顶礼的规范、传统，它的背后有大悲和智慧做支撑，这样观察完之后制定下来的。

[744] 对我们来讲，就不要做很多没必要的改动，我们就老老实实的完全按照传统学习就行了，这样就非常好。每一个地区的顶礼的方法都不一样，如果这种顶礼方式的确是有传统传承的，或者是念诵的方式、任何的仪轨、任何的道德规范等等，只要是真正证悟的祖师观察完之后制定下来的，其实都有一定的利益，而且他是通过大悲和智慧观察完之后制定下来的，和一般的凡夫的分别念完全不一样的。所以，我们自己在顶礼的时候，上师怎么教我们就怎么去做，让你怎么观想你就怎么观想，这方面来讲非常好的。

[745] 因此我们必须了知好似付税一样的相似顶礼只能给自己带来过患而无任何必要。

[746] “我们必须了知好似付税一样”，大恩上师在讲记当中也讲了，付税就是交税，很多做生意的人交税时不得已，很不情愿，谁愿意交税呢？如果说不需要交税了，大家特别高兴，如果交税的话感觉很不舒服，但是你不交税会犯法等等。所以交税的时候是很不情愿，应付的方式去交税。

[747] 我们在顶礼的时候不要像交税一样，好像特别不高兴，不喜欢，然后应付的方式去顶礼，像这样相似的顶礼只能给自己带来过患，因为你内心是一种抵触，或者投机取巧的心态，顶礼本身应该有的尊重和恭敬的心态就生不起来了，还有打破自己的傲慢这个作用也没有了。所以，最后就通过抗拒、傲慢，给自己带来过患，这样是没有必要的。

[748] 相反，按照要求如理如法地进行顶礼有无量的功德。

[749] 如理如法，就是你的身体的姿势、语言，还有心怎么作意，都是按照传承的要求。这样如理如法的顶礼有无量的功德，原因就是前面讲的，佛菩萨制定这套顶礼的方式是通过智慧和慈悲进行了深入的观察，这样做顶礼，一定可以给顶礼者带来无量的利益，他们不会让我们花了时间得不到任何利益。佛菩萨他们从刚开始入门所训练的，就是如何去发现一切万法的规律，训练自己对一切众生起利益的悲心，一个是智慧，一个是慈悲，所以就意味着从入门这一天开始，他往后的每一天、每一次的训练都和这二者有关，都会发现万法的缘起，都会生起对众生利益的菩提心。他一旦成功了，要对众生做利益的时候，他对待众生的方法一定也是和智慧、慈悲相关的，不可能他生生世世训练了无量无边的智慧和慈悲心，最后要给众生说法的时候，或者给众生制定修行方法，突然这个修法和慈悲、智慧没有任何关系，这是不可能的事情。所以为什么如理如法的顶礼功德无量？就是因为这些修法都是佛菩萨的智慧、慈悲观察完之后，对我们真实有利的，然后这样制定的。

[750] 从前，一位比丘顶礼有佛陀头发、指甲的佛塔，阿难尊者请问释尊他顶礼的功德，



[751] 当时佛陀还在世的时候，也有一些佛塔，这些佛塔里面装的不是佛入灭之后的舍利，装的是佛陀的头发和指甲。按照有些小乘戒律，剃头半个月一剃，或最迟一个月一剃，佛陀也会剃头发，佛陀的头发剃下来之后，有些国王就把佛陀的头发，还有剪下来的指甲，做成佛塔来供养。

[752] “阿难尊者请问世尊他顶礼的功德”，阿难尊者看到一个比丘正在顶礼装着佛陀头发、指甲的佛塔，就问你有什么功德。

[753] 世尊答言：“他这样顶礼一次，将获得自己身下所压面积直至金刚大地以上所有微尘数量的转轮王位，然而这还不能达到其顶礼功德的边际。”

[754] 佛陀这句话点出了做一次如理如法的顶礼的无量无边的功德，他将获得什么功德呢？就是一个顶礼下去，匍匐在地上，比如现在我们磕头也好，或者磕短头也好，反正磕下去之后身体所压的面积有多大，然后从这儿一直到金刚大地之间（到金刚大地之间是八万由旬）所有的微尘数量，这是没办法计数的，微尘很小很小，我们不要说从现在这里一直到八万由旬以下的金刚大地之间的微尘数量，即便是地板表面的微尘的数量我们都没办法去计数，太多太多了。这些数量代表什么呢？每一个微尘代表转一次转轮王的福德。但不一定意味着你一定要做转轮王，是说这个福德足够做转轮王了。因为有些人他不稀罕转轮王，有些小乘人就把所有的功德回向于解脱，大乘行者就把所有的功德回向成佛，他并不稀罕转轮王的王位。

[755] 他可以获得什么呢？一个微尘获得一次转轮王的王位。但是不是一个微尘转一次转轮王，这个微尘的功德就用尽了呢？不是，没用尽，还没有到达他功德的边际，即便他获得转轮王之后福德还没用尽，这就说明顶礼的功德特别大。尤其是顶礼的是殊胜的对境，因为顶礼的对境也有差别，比如说你给一个土地神下跪顶礼，和顶礼佛陀、顶礼一个修行比丘，因为对境的功德不一样，所以你自己所获得的福德也不一样。

[756] 所有的福田当中，佛陀的福田是最殊胜的，所以顶礼佛陀的头发、指甲的佛塔，就会产生这么巨大的功德。现在我们也可以顶礼佛像，在佛堂里面顶礼经书，如顶礼《法华经》《幻化网》《大藏经》或大圆满的法本，这些都是非常殊胜的三宝所依。有的时候可以向殊胜的上师顶礼，还有观想十方诸佛顶礼，如果到了八大处，顶礼佛牙舍利，到了五台山顶礼阿育王时代的佛陀舍利，顶礼文殊发塔，到了印度金刚座顶礼金刚座，到了拉萨顶礼觉沃佛像等等，在世当中有很多很多殊胜的顶礼的对境。顶礼一次的功德都是非常巨大的，无量无边，没办法计算这样巨大的功德，因为所顶礼的这些对境功德完全圆满，没有一丝一毫的垢障，所以顶礼的功德是最圆满的，其他所有的顶礼对境没办法和佛陀相比的。

[757] 虽然有些地方说顶礼父母、供养父母比顶礼佛、供佛的功德还大，我自己的理解是，这是个说法而已，真正来讲没办法相比。因为父母对我们来讲恩德是很大，但是毕竟他自己的相续也是个凡人，相续当中也有很多过患，福德并不圆满，只不过对我们恩德很大。如果和佛陀比那是远远无法比的，而且你顶礼、供养父母也没办法因此种下成佛的因，这个是做不到的，你可以得到很大的福德。但是顶礼佛陀就不一样，不但得到这么大的功德，同时也种下了成佛的因了。我并不是给泼冷水，没有这个意思，是要辨别一下，有的时候时间长了我们就搞混了，好像觉得供养、顶礼父母远远超胜供佛的功德、顶礼佛的功德。有些时候这样提倡有它的必要性，但如果如理如是的去分析的话，可能我们都不知道佛陀到底具有什么功德，什么叫佛陀？什么叫无上正等正觉？什么叫没有一丝的过患？什么叫做圆满一切功德？完全不知道。

[758] 把佛陀和父母放在一起这样去比较，我觉得是有点太过分了，所以有些时候稍微辨别一下吧，对父母恭敬肯定有功德，这个毫无疑问，有时候可能是为了让大家引起重视，可能说的稍微夸张一点，说顶礼父母比顶礼佛陀功德还要大，这个说法是可以的，真正要安立我觉得还是有一定的困难的。

[759] 现在很多道友正在修顶礼，就应该多看、多思维这方面的利益，然后就会知道利益非常大，应该好好的做顶礼。这样做一次顶礼的功德如此超胜的话，何况如理如法的做十万次的顶礼呢！做顶礼的时候，最重要的第一个是顶礼如法，第二个是顶礼的对境，第三个是顶礼的发心。你是以什么心态来发心顶礼的？是奔着转轮王的位置去的，还是说奔着解脱方面去的呢？还是奔着利益一切众生的目标去的呢？这个差别还是很大的。当然对我们来讲，要让顶礼的功德最大化，我们都知道应该发起菩提心，因为在菩提心当中包含了自己的利益，完全包含了转轮王，如果你成就之后，你随便哪个地方去当转轮王都可以，你化一亿个化身在一亿个刹土中去当转轮王都可以，这个能力都有的。所以如果你真正的了解了这个利益之后，你肯定是愿意发菩提心去做顶礼的，这是最殊胜的。还有，你顶礼的时候有没有三轮执著？有三轮执著的顶礼和没有三轮执著的顶礼还是不一样的；顶礼的时候，你安住在顶礼的对境是在外，还是说顶礼的对境就是我的本性？这个也有差别。

[760] 如果你学了这些教义，学得比较圆满的时候，这些所学的东西在你做顶礼的时候，都会变成你的优势。如果你不懂这些观想的方式，不懂很多要点，在顶礼的时候可能是得到了一部分的功德，但同时也损失了很多你应得的东西。也就是说如果你懂了，你很认真的学了三轮体空是怎么回事，很认真发菩提心，很认真的按照标准准的顶礼方式去顶礼，就会得到很多的功德。但是如果你学的东西比较少，顶礼的对境分不清楚，左边是西方三圣，右边是土地神，你跑到土地神那儿使劲顶礼，像这样对你来讲也是一种损失。还有，发起菩提心的顶礼和求一个世间的心态去顶礼，本来发起菩提心的利益更大，但是你就是不选这个，偏偏就要选世间的利益，这样你又损失了不少。所以，这样做了选项选择，因为自己学得少没有懂得道理的缘故，在做十万遍顶礼的过程当中，其实丢失了很多很多的功德。但是如果你学了之后，自己就可以得到很多很多功德。

[761] 现在正在做十万顶礼的道友，了知完之后就应该如理如法的顶礼，把上师老人家在讲记当中提到的顶礼的要素都加进来。如果顶礼的时候脑袋里面一直在运转这些要素的话，我们的思想就不会去想乱七八糟的东西了，可以把菩提心在这个过程中做一次训练，还有思维所顶礼的对境和我的佛性是什么关系？是无二无别，等等，我们的心在这上面运转的话，就可以做到高质量的顶礼。如果现在已经修完了十万顶礼，或者说还没开始修的道友，大恩上师也要求早晚三顶礼，早上起来的时候在佛堂三顶礼，晚上睡觉之前在佛堂三顶礼，像这样每天做六次如理如法的顶礼，功德也是非常非常巨大的。

[762] 以上是讲的顶礼的功德。其实这个公案后面还有一段，在讲安忍的时候会讲到，我们附带讲一下：佛陀给阿难尊者讲完顶礼的功德之后，还讲了很多这方面的道理，后来好像是优钵离尊者问，怎么会这么大的功德？这么大的功德怎么样让它微薄、减弱乃至于消失呢？佛陀说，如果是同行道友之间互相嗔恚，道可以让这个功德微薄、减弱乃至于消失，一点都没有。

[763] 就是平时我们讲的生嗔恨心，同修之间、道友和道友之间互相之间不包容，生嗔心，互相做损害就可以让这么大的功德逐渐消失。首先讲到了这么大的功德利益，但是如果我们不注意的话，有可能平时在对道友，对其他的众生生嗔心等等的过程当中，就让这个功德逐渐消失。或者有的时候你生起的嗔心不是那么强烈，这个功德虽然不是完全消失，但是也会减弱，这个果本来是转轮王，最后就因为你生起嗔心之后，就变成了某个国家的国王，或者本来可以在像朝鲜的那个地方当一辈子国王的，变成了一个国家的总统，只有八年任期或者四年任期。（开个玩笑）

[764] 本来你是转轮王的王位，但是可以让这个果微薄、减弱，你还是会受报，但是可能只是当一个小国的国王而已，没办法当转轮王，小国王和转轮王没法比，福利待遇方方面面差的非常远。有些时候是让这个果延迟，或者让这个功德感果的功能消失，完全不再成熟。这是随着我们嗔心的力度而有所不同的，有的时候是轻微的嗔心，有的是中等的嗔心，有的时候是很强烈的嗔心，强烈的嗔心就让这个功德完全不成熟了，不但不成熟而且还有嗔心的过失；有些时候是让果的力度减弱，就像前面讲本来是转轮王，后面当个小国国王，这个就是减弱了；有的时候是延迟感果。

[765] 所以，我们一方面在修福德，修很多福报，一方面也要注意调伏自己的烦恼，不要让这些烦恼变成偷我们福德的小偷，每天都要注意防范。在《入行论》当中这个方面讲的比较多。

[766] 此外，经中说：佛陀的无见顶相是从恭敬顶礼应敬之上师士夫中得来的。也就是说，顶礼是形成究竟圆满正等觉无见顶相的因。

[767] 转轮王是暂时的果位，除了转轮王的果位之外，还有究竟的果位，是什么呢？佛陀的三十二相当中有一个叫无见顶相。无见顶相是什么意思？佛陀的顶是肉髻，因为他修殊胜的福德的缘故，任何人看不到佛陀顶髻的顶，没办法看到佛陀肉髻的顶端到底在哪里，找不到，这是佛陀自己殊胜的福德所形成的，叫做佛陀的无见顶相，不管从哪个方位看，看不到佛陀的顶髻，这个就是他一个殊胜的功德。

[768] “恭敬顶礼应敬之上师士夫中得”，当然除了顶礼之外还有别的福德，但是其中一个福德是什么呢？无见顶相的因是恭敬顶礼应敬的上师、佛陀、士夫得来的，也就是说顶礼是形成究竟圆满正等觉无见顶相的因，这个福德可以让我们成佛，可以让我们获得佛陀的相好。

[769] 可能有人说：看不到顶有什么嘛！好像感觉没什么，对自己来讲没有什么吸引力。但是如果我们换一种说法：顶礼会让你变得很漂亮很庄严！那可能一下子就有兴趣了：“哦，如果得到这个，我去顶礼还是可以的”。众生因为自己的思想还不是很圆满，所以给他说可以获得佛果等等，他没有兴趣，一说可以发财，可以变得很漂亮……，他马上就有兴趣了。这不是开玩笑，的确是有这样的。

[770] 很多道友可能学过《宝鬘论》，学过佛陀圆满的相好。《宝鬘论》当中有一段专门讲佛陀的三十二相、八十随好形成的因，需要什么样的福德，讲的特别多。世间当中所有的福德，再乘以十倍、百倍，然后再获得一个声闻的福德，逐渐逐渐叠加上去的，这个福德是非常非常巨大的。所以说佛陀的无



见顶相这么圆满的相好，需要无穷无尽的福德才能够形成的，能获得这种相好的话，转成一个世间长相很漂亮的美女、帅哥，是“小菜一碟”，容易了。我们对这些究竟的功德，暂时的功德，都是需要了解的。

[771] 大恩上师以前专门讲了顶礼的功德，顶礼一次的福德都是非常巨大的。如果我们没有机会修十万遍的顶礼，每天早上起来的时候，不管是长头、短头，在床上磕，或者在佛堂磕，反正要恭恭敬敬地三顶礼，晚上睡觉之前也不要忘了，顶礼完之后再去睡觉，应该每天都做这些功德。

[772] 你这样一顶礼之后，法本里面讲的功德就划到你的“账号”上面——阿赖耶识当中去了，这个功德就归你了，然后剩下来就是保护好，不要通过其他的方法让这个福德丢失就行了。这个功德非常巨大，这是佛陀讲的，对此我们要生起诚信。

己二、供养支：

[773] 如前面供曼荼罗的时候所说将自己实际拥有的财富以正规、如法、清净的方式，心里无有吝啬的束缚、不带有矫揉造作、故意卖弄的心态而摆放整齐，把它作为所缘对境。

[774] 前面在讲供曼荼罗的时候，其实已经讲到了供养。此处是作为上师瑜伽的分支，在祈祷上师、念上师心咒之前积累资粮的供养。这里面不一样的地方是，前面供曼扎要坐下来，手持曼荼罗一遍一遍地修；在修上师瑜伽的时候，所有的七支，比如说前面顶礼支，这里的供养支，下面的忏悔支，还有后面的随喜支等等，这些都是一边念一边观想就行了，就这样过一遍就可以，不需要你重新把曼荼罗盘过来去修，在这个地方没有这个要求的。前面顶礼的时候也是，念诵顶礼的时候随文观想忆念顶礼；供养支也是一边念诵一边按照你的能力去做观想。当然你念的快的话不一定能来得及观，如果念慢一点，里面的几行字的内容还是可以观的，尤其是在很纯熟的情况之下，可以一边观一边圆满七支，圆满之后主要的重点就是放在后面念心咒祈祷。

[775] “自己实际拥有的财富”，自己所直接拥有的财富可以作为供养，比如说摆在供台上的水、灯、香、花、食子、食品等等，有各式各样的供品，有些道友可能有水晶球，八吉祥的模型等等，这些都是可以的。把这些实际拥有的财富，正规、如法、清净的方式摆放，摆放得很庄严，然后经常要擦得很干净，以很如法的方式去供养。这个方面是实际拥有的。

[776] “心里面无有吝啬的束缚、不带有矫揉造作”，对我们所供养的物品没有吝啬，没有矫揉造作故意卖弄的心态摆放整齐。我们在供养的时候，有时不注意的话也容易带着这种不如法的心态。比如说矫揉造作、故意卖弄的心态，摆得这么庄严，就是想一些道友来参观自己佛堂的时候，赞叹庄严、摆得很好，自己也会自鸣得意，心里会美滋滋的，把这些东西摆在那儿，就是为了得到这个效果，让别人很赞叹。如果心思在这个方面，那心思就不在供养佛陀上面，很多的东西就丢失了，本来应该有的更大利益，供养佛陀能够得到的功德，就为自己捡了个小芝麻，就把大西瓜丢了。

[777] 佛陀会经常提醒我们，在供养或做其他善法的时候，你作为一个凡夫人，可能烦恼时不时地会冒出来，如果冒出来我们就要去对治它。在供养的时候一定要再再地提醒自己：不要有这种心态。虽然让别人赞叹你也很好，但是比被别人赞叹更有意义的、更好的，就是我以恭敬的心态真正地去供佛，圆满我的资粮，清净我的罪障，通过这样的因缘进一步地开显我的佛性，这是所有意义当中最有意义的。所以调整好自己的心态去供养，不是以故意卖弄的心态来摆放整齐，把它作为对佛陀做供养的所缘对境，这是所缘的供品。

[778] 接下来观想鲜花、薰香、酥油灯、香水、神馐等，以及无量殿、地方豪宅、经堂、轮王七宝、八吉祥徽、十六金刚天女等

[779] 这是意幻供养，幻化的供品有各式各样的鲜花。因为佛堂里面的鲜花种类、数量有限，可能质量、品种也有限，世间上还有很多各式各样的鲜花我们都没有见过，或者说虽然见到但是拿不回来，这个时候就要凭我们自己的观想能力了。在世间的不同地方，七大洲每一个洲都有不共特点的鲜花，有些是特别美的，有些是特别香的，有些是特别大面积的、看起来很有阵势的，有很多很多的鲜花。不管是电视上看到的，朋友圈里面发的，还是自己亲自看到的，都可以作为意幻供养的所缘境。

[780] 各式各样的薰香，天界的，人间的。各式各样的、无量无边的酥油灯。还有各种香水。神馐，神馐就是具有特殊形状的供天尊的食子，其实就是食物，但是这个食物具有特殊的形状。前面我们讲过不同的形状，有些东西不同的形状有不同的缘起，神馐做成不同的形状，有些天尊、护法神对他的食物的形状、颜色有要求，如果这样做供养，缘起具足他就很喜欢。还有无量殿，天界的无量殿，净土的无量殿，都是非常圆满的。还有地方的豪宅，几亿美元的豪宅，或者几千万的豪宅。还有非常庄严精美的经堂，经堂也可以作为供品来做供养，因为它是很壮观的，外表壮观，里面的装饰也壮观。还有轮王七宝，是真实的轮王七宝，不是模型。八吉祥徽也是真实的，不是自己佛堂上的模型。然后还有十六金刚天女，也不是模型，是真实在世间当中存在的供养天女、金刚天女等等。

[781] 这些供品我们根本想不到也得不到的，但是完全可以通过观想的方式来对诸佛菩萨作供养，而且得到的效果是一样的，完全可以得到供养拥有的真实供品的功德，而且还没有副作用。

[782] 为什么没有副作用呢？如果你真正得到了，你可能就舍不得了，你是想：哪一天我得到之后，把它全部拿来供养。真正得到的时候，你的心态就变了，就不愿意、舍不得供养了。但观想不存在这个问题，你不需要拥有它，你知道它存在，在天界、净土、整个法界肯定是存在这么好的东西，现在我把这些东西全部拿来意幻供养，你根本没有舍不得的心态。对我们初学者来讲，这个是比较好的。

[783] 一般的初学者、凡夫人的相续当中，吝啬心的种子还是比较稳固的，有些时候想是这样想：“我赚到一百万的时候拿出几十万来供佛。”但是一旦赚到的时候心态就变了，就又想：“这一百万不要动，当我赚到额外的钱再拿来供养。”永远就是这样的一个循环。相续当中吝啬的种子一直在起作用，一直在阻止你做这个事情。所以，有些时候真实的东西对自己来讲有一些副作用，没有东西的时候没有想法，真正拥有了这个东西，这样的想法、那样的想法就开始多起来了。

[784] 在某些方面（不是说方方面面），一些真正具有智慧的上师、传承上师，更加鼓励我们做意幻供养。因为意幻供养对我们这个阶段的众生来讲没有副作用，但是说所有的人都是这样的。对我们这些人来讲，真实的东西容易有副作用，但是意幻供养不会有副作用的。

[785] 随着我们供养的习气逐渐地增上，福报越来越大，心量也会越来越大，最后就会有一天，真实拥有财富的时候，就按照我们的发愿一样，把真实拥有的物品供养了。就像佛陀的传记当中讲的，佛陀在修布施、修供养的时候，他就完全舍得把自己的国土等全部拿来供养、布施，这就是真实地达到没有一点吝啬心了。但对我们现在的初学者来讲，意幻供养要比真实供养供品更多、而且没有吝啬心的副作用，是这样的一种状态。

[786] 轻歌曼舞，弹奏特有的乐器，将天上地上琳琅满目的一切人天供品，以追随普贤菩萨的幻变供养方式来作供养，

[787] 这是讲普贤云供，那么什么是普贤云供呢？普贤云供也就是说凭借普贤菩萨的等持力的供养，是一种意幻供养。因为普贤菩萨显现上是菩萨，其实是佛显现成菩萨的形象，最起码也是显现十地菩萨的形象，他的等持力、智慧是不可思议的。

[788] 也就是说，凭借普贤菩萨的等持力，自己心间放射出等同于百千俱胝无量佛刹尘、五颜六色的光芒，

[789] 追随普贤菩萨，把自己观想成普贤菩萨，或者自己的心间放光，化现普贤菩萨，然后普贤菩萨心间放射无量无边的光芒。

[790] 每一光端又化现出一尊与前面相同的普贤菩萨，他们每一位心间也都放射出与前面一样的光芒，

[791] 就是说每一个光端有一个普贤菩萨，一个普贤菩萨又化现无量的光芒，每一个光端又有一个普贤菩萨，乃至充满一切法界。

[792] 并且光端又幻现出无数不可思议的普贤菩萨，他们每一尊也都以不可思议无量无数的供品供养十方佛及佛子，这就是所谓的“普贤云供”。

[793] 这就是普贤云供或者普贤云供。就是把自己观想成普贤菩萨，化现出无量的光，每一个光端有一尊普贤菩萨，每一尊普贤菩萨又化现无量，这样交织起来充满整个法界，然后每一个普贤都拿着不可思议的供品供养诸佛。或者有些地方说在每一个光端前面，化现成供养天女，然后再供养的也有，但这里面没有说光端变成供养天女，直接就是说每一尊普贤菩萨都是不可思议，供养无量无数的供品。因为普贤菩萨他自己本身的悲心、智慧、善巧方便都是非常圆满的，用他的智慧大悲来做供养的话，那是最圆满的。供品是圆满的，供养者也是圆满的，供养十方佛以及佛子，这就是所谓的普贤云供。

[794] 自己如果观想很纯熟的话，一边念后面短短的两句，一边就观想圆满了，这样在很短的时间当中可以累积无量无边的功德。

[795] 这样尽己所能意幻供养的同时念诵下文：

[796] 恆夏叶哲当怎记 陈设供品意幻定



[797] 囊这秋波夏加籛 供印奉献现有物

[798] 一边观想前面的内容一边念诵，或者一边念诵一边观想上述内容。陈设供品就是真实供养，就是在佛堂上面陈设水、灯等等这些。意幻，就是前面讲的意幻供养。定，定是什么呢？就是普贤菩萨的禅定力。

[799] “供印奉献现有物”，印就是印持的意思，供印就是普贤菩萨禅定力印持的供品。现有，现就是器世界，有就是有情界，现有物，就是所有的这些供品。把这些供品通过普贤菩萨的禅定来印持，印持完之后奉献。

[800] 还有一种解读，供印可以理解成供养手印。因为有的时候除了供品之外，还有供养手印，打手印，其实这个手印本身也是一种供养物。供养手印有曼扎手印，这也是一个供养，一边念一边结曼扎印供养，手印里面须弥山等都有了。还有莲花翻转手印，专门的八供手印，荟供的时候也有供养手印。这些全都是供养印。

[801] 所以除了真实供，还有意幻供；禅定供之外还可以手印供。手印也是一种供养，因为在密宗当中有很多八供的手印，荟供的手印，曼扎供养的手印等等，有很多很多手印。结手印的时候，其实是通过殊胜的缘起直接就作为供品了。供印也可以这样解读，解读成供养手印也是可以的。

[802] 只要自己具备供养的能力，那么诸佛菩萨肯定具有享用的能力，

[803] 这个很重要！大恩上师以前经常教导我们的，我们自己也是通过这样的方式来提醒自己的。这句教言用的比较频繁，而且也很重要。什么意思呢？就是只要你有供养能力，诸佛菩萨一定是有接受能力的，这个是很重要的。你不要想：我供养了他怎么接受？他的法身周遍一切，所以只要你供养，只要你有供养的能力，他一定就有接受的能力，不管你供养什么他都有接受的能力，哪怕把我的佛性供养了都可以，我们在做三身法身曼扎的时候，就有类似的供养。所以只要你有供养的能力，那么诸佛菩萨就一定有接受的能力。

[804] 这种供养和回向不一样，是有差别的。回向有些东西是不能回向的，我们回向善根，不能说把解脱果回向了，把法界实相、把如来藏回向了，没有这样讲的。但在讲供养的时候有，只要你有供养的能力，那么佛菩萨就有接受的能力，所以你可以把你的身体、善根，哪怕是你的法身，你所有的东西都可以拿来作为供养，法界也可以作供养。我们在做供养的有些仪轨当中，比如说麦彭仁波切造的上师供的仪轨，里面就有供养现有平等性，供护法的时候也有把现有平等性供养，把一切法界、法身做供养，把不变的自性做供养。这些方面在回向当中是不行的，但是做供养可以，可以把这些作为供品对诸佛菩萨供养。

[805] 所以说只要你能够想到，你有供养的能力，佛菩萨就有接受的能力。这个是很重要的。

[806] 因此凡是世间界中有主、无主应有尽有的人天受用，我们都观想拿来作供养。

[807] 世间当中的有主物，无主物，人天应有尽有的受用都可以拿来观想作为供养。有主物也可以供养，比如这个是属于张三的、或者是李四的，我也可以拿来观想作为供养，不存在犯盗戒的问题。有时候说这个是别人的东西，你把它供养会不会犯盗戒？这个不会，这个是观想，是意幻供养。真正犯盗戒是把他的东西拿到之后，实物归我了，这是犯盗戒。但是我在观想供养的时候，这个东西没有动地方，他还是拥有的，但是我通过自己的心把这个东西缘取供佛了，这个是可以的，不会也没有损害他的利益，也没有损害这个东西，只是我通过一种善巧方式缘取之后，通过我的心识观想把它供养诸佛。

[808] 所以，有些时候到了高档的商店、精品商店或博物馆，有什么东西你都可以意幻供养。到了别人很好的豪宅里面也可以作供养，他显摆他的，你供养你的，这个也不矛盾，大家做各自的事情就行了，把它作为供养就行了。这些都可以拿来作供养。

[809] 有主的，无主的，应有尽有的人天受用，都可以拿来观想作供养。

[810] 自己有多大的观想能力，就幻化多少来供养，从圆满资粮的角度来说，这种意幻供养与真实财物供养没有丝毫差别，

[811] 这个说的很肯定。自己有多大的观想能力就幻化出多少来供养，就看自己的心力有多大，你观想的能力有多纯熟。如果你观想的能力很大，那么你可以观想更多更多的物品来做供养。所以说我们平时就要训练，观想供品充满整个地球，充满四大部洲，充满天下，充满小千世界，充满三千大千世界，把你的观想就往四面八方扩展，最后遍满一切法界。只要你能观想到的地方都充满供品，全部供养一切诸佛，供养大恩根本上师，这样的话可以在无勤当中积累很多很多的资粮。所以完全可以圆满资粮，从圆满资粮的角度来说，这种意幻供养与真实的财物供养没有丝毫的差别。

[812] 所以不必认为自己没有供养的资具，

[813] 我们不要认为我自己很穷，没有供养的钱，没有供养的资具，我做不了供养。在佛法当中，在很多密宗的仪轨当中，整个意幻供养的程序都是非常非常完备的，尤其是曼扎供，一个人没有钱、没有资具，也完全可以通过曼扎供的方式圆满自己无量无边的福德、功德。

[814] 下面再教给我们一个窍诀，当然现在有很多道友也正在用，用的很纯熟的还不少。

[815] 其实，随时随地，自己别人所拥有的一切资具或者说凡是当亲眼看见万事万物，心里首先观想：供养三宝、供养根本传承上师。

[816] 随时随地，就是说养成这样一种观念、习惯。自己拥有一个新的东西，比如今天买件新衣服，第一个念头首先观想把它供养上师三宝，把它幻化成无量无边，充满法界，供养一切诸佛，虽然只是一件小小的衬衫，但你可以把这个衬衫观想成遍满一切法界，然后供养一切诸佛。是自己的东西可以这样供养，别人的东西也可以这样供养，你看到别人手里拿个东西，你可以马上观想供养上师诸佛，这方面都是可以的。

[817] 凡是亲眼看见的万事万物，比喻你出去旅游（当然现在已经来不及了，黄金周已经结束了），看到万事万物的时候，你都可以在心里观想，把这些东西供养三宝，供养根本上师，供养传承上师。

[818] 甚至见到路边涓涓流淌的清溪，或者遍满鲜花的一方平原等任何赏心悦意的事物，都要意念供养三宝，

[819] 甚至见到路边有些特别的景物，水非常清，在草原上流淌的小溪，或者遍满鲜花的草原，还有雄壮的雪山，很多很多非常悦意的景色，这个时候首先要忆念供养三宝。供养完之后你再去摆造型照相，再做其他的这些。

[820] 首先要做供养，圆满资粮，为了利益一切众生供养上师诸佛，这是一个修行纯熟的人他首先应该想到的。

[821] 这样观想在不知不觉当中顺便就可以圆满资粮，所以我们一定要这么去做。

[822] 大恩上师讲，城市晚上的路灯，甚至于堵车的时候，前面闪烁的一片红色的尾灯，这些都可以拿来作为供养。本来一看到堵了这么长的车队就很烦，但你马上转念一想，车灯可以当成供灯来供养。的确是可以这样的，这么多车，每一辆车至少也是好几万、十几万，这么多车都可以拿来供养，不压车还没有这么多供养的资具，压了车之后反而给你提供了很多供养的资具。

[823] 关键是你怎么想，任何一个事情可以让你生烦恼也可以让你生起功德，比喻说堵车这件事情，它可以让你大发雷霆，把你早上顶礼的功德烧了；也可以通过塞车让你累积起更多的资粮，关键就看你自己懂不懂得用。如果懂得用的话，这些都可以成为积资净障的方法；如果不懂得用就错失很多。不单是错失很多，而且让你平白无故地去生起很多烦恼，造很多罪业，损失很多很多的安乐。通过学习训练之后，要让一个修行人达到这样高标准的素质，所以平时我们一定要这么去做，因为这个对于我们的确很有用。而且这个不需要什么成本，只需要你懂了之后不厌其烦地去做。可能刚学的时候很新鲜，做几天，然后时间长了就不想做了，烦了，但是如果我们真正一直欢喜这样做的话，可以不间断地累积资粮。习惯之后，你会看到很多时候都可以这样做，有些让自己烦躁、生嗔心的对境，你可以念头一转把它作为供养的对境；生贪欲的对境，也可以念头一转，把它变为积累资粮的方法。

[824] 在佛法当中，是不放过任何一个素材的。一个懂修行的人，他就像一个能工巧匠一样，在他的眼中任何东西都可以变成一个工艺品，没有什么废料，没有什么不要的东西。任何一个人，任何一个事物，可能都不会让他生烦恼，都会让他修行正法，让他安住于正念，把他所学习到的智慧拿出来应对，或者把它转变成一个让自己修行进步的助缘。所以，我们要力争让自己达到这种状态，达到这个标准。

[825] 那么这样是怎么达到的呢？就是通过这些小事情，慢慢去训练。看起来很小很小的事情，但都不放过，逐渐去适应之后，就可以在全分位当中，把任何人和事物，好事情、坏事情都可以转变为修行之用，把自己变成这样一种好的修行者。

己三、忏悔支：

[826] 忏悔支在前面金刚萨埵的时候广讲了，这个时候略讲。因为这里是作为上师瑜伽的支分，七支里面的一支进行阐释的，所以一边念一边忏悔。



[827] 痛心疾首地发露忏悔

[828] 这个是我们忏悔时的心态，痛心疾首就是厌患对治力。

[829] 从无始以来流转到回迄今为止自己能回忆、不能回忆所造的堕罪，

[830] 所忏悔的罪业从开始轮回到现在，已经没有办法记数了。但是不管多长，我都要做忏悔。从开始轮回到现在，到今天为止，有些是能够回忆的罪业，大多数是不能回忆的，不管能不能回忆我都拿来做忏悔。

[831] 也就是身语意三门所造的

[832] 通过身体所造的罪业，语言所造的罪业，尤其是心所造的罪业，是非常多的。身语所造的罪业比较明显，比如你杀生了，你偷盗了，你邪淫了，这是比较粗的，比较容易发现的；语言方面爆粗口了，今天挑拨离间了，这个方面相对来讲是比较容易发现的。当然如果不训练的话，有很多不学习佛法的人，没有认为这是个罪业，认为我杀一条鱼，这个是什么罪业呢？我说句粗话不是什么罪业吧？

[833] 但是随着我们对因果越深入地学习，就会发现，由浅而深安立罪业的程度、层次不同，尤其是心的业很难发现。心不像外表一样，外表因为它暴露在人的眼睛和耳朵面前，所以这方面对一个正常人来讲，还是有所收敛的。比如我们一个人在家里，别人看不到的时候，行为和在外面公共场合的行为是不一样的，因为在公共场所当中，自己暴露在很多人的眼睛下面，不管怎么样行为还是有所收敛。心不一样，看不到每个人的内心，所以内心当中可以产生很多很多的恶念、分别念，不用顾及别人的想法，所以相对来讲，意业方面更加容易放纵。

[834] 十不善、五无间、近五无间罪、四重罪、八邪罪以及掠夺三宝财物等一切罪业，痛下决心从今以后永不再犯……

[835] 身语意三门所造的十不善，五无间罪，近五无间罪。近五无间罪不是真正的五无间罪，但是比较接近于五无间罪，它和杀父杀母等等有一个比较接近的方面。大恩上师在讲记当中也讲了近五无间罪。然后是四重罪、八邪罪，这个以前我们在讲金刚萨埵忏悔的时候，分析过了。以及掠夺三宝财物等一切罪业，我们以前不懂，可能当强盗的时候抢了寺院的东西，抢三宝财物；还有偷寺院的东西，小时候不懂事，偷寺院桌上的供果，或者偷寺院的其他东西，也造过一些类似的罪业。

[836] 现在有机会了，忏悔正当时，不管怎么样，现在我通过正式的方式，把罪业做一个了断。了断的方式就是佛菩萨慈悲地告诉我们的，可以通过自心的发露忏悔，通过一个行之有效的办法，让以前无明、无知、有意、无意所造的所有罪业做一个忏悔。这就是发现了最深缘起的佛菩萨告诉我们的，可以让自己相续当中的追悔莫及的罪业完全清净的方法——忏悔。

[837] 一切罪业痛下决心从今以后永不再犯，这个就是返回对治。

[838] 就像前面念修金刚萨埵之引导中所讲的那样，

[839] 在金刚萨埵或者其他佛菩萨面前忏悔，这里是在莲师面前忏悔，因为修的上师瑜伽是莲花生大师的形象。这是属于所依对治力。

[840] 以明观四种对治力而忏悔，

[841] 明观四种对治力来忏悔。我们念这个颂词其实就可以忏悔。本来，通过观空性、念百字明可以忏悔，但这里面没有单独的咒语，七支里面的忏悔，一边念这个颂词一边作忏悔，就可以达到忏悔的效果。

[842] 这里面的现行对治力就是念这个颂词，这里面四对治力都有了。

[843] 接着观想一切罪障在自己的舌头上汇集成黑团，

[844] 相续当中的所有罪业汇集在自己的舌头上，变成一个很黑很黑的黑团。

[845] 通过福田（皈依境）尊众的身语意放射光芒照耀，

[846] 福田就是前面观想的上师莲花生大师的皈依境。他们的身语意放出大悲和智慧的光明，大悲智慧就是所有无明罪业的正对治。为什么光明照耀可以把这个黑团清净呢？因为这个黑团代表罪业，代表无明烦恼，是无明烦恼所形成的一个果。这个罪业本身也是无明自性的一种状态，而大悲和智慧可以完全对治它的。

[847] 身语意光明照耀，看起来好像是一团光，光明就是代表大悲和智慧。我们安住的时候，了知这个光明是大悲和智慧，这个黑团是无明，它的本性其实就是空性的，或是大悲、智慧的自性。这样观想忆念的时候，一下子就可以把罪业消散，因为安住于它的本性，它的力量就可以把这个罪业完全清净掉。

[848] 由此就像洗涤污垢一样净除了罪障。

[849] 就好像洗衣服把脏东西洗掉一样，所有的罪障都清净掉，黑团就没有了，观想完之后念诵。其实真正在修的时候是一边念一边观想。

[850] 之后念诵：够色莫给累那根 一切三门不善业

[851] 所有身语意三门所造的不善的罪业。

[852] 恒萨秋给昂德夏 光明法身中忏悔。

[853] 安住在光明法身中。光明法身其实就是相应于实相，相应于实相作忏悔，因为罪业的本性就是空性的。光明法身的“光明”就是智慧，因为我们的佛性如来藏，它是明空无二的自性，智慧就叫做明、光明。罪业本来也是空性的，忏悔的时候是以三轮体空的方式忏悔，能忏、所忏、忏悔方法是三轮体空的。所以我们虽然在做忏悔，但做忏悔的同时也知道，一切能忏所忏和忏悔的方式都是无自性的，在这种状态中安住。自己本具佛性，在佛性当中没有丝毫的罪障和垢染，既是空性的，又是光明的。安住在这样甚深的定解当中做甚深地忏悔。

[854] 像这样，表相上面的、世俗中通过四对治力忏悔也有，相应于实相的忏悔也有。世俗和胜义两个方面都做忏悔的话，就很容易清净掉所有的罪业。

[855] 在修上师瑜伽的时候，我们一遍一遍地修七支，每一次都可以清净掉一部分的罪业，这样不断地修，罪业就会越来越少，最后真正得到加持，通过加持的力量再做忏悔就更快了，这是个良性循环。做了七支之后，紧接着修上师瑜伽，通过上师瑜伽得到加持，再把得到的加持返回来又开始修仪轨，再做顶礼、供养、忏悔的时候，顶礼、供养、忏悔的力量就加强了，之后再念上师瑜伽心咒的时候，又得到更强的加持，然后再把加持带过来做仪轨，这样就相当于良性循环、强强联手一样，力量越来越大，最后完全可以证悟实相。

[856] 今天我们就讲到这个地方。

[857] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[858] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[859] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[860] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

《前行广释》第131课辅导资料

[861] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[862] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[863] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[864] 发了菩提心之后，我们继续一起学习《前行引导文》。为了让我们的心转入正法，能够觉悟实相，华智仁波切造了这部殊胜的论典。如果不算前面闻法的规律，本论分为三部分，第一部分是共同加行，主要是引导我们生起出离心；第二部分是不共加行，即让我们集资净障的方法，或者说通过修持不共的加行，我们就可以成为接受大圆满的法器；第三部分是破瓦法。

[865] 因为我们现在修学的是大圆满的前行，一切法要的修行都是以大圆满为核心。如果以大圆满的正行为核心，出离心可以说是共同外加行，属于最外围的修法，主要是对整个轮回生起想要解脱的厌离心。出离心生起来之后，再修持不共内加行。内加行有五个修法，皈依、发心、百字明、曼荼、上师瑜



伽，这些比较接近大圆满的正行，称之为内。虽然它也是一种加行，但是修完就可以修持大圆满正行。通过五加行把我们相续调整好之后，就有了接受大圆满正行的资格，它是比较接近于大圆满正行的一个修法。或者说一个远一个近，共同加行离正行比较远，而不共加行离正行比较近，内和外可以从这个方面来讲。如果从核心的侧面来讲，四转心法等等属于离大圆满比较远的，而不共加行离大圆满的修法本身比较近。

[866] 如果对这个修法本身我们有所了解的话，就会有这种体会，修到皈依、发菩提心、金刚萨埵、曼茶、上师瑜伽的时候，这些法和共同加行所修的重点不一样，越往后修越接近正行。通过这些就可以调整我们的心，可以接受真实的密法或大圆满正行，它可以称之为内加行。学完之后，我们就可以得灌顶，然后修大圆满。如果今生没有成就，最后还可以通过修破瓦法的方式往生极乐世界。这个就是本论的一个窍诀的它的整篇的、全篇的一个结构。

[867] 共同加行部分我们已经学完了，现在学到了不共加行。不共加行前面有皈依，通过念十万遍皈依的方式让我们对于上师三宝等皈依境产生殊胜的信心，通过皈依让我们相续逐渐成熟，分别念靠近于实相。这个所靠近的实相是怎么体现的呢？三宝就是实相的体现。我们所皈依的对境全都是三宝实相的体现。无论是唐卡、皈依境上面的传承上师，还有法宝。比如小乘的僧宝、大乘的僧宝，还有勇士、护法、愤怒本尊都是实相。因为皈依就是走近实相的一个方便，所以我们要皈依皈依境当中的圣众。虽然外表上看起来他们就是一个个的佛菩萨，但是这就是证悟了实相之后的样子。我们皈依他也是皈依实相，这是让我们的心接近实相的第一步，通过皈依的方式开始真实地朝实相方面去接近了。

[868] 发菩提心也是一样的，世俗菩提心、胜义菩提心都是和实相相近的。世俗菩提心是为了利益众生发誓成佛，胜义菩提心就是离戏的空性等，都是和实相相关的。金刚萨埵也是为了让我们的认知实相，所以通过金刚萨埵的方式清净自己认证实相的垢染和阻碍。曼茶的修法也是一样的，为了让我们认证实相而积聚强大的福德等顺缘。上师瑜伽就是强制性让我们去证悟实相的方便，通过上师的加持让我们了知心性，因此这些都是引导我们的心趣向实相的修法。如果我们通过认真的修行，把心调整好之后，再学大圆满的修持就会很方便，直接可以从正面或比较明显的方式来让我们知道和安住心性。

[869] 对于不共加行，前面我们已经学过了皈依、发心和百字明，这些积累资粮的都学完了。现在学的是上师瑜伽，首先讲了修学上师瑜伽的重要性，然后也讲了上师瑜伽修法当中的明观福田等等，我们把福田观好之后，就要在福田面前积聚净障，前面的福田是上师的体性、莲花生大士的形象。我们要在这个福田面前来积聚净障，所以在中间安排了一个七支的修法。通过七支供的修法可以帮助我们很快的积累资粮和清净障碍。这就是在这个地方安排七支的一个原因。

[870] 我们在念修这个仪轨的时候，每个步骤都要认真对待。安排每个修法步骤都有必要性。明观福田的时候要观想清楚，然后要把这个福田当成会真实降临的福田，而不是一张纸上面画的几尊佛像，如果这样认为，就说明我们对于所明观的福田没有殷重心。明观福田的时候就是通过我们真实的心信了知真实的上师、莲花生大士和眷属在自己面前的虚空当中安住着，即完完全全一模一样的莲师刹土降临了，这就是真实的福田。有了这个信解，我们再通过七支来做供养、顶礼、忏悔等等，就可以产生非常殊胜的福德。也为后面我们念莲师的心咒、上师的心咒获得强力的加持做一个很好的准备。如果前面准备好了，再念心咒的时候，就能很明显的感受到加持力；如果前面的准备工作马马虎虎，我们念心咒的时候就不一定有这个感觉。这些积聚净障的方法虽然词句不多，也很简单，但是它的内容很殊胜，也很重要。

己四、随喜支：

[871] 前面我们对于顶礼支、供养支、忏悔支已经学完了，今天我们学习的第四支就是随喜支。随喜支也有它要遣除的违品和对治的障碍。我们平时在修学佛法的过程当中，或者说即便不修学佛法，在世间的生活中都会有嫉妒心。嫉妒心一旦产生之后，当下就会让自己产生不舒服、不悦意的心态。单纯从嫉妒心当下的作用来讲，就是让一个人不舒服、不悦意的状态。从佛法的侧面来讲，这个嫉妒不单单是让人不舒服、不快乐，而且还是一种不善业。嫉妒不单单是让你不舒服这一点而已，如果仅仅是让人不舒服也不要紧，在我们修学佛法的过程当中也会产生很多不舒服的感觉，这个本身来讲不一定是罪业。而嫉妒不仅会让自己不愉快、不舒服，与此同时它也是一个罪业，罪业将会产生一系列的后果。

[872] 产生嫉妒心之后当下会不舒服，然后它也是一种罪业，嫉妒心如果不消失的话，它还会在自己身体、语言上面体现出来，口里说一些不好听的话或者对人冷嘲热讽，身体做出很多不好的行为。嫉妒转变成了身语意的业，这个业也会转变成痛苦。不单单是这一点，还有很多连锁反应。

[873] 如果我们在修法的时候嫉妒心很大，也没办法让我们的心趣入佛法当中。佛法是很清净的，嫉妒心是一个染污心，它不清净，就会阻碍我们的心安住在真正的法义当中，调伏不了。不仅如此，而且还有一系列连锁反应，这些通过嫉妒产生的后果不断去酝酿、发酵，就是非常麻烦的事情。无论世间和出世间嫉妒心对众生来讲，都是伤害很大的情绪、心态。佛法当中可以通过随喜的方式来对治嫉妒心。嫉妒就是看不得别人好，不管别人在世间或者出世间法方面获得成功、快乐等等，他都会看不惯，这就是嫉妒。而随喜就是让自己的心安住在一个清净的状态当中，非但不嫉妒，反而生起一种替他欢喜的心。

[874] 随喜分为果随喜和因随喜。今天所讲的修法主要是因随喜，不管任何的善根我们都随喜。果随喜有点像四无量心当中的喜无量心，看到别人正在感受快乐的时候真心的替他高兴。随喜的随就是跟随的意思，跟随而生起欢喜。跟随什么生起欢喜呢？既可以跟随善业生起欢喜，也可以跟随别人的快乐而生起欢喜。随喜也有负面的随喜，比如跟随别人的恶业而生起欢喜，当别人造恶业的时候自己很随喜。比如我们在讲戒律的时候，有自作、教他作，或者见作随喜，就是看到别人造了恶业自己高兴、赞叹，这是一种不好的随喜。随是跟随，喜就是欢喜的意思。作为修学佛法的人，当然不能跟随别人的恶业来随喜，这是不好的。这里是跟随善法而随喜，见到别人修善法的时候，我们要跟随别人的善法而生起欢喜心。

[875] 下面我们一起看一下随喜的修法。

[876] 对于诸佛为了利益群生而转大法轮、一切菩萨的广大行为、所有众生随福德随解脱分的善法，以及自己过去所积累的、如今正在做的、将来必定行持的一切善根，都诚心诚意、满怀欣悦而随喜。

[877] 这段话的意思是说我们首先是随喜诸佛的功德。诸佛主要是利益众生，他们无勤作的安住在利他事业当中，佛陀的事业不可思议，非常广大，不单单是一尊佛，在十万刹土当中有无数尊佛正在展开利益众生的事业。我们了知之后，就去做随喜。

[878] 其实随喜也是一个技术活，为什么呢？你对于随喜的对境，以及所要随喜的法了知得越深细越广大，自己随喜的素材越多，随喜的状态也就不一样。如果泛泛地了解的很少，比如在你的概念当中，只有一尊佛，脑海里只能蹦出一尊佛，也只能随喜这一尊佛的功德了。如果你对佛的事业到底是什么也不知道，那你所随喜的善法也不细致。只能做个大概的、笼统的随喜，认为佛是很好的，就像是一个好人，最多就是这样，再没有办法随喜了。如果你学过《宝性论》《随念三宝经》，你对《宝性论》里面讲的佛陀的大菩提、功德、事业方方面面都了解了，再做随喜的时候，深度也就不一样了。如果你知道了不单单是一尊佛，十方刹土当中有无数佛正在转法轮。随着你了解得越多越深细，随喜的时候力度会完全不同。同样都是随喜，因为每个人内心所掌握的法义深浅不一，对所随喜对境的了知不一样，所以在做真实随喜的时候，结果当然是高下立判了。

[879] 我们分不出来，诸佛菩萨用智慧眼观察马上就分出来了，这个人的随喜得到的功德非常大，那个人的随喜就是得到一部分功德，这个差别还是很大的，因此我们说随喜的确是技术活。这方面必须要通过很多的闻思才能了解，要把随喜的修法修好，必须首先要深入去考察、了知我要随喜的对境到底具有哪些能够跟随而生起欢喜的法？如果自己能够了知得非常透彻、扎实，随喜的时候和别人的深度、广度、力度都是不一样的。

[880] 第一个随喜的是诸佛，因为诸佛的功德、事业是圆满、无勤作的，所以我们要随喜。第二个随喜的是一切菩萨的广大行为，菩萨六度万行就是通过大菩提心摄持的布施、持戒、安忍、精进、禅定和智慧，在讲广大的菩萨行当中也有这些内容。比如说在《释迦牟尼佛广传·白莲花论》当中，佛陀在因地时如何行持布施、持戒等等一个个的事例就摆在这儿，我们看到之后会很震动，一边掉泪，一边随喜，这也是了解了这些之后就，真正对菩萨行产生了随喜。

[881] 案例有些是描述菩萨的心态，有些是描绘菩萨的行为。在《入行论》等讲菩萨行的经论当中，对整个菩萨的心态、行为、不可思议的清静心等等，都做了很多的描述。对他为了成就佛果、利益众生的所有的广大的行为为了了知之后，真正产生了一个随喜的心，非常欢喜。

[882] 圣者当中，我们对于佛菩萨随喜了，这里面没讲到的圣者还有声闻、缘觉，对声闻和缘觉的功德也要随喜。

[883] 然后是没有登圣地的所有有情随福德分和随解脱分的善法。所有的善法分为两大类，一个是随福德分的，一个是随解脱分的。众生有很多，有学佛的，也有不学佛的。不管学佛的还是不学佛的，所有的善法都随喜。不学佛的人或者说学佛当然当中也有不想解脱的，这一类的善根就是随福德分。不管



是世间人做慈善、做义工，还是帮助贫苦的人等等，对于世间当中很多的善法我们都要了知，对善法的种类了知完之后，以后看到了我们就会知道，这是以个善法。虽然行持善法的人也许没有发菩提心，也没有出离心，但是它就是一个善法。

[884] 有时学过佛法的人有一个毛病，就是容易带着自己学习后的“专业”眼光去看这些问题。“这个人虽然在做善法，但是肯定没有菩提心、出离心摄持”，这样一想你随喜的心就打了折扣。你的重点不在善法，而是放在了他没有菩提心上面。如果你带着否定，也就没办法随喜了，这时候要把这些去掉。不管他有没有菩提心、出离心，反正就把重点放在这是一个善法上面而生起随喜。如果这是一个善法，在做善法当下，对自他就是有利益的，这个人在行持善法的当下是快乐的，那个善法以后或多或少也会引出安乐。如果我们能够把重点放在善法上面，就不会被相续当中可能会出现其他的东西所影响，这时候就可以对于这些随福德分的功德生起一个随喜心。

[885] 对世间人来讲，我们也可以这样观察，皈依三宝、闻思修学了几年之后，似乎不可避免的，非常容易产生一种优越感。这种优越感是什么呢？我是学佛的，他是不学佛的，自己产生了优越感，其实自己和对方的相续差别不大。我们刚刚皈依了，正在开始修，从某个方面来讲，自己觉得好像已经和别人不一样了，其实来讲相续当中烦恼的状态没有多大差别，这是实际的情况。

[886] 凡夫人受到烦恼的驱使，非常容易产生优越感。学修了几年之后，也比较容易对于初学或者不学的人产生一种优越感。虽然本来应该产生清净的悲悯心，但是被这种优越感代替了，这是不好的，我们一定要避免。在学习佛法的过程中，别人做善法的时候，我们要去肯定，这就是一个善法，从某个层面来讲，应该是鼓励的、肯定的。对于任何形式的随解脱分善根，我们都要去随喜。

[887] 随解脱分的善法当然是以出离心摄持的，在修学善法的过程当中，自己的意乐、发心不是为了世间福报，就是为了解脱或利他。还有一些是空性摄持的善根，也可以做随喜。有些时候我们看到别人，就在朋友圈也可以随喜好多东西，比如今天晒放生啊，明天又晒其他善法。看到这些的时候，也是可以修行的。有些时候可能觉得做到底有什么意义？你的心念一转，他们今天在举行放生，这样特别好；那个地方在开光，他们念一些经咒、行愿品，也是特别好；上师老人家讲的《法华经》功德那么大，发起这么多人念诵、抄写《法华经》，非常好，这些每个都可以作为随喜的对境。虽然自己没有去做，但是可以每天在手机上面随喜好多功德。

[888] 这个以前可能是没有这么大的信息量，现在也可以把手机上面的信息转变成一种随喜的对境和对治嫉妒的地方，关键就是看你的心态能不能转过来？如果能转过来了，我自己发现在这个上面有好多可以随喜的地方，每个地方都汇集了好多的讯息。有时候是朝圣，有时候是抄经、放生或者上课等等有很多，看起来的确有很多地方在修善法，这些不仅都可以作随喜，而且别人也正在作，很多都是同步的，有些甚至还是现场直播，随喜也是挺好的。

[889] 不管他是什么心态，反正不是随福德分，就是随解脱分。即便他的心理不好，我们也可以只看他的善法。也许做善法的时候，他带着某种目的，并不一定清净，但是，我只看他所做的善法，修一个随喜就行了，这是非常好的。这就是对于诸佛菩萨、众生所做善法的随喜。

[890] 以及自己过去所积累的、如今正在做的、将来必定行持的一切善根，前面这部分是叫做他随喜，就是说随喜他人的善根。现在这部分叫做自随喜，就是说随喜自己的善根。以及自己过去，过去自己所做的很多善根也要去回忆一下，从皈依开始，或者说皈依之前我就是个善良的人，经常学雷锋做好事。学佛之后，皈依的功德、听一堂法的功德都那么大。我过去做过很多的功德。如今正在做的，比如现在我在讲法或者你正在听法，这就是一个善根。将来必定行持的，将来我一定还会做的，所以这是未来的善根。我们对将来必定行持的一切善根，这也是属于要随喜的。

[891] 自随喜是什么意思呢？其实也是对于自己所做善法的一个肯定。如果对自己所做的善法很高兴，以后还会继续做；如果对于自己做的善法不高兴，有了后悔心，以后就不一定会做了，这是心态微妙的转变。为什么要随喜自己的善法呢？其实也是肯定自己做的是对的。

[892] 为什么我们要去期待别人来肯定呢？有时期待上师的肯定，有时期待修行好的道友的肯定呢？有了肯定之后，自己才会愿意做下去；你做完之后，如果别人没什么反应，可能就不想做了。比如说世间人做了一件好事，大家都不表扬、不肯定，最后就都不想做了，觉得没有意义。如果你做了之后，别人很高兴，也感谢你。很多人也说你做得很好，这是正能量，自己也会觉得我做得对啊。如果以后还有这样的情况时，还愿意去做。如果大家都不肯定的话，肯定慢慢也就没人做了。自随喜也是对自己做的善法有一种肯定，就是说做得好。因为以前做过、现在正在做、未来还会做，所以自己随喜自己也是对自己所做善法的一种肯定。肯定了之后，自己以后还会继续去做。

[893] 如果不随喜呢？假如我们对自己所做的善根不随喜，像前面讲的一样，也许就没有动力了，或者更极端的是什么呢？不单单不随喜自己所做的功德，还很后悔，觉得不应该花这个时间去做，不应该去帮助他。如果有了后悔心，就不是以后不会再做的问题了，而是当下就可能把以前所做的善根通过后悔心彻底摧毁，因为后悔就是摧毁善根的因素之一。

[894] 虽然以前做了，但是后悔了之后，善根通过自己的后悔心就摧毁了，这样非常不好。因此我们要经常性地对自己所做的善法进行肯定，但是肯定也要有一定的量，如果肯定过度了，可能自己会变得飘飘然，产生了傲慢等等，这也是需要掌握度的。就是说，我做的的确是对的，仅此而已，这时候打住就行了，不要再往下了，否则有可能就变成其他东西了。这是对自己的随喜。

[895] 对他人的随喜也是一样的。为什么随喜呢？因为我们对别人所做的善法也要肯定，这样我们觉得这是对的、应该去随喜，而生起欢喜心。

[896] 诚心诚意，就是我们随喜的时候不是口头上，而是发自内心的认同。随喜也是认同这个善根。比如我完全认同佛菩萨所做的事业，真正的不可思议，对众生的利益非常大，这些通过学习之后，我完全认同。认同菩萨所做的善法不是没有意义的，菩萨为了利益众生布施自己的财富，乃至自己的手脚、头目、脑髓，完全有很大的意义。很多道友自己花钱去放生、做善法，完全都有意义。这就是一种认同。自己完全认同了之后，就会诚心去随喜。如果不认同，那就不一定随喜。你对别人所做的不认同，就不一定会产生欢喜心，取而代之的就是其他的抨击或者给他一些压力等等。从随喜本身来讲，即是让我们能够很快积累资粮的方便，也有很强的目的性，就是对治我们的嫉妒心，让我们的心清净。因此我们在修随喜的时候，要尽量克制自己的嫉妒，把自己所有的思想和想法都用于发现别人的功德、善根，而生起欢喜心，就是这样的原理。

[897] 满怀欣悦而随喜，就是特别的高兴。随喜的喜是欢喜的意思。看到别人的功德、善根特别高兴、非常欢喜，一边这样想，一边念诵。

[898] 并念诵：

[899] 灯巴逆记地巴叶随喜二谛所摄集

[900] 给凑根拉记叶让一切善业之资粮

[901] 这个地方讲的随喜二谛，就是世俗谛和胜义谛所摄集的一切善业资粮。有些是世俗谛所摄的，有些是胜义谛所摄的。胜义谛所摄的比如修持空性，或者佛菩萨安住在究竟的实相当中，都是属于胜义谛的本性。而世俗谛当然也有很多，通过分别心、善心、善心所等摄持的善法都属于世俗谛。比如有很多道友现在正在修加行的十万个顶礼，一个顶礼的功德都是无量无边，修十万的话功德会非常不可思议。了解之后，特别高兴，很随喜他的善法。很多道友正在修百字明、修曼荼罗或者百日放生等等，正在做各种各样的共修，这些都是很大的善法。或在平常听上师讲课的时候，这些都可以变成我们更好修随喜的素材。

[902] 如果我们听了很多，思维得很扎实的话，很多地方都能用得上。比如在这里的随喜也用得上，二谛所摄。所有法都包括在二谛当中。二谛所摄持就是全方位的摄持一切善法，不管是哪方面的善根全部摄持，一切善业、资粮都是诚心诚意地心生欢喜心。行持所有善法的时候，内心都是快乐、欢喜和安静，这些结果都是善妙的。有些是世间的善妙，有些直接可以获得解脱。现在我们有很多可以随喜的善法，尤其是佛法还没有隐没，很多人正在行持经论当中授记的不可思议的功德，这样我们就可以去做很多的随喜。如果佛法隐没了之后，我们可能随喜也修不了了。为什么呢？因为没有人再提随喜的修法了，我们也不知道随喜了，虽然也有可能误打误撞的随喜，但是这个力量很弱。因为没有佛法住世的缘故，所以所随喜的善根，也是只能看到一些世间上面的好人好事，从这方面来讲，所随喜的对境也很少。

[903] 现在我们还处在一个不管是世间的善根，还是佛法方面佛菩萨的善根、自己的善根都是可以随喜的失去，尤其是现在信息化的时代，可以知道很多不同的地方有不同的人正在做各式各样的善法，在了解完之后，我们做一个深深的随喜，就可以积累很多的资粮。

[904] 具体来说，九乘次第的一切法无不包括在世俗、胜义二谛当中，



[905] 后面请转法轮的内容要讲到九乘次第，就是说九乘次第的所有法，都是以世俗谛和胜义谛二谛所包含的。通过世俗趣入胜义或者说佛菩萨证悟了胜义之后，在世俗当中显现广大的事业，反正都是包括在世俗、胜义二谛当中。

[906] 所以我们要随喜的就是二谛所包含的自他一切众生有漏与无漏的所有善法。

[907] 我们要随喜的就是二谛，即世俗谛和胜义谛所包含的。自他，自是自己的功德，他就很多了，前面讲的佛陀菩萨、小乘圣者，还有世间当中的众生，所做的随福德分、随解脱分的善根，密乘弟子、大乘显宗、净土等各式各样的善根非常多，不可思议。自他一切众生不管是有漏和无漏的善根特别多。和烦恼相顺，随顺于烦恼，相续当中还有烦恼的善根叫做有漏善根。无漏的善根主要指圣者的善根，圣者的善根是决定无漏的。虽然凡夫人善根的本体有可能是安住在有漏当中，但是他的发心和修法本身是随顺或者趣向无漏的。比如现在凡夫人所修的空性，这个善根是不是无漏的？不是无漏，而是有漏的。因为现在我的心还没有调伏烦恼，所以随着善根本体来讲还是属于有漏。而空性本身是接近或者趣向于无漏的，这部分的善根可以接近或者趣向于随顺无漏。也有这样一种善根。

[908] 不管是哪一类，所有有漏、无漏的善法完全没有嫉妒心，特别高兴。一旦欢喜了，也就不会有嫉妒心了。如果有嫉妒心，也就说明对它不认同、不欢喜。如果你真正能够看到别人行持善法的时候，生起了欢喜的心，那是不会有嫉妒的，嫉妒是不高兴的心态，不能够忍受、接纳。随喜就是接纳，而且很高兴。如果修法还没有真正到达比较高深的状态之前，每个众生都有嫉妒心，只不过有些人的嫉妒心特别强，有些人的嫉妒心可能稍弱一点，从这方面来讲有一定的差别，这个种子都存在。有些条件成熟之后，自然而然就会产生嫉妒心。对我们来讲，就要经常性地去了知嫉妒的过患，还有修习随喜的必要性和它的殊胜功德利益。

[909] 如此随喜，功德无量：

[910] 下面通过一个案例，来讲解随喜的巨大利益和功德。

[911] 从前，胜光王迎请世尊及其眷属，供斋四个月，并供养一切受用。

[912] 胜光王是佛陀时代的一个大国王，也是一个大施主。他迎请佛陀和眷属供斋，供养僧众食物。除了食物之外，还有其他的药品、衣服、卧具。

[913] 大恩上师在讲经当中也说了，为什么国王要做供养呢？这个原因就是前面我们讲到的有一个麻疯病的女人给迦叶尊者供养了一碗馊的米汁，这个饮食很恶劣，就是别人丢掉的米汁。当她用手去捞米汁里的蚊子时，手指还断在里面了。她有麻疯病，身体已经腐烂了，手指就掉进去了。迦叶尊者为了圆满她的资粮，没有捡出来，直接把米汁喝了，然后为了让她欢喜的缘故说，从现在到明天化缘之前，我不再接受其他人的供养，只是接受你的供养。这个功德圆满了，麻疯女特别欢喜，死了之后，直接生到了兜率天。

[914] 帝释天看到了供养的过程，当麻疯女死了之后，他不知道她到哪去了，他的神通观察不到比自己更高级的兜率天。他就问佛陀，佛陀告诉他麻疯女生到了兜率天，这个事情传出来之后，就像现在一样，很多人都去跟风，就像前面的贫女供灯一样，佛陀授记之后，大家一窝蜂的都去供灯，同样这么大的利益的事迹传出来之后，大家也都想供养。国王作为一国之主，权力很大，他知道这个事情之后，马上生起了要供养的心。你看贫女通过这么差的食物供养迦叶尊者，他这是一个阿罗汉，也得了这么大的功德。那么我去供养佛，遍智佛陀的功德比阿罗汉大得多，不单单是佛，还有佛的很多眷属，对境很多，也更殊胜。供养的食物，不是馊的米汁，里面还有一根手指，而是最好的食物，还有很多用品。时间不是像迦叶尊者喝一碗粥的时间，而是在四个月当中来供养，有些地方讲是七天。

[915] 为什么胜光王要发起这次供养呢？大家听了这个事例之后都生起了想要供养佛陀僧众的心，缘起就是这样的。

[916] 现也有很多道友非常喜欢供养僧众，这样非常好，因为供养僧众的功德的确非常大的，尤其是在一些法会当中给僧众供养。供斋主要是供吃的，法王如意宝、大恩上师经常讲，如果供僧的话是食物最好，因为供了食物马上要吃的，吃了之后对他生命的延续，对他产生精力来修法直接起作用，所以供养僧众功德最大的就是供养食物，也就是供斋。你供钱、供衣服等其它东西功德也很大，但是供养今生能成熟的功德就是供斋，给僧众供斋的功德特别大。

[917] “并供养一切受用”，胜光王供养了一切受用。

[918] 当时，一位以行乞为生的贫女心里想：

[919] 有一个行乞的贫女看到这个情况心里想。

[920] 这位胜光王也是由往昔所积累的福德力才成为这样拥有荣华富贵的君王，又遇到释迦佛这样殊胜的福田，如今仍然积累这般广大的福德资粮，实在是太稀有了。她完完全全是发自内心的随喜，因此获得了无量福德。

[921] 这个贫女怎么想的呢？这个胜光王因为以前积累了很大的福德，成为现在拥有荣华富贵的君主，成为君主之后又遇到释迦牟尼佛这样的福田，他又生起了一个清净的心，想要供养的心，然后他又使用他自己的福报，开始做广大的供养，这样又可以积累更多更多的福报资粮。

[922] 《亲友书》里面讲人有四种差别：一、从明至明，以前是明，因为他以前造了福报，今生当中得到快乐，这个叫明，有了明之后又开始积累善根，那么就是从明至明；二、从明至暗，有些人是以前积累了很大的福报，但今生当中他不再做上供下施的事情了，而是开始造罪业，这就是从明至暗；三、从暗至明，有些人以前没有修福报很穷，现在他开始做各种功德，做各种集资净障的善根，他以后就会得到很大的利益，这个就叫从暗至明；四、从暗至暗，一些人以前很穷，现在也不修善法，所以是从暗至暗。

[923] 按照老妇女的意思国王就是从明至明，他以前积累了很大的福德，现在有很多的安乐，有安乐的同时又开始积聚更多的善法，就是从明至明，所以她觉得实在是太稀有了，她没有丝毫的嫉妒心，对国王的福报和善根发起了完完全全的欢喜、随喜之心，就因为这一念的随喜获得了无量福德，比国王供斋的福德还要大。前面我们已经介绍了前因后果，一对比就知道了，麻疯女给迦叶尊者供养有如是的福德，这个国王供养的时间也长，然后所供养的对境也殊胜，供养的物品供具也非常超胜，所以他的功德应该是非常巨大的，但是这个贫女的一念随喜心就超胜他的功德了。当然这完全是由佛陀的遍智了解的。

[924] 世尊对这一点清清楚楚，在傍晚回向功德时国王：“你所积累的这份福德善根是回向给你自己，还是回向给你比获得福德更大的人呢？”

[925] 按照惯例，吃完饭要讲法，讲法也许就讲到傍晚了，在傍晚回向功德的时候就问这个国王：你现在所积累的福德善根是念你的名字给你回向呢？还是回向在这个过程当中比你功德更大的人呢？

[926] 国王说：“谁的善根大就回向给谁吧。”

[927] 此时国王觉得谁功德大就回向给谁。上师讲记当中讲，也许他觉得不可能有人比我功德大，因为我是功德主，我自己对佛陀也有信心，我做了这么大的供养，应该是我功德大。所以他就很有自信，很自负的说谁的功德就回向给谁。他不知道这中间有一个贫女在随喜，这个因素他没有看到，佛陀的智慧是看到了的。

[928] 于是世尊先念那位贫女的名字作了回向。连续三天一直都是这样作回向的。

[929] 于是世尊就先念贫女的名字作回向。并不是没有给国王回向，而是首先回向给这个贫女，然后紧接着按照福德大小的排序，挨个挨个做回向，也许是这样的，国王是排第二还是排第几我们不知道，可能是先念贫女的名字，再念国王的名字。连续三天一直都是如此的，

[930] 为此，胜光王十分不悦，

[931] 可能连续三天贫女都是对这样的功德作很清净的随喜，为此，胜光王十分不悦。虽然他是一个有信心的人，对佛陀很有信心对善法也很有信心，但是毕竟是一个凡夫人，虽然他是学佛的人，是一个佛弟子，也是一个国王，同时他也有烦恼，所以这个情况出现的时候他就不高兴了。

[932] 可能有人想：你都是佛弟子了，怎么还生嗔心呢？你是佛弟子为什么还十分不悦呢？其实，一个凡夫人学佛两方面都有，一方面来讲有信心，每天也在做他可以做的善根功德；一方面他同时也有烦恼，也被烦恼左右。两者同时存在在一个众生的相续当中也不矛盾。

[933] 为此，胜光王十分不悦，便与诸位大臣商议对策。

[934] 他们就开始商量怎么办。



[935] 国王问：“如何才能使世尊不这样作回向呢？”

[936] 因为他前面已经说了“谁的善根大就回向给谁”，话都说了他可能也不好意思让佛改——以后你不要再这样回向，以后就念我的名字，他可能不好意思这样讲。到底怎么办呢？用什么方法让世尊主动或者说自动的给我做回向呢？不要给贫女做回向了。

[937] 大臣们献计献策：“明天世尊和他的眷属前来应供的时候，当许多饮食溢到器具外面以后，如果那些乞女来要拾取，我们就连赶带打，这样定会有效。”

[938] 大臣们可能也是学过佛法，知道贫女的功德怎么产生的，为什么佛陀这样回向呢？可能是这个贫女作了随喜，怎么样让她不再随喜呢？就让她生嗔心，不高兴，她就不会再随喜，就得不到这么大的善根了。（所以，学过佛法才知道怎么样阻止佛陀这样回向，不学佛法的人不会知道正确的方法。）

[939] 前因后果他们可能都是清楚的，所以觉得这样的方法可能有效。“明天世尊和他的眷属前来应供的时候”，因为很多佛眷属来应供，有很多人分发食物，在分发食物的时候，器具装满了就会溢出来，按照他们的规矩，或者一般的情况，可能溢出去的食物乞丐可以拿走食用，以前可能这样操作的。

[940] 如果这些乞女来拾取的话，我们就会打他们，赶他们，不要让他们拾取，这样的话他们就会生起不高兴的心，这样就会有效。

[941] 这般商定下来，到了第二天那位随喜供养者的贫女又来拾取溢出来的食品时，受到阻拦并遭到殴打，不由得生起嗔心，结果摧毁了善根。

[942] 第二天他们就这样操作了，随喜供养的贫女来捡溢出来的食品，受到了阻拦，遭到了殴打。可能前三天没有阻拦他们，今天因为他们有某种目的，所以就开始阻拦、殴打。她不由得生起嗔恨心，结果摧毁了善根，嗔心生起来之后，她就不会再随喜了，随喜的心就没有了，以这样的方式就摧毁善根。

[943] 前三天随喜得这么好，为什么今天就不行了呢？修行没有稳定之前，也会跟随因缘的变动而变动的，这也是不矛盾的。所以有的时候道友们说：

“前一个阶段这个道友挺好的，为什么这段时间突然不好了呢？”他要不然遇到什么烦心事了，要不然内心当中烦恼现行，分别念起来了。反正人就是这样的，没有解脱之前肯定既有很好很清净的阶段，也有遇到低谷的时候，对此我们也要了知，一方面我们自己也是这样的，一方面我们知这个问题之后，看到道友前后不同的变化，我们也可以理解宽容。

[944] 当天佛陀便念国王的名字做了回向。

[945] 贫女摧毁了善根，就没有再随喜，这个时候国王的福德就超过了贫女，所以当天佛陀便念国王的名字作了回向。

[946] 这个公案讲了随喜的功德，如果生了嗔恨心或者嫉妒等就不会产生这么大的福德，贫女不随喜，她的福德就不会那么大了。

[947] 上师在讲记当中也讲了胜光王的福德是如何形成的，其实按照上师引用的经典当中的案例来讲，胜光王当时的福德的确非常大，但是这个福德是什么导致的呢？就是他以前供养了一个独觉一个无盐食团，类似于一个饭团子，里面没有盐巴也没有菜，他自己当天的饮食就是这个饭团。当他看到一个独觉来化缘，就想，我以前没有布施过，这一世这么贫穷，现在这个食品我享用了也不会增长我的善根，如果我供养独觉就可以生起善根。他就把自己的饮食供养给了独觉，供养的时候很欢喜，然后独觉也给他回向，按照惯例会给他显示神通，让他发愿。

[948] 他这一世当胜光王这么大的福德，是不是供养食团的全部善根呢？不是这个意思，他供养独觉一个食团，是六次生天界，天界寿命终结的时候再回到人间当很殊胜的国王，国王死了之后又生天，六返人天都是国王。这一世是相当于供养福报马上要用尽的剩余的福德，即当胜光王的福德是他生天当国王，又生天…，六返之后剩下的马上要用尽的福德，最后的一点点“尾巴上”的福德都还可以当国王。

[949] 因果规律就是这样的，对于这样殊胜的对境，如果我们能够通过清净的心去做供养的话，这种善根和功德的确是的确是非常巨大的。所以他到底以前做过什么呢？贫女说“往昔积累的福德力”，他积累了什么福德力呢？就是供养过独觉一个无盐的食团，这就是他以前所积累的福德，但是他所收获的却是非常非常巨大的。

[950] 这里面就讲到了很多的前因和后果，小因生大果，还有因果之间的一些规律，比如，如果你想要获得比国王还大的善根，你就真心诚意的随喜，不夹杂烦恼，这个时候你就可以无勤的获得善根。

[951] 这个国王当年以无盐的食团供养独觉，相当于施一得万报，他布施了一点点东西得到了比一万倍还要多的果报，他当时用了很少的勤做，一点点的因，获得六返人天的果报，天上当天王，地上当国王，最后一次还是当胜光王，这样一种很小的因，就可以得到很大的福德。这是一个方面。

[952] 随喜的修法来讲，其实也是类似的，有的时候你甚至于不用去做，连一个食团都没有，就是一念很清净的心去作随喜，都超胜这个国王以这么多的资具供佛和供养圣僧、凡夫僧等等这样一种巨大的功德。这方面对我们来讲会有很多的提示，我们平时在佛堂给佛供养，有的时候布施给其他众生，或者给其他众生念放生仪轨，这方面看起来都是很很小很小的一种善因，但是后面的善果是很大呢还是很很小呢？要看你的心清净不清净！如果你的心很清净，完完全全可以让看起来很小、而且很短的时间当中种的善根变得无比的广大，如果你的心量有限，当然功德也不会特别大。所以，我们做这个善法，到底可以得到多大的功德，还是取决于自己的心态是否清净。

[953] 大恩上师在讲记当中讲了很多这方面的内容，也讲了选择供养对境的问题，上师也说最好是供养僧团，如果供养单个人，也许这个人是真实的上师善知识、也许这个人是一个骗子，所以就不是那么可靠，但是供养僧团肯定是可靠的。大恩上师也讲了对于佛弟子来讲，如何对待现在的一些现象，怎么样去辨别所谓的上师的方法，这些在讲记当中讲得很清楚，我们去看一下就可以。

[954] 其实现在已经好很多了，很多道友在系统地学习了佛法之后，辨别的能力就跟以前不一样了。以前的辨别能力特别弱，很容易上当受骗，生信心的理由也是很简单，但现在学了佛法之后内心当中生起了智慧，很多事情就可以做理性的辨别，这是非常好的。大恩上师不间断地讲解佛法、推广佛法其中的一个必要性，就是让所有的佛弟子的综合素质能够提高，包括在辨别这些方面，也有非常清晰的辨别能力。如果佛弟子没有学很多教法的话，就不一定有这种辨别的能力，上师老人家也是慈悲的给我们讲了这些教言。

[955] 所以说，善不善的差别丝毫也不在言行举止上，而唯一凭着自己的这颗心来定。

[956] 善还是不善，善法大还是不大？不是看你的言行和举止是善还是不善，是大还是不大，唯一凭着自己的心来定，完全是看你的心是不是很善良，你的心是不是很清净。有的时候我们会认为自己很不错，尤其在世间上会遇到很多不学习佛法的人：“我的心很善，我是一个善良的人，只要心善就可以了…”。当然我们也不敢否认他是真实的心很善，但是可能他没办法辨别，到底哪种情况下是清净的，哪种情况是属于真实的善良，因为他自己的标准可能就来自于世间的标准，跟佛法的标准来比较，还是太粗、太浅了。有些自认为很善良的人，其实按照佛法的标准来看，可能还远远没有达标，这种情况也特别多。所以善与不善还是应该通过自己学习正法来辨别，因为正法当中对于善与不善和清净与否，是通过佛陀的智慧观察来确定的，我们按照这个标准来判定是非常准确的。

[957] 正如前面三令五申所强调的那样，当见到他人行持善法时，如果以清净的心态来看待别人的一切善举进而诚心诚意欣然随喜，并将它的善根回向圆满菩提，那么你所积累的资粮绝对远远超过以竞争心对待他人行善或者以傲慢心想“我要去做如此善事”等等装模作样地行持为希求现世名誉、世间八法毒气所充斥的广大善法，关于这一点佛在《教王经》中做了详细说明。

[958] 这个时候我们应该怎么做呢？因为前面讲了很多，三令五申、再三的强调，当看到别人行善的时候，我们应该以清净的心态来看待别人的一切善举。因为我们通过学习佛法了解了因果的关系，当看到别人行善的时候，我们要想：这个人在行善，他的因是很清净的，这个因以后也会成熟很多的善法。如果你担心他这个善根会不会失坏，也可以帮他发愿，愿他这个善法在成熟之前不要遇到违品，不要通过其他的烦恼来摧毁它，他修一个善法不容易，不要因为他自己的不善巧，生起了烦恼等等，把这个善根摧毁了。你可以这样帮他发愿。

[959] 你这个发愿对他来讲有没有作用呢？有的时候可能会有作用，因为你是缘他发愿，在他的善法、他的相续当中加入了你的祝愿，你的这个祝愿变成影响他的善根的因素，加进去了。加进去之后可能多多少少会起作用，即便不起作用，你在这样发愿的过程当中，你的心是很清净的，是对他这个善法真心诚意的随喜。而且你也是担心他这个善法有可能受到染污，或者通过某种因缘消失，所以诚心为他发愿，愿他这个善法在成熟之前不要遇到违缘，然后成熟之后生起更大的修善法的心等等。这些都是我们在随喜过程当中可以有的心态。所以说对于这样的前因后果了解之后，应该诚心诚意随喜。



[960] 随喜完后，习惯性地随善根回向圆满菩提。这里的善根也可以理解成随喜的善根，随喜完后马上回向。或随喜完他人的善根后，再帮他回向，因为他可能不知道如何回向。比如，在景区的寺院里有很多人，尤其在过年时烧香的人山人海，其实严格来讲在佛面前烧一支香的功德很大，但百分之九十九的人都不懂得回向，这时如果你看到了，就可以帮他们把所有的善根都回向大菩提。这样是很好的，因为至少自己在这个过程中修了清净心，你做回向之后通过法界的缘起力对他们也是有利益的。所以他们不懂回向，你帮助他们回向也是可以的。

[961] 按照《法华经》等经典的观点，在佛像面前烧一支香、乃至小低头、合掌或者磕一个头（很多去寺院烧香的人都会磕头，无论动作是否标准，他是真实的把头低下来在拜垫上磕头）、往功德箱放钱、供灯（无论是什么名目的灯）等善法，只要是缘三宝、缘佛所做的善法，都会产生无量无边、不可思议的功德。但很多人不懂发愿也不懂回向，这时可以帮他们发愿、回向，修行自己的心，也是从自己的侧面帮助其他众生，也可以将他的善根回向圆满菩提。

[962] 如果这样做，从头到尾你的心都是非常清净，没有嫉妒心污染自己的相续。这里华智仁波切讲到通过这样的方式所积累的资粮，绝对远远超过以竞争心对待他人行善。就是别人行善的时候，你通过竞争心来对待，认为他的心不清净或有什么目的等。因为当我们自己看不惯别人时，内心中的分别念就会跳出来，会想方设法定别人的善根，给别人安一个罪名，也就是欲加之罪何患无词，想要给他人栽个罪名怎么都可以想得出来：这个人发心不清净、装模作样……自己会想很多名目来否认他人的善法。这样做是没有必要的，有可能完全伤害不到别人，但是当自己想要否认别人时，伤害的就是自己，因为心是自己的，当你的内心生起嫉妒时，谁是受害者？肯定是自己，因为这是自己的嫉妒心、烦恼、罪业，不可能由别人来承受，只能自己承受。

[963] 因此这样做是完全没有必要的，但是众生的烦恼很大，经常做没必要的、自己伤害自己的自残的事情。学完后要知道这个心态对别人不一定有伤害，但对自己肯定有伤害，那为什么还要做？都说“我又不是傻子”，但有时就是在做傻子的事情、伤害自己的事情，所以完全没必要。因此，我们既然了解了，就尽量不要再做。但就像虽然知道吸烟、喝酒、吸毒不好，也不一定马上能戒掉一样，我们自己也知道嫉妒不好，但以前生烦恼的惯性的力量很强大，生烦恼已上瘾，像吸烟或网瘾一样，要戒除烦恼是不太容易，是比较痛苦的。

[964] 我们首先要知道这是不对的，再想方设法不要让它生起来。最好不生，但已经生了就要对治，如何对治？要思维：这样做有什么必要？嫉妒心对自己的伤害那么大，对别人却没有伤害，自己还要忍受痛苦，这么痛苦的事情应该想尽办法转变，扭转自己的心态，可以观空性、菩提心、嫉妒心的过患，或观随喜。总之要控制自己的心不要生起嫉妒，没必要的烦恼不要让它生起来。

[965] 凡夫人经常以竞争心对待别人的善法，不认可、不认同。有时不仅只是自己内心不认同，还会很过分地用自己的观念影响旁边的人，让他们也对别人的善根不认同，这样很不好。不仅自己生起了不好的心，还要影响他人也不随喜、不认同，这样影响他人非常不好。或以傲慢心想“我一定要做如此善事”等等装模作样地行持，有时看到别人行善会生起竞争心，我也要这个善法。傲慢心或竞争心的心态就是自己也一定要如此行善等，这也是一种装模作样的形式，因为发心不是很清净，做这个善法是为了和别人竞争。以这种心态发心，意乐也不清净，这种想法是希求现世的名誉，是被世间八法的毒气所充斥的广大善法。

[966] 这种善法做了还不如不做，因为发心不清净所做出来的善法利益不大，而且已经被染污。所以在做善法之前要观察自相续，尽量让自己做善法时不被各种各样不好的烦恼和情绪所控制、所染污，一定要把自心调整到比较好的状态，恶心、无记心不能生，要生善心。善心也分很多种类：为了现世、后世的快乐；为了自己解脱；为了利益一切众生等。自己这样筛选后，选一个最广大、最清净的善心——为了利益一切众生而做善法，这就是通过善心摄持。发心的意乐正确，行为认真去做，并不受其他影响，最后回向，这方面对修行人来讲很关键。

[967] 关于这一点佛在《教王经》中做了详细说明。

[968] 恰美仁波切也说：“听到他人行善时，若舍不善嫉妒心，并以欢喜心随喜，佛说获得同等福。”

[969] 恰美仁波切在《极乐愿文》中讲到，“听到他人行善时”，听到或看到别人在行持广大善法时，“若舍不善嫉妒心”，如果舍弃不好的、不善的嫉妒心，“并以欢喜心随喜”，看到任何大大小小的善法都能以欢喜心随喜，“佛说获得同等福”，佛陀在经典中讲，如果能够通过清净心随喜他人的福德，自己将会获得和他一样的福德。

[970] 就像前面讲的贫女的公案，她不仅获得同等福，还超胜了国王的福德。但一般来讲是获得同等的福德。随喜是一种很好的善巧方便，通过非常清净、不带功利的心随喜，没有任何动作也可以获得广大善根。看到或听到任何善法都可以随喜，比如别人修佛塔、诵《法华经》、念阿弥陀佛往生极乐世界、修十万加行等。自己真正觉得非常好并产生随喜心，便可以获得很大福德。

[971] 有些人说：我什么都不做，即便有能力也不做，就天天随喜，这样可不可以？当然也可以，只要真正跟随别人的善根生起欢喜心就是随喜。但这种随喜的力度可能不会那么强劲，因为如果真正对某个善法完全认同而随喜，当自己有能力时肯定愿意做。如果只因随喜功德很大而随喜，有能力也不出一分钱，这种随喜就是带着功利、占便宜的思想。

[972] 我们分析一下，你可以不出钱、仅坐在这儿随喜，但这种随喜是不是真实的？这里面有没有真正的随喜功德？如果是真实的随喜就可以获得相应的功德，但如果你有能力也不做，就说明你对这种善法的认同度不是很高。有些时候认为这件事是好的，但是让你去做可能不愿意去做。认为好但没做，可能有很多种情况：有些是虽然认为好但自己做不到，比如，佛的事业很好，但自己却做不到，因为没有能力；有些事自己可能有能力但没时间，这个事情的确很好但自己没时间，抽不开身；有时可能没有精力或条件，想做但拿不出钱，这些方面我随喜，但是我做不到；还有一种情况是随喜却不做，不是因为没能力、没有时间，而是完全不愿意投入，完全只是心的随喜，行为上不愿做任何改变。

[973] 真正的随喜主要是内心当中安立的，也许有人想：既然是内心当中安立的，那和自己出不出钱有没有关系呢？虽然从随喜的侧面来讲没有什么关系，但是能够说明你随喜的程度到底有多深，你没有完全认同这个法是好的，如果你完全认同，在你有能力的情况下当然愿意去做，这么大的功德，你自己亲身参与，当然是非常好的。但是你不参与就说明你对这个法的认同度不高，那么你做随喜的时候，从某个方面来讲可能就会打些折扣，不是完全完全的随喜了。

[974] 所以说，如果是真实的随喜，随喜之后在自己有能力有时间的情况之下，肯定非常愿意去做这个事情，自己愿意去参与，这个随喜就是真实的、方方面面全方位的随喜了，他的认知度方面就很深，所以他随喜的深度很深。而且在他自己有能力的时候，他也愿意亲自去做，那么这种发自内心的欢喜，对这个善法的认同度就是非常全面了。

[975] 此处说“佛说获得同等福”，以前上师也讲过这个问题，我们再稍微辨别一下。是不是只要我们随喜就可以获得同等福呢？这只是取一个中间值，笼统讲一下，只要你去随喜就可以获得同等的福德，这个同等的意思可能是同一类的福德。比如说别人在闻思我去随喜他，我获得和他同类的、同等的福德；别人在造佛塔，造了一百尊、二百尊佛塔，我去随喜他，这个时候我也获得一个同等的福德。

[976] 但是我们去随喜的时候，所获得的善根是不是全方位一样呢？这个也要看情况。一般来讲，我作为一个随喜者，我随喜别人的善根，比如说一个人正在修佛塔，我看到了我就随喜了，这个善根很大，当我随喜的时候，按照佛经的观点来讲，也获得同等福，就是说他修一百尊佛塔的功德，你这样随喜的时候你同时也获得了修一百尊佛塔的功德，你自己通过随喜的方式完全获得了同等的功德，相同的福德。

[977] 这是什么样的情况呢？就是我的发心、境界、状态，和对方的境界状态差不多，在这种情况下，我获得和他相同的福德。我随喜对方的功德，如果我的境界比他高，我的心更清净，那么他的功德不如我，反而我的功德比他大。因为随喜者我的发心，我清净的程度，比造佛塔的人还要超胜的话，那么我随喜时，我的功德就超胜他了；如果对方的功德比我高，那么我就得不到和他同等的功德。比如前面我们刚刚开篇的时候说，随喜佛菩萨的功德，那么你这样随喜了，是不是和佛陀的功德一样了？不一样的。那获得多少功德呢？比如你随喜上师、随喜佛的功德，这个时候你能够取受和你当前的状态、境界一样的功德、福德。佛陀的境界比我们高好多，比如说我现在是属于资粮道，我去随喜佛陀的时候，那么我可以取受和资粮道的状态齐平的功德，就可以获得这么多。随着你状态的提升，你在随喜的时候，你所获得的功德就不断地接近佛陀的功德，是这样的意思。所以说虽然都是随喜，但是你随喜的对境有上中下，那么你所获得的功德也有上中下不同的差距。



[978] 同等福是大概讲的，是取中间值，如果要详细讲还是有差别，比如说前面讲的贫女，为什么功德比国王还大？当时贫女在随喜的时候，她的心态更清净，所以她获得的功德更大。有些时候不如对方，比如说你随喜佛，你获得佛的功德可能是不行的，没办法获得。因为转法轮者佛陀，他的相续是如此地清净，没有丝毫的障碍，他所有的智慧都是圆满的，我们没办法缘到佛陀所有的功德，只是缘到在我们意识面前出现的境界、佛陀弘法利生的大概境界，我们只能从这个方面去缘，缘的时候，我们随喜的当然就不是方方面面的了，这就是不同的地方。

[979] 《汇集经》中也说：“三千须弥可称量，随喜善根不可量。”

[980] 《汇集经》就是《般若摄颂》，摄在一起即汇集的意思。《汇集经》中也说：“三千须弥可称量”，三千大千世界的须弥山可以用秤来衡量它到底有多重，但是“随喜善根不可量”，随喜的善根是没办法衡量的。对我们来讲，随喜的修法可以说是无本万利的，完全可以这样讲。前面有些是一本万利，这个是无本万利，你不需要做，就是看别人修善法去随喜。比如在刷朋友圈的时候你就积累了无量无边的善根，是没办法衡量的。有的时候的确是这样的，如果你懂这个修法的话，你就在无勤当中可以积累善根福德。这个也是一种善巧方便，花很少很少的时间精力，就可以获得非常广大的功德、资粮。

[981] 随喜不单单是获得巨大的福德，而且同时也对治了你的嫉妒心。嫉妒心对众生来讲是很要命的一个烦恼。如果你有了嫉妒，就根本看不到自己的过患了，也看不到别人的功德了，对别人的功德想方设法地想要去破坏。比如大恩上师讲《法华经》的时候，可能也有很多人通过嫉妒心想要做一些障碍，但是伤害的还是自己而已，对不对？对真正的大德不会有什么伤害。有些时候嫉妒会达到非常可怕的程度，就像提婆达多，他甚至于想杀佛，当然我们知道佛陀是不会被杀死的，但是最后还是类似的出了佛身血，他的嫉妒心生起来的时候，连佛陀都敢去杀。即使是师长、上师，如果有了嫉妒心，也什么都敢去做，所以嫉妒心对众生来讲，伤害是很大的。

[982] 但是通过修随喜可以对治嫉妒心，一举多得。前面讲嫉妒心它是一个化学反应，随喜也是个化学反应，它是良性循环。不单单是随喜，看起来是个随喜，但通过随喜可以引发一系列的，后面很多好的东西都是通过这一念随喜而得来的。所以我们不要小看这一念嫉妒的烦恼，也不要小看这一念随喜的功德，它们的后续力量是很大的，对我们以后在轮回当中修行走向的影响特别大。有些时候我们说，这个小小的事情无所谓吧？这个小小的善根无所谓吧？这个小小的恶业无所谓吧？不是无所谓，看起来是很小的，其实是冰山一角，冰山我们看到的是很小，但下面大着呢。它是化学反应，是一种不断循环的模式，这个方面来讲是很可怕的。

[983] 随喜善根，第一个可以有效地制止自己的嫉妒不生起来。当你的心调整好了，随时安住在随喜的状态当中，没有嫉妒心生起来，如果生起来了也很容易调化。而且随喜本身的功德也是特别大的，它让你的心很清净，让你随时随地只看善法。只看善法你的心是很清净的。佛的心就很清净，菩萨的心也很清净，所有好的修行人的心都很清净。那么如果你的心很清净，你就向他们看齐了，你就汇入到他们的行列当中去了，这个不是一个小事情，大起来可以特别地大。看起来好像是一个随喜，但是一展开来讲的时候，方方面面的利益都是从这儿展开的。而且它后面可以获得巨大的福德，很多的善根，就是说我随喜别人可以无勤当中获得别人的功德，是不是？所以要是报复别人就用这种方式最好，报复的方法就是随喜你的功德，我不去给你造烦恼，我随喜你的功德，随喜你的功德就在无勤当中超胜你了，是不是？如果你要报复的话你就通过这种方式，你随喜一下子就能得到比他更大的功德。当然这是开玩笑啊。

[984] 你要得到这样一种功德的话，你肯定要有个清净心。你如果通过烦恼心想要超胜别人，那本身就是矛盾的，如果你真的想要超胜他人，你就让自己很清净，你自己清净的时候别人不会伤害到你，你自己的烦恼也伤害不了你。所以，嫉妒和随喜是此消彼长的，就是说嫉妒心起来了随喜心就不会有，随喜没有了嫉妒心就起来，就开始恶性循环，就开始化学反应；随喜心起来之后，嫉妒心就生不起来了，随喜心开始化学反应。我们作为一个修行人来讲，当然不能够让我们的恶相续去蔓延，应该让我们的善相续蔓延，这方面是很重要的。

[985] 这里面讲随喜的善根是不可量的，佛菩萨的功德本来就不可思议，那么我们去随喜当然也是不可量的，虽然我们只是得到佛菩萨的一部分，即便一部分也是无法衡量的。还有很多的有学、无学，很多的善道友们们在闻思修的过程当中的善法，有些时候看旁边的道友在听法，心里面欢喜，自己也生起随喜心，当时就可以生起很大的福德。

[986] 所以随喜是清净的心态，就是看别人的好处，看别人的善法，不产生不好的心态，不产生嫉妒的心。这个对自己相续的调柔，让自己的心态清净是一剂良方，是非常好的一味药。

[987] 因此说，这种随喜是事半功倍的法，所以我们应当随时随地付诸实践。

[988] 就是说很少的付出，只要你的心态一转变，然后功德就很大，是事半功倍的法。所以我们应该经常性地去做修持随喜，如果我们有嫉妒就要对治，引生我们的随喜心。对我们来讲这个素材是很多的，要对治嫉妒经常有机会，因为我们自己相续当中经常会产生嫉妒，只要在生起来的时候我们去转变它，通过了知嫉妒的过患，还有随喜的功德，还有来自于我们平时在闻思修的时候把这些观念牢牢地像烙印一样烙在我们的相续当中，让它变得非常稳固，变成我们的第二思维，就是根本不需要去反应的那种，一下子就知道是怎么回事，把所闻思到的，所修行到的东西都用在平时的日常生活当中去，这个时候慢慢地就会和佛道真实相应。

己五、请转法轮支：

[989] 当佛菩萨、上师、善知识等一切肩负广大利他重任的正士因为众生的逆行倒施及忧心劳身而生起厌烦，

[990] 首先来讲，佛菩萨还有上师、善知识等等，这一切肩负广大利他重任的正士，他们肩负广大利他重任的，这些正士因为各种原因，有些时候是因为众生的逆行倒施，有些是因为忧心劳身而生起厌烦了，不愿意再讲法。

[991] 不讲经说法而安住寂乐境界的时候，观想在他们面前我幻化出百千俱胝无数身体，供养法轮、珍宝等，祈请他们广转法轮，并念诵：

[992] 特色秋扣故瓦哥祈请常转三乘法

[993] 世间的黑暗只有佛陀的正法可以遣除，佛陀的正法就像世间的明灯一样。如果佛陀、上师、善知识不传法，众生就没办法因为闻法的缘故来了知取舍，了知实相的光明，了知无我，了知菩提心。对自己、对众生有利益的殊胜的妙法，如果没有人讲——佛陀不讲，上师不讲，以前没有听过的以后再也听不到了，以前听过的如果没人讲的话，逐渐逐渐也会淡失、消散的。我们自己有过这样的体会，如果一段时间不间断地听法，相续当中的善心还有见解都很清晰稳固，也很好用，但一段时间不学习了，不听法了，以前学习的东西逐渐逐渐就模糊了，动摇了，或者以前没有听过的也听不到，就会出现这样的情况。

[994] 所以说，佛陀、上师、善知识不断地讲法，对众生来讲利益是非常非常巨大的，但是有些时候他们也会不讲法。有的时候是示现，是为了让众生知道闻法地不容易，知道闻法的机会非常非常地难得，所以有些时候上师们也会显现上不传法。不讲法之后，众生就会着急，最后请转法轮——这个时候他就会很珍惜，至少一段时间当中会很珍惜。我知道上师老人家也是几次显现上厌烦了，不讲法了，我们特别着急，就买各种东西去祈请，然后上师开始讲法了，就觉得很难得，一段时间之后，这个心态慢慢地又没有了。但是至少在一段时间当中我们会很珍惜闻法的机会。

[995] 所以有些时候上师、善知识也会通过这种方式来激励弟子，因为连续地讲，弟子会觉得反正每天都会讲的，不会觉得听法的机会多么难得；但如果真正不讲了，就觉得的确是很难得的。有时为了让弟子对正法生起希求心的缘故，会有这种示现；有时是身心劳顿了，不想讲。当然我们上师经常讲法，虽然现在暂时停了一段时间，但是以后肯定会讲。

[996] 当然前面讲的情况是圣者、善知识的示现，他不可能不讲法。因为他在世间当中最大的事业，而且能够最直接调化众生的就是讲法。通过讲法直接调化众生，让他的相续转变，我们就是通过听法而转变相续的，所以其他众生也是要通过听闻正法而转变自己的思想，转变自己的境界状态。

[997] 还有一些凡夫的善知识，他就会这个情况，因为众生逆行倒施，刚强难化，讲很多法也不听，他就会觉得再这样讲就没有什么意义，所以他就不再讲法，停止讲法。还有的是因为忧心劳神，他的心很累，或者说他的身体很劳累，这个时候生起厌烦，他也不再讲经说法，就安住在自己修行的寂乐境界当中，这种情况也是有的。



[998] 这个时候我们就要开始修请转法轮支，观想在他们面前请转法轮。我们现在修也可以，随时随地修都可以。为什么呢？因为请转法轮支，对我们来讲是一个意幻观想的修法。

[999] 除了我们现在的娑婆世界之外还有好多好多的世界，这些世界当中还有好多不同的具有法相的善知识，因为各种原因，停止传法，还有无数刹土当中的佛菩萨、善知识等等，都是因为各式各样的原因现在没有讲法，那么这个时候我就幻化出无数的身体到每个刹土当中，到每个佛面前去供养，幻化出殊胜的金轮、右旋法螺，还有各式各样的珍宝等等，然后在他们面前真心诚意地祈请他们广转法轮。

[1000] 大恩上师在讲记当中也提到了佛陀当时成佛的时候也是没有讲法，很多天都是安住在他自己觉悟的状态当中，后面因为大梵天、帝释天三次劝请之后，才开始转法轮的。不同的经典有不同的记载，大恩上师在讲记当中也引用了经典，还有有些道友也学过的《贤愚经·第一品》就讲到了这个问题。佛陀成佛之后不愿意讲法，后来梵天在佛陀面前开始用各种各样的颂词去劝请：以前你发菩提心的时候，是为了利益众生，现在已经成佛了，法圆满了，为什么不传法呢？为了让佛陀讲法，他也讲了公案：佛陀你以前为了求法，你自己在身上挖了一千个窟窿点灯；为了求法跳入到火坑里面去；把自己身上的皮肤撕下来做纸，骨头做笔，血液做墨来抄写别人给你讲的四句法。当时你为了利益一切众生是这样求法的，为什么现在成佛了反而不讲法了呢？他就通过很多很多的方式去劝请。后来佛陀考虑到众生对法的希求心的确是很大，而且还有一部分众生的确是可以变成法器的，可以次第次第地转变众生的根基等等，有各式各样的因缘佛陀才决定讲法。

[1001] 当然你不劝请，佛陀也是会讲法的。因为佛陀出现在世间当中就是为了给众生讲法的，为什么这样呢？第一个就是让我们知道佛陀以前为了法义为了佛法，是怎样的苦行，给弟子也是作为一个启示；第二个，让我们知道佛法很珍贵。如果随便说一下请一下，或者不祈请他就给你讲法的话，你就觉得没有什么稀有的，好像是地摊货一样，追着你要：买吧，买吧，减价了，买一送一！就会觉得你这个东西不值钱，没有什么希求心。但是佛陀刚开始不说法，让众生知道佛法是非常地珍贵，不会轻易地传。不单单是这样的情况，而且祈求传法的人，是当时的人们最尊崇的两个，一个是帝释天，一个大梵天，他们两个挑头去请佛转法轮，所以大家就知道，帝释梵天去请佛陀转法轮，那一定是非常珍贵的。有很多的必要性。所以你不劝请，佛陀也会讲法，因为他出现在世间当中就是为了给众生讲法的。

[1002] 有很多的方法，现在我们可以这样请法。因为按照《大乘经庄严论》的观点，在这个世界上，每一刹那都有菩萨成佛，现在我们正在讲的时候，就有菩萨在不同的刹土当中正在成佛。那么我们可以观想幻化身体，在已经成佛的佛面前用金轮、法螺等等，劝请佛陀转法轮，这也是可以的。还有在在很多显现上没有转法轮的善知识面前，我们也可以这样祈请他们转法轮，因为很有必要性。佛陀最大的事业就是传法，因为众生是缘法而解脱的，不是缘佛陀的身相而解脱的，也不是缘其他而解脱，是缘佛陀所讲的法然后修行而解脱的，所以法对众生的利益是最直接的，最大的。

[1003] 所以，为什么经常讲护法？其实就是护持正法，一定要护持正法。出家者有出家者的护法方式，在家者有在家者的护法方式，持教者以持教者的方式护法。有些通过不断实修的方式来护持佛法；有些是通过不断的讲说方式来护持佛法；有些是通过提供顺缘，比如提供道场的方式来护持佛法。因为法的利益是如此之大，所以做这些才衍生出不可思议的功德，听法、讲法或者提供道场、护法的功德为什么那么不可思议？就是因为所有的利益当中，法的利益是最大的，因为法才能调伏众生的相续，才能够让众生觉悟自己的本性，其他是不行的。所以，祈祷诸佛、上师转法轮，有的时候祈祷法师转法轮、辅导员转法轮，这些利益都是非常大的。在《极乐愿文大疏》当中说请转法轮，可以对治我们以前舍法的罪业，因为我们以前很愚痴，在没有学习佛法之前，诽谤佛法，多多少少都造过舍法谤法的罪业。那么通过请转法轮的善行，就可以对治清净掉这种过失，所以它的利益是非常大的。

[1004] “并念诵：祈请常转三乘法”，祈请佛陀、菩萨、上师善知识他们常转三乘法，经常转动三乘法轮。

[1005] 总的来说，一切佛法可以包括在声闻、缘觉、菩萨三乘当中。

[1006] 总的来讲，所有的佛法根据三种根基，都包括在声闻，缘觉，菩萨的三乘当中。

[1007] 或者将它分为：集聚招引外三乘，即声闻、缘觉、菩萨三乘；

[1008] 前面说有九乘法，这里有一个九乘次第，九乘次第怎么分九乘呢？把三乘展开就可以分为九乘。首先是外三乘：声闻乘、缘觉乘和菩萨乘。菩萨乘就是我们平时讲的大乘显宗，声闻缘觉是属于小乘。

[1009] 为什么叫集聚招引外三乘呢？我们知道外内密，外三乘是属于外面的，或者说九乘当中最初的三乘叫做外。集聚招引：因为这里面讲声闻、缘觉、菩萨乘，他们的思想就是把轮回和涅槃分开安立，轮回的因是什么呢？就是集，集聚就是集谛，在这里面就是体现集的意思，聚就是形成轮回，众生通过集谛形成轮回，他们在轮回当中没办法出离。引就是通过修持道谛的方式灭掉集谛，把众生引导趋向于涅槃。也就是他们把轮回涅槃分开，轮回的因是集谛，然后断除集谛、把众生引导趋向于涅槃，这个叫集聚招引外三乘，他们修行的特点就是这样的。

[1010] 苦行明觉内三乘，即事续、行续、瑜伽续；

[1011] 这个就进入密乘了，事续、行续、瑜伽续是密乘当中的外续部。外续部在三种分类当中属于内三乘，因为已经到密乘了，所以叫内三乘。

[1012] 为什么叫苦行明觉呢？因为在事续、行续、瑜伽续当中要做很多的苦行才能够明觉，才能够让自己的觉性明了。他是通过苦行的方式，当然这个苦行也是观待密三乘讲的。为什么要苦行？因为在外三乘当中，比如说事续、行续，它的行为有的时候很繁琐，修密法的人，每天要洗三次澡，要换三次衣服，吃的东西要很干净、很讲究，很多东西不能吃，像肉、萝卜很多东西不能吃的，必须内外都很干净。通过这样的方式很长时间不断地去观修、祈祷，逐渐逐渐可以成佛。他修行的时间很长，要做很多的苦行。

[1013] 随转方便密三乘，即玛哈、阿努、阿底，共为九乘。

[1014] 这个叫内续，玛哈乘、阿努乘、阿底乘叫做随转方便。随是什么意思呢？随就是跟随烦恼，不把烦恼和觉性分开，跟随这个烦恼。转相当于转依，或者跟随烦恼转为道用，它不是舍弃烦恼，而是把烦恼转为道用，这叫随转。

[1015] 能够把烦恼转为道用的方便修法有三种，即玛哈、阿努、阿底。平常我们讲，玛哈约嘎主要是修生起次第，阿努约嘎是修圆满次第为主，阿底约嘎是大圆满，这些都是不舍烦恼而转为道用的善巧方便的修法，所以叫密三乘，共为九乘。

[1016] 为了调伏所化众生，提醒他们广传相应的法轮。

[1017] 为了调化一切众生的缘故，针对不同的根基，祈祷佛陀、菩萨、善知识转动三乘或者九乘法轮，相应的对一切众生做殊胜的调化和利益。只有法轮不停地转动，众生才可以因为不断地闻法，相续当中才能生起对法性的觉知，对因果取舍的了解等等，像这样才可以真实地得到利益。所以，这个叫请转法轮支。

己六、祈请不入涅槃支：

[1018] 在这个世界或者其他所有刹土中，任何上师、佛菩萨已完成了利众事业准备趋入涅槃的时候，观想在他们面前，就像往昔珍达优婆塞祈请世尊住世那样，自身幻化出成千上万的身体同时祈请诸位圣者直至轮回没有空无之前一直长久住世、饶益众生。

[1019] 这个就是祈请不入涅槃。在我们这个世界，当然我们的本师释迦牟尼佛已经进入灭了，还有很多菩萨大德也已经进入灭了，但是还有很多上师在住世，在其他的刹土还有很多佛没有入灭，可能准备入灭了，还有菩萨大德正准备入灭。他们已经完成了利众事业，正准备趋入涅槃。他们在这一世当中要利益的众生，直接要调化的众生已经调化完了，事业已经圆满了，所以，正准备趋入涅槃。

[1020] 当他们准备趋入涅槃的时候，我们观想在他们面前，幻化出无量无边的身体，就像往昔珍达优婆塞那样，祈请他们不入涅槃。珍达优婆塞有些地方叫纯陀，这个地方叫珍达，他是铁匠之子。铁匠之子知道佛陀要入灭的消息，就祈祷佛陀住世，佛陀答应他多住三个月。佛陀额外多住三个月就是因为珍达优婆塞祈请。法王如意宝、大恩上师以前也讲过：这些高僧大德们，如果能多在世间住一天，即便不讲法，什么善法都不做，对众生的利益都是不可思议的。为什么呢？因为他们相续当中的大悲菩提心、修证的功德是圆满的，住在一个地方就自动给这个地方带来很多的吉祥和很多的善根，所以，只要他们住在世间一天，有形无形的众生就可以得到很多不可思议的力量。所以，即便他们多住一天对众生的利益都是很大的。



[1021] 当年法王如意宝给很多大德写了长久住世文，包括大恩上师的长久住世文也是那一次写的，那一次写了很多很多。好像一句祈祷文要发愿念一百万遍《普贤行愿品》，当时大恩上师的祈祷文是六句，汉族弟子发动全国的弟子念了六百万遍《普贤行愿品》。当时法王如意宝也讲了，给这些大德写祈祷文，念了祈祷文，哪怕他们多住世一天，对众生利益都是不可思议的。哪怕是今天写的，明天就去世了，或者今天请住世，明天就去世了，能够多住一天对众生的利益都是非常大的。因为他们是身心自在者，证悟实相的，他们相续当中大悲菩提心、对众生的善巧方便不可思议。

[1022] 所以，请佛住世，祈请不入涅槃，对众生来讲，利益是非常大的。还有，麦彭仁波切老人家要入灭之前，也是因为他的侍者沃萨喇嘛祈请了之后，多住世了一段时间。法王如意宝也是，还有很多大德也是因为这些心子和很多大德祈请不入涅槃，祈请住世的缘故，也多住世了一段的时间。因为他们是大悲的自性，如果众生祈请，他们肯定会满愿。至于是满多少愿，要看众生的福德，但他们肯定会满愿，哪怕是多住一天，利益都是非常大的。

[1023] 我们现在也是这种情况，自身幻化出成千上万的身体，同时祈请诸位圣者直至轮回没有空无之前一直长久住世，乃至众生还在轮回，还没有空无之前，一直住在世间不要入灭，祈请永久住世，不要涅槃，饶益众生。

[1024] 大恩上师也在法本里面讲了，有些众生是佛陀直接调化的，但是间接的也有很多，我们也算是佛陀间接调化的。当最后一位和佛陀有缘的、直接调化的众生调化完之后，佛陀就准备要入灭了。一个是他直接调化的众生已经没有了，事业圆满了；还有一个入灭原因是因为众生可能生起常执。就像《法华经》里面使用的一个比喻：这个父亲是一个良医，他给儿子开的药，他们都不吃，觉得父亲一直都在，随时开药都可以，没有重视，病也好不了，后来父亲假装出去，传个消息说死了，他们就着急了，开始找药吃，把病就治好了。

[1025] 当然在我们的思想当中，如果一直住世肯定会不断地利益很多众生，这个肯定是，但是其他一部分众生，因为佛陀不入灭的原故，就会生起常执：反正佛陀都会住世，什么时候求法、听法都可以。但是佛陀可以一直住世，我们众生能不能一直住世呢？那就不好说了。人的寿命只有那么几十年，佛陀可以一直住世下去，不入灭，但是众生因为生起常执的缘故，就会错过最佳的求法修法的机会。本来最好的修法机会可能是在年轻的时候，或者是自在、空闲的时候，什么因缘都聚集的，但自己就是不修法，就觉得反正什么时候都可以听法，都可以学，就在这个过程中逐渐老去，百病缠身了，修法的意愿逐渐不堪能了，最后就在这个状态中死去。

[1026] 佛陀为了让这些人精进起来，佛陀就入灭了，当时的很多弟子也是因为佛陀入灭而顿然醒悟，好像从梦中醒来一样，导师真的入灭了，开始知道无常，连导师都入灭了，无常迅猛，一下子开始精进起来，当下很多人因为这样的原因，证得阿罗汉果，获得解脱的特别多。所以，佛陀入灭有很大的必要性，是这样一种原因。

[1027] 并念诵：

[1028] 戒这扣瓦玛洞瓦乃至轮回未空前

[1029] 酿安莫大耶索得祈请住世不涅槃

[1030] 所以说，乃至轮回未空之前，祈请住世不涅槃。

[1031] 我们今天的课讲到这里。

《前行广释》第 132 课辅导资料

[1032] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[1033] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[1034] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[1035] 发了菩提心之后，我们继续一起来学习《前行引导文》。前面我们学了共同加行，主要让我们生起出离心，生起一个想要解脱的心。解脱的心和耽著轮回的心是矛盾的，在生起解脱心的时候，我们要了知轮回的过患，生起从轮回出离的意愿。出离到哪个地方去呢？出离后就到了解脱。因为所谓的出离，有时候可能是厌离此处而希求彼处，但是此处和彼处都是轮回，比如说我们对现在的人道厌离，但是对天界有兴趣，就想从人道出离到天界。这种出离不究竟，真正的出离是从整个六道当中出离。

[1036] 前面也讲了轮回过患，对整个六道轮回的痛苦、过患做了抉择。所以对佛弟子来讲就只有一个出离的地方，那就是解脱。第五个引导当中讲的解脱利益，不管是声闻、缘觉还是菩萨的解脱，这三种解脱都是真实的解脱。解脱的目标必须要确定，如果不确定自己在修法过程当中就会有障碍、有疑虑。共同加行是要让我们生起想要求解脱的心。

[1037] 然后是不共加行，有皈依、发菩提心、金刚萨埵的念修，还有积累资粮，积累资粮当中有供曼扎和古萨里的修法——施身法，讲完之后是上师瑜伽的修法。上师瑜伽的修法不单单是在前行当中，甚至于讲解大圆满正行时，传承上师们也讲过，要真实证悟最究竟的大圆满，以信心来祈祷上师是特别重要的，也是证悟究竟实相的最主要的因。

[1038] 上师瑜伽的修法对我们来讲特别重要，可以直接证悟。在它主要的所述当中，上师瑜伽是强制性的、强力的让我们相续当中生起证悟的方便。如果我们前面的修法没有修好，没有准备好，没办法强制性证悟怎么办？就通过祈祷上师、修上师瑜伽，和上师的愿力、智慧部分相应，也可以生起部分的功德。比如说我们想要生起出离心、菩提心，或者说要看懂一个颂词，或是要看懂、学懂某一部法，或让我们的心生起某种暂时的境界，这些都可以通过祈祷上师、修上师瑜伽来帮助我们成办。或者说在这个阶段当中，上师瑜伽的修法可以让我们的相续成熟，是让我们成为法器的殊胜方便。也就是说从暂时的角度来讲可以让我们成为法器，让我们在修行过程当中得到加持，之后逐渐生起暂时的、阶段性的功德，这是部分的相应；如果全分完全相应，上师相续当中所获得的、所拥有的任何功德，因为是完全相应的缘故，我们自己也可以完全获得，当然就可以完全证悟。

[1039] 修上师瑜伽也要看我们自己相续当中当前具备什么样的条件，你有什么样的信心、什么样的福德、罪障清净到什么程度等等，这些是决定我们修上师瑜伽时能够得到哪种层次加持的要素。一方面我们要修上师瑜伽，一方面修的同时也要致力于闻思修行。因为从某些方面来讲讲解的高度可以决定我们修行的高度；闻思还可以帮助提升信心，通过闻思经论让我们生起胜解信或者不退转信，通过比较到位的闻思达成这个目标是很有必要的。除了祈祷和注重闻思之外，平时我们还要积累资粮、清净罪业，多做其它的积资净障的串习，多修善法，有机会就多放生、供灯、供水等种种供养，反正善根福德绝对是不嫌多的，我们千万不要觉得已经做了很多很多了。

[1040] 真实的上师是佛陀的法身，我们在修法过程当中要和这样高度的上师相应，就要积累大量的福德。当然修上师、观上师本身是可以积累福德的，但是在观上师的过程当中观修者内部也有差别，也就是说你在观上师的时候通过什么样的见解、什么样的信心来观上师，这也是有差别的。这个整套修法体系的方方面面的细节，我们都应该认真地去准备，认真地去观修。在修上师瑜伽时，每一个人或每一个人在每个阶段对上师瑜伽的理解、得到上师加持的程度都是不一样的，而且这种不一样是逐渐趣往究竟方面，往比较理想的方面去靠近的。

[1041] 现在有些道友可能体会到了上师瑜伽的利益，有些道友可能还没有体会到。如果还没有体会到利益，那么对于有关上师瑜伽的各种原理、理论，该学的要学，该思维要思维，首先在见解上面接受这个修法。然后每天抽时间去训练修法，去祈祷。法王如意宝有祈祷文、有心咒，上师老人家有祈祷文，认认真真的去呼唤、去祈祷。我们的心要完全放松、静下来，现在就是上师瑜伽的时间，其它的事情不要想，一心一意去做祈祷。因为自己的心越静越放松，在这种状态当中就越容易接受到上师的信息、加持。如果自己的心很烦乱、不稳定，或者很紧张，这些都不是理想的接收状态，修法时有修法的技巧。当然除此之外还有其他的沉淀，就是说你的资粮是什么样的资粮，你的信心是什么样的信心，可能需要自己平时不断地积累、沉淀。但是修的过程当中有自己的技巧，就像刚刚讲的一样，你的心不要想别的，坐垫很舒适，房间也很静，营造一个很好的环境氛围，把心静下来之后认认真真的去和上师相应。

[1042] 这本身是一种训练，训练的过程也是得加持的过程，也是找感觉的过程。我们必须多多训练，因为在做很多次训练的过程当中逐渐就会相应，生起该得到的利益，上师的加持也会逐渐融入到我们相续当中去。一旦得到上师的加持，以前的很多的习气、毛病很快就扭转了，证悟者的力量就是这样不可思议，非常殊胜的。



[1043] 我们在前面也讲了修上师瑜伽的重要性。然后是明观福田，在修上师瑜伽时把自己观想成什么样子，为什么这样观呢？更容易得到加持的缘故。把自己形象观成是金刚瑜伽母，本体是益西措嘉空行母，然后在自己的头顶上或前方虚空中观想福田莲花生大士和他的眷属，把这些观完之后迎请、融入。在很多生起次第的仪轨当中观完之后就邀请、融入，真实刹土当中的真实的智慧尊者，或者说是真实的莲花生大士从他所居住的刹土当中融入到我们所观的形象当中，相当于开光一样。

[1044] 因为有些时候我们觉得这是我观想的形象，可能不一定有能力，不一定有真正加持我的力量，也许觉得还有点虚假。为了打破我们这种分别念，佛菩萨就专门安排一个程序，迎请佛菩萨融入到我们所观的形象当中，相当于给我们吃个定心丸一样，这就是真的了，因为真实佛菩萨已经融入了。佛菩萨肯定会响应我们的祈祷，我们祈祷佛菩萨融入到我所观的上师当中，他一定会响应一定会过来的，他是大悲的体性，他不忍心拒绝我们任何的呼唤、邀请和祈求。所以这样邀请融入之后就变成真实的福田。

[1045] 这是很殊胜的福田，前面也讲了如果能够缘上师去做供养、顶礼功德非常大，因为对境特别殊胜，上师是三宝总集或者说对我们恩德最大、离我们最近。我们和实相之间、和佛陀之间做联系的就是上师。我们没办法直接和实相相应，没办法直接和刹土当中的佛菩萨去交流，刹土当中的佛菩萨也不会给我们讲法，讲法我们也听不到。这时候他们就示现一个方便，化现成和我们一样身体、能够和我们交流的上师的体性，到我们身边来给我们做灌顶、讲法，我们去祈祷他等等。从方方面面来讲都是非常有必要的。

[1046] 因此，我们要对殊胜的具有法相的上师生起信心，信心越清净得到的加持也就越明显。如果没有信心或者说是信心不够的话，这个“连接”的地方就出了问题，就很难真实的相应，也很难相应于真正的实相。

[1047] 从某个方面来讲好像上师是一个中间人一样，但其实来讲，我们不要想——在我和佛之间有一个上师，上师就相当于一个通信员一样，把我们的信息传递给佛，然后再把佛的信息传递给我们。有些时候我们可能是这样想，但从另外的角度讲并不是这样的关系，其实就是佛直接化现成上师的样子，他本身就是佛。因为真实的很清净的佛的法身、报身，我们自己业的缘故看不到。从了义的角度来讲佛陀的法身周遍法界的，在任何地方都有，但是我们能见到吗？见不到的。所以他们化现能够和我们交流的样子，来引导我们。他自己本身就是觉悟的自性，通过向他祈祷或者修持，其实就是在修持和祈祷佛陀。或者有些地方讲，上师也是我们本性如来藏的外现，我们和上师相应就是和我们的佛性如来藏相应。

[1048] 这样殊胜的福田，是很殊胜的对境，所以在这里安排一个积资净障的程序——七支，以七支的修法来积资净障是最殊胜的。第一个我们要观想顶礼，当然有些时候是真实顶礼，但这个地方是一边念仪轨一边观想顶礼，一边念颂词一边观想幻化无量的身体在上师面前做顶礼。第二个是供养，不管是任何供品都拿来供养。在做供养的时候有很多很多种类的供品，在念这两句颂词的时候也许来不急观想，一下就念完了，但是不要紧，因为按理来讲每一次修上师瑜伽都要念一次仪轨，还是有很多机会的，第一座时忘记了或者没有观想全，第二座再观，反正不断的观想供养。第三个是忏悔，在上师面前忏悔自己和一切众生无始以来所造的罪业，把自己的相续洗得干干净净。第四个是随喜，为了打破自己的嫉妒的烦恼，也为了让自己快速的积累资粮，一边念颂词一边对自己——对自己和一切佛、众生的功德、善根做随喜。第五个是请转法轮，第六个是请佛住世不涅槃，第七个是回向。这些都是属于能够快速累积巨大善根、可以清净我们各式各样违品的修法。

[1049] 七支当中每一支修法都可以积累善根，有些是侧重于清净罪业，有些是侧重于圆满福德。一方面来讲每一支有它本身的功用，一方面也有它所对治的障碍。其实我们每个众生无始以来通过自己的烦恼还有业等等，在自己相续当中积累了各式各样的障碍，而每一个修法会对治一种障碍。比如顶礼可以对治我们的傲慢心，供养对治我们的吝啬心，随喜对治我们的嫉妒心，忏悔对治我们的愚痴，每一个都有一个对治的。所以每一个修法有它自己的功用，同时它的违品也可以遣除掉。所有善法其实都是这样，都有它自己的功用和要対治的相违的方面。

[1050] 其实从某些方面来讲，我们相续当中各式各样障碍都有，所以上师、佛菩萨们告诉我们，各式各样的善法尽量都要修。因为每一个善法都有它不共的缘起，虽然都是积累资粮，但是缘起不一样。还有一个很重要的一点是，因为每一种善法它所对应的、对治的障碍不一样。所以修的善法种类越多，能够対治的我们相续当中的障碍、违品的种类就越多。如果修持了很多善法，一方面修了很多善根，一方面也清静了我们相续当中很多的障碍和违品。

[1051] 七支的修法其实也是这样，都是积累资粮的。但为什么安排七种呢？因为七种的侧重点不一样，每一个善法的缘起力不一样，它所对治的违品也不一样。

[1052] 前面我们讲了六支了，今天我们要讲第七支——回向支。按照《极乐愿文大疏》的科判来讲，回向主要是对治怀疑。怀疑什么呢？有些时候我们疑惑善根到底成熟到什么地方？能不能够成熟呢？有一些疑惑。如果修回向就可以把善根完全确定下来，即没有不确定的，我回向在哪个地方，一定在哪个地方定点成熟，它是这样的方式，可以完全确定，没有什么疑惑的。

[1053] 回向也是一种布施，是法布施。为什么是法布施呢？因为我们要把善根回向给众生，相当把善根布施给众生了，回向本身也是殊胜的布施度的反体。回向除了有布施的本性，还有一个就是确定，这个善根怎么用？用在什么地方？通过回向确定下来，这方面也是很重要的。

[1054] 回向还有一个必要性，就是可以让善根辗转增长、增长无穷。本来任何的因都是辗转增长的，前面我们讲业因果的自性：未作不遇、已作不失，还有辗转增长，不管善业和恶业，它本身都有辗转增长的作用，但是做了善法之后回向，是让善根辗转增长得更多，翻更多倍。所以，你回向在哪个地方也是很有讲究的，对我们来讲也是要学习的，对于修行者来讲回向是一个必修课。在我们修习佛法过程当中不管是大乘、小乘，乃至于人天乘都要懂回向，懂得回向之后善根就可以定点成熟，很确定的成熟。

[1055] 如果不回向或者不懂回向、不善巧回向，善根就有可能被错失掉，空耗掉或者被毁掉，就很可惜。有些地方在讲菩萨十地的善巧方便时，把回向作为一个善巧方便，比如讲，七地菩萨方便究竟，什么是方便呢？有些地方讲善巧回向就是方便，通过善巧方便完全可以让善根辗转增上，不断的成熟、不断的增长，方便就是回向。

[1056] 我们巴不得自己的一块钱、一百块钱永远用不完，用了一百年还是这么多，我们都是这样想的，但有没有方法呢？其实回向就是类似于这样，让自己做的善根辗转成熟，不间断的成熟，就看你怎么样去使用它。现在世间的理财就有些类似，你把钱放到一个理财产品当中，就可以保持你的本金的前提下，给你提供很多额外的收益。类似这样的，你如果真正懂善巧回向的话，就相当于理财一样，通过缘起力来理财，让回向不断地成熟，不断地成熟，永远没办法消耗尽。

[1057] 世间当中的理财不像佛法当中的因果，因为佛法当中讲的回向完全是相应于法界实相，世间的这些理财有它的局限性，理财的地方本身不可靠？银行能够存在多长时间都是不确定的，当然如果运作良好、整个经济环境比较好的情况之下，理财产品有可能收益大，但如果哪个地方出问题，就不好讲。

[1058] 但是回向不一样。一方面回向是相应法界实相的，一方面是佛菩萨他们观察到的殊胜方便。所以如果我们去学习了、使用了，就相当于很高级的理财，把你的善根通过回向的方式，永远用不尽。我们在世间当中天天都这样想，怎么样把钱用不尽，而且还可以辗转增上？回向就是一种方法，类似于世间当中的存款、理财。当然回向更可靠，自己所做的善根，自己的心量很大等，很多优势的因素在里面，这样就可以做到每一世善根都在辗转增上，使用了仍然用不尽，还在成熟、还在成熟。

[1059] 这就看你当时在选择理财的时候，你选择了哪一种，我们要了解这个原理，了知回向很重要。有些人在修完法之后，随随便便应付回向一下，就可以交差了，其实这是你自己用的，不是用来交差的。你是随随便便做个回向，还是很认真的去回向，关系到你以后的收成，关系到你以后善根成熟的情况，所以要重视，回向是一个很好的方法。有些修行者可能是福报不够或者其他原因，对回向或者对佛法当中任何收获很大的法的重视度都不够，每一个修法其实都有它不共的功用，我们要重视起来、用起来，在使用这些殊胜正法的过程当中，给自己带来无量无边的收获，佛菩萨之所以成为佛菩萨，就是把这法全都认真地用好了。

[1060] 也许在很多年前，我们跟现在的这些佛菩萨在一起学习，当然我们在学的时候可能就没那么认真——每天好像也念了也学了，态度就不够认真不够积极，所以自己善根的成熟就延迟了，或者虽然成熟了，但是没那么理想。但现在殊胜的上师给我们传讲这么殊胜的论典，内容很殊胜，我们要懂得要把



这些法放到自己心里面去，要打动自己的心，自己的心要对它高度认同，真正认识到这是一个很好的方法。这个回向修法要很认真的去学习，很认真的去用，每次都认真很殷重的回向，要像对待发菩提心一样，发菩提心时就认真的发心，回向也是很认真的去回向，这是很重要的。

[1061] 这关系到你的善根怎么使用的问题，你挣了一大笔钱怎么用？这是一个问题，如果用对了地方，可以给自他带来很多利益，而且还可以辗转增上。善根也是一样的，你通过闻法、顶礼、放生，也挣了一笔财富——得到善根了，但是得到之后你怎么用它？你把它放在哪保险？怎么样去使用它，这方面也是要思考的一个问题。佛菩萨很善巧、很慈悲，也有能力，发现到世间当中的规律，可以通过回向的方式把善根保存得很好，不但不会损坏，而且还会辗转增上，今世死了之后在下一世还可以用。这个银行是什么银行？是法界银行，你可以死，可以换身份，但是它不会换。只要是你自己的相续，不管到哪个地方，都可以提取，不断的从你的相续当中把福德提取出来，可以提现，可以使用你的财富，每个地方都可以，善根每世当中都会自动成熟，这就是缘起力。

[1062] 所以说，发心、发愿很重要，中间认真做很重要，三殊胜当中第三个回向也很重要。为什么七支当中有一个回向支呢？它是一个很迅速的圆满资粮的方法。为什么很迅速？就是因为回向的修法是很善巧的修法，其实在整个世间当中，它是通过法界力、缘起力的方式如是存在的。一般人智慧不够，他就捕捉不了这条信息，他没办法发现这个规律，但佛菩萨的智慧就很善巧，很深隧，他就在法界当中发现这条规律，他自己以前也用，成佛之后把回向法门介绍给我们，我们也可以让回向让善根好好地保存，好好地增上，是这样一种殊胜的方便。

[1063] 这其实是法界当中、世间当中的自然规律，如果你这样做一定可以得到这样的果，但这种因果太细了，很微细，就像现在世间当中我们的肉眼耳，能够捕捉到的信息是很有限的，但有些时候用精密的仪器，就可以捕捉到空间当中很多的很微细的联系，捕捉到了、发现了规律之后，有些科学家就把这些运用在世间上面，他知道之后去善巧应用，也带来科技方面的很多改革、革新。

[1064] 回向发愿的因果规律其实也是一样的，是在世俗当中，在整个法界当中如是存在。但是众生的心太粗发现不了，佛菩萨的智慧很细他就发现了，发现之后就整理出规律，这就是叫法。然后把这些一条一条殊胜的法传出来，我们也去用，相当于科学家把产品制造出来了，然后我们用来用，用了之后你自己就得到利益了。而这些法也可以说是佛菩萨他们的产品，他们发现之后，整理出规律，用文字、语言表达出来，我们接受学习之后懂了就要用，用的过程当中逐渐也可以得到该得到的利益。

己七、回向支：

[1065] 下面我们看华智仁波切原文当中怎么讲回向：

[1066] 以现在的善法为主自他三世所积累的一切善根完全像文殊童子回向一样以无缘智慧印持而回向给一切众生，

[1067] “以现在的善法为主”，现在我在做的善法，比如说我们今天在做讲闻，在讲解佛法、听闻佛法，佛陀的智慧确定的——世间当中最大的善根就是一个人讲法，一个人听闻。当然讲和闻都是佛法，你讲别的可能没有善根，比如你讲贪嗔痴，讲其他乱七八糟的东西是没有善根的。但是对佛法方面一个人讲一个听闻，善根非常巨大，所有有为善根当中是最大的善根。我们就知道这个善根很大，就以今天我们所做听闻正法为主的善根为例，然后去做回向。或者我们在看书的时候，以思维看书的善根为主，如果顶礼以顶礼为主的善根，放生以放生为主的善根等等，反正就是以现在所做的善法为主。

[1068] “自他”，即自己的善根和其他一切众生的善根。“自他三世所积累”，过去的善根，也许我们以前没有学习过回向，以前做过的很多善根，有些可能在轮回过程当中，来不及成熟，就被我们强大的烦恼等等消耗掉了，但也许还有一些残存的、留存在我们相续当中还没有成熟的善根，把这个善根也拿来回向，意思是现在回向还来得及。然后未来我们还会做别的善根，比如明天我可能会继续的闻思修，后天或明年还会继续闻思修，乃至于是我成佛之前都要闻思修，那么未来将要做的善根，我也拿来回向。这就是我们所回向的种类，自他三世所积累的一切善根。

[1069] 善根有多种多样，乃至于一根香、乃至于一念善心，或者有时候在路上救一只小虫子等等，其实这些都叫做善法。但为什么叫善根呢？因为善法作为根本，作为以后获得成熟，获得安乐的根本，所以叫善根，其实就是善法的意思。

[1070] 所积累的一切善法，完全像文殊童子回向一样。文殊童子就是文殊菩萨，文殊菩萨是三世诸佛智慧的总集，有些地方说是七佛之师，有的时候说是一切诸佛智慧的结晶、智慧的总集，显现成了文殊菩萨，所以如果对文殊菩萨作祈祷，开智慧非常迅猛。文殊菩萨智慧是非常非常圆满的，所以文殊菩萨通过自己的智慧所摄持的回向也是最圆满的，不可能遗漏哪一个方面，因为他智慧已经圆满了。我们的智慧不圆满，可能只能想到某一方面，对我们绝大多数凡夫人来讲，我们在做回向的时候，可能只是缘我们现在接受到的所了知的一部分去回向，我们的智慧有盲点，没办法发现的还有很多很多方面，我们没办法观察到，所以有可能遗漏很多。但文殊菩萨的智慧是没有死角的，全方位的，他遍知一切，他不会遗漏任何一点，文殊菩萨的回向非常非常圆满，所以就像文殊菩萨回向一样，我们也这样回向。

[1071] 完全像文殊童子回向一样，以无缘智慧印持，因为他的智慧是完全无执著的，缘是执著的意思，没有实执，通过空性摄持、印持之后，回向给一切众生，回向给大菩提。

[1072] 并念诵：

[1073] 地色萨波给匝根 三世所积诸善根

[1074] 向切亲波杰热恆 回向广大菩提因

[1075] 一边这样想，一边念诵回向偈。上师也讲我们在念回向的时候，回向文是很重要的，回向文本身应该有力量，应该是谛实语、金刚语。什么时候才有谛实语呢？初地以上的菩萨可以有谛实语，因为他已经现见了法界，他自己的语言因为被证悟法界的智慧所印持的缘故，相应法界实相所说的语言就很容易成熟，这样的语言就有力量。

[1076] 和谛实语不一样的就是凡夫人的语言，凡夫人自己造一个回向文，也许他觉得造得很优美，或者觉得方方面面很不错，但是因为凡夫人的思想、状态、境界当中，更多的是无明占主导，我执、无明、实执、烦恼、各种各样的业，所有的这些烦恼障碍一个都没缺，完整无缺的在凡夫人的相续当中好好地保存着，在这种状态当中造出来的文字力量不大，虽然词句上面可能修饰得很好，但它的内涵不行，里面带太多的无明障碍。你通过这种条件造出来的文字去回向善根，它自己本身很迟钝，没有力量，都是属于无明的状态，那么怎么可能让你的善根以很殊胜的方式成熟呢？这种文字里面没有谛实语的力量，而是太多非谛实语的东西，所以这样发愿回向之后，不一定按照词句的方向去成熟。

[1077] 佛陀或者初地以上菩萨的语言不一样，因为他们相应了智慧，证悟了无分别智，粗大的烦恼都没有了，尤其是佛陀造的回向文当然是最圆满的、最完美的，至少也是初地以上菩萨所造的回向文是非常殊胜的。如果念诵这些回向文，就有真实的加持力，而且能很快成熟，造大大小小的善根再加上有一个很好的回向文，可以更迅速更准确的没有障碍的方式成熟。

[1078] 凡夫人造的回向文有障碍，虽然你想要把善根快速的传递到某个方面去，但是你传递的工具不行，抛锚或者本身跑不动，你想把你的善根委托给它，让它把你的善根运载到一个地方去，但是它没有这个力量。但是佛菩萨的金刚句是有能力的，本身性能非常优良，所以我们按照这样回向文去回向的话，那就很快或者很直接的、没有阻碍的、准确的投送，可以准确承输到某个地方。

[1079] 选择回向文，首先我们自己不要想自己造一个什么回向文，这是没意义的。但是不是所有凡夫人写的东西都没有用呢？要看情况，比如我们要写一些赞颂佛菩萨的文字是可以的，我们通过自己的理解，以优美的词句，去赞叹佛陀、赞叹菩萨，这是可以的，问题不大。但是我们要回向，就必须要以金刚句来做回向，这方面是必须的。

[1080] 这二句当然就是殊胜的金刚句，因为是第一世多智钦活佛晋美钦列沃瑟造的回向文，是他造的前行念诵《遍智妙道》里面的一个颂词，他的仪轨是这样写的，力量是非常大的，是真实的金刚句。或者出现在华智仁波切的论典当中，我们说是华智仁波切造的也可以，说是第一世多智钦活佛造的也行。念诵这个回向也非常好，因为我们用这个仪轨，就按照这个仪轨来念。

[1081] “三世所积诸善根”，过去现在未来所积的自他一切善根。

[1082] “回向广大菩提因”，回向的时候，要回向广大菩提因，大菩提是非常广大的，佛陀所证悟的境界，又深又广大。

[1083] 我们要把自己所造的善根，即使看起来很小，也要回向成为广大成佛的因，广大菩提的因。前面是回向一切众生。



[1084] 在回向时有两个比较殊胜的方法可以让我们的善根变得无量无边。第一个是众生。因为我们所回向众生的数量没有边际，到什么程度呢？佛陀在经中讲，所有的众生一直度化也是度不尽的，永远度不尽，说明了什么问题呢？说明众生的数量没有办法计算，这叫无边无际。所以我们把善根回向一切众生，这个原理是什么呢？如果我们把善根回向某个众生，是单一的对境，数量有限，很窄，自己获得的善根就不大；如果回向十个众生呢？数量多了，自己得到的也就多了；那么回向一百个、一千个、一万个、一亿个，你回向的越多，缘众生的数量越多，他们得到的利益就越大，反过来讲，由于反作用力，自己所得到的善根也就越大。回向的对境是无量无边的，一切众生无量无边，对我们来讲只是一个概念，我们的分别念缘不到真实自相的无量无边，但是我就用无量无边这个总的概念回向没有边际的众生，由于对境无量无边，那么反作用力，我们自己所收获的利益的也是无边际的，善根就通过这种方式辗转增上了。这个是第一种，所回向对境无边的缘故，获得的善根也是无量的。

[1085] 第二个是回向大菩提果。大菩提果是没有边际的，不管是如从所有性还是从尽所有性来讲，大菩提的自性、佛陀证悟的功德、显现的智慧没有边际，没办法衡量，所以回向大菩提果也是获得无边功德的对境。再加上我回向一切众生，是愿一切众生成佛，为了度化一切众生成佛，我回向大菩提，回向自己成佛。这些无量无边的因素加在一起，善根最后真实变得无量无边了。

[1086] 前面讲回向众生也是一种布施，是把善根布施给众生，或者布施给一个地方，这样回向不但不会让我们的善根穷尽，而且辗转增上，就像佛陀讲布施的体性一样。布施的体性，暂时来看，你一百块钱布施出去之后，你的包包里就少了一百块，但从整个体性来讲，布施不会让你财富穷尽的，反而是让你财富快速增长的方便。就像布施不会让你财富穷尽一样，回向也绝对不是让你财富穷尽的因。你把善根回向一切众生了，你回向的对境越多，就像你布施的财富越多，你收回来也就越多，这个是缘起规律。布施不是让财富穷尽、是让财富增上的因，那么回向也是一样，回向不是让我们的善根穷尽，而是让我们的善根增长无尽的因。讲这个有什么必要性呢？我们不要吝啬把善根回向给一切众生，一定要乐于去回向。不要担心把善根回向了，我们就没有了。回向不是让善根穷尽的因，是让善根增上的因。这样把你的善根保存好，而且增上，翻倍增上的速度，是非常快的。所以我们要知道这个原理，这样的回向善根就会广大增长，不会耗尽，而且它会生生世世成熟，是一种殊胜的修法。

[1087] 无论在何时何地，不管做任何大小善事，结尾时千万不能忘记作回向。

[1088] 不管我们在什么地方，什么时间，做何种很大或很小的善法，比如你得了很殊胜的灌顶，听了一堂密法课，或者今天你做了一千遍的顶礼，或者放生，按照佛经里记载，这些善根的功德都是非常大的，无量无边。不管是大的善根，还是小的善根，乃之于你念了一遍观音心咒，这个很容易做，念一遍观音心咒不要花一秒钟，不要花很长时间，从这个侧面来讲安立小，并不是说观音心咒的功德小，不是这个意思，就是说时间短，容易做，在这方面安立所谓的小。不管你念一句观音心咒也好，或者你看见鸟，一只蚂蚁，你念一个四皈依也好，这些都是很容易做的。

[1089] 不管是费时费力所谓的善事，还是容易做的所谓的小的善事，大大小小的任何善事，结尾时千万不能忘记作回向，善法做完之后千万不要忘记做回向。回向其实很容易作，很简单，有的时候就念四句话，所以要习惯性地作回向。我们一天要作多少次回向合适呢？这要看自己，要看情况。比如放生，可能四十分钟就完了，之后马上就作回向，当然我们的放生仪轨当中就自带了《普贤行愿品》，回向我及众生，那个时候就要非常认真地念。这个回向是非常重要的，也是关键的。有的时候顶礼修完了，加行修完了作回向，等一会儿这节课我们学习完之后，我们也要作回向，那到底做多少次回向合适呢？最好每一个善法做完之后都要回向，然后晚上再作一次总回向。睡觉之前把今天白天所作的一切善根记下来之后，认真作一次总的回向。这个有必要，不管你中间回向多少次，晚上还可以作一次总回向，回向做的越多它增长的也越多。因为回向，当你一念念完之后，善根也就增长了。你可以这样不断地作回向，晚上再作一次回向，使善根辗转增上，就是不要忘记作回向，这个是很重要的，它本身也是一个修法。

[1090] 回向除了能够让我们的善根辗转增长之外，本身也是一种提醒。你要回向的地方是一种提醒。比如我要把善根回向给一切众生，就是提醒你一切众生都是你要利益的对象，心量要大。如果你要回向大菩提果，回向目标要成佛，再再地提醒你为了利益众生你要成佛，这是大乘主要的思想，在回向当中也有体现。

[1091] 一方面来讲是增长善根的技巧和方法，一方面来讲也是大乘修行者随时随地提醒自己，不要忘记自己的身份，不要忘记自己要做的主要事情，一个是利益众生，一个是成佛。所以经常这样做，我们相续当中就养成习惯了，他的种子就非常深，以后不管在哪个地方我们都不会忘记我们的身份，自己是佛陀家族的人，是佛的种性。佛陀家族的人主要是做两件事情，一个是利益众生，一个是成就佛果。所以记得很深的时候，不管到哪个地方，即便是下一世，他也不会忘记自己的使命，他相续当中种性的缘起是非常强大的。

[1092] 如果没有这样回向，那么所成办的任何善事，它的果报成熟一次便会耗尽。

[1093] 这是告诉我们不回向的不好后果。如果我们在做完善法之后，没有认认真真地回向，那么我所承办的任何善事，可能花费好几天，好几个月，好几年，把善法做完了，而它的果报成熟一次便耗尽。如果中间果报在没有被耗尽、没有受影响的情况下，中间你非常幸运地没有生起很强大的嗔恨心，没有把这个善根摧毁，它很幸运地保存成熟，即便保持到成熟，那它的善根也只成熟一次。如果没有善巧方便回向的话，果报成熟一次就会耗尽。所以这里讲到了回向的必要性。

[1094] 如果回向于获得究竟菩提之因，即使感受了百次善果，但是它的善根在没有获得圆满正等觉果位之前就不会穷尽，反而日日增上。

[1095] 如果我们懂回向，把回向用于获得究竟菩提之因，把善根变为成佛的因，回向成佛，愿一切众生都成佛，如果这样去回向的话，即使感受了百次善果，你回向究竟大菩提，回向众生，回向完之后在成佛之前，那么这个善根，它的力量到了就会逐渐地成熟。

[1096] “即便感受百次善果”，是反复感受的意思。但是善根不会穷尽，在没有获得圆满正等觉果位之前是不会穷尽的。因为你回向的边际是大菩提，所以乃至于你没有成佛之前，这个善根要一直成熟。

[1097] 你的目标定的远近是大有不同的。如果你把目标定成大菩提，利益一切众生，那么在一切众生没有完全救度之前，没有获得大菩提之前，你的善根是不会穷尽的。这就是善巧回向和不善巧回向的巨大差异，同样的善根差距非常大。同样地两个人走到寺院里面烧香，同样的三块钱一柱香，插进去同样都是着两个小时，但是一个人相续当中什么都没有，就想升官发财，一家人平平安安，另外一个人通过菩提心摄持，回向成佛，同样做了这个事情之后，二者之间的差别是非常地大。一个成熟一次就没有了，一个乃至没有获得佛果之前，善根永远不会穷尽，不但不穷尽反而会日日增上，这个就是回向的力量。

[1098] 谁在操纵？没有谁在操纵，这叫缘起规律。前面我们讲了缘起的规律，很深很细，很多人不了解。佛陀的智慧是非常究竟的，佛陀发现了这种规律，告诉我们这样回向。就好像前面我们讲的，人间当中有一些尖端的知识分子，物理学家也好，其他的科学家也好，发现一般人发现不了的定律，发现很多人不了解的东西。对我们来讲他们智慧很深，会发现很多，不管是经济学方面的也好，物理学方面的也好，医学方面的也好，他们都可以发现，发现之后有些就可以直接转化成为生产力，带动社会进步，给众生带来安乐，转换成这些东西，一般人发现不了。

[1099] 同样通过殊胜的回向可以让自己的善根辗转增上的规律，一般人也发现不了。如果佛陀不出世，不宣讲正法的话，一般的人也永远发现不了这个定律。科学家也不行，这个世间当中的规律太深细了，一般的人不能发现这个因、这个果，而且你这样地回向，它是以无数倍的利益扩散，这个因果规律是需要究竟的智慧才能被发现，没有究竟智慧是发现不了的，没办法的。我们现在没有这种智慧，但是我们可以感受这样的成果，就好像我们不是物理学家，也不用发明什么东西，不用发现什么定律，但我们可以享受这些果，享受科学家把他们的发现转换成的产品。这个是一样的，我们可以去随时享用。就是说我们没有发现这个规律，佛陀发现了，讲了，我们就可以去用，增长我们的功德，逐渐把我们的相续带到成佛的境界。然后再去给众生传递这个信息，再有很多的众生使用、修行，因为殊胜智慧发现的法，他们也可以逐渐地得到暂时、究竟的安乐。

[1100] 所以说，这样的回向看起来很简单，是出现在前行当中的一个法义，但是我们真正观察的时候，如果没有一个处非处的智慧，佛陀的十力当中有一个处非处的智力，没有处和非处的智力，根本发现不了这么微细的世间当中缘起的规律，也就没有办法告诉我们怎么去使用，通过善巧方便把我们从轮回当中解救出来。

[1101] 这些法不单单是回向，像随喜、顶礼，每个法其实都是一样的，如果我们把所有的法都抛开了，这个世间没有佛法了，那众生就没有办法解脱，真正看着希望。你说哪个众生有这么微细的、圆满的智慧发现这些修行的缘起规律呢？告诉你这样修可以调伏烦恼等等，如果不是佛陀根本就没有办法发



现。佛法就像世间当中的明灯，是我们世人的眼目一样，如果佛法隐没了，谁都不知道怎么办，也不知道怎么修，即便你做了很多的善根，得到了一大笔钱，你堆在家里烂掉了，你用不了。但是如果懂的人，他就去投资，放出去做很多事，让它不断地增上。

[1102] 善巧地回向就会得到善巧回向的结果，导致成百上千次的成熟，然后善根不但没有穷尽，反而日日增上。这好像前面讲的法界的“理财产品”，是非常圆满可靠的，世间的理财不一定可靠，但这个是非常可靠的。理财和这个是一样的，每个月都给你提供利息，每个月还在增长，但它只是世间当中有为法的一种显现，有时并不可靠。但这个不一样，虽然某些方面相似，但是它更加地圆满、可靠，绝对不会有什么欺惑的，法界银行倒闭了，法界银行没有办法兑现，这个是没有的。所以我们要使用这些殊胜的方便，让它日日增上的一种方便。

[1103] 如《慧海请问经》中云：“水滴落入大海中，海未干涸其不尽，回向善提善亦然，未获菩提其不尽。”

[1104] 就好像一滴水，如果落在沙漠里面、落在陆地上面很快就干掉了，即便落在比较潮湿的地方也是很快就会干的，但是如果落在大海当中，“海未干涸其不尽”，它就和大海融为一体了，乃至于大海未干涸之前，这滴水也不会耗尽。“回向善提善亦然”，回向善提的善法也是一样的，“未获菩提其不尽”，你没有成佛之前，善根是不会穷尽的。那么反过来讲，如果你不回向善提，只回向世间的安乐，那么它成熟到一定的程度就会耗尽，就像水落到陆地、落在沙漠里面，沙漠里面更快，一下子就基本就看不到了，如果落在陆地上可能还保持一段时间，可能十几、二十分钟，几个小时之后也就干了。如果我们把善根只回向现世、后世的安乐，这个方面来讲很快就会消耗殆尽的。

[1105] 大愿上师在讲记里面也引用了国王的公案，十四万年供养佛陀，及佛陀入灭之后和阿罗汉的舍利，十四万年供养的善根，就是因为不懂回向，他只回向自己的人天善果。释迦牟尼佛说那个国王就是以前的我，他说你看我现在还能找到以前那个回向的善根吗？一点都没有，全部耗尽了。这就是属于那种没有善巧回向。他的善根很大，是缘佛陀缘阿罗汉经常性地供养，而且年头非常长，佛陀在世供养七万年，佛陀入灭供养舍利七万年，这么长时间地供养，但是他没有善巧回向的缘故，也很快就消耗尽了。所谓的很快是针对整个轮回来讲很快的，当然从他本身来讲，回向自己获得人天的安乐，可能也是几十个劫、上百个劫，这个时间似乎很长，但是你把这个投入到轮回的长河里面，你根本看不到了，就是非常非常地短。如果他当时回向的是解脱果、是成佛呢？那就完全不相同。

[1106] 有些时候众生把善根回向现世和后世的安乐，有些众生可能把善根回向自己成就阿罗汉果，那么回向阿罗汉果这个善根成熟到他获得阿罗汉果的时候才穷尽。因为阿罗汉果它本身是有穷尽的，所以说只要他回向，比如有些人说，我这个善根回向解脱三界获得阿罗汉，那么在这个之前它会一直成熟，什么时候他获得阿罗汉了，什么时候他这个善根就穷尽了，他定的目标就是这么远。它本身是有限的，世间的善根也是有限的。但是如果回向大菩提就不一样，大菩提本身没有穷尽，它不会有穷尽的时候。

[1107] 这个就是善巧和不善巧的差别，也是不知道回向的差别。你不回向和回向二者之间有很大的差别，回向当中，你怎样回向也是有很大的差别，所以你学不学习怎么样回向也是有很大差别的。有些人学过回向，他就会懂得用；没有学过回向的人，他就不懂。在学习回向的人当中，你学习的是哪一方面的回向？是像咱们这儿一样懂得回向大菩提，回向无量众生？还是在小乘的体系当中，只学习到回向自己成就阿罗汉果？还是在人天乘的团体当中，只学到了回向现世和后世的个人天福报？那差别就大了。我们懂不懂回向，差距是非常明显的，所以为什么我们要学呢！如果不学，我们就不会懂，就不会知道还有这么好的一个方法，这么好的一个理财产品。这么好的方法，我为什么不用呢？而且对我们来讲回向就是一个心念，你转变心念然后念回向文，念佛菩萨加持的金刚句，很快就结束了，有的时候需要花几分钟、十几分钟慢慢念普贤行愿品，有时大法会结束的时候要念各种回向文、发愿文，回向都要一、两个小时来念。有些时候我们可能念普贤行愿品，有些时候可能念愿海精髓，有的时候可能就四句话，念“文殊师利勇猛智——”，这些都是加持力很大的金刚句，只要你这样做了就不一样了。这几分钟你啥都没做了，几分钟、一分钟或者几十秒，我们也不差这点时间，我们就静下心来把这个善根好好地作意，好好地做一个最殊胜的回向。

[1108] 通过这个教证说明二者之间的差别很大。

[1109] 同样，自己希求获得声闻、缘觉、圆满菩提等究竟果位也好，希望得到善趣人天的身体或者长命百岁、相貌端严等暂时的果报也好，不论为了什么目的，所成办的善根最后都要为此而作回向。

[1110] 同样的道理，我们无论如何要让你这个善根用到你需要用的地方。回向是很重要的，根基不一样，如果你是希求声闻乘的，那么你要把善根回向声闻乘，如果你是希求缘觉，那么你要把善根回向成就独觉果位。如果你是希求圆满菩提等究竟果位，比如说我要获得圆满菩提果位，或者有些道友说我要获得虹身成就，或者要获得四种持明，有些说我要往生极乐世界，不管怎么样，是暂时的果位也好，是究竟的果位也好，反正都要做回向。还有一些人天乘根基的人希望得到善趣人天的身体，想得到更好的身体，比如觉得这一世太矮了，可能不太好看，他就做一些善根，回向下一世一定要长到一米八，或者一定要多么多么好看，相貌端严，或者回向自己长命百岁等等，他就定个标准，回向要变成这样子；或者说人间不希求了，我要到天界去享受天界的安乐，就回向天人的身体。这些是暂时的果报，不管是什么目的，都必须要有回向。作为修行人来讲，也有一些暂时性的回向，比如回向自己戒律清净，回向自己很快生起菩提心，这些暂时性的阶段性的功德也可以作回向。

[1111] 不管是什么样的目的，你所成办的善根最后都要为此而回向。回向就相当于定位一样，你的善根怎么用，把这个善根使用的目标定下来，然后再回向，这个善根就朝着你所确定的路线去成熟。善根本身来讲，它是不确定的，你怎么用都行。就像挣到了钱，你怎么用都可以，拿去买车也行，去做慈善也可以，要去投资也可以，都可以。但是你要定一个目标，定完之后，你把钱投进去就开始朝这方面去运作。善根也是这样的，你让它朝哪方面去成熟，你必须要有回向确定下来，之后这个善根就会定于这个方面，就会决定趣向于这方面。相当于你回向完之后，你的善根就开始朝这方面去运作了，朝你所定的回向目标去运作。比如说我要成佛，你回向完之后，你所有的善根就自动地朝着你成佛的方向去创造很多很多成佛的因缘，逐渐逐渐就让你的佛果成熟，就朝这方面去运作、酝酿。

[1112] 如果你说我要成就菩萨果位，也是一样的；你说要成就人天的善果，它也朝这方面去酝酿、去成熟。它在酝酿成熟的过程当中，可能这一世的身体来不及了，它虽然正在成熟，但是你这一世的寿命不够，它就自动延到下一世去。反正回向完之后它肯定朝着这方面去运作，肯定会成熟的。总的方向是不变的，但是分别方面，这一世不一定来得及成熟的，可能只有在下一世当中成熟。比如说你要回向成为世间首富，但这一世可能来不及了，也许名额已经被别人早就回向占用了，没办法成为首富了；也许是你这一世的寿命不够了，你虽然想你所回向的东西，你的善根也够成为世间首富的善根，但是你这一期的寿命支持不了，所以没办法在这一世成熟，但是一定会在未来某一世成熟的。这个很重要。

[1113] 为什么会这么多呢？就是每个人的思想不一样。如果你的思想、境界很高或者你的心量很大，格局很大，那你所做的回向也不一样，你肯定首选回向大菩提，只要回向大菩提那就什么都有了，暂时的这些安乐逐渐都会获得成熟。但是如果你回向暂时的这些安乐呢？大菩提就不可能顺便获得，这个是有很大差别的。所以我们学完之后，最主要的还是要回向大菩提，这个是总的回向，然后可以差别地做回向。就是说分别地做一些自己要成就的回向，完了之后也可以再回向一些世间的利益，因为善根本身都是可以用的，本身来讲没有任何地确定性。所以可以把这个善根各个方面做一个回向，这样善根就朝着自己所回向的方面去逐渐成熟。

[1114] 我们所学习的大乘精神如果能够入心的话，我们自己的心量可能会自然而然选择很广大的回向——回向一切众生，回向成佛。如果我们的的心量不够大，或者不敢回向，或者不愿意或者想不到把这个善根回向到成佛方面，情愿回向到自己成就阿罗汉，或情愿回向成就世间的安乐。每个人的境界、状态是不一样的，像在世间一样，有些人有钱了之后他的心量很大，就想怎样把这个企业在全世界开分店，全世界都有他的门店，他的想法很多，然后他就开始去做，也许慢慢地就可以成就；但是有些人的思想就不是这样的，他认为够吃够喝就行了，没有这么大的思想，这么大的目标，他的目标小，从显现上面来讲，他的事业就不会太大。

[1115] 还有些人想在全世界开分店，但是没有这个能力，只是画图纸，这个国家我要开，那个国家我要开，他根本就没有钱，有些人就是这样的。但是世间的这些事毕竟是有限的，众生的福报有限，所以有时候他虽然想法很多，格局也很大，想做大做多，但是他的福报没办法支撑，所以有时候开到一定的时间之后就垮掉了，这个也有很多。但是回向不是这样的，回向就是运用法界的缘起力，还有善根的力量去做很大的回向，让它逐渐成熟，这二者之间是不一样的。



[1116] 回向大菩提，它是多生累世去成熟的，而在今生当中你要把生意做到全世界，你的时间就只有几十年，你的福报有没有这么大也不知道，你自己的时间也不够。所以虽然你的想法多，但不一定能够成熟，这是不一样的地方。有时，你想今生当中成熟一个很大的目标，你的想法很大，但是不一定成熟。成佛则不一样，从来就没有把成佛的目标定为一生一世的，几十年或者几年当中我要成佛，这是没有的，所以时间很长，有更长的时间去酝酿大的目标，准备时间很长，最后完全可以成熟。

[1117] 这里面讲了，不管做什么，所做的善根最后都要善巧回向，为此而回向。

[1118] 如哲贡觉巴仁波切说：“二资如意宝，若无发愿拭，不生需求果，故当勤回向。”

[1119] 大德哲贡觉巴仁波切是这样讲的，“二资如意宝”，我们的福德资粮和智慧资粮，这两种资粮好像如意宝一样，我们希求世间和出世间很多的安乐果都是从二资粮当中出生的。以前众生福报大的时候有如如意宝，在天界等福报比较强盛的地方有如如意宝，只要你对如意宝祈祷、祈求，所有的世间所欲它都可以赐给你，赐给你所有的希求。二资粮也是一样的，就像如意宝一样，它可以赐给我们世间和出世间的所有的安乐和利益。

[1120] “二资如意宝，若无发愿拭”，这个擦拭是什么意思呢？要让如意宝发挥作用，有一定的程序。我们看佛陀因地传记，他得到如意宝之后，在如意宝发挥作用之前，首先自己要斋戒，把地打扫干净，然后要擦拭，把如意宝的灰尘擦拭干净，然后把它供在很高的一个幢上面，有些地方讲是很高的木棍或者竹竿上面，叫幢幡，就供在幢幡上面，然后诚心祈祷，这个时候才能发挥作用。所以擦拭就是让如意宝发挥作用的一个程序，如果你不擦拭，它外面很脏。

[1121] 有些时候说擦拭还有另外一个理解，《宝性论》里面用很多比喻来讲擦拭，还有很多的经典也是这样讲的。如意宝刚刚从宝山挖出来之后，它外面有很多矿石类杂质，要经过三次清洗，首先用药水泡，泡软之后用很粗糙的布，如果以前有钢丝球的话可能是用钢丝球去擦，当时没有钢丝球就用比较粗糙的布去擦拭；然后再泡，再用比较细的布去擦；然后再泡，再用最细的布去擦。三道工序完了之后，那就是真实的如意宝，没有垢染了，它就可以发挥作用了，是这样理解的。用之前要做很多的程序，没有擦拭，如意宝的功用就发挥不了。二资粮也是一样，福德资粮和智慧资粮，如果没有通过发愿去摄持的话，它也没办法发挥它的作用，所以再再地发善愿是很重要的。

[1122] 大恩上师在讲记里面也讲了发愿和回向的差别。发愿就是定一个目标，就是对于将做的善根，还没有做之前，要将这个善根怎么去用，这个叫发愿。发完愿之后就要去做，善根做完之后把已经做完的善根怎么去用，这个叫回向。第一个是发愿，中间是做这个善根，最后是回向，这个叫做三殊胜。

[1123] 所以说，如果没有发愿拭，就没有希求果，“故当勤回向”。第一个要发愿，后面一个要回向，中间是积集二资粮，三殊胜如果有了之后，那么我们的这个善根就很圆满，方方面面就不欠缺了，所以说应该很精进地去回向善根。

[1124] 因此自己所行的善法能否成为圆满菩提之因都取决于回向之力。

[1125] 所以说，我们自己所行的善法，能不能够成为圆满菩提之因都取决于回向之力，就是说你回向的力量是怎么样的？够不够强劲？或者你是怎么做回向的？这个差别是非常大的。前面讲，有些是因为学或不学的关系，你不学习就不知道，学完之后，你就知道，就可以用了。学完之后，自己有没有兴趣去用也有关系，有些人很重视回向；有些人学完以后开始重视，回向的时候很认真；有些人对回向不是那么重视，大概几个回向偈就完了。心态殷不殷重也有差别，虽然回向了，但是回向里面还是有层次的。因此，我们要把回向的意义学通，学完之后也要完全相应它殊胜的意义，然后很殷重、很认真地去回向。比如你把念经等所有的功课，包括打坐也是一样的，做完了以后，认真回向了，你就可以下座了，这样修法就圆满了，否则就是不圆满的。

[1126] 有时因为地方、时间的关系，没办法那么认真的盘腿坐下来忆念，也不能合掌回向。有时候不一定有时间，有时候地方也有局限性，也要在心中去忆念回向的内容，然后通过心念或者默念，这是可以的。在合适的时候就大声念出来，这是比较好。如果时间允许的话，就念得慢一点，也不要太慢了，稍微地慢一点。因为慢一点的话，可以一边念一边忆念它的意义。如果太快了可能忆念不了，所以时间允许，地方也是允许，就不要过快。这方面要看情况，有时候不快一点不行，有时候稍微快一点问题不大，认真殷重这是很重要的。因此这样一种善法能不能够成为圆满菩提的因都是取决于回向之力。

[1127] 无论积累多么广大的有为善法，但如果没有以回向来驾驭就不能趋入解脱道。

[1128] 对我们来讲善法都是有为的。为什么呢？因为这个善法以前没有，你做了之后就有了，它是一个有为法、因缘法，所有的因缘法都是有为法，所以不管你做了多么广大的闻思修行、修加行或放生等善法，包括修空性在内也算是一个有为的善法。你没有通过回向来驾驭，那么这个善根也不能决定让你趋入解脱道。

[1129] 诚如卡隆巴格西所说：“一切有为善法乃无记，回向众生方得广大利。”

[1130] 一切有为善法，就是前面讲的广大的有为善法，乃无记，这个无记是什么意思？有些时候说无记法是非善非恶，不是善的，不是恶的。这个地方是不是非善非恶的无记呢？这不是非善非恶的无记，这个无记的意思就是说不确定成熟于哪个方面。这个善根做了之后，用在哪个方面都可以。就像钱是无记的、中性的，既可以用它来造罪，也可以用它来修善法；既可以用来自己享受，也可以拿来布施众生；既可以放在家里烂掉，也可以拿来砌墙。你怎么使用钱都可以，没有定性，也没有说你的钱必须怎么用。就像我们的善根做完之后，就看自己怎么去用了，随便哪个地方都可以用。有为的善根既可以回向成为人天安乐的因，也可以回向于自己一个人成就，还可以回向大菩提。善根没有确定用在哪个方面叫无记，它是都可以用，自己没有确定，善和恶是有记的，记就是决定，有记就是决定是善决定是恶，无记就是不决定是善不决定是恶。

[1131] 这个地方的无记也是一样的，比如说你造完了顶礼的善根，它会成熟哪个地方不确定，就看你怎么用了。虽然这个善根有了，但这个善根怎么用要看自己怎么决定，你可以回向，回向是确定的意思，回向就是有记，而不是无记了。回向能够把无记转为有记，决定我要让它成熟在哪个地方。就像有钱了就看你到理想怎么用。有为的善根通过修行生起来之后，怎么样用它是自己的事情。你既可以用于自己解脱，也可以用于世间的安乐，还可以用在成佛，或者说利益一切众生，还是你要救度某个众生，比如我要回向父母，把他们从恶趣当中超度出来，令他解脱；我要回向某个病人，让他的疾病好转等等，回向什么都可以，反正这个善根怎么用都行。它自己并没有决定性叫做无记。

[1132] “一切有为善法乃无记，回向众生方得广大利”。这个善根怎么样回向才能够得到最广大的利益呢？就是把把这个善根回向一切众生，愿一切众生成佛，这是所有利益当中最广大的利益。虽然某些众生觉得这不是最大的利益，但是这个地方的广大利益是佛陀以遍知的智慧观察到的，这超越了我们狭隘的思想，完完全全从整个法界的侧面来讲，把这个善根用在哪个方面才是最广大的利益呢？回向众生就是最广大的利益。

[1133] 我们都愿意自己好，而怎么样才能让自己最好呢？就要把自己的心态扩展，让自己的心态非常清净，然后把善根回向给一切众生，这个时候不要吝啬，也不要有所保留，如果越没有保留，越没有吝啬，自己得到的就越最多。我们不要想是不是保留一部分自己用，回向百分之九十给众生，百分之十回向给自己，完全没有这种必要。这样做是我们没有领悟到这个缘起和法义所导致的思维模式。如果我们真正大大方方的把善根回向了一切众生，即便你不想自己得到，通过缘起力、法性力，自己得到的也是最多的。那回向众生之后，众生能不能够得到呢？只要你回向了，众生就能得到。能够得到多少呢？有些地方说回向的时候，要看对方续续当中的承受力如何，就是说如果他的善根厚一点，可能接受的多一点；如果他善根少一点，可能接受的少一点，不过这些回向都能够得到。比如说接受能力比较深厚，具有因缘的，超度也是这样的，如果有血缘关系的做回向最好。或者说做法事的时候，为什么要给上师、僧众做一些供养？他要结上一个缘，结上缘之后再回向就比较顺畅。虽然你不结缘也可以，但是在回向、超度等过程当中，有时也需要一定的因缘。因为回向众生是佛陀通过观察能够得到最大利益的情况，所以我们应该大大方方的把善根回向众生，不要有什么顾虑，不要想回向了，我就没有了。你回向的越彻底，自己得到的就越多，这是法性的力量，我们要相信佛陀的金刚句。

[1134] 而且，为自己的父母亲友等作法事以及为利益亡者等而作佛事，如果不作回向，他们就不会获益。

[1135] 这一点也很重要，有时父母或亲友去世了，我们要给他做超度法事。还有一些人虽然父母亲友都健在，但是可能遇到一些麻烦需要解决，比如生病，要遣除疾病等等需要做法事，或者说为了利益亡者做佛事。如果不回向他们就不会获益，因此最后的回向也很重要，一定要给他们作一些回向。

[1136] 如果回向给他们，就会获得所回向的收益。

[1137] 如果我们给他们回向就可以获得收获，这是佛陀讲的。大恩上师在讲记当中也讲了，从总的原则来讲因果都是自作自受，虽然在整个缘起规律中的一个侧面是自作自受，但是在自作自受的情况之下也可以把自己的善根给予其他人，比如说通过回向的方式给予其他人。上师也讲了一个容易理解的比



喻，就像农民种了土豆、东瓜，自己种的自己就有收成，同时也不妨害他把土豆送给别人吃。这是我的庄稼。不会变成别人的。是在自己的前提下，也可以把这个东西送给别人。就想我们修的善法一样，这个善根是我们的，自己去修自己得到，而且自己的善根也会成熟，同时也不妨碍我们可以把这个善根通过回向的方式给予其他的人。虽然他没有什么劳作，但是我可以透过回向的方式给他，能够获得多少还是有一定的差别，虽然是可以给，但是得多少，这里面有差别。如果可以完全不做，就可以得到全部的善根，佛陀肯定会把他所有的善根都回向给我们，我们什么都不做就可以轻而易举获得所有的善根。前面我们讲了，他肯定会回向，众生也会得到一些利益。虽然可以得到佛陀回向的善根，但是也要看众生相续当中善根的情况，他们可以得到一部分，主要是回向者自己得到了很大的一部分，然后所回向的对境也能够得到一部分，这些就是通过缘起所决定的。

[1138] 这方面是很殊胜的，如果我们认真真作回向的话，我们所回向的对境一定可以得到利益。我们不管是回向给一切众生，比如回向饿鬼道众生或者回向父母，如果认认真真的回向，通过善根的力量、法界缘起的力量，还有诸佛菩萨谛实语的加持力，完全可以成熟。

[1139] 下面讲了一个公案。

[1140] 从前，广严城的人们准备在第二天迎请世尊，供养午斋。

[1141] 广严城的人们对佛陀生起了信心，想要给佛陀和僧众供养午斋。

[1142] 前来迎请的人们离开之后，有五百饿鬼来到世尊面前请求道：“明日广严城的人们供养世尊及眷属午斋的善根回向给我们吧。”

[1143] 迎请的人走了以后，来了五百饿鬼，它们在佛陀面前去请求说：“明天是广严城的人们供佛和眷属的午斋，请把他们供斋饭的善根回向给我们吧。”虽然世尊遍知一切，但是为了让后人或者当时的人知道这个情况，所以世尊就对它们明知故问。

[1144] 世尊明知故问：“你们到底是谁呀？广严城人们的善根为什么要回向给你们呢？”

[1145] 佛陀问：“你们到底是什么身份？为什么你们这样想要这个善根呢？”

[1146] 那些饿鬼回答：“我们是广严城这些居民的父亲母亲，以吝啬之业而转生为饿鬼。”

[1147] 广严城的这些饿鬼说，我们之所以这样想和这样说，就是因为这些我们都是广严城居民的父亲或母亲，还有其他的直系亲属。因为以前我们在世的时候，既没有上供也没有下施，由吝啬的业力现在转生为饿鬼，所以我们想要让自己的后代给佛陀供斋的广大善根回向给我们。饿鬼的确非常痛苦，难以忍受，一天也忍不下去。如果有这样的机会，也是非常希望子女将所造的善根利益它们。

[1148] 为什么父母亲友去世之后，我们要给他们持续性的回向？有时候佛学院或大寺院举办法会的时候，请僧众念经做一些超度，都是非常必要的。因为他们已经死了，不自在了，也没有办法再去做很多的善根。他们只有把希望寄托于还在人世间的子女、亲朋好友身上，即便我们自己没有收到这个信息，但是有些人可以通过梦境或者有些人知道一些信息，了知他们需要做法的。虽然我们可能收不到这些信息，但是通过推理也应该知道和我们有关的人的很多的人，他们现在正在中阴，很需要回向。我们可以每天在修法、念经之后，把善根回向给这些众生，让它们能够远离这些痛苦。

[1149] 世尊说：“那么明日回向时你们也来，我们再可以作回向！”

[1150] 佛陀说：“可以，明天你们必须要来，来了之后，可以给你们做回向。”

[1151] 饿鬼们说：“我们投生为这般低劣的身体，感到十分惭愧，实在不敢前来。”

[1152] 按照有些地方的说法，饿鬼非常的丑陋。整个身体上上下下都像烧焦的木炭一样，然后肚子特别大，脚特别的细。而且它们要从一个地方走到另外一个地方也是很费劲的。饿鬼们说：“我们投生为这般低劣的身体，感到十分惭愧，实在不敢前来。”

[1153] 世尊呵责道：“你们造恶业的时候本该羞愧，可是那时候你们却不知羞耻，而现在已经投生成低劣的身体，惭愧又有什么用呢，如果不来就没办法回向给你们。”

[1154] 世尊这是用了一个善巧方便，在回向之前通过呵斥的方式消了它们的一些业，也是对我们的一种警醒。一方面是呵斥它们，一方面对我们来讲也是警醒。佛陀说：“你们造恶业的时候应该羞愧。”其实就是在说我们。我们正在造恶业，其实这个时候应该羞愧，对于恶业、烦恼的方面应该羞愧。造恶业的时候应该羞愧，那个时候你们不知道羞愧，现在恶业已经成熟了，变成了低劣的身体，现在惭愧、后悔有什么用呢？佛陀在其他的经典里面讲，众生很可怜，都是高高兴兴的造业，哭哭啼啼的受报。如果你在受报的时候哭哭啼啼，那造业的时候为什么会欢欢喜喜的呢？这也是现在很多修行者和非修行者真实的写照。我们造罪业的时候欢欢喜喜，受报的时候没有一个人愿意承受，觉得老天爷为什么对我这么不公平，为什么是我呀？就会呼天抢地的哭喊，觉得社会不公，或者某某对他不公，这就是一个真实的写照，佛陀给我们的教诲就是这样的。造业的时候都是欢欢喜喜的，比如去吃海鲜的时候特别的高兴，还在碰杯，然后大家在地狱里面受报的时候，都是哭天喊地的，这是其中的一个，还有造其他罪业的时候，无一例外都是无所顾忌，欢欢喜喜的造罪业，哭哭啼啼的受报。

[1155] 像这样造罪业的时候，应该知道羞耻，变成低劣身体的时候，已经来不及了。对于我们这些正在造罪业的人，也应该想到以后的果报，从而谨慎的防护自己的身语意。如果防护不了，也要做一些忏悔补救。我们痛苦的时候，比如正在感受各种各样的痛苦、不如意，或者说麻烦，每个人都有自己的痛苦，这是没有办法避免的。我们应该想，现在这么痛苦完全也是拜前世所赐。因为自己以前没有认认真真的取舍善恶，所以现在我感受了身体、家庭、子女或者父母等等方方面面的很多痛苦，这就是因果不虚的表现。既然受报的时候，我不愿意感受痛苦，那么现在就要警惕，自己又在造以后痛苦的因，就把现在正在感受的不如意，不愿意承受的痛苦状态作为一个警醒。你愿意承受这些吗？如果不愿意承受，那就要警惕，你现在正在做后一世受苦的因，又在创造这个因缘了，所以一定要注意，这样经常性提醒我们可以尽量避免很多的罪业。如果避免不了，恶业的惯性太大了，那怎么办呢？做了就补救，一定要去忏悔，知道这样做不对，这些都是非常有效的。

[1156] 佛陀不会随便呵斥谁，都有很大的必要性，通过呵斥来清净它们一部分的业。因为佛陀是遍知，威力很大、功德圆满，所以呵斥众生一句可以消很多业。而且也通过这样的教言，给后人作一些警示。

[1157] 饿鬼们连忙说：“那么我们一定来。”说完便离开了。

[1158] 第二天回向时，那五百饿鬼前来请求将善根回向给它们。广严城的人们惊慌逃窜。

[1159] 大恩上师在讲记当中也插了一段，在马上要回向的时候，目犍连尊者奇怪这些饿鬼怎么还不来。他就观察它们到哪里去了？他通过神通对整个三千大千世界观遍了之后，也找不到它们的影子。他问佛陀这是怎么回事？昨天还在，怎么今天没有了呢？佛陀说它们的业太重了，已经被业风吹到你观察不到的地方去了。佛陀把这些饿鬼通过自己觉悟的力量勾招回来，然后再做回向。

[1160] 这说明了什么情况？说明业力的阻碍是很大的。当我们遇到了殊胜正法或者获得一些安乐的时候，相续当中的业就会制造障碍，出现各式各样的状况。让你接触不到殊胜的法要，或者说修法的时候出现这样那样的思想，比如不想听法或者修行。这方面来讲也是一种障碍的体性。尤其是在这样的状态当中，我们想到这些案例就猛烈的祈祷、猛烈的忏悔，避免生起不好的想法。还有供护法，祈祷莲师加持的时候，可以遣除一些闻思修方面的种种障碍，把从内心到外境的障碍都要无一例外地全部遣除。

[1161] 当广严城的人们看到了五百个饿鬼，都惊慌逃窜。一般情况下，饿鬼界是隐蔽看不到的。佛陀要借助这个事情教育后人，也让当时的人有一种非常直观的认知。这些人看到这么多恐怖饿鬼来了，就是一个活生生的教材。一般来讲佛陀在世的时候，当时人的信根都是比较好的。如果说亲眼见到这么多恐怖的饿鬼就在自己跟前，那种冲击力、震撼力和教育的意义还是不一样的。假如谁组织我们到地狱几日游，看到以后回来的时候都不一样了，这种直观的教育和冲击非常强烈。不要说地狱游，就是饿鬼界一游之后，大家感觉可能也不一样。佛陀在世的时候，也用他全部的力量，让大家能够看到恐怖的饿鬼。因为非常的恐怖，所以大家吓得四处奔逃了。

[1162] 世尊说：“诸位不必惊慌，这些众生是你们自己的父母所转生的饿鬼，它们是这样说的，是否能将善根回向给它们？”

[1163] 佛陀说，你们不要惊慌。佛陀语言的力量很大。如果我说大家不要跑，没有人会听，全部跑的干干净净。因为佛陀老人家的威德力是很大，他有三无数劫修行的力量。不像一般世间领导的威德力，他是三界之主，能够威慑三界，威德力特别强劲。佛陀说大家不要惊慌，大家就不会惊慌，也不会跑，



这是佛陀的力量。佛陀说，这些众生就是你们的父母转生的。虽然这些饿鬼非常恐怖，但是他们都是你们的父母、亲人，他们在世的时候是你们活生生的父母，他们去世之后通过自己的业转变成了饿鬼。甚至他们转生饿鬼也有你们的因缘。父母为了子女造了很多业，不愿意造的业在造，愿意造的业也在造，为了子女好都会造很多的业。因为谁造的业就会在谁身上成熟，所以你们不要害怕，它们都是你们的父母转生的。这些饿鬼说，是否能将善根回向给它们？”

[1164] 人们回答说：“既然如此，无论如何也要回向给它们。”

[1165] 既然佛陀讲的是我们父母的转生，他们以前在世的时候也是通过我们的因缘造了很多的业，有些就是他们通过自己的吝啬造了恶业。虽然是吝啬，但是吝啬的因缘也有很多。为什么吝啬呢？如果这笔钱用于上供下施，拿我就没有办法给我儿子、女儿买衣服买吃的，因此他就舍不得去供养、布施。虽然是吝啬，但是有一部分是自己用，也有一部分可能是考虑到自己的家庭成员，只有这么多钱，供养之后他们就没有用的了。所以，吝啬有一部分原因也是和家庭成员有关的。广严城的人们说，既然如此，那无论如何也要回向。

[1166] 世尊便回答道：“此施诸善根，愿彼利饿鬼，离饿鬼劣身，获得善趣乐。”结果那些饿鬼死后都转生到三十三天。

[1167] 佛陀说了一个金刚句回向，这个布施就是供养，供养也是布施的一部分，以这个供养僧众佛陀的善根。愿彼利饿鬼，愿善根能够利益这些饿鬼。离饿鬼劣身，愿他们离开饿鬼的恶劣身体，获得善趣乐。这样回向了之后，结果那些饿鬼死后都转生到了三十三天，佛陀回向后，它们得到了巨大的善根。通过这个善根消尽了相续当中的业，很快就死掉了，从饿鬼界直接转生到三十三天，这也是回向的巨大利益。

[1168] 这个公案里面的信息量很大，有饿鬼自己的因缘、子女的因缘，还有佛陀的加持、回向的力量等等，给了现在的人一些提示。我们现在有机会，还有自在，没有转生旁生、饿鬼、地狱的时候，应该想想这些公案的提示好好的取舍。不要吝啬，应该经常布施众生、供养上师三宝，也要好好地受持戒律，能够安忍，不要发脾气等等，给了我们很多的启示。如果我们不注意，轻视业因果的话，这个活生生的事例里面的主人公就会变成我们了，以后自己就是五百饿鬼中的一员。对佛陀的公案如果认真分析的话，修行很多有用的提醒都在里面。

[1169] 这就是回向的力量，大恩上师也讲了，世尊的这个回向文，我们平时在烧烟、倒水的时候也可以念，可以利益饿鬼。我们听闻法修行以后，也可以把这些善根回向给饿鬼、地狱的众生，给他们做回向。这里只讲到了饿鬼的众生，其实世间当中，还有很多感受各式各样痛苦的有情也是盼望有人能帮助他们。虽然他们很绝望，但是根本没有人帮助自己。作为修菩萨道的菩萨们，也可以在了解了因缘的规律之后，把自己的善根回向给这些需要帮助的人。现在地狱的有情非常苦，佛菩萨肯定在帮助他，我们也有义务帮助他们，就要把我们的善根回向给正在受地狱痛苦折磨的众生。也有很多饿鬼道的众生，我们的身边有很多看得到看不到的有情的，有些鬼可以看到，有些鬼看不到，无论看得到看不到的都要给他们回向，还有很多旁生也给它回向。对医院里人山人海的病人、很多走投无路的可怜众生都要回向。我们每天看到新闻上面有很多可怜的事例，反正缘了之后，都可以给他们做回向，像这里讲的那样，他们都可以通过自己诚心的回向善根，而得到相应的利益。

[1170] 还有一个问题，这样回向也是在训练我的慈悲心。我一再思维轮回痛苦、业因果，这样对我的修行有利，对众生也是有利的。有时候回向佛法兴盛，对整个佛法也是有利的，因此回向就是我们修行过程中很殊胜的一个版块。

[1171] 此外，至尊米拉日巴也曾经说：“山间静修大行者，及作供养之施主，彼二具有成佛缘，缘起精华即回向。”

[1172] 米拉日巴尊者在道歌里面讲，山间静修大行者，就是在山里修行的大修行者。及作供养之施主，还有对修行人作供养的施主。彼二具有成佛缘，山间修行人因为修成佛的正法，具有成佛的因缘，还有给修行人作供养的施主，也同样具有成佛的因缘。怎么样把二者联系起来呢？通过缘起，二者都能成佛的缘起精华就是回向。如果不回向的话，施主给修行者供养，虽然有供养的功德，但是不一定会变成成佛的缘起。回向就不一样了，回向之后，马上就会变成成佛的缘起。这个人供养了修行者，修行者受用了食物，对他的修行有帮助，再缘这个给施主作回向，以你供养的善根愿你成佛，这样回向完以后，成佛的缘起就建立了。如果不回向，他只有供养的善根，成佛的缘起不一定具备。缘起精华即回向，修行者给施主作回向之后，就具备了成佛的缘起。

[1173] 这样作回向要成为圆满正等觉的因还必须以三轮无缘智慧摄持，否则，如果被三轮实执的垢污所染，就叫做具毒回向。

[1174] 那么这样回向完之后，还有一个要素。什么要素呢？要在回向过程中圆满成佛的因，必须要有空性，即通过三轮体空的智慧来摄持，否则善根就会被三轮实执心的垢染染污，这样回向就是具毒，这个毒就是实执。虽然这是一种善的实执，但是从比较了义、究竟的层面，也会变成一种毒。毒有很多层次，有时候指比较高的层次，比如三毒、五毒都叫毒，但是层次不同。三毒五毒就是我们贪嗔痴，强烈的现行烦恼，这叫毒。有些时候耽著轮回也是毒，虽然不造恶业，但是你对轮回很耽著，耽著轮回的心也是一种毒。还有一种情况是不耽著轮回，只想自己解脱，小乘自私自利的心在大乘菩萨眼中，也是一种毒。在大乘中还有一种毒，就是实执心。为了一切众生回向的善根，放到小乘当中肯定不是毒，就是一个很殊胜的善法，如果上升到大乘究竟的修法时，就变成了一种毒，这个障碍也必须遣除。在不同的层次当中，所安立的障碍是不一样的。有些在上面是障碍，到了下面完全不是障碍。想解脱的心，这是障碍吗？自己强烈地要求解脱的心，如果放到共同乘当中，绝对不是障碍，而是必须要生起的，也会高度的赞叹，方方面面都在赞叹这么殊胜清净的出离心。如果上升到大乘的高度，那就不一样了，因为它的目标更高，所以继续保持就是不对的。菩提心和小乘对比的时候，它是很超胜的。如果放到究竟了义修法、成佛的直接因上面，就会变成障碍。如果你有实执的话，就会成为障碍。从这个侧面来讲，叫做具毒。虽然都叫毒，但是和三毒五毒的毒不是一回事。我们要善巧地理解这个意思。

[1175] 如《汇集经》中云：“犹如食用杂毒丰美食，佛说缘于白法亦复然。”

[1176] 《般若摄颂》也叫《汇集经》。这是以前翻译的，后来上师翻译的稍有不同。犹如食用杂毒丰美食，就像吃了很好的美食，但是里面有毒药，看起来很好吃，对你的生命健康都有伤害。佛说缘于白法亦复然，佛陀说，你执著白法，白法就是善法的意思。你对善法执著亦复然，也是杂毒的善根。如果有实执去回向，就是具毒回向。

[1177] 前面讲了三轮实执、三轮体空的概念，到底什么是三轮呢？

[1178] 所谓的“三轮”，是指所回向的善根、为其回向的补特伽罗、所回向的对境三者。

[1179] 比如说我今天放生的善根，就是所回向的善根；为其回向的补特伽罗，比如我这个善根要回向一切众生或者张三李四、在病床上躺着的某某道友，这是我所回向的众生；所回向的对境，我要回向他干什么呢？我要回向他病愈或成佛，叫做回向的对境。这里的“为其回向的补特伽罗”，有不一样的理解，前面是一种解释，还有一种解释：回向善根没有什么差别；为其回向的补特伽罗回向者就是我们，是我们为其回向的，我们为谁回向呢？我给众生回向，这就是能回向的有情；所回向的对境指的是众生。这样理解也可以。

[1180] 三轮有很多，有时候是能作、所作和作业，有时候是从布施和持戒的角度，这是不一样的，就是一个公式。反正能作、所作和作业就是三轮。这里说的是回向的善根、为其回向的补特伽罗和所回向的对境，从这个方面来讲，我要回向的善根和能回向的我都是空性的，还有所回向的对境，这个方面叫三轮，三轮就是三个方面。三轮实执，即我们执著善根、能回向的我、所回向的对境众生或者要回向众生成佛，这些都是实有的。三轮体空是什么意思呢？就是说回向者我，从我空性来观察不存在，所回向的善根和众生也是空性的，或者说所回向的佛果，所回向的善趣，这些也是空性，叫做三轮体空。所谓三轮体空就是无自性，虽然有显现，但是本体是空性的，没有实有。

[1181] 当然，三轮以证悟无实智慧摄持的真实无毒回向在此凡夫薄地时根本无法做到，所以我们应当观想往昔的诸佛菩萨如何回向，我们也如此回向，这种回向可以代替三轮体空的回向。

[1182] 因为考虑到众生对空性的认知能力有限，所以华智仁波切说，三轮以证悟无实智慧摄持，证悟无实智慧摄持就是三轮体空。这就是真实的无毒回向，没有实执的回向。在凡夫薄地的时候，薄地就是他的地很薄弱，没有真实生起坚固的圣者地叫做凡夫薄地。那么在凡夫薄地的时候，根本做不到安住在三轮体空中回向。这样是不是就意味着我们没有机会以三轮体空的方式回向呢？也不是。所以说，我们应当观想往昔的诸佛菩萨如何回向，我们也如此回向，这种回向也可以代替三轮体空的回向。我们就想三世诸佛如何回向，我亦如是回向；大恩根本上师如何回向，我亦如是回向；还有文殊菩萨、普贤菩萨如何回向，我亦如是回向。因为他们的智慧完全是安住在三轮体空当中的，就像我们这节课开篇的时候文殊师利菩萨怎么回向，我们也怎么样回向。



因为他们有圆满的智慧，已经完全证悟了最圆满的空性，所以我们这样作回向也可以替代三轮体空的回向，我们同样也可以通过这样的方式完全得到最殊胜的三轮体空回向的效果，这是一个窍诀。我们虽然现在做不到，也安住不了，但是佛陀如何回向我亦如是回向，相当于是三轮体空的回向，这样非常殊胜。

[1183] 现在有些学过中观的道友们，一定要使用空性，训练自己运用三轮体空的回向方法。虽然我们用前面讲的方式回向，暂时肯定是可以替代的，但这只是权宜之计，因为我们还没有达到标准，所以在用三轮体空的方式回向的同时，也可以使用现在已经掌握的人无我空性、法无我空性的修法。虽然现在使用的还是比较笨拙，但是我们也要不断地去训练。本来我们通过这样的训练也能起到一定的作用，而且也能训练空性。就在我们以三轮体空回向的同时，把空性也串了一次，这也是靠近实相的修法。学过中观的道友可以逐渐去运用。

[1184] 《三十五佛忏悔文》中也说：“过去诸佛如何回向，未来诸佛如何回向，现在诸佛如何回向，我亦如是普作回向。”

[1185] 在《三十五佛忏悔文》中也是这样讲过。

[1186] 如《普贤行愿品》云：“文殊师利勇猛智，普贤慧行亦复然，我今回向诸善根，随彼一切常修学。”

[1187] 这个回向，后面还有一句，有时候是一个颂词，有时候是两个颂词。寂天菩萨在《学集论》当中，把这两句尊为无上回向。什么是无上回向呢？我们学过的《入行论》第二品里面有一个叫无上供养。无上供养和无上回向的原理是一样的。什么叫无上供养、无上回向呢？文殊菩萨、普贤菩萨或者三世诸佛如何供养，我亦如是供养，这是无上供养。回向的时候，文殊普贤如何回向，我亦如是回向，这是无上回向。无上的意思是说用他们的智慧摄持。因为他们的智慧是无上的，所以这样去作回向就是无上回向，这样去作供养就是无上供养。我们在没有时间的情况下，也会念文殊师利勇猛智等四句或者八句来进行回向。文殊师利的勇猛智慧和普贤菩萨的慧行，亦复然，也是很勇猛的。

[1188] 我今回向诸善根，随彼一切常修学。上师解释的时候说，随彼一切常修学，我今回向诸善根，也可以这样理解。意思是说我随学这一切，他们怎么回向，我也如是回向。

[1189] 可见，善法成为圆满菩提之因的无误要诀，唯有依赖于以回向印持的这一结行，所以我们应该时时刻刻精进作回向。

[1190] 华智仁波切在总结的时候说，我们现在所作的善法要成为圆满菩提之因的无误要诀有三个，虽然有三种殊胜，但是这里着重讲的是回向。成为圆满菩提之因的第一个要诀是发菩提心，第二个是正行无缘，这也是一个无误要诀。第三个就是回向。因为这个地方只是讲了回向，所以唯有依赖于以回向印持的结行。我们应该时时刻刻精进地作回向。每天要作若干次回向，晚上要作一次总的回向，能够养成回向的习惯非常好。

[1191] 今天我们的课就讲到这个地方。

[1192] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[1193] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[1194] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[1195] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

《前行广释》第 133 课辅导资料

[1196] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[1197] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[1198] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[1199] 发了菩提心之后，今天我们继续一起来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，现在正在学的是不共加行。不共加行有皈依的修法、发菩提心的修法，还有金刚萨埵忏悔的修法和供曼扎积资净障的修法，以及现在正在学习的上师瑜伽的修法。每一个修法对帮助我们修持现证心性，都有不同的功用，是不同侧面而已，不管是皈依也好、发心也好，每一个都是帮助我们趋向于实相真如的。当然，究竟的证悟真如是成佛，到了初地菩萨可以有阶段性的证悟，在此之前可以在相续当中生起类似于证悟的一些觉受，产生一些感觉。

[1200] 对我们来讲，加行要一遍一遍地修持。因为修一遍两遍对我们现在这样的众生来讲可能不够，我们不一定能够达到觉悟，也不一定产生觉悟之前那些感觉。觉悟本性，要从现在这种思维、行为模式当中完全的趋向于解脱，这本来就比较难的事情。相对来讲，在有些阶段觉悟心性相对容易，有些阶段就难一点。比较容易的阶段是在释迦牟尼佛刚刚成佛或者说圆寂不久，在这段时间当中根基比较利、烦恼比较轻微，证悟相对要容易一些。越往后走，众生的烦恼越来越重，分别念越来越多，障垢很重，福德越来越少，在这种情况下要证悟心性相对来讲难一点。

[1201] 不管是容易也好难也好，都需要修持正法，即便是在容易的时间段当中，如果你不修也不行。佛陀在世的时候，对当时的人们来讲整体来讲环境要好一些，对修法证悟要容易一些，但仍然有很多人不愿意修行。即便是依止佛陀、依止和佛陀无二无别的很多大德，但是如果没有信心，或者很懒散，仍然解脱不了。

[1202] 在现在这个阶段，虽然整体环境对于修行或者证悟不是那么理想，五浊恶世众生的障碍很重，但是如果认真修行了仍然可以证悟。关键就是我们要认真对待修行的问题，要认真地修行，如果认真修行都有证悟的希望。因为最关键的因素就是每个众生具有佛性，正在迷惑的众生也是完整无缺的存在着究竟的佛的本性。因此说证悟的可能性每个众生都有，但只不过看自己精进到什么程度，或者说对修行认真到什么程度，这是有一定差别的。上师们也是经常性地教戒我们要认真闻思修行，这些对我们证悟实相来讲都是必不可少的因素。如果有了这些因素就可以说有证悟的希望，如果没有这些因素，虽然具有佛性也没有希望。

[1203] 因此，不管我们现在怎么样，修行困难也好，不困难也好，如果我们没有真正证悟，在轮回当中漂流，虽然说总有一天、总有一世你会证悟，但是在证悟之前仍然还是要像现在一样面临这种抉择。什么抉择呢？就是你认真修行还是不认真修行？如果你认真修行，就会越来越好，如果不认真修行的话，那就再往后拖，等到你种姓苏醒了，想修行了，就还是一样要面对这个问题。

[1204] 现在对我们来讲遇到一些困难，修行的时候有什么障碍这些都可以去面对，反正都要面对的，你拖到后面解决还是需要面对。而且在这个过程中会出现什么样变故，或者是没有必要的情况下，到地狱、恶趣走一圈，那也就是除了自己受痛苦、耽误证悟的时间之外没有其他额外的意义。你到了地狱当中那就是被迫的受苦了，受苦的同时你根本想不起修法。既然现在有修行的机会，有修行自由，就需要认真对待，如果我们认真对待了，那就有解脱的希望，可以很快地解脱，如果不认真对待的话，相续当中的烦恼、业惑仍然是圆圆满满的存在着，这些都会起作用，它们会伺机而动，只要因缘一成熟就会给我们带来很多的痛苦、烦恼。

[1205] 如果你停止修行了，所有的轮回的痛苦还是存在。有些人说：“我不修行了就没问题了。”这完全是一个错误的观念，我们现在努力修行，有些时候都没办法面对很多痛苦，停止修行了，凭什么说这些痛苦就会无缘无故就消失了呢？这纯粹是掩耳盗铃的思维方法，是不可取的。修行过程当中的这些痛苦是属于短期的痛苦，如果把这些短期的痛苦，也是最开始时的痛苦咬牙坚持下去的话，修行到了一定的时间段，这些痛苦就找不到了。

[1206] 我们学习的《现观庄严论》等论典，里面就描绘在资粮道、加行道的时候会出现什么功德，像我们现在内心当中的很多恐怖、担忧，其实在那些阶段就基本上找不到了。不是说到了成佛或者初地，其实到了加行道，相续已经非常地自在了，很多粗大的痛苦和烦恼基本上可以调伏了。其实我们反复讲的一点就是，最困难、最痛苦的时候也就是现在这个阶段——刚刚起步的时候，因为很多修法还没有相应，以前的烦恼还没来得及调伏，在这个过程中就挣扎、纠结最多，痛苦也最多，如果坚持修下去这些会越来越来少，不可能是越来越多的。原则就是要认真对待修行这件事情，闻思修行一定要认真。

[1207] 现在我们正在学上师瑜伽的修法，这个也是在我们内心当中强制性的生起证悟的方便。虽然这个修法可以让我们强制性证悟，但是因为修行者自己的修行或祈祷者自己的因素、条件、因缘千差万别，可能现在学习或修加行有一万个人、十万个人同时都在祈祷，但是因为内心当中的层次有很多差别，所以信心大的、福报深的人可能在祈祷、修行时得到了比较明显的加持，信心差一点的就一定不能能够收得到加持。



[1208] 对我们这些初学者来讲，可以把上师瑜伽当成祈祷上师加持、种下很殊胜的因的方便，或者说在这个过程中能够部分相应，得到护持之后在闻思修的过程中更加顺利，让自己相续得以成熟，让自己成为法器。也可以从这些方面来起作用。

[1209] 前面我们讲了修持上师瑜伽的重要性，它的必要是什么，然后也讲了明观福田，观想以根本上师显现的莲花生大师形象为主的上师瑜伽的皈依境。福田观想好之后，要在福田面前做七支，缘皈依境要做顶礼、忏悔等等，以七支来积资净障。这些做完之后，接着是今天我们要学的内容——专心祈祷。

戊三、专心祈祷：

[1210] 上师瑜伽的正行部分就是专心祈祷这部分，这部分很重要，是最关键的地方。但是对众生来讲，看到最关键的行就感觉要认真对待，如果是前行好像就觉得无所谓，这个是不对的。它是一个整体的修法，前面修好了之后，到了正行就可以比较顺利地获得加持，如果前面没有重视，只是重视正行那是不行的。

[1211] 应该是在一九九二年，那一年是猴年。法王如意宝在佛学院举行文殊荟供，有很多天的共修，就是日夜都在修这个法。有些道友在前面没有太注意去念仪轨、念心咒，听说今天晚上两点钟取悉地，然后就开始认真了，他说：今天晚上我好好祈祷一下，没准就获得证悟，获得悉地了。他就觉得今天晚上是取悉地的时候，这个时间很重要，所以他就很认真。其实，如果前面没有好好地去做，没好好念咒也没好好去积资净障，拿什么来取悉地呢？根本没有可以取悉地的因缘。

[1212] 有些时候说大圆满的修行很重要，觉得好像学了正行之后就能怎么样了。其实都是一样的，正行的确是重要，在所有修行当中是最直接的、最重要的，但是前面、后面的修行同样重要。有些时候甚至于说如果你把前面的修行做好了，正行的时候更容易得到加持，有些时候上师们会让我们重视前行，说其实前行比正行还要重要，原因就是这样的。那么到底是哪个重要呢？整体来讲都要修得比较好。正行部分是属于这个法的核心部分，直接相应的部分，但是如果前面没有准备好，这个相应和谁相应？是你的烦恼、分别念相应？还是说上师的本体相应？那就不一样了。你把前面修好之后，上师瑜伽和上师相应那就真正和上师相应。如果前面没有修好的话，那相应就是很困难的事情。这些问题我们要了解清楚。每个阶段的法都要认认真真的对待，都要重视，只有每个阶段都认真对待了，到了正行的时候，取悉地就顺理成章，该取的就取了，该得就得了。这个就是属于专心祈祷的部分。

[1213] 专心祈祷并修持因——四金刚的本体：

[1214] 这个四金刚的本体是谁呢？四金刚的本体就是指上师，上师就是四金刚的本体。对于这个四金刚的本体需要专心祈祷，一心一意的祈祷上师。“修持因”，所谓的因就是四金刚的本体，四金刚的本体就是上师，他是我们成就的因，是我们得到加持的因，所以我们要祈祷这个因，而且要修持这个因。

[1215] 专心祈祷的因、修持的因是什么呢？就是上师，上师是四金刚的本体，这样讲意思是一样的。因为我们要修持上师，作为得悉地的因，如果你好好的去祈祷了、修持了，这个因圆满了、具备了，加持这个果就可以获得。这个叫四金刚的本体。

[1216] 在后面的原文当中也要讲四金刚的本体，在上师讲记的下面脚注中也提到了，这个四金刚就是身金刚、语金刚、意金刚和智慧金刚。身语意无二无别就是智慧金刚的自性，也就是说金刚身、金刚语、金刚意，就是属于无二无别的金刚智慧、智慧金刚。金刚的意思就是不变化的，或者说是没有违缘的、没有违品的、不可摧毁的无为法的自性。这些属于四金刚的本体。

[1217] 这个四金刚的本体是什么呢？

[1218] 吉祥怙主殊胜上师是一切坛城主尊黑日嘎的本体，圆满具足灌顶。

[1219] “吉祥”有些地方翻译成具德，具有功德的，具德和吉祥有些时候是一个词，有些时候翻译成具德，有些时候翻译成吉祥。吉祥怙主，所有世间、出世间吉祥的自性、吉祥的怙主，或者说我们祈祷这个怙主就会获得吉祥，方方面面的吉祥都可以获得。

[1220] “吉祥怙主殊胜上师是一切坛城主尊”，坛城，其实一方面来讲，佛菩萨住的地方叫坛城，有些地方直接翻译成中围，即中间和周围，主尊在中围，四周是眷属围绕，这个叫中围，坛城或曼荼罗是这样的意思。在《光明藏论》当中专门有一品讲坛城，主尊在中央，四周就是他的眷属，眷属围绕主尊，这个叫坛城。

[1221] 坛城的主尊当然就是正中央的，叫做黑日嘎的本体。黑日嘎是梵语，大恩上师在讲记当中讲，黑日嘎的意思就是智慧法界无二无别。黑日嘎可以代表是一切万法的终极的自性，已经现前了殊胜的、智慧和法界无二无别的本体，一方面是属于这种境界状态，一方面也是这种境界状态具体体现出来的某一尊形象的佛或者菩萨，这就叫做黑日嘎。

[1222] 有些地方讲黑日嘎就是喝鲜血的饮血愤怒，就是有很多愤怒尊手上拿一个托巴，里面装满了鲜血，这样其实是代表消灭一切的贪欲等等，鲜血并不是平时我们讲的鲜血，在很多仪轨或者法义当中鲜血代表愚痴、贪欲、烦恼。饮血愤怒就把所有无明自性的烦恼等等彻底的享用，或彻底销毁的意思。他也叫饮血愤怒尊，饮血愤怒就是叫黑日嘎，他是主尊。

[1223] 主尊什么意思呢？一个坛城的主尊和眷属，很多地方讲主尊在中央，主尊周围围绕的是眷属。还有其他解读的方法：周围所有的眷属都是主尊幻化出来的，在坛城里面其他的圣尊和中央的主尊是无二无别的，他是主尊其他的眷属是他幻化出来的。

[1224] 坛城的主尊就是黑日嘎，因为在我们修上师瑜伽的时候，这个地方就相当于我们观修的一个坛城，上师是坛城的主尊，我们就在这个坛城这儿领受灌顶。以后学密乘讲《幻化网》的时候，要讲坛城，讲灌顶，讲誓言，这些都要一个一个讲。

[1225] 为什么要观坛城呢？因为后面我们要受四灌，其实也是在这个坛城里面去受灌顶。坛城就是清净的意思，我们也观想自己是清净的自性，所有的内外都是清净的本体，这样更容易相应于清净的法界，它从这个方面来进行安立的。

[1226] 这个坛城主尊黑日嘎的本体是圆满具足灌顶，他所有的灌顶都是圆满的，可以给我们赐予加持、赐予灌顶。要给别人灌顶他自己的灌顶是要圆满的、具备的，而且他自己不单是具有灌顶，而且具有灌顶的所有条件，所有的资格都是具备的。以上介绍了上师其实就是整个坛城的主尊，他是这样的自性。

[1227] 仅仅是耳闻目睹、忆念接触上师就足以播下解脱的种子。

[1228] 对于这样的坛城主尊的上师，“仅仅是耳闻”，耳闻就是听到他的名号，听到他的声音，“目睹”就是看到他的样子。当然有些时候我们看到的是画像，比如说以前的大德们，我们看不到他的相片，只能看他的唐卡、画像，有些在世时留下了照片，就可以看到他的照片。还有“忆念”，忆念当然就是在自己的脑海里面想他的样子，或者说观想祈祷，这些都属于忆念。“接触”，像摸顶就属于接触。

[1229] 耳闻目睹、忆念接触上师就足以播下解脱的种子，为什么可以这样呢？因为上师就是坛城的主尊，他就是法界智慧无二无别的自性，这个坛城主尊，他自己里里外外的整个自性，都是没有丝毫的障碍，所有的无明、我执、烦恼、业，乃至最细微的业的习气，都完全全清净了，所有该有的功德都具备了，他就是这样殊胜的一个本体。这样的本体如果你去忆念、接触，或者是耳闻目睹，肯定会种下解脱的种子。

[1230] 而且还是因为你有一定的福报善根，才可以遇到这样殊胜的自性，没一定的基础你没办法遇到。但是有一定的因缘遇到这样的上师，不等于就能够解脱，所以还要进一步的通过祈祷或者顶礼，尤其是念诵咒语的方式和他的本体进一步的去相应。他自己是殊胜的自性，我们自己再具备菩提心或者空性正见，以信心去祈祷的话，自己相续当中的障垢，就会由于祈祷上师的缘故越来越少，逐渐逐渐就消失了，相续当中的佛性逐渐逐渐会显露出来，他是具有这样自性的。

[1231] 上师是诸佛事业的唯一作者，以第四宝现身于世。

[1232] “上师是诸佛事业的唯一作者”，上师就是一切诸佛，现在过去未来一切诸佛的事业的唯一作者，所有佛陀的事业就是他在做，对我们来讲，尤其是这样的，所以说以第四宝现身于世。平时讲共同乘有三宝，有佛宝、法宝、僧宝，上师作为第四宝。为什么上师作为第四宝呢？因为我们能够直接依止的，听教言的，而且通过祈祷可以直接获得加持；或者从某些方面来讲，三宝自性是属于一个总体的皈依处，具体的体现就是一个上师，他是三宝的总集体，所以从这个侧面来讲叫做第四宝。



12 上师瑜伽(126-137)

[1233] 第四宝并不是在三宝以外，再单独立一个叫做第四宝，不是说他要闹独立，也不是说他要干什么，不是说三宝之外额外存在一个第四宝，其实这个第四宝就是三宝的总集。就好像前面身、语、意、智慧金刚一样，其实除了身语意的金刚之外还有一个吗？身语意无二无别就安立成智慧金刚的自性。有些时候法报化三身的总集安立成自性身，也有这样安立。

[1234] 佛法僧三宝的总集就叫上师，佛法僧三宝的自性，就在上师的自性当中完美的、圆满的具足。你能够依止上师，其实就是依止三宝，祈祷上师就是祈祷三宝。所以，依止上师、祈祷上师并不是说，从今之后我只是祈祷上师，从今以后我不再皈依三宝，三宝和我没关系了，这样理解就完全错误了，完全不是这个意思。其实上师就是三宝具体的体现，而且对我们修行者来讲，上师是三宝总集，又是佛宝、又是法宝、又是僧宝，那么如果平时再再祈祷上师、忆念上师、依止上师，其实就没有离开三宝，就是依止三宝、皈依三宝、祈祷三宝。如此对修行者相续当中的见解的圆满，或者修行圆满，其实有非常非常大的作用，所以上师属于第四宝。

[1235] 上师是离我们最近的，因为我们以前祈祷三宝，皈依三宝，相续当中也积累了大量的善根福德，到了某一世的时候，所有的善根和福德都会成熟，成熟的方式就是遇到一个具有三宝自性的殊胜上师善知识。所以我们如是去祈祷、依止的话，从这个方面来讲，上师和我们的因缘是最近的。所有的佛宝，比如说释迦牟尼佛入灭了，阿弥陀佛显现上面住在极乐世界，其他的佛陀我们现在没有福报见到。那么圣僧宝呢？这些圣僧、菩萨们我们也见不到。然后法宝呢？法宝——道谛和灭谛如何体现呢？道谛、灭谛我们也是没有办法缘，缘不到，有时候我们觉得经典就是法宝，但是经典是法宝的代表，它是一个体现而已，它不是真正的法宝。这个在《宝性论》当中有讲的。

[1236] 对于三宝自性能够比较具体化的，那就是通过上师的方式来呈现，他的相续当中具备道谛和灭谛，这是法宝的自性；然后他显现的身份，在我面前可以是僧宝的自性；他的相续安住在佛宝的自性当中。所以，我们如果了解之后，不但不是舍弃了三宝，而是离三宝更近了，是更加容易相应三宝的依止方式，是这样理解的，所以上师是以第四宝现身于世的。

[1237] 从我们自身的角度而言，上师开示一生一世能成熟解脱的深道，完全通过大悲加持、强力方便将自己安置在金刚持地，所以对自己的恩德胜过佛陀。

[1238] 从每个修行人自己的角度而言，上师恩德非常重。因为上师可以开示一生一世就能够成熟解脱的深道，比如说密乘，通过他的大悲的加持和强力的方便，就完全可以把我们在一生一世、很短的时间当中，安置在金刚持地。金刚持地就是佛地的意思，就可以成佛，所以说对我们来讲是恩德特别重。当然这个地方所讲的主要是针对最利根者，最利根的人在一生一世当中就可以完全在这个身份上面成佛。

[1239] 针对我们初学者来讲，恩德也是非常重，因为包括我们能够了知：有一种道叫做密乘道、有一种道叫做解脱道，这些其实都是来自于上师的恩德。如果没有上师给我们讲这些，我们都没办法了解的。怎么样修出离心、菩提心、空性、密乘的见解？通过我们自己的能力，完全没办法了解，即便你看了这些书都不知道这是怎么回事。所以在长期依止之后，我们就知道对这个法义应该是这样理解的，这样去修持，所以说上师对我们恩德非常重。

[1240] 上师教给我们怎么样去取舍因果，也就是说如果你想得到安乐，得到安乐的方法是什么？不要以错误的方法去追求安乐。如果你想离开痛苦，离开痛苦的方法是什么？如果我们没有依止上师，没有学习佛法的话，我们自己所欲和所行往往是背道而驰的，想要得到安乐却拼命造很多罪业，想要离开痛苦，不去造安乐的因，反而拼命去造受苦的因，这个就是自己所想的、所希望得到的和正在做的背道而驰。最后果报的成熟，就不是靠你的思想，你到底成熟什么因果，完全是看你的行为。每个人都不想受苦，如果你的行为在做受苦的因，虽然你不想受苦，最后的结果还是受苦的；虽然每个人都想得到安乐，但是你的行为没去做安乐的因，最后就得不到快乐。这一切的取舍之道，一般的凡夫、普通世间人没办法了解，因为这是很深的因果缘起之道。这也是来自于上师给我们讲的殊胜的道理。对我们来讲能够明白因果取舍，能够知道趣入解脱道的一些殊胜的直接方便，上师对我们恩德特别大。

[1241] 佛经论典摆在这儿，浩如烟海的佛经论典，你到底从哪一本开始学？从哪一本开始修？这个方面是非常困难的事情。上师会在所有的修法当中，告诉我们现在先修什么再修什么，他有一个非常直接的道路，接引我们好好修行，所以说对我们恩德的确是是非常非常大的，从对自己恩德的侧面来讲胜过佛陀。前面我们在讲依止上师善知识的时候，也是讲了殊胜的上师是功德等佛，而恩德胜佛，他的恩德比佛陀还要重。

[1242] 佛陀当然是佛法的发现者、宣讲者，也是弘扬者，但是因为佛陀已经入灭了，佛陀所讲的经典通过我们自己的智慧，没办法直接去了解，很有可能看到了佛陀的经典，反而产生很多的误读，没办法了解佛陀的密意。佛陀这句话的密意到底是什么？经书里面虽然讲得清清楚楚，但只有你依止上师学习了若干年之后，再去看佛陀经典当中的文字，才可以比较准确的理解；如果你没学习，这个经典的文字还是在这，但是你就没办法正确的去解读佛陀告诉我们的意思。这也是殊胜的上师善知识给我们开显佛经的意趣，我们才懂得佛陀讲的意思，才会有正确的观念、正确的修行方法。

[1243] 虽然你想修行，但是没有上师的指引，这么多浩如烟海的法义，自己是没办法的。在古代和现在这个时代，都有很多人声称自己有解脱道，声称可以帮助你，作为凡夫人怎么去辨别取舍呢？这是非常困难的。我们依止上师之后，上师会告诉和我们解脱有关的道，或者告诉我们怎么去辨别真实的道和假立的道。通过讲很多殊胜的正法正理，让我们树立起正确的见解，而且同时也告诉我们辨别正邪之道，把这种智慧交给我们。

[1244] 总之，不管是对初学者，或者对于修学一段时间的修行者，还是对于利根者来讲，上师的恩德都是非常非常大的，所以叫恩德胜佛。

[1245] 大恩上师在讲记当中引用《前行备忘录》，讲到了五种了知，上师强调这是很重要的，道友有空多去看五种了知。

[1246] 第一个，了知上师就是佛。当然了知上师是佛，前面讲必须要观察，不是说随随便便一个上师他就是佛，因为上师有很多种。有些上师可能就是给你皈依，引导你入佛门；有些可能跟你讲了一些因果取舍的教言，这个也是上师；有些可能给你讲菩提心、空性，这个也是上师；还有给你灌顶的也是上师。

[1247] 从上师自己方面来讲，也有凡夫的上师，有资粮道的上师、加行道的上师；有些是属于菩萨地的、有学道的上师；有些是属于佛地的上师。一般来说，这个世间上是佛陀的上师有没有？肯定有，但会不会到处都是呢？对我们来讲，不会到处都是，可能有些是属于佛陀一样的上师，有些不一定。那么我们到底怎么辨别呢？《前行》当中告诉我们一些辨别的标准、辨别的方法，让我们去辨别。

[1248] 有些人很善于伪装怎么办呢？所以就告诉我们观察时间要长，经常性去观察，对我们来讲会产生一些作用。这里所讲到的上师，不管是前面所讲到的是四金刚的本体也好，他是坛城主尊黑日嘎也好，他是属于耳闻目睹、忆念接触就可以播下解脱种子的自性也好，是诸佛事业的唯一作者也好，他是属于第四宝也好，他的恩德胜佛也好，这些上师都是指具有法相的上师，不是说只有上师名声的那种上师。

[1249] 对弟子来讲，需要很认真的去对待，上师一定要具有殊胜的法相，这是很重要很关键的问题。有些时候如果不辨别的话，你认为这是一个成就的上师，其实也不一定，他也许学习的时间长一点，也许对于法义稍为有一点了解，他可能会把修行的原理作一些解读，但是他是不是坛城主尊这样的上师？可能就不是，还差得远。如果我们搞不明白的话，在修法的过程当中也容易出现这样那样的问题。所以上师老人家在讲记当中也是再再讲，具有法相是非常重要的，一定要认真观察是否具有法相。

[1250] 当然有些时候，依止比较公认的上师也可以。比如说在整个雪域，法王如意宝是公认的，法王如意宝手下的一些大弟子们，他们的功德、智慧很明显，一直放在这，大家可以长时间去观察，这方面可以说是完全能够确定。至于其他一些师父是不是这样的坛城主尊呢？我们不敢说是、还是不是，反正可能是不多，我们很难去辨别。在这样的情况之下，我看上师老人家在讲记当中，都是再再的说法王如意宝是可靠的。当然法王如意宝的这些非常非常出色的大弟子们，我想肯定也是可靠的，其他的就不好说，不好讲。如果要祈祷的话，就像上师老人家讲的，不管怎么样你修法王如意宝的上师瑜伽，祈祷我们上师是可以的。当然不是说只有上师，还有其他的大德善知识。

[1251] 一般的上师，可能是稍微有一点名气，或能够讲几句法，这些是不是坛城主尊呢？不一定是。功德比较明显的善知识，比如上师老人家他很长时间一直这样讲法，一直都在公众面前，他的事业、悲心大家都看得到，所以说是非常可靠的，其他的也不好说，如果是公认的大德，肯定是比较可靠的，其他的就不一定。当然名气大的不一定是可靠的，但是像大恩上师仁波切，还有法王如意宝的这些弟子们，像慈诚罗珠堪布，还有依止过的龙多活佛、丹增活佛，这些都是非常非常可靠的上师。其他的是、还是不是我们也不好说。



12 上师瑜伽(126-137)

[1252] 如果我们要祈祷一个上师，他必须是具有殊胜的功德。如果说这个师父本性是如来藏，那你的本性也是如来藏，你的本性也是智慧、法界无二无别的黑日嘎，从这个侧面讲的话就没有什么差别了。但是上师瑜伽要祈祷的这个上师，不是说仅有如来藏的，否则你自己祈祷你自己好了，你的本性也是具有佛性的，他是已经明显的、这个里面所讲的是已经开发出来的功德，如前面所讲的，烦恼障、所知障，所有的障碍都已经消尽了，他的功德已经现前了。如果我们向他祈祷的话，那就是上师瑜伽真正的正行，其他的就不好说。

[1253] 这里面讲，第一个要知道上师是佛陀，这是非常重要的。当然了知这个有些时候也跟修行者自己的福报有关系，如果自己的善根福报比较深厚的话，他就能遇到一位真正的佛陀。如果善根因缘不够的话，他可能把一个相似的上师认定为佛陀，然后拼命地去祈祷，这个上师一点也不知道，这样的情况也有。和修行者自己的福报善根有一定的因缘。这个是为了知上师是佛陀的自性，这是很关键的一点，要认真观察，或者依止比较公认的大德是比较保险的。

[1254] 第二个，上师的所作所为都是佛陀的事业。不管是什么样的所作所为，他的身语意做什么事情、说什么话，都是佛陀的事业，这个前提是他是佛陀，他的事业才是佛陀的事业，他所作所为才是佛陀的事业。如果他自己是一个具惑的凡夫，你说他的所作所为是佛陀的事业那就很难安立了，安立也很勉强。当然这里讲的是对自己所依止的真实的具有法相的根本上师，第一个知道他是真正的佛陀，他没有丝毫的过患，第二个他所作所为都是佛陀的事业，都是调化众生的事业。

[1255] 第三个，要了知上师的恩德要胜佛。就是前面讲的，了知上师的恩德是胜过佛陀，功德是等佛。因为他给我们开显取舍之道。我们在没有学习佛法之前，自相续当中可以说在佛法方面是白纸一张，在世间法上方面是黑黑的、满满的记录。但是依止上师学习之后，佛法的白纸上面就开始逐渐逐渐有了功德了，了知了取舍之道，慢慢有了一点出离心的、菩提心的影子，大概知道了一些空性的见解、密乘的观点，密乘的殊胜的见解等净无二也逐渐逐渐了解了。

[1256] 然后我们佛法的“白纸”上面就开始丰富多彩了，就有了很多有关修行的东西，世间“黑纸”上的东西通过修行佛法变淡了，以前纯黑的现在可能淡了些，变灰了，通过我们的修行逐渐逐渐在褪掉，佛法上面的功德越来越明显，相续当中的恶业、世间的东西越来越少。这些都是通过上师的教诲，和学习上师传承的教法，在我们相续当中逐渐生起的功德。

[1257] 有时我们反观自己在学习佛法之前的状态是怎么样的？相续当中该有的很多功德一点都没有。依止上师的时间越来越长之后，对于修行的原理、要点，逐渐地从无到有，而且越来越明显了，越来越能够抓得住。对于修行者来讲最主要的是什么？对于大乘修行者来讲最主要的是什么？对于密乘的弟子来讲最主要的是什么？这些在自己相续当中越来越清晰了，疑惑越来越少，越来越确定，很多定解逐渐地产生，这些都是来自于上师的恩德。如果没有上师教诲的话，凭自我造臆是根本没有办法了解的。越思维，越容易对上师给予我们的恩德产生感恩之心。所以从恩德方面来讲，上师的恩德胜佛。

[1258] 当然，对于上师恩德胜佛这一点，如果自己对佛法的领悟越深，感觉就会越强烈。就像有些真正的上师们，他们通过上师的恩德证悟了心性，这种感恩是更加地明显。对上师的感恩之心，也会因自己相续当中对佛法的认知，或者得到受用程度的深浅而有很多差别。

[1259] 第四个，了知上师是所有皈依处的总集。上师是三宝的总集，还是三根本的总集，有时说是三世诸佛的总集，不管怎么样，上师就是皈依处的本体。

[1260] 第五个，了知如果依靠具有殊胜功德的上师，仅凭祈祷或者修持上师，完全不依靠其他道就可以证悟实相。因为这里面包含了所有修法的要点，上师既是本尊也是空行，所有的都已经具备了，只要修持上师瑜伽，就完完全全可以成就解脱之道。

[1261] 当然了知这个也需要强大的智慧和很多因素来支撑。有些刚刚学习佛法，或者学习时间不长的人，他会想：“我现在是不是只祈祷上师就够了？其他佛法就不学了，连理论都不学，所有的本尊法也不学了，然后念咒语也不念了，加行也不修了，我就修上师怎么样呢？”我们要分清楚这个问题，对于只是凭上师瑜伽修法就可以证悟，要了知在这个当中需要很多很多的因素。比如菩提心，或其他的法义等都已经了知之后，再在这个高度上面就比较容易安立。初学者就很困难，因为初学者相续当中什么都欠缺，对很多法义的了解也欠缺，虽然从某一个方面来讲，自己学到了一点点，但这样就认为五种了知的最后一个和我很相应，我觉得这样挺好——这个相应有时深浅的程度不一样，也许你觉得相应，但实际上，该具备的很多条件你都不具备，所以你修了一段时间，祈祷一段时间之后可能就修不下去了，因为各方面的因缘不具备，没有很多东西支持你的条件。很多条件不具备，单单是祈祷上师，修上师瑜伽就可以证悟，这个对初学者来讲可能还不行。

[1262] 但是有没有这一点呢？有这一点，但是这一点必须要安立在什么高度上面，怎么样的情况之下？必须要分清楚。别人能做的不一定你就能做。我们要针对自己的情况去分析，比如说，五加行需不需要修？当然需要修，很多的论典需不需要学？需要学。很多的见解，还有很多的资粮，我们要生起来，如果你这些都不修，就修上师瑜伽，相续当中该有的见解没有，该有的福德也没有，这个时候你一方面祈祷上师修上师瑜伽，一方面相续当中很多的障碍、违品、习气也在伺机而动，对不对？如果你修上师瑜伽，在没有得到加持，没有得到相应之前，这些东西翻起来了，你拿什么去压制它们呢？拿什么去对治它们？你就没有办法去对治。因此说很有可能你修一段时间就出现修不下去的情况，你就会生邪见，就会退失，就会想：为什么我这么精进地祈祷，我啥法都放下了就祈祷你，你还不给我加持？还让我出现这样的问题？他就开始说东说西，想东想西了，这种情况非常可能。这个修法是很殊胜的，但在达到之前你必须要做大量的准备，后面就简单了。

[1263] 如果你想最后躺在床上挣钱，前面就必须要做好多的工作，支持你的标准。你啥都不做，你的下面很多人仍在运作，这样你可以睡到十点钟再起床，那边你的账户还在不断地进钱，这个是可以的，但不是每个人都可以的。如果前期没有做大量的准备，你就想“他可以我也可以”，那是不行的，他可以有条件的。同样的道理，修法也是一样的。别人修这个法就行了，因为他相续当中已经有这个资本了，他所有的因缘都成熟了，该有的定解也很深，他的信心是高质量的信心，所有的条件福报他都有，他也通过大量百字明等等的修行，相续当中的障碍也很轻，所以在这样的情况之下，他单单修这个法就很容易相应。如果是一般的人就不行了，他驾驭不了，没办法，因为太多太多的因素他都不具备。所以这个时候该学的还要多学，集资净障必须要做好准备，到了一定的高度、一定阶段的时候，就知道现在修学的重点，有上师瑜伽的修法就可以，他是非常自信的。所以有很多地差别。

[1264] 这五个了知需要大量的见解、智慧、福德支撑，才会对我们有用，对刚刚学习佛法的人来讲，不一定马上就可以起作用的，逐渐要达到这样的标准。现在我们要通过方方面面知道这五种了知，而且也会知道第五个了知，最后也明白只需要上师瑜伽，不依靠其他法也可以完全证悟实相的，有这样的法。为了达到这个目标，我一定要精进，现在我要认真真地去做准备，准备好以后，什么都不管也可以轻松赚钱，要达到这个标准。所以我们要知道有这种方式，前期要做很多的准备，该闻思该修行的都要去认真闻思修行。

[1265] 如果从功德的侧面来衡量，那真可谓密意广大如虚空，智慧无量如大海，悲心猛烈如湍流，自性坚固如山王，视众平等如父母，每份功德不可测。

[1266] 上师的功德等佛，恩德胜佛。如果从功德的侧面来衡量，上师的功德归纳起来，大概可以从几个方面来归纳。前面在讲依止善知识的那一品，也讲了大量上师的功德，可以去看看前面的内容。

[1267] “密意广大如虚空”，上师的密意是非常广大的。我们在依止上师的时候，他有时说一句话或做一件事情，密意都是非常广大的，除了他明显地讲到，或行为表现出来的，语言所表达的意义之外，还有很多层次的密意。可能从表面上看不出来，但是里面包含的意义叫密意，一层一层分析的时候，有很多不同的层次，我们就知道上师的密意没有办法去衡量，很难衡量上师广大的密意，犹如虚空一样的。

[1268] 作为一个弟子来讲，虽然没有办法完全去了解，但是对总的上师密意如虚空这一点我们要生起信心。当我们理解不了的时候，要知道上师的密意并不是说表面上能解读的，平常在世间上我们尚且没有办法通过一个人的行为、语言就下个结论，说他就是什么人，都做不到，何况真实的具有证悟、具有大悲的殊胜上师呢？他在说话、做事情的时候，我们怎么可能了知他就是这样或那样的呢？是很难了解的。这个时候我们要生起信心，要观清净心，安住在清净的意乐当中。凡夫人很容易产生很多的邪见，就是因为理解不了上师为什么要这样做，之后心里面就产生很多的想法，招致自己远离正道，远离上师，生起了怀疑。自己在祈祷、修行时候可能都不会继续专心，导致质量不高，对自己生起证悟是一种障碍。所以了知上师的密意广大如虚空也是很重要的一个功德。



[1269] “智慧无量如大海”，上师的智慧如大海一样，无量无边，深不可测。“悲心猛烈如湍流”，悲心非常地强烈，犹如湍急的河流一样。河流非常湍急，不会停息，上师的悲心是对所有众生的悲心，非常非常地强烈。有时上师对我们表现的可能是比较冷漠，有时可能也不搭理你，是怎么样的都有可能。但是作为一个弟子来讲，我们要了解，上师虽然表面是这样的，但是他内心当中大悲心非常地强烈。因为前面我们讲过，以我们为例，我们自己进入大乘的时候，最早接触到的教育就是大悲，要对一切众生起大悲心，之后所有的教育，所有的重点，都是围绕着重大的核心展开的。在这个过程中，他的大悲心越来越明显，上面的染污、阻碍等不清净的部分越来越少，最后大悲心特别地纯净，非常地强烈，他不可能看到众生的痛苦不去救度，或者说他不可能对众生有此有彼地分别：这个众生我度化，那个众生我不管，这是没有的，所有的众生他都是一视同仁的，大悲心非常地强烈。

[1270] 在这个过程中，只不过每个众生自己的根基不一样。对于有些人来讲可能用这种方式可以调化，对有些人可能用那种方式调化，这个我们自己是不知道的，他知道这几千个上万个或几百个的弟子，每个人的根基是不一样的，他调化的时候就不可能用齐刷刷的方式来做。如果一百个病人只开一种药，那就是庸医了，没有什么本事了。这么多病人，病情都不一样，你给他开同样的药，这倒是省事，但是不可能救治所有的病人。所以他肯定针对不同的病人开不同的药，他的表现、他的药方都是不一样的。不能说：给他开人参，那我也要吃人参，为什么我的药那么差？他的药那么高级呢？他是需要那个药，而你的病需要这个药。上师善知识在调化众生时也是一样的，针对不同的人他会有不同的调化方式。对有些人可能讲这个法，有些人就讲那种法；对这类人这种示现，那类人就那种示现。

[1271] 我们要相信，他的悲心是没有偏袒的，很强烈。他之所以对有些人笑嘻嘻的，对我又这样地冷若冰霜…，这是他调伏众生的方便而已，适合别人的不一定适合我。所以如果我们有了这种基本的认知，一方面就不会产生很多的分别念，一方面也会生起更深的信心。就知道上师有这种能力，针对不同的病开不同的药；不同的烦恼、不同的根基然后给你不同的调化。这个谁能做到呢？一般的人是做不到的。了解这一点之后，就会更加对上师、对佛陀产生清净的、殊胜的信心。这是悲心很强烈，犹如湍流一样。

[1272] “自性坚固如山王”，他的自性很稳固，犹如须弥山王一样不可动摇。他的证悟也是很坚固的，他的利益众生的事业，显现上面在世间的性情、品德都是非常坚固的，毫不动摇，不会受到其他的干扰就停止了，他是不会的。大恩上师仁波切也是这样的，不管外面出现什么事情，反正他就是不会动摇的，他要做的事情肯定会做。不是遇到一些障碍、违缘，有人诽谤等等，他就会停止，不会的。这个也是我们大家都看得到的事情。

[1273] 真实的上师善知识，他们都具有殊胜的功德。这些功德有些我们可以看得到，有些是看不到的。比如说密意很大，智慧无量，悲心强烈，这些从他们的事业、他们的身语上面可以大概表现出来，而且这个表现不是装的，装一时不能装一世。他们是恒常这样体现的，我们可以确定他们绝对不是假装的，内心当中真正有这个功德才会恒时表现出来，如果内心当中没有这个功德就没办法体现。

[1274] “视众平等如父母”，这个和前面的悲心猛烈有相似的地方，前面主要是悲心，救苦的方面多一点，这里讲的是视众平等。所有的众生没有亲疏的偏袒，他都是一视同仁地对待，把众生看成父母一样。视众平等的意义，我们前面解读了。既然你把众生都看成平等了，那为什么显现上有不一样地对待呢？上师在显现上有不同的对待，对这一类人很好，对那一类人不好，那么这个是不是代表他不平等呢？视众平等主要是从他的内心，他自己的状态、境界上面来讲，他的的确对所有的众生都是平等对待的。但是因为每个人的情况不同，全部要平等对待的话就不行。就像一家人，父母有五个孩子，五个孩子的情况不同，喜好不一样，父母对五个孩子可能都是平等的，都是爱的，但如果是一个有智慧的父母，他在显现上就不可能全部平等，他要去观察每个孩子的优点是什么，缺点是什么，他必须要在自己的语言和行为上进行调整。如果平等的话，有可能适合这个孩子，但就伤害另外一个。行为上面完全平等对孩子来讲可能就不合适，所以他内心是平等的，显现上面可能不完全是模一样的。不可能一模一样，因为众生的根基参差不齐，不可能用一种方法去面对。

[1275] 像我们这些凡夫人没有智慧，有时就体会不到，理解不了这么深，就通过外在的行为判断上师对我们不平等，上师有偏袒心。为什么有偏袒心呢？他对这个众生是那样的，对我是这样的，我们就觉得这个是偏袒。所以我们要了解，这个不是有偏袒，他的内心对所有的众生都是平等的，平等的慈悲和平等的爱，平等去利益的。除了这个平等之外，他还有一种能力，就是不同的众生给予不同的方式，这个是他的善巧方便。如果完全不分别的话，有些时候对这类众生有利了，对其他众生也许就有害，是这样的意思。

[1276] “每份功德不可测”，依止的时间越长我们看到的功德就越明显。假的上师刚开始的时候什么功德都是圆满的，时间越长功德就越短越少，最后就彻底露馅。真正的上师，刚开始的时候可能显得很平常、很平淡，但是依止的时间越来越长的话，所有的优点、功德就越来越清楚。不管怎么去观察怎么去分别，他都是这样的，不会变化的。这就要求我们一方面要懂得观察，一方面时间要长。时间长了，就能发现真实的具有法相的上师善知识的的确确是有与众不同的地方，平凡的地方显示他不平凡的功德。我们的大恩上师仁波切就是这样的，他自己从来不说自己具有什么功德，但是依止的时间越来越长的话，很多很多的功德观察起来就越来越明显，很清晰、很明显。不管你通过哪个标准去衡量，他都是这样的，都真正具备殊胜的菩萨的法相，或者说佛的法相，具备标准上师善知识的法相。真实的上师一定具有这种功德的。

[1277] 单单依靠祈祷上师也可以在无勤当中获得梦寐以求的一切悉地。

[1278] 和前面讲到的第五种了知一样，单单依靠祈祷上师也可以在无勤当中获得梦寐以求的一切悉地，“无勤当中”就是不需要很多的勤作。对于这类修行人来讲，一方面上师具有这样的功德，他可以加持弟子获得一切悉地，他是有这个能力的，一方面对我们来讲，到底是有勤还是无勤呢？我们需要去准备，要把自己的相续调整、拔高到一个能够被无勤加持就证悟的高度。上师具有这样的能力，但是对我们来讲，我们也需要积极配合上师的教化。为什么说你要依教奉行？有时说你要配合？上师虽然具有这样的功德，但是你不配合是没有用的。老师是特级教师，是最优秀的教师，但是家长不配合，学生也不配合，他再优秀对你也没有办法。上师也是这样的，他是最优秀的老师了，他的相续当中所有的名利思想，这些烦恼都没有，而且所有的功德都是齐全的，他是最优秀的老师，外在的上师已经圆满了，你在这个上师面前能够得到多大的利益，很大的程度上是取决于你自己多大程度的配合。你如果把自己的相续拔高到一定的程度之后，你就可以直接领会到这些不可思议的、与众不同的殊胜加持。

[1279] 为什么说一定要打好基础，一定要把前行修好？打好了基础了，你准备好了之后，赐予加持源泉的这个加持者——上师，他就可以让你无勤获得悉地，他是有这个能力的。但是你能不能够获得，还要看你准备的情况，你准备好了吗？你准备的情况是怎么样的？如果你准备好了，这一切就可以发生了，如果你没准备好，可能还要继续努力去准备。

[1280] 也许有人说：“我都准备好了还需要你干什么？”这是不一样的。你虽然具备了很多的条件、因素，但是没有办法把它们整合在一起，让它们发挥出效果来，这个时候就需要上师的加持，一下子让你所有的善根全部成熟。否则通过你自己的能力是不行的，也就是说，如果以你自己的能力走下去，可能还要若干劫，但是，如果是上师来帮你，马上就可以了。就好像你把所有做菜的条件、食材都准备好了，都是最好的，但是能不能做一个好菜，还要看你的厨师。如果你的厨师很优秀，一下子就可以把所有的菜、调料等整合到最佳状态，然后美味就出来了。但是如果没有厨师，怎么办呢？一堆材料就是一堆材料而已。所以说我都准备好了，需要你干什么？那是不一样的。虽然我们准备好了，但是要把这些东西转变成证悟，还必须要有上师的强力加持。我们要把自己拔高到一定的程度，把该准备的因素准备好，这个时候再强烈祈祷上师就可以很快地发生证悟。

[1281] 心里意念：我依止上师如意宝您，希求您的果位，唯一修持您。

[1282] 心里面要这样忆念：我依止上师如意宝您。上师就像如意宝一样，如意宝也不是随便喊的，有些修行者随随便便把一个师父叫如意宝。如意宝一定要有如意宝的法相，一般的怎么叫着如意宝呢？！你把一块鹅卵石写上如意宝三个字，它还是一块鹅卵石，它不会变成如意宝的。如意宝要真正具有如意宝的法相。法王如意宝不是随便喊的，他一定是具有这样殊胜的功德。上师是如意宝，他可以赐予你世间和出世间一切的悉地，他有能力，祈不祈祷是你的事情，他本身具备这个功德，具备赐予一切众生悉地的能力。

[1283] 如意宝有这个能力，但是你不能说：你有这个能力，为什么我们还这样的？有这个能力是他的事情，他是具有这个能力，你要让他发挥作用，你必须要去你该做的事情。什么事情呢？擦拭、斋戒，把它供在很高的地方，你还要去祈祷，这个是你该做的。这些都具备之后，它才可以赐予你一切的所欲。上师是如意宝，他是有这个能力的，但是你能不能够通过祈祷获得，要看你的信心，还要看你相续当中具备什么样的条件。



- [1284] “我们依止上师如意宝您，希求您的果位，唯一修持您”，就像前面我们讲的一样，因为上师是三宝总集，所以修持您就是修持三宝。我们在理解“修持您”的时候，好像把三宝不要了，不祈祷释迦牟尼佛了，或者不再依止其他的了，不是这个意思。“唯一修持您”，因为上师是三宝总集，三根本的总集，包含了整个三宝三根本，所有的坛城都在里面了，所以说唯一依止您，唯一皈依您，里面所有三宝的自性都有，我们不要误解了这个意思。
- [1285] 满怀感恩戴德之心，禁不住泪流满面。
- [1286] 因为对上师的信心和感恩的心特别强烈，在忆念的时候就禁不住泪流满面，开始祈祷。
- [1287] 一开始修持悉地时念诵下文：
- [1288] 这里有两段祈祷文，分别是在不同的阶段念的。一开始的时候首先念这一段，就是把前面积资净障的七支一直到回向修完之后，紧接着念这个祈祷文。前面这段内容是观想的内容，念的时候我们可以直接念下来。
- [1289] 记尊革热仁波切 至尊莲花生大士
- [1290] 切纳桑吉踏加戒 您乃一切诸佛陀
- [1291] 特记辛辣得波花 大悲加持总集尊
- [1292] 思坚拥戒滚戒簪 有情唯一之怙主
- [1293] 利荡龙秀漏酿张 自身受用识心胸
- [1294] 斗巴美巴切拉簪 毫无迟疑供养您
- [1295] 的内向切玛透瓦 自此未获菩提间
- [1296] 戒德累逆透漫根 善恶苦乐贵贱等
- [1297] 记尊亲波班炯亲 至尊莲师悉皆知
- [1298] “至尊莲花生大士”，这个地方，外表形象是莲花生大士，本体是自己的根本上师。
- [1299] “您乃一切诸佛陀，大悲加持总集尊”，上师您是所有佛陀大悲加持的总集，是一切总集的尊者。
- [1300] “有情唯一之依怙”，所有众生的唯一依怙就是上师您。唯一的依怙，我们说三宝、三根本就是唯一的依怙，只不过我们把三宝、三根本总集在一个上面去祈祷，这个对众生来讲很方便修持。否则我祈祷三宝的时候，先在释迦牟尼佛佛像前祈祷，然后在大藏经前祈祷，再然后在僧众面前祈祷，这个也不是说不可以，但是总集在一起，你就不需要单独地去祈祷了，上师就已经包含三宝的自性了。所以，有情唯一的依怙，除了三宝除了上师之外，没有其他的依止处。
- [1301] “自身受用识心胸，毫无迟疑供养您”，把自己的身体还有自己的受用，识是心识，心胸就是相当于把自己的心脏拿出来供养一样，没有什么保留的，连自己的心脏以上都供养了，里里外外的、自己所有的、平时最珍惜的最宝贵的东西毫无迟疑地全部供养您。
- [1302] “自此未获菩提间，善恶苦乐贵贱等，至尊莲师悉皆知”，从现在乃至于没获得成佛，没有获得菩提之间，善恶苦乐贵贱。即从现在开始到成佛之间，对有些人来讲还有几十年，有些可能还有几世，有些可能还要在轮回当中不断地去投生，一边投生一边依止上师继续修持，不管怎么样，从现在乃至于成佛之间，在整个流转的过程当中，不管是善也好，恶也好；是痛苦也好，快乐也好；还是变成贵族也好，还是贫贱者也好，等等。无论如何，“至尊莲师悉皆知”，至尊莲花生大士，至尊的上师您都加持、都知道，如果您觉得我生起善心好，修善法好，你就加持我，如果您觉得恶好那么就加持我。意思就是说我没有什么想法，一切都拜托您，全部依靠您，就是全然的信任，没有自己的思想，没有自己的想法。
- [1303] 在比较高级修法的时候，你如果还要辨别、分别：我一定要避免不能被洗脑了，你这里面是不是在洗脑？啥都不想了？避免被洗脑是在前面，佛法当中有很多要辨别的，这是我们在前面要做的。这个已经到了比较关键的时候，是比较高级的修法阶段了，这个时候我们已经完全确定了皈依境。殊胜的上师是没有欺惑的自性，是所有功德圆满的自体，已经非常地确认了，所以这个时候不需要再有其他很多的分别念了。就是什么都不想，就是您觉得我善或者我恶，或者您觉得我该转生一个富贵的人还是贫贱的人，是苦还是乐，反正我不管，你觉得怎么样都行。就是说把自己所有的思想、想法都放下来，在这样状态当中去祈祷最容易获得加持。
- [1304] 为什么呢？因为自己很多的想法就是一道道的防御，我要这样，我要那样。这些防御措施，对修行人来讲就是一道一道的坎，一道一道的障碍，这么多的思想挡在这儿，加持怎么进来呢？当你把所有的属于自己的思想全都放下之后，什么都不想了，全部交给上师的时候，这种状态就是一种开放的状态了，在开放的状态下就可以和上师的状态相应，上师的加持就很容易进来。
- [1305] 现在我们要做到这一点不容易。我们还有很多怀疑、分别念，还有很多的思想，还给自己留了好多的后路，留了很多的后门和保险。我们有很多东西，有这些东西怎么办呢？需要不断地去学习，不断地了解佛法的意义，了解空性，了解完之后我们就知道，执著这些东西没有用，这个都是客尘，是分别念，是相应于轮回的，它对解脱轮回没啥意义。当相续达到这个高度的时候，就会发自内心地祈祷，不管是苦是乐，不管是善是恶，不管是贵是贱，反正上师或者莲花生大士，您觉得我是哪一种我就是那一种，我没有任何自己的想法，所有的我执、想法都没有。这个时候，就相当于把所有的障碍拆了，把所有的坎都拆掉了，不要防护措施了。
- [1306] 为什么要防护呢？因为他对这个对境不确定是安全的，不确定安全就自动加很多的防护。就像密码，密码是什么？你必须解密才能进来，有很多防护措施。但是现在不需要了，他对这个全然信任，完全地信任。尤其知道他就是我们本性的时候，我们还需要加啥密码呢？还需要加什么防护措施呢？完全不必要的。他的修行到了那个阶段的时候，就发自内心地觉得不需要这些障碍了，不需要这些分别念了，他就把所有的东西，加的这些防护栏全部去掉。当他去掉的时候，在这种状态当中去祈祷，他的心是开放的，开放的状态就很容易得到上师的加持。否则你没办法。
- [1307] 所以说，之前的准备工作很重要，为什么要学空性呢？为什么要学他空见、如来藏？如来藏上面的客尘是怎么回事？这些方面在真正究竟的修行当中都可以体现出来。不管怎么样，反正没有自己任何的思想，没有自己的想法，全然交给上师。
- [1308] “至尊莲师悉皆知”，“悉皆知”，就是您了解或者您来安排，赐予加持的意思。这样的话自己完完全全没有任何的分别念或者防范措施。如果他沒有觉得不安全，为什么要加防盗门？一道门、两道门，加很多防盗门，就是认为不安全，感觉受到了威胁。我们有时在佛、善知识的面前，也加了很多很多道防护措施，其实这也没必要。
- [1309] 我们看到这个教言也不要着急，一下子就把所有的防护措施都去掉了，如果还没到达那个高度，勉强去掉也是没有必要的，这要自动去掉，当你了解了之后，修行到了一定阶段的时候，就会自动觉得这个没有必要，那时候才会有效果。如果很冒进，有时也会后悔。因为还没到达那种阶段，你还没有准备好的时候，不要过于着急了，所以应该认真准备的就去准备，准备好了之后，总有一天会发生这样的事情。
- [1310] 要通过虔诚祈祷来打动他的心，唯一就是精勤念诵莲师心咒：
- [1311] 如果要通过虔诚祈祷打动上师的心，唯一的就精勤念诵莲师心咒。因为我们修的是上师瑜伽，所以莲师心咒在这里就是上师的心咒。我们不要想现在在修上师瑜伽，念的却是莲师心咒，觉得是不是不对啊？这不是不对。因为莲师的形象是上师的自体显现出来的，所以莲师心咒在这儿就是上师心咒。
- [1312] 喻啊吽 班则格热班玛斯德吽
- [1313] 这是莲花生大士的心咒，也是上师的心咒。不管你的上师是法王如意宝或者大恩上师，都可以通过莲师心咒作为他们的心咒来祈祷，就像前面那样，在完全开放的状态当中，通过很强的信心，以完全开放的心态，一心一意的祈祷，就可以打动上师的心，打动上师的心就是获得加持的一个因素。
- [1314] 这就开始念诵莲师心咒，上师瑜伽的正行就是祈祷和念诵莲师心咒，莲师心咒其实就是代表莲师本身，有些地方讲，因为真实的本尊莲花生大士，凡夫人没办法见到，而佛像和真实的莲师本身还是有一定的差别。那么对我们来讲，怎么样和真实的莲花生大士等的本尊相应呢？就是他们所加持的咒语，咒语是我们眼睛能够看到，耳朵能够听到，嘴巴能够念诵，心里能够忆念。而且咒语和一般的文字不一样，佛菩萨把自己的本性化现成咒语的样子，



它是完全代表了本尊本人，通过念咒相当于就是和本尊直接沟通了。虽然我们做不到直接缘他听法，但是这个咒语是他加持出来的，相当于他的本身就显现成这样的。

[1315] 有时佛号和咒语不同，咒语是代表他本人的，就是说通过自己的加持显现成了咒语的样子，所以念咒语就相当于和本尊直接交流，和他一模一样没有差别。有些人问佛号和咒语到底有没有差别呢？虽然可以说没有差别，但是从咒语本身来讲，具有自己不共的作用。在《光明藏论》当中，最后讲密咒的时候，会讲非常殊胜的这类内容。

[1316] 这个地方的咒语就是上师本人，真正的上师就是通过咒语来表示的。你和他相应的话，他的功德、大悲、智慧和所有的加持力都在里面。如果你一心一意的念，会直接和真实的上师相应，相应的方式就是这样的。就是念诵上师的心咒，即念诵莲花生大士的心咒。

[1317] 每当念一百遍时，中间又像前面一样念诵“至尊莲花生大士……”。

[1318] 念诵的方式是这样的。每当我们念莲花生大士的心咒一百遍，就念一遍下面的祈祷文：至尊莲花生大士，您乃一切诸佛陀，……至尊莲师悉皆知。一百遍心咒加一遍祈祷，然后一百遍心咒又加一遍祈祷，就这样的轮番念诵。前面我们讲开始修持悉地的时候念诵下文，所以总是一百遍加一个祈祷，一百遍加一个祈祷，就是通过这样的模式。

[1319] 当莲师心咒念诵到一半的时候，再祈求悉地之际，每念一百遍莲师心咒中间念诵下文：

[1320] 这里就要调整了，怎么调整呢？当莲师心咒念诵到一半的时候，一半的意思上师在讲记当中也讲了，所谓的一半有两种解读，一种是莲师心咒念诵了一半。比如按照大圆满前行的标准，莲花生大士心咒需要念一千万遍，现在可能是最低标准念十万遍。

[1321] 不管是念一千万遍，还是念十万遍，反正念到一半的时候，比如说念一千万心咒，你念了五百万的时候，祈祷文都是前面这个，就是一百遍心咒念诵前面的祈祷文。在念诵五百万遍之前的所有程序都是这样做，然后念到一半的时候，开始念剩下的五百万的时候，每一百万莲师心咒就改成念诵下面的祈祷文。

[1322] 在念诵五百万的时候念诵前面的，念完五百万之后念后面的，叫做念诵一半的时候。再祈求悉地之时，每念一百遍莲师心咒中间念诵下文，就是说一百遍和一百遍之间加了一个祈祷文。

[1323] 还有另一种解读，比如说今天你要念一千遍莲师心咒，可以把今天的任务分成两部分，五百遍是一部分，什么是念诵一半的时候呢？比如今天我念一千，当我念前五百遍的时候，就念前面的祈祷文，然后再念后五百遍的时候，再念后面的祈祷文。两种方法都可以。念诵莲师心咒中间再加上祈祷文的念诵方式，仅限于大圆满前行的仪轨。如果你用的是《开显解脱道》，就不需要加。

[1324] 有些道友问，有些地方说的是好像必须要按照这个标准来，否则就不算数，那不一定。这是大圆满前行的仪轨，要求你念诵的时候，前面念祈祷文，后面念祈祷文，这是需要加的。如果是《开显解脱道》的仪轨，没有这个要求，直接念下去之后，开始念后行四灌顶，然后就结束了，并没有要求加前后的祈祷文，所以要看我们用的是哪个仪轨。如果你的时间富裕比较富裕，选这个也挺好的。选前面的，在念莲师心咒前后，都有一个祈祷文，一边念咒一边祈祷。念诵的时候，念咒语长了就散了，你念一百遍之后，马上祈祷一次莲师的加持，忆念一次，又开始念这个咒语。这就容易把你的心总是摄在祈祷得加持上面，这方面有优势和必要性。因为念诵祈祷文也需要时间，如果你的时间不够，在念诵祈祷文期间可以念几十遍咒语了，所以如果一天老是这样念的话，可能会花不少时间，如果时间不够，可以念《开显解脱道》，没有这个要求，一直念咒语，前面、中间不需要加祈祷文，然后念完之后就回向了，相对来讲比较简略。到底选比较广的，还是选比较略的？大恩上师在讲记当中说看自己，没有硬性要求，修广的也行，修略的也行。

[1325] 下面的祈祷文怎么样的呢？

[1326] 大拉瑞萨烟那美 我无其余指望处

[1327] 达得地安涅莫昼 如今恶世浊时众

[1328] 莫奏德爱大德香 沉溺难忍苦沼中

[1329] 的累救谢玛哈革热 愿救此苦大师尊

[1330] “我无其余指望处”，就是说在祈祷莲花生大师的时候，我没有其他指望的地方，就是莲花生大师，除了您之外，没有其他的指望处。我不指望土地神，也不指望其他人帮助我，我就是指望三宝自性的上师您来救度我，没有其他的指望处。

[1331] “如今恶世浊时众，沉溺难忍苦沼中”，现在是五浊恶世，浊时众生沉迷在难忍的苦沼当中，“苦沼”就是种种痛苦的沼泽。世间的沼泽就是非常让人痛苦的地方，陷于沼泽当中是非常痛苦的。整个三界轮回就像痛苦的沼泽一样，众生因为没有能力超越，无法从里面出来，只能沉迷在难忍的苦沼当中感受痛苦。

[1332] “愿救此苦大师尊”，祈愿上师莲花生大师您救度此苦，“大师尊”就是大导师尊者。

[1333] 旺月革戒辛辣坚 赐四灌顶加持尊

[1334] 斗巴布戒特记坚 赐予证悟大悲尊

[1335] 这逆谢逆特坚 净除二障具力尊

[1336] 下面按照上师的讲记，分别从智慧力三个方面，来呼唤和祈祷。

[1337] “赐四灌顶加持尊”，就是智慧，即智慧力当中的智。赐四灌顶的大加持尊者，因为四灌顶是可以获得直接加持的方法，所以说能够赐予四灌顶的大加持尊者。还有能够赐予证悟的大悲尊者。第一是智，第二是悲。第三是净除二障具力尊，能够清净烦恼障、所知障的具力尊，即具有大威力的尊者。像这样去祈祷，念诵一百遍心咒念一遍祈祷文，再念一百遍心咒，念一遍祈祷文，这样轮番的念心咒和祈祷，心咒和祈祷文，这样轮番通过这样的方式向上师作祈祷，或者说换句话来讲，通过这个方式和上师相应，和上师的本性相应。

[1338] 全然的诚信非常重要。因为只有全然的信任，所以内心当中没有觉得不安全而设置的防护措施。前面讲到了防护措施就是障碍，如果你没有这些东西的话，很容易会得到加持。如果总是处在这个状态当中，加持就很迅猛。我们有些时候在这个状态，有些时候不在这个状态，总是夹杂着很多的东西。因此我们就要习惯，不断向上师开放自己的心，像这样没有任何的分别念，就在这样的状态当中，不断的去祈祷、思维等等。

[1339] 这里面已经到达了什么呢？上师瑜伽的修法，其实已经到达了很高的程度，就是说他的信心应该是跟刚刚开始修行佛法的时候不一样，不需要有很多分别念。刚开始可能是没有学习佛法的缘故，自动会生起很多分别念。到了这个阶段，我们致力于打破这样一种分别念。而能够打破分别念的基础就是我们学习到了很多有关实相和障碍之间的关系。对于自己和上师在等性上面有了无二无别的认知，在这样的情况下，是很确信的认知。有了这些，就可以直接做祈祷。

[1340] 下面有一个四灌顶，即观想得四灌顶。

[1341] 在祈求悉地的时候要观想得受四灌顶，

[1342] 在祈求悉地的时候，我们修完之后单独观想一次四灌顶，虽然在祈求悉地念诵祈祷文的时候，我们就可以做，但是观想得四灌顶本身相对来讲，也要有一定的次第。一般来讲就是念完咒语祈祷之后，单独做一次四灌顶观想，就是不念咒，然后坐那儿开始观想得受四灌顶，所以在祈求悉地的时候，要观想的得受四灌顶。

[1343] 宝瓶灌顶、秘密灌顶、智慧灌顶和句义灌顶，这是四灌顶。

[1344] 也就是观想上师的白毫间犹如水晶一般晶莹剔透的“嗡（）”字放射光芒从自己的头顶进入，

[1345] 第一个是得宝瓶灌顶，这时候观想上师的白毫间有一个就像水晶一样晶莹剔透，透明白色的“嗡”字。“’嗡”字放射光芒从自己的头顶进入”，就是说嗡字放白光，进入到自己的头顶。

[1346] 依此净除杀生、不与取、邪淫三身业以及能形成身体之脉的障碍，



[1347] 得到这个灌顶之后，杀生、偷盗、邪淫三种身业，在这个过程当中就清净了，这是一个得到加持的方法，也是净除罪业的方法，而且这是通过上师的加持来净罪的，力量非常大。四灌顶对我们来讲容易做，而且也是功德特别大的殊胜方法。观想自己所有杀生、不予取、邪淫三种身业都清净了。

[1348] “以及能形成身体之脉的障碍”，这里面有一个平常我们讲的脉风明点。脉属于生成身体的因。我们粗大的身体是通过什么来形成的？它是通过脉来形成的，最粗大的是身体，身体里面是脉，脉里面最细微的就是我们的本性。脉相当于介乎二者之间究竟本性。进去之后得到了灌顶，清净了脉的障碍。因为脉是形成粗大身体的因，脉的障碍消除了之后，类似于我们粗大的肉身就没有因缘再投生轮回的粗大身体了，所以这这也是一个灭除轮回的方便。

[1349] 获得上师身金刚的加持，

[1350] 这时候观想获得上师的身金刚加持。前面不是有四金刚吗？身语意金刚，再加上智慧金刚。第一个就是获得上师身金刚的加持。

[1351] 从而使相续中拥有得到化身果位的缘分；

[1352] 然后再观想得到身金刚的加持之后，相续当中获得了现前化身果位的缘分，就有了获得化身的因，像这样获得化身的缘分已经种下了。

[1353] 接下来观想上师喉间宛如红莲花一般绚烂璀璨的“啊（）”字放光从自己的喉间进入，

[1354] 然后再观想上师的喉间，有一个红莲花一样红色的“啊”字，啊字放光从自己的喉间进入到自己的身体里面。这是第二灌顶，即获得秘密灌顶。

[1355] 依此净除妄语、离间语、恶语、绮语四语业

[1356] 十不善业道当中的语业有四种，平时我们在生活、工作当中，甚至于在修行的过程当中，也会有一些妄语、离间语、恶语、绮语，四语业的本身是修法的障碍，而且也会引发不好的后果。通过语言的灌顶或者秘密灌顶，清净了自己语言的四种语业。

[1357] 以及可滋长语言之风的障碍，

[1358] 风脉明点的风是能够制造语言的。如果有风就会有语言的生成，相当于最后我们把庸俗的语言也消于法界了。因为你如果不投生轮回，就没有庸俗的语言了，把风的障碍清净，获得了语金刚的加持，然后也获得了上师语金刚的加持。

[1359] 语金刚就是语言的本性，或者前面我们讲的这个咒语，这些都是属于清净的语言的体性，语金刚就是语言方面最究竟了义的本性。

[1360] 获得语金刚的加持，使相续中拥有得到受用圆满报身果位的缘分；

[1361] 然后再观想自己在相续当中，拥有报身的缘分。

[1362] 又观想上师心间如天空般颜色湛蓝的“吽（）”字放光从自己的心间进入，

[1363] 然后再观想上师的心间有一个蓝色的“吽”字，蓝宝石一样或者想秋天特别蓝的天空一样的蓝色“吽”字放光进入到自己的心间。

[1364] 依此净除了贪心、害心、邪见三意业及能增上意识之明点的障碍，

[1365] 进去得到了智慧灌顶之后，首先清净了我们十不善当中贪心的不善，然后是害心的不善，最后是邪见的不善，三种意业就清净了。

[1366] “及能增上意识之明点的障碍”，“明点”的本性就是智慧，外面最粗大的部分就是心识，平常我们种种的意识、分别念，就是明点形成了意识。如果把意识、明点上面的障碍清净了，就会显现成三身的本性、究竟的智慧。

[1367] 从而获得了上师意金刚的加持，使相续中拥有得到法身果位的缘分；

[1368] 这就是三门灌顶。

[1369] 再观想从上师心间的“吽”字中如流星般出现第二个“吽”字与自心融为一体，

[1370] 前面是“吽”字放光，光明进入到自己的心间。第四个步骤是通过吽字，再出现第二个吽字，从吽字里面弹射出第二个吽字，然后这个吽字像流星一样射入到自己的心间，和自己的心无二无别。从上师心间的吽字中出现第二个吽字，与自心融为一体，这就得到了第四灌顶，第四灌顶就是最圆满殊胜的句义灌顶。

[1371] 从而净除三门所依阿赖耶的业与所知障，

[1372] 前面是身语意分别的业，净除三门所依阿赖耶的业，整个身语意的所依是阿赖耶。阿赖耶作为它的所依、根本，这时候把阿赖耶的业也全部清净了。阿赖耶清净了就会转变成法身智慧。它就会现前本性，从而净除三门所依阿赖耶的业与所知障。

[1373] 获得了上师智慧金刚的加持，

[1374] 身金刚、语金刚、意金刚，还有智慧金刚，然后获得了上师智慧金刚的加持，其实身语意三金刚无二无别就是智慧金刚。

[1375] 使相续中拥有得到究竟之果——本性身果位的缘分。

[1376] 法报身三身无二无别叫做本性身，就是本性身果位的缘分。

[1377] 一边念诵一边观想，

[1378] 观想得四灌顶的时候，如果我们觉得现在头顶上得四灌顶可能不太方便。和前面七支那个地方一样，可以观想上师在对面虚空当中，接受我们的顶礼、供养，然后祈祷悉地的时候也是不断的祈祷，不断的赐予加持。然后在受四灌顶的时候，也是在对面的虚空当中，射出来的光明，从观想的侧面来讲，这是比较容易的。那能不能现在头顶呢？这个也可以，因为这些都是无自性的。如果你现在头顶上，也可以从上师的眉间放出光明，进入自己的头顶。虽然从观想的侧面来讲，没什么不可以，但是这里面没有具体说到底是现在头顶还是对面的虚空，从我们的习惯来讲，现在对面的虚空会更容易观想。

[1379] 一边念诵一边观想，最后自己的凡夫心与上师的智慧成为无二无别而入定。

[1380] 获得第四灌顶的时候，观想自己的凡夫心和上师的智慧成为无二无别，相当于上师的加持进入到自己的相续当中，安住在上师的智慧当中，无二无别而入定。

[1381] 收座的时候念诵下文：

[1382] 前面正行已经学习完了，下面在收座的时候念诵下文。

[1383] 那叶才耶地谢才 一旦命终寿尽时

[1384] 让囊鄂呀花瑞扬 自现妙拂吉祥刹

[1385] 宗戒这波扬卡色 双运化身刹土中

[1386] 收座的时候。我们这样念。“一旦命终寿尽时”，就是我们这样修行，到了我们命终寿尽的时候，“自现妙拂吉祥刹”，自然显现了妙拂吉祥刹。“妙拂吉祥刹”就是铜色吉祥山，莲花生大士的莲花光明宫殿就在铜色吉祥山的“双运化身刹土中”，观想这是双运的化身刹土，就是现空双运、世俗胜义双运或者法身和色身双运等等。

[1387] 月利多吉那救玛 身成金刚瑜伽母

[1388] 在这个刹土中，“身成金刚瑜伽母”，自己还是金刚瑜伽母的样子。

[1389] 萨才恆戒贡哦热 晶莹剔透光团中

[1390] 杰内记尊巴炯荡 明观至尊莲花生

[1391] 在这样非常晶莹剔透的光团当中，明显地观想至尊莲花生大士。

[1392] 瑞美亲波桑吉得 无二无别正等觉

[1393] 得荡洞波秋彻戒 空乐双运之神变

[1394] “无二无别正等觉”，就是说莲花生大士和正等觉无二无别，他本来就是佛陀。

[1395] “空乐双运之神变”，显现空乐无二、空乐双运的种种神通神变。



12 上师瑜伽 (126-137)

- [1396] 益西亲波肉巴累 广大智慧游舞中
- [1397] 卡色思坚玛利巴 三界有情无一余
- [1398] 真波得混大巴热 最胜引导胜商主
- [1399] 莲花生大士具有非常广大的智慧游舞，他是圆满的佛陀，智慧非常的广大，所以在他广大的智慧游舞当中，做各式各样调化众生的事业。
- [1400] “三界有情无一余”，就是把整个三界的众生一个都不剩下，“最胜引导”，全部通过他的引导趋向于佛地，这就是最胜的引导。因为他做了这个最胜的引导，所以将他尊称为殊胜的商主。
- [1401] 记尊班美哦拥索 衷心挚诚而祈祷
- [1402] 索瓦酿各戒内得 至尊莲师赐安慰
- [1403] 这时非常衷心、非常诚恳的去祈祷莲花生大士，请至尊莲花生大士赐予我加持、安慰、悉地等等。
- [1404] 卡匝策匝玛因诺 并非口头之言词
- [1405] 辛辣特戒隆内奏 祈赐智慧之加持
- [1406] 萨敦哲巴匝德索 一切心愿自然成
- [1407] 我在祈祷的时候，不是口头上祈祷，而是发自内心的去祈祷莲花生大士，所以说“并非口头之言词”，就是一心一意的祈祷上师莲花生大士赐予智慧的加持。“一切心愿自然成”，所有的心愿自然成就。上师老人家讲，虽然主要的心愿就是证悟实相，但是其他暂时的心愿也可以祈祷莲花生大士赐予加持。
- [1408] 与之同时，满怀深深的恭敬、虔诚的信心而观想：
- [1409] 在祈祷的时候，通过最深的恭敬心和最虔诚的信心而观想。
- [1410] 莲花生大师和颜悦色、慈眉善目、饱含怜悯的眼光注视……
- [1411] 在祈祷的时候，就观想莲花生大士特别的慈悲、和颜悦色。唐卡里面的莲花生大士和颜悦色的比较少，好像都比较愤怒。这里我们观想是莲花生大士是和颜悦色的样子，对我特别慈悲。有一种说法，如果莲花生大士像太寂静了也不行，在请像的时候也交代要稍微愤怒一点，这样对遣除违缘障碍、降魔都有不共的缘起。很多莲师像都是比较愤怒一点的，可能太温和了，不能震慑魔鬼非人，非人、魔鬼不怕。一般莲师像不是很愤怒，就是稍带愤怒的，有些说法是请莲师像愤怒一点的好，也有这样的说法，这里是观想莲花生大士和颜悦色、慈眉善目、饱含怜悯的眼光注视着。
- [1412] 心间发射出热乎乎、金灿灿的红光接触到自己所观想的金刚瑜伽母心间，
- [1413] 这是把自己观想成金刚瑜伽母，一边祈祷，一边观想莲花生大士特别慈爱的看着我，从他的心间放射出金灿灿、热乎乎的红光，一直接触到自己所观想的金刚瑜伽母心间。
- [1414] 然后一接触到之后，
- [1415] 她立刻变成了豌豆大小的光团，
- [1416] 光一接触到自己，自己马上变成了一个豌豆大小的光团。
- [1417] 最后就像火星消失一样，
- [1418] 烧柴的时候炸一下，就会蹦出好多火星。烧柴的时候，或者看电视的炼钢炉里面蹦出来的也是火星。火星一蹦出来之后，很快就灭了，大概就是这个意思，蹦出来就会自然消失了，最后就像火星消失一样。消失在哪里呢？就是说变成豌豆大小的光团，然后就像火星消失一样，收入或者进入到莲花生大士的心间。
- [1419] 伴随着“踏哥”声向上飞窜融入莲花生大士的心间，在这种境界中入定。
- [1420] “踏哥”就是一种声音，一边发出这种声音，一边融入到莲花生大士的心间。上师也讲有些修法是莲师化光融入到我们心间，有些修法是我们化光融入到皈依境、莲师的心间。这里是自己化光融入到莲师心间，其实差别都不大。反正不管是谁融入到谁的心间，最关键都是和莲花生大士、上师成为无二无别的意思。飞窜融入莲花生大士的心间，然后在这种境界中入定。
- [1421] 这时观想自己就是莲花生大士，不是观想金刚瑜伽母了。金刚瑜伽母的形象变成光团进入到莲师心间，第一个自己和上师无二无别了，第二个自己变成莲花生大士的形象，形象是上师的形象，智慧也是上师的智慧，相当于有一种全方位相应的意思。像这样自己就变成了莲花生大士，在这种境界中入定，安住在自己就是莲花生大士、上师的状态当中而入定。
- [1422] 出定的时候将一切显现观成上师的游舞，
- [1423] 出定起座的时候，就把所有的显现，自己所看到、所听到的，观成全都是上师的幻变、游舞，这些都是上师变化的。看到的任何一个都是上师变化的，看到好的时候，是上师变化的；看到不好的时候，也是上师变化的。有时候看到不好的、比较痛苦的众生时，观成这是上师幻化的。
- [1424] 上师幻化这个有什么必要呢？上师幻化就是让我和悲心相应的。看到好的时候，就是让我修随喜的。有时候看到其他的众生伤害我的时候，也可能上师的幻化，为了让我修安忍。反正就是一切观为上师幻化，能够把我们所有的所见所闻、分别念都转为道用，这才是全方位的相应。
- [1425] 不是说你打坐的时候和上师相应，下座的时候就不管了，就是说修上师瑜伽只是在座上座的时候，下座以后我还是我，该做啥还做啥，那就不行。不仅座上座的时候要相应，下座的时候也要相应。怎么相应呢？因为上师是正法的本体，所以你也应该是正法的本体。正法的本体是什么？你的相续当中应该具有慈悲、安忍、喜心、信心等等。既然一切都是上师的幻变，那你都可以生起来，看到好的众生，可以生起随喜心，看到悲惨的众生，可以生起悲心。如果别人对你不好，伤害你了，就可以修安忍。安忍也是你内心其中的一个法，然后慈悲心也是你相续当中的法。上座的时候和上师的胜义智慧相应，下座的时候也是和这些法的功德相应，这些都是上师相续当中具备的。
- [1426] 既然上师具备安忍、慈悲，那我也要具备。我在下座的时候怎么具备呢？下座的时候我就把一切观成上师的幻变，然后缘这些把我的心转变成和上师的状态相应的程度。上师不可能有嗔恨、嫉妒，这些都没有。既然我和上师相应，上座的时候和他的本性相应，下座的时候也要和他的功德相应，他相续当中一定是具备慈悲等功德的。
- [1427] 那怎么做呢？就是把一切观为上师的幻变、上师的游舞。我看到的不管任何形象，都可以产生和上师内心当中功德相近的功德，这就相当于和上师全天候的相应。如果你上座下座都能够保持这种状态，在梦中也会保持这种状态。如果白天和晚上都是这样，就可以真正地在二十四小时当中，安住在这个法当中。如果你能一直保持，很快就可以证悟。为什么要在下座的时候，观为上师的游舞，大恩上师在讲记当中也有所提及。
- [1428] 并念诵下文作回向：
- [1429] 给瓦的噫涅德达 我今速以此善根
- [1430] 花滚喇嘛哲杰内 成就怙主上师尊
- [1431] 昼瓦戒江玛利巴 令诸众生无一余
- [1432] 得叶萨拉故巴秀 悉皆安置于此地
- [1433] 后面回向的时候念诵这个偈颂，“我今速以此善根”，我修持上师的善根。“成就怙主上师尊”，很快的成就和上师无二无别的果位。“令诸众生无一余”，让所有的众生一个都不剩下。“悉皆安置于此地”，全都安置于和上师无二无别的境界当中。
- [1434] 这个回向文的前两句可以理解成为了自利而回向，后两句可以理解成为了他利而回向。前两句是我今速以此善根，成就怙主上师尊，相当于圆满次第，后两句是令诸众生无一余，悉皆安置于此地，可以解读成让众生也是能够安住在这样的果位。因此前两句可以解读成主要是为自己而成就自利，后两句可以理解成为了众生的利益而回向，自他二利在里面都含摄了。



[1435] 或者念诵铜色吉祥山发愿文。

[1436] 回向之后，还可以念诵铜色吉祥山发愿文。铜色吉祥山发愿文有很多大德都作过，上师老人家说他翻译过，至于哪个地方有，我还没有想起来。也许翻译出来没有印出来吧！以前也有智悲光尊者写的铜色吉祥山愿文等等很多不同的愿文。大概意思就是通过莲师的加持，让自己往生到铜色吉祥山莲花光明宫，然后和莲花生大士无二无别等等。相当于极乐愿文，极乐愿文是发愿往生极乐世界，铜色吉祥山愿文就是发愿往生莲师的刹土。或者说念诵铜色吉祥山的发愿文印持也是可以的。

[1437] 今天我们的课就讲到这个地方！

《前行广释》第 134 课辅导资料

[1438] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[1439] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[1440] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[1441] 发了菩提心之后，今天我们继续一起学习《前行引导文》。前面我们学了共同加行，现在学的是不共加行。不共加行有皈依、发菩提心、金刚萨埵忏悔还有供曼扎积累资粮，以及最后的上师瑜伽。这些修法是让我们相续次第成熟的窍诀，让我们的心靠近实相的实际的操作方法就在这里面。虽然每个众生本具佛性，但是没有把这些障碍清除掉，没有一个现前佛性的具体方法，对我们来讲作用也不大。

[1442] 现在因缘成熟了，我们善根也成熟了，从某个方面来讲我们已经准备好要现前佛性。既然这样的话我们就一定要好好学习，有关现前佛性的理论、原理是怎么样的，还有实际的操作，把这些都学好、做好之后那么佛性不得不现前，肯定会现前的。佛性不现前原因就是我们没有把覆盖佛性的障碍清除掉，没有去修行现前佛性的方法。如果已经知道了、已经修行了那肯定是会现前的。这些对于修行者来讲应该产生一个非常清净的、稳固的信心，我们第一个要对于三宝功德生信心，第二个对我们本具佛性来生信心，第三个对我们绝对可以现前佛性生起信心。这些通过我们不断的学习之后可以如是了解。

[1443] 前面我们学了上师瑜伽以外的一些其他修法，现在我们正在学的是上师瑜伽。上师瑜伽对于修行者来讲是一个很殊胜、很重要的修法，当然初学者，修行了一段时间的中等的修行者，还有修得比较好的、根基比较深厚的修行有素的修行者，他们对上师瑜伽的理解可能是有差别的。刚刚学习时和学到最后时，对上师瑜伽的理解认知是不一样的，通过自己对佛法的不断的学修，随着我们对上师瑜伽修法的认知越来越透彻，就会越来越趋向上师瑜伽的本义，我们在修上师瑜伽时的感觉也会不一样。

[1444] 前面我们学了修行上师瑜伽的重要性，还有明观福田，把上师、上师的眷属等等观好之后做七支供养，通过七支的方式来集资净障，把障碍清静了，资粮圆满了之后，马上就开始祈祷。这是一系列的修法。在一座当中怎么样去观修呢？首先把该观的上师瑜伽的皈依境观想好，然后马上就开始集资、净障，集资净障完之后就开始祈祷，好好的念祈祷文，之后就开始念莲师心咒，念一百遍莲师心咒之后又开始念祈祷，之后再念心咒……如果自己能够很专注的话在每一座都应该有收获，这样很认真很认真去修，我们相续就会得到很明显的改变。

[1445] 前面我们学了真正的修法，今天我们要学的是上师瑜伽的后行修法，还有其他的一些说明。

[1446] 原文当中说：

[1447] 这样的上师瑜伽（应用到日常生活的行住坐卧当中），

[1448] 前面所讲的主要是座上修法。我们上座的时候怎么样修上师瑜伽呢？就选择好了环境，把供品放好了，在舒适的垫子上坐下来，把外面的事情该做的做完，创造一个很好的修法的环境，在座上认认真真的修上师瑜伽，不管是修五百遍也好，还是修一千遍也好，反正就在这一座上把该修的修完，之后就下座了。

[1449] 下座之后要延续上师瑜伽，因为在修法当中，座上座下连成一片这是很重要的。如果座上座下脱节了，就会导致什么呢？我们在座上很好地观修或者祈祷了上师，修了上师瑜伽就应该和佛法相应，在缘着佛法相应，这个时候法义多多少少会融入我们相续当中。如果在下座之后，就开始完全融入到世间生活当中，就好像完全脱节了，刚刚是佛法的时间，现在是世间法的时间，就一心一意的投入到世间法当中：我修佛法要专心，世间法我也要专心，世间法的时候我就不管佛法，这样是不对的。修行佛法，在座上修完之后，还要在座下很好的保护座上的修法，在下座的时候还要有意识的去延续上师瑜伽的修法。

[1450] 具体的延续方式在后面讲，在行、住、坐、卧当中怎么样去相应上师瑜伽修法的正行、它的本义进行延续。如果延续得好就会导致一个良性循环，也就是在座上修上师瑜伽得到上师的加持，或者体会到上师瑜伽的本性，和法性有交流，在下座之后就借着上座时的力用，一切行住坐卧自然而然不离开佛法。

[1451] 座上会影响座下，座上的修法会对座下持续生起功德有帮助；反过来讲如果座下做好了，你在行住坐卧当中都没有离开上师瑜伽的修法，那么你再继续第二座时，座下的效果也会延续到座上，会对座上的修法也有帮助。座上的修法对座下有帮助，座下对座上也有帮助，这样基本上就形成连续的修法，中间就没有被其他的烦恼、恶缘、分别念等障碍中断，也没有机会中断。如果这样就可以很好的和佛法相应。如果座上座下都能够这样的话，那很有可能就延续到梦中，白天、梦中都可以这样去修了；如果说今生当中这样的话，很有可能在今生当中就可以证悟；如果今生当中没有证悟，就会自动会延续到临终、中阴。

[1452] 如果这样修的话获得证悟的机率是很高的，比较容易证悟法性。如果没有这样修，你在座上修的时候可能这个时间段是属于佛法的时间，然后没有有意识的去延续，座下就纯粹是世间法的时间了，座上的修法对你座下的影响就不大了；反过来讲，你座下是完全沉迷在世间法当中，重新上座的时候就没有感觉了，又是一个陌生的氛围，要重新调整适应，适应好之后下座了又投入到世间法当中去了，这样中间就脱节了。这对修行来讲，对自己认证法性、实相是不利的。

[1453] 座下是很重要的，以前我们讲过，甚至于有些大德，好像是敦珠仁波切讲的（不知道记错没有，有时候在引用教证的时候总会记错，明明不是这个大德讲的，说是这个大德讲的，因为是很长时间以前看的）。他说真正的修行是从下座开始的。的确是这样的，真正的修行是你从座位上站起来了，修行就开始了。因为你从修法的座位上站起来之后，你就要面对世间的人事，要面对你的很多情绪、很多复杂的工作、很多很多烦心的事情，怎么去面对它们？这就考验你的修行。所以真正修行从这开始。

[1454] 那么座上是干什么的？上座的时候是为了座下准备的，为了在下座的时候更好的修行，上座相当于充电一样，要认真的准备好，准备好了之后就带着修道的一种觉受投入到修行当中去。下座之后就投入到工作、生活，和人交往等等，就可以用在座上得到的正知正念或者对上师加持的体会，通过智慧、大悲和对实相的认知去面对各式各样的人和事，这个时候你就会很好地处理。是这个意思。

[1455] 所以说，座上也是修行，座下也是修行。但是有些大德为了强调座下，因为我们很多时候不强调座下，就觉得只要下座修行就完事了，功课就完了，好像如释重负一样就可以投入世间法了，这样是不对的，就是因为我们过度忽略了座下的修行，所以大德们有这样的讲法。仔细去体会这个教言，的确是这样的，真正的修行是从座垫上站起来的那一刹那开始的，就开始面对真实的修行。因为上座观修时，脑袋里观修的菩提心这些法义都是总相，打坐时对一切众生发大悲，修慈悲心、修忍辱这些都是总相，或者说做个准备吧。

[1456] 下座的时候就不是总相了，看到的人是真正的人，就不是脑海里面观想出来的人。打坐时拼命扇我耳光也没事，好像修得很好，但是下座时真的扇你耳光，那就不是在观想了，这个就不一样了。我们就要有意识的做好准备，上座观想时：今天有人扇我耳光，我心里有个准备，如果遇到这样事情怎么办？如果修得好真正遇到的时候，因为你有修行的缘故，可以好好的忆念这个教法而安忍。也有这个意思在里面，当然我们只是打个比喻而已，还有很多事情都是一样的，我们会碰到很多具体的事情。

[1457] 在打坐的时候，观想这些和你的利害没有直接关系。打坐的时候，我要利益一切众生，都是脑海里面浮现的，它不会对你现在的生活和工作造成实质性的影响，就是没有实际利害关系。怎么观修都是对的，没什么问题，但是在下座的时候，就有直接利害关系了，得到一块钱就是一块钱，损失一块就



是一块钱，就不是观想了。为什么我们说遇到人、事情的时候我们就不行呢？还是有这个差别吧。如果上座修得很好，我们要有意识的把座上的觉受带到座下去，或者说上座的时候就提前就想好：我上座是为了下座的时候更好的去面对人和事，所以我在上座的时候一定要认真。如果你有这个意识那就对了，反正你肯定要下座，不可能二十四小时都在座上。

[1458] 为了我下座时能够更好的调伏好相续，能够不生嗔心，调伏自己的烦恼，等等，我在上座的时候一定要认真。如果你带着这个思想去修，就提前把座上座下连成一块了，那就不是上座是上座，下座是下座了，上座就是为了下座准备的。如果有超前的思想的话那肯定更有效果，你上座的时候也会认真，你就知道上座是为了下座准备的，心里面提前就有了这个作意了。你下座就有意识的就把这种觉受带到行住坐卧当中去，这样就会更好的调伏我们，更好的和佛法的智慧、窍诀相应。这是很关键的一点。

[1459] 不单单是修上师瑜伽时是这样的，任何法都是一样的。你在修暇满难得的时候也是要把座上和座下有机的融合在一起；如果这段时间修无常，那么你下座的时候就主要思维无常，所看到的一切都往无常那方面靠；如果你在观修轮回痛苦，你在下座之后就把所有的所见所闻都往轮回痛苦这方面靠；如果你在观修业因果，下座的时候看到一切都是业因果，这是善因善果，那是恶因恶果，尽量连成一片。

[1460] 修皈依的时候，下座时就和皈依的教法放在一起；如果修菩提心，下座的时候就和菩提心连在一起；忏悔修金刚萨埵的时候，下座时和金刚萨埵有关；积累资粮的时候下座时就和积累资粮有关；修上师瑜伽下座的时候和上师瑜伽的修法有关；如果你在座上修大圆满，下座的时候就和金刚萨埵的修法有关。座上座下这样就可以有机的融合，很好的融合在一起。

[1461] 甚至包括你看的教言，你在座间看的书都是要和你的修法一致的。现在很多人要工作，但是针对有些闭关专修的人，包括你下座之后，所看的书都必须和你修行的法有关联的。这方面有很多的关联，如果这些都做好了，就可以尽量地把佛法融入到我们相续当中去，这样成功的机率就更高一些。

[1462] 在上师瑜伽当中是怎样实际操作的呢？下面就讲：

[1463] 行走的时候将上师观想在右肩上方的虚空中，作为右绕的对境；

[1464] 在佛法当中有一个法行叫做转绕。转绕就是右绕，从法性力来讲，如果你对佛像、佛塔、寺院、经典等等，做顺时针转绕，即我们说的右绕，就相当于有建造的功德。比如说转绕一圈佛塔就相当于建造了一尊佛塔，又转一圈就相当于又建一尊佛塔。右转是相当于建造，反转即逆时针转绕相当于毁坏。

[1465] 佛陀以他的智慧观察之后，在经典当中说要右绕，在佛经当中有时候讲右绕三匝、有时候右绕七匝。在佛陀时代没有专门把转绕本身作为一个修法，后来逐渐地右绕就变成一类法行了。我们可以看到很多强调转绕的地区右绕特别多，到了藏区就知道，基本上比较出名的佛塔、神山，还有印度的金刚座、拉萨的觉沃佛像、布达拉宫、桑耶寺都有很多人在顺时针的转绕。还有北京八大处的佛塔，五台山的大白塔、文殊发塔，甚至于整个五台山都在转绕。因为后来比较强调转绕功德，受到这种教育的人到了殊胜的地方很自然的就会右绕。

[1466] 也包括习惯性的右绕。大恩上师讲，像法王如意宝他们平时就是这样的。上师说他们从印度回来的时候，要去政府汇报出国之后整个行程当中的很多事情。他们到了政府那儿，中间好像有一个假山、水池，法王如意宝走到那就习惯性的顺时针走，工作人员就说：“活佛往这边走。”那儿没有佛像但是法王就习惯性的右绕，他已经习惯了。平时如果我们自己的条件成熟，还是应该习惯性的右绕，这样比较好一点，随时随地养成一种习惯。佛陀在经典当中讲的右绕的功德，包括我们转经轮也是顺时针的转绕，还有我们走路，通过自己的身体去积资净障这也是右绕的功德。有佛像、佛塔的地方，如果有机会就得多去转绕。

[1467] 有些地方虽然佛法兴盛，比如汉地佛法很兴盛，也知道右绕的功德，但是并没有很多人特意的去转绕，不是说没有，还是有的，虽然知道右绕佛像功德大，但是没有像藏区那样对这个修法很重视。当然每个地方重视的修法是是不一样的，汉地重视的有些修法可能其他地方不重视，这个也有。所强调的内容不一样，也有这样偏重。

[1468] 佛学院转的最多就是坛城，人是非常多的，很多地方都有右绕，功德很大。我们在修上师瑜伽时，也要习惯性的把上师观在自己右肩稍微上方的虚空中，这样就可以作为恒时右绕的对境。上师在讲记当中说，只要你现在右肩的虚空中，就算你在走直路没有右绕，也是在右绕，这个就是特殊的一种窍诀。本来右绕一定是要顺时针，但是如果你现在右肩，即使没有顺时针，就已经是右绕了，只要现在右肩就相当于右绕是一样的，这个也是特殊的一种右绕的修法。

[1469] 有可能有些人在这样做，有些人不一定习惯，所以我们也是有必要刻意的去训练，就是把上师、皈依境观想在自己右肩上方。因为这里观想上师就是莲师，所以就把莲师和他的眷属观想在自己右肩稍微上方的虚空中，这样平时不管是在怎么样走路，反正就与右绕一样，就恒时可以和上师相应。因为只要你一观，上师就在这儿，你自己观想时，把上师观在右肩，其实你的心已经在观上师了，你就已经和上师在相应了，是这个意思。这是在走路的时候。

[1470] 安坐的时候将上师观想在头顶的虚空中，作为祈祷的对境；

[1471] 自己一坐下来就习惯性的把上师观在头顶，作为祈祷的对境，因为观在头顶随时就可以祈祷，祈祷上师加持我，或者念祈祷文也好，念“喇嘛钦”也好，直接说“祈祷上师加持我”等等，这些都是很方便，所以坐下来时观在头顶。我们在讲依止善知识时，还有前面讲上师瑜伽都是说：如果你能够一刹那忆念上师，都要比很多劫当中修本尊的功德大。所以如果我们坐下来习惯性的把上师观在头顶，也是和上师相应的一种方便。就随时随地地观想，走路的时候观在右肩，当然有时候走路会想别的事，可能会忘掉，但是只要你又想起来的时候，马上重新观在右肩上面，坐下来观在头顶上面，经常性这样观想，修上师瑜伽，尽量持续性的和上师相应。这样作为祈祷的对境。

[1472] 享用饮食的时候将上师观想在喉间，作为饮食献新的供养处；

[1473] 如果自己吃饭的时候，观想上师在喉间。上师在讲记当中也讲了，也不用太过于细致的去搞清楚到底是怎么样的，在喉间是哪个位置啊？怎么样观得特别清楚？上师说，反正观想上师在喉间，然后把饮食的献新部分供养。饮食有一个献新，就是还没有享用之前，首先把这一部分的饮食观想供养给上师三宝，这个叫献新，就是还没享用之前，新鲜的部分先供养。上师的意思就是，大致想一想上师在我的喉间，然后我就用献新部分供养上师，这样就可以了。其他的很多细节不用太细致也可以。

[1474] 以前也遇到道友在讨论喉间怎么回事，有个道友跟我们分享：听说应该是上师在喉间张很大的嘴，然后食物进去之后，直接就放在嘴里吃。”我说：“好像不用这样观想吧？觉得这样很不舒服。”上师可能针对这方面各式各样的习气说：不用这样，反正你观想在喉间，献新部份供养上师，这样就可以了。至于是不是在你喉咙张开嘴，你的饮食直接掉进去，可能不需要这样观想。有些时候太过于细致，可能我们自己的分别念不一定能够习惯，反而觉得很别扭，也不愿意再供养了。这是一种方式。要不然你直接把自己观为上师，把你自己的身体观为上师这样享用，也相当于供养上师，是一样的。上师讲，大概观想在喉间然后饮食，献新部分供养上师，这样就可以。这是享用饮食的时候。

[1475] 躺下的时候将上师观想在心间，作为所知入瓶的摄要。

[1476] 在躺下来睡觉的时候，不管你是休息也好，还是睡午觉也好，还是说晚上正式睡觉也好，反正躺下来的时候，就把上师观想在自己的心间，有的时候也说在心间八瓣的莲花上面安坐着放光等等，有的时候就把上师观想在心间就可以了，忆念上师就在这个状态当中入眠，这样作为所知入瓶的摄要。

“所知入瓶”，上师在讲经当中也讲了，这是密法当中一个术语，所知入瓶就好像把所有东西摄入到一个宝瓶里面一样。把所有的注意力，观想上师在自己的心间，上师好像就把所有的所知收摄在这里面一样，专注在这里面，上师这个时候是代表法性，代表如来藏，代表究竟的实相，如果你能够观想究竟的实相、观想如来藏就相当于所有的所知入瓶，收入到宝瓶一样。所以你就不用再想其他乱七八糟的东西，你就只是想法性，只是想和上师相应的这个部分，在这样的状态中入眠的话是最好的。

[1477] 如果你实在是失眠的话就这样观，不用数绵羊，也不用数星星，你就直接观想上师在心间，然后就一直这样忆念、观想、祈祷，这样的话其实也是不断的在和上师相应的过程，就连睡觉也没有浪费。吃饭的时候没有浪费时间，睡觉的时候也是观想上师在心间，因为上师是代表实相的，也代表你的本性，显现上面，因为你很难直观自己的本性——究竟实相如来藏，没有一个直观的认知，没有见过，但是上师相当于是我自己本性的一种化现，他是具有



12 上师瑜伽 (126-137)

功德的，是通过很多方式认证，确认上师是具有圆满功德的，所有如来藏已经明显的这样证悟者，他就是我的如来藏的外现。你这样想其实就是在想你的如来藏，一模一样，就在和实相相应。所以观想在心间，这也是和究竟的上师相应的方法。

[1478] 当然，上师在讲记里面也讲，如果你实在不习惯观想上师在心间——观想上师在心间是怎么样的呢？是我和一个方向吗？还是坐在我心间？像这样有时候也有不适应的地方，上师说如果你觉得不适应也可以观在头顶。甚至于在其他窍诀当中说，比如观想莲花生大士在你的枕头上，然后你枕着他的脚睡觉，或枕着他大腿睡觉，这样也行，这样也是一种相应。这样观想无外乎就是一个目的——不要忘记上师。如果平时每次睡觉都能够这样想的话，即便是在临终的时候，你很自然的就这样想，就不会离开上师的光明，如果你临终的时候就这样忆念上师就很容易解脱，很容易往生极乐世界等。因为你时时刻刻当中都在行持法义，这时候就可以把所有佛法或者说上师瑜伽的修法全部和自己的生活，和平时行住坐卧的威仪融合。

[1479] 行住坐卧的威仪本身是无记的，它既可以是善的也可以是恶的，可以是世俗的，也可以是修行方面的，所以就可以把上师瑜伽修法融入到自己的行住坐卧、平时无记的这些行为当中，让这些行为都变得有意义，让这一切都变得和佛法相应。最主要的一点，就是延长我们行持佛法的时间，就刻意的延长修行佛法的时间，最后就真的可以习惯。这样很长时间串习之后就真实的落实了，把佛法融入生活就不再是个概念，就真实在行持。

[1480] 怎么行持呢？比如说这个地方所讲到的就是行持，只不过这个里面修的重点是上师瑜伽，刚刚讲也可以把座上菩提心的修法融入生活，也可以把智慧空性融入生活，一切都是如梦如幻的，全都是空的，把这个融入生活，可以把无常融入生活，把暇满难得融入生活，都是可以的，这样就可以真实的把佛法融入生活了，佛法引领我们所有一切的生活工作，这样是很有必要性的。行住坐卧的时候就通过这样观想。

[1481] 总而言之，随时随地将自己的住处观想成真正的铜色吉祥山，拥有这样的正念；

[1482] 总而言之，首先把整个大环境观想成刹土。这个时候我们修的是以莲花生大士形象为主的上师瑜伽修法，主尊观想的是莲花生大士，环境也和莲花生大士这个主尊相应，莲花生大士的刹土是什么？就是铜色吉祥山莲花光明宫，所以要把整个环境观想成莲花生大士的净土——铜色吉祥山莲花光明宫。拥有这样的正念。

[1483] 将一切显现观想成上师的身体、恭敬诚信；

[1484] 把所有好的不好的、喜欢的不喜欢的、干净的肮脏的，所有的显现都观想成上师的身体恭敬诚信，就观想这些都是上师的一种化现。前面也有这样的教言，把所有的显现都观想为上师，其实从某些方面来讲，所谓上师其实就是实相的代表，或者说是究竟的实相，明空无二的实相，有时候说是大空性，有的时候说是如来藏的法性，这就是真正上师的本体。

[1485] 有的时候说一切万法的本性都是空性的，这个容易理解，但如果说一切万法都是上师的变现，我们就不好理解。但其实如果我们能够把上师真正理解成他就是实相，他就是法性，他就是空性，这样就容易理解了。我们要知道一切法都是空性的，是空性的变现，虽然显现上面是种种的五蕴，或者种种的山河大地，或者好的不好的种种的行为显现，但是每个法的本性无一例外，本性都是离四边的空性。而且空性是代表实相，这些法显现的当下是没离开空性的，只要你的智慧清净了，你就会现量见到诸法的空性，如果你有实执你就见不到诸法的空。所以同样的道理，如果我们有净观的话，这一切都是上师的变现，如果你没有净观，这些都是庸俗的显现，张三李四王五赵六，杀人越货，很多很多不清净的东西，如果我们自己有这种不清净的眼光，我们自己本性不清净，就会看到很多不清净的东西。但是如果真正证悟了，就知道这些全都是清净的，本性都是光明的，都是空性的。

[1486] 现在我们没有证悟怎么办呢？我们就用一种信心去净观。净观即清净观，清净的观念就叫净观，在密乘当中是比较多的。净观其实也是一种智慧，一种信心，因为你能够了知万法是清净的，就是一种智慧、一种信心。就通过这种净观的智慧、信心，相信万法的本性是清净的，相信或者观想这一切万法正在显现的时候就没离开过上师的本体，或者我们可以说这是上师的幻现，因为每个众生的本性都是明空无二的，都是佛性如来藏，没什么差别。

[1487] 即便在世俗当中的的确确有一个和我不一样的他相续的众生，把他观想成上师也没问题。为什么呢？因为显现上面有你、我、他等很多很多的分别，但是在法性上面没有差别的，我们可以说，因为上师证悟了一切万法的本性、法性，在上师的本体当中，所有的你、我、他的不同的差别显现都已经泯灭了，他完全现证一切万法的实相，包括自己的实相和其他有情的实相都证悟了。而实相就只有一个实相，显现上面有很多不同的众生，也有很多清净、不清净的行为显现，但是他们本性都是没差别的。所以从这方面来讲，可以说一切都是上师的变现，一切都是实相的变现，这样其实也是在和究竟的上师、究竟的实相在相应。

[1488] 所以说，一切的显现观想成上师的身体恭敬诚信，因为我们知道他是上师的变现的缘故，我们就会泯灭以前的庸俗的想法、庸俗的分别心，取而代之的就是一种恭敬心，就是说因为我们知道这是上师，我们就会恭敬。因为凡夫人，如果知道这个是佛菩萨马上就恭敬，如果说搞错了，他不是个佛菩萨是个骗子，马上心态就不一样了，所以众生的心很容易变化。当然，如果修行到了一定阶段的时候，心就不太容易变化，如果是在刚刚修行的阶段，修行不稳固时，众生的心很容易变化的——这个是大成就者啊！马上就开恭敬他；如果说这个是一般的人，只不过长得胖而已，好像一下子就沒信心了。有时候就会有这样一种分别吧。

[1489] 这个时候就让我们把所有的显现都观想成上师，如果所有显现都是上师，我们就不敢像以前那样去轻视、嗔恨、产生庸俗的分别念，就不会这样去想，这样就能够保护好我们的善心。一方面来讲，我们把这些观想成上师，我们就对它恭敬，这是种善心，另一方面这样去想的话，会持续性的和上师的本体相应，也是上师瑜伽的延续，一定能够得到加持。所以，如果我们能够这样观想，有这种净观，经常性的想：这是上师的加持！这是上师的智慧，上师的游舞，我应该对它恭敬。如果能够持续这样想的话，一定是持续性的得到上师的加持，毫无疑问的。这是将一切显现观想成上师的身体恭敬诚信。

[1490] 当然在修的时候，跟随每个众生对上师瑜伽修法的领悟的深浅，有些人修起来可能就比较得心应手，他就感觉这里面没有什么障碍阻力，没有什么不适应的、别扭的；但有些人就觉得很勉强：明明他是一个很讨厌的人，为什么他就是上师？为什么我一定要硬生生的把他观想成上师去恭敬他呢？就觉得很抵触。这个可能是对修法本身方方面面还没有真实融入，所以就会产生很多这方面的想法。随着自己修行的进步这样的想法可能会越来越少，最后就真正可以很顺畅的观想一切都是法性，一切都是上师的变现，所作所为都是为了帮助我、调化我的，这个时候只要把自己的心守好了。

[1491] 自己的心如果成熟了，外面的显现对自己来讲不是事情，但如果自己的心没有成熟没有修好的话，那修起来就很别扭。因为佛法的修法是相应实相的，而我们在现相当中，我们在世俗当中沉溺时间过久，现在听到说这些都是清净的，一下子适应不了，仅此而已，没有别的。这是错误的，颠倒的，不符合实际情况。这些是不存在的。一切万法究竟实相的确是清净的，每个众生都是清净的，越观察越深入佛法，答案就会越来越清晰明显，越来越经得起观察。刚开始的时候，我们觉得有很多的抵触矛盾，到了后面的时候，这些全都可以顺理成章安立的。

[1492] 这种修法很深，现在很多道友正在修、正在用。刚开始在我们的心里还是在嘀咕着，还是有很多很多想法的，只不过法本里面这样说了，好像带着不愿意去观，觉得必须要观一下，否则今天的作业就完成不了，就觉得是这种想法。刚开始是这样想，慢慢地一边去深入学习，一边增上自己的修行，最后就完全可以接受，完全相信自己所看的一切都是上师的显现，从净观逐渐逐渐变成真实的觉受，完完全全地了解了，相信这就是上师的显现，没有什么差别。逐渐逐渐自己相续当中的种种习气、烦恼、客尘逐渐消尽之后就开相应实相了，和实相相应叫做和上师深层的相应，和上师相应就是和实相相应。

[1493] 像这样我们把一切观想成实相，把一切观想成上师，就是和上师、实相在相应的过程。至于你观想时是很容易融入呢？还是有各式各样的抵触呢？所谓的抵触都来自我们的分别心，都是因为我们对于实相有很多不了解的地方，这些观念在抵触，把这些观念都消于法界当中，通过空性来了解，通过清净的正念融化之后就发现没有什么抵触的。的确一切都是清净的显现，一切都是上师本体的显现，可以很容易了解。

[1494] 当罹患疾病、出现魔障等不幸的事情时，也要想到这是上师以大悲恩赐我尽除恶业的方便，满心欢喜，而不要生起断除之心；

[1495] 平时我们在修法过程中也会出现违缘，比如罹患疾病，就是生了病，有时出现魔障等等，有很多很多不幸的事情。这个时候一般的想法是马上要祈祷上师，遣除这样的魔障，让自己没有病或者是很顺利。这样对不对呢？这样也对。平时我们遇到障碍时祈求上师加持遣除障碍，这个也对。但是这个时候上师瑜伽的修法，它的操作不是这样的，这地方的操作是把一切的障碍观想成上师的另外一种加持。这样观想的必要性，就是要和上师相应，是上师瑜伽的一种后续。所以这里面讲，当我们生病了，出现魔障等等很多不幸的事情，也要想这是上师的大悲心，他的智慧和慈悲恩赐我的悉地，是为了净除我恶业的方便。



[1496] 上师在讲记当中讲了，因为每个众生的根器不一样，所以上师、诸佛在调化的时候，根据不同众生的根基，他们也会做相应的调伏，有些时候为了让他修行得力，就会加持他尽量具足顺缘。如果觉得这段时间给他一点违缘，就是说让他生点病、出点违缘，可能更利于他的心入道，可以让他生起厌离心，从而更加精进地修行，放下世间八法等等，有的这样必要，就会加持他不顺利。比如这里说的生病或者出现很不顺利的魔障等等，遇到这类事情的时候，我们要想这是上师的大悲心，为了遣除我的分别念和恶业。如果这个恶业正常的发展，按照自由的方式成熟，一旦成熟了会很强大，有可能会到恶趣当中去感受，或者说比现在所承受的要大得多。如果通过上师的加持，一下子让它提前成熟，不仅痛苦的强烈程度降低了，还会在比较短的时间里遣除。

[1497] 当我们遇到这些情况的时候，要想这就是上师的一种大悲加持，为了遣除我的恶业和魔障的方便，应该满心欢喜，这样去观想，不要生起断除的心，不像平时的修法一样，我要断除这个违缘、恶缘，这是没有矛盾的。有些修法当中说要通过修上师瑜伽来断除，比如说前面我们修古萨里的时候，就是通过上师的加持来断除自己的魔障。在《心性休息》当中也有把上师的咒语和息增怀诛四种业配合起来，我要息灭罪障、降伏魔障等等，虽然这个修法在某一阶段当中我们要这样用，但是现在这个阶段不是。现在是上师瑜伽的修法。上师瑜伽当中，所有我们遇到的事情都要去和上师瑜伽靠拢，因为这是以上师瑜伽为核心的，所有的思想、行为、修法，都是为他服务，要以上师瑜伽为核心而展开。

[1498] 具体的表现就在这个地方，比如说出现魔障，如果是出现在修菩提心的阶段，我们应该怎么去对待魔障呢？那时候我们要对魔生起悲心，他是我的父母，也是我要度化的对象。通过这样的心对待他；如果出现轮回痛苦当中，思维这个轮回就是这样的，没有快乐可言，很多很多的痛苦；现在是出现在上师瑜伽当中，那我们就要想这是上师的大悲加持，它是净除我的障碍的一种方便，不要刻意去断除，而是应该欢喜地去承受，这样很好，能够和上师相应。当我们遇到这些事情的时候，也避免了很多的恶心，不仅不会生邪见，也不会退失信心。

[1499] 为什么这样呢？有些学习佛法的人，如果他对法义还没有很深的了解，觉得我皈依了三宝、做了很多福报，也修了很多佛法。按理说应该是一切顺畅，应该比以前顺畅得多才对。钱不想要，都挡不住，每天都会中大奖，这样才是对的。而现在好像有点不正常，为什么我修了这么多的福报还会出现违缘和贫穷的状况等等？一般人对佛法的本义不是太了解，很自然地会生起这种观念，生起这种观念后，很容易就会生起邪见，觉得三宝没有力量，或者说自己修的善法唐捐了，好像白费了等等，产生了这种观念。

[1500] 能够转变观念的修法，第一个，和上师相应是主旨，主要的思想就是和上师相应；第二个，附带就是不要让自己生邪见，让自己能够保持对上师、三宝的信心。有的时候只要观念一转，事情的结果，我们下的结论就变成了另外一种。这也是保护我们道心的方便，因此不要生起断除之心。

[1501] 虽然一般人刚开始不太容易接受，但也不是完全不能接受，这个坎迈过去之后，我承认，放下了，一下子就过去了。不愿意承受就是因为还抱着以前的观念，一定要顺利，一定要遣除，所以他一直转不过弯来。为什么我要欢喜接受，不能生起断除之心呢？好像一直接受不了这个修法，只要我们的心放下来了，就是这样的，不需要断除，这就是清净我罪业的方便，这样想的时候一下就过去了。这样的修法需要一定的勇气和智慧，也需要一定的福德才能够相应。否则虽然这个修法本身的确很殊胜，用过的人都说非常殊胜，但是自己总是不相应，也不愿意接受。当自己的资粮或者程度到了一个阶段，会觉得就是这样的，好像一下子就醒悟过来，想明白了！因为它的原理就是这样的，想明白以后，他就会愿意朝这方面去作意，慢慢地就接受了这个修法。接受了以后，自己至少在这一块就没有障碍了。其他方面还有很多窍诀，再去一个一个地瓦解。在我们的相续中，无始轮回形成了很多不正确的知见、执著、概念等等，通过一个又一个的修法不断地去攻克，这就是一种瓦解。

[1502] 因为每个众生都想要规避恶缘、疾病，都想顺利，所以遇到的时候一下转不过弯来，这就是很好的对治方法。它不要求一定要怎么样，也不顺着我们来，只要我们能够接受这就是上师加持我消除恶业的方便。这样想了之后，本身就可以加速违缘、恶业的消尽。因为它是一个清净的善心，所以就可以加速恶缘的消尽。这个修法的本身不仅可以积累很大的资粮，而且也可以和上师相应，还不会产生邪见导致退失信心等等，都是利益。只不过这个修法一般人不一定马上就都接受，一旦接受了就会发现好处多多，具有非常多的利益。

[1503] 当获得幸福安乐、丰衣足食、善法增上等顺缘的时候，要认识到这些都是上师的大悲所致，万万不可心生我慢欣喜若狂；

[1504] 我们在修行过程当中，如果幸福安乐、丰衣足食，这段时间都是顺缘，不仅善法增上、相续当中法喜充满，而且在生活工作方面也是一帆风顺，全是顺风顺水的状态，这个时候也要想这是上师大悲心的加持。因为上师可能观察到这段时间我可以比较顺利，所以上师就加持自己这段时间顺利。我们千万不要心生我慢，觉得自己了不得。在我慢生起来的当下，就会导致看不到自己的过失，也看不到别人的功德，这个状况马上就出现了。为了让我们不出现这样的状况，就不要生起我慢，要冷静下来，不要欣喜若狂，也不要得意忘形。否则就会想不到法义，想不到众生的痛苦，也想不到和上师相应了，什么也想不到了。即便是一切都非常顺利，也是上师的大悲心加持我。因为上师观察到这段时间可以用这种方式来教化我，对我来讲这段时间顺利比较好，所以就加持了我。

[1505] 这样想了之后，就不会出现副作用，而是能够冷静地看待一切，自己的心不会大喜大悲，大喜对修行是不利的，情绪太波动了，大悲对修行也不利，最好就是比较平稳的状态。如果自己的心比较平稳，才能去缘该缘的法义，并且缘的法义也会很准确，没有偏颇；如果自己的心很烦乱，虽然在观想空性，但是缘不了，也融不进去。比如你今天特别高兴，中了大奖。坐下来之后，脑袋里面想的都是这个。虽然说我修空性，但是根本融不进去。如果心动太大，缘的法义没办法很清晰，当你的心平静下来了，所缘境也就清晰了。当你的所缘境清晰了，融入了法，生起了该生起的法义，这些就可以顺畅的进行。

[1506] 这样的修法，第一个是让我们和上师任何时间都相应。如果是苦和上师相应，如果是乐也和上师相应，和上师相应就没有离开上师瑜伽的本义。第二个是让我们的心平静，不会受暂时的因缘干扰。有时候就是暂时性的波动，坏的事情是暂时性的，好的事情也是暂时性的。如果你对暂时性的东西，陷进去了，它的影响可能就是长期的；如果你不执著，它就是暂时性的。这就是对待问题的人有智慧福报和没有智慧福报的差别。

[1507] 如果你能够解决，它就是很小的事情，影响非常有限，也就是几分钟或几天，过了也就过了。如果你没有处理好，它就不是几分钟的事情，可能就是几年，乃至一辈子的事情。很多人经常会说我那个事情没有处理好，当时如果我怎么样，就不会有后续了，的确是这样的。这就是告诉我们这些修行佛法的人，一定要有比较好的智慧去面对任何事情，不要把几分钟的事情变成几辈子或者几个大劫的事情，这样就没有必要了。如果是坏事情，那就是几分钟，你安住在平静的状态当中，把它处理好，过去就过去了，不会再影响你了，没有后续不好的情况发生。因为几分钟的事情可能是个恶因，恶因一旦种下去了，后续就开始翻番了，非常非常广大。如果我们能够安住在法义当中，平静地对待这一切，坏的事情我们很平静，波动一下就走了；好的事情我们也很平静，现在很顺，这也是一个阶段性的东西，不要执著，如果你一执著了又陷进去了。你觉得很好，非常顺利，现在有钱了，想法也多了，想去环游世界，或者以前没做过的事情我都去做一做，一下子心就散了。散了之后，好的话可能几年能找回来，不好的话可能几辈子也找不回来这个状态，不想再修行了。

[1508] 尽量不要让短暂的顺利或痛苦成为令我们失去修行的因缘，最好的方式就是这里面讲到的，观想这是上师的加持，这是很冷静的一种观想方法，可以让自己不会欣喜若狂，也不会有我慢。怎么会产生我慢呢？上师观察到这个阶段我比较适合这样的状态而已，就想这是上师的加持，根本不会有那些额外的想法，完全是和上师相应。有了上师的智慧引领，他就不会有这些出格的思想，其他的问题都不会有。

[1509] 我们也经常看到社会上有些说法——你们佛弟子说，不好的事情就是你的业，好的事情就是上师的加持，他们觉得这似乎是很狡诈的一种说法。不学佛法的人，有这个想法也是情有可原的。如果深入法义的话，里面有很多窍诀，这里主要是让我们的心保持平静。保持平静的话更容易处理任何看似很棘手的事情。很多事情明明就是阶段性的，我们硬生生地把它搞成了长久性的东西；本来是几分钟的痛苦，我们硬生生地把它搞成了一辈子的痛苦。有些思想上的技巧，如果你用好了，的确可以带来更多的幸福，平稳的心态就会带来更多的幸福和顺缘。如果你用不好，的确也会出现很多的麻烦。

[1510] 我们应该这样想，不管是不是真实的，一切不好的就是我的业，一切好的都是上师的加持。不管是不是真的，我们就是这样去想、这样去修。不管你有没有懂得里面的含义，只要去做了，就能让自己的心平静下来，对自己和家人都是有利益的，那么仅凭这一点的利益就是很大的。如果我们再把这一点放大了去看，这样的利益非常大，它是一个良性循环。如果你不这样想，可能会变成一个恶性循环，产生很多不可收拾的情况，所有不愿意看到的恶果都会纷纷出现。很多时候佛法当中都告诉我们，经常性让自己处于清净心的状态，就是把一切都往好的法义方面去想。这样想的必要性主要就是让自己的心能够处在善良、智慧或者平静的状态。有了这样的基础心态，不管做什么事情，都是靠谱的，绝对不会做出一些让自己特别后悔的事情，这也是一种训



练，可以把自己的心训练得非常成熟，成熟的修行人应有的心态就是这样的，这是一种标志性的想法，不会让自己的心受到这些短暂因素的影响，可以特别的冷静。如果没有受过训练的人，很小的火星就可以把一个人点着，他一下子就爆炸了，爆炸之后又怎么样呢？对不对？其实没有任何的利益。如果一个人很冷静，他在遇到这些事情的时候，就可以冷静的面对，不会让这些短暂的、很小的因素影响他，完全可以去应对，风平浪静地就过去了，该做啥就做啥，这是非常高效的。否则的话通过很小的事情就会耽误更多的事情。佛法的训练可以让我们在日常的生活工作当中，遇到任何事情的时候，都有一个冷静的心态和智慧去对待，这就避免了很多麻烦，这是让我们能做出正确选择的殊胜方便。所以说，我们要想这是上师的殊胜加持。反正不管是好的，还是不好的，都是上师的加持。

[1511] 当我们出现魔障的时候，也是上师的加持。有时候出现了魔障或疾病，按照平时的想法是着魔了，赶快去念降魔咒，其实这是上师加持。你要把准当成魔来降伏？这是上师加持你的。你要降伏上师，把上师当成魔来对待吗？可能这是上师刻意加持的，让我们有点违缘。如果你前世做了特别大的善业，所以导致今生风平浪静，一切都是很顺利的。如果上师的力量不进来干扰的话，你就会一直顺利下去。我们可能会想这样很好啊，祈祷上师不要来干扰我这个状态。因为上师看到这个状态对你的修行不利，如果再这样下去的话，你的解脱就会延迟若干世，所以他的力量就会进来，影响到你人生的走向，加持你出现一点违缘、一点疾病，生起一点该有的出离心、菩提心，对于你修行的整体来讲，会更加的有利。可以说上师就是魔障的制造者，反过来讲，魔也是上师。不管这是真的魔，还是上师加持的魔，反正他能够帮助我们获得解脱，能够帮助我们观修空性、生起大悲、忆念实相，因此这个魔也是上师。如果你没有了知的话，对于上师也是魔，没有理解其中的利益，上师也变成魔了；如果你理解的话，魔就变成上师了。你真的通过这样的智慧去看待的话，对你来讲，所有的都是修行的顺缘，而且是所有的违缘都会变成修行的顺缘，这是对于修行正法非常有利的。真实愿意修行解脱道的人，应该这样去观想作意。如果智慧不够的人，不一定会接受这样的观点。如果我们深入学习的话，就会发现这是对我们的修行最为有利的观想方法。

[1512] 如果修禅时出现疲厌、沉掉等现象，要观想自己的心与上师的智慧成为无二无别，护持实相见解的自相，聚精会神地祈祷上师并念诵莲师心咒：

[1513] 这也是一个很好的窍诀。什么窍诀呢？我们修禅的时候，经常会很疲倦。修不动了或者沉掉，沉是昏沉，观不清楚所缘境了，好像要睡没睡着那种状态。掉就是思想很活跃，但是活跃的地方不对，不是在法上面活跃，而是活跃到其他地方去了，这就是掉举。昏沉和掉举都不适合修禅，修禅必须要安住在正所缘当中，一门专注。现在专注不了，昏沉是所缘境不清楚，掉举就是胡思乱想去了。

[1514] 这个时候怎么办呢？出现疲厌、昏沉掉举等等的时候，或者心特别乱、非常恐怖、很忧虑等等，出现了各式各样不好的心态。这里华智仁波切告诉我们一个非常有用的窍诀，能够很快的有力的帮助我们遣除内心当中不太适合禅修的心态，就是观想自己的心和上师的智慧成为无二无别。现在我们的不是正在烦乱、疲厌、恐怖、忧伤吗？就观想上师的智慧融入到我们的心中，安住在上师的智慧当中，并成为无二无别。意思就是说，上师的智慧进来之后，我们以上师的智慧为主，因为上师的智慧力量强大，不仅稳定、清净，也是具有力量、相应于实相的，而我们的心是无明、不稳定的客尘和染污。当上师的智慧融入到我们心中的时候，自己安住在和上师的智慧无二无别，一切都是上师清净的智慧、光明的自性，护持这种实相见解的自性。然后在这个状态当中，聚精会神的祈祷上师，这时自己的心和上师的智慧无二无别，祈祷上师加持自己，并念诵莲师心咒。通过这样殊胜的修法，自己的心很快就会从疲厌、昏沉、掉举当中解脱出来。

[1515] 如果你的心特别的烦乱，安住不了，安住祈祷一会之后，自己的心逐渐逐渐就平息了。如果有时候到一些非常恐怖的地方，或者说做噩梦，遇到各式各样让我们感到恐惧的因缘，有时候压不住，可以通过这样方式，慢慢慢慢让上师的智慧和自己的心无二无别，安住在上师的智慧当中，护持这样的实相，并且专心祈祷。自己放松下来，聚精会神的安住，然后念诵莲师心咒。

[1516] 嗡啊吽 班扎格热班玛斯德吽

[1517] 一直这样念诵，慢慢通过上师加持力和法性力，自己的心逐渐就平息了。我们在修行佛法的过程当中，总会遇到各式各样的情况。如果自己在闻思的时候，看书看不懂，对法义理解不了，也可以通过类似的方法，让上师的智慧和我的心成为无二无别。然后开始祈祷，祈祷完之后开始念文殊心咒或莲师心咒。祈祷完之后，然后再安住，再去看法本，慢慢慢慢就会懂，意思一下子就解开了，懂了这个意思。

[1518] 还有修行遇到了瓶颈，没办法增上的时候，也是通过这样的方式去突破，这是一个很好的方法。我们在轮回中有各式各样的业，也会遇到各式各样不好的情绪，完全都可以通过这样的方式让自己很安静，或者说遣除内心烦乱的情绪，把自己的心安住在殊胜的道当中。

[1519] 念诵莲师心咒，大恩上师说，应该念诵一千万遍莲师心咒。这个标准原文当中在上师瑜伽的最后面，讲完了传承上师的历史之后，有祈祷一千万遍。我们进入密法班的最低标准是念诵十万遍，相当于底线。按照法本当中的要求，应该是念诵一千万遍，因为这是上师瑜伽的咒语，如果念诵的越多越容易和上师相应。我们的相续当中有很多需要遣除的障碍，遣除这么多障碍，也必须长期忆念上师，就在长期和上师相应的过程当中，可以遣除违品，逐渐逐渐就能和上师相应。因为咒语的本身就是上师。如果你能够一千万次地观想上师，和他去相应的话，在这个过程肯定会发生很多不可思议的境界。其实念心咒不是在这儿开始念，只不过是说在窍诀当中这样说，真正计数念心咒是在前面，从“至尊莲花生大士”开始念诵祈祷文，然后再念诵心咒，那个时候就计数念诵一千万遍莲花生大士心咒。

[1520] 我们尽量要抽时间去念，现在修加行的阶段，我们就修十万遍，然后在修行的过程当中，再安排时间来圆满一千万遍的心咒。莲花生大士心咒的功德本来就特别大，大恩上师也专门翻译了一个讲解莲花生大士心咒功德的论典，每个字都解释了，方方面面的功德是非常大的，相当于是一个如意宝一样，可以遣除违缘、清净罪业、生起证悟等等，能够得到世间的和出世间的各种功德。莲师心咒本来就殊胜，再加上念诵一千万遍。就像文殊菩萨的愿力是赐予众生智慧，观世音菩萨是拔苦或者赐予大悲，而莲花生大士除了其他的功德之外，最不共的愿力就是遣除修行者的违缘。我们在世出世间，外内密都有很多很多障碍，尤其是修道的违缘层出不穷。我们不是不想修，就是想修也修不动，或者没办法深入、延续修行等等，这些都是道障。

[1521] 那么最殊胜的遣除道障的方法，就是祈祷莲花生大士，念诵莲花生大士心咒，这样对我们遣除道障非常有用。如果能够念诵一千万遍的话，很多外内密的违缘会自然消失到法界当中，以后的修行也会比较顺利。虽然以前方方面面修行的违缘特别多，但是我们认真念诵圆满了一千万遍之后，很多违缘逐渐就会消失，而且自己实修的顺缘都会逐渐生起。这里是以自己根本上师的本体来修行的，所以既是和上师相应的法，也是莲花生大士的殊胜咒语。作为宁玛派的弟子，这是一个特殊的缘起。莲花生大士可以说是一个开山祖师，和法脉有一定的关系。后面不管我们要修持宁玛派特色的伏藏法，还是修持宁玛派大圆满，都是一个很好的缘起。不管怎么样，我们要有意识念诵一千万遍莲师心咒，如果有时间，现在就可以开始；如果没有时间，也要逐渐地安排，把它纳入到自己修行计划当中来，这是非常有必要的。

[1522] 上师老人家在这里也是鼓励或提醒我们要修，有些道友已经修完了，有些道友正在修，有些道友可能还没这个概念，没有觉得一定要把一千万遍念完。无论如何，一千万遍心咒还是要念完。我在若干年前，花了一年多的时间念完的。反正上师老人家讲完之后，就开始安排，大概一年多，一千万遍念完了，质量不知道怎么样，反正数字是圆满了。道友们如果有时间就要念完，这个必要很大。有时候着魔了念这个心咒，利益也是非常大的，莲师心咒的功德力特别的殊胜。

[1523] 索甲仁波切在《西藏生死书》后面，也讲了自己祈祷莲花生大士的感应。有一天他一直在讲课，回答问题的时候，学生一个问题接一个问题的提，最后他基本上就没有力量了。学生都坐在下面，他就靠在法座上，开始念莲师心咒，念了一下，好像立即就复原了，就像现在说的满血复活了。索甲仁波切是列绕朗巴的化身，虽然他是一个转世者，但是显现上通过念诵莲师心咒，一下子就恢复了，变成了精神焕发的状态，重新和学生交流法义。他说，的确是不可思议的，只要一念，莲花生大士一定会回应你的祈祷、念诵，就会给我们做加持。

[1524] 当我们在生活、修行当中，遇到了各式各样麻烦、违缘的时候，都可以祈祷。宗萨仁波切也讲过，莲花大士能够照看从证悟到你的炉灶之间所有的事情。这是什么意思呢？就是说，任何事情都可以祈祷他。我们不能想，这个事情不能麻烦莲花生大士。他说，你不用这样想，莲花生大士负责照看从证悟到你家的炉灶以上所有的事情，因为他是证悟了法性的。至于莲师通过什么方式回应你，他讲，一方面要看自己的因缘，还有一方面要看你的需要。不是说既然莲花生大士照看所有的事情，你就希望自己能马上发财。如果莲花生大士观察到在这个阶段发财对你没有大的利益，虽然可能不会直接回应，但是一定是可以的。任何事情都是可以祈祷他，我们应该经常习惯性的去祈祷。



[1525] 有些地方也讲了，如果家里供养莲花生大士的像，不管是佛像，还是唐卡。无论大的小的，只要家里有莲师像，违缘一般来讲就会自动减少很多，很多障碍消除了，很多顺缘具足了，这就是法性力和莲花生大士不共的加持。不管是不是宁玛派，很多寺院都要塑莲师像。佛弟子也应该尽量在家里供养莲师，不管是唐卡，还是铜像，大的小的都可以，反正莲花生大士像应该请，经过如法的装藏开光之后，每天好好的顶礼、供养、祈祷和念咒，对我们的修行会有不可思议的加持力。这些就是窍诀。

[1526] 如果真正能够这样去修行，那么万事万物都会显现为上师与本尊，所作所行都将成为善法。

[1527] 后行的时候，在行住坐卧当中把一切都观想成上师的必要性。什么必要性呢？如果真正能够如上那样座上座下的修行，万事万物都会显现上师、本尊。好的不好的，清净的肮脏污秽的，反正所有的都会显现为上师和本尊，自己都在里面获得加持或者生起清净观。

[1528] 所作所行都将成为善法，因为一切的因缘，即上师和你的心都是清净的，所以你的所作所为都和善法相应。因此所作所行都将成为善法。这方面对于一个修行人来讲是非常需要的。

[1529] 如米拉日巴尊者亲口说过：“我行显现转道用，六聚自解之走式；

[1530] 米拉日巴尊者是这么讲的，也是把行住坐卧等等转为道用。“我行显现转为道用”，“行”就是行走，行走的显现转为道用，就是说平时在行走的时候，怎么样把行走的显现转为道用呢？“六聚自解之走式”，“六聚”是六识聚，就是六种识，从眼识到意识之间叫做六识聚，也叫六聚。“六聚自解”，就是说行走的时候六识自然解脱。另外走的时候，看可以生起眼识，听可以生起耳识等等，反正走的时候就相应于自解脱，这是六识聚的本性。

[1531] 自解就是自然解脱，比如我们讲空性的时候，一切万法在显现的当下，就是空性的，就是自然解脱的。虽然自解脱这个术语在密宗当中多一点，但是显宗当中也有相似的理解。比如说现空无二，显现的当下就是空的，空也可以理解为解脱，本来就是空的，染污束缚都是不存在的，从这个方面来讲就是自解脱。六聚自解脱的方式就是一边走的时候，一边安住在六聚自解脱的境界当中，这是六聚自解的走式。

[1532] 若坐无伪本来住，精华实义之坐式；

[1533] 前面是行，这是坐的时候，坐在椅子、坐垫上等，“若坐无伪本来住”，“无伪”是不造作的意思，有时就是真实的、不虚假。比如说我们平时的起心动念，如果刻意要做什么事情，就是造作，无伪就是没有造作，自然安住在实相。无伪本来住，自然安住在实相，相应于无造作的本性而安住，这就精华实义。为什么叫“精华实义”呢？因为在坐的时候，就是相应于究竟的实相，所以叫做精华实义。这是在坐的时候转为道用。

[1534] 若食享用空性食，断除二取之食式；

[1535] 在饮食的时候，也要相应于正法。“享用空性食”，当你正在喝水的时候，就想断除二取，没有能喝和所喝；吃饭的时候，也没有能吃的所吃。因为能吃的所吃叫做二取，有能和所就有执著，有个能执著的心和所执著的境，叫做二取分别念。所有的轮回、烦恼都是由二取而产生的。因为有了能所，所以我们就产生这是好的，那是不好的，产生了烦恼，有了烦恼就开始造业，然后显现广大的轮回，开始感受痛苦等等。

[1536] 饮食的时候，“断除二取之食式”。食用的方式就是断除二取，一切都是空性的，没有能食所食，安住在空性当中去食用，就是断除二取之食式，把饮食通过这种方式转为道用。

[1537] 若饮痛饮念知泉，坚持不懈之饮式。”

[1538] 前面是食用，现在是饮用。在饮水喝茶的时候。“痛饮念知泉”，“念知”就是正念和正知。学过《入行论》的道友知道，第五品是正知正念品。正知是经常观察三门处于什么状态，正念就是观察到自己的身语意，反正就是安住在善法当中。自己的心散乱了，马上拉回来安住在善法；身体散乱了，也拉回来安住在善法，就是正知和正念。喝水的时候，相当于在痛饮念知泉，“念知泉”就是喝正知正念的泉水，像这样把正知正念比喻成饮料一样，能够习惯性的喝，就是经常安住在正知正念当中。

[1539] “坚持不懈之饮式”，这个饮式就是坚持不懈，不是偶尔观一下，而是持续性的观，经常性保持正知正念才会不放逸。不放逸就是该忆念的正法忆念，该抛弃的过患抛弃。我们学《入行论》的时候也知道，正知正念对于修行者来讲，能够让人非常好的安住在善法当中。

[1540] 以上是米拉日巴尊者的教言。

[1541] 不仅如此，踏上密宗金刚乘道以后，破誓言进行酬补清净、有资格修持生圆次第大圆满等一切道、不出现障碍、不步入歧途以及功德资粮与日俱增等这一切，归根到底都要依赖能成熟的灌顶。

[1542] 这里讲到了上师是灌顶的赐予者，我们灌顶的时候需要依靠于上师。下面就介绍一下和灌顶有关的内容。我们进入密宗金刚乘道，就是从灌顶开始。要进入密乘，就要灌顶。现在我们在密乘的前行，大圆满前行当中没有那么严格，也不需要灌顶。当我们把前行修完了，正式进入了密乘，就需要灌顶。得了灌顶之后，就要有誓言。当你真正接受了灌顶的时候，同时就会生成密宗的誓言。如果密宗的誓言守护得好的话，就会持续性灭除分别念、障垢，不断地生起功德；如果没有守护好，违犯了就会有违犯誓言的过患。

[1543] 如果我们违犯了誓言，就要进行酬补。“酬补”是一个术语，“酬”相当于酬谢。酬谢什么呢？比如我们在荟供的时候，会邀请本尊和酬谢本尊，通过摆放食物，以赞叹的方式酬谢本尊、护法。“补”是因为自己的誓言有缺漏，所以通过荟供和灌顶把缺漏的部分补全。因为你的戒律残缺了，如果不补全的话，就没办法发挥功效。残缺的时候，就有违犯的过患，需要通过荟供或酬补的仪轨补全。在每天的功课当中，有酬补的仪轨，念了之后可以补缺。有些是通过荟供酬补。密乘的荟供相当于别解脱戒当中的诵戒一样。小乘出家人如果违背了一些支分的戒律，通过诵戒的仪式就可以恢复。荟供也相当于诵戒一样，可以在半个月或隔一段时间做一次，自己也可以每天念一些简略的荟供仪轨，每天都可以这样做。我们在这个阶段当中，如果违犯了一些戒律，就通过这样的仪式来酬补，令残缺的部分齐全。然后在酬谢本尊的时候，供养酬谢他们，顺便祈祷他们赐予悉地和帮助，具有这样一种功效。

[1544] 当然灌顶也是酬补的一种方法，“破誓言进行酬补清净”，然后就“有资格修行生圆次第大圆满”，就是我们有资格修行生起次第、圆满次第、大圆满等等，“一切道”，就是密宗所有的道，这需要灌顶。“不出现障碍”，就是说我们修道的过程当中没有障碍，这也是需要得灌顶。“不步入歧途”，还是需要灌顶。如果没有灌顶，很容易会步入歧途；如果是得了灌顶，就不会步入歧途。

[1545] “功德资粮与日俱增等这一切，归根到底都要依赖能成熟的灌顶”，从灌顶开始，一切就进入正轨了，一切都是从灌顶开始的，而真正赐予灌顶的就是上师。

[1546] “能成熟的灌顶”，灌顶属于能成熟，能成熟什么呢？能成熟我们的相续，成熟我们的法器，让法器成熟的就是灌顶。能成熟的灌顶和能解脱的窍诀是一组，灌顶得到之后，窍诀就能成熟相续。能成熟的是灌顶，能解脱的是窍诀，窍诀能够让我们获得解脱。

[1547] 如颂云：“密宗未依灌顶无成就，犹如舟子手中无船桨。”

[1548] 在这个颂词当中讲，密宗道当中，如果没有依靠灌顶的话，就没办法获得密宗的成就。

[1549] “犹如舟子手中无船桨”，好像船夫手里没有船桨一样。以前依靠船桨滑动，掌握方向，现在当然是引擎了，船没有引擎，就没办法渡到彼岸去。

[1550] 又说：“未受灌顶无成就，沙子无法榨出油。”

[1551] 没得到密乘灌顶的，就没办法获得密宗的成就，就好像无论你怎么压榨河沙、海沙，也没办法压出食用油来的。沙子里没有油的因，怎么压榨都不行。但是如果你压榨菜籽、芝麻就可出油，因为它们有因。所以说，没有灌顶就没有办法成就，有灌顶就有成就的因。

[1552] 其实每个众生都有佛性。灌顶是让你的佛性如来藏成熟，让你的种姓苏醒，快速让你种姓苏醒的方法就是灌顶。所以，没有灌顶，相续就没办法快速成熟，种性就没办法快速苏醒。沙子没法榨出油，是从某个侧面比喻的，不是说我们没有佛性，佛性都有，灌顶让我们佛性苏醒，如果没有灌顶就苏醒不了。就像地狱有情，世间上不懂佛法，诽谤佛法的人，他们都有佛性，但是他们的佛性没办法苏醒，佛法对他们是没有作用的。

[1553] （灌顶也有三种：）首先具有法相的金刚阿阇黎让我们进入坛城以后赐予灌顶，这叫做基灌顶；

[1554] 灌顶有三种，就是基道果三种灌顶。第一种灌顶叫基灌顶，基灌顶是具有法相的上师让我们进入坛城以后赐予灌顶。平时我们在金刚萨埵法会上，门措上师给我们灌顶，或者某位上师给我们灌大圆满顶等等，都是属于基灌顶。



12 上师瑜伽(126-137)

[1555] 上师在这里讲了，灌顶需要一定的因缘。因缘具备的话，才能够得到完全的灌顶；因缘不具备，不一定能够得到。尤其是针对一般的阿闍黎，因为有金刚阿闍黎也有凡夫的阿闍黎，还有佛一样的圣者阿闍黎，如果是佛陀一样的圣者阿闍黎，即便有些条件不太成熟，通过他的威德力也能够让弟子得到灌顶。但是如果没有这么大的威德力，那就必须要按照二因四缘的方式，都具备了才能够得到灌顶。所以这里面来讲，我们如果要想得到灌顶也需要了解这些因缘，上师在讲记当中讲到了二因四缘。

[1556] 二因四缘，相应因和俱生因是二因。相应因就是得灌顶的弟子他必须具备风脉明点，具备身体、心识等等，具有这样的条件可以得灌顶，这个叫做基本条件。俱有因就是灌顶的法器，灌顶的仪轨，灌顶的甘露等等，这些所有的条件都要准备齐全。这是二因。上师也讲了，这些是比较容易具备的。只要具有风脉明点，欲界众生基本上都具备风脉明点，这是没什么问题的。然后具有力量的如理如法的法器，就是上师加持过的、具有加持力的法器，这个似乎也容易具备。

[1557] 但四缘就更细致一点。四缘当中第一个缘叫做因缘，主要是针对得灌顶者、这个弟子应该具备的条件，最主要的条件就是信心和智慧等等。就是说弟子需要一定的条件，必须要对上师、对密法有信心，也有一定的智慧，能够理解这里面的含义。所以说因缘是弟子本身必须具备的条件，尤其是信心和智慧，这个叫因缘。

[1558] 第二个叫做增上缘。增上缘主要是从上师这个侧面讲的，不是随便一个人都可以灌顶。增上缘就是要得到灌顶的增上因缘，上师就是增上缘。增上缘上师，他不单单是成就者，而且他所有的这些灌顶，他自己得过，该修的该念的，都标准地念完了，而且他最好已经证悟了，或者见过本尊了，像这样就可以作为一个金刚阿闍黎。有一些不一定是证悟者，凡夫也有。但是首先他要在上师面前得过完整的灌顶，而且誓言特别地清净，该念的念了。比如他要灌观音菩萨顶，他对于观音菩萨心咒的基数，比如说一百万或多少，他念完了，如理如法地、通过生起次第摄持念完了，而且有些验相，这样他也可以成为一个金刚上师。这是讲增上缘，金刚上师具备的标准。我们自己求灌顶的时候，这些细则也需要了解。

[1559] 第三个就是所缘缘。所缘缘主要是从法器方面讲的。就是这些宝瓶，还有加持的东西，都是具有力量的，这个是所缘缘。外在的坛城，还有铃杵、宝瓶等等其它法器，它都要具备力量，都得过加持的。有些灌顶特别复杂，法器有几百种、上千种；有些就很简单，法器可能就是一个水晶，或是一尊佛像，反正不多。有些道友特别喜欢法器多的灌顶，灌顶大，法器摆了一排，特别殊胜；有些可能喜欢比较简单一点的，法器一看特别多，他可能觉得不太愿意接受，这个简单，看起来法器少，可能很快结束了吧？他就喜欢这个。有些是连续好多天的灌顶，有些是半小时、一小时就结束了。这样的灌顶有很多，法器该有的都有，都是具有力量的那种。

[1560] 最后一个叫做等无间缘，也叫做次第缘。就是说灌顶的程序不能错乱，第一步是什么，第二步是什么？一步一步的程序，按照程序来，因为是次第缘、等无间缘，所以一步一步地不错乱，错乱就不行，次第因缘都具备就可以。

[1561] 如果上师是具德上师，弟子也是一定的法器，这个相对很容易，不是那么困难。但是有时不观察，自己就不知道，比如说观想时没有观想清楚，该重复时没有重复等，这样就不一定是圆满的。只要你按照上师讲的做，让你念你就念，让你观想你就观想，这些都做好了，做对了，你就可以得到真实的灌顶。或者如果上师的力量很大，有时你的观想有点不到位，该念的没念，加持品没有得到，但是通过他的威德力你仍然可以得到完整的灌顶的。这个也有。

[1562] 这些属于基灌顶，是在上师面前进入坛城的方式得受的。第二个道灌顶：

[1563] 依靠上师瑜伽，不观待他缘而自己得受四灌顶，这叫做道灌顶；

[1564] 道灌顶相对来讲需要的条件就少了，不需要找一位给自己灌顶的上师。自己在修上师瑜伽的时候，通过前面所讲的上师四处，身语意再加上“吽”字，再放出第二个“吽”字，以这样的方式观想领受灌顶叫道灌顶。

[1565] 道灌顶相对来讲容易，而且利益功德也特别地大。方便易行，也可以得到很多的加持。比如说你要清净罪业，要增上福报，生起证悟，都可以随时随地做道灌顶。你观想上师在前面，然后观想嗡啊叶放光等等来领受灌顶，这个很容易，很简单，也是积资净障的方便。

[1566] 这个叫做道灌顶，不观待他缘，自己领受四灌顶。

[1567] 究竟果位（即十地末际）时获得大光明或者深明无二灌顶，现前圆满正等觉，这叫做果灌顶。

[1568] 果灌顶是在即将成佛的时候，比如说十地末尾了，十方诸佛会放光，融入到十地菩萨的头顶，遣除他最细微的障碍，然后一下子就可以现前正等正觉，获得大光明，或者深明无二的灌顶，现前圆满正等觉，这个叫果灌顶。现在基本上和我们没啥关系，我们知道有这个果灌顶，以后会得到的。

[1569] 现在来讲前两种灌顶可以得到，道灌顶是随时可以得的，最简单、最方便的就是第二种道灌顶；第一种基灌顶要寻找一位具德的上师，还要在语言方面没有障碍，你给他说明我要灌顶，他能听懂，然后他灌顶，你要知道他在给你灌顶，要明白他让你观想的，而且还要有时间，要观察很多，因缘成熟了，法器也成熟了，有很多因缘，这样才可以得灌顶，稍微复杂一点。但道灌顶是随时随地都可以做的。

[1570] 第三种是十地末尾，这时圣者最后要成佛了，只剩下最细的障碍，他自己有金刚喻定，有最深的、最细的智慧，再加上他力的诸佛菩萨放光加持的灌顶，内因外缘具备之后，一刹那之间就可以现证圆满正等正觉，所以叫果灌顶。

[1571] 上师瑜伽也具有清净、圆满、成熟三种不可思议的甚深要诀。

[1572] 上师瑜伽具备清净、圆满、成熟，圆熟净三功德。第一个是清净，清净刹土，通过修上师瑜伽可以获得清净刹土，类似于清净刹土的加行。就是说如果修上师瑜伽，证悟了心性之后，自现的刹土可以显现出来，佛性如来藏的刹土通过上师瑜伽来开显。“圆满”就是圆满大愿，自己所发的愿，通过上师瑜伽加持就可以成熟。比如我们发了很多愿，通过上师瑜伽让自己的愿力成熟、圆满。然后“成熟”，就是成熟自相续，让自己的相续得以成熟。成熟的标志就是生起不退转的功德，比如说出离心、菩提心、空性的证悟等等，都是属于成熟自相续。

[1573] “三种不可思议的甚深要诀”，在其他地方还有其他的解释。在这里，圆熟净主要是从上述三种来解释的。

[1574] 在实修正行时，一般来说所有的前行法都不能弃之一旁，尤其是观修生圆次第等时依靠上师瑜伽法而得受道灌顶，是每一座开始必不可少的殊胜要诀。

[1575] 虽然叫前行，但是在修正行的时候，所有的这些前行要诀都不能够弃置一旁，不能够说现在前行的阶段已经过了，我修正行了。前行就好像不用修了，把前行法弃之一旁了。华智仁波切就说，不能这样。所有的前行在修修正行之前都要意念一次，以比较快的方式意念一次，然后再进入正行。以生起次第为例，要把所有的前行归纳成皈依、发心，然后七支，归纳到这里面意念一次，然后再进入生起本尊的修行等等。所有的修行都要意念一次。有时以比较快的方式意念，出离心、无常，然后皈依、发心等等，或者有时念三遍，意念一下再进入正行。所有的前行不能弃之一旁。

[1576] 尤其对于上师瑜伽来讲，观修生圆次第的时候，依靠上师瑜伽得受道灌顶，本来道灌顶属于上师瑜伽的一个内容，它是前行的，但是在修所谓的正行生起次第、圆满次第和大圆满的时候，在马上要修正行之前，都要修一座上师瑜伽，得受一次道灌顶，受一次四灌顶。所以说这个是每一座开始必不可少的殊胜要诀。

[1577] 这样观修之后，修生圆次第和大圆满就很容易相应。因为自己意念了上师，意念了实相，在整个修法过程当中就能够得到上师的加持，就更能够相应所修的法义。

[1578] 如果是一个信心十足、誓言清净的修行人，那么仅仅依靠圆满修行这以上的正道，也可以不观待正行法门而往生到妙拂吉祥山。

[1579] 我们在修正行之前，如果有上师瑜伽的四灌顶，就会非常殊胜。还有另外一种，如果“信心十足”，对于上师的信心特别地大，誓言特别地清净，他没有修生圆次第，也没有修大圆满正行，仅仅依靠上师瑜伽，从明观福田，到自心祈祷，到后面的结座等等，通过这样的方式，依靠圆满修行上师瑜伽的这种正道，也可以不观待正行，完全不修生圆次第、大圆满，你只懂得修这个也行，然后也可以往生到妙拂吉祥山，也就是铜色吉祥山当中。



[1580] 大恩上师在讲记当中也讲过，有些修行者不懂得其他的修法，有些是不懂，有些他可能不修，只修上师瑜伽，只念莲师心咒，也有这样修持的。上师好像以前写过一本叫《密宗虹身成就略记》的书，里面好像有个叫做宗瓦上师的，宗瓦上师就是只修大圆满前行，只念莲师心咒，最后好像念了一亿或者几亿的莲师心咒，获得了很大的成就，到了铜色吉祥山。这个公案好像是龙多活佛讲的，后来上师就记录在《密宗虹身成就略记》里面。

[1581] 有时没有修行其他法门，就是信心很清净、很强烈，誓言很清静，只修上师瑜伽，他就成就了。所以道友们如果有能力，五部大论，还有密乘的正行，能够修行的话，当然利益是特别大，但是如果实在修不了，也可以通过很清净的信心念诵莲师心咒，修上师瑜伽，这也是可以的，里面讲得很清楚，不观待正行法门最后也可以成就。往生铜色吉祥山就是成就了。

[1582] 在那一清净刹土当中通过四种持明之道将会比日月运行还迅速地获得普贤王如来果位。

[1583] 在铜色吉祥山，莲花生大士的刹土当中，通过四种持明之道，“四种持明之道”前面介绍过，第一个是异熟持明，然后是长寿持明，大手印持明，最后一个任运持明。通过四持明道比日月运行还要快。日月运行，我们说，从早晨到晚上日月运行特别地迅速，比这个还要快的速度获得普贤王如来的果位。所以说，莲花生大士的刹土中，所有的持明者、传承上师们都在铜色吉祥山，极乐世界也有很多的传承上师。看有些传记，比如说多杰钦朗尊者他的《莲师刹土云游记》，还有其它大德去铜色吉祥山的描述，基本上我们宁玛派的传承上师，主要的祖师都在这里。他们都有很多殊胜的窍诀，再加上莲花生大士亲自赐予的窍诀、灌顶，本来就是一个刹土，在这个当中比日月运行还快的速度，迅速地获得普贤王如来无二无别的果位。单单凭前行法门也是可以成就的，完全可以成就。

[1584] 以上讲完了上师瑜伽的修法。下面第三个讲传承上师的简历。在上师瑜伽的修法当中，明观福田、自心祈祷讲完之后，再讲传承上师的简历，是为了让我们对大圆满或者密宗的正法生起信心。

丁三（传承上师简历）分三：一、如来密意传；二、持明表示传；三、补特伽罗耳传。

[1585] 内三续就是玛哈约嘎，阿努约嘎，还有阿底约嘎大圆满，这叫做内三续。内三续的传承就是不共内续，最殊胜的密宗都在里面。

[1586] 内三续之传承：（传讲大圆满前行时）为了使听法者心生欢喜等，

[1587] 为了让听法者心生欢喜，我们这个传承很殊胜，有很殊胜的传承加持。一个是心生欢喜，第二个必要性也是遣除疑惑。这个法有没有传承呢？是不是可靠的传承？有怎样的传承过程？有时会有这种疑惑，为了打消疑惑，让听法者生起欢喜心。

[1588] 一般而言，上师都有详略适当讲述以内三续瑜伽为主佛法起源历史的传统。

[1589] 在讲大圆满前行的时候上师们有这个传统，详略适当地讲述以内三续瑜伽为主的佛法起源和传承历史。不单单是讲前行，在讲正行的时候，也会有这些传统。

[1590] 比如《上师心滴》前面也有讲到传承上师的历史，空行心滴、布玛心滴都有讲传承上师的传记、历史。为了让大家生起信心，对这个法缘、源流产生正见，不生疑惑，都会讲一些，有很大的必要性。有时我们自己也需要了解。当然也有广的历史，大恩上师翻译的《藏密佛教史》，也是宣讲传承上师的历史。还有大圆满心髓的传承上师、传承祖师的传记，还有《蓝宝石项链》也是很好的传记，也是讲传承上师历史的，这些都是和大圆满有关的历史，还有一些伏藏的历史。当然还有些是属于其他派的，比如说《青史》是其他教派的传承历史这些都有，而且特别多。

[1591] 我们要想详细地了解，可以看上师翻译的《藏密佛教史》，这个比较广。还有专讲大圆满心髓的，是传承祖师的传记，讲的非常殊胜。还有这几年出的译本《宁玛派源流》，里面有各式各样的历史，这些我都看过。也有讲伏藏历史的，讲戒律传承的，还有讲经幻心的传承的，讲大圆满的传承是特别地多，而且都很细致。但是有些翻译者对法义或者术语的理解有时稍微有点生疏，但是意义还是非常殊胜的。这些都可以找来看一下，增上对本派或者对传承上师的信心，对我们修法有非常大的必要性。

[1592] 在这里也简明扼要地进行陈述：被一致共称的前译（宁玛派）

[1593] 宁玛派也叫前译。

[1594] 内续生起次第玛哈约嘎、圆满次第阿努约嘎、大圆满阿底约嘎的法脉流传可以分为三种，也就是如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳传。

[1595] 宁玛派的传承，法脉的流传分为三种，第一个叫如来密意传，第二个叫持明表示传，第三个叫补特伽罗耳传。

[1596] 下面次第地介绍这三种传承。

[1597] 第一个是如来密意传。大恩上师在讲记当中讲了，如来密意传基本上是佛与佛之间的传法方式。

戊一、如来密意传：

[1598] 初佛本师普贤如来无量大悲神变之中显现诸佛的刹土、讲法圣境以及四身本师。

[1599] 首先讲普贤王如来，普贤王如来叫本初佛。在我们的教法当中第一尊佛叫做普贤王如来。我们皈依境的唐卡最上面一尊蓝色的佛就是普贤王如来，也叫本初佛。

[1600] “普贤如来无量大悲神变之中显现诸佛的刹土、讲法圣境以及四身本师”，普贤王如来是法身佛。虽然法身是无形无相的，但是无形无相怎么表示呢？没法表示，就用蓝色来表示他是法身的自性，是虚空的颜色。

[1601] “大悲神变之中显现诸佛的刹土、讲法圣境以及四身本师”，无形无相怎么传法呢？没有办法传法，所以首先要在无形无相的法身佛当中，显现一个有形象的刹土。这里首先显现的诸佛刹土是报身刹土。报身刹土是清净的色法，非常清净的。它是有形有相的、很清净广大的。然后讲法的圣境，还有具有法、报、化、自性身四身本师。这个传承的意思就是说从无相到有相，一步一步地把这个法传了下来。

[1602] 大圆满的法，内三续的法是怎么传下来的？首先是普贤王如来，他是法身，是无形无相的，没有办法像报身佛一样给眷属讲法，有声音有形象才可以讲法，怎么办呢？第一步就是从法身显现为报身，从无相显现成有相，显现刹土，有刹土有地方了，然后有眷属有形象的四身本师，比如显现为五方佛，五方佛是报身佛。

[1603] 报身佛的一个特点是和法身佛无二无别的，他的相续就是普贤王如来化现的，没有离开普贤王如来的本体。和普贤王如来不一样的地方，他有形象，有传法的地方，可以有一些菩萨眷属。有了菩萨眷属就可以有人间的眷属，慢慢地就把这个法传递到我们这儿。我们是怎么得到的呢？是通过补特伽罗耳传得到的。补特伽罗耳传这个传承从哪里来呢？是持明者，他们有能力在这些刹土当中去听法，见到这些报身持明者，从这儿接下来的。

[1604] 那么这些报身佛他们从哪儿来的传承呢？普贤王如来的法身化现成刹土，一刹那之间就圆满了传承，所以如来密意传主要是佛与佛之间，正法传到我们这里来的第一步。从无相到有相，从无形到有形，从普贤王如来到报身，有这个过渡。

[1605] 本师在和自己无别的五身（旧派密乘经典所说二十五果法之一类：法身、报身、化身、不变金刚身和现证菩提身）任运持明、

[1606] 本师就是普贤王如来，“和自己无别”，因为是他自己化现的，普贤王如来化现的五身任运持明，五身就是法、报、化三身，然后是不变金刚身，现证菩提身。

[1607] “五身任运持明”，一个是五身，一个任运持明，任运持明就是前面我们讲的四持明当中的第四个，是佛位。四种持明按照无垢光尊者的观点，异熟持明属于地前的，相当于还是凡夫，但是马上要成就的那种叫异熟持明，心相续成熟了，身体还没有成熟。然后中间的两个，长寿持明和大手印持明，是属于有学的圣者位，任运持明是佛位。这是无垢光尊者的观点。在幻化网当中讲，任运持明是十地菩萨，如果是十地菩萨放在这儿就不合适了。无垢光尊者讲任运持明是属于佛位的，所以本师和自己无别的五身任运持明。

[1608] 浩瀚如海不可思议的佛众眷属前，

[1609] 佛众眷属，讲法者是佛，他的眷属也是佛，因为他化现的，所以说在浩瀚如海的以五方佛为主的不可思议的佛众眷属面前。

[1610] 虽然没有通过词句、表示的方式宣说诸法，

[1611] 用词句宣说相当于口耳相传了，表示的方式宣说类似于持明表示传。这个都不是，词句的传承也没有，表示的方法也没有。



[1612] 但是在无勤任运大悲自证智慧自相光明性中却以无言的方式而宣讲，

[1613] 他宣讲不是用语言，也不是用表示的方式，都不是。他是各自安住在自己的密意当中，安住在无勤任运大悲自证智慧自相光明性中，以“无言的方式”，在一刹那之间——他们是他化现的眷属，一刹那之间所有的眷属和他的密意成为无二无别了。这是一种相传方式，佛和佛之间通过这种方式就传完了，这是第一个步骤。其实全都是佛，他化现的也是佛，只不过化现完之后，第一步从无形到有形，是走向人间的第一步。你怎么把这个法传给我们？我们见不到普贤王如来，对不对？我们没办法理解，没办法和他沟通，怎么办呢？他首先化现以五方佛为例的其他佛，一刹那之间以这种方式就传完了。第一个就是如来密意传，把他的密意通过无形传给有形了，通过法身传给了报身。这就是一个表示，并没有说我给你传法，然后五方佛向普贤王顶礼，然后就开始传法，这个没有，幻现出来一刹那就传完了。这是一个过渡。

[1614] 如来密意传是佛和佛之间的一种传递，把法从无形传到有形，从法身到报身。报身就有形象了，只不过我们见不到清净的报身，我们是庸俗的凡夫，还见不到有形报身。不过没事，还有个过渡，一地以上的持明者他们可以见到报身，去报身面前听法，然后我们可以见到这些持明者。持明者是那些传承祖师，是这些上师们，他们可以和报身交流，报身把法传给他们。我们和这些持明者建立口耳相传的关系。我们在他们那儿听法，然后这个法我们就源源不断地听到了。

[1615] 这就是三个传承，传到我们这儿来的流程，或者方式。

[1616] 使诸位眷属现前了无倒实相密意，断证功德与本师成为无二无别。

[1617] 本来就是无二无别，只不过从无形到有形而已。有了智慧功德，有了宣说的形象，他的断和证的功德和本师普贤王如来无二无别。既有形象，功德也和本师无二无别，对我们来讲这是让我们生起信心的一个方便、一个方式。

[1618] 以上是如来密意传。下面是附述的。

[1619] 上师也讲了，如来密意传是佛给佛传法，但如果不是佛怎么办呢？所以附带讲一下另外一种传讲方式。

[1620] 对于不具有这般彻悟真如缘分的眷属，佛陀则以其他阶梯道乘的方式加以宣讲的情形：

[1621] 佛陀以其他的方式来进行宣说。

[1622] 总的来说，在不可思议的世界中随机度化、示现无数化身而饶益众生。

[1623] 如果众生有福德，那么佛陀就示现佛陀的形象，比如释迦牟尼佛，他示现到印度金刚座，对我们来讲，佛陀是化身佛，在我们面前是化身，我们可以见到释迦牟尼佛的化身，他也可以给我们讲法，这个就是口耳传承。

[1624] 释迦牟尼佛本身是佛的自性，他有报身，有法身。释迦牟尼佛的法身在有些地方讲，也是普贤王如来，没有什么差别，只不过汉地没有普贤王如来的概念，说这是佛陀的法身，其实意义上没有什么差别的。

[1625] 分别而言，以六能仁化身的形象来调伏六道所化有情。

[1626] 六种能仁在六道当中。上师在讲记当中讲，天界是帝释能仁，阿修罗界是正信能仁，人界是释迦牟尼佛，然后旁生是狮子奋迅，还有饿鬼道是焰口，或者是牛首阿瓦，地狱是中阴法王，有的说是阎魔王，是佛陀在地狱当中的化身。只要你有清净观，你就可以见到他们的本性；如果业障很深重，到了中阴界就会看到中阴法王。如果我们的业不清净，中阴法王就是审判我们、让我们受苦的审判者；如果你的心清静，他就是佛陀的化现，用这样的方式来调化有情。

[1627] 尤其是在这个南瞻部洲，释迦牟尼佛在人间天境中依次转了三次法轮，而宣说了因乘的经、律、论以及密乘外续的事、行、瑜伽部。

[1628] 在南瞻部洲，释迦牟尼两千多年前在印度降生，在金刚座成佛，然后依次转了三次法轮，宣讲了因乘的经、律、论，还有密乘的外续的事部、行部、瑜伽部。

[1629] 如颂云：“调伏贪惑对治法，佛说律藏二万，调伏嗔心对治法，佛说经藏二万，调伏痴心对治法，佛说论藏二万，同调三毒对治法，佛说密藏二万。”

[1630] 佛陀在人间，针对大多数众生的根基主要宣讲了显宗的经律论；针对一些特殊的根基，释迦牟尼佛传讲了密法，主要以外续为主，事、行、瑜伽部讲的比较多，也讲很少的一些无上瑜伽部《时轮金刚》《密集金刚》等等，这个讲的比较少。所以这里面主要是以外续部为主。

[1631] 这是释迦牟尼佛在南瞻部洲传讲的密法。但是咱们现在讲的是内三续的传承，外三续是释迦牟尼佛自己讲的，内三续当中无上瑜伽部偶尔有很少的几部续部，像《时轮金刚》《密集金刚》《真实名经》等等是本师释迦牟尼佛讲的，讲的不多。大量的内三续就是前面我们讲的三传承，有体系的讲从普贤王如来的普贤密意传，然后持明表示传，到补特伽罗耳传，主要讲的是这个传承。

[1632] 释迦牟尼佛自己化现在人间讲的显宗小乘、大乘，这些不是咱们要讲的内三续的传承。我们不要误会，说释迦牟尼佛传的法没有持明表示传啊？这个不是，我们是讲内三续。内三续的传承是通过这三大传承传到我们这儿来的，释迦牟尼佛的经律论，是直接通过传承上师从另外一支传下来的。

[1633] 释迦牟尼佛讲的法，“如颂云：调伏贪惑对治法”，为了调伏贪心、贪欲的烦恼，佛陀讲了律藏，二万一千法门，是律藏。“调伏嗔心对治法，佛说经藏二万”，为了调伏嗔心，佛陀讲了二万一千种经藏。“调伏痴心对治法，佛说论藏二万”，为了调伏众生的愚痴，佛陀讲了二万一千种论藏。

“同调三毒对治法”，同时调伏贪嗔痴的对治，佛说密藏二万，佛陀宣讲了密乘的二万一千种法门。总共八万四千法门，分别或同时对治贪嗔痴，每个二万一千种，总共是八万四千法门，这个是略述、附述的。真正的如来密意传是前面那一段，那是真实的如来密意传。“对于不具有彻悟……”这个以下是附述讲的。佛陀出现在世间，讲的是外续以上的法，就是这样的情况。

[1634] 今天我们的课就讲到这个地方！

[1635] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[1636] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[1637] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[1638] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

《前行广释》第 135 课辅导资料

[1639] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[1640] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[1641] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[1642] 发了菩提心之后，今天我们继续一起来学习华智仁波切造的《前行引导文》。《前行引导文》分了共同前行、不共前行，还有破瓦。

[1643] 共同前行主要是帮助我们生起出离的意乐，为什么要解脱？轮回的很多过患或痛苦必须要了解，然后要厌离，厌离之后就要向往出离、向往解脱，所以讲了解脱利益。谁帮助我们解脱呢？就是上师帮助我们解脱，一般的人帮助不了，所以要依止善知识，也就是说必须依止善知识才有解脱，不依止善知识凭着自我臆造、凭着世间人的一些观点或者说一些伟人等等，是没办法帮助我们解脱的，必须要依止善知识。

[1644] 如何依止善知识？善知识具有什么样的法相才能叫善知识？不是说随便找一个人就是善知识，他的名字叫善知识他就是善知识，这些都不是。善知识必须有他的法相、条件。所以共同前行里面也讲了善知识的条件，必须要去寻找，寻找到之后还要好好地依止，依教奉行。善知识需要条件，弟子也需要弟子的条件，也就是说不是随随便便的一个人叫做弟子，如果是要修解脱道的弟子，一定有自己的条件。所以要对照我们，如果我们想要修解脱道，必须符合弟子的条件。弟子的条件不低，这里面也讲了作为一个合格的弟子——法器应该具有什么样标准。如果已经有了就在保持弟子标准的同时继续地修学；如果还没有，要一边学习一边去具足。这样的弟子依止这样的上师才叫做依止善知识，才是真正的解脱道的所依。依止好上师之后，上师会



给弟子传解脱的法，就是从皈依开始，皈依是怎么回事？发菩提心怎么修？怎么样清净罪业？怎么样圆满资粮？怎么样通过上师瑜伽得到加持？这些都是不共的教言，是有经验的善知识们了悟了佛陀所传下来的妙法，通过宣讲、加持，要在弟子相续当中生起来的修法的方式。

[1645] 一、通过修皈依，内心当中要生起誓言：皈依三宝之后，无论如何，可以舍弃自己的生命、可以舍弃自己的一切，但是不能够舍弃三宝。修皈依之后应该有这样的信心。当然，如果进一步了知皈依的意义，最后还会了知自己本具三宝、自己本性就是三宝的自性，所以永远不舍弃，也舍弃不了。完全了知之后对于真实的三宝，不管是暂时的、外在的三宝也好，还是说自己本具的三宝也好，都会有非常清净的认知，这就是我们修皈依的时候应该生起来的。

[1646] 二、发菩提心，要生起利益一切众生的心。首先是一切众生，不管是任何种类的众生，不管喜欢的、不喜欢的、认识的、不认识的，人还是其他的非人，反正所有的有情都是自己利益的对象，必须要通过修行要达到这一步。因为现在我们发菩提心时，第一关还没有过，自他的分别——对于自己愿意利益的和不愿意利益的分别还很重，所以首先必须要通过修持平等心等等，消灭内心当中的这种颠倒认知，要生起一个平等利益一切众生的心。

[1647] 怎么样利益他们呢？有暂时的利益和究竟的利益。当然究竟的利益是给众生最圆满的果位，但是暂时的利益也可以，因为我们从现在开始修行佛法，从菩萨到成佛的过程中也会遇到各式各样的很多众生，如果内心当中有训练的话，对一些众生可以暂时利益他，然后在暂时利益他的同时给他种下究竟解脱利益的种子，随着自己修行的增上，自己利益众生的能力也随之而增上，最后自己成佛的时候就可以究竟利益众生。

[1648] 我们内心当中要真实的生起为了利益众生发誓成佛的菩提心。真实生起菩提心的菩萨，相续当中完全是利他的意愿，就没有自己和他人的分别，自己在做功课其实也是在利益众生，在利益众生其实也是利益自己，所谓自和他的界限其实就没有了、不存在了。现在我们所纠结的：如果我去利益众生，我的功课怎么样？我的修行怎么办？……如果真实有菩提心，那么在修行过程当中就已经把自他的界限抹平了，没有所谓的这是自己的利益，那是他人的利益。如果安住在这样状态当中，不管是做什么都是对的，不会有染污的心，其他的心都不会有。这是一个。

[1649] 还有一个就是为了利益众生，自己要发心追求佛果，然后要修持行菩提心等等。当然发菩提心首先在相续当中要生起一个非常坚固的愿心——愿菩提心，愿菩提心一旦生起来之后，紧接着肯定就会有行心——行菩提心。如果真实的愿菩提心生起来了，你说：“我现在终于生起了愿菩提心了，现在我可以休息了，现在啥都不做了。”那就说明愿菩提心还没有真正生起来。如果真正愿菩提心生起来之后，绝对不会停息的，肯定会为了目标，开始在愿菩提心基础上修持一切的教法。

[1650] 三、金刚萨埵。暂时来讲金刚萨埵可以清净我们无始以来所造的罪业，让我们不感受恶趣的果报，让我们相续当中的恶业不成熟，通过金刚萨埵把罪业清净了。当然这个过程本身是缘金刚萨埵的修法，也和金刚萨埵结下很深的因缘。究竟来讲，清净罪业之后，关键是要清净我们如来藏上面的客尘，可以现前实相。

[1651] 四、供曼茶。前面我们讲，修了金刚萨埵，我们的罪业清净到一定程度的时候，我们的身体会很轻安，内心当中也会很轻松，很多粗重的烦恼就不会生起。这也是个验相，如果真正罪业清净了，自己的烦恼是很轻微的，这些也是我们修金刚萨埵的必要性。供曼茶是为了让我们迅速的积累起能够成就的种种福德因缘，通过一个很殊胜的方式来快速积累资粮，这就是供曼茶的修法，简便易行。

[1652] 五、上师瑜伽。把以上这些修法都修好之后，就可以通过上师瑜伽来和上师相应。上师是什么呢？上师就是实相，一提到上师的时候，不要马上说——上师就是那个人，他多高，怎么怎么样，就是那个人。这只是他的示现，不是真正上师的体性。也不是说通过修上师瑜伽之后，我现在和上师长得越来越像了，好像什么都差不多了。当然修上师瑜伽也许会有一些外貌的变化，以前道友开玩笑：你这段时间是不是修上师瑜伽修得好啊？其实真正要和上师相应，不是把你的高矮、容貌和上师修得越来越像，这就是上师瑜伽。这倒不一定，真正的上师瑜伽，上师是代表实相，明空无二的本性或者是如来藏的外现，我们要和上师相应，自己也要现前如来藏，和上师无二无别。也就是说通过修持上师瑜伽可以现前我们的本性，证悟空性也好或现前暂时的、究竟的功德也好，这些都是非常殊胜的修法。

[1653] 六、破瓦法。如果在修行过程当中没有解脱，后面还有破瓦，通过破瓦的方式无勤作可以往生西方极乐世界。在极乐世界修行不会有现在我们在欲界——娑婆世界修行遇到的种种麻烦、种种的违缘，都不会有。既不会因为自己身体不好而耽误闻思修，也不会因为加行的压力而导致没办法闻思修，也不会因为其他的问题而导致中断闻思修，助缘是非常圆满的，从导师到极乐世界的眷属都很殊胜。通过破瓦这样非常简便易行的方式就可以去往极乐世界。

[1654] 让我们的修行圆满的所有方法在这里面都讲得很清楚了。

[1655] 不共加行当中真实的修法已经讲完了，现在我们讲上师瑜伽的后面部分，讲传承上师的简历，真实的祈祷或念心咒已经学了，现在是讲传承上师的简要历史。这里讲一方面是为了让听法者、传承弟子生起欢喜心，通过自己的福德和上师的慈悲，自己入到了这样法脉当中，特别欢喜；还有一方面就是生起信心，其实对传承上师生起信心，从另外一个角度讲也是对传承本身生起信心。因为众生的分别念很多，怎么样能够让众生生起信心呢？就讲传承是怎么来的，一代一代这样传下来，每一代传承上师都具有非常殊胜的功德，一直传到我们的大恩上师。

[1656] 当然这里面传记倒没有讲这么多，因为是华智仁波切造的，他讲的传承上师的历史可能是他之前的，但是也没讲非常多，讲到智慧光尊者等等，以下基本上就没怎么讲。不管怎么样，我们对于传承上师也应该有些了解，比如一个家族，有些时候为了让家族后代的人能够生起奋进，或者能够生起一些自豪感，也会介绍祖上的丰功伟绩，或者祖上有些什么传奇人物，他就觉得很自豪，有些时候也有一定的作用。

[1657] 当然佛法的传承当中介绍以前的高僧大德，不单单是为了让我们生起自豪，其实主要是生欢喜，生起信心祈祷，对现在的法脉坚信不疑，这样很容易在法脉当中得到应有的利益。本来法脉是可以给我们很殊胜的加持，让我们得到很多的利益的。如果我们没有生起信心，或者我们没有在欢喜心当中接受，那么遇到违缘就有可能退失。因为没有当回事儿，没觉得法脉很殊胜，遇到其他的一些说法、诱惑或者违缘的时候就会很容易放弃掉，这是非常可惜的。本来应该得到很多的利益，但是就是因为自己不了解，没有深入了解的缘故而放弃的话就很可惜。

[1658] 有这样必要的缘故，也是简单的介绍一下传承上师的简历。如果我们要了解的话，就像前面讲的一样，还有很多比较广的历史，我们可以反复去看。其实对于这些传承上师的历史，在看了之后能够知道他们的修行方法，给我们传递出来作为弟子应该有的信心，或者遇到事情的时候怎么样经受住考验，在遇到违缘的时候心安忍等等，也有很多很多的提示、启发，传记很直观的、非常直接的把教义在传记当中体现出来。

[1659] 当然这里面是比较略的，主要是不共的三大传承。一个是如来密意传，前面已经学了，大恩上师也讲了如来密意传主要是佛和佛之间的传法方式。今天我们学习第二个持明表示传。

戊二、持明表示传：

[1660] “持明”，这个地方持明就是说他不是一般的凡夫人，凡夫不能叫持明，这里的持明都是属于证悟者。表示：也不是像佛和佛之间传法那样的密意，佛陀化现他的眷属，一刹那之间眷属就完全具备了本师的所有功德，不是像这样，也不是说必须要口耳去传承，就是一个表示，是介于二者之间的，既不需要通过很多语言去描述，也不是自己化现眷属，一下子传法就圆满了，是中间有一个表示的方式，有的时候就指一下天空或者怎么样表示一下，一下子就把法传完了。当然有些时候表示是指他们证悟的法，这也是传递心性，也是一种法；有的时候传就是一个传承，一下子就传法就传完了。

[1661] 现在我们要念个传承，必须要逐字逐句的把一个法念完，这样就得到一个传承了，补特迦罗耳传是这样得传承的。但是持明表示传当中不需要这样，他通过什么样的表示，一刹那就把法传完了。这就是第二种传法的方式——持明表示传。

[1662] 虽然持明表示传的传承上师里面也有上师讲、弟子听的这样方式来传法，但是更多的就是通过一个表示一刹那就传完了，传承就传给对方了。持明表示传都是证悟者，如果不是证悟者没办法通过持明表示传的方式来得法。

[1663] （持明表示传是如何产生的呢？）释迦牟尼佛临近涅槃时曾经预言无上密法日后将出现。

[1664] 持明表示传主要是密宗，是玛哈、阿努、阿底三类法要，即生起次第、圆满次第和大圆满的法。佛陀在世的时候主要传的是显宗，密宗法也传了一些，不多。



[1665] 密宗法要是如何出现的？怎么传的呢？释迦牟尼佛在临近涅槃的时候就预言无上密法日后将出现，预言以后密法会兴起，会非常兴盛。第一，佛陀自己简要的传了一些密法，佛陀自己也传密法就说明密法本身是一个纯净的法要。第二，佛陀没有传的密法，佛陀授记以后会有传密法的，密法会兴起，怎么样兴起的方式佛陀也做了一些授记。佛陀做授记其实就是一种认可，认可密法是很纯正的佛法。这是授记无上密法日后将会出现。

[1666] 佛（在《胜乐后续》中）明确的说：

[1667] 释迦牟尼佛在《胜乐后续》当中这样讲。

[1668] “我趣涅槃后，二十八年时，三十三天处，教主胜心天，降临于人间，瞻洲东方隅，人中具缘种，名为国王匠，出现祥瑞兆，扎谢坚山（即玛拉雅山。玛拉雅，梵译译为香山，药都善见城西一山名，盛产岩精、寒水石等药物）上，金刚手现前，传授五圣贤（妙称天、安止龙王、流星面药叉、慧方便罗刹和离迦族人无垢称等五），罗刹境主（莲花生大士）等。”

[1669] 佛陀在《胜乐后续》当中就很明显的授记。《胜乐后续》等等这些续部，当然有些可能是没有翻译，没有传过来，在咱们汉地《大藏经》里面要找《胜乐后续》可能是找不到，如果要在南传佛教的《大藏经》里找，也是找不到。但找不到不等于就没有，因为佛法在当时是传了很多很多的，在《佛教史》里面也讲，佛陀在不同的地方传了很多法。密主金刚手菩萨，还有文殊菩萨，还有很多菩萨他们就把佛陀所传的法做集结，集结之后在天宫、龙宫等很多地方存放。即便是佛陀所传的显宗法要，现在我们在《大藏经》里面所看到的也仅仅是其中非常少的一部分。

[1670] 按照《佛教史》的观点，佛教在印度是三度遇救，佛陀的教法在印度有三次被毁灭的情况，当然不是完全被毁灭，是受到很大的损失，有些时候是通过火，有时候通过战乱等等，损失了很多很多经典。还有，后面的大德去求法，虽然是求到了，但是没有翻译，比如说玄奘法师，他去印度求法，可能是听了很多法，把很多经拿回来之后，因为显相上面生命也是有限的，还有很多方面因缘因素的局限，一个人翻译，虽然下面有很多人帮忙，但是毕竟还是有限的，所以他带回来的经书能够翻译出来的也不是全部。他从印度带回来的这些经书，也只是印度佛经的一部分，带回来了之后，翻译的也只是一部分。

[1671] 虽然很多的翻译家不断的翻译，但是佛经有很多很多。有些是重复翻译的，比如说《金刚经》，鸠摩罗什大师翻译了，玄奘法师翻译了，《金刚经》有很多种译本。还有很多经书大家都没有译，玄奘法师没有译，鸠摩罗什大师也没有译，没有翻译，所以我们现在就看不到。

[1672] 有些经典看不到，是不是就等于没有呢？不一定，这个地方没有翻译可能是传到别的地方去了。比如说，密续在藏区就非常兴盛，当时他们去求法时，带着很强的目标性，就是要去求密法，要翻译密法，大家都去印度求密法，带回来很多，然后专门翻译，所以就保存的比较完整，是这样的情况。在汉传佛教里面有的，比如《大藏经》里面有的经典在藏传佛教里面没有，有些是藏传佛教里面有的汉传佛教没有，南传佛教里面有的可能是汉藏都没有，但是汉传佛教和藏传佛教有的，可能是在南传佛教里面没有，有很多种情况。

[1673] 《胜乐后续》是一个续部，在藏文《大藏经》里面是有的，这里主要从这方面讲的。如果想这里面有涉及我就翻一翻《大藏经》，翻一翻《大正藏》《龙藏》，看里面有没有，没找到这就是假的，就是伪经。这样去认定的话就太简单了，前面我们分析的，情况有很多种。有些传记说，龙树菩萨到龙宫，单单看佛经的目录一个月都没看完，就是说在龙宫所收藏的、佛陀在各个地方所讲的经典的目录一个月都没看完，佛经很多很多。有些地方保存的比较完整，因为那个地方相对来讲是比较稳定的，他们的能力也大，在天界还有很多空行刹土，还有龙宫里面等等，很多地方都保存着佛陀讲的很多很多法要。龙树菩萨从龙宫带回来一部分，像一些般若经典，还有《华严经》等等，然后慢慢开始弘扬的，还有像续部等等没有带回来的特别多。

[1674] 佛法在人间弘扬也要观待很多的因缘，众生的福报还有根基，有些时候可能是翻译了，但是可能由于众生的福报等，翻译出来之后，没好好保存也就消失了，也有这样的情况。

[1675] 在《胜乐后续》当中明确的讲，“我趣涅槃后，二十八年时”，“我”就是释迦牟尼佛，佛陀说，我趣涅槃之后二十八年，这个时候密宗就会逐渐逐渐开始兴起。当时人间也有一些，但是大量的密续，玛哈、阿努、阿底内三续的密法兴起，是从二十八年开始。

[1676] 这里面有三个地方，第一个是“三十三天处，教主胜心天”，就在天界三十三天的这个地方，教主胜心天子首先在天界得法、弘扬，后来降临于人间，又开始在人间弘扬大圆满为主的法要。

[1677] 第二个是“瞻洲东方隅，人中具缘种，名为国王匠，出现祥瑞兆”，这是属于玛哈约嘎。南瞻部洲的东方，人中具缘种：在人间有一个具有殊胜种姓、殊胜因缘的国王匠。他是个国王，名字叫匠，叫做国王匠，有时候叫恩扎菩提。出现祥瑞兆：他做了七个梦，有祥瑞兆之后，他就通过祥瑞的梦兆得到了法要，最后生起了证悟，开始逐渐逐渐传授玛哈约嘎生起次第。

[1678] 第三个是“扎谢坚山上，金刚手现前”。扎谢坚山就是玛拉雅山。在玛拉雅山，金刚手菩萨在五圣贤面前出现，把阿努约嘎的教法传授给了五圣贤，然后五圣贤次第传到罗刹境主。罗刹境主就是莲花生大士。

[1679] 这样进行了授记。

[1680] 这样做了授记以后，佛陀便示现涅槃。

[1681] 做了授记之后，佛陀就示现涅槃了。当然我们看传记、历史，没有说佛陀在涅槃之前做了这样授记，我们看不到。就像前面讲的一样，因为众生的根基不同。佛陀的证悟也是不可思议的，在佛陀面前听法的有很多很多人、非人，甚至于显现上面，可能佛陀只是给一些小乘的弟众讲了些遗教，教导他们以戒为师等等，教诲之后佛陀就趣入涅槃了，如果从小乘的这些教言来看，佛陀在入灭的时候也没有说任何大乘的教法，更没有说密乘的授记。那么对于显宗的根基来讲，可能佛陀针对一些大乘的菩萨们也讲了一些遗教。如果站在密乘来讲，佛陀涅槃之前说了密乘的一些遗教，密乘的授记。因为在佛经里面讲，不同的根基会听到不同的教言，佛陀通过一个音声讲法，“众生随类各得解”，在显宗的经典当中也是这样讲的。

[1682] 所以说，我们不能说在某某记载里面，没有说佛陀在入灭之前讲了授记，然后讲完之后就涅槃了，并没有这样。这只是其中一部分，佛陀在一类的众生面前示现的，讲的可能和密乘大乘都没有关系的教言，当然不能够说这就是唯一的。因为在世间当中，本来就不可能纯粹像一件事情，说了就说了，没说就没有说，不能这样完全确定，因为在世间当中毕竟是无自性的，在无自性、空性当中，各式各样的众生都会有不同的所见，尤其是像佛陀那样已经完全证悟实相的。如果是一个普通人，在普通人的观现世量当中，他自己没有证悟空性，他也没办法说：我在讲这句话的时候，同时我也在对其他不同的众生讲其他的话。我们现在是没这个能力的，但是我们没能力不等于佛陀没有，佛陀因为证悟了空性、无自性，现见了实相的缘故，所以他就可以在一个时间当中针对不同的众生讲法，每个众生听到都是认为给自己讲的，其实是同时讲了若干种教法。这里面的意思也可以这样理解。

[1683] 后来与佛授记相吻合，出现了无上密法生起次第、圆满次第以及大圆满法。

[1684] 和佛陀的授记完全吻合，这个时候就开始出现了无上密法，主要是内三续的教法，不是事部、行部等外续部，主要是内三续，就是生起次第玛哈约嘎，圆满次第阿努约嘎，还有一个就是大圆满法，这些都有了。现在在藏传佛教里面，内三续的密法还是非常完整，一直在传授，一直在修持，还有很多大德们在造注释，在不断的护持内三续这样殊胜的教法。

[1685] 那么是怎样出现的呢？首先是介绍玛哈约嘎出现的过程。

[1686] 其中玛哈约嘎的所有续部，是在本师释迦牟尼佛涅槃后二十八年时出现的，

[1687] 授记当中讲在佛涅槃之后二十八年出现的。

[1688] 当时国王匠梦见七种梦兆（一、梦到身语意所依入于自身；二、降下珍宝经函；三、与众研讨佛法；四、受到众人赞叹；五、广造佛塔；六、降下珍宝；七、得成佛授记），

[1689] 持明者是殊胜的化身，因为这些殊胜的教法要传递下来，一般的随随便便一个普通人，他们也没有这样的福缘，也没这样的能力，能够碰到这样的因缘，通过祈祷证悟意义，一般人做不到。所以说具有非常殊胜因缘的国王匠，他在睡梦当中梦见了七种梦兆。在大恩上师讲记的下面也标注了七种梦兆：梦到身语意的所依——佛像、佛经、佛塔融入到自己的身体当中；然后也梦到降下珍宝经函；下珍宝雨；和很多人讨论佛法，弘扬佛法等等。梦到这七种梦兆，就是在前面授记当中说的出现祥瑞兆，首先有这些梦兆。



[1690] 当然本身来讲，有些梦兆的的确确和真实情况一样的，没什么差别，只不过通过梦兆的方式出现的。有些梦兆不一定是具有预示性，有些虽然有预示性，但也不一定是那么殊胜的预示性梦兆。上师也讲，所谓的梦有很多种情况，有些就是圣者们在光明境界当中。在《大圆满心性休息大车疏》里面讲，所谓梦境，首先要睡眠为因缘，就是要睡眠过去，诸根关闭了，然后五识融入到意识，意识融入到阿赖耶识，阿赖耶识最后融入到法界，每天晚上睡觉都有这个次第。如果是利根者在这个时候就会证悟，没有证悟的话，在法界当中重新出现阿赖耶识，之后阿赖耶识当中再出现意识，然后就开始做梦。

[1691] 这就是一个迷乱的过程，不是在光明境界当中出现的，它是在迷乱当中出现的，阿赖耶识上面就是种子，如果没有阿赖耶识，种子没办法现前，首先是阿赖耶识从法界当中出现，出现之后阿赖耶识上面有很多习气，再加上意识，因为诸根那个时候关闭了，五根关闭没有眼识耳识，只有意识，意识单起而做梦，然后意识有分别，有心识要出现，在习气浮现之后配合意识，在梦境当中出现各种各样形象，自己在梦境当中观察、思考、恐怖等等，这些方面就会出现。所以这种梦境其实是迷乱的自性。

[1692] 而圣者的梦境不是迷乱的自性，他是安住在光明的境界当中出现梦境，在梦境当中他可以去听法，也可以度化众生，出现很多的授记。有些大德们的功德、预言是在梦境当中出现的。以前我看过第三世多智钦仁波切的传记，他显相上面梦修得非常好，有些人问他一些授记，以后怎么样，他在梦中就会出现这个场景，第二天他就按照梦中的指示回答。这不是随便回答，而是非常准确。在传记里面说，他的一个很老的侍者问他还有多少寿命，他当天晚上就梦到一本书，书里面一行字，说他的寿命活不过明年，书上就这样写的。果然到第二年他就去世了，他做什么法事都没用，可能寿命就到这为止。所以有时候梦境特别准确。

[1693] 当然有些大德们的神通是通过打卦来示现的，打个卦说卦相是这样讲，其实只不过是不好直接说是神通观察的，就通过卦相来掩饰。有的时候是通过梦的方式来指示，这样都是有的。以前在学院的时候，有一次和益西上师在一起，益西上师说，你们有些事情问大恩上师去，他有时候在梦中显现，通过在梦中观察，第二天会给你们讲，特别准确。所以我们知道大恩上师老人家，有时候也是通过在梦中出现光明梦境，出现一些预兆之后做很多安排，应该怎么做怎么做。这是益西上师亲自跟我讲的，不是听别人说的。很多大德也是通过这样方式来做一些利益众生的事情，这也是有的。凡夫人的梦不一定准——我梦到佛菩萨给我授记，很多都不可靠，后面发现一个都不准，或者有些稍微有点沾边，很牵强的解释成是怎么样的。所以一般凡夫人对梦不要太执著，很多都是无明的成分居多，虽然阿赖耶识当中可能也有些比较清净的种子，但是基本上来讲都不是空性、大悲摄持的，不是特别准。但是圣者们证悟空性实相的智慧，还有大悲心等等，还有很多很多因素，有很多因缘，所以他们的梦境非常有意而且是很准确的。

[1694] 我们讲这些的意思，就是不要过于执著梦境，有些时候可能有某些预示，有些没有什么意义，有的时候我们说这就是个梦而已。一般的世间人尚且对梦不是太执著，何况你学了佛法，有智慧的人，为什么这么耽著梦境呢？道理的确就是这样的。

[1695] 在自己的皇宫上得到了许多用琉璃溶液撰写在金纸上的密续经函以及一尊一肘高的金刚手佛像。

[1696] 在皇宫上面得到了很多经函，经函是用琉璃液，就把琉璃溶化了之后，相当于墨水一样，然后写在金纸上面的密续经函。很多时候为了表示对于续部等经书的尊重，就用金纸或者用金粉为墨。这里是用黄金做纸、琉璃溶液做墨。大圆满续部、一子续，有时也是说在蓝色的纸上面用金粉来写，也有这个传统。为了表示对经书的恭敬，对于《大藏经》等等比较尊贵的经典，比如《七宝藏》等等，即便不是所有的字都用金粉，但是一般开头的几页肯定是用金粉来写的，也有这样的传统。这里也是说用琉璃溶液撰写在金纸上的密续经函，都是有关玛哈约嘎等为主的密续经函，还有一尊一肘高的金刚手佛像。

[1697] 国王匠通过祈祷而通达了其中的《面见金刚萨埵品》，

[1698] 在很多密续当中，有一品叫做《面见金刚萨埵品》，国王匠通过祈祷通达了，这时候并没跟他讲，只是通过祈祷，便通达了其中的《面见金刚萨埵品》。

[1699] 随后依靠这一品与金刚手佛像而修行六个月，

[1700] 这里面就有修法，他通达了以后，就通过这个修法和金刚手佛像修了六个月。

[1701] 最后现见了金刚萨埵并得到加持，

[1702] 最后金刚萨埵现前，他得到了加持，就是通过加持的方式相当于传授了。持明表示传，就是通过这样的方式得到了传授。

[1703] 从而对所有经函的意义通达无碍，从此以后逐步弘扬开来。

[1704] 他在得到了加持之后，把所有在皇宫上面得到的经函的意义完全通达了，对所有密续的要义通达之后，因为他已经通过持明表示的方式得到了传承，所以他就通过这样的方式逐步开始在人间弘扬了。一般的普通人见不到金刚萨埵、金刚手，也没办法到净土、空行刹土中去听法，像这样只有通过持明表示的方式，通过人间的持明者作为一个连接，他们有能力见到殊胜的金刚手菩萨等等得到了传承，他们得到了之后，对我们就是通过补特伽罗耳传，用口耳相传的方式给我们讲续部，然后才能开始修持，就是这样传下来的。这是玛哈约嘎的一种。

[1705] 有些时候在宁玛派当中的玛哈约嘎修法，就像生起次第，比如《大幻化网续部》主要是以玛哈约嘎为主的，修部主要是八大法行，平时我们很熟悉的八大法行也是玛哈约嘎为主，文殊身、莲花语、真实意、甘露功德和金刚事业，还有猛咒诅咒等等，既有八大法行的本尊、修法和总持咒等等很多，都是属于玛哈约嘎的生起次第。生起次第玛哈约嘎的法现在也是兴盛不衰，幻化网的续部现在还是非常兴盛的。《大幻化网》有根本续、密藏续，还有很多的注释，无垢光尊者也有三个很著名的大的注疏，比如《大幻化网续密疏·遣除十方黑暗》，麦彭仁波切的《大幻化网总说光明藏论》，就是对于《遣除十方黑暗》的注疏和要义归摄。宁玛派的荣索班智达也造了《大幻化网注疏·三宝释》，这也是特别出名的，还有第三世多智钦活佛，也造了幻化网的讲记，弘扬的特别多。

[1706] 现在我们学的《光明藏论》，也是属于幻化网的，只不过麦彭仁波切是按照大圆满的观点庄严了生起次第，属于一个不共的讲法。

[1707] 阿努约嘎兴世的历程：

[1708] 阿努约嘎就是圆满次第，下面是它兴世的历程。

[1709] 那时，圣种五贤在玛拉雅山顶，

[1710] “圣种五贤”在讲记当中也有，有些地方也有他们的名字，好像是在《藏密佛教史》里面，圣种五贤每个人的名字都有，这里面没有提，然后他们也是代表了天龙、夜叉、罗刹和人间，有五个，叫做圣种五贤。他们得到法之后，有些在天界传，有些在龙宫传，有些在人间传的。这里说圣种五贤到了“玛拉雅山顶”，“玛拉雅”，上师讲就是在现在的斯里兰卡一带，我没有去过。上师说大概就是在现在斯里兰卡的一个旅游圣地，照片是见过的。

[1711] 观想十方诸佛而悲切地祈祷“呜呼哀哉极悲切，导师日光若隐没，世间黑暗孰能除……”，

[1712] 那个时候佛陀已经入灭了，虽然世间还有佛法，但是导师入灭了，所以他们还是很悲伤的。“呜呼哀哉”，非常悲切。因为佛陀已经入灭了，就相当于太阳下山一样，那么“导师的日光若隐没，世间黑暗孰能除”，就是说谁能够遣除世间的黑暗呢？

[1713] 念诵了二十三句悲哀词，

[1714] 这里面只是讲了一个，总共有二十三句悲哀词。大恩上师说在《集密意续》的讲记当中，讲到了具体二十三句，现在好像还没有翻译。很多大德也造了《集密意续》的注释，以前德巴堪布好像也在佛学院念过《集密意续》的传承。

[1715] 结果所有善逝劝请密主金刚手道：“密主金刚汝谛听，昔日誓甲岂舍弃？不知世间痛苦欤？汝以悲心降人间，当除世间之忧苦。”

[1716] 其实我们祈祷也是这样的，只要是悲伤呼唤的时候，十方诸佛当下全部都能够听闻。我们在佛堂供水、供灯，顶礼了之后，我们就祈祷上师三宝、诸佛菩萨给我们加持，他们当下完全可以听到。

[1717] 这里也是祈祷完之后，结果所有的善逝就劝请密主金刚手，秘密主金刚手属于所有佛陀密法的集结者，所有的密藏就是金刚手菩萨集结的，然后一切佛陀的智悲力当中的所有力，比如威德力的总集的化现就是秘密主金刚手。我们可能对观世音菩萨、文殊菩萨等等比较熟悉，但是对于同是三怙主之一的金刚手菩萨就不太熟悉，其实他就是佛陀的智悲力。三怙主当中，文殊师利菩萨是十方诸佛智慧的总集，观世音菩萨是大悲的总集，金刚手是威力的总



集。我们对于观世音菩萨和文殊菩萨了解比较多，金刚手菩萨了解的不是太多。如果我们平时经常供养祈祷金刚手菩萨的佛像，念诵他的咒语“嗡班匝巴纳吽”，就可以得到殊胜的加持和很多的威德力。

[1718] 所有的善逝劝请密主金刚手说道，“密主金刚汝谛听”，请你好好的谛听。“昔日誓甲岂舍弃？”以前你有救度众生的很多誓言，披上了誓言的铠甲，难道你舍弃了吗？难道不知道世间的痛苦了吗？“汝以悲心降人间，当除世间之忧苦。”你应该通过悲心降临在人间，遣除世间当中的忧苦。圣种五贤只是所有痛苦众生的代表，就是替苦难众生发声的，其他的众生无所谓，释迦牟尼佛入灭就入灭了，他们也没有感觉到怎么样，但是圣种五贤知道，如果没有殊胜的密法住世的话，众生很多的痛苦都没办法很快的遣除。他们考虑到了这个问题，因为能够了知以我们为主的所有众生的需求，所以他们就在玛拉雅山顶向十方诸佛祈祷，希望通过一个方便把殊胜的法要传递给世间，然后世间再通过修殊胜的法要，很快就可以解脱痛苦。他们就帮我们做了祈祷。

[1719] 密主应允答道：“无始亦无终，吾未舍誓言，今依佛劝请，吾亦显神变。”

[1720] 金刚手菩萨说：“无始无终我从来没有舍弃过自己的誓言，也没有抛弃过悲心。”“今依佛劝请”，今天的因缘成熟了，这些法要出现在世间也需要各种因缘。第一个因缘，也是主要的因缘，就是他的悲心誓言没有舍弃，而且是恒时存在的，他有这个能力。第二个因缘。就是下面的众生在呼唤。第三个因缘，诸佛也是劝请他去。各种因缘都成熟了。“吾亦显神变”，我也是通过神变的方式到人间去传讲最为殊胜的法要。

[1721] 说罢便降临在玛拉雅山顶圣种五贤的面前，为他们宣讲《集密意续》等等；

[1722] 他降临在玛拉雅山顶圣种五贤的面前，通过表示，以很迅速的方式传讲了《集密意续》等等。阿努约嘎的代表续部就是《集密意续》。上师在讲记当中也讲了，宁玛派比较著名的代表叫做经幻心。所谓的经幻心，“经”就是讲到《集密意续》，也有翻译成《集经密续》的；“幻”就是《幻化网秘密藏续》；“心”就是大圆满。经幻心是一个术语，代表宁玛派内三续当中的玛哈约嘎、阿努约嘎和阿底约嘎三种。

[1723] 前面我们讲了，《集密意续》出现在世间当中以后，从印度传到了西藏，也是弘扬得很广，有很多大德宣讲、灌顶和注释。上师也讲了一种说法，虽然玛哈约嘎现在正在弘扬，也很兴盛，但是《集密意续》的法已经过了调伏众生的时间了，这个续部的确不兴盛。大概退后是一百年左右，在色达附近有一位堪布，他闭关专门写了一个很广的《集密意续》注释，有四大本。当年德巴堪布传的好像就是这个，我不记得了。他写完之后，当时色尔坝有一位著名的活佛意科喇嘛秋央让卓，他听了之后就是有点不太赞同。他说，现在《集密意续》度化众生的时间已经过了，听说那个堪布还写了一个很广的注释，感觉没有什么用。

[1724] 当然这是圣者们的游戏，大概的意思是这个法度化众生的时间已经过了，现在的确不是很兴盛了。尽管注释和法本还有，传承也在念，可能里面有些个别的窍诀也在修，但是完全不像《幻化网》《大圆满》一样弘扬那么广。阿努约嘎虽然不是那么兴盛，但是也在传。

[1725] 当年好像是法王如意宝为了表示这个传承，也是请了多芒寺的帝查活佛灌集密意续的顶，那时候我也在。各式各样的顶特别多，然后灌了顶之后，德巴堪布念了集密意续的传承，当时念没念完不知道，好像是念完了，反正顶是灌完了，法王就是为了表示我们要把这个法传下去，所以就请了两位大德来进行灌顶和传法，现在普遍来讲，基本上这个法传的不是特别广。在玛拉雅，这是一支。

[1726] 在西方邬金刹土达那够卡洲为金刚手的化身极喜金刚宣讲了《吉祥密续》、《窍诀续》、《普巴续》、《佛母续》等。

[1727] 下面也是阿努约嘎，这是金刚手菩萨在印度西方的邬金刹土达那够卡洲给金刚手菩萨化身的大圆满祖师极喜金刚，宣讲了《吉祥密续》《窍诀续》《普巴续》《佛母续》等等，这些也是阿努约嘎的续部。

[1728] 他们也一脉相承，一直传给邬金莲花生大士，之后逐渐兴盛起来。

[1729] 一共是两支，一个是圣种五贤，一个是极喜金刚，他们一脉相承，然后都次第地传给了莲花生大士。八大法行、阿努约嘎的法都是传给了莲花生大士，大圆满当然不用说了，也是最后传给了莲花生大士。所有的法脉都是传给了莲师，莲师当时在印度也传了法，我们比较熟悉的就是在藏地。在赤松德赞国王和他儿子的帮助之下，在藏地奠定了佛法的基础，传讲了大圆满为主的很多密法，埋了很多的伏藏，这方面我们也很清楚了，然后逐渐兴盛起来了。以上就是阿努约嘎兴盛的过程。

[1730] 特别要讲述的是窍诀阿底约嘎兴世的历程：

[1731] 在所有内三续中，阿底约嘎大圆满属于九乘之顶，它是所有的修法当中最接近实相，圆满地直指一切万法的实相，指示了我们的内心本性如来藏的一种殊胜的窍诀。

[1732] 首先讲一讲在天界弘扬的情况，

[1733] 它也是首先在天界弘扬，然后在人间弘扬。

[1734] 三十三天的天人护贤意化出的五百天子当中，长子普喜藏的智慧、技艺在所有兄弟中独占鳌头，他常常喜欢独自一人在禅房中静修、念诵金刚密咒。

[1735] 在授记里面讲是三十三天处，有个天人叫护贤。“意化出”，可以理解成在他的心间出现了五百个天子，因为天人是化生的，不像人间是胎生的，有时在天人的膝盖上面，有时在天人的肩头上，有时可能在天人的心口上面等等，就会化现出天子。既可以这样理解，也可以说是就是他化现的。具体是他化现的，还是从他的身体化生的？还不清楚是哪一种。

[1736] 在护贤意化出的五百天子当中，长子普喜藏的智慧、技艺在所有兄弟中是最超胜的，“他常常喜欢独自一人在禅房中静修，念诵金刚密咒”。我们都知道一般的天人很散乱，因为天人的享受非常丰富，所以天人根本没有心思去听法，每天到晚都是各式各样的欲妙。而普喜藏就是喜欢一个人在禅房中静修，念诵金刚密咒。

[1737] 在天界中被誉为胜心天子。

[1738] 大家都不叫他普喜藏，而是叫他胜心天子，可能是发了菩提心，或者是有殊胜的智慧。

[1739] 天子在水牛年出现四种梦兆：一、梦到一切如来光芒四射、普照十方，光芒之中六能仁旋绕众生，最后融入他的顶髻中；

[1740] 他的第一个梦兆，就是梦到了一切如来放出光明，普照十方。在光明中出现了六能仁。我们前面介绍了，六能仁就是针对六道众生化现的六位本师。他梦到“六能仁旋绕众生”，最后全部融入了他的头顶当中。

[1741] 二、梦到自己一口吞并梵天、遍入天、大自在天；

[1742] 第二个梦兆，是梦到自己一口把梵天、遍入天、大自在天都吞下去了。这些都是非常有威势的天王，在印度也是倍受尊敬，以前是这样，现在也是这样，他们特别尊崇梵天，而且对于大自在天和遍入天也是特别的尊崇，他梦见自己一口把这些全都吞并了。

[1743] 三、梦到空中日月出现在自己的手掌中，随即光辉遍布整个宇宙；

[1744] 第三个梦兆，是梦到天空当中，在自己的手掌中出现太阳月亮，随即光明遍布了整个宇宙法界。

[1745] 四、梦到从空中的宝云中降下甘露妙雨，一时间便呈现出草籽发芽、森林茂密、宝苗成长、鲜花绽放、果实累累的繁荣景象。

[1746] 第四个梦兆，是梦到天空当中有珍宝组成的云。在珍宝组成的云中，降下了甘露妙雨，然后大地上出现了草籽发芽，森林也是非常茂密，很多珍宝的苗芽成长、鲜花绽放、果实累累等等，就是非常繁荣的景象。

[1747] 清晨，天子将梦境原原本本地向天王陈述。

[1748] 他向帝释天王陈述了这个梦境，

[1749] 帝释天王赞叹道：“唉吗吹！无勤佛法精华出现时，三世佛陀化身菩提心，十地自在世间殊胜灯，天境庄严之您诚稀有。”



- [1750] 帝释天王听了之后，知道这个梦境非同小可，极其殊胜。帝释天王开始赞叹，“唉吗吹”，就是说很稀有。他说，特别稀有啊！“无勤佛法精华”，其实就是指大圆满教法，它是无勤的，不需要勤作，不用像声闻、显宗教法，或者玛哈、阿努一样，需要通过特别勤作才能成就，大圆满教法比起其他的修法是不用勤作的。
- [1751] “无勤佛法精华出现时，三世佛陀化身菩提心”，“菩提心”就指是胜心天子，胜心天子就是三世诸佛的化身。“十地自在世间殊胜灯”，赞叹他是十地自在者，完全已经十地自在了，是世间殊胜的明灯。“天境庄严之您诚稀有”，作为整个天界庄严的您是非常稀有的。帝释天王特别地赞叹。
- [1752] 帝释天王通过自己的福德、智慧，能够成为天界的领袖，他也不是泛泛之辈，而是具有高超的智慧，有些地方说帝释、梵天有些就是佛陀菩萨的化现，有些也是以前修了殊胜的善业，后来转生到三十三天成为了天主，因此他的福德和智慧、能力，绝对不是一般的天人所能相比的。因为他的智慧特别殊胜，所以听了之后也是特别赞叹。换成一个愚笨的人听到了这个梦，会说：“好好好！你的梦不错，也没有什么，就是一个梦而已，不要执著。”而帝释听到之后，知道这个梦的确很殊胜，说出了这个赞叹文。
- [1753] 下面是解释四个梦境的意义。
- [1754] 天子的第一个梦境预示着受持诸佛的密意、成为法太子；
- [1755] 梦见一切如来放光，六能仁出现，最后融入了他的顶髻，这是什么意思呢？六能仁进入顶髻，预示着他能够受持一切诸佛的密意，即对于一切诸佛最了义的证悟，还有殊胜的法界，他都完全可以受持，成为殊胜的法太子。太子过了就是国王，而法太子是佛法中的太子，相当于佛陀的补处一样，这是成为法太子的缘起。
- [1756] 第二个梦境预示着慑服一切魔众、彻底根除三毒；
- [1757] 他梦见把梵天、遍入天、大自在天吞并了，预示着他慑服了一切魔众。因为一切魔众再厉害，也没法和梵天、遍入天、大自在天相比，有些魔众也是他们的眷属。既然能够吞并梵天等等，足以说明他能够慑服魔众、彻底根除三毒，就是这个预示。
- [1758] 第三个梦境预示着遣除所化众生内心的愚暗、燃亮正法之灯；
- [1759] 梦到手掌中出现日月，然后放光明，照亮宇宙，预示他遣除了所化众生内心的愚暗，燃亮正法之灯。因为众生不了知殊胜的法义，他对于所有的取舍，尤其是自己对本性无我，就是和佛陀无二无别的完全不了知，非常愚暗，所以这些就是代表众生内心当中的愚暗。现在我们学习佛法，也是为了遣除自己的愚暗和其他众生的愚暗。基于这个目，我们的闻思修行还是有意义的。
- [1760] 第四个梦境预示着将以自然大圆满的甘露水遣除烦恼的酷热，并且弘扬无勤任运自成圆满之果乘。
- [1761] 梦到珍宝云中降下甘露妙雨，预示着自然大圆满的甘露水。大圆满的教法叫无勤大圆满，也叫自然大圆满。因为它不是通过因缘，也不是通过勤作而形成的，本来就是一切诸法的本来究竟实相，只不过佛陀证悟了之后，通过一个非常殊胜的方式进行了阐释，所以说，自然大圆满的甘露水遣除一切众生烦恼的酷热。
- [1762] 虽然所有的佛法都可以遣除众生烦恼的酷热，但是大圆满的教法非常接近实相，不仅力量特别大，而且非常迅猛，也很直接。从遣除众生烦恼的酷热来讲，它是最殊胜的，称为九乘之顶。并且弘扬无勤任运自成圆满之果乘。
- [1763] 下面都是在解释这四个梦。
- [1764] 再有，三世诸佛集聚之后劝请金刚萨埵说：
- [1765] 前面是表示了他的殊胜梦境，另外一边是三世诸佛集聚之后，再劝请金刚萨埵。
- [1766] “具有珍宝神变者，当启所化所欲门，无勤令其具珍宝。”
- [1767] 在我们皈依境里面，第一个是法身普贤王，第二个是报身金刚萨埵，第三个是化身极喜金刚嘎饶多吉，皈依境的传承次第就是这样的。三世诸佛劝请金刚萨埵说，“具有珍宝神变者”，“具有珍宝”就是种种殊胜的出世法要，无漏的佛法称之为珍宝，这样的具有殊胜神变者。“当启所化所欲门”，应当开启所化所欲，“所化”是指所度化的众生，“所欲”就是对他们有用的。所有众生的所欲肯定就是离苦得乐，那怎么才能让众生真正地离苦得乐呢？就是修行殊胜的法要，可以开启一切所化众生的所欲大门。“无勤令其具珍宝”，开启了这样的所欲门，然后无勤地令众生具有各种殊胜的珍宝功德。“珍宝”主要是指出世间的功德而言，让一切众生都具有出世间的功德。这里对大圆满的法要强调得比较多的，有时是任运，有时是无勤，任运、无勤作的修行，主要是说根本不需要像显宗或者外三续，乃至玛哈约嘎和阿努约嘎一样，需要很多的勤作。上根利智者的确不需要这样的勤作，很快就可以成就。
- [1768] 通过诸佛劝请后，吉祥金刚萨埵心间出现如意宝自燃轮，交付给金刚手尊者。
- [1769] 在劝请之后，吉祥金刚萨埵心间自然出现了“如意宝自燃轮”，形象就像如意宝的自燃轮。具体是什么形状，我也没有见过。虽然这是一个如意宝自燃轮，但是也是表示了最殊胜的密法法藏，然后交付给了金刚手尊者。
- [1770] 并且嘱咐说：“于诸眷属当宣说，无二智慧之密意，无为无勤本来佛，共称大中观之道。”
- [1771] 并且嘱咐说，应该给这些堪为法器的眷属宣说无二智慧的密意。就是没有任何分别的无二智慧、究竟密意。其实大圆满法就是无二智慧的究竟密意。虽然很多道友正在学，但是没有用功或者加行没有修好，不一定能够听懂。这里面所诠释的属于无二智慧的密意，这是最为殊胜的智慧，而且不是别人的智慧，就是你自己的智慧，属于怎么开显心性的殊胜方便。
- [1772] “无为无勤本来佛”，它是一个无为法，不是因缘造作的有为法，这是无勤作的。一切众生现在本来就是佛。“共称大中观之道”，这里面用的大中观，其实也是大圆满。《定解宝灯论》里面讲，从它的所诠义来讲大中观、大手印、大圆满都是指究竟的智慧，共称为大中观之道，也就是大圆满的殊胜教言。
- [1773] 金刚手尊者应允说法而言：“金刚萨埵大虚空，本非词句之行境，我今宣讲极困难，然以词句诠释言，为令未证者证悟，如应救度瑜伽者。”
- [1774] 金刚萨埵把如意宝自燃轮交给金刚手菩萨并且嘱咐，然后金刚手尊者应允说道，“金刚萨埵大虚空”，就是说如来藏、究竟实相。不同的续部有不同的名称。金刚萨埵大虚空就是究竟的意义，一切诸法究竟的实相，也就是大圆满的意思。究竟的实相是如来藏的究竟本性，金刚萨埵大虚空的境界“本非词句之行境”。大恩上师说，就像《法界宝藏论》里面所讲的那样，就是属于大虚空的状态，它的所诠就是这个，只不过有些地方不叫金刚萨埵大虚空，用其他的名称。比如说觉性、本来无二、殊胜究竟的本智等等。其实金刚萨埵大虚空就是无二本智和殊胜的觉性，它不是言辞的行境，也没办法描述。
- [1775] “我今宣讲极困难”，真实的宣讲是非常困难的。“然以词句诠释言”，虽然直接来宣讲非常困难，但是还是以词句来诠释。“为令未证者证悟”，可以让没有证悟金刚萨埵大虚空实相的未证者能够证悟。“如应救度瑜伽者”，“瑜伽者”就是瑜伽行者。比如说现在得到了灌顶的人，都可以叫做瑜伽者，只不过有些是已经证悟的瑜伽者，有些是没有证悟，正在修瑜伽行的瑜伽者。瑜伽者就是所度化的弟子。“如应救度”，就是根据他们的根基，“如应”，就是说如是如是地按照他们的根基去救度，如应地救度这些瑜伽行者。
- [1776] 亲口答应之后金刚手尊者前往东方金刚光明刹土金刚密如来等金刚部尊众前、
- [1777] 他亲口应允了之后，又到其他地方去听法，相当于接了传承之后，再去给三十三天的胜心天子传授殊胜的密法。他到了五方刹土，首先在东方金刚光明刹土当中，在金刚密如来等金刚部尊众面前听法。
- [1778] 南方珍宝光明刹土珍宝光明如来等珍宝部尊众前、
- [1779] 五部如来东方叫金刚部，南方叫珍宝部，又到了珍宝部尊众前。
- [1780] 西方莲花光世界莲花光如来等莲花部不可思议尊众前、北方清净成就刹土成就光明如来等事业部无量尊众前以及中方离边刹土毗卢遮那佛等真如部之众多佛前、



[1781] “真如部”，也叫佛部、如来部。平常我们讲的五部如来，有些名称不一样，可能是异名吧！中间毗卢遮那佛没有变的，有的时候东方是不动佛、南方是宝生佛、西方是阿弥陀佛、北方是不空成就佛。有些地方五部佛的说法不一样，这里是金刚密如来等等的名称。

[1782] 听受了稀有佛法精华无勤自然密意、超越因果的法门——阿底约嘎的意义，断除了增益，吸取了诸佛密意的营养之后，

[1783] 为了遣除众生的疑惑，金刚手菩萨也是到了五部佛的面前，听受最殊胜的法要，他的传承是这样来的，然后再传给胜心天子，就是通过这样的方式逐渐传承下来的，在天界是这样传的。

[1784] 听受了最为稀有的阿底约嘎的意义，叫做什么呢？稀有佛法的精华无勤作的自然密意和超越因果的法门。在究竟的实相当中，是没有因果的，有心识才有因果。因为所有的因果都是缘起，缘起的根本是心识，所以有心识就有因果。在究竟的本性当中，没有心识，也没办法安立因果。

[1785] 尤其是究竟的本性如来藏，它不是有为法，什么是因、什么是果呢？它超越因果。有些人听说超越因果就吓得不得了，觉得这个肯定不是佛法，为什么呢？因为超越因果了。我们知道因果是在具有心识的众生面前安立的规律，在有心识的众生面前显现的自然法则。在超越了因果的智慧面前，最殊胜的根本慧，或是佛陀的佛智，或是在大无为法的究竟法界当中，没有安立因果的基础，有为法的自性没有，在究竟实相当中是超越因果的。

[1786] 我们现在还没有到究竟实相，还有心识。只要有心识就一定要取舍，哪怕是登地菩萨也是一样的。登地菩萨入定的时候当然是安住在实相，出定位的时候还是有意识现形，也是会遵循因果法则。只不过他到了初地以后，无勤作地不会再生起粗大的烦恼，自然而然地不会再造恶业，恶业已经断掉了。善法，比如说菩提心，以空性摄持的能够成佛的资粮还是会不断地去做，因为这个也是因，是什么因呢？是成佛的因。这个因果还是有的，他会自然地遵循。

[1787] 只不过现在我们还是要比较辛苦地去取舍因果。首先我们要对因果法则认同。现在刚刚开始有一点认同感，然后还要做取舍，取舍也是很纠结、很矛盾的事情。对我们来讲，恶业很难断，善法很难修，要坚持更困难。善法当中的闻思修行，有时我们不愿意做，做起来很枯燥等，都是很困难的事情，凡夫人就是这样的，但是圣者是非常轻松的，他会自然而然地跟随善法而行，不会再有恶业。他们通过前面的努力然后达到这样，也不是一生下来就是这样的，以前和我们一样也挣扎过，纠结过，但是他们一直这样坚持下来，按照佛陀和菩萨开示的法义去做，最后达到了自然而然、不需要刻意动作就能泯灭恶业，或者恶相续不现前，只是善法的相续。所以，我们不要盯着他们成功的时候是什么样的，要盯着他以前非常地勤作，或是用很痛苦的方式去做很多修行。

[1788] 我们现在就是他们以前的状态，菩萨就是我们以后的状态，可以这样说。所以现在的这些菩萨们，要看他们以前是怎么样的，那就看我们，我们现在就是他们以前的影子。如果我们现在好好修行怎么样呢？那我们就看菩萨，他们现在的种种自在。现在认真修行、认真取舍、认真依教奉行的这些道友，他们的果是这样的。如果不好好修行，就是我们现在的这个样子，或者看看世间人，就是这样的，再怎么样也就这样，再没办法了。要不然在世間混得好一点，或者差一点，像我们看到的这些鸡，这些猪等等，反正就是这样的。不取舍因果，不修行就是这样的，整个轮回就是不真正修行的例子。如果好好修行就看看菩萨们的境界。他们以前是怎么修行的，就看现在精进的道友。我们可以反复交叉地去对比。当我们有些疲倦，不想修的时候，就多观察一下，有时多少可以提振自己修行的意乐。这是讲超越因果的法门。

[1789] “阿底约嘎的意义，断除了增益，吸取了诸佛密意的营养”，所有的增益都断除了。金刚萨埵菩萨不需要像我们学习一样，要断除很多增益，他只不过确定的意思，把殊胜的密意完全确定，完全没有不正确的地方，都是非常地正确，把所有的增益都断掉了。他所传下来的法，都是原汁原味的，就是五部如来究竟的意趣，里面是没有增益的。吸取了诸佛密意的营养之后，

[1790] 知晓三十三天具九股金刚杵之中柱的尊胜宫中央宫殿里居住着（堪为密法法器）具缘之士胜心天子，于是前往尊胜宫。

[1791] 金刚手尊者知晓在三十三天具有九股金刚杵宫殿。九股金刚杵有一个中柱，中间是尊胜宫，尊胜宫当然是最好的地方，中央宫殿里面居住着堪为密法法器的具缘之士胜心天子，于是前往尊胜宫。

[1792] 当时，胜心天子在中柱顶的九股金刚杵上设置璀璨珍宝组成的宝座，

[1793] 这些法器中有很多杵，有五股杵、三股杵，还有一股杵，即独股，三股杵、一股杵都很少，五股杵和九股杵比较多。有种说法，宁玛派作为自宗来讲，九股杵比较多一点，它代表了九乘。而且传大圆满的时候，胜心天子也是住于九股杵的中柱。所以，有些上师们也是比较鼓励说，如果有九股杵的话还是比较好，某些方面的因缘是很不错的。

[1794] 请金刚手尊者入座，撑起各种珍宝组成的伞盖，供养众多天物供品。

[1795] 然后把很多天界的宝盖撑起来，很多天界的供品供养金刚手菩萨。当然金刚手菩萨他安住在正法，不缺这个，因为这个法非常重要，有时为了表示对法的尊重，所以也要恭敬。传法者坐于高座，作为珍宝座也要撑起宝伞，要供养很多天物供品，这在传承当中是为了表示法的尊贵，对法的尊重。现在有些地方也在这样做，对于传法者有时仍然起立、恭敬合掌，有的顶礼等等，这个主要是表示对法的恭敬。

[1796] 金刚手尊者以诤表的方式授予胜心天子王权金刚瓶圆满灌顶并传授了十部窍诀幻化续，又在时际刹那中圆满宣讲了七个灌顶、五种窍诀、单扎续等诸多窍诀，随后赐予灌顶令他成为法王继承人，

[1797] 把所有准备工作做好之后，他用诤表的方式，没有通过口耳传承那样做很多的念诵、传授，没有这样，而是用诤表的方式，很快地通过一些特殊的表示。怎么表示呢？大概是有些手势，或者什么东西表示一下，在这个过程当中，不可思议的法就传完了。传法者和闻法者，二者之间都是那么殊胜的状态，不像一般的那种传法。他们在这种状态当中，用持明表示传的方式，把这个法、这个传承就传递下去了。在人间这样做表示我们领悟不了，这个传承传不了，一般的凡夫人面前没办法传递，只有什么？只有口耳传。所以很快地就传完了。

[1798] 授予了“王权金刚瓶圆满灌顶”，“传授了十部窍诀幻化续，又在时际刹那当中”，时际刹那就是很快的时间，有时说一弹就是六十四个刹那，一个弹指之间包含了六十四个单位，即六十四个刹那，在时际刹那，很快的时间当中圆满宣讲了七个灌顶等，因为不是通过口耳方式传的，所以在一弹指六十四个刹那的六十四分之一当中就传完了。我们说到底是怎么传的？我们把录音录下来，慢慢放着看是不是传不完？不是这样的，是很快的方式，表示一下就传完了。所以智慧是不可思议的，用分别念去了知很困难，只能这样说。

[1799] 然后“圆满宣讲了七个灌顶、五种窍诀、单扎续等诸多窍诀，随后赐予灌顶令他成为法王继承人”，最后赐予灌顶让他成为法王继承人。现在我们有时说，有了金刚阿闍黎灌顶，就好像认可了他的位置一样，让他为法王继承人。

[1800] 并且说：“此乃稀有精华法，传遍三十三天已，愿您复化喜金刚，此法广弘赡洲中。”

[1801] 大圆满阿底约嘎是非常稀有的精华。“传遍三十三天”以后，现在大圆满的续部主要是十七大续部，有些地方有请的。在佛堂里，有些地方讲，应该有十七大续部，如果有条件的话，在自己的佛堂里面应该供奉，然后顶礼。以前佛学院时好像发过，我也有一套，但是有一次去朝拜心宝山的时候，供养心宝山了，现在还在不在我不知道了。心宝山中有法王如意宝传法的文殊殿，我那套供养在那里了，后来没有注意到底还在不在。如果在佛堂里面有十七大续部的话是非常好的，这个是大圆满的代表续部。生起次第的代表，比如《密藏续》，阿努约嘎的代表《集密意续》，大圆满的代表是十七大续部。无垢光尊者的七宝藏是解释十七大续部的，是对十七大续部不同的侧面作的注释，所以说七宝藏是大圆满当中具有代表性的，它的内容其实就是十七大续部。

[1802] “传遍三十三天已，愿您复化喜金刚”，然后您再化身成人间的极喜金刚。“此法广弘赡洲中”，再把大圆满的法广大弘扬在南赡部洲当中。

[1803] 这个是三十三天弘法的情况，下面再讲阿底约嘎在人间起源的历史：

[1804] 阿底约嘎在人间起源的历史：在印度西方邬金空行母地区的达那故克洲革扎湖畔金刚洲洞的领域内，

[1805] 有一个叫邬金空行母的地区，有些历史当中叫邬金空行刹土，有的说现在在阿富汗、巴基斯坦那一带。好像有一个传记里面，是藏密佛教史还是哪一部佛经里面说，现在当地的女人，还是有很多空行母的标志，很多特征在她们身上还是有的，因为她们是空行母的后代。那一带以前佛法很兴盛，后面慢慢地该解脱的都解脱了，一个因缘过去之后，现在基本上没有什么佛法了，但是种性可能还是有，只不过现在她们也不信仰了。

[1806] 这是在邬金空行母地区，金刚洲洞的领域内。



[1807] 有一座百花争艳、赏心悦目、环境幽雅的园林，国王鄂巴绕匝与皇后光明具光母生下一女，取名为花明。花明公主具足妙相，天生心地善良，有着强烈殊胜的菩提心，

[1808] 这个就是嘎绕多吉的母亲。她是一个公主，名叫花明公主，具有各种妙相，非常善良，相续当中自然而然地具有非常强烈殊胜的菩提心。

[1809] 朴实无华、谨慎稳重，舍弃尔虞我诈、放逸无度的俗世生活而出家为尼，

[1810] 她有很强的菩提心，而且最后出家为尼了。

[1811] 比丘尼戒守护得纤尘不染，与附同的五百比丘尼眷属一起居住。

[1812] 和她一起居住的还有五百位比丘尼，和她的眷属一起居住。

[1813] 水牛年藏历四月初八的黎明时分，公主进入梦乡：梦到诸佛放射光芒形成日月，太阳从自己的头顶向下融入，月亮从足掌心向上融入。

[1814] 梦境出现在吉祥的日子，四月初八的黎明时分，公主进入梦乡。丹增活佛在《探索梦的奥秘》里面讲做梦的时间段，上半夜的梦，下半夜的梦是不一样的。上半夜的梦有时受习气干扰，受鬼神干扰，如果有些预示的话应该是下半夜的梦多一点。进入四五点钟，那个时候如果做些清晰的梦预示性就比较强。丹增嘉措活佛以前专门写了一本不长的《探索梦的奥秘》，里面有很多关于梦的解释，还有很多观察梦兆的方法，喜欢观察梦境的道友们可以看一下。各种各样的梦，发财的梦，增长福寿的梦，证悟的梦，遇到违缘的梦，可以去看一下，省得自己胡乱猜测，有很多对梦境的介绍分析，都是佛经里面的，还有从麦彭仁波切的论典里面摘录的，丹增嘉措活佛写到了里面。以前我特别喜欢看这些，做梦之后，把它翻开对照一下是不是吉祥的。所以这个里面可以说是很可靠的，省得自己去猜。如果想分析的话，这个比周公解梦可能要好，因为是修行者的一些梦境。尤其你在修法的时候，或说有时不修法，不一定就是梦兆，比如你正在修金刚萨埵的时候，梦到这些，可能就是比较好的瑞相，你正在修行正在祈祷的时候梦到红色，有关的这些可能就是成就的相，没有修出现这些就不一定了。从这里可以了解。

[1815] 她梦到诸佛放射光芒形成日月，太阳从自己的头顶向下融入，月亮从足掌心向上融入。

[1816] 当清晨醒来的时候，公主的相续中生起了证悟，她来到革扎湖畔进行沐浴。

[1817] 醒来之后内心当中就自然而然地生起了证悟，这是很多道友梦寐以求的。当然她本来天生就有强烈的菩提心，这个我们都没有。如果我们现在精进地修行，没准哪一天，醒来也就证悟了，这个也是可能的，但是前提是你精进了，要具足因缘。如果不具足因缘，你想早晨起来证悟就是做梦，那真的是做梦。她来到革扎湖畔进行沐浴。

[1818] 正在这时，金刚手尊者幻化成一只天鹅王使胜心天子融于“吽”字中，

[1819] 这时金刚手菩萨变成了一只天鹅王，胜心天子变成了“吽”字。按照当时来讲应该是梵文的“吽”字。现在的咒语，我们说是藏文，其实来说都是梵文，有这种意思。

[1820] 接着幻现为四只天鹅，

[1821] 这只天鹅变成四只。

[1822] 从天而降前来沐浴，之后三只天鹅又飞到空中，

[1823] 四只天鹅，现在三只又返回到空中了。

[1824] 而密主所化现的那只天鹅

[1825] 就是主要的那只。

[1826] 用喙触碰花明公主胸间三次而射出一个光辉灿烂的“吽”字融入公主的心间后便飞走了。

[1827] 这只天鹅用它的喙触碰花明公主胸间三次，非常光明的“吽”字融入到了公主的心间。这个“吽”字就是前面胜心天子变现的，融入到公主心间之后便飞走了。

[1828] 公主对此甚感稀奇，于是便向父王和眷属们讲述了事情的经过。

[1829] 公主觉得非常的稀奇，她向国王、眷属讲了这个事情的经过。

[1830] 父王也惊奇不已，并且欢喜地说道：“难道要诞生一位佛的化身吗？”于是对公主百般关怀，命属下尽力承侍，为她举行广大佛事。

[1831] 公主没有出现任何怀胎的迹象而度过了九个月。

[1832] 她完全没有一点怀胎的迹象，在很平常的状态当中度过了九个月。

[1833] 一天，她的心间出现一个光彩夺目的九股金刚杵，化现成一位具足相好的小童子，

[1834] 九个月过了之后，有一天吉祥的日子，她的心间出现了光彩夺目的九股金刚杵，然后化身成一位具足相好的小童子。极喜金刚就是通过这样的方式降生的，他的母亲没有出现一点怀孕的迹象，也没有生产的痛苦。生下来之后他首先变现出一个金刚杵，然后再变成一个相好的小童子。

[1835] 只见他右手执金刚杵，左手持珍宝手杖，

[1836] 他的右手拿着金刚杵，左手拿着一个珍宝手杖。

[1837] 朗朗背诵起《金刚萨埵大虚空续》等经续。

[1838] 他没有入教，刚刚生下来，就可以背诵很多殊胜的续部，就像当年佛陀一样，佛陀降生的时候示现很多和一般人不一样的地方。

[1839] 众人喜出望外。国王请来婆罗门相师为他看相。

[1840] 当时这样，现在也是。上师说小孩子生下来之后，要请婆罗门相师为他看相。

[1841] 那位相师极其惊诧地说：“这是一位圣者的化身，一位殊胜大乘教主诞生于世了。”

[1842] 相师一看，就特别地惊奇，说这是一位圣者的化身。因为他有很多和一般凡夫人不一样的圣者标志。他一看相就看出来了。

[1843] 这些就是大圆满正法刚开始弘扬的时候和现在的情况完全不一样的地方。这个是非常殊胜的，人间第一代教主出世的时候也有很多殊胜的瑞相。

[1844] 正因为众人喜悦到极点以及他的手中持有金刚，所以他取名为极喜金刚，

[1845] 极喜金刚，他的降生让国王和他的人民特别地欢喜，喜悦到极点，还有右手拿着金刚杵，又高兴又有金刚杵，所以取名为极喜金刚。

[1846] 又由于众人皆大欢喜，因而又叫做喜金刚，

[1847] 因为大家很欢喜的缘故，所以叫喜金刚。

[1848] 由于众人笑逐颜开，因此也称笑金刚。

[1849] 三个名字，其他地方还有其他的名字。极喜金刚出世的时候，在不同传记里面有不同的介绍，大恩上师在讲记里面也提了一下。有一种说法是他降生的时候，他的母亲不高兴把他扔在灰堆里面七天没有管，七天过去之后，他一点事儿都没有，而且身上没有沾染一点灰尘，非常光明灿然地在唱道歌，那个时候他母亲生起了信心把他带了回来。在不同传记里面有不同的描述。

[1850] 他八岁的时候，和国王供养的五百位班智达进行了很多的辩论。因为他是佛陀的化身，智慧特别地敏锐，所以这些班智达没有办法和他辩论，班智达的问题他都能回答，但他提出的问题，班智达回答不了，这显示出他具生的智慧是非常超胜的。

[1851] 在他登基之时密主金刚手尊者亲自降临，在时刹刹那中完整传授给他王权圆满宝瓶灌顶等所有灌顶、九界二万卷等所有续部窍诀，并赐予极喜金刚成为教主的灌顶，

[1852] 这个是持明表示传。他本来就是胜心天子的化现。他相续当中有这些，生下来就会背诵《金刚萨埵大虚空续》等等，有很殊胜的智慧。

[1853] 这种传承已经从天界传到人间了。他的投生方式虽是很稀有的，但毕竟已投生在人间。所以这时没有一种传法方式，后面的人会说极喜金刚没有传承。此时金刚手菩萨又降临了，在他登基的时候降临，在很短的时间，就是时刹刹那当中通过表示的方式就完整地传授了，完全“圆满宝瓶灌顶等所有的



灌顶，九界二万卷等所有续部的窍诀，并赐予极喜金刚成为教主的灌顶”，这样在人间又一次通过持明表示传的方式把所有的灌顶、密法窍诀全部传授完了，相当于在人间就具备了传承。

[1854] 后来对于有些殊胜的持明者就通过持明表示传的方式传授，对于人道一般的人就通过口耳传承的方式传授，传给其他的凡夫弟子，这样也是有的。

[1855] 灌顶之后密主金剛手嘱咐诸位护法神竭诚协助、尽力护持佛法。

[1856] “密主金剛手嘱咐诸位护法神竭诚协助、尽力护持佛法”，大圆满的护法我们都知道，主要是三大护法为首的大圆满不共护法。只要有圆满的法本，大圆满的续部在的地方，护法神肯定是在的。

[1857] 以前上师讲过一个案例，一个成就的大德，他在自己住的地方，总是看见窗户外面有一个精气虫，这是密主护法神，它一直在这儿。后来有一天，他让一个弟子去看那个地方有什么，为什么密主护法一直在那个地方？好像换班一样，经常有护法神在那儿不走开。弟子去看了，发现精气虫下面有一页残缺的纸，这页纸上面是什么呢？是大圆满法本的一页纸，一页纸在这个地方护法神都要保护。所以，大圆满的续部，大圆满的法本是非常地珍贵。因为这个法本的存在就是众生的福祉，众生依靠这些法，即便不修行，也会获得无比的加持。如果是修持大圆满的人，护法神会保护他，帮助他遣除很多的违缘。

[1858] 现在很多道友正在学习大圆满前行，还没有进入正行。但是前行毕竟是大圆满的一个分支，所以在前行里面学习的话，护法神是会守护的，因为前行学完之后就有资格学正行，护法神会保护修行佛法的人。但是如果你的因缘太差了，福报太差了，护法神在尽力保护的时候，还是出现违缘的，这也有，如果不是那么地严重就会一直保护的。

[1859] 所以我们对于大圆满的传承，对上师、对大圆满的法本，就像前面讲的一样，哪怕是圆满法本里残缺的一张纸，都应该特别地恭敬，经常地顶礼、供养。前面我们讲，佛堂里面有十七大续部，或者无垢光尊者的七宝藏。七宝藏大恩上师也翻译成汉文，还有藏文的七宝藏，在佛堂里面供奉着，还有无垢光尊者的四心滴的法本。很多地方都有这个传统，以前在龙多活佛的佛堂里面，也是有七宝藏、四心滴等所有的续部，全都是有的。他们是大圆满的导师，对这些都是特别地重视，对于弟子们来讲，没有条件当然另当别论了，如果有条件的话就要供奉。还有其他的很多方法。如果实在没有办法的话，找一些比较简单的、短小的，比如文殊大圆满、基道果的发愿文，这些也是属于大圆满的法，对这些经常性地恭敬，供养顶礼，也可以得到很多的福德，护法神会有保护的。

[1860] 每一代的教主在传递位置的时候都会嘱咐护法神去帮助保护，就好像无垢光尊者从他的上师那里得到法主位置的时候，他说上师也把他的护法神交给他了，就开始保护法主，这是一种方式。还有一种专门的灌顶，给你灌护法的顶，护法就会一直跟着你，也有这种情况。但是这种灌顶一般上师们不会随便传。它要誓言很清静，否则护法神会做很严厉的惩罚。平时我们供养护法，只要我们有信心就要经常地去供奉。尤其是修行大圆满的法，不管是修大圆满的前行还是修大圆满正行的时候，我们要经常性地供养护法神。

[1861] 供养护法神有很多的利益。不单单是我今天有麻烦了要供养护法神，这段时间不顺要供养护法，这个当然也可以，但是一般来讲，三大护法神对这些事情估计不会管，你说管一点点吧！稍微管一点点，不需要那么多！这个实在有点麻烦！为了修法的缘故他们可能也会帮助我们，虽然不是直接的，但是因为这个事情不解决，你的修法可能就会有违缘障碍，所以这些和修法有关。如果是世间护法就特别喜欢帮助世间的事情，而出世间的护法就不一定有兴趣。这些是上师们以前经常讲的。

[1862] 不管怎么样，作为修行者的我们，平时应该对护法神多恭敬，多供奉，多赞叹。这对佛法的弘扬，对修行者产生顺缘、遣除违缘是非常有用的。

[1863] 大恩上师也是特别的重视。以前有一次去大恩上师那，正看见上师在供护法，把窗户打开，正在往窗外倒酒。有时上师在外面酒店里面，也带有护法杯，经常供养的。我们说上师老人家的威德力那么地大，每天还要供，那对我们来讲，如果有时间我们还是要经常性地供养，这个会遣除我们很多修道的违缘。

[1864] 但是有些人非常热衷于供护法，就喜欢供护法。让他听法好像兴趣不大，让他供养护法就特别地爱好，这个也好。但是护法，一个是护法的，然后是保护修法的人，所以最好你修法。一方面供护法，一方面精进地修法，这样更好。

[1865] 极喜金刚依靠无勤大圆满而在刹那间成佛。

[1866] 这个是持明表示传。一方面他通过无勤大圆满刹那成佛，一方面来讲，在很快的时间里就把传承通过持明表示的方式，金剛手菩萨就传给了极喜金刚，极喜金刚就具备了所有法的传承，就成为法主了。所以我们说持明表示传主要还是在传承上面，怎么样把法传递下来，并且证悟，最主要的是把法传下来了，传的方式是持明表示的方式。现在来讲需要真实的灌顶，通过二因四缘的方式灌顶，一个字一个字地念诵传承，在人间基本上是这样的。

[1867] 今天我们就讲到这个地方。

[1868] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[1869] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[1870] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[1871] 哲波措利卓瓦卓瓦致 愿度有海诸有情

《前行广释》第136课辅导资料

[1872] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[1873] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[1874] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[1875] 发了菩提心之后，今天我们继续一起来学习华智仁波切所造的《前行引导文》。

[1876] 前面学了共同加行，主要是让我们生起想解脱的心，为了解脱一定要好好地依止善知识，这都是共同的部分。不共的部分是要趣入到密法、大圆满的修行有一些不共的修法。共同加行可以让我们成为共同的法器，不共加行能够让我们成为不共法的法器。因为大圆满的密法是不共法，所以也必须修持不共的因。

[1877] 这些不共的因缘，第一个是皈依的修法。在皈依的时候，我们知道在皈依偈当中也有大小乘共同的，比如说皈依三宝，还有一些和密乘共同的，比如说皈依三根本，还有一些是接近于或者和大圆满密法相近的，比如说风脉明点菩提心等等，这些都是属于皈依的内容。经过念诵、观想，我们的心逐渐就在皈依的修法上面获得了一些不共同的境界，或者说在相续当中种下了一些不共同的种子，这些是属于不共的皈依部分。

[1878] 第二个是菩提心的修法。作为一个大乘的修行者，必须要发菩提心，也就是说修密乘的任何一个法，不管是修生圆次第或不共的大圆满，都是在菩提心的基础上进行修持，因此菩提心必须要认真真地在相续当中生起来。

[1879] 第三个是金刚萨埵的修法。如果想现前究竟的实相就要修忏悔，这也是不共的忏悔法，即最殊胜的金刚萨埵忏悔。

[1880] 第四个是供曼荼罗的修法。这也是很殊胜的，在密乘当中通过供曼荼罗的方式来积累资粮。

[1881] 第五个是上师瑜伽的修法。如果我们对于所有的功德或者基础修好的话，直接通过上师瑜伽就可以证悟；如果还没达到那么高的标准，也可以通过修持上师瑜伽让我们的相续非常成熟。对于修持殊胜的大圆满通过上师的加持，我们的相续、根基、法器就会成熟了。不管是得灌顶、守誓言，还是修持大圆满，都有了一个很好的基础。这就是不共的加行。

[1882] 如果我们今生还没有成就，可以通过破瓦的方式往生极乐世界，继续修大圆满。有人觉得到了极乐世界可以修大圆满吗，难道这不是净土宗的归宿吗？极乐世界不是净土宗的世界，它是阿弥陀佛创建的一个殊胜、清净的刹土，什么宗都可以往生至此，只要你愿意去。不只是净土宗的专属刹土，其他人不能去，修这个就变成了净土宗，不是这样的。念佛可以去，修其他的法，比如说破瓦可以去，包括前段时间极乐法会的阿弥陀佛修法，念三十万遍心



咒，也可以去。通过修曼荼、百字明，只要想去也可以去。比如《药师经》里面讲，如果你一辈子念药师佛、修《药师经》，临终愿意去极乐世界的话也可以。它并不是净土宗的专门刹土，净土宗只是所有去或者能够往生极乐世界的其中一个修法，只不过他们提倡得比较多。

[1883] 到了极乐世界之后，是不是只有念佛呢？不是。极乐世界不仅有很多殊胜的导师可以传《大圆满》，连阿弥陀佛也可以传，还有法王如意宝等很多大圆满传承上师都可以传。如果你愿意，这里面是有大圆满修法的，也可以在极乐世界当中继续得大圆满的灌顶，继续修大圆满的法。我们在今生当中如果没有成就，也可以通过破瓦的方式到极乐世界去继续修持。

[1884] 我们现在学到不共加行当中的第五个上师瑜伽的修法。前面是对于真实的上师瑜伽，比如修上师瑜伽的重要性、必要、明观福田、集资净障修七支，还有专心祈祷等等，都已经学完了。我们平时要多修上师瑜伽的修法。

[1885] 按照传统，这里面讲了一些传承，尤其是内三续的传承。为什么把前面一系列的修法学完之后，要加这些呢？不共加行学完之后，如果修到量了就应该受灌顶、进入到大圆满的修法了。前行修完、马上要进大圆满了，如果对大圆满的历史、传承上师都不知道，说明准备还不够太充分。因此就要介绍一下密乘。共同、不共的加行都修完之后，要进入到很殊胜的修法，尤其要进入到密乘了，密乘是怎么来的，它有什么特点，密乘的传承上师们有什么样的功德？这些我们也需要了解。

[1886] 有些是很广的历史，有些是比较略的历史，无论如何我们都要了解。这里面对不共密宗的内三续，即玛哈约嘎、阿努约嘎、阿底约嘎的法，通过三传承的方式来进行介绍。不管学生起次第玛哈约嘎也好，还是学圆满次第阿努约嘎也好，还是要学大圆满阿底约嘎也好，现在我们所学的法是怎样一代一代传到我们这儿来的？这就需要了解传承到底可不可靠？对于最早这个法是怎么传承下来的，此处大概做了一个简略的介绍。

[1887] 这方面有三传承，第一个，如来密意传。普贤王如来是化现的，他的眷属也是佛，如来密意传是不需要语言和表示，反正一化现的时候就已经传完了，这是自现眷属。佛和佛之间说是在传法，其实就是化现之后法就传完了。他通过法身到有形象的色身之间，法身佛的密意已经证悟了之后，显现成了具有色身的报身像。

[1888] 第二个，持明表示传。然后这些报身又通过持明表示传的方式，从佛传递给这些大证悟者、大成就者。虽然有些是天界的，但是我们主要了解的是人间的。人间有很多证悟的人，或是佛化现成的证悟者人间的化身，就通过持明表示的方式一下子把密意传给他们。因为他们是清净的法器，不像我们的分别念特别多。怎么可能一刹那就传完了呢？觉得很难理解。他们不存在这个问题，都是持明者、证悟者，完全可以在一刹那之间传完，而且不会有我们认为的问题。这是持明表示传，通过很快的方式，比如如来密意传要多一些表示。

[1889] 第三个，补特伽罗耳传。因为这些成就者要传给像我们一样的普通人。虽然在人间的成就者和上师之间也可以通过补特伽罗耳传，以口耳传承的方式传递，但是对我们来讲只有一个方法，就是通过补特伽罗耳传。就是说这些成就者再把他们掌握到的教法通过这样的方式传给我们。

[1890] 现在学到这些教法之后，我们就知道了，自己所学习的教法就是通过这样的次第逐渐传下来的。就会对于传承的途径，以及这些传承上师们的功德和具有什么样的证悟，都会有了一些了解。这样我们会对即将要进入的密乘、要学习的密乘法要，生圆次第或大圆满的法要都可以生起信心。

[1891] 如果如法地把前面的共同加行和不共加行修到量了，再讲传承历史的话很容易接受。前面是干什么的呢？前面修很多法就是让你的疑惑消尽、福德增长、罪障清净、生起菩提心等等。这样训练了之后，到了这个阶段的人基本上都是高素质的了。这个时候你还有很多的疑惑，怀疑这个传承是不是清净的？可能就是没有好好修的原因。如果真正地好好修行了，到了这个阶段，基本上他的相续当中，就不会有重大的疑惑。他的信心非常清净，如理如实地修了这么多的法，福报非常深厚，罪障非常轻微，反正该有的都有了，该没有的都没有了，这个时候他通过很简单的介绍，一下子就可以生起信心。然后进入密乘，得灌顶、窍诀之后，也很容易相应，就是这样一种情况。

[1892] 有些人即便已经进入了密乘，还是有疑惑。学了很长时间密宗之后退失的也有。就大多数人来讲，如果如理如实地修好了前行的话，他的信心是很稳定的。越了义、越究竟的教法，有的时候接受起来更困难，因为超越了常规的思维，和我们平时在世间所受的教育隔了很远，层次完全不相同，所以我们要一步一步的从自己在世间思维进入到佛法解脱的思维，再从解脱的思维过渡到大乘的思维，再从大乘的思维过渡到密乘的思维，逐渐我们的心最后就会很接近实相和了义的教法。其实我们分析整个过程的话，现在很多道友正在学习，这些都是让我们靠近实相的过程，逐渐地再让我们靠近实相。不管我们处在哪个阶段，无论学什么法，都请认真的学。该思维的认真思维，该学修的就好学修，也许现在我们看不到这个必要性，到了一定阶段的时候，我们自然而然就明白了，当年我学的经典、论典，还有很多教言都是指向于实相的，就是帮助我的心悟入实相的修法。现在认真学习，也就是让自己的相续尽可能成熟，累积更多的福德，清净很多的罪障。

[1893] 现在在简单的介绍三大传承，主要介绍的是无上大圆满，即阿底约嘎的传承。因为现在讲的是大圆满前行引导文，并不是玛哈约嘎的前行引导文，也不是阿努约嘎的这个前行引导文。既然是大圆满的前行引导文，那就对于大圆满的传承、大圆满传承的祖师介绍的多一些，其他的稍微介绍一下就过去了。比如前面的国王匝、圣种五贤等等稍微介绍一下过了。因为现在我们着重介绍的是大圆满的传承。

[1894] 天界是圣心天子，在人间围绕多吉就是极喜金刚，以上的内容我们已经学完了。今天我们要开始学在人间第二代文殊友，就是说蒋花西宁。

[1895] 当时，印度圣地又诞生了一位文殊菩萨的化身——名为成藏或胜乐藏的婆罗门子。

[1896] 当时围绕多吉已经成为了教主，正在印度弘扬大圆满教法的时候，这个时间在印度圣地又诞生了一位文殊菩萨的化身，他的名字叫成藏或者胜乐藏，他是一个婆罗门种姓，所以也叫婆罗门子。

[1897] 他的父亲是乐护婆罗门，母亲叫单哈那，成藏后来舍俗出家而成为五百班智达的主尊，被人们共称为文殊友阿闍黎。

[1898] 成藏后来舍俗出家了，在很多唐卡或佛像里面所画的文殊友绝大多数都是出家的形象，戴一个班智达的帽，个别的也是画成了在家的形象。因为他舍俗出家，所以显现的是班智达形象。

[1899] 他在舍俗出家之后，成为了五百位班智达的主尊。以前修行人很多，根基相对来讲也很利，他成为了五百班智达的主尊。大恩上师在讲记当中讲是真正的五百个，还是说比较多的意思？这个也不太清楚，反正就这里面介绍的是成了五百班智达的主尊。他的名字以前是叫成藏，后来共称为文殊友阿闍黎。

[1900] 一次圣者文殊菩萨为他授记说：“从此处向西方，在邬金境内革扎湖畔黑庆达金洲尸陀林中央的金刚洲洞境内住有一位金刚萨埵的化身、诸佛无勤之教法的教主，他已经获得诸佛的灌顶，名叫化身极喜金刚，你应当前去求得稀有佛教的精华、无勤成佛的正法阿底约嘎，并作为他的教法结集者。”

[1901] 当他的因缘成熟的时候，这是显现上面成熟了，因为他本来就是文殊师利菩萨的化现。虽然是文殊师利菩萨的化现，但是因为他要在人间传法的缘故，所以也要给我们示现求法、修法经历。虽然从他的本体来讲不需要再求法，但是因为他要在人间要利益众生的缘故，所以必须要在这些众生面前要示现一个看起来是一般人的行为。

[1902] 包括法王如意宝等等他们都是佛陀的一些在人间的化现。因为他要救度众生的缘故，要给他有缘的弟子们去示现自己以前也是苦的，从这方面来讲和你们相似，后来怎么样对佛法生起信心的，怎么样去求学、修行，这些都和你们相似，最后认认真真地依止善知识，尽量不让上师善知识生起不高兴的心，所有的都有相似的地方，我们就有了一个参照。我们觉得上师这样做，自己也可以这样做。如果什么示现都没有，我们也就没办法真正去模仿上师行为。如果只是一个上师是这样，其他上师有示现也还好，如果大家都是这样那就没办法了，所有的圣者都不示现这些过程的话，那就是真的没办法随学了。

[1903] 所以说，虽然他们都是证悟者，但是针对各自所化的弟子，也有各式各样的示现。就像不同的出身，比如印度的上师们，有些是婆罗门、刹帝利，有些是下劣的种姓等等，各式各样都有，这里肯定找到一个和你差不多能够对应的。求学的经历，也是有坎坷和比较顺畅的。家境有富裕的，也有贫穷的，各方面都有。这么多后代的弟子总会在看传记的过程中，对他的依止和求学，总有引发一些共鸣，有了共鸣之后，他就可以去模仿和随学。

[1904] 文殊友阿闍黎虽然是一个化身，我们都知道文殊师利菩萨是千佛之师，他是佛陀智慧的总集，但是为了利他的缘故，仍然显现出家相，然后在显现上面文殊菩萨给他授记，他好像自己不知道一样。文殊菩萨授记说：“从这个地方往西方走，在金刚洲洞境内，有一个金刚萨埵的化身。”“诸佛无勤之教法”，无勤的教法就是指大圆满的教法，因为大圆满的教法真正修的时候，不需要很多的改造，不需要分别念去助力运转，然后去改造。现在我们的修



法，基本上都是有勤作的修法，改造之道。为什么是改造之道呢？因为现在我们的分别识很庸俗，有很多我执和烦恼，所以就要通过这些所传的教法，比如说出离心、菩提心等等来扭转、改造我们恶劣的心，把它改造成一个善良的心，追求解脱道的心。早期我们是要在心上面去改造的，改造到一定程度，可以无勤作的时候，就会告诉你无勤作。

[1905] 基本上从哪里开始呢？从大中观开始慢慢地趋向于无勤作。因为大中观就是要观心性本空的实相，所以从理论上面的加行，就是从大中观开始的。大中观的见解，就是说一切都是离戏论的，你的心识就是离戏论的，就把我们的心从改造之道、助力运转逐渐地沉淀，要了解他的本性。从大中观开始，还有如来藏本性，它本来就是大无为法等等，其实这一切这种痕迹已经开始显现了，就是说最了义大圆满的教法的很多痕迹，在显宗的教法当中，从这里慢慢开始特点已经呈现出来了。

[1906] 我们在学这些的时候，大中观或者以后我们学的《宝性论》等等如来藏的教法，都是对于心的特质慢慢有所体现。通过推理和显宗当中讲解的方式来告诉我们，对这些逐渐了解完之后，再给我们讲密乘大圆满教法的时候，直接就会跟你讲，为什么是无勤作、不造作的！的确在显宗当中，已经体现出来了不造作、无勤作的一些痕迹，只不过没有那么清楚的去讲，或者修行的方式也没有那么直接，这些绝对是必要的。如果在前面的时候，对类似于无造作、无勤作的显宗的见解没有下功夫的话，比如在大中观或者《宝性论》里面讲如来藏的时候，虽然不像密宗的修法讲的那么透彻，但是这些决定是基础。你了解了之后，后面再进入无勤作之道，比较容易理解，修学也比较容易。如果前面没有下功夫的话，一下子拿到大圆满的无勤作，不知道怎么办了。什么叫不勤作，就是天天睡懒觉吗？根本搞不懂，这里面讲的无勤作之道其实就是大圆满的教法。修行的时候没很多造作和改变，完全就是直接的了悟自己的实相而安住。

[1907] “他已经获得诸佛的灌顶，名叫化身极喜金刚，你应当前去求得稀有佛教的精华”，他说，你应该前去求得稀有佛教的精华，就是告诉他应该去求法，这个法特别好，是很稀有的，就是一切佛法的精髓。

[1908] “无勤成佛的正法阿底约嘎”，这也是可以无勤成佛的。在《宝性论》当中已经讲了，一切众生大无为法的自性本来就是佛，在密乘当中把这个问题讲得更清楚。一切众生本来是佛，让我们现前这个实相的教法也是根本不是改造之道，这就是无勤成佛的正法阿底约嘎。

[1909] “并作为他的教法结集者”，就是说是成为他的传承弟子，主要是成为他的教法的结集者。

[1910] 于是文殊友对其余诸位班智达说：“西方邬金地方有超越因果之法，所以我们必须前去折服。”

[1911] 这是一种方便，如果直接说那个地方有一些无勤作的法，可能他的眷属、弟子们，听到有这样一种无勤作、超越因果的法，可能就不想去了，如果说我们去那个地方辩论，在邬金地方有一个超越因果的法，我们要通过智慧学识去折服他们，这样的话他们就会有一种想去的意乐。有些人的根喜喜欢辩论，如果去求法不愿意，说我们去辩论他肯定会很愿意，或者说让他求法不愿意，如果说我们去护持教法很愿意。为什么呢？那边听说有一些超越因果的法，我们去维护佛法的纯正性，听说护法就去了，也许是这种情况。各式各样的想法都有，直接说估计是不行的，所以说，文殊友通过一些善巧方便，说那个地方有一些超越因果的法，我们应该去折服。

[1912] 众班智达商定之后，特哦日匝哈德等七位班智达历经千难万险来到邬金境内，他们用尽周身解术与化身极喜金刚对因果及内外密法展开了研讨及辩论，始终无法取胜。

[1913] 五百个班智达商量的之后，选了七个比较有智慧或者出类拔萃的以特哦日匝哈德为首的七位班智达，当然里面还要加上文殊友，历经千辛万苦来到了邬金，他们用了很多方法，以自己所学习到的智慧和极喜金刚来进行辩论，对于因果法、内外密法等等，都展开了研讨和辩论，始终无法取胜。因为极喜金刚是佛陀的化现，所以拥有最殊胜的智慧，而且他所修持或是弘扬的就是最无勤作、最了义的法门。就像在显宗里面的离戏大空性，这就是一切万法的实相，从离戏大空性的侧面来讲是最了义的。

[1914] 相对来讲，最了义的法和基础的法门、不了义的法门进行辩论的时候，讲离戏的应成派能够指出其他观点的不圆满的地方和自相矛盾之处，下面这些不了义的法没办法去责难这些了义的教法，就是有这个特点。我们在学过中观的教法都知道，只要你不承许究竟实相，不管如何安立，什么观点，都是不了义的，因为本来不究竟、不了义，你把不了义的安立于了义，不究竟安立于究竟，肯定是有漏洞的。极喜金刚安住在最了义的实相当中，他的教法是最了义的。不管是从共同的因果，还是不共的内外密法，想要和最了义观点的持有者来辩论，当然是没办法辩论的。

[1915] 虽然你是学中观的，但是学得不好，没有精通，对方也许只是一个学世间学问或者学唯识的人，他学得很精通，有时也是没办法和他辩论的，这是因为自己没有精通。如果就像极喜金刚一样，本身持的是了义的观点，再加上非常通达的话，根本没办法和他辩论。他们始终无法取胜，辩论了很长时间。通过方方面面的辩论，因果、内外密法都辩论了。其实这样辩论也有一定的必要，什么必要性呢？前面为什么说这个地方有超越因果的法门，要去折服辩论呢？如果没经过辩论，直接去求法，其实他们内心当中对于这个超越因果的法，还有很多很多的疑惑，但是经过辩论之后，他们自己认为正确的观点全部讲出来了，然后极喜金刚辩论之后，在这个过程中，逐渐逐渐就会发现，这个是完全没有漏洞的教法，最了义的教法，他们通过思维辩论的方式慢慢就确定了，这个时候再说去求法，他们就心悦诚服。这个过程是让他们对了义教法产生信心，成为殊胜的法器的必要性，经过这些辩论之后，文殊友的目的达到了。

[1916] 最后文殊友问诸位道友：“向化身极喜金刚求超越因果之法好吗？”

[1917] 他本身就是来求法的，其实他自己是很明白的，但是在弟子面前示现的时候，经过很多辩论之后，他说：“现在我们没办法辩胜了，看来这个超越因果的法，是诸佛了义的精华，最究竟的精华法，所以现在我们去向化身极喜金刚求超越因果法是不是非常好呢？需不需要向他求法呢？”

[1918] 特哦日匝哈德说：“虽然有求法之心，可是我们已经侮辱了他，实在不敢求法。”

[1919] 他说，虽然在辩论过程当中，我们也逐渐认识到他这个法是非常了义的，是一切诸佛的精华，现在对它生起了信心，也有求法的心，但是我们在辩论的程过程当中，已经侮辱了他，现在是不敢求法了。

[1920] 侮辱的意思，可能是在辩论的过程当中，显现上心态没把握好，或者言词方面有一些过分的语言，或者说虽然是如理如法的辩论，因为对境很殊胜的缘故，在这个过程当中，似乎所有正常辩论的词句，都有点变成了侮辱的成分，也许是这个意思。因为一般来讲，班智达不会像一般人辩论一样，如果没有经过很多训练的人，辩论的时候很容易情绪波动，然后辩论就变成了争吵，开始怀恨等等，但是经常辩论的人不会这样，经常辩论的人今天输了，明天赢了，根本不会动摇他的心态。经常训练的人，一般来讲心量都是很宽广的。他们既然是五百个班智达选出来的佼佼者，对于辩论本身，一般来讲不会在这个过程当中出现这些不好的心态，或者嗔恨等，应该是不会的。

[1921] 所谓侮辱的言词，在辩论的过程当中，有些时候要做出一些动作，或有的时候语言有点过激，这些可能也是有的，或者前面讲的一样，因为对境是特别殊胜的一个化身，所以虽然说的是如理如法的辩论的词语，就是常规的辩论场合当中所说出来的辩论的词语，但是性质就有点严重了，他就觉得这是不是有一种侮辱的成分在里面，就有点不敢求法了。

[1922] 有些人说：“我们也会生起定解，应当求法。”

[1923] 其他班智达说，不管如何，如果我们学也可以通达。因为他们本来底子就很好，再加上在辩论过程当中，也大概了解了无勤作大圆满的很多很多特点，他们就觉得其实也可以生起定解，所以应当求法。

[1924] 大家商量后决定诚心诚意进行忏悔。

[1925] 他们商量完之后，决定先诚心诚意进行忏悔，再看情况。

[1926] 有些人顶礼或转绕化身极喜金刚；

[1927] 他们有些人通过顶礼的方式来忏悔，有些就通过右绕极喜金刚的方式来进行忏悔。

[1928] 有些人痛哭流涕，泪流满面；文殊友躬身顶礼而泣不成声，心里暗想：我已经侮辱了这位化身，信口开河说了许多辩论之词，所以必须用斩断自己的舌头来作忏悔。



[1929] 文殊友自己是这样想的，在辩论的过程当中，可能说了很多不该说的话，“信口开河说了许多辩论之词”，所以我自己要通过最真诚的或者最有效的方式来净罪。那么怎么样呢？因为我辩论的过程当中用舌头造的罪，所以最好的忏悔就斩断自己的舌头，通过这样的方式来忏悔。

[1930] 想到这里便寻找刀刃。

[1931] 他想到这里，就开始寻找刀刃，想要割断自己的舌头来忏悔。

[1932] 化身极喜金刚知道他心中所想，于是说：罪业不会因为你斩断舌头而得清净，撰著一部超越因果的殊胜论典吧，这样一来可以净除罪业。

[1933] 极喜金刚嘎绕多吉知道了他心中有这样的想法，很后悔，然后想要通过斩断自己舌头的方式来忏悔，他就说：你不需要这样做，也不能这样做，因为你这样做，其实是没什么效果的，虽然从你的心和行为来讲，可能是一个很决绝的心态，但是你这样做也不一定能够清净罪业，罪业不会因为你斩断舌头而得以清净。

[1934] 那么斩断舌头能不能够清净呢？其实如果是在忏悔的过程当中，因为斩断舌头只是一个表示，他内心当中是极度的后悔，这是可以清净一部分的罪业，然后他自己通过这样的方式，做一些行为也可以清净一部分的罪业，但是这是必要不大的。或者说一般的人，如果不是特殊的必要，通过这样的方式来忏悔，还是没办法集中到忏悔的最根本的要点上面，很多时候，我们的罪业是由心而起的，最好的忏悔就是由心而忏。

[1935] 况且他还有一个更殊胜的清净罪业的方式，他说你可以撰著一部超越因果的殊胜论典，因为你是对大圆满的这些辩论，所以你最好是造一部超越因果的大圆满的论典，这样就可以清净罪业，而且这个论典造出来之后，在传世的过程当中，很多修行者因为看到讲解大圆满的殊胜的论典生起信心，就可以利益很多很多人。如果你只是斩断了舌头，第一个不一定完全能清净，第二个也会因此损失掉很多有情的利益，利益不了众生了，所以可以去造论典来进行忏悔。

[1936] 大恩上师在讲记当中也讲了世亲菩萨的案例。世亲菩萨最早的时候，入的是小乘的法门，造了很多论典。他听说他的哥哥无著菩萨，在鸡足山修了十二年，后面不修了，就开始造论典，讲法了。他说了很多很多不该说的话，对大乘说了很诋毁的语言，对他哥哥也说了很多轻视的语言。无著菩萨也观察到，一方面是因缘到了，一方面来讲也是悲悯他，所以就派了二位通达大乘佛法的弟子——二位比丘到了他的住处。上师讲，是念二部大乘经典，一部叫做《十地经》，还有一部是《无尽慧经》。

[1937] 这二部经典一部是晚上念，一部是早上念，在《布顿佛教史》里面讲，首先是在晚上念《无尽慧经》（《无尽意菩萨经》），在他门口念。世亲菩萨本来就是一个非常非常聪明的人，智慧非常敏锐的一个大班智达，他听比丘念经典，一边听就全懂了。听完之后，他说：“大乘的因还可以，但是这个果好像有点散、不明显。”因为《无尽慧经》里面讲了很多大乘在因地时所修的发心，还有很多很多修行，念完之后他就知道大乘的因方面还是很殊胜的，但是果方面好像不行。因为每个经典讲的侧重点不一样。

[1938] 第二天早上的时候，二位比丘念《十地经》，就是菩萨的一到十地，念完之后他说：“不但因很善妙，大乘的果也很善妙！”因为《十地经》当中讲了从一地菩萨到十地菩萨，乃至成佛的整个过程，一个阶段一个阶段全部念给他听。他一边听一边就了解通达了，大乘不单单因很善妙，果也很善妙，他就想要忏悔，因为诽谤了大乘的善知识——他的哥哥，也毁谤了大乘，他就觉得罪业很大，就想要用刀子割断自己的舌头来忏悔。二位比丘说：“不需要，忏悔的方法你哥哥那里有的。”去了之后，他也是跟哥哥学习，后来他哥哥让他造大乘的注释，说，你有这么殊胜的智慧，通达了大乘之后，造大乘的注释这样罪业可以清净。他后面造了《十地经》的注释，《无尽慧经》的注释，还有《唯识二十颂》《唯识三十颂》等等，造了很多论典弘扬大乘。

[1939] 大乘佛法的弘扬，最早一个阶段是龙树菩萨弘扬，中间有一点衰微的时候，无著菩萨二兄弟，无著菩萨首先从弥勒菩萨那得到《弥勒五论》等等，然后带回来弘扬，后来世亲菩萨又开始造很多的论典，弘扬大乘的思想，所以大乘佛法那个时候是非常兴盛的。后面来讲，他的功德成就也很殊胜。

[1940] 有些传记里面讲，世亲菩萨的思维很快，智慧很敏锐，他们两兄弟在讨论佛法的时候，有些时候无著菩萨提的问题，他马上就可以回答，但他提的问题的时候，有些时候显现上面无著菩萨要等一会再回答。他问：为什么你等一会才回答呢？无著菩萨可能也是为了让了解他的殊胜功德，说：“你的一些问题很深，我要请示弥勒菩萨才回答。”一方面好像很谦虚，说我要请示一下我的本尊弥勒菩萨，他告诉我答案，我才可以回答；其实另外一个角度来讲，我随时可以见我的本尊，只要我想问问题，马上就可以见，所以我回答的时候，要先向弥勒菩萨提问，他给我一个答案，我给你回答。是这样的意思。

[1941] 世亲菩萨就很想见弥勒菩萨，“我也想见弥勒菩萨”，然后他哥哥给他传话之后，弥勒菩萨说，因为你以前诽谤大乘的缘故，这个罪业还是很重的，虽然基本上已经忏悔清净了，但是还有残余的障碍，这一世你见不到我，当你去世之后到兜率天可以见。世亲菩萨就对他哥哥特别有信心，做了很多很多赞叹他哥哥的诗，很多传记当中都有。

[1942] 无著菩萨、世亲菩萨是佛陀在《文殊根本续》里面授记的，佛陀早就对这些出世大德授过记的。他也有这样的示现，曾经毁谤大乘，后来通过弘扬大乘，造大乘论典的方式来清净罪业，一方面来说是清净罪业，一方面其实也利益了很多有情。他所造的大乘论典，有些可能没有翻译，有些可能已经没有了，但是翻译过来的还是有一些，在藏传佛教里面有世亲菩萨造的很多论典，汉传佛教里面也有很多，现在还在人间作为修行者的眼目，作为世间的明灯，还在利益有情。所以说这些很好的论典，如果一直延续下来对很多众生有利益，不好的论典写下来之后，不好的观念一直流传的话，也会对众生有很大的伤害。

[1943] 这里面也是一个类似的案例，文殊友认为在辩论过程当中，他有很大的过失，所以他要忏悔。还有龙树菩萨的案例，龙树菩萨倒不是因为辩论，他的上师是让他造很多佛塔来忏悔罪业，他什么罪业呢？他的上师在那烂陀寺闭关的时候，龙树菩萨在当知客，在管寺院，他上师在入定，当时在寺院附近发生了很大的旱灾，发生了饥荒，就有很多人饿死了。龙树菩萨因为有一些共同的成就，类似于点金术，他就通过点金术变出一部分的黄金，就在其他地方买粮食，养活了那些烂陀寺的很多僧人，但是其他地方鞭长莫及，就导致饿死很多人。他的上师起定之后，看到饿死这么多人，就问什么情况，他就把情况讲了，上师说：你为什么不是我起定呢？如果你告诉我的话，我有能力从虚空当中降下粮食雨，但是因为你没通知我，导致饿死那么多人，你要忏悔，你必须修很多很多佛塔来忏悔。所以龙树菩萨在整个印度修很多很多佛塔，包括印度金刚座的围栏。我们去金刚座的时候，外面还有一圈围栏，那也是龙树菩萨以前造的。

[1944] 显现上是在忏悔，但其实来讲，通过这种方式兴建三宝所依，保护佛教的教义，也做了很多事情。大德们有些时候说是在做忏悔，阿底峡尊者也是在藏地的时候，每天做小擦擦像，也是忏悔以前开除梅志巴的过失。其实这个过程当中，他们通过这个善行去利益很多有情，也是说明我们自己如果有需要忏悔的罪业，也是修善法就可以。不管怎么样，如果你有能力就劝别人学佛，讲解殊胜的佛法内容，还有修很多殊胜的善行，这些都是行之有效的，既可以让自己的罪业清净，又可以让他有情得到利益的方法。这也是给我们传递出很多讯息，如果要解读，哪个方面都可以解读这些圣人们这样示现的必要性。

[1945] 文殊友想要通过割舌头的方式来忏悔罪业的时候，他上师说：不需要，你造一个非常殊胜的论典就可以清净罪业，也可以利益很多有情。

[1946] 当时没有缘分的人们返回去了。

[1947] 有些没有缘分的人就回去了，虽然七个人都想求法，但是可能有些根基是很利的，也是法器，有些可能不是法器的，所以就通过各种方式让他们回去了。无垢光尊者他老人家有一次也是这样的，当时有很多很多眷属，他要传《上师心滴》之类的心滴法要，可能一部分不是法器，一部分是法器，无垢光尊者就用方便，他就加持他的眷属，突然一部分眷属生起了要去山里面修法的心，就修法去了。

[1948] 把不具法器的人通过各种方式让他们到别的地方去，剩下的法器给他们传了很多心滴法要。有些时候可能直接告诉他们：你们回去；有的时候不是这样的，也和不说什么，就是让你自己产生某种分别念，然后你自己就跟上师说，我去哪个地方修行，上师说，好好好！你可以去，然后他就去修行去了。剩下来的人，上师给他们传殊胜的法，也有这样的方式。反正有各式各样的方式。

[1949] 而文殊友只是依靠上师稍作表示，便恍然大悟，从而通达一切万法。

[1950] 他是文殊师利菩萨的化身，也是文殊师利菩萨授记的人，所以文殊友通过上师稍微的表示，就恍然大悟了，从而通达了一切万法的实相。



[1951] 为了使大圆满佛法，极喜金刚传授给他王权宝瓶灌顶，并将九界二万卷等所有续部、窍诀完全交付于他，也为他取名文殊友。

[1952] 这是持明表示传，前面是让他证悟了一切万法的实相，他证悟之后，为了使大圆满佛法，后面就传授给他王权宝瓶灌顶，然后把九界二万卷，即所有大圆满的续部、窍诀，通过很快的方式、很短的时间当中就交付给他了，让他成为教主。也为他取名文殊友，他本身名字叫文殊友，上师给他取名也叫做大文殊友。

[1953] 之后化身极喜金刚写下所有言教的意义并恩赐教言道：“心之自性本来佛，心无生灭如虚空，若证诸法等性义，不寻彼性住为修。”

[1954] 后面极喜金刚把他自己的言教写下来，就是把他的遗教写下来，之后恩赐教言：所有一切有情心的本性就是佛，心的本性无生无灭犹如虚空一样，如果证悟诸法的等性义，不需要寻找彼性住为修，就是说不需要寻找，安住这样的本性就叫做修行。这是极喜金刚写下来的殊胜教言。当然我们自己如果智慧不够，在这个里面也看不出什么：这个意义好像没有什么，在某个显教的教言当中或者中观里面也有，可能不一定了解。如果真正是智慧很敏锐的，或者说善根深厚的人，他在这里面可以看到大圆满的很多教言。

[1955] 文殊友通达了所证悟的意义以后用偈颂来表达证悟的境界：

[1956] 文殊友已经证悟了究竟实相意义，然后通过偈颂来表达自己的证悟境界。

[1957] “吾乃蒋花西宁也，已获大威德悉地，证悟轮涅大平等，显现一切妙智慧。”

[1958] 我就是蒋花西宁文殊友，已经获得了大威德的悉地（大威德的成就），证悟轮涅大平等，我现在已经证悟了轮回和涅槃的平等性，显现了一切殊妙的智慧。这表示他自己证悟的境界。

[1959] 并撰著了《菩提心·金溶石》作为忏悔，

[1960] 他自己在获得证悟，成为教主之后，也写了超越因果的大圆满的教法——《菩提心·金溶石》这部论典。

[1961] 同时也作为化身极喜金刚教法的结集者，将大圆满阿底约嘎传给西日桑哈。

[1962] 同时他也作为人间第一代祖师极喜金刚的教法的结集者，成为大圆满的教主，后来把大圆满阿底约嘎传给了西日桑哈。也就是说极喜金刚把这个法传给他之后，极喜金刚就入灭了，然后他就成为教主，利益具有缘分的众生，给他们传讲各式各样的教法。但他最主要的弟子，就是人间第三代大圆满传承上师西日桑哈尊者——吉祥狮子。

[1963] 西日桑哈诞生于中国汉地秀夏洲，父亲名叫具善，母亲名为光明母。

[1964] 西日桑哈是汉族，他诞生在中国汉地的秀夏洲，历史里面说是秀夏洲，但是一般共同的、比较具有代表性的说法就是西安，西安人。上师老人家以前讲过，在注释当中也提到，虽然不是那么肯定，但是在很多历史当中说，就是现在西安或者西安附近。大圆满的传承上师里面重量级的人物就是西日桑哈，他是大圆满的祖师。父亲叫具善，母亲叫光明母。

[1965] 他长大以后在阿闍黎哈德白拉前学习声明、因明、历算等（大小）五明并且通达无碍。

[1966] 长大以后，他首先学了共同学问，大小五明都已经通达了。

[1967] 二十五岁时幸遇阿闍黎文殊友圆满求得甚深大圆满阿底约嘎圣法的所有续部传承及窍诀，现前了离戏殊胜的证悟。

[1968] 上师老人家讲，有些大圆满的法当中说，如果二十五岁以前遇到大圆满的话，是属于比较具有缘分的，在今生当中会证悟大圆满的实相。这个遇到怎么理解？有的时候我也在想，是不是你听了这些大圆满的灌顶，或者说你听到了上师讲大圆满的教法，这就叫做遇到呢？可能从某个方面来讲这个也叫值遇了，但是是不是按照授记里面讲的那种值遇大圆满呢？这个还不好说。

[1969] 因为按照授记来讲，如果是二十五岁以前遇到大圆满，今生必定会证悟大圆满。现在很多人都是在二十五岁以前就遇到了，得到了大圆满灌顶，甚至有些可能在几岁的时候就得到了。但是从他后面表现来看，不要说证悟大圆满，可能逐渐逐渐连信心都没有了，这样的也不少。那么这个值遇的意思到底是哪种意义上的值遇呢？文字上虽然说二十五岁以前遇到，但这个遇到可能是指比较严格意义上的值遇吧。就是说你的根基非常成熟，或者说你的信心等等所有的因素圆满了，这样会真实值遇给你指点心性的大圆满，如果是这样的话在今生当中的的确确可以证悟。否则的话一般意义上的遇到，就是说能够进入大圆满坛城灌顶，或者说能够听上师传讲大圆满的法，这个叫不叫遇到呢？有的时候我想可能也是某种意义上的遇到，也算是具有一种殊胜缘分的，但是不是授记里面讲的那种值遇呢？不太好说。

[1970] 他二十五岁的时候幸遇了文殊友，然后圆满的求得甚深大圆满的圣法，所有的续部——十七大续，还有很多很多的窍诀，现前了离戏殊胜的证悟，这个就是西日桑哈尊者。

[1971] 并将大圆满法传与邬金第二佛、智者嘉纳思扎、大班智达布玛莫扎、大译师贝若扎纳。

[1972] 这些都是他的传承弟子，前面只是极喜金刚传给文殊友，文殊友传给西日桑哈，从西日桑哈开始他的弟子就不少了，宁玛派的祖师莲花生大士，还有嘉纳思扎尊者、布玛莫扎，还有大译师贝诺扎纳。西日桑哈传法给嘉纳思扎等的时候，是在现在的五台山，他住在那个地方，嘉纳思扎是从印度到五台山来求法，求到大圆满然后再回去的。

[1973] 在法王如意宝的很多道歌里面说，五台山清凉尸林，是西日桑哈，还有钅金莲花生大士、贝诺扎那、布玛莫扎长时间安住的地方。清凉尸林就是现在善财洞旁边的一片树林，那里的山上还有法王如意宝的法座。

[1974] 五台山也算是文殊师利菩萨真实的刹土，还有就是很多大圆满传承上师在这个地方长时安住的，智慧身可能也在，包括布玛莫扎尊者。他也和莲花生大士一样获得了无死持明、无死的虹光身，现在还没有入灭。他住在哪里呢？就住在五台山，他真实的智慧身现在在五台山，一百年要示现一个化身来弘扬大圆满的教言，弘扬最殊胜的大圆满的教法。

[1975] 大家比较公认的是阿琼堪布，他就是一百年出现一次的莲师化身。华智仁波切的上师说，你的传承里面会有一个布玛莫扎的化身，但你可能见不到，你的弟子能见到，阿琼堪布就是布玛莫扎一百年出现一次的化身。每一百年会出现一个特别具有证悟的祖师，弘扬殊胜的大圆满。

[1976] 他们在五台山传法，在五台山证悟，所以五台山对修行佛法的人来讲，是意义非凡的地方。一方面是文殊师利菩萨的刹土，一方面作为宁玛派的传承来讲，也是一个大圣地，因为很多重量级的祖师在那里求法、证悟，长时间安住，这是他们加持的地方。我们朝拜五台山，一方面是奔着文殊菩萨去的，另一方面也是奔着传承上师们去的。有些人在五台山也见到过布玛莫扎，得到加持而证悟的，这个也特别多。

[1977] 他把大圆满传给了莲花生大士。在传记里面讲，当时证悟的时候，西日桑哈用契克印指向天空，说：“一切显现不执著！”连续说了三次，莲师显现上就证悟了实相。这是用非常简单的语言让弟子证悟实相，在莲花生大士的传记里很清楚的。

[1978] 还有嘉纳思扎、布玛莫扎。首先是布玛莫扎先去西日桑哈那求法，回来之后，嘉纳思扎去的时候，学的时间很长。因为布玛莫扎呆的时间不够长，有些窍诀没学到，就从嘉纳思扎那又求了一部分法。

[1979] 嘎绕多吉、蒋花西宁、西日桑哈、嘉纳思扎，他们四位入灭之后都留下了遗教，共称为《涅槃续》，这是他们四位大德的教言。按照惯例来讲，入灭之后，他们的弟子很悲伤，他们就会重新显现出来，给弟子说一个教言然后再入灭，在传记里面是这样讲的。因此嘎绕多吉、蒋花西宁、西日桑哈、嘉纳思扎四位大德的遗教汇集集成系解脱，平时我们的系解脱是一子续，这四位祖师涅槃的时候留下来的遗教《涅槃续》，大圆满的弟子有些也戴着这个，也有戴一子续的。为什么布玛莫扎、邬金莲花生大士没有？他们还没有入灭，也没有遗教，他们四位有遗教的。

[1980] 贝若扎纳大师是藏区的，他们是印度的，有的留下了遗教，有的没有留下。然后传给了贝若扎纳，贝若扎纳的传记上讲，他到了印度，在印度西日桑哈那求法，求大圆满的教言，他求的大圆满心部是最全的，莲花生大士心部的传承也是从贝若扎纳那里得到的。

[1981] 这以上讲的是持明表示传。

[1982] 这是属于持明表示传。

戊三、补特伽罗耳传：



[1983] 那么，在此之后藏地雪域这片领土上到底是如何将精华正法弘扬开来的呢？

[1984] 补持伽罗耳传是人间的传承，人间是口耳传承。因为大圆满的教法主要是在藏地很兴盛，所以这里面主要讲在藏区是怎样弘扬的。

[1985] 往昔佛陀在世的时候，藏地这块土地上并没有人类众生。

[1986] 佛陀在世弘扬佛法的时候，按照有些历史来讲，那时藏区还没有人类。

[1987] 后来圣者观音菩萨化现的雄猴与度母所化现的罗刹女二者繁衍人类众生。

[1988] 后来观世音圣者化现的雄猴与度母所化现的罗刹女二者开始繁衍人类众生。在藏地的记载当中，他们当时好像住在山洞，应该是在山南泽当那个地方，泽当县城外面有一座山，山上面有猴子洞，据说当年他们最早住在那个地方，现在也有。

[1989] 当时既没有正法、法规，也没有长官、头领，就像茶砖一样处于无头无尾的状态中。

[1990] 最初的时候没有正法，佛法没有，世间法规也没有，长官、头领这些全都没有，类似于原始人类那种感觉，当时的情况“就像茶砖一样处于无头无尾的状态中”。

[1991] 当时，印度百军王生下一位太子，他的所有手指、脚趾犹如天鹅蹼一般连在一起，双目好似鸟的眼睛一样由眼睑遮蔽着。

[1992] 那时印度有一位国王生下了一个太子，太子所有的手指、脚趾就好像天鹅蹼，就是我们现在鸭子、鹅的掌一样连在一起，虽然不是完全粘在一块，好像一个整体，但是中间是蹼相连的，手指、脚趾都是这样的。两只眼睛就好像鸟的眼睛一样，由眼睑遮蔽着。

[1993] 看到生下这样一个儿子，他的父王说：“这是非人之子，还是驱逐出境为好。”

[1994] 因为他的因缘就在这边，不在印度，所以生下来之后，他的父亲就说：这不是真正的人类，是非人之子，不应该、不适合留在我们国家里面，应该把他驱逐出境。

[1995] 王子稍稍长大便被捺除国境，由业力所牵而徒步流浪到藏地，遇到一些牧童。

[1996] 这有两种说法，一种说法他是印度国王的儿子，被国王驱赶出境之后，由业力迁引，或者是因缘在这边，虽然印度和藏地相隔非常地远，而且山特别地高，一般来讲，那时从印度到藏地是非常不可能的事，但是由于业力所牵的缘故，他徒步从印度逐渐到了藏地。在藏地遇到一些牧童。

[1997] 他们问：“你是从哪里来呀？到底是谁呀？”他使用手指指向天空。那些牧童认为他是天人，于是大家肩背土石、垒成高座，请他作为首领，人们共称他为肩座王，他就是除盖障菩萨的化身。

[1998] 他用手指指天空，牧童认为他是天人。不知道他当时想要表示什么，想说什么我们也不清楚。牧童认为他是天人，从天上下来的，然后用肩背土石，垒成高座，让他坐在上面作为首领。从这儿开始，就有了国王了，就有首领了，所以他的名字叫“肩座王”。因为是肩膀扛石头垒成的宝座，把他立为王的。其实，他的真实身份是除盖障菩萨的化身。

[1999] 因为藏地那个地方及所化的有情特别适合最了义的教法，或者有利于佛陀整个佛法的弘扬，所以用我们现在的的话来讲，菩萨们在很早以前就开始布局了，还没有教法的时候，这些化身就要通过他们的悲心去加持这些地方，让这个地方变成以后修行的圣地。虽然现在看，这个环境是特别地恶劣，但是在那个地方修行，很容易生出离心，菩提心，还有证悟空性，修行大圆满教法的法要是特别殊胜的地方，很容易生出相应的感觉。所以从很早就开始，菩萨们就化现到那个地方去加持，慢慢地教化，慢慢地加持有情。那时可能也不会说三宝等，这些都不会说，显现上就是一般的国王，天天就是做那些事情，断案、开会等，但在做这些事的过程当中，他们本身作为菩萨，大悲菩提心不可思议的方便就在加持这些地方，让这些地方慢慢变成可以修行的圣地。他就是除盖障菩萨的化身。

[2000] 还有另外一种说法，他指向天空，不是表示其它的，说他从其它地方来的，是真实地从天空上降下来的。当年我去西藏的时候，也是一个喇嘛给我们做向导，他会汉语。我记的当时朝完永布拉岗苍珠寺，朝完之后汽车往泽当县城开回去的时候，这个喇嘛就指旁边的这座山，旁边有一座山，说当时肩座王国王，他就在那个山头上面从天上降下来的，这个喇嘛给我们指了一下，是那个地方。

[2001] 这方面有两种说法以上，一种说法他是从印度当王子过来的，还有一种说法是真的从天上下来的。这是除盖障菩萨的化现。

[2002] 经过历代王朝，到了圣者普贤菩萨的化身拉托托日年赞期间，永布拉岗宫顶层楼上出现了身所依——十一面观音像；语所依——《宝篋经》、《百拜忏悔经》经藏；意所依——一肘高的水晶佛塔，这就是正法的开端。

[2003] 从肩座王开始，经过了很多很多的王朝。但这时也在逐渐地发展生产，建立很多国政。因为佛法的弘扬相对来讲，必须要有一个成熟的社会，方方面面制度很健全才能真实的弘扬。所以经过很多地努力调化，经历了很多的王朝之后，到了普贤菩萨的化身拉托托日年赞期间，开始出现了一些正法的影子了，正法开始有了开端了。

[2004] 它的情况是什么样的呢？在永布拉岗皇宫，现在当然也在，去拉萨的时候，从泽当过去，永布拉岗皇宫也在那，但是可能不是以前的，可能修过很多次了。现在永布拉岗寺在一个山上面，很多去西藏的都知道。

[2005] 然后在永布拉岗皇宫的顶层楼上出现了身语意的所依。身所依是十一面观音像，一尊十一面的观音像，这个是身体的所依，不是真正的菩萨或者佛身，是一种所依、代表。然后语所依是《宝篋经》、《百拜忏悔经》的经藏。意所依是一肘高的水晶佛塔，因为意是智慧，是佛智，佛陀的智慧当然我们没办法去了解，没办法表示的，所以用佛塔，佛塔里面装了舍利子，舍利子是佛陀证悟智慧最后入灭显现的舍利。所以舍利代表佛陀的智慧，把它放在佛塔里面，佛塔就变成了佛陀的意所依了。这个就是正法的开端，正法身语意的所依从这个时候开始有了。那个时候还看不懂，不懂是什么意思，经典也不知道，佛像是知道，有这种形象，十一面观音的，水晶佛塔。但佛经里面的文字不懂，应该是梵文吧，梵文没办法了解，没有翻译看不懂。但是的确从这儿开始出现正法了，而且是出现在皇宫顶层的楼上，把它们供起来了。

[2006] 当时我们去的时候还在想，现在这些经典还在不在？十一面观音像还在不在？我们去的时候还在胡思乱想，东看西看的。我们说这个是不是《宝篋经》啊？这个是不是当时的《百拜忏悔经》啊？可能不知道，好像不在了吧？如果有的话可能是镇寺之宝了，好像没听说还在。

[2007] 在此之后的第五个朝代，圣者观世音菩萨的化身国王松赞干布出世，建造了镇肢寺、镇节寺及拉萨大昭寺。

[2008] 佛法逐渐逐渐地开始了。然后又经过了五个朝代，观世音菩萨的化身松赞干布国王出世了，这个大家就很熟悉了，前面拉托托日年赞很多都不熟，但是松赞干布知名度很高了。他是观世音菩萨的化身，头顶上有天然的阿弥陀佛像，平时我们见他的唐卡，头顶都包着一块大布，包的是什么？里面就是一尊阿弥陀佛的像，是天然的佛像。所以他是观世音菩萨的化身。

[2009] 松赞干布建造了很多的寺院。因为整个西藏的地形，按照文成公主的说法，整个西藏的地形就像罗刹女仰卧，如果不镇压的话正法就弘扬不了，人民也没办法信奉。所以通过看风水之后，就建议在很多地方修寺院，建镇肢寺、镇节寺。镇肢寺，比如在肩膀上，膝盖上面，这些地方修寺院镇压，还有手指、脚指上修寺院，在心脏那个地方也要修寺院镇压，所以叫做镇肢寺和镇节寺。

[2010] 现在石渠这些地方还有，是镇节寺还是镇肢寺，我搞不清楚，反正有些地方还有一些庙，看起来不起眼，就是当时修的镇肢寺、镇节寺现在还是有的，很著名的就是拉萨的大昭寺。现在去拉萨的话当然都要去大昭寺朝拜，这里面有很多殊胜的所依，觉沃佛像，十一面观音等。当时最早的十一面观音像好像已经没有了，毁掉了，毁掉之后现在在大昭寺有一个十一面观音像，是用当时被毁坏的泥土重新塑的，加持力当然应该是很大的。这里面还有以前很多大德，像莲花生大士伏藏了很多伏藏品，很多伏藏大师在里面去取伏藏的。这是拉萨大昭寺。

[2011] 迎娶至尊度母化身的汉族（文成）公主以及鬘眉度母化身的尼泊尔（赤尊）公主，同时迎请两尊觉沃佛像入藏。

[2012] 国王自己是观世音菩萨的化身。要弘扬佛法的缘故，他从汉地迎请了文成公主，文成公主是度母化身，然后从尼泊尔又迎取了鬘眉度母。当然从现在有些世间的文学作品来讲，说文成公主去了之后还是很悲惨的，或说文成公主和赤尊公主也是经常地明争暗斗，有很多这样说的。但不管怎么说，也可能是显现上的，真正来讲，一个是绿度母的化身，一个是鬘眉度母的化身。



[2013] 她们分别带了“两尊佛像入藏”。文成公主带去的是现在大昭寺的觉沃佛像，佛陀十二岁的等身像。当时是从西安，就是现在的广仁寺去的。那个地方当年放觉沃佛的宝座现在还在，拿走之后放了一尊度母像。最早的时候觉沃佛像在印度金刚座的二楼上面，从那个地方迎请过来，逐渐到了西域，从西域又到了西安，从西安到了拉萨，这样慢慢带过去，现在当然就成了全世界最著名的佛像了。

[2014] 还有小昭寺的佛像，是尼泊尔公主带进去的。最早的时候是十二岁等身像，觉沃佛像放在小昭寺，然后小昭寺的不动金刚像放在大昭寺，后来把两尊像调换了。现在我们去的时候，大昭寺是觉沃佛像，小昭寺是不动金刚佛像，它是佛八岁等身像，这边是十二岁等身像。

[2015] 十二岁等身像好像在文革的时候有一点点损坏，在膝盖上面左边有一个洞，我们刷经的时候还能看到一个窟窿，其他地方都是完整的。小昭寺的那个，在文革的时候身体打断了，现在是用铁丝捆起来，外面看不出来的。是班禅大师们观察之后，在一个废弃的仓库里面找出来的，这是小昭寺的佛像。现在还是在的，虽然损坏过，但是现在还在。

[2016] 这是她们入藏，带去最殊胜的所依，成为大家供养礼拜的所依。

[2017] 在此期间，围弥桑布扎创立文字而结束了西藏无有文字的历史。

[2018] 藏地慢慢开始了修建寺院，之后著名的佛像带过去了，然后也有一些僧人，但是还没有真正地开始弘扬佛法，是其他地方的僧人有去的，藏地自己剃度出家的僧人基本上还没有。因为没有文字，没办法形成僧团，也没有办法翻译经典。所以在此期间，围弥桑布扎，文殊菩萨的化身，他创立了文字，结束了西藏无有文字的历史。

[2019] 他从印度班智达天明狮子前学习了声明，并从《三宝物》等经藏开始翻译。

[2020] 他去印度学习，然后由梵文演化，形成了藏文。现在的藏文和梵文有些很相近很相似的，它是怎样的演化过程呢？西藏有一个很著名的班智达根登群佩尊者，他有一本历史书，里面介绍了两种文字之间相似、不相似的地方，作了比较详细的介绍，也有汉文的翻译，所以你有兴趣的话，可以看一下。

[2021] 创造了藏文之后，因为也懂梵文，他就把以前出现的经典拿出来翻译，比如前面的《宝篋经》，《忏悔经》等等。因为当时授记的是再过几个朝代之后就可以懂的，过了五个朝代，文字形成了，他就开始翻译，把前面的有些经典翻译出来，还有其他的像《三宝明》等等经藏。翻译完之后又开始推广藏文。很多人开始学习藏文，最后大家都可以用藏文来学习佛法。

[2022] 佛法要真正兴盛的时候，它的各种各样的条件都在逐步完善。所以为什么华智仁波切要讲这个历史呢？就是说刚开始的时候什么都没有，在什么都没有的过程当中开始出现国王菩萨的化身，开始加持一些地方，或者逐渐开始完善制度，到了一定阶段的时候，他的国力强盛了，开始有计划地建造寺院，开始布局，把罗刹女不好的地形，通过一些手段，改变它的风水，修寺院镇压，镇压完之后就创造弘法的整个大环境，通过修寺院迎请佛像的方式来具备这些基本的条件。然后有菩萨的化身开始创造文字，开始翻译，开始普及推广文字，把这个做完也需要一定的时间，慢慢地推广。不像现在人手一个电脑，学起来很快。他自己精通了，再经过成年之后，逐渐一个县一个县的，一个乡一个乡的，一个村一个村的，慢慢地去推广，这样才有大规模佛法弘扬的基础。

[2023] 从这儿开始翻译，有了一些初步翻译的藏文经典。

[2024] 国王松赞干布从自己的白毫间幻化出一位化身比丘名为阿嘎玛德，调伏了印度圣地的外道国王，

[2025] 这时松赞干布国王，从他自己的白毫间，从眉间化现了一位比丘，就是化身比丘阿嘎玛德，他在印度调伏了外道国王。

[2026] 并从印度与铜州交界处的一株蛇心栴檀中取出了五尊栴檀观音，

[2027] 这是有殊胜加持力的佛像。在印度和铜州的交界处，有一株蛇心栴檀，在一棵蛇心栴檀的檀香树里面取出了五尊自显的栴檀观音，有五尊自显的栴檀观音。

[2028] 同时塑造了拉萨的十一面观音像。

[2029] 现在大昭寺的十一面观音是不是当时那个不太清楚，反正大昭寺里面也有一尊十一面观音像，加持力很大。但是一位活佛告诉我们说，以前的那个已经毁坏了，现在是恢复宗教之后，用以前的那个泥土重新塑了这个十一面观音像。

[2030] 国王松赞干布时期才真实地树立起佛教的法幢。

[2031] 整个弘法的规模开始有了。但是这时还没有最根本的，就是大家一起来闻思修佛法，这个还没有。松赞干布的时候把该修的寺院修好，把风水该改变的改变了，然后迎请了佛像，把这些条件创造好了。

[2032] 相当于我们说你要弘法先把庙修了，把庙修好之后然后再进去培养僧才，讲经说法。大规模地弘扬，还是要再经过五个朝代，在赤松德赞国王的时候才开始。然后藏族人开始剃度出家，开始建立僧团，大规模翻译，然后讲解、弘扬、修持，那个时候就到了非常兴盛的年代了。

[2033] 以上从没有人类到有类，有了人类到有国王，有国王建立这些基础，然后逐渐形成弘法的基础，树立起了佛教的法幢。再经过几个朝代之后就开始了真正地弘扬佛法了，这个时候还没有。

[2034] 今天我们就讲到这个地方！

[2035] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[2036] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

[2037] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

[2038] 哲波措利卓瓦卓瓦 愿度有海诸有情

《前行广释》第137课辅导资料

[2039] 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

[2040] 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

[2041] 为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

[2042] 发了菩提心之后，今天我们继续一起来学习华智仁波切所造的《前行引导文》。

[2043] 《前行引导文》所述的的意义分了三个方面，一个是共同前行，主要是要让我们的相续对整个轮回生起想要出离的意愿，也就是生起出离心。所有修习佛法的人都想要觉悟，但是在什么样的状态下觉悟呢？就是在现在我们的起心动念，正在轮回的过程当中获得觉悟。针对一般凡夫人的状态来讲，现在我们缘轮回的思想和觉悟的本体，二者之间可以说隔得非常远，怎么样才能够让我们的心逐渐逐渐趋入于觉悟的本体？佛菩萨告诉了我们次第的趋入方法，对轮回生起厌离，对解脱生起希求的这种出离心就是迈向解脱的第一步。

[2044] 共同前行当中，第一个修法是让我们了解暇满人身的难得。暇满人身是修行佛法的主要所依，如果没有获得暇满人身，修行觉悟之道、成佛之道非常困难。暇满人身是一个非常好的基础，所以我们要思维暇满难得、珍贵，已经获得了暇满的自性之后，一定要认真修行，用人身来做最有意义的事情。最有意义的事情就是闻思修行，对成佛之道要有兴趣，要去学习。

[2045] 第二个修法是寿命无常，主要是说我们暇满的人身是无常的，不能够永久保持暇满的人身，不知道什么时候修学佛法的机缘就消失了。机缘消失主要是我们人身的消失，暇满人身是修行佛法最好的基础，如果这个基础没有了，我们想要修行佛法主要的因缘就没有了。也许三宝还在世间住世，上师们还在讲法，但是自己因为丧失暇满人身的缘故，就丧失了追求解脱的主动性。所以我们要思维无常迅速，无常不知道什么时候到来，从现在到死亡来临之前一定要认真的修行，一定要把紧迫感修出来，每天都要抓紧时间修行，当下就应该修行。

[2046] 这主要是为了对治我们拖延性的懒惰，虽然知道佛法很重要，要修行佛法，但总是拖延，觉得退休之后再修，或者说明年再修、什么什么时候再修。但我们还能不能活到明年？明年在不在世不知道，能不能就像我们预想的那样过二十年三十年再修？也不知道。一旦失去了人身，再想重新获得很困难。这部分内容在暇满难得当中应该思维得非常透彻了。



[2047] 现在我们没有死亡之前就要抓紧时间修，当下就要修，不能够以后再修。虽然想要修行也是善根的表现，但是众生的情性在修行过程中很容易体现出来，为了让我们不落在这种情性的违缘当中，要反复思维寿命无常，反复观修寿命无常修法，内心当中生起紧迫感，知道是无常的，自己消耗不起那么多的时间，所以要抓紧一切时间修行，尽量不做没有意义的事情。

[2048] 解脱道的第三个修法是观想整个轮回是痛苦的自性，没有安乐的地方，不管下一世我们转在哪个地方，都是属于痛苦的自性，断绝我们觉得这世混得不好，下一世转到比较好的地方去过快乐生活的想法。有些时候在假相上似乎有一些快乐，但是如果仔细分析，整个六道轮回都是痛苦的自性。通过第三个修法是让我们相续生起决定性，绝了我们的希望——不用修行，后世可以投生到一个快乐的地方，轮回当中根本没有一个快乐的地方。

[2049] 第四个修法，让我们思维业因果，恶趣有恶趣的因，善趣有善趣的因。恶趣的因是不好的，果也是不好的；善趣暂时来讲是有漏善业的因，引申了一个暂时的、相对恶趣来讲安乐的果，但是也是无常的自性。通过修持有漏的善业，成熟了之后能够生到善趣，那又怎么样？因为在第三个引导文当中对整个善趣的过患也是做了详尽的观察，所以我们是不会有兴趣转生轮回当中的任何地方。

[2050] 业因果当中有漏的善业其实是属于世间的因，我们对有漏的善业应该升华，虽然要继续修善业，但是有漏的善业我们是不能做的。那么怎么样才能够既要修善业，又不让它变成有漏的善业？也就是说不让它变成下一世纯粹获得轮回善趣的因呢？就要出离心摄持这种善根，我要以解脱轮回的心来修持善法，这就相应于解脱道。然后在这个基础上，如果进一步以菩提心、空性来摄持的话，善业就完全可以成为自己很快获得解脱成佛的殊胜的因了。

[2051] 通过四个修法让我们转心，把我们从心耽著轮回的状态转变去修解脱，现在我们已经获得暇满人身的时候，要用这些机会认认真真的修持真实有用的解脱道。

[2052] 后面的解脱利益，依止善知识都是属于共同前行。

[2053] 前面我们讲了，不共前行有皈依的修法，菩提心的修法，还有金刚萨埵、积累资粮、供曼扎和施身法，最后一个是上师瑜伽的修法。这些是让我们相续逐渐趣入于实相的殊胜窍诀，通过修持这些窍诀，随着自己根基、状态的提升，我们对于这种趋向实相的解脱道就完全可以掌控了。

[2054] 这些修法不像很深的空性、大圆满修法，如果我们没有经过前面的诸多准备，大圆满的修法、空性的修法对我们来讲就是一个概念，我们没办法抓住它的扼要。虽然窍诀很殊胜，但是因为没有经过前面训练的缘故，它到底殊胜在哪里？不知道，只是别人说特别殊胜，是最殊胜的法，我们自己没办法真实领悟非常殊胜的意义。所以对我们来讲这些前行修法需要认真去修，针对中下根器来讲是非常非常需要的。

[2055] 这些修法基本上都学完了，现在是讲一些传承的历史，尤其是内三续。对我们来讲，了知内三续传承的历史是生起信心的必要，所以我们要认真真去了解。前面我们大概介绍了如来密意传，持明表示传，《敦珠佛教史》里面讲了比较广的历史。

[2056] 现在我们学的是补特伽罗耳传，前面主要是讲，藏地起先是没有人类，然后怎么样有了人类，怎么样从没有国王到有国王，再过若干年之后，观世音菩萨的化身松赞干布有了寺院，但是还没有僧宝，寺院修好了，但不是三宝齐全的寺院。通过这样的方式，佛菩萨的加持力，还有众生根基次第成熟之后，逐渐开始兴盛佛法了。

[2057] 又过了五个朝代，圣者文殊菩萨的化身国王赤松德赞诞生。

[2058] 就从松赞干布国王又往下过了五个朝代之后，到了文殊菩萨的化身赤松德赞国王的时代了，赤松德赞国王诞生了。

[2059] 当他 13 岁时父王就不幸去世，在 17 岁之前他一直与鄂达日乐贡和拉桑乐华等诸位大臣共议国事，出兵征服了许多边陲地区作为附属国。

[2060] 赤松德赞是文殊师利菩萨的化身，是莲花生大士主要的施主，莲花生大士在藏地的主要施主就是国王，也是他的二十五大弟子之一。这个国王十三岁的时候父王就去世了，在十七岁之前他和其他的大臣共议国事，而且在这个过程当中也为国家做出了很多事情，征服了许多边陲地区做为附属国，建立了一个比较强盛的国家。

[2061] 因为佛法要兴盛和国王、国家是否兴盛也是有很大的因缘的，如果国家不兴盛，或者国王他不信仰佛法，不支持或者说反对，虽然有很多高僧大德，但也没办法在这样的环境当中做很多弘法利生的事业。

[2062] 赤松德赞国王在真实弘扬佛法之前，首先通过自己的智慧和威德力把国家治理得非常强盛。

[2063] 后来，国王翻阅祖先的完整史料，从中得知拉托托日年赞时期是正法的开端，国王松赞干布时期树立起法幢，

[2064] 有一次他翻阅祖先留下来的完整的史料，从这里就得知从拉托托日年赞时期就有了正法了，在皇宫的顶上出现了身语意的所依，那时候是有了正法的开端。但那个时候没人懂它的意思，国王显现上也不懂意思，但显现上面是从那时开始整个藏地有正法了，身语意的所依出现了。

[2065] “国王松赞干布时期树立起法幢”，到了松赞干布时期开始制定文字，然后翻译了一些经典，开始懂了这些经典的意义，这个时候树立起法幢。但还是不圆满，真正的佛法还是没有完全弘扬起来。

[2066] 他发现历代国王全部是依靠佛法治理国家，

[2067] 历代的国王都是以佛法治理国家的，当然刚开始是慢慢有了佛法的一些影子，有了形象，然后到了松赞干布时期，他通过佛法的意义制定了一些法规，像《在家道德规范十六条》，是世间法规和佛法的法规和合起来制定的一些规范。基本上也算是用佛法治理国家，从松赞干布开始往后，到赤松德赞国王之前都是这样的。

[2068] 于是便下决心：我一定要将正法发扬光大。

[2069] 他看到之后下了决心，因为他本身是文殊师利菩萨化身，他在世间当中本来就是为了弘扬佛法的，显现上面看到这些记载之后，就下决心要弘扬佛法。佛菩萨他们内心当中的密意我们是不了解的，一般的世间人是不了解的。这些菩萨们不用看这些史料，他们自己知道来这个地方降生是为了什么，完完全全清楚。尤其文殊菩萨等等化身他们不可能不了解，但其他人不知道，显现上面看到这些史料之后就发心要弘扬佛法，“我一定要将正法发扬光大”。前面是有了正法的开端，然后树立起法幢，但是并没有发扬光大。他就觉得在我这一时代要把正法发扬光大。

[2070] 接着与班玛贡赞为首的主要法臣商议，其余大臣也出谋划策，最后一致同意建造寺庙。

[2071] 他和一个主要的法臣叫班玛共赞，他作为主要商量的大臣。其他的大臣也是在这个过程当中出谋划策，最后达成共识一致同意建造三宝所依的寺院，建立起一个寺院作为弘扬佛法的基础，首先要有个基地。

[2072] 以前的寺院都是拉萨附近，但是当时赤松德赞国王的王宫不是在拉萨，是在山南那个地方。他们想在山南那个地方修建寺院，尤其是要建造弘扬佛法的基地寺院。

[2073] 在寻找净地上师的时候，国王前去请问他的国师也就是住在桑耶青普的妙定尊者。

[2074] 建寺院就必须选地方，要找一位净地上师加持寺院的地基，做很多净地的仪式。做净地仪式的上师应该具有殊胜的功德，到底是找谁来做净地上师呢？国王也有他自己的国师，他当时的国师就是住在桑耶青普的妙定尊者，就是酿当珍桑波尊者，藏文叫酿当珍桑波，翻译过来就叫妙定。当时他是国王的一个国师，虽然那个时候佛法没有兴盛，但是他还是有自己的一些功德。

[2075] 国师依靠寂止光明智而了知印度东方萨霍地区住有法王故玛得谢的太子大堪布静命，便告诉了国王。

[2076] 国师有一种能力，这里面讲叫寂止光明智。什么叫寂止光明智呢？他是通过修炼禅定，寂止有纯粹的寂止，还有寂止光明，即寂止、胜观无二的自性，就是在寂止当中也有胜观，但这种胜观和无我的胜观是不一样的。比如说第四禅，寂止和胜观二者是平衡的，再往上无色定可能是寂止比较明显，再往下可能是观比较明显，这方面也有很多不同的讲法。但是所谓的止观，不共的佛法当中讲的止观和世间的禅定当中讲的止观有的时候是不一样的，以后学其他论典会提到。

[2077] 他通过寂止获得了一种神通，叫做寂止光明智，有些地方说尊者是获得了肉眼通，他可以从他住的青普看到很远的地方。他通过他自己的肉眼通就现量看到了，在印度东方萨霍地区有法王故玛得谢，（这里的法王就是弘扬佛法的国王，称之为法王），法王故玛得谢的太子大堪布静命。静命论师有殊



胜的功德，而且和藏地很有因缘，他观察的时候他的神通可以看得很远，可以看到很多很多大德的情况，当然也有很多其他的上师，但是和藏区、和国王有因缘的大德上师比较突出，他最后就选定了静命菩萨，他是一个非常殊胜的上师。

[2078] 于是国王迎请大堪布静命作为净地上师。

[2079] 国王派人去迎请，到印度萨霍地方去迎请静命论师到西藏来。在《中观庄严论释》当中，麦彭仁波切也讲了静命论师和藏区的因缘，他来了很多次，藏地还没有人的时候来过一次，后面又来过很多次。在这个时候，把静命论师请过来（大恩上师在讲记当中也讲了）。请过来了之后，给国王讲解十善业道，讲解一些基础的法类，触怒了山神，很多的鬼神不高兴，然后他们就兴风作浪，就开始制造一些违缘。还有不相信佛法的一些大臣们开始说，这是因为请静命论师来弘扬佛法的缘故，所以不行，要把他送回去。这个时候国王没办法，就暂时把静命论师送回尼泊尔。后来他把阻碍弘扬佛法的大臣，通过他的善巧方便予以降伏，后面因缘成熟又重新迎请，迎请过来之后，就真正开始着手建造寺院。这是国王迎请大堪布静命作为净地的上师。

[2080] 静命堪布就选定了现在桑耶寺的位置，作为修建寺庙的地基，然后开始做很多加持。修建桑耶寺的方案，以前我们讲过，是参照印度以前的一个寺院叫飞行寺的模型而造的。

[2081] 很早很早以前，有个沙弥和一个外道行者修起尸法，修起尸法要有一个比较清净的修法助伴，要用新鲜的尸体，就是没死多久的尸体，通过一些修法修起尸。当尸体起来之后，他的舌头会很快的伸出来又缩回去，有三次机会，舌头伸出来之后，他的修法助伴如果能够把舌头咬住，舌头会变成宝剑，修法的人就可以用宝剑飞行，相当于御剑飞行，而整个尸体会变成一块黄金。当时外道修行者他是请沙弥来作为他的修行助伴，咬舌头的是沙弥，他在旁边修法，尸体起来会把舌头伸出来，沙弥就要把舌头咬住。

[2082] 前二次失败了，外道修行者说，你这次再咬不住的话，我们两个都要死。第三次就咬住了，咬住之后舌头变成宝剑，尸体就变成黄金。本来他们达成协议，如果修成之后，宝剑归主法者，黄金归助伴，主要的悉地不是黄金，而是宝剑。这时候沙弥把宝剑拿着飞到空中去了，修行者说，宝剑是我的，黄金是你的。沙弥说，我要用宝剑去看一下，既然有这么大的能力，我要试一下，等我回来还你。然后他就拿宝剑飞到很远很高的地方，在空中观察了整个须弥山，四大部洲。整个看完之后，下来把宝剑还给外道修行者，他就用自己所得到的黄金，按照他所看到的须弥山和四大部洲的形象，修造了印度飞行寺。飞行寺就是以须弥山为中心，然后有四大部洲，八小洲，当时桑耶寺也是参照印度飞行寺的建造方式去修的，后面还要作介绍。

[2083] 在修建过程中需要砍除阿雅巴罗洲的一堆荆棘丛，

[2084] 这应该是在现在的桑耶寺的位置，

[2085] 住在该处的恶龙得知后喊来所有鬼神作为援助，

[2086] 佛教当中讲，在砍树，砍荆棘丛之前要做一些仪式，要请鬼神搬家，做很多很多修法，因为一般来讲，比较大的树丛，荆棘丛也叫鬼神村，是其他众生居住的地方。比如说，这堆荆棘丛，我们看起来是一大堆荆棘丛，但其实这里面有恶龙，有其他非人住在里面，可能在这里有他自己的宫殿，还有花园等等，全都在里面。要砍荆棘丛，相当于把他所住的地方、房子都摧毁了，所以他就很不高兴。住在该处的恶龙得知之后，喊来了所有鬼神作为援助。

[2087] 招集二十一优婆塞等鬼神的军队，

[2088] 现在二十一优婆塞是佛法当中比较著名的护法，当时还不是护法，当时他们的身份还是捣乱的鬼神，因为莲花生大士还没来，还没有降伏他们，那个时候他们还是鬼神。由二十一优婆塞为首的，还有其他很多的非人军队。

[2089] 到了晚上，就把人们白天所修砌的建筑摧毁无余，并将所有的土石都归回到原地。

[2090] 白天是人修，修完之后晚上他们就搞破坏，把白天人们所砌的墙全部摧毁，而且所有的土石全部归回原地当中。工人白天辛辛苦苦修造，晚上回去睡觉，第二天早上一看，什么都没有了，土石又在原地，又要重新挖，重新搬过来，重新修砌，就这样反反复复很多次，所以一直修不成。

[2091] 国王请问堪布：“发生这样的事，是因为我业障深重还是堪布您没有加持，要是说修建寺庙的事不能如愿以偿？”

[2092] 国王看到这个情况之后，就问堪布：发生这样的事情，是因为我业障太深重了吗？我发了这个愿，要弘扬佛法，是我业障太深重，没办法修成呢？还是堪布你没有做加持呢？还是从整个因缘来看，修寺院的事情根本就修不成，没办法如愿以偿？

[2093] 堪布回答说：“我虽然菩提心已经纯熟，但是依靠这种寂静方法实在不能调伏它们，这些鬼神必须要用降伏法才可调伏。

[2094] 堪布说，我已经做了加持了，而且我对他们修菩提心，我的菩提心已经非常纯熟，没有丝毫的杂质，非常非常清净的菩提心，但是这些凶恶的鬼神，单单造寂静的菩提心，还不能调伏他们，没办法调伏这么刚强难化的相续，这些鬼神必须要用威猛的降伏法才可以调伏。

[2095] 菩提心的力量其实是非常大的，在一些菩提心的教言当中讲，很多鬼神完全可以通过非常清净的强大的菩提心力量调化。静命论师这样讲，后面莲花生大士才会入藏，如果静命论师通过他自己的菩提心，把鬼神调伏，那么显相上面莲花生大士就没有因缘入藏了。他在入藏的过程当中，会调伏很多很多的鬼神，为了弘扬佛法，还做了很多很多事业。所以显现上，静命论师说我调伏不了。

[2096] 按照《中观庄严论释》，还有其他的很多教言来看，静命论师是金刚手菩萨的化现，金刚手菩萨其实是诸佛菩萨威德力的显现，不可能调伏不了几个鬼神，但是因为有很殊胜的必要性的缘故，显现上面好像是堪布调伏不了这些鬼神，好像拿这些鬼神毫无办法，天天在修菩提心，天天修自他相换，但是这些鬼神一点都不听话，不配合，但是是有这个必要的，就是要请莲花生大士入藏。于是他就推荐莲花生大士。

[2097] 如今在印度金刚座有一位化生的邬金莲花生大士，他精通五明、谙熟胜义的功用，已经获得了共同、殊胜成就，

[2098] 当时莲师是在金刚座修法，度化众生。因为莲花生大士是从莲花化生的，他不是一般的父精母血所生，他自己降生的方式是特别清净、特别奇特的。他精通五明，精通世间的工巧。谙熟胜义的功用，证悟胜义谛，通过胜义谛显发出来的、种种弘扬佛法的善巧方便的功用特别特别谙熟，而且自己通过修持各类密法，获得了共同的成就，和殊胜的不同成就。

[2099] 可以摧毁一切魔众，

[2100] 威力特别大，可以摧毁一切魔众。

[2101] 随心所欲吩咐天龙八部，所有鬼神闻风丧胆，他足可制服一切恶魔，如果请他来，所有鬼神就不会再来为非作歹，也会让大王心愿得以彻底实现。”

[2102] 他自己可以随心所欲的吩咐一切的天龙八部，还有一切的鬼神听到莲花生大士的名字之后都是闻风丧胆。有些教言当中讲，如果平时我们遇到违缘，或者感觉是不是有一些非人、恶魔对我们伤害，就把莲花生大士观想在头顶、心间或者右肩，然后念诵金刚七句，恶魔鬼神根本没办法抵挡莲花生大士的威德力，所以一祈祷之后，这些非人、恶魔就会逃跑。莲花生大士可以制伏一切恶魔，如果请他来的话，所有鬼神不会再来为非作歹，也会让大王心愿彻底实现。

[2103] 平时我们也要多念莲花生大士的心咒，还有金刚七句、普获悉地祈祷文、遣除道障祈祷文，平时多念很多违缘自然而然就消于无形，遇到再大的违缘精进念诵，都会消于无形，即便是碰到一些违缘，也是很很小很微弱的。尤其是在我们修行过程当中，有很多外内密的障碍，如果一个人家里面经常供奉莲花生大士，或者经常念诵莲花生大士的咒语、祈祷文的话，通过莲花生大士的威德力和他的发愿力，很多违缘自然而然就会消散。作为修行人，作为宁玛派的弟子，习惯性的祈祷莲花生大士，念诵莲花生大士的各类祈祷文和咒语非常重要。

[2104] 国王说：“那会不会请不来这位大师呢？”

[2105] 静命堪布把莲花生大士介绍得这么殊胜，所有鬼神听到他的名字就闻风丧胆，能够制伏一切恶魔，如果只要把他请来，所有的事情都可以“搞定”。国王说，这么殊胜的大师，会不会请不来呢？

[2106] 堪布静命胸有成竹地对国王说：“因为有以前的发愿，所以一定能请来。

[2107] 肯定会请来的。以前有什么愿呢？静命论师就跟他讲他们的因缘。



[2108] 从前，在尼泊尔境内有个养鸡人叫萨来，他的女儿胜乐母分别和养马、养猪、养鸡、养狗的四个人生下了四个儿子，这四个人在建造夏绒卡绣佛塔的时候曾经发愿：将来在藏地弘扬佛法……”

[2109] 很久以前，在尼泊尔境内（就是现在的尼泊尔境内），有个养鸡的人叫萨来，他的女儿叫胜乐母，胜乐母分别和养马、养猪、养鸡、养狗的四个人生了四个儿子。后面四个儿子要报答母亲恩德的时候，母亲说不需要什么，建座佛塔可以报答，我的心愿就是要建座佛塔。后来四个儿子为了满足母亲的心愿，就修建了殊胜的佛塔——夏绒卡绣佛塔。夏绒卡绣佛塔就在现在的尼泊尔，是尼泊尔殊胜的三大佛塔之一，夏绒卡绣也叫满愿塔，在尼泊尔叫博达塔，是很殊胜的佛塔；还有一个是在加德满都的香根佛塔；还有一个是施身塔，是佛陀在因地以身施虎的地方。这三个佛塔是非常殊胜的。

[2110] 当时修建了夏绒卡绣佛塔，而且发了很多很多殊胜的愿。四个人修完之后，就开始回向发愿，其中一个说：我以后要当国王，（有些地方说是发愿在藏地当国王，发愿很清楚），通过国王的身份，当施主来弘扬佛法，这就是赤松德赞国王的前世；其中一个人发愿要弘扬显宗教法，主要弘扬戒律和显宗，这就是静命论师；然后还有一个发愿要弘扬密宗，这是莲花生大士的前世；还有一个发愿，你们在住持佛法，弘扬显宗密宗的时候，我来作为使者，为你们之间传递消息，那么就是瓦彻月，是他们的大臣。四兄弟把夏绒卡绣佛塔修好之后就发了这些愿，做了很多的加持，现在这个佛塔叫满愿塔，当然一方面来讲，他们的心愿都满足了，赤松德赞国王当了国王，静命大师在藏地弘扬戒律和显宗，莲花生大士在藏地弘扬密法，瓦彻月也是如愿作为他们的联络者。

[2111] 从这个方面来讲，满愿是既满足了母亲的心愿，也满足了他们四个的发愿。如果后面的朝拜者、修行者到尼泊尔的满愿塔去转绕，发什么愿都可以满足。莲花生大士专门讲解了个佛塔的功德，供养各式各样的供品，有各式各样不同的缘起和功德。什么心愿都可以满足，所以叫做满愿佛塔，即夏绒卡绣佛塔。

[2112] 有一头给他们拉砖的牛，他们发愿的时候，忘记了替它发愿，它很不高兴，觉得这些砖头、泥巴都是我拉的，花了很多力气，你们居然没有给我发愿，那你们以后弘扬佛法的时候，我就要破坏佛法，这头牛就是后面的朗达玛国王。它发了这个恶愿之后，当时在树上有一只乌鸦，乌鸦知道牛的发愿很不好，它也发愿说，这头牛在以后破坏佛法的时候，我一定要降伏他，这就是后面的拉隆·贝吉多杰，他把朗达玛射死了，他们前面都有各自的发愿和因缘。这方面就是说明，因为有这些前世的因缘，所以一定可以把他请来。

[2113] 听到堪布讲述完这其中发愿的详细经过以后，国王又派遣瓦彻月、降魔金刚、钦泽迦光、普吉祥狮子各带一藏升金粉、一斛金饰前往印度。

[2114] 瓦彻月就是四兄弟之一，他是负责联络的。降魔金刚就是多吉登炯，也是法王如意宝的前世，还有钦泽迦光、普吉祥狮子，这四位大臣，每个人各带了一藏升金粉，一斛金饰前往印度。他们带了很多黄金，去印度迎请莲花生大士。

[2115] 他们拜见阿闍黎后献上供品请求道：“务必请大师前往藏地加持寺庙地基。”

[2116] 这些内容在广传里面讲得很详细，怎么样去迎请莲花生大士，莲花生大士对他们讲了什么样的教言，还有对这些黄金的态度，讲了很多很多。无论如何，拜见了莲花生大士之后，他们献上了供品，请求道：“务必请大师前往藏地加持寺庙地基。”

[2117] 莲师应允后便起程前往。

[2118] 莲师让他们先走，自己慢慢就过来，

[2119] 途中依次降伏了十二地母、十二护母、二十一优婆塞等藏地的所有鬼神。

[2120] 他在进藏的时候，一路上显现了各种各样的神通和神变，藏地所有的鬼神都已经降伏了，而且在很多地方也留下了当时降伏鬼神的神迹，有些是在岩石上，有些是在河里等等，有很多显示神通、调伏鬼神的遗址。

[2121] 来到红岩，举行寺庙净地仪式，就这样建造起四周由四大洲、八小洲、罗刹洲、日月、铁围山所围绕的三层桑耶自成寺。

[2122] 红岩就是山南，就是桑耶寺的附近。然后举行了寺庙净地仪式。因为这里做障碍的鬼神已经降伏了，不会再捣乱了，所以寺庙就很顺利的建造好了，而且以前捣乱的鬼神，也加入了建造寺庙的行列当中。按照传记的记载，白天是工匠修，晚上是鬼神修，因为鬼神的力量很大，所以鬼神修的速度比人要快。以前是人白天修晚上鬼神拆，现在是人白天修鬼神晚上修。这样就建起了桑耶寺。

[2123] 去过桑耶寺的道友都知道，桑耶寺外面有一个围墙，相当于铁围山一样，圆形的围墙把桑耶寺整个围起来，围墙上面有佛塔，里面主要的宫殿是须弥山，大殿周围也有四大部洲，在主殿的四周，还有一些比大殿小一号的经堂，四周都有，然后在经堂两边，还有更小的八小洲，然后是罗刹洲、日月和铁围山，这些都有表示的三层桑耶自成寺，三层分别是以汉地、藏地和印度的风格修建的桑耶寺。现在在桑耶寺里面还保存着一道当时非人修的墙。

[2124] 该寺竣工之后，堪布静命、阿闍黎莲师、大智者布玛莫扎三位大师为该寺开光，抛散三次鲜花，当时，他们大显神变，奇妙的瑞相纷纷呈现。

[2125] 修完之后，开光的主要上师就是静命论师、莲花生大士和布玛莫扎尊者，三位大师次第撒了三次鲜花进行开光。不仅三位大德显示了神通神变，还有寺院里面各种佛像也显现出神通神变。我们都知道，显现上这些佛像都是泥塑或者铜塑的，在开完光之后，这些佛像就像真实的佛菩萨一样，开始显很多的神变，寂静的显寂静像，忿怒的显忿怒像等等，上师在讲记中说，甚至于一些愤怒本尊的火焰把地板都烧焦了，显相上赤松德赞国王有点害怕了，担心会把寺院都烧着了，后面他们显现完神变之后，回到了各自的位置。当时有很多奇妙的瑞相纷纷呈现。

[2126] 此后，静命堪布传讲戒律，弘扬显宗教法；

[2127] 这是他主要的弘扬内容。因为他以前发愿，主要是住持僧团，弘扬显宗教法。这样可以为很多人打好基础，而且也能够给整个藏地的佛法留下非常完整的显密教法，密宗要有人弘扬，显宗也要有人弘扬，如果当时没有静命论师传讲戒律、弘扬显宗教法的话，现在西藏的佛法也不会那么完整。尤其是静命论师还剃度了七位藏人，那时候并没有以藏人身份出家的人。虽然从印度迎请了几位大德，比如说静命堪布本身就是一位戒律非常清净的出家人，同时也迎请了很多班智达，也是出家人，但是藏地本土没有一个真正出家的僧人。

[2128] 真正要让佛法兴盛的话，必须还要剃度出家人，来守持戒律才行。当时他们不知道藏人的根基是否适合出家，所以选了七个人，相当于试验品一样，就先剃度七个人试一试。如果他们能够好好地守持戒律，当然也就可以以此类推，以后的人都可以出家，完全可以用这样的方式来弘扬佛法。当时就选了七个人，叫做应试七人。现在桑耶寺里面还有一个殿，就是他们七位当时出家的地方。他们剃度之后，很好的守护戒律，实验成功之后，逐渐地剃度了更多的人出家修行。静命菩萨传讲戒律，弘扬显宗教法，这是他的智慧观察得很细致，为了佛法能够长远弘扬的缘故，所以剃度了出家人，而且也有弘扬戒律的必要性。

[2129] 阿闍黎莲师与布玛莫扎弘扬密法。

[2130] 莲花生大士和布玛莫扎尊者主要是弘扬密宗，就是说生起次第、圆满次第，尤其是大圆满的教法，莲花生大士弘扬的是新派大圆满，然后布玛莫扎弘扬的是旧派大圆满，莲花生大士和布玛莫扎尤其是弘扬大圆满的教法，还有弘扬共同的密宗。

[2131] 当时邬金第二佛与大智者布玛莫扎二位尊者为意子君臣友三人、妙定禅师等堪为法器的具缘者明显地宣讲了区分、决定、自解的法门。邬金第二佛就是莲花生大士，他和大智者布玛莫扎尊者为了意子，意子就是心子，也就是优秀的弟子。君臣友，君是国王赤松德赞，臣是指贝若扎纳大师，友主要是指益西措嘉空行母。还有妙定禅师，就是赤松德赞国王的国师妙定尊者。对于这些堪为法器的具缘者，明显的宣讲了区分、决定、自解。区分、决定、自解都是大圆满的术语，即区分有寂、决定觉性，还有自解脱。这方面大恩上师说大部分都是窍诀，这里面讲得比较多一些。

[2132] 也就是转了大圆满阿底约嘎等内三续法轮。

[2133] 这些在广传里面讲的特别多。

[2134] 自此以后的传承被共称为补特伽罗耳传。

[2135] 这以后的传承都叫做补特伽罗耳传的传承。

[2136] 不仅如此，邬金第二佛还为君臣具缘者传授了相应各自根基的不可思议法门，



[2137] 邬金第二佛莲花生大士为这些君臣具缘者，他主要有二十五位大弟子，他在耶巴也有很多的具缘者。他对这些具缘者传授了相应各自根基的不可思议法门。对于二十五位大弟子，其中生起次第，以八大法行为主，根据他们的因缘，哪些是大威德的，哪些是金刚概的等等，都是相应他们的根基，灌顶时让他们投花，花就会降落在不同的坛城上面，然后就可以给他们传授相应的八大法行等不可思议的法门。

[2138] 并撰写在金纸上隐藏成伏藏，发愿以此饶益未来的随学者，

[2139] 莲花生大士依止了很多上师，也在很多地方听闻佛法，相续当中有很多很多不可思议的修法，然后根据以后各个不同时间段众生的需要隐藏为伏藏。他能够遍知一切，比如说再过一百年，那时候的众生的根基怎么样，或者会出现什么样的违缘；再过几百年是什么情况，众生的根基是怎么样的……他看到了之后，就把最能够调伏当时众生的法要伏藏，还有出现违缘的时候，把这个法取出来，就可以息灭很多的灾难。比如说瘟疫流行的时候，如果把这个法要取出修了之后，就可以息灭灾难等等。针对后面不同的情况，他通过无漏的神通观察了之后，做了很多的伏藏，发愿在那个时候，具有因缘的伏藏师们把这些伏藏取出来弘扬，可以利益有情。

[2140] 因为他这样发愿以此饶益未来的随学者，所以不同的阶段都有伏藏师出现，每个阶段都会取出新的伏藏，期间不是经过很多代的流传，基本上在莲师和伏藏师之间没有间隔，这个法取出来之后，还是加持力特别大，不仅中间没有受到任何染污，而且也是适合当时的根基，也是应时的，在这个时间最适合调伏烦恼的就是这个法。中间没有很多的间断，这个法取出来之后，相当于莲花生大士刚刚讲完一样，很新鲜，加持力非常的迅猛。有些法传了之后，虽然针对当时众生的根基是很有效果的，但是世间过了之后不一定。还有一些法在流传的过程中，可能中间接法的人戒律不清净，誓言不清净，通过他的相续传下来的法，受到了染污，法的效果可能也会消失了。伏藏法不一样，基本上伏藏法取出来之后，当时的有缘众生都能够直接得到最大的利益，这就是伏藏法最不共的殊胜性，可以饶益未来的随学者。

[2141] 并交付于护法神来保护。

[2142] 然后把伏藏法交给各种护法神，让他们来护持。伏藏有很多，有些是水伏藏，伏藏在江河湖泊里面；有些是岩石伏藏，伏藏在山里面，还有虚空伏藏，就在虚空里面。平时看不到，在因缘成熟的时候，在虚空里面就会自然而然取出这个伏藏。伏藏也会转移地方，比如说它以前伏藏在这个山里面，后面开矿、修路、挖隧道，需要穿过这个山，这时候护法神就会把这个伏藏转移到其他地方去，反正肯定不会受伤害的，这些外缘都伤害不了伏藏品，而且它主要是通过无漏的智慧印持的。我们根本不用担心，这个伏藏埋在这个地方，后面在发生战争的时候，会不会一个炸弹炸下来，所有伏藏都炸得粉碎，后面的伏藏师什么都取不到了，这种情况是没有的。很多护法神都在护持这些伏藏，如果他观察这个地方会被毁坏，自动就会转移到其他地方去了。

[2143] 伏藏师在取的时候，也是跟随伏藏来取。有些伏藏就是在虚空里面自然取出来的，法王如意宝也有在法座上面腾空，然后在虚空里面取出伏藏的情况。还有一些伏藏是伏藏在伏藏师的心里面，叫做意伏藏。到了一定的时间，意伏藏就会从心里面自然而然开始浮现出伏藏的意义。很多伏藏师在取伏藏的时候，通过金刚概把岩石打开之后，从里面取出伏藏，再放回去一个替代品，还要酬谢护法神。

[2144] 法王如意宝在年宝圣湖取伏藏的视频大家都看过，当时龙多活佛在他身边，龙多活佛亲自给我们讲了当时的情况，我们也大概知道，视频里面也可以看到一些。有各式各样取伏藏的方法，有些心里自然而然浮现出来的意伏藏，有些是需要去固定的地方取。现在有一些法王如意宝当年取过伏藏的痕迹。在玲瓏寺也看到过一个很小的窗口一样的地方，以前法王如意宝在那里取过伏藏。

[2145] 至于意伏藏，比如在《敦珠佛教史》里面讲，麦彭仁波切没有从水、岩石里面取过伏藏，所有对众生有利的法，都是从心里自然而然浮现出来的，因此尊称他为意伏藏之王。我们修的法要，比如《八圣吉祥颂》等等，很多都是他从内心当中浮现出来的大宝瓔珞。还有各种各样的仪轨，麦彭仁波切的修法有二十几函，还有很多的窍诀、修法仪轨。这些殊胜的对众生有利的教言，都是从内心当中无勤浮现出来的。

[2146] 后来，授记时间已经到来之际，获得昔日愿力的大成就者之化身一个个骤然降临于世，开启了甚深伏藏之门，摄受了众多具缘补特伽罗而饶益众生，

[2147] 授记时间到来的时候，获得昔日愿力的很多成就者出世。莲花生大士也是给这些有因缘的弟子等等，授记让他们去取这个伏藏。然后有昔日愿力的大成就者们的化身一个一个骤然降临于世，开启甚深伏藏之门，取了很多伏藏。现在有个法叫做《大宝伏藏》，就是把历代的伏藏师所取的伏藏汇集在一起，编辑成了大宝伏藏法门。在各类佛教史里面，专门有这些伏藏师的传记，里面有很多稀有的传记。在《敦珠佛教史》等等佛教史里面都有专门介绍伏藏师的。全知无垢光尊者、麦彭仁波切，还有德达朗巴、蒋扬钦哲旺波，他们都是非常殊胜的伏藏师。法王如意宝也在不丹、尼泊尔、青海、四川等很多地方取过伏藏。

[2148] 虽然大恩上师没有取过伏藏，但是他的伏藏就是大学演讲，他很谦虚地说：“这就是我分别念的伏藏。”其实这也是一种伏藏。对众生有利的教言从心中自然而然浮现出来，可以调化当时的众生。上师老人家也说了，他自己精华的伏藏在大学演讲里面全部存在了。我们应该好好学习，其实上师老人家的伏藏品就在很多殊胜的教言里面。看起来前面没有伏藏的标志，后面也没有“嘉嘉嘉”秘密等字眼，也没有说这是伏藏品。我们好像不太重视，其实真实对于众生有利的，能够调伏烦恼的，帮助众生走向解脱道的殊胜法要，上师都讲了。在上师的大学演讲里面，有各式各样的法要。在每所学校里面讲的就是他对于佛法的殊胜领悟，尤其是对于佛教徒和非佛教徒都有利益。

[2149] 修持有些伏藏法必须要灌顶，否则根本没办法接触到；有些伏藏，像上师老人家的教言也不需要，不单单是针对佛弟子，还有非佛弟子，怎么让他们趋入解脱道也有一些殊胜的教言，上师老人家在这方面也有一些专门的开示。虽然上师老人家说我不是伏藏师，但是从这个侧面来讲，也是由于甚深的必要所以从自己的心相续当中，浮现出来了这些教言，以这种伏藏来利益众生。

[2150] 不仅开启了很甚深的伏藏之门，也摄受了众多具缘的补特伽罗而饶益众生。就像前面讲的一样，有些伏藏就是一尊佛像，这个佛像一取出来之后，自然而然就能利益很多众生，可以调伏很多众生的相续，会让瘟疫、灾荒、战争自然而然消于无形。有些伏藏是加持的药、甘露这些，有些伏藏是修法，有些伏藏是莲花生大士的帽子、衣服、头发，有各式各样的伏藏品，能够对众生做方方面面的利益。还有些伏藏是大圆满的教法、观世音菩萨的修法。

[2151] 所有的传承共称为六种传承或九种传承等。

[2152] 所有的传承，就是前面的如来密意传或者持明表示传等等，还有后面的伏藏传承，共有六种或者九种传承。大恩上师在讲记当中，有一些比较简单的介绍。我们可以看一下。伏藏法在宁玛派也是一个不共的法要。大恩上师说，虽然在其他的传承里面，有些大德也取过一些伏藏品，比如宗大师取过海螺等等，但是真正来讲，变成了一种传承的，具有伏藏的传承只有宁玛派是非常完整。在其他的教派里面都是零星的取一些伏藏，而在宁玛派里面，伏藏法专门有一个传承的，就是伏藏法脉，这是不相同的。我们也是接触到了一些伏藏修法，就像法王如意宝的金刚萨埵修法，这是我们经常用的，还有昨天大恩上师在网上传的观世音菩萨修法，这是多吉达派的第一世的大持明者仁增坎波取出来的观音菩萨修法，也是一个伏藏品。还有很多麦彭仁波切的修法也是意伏藏，前面讲过的金刚萨埵修法是法王如意宝取的伏藏，还有《阿弥陀佛法极乐捷径》念三十万遍的仪轨，也是法王如意宝前世列绕朗巴的伏藏品。

[2153] 有时候我们看到伏藏特别殊胜，可能会想：自己有没有机会修伏藏法呢？其实现在有很多伏藏法我们正在用，有些是上一世的伏藏法，有些是这一世的伏藏法。法王如意宝这一世取的伏藏，项带金刚概修法、作明佛母仪轨、益西措嘉修法、金刚萨埵的修法等等，持明法会的仪轨、阿弥陀佛的修法，这些上一世的伏藏，这些都是各式各样的伏藏法。这些伏藏法对我们的加持力很大。我们修行的话，在修法过程当中，如果自己的信心和各种因缘、资粮都够了的话，就会得到不可思议的加持。以后可能还会出现很多伏藏师，也会取出很多的伏藏，可以利益以后的有情。

[2154] 这些伏藏法不会被灭法、灭佛等方式毁坏。因为它是通过加持力，伏藏在法界当中的，所以不管外面有什么地水火风的灾难，这些伏藏法都不会消失。因缘到了之后，伏藏师降生，因缘到了以后，就可以取出来伏藏利益众生。口耳传承在某个阶段或某个法，也许就断掉了，但是伏藏法不会，过一段时间就会有伏藏师取出来新的伏藏开始弘扬，永远能够保持传承的加持力不中断，这方面也是它特殊的殊胜功德。

[2155] 如是化身伏藏大师层出不穷，

[2156] 比较出名的有一百零八位伏藏师的传记，这是比较大的伏藏师，当然没有记载的还有很多伏藏师。



[2157] 其中持明无畏洲是圣者心性休息亲自化现为善知识形象，

[2158] 持明无畏洲就是晋美林巴尊者，也是平时我们讲的智悲光尊者。智悲光尊者是圣者心性休息，心性休息是观世音菩萨众多名号之一，心性休息也有专门的本尊像，观世音菩萨的一个名称叫做心性休息，也有自己不共的形象。智悲光尊者就是圣者观世音菩萨化现为善知识的形象。

[2159] 他从邬金第二佛、大智者布玛莫扎、全知无垢光尊者等处圆满地受持了如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳传，

[2160] 三种传承都有，既有佛和佛之间的传承，因为他在究竟的法界当中和佛无二无别，所以具有如来密意传。虽然他是降生在人间的，但是本性安住在佛的密意当中的，因此可以受持如来密意传。然后也有持明表示传，还有补特伽罗耳传。他在人间依止了自己的上师，上师给他念传承、灌顶，属于补特伽罗耳传。他见到无垢光尊者等等的时候也可以得到持明表示传。

[2161] 而完美无缺地为具有缘分的诸补特伽罗广转法轮，

[2162] 他自己取出了龙钦宁提的伏藏法，然后给有缘分的弟子广传法轮，也培养了很多殊胜的弟子。现在我们所学的大圆满前行的法脉也就是智悲光尊者传给他的弟子们，传给了如来芽尊者、第一世多智钦仁波切，这样一代一代地传给了华智仁波切，华智仁波切再传给他的弟子，逐渐传给了法王如意宝，然后大恩上师传给我们。这样就是完整无缺地把法传给了具有缘分的补特伽罗。

[2163] 并安住在圆满正等觉的境界中。

[2164] 他一方面来讲安住在圆满正等觉的境界中，一方面来讲也给具缘的弟子广转法轮。智悲光尊者在伏藏师，还有整个传承当中，也是非常重要的。

[2165] 如颂云：“身虽现为人天相，殊胜密意为真佛。”

[2166] 有些颂词在赞叹自己上师的时候说，身体虽然现为人或天人的形象，但是殊胜密意是真佛。他的形象可能为了人间、天界的众生，显现成普通人或者显现成天人的样子，而他安住在和佛无二无别的密意。

[2167] 因此我的至尊上师也曾经亲口说过：“众生怙主金刚持我的至尊上师的确是圆满正等觉大金刚持，为饶益众生化现为补特伽罗的形象而降临世间，这并非是我以虔诚的信心与恭敬心作赞叹的。

[2168] 这个地方，“我的至尊上师”就是华智仁波切的上师如来芽尊者，如来芽尊者曾经亲口对他们讲过，我的至尊上师指的就是智悲光尊者，因为如来芽尊者主要的根本上师就是智悲光尊者。金刚持就是佛陀的异名，我的上师的确是圆满正等觉的大金刚持。他为了饶益众生化现为补特伽罗的形象而降临世间，就是为了利益众生的缘故，通过自己的悲心和愿力显现成了人的形象，降临在世当间，和普通人一样，显现生老病死、行住坐卧等等，显现求法、修行，然后弘扬佛法，实际上他和佛陀是无二无别的状态，只是化现成了人的形象而已。

[2169] 这并非是我以虔诚的信心与恭敬心作赞叹的，意思是说并不是说我对我的上师有信心，不管他是不是佛，反正我有虔诚信心和恭敬心，所以做一些赞叹。的确也有这样的情况，前面我们讲了，不管怎么样都要把自己的上师看成佛。有些上师的确不是佛，我们看成佛会对自己依止和修行有观清净心的必要；有些上师就是佛陀，我们也是把他看成佛陀。此处如来芽尊者的意思是说，并不是他不是佛，只是以我的虔诚的信心、恭敬心，把他赞叹为佛陀的，而是他的的确确就是真实的佛陀。

[2170] 如果你们能够修持、祈祷，那么在我的上师与你们之间除了我以外再没有其他传承隔断。

[2171] 也就是说，你们要好好祈祷智悲光尊者！如来芽尊者对他的弟子讲：你们和我的上师之间，除了我之外，中间没有间隔其他的上师，就是离得很近的意思。离得特别特别地近，没有被其他的传承上师所隔断，中间只有我，我不会成为你们得传承加持的障碍。

[2172] 我也是从最初遭遇金刚持上师之后，一直依教奉行以三欢喜依止上师，

[2173] 我在遇到上师之后，一直通过三种欢喜心来依止上师。

[2174] 从来没有做过任何不称上师心意的事，

[2175] 完全是依教奉行，任何让上师不高兴的事从来没有做过。

[2176] 甚至让上师斜视一眼的事也没有做过，

[2177] “斜视一眼”就是有时候上师稍微有一点点不高兴，瞟你一眼叫斜视，连这个让上师稍微有一点点不高兴的事情都没有做过。

[2178] 可以说，传承的金线没有被破誓言的锈所污染，因此传承的加持与众不同。”

[2179] 如来芽尊者说：你们和上师之间相隔的我也是非常清净的。当然这里面没有说他的任何功德，就是说从来不做让上师不高兴的事情，连上师斜视一眼的事情都没有做过，这其实已经说明他的相续是非常清净的，而且完全已经得到了上师的摄持。

[2180] 因为我们知道依教奉行是非常困难的事情。众生有很多的分别念，有很多的业障，在依止上师的过程当中，因为业力的缘故都自以为是，上师给我们的教言没办法做到，经常做违背上师心意的事情。有时可能及时忏悔了，有时没有忏悔，相续当中就可能留下誓言不清净的过患，时间长了之后，如果严重的话就有可能破誓言。

[2181] 如来芽尊者说：智悲光尊者和你们之间经过我这个传承的金线，它没有被丝毫破誓言的锈所染污，一点都没有，干干净净，所以，传承加持力完全可以通过我传给你们。意思是传承的加持是与众不同的。他通过很谦虚的语气说：你们好好地祈祷，这中间没有任何的问题。

[2182] 有时大恩上师说，他看法王如意宝传记，还有其他真正的殊胜上师们也是经常这样讲，他们不会直接讲自己具有的功德。当然有些上师也会讲，会一五一十地讲出来。但有些上师不讲，为了给弟子做一个表率，他不会讲自己具有很多功德。他会通过一些比较善巧的方式，比如这里面讲到的，从依止上师开始都是依教奉行的，完全不做一点让上师不高兴的事情，然后怎么怎么样。其实这种功德是非常难做到的，如果能够做到没有让上师生起一点不高兴的心，完全都是以欢喜心依止，依教奉行，就说明这个弟子的依止是非常成功的。而且能够这样做，上师所有的加持力就能通过这样的方式得到，因为他有完全依教奉行的信心，也做到了完全依教奉行，这样不得加持是说不过去的，自然而然肯定会得到上师所有的加持。

[2183] 得到上师所有的加持，是最主要的功德，他最主要的传记通过这一点就完全可以表现出来。所以有时候并没有说他们有很多殊胜的功德，但是通过这一点就说明所有的功德和这个相比都是次要的，这个是主要的功德，只要具备这条主要的功德，其他的功德也就具备了，上师所有的加持通过这一点就可以获得。换句话说讲，如果我们真的想要得到上师的加持，就要认真真地来看依止法要，然后在依止上师的过程当中，怎么样依教奉行。

[2184] 当然我们再再讲了，上师并不是可以随便找一个的，或者我觉得他是一个上师。真正的上师是真实的具有法相的善知识，条件是这个。找到具有法相的善知识之后认真地依止，这样上师的加持力就可以完完全全地传递给我们，我们就可以收到这个加持。得到这个加持力也是因为自己做了一些善妙的因缘，这个善妙的因缘主要就是依教奉行，不做让上师不高兴的事情。上师欢喜的事情就是闻思修行，调伏烦恼；不高兴的事情就是放逸、散乱、不闻思修，挑拨离间，这些是让上师不高兴的，毫无疑问。

[2185] 如果我们要让上师欢喜的话，就要注意，什么事情是上师不高兴不欢喜的。偶尔生一些烦恼，或者有些贪欲、有些嗔恨，这些是众生自己的烦恼，有时可能无法避免，但要及时忏悔。有些大的方面来讲，尽量不要去做。话说回来，作为凡夫来讲，完完全全地依教奉行，一点都不做让上师不高兴的事情很困难。大恩上师也示现说，在依止法王如意宝的过程中，完全不做让上师不高兴的事情也很困难。对我们来讲，有的时候做了就及时忏悔，最害怕的就是那种自以为是，刚强难化。如果做错了，就好好忏悔；忏悔之后，发誓以后尽量不再做让上师不高兴的事情，这样的话，还是可以得到加持的。

[2186] “因此传承的加持与众不同”，华智仁波切的上师把他的加持传给华智仁波切，华智仁波切也传给了自己的传承弟子，比如说根华仁波切，根华仁波切的弟子是法王如意宝的上师托嘎如意宝，托嘎如意宝传递给法王如意宝，法王如意宝就传给大恩上师仁波切。所以，我们依靠这样的传承好好地修持，依教奉行，对于像法王如意宝、大恩上师这些具相具德的上师，要真实地生起信心去祈祷。

[2187] 主要是祈祷，还有一个是认真地学修他们所传递的教法，比如《前行》《入行论》，还有中观法要。大恩上师非常地慈悲，真的是这样子的，很多比较严谨的上师，根本不可能像他这样广传密法。在学院，这些大德传密法也是非常少，显现上像慈诚罗珠堪布一样，很多时候大德传密法就是直接念，都不会讲，念下去就是传了。上师怕我们不懂，做很多的讲解。听闻很深的密法，我们觉得好像很容易一样，其实完全不是那么回事，需要具有很大



的悲心、愿力，显现上要冒着很大的危险。因为现在的弟子状态参差不齐，经常传授密法从某些方面来讲是要冒着很多危险的。我们也应该知道，大恩上师对我们是非常慈爱的，给我们传授显宗的法要，密宗的法要，基础的法要，生起次第也好，大圆满也好，都在传，并且安排密宗的班级，让我们去学习密宗法要，这是非常难得的事情，否则我们自己根本没有办法学习到。从密宗法的侧面来讲，好像没有辅导，没有讨论，觉得有欠缺，但是真实来讲，能够这样听闻密宗法已经是非常稀有了，是极其稀有的因缘。所以不管怎么样，要好好地祈祷上师们仁波切加持，祈祷法王如意宝、麦彭仁波切加持，得到加持是非常重要的，还要认真听课。

[2188] 以上简明扼要地叙述了传承上师的历史。

[2189] 以上用很简单的方式介绍了传承上师的历史。

[2190] 如《日月吻合续》云：“若未宣说历史义，于此大密了义教，将有不诚信之过。”

[2191] 《日月吻合续》当中讲到了宣说传承历史的必要性。“若未宣说历史义”，如果没有宣讲密法的历史，“于此大密了义教”，对于大密宗非常了义的教法，“将有不诚信之过”，有些众生对密宗生不起诚信，有时候诽谤，有时舍弃，就会错过修学密宗的因缘。

[2192] 这个的确有，很多人学密宗一段时间感觉好像没有什么，生不起来什么感觉，然后就退失了，去学其他的，甚至于不学佛法了，各式各样的因缘都有。不管怎么样，我们有因缘就要好好地修，真实的密法本身——正行要好好地听，认真地去思维，去祈祷、去观修。然后对它的基础，如果有欠缺的话，应该去补上。多发菩提心，前行的法要，尤其是积累资粮和忏悔，这两点在我们修法的过程当中不能中断，是绝对不能断的。有时修法修不动，修不动就是自己欠缺福德，不要说我们已经修了很长时间了，是不是福德够了？千万不要这样讲，福德是越多越好，福德越深厚，你修法就越容易修动；如果福德欠缺、浅薄，很多时候你就修不动，就会发生各种各样的障碍，有的时候压不住业障，有的时候心情烦躁，有时不想修，各式各样的事情都会出现。修行过程中出现这些情况，基本上就是要么福德不够，要么罪障深厚，所以说要多积累资粮，多念百字明忏悔。即便你五加行已经修完了，但还是要继续修，继续修下去没有收获是绝对不可能的事情。

[2193] 追溯传承的起源及讲述历史有着使后学者生起诚信的必要，所以此处宣说上师瑜伽的同时也讲述了传承上师的历史。

[2194] “追溯传承的起源及讲述历史有着使后学者生起诚信的必要”，就是我们要生起信心。有时我自己看这些大圆满传承的历史，看这些大德传记的时候，的确会生起不一样的信心，生起仰慕的心，想追求的心，这些以前没有的信心、善心都是在看历史的过程中逐渐生起的，所以，讲传承历史的这些书籍、法本，经常看的确是有必要的。“此处宣说上师瑜伽的同时也讲述了传承上师的历史”。

[2195] 这样的上师瑜伽念修的数量绝对要圆满一千万遍。

[2196] 上师瑜伽的念修主要是念莲师心咒，“数量绝对要圆满”。当然大恩上师在制定进密法班的条件时，基本的数量就是十万遍，这个作为进密法班的一个条件，一个基础，但是要让我们成为一个真正殊胜的法器的话，让上师的加持完完整整地融入我们的相续，这里面讲“绝对要圆满一千万遍”。不管怎么样，这个一千万遍是要念的。华智仁波切没有和我们商量，你最好念啊，怎么怎么样，是你绝对要念，绝对要圆满的，因为这是上师瑜伽，这是上师的咒语，我们要得到上师的加持，就要念诵一千万遍莲师心咒。

[2197] 当然莲师心咒本身具有巨大的遣除违缘障碍的能力。后面我们还要讲一些莲师的功德，比如金刚七句的功德，莲师心咒的功德。还可以知道，莲师的咒语本身有很殊胜的加持，而且还是和上师瑜伽合修的，所以我们在念莲师心咒的时候，一方面来讲心咒本身的功德加持容易获得，一方面来讲上师的强烈加持通过莲师心咒的缘起，也可以让我们的相续生起该有的证悟。所以作为基础，进入密法班的标准要求和我们真正要达到的修上师瑜伽的数量要求稍微不一样。我们不要认为，按照上师的要求十万已经做完了，我已经按照要求做了，你还要求我念一千万？像讨价还价。前面我们分析了，一个是最低标准，最低要求，入门槛的最低要求和求加持的最低要求当然不一样了，不是你入了门就万事大结，入门之后你才开始，这个过程当中还要持续地源源不断地得到上师的加持，要源源不断地遣除我们的障碍，要获得加持、获得证悟就还是要圆满的，无论如何我们要圆满一千万遍，而且能够保质保量是最好的。通过认认真真地念诵莲师心咒的方式祈祷上师，不断地去念诵，不断地祈祷上师的加持入我们心中，不断地得四灌顶，不断地发愿要相应、证悟大圆满的实相，在这个状态下不断地念诵一千万遍，在这个过程中也能感受到莲师心咒和上师无与伦比的加持力。

[2198] 因此应当尽力念诵，务必达到要求。倘若不这样，而认为这些仅仅是前行法门并不那么重要，或者声称要修高深莫测的正行法而没有空闲时间来修前行，表面观修生圆次第等等，这些人正如世间俗语所说：“牛头未熟尝其舌，床尚未暖伸其足。”

[2199] 这段话是华智仁波切对我们的要求。“倘若不这样认真地修前行，而认为这些仅仅是前行法门并不那么重要”，以前修前行的人是这样认为的，也是这样讲的，现在也有居士认为这是前行，一看到前行时马上就轻视，就给别人说，不用修前行，修前行干什么？觉得前行法门不重要，我们直接修正行就行了，直接修大圆满，这个前行根本不需要修，前行是现在人修的，我们依靠以前大德的修法，不需要修前行。以前在嘎绕多吉、蒋花西宁时代，在莲花生大士的时代可能对前行的要求不一定那么地严格，但是众生现在的根基和以前是无法相比的。以前不需要修前行，不等于现在我们不需要修，我们现在的信心，还有福德都很差很差，相续当中有很多的邪见，在这个状态当中，我们还要和当年不需要修前行的人相续比较，真是太抬高自己了。如果根基真的是那么好的话，可能不会流转到现在还没有解脱吧？所以华智仁波切非常肯定地给我们讲，一定要修前行！

[2200] 前行的法要就是因为我们的根基越来越差了，没有办法直接修持很多的法要，所以在修学佛法的过程当中，要求学前行的教言越来越多，越来越明显，越来越强调了。不是因为我们的根基越来越好，然后强调让你学前行，是因为我们越往后走我们的根基越差了，才强调我们要修前行。尤其在《前行》当中，有些高僧大德更要求修四加行，四加行的修持更重要，因为我们连世间都看不破，不想解脱的话，那后面的法根本就修不了。

[2201] 有些人觉得自己修的法很高：你们修的前行法，不如我们直接修正行，如何如何的，讲是这样讲，也有这样的。但我们世俗的根基真的不好讲，如果我们真是那种根基也好，但是这种时代，五浊恶世当中，有这么好的根基——完全不需要修前行就可以相应这些正法，有些地方讲的确不是那么多，这些大德所强调的教言也讲，的确确实不是很多的。华智仁波切为什么要造《前行的引导文》？如果那样没有必要；智悲光尊者为什么还要讲《前行》呢？也没有必要；无垢光尊者在《心性休息》的前面也讲暇满难得，寿命无常，这些也没有必要；无垢光尊者的时代给我们讲前行的修法，然后其他方面也给我们讲很多前行的修法，如果真的没有必要，这些大德都不会讲的。就是因为我们的根基很差，所以必须要次第地成熟我们的相续，要求我们要认真地对待。不但我们要修，还要非常认真地修，不能敷衍了事，说我修完了前行，不用修了。《前行》是把我们的根基修得踏实的唯一途径，没有其他途径，否则，我们的修行就没法成就的。

[2202] “没有空闲时间来修前行”，没有必要修前行，“表面观修”生起次第，圆满次第等等，包含直接修大圆满，托噶这些，“这些人正如世间俗语所说：‘牛头未熟尝其舌’”，在藏区认为牛的舌头，在整头牛里面是最好吃的，最精华的就是舌头，但是你要吃舌头你必须要把牛头拿来煮，煮完了，熟透之后，你才能拿出来吃；整个外面的牛头还没有熟，里面的舌头肯定没有熟了。所以“牛头未熟尝其舌”，外面还没有熟，里面的牛舌肯定是生的，虽然它是最好吃的部分，但没有煮熟的话，也吃不了，尝不到精华的味道。这是世间的一种比喻，就是说你没有把外围的事情做好，火候不够，你就想直接去尝舌头，肯定是不行的。

[2203] “床尚未暖伸其足”，冬天的时候床还没有暖，你就把脚伸出去，肯定也会很冷，没有办法舒服地睡觉。这个意思就是：

[2204] 舍弃前行法的修行无有芝麻许实义。

[2205] 把前行法舍弃了，不修，就是“无有芝麻许实义”。

[2206] 即便偶尔生起了少分暖相，也不会稳固，就像没有打地基的建筑一样。

[2207] 有些人说我们没有修前行，修大圆满正行也生起了很多的觉受，有些人生起了一些功德，有些人很快乐，有些人出现了很多境界，有些人还有神通，这些人没有修前行的，那么怎么解释没有修前行也有这样的境界呢？其实这些境界大德们早就讲了，如果你没有修前行，“即便偶尔生起了少分暖相”，因为法有法的加持力，少分暖相就是有一些境界，生起了少分的境界，但是“也不会稳固，就好像没有打地基的建筑一样”。修了七八层的建筑，没有把地基打好就修上去了，我没有打地基我也修上去了，但是这个是不稳固的，不要说七八级的地震，就是一二级的地震，也会跨的；不要说地震，就



是重型卡车从你旁边经过的时候，你这房子保不住的可能性也有；或者你上楼的时候脚步重一点，也有可能保不住的情况；或者你翻个身也可能把床压塌了，也保不住了。所以说地基没有打好，建筑就是不可靠的，这是完全没有根基的。

[2208] 有些人虽然在修前行时装模作样、敷衍了事，但在修正行时认为“那些是前行法，现在不需要修了”而放弃，这种做法也与之相同。

[2209] 有些人虽然没有说不修前行，他也修，这个法本里面是有要求的，上师也有要求修的，他不得不去修，但是修的时候“装模作样、敷衍了事”，也修了，一旦进入正行时，就说前行我修完了，前行法现在不需要修了，就放弃了。“这种做法也与之相同”，这个说法和不需要修前行是相同的，这两种说法和做法都是不对的。

[2210] 舍弃作为圣道基础的前行法，就好像没有墙壁而求壁画一样必将断绝正法的根本。

[2211] “舍弃作为圣道基础的前行，就好像没有墙壁而求壁画一样”，没有墙壁你想求壁画是根本不可能的事情。因为没有把前行修好，想要在这个基础上修正行，也根本修不好。现在我们想修生圆次第，修大圆满的正行，要把这些法修好，必须把前面的菩提心，积资净障这些法修好，因为这些法是让我们的法器成熟的，法器有了，在圆满成熟的法器上面，才能够承担这个法。

[2212] 在《定解宝灯论》等很多法当中讲，雪山狮子乳必须要纯金的容器盛装，才可以享用。雪山狮子乳的能量很高，用瓦罐等一般的容器装的话，瓦罐会炸裂的，没有办法享用，一点都得不到。大圆满的教法就像雪山狮子乳一样，我们如果没有通过前行把自己的法器修好，就像瓦罐一样，我们的相续没有办法承受这么殊胜的法，必须要让我们的相续通过加行不断地修炼，让资粮增上，见解增上，罪障减弱，当我们的法器比较好的时候，一装大圆满的正法，很容易就相应了。

[2213] 不管是前行的法要，还是中观或者其他的闻思，都是让我们的相续达到能够直接接受大圆满正法的状态，这是相当重要的。如果前面没有做这些准备，很高深的法要我们根本修不了，所以说，把不共的加行修好，大圆满的法才可以修得动。我们以前学过的《开启修心门扉》当中说，甚至于菩提心的修法都是属于很高深的修法，如果前面的基础没有打好，根本不允许你修菩提心。如果你没有看破今生、舍弃今生，没有生起无常观，没有把四加行修好的话，菩提心的修法都太高了。他非常强调你要修好菩提心，必须要从自相续当中的出离心引发出来，在这个基础上修菩提心，菩提心站在这个稳固的基础上才能比较平稳地生起来，在菩提心的基础上再修空性，空性的基础上再修大圆满，像这样一个一个地，把前面的基础都打好了，上面上面的功德自然而然就生起来了。如果前面都是虚的，什么都没有，就直接给你讲很高深的法要，刚开始的时候你可能的确很欢喜，有一种很高的感觉：我们修正行了，你们还要修前行！你可以有这种优越感，但是对大多数的修行人来说，没有什么用，因为他没有把基础打好的话，殊胜的正法根本没有办法在他的相续中发挥应有的作用，偶尔会产生一些功德，但这个不是长久不了。华智仁波切在这里讲的非常肯定，“必将断绝正法的根本”，讲得很明白。

[2214] 因此，每一位修行人不管在何时何地都要精进修持，力争对这些前行法生起无伪的定解。

[2215] 我们一定要生起定解，不管别人再怎么说不需要修前行，自己也要有定解，任何一位修行人在何时何地都要精进地修持前行，力争对前行法要生起无伪的定解。要认为这个很重要，而且自己要修行产生殊胜的定解。

[2216] 尤其着重精进地修行这一加持的入门——上师瑜伽，是殊胜的要诀。

[2217] 前面的一切加行，尤其要着重精进修行加持的入门，就是上师瑜伽，这个是最殊胜的要诀。下面就是总结的一个偈文：

[2218] 虽视大恩上师为真佛，却因性情刚强违师教。

[2219] 虽知三界众生为父母，却因蛮横粗暴出恶语，

[2220] 虽然把大恩上师当成真佛一样，但是因为自己性情很刚烈的缘故，屡屡违犯上师的教言。虽然已了知三界众生是我的父母，对我有很大的恩德，要利益他们，“却因蛮横粗暴出恶语”，还是因为自己很蛮横的缘故经常对他们相粗暴、发出恶语。

[2221] 我与如我恶业众有情，此生及诸生生世世中，

[2222] 愿以寂静调柔之言行，依止上师道友祈加持。

[2223] 我和像我一样恶业充满的有情，在此生以及此后的生生世世当中，愿我的相续都非常地清净、调柔，愿以寂静调柔的言行依止上师、依止道友，“祈加持”，这个是很重要的。

[2224] 可能因为是以以前我们没有发愿，或者没有做好，今生我们在依止上师的时候，屡屡违背上师的教言，经常地伤害众生，出现了这样的过患。现在我们在学大乘的教法，依靠修学佛法的一些因缘，也知道三界众生是我们的父母。现在像我、和我一样的有情，依靠修学佛法的一些因缘，发一些殊胜的善愿：从今生、从现在开始，在生生世世当中，每一生每一世都愿我以非常寂静、调柔的言行来依止上师。就是完全依教奉行，没有丝毫的违逆、抵触。对道友也是非常地友善，如果道友有一些过患，我们也完全地包容。

[2225] 重点就放在我们是道友上面。其实在修行过程当中，每个人都有自己的烦恼和习气，都有各自的业，所以在这个过程中，可能别人做的一些事情，自己不是那么地喜欢，但是我们要知道，这些都是我们的道友，一个道上面修行的道友，一个上师的弟子。我们每个道友和上师之间都是用传承的线在联系着，如果我们对待道友不友好，会影响到上师，影响上师的事业，但是最主要的还是影响我们自己。我们应该用很慈爱的心来对待道友，比如对待我们身边的亲友或者我们喜欢的人，如果他有一点瑕疵，有一点毛病，我们还是很容易宽容的。那么道友是生生世世发了菩提心的，是要一起修证佛道，要一起利益众生的，是非常特殊的法友，所以，我们应该比对待世间自己喜爱的亲友更加地慈爱，更加地包容，要互相帮助、一起前进，这个是非常重要的。

[2226] 所以说，我们要发愿，以后我要变成这样的人，我要变成生生世世非常寂静、非常调柔的人，对上师也很调柔，对道友也很调柔，对所有的众生都很调柔。

[2227] 怎么调柔呢？通过正法来调柔。我内心当中充满了正法，我对上师依教奉行，完全地依靠奉行；对于道友非常地慈爱，非常包容。不管是新道友还是老道友，都是我的道友，我都要非常非常地包容。然后对待其他众生，也是非常慈爱地去对待。所以我一定要生起这样的心态“祈加持”。这个就是法器，清净佛法的法器就应该是这样的，对上师完全地依教奉行，对于道友非常宽容慈爱，对其他众生也是一心一意地用大悲菩提心对待。

[2228] 有了这样的心态，不愁不证悟；如果没有这样的心态，这样的素质，虽然你天天想证悟，但是因缘不齐全的缘故，还是要奋斗，再奋斗几世或者多少世，直至有了这样的素质之后，慢慢地你就可以真实地证悟了。

[2229] 我们的相续变成一个好的法器真的是非常重要。那么变成好的法器是怎么做的呢？就是通过前面的加行，认认真真地学习，认认真真地修行，法入于心之后我们就变成法器了。法器不是无因无缘产生的，你给了它因缘，才会变成法器。这个变成法器的法不在别的地方，就在《大圆满前行》这个法本里面，认真地去体会，认真地去修，然后我们的心就会越来越柔软，越来越清净，越来越和法相应，这样你的法器就逐渐养成了，你就变成了法器。

[2230] 变成法器之后，你就会发现修法容易了，很容易生起应该有的觉受，也容易体会到佛菩萨经典当中的密意，更容易得到加持，更容易对众生生起应该有的心和行为。这些都是在我们的心慢慢转变之后逐渐拥有的，在此之前，一定不要放弃学修。如果我们还没有达到这样的标准，就说明我们的修行还不够，还要认真地修行，继续修行。

[2231] 强力生起证悟之智慧、加持之门——上师瑜伽引导终

[2232] 强力生起证悟的智慧，获得强力加持之门就是上师瑜伽，这个引导已经讲完了。

[2233] 不共加行圆满矣！！

[2234] 以上我们就学完了不共加行。

[2235] 今天我们就讲到这个地方！

[2236] 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

[2237] 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌



- [2238] 杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛
- [2239] 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情