

# 目 录

## 入行论广解

第一百八十五节课 .....	1
第一百八十六节课 .....	14
第一百八十七节课 .....	28
第一百八十八节课 .....	39
第一百八十九节课 .....	52
第一百九十节课 .....	66
第一百九十一节课 .....	81
第一百九十二节课 .....	95
第一百九十三节课 .....	111
第一百九十四节课 .....	124
第一百九十五节课 .....	137
第一百九十六节课 .....	151
第一百九十七节课 .....	166
第一百九十八节课 .....	179
第一百九十九节课 .....	192
第二百节课 .....	207
第二百零一节课 .....	222
《修心八颂》要义 .....	240
吸烟之过患 .....	267
饮酒之过患 .....	281
吃肉之过患 .....	292
费闲歌释 .....	308
释尊仪轨讲记 .....	326



## 第一百八十五节课

### 思考题

1. 什么样叫传承圆满？迄今为止，你的传承是否圆满？今后有何打算？
2. 因与果之间到底是什么关系？请从果的角度建立空性。明白这个道理，对你有哪些帮助？
3. 很多人认为，本来没有的东西，通过各种因缘聚合可以产生。这种说法正确吗？为什么？

前段时间也跟大家说过，般若空性法门比较难，学习的过程中，按照藏传佛教的闻法规律，最好不要断传承。不管你亲自在上师面前听受，还是通过光盘来听受，传法者的声音一个字也不能漏，听受的时候不能打瞌睡，也不能发出大的声音。

但现在极个别人对传承不太懂，听法的时候随便出去上卫生间，这样会断掉传承的。汉传佛教有些地方对传承不太在乎，但藏传佛教不管哪一个教派，按照印度的传统，对一脉相传的传承相当重视，这种重视是有教理的，所以听受的过程中，中途若因有事而漏了几行，应该在有传承的人面前，把这几行补上。

个别居士学《入行论》时，根本不听，只是看书，这样传承是得不到的。我们也不敢说百分之百得到传承，但是通过祈祷诸佛菩萨，同时依靠这种缘起力（我也讲过上师如意宝的一些公案和原因），应该是能得到的。

既然得到了传承，听受时最好不要断。我在上师如意宝为主的很多高僧大德面前，听了将近二十多年的法，有时候晚上看书太久了，白天听课时特别困，也尽量想办法不打瞌睡，一直专注地听受。所以，你们不管在学院听受也好，在外面听受也罢，传承应当善始善终，《入行论》从第一节课到最后一节课，最好一句话也不要漏，即使没有通达所有的内容，耳边的声音也要全部接受。

我们在任何上师那里听法，对传承务必要重视。如果你今天生病了，实在没办法，那么讲了多少页，明天应该请上师给自己补上。如果没有这个机会，也应该到有传承的人那里，请他把那一段念一遍。我们学院一直是这样的，希望外面的人听法时，也能这样来行持。

在听受的过程中，自己所得的传承最好能做一个记录。比如你2008年在这个法师那里得了什么、那个法师那里得了什么，2009年又得了什么……全部记录下来。这样一辈子有什么传承，心里清清楚楚。否则，多年以后什么都忘了，到底有没有传承也不知道，给别人传授也有一定困难。

有传承的法，我们有机会最好能给别人传授，传授的时候尽量圆满。如果你理解得不太深，则可一部分给他讲解，其他内容就念一遍。我们以后应该这样弘法利生，在汉地各大寺院和各大道场中，传承必须按照这种传统来接受，所有的法师和道友要记住！

本品最近所讲的内容，是对诸法的因、体、果三者进行观察，用金刚屑因破斥一切法的因不会实有，

用大缘起因<sup>1</sup>观察一切法的本体不会产生，今天开始用破有无生因，观察一切法的果虚妄无实。

学习中观的时候，大家对中观的五大因<sup>2</sup>一定要了解，若能了解这些推理方法，对般若空性定会生起稳固的信解，不会一听到空性就胆战心惊，接受不了。最近我在看《般若摄颂》，其中有一句“具善知识具胜观，闻诸佛母全无惧”，意思是说，修学般若法门的人，要具有善知识的外缘和胜观的内缘，自己不但有具智慧、能宣说空性、以大慈大悲回向等有方便法的善知识，还要具足希求遍知佛果的胜观，这种人听受般若空性，绝对不会生畏惧。

我们有没有这样的因缘，不妨也看一看：外在有没有能宣说般若法门、具大慈大悲心的善知识？内在有没有想利益众生、求遍知佛果的胜观？假如具有这些因缘，你听甚深的般若法门，不会生起恐惧心。现在很多人听到《心经》、《金刚经》特别害怕，一方面可能是没有遇到善知识，另一方面，也是对般若空性不懂所致。如果懂得了般若的观察方法，那么胜义中不生不灭，远离一切戏论；名言中有如幻如梦的生灭，但此生灭经不起任何观察，这样的道理并不是不能接受的。

希望各位有时间的话，多翻阅一些大乘经典。比如《佛说方广大庄严经》<sup>3</sup>中宣说了很多大乘因果，

---

<sup>1</sup> 《中观庄严论》等其他论典中，用离一多因来观察诸法的本体。

<sup>2</sup> 金刚屑因、破有无生因、离一多因、破四句生因、大缘起因。

<sup>3</sup> 在藏地，法称法师翻译为《广大游戏经》，以前我翻译的是《广大游舞经》。后来我看到汉文经典中也有，是地婆诃罗译师奉诏译的。过去汉地很多经典都是奉国王诏书译的，而现在不要说国王，连一个小沙弥的请求也没有，只是我自己想

颂云：“譬如种子，能生于芽，芽与种子，不即不离。”藏文中后面还有“不一不异，不常不断”。种子和芽之间的关系不即不离、不一不异，这个关系非常重要。前面遮破了种子生芽的观点，那么芽和种子是否没有关系呢？不是。然而，它们的关系并非一体，否则芽时种子仍存在，这就变成常法了；它们的关系也并非他体，否则苗芽不观待种子即可产生，有堕入断边的过失。因和果不一不异、不常不断，在名言中依靠因缘聚合而生，这就是所谓的缘起生。

大家观察因果的过程中，有价值的教证应该记在心里，这样逐渐会对佛法的甚深道理生起信心。表面上看来，因生果是无欺显现，但它不是外道所许的恒常实有，而是如同水中月影般现而无实。《六十正理论》云：“若有许缘起，诸法如水月。”《般若二万颂》也说：“诸法如幻，自性未生。”诸法跟幻化无有差别，它的本体不生不灭、不来不去。我还看到《佛说稻秆经》中以镜子为喻说：人的面容可在明镜中映现，但面容没有跑到镜子里，镜子也没有跑到面容上，然一旦因缘聚合，面容可以映在镜中。一切诸法亦复如是，因时无果，果时无因，但依靠特定的缘起力，二者可以呈现因果关系。

这样的因果规律，胜过生物学、物理学、化学等一切学问，科学家虽在漫长时日中苦心研究，但所得出的结论绝对不会如此深奥。因果之间的关系，唯一是释迦牟尼佛的不共教言，它在所有的学说中无与伦

比，这并不是我们自吹自擂，而是依靠圣者智慧得出的可靠结论。正因为如此，关于因果问题龙猛菩萨也说：“不一亦不异，不常亦不断，是名诸世尊，教化甘露味。”因与果之间不一不异、不常不断，此教言是三世诸佛教化众生的甘露妙法，有缘者就能品尝到它的甘味，而无缘者会嗤之以鼻。

本品反复强调了缘起空性的甚深教理，有些人学了以后，应该会对世尊的教法生起永不退转的信心。每个人都有一定的智慧，既然自己的智慧没办法超过它，那为什么不承认呢？这个问题不探索不行，要探索的话，除了佛法的教言，世界上哪有更完美、更正确的说法？现在科学这么先进，网络这么发达，获得任何信息轻而易举，所有的世间学问都可以摆在你面前比较，它们对因果关系和诸法本体的分析，有没有龙猛菩萨抉择得那样圆满？假如超出了龙猛菩萨乃至释迦牟尼佛的智慧，这种理论谁也不得不信服，我们也愿意规规矩矩接受。可是自古以来，从未有过这种现象。所以遇到般若空性，大家理应生起欢喜心，今生有缘听受这样的殊胜法门，就能断除轮回的实执种子。

我平时一遇到密法或空性法门，心里经常数数欢喜，不管读哪一句，解释也好、颂词也好，都非常非常舒服，就像喜欢散乱的人看电视一样，眼睛睁得大大的，心非常专注。我曾见过一个人，他边喝茶边看电视，由于太入迷了，嘴巴张得大大的，手持茶杯一直停在耳旁，动也不动。这样的专心致志我倒不一定有，但自己对中观法门确实有信心。每个人善根虽然

不同，但是通过逐渐串习，应该让自己的爱好转变方向，不要对乱七八糟的东西有信心，一听到般若空性就打瞌睡，以后应当修学寂灭涅槃法。

下面正式讲内容：

**辛二（由果建立空性）分三：一、破二边生；二、破二边灭；三、故成立空性。**

**壬一（破二边生）分二：一、破有生；二、破无生。**

**癸一、破有生：**

若法已成有，其因何所需？

此处从果法方面进行观察：假如果已存在了，因还有什么必要呢？因的作用就是产生果，既然果已然形成，它的因就成了无用。颂云：“若法因缘生，即非先有体，先有而生者，生已复应生。”果法本来是因缘所生，并非先存在它的本体，否则就有已生之法还要再生的过失。

这个推理很简单，详细去观察思维，就会发现任何一法都不存在。《七十空性论》云：“已生则不生，未生亦不生，生时亦不生，即生未生故。”（龙猛菩萨中观六论之一的《七十空性论》非常殊胜，以后有时间的话，我想给大家讲一下。）已生的法不可能产生，未生的法也不可能产生，正在生的法也不会产生。为什么呢？果已生了不用再生，因为有的缘故；果未生的不能产生，因为无的缘故；果是不是正在生呢？也不可能，所谓的正在生，我们以前也观察过，这只不过是分别念而



已<sup>4</sup>，真正的本体绝不存在。不要说是中观推理，现代物理学家通过“相对论”来观察，也认为现在的本体得不到。

此推理大家一定要搞清楚，搞懂了以后，对什么法均可依此类推。看见别人生小孩，或者草地上长一朵花，通过破有无生因进行观察，这种产生虽然看得见、听得见，但就像镜中影像一样虚幻无实，根本不可能是实有。

因此，要想破除众生的无明实执，中观推理不可缺少。如果不懂中观推理，即使是坐在高高法座上的大法师，所作所为也会被实执所牵，直接或间接造下堕入轮回的业。不二法门是释迦牟尼佛教法的核心，我们修学者遇到这样的法门，不能只停留在文字上，而应对无生之理生起稳固的信心，这是很重要的！

破有边已经讲完了，下面说破无生。

**癸二（破无生）分二：一、无有非为所生；二、彼不能转成有实法。**

**子一、无有非为所生：**

若法本来无，云何需彼因？

假如果法像石女的孩子、空中的鲜花一样，本来就不存在，那么要它的因做什么呢？这种观察方法并不难，《中论》也说：“若果定无性，因为何所生？”果的本体若不存在，积聚因缘来让它产生，这无异于缘木求鱼。

真正去观察时，有的果法已经生了，没有必要依

---

<sup>4</sup> 详见《中论讲记》、《中观四百论广释》。

靠因再生；没有的果法本体无实，依靠因也生不出来。因此，有也不会产生，无也不会产生。《四百论》云：“有不生有法，有不生无法，无不生有法，无不生无法。”有法不生于有法，有法也不生于无法；无法不生于有法，无法也不生于无法。此观察方法直接把果作为对境，看它的本体是有者产生，还是无者产生？有者不用生，无者不可生。通过这种方式分析，万法虽于迷乱分别前有水月般的产生，但本体一丝一毫也不存在。这种不存在本来即是如此，诸佛出世也好、不出世也好，不会有任何改变，法尔本来如是而安住。

若能通达这个道理，尤其你以前学过中观、听过般若法门的话，当下开悟是很容易的。但如果你从来没有听过空性，现在学习也不认真，心一直散乱，生各种分别念，想获得成就，难于登天。

## 子二、彼不能转成有实法：

有人认为：“本来没有的东西，通过各种因缘聚合可以产生。比如这里本来没有房子，有了砖瓦、木头、水泥、钢筋以后，马上就可以建一座房子。因此，有实法可从无实法中产生。”这种说法不合理，为什么呢？

纵以亿万因，无不变成有。

无时怎成有？成有者为何？

“无”中生“有”，只是未经观察的迷乱显现，真正经过观察，纵然具足成千上万个因缘，实有的“无”也不可能变成“有”。就如同虚空中的鲜花，自古以来没有产生过，积聚有多少因也是徒劳无益。

如果说“无”能变成“有”，我们不妨从两方面观察，无实法是放弃无实法而变成有实法，还是不放弃无实法而变成有实法？1) 倘若无实法没有放弃无实法，那怎么变成有实法呢？无实法不能起功用，而有实法能起功用，二者是互绝相违的法，怎么可能同存于一个本体上？2) 倘若放弃无实法而变成有实法，这也不可能。放弃无实法的时候，有实法还没有形成，无实法若能变成有实法，它需要什么样的因缘呢？比如石女的儿子本来不存在，你说他放弃自己的本体而变成真实的本体，这是根本不可能的。故《十二门论》中云：“先有则不生，先无亦不生，有无亦不生，谁当有生者？”先有的法不可能生，先无的法也不可能生，有无皆俱的法也不可能生，因而实有的生不存在。

对《十二门论》、《百论》等论典，汉传佛教以前十分重视，但现在学佛的人，越来越不重视这些有价值的古籍了。以前汉地都有闻思这些论典的传统，如《续高僧传》中记载：有一位法朗法师，自小对闻思很感兴趣，听过《百论》、《十二门论》、《大智度论》、《华严经》等诸多经论。后来受皇帝邀请，他进宫传授佛法，听法者常有千余人。这位法师有点稀有，他有一千多件法衣，每次传法就换一件新的，这一点我记得比较深。如果这样换，那也可以吧。但他传授佛法20多年，每天这样的话，一千多件可能也不够，一年365天，那些衣服最多够三年。

现在人听受这些论典的不是特别多，即使听了，能背诵里面的教证并在实际生活中运用的人比较少。我平时跟很多佛教徒接触的过程中发现，他们互相谈

论时，背教证的现象基本上没有，很多人都是说“我想”、“我觉得”、“我的看法”、“我的观点”、“我认为”……可是如果没有把经论教证融入内心，光是说“我想”、“我认为”的话，恐怕也不一定非常正确。

总而言之，通过以上观察，有的东西不用产生，无的东西不能产生，有无二者相违的东西就更不用说了。既然生都不存在，那么住、灭也无法安立。《七十空性论》云：“有故有不生，无故无不生，违故非有无，生无住灭无。”这个教证很多人特别喜欢背，其实仅仅依靠它，就可以将万法抉择为空性。

当然，这个说起来简单，理解起来难，大家应该看自己懂了没有。不懂的话，我传多少遍也起不到作用；如果懂了，单单这一个教证，就能让你认识万法实相——首先抉择万法没有生，没有生的话，住和灭也就不存在，这样的不存在并不是单空，如此就会通达诸法离戏的空性法门。

下面对“无不能变成有”的问题进一步分析：

无时若无有，何时方成有？

于有未生时，是犹未离无。

倘若未离无，则无生有时。

再者说，无实法如果没有放弃，那什么时候才能变成有实法呢？无实法如果放弃了，则有实法没有产生而不会离开无实法，既然没有脱离无实法，有实法就不可能有产生的机会。因此，放弃无实法而变成有实法不可能，不放弃无实法而变成有实法更不可能。

当然，在名言当中，以前没有的东西，后来有了，

我以前没有钱，现在有钱了，这种说法可以成立。然真正去观察，变成“有”的时候，以前的“没有”放弃还是不放弃？如果“没有”要放弃，那和“有”什么时候开始衔接的？如果以前的“没有”不放弃，则与“有”不可能同时并存。

因此，实有的果不可能从有实法中产生，也不可能从无实法中产生，原来没有而现在有，只是一种假立而已。外道认为因上存在常有的果，这种说法不合理；常有的因产生常有的果，这种说法也不合理，那怎么样说才合理呢？果在因上并非自性实有，二者只是无则不生的关系，而不是实有的关系。青稞的种子能产生青稞，却不产生麦子，这是一种同类相续，但这种相续也是假立的。

所以通过详细观察，真实的产生不成立。《中论》在观察生时也说：“生非生已生，亦非未生生，生时亦不生。”已生者生完了，就没有必要再生；未生者还没产生，犹如石女的孩子，不存在的法也不能生；正在生的法，只不过是一个刹那，没有能生所生的关系，仍不可能生。其实我们现在就是在做梦，但很多人却将它误执为真实，这完全是一种愚痴颠倒。就像被美酒灌醉了的人，不知自己身在何处，关在监狱里还觉得很快乐。

综上所述，没有的东西不可能变成有，有的东西也不可能变成没有。明白这个道理之后，无论从因、体、果哪方面观察，诸法跟阳焰水、镜中影像无有任何差别，只是一种虚妄执著。而胜义中更甚深、更微妙的证悟，只有获得圣者果位才会圆满通达。我们遇

到这样的法门，真的非常有福气。否则，现在形形色色的学说令人眼花缭乱，很多对自己不但没有利益，反而增加一些实执，最终给今生来世都带来痛苦。

## 壬二、破二边灭：

有亦不成无，应成二性故。

刚才分析了无不可能变成有，此处再破析有不可能变成无。当然，这里所驳斥的是实体的有无，而不是名言中如梦如幻的有无。你做梦时看见一个人，过一会儿又死了，梦中人没有自性，故不存在真实的有无。或者说，这里有一个瓶子，后来被打烂了，瓶子的本体原本没有，先有后无也没什么奇怪的。但此处说的“有亦不成无”，是指实有的有无，实有的东西若开始存在、后来毁灭，同一自性上就会有两种本体，一种是能起作用的有实法，一种是不起作用的无实法。再说，一个法从有变成无，本体会发生变化，实有又如何安立呢？龙猛菩萨在《中论》中言：“若法实有性，后则不应无，性若有异相，是事终不然。”一个法自性实有的话，后来不可能变成无，倘若它从一法变成另一法，绝对不可能是实有。

因此，诸法的本体不可能产生。假如没有产生，中间的安住、最后的毁灭也就不存在。《大象妙力经》云：“设若诸法有自性，诸佛声闻亦应见。”诸法的本体若真实存在，那么佛陀和声缘依超越凡夫的慧眼一定能照见，但除了远离戏论的法界光明外，他们什么都看不见，物质的显色、形色看不见，凡夫人所执著的美色、钱财也看不见，故而说明诸法无实。

佛菩萨与凡夫之间，确实有很大差别。圣者能照见物质本体无实，可是我们凡夫人听课时似乎悟入了空性，进入了龙猛菩萨的境界，可是过一会儿下课后，遇到事情又开始生分别念，认为对境都是实有的。所以，理论上明白了还不够，实际行动中也要经常串习。毕竟我们病得太严重，吃一服药肯定不管用，很多中医的疗程都是20天、40天，药一定要长期喝。你以前一直没有看过病，现在听一个《入行论》，就认为万事大吉了，这是不可能的。所以，药要长期服用，长期对治烦恼无明的疾病，不要今天这个学一点、明天那个学一点，而应该一辈子专攻一个甚深法门。1995年，我们在法王如意宝面前发愿念《系解脱》，如今已经14年了，学院很多道友从来没有间断过。然而现在有些人，今天念这个、明天念那个，没什么感觉又换一个，这样真的不太好。我们应该选择最殊胜的法门作为终生的功课，不要成天换来换去，否则说明你心不稳定，效果也不一定很好，故大家应当长期修持这样的般若法门。

## 第一百八十六节课

### 思考题

1. 在究竟实相中，诸法的本体是什么样的？请引用教证进行说明。
2. 什么叫做世间八法？你平时会被它吹动吗？怎样才能遣除对它的执著？

发了无上菩提心之后，今天首先给有些可怜的众生念一些佛号、观音心咒、《极乐愿文》来加持和超度他们。

今天下午，四川都江堰、汶川那一带爆发了严重地震，据说死了很多人。不仅仅是这一个灾难，最近世界各地还发生了种种战争、海啸、暴风雨等。当然从佛教的角度看，这些灾难应该是众生杀业太重所致，跟古人比起来，近年来杀生吃肉特别可怕，众生的共业可能是现世现报。

但即便如此，这些众生来到人间也许没有听闻佛法，没有修持过真正的正法，大多数都是带着恶业离开的。所以今天的僧众和在座的三宝弟子，共同虔诚祈祷他们远离一切苦因和苦果。同时，在今后学习的过程中，如果听到、见到某些地方出现严重灾难，大家应该一起超度或者念经加持。

下面我们一起念诵：



炯丹迪得因夏巴 札炯巴央达巴 作波桑吉滚波奥华德  
美巴拉香擦洛 巧多嘉森且奥……

(顶礼、供养、皈依出有坏应供正等觉无量光如来)

嗡玛呢巴美吽 嗡玛呢巴美吽……

麦彭仁波切极乐愿文：

珍巴奥华美巴功色所	导师无量光垂念
嘉瓦且杰特杰杰因德	如您所发菩提心
拉美向却巧德森杰得	我发无上胜觉心
给沃匝瓦杰涅吉巴南	所造一切诸善根
呢效得瓦坚杰央堪色	西方极乐刹土中
嘉巧且杰中德吉内将	生于胜王汝之前
拉钦嘉沃这杰秀巴根	一切广大佛子行
永色作波拉德欧杰纳	为欲圆满而回向
才德普玛塔德达波央	此生命终于净土
得瓦坚德贼得杰瓦当	刹那化生极乐界
珍巴奥华美吉隆丹内	导师弥陀授记已
作门央瓦塔热辛巴效	圆熟净德愿究竟
桑吉奥华美拉所瓦得	祈祷如来无量光
达给拉美向却森杰内	我发无上菩提心
给匝塔达得钦央巧德	一切善根皆回向
杰协欧纳哲巴辛吉洛	成就往生祈加持

好！继续讲《入行论·智慧品》。本品的大科判已经讲完了，今天开始讲第三个问题。

### 壬三、故成立空性：

前面依靠大量的教证和理证进行抉择，最后得出中观所诠释的胜义大空性，这个大空性的本体是什么

样的呢？

自性不成灭，有法性亦无。  
是故诸众生，毕竟不生灭。

通过观察诸法的因、体、果三方面，不管有为法还是无为法，器情世界所摄的轮涅一切法，胜义中绝对不会产生，既然没有产生，安住和毁灭就不可能存在。如果一法自性实有，就会有自性的生住灭，但由于不存在自性的生住灭，胜义中远离一切戏论，世俗中如梦幻泡影，故知诸法虚妄无实。因此，世间一切众生于三时中毕竟不生不灭。不仅众生不生不灭，一切万法莫不如是。

《大乘宝云经》<sup>5</sup>中这方面的教理比较多，经云：“所谓诸法，本来寂静，不生不灭，性自涅槃。”不仅是有情众生，任何法在胜义中本来即是寂灭涅槃。我在课堂上经常提到的大乘经典，希望你们下来过后，有书的话，应该翻开来阅读；如果没有这本书，也可以从网上下载，依靠各种方便方法获得。现在世间人对珍贵的佛典、高僧大德的论著置之不理，基本上不看，而乱七八糟、没有意义的书，他们却爱不释手，这是非常不合理的。

前面讲“有情若非有，于谁起悲愍”时，也曾引用过本颂说，尽管众生不生不灭，但在名言当中，因为存在分别妄念，故仍遭受无量痛苦，对其生悲心是合理的。《圆觉经》云：“一切众生于无生中，妄见生灭。”诸法实相空性离戏，不可能有任何生灭，但众生由于妄执分别，其迷乱显现中还是有生有灭，生老

---

<sup>5</sup> 《大正藏》中，还有个译本叫《宝云经》。

病死、悲欢离合等还是会不断出现。我们不否认这种名言，但在真实义中绝对不可能有。

关于空性的理论，有时间的话，希望各位多阅读一些《般若经》。我们藏地有这个传统，好多高僧大德和普通修行人，即生中一定要阅读《大藏经》；如果没时间，也要读一遍《广般若》；如果再没时间，至少也会读一遍《中般若》。书本放在佛台上、书阁里是很庄严，但佛法毕竟是内心的证悟，阅读还是很重要的。记得《大般若经》中说：“真实义中，无有一法，可生可灭。”这个道理要反反复复观察。当然，对利根者而言，即使不用太多勤作，也很容易领悟般若空性。

汉传佛教中，唐顺宗对佛教贡献比较大。有一次他遇到如满禅师，就问：“佛从何方来？灭向何方去？既言常住世，佛今在何处？”禅师答：“佛从无为来，灭向无为去，法身等虚空，常住无心处。”（佛没有来也没有去，法身跟虚空没有差别，始终处于无心大空性的状态中。这是站在胜义的角度，《现观庄严论》也是这样讲的。）皇上不明所以然，再问：“不对呀！佛降生于蓝毘尼花园，转法轮49年后，涅槃于双林树下，怎么说是不生不灭呢？”禅师进一步解释道：“佛体本无为，迷情妄分别，法身等虚空，未曾有生灭。”这跟前面的偈颂基本上相同，佛本来不存在，转法轮、示现涅槃只是在众生面前的迷乱显现，实际上就像《金刚经》所说，佛陀以法身来安立，法身不会有任何生灭。这样讲了之后，皇上有所感悟，从此之后对大乘佛法益加尊重。所以，利根者仅听闻一个偈颂，也能通达佛

陀无生无灭，或者众生无生无灭，或者轮涅所摄的一切万法无生无灭。

当然，中观空性的道理大家口头上都会说，但会说之后能不能明白、明白之后能不能修持，这就另当别论了。假如没有真正修持，仅仅是了解，也起不到非常大的作用。所以，修持无生无灭的教理，非常非常重要。

有关大乘经典中，诸法无生无灭的窍诀不胜枚举，可是很多人却置若罔闻，并没有认真阅读，即使在书上遇到过，也没有记住。这样一来，生活中的烦恼本来不生不灭，他们却容易当真，进而引生各种痛苦。其实，如果真正通达了空性，对无生无灭产生定解，就不会有这些痛苦了。

现在个别法师解释无生无灭时说：“其实不生不灭还是有生灭，只是生灭太快了，见不到生灭的现象，所以称为不生不灭。”当然，你若站在世俗谛的角度，这样解释也可以，但若站在胜义谛的角度声称诸法有生灭，这在任何经典中也解释不过去。

总之，通达了诸法无生灭，即是照见了如来的本来面目。《华严经》中云：“一切法无生，一切法无灭，若能如是解，诸佛常现前。”这种无生无灭，光是文字上知道了还不行，一定要心里完全通达，如此烦恼才会顿然消失。有些人闻思的时间比较短，理解与证悟常混为一谈，包括学密宗的有些道友，认为自己开悟了，其实只是认识一点空性而已。常常有人问我：“我是不是第一地菩萨了？是不是达到了很高的境界？应该是吧，我自己也不知道。”倘若你真的是

地菩萨，那就不会有忧愁、痛苦、伤心，我可没听说过一地菩萨还天天用卫生纸来擦眼泪——开玩笑，也许显现吧！

### 辛三、成立之摄义：

众生如梦幻，究时同芭蕉，  
涅槃不涅槃，其性悉无别。

三界轮回的众生，被业和烦恼所束缚，在广大无边的苦海中不断漂泊。这些众生表面上看来实实在在，但实际上，他们的本体和外在的环境就像梦境一样虚幻。永嘉禅师在道歌中说过：“梦里明明有六趣，觉后空空无大千。”世俗中六道轮回的众生明明存在，但从证悟的那一刻开始，大千世界全是空性。这种空性并不是单空，而是如梦幻般的现而无自性，通过龙猛菩萨、月称菩萨的胜义理论剖析，众生如同芭蕉树般无有实质。这个道理，《方广庄严经》中也讲得比较清楚，跟寂天论师的说法非常相似，经云：“三有众生如梦境，于此无生亦无死，众生命名皆不得，诸法如泡如芭蕉。”三界众生在名言中跟梦境没有差别，以胜义理来观察，它的本体不生不灭，它的生命、名称都了不可得，犹如水泡和芭蕉树般无实。

佛教的智慧，如今很多科学家都叹为观止，他们发现量子力学以后，认为万法看不到时不存在，（与唯识宗有点类似，）为什么呢？他们说这是量子力学的难点，除此之外并没有合理解释。有些著名物理学家还说，人虽看不到它的存在，但上帝能看得到。这些简直是敷衍之辞。其实，佛教中芭蕉树的比喻，完全可

以摧毁他们对有无的执著，《三摩地王经》云：“如于湿性芭蕉树，求精华者渐剖析，然内与外无实质，一切诸法如是观。”剖析芭蕉树里里外外不可得，可知心识也好、物质也好，没有一个具有实质。

前段时间也讲过，若通达了中观空性义，唯物论与唯心论所争执的焦点均无法成立。到目前为止，人们没有任何理由安立精神创造万物，也没有任何理由安立物质创造万物。而按照佛教的观点，名言中物质与精神由因缘所生，胜义中二者都不存在，所以抉择名言的《对法论》中说万法存在，抉择胜义的《般若经》中又说万法不存在，原因就在于此。明白这个道理之后，我们就会知道佛陀的金刚语千真万确，进而产生敬佩之情。

在座很多道友可能都觉得，在天灾人祸、贪嗔痴烦恼层出不穷的今天，自己能值遇大乘善知识，听闻甘露般的大乘妙法，又有修持的机会，是不幸中的万幸。短暂的人生中，能在阿赖耶上种下般若空性的善根，这并不是一世两世的善根，而是往昔无量劫所积累的福报。假如不信佛教，没有听闻大乘空性而离开人间，即使你生前多么荣华富贵、声名显赫，从长远来看，这一点用也没有。

既然众生如芭蕉，究竟观察时丝毫不存在，那涅槃与没有涅槃的本体就无有差别了。所谓的涅槃，即通过对治烦恼障和所知障，最后示现解脱；而被业和烦恼紧紧束缚着，不断在三界轮回中漂泊，叫做没有涅槃。在胜义中，世间的众生和出世间的圣者都不生不灭，龙猛菩萨在《中论》也说：“涅槃与世间，无

有少分别，世间与涅槃，亦无少分别。涅槃之实际，即为世间际，如是二际者，无毫厘差别。”在究竟胜义中，我们可以大胆地说，佛陀与无间地狱众生本体无别，国家总统与判死刑的犯人本体亦无别，这一点大家可能无法接受，但本性上的确如此。

我们通达离戏中观以后，对高低胜劣的包容心，会远远超过以前的狭隘主义。在过去，很多事情这样不行、那样不行，但证悟了离戏空性之后，万法全部是一味平等对待。在这方面，无上密法有更甚深、更细致的教言，尤其是《大幻化网》中，平等清净方面有许许多多窍诀，以后有机会的话，再给大家讲授。虽然我没有通达密法境界，但在大恩传承上师面前修行多年，花了不少时间和功夫，再加上凭自己的不共信心，理论上给大家讲一遍应该没有多大问题。

当然，在听闻密法之前，首先应打好显宗中观的基础，了解人无我和法无我的空性理念。这次我很高兴给大家讲《智慧品》，尽管讲得不好，但中观理论大致都包括在《智慧品》中了。寂天菩萨通过自己的智慧，将《中论》、《四百论》、《入中论》、《十二门论》等中的理论和大致推理融为一体，如果我们完全通达了，今后看《般若经》也好，看其他中观论典也好，都是很方便的。

我们学习中观理论，尽管字面上比较好懂，但实际上也不一定。昨前天我家来一个修行人，他前两天下去时，见两个尼众法师在谈论，他就在旁边偷听了一下。一个法师说：“去年我上中观班，觉得中观道理还不错，基本上都听得懂。但今年上了因明班，怎

么这么难懂啊？”另一个法师笑着说：“假如你真通达了胜义的中观，名言的因明应该不会太难的！”那个修行人听了以后，觉得很有趣。确实，如果通达了抉择胜义空性的中观，名言的一些简单推理并没有什么不懂的。

我们若能通达般若空性，那就掌握了佛教的全部精华。但值得注意的是，修空性不能舍弃世俗法，否则，对念佛、转坛城、绕佛塔、上供下施等世俗善法不屑一顾，以“什么都是无生无灭的”一概否认，这也是堕入一个边。诸法虽然是无生无灭，但没从迷梦中醒来之前，还是要想方设法遣除迷梦，按传承上师给我们留下的教言，将有相的福德资粮和无相的智慧资粮结合起来修行，这样才会成功。否则，听一些《般若经》之类的法，就不重视世俗中的弃恶向善，这种情况极其危险，大家应该值得注意！

**戊三（以智慧所得之事）分二：一、平息世间八法；二、于未证悟空性者生悲心。**

万法抉择为空性之后，不管是对法、对人、对任何事物，我们都不会有执著了。这种执著需要经过剖析，否则还是无法通达。

其实，在修行过程中，对诸法要用智慧来剖析，对自己执著的东西，也要采取一些手段来消除。前段时间我有一些珠宝，是很多人供养的钻石、玛瑙、珊瑚等等。我不知道该怎么处理，让僧众念经的话，管家处理得比较简单，一块钻石，几块钱就卖掉了，我有点不忍心。后来想了一个办法——用铁锤把这些砸



得细细的，变成粉末给佛像装藏。这个我觉得挺好，不然交给僧众念经的话，还有一个执著在跟着：“是不是卖得很便宜呀？这可是真正的钻石，据说要好几万块钱……”最后全部砸成粉末，无论它是钻石还是什么，一点也不会痛惜的。虽然刚开始锤的时候，我心里有点点疼，但完了就没有了。

我们对任何一个法，不管是人还是事物，只要它的形体存在，就会对其产生执著。因此，以上的详细剖析很重要，真正领悟空性之后，对他人、对自己或者对名声得失，什么都不执著了。当然，没有观察过的人，外境不会转为道用，所以一定要按照中观的空性道理来观察。

证悟空性有两个结果，一是平息世间八法，一是对众生心生悲愍。首先讲第一个：

### 己一、平息世间八法：

故于诸空法，何有得与失？

谁人恭敬我？谁复轻蔑我？

苦乐由何生？何足忧与喜？

前面从因、果、体三方面抉择<sup>6</sup>后，人和法在胜义中不存在，若能对此有所感悟，一切执著均可遣除，这个境界就是平息世间八法。

此处的世间八法，跟其他论典的提法有点不同。此处所谓的世间八法，即1) 得：证悟了空性的人，得到地位、名声、财富不会欢喜，不像没有证悟空性的人，得一个笔记本、发一支钢笔，就高兴得晚上睡

---

<sup>6</sup> 就是抉择因无相、体空性、果无愿，即通常所谓的三解脱门。

不着，或者得一个先进模范，就觉得获得了圆满正等觉果位……而证悟空性的人，了知一切如梦如幻，得奖只不过是梦中得奖，也许显现上他笑一笑，实际上没有任何执著。

2) **失**：凡夫人失去亲人、地位、钱财就悲痛万分，由于没有证悟空性，不要说大的钱财，仅仅是钱包里丢了20元钱，也会伤心半天。而证悟空性的人，即使整个身体毁坏了，也不会为此而忧愁。很多高僧大德离开人间时，有漏的身体显现上生病、流脓，他也不会执著的，因为他知道身体如梦如幻，失去了也无所谓。

3) **恭敬**：成千上万个人对你磕头恭敬供养，你不会有执著。反之，若没有证达空性，几个人对你赞叹一下，你就开始飘飘然了。

4) **轻蔑**：众人百般侮辱你、谩骂你，你也不会有什么反应。世间人可不是这样，别人说你“坏东西”、“老东西”，或者说“你该死”，上去就给他两个耳光。其实这也不是难听的话，我们众生一个一个都该死，这没有什么的。但有些人听了之后，马上怒火中烧、火冒三丈，这说明没有证悟空性。一旦你证悟了空性，这些语言就像刮风一样，对自己无丝毫损害。

5) **痛苦**、6) **快乐**：身体和心的快乐，凡夫人获得时控制不住，失去时又极其痛苦。7) **忧**、8) **喜**：各方面因缘具足时带来的欢喜心，饱受挫折打击时产生的忧愁心，都是没有证悟空性所致。假如证悟了空性，这些绝对不会出现。不但外境不会出现，内心中也不会出现。不过个别人反应特别迟钝，对亲怨得失

等什么感觉都没有，这并不是证悟的标志，可能是愚笨等原因造成的。

总而言之，空性的力量不可思议，不要说世间八法不能动摇，甚至大自然的危害也对其无损。当年月称论师在那烂陀寺附近的森林中修行，一天森林突然着火，火势很猛，似要吞没整个森林。见此情景，对月称有信心的人冲去救护，无信心的人跑去看热闹。到了森林中，一帝释天女现出半身，对他们说：“月称论师已超离了四大的损害，火不能烧、水不能溺，你们不必担心！”但他们不听，径直前往欲看个究竟。当他们来到跟前时，见四周林木全被猛火烧光，唯独月称论师坐处完好无损。月称论师对大家说：“龙猛菩萨以无生的智慧火烧尽了执著之薪，月护论师亦复如是，而我月称也用无生的般若智火焚毁了一切执著的密林，证得了无生无灭、无来无去、如虚空般的大空性，安住于如是本体当中，地水火风等自然灾害无法侵害。”众人听后，对般若空性生起了异乎寻常的大信心，发愿随学无生的般若法要。

所以，若证得了这样的空性，可以遣除任何自然损害，也可以平息世间八法。龙猛菩萨说：“知世法者得与失，乐忧美言与恶语，赞毁世间此八法，非我意境当平息。”在《亲友书》中，龙猛菩萨以呼唤的口吻对乐行王说：通晓世间道理的大王啊，得与失、快乐与忧愁、美言与恶语、赞叹与诋毁，这些叫做世间八法，人们愿意接受正面的四种，而不愿接受反面的四种，但这不是修行人的行境，我们一定要通过般若法门来平息。

当然，光是口头上说平息世间八法，人人都会说，可若没有通达般若空性，装模作样地说大话，这没有任何意义。我以前也讲过苏东坡的公案，当年他在江北大洲任职时，与江南金山寺只隔一条江，他经常和金山寺的住持佛印禅师谈禅说道。有一天，他觉得自己境界大有进步，立即提笔赋诗一首，诗云：“稽首天中天，毫光照大千，八风吹不动，端坐紫金莲。”表面是赞叹佛菩萨，实则为自己喻，说自己不为八风所动。写完之后，他很是得意，满心欢喜地派书童送往佛印禅师处求印证。禅师看后，批了两个字，就叫书童带了回来。

苏东坡以为禅师一定会赞赏自己的境界，急忙打开批示，只见上面只有“放屁”二字。他气坏了，当即乘船过江找禅师理论。没想到，禅师早就在江边等他了（也有说在寺院门口）。

苏东坡气势汹汹，一见禅师就劈头盖脸地质问：“我一直拿你当好朋友。我的修行境界，你不认可也就罢了，怎么可以骂人呢？”禅师若无其事地说：“怎么骂你呀？”他就把这两个字拿给禅师看。禅师见后，哈哈大笑，说道：“八风吹不动，一屁过江来。”苏东坡也算是利根者，当下醒悟，非常惭愧。

其实，世人很容易被世间八风吹动，八风吹不动的境界非常高。原来有一个人写我的介绍，里面说我八风吹不动。我特别不高兴，特别不好意思，八风吹不动的修行境界，一般凡夫人是达不到的，后来把这个人狠狠批评一顿。所以，说八风吹不动的大话确实要注意，如果有人说自己证悟了空性，你想观察他的

话，可以狠狠骂他一顿、说他的过失，看他能不能忍得住。若一点反应都没有，也许是有一些境界，以前藏地的很多高僧，这方面的公案也比较多。

在汉地论典中，世间八法是称、讥、毁、誉、利、衰、苦、乐，本颂与此略有不同，但意思完全是相同的。只有证悟了空性，才能得到八法吹不动的境界。退一步说，就算没有证悟空性，但若了知世间荣华富贵如过眼云烟，也可以断除很大的执著。《菜根谭》云：“宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒。”这可以说是古人的真实写照。当然，古人只不过看得破而已，真正的证悟空性、断除执著，并不如佛教究竟。无垢光尊者在《心性休息》中说：“观察空性如虚空，喜忧得失善恶无。”只有观察一切万法是空性的，跟虚空没有任何差别，才会彻底消除对喜忧、得失、善恶的执著。这样的境界什么时候获得，什么时候就能平息世间八法。

很多人喜欢说一切得失都不存在，但实际上，自己平时的所作所为就是为了“得”而奔波、害怕“失”而操劳。不说大的事情，仅仅是发生一个地震，也担心自己的房子会不会倒塌、生命会不会受到威胁，有各种各样的得失和犹豫。那遣除它的究竟方法是什么呢？就是证达空性。只有证达了空性，一切虚幻才会全部消失。当然在此过程中，努力是必不可少的，华智仁波切也说过，通过努力，修行的境界才会现前。这是一种必然规律，往昔成千上万的高僧大德皆依此途径证得了无上圆满的果位，所以大家务必要努力！

## 第一百八十七节课

### 思考题

1. 证悟空性会有什么结果？请从自利、他利两方面分别说明。
2. 证悟空性的人，一定会有大悲心吗？请说明理由。
3. 当今世界，各种天灾人祸层出不穷，这是什么所导致的？面对可怜的众生，我们应当怎么做才对他们真正有利？你平时是怎么做的？今后有何打算？

下面还是讲证悟空性之后平息世间八法，昨天学习了一部分，今天继续看下面的文字：

若于性中觅，孰为爱所爱？  
细究此世人，谁将辞此世？  
孰生孰当生？谁为亲与友？  
如我当受持，一切如虚空？

昨天已经讲了，证悟空性的時候，得失为主的世间八法都不存在。那么，在胜义中寻觅，人们所执著的事物到底存不存在呢？也不存在。在名言中，众生的迷乱面前，一切得失都存在，世人为了今生的快乐而患得患失、忙忙碌碌，是没有通达胜义空性所致。但若按照龙猛菩萨、月称菩萨、寂天论师的言教，通达了一切的本来实相后，万法在真实义中并不存在。在这种境界中，谁是能贪爱的我？谁又是所贪爱的人和事呢？谁于此世死亡？谁已经出生？谁将在来世降生呢？谁又是亲戚与朋友？这一切的一切如虚空

般不成立，既然如此，为何不与我（寂天菩萨）一同受持这样的境界呢？这个偈颂，是寂天菩萨发愿摄持未证悟空性的众生。

本体空性中，一切相了不可得，世人特别执著的感情，在真实义中并不存在。可是在名言当中，它伤害了无数众生，令其在情网中无法自拔，饱受煎熬和痛苦。佛经云：“犹如自造箭，还自伤其身，内箭亦如是，爱箭伤众生。”如同有些人造的箭刺伤了自己一样，我们自己贪执的东西，最后也会伤害自己。

当然，异性之间的“爱”，是从狭义角度来讲的，就广义角度而言，所有的贪执都可以叫做“爱”。但在胜义中去寻找，能爱的人不存在，所爱的本体也不存在，人我也好、法我<sup>7</sup>也好，在真性中都遍寻不得。

“见此实性已，云何爱不灭？”前面也讲过，观察受果的过程中，现见一切万法的本体不存在，既然本体不存在，那为何不灭除对它的贪爱呢？因此，在真实义中，所谓的爱是没有的。

同理，以胜义智慧来观察，器情世界的成、住、灭也不存在。尤其是有情世界，无论是自生、他生、共生、无因生，都不可能真实产生；既然没有产生，安住就不可能有；如果这两者都没有，众生的死亡也就不存在，一切只不过是虚妄执著。

最近发生了大地震，很多众生都离开了人世，但生者为亡者的痛哭伤心，其实也是一种名言假象，从做梦的角度讲，这只是一个噩梦，真实的本体并不存

---

<sup>7</sup> 爱，属于法我中的“受念处”。

在。若通达了这一点，有关密宗书和《般若经》中说，这叫达到了无生无死的境界。就像藏传佛教的莲花生大士、布玛莫札，他们在胜义中通达了这样的境界，从而证得长寿持明的果位。还有些人显现上有蕴的毁灭，但在境界上也通达了无生无死的境界。

这种境界不仅人可以通达，即便世间的山神、护法神也可以通达。以前有一个元珪禅师，他的修行很不错，开悟后住在茅棚里。有一天来了一个人，相貌庄严、气度不凡，在众眷属的簇拥下来到他面前。禅师没有特别在意，直接问：“你来这里干什么？”那人有点受冷落，说：“你难道不认识我吗？”禅师说：“我对众生与佛陀一视同仁，怎么会认识你？”那人说：“我是此山山神，操纵每一个众生的生死。”（言外之意就是威胁禅师，你不恭敬我的话，我要给你点颜色看看。）元珪禅师说：“吾本不生，汝焉能死？……”给他讲了许多教言。这个山神也有点善根，当即通达了一定的境界，后来于禅师面前受五戒，承诺护持佛法。

所谓的护法神，汉传佛教中有，藏传佛教中也有。莲花生大士来到藏地时，一路上降伏了很多鬼神，让他们承诺保护佛法、弘扬佛法。历代高僧大德的传记中也看得出来，他们降伏一些鬼神之后，经常让他们皈依佛教，这在藏传佛教中非常非常多。比如紫玛护法神，就曾在莲花生大士面前承诺过，在法王面前也接受过《金刚橛》灌顶。当年法王去不丹的时候，紫玛护法神在一个人身上降神，于法王前请求灌顶。藏传佛教的降神，有些人可能不一定知道，这是非常奇妙的现象。一个不丹人平时对藏语一窍不通，但是降



神了以后，他的神识暂时离开，护法神进入，他口里就能说非常流利的藏语。当时法王《金刚橛》灌顶时，有许多非常精彩的场面，到目前为止，过了20多年了，我有时候想起那种场景，确实对高僧大德的威力、护法神的存在、佛法的伟大深信不疑。

寂天论师所讲的无生无死的境界，很多高僧大德皆可达到，永嘉禅师在道歌中就说：“自从认得曹溪路，了知生死不相干。”我们通过自己的努力，也可以达到这种不怕死的境界。有些人喜欢说“我不怕死”，这只是说大话而已，实际上真正遇到死亡时，自己还是怕得要死，但若通达了这种境界，自然就会生死无惧。

我今天听说学院的一个出家人，他以前住在摩尼宝区，单独修了一个房子，前段时间他在别的地方圆寂了。圆寂之前，他说：“上师如意宝讲过，死的时候不要太普通了，应当安住于心性本来面目中才圆寂。”当时很多人都不相信，他对身边一个人说：“今天我可能要离开人间，你给我耳边念一遍麦彭仁波切的《大圆满愿词》。”那个人就给他念了。刚刚念完，他大喊一声“啪<sub>的</sub>”，然后笑了起来，说：“没有成功！你再念一遍。”那个人又念了一遍。他再次大喊“啪<sub>的</sub>”，就真的圆寂了。听说他的肉身缩得很小很小，火化后烧出来的全是舍利。

我以前写《密宗虹身成就略记》时讲过，藏地的人往生时出现舍利、出现虹身、出现瑞相，根本不觉得特别稀有，大家都知道只要好好修行，肯定就会这样。但在其他地方，尤其是到了西方，一看见舍利就

极其兴奋。其实只要你精进修行，达到无生无死的境界或者不怕死的境界并不难。以前六祖在五祖面前听《金刚经》，听到“应无所住而生其心”时当下开悟，证达了无生无死的境界，并说：“何期自性，本不生灭……”这种不生不灭的道理，诸多高僧大德的证悟歌中比较多。

在胜义当中，不仅可达到不生不死的境界，还能断除对亲朋好友的执著。我们作为凡夫人，对父母亲人等自方会特别贪执，始终放不下来，以前的高僧大德为什么要抛弃故乡？就是为了断除对自方如沸水般的贪恋。若能达到这种境界，杀父仇人和亲生父母坐在一起，你也不会有丝毫分别。

最后一句“如我当受持，一切如虚空”，充分显露了寂天论师的无上甚深境界。在本论的开头，他说自己“是故未敢言利他，为修自心撰此论”；到了《智慧品》中间时，“若实无实法，悉不住心前”，基本上已承认了自己的境界；到这里就更明显了，寂天论师劝导所有的可怜众生——整天要么贪执爱情、要么贪执亲友，对生死特别害怕，一听说地震来了就提心吊胆，宁可在外面露天淋雨，也不愿住在舒适的屋子里，这一群没有通达胜义谛的人，应该像寂天论师一样，受持一切法不生不灭、犹如虚空的境界。《般若摄颂》（又名《摄功德宝经》）云：“所缘自性无有边，有情自性亦无边，虚空界性亦无边，知世间智亦无边。”什么时候通达了这种无边的境界，什么时候就会受持虚空般的平等空性见，因此我们一定要努力。

人无我和法无我为主的空性法门，你们第一次听

若没有搞懂，应该再听第二次、第三次……要反反复复串习，同时祈祷根本上师、护法神及十方诸佛菩萨，通过具足各方面因缘，断除自己的执著，令如虚空般的境界出现。听完《入行论》以后，稍有善根、精进修行人，对世俗法的了解和对胜义空性的认识，应该会跟以前有所不同，不会像往常那样特别执著。我也曾讲过，洛若寺一个老太太说：“听完了《入行论》以后，某某寺院的出家人完全不同了。”虽然这是一个老妇女的话，但实际上也看得出来，听了这部法和没有听的差距还是非常大。

因此，我从内心中非常希望：大家在世俗中生起愿菩提心和行菩提心，胜义中对空性有所了解。若对空性没有了解，再怎么修、再怎么学，也是困在执著的笼子里，始终不能解脱。所以，对空性的希求和闻思，有生之年不能间断。凡夫人无始以来的习气根深蒂固，听一两次《智慧品》，不一定马上起作用，应该再再听受，才会慢慢转变。所以听了一遍的话，没有开悟也不要紧，不要认为没开悟就没希望了，修行需要有长期的精进和信心！

己二（于未证悟空性者生悲心）分二：一、所缘；二、行相。

庚一（所缘）分三：一、今世辛苦维生；二、后世感受痛苦；三、三有共同过患。

辛一、今世辛苦维生：

众生若没有证悟空性，即会遭受无量痛苦，故而对他们生起悲心。

世人求自乐，然由诤喜因，  
频生烦乱喜。勤求生忧苦，  
互诤相杀戮，造罪艰困活。

对空性有所认识的人，再回过头来看那些没有认识空性的人，一定会生起极大的悲心。阿底峡尊者也说：“只要证悟了空性，必然会对可怜众生生起大悲心，自己绝对不会造恶业。”这两点务必要记清楚。如果你没有一点悲心，证悟空性的境界肯定不高，这从诸佛菩萨和传承上师的传记中也看得出来，证得了无上果位之后，不顾众生的佛菩萨绝对没有，一旦有了证悟的境界，对众生一定会关心，自己也不会造恶业。现在有些人口口声声说证悟了空性，但对众生没有悲心，自己经常造恶业，甚至让别人也造恶业，这绝对不是证悟空性。

这里是说，世人虽然都想获得安乐，却为了谋求微不足道的利益而与对手竞争，为了亲朋好友的欢喜而做种种不如法之事。由于争斗和欢喜这两个因缘所致，而频频发生冲突，心烦意乱，由利益之因而数数欢喜，因没有得到快乐而忧伤难过。人们为了自己所希求的目标，与他人争执不息、互相残杀，造下各种可怕的恶业，以此来度过自己的一生。

放眼看看整个世界，大多数人的生活方式不过如此，他们唯一希求的，就是短暂的今生中自己获得快乐。有些人虽然口头上说利他，但由于没有证悟空性、没有真实的菩提心，很多行为都是一种假象。世间上的芸芸众生，每天为了自利而争斗，为了自利而痛苦，看到他们的处境，确实觉得出家人的生活非常清净。

有些出家人虽不一定证得空性，可是看破红尘之后，生活上有很多轻松，流的泪跟在家人比起来，应该说少很多。

我们证悟空性的真正作用，就是对众生生起真正的利他心，若想生起利他心，首先必须缘苦难的众生生起悲心。最近，我们看到众生受苦的现象比较多，不管打开收音机还是电视，播放的都是天灾人祸，自然灾害也好，人类战争也罢，许多场面惨不忍睹。就拿今年来讲，年初的时候有暴风雪，受灾地区遍及中国14个省市，很多人都无法返乡过节；前不久，缅甸一带爆发热带风暴，至今已经死了三四万人，几十万人无家可归；最近四川发生大地震，好几万人被埋在废墟中，美好家园毁于一旦，家破人亡处处可见；还有，安徽也爆发了小儿手足口病……各种灾害层出不穷，即使没证悟空性，我们也忍不住生起悲心。

这些灾害的原因是什么呢？一方面是众生造恶业的果报现前，假如前世伤害过别人，即生就要遭受这样的痛苦；另一方面，现在人类破坏自然非常严重。我并不是发现了什么，但自己每次路经汶川一带，看到不管是山也好、地也好，全部破坏得特别厉害，经过的时候心惊胆战、十分害怕，以前就有这种感觉。当然，这是一种缘，不是因，最主要的因就是众生前世造的恶业，再加上严重破坏自然平衡，必然会遭受大自然的惩罚。老子曾说：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”一切万物都是有法规的，人与自然界息息相关、密不可分，如果损害了自然界，按照佛教的说法，龙王、地神、山神、水神就会发怒，给人

类降下种种不幸。

其实，我们身体是一个小宇宙，外在的环境是大宇宙，二者是一体的，假如严重破坏了大宇宙，最后也会毁灭自己。《黄帝内经》中列举了大量事实来证明天与人是统一的，比如，天有日月，人有双目；天有四时，人有四肢；天有五行，人有五脏；天有三百六十五度，人有三百六十五骨节；鼻额像山岳，毫发像草木……可见，人与自然相依相偎、无法分割。然而相当长的时期内，人类因为可以上天入海，就认为自己无所不能，打着“人定胜天”的旗号，对自然进行肆无忌惮的掠夺，最终招致了大自然的强烈报复。

作为一个佛教徒，我今天在这里呼吁，我们应该在力所能及的范围内，最少也是念1万遍到10万遍的观音心咒或佛号，回向救度这些可怜众生。在座的道友从今天就开始念，对可怜的众生，我们佛教徒应该有办法，念观音心咒或阿弥陀佛名号，对他们决定是有利的。不像现在有些人，光是“祈祷祝福他们，让他们平安，让他们战胜痛苦”，只是口头上说说而已，实际上真正能带来利益的，唯有佛菩萨的加持。所以在座的人今天就开始念诵。

以后看到这个光碟或者文字的佛友，希望你们从此时起，也念1到10万遍的观音心咒回向这些众生，以免除自然灾害及堕入恶趣等暂时和究竟的痛苦。同时在力所能及的范围内，大家应该尽量献出爱心，帮助这些可怜的众生。我们作为一名佛弟子，这是义不容辞的责任。

当年寂天菩萨也是如此：有一段时期印度某地遭

到极大的自然灾害，粮食颗粒无收，当地一千多乞丐没有饭吃，饿得奄奄一息。乞丐们正在等死时，寂天论师用神通使他们得到丰足的饮食，身体完全恢复过来，然后为他们宣讲因果、十善等佛法，令其全部皈入佛教。（第六种稀有传记）

还有一次，在一个地方有五百名持邪见的外道，当时那里闹饥荒，他们得不到食物，遭受到饥饿的折磨。他们私下商议：谁要能解决众人的食物问题，就推他为首领。寂天论师得知后，便到城市里化了一钵食物，通过不可思议的威神力加持，使五百名外道取之不尽，摆脱了饥饿痛苦。之后，寂天论师给他们讲经说法，传授五戒十善，使他们抛弃了邪见，行持佛法。（第七种稀有传记<sup>8</sup>）

所以，我们平时看见遇难者、痛苦者时，不管是见解上、行为上还是生活上遇到困难，只要我们有能力，就要尽心尽力帮助。如果没有这样做，光是口头上说发菩提心，行为上却无动于衷，这是不合理的。对可怜众生起悲心，这方面的教理非常多，关键要看自己平时有没有串习？遇到一些痛苦者，心里会不会有反应？若对空性法门有所认识，自然会对没有通达空性的众生起悲心。相反，对空性的道理不了解，所作所为被实执束缚，而且没有利他心，一切以自我为中心，那做什么都意义不大。因此，大家应当抛开自私心，驱开执著心，尽量安住于空性中，以清净心来帮助众生。

---

<sup>8</sup> 在讲《入行论》第一节课中，上师曾说要陆续给大家介绍作者寂天菩萨的七个稀有传记，至此已宣讲圆满。

现在很多人早上起来坐禅，晚上睡前也坐禅，但坐禅的过程中，应该有麦彭仁波切那样的窍诀，即先观察自己的蕴存不存在？我存不存在？法存不存在？通过各种方式进行剖析，对单空生起无伪的见解，之后再对离一切戏论的境界进行修持，这样坐禅才会成功。否则，修空性很容易误入歧途。

有了这样的基础，对世间的得失盛衰就不会执著，觉得它跟梦境没什么差别，其自性不可得，显现也是假的，执著又有什么意义呢？自己若远离了这些执著，再回过头看芸芸众生，为了蝇头小利而大肆造业，自然会对他们生起悲心。这种悲心的生起并不是特别困难，当然，倘若自我的心一点也没有损害，空性的见解一点也没有证得，那说得再漂亮、做得再轰动，悲心也生不起来，痛苦的毒芽仍会不断生长。

因此在修行的过程中，大家务必要依照传承上师们的教言，从根本上铲除执著。这个并不是那么简单的，不是短暂的时间中马上就能明心见性。不过也不要紧，只要我们的路是正确的，依靠不断的努力，总有一天会达成所愿。世间人搞一个企业、搞一个项目，尚且不可能一天两天就成功，修行也是同样的道理，必须依靠循序渐进步次第性修持正法，才能断除执著。若能如此，你一方面不会入歧途，另一方面，自己的修行境界也会越来越稳固。



## 第一百八十八节课

### 思考题

1. 如果没有证悟空性，为什么说即使今生具有大福报，来世仍将堕入恶趣感受无量痛苦？
2. 三界轮回中的众生处境如何？请结合你自身的经历进行分析。
3. 众生在轮回中的痛苦为何很难以断除？既然如此，我们修行人应该怎么办？

下面继续学习证悟空性后的作用。已经讲了“从自利方面平息世间八法”，而“从他利方面对众生起大悲心”分几个方面，第一个“今世辛苦维生”讲完了，今天开始讲“后世感受痛苦”，即众生表面上财富圆满、丰衣足食，权力地位等无不齐全，但他们离开人世之后，会感受无量的恶趣痛苦。

### 辛二、后世感受痛苦：

虽数至善趣，频享众欢乐，  
死已堕恶趣，久历难忍苦。

众生虽然曾三番五次地转生于人间、天界、阿修罗三善趣，享受众多安乐，可死后仍会因恶业而堕落恶趣，感受漫长难忍的痛苦。

当然，转生善趣并不是无缘无故的。由于佛陀的教法住世，具有法相的善知识来到人间，我们也有幸

获得人身，在上师面前受持戒律、行持十善、皈依发心等，种种善法因缘聚合后，才能投生到具人天福报的善趣中，享受世间的各种快乐。我们每个人均曾转生于天界当过天王，也曾在人间当过国王，也许有人认为：“像我这么弱小的人，怎么可能前世当过国王呢？”不要这样想。《因果报应经》中说，前世若欺负别人、镇压别人，即生就会变成弱小者。所以今生中弱小无力、甚至站都站不稳的人，以前肯定是大国王，肯定是有大势力的人。无垢光尊者说过：“三界怙主的天王，我们曾经当过多次，但身披袈裟的出家人，唯有今生方才获得。”确实，如果在轮回中经常是出家人、梵行者，受持清净的戒律，行持善法，我们就不会像如今这样不断流转在轮回中了。

现在的大领导、大富翁，其实也是因前世微不足道的善根，即生变成这样的，他们可能因以前的满业和引业，将来还不断地在人间享受福报。然而这些并不稀奇，获得暇满人身、修持大乘空性法门，这种机会才相当难得。我们都曾在善趣享受过许多有漏快乐，但佛经中将其比喻成木鳖果或宝剑刃上的蜜糖，初尝时甜美，其结果却是毒发死亡、断舌的痛苦。同样，色声香味等妙欲表面上很诱人，实际上唯是招致散乱之因，即使你贵为帝王将相，享受无数的世间快乐，一旦福报耗尽，也会为恶业所牵，堕入地狱、饿鬼、旁生三恶趣，历经多劫感受无边剧苦。

龙猛菩萨在《亲友书》中说：“欲天界中大乐者，梵天离贪得安乐，复成无间狱火薪，不断感受痛苦也。”梵天就算远离了欲贪而获得安乐，但业力穷尽

之后，也同样成为无间地狱的火薪，接连不断地感受剧苦。龙猛菩萨在《大智度论》中还说：“无色界的天人命尽之后，堕入欲界，变成飞禽走兽等旁生；色界的天人从清净处堕落之后，受淫欲而生不净中；欲界的天人因著于五欲，而堕地狱受诸种苦痛。”所以，上至非非想天、下至无间地狱，没有一处是快乐的，暂时的快乐都离不开行苦。

三界轮回犹如火宅，我们不要有羡慕心，认为它很快乐，否则不可能生起出离心。假如生起出离心，不要说三恶趣，即使是三善趣，自己也毫无兴趣，把它看成监狱一样。监狱里的众生待遇再怎么高，也毕竟是犯人，是困在牢笼里逃不出来的人，轮回中的善趣也是如此，一旦明白了三界皆苦，自然对人天福报不会希求，就像华智仁波切的上师如来芽尊者一样，听到什么样的荣华富贵、美丽、权势，也不会生起一瞬间的贪爱之心。

然而世间人因为没有出离心，见别人住豪华的房子就羡慕得不得了，也非要分期付款去买，自己把自己困在解不开的网中，想尽一切办法满足内心的欲望，不择手段去拼命获取，如同想得到监狱里的快乐一样，所作所为没有任何意义。以前仲敦巴尊者请教阿底峡尊者：“贪著此生的幸福安乐而行事，其后果将如何呢？”尊者说：“仅仅获得此等后果。”“那么来世又将如何呢？”“深堕地狱、饿鬼及旁生三恶趣。”所以，大家现在闻思修行，不要希求自己获得快乐，或者健康无病，或者具足财富。当然，依三宝的加持和威力，这样祈祷可以暂时满愿，让你如愿以偿，但

这毕竟不是解脱法，最后也有堕入恶趣的现象。

解脱的根本因就是出离心，若没有它，再大的福报也无法摆脱轮回。如今，大多数人行持善法非常微薄，造的恶业却非常可怕，这些人死后多会堕入恶趣，诚如圣天论师所言：“由于诸人类，多持不善品，以是诸异生，多堕于恶趣。”现在大城市里的人，所作所为就像《地藏经》所说：“无非是业，无非是罪。”他们的语言充满狡诈欺骗，在嫉妒心、嗔心、贪心引发下说出来的，行为具足杀、盗、淫等不善业，内心中各种烦恼也不断涌现，这些恶业的后果非常可怕，来世一定会堕入三恶趣，长期地感受痛苦。

当然，每一个凡夫造的业不同，前往的路也各自不同，月称论师云：“众生趣异处，或诸各自行，众多趣行者，此名为异生。”众生造的恶业有些是贪心引发，有些是嗔恨心引发，有些是嫉妒心引发，有些是其他烦恼引发，趋往的方向不相同，但基本上都是趋入恶趣。故而，我们现在若没有行持正法、寻求解脱根本，以后想获得解脱非常困难。

有些人一直怀疑解脱的存在、地狱的存在，在这种人面前，讲真理也没有用，就像给盲人表演精彩的舞蹈、给聋子演奏动听的音乐一样，如果自相续被邪见染污了，不要说般若空性，甚至前世后世、业因果等基本道理，他也没有接受的能力。世间上有非常多的可怜众生，寂天菩萨当年写《智慧品》时，可能也是看到印度各大城市中，许多众生的行为非常可怜，自然而然生起了悲愍之心，于是留在了文字上面。其实不要说寂天菩萨那样的证悟空性者，仅仅是我们多

年在寂静地方依止善知识学习大乘佛法的人，到了城市里看到世间人的言行举止，也无法不生起大悲心。

现在社会上的有些官员，他们觉得有了地位后，领带也是长长的，轿车也是高档的，无数人对自己恭敬有加，自己就是天下第一。可在我们修行人眼中，这些人真的很可怜，就像虫窝里的一只虫觉得自己很伟大一样，广阔无垠的世界中，这种领导实在是微不足道，面对生死、面对轮回，他们的力量极其渺小。还有些明星非常出名，觉得无数人崇拜我、羡慕我，我在世界上是最成功的。其实他们身体也是骨肉组成的，心里也遍满贪嗔痴，不要说出世间的空性见解，甚至世间正见也没有，没有世间正见尚且情有可原，但高尚的人格也不一定有，往往那些出名的人物，人格和行为是最糟糕的。

所以，学习般若空性之后，不要说对旁生，即便是非常成功的人，我们也会生起悲心。这些人虽然有财有势，但若没有行持善法，积累资粮断除轮回之根，下一世只能往下堕。《亲友书》中也讲了，有些人从光明趋向光明，有些人从黑暗趋向黑暗。那些表面上享受幸福生活的人，没有行持善法的话，离开人世以后，前途只能是迷茫的、黑暗的，不断遭受无量痛苦。

这个世间上，我们修大悲心的对境非常多。有些人认为：“我的悲心倒很强烈，但找不到可怜众生。”其实修悲心的对境比比皆是，只要你真的有悲心，一出门就可以找到修悲心的对境。到了城市里面也可以，到山上看见小虫也可以，世界上没有找不到众生的地方，只要有了众生，看他们如同监狱里的犯人，

被业和烦恼的镣铐捆得紧紧的，在分别妄念的控制下，一瞬间的自在和快乐也没有，我们自然就会生起大悲菩提心。

**辛三（三有共同过患）分三：一、与解脱相违；二、此相违难除；三、颠倒执苦为乐。**

**壬一、与解脱相违：**

三有多险地，于此易迷真，  
迷悟复相违，生时尽迷真。  
将历难忍苦，无边如大海。

三界轮回的众生，处境十分危险，上至善趣、下至恶趣，处处充满了堕落的险情，我们置身其中，时时受到引诱，很容易与解脱相违。显密经续中说，轮回与解脱只在迷悟之间，众生与佛也是迷悟之隔。假如依靠善知识和佛菩萨的加持，当下认识心的本体，断除迷乱现象，这就是开悟。可是众生一直不了知，在噩梦中一直醒不过来，虽然诸佛菩萨通过各种教言唤醒我们，说一切实有的东西都不存在，但由于无明习气太过深重，始终认为所执著的对境实有，因此我们沉睡不醒。

整个三界轮回中，危险的地方相当多，众生以贪嗔痴等烦恼造业，天灾人祸层出不穷。那天我去一个领导家吃饭，他夫人说：“哎哟！有些地方来地震喽，有些地方又来海啸喽，有些地方又来战争喽，什么地方都不平安噢——”的确，从外境来讲，打开新闻、网络、报纸，天天都是发生事故；从自身来讲，我们一会儿感冒流鼻涕，一会儿头痛，一会儿脊椎不行了，一会儿心脏不好，一会儿肺不行了、肝不行了，里里

外外没有一个快乐的。其实轮回就是这样，就像一个无恶不作的坏人，不指望他能做出什么好事来。《四百论》前四品对轮回本性是如何阐述的，大家也应该非常清楚。

世间的迷乱现象很容易让人迷惑，假如我们被迷住了，则与了达万法真相、解脱一切束缚的涅槃完全相违。我们学因明时也讲过，从心识方面，增益和智慧互绝相违，存在增益就不存在智慧，存在智慧就不存在增益。同样，倘若有“我”的执著、清净的执著、实有的执著，对无我空性是没办法了达的，甚至世俗中对三宝的清净心、对众生的大悲心也很难生起。现在有些人，自己的相续不调伏，贪心、嗔心等执著妄念比较多，对三宝的正信、对上师的清净心就很难引发。因为二者完全相违，一者存在，另一者不可能存在，就像光明与黑暗、火与水一样，有迷惑就不会有证悟，有证悟就不会有迷惑。

我们同一个教室的两个修行人，一个人经常思维中观空性法理，就能逐渐有所领悟；另一个虽然听到空性法门，却可能无法跟着空性走，反而生起邪见、恐惧，甚至犯心脏病。很多人看电影、电视、武打片时，心脏病就荡然无存了，身体也好得不得了，而一听到中观法门，走路也走不动，站也站不稳，坐也坐不住，这说明他不可能开悟，因为存在与开悟相违的迷惑。

没有开悟的茫茫众生，将会经历数不胜数的痛苦，此苦难历程就像大海一样，深不可测、广大无边。众生没有通达无我空性之前，始终在漫无边际的轮回

中不断徘徊、流转，一旦有了般若空性种子，就能摧毁轮回之根。堪布根霍仁波切在《入行论讲义》中，也引用《四百论》的教证讲了遇到般若法门的很多功德。即生当中，我们有幸值遇释迦牟尼佛及后代传承上师所传下来的不二法门，这并不是很容易的，务必要以难得心来珍惜。

听受般若的时候，有些人极其欢喜，甚至汗毛竖立、热泪盈眶，这是苏醒种性的征相。个别道友真的对般若法门有信心，不管听现观还是中观，只要是空性，就没有一个不听的。反之，假如你遇到空性法门，有种不舒服、恐惧、畏缩的感觉，这说明前世没有闻思过空性。因此，今生我们一定要断除邪见，认真接受空性法门，若能如此，即使没有通达它的法义，依此功德，来世也不会堕入三恶趣。

释迦牟尼佛时代有三个人，叫格穹、拉翁、善来，他们业力非常深重，刚开始显得极其愚笨，整天都非常痛苦，但由于曾在迦叶佛面前听过蕴界处的法门，后来也证得阿罗汉果位。所以，若对空性法稍稍了解，纵然今生没有获得果位，来世在弥勒菩萨的教法下或者其他教法下，也一定会轻而易举地证果。圣天论师云：“今生知真性，设未得涅槃，后生无功用，定得如是业。”有些大德也用芒果的种子作比喻：芒果的种子种下后，当时虽见不到它的果实，但若干年后一定会有果实可得。同样，闻思修习空性法义者，即使现世中无有涅槃果现前，但后世决定有解脱胜果可得。

所以，我们听闻空性法门，跟以前上学听课并不



相同。有些人认为：“我读小学、中学、大学时，老师讲的课基本上跟这个一样，当时老师还是某某教授，特别出名，但现在的法师有没有这些功德啊？”不能有这方面的怀疑。虽然讲法的人不一定是成就者，但释迦牟尼佛的教法中并没有要求，传般若法门的人必须要一地菩萨以上，凡夫人也是有资格的。我们耳边听受了空性法门，这种功德不可思议。上师如意宝一辈子对大乘般若法门尤为重视，当时让学院的老年人，什么做不了也不要紧，但每天务必要听一堂课，念《普贤行愿品》来回向，发愿往生极乐世界，若能如此，得人身也是有意义的。上师的这些金刚语，恐怕很多老弟子也都记忆犹新吧。

因此，我们即生中对般若法门一定要重视，否则，在轮回的大海里，何时能逃脱也未可知。相续中没有产生无我的话，所作所为都是轮回之因，而一旦现见我不存在，便丝毫也不会执著我，对我无有贪爱，也就不会因希求我的快乐而流转三有。《释量论》云：

“不见所谓我，毫亦不执我，于我无爱恋，不求乐转。”世间上每一个众生都是围绕我在奔波，可惜的是，现在的科学家整天拿摄像机往外拍，却从来没有拍过我执，也没有拍过众生为何如是忙碌、众生围绕什么而造作的。若能明白所谓的我在名言中不存在，胜义中更是不存在，就是通达了万物的真相。

因此，对众生起悲心的理由非常合理。按照寂天菩萨的观点，以任何一个众生为对境，我们可以想一想：这个众生可不可怜？有些人可能认为：“乞丐、屠夫、特别难看的人很可怜，而那些住在别墅里、腰

缠万贯的人才不可怜呢!”其实不管是什么样的人，国家主席也好，世界上最大的富翁也好，都没有什么可羡慕的，以他们为对境来进行观察，觉得他们都很可怜，我们会对其生起悲心。

## 壬二、此相违难除：

苦海善力微，寿命亦短促，  
为活及无病，强忍饥疲苦。  
睡眠受他害，伴愚行无义，  
无义命速逝，观慧极难得。

众生在三界轮回中感受无量痛苦，在苦海中难以逃脱，有时候生起一点善念，如大悲心、信心、出离心，这种善心也极其微弱。前面说过：“犹如乌云暗夜中，刹那闪电极明亮，如是因佛威德力，世人暂萌修福意。”佛陀的威德力和自己的福报具足时，偶尔会生起一点善心，比如想出家，想好好背书、看书，念1亿遍观音心咒，或者一定要每天不间断听课，早上6点钟起来修1个小时的菩提心……这些善念虽然值得赞叹，但就像黑暗中的闪电一样，刹那间就消失了。因为外面的环境太糟糕、周围的人太复杂，我们凡夫人的善心极其微弱，最后不得不随波逐流。

寂静山里的修行人和寺院中的出家人，比较而言算是好的，每天的时间基本都用来闻思修行和发心，念的咒语也效果不错。但到了城市里的话，不仅仅是城市里的人，包括我们出家人，也容易慢慢被各种散乱所污染，没办法自拔。所以，能生起善心非常不容易。昨前天发心人员中几个大学生出家了，我觉得很随喜，因为出家的念头就像是云间的太阳一样，一会

儿就被乌云遮蔽了，因此想出家的话要马上出家，否则被遮住了以后，就什么都看不见了。（当然，出家还是要想清楚，不要那么草率。不然，等一会儿下完课后，可能很多人拿着剪刀就过来了。）

当然，倘若善心非常微薄，而身体是永恒的，倒也不要紧，今天没有，等久一点也可以。但实际上不是这样，我们暇满的人身，几十年一晃就过了，真正修行的机缘非常难得。我们短促的寿命，全部用来修行也可以，但小的时候天天玩，年轻的时候被世间八法所束缚，老年的时候又被迷惑控制住，一生为了养家糊口不断在忙碌，为了身心快乐而操劳，感受了各种各样的痛苦。

活在这个世间上，出家人稍微轻松一点，没有生活的压力，不用为吃穿操心，不用为感情忧虑，勾心斗角的现象也比较少。而在家人要面对很多事情，亲人、敌人、家庭、孩子……令自己非常苦恼。不说别的，光是父母对孩子的付出，简直无法想象。如果你付出以后，孩子很孝顺也可以，但事实并不是这样，你辛辛苦苦把他抚养大，他翅膀硬了，就远走高飞了。现在比较孝顺的孩子，也仅是过年给父母打个电话、寄一张贺年卡，父母就高兴得不得了，现在社会已经变成这样了，所以一辈子的操劳根本没有意义。

除了上面讲的以外，众生还必须忍受饥寒、疲乏的痛苦，恒时遭受睡眠的逼恼。很多修行人特别讨厌自己睡懒觉，但是也没办法，欲界众生都有这种烦恼。有的道友听上师在课堂上讲夜不倒单如何好，就很想晚上坐着睡觉，第二天马上把床拆了，做一个小箱子

坐着。结果早上起来一看——箱子在这边，自己睡在那边。最后这个也没成功，干脆还是躺下来，但因为一两天没有睡好，三四天睡得好像尸体一样，怎么也醒不过来。所以在这个世间中，自己没有大福德的话，虽然想做一点有意义的事，可是也有一定的困难。

同时，自然界的灾难以及人类的疾病、危害也非常多。本来你想顺利地圆满传承，可中间家人打电话，发生各种事情，经常出现违缘。还有，最可怕的就是遇到恶友，其见解、行为与慈悲观念背道而驰。博朵瓦曾在《美丽的莲花》中讲过恶友的许多特征：所谓的恶友，即破誓言者、戒律损害者、亲近异性者、见解行为不一致者、唯一贪图今生不求来世者、过于愚笨心不向正法者、人格极其下劣者等等，这些人，我们一定要舍弃。我看城市里的很多人，每天不得不面对种种应酬，不随顺众人的话，大家都觉得你精神有问题。所以为了随顺他们，今天一起去看望亲人，明天一起去参加宴会，后天一起谈天说地……把特别珍贵的时日全部耗费在无意义的事情上了，非常可惜！

说真的，现在遇到善知识、信受大乘佛法的人极为罕见，即使有一些，也由于心不堪能而很快离开了上师。正如《札嘎山法》所形容的，凡夫人就像幼儿园的孩子一样，生活完全自理是不可能的。故戒律中说，依止善知识时，起码要10年以上，这个非常有必要。我们趋入佛法之后，尽量不要离开上师的教言，时间越长越好，否则面对各种诱惑，根本没有抵抗能力。

我个人来讲，没有特别重要的事情，在大城市里

确实不敢住，虽然也没有干什么坏事，但见修的境界一天比一天差，离道相越来越远。所以，修行人应当住在有善知识的佛教团体中，这对自己有一种提醒作用，看别人那么精进，自己懈怠很不好意思，始终有种鞭策的力量。否则，宝贵的生命很容易就流失了，到时候不要说中观、大圆满的正见，连基本的世间正见也得不到。什么是世间正见呢？就是前世后世存在、业因果存在、人身难得、寿命无常、皈依三宝等基本的佛教见解。现在表面上皈依佛教的人很多，但如果一个一个去问：“你为什么要皈依佛教？你觉得前世后世存在吗？……”很多回答会令你大失所望。

所以，获得正见极为难得，对那些没有获得正见的众生，我们要生起悲愍心。尤其是具有空性正见的人，看见众生一定会生起大悲心，觉得他们好可怜。若有这么一个念头，说明你还是有一种相似的空性和悲心。如果什么感觉都没有，认为“众生好快乐，天天可以看电视，这种生活真不错！哇——房子装修得这么漂亮，这里很好，我不回山里修行了，山里面好苦啊！尤其是我住的山洞，特别不舒服，我要永远住在这里……”，这说明你没有出离心，久而久之，你就会跟世间人的见修行果一致，最后也获得他们的“果位”。

## 第一百八十九节课

### 思考题

1. 对无始以来串习的散乱实执，应当用什么办法断除？作为修行人，你有什么打算？
2. 魔众是什么样子的？他对我们的修行有何干扰？怎么样才能让他知难而退？
3. 个别修行人福报很大，住处舒适、衣食不愁，又有很多大施主供养，这会令你羡慕吗？为什么？
4. 有人认为：“虽然我邪知邪见比较重，很难消除对佛法的疑虑，但获得人身非常容易，即生中若没有修成功，来世还可以继续修。”这种想法正确吗？为什么？

下面继续学习证悟空性的作用，即对可怜的众生要生起悲心。昨天讲了，世间上的众生活得毫无实义，没有证悟空性而离开了人间，非常可怜。今天紧接着学习：

此生有何法，除灭散乱习？

总而言之，我们造的罪业非常可怕，行持的善业却微不足道，那么，对于无始以来串习的散乱实执，有什么办法可以断除呢？

大家应该清楚，散乱分为外散乱和内散乱。所谓的外散乱，指世间各种琐事，比如喜欢看电视、看电影；经常做生意，跟别人谈话聊天，没有实义而忙忙碌碌，耗尽了所有的时间和精力；对法理无法专注，

一听课或者修禅定，就开始打瞌睡，对修法毫无兴趣，而没有意义的琐事，他又聪明，又能干，又有兴趣，等等。所谓的内散乱，指妄念分别始终干扰你行持善法，出离心、菩提心、空性见解没办法生起来，实修的过程中，经常出现恶劣的分别念或胡思乱想，心一直不能安定。这些散乱，每一个修行人都有，只不过有些人程度比较可怕，所有的时间都不好好修行，每天都在做没有意义的事，而有些人虽然有点散乱，但程度不是那么严重，偶尔会生烦恼，但大多数时间都是用来修持善法。

那么，我们长期串习的散乱实执，通过什么方法断除呢？我们自心烦恼这么严重，平时依止善知识听受教言的过程中觉得还可以，而一离开上师的教言，到了恶劣环境中，就没办法控制自己的散乱心了。凡夫人真的经不起外境诱惑，也经不起各种烦恼的打击，因此，自心尚未得到稳固之前，我们应当像前辈的高僧大德一样，远离世间八法为主的一切散乱。

《札嘎山法》中专门有一段“消除散乱”的教言，主要介绍了住在寂静地方时，甚至打卦算命等令身心不专一的发心和行为，也全部要放弃。然而现在大多数人没有因缘去寂静地方，住在城市里散乱的条件非常多，什么网络、电视、小灵通、大灵通、手机一应俱全。很多人认为科学发达带来了便利，却不知我们散乱的因缘远远超过古人。古代的人心非常单纯，外面也没有那么多杂乱，而现在，不要说电视、电影、媒体报道中所充斥的东西，仅仅是手机里的信息，发过去、发过来，听过去、听过来，也耗费了我们短暂

的人生。

所以，我到外面时经常建议很多居士，每天可不可以把手机关掉一段时间？完全关掉的话，好多事情不方便，有些人也不习惯，没有通话好像失去了生命一样。其实古人没有手机，也照样活得丰富多彩，可是现在人恶习成性、很难戒除，即便如此，也应该安排一段时间不接任何电话，这是断除散乱的一种方法。

还有，就是不要看电视。现在的在家人，基本上把时间都用来看电视了，这是非常可惜的。但是也没办法，这个社会已经变成这样了，处处都是诱人堕落的散乱，在这种环境中，自己不为所动、始终行持善法非常困难。但如果你是真正的修行人，这些全部都要放弃。

我非常羡慕藏地的一些高僧大德，他们终生住在寂静山里，杜绝任何散乱。汉地禅宗也有这样了不起的大德，视名利如毒蛇猛兽。比如四祖道信禅师，一直住在寂静地方，当年唐太宗请他到皇宫传授佛法、接受供养，禅师屡次三番地拒绝。到第三次下圣旨召其入宫时，唐太宗传话警告他：“若这次还请不动你，就要砍掉你的脑袋。”禅师伸出头，大义凛然地说：

“皇上要我的脑袋，那就来取吧！我宁死也不入宫受供！”并道出了散乱对修行人的危害。唐太宗听了，不禁赞叹禅师远离世间八法、不被名闻利养所动的风骨，供养紫金袈裟，以表彰禅师的德行。

到了五祖弘忍大师时也一样。他当年13岁入寺出家，依止上师30年后，在61岁时，唐高宗请他到皇宫



里传法。当时他也没答应，照样受到皇上的威胁，但最终宁死也不肯去。

传到六祖惠能大师时，女皇武则天一再下诏，请六祖入皇宫接受供养。六祖大师修书一封，回应道：“我乃一介草夫，何德何能受朝廷供养？我若在朝中，只能利益少数皇亲国戚，草民愿终身守候山林，以利益更多众生。”武则天见他如此坚持，也只好作罢。

这些大德禅师终生安住在寂静地方，就算有到皇宫度化众生的机会，也不被名利动摇，通过慧眼观察，发现利益不是很大，就不会去。反观现代，可谓世风日下、人心不古。很多出家人不要说皇上，连一个科长发出邀请，也兴高采烈地马上下山，结果被世间诱惑所染污了。

所以我们要想到，在寂静地方修行的机缘确实确实很难得。现在住在寂静寺院里的高僧大德和修行人，他们的福报和因缘极其殊胜，还有些城市中的在家居士，虽没有出家人那样福报，但跟不信佛教、持有邪见、误入歧途的众生比起来，今生有闻受大乘佛法、依止善知识的机会，在茫茫无边的轮回苦海中还是非常幸运的。因此，获得这样殊胜机会时，我们一定要精进，切莫虚度时光。

当然，对佛法不了解的人看来，会觉得自己的追求很正确，活在世上就应该与人交往，交往过程中也不一定要与佛法相合。很多人有这样的邪知邪见，这是善根、环境、恶友等因缘造成的，其实若能长期呆在寺院或佛教团体中，这些恶习就可以慢慢去掉。

我非常希望学习佛法的人，听了法之后，自己的行为稍微有所改变。当然，你没有勤奋的话，这些习气还是很难断除，它就像瀑流一样无法阻挡，非常可怕。而断除的方法，唯一只有般若空性。因此，大家有机缘的时候，要对空性法门不断地闻思，将这些真理经常串习，若能如此，原来的恶习定会逐渐改掉，这一点没有任何怀疑！

此时魔亦勤，诱堕于恶趣，  
彼复邪道多，难却正法疑。

末法时代，五浊横流的娑婆世界中，魔众精勤地干扰我们，想方设法制造种种障碍。《现观庄严论》中讲了46种魔业，尤其是在闻思修的过程中，魔王波旬十分不高兴，每天都要对修行人射出贪嗔痴等五毒之箭。所以，在这个世道中，希求甚深法要时，经常出现违缘障碍。所谓“道高一尺，魔高一丈”，求的法越深，魔王波旬的干扰就越大。你获得一些空性境界，魔王以各种形象来危害你；你依止了善知识，魔王又想尽一切办法让你生邪见，扰乱你的相续……因此，我们希求正法障碍重重，原因就是无形当中魔众在干扰。

但是，《般若经》和一些上师教言书中说，如果我们的信心非常稳定，精进越来越强大，魔众最后会羞耻而远离，根本没办法制造违缘。所以在闻思的过程中，稍微对佛法起邪见或者身体不好，千万不要轻易放弃，否则，魔众确实很高兴。

所谓的魔众，并不一定是面目狰狞、獠牙毕露的

凶神恶煞，他可以是一种无形的力量来改变你的行为，尤其是对修持正法制造障碍时，他什么形象都可以化现：有时候以电视的形象，让你的心一直散乱在这上面；有时候以恶友的形象，说一些巧言花语让你慢慢改变……

记得无垢光尊者在《窍诀宝藏论》中，讲了六种魔众的违缘：第一、“舍弃上师依止诸恶友”，对有恩于己的上师随意舍弃，依止一些人格卑劣的恶友；第二、“舍弃菩提进入轮回道”，不希求成办生死大事的菩提妙道，反倒喜欢造恶业，堕入轮回不得解脱；第三、“舍弃自利表面行利他”，于己有利的闻思修行弃之不顾，而以相似的行为<sup>9</sup>利益他众；第四、“舍弃正法追求世八法”，舍弃正法，希求世间八法；第五、

“舍弃静处步入喧闹境”，舍弃寂静的地方，希求散乱，有些人本来在静处行持善法，后来把静处放弃了，房子也卖了，离开之后出现了很多魔障；第六、“舍弃无二跟随相词句”，舍弃无二智慧而希求表面词句。以上这些均是着魔的现象，修行人务必要励力断除。

有时候你的福报很大，也可能是魔众加持。智悲光尊者说：“修行人如若丰衣足食、住处舒适、施主贤善等样样具足，那样正法还没有成就之前，魔法已经成就了。”你条件不太好的话，容易知足少欲，诸多功德自然具足，但有了施主、财富、名声之后，心就开始散乱，从此没办法行持佛法了。岗波巴尊者也说：“修行人福报越来越大时，魔扰、魔难就渐兴起。”

---

<sup>9</sup> 表面上好像在度众生，但心不清净，行为也不如法。

一个道场规模越大，信徒越多，魔子魔孙就会夹杂其中制造违缘，令修行人渐为贪欲、色欲、名利所毒化。广钦老和尚有一次带弟子去看刚完工的承天禅寺，有个弟子见到金碧辉煌的寺院，惊叹道：“哇！好庄严的佛寺啊！”老和尚当众开示说：“寺院越雄伟庄严，以后的名闻利养就越多，若是把持不住，则会严重伤害修行人的法身慧命，所以没什么好高兴的。”

可见，魔不在外面，而在我们内心。自心若随外境而转，即生修行不会成功，来世也必定堕入旁生、饿鬼、地狱。在末法时代，有些顺缘不一定是顺缘，但很多众生没有发现，所以作者见到这种现象，生起极为强烈的悲心。

还有，末法时代行为不如法、见解不正的邪师也非常多，稍不注意，就会被其引入恶趣深渊。《楞严经》云：“末法时代，邪师说法，如恒河沙……是十种魔。”讲了很多魔的形象，有些以出家相来毁坏佛教，有些声称自己有各种“功德”来毁坏佛教，所以现在的歧途相当多，若未以正知正念观察，然后进行细致取舍，恐怕有些行为不一定如法。

尤其是现在的大城市中，真正的善知识并不多，五花八门的邪魔外道却比比皆是，我们的心很容易被吸引，进而对释迦牟尼佛所讲的甘露妙法怀疑重重、半信半疑。甚至出家人中也有这种现象，虽然表面上威仪庄重，但对佛法的疑惑没有解开。因此，出家人一定要闻思，如果没有闻思，对佛教的教理根本不懂；居士也一定要闻思，如果没有闻思，用以前受到的教育、世间知识来修持佛法，这根本不现实。麦彭仁波

切也说：“假如你明明存在一些怀疑，却在这样的疑惑下修持佛法，最终是不会成功的。”

在末法时代，修行人经常受众多魔众干扰，邪知邪见非常严重，对佛法的正知正见不堪一击，表面上很虔诚，实则对佛教一无所知，尤其是业因果、生死轮回一点都不懂，对自己的五蕴和生活却相当执著，这样的人遍满天下。所以，一定要通过闻思来遣除对佛教的怀疑，令自己趋入正道。只要真正踏上了解脱的道路，就应该义无反顾地勇往直前，毕竟无数的高僧大德也是沿着这条路，最后到达了无上果位的金洲。

暇满难再得，佛世难复值，  
惑流不易断，呜呼苦相续！

有些人可能认为：“虽然我邪知邪见较多，佛法的怀疑也很难断，但获得人身是比较容易的，即生中若没有修成功，来世还可以继续修。”

这种想法非常幼稚。正如前面所言，远离八无暇、具足十圆满的暇满人身，犹如盲龟值木轭般极其难得，尤其是信仰佛法的珍宝人身，更是难遭难遇。修共同加行的人应该深有体会，即生中得一个人身，并不是无缘无故的，需要积聚许多殊胜因缘；就算得到一个人身，值佛出世也极为困难，在这个世间上，大多数时间都是无佛出世的暗劫，倘若这时候来到人间，连一声佛号也听不到。如今，我们遇到了没有隐没的释迦牟尼佛教法，依止了与佛陀无二无别的善知识，拥有学习佛法的人身，这种机会非常难能可贵，

有多少金银财宝、地位权势也无法换取。

《佛说甘露经》中说：“难得人身，难遇佛法，难生信心，难证菩提。”我们获得人身很难得；值遇佛法很难得；对佛法生起虔诚的信心也很难得，现在世间上这么多的人，信仰佛教的寥寥无几，有些人很想将亲朋好友引入佛门，但怎么给他讲，他也无动于衷、置之不理，故对佛法生信非常难得；生起信心以后，若没有精进实修，也很难以证得菩提。得人身并不是那么容易的，佛陀在《四十二章经》中讲过二十难，其中就有得为人难、值佛世难。（当然，现在的相似人身比较多，就像米拉日巴尊者对猎人所说：“本来暇满人身珍贵难得，但看见像你这样的人，便会觉得人身并没有什么珍贵难得的。”）《妙法莲华经》中也说：“诸佛兴出世，悬远值遇难；正使出于世，说是法复难；无量无数劫，闻是法亦难。”值遇佛陀出世非常困难；即使佛陀出世，佛陀开口讲法更为困难；即使佛陀开口讲法，我们有缘听闻则更不容易，这个问题在《前行》中也阐述过。

我们现在遇到了佛法，表面行为不是很重要，应当从内心中反反复复思维：这个身体有什么价值？应该用在什么方面？是利益众生呢，还是像牦牛一样吃吃喝喝、睡懒觉，什么目标也没有？如果你真的觉得人身珍贵，那么在短暂的人生中，一定要不断地听闻佛法，佛陀的甘露教法哪怕只传给一个人，自己也要尽心尽力，发这方面的大乘善心很有必要。

当然，获得人身、值遇佛法后，依靠佛法断除贪嗔痴并不容易。现在很多人的相续没有融入法，虽然

听的比较多，但实修实证的比较少，只是把佛法停留在口头上、词句上，而没有真正深入内心，这样一来，烦恼很难以断除。

人身如此难得，佛法如此难遇，烦恼更是难以断除，可很多人根本不懂这个道理，明明佛法如意宝就在手上，自己却不去祈祷，被巨大烦恼折磨着，一直不断在受苦。作者看到众生的愚痴，不禁发出“呜呼”的悲叹，以现在的话来说，就是：“这些众生多可怜哪！”他们马上要渴死了，明明旁边有清清的河流，却一点也不饮用，一味在旁边辗转挣扎，真的让人悲愍！

放眼当今世界，众生确实非常愚痴，不过学了大乘佛法和般若空性之后，很多人的行为还是有较大改变。今年遭受地震灾难时，菩提学会为主的很多大乘佛教徒，从他们的发心上、行为上也感觉得到，大乘佛法不仅是文字上的学习，也不仅是身体上的坐禅，更重要的是实际生活中有利他心和利他行。我最近听说很多学习大乘佛法的人，他们看到众生遭受困难时，非常不忍心，悲心的力量非常强大。

当然，生起大悲心有两种情况：一种是看到可怜的众生后，自己的大乘佛性开始苏醒，愿意去帮助他们；还有一种是，只要证悟了般若空性，那么证悟空性与生起大悲是同时的，对众生不生大悲心的大乘菩萨是没有的。很多人也许真的证悟了般若，也许证悟得还不彻底，但因为听了寂天菩萨的殊胜教言，以前的行为围绕自我而转，而现在于有生之年，只要有利他的机会，就愿意付诸予行动。

其实只要对大乘佛法有所了解，对众生就会生起悲心。前段时间，有些人在地震中死了，有些虽然没死，但据说更为可怜。在四川的各大城市里，很多人晚上不敢住房子，人啊车啊全部挤在外面，这就是为了维护自己的生命。平时你在餐厅里吃其它众生，特别有胆量，可对境是自己的生命时，你完全是另一种态度。尤其是出现地震时，没有红绿灯，也没有警察，很多人都开着车往城外冲……这种行为在菩萨眼里非常可笑，你跑得了今天跑不了明天，每个人都困在轮回的院子里，几十年后均要面临死亡，只不过是死的方法不同而已。

然而人们头脑非常简单，根本不考虑这些，也不思维轮回的本性，看到他们的疯狂举止，大乘佛教徒一定会生起悲心的。当然，如果法没有融入心，自己也耽执世间法，对众生生起悲心恐怕比较困难。一旦对空性有甚深的体会和感悟，见到旁边的人非常可怜，就会生起大悲心。比如你现在身体很健康，但以前曾患过一种病，当时痛得非常厉害，现在也有人恰恰得了这种病，这个时候你是什么感受？可想而知！

### 壬三、颠倒执苦为乐：

轮回虽极苦，痴故不自觉，  
众生溺苦流，呜呼堪悲愍！

轮回虽然如此痛苦不堪，但众生因为极其愚痴，以四种颠倒束缚着相续，对此毫无察觉。因此，作者再次以感慨、悲愍的语气说：“呜呼！真是太可怜了！”

天下的众生一个比一个可怜，上至国家最高领



导，下至十字路口的乞丐，全被业和烦恼的绳索捆得紧紧的，生活中没有任何快乐，诚如无垢光尊者所言：“苦苦变苦及行苦，六趣众生真悲惨。”弥勒菩萨也说：“五趣之中无安乐，不净室中无妙香。”众生的酸甜苦辣，全部都是由自己承受，《醒世歌》中说：“老病死生谁替得，酸甜苦辣自承当。”纵然是最高的军委主席，拥有成千上万的军队，可当你遭受病痛死亡折磨时，一个人也无法代替。

《正法念处经》中描述过六道的各自痛苦：地狱有寒热之苦，饿鬼有饥渴之苦，旁生有被役使和互相啖食之苦，人类有生老病死之苦，天界有放逸之苦，阿修罗有战争之苦。《业分辨经》也说：“三有之苦，无有清凉之时，故如火坑；恐怖悲惨，故如处于暴怒猛兽、野人之中；难有解脱时机，故如困于国王囹圄中……”

当然，没有学过佛法或刚接触佛法的人，可能觉得这有点言过其实了，似乎轮回没有那么痛苦，还是有很多快乐可寻。其实，轮回中的快乐并不永恒，它相当于吸毒一样，唯是痛苦之因。若没认识这一点，对佛法就无法生起信心，即使佛陀亲自来加持，你也很难获得感应。

有些人说：“只要上师您加持就可以，我什么都不干，解脱和断烦恼就委托给您了。我已经入了您的保险公司，一切由您老人家全权负责。”从某方面来讲，这种说法也不一定正确。你对佛法没有信心的话，即使释迦牟尼佛来到面前，也无济于事。《华严经》中说：“如月纵出升，非器不显现，佛陀大悲月，亦

不照无缘。”有些人对佛陀有成见、对上师有邪见、对佛法有怀疑，却要求佛陀加持他获得解脱，这是绝对不可能的。月亮在虚空中无有阻碍地运行，地上如果没有水器，月影又不可能在石头、木头上显现。因此，修行人对佛法要有虔诚信心，有了这样的信心，因果不虚、轮回痛苦、对众生的悲心等境界就可以纷至沓来。

从有些人的念诵、修行也可以看出，他们对上师和佛陀有一种恭敬心，这就是成就的前兆。诚如印光大师所说，有什么样的恭敬心，就会获得什么样的利益。有了这个基础后，根据自己对般若空性的了解，要平等地对世间众生起悲心。不能把悲心全部给自我方面，嗔恨心全部给他众或怨敌方面，否则，没有办法修持菩提心。

世间上有许多误入歧途、邪见深重的众生，在座的道友学习大乘佛法很多年了，以后不管到哪里去，看到他们时，悲心定会油然而生、无法抑制，没有任何条件地摄受他们。这在佛教中也是允许的。大乘佛法就像是水，每一个众生都可以喝。现在很多人对密宗有各种怀疑，这是不懂道理的表现，密宗就是大乘佛法的甚深部分，有些道理可以跟小乘行人共享，但极个别的甚深教义，自己没有达到一定程度之前，只好暂缓。

总之，无论学密宗还是学显宗，只要有一颗善心或菩提心，就会对旁边的众生发起大悲心。发起大悲心的时候，由于每个人因缘不同，有些人有能力摄受众生，马上转变他的观念；有些人不一定有这个能力，

但心里可以默默发愿：“但愿我能度化他，令其相续中生起正知正念，真正认识到轮回的苦性。”这样的善妙心，时时刻刻都要发出光芒，最后照亮整个世界。

## 第一百九十节课

### 思考题

1. 在现实生活中，凡夫人怎样颠倒地以苦为乐？他们的下场将会如何？请谈谈你对这些现象的看法。
2. 作为大乘修行人，我们希望众生获得什么样的利益？请一一说明。
3. 为什么说宣讲空性道理是最好的妙药？今后有机会的话，你對自己、对他人分别有何打算？
4. 学习了《智慧品》，你内心有哪些收获？

今天讲《智慧品》最后几个颂词：

如人数沐浴，或数入火中，  
如是虽极苦，犹自引为乐。

昨天已经讲了，众生因颠倒分别执苦为乐，非常可怜，本颂以比喻进一步说明。

此比喻有两种解释方法：第一种，就像一个人，为了清凉在冷水中数数沐浴，全身冰冷后，为取暖而去烤火，一会儿又觉得热，他再去洗冷水澡，可一会儿又觉得冷，再去烤火……这样反复不已、冷热交替，虽住于极端痛苦中，然而还自以为安乐。这是随便举的一个比喻。

第二种，有些讲义中说，如同胜论外道，为求解脱而用恒河水数数沐浴，以求净罪；或如有些外道，

行持五火禁行<sup>10</sup>或投身火中自焚，以求消除罪业。他们虽然承受着极端痛苦，却自以为乐，这种做法十分愚痴。

世界上一些极端宗教，也是有自焚的现象。据说在自焚之前，他们用汽油淋遍全身，口里再喝下一两杯，然后开始点火，这样一来，就算别人扑灭了外面的火，肚子里的火也没有办法。（我可不是教你们自焚啊！只是觉得他们的行为奇怪，顺便看了一下。）这也是一种业力现前吧，但他们认为这种自杀很光荣，至今世界各地时有发生。明智的人看来，他们为了解脱而这样做，真的非常不合理。若有一些政治原因，那就另当别论了，我们宗教徒也不去分析。但若以解脱为目标或以上师教言为目标，此举是非常残酷、非常恐怖的。

众生愚痴以苦为乐，他们根本没想到，这并不是真正的快乐，而是在刺激、麻醉自己。有些人经常去舞厅吸毒、吃摇头丸，把疯狂当作快乐，觉得是人生的最大享受，这完全是一种颠倒。《亲友书》云：“如麻风病虫蠕动，为得乐受皆依火，非但不息苦更增。”就像患有麻风病的人，遭受皮下蠕动癞虫的不断骚扰时，为求得乐受而会靠近火，以此使癞虫稍稍不动，可一旦远离了火，癞虫蠕动得更厉害，反而引起更大的痛苦。

世间的妙欲也是如此。为了满足自己的欲望，人们可谓不择手段，但结果却适得其反，不但得不到快乐，反而陷入非常可怕的深渊中。所以，国外曾有记

---

<sup>10</sup> 头顶烈日，前后左右各点上一堆火，以此烤灼自己。他们认为通过这样折磨肉体可以忏悔业障，获得解脱。

者采访一位上师：“你们出家人不结婚，难道不痛苦吗？”那个上师微笑着回答：“搔痒虽然舒服，但不痒岂不是更舒服吗？”因此，我们作为修行人，应再三修持断除贪嗔痴的教言，成千上万的高僧大德均依此妙道而获得殊胜果位，我们肯定也会从中获得快乐的。

这种快乐不是有漏的快乐，有漏的快乐暂时是一种享受，但它的背后隐藏着许许多多痛苦，比如很多人喜欢买高档轿车，在规格高的花园里买房子，可是因为维修费、管理费非常高，生活的压力远远超过了原本的快乐。所以人们只看到一面，却看不到它的副作用，在追求快乐的过程中，往往迷失了自己的方向。这些行为在圣者眼里，就像一个人一会儿沐浴一会儿烤火，如是反复不已，他却自以为乐。凡夫人的所作所为，没有一个不引生悲心的，他们有地位也好、有财产也好，毕竟是一个凡夫人，面对生老死病的时候，哪怕有多少眷属、多少财富，照样独自前往中阴，感受无量的痛苦，没有一个人能代替。有些上师也是如此，假如没有一定的内证和修持，哪怕有几百万眷属也没用，死后唯有随业力支配，在中阴长道中漂泊。

我们遇到佛法之后，一定要从中获得实义。活着的时候，不要浪费自己时间，应该争分夺秒地修行。有些人认为几年后再修也可以，现在有很多事情要忙。这种想法大错特错，生命是无常的，你一生中又有多少个几年任你挥霍？如果没有想尽一切办法修持，你最终定会后悔的。

然而，众生没有察觉这一点，就像森林周围起火

了，里面的猴群无动于衷一样，或者地震时房子要垮了，里面的孩童还在跳舞一样，根本不知道有漏的快乐是痛苦之因，什么样的享受、什么样的地位、什么样的美色，从其实质来观察，根本没有任何意义。

这个道理，唯有在佛法中阐明了，其他宗教和世间学问则无法触及。现在有些知识分子，自己认为很了不起，可面对宇宙人生的真理时，一片茫然迷惑，所以你没有什​​么好傲慢的。老老实实修持无常法，明白人身难得，才能使你的人身具有价值。

这里虽然是讲生悲心的对境可怜众生，但大家学了以后，不要认为别人很可怜，寂天菩萨说的只是印度众生，跟我自己没有关系，不是这个意思。我们每个人应当反观自己：我这个水泡般的身体何时灭亡？灭亡时有没有一点善法资粮？没有的话，来世能获得人身吗？即使获得了人身，还有福报遇到佛法吗？……这些方面，圣者们在教言中强调得非常清楚，若没有牢记于心并身体力行，那么一千尊佛来到你面前，也没办法度化你。反之，哪怕记住了一个偈颂，并运用于实际生活中，你的一生将会有所改变！

如是诸众生，度日若无死，  
今生遭弑杀，后世堕恶趣。

众生尽管如此痛苦，却好像没有生老病死之苦一样，依旧放逸度日。很多人似乎觉得自己不会死，即使死了也不会下地狱，当然这是有原因的，一部分人太愚痴了，连后世的存在都不清楚，而一部分人虽然相信这一点，但因为业力非常深重，每天被八风吹得

团团转，没有真正的修行时间。以前的高僧大德有很多深妙的修行方法，而现在的修行人，看得多、听得多，每天都是迷迷糊糊、得过且过，相续中并没有真实的境界。法王如意宝在一首金刚歌中也说：“如今大地芸芸众，整日造恶放逸行，岂曰死亡已远离？难道地狱已消失？”人们造业极其可怕，只知一味保护人类，什么因果概念都没有，这样的生活真的没有意义，还不如早一点离开人间好。

现在的众生一点无常观念也没有，否则也不至于如此懈怠。我们的人身很快就会灭亡，死后并不是像火灭了、水干了一样，什么都没有，而是会随业力的支配前往来世，因此，今生务必要造一点善业，否则来世不堪设想。可是很多人太愚痴了，一直晃晃悠悠过生活，直到有一天，死亡如晴天霹雳般降临到头上，什么准备、什么安排都来不及，满怀遗憾地离开人间。

实际上，对每个众生而言，死亡阎罗卒一天比一天靠近自己，而自己就像夕阳落山一样，一天比一天接近死亡。可是许多人丝毫不觉，每天都睡得很香，放逸得很快乐，从来也不愿行持善法。这些愚昧众生，最终无一例外都要被死神夺去性命，大多数毫无自主地堕入恶趣，感受不可思议的恐惧痛苦。《月灯经》中云：“造诸恶业故，罪报常随逐，由是无明因，死多堕恶道。”

众生在世间上造的善业，的确很少，有时候寺院开法会，很多人都去烧烧香、拜拜佛，但他们的善业都是随福德分，只是人天福报，虽然这也有功德，缘佛陀的微小善举，功德永远不会耗尽，但并不能依此



而解脱轮回。这些人没有找到很好的善知识，自己的上师没有宣讲断除轮回根本的善法，而佛教的深奥理论，又不可能自学成才，以种种原因，他们即生中虽然来到人间，皈依了佛门，办了精美的皈依证，也闻到了一些佛法，但断除轮回的法并没有求到。甚至在这个过程中，还以三宝为对境造各种恶业，对上师和道友进行诽谤，最终悲惨地堕入恶道。

所以大家在有生之年，应该要发一种善愿，对人生要有一些安排。寿命是无常的，平时一定要对死亡有所准备，若能尽心尽力修持佛法，死时就不会有很大的后悔了。否则，虽然遇到如佛陀般的上师，也听闻了特别珍贵的佛法，自己也稍微懂一些取舍，可是每天忙忙碌碌、糊里糊涂，把佛法当作耳边风，最后死亡来临时，对后世一点把握都没有，甚至极其害怕，这说明你一生中对修行不重视。如果你对修行很重视，所有的时间用在佛法方面，尽心尽力地听闻佛法，然后去修持，那死亡到来的时候，一定会勇敢面对的！

**庚二（行相）分二：一、愿安乐；二、愿成利益之因。**

前面讲了对境是可怜众生，现在要缘这些众生作想，这就是一种“行相”。

**辛一、愿安乐：**

寂天菩萨讲到《智慧品》的最后，以总结的方式发愿利益众生。利益众生有两个方面，一是暂时利益众生，一是究竟利益众生。首先是暂时利益众生，发

愿让所有的众生获得安乐：

自聚福德云，何时方能降，  
利生安乐雨，为众息苦火？

作为通达了空性的菩萨，或者作为闻思空性获得信解的人，在大悲心的催动下，会发下这样的誓愿：我什么时候才能从自己的福德云中，降下消除一切痛苦的安乐雨，让众生获得身心快乐，熄灭轮回的苦难烈火？

就暂时来讲，快乐有很多种。众生没有房屋，我有福报给他们造房屋；众生没有衣服，我有福报降下妙衣雨；众生没有饮食，我有福报降下饮食雨……当然，假如你前世没有积累过福报，这时可能就“万里无云”，一滴雨也降不下来。有些人很想布施，可是钱包里一分钱也没有，云没有的话，哪来的雨呢？这个时候有点苦恼。

所以我们应该想，什么时候能降下妙雨，熄灭众生痛苦的火？痛苦的火各种各样，有些人没有智慧而痛苦，有些人特别难看而痛苦；有些太胖了很痛苦，有些人太瘦了很痛苦；有些人个子太高了很痛苦，有些人太矮了很痛苦；有钱人有有钱人的痛苦，没钱人有没钱人的痛苦……世间上有各种各样的痛苦，大乘菩萨应该发愿把众生的痛苦接受在自己身上，而自己变成一朵祥云，降下雨水熄灭他们的炽热，或者变成一棵大树，以凉爽的绿荫给他们带来清凉。（当然下面在《回向品》中，寂天论师也有种种发愿。）

修行过程中，我们发愿非常重要。大圆满的讲记中说了，每一个修法要具足三个条件：1)但愿众生

获得快乐；2) 这种快乐由我成办，我来让众生获得快乐；3) 为了实现这样的愿望，祈请三宝加持。我们修任何一个法，不能光是字面上了解，不然的话，只是一种学术。就像以前读书时，老师告诉我们树的因是什么样、果是什么样、根是什么样、茎是什么样……这些知道了就可以，没有意识到自己跟知识是分开的。而我们现在学佛是一种内在修养，器世界和有情世界的道理都是在内心解释，这是佛教的不共特点。

20世纪，科学上有三大发明：粒子学、量子学、相对论。就微观世界而言，这是最细微的发现了，而从佛教角度来讲，最细微的东西也是由心的习气造成，整个世界的来源就是心的习气。但这个道理若没有深入佛法，是不可能了解的，所以我们现在所学的，跟高等学校的知识完全不同，原因就在于要跟心结合起来。

一个好的修行人，每次看到可怜的众生，就会生起大悲心，而一个不好的修行人，只会给别人讲理论，实际行动中，他自己没有什么感受，别人也不可能有什么感受。其实，大悲心确实胜于一切，有关经典中说：“菩萨只学一法即可，何为一法？即为大悲心。”有了大悲心，一切修行均可成功，而大悲心的来源，就是知道众生很可怜。最近发生了一些地震，有些人虽然学了《入行论》，但没有起到多大作用，还不如没有学过的人悲心大。外面有些世间人的行为非常感人，有一个伤残人士，他没有下半身，坐在轮椅上用手慢慢推到捐款箱前，将全部的钱都捐了出来，见此

情景，在场的人无不动容。还有一个26岁的老师，她是个大学毕业的年轻姑娘，地震中救了13个孩子，最后自己被埋在废墟下面，献出了宝贵的生命。而我们有些学大乘佛法的人，不要说自己的身体和生命献给众生，仅仅掏一点钱的话，可能也有各种各样的顾虑。

我最近了解到一些情况，外面很多修行人，包括我们有些道友，可能因种种原因吧，行为不太像一个大乘修行人，甚至还不如一只小狗。据说一只小狗救了32个人，哪里有人的叫声，它就跑到哪里去，最后自己也献身了。不过人类实在可怕，为了防止灾区出现瘟疫，为了保全人的生命，把这些可爱的小狗全部杀掉。人类的行为远远超越了标准线，太过分地践踏其它生命，所以这个世间会出现灾难的。

我们给众生降下慈悲的雨水，熄灭他们的一切痛苦，这种话光口头上说还不行，必须要实际行动中做到。我自己的确非常惭愧，但还是想发心，如果政府各方面允许，想在灾区办一些学校。不过自己的身体等方面，有没有这种能力和缘分也不好说，凡夫人有时候稍微有一种发心，马上又被乌云遮住了，种种违缘也会出现，所以我在法座上说得滔滔不绝，在座的道友也会说发菩提心、利益众生，可实际行动中，有时候真的不如一只小狗，不如有些从来没有听过大乘佛教的人。也许是因为前世没有学过大乘佛法吧，现在一下子扭转不过来，也许另有其他原因，但不管怎么样，我们一定要真正给众生降下慈悲甘霖。佛经中有很多这方面的教证，《集学论》中也说：“若能舍离于五欲，专求解脱深妙法，则能以佛甘露雨，普灭世

间诸渴爱。”若能离开对五欲的贪著，专心希求甚深的解脱妙法，则能以佛陀的甘露妙雨熄灭世间的渴爱。

佛法如此不可思议，我们若能依佛法遣除众生的痛苦，哪怕只有一个众生，我们的一生也是有意义的。佛陀的《广传》中，有时一个故事只牵涉一个问题，佛陀因地时为了了一件看来并不起眼的事，比如一个乞丐非常可怜，就愿意舍弃头目脑髓。既然佛陀因地时这样积累福德资粮，我们在因地时也应该多做好事，其实做一个好事并不困难。

这里再三地讲了，但愿我们降下慈悲雨水，熄灭众生痛苦之火，假如今生实在无能为力，也要发愿来世拥有这种力量。我们平时念经也好、转经也好、磕头也好，做各种善行的时候，心里应该默默发愿，这样的功德是无法形容的。所以一定要想到：我们现在虽然是凡夫俗子，但乃至生生世世，一定要以我的福德利益众生，息除他们的各种痛苦。这就是菩萨的广大发愿。

大乘佛教中自他交换、自他平等、自轻他重等发心，人类历史从开始到现在，绝对是没有的。我们有幸遇到这么好的甘露妙法，有福报、有能力的话，即生中应该为众生降下福德雨水，熄灭他们酷热的火焰。如果今生因缘不具足，那么，乃至生生世世也要发这种愿。

## 辛二、愿成利益之因：

何时心无缘，诚敬集福德，

### 于执有众生，开示空性理？

发愿熄灭众生的暂时痛苦，并不能解决长远问题。就像一个病人，打止痛针、吃止痛药对病痛会有缓解作用，但无法彻底铲除病根。同样，我们在一个地方办学校，把老年人从废墟里救出来，这只是暂时利益众生，虽然暂时利益众生也要做，但从究竟上看来，并不能解决生死大事，所以我们应希求无缘的智慧资粮。

所谓无缘的智慧资粮，指能取所取等一切执著消于法界的般若空性，它是三轮体空的无缘智慧，一旦证悟了空性，就有无缘智慧资粮。而对高僧大德、诸佛菩萨以虔诚恭敬的信心所积累的，叫做有缘的福德资粮。这两种资粮是智慧与福德双运，若没有圆满这二资，想要摄受别人、给别人传法有点不现实。如果有了智慧也有了福德，看到天下众生将不实的东西执为实有，就有能力给他们讲述佛法的空性道理。

其实宣讲空性道理是最好的妙药，以后你们转法轮时不要天天讲因果不虚，暂时而言，因果不虚是很好，功德确实特别大，但究竟来讲，拔除实执的唯一妙药就是空性，没有空性的话，很难以得到解脱。龙猛菩萨说：“诸佛辟支佛，并诸声闻人，解脱唯依慧，决定无有余。”声闻、缘觉、菩萨、佛陀，他们的解脱唯一依靠空性而得，除此以外，根本没有其他的解脱因。

既然圣者才能证悟空性，那么证悟空性的人，就不可能有不如法行为。《集学论》引用了一个佛经的教证，我觉得非常好，说是世间人的互相争斗吵架，

都是没有证悟空性所致。因为吵架和打架肯定是为了自己，为了众生而吵架的一般很少——“众生多么可怜啊！你为什么布施！”然后对你大生嗔心，这样的人不一定有。即使有，也可能是他跟你有关系。（众笑）

虽然证悟空性不容易，但你听到空性之后，内心数数引发欢喜，也说明你与空性法门有缘。《入中论》中说，若是大乘根器者，必定对空性有极大的信心与欢喜心，一旦闻受空性深义，自然眼泪直流、汗毛直竖，出现种种外在之相。然而即便你没有这种相，只要对空性不生邪见，听到空性后有欢喜心，也说明你是空性的法器。

作为修行人，学习空性一定不能舍弃。有关经典中说：“远离了方便的菩萨，千百万劫中行持六度万行，不如以怀疑心听受空性的功德大。”《集经论》中还引用《未生怨王经》说：“造五无间罪者若听受空性，佛说他的业不是一种罪障。”学过显宗的人都知道，五无间罪最可怕，但若听受了空性，那么对他来讲，这个业也不是罪障。《智慧品》已经讲了这么多堂课，可能有些道友对人无我和法无我的概念还没弄清楚，但他有没有功德呢？有功德。即使你造了五无间罪，光是听到《智慧品》，你的罪业也会减轻。

在座的很多人，没有皈依、没有出家之前，也许杀盗淫妄什么恶业都造过，那现在通过什么方式忏悔呢？就是听受空性法门，这是非常好的方便方法。大家这次听受了《智慧品》，以后方便的话，一定要对众生宣讲。空性法门能根除一切实执，如果不讲空性

法门，其他善法虽对众生有利益，但不能解决最根本的问题。看病要治根，（中医和西医关于治标还是治本，经常吵架，）我们佛教也是同样，倘若没有治根，暂时积一个福报并不是很重要。

各位有机会的话，还应该多学习《中论》、《入中论》、《四百论》，尽量念诵《大般若》、《广般若》、《中般若》，倘若没有时间，也可以念《金刚经》、《心经》。我去年讲《心经》时也讲过，念一遍《心经》很快的，尤其是现在的汉地，喜欢念的人非常多，快的话，1分钟都不要。这1分钟中，积累的资粮不可思议，但我们一天有多少个1分钟在无意义的状态下流逝了？有些人一发呆就是1个小时，我有时看到个别道友盯着自己的碗半天，什么念头都没有，那还真不如念一遍《心经》。

大家要对空性有信心，自己若没有信心，怎么可能给别人宣说呢？上师如意宝对空性的信心非常大，依靠他老人家的加持和传授，我们学院的人对大圆满和般若法门，虽然修行境界各不相同，但大多数人的信心极大。如果听闻了般若空性，即使业力深重而堕入恶道，也会具备种种功德。佛经中云：“知法自性常空寂，设百生中堕恶道，常得任持妙色相。”意思是说，了知空性法门的人，假设一百生中堕入恶道，但也会受持美妙的身相。（旁生中有些还是很可爱的，长得很“庄严”。以前我放牦牛时，最喜欢比较好看的牦牛，觉得这是牛群中的庄严，舍不得用石头打。）我们听过空性的人，就算来世堕入旁生，也会有美妙庄严的身体，最终“亦复获是五神通，而常安住诸佛所”，获得五种



神通并常住于佛的身边、上师的身边。为什么有些人获得人身之后，有亲近善知识的机会，而有些人没有呢？原因就在于前世是否听受过空性。所以，我们今生有学佛的机会、听受佛法的机会，都是前世福德所导致的。

《集学论》有一个《华严经》的教证，根桑曲札在《入行论讲义》中也用过，颂云：“无量亿千劫，佛名难可闻，况复得亲近，永断诸疑惑？”无量亿劫中闻到佛陀名号非常难得，更何况是亲近佛陀、对佛法遣除一切怀疑了。我们现在遇到了佛法，不止是听闻一个佛号，而是在有教法和证法的地方闻思，因此一定要抓住机遇，始终牢记遇到佛法非常难得，充分利用这个机会行持佛法。

《智慧品》从头到尾已经圆满地讲完了，我内心真的很高兴，毕竟法越甚深的时候，魔众会越猖狂，但这次一点障碍也没有，传讲的过程非常圆满。这么多年来，我跟魔众作战心里有数，不管你生病也好，他人造违缘也好，唯一不能脆弱、要精进，一脆弱了，魔众就兴高采烈，开始拼命践踏你。但如果你心很坚强，哪怕死了也不退缩，一定要把这个法讲圆满，魔众就会知难而退。所以20多年来，我始终没有一个法半途而废。

大家这次听受《智慧品》，也算是一种考验吧！一方面，看你对般若空性有没有信心，另一方面，看你有了空性见解后，对众生是否生起大悲心。听受者一定要有信心，这样的空性法理，有因缘的话要传给其他众生。假如你实在没有因缘，找不到合适的弟子，

那在旁生面前念一遍《心经》，也算是广转般若法轮了。

好，《智慧品》讲授圆满，非常感谢！

〔第九品释终〕

## 第一百九十一节课

### 思考题

1. 我们积累了善根以后，为什么要作回向？
2. 回向有什么功德？回向时应当注意哪些事项？
3. 回向的过程中，怎样具足三士道的修法？你平时是如何回向的？
4. 作者撰著完《入行论》之后，归纳而言，主要回向的是什么？其中对地狱众生是如何回向的？

今天学习《入行论》第十品 回向。

《回向品》，是将生起菩提心的善根，回向天边无际的一切众生。这样的回向，前面在《三殊胜》讲过一些，“七支供”也略有提及，那么在本品当中，从总体上给大家介绍。

此回向文非常殊胜。对藏传佛教来讲，各大教派的寺院中，包括超度亡人的时候，往往将此作为回向文；很多教派的念诵集中，也有此《回向品》。

我讲《现观庄严论》时提过，未发大乘菩提心的人，积累的念佛、磕头、转经、坐禅等善根，基本上没有回向给众生。其实这样不是很好。如果没有回向给众生，善法很容易被毁坏。记得《极乐愿文大疏》有一个偈颂，讲了四种毁灭的因，如云：“积累善根后，颠倒不回向，宣扬生悔心，灭善根四因。”也就

是说，积累的善根若没有回向，通过四种因可以摧毁：

一、颠倒回向：自己闻思、布施等善根，回向让某某众生病、某某众生痛苦、摧毁某某怨敌……这样的发心叫颠倒回向。

二、不回向：假如行持善法而没有回向，善根很容易耗尽。当你生嗔恨心或者做一些不如法行为，原来的善根就会毁坏。

一般而言，藏传佛教对善根回向非常重视，我今天转完塔以后，马上要念一个偈颂回向，没有回向就比较担心，好像出门没上锁，害怕小贼把家里的东西偷走了一样。藏地很多人从小就有这种观念，包括我自己在内，还没有上学时，每天晚上父母和我们几个孩子吃完饭，就开始念一些莲师心咒、观音心咒。有时候还没有念完，我们小孩就睡着了，父母马上把我们叫起来，要求回向善根再去睡。所以长大之后，我不管做什么样的善法，都会提醒自己不要忘记回向。不仅仅是我，我附近很多同龄人，都有这样的习惯。包括一些在家人，每天工作特别忙，但有时到寺院听经闻法、作一些布施，最少也是念一个偈颂作回向。这种传统非常好，如果没有回向，毁坏善根的因比较多，因此一定要回向。

三、宣扬：到处说自己做了什么功德、积累了什么善根，这样炫耀功德，也容易毁坏善根。但如果回向完了，再怎么宣扬也没事，因为你门锁得紧紧的，就算四处说“我家有好多钱，保险柜里有什么存款单”，别人也只是羡慕而已，想偷也偷不了。

所以回向的确很重要，毕竟我们凡夫人的习惯

是：做一点善法就昭告天下，生怕别人不晓得，而若造了很大恶业，想方设法隐瞒，不让大家知道。华智仁波切和纽西隆多也讲了，很多人哪怕念的咒语多一点，也喜欢告诉大家——我念了10万遍啊！我修了3遍五十万加行！……如此炫耀则会毁坏善根。当然，你回向完了再说，那就没什么问题了。

四、生后悔心：你以前行持过一些善法，但因恶友、恶劣环境的影响，事后产生一种悔心，这也会毁灭善根。

以上是毁灭善法的四种因，大家一定要注意，若远离了这四种因而回向，功德是很大的。回向的功德，偈颂中是这样说：“回向无尽道，增上并转变。”回向是不可思议的一种方便，依靠回向，就像把钱存在银行里，利息不断增长一样，自己的功德将越来越增上。通过回向还可以转变善根，这一点更为重要：回向给今生，就会成熟今生的善根；回向给来世，就会成熟来世的善根。

每个人都有自己的理想，虽然理想不尽相同，但总的来讲，想快乐这一点是每个人的愿望。快乐的途径各种各样，有些人想即生快乐，有些人想来世快乐。即生快乐的，有些喜欢钱财；有些喜欢打扮；有些喜欢地位、名声。来世快乐的，有些想再来人间享受快乐；有些想获得天界的快乐；有些觉得这些是束缚，理应超越而获得解脱。而解脱当中，有些只想得到声闻缘觉的解脱；有些则不愿独自解脱，唯一的目标是利益天边无际的一切众生。

人人的目标都不相同，但皆可依靠回向来实现。

就相当于一块金子，金匠可用它来做不同的东西，它可以做成佛像，也可以做成耳环，甚至可以做成盛不净粪的器皿。若是如此，它的价值是不同的，做佛像的金子，会受到人们的顶礼膜拜；做耳环的金子，只是一个装饰品；做盛不净粪器皿的金子，谁见了都非常唾弃。我们回向也是这样，比如念了3万遍观音心咒，有些人回向自己健康，这相当于把金子做成盛不净粪的器皿；有些人回向自己获得寂灭果位，这相当于把金子做成装饰品；有些人回向给天边无际的可怜众生，这相当于把金子做成佛像。同是一个善根，通过发心和回向可转变为不同的功德，因此，我们以后做善事时，务必要以大士道的发心来回向。

回向能满足你的意愿，实现你所求的目标。《文殊刹土功德庄严经》云：“何人发何愿，如是而实现。”故而，发愿和回向很重要。（发愿和回向之间的差别<sup>11</sup>，我在前面也讲过，今天不再赘述。）善根回向给菩提和众生，这个功德永远也不会耗尽，《慧海请问经》中说：“水滴落入大海中，海未干涸其不尽，回向菩提善亦尔，未获菩提其不尽。”一滴水落入大海里，大海没有干涸之前，这滴水也不会干涸。同样，哪怕一个小小的善根，今天布施一毛钱，或者念1遍观音心咒，或者用1分钟的转经轮，若回向给一切众生证得菩提，那么你没有获得佛果之前，此善根永远不会消失。反之，假如你做了非常大的善法，却没有回向，善根则很容易毁坏。

---

<sup>11</sup> 《心性休息大疏》中说：回向与发愿之差别：将已做的善法以念诵愿文和心愿作印持，称为回向；自己立誓要做尚未做的善法，称为发愿。

因此，以后做大大小小的善法，最后一定要回向。我们藏传佛教的修行人一般都是这样，我不是说藏传佛教如何了不起，但这个传统非常符合佛经。我小时候也不太清楚，放牦牛时跟大人一起转佛塔、转嘛尼堆，转完了以后，大人都会要求：“先回向了再下来。”我回向了才允许去说话、做事。

有些人恐怕没有这个规矩，念完观音心咒也不回向，就随随便便做其他事情，或者去听课时，没听完就中途走了，即使听完了也不回向，这些行为都说明你对佛教还不了解。

当然，你回向的时候，如果有时间，应该完整念一遍《回向品》或《普贤行愿品》，这是最好不过的了。但若没有这么多时间，应像无垢光尊者在《大圆满心性休息》中所说，可以念诵释尊因地时以自己血肉布施罗刹时所诵的回向文，我们每天讲完课都用这个来回向，即：

所南德义檀嘉热巴涅	此福已得一切智
托内尼波札南潘协将	摧伏一切过患敌
杰嘎纳其瓦隆彻巴耶	生老病死犹波涛
哲波措利卓瓦卓瓦效	愿度有海诸有情

无垢光尊者还说，回向文应当是一地以上菩萨所说的真实语，不能是凡夫人随随便便造的回向文。以前我们学院就有道友跟我说：“我今天造了一个《回向品》，你以后可不可以天天念这个？”假如他是一地以上的菩萨，那倒没有问题，但如果不是的话，法王以前也讲过，有些人只是一种善心的回向，这不一定能成实。

因此，要念的话，就应该念登地圣者的回向文。比如，法王如意宝在印度金刚座造的《愿海精髓》，我们就可以经常念诵。作为弟子，我们并不是夸大其词地赞叹上师，而是通过各方面的教理观察，法王绝对是大菩萨。所以没时间念《普贤行愿品》的话，法王作的回向文也非常好。

下面开始学习《回向品》：

乙三（圆满结尾）分二：一、回向福德；二、忆念恩德之作礼。

丙一（回向福德）分三：一、回向所化他利；二、回向作者之自利；三、回向共同所说之义。

丁一（回向所化他利）分二：一、回向成为诸世间利乐之因；二、回向成为诸出世间意愿之因。

戊一（回向成为诸世间利乐之因）分二：一、为总利乐而回向；二、尤其为趣入佛教而回向。

己一（为总利乐而回向）分三：一、略说回向；二、为各别利益而回向；三、为共同之利而回向。

庚一（略说回向）分二：一、为利益而回向；二、为安乐而回向。

辛一、为利益而回向：

造此入行论，所生诸福善，  
回向愿众生，悉入菩萨行。

这是作者寂天菩萨的总回向。前九品内容已经讲了菩提心的功德、发起菩提心、菩提心的学处，最后抉择人无我和法无我，这是非常完整的大乘修道。在藏传佛教中，各教各派都学习《入行论》的原因，就是因为本论含摄了大乘的一切见修行果，在藏地可以



说是自古以来绝无仅有的如意宝。不管是哪一个教派的高僧大德，对《入行论》的弘扬、传讲、修学以及念诵都相当重视，正因为如此，各教派生起菩提心的成就者不可胜数，从历史上看、从传记中看，很多大德均依此论典而生起了菩提心。

在此，寂天菩萨将撰著《入行论》所生的一切有漏无漏善根功德，回向给十方三世所有众生。同样，我们听闻者和传讲者，在两年多的时间里学了大概190多节课，这些功德也回向给十方三世所有众生。这么长的时间中，你们听者有听者的压力，我讲者也有讲者的压力。你们听者确实很辛苦，外面有些学习的人，要坐五六个小时的车，去很远地方听课，然后又返回来，毕竟大家都是集中学习，直接听的机会很少。而我作为讲者，不管平时有多忙，每节课都是尽心尽力的。我们共同所得的善根，不能只回向给自己，揣在自己的腰包里，谁都看不见时悄悄把它吞下去。这种发心不太好，而应该想到：“我获得人身，遇到大乘佛法，学了这么久，现在从根本上明白善根一定要回向给众生，让他们暂时获得人天快乐，究竟圆满正等觉果位。”如此才能真正趣入菩萨正道。

这样的回向，功德的确很大，不仅自己会成熟福报，无量众生也能获得利益。所以作为修行人，要一边念诵回向文，一边依文发愿。当然，内心的发愿，外表上是看不出来的，等会儿念《普贤行愿品》时，你们每个人嘴巴都在动，但心里想什么谁也不知道。若从内心中把善根回向给一切众生，这个功德不可思议，但若仅是口头上念诵或以自私自利心而回向，功

德和意义不是很大。

有些人可能想：“这样回向，众生是不是真能获得利益呢？”答案是肯定的。由回向给众生带来利益的事例，古往今来在高僧大德的传记中比比皆是，佛经中也不胜枚举。我曾经讲过，佛陀在广严城的时候，那里的信众准备在第二天迎请佛陀，供养午斋。当天晚上，有五百饿鬼来到佛陀面前请求：“明日供养您的善根，可不可以回向给我们？”佛陀明知故问：“为什么要回向给你们呢？”那些饿鬼回答：“我们是广严城这些人的父母，以吝啬之业而转生为饿鬼。”佛陀说：“你们明天前来就可以，不来的话，不行！”饿鬼们说：“我们长相这么丑陋，若被亲朋好友看到，实在不好意思。”佛陀说：“如果你们不来，我也没办法回向。”最后饿鬼们只好答应了。

第二天回向时，五百饿鬼如约前来，广严城的人们惊慌失措、四处逃窜。佛陀告诉他们：“你们不要害怕，这些饿鬼是你们父母转生的，它们生前为了你而造恶业，如今变成这样的身相，是否能将善根回向给它们？”人们回答说：“既然如此，无论如何也要回向给它们。”佛陀回向后，那些饿鬼都转生到三十三天去了。

所以，回向对众生真的有无量利益。一般来讲，中阴界的很多众生，没有机会行持善法，若看到自己的亲朋好友在人间行持善法，就希望他们能将善根回向自己。所以，我们如果听说人死了，尤其是自己比较熟悉的人，应该马上念《普贤行愿品》、观音心咒来回向，这样他们一定能受益。

有些大德也说过，如果我们没有回向，善根不能成熟，二资的如意宝要依靠发愿的布来擦拭，故一定要认真对待回向。汉传佛教中有一个回向偈，修行人经常念诵，是经典讲的还是高僧大德说的也不知道——“愿消三障诸烦恼，愿得智慧真明了，普愿罪障悉消除，世世常行菩萨道。”前一句是消除三障烦恼，第三句也是普愿罪障消除，这两个内容基本上一样，因为三障中包括了罪障。不知道此偈是谁说的，反正国内外的很多修行人经常用。不过这样回向也很好，“世世常行菩萨道”跟这里的“悉入菩萨行”意思比较相似。

## 辛二、为安乐而回向：

周遍诸方所，身心病苦者，  
愿彼因吾福，得乐如大海！

愿东南西北四方四隅身心饱受痛苦的众生（身体受到疾病折磨、内心被贪嗔痴等烦恼所遮蔽），包括现在受灾的人，有些手断了，有些脚没有了，面目全非，看起来非常可怜，尤其是到了大医院里，惨叫声与呻吟声此起彼伏，痛苦之状十分悲惨；或者，有些人虽然身体不错，但心里有各种痛苦忧伤。我们以他们为对境，将闻思修行、发菩提心、行持善法等善根进行回向，愿其获得如海般的广大安乐。

作为大乘佛子，我们发心的对境就是可怜众生。不分种族也不分地位，只要是有情众生，我们就应该普皆回向。现在个别人的回向始终有一种局限性，这样的做法不合理，一定要把回向的对境扩大。《华严

经》也说：“以彼善根如是回向，令此善根功德之力，至一切处。”这一点很关键，回向要“至”天下一切众生，哪里有痛苦、哪里有困难，哪里就应该有我们的回向，这是回向最根本的一个环节。

有关窍诀书里说了，回向一定要具足四个条件：1) 对境：是一切众生；2) 意乐：一定要遣除他们的痛苦；3) 誓愿：他们的痛苦要由我来遣除；4) 祈祷：由我来遣除的话，必须依靠上师三宝的加持。具有这四种条件来作回向，这个功德非常大。

汉传佛教的有些论典中，“回”和“向”是分开的，如隋朝慧远大师在《大乘义章》中说：“言回向者，回己善法，有所趣向，故名回向。”宋朝法护翻译的《般若经》中，回向又叫舍向，藏文中的回向，也有舍施、施给之意。概言之，法王如意宝讲过，回向就是把自己的善根送给众生。所以我们在这里也是想，将自己所有的善根福德送给可怜的众生，让他们圆满获得快乐，身体健健康康的，没有疾病，不用吃药也不用去医院，内心中也没有苦恼忧伤。

愿彼尽轮回，终不失安乐，  
愿彼悉皆得，菩萨相续乐！

愿一切众生尚未灭尽轮回之前，永不失去世间安乐！如果呆在人间，那么人间的地位、钱财等暂时快乐，愿他完全拥有；如果转生天界，那么天人所享受的快乐，愿他始终不离。

我们平时发愿也要这样想。如果你有特定的对境，例如受灾的人们、地狱众生、菜市场被杀的旁生，

就可以这样回向；如果没有特定的对境，也可笼统回向三界众生。我们看见一些有钱人、有地位势力的人时，应当真心随喜他们，但愿他们永远具足快乐，自己有一种欢喜心。我们学院的很多高僧大德即是如此，听说别人财富圆满，就连声赞叹：“很好很好！祈祷三宝加持，愿他永远这样！”这不是口头上说说，而是从内心发出来的。所以学习《回向品》时，我们应该养成一种习惯：看见特别有福报的人，不管相貌端严也好，地位显赫也罢，应该全心随喜，愿他不要离开这种快乐。

当然，有为法是无常变迁的，不一定能恒常保持，什么东西到了一定时候都会衰败。但我们心中应该这样发愿，愿他们不离开暂时的快乐，并最终拥有一地菩萨以上的大乐。这种大乐，不是世间上的快乐，世间上的快乐不可靠，统统是行苦的本性。所以，我们接受众生的痛苦、把快乐奉献给众生，这种快乐并不是暂时的快乐，一定要获得诸佛菩萨的快乐。

学习本论的最后，我们要把善根回向给一切众生。不过，堪布根霍在讲义中说：“我们未来学习《入行论》的人，善根早就被寂天菩萨给回向了。寂天菩萨当时回向的善根，肯定是以三世功德摄持的。”他说得也有道理，将来有多少人学这部论典，寂天菩萨早已经授记了，也肯定将其善根一并作了回向，所以我们还是有“靠山”的。《华严经》中说：“众生一切善，过去现未来，回向普贤地，愿皆获善妙。”未来、现在、过去的所有善根，都可以回向普贤如来地，可见，未来的善根是可以提前回向的。

我们现在的善根，未来的善根，包括过去在漫长轮回中所造的善根，全部要回向天下无边的众生，让他们的快乐一分一秒也不离开，究竟得到佛陀的大乐。《大圆满心性休息》中讲过，回向善根的时候，不能回向获得声闻缘觉果，甚至十地菩萨的果位也不希求，唯一就是要获得佛果。这个目标一定要搞清楚！表面上看来，文殊菩萨和观音菩萨的善根非常广大，但《中般若经》说：“此善根当唯为成佛作回向，切莫为声闻、缘觉及十地作回向。”

而且，回向要具足三士道的修法：首先，明白自己的快乐和痛苦，均由往昔所造的善业、恶业成熟所致，故对因果生起虔诚的信心；其次，懂得三界轮回犹如火宅，因此想从中获得解脱，有这样的出离心；最后，见轮回中的老母有情没有生起出离心，如今被苦因和苦果折磨着，发心一定要让他们脱离痛苦，有这样的悲心。信心、出离心、悲心，这三者分别为小士道、中士道、大士道的修行，我们回向的时候，也要具足这三种心态。

有智慧的人，所有的修行都比较顺利，哪怕念一部《金刚经》、《普贤行愿品》，这个功德也无量无边。但如果不懂这些窍诀，诚如昨前天所说，远离了方便的菩萨，纵然千百万劫行持六度万行，也不一定能够成功。所以在这些方法上，希望大家值得注意！

**庚二（为各别利益而回向）分二：一、回向善趣众生；二、回向恶趣众生。**

**辛一（回向善趣众生）分三：一、为地狱众生而**

回向；二、为旁生而回向；三、为饿鬼而回向。

壬一（为地狱众生而回向）分二：一、愿痛苦自息；二、愿以他力而息。

癸一（愿痛苦自息）分二：一、略说；二、广说。

子一、略说：

愿诸世间界，所有诸地狱，  
彼中诸有情，悉获极乐喜！

此颂是为地狱众生而作回向。寒地狱的器世界全部是冰天雪地，堕于此地狱的众生，遭受着不可思议的寒冷之苦；热地狱的器世界全部是燃烧的铁地，众生因业力所感集聚在那里，恒时感受灼烧的苦楚；还有，其他经典中提到了近边地狱、孤独地狱，那里的众生，也动辄亿万年陷于极苦之中。作者愿这些地狱众生均获得最胜的喜乐！

关于地狱，也有一些民间说法。譬如在汉地，传统认为地狱分为十殿，十殿各有其主，号称“十殿阎王”。其中第九殿的阿鼻地狱，即十八层地狱。印度的婆罗门教中传说，第一个死去的人叫做阎摩，后来演化为阴间主宰——阎王。但这些都是民间说法，与佛经中所讲的地狱大不相同。

地狱是最痛苦的地方，人间感受痛苦的地方，比如监狱，通常也可以叫“人间地狱”。关于地狱的具体描述，《大圆满心性休息》中引用《正法念处经》等大量教证作了说明，《地藏经》为主的佛经中，也宣说了地狱不可思议的苦受。

众生之所以堕入地狱，有些是因为忤逆父母，不孝顺长辈；有些是抢夺别人的衣服，让别人感受寒冷

之苦……听说现在有些监狱，个别人经常殴打犯人，抢夺他们的衣服，用鞭子、棍棒、石头狠狠打他们的身体。其实这些众生两方面都可怜：正在感受苦痛的犯人，又饿又痛又冷，实在受不了这种折磨；而害他们的这些人，无缘无故整天这么打人，将来必定会堕入地狱。就像我们去菜市场一样，被斩头剥皮的旁生固然悲惨、可怜，但杀者在不久的将来于地狱中感受千百万次的报应，也是值得我们生悲悯的对境。

对于这些“人间地狱”里的众生，以及过去、现在于地狱中受苦的众生，乃至如今虽未堕入地狱，但地狱之业已准备好了，只要一闭眼就去“报到”的众生，都是我们发悲心的对境。我们一定要善根回向：愿地狱的恐怖外境，变成极乐世界七宝制成、柔软明亮、极其安乐的环境；地狱里的众生，以诸佛菩萨的加持力，恶业顿时消失，身处极乐世界，面见主尊阿弥陀佛及左右侍从大势至菩萨、观世音菩萨，自己也变成清净的登地菩萨……

我们做任何一个善法，都可以这样发愿——但愿地狱的众生皆往生极乐世界为主的清净刹土，但愿所有的地狱全部消失。发这样的清净心，作为一个大乘菩萨来讲，确实不可缺少。总之，善根回向的方法比较多，回向的方向也比较多，关键要看你自己如何运用。但不管怎么样运用，切记一点：千万不要把所作的善根自己独吞！



## 第一百九十二节课

### 思考题

1. 寒地狱、热地狱、近边地狱分别包括哪些？各自有什么痛苦？我们应该如何善根回向？
2. 自己的亲友死后，我们对他们做什么的是应理的？做什么是不应理的？为什么？你今后会怎么做？
3. 汉传佛教的佛经教典十分丰富，为什么学习的人却少之又少？请谈谈你自己的看法及建议。
4. 什么叫依靠“自力”救度地狱众生？这些可怖的地狱中，你对哪个最害怕？为什么？

《回向品》正在讲善根回向给地狱众生，昨天讲了“略说”，今天开始讲“广说”。

### 子二、广说：

愿彼寒者暖，亦愿菩萨云，  
飘降无边水，清凉炙热苦！

我们的善根要回向给可怜众生，尤其在世间当中，最可怜、最痛苦的就是地狱众生，这一点在大小乘经论中描述得非常清楚。

不过，现在的人特别可怕，看不见、听不见的，就认为不存在，这是极为愚痴的想法。按照佛教的观点，不仅人类存在、旁生存在，饿鬼和地狱也是存在的。如果你对地狱的存在持有怀疑，不妨对高僧大德

提出自己的疑问，同时也学习一些业因果、轮回痛苦的经典和论典，从中就可以了知，造恶业必定堕入三恶趣。如果你没有这种因果正见，那学什么法、做什么事都是目光短浅，只顾眼前、不顾将来。对自己的未来一点不准备的话，这是非常可笑的事情。我们年轻时读书，就是为了长大后的成家立业；中年时积累财产，就是为了年老后的衣食无忧；平时买养老保险、医疗保险，就是为了人生做一些准备……同样，既然来世存在，我们活着的时候就要断恶行善，否则，在贪嗔痴的引发下造下弥天大罪，必定会堕入十八大地狱。因此，我们要建立正确的因果观念，同时，也应该将善根回向给地狱中的可怜众生。

从这一颂开始，分别为不同的地狱众生作回向，首先是寒冰地狱与热地狱。大家都知道，**寒地狱**大致分类有八种：具疱地狱、疱裂地狱、阿秋秋地狱、紧牙地狱、虎虎婆地狱、裂如青莲花地狱、裂如红莲花地狱、裂如大莲花地狱。这八大地狱到处冰天雪地、被严寒所逼迫。藏地或者东北到了寒冬腊月，如果赤身裸体呆在外面，就会冷得受不了，但这种寒冷与寒地狱的痛苦相比，简直望尘莫及，千分不及一、万分不及一。想想冬天都觉得寒冷难耐，更何况身处寒地狱的这些众生了，因此，我们应该把善根回向给它们。

其实菩萨的发愿力不可思议，通过这样的回向，无量地狱众生可以从寒苦中获得解脱。地狱众生的确非常可怜，我们冷了还可以加衣服、吹空调，或者有暖风机，但它们根本没有这些。所以，但愿我们能让这些众生获得温暖，每一个地狱众生的身边，都出现

一个热风扇——有没有啊？（众笑）

**热地狱**的众生也是如此。热地狱大概有八种分类：复活地狱、黑绳地狱、众合地狱、号叫地狱、大号叫地狱、烧热地狱、极热地狱、无间地狱。这八大地狱处处都是熊熊烈火，不断烧烤地狱众生的身体。平时一个小火星溅到身上，我们都痛得要命，但热地狱众生的痛苦与我们有天壤之别。《业分别经》中说，平常火的七倍温度是檀香火，檀香火的七倍温度是劫末火，劫末火的七倍温度是第一层热地狱（复活地狱），依此层层往下，温度越来越高，到了无间地狱，温度达到顶点。所以，世间任何一个高温，根本没办法与之相比。在这些热地狱中，如今正有无量众生在感受烧烤的痛苦，我们应通过回向，给这些众生降下无边甘霖，熄灭所有的火焰，给它们带来清凉！

这样回向是可以实现的，它是有功德、有力量的。《地藏菩萨本愿经》中有一个公案说，很久很久以前，觉华定自在王如来出世，像法时期有一婆罗门女，善根深厚，信仰佛教极为虔诚。但她有一个邪见较重的母亲，不但不信佛教，反而诽谤僧众、轻毁三宝。婆罗门女想尽一切办法劝母亲，但始终无法转变她的观念。后来母亲过世，婆罗门女很伤心，据母亲生前种种，推知她肯定堕入了恶趣。于是婆罗门女变卖家产，供养觉华定自在王如来像，在佛像面前一直虔心祈祷。之后，感得佛陀在空中告诉她，要想知道母亲转生何处，回去诚心念佛号即可。

婆罗门女回去后，一天一夜不断持念佛号，以佛的加持和威力，她看到自己来到地狱，并目睹了各种

苦难惨境。有一鬼王名为无毒，前来迎接她。她问这是什么地方，鬼王说：“这是铁围山。”“铁围山不是地狱吗？我怎么会来到这里？我母亲是不是转生到这里了？”鬼王告诉她：“你母亲本来在此受苦，但3天前已经生天了，因为她女儿为她设供修福，供养觉华定自在王如来……”婆罗门女回到人间后，对因果更加深信不疑，立弘誓愿：“愿我尽未来劫，应有罪苦众生，广设方便，使令解脱！”佛陀告诉大众说，当时的婆罗门女，即当今的地藏菩萨；当时的无毒鬼王，即当今的财首菩萨。

通过这个公案可知，纵然转入无间地狱，为其超度回向，它们也能获得解脱。所以在藏传佛教中，人死以后，49天内必须给他不断地念经，这是最基本的规矩。如果家人比较孝顺、有良心，不管死了什么人，3年中每年都要给他念一部大的经，此后经常要给亡者回向，比如你朝山时就一边转山一边念他的名字回向，供养僧众也写上他的名字回向，到寺院在佛像前点香、点灯，也念着他的名字回向……所以，我们藏地有种说法是：“这一家连孝顺的子女也没有，做善事都不提父母的名字！”

在座各位，每个人都有自己的恩人、亲友，他们离开人间后，我们没有必要到坟墓那儿供香供花。现在很多电影里都是演：当一个人思念一个人的时候，就默默走到他的坟前，在那里放一束鲜花……这种传统无有任何意义，既然亡者已逝，供花对他又有什么用呢？如果你真的很孝顺，就应该到寺院在佛像面前供花、供香、磕头，念一些《普贤行愿品》或《回向

品》，并把善根回向给亡灵。这样，即使他业力非常深重，正在地狱里受苦，依靠三宝的加持、回向和善心的力量，也可以得到解脱。所以，好的传统应该建立起来，至于没有意义的风俗习惯，有也可以，没有也可以。

描写地狱的经典，汉传佛教中也比较多。例如，安世高翻译的《佛说十八泥犁经》，里面就讲了十八地狱。（我看了一下，前八个是热地狱，后十个好像全是寒地狱。）还有昙无兰翻译的，也有《佛说四泥犁经》、《佛说泥犁经》、《佛说铁城泥犁经》几种。汉地最普遍、最有影响力的，就是《地藏菩萨本愿经》。这些经典都讲了一些地狱状况，只不过有些名词不太好懂。《正法念处经》、《业分别经》、《毗奈耶经》以及《大圆满心性休息》、《菩提道次第论》等经论，对地狱也有较广的叙述。而且，在汉地个别小寺院的门口，也写有一些地狱的状况。（但有些地方的说法，可能民间色彩比较浓。）

佛经中所讲到的地狱，大家一定要了解。汉传佛教的大乘经典比较多，尤其在唐代，许多皇帝对弘扬佛法不遗余力，大多数经典都是奉诏译的。然可惜的是，这每部经典不像藏地一样，修行人必须要学习，而是翻译完了就放在《大藏经》里，由于有些文字晦涩难懂，谁都不知道里面的内容。所以，我们后一代的佛教徒，尤其是年轻的高僧大德和虔诚居士，应该正式学习《大藏经》的经典，这是很有必要的！

汉传佛教的佛法原本非常兴盛，皇帝当时很重视，译师们也辛辛苦苦译出了很多经典，但后来之所

以没有流传下来，我个人认为，可能是因为当时禅宗比较兴盛，禅宗强调“不立文字”，所以人们没有特别重视闻思。还有一个教派——净土宗，也是除了念佛以外，对学习佛法不太注重。这两个宗派在汉传佛教的地位举足轻重，因此，有些优良传统就没有了立足之地。

当然，对利根者来讲，不立文字确实可以成佛，但对末法时期的初学者而言，诚如麦彭仁波切在《定解宝灯论》中所说，你什么道理都不懂，一开始就绝思绝虑，这是不合理的。现在的藏传佛教，也有个别上师提倡直接入定，不必闻思。对利根者、证悟者来讲，这种修法是非常好，但我们大多数都是凡夫人、普通人，若连基本的因果概念都没有，就学大圆满的最高见解，看起来你好像证悟了，什么都不执著；你上师也很高兴，授记你为几地菩萨，师徒俩都特别开心。但过了一段时间，违缘出现时，你自相的贪嗔就露出来了，不要说一地菩萨，加行道的境界也没有，那个时候，大家都有点失望。

所以按法王如意宝的传统，修行人应先闻思，然后，再坐禅、念佛或者修无上密法，我觉得这样非常好。在学佛的过程中，大家一定要先熟悉大经大论，包括地狱在内的道理，民间说法和世间传统并不重要，而应当遵循佛陀在大乘经典中的教言。

作为一个藏传佛教徒，我也经常翻阅汉文的《大藏经》。虽然自己水平比较低，再加上里面全是古文，啃半天也啃不动，但我还是很有兴趣，经常琢磨“这在藏文中怎么讲，汉文中怎么讲”，喜欢在《大藏经》的

宝库中寻找如意宝。可是现在所谓的高僧大德、大方丈，好多人对此兴趣索然，他们整天忙于开会、应酬，将佛陀的宝贵教言置之不理，这一点是非常可惜的！

此处所讲到的地狱，藏传佛教、汉传佛教有很多大乘经典进行说明，其真实性毋庸置疑。所以我们应该发愿：寒热地狱中正在受苦的众生，一定要让它们获得快乐！

现在是夏天了，我们学院非常凉爽，很舒服的，但汉地很多地方特别热，人们就像住在火炉里一样。当然，这种痛苦远不及热地狱，热地狱的痛苦，人间也不会有。以前法王去印度时，当时气温接近50℃，我们觉得就像热地狱一样，但法王说不能用这个比喻，这种温度连热地狱的一分也赶不上。现在有些城市也热得不行了，人们连衣服都不想穿，老年人成天拿一把扇子，年轻人也躲在冷气房里不敢出来……但很多人根本想不到，这点儿酷热真的不算什么，热地狱众生与火焰融成一体，连哭声都喊不出来，相比之下，自己已经很幸福了。

总而言之，我们感受寒冷时，应该想到寒地狱众生正在受苦；感受炽热时，应该想到热地狱众生正在受苦，同时愿它们从中获得解脱。除了人间以外，地狱肯定存在，这是佛陀的金刚语，所以大家应该以大慈大悲的智慧来回向！

愿彼剑叶林，悉成美乐园，  
铁刺树枝干，咸成如意枝！  
愿狱成乐园，饰以鸥鹄雁，  
悦音美飞禽，芬芳大莲池！

有些经典说，无间地狱周围有16个<sup>12</sup>近边地狱；也有些经典说，八大热地狱周围有4个近边地狱。这4个<sup>13</sup>近边地狱是塘煨坑、尸粪泥、利刃原、剑叶林，这里面的众生也非常可怜。

大乘经典中说，地狱的种类成千上万、无量无边，大致有十八种；十八种再细分，则有五百种；五百种再细分，则有千百地狱。这里所讲的是**剑叶林地狱**：从前面地狱中刚解脱出来的众生，远远看见郁郁葱葱的森林，兴高采烈狂奔而去，想到那里乘凉纳荫。但到了那里之后，哪有什么悦意的森林？遇到的却是一片剑叶林，铁树上长着许许多多利剑，随众生的业风摆动，将这些众生的身体碎尸万段，就这样在无量岁月中不断感受被切割的痛苦。剑叶林中还有具铁齿的恶狗啃食，各种飞禽啄食众生的头目脑髓，非常凄惨！我们在这里发愿：愿剑叶林成为美丽的花园苑林，无量的地狱众生立即感受到快乐！

你们平时游山玩水，或看到美妙的公园时，也应该这样发愿。现在很多人对旅游挺有兴趣，但见到美丽的风光后，从来没想过地狱众生。很多人到了杭州，领略到什么叫“上有天堂，下有苏杭”；到了桂林，陶醉在“桂林山水甲天下”的湖光山色中，却根本想不到，无数地狱众生正在类似于这样的树林中，感受着被截割的痛苦。其实真正的修行人，无论到好的环境，还是不好的环境，所有的对境都是修行的助缘，

---

<sup>12</sup> 无间地狱四边各有4个近边地狱，合起来共16个。

<sup>13</sup> 也有说是5个近边地狱，再加上铁柱山（铁刺树），或者无滩河。说法虽然不同，但意思基本上一样。



任何众生都是悲愍的对境。他见到美丽的环境，要么观想供养诸佛菩萨，要么忆念地狱众生的痛苦，这就是长期串习的一种结果。

下面再讲**铁刺树地狱**：此地狱是破戒律的出家人或行邪淫的有情转生之处。由于业力的牵引，转生那里的众生来到铁刺树前（一棵大绿树），听到树上昔日苦苦爱恋的友伴呼唤自己，便沿着那棵树爬上去。在爬的过程中，所有树叶都变成朝下长的针、锥等利器，将它的内脏和身体刺穿。当爬到树顶上时，许多可怕的飞禽前来啄食它的眼油。这时，又听到树下传来呼唤它的声音，它又一如既往地爬下来，所有的树叶又转向上方，刺穿它的身体……

铁刺树地狱，又名铁柱山地狱。也有经典里面说，这不是一棵树，而是一座山，山上长有很多铁刺树，当地狱众生爬上山时，身体被铁刺树刺穿。到了山顶上以后，没有见到昔日的恋人，却遭到铁嘴乌鸦啄食自己的眼油。那个时候，恋人又在山下喊，它又兴冲冲地跑下来，结果又遇到无法忍受的痛苦……

不管怎么样，此地狱众生的业力不可思议，铁柱山也好、铁刺树也好，通过菩萨的发愿力，愿铁柱山变成悦意的七宝山，铁刺树变成天界的如意树，满足一切所需，降下一切悉地。只要是不快乐、不悦意的恶劣环境，都变成人间乐园：那里点缀着海鸥、天鹅、大雁、大鹏、孔雀等美妙飞禽，发出婉转悦耳的音声；园中到处有美妙的莲花池，白莲花、青莲花及各色鲜花，散发着芬馥妙香，装饰着这个乐园。地狱顿时消失无余，一瞬间成为天堂，众生享受着人间天界的百

般快乐。

在学习的时候，我们讲到哪一个偈颂，就应该观想哪一个地狱的痛苦，念《普贤行愿品》时合掌发愿：

“我今天闻思所得的善根功德，全部回向给这些众生！”回向的时候，有时候想地狱众生，有时候想饿鬼众生；想地狱众生的时候，一会儿想热地狱的众生，一会儿想糖煨坑地狱的众生……我们凡夫人一下子全部观想，恐怕不太现实，但只要从一个角度观想众生，然后回向给它们，菩萨的愿力和回向不可思议，对它们一定会有非常大的利益，而且自己也能迅速圆满资粮。所以，自私自利地苦行千百万劫，不如学《回向品》时把善根回向天边无际可怜众生的功德大，大家一定要时时想到利益众生。

愿煨成宝聚，烧铁成晶地，  
怖畏众合山，成佛无量宫！  
岩浆石兵器，悉成散花雨，  
刀兵相砍杀，化为互投花！

此颂讲近边地狱中的**糖煨坑地狱**：无间地狱的众生受了漫长的燃烧之苦后，由于业力有所减轻而走出地狱之门。这时它们看见远处有一片黑漆漆的妙坑，觉得好似凉荫，便满心欢喜疾步前往，结果却陷入了剧烈燃烧的炭火坑，膝盖以下全部埋在里面，无数阎罗卒开始殴打它，在那里感受无量的痛苦。

糖煨坑地狱，主要是以贪心造业所感受的果报。人间造这种业的人非常多，为了避免他们以后堕入糖煨坑，也为了救度如今正在糖煨坑受苦的众生，我们祈愿：糖煨坑里的火炭，皆变为琉璃、蓝宝石、红宝

石等珍宝，烈火燃烧的铁地变成平整如掌的水晶地。

（天界和极乐世界，都有这样的水晶地。实在想象不出来的话，你平时到那些大飞机场里，看到光亮透明的地面，也可以如此发愿。）

还有特别可怕的**众合山地狱**。以前也讲过，如果生前杀过动物，死后堕入地狱，就会来到一个川谷中，因众生的业力现前，两边相对的山变成你所杀的鸡、牦牛、鱼等动物的头像，它们互相死命抵斗。此时地狱众生夹在中间，两山互相碰撞时，这些众生全部死去，当山分开时它们又恢复如初，不间断感受着巨大的痛苦。因而，菩萨在此回向功德：夹击有情粉身碎骨的众合山，以清净愿力加持，化为佛陀的庄严宫殿，如同极乐世界、红色铜山、东方琉璃世界的无量宫一般；愿众合地狱的众生全部获得解脱，享受无边的快乐，从此连痛苦的名称也听不到。

菩萨发愿和清净心的力量不可思议，你们不要认为：“像我这样一个小小的出家人，在小小的屋子里念一遍《普贤行愿品》，怎么可能解除众生的痛苦？众生的业力成熟时，佛的妙手也无法阻挡，何况是我这样的凡夫人了！”有些人反面的教证倒很丰富，正面的教证极其缺少。其实，业力不可转的说法，并不是这样解释的。我们哪怕一天念一遍《课诵集》，也务必要回向给众生，尤其是地狱众生。以前我们那边有一个老喇嘛，他一讲到地狱的痛苦，就痛哭失声、泪流满面，哽咽得不能说话。我们到一定的时候，也应该对因果的信心越来越坚定。倘若没有这种信心，佛陀什么样的经典你也可能不相信，但只是不相信而

已，你根本举不出任何理由反驳，就像现在的世间人一样。

还有一种地狱，汉传佛教经典中也比较多。有些众生在会供或大家聚会时，互相吵架打架，甚至拿锅和碗来打，这也是堕入地狱的一种因。我们藏地吵架时，你不理我，我就走了，经常是往外跑。而汉地吵架时，一定要把气撒在锅碗瓢盆上，这个没有必要，碗又没得罪你，你干嘛要打死它？以这种嗔恨心所导致，来世定会堕入地狱，因业力的招感，你想要刀枪等武器，随手一伸武器便会出现你手中，然后与仇敌互相残杀。同时，岩浆、铁丸、刀剑等如雨而下，把你的身体切成一块一块的碎片，使你没有片刻安宁。

如今在这样的地狱中，正有无数众生在受苦，通过菩萨的发愿力与菩提心的威力，愿这些众生获得解脱，降下的兵器雨全部化为花雨，不但没有任何损害，而且散发出扑鼻的芳香。

这种地狱，其实教典中确有记载：以前在悦意的森林中，有一座极其庄严的寺院，寺院里住着五百比丘。每天中午他们聚在一起应供时，经堂顷刻变成燃烧的铁屋，钵碗等餐具变成兵器，僧人们开始互相砍杀。供斋时间过后，又变成一座庄严的经堂，大家依然是威仪如法的比丘。这是什么缘故呢？因为以前在迦叶佛时，他们吃午饭发生争执，这就是异熟果报。

所以，金刚道友与金刚道友不要天天吵架，不要为了一点点小事，就把锅碗全部砸烂，否则，一旦你转生到这种地狱中，真的非常可怜！有些人看到一个人，就像看到不共戴天的敌人，始终看不惯、听不惯，

非常憎恨，这是你们前世互相杀害的果报。这个时候，你要尽量安忍，提醒不要造这种地狱之因，同时也应该发愿：愿所有的嗔心都变成鲜花，互相砍杀的兵器，通过菩萨的发愿力，均化为美丽的花朵。

世间人经常吵吵闹闹，我们出家人还算好一些，想吵架、想打架也找不到对境，比较而言，除了素质和修行比较差的个别人以外，大家都能和睦相处。但是在家人，不吵架好像不太可能。不过这也情有可原，很多人刚开始喜欢对方，可过了一段时间，由于性格不相同，就开始恶言相向，甚至大打出手。为什么性格不相同呢？因为每个人来的地方不相同，也许一个从旁生界来、一个从地狱界来，这个人喜欢的东西，那个人就不喜欢，于是很多观点上出现争执，然后就吵吵闹闹、没完没了，不但非常痛苦，而且也在造业。所以，通过寂天菩萨的加持力，希望以后不管是什么样的人吵架，用盘子碗碟互相砸的话，这些顿时变成鲜花，碗落到对方头上，化为一朵特别好看的大红花，不但没有受伤，反而十分欢喜！

陷溺似火燃，无滩河众生，  
皮肉熔蚀尽，骨露水仙白，  
愿彼因吾福，得获妙天身，  
缓降天池中，天女共悠游！

这里讲的是尸粪泥和无滩河。首先是尸粪泥地狱：众生因造下贪心、嗔心之业，从而堕入此地狱。此地狱众生口干舌燥，渴到极点，看见远方有一条河流，不禁喜出望外飞奔前去。可是到了近前，哪里有什么水？结果陷入臭气冲天、遍满不净粪的污泥内，

苦不堪言！

还有一个**无滩河**：它是中阴众生要渡过的一条河。如果你生前做生意特别贪财，或者杀害过鱼等水生动物，则会在无滩河中感受痛苦。它看起来是潺潺不息、清澈见底的河，但到了那里以后，你腰以下全部没入水里，河水马上变成燃烧的开水，把你烧得骨焦肉烂，就像在高压锅里炖肉一样，最后骨头都析出来了。同时，你以前吃过的水生动物，虾也好、鱼也好、青蛙也好，开始竞相吃你的身体，于是你特别想从河里出来。但出来以后，两岸早就等有可怕的乌鸦、铁狗，阎罗卒也用各种兵器锤打你，让你不得不退回水中。之后，在水中又反反复复不断地受苦。

现今，在这些地狱中受苦的众生不可计数，一方面，寂天菩萨以自己造《入行论》的福德回向给它们；同时，我们也应把自己的善根进行回向。这么长的时间里，我们一直在闻思《入行论》，以此为主的所有善根，回向给一切地狱众生，愿它们的苦果和苦因全部消除，都能得到天人的身体。

如是发愿回向，地狱中正在受苦的众生，依此定能得到利益。刚才《地藏经》中也说了，当时依靠婆罗门女的回向，不仅是她的母亲，包括无间地狱的很多众生都一齐升天了。所以，你们不要认为念一个咒语的功德不一定那么大，昨天我们学院那么多僧众共诵观音心咒、祈祷观音菩萨，给这次地震为主的遇难众生回向，肯定有无量无边的众生获得了善趣。我有这种信心，但你们有没有也不好说。每个人的邪见各种各样，然以大乘的公案和经典来推理，这些众生定

会获得利益。学院很多人都懂这个道理，也没有自私自利的心，而且在僧众当中，绝对有不少看似凡夫、实为登地菩萨的圣者，这样一来，依靠三宝的功德和善法的加持力，众生得到的利益不可思议。所以，大家有信心是很重要的。有了信心，就有力量；有了力量，就有动力；有了动力，就有结果。否则，你对善法将信将疑，对恶法却趋之若鹜，每天糊里糊涂的，对世间法充满渴望，这完全是业力现前。所以，对善法方面，大家要有一种正信。

世间上最快乐的莫过于天界，故而作者在此发愿：不论是“人间地狱”也好，真正的地狱也罢，愿这些地狱众生都获得天身，原来的无滩河变成天界的清凉水池，这些众生缓缓降落其中，与天女们欢快地嬉戏，共享无比快乐。

以上几颂，讲的是依靠“自力”救度地狱众生。所谓的自力，即自己的清净发愿力，以此力量利益地狱中受苦的有情。在藏传佛教中，空行母、具神通者去地狱救度众生时，看到亡者的家人若对其超度回向，亡者马上能得解脱，这样的公案比比皆是，汉传佛教中也不胜枚举。所以，我们以后念经的时候，千万不要忘记地狱众生。人间最贫穷的就是乞丐，但乞丐也不会这么可怜，其痛苦远远不及地狱的“水深火热”。只要相信因果的人，夏天就不会感觉很热，冬天也不会感觉很冷，因为他深深知道，最痛苦的就是地狱众生，哪怕自己有一点点善根，首先也想解除它们的痛苦。

在这个世间上，人类若出现困难痛苦，周围的人

不会袖手旁观，假如他没有钱看病，亲朋好友也会伸出援助之手。可是在地狱，根本没有别人的同情和帮助。除非在一些佛教兴盛的地方，人死后堕入地狱，家人通过有神通人的观察，会想办法给他进行回向。在我们藏地，一般来讲，听说有人堕在地狱受苦的话，亲友会尽快为他印经旗、刻观音心咒、念《闻解脱经》，这非常符合大乘经典的教义。真正有神通的人，自古以来非常多，有些人可能是瞎说，但有些不一定是。尤其在解放期间、“文革”期间，有些人以嗔恨心引发而死，有些人以其他原因而死，后来堕入地狱当中。他们家人进行超度，念很多经、印很多观音心咒，这样之后，有些立即得人身，有些转生天界，有些投生到其他世界……各种现象数不胜数。

当然，假如你连基本的因果概念都没有，学佛只是为了今生快乐，那么不要说大乘佛教，甚至小乘佛教也算不上，毕竟小乘也承认前世后世，也承认解脱。所以，我们回向的过程中，不要只想到自己，一定要想到地狱众生。

好，今天讲到这里！回向的时候，你们不是也正在学《普贤行愿品》嘛，应该以《普贤行愿品》的威力，回向给今天所提到的地狱众生。此时此刻，的确有无量众生正在受苦，我们这么多发了菩提心的人，若把善根进行回向，它们就有解脱的机会。当然，假如你境界比较高一点，在念《普贤行愿品》10分钟左右的时间里，最好能一直观想地狱众生的各种痛苦。但若不能如此观想，偶尔想一下也可以。大家在回向的时候，善根应当回向给地狱众生！



## 第一百九十三节课

### 思考题

1. 什么叫做三怙主？分别代表佛菩萨的哪三方面？这三者跟度化众生有什么关系？
2. 怎么样依靠三怙主的威力遣除地狱众生的痛苦？我们活着的时候，需要如何串习？

下面继续讲《回向品》。

现在的回向对境，仍是地狱众生。地狱众生的痛苦，大家基本上比较了解，此处也有象征性的叙述。学了这部论典之后，我们以后不管做什么善事、念什么回向文，一定要想到三恶趣众生。我们如今有福报遇到大乘上师和佛法，同时也有缘分修持正法，这种机会相当难得，这样的福报和善根一定要回向给老母有情，尤其是极其可怜的地狱、饿鬼、旁生。

作为一个大乘修行人，每次念回向文时，都应该想到这一点。当然，境界高一点的人，回向文的前前后后都会想得清清楚楚，而境界不那么高的话，在整个回向的过程中，也应该想一两次：“我今天所造的一切善根，不管听法、放生、念课诵集、给人辅导或者听辅导，这些善根都非常大，一定要回向给众生！”

昨天讲了“自力回向”，即通过自己的发愿，令地狱众生的痛苦得以熄灭。今天讲“他力回向”，也就是说，以他力而熄灭众生的痛苦。

## 癸二、愿以他力而息：

云何此中隼，卒鹜顿生惧？  
谁有此妙力，除暗生欢喜？  
思已望空际，喜见金刚手，  
愿以此欣喜，远罪随密主！

“密主”指金刚手菩萨。自此颂以下，依次祈祷三怙主——金刚手菩萨、观世音菩萨、文殊菩萨，再加上其他的普贤菩萨、虚空藏菩萨、地藏王菩萨、弥勒菩萨、除盖障菩萨，通过这八大菩萨的威力，息灭地狱的痛苦。

此处先讲金刚手菩萨。大家应该清楚，十方诸佛菩萨的功德，归纳起来就是智、悲、力，若没有这三者，想度化众生也是枉然。首先必须要有智慧，否则不能照见万法的真相，想度众生也无计可施，就像现在的世间人，没有一点点文化的话，想做有意义的事情也无力承办；其次需要悲心，假如没有悲心，即使有智慧，也不一定会度化众生；有了智慧，又有了悲心，但没有能力也不行，因而在度众生的过程中，一定要具足殊胜的能力。三怙主分别就是智、悲、力的象征：智慧总集是文殊菩萨；大悲总集是观世音菩萨；殊胜力量总集是大势至菩萨，密宗中又名金刚手菩萨或密主菩萨。

大家都知道，地狱中任何一处，无论是寒地狱、热地狱，还是孤独地狱、近边地狱，除了痛苦没有别的。世间监狱尚且有休息时间，不可能24小时都殴打，可是地狱众生的“事业”，除了受苦还是受苦，不会有礼拜天，也不会有吃饭时间。我们万一堕入地狱，感受如何可想而知。平时偶尔头痛两三个小时，就实

在无法忍受，但地狱众生，根本没有痛与不痛的界限。前段时间，听说有些监狱非常残忍，常常虐待犯人。早上6点钟就开始，让犯人赤身裸体，连袜子也不穿，用鞭子、棍棒、石头殴打他们。好多年轻犯人刚开始还挺英雄，但经过两三个小时的折磨，最后奄奄一息，让你说什么，就说什么。人间的监狱都这么痛苦，真正转生到地狱去的话，简直无法想象。

此颂意思是，地狱众生正在受苦时，突然间，面目狰狞的阎罗狱卒和铁嘴乌鸦、鹰鹫等飞禽惊惶失措、仓皇而逃。原本漆黑一片、伸手不见五指的四周，竟然充满明亮的光芒。地狱众生生起极度欢喜心，不禁纷纷思维和讨论这是什么原因。正在左思右想之际，蓦然惊喜地见到在前方虚空中，全身射出猛烈火焰、手持金刚杵的金刚手菩萨。

金刚手菩萨的金刚杵，是十方诸佛菩萨赐予威力灌顶的一种标志，据有关佛经记载，它的威力相当大。《佛说如来不可思议秘密大乘经》中（宋朝法护等翻译），专门有一段讲金刚杵的公案，法王如意宝讲《八大菩萨传记》时也提到过。当年佛陀在世时，一天金刚手菩萨等大小乘眷属集聚在佛陀身边。阿闍世王见金刚手菩萨手持金刚杵，好像很轻的样子，就怀疑道：“这个金刚杵，到底有多重呢？”金刚手菩萨回答：“此杵不重不轻，它观待于人心，没有固定重量。在傲慢者面前显得特别重，而在谦虚者面前显得特别轻。”

阿闍世王试了一下，但使尽全力，金刚杵也丝毫不动。本来他对自己的力气颇具信心，因为他率军作

战时，神勇无比，能降伏很多军队，但面对金刚杵时，却不能动它分毫。他觉得特别稀有，就让帝释天试试。帝释天以前与阿修罗作战时，轻而易举可拿起阿修罗王的大车，像风车般在空中回转，但竟也动不了金刚杵。帝释天又请“神通第一”的目犍连试试，本来目犍连能把大海水放在手掌上，转动世界就像用手指转动硬币般轻松，可以制止空中的日月运行，能把须弥山丢进梵天世界，但也无法移动小小的金刚杵。

大家都非常惊讶，目犍连以为自己的神通退失了，就到佛陀面前询问。佛陀说：“你的神通力并没有减少。不过，由于菩萨的威力及其加持力，才使菩萨以下的任何人，使出多少力气也不能移动这只金刚杵。”佛陀还说，声闻和世间人比不上菩萨，菩萨有不可思议的威力，并宣讲了菩萨因地时的修行十法，比如宁可舍弃自己的生命，终不肯舍弃正法；对人虚怀若谷，绝不在尚未得悟者面前，夸耀自己的证悟；怜悯许多弱小者，绝不毁损他们，等等。通过这十法因缘，成就了金刚手菩萨如是的威力。

刚才说地狱众生见到了金刚手菩萨，生起无比的欢喜心。依此对菩萨的欢喜心，它们无始以来的罪业顿时消除，随金刚手菩萨前往极乐世界、杨柳宫等清净刹土。所以我们活着的时候，持诵金刚手菩萨的名号、心咒，并得到它的传承，这是很重要的。若能经常忆念金刚手菩萨，即使转生恶趣中，一旦想起他的名号，或者观想他的身相，也可以立即从中解脱。

金刚手显忿怒相时，是藏传佛教中一面二臂三目、威猛大力的金刚手菩萨；不显忿怒相时，就是西

方三圣中的大势至菩萨。汉传佛教和藏传佛教都有西方三圣，尽管显现的形相不太相同，但其发愿和威力无有差别。因此，我们活着的时候，应常念诵金刚手菩萨的心咒——“嗡班匝巴纳吽”。如果因缘成熟、条件具足，最好能请一些金刚手菩萨的佛像或照片，供在佛堂里，经常看。

我们无始以来的罪业不可估量，来世很有可能堕入地狱，若真如此，依靠菩萨的威力救度非常关键。就像现在的社会中，一个重罪犯被关入监狱，假如没有亲戚朋友的帮忙，可能永无出头之日。但若有家人花钱买通关系，也许不用判无期徒刑，马上就可以释放出来。或者偶尔政策变了，也会有这种情况。记得在几十年前，汉地很多无期徒刑犯突然释放了，有人告诉他们：“再过十几天，你们就可以回家！”他们原以为今生再也见不到家人，如此一宣布，每个人都欢喜踊跃。我家乡就有很多这样的人，他们说没有想到自己能回家，当时的欢喜心无法用语言表达。后来有些人说，邓小平就是金刚手菩萨的化身。不过也有人说他的坏话，认为他杀害了好多众生。但不管怎么样，我们没有神通，也观察不出来。总的情况来讲，有些犯人如果没有亲人帮助，恐怕会永远关下去。同样，地狱里的可怜众生，若没有金刚手菩萨的救护，也不容易解脱出来。

昨天我已经讲了，亲朋好友离开人间之后，应该为他造佛像、念经等行持善法。藏地家家户户都是这样，我觉得非常符合大乘教义。而汉地的有些地方，由于无神论等影响，从来没有这种传统，人死了就死

了，尸体处理完以后，再过一两年，最多在他的坟墓前烧个香……其实这并不重要，真正对亡者有利益的，是遇到僧众等殊胜对境时，为他念念经。我小的时候看到很多人为死去的父母亲人念经，每一次开法会，就写上他们的名字、交一点钱，现在已过二三十年了，他们仍想着自己的亲人，有机会就不断给他念经。

诸佛菩萨的威力和加持力不可思议，应当依此对亡者进行超度。同时，我们活着的时候，也要结上善缘，经常看金刚手菩萨的像、念一些咒语，一旦自己离开了人间，就算转生到地狱中，也可以悄悄给他“打电话”！

下面依靠观世音菩萨的威力来遣除地狱众生的痛苦：

愿狱有情见，香水拌花雨，  
自天迅飘降，熄灭炽狱火，  
安乐意喜足，心思何因缘？  
思时望空际，喜见圣观音！

十方诸佛菩萨的大悲，化现为观世音菩萨，这里讲以他的发愿力熄灭地狱一切痛苦，但愿地狱众生在受苦的过程中，也能见到观世音菩萨。见到什么样的景象呢？热地狱本来燃烧着熊熊烈火，成千上万的众生被煎熬着，感受无比的痛苦。突然，地狱众生见到伴随着香水的五彩缤纷花雨从天而降，熄灭了地狱的灼热火焰，使它们获得安乐而心满意足。（就像天气特别炎热时，你到了一个凉爽的地方或者有空调的屋子，心里有说不出的欢喜。）依靠诸佛菩萨的加持力，它们有能

力互相议论、暗自思量：“这究竟是怎么回事？”<sup>14</sup>”猛然抬头仰望空中，喜出望外地见到了手持莲花的观世音菩萨。

在汉传佛教中，观世音菩萨是手持净瓶，以杨柳枝洒下甘露，熄灭地狱炽热的痛苦，令无量众生获得解脱。《悲华经》、无垢光尊者的《如意宝藏论》等有关经论中，观世音菩萨以不同身相救度地狱众生的故事非常非常多，我没有必要一一在这里宣讲。

大家活着的时候，一方面要祈祷观世音菩萨，念他的名号、持他的心咒，同时，自己也应该以信心造他的像。结上这个善缘之后，万一我们堕入地狱，依靠观世音菩萨的加持力，跟我们一起的无量众生都能解脱。所以诸佛菩萨跟凡夫人完全不同，想到他们的名号、看到他们的身相，我们应该有信心、恭敬心、欢喜心，平时也要多持诵咒语。

最近发生大地震，为救护遇难的可怜众生，昨前天我们学院开了“观音大法会”，共修《大悲胜海观音仪轨》，每个人持诵三万遍以上咒语。同时，全国各地的很多道友也依靠网络，积极参与共修。通过如此巨大的威力，这次在地震中丧生的众生，肯定获得了善趣。因此，你的亲朋好友一旦离开人间，光是趴在尸体上痛哭没有用，而应该发愿念观音心咒，这一点非常有必要！

以前我去泰国时，好像在《泰国游记》中也写过，

---

<sup>14</sup> 《地藏经》中说了，能到地狱的众生，要么是业力所致，要么是诸佛菩萨加持，除此之外，不可能随随便便去“观光采访”。国外有些科学家，想知道地狱到底存不存在，很想搞实验，但也没有办法，你拿一个照相机去拍几个镜头，这是绝对不可能的。

那里有一座佛统大塔，当时我在塔前诵经发愿，想起了父亲的临终遗言。父亲去世，是我从新加坡回来的第二天，他临死前跟我说过几句话，一句是：“你去之前给我的100块钱，我没有用，全部做了经旗。我的寿命马上就要结束了，用在其他方面也没有多大意义。”第二句是：“如果以后你到了圣地，朝拜加持力大的佛塔圣迹，不要忘记替我念一些观音心咒。”当时我一边想着，一边替他念经。一大群外国人，这时也来到塔前，塔内的长老出来给他们加持。想到父亲一生中为了我们兄妹几个，曾造过一些恶业，我又念了《普贤行愿品》和一些咒语。后来我在《游记》中写到：“以后若有人见到这段文字，您能否替我的父亲念上一句观音心咒‘嗡嘛呢巴美吽’？”

每个人都有亲朋好友，有些早已离开了人间，给他多少财产，他也享受不了。但若能为他念观音心咒、造一尊观音像，做一些佛事，这种加持他必定会得到。即使在地狱里受苦，给他念经回向，也一定会有利益。我们不可能没有恩人，就算没有恩人，无边无际的众生无始以来也是我们的慈母，应该为他们念诵观音心咒、修持观音法门。我认识的好多道友都说，自己对观音法门很有信心。这种想法的确很好，无论你修持哪一个法，都不能忽略观世音菩萨的加持和力量。

大家也看过唐玄奘西天取经的经历：他路经八百里流沙河时，那里荒无人烟，上无飞鸟，下无走兽，妖魔鬼火多如天上繁星，他都念《心经》遣散了鬼魔的作祟。后来他出了玉门关，夜宿沙漠中，随从的一个胡人忽起变心，抽出刀子准备杀他，他默默地念



观世音菩萨，胡人的杀心顿时消失，放下刀又睡了下去。还有一次，他横度八百里流沙，五天四夜滴水未沾，他和所骑的马均因缺水而倒在沙漠中。接近死亡之际，他默祷观世音菩萨：“我这次去印度，不为财产，也不为名声，只是一心一意为求佛法利益众生，恳请菩萨成全！”祷告之后到第五夜半，忽有凉风触身，全身舒畅，马也能起来走了。走了十多里，马突然走向岔路，又经数里，见到一个水池。他与马饱饮清水，身体得以恢复，之后又继续前行。有些历史学家认为，此水池绝非原有，乃是观世音菩萨慈悲幻化而成。

我们在修行的过程中，均曾得益于观世音菩萨。包括在座有些道友，以前自己想出家时，父母拼命赶来阻止，眼看就要功亏一篑时，他默默祈祷观世音菩萨，父母就糊里糊涂回去了，出家大事圆满成功，种种精彩的故事相当多。所以，大家一定要祈祷观世音菩萨，同时也应回向正在受苦的地狱众生，让它们获得清凉甘露而得解脱。

下面依靠文殊菩萨的威力来遣除地狱众生的苦难：

愿狱众有情，欢呼见文殊，  
友朋速来此，吾上有文殊，  
五髻光灿灿，已生菩提心，  
力能灭诸苦，引乐护众生，  
令畏尽消除，谁愿舍彼去？  
彼居悦意宫，天女齐歌颂，  
着冠百天神，齐礼莲足前，  
花雨淋髻顶，悲泪润慈目！

愿地狱众生正在受苦时，能见到文殊菩萨而欢悦呼唤、互相转告：“文殊菩萨来了！”有关经典中说，地狱众生除了哀号、谩骂以外，实质性的语言根本表达不出来。但在这个时候，依靠诸佛菩萨的智慧总集——具五冠发髻的文殊菩萨之威力，它们却可以彼此攀谈。文殊菩萨的身体发出灿然光芒，照亮了整个地狱，以大慈大悲的菩提心，遣除无量众生的痛苦。以前地狱众生见面时，就像见到仇敌一样嗔恨，但依靠菩萨的加持力，此时大家不但不生嗔恨，反而以温和的语言呼唤：“好兄弟们！女士们！先生们！请尽快到这里来，我们上方有金光闪闪的文殊师利尊者，只要见到他、听到他的名号，并且忆念他，即可遣除一切无明黑暗及贪嗔痴等五毒烦恼。他不可思议的智慧和悲心，能维护无量无边的众生，消除世间的灾难困苦，只要是有心者，谁愿意离他而去呢？”辗转相告之后，地狱众生均生起了极大欢喜。（诸佛菩萨的威德不可思议，《格萨尔王传》中也有救地狱的许多经历。很多空行母和瑜伽士的传记中，也有大量非常精彩的故事，叙述他们来到地狱时，见到那里的众生如何受苦，通过诸佛菩萨的威力又怎样获得解脱。）

文殊菩萨将地狱变为美妙悦意的宫殿，成千天女唱出赞颂他身语意功德的妙音，无数冠冕华丽的梵天帝释等天王，一齐在他莲足前顶礼。我们都知道，对于文殊菩萨，智者没有一个不顶礼的。藏传佛教中，任何大德于造论或辩论之初，一定要先顶礼文殊菩萨。所谓的《文殊赞》，就是五百班智达赞文殊菩萨时，异口同声作成的。不仅是人类赞叹文殊菩萨，天

人们也以赞颂之花雨撒在他庄严的五冠上。文殊菩萨具足通晓万法的智慧，照见到轮回众生的可怜，慈悲的泪水湿润了他的双目。只要忆念文殊菩萨，我们无始以来的无明黑暗，会像阳光普照时黑暗当下消除一样荡然无存，并生起能取舍二谛的殊胜智慧。

作为一个闻思修行的人，即生中要想开智慧，一定要祈祷文殊菩萨，供养文殊菩萨，经常念他的心咒“嗡阿耨巴匝纳的”。如果今生遇到文殊法门并不断修持，生生世世不会变成愚蒙者。即使因业力现前而转生地狱，忆念起他的名号，也能立即从中解脱。所以，藏地也好、汉地也好，无数的高僧大德和修行者都诚心诚意祈祷文殊菩萨。

根据不同经典的记载，文殊菩萨是三世诸佛的总体：过去世叫龙种上佛，现在世叫欢喜藏摩尼宝积佛，未来世叫普见佛。为了度化众生，文殊菩萨可现为各种形象，有时是婆罗门，有时是国王，有时是帝释，有时甚至是乞丐、妓女等等。在汉传佛教中，这方面的公案也相当多，我以前用藏文写过《五台山志》，里面就引用《华严经》、《八大菩萨传》中的很多教证，宣讲了忆念文殊菩萨、持念文殊心咒的功德。

其实，明白一些名号的功德、咒语的功德，大家都会愿意念诵。否则，如果什么都不知道，就如同不知如意宝的价值一样，谁都不愿祈祷。因此，修行人一定要了解佛教的基本常识，现在有些人天天坐禅，什么名号都不念，这是很可惜的。或者，你只念阿弥陀佛名号，虽然它的功德不可思议，但其他的名号也不应舍弃。最近我要求大家念《佛菩萨名号宝珠鬘》，

起的效果还是很好，我们应当广弘诸佛菩萨的名号，尤其是遇到灾难时，一定要尽力祈祷。

总之，若想生生世世对众生的大悲心不断增长，就要祈祷观世音菩萨；若想生生世世利益众生的力量强大，不但身体有力量，还要心里有力量，就要祈祷大势至菩萨；光有力量和悲心还不行，若想生生世世有利益众生的智慧，就要祈祷文殊菩萨。（有些人天天背诵，但过一会儿就忘了，去年背了一个很好的论典，当时背得特别熟练，可现在一个字也想不起来。如果你不愿意变成这样的愚笨者，就应该祈祷文殊菩萨。）

以前我遇过一些人，他们认为祈祷阿弥陀佛势在必行，但祈祷文殊菩萨无关紧要，因为自己没必要成为智者。当然，假如人只有一世，你不祈祷文殊也可以，但若不止一世，那生生世世都需要智慧，没有智慧的话，即使变成一头牦牛，也笨得要命。我以前放牦牛时，牦牛就有聪明与不聪明之别，假如我变成动物，让我选择的话，还是喜欢比较聪明的。所以，我们生生世世都离不开智慧，要经常祈祷文殊菩萨。同时，今生结上这种善缘，来世纵然堕入地狱，一刹那忆念他的功德，也能马上获得解脱。

文殊菩萨通常是寂静相，他的忿怒相是大威德金刚。热罗译师的传记，相信你们也看过，他是修大威德的一名瑜伽士，后来因为在众生面前的示现不同吧，他降伏了13位高僧大德，以此原因而堕入地狱。他在地狱的大锅里受炖煮时，不经意看见旁边的牛头阎罗卒，一见到他的牛角，当即想起大威德的身相。他马上虔诚祈祷，顿时解脱而前往清净刹土。

其实地狱中的恐怖景象，完全是心的妙力和游舞。如果你把它视为可怖，它就会伤害你，让你不断地受苦。如果你生前修过一些法，能将之转为道用，马上就会变成本尊。所以，我们生前应熟练本尊的修行，常念诵本尊的咒语。法王如意宝一生中念了9亿心咒，短暂的人生中，这个数量真的不可思议。我们虽无法达到，但完成相当一部分的咒语，还是很有必要的。所以，希望大家经常修持本尊法，并将之回向给正在地狱受苦的众生，愿它们获得解脱。

好，今天讲到这里！最后的善根也像昨天一样，回向给地狱里的众生，依靠文殊菩萨、大势至菩萨、观世音菩萨的威力和加持，愿它们都能解脱。藏传佛教对三怙主极有信心，很多地方都有三怙主神山。你们平时去朝山时，常会听说“这是文殊菩萨山，这是观世音菩萨山，这是大势至菩萨山”。以前法王也讲过，山比较粗糙的，是大势至菩萨山；山比较光滑的，是观世音菩萨山，山形方面有时也出现本尊像。藏地历史上，也有三怙主的化现来度化众生：赤热巴坚是金刚手菩萨的化现，赤松德赞是文殊菩萨的化现，松赞干布是观世音菩萨的化现。汉地也有这样的说法。概言之，三怙主的加持能令众生脱离恶趣，尤其是人死之后，若念诵阿弥陀佛和三怙主的名号或心咒，亡者马上会获得解脱。所以，大家平时所学的当用于生活上，同时，今天的善根也回向地狱为主的一切可怜众生！

## 第一百九十四节课

### 思考题

1. 祈祷地藏王菩萨、虚空藏菩萨、弥勒菩萨、除盖障菩萨、普贤菩萨，可以带来什么样的利益？你对八大菩萨有哪些了解？
2. 旁生有什么样的痛苦？我们应当如何为它们回向？
3. 饿鬼分为哪几种？分别感受什么样的痛苦？我们应当如何回向？
4. 有些人变成盲人和聋哑的原因是什么？应当如何为他们回向？你自己平时要注意什么？

正在阐述“愿以他力而息”时，前面已经讲了依靠大势至菩萨、观世音菩萨、文殊菩萨的力量息灭地狱痛苦，那么今天开始讲其他菩萨的威力。

复愿狱有情，以吾善根力，  
悉见普贤等，无碍菩萨云，  
飘降芬芳雨，清凉复安乐，  
见已彼等众，由衷生欢喜！

本师释迦牟尼佛所传教法，在小乘当中，十六罗汉<sup>15</sup>承佛敕命，永住世间守护正法，故佛寺丛林里常塑有罗汉像。大乘而言，大乘菩萨原本千千万万，但

---

<sup>15</sup> 据《法住记》所载，佛陀临涅槃时，嘱付十六大阿罗汉，自延寿量，常住世间，游化说法，作众生福田。十六大阿罗汉为：一宾头卢跋罗堕阇、二迦诺迦伐蹉、三迦诺迦跋厘堕阇、四苏频陀、五诺矩罗、六跋陀罗、七迦理迦、八伐阇罗弗多罗、九戍博迦、十半托迦、十一罗枯罗、十二那伽犀那、十三因揭陀、十四伐那婆斯、十五阿氏多、十六注荼半托迦。

弘扬并护持教法最主要的为八大菩萨，就如同一位上师的八个心子。昨天已经讲了前三位大菩萨，下面讲其余几位菩萨。

这里作者再次地祈愿：地狱中受苦的可怜众生，依靠前世因缘、我的善根力及诸佛菩萨宏愿等因缘聚合，愿它们能照见普贤菩萨等（“等”字所包括的，还有弥勒菩萨、地藏王菩萨、除盖障菩萨、虚空藏菩萨）。从这些菩萨无量劫积累之福德资粮和智慧资粮的祥云中，降下清凉的甘露雨，散发出芬芳扑鼻的香味。感受到这样的清凉安乐后，地狱众生由衷生起欢喜。（天热时突然下大雨，人们觉得特别舒服，有一种清凉之感。同样，地狱众生每时每刻都在遭受灼烧之苦，依靠诸佛菩萨的加持力、发愿力、殊胜威德力，突然降下清凉的甘霖，它们当然非常高兴。）

所以，我们平时应经常念诵一些偈颂，祈祷阿弥陀佛、释迦牟尼佛、八大菩萨。尤其是本师释迦牟尼佛，与我们娑婆世界有特殊缘分，若能时时持诵其名号，可以得到特别的加持。就像世间的一个领导，他分管一个特定地区，此地区的百姓如果出事，他就有责任帮助他们。同样，释迦牟尼佛于无量劫前，为度化娑婆世界的野蛮众生发了五百大愿，如今已一一实现，我们若祈祷释迦牟尼佛，这种加持会极其殊胜。

同时，还要祈祷八大菩萨为主的十方诸佛菩萨。八大菩萨的功德若欲详细了知，麦彭仁波切收集《宝积经》、《地藏经》等中的教理，专门汇集了一部《八大菩萨传》，以前上师如意宝也讲过，我也曾发愿翻译出来。我第一个发愿就是要翻译《释迦牟尼佛广

传·白莲花论》，因为现在很多人认为佛陀只是一个王子，除此之外的了解比较欠缺；其次就是想翻译《八大菩萨传》，八大菩萨曾经如何发愿？持其名号和心咒有哪些功德？麦彭仁波切在其中作了详尽说明。它跟《白莲花论》没什么差别，页数基本上相同，藏文《释迦牟尼佛广传》有500页吧，《八大菩萨传》有480多页，只差几张纸。我以前也发过这个愿，但人生很短暂，五六年的时间如白驹过隙，转瞬即逝，要翻译一部大的论典，有时候需要好多年。《释迦牟尼佛广传》是因为我生病，在外面住院时翻译的，首先是一种违缘，转为道用就成了顺缘。如果我再得病，也躲在一个地方翻译《八大菩萨传》，不然的话，那个内容比较多。

当然，关于八大菩萨的介绍，现在也有很多书籍，但有些说法并非佛经记载，大多数是民间传说。虽然菩萨的威力和加持不可思议，这也没有什么不可以的，可佛经中对八大菩萨怎么描述的，我们还是应当从《八大菩萨传》中了知。以前法王传讲的时候，一边流泪一边开示了很多教言，现在回想起来，觉得这些法本非常珍贵。但以后有没有这个因缘，到时候再看情况吧！

如果想广泛了知，大家一定要看这本书。但若只想大概了解八大菩萨的各自特点，比如祈祷地藏菩萨，能获得快乐，成就一切悉地，尤其可救度地狱众生，这样的灵感故事非常多。从前，扬州有一个姓张的女人，她母亲死后托梦说：“我为了养育你，生前极度贪婪、傲慢，因而如今感饿鬼报，苦不堪言！”



她问母亲怎么样痛苦，母亲说：“我是饿鬼之子，饿鬼母喜欢吃自己的孩子，生下来后马上吃掉，日夜死生，非常痛苦。但一个月只有一天，饿鬼不吃我们，那就是每月24日，有位僧人到饿鬼界布施食物，饿鬼们都吃饱喝足，便不需吃孩子，余日皆无法避免此苦。布施的时候，那僧人说：‘我是地藏菩萨，今入饿鬼城，能施大安乐，汝等当发菩提心。’虽然菩萨让我们发菩提心，但由于业力所缚，不能发心。你若想救我脱离痛苦，须造地藏菩萨像！”

她醒来之后，不像现在有的人一样，把诸佛菩萨的感应当成幻觉，不一定特别在乎。因为她善根深厚，马上将母亲的财物变卖，造了一尊等身的地藏王菩萨像。没过几天，母亲又在梦中出现，身形闪闪发光、美妙庄严，住于虚空中，告诉她：“我因你修善功德，已速生天上。你今后也应祈祷地藏王菩萨、造菩萨塑像，这样一来，将来可转生于弥勒刹土，见佛闻法。”

汉传佛教中对《地藏经》十分重视，很多道友也经常读诵。里面描述了地狱的诸般痛苦，还讲了如果你晚上做噩梦，梦到已故亲朋好友，或者妖魔鬼怪，怎样祈祷地藏王菩萨来加持。这些都是佛的金刚语，我们应当时刻牢记。在藏传佛教中，依靠地藏王菩萨遣除恶趣痛苦，尤其是地狱痛苦，这样的仪轨和法门也比较多。

至于虚空藏菩萨，主要让我们获得财富。昨天有个人给我打电话，他说：“最近我公司的生意不是很好，有没有办法让我尽快发财，您可不可以讲一个窍诀？”我告诉他：“这个窍诀比较简单，但关键看你

前世是否积累过资粮，没有的话，念什么也不管用。倘若前世有一定的资粮，今生又信心十足，那么念虚空藏菩萨名号，则可像如意树般满足一切所欲。”还有，经常念虚空藏菩萨名号或心咒的人，自己的身体也成为人天供养之处。

弥勒菩萨的功德，主要是利益众生和生起大慈大悲心，这方面有非常大的功德和利益。

除盖障菩萨，一方面赐予一切所欲，另一方面，还能遣除修道过程中世间与出世间的一切障碍。

普贤菩萨，主要是能行持如海的菩萨行。《悲华经》云：“吾行因胜诸菩萨。”意即普贤菩萨在因地时，其菩萨行已经胜过很多菩萨。因而在《华严经》中，善财童子也是依靠普贤的坛城，发下广大的普贤行愿。

你们若想简略了知这八大菩萨的心咒，我翻译过的《百咒功德》<sup>16</sup>中应该有，麦彭仁波切也引经据典象征性说明了八大菩萨的不共功德。大家应经常忆念诸佛菩萨的威德力，愿正在感受痛苦的地狱众生，依此力量遣除一切罪障，得到清净的功德，现见诸佛菩萨容颜，转生到清净刹土。大家不能忘记这样发愿。

高僧大德们也讲过，一个名副其实的修行人，每天24小时除了行住坐卧或无记状态以外，所行所修、所思所念应该全是佛法，没有别的。不管你到哪里去，都应该想到佛法，这种心态非常重要。否则，上师拿着一个鞭子逼你看书、念经、用转经轮，而上师离开

---

<sup>16</sup> 显密宝库 25《取舍明镜》中的《净除罪障百咒功德》。

之后，你就像发疯一样四处散乱，心里根本没有三宝，这只是相似的修行人。

不论你是出家人，还是在家人，都应观察自己的行为是否时时处于三宝的光明中？是否经常忆念三宝，所作所为围绕正法而行持？现在有些修行人，在经堂里跟道友一起时，愿意念诵和行持佛法，而一旦离开这样的环境，四五天根本没有一句念诵。有些人外出时，什么念诵集都没有，身上只带一些洗脸用具。以前我遇到过一个喇嘛，专门查过他的行李，里面什么三宝所依都没有。老修行人就不会这样，他们出门要带很多经书佛像，念珠、转经轮也不会忘掉。所以，大家平时应该行持善法，自己约束自己非常重要！

## 壬二、为旁生而回向：

愿彼诸旁生，免遭强食畏！

此处作者将善根回向给旁生，愿所有的旁生能远离互相啖食的畏惧，以及愚笨的痛苦！

所谓的旁生，包括陆居旁生、海居旁生、水居旁生，也可以说，包括被人控制、未被人控制两种。有些旁生虽然没有被人控制，在山上自由自在地享用水草，但也始终恐慌不安，经常面临被天敌吞食等险情，“鸱鹰捉鸟雀，鸟雀吃小虫”就充分表明了旁生互相残杀的痛苦。

不仅旁生内部互相啖食，现在更可怕的是，还要加上人类的捕杀。如今的人们只要看到旁生，第一个念头就是“它的皮可不可以穿？可不可以作装饰”，或者“它的肉可不可以吃？能不能减肥？能不能治

病”，很多人在这种心态的驱使下，开始吃乌龟、吃乌鸦……为了满足一己私欲而不择手段，结果不但对自己无利，反而引发了非典、禽流感等各种怪病。这个时候人们不怪自己，却把所有的鸡鸭统统杀掉，种种行为惨不忍睹，可怕到极点！

而作为旁生，由于愚痴呆笨的缘故，就算今天要被杀，只需念一句观音心咒即可免难，它也没有能力念。相比之下，我们人类中再笨的人，听几遍观音心咒，也可以重复，所以我们应该对旁生起悲愍心。此外，牛马等人们饲养的动物，没有一个不感受天天被役使的痛苦，一旦衰老得不成样子，无论如何都摆脱不了被宰的厄运。这些旁生所受的痛苦，我们实在无法想象，它们曾当过我们的父母，今生沦落成这样，我们一定要把闻思修行的善根回向，愿它们依靠诸佛菩萨的加持，断除一切苦因和苦果，摆脱愚昧无知的身躯，暂时获得人天福报，究竟成就佛果。

《心性休息大车疏》中有一个公案说：观世音菩萨到恶趣度化众生时，化为蜜蜂的形象，发出嗡嗡声，实为传授六字真言。成千上万种昆虫听后皆随念，终成为菩萨，名为“口香”，往生极乐世界。尽管我们没有菩萨这样的能力——化为旁生形象来应机施教，但也应尽己所能地利益众生。堪布阿琼说过：“假如你今生实在没有眷属，那到山顶上虫类聚集的地方，念心咒、念比较有加持的偈颂，也算是一种转法轮。”所以，个别道友今后如果找不到弟子，不妨到菜市场或者夏天的田野、空地上，给很多旁生念观音心咒。咒语和佛号的加持不可思议，它们一定会离苦得乐，

因此大家平时念诵回向文时，要想到愚昧无知的旁生。

对我们来讲，旁生的痛苦并不抽象。饿鬼和地狱我们无法目睹，以前自己在其中受苦也想不起来，而旁生的话，我们经常有机会看到，它们的痛苦也可以体会得到。小至蚂蚁以上的所有旁生，都喜欢快乐，对自己的生命非常执著，这些道理我们作为人也十分清楚，所以不应该去伤害它们，而应把善根回向给它们。

### 壬三、为饿鬼而回向：

复愿饿鬼获，北俱卢人乐！  
愿圣观世音，手出甘露乳，  
饱足饿鬼众，永浴恒清凉！

也愿饿鬼能像北俱卢洲的人们那样，无有不得饮食的痛苦！愿圣者观世音菩萨手中不断降下甘露乳汁，遣除一切饿鬼的饥渴之苦，为它们沐浴，从而恒时感受清凉！

饿鬼，一般有住界饿鬼、空游饿鬼两种。住界饿鬼又分为：1) 内障饿鬼：身体内有障碍，腹中燃起大火，一接触饮食，饮食就变成火焰；2) 外障饿鬼：因外境不悦意而得不到满足，整日饥渴交迫，经常为寻找饮食而饱受痛苦；3) 特障饿鬼（又名共障饿鬼）：每一个特障饿鬼的庞大躯体上，都居住着成群的小饿鬼，这些小鬼不停地啖食着大鬼。还有空游饿鬼，包括妖魔、鬼怪、死魔、鬼女等等，它们每日到处行走，居心不良、怀有歹意，经常给人们带来恐慌，或者在

梦中给你带来痛苦，尤其是现在所谓的“附体”，就是饿鬼在作怪。

但对这些饿鬼，我们不能生嗔恨心。其实它们非常非常可怜，为恶业所迫，没有丝毫自由，一门心思就是想害众生。作为大乘佛教徒，妖魔鬼怪危害我们时，我们一定要修“舍身法”，将身体布施给它们。同时还要回向善根，愿它们获得北俱卢洲的福报。

大小乘的论典中都讲过，北俱卢洲众生寿量千岁，不会有横死现象。北俱卢洲也没有地水火风等自然灾害，不会出现地震，不需要天天住在外面的帐篷里。那里的庄稼是自然稻，自然生长，不必稼穡耕耘；饮食衣服都从如意树上随意而得，无有匮乏……那里的人类因福业所感，恒常远离贫乏等痛苦，无有造恶业的机会。不像我们南赡部洲一样，为了饮食而拼命求财富，为了财富而拼命造恶业，本想排除痛苦、迎接安乐，不料却遇到许许多多的麻烦。有些人即使有钱、有地位，看来似乎特别快乐，但为了保持快乐，又要继续奋斗，下极大的功夫，身心上遭受无边的痛苦。所以不要说饿鬼界，我们的感受也没有一个不苦的。

我们一天不吃饭、半天不喝水，感觉如何大家很清楚。但饿鬼因吝啬之业所感，这么长的时间得不到饮食，数百年中连水的名称也没有听过，这种痛苦简直生不如死。所以我们应该发愿：一方面让它们自然而然获得各种饮食，同时，以大慈大悲观世音菩萨的加持力，遣除它们的各种痛苦。

汉地和藏地的经典中都说，观世音菩萨发广大心

到饿鬼界度化众生时，首先身体放光普照，消除它们所有的痛苦。之后，示现神通，手指与脚趾及每个毛孔不断流出甘露乳汁予以饮用，并为它们普遍平等地降下食物，解除它们数百年得不到饮食的饥渴痛苦。吃饱喝足后，观世音菩萨为之宣说“喻玛呢巴美吽”妙法，令它们往生极乐世界，全部名为“施欲”。在汉地，观世音菩萨的形象多为手持净瓶，从瓶中洒下甘露，解除一切饿鬼的痛苦，正如古人所形容的：“瓶中甘露常遍洒，手内杨枝不计秋。”

我们利益众生的时候，要尽量想到饿鬼。包括平时倒水、倒剩饭时，应念一些观音心咒。《广释》中也提过“智慧流星咒<sup>17</sup>”，这个咒语对饿鬼众生的利益很大。当然，它比较长，如果不能念，也可以念《水施仪轨》中的咒语<sup>18</sup>或观音心咒。

在这个世间上，饿鬼哪里都有。有些人晚上才害怕鬼，不敢出门，白天好像不怕，其实白天也是有饿鬼的。所以，我们应该经常念观音心咒，让饿鬼们全部依靠观世音菩萨的加持，吃得饱、穿得暖，还要好好地洗个澡，毕竟这么久没有听到水的名称，身体肯定比较脏，应该依靠观世音菩萨的加持，让它们好好地享受一下。

---

<sup>17</sup> 喻 嘉纳阿瓦洛革得、那美萨曼达、萨帕鬬纳、瑞莫巴瓦、萨玛雅、玛哈玛讷、德日德日、舍达雅作拉那吽。（于江河、湖畔，右手捧一掬水，诵此智慧流星心咒七遍，加持七掬水而倒入江湖中，以佛眼视之，所有现前之饿鬼众，皆获得具足如天人之饮食胜味，且各各饿鬼获足七摩揭陀斗之饮食。仅饮彼水，彼一切饿鬼即从其道解脱，转生善趣也。凡诸男子、女人、童男、童女及旁生、饿鬼、鸟类、水族等，若饮此水，一切恶业及业障悉皆清净，且转生善趣也。）

<sup>18</sup> 喻 哈热得（dèi）索哈。

## 辛二、回向善趣众生：

愿盲见形色，聋者常闻声，  
如彼摩耶女，孕妇产无碍！

此处回向的对象是善趣人道的可怜众生——残疾人。在人类当中，双目失明的盲人，恒时处于一片漆黑中，这是最痛苦的事情。（听说有一个人叫“阳光”，表演节目等方面非常有能力，但他是一个盲人，根本见不到阳光。）还有聋哑，什么表达能力都没有，其苦难以付之言表。尽管现在发明了盲文、助听器，但也解决不了根本问题。因此，菩萨在回向时发愿，愿所有的盲人都能见到色相，聋者都能听到声音。（其实，眼科医生的功德是很大的，因为能令很多盲人复明。）

有关经典中说，有些人之所以成为天盲，是因为前世对别人供灯制造违缘，熄灭佛灯；或者，众生的光明是正法，他们舍弃正法、诽谤正法；或者，曾挖掉别人的眼睛，这些都会导致来世成为盲人。我以前放牦牛时，无意中扔石头，把一头牦牛的一只眼睛砸坏了，虽然不是故意的，但觉得自己以后很多世肯定会变成盲人，一直很害怕。我们造的一些业，有些必须用自己的身体来承受、来补偿，不一定念“嗡班匝尔萨埵吽”就解决了。

有些人之所以成为聋哑，是因为别人放一些悦耳的妙音供养佛陀、佛像或佛塔，你去制造违缘，比如有人放念佛机或赞叹佛陀的歌，你死活不让放；还有，对别人闻法制造障碍，人家在专心听闻经典，你却在旁边唱歌说话，这些都是变成聋哑的因缘。所以在闻法过程中，大家一定要注意：不能障碍别人！很多人



安静地听法时，一两个人开始说话，这非常不好。所以我们应该发愿，愿众生不要造这种恶业，即使造了而变成聋哑，也愿他们能开口说话、听到声音。

还有，产妇生孩子也极其痛苦，莲花生大士说：“母子二人中阴迈半步，母除颌骨余骨皆分裂。”很多女人生产时都“痛不欲生”。因此，我们也应当依善根回向，愿一切母亲生孩子时，能像佛母摩耶夫人在蓝毘尼花园生佛陀一样，或者像天女生子一样，没有丝毫疼痛，充满喜悦安乐。

其实，孩子在母体内住胎或降生时，如果是大德或圣者转世，就会有各种瑞相；如果是恶人投生，也有各种恶相。藏地就有这种说法：“我肚子里的孩子可能是坏人，我天天都做噩梦。”或者：“我肚子里的孩子是个好人，我天天都做善梦。”这一点也是有根据的。佛经中记载，未生怨王住胎时，他的母亲整天生恶心，想杀死他的父亲，因此未生怨王降生后，造了很多滔天大罪。而福力王子住胎时，他的母亲与以往完全不同，很想讲经说法，有一次她在高高的法座上，脱口而出讲了很多积福得乐的道理。以前她根本不会讲经，不要说讲经，可能连讲考也讲不好，但因为福力王子的福报非常大，他入胎之后，母亲自然有了讲经的能力。还有释迦牟尼佛住胎时，摩耶夫人也是辩才超群、讲法不绝，她的身体接触任何一个病人，病人马上痊愈；接触任何一个可怜众生，此众生当即摆脱痛苦。所以，不管圣人还是恶人，住胎或降生时有不同的相兆，这的确是事实。

总而言之，愿所有陷于苦难中的人们远离一切痛

苦。不管现在的医学也好、科学也好，若能想办法让残疾人恢复六根，这也是诸佛菩萨和三宝的加持。听说现在产妇生孩子，不用特别痛苦，有各种各样的药物帮助。表面上看来，这是医学高明的结果，但实际上，也是诸佛菩萨不可思议的威神力。因为包括寂天菩萨在内的大德们都发过愿，愿产妇就像摩耶夫人一样无痛分娩，所以依靠未来的医学方便，令无数女人远离了痛苦。大家平时念诵回向文时，要尽量想到这些最可怜的人，把他们作为善根回向的对境，愿他们永远获得快乐！

## 第一百九十五节课

### 思考题

1. 世间上有哪些无衣者、饥渴者、绝望者？你会怎么样帮助他们？请从两个方面阐述。
2. 遇到被疾病困扰的有情时，你打算如何帮他们解除痛苦？
3. 对于胆怯者、束缚者、软弱者，应该怎么样回向善根？
4. 每个凡夫人都有不同的目标，这在菩萨眼里怎么看待？我们对此应如何发愿？
5. 经商牟利的商人、行旅在外的旅人有什么苦楚？对此应当如何回向？

《回向品》继续讲依靠菩萨的福德力、善根力，遣除善趣可怜众生的痛苦。

愿裸获衣裳，饥者得足食，  
渴者得净水，妙味诸甘饮！

我们人类需要饮食来维持生活，还需要一定的衣服蔽体，一旦缺乏这样的条件，就没办法存活下去。世间有很多穷人连衣服都穿不起，赤裸全身，骨瘦如柴。在一些照片和新闻中，南非等偏僻地方的众生，身上只穿一些树皮，或者一家人只有一两件衣服，到目前为止许多部落相当落后。包括我们藏区，也有相当一部分人衣不蔽体、食不果腹，他们的生活你根本想象不到，不敢相信21世纪还有那么可怜的人。对于

这些缺衣少食的众生，我们应该将自己的善根默默回向，愿他们生生世世都能得到足够的妙衣和美食。

现在大城市的有些人，衣服实在太多了，衣柜里都装不下，一间房子、一间房子用来装衣服。他们一辈子中，不要说穿烂这些衣服，可能连轮流都轮不到。这也是前世积累福报的结果，那些无衣可穿的人，按照佛经的说法，是曾毁坏或抢夺包经书的布、佛像的妙衣，或者抢夺其他众生的衣服，所导致的果报。对于这些人，我们不仅应该回向，有条件、有能力的话，自己多余的衣服也应该布施给他们。

有些人喜欢帮助熟悉的人或认识的人，而素不相识的人，则根本不愿意给，这并不是菩萨心肠。最近我们那边有一个乞丐，看见他身上穿的衣服，自然会生起悲愍心。有些人说他是假装的，但我觉得不一定。所以大家有能力的话，应当尽量地布施，同时也愿他们能尽快获得妙衣。

世上还有很多饥肠辘辘的挨饿者，现在虽然没有什么饥荒，但也有很多人连饭都吃不上。尤其是偏僻地方的人，从其脸色也看得出来，他们不断忍受着饥渴之苦。这些人之所以如此，也是因为前世抢夺别人饮食、对人家供僧制造违缘等恶业所致。我们要想办法让他们不要挨饿，这也是菩萨的一种发愿。

其实人饿急了的时候，连人肉都会吃。在1930年到1936年之间，四川出现大饥荒，父母吃孩子、孩子吃父母等令人发指的现象到处都是。当时还有一种说法是：“小娃儿肉好吃不出门，小伙子肉好吃打不赢，老婆婆的肉吃起绵得很！”后来1959年和1960年也出

现一些饥荒，包括我们藏地，也有些人死了之后，尸体很快被别人吃掉了。

如今世界各国的粮价飞涨，众多专家对此评论不一。当然，出家人没必要有太大的顾虑，佛陀说过：“所有在家众，指甲上耕耘，吾之出家僧，生活无贫困。”从历史上看，知足少欲的出家人，无论处于什么环境，从来也没有饿死的情况。不过佛陀在《毗奈耶经》中要求出家人不能堕两边，既不能堕于苦行折磨的边，也不能堕于纵情享乐的边。作为一个修行人，不应该放纵无羁、整天享受，什么约束都没有；也不能生活条件太差了，营养不足，最后修行也不会成功。所以，我们应该发愿生活“中等”。

作为在家人，这个标准线也非常重要。你平时不要太奢侈了，一顿饭动辄好几万块钱，过多的浪费对你也不利。当然，如果你过于贫穷，做什么善事也没有条件。在家人赚钱并不容易，倘若没有勤奋努力，财富不可能从天上掉下来。可是在追求财富的过程中，很多人积累资粮、行持善法往往会受延误，所以修行人应该知足少欲，生活到了中等时，要有一种满足感。否则，把所有的时间和精力用来追求财富，到头来，随着欲望的极度膨胀，财富的增长与痛苦的增长会成正比，财富越多，痛苦越大，有一百万求一千万，有一千万求一亿，始终没完没了，最后陷入痛苦的无底深渊。因此，不管是出家人、在家人，生活要一个标准线，有吃有穿、生活比较宽裕就可以了，应该用“可以”打一个句号，不要任由自己无止境地贪求下去。

除了饥饿、贫穷以外，还有一种痛苦就是干渴。前段时间闹地震，有些人在废墟里死不了也活不成，渴得非常厉害，只好喝自己的尿，这样才保住了性命。听有些关在监狱里的人说，渴比饿还要恼火，人经常需要喝水，不然就像花枯萎了一样，根本活不成。世间上因干渴而死的人特别多，所以我们应该发愿，愿他们得到净水、牛奶，以及百事可乐、沃尔玛等各种饮料，还有很多矿泉水。

昨天，文殊小学的学生们买了很多矿泉水，去草地上玩。我问他们：“野外本来就有矿泉水，干嘛非要买瓶子里装的？这是加工过的！”他们回答：“老师说地上的水不能喝，瓶子里的水才可以喝。”记得《萨迦格言》中说，鸟雀再口渴也不喝地上的水<sup>19</sup>，也许他们是鸟雀的化身吧。其实，现在的矿泉水有好几道加工，不知道是否对身体有利。但我们学院的龙泉水，是龙王赐予的，还有上师如意宝和全体僧众的加持，是最好的矿泉水。但愿所有的干渴者都能得到这种泉水！

愿贫得财富，苦者享安乐！

愿彼绝望者，振奋意永固！

世间上有很多贫困者，他们可谓一贫如洗、身无分文，穷得叮当响。愿这些人能丰衣足食，一切财富圆满。

所谓的贫穷，有些人是物质上的，有些人是精神

---

<sup>19</sup> 《萨迦格言》云：“智者无论再计穷，绝不迈步愚者道，犹如燕子虽口渴，绝不吸饮落地水。”

上的，其实精神上的贫穷更为可怜。以前在佛陀时代，有个人供养佛陀一个如意宝，佛陀说：“我要把它给世上最可怜、最贫穷的人。”于是很多乞丐集聚在佛陀面前，可怜兮兮的，一个个都想得到赏赐。结果佛陀没有给他们，却给了全印度第一大富翁波斯匿王。可见，内心不知足的人比物质匮乏的人更痛苦。现在也有很多这样的人，表面上生活极其富裕，但由于佛教知识贫乏，精神世界一片空白，内心的痛苦远远超过乞丐。乞丐到了晚上的时候，数数一天的收获，很容易得到满足，睡得也特别香。但有些富翁，赚了几百万仍嫌太少，整晚都在考虑如何发财，也许睡都睡不着。

世上有许许多多“苦者”，有些身体痛苦，遭受各种各样的折磨；有些内心痛苦，心理压力非常大。但心苦与身苦比起来，我觉得心里的痛苦更加严重。以前我们学院有个砌石头的老头（今年好像没有来），他从早到晚，一边做工一边唱歌，非常开心。很多道友都喜欢听他的歌，那天我还问：“我们的歌星今年怎么没来？”他这样的人，身体虽然苦，但心里不苦。而有些人身体不苦，心里却非常痛苦。曾有新闻记者问一高官要员：“您为什么每天愁眉苦脸？”他以强硬的语气回答：“中国有9亿多农民，压力非常大，我怎么不苦？”所以，有钱有权的人也无法摆脱痛苦。我们作为大乘菩萨，应该愿一切苦者获得身心快乐。

还有那些心灰意冷的绝望者，比如感情上受到重大打击，从此一蹶不振；或者得了癌症，觉得一切都完蛋了；或者投资金融、证券、保险等行业，骤然一

落千丈，从亿万富翁变得身无分文……愿这些人能精神振作，意志坚定而永不颓丧。

前两天我们一个寺院的一个出家人还俗了，他叫索甲波，出家可能20多年了。他爱上一个女人，两人跑到别的地方，他给另一个出家人打电话：“你可不可以跟我父母说一声？让他们不要太伤心，我实在是业力现前，没办法控制！”那个出家人跟我讲，他到他的父母那里婉转地说：“你儿子有一个口信，如果你们特别伤心，我就不说；如果你们能原谅他，我就告诉你们。”他父母根本没有料到，觉得没什么不能原谅的，就让他说。他说：“你儿子还俗了！”听到这个消息，他母亲绝望过度，当场昏过去。（一般来讲，藏地都有这种传统：家里有一个出家人，是无上的光荣，一旦他还俗了，父母非常绝望伤心。）当时他母亲还哭着说：“为什么我不早点死啊？为什么我还留着啊？我死的时候，家里有一个出家人，还有一个依靠处，但现在一切都完了！”不过，这种情况如果发生在汉地，可能会有不同的反应：子女出家了，父母特别绝望，觉得一切都完了；但若听说孩子还俗了，不但不绝望，反而特别开心，敲锣打鼓地来欢迎。

现在的社会，不仅穷苦的人会绝望，很多高科技人才也常面临这种困扰。尤其是网络和计算机日新月异，一个新技术出现时，这个厂倒闭了、那个厂倒闭了，过去的技术人员很容易被淘汰，所以技术更新也给人们带来一种恐慌绝望。对于世间上所有的绝望者，我们应该发愿：依靠佛菩萨的加持，愿他们能振作起来、坚强不屈，一切致命的打击都消于法界，死



囚不用判死刑了、癌症患者突然痊愈了，人人都能从心灰意冷的阴影中解脱！

愿诸病有情，速脱疾病苦！

亦愿众生疾，毕竟永不生！

藏传佛教中，这个偈颂常用于加持病人。意思是说，愿所有患病的可怜众生，依诸佛菩萨的加持力、菩提心的威神力，都能迅速摆脱疾病痛苦。

以前也讲过，一个人生病是杀生的报应。很多人的病在医院里检查不出来，医生也诊断不出来，这就是前世杀害众生的果报成熟，治疗的方法唯一就是忏悔。当今时代，得各种疾病的人非常多，我们应该竭尽全力回向，愿正在痛苦中挣扎的众生，依靠药师佛、阿弥陀佛及观音菩萨的加持，病苦早日消失无踪。

一方面要这样发愿，另一方面，假如你懂得一些医术，应在力所能及的范围内，尽量用来利益众生。有些人以前学过很长时间的医，现在出了家以后，有时候舍不得用，这样不太好。你的技术应该用于众生，而且是自愿的，不一定让别人求你。你自己觉得利益众生的因缘成熟了，只要有一分能力，就应该自愿发心。否则光是口头上说利他，但实际行动中，明明有能力却不愿意做，这不是合格的大乘行人。

现在不少大医院里，所谓的“白衣天使”，早已荡然无存。很多医院为了赚钱，不择手段，搞各种手脚，病人极其可怜。前两天我看见一个病人，医生说如果有钱，她还有一分希望，但是她一点钱都没有，所以哭得特别伤心。对于这些众生，我们发大乘菩提

心的人若不伸出援手，却口口声声说要救度更可怜的地狱众生，这恐怕是不现实的。

所以，大家有利益众生的机会，一定不能轻易错过。利益众生和弘扬佛法需要因缘，当它出现的时候，一定要抓住机遇。世间人做生意要抓住机遇，但这不是很重要，而利益众生和弘扬佛法的机遇千载难逢，只要它出现了，我们一定不能放弃。

要想消除所有病人的疾病，一方面要靠我们的发愿，另外也要靠圣者的加持。晋朝有一个法师叫竺法义，有一次他病得很严重，时间特别久，怎么治都好不了。他一心一意祈祷观世音菩萨，忽然有一天，梦见一个人剖开他的肚子，把他的内脏掏出来清洗，洗干净后再放回去缝好。当他一觉醒来，所有的病都好了。类似的公案在《开启修心门扉》中也有。

《高僧传》中说，元魏时有一个叫道泰的法师，曾梦见有人告诉他：“你将于42岁寿终正寝。”到了那个时候，果然生起很严重的病来，他觉得自己必定会死，听人说供养62亿菩萨和念一声观世音的人福德相同，他对此坚信不疑，一心一意地念观世音。后来出现奇迹般的发光，他也马上痊愈了。

因此，我们自己生病时，应该以虔诚的信心祈祷三宝。同时，给病人加持时，也应该观想救苦救难的观世音菩萨。比如，有人头痛的时候，要想从观世音菩萨胸口发出白光，遣除他的一切疾病；如果你自己有病痛，也可通过诸佛菩萨的光来遣除，并观想业力以疾病的方式消除。而且我们还要发愿：愿世上一切生病的众生，立刻解脱这种痛苦；还没有生病的众生，

愿他们永远健健康康，不要生一点病。（有些人应该是福报吧，从小到大从不生病。我就遇到很多这样的人，身体非常强壮，从来也不打针吃药，像钢铁做的一样。这种健康是前世不杀生的福报，即生中也应该再次发这种愿。）

我们作为凡夫人，对身体不执著是不可能的，一旦有了病，不要说大病，仅仅一个头痛就受不了，什么有意义的事情都干不成。有时候看来，经常生病的人已经习惯了，而不常生病的人一生起病来更可怜，就像被石头击中的麻雀一样，身衰力竭，无精打采。所以，作者在此发愿：愿任何一个众生千万不要有疾病的折磨，并愿一切疾病永远消失绝迹！

愿畏无所惧，缚者得解脱，  
弱者力强壮，心思互饶益！

在学习《回向品》的过程中，不管你有真实的菩提心，还是相似的菩提心，最好能时时刻刻用这个来发愿回向。前段时间我请了一些著名歌手唱《入行论》的颂词，也做了视频和音频。每个人虽然没有发到，但每个小组都发了，希望你们尽量刻录，有时间就多听。在城市里，很多人开车时喜欢放音乐，令自己生贪心、嗔心、散乱心，这样还不如放《回向品》，让自己的心随之而转。

我们学院个别的发心人员，前不久也发了吧？外面的人，基本上给每个小组发了一套。麦彭仁波切也说过：“修行人最好不要有任何散乱。如果难免有一些散乱，也应该是随顺善法的散乱，不应该听歌、跳舞，不要引生自己的贪心嗔心。”

《回向品》的音乐，也找人加了一些图片作成视

频。他们唱的时候，我要求吐字清晰，后来听了一下，确实很不错。尤其这次讲完之后，每一句是什么内容、应该怎么样发心，大家都会比较清楚，到时候一边听一边发心，这样非常有意义。城市里的很多人开车时，经常碰到堵车，到处都是人的海洋、车的海洋，坐在车里也很闷很烦。如果这时依靠寂天菩萨的加持，聆听《入行论》悦耳动听的声音，逐渐遣除心里的烦躁，也是一个非常好的事情。

本品的内容十分丰富，轮回中所有的痛苦都描述得非常清楚，我们要把自己的福德回向给一切可怜众生。此处是说，世间上有很多恐慌不安、坐立不宁的胆小者，始终觉得妖魔鬼怪缠着自己。有些修行人也是如此，总担心半夜三更有人敲门，拿一个刀子闯进来。甚至有些人路上看见个黑影，就以为是土匪躲在那儿。还有些人连上厕所都不敢，包括男众也有个别人，看起来特别壮，可是胆子特别小，天黑后就不敢出门，一直躲在家里，缩在墙角拿转经轮念“嗡班匝尔萨埵吽……”。我们愿所有的胆怯者都无所畏惧，天不怕、地不怕，有一种英勇无畏的气概。

世间上还有许多束缚者：有些关在监狱里，被铁镣等捆着；有些被烦恼所捆缚，一瞬间的自由也没有；有些妻子被丈夫管得死死的，有些人被家人束缚着，从来也没有快乐。但愿这些人从缠缚中解脱出来，得到自在与安乐。实际上最大的快乐就是自由，佛经中说：“束缚是痛苦，自由是快乐。”法王在五台山，也造过这样的教言。所以愿一切束缚者，通过我们念解缚咒、修解缚法，从中获得解脱。

还有一些弱小者，平时软弱无能，在人多的场合说不出话来，什么事情也不敢做，一点小小的挫折，都会给他们带来致命打击。愿这些人身心强壮，能坚强面对各种逆境，表面上看来比较软弱，但任何违缘也无法摧毁你，在一切困难面前，你都可以昂首挺胸。

当然，有些人虽然身心坚强、力气很大，但往往非常粗暴，经常欺压别人。愿这些人心地善良，恒时怀有相互饶益的爱心，以慈悲心爱护所有的众生，与他人没有冲突矛盾，非常和谐。

我们发愿的宗旨，就是希望众生的痛苦都消失，全部获得快乐。在这个世间上，许许多多的人表面上快乐，实际上并不快乐；表面上强壮，实际上非常脆弱。但愿这些人能鼓足勇气、具足威力，相互间充满饶益之心。

愿诸营商贾，处处皆安乐，  
所求一切利，无劳悉成办！  
愿诸航行者，成办意所愿，  
安抵河海岸，亲友共欢聚！

为财物而经商牟利的商人，经常有一种不安全感，尤其是当今时代，做生意的人风险特别大。本来作为一个在家人，比如说牧民，在保护牦牛的情况下，享用酥油、牛奶也没有太大过失；作为一个农民，虽然在耕耘的过程中，难免杀害众生，但只要没有杀心，作一个忏悔就可以了，戒律中也有开许。所以，农民、牧民靠自己的劳力来维持生活，这是很正常的，佛陀并没有要求他们统统出家。原来我们学院有一个老和尚，他看见一个在家人就大声叫：“你不要造业，马

上出家！”有一次我们去四川某个城市，他看见一个在家人就说：“不行不行，太造业了！你马上跟我出家，我当你的剃度师！”他的心倒很善，但这是做不到的。佛陀时代出家人占的比例都很少，所以在家人规规矩矩生活，佛陀也是开许的。作为商人也是如此，辛辛苦苦得到的财物，自己享用没有什么不可以的。

不过，很多商人的欲望非常非常大，在欲望不断涌现的过程中，经商很容易连本带利赔进去，最终有破产的危险性。所以寂天菩萨发愿说：愿所有恐慌不安、没有安全感的商人们，平安快乐，经商顺利，所求的一切利益能不费吹灰之力得到。

我们每个人都有不同的目标，有时候我走在大城市的十字路口，红灯一亮，所有车都停了，每个司机盯着前面在等，他们各有一个目标；那个时候，过路的人开始出来了，他们匆匆的脚步中，每个人也有一个目标。我们可以发愿：愿街上所有人的目标都得以实现。若是一个菩萨，他会这样想的，他不会认为：“这些密密麻麻像蚂蚁般的人群，跟我没有任何关系，他们的事情我才不管，我只顾自己就好！”菩萨绝对不会这么想。

我们看到一个蚁穴时，成千上万的蚂蚁把这儿的东西搬过来、那儿的東西搬过去，这些行为真的没有什么意义。同样，菩萨看我们也是如此，这里修一个房子、那里做一点事情，每天都转来转去，也跟蚂蚁的生活没什么差别。但对这些众生而言，他们觉得自己的事情最有意义，所以我们应该发愿：暂时愿他们心想事成。比如一个蚂蚁想把小虫的尸体搬到洞里，

我们愿它一路上不要有任何违缘，一路顺风！（一个道友使劲给我点头，看样子，他以后遇到蚂蚁，肯定就这么回向。）

“愿诸航行者，成办意所愿。”愿空中海上的航行者也都如愿以偿，平安抵达对岸，与亲友欢聚一堂。在古印度，许多人为寻求摩尼宝而入海求宝，这是非常危险的事情。《释尊广传》中有一个叫财马车的商主，他是佛陀的因地，当时他们5个人去大海取宝，回来时遭遇狂风恶浪，船只严重受损。正当商人们恐惧万分时，商主把摩尼宝夹在腋下，让他们紧紧抓住自己的身体，通过游泳以一人之力带众人到了岸边，但最终因劳累过度而死去。众人对他的遗体进行供奉，取出其腋下如意宝，令大家都摆脱了困苦。佛陀因地时这样的公案在《广传》中不胜枚举，包括《八大菩萨传》当中，也有很多这方面的故事。

如今倒没有人去海上取宝，但不管海上也好、空中也好，旅客们都想安全到达目的地。以前法王去普陀山时，我从来没有坐过船，到了中途，海浪特别大，我心想：“今天可能完了！”一直默默念观音心咒。结果看到汉地很多人一点也不害怕，觉得这是正常现象，我稍稍有点安慰，但过一会儿又不行了。后来我问很多道友，他们也特别害怕，只有到了岸上才松一口气。以前印度可能也是这样，寂天菩萨看到很多人过海、过河时不安全，中途遭遇鲸鱼、巨浪、狂风暴雨等危害，因而愿这些人，包括现在走路、坐汽车、坐火车的人，千万不要遇到违缘。

总而言之，我们作为大乘佛教徒，对众生一定要

有颗善良之心。如果这颗心扩大，愿他们获得如来果位；若没有达到这种境界，则愿他们不要遭受任何痛苦，获得一切快乐。此处愿所有的航行者承办的一切事情圆满成功，平安抵达目的地。这个时候，亲朋好友在岸边一直欢呼，手拿几朵花，就像80年代的电影一样。我们发了大乘菩提心的人，要有这样一种心态，不管对什么样的众生，始终有一颗善心，愿他们不要遭遇痛苦，即使遇到了，也能尽快获得解脱——这就是《回向品》的内容。



## 第一百九十六节课

### 思考题

1. 对于“迷荒郊者”，我们应当如何帮助？从深义而言，可引申为什么意思？
2. 你知道哪些护法神？供护法时，如何祈祷才是合理的？你平时是怎么做的？
3. 一个人修持佛法，需要具备哪些条件？反观自己，你是否具足了？
4. 有些修行人认为自己什么都不执著，因而平时衣冠不整、行为不羁。对于这种现象，你是如何看待的？

现在还是讲善根回向于善趣众生。

善趣中有很多可怜众生，我们要一一地想出来，将善根福报回向给他们，之后他们获得利益而离开痛苦，暂时具足人天福报，究竟获得三解脱果位。这是每一个大乘佛子的愿望，也是大乘佛教的中心思想。那么今天继续讲：

愿迷荒郊者，幸遇诸行旅，  
无有盗虎惧，无倦顺利行！

此处回向的是那些迷失在荒郊野外的漂泊者、迷路者。

在古代，广阔无边的沙漠中，经常有人迷失方向。唐玄奘当时前往印度时，若不是观世音菩萨加持，可能也会示现圆寂。还有很多人在森林中迷路而饿死，

《释迦牟尼佛广传》中也讲过，甚至有些国王去森林打猎，也会找不到回家的路。由于当时没有指南针，再加上很多地方荒无人烟，因环境陌生而迷路的现象十分常见。

古代是这样，现在虽然远比古代先进，但也有在荒野中不知所向的情况发生。从2000年到2007年，新闻上常可以看到“迷路死于……”的字样，据苏丹一家报纸报道，多名苏丹青年为了寻找报酬丰厚的工作，冒着生命危险穿越利比亚沙漠，结果在沙漠中迷路而渴死。还有消息说，某某沙漠中发现几名迷路者的尸体，他们在途中汽油耗尽，因迷路和干渴而死。我们作为大乘修行人，应始终想到这些可怜众生，愿他们能找到自己的方向，如果实在找不到，以诸佛菩萨的加持，也有幸遇到一些路人，得到帮助而抵达安全之处。

昨前天我去了几个学校，其中一个叫宗美学校，他们学校编了一本书，收集了很多小学生的作文。有个小学生写了一篇作文叫《我做了一件难忘的好事》，故事描述得很简单，但其意义相当深远。她说：我跟几个同学到山上捡牛粪，回来时天突然变了，下起了毛毛细雨，山顶云雾缭绕，很难找到路回家。忽然我听到一阵哭声，沿着声音去寻找，发现一个小孩子，坐在那里哭。我问：“你怎么啦？”她说：“我和同学来捡牛粪，因为下雨，大家都跑散了。我迷了路，走也走不动，特别冷！”她一直在哆嗦。我就把这个小孩背起来，将她送回家。当我回去的时候，天已经很晚了，爷爷奶奶特别不高兴，一个劲儿地责备我。我

把整个情况讲了一下，他们听完后说：“你这样做好事，我们也很赞叹，今后你要再接再厉。”我说：“爷爷奶奶，我一定会的！”

这是一篇很普通的作文，对我们大人来讲，内容十分简单，但每个人从小都应养成这种习惯，不仅要读书，懂一点知识，同时也要有爱心，帮助别人、助人为乐。否则，学知识只为了造福自身，那你文化程度再高，也意义不大。

所以，平时若遇到别人有困难，我们应该义不容辞地帮助他，不但要发愿，实际行动中也要去做。有时候我到汉地，坐车不知道方向，问路时也可以看出路人的素质。有些人非常慈悲，详详细细地给你指点：“从这里右拐，再右拐，再右拐——”这些人也应该有菩萨精神吧。

迷路在荒郊野外的人，往往会遇到可怕的老虎、豺狼、人熊、毒蛇、强盗、土匪等恐惧，愿他们在旅途中无有这些危险，旅途中一切顺利。现在很多地方不安全，虽然物质高速发展，但人们的内心越来越堕落、越来越苍白，在道德沦落的社会中，遇到恐怖分子司空见惯。很多出名的明星、歌星、富翁，连走路都很害怕，听说有些人找替身，让与自己一模一样的人坐自己的车，结果确确实实被害了。退一步说，就算你只是个普通百姓，也会担心这个、担心那个，为了防止小偷的光顾，家里的防盗窗跟鸟笼没什么差别。

我们发了大乘菩提心的人，只保护亲人朋友，是一种低劣发心，我们应该愿世间上所有的众生，遣除

一切恐怖畏惧，出门时一帆风顺、一路平安，车祸与空难等违缘全部消失，即便上班或在家时，也远离一切怖畏。这样发愿，是积累资粮最好的一种方法。

可是很多人的世间习气比较重，大乘心偶尔生得起来，但若没有前世的善根、今生的串习，想长期保持有一定的困难。所以学佛的时间一定要越长越好，时间越长，境界越稳固，越不会被各种违缘动摇。否则，谁都想变成很好的修行人，想以清净的生活度过一生，然由于每个人的因缘不同、愿力不同，再加上接触的朋友、社会环境也不相同，最后成功的寥寥无几。记得堪布阿琼在教言中说：“譬如藏地的赛马，虽然目标一致，但骑马者快慢不同、因缘不同，最终得奖的不是很多。同样，每个人都发心想成佛，但到了中间时，有些疲惫不堪，半途而废；有些遇到恶知识，误入歧途；有些心力不够，停了下来；有些拼命往前跑，但却跑得不快，不可能到达目的地。”

学佛，真的是靠心力还有因缘。我有时候回忆自己刚来学院时，那么多道友在上师面前听经闻法，而现在呢，有些人菩提心的力量非常强大，不但是度自己，度的众生也非常多；有些人不要说度众生，简直就是给佛教抹黑；有些人没搞什么好事，也没搞什么坏事，只是默默无闻地呆着。可能在座的道友也是这样，每个人入藏都是同一目标、同一发心，希望到藏地来求法修行，但由于各自的因缘不同，所接触的人也不同，最终结果有天壤之别。所以，现在发心非常重要，我也不必每天提醒，但没有智慧、记性不好的人要经常督促，不然很容易倒下去。

论中的每一个愿词，表面上没有什么难懂，但其意义非常深奥。本颂可从字面上直接解释，也可从更深的角度理解：在广大无边的轮回中，三界众生迷失了方向，因为没有遇到旅客这种善知识，恒时为贪嗔痴的老虎和强盗所威胁，因而智慧的生命处于危急状态。但愿这些不知方向的可怜众生，能幸遇大乘佛法的商旅队伍，安然踏上修行的菩提大道。

现在社会中，人人都在寻找智慧，可这种智慧只是吃穿生活的智慧，而不是了脱生死、获得解脱妙梯的智慧。我们不妨静下心来想想，真正遇到甘露妙法的人并不多，三界轮回那么多众生沉溺在苦海中，始终被烦恼的鲸鱼所吞噬，永远不会有快乐，因此我们应该发一种善良的心，这样，大乘修行也会成功的。

愿诸天守护，无路险难处，  
老弱无怙者，愚痴癫狂徒！

祈愿所有的白法天尊、护法神，在无路险恶之处，保护身处危险、无人照顾的老弱病残。愿那些无依无怙的老人、幼稚无知的孩童以及愚昧疯狂的精神病患者，时时能得到天尊护法神的庇护！

世间有很多缺乏照顾、特别可怜的老人。我有时候觉得，乞丐中年轻一点、身强力壮的，去要饭可能不太辛苦，但有些老年人，腿也不好，身体也不好，真的非常可怜。昨天我出去时遇到一个老师，他母亲四肢残废，每晚痛得特别厉害，一直在惨叫。她1990年开始病的，病了18年，卧床16年。但他非常孝顺，为了母亲而没有成家，因为成家的话，任何妻子都不

愿照顾她，很多女人特别害怕嫁给他。所以他一直单身，白天给学生教书，中午、晚上回去照顾母亲。他已经照顾16年了，但从语气和态度看得出来，他对母亲仍十分爱护，还拜托我去念经加持。我们有些人不要说16年，照顾母亲16天的话，恐怕语气也不会这样。人与人的确不相同，孝顺的孩子和不孝顺的孩子还是有本质上的差别。但不管怎么样，他母亲确实非常可怜，死也死不了，活也活不成，每天晚上疼痛难忍，一直在喊，她和儿子都无法睡觉。我不知道她以前造了什么业，不过，没人照顾的话，她会非常可怜。

如今社会上强调建养老院，对那些可怜的老人有很大帮助。藏地有些大德也在建养老院，我曾去过很多，那些养老院让老人念咒语，用佛法来引导他们。当然，也有政府或慈善人士办的养老院，光是解决吃住问题，暂时对他们有利，但究竟来讲，老人们整天晒太阳、讲是非，没完没了，就在那儿等死，看起来有点可怜。

然后弱小者，主要是无父无母的孤儿。现在也有一些孤儿院，对孤儿的帮助非常大。

还有精神癫狂者，现在也有很多精神病院，若不是为了赚钱，也不是为了自己的利益，真正帮助他们的话，这个功德不可思议。因为不管是谁，都想成为正常人，可是由于前世的业力，今生没办法控制自己的心识，遭到世人唾弃，自己必定非常痛苦。

在这个世间上，无依无怙的老人、孩子、精神不正常者非常非常可怜，因此，我们平时应该将善根回向给他们，供护法时也不要天天保佑自己身体健康、

心想事成，一切都围绕着自己转，而应祈祷庇护他们。

供护法，有些人认为是藏地的传统。确实，藏地每个寺院和每个修行人都很重视供护法。《莲花生大士传记》中记载，莲师初来藏地时，许多鬼神制造违缘，莲师依靠神通一一降伏，让他们发誓作护法神，保护佛法。其实这种故事在汉地也有，比如关公，就是智者大师在荆州玉泉山时，有一天坐禅入定，忽然天昏地暗、狂风暴雨，关公率鬼神眷属现出种种可怖景象，扰乱智者大师。（三国时期的关公，被吕蒙砍了头，因嗔心太重，成鬼后始终无法得度。）大师面无惧色，对其谆谆开示佛理。最终关公向大师求授三皈五戒，正式成为他的弟子，并发誓今后不但不损害修行人，反而保护佛教，愿作佛教护法，这就是汉传佛教的“伽蓝菩萨”。我觉得跟藏传佛教的大德弘法或禅修时受到鬼神危害，降伏其成为护法神的故事完全相同。

我们平时供护法，不能天天求保护自己，而应祈祷弘扬佛法和利益众生。世间上有很多可怜的老人、孤儿、精神病患者，但愿通过护法的不共威力，让他们找到自己的归宿。一个老年人进了养老院，这就是护法的加持，不一定非要很神奇，只要让他享受安乐就可以；一个孤儿没有父母，遇到一个人领养他、照顾他，也是护法的加持。我们平时发愿回向，就应该这样想。

按藏传佛教的观点，保护佛教和修行人的善神有吉祥怙主七十五尊，是非常出名的护法神，莲花生大士的很多修行法中都有祈祷仪轨。还有，每个人来到人间后，形影不离的有五种守舍神——乡土神、父族

神、母族神、战神、生命神，我们只不过看不见而已，实际上他们都存在。一、乡土神：你在哪里降生，当地的土地神中专门有一个来保护你。二、父族神：你父亲是什么种族，延续下来有一个天神，一般处于你右肩。三、母族神：你母亲是什么种族，延续下来有一个天神，一般处于你左肩。四、战神：保护你的命运、你的名声，我们藏地有一种说法：“这个人的战神很厉害，他做什么都成功，一直是美名远扬。”战神厉害的话，就算他不是好人，口碑也很好，做什么都很顺利。五、生命神：你的寿命延续多少年，他就一直保护你。这五种神与每一个人共存共亡。《佛说灌顶经神咒经》中说，受三皈的人还有三十六部神王携众眷属守护，譬如善光神、善月神，各自都有不同的神通力。

我们有很多天神守护，但不要天天都是想自己别遇到违缘。前两天我要求大家供护法，很多道友也经常供护法，但供的时候你们也想一想：“我是不是为了利益众生？想帮助很多可怜众生？”发心的动机非常重要，比如说一个领导，他上台的目的是什么？如果为人民着想，目标是对的；如果只为自己升官发财、贪图享受，那就搞错了。

学习大乘佛法的人，始终都要观察自己，看能不能摧毁自私自利的我执。若能在摧毁我执的基础上利益众生，那么不管别人赞叹与否，你的方向和发心都是对的。如果没有这一点，一切都围绕自我而操作，这方面还是需要调整！



愿脱无暇难，具信慈爱慧，  
食用悉富饶，时时忆宿命！

愿众生都能脱离八无暇的险难处，具足信心、慈心与智慧，尽情享用无罪业的清净食物，受用丰足富裕，恒时能回忆自己的前世。

前面也讲过，修持佛法必须远离八无暇，《般若八千颂广释》云：“地狱饿鬼与旁生，边鄙蛮人长寿天，邪见不逢佛出世，喑哑此等八无暇。”这八处没有空闲修持正法，故叫做八无暇。

具体而言，**地狱**有寒热之苦，**饿鬼**有饥渴之苦，**旁生**有被人役使之苦，三恶趣众生日日夜夜感受剧苦，没有修法的机会；佛法不兴盛的**边鄙地方**，那里无有佛法，因而也不会有修法的机会；若转生到**长寿天**，一直处于无想状态中虚度光阴，也同样不具备修法的时机；如果投生为**邪见者**，心不堪能而没有修法的良机；假如**佛不出世**，就遇不到佛法，也没办法修行；投生为**喑哑**的愚痴之人，自心无法调柔，今天听了一个小时的课，结果一句也没记住，一直在做梦，梦中还看了很多精彩节目，这种愚痴人无有机会行持佛法。远离了这八种无暇，就称为具足闲暇，我们应该发愿具足。

当然，仅仅远离八无暇还不够，信心、智慧、慈悲这三者也缺一不可。如果没有信心而具足邪知邪见，对因果、三宝、四谛不相信，即使遇到佛法也没有用。现在很多持邪见者，怎么给他讲有前世后世、因果不虚，他也不信。因此，首先有信心很重要，信心是一切功德的根本，信心是一切功德之母，没有信

心的话，根本不会趋入佛教。

如果只有信心而没有智慧，不要说出世间的甚深佛理，连世间的基本问题也无法解决，什么有意义的事情都搞不成。当然，这种智慧应该是正智，现在有些人通过电脑偷盗、杀生，这些智慧叫做邪慧。

光有信心、有智慧，但没有悲心也不行。大乘佛教的根本就是慈悲心，智慧一定要用来利益众生。假如你看到可怜众生，一点感觉也没有，那绝不是大乘法器。因此，务必要发愿利益一切众生，看见可怜众生时，心里有一种刺痛感，这才算是大乘佛教徒。

大家要反反复复观察自己，看自己具不具足信心、智慧、悲心？倘若具足了，即便你不是大成就者，也是名副其实的大乘修行人。倘若缺了一个，就如同三角架缺了一只脚，其他两只脚也会站不稳，所以这三者一个也不可缺少。我们应发愿所有的众生不但远离八无暇，而且要具足这三个佛教的根本。

同时，还愿众生享用无罪业的清净食物。不要像现在有些人，吸毒、抽烟、喝酒、吃肉，每一口都在不断地造恶业。我们不吃肉的话，怎么生活都非常清净。说实话，我有时为了办事在一些应酬的过程中，看见有些领导吃顿饭造了无数恶业，他们一开口就点活鸡、活鸭、活鱼，每个人都大口大口吃，不断灌毒水般的酒，然后抽烟，还恶口骂人、诽谤三宝……在短短一两个小时中，造下了千百万劫不得人身的罪业。但他们不信因果，还觉得这样很了不起，认为自己没钱时如何潦倒，现在享受这么高档的待遇，一个劲儿地吹自己。看到他们的行为，我们也能生起相似

的悲心。

但愿所有众生享用的食物，生生世世远离五种邪命，维持清净的生活。虽然我们不能像米拉日巴等前辈大德一样，住山洞、吃野草、喝净水，但在家吃一些清净的饭，佛陀也是开许的，不会有罪过。因此，每个修行人在短暂的人生中，应当规范自己的行为，这是很有必要的。

还愿众生能够忆念宿世，这对行持善法的帮助非常大。佛陀时代有很多不信因果的人，他们依靠不同的因缘忆起前世，后来也都护持佛法。以前舍利子传法时，被一只母狗听到了，母狗死后转生为一个女孩，后于佛前听闻佛法，证得了阿罗汉果位。我们凡夫人没有宿命通，其实如果能回忆前世，就像《贤愚经》所说，对修行会有很大帮助，可消除对佛法的很多怀疑。

我以前也讲过，有一名叫印亮的比丘尼，曾来过我们学院两次，她小时候常能忆起自己前世是一只鸭子，一次偶尔的机会，她去拜访本焕老和尚，在顶礼时前世情景历历在现，她不禁痛哭一场，并很快在那里剃度出家。（她是中央美术学院毕业的，在学院也呆过一段时间，她画的画以前我那里比较多。）原来，本老在“文革”期间为公社放鸭喂鸡，他常给那些鸡鸭皈依三宝，为它们念经咒回向，而印亮比丘尼就曾是一员。

去年我们学院有一个尼众，也认为自己是本老的徒弟。她倒不能回忆前世，但总梦到自己是一只鸭子。后来本老过100岁生日时，她就下山了，现在可能也

没有回来。

本老的好多“鸭子”都跑到学院来了，其实我以前放牦牛时也给它们念过经，但我的“牦牛”不知道到哪里去了？也许我当时念得不专心，它们现在仍在恶趣中也未可知。不过那天有一个人问：“我是不是您放的一头牦牛？”我说我不知道，他说他也不知道，双方都没有证据，也说明不了什么问题。（众笑）

英国牛津大学有一个博士，他的名字叫伍尔格，是著名的心理学家和轮回学家，他通过催眠术证明了前世的存在。他有一个病人叫波娜，他用催眠的方法帮她忆起了两个前世。波娜首先看到很久以前，在某古老的部落里，自己是一个女人，刚生了一个婴儿。当时那个部落闹饥荒，她因为太饿，就把婴儿吃掉了。结果就在那一世，她看到自己也被野兽给吃了，这都是过去生中的冤家。

紧接着在第二世，她又轮回转世，也在一个古老的部落里，她这次做了婴儿。那个部落也正闹饥饿，没东西吃，婴儿的母亲就把婴儿吃掉了。那个母亲是谁呢？就是她上一世的婴儿转世而来。

《楞严经》云：“以人食羊，羊死为人，人死为羊。”人杀羊来吃，羊死变成人，人死变成羊，在轮回中冤冤相报，这种说法依靠催眠术就可以了解。现在有些人通过瑜伽士、空行母的加持回忆前世，这对修行非常有帮助。因此，《普贤行愿品》等诸多大乘愿文中，能回忆前世是相当重要的一个发愿。

受用愿无尽，犹如虚空藏，

无诤亦无害，自在享天年！

愿一切有情所享用的财物，就像虚空藏一样取之不竭、用之不尽。

“虚空藏”是一种三昧或等持的名称，得到这种等持之后，自己所希求的任何财物，不管是饮食、住处、房屋，皆可自然而然出现，就像打开宝藏一样。

《华严经》等大乘经典中，都赞叹过虚空藏菩萨。以前佛陀在转法轮时，虚空藏菩萨来到佛陀面前，通过他的等持开大宝藏，佛陀赞虚空藏菩萨是“贫穷者吉祥之瓶”。

我们也应该发愿，愿众生的受用永远取之不尽，财富圆满，在享受的过程中，不要你夺我争、争执不息，而应像劫初的人们一样，怎么样享用也无人约束，自由自在地安享天年。

佛经中说：“有诤说生死，无诤即涅槃。”有争论，就是生死轮回的根本，如果没有争论，则会趋入究竟涅槃。因此，我们平时应该回向，愿所有众生要什么就有什么，而不是像现在的人一样，有一点财富又怕这个又怕那个，担心被别人抢夺，有种种的顾虑。

藏传佛教念《烧施仪轨》或者对饿鬼布施时，都是念本偈颂。如果你没时间念长的仪轨，在倒水、倒剩饭时，可一边念这个一边观想很多饿鬼在享用，享用的过程中不要打架冲突，把身体弄得伤痕累累。通过圣者金刚语的加持，愿众生圆满获得各自所需！

愿卑寒微士，容光悉焕发，  
苦行憔悴者，健朗形庄严！

一般来讲，地位显赫、长相好看的人，在世间会得到很高的待遇，而地位卑劣、相貌丑陋、极其贫穷者，世人经常蔑视他们，另眼相待。他们自己也非常自卑，在众人面前抬不起头来，生怕别人嘲笑自己。对于这样的可怜人，但愿他们相貌端严、容光焕发。

其实，人的相貌是可以改变的。以前我们读书的时候，有些人在班里最难看，但过了几年以后，变得像天人一样庄严，而原来特别好看的人，后来却面目全非、惨不忍睹。所以一切都是无常的，现在最难看的人，通过不同的加持和方便，过段时间也许会成为最庄严的人。因此，我们要经常发愿，愿那些可怜的丑陋者，个个容光焕发、神采奕奕，受到世人的尊敬，不要一出门，别人就说你“影响市容”，摄像时也特别讨厌。（长相的美丑，只不过是个人审美观不同。实际上，每个人都有美丽的一面，毕竟人人皆有如来藏，如来藏上就具足相好庄严的功德。）

还有许多无吃无穿的憔悴者，就像我们藏地所形容的：“这个人可怜兮兮的，脸上的灰有一尺厚。”因为他很长时间没有洗脸了。愿这些人个个健壮，身材魁梧，形色庄严。

上师如意宝也讲过，不管出家人、在家人，相貌端正看能给人带来快乐。藏地有一种说法：“长相难看是命运的安排，但没打扮是你的自卑。”所以，你不好看也没办法，毕竟是老天爷安排的，但还是应该洗一洗脸，衣服穿干净一点。假如你长得也难看，穿得又破破烂烂、特别邋遢，看起来不太像人，大家都会讨厌的。

作为一个修行人，衣服应该穿得干净整齐，行为也要有分寸，不要像乞丐一样不伦不类。出家人应该像一个出家人，在家人应该像一个在家人，无论出门也好、在家也好，自己要有一定的威仪。其实威仪是一个人素质的体现，如果你的素质不高，人前的“表演”也不一定很精彩。尽管这些是世俗的行为，但佛陀在戒律中也规定了：吃饭时该怎么样吃，走路时该怎么样走，穿衣服时该怎么样穿……如果说威仪不重要，那佛陀就不会规定这么多了。因此，有些修行人不要认为自己什么都不执著，用“不执著”和“空性”两个词来打破所有的界限，否则，这也是堕入一个边！

## 第一百九十七节课

### 思考题

1. 全世界都提倡“男女平等”，为什么在很多发愿文中却有“转女成男”这一条？你对此有哪些看法？
2. 在这节课中，我们如何回向成为利益之因？如何回向成为安乐之因？
3. 什么样的人，魔众不会找他麻烦？一切魔障归纳起来是什么？什么才是最大的魔障？
4. 《楞严经》云：“愿今得果成宝王，还度如是恒沙众，将此深心奉尘刹，是则名为报佛恩。”这个教证该怎么解释？你对它的意义有哪些领会？
5. 我们周围的环境中有瓦砾、荆棘，这是如何形成的？要想改变它，应当怎么发愿回向？

《回向品》中讲了很多可怜的善趣众生，我们一定要将善根回向给他们。今天还有一个颂词：

愿世诸妇女，悉成男子汉，  
寒门晋显贵，慢者转谦逊！

愿世上所有的妇女都变成伟健的男子汉，所有卑下之人晋升为达官显贵，傲气十足者变得温顺谦虚。

为什么愿女人都变成男人呢？这方面的教言以前也讲过，佛教的思想并不是重男轻女，而是因为佛陀以智慧照见，女众业障深重，与男众比起来，许多地方自叹不如。因此，《宝积经》、《金光明经》、《白



莲花经》等大乘经典中，宣说了女人不得转轮王位等五种过失，以及女人的不共烦恼与痛苦。

这些过失，其实我们也看得出来。与男众相比，有些女众虽然很聪明，也很能干，但大多数人的心眼很小，嫉妒心强，是非也比较多。这一点我深有感触，多年来给这么多四众弟子传授佛法，经常发现男众对很多事情看得比较淡，而女众，尤其是世间上的有些女人，各种执著非常强烈，对财物和人的感受也很敏感。因此，佛陀经常宣说女人的过失，在《药师如来本愿经》等很多经典中，诸佛菩萨发愿时也都愿生生世世转为男身。

作为一个女修行人，对佛陀应该具有信心，尽量发愿下一辈子不再转女身，并愿所有的女人都变为男子汉。《阿含口解十二因缘经》中记载，有个阿罗汉以天眼彻视，见女人堕地狱者甚多，便问佛陀是什么缘故。佛陀告诉他：“有四个原因。一、女人对珍宝等财物很贪执；二、女人的嫉妒心比较强；三、喜欢说是非，口业比较重；第四、搔首弄姿，姿态不如法（佛陀曾讲过女人的八十四态）。”女人不但多堕地狱，也多堕于饿鬼中。《正法念处经》云：“女人多生饿鬼道中，何以故？女人之性，心多嫉妒，丈夫未随，便起妒意，以是因缘，女人多生饿鬼道中。”

当然，男人也有这些烦恼，但总体来看，孰重孰轻，恐怕比较容易分辨。真正办大事、解决大问题，女人的能力比较弱。不要说佛法的成就，即便是各国的总统元首、高官要员，女人占的比例也不多。除了烦恼深重以外，女人生理上也有一些缺陷，按照藏医

的说法，女身天生有32种妇科病，与男身完全不相同。鉴于诸如此类的种种原因，佛陀当年给比丘尼制的戒律有三百六十条，较比丘多出一百多条。《极乐愿文》中也说：“闻佛阿弥陀名号，乃至未获菩提间，不转女身转贵族，生生世世具净戒。”

当然，在究竟实相上，是不分男女相的。《转女身经》云：“诸法悉如幻，但从分别生，于第一义中，无有男女相。”从胜义角度而言，众生皆如幻，无有男女之别，但从世俗角度来讲，女身确实有很多过患。

不过，境界较高的女成就者或者心地善良的女修行人，也远远超过很多男众。在《极乐愿文大疏》中，拉喇曲智仁波切说：“虽然以罪恶感召而投为女身，可有些信心十足、知惭有愧、明晓善恶的女人，正所谓的‘身体低劣境界高’，一百个坏男人也无法与之相提并论。”（嘿嘿，很高兴！女众在我们这边占大多数，也要讲一点安慰的语言。）确实也看得出来，有些修行人虽然是男身，但贪嗔烦恼极为强烈，不如一些清净的女人。历史上不管是汉传佛教、藏传佛教，都有很了不起的女修行者，尤其在密宗当中，依靠密法的不共修行，女身成就的现象相当多。因此，显宗经典中对女众的特别呵斥，也是具有密意的。我们在发愿的时候，低劣的女身，生生世世都要舍弃，愿获得具有善心、种族高贵的男身。

“寒门”指种姓低劣的贫寒者或行为不如法之人，如妓女、屠夫、猎人等等。但愿依靠诸佛菩萨的威力和大乘佛子回向的善根力，让他们很快时间中获得地位、财富、名声等荣华富贵。

还有许多傲慢者，自己没有任何功德，即使有一点，也成了增上慢。包括有些出家人，觉得自己很了不起，跟其他道友合不拢，种姓上、智慧上、能力上都认为自己超人一等，在人群中格格不入。愿这些傲慢者不要有如是大的烦恼，即使再有超胜的功德，也应谦虚谨慎、随顺众人。

在这个大千世界中，佛陀出世间和世间的功德和智慧，任何人也不会有，但佛陀在众比丘前是怎么谦虚的，大家应该很清楚。还有许多传承上师，他们的境界、智慧、悲心、信心，普通人几百世精勤修行也赶不上一分。可是这些上师愿做仆人来奉献一切、利益众生，像他们这种至高无上的精神，我们值得学习，应该成为榜样。

有些傲慢的人，拥有一分超越别人的力量，就觉得自己高高在上，这是修行最大的障碍。俗话说：“傲慢的铁球上，不会沾一滴功德水。”具傲慢者，哪怕走路、说话、吃饭，也可以显出他的与众不同。有些人稍有一点财富、地位，就用歧视的眼光看别人。尤其是偏僻地方的小领导，哪怕当一个局长，就觉得肚子大了好多，眼睛一直冲着天，根本不看下面的人。

我们发了大乘菩提心的人，理当成为众生的公仆，不但口头上说，实际行动也要这样做。如果有了功德、有了学问，依然对众生特别尊重，那你内心的知识会显得更为庄严。因此，愿世间的傲慢者都变成谦谦君子，平易近人，有种亲切感、温和感。有一点点功德，就在身体和语言上暴露无遗，这确实没有任何意义。

庚三（为共同之利而回向）分二：一、回向成为利益之因；二、回向成为安乐之因。

辛一、回向成为利益之因：

愿诸有情众，因吾诸福德，  
悉断一切恶，常乐福善行！

这个偈颂是说功德回向众生，成为总利益之因。我们这次讲授、听闻《入行论》，以及很多人对此善举随喜、赞叹、生欢喜心，毫无疑问绝对有功德。每天讲课、听法、辅导，哪怕只是一个颂词，其功德也不可思议，通过比量能完全推得出来。再加上寂天论师造论的三世善根，我们将这些如海般的功德回向无量众生，愿他们生生世世断除杀生、偷盗、邪淫等十不善业，杜绝违犯别解脱戒、菩萨戒、密乘戒等佛制戒的恶行，转生地狱、饿鬼、旁生及善趣中的盲人、喑哑、乞丐、低劣种姓者等苦果也全部消失。同时愿他们行持不杀生、不偷盗等十善业，清净三种戒律，行持无上佛果之因的一切善法，以此原因，暂时获得人天快乐，究竟利益众生，成就三种解脱。这种回向也非常重要。

佛法的宗旨，就是“诸恶莫作、众善奉行”。《宝鬘论》也说：“当以身语意，断诸不善业，恒常奉行善。”这是我们每个人应该做的。可是放眼整个世界，尤其是不信佛教的群体中，人人都是诸“善”莫作，众“恶”奉行，造恶业者数不胜数，而行持善法者却寥若晨星。这些人真的非常可怜，虽想得到暂时和究竟的快乐，但“愚人虽求乐，毁乐如灭仇”，他们该行持的善法不奉行，不该行持的杀盗淫妄等恶行却乐此不疲，把

快乐之因当成敌人一样摧毁无余。所以我们回向善根时，愿他们的恶行全部断尽，灾难、疾病、痛苦全部消失，就像劫初时一样，大家都乐于行持善法。

看到众生行持善法，我们作为一个修行人，心里还是很快乐的。前两天我去了一个寺院，寺院附近的老百姓，从其眼神和行为也看得出来，他们对三宝特别有信心，对出家人和上师也特别恭敬。听到他们平时行持善法的事迹，我真的非常随喜。世界上不同的角落，有不同的风俗习惯，有些地方依靠善知识的引导，行持善法非常乐观。而有些地方的人们，虽然财富比较圆满，住的是高楼大厦，开的是豪华轿车，表面上看来风风光光，但他们的悲心、信心、智慧、出离心极其贫乏，非常可怜。但愿这些人的内心也能快乐和富足，大家应该发这样的愿。

《佛说十善业道经》中云：“当知菩萨有一法，能断一切诸恶道苦。何等为一？谓于昼夜，常念思维观察善法。”因此，我们学佛的人应该经常提醒自己，行持善法在一切行为中最重要，哪怕走路念几句观音心咒，这种习惯也要尽量养成。

不过，念观音心咒有时也要随顺当地习俗。在我们藏地，见到尸体时一般会念观音心咒，虽然念给活人听，功德也很大，但在活人面前没有这个习惯。前段时间跟我出去的一个道友，看见一个人的脚不太方便，马上要绊倒了，就大声地念：“嗡玛呢巴美吽！”结果那个人特别生气。虽然从理论上讲，观音心咒可以给死人念，那也可以给活人念，但通常没有这个传统。就像汉地在打电话时，说：“阿弥陀佛，你好！”

大家都能接受，但如果说：“释迦牟尼佛，你好！”别人会觉得你有问题：“我又不是释迦牟尼佛！”因此，对各地的习俗应该尊重，行持善法的过程中，该念什么咒、该念什么经，要掌握分寸。其实这种习惯很好，看见一个可怜众生，可以通过这种方式来帮助他。

愿不舍觉心，委身菩提行，  
诸佛恒摄受，断尽诸魔业！

尤其是愿众生不离愿菩提心和行菩提心，行为上尽心尽力地行持六度万行，同时愿他们蒙受诸佛菩萨、善知识的垂念加持，遣除修行中的一切违缘魔业。

首先，不离菩提心非常重要，本论前几品中已经讲过，发愿时也要经常这样想。前段时间有一个修行人，去拜访我认识的一位上师，我问他到底发了什么愿，他说：“其他的愿我也不会发，我就在上师面前祈祷：愿我生生世世纵遇命难也不舍弃三宝，不舍弃菩提心！”我听了之后，的确从内心里很高兴。

大家今后遇到善知识、朝拜圣地、参加大法会时，在三宝所依面前，要好好地磕头发愿：“愿我乃至生生世世，遇到生命危险也不舍殊胜觉性菩提心。”这个非常重要，《普贤行愿品》长行文中也有“不舍菩萨业供养、不离菩提心供养”，菩提心和菩提行这两者，我们永远也不能舍弃。

如果你没有舍弃觉性菩提心，对布施至智慧之间的六波罗蜜多就会全心投入，这样一来，诸佛菩萨便会经常垂念。当然，诸佛菩萨垂念，也离不开我们平时祈祷。前两天要求吃饭时念一些偈颂供三宝，大家

最好不要忘。如果你平时工作忙、事情多，特别长的经典念不来，那可以念一些短的仪轨或祈祷文，这没什么做不到的。譬如，《金刚经》不能念的话，《心经》应该可以念；《佛号宝鬘》不能念的话，个别佛号可以经常念；《百咒功德》不能念的话，有些咒语可以多念。平时对自己有一种要求。

我们发愿时除了永不舍弃菩提心外，还要祈祷诸佛菩萨摄持，断除修行中的一切魔业。《般若经》说，魔众对每个修行人都会有障碍。有些人总抱怨：“魔众太猖狂啦！你们修行肯定很顺利，我经常遇到一些魔障。”其实并不是这样的，只要你修行成功，魔王波旬就不高兴。有关经典中说，假如你是懒惰者，就不会出现魔障，因为懒惰就是魔，你既然已经着魔了，魔王便不会再干涉。看你那么懒惰，一直睡懒觉，魔王很高兴；你平时很散乱，行持善法很放逸，他也很高兴，不会让你出“违缘”的。

但如果你比较精进，魔障就会层出不穷。不过，对特别精进、智慧高的人，魔众也会知难而退。《般若摄颂》中说：有四种非常精进的人，魔众不会找他麻烦。哪四种人呢？一、利益众生不舍菩提心之人；二、安住于空性境界之人；三、誓言非常坚定之人；四、蒙受诸佛菩萨加持之人，这四种人不容易被魔业束缚。

其实，魔业的形式比较多。《大集大虚空藏菩萨所问经》中说，喜欢小乘、不喜大乘，是一种魔业；对密宗生不起信心、对大乘六度万行生不起信心，是一种魔业；不护菩提心，也是一种魔业。《华严经》

还讲了十种魔业，其中忘失菩提心就是魔业。因此，我们修学大乘的过程中，身体生病、做噩梦不算是魔业，最大的魔业就是对菩提心没有兴趣、退失信心，不愿意利益众生，这是魔王波旬最高兴的事情。《现观庄严论》中所阐述的魔业，实际上也是围绕菩提心而讲的。

因此，大家应经常发愿：“愿我生生世世受诸佛菩萨、善知识摄持，远离一切魔障！”一切魔障归纳起来就是对菩提心、菩提行制造障碍，如果你这两方面很顺利，就没有其他魔障了。做一点噩梦没有什么，四大不调时风脉显现一些相也没有什么，念一些咒语就可以解决了。有些修行人对噩梦特别执著，其实噩梦并不是什么魔障，你特别强烈的自私心比噩梦还严重。可谁都没有认为自私心是着魔，总觉得做噩梦、自己不顺是着魔了，这是一种错误的想法！

**辛二（回向成为安乐之因）分二：一、回向实现意愿；二、愿离不幸。**

**壬一、回向实现意愿：**

愿诸有情众，万寿永无疆，  
安乐度时日，不闻死殁名！

愿一切有情都万寿无疆、长命百岁，恒时安乐度日，不要有痛苦，甚至连死亡的名称也听不到。

菩萨所有的发愿，其精义就是不舍菩提心，永远利益众生。《楞严经》中说：“愿今得果成宝王，还度如是恒沙众，将此深心奉尘刹，是则名为报佛恩。”这个教证的意义非常深，我们发愿得到圆满如来正等



觉的佛果，这是菩提心的第一个要求；得佛果不是为了自己快乐，不像现在的腐败分子一样，当领导就开始享受，而是将所有的力量奉献给众生，度化如恒河沙数的一切有情，以此菩提心供养十方诸刹佛陀，就是报答佛陀的恩德。如果一个人有这样的利他心，愿他的寿命绵长无限，《别解脱经》中也说：“行持善法的人，活的时间越长越好；而造恶业的人，活的时间越短越好。”

大家对佛陀应当有报恩之心，若能如此，在世间活多少时日都很快乐。这种快乐并不是有漏的快乐，而是像极乐世界等清净刹土一样，连死亡的名称都听不到，不会一打开报纸就是——这里翻车死了多少人，那里自杀性爆炸死了多少人，这里闹地震，那里有雪灾，那里暴风雨……种种死亡接连不断、没有穷尽。我们愿所有的众生就像北俱卢洲的有情一样，无有中间死亡的现象，每个人都能活一千年。

然而现在末法时代，人的寿命不会太长，一旦活得很长，会被认为不吉利。汉地有种说法是：“老而不死，谓之妖。”我们藏地也认为，老年人的头发如果不白不太好。但这些是民间说法，老年人不一定非要白头，很多老年人喜欢把头发染成黑色、红色，这也没什么不可以的。

其实，众生的寿命越长，这说明福报越大。释迦牟尼佛以前的几尊佛出世时，有些是人寿八万岁，有些是人寿六万岁，有些是人寿四万岁<sup>20</sup>，但随着众生

---

<sup>20</sup> 《大本经》云：“毘婆尸佛时，人寿八万岁。尸弃佛时，人寿七万岁。毘舍婆佛时，人寿六万岁。拘楼孙佛时，人寿四万岁。拘那含佛时，人寿三万岁。迦叶佛

福报越来越微薄，寿命也越来越减少。以前我看过明朝的一本书，名叫《五杂俎》，里面讲了各个朝代的百岁老人，寿命最长的有两百多岁。其中“洛阳李元爽”，活到了136岁，唐代诗人白居易在《九老图诗序》中也提到过。还有大名鼎鼎的彭祖，据说他活了八百多岁。那么现在最长寿的人是多少岁呢？截止2002年，世界上寿命最长的人是印度的一个妇女，有130岁高龄。不知道她现在是否健在，如果仍然健在，我们去献一条哈达，愿她再活100年。

很多人都希望自己长命百岁，以前法王在世时，有些居士就委托我们：“听说法王加持力很大，可不可以让我永远不死？”有些老年人想自己永远不死，获得长寿持明的果位。其实凡夫人的生命是有漏的、无常的，就像水泡一样不坚实，但即便如此，我们也应尽量发善愿，见到一个人就愿他万寿无疆，而不要想：“你短命！你该死！”菩萨的心，随时随地都要散发出利他的光芒。

愿于诸方所，遍长如意林，  
充满佛佛子，所宣妙法音！

祈愿东南西北、四方四隅的一切方所，遍布极乐世界或三十三天那样的如意树，众生需要什么快乐，均可从如意树上直接降下。而且在如意树林中，到处充满如来与诸大佛子演说妙法的悦耳之音。

在一些极乐世界图中，通常是佛陀坐于菩提树下传法，众菩萨在周围环绕谛听，就像释迦牟尼佛在鹿

---

时，人寿二万岁。我今出世，人寿百岁，少出多减。”

野苑给五比丘和八万天子转法轮一样。如《普贤行愿品》所说：“众会围绕诸如来，悉在菩提树王下，所有一切众生语，悉以诸音而说法。”

极乐世界等清净佛土中，十方自然充满宣说佛法的妙音；在福报具足的天界中，天鼓、树木、飞禽等也会宣说四法印。娑婆世界完全变成这样有一定的困难，但我们应当像法藏比丘因地时发愿那样，愿十方世界都遍满如意宝树，其中有无量佛菩萨所宣讲的微妙法音，或者愿世间各个角落都遍满诸佛菩萨，他们正在给众生传授佛法。

从这些大乘教言中也可了知，登地菩萨还要在如来面前听受佛法。而我们现在有些人，听完一部就认为再也不用听了，这是一种邪见。凡夫人觉得自己不用闻法，而登地菩萨还要不断闻法，可见凡夫人与菩萨之间的差距特别大。因此，我们要发愿再再地闻法，如果自己有能力和能力，应该在不同世界宣扬佛法，让所有的地方都遍满佛法甘露。随时要发这样的殊胜大愿。

普愿十方地，无砾无荆棘，  
平坦如舒掌，光滑似琉璃！

普愿十方世界的大地，不要像娑婆世界这样凹凸不平，遍满土石草木及不干净的东西，而应变成像极乐国土、琉璃世界那样，没有沙砾、土石、荆棘，处处平坦如掌，光滑得好似琉璃。

《大乘无量寿庄严经》中云：“彼佛国土清净严饰，宽广平正，无有丘陵、坑坎、荆棘、沙砾、土石等山。”我们周围的环境中有瓦砾、荆棘、沙漠，是

嫉妒别人、恶口骂人的增上果，成熟在外境上的报应，而西方极乐世界以黄金为地、东方琉璃世界以琉璃为地，这种清净的环境在娑婆世界不可能有。就算个别众生因福报现前，所住的环境非常舒服，但也无法与佛刹相媲美。《长阿含经》中说，清净佛刹“地平如掌，无有高下”，地面光滑柔软，遍满芬芳扑鼻的鲜花，极其舒适悦意。

即使我们没有这种环境，但也可以发愿将来获得，就如同一个人在读书时，虽然身无分文，却可发愿当大老板时要修一所豪华的别墅，有了这个心愿，也许长大后就会实现。同样，我们现在虽是凡夫人，但因地时也可以为了利益众生，发愿创造、庄严自己的刹土。大家也正在学《现观庄严论》，里面的有些发愿，就是为了成佛利他而做准备的。

我们所处的娑婆世界，是吾等本师释迦牟尼佛以大悲心摄持的，很多人都不愿摄持如此污秽的世界，但释迦佛因地时却发下五百大愿，说将来成佛时所摄受的众生是什么样的，自己的刹土又是如何，如今他已经成佛了，所有的愿也都圆满实现。因此，你们不要认为：“我只是一介凡夫人，连一地菩萨都不是，准备成佛的刹土，是不是言之过早了？”不能这么想。我们每个人在读小学时，都写过《我的理想》这篇作文，这就是我们的人生目标——那天一个老师让学生写作文，内容是你长大之后要干什么，有个学生写：“我要搞虫草生意！”搞虫草生意有什么用呢？我们可不能这样发愿，一定要发愿利益众生，受持清净的刹土。

## 第一百九十八节课

### 思考题

1. 佛教道场需要什么来庄严？我们因地时应该如何发愿？你现在会怎么做？
2. 我们应该对哪些殊胜对境进行供养？什么样的供养功德最大？你以后打算怎么做？
3. 世界上的天灾人祸，主要是什么原因导致的？对此我们应当如何回向？
4. 末法时代，众生福薄，很多药物和咒语似乎越来越不灵验，对此你如何看待？如何回向？

下面继续发愿回向：

愿诸菩萨众，安住闻法眷，  
各以妙功德，庄严此大地！

愿一切菩萨圣众（包括一地至十地的真实菩萨，以及尚未登地、但已发菩提心的胜解菩萨），始终安住在众多闻法眷属的中央，各自运用神通、方便、威力来宣讲妙法，庄严整个大地。

花园里若没有鲜花和树木，则不会庄严，同样，世界上若没有教法和证法，也无法庄严。任何一个佛教团体或佛教道场，一定要有清净的教法和证法，有了这二者，即使外在的条件不是很圆满，对来世也具有实在意义。

大家都知道，今生与来世比起来，来世更为重要。

毕竟人生短暂，再长只不过一百多年，假如为了今生而造恶业，毁坏了生生世世，那么非常不值得。只有行持善法，为来世创造美好的条件，才是智者的选择。任何一个人都不要为了今天而毁了一辈子，毕竟一天只有24小时，而漫长的一辈子更重要。因此，大家的眼光应该放远一点，不要目光短浅、得一失万。为什么菩萨宣讲妙法是道场的庄严？原因就是佛法对来世有利益，能让一切有情生生世世获得快乐。

此处讲了，菩萨在眷属的围绕下，显得极为庄严。《华严经》也说：“诸菩萨众，各各就座，周匝围绕，眷属庄严。”菩萨在各自的道场就座，有缘的眷属围绕着他聆听佛法。世间很多地方都有菩萨的化现，有些是国王形象，有些是善知识形象，有些是婆罗门形象……他们周围有一定的听法眷属。就像我们佛学院，今年讲经说法的法师有110多个，每个人的身边，少则二三十人，多则有几百人，大家都发了大乘菩提心，如是共同学习佛法，利乐有情、庄严国土，是非常值得随喜的！

诸佛菩萨安住在眷属中，佛经中常有这样的描述，如《无量寿经》云：“阿弥陀佛于彼高座，威德巍巍，相好光明，声闻菩萨围绕恭敬。”阿弥陀佛被诸多声闻、菩萨等清净眷属所围绕，当然，个别经典中说极乐世界没有小乘声闻，但我认为，自私自利的小乘声闻是没有，可佛陀幻化的声闻眷属是有的。

不管怎么样，诸佛菩萨化现的善知识，无论居士身份还是出家身份，都经常在众眷属中宣说妙法。佛教的核心就是通达佛法教义，讲闻三藏和修行三学是

佛教的根本。大家今后在力所能及的范围内，应该把佛教的教义尽量传播给众生。道场修得金光闪闪，朝拜的人络绎不绝，却没有讲经说法、闻思修行，那只是给众生种种善根而已。就像一个国家，教育没有的话，政治、经济、军事都没办法发展。释迦牟尼佛传下来的教义，超越一切世间学问，我们后学者若没有通达，好多道理就会变成迷信。

现在很多道场修得非常不错，光建筑就花了几千万，甚至上亿。但我觉得这些不是很重要，最关键的是里面有没有讲经说法和修行教言。如果道场很简陋，但有了闻思修行，一个人也可以成为道场，就像米拉日巴所说：“身是寺庙心是佛，菩提行愿是庄严。”即使你住一个破茅棚，但内心中有佛法的慈悲与智慧，能直接或间接利益众生，也绝对是真正的佛教道场。

作者在此诚心发愿：愿世间上有诸佛菩萨的化现在传法，以讲经说法和闻思修行来庄严国土。国土庄严并不是挂几个彩旗，或者寺院修得特别漂亮，这些没有任何意义。如同一个学校，它的根本核心是什么？就是教育。倘若没有教育，校园修得再美观也没有用。因此，我们佛教徒一定要抓住根本。末法时代以种种原因，很多修行人根本不懂佛教，有些佛教徒披着三衣，但什么善心都没有，每天随世间八法而转，目睹一个众生被杀，一刹那的悲心也不生起来，看到佛陀的身像或经典，一瞬间的信心也没有，这种修行人完全是徒有其表。

所以大家平时一定要发愿，生生世世弘扬佛法。今生有因缘的话，也应讲经说法来利益众生、庄严

国土，不要认为：“我这辈子肯定没希望，下一辈子再说吧！”只要你肯发愿，因缘成熟的时候，无论你是谁什么身份，身边都会出现闻法者，所以一定要发愿！

愿诸有情众，相续恒听闻，  
鸟树虚空光，所出妙法音！

愿一切有情时常能听到诸佛菩萨化现的善知识宣说大小乘佛法，甚至能不断地听闻飞鸟、树木、虚空、光芒中传出的微妙法音，相续中的烦恼当下遣除，获得解脱果位。

这也是非常殊胜的发愿，只要我们发愿，迟早都会实现。阿弥陀佛因地时也发过这种愿，后来的确实实现了，故《阿弥陀经》中说：“是诸众鸟，昼夜六时，出和雅音，其音演畅，五根五力，七菩提分，八圣道分，如是等法。”阿弥陀佛所化现的鸟儿，昼夜六时发出和雅之妙音，宣讲三十七道品。虚空中也经常演说诸行无常、有漏皆苦、诸法无我、涅槃寂静等四法印以及三解脱门。如意宝树也会宣出法音，《阿弥陀经》还有一段说：“微风吹动，诸宝行树，及宝罗网，出微妙音……闻是音已，皆悉念佛、念法、念僧。”

不仅仅是清净刹土，世间高僧大德的境界中有时也会有这种现象。敦珠法王的一个法子叫根桑宁玛，他在寂静地方修行时，飞来一只鸟雀给他讲了许多佛法道理和对未来的授记。敦珠法王的传记中，也有一些飞禽专门给他宣说佛法。我们宁玛巴有个天法派，一个大德叫不变金刚，他的很多法门都是依靠不共指示从虚空中取得的伏藏。甚至普通的草木、风声、水



声，在个别修行人耳中也是咒语佛号，就像金刚橛心咒持诵者、观音心咒持诵者的公案一样，这些都说明心清净的时候，无情物传来的声音也是妙法。

当然，有些人不要说无情物，就算上师传法的声音，也觉得有点讨厌，不想听。或者对家里念佛机的声音，也很反感：“吵得很，快把它关了！”只有清净心，才能观出佛的妙法音。以前上师如意宝去印度，我们到印度首都——新德里时，被安排住进一家比较高级的宾馆。当时那里的条件特别差，我们的屋子没有空调，热得像在火炉里烤一样难受。只有法王的屋子有空调，但不像现在空调一样没有声音，它的噪音很大，一直在“呜儿呜儿”地叫。第二天早上，我们到上师那里去，上师对大家说，一个小时中空调所发出的声响，传到他的耳中竟然成了念诵文殊赞的动听妙音——“文殊金刚尊，一心祈祷您，殊胜加持智，遍满吾相续。”

后来我们在印度呆了6个月左右，返回尼泊尔时，有一天法王说从夏绒卡秀塔那边发出一道光，感觉到要去一下，就急急忙忙让我们去。我们到了那里转绕佛塔时，上师专门有一段教言<sup>21</sup>，后来被收录在《法王传》里。

转完佛塔，法王信步走进一家卖佛像的店，看见一尊站立的文殊像，手持八大菩萨标志，形态比较特殊，正冲着自己微笑。法王怀疑眼睛看花了，使劲用

---

<sup>21</sup> 法王说：“发愿极为重要。我们无论做任何善事，都应当发广大愿。转绕此佛塔，我们发愿往生极乐世界，千万不要发恶愿，否则就像往昔莲师等前世修造这座佛塔时有头牦牛发恶愿，最后不是变成朗达玛魔王了吗！”

手揉揉再看，突然从文殊像心间发出一道光，融入法王的心间，法王安住于文殊菩萨现空无二的不共智慧中，入定了很长时间。出定后法王十分高兴，当下唱了一首金刚歌，大概意思是：至尊文殊菩萨，您生生世世摄受我，您的恩德很大，为了报答您，我要利益众生。

紧接着，我们又坐车去了佛陀舍身饲虎的圣地，法王流着泪讲了佛陀当年行菩萨道的感人事迹。由于他老人家当天念满30万遍文殊赞（空调声发出来的那个偈颂），以此缘起请到了那尊文殊像，后来此像一直陪在法王身旁。现在应该在门措空行母那里吧，我每次去的时候，都到处找那尊像，但触目可及的地方没有发现，这对我来说，是一尊有殊胜加持的文殊像。

总之，我刚才的意思是，倘若境界比较高，空调声、风雨声传出的也是妙法。但如果心不清净，就算诸佛菩萨来到你面前讲最高的法，你也不一定受益。因此，我们在这里发愿：愿世间的所有众生，不仅有机会值遇善知识开示，甚至在无情法和动物的叫声中，也能得到正法的利益。

愿彼常值佛，以及诸佛子，  
并以无边云，献供众生师！

祈愿众生恒常幸遇圆满正等觉佛陀，以及文殊菩萨、普贤菩萨、弥勒菩萨等佛子，还有诸佛菩萨化现的具有法相的善知识，在他们面前领受佛法精义而得解脱，同时以普贤云供的方式时时供养这些世间明目、众生导师。

我们如果没有因缘亲见佛陀，善知识可以代表佛陀，佛像、佛塔、佛经也可以代表佛陀，供养这些对境与供养佛没什么差别。所谓的供养，有财物供养、承侍供养、修行供养三种。经论中说，最上等的供养就是如理护戒、行持善法之修行供养，对上师的供养如是，对诸佛菩萨的供养亦如是。

很多人都认为供养钱最好，其实供养钱你很心疼，供养完了以后，很长时间忘不掉，一直耿耿于怀，那还不如作法供养。法供养的话，自己不会有很大执著，诸佛菩萨又最欢喜，那何乐而不为呢？

因而我们应当发愿，愿众生都能遇到佛菩萨及善知识，通过各种方式对他们供养。法王如意宝在印度金刚座的发愿文——《愿海精髓》中讲了：“未来九百九十六尊佛来到人间时，愿我成为他们的承侍者<sup>22</sup>。”我们也要这样发愿。即生能成就是最好的，不能的话，未来还有很多佛出世，贤劫就有九百多尊佛，人寿八万岁时弥勒佛也会出世，愿我们和其他众生都能遇到这些佛。看见一些不信佛的人，也可以这样默默发愿，愿他们将来一定要遇到诸佛菩萨。（经堂里挂的唐卡突然掉下来，砸在一个道友头上，周围的人吓了一跳。上师笑着说：“你看！佛陀都降临了，开始加持你们了，但愿众生见到佛陀时不要害怕！”）

我经常这样想：“佛陀色身虽然已经涅槃，大恩上师也示现圆寂，但现在还好有佛经、佛号、佛像，时时可以看到，我们的福报非常大！”我不是为了讲

---

<sup>22</sup> 颂云：“未来导师九百九十六，于此刹中示现成佛时，恒时随行愿成胜弟子，愿获广弘事业威猛力。”

课而故意这样说，心里确实这样认为，尤其是每次看到佛像时，觉得自己没有变成旁生或转生边地，实在很幸运。虽然我现在修行很差，各方面也特别差劲，但今生能遇到佛法，哪怕供养一朵花、起一个善心，这种功德也无法衡量。

缘佛陀的功德不可思议，我以前也引用过，《法华经》云：“若人散乱心，乃至以一华，供养于画像，渐见无数佛。”不要说亲自供养佛陀大量金银财宝，仅仅在佛像前以散乱心供一朵花，这个功德也能使我们“渐见无数佛”。如果供一朵花的能力也没有，那在佛像前单手作揖，或者低头示礼，也能成为见佛之因，《法华经》中说：“乃至举一手，或复小低头，以此供养像，渐见无量佛。”我们有些人看见领导或上师就低头，但看到佛像却没有，这是不合理的。表面上这是微不足道的举动，实际上功德不可估量。

真正一个修行人，时时刻刻都应该忆念佛陀，包括自己有饮食住处，也知道是佛的加持，恒常怀有感恩心。然而，愚夫不知道这一点，经云：“由佛福德获饮食，愚夫不知报佛恩。”但若是上等修行人，哪怕天热时吹来一丝凉风、寒冷时照射一缕阳光，甚至剃刀能够剃头发，也都明白是佛的加持。

佛像和佛塔，没有缘分是见不到的。有时候我去汉地寺院，看见很多人为了发财升官，一队一队在供佛、烧香、磕头，虽然发心不如法，但还是很令人随喜。我们若能在人多的地方，修一个佛像或建一个小庙，让人们去供佛拜佛，其实也是很有意义的。

在有生之年，大家应当多积累缘佛的功德。现在

好多道友还可以，吃饭、做事常忆念三宝，但这个时间要长，要养成习惯。有些老修行人就是这样，对习惯了的事情，别人不让做，自己也非做不可。“文革”期间，不管在什么场合，很多老修行人都会偷偷地供佛念佛，因为他们已经习惯了。如果你们今天到学院参加法会，念一个偈颂供三宝，明天又回城市里跟世人打交道，则很难改变自己的习惯。所以，在上师跟前或佛教团体中，呆的时间越长越好，只要时间久了，即使你不去特意改变，有些行为也会逐渐变好。

愿天降时雨，五谷悉丰收，  
仁王如法行，世事皆兴隆！

但愿天神降下及时雨，五谷丰登，仁王依照佛法如理地行持国政，举国上下欣欣向荣。世间遣除一切天灾人祸，不管是地震也好、饥荒也好、战争也好，全都统统消失，大自然风调雨顺，靠天吃饭的农民和牧民衣食丰足、生活无忧。

大家也知道，农民的收成不好，各阶层人士在生活上都会受到影响。但要想风调雨顺，必须看人们的品行好坏，假如经常大肆造恶业，天神和龙王就会发怒，降下干旱、洪水等灾难。

据2008年6月1日新闻报道，连日来南方那边持续强降雨，12个省市遭受了不同程度的洪涝灾害，死亡失踪达一百多人，交通要道被冲断，农田良顷被淹没，经济损失非常惨重。这也是因为人类造业太可怕了。说实话，现在的人不像古人，杀生的手段非常先进，用机器一瞬间可杀害无量众生。随着黑法势力越来越

强大，天人与阿修罗作战时，阿修罗会取得胜利，最后天人无能为力，人间就会出现种种灾难。所以我们应当发愿：愿人们灭除一切罪恶，不要杀生、不要偷盗，尽量地减少恶行，整个器世界一片吉祥。

不管是哪一个国家，君主贤明极其重要。如果君主护持佛法，以慈悲心维护天下苍生，就会如《君规教言论》所说，全国上下肯定蒸蒸日上。就像在唐代，有很多君王护持佛教，当时的国政非常圆满。在藏地也是如此，国王松赞干布、赤松德赞时代，百姓个个奉行善法，人们安居乐业、幸福安康。但若君主毁谤佛法，甚至摧毁佛塔佛像，灾难、不愉快的事情就会降临，这也是一种自然规律。

所以，要想全世界的人们幸福快乐，一定要兴盛佛法，大家应该经常这样回向。我们听经闻法的功德，不要全部回向给自己：“今天听法的功德回向给我妈妈，让她早日从病苦中解脱出来！”旁边的人问：“你妈妈指的是——”你就不好意思了：“是老母有情，所有的众生！”如果你真的将大象、蚂蚁也当作妈妈，那倒是可以，但最初的动机是不是这样也很难说。我们凡夫人有很多很多的毛病，起心动念、所作所为就是为了一个实有的“我”，因此这方面应当尽量断除，想方设法利益众生。

愿药具速效，咒语咸灵验，  
空行罗刹等，悉具慈悲心！

愿所有的药物具有速效，咒语都灵验无比，空游饿鬼、空行罗刹等凶神恶煞具足慈悲心肠。

药物，其实是诸佛菩萨加持所显现的。在古代，草药的药性非常好，只需少量即可解除病痛。而当今时代，随着众生福报越来越减少，造的恶业越来越可怕，药物的性能大打折扣。最近一些营养学家表示：与50年前相比，如今无论是水果还是蔬菜，其所含的关键营养元素，包括蛋白质、维他命以及钙、铁、锌等都要少得多。因此，植物所提炼出来的药物，药效大不如前了。再加上现在很多厂家利欲熏心，为了赚钱而制造假药；个别医院也是利字当头，治病救人的宗旨早已荡然无存，故而很多病人的健康，甚至生命都受到了威胁。

前两天我回来的路上在草地上休息，远远看见一个牧民，就招手叫他过来聊一会儿。他跟我说：“我前两天是个病人，病得很厉害，现在稍微好了。”我问他是什么病，他说：“肝也不好、肺也不好。到汉地去了几个大医院，今天检查这个，明天检查那个，每天要花几百块，结果钱全部用光了，一颗药也没有给，一个针也没有打，我变成穷光蛋就回来了。所以我告诉大家，以后不要去那些大医院。”他说自己回来后，到藏医那里吃一点草药，马上就好起来了，去大医院完全是浪费。

但这是他个人的观点，也许他的遭遇不好，才会这样发牢骚。不过，现在大医院也是这样，一两个礼拜中又要查血、又要作检查，钱不断地流出去，但病还没有诊断出来。这确实是众生的共业现前，但我们始终要发愿，愿一切药物都有速效，迅速治愈患者的疾病。

咒语，分为明咒、密咒、陀罗尼咒三种。不管是持咒者，还是婆罗门仙人，这些咒语都非常灵验。尤其是具有信心和恭敬心的人，持咒的力量不可思议。前段时间，我们学院来了一个出家人，他平时持诵金刚盃甲咒，念几遍咒语，随手拿个东西一吹，这个东西马上特别烫，就像从火里拿出来的。我当时开玩笑：

“现在汉地很多人受唯物论的影响，不信佛教，如果他们看见了，那该多好啊！”这些人去汉地应该很受欢迎，但在藏地，大家都觉得念咒语肯定有加持，肯定有不可思议的力量，做不到只不过你不行持而已，没有什么好惊讶的。

还有很多凶神恶煞，一见到众生就生害心，通过诸佛菩萨的威力，愿他们都具足慈悲心。《释尊广传》中有个月亮王子，他就以慈悲力成功压下食肉罗刹的嗔恨心，调伏他令其恢复本来面目，后来成为斑足国王，以正法主持国政。世间有很多妖魔鬼怪，能给众生带来苦恼和不快，有些人就说：“我身上有附体，总做噩梦，白天有恶魔缠身……”依靠诸佛菩萨的加持，但愿妖魔鬼怪都具有观世音菩萨那样的慈悲心，不但不害众生，反而经常帮助众生、弘扬佛法。

假如我们了知一切皆是诸佛菩萨的化现，修持佛法就会非常方便。《宝积经》有一个教证，《上师心滴》也引用过，经中云：“明咒、妙药、秘方、缘起不可思议，诸佛菩萨的方便、等持、神变的行境更是不可思议。”但凡夫人不明白这一点，不知道药能止痛、佛号咒语有力量，全部是诸佛菩萨的加持。

咒语的加持特别灵验，我自己就有这种感觉，如



果我身体不好，做噩梦，在睡觉之前念一些特殊咒语，绝对不做噩梦。四大不调的时候，不管哪一个人都会出现迷乱的意识、迷乱的现象，为了制止这些，临睡前在诸佛菩萨面前磕头，观想上师佛菩萨的心与自己的心融为一体，在这种境界中入眠，迷乱现象就会消失。这不是别人说的，我自己确有亲身体会。当然，对佛法的信心很重要，如果你信心欠缺，内心中怀疑：“念这个咒语有没有功德啊？先试一试吧，也许有、也许没有。”以这种心态来念，就不可能得到利益。

略而言之，我们要经常发愿：愿世间的假药全部消失，一切咒语都灵验，凶恶的鬼魔具足悲心。包括森林中的毒蛇、猛兽，以及城市里的核武器、损害众生的武器，全都不要——嘻嘻，很多善愿都可以发。

平时若能这样修持，你的心会越来越善良，行为越来越接近菩萨。如果没有这样，学佛只是灌一个顶、念几声咒语，就想在虚空中看见东西，如同吃快餐面一样，这不是佛法。学佛需要长期串习断恶行善，对自心逐渐调伏，若这一辈子都能这样度过，即使你没有明显的神通神变，也对生生世世有非常大的意义。

有些佛教徒不要总是想“我马上要变成什么”，这种想法不太好，一定要为来世打好基础，短暂的人生中不要成为业际颠倒者<sup>23</sup>，对佛法僧的信心永恒不变，始终以清净心来恭敬三宝，虔诚祈祷。只有这样，依靠诸佛菩萨加持与自己信心的聚合，你的相续才会变得越来越好！

---

<sup>23</sup> 《前行》中说：“所谓的业际颠倒，主要是指生于猎人、妓女等种姓中从小就步入业际颠倒之道。但事实上，凡是三门违背正法的所作所为，都属于业际颠倒。”

## 第一百九十九节课

### 思考题

1. 愿众生远离不幸的最好方法是什么？你周围如果有痛苦的人，你会用什么方法来帮助他？
2. 什么是真正的佛教道场？我们如何为佛教道场而作回向？
3. 出家男众、女众在修行过程中，主要有哪些违缘？我们应该如何发愿？
4. 对于高僧大德等智者，怎么样回向才有助于他们弘法利生？为什么？
5. 修行人对名声应该持何种态度？需要防止什么样的极端？

现在还在讲善根回向于善趣众生，令他们获得暂时和究竟的安乐。今天讲“愿离不幸”，愿他们永离不幸之事。

### 壬二、愿离不幸：

愿众无苦痛，无病未造罪，  
无惧不遭轻，毕竟无不乐！

一切众生不管是人还是非人，只要有生命，但愿他们永远健康无病，不造罪业，无有畏惧，不受歧视凌辱，总之，无有任何痛苦，一直开心快乐。

三界轮回犹如火宅，不可能没有丝毫痛苦，凡夫人执著的快乐，只不过是迷乱错觉，若仔细观察它的

本质，绝不会有真正的快乐。在佛教中，这种快乐称为“行苦”，其本质是痛苦的，为了它而付出大量的精力和时间，实在没有任何意义。世人所渴求的快乐，大多数只是感官乐受，跟旁生没什么区别，除此之外诸佛菩萨、声闻缘觉的出世间快乐，他们根本无法触及。

要想众生永远快乐，一定要修大乘佛法，彻底断除业和烦恼，获得大彻大悟，这样才会始终处于快乐中。暂时的快乐并不究竟，比如一个孝顺的儿子给父母一栋别墅，里面的摆设样样俱全，但父母不能永远快乐，他们还是有生老死病等痛苦。一个人喜欢抽烟、喝酒、穿漂亮衣服，这也只是暂时麻醉，部分感官有一点快乐，内心的空虚却无法消除。所以，轮回中的快乐具有欺惑性，物质享受不可能解决所有问题，只有通达了万法空性，才会拥有永恒的快乐。

因此，帮助别人最好的方法莫过于佛法。最近发生了大地震，很多人都愿意支援灾区，但他们只是口头上说：“我们要解决你们的困难，希望你们不要痛苦，一定要振作起来！”这样一句话，就能让他们失去的家园和亲人恢复吗？绝对不可能。许多人千方百计想让他们快乐，但心有余而力不足，就像孩子生病时，父母再想以身替代，病痛也只有孩子自己承受。然而，如果让这些人接受空性道理，一方面可斩断生生世世的苦因——恶业，让他们不得不快乐，另一方面，认识佛法的道理之后，即使外境多么残缺不全，他们也能心理平衡，不会怨天尤人。

真正的快乐，并不在于环境，而在于我们内心。

法国一个科学家叫李卡德，他跟诺贝尔医学奖得主研究分子生物，在科学领域获得了一定成果。后来他有机会与很多大德进行长期对话，终于明白快乐的源泉就是自己的心，随后相继出版了《僧侣与科学家》、《快乐学》，告诉人们内求的快乐方法。当然，对于内心奥秘的探索，一般科学家是不容易通达的，唯有像历代高僧大德那样，通过实修彻底断除业和烦恼，认识内心与外境的本体，这个时候才会明白什么叫快乐。

要想消除痛苦，一定要解决根本问题。对人类而言，变苦、苦苦、行苦三大根本苦，以及生、老、死、病、怨憎会、爱别离、求不得、不欲临八分支苦，经常纷至沓来、防不胜防。如果有些孩童生病时，你一个劲儿地安慰：“不要哭，医生打针不会痛！”也解决不了实际问题。同样，要救度众生、利益众生，唯一的办法就是让他们懂得佛教道理，这样，痛苦才会自然消失，身心的疾病才会逐渐隐没，造恶业的人也会销声匿迹。

一旦懂得了佛教道理，纵然你以前无恶不作，今后也不会随随便便造业，这样一来，地水火风、老虎猛兽、自然灾害的畏惧会自然减少，也没有人轻视你、凌辱你，而会把你看作菩萨一样，视为人群的庄严，种种灾难、不快乐最终全部消失。但如果没有通达佛教真理，只是口头上说不要痛苦、希望快乐，恐怕也不一定能解决问题。

因此，大家应时时刻刻祈祷十方诸佛菩萨：愿所有的众生早日醒悟，抛开乱七八糟的琐事，真正趋入

佛门。趋入佛门之后，不要停留在形象上、口头上，而一定要真正实修，通达佛陀的无垢真理，从烦恼之网中解脱出来。这就是我们的一种发愿。

**己二（尤其为趋入佛教而回向）分二：一、总回向；二、分别回向。**

**庚一、总回向：**

愿诸伽蓝寺，讲诵以兴盛，  
僧伽常和合，僧事悉成办！

此处是为佛教道场而作回向。“伽蓝”，有经典的意思，又译为僧伽、众园、僧院，概而言之，就是具有教法、证法的僧众寺院。现在有些寺院只是一个建筑物，没有出家人，只有几个老菩萨守护，这并不是名副其实的伽蓝。要想符合它的名称，必须要有佛法的根本——讲经说法、诵经修法，以此将佛教事业发扬光大。如果没有这些，寺院再雄伟庄严也没有意义，毕竟它只是一堆石头、水泥，不可能成为佛教的所依。（当然，有条件的话，寺院修得很庄严也非常好，佛陀说过：“只要不需勤作、不给众生带来痛苦，寺院修得雄伟是开许的，出家人享受一些待遇也是开许的。”）

此处主要发愿教法和证法兴盛。佛教的根本就是教法和证法，我们讲课时也多次提过，之所以一而再、再而三地重复，就是担心有些人不放在心上，听一两次根本没有印象。法王如意宝讲经说法时，不论在外面还是在学院，引用过无数次“第二大佛陀”世亲论师在《俱舍论》中的教言：“佛之妙法有二种，教法证法之体性，持教法者唯讲经，持证法者唯修行。”佛法只有两种，一是教法，二是证法，教法就是讲经

说法、听经闻法、持教弘法，证法就是依修行而受持。任何一个道场只要有闻思佛法、讲经说法，就说明佛法在那里。假如这方面一点也没有，仅仅是挂个唐卡、塑个佛像，一群出家人整天呆在那儿，也不一定是佛法兴盛。所谓的佛法兴盛，并不是有很多僧人、很多居士，而要看他们有没有教法和证法。因此，我们在这里发愿，愿所有的寺院不要变成空空的道场，教法和证法一定要兴盛起来。

同时，僧众之间要团结和合、和睦相处。寺院与寺院、僧人与僧人若不和合，造的业非常严重，尤其是两个僧团发生矛盾，这叫做“破和合僧”。当然，真正的破和合僧，只有佛陀在世时提婆达多作对才有，佛陀涅槃后不会出现。我们现在所说的破和合僧，是两个僧团产生矛盾，其过失与破和合僧相同。《俱舍论》云：“中劫成熟无间狱，造多无间害亦增。”破和合僧者，其果报是在一个中劫感受无间地狱的痛苦。若造多个无间罪，则所受的痛苦果报亦会增加。

大家真正破和合僧的，倒是没有，但道友与道友之间、佛教团体与佛教团体之间要团结。我们虽然是学密宗的，但跟净土宗、禅宗等显宗道场的关系一定要搞好；我们内部也是如此，你是这个菩提学会、我是那个菩提学会，彼此就像不共戴天的敌人，这是不合理的，大家一定要和睦共处。

法王如意宝曾给学院规定了三条根本纪律——清净戒律、和合僧众、闻思修行，一切纪律均可涵摄其中。以前鼙桑管家每次在喇叭上说话，都是先强调这三条，经常他还没有开口，下面的喇嘛就知道他要

说什么。现在汉地和藏地的很多道场，也是以这三条为中心，我去过一些净土宗的大寺院，他们都是这样来弘法利生，我觉得非常好。只要是诸佛菩萨的金刚语，我们都应该值得效仿。

然后，愿僧众的事业顺利成办、如愿以偿。僧众的事业若不能成办，弘扬佛法会很困难，那么，僧众的事情是什么呢？并不是吃饭、修房子、为自己做事，而是利益众生和弘扬佛法。以前我也讲过，普贤十大愿归纳起来就是弘法利生。汉地的本焕老和尚经常说：“利生为事业，弘法是家务。”这与法王的教言不谋而合，利益众生就是我们的事业，弘扬佛法就是我们的家务，除此之外，僧众不应该有自私自利的事情。

出家人如此，在家人也是同样。任何一个在家团体中，闻思修行应该兴盛，人与人之间应该和合，利益众生和弘扬佛法的事业应该广大，这是每个人的目标。世间很多人没有目标，每天除了吃喝玩乐，自己也搞不清楚人生几十年该怎么过，有些人一辈子追求快乐，结果快乐没得到，痛苦倒有一大堆，最后在凄凄惨惨中死去。所以人活在世上要有目标，每个众生都希求快乐，但根据自己的智慧不同、修行的方向不同，快乐也有种种差别，我们应该选择的，是最伟大、最光荣的快乐——利益众生，这种追求相当难得，对生生世世非常有意义。

因此，大家应该发愿，让世间所有的道场具有实义，佛教徒不要整天为了吃饭，一定要想到利益众生。据我了解，我们学院的确有一部分出家人和居士，利他心十分不错。这不是一天两天、一年两年的观察，

而是将近10多年的考验，这一点很难得，也很可贵。

对佛教道场来说，装修得特别庄严并不重要。我们学院刚刚建立时，条件非常简陋，住的都是草皮房、板皮房，但如今能被全世界公认，就是因为这里有讲经说法；很多知识分子来了以后不愿走，也是因为这里有对治烦恼的方法和智慧。有些人有那么好的家庭、那么优越的条件，若什么法都求不到，什么智慧都得不到，放弃一切来这里苦行是不可能的。因此，佛法对修行人而言至关重要，佛法最根本的就是教法与证法，我们今后一定要大力弘扬！

## 庚二、分别回向：

愿欲学比丘，悉住阿兰若，  
断诸散乱已，轻安堪修善！  
愿尼得利养，断诤远诸害！

自此颂以下，分别为出家僧众而作回向。出家僧众有比丘和比丘尼，沙弥、沙弥尼包括在这二者当中。佛法中地位最高的是比丘，愿诚心想修学解脱道的比丘，长期住在阿兰若。

“阿兰若”，是身心远离散乱的寂静处。修行人若住在嘈杂环境中，身体忙于世间八法，内心分别妄念纷扰，没有一刻宁静，则不能专注于正法。远离身心散乱的阿兰若，是最适合修行的清净地方，这里断除了人群的散乱、琐事的散乱、分别念的散乱等种种违缘，能使身心逐渐寂静调柔。

现在人的散乱非常多，不说其他，光是接电话、打电话，就占据了大部分宝贵光阴。今天出一个产品、



明天又出一个产品，不要说使用它，仅仅是看说明书，研究它的性能功用，可能一辈子都弄不明白。所以，令心散乱的因非常多，修行人一定要远离。

然后心还要堪能，想安住时可以安住，想生出离心、菩提心时马上生得起来，如同一个听话的孩子，让他坐着不要动，他就乖乖一动不动，让他摸一摸前面的饼干，他就把手伸出去。我们的心也要这样堪能，如愿修持善法，这就是寂静处的一种加持。

作为比丘，由于是男众，有时琐事比较多，心也比较散乱，经常到人群中搞各种是非，所以寂天菩萨愿这些男众出家人不要总到城市里化缘，做这样那样的事。《札嘎山法》中说：“行者岩洞妙宫殿，成为世人应礼处。”寂静地方的岩洞是最殊胜的宫殿，任何人见后都会顶礼，寂天菩萨、龙猛菩萨、麦彭仁波切、宗喀巴大师住过的山洞不管过了多少代，人们都会虔诚供养，而世间的高楼大厦，谁也不会顶礼膜拜，闹地震时还特别害怕。

修行最可怕的就是散乱。作为一个初学者，散乱与周围的环境密不可分，应该选择到寂静地方修行。法王如意宝经常这样强调，现在学院很多堪布也在找自己的“阿兰若”，我觉得这样非常好。《札嘎山法》中说了，噶当派一些好的修行人，年纪越大，住的山越高，而修行不好的人，越老越到城市里，最后就像饿狗一样死在街头。因此，修行人最好能远离散乱。我去年听说一个老修行人，他有六七十岁了，从来没有见过灯泡，也没有见过电线、电杆，一直依止静处修行，不愿到散乱的地方去，希望一生在山沟中了脱

生死。我们能不能做到也很难说，但不管怎么样，男众修行人的其他违缘不多，最主要的就是散乱。

现在藏地的出家人喜欢去汉地，本来他们戒律非常清净，初衷也是想去弘扬佛法，但后来慢慢就退化了，自己到处化缘塑菩萨，最后受外境的影响，戒律出现问题、修行不成功的现象比比皆是。故作为男众出家人，应该住在寂静山中或寺院里，不要随随便便到城市里去，否则会如《札嘎山法》所说，这是一种不吉祥的恶兆。有些人发愿闭关三年，挂上牌不到三个月就跑出来，到三个城市里去了。以前就有这种现象，这样不太好。

而作为尼众，与比丘有点不相同，她们的收入比较少，所以寂天菩萨愿她们获得利养。戒律中有一个公案说：未生怨王的王妃用讥笑的语气问崩嘎母<sup>24</sup>：

“你穿的法衣这么旧，质量这么差，这是为什么啊？”崩嘎母的嘴巴很会说，她回答：“我们可不像有些人，天天都有胖胖的国王帮助自己，压迫老百姓享用民脂民膏，我们尼众本来供养就少，所以我的法衣比较旧、质量不太好，这是理所当然的事情。”

佛陀时代是这样，我们藏地也是如此，尼众生活贫寒，请人念经的时候，一般都请男众，请女众的不太常见。所以上师如意宝曾要求：我们学院男众和女众的念经钱要合在一起。在法王如意宝之前，藏地的尼众极受蔑视，一说出家，大家都用怪怪的眼光看她，就像汉地的个别地方一样。而今，法王建了这么大的

---

<sup>24</sup> 释迦牟尼佛时代一位比较出名的比丘尼。

道场，光尼众就有几千人，这在历史上非常罕见。依靠学院的威力，现在各地对尼众也非常非常尊敬，这也是大菩萨的愿力所致吧！

不但愿尼众获得利养，还愿她们相互之间断除争论。尼众平时的争论比较多，造的口业也比较可怕，但愿她们不要有嫉妒心，不要为一点鸡毛蒜皮的小事而争执不息。九华山有一位尼师，她136岁了，从出家至今不讲任何闲话，开口闭口一句“阿弥陀佛”，特别慎重自己的口业。

还愿尼众避免遭受一切危害。女众出家跟男众不同，戒律中允许男众行十二头陀行，晚上可单独在树下安住，对尼众却没有开许。即使在僧团中，尼众里里外外的违缘也比较大，晚上门关着也特别害怕，而男众不关门都可以，谁撞进来也没有事。

总而言之，不管出家僧众还是出家尼众，愿他们都能顺利完成自己的修行。

如是众僧尼，戒圆无缺憾！  
犯者愿生悔，时时净罪业，  
寿终生善趣，不复失禁戒！

僧尼剃度出家之后，并不是有种形象就可以了，而应以出离心摄持，具足清净圆满的戒律。当然，在末法时代，戒律所有的支分都守得非常圆满，这有一定的困难，但是作为出家人，若连根本戒都守不了，则丧失了一切功德的依处。经中说：“佛在世时，以佛为师；佛灭度后，以戒为师。”所以，我们现在要以戒律为导师，认认真真地守持清净戒律。

若因烦恼深重而破了戒，不要认为自己一切都完了，从此也不忏悔，或以无所谓的态度对待。我们要从心坎深处生后悔心，尽量地忏悔清净。有关经典中说，入佛门以后，从来不犯戒是“树立佛幢者”，犯戒但忏悔了叫“摧毁魔幢者”。所以，即使我们因前世业缘和今生诱惑，戒律出现一些缺损，也应时时有后悔心，通过忏悔而净除罪业。以持戒的缘故，死后才不会堕入恶趣，甚至转生善趣，来世有机会继续持戒。要不然，破了戒而没有忏悔，佛经中说一定会堕入三恶趣中的。

尤其在末法时代，《等持王经》中言，哪怕守一日的净戒，佛法兴盛时百千万劫中于十方诸佛前供养各种资具的功德也不能比。《宝积经》亦云：“何者清净心，百年发布施，何者一日中，净戒福胜彼。”以清净心一百年不断布施各种财物，不如以清净心一日守一分戒律的功德大。因此，现在的短期出家也有功德；有些人出家后破了戒，但因为曾经守过戒律，这个功德也不可否认。

关于持戒的功德，汉地大德也有很多教言。藕益大师说：“持戒如地，万善由此而生成；持戒如城，魔障藉此而远离。”印光法师也说：“持戒一法，乃超凡入圣、了脱生死之第一要道也。”可见，不论藏传佛教、汉传佛教，对持戒都非常重视。在此愿所有出家人守持戒律善始善终，短暂的人生中不要有任何缺憾。假使破了戒，也能尽快忏悔，不要成为堕入恶趣之因。（按解脱戒的观点，有些戒律毁坏之后，今生不可能得以恢复，但寂天菩萨在这里说，只要励力忏悔就不会堕恶

趣。法王也经常引用这个教证。)

在末法时代，守持净戒的功德非常大，也是最殊胜的一种神通。乔美仁波切说过：“僧人戒清净，最胜之神通。”有些人认为有神通神变很稀有，其实饿鬼、天龙八部也具足，没有什么稀罕的，最稀有的就是在五浊横流的恶劣环境中一尘不染的净戒者，这才是极其难得的。因此，我们生生世世都要发愿守持清净戒律，就像《普贤行愿品》所说：“常得出家修净戒，无垢无破无穿漏。”若能经常这样发愿祈祷，自相续就会得以调柔。

愿智受尊崇，化缘皆得足，  
心续悉清净，令誉遍十方！

愿高僧大德等诸位智者，受到人们的尊重爱戴、恭敬供养。为什么呢？因为他们具有超胜的功德和智慧，如果不被人尊敬，弘法利生的事业不会广大。就像阿底峡尊者的上师美德嘉那，印度东西方的班智达无有一人能胜过他，可是由于藏地人们的福报欠缺，当时他来到藏地没有受到尊重，反而在单阔地方以放牧为生，一直到最后圆寂。后来阿底峡尊者听说此事，不禁感慨万分，极为伤心。

世间上有很多德高望重、戒律清净、了不起的大德，但人们常常擦肩而过，没有去重视，就像把如意宝放在家里，却四处寻找劣质珍宝一样。现在有些地方明明有具修证的修行人，但当地的人并不尊重，往往对外来的狡诈者趋之若鹜，急急忙忙去依止。法王有一首道歌，大概意思是说：“现在很多人对自己的

高僧大德不尊重，而来一些不三不四的人，他们却非常崇拜，这不难看出末法已经到来。”确实如此，清净戒律、无上智慧、大慈大悲、菩提心等功德样样具足的人，到外面吃饭恐怕也有问题，谁都不欢迎，而一些假成就者、假修行人，大家都对他毕恭毕敬，这也是末法时代的一种象征。

真正的大德和具菩提心的人，无论到哪里，都应该像佛塔一样值得恭敬，所以我们愿真正的智者广受尊崇，化缘能得到丰足供养。毕竟出家人以四海为家，以十方信施为生存条件，倘若没有人们的供养，色身无法维持，不可能有机会弘法利生。以前佛陀在世时，有些比丘业力现前，从城市回来钵盂总是空空的，经常化不到缘。原来有一个人准备建寺院，他借一些钱到城市里去，结果他认识的人都不帮忙，回来的路费也没有，于是到处打电话：“可不可以给我寄个路费啊？我来化缘，但一无所获，回来没有路费了。”他是真正的高僧还是假的，我也不知道，不过要是真的弘法利生，谁都不供养也有一定困难，因此愿这些人能得到尊重和供养。

还有些人，有一点智慧和修行境界就开始傲慢，心眼不清净，看谁都看不惯，愿他们的相续得以清净，观一切众生都是菩萨。其实修行特别好的人，以清净心对待一切，不会看不惯他人的行为，《因缘品》云：“三业恒清净，清净名出家。”可是现在末法时代，无论在家人还是出家人，看别人的过失清清楚楚，看自己的过失马马虎虎。因此我们应该发愿，包括自己在内的修行人，心相续能完全清净，不受傲慢等烦恼

染污，而且名声远扬十方。

当然，若对众生没利益，有名声也用处不大。有些明星和恐怖分子可谓誉满全球、家喻户晓，但有些是造恶业而出名的，有些是人为地传播而出名的，有些甚至恶名远扬，这些人的名声只为了满足个人利益，没有多大意义。然而高僧大德和修行人若没有名声，就不会有弘扬佛法的因缘。以前上师如意宝常对有些法师公然赞叹，就是为了他将来弘法利生很容易。毕竟无名之辈人微言轻，说多少话世人也不在乎，但如果比较出名，不用说很多话，哪怕只写一个字，人们也奉如瑰宝、爱不释手。历史上的很多大德虽然已经圆寂，但他们的一句话，几百年后仍被众人传诵。因此没有名声的话，弘法利生还是受一定影响。

有些修行人对名誉特别顾忌，非常害怕自己出名，做什么事都不敢抛头露面，这也是一种极端。在必要的时候，只要对众生有利，自己名声广大应该值得高兴。但若存有自私的念头，以自我为中心想出名，这确实没有任何意义。世间上有多少名人，对人类社会或自己的今生来世，没有什么实质性的贡献。而许多高僧大德、大成就者，他们的名声流传千秋万代，对有情的生生世世有无穷利益。在佛教历史上，很多大德已经离世几百年、几千年了，但他们的金刚语人们还在不断引用，听到他们的名字，自然而然会生起信心。所以大家应该发愿：“只要对众生有利，但愿我出名。假如自己贪图名声，千万不要让我出名！”

这一颂共讲了四个方面，受人尊重、得到供养、相续清净、名声远播，在弘法利生过程中非常重要。

我们一方面应该回向所有的修行人都具备这些因缘，一方面也愿自己生生世世通过这种方式来利益众生。取舍的分寸，其实每个人自己可以掌握。有些人不懂佛法，该出名的始终不愿意出名，而不该出名的，却想方设法要出名，很多问题都搞不清楚。如果通达了佛教的道理，哪些地方该出名、哪些地方不能出名，会弄得非常明白，所以学习佛法非常重要。

当然，更重要的是，我们一定要回向。平时念《回向品》时，一个一个地观想，真心希望众生都得到这些功德。为了实现这些目标，大家务必要尽心尽力地身体力行！



## 第二百零节课

### 思考题

1. 为什么要让众生精勤供养十方诸佛？应该如何供养？你平时怎么做的？
2. 什么是菩萨？菩萨的意愿是什么？我们对其应当如何回向？
3. 我们在祈祷时，什么才是真正的佛陀？请从显宗、密宗的角度分别说明。
4. 寂天菩萨对自己是怎么回向的？为什么他说自己未得一地菩萨果位？你对此有哪些感触？

愿离恶趣苦，以及诸艰困，  
复以胜天身，迅速成正觉！

我们在这里再次回向，普愿所有苦难众生，千万不要以造恶业、破戒律等因缘，转生到地狱、饿鬼、旁生三恶趣中，愿他们永远不要感受恶趣的痛苦折磨，以殊胜福德的加持，轻而易举获得胜过天身的暇满人身，迅速成就无上圆满正等觉的佛果。

回向善根的时候，一定要边念颂词边思维，在圆满自己资粮的同时，饶益无边的恶趣众生。如今这个世间，肯定有许多众生因无明愚痴而造了五无间罪为主的自性罪，以及别解脱戒、菩萨戒、密乘戒等佛制罪，这些恶业足以令他们堕入三恶趣。愿这些人尽快遇到善知识，听闻大乘妙法，认识到自己的过错，通

过精进忏悔而清净罪障，不但不堕入三恶趣，反而迅速获得解脱。

法王如意宝曾讲过：按照别解脱戒的观点，破根本戒者即生中不可能还净，但宗喀巴大师、萨迦班智达等引用教证阐述说，依靠大乘发心，其实也有恢复的机会。如果你善缘具足，一生持戒尘垢不染，可从光明趋入光明，一定会获得解脱，这是如来的无欺教言。但若因缘、善根不具足，遭遇违缘而破了戒，则一定要尽快忏悔。现在末法时代，在家人守戒很难善始善终，出家人就更困难了。尤其是守菩萨戒、密乘戒，如阿底峡尊者所说，越往上，戒律要求越高、戒条越细，凡夫人想不犯都困难。但如果犯了，务必要有后悔心，有了这种心态，才有机会忏悔清净。

我们遇到大乘佛法了知取舍之后，要依靠暇满人身来获得解脱。正如作者所言，这个人身胜过欲界、色界、无色界所有的天身。有些天人一直安住在无想的状态中，没有造善业的机会；有些始终处于散乱的状态中，不会对轮回生出离心，守持清净的戒律行持善法。唯有人身才有解脱的希望，这个机会极其难得，因此万万不可错失良机。

我们行持佛法时，最好能具有珍宝人身。无垢光尊者在《心性休息》中说：“调己劝他行善法，修行山王极稳固，彼等仙人胜幢相，无论出家或在家，即是珍宝之人身。”通过闻思修行调伏自己的相续，同时劝别人行持善法，此举犹如山王般稳固，这就是持大仙人（佛）之胜幢者，无论出家人还是在家人，都称为“珍宝人身”。《心性休息》还讲了相似人身、中

等人身、珍宝人身的很多差别。米拉日巴尊者说，不信佛教也不行持善法的人，跟旁生没有什么差别。有些人甚至比旁生更可怕，山上的牦牛最多吃草时无意踩死小虫，故意杀害众生是没有的，但大城市里的有些人，每顿饭要吃无数众生，我以前就遇到一个老板，他吃饭必须要吃活虾，没有虾就感觉营养不够，心里不舒服。所以他不管去哪个宾馆，首先要问餐厅有没有活虾，没有的话就不住。他条件很不错，非常有钱，可这种人造业远远超过旁生。《中般若经》云：“任何菩萨自己行善并劝勉他人行善，即成为具义暇满人身，受到诸佛赞叹、称颂、恭敬。”因此，我们不但要自己行持善法，而且应全力以赴让身边的人得到利益，这样一来，活在世间也是有意义的，不仅人们交口称赞，十方诸佛菩萨也会赞叹的。

现在世间上，有些人长相是人，但心比猛兽还可怕，整天吞食其它众生；有些长得跟普通人没有差别，但完全是菩萨心肠，为了利益众生，宁愿舍弃自己的生命。其实，人的心力差别非常大，有些为了自己的安乐而杀害无量众生，有些却为了众生的安乐而舍弃自己最珍贵的生命。这一点从高僧大德的传记中可以看出，从世间人的为人处事中也可以看得出来，释迦牟尼佛在因地时，为了让一个人吃饱喝足，就可以舍弃自己的身体，所以人与人的差别非常大，这从表面上看不出来，从面相上也看不出来。

现在有些人不害众生，如理如法地行持，只是希求自己快乐；而有些人为了成办他众利益，不要说永久的利益，仅仅是微不足道的暂时利益，他也愿意放

弃终生的快乐。我们学大乘佛法的人一定要有这种比较，口头上说自己是学大乘者、学密乘者，但危急关头你能不能舍己为人？前不久发生地震时，没有学过佛法的有些人，往往能牺牲自己去救别人，而受过很长时间大乘教育的人，对自己的执著却非常可怕。在这样的“战场”上，的确可以分出哪些是怯弱者、哪些是英勇无畏者。所以，大家学到的知识不要挂在口头上，而应该经常来衡量自己。

当然，虽然同样学习，但由于每个人的根基、心力有别，有些人得一点佛法利益就马上行持，利他心也非常强；有些学佛时间很长，可是无始以来的自私心非常重，一下子恐怕对治不了。但不管怎么样，我们获得这么殊胜人身，一定要发愿让所有众生不要堕入恶趣，依靠种种方法，使他们远离艰难困厄。

不仅经常这样发愿，而且要关心解救恶趣众生的方法。比如听到某某佛的名号可以不堕恶趣，我就很高兴，虽然也有自私自利的心，但对佛的信心非常大。作为大乘佛教徒，自我保护还是需要的，假如自己不堕恶趣，生生世世都转生善趣，就有利益众生的机会。而一旦堕入了恶趣，不要说救他人，连自己都救不了。就好比一个人最好不要被关进监狱，否则，你想要去利益社会，恐怕是不现实的！

愿诸有情众，殷勤供诸佛，  
依佛无边福，恒常获安乐！

愿三界的苦难有情，常能精勤供养具大慈大悲、无上威力的十方诸佛。假如佛陀在世，你有缘亲见佛

陀尊颜，那一定要恭敬供养。即使佛陀已示现涅槃，佛像、佛塔、佛经也代表佛陀，与佛陀没有任何差别，我们也应该恒时不断地供养。

过段时间要讲《亲友书》，里面第一句就是，哪怕对木头做的佛像，智者也会虔心供养。有智慧的人，对佛像、佛塔的恭敬难以形容，看见佛像就热泪盈眶、汗毛竖立，非常有信心。可是一些业力深重者，不要说佛像，就算释迦牟尼佛亲自来面前，他也不一定恭敬合掌，这就是众生的业力和根基不同所致。

此处说我们一定要让众生幸遇佛法，对佛陀及其追循者生起恭敬心，数数供养。供养的方法比较多，可以用鲜花等供品作供养，但最好的供养就是修行供养。佛陀在《金光明经》中说：“若供养我，则是供养过去、未来、现在百千俱胝那庾多佛，若能供养三世诸佛，则得无量不可思议功德之聚。”所以要想供养三世佛，供养释迦牟尼佛就足够了，若供养了三世佛，这个功德的的确确不可思议，无形中自然而然会获得利益。

有些人从小出家学佛，供养三宝已经习惯了，这个习惯非常好。前段时间，我们为了学院今年的水工程，跟工程队的几个人在山上谈，当时天气比较热，就买了几瓶饮料，每人一瓶。我看了一下，我们学院的堪布、居士，打开饮料之后，先献新供佛，而不信佛的工程队，一打开就咕嘟咕嘟喝下去，什么都不顾。学佛的人和不学佛的人，细节上还是有许多不同，表面上沾一点弹三下手指，只是一个简单的动作，但这与旁生喝水有很大差别，小小的一个动作，功德也非

常大。

我刚才讲了，所有的供养中，修行供养最重要。《普贤行愿品》云：“诸供养中，法供养最。所谓如说修行供养，利益众生供养，摄受众生供养，代众生苦供养，勤修善根供养，不舍菩萨业供养，不离菩提心供养。”我们尽心尽力地利益众生，摄受众生，给别人讲经说法，代受众生的痛苦，这些都叫做修行供养。如果实在没能力观想，那今天来了一个客人，他的行李特别重，你赶紧帮忙提一下，也是一种对佛的法供养。念诵咒语、行持善法、修生圆次第，还有不舍弃菩萨利益众生的家业，不舍弃利益众生的愿菩提心和行菩提心，这些都包括在法供养中。

法供养的方式特别多，你们不要认为只有背论典才是法供养。原来我们学院有一个人说：“我实在太可怜了！财供养也不行，因为身上一分钱也没有；法供养也不行，因为我一个偈颂也背不下来。”其实你不舍菩提心的话，也是一种法供养，不一定非要用背诵来供养。（开玩笑！不然，你们很多人都不发心背诵了。背诵是最大的供养啊！过段时间考试，诸佛菩萨最欢喜的就是背诵！）

供养三宝的利益非常大，汉地很多名山古刹的寺院中，平常都会供香、供灯，缘佛陀的善根不可思议，依靠佛陀的无边福德，我们暂时能获得人间快乐，最终会获得正等觉果位。佛陀在小乘经典中说：“我为菩萨时，供养诸如来，所有世间尊，授记我成佛。”

《毗奈耶经》中也记载，佛陀因地时在第一个阿僧祇劫，供养过七万五千尊佛；在第二个阿僧祇劫，供养

过七万六千尊佛；在第三个阿僧祇劫，供养过七万七千尊。我们也应追循如来的足迹，在漫长的时日中，尽心尽力供养佛陀，不要厌倦，这样定会获得无上的快乐。

当然，平时我们供养时，法王如意宝以前规定，最好能念诵供养咒<sup>25</sup>。现在汉地很多居士都会念，有些经典中说，这个咒语功德非常大，即使没有念，光是心里想一下，也代表供养三世十方诸佛菩萨；只要念一遍或者想一遍，无始以来的罪业即会得以清净，天龙八部、四大天王、金刚手等护法始终垂念你，不论你到哪里去，都有大量龙天护法的保护，最终往生极乐世界。我方便的时候，也想把它的功德翻译出来，大家在力所能及的范围内，应该尽量持诵，以最大的努力来修持善法。当然，除了修行供养之外，平时也要作一些水供、香供、花供，甚至路上看见一条清澈的河流，也应观想供养三宝，这样的习惯要慢慢养成。

我们修行人一定要想来世，只想今天而不想明天，是最愚笨的人。如果真的没有来世，那倒可以，但任何学者都找不出它不存在的理由，而我们这边来世存在的依据非常多，既然如此，人类为什么不屑一顾呢？为什么还要忽略它呢？因此，为来世做好准备才是智者的选择。同时我们也应回向，愿众生都有供佛的机会。

其实，汉地很多寺院和旅游景点，供佛的机会比

---

<sup>25</sup> 供养咒：纳摩闍纳扎雅雅 纳摩巴嘎瓦得 班匝萨闍抓玛达呢 达塔嘎达雅 阿哈得三雅桑波达雅 达雅塔 喻班贼班贼玛哈班贼 玛哈得匝班贼 玛哈波雅班贼 玛哈波德泽达班贼 玛哈波德曼卓巴桑札玛纳班贼 萨瓦嘎玛 阿瓦闍纳波效达纳班贼所哈。

较多。许多高僧大德修寺院、造佛像，也为信徒和旅客创造了良好的条件。我们这里的道友以后回去的话，如果讲经说法比较困难，那可以造一尊非常大的释迦牟尼佛像，令无数人礼拜供养，与佛结上善缘。若能如此，你获得人身也是有意义的。

## 戊二、回向成为诸出世间意愿之因：

菩萨愿如意，成办众生利！

有情愿悉得，怙主慈护念！

独觉声闻众，愿获涅槃乐！

一般来讲，从一地到十地是真正的菩萨；发了菩提心而没有登地，甚至连资粮道也没有入的，是胜解行菩萨，或者叫初学菩萨。不论是什么样的菩萨，他们的意愿除了利益众生外，不会有“愿我升官发财、身体健康”等目标。所以，愿所有菩萨利益众生的事业圆满成功，不要有任何违缘。

世间上有很多菩萨以各种形象饶益众生，有些正在讲经说法，有些化现为麻雀、孔雀等动物，包括有些人发心到学校去教书，或者在菩提学会中帮助众生、辅导佛法，或者通过电脑来弘扬佛法，这些人都是菩萨的化现。他们虽然暂时不具备普贤菩萨、文殊菩萨那样的无边智慧，但毕竟发了菩提心，以前所作所为全部为了自己，现在千方百计想帮助别人，这颗心即是菩萨的意愿。还有些人虽然没有学过佛，但灾难出现时，特别想伸手帮助别人，这也是利益众生的心。利益众生的心是最可贵的，但愿这些菩萨的利生事业都能圆满。



然后，愿一切有情均蒙受诸佛菩萨的垂念和护持。假如没有上师三宝的加持，凡夫人依靠自己微薄的力量，不可能成就佛陀如海般的利他行。所以在修道过程中，不能离开十方诸佛、菩萨、护法神和上师的加被。很多人平时也说：“阿弥陀佛，请加持我！上师，请加持我！”其实这是很需要的。《三摩地王经》等有关经典中说了，任何人作意佛陀、观想佛陀，佛陀就会显现在他前面。

我们忆念释迦牟尼佛，这个念头就是释迦牟尼佛，并不是有个佛金光闪闪地出现在前面。佛陀现前，不一定是在眼根面前，只要你心中有佛，佛陀就已经现前了。同样，假如你心中有上师，上师也会时时现前。有些大德的根本上师虽已圆寂，但他行住坐卧、白天晚上都在想上师，上师的面容就会经常显现，随时随地保护他、垂念他。倘若对佛陀也这样想，正在想的念头就是佛陀，应该这样来认识。

按显宗的观点，观想佛的念头在我脑子里，而佛陀应该像演孙悟空一样，从遥远的地方“呜——”飞过来，在我的前面显示相好庄严。但依照密宗的修法，观想佛的心念就是佛陀，念佛号的声音也是佛陀。这方面，《大幻化网》中有很多教证和理证，但这些教言要保密，所以我在这里不公开。

然后，愿所有声闻缘觉都获得涅槃的安乐。佛陀没有出世、声闻皆已灭尽，没有善知识的窍诀，自己依靠十二缘起而证悟的，就是缘觉，也叫辟支佛；依靠上师善知识的教导，通达人无我的境界，暂时获得寂灭的果位，就称为声闻。声闻入定一万劫之后，诚

如《妙法莲华经》中所形容的，十方诸佛从心间发光令其出定，之后他们开始发菩提心，趋入大乘，最终获得大乘的涅槃。

世间上有很多学小乘的行人，暂时来讲，小乘也是佛陀慈悲所设的一种修行道，佛陀在世时，舍利子为主的人都依之得到了小乘圣果。但这种果位并非究竟，因此我们要为他们回向，愿他们早日回小向大，趋入大乘而获得佛果，利益无量无边的众生。

## 丁二、回向作者之自利：

我未登地前，愿蒙文殊恩，  
常忆己宿命，出家恒为僧！

这是作者寂天菩萨对自己的回向：在我尚未获得极喜地（一地菩萨）之前，祈愿蒙受文殊菩萨的恩德，恒常能回忆前世，获得宿命通，并且生生世世以出家相来利益众生。

发愿生生世世都出家，这是非常有功德的。乔美仁波切讲过：“诸大菩萨在最后成佛时，也是以出家形象而示现的。”现在有些人对出家人不满，信口诽谤，认为在家比出家还殊胜，这种想法是不对的。虽然出家僧团中有个别人不如法，但这不能代表整个僧团，佛教历史上出家人的贡献最大，而且，诸多高僧大德也是以出家相来示现成就的。

在这里，寂天菩萨谦虚地说自己是凡夫人，未得一地菩萨果位，但通过他的传记及高僧大德们的评价，我们完全明白他是登地菩萨，这是印藏大德公认的。可他为什么要这样说呢？原因就是提醒后学者：

未得一地之前，千万不要生起傲慢心，觉得自己不用发愿了、不用出家了，什么都很随便。为了避免这种现象，寂天菩萨以谦虚的语气说，我没有得一地菩萨之前，愿蒙受本尊文殊菩萨的加持<sup>26</sup>，恒常能回忆宿命，生生世世出家为僧。

我们也应当效仿寂天菩萨，未得圣者果位之前，祈祷本尊形影不离地加持自己。否则，末法时代的违缘这么大、环境这么恶劣，我们就像一个迷失方向的孤儿，根本没办法找到方向，修行不可能圆满成功。因此，我们修行人不能离开本尊的呵护、加持。

同时，愿我生生世世能回忆宿世。从有些传记也看得出来，很多大德都能回忆几百世，这种现象非常多，也是很重要的。如果你能记起自己前世是什么，后来又变成人，再变成牦牛……对轮回很容易产生出离心，对行持善法也不会忘失，很多方面都能增加信心。所以，诸佛菩萨的发愿文中，经常有能回忆前世这一条。

不仅是我们佛教，世间上有些人也能回忆前世，而且不止是一世两世。美国著名的心理学家布莱恩·魏斯博士，有次为了解除一个女病人的痛苦，用催眠法给她治疗，结果没想到令她忆起了轮回中好多世，博士对此很感兴趣，后来专门研究轮回学说。这个病人在催眠状态下看到了自己的86次轮回，时间跨度有四五千年，地域跨度可以说是全球各地，有美国、德国、埃及、俄国、西班牙、日本等等。她说自己在

---

<sup>26</sup> 据传记中记载，寂天菩萨与文殊菩萨无二无别，其实就是文殊菩萨的化现。

地球上做了86次的人，但不管哪一世来到人间，都非常痛苦，没有什么快乐可言。

她做过什么呢？在古老的石器时代，做过一个在岩洞里居住的野人；在古埃及时代，做过一个女奴；在西班牙殖民王朝，做过一个妓女……统统都是很悲惨的经历。（其实轮回真的很漫长，我有时候想：“现在有神通的人认定活佛，这个寺院的活佛非要呆在这个寺院，一世又一世地被认定。但实际上，他的转世不一定只在这个小小的圈子里，很可能在生死过程中，他这一辈子是东方人，下一辈子是西方人。”）她比较不错的一世是最近一次，她在二战时期当德国法西斯的一名飞行员，但后来也不幸被飞机轰炸给炸死了。

佛教的高僧大德，比如无垢光尊者、达哥那他、乔美仁波切，都可以回忆自己的很多世。而我们有些人只能记起昨前天，有些连昨天也记不清楚，但若有了宿命通，便可增加对佛法的信心，对轮回的出离心很容易生得起来。

还有，我们应该发愿生生世世都出家，若有出家的机会，自己要生起欢喜心，有生之年不要想还俗。其实，世间最可贵的就是出家。《赞僧赋》中说：“夫世间最贵者，莫如舍俗出家。”顺治皇帝在《出家偈》中也说：“黄金白玉非为贵，唯有袈裟披最难。”黄金白玉只是一堆石头，生不带来、死不带去，对我们没有什么用处，但若一生以出家身份度过，这是轮回中最有意义的事情了。因此，我们恒时都应该发这样的愿。

我也讲过法王的一个前世——根桑曲札仁波切，

他在圆寂前，边拭擦钵盂，边念《普贤行愿品》的一个偈颂：“我为菩提修行时，一切趣中成宿命，常得出家修净戒，无垢无破无穿漏。”之后便安详涅槃了。以前上师如意宝去世界各地朝山拜佛，也经常念诵这个偈子。所以，我们在生生世世中，应该发愿一方面能回忆自己的前世，另一方面也要以出家身份利益众生。

愿吾菲饮食，维生充体能！  
世世愿恒得，圆满寂静处！

愿我成为清净的修行人，生活上知足少欲。贪欲大的人会特别苦恼，对住处要求也高，穿着也要有档次，饮食也要非常计较。但真正的修行人会一切随缘，只要保证最基本的温饱就可以了。

甚至个别大成就者特意发愿，让自己坚持艰难的苦行。《开启修心门扉》中说，单巴桑吉有一个弟子名叫根噶，他在上师前祈求获得五种悉地：“愿我不要有好的住处，愿我不要有好的饮食……<sup>27</sup>”然而现在很多人每时每刻发愿：“我一定要买很好的车子、很好的房子，但愿我发财！”天天都抱着佛像——“请早点赐予我黄金，早点让我发财！”其实这与大乘教义背道而驰。你财富非常多的话，苦恼也会水涨船高，与财富的增长成正比。因此，修行人应当仅以粗茶淡饭来补充体能、维持生命。

看一看汉地的《高僧传》，许多大成就者都是住

---

<sup>27</sup> “请加持我成为没有故乡、没有家室的人；请加持我成为没有啖食、没有嚼食的人；请加持我成为没有挚友、没有怙主的人；请加持我成为人们无论如何也看不到的人；请加持我不要生起芝麻许的福报。”

茅棚；翻开藏地大德们的传记，包括无垢光尊者、米拉日巴在内，也以菲薄的饮食维生。大成就者对生活没有特别要求，不像现在人一样，光是吃饱穿暖还不够，一定要有高档次的追求，否则，在人前面子无光。我听说很多同学稍微有点条件，一开口就是：“你买房子没有？买轿车没有？有没有什么存款？”缺乏修行境界的人，倘若软囊羞涩，就觉得在别人面前抬不起头来，为了争面子，也要挖空心思地发财。

我以前去我们寺院时，就跟他们说过：“修行人的房子能遮风避雨就可以了，千万不要想超过别人的房子。”很多人在不同的范围内，进行着不同的竞争，但这些竞争大多毫无实义。欲界众生没有吃的不行，没有喝的不行，但吃喝的东西能维持生命就够了，除此之外的互相攀比——“他买了三层楼，我一定要买四层”，真的没有任何必要。不但大城市有这种现象，我们山上有些修行人，也是最初在草皮房上比赛，然后在板皮房上比赛，现在又在水泥房上比赛。这样的比赛不是很好，有本事的话，你应该比信心、出离心、大悲心，看到底是谁更厉害。至于自己的生活条件，则应该像高僧大德那样，闲适恬淡就好，不要过分地希求。

同时，愿我们生生世世住在寂静处，远离分别妄念的散乱、城市的愤闹。嘈杂喧闹的环境对修行必定有影响，毕竟我们是凡夫人，不可能不受外境的干扰。《札嘎山法》中有一个教证说：“三世诸佛所赞叹，为何不住寂静山？”我们修行人理应选择寂静山作为住处，虽然大城市里不一定有“寂静山”，但只要摆

脱环境的束缚，把很多散乱的因尽量抛开，清净地过一个修行生活，也是非常有意义的。

当然，假如你有机会前往寂静地，这个功德非常大。佛陀在《三摩地王经》中说：“若想到寂静地方去修行，向那个方向仅迈七步，其功德之大也胜过恒河沙劫中供养十方诸佛。”所以有些人来到学院后，虽然没有出成家，被家人追过来，硬塞在出租车里带走了，但这个功德不会空耗。因为你从家里来到学院，肯定不止迈了七步。

了解哪些是功德、哪些是过失，这是非常有必要的。我们明白功过之间的差别后，对功德会不遗余力地追求，对过患会尽心尽力地遮止。人活在上一定 要明智，不要迷迷糊糊、懵懵懂懂，过一天算一天。现在很多人每天处于迷茫的状态中，生活没有方向，来世没有着落，不知道是被世间的美酒迷醉了，还是被无明愚痴蒙蔽了。我们作为修行人，千万不要变成这样，在短暂而难得的人生中，理当选择以行持佛法的方式度过！

## 第二百零一节课

### 思考题

1. 你认为文殊菩萨有何殊胜之处？怎样才能消除障碍，得受文殊菩萨加持？你预备怎么做？若能面见文殊菩萨，你会发什么愿？
2. 自他交换应该怎么修？如果修自他交换，会给你带来麻烦吗？为什么？请谈谈你自己的经验。
3. 佛法长久住世需要什么因缘？我们应当如何发愿回向？
4. 学习《入行论》这么长时间，它改变了你什么？这一切皆来源于什么？你会如何回报这种恩德？

今天讲《入行论·回向品》最后一堂课：

何时欲相见，或欲问法义，  
愿我无障碍，面见文殊尊！

修行人在学习过程中，难免会碰到各种疑问，自己实在没办法解决。故而作者在此发愿：无论何时何地想请教法义，愿我都能无有障碍地面见诸佛智慧总集——文殊菩萨，解除一切疑惑，通达诸法的真实本义。

许多大德的传记中，均有蒙受文殊菩萨加持的经历。例如麦彭仁波切，虽与文殊菩萨无二无别，但显现上，在与格鲁派格西辩论时，亲见文殊菩萨的宝剑和经函融入自己，顿时对藏地如海般的广博经论通达无碍。还有上师如意宝朝拜五台山时，于善财洞中闭



关21天，4月29日亲见文殊菩萨，法王唱了一首金刚歌，传记中也有简单的描述。

面见文殊菩萨的障碍，一方面是我们没有祈祷，另一方面可能是享用信财过多。以前在青海一带，据说有位格西非常出名，他可与文殊菩萨如人与人对话般交谈，随时都可以照见。后来一段时间，他见不到文殊菩萨，于是就向上师请教。上师问：“你最近是不是财富特别多？”他说：“确有此事。”上师要求他把所有信财都处理掉，他如是照办后，一切恢复如初，又能面见文殊菩萨。可见，若对有漏财产的执著很重，心不诚，纵然是现见本尊的人，对修行也有一定的障碍。

文殊菩萨是智慧本尊，我们若有缘分随时面见，这是最好不过的了。但如果没有这种缘分，即使在梦中请教法义，也是非常殊胜的。我们一定要对智慧有希求心，智慧的本尊就是文殊菩萨，故应经常念诵文殊心咒，同时也要用这个偈子来祈祷。在藏地，这个偈子可谓脍炙人口，家里送孩子去寺院出家，上师给他剃度时，一般都会用这个偈子加持，希望他学文字时不太吃力，修行时能面见文殊菩萨。

1987年，法王带领一万僧俗前往五台山，在去之前，上师每天在课堂上都讲面见文殊菩萨的有关公案。我在藏文的《五台山志》中也写过：藏地多少大德于五台山见到了文殊菩萨，汉地虚云和尚为主的高僧也见到文殊菩萨……我们每个人都做好准备，去五台山要见文殊菩萨。然而见到文殊菩萨时，也许认识，也许不认识，因为菩萨化现众多，有时候是国王形象，

有时候是婆罗门形象，有时候是乞丐形象，有时候是官员形象，有时候是动物形象，有时候是彩光、彩云等形象，一般人都难以测度。《极乐愿文大疏》中达西<sup>28</sup>的公案，就足以说明这一点。但当时法王说：“只要想去五台山，就一定能见到文殊菩萨。不管路上看到什么，都要想是文殊菩萨。”所以，我一路上观清净心，看到耕地的农民，也觉得是文殊菩萨。到目前为止，这种习气仍根深蒂固，到哪里都有种特殊的感觉：“他是不是文殊菩萨来接我啊？”当时，所有出家人和居士都念这个偈颂，在我印象中，秋巴堪布念的声音最大，不管在成都也好，在五台山转塔也好，他都大声地念：“刚采达瓦多巴昂，炯洒这瓦多那样，滚波江阳切尼讷，嘎美巴样同瓦效<sup>29</sup>。”

大家今后也要用这个偈颂来祈祷。若没有见到本尊获得加持，依靠自力来闻思修行，力量是相当薄弱的，因此一定要经常祈祷本尊。如果始终不离本尊护佑，自己的修行会很方便、很成功，弘法利生的事业也有护法神、天龙八部的鼎力相助。这一点可以看得出来，有些人弘法利生轻而易举，有些人则违缘重重，这主要跟他发心是否清净有关，同时也跟护法神和本

---

<sup>28</sup> 从前，一个人去五台山拜见文殊菩萨，结果什么也没见到。返回途中去了峨眉山，看到一间大房子里许多汉人在吃饭，便去乞讨，可谁也不理他。里面一位官员叫他过去，把剩饭都给了他，问他从何处来，要到哪里去，随后交给他一封信说：“你途经雅杰城市时，有个叫达西的，请把这信交给他。”说完又赠送了路粮。

他带着信到了雅杰城市，到处询问达西住在哪里，但谁都不知道。有一个人说：“这里有头老猪叫达西，此外再没有叫达西的了。”于是他找到那头猪，将信扔到它跟前。老猪用鼻子拆开信，看一下就死了。他莫名其妙，立即看信的内容，只见信上写道：“达西菩萨亲启：你依旁生形象度化众生的事业暂时已圆满，现在应前去东方以其他行境利众！文殊。”他意识到了那位官员就是文殊菩萨，马上返回去，结果原地一无所有。

<sup>29</sup> 何时欲相见，或欲问法义，愿我无障碍，面见文殊尊！

尊的加持有关。

假如想面见文殊菩萨，应在家里挂上文殊像，时常虔诚祈祷，有机会最好能朝拜五台山。我曾研究过藏传和汉传的大量史料，深信它是文殊菩萨的清净刹土，如《六十华严》<sup>30</sup>云：“东北方有菩萨住处，名清凉山，过去诸菩萨常于中住。彼现有菩萨，名文殊师利，有一万菩萨眷属，常为说法。”菩提流志翻译的《文殊师利宝藏陀罗尼经》也说：“世尊复告金刚密迹主（金刚手）言：我灭度后于南瞻部洲东北方，有国名大震那（中国），其国中有山名曰五顶，文殊师利童子游行居住，为诸众生于中说法。”很多可靠经典都说文殊菩萨住在五台山，藏传佛教中萨迦班智达等高僧大德前往时，也确实见到了文殊菩萨，回来后弘法利生的事业完全不同。

上师如意宝在1986年给我们讲过，明年前往五台山，目的有两个：一是要摄受大量的汉族四众弟子。（当时由于地域隔阂和语言不通，大家觉得非常稀有。在我们藏人眼里，汉地众生都不信佛教，很多老上师，包括堪布嘎多，纷纷反对上师的行为：“您不要去！那个地方像罗刹国，去了就不一定能回来。”）二是我们这里的很多小堪布，若朝拜五台山祈祷文殊菩萨，弘法利生一定会有不同的能力。当时我记得很清楚。

确实，圣者的智慧不是分别念所能衡量的。回顾这20多年，当时法王的慧眼洞察到了现在很多状况。

---

<sup>30</sup> 《华严经》汉译本有三种：一、东晋佛驮跋陀罗的译本，六十卷，称为“旧译《华严》”，或《六十华严》。二、唐武周时实叉难陀的译本，八十卷，称为“新译《华严》”，或《八十华严》。三、唐贞元中般若的译本，四十卷，全名是《大方广佛华严经入不思议解脱境界普贤行愿品》，简称《普贤行愿品》，称为《四十华严》。

成千上万的汉族弟子，如今能学习藏传佛教，尤其与学院有这么殊胜的因缘，都是以此缘起而来；不是自赞毁他，我们学院一些大德的修行，远远超过藏地和汉地很多大德，原因也是当年去五台山祈祷文殊菩萨所致。

当时，我们好几个堪布，年龄都比较小，从五台山回来后，上师刚讲《释量论》，大家感觉智慧完全不同了，以前不是这么聪明，现在好像特别聪明，一听就懂。也许这是我们的信心或分别念。但不管怎么样，佛教是有不可思议的缘起和威力，这一点大家不可否认。

你们如果有缘分，应该去五台山拜见文殊菩萨。东台有一个那罗延窟，经论中记载，文殊菩萨经常住在那里；还有善财洞，法王于此曾面见文殊菩萨。这些圣地的加持都不可思议，若能诚心祈祷，念100万遍文殊心咒，你回来肯定开智慧了。以前是笨笨的，什么论典都不懂，在五台山住了一个月，任何法义都通达无碍——过段时间，你们会不会都跑到五台山去了啊？总之，我们要发愿：让任何众生依靠文殊菩萨的加持，通达一切教义。

为于十方际，成办有情利，  
吾行愿得如，文殊圆满行！

为了成办遍布十方虚空际芸芸众生暂时与究竟的利益，愿我的行为也能像文殊菩萨那样圆满行持。

我们一定要发这个愿，学习这么大的论典，最后理应有所收获。什么样的收获呢？尽量地断掉自私自

利，像文殊菩萨和地藏王菩萨那样，誓愿饶益一切众生。我最近感到很高兴，以前见到一些居士，他们经常说：“上师给我加持加持！有一个人跟我关系不太好，我想降伏他，您可不可以传个金刚橛咒语或莲师猛修法？”或者说：“您给我加持加持，我想要当官！”很多发愿都不正确，而现在，他们在上师或佛像面前发愿，都会提到：“愿我相续中生起无伪菩提心。”这样想真的很好！也许有些人因为我讲《入行论》时赞叹这种发愿，故意这样说的，但大多数人不会这样，他们是发自内心的想度众生、利益众生。

大家现在有非常好的条件，不但获得了人身，而且具有诸佛菩萨的加持，在这个时候，应该像文殊菩萨一样发愿，愿十方众生得到暂时和究竟的利益，不管他们对我如何，我一定要利益他们。《文殊十大愿》（能海上师译）中言：“若我有缘，若我无缘，同我大愿，则是我身，共我无别。”意思是说，无论你与我文殊是否有缘，只要想利益众生，与我同一大愿，则与我无二无别。昨天也讲了，文殊菩萨并非只是拿宝剑的一个本尊，想利益一切众生的这颗心，从某种角度来讲，也可以说是文殊菩萨。文殊菩萨的行为就是利益众生，上师如意宝讲《普贤行愿品》时说过，我们平常念诵的“我所修行无有量，获得无量诸功德，安住无量诸行中，了达一切神通力”，主要是讲文殊菩萨的修行无有量，不止是帮助一个众生、修一个法门，由于发心无量之故，他所获得的功德无量，依靠无量功德和无量神通，饶益的众生也无量。我们也应该发这种愿，不要只停留在帮一个人、做一件事上面，

否则这种心态非常狭隘。

上师如意宝在每次传法的开头，都先顶礼文殊本尊，念一遍前偈与此偈来发愿，以确定自己传法的方向和目标。其实上师如意宝跟文殊菩萨一味一体，发愿对境的众生都无量无边，利益众生的修行和行为也无量无边，示现的神通不可思议。

此处，我们学的是文殊菩萨不可思议的行境。现在有些人不了解文殊菩萨，其实大乘经典中介绍得比较多，经典记载，佛陀在世时，所有的眷属中，文殊菩萨的功德令人刮目相看。譬如，末生怨王造多个无间罪后生起追悔心，想从痛苦中拔出来，就去求佛陀解除他的罪恶。佛陀说：“除了文殊菩萨外，谁也不能消除你的痛苦。”因此，末生怨王想迎请文殊菩萨及迦叶尊者到宫中应供。他问舍利弗：“文殊菩萨有多少眷属？”答曰：“五百人。”于是他就回去准备了，（每个小袋子里装一些饼干和饮料，开玩笑！）请他们明日来赴宴。

第二天，文殊菩萨从十方刹土带来八万二千菩萨侍众，迦叶尊者也带了五百眷属，人数大大超过预先准备的份额。末生怨王傻了眼，大生畏缩，有一位药叉现身对他说：“不要紧，文殊菩萨有善巧方便，可满足一切来者受用。”这样说后，他才安心。到午宴时，上万菩萨都没有带钵盂，末生怨王又特别着急，忙问文殊菩萨该如何是好。文殊菩萨说：“到进餐时，他们的钵盂自然会从各自的刹土飞来。”刚一说完，所有菩萨的手中都已有了钵盂。通过文殊菩萨加持，末生怨王所预办的饮食，一点也不嫌少。进食之后，

钵盂又自然飞走。未生怨王叹为稀有，对文殊菩萨生起极大信心。

应供后，文殊菩萨为他开示罪业的自性，宣说种种胜义法门，由此消除了他的悲伤和疑虑。为了酬谢，他把最好的法衣供养文殊菩萨，结果文殊菩萨不见了，空中有声传言：“谁在就供谁吧！”他就以衣供养迦叶尊者，迦叶尊者也不见了。实在没办法，他想：“只有我在，就给我自己吧！”没有想到，连他自己也不见了。以此因缘，他顿时断除了我执的分别，住入空性境界中，原来所造的无间罪也得以清净。

文殊菩萨的故事不胜枚举，法王如意宝也曾讲过：有一次，迦叶尊者当管家负责安居，文殊菩萨跑到波斯匿王的王宫去了，跟王妃们在一起。迦叶尊者发现后，准备开除文殊菩萨。他击打犍槌的时候，十方刹土的文殊菩萨都来了，佛陀问：“这么多文殊菩萨，你想开除哪一个呢？”迦叶尊者心生惭愧，想放下犍槌，但放不下来，犍槌声仍不断地响。他只好到文殊菩萨面前忏悔，犍槌声这才停下来。

又有一次，“说法第一”的富楼那尊者，向裸形外道说法，可是他们不愿听，无法调伏。后来由文殊菩萨变化出五百文殊，才将这些外道调化了。

佛陀在世时，这类精彩的公案非常多，《八大菩萨传》里面也有。今天有一个人，请我务必要翻译《八大菩萨传》，当时缘起比较好，我基本上答应了，到时候看情况吧！《八大菩萨传》共分八品，第一品就是《文殊菩萨传》，以后若能翻译出来，大家应该详细地看一看。

乃至有虚空，以及众生住，  
愿吾住世间，尽除众生苦！

这个偈颂也很关键，平常也要这样发愿。虚空是不能毁灭的无为法，它无处不遍及，既然虚空没有边，虚空所遍及的众生也没有边，依此众生的业和烦恼也无量无边。我们应发愿：乃至虚空存在、众生存在期间，愿我一直住在世间，不希求自己的快乐，而要像“地狱不空，誓不成佛”的地藏王菩萨一样，住于五浊横流的世间中，尽心尽力利益一切有情，遣除他们大大小小的身心痛苦。

若没有先遣除众生的痛苦，如《致弟子书》所说，我们理应深感惭愧。把母亲扔在苦海中，儿子独自享受快乐，纯属不孝之举。同样，我们已发了大乘菩提心，却不顾身处三界火宅中的众生，自己一味贪图清净刹土的快乐，这是不合理的。因此，大家一定要像文殊菩萨、地藏王菩萨那样，哪怕能令一个众生的相续生起一分善根，自己也愿意无量劫安住在轮回中。

小乘当中，也有十六罗汉常住世间。据《宝云经》所说，乃至弥勒佛出世之前，十六罗汉受释迦佛嘱咐不入涅槃，住于世间各个角落，守护佛法、弘扬佛法。在密乘中，大圆满传承祖师无垢友（布玛莫扎尊者）也是如此。他于8世纪中叶应藏王赤松德赞邀请，以近两百岁高龄从印度来到藏地，在藏地传法13年。之后他前往五台山，成就一种暂时不灭的虹身，并承诺在贤劫千佛事业未圆满之前，他的身体不灭，并且每一百年示现一位化身，到藏地度化有缘。千佛事业圆满后，他才到印度金刚座示现成佛。《上师心滴》的传



承历史中，也有这样的记载。

所以，现在有很多圣者住于世间利益众生。我们也要这样发愿：“乃至虚空世界尽，众生及业烦恼尽，如是一切无尽时，我愿究竟恒无尽。”虚空无尽，众生无尽；众生无尽，业和烦恼无尽，同样，我的发愿也无尽，乃至虚空穷尽之前，一定要住于世间。

当然，我虽然口头上会说，你们也能想出一个总相，但到底能不能做到呢？很多人希望自己先成就，可文殊菩萨愿众生先成佛、自己后成佛，这种发心才是至高无上的。《普贤行愿品》长行文还说：“我此回向无有穷尽，念念相续无有间断，身语意业无有疲厌。”“无有疲厌”也非常重要。有些人发心一两个月就不行了：“可不可以给我放个假？我想休息两三天，安住在世间琐事中。”其实如果你真有菩提心，只要有一口气，就不会放弃利他。但很多人做得比较差，虽然知道文殊十大愿、普贤十大愿的精神，明白利益众生无有穷尽，每时每刻都应念念不忘，但凡夫人到了一定的时候，身体疲劳了、心不堪能了，这种誓言就忘光了，这是值得惭愧的！

因此，大家要经常提醒自己：只要虚空无尽、众生无尽，我的发愿也无尽。法王如意宝发的就是这个愿，经常都会重复这两个偈颂。我们自称“法王弟子”，到底发的是什么愿，自己应该心中有数。如果以前发的愿不正确，那从现在开始，应当调整发愿：只要我有一口气，会尽最大努力来利益众生。我们虽做不到文殊菩萨那样，一刹那间度化无量众生，但只要有这样一颗心，在有生之年中心心尽力，这个功德乃至成

佛之间都不会耗尽。

《入行论》马上就要讲完了，你们今生中有没有机会再听受也不好说。这次最大的收获就是为了利益众生而发愿，这是至高无上的大愿，大家务必要牢记！

众生诸苦痛，愿悉报吾身！

愿因菩萨德，众生享安乐！

愿三界众生的痛苦全部成熟于我身心上。我在生病时，若能代替众生受苦，永远病下去也心甘情愿。而我发心的功德和所有菩萨利益众生的资粮，回向给一切有情，愿他们获得暂时人天福报和究竟三解脱的无上快乐。

我们时时应这样发愿，这是自他交换的菩提心，若没有修，想成佛非常难。前面也讲过：“当修自他交换，胜妙秘密诀。”寂天菩萨说自他交换是相当甚深的窍诀，不是轻易就能得到的，所以这种窍诀每个人都要记住。

自他交换的修法，阿底峡尊者有七大教言，《修心七要》也讲过，依次为知母、念恩、报恩、慈心、悲心、胜解信、生起。1) 知母：了知三界轮回的一切众生皆做过自己的母亲；2) 念恩：当她们做我母亲时，对我如何恩重如山；3) 报恩：了知母亲的恩德后，作为一个孝子应想方设法报恩；4) 慈心：在报恩的过程中，愿她们各自获得无上安乐；5) 悲心：看见老母有情非常可怜，愿她们远离一切痛苦；6) 胜解信：使她们离苦得乐的重任，其他众生不一定能成办，唯一要由我来承担；7) 生起：如是认真观修

后，能生起真实无伪的菩提心。我们可以依阿底峡尊者的教言来修持，当然，也可以通过寂天菩萨的窍诀来串习。

原来我去汉地时，有个人说：“我身体不好，本想让上师加持，但又怕上师代受了，所以不敢去。到底请上师加持，上师会不会痛呢？”我说：“不会吧！上师一加持，病就跑到上师身上，这种现象应该没有。不然的话，我们去医院让医生治疗，病全部跑到医生身上，那所有的医生都不敢看病了。作为上师，他是祈求佛菩萨的加持为你遣除痛苦，上师不会有痛苦。”她又继续问：“既然这样，有位上师代狗受挨打之苦，为什么他喊‘哎哟哟，好痛啊’？”我说：“在显现上，上师是痛的，但有能力自他交换的上师，实际上并不会麻烦。这一点，你看过《释迦牟尼佛广传》便会清楚，佛陀因地时接受别人的痛苦，布施自己的肉身，但由于他具备一定的境界，自己不会痛苦，即使有痛苦，也能迅速得以恢复。任何一个修法，若通达窍诀则轻而易举，因此不会让上师痛苦的。”

我们始终要希望众生离苦得乐，有了这样的发心，看到众生痛苦一定会去解救，对自己的快乐也不会重视。假如对自己的快乐非常重视，说明你菩提心的力量比较薄弱。因此，大家应当再三发愿，以菩萨的威力让所有众生获得无上的快乐。

### 丁三、回向共同所说之义：

愿除苦良药，一切安乐源，  
教法伴利敬，长久住世间！

愿解除众生身心痛苦的甘露妙药、暂时究竟一切安乐的源泉——佛法如意宝，伴随着众人的利养恭敬而长久住世。

佛法的功德不可思议，它的力量无法衡测，但若没有对它供养恭敬，佛法不可能住于世间，也不可能弘扬于各方。上师如意宝平时经常讲，佛法受到尊重和供养非常重要，真正的佛法是教法和证法，若想得到这样的佛法，一定要具有恭敬心。因而，很多上师弘扬佛法时，先要从各方面观察缘起：观察弟子对他的信心、恭敬心，观察众人对他的赞扬……

按照藏地说法，所谓的持教者，是以三衣庄严身体、三藏庄严语言、三学庄严心识，这种人才算是名副其实的大德。所以，真正弘法利生的人，要么具有修行，要么能传讲佛法，这样的大德应当受到人们的赞扬和恭敬。就像当年国王赤松德赞做施主，迎请堪布菩提萨埵和莲花生大士，堪布菩提萨埵弘扬显宗佛法，莲花生大士弘扬密宗佛法，以他们作为缘起，藏地佛法至今仍非常兴盛。

任何上师在弘扬佛法的过程中，都需要各种各样的助缘。以前我去汉地时，有些方丈带着几位大施主、大居士说：“这是寺院的大护法，您一定要加持他！大雄宝殿是靠他建起来的，如果他有个三长两短，我的事业只好暂时告一段落。”的确他们也言之有理，毕竟一个上师想弘法利生，旁边需要一些大施主、大发心者，借助他们威力获得利益众生的机缘，这叫做伴随着利养。

还有伴随着恭敬。从诸多大德的传记中看，他准

备把极其殊胜的佛法弘扬到一个地方时，首先会观察当地对他的恭敬和缘起，如果人们恭敬心非常大，在那里弘法就有希望。大概20年前，我们学院也想在汉地建立一些团体和中心，我去了几个地方，有些城市对上师特别恭敬，观察各方面缘起，觉得在那里建立道场有必要，就顺便给他们取了金刚法会等名称，以此缘起，他们一直在学习佛法，各方面很令人随喜；而有些地方，相关的法师、居士对佛法和上师的态度，感觉上比较冷淡，后来我就打消了念头，他们到现在也没什么变化。因此，在一个地方弘扬佛法，必须考虑种种因缘和缘起。

没有佛法的地方，可以说是暗无天日，所以寂天菩萨发愿，让真正的佛法弘扬于人间。如今的修行人比较多，但通达佛法者寥寥无几，真修实证者更是凤毛麟角，此时我们应当高树法幢、大击法鼓，将大乘法广弘于世界各地，尽己所能为佛法作一些贡献。

## 丙二、忆念恩德之作礼：

礼敬文殊尊，恩生吾善心，  
亦礼善知识，恩长吾功德。

全论十品讲完之后，寂天菩萨于最后一颂中，诚心诚意以三门恭敬顶礼文殊师利菩萨，因为依靠他的恩德，才生起了寂天菩萨的善心。

传记中讲过，寂天菩萨在家时是寂铠太子，从小福报、智慧、辩才超群。后来国王去世，大臣准备拥戴他登基，在举行授权灌顶的前一夜，他梦到文殊菩萨坐在国王宝座上，对他说：“唯一的爱子啊！这是

我的宝座，我是你的上师，你和我同坐一座是不应理的。”（另有说他梦见度母用开水给他灌顶，并开示了做国王的很多过患。）第二天醒来，他对轮回生起强烈的厌离心，于是舍弃一切离开王宫。因此，依靠文殊本尊的恩德，他生起了善心，也有出家的机会，后来造了《学集论》、《经集论》、《入行论》等殊胜论典，每一部论典弘法利生的威力都不可思议。（我们很多道友经常说“观音菩萨叫我到这里来的”、“文殊菩萨叫我到这里来的”，都是依靠本尊授记来学院的。那你们以后造论时，也不要忘记顶礼本尊啊！）

然后，他顶礼自己的善知识——那烂陀寺五百班智达之首的胜天阿阇黎。他在阿阇黎面前剃度出家，法名寂天，于其座下听过很多佛法，暗地里又在文殊菩萨前聆听教法。他依靠善知识的威力，相续中的三藏、三学得以增长。

有些人可能提出疑问：“当时寂天菩萨已是圣者，有必要依靠善知识来增长功德吗？”实际上，作者此举是为了告诫后学者：纵然你有成就、对佛教有贡献，也不能忘记自己的大恩上师。我们一丝一毫的功德、一点一滴的知识，皆是依靠上师的加持和传授而得。以前你连基本法义都不懂，现在对众生发起大悲心，甚至获得了圣者果位，这一切无不来源于上师的恩德。

我经常这样想：“自己现在有一颗善心、有一颗菩提心，全部的来源就是上师善知识。如果没有上师善知识，我可能还沉溺在轮回中，始终得不到解脱。”如今大家学会发愿，也是依靠善知识的恩德。（无著菩

萨在《善说海》后面有一个偈颂，我觉得这个发愿很好：“无论于我贪或嗔，赞毁以及作利害，愿凡见闻念我者，悉皆速得胜菩提。”）不然，“无论对我生贪或生嗔、赞叹或诽谤，愿所有见闻觉知我的人速证菩提”这样的发愿，在一百世中上无数高等学校，恐怕也不一定能通达。因此，我们要报答上师的恩德、报答诸佛菩萨的恩德。

要报答他们的恩德，我们除了利益众生，没有第二条途径。《入行论》云：“除令有情喜，何足报佛恩？”

《本生论》亦云：“所谓报恩供养，即是依教奉行。”佛法利益的来源就是善知识，善知识给予了这么大的恩德，我们一忆念起来，就很想全力报答。可是用其他方式报恩，也不一定有意义，麦彭仁波切在《中观庄严论释》中说：“金粪等同圣者前，供四洲富有何用？受持彼心铭刻法，必定满足其意愿。”作为圣者，对金子和粪土一视同仁，就算把四大部洲的财产全部供养他又有什么用呢？上师唯一欢喜的是我们依教奉行，如理如实地行持正法，若能如此，上师就心满意足了。因此，要令上师生欢喜心，就应在力所能及的范围内修持正法、利益众生，只有这样，本尊才会欢喜，上师才会欢喜！

我自己确实这样想，上师如意宝等诸位上师给我传了这么殊胜的法，想起他们就感恩不尽，特别想报答。但其他方式也不一定能回报，所以我今天再次发愿：“乃至有生之年，乃至生生世世，我会尽心尽力地弘扬正法和利益众生！”希望大家也能发下这样的誓愿。《入行论》已经学了两百多堂课，我也花了一定的时间讲述，有些人可能获得一点利益，若真如此，

其他报答我也不求，没必要为了水泡般的身体贪图什么享受，唯一的希求就是你们利益众生和弘扬佛法，这就是给我最好的报酬！

我刚来学院时，在上师如意宝面前发过这个愿。第一次听《入行论》是在嘎多堪布面前（他已圆寂好多年了），后来在上师如意宝座下也听过很多次，想起每一次的听受，内心都很感激、很感恩，所以我再次发这个愿！

这次传讲《入行论》，一方面非常感谢学院的很多法师，包括整理音频、视频、讲记的发心人员；同时感谢菩提学会等佛教中心的负责人、高僧大德、寺院住持，竭力弘扬《入行论》，对很多人的相续有所帮助；更感谢生命电视台、国内外诸多新闻媒体和网站的负责人，为传播这部法提供了种种便利条件。我本人发自内心地感谢，但感谢的方法，用财物或赞叹不一定有意义，所以我再次发这个愿！

希望你们所有的人，若对传承上师有感恩之心，心里也要默默发愿：从现在开始，就像文殊菩萨、寂天菩萨、法王如意宝等诸大圣者那样，我也要依靠佛法来利益无量无边的众生！

## 〔第十品释终〕

好，《入行论》传讲完毕！在这个过程中，没有出现任何违缘。你们以后应该好好修持，有机会的话尽量弘扬，其他也没有什么要求。下面大家一起回向，回向时要想到：我们这么长时间闻思修行的善根，回



向给一切众生，愿世间的一切灾难消除，众生暂时得到人天福报，究竟获得圆满正等觉如来的无上菩提！

二〇〇八年六月初四佛陀初转法轮日  
于喇荣圣地

# 《修心八颂》要义

——2006年于上海开示

## 思考题

1. 请背诵《修心八颂》，并解释其字面意思。
2. 有些人的股票下跌了、轿车被偷了，就觉得好痛苦，而自己的菩提心遭到损害却无所谓，你是这样的吗？请对这种做法加以分析、抉择。
3. 文殊菩萨都发愿做众生的奴仆，作为一个佛教徒，你平时的言行举止应当注意什么？
4. 当你产生贪嗔等烦恼时，通过什么样的方法来断除？
5. 在修行的过程中，如果遇到野蛮的众生对自己制造违缘，应该如何面对？
6. 假如有人因嫉妒心，无中生有地对你诽谤，你会怎么做？
7. 如果你全心全意地帮助某人，结果他却恩将仇报，千方百计致你于死地，你会怎么样处理？
8. 你帮助一个人时有哪些条件？哪些是不如法的？今后有什么打算？
9. 你学习《修心八颂》之后有何感想？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇士！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇  
我今见闻得受持 愿解如来真实义  
为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

《修心八颂》这部法，有些道友可能以前听过，也学过，然而佛法并不是听过就可以了，也不是学过就足够了，应该将之融入相续，经常以此来对照自己。这里只有八个颂词，看起来比较简单，但行持起来并不是那么容易。以前没有得过传承的人，今天应该得一个传承；已经得过传承的人，需要再次巩固自己的境界，为了这样一个目的，今天上午我给大家讲一下《修心八颂》。

如今在国外，许多大德在弘扬大乘佛法时，主要宣讲《修心八颂》，以此规劝大家修持菩提心。在国内，自古以来也有无数大德宣讲这样的殊胜法门。以前上师如意宝在学院或者出去到各寺院弘法时，经常强调这部论典的重要性。而且，他老人家要求学院弟子必须背诵三部论，并且精通其中要义：第一部是《佛子行三十七颂》，第二部是宗喀巴大师造的《三主要道论》，第三部就是今天所讲的《修心八颂》。《修心八颂》的文字不多，但依靠这样的窍诀，能真正断除我们相续中的烦恼，为了获得殊胜的大乘窍诀，大家理当专心谛听。

《修心八颂》有一些故事，《大圆满前行》中也引用过，在此顺便给大家讲一下。噶当派的高僧大德，历来尤为重视《修心八颂》，曾经有一个恰卡瓦格西，他对五部大论无不精通，并对新旧派的众多教法了如

指掌。有一天他去甲向瓦格西家，看见枕边有一个小经函，顺手打开翻阅，突然看到“亏损失败自取受，利益胜利奉献他”一颂，他觉得这实在是稀有，内心特别有触动，便问：“这是什么法？”甲向瓦格西告诉他：“这是朗日塘巴尊者所造的《修心八颂》中第五颂的后半偈。”他又问：“谁有这一窍诀的传承？”甲向瓦格西说：“朗日塘巴尊者本人有。”听到此话，恰卡瓦格西迫不及待地想去求此法，于是立即起程前往拉萨。（噶当派格西的求法之心如此迫切，可是我们有些人，学习佛法的时间一拖再拖，不知要拖到什么时候。）

他千辛万苦到达拉萨后，不知道朗日塘巴尊者住在何处，数日之中他一边转绕觉沃佛像，一边打听消息。一天傍晚，从朗塘地方来了一位麻风病患者，格西不在乎传染而亲近他，向他询问朗日塘巴尊者的消息。他告诉格西一个噩耗：尊者已经圆寂了。格西听后非常悲伤，一方面为众生没有福报而难过，另一方面也为自己无法亲自得受传承而惋惜。

格西问：“尊者的继承人是谁呢？”那人说：“向雄巴格西与多德巴格西，但他们二人关于谁做法主之事意见不一。”实际上，这两位格西并不是为了自己做法主发生争执，而是互相推让法主之位。向雄巴格西对多德巴格西说：“您年长，经验丰富、德高望重，请您做法主，我会像恭敬朗日塘巴尊者一样承侍您。”多德巴格西说：“您年轻有为，学识渊博，理应住持寺庙。”

二位格西本来是互相观清净心，但恰卡瓦格西却误认为他们为继承上师法位而不和，心想：“他们肯

定没有此法的传承，现在谁还会有此传承呢？”他到处询问，后来有人告诉他夏日瓦格西有真正的传承，于是他马上动身前去。

一天，在夏日瓦格西绕塔时，他来到格西面前，将自己的披单铺在地上，请求他在此稍坐片刻，自己有一问题请教。上师说：“我一般没有在外面坐的习惯，你有什么事情请马上说吧。”恰卡瓦格西说：“我曾看见‘亏损失败自取受，利益胜利奉献他’的法语，这一法与我的心很相应，您感觉此法如何？”（他是在试探夏日瓦格西。）上师说：“尊者与此法相应也好、不相应也好，如果你不想成佛就另当别论，只要想成佛，那么此法必不可缺。”他又问：“您有此法的传承吗？”上师说：“我确有此传承，我一辈子修的就是这个法。”他便跪在上师面前请求道：“请尊者摄受我，赐给我传承！”上师说：“你若能长期住在这里，我可以传给你。”后来，恰卡瓦格西在六年中依止夏日瓦上师，这期间上师唯一传授《修心八颂》，他也是一心专修，最后完全断除了珍爱自己的执著，获得了殊胜的成就。

今天我给你们讲一个多小时，也讲不了什么，关键是看你们修不修。如果没有修，你们一边摇着扇子一边打瞌睡，听一听也可以；我在这里一边擦汗，一边敷衍了事，讲一讲也可以，形式上谁都能应付，主要是你们能不能以《修心八颂》来衡量自己、对照自己。若真能像恰卡瓦格西一样行持，虽然这个窍诀很短很短，但它的加持不可思议，一定会断掉自己的烦恼和我执，生起自他交换的菩提心。

这次传法没有事先安排，是昨前天才临时决定的，但这部法的加持力相当大，上师如意宝也再三传讲过，我自己的传承应该非常清净。大家学习之后，可能有些人会以此对照自己，有些人听完传承后，就把法本扔在一边，再也不看了。记得我以前在杭州也传过，今天也有很多那里赶来的居士，不知道已经过了两三年，你们修了没有、看了没有？如果没有修，自己虽然有听法的功德，我讲法也会有一点功德，但除此以外，实际行动能不能有改变也很难说。所谓佛法，不在于口头上讲得多么漂亮，也不在于形象上搞得多么隆重，关键在于自相续能否得以调伏。现在很多地方的佛教变成了一种形式，表面上看来很庄严、很精彩，但每个人的贪心嗔心丝毫不减，一点改变都没有。

我今天讲的这八个颂词，字面意思很简单，没有什么不懂的，但若想即生成就的话，自己也应该像恰卡瓦格西那样修行六年。然而有些人不要说六年，修六天他也会抱怨起来：“八个颂词还修六天，我半个小时就修完了。”实际上，佛法并不是这样的！

接下来，正式宣讲朗日塘巴尊者的《修心八颂》。

#### 解释题目：修心八颂

华智仁波切曾说：“修心修心修自心，以四厌世心修心，无有身语其功德，获得解脱无有余。”假如以四种厌世心——人身难得、寿命无常、轮回过患、因果不虚，一再地修持自心，即使身体和语言没有做其他善法，除了解脱也没有别的去处了。因此，修心

非常重要，此处讲的就是修心法门。

藏传佛教的噶当派，尤其是阿底峡尊者、仲敦巴格西、博朵瓦格西，对于调伏烦恼的修心法门相当重视。去年我也给这里的少数人讲过《修心七要》，文字不太多，但真正做起来并不容易，你们若能精通一个颂词或半个偈子，对自己的一生乃至生生世世都有相当大的利益。

作者：朗日塘巴尊者

朗日塘巴尊者是博朵瓦格西的大弟子，是驰名天下的大成就者，被公认为无量光佛的化身。

在座的有些人，最近在学《净土教言》、《菩提道次第广论》，每个礼拜利用星期天来学习，有些人认为自己很了不起，到处给别人炫耀。实际上这没有什么，从整个人生的时间来观察，如果一个礼拜有一天，一年中也只有五十一天的学习时间，其余三百多天都在搞世间法。即使是这一天，很多人也是早上起得很晚，觉得今天是星期天，多睡一点；中午到那边去马马虎虎学一点东西，有些人听课一直打瞌睡，好像专门到那里去睡觉的；下完课以后吃吃喝喝，那个时候就特别开心。有些人真是业力现前，一遇到佛法就没有精神，特别疲倦、特别昏沉，而平时说些无聊的话、做些无聊的事，又聪明、又开心、又能干，这就是凡夫无始以来的习气毛病。

说实话，我们山上的道友，可能一年中连半个月的散乱也没有，最多是夏天到草地上放松放松，平时都是在学习佛法、背诵经论，早上起得早，晚上睡得

晚。可是大城市里的人截然相反，他们的时间和精力都花在聊天应酬上了，修行的时候就没有精神了，听课也没有精神，做作业也没有精神——“我都四十多岁了，为什么还要做作业？我早就毕业了，不做不做！”但如果做一些世间的事情，他就不是四十岁了，很年轻哪。

有些人的习气太重了，造恶业的顺缘太多，造善业的顺缘稀少，自己能不能解脱还是要打个问号。总结一生的话，倘若你活了70年，学佛的时间有没有10年？如果没有，大多数时间都花在了贪嗔痴方面，那来世有没有解脱的保障？

所以大家不要有很多理由——“我现在很忙”、“家里有一大堆事情”、“单位忙得不可开交”，找各种乱七八糟的借口。其实解脱是自己的事情，出离轮回也是自己的事情，你整天跟别人讨价还价，我觉得这样没有必要。你们要想当佛教徒，就应该当个名副其实的佛教徒，不要挂一个牌就可以了，自己再怎么忙，也应该能空出一部分时间来。当然，365天让你拿出200天，这恐怕是不现实的，但若连1/5或1/7的时间都抽不出来，就不是真正的修行人了。

我非常重视珍惜时间，假如明日复明日，那明日何其多？很多人学习佛法的时候，“这个礼拜不空，下个礼拜再说吧”、“再拖一段时间吧”……一年365天，你们的时间用在佛法方面有多少？我们山上的人当中，我算是比较懒惰的，但我仍在继续学习、继续努力，只要有一口气，就不会停下来，这跟城市里的人比起来，还是有很大很大的差别。因此，大家应该



把学佛摆在重要的位置，以后的生活需要调整，这样才有解脱的希望。

### 第一颂：

愿我以胜如意宝，饶益他众之意乐，  
时时刻刻倍珍爱，轮回一切诸有情。

愿我以超胜如意宝的饶益他众之意乐，时时刻刻珍爱轮回中的一切众生。

世间人认为轿车、别墅、金钱非常难得，实际上，以利益众生的菩提心对待整个世界、对待所有的众生，这比如如意宝更加珍贵。佛陀在《教王经》中说：“为了身体，可以舍弃财产；为了生命，可以舍弃财产和身体；为了佛法，可以舍弃财产、身体与生命。”当然，以世间的价值观来看，也许很多人不会理解，但从大乘的角度来讲，世界上最珍贵的就是利他之心。《入菩萨行论》中也说：宁可失去利养名闻，乃至资身养命之缘，亦可失坏其余善根，但是决不毁损自己的菩提心<sup>31</sup>。所以我们一定要帮助众生，在这个世间上，财产、身体、生命都不重要，最重要的就是帮助别人的菩提心。

当然，菩提心的价值，有些人不一定知道。佛经中有个公案说：往昔有父子二人拥有一个如意宝，父亲天天都保护如意宝，有一天他很困，想睡一会儿，临睡前对儿子说：“你将如意宝收藏好，千万不要给任何人。”父亲很快就睡着了。这时来了几个小偷，问这小孩要如意宝，孩子说：“父亲交代了，如意宝

---

<sup>31</sup> 吾宁失利养，资身众活计，亦宁失余善，终不损此心。

不能给任何人。”小偷于是拿了一些糖果给他，并说：“这个如意宝是一块石头，对你也没有有什么用，糖果却可以马上吃，而且价值是很贵的。不如我们交换吧！”小孩就把如意宝交了出去，自己换得一点糖果。

学佛亦是如此，若把最重要的东西舍弃了，虽然得到一些微利，也没有多大意义。有些人的轿车被偷了、房屋被没收了、身体受到一些威胁，他们就觉得好痛苦，心里面相当着急，而自己的菩提心遭到损害却无所谓，这是非常愚痴的，犹如刚才那个小孩一样。

我们热爱一切众生，乃至蚯蚓、蚂蚁以上，从佛教的角度来讲，这个叫菩提心；从世间的角度而言，则是献上自己的爱心。这颗心是任何金钱和财物都无法与之相比的，但是很多人非常愚笨，有菩提心不觉得很珍惜，而看见一些老板有几亿，或者自己找到金银财宝就认为很难得。实际上最珍贵的是菩提心，我们遇到任何违缘也不能舍弃，这是大乘佛教最重要的精神。

当然，今天到场的人当中，一部分人我从来没见过，也许是刚刚皈依的，讲大乘不共的利他心，你们不一定能接受。因为学习佛法就像是上台阶，要一步一步上去，很多人先求人天福报，让自己赚钱发财、健康平安、家庭和睦、长得漂亮、生活顺利等等，但从价值观的角度来讲，利他心才是非常非常珍贵的，有了利他心，即使你生活不顺、财产受损，也不值得特别伤心。

比如如意宝更珍贵的利他心，所缘的对境应该是一切众生，而不仅仅是人类。现在有些宗教对人类很好，

经常搞慈善机构帮助那些受灾的人，但看到旁生被杀害时，他们根本不管。这种做法是不对的，三界众生都有苦乐的感受，大家一定要帮助所有的众生。以前不管自己怎么做的，从现在开始，应该发愿生生世世不离菩提心，这种愿哪怕只生起一刹那，功德也是相当大。这是佛陀亲口宣说的，并不是我在这里胡言乱语，说一些没有根据的话。今天来了这么多人，每个人要对自己的语言负责，你们都有一定的智慧，在世间很多方面广闻博学，欺骗你们也没有必要。

在所有的佛法当中，最稀有难得的，就是利他的菩提心。大家应该时时刻刻观察，首先看自己是不是佛教徒？如果是，那是大乘佛教徒，还是小乘佛教徒？假如整天所做的全部是为了自己，这就是小乘佛教徒；倘若你不仅要自我解脱，还要尽心尽力地帮助一切众生，帮助的方法虽然多种，最好的就是依靠佛法，有了这一颗心，就是大乘佛教徒。

## **第二颂：**

愿我交往何人时，视己较众皆卑下，  
诚心诚意又真挚，尊重他人献爱心。

无论在何时何地，接触什么样的人，都要把自己看得比他人低贱，并且诚心诚意地想帮助别人，将爱心奉献给整个世间。

我们平时会接触很多人，在这个过程中，一定要注意不能有傲慢心，自己再怎么了不起，也应当做众生的奴仆。宗喀巴大师在《事师五十颂释》赞叹文殊菩萨的顶礼句中说：“虽恒住于无上果位，然做众生

仆。”在三界中，文殊菩萨是智慧第一，但是他还发愿当众生的奴仆。无垢光尊者在《心性休息》中讲过，真正具有法相的善知识，尽管境界超胜于所有的人，但显现上仍要随顺众生<sup>32</sup>。

现在的有些人，稍微有一点钱、一点地位、一点才华，就高高在上，觉得自己非常了不起，四威仪也显出一种傲慢相。这不是真正的佛教徒！印度、藏地、汉地无数的高僧大德，修得越好，就越尊重别人，而不是一开口就说大话，跟谁都不愿意接触。人与人之间的交往，有些问题需要注意，如果自己认为修行不错，就趾高气扬，怎么能真正利益众生呢？

这里的有些人发心多年，为了佛法还是非常辛苦，平时发资料、打电话，或组织放生、印经书，但从来没有自我宣扬过，只是一心一意、默默无闻地利益众生。所谓的菩萨，不是表面上宣传得很成功，而是内心中非常愿意帮助别人，在交往的过程中很切合人意。

人学佛之后还是会有所不同，一旦佛法融入了内心，跟以前相比，自己会判若两人。以前没有学佛时很傲慢，跟任何人交往，整天都看别人的过失，但是学了大乘佛法以后，自己的嘴巴会扣一把锁，有必要时打开一下，没有必要就把它锁着，不会乱说。

有些人特别爱说别人过失，一开口就是这个不好、那个不好，出家人不好、在家人不好，间接说明只有他一个人好，除自己以外，其余的都是坏人。这

---

<sup>32</sup> 若问上师之法相，为引世间与众同，超世间故与众殊，三门诸行较众胜。

样不太好！虽然在末法时代，个别出家人的行为不太如法，但你在依止他时，首先应该观察清楚，这样才不会后悔，即使他某些行为不如法，也不需要你专门宣传，这既有损佛教的形象，也有损佛法的形象。

我们是一个佛教徒，在社会或家庭中应该起表率作用，不然，别人对你的印象和评价都不好。所谓的印象，指内心的一种看法；所谓的评价，则是显露于语言上的表示。有些佛教徒在社会上的评价相当不错，在家人当中有，出家人当中也有。有些人觉得自己很不错，但与他交往还是很麻烦。

作为修行人，相续应该像棉花一样柔软，即使别人说自己的过失，自己也会宽宏大量，不斤斤计较。仲敦巴尊者曾问阿底峡尊者：“如果有人打我、骂我，我该怎么办？”尊者回答：“很好啊！这是偿还宿债的难得机会，理应借此精进修持安忍度。”而我们很多人并不是这样，特别喜欢听别人赞叹，不愿听到丝毫指责。

阿底峡尊者的一生，有三大殊胜窍诀：第一是时时刻刻观自心；第二是用正知正念来对治烦恼；第三是长期修持菩提心。所以，在修行过程中，应该恒时观察自心。我们已经皈依了佛门，趋入了大乘佛法，在今后的生活中，千万不要跟不学佛的人同流合污，若慢慢跟他们融入一体，这就太可惜了！

### **第三颂：**

愿我恒常观自心，烦恼妄念初生时，  
毁坏自己他众故，立即强行而断除。

于行住坐卧四威仪中，应当恒常观察自心，无论是坐车、睡觉、吃饭，都要省察自己有没有远离正念，而不是观察别人的过失。一旦生起了贪心、嗔心、傲慢、嫉妒，就要及时觉察，意识到它们的危害性，用无我空性等方法来加以断除。

比如看到别人的行为不如法，很想发脾气，当下就要提醒自己：“我是大乘修行人，不能生嗔恨心，稍微缓一下，明天再说吧。”遇到引生贪心的对境时，立刻告诉自己：“我所贪的这些犹如夏天的彩虹，虽然显得特别美好，然而没有任何实义。”

贪心和嗔心不但会害自己，而且会害整个社会。如嗔心特别强的希特勒，发动“二战”而毁坏了整个世界；贪心特别大的某些领导，因贪污国家的财产而给无数人带来痛苦。所以相续中最可怕的，就是贪心和嗔心，当这些烦恼刚萌生时，一定要想方设法立即断根。

立即断根的方法，按照无上大圆满的窍诀，则是认识烦恼的本性。如果生起了熊熊烈火般强烈的嗔心，那要观察嗔心从哪里来？现在住于什么地方？最后去往何处？是在身体里面，还是在外边？它的来源、颜色、形状，分别是什么……这样一观察，嗔心的的确确找不到。当然，有了上师的教言后，刚开始只会说，不能真正行持，但久而久之就会熟练的。

任何知识都有一个熟练的过程，我们刚开始看到电脑程序，简直复杂得不得了，但学一段时间后，就会熟能生巧，对其全部了如指掌。对治烦恼也是如此，以前有一位格西，他当在家人时，腰间别着两把刀

子，可是敌人却多如牛毛，天天降伏敌人也忙不过来。后来他放下武器出家，结果连一个敌人也不存在了。所以，心清净的话，外面的怨敌自然消失。

现在世间充满种种诱惑，外境琳琅满目，好看的、好听的，什么都会展现在你面前，我们凡夫人没有主见，很容易被外境诱惑。故而在在这个过程中，要有提醒自己的主动意识，如果没有这样，过段时间你可能就堕落了。所以我一直要求大家集中学习，倘若没有集中学习，很容易在这个群体中掉下去，脱线后再上线，可能有点困难，大家在一起有种互动力，这样应该会好一点！

#### **第四颂：**

愿我目睹恶劣众，造罪遭受剧苦时，  
犹如值遇珍宝藏，以难得心爱惜之。

世间上众多野蛮的众生，恒时为猛烈的烦恼所逼，不断造作恶业损害他人，从而使自己遭受剧烈的痛苦。有些人生贪心、嗔心、嫉妒心时，没办法克制，极其痛苦；有些人前世以烦恼损害众生，即生感得多病、贫穷等果报，相当痛苦。在这个时候，我们应如同遇到如意宝那样，以难得之心珍惜眼前的机会，来帮助这些可怜众生。

寂天菩萨也讲过，假如没有敌人的存在，那么对谁修忍辱？布施、持戒、忍辱等六波罗蜜多，全部依靠众生而成就。前段时间，各个小组分资料时，有些人说：“我跟这个人关系不好，不愿意呆在那个组里，把我换一下！”我听后觉得：“这种人还学什么大乘佛

法？连道友都不愿意接触，在他面前呆五分钟的忍耐力也没有，平时见都不想见，还能说自己有菩提心吗？”有些人真的学得太差了，我直言不讳地告诉你们：倘若没有跟大家共同学习的忍耐力，恐怕离大乘佛法比较遥远！

在文革期间，青海有一个老修行人，每当造反派批斗他时，他就事先发愿：“我今天要为度化一切众生而修忍辱。”当造反派对他拳打脚踢时，他也不生一丝记恨，安住于无缘当中。批斗完毕，他便将一切功德回向给以批斗他的人为主的一切众生。我们遇到这种情况会怎么做？别人骂自己一句，一辈子都耿耿于怀，有机会非报仇不可，今生没有能力，来世也不放过他。这完全是大乘佛教所呵斥的。

我们不管学什么教派，对众生要有起码的尊重，这一点都做不到的话，可能连外道徒都不如。我在《旅途脚印》中写过一个修女，不论是世界的哪个角落，印度也好，印尼也好，只要有可怜的众生、性格不好的人、麻风病等传染病人，她就去那里帮助他们。有时候看到她的一些行为，真的非常感人，我们口口声声说自己是大乘佛教徒，但是跟道友关系不太好时，根本不愿意接触，想尽一切办法逃避，你们有什么化解不了的仇恨？

以前有些国家之间交战非常激烈，互相用炮弹来炸，现在的关系也特别融洽，经常友好访问，他们还没有学大乘佛法，通过世间的改变就可以睦邻友好，我们为什么不可以呢？有些佛教徒拉帮结派、互不团结，这是那个上师的弟子，那是这个上师的弟子，如



果是这边的放生，那边的人就不来参加……我听过很多很多精彩的故事，有时候觉得非常可笑，有时候觉得很伤心，有时候觉得特别奇怪。

由于众生的根基不同，佛陀开了八万四千法门，肯定要由不同的上师、不同的传承传下来，哪个传承、哪个国家、哪个民族并不重要，不管是黄种人、白种人，只要有利他心，这个人就非常了不起；无论是南方人、北方人，只要是众生，我们就要尽心尽力地帮助。

大乘佛法并不是讲得非常漂亮，而是要真正去实践。有了利他的菩提心，即便遇到品行恶劣的众生，极其粗暴地害你、恶口骂你，也是修安忍的好机会。以前阿底峡尊者出门时，经常带一个脾气最坏的弟子，别人问他为什么这样，他说：“我依靠他可以修安忍。”过去的大德把性格不好的人当作最难得的如意宝，可是我们呢，人格好一点的谁都抢，非要拉到自己组里来。

当然，人格不好的人也不要认为：“噢，我可能是真正的如意宝，给别人带来很多利益。”不要这么想，你并不是那么了不起的人！这些大乘的基本教义，大家应该搞清楚。

### **第五颂：**

愿我于诸以嫉妒，非理诽谤本人者，  
亏损失败自取受，利益胜利奉献他。

他人出于嫉妒心，无缘无故地非理毁谤我，而我没有做任何对不起他的事情，这时候应该怎么对待

呢？作者告诉我们一个殊胜的窍诀：“亏损失败自取受，利益胜利奉献他。”

对一般人而言，如果自己有错，别人实事求是地指出来，这个稍微能接受。但若无中生有地非理诽谤，明明你没有偷东西，别人却说你是小偷；明明你没有害过人，别人却说你是凶手，这简直难以忍受，非要讨回公道不可。然而，发了菩提心的人，应将一切吃亏、失败由自身取受，所有的胜利、利益奉献给他人。

不管是在家人、出家人，有了这样的菩提心，会给整个世界带来无比的安乐。当今社会，到处都是自私自利的人，如果我们能无私地奉献，那遇到任何一件事情，都不会特别计较了。很多人心胸太狭窄，《六祖坛经》中说“心量广大，犹如虚空”，但这些人的心量连芝麻许都没有，遇到一点点小事就痛苦得不得了，到处造谣毁谤别人。

无论遇到什么事、什么人，我们最好是观清净心，不要随便毁谤，否则业力的显现不可思议，来世的果报会非常可怕。佛经中说，恶口诽谤的人死后直堕地狱，因为业力现前，舌头变成广阔无垠的田地，许多农夫在其上驱牛耕犁，他们脚在踏下去再抬起来的每一步中，都有一种兵器会翻出来，把舌头割成一块块的碎肉……

所以，作为一个佛教徒，应像噶当派格西所说的那样，对佛教、对众生有意义的话，或者跟生活有关不得不说的话，那可以说；但无关紧要的无稽之谈，尤其是伤害众生的语言，一律不要说。

前段时间，一个居士在我面前发愿：“以前我脾

气不好、性格不好，常说别人的过失，也常看别人的过失，自己的过失从来不检讨，从现在起我发誓：以后尽量不说任何人的过失，如果说了，立即忏悔。”我当时告诉他：“你真的了不起，真的很伟大！不管你做不做到，有了这样的决心，确实非常可嘉。”

学习佛法就是要改变自己的心，如果别人非理诽谤你，你应该把他观为自己的父母。博朵瓦格西曾说：“别人诽谤你，是对你最大的恩惠。”所以大乘佛教有种不共的精神，与普通行善是不相同的。很多人认为，学佛就是做好事，当一个善良的人，不害别人就可以了。其实在这个过程中，还有许许多多的真理，这个我们必须学好。

世人常说“吃小亏占大便宜”，我们在和别人发生冲突时，亏损和失败应该由自己取受。按照世间的观念，两个人打官司，败诉的一方会特别难过，甚至夫妻吵架时，双方也互不相让，非要对方低头认错。但如果发了菩提心，他就会说：“今天算我败了，你赢了，只要你快乐就好。”这样的话，虽然是一个小小的家庭问题，但也是修菩提心的一种标志。

我们平时在生活中，碰到任何争执时，都要想：“算了，今天算我败了，他快乐就可以。”尽管这样做很难，可是发了菩提心的人，必须要这样做。当串习久了以后，心的力量就会逐渐扩大、成熟，这对以后的修行也非常有帮助。

#### **第六颂：**

愿我于昔曾利益，深切寄以厚望者，

彼纵非理而陷害，亦视其为善知识。

往昔我尽心尽力地饶益某人，以人力、财力、物力帮助过他无数次，对他寄予深厚的期望。然而他却忘恩负义，反而对我非理加害，这时候我应该以牙还牙，还是就此放弃呢？应该就此放弃。

在释尊的传记中，也有很多这样的公案：他救了别人的命，那人却恩将仇报，后来他就修安忍，并没有跟那人讲理由。我看到有个公司的老板，她用很多钱财培养一个人，后来那人学到一些知识，能力各方面非常不错，可是他不但不报恩，反而用自己的势力来加害她。这个老板是发了菩提心的人，她说：“算了，从世间的角度来讲，我也有能力害他，但我已经发了大乘菩提心，不管他怎么害我、我对他怎么付出，我还是要安忍。”其实，真能做到这一点的话，这就是修心的标志。

可是，很多人缺少这种理念，遇到此种情况时，忍下来有一点困难，因为自己从小到大所接受的教育，跟佛教的精神非常冲突。可是作为大乘修行人，我们应该选择什么呢？就是要帮助别人，这一点永远都不能忘，生生世世也不能舍弃，这就是佛法的精华！

### **第七颂：**

愿我直接与间接，利乐敬献诸慈母，  
老母有情诸苦厄，自己默默而承受。

这一颂讲了大乘佛法最殊胜的精要。无论是以直接或间接的方法，应将自己的名声、财富、恭敬、快乐等一切，奉献给所有的有缘众生，而自己默默代受他们的痛苦。

现在人帮助别人，往往是有条件的：别人对我好，我就帮助他、支持他；别人对我不好，我绝对不会那样做。可是在大乘佛法中，一切众生都当过自己的母亲，佛经中说，有次佛陀外出看见一个人，就对弟子说：“无始以来，他很多次当过我的儿子。”在漫长的轮回生涯中，每个众生确实当过自己的亲人，只不过我们没有天眼，看不到而已。有些人认为这是不可能的，其实若能通达佛法，知道整个轮回的流转状况，就会知道佛陀所说的都是真实语。

很多人愿意照顾今生的父母，但这个范围太小了，实际上无量众生都当过自己的父母。在藏传佛教中，修行人要通过辩论、教证、理证等，花时间专门学习众生都当过自己的父母，并对这个道理深信不疑。既然众生都当过父母，当父母时对我们极为慈爱，我们决不能忘恩负义，应将所有的众生，包括蚂蚁、蟑螂，都当作真正的母亲来对待。如果你是孝顺的孩子，父母在遭受痛苦、危险时，你会置之不顾吗？当然不会，肯定想全力以赴去救他们。那无始以来所有众生都当过父母，我们需要怎么做，应该非常清楚。

为什么有些大德的菩提心修得那么好？因为他们把众生都看作父母，而不是口头上的。现在飞机上和宾馆里的服务员态度特别好，经常到你面前嘘寒问暖，亲切地问你要吃什么、要喝什么，表面上看来特别关心，但这只是她们的工作而已，或许内心对你并不是很尊重。如果见到素昧平生的众生时，真正发自内心地帮助他，这才是名副其实的修行人。

有些佛教徒帮助众生有几个条件：一是自己要认

识的；二是在生意上或工作上有往来；三是今天帮助他，以后他有希望会帮我。若具备了其中之一，自己就愿意跟他打交道，否则就算是众生，他也会不闻不问。甚至陌生人多看他一眼，他都非常害怕：“这个人眼神有点不对，他到底要干什么？我可不能接近他。”其实，修了大乘菩提心的话，不管看你的眼神是什么样，态度是什么样，行为是什么样，你都要尽量地接触他，这样，才有可能今生中度化他。

利益众生有直接、间接两种方式，以前上师如意宝也讲过：“若有能力直接利益众生，当然是最好不过的，如果实在没有能力，自己发愿生生世世中直接或间接帮助众生，也是非常有必要。”每个人应该在上师三宝面前经常发这个愿，发了愿以后，这种愿力不可思议，即便自己死了，来世也有帮助众生的机会。

修行好的高僧大德，有力量将自己的快乐、境界全部赐给别人，但没有这种力量的话，放生也是直接利益众生的一个手段。我们在1987年开始提倡放生，当时除了极少数的汉地大德以外，各个城市基本上没有放生的习惯。然而大城市里吃肉那么厉害，无始以来的父母，他们天天在吃、天天在吞，见到这种情景，我们深深感到这些众生特别可怜，于是呼吁一部分居士共同放生。刚开始我们自己买、自己放，买的时候经常被骗，放的过程中也没有经验，时常遭到各种挫折。但后来通过三宝的加持，现在各地的放生非常可观。听说这里有些道友，每个礼拜天都要参加放生，这就是直接利益众生。为什么呢？你在判死刑的时候有人救你，你会不会感激他？肯定会。同样，这些众

生也有生命，也有苦乐感受，可是我们人类很残忍，天天都在杀害它们，假如将其从死神手里抢过来，它们必定感恩不尽。

直接利益众生的方法是放生，而间接利益众生的方法，就是不吃肉。这里有四百多人，如果今天都吃素，就不用杀害任何众生；假如大家都吃肉，那么要杀多少鸡、多少鱼？尤其是你们喜欢吃海鲜，四百多人要吃多少个生命？汉传佛教的大德一再提倡吃素，这一点我们藏传佛教的很多活佛、堪布做得不太好。虽然欲界众生的确有这种习气，刚开始吃素很困难，看见肉就嘴巴都在动，没见到别人吃倒不要紧，一旦有人在旁边大快朵颐，自己就受不了了。当年我们学院开始吃素时，好几个道友白天不能吃肉，晚上做梦时就吃得饱饱的，但后来过了几年，也就比较习惯了。吃素能间接降低杀生率，这是利益众生的一种好办法。

昨天我们商量，明天早上准备再去放生。当然，你们很多人上班，不一定有时间，但若有时间的话，还是要尽量去参加。虽然我自己身体不好，亲自参加比较困难，但只要我有时间，身体还有一口气，就会和大家一起去。有些人认为捐一点钱，不参加也可以，其实善根只有亲手做，功德才是最大的。我在深圳时，有些人说只要随喜就行了，说得很漂亮，随喜并不是那么容易的。因此，大家明早能来参加是最好的，不能参加的话，可以随喜我们，我们代你放生。如今在全国各地，大家对放生都相当积极，其实放几个生命，对自己来讲也不是很难，但这些可怜众生跟我们人类

一样，愿意在这个世界上活下去，用刀子切割身体时，照样也有痛苦。所以大家应培养自己的慈悲心，维护自己的爱心，修行不能全部是口头上的，实际行动中也要做一些事情。

比如说发菩提心，光是说了没有用，应该早上起来修一修，真正体会一下菩提心的味道。同样，光是口头上说放生也不行，有时候要去亲自做，即使你起得早一点、搬东西有点累，但我觉得不要紧，为了救护众生的生命，这一点没有什么。我们学院的有些法师，在一年的两三个月中，每天都要去放生，下午四点左右才吃午饭，但是一想到众生的生命，纵然吃得晚一点，甚至一天没吃饭，这也不要紧，作为一个大乘修行人，牺牲自己是应该的。寂天菩萨也讲过：“直接或间接，所行唯利他。”因此，大家应该长期发愿：生生世世都要直接或间接利益一切老母有情。

### **第八颂：**

愿我所行此一切，不为八法念垢染，  
了知诸法皆如幻，解脱贪执之束缚。

愿我生生世世中的所作所为、所言所行，千万不要被世间八法所染污。什么是世间八法呢？恭敬、利养、财产、赞叹，以及得不到恭敬、得不到利养、得不到财产、得不到赞叹，这四种愿意得到的和四种不愿意得到的，是世间人共同希求的目标。作为一个真正的修行人，这些的确是没有用的。

对我个人来讲，虽然现在的名声比较大，但我不是假装说些谦虚的话，我知道自己的内心境界特别特



别差劲，别人对我有什么尊重，我觉得这没有必要。因为我内在的功德和境界是什么样，自己一目了然，别人叫我大成就者、大菩萨，我完全知道这是虚妄的，是“名存实亡”，根本没有这个加持。我不是菩萨，也不是成就者，在凡夫人当中也是特别差劲的，本来不是白色的东西，别人再怎么夸它很白，自己一看就知道真相。

我们追求名声、财产、地位，根本没有实在的意义。当今世界上的明星，有些人可谓轰动一时，大家都觉得他有钱、有才华、有智慧，对他恭敬有加，赞叹得不得了，但是当他变成老年人或者星运衰败时，他的名字很快就被人们忘记了。

现在社会上的竞争非常强，大城市里的人活得特别累，每天都要拼命去干、拼命去追，追什么呢？就是自己的快乐。一般的房子不行，必须要别墅；一般的轿车不行，至少是奔驰；一般的衣服也不行，一定要高档的。其实人的欲望无有止境，什么时候知足少欲，什么时候就拥有了所有的财产。可是很多人没有这个境界，看到别人有什么东西，自己就非要不可，为此一定要跟别人竞争。人生短短几十年，就这样无意义地虚度了，非常可惜。大家应该经常反省自己：“我现在希求什么？我大概能活多少年？”人生中最主要的就是行持佛法，不造恶业。有些人因为工作的关系，有时候身不由己要造业，但也应尽量行持善法，安排一些时间学习佛法。

同时，还要了知一切诸法虚幻不实，如幻、如梦、如阳焰、如乾达婆城……我们所拥有的一切，住的再

好、吃的再好，死时也什么都带不走，唯有生前所造的业紧紧相随。因此，每个人应该为自己的来世考虑、为生生世世考虑，这是终身大事。现在很多人认为安排好自己的工作和生活是终身大事，在短暂的人生中，这也算是比较重要的大事，但想想以前的领导和名人，当时他们特别执著名声，现在又变成了什么样？

因此，万法虚幻不实、如幻如梦，我们应该解脱束缚之网，不要太执著了。有些人对家庭感情、儿女工作非常执著，执迷不悟，其实再执著也没有意义，应该随缘而转。佛陀在《趋入无分别总持经》中说：“入定时，应于虚空般的境界中安住；出定时，在幻化般的境界中行持。”这个教言非常殊胜。当然，若没有学过般若中观，理解起来有些困难，学过的话，就会明白其中的道理。

我昨天坐在车上时，看到上海川流不息的车流，确实感到人的生命很渺小，太执著、太烦恼没有什么意义。有些人生意、家庭各方面比较顺利时，高兴得不得了，疯狂似的跳起舞来；而稍微遇到挫折痛苦，又痛苦得不得了，像发疯了一样歇斯底里，生活始终没有一种平稳感。其实在人生的道路上，肯定有平原、有高山，也有弯弯曲曲的小路，遇到什么都不要太执著，何时何地也不失去菩提心，才是人生中最重要。

有些人认为工作最重要，有些人认为家庭最重要，有些人认为事业最重要，每个人都把目光锁定在一件事物上，这个我也理解。但是作为我，一个大乘佛法的传授者，认为什么都不是很重要，最重要的就

是学佛的意志不退。倘若再过十年，我们万一在这个城市遇上——“你十年前给我传过佛法，我现在的信心越来越强，一半时间都在学习佛法”，这样我会高兴得不得了。

去年我看到一个人，十年前我们见过面，后来不知道他到哪里去了，再次见到他时，他十年中什么法都没有学，也没有任何进步。我觉得他的境界肯定只有下滑，因为本来就没什么境界，十年中都没学、没修，那就更不行了。

所以，希望大家学了《修心八颂》后，自己应该精进地修学。佛陀讲过：“吾为汝说解脱之方便，当知解脱依赖于自己。”如果自己没有精进，我不可能每天强迫你必须学、必须修。大家应该思维一下，人到底有没有前世后世？必定有。这是大慈大悲的佛陀以正理宣说的，并不是凭凡夫的信仰来决定的，这一点你们以后学因明也会完全知道。既然人有来世，那么生生世世对自己最重要的是什么？就是行持善法，不造恶业。如果你阿赖耶上存有许多恶业，下一辈子肯定是直堕地狱，感受漫长的痛苦煎熬，这是谁也无法忍受的，你不愿意也没办法，就像有些人犯了法以后，必定会接受法律的制裁。

我们学习佛法的机会，可以说非常难得，今天这里的居士大德发心，提供了这样的道场和方便，大家才有机缘聚在一起。假如我的有些话起一点作用，哪怕是一句，也会令你的终生有所改变，但若你没有重视，即使我说了多少年的法，对你也不一定有帮助。善星比丘在世尊面前听了那么多法，后来还是堕入了

饿鬼，何况是我了。

麦彭仁波切也讲过，若是有缘的弟子，就算只有一句话，对他的相续也有帮助，犹如小小的一滴水，落到干枯的叶子上，也会滋润它，使它成长。我今天讲的法不多，但非常希望大家能在实际中用上。当然，你们依靠业力来到这个世界，也不得不考虑自己的工作和家庭，但在这个过程中，最重要的就是修行不能放弃！

# 吸烟之过患

## 思考题

1. “在依止善知识的过程中，修行不重要，闻思很重要。”你对这句话有哪些体会？
2. 烟草仅仅是一种草吗？它有什么样的来历？知道这些佛教历史后，你有什么感触？
3. 假如有些上师加持烟后让你吸，你会怎么样对待？为什么？
4. 如果你周围有一些“瘾君子”，嗜烟如命，你会用什么方法劝他们戒烟？
5. 在日常生活中，你难免会闻到烟味，这该怎么办？
6. 你平时吸烟吗？学习这节课以后，你明白了哪些以前不知道的道理？今后有哪些具体打算？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇士！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇  
我今见闻得受持 愿解如来真实义  
为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

今天这一堂课主要讲吸烟的过失。

在座佛学院的道友，很多人都出家了，出家后应该不会吸烟，讲这个可能没有多大必要，不过以前在

个别地方，藏传佛教中有些人自称“密咒士”，汉传佛教中内蒙古等地，也有极少数人显现上吸烟，以前我们去五台山时就看到过。这些人可能是对教理不精通，所以今天我虽然面对的是僧众，还是要讲一下吸烟的过失。毕竟出家人以后也要弘扬佛法，如果自己都不明白这个道理，给别人讲解也有一定的困难。

我出去的时候，发现在一些偏僻地方，很多人都不知道吸烟的过失非常大。实际上，吸烟、喝酒、吃肉等的过患，佛经论典以及一些上师教言中讲得清清楚楚，我们若不了知如何取舍，许多事情做错了都不知道。堪布阿琼说：“在依止善知识的过程中，修行不重要，闻思很重要。”我对这句话深有感触，上师如意宝在世时，对我们闻思要求得很严格，现在上师圆寂了，我们才深深体会到此举的必要性。如今去寻找上师的教言，只有在文字上、磁带上、光碟上才有，当时上师不太允许录音，很多珍贵的教言都没有留下来。所以，大家在依止善知识时，亲闻佛教的真理非常非常重要。有些人正在依止的时候，认为闻思不重要，修行应该很重要，我也生过很多这样的念头，但现在看来，其实自己还有大量疑惑，各种教理在上师面前永远也听不够。

我们很多人学习佛陀的经教不是很圆满，在日常生活中，哪些过失非常大、哪些功德非常大，根本不懂取舍。现在有这个闻思的机会后，大家应该对功过作个对比，让自己有个选择的余地。否则，什么道理都不知道的话，做善事不知从何处下手，舍弃恶业也不知如何舍弃，这是非常可悲的！

今天，我就利用时间给大家讲一下吸烟的过失。有些佛教徒以前特别喜欢吸烟，烟瘾也非常大，后来遇到佛法后，基本上已经戒掉了，现在只剩下了一个回忆，当然，习气比较重的人，偶尔还会在梦中吸烟；非佛教徒的群体中，吸烟的现象相当严重。其实吸烟的危害相当大，不仅即生中损害健康、耗尽财产、心理不正常、引发诸多过患和疾病，来世的果报更是令人不寒而栗。高僧大德们一致公认，烟草是魔的恶愿所形成的，故而吸烟的人非常可怕，修行人都不敢接近。包括我自己在内，遇到吸烟的人也非常担心，害怕自相续中的修行境界和很多加持，依靠这样的染污会消失。

烟草的来源有不同历史，比较公认的有几种，在此给大家讲一下作分享。

第一种说法：在佛陀时代，一次佛在龙宫入于甚深禅定，欲界他化自在天的两个魔女，以妖媚之术来迷惑佛，想破坏佛的戒体。因为佛已断除了一切贪欲，对美色的贪爱早已消失，故魔女的诱惑无法得逞。二魔女怀恨在心，于是各发一恶愿：较长的魔女取不净粪抛向中国，形成了大蒜。（食用大蒜的话，身心不自在，由于魔的诱惑，欲望也非常大。有关戒律和修行教言中都说，凡享用大蒜者，过失相当大。所以平时在饭菜中，最好不要放葱、蒜，尤其是大蒜更要制止。）另一魔女取经血洒向印度，形成了烟草。由于烟草是魔女所发之愿，故吸食者会逐渐损坏慈悲心，嗔心、邪见、愚痴等五毒自然增长，更会破坏修行人的一切功德。

第二种说法：很久以前，魔王波旬在临死前，无

论怎样也咽不了气。他的大女儿说：“我杀害一千个众生。”波旬也不能死去。二女儿说：“我杀死一亿个众生。”他仍然无法死去。最后小女儿说：“我将经血洒在地里，百般发邪愿：愿以经血为因生出毒叶，男女俗人尤其是入佛门的僧人吸烟，以此过失，七世中三代人天眷属不得解脱，千劫中必定不能从漆黑烟馆中解脱出来，烟草遍及之处的天龙地神八部都被制伏，彼人耗尽寿命、福德，眷属百姓受用衰减，彼人短命多病、畏惧怨敌，出现各种不幸，后世堕入十八层地狱。”发了这样的恶愿之后，魔王波旬才安心死去。所以，凡是吸烟者，魔的加持和诱惑会入于心。

第三种说法：释迦牟尼佛转法轮时，有个诽谤三宝的破戒弟子，她心生忿恨，发愿将来一定要在人间留下恶种子，让众生无法修学佛法。由于她恶愿的力量特别大，死后就成了魔，来到人间企图破坏佛陀教法。她准备把魔与魔女所生的蛋带到佛法最兴盛的印度，快到印度时，因为释迦牟尼佛的佛光普照，她无法进去。五百年间正法兴盛，她一直没有机会。佛涅槃五百年以后，她又想出来兴风作浪，当她刚从地里出来，就遇到莲花生大士的佛光，莲花生大士是百尊咒师的顶尊，降魔威力极强，她又无法捣乱。可她并未就此罢休，于是把魔蛋捏碎，变成粉抛洒在虚空中，随风吹到了与印度毗邻的城市。第二年，那里就长出一种奇异的草——这就是烟草。

后来，这种草被一个五百多岁的婆罗门老人发现。她心想，自己活了五百多年，从未见过这样的异草，觉得很稀奇，就把它带回去，拿到印度一个城市



里贩卖。城市里有个魔所化现的妓女，她一见到这种草，马上生起强烈的贪心，花高价买下来。随后她把这种草点燃、熏吸，觉得浑身舒服，接着便开始引种。由于她的魔力，第二年就获得了丰收。此后便一传十、十传百地种植开来，并由印度慢慢传入中国云南等地。在中国，烟草是明朝传入的，此前的历史中都没有烟草的记载。

吸烟对我们发愿、修行等有极大损害，这一点，对佛教稍有了解的人都知道。莲花生大士之后的很多伏藏大师，关于吸烟者堕入恶趣的教言相当多，不仅佛教中有这样的记载，世间人对吸烟的评价也不是很高。曾有一则故事说：有个美国的烟商，到法国做生意。一天他在市集上大谈吸烟的好处，突然有位老人走上台子，大声说道：“女士们，先生们，吸烟还有三大好处：第一、狗怕吸烟者；第二、小偷不敢偷吸烟人家；第三、吸烟者永远年轻。”一时间，台下观众情绪振奋，那位商人更是喜形于色。老人却把手一摆，继续说：“为什么呢？因为：一、吸烟的人驼背的多，狗见了，以为正要拾石头打它；二、吸烟者夜里咳嗽，小偷以为他没睡，不敢偷；三、吸烟者都短命，所以永远年轻。”

当然，凡事不能一概而论，吸烟者也有年纪大的，不一定个个都短命，咳嗽的人也不一定都吸烟。但不管怎么样，吸烟的危害非常大，以前抽过烟的人，应该通过修金刚萨埵等方式来忏悔，如果不清除这种染污，临死时或来世一定会感受苦果的。

很多上师的教言中说，吸烟者越来越多的话，对

佛教的危害特别大。最近我听说有些上师对香烟作加持后，专门要求大家抽，这是非常不好的现象。以前也有一个人，不管到哪一个城市，都把好几包烟弄出来，一支一支放在盆子里，无论来了出家人还是在家人，都让每人抽一支。当时很多居士特别为难，因为自己根本不会吸烟，就说：“我可不可以不吸？”旁边有些居士马上呵斥：“上师加持的！机会难得，为什么不吸？不吸就会破坏缘起，一定要吸！”那些人也比较愚笨，不得不学着吸烟，影响非常恶劣。我认识一些那里面的入，也曾当面批评过。

当然，这些上师有没有密意，我也不好说。但按照莲花生大士和历代上师的教言，凡夫人吸烟是不允许的，甚至智悲光尊者还说：“诸位上师若吸烟，凡结缘者堕恶趣。”如果上师自己吸烟，那么凡与之结缘者，比如在他面前听过法、灌过顶的人，都会堕入恶趣。紧接着又说：“诸位长官若吸烟，所有属下堕恶趣。”所以我比较担忧有些人，现在领导基本上没有不吸烟的，他的属下会不会全都堕落呢？毕竟这个教证是智悲光尊者说的。在藏传佛教的历史上，除了无垢光尊者以外，智悲光尊者、华智仁波切那样的高僧大德难得一见，他既然以金刚语断定了，有些人的下场令人堪忧。

现在经常有些“上师”声称：“佛陀在戒律中并没有制止吸烟，所以吸烟应该没问题。”这种说法非常愚痴。佛陀一切教言的宗旨，就是诸恶莫作、众善奉行，烟草既是魔力所化，肯定包括在遮止的范围内，而且莲花生大士为主的高僧大德都异口同声宣讲了

吸烟的危害，极少数人为了维护自己的利益而宣扬吸烟的功德，许多大德都认为，这是在故意摧毁佛法。如果故意摧毁佛法，续部中说：“能害佛教法，勤谤上师者，智者当诛之。”毁坏佛法、诽谤上师的人，他的语言统统是魔的加持，应该用密宗降伏法来遮止。

现在有极个别的居士，对佛法一点都不懂，经常大力帮助弘扬非法行，他们不知道释迦牟尼佛的佛法就是教法和证法，除此以外，世亲论师说根本没有其他法。法王如意宝经常引用一个教证说：“何人生起一善心，即是如来之证法；何人言说一偈颂，即是如来之教法。”生起一刹那的悲心、慈心、菩提心，这种善心就是证法；给人宣说一个偈颂或自己听受一个偈颂，这就是所谓的教法。教法和证法现在很难以弘扬，即使有一点弘扬的机会，有些人也像被魔加持了一样，行为非常颠倒错乱。所以大家今后有能力的话，不管出家人还是居士，应当竭力弘扬佛法，即便没有这种能力，也不要让众生特意去做有害的事情。现在有些人造恶业的能力很不错，弘扬吸烟的势力非常强，其实凡夫人整天都在搞非法和不善业，没有必要再以善知识或上师的名义劝他们造恶业了。因此，看到亲朋好友中有吸烟的人，应该想办法劝他们把烟戒掉。

当然，给他们讲来世的果报，有些人不一定听得进去，应该从医学、健康的角度来劝导，这样他们比较容易接受。其实在古代，医学就已认识到了烟草的危害：明朝《淇南本草》中指出：“烟草辛热，有大

毒。”清朝养生专著《老老恒言》中说：“烟草味辛性燥，熏灼耗精液，便昏昏如醉也。”近年来，有人做过一项统计：90%的肺癌、75%的肺气肿和25%的冠心病，都是由吸烟所导致的。全世界每年约有250万人死于吸烟所引起的各种疾病。很多人认为吸烟能令通体俱快、非常舒服，却不知道它是慢性杀手，使人在不知不觉中深受其害。美国曾做过一项实验：将青蛙丢进煮沸的锅中，青蛙受到强烈的刺激，会奋力一跳，跃出锅外。而后，仍将这只青蛙放进装满凉水的锅中，在锅下逐渐加温，青蛙毫无觉察地在温水里悠然自得，直到它感到水烫无法忍受时，再想跃出水面却已动弹不得。很多人也是如此，若遇到猛烈的痛苦或刺激，自己就会马上避开，而喝酒、吸烟等渐渐侵蚀身体时，很容易失去戒备而招致灾祸。所以，不说佛教的因果，仅仅是想到自己的健康长寿，吸烟也是有百害而无一利。

现在社会上的人特别喜欢吸烟，一支接一支不断抽着，将每个月的工资都变成烟，从鼻子里飞走了。他们虽然知道吸烟对身体不好，但是烟瘾很难戒掉。其实要戒烟并不困难，只要在诸佛菩萨或具有加持的上师面前，至心恳切地发愿，即可得到不可思议的庇护。莲花生大士说过：“一旦在任何一位善知识面前发誓，并真正把烟戒了，我会像你的影子一样护持你。”佛教徒心里有一种信仰，再加上佛陀和上师的加持，戒烟应该没有问题。我就遇到好几个人，本来烟瘾非常大，但后来痛下决心后，从此就再不想抽了。

即便你不信佛教，那也可以效仿有些世间名人的

戒烟经历。譬如，清朝的乾隆很喜欢吸烟，几乎一有空就抽。后来他经常咳嗽，太医说：“皇上的咳，是吸烟伤肺。若要治咳，必先戒烟。”乾隆很听太医的话，戒了烟，咳嗽也治愈了。

马克思也一度烟瘾很大，他常常一边工作，一边吸烟。他曾说：“《资本论》的稿费，还不够支付我写作时需用的雪茄烟钱。”后来，他得了气管炎，医生禁止他吸烟，他就下决心把烟戒了。

美国前总统里根，希望2000年之前把美国建成一个“无烟国家”，于是自1985年起，他决定戒了烟。（这个愿可能没有实现，现在美国吸烟的人还是比较多。）

新加坡前总理李光耀，原来吸烟一支接一支。后来为了创建无烟国，给全体国民作表率，他以身作则主动戒了烟，一举战胜了多年癖好。

还有，戴高乐<sup>33</sup>、列宁<sup>34</sup>等等，也是为了自己的健康而戒烟。他们用世间的理念或一种誓言，完全可以战胜自己的习气。

其实一个人不吸烟的话，绝对不会有不良影响。我们学院几千人，吸烟的一个也找不到，学佛的

---

<sup>33</sup> 法国总统戴高乐是一位著名的“戒烟将军”。1947年11月28日，戴高乐当众宣布戒烟，当时他已年近花甲。在此之前，他每天要吸3盒Nary Cut（切成细片的块形烟草）。自宣布戒烟到他逝世的长达23年的时间里，他始终遵守诺言，没再吸一支烟。他从内心深处认识到，为了法国，应当保养好身体。有人问他戒烟成功的“秘诀”，戴高乐的回答是：“不妥协！”

<sup>34</sup> 列宁从17岁就学会了吸烟。他的母亲十分担心他的健康，就劝他戒烟。母亲对列宁列举了吸烟对身体有害的种种理由，思想早熟而又敬重母亲的列宁听从了劝告，毅然戒了烟，并且终生不吸。十月革命胜利后，列宁在办公室墙上贴上“禁止吸烟”的纸条，在有人不遵守规定依然吞云吐雾时，他生气地当众撕下纸条，并且说“免得糟踏规定”。列宁在参加星期六义务劳动时，一个人出于敬慕请列宁吸烟，列宁谢绝了，并且幽默地笑着说：“同志，你在战场上和敌人勇敢作战，你为什么不能跟吸烟作斗争？”

氛围非常不错，我们这里跟外面有很大差别，看不到喝酒的，看不到吸烟的，也没有各种各样的非法行，但在这样的环境中，每个人都过得十分充实、快乐。还有不丹国家，是全世界著名的无烟国，原来法王如意宝去时非常高兴，他老人家说：“一个国家全民信教就很难得了，而全国都信奉莲花生大士和宁玛巴，甚至抽一支烟的人也没有，这样的国家在历史真的很少见。”（不丹吸烟的人，我们当时没有看到，历史上也这样说，但不知道具体有没有。）本来，贩卖香烟的利润比较高，但不丹国王要求整个国家不准卖烟，这使举国上下得到了无穷利益。

正如前面所言，单单从关心身体的角度讲，大家也尽量不要吸烟。烟草及其燃烧后所产生的烟雾中，含有4000多种有害物质（也有说600种）。1支烟所含的尼古丁可杀死1只老鼠，长期吸烟的人，大量尼古丁累积在体内，势必对健康构成极大威胁。现代医学还通过试验发现，抽1支烟会折寿11分钟。所以想长命百岁、健康无病的人，最好是不要吸烟。

从佛教因果的角度讲，吸烟的过失更是罄竹难书。宗喀巴大师曾说：“以邪愿魔之恶物，不必说是直接用，甚至药中配烟草，七日服用，则病人、医生二人，地狱之中七劫不得解脱。”阿哦仁波切（华智仁波切）也说：“倘若指甲上放少许烟而吸，此罪业以诵一亿观音心咒也不能忏净。”当然，这些教证阐述的角度，是警告大家吸烟过失的量非常可怕，而不一定真有这种过失。比如伏藏大师降魔金刚说过：“仅仅嗅闻烟味者，虽是八地大菩萨，也要堕黑绳地狱一

次。”可是大乘教典皆承许八地菩萨不会堕恶趣，那他为什么这样讲呢？就是为了说明吸烟的危害程度特别严重。譬如，有人要做一件特别恶劣的事情，你知道后会警告他：“不要犯这个罪啊！如果犯了，即便是国家总统也要坐牢。”这话的份量非常重，就会引起那个人的注意。

但不管怎么样，我们平时接触吸烟者，还是要尽量注意。当然，有些人因为工作关系，闻到烟味是经常的，你在单位上班，所有的人都吸烟，不接触他们是不可能的，那怎么办呢？你回到家后应该忏悔。有时候我家来一些不信佛的领导，他们难免会在家里吸烟，但我不得不接待、不得不应酬。藏族人基本上都懂规矩，在出家人家里或佛堂里不会吸烟，但有些对佛教一无所知的领导，来了之后就马上吸烟。我心里很不舒服，表面上还要装作舒服，等他们走了以后，马上打开窗户，烧烟烟、薰香……伏藏大师绕那朗巴说过：“于坛城前若吸烟，智慧本尊不降临。”所谓的坛城，就是我们的佛堂或修行人住的地方，在那里最好不要吸烟，如果有人去吸烟，你所修持的本尊都会远离，修什么法也很难得到感应。所以，大家要尽量远离这些人。但我也担心，有些居士学佛很虔诚，而她的丈夫喜欢吸烟，那两个人通过什么方式来共处呢？可能只有自己经常念金刚萨埵来忏悔，除此之外也没有其他办法。

不仅是吸烟的过失非常可怕，卖烟的过失也相当大。夏噶措智让卓大师说：“卖香烟者将于五百世中沦为饿鬼。”我们获得这样的人身，一定要明白哪些

有功德、哪些没有功德，尤其是吸烟、喝酒这些行为，可以说是低劣者的做法。这样一说，也许很多人都不高兴，他们认为自己懂这些很了不起，根本不知道有害处。其实著名歌星王菲的孩子是兔唇，有些医学专家说，就是因为她吸烟太多所致。因此，要想对今生来世真正负责，就要明白吸烟的过失非常大，吸烟者连三宝和护法神也没办法护持。玛吉拉准空行母在预言中说：“在争斗时代的最后，将会有一种人们放在口中的东西，具有贪、嗔、痴、慢、妒等五毒。它源自于中国，传到蒙古，并将为西藏人所吞食……如果禅修者吞食烟毒，就算修行百劫，也无法证悟本尊。在未来世，他们还会徘徊在恶道中，就算是三宝也没有办法救护。”因此，大家不能一边吸烟一边祈祷三宝。

在短暂的人生中，我们应为佛教做一点有意义的事，假如经常“吞云吐雾”，其结果只会损害健康、毁坏佛法。现在很多文明国家都规定，在公共场合不准吸烟，并将5月31日定为“世界戒烟日”。我觉得这个节日非常好，若经常有一些戒烟日、放生日，通过各方面来宣传这些功德，人们自然会了知如何取舍。

以前在吉林省还是哪个地方，有次在同一个宾馆里，戒烟协会和烟草协会同时在开会。当时烟草协会的势力比较强，广告和标语打得特别大，而戒烟协会的力量比较弱，处处显得特别可怜——这好像是几年前的事了，我有一点点印象。所以在末法时代，你高举佛法旗帜的话，这个力量在哪里都很微弱，可是作为发了菩提心的人，哪怕在公交车上遇到吸烟的人，



也应该给他讲一讲吸烟的危害。有时候我坐车时看见有些司机吸烟，不管自己坐多远，就一直在旁边讲吸烟的过失。当然给他讲来世因果，他也听不进去，但若讲一些医学知识，坐了一两公里后，有人还是有戒烟的现象。所以，我们要发挥自己的作用，在不同的场合劝别人戒烟。

现在有些佛教徒认为：“喝酒有一点过失，吃肉也有一点过失，但吸烟不应该有过失，因为它只是一种草，可以给身体带来快乐……”这些造恶业者为了维护自己，可以讲许多似是而非的道理，但这些相似的道理在因果面前无法颠扑不破。所以你最好不要一天到晚宣扬恶业的功德，就像小偷整天讲偷盗的好处一样，正常人是不会承认的。倒不如有一点自知之明，知道自己的行为很可怜、很可怕，用惭愧心来对待。

说实话，现在社会上的坏人比较多，在坏人的群体中，诚如萨迦班智达所言，智者怎么会受到恭敬呢？就如众多毒蛇居住的地方，再亮的灯火也不能发出亮光<sup>35</sup>。比如你今天去参加会议，所有的领导都喝酒、吸烟，只有你一人不喝酒也不吸烟，再加上还不吃肉，大家就会觉得你精神有问题，肯定把你当成疯狂者。当然，若是出家人，面对社会算是好一点，因为没有头发的人，不喝酒、不吸烟理所当然，如果你剃了光头拿一瓶白酒，除了济公和尚以外，不一定会受到大家赞叹。但是作为在家居士，面对众人的误会、反对、毁谤时，还是应该勇敢，不要随顺他们，认为

---

<sup>35</sup> 《格言宝藏论》云：“恶劣愚者聚会中，有学之士怎受敬？犹如居住毒蛇处，灯火再亮不发光。”

造恶业很光荣，不造恶业、行持善法很羞耻，不吸烟喝酒就在世人面前抬不起头来。

月称论师说过，在疯狂的世界中，即使有一些精神正常的人，也很难面对这个社会，最后不得不像那个国王一样发疯<sup>36</sup>。可是具有正知正念的佛教徒，不管别人怎么看待你，也应该坚持高尚的行为。如果能按照传承上师的教言，尽心尽力行持有功德的善法，并在力所能及的范围内，将佛法弘扬到各个角落，这对自他的利益是不可言说的！

---

<sup>36</sup> 以前有一个国王，婆罗门通过观察星相告诉他，几天后要下一场雨，喝了这些雨水，肯定会导致疯癫。几天后果然降下暴雨，整个国家的人都因此而发疯，只有国王记住星相婆罗门的预言，没有喝雨水，因而保持正常。但是，他的臣民见国王与他们不一样，便纷纷指责国王是疯子，在众人呵毁下，国王也渐渐觉得自己是疯子，最后也喝了雨水，真的变成了疯子。

# 饮酒之过患

## 思考题

1. 为什么说饮酒的过失非常大？你周围有哪些事例可以证明？
2. 有人认为，饮酒可创造灵感，有助于增添气氛、沟通感情。对此，你怎么看待？
3. 如果有些上师对酒作加持后，让很多人享用，你会如何提醒大家？
4. 为什么说佛教徒必须滴酒不沾？假如因工作需要，你不得不喝酒应酬，那该怎么办？
5. 《善生经》中阐述了饮酒哪六种过失？请谈谈你对这些的理解。
6. 请以这节课所学的内容，至少帮助你周围的一个人戒酒。

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇士！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇  
我今见闻得受持 愿解如来真实义  
为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

在座的出家人和居士，饮酒的人恐怕不一定有，因为我们学院有规定，佛教的戒律中也有规定。但外面很多的非佛教徒，由于没有看过佛陀的经典、高僧

大德和伏藏品中的教言，也没有依止过善知识，以种种因缘所致，觉得饮酒是一种正常现象，甚至个别佛教徒也这样认为，所以我今天给大家讲一下饮酒的过患。

无论从藏传佛教、汉传佛教还是世间的角度讲，饮酒的过患都是无穷无尽的。明白了这个道理后，以前喝过酒的人，应该好好忏悔；以前没有喝过的人，看见亲人朋友对酒感兴趣，也应劝他们不要饮用毒药般的酒；以后若有人想饮酒，听到这些过患后，要把这种恶心改掉，尽量趣入光明正道。这就是我的一个希望，也是今天讲课的主要发心。

现在看了外面很多人的行为，我的心里只有一种悲哀。本来三界众生由无明愚痴所惑，一直沉醉在声色香味的美酒中，没有醒过来，现在又加上一层酒，把自己弄成醉醺醺的，那什么时候才能清醒啊！我有时候看见一些领导、同学或者熟悉的人，在餐桌上推杯换盏、觥筹交错，真的对他们生起很强烈的悲心。但是也没办法，现在这个社会就是这样，随着物质的高度发展，人们都喜欢在短暂的刺激中寻找快乐，所以饮酒造恶业的人越来越多，几乎每个人都推崇“何以解忧？唯有杜康”。

有人说造酒的始祖是杜康，其实酒并不是中国人发明的，早在2500多年前，佛陀就在经中讲了饮酒的种种过患，可见，那时候就已经有酒了。而且按中国历史来推算，第一个造酒的人也不是杜康，而是夏朝的仪狄。《战国策》中记载，仪狄受天帝之女的命令，发明了酿酒。他把酒献给大禹，大禹饮后觉得味道甘

美，但却下令禁止造酒，他忧虑地说：“后世必有以酒亡国者！”此话不幸而言中，他的孙子太康，便因酒而亡国。夏朝的最后一个君主桀也好酒，据说他曾蓄酒为池，大得可以划船，酿酒剩下的酒糟堆成山，十里之外都能看到，夏桀因纵酒暴虐，民怨鼎沸，终被商汤击败而亡国。殷商的纣王，也是以糟为山、以酒为池，划船在酒池里豪饮，饮到烂醉时，便举行男女三千人的裸体狂欢，终于弄得国破家亡。所以，“周革殷命”以后，周公便发布禁酒令：如有群饮，于法当斩。

在历史的长河中，因酒亡国的现象屡见不鲜，在酒的面前，许多君王更是丑态百出，甚至因之而丧命。譬如藏地的赤热巴中国王，他特别好酒，就是因为喝醉了酒，而被下面的奸臣暗害，之后藏地幸福十三代依此告终；东晋孝武帝醉酒后，也被自己的妃子闷死；北齐文宣帝喝醉酒后，杀了爱妃，命人把她的大腿骨做成琵琶；隋炀帝杨广“妓航酒船”，临死也没忘一个酒字……上至帝王将相如此，下至普通的平民百姓，因饮酒而导致的悲剧，更是不计其数。

有些人认为，饮酒完全是弘扬“酒文化”，应该值得大力提倡。于是逢年过节，电视上、报纸上的广告30%都是关于酒，劝人喝酒的理由也听起来很舒服，说什么适量饮酒有利于健康，还可以增加食欲，预防心血管疾病等等。但真正从世间、出世间两方面来分析，饮酒根本没有任何利益，希望听受这堂课的人断除饮酒的恶习。当然，你们饮酒又不是花我的钱，我个人来讲，不应该有什么意见，但我比较了解饮酒

的过患，故从内心中希望你们能远离酒。

很多人都觉得饮酒非常好，包括我接触的有些领导、朋友、佛教徒，他们也都这样认为，说如果戒了酒，人生就失去了乐趣，一切灵感荡然无存。听说以前白居易就嗜酒如命，800多诗词均是酒醉而成，陶渊明、苏东坡等诗人也常赞叹美酒，李白说：“人生得意须尽欢，莫使金樽空对月。”杜甫也说：“醉里从为客，诗成觉有神。”很多人都认为酒能带来灵感，喝了酒以后下笔如有神，写诗作词可以一挥而就。曾有一个部门的秘书长，他不喝酒的话，什么文章都写不出来，领导给他喝一瓶酒，他很快就能把材料弄出来，但第二天醒过来，根本不知道昨天是怎么写的。所以他把这一切都归功于酒的加持，于是“百年三万六千日，一日须倾三百杯”。

现在的人认为，酒不仅能产生灵感，还有助于增添气氛、沟通感情，餐桌上少了酒的话，大家就没有共同语言。所以请客的时候，饮食、饮料、蔬菜不是很重要，关键要看喝的酒怎么样，是五粮液、茅台还是国窖1573？因此，有一个部门的领导，在单位仓库里堆满一箱一箱的名贵酒，他们领导的轿车后面也有好多箱酒，每一瓶基本上都三四百块钱以上。现在人请客，单纯吃东西的话，最多是一两千块，但如果再加上饮酒，起码要三四千块钱以上。

人们互相交流的过程中，都认为酒是不可缺少的感情“催化剂”。前段时间我们几个同学一起吃饭，当时就有很多人求我，可不可以喝一点酒？如果没有酒，话实在说不出来。现在人真的很奇怪，正常的时

候不会说话，已经失态了才觉得好沟通、好交流。对好酒贪杯者而言，“钟鼓饌玉不足贵，但愿长醉不愿醒”，珍宝和妙乐不足为贵，最珍贵的是什么？就是永远陶醉在美酒中不要醒来，永远都是走路东倒西歪的、说话语无伦次的、心里迷迷糊糊的，这才是最快乐、最成功的。这些以饮酒取乐的人，就像萨迦班智达在《格言宝藏论》中所说，实际上是将疯狂当作安乐，非常可怜！

值得一提的是，现在社会上有种不好的现象：某些所谓的活佛、瑜伽士，对烟酒作加持后，让多年守清净戒律的居士和出家人享用，这完全是毁坏佛教的行为。原来我翻译过《烟酒杀生过患》，它的作者就严厉批评过这种现象，他说：“如果罪恶的酒可以加持，那你应该也有能力加持大便让他吃，加持小便让他喝。”尽管语言比较尖锐，但事实上的确如此。当然，我们也不排除莲花生大士、萨噶哈巴、桑瓦益西等大成就者可以将美酒变成甘露，给众生治病作加持，但现在末法时代的人，是否有这种能力也不好说。如果你贪执酒味而饮酒，然后自己喝醉了，说明你没有真正的境界，如此一来，下场就会如莲花生大士在《胜乐戒源续》中所说：“咒师若成酒疯子，转生嚎叫地狱中。”《正法念处经》也讲了嚎叫地狱的十六个近边地狱，全部都与饮酒有关。

我最近在翻译华智仁波切的《饮酒之过患》，出来了以后，非常希望大家从头到尾好好看一下。我在翻译的时候，看到饮酒有那么大过失非常害怕，现在很多人都不懂这个因果，所以我们以后若看到有人饮

酒，一定要尽量制止。如果你是佛教徒，最好今后能滴酒不沾，佛陀在《毗奈耶经》中说：“草尖许的酒也不能饮用，否则你不是我的弟子，我不是你的本师。”所以凡是受了居士戒的人，今后不要以工作、家庭等各种借口来饮酒。我们对佛教潜心研究了这么多年，哪些有可怕过失、哪些没有过失，这一点完全能明白，因此作为一个佛教徒，务必要把这个恶习断掉。

饮酒不仅对来世不利，今生中大多数疾病，如食道癌、口腔癌、肝癌等，也是由它而引起的。据世界卫生组织统计，酒中含有60种有害物质，中国每年死于酒精中毒的人数超过11万。所以即使你不信因果，为了自己的身体着想，也应该把酒戒掉。若经常喜欢饮酒，能使自己的心智迷乱，一个人原来再文质彬彬，饮酒以后也会判若两人。我以前认识一个不错的领导，他喝醉后在上级面前说了很多不该说的话，把对自己有害的事情统统抖搂出来，我们旁观者觉得很可笑，但也没有办法。还有一个公司的老板，在酒吧里喝得酩酊大醉，打电话让下属去接他。下属送他回家的途中，他在车里一边吐一边哭，直骂自己不是人。他平时非常有尊严，但当天喝醉后一反常态，下属故意把他的话录了下来，后来不知道敢不敢给他听。

古往今来，芸芸众生借助于酒，演出了林林总总的醉生梦死。大家都高唱着“无酒不成席”，却忽略了酒是“穿肠毒药”。任何人都对自己很关心，想依靠酒而获得快乐，却不知酒所带来的不是快乐，而是难堪与痛苦。龙猛菩萨说：“饮酒世间蔑，误事亦耗



财，痴迷行非事，是故恒戒酒。”饮酒会致使心识迷乱，行持非法之事，而且还浪费财物，从而招致众人的蔑视。饮酒的过患真的非常多，故大家务必要杜绝。

当然，出家人和居士已发誓永远不饮酒，这个我不担心，我担心的是城市里的有些人，他们请客招待都离不开酒，没有酒就变成“哑巴”了，这些人真该多了解饮酒的果报。饮酒的果报相当可怕，龙猛菩萨在《大智度论》中讲了35种过失，并告诫大家：“有人施酒及自饮酒，得狂愚报。”（给别人布施酒或自己买酒喝，果报有两种：一是生生世世变成疯狂者，二是生生世世变成愚笨者。）《善恶报应经》中讲了36种过失，《华严经》、《念处经》中也讲了很多过失。大家有时间的话，应当翻阅一下这些经典。

《涅槃经》中还说：“酒为不善诸恶根本，若能除断，则远众罪。”酒是一切不善的根本，若能戒掉它，便可远离一切罪业，但如果没有戒酒，那其他的戒律也无法守好。以前有一个家喻户晓的故事：有位守五戒的修行人住在寂静山林中，一天来了一个女人，手拿一瓶酒，牵着一只羊，对他说：“你或者与我做不净行，或者杀了这只羊，或者喝下这瓶酒，三者必择其一。”修行人听罢不由寻思：“不能与她做不净行，也不能杀生，因这两样过失太大。而饮酒可能过失稍小，不妨选择饮酒了事。”于是他喝下女人手中的酒。谁料到饮酒后心智陷于迷乱，他不仅杀了羊，还与女人做了不净行，最终三样过失都被一一犯下。所以，守居士戒的关键就是不准饮酒，一旦你喝了酒，很容易犯杀生、偷盗、说妄语等罪业。

有些人可能认为：“不要紧！我的酒量非常不错，适当喝一点不会醉，我喝一杯就可以。”但你喝了一杯以后，还会喝两杯、三杯、四杯……最后在凳子上已经倒下去了。有些聚会本来很成功，大家都非常开心，但若有一两人醉后发酒疯，整个场面就乱得一塌糊涂。很多人饮酒的场面特别可怜，哭的哭、闹的闹、吐的吐，他们却觉得很快乐，实际上这非常颠倒。《正法念处经》中说，饮酒者、劝酒者、造酒者，这三种人都会转生嚎叫地狱，感受无量的难忍痛苦。当然，你不信因果的话，那就另当别论了，但我奉劝你还是“宁可信其有”比较好。我为什么要给大家翻译这方面的教言？就是希望有些人对此会考虑，对自己会负责，而不是看到悬崖就闭着眼往下跳。其实世间上有这么多饮料，这么好吃的水果、饮食，既然很多人饮酒后中毒而死，断送了自己的性命，你为什么偏要喝毒药一样的东西呢？

如果有人说饮酒是一种会供加持，这也是不合理的。荣索班智达为主的高僧大德都讲过：“尽管会供时有饮酒的传统，可若贪执酒味而享用，那跟普通人的饮酒没有什么差别。”所以，大家不要以密宗为幌子而毁坏自相续。

不管大乘经典还是小乘经典，释迦牟尼佛都宣讲了饮酒的危害，《阿含经》之《善生经》中阐述了六种过失：一、失财。二、生病，我认识一个领导，他的生活是这样安排的：第一天不停地饮酒，黄昏时已醉得不省人事；第二天下午大概两三点钟醒来，我们去找他办事，他睁开眼瞄一下，接着又睡过去了，再

重要的事情也没办法处理；第三天他一天都不想吃饭，一直生病，痛得很厉害；第四天没有什么精神，迷迷糊糊的；第五天休息一天；第六天又开始饮酒（众笑）。这样有没有意义呢？你们自己也看得出来。**三、斗诤**，饮酒后经常会吵架、打架，即便是一家人，有时候也大打出手。**四、恶名流布**，饮酒者的口碑十分不好，不可能有人对他很赞叹。以前叶利钦总统去访问美国，离开的前一天，美国总统克林顿宴请他时，叶利钦喝了很多葡萄酒。按计划，他回莫斯科的途中将于与另一国家的总理进行会谈，但当飞机抵达时，他的头脑还没有清醒。陪同官员见事不妙，经过一番讨论，决定让副总理代表他去。当副总理下机后，叶利钦掉下了眼泪，对陪同官员羞愧地说：“你们这么做，让我在全世界面前丢尽了脸！”**五、恚怒暴生**，喝了酒以后，嗔恨心会非常猛烈。**六、智慧日损**，智慧也是日益损减。以前我有一个同学，智慧、人格各方面很不错，但后来他因工作需要经常应酬，（这是他自己说的，我不知道什么工作非要喝酒不可，）现在笨得要命，反应非常迟钝，说话也吞吞吐吐的。所以，大家一定要明白饮酒的各种过失，如果你的亲朋好友饮酒，那应该尽量去劝阻，不然对他们的今生来世都不利。

饮酒不仅有上述过失，现在的人请客吃饭，常在餐桌上你吹我吹、说来说去，没有意义的话题扯很长时间，本来一个小时就能吃完的饭，他们四五个小时也解决不了，特别浪费时间。尤其是作为佛教徒，今天喝了酒的话，明天什么善法都做不了，对看书、念

经一定会厌恶。以前我在放牦牛时，隔壁住了一个老人，他平时很有善根、很有善心，对佛法也很虔诚，可是他最大的毛病就喜欢喝酒，一旦没有酒了，即使翻山越岭也要去买。后来他的肺肝很不好，医生让他不要喝酒，但因为恶习难改，他始终戒不掉，最终因此而死了。所以，有智慧的人一定要学会取舍，尽量断除这样的行为。

今天，我给大家象征性地讲了一下饮酒过患。其实华智仁波切在《饮酒之过患》中，引用了许许多多的教证说明这个问题，只要是相信因果的人，看后绝对不敢再喝酒。当然，如果你不信因果，纵然是释迦牟尼佛来到你面前宣说真理，你也不一定恭敬接受，这就是一种因缘，如《现观庄严论》偈颂<sup>37</sup>所讲的一样。

大家有幸得到了人身，又值遇了佛法如意宝，最好不要因贪酒而毁坏今生来世，喜欢饮酒的人一定要悬崖勒马，在上师三宝前发誓永远断除。我看到有些人，过去对酒的贪心非常重，但依止善知识对正法生起信心后，当下发誓宁可毁坏身心也不喝一滴酒，如今已过了十几年，他确实没有碰过酒。可见，三宝的加持力不可思议，只要有坚定的决心，做什么都不会有太大困难。

总之，不管是男人还是女人，我奉劝你们不要饮酒，（现在女人饮酒的现象很严重，在我们藏地，女人饮酒是很可怕的事。）倘若有人以唐诗中的词句来反驳，其实

---

<sup>37</sup> 颂云：“如天虽降雨，种坏不发芽，诸佛虽出世，无缘不获善。”

也没有用。因为那些诗词的作者虽是名人，但从他们的行为来看，现在肯定在嚎叫地狱里受苦。古代的大诗人也好，现代的明星歌星也罢，他们的名声只是靠一种因缘获得的，没有一个人能躲得过因果。堪布阿琼也说：“上至佛陀下至凡夫，谁都不能超越因果规律。”

当然，要注意的是，大家今后若有一点修证、有一点名声时，千万不要拿酒来弘扬佛法，否则，你干脆不要弘扬了。当然，如果你有莲花生大士那样超胜的成就和神通，我也不敢阻拦你，但若没有的话，最好不要宣传这些恶行。以前我也反对过有些高僧，他们在汉地时，该弘扬的佛法和菩提心不弘扬，不该弘扬的抽烟、饮酒、打麻将却大力提倡。其实这用不着出家人去弘扬，专门弘扬它的广告公司多着呢！因此，任何人都不要以佛法为借口，毁坏很多人的善根，假如你实在没能力度化众生，那也不要故意去毁坏众生！

# 吃肉之过患

## 思考题

1. 吃肉有哪些过失？如何才能断除对肉的执著？你打算用什么方法来劝人吃素？
2. 有些佛经中明明开许吃三净肉，为什么说大乘修行人不能吃肉？你对这些问题，以前有过哪些想法？现在又有什么收获？
3. 如果你的上师喜欢吃肉，并要求所有的弟子也都吃肉，你将会如何对待？为什么？
4. 有人认为，只要学密宗就可以吃肉，因为密宗会供中要享用五肉。这种想法正确吗？请说明理由。假如你周围的人持类似观点，你打算怎么样纠正他们？
5. 你以后会穿动物皮吗？为什么？这对你自己的修行有什么帮助？
6. 吃素有哪些功德？请从世间、出世间的角度分别阐述。

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇士！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇  
我今见闻得受持 愿解如来真实义  
为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

今天跟大家一起学习吃肉的过失。

这个话题，在座的道友并不陌生，我在课堂上经常提到，而且几年前曾经要求：凡来学院求学的四众弟子必须要吃素。当时有些人以前吃肉的习气比较严重，或者因学藏传佛教时受到其他上师和环境的影响，一下子改掉比较困难，所以我就试着采取各种办法，让大家循序渐进地改掉这种坏习惯。

说实话，我刚开始戒肉的时候，也犹豫了半天，在翻阅了很多大乘经典和论典之后，才从内心中对吃素生起随喜之心，并坚定发愿有生之年一定要吃素。从这一辈子来讲，我虽然不像其他孩子一样喜欢杀生，但因为藏地条件所限，吃肉还是有一定的习气，最初戒掉时有点困难。但后来依靠诸佛菩萨及上师如意宝为主传承上师们的加持，和自己所发的坚定誓愿力，再加上我们这里买蔬菜和水果比较方便，我个人就慢慢适应了素食。

同时，我还用高压政策强制性要求大家不准吃肉。因为很多道友来到这里就是为了听法，所以我给他们提的条件是：凡想听我课的人，必须要吃素！这样以后，很多人觉得听不到法有点可惜，考虑半天之后，才选择走这条路。那个时候，有些道友无法一下子改掉习气，有人甚至做梦在吃肉，有些实在忍不住，偷偷到饭店里去吃一点……但现在来看，这种毛病还是可以改的，他们如今看到肉或听别人说吃肉，就禁不住恶心、发呕，根本没有想吃的欲望。即使是习气比较重的人，遇到对境时嘴唇动一动，没有遇到对境时，基本上也不想吃。

大家学习藏传佛教，并不是来学习吃肉的。汉传

佛教从梁武帝开始一直到现在，不管哪一个寺院，甚至在居士团体中，也都保持着吃素的传统，这种美德值得我们佛教徒学习、赞叹、随喜。现在信息相当发达，吃素有各种便利的条件，因此，希望我们五明佛学院为主的入藏求学的汉族四众弟子，一定要了解吃肉的过失，尽量断除这种恶习。

前年我去深圳弘法寺，与本焕老和尚一起吃饭时，谈到了有关吃素的问题。当时我讲了一下我们这里的情况，老和尚听后非常高兴，双手赞成说：“一定要吃素！我们发了菩提心的人，怎么敢吃众生的肉呢？”从老和尚的语言中，对众生的大悲心流露无余。

所以大家值得考虑：吃肉对今生、来世有没有利益？它的过患怎么样？……现在很多人这方面的串习根深蒂固，一下子断掉比较困难。有些人说，自己没肉就不想吃饭。其实你不想吃饭的话，饿两天就会想吃了，这只不过是一个借口而已。如果你真对众生有大悲心、对生死轮回有强烈的出离心，就不应该选择吃肉。有些人口头上说自己是佛教徒，但实际上没有一点大悲心，一直随恶劣的习气转，这样的话，修行是不可能成功的。

如今，很多人以小乘佛法开许食三净肉<sup>38</sup>为由，理直气壮地为自己吃肉作辩护，他们口口声声引经据典说，释迦牟尼佛也未曾全面禁肉。其实这种说法不合理。佛陀在大乘显宗经典和密宗续部早就明示过，对三净肉的开许属于方便说，大乘行者理当彻底禁

---

<sup>38</sup> 三净肉：没有亲眼看见为自己杀，没有亲耳听见为自己杀，没有怀疑为自己杀，远离这三种过失的肉，叫做三净肉。



肉。我以前也写过一些书，比如《藏密素食观》、《放生功德文》、《悲惨世界》，其中就大量引用了《大藏经》和诸大德论典中遮止肉食的教证作了详细说明，众多经典和论典中都异口同声地说：小乘经典确实有开许食三净肉的说法，但大乘戒律对此规定全面遮止。

《梵网经》中云：“夫食肉者，断大慈悲佛性种子，一切众生见而舍去。”吃肉的人，断掉了对众生的慈悲心，众生见到他会生起一种恐怖感。打个比方说，我们看到牦牛不会害怕，因为它没有爪子，不会吃人，而如果看到老虎等猛兽，就会不敢接近，担心它伤害自己。同样，我们人也分为两类，一类人具有大慈大悲心，众生见到就心生欢喜，譬如无著菩萨、如来芽尊者强调不吃肉，附近的众生都愿意靠近他们；而一类人杀生食肉，相续中遍满嗔心、贪心、愚痴等烦恼，如猎人、屠夫，任何众生见了，都会生起极大恐怖。

我们发了大乘菩提心的人，在发心时就已知道一切众生当过父母眷属，现在它们不幸变成了动物，正感受着各种各样的剧苦，我们即使没有能力去度化，也不应该吃它们的肉。如果吃了它们的肉，那么跟吃父母的肉没有差别，《华严经》云：“食肉之人，即食父母眷属肉。”这个教证，大家一定要记住！在许多高僧大德的传记中也看得出来，他们对动物有什么样的父母之想，所以我们遇到可怜的众生时，若没有能力超度它们，还要去吃它们，真的非常可怕！

有些人可能想：“这些动物又不是我杀的，肉已

经做好了，不吃也是浪费，吃这种肉应该没过失。”这种想法不合理。试想，我们这里若有2000个人吃肉，哪怕一天只吃一顿，杀好几头牦牛也不够，这样推算下来，一年365天要杀害多少众生？吃肉会助长杀生，即使不是你亲手所杀，却也是为你而杀，这个罪业你难辞其咎。

现在有些人觉得，如果每顿饭都要对着几盘素菜，一点肉星都没有，那简直生不如死。其实从医学的角度讲，人体的结构并不适合吃肉，老天爷给我们设计的身体就是吃素的结构，吃了肉反而对消化系统等各方面不利。但很多人的恶习难改，一听说不能吃肉，就非常惊讶：“啊？不吃肉吃什么啊！”我们又不是豺狼，除了肉以外，难道不能吃其他东西吗？有些领导在吃饭时，若见到满桌都是素菜，从他的表情也看得出来，他觉得自己跟牦牛没什么差别——“怎么全是吃草啊？”这种想法纯属愚痴之见。《佛说佛名经》云：“食肉之罪，理不可恕。”吃肉的罪业不可宽恕，因为在每一块肉的背后，都要以付出宝贵的生命为代价。在这个世界上，金钱、洋房、轿车不是最宝贵的，名声、地位也不是最宝贵的，最宝贵的是什么？就是自己的生命。每个众生都喜欢活而不愿死，可我们为了满足一时的口腹之欲，就要让众多动物付出宝贵的生命，承受剧烈的痛苦，你难道不感到羞愧吗？

现在的世间人真像发疯了一样，在过去，吃肉杀生的量不会那么多，而如今随着高科技的飞速发展，再加上运输条件非常便利，当天从大海里用机器打捞出好多鱼，马上就能通过飞机、火车运到各地。人们

杀生的量非常恐怖，我有时候确实想：“自己修行虽然特别惭愧，穿着这种衣服，但内心的烦恼、外在的行为经常给佛教丢脸。然而幸亏我不是不信佛教的在家人，不然的话，这几年来可能一直在杀生吃肉，不知道会造下多少恶业！”

我们现在遇到了大乘佛法，出家人也好、居士也好，要好好思维短暂的人生中选择哪一条路。当然，对有些居士而言，家里的人都吃荤，自己单独开“素食馆”，可能有一定困难。本来你的学佛就遭到里里外外的谴责和蔑视，现在吃饭又与众不同，他们就更不满意了。但不管怎么样，你还是要尽可能保持自己清净，假如每天都随他们吃肉喝酒，这个过患是无穷的。我昨前天刚讲了喝酒的过失，这两天附近就有一个副县长，酒醉后无缘无故地开枪，打死一个乡长。这位副县长下去的时候，还是副县长的身份，但大概半个小时后，就变成了犯人，坐公安局的车回来了。我详细问了一下当场的领导，他们说这两人也没有什么争吵，就是边吃肉边喝酒引起的。我当时真的觉得：我们修行人一定要珍惜自己的缘分，虽然在轮回中被业和烦恼的镣铐紧紧束缚着，但我们有幸遇到大乘的佛法和善知识，明白了基本的取舍之理，过着一个清净的生活，这是非常难得的！

现在有很多人，包括有些佛教徒，对吃肉、吸烟、饮酒、打麻将等过失一无所知。其实不说别的，只从身体健康的角度讲，佛经中就说吃肉非常不好，如《十善戒经》云：“啖肉者多病，当行大慈心，奉持不杀戒。”所以，我们应该生生世世行持不杀生吃肉的清

净行为。当然，出家人是不会故意杀生的，因为佛陀袈裟有不可思议的加持。以前藏地有极个别的人破了戒，但仍穿着出家衣服，他们说穿僧衣就是不杀戒，穿出家衣服去杀生是不可能的。但作为在家人，为吃肉而杀生的现象非常严重，这是相当可怕的。所以，大乘佛教徒应该发愿：生生世世不杀生，即便自己变成了旁生，也不要变成食肉动物。有时候我在电视里看到“动物世界”，从内心中觉得千万不能吃肉，一定要断绝这种缘分，否则来世万一转为旁生，会不会变成食肉动物也不好说。有些大海里的动物，一天要吃好几吨鱼，这种情况看起来非常可怜。

吃肉对修行的危害也相当大。吃了肉的话，很多本尊修法都不能成就，甚至护法神、天尊、人和非人也无法保护你，《楞严经》云：“食肉之人，所求功德，悉不成就；食肉之人，诸天远离，众生怖畏。”有些学密宗的人认为吃肉有功德，尤其是上师加持过的肉，味道更鲜美。但你的上师再怎么了不起，能不能把佛在经典中明显遮止的行为变成善法，也很难说。

有些汉地的居士多年来一直坚持吃素，可是遇到有些所谓的上师后，上师不仅自己肆无忌惮地享用肉，还要求弟子一定要吃，并引用一些教证说：“具有大悲者，应该享用鲜肉。”这种说法真的很可怕。不要说汉传佛教，就连藏传佛教非常有名的大德，如夏噶措周让卓、如来芽尊者、华智仁波切、宗喀巴大师、无垢光尊者、智悲光尊者、法王如意宝、托嘎如意宝（法王如意宝的上师）等，也从来没有这样开示过。上师如果想对弟子作加持，难道不能用其他方法吗？

让很多人把吃肉的习惯发扬起来，不但对自己不利，对整个佛教也不利。现在有些地方的道场和修行人，在见修行果方面没什么观察和辨别能力，可是吃不吃肉这一点，他们看得很清楚，也听得很清楚。假如大力提倡吃肉，招致众人直接或间接的毁谤，这样恐怕不是很好。所以，以菩提学会为主的所有佛友，应该好好学习大乘经典，萨迦派果仁巴大师等智者再三思维和研究之后，最终得出的结论就是：大乘经典和续部中没有开许吃肉。

也许有人认为：“密宗会供中要享用五肉，这难道不是吃肉吗？”其实这个密意你理解错了。密宗是有享用五肉的说法，但《密集金刚》、《空行续部》等中都说了，这是修行境界达到很高层次之人的做法，享用五肉的人必须对众生有超度能力，你若没有这种能力，那看一下作表示就可以了，不需要你大口大口地吃肉，一瓶一瓶地喝酒。无上密法之所以如此秘密，就是因为很多甚深教义，人们不了解，看到只言片语就开始断章取义，最后误入歧途，这种现象非常可怕。还有些续部中说，所谓的吃肉，乃不了义说法，它是指用无二的智慧吞掉分别念，而不是让你张大嘴巴把猪肉、牛肉吞进肚子里。所以，会供的含义并不是让你真正吃肉。

要修密宗的话，必须首先以加行为基础，成熟自相续之后，再接受上师灌顶，逐渐修学生起次第和圆满次第。这些都属于密宗的行为，你见解没有达到最高层次时，行为是不允许行持的，故初学者没有必要以密宗为借口而吃肉。有些人觉得修密宗就可以吃

肉，这完全是孤陋寡闻的表现，密宗并未开许所有的人吃肉，若连这点常识都不知道，想修密宗恐怕有一定的困难。

大慈大悲的佛陀在因地时，为了众生可以付出最宝贵的身体和生命，我们虽然做不到这一点，但故意去杀害众生而吃它的肉，这绝不是佛教徒的行为。《大智度论》十一卷中说，佛因地时为一只鸽子，见路人因迷路而快要饿死，就将自己的身体布施给他当食物。我们佛教徒应该有这样的精神，可现在很多人不愿为众生付出自己的身体，却很喜欢众生为他而付出身体，这实在是非常颠倒。

其实吃肉的过失非常大，《入楞伽经》云：“肉非美好，肉不清净，生诸罪恶，败诸功德。”吃肉会产生各种罪恶、过患及灾害，败坏自相续中闻思修行、大悲菩提心等的功德，平时我们也看得出来，经常大鱼大肉的人，面目狰狞、说话蛮横、行为粗暴，悲心已经被吃肉毁坏了。所以，有些上师不管是显现上还是真实的，如果吃肉的习气改不掉，我奉劝他们最好不要在大庭广众中宣扬“吃肉的佛法”，以免既引生别人的邪见，又毁坏别人的善根。有些弟子宣扬上师一天能吃多少肉，这也不一定是赞叹上师功德。愚痴的人对吃肉有各种赞叹，现在拉萨那一带，就因为西方垃圾文化的冲击，有一群商人经常在那里宣扬“不吃虾的人没有智慧”，以前藏族人没有吃虾的习惯，但现在也慢慢被改变了。

有人甚至说佛陀也开许吃肉，佛陀在经中云：“若有痴人，谤言如来，听许食肉，当知是人，恶业所缠。”

这种人被恶业所缠，非常可怜。只要你稍微学过大乘佛法就会知道，大乘的千经万论中，根本找不到开许吃肉的教言。尤其是《楞伽经》、《涅槃经》等了义经典中，佛陀分别跟大慧、迦叶讲了许多吃肉的过失，当时有弟子就问：“您在初转法轮时，曾开许吃三净肉，现在为什么完全遮止？”佛陀说：“我的教法犹如阶梯般一层一层深入，初入门者若一下子断掉所有的恶习，有一定困难，故我在小乘教法中先开许食用三净肉。但这种规定并不究竟了义，因而在大乘中遮止所有的肉食。”

杜绝所有的肉食，在座道友就做得很不错，原来我要求戒肉时，大家都共同发愿了，真的非常非常感谢。这几年来，此举对在国内外弘扬藏传佛教起到了很大帮助，对“不吃肉的佛法”，汉传佛教许多高僧大德和虔诚居士也容易接受。所以，外面有些居士共同放生、念佛时，希望也能够集体吃素。原来成都有些居士，刚聚在一起时，有的吃素、有的吃肉，但习惯了素食以后，他们在公共场合基本没有吃肉的现象。我去年也给我的寺院立了一条新规定：在家人若要供斋，一律不准有肉食。据说反响也非常好。所以有些居士的根本上师到汉地弘扬佛法时，大家欢聚一堂的过程中，最好是不要点肉，你可以说：“我们对上师最恭敬、最高的礼节，就是用素食供养。上师您老人家可不可以开许？”即使上师显现上喜欢肉食，但餐桌上也最好不要供养，否则影响不是很好，间接对上师的弘法利生事业肯定有影响。毕竟汉传佛教有汉传佛教的规矩，这么漫长的历史长河中，这种规矩

一直保持着，而且非常如法合理，大家应该学会尊重，不要故意去打破。

有些人可能想：“我不是杀生，只是买肉，这会不会有过失呢？”也是有的。佛陀在《楞伽经》中说：“为利杀众生，以财网诸肉，二俱是恶业，死堕叫呼狱<sup>39</sup>。”有些人为了肉而杀生，有些人为了肉而付钱，这两者其实有同等罪业，都会堕入号叫地狱。

你们在没有学佛、皈依之前，可能杀害了很多众生，因为从小的教育和习惯所致，根本不知道生命的价值，觉得动物好像没有苦乐感觉，所以杀害它们不会手软。你们每个人也想一想，以前在读书时、工作时，逢年过节或者结婚、过生日，稍有一点条件的时候，可能都要吞下无数众生。但因果是不虚的，你以后临死时一闭眼睛，就会看到这些众生向你讨命、要你还债，因为你剥夺了它们最宝贵的生命，这是用钱财地位无法偿还的，一定要你以命抵命。所以，有些人身体有疾病，应该是因为以前杀害过众生。包括我自己在内，有些病肯定是前世杀生的果报，到医院里输液、按摩、针灸解决不了问题，毕竟按摩和输液才花几百块钱，而众生的生命用几千几万块也无法弥补。

我们若对因果有诚挚的信心，就会明白很多疾病的来源就是自己所造的恶业。当然，除了相信因果以外，还要学会面对自己的习气。一方面要懂得吃肉的

---

<sup>39</sup> 此为汉译。藏文的经典中，“同样”的意思比较明显，上师在《藏密素食观》中引用时翻译为：“为求利润杀有情，为贪肉食给财产，彼二具有罪业者，号叫等狱中受煮。”



过失、吃素的功德，将功过进行对比、取舍，另一方面，要经常祈祷上师三宝，在释迦牟尼佛为主的传承上师前合掌发愿、磕头，发愿一定要生起对众生的大慈大悲心。这种心若能真的生起来，你就会把一切众生视为父母，根本不会想去吃它们的肉。

噶当派有这样一个故事：香顿与香秋桑波结伴前往某地时，途中遇到一群卖茶叶的商人，两人向商人化缘乞食，一位康巴茶商给他们供养了一截已风干的动物下半身肉。香秋桑波一见，感慨万千地说：“哎呀！这是我们母亲的下半身啊！做儿子的，怎么敢无耻到连母亲的肉都要下肚呢？”那个商人顿时大惊失色，收拾起干肉，急急忙忙落荒而逃。

香顿目睹了整个过程后，对香秋桑波赞叹道：“你从小生长在父母信佛的家庭中，加上很早就在大善知识前出家求道，后来又住在寂静地方修行，故对众生能有如是的大悲心。而像我这种年纪的人，已阅尽人间沧桑，什么都看在眼里，没有像你这样的大悲心。”

正在感叹时，一个老人走了过来，恭敬询问他们是哪个教派的，香顿回答说：“我们是噶当派的。”老人听罢，由衷地赞叹道：“噶当派的上师确实是值得信赖的皈依处，但愿康区将来也能有一所噶当派的寺庙！”如其所愿，据说康区后来果真出现了噶当派的庙宇。不仅如此，不吃肉的习俗也日渐在藏地风行起来。因此，一旦相续中生起大慈大悲心，对轮回生起极为强烈的厌离心，不吃肉并不是很困难的事情。然而，若未真实生起这些出世间念头，吃肉、喝酒、贪色就会屡屡发生，根本没有办法对治。

在吃肉方面，现在有人经常宣传：“不要执著！吃一点肉没什么的。”我们学院就有一个道友，本来不吃肉很多年了，她在家时也不吃肉，但后来遇到一个不是居士也不是出家人的“三品物体”，那人非要让她吃肉，说这是帮她破“执著”。那人造善业要求大家不执著，但自己造恶业却很执著。所以现在的人为吃肉而造的罪业非常多，我们一一举出来也没有必要，希望你们多看一下《悲惨世界》这类的书籍。不看的话，光是别人说不要吃肉，你不一定能接受，看了以后，才会彻底明白它的可怕。

还有一点佛教徒也应该注意：以后尽量不要穿动物皮。在过去时代，我们藏地过着一种原始生活，对水獭皮、狐狸皮、豹皮比较重视，但这几年来，随着很多佛教徒的大力劝说，人们逐渐转变了这种观念。但是在汉地，吃动物肉、穿动物皮的人还是比较多，尤其是到了冬天，很多人都认为穿动物皮可以防寒。其实现在科技这么发达，好衣服不一定非要是动物皮，希望大家能改变这个习惯。

回顾我自己的人生，小时候我也经常穿皮袄，得一点羔儿皮的话，心里很高兴。一方面这是藏地的不良传统，一方面也是因为当时物质条件所限。我记得小时候没有买布的钱，即使有钱，也买不到，当时一年只有七尺布票。（老年人应该记得吧，那时候买粮食要用粮票，买布要用布票。）再久远一点，人们就更没有穿的了。但是现在，人造衣料那么多，我们为了穿的不应该造那么大罪业。有些人特别喜欢穿丝质的衣服，但古人说：“方寸绸中，千条生命。”为了一件衣服，需

要杀死很多很多的蚕，而且这个过程很残忍，穿这种衣服真的没有必要。现在城市里的人，有些喜欢穿丝绸，有些喜欢穿羔儿皮、老鼠皮、水獭皮、黄鼠狼皮，（有没有老鼠皮啊？应该有吧。如果一个人要穿老鼠皮的衣服，可能杀几百只老鼠。）有些喜欢用澳大利亚的羊皮垫子……但凡是与动物有关的东西，虔诚的居士尽量不要去用，以免直接或间接染上一些过失。

随着物质的发展、道德的衰微，现在还有许多人在吃上花样百出，各种吃法惨不忍睹。有一道菜叫“烤鸭掌”，我倒没有亲眼看过，但有关材料中说，是将活鸭放在微热的铁板上，把涂着调料的铁板加温。活鸭因为热，会在铁板走来走去，到后来就开始跳，最后鸭掌烧好了，鸭子却还活着。切下脚装盘上桌，鸭身做其他用。其残忍程度就像以前的纣王一样，炮烙犯人双手时，闻到手掌焦臭味，纣王就哈哈大笑。

还有一道菜叫“浇驴肉”，是把活驴固定好，旁边有烧沸的老汤。食用者指定要吃某一部分，厨师剥下那一块的驴皮，露出鲜肉，用木勺舀沸汤浇那块肉。等浇得肉熟了再割下来，装盘上桌。据说吃了好几顿后，驴还在不断地叫。

现代人不仅吃法残忍，杀生数量也触目惊心。很多小孩喜欢吃“麦当劳”、“肯德基”，其实这全部堆积在无数众生的尸体上。据有些秘密消息透露，麦当劳、肯德基都用激素养鸡，一般的鸡要半年才发育成熟，但他们的鸡从孵出来到成品鸡之间只要两个星期。所以那些激素都被人体吸收了，自然会导致各种疾病。且不说佛教中业果的辗转相报，单从营养学、

卫生学、医学的角度来讲，肉食对身体也极为不利，禽流感、非典等这些奇怪的病，全部都与动物肉有关。去年一段时间发生禽流感时，很多人就非常羡慕素食者，因为一点也不用害怕。

世间上很多学者认为，素食的营养非常齐全，吃素者不用担心营养不良，作为肉类的替代品，素食有过之而无不及。现代营养学权威——哈佛大学佛德烈史博士曾说：“硬壳果、谷类、豆类、蔬菜等，营养丰富并不少于肉类，有此素食何复他求！”孙中山也说过：“唯豆腐一物，当与肉类同视。”据世界卫生组织分析，十种垃圾食品中，肉类其实占主导地位。在古代，人们对素食的成分没有能力研究，所以觉得肉食、骨头汤对身体很好。但现在科学发达以后，大家才发现了肉类的恐怖，比如在显微镜下可看到鱼肉里有许多长长的、细细的小虫，你要是吃鱼的话，这些虫就顺便在你肚子里安家落户，进而引发各种疾病和传染病。而且，动物身上基本都带有寄生虫、病原体，倘若吃了动物肉，它的疾病也会间接传染给你。

我原来在一段时间内大量翻阅了国内外有关营养方面的书，最后发现不说关心自己的来世，仅仅是保护今生的身体，最好的方法也莫过于吃素。素食的营养完全足够，再加上没有那么多危害，故大家应该经常弘扬这一优良传统。如果你的习气比较重，实在是不能长年吃素，那也应尽量在佛教节日、特殊日子里发愿吃素，慢慢戒掉自己的恶习。实际上，哪怕你一个月能吃素几天，无论从健康的角度，还是从因果的角度来说，都有很大的利益。吃素还能令你对佛教

有进一步了解，遣除各种恶业的违缘之后，修行的顺缘自然具足，学佛法也一定会圆满的。

因此，大家对吃素的经典、世间学问应该多学习一点，今天因为时间关系，我就简单介绍到这里。

# 费闲歌释

## 思考题

1. 讲经说法要避免哪两种情况？
2. 解释“愚痴无戒人，起增上散乱，相续造诸罪，去地狱非远。”
3. 学习性空比丘的公案后你有何体会？今后你打算如何修行？
4. 傲慢有何过失？请引用教证和公案加以说明。
5. 有人说：某人闭关很多年了，所以他很了不起。这种说法对吗？为什么？
6. 什么样的念佛容易？什么样的念佛难？

今天我们学习憨山大师的《费闲歌》。很早以前我就看过《费闲歌》，觉得里面的内容很适合现在的修行人，相当于藏传佛教的修心法门，所以这次跟道友们一起学习这首道歌。

《费闲歌》的注释不多，我曾在某个杂志上看过一个注释，但是感觉解释者好像在乱说，没有很好地解释其中的内容，所以这次我没有寻找其他讲义，而是凭自己的理解与大家交流。在这个过程中，如果有不符教义、上下错乱之处，希望各位给予斧正。

标题：费闲歌。

为什么叫“费闲歌”呢？下文十个偈颂中，每颂第一句有“难”，第二句有“总是闲”，第三句有“空费力”（有三颂例外），第四句有“也徒然”，在整体上构成了一种排比，故全文以“费闲”名之。

从意义上讲，所谓“费”是费了很大力气，所谓“闲”是空耗、没有实义，合起来讲就是有些人表面上费了很大力气，不管念经、闭关、参禅都特别认真，但实际上意义不大。有鉴于此，故作者以这首道歌提醒后人：修行要方法正确、表里如一、踏踏实实，不要费了很多时间、精力，实际效果却不大。

作者：憨山大师。

在上堂课已经作了介绍，所以这里不再重复。

正文：共有十个偈颂。我对每一颂用四个字作了归纳，相当于一个科判。下面看颂词。

### 一、静修体悟：

讲道容易体道难，杂念不除总是闲，  
世事尘劳常挂碍，深山静坐也徒然。

宣讲佛法的道理很容易，许多人口才比较好，讲起来天花乱坠，可是体验佛法的道理却非常难，如果所讲的法自己从来没有修过，即便修也是杂念纷飞，这样总是无有实义。在修行的过程中，如果世间尘事经常挂在心头，一直耽著名闻利养等世间八法，纵然长年累月在深山静坐苦修也徒劳无益。

“讲道容易体道难”，宣讲佛法容易，体验佛法却很难。作为一个修行人，光是口头上说法不一定有

用。虽然讲经说法很好，但要注意避免两种情况：

一、有些人虽然对别人宣讲佛法的道理，但目的就是想获得名闻利养，这样不但没有功德，对众生也没有利益。《佛说华手经》云：“若人以利养，为大众说法，依于世利故，则为法所害。”意思是，如果有人以希求利养之心给别人宣说佛法，由于他的发心不清净，是为了获得世间八法，这样的说法不但没有利益，反而会害了自他。

大家一定要注意这一点。很多人口口声声说要弘法，弘法当然很好，但发心不能是为了名闻利养。现在有这种现象：某人要给别人讲法，目的是什么呢？一方面想提高自己的知名度，另一方面想获得一些供养。以这种目的宣说佛法是不合理的。

二、如果心里对修行没有感受，夸夸其谈也没有实义。虽然真正体悟佛法很难，但最起码发心不能为世间八法所染，这一点很重要。

“杂念不除总是闲”，在修行的过程中，不去除杂念总是闲，因此我们要尽量避免纷乱的心态。佛经中有一个公案：以前有一位比丘到寂静处修行，那个地方有许多鬼神，他在修行时经常听到鬼神发出怪声，比丘心里特别恐怖，产生了恶分别念：这真是个鬼地方，我不愿意再呆了……正当他想离开时，佛陀知道了他的心，便到比丘面前安慰他。这时有一头野象王也到那里，它卧在一棵树下想：我离开了象群烦杂的生活，独自在这里真舒服。佛陀告诉比丘：“这个象王有五百头眷属，它因为不愿意呆在喧闹的象群中，所以来到树下独自而住。大象是愚昧的旁生，它



都向往寂静处，你身为比丘，难道连旁生都不如吗？”接着佛陀讲了一个偈颂：“乐戒学行，奚用伴为？独善无忧，如空野象。”（大意为：真正的修行人哪里需要伴侣呢？为什么在寂静处呆不住呢？应该独自安住于善法中，内心无忧无虑，就像野象王一样。）佛陀劝告后，比丘心定了下来。后来他认真修行，获得了阿罗汉果位。

这个故事很有意义。我有时候在想：也许跟前世和今生的因缘有关，有些人修行一直不能成功，有些旁生都喜欢呆在山中，可是这些修行人却喜欢到闹市中，经常与人群交往；即使偶尔产生寂静的心态，也不能长期保持，刚出家时往深山里跑，后来却又回到红尘中。这样确实非常遗憾。

“世事尘劳常挂碍，深山静坐也徒然”，大家最好抖擻干净世间的“尘土”，舍弃对世间的贪执，否则修行是不会成功的，再怎么努力也徒劳无益。此处说“也徒然”，当然我们要明白，这并非一点意义都没有，只不过要获得解脱有一定困难。实际上，不要说真正在寂静处修行，《三摩地王经》中说，以厌离心向寂静处仅仅迈七步也有无量功德。所以我们对此说法要有全面理解。

## 二、守持净戒：

出家容易守戒难，信愿全无总是闲，  
净戒不持空费力，纵然落发也徒然。

出家很容易，换件衣服、剃掉头发连半个小时都不要，刚才还是在家人的，马上就变成出家人了，但一日出家、终生持戒，要守持戒律则很难，没有信愿总

是无有实义<sup>40</sup>。如果不守持净戒，出家只是空费力，纵然披上袈裟、剃除须发也徒劳无益。

对真正的修行人来说，不管在家还是出家都要守持清净的戒律。以戒律护持自相续非常重要。世间的愚人一般不愿意有所约束。《诸法集要经》中说：“愚痴无戒人，起增上散乱，相续<sup>41</sup>造诸罪，去地狱非远。”说得很清楚，愚痴之人对戒律毫无兴趣，因为没有戒律约束而三门放逸散乱，不断造下各种罪业，这种人离恶趣也就不远了。

末法时代的很多众生轻视戒律，有些形象的出家人连一点惭愧心都没有，甚至大肆贪污挪用僧众的财产。前几年，某寺院的财务长将僧众的财物用于搞不如法的事，以致连自己的性命都丢掉了。如今外相上出家的人很多，但真正从内心出家，经常能想到：我是出家人，行为不能与世间人相同，这样的人则不多。

当然，我并不是说出家不好。虽然大多数出家人都是凡夫，不可能出家后马上获得阿罗汉果位，依然有贪心、嗔心等烦恼，但是因为现了僧相，所以跟在家人还是不同。总的来说，出家后造善业的机会非常多，造恶业的机会则非常少，这一方面是因为自身多少会有惭愧心，另一方面如果在众人前做杀生等不如法行为，自己肯定会受到讥毁，所以行为多少会有所顾忌。

---

<sup>40</sup> 现在有些演员也剃光头扮演出家人，但因为没有信心和发愿，所以这种“出家”是无有意义的。当然，这是说意义不大，并非完全无意义，佛经中有个公案：某阿罗汉尼前世是戏子，曾经演过出家人，以此功德在释迦牟尼佛教下出家证果。

<sup>41</sup> 此处的“相续”是“不断”的意思。

如果是有正知正念的人，出家后有许多行持善法的因缘，如果是没有正知正念的人，以出家身份反而会造很多恶业。如今也有些无惭无愧的出家人搞一些非法行为，这样一方面毁坏自己，另一方面对佛教也造成不好的影响。但是也没有办法，末法时代肯定有各种情况。

作为在家人，应该对出家人观清净心，作为出家人，自己也应该反复观察：既然已经出了家，就要守持清净的戒律。末法时代持戒一尘不染虽然很困难，但也要尽力护持学处。多的不谈，即便守持一分戒律也很有意义。《三摩地王经》中说，往昔佛法兴盛时，在百千万劫中守持圆满戒律并在十方诸佛前作种种供养，也不如末法时代一日中守持一分学处功德大。所以出家人应该严持戒律，否则，剃着光头、穿着袈裟天天造恶业没有意义。

### 三、依师修行：

修行容易遇师难，不遇明师总是闲，  
自作聪明空费力，盲修瞎炼也徒然。

表面上的修行比较容易，有善知识引导的修行却很难得，如果不遇到明师总是没有实义。自作聪明者付出再多时间和精力也没用，这样盲修瞎炼到头来徒劳无益。

修行一定要依止善知识，佛法极其深奥，如果没有善知识一步一步引导，最终会一无所得。现在有些人自认为文凭比较高、学识比较渊博，随便看一看书，随便学一学，就觉得很不错了，然后稍微修一修，就

觉得自己证悟了，跟佛的境界没有差别了，可是到头来却无恶不造。这种没有系统学习的修行很危险。所以我们要依靠善知识的引导，最好能长期依止上师。

莲池大师讲过一件事：有一个名叫性空的比丘，他最初依止莲池大师很虔诚，但没过多久就离开大师，发下大愿到寂静处独自修行。后来，性空修行出了问题，发疯而死了。莲池大师觉得很惋惜，遂以此事告诫后人不要盲修瞎炼，应该长期依止善知识，否则，初学者自作主张去修行是不会成功的。

在座各位如果不注意，可能也会这样。有些人出家不到两三个月就嚷嚷着：我要闭关，我要弘法……其实，连基本的佛理都不懂，就这样着急是没必要的。大家想一想：在世间拿一个大学文凭，起码也要十几二十年的学习，一天两天、一年两年就能通达甚深的佛法吗？这根本是不可能的。

即生中遇到三宝很难，遇到善知识更难，佛经中讲了四难：“佛世难值，经法难闻，众僧难遇，明师难遭。”因此值遇善知识后切勿轻易离开。如果某善知识精通显密经论，同时有一定的实修境界，在他面前呆的时间越长越好。《山法宝鬘论》中说，初学者必须恒时不离上师，这样就能逐渐得到上师相续中的功德。《大圆满前行》中也说：一节普通的树木落到玛拉雅山的檀香林中，数年后就会熏染上妙香，它也会散发出芬芳的香味；同样，如果我们依止一位具相的高僧大德，久而久之也会熏染上他的功德妙香，所作所为也会变成和上师一样。各位道友要牢记这些道理。

现在很多人自作聪明，盲修瞎炼，结果一无所成。这一点大家要特别注意。如果没有上师的引导，随便看一些藏密的书就开始修风脉明点、光明大圆满，随便翻几本禅宗的书就开始安住参禅，这样不一定成功。如果光看书真能修成，那当然不需要依止善知识，但实际上并不是这样。因此，希望每个人好好依止善知识，对善知识依教奉行，这对解脱非常重要。

#### 四、心离红尘：

染尘容易出尘难，不断尘劳总是闲，  
情性攀缘空费力，不成道果也徒然。

染上世尘容易，从世尘中摆脱出来则很难，没有断除对尘劳的贪恋总是没有实义，如果心一直耽执感情，一直攀缘亲友、财产、地位、名声等世间法，那再怎么修行也是空费力气，不会得成道果。

噶当派的大德经常祈祷：愿法融入心，愿心得堪能。这一点非常重要。如果人的心没有与法相应，表面上离开世间很久了，实际上还是很容易受到染污。一个人即使在山里呆了很久，如果他内心没有佛法的境界，到城市里以后遇到一点一滴染污就会沾染上。尤其有些人以前习气比较重，要远离习气更不容易，可能要花很长的时间。上山难、下山易，在座各位从红尘中走出来不容易，要花很多时间和精力，而染上红尘则特别容易。有些人已经出家多年了，由于看了一些短信、一部电影或者接触以前的旧友，不用两三天就毁坏了相续中的善根。

《诸法集要经》云：“是心难降伏，多攀缘欲境，

若能善制之，获清凉安隐。”我们的这颗心很难降伏，它经常攀缘欲妙的对境，如果能通过佛法善加制伏此心，善加对治相续中的烦恼，就能获得甘露般清凉安隐的果位。不过道理虽然如此，要做到的确很难。遇到感情、财物、地位等对境时，一般人很容易被束缚。

当然，也有个别前世习气比较好的人，这些人就像莲池大师《七笔勾》说的那样，能够将妻儿、财产、地位等一笔一笔勾销。以前有一位仰山禅师，十几岁时家人逼他成家，为了表明自己远离红尘、不愿与世间人为伍的决心，他割下两根手指给父母看，父母被他的行为感动，最终他得以自由自在地修行。

除了个别善根深厚的人以外，一般的凡夫很容易染上世间的五欲六尘。如果没有一定的境界和看破放下的能力，即使暂时在修行佛法，最终也不一定成功。这样的人很多：有些人上半生看破一切而出家，什么都不需要，晚年又回到红尘中；有些人在短短的时间中就产生修行的境界，可是后来修行也不究竟，遇到一些因缘又卷入世间的漩涡里。所以每个人都要恒时以正知正念观察自相续，同时要经常祈祷上师三宝，千方百计保护自己的修行。

## 五、虚心闻思：

听闻容易实心难，傲慢师尊总是闲，  
自大贡高空费力，聪明盖世也徒然。

听闻经论比较容易，但以虔诚谦虚心学修佛法则非常难，如果有傲慢师尊之心，那一切所为都没有实义，自高自大之人再怎么努力也是空费力气，即使聪

明盖世也徒劳无益。

《集菩萨学论》云：“若高举我慢，不重师尊，亦不恭敬礼拜，当知菩萨是为魔钩所制。”所以人不能有傲慢心，如果有了傲慢心，不管上师还是道友的功德都看不到，总觉得自己的想法和行为是正确的。傲慢者从不观察自己的过失，即使上师、道友劝他：你的行为不如法，他也不会接受。所以我们应该具足谦虚心和恭敬心，要把所有的上师、道友当作善知识，否则，自己有过失发现不了、别人有功德发现不了，那就比较麻烦了。

以前惹琼巴去印度求法，他在印度和尼泊尔依止了很多善知识，学了很多密法的高深窍诀，也学了一些外道的法。有一次，米拉日巴在定中看到惹琼巴，随后又见到一个水晶塔放出一片刺眼的光芒，尊者想：看来我的弟子遇到违缘了。为了拯救惹琼巴，尊者便前去迎接他，最终师徒在路上相遇。当时惹琼巴很傲慢，他想：我到印度求得了这么高深的密法，这次我对上师顶礼时，他会不会回我一个礼呢？可是他顶礼后，尊者却没有给他回礼。惹琼巴心里很不舒服，他想：如果是其他上师，肯定会对我隆重迎接，也肯定会给我回礼，可是这个米拉日巴太傲慢了。米拉日巴知道他的心，便想了一个调伏他的办法。在回来的途中，米拉日巴捡了一个牛角。当他们行至一处平原时，本来万里无云的晴空突然乌云密布，冰雹狂袭而下。米拉日巴钻进牛角，但稀奇的是牛角没有变大，尊者也没有变小。而惹琼巴则无处可躲，最后他向米拉日巴求助。米拉日巴在牛角里对惹琼巴唱了一首

歌，大意为：如果你认为我们俩同等，为什么不入此牛角？<sup>42</sup>惹琼巴听后也想钻进牛角，可是钻了半天连头都进不去。最终他的慢心被折服了，觉得米拉日巴确实与众不同，从此对上师产生了恭敬心。

从这个公案可以看出，如果相续中有傲慢心，那根本看不出别人的功德。傲慢者纵然聪明盖世，也得不到任何真实利益，所以大家一定要谦虚。

## 六、实修实证：

学道容易悟道难，不下功夫总是闲，  
能信不行空费力，空空论说也徒然。

表面上广闻博学圣道很容易，而真正体悟圣道却不容易，不下工夫修行总是没有实义，即使表面上对佛法有信心，但如果没有实际行持也只是白费力，没有境界却空空论说终归徒劳无益。

《水木格言》云：“多闻若未实修，则于自心无益，百年住于水中，石性干燥而存。”意思是，光听

---

<sup>42</sup> 歌曰：上师加持入我身，此身若与凡夫同，何堪成为大修士？现以化身显神通，惹琼子兮应顶礼！上师加持入我口，口若妄言或绮语，何堪成为大修士？我歌多富妙口诀，惹琼子兮应善思！上师加持入我心，心若纷起诸妄念，何堪成为大修士？神通明体广大现，惹琼子兮应皈敬！惹琼见地似野鹭，时飞高空时降地，如是高低不稳固，应趋坚中兮善思维。应舍放逸兮布衣行！你我父子若相等，何不速入此牛角？牛角内藏大宫室，广大宽敞甚舒适！惹琼修观似日月，有时明兮有时暗，时暗时明不稳固，应趋坚中兮善思维！应舍放逸兮布衣行！你我父子若相等，何不速入此牛角？牛角内藏大宫室，广大宽敞甚舒适！惹琼行素似山风，有时急骤有时缓，时急时缓不稳固，应趋坚中兮善思维！应舍放逸兮布衣行！你我父子若相等，何不速入此牛角？牛角内藏大宫室，广大宽敞甚舒适！惹琼证果似稼禾，有时好兮有时恶，时好时恶不稳固，应趋坚中兮善思维！应舍放逸兮布衣行！你我父子若相等，何不速入此牛角？牛角内藏大宫室，广大宽敞甚舒适！若于微妙因缘法，此心随意得自在，则能进入此牛角，享用宫屋之舒适！子兮！吾今呼唤汝，速入此屋伴老父，父唤子归子应归，为子之道应如是。我乃年迈衰残人，生平从未到印度，身微路险未远游。惹琼青年身健壮，曾往印度游学去，参访众多成就者，依止博学善知识；如今已为大贵人，应住广大舒适屋，乾枯废弃此牛角，何能增长我法执？是故吾子惹琼巴，应入牛角内室居！



闻而不实修对自心是没有利益的，就像石头即使一百年住在水里，它的本性还是干燥一样。所以，如果你没有真正实修，表面上再怎么广闻博学，甚至天天听课也没有用。

现在很多人特别爱说，有些人一谈起佛法的境界时，别人听起来都吓了一跳：哇！这个人已经开悟了！但事实并非如此，也许他从来没用功过，甚至一天连一个小时都没修过，这样的人纯粹是自欺欺人，他们的空谈没有实义。所以大家一定要下工夫修行。

有些人口中说得很好，实际上天天睡懒觉，这样虚度时日也没有意义。《阿育王传》记载，优波笈多尊者有一个弟子特别爱睡觉，一打坐就入睡。为了度化他，有一次他打坐正要睡觉时，尊者化为一个七头魔鬼，倒悬在他面前的空中。他特别害怕，跑到尊者面前说：“林中有鬼，我不敢在那里修行了。”尊者说：“七头鬼不足畏，睡眠最可畏。为鬼所杀不会入于生死，如果为睡眠所杀则生死无穷。”听了这个教言，他从此精进修行，后来获得了圣果。

在短暂的人生中，如果一点工夫都不下，一点精进都没有，修行要成功是很困难的。每个道友都应该观察，看自己以前修了多少法，以后打算怎样修行。有时候总结起来，我也很惭愧：这么多年以来，虽然我没有特别散乱，也不像世间人那样天天搞世间法，但是对死亡有用的善根积累了多少？以出离心和菩提心摄持的善法修了多少？这样观察的时候，还是觉得很惭愧。

作为凡夫人，在行持善法方面力量很薄弱，在造

恶业方面则相反，心态、行为、方便样样齐全，所以大家要尽量祈祷上师三宝、依止对治法来调整自己的恶劣相续。

## 七、如理闭关：

闭关容易守关难，不肯修行总是闲，  
身在关中心在外，千年不出也徒然。

表面上的闭关很容易，而关住妄心和非法行为的闭关则很难，如果没有真正修持解脱法总是没有实义；有些人虽然身在关房，但心一直往外散乱，一刹那也没有观修过，这样即使闭关千年也徒劳无益。

有人认为：我闭关十几年、二十几年了，我肯定很了不起。很多人宣传上师时也说：这个上师闭关六年了，那个上师闭关十二年了，另有某个上师闭关二十四年了……其实，如果没有真正的修行境界，没有出离心和菩提心，不要说二十四年，按照憨山大师的说法，即使闭关千年也徒然。

现在有些居士的说法特别可笑：听说某上师是你们学院的，在学院呆了二十年了，他肯定很了不起。呆二十年有什么用？如果没有修行的境界，呆在学院跟石头呆在学院一模一样。石头不要说在学院呆二十年，呆一千年都有了，这又怎么样？有些考古学家说，在藏地发现了六万年前的文物，所以如果没有修行，在青藏高原呆多少年也没用。

有些人经常说：这个人很厉害，他闭关三年了……其实也许他一直在观修嗔恨心、愚痴心，毒蛇和旱獭冬天也一直闭关，它们观修的就是这些。我并

不是诽谤所有闭关的人，在闭关的人当中肯定有很好的修行人，但如果仅仅因为在关房里呆的时间长，所以就很了不起，这是不一定的。

其实，有些人的“闭关”只是说法而已——他并没有修行十二年，只不过在山里一直没有出来，于是便认为自己在闭关。以前藏地交通不好，所以从广义上说，住在深山、寺院里都可以叫做闭关，开玩笑。

如果想闭关，就要像以前的高僧大德那样真实闭关。在《前行备忘录》中，对于每天的修行安排都有详细宣说，要求修行人白天晚上精进行持善法。如果能这样闭关，不要说十几年、二十几年，哪怕七天或者二十一天也有很大功德。

憨山大师讲得很好，我觉得他真正讲到了某些人的毛病。有些人表面上看起来很了不起，他们自己也认为已经闭关了很长时间，但实际上如果心没有与法相融，闭关多长时间都没有用。相反，有些人虽然没有闭关，但因为心与佛法完全相融，所作所为也与佛法相应，所以不管到哪里都得到人们的恭敬。总之，我们应该了解，什么是真实的闭关、什么不是真实的闭关。

## 八、信心念佛：

念佛容易信心难，心口不一总是闲，  
口念弥陀心散乱，喉咙喊破也徒然。

口中念佛很容易，但内心对佛陀生起虔诚的信心却很难，如果心口不一总是无有实义；假使口念弥陀而内心散乱，这样即使喊破喉咙也徒劳无益。

对佛陀生起信心很难，尤其懂得佛陀是最尊贵、最伟大的皈依处，在整个世间没有像佛陀那样的量士夫，这种随法的信心更为难得。《大宝积经》云：“佛能救世间，余无可依者，世雄甚希有，大慈难思量。”意思是，唯有佛陀能救护世间，世间再没有其他可皈依者，世尊的功德甚为稀有，他的大慈大悲以分别心难以思维衡量。大家应该对此理生起定解。

现在念佛的人比较多，很多寺院每天早上四五点钟就开始唱念，但并不是所有的人对佛陀都有信心：有些人边念佛边打瞌睡；有些人念佛不是为了解脱，而是为了逃避暂时的烦恼；还有些人念佛是为了得一些钱。真正对佛陀生起诚挚信心的人不多，尤其像《胜出生天赞》讲的那样，对佛陀生起不共信心的人就更少了。

如果一个人口中念阿弥陀佛，但心里既没有恭敬心和欢喜心，也没有认识到佛陀的伟大，甚至持有种种邪见，或者口中虽然念佛，但心里一直散乱，这样念佛没有多大意义，最多种个善根而已，即使喊破喉咙也得不到解脱的利益。所以念佛的人一定要懂得净土法门的道理，对阿弥陀佛的宏愿、佛号的功德都要有所了解。正因为如此，我才一再提倡佛教徒要系统闻思。不然学佛就流于表面了，我们没必要为表面上的学佛花费很多时间。

### **九、敬心拜佛：**

拜佛容易敬心难，意不虔诚总是闲，  
五体虚悬空费力，骷髅磕破也徒然。

身体拜佛容易，但知道佛陀的功德进而生起欢喜心和恭敬心却不容易，如果没有虔诚的信心总是没有实义，这样形象上磕头只是空费力气，即使身体都磕破了，头上、手上伤痕累累，也是徒劳无益。

要顶礼佛陀，必须懂得佛陀的功德并对佛陀有信心和恭敬心，这个前提非常重要。否则磕头虽然有功德，但功德并不大。作者在此处说，没有信心恭敬心的磕头一点意义都没有。《大圆满前行》中也说，如果思想涣散、随境所转，只是身体东倒西歪地顶礼，除了身体白白受累以外没有任何实义。当然，这样磕头并不是一点意义都没有，从种善根来讲有一点功德，只不过不能成为解脱的因。

我坐车时经常看到有些藏族人三步一拜前往拉萨，一方面他们的精神很感人，我们不要说好几个月在野外磕头，一天在外面磕头都很困难，尤其寒冬腊月的雪地里磕半天头都冷得不行了，所以人和人的精神力量是完全不同的，但另一方面如果这些人没有出离心、菩提心、恭敬心，甚至怀有其他目的，这样磕头意义不一定很大。

大家磕头时一定要对佛陀有恭敬心，尤其要认识到佛陀是真正的量士夫，世间没有一个人能与佛陀相比，不管从智慧、悲心、能力哪方面来讲，佛陀都是最伟大的，如果有这样的虔诚心，哪怕磕一个头也有无量的功德。

#### 十、诵经解义：

诵经容易解经难，口诵不解总是闲，

能解不依空费力，日诵万卷也徒然。

口头上诵经非常容易，但是理解经文的意义却很难，如果口诵不解总是没有实义；即使表面上能解释，但如果没有按照经典实地行持也是白费力气，所以关键是身体力行，否则日诵万卷也徒劳无益。

口中诵《阿弥陀经》、《金刚经》并不是一点功德都没有，但最重要的是通达经典的意义。《六祖坛经》里说，法达诵了三千部《法华经》，他觉得自己很了不起，向六祖顶礼时头没有着地。六祖呵斥他：“你只是口头上诵经，并没有懂得经的意义。”于是六祖让法达给自己念《法华经》<sup>43</sup>，然后为法达解释经意，并说偈曰：“心迷法华转，心悟转法华，诵经久不明，与义作仇家。无念念即正，有念念成邪，有无俱不计，长御白牛车。”法达听后言下大悟，赞叹六祖：“经诵三千部，曹溪一句亡。”从此以后，法达既领悟了经中要义，同时也不辍诵经。

我们不管诵任何经典，最好要懂得其中的意义，如果不懂得经意，即使日诵万卷也只是种一点善根。《法集要颂经》云：“智者寻一句，演出无量义，愚者诵千句，不解一句义。”所以懂意义和不懂意义的念诵差别很大。

以上大概介绍了《费闲歌》。学习这首道歌后，大家要遣除此中所说的不如法之处，以后不管是闻思还是修行，自己的心与行为都要相合于正法。

---

<sup>43</sup> 六祖显现上不识字。

这次我以个人的浅见解释了《费闲歌》，这只不过是抛砖引玉，算是给道友们作一个参考。你们的母语是汉语，如果要你们来解释，也许能挖掘出更深的意义，所以课后大家应该反复研究，争取体会到一些更甚深的道理。

# 释尊仪轨讲记

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

今天利用这一堂课，给大家简单地讲一下《释迦牟尼佛修法仪轨》。

麦彭仁波切所著的《释迦牟尼佛修法仪轨》，法王如意宝在世时极其重视，他老人家要求当时的弟子和后来的有缘弟子每天都要念一遍，我们很多人发过这个愿，至今每天都在念诵。《仪轨》中讲了许多功德，但只是简明扼要的阐述，若欲详细了知佛陀因地时为众生的发心及与佛陀结上善缘的利益，《释迦牟尼佛广传》中有具体介绍。

为了让大家明白祈祷释迦牟尼佛有什么功德，下面从《仪轨》小字部分开始作字面解释，之后我们一起作简单的共修。

首先，为什么要修学这个仪轨呢？原因是这样的：

如《三摩地王经》云：“散步安坐站立卧，何人忆念能仁尊，本师恒时住彼前，彼者将获广大果。”

佛陀在经中亲口宣说：任何人散步也好、安住也



好，在行住坐卧的过程中，若能一直忆念本师释迦牟尼佛，佛陀会恒时住于他面前，赐予加持。

除了自己的心以外，佛陀并不存在其他本体。一个人如果对佛陀生起信心，能清楚地明观佛陀身相，那他的心念就是佛陀，此外没有一个佛陀从遥远的地方飞到你前面，然后又渐渐消失。按照上上乘的解释方法，正在想佛的念头，其实就是佛陀。

前不久也给大家讲过，你何时想起莲花生大士，此时你的心与莲花生大士无二无别。《观经》中也说：“心想佛时，是心即是三十二相、八十种好。”因此应该认识到，释迦牟尼佛就是你的心，显宗与密宗的说法一致。

又云：“身体宛若纯金色，世间怙主极庄严，何者之心专注此，菩萨彼者即入定。”

《三摩地王经》中又说，身体宛如纯金般的佛陀身相，不管在哪个修法中都显得非常庄严，这就是世间怙主、三界导师、轮回引导者与皈依处的本师释迦牟尼佛，若能心专注于此，此菩萨即是入定。

个别道友不太会坐禅，经常起分别念，入定比较困难。其实也不用担心，只要你在前面放一个佛像（可以是唐卡、画像、塑像等），将心一直住于佛像上，眼睛也一直盯着，闭眼时心里能清清楚楚地明现佛像，这就是最好的一种入定。

我经常也是这样，当分别念涌现或者产生烦恼时，就放一个佛像在前面，心里一直观想，眼睛也一直专注。过一会儿，依靠佛陀不可思议的加持，自心

会慢慢平静，暂时起到平息烦恼的作用，而究竟，哪怕一瞬间缘佛陀的功德，对今生来世都无法估量。

概而言之，之所以要修此《仪轨》，作者引用了两个教证，从而得出的结论是：第一、行住坐卧要想着佛陀；第二、坐禅时也要想着佛陀。汉地很多寺院打禅七时，中间都摆一尊佛像，参禅者可以时刻看到佛像，心里一直观想，眼睛一直盯着，这种传统非常非常有功德。大家平时在家里时，也应该这样缘佛修行。

下面正式讲仪轨的内容：

随念我等无比本师释尊之修法，首先念诵皈依偈：

乃至菩提之间永皈依，  
一切殊胜佛法及僧众，  
以我修行念诵之福德，  
为利众生愿成就佛果。

首先是皈依和发愿。皈依时要想到：乃至菩提果之间，我诚心诚意地皈依怙主本师释迦牟尼佛为主的十方三世诸佛，以及佛陀所宣说的证法与教法，还有具有解脱功德的僧众（这是皈依三宝）。以我修持念诵《仪轨》的功德，愿天下无边的一切众生尽快获得圆满正等觉佛果。

如此皈依和发愿，是修任何一个法的前提。我们每天念《释尊仪轨》，不是为了自己治病、发财等等，而是为了利益一切众生。

之后发心、修四无量心，意念诸法现而无自性之

## 义中念诵：

之后要发四无量心<sup>44</sup>，并安住于现而无自性的境界中念诵。我们平时念诵也应当如此。

阿      无生空性以及缘起性，  
         显现不灭双运幻化相，  
         自前虚空如海供云中，  
         观想宝狮座莲日月上，  
         无等本师释迦牟尼佛。

“阿”，是表示无生空性的呼唤词。

万法皆是无生空性，在这样的空性中，无欺不灭地显现缘起规律，清净和不清净之法均可现前，这就叫做现空双运，释迦牟尼佛的本体也是如此。我们首先观想：在前方的虚空中，充满七宝、八吉祥等各种供品，如海供云中有一狮子严饰的宝座，宝座上依次是莲花、日轮、月轮，最上面端坐着本师释迦牟尼佛。

很多唐卡或画像中，都有这样的佛陀形象。《显密宝库》和《妙法宝库》前面，我也附有释迦牟尼佛的画像<sup>45</sup>。这是法王去印度时一位大德所赐，画得确实非常好，我回来之后就发心印在每本书上。本师释迦牟尼佛的像，只要看一眼，也能在阿赖耶上种下解脱善根，这个功德非常大。希望你们无论去哪里，都不离开释迦牟尼佛的像。我个人也是这样，出门时要么带一个小唐卡，要么带一个佛像。作为佛教徒，若对本师没有诚挚的信心，那根本不是佛教徒了。

---

<sup>44</sup> 愿诸众生永具安乐及安乐因；愿诸众生永离众苦及众苦因；愿诸众生永具无苦之乐、我心愉悦；愿诸众生远离贪嗔之心、住平等舍。

<sup>45</sup> 即本讲记内封中的佛像。

身为金色具足相随好，  
身著三衣金刚跏趺坐，  
右手压地手印妙舒展，  
左手等印持执甘露钵，  
宛如金山威严极耀眼，  
智慧光芒遍布虚空界。

紧接着观想：释迦牟尼佛的身色宛如纯金，具足三十二相、八十随好，身著三衣，金刚跏趺坐，右手以压地印<sup>46</sup>中指尖触地，左手以等印<sup>47</sup>持充满甘露的钵盂。整个身相犹如阳光照射到金山上一样璀璨耀眼，放射出万丈的智慧光芒，遍于清净与不清净的所有器世界。



八大菩萨十六罗汉等，  
如海圣众眷属皆围绕，  
仅念解脱有寂之二边，  
赐予殊胜吉祥之大乐，

<sup>46</sup> 压地印：又名触地印或降魔印，象征胜伏魔王波旬及其一切眷属。

<sup>47</sup> 等印：象征已证得光明无为法的菩提正等觉。

### 皈依处之总集大主尊。

观想在释迦牟尼佛的周围，有八大菩萨、十六阿罗汉及无数护法神、空行母等眷属围绕，他们都是智慧圣者，仅仅忆念也能解脱堕入寂灭与轮回二边，从而获得大乐智慧。所以，这样的释迦牟尼佛，是一切皈依处的总集。

释迦牟尼佛，其实与三世诸佛无二无别。尤其在末法时代，五浊横流，若没有释迦牟尼佛因地时发愿慈悲摄受浊世众生，我们在座愚蒙可怜的众生，到目前为止也无法见到佛法的光明。

释迦牟尼佛对我们的大恩大德，无法用语言来表达。正因为如此，法王如意宝当年传讲《白莲花论》时，常常老泪纵横、泣不成声，说佛陀为了我们众生布施过那么多次头目脑髓，作为一个后学者，如果不报答佛的恩德，甚至没有感恩之情，这是非常不合理的。因此，我们每个人在修道的过程中，一定要对佛陀和上师感恩戴德，否则就成了忘恩负义者！

如是观想佛陀身，结果马上想到佛真正安住在自前虚空中。

前面的观修方法非常简单，其实显宗也需要此种观想，这就是藏传佛教的特点。在其他传承中，这样的仪轨是很难得到的。

因诸佛之智慧身何时何地都无有远近故。观想佛于何处佛必定安住于彼处。

佛陀的智慧身没有远近之分。我们思念一个人

时，他在北京，我在上海，没办法一下子到对方面前。可是佛陀的智慧身无处不在，什么时候观想，什么时候就现前，如同只要地上有水器，月轮便可映现一样。无论你高贵也好、低贱也罢，富裕也好、贫穷也罢，是智者也好、愚者也罢，只要去观想，佛陀就出现在你前面。每个人都要有这种信心。

经中云：“何者作意佛，佛安住彼前，恒时赐加持，解脱一切罪。”

佛经中说：任何人观想佛陀、作意佛陀，佛陀就安住在他面前，恒时赐予有形无形的加持，令其从一切罪业中得以解脱。

观想佛陀，所积之资粮也不会耗尽，善根不会虚耗。

《佛陀众行经》云：“于导师佛陀虽作微小事，转种种善趣，后获菩提果。”缘佛陀哪怕做一点微不足道的善事，例如向空中撒一朵花，或者单手合十作礼，或者念诵一句佛号，这个功德永远也不会耗尽，从此生生世世转于善趣，不会堕入恶趣，逐渐获得无上胜妙的菩提果。

大家平时祈祷佛陀或者转绕佛塔，也不要看成是一件小事。当然，这种功德不一定立竿见影，马上就能看得出来。世间人让孩子读书，今天上学，明天不可能毕业，但对孩子来讲，读书好还是不读书好呢？肯定是读书好，这样才有成材的希望。同样，听受佛法也是如此，现在坐在这里听课，等一会儿下课后，

你不可能顿时变成另一个人，但听法的功德不可思议，只要在你相续中慢慢积累，修行就可以一步一步向上。有些人孤陋寡闻，对佛法一窍不通，认为学佛马上要有感觉，否则佛法没有殊胜的加持，这种想法完全不合理。

《华严经》中云：“闻见供养彼等佛，无量福德将增上，断诸烦恼轮回苦，此善中间不穷尽。”

听到佛号、咒语，或者见到佛像佛塔并对其供养，所获福德无量无边，依此可遣除烦恼与痛苦，乃至轮回未空之间，此善根也不会耗尽。于佛前起信心的功德不可思议，《贤劫经》中说：“虚空边可量，大海深可测，于佛起信心，功德实难诠。”这是一种假设句，就算无边无际的虚空可以衡量，深不可测的大海可以测尽，以佛陀作为对境而起信心、作祈祷，其功德无法用语言来诠表。

我经常都这样想，虽然自己修行不好，烦恼深重，很惭愧，也很难过。然而诚如麦彭仁波切所言，假如未值遇释迦牟尼佛的教法，可能一声佛号也听不到，始终处于黑暗当中，但今生依靠善知识的引导和自己的福分，修行虽然不好，可是遇到了佛法，每天可以见到佛像，多多少少念一些佛号，有很多积累功德的机会，得一个人身并不是没有意义，所以还是会生起欢喜心。

于佛前如何发愿也会如是实现。《宣说文殊刹土功德经》中云：“诸法依缘生，住于意乐上，何者发

何愿，将获如是果。”

《宣说文殊刹土功德经》讲得非常清楚，一切诸法本来不存在，是空性的，空性中依因缘生万法，因缘又住于我们的心（意乐）上，心善则一切善，心恶则一切恶，因此，在佛像等殊胜对境前发什么愿，结果也会实现什么果。比如，你发了生生世世度化无量众生的愿，将来就会实现这个愿；假如发愿来世要害众生，这种恶愿也会成真。因此，我们遇到僧众、佛法时，一定要发广大的善愿。对此中所说之理生起稳固定解。

以上将观想的对境及功德简单讲了一下。如果想获得大乘功德，需要通过七支供来集资净障，下面开始讲七支供。

首先是顶礼支：

再念诵：

大悲摄受具净浊世刹，  
尔后发下五百广大愿，  
赞如白莲闻名不退转，  
恭敬顶礼本师大悲尊。

释迦牟尼佛因地发了五百大愿，以大悲心摄受末法浊世的众生，这在《释尊广传》中也阐述过。这种誓愿宛如白莲花般纯洁无垢，诸佛纷纷赞叹，并宣说听闻释迦佛名号后不退转的功德。《大宝积经》中讲过，娑婆世界释迦牟尼佛的名号，若有众生听到，将于阿耨多罗三藐三菩提中不退转。记得有一个故事说，以前有一女仆，曾听闻过佛名。她后来被牦牛顶死，以听过佛号的功德，死后投生为一名叫珍珠之美



女，并且一生就获得了圣果。

所以，大家有机会的话，在临死的众生面前或者菜市场待宰旁生的耳边，应该多念释迦牟尼佛的名号。我们虽然无法令其当下解脱，但只要听到佛名，此众生将来定会获得不退转果位。同时，如果你家里有人不信佛教、反对佛教，在他们面前，不妨故意或无意念一些佛号，也让他们结上善缘。从某种角度讲，能闻到佛号，也算是大菩萨。《央掘摩罗经》云：“若闻释迦牟尼如来名号，虽未发心，已是菩萨。”有些众生表面上刚强难化，但他若有机缘听到释迦牟尼佛名号，也可以称为发心菩萨。

大家一定要明白这些道理，明白之后肯定会珍惜，就如同认识到如意宝的价值后，你才不会随随便便抛弃。所以，有智慧的人务必要懂得佛号的功德和加持。

## 第二是供养支：

自他三门善根及受用，  
观为普贤供云而奉献。

自己与他人身口意三门所造的过去、现在、未来之善根，以及一切受用、身体等等，以《华严经》中普贤云供的方式，供养释迦牟尼佛为主的三世诸佛。

供养释迦牟尼佛的功德非常非常大，《妙法莲华经》、《大悲经》等经典中有诸多教证。甚至我们在短暂的时间中供佛，功德也不可思议。《增一阿含经》云：“四事供养阎浮提一切众生，若有称佛名号，如构牛乳顷，功德过上，不可思议。”四事是指衣服、

饮食、卧具、医药，将这四种生活必需品供养南赡部洲的一切众生，此功德尚不如有人在挤牛奶的时间里念释迦牟尼佛名号的功德大。为什么呢？《金光明经》中说：“释迦牟尼佛是一切诸佛的总体，倘若供养释迦牟尼佛，实则为供养过去、现在、未来无量佛陀。<sup>48</sup>”因此，观想佛陀之后要顶礼，顶礼之后应进行供养。

### 第三是忏悔支：

无始以来所积一切罪，  
则以猛烈悔心分别忏。

我们无始以来漂泊于轮回的漫长岁月中，身口意所造的知道、不知道的各种罪业，如今以极其强烈的后悔心，发自内心地在诸佛菩萨面前一一忏悔。

### 第四是随喜支：

于诸圣者以及凡夫众，  
三时所积善根作随喜。

对于佛陀为主的圣者和凡夫在三时中所造的一切善根，我们都要随喜功德。这样之后，可获得不可思议的功德。

### 第五是请转法轮支：

祈请十方一切佛菩萨，  
恒转甚深广大之法轮。

我们诚心诚意地祈请十方诸佛菩萨及上师善知

---

<sup>48</sup> “供养于我释迦牟尼应正等觉，若供养我，则是供养过去未来现在百千俱胝那庾多佛。若能供养三世诸佛，则得无量不可思议功德之聚。”

识，永远住在众生界中恒转妙法轮。

有些上师因众生的行为不如法，显现上生起厌烦之心，我们应在上师面前请转法轮；十方佛陀因事业圆满，将示现转移所化刹土时，也要在他们面前请转法轮。这样做的功德非常大。

第六是请佛不入涅槃支：

汝如虚空般之智慧身，  
虽住三世无有迁变中，  
然于所化前示生灭相，  
恒时显现幻化之色身。

我们应该这样想：吾等本师释迦牟尼佛，您如虚空般的智慧身，虽然三世无迁变，没有真实的生住灭，但为了破除众生的常有执著，从而示现降生、涅槃等相。我们在此祈请十方诸佛菩萨，千万不要入涅槃。同时，住于十方的善知识要入涅槃时，在他们面前也要这样祈请。

第七是回向支：

我以三世所积之善根，  
愿利遍布虚空界有情，  
令释尊您恒时生欢喜，  
获得法王如来之果位。

我们三世所积累的一切善根，回向给尽法界虚空际的所有众生，使释迦牟尼佛为主的诸佛菩萨、上师善知识等圣者，生起极大欢喜心（因为众生欢喜，诸佛菩萨就会欢喜），时时垂念加持，以此功德和缘起，令三界众生无勤中获得正等觉佛陀的殊胜果位。

回向时就应该这样想：我所积的三世善根回向众

生，让他们暂时远离恶趣和世间的痛苦而得到人天福报，究竟断除一切烦恼障、所知障，现证圆满菩提果位。

下面是感恩偈：

无有怙主我等浊世众，  
蒙以悲心摄受之恩德，  
此刹此时一切三宝相，  
均是佛陀您之事业也。

我等没有依怙的浊世众生，蒙受释迦牟尼佛的大悲摄持，此恩此德昊天罔及。麦彭仁波切在《释尊广传》中说，若没有佛陀的摄持，我们仍将不断漂泊在轮回中，没有解脱的机会。因为浊世众生的烦恼特别炽盛，难以调化，贤劫其他佛都不敢摄受，只有释迦佛心力极强，当年发下五百大愿，至今一直摄受我们，我们一定要有感恩之心。

过一段时间，这里个别班要开讲《释迦牟尼佛广传》，我很高兴，希望你们能得到佛陀的加持。我本人虽不敢说有密宗的大成就，但对释迦牟尼佛的信心，可以说非常坚定、不会退转。尤其是上师讲过《释迦牟尼佛广传·白莲花论》，2002年我又把它翻译出来，大概有38万多字，在这个过程中，我对佛陀有了进一步的认识，生起了非常强烈的信心。这种信心是建立在理性基础上，并非人云亦云，我想它生生世世都不会退转。也希望在座的道友通过学习《释尊广传》，真正了解到佛陀的功德，一定要生起非常稳固的信心，始终对佛陀存有感恩之心，若能如此，你的善根永远不会退转。

在我们这个刹土中，阿弥陀佛、地藏菩萨等佛菩萨、经典与论典等法宝、大乘小乘等僧众，这一切三宝相均是释迦牟尼佛的事业，均是依释迦牟尼佛的功德而显现。法王和麦彭仁波切也讲过，我们祈祷任何一尊佛，其加持都不如释迦牟尼佛，因为他曾发愿摄持我们，所以对其祈祷的话，加持力尤为快速、强大。平时大家若遇到快乐，也应该想到是佛的加持；一旦遭受痛苦，也要想到是佛的加持，以此遣除自己的业障。在这个刹土中，一切三宝相都是释迦牟尼佛的事业，若没有他的发愿摄持，我们如今的听经闻法根本谈不上。

故于无等唯一胜依怙，  
虔诚信仰诚心而祈祷，  
莫忘昔日所发大誓愿，  
乃至菩提前以大悲摄。

我们满怀虔诚、一心一意祈祷无与伦比的怙主释迦牟尼佛。祈祷还是起很大作用，有些人认为祈祷和不祈祷都一样，心中有佛就可以。实际上这是不相同的。打个比方说，你跟人接触时，对方若比较和蔼，你就愿意跟他交流；如果他蛮横无理，那不愿意再聊下去。虽然佛陀没有这种贪嗔烦恼，但祈祷也是一种缘起，假如你对佛陀有恭敬心、信心，佛陀的加持会很快融入你相续，所以态度还是很重要。

我们祈祷时告诉佛陀：“您往昔在海尘婆罗门时发了广大誓愿，不舍浊世的可怜众生，请您千万不要忘记。乃至菩提果之间，我们都是您的所化众生，请您一定要以大悲心来摄持。”平时这样念的话，善根

不容易耗尽，《大悲经》也说：“一称佛名，以是善根，入涅槃界，不可穷尽。”

仪轨的大致内容讲完了，之后念名号和心咒：

以猛烈虔诚的信心观想释尊真正身相，一缘专注其身而尽力念诵：“顶礼、供养、皈依、本师、出有坏、善逝、真实圆满正等觉释迦牟尼佛。”

以恳切祈请之方式，尽力持诵《小般若经》中所说的陀罗尼咒：“达雅塔，唵牟尼牟尼玛哈牟尼耶索哈。”再尽力念诵“唵牟尼牟尼玛哈牟尼耶索哈”。

释迦牟尼佛心咒的功德，在下面会讲。我们平时念佛号、诵咒语时，应该想到佛陀因地时为众生如何发愿，这些经历要一幕一幕浮现在眼前；或者思维念一遍佛号的功德如何，念一遍佛号的利益如何；或者把心专注于所观想的释迦牟尼佛身相上，这样一边观想一边念诵。

总之，大家一定要修持《释尊仪轨》。我之所以把它归入上课前的念诵中，一方面是自己翻译了《释尊广传》，明白其殊胜性；另一方面，很多人在法王如意宝面前也发过愿，每天应该不断地念诵。就算其他善根做不了，哪怕一天念一遍这个仪轨，功德也是非常大。很多居士跟我说：“我上班特别特别忙，没有时间念很多经典，您可不可以指点一个功德最殊胜、非常简单的法？”我说：“那你念一遍《心经》、念一遍《释尊仪轨》吧！”“啊！《释尊仪轨》太长了，没有那么多时间。”其实这只需要五六分钟，一天若

连五六分钟都抽不出来，那我也没办法。你一天到晚忙着赚钱，但这又有什么意义呢？作为一个佛教徒，如果连《释尊仪轨》都不修，确实非常可惜！

**此等之时随念释尊的功德，以信心一缘专注其明显身相而诵一遍：**

“观想依靠持诵名号、念诵陀罗尼咒之缘，以本师之身中放射种种智慧大光芒，遣除我与一切众生之诸罪障，并如理生起大乘道功德而获得不退转果位。”

这一段，念佛号之前念诵也可以，在此处念诵也可以。

平时尽力精进念诵。座间时根据情况供曼荼罗，诵各种释尊赞。你有时间的话，在佛像前供曼荼罗，诵各种佛赞，如印度商羯罗主论师所造的《胜出天神赞》、善自在王所撰写的《如意藤树》、妥增珠杰所著的《殊胜赞》、马鸣菩萨所集的《三十四本生传》等等。现在有些人对赞叹佛陀不愿意，而毫无实义、增长贪嗔痴的歌，倒很愿意听、很愿意唱，这完全是业力现前。稍有福报的人，喜欢看一些佛赞，翻阅释尊的传记，了解佛陀因地的故事，这样一来，智慧、悲心会自然现前。若对有功德的实在没兴趣，而没有功德的却乐此不疲，这可以说是犯业障。

阅《大悲白莲经》、《广大游舞经》、各种《释尊传》、《如来一百零八种名号》等，尽力随意读诵经典，一切善根以回向无上菩提及发愿印持。总之，行住坐

卧一切时分都应当忆念本师。真正的上等修行人，行住坐卧诸威仪中会时时想着释迦牟尼佛。夜间也观想释尊之真实身体发光照耀诸方，如同极为晴朗之白昼时一般。晚上睡觉的时候，观想佛堂里的佛像发光照亮你所居住的地方，如同白天一样光芒万丈，于此境界中入眠。有些人睡觉时总做噩梦，有些人胡思乱想睡不着，如果把佛陀观在心间，或者观想佛像发出光芒照亮你的周围，于此境界中入睡，可遣除噩梦等，具足许多功德。

尤其是当我们死亡时，麦彭仁波切在《白莲花论》后面说：“若能入定于此种境界（止观等瑜伽修法）而安然离世，中阴迷乱等显现则不会现前，应能往生如来刹土。不具足上述境界之人，临死或中阴时，只要不忘忆念本师释迦牟尼佛，仅仅依此也能往生清净佛刹<sup>49</sup>。”原来我在翻译时，就被这句话打动了，因为我们末法时代的修行人，修很深的法而获得成就有一定的困难，但临死时只要想着释迦牟尼佛，专注于这一个念头，以此善根力，马上即可往生极乐世界，或者前往你所愿的清净刹土。《释迦牟尼佛广传》下册的最后有“日常观修佛陀法要”，接近结束的那一段文字里，有非常殊胜的窍诀，希望你们也看一下。

还有一点要了解的是，有些人以前经常接受这个灌顶、听那个修法，但对好多本尊的身相，没办法观

---

<sup>49</sup> 上师在《白莲花论》这句话的后面加了一段小字：“全知麦彭仁波切在此处以无比之大悲大智，为身值末法浊世之众生开显出一条解脱捷径。无论何种根基之人，只要能依此法门修持，临终之时则决定往生！特别是其最后所述之方便法门，稍有神志之耄耋老人亦可借此而摆脱轮回。若再要置尊者之悲心切切于不顾，不珍视到手之如意宝，仍一意弃明投暗，则何堪为人？何堪为人？请三思！”



想、修持。对此麦彭仁波切说：“释迦牟尼佛是一切寂猛浩瀚本尊的自体，只要修《释尊仪轨》，其他忿怒金刚、护法神、上师瑜伽等修法皆可包含其中。<sup>50</sup>”有些人也许会问：“那我以前发愿过的都不念，只念一个《释尊仪轨》可不可以呢？”如果你实在无法持诵，这样念也不会有缺漏的过失。

我就是这样，自己得的灌顶多，得的法也多，一会儿想修金刚橛，一会儿想修度母，一会儿想修大悲观音，还想修文殊菩萨、地藏王菩萨、阿弥陀佛等等，但一天都修也比较困难。我原来看到一个出家人，他的信心倒不错，每天修行时前面摆很多佛像，第一个念《观音菩萨仪轨》，就把观音菩萨放在这里，一直念“嗡玛呢叭美吽”；修完了以后，又把文殊菩萨的像摆在这里，开始念《文殊菩萨仪轨》；然后再修金刚橛，拿出金刚橛插在前面……每天要花很长时间这样做。

尽管此举也非常好，修很多本尊的功德很大，但将所有本尊的智慧身融入一体来修行，这是很重要的。我们修《释迦牟尼佛仪轨》时，可观想其本体是金刚上师，化为释迦牟尼佛的形象，诸佛菩萨全部与释迦牟尼佛融为一体，如此修持的功德最大。掌握修行的窍诀很有必要，不然的话，你每天修得特别多，但本尊与本尊之间就像“这是蒙古族、那是汉族”，他们不能混为一体，以特别强烈的执著完全分开，这

---

<sup>50</sup> 《白莲花论》云：“我们理应知晓：一切诸佛于法性平等性中可谓无二无别，释迦牟尼佛只是以不同身相显现种种不同本尊而已，从而成为我等浊世众生之怙主、皈依处。如果自认为自己修习之本尊与释迦牟尼佛乃为异体，并因之而舍弃释尊，如此‘专修’本尊绝难成就。”

不一定修得成。在智慧界中，诸佛菩萨均一味一体，只是依众生的信心而呈现不同形象，因此，以这种方式修持极为切要。

平时也随念释尊昔日如何发心的情形，勤随三世诸佛大菩萨事迹，要精勤地追随诸佛菩萨的事迹而利益众生，坚持珍宝菩提心之誓愿而行持菩萨行，尤其尽力勤修止观瑜伽，止观瑜伽的修法在《释尊广传》中有，如此将使所获得的暇满人身有意义。若修《释尊仪轨》，则获得人身非常有意义。

经中说仅以听闻我等本师之名号也逐渐于大菩提道中不退转。《小般若经》中说：“诸佛皆从此陀罗尼咒<sup>51</sup>中生，释迦佛亦依此陀罗尼咒之威力而成佛，观世音依此现前菩萨胜果，仅仅听闻此陀罗尼咒，也将无勤获得广大福德并清净一切业障。若修密咒（释迦牟尼佛心咒），则无有魔障而成就。”其余经典中也说，念诵一遍此陀罗尼咒可清净俱胝八万劫中所造的一切罪业等具无量功德利益，此乃释迦如来之殊胜心咒。平时你若实在没时间修《释尊仪轨》，也应该把这个咒语给众生耳边多念一下。对释尊如何生起信心及止观之修法，其他论典中有宣说。这在《释尊广传》中有宣说。

总而言之，大家一定要修《释尊仪轨》，不修的话，确实非常可惜。《释尊广传》的最后，麦彭仁波

---

<sup>51</sup> 即释迦牟尼佛心咒：“达雅塔 嗡牟尼牟尼玛哈牟尼耶索哈”或“嗡牟尼牟尼玛哈牟尼耶索哈”。

切也劝勉我们说：“不可思议福德源，如来加持力所现，释迦佛修法仪轨，诸具智者当勤修。”《释尊仪轨》是佛不可思议的福德和加持所显现，它是一切殊胜功德的来源，具有智慧和远见的人应精进修行。这是麦彭仁波切的期望，也是给我们的一种教言。因此，包括菩提学会的所有道友，平时能念藏文的，就念藏文；实在不能念藏文的，也可以按汉文念诵。缘佛陀的善根，乃至菩提果之间也不会耗尽，我们遇到佛法如意宝，可生生世世不堕三恶趣，理应有欢喜之心。若以追随释迦牟尼佛的清净心来念诵，不管你是什么样的人，这个功德都能获得。（如果你修密宗的甚深修法，对密宗的见修行果不了解，则不一定获得功德。可是这个教言，只要念诵都有功德。）

大家今后弘法利生的时候，应当着重弘扬释迦牟尼佛修法。不管是汉传佛教、藏传佛教，任何一个纯洁的教派，没有不承认释迦牟尼佛的。你身上佩带上师的像章，虽然从密宗角度来讲，对上师有信心非常好，但不一定别人也认可，而释迦牟尼佛，谁都认可，没有任何争议，故大家理当尽量弘扬。

原来一段时间内，我给大家发了释迦牟尼佛的像<sup>52</sup>，像小卡片一样，要求不能离开身体，《释尊仪轨》也要每天念诵，不知道你们有没有做到？我当时要求了很多，但人就是这样，过了一段时间，很多殊胜的教言就淡化了。希望通过这次传讲，祈祷释迦牟尼佛的人越来越多，依靠如此殊胜的仪轨，使众生对佛陀

---

<sup>52</sup> 菩提学会的道友，一般都有。那张卡片中，上师亲手写到：“寂寞的心，不要再迷惑；流浪的心，不要再漂泊……”

和佛法生起不可退转的信心。在此基础上，你修显宗密宗的任何法都轻而易举，否则对佛陀半信半疑，修再高深莫测的大法，也不一定有非常大的利益。

我们修这个仪轨时，首先要放下所有琐事，一心专注无与伦比的释迦牟尼佛之庄严身像，通过自己的祈祷与佛的加持因缘聚合，自相续绝对有所改变。以前刚强难化，对佛法不太信，出离心和菩提心也特别微薄，一旦佛的加持、上师的加持融入心，你的心态会与以前截然不同，此时修什么法都比较容易。反之，若没有得到佛陀加持，表面上念很多经典、做很多功德，也不一定非常相应。因此，从内心深处对佛陀生起诚挚的信心，我认为这是最重要的。

好！今天讲到这里。接下来，大家一起共修《释迦牟尼佛修法仪轨》……

༄༅། རྩུབ་ཚལ་བྱིན་རྒྱལ་སྐུ་ཤེར་མཛོད་བཞུགས་སོ། །

## 释迦佛修法仪轨

༄༅། ར་མོ་གུ་རུ་ཤུག་ལེ།

### 那莫革热夏迦牟尼耶

དེ་ཡང་མདོ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། འཆག་དང་འདུག་དང་འགྲུང་དང་ཉལ་བ་ན། མི་གང་ཐུབ་པའི་རྒྱ་བ་དྲན་བྱེད་པ། དེ་ཡི་མདུན་ན་ཉག་ཏུ་སྒྲོན་པ་བཞུགས། དེ་ནི་རྒྱ་ཆེན་མཛུ་འདའ་བར་འགྱུར། ཞེས་དང་། བྱམས་དག་ནི་གསེར་གྱི་མདོ་གཤམ་འདྲ་བས། འཛིན་ཉན་མགོན་པོ་ཀྱན་ནས་རབ་ཏུ་མཛེས། དེ་ཞེས་གང་གི་སེམས་འདུག་པ། རྩུབ་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་མཉམ་བཞག་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་མཚུངས་པ་མེད་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་རྒྱལ་སྐུ་དྲན་པའི་རྣལ་འབྱོར་དུ་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།

如《三摩地王经》云：“散步安坐站立卧，何人忆念能仁尊，本师恒时住彼前，彼者将获广大果。”又云：“身体宛若纯金色，世间怙主极庄严，何者之心专注此，菩萨彼者即入定。”随念我等无比本师释尊之修法，首先念诵皈依偈：

སངས་རྒྱལ་ཆོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ། །

桑吉秋当凑戒乔南拉

乃至菩提之间永皈依

བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་སྐྱབས་སུ་མཆེ། །

香切瓦德达讷嘉色切

一切殊胜佛法及僧众

བདག་གིས་སྒོམ་བསྐྱེད་བཀྲིས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །

达各滚逮吉毕索南吉

以我修行念诵之福德

འགྲོ་ལ་ཕན་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག །

珠拉盼谢桑吉哲巴修

为利众生愿成就佛果

ཚད་མེད་བསྐྱེད་པ་ཐོན་དུ་བཏང་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣལ་འར་བཞིན་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིད་

ལ་དྲན་པའི་དང་ནས། །

之后发心、修四无量心，意念诸法现而无自性之义中念诵：

ཨུཾ

阿

阿

སྐྱེ་མེད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་ཉན་འབྱུང་གི། །

吉美东巴涅当拙炯各

无生空性以及缘起性

རྣལ་བ་འགག་མེད་ཟུང་འཇུག་སྐྱེ་མའི་ཚུལ། །

囊瓦嘎美宗杰杰咪策

显现不灭双运幻化相

རང་མདུན་ནམ་མཁའ་མཚོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཚོའི་དབུས། །

让拖南卡秋珍嘉促魏

རེན་ཆེན་སང་ཁྱི་པད་ཉི་ཟླ་བའི་ཉེང་། །

仁钦桑彻班涅达为当

རྟོན་པ་མཚུངས་མེད་ལྷུ་སང་གེ་ནི། །

敦巴聪美夏迦桑给讷

གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ཅན། །

色戒斗坚灿当慧夏旦

ཆོས་གོས་གསུམ་གསོལ་རྩི་ཆེད་སྦྱེལ་ཀྱང་བཞུགས། །

秋故色瘦多吉杰忠叶

ཕྱག་གཡས་ས་གཞོན་ཕྱག་རྒྱ་ལེགས་བརྒྱངས་ཤིང་། །

夏意萨摩 (nun) 夏嘉乐江相

ཕྱག་གཡོན་མཉམ་བཞག་བདུད་ཆེད་སྦྱང་བཟེད་བསྐྱམས། །

夏云年压德贼轰则南

གསེར་གྱི་རི་རྩེར་གཟི་བཞིན་དཔལ་འབར་བ། །

色戒热达则杰花白瓦

ཡེ་ཤེས་འད་ཟེར་དྲ་བས་མཐའ་དབྱིངས་བྱབ། །

意西哦色扎魏卡扬恰

自前虚空如海供云中

观想宝狮座莲日月上

无等本师释迦牟尼佛

身为金色具足相随好

身着三衣金刚跏趺坐

右手压地手印妙舒展

左手等印持执甘露钵

宛如金山威严极耀眼

智慧光芒遍布虚空界

ཉེ་བའི་སྐས་བརྒྱད་གནས་བརྟན་བཅུ་དྲུག་སོགས། །

尼魏哲嘉内旦杰哲素

འཕགས་ཆོག་རྒྱ་མཚོའི་འཁོར་གྱིས་ཡོངས་བསྐོར་ཁིང་། །

啞湊嘉促扣吉勇够扬

དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྱིད་ཁྱིའི་མཐའ་གཉིས་ལས། །

沾巴匝吉哲意塔尼累

རྣམ་གྲོལ་བདེ་བ་མཚོག་གི་དཔལ་སྦྱེལ་བ། །

南珠逮瓦乔各花奏瓦

སྦྱབས་ཀྱང་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོར་གསལ། །

嘉根谛毕达涅钦波萨

八大菩萨十六罗汉等

如海圣众眷属皆围绕

仅念解脱有寂之二边

赐予殊胜吉祥之大乐

皈依处之总集大主尊

ཞེས་དེ་རྩེར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྦྱེལ་དམིགས་ཏེ། དེ་ན་དངོས་ལྷ་བཞུགས་ཡོད་སྐྱམ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་ཏུ། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་སྦྱེལ་ཕྱོགས་དང་དུས་གང་དུ་འད་ཉེ་རིང་མི་མངའ་བའི་ཕྱིར། གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་ཡོད་བྱེད་པ། ཁྱེད་ཀྱི་མདུན་ན་དེ་བཞུགས་ཏེ།

ཁྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒོ་བ་བྱེད་ཅིང་། ཉེས་པ་ཀུན་ལས་རྒྱལ་པར་གྲོལ། ཁྱེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱལ་བ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་ཚྭ་གས་བསགས་  
 པའང་མི་ཟད་པའི་དགེ་ཆ་རྒྱུད་མི་ཟ་བ་ཡིན་ཏེ། སལ་པོ་ཆེ་ལས། རྒྱལ་བ་དེ་དག་ཐོས་མཐོང་མཆོད་པ་བྱས་པས་ཀྱང་། མཆོད་མེད་པ་ཡི་  
 བསོད་ནམས་ལུང་པོ་འཕེལ་བར་འགྱུར། ཉོན་མོངས་འཁོར་བའི་སྤྱུག་བཟལ་མམས་ཅད་སྤང་འགྱུར་དུ། འདུས་བྱས་འདི་ནང་བར་མ་  
 དོར་ནི་ཟད་མི་འགྱུར། ཁྱེས་དང་། དེའི་མདུན་དུ་སྒྲོན་ལམ་ཇི་ལྟར་བཏབ་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་སྟེ། འཇམ་དཔལ་ཁོང་གི་ཡོན་  
 ཏན་བརྟན་པ་ལས། ཚས་རྒྱམས་མམས་ཅད་རྒྱུན་བཞིན་ཏེ། འདུན་པའི་ཆེ་ལ་རབ་དུ་གནས་ཁང་གིས་སྒྲོན་ལམ་ཅི་བཏབ་པ། དེ་འདྲའི་  
 འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཁྱེས་གསུངས་པའི་ཚུས་རྒྱམས་ལ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་བསྟེན་དེ། ༥ ༥

如是观想佛陀身，结果马上想到佛真正安住在自前虚空中，因诸佛之智慧身何时何地都无有远近故。观想佛于何处佛必定安住于彼处。经中云：“何者作意佛，佛安住彼前，恒时赐加持，解脱一切罪。”观想佛陀，所积之资粮也不会耗尽，善根不会虚耗。《华严经》中云：“闻见供养彼等佛，无量福德将增上，断诸烦恼轮回苦，此善中间不穷尽。”于佛前如何发愿也会如是实现。《宣说文殊刹土功德经》中云：“诸法依缘生，住于意乐上，何者发何愿，将获如是果。”对此中所说之理生起稳固定解。

再念诵：

སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོས་ཚྱོད་ལྷན་སྟེགས་མའི་ཁོང་། །

酿吉钦布奏旦涅槃味扬

大悲摄受具净浊世刹

བཟུང་ནས་སྒྲོན་ལམ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་བཏབ་། །

宗内门兰钦波鄂嘉达

尔后发下五百广大愿

བད་དཀར་རྩར་བཟུགས་མཆོན་ཐོས་བྱིར་མི་ལྷོག།

巴嘎达鄂灿吐谢莫到

赞如白莲闻名不退转

སྒྲོན་པ་བྱུགས་རྗེ་ཅན་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །

敦巴特吉坚拉夏擦漏

恭敬顶礼本师大悲尊

བདག་གཞན་སྒོ་གསུམ་དགེ་ཚོགས་ལོངས་སྟོན་བཅས། །

达烟够色给湊龙秀吉

自他三门善根及受用

ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་སྤྱིན་དུ་དམིགས་ནས་འབུལ། །

根桑秋毕珍德莫内本

观为普贤供云而奉献

ཐོག་མེད་ནས་བསགས་སྟེགས་རྒྱུད་མ་ལུས་པ། །

吐美内萨的冻玛力巴

无始以来所积一切罪

སྙིང་ནས་འགྱོད་པ་དཀ་པོས་སོ་སོར་བཤགས། །

酿内久巴扎布瘦素夏

则以猛烈悔心分别忏

འཕགས་དང་སོ་སོའི་སྟེ་པོའི་དགེ་བ་ནི། །

啲当瘦素吉悟给瓦讷

于诸圣者以及凡夫众

དུས་གསུམ་བསགས་ལ་རྗེས་སྤྱི་རང་ངོ་། །

谛色萨拉吉色叶让噢

ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ཆས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་ཚུལ།

则江嘉气秋戒扣路策

ཐྱོགས་བཅུར་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བསྐྱར་དུ་གསོལ།

笑杰坚莫恰白故德素

ཁྱོད་ནི་ནམ་མཁའ་རྩ་བུའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ།

秋纳南卡达魏意西各

དུས་གསུམ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་བཞུགས་མོད་ཀྱི།

谛色剖杰美白叶谋戒

གདུལ་བྱའི་ཕྱང་ངོར་སྒྲིའཇིག་ཚུལ་སྟོན་ཀྱང་།

德谢囊噢吉杰策敦江

སྤུལ་པའི་གཟུགས་སྒྲ་ཏྲག་ཏུ་ཕྱང་པར་མཛོད།

哲毕则各达德囊瓦湊

བདག་གིས་དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དག་ཆོགས་ཀྱིས།

达给谛色萨毕给湊吉

མཁའ་ཁྱབ་འགོ་བ་ཀུན་ལ་ཕན་སྤང་དུ།

卡恰珠瓦根拉盼拉德

ཆས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྟག་པར་མཉེས་བྱེད་ཅིང་།

秋戒嘉波达白尼雪江

ཆས་རྗེ་རྒྱལ་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག།

秋吉嘉魏够胖透白修

བདག་ཅག་སྟིགས་མའི་འགོ་བ་མགོན་མེད་ནམས།

达嘉涅槃珠瓦棍美南

ཐུགས་རྗེས་རྟག་པར་བབྱང་བའི་བཀའ་དྲིན་ལས།

特吉拉白宗魏刮珍累

ཁིང་དང་དུས་འདིར་རིན་ཆེན་ནམ་གསུམ་གྱི།

扬当谛的仁钦南色戒

ཕྱང་བ་ཇི་སྟེད་བྱེད་ཀྱི་ཕྱིན་ལས་ཉིད།

囊瓦杰尼器戒陈累涅

三时所积善根作随喜

祈请十方一切佛菩萨

恒转甚深广大之法轮

汝如虚空般之智慧身

虽住三世无有迁变中

然于所化前示生灭相

恒时显现幻化之色身

我以三世所积之善根

愿利遍布虚空界有情

令释尊您恒时生欢喜

获得法王如来之果位

无有怙主我等浊世众

蒙以悲心摄受之恩德

此刹此时一切三宝相

均是佛陀您之事业也



དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་མཆོག་མཚུངས་མེད་གཅིག་ཏུ་བྱ།

逮谢嘉乔聪美戒波热

故于无等唯一胜依怙

ཡིད་ཆེས་དང་པས་སྙིང་ནས་གསོལ་འདེབས་ན།

叶气达倍酿内瘦逮内

虔诚信仰诚心而祈祷

ཐོན་གྱི་དམ་བཅའ་ཆེན་པོ་མ་བསྐལ་བར།

温戒达嘉钦波玛尼瓦

莫忘昔日所发大誓愿

བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བྱགས་རྩིས་རྩིས་འཛོན་མཛོད།

相切瓦德特吉吉怎奏

乃至菩提前以大悲摄

ཅེས་ཡིད་ཆེས་གྱི་དང་པ་དག་པོས་སྙིན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་ཡོད་ལྷན་པས་སྐུ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་  
དམིགས་ན།

以猛烈虔诚的信心观想释尊真正身相，一缘专注其身而尽力念诵：

ཐ་མ་སྙིན་པ་བཅོམ་ལུན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་

喇嘛敦巴久旦谛 逮云 相 巴扎久巴

ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དཔལ་རྒྱལ་བ་ཤྲུག་ཐུབ་པ་ལ་

扬达白奏 毕 桑吉花 嘉瓦夏迦特巴拉

བྱག་འཛལ་ལོ། མཚན་དོ། སྐྱབས་སུ་མཆོད།

夏 擦 漏 秋 斗 加 色 切 恆

“顶礼、供养、皈依、本师、出有坏、善逝、真实圆满  
正等觉释迦牟尼佛。”

ཞེས་ཅི་འབྲུབ་དང་། བྱགས་རྒྱུད་བསྐུལ་བའི་ཚུལ་དུ་ཤེར་ཕྱིན་ཡིག་ཏུ་བྱང་ཆུབ་གསུངས་པའི་  
གཟུངས་ནི།

以恳切祈请之方式，尽力持诵《小般若经》中所说的陀罗尼咒：

ཏྭཊཱ། ཨྱ་ཐུ་ནེ་ཐུ་ནེ་མ་དུ་ཐུ་ན་ཡེ་སྐ་དུ།

达雅塔 喻牟尼牟尼玛哈牟尼耶索哈

ཞེས་ཅི་རིགས་དང་། ཨྱ་མན་ཆད་ཅི་འབྲུབ་ཏུ་བསྐྱེད།

再尽力念诵：喻牟尼牟尼玛哈牟尼耶索哈

འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་སྙིན་པའི་ཡོན་ཏན་རྩིས་སུ་དན་ཏེ་དང་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྐྱ་  
ཡི་གས་ལ་རྒྱང་ལ་དམིགས་ནས།

此等之时随念释尊的功德，以信心一缘专注其明显身相而诵一遍：

མཚན་བརྗོད་པ་དང་། གཞུངས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་སྟོན་པའི་

灿 久 巴 当 宗 逮 毕 近 吉 敦 毕

“观想依靠持诵名号、念诵陀罗尼咒

སྐུ་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་ཟེར་སྒྲ་ཚལ་པའི་སྤང་བ་ཆེན་པོས་བདག་དང་

各累意西戒哦 色那 湊 毕囊瓦钦 布 达 当

之缘以本师之身中放射种种智慧

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་བསལ་ཁོང་། ཐེག་པ་

彬(sei) 坚 塔 嘉 戒 哲 巴 塔 嘉 萨 扬 特巴

大光芒遣除我与一切众生之诸罪障，

ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་ཏེ་ཕྱིར་མི་ཐོག་པའི་

钦 布 兰 戒 云 旦 策 云 德 吉 逮 谢 莫 到 毕

并如理生起大乘道功德而获得

ས་འོན་པར་བསམས་ལ། །

萨 摩 白 萨 拉

不退转果位。”

དེ་ལྟར་ཅི་རུས་སུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཐུན་མཚམས་རྣམས་སུ་མཚུལ་སོགས་མཚོན་པ་དང་། ལུབ་བསྟོད་ཀྱི་རིགས་དང་། སྟོང་ཆེ་པར་  
དཀའ་། རྒྱ་ཆར་རོལ་བ། སྐྱེས་རབས་སྒྲ་ཚལ་སྤྱི་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཚན་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱད་པ་སོགས་མདོ་གང་འདོད་ཅི་རྩར་རུས་  
པར་བཟླས་དག་པའི་རྩ་བ་རྣམས་ཁྱེད་ཀྱི་ཆུབ་ཏུ་བཟོ་བ་དང་སྟོན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་གདབ་པར་བྱའོ། །སྤྱིར་འགྲོ་འཇགས་ཉལ་འདུག་གི་  
སྐབས་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པ་ཉིད་མ་བཟེང་པར་དཀར་པ་དང་། མཚན་མོ་ཡང་སྟོན་པ་དངོས་སུ་བཞུགས་པའི་སྐུ་ཡི་འོད་ཀྱིས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་  
ཉེན་མོ་ཤིན་ཏུ་དངས་པའི་དུས་ལྟར་སྤང་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་དང་དུ་གཉིད་ལོག་པར་བྱ། དུས་རྒྱུན་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་ཆེ་ལྟར་  
ཐུགས་བསྟོད་པའི་ཚུལ་ལས་བརྒྱམས་ཏེ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་  
ཆེས་སུ་གཞིལ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆའི་དམ་བཅའ་སྟོན་པ་མེད་པའི་དང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་བྱེད་དང་ཁྱད་  
པར་དུ་ཁྱེ་སྒྲག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཅི་རུས་སུ་བརྗོད་པས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་ཅན་དུ་འགྱུར་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཐོས་པ་ཙམ་ཞིག་  
གིས་རིམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལས་ཕྱིར་མི་ཐོག་པར་མདོ་ལས་གསུངས་ལ། གོང་དུ་བསྟན་པའི་གཞུངས་འདི་ལས་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་འབྱུང་ཁོང་། གཞུངས་འདི་རྟེན་པའི་མཐུས་ཤུགས་ཀྱིས་པོ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཤིང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
མཚོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། གཞུངས་འདི་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཚལ་མེད་པར་འཐོབ་ཅིང་ལས་ཀྱི་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་  
བྱང་བ་དང་། རྒྱགས་བསྐྱབ་པ་ན་བསུགས་མ་མཆིས་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཤེས་རབ་ཀྱི་མ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཡི་གེ་ཁྱད་ཏུ་ཞེས་པ་དེ་  
ཉིད་ལས་གསུངས་ཤིང་། བཀའ་གཞན་ལས་ཀྱང་གཞུངས་འདི་ལན་གཅིག་བསྐྱེད་པས་བསྐྱེད་པ་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱད་ཁྱེད་པར་དུ་བྱས་པའི་  
སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་བར་འགྱུར་བ་སོགས་པམན་ཡོན་ཚད་མེད་པ་དང་ཐུན་ཁོང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུགས་ལུགས་པའི་སྟོང་པོ་དམ་པ་  
ཉིད་དུ་གསུངས་སོ། །དང་པ་བསྟོད་པ་དང་ཁྱེ་སྒྲག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་ཅི་རྩར་བརྗོད་པའི་ཚུལ་ལྟར་དུ་བཤད་པར་བྱའོ། །

平时尽力精进念诵。座间时根据情况供曼荼罗，诵各种释尊赞，阅《大悲白莲经》、《广大游舞经》、各种《释尊传》、《如来一百零八种名号》等，尽力随意读诵经典，一切善根以回向无上菩提及发愿印持。总之，行住坐卧一切时分都应当忆念本师，夜间也观想释尊之真实身体发光照耀诸方如同极为晴朗之白昼时一般，于此境

界中入眠。平时也随念释尊昔日如何发心的情形，勤随三世诸佛大菩萨事迹，坚持珍宝菩提心之誓愿而行持菩萨行，尤其尽力勤修止观瑜伽，如此将使所获得的暇满人身有意义。经中说仅以听闻我等本师之名号，也逐渐于大菩提道中不退转。《小般若经》中说：“诸佛皆从此陀罗尼咒中生，释迦佛亦依此陀罗尼咒之威力而成佛，观世音依此现前菩萨胜果，仅仅听闻此陀罗尼咒也将无勤获得广大福德并清净一切业障。若修密咒，则无有魔障而成就。” 其余经典中也说，念诵一遍此陀罗尼咒可清净俱胝八万劫中所造的一切罪业等具无量功德利益，此乃释迦如来之殊胜心咒。对释尊如何生起信心及止观之修法其它论典中有宣说。（即于《释尊广传·白莲花论》中有宣说）

ཞེས་པ་འདི་ནི་བསྐུལ་གསུམ་ནོར་བུའི་མཛོད་མངའ་དཔོན་ཨོ་ཁྱཱ་བསྟན་འཛིན་ནོར་བུ་ནས་བཟུ་ཤིས་པའི་ལྷ་རྩལ་དང་བཅས་ཏེ་ནན་  
ཏན་དུ་བསྐྱུལ་པ་ཡིད་ལ་འཇགས་པའི་སྟེང་དུ་ཉེ་ཆར་ཡང་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ནས་སྐུལ་བའི་སྟེ་འཛིགས་མེད་པར་བདེ་ཆེན་ལ་སྟན་  
ཏེ། རིན་ཆེན་དང་པོ་སྟགས་བཟུ་ཤིས་པའི་ལྷ་རྩལ་གྱི་སྟེས་དང་བཅས་སྟུར་དུ་གྲུབ་པར་གྱིས་ཞེས་དམ་པ་རྩུང་གི་བཀའ་བསྐྱུལ་བ་ལ་  
བརྟན་ནས། སྟན་པ་མཆོག་ལ་མི་བྱེད་པའི་དང་དཔ་ཐོབ་ཅིང་། དུས་མཐར་ཆོས་སྟོབས་པའི་མིང་ཙམ་འཛིན་པ། ཡུལ་འཛིན་འཇུག་མི་པམ་  
འཇམ་དབྱེད་ཀྱི་མཛོད་། རྒྱ་རྩེ་འཕན་ཕྱག་གི་རི་ཞོལ་ཕུན་ཆོགས་ནོར་བུའི་སྟེང་དུ། ཀྱན་ཐུན་ལྷགས་བྱི་གསར་ཆོས་ཆོ་འཕུལ་ཆེན་  
པོའི་ཡར་ཆོས་བརྒྱད་ལ་གྲུབ་པར་བཞུགས་པ་འདིས་ཀྱང་བསྟན་འཛིན་ལ་ཕན་པ་རྒྱུད་དུ་བྱུང་བ་ཁྱཱ་མི་འཆད་པར་བྱེད་པ་དང་། ཚུལ་  
འདི་མཐོང་ཐོས་དྲན་རིག་གི་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྟན་པ་བྱུང་བའི་དབང་པོའི་བྱིན་རྒྱལ་མཚན་པ་མེད་པ་མཛོད་དུ་འཇུག་པར་  
གྱུར་ཅིག །མཛྲ་ལྟ། །

此修法仪轨是具三学宝藏之文邬金丹增诺吾供养吉祥哈达恳切劝请，我也铭记于心。最近文仁波切又委托晋美班玛德钦活佛，其以纯金、吉祥哈达等供品请求速疾完成此修法仪轨。应此二位大德劝请，于殊胜本师有不退信心、浊世名相说法者、释迦世尊之弟子麦彭嘉扬嘉措，铁鼠年神变月初八于石渠多吉攀修神山附近圆满宝珠寺院造毕。愿依此不断弘法利生，令见闻念触此仪轨之一切众生相续中真正获得本师佛之无量加持。愿吉祥！

བདེ་བར་གཤེགས་པ་བྱེད་སྟེ་འདྲ་དང་། །

得 (dei) 瓦谢巴切革杰札当

善逝如来汝之身

འཁོར་དང་སྟེ་ཆེའི་ཆད་དང་ཞིང་ཁམས་དང་། །

扣当革才擦当扬卡当

眷属寿命与刹土

བྱེད་ཀྱི་མཆོན་མཆོག་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བ། །

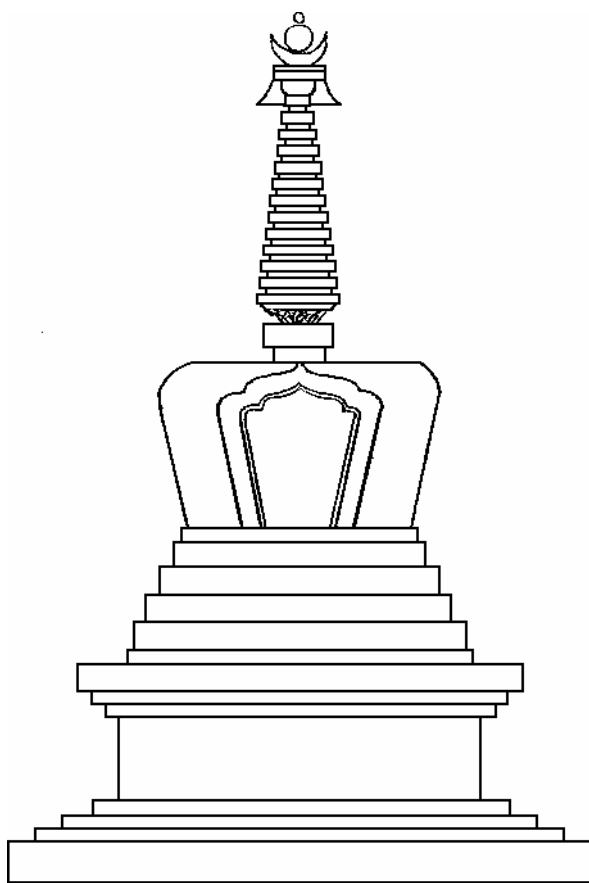
切戒参乔桑波杰札瓦

殊胜妙相等功德

དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སྟགས་འཁྱུར་བར་ཤོག །

得 (dei) 札扣那达瘦杰瓦秀

唯愿我等成如是



菩提塔