前行广释之一闻法方式

Contents

[第一节课 1](#_Toc494808496)

[第二节课 18](#_Toc494808497)

[第三节课 35](#_Toc494808498)

[第四节课 46](#_Toc494808499)

[第五节课 61](#_Toc494808500)

[第六节课 76](#_Toc494808501)

[第七节课 89](#_Toc494808502)

[第八节课 103](#_Toc494808503)

[第九节课 119](#_Toc494808504)

[第十节课 136](#_Toc494808505)

[第十一节课 148](#_Toc494808506)

[第十二节课 161](#_Toc494808507)

[第十三节课 174](#_Toc494808508)

# 第一节课

思考题

1、你对《大圆满前行》有哪些认识？堪布仁波切在课前提的两点要求，你自己能否做到？

2、解释题目：大圆满龙钦宁提前行引导文·普贤上师言教

3、当今时代，很多人不修前行就直奔大法，对此现象你有什么看法？修持前行，对一个修行人来讲有何必要？请谈谈你自己的感想。

4、华智仁波切在造论之初，为什么写那么多顶礼句？你从中学到了什么？

5、请详细解释什么叫“三大传承”？为什么要了解这些？你平时是如何祈祷传承上师的？

祈祷本师释迦牟尼佛：

酿吉钦布奏旦涅咪扬 大悲摄受具诤浊世刹

宗内门兰钦波鄂嘉达 尔后发下五百广大愿

巴嘎达鄂灿吐谢莫到 赞如白莲闻名不退转

敦巴特吉坚拉夏擦漏 恭敬顶礼本师大悲尊

祈祷遍智无垢光尊者：

刚热托嘎仁钦年布格 托嘎雪山宝藏颈

云丹根作嘎威杰察德 圆诸功德喜乐园

多尼酿波威比纳玖瓦 二义精藏瑜伽士

龙钦饶将桑波所瓦得 祈祷龙钦绕降贤

祈祷全知麦彭仁波切：

玛威桑给钦热酿拉夏 心显文殊师利智

根德桑布门蓝纳巴央 勤学普贤行愿义

这吉嘉威春蕾怎匝巴 持佛佛子事业者

将央拉弥雅拉所瓦得 祈祷文殊上师足

祈祷上师法王如意宝：

涅庆日俄再爱香克思 自大圣境五台山

加华头吉新拉意拉闷 文殊加持入心间

晋美彭措夏拉所瓦得 祈祷晋美彭措足

共机多巴破瓦新吉罗 证悟意传求加持

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

从今天开始，我们共同学习藏传佛教的殊胜教言——《大圆满龙钦宁提前行引导文·普贤上师言教》。

各位应该明白，这个法在藏传佛教中极为殊胜，它汇集了各大传承上师的教言，犹如装满宝藏的仓库般，只要一开启，每个人均能各取所需，得到与自己相应的调伏烦恼之法。所以，大家有幸学习这么好的论典，应该是自己的一种福报。当然，每个人的想法不相同，我是这么认为的，不知道你们会不会这样想。

我这次讲《前行》有两个要求：一、希望大家在学习期间善始善终、圆满传承，明白《大圆满前行》从头到尾到底讲了什么，每个词句的含义是什么，它所表达的意义自己能否做到……这些方面详详细细去思维。二、要修持《大圆满前行》，不能只是文字上听了、意义上懂了，更需要在实际行动中，把它的内容贯穿于心，通过修共同加行和不共加行来调伏自己，让自己的相续得以转变，变成一个真真正正的修行人。

所以，听这个法的过程中，希望你们发大心、发大愿，克服一切困难。极个别学员在听受时，可能身体不好了、心情不好了、有种种琐事缠身，但只要你的心很坚强，一定会超越一切障碍。学习的时候，若能时时祈祷三根本[[1]](#footnote-1)及三宝：“请赐予我加持，愿我学这个法传承圆满，自相续与法完全相应，与往昔持明传承上师的智慧成为无二无别！”始终以这种虔诚心祈请一切出世间圣者，他们智慧的光芒定会照射到你信心的白莲上，令其超越一切违缘而绽放，并散发出开显解脱的芳香。

宣讲正式内容之前，按照藏传佛教的传统，论前有许多顶礼传承上师的偈颂，字面上稍微有一点难懂，但这与获得传承加持、传承证悟有非常大的关系，故而不可轻易忽视。

同时，我还要强调一点，大家在听受《前行》时，思想一定要开放，不要认为“这是藏传佛教的法，我们汉传佛教的没必要学”，或者“这是宁玛派的法，其他教派的人不用学”。这种观念非常狭窄，是目光短浅的表现。当今世界各国都在以开放的心胸，彼此取长补短、互通有无，如此才有进步的机会。我们佛教各宗若闭门造车、画地为牢，实为不智之举。从历代传承上师的传记中看，很多上师对各大教派的法义均能融会贯通。例如麦彭仁波切的上师蒋扬钦则旺波，他既是宁玛派的也是萨迦派的，一生中接受了藏传佛教的各派传承，被公认为“七大教派之传承祖师”。包括我们法王如意宝，对萨迦派、格鲁派、噶举派、宁玛派的教法，也都闻思过、修行过。所以，各宗派的教义是互不相违的，对此大家务必要注意！

法王如意宝之序言：

《大圆满前行》译成汉文之后，法王专门为其写过一个“序”。他老人家在序言中说，此《前行》涵盖了藏传四大教派的修法引导文——萨迦派的《三显三续引导文》、格鲁派的《菩提道次第广论》和《密宗道次第广论》、噶举派的《解脱庄严论》、宁玛派的《大圆满心性休息大车疏》，这些道次第的内容皆可归摄于此。不仅如此，广弘于汉地的显宗各派，如以《弥陀经》为主的净土宗、《华严经》为主的华严宗、《金刚经》为主的禅宗、《法华经》为主的天台宗，其教义也包含在这里面。

现如今，《大圆满前行》的影响遍布全世界，尼泊尔、印度、锡金、不丹以及美国、加拿大等地各教派的弟子都在学习，无数人通过修持它，得到了非常大的加持和利益。对于这一部法，各大教派的上师过去一直在传授，现在也在极力弘扬，未来仍会继续这样，所以，有些人不必担心学了以后有不良影响。就拿我们五明佛学院来说，各教派的四众弟子都在不断地学修《前行》。对一个佛教徒而言，最初发菩提心、中间积累福慧二资、最后现前色身和法身，这方面任何教派都没有什么差别，所有纯洁清净的教法在究竟观点上是圆融的。因此，大家当以非常虔诚的信心接受这部法，不要认为“学习这部论典，只是把别人的法学一学，实际上这样的修持对我没有必要”，这种说法和想法是不合理的。

题目：大圆满龙钦宁提前行引导文

大圆满：是藏传佛教中至高无上的法。谁能通达轮涅所摄的万法摄于自己心中，光明的心与空性的心无二无别，谁就证悟了大圆满。在其他教派中，这种大圆满的境界又称为“明心见性”、“无二智慧”、“大手印”等等。

龙钦宁提[[2]](#footnote-2)：传承历史上，大圆满的分类特别多，概括而言，有布玛心滴、空行心滴、龙钦心滴。其中的龙钦心滴，是将布玛莫扎的《布玛心滴》、莲花生大士的《空行心滴》归纳起来的甚深窍诀。因此，本论摄集《四心滴》[[3]](#footnote-3)、《七宝藏》[[4]](#footnote-4)的一切精要，是藏传佛教真正的如意宝。（当然，很多人可能以前没学过，讲太多了也没有必要。但对我个人而言，闻思了这么多年，一半时间都花在密宗上，对密宗的信心、欢喜心，确实难以用语言表达。）

前行：修任何一个法，无论是显宗、密宗哪个教派，只要你想得到成就，首先必须具备最初的前导，否则，不会有趋入正行的资格。

引导文：就像去往某地需要向导一样，我们要想修持前行法门，则需依靠本论文字作指引。通过学习它的词句和内容，能明白很多以前不明白的道理，找到真正的解脱方向。

《大圆满前行》的传播范围非常广，不但在藏地家喻户晓、人尽皆知，就连汉地很多人，对它的信心也特别大，我想这就是作者和传承上师的加持。我们学佛法一定要讲“加持”，如果不讲加持、不讲信心，那就是世间的学术研究，充其量只是理论上懂得而已，但内心中根本无法改变。

我一直认为《大圆满前行》的加持非常不可思议。比如我翻译了二十多本书，其中《大圆满前行》请得最快，每次做一两万本，几天就一扫而光了，又开始做，又请光了……这几年来汉文版一直都是这样。至于它的英文版，1990年由莲花光中心[[5]](#footnote-5)翻译完成，听说在国外销售得也非常快。可见，这部法确有不共的加持。

同时，它的内容是华智仁波切以殊胜智慧立成的文字，无论是汉族人、藏族人看了，都能得到不可估量的利益。我曾经在金旺堪布座下听过很多法，他讲《大圆满前行》时就说过：“且不论《大圆满前行》的所有法句，哪怕是短短一页内容，无论是依止上师、轮回痛苦，看起来虽是普普通通的语言，但其法义的加持不可思议，看后定会融入你的心，令你的相续迅速转变。”所以，大家一定要把这个法听圆满，千万不要半途而废，听完之后务必要思维，思维之后务必要修行。

法王如意宝的一位上师叫喇嘛罗珠，他是意科喇嘛的弟子，一辈子最注重的就是让大家修加行。所谓的修加行，并不仅仅指五十万加行，法王说过，五十万加行简单得很，短时间内就可以完成，而最重要的应该是修共同四加行，这个修法不是一两天、一两个月、一两年的事情，而要将其视为终生最重要的功课，只有这样，自己的相续才会改变。正是鉴于此，喇嘛罗珠和法王如意宝传承下的老弟子，在任何违缘和障碍面前，都不会随随便便地改变。

然而现在有些上师，传法时直接就讲非常深奥的大圆满正行，通过直指让弟子体悟心性。虽然依靠上师的加持，有些弟子当时感觉不错，似乎通达了密法或禅宗的最高境界，但由于没有稳固的前行基础，尤其是缺乏共同加行中的看破今世，以至于处处贪图暂时的名闻利养，这样下来，修行绝不会长久，最后有些出家人还俗了，有些居士生邪见了，很容易误入歧途。有些人上半生修行非常好，但因为没有打好前行基础，到了下半生，很可能对佛法生起邪见，自己尚且无法解脱，更不要说以大悲心去利益众生了。反之，若一开始就把人身难得、寿命无常等修得非常圆满，那么上上的功德——对三宝的信心、利益众生的菩提心、积累资粮、忏悔业障等，自然而然可以显现出来。

我们长期在法王如意宝前听法的老弟子，一方面自己修行很惭愧，但另一方面，可以骄傲地说，许多人有比较扎实的基础，今后一个个必定会获得不共的特殊修证。当然，修证的境界越高，越不会说“我今天看见什么”、“我现在证悟了什么”，把大圆满顿超或直断的境界轻易显露出来。通常他们会表现得很谦虚，说自己只不过修了一点加行、观了一点无常，但实际上他们内心的修证深不可测，不但打好了加行的基础，正行的境界也全部证得了。

因此，修持正行之前，很多上师十分注重让弟子修加行，甚至不惜以各种方式进行调化。昔日意科喇嘛就是如此，对不重视加行、修不好加行的弟子，他会施以极为严厉的批评。凡是受过他批评的弟子，据说后来都有不同成就——毕竟若没有一定的根器，他老人家也不太管，特别严厉地批评过很多次的人，可以遣除其违缘，最终证悟境界比较高。我依止上师的过程中，法王如意宝虽然不会经常批评，但在修加行或发心的过程中，上师偶尔也有这种示现。后来可以看出，诚如《事师五十颂讲义》中所言，这确实是一种不共加持。甚至上师离开人间以后，在梦境等其他境界中，有时候也会批评或者以不欢喜的姿态调伏弟子，这些都是上师的加持以不同方式融入自己的心。

前行基础对每个人都非常重要，但有些上师显现上不是特别重视。其实，除了个别利根者依靠上师加持可速得成就以外，对大多数人来讲，还是需要修前行。法王如意宝的弟子那么多，弘法利生的能力如是强，却不会让世人产生邪见、毁谤，究其原因，就是因为上师合格的传承弟子很谦虚，不会到处宣扬自己证悟了、能看到他人的前世后世。而这一切如法的言行举止，归根结底来源于前行的修持。

对我自己来讲，一生的转变就是依靠这部《前行》，你们很多人可能也是同样。这次共同学习时，每个人的收获肯定不同，但应该要把握大致方向：一方面以闻思通达逐字逐句的内容，一方面要以虔诚的信心祈祷本传上师。一旦各方面因缘成熟，纵然你是普通的凡夫人，也可以证悟最高深的究竟境界。当然我讲得不太好，只是起个抛砖引玉的作用，但以前讲过好几次，很多老道友对里面的词句比较熟悉，假如有不懂的地方，可以互相提问、探讨。

又名：普贤上师言教

普贤上师：华智仁波切对自己的根本上师如来芽尊者有极大信心，认为上师与普贤王如来无二无别。

言教：此引导文是依如来芽尊者口传教言，不增不减记录下来并汇集成文，是前行教言的一个备忘录。华智仁波切在结文中也说，他把上师言教不折不扣地记了下来，对此当时健在的金刚道友可以作证[[6]](#footnote-6)。其实在我们后人眼里，就算华智仁波切加自己的语言，也跟如来芽尊者没什么差别，他们二位是真正的大成就者，而且在藏地，华智仁波切的名气比如来芽尊者还大。但华智仁波切很谦虚地说，他对上师言教一个字也舍不得忘，一定要把它全部记录下来，以令后人真正与上师相应。

对我们宁提派而言，要想获得证悟，根本不必费心钻研经教，或者依靠其他苦行，只要将传承上师的加持与自己的祈祷相结合，就可以轻而易举地开悟。大多数修行人一边念《龙钦宁提前行仪轨》[[7]](#footnote-7)一边修加行，通过这种方式即能得以开悟。而按照法王如意宝的传统，则是一边念《开显解脱道》一边修加行，这样便可认识心的本性。所以，你们用不着天天背论典、学因明，只要好好地修加行，舒舒服服地坐在那里，一下子就豁然开悟了——开玩笑，“闻思班”快失去信心了，你们要闻思啊！

作者：华智仁波切

华智仁波切的传记，附在了《前行》前面。他是寂天菩萨、观世音菩萨、夏瓦热大成就者三者无二无别的化身，是一位有修证、有智慧、有慈悲的传承上师。他一生中《入行论》与《真实名经》始终未离身，通过《入行论》来弘扬显宗，通过宁提教法来弘扬密宗。他的生平介绍在历史上比较广，我在这里不赘述。

敬礼一切三根本！

这是译礼。是译者在翻译之初，为了遣除一切违缘、增上一切顺缘而作的顶礼句。

《大圆满前行》的汉文译本比较多。最早是郭元兴居士的译本，我依之在学院讲过一次。不过它文字比较古，接近于文言文，我们后人读起来有点似懂非懂。

随后，贡嘎上师的一位弟子根桑慈诚，也把本文的大概要义作过翻译，并整理成《大圆满心滴前行》。1987年，我为部分道友传授过一次，但里面的内容不太齐全，只有“共同前行”

与“不共前行”的大体叙述。

之后，由于因缘成熟，1999年我把《大圆满前行引导文》译出来了。后来，也有些人以种种方式“翻译”过这部论典[[8]](#footnote-8)。但不管怎么样，依靠三根本的加持，我翻译的过程顺利圆满，没有出现任何违缘。

顶礼一切具无缘大悲之至尊上师！

这是总顶礼。华智仁波切在造论之初，先顶礼所有的上师。

这些上师具足通达一切万法的智慧与利益一切众生的大悲，而智慧与大悲又是一切功德之根本，所以，这些上师该有的功德都具有了，作者在他们足下恭敬顶礼。

或者说，“无缘大悲”代表观世音菩萨，这些上师与观世音菩萨无二无别，作者对他们恭敬作礼。

以下的颂词，先是依次顶礼三大传承上师、无垢光尊者、智悲光尊者、如来芽尊者；之后宣讲全论概要；最后是立誓句。

（一）顶礼三大传承上师：

如来密意持明表示传，补特伽罗人中成善缘，

循胜士迹究竟二利者，三大传承上师前敬礼。

**如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳传这三大传承的上师，在人间具有殊胜的善缘，他们跟上了前辈大德的足迹，同时究竟了自利和他利两大事业。在三大传承上师面前，作者毕恭毕敬地顶礼。**

所谓的“三大传承”，即是如来密意传、持明表示传、补特伽罗耳传。

如来密意传：佛陀以无言语、无表示的方式传授诸法，使如海眷属现前了实相密意，断证功德与本师成为无别。就像密宗各大历史书中所说的一样，大圆满的十二大本师（最后是释迦牟尼佛、嘎绕多吉）对眷属进行意传加持，最终令其完全开悟。这种传承在显宗中也有，比如在佛陀时代，佛陀相续中的戒体，极个别特殊弟子自然而然得到，这也是佛陀以意智慧而传授的。如来密意传的佛陀亦是传承上师之一，倘若没有这个最初的传承，我们在释迦牟尼佛前顶礼无法安立。现在有些人认为密宗传承比较特殊，其实也并不特殊，普贤王如来与释迦牟尼佛全部都在密宗的传承上师里面。

持明表示传：持明上师不通过语言、文字来传法，仅仅以身体的表示，比如直指虚空等，就能使弟子证悟法性，上师的境界全部融入弟子心中。禅宗的表达方式[[9]](#footnote-9)类似于此。这一传承的上师几乎都在印度，依次是：嘎绕多吉（喜金刚）——蒋华西宁（文殊友）——西日桑哈——嘉纳思札——莲花生大士、布玛莫扎。

补特伽罗耳传：莲花生大士来到藏地之后，依靠语言、文字来口耳相传[[10]](#footnote-10)，令弟子领受法义，依此实修而成就。这是从莲花生大士传给空行益西措嘉、国王赤松德赞开始，之后一直传到酿万登珍桑波——列单荡玛宁吉降村——杰珍桑给旺修——嘉瓦扬敦——……——革玛燃匝——无垢光尊者——智悲光尊者——如来芽尊者——华智仁波切——麦彭仁波切——堪布根华——托嘎如意宝——大恩上师晋美彭措。如此一脉相传，与汉地净土宗一代代的传授方式比较相似，但也有不同之处。

关于这三大传承，许多人可能没有听过，但对我而言，在上师面前听过很多次了。如今我们很多法的传承非常圆满，尤其是《大圆满前行》，是上师临圆寂前传得最完整的两部法之一[[11]](#footnote-11)，相信很多道友都有圆满传承，希望你们把这些教言铭记于心。

以前如来芽尊者曾说：“除了我之外，我以上的传承上师全部都是佛和菩萨的真实化现。”法王如意宝讲《前行》时也说过：“除了我之外，我以上的传承上师都是住于持明果位的大成就者。”尽管这些是自谦之词，但也足以体现这个法的殊胜性。现在这个法传到了我们这里，大家务必要重视——这方面我本想说很多话，但今天不多说了。

希望大家对三大传承的上师始终要有信心，没有信心的话，开悟根本谈不上。有些年轻人对佛法的信心比较缺乏，理论上让他讲的话，讲得非常好听，就像高级教授讲课一样，可内心中没有对上师三宝的信心，也没有对众生的悲心、对整个轮回的出离心，这样的话，即使讲得再漂亮，临死时也不一定起作用，只不过是种下解脱种子而已。

所以，学习佛法不但要有理解法义的智慧，更要有对传承上师的信心。如果你看上师传记时，始终热泪盈眶，对上师有无比的感恩之情，很多时候感激得流眼泪，那说明法的加持入于你心中，这样继续下去有一定希望。相反，如果上师的传记、传承上师的事迹在你耳边听了一两百遍，仍是一点感觉都没有，那你的修行前景堪忧。我们学习佛法，改变自己的心很重要。以前你在社会上混的时候，行为特别乱，而现在通过上师加持，心入了法，改头换面是非常需要的。

当然，饮水思源，我们一切的改变和证悟，其加持的来源无非包括在三大传承中，因此，对三大传承上师一定要以虔诚信心恭敬顶礼。最近很多人每天都在磕头，磕头时应该把上师观为三大传承上师的总集来顶礼。同时也要想到：“传承上师给我们传下如此珍贵的法宝，真的非常感激。科学家发明一件只利于今生的东西，后人在使用的过程中，常会随念他们恩德，而传承上师给我们带来的利益，不仅是今生的快乐，而且是生生世世的快乐，有远见、有智慧的人更要有强烈的感恩之心！”

（二）顶礼无垢光尊者（龙钦巴）：

法性界中证法身密意，光明界中见报身刹土，

所化者前现化身利众，遍知法王尊者前敬礼。

**全知无垢光尊者，是藏传佛教中无与伦比、特别伟大的一位上师，此处以法、报、化三身分别赞叹：从法身的角度，在无可言表的法性界中，他早已证悟了诸法不生不灭的法界密意；从报身的角度，在显现的光明界中，他现见了具有五决定[[12]](#footnote-12)的圆满报身刹土；从化身的角度，在所化众生面前，他示现普通出家人形象，通过闻思修、讲辩著的方式度化无量有情。在这样三身具足的全知法王龙钦巴面前，作者以三门恭敬顶礼。**

我们作为后学者，对全知无垢光尊者也要恭敬顶礼，他对整个藏传佛教的贡献不可磨灭，对所有众生的利益无法估量，他被称为“法王”当之无愧。不像现在的世间上，这个也是法王、那个也是法王，明明没有任何修证，也没有利益众生的殊胜功德，只靠发一些宣传品、搞各种关系，就给自己冠以法王之名，这样没有什么意义。而全知无垢光尊者，他所有的传承弟子，无论是藏族人、汉族人，只要虔心祈祷他，都可以得到一分成就、一分修证，这是很多人亲身体会到的。

无垢光尊者的生平事迹，我以前翻译过他的传记[[13]](#footnote-13)，他的功德跟一般上师完全不同。然而，如今有些人对自己的介绍添枝加叶、大肆杜撰，我就看过一个人的传记，里面的内容远远超过无垢光尊者。其实，现在有些人跟古代大成就者相比，真的没办法用语言来说。就像汉地净土宗祖师或者六祖惠能大师，他们的贡献跟现在一个人比起来如何，大家心里非常清楚。具有加持、具有修证的传承上师，对整个佛法的传播、度化众生的事业有极其超胜之处，我们后人想用语言文字表达内心的感受，根本没办法形容出来。

例如，无垢光尊者所造的《大圆满心性休息大车疏》，华智仁波切非常赞叹，这部论典可以说是藏地的修行次第论，论中教理也极为丰富。依靠上师如意宝的加持，我们曾完整地学习过，不论是我讲者，还是你们听者，当时都有一分快乐，这样的快乐也许会永远存留在你们心底。我个人而言，在上师如意宝座下圆满听受《大圆满心性休息大车疏》，是终生中非常难忘、最有意义的一件大事。大家现在这样听闻佛法、接受传承，对有信心、懂得前后世的人来讲，也有很高的价值，但若对佛法一窍不通，恐怕会把它当作世间的一堂课来对待，那所得的利益也就仅此而已。

（三）顶礼智悲光尊者（无畏洲、吉美林巴）：

明智照见一切所知性，大悲光明现于所化界，

开显深道顶乘教法者，持明无畏洲师前敬礼。

**此颂从智、悲、力三个方面进行赞叹：尊者的智慧，对一切世俗法和胜义法通彻无碍；尊者的大悲光明，普现于一切所化众生界[[14]](#footnote-14)；尊者以其不共能力，开创了甚深密法的顶乘深道——“龙钦心滴”[[15]](#footnote-15)，并将此广弘于人间。在上师持明无畏洲面前，作者恭恭敬敬地顶礼。**

智悲光尊者，又名无畏洲。他在6岁求学时，上师为他取名“智悲光”；十几岁开取伏藏之后，又得到“无畏洲”这一称号[[16]](#footnote-16)。他也是藏传佛教中极了不起的传承上师。他对佛教最大的贡献，就是开创了“龙钦心滴”这一法门。

作为后学者，应当经常祈祷这些传承上师。如果你没有其他祈祷文，可以念诵这几个顶礼偈，不断地祈祷三大传承上师、无垢光尊者、智悲光尊者。若能如此，相续中的烦恼通过上师加持即可遣除，智慧和大悲无形中会自然出现。所以，我始终认为，恭敬祈祷本传上师是极为重要的事情！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第二节课

思考题

6、《大圆满前行》的内容是什么？这些内容是否只是前行法？为什么？

7、本论是华智仁波切怎么样造的？你对此有哪些感触？

8、有些人认为，闻思太多了只会增加分别念，故而听一两部法就可以了。这种想法是否正确？请以你自己的体会进行说明。

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！

学习《大圆满前行》之初，首先讲对传承上师的顶礼句。昨天华智仁波切顶礼了三大传承上师、无垢光尊者、智悲光尊者，今天开始顶礼他唯一的根本上师——如来芽尊者。

（四）顶礼如来芽尊者：

观音自在显现上师相，说法结缘令入解脱道，

随机调化事业无边者，大恩根本上师前敬礼。

**有关历史和授记中说，如来芽尊者是观世音菩萨以善知识的形象，来到人间度化众生，故被人们称为“观音化身”。诸多伏藏品和经论中记载，凡与如来芽尊者直接或间接结上善缘的众生，都能趋入解脱道，往生清净刹土。同时，他针对众生不同的根基、意乐、界性，能施以不同的调化，度生事业无比广大，教下弟子遍布天下。在如此殊胜、具有三恩德[[17]](#footnote-17)的大恩根本上师面前，作者以三门恭敬的方式顶礼。**

如来芽19岁时依止智悲光尊者，在他面前得受了光明大圆满的灌顶及窍诀。后来他前往石渠的扎恰玛隆（托嘎如意宝建立道场的附近），在那里闭关修行21年，现见了一切觉性本体，完全证悟了大圆满，是历史上公认的大成就者。

他的亲传弟子犹如繁星般不计其数，其中最了不起的有两大弟子——如太阳般的蒋扬钦哲旺波[[18]](#footnote-18)、如月亮般的华智仁波切。华智仁波切依止如来芽尊者很长时间，后来依靠自己信心，获得了上师相续中的一切功德。因此，华智仁波切唯一的根本上师就是如来芽尊者。

在藏地，与华智仁波切比起来，如来芽尊者不一定那么出名，但后代弟子听到他的名号、学习他的教法，自然会得到不共的殊胜加持，从而获得觉受、开悟，甚至持明果位。

如来芽尊者晚年时，在石渠建造了扎嘉寺。他接近圆寂前，把自己的指甲交给华智仁波切，说：“你以后在扎嘉寺为我造一尊像，把我的指甲用来装藏，这像将与我无二无别。”据说这尊像如今成为无数信徒的朝拜处。如来芽尊者的传承弟子，无论是拉萨、安多、青海、康区、四川都不可胜数，其中很多人舍弃今世而前往寂静处修行，最终证得了持明果位。

所以，大家对传承上师应恭敬虔诚地祈祷，如果不会念其他祈祷文，念这几个顶礼句也非常好。一般来讲，藏传佛教的很多大法师在讲经说法的开端，经常用华智仁波切的这些偈颂来顶礼传承上师；很多人平时在自己的念诵中，也引用这几个偈颂来顶礼传承上师。华智仁波切本来有许许多多上师，但这里主要顶礼了几位特别重要的上师。这几位上师，稍微懂得藏传佛教历史的人，都清楚他们的丰功伟绩，包括他们给后人留下的著作、教下开悟弟子，以及对佛法和人类的贡献。

不过，现在真正懂历史的人可能比较少。学校里的老师教历史时，只是让大家记住：公元多少年，这个人怎么样出生；公元多少年，他离开了人世；他一生造过多少论典……完全是一种学术研究。我看过有些人写的上师传记，除了介绍年龄、时代、政治背景、毕生经历等有相的东西以外，对无形的加持、无形的开悟，研究或者判断的现象比较少。我们作为佛教徒，对外在的历史背景等固然要关心，但最关键的，应该是寻求内在的证悟，这一点对每个修行人来讲很重要！

（五）全论概要：

圆满教法遍知传承论，窍诀精要即生成佛法，

正道前行内外共不共，教言分支捷径往生法。

**此引导文圆满包含了释尊八万四千法门的精要，从理论和实修相结合的角度讲，也囊括了两位全知所传下来的论典——无垢光尊者的《大圆满心性休息》和智悲光尊者的《功德藏》。所以，本文全部是窍诀的精华，依此修持定能即生成佛。它的内容分为三部分：共同外加行、不共内加行，以及教言的支分——捷径往生法。**

《大圆满前行》涵摄了无垢光尊者和智悲光尊者论典的精华窍诀。比如无垢光尊者的《大圆满心性休息》，很多道友也都学过，华智仁波切在《窍诀金钥》中赞叹道：“如来诸宗无谬具，如此善说前未有。”它圆满具足佛教各宗各派的无谬教言，如此善妙的论典，在人类历史上旷古绝今、前所未有。他还说：“九乘佛法皆居此。”所有九乘次第的佛法都居于《心性休息》中。这么殊胜的《心性休息》，我有时间就翻一翻，看到它就非常欢喜。不过现在很多人业力深重，对具有加持的论典不愿意看，而以分别念编写的小说等，却视如珍宝、爱不释手，这类现象在末法时代层出不穷。其实，无垢光尊者和智悲光尊者传下来的论典是最深奥的，而这些论典的窍诀精要，全部汇集于《大圆满前行》中。故本论是一切佛法的精要、一切佛法的总纲，依靠它，今生就能获得圆满正等觉佛果。所以你们不要认为“这个法是前行啊，不一定很殊胜”，实际上它具足一切圆满的教言，既可以算是前行，也可以算是正行。

本论归纳起来分为三部分：共同前行、不共前行、往生法。共同前行，又名共同外加行，其内容是人身难得、寿命无常、因果不虚、轮回过患、解脱利益、依止上师。不共前行，又名不共内加行，宣说了一切佛法之根本的皈依、利益一切众生的菩提心、遣除罪障的金刚萨埵修法、积累资粮的供曼茶罗、加持融入自心的上师瑜伽。最后，是正行无上密法的捷径——三种往生法。全文共有这几层内容。

华智仁波切通过传承上师的论典、根本上师的教言，依自己的智慧给后人留下了如意宝般的《普贤上师言教》。我们如果懂得这些内容，就可以算是一个合格的佛教徒。在藏传佛教中，一个人只要学习佛法，上师通常会让他先学《大圆满前行》，这样的传统非常好，现在汉地为主的很多城市，也纷纷效仿这种做法。希望这次结上法缘的佛友们，今后应该辗转相告，让更多人明白佛教的基本内容。否则，很多人表面上皈依佛教、是学密宗的，更有甚者，自称有所证悟、有神通神变，但连基本的法理都不懂，则实为可笑之处。

我们没有必要自欺欺人。如果想骗人，现在骗人的手段多如牛毛，最好不要利用佛教。我们今生得到难得的人身，并有因缘皈入佛教，应该秉性正直，如理如法地修学。当然，若没有善知识和教典的引导，凡夫人仅凭自己的分别念，很难以通达深奥的佛法，所以务必要依止具有加持力的论典和上师，这样一来，自相续才会逐渐调柔，烦恼也会得以调伏，之后才有能力利益众生。

（六）立誓句：

显而易懂义深极稀有，无等上师无谬之口传，

依照自心定解此宣说，愿师本尊加持我相续。

**华智仁波切说：《大圆满前行》没有使用华丽的词藻，只以浅显易懂的语言，阐明整个修行次第。尽管文字简单，但意义十分甚深。这些内容是无等上师如来芽尊者的无谬口传，我数数听闻之后，依照自心对这些法的定解，立誓宣说这一部论典，祈请上师本尊加持我相续！**

本论的内容通俗易懂，就算是刚入佛门的小僧人，基本上也能看明白；但若细细琢磨，其涵义又相当甚深，纵然是闻思多年的格西、法师，也有许多不懂之处，个别内容很难以解释。因此，《前行》从文字上虽然好懂，但它的意义极为甚深，越思维越觉得它深奥，这就是圣者金刚语的特色。

这部论典不是华智仁波切随随便便臆造的，而是他按照根本上师如来芽尊者的传授，一字不漏记录下来的。他在结文中也说：“我原本十分精通繁冗的词藻学，也十分善巧绘制诗韵的彩虹图，可这些并非大恩上师的口传教言，故而我在论中未掺杂自己分别念所造的文字。”因此，所有内容均是如来芽尊者的无谬口传，华智仁波切在其座下听闻二十五遍以后，才汇集成了这一部《大圆满前行》。

古大德的闻法精神与我们确实不同。现在有些人不要说听二十五遍，仅仅听了三四遍，再听就觉得不耐烦了——“怎么又要讲《大圆满前行》呀！”这种心态是不合理的。对本论，你也许文字上过得去，但内容不一定完全通达，反复听闻还是有必要。2002年我在厦门刚翻译完《释迦牟尼佛广传》后，在闽南佛学院遇到一位厦门大学的教授，我们谈了很长时间，聊了一些佛法和世间法的问题，包括现代量子力学与佛教之间的差别。当时他颇为感慨地说：“以《大圆满前行》为指导，打好修行基础特别重要。华智仁波切尚且在上师前听过二十五遍，更何况是我们了？现在我看了五六遍，但还不够，我发愿每年看一遍！”如今过了这么多年，不知道他每年看了没有，如果有他的电话，我倒很想问一下。

大学教授一般会有傲慢心，但他还是很有智慧的，对《前行》越看越有劲儿、越看越有道理，不像有些人那样，看一遍就把法本扔一边去了。所以我们对法义应无有厌足，不能听一部法就可以了。前段时间，有些人说：“我已经学了《入菩萨行论》，又学了《亲友书》，现在要不要学《大圆满前行》？我会不会闻思得太多了？”这种担忧没有必要，我曾读过蒋扬钦哲旺波尊者的传记，里面说他一辈子听法有七百多函！我看了大吃一惊。短暂的一生中，很多人不要说七百多函，连七十函也没有；不要说七十函，连七本书的传承也没有圆满过。有些人学一两部论典就满足了，这种心态要不得，学佛应该有强烈的渴求心，不能得少为足。若是世间的妙欲，你大可知足少欲，有一间房子就够了，没有必要贪太多，但是对于佛法，应该欲望越大越好——学了一本书肯定不行，还要再学一本；这法听过一次不行，还要再听一次；五十万加行修了一次不够，还要再修两次、三次、四次……

当然，我们修加行时，不能只修不共加行。以前有位法师讲经时说：“修五十万加行很简单，几天就搞定了，这不算什么。修共同四加行才是最难的，一定要花大量时间！”他觉得五十万加行轻而易举、微不足道，但现在很多人却认为，磕十万个大头是一个非常大的“工程”，其实这是心力不够的表现。假如你心力比较强，在对治贪嗔痴方面，花多少时间和精力也不会觉得多。

本文的内容，是如来芽尊者的殊胜口诀，华智仁波切再三听闻之后，得到相当稳固的定解，遂将自己的觉受和窍诀如实落在文字上，这即是《大圆满前行》的由来。我们作为后学者，也应当牢记自己上师的教言。我曾讲过法王如意宝的一个弟子，他是巴塘的，平时只是个默默无闻的小僧人，但他十多年来一直记录法王的日常讲话，哪怕是一句开玩笑、对弟子的批评，也全部落在文字上。去年法王圆寂三年时，他把这些印成一本书，大家都感觉非常稀有。以前上师在的时候，我们对很多话没太大感触，知道上师肯定会天天说这个、批评这个，但上师离开人间之后，就算是非常普通的语言，现在慢慢去思维，也能体会出甚深的密意，觉得一般人肯定说不出来。同样，华智仁波切也是将如来芽尊者的教言，包括上师引用的印藏大德之教证，完完整整地写下来了。

在写的过程中，他祈愿根本上师、传承上师以及本尊、空行、护法加持自己，愿这部法世世代代地流传下去，利益无量无边的众生。正因为他当时的祈祷和发愿，如今《大圆满前行》的加持不可思议，很多人看了以后，内心短短的时间就会改变，对一生的影响相当大。在座的很多道友也是依靠这个法本，解决了今生乃至生生世世的大问题，通过传承上师的加持，相续中才有了圣者的无漏圣财。

我始终认为，学习佛法的过程中，祈祷本传上师尤为重要。一旦上师的加持融入你心，闻思修什么法、办什么事都比较容易，不然，做很多事情难如登天。因此，大家要经常祈祷传承上师，愿他们的大悲、智慧和利益众生的不共能力，全部融入自己相续，让自己将来像他们一样，在利益众生方面显出特殊的力量。我们只求这一点，不求其他人天福报，没必要希求加持自己活得长一点，或者晚年时退休金一点不扣，全部拿到手里。我们唯一求的就是利益众生，哪怕粉身碎骨、寿命短暂，也绝不畏惧退缩，“愿我生生世世具足利益众生的力量，拥有度化众生的勇敢之心”，这就是菩萨勇识的发愿！

至此，已讲完了本论前面的几个颂词。

附：

日修闭关要诀

最近大家都在修《大圆满前行》共同加行，具体修行之前，我给大家顺便讲一下修行要诀。

这个要诀适合于共同加行，也适合于不共加行，此为华智仁波切和堪布阿琼的教言精华，我自己一直以这种方式在修行。通过这节课的学习，希望你们掌握有些窍诀后，在有生之年也以这样的方法修持。不要像现在有些世间人，为了身体健康或疾病痊愈而修一些瑜伽、武功，这种行为跟我们这里的修行教言差别非常大。我本人依止上师之后，只要想得起来，就会按照这种方法修，希望你们也能长期这样修持。

此处所讲的，主要是闭关的明确修法，这可以归纳为一天的修要，即一个人从早上到晚上该怎么修行。修行时可分入座和出座，根据自己的具体情况，入座分为两座、三座、四座、六座等许多层次。如果你时间特别紧，没有修六座的时间，至少也要保证早上或晚上修一座。我认识的一个同学，她是政府部门的高官要员，白天工作非常繁忙，但晚上始终保持一座修行，六七年来一直没有断过。人的信心还是很重要，只要有信心，时间和环境都可以空出来，哪怕被关在监狱里，也照样可以虹身成就，就像昔日很多高僧大德一样。有些人总是抱怨：“我没有修行的自由，我的家人很坏啊！”但你再怎么没有自由，也肯定比监狱好一点，监狱里的人尚且有机会修行，你为什么抽不出时间？因此，纵然你平时再忙，也应尽量空出一座的时间。包括学院有些发心人员，我希望你们最少要完成一座修行，这是起码的要求，倘若连短短半个小时都不能修，那你可能已经转生到“无暇”中了。

下面简单介绍一下一天的修行。一般而言，心滴派的修行人非常重视入座修行，每一天的修行，可分为晨起修行、日间正式修行、晚睡修行三个阶段。

晨起修行

早晨首先观想，诸佛菩萨和传承上师通过摇动金刚铃和手鼓的声音，让自己从无明烦恼的睡梦中醒来。

醒来之后，马上念“喇嘛钦、喇嘛钦……”，祈祷上师垂念自己，或者念21遍百字明。然后在床上安住一下，观察昨晚做的是恶梦还是善梦，做恶梦则谴责自己，做善梦则随喜和回向。

起床以后，最少要磕三个头。磕完头就开始洗脸、刷牙、方便、提水等，做一些日常琐事。尔后打扫佛堂，在佛像前供水、供香等。

日间正式修行

正式修行，包括前行、正行、后行三部分。

一、前 行：

什么事情都做完后，关上房门，开始入座。按照堪布阿琼在《前行备忘录》中的教言，前行必须具足三个要点：

1、身要：入座的时候，先在舒适的坐垫上，身心放松，稍加休息。然后作毗卢七法，即1）双足金刚跏趺或半跏趺坐。2）双手结定印：右手在上，左手在下，两拇指相触，放于脐下。3）脊背端直：不可东倒西歪，也不可前俯后仰。有些修行窍诀中说，身端直则脉端直，脉端直则心端直，心端直则觉性自然现前。4）颈部稍向前屈：不能往后仰，也不能左右歪斜。5）臂膀后展放松：不要向胸前内收。6）双目垂视鼻尖，不能睁得太大。7）舌抵上颚。

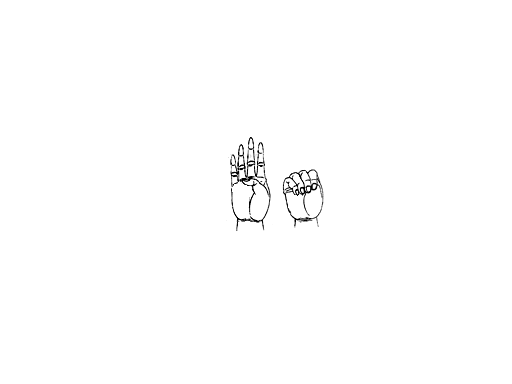
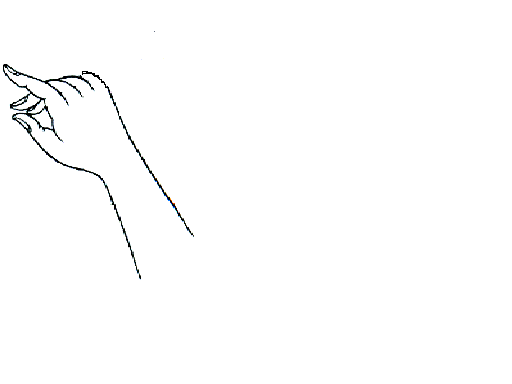
定 印



2、语要：一般口中的念诵叫做语要，但这里不是讲念诵，而是与呼吸有关，即指排九次垢气。

金刚拳

三股金刚印



具体做法：右手握金刚拳[[19]](#footnote-19)，压在右大腿根的动脉上。左手以三股金刚印按住左鼻孔，从右鼻孔中排三次垢气。同时观想：无始以来自他众生以嗔心所造的一切罪业，以白色气体的形象往外排出[[20]](#footnote-20)。

然后左手握金刚拳，压在左大腿根的动脉上，右手以三股金刚印按住右鼻孔，从左鼻孔中排三次垢气。同时观想：无始以来自他众生以贪心所造的一切罪业，以红色气体的形象往外排出。

最后双手都握金刚拳，压在两大腿根的动脉上，从两鼻孔中同时排三次垢气。心里观想：无始以来自他众生以痴心所造的一切罪业，以黑色气体的形象往外排出。

这叫做排九次垢气。之后，有些引导文中说，开始念元音咒[[21]](#footnote-21)、辅音咒[[22]](#footnote-22)、缘起咒[[23]](#footnote-23)，如果实在不会念，也可直接念“嗡啊吽”，依靠诸佛菩萨三金刚[[24]](#footnote-24)的加持，使自己的语言得以清净。

这样排垢气，表面上只是一般的瑜伽，而实际上，我们相续中的贪嗔痴垢染通过这种方式可以全部排出。就像吃饭前要把碗洗干净、倒水前要把水桶洗干净一样，正式观想之前，也应将相续中的垢染通过排气的方式来净除。

3、心要：可分两个方面，一是发心，二是祈祷。

1）发心：修行时务必要观察自己的发心。

如果是无记心，则把它转为善心。

如果是恶心，则彻底舍弃，不要生起。

如果是善心，它分为世间、出世间两种。世间善心，包括救畏心和善愿心。所谓的救畏心，是害怕怨敌、病魔等损害，而渴望远离这种怖畏；所谓的善愿心，是希求发财、健康、漂亮、工作顺利等人天福报。以这些目标而修行是不合理的，理应把它舍弃。出世间善心，又分声闻缘觉之发心、大乘菩萨之发心。其中声闻缘觉希求自己解脱之心，我们也要舍弃，而唯一希求大士道的菩提心——为利益天边无际的一切众生，让他们获得圆满正等觉佛果而修行。

略而言之，发心就是排除无记心、恶心、世间善心等不良心态，真正生起菩提心。

2）祈祷：在前方虚空大概一尺高的地方，观想自己的上师，坐在千瓣莲花狮子宝座上。假如你对上师信心特别大，则可观想上师现在的样子，如法王如意宝《上师瑜伽速赐加持》中的观想方法一样；假如你信心没有那么大，则可将上师观为观音菩萨、释迦牟尼佛、莲花生大士等圣尊形象。

然后，在上师面前一心一意祈祷：“十方诸佛菩萨的智慧总集根本上师如意宝您，请一定要垂念我、加持我！让佛法融入我的心，遣除所有的迷乱分别，让我修行圆满成功，最终获得无上证悟。”尤其是，如果你正在修人身难得，就祈祷“愿我像上师您一样，人身难得的境界在相续中生起”；如果你修的是寿命无常，就祈祷“愿我像上师您一样，寿命无常的境界在相续中生起。就在这一座上，就是现在这个时候，一定要在我相续中生起来”。以无比的恭敬心一直这样祈祷。祈祷的过程中，一般要求念上师祈祷文，此时以非常强烈的信心合掌，在上师面前念7遍或21遍祈祷文。

祈祷完之后，观想上师化光融入自身，自己的心与上师的智慧变成无二无别。在这种境界中安住，不跟随过去的分别念，不执著现在的分别念，也不迎接未来的分别念，尽可能什么都不执著。

以上是前行的身要、语要、心要。

二、正 行：

上师瑜伽本来属于前行，不过也可当作正行来修，一边祈祷上师一边磕头，将此作为一个座间，最后作回向就可以了。但若没有将上师瑜伽作为正行，而是作为前行，那修完上师瑜伽以后，则应开始正行的修持。

正行是什么呢？就是观修人身难得、寿命无常等等。比如昨天观修了八无暇，今天观修十圆满，里面的内容一个一个思维之后，知道自己没有堕入地狱、饿鬼、旁生，而有幸获得了人身，真的非常有福报，今后当唯一行持正法。一直到“菩提心”修法之间，全部以这种方式修持。

这是堪布阿琼的窍诀。尼泊尔有个老修行人叫桑吉多杰，他八十多岁了，是堪布阿琼的弟子。他在有些辑要中讲过，从“人身难得”到“菩提心”之间的修法，至少需要146天来修习。若与《大圆满心性休息》的前行修法结合起来，共同四加行起码也要修100天，这是很多上师的传统。

这次我提倡大家修加行，并非是一时冲动、心血来潮。我这辈子对《大圆满心性休息》和《大圆满前行引导文》比较重视，10年前给大家传《三处三善引导文》和《前行》时是这样，现在仍然是这样。有些人一生中修这个、修那个，跟这个上师学、跟那个上师学，甚至遇到外道也随学他们的瑜伽，最终把自己搞得不伦不类，这是非常可悲的。希望大家把自己的基本修行固定下来，每天从早到晚都这样修，我自己是这样的，不过你们有些人会听，有些人不一定会听。

三、后 行：

利用半个小时或一两个小时修完一个引导文之后，要将这一座的观修善根进行回向。如果没有能力安住于无缘中回向，则可观想“诸佛菩萨如何回向，我亦如是普皆回向”，有时间的话，念一遍《普贤行愿品》；没有时间的话，就念“文殊师利勇猛智……”[[25]](#footnote-25)两偈作回向。这些方法以前都讲过。

晚睡修行

一天四座或六座修圆满以后，晚上把供佛、供护法的供品全部收了，临睡前先磕三个头，然后坐在床上认真观察一天的修行，修得比较好就随喜自己，并回向给众生；修得比较差就呵责自己、谴责自己，心想：“我在上师面前听了那么多窍诀，别人每天修得那么成功，我为什么修成这样？真是坏蛋！”像堪布阿琼所说，使劲掐自己的肉以示惩罚，狠狠地骂自己。之后就开始睡觉。

睡的时候，有些人夜不倒单，有些人作狮子卧，这些都可以。然后按照心滴派有些上师的教言，观想上师化光融入自己心间的四瓣莲花[[26]](#footnote-26)，于上师所发出的无量光芒中入眠；或者观想上师发光，整个器情世界全部融入自己，自己再融入上师，上师化光消于法界，在这种无缘境界中入于光明梦境（如果光明梦境没有修过，就在无有执著的境界中入眠）。

其实，老一辈的很多修行人，早上起来时从念百字明或者祈祷上师开始，白天行住坐卧也时时祈祷上师三宝，晚上睡觉一直念“喇嘛钦、喇嘛钦……”，在上师的智慧与自己的心无二无别的境界中入眠。每天的生活都是这样。然而现在许多修行人，早上起来时很多行为非常可怜，白天也一直散乱度日，晚上犹如一块石头扔到床上，躺下去就像猪八戒一样呼呼大睡，每天都是迷迷糊糊、浑浑噩噩，人生几十年一晃而过。其实这样不太好，真正的修行人，一生的行为应该像一天的行为。

非常希望大家祈祷上师三宝，令自相续得到一些利益。全知无垢光尊者也讲过，如果没有实地修持，哪怕能背诵并精通千经万论，在临死时也无济于事。因此，我们在学习的同时，一定要精进修行！

上师课后之教言：

刚才所讲的内容，基本上是堪布阿琼的窍诀，同时也结合了法王如意宝传讲的教言，以及大圆满心滴讲义中的法义。我自己的修行很差，本不该把这些说出来，但今年大家都在实修，以后可能也一直这样修，因此，没有什么需要保密的，应该提供给大家。多年以来，我一直沿循这样的修行道路完成了自己的前半生，后半生肯定也只有这一条路，除此以外，我从来没有想过：早上起来就飞来飞去，晚上一下子就入于光明。根本没有这种想法，也不可能这样的。

作为一个初学者，一天的修行次第就是如此，只不过有些说法略有不同，你们也不用大惊小怪——“那个讲义说排出的垢气是黑色的，您怎么说有那么多颜色呢？”其实每个上师的教言有所差别，我是按大圆满心滴的一些讲义来讲的，还结合了法王如意宝以前讲的窍诀，所以这些教言都不矛盾，大家没有必要担心。

我们修任何一个正行引导文之前，首先都要修上师瑜伽，否则，与心滴派的传统不符合。有些人念了皈依偈就马上修正行，这样不是很好，应该先修一下上师瑜伽，强烈祈祷上师加持自己，令所修的法义融入自心。若能一直不离这种强烈的祈祷，修行必定会得以圆满，这是传承上师的教言。

我个人的话，不敢说正行方面有什么教言，但依止上师近二十年的过程中，身体好一点、心情好一点的时候，每天除了这个以外，再没什么其他可修的了——不可能看到这本书有个修法，觉得比较好就试一试，看到那本书有个修法，又开始修一修。本人是在一个修行窍诀上完成一生的，诸传承上师的修行都是这样，我所认识的上师也是这样。因此，你们最好也能如此。今天所讲的修行方法非常重要，希望大家铭记于心！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第三节课

思考题

9、发菩提心需要具备哪两个条件？请一一说明。你是不是这样发菩提心的？

10、怎么样缘一切有情生起大悲？请以窍诀的方式阐明。你这样观想之后，自相续有哪些改变？

11、什么叫做三殊胜？行持善法为何要以三殊胜摄持？你今后能否做得到？

12、善行是大是小以什么来决定？为什么？明白这个道理，对你有哪些帮助？

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！

此大圆满龙钦宁提内外前行，是华智仁波切长期依止如来芽尊者听受二十五次之后，依照上师口传而记录下来的。其中内容非常丰富，具有殊胜的传承加持力。

全文分二：甲一、闻法方式；甲二、所讲之法。

甲一（闻法方式）分二：一、发心；二、行为。

乙一（发心）分二：一、广大意乐菩提心之发心；二、广大方便秘密真言之发心。

发心分为两种，一是大乘显宗的菩提心，一是金刚乘密宗的观清净心。

大家应该明白，《前行》不是一般人可以听受的，这个法虽然表面上是基础法、前行法，但实际上对听受者的要求比较高。就像世间学校的高考，没有一定水平的人不能参加，同样，听法者如果发心不正确，也不能听受这个法。现在社会上大多数人都不听法，即使有因缘偶尔听受，目的也不会为了利益无量众生，更不会观想一切均为清净。有些人听法是为了满足好奇心，有些人是为了发财、治病、得名声、工作顺利，这些目的都不如法。本论是相当深的大乘窍诀，对希求世间八法、名闻利养的人来讲，恐怕不一定适合其意乐。所以，我们从发心的角度，也可以看出这部论典的殊胜性、甚深性。

丙一、广大意乐菩提心之发心：

一般来讲，世间人的发心渺小、狭窄，完全是自私自利或希求今世，除此以外，发愿“乃至成佛之间，饶益无量无边的众生，令其获得不可言说的无上佛果”，这种念头从来也没有想过。诚如寂天论师所言，不论是具有功德的梵天、帝释，还是恩重如山的父母，纵然在梦中也没想过要发菩提心，更何况说真正生起了。但对大乘修行人来说，在听受本论之前，首先要发菩提心。

那么，如何发起菩提心呢？必须具备两个条件：

一、缘众生的大悲

我们先要明白：身处在六道轮回中的众生，无始以来没有一个未曾做过自己的父母。做父母时，他们都是无微不至地呵护我、恩宠我，最好的食物先给我吃，最好的衣服先给我穿，十分慈爱地抚育我成长。

其实，六道众生都当过父母，这在佛经中也有记载：《父母恩重难报经》中说，有一天，佛陀带领众弟子往南方行走，见到路边有一堆枯骨，佛陀便对这些骨骸以五体投地的方式顶礼。阿难不解地问：“您是三界导师、四生慈父，为众人所皈依敬仰，为何要礼拜这堆骨骸呢？”佛陀说：“这一堆枯骨，或是我前世祖先的骨骸，或是多生累世父母的遗骸，由于这个缘故，我今天理应对它顶礼。”佛陀在《梵网经》中也说：“一切男子是我父，一切女人是我母……六道众生皆是我父母。”只是因为时间过于久远，加上胎障所蔽，众生认识不到罢了。

然而，修持菩提心的圣者，能真正体会到这一点。阿底峡尊者在聂塘时，有天看见一匹马将脖子卡在树中，拼命地在那里嘶叫挣扎。尊者忙对旁边的人说：“我的老母亲正在受苦，请快救救她！”所以真正修过菩提心的人，无论看见什么众生，上至梵天帝释，下至蝼蚁昆虫，都会生起与父母无别的想法，绝不会产生杀害之心。法王在《怀业时语》中也说：“三界众生皆为父母亲，当以大慈大悲平等护。”

三界众生既然都当过父母，我们就不能只孝顺今生父母，而对其他的众生，尤其是关系不好的怨敌、人类以外的动物不管不顾，甚至肆意残杀，否则，这是修行人的一种耻辱，不是大乘菩提心的表现。其实，修行最难的就在这里。很多人口头上说要发菩提心，高僧大德讲经时也再再强调发菩提心，可是你这种心生起来了没有？你能否将一切众生与今生父母平等对待？这还是值得观察。倘若你所学的理论并没有付诸实践，从没有生起过一刹那的菩提心，那你说得再漂亮，也只不过是重复前人的话而已，对自己没有多大利益，想真正利益他人就更不可能了。

所以大家在学习过程中，一定要经常思维：众生都做过自己的父母，做父母的时候，始终无微不至地关心我。就像堪布阿琼所说，即使父母没经济条件而当乞丐，他们乞讨的食物中，哪怕有一点油脂或一团肉块，也舍不得自己吃，马上会给我；在垃圾堆里找到一件破破烂烂的衣服，也会把稍微干净、结实的地方，给我做成衣服或补丁。除了极个别父母因特殊业力不疼爱子女以外，一般来讲，不管是有钱人、没钱人，他们对孩子的关爱无法用语言来形容。

每个人都当过孩子，你们可以想一想：父母对自己付出多少？自己又对父母付出多少？有些人长大后虽然很孝顺，但一个月中连半个小时也抽不出来陪父母，好好对他们嘘寒问暖，所以父母非常可怜。当然，若想报答父母的恩德，仅陪他们聊天是不够的，关键要让他们学习佛法。现在提倡最多的报恩方法，就是给父母洗洗脚，其实这不是很重要，脚脏也可以、脚干净也可以，脚怎么样都没关系，最重要的是应该给父母“洗洗心”。父母无始以来相续中遍满了贪嗔痴，今生中若没有办法以自力洗掉，也应让他们借助于佛法的力量消除，这才是最好的报恩方法。

当然，这是对今生父母而言的。同样，一切众生无始以来都当过我们父母，对我们恩重如山、恩深似海。但遗憾的是，他们因为愚昧无知，再加上没有大乘佛法和善知识的引导，虽然拼命追求各种快乐，却不知奉行快乐之因——十种善业，为了发财去偷盗、为了长寿去杀生，将乐因当成仇敌一样毁灭掉，如寂天菩萨所言：“愚人虽求乐，毁乐如灭仇。”他们虽不愿遭受任何痛苦，却不知舍弃痛苦之因——十不善业，反而为了快乐而邪淫或赌博，以至于“众生欲除苦，反行痛苦因”，所想与所做背道而驰，最终得不到丝毫快乐。

放眼整个世界，随着科学技术的高度发达，人类造恶业的手段层出不穷，造善业的手段微乎其微、极其鲜少。很多人糊里糊涂地步入歧途，对世间法的智慧完全成了造业的手段，善恶报应自己一窍不通，等在前方的唯有迷茫、黑暗、恐怖，就像双目失明的盲人徘徊在无边无垠的旷野中一样，根本不知方向。

很多人确实非常可怜，一旦沦为地狱、饿鬼、旁生的众生，何时才能了知取舍因果啊？有时候我们应想一想，自己会不会堕入三恶趣？一旦堕入三恶趣中，解脱的机会极其渺茫，可以说几乎没有。我们现在获得了人身，一定要抓住机遇，否则，以一念之差而造下弥天大罪，到时想后悔也来不及了。所以，我们现在拥有人身的时候，应该把握好自己的方向。同时缘那些迷茫的老母有情生起大悲心，这是发菩提心的第一个条件。

二、缘佛果的智慧

再进一步观想：要想帮助一切众生远离痛苦，别的方法无济于事，如今我遇到大乘善知识和大乘佛法，自己也有幸堪为法器，这种殊胜因缘具足的时候，一定要听受能斩断轮回根本的大乘佛法，同时不断地认真思维、修持。此举并不是为了自己快乐或得到名声，而是为了使曾经做过自己父母、现在为六道痛苦所折磨的一切有情，摆脱各自业和烦恼的束缚，获得遍知佛陀的果位。这就是缘佛果的智慧。

简而言之，所谓的菩提心，正如弥勒菩萨所云：“发心为利他，求正等菩提。”发心利益一切有情（缘众生的大悲），愿他们获得圆满正等觉佛果（缘佛果的智慧），就是菩提心的两个条件。智悲光尊者也说过：“所谓的菩提心，断除了自私自利，为众生希求佛果之心犹如饥饿者寻找食物、口干者寻找水一样强烈。”这样的殊胜发心，无论任何时候都要具足。

菩提心的修行方法，本论以窍诀方式告诉了大家，在藏传佛教中，这个窍诀书相当难得，被当作最甚深的“指路明灯”。这次我们也不赶进度，每天能讲多少算多少，希望大家在听受的过程中，务必要把里面内容贯穿于心，将华智仁波切的金刚语与自己的心互相对照，就像美女照镜子一样，反反复复看哪里有“黑点”。对照之后你会发现，不要说以前没学佛时造的恶业无法想象，即使学了佛以后，很多修行也是一种形象，且不说算不上大乘佛法，连小乘佛法的边也沾不到，自己口头上讲得特别高妙，实则与正法南辕北辙。

有些人听了我们的课以后，说：“我过去没有懂得佛法，现在才懂了一些。”实际上，若把《前行》的内容结合你的相续，你懂得恐怕还不够，一定要发愿继续学习。其实本论内容越学习越难，就拿“发菩提心”来说，谁都能口若悬河地讲上半天，我也讲了二十多年了，可每次观察自己的起心动念，并没有时时以菩提心摄持，有时候讲课处于无记的状态中，好像完成任务一样，不是为自己、也不是为众生，反正这一堂课不能缺，说是为了一切众生，但为众生的念头没有生起，这是很可怕的！

所以，每个人在闻法之前，当听到“为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心”时，自己的意识要当下转变，若能转变，一刹那就可以摄持闻法功德，这是非常关键的。当然，这也跟自己平时串习有关，若从来没有这样串习过，听了多少年法也不一定发菩提心。但如果你每次不管做什么善法，首先都想到利益众生，那么久而久之，就会习惯成自然。

因此，无论在上师或光盘、MP3、MP4面前闻法，还是放生、念咒、做慈善、当义工等修法[[27]](#footnote-27)，发菩提心都相当重要。不管你行持的善根是大是小，大至放生几千头牦牛、建造几层楼的佛堂，小至持一句观音心咒、念一声阿弥陀佛名号，最初都应以菩提心摄持，这称为“加行发心殊胜”。中间善根不被违缘损害，称为“正行无缘殊胜”。（倘若你有大圆满、大手印、大中观的境界，则应安住于此，这是上等正行无缘殊胜；倘若没有这种能力，做善法时从始至终专心致志、聚精会神，不要三心二意，也是一种正行无缘殊胜。有些道友听课的时候，刚开始有点专注，后来就心不在焉了，这不叫正行无缘。）最后为令善根蒸蒸日上，以回向来印持，这叫做“结行回向殊胜”，就像钱存在银行里被印持了，它的利息会越来越增上，但若没有存进去，随时都会被偷走或乱花掉。因此，藏地很多老修行人对回向非常重视，自己正在禅修、做善事时，如果突然有人找，他会说：“你等一下，我回向了再跟你说话。”“你等等啊，我回向了就出去。”即使没时间念长的回向文，至少也要念一遍：“文殊师利勇猛智，普贤慧行亦复然，我今回向诸善根，随彼一切常修学。三世诸佛所称叹，如是最胜诸大愿，我今回向诸善根，为得普贤殊胜行。”这样一来，善根乃至菩提果之间也不会耗尽。因此，所有善行以此三殊胜摄持是必不可少的。

这以上讲了“三殊胜”，我们介绍过很多次，此处又再次作了强调，希望大家听后不要只是一两天的热情，应把它作为有生之年不忘的修行法。我个人而言，对《大圆满前行》不是像看报纸一样，今天看了，明天就扔了，然后到处寻找新鲜法，而是对它的字字句句都非常珍惜。在过去，很多修行人将它视为如意宝，那时候没有印刷的书，如果有人抄写得非常好，有些人甚至拿一头牦牛来请。当时的一头牦牛，约为中等家庭财产的三分之一，可见很多人对这部法非常重视。然而，现在书好像太多了一样，大家对法的希求心日渐退减，以这种可有可无的心态，要想加持融入内心有一定困难。

我们这次讲得会广一点，整理出来的法本也许有好几册，天天带在身上不太现实，但希望你能将华智仁波切的金刚语——《大圆满前行》随时带在身边，作为自己的“善知识”。毕竟真正的善知识不可能天天跟着你，不然到了一定的时候，你生厌烦心，上师也生厌烦心。但这个法本是无有嗔恨的“上师”，你随时都可以打开看一看，依此令相续中的烦恼、痛苦得以平息。

总而言之，在闻法过程中，最初要将闻法方式放在首位，闻法方式若不如法，一边闻法一边生贪嗔，那不一定有功德，若是这样，你不要再继续听下去了，站起来离开就可以，这在佛经中也有开许。但除了闻法方式重要以外，更重要的是发心，诚如智悲光尊者在《功德藏》中所言：“只随善恶意差别，不随善恶像大小。”你的善法功德大不大，关键要看自己的发心。倘若相续中掺杂很多烦恼，对别人有竞争心、炫耀心，即使你修了十三层楼的经堂，这个功德也不大；但若能以菩提心摄持，有些善根看似微不足道，实际上功德无量无边。就像《贤愚经》中贫女供灯的故事一样，那个贫女费了很大的劲，好不容易得到一点油，发菩提心供灯之后，声闻圣者（阿罗汉）也没办法扑灭。

所以，我们平时哪怕有一点点钱财，遇到一点点机会，也应以菩提心摄持来行持善法。比如，自己实在业力深重，没有因缘听完全部的佛法课程，那即使只听一堂课，最初也要发菩提心，中间专心致志地听，最后以圣者金刚语所造的回向偈来作回向。或者，你没有钱长期作上供下施，但偶尔赚了一点钱，也可用来买一包奶粉，刚开始时发菩提心：“为了众生获得无上佛果，我用它供养僧众。”供僧的时候一心一意，很快的时间就处理了，最后再作一个回向。如此，这件善事就有头有尾了，其功德在你的菩提道路上占有十分重要的地位。

因此，善根的大小，不能单凭表面来衡量。有些人做的善法非常大，每天很积极地听经闻法，但如果心不是很清净，带着图地位、求名声等世间利益的动机，就像有些藏族喇嘛听法是为了得到堪布、格西的名称，有些汉地和尚听法是为了得到大法师的头衔，有些居士听法是为了当上居士法师，或者为了家庭和合、生意兴隆、辩才无碍、财源滚滚，那么无论听闻多少佛法，也不可能变成大乘正法。因为大乘正法的目的只有一个，那就是利益众生，让众生成佛。如果你动机不正，听闻再高深的法，对自己也没有什么利益。

有一次，阿底峡尊者显现上特别伤心，弟子仲敦巴问为什么，他说：“我有一个修黑班杂的弟子，今天堕入恶趣中了。”本来，修密宗本尊不可能堕恶趣，但若起了降伏别人的恶念，结果会落得如此下场。可见发心的确非常重要，如果发心清净，一切都是清净的。就像一棵树，它的根若是剧毒，枝叶花果全是剧毒；如果根是妙药，那枝叶花果全是妙药。

因此，我们最初一定要向内观，调整自己的发心，不论想说什么、想做什么，皆要以菩提心摄持，如《入行论》云：“若身欲移动，或口欲出言，应先观自心，安稳如理行。”若能知道这样调整发心，就说明你的善法已被方便摄持了，如此一来，哪怕是做一点微小的善事，也会成为大士正道无量福德的津梁。

其实，仅仅发一个利他的心，福德也远胜于供养诸佛，寂天论师说：“仅思利众生，福胜供诸佛。”《胜月女经》亦云：“仅思利他心，利益尚无量，何况行利益？”相反，如果不懂这样发心，就算你每天装腔作势地闻法、煞有其事地修法，也只能成为形象上的修行，不会真正得到解脱，《菩提心释》云：“未发菩提心，永不得成佛。”

有些人看起来特别精进，但内心没调整好，修行是为得到赞叹供养，这样意义不是很大。原来我们去五台山时，就看到有个和尚在坐禅，我躲在柱子后面偷看，结果发现有人靠近他时，他闭着眼睛，正襟危坐；没有人的时候，他就睁开眼睛，东张西望。藏地也有这样的情况，我去拉萨的时候，见到有些出家人在那儿化缘，拿着铃杵念二十一度母的赞颂，看见有人来了，他们就开始“嗡吉赞玛帕玛卓玛……”，念得特别起劲儿，没有人时就不念了。这些人表面上很精进，实际上是为了名利钱财，这样行持善法不但没有功德，反而还有过失。但如果以利他心为出发点，就算做的事情很小、时间很短，此功德乃至佛果之间也不会空耗。所以追求外在形象我们并不赞叹，当然，有些大德弘法利生的事业做大了以后，形象也不得不显出来，这是没办法的，除此之外，故意在别人面前炫耀、吹捧，这些没有实在意义。

通过上述分析，无论是闻思大小乘佛法也好，观修文殊、观音等本尊也好，持诵往生咒、百字明等密咒也好，修加行时顶礼膜拜也好，转绕坛城、佛塔、经堂、寺院也好，甚至口诵一句“嗡玛呢巴美吽”、手转几下转经轮，都应当以菩提心摄持，这一点十分重要。尤其是现在很多人为了弘法利生在发心，于此过程中，如果你为慈善事业打电话、为外面学员制作光盘，最好能以菩提心摄持。在《大集经》中，宝手菩萨曾问虚空藏菩萨：“一切佛法的根本是什么？”虚空藏菩萨答言：“菩提心是一切佛法的根本。一切法住于菩提心上，便得增长。”[[28]](#footnote-28)倘若没有菩提心，表面的善根做得再大，实际上功德也不大。

以上讲的是发菩提心。这方面的内容，我们也曾讲过很多，但此处是以窍诀方式叙述的，希望大家一定要行持。菩提心谁都讲得来，但实际行动中能不能发起，关键要看自己的修证。我们现在并不赞叹修成五眼六通，或者看见明点、通达光明，这些特别高的境界暂且不谈，最需要的，是先想办法具足菩提心这一基础，以令自己所作所为成为大乘善根，这样一来，做任何事情肯定是为了众生，第一个发心殊胜便已具足了。否则，这一点都不具足，许多修法真的会很糟糕！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第四节课

思考题

13、请以教证概述密宗有何特点？请具体阐明密宗哪方面与显宗相同，哪方面比显宗超胜？对此你有什么认识？

14、密宗有许多不经苦行即证佛果的甚深方便，归根结底主要依赖于什么？你打算如何观修？

15、观清净心应避免何种错误观念？这是否唯一是密宗的修法？为什么？请引用公案进行说明。

16、听闻佛法的时候，应当怎么样观清净心？请一一阐述不同的明观方法。你会用哪一种？

17、什么叫做“本来常有相续轮”？明白这一点，对你有哪些帮助？

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！

这次传讲《大圆满前行》，我有几个目标：第一、给大家打下坚实的佛教基础；第二、令皈依多年的人在一两年中尽量修完五加行；第三、使那些对密法有成见、有邪见的人，通过这次学习，对密法生起纯洁的信心。大致有这么三个想法。

上一节课讲了显宗的发菩提心：我们在听闻佛法时，切莫以无记心或不善心来听，一定要发起善心。而在善心中，希求自我解脱的出离心是一种所断，唯一当求利益众生的菩提心。当然，学习佛法的过程中，还是需要出离心的，其中向往解脱的部分并不是所断，要断除的只是想着自己这部分——倘若听课只为了自己解脱，这样发心是不允许的。所以，大家每天听课之前，应详细观察自己的发心，看到底是为自己还是为众生，抑或是什么目标都没有？只有为了众生，才是无伪的大乘菩提心，这是我们需要的发心。

不仅听法、修法要以菩提心摄持，在日常生活中，也应该以自己的能力、智慧、财富，尽心尽力地帮助众生，这对大乘行者来讲不可缺少。尤其在汉地，人那么多，分别念那么重，文化又如是复杂，很多人身心的痛苦极为强烈，若没有佛法的甘露妙药，不要说来世的解脱，纵然是今生的生活，也很难以面对。所以，我们每个人要以自身的力量发一点光，哪怕劝一个人皈依佛门、发菩提心、行持善法、终生不造恶业，这个贡献也非常大。现在无数的人为了一顿饭，一辈子杀害成千上万个众生，如果你依大乘佛法劝一个人不杀生、不吃肉，那么能挽救多少生命？大家可想而知。因此，在短暂的人生中，一定要竭力把佛法传授给别人。

现在我们这样传法，无论制作光盘、整理法本，还是平时授课，其实压力都很大，但哪怕能让一个人得到佛法滋润，这种付出也很值得。包括我身边的许多道友，从早到晚特别辛苦，但我也了解他们的心情，他们这么累，无非就是想让外面的人依靠佛法的智慧甘霖，令心获得宁静、获得快乐，生生世世与三宝结上善缘，踏入光明之道，所以再辛苦也毫无怨言。

其实，你们每个人周围也有很多可怜人，他们对生活的执著、感情的执著、万事万物的执著特别强烈，为了达到自己的目标，一直不断地跟着潮流跑。昨前天一个亲戚告诉我，有个牧民打工两三天，赚了七十块钱，借钱买个手机后，七十块就给手机充值了。我听后触动非常大：这个人也是拼命追求生活质量的一员，他也想跟着时代与时俱进，像其他年轻人一样拿着手机，但因为没有经济来源，每天去给别人打工，藏地尤其快到冬天时，很多活儿都特别累，可他辛辛苦苦赚来的钱全部充进手机里，不用几天就打完了，真的不值得！诸如此类的愚者，在当今社会比比皆是，但他们自己并不知道，一个个为了心中的理想，凭着各自的本事往前冲，就像一群蚂蚁在赛跑一样。这些人不要说大乘空性观、密宗清净观，连最简单的前世后世、善恶因果，也是一窍不通。看到阳焰般的生活向自己招手，他们就像孩童追逐彩虹般，拼命地往前奔、往前赶，最终把宝贵的人生都耗尽了，来到人间除了造下如山般的恶业，什么有价值、有意义的事情也没有做。

对于这些可怜人，唯有佛法才能拯救，唯有佛法才能让他们真正快乐，所以我们愿意无条件地付出，哪怕自己倒下去了，也不会后悔。当然，让100%的人都信仰佛教，这是佛陀也办不到的，我们也没有这种想法，但发心令一部分人享受这种快乐，这是每个人应该去做的。就好比有一种新药，我吃了对身体很好，便想把它介绍给别人，建议别人也服用，同样，我们修学佛法多年之后，的确感受到它对众生的利益不可估量，然千千万万的众生与之擦肩而过，就像在水边渴死一样非常可惜，因而愿意站出来唤醒大家，这也是修持菩提心的行为。

菩提心对修行人来讲特别重要，现在你们听受佛法，一定要发愿利益天下无边的众生。发心的力量不可思议，有了这样的发心，因缘成熟时必定可以利益众生。以前法王如意宝座下的很多弟子，有些当时很出名，但后来出现各种状况，没有利益众生就圆寂了；有些当时虽然不出名，但发心的力量非常强，正因为如此，后来在世间饶益了无量众生。所以，利益众生不一定非要你智慧超群，也不一定非要能力卓越、财产富足，只要真有一颗善心，到了一定的时候，就有能力饶益无边有情。

当然，菩提心不是像传达文件一样，口头上说说就可以了，而务必要实地修持。像我们的话，修菩提心几十年了，不敢说得圣者果位，但凡夫人该得的加持也得到一些，尤其是对释迦牟尼佛的不退转信心、对上师的感恩之心，永远铭刻在自己心中，同时愿意跟众人分享。倘若继续一层层地努力，证得圣果也会指日可待，那时候烦恼与障碍全部断除，利益众生的境界更会妙不可言。因此，大家对菩提心应时时串习，哪怕坐车时看到路边一只狗被车压了，也应该念几句观音心咒，将此善根回向给它。如是一点一滴积累，最终定可使身心得以转变，这是真正的“见修圆融”。

以上讲了菩提心的重要性，下面讲密宗的发心。对有佛教基础和密宗见解的人来讲，这种发心相当殊胜，但从未接触过密法、甚至对大乘空性法门一窍不通的人，不一定能观得起来。不管怎么样，这种观清净心非常重要。

丙二、广大方便秘密真言之发心：

关于密宗的特点，诚如《三相灯论》所云：“一义亦不昧，不难方便多，是为利根故，极胜秘密乘。”颂词中的“一义”，是指密宗与显宗在究竟成佛的目标上没有差别，都承认通过最初发菩提心、中间积累二大资粮，最后能现前色身与法身双运的佛果。然而，在见解、修行、行为、根基方面，密宗确实超胜于显宗。这种说法，也许个别人一下子接受不了，但如果你认真地闻思密宗续部，然后再了解显宗经论的观点，两相对比之下，就会明白密宗有其殊胜之处。

现在汉传佛教有些人对密宗最不理解的，就是即生成佛和烦恼转为菩提的道理。实际上，禅宗的许多特色跟密宗相似，如果你排斥密宗，那禅宗顿悟法门恐怕也值得怀疑，因为禅宗也承认依靠师父的指示、法本的加持或者参话头，利根者当下能明心见性，获得圣者果位，这一点跟密宗是相同的。当然，显宗与密宗的差异，凡夫人以分别念判断相当困难，所以我们理应先去闻思，之后才能明白哪个殊胜、哪个不殊胜。

这里讲了，密宗在四个方面胜过显宗，具体而言分别是：

一、“不昧”：见解方面不愚昧。见解分为胜义、世俗两种，在抉择胜义时，显宗虽然依中观理论承认远离一切戏论的大空性，但并没有像密宗一样，如实抉择光明如来藏的本体；在抉择世俗时，显宗虽然承认万法如幻如梦、现而无自性，但并没有像密宗一样，通达一切显现是五智、五佛身的本体。所以在这方面，显宗不如密宗。

二、“不难”：行为方面不难。密宗依靠殊胜的直指方法，可将五种妙欲直接转为道用，不舍烦恼的同时证得菩提，地道顿时获得圆满。它不需经历极大苦行，就像国王恩扎布德那样，可以一边享受世间的欲妙，一边通达心的本性。这跟汉地禅宗非常相似。

三、“方便多”：修行方面具诸多方便。密宗有生起次第、圆满次第、生圆无二大圆满等许多不共修法，生起次第又分有相、无相之别，圆满次第又有风、脉、明点的观修方法，同时，上师们的窍诀开示也不胜枚举。这些方便方法，在显宗经论中并不明显，只是以隐藏方式叙述的。

四、“为利根”：根基方面是利根。“根”分为涅槃五根——信根、进根、念根、定根、慧根，其中最根本的是信根。如果对上师和密法有强烈信心，弟子当下即可开悟，这类现象在密宗历史上非常多。

这四个方面，是显宗所不及的。乍听之下，对显宗闻思时间较长、对密宗道理不熟悉的人，可能有点接受不了，我也遇到过很多法师，他们讲不出什么理由，但就是不愿承认这种观点。不过也情有可原，这需要一个过程。其实密宗揭示的是显宗的隐藏义，若不借助密宗的窍诀，很难以揭示《华严经》、《妙法莲华经》等显宗甚深经典的隐藏义。一个人如果只精通显宗，不可能解释得了密宗；但一个人如果精通密宗，肯定能把显宗讲清楚。

你们若对密宗不甚了解，可以找精通密宗的法师进行交流，千万不要信口毁谤，甚至排挤、舍弃密宗，造下特别可怕的恶业。我并非因为自己是学密宗的，就开始拉拢别人，拼命给别人宣传密宗多么好，而是站在公平立场上，客观评价得出的结论。我自己平时跟人交谈、处理问题时，坚持的唯一原则就是公平，虽然有些人可能不这么认为，觉得我好像偏向某一方，但我扪心自问，的确可以说问心无愧。

我对密宗的信心不是一种盲目，毕竟学习这么多年了，有些道理还是比较懂。那天我给一个道友开玩笑：“我没有博士帽，但博士的学问应该有。”他问为什么，我说：“世间学问很简单，我虽然没上过大学，但读书时那些课程非常容易，如果有因缘继续读下去，考个博士不是很难。现在有些比我还笨的人，已经拿了一两顶博士帽了。”其实跟学世间知识比起来，我出家后才懂得什么叫精进。原来我的一个师范老师说：“你以前读书时很精进，不知道后来出家怎么样了？”我说：“那个时候我特别不精进，天天做一些非法的事情，非常惭愧。自从出了家，才知道利用所有时间专心致志学佛。”二十多年的时间，我都用在闻思修佛法上了，其中学习密宗占了一半，自己对密法越研究，就越起信心。有些外行批评密宗如何如何，这种人不一定很聪明，即使聪明，也没有我们学的时间长。通过这么多年学习研究，我确实发现要精通佛教的话，最好先对密宗道理总体上了解。当然，完全通达对凡夫人来讲很困难，不过至少也要懂得：显宗的一些经典其实跟密宗观点无二无别，但密宗有许多殊胜的窍诀和能力，这是不可否认的。

一讲到密宗殊胜，你们也不要认为这是藏传佛教的说法，它是非常符合事实的语言。不承认这个就不承认真理，不承认真理的人，跟他辩论也没有用。密宗不仅入门的途径多之又多，积累资粮的方便也不乏其数。光是一个七支供，按照密宗窍诀来宣说，它的修法就非常多。还有上师瑜伽、生圆次第，每个道理既符合显宗教义，也符合众生根基。现在汉地之所以这么多人学密宗，来了个藏传佛教的大德，许多人都去纷纷拜见，一方面是他们与密宗有殊胜因缘，另一方面，也是因为密宗有很多不经千辛万苦即能现前圣果的甚深方便。

这些甚深方便，归根到底依赖于转变意乐——观清净心。前段时间，学院几个发心人员去我的寺院，拜见了八十多岁的拉雪堪布，在他面前问了一些佛法，并拍成录像。事后我看了一下，他老人家给他们主要讲了三点：一、要看破世间，世间没什么可留恋，一定要发起出离心；二、现在芸芸众生非常可怜，要尽心尽力帮助他们，发起菩提心；三、最根本、最重要的，就是一切万法本来清净，可众生因无明烦恼所覆盖，见不到一切万法的真相，所以要观清净心。他讲了三点，尽管语言很少，但所讲的内容都是精华。我当时也赞叹道：“你们这次去参拜，还是很有收获的。老修行人的语言没有花言巧语，现在人或许不喜欢听，但讲的都是小大乘的根本，尤其是密宗观清净心，这个很重要！”

所谓的观清净心，并不是将本来不清净的东西观为清净。麦彭仁波切在《定解宝灯论》中也说，假如认为轮回本不清净，却非要把它观为清净，这就如同把装有呕吐物的瓶子，使劲观为清净一样，是非常可笑的事情[[29]](#footnote-29)。

实际上一切万法本来清净，这在密宗中讲得非常清楚，即使有人不承认密宗，显宗了义经典中也提到了这方面的道理。例如，显宗《维摩诘经》就有一个具髻梵天的公案[[30]](#footnote-30)，在《大幻化网》中曾引用过，其内容是这样的：

一次，佛陀给大众开示“随其心净，则佛土净”的道理。当时舍利子听后，心生怀疑：“如果说心净则佛土净，那世尊因地时心岂非不清净，要不然他的娑婆世界怎会如是杂乱秽恶？”佛陀知道他的心念，问：“盲人看不见天上的日月，是日月的过咎吗？”舍利子回答：“不！是盲人自己的问题，非日月之过。”佛陀说：“同样，我的佛土非常清净，只是众生见不到而已，并非如来的过咎。”

此时，螺髻梵王（具髻梵天）对舍利子说[[31]](#footnote-31)：“你不要认为娑婆世界不清净，在我的眼中，释迦牟尼佛的刹土清净无垢，宛如自在天宫。”舍利子不相信，说自己所见的全是泥石瓦砾、丘陵坑坎，冬天路上都是冰，走路不方便，城市里都是密密麻麻的车——他这个倒没有说，我发挥得太过分了！

于是佛陀以脚趾压地，顿时三千大千世界庄严无比、极其清净，呈现出无量的功德。舍利子见后叹为稀有。佛陀说：“我此佛土恒常清净，只不过你没有见到罢了。譬如天人享用同一食物，由于各自福德不同，所感受的味道千差万别，同样，众生因为业力有异，有些人见不到此土功德庄严。心清净的人，才能见到诸法清净。”佛在《华严经》中也说：“众生心净故，得见清净刹。”

因此，《华严经》、《维摩诘经》、《入楞伽经》等显宗经典的观点，跟密宗所提倡的观清净心完全一致。你们不要认为，观清净心只是密宗的说法，实际上，若把汉传佛教这几部经典研究一下，里面有许许多多观清净心的教言。如果你从来没接触过密宗，单纯以显宗窍诀讲《华严经》、《维摩诘经》，许多道理不一定解释得来。所以，显密各派应当互相圆融，才能得到释迦牟尼佛的究竟密意。

在修行过程中，观清净心转变意乐很重要。《文殊根本续》也说：“诸法即缘故，住于意乐上。[[32]](#footnote-32)”万法依靠因缘而生，因缘又住于意乐（心）之上，心清净则一切皆清净，心不净则一切皆不净。你的心怎么样安立，万法就会怎么样显现。续部中也有很多教证说：心清净的话，纵然是地狱，也能看成清净刹土；心不清净的话，即使是极乐世界，也会视为不清净的地方。比如心清净的人到了五台山，就会觉得那里跟人间天堂没有任何差别，出家人个个威仪庄重，山山水水均是般若法身；而身心有污染的人，只觉得山是普通的山、人是烦恼深重的人，从那里回来一无所得。

所以，心清净与心不清净有极大差别。有了清净心，一切均会随之清净。《圆觉经》云：“众生国土，同一法性；地狱天宫，皆为净土。”智者大师在《摩诃止观》中也说：“魔界即佛界。”对分别念较重的人来讲，魔王波旬的世界不可能与佛陀的世界同日而语，然而在究竟义中，万法在胜义中远离戏论，世俗中是清净平等的。

显宗的最高见解，只抉择了远离戏论的大空性，而观清净心方面的教言，在《华严经》、《维摩诘经》等中提是提了，但只是以比较隐藏的方式提出，并没有作详细阐述。其实，佛教的真正观点是一切法皆清净、烦恼皆为菩提，所以，密宗才能圆满解释《六祖坛经》。如果不懂密宗，光是说“烦恼即菩提”，很多人不一定理解——“贪嗔痴烦恼是要舍弃的，每个佛教徒不愿接受，怎么会是佛陀的智慧呢？”“若如此，佛陀和众生岂不是变成一体了？”……很多矛盾会在脑海中不断地浮现。但若有了密宗见解，你就不会这么想了。

因此，我们首先要懂得转变意乐，明白现在的所见所闻，全是清净刹土的游舞或显现，只是自己以无明烦恼不能照见，就像胆病患者把白色的海螺看成是黄色的一样。如果依靠善知识的教言，于一切威仪中观清净心，那密宗的见解自然而然会生起来。

密宗的见解，并非与显宗完全绝缘。有些人认为学显宗就发菩提心，学密宗就观清净心，这种分界是大错误。发心要视你的根基而定，如果你只能发菩提心，听课时可为了利益众生而发心；如果在此基础上，明白一切本来清净，这并不是把坏人强迫地观成好人、烦恼特别重的人非要观成智慧多的人、黑色的炭硬是观成白色的，而是它的本体原本如此，那就可以观清净心。

万法本来是清净的，我们之所以看不见，是因为自己的心有问题。以前国外有个牧师，他对玫瑰花过敏，有一次他在教堂给别人讲课，突然发现旁边放了两盆玫瑰，立即眼泪鼻涕直流，喷嚏更是接连不断，一堂课讲得很不成功。事后他骂管理人员：“你明知我对玫瑰花过敏，为什么还给我摆这个花？”管理人员说：“我放的是两盆塑料玫瑰，没想到你对假花也过敏。”可见外境中不存在实有的不清净，一切都是自己的心在作怪，心可以把真的当作假的，也可以把假的反认为是真的。

其实万法没有一个是不清净的，包括我们的贪心、嗔心，一旦反观它的本体，也完全是智慧的妙用。《大幻化网》等密续中有许多这方面的推理。既然意乐如此重要，我们在闻法时，不管对传法的上师、听法的道友，还是传法的处所，都不能看成是平庸不净的显现，而应当明观五种圆满。

密宗的五种圆满，就像记叙文一样，包括人物、时间、地点等几个要素。按照有些上师的观点，其明观的方法是：

要么，把传法之处观想成印度鹿野苑，传法上师观为本师释迦牟尼佛，闻法眷属观为五比丘与八万天子，闻法时间观为佛陀成道四十九天后，所传之法是第一转法轮——四谛法门。

要么，把传法之处观想成印度灵鹫山，传法上师观为本师释迦牟尼佛，闻法眷属观为舍利子目犍连等五千比丘、众生主母等五百比丘尼、给孤独施主等优婆塞、萨嘎玛等优婆夷及其他无量众生，闻法时间观为佛陀说法十二年中，所传之法是第二转法轮——般若法门。

要么，把传法之处观想成广严城、王舍城、人间天界等不定地方，传法上师观为本师释迦牟尼佛，闻法眷属观为共同和不共的天龙夜叉等无量众生，闻法时间观为佛陀说法三十二年中，所传之法是第三转法轮——分别法门。

或者可按密宗所说，把传法之处观想为远离一切戏论、无法用语言描述、诸法自性清净的密严法界宫；传法上师观为一刹那于自现获得证悟的法身普贤王如来[[33]](#footnote-33)；闻法眷属观为如来密意传、持明表示传的勇士勇母及男女本尊之自性，不能想“这个是居士，那个是出家人”、“这个人格不好、那个长相太差”，而应把他们观为宝生佛、不动佛、白衣佛母、法界自在母等如来密意传的圣尊，或喜金刚、文殊友、布玛莫札、嘉纳思札、莲花生大士等持明表示传的圣尊，以及男女本尊的自性。

要么，把传法之处观想为铜色吉祥山莲花光宫殿（一世敦珠法王等伏藏大师在净见中都见过，藏传佛教好多寺院也专门修了十三层的莲花宫）；传法上师明观为莲花生大士；闻法眷属观成八大持明[[34]](#footnote-34)、君臣二十五尊[[35]](#footnote-35)及勇士空行的自性。

要么，把传法之处观想为东方现喜刹土；传法上师观为报身金刚萨埵；闻法眷属观成金刚部尊众——勇士勇母、男女本尊的自性。

要么，把传法之处观想为西方极乐世界；传法上师观成无量光如来（阿弥陀佛）；闻法眷属观想成莲花部尊众的自性。修净土法门的可以这样观。

（根据个人的信心不相同，可把传法上师观为阿弥陀佛、释迦牟尼佛，也可观为莲花生大士、弥勒菩萨等其他本尊。《入楞伽经》中说：“众生心涅槃，本性常清净。”通过这种方式闻法，自相续肯定得到圆满加持。

曾有弟子问米拉日巴尊者：“您是谁的化现呢？”尊者说：“我是谁的化现并不重要。即使我是三恶趣众生，但如果你把我看作金刚持如来而祈祷，同样会得到金刚持如来的加持。”后来乔美仁波切讲上师瑜伽时说：“你们一定要记住米拉日巴尊者这句话，就算给你传法的人是地狱、饿鬼中转来的，若把他观作普贤王如来、莲花生大士等圣尊，同样也能得到圣尊的加持。”

昨前天很多人问：“我上师是觉囊派的，我上师是汉地和尚，修上师瑜伽的时候，我可不可以把他观成莲花生大士呢？”其实是完全可以的。根据米拉日巴尊者和乔美仁波切的教言，只要你有信心的话，可把对自己法恩最大的根本上师观为任何圣尊，然后在他面前祈祷。

不过，有个别道友认为：“假如上师是法王如意宝等公认的大成就者，这么观想倒还可以，但如果是其他人，这样观就有点困难了。尤其是我们班的小法师，要把他观成莲花生大士，简直差太远了！”如果你分别念这么重，即使真正的莲花生大士来到面前，你也不一定观清净心。）

无论是以上哪种明观方式，法圆满都是大乘法，时间圆满都是本来常有相续轮。

所谓“本来常有相续轮”，是密宗不共法语，意为永不间断。《妙法莲华经》中有一句话是：“为度众生故，方便现涅槃，而实不灭度，常住此说法。”释迦牟尼佛示现涅槃，只是度化众生的方便，而实际上佛陀永不涅槃，恒时住于世间说法。藏文《妙法莲华经》中也说：“佛陀无涅槃，正法无隐没。”（以前法王朝拜灵鹫山时，在山下说：“六世达赖喇嘛来到此处时，见到此山堆满了经书，我现在所看见的一切都是光明，真正现前了佛经中所说的‘佛陀无涅槃，佛教无隐没’的境界。”）

从显宗的角度讲，释迦牟尼佛已示现涅槃，佛法住世五千年[[36]](#footnote-36)之后，终有一天会隐没消失。但从密宗的角度而言，其实佛陀没有出世与涅槃，正法也没有兴盛与隐没，一切都是恒时存在，这就叫“本来常有相续轮”。

这样的道理，只有在密宗中可以解释。希望大家听法的时候，要好好地思维、体会。这次也是一个机会，没有让你们灌顶就传授密法，你们应该生起欢喜心。本来我不能讲得太广，但因为以前学得比较多，这边漏一点、那边漏一点，还是说了一些，不过没讲特别深的修法。无论如何，你们理应懂得密宗的殊胜性，这一点十分重要！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第五节课

思考题

18、请以上师为例，说明一切万法本来清净。并具体分析，上师是三宝、三根本、三身、三世佛的总集。

19、惹琼巴梦中去邬金净土时，听到了什么不可思议的事情？这对你有哪些启示？

20、为什么说上师的恩德胜过诸佛？有人认为这只是密宗的片面之词，你对此是如何看待的？为什么？

21、我们应当怎么样对道友观清净心？这是基于什么理论？请引用教证加以说明。

22、在闻法时，什么叫做法器之三过？此三过如何依次障碍闻、思、修？你平时具有哪些？今后打算怎么做？

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！

以菩提心听闻佛法的道理已经讲完了。以密宗的观清净心来听法还没有讲完，今天接着讲：

通过以上分析，我们务必明确的是，之所以要对器世界和有情世界观清净心，是因为原本这些就是如此清净——有情世界跟如来、菩萨无有差别，器世界跟极乐世界、现喜刹土无有差别，并不是本不清净而硬观为清净。

这是密宗非常重要的宇宙观，在显宗中是否也存在呢？我前面讲过，显宗的《华严经》、《妙法莲华经》、《入楞伽经》等大乘了义经典，以及龙猛菩萨的《法界赞》、弥勒菩萨的《宝性论》等了义论典中虽然曾提过，但并没有像密宗那样，举出种种理由广泛地阐述，而只是以隐藏方式宣说的。实际上，密宗任何观点在显宗中都能找到。正因为如此，无垢光尊者在《大幻化网大疏》、麦彭仁波切在《大幻化网总义》中，引用了大量显宗经典的教证，以成立密宗的合理性。

我们学过密宗的人的确认为，没有通达密宗的话，很难以解释显宗的甚深奥义。故希望汉传佛教的修行人，对显经、密续均要闻思，如果只了解一部分，就断章取义地大肆评价，于不合心意的部分加以诋毁，恐怕对自他不会有好处。大家要明白，密宗的发心是至高无上的，这并不是我们自夸自赞，现在东西方许多人通过闻思修行也都完全了解这一点。所以，自己不懂的地方，应当互相沟通学习，倘若对不了解的部分随便毁谤、污蔑，一旦认识到真相，肯定非常后悔。因此，学习佛法要完整全面，这样才能保护自他的相续，同时不会随意造恶业，还能积累福慧资粮。

密宗本来清净的观点，续部中有很多教证，但这次我不用，尽量用显宗的经教来解释。如显宗《入楞伽经》云：“圣人见清净，生于三解脱，远离于生灭，常行无相境。[[37]](#footnote-37)”意思是，圣者现见万事万物皆为清净，如此能生出三种解脱，远离整个轮回的生灭，恒常行于无相寂灭的涅槃究竟处。这就是佛法的真理，此真理在显宗、密宗的教典中均有宣说，只不过有些人被无明愚痴蒙蔽了慧眼，没有能力如理如实地照见这一切。

在闻法的时候，昨天讲了要明观五种圆满——上师是佛陀，处所是佛刹，眷属是佛的眷属，法是大乘佛法，时间是永恒的。虽然处所、法、时间均可一一证明其清净性，但此处不作广说，仅以上师、眷属为例，说明一切本来是清净的。

一、上师

上师是三世诸佛之本体。佛在经典中也说，上师是诸佛的化现，其本体与佛陀无二无别。比如佛陀示现涅槃之际，曾对阿难等有缘眷属说：“阿难莫哀伤，阿难莫哭泣，我于未来时，化为善知识，利益汝等众。”意即你们不要伤心，也不要哭泣，我将于未来时代，以善知识的形象利益你们。这个教证亦可说明，一切具有法相的上师，全部是佛陀化现，与佛陀的本体无有差别，就像大海与波浪的关系一样。

关于此理，下面进一步阐述：

1、上师身是僧众的本体：上师的身体住于清净戒律，令无量众生的身心暂时趋入善法，究竟得到无上解脱。这与僧众的特点相同。

上师语是妙法的本体：上师的语言宣讲三藏十二部等殊胜教言，给无量众生的相续中种下善根，最终断除一切烦恼障和所知障。这与妙法的作用一致。

上师意是佛陀的本体：从自性住佛性[[38]](#footnote-38)来讲，每个众生的心与佛陀无别，上师也不例外；从修增长佛性来讲，上师的心已远离一切戏论，恒时住于无离无合、本来光明的境界中，这即是佛陀尽所有智与如所有智的本体。

所以，上师是三宝的总集——在显宗中，可以说上师跟三宝的本体没有差别，或者三宝通过上师的方便让众生得以成就；在密宗中，把上师看作第四宝，如续部云：“佛法僧三宝，上师第四宝。”

2、上师身为上师：一切诸佛在引导众生时，化为人的形象进行饶益，这就是上师的身体。

上师语为本尊：上师口里说出的语言，如果依教奉行，就能获得成就。这如同修持观音菩萨、文殊菩萨等本尊而得成就一样。

上师意为空行：凡是证悟大悲、空性的圣者佛母，均称之为空行。如云：“空性的虚空中，大悲的妙力任运行持。”由于上师始终安住于大悲、空性的境界中，故上师的密意就是空行。

通常来讲，上师是加持的来源，本尊是悉地或成就的来源，空行是事业的来源，三根本要分开修。但究竟而言，上师就是三根本的总集。

有些大德认为本尊和上师不是一体，见到本尊时，选择向其顶礼，而没有向上师求悉地，最后本尊坛城全部融入上师，以这种缘起，他这一生没有获得金刚持果位，解脱成就因此而拖延，这种现象在印度高僧的传记中也比较多。所以，从某一个角度讲，上师应该胜过本尊。无垢光尊者在《虚幻休息》中也说：“修上师瑜伽的时候，上师的面相不能改变[[39]](#footnote-39)。为什么呢？因为续部中并没有说依靠本尊能即生成就，而全部说是依靠上师迅速成就。”

3、上师身为化身：上师的身体在孩童时代，纵然跟其他小孩玩耍嬉戏，这种行为也能给他人植下解脱的种子；在年轻或中年时，通过转妙法轮，可令许许多多众生获得解脱；最后示现圆寂，能让无量众生感悟无常之理。因此，上师的身体完全是利益众生的一种幻化身。前面那个教证也说——“化”为善知识，所以上师就是佛陀的化身，这一点通过教证可以成立，通过理证也可以成立。

上师语为报身：语言清净和风清净时，在所化清净众生面前所现之身，就是报身。而上师的语言清净，在证得圣果的有情（登地以上）面前，全是与报身无别的一种妙力，这种妙力即是所谓的报身。

上师意为法身：上师的心识与法界光明无二无别，而法界光明的智慧实际上就是法身。

所以，上师是法、报、化三身的总集，而且上师的三身遍于整个法界。这并不是分别念强迫去观想，而是本来就这样。然而，很多人根本不知道，他们因为心不清净，见不到上师的无上功德，只见到上师有生老病死、贪嗔痴、种种不如法行为。因此，圣者见什么全是圣者，凡夫见什么全是凡夫。

关于这个道理，我顺便讲一个故事，这也是米拉日巴尊者传记的缘起：曾经有一次，米拉日巴尊者在雅隆地方，准备给惹琼巴等有缘弟子传授大乘妙法。前一天晚上，惹琼巴做了一个梦，梦中去了邬金空行净土。当时不动佛给大众宣讲了过去诸佛菩萨稀有、微妙的精彩传记，接着又讲了帝洛巴、那若巴、马尔巴三位上师的感人事迹。要散会的时候，不动佛对大家说：“一切传记中最稀有、最伟大和最动人的，要算是米拉日巴的传记，明天你们再来听吧！”

惹琼巴听到几个人私下议论：“米拉日巴尊者如今在什么地方啊？”“米拉日巴尊者吗？他不在东方现喜净土，就在普贤王如来的常寂光土……”他心里暗想：“尊者现在明明是在西藏，为什么说在清净佛刹呢？”

后来惹琼巴从梦中醒了过来，那时天已快亮，他心想：“这次到邬金刹土去听法，完全是上师的加持。那里的人说上师在常寂光土或现喜净土，我们却以为是在西藏，与我们没有什么不同，一样过着人的生活。哪里知道上师早已成佛，与十方诸佛等无差别，法身遍满宇宙，报身、化身的变化更是不可思议。我们自己业障深重，见圣人亦如见凡夫，真是诬蔑了圣者！”他转念又寻思：“昨晚的梦，不是一个寻常的梦，是空行叫我向上师请法的暗示，我一定要祈求上师宣说稀有传记！”于是他向上师请求，米拉日巴尊者就开始叙述自传……

这个自传，张澄基以前翻译过，汉地有缘众生读了以后，的确非常非常感动。我们藏地很多修行人依靠它的不共加持，内心也完全得以转变。记得我在读中学时，左手生病化脓，差点死了，当时有一个藏医，他是位老修行人，天天用藏药给我治疗。还有个喇嘛叫丹增嘉措，每天晚上给我们读米拉日巴的传记。当时政策没有开放，我们害怕被人发现，就把院门、房门关得紧紧的，三更半夜才开始听。那个喇嘛读的时候，常常热泪盈眶，激动得不能自禁。我那时虽然比较小，读中学一年级，但依靠传记的殊胜加持，到目前为止，很多道歌的内容、感人事迹仍记得清清楚楚。

通过刚才的公案可知，上师无论于你面前显现何种形象，其本体实则与十方诸佛无别，都是通过不同的方式在度化众生。这方面，法王如意宝在梦中见到托嘎如意宝时讲了很多窍诀[[40]](#footnote-40)，诸位道友应该非常清楚。

因此，对上师理当观清净心，了知上师绝非一般凡夫人，只不过因为我们有无明烦恼的病，看到再清净的东西也觉得不清净。实际上通过教证和理证来观察，外在环境也好，传法上师、听法道友也好，全部都是清净的，这是最强有力的事势理。当然，对佛教不是特别精通的人，讲太多了他也不一定接受，但即使不接受，也无法改变这个事实。

4、上师是过去诸佛之化身：《中观庄严论释》说，如理如法地讲经说法的上师，其实就是佛陀的化身。佛陀不一定以自己身体来传法，他可以在人面前化为人的形象，动物面前化为动物的形象，地狱众生面前化为地狱众生的形象……所以在人群中，佛陀一般以普通上师的形象来度化众生。

上师是未来诸佛之源泉：上师讲经说法之后，众生的相续会得以成熟。若没有上师开示，劝众生发出离心、菩提心，未来那些佛显现上也不可能出现。

上师是现在诸佛之补处：十方世界的诸佛现在住于清净刹土，上师是他们的补处或代表。为什么这样说呢？因为弘扬佛陀事业者肯定是佛，如果不是佛，一般的凡夫人不可能利益那么多众生，弘扬那么大的事业。以前有些老上师也说过：“法王肯定是诸佛的补处。他若是一个凡夫人，在当今末法时代，不可能将佛法弘扬得如是广大、如是成功！”

因此，上师是三世诸佛之本体。而且上师摄受了我们这些贤劫千佛也未曾调化的浊世众生——当然，贤劫千佛并未全部出世，这里的意思是：往昔的迦叶佛、释迦牟尼佛等来到人间，而业力深重的我们并未得以调化，那么，即使贤劫千佛统统来了，也不一定能调化，唯有以上师的形象慈悲宣说妙法，才能真正摄受我们。所以，从慈悲与恩德方面来讲，上师已胜过了诸佛。

有些人认为：“密宗宣称上师超过诸佛，这简直大逆不道！”其实，这是他孤陋寡闻而已。不仅是密宗有这种说法，显宗中也不乏其数。无垢光尊者在《大圆满心性休息大车疏》中，引用过显宗《无垢虚空经》的一个教证：“阿难，诸如来非于一切众生前显现，而现为善知识宣说佛法，令播下解脱种子，故善知识胜于一切如来。”这已经非常明确地说了，善知识胜于一切如来。因为在末法时代，如来不可能于众生面前显现，而上师在娑婆世界中，可以见解脱、闻解脱的方式跟众生结缘，最后令其获得成就。

所以，与上师结缘的功德非常大。无垢光尊者说：“具德上师即法王，住于何处等诸佛，令凡见闻念触者，悉皆摧毁诸轮回。”具有德相的上师，是三千大千世界的大法王，他无论住于何种环境、何种处所，跟十方诸佛没有差别，不管众生与之结上善缘恶缘，只要见到他、听到他的声音、心里忆念他、身体接触他，皆能直接或间接摧毁轮回的恶劣种子。法王如意宝没有圆寂的时候，我们也经常这样想：凡是见到上师、上师对他摸个顶、听到上师声音、心里观想上师的人，得到的利益实在无法估量。无垢光尊者还说：“佛说刹那念上师，胜过劫修生次第。”一刹那间忆念上师，其功德远远胜过一大劫中观修生起次第和圆满次第。可见，忆念上师、见到上师的功德无法想象。

原来上师如意宝去加拿大时，有一天生病了，晚上给众人讲课时，所有的时间没有用完。当时有个西方人对密宗信心非常大，他说：“今天上师虽然讲得不多，但大家能见到上师、听到上师的声音，已经心满意足了！”的确，对有智慧的人来说，上师给他传法、念咒当然很好，但即使没有这个条件，听到上师的笑声、咳嗽声，也能播下解脱的善妙种子，直接或间接斩断轮回的根本。

因此，想获得解脱的人，一定要依止善知识。在《中般若颂》中，佛陀也对须菩提说：“欲得遍知佛果者，当依善知识。”依止之后必须观清净心，否则，觉得上师说得不对、想得不对、做得不对，天天在座下观上师的过失，自相续会被各种罪业所染污。有邪见的人，就算依止断证圆满的佛陀，也能挑出许许多多过失，譬如善星比丘依止佛陀二十多年，结果尘许功德也没有发现，唯一看到的就是过失，最后自己也堕入恶趣。所以说，观清净心最有功德，观过失没有丝毫利益。

总而言之，从密宗清净观的角度讲，上师的本体跟佛陀无有差别。《密集金刚》云：“上师即佛亦即法，如是上师即僧众，一切能作乃上师，师为具德金刚持。”意思是说，上师是功德圆满、相好庄严的佛陀，上师是令众生解脱的教法和证法，上师是把无量众生引入解脱道的僧众，所以一切能作皆是上师，上师就是具德金刚持。

大家在依止上师的过程中，不要把上师当成一般人，堪布阿琼在《前行备忘录》中引用教证说：“如果把上师看成人，那只能在狗前取悉地了[[41]](#footnote-41)。”假如你对上师有虔诚信心，心里经常忆念，上师的加持和力量无形中会融入你心，令解脱种子慢慢苏醒；但若相续中沾满各种邪见垢秽，那么，你的菩提苗田不可能发芽。所以我们要经常观察自相续，一旦对上师看过失、有不良想法，应马上念诵祈祷文、修金刚萨埵等来忏悔。如果你实在看不到上师的功德，观不起清净心，那也应该想：“上师毕竟是一个众生，众生都具有如来藏，从如来藏的角度讲，我不能观察上师过失。”——该笑的地方怎么没人笑啊？不精彩！

二、眷属

闻法道友表面上虽有贪嗔痴等各种过失，但每一个人无不具足如来藏。佛陀在《三摩地王经》中云：“一切诸众生，皆具如来藏。”弥勒菩萨通过三个理证[[42]](#footnote-42)也成立“故说诸众生，具有如来藏”。同时，他们获得了珍宝人身，又幸运地遇到了具法相的善知识，承蒙善知识以方便摄受，拥有听受佛法的机缘，可以说这些人都是未来佛。

未来佛和现在佛本体上也没什么不同，只不过是时间迟早而已。每个众生都有如来藏，这是从本体角度讲的，但由于因缘没有成熟，如来藏上的障垢尚未遣除，所以无法现前佛果。倘若通过修行遣除一切垢染，那每个众生都是佛陀。原来我们在读书时，曾跟一个领导说：“你不要太骄傲啊！我们现在虽然正在读书，但过段时间，也会变成跟你一样的领导。”同样，听法的道友虽然现在是凡夫，但过段时间，每个人也会成为佛陀。从这个角度而言，应当将他们视为佛菩萨，而不能观察过失。

《喜金刚·二观察续》亦云：“众生本为佛，然为客尘遮，垢净现真佛。”众生本是相好圆满的佛陀，然而犹如天空被乌云遮盖一样，众生的佛性被无明烦恼障蔽了，所以在轮回中显得愚笨、迷茫、有烦恼，实际上若能认识到心的本来面目，马上就可以现前佛的一切功德。因此，我们不要将道友看成是坏人，等一会儿下课后，理当互相观清净心，把对方看作文殊菩萨、观音菩萨、大势至菩萨、莲师大弟子奇琼罗扎瓦……

其实，外境的好坏跟自己的心有很大关系：心情不太好的时候，旁边来了什么样的人，也觉得全是坏人一样；心情非常好的话，即使是坏人或敌人，也觉得他长得很好、性格不错、穿着漂亮，就算在街上见到乞丐，心里也乐融融的。因此，心如果清净，众生在你面前跟佛菩萨没什么差别，大家一定要调整自己的心态。

综上所述，闻法之前调整心态相当重要。假如你把传法道场看得十分糟糕，上师视为作恶多端的坏人，旁边的道友也一个比一个坏，那在坏人的群体中，上师所说的坏话，对你的坏相续，不可能有好的利益。上课时心态是很重要的，所以，在上师面前听法，一定要观清净心。这并不是将不清净的东西非观为清净，而是上师和眷属本来清净，通过确凿的教证和理证可以证明。当然，这些若能成立清净，住处观为清净刹土也很容易，《大幻化网讲义》里有非常丰富的教证。

因此，如果你有一定的能力，每次听上师传法时，应以大乘菩提心来摄持，或者要具足密宗清净观。清净观的力量比菩提心更强，假如你真的能观想，那么上师所讲的每个句子，会令你的相续转变特别快。有些人听了短短几堂课，马上就获得不共的悉地和加持，其原因也在这里。

乙二（行为）分二：一、所断之行为；二、应取之行为（应行持的行为）。

丙一（所断之行为）分三：一、法器之三过；二、六垢；三、五不持。

丁一（法器之三过）分三：一、耳不注如覆器之过；二、意不持如漏器之过；三、杂烦恼如毒器之过。

听受佛法的人叫做“法器”，法器在听法的过程中，需要避免三种过失。我们平时也应该详细观察自己，如果具足这三种过失，当下就要远离，否则，所听的佛法再殊胜、再深奥，自己也得不到利益。

戊一、耳不注如覆器之过：

闻法的时候，不管在上师面前，还是在光盘面前，耳识万万不可四处分散，而应专心致志谛听说法的声音。如果耳识不能专注于法义，东边有一个声音，马上散到东边去；西边有一个声音，马上又散到西边去，如此一来，听多少法也得不到利益。

闻法时心首先很重要，心要全心全意、聚精会神倾听上师的法音，一个字一个字地记在心里。我原来也讲过，以前学院有位加秋喇嘛（现已圆寂），他对法王信心非常大，六七十岁的时候，每次听法王讲课，都一字不漏记录下来。有一次，我和他在大经堂后的小木屋听课，听课的过程中，哪怕上师在课堂上开个玩笑，他也会琢磨半天，说：“上师讲了一个很好的玩笑，这个意义很深啊！”然后一丝不苟地记在小本子上。我看了以后特别感动，多年以来，他就是这样依止上师的。

可我们有些人听课时，上师开一个玩笑，觉得与自己无关；上师讲一个教言，觉得对自己没用，将上师的话作了百般取舍，只留下一小部分对自己有用的。实际上，假如你真把上师视作佛陀，即使上师开玩笑、说些无关话题，也能感受到不可思议的利益。我们现在看法王如意宝的有些原话、讲记，当时觉得意义不是很深，只是一句普通的笑话，而如今越去细心体会，越觉得隐藏着甚深的密意。所以，听法时不能像挑食一样，这个不要、那个不要，而必须做到全盘接收、专注听受。不专注的话，就如同在覆口的碗上倒水一般，尽管身居听法的行列中，但上师讲了半天，也好像是对牛弹琴，被你全部当成耳边风，一句法义也没有听清。

其实耳没有专注的话，长两片耳朵也没用。那天我看一个老师正在批评学生，她使劲揪着他耳朵说：“这个是用来干什么的？这个是用来干什么的？”学生起先不吭声，但老师揪得特别凶，他只好乖乖地回答：“这是用来听老师话的。”所以，你们听课时也要摸一摸耳朵——这个是用来干什么的？如果讲了多少法也一句没听进去，那它简直是虚有其表，不是真正的耳朵！

戊二、意不持如漏器之过：

光是耳朵专注听还不行，倘若对所闻之法没有铭记于心，仅仅限于一知半解或敷衍了事，一堂课下来连一个公案、一句法义也没记住，内心犹如一张白纸，讲完后什么印象都没有。那就像漏底的碗中倒多少水也无法留存一样，不管听了多少上师的教言，也不会懂得融入相续而身体力行。

上师传授任何法要，我们都应该努力记住。就算记不住所有内容，起码也要记几个对你管用的问题。当然，每个人的根基不尽相同，什么管用也不能一概而论。那天有个人很烦恼，打电话给我讲半天，我劝了一下，结果她说：“哎哟，堪布您的话对我不管用！我还是给一个活佛打吧，活佛每次说的话很管用。”世人解决问题都要找管用的方法，同样，我们听法时也要记住对自己管用的窍诀，今天记一个、明天记一个，这样听课才没有白费。

其实，听法三种过失，依次障碍闻、思、修：第一种过失（耳不注如覆器之过），是障碍闻慧，耳朵若没有好好专注，佛法不可能听进去；第二种过失（意不持如漏器之过），是障碍思慧，如果一点都没有记住，已经全部漏光了，则无法如实地思维法义；下面讲第三种过失，这是障碍修慧：

戊三、杂烦恼如毒器之过：

在闻法时，倘若动机不良，心存贪图名誉、谋求地位、治愈疾病等过患；或者掺杂着贪嗔痴等妄念，比如，去听课是为了看到喜欢的人（贪），听课时对某人怀有极大嗔恨心（嗔），听了一会儿就昏昏欲睡，不停地打瞌睡（痴）。那么，佛法非但对自心无利，反而会变成非法，如同向有毒的碗中注入甘露一样。

一堂课的时间其实很短，我们听的时候，应该像两天中只吃一顿饭一样珍惜。毕竟一天24小时中，只有1个小时的听课时间，其他23个小时都在做别的事情。这1个小时能断除我们相续中的烦恼根本，具有不可言喻的价值，故一定要把时间、精力全部用上，千万不要杂有任何“毒素”。

如果依靠佛法而造恶业，这没有任何必要。尤其在上师面前听课时，不要把上师当作贪心的对境，也不要当作嗔心的对境、痴心的对境。世间上有那么多人，非要把上师作为贪嗔痴的对境，这是特别可悲的！听法在我们一生中非常难得，内心务必要保持清净，否则，若杂有贪嗔痴烦恼，修行绝对不会成功。所以，第三种过失是障碍修所生慧。很多老修行人也经常说：“修行好不好，要看有没有对治烦恼。如果能够对治烦恼，说明这个人修行很好。”

概而言之，闻法时要断除以上三种过失。大家也应时时观察自己的相续，一发现这些过失就要马上断除。当然作为凡夫人，肯定会有这些过失，但如果没有改，纵然闻法动机很好，也不会有什么收获。

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第六节课

思考题

23、修持佛法的过程中，需要经历哪五个阶段？其各自有什么特点？请以比喻一一说明。

24、闻法的诸多威仪中，哪一条令你最有触动？为什么？请引用具体事例进行阐述。

25、一般而言，怎么样才叫依止上师？为什么？这方面你有哪些经历？现在有何感想？

26、请以比喻描述闻法的三种过患。倘若闻法时杂有烦恼或不良动机，将会导致什么后果？最终可得出什么结论？

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！

正在讲闻法方式中断除法器之三过，略说已经讲完了，现在开始广讲：

印度单巴仁波切[[43]](#footnote-43)曾这样说：“闻法时要像野兽闻声一样；思维时要像北方人剪羊毛一样；观修时应如愚人品味一般；行持时应如饥牛食草一般；得果时应如云散日出一般。”

尊者以这五种比喻，形象地描述了闻、思、修、行、果五个阶段（即其他教言书中的见修行果）。

一、闻——听闻佛法：

正见依靠听闻而产生。我们刚降生于人间时，会不会有佛法正见呢？绝不会有。除了极个别能回忆前世的转世灵童外，一般的凡夫人不要说佛法正见，就连世间的基本道理也不懂。所以，依止善知识听闻之后，正见才能在相续中生起。

世间上有各种错综复杂的学问和学说，在这么多的知识里，我们遇到了佛法，应该说是前世的福报所感。我每次去新华书店，看到琳琅满目的书籍，就会感到自己很幸运——若没有一个殊胜因缘，怎么可能在浩如烟海的知识中，遇到这么伟大的佛教？用现代话来说，佛教是最科学、最完整、最圆满的学说，把一辈子的精力和时间用在这上面，也是非常值得的。因此，我们有幸听闻佛法时，理当如野兽闻声般专注，这在下面还有广说。

二、思——思维佛法：

听完上师所讲之法后，理应逐字逐句地思维，就像北方人剪羊毛一样。

“北方”主要指玉树、青海一带。那里的羊非常多，尤其是到了春天，羊要褪旧毛、换新毛，此时人们把旧毛从下到上全部剪光，绝不会留下一只前腿或后腿不剪。以此说明，我们在思维法义时，要将上师所讲的道理全部细细分析，没有什么好取舍的。比如，今天讲了“人身难得”的引导文，那么你对人身难得的比喻、数量差别等，要一个一个去思维，如是才能对此引生定解。佛法犹如蜜糖，中边皆甜，不可能像有些人认为的，一部分值得接受，一部分有待观察，还有一部分应该舍弃。

三、修——观修佛法：

观修的时候，应该像愚人品尝美味一样，有感觉却说不出来。

愚人吃酸甜苦辣的东西时，明明品尝到了味道，决定有这种感受，但就像哑巴吃糖一样表达不出来。我们修行也应该如此，譬如观想“人身难得”，若只是绝思绝虑，闭目坐一会儿，这不会有什么收获，理应再三思维人身怎么样难得，从而找到一种感觉，这时候才算尝到佛法的美味。

所以，修行佛法一定要深入体会。暂且不谈大手印、大圆满等高深境界，纵然是共同加行中的“寿命无常”、“因果不虚”，如果真正去思维、去观修，也能深深感受到它的意义。

四、行——行持佛法：

行持时，应当如理如实地做到，而且一定要有强烈意乐。就像饥饿的牦牛找到一片草地，它会饥不择食地一扫而光，而不是四处都尝尝。同样，我们现在行持佛法，每一个法义都应在实际行动中身体力行，而不是中间取舍一部分。

五、果——最后得果：

所谓的得果，是指每个修法后的所得之果，不一定是得阿罗汉果或佛果。得果时不能糊里糊涂的，而要像云散日出一样，完全显露实相，没有任何怀疑。例如修“寿命无常”时，一旦无常观在相续中真正生起，则于行住坐卧任何威仪中，不会被常有的念头所转，一切增益将完全遣除，犹如太阳破开乌云而散发出光芒。当然，如果前面的闻、思、修、行没有具足，最后该怎么样也是云里雾里，这说明你的果还没有出现。

以上通过五个比喻，阐明了修持佛法的五个阶段。其实《前行》的每一句、每一个比喻，都有相当甚深的含义。如果你对这些道理好好地了解，然后再反复地思维，行为必定会有所改变。因此，这次讲《前行》，我想讲得细一点，虽然自己智慧有限，但以前在修学的过程中，对每一个道理感触很大，可以说一字一句都曾融入自己的心。现在让我全部倒出来的话，因为语言水平等关系，可能有一定的困难，然而共同思维的时候，也许能起到打开思路的作用，对你们理解有一些帮助。

在五个比喻中，下面主要分析“听闻佛法”必须专注，其他四个比喻则没有广讲：

诚如刚才所言，闻法时要像野兽闻声一样。野兽闻声是怎样的情景呢？有些野兽酷爱听琵琶声，猎人为了将其捕获，一个人弹奏乐器以吸引其注意，另一个人则乘机向它射毒箭，可它根本不发觉，仍旧怡然专注地听着。同样，我们在听受佛法的过程中，无论在上师面前还是电视面前，也要力求做到如此全神贯注，对法一定要有极其虔诚、纯洁的信心。

如果有了这样的信心，从行为上、态度上也看得出来。有些人刚听上师讲法时，好像获得了不死甘露一样，情不自禁地汗毛竖立、泪流满面、双手合十，从其眼神、坐姿、表情也可以了解他的信心。听任何上师传讲任何佛法都要这样，否则，有些人听课时特别勉强，或者一直打瞌睡，或者以不满的眼光瞪着上师，或者非要躲在上师看不见的角落里，这些行为都不如法。按理来讲，在上师面前听法，理当面带笑容，以喜悦的神态闻受。其实，世间的学生也要如此，假如他听课时身体东倒西歪，眼睛一直瞟向窗外，或以特别仇视的眼神盯着老师，那老师的知识很难以灌到他心里。

听经闻法的时候，专注的姿态非常重要，因为闻法的功德不可胜言，上师在传法时，不仅人来恭敬，很多非人也来恭敬。记得《未曾有因缘经》讲了很多闻法的功德，其中有一偈云：“从闻舍非法，行到不死处，仙人敬事闻，诸天亦复然。”意即闻法能舍弃一切非法，从而到达不死之解脱处，故具有功德的仙人，甚至是天人都对闻法十分恭敬。本来天人有天人的傲慢，一般的功德不可能令其折服，但若有人讲法、闻法，天人也会前来恭敬。所以，藏传佛教许多法师在讲经之前，通常要念一遍《普贤行愿品》中的“天龙夜叉鸠槃荼，乃至人与非人等，所有一切众生语，悉以诸音而说法”，以此奉劝人与非人专注地谛听。（但我不具足法师的法相，所以不敢这样念。）

如今世间上有很多“歌迷”、“网迷”等迷惑者，而我们作为修行人，应当成为“法迷”，听闻佛法时要陶醉其中，听上师讲着讲着，你不知不觉就被带到上师所讲的神秘世界去了，这样才能得到佛法的利益。《菩萨地论》也说：“专注属耳，意善敬住，以一切心，思维听闻。”闻法时，我们要竖耳谛听，满怀恭敬，对所闻法义全心全意地思维，尽量断除各种分别杂念，在短暂的一两个小时中一心专注，不要天马行空地胡思乱想。

否则，尽管身体坐在听法行列中，表面上看来循规蹈矩，但心里却杂念纷飞、东想西想，诚如札嘎仁波切所言，一堂课神游了整个世界，下课后什么教言都没记住，这是不应理的。不过，业力深重的人往往在上课时心不在焉，正如六世达赖仓央嘉措所形容的：“常想活佛面孔，从不展现眼前；没想情人容颜，时时映在心中。”（仓央嘉措一生经历比较神秘，他的情歌看似与凡夫的心态相合，直接表露了世人的情感烦恼，在贪心重、执著感情的人看来，与自己内心达成共鸣，但在修行人的眼目中，这些全部是修心窍诀。）他还说：“静时修止动修观，历历情人挂眼前，肯把此心移学道，即生成佛有何难？”这个教言大家应细细品味。

听课的时候，尤其不能随便说话。有些人一听法就打开了绮语伏藏门，讲闲话能说会道，讲佛法就哑口无言、三缄其口。这种人在课堂上胡言乱语，打断别人专心闻法的思路，或者让别人听不到法语而断了传承，以此毁坏自他善根，来世必将转生为鹦鹉等旁生。所以，大家在这短短的时间里，行为一定要如理如法。

现在大多数城市里的人，听闻佛法的行为逐渐有所改善。以前有些人因没有听过佛法，始终觉得法师讲经像老百姓开会，连基本的威仪都没有，看起来特别可怜，一一改也非常麻烦。大概在1991年，我去了四川某个地方，当时听法的有一百人左右，法器的过失他们统统具足，看后心里特别失望。但近几年来，我们通过各种方式推广佛教，让很多人明白了藏传佛教提倡的闻法威仪，在佛经、戒律中讲得很清楚，现在他们的行为越来越如法，从外在行为上，也可以推知其发了菩提心，或者具有密宗的清净见。

在闻法期间，不仅是说闲话、站着听法、随便离开、走来走去、吃东西等不良行为要断除，甚至包括持咒、念佛、诵经、转经轮等一切善行，也要放下来而集中精力恭听。藏地有些老乡不懂这个规矩，法师在讲经的时候，他非常专注地转着一个转经轮，这是不合理的。虽然转一次转经轮功德很大，但闻法的功德远远超过它，听法时心必须要专注，所有的高僧大德都这样讲。而且那个时候，你的念珠也要放下来，有些人在闻法的时候，觉得这个时间不能浪费，一边听课一边默默地念心咒，或者拿《课诵集》或经典来念诵，嘴巴一直动着，这只能说明此人很愚笨，不懂闻法的功德。如果懂得闻法的功德，就会明白闻法较此远远超胜，这时候根本什么都不用做。

曾有一位老堪布在讲《前行》时说，他一辈子念过好几亿心咒，但临死时最有把握的，并不是念了这几亿心咒，而是听闻过一些佛法！然而有些人闻思底子比较薄，对功德的轻重不太懂，包括学院极个别道友，认为念咒语很重要，一边听课一边念咒语或者用转经轮，这都是不允许的。除非上师念传承时特殊开许[[44]](#footnote-44)，此外听任何法师讲课时，心一定要专注。

汉地有些人闻法时坐在沙发上，左手拿一串念珠，右手拿一个转经轮，眼睛看着电视，耳朵听着声音……希望六根都接收到法义。但我觉得这不重要，听课的时候，其他所有善行要放下来，一心一意地边看法本边听受。有些人听法时不看法本，这也不合理。上师正在逐字逐句地作解释，假如你能把这些内容倒背如流，那就另当别论了，但若对法义比较陌生，听上师的课时必须要看书。而且听法时不能左耳听、右耳冒，听完后一个字也记不住，应当将所闻的法义牢记于心，并经常实地修行。

释迦牟尼佛亲口说：“吾为汝说解脱之方便，当知解脱依赖于自己。”上师摄受弟子的最好方法，其实莫过于宣讲佛法。虽然对极少数上师而言，可以像噶举派马尔巴一样，一直让弟子苦行，最后通过不同的方便直指心性，以令其开悟，但对大多数上师来讲，与弟子之间的关系，应主要建立在讲闻佛法上。上师一定要讲，弟子一定要听，听后还要身体力行，这才叫做依止上师。不但依止普通的上师如此，就算依止三界怙主释迦牟尼佛，也是只此一法、别无他途。佛陀利益众生的方法，唯一就是转三次法轮，而不是显示神通等。因此，佛陀对有缘弟子说：“我已开示了趋入解脱的方便法，至于能否解脱，关键看你自己。如果没有好好修持，即使我是功德圆满的佛陀，对你也无计可施。”龙猛菩萨亦云：“解脱依赖于自己，他人不能作助伴。”

在整个轮回生涯中，每个众生全是自来自去。当代著名比丘尼圆照法师（她圆寂后心脏烧不坏）说：“自来自去自三昧，自修自证自金刚。”一切解脱要靠自己，并不是像有些人所言：“我依止了上师您老人家，我的生活费、我的身体、我的证悟……一切统统交给您了！”马尔巴也没有答应米拉日巴这样的要求。上师之所以摄受弟子，就是想通过佛法帮助他，而不是需要一个人给自己提水、背包、拿东西，否则，这种关系也不一定是师徒关系。

所以，上师的责任就是为弟子讲经说法。除了个别大成就者天天让弟子干活，终有一天把鞋脱下来给他一耳光，弟子顿然开悟以外，一般来讲，引导弟子的方法，就是告诉他如何闻法——闻法时不能戴帽子、不能穿鞋，远离三种过失、六种垢染，一定要恭恭敬敬地听受；然后教他如何修法——首先从加行开始修，不要从正行开始修，因为弟子不懂，听别人说正行很圆满，肯定愿从正行开始修，所以上师要告诉他修行次第；还有怎么样弃恶从善，怎么样断除十不善业，怎么样修菩提心……一个一个地给他讲。这样依止上师就起到作用了。

有些弟子依止上师二十多年，成天背个包跟着师父到处跑，但师父从来没传过“诸恶莫作、众善奉行”一句法语，一味地让他修殿堂、修佛塔、放牦牛……就像地主对待奴隶一样，天天使用他、役使他，这是不负责任的行为。如果上师是大成就者，此举有甚深的密意，我们凡夫人也不敢妄加评论，但除此之外，一般而言，在释迦牟尼佛的传承中，上师摄受弟子一定要依靠佛法。

希望我们这边的很多法师以后到世界各地弘法利生时，收弟子的标准，不要给别人剪个头发、取个法名就可以了：“我认可你是我的弟子，你认可我是你的师父，从此之后，我们建立了牢不可破的师徒关系。你不能得罪我，不然就是破誓言者！”——一句法也没有传，破什么誓言？现在社会上有各种奇奇怪怪的现象。所以，摄受弟子必须要传授佛法，传授佛法以后才算是真正的师父！

以上讲了上师，下面开始讲弟子：

作为弟子，其他行为不重要，关键要对上师所讲的显密深法念念不忘，时时刻刻铭记，然后依教奉行，将上师所讲的教言付诸实践，尽心尽力去修持。反之，如果你因烦恼深重，将上师所传的法义抛之脑后而未记在心间，虽然听闻佛法是有功德，但这种功德，小狗、小猫在听法行列中也能得到。若对法义丝毫不能领会，前脚离开经堂，后脚就忘光了，如烧红的铁离开火马上变黑一样，你的相续不会因闻法而有所改变。

所以，在上师传法时，大家当以难得之心，将每一字、每一句牢记于心。华智仁波切、堪布阿琼以及汉地诸大德，在长期依止上师的过程中，对上师非常有信心，将上师视为真佛，故而觉得上师所传之法极其珍贵，竭尽全力记在心里。我们实在记不住的话，也应想方设法用其他方式记录下来。以前学院的有些道友，将每个上师所讲的全部录在磁带上，最后离开学院时有好几袋，这也是对法希求的一种表现。可是现在有些人对闻法有种厌烦心，觉得上师一直没完没了，眼巴巴地盼望着下课，这种人对佛法的词义是不能领会的，如此与未曾闻法几乎没有差别。

要知道，依止上师的根本是让你学到一点佛法。比如，世间老师和学生的关系，并不是老师承认“你是我的学生”，学生马上就能获得利益。即使老师像爱因斯坦那么了不起，但你一个字都没有学的话，实际上也没有任何意义。依止上师也是同样，如果弟子依靠上师学到一些佛法知识，以此令自己烦恼减轻，智慧日渐增上，依止上师才有价值。相反，假如你整天给上师做事情，但上师相续中的智慧一点也没得到，那真的没有多大意义。

尤其是现在末法时代，作为上师一定要广传佛法，因为不懂佛法的人太多了。当然，弘法也不一定非要有上师的头衔，一般的居士和出家人也义不容辞。因为佛法是大家的如意宝，并不仅仅是几个上师的，凡是想护持佛法的人，对此都有不可推卸的责任。所以，因缘成熟的时候，即使你没有“阿阇黎”这种称呼，也应当尽己所能地饶益众生。哪怕路上遇到乞丐给他一毛钱，让他念一句阿弥陀佛，也是弘扬佛法的行为。因此，大家平时对佛法要有维护之心、弘扬之心！

总而言之，在闻法的过程中，首先要专注谛听，之后要记在心中，同时不要掺杂烦恼，如果与烦恼混在一起，就算将所闻之法记在心中，也不能真正步入正法。以比喻说明的话，譬如向一个碗中倒汤，碗若是扣着，汤会洒在外面，里面不可能沾一点一滴；碗底若是有洞，即使汤倒进碗里，也会全部漏光；碗中若杂有毒药，哪怕是最美味的汤也不敢喝。因此，这三个过失要一一遣除，听法的时候，既要专注，也要记住所闻法义，尤其是不能杂有烦恼及不良动机。

如果你为了赚大钱、得名声去听法，相续中已杂有毒药了，不管是谁享用都很危险。就像塔波仁波切[[45]](#footnote-45)所说：“若不如法而行持，正法反成恶趣因。”如理修持会成为解脱因，但若智慧不够、信心不够，不但不能如理修持，反而依靠正法造恶业，正法就会成为恶趣因。《华严经》亦云：“牛饮水成乳，蛇饮水成毒。”同样是水，牛喝了变成乳汁，毒蛇喝了会变成剧毒。因此，听闻佛法要遣除一切不善心，否则，你对上师生邪见、对同行道友生嗔心，以此心态来听法是很可怕的。

不仅藏传佛教中有这种说法，汉传佛教的智者大师也说：“为利名发菩提心，是三涂因。”还有，藕益大师说：“毫厘有差，天地悬隔……醍醐成毒药。”本来佛法如甘露醍醐一般纯净完美，可如果有些人没有用好，它很可能变成毒药。所以我再三地强调过，城市里好多居士聚在一起不容易，在那个场合中，尽量不要有一些非法，比如想依靠佛法做生意赚钱，闻法时产生贪心、嗔心、嫉妒心。若能在短短的时间里，最初有菩提心，最后有回向，中间有正行无缘殊胜，听法才有真实的利益。纵然你未证悟三轮体空的境界，喇拉曲智仁波切说，闻法时若能做到一心专注，修法时安住于正见等持中不外散，不论学什么法、修什么法均以善心来行持，杜绝贪嗔等杂乱分别念，也是一种正行无缘。听一堂课若能三殊胜都具足，虽然只是一两个小时的事情，但已为一生积累了非常大的功德。

当然，依靠佛法能积累巨大善根，依靠佛法也能造下极大恶业。有些人听法时对上师特别恨：“哼，又讲什么呀！天天讲一个故事，不想听！”就好像上师传的是恶法一样。而真正接触恶法时，他却是兴致勃勃，看到电视里贪嗔痴的画面特别开心、津津有味，这完全是业力现前，依靠正法在造恶业。其实只要法师口里讲的是善法，即便他显现上是凡夫人，实则与诸佛菩萨无有差别，没必要把他当作坏人来对待。上师又不是教你杀人放火，你对上师生颠倒邪见，实在没有必要！

不仅对上师不能起恶念，对同行道友也不能冷嘲热讽、不屑一顾、心怀我慢：“他们懂什么呀！我的左边是个坏人，右边也是个坏人，前边是贪心大的人，后边是嗔心重的人……唯一我很了不起，是芭蕉树里的一棵檀香树！”诸如此类的恶分别念，都是恶趣之因，务必要一并断掉。

综上所述，闻法前要像洗涤容器一样，先将内心的垢染洗干净，如果遣除了耳不注、意不持、杂烦恼这三种过患，才能盛装清净的佛法甘露。因此，从明天开始，大家在听课之前，要看看自己这种法器洗干净没有？没有的话，则应想尽一切办法，用正知正念的毛巾好好清洗、好好擦拭。否则，你辛辛苦苦地去听法，结果却以恶分别造下极大恶业，这是非常不值得的！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第七节课

思考题

27、什么叫做六垢？请一一解释。六垢对闻法有何影响？

28、为什么说在所有烦恼中，傲慢和嫉妒最难认识？你自己对此有哪些体会？

29、在听法的过程中，一切功德为何与傲慢者无缘？你是否有傲慢？请举例说明。今后你打算怎么样做？

30、信心分为哪四种？请具体阐述。哪一种信心最好？你有什么样的信心？

31、为什么说对世间和出世间而言，具有希求心都相当关键？你如何理解“法本无主人，谁勤谁得大”这句话？

32、佛陀在因地时，对佛法是怎么样希求的？相比之下，你又是怎么做的？对此你有何感想？

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！

闻法方式中，之前学习了断除三种过患，今天讲净除六种垢染。

比如吃饭时，如果碗没洗干净，里面有许多油腻污垢，则不能使用，否则对健康有损。同样，听法时如果有六种垢染，则法器不清净，即使装模作样地坐在那里，所闻之法也很难融入自心。我们作为凡夫人，过失方面什么都具足，功德方面却少得可怜，故肯定会有这些垢染。因而在闻法之前，应详详细细地观察自相续。

丁二（六垢）分六：一、傲慢；二、无正信；三、不求法；四、外散；五、内收；六、疲厌。

闻法时必须断除的六种垢染，依照《释明论》中所言：“傲慢无正信，于法不希求，外散及内收，疲厌皆闻垢。”

简而言之，

一、傲慢：傲气十足，认为自己远远胜过了说法上师。

二、无正信：对上师、正法无有点滴信心，甚至怀有邪见。

三、不求法：不慕求正法，对听闻佛法没有意乐，听不听都无所谓。

四、外散：心思旁骛，散于色声香味等外境中。

五、内收：五根门向内收敛，致使昏昏欲睡。

六、疲厌：因讲法时间过长、身体疲劳等，而生起厌烦之心。

以上是略说，下面将逐一广说。

其实《大圆满前行》文字上浅显易懂。藏文就是这样的，我翻译成汉文的过程中，也尽量译为通俗易懂的白话文，只要你有小学水平，即可了知其中要义。虽然它的字面意思好理解，但其意义却相当深奥，尤其与自心一一对照时，许多内容都做不到。因此，大家也应该看自己哪些做得到、哪些做不到，做得到的要再接再厉，做不到的则应全力以赴改掉恶习，这是每一个修行人要努力的方向。

戊一、傲慢：

《俱舍论》、《大乘阿毗达磨》中都说过，在贪嗔痴等所有烦恼中，傲慢和嫉妒这二者最难认识。

如果你生起嗔心，别人会看出你发脾气了，自己也能明显感到心里不舒服；如果生起贪心，你能察觉到“我对某某人生起极大贪爱，对某某事物生起贪恋之心”，别人从你的言行举止中也看得出来；如果生起极为严重的痴心，你的行为上会表现出打瞌睡、昏沉等，别人一看就知道你有点迷糊。可是嫉妒和傲慢并非那么容易被发现的，别人看不出来，自己也感觉不到，但它会一直不断地产生。

因此，大家应当详细审视自相续。有些人比较无知，觉得自己所作所为都正确，高高在上，傲气十足，根本没意识到内心的烦恼。藏地有句俗语说：“傲慢的山顶上，留不住功德的水。”或者说：“傲慢的铁球上，生不出功德的苗芽。”只要相续中有了傲慢，认为自己比法师更胜一筹，那就如同身上披了件雨衣，雨水无法进来一样，所有功德从此与自己无缘。为什么呢？因为有了傲慢，便会认为上师讲的这个我懂、那个我也懂，心外就像有个防卫兵，任何功德一来，马上就被挡了出去。

有傲慢的话，法师明明讲得不错，自己也会挑三拣四，找出一些毛病。最近我发现外面个别知识分子，对佛法只知其一、不知其二，他们常常咬文嚼字，以世间知识去衡量佛法，认为这个也不对、那个也不对，有些指责非常可笑。其实，这只是他自己没有懂那些内容而已。因为以前对佛教没有深入研究过，再加上对藏传佛教因明的推理方法一窍不通，总认为上师说的一句话，必须要远离不遍、过遍、不容有三大过失[[46]](#footnote-46)，其实这是不现实的。即便是一个大学教授，所说的话也不可能句句如此。

以前我们在成都编字典时，没有学过因明的有些大学教授，对每个名词的解释特别苦恼，他觉得：“这个名词这样解释的话，就会遍于另一个名词上。”其实，名词解释并不需要遣除过遍等过失，只要从本体上描述它的概念就可以了，因明和逻辑学的要求也是这样。但现在有些人，一知半解就指指点点，半杯水就开始哗哗响，这是极不明智的行为。

学习佛法的时候，傲慢的人最可怜，法师有什么功德、讲得怎样如法，他始终看不到，唯一看到的就是法师讲错了。当然，如果法师真的讲不出什么，那就另当别论了，但若法师具足法相，在传法的过程中，你理当恭敬谛听。有些人没有任何修证，也没系统完整地学过经论，只知道成天挑法师的毛病，可真正让他讲的话，他又一句也讲不来，这种傲慢者在如今比比皆是。所以，大家务必要观察自相续，尤其在闻法过程中，一旦有傲慢的心态，立即要把它改过来，不然的话，佛法再怎么殊胜，自己也得不到利益。

古往今来许多高僧大德非常谦虚，我看过无垢光尊者和麦彭仁波切的传记，他们依止上师时，绝不会挑上师的毛病。大家也清楚，麦彭仁波切是文殊菩萨的真实化身，他的智慧无人能及，若想挑上师的错误，肯定能挑得出来。但他从来也没有，由于他对佛法和上师的尊重，上师所讲的法对他利益非常大。

前段时间，据说学院有个别道友，听法师读错了一个字，就在下面开始驳斥。后来我对那人严厉地批评了，说：“如果这样，你不要呆在学院。也许法师读错了一两个字，但这不是很关键，在态度上，你对法师反抗，是对闻法规律一窍不通的表现，这样的话，法师所讲之法对你肯定不利！”有些人稍微受过高等教育，就始终看不起别人，但真正让他来讲，又文不对题、词不达意，非常可怜。所以，每个人一定要摧毁自己的傲慢。

包括我们选一些法师（堪布或堪姆）时，最主要是先看他傲慢心重不重，如果重的话，一旦他当上法师，就会把所有人都不放在眼里，那就算他有多么高的佛教水平和世间水平，我们也不敢用，因为看不到别人功德的人，是绝不会有利他心的。所以，我们还是尽量选一些比较谦虚、比较老实的，即使他学问不是特别高，但人品非常好、戒律很清净，对众生也是有利的。这对长期闻思修行、弘扬佛法非常有必要。法王如意宝的原则也是如此，每一次评选堪布，在探讨的过程中，经常听上师说：“这人看起来傲慢心挺重的，还是暂时算了吧……”

一般而言，一个人的学问越大，对别人的尊重和恭敬越强。所以，有智慧的人没有必要傲慢，没有智慧的人傲慢更会自取其辱。麦彭仁波切也说过：“大士傲慢何必要？若无我慢更庄严。劣者傲慢有何用？若有我慢更受辱。”故我们应像寂天菩萨所言：“今当去慢心，甘为众生仆。”遣除一切傲慢之心，心甘情愿当众生的仆人。

如果自己因在世间或出世间某些方面有少许功德，比如世间方面，曾读过大学，有超群的才华、丰厚的财产；出世间方面，闻思修行了很长时间、在学院得过密法，便认为“我现在很了不起，跟其他人截然不同”，这样一来，势必见不到别人的功德，也发现不了自己的过失，任何功德都无法融入相续。

因此，每个人要观察自己有没有傲慢。傲慢有时不容易察觉，倘若旁边的道友发现了，也可以好心提醒一下：“你认为自己很不错，但别人说你傲慢心挺重，你应该注意平时的说话、心态！”否则，有些人始终看不到自己的傲慢。原来我寺院里有个出家人，别人都说他很傲慢，具体傲不傲慢我也不知道，但每一次开法会时，他就穿上比较漂亮的衣服，坐在那里不可一世的样子，很多人看不惯他那种姿态，可他自己并不发觉。所以，傲慢真的很难以察觉，哪怕你穿一件漂亮衣服，觉得在所有的人中最好看，这也属于一种傲慢。当然，《亲友书》中骄和慢有不同解释，但这里并没有详细地分开。

尤其是听受佛法时，在任何法师面前不要有傲慢，不然，法师给你讲了多少课，你的相续也不会有改变。大家不妨想一想，宗喀巴大师、麦彭仁波切及汉地著名的高僧大德，他们都曾在别人面前听过法，估计他们的上师也肯定有种种情况，但他们对上师依然十分恭敬，如此才对自相续有利。

我本人也依止过好几位上师，在此过程中，有些上师非常了不起，出口成章，特别有智慧；有些上师显现上不是这样。以前有位堪布嘎巴，他跟法王如意宝一起去石渠求过学，他有一次给我们传《三戒论》，颂词放在上面，讲义放在下面，读一遍颂词就接着念讲义。刚开始我觉得自己看一遍都可以随便讲，根本不需要这样，但是转念又想：“我怎么能对上师如此不敬？上师闻思这么多年了，这样讲也是一种示现。”然后就以很虔诚、很恭敬的心态来听，依此遣除了自己的傲慢。

不仅仅是那次，后来我也听了很多法。别人可能觉得我傲慢心很重，但我自己认为，在听法的过程中，有些上师讲的虽然超不出我的理解，可我一直对上师恭恭敬敬，因为接受传承、听闻佛法有不可思议的加持。不像有些人那样，听了一次课，觉得法师跟自己差不多，讲不出什么道理来，下一次就不去听了。我依止上师的时候，也许很多缘起比较成功吧，后来不管依止哪一个上师，都对他有无比的恭敬心。

佛法对我们来讲相当难得，任何上师若以悲心来传授，态度上要恭敬才是。否则，再过几年上师老了，显现上会糊里糊涂的，此时你每天对上师挑三拣四，攻击他、批评他，这肯定是不应理的。我们对佛法和上师要有一种长期的恭敬心，尽量遣除自相续中的傲慢，只有这样，才会自然而然获得法利。

戊二、无正信：

若对佛法和上师不具信心，则已阻塞了迈入正法的大门。因此，我们求法时要具备信心。

信心分为四种——清净信、欲乐信、胜解信、不退转信。

清净信：我们偶尔步入佛殿里，或者听到念佛的声音，不知道什么原因，心里特别欢喜，这就是清净信。有些居士来到这里，听到念诵《大自在祈祷文》、阿弥陀佛名号，他也不知道为什么，一直眼泪汪汪的，其实他正在生起清净信。不过，这种信心很容易退，过段时间听别人说这个不好、不如法，自己马上就会变，因而是不可靠的信心。

欲乐信：通过听闻上师讲法或自己看书，知道一些功德和过患，进而对三宝生起信心。比如看了一些上师传记，知道这个上师很了不起，弘法利生的事业特别广大、对众生的悲心特别强烈，马上对他起了信心，这就是欲乐信。这种信心比上面的要好，但也会退转。

胜解信：对三宝、四谛、因果等，通过一段时间的闻思，从心坎深处生起强烈信心，此乃胜解信。这种信心实际上也是一种希求心，如《入行论》云：“佛说一切善，根本为信解。”但它也会退转。

不退转信：这是最好的一种信心。比如，你闻思十几年、二十几年后，对释迦牟尼佛生起坚定不移、永不退转的信心，并不是听别人说很好，自己就“对对对，我也要去听两三天”；听说一个上师非常了不起，马上人云亦云，到处去宣传，这些信心都是不可靠的。如果你利用二十多年对佛法、佛陀或上师反反复复观察，最终不管别人怎么说，也完全明白这是值得皈依的对境，其功德不可思议，有一种不可动摇的信心，就叫做不退转信。

前不久讲《胜出天神赞》时也说过，对佛陀要有一种不退转的信心，这个很重要。今天下午，我和诺尔巴堪布聊天时说：“我们现在不敢说有什么修证，但对佛法和本师释迦牟尼佛，确有不退转的信心。随着年纪越来越大，越来越觉得唯一的依靠处就是佛陀和佛法，除此以外，什么都是暂时的、不可靠的，不过是如梦如幻的显现。世间的财富、名声、地位、感情，表面上看来很美好，但若真正去观察，都没有实在意义。因此，唯一要在世间尽量地住持佛法。我们对佛法的信心，即生肯定不会退转，只要有一点机会、有一点因缘，就愿意听一些佛法，觉得这是一生中最殊胜、至高无上的。”

希望你们也能对佛法产生不共的信心，尤其是不退转的信心，这样一来，在任何违缘或打击面前，内心都不会改变。如果没有这种信心，其他信心很容易退转——今天你对佛教有信心，过一段时间，基督教的人说“你们佛教不好，我们这里如何殊胜”，你马上舍弃佛教，把所有法本扔在一边，加入他们的团体，这说明你的信心不稳固。以前刚入佛门时，你哭过很长时间，现在加入外道时，你仍有同样的眼泪，这种行为的确很可怜。

我始终觉得，人的信心要稳固，这是至关重要的。有些人的信心从表情上也看得出来，听法时对佛法和法师有虔诚的眼神，数数生起欢喜心，一看就知道他有信心。而有些人只是在听法行列中混日子，每天一直巴望着下课，唯一的希望就是下课后好好吃一顿，其他什么目标也没有，这说明他信心十分欠缺。

戊三、不求法：

希求佛法（对修学佛法有强烈意乐），可谓是一切功德的基础。如果你对佛法有上等希求心，你会成为上等修行人；有中等希求心，会变成中等修行人；有下等希求心，就会变成下等修行人；一点希求心都没有，得不得佛法无所谓，那你什么境界也得不到，不可能成为修行人。世间人也是同样如此，若想事业成功的话，必须要对事业充满兴趣，倘若对事业兴趣索然，那平白无故不可能成功。因此，世间也好、出世间也好，具有希求心都相当关键。

假如对正法没有一点一滴的希求心，那根本谈不上成就正法。尤其是作为出家人，对佛法更要有希求心。本来，末法时代弘扬佛教的重任在出家人身上，但有时候看来，有些寺院的出家人信心日益微弱，能否荷担如来家业也不好说。《如意宝藏论》中引用《毗奈耶经》的教证说：“作为出家人，如果没有看破世间、渴望解脱，即使剃除须发，也不算是出家人；因为他对事业、家庭没有希求，也不算是在家人。因此，这种人不伦不类，既不算出家也不算在家。”

如今极个别的出家人，说难听一点，可能是生活上走投无路，才剃了光头出家，这种人不是真正的修行人。现在在家人也有类似情况。所以学习佛法时，每个人一定要有希求心，这样才有成功的机会。正如世间俗语所说：“法本无主人，谁勤谁得大。”佛法本来没有主人，谁精进努力，谁就可以得到。比如，两个道友一起上佛学院，一个人非常精进，夜以继日、废寝忘食地闻思修行，对法有强烈的希求心、恭敬心，最后的成就非常高；另一个每天好吃懒做、游手好闲，就在那边混时间，几年过后，什么都得不到。因此，法本来没有主人，依靠各自精进不同，所得之法确有天壤之别。

世间学问也是如此。譬如一个博士头衔，它并没有固定的主人，如果你有智慧、有精进、有希求心，通过努力就可以得到；如果你很懒惰、不争气，成天迷迷糊糊地虚度时光，最后不要说博士学位，恐怕连毕业证书也拿不到。

现在有些人或许是福报不够吧，只要遇到佛法就奄奄一息，上课时听大乘佛法，始终提不起精神来，而一说看电视、打麻将、到非法场合去，身体的病马上就没有了。让他磕大头，他就特别累，脚是麻的，不能站起来，而让他到舞厅里跳舞，身体好得不得了，跳两三个小时都不累，第二天仍精神抖擞，还可以再去。

我们作为修行人，不要对恶法有希求心，要对正法有希求心，应像释迦牟尼佛因地时那样，可谓“越过刀山与火海，舍身赴死求正法”。在佛陀的传记里，尤其是《释尊广传·寻法品》中，有许多这方面的精彩公案。例如，释迦牟尼佛于久远之前，为国王甘谢讷巴乐时，四处寻求正法饶益众生。有一婆罗门说自己有正法，但要想获得法，须在身上挖一千个洞，插入千根灯芯做成一千盏灯，点燃后才可传授佛法。国王欣然答应，挖肉做成千灯之后，婆罗门传给他：“积际必尽，高际必堕，聚际必散，生际必死。”（释尊在因地时，仅仅为了四句简单的无常法，就经历了难以想象的苦行。我们不要说为四句法挖一千个洞，甚至为一部法挖一个洞，可能也忍受不了。）

还有一世，佛陀为香朗嘎乐国王时，忍受了在身上钉入一千根钉子的苦行，终在一婆罗门面前换来了：“诸行无常，有漏皆苦，诸法无我，涅槃寂静。”

此外，佛陀是梵天国王时，身居皇宫却向往正法，整日四处寻法也不可得，为此很是苦恼、痛苦。帝释天为了观察其发心，就化现为一婆罗门，到皇宫门口说：“我拥有佛法，如果你真的想求，我可以赐给你。但是有个要求：你必须要挖十尺深的坑，坑里遍满熊熊烈火，你若能跳入，我则可为你传法。”国王毫不犹豫就答应下来，并开始挖坑准备。准备好之后，他站于火坑边对婆罗门说：“您可否请先说法？否则，我若丧身就无缘听到佛法。”婆罗门于是宣说了几个偈颂，记得其中一偈是：“修行慈心，去除嗔恚，大悲护众，悲泪润生。”意思是说，要长期修行慈悲心，去除嗔恚心，以大悲心保护众生，以大悲的泪水滋润众生心田。国王听完之后，当即证得圣果，以欢喜心跳入火坑，但由于他已得地之故，火坑顿时化为莲花湖。

类似的公案不胜枚举。弘一大师在泉州慈儿院时也讲过两个，以说明佛陀求法的决心：《涅槃经》中说，无量劫前，佛陀为一穷人，他自卖身肉，获得五枚金币，用来供佛求法；《贤愚经》中记载，佛陀因地是一国王时，为在一婆罗门面前得法，在身上挖千孔、点千灯作供养。当时弘一大师就说：“闻法有如此艰难，我们现在闻法则十分容易，岂不是有大幸福吗！自今以后，大家应该发勇猛精进心，勤加修习才是！”

仅仅为了四句正法，释尊昔日付出一切，经历了百般苦行。现在大家不用花任何代价，舒舒服服、快快乐乐就能听到如此殊胜的佛法，理应懂得万般珍惜。其实，现在这样也有弊端，很多人因为没有经历苦行，对佛法缺乏难得心，觉得每天听法很容易。不管是学院里的人，还是城市里的人，求法之心跟往昔大德比起来，实在是相差甚远、自叹不如。

我曾看过能海上师的传记，那时候求法非常艰难。他们两次入藏求法，第一次的路线是从康定到昌都，再到拉萨。他们自己背着口粮、带着帐篷，还要躲避藏地的边防驻军，一旦被发现就要遣回汉地。由于日夜兼程、天天赶路，靴底前后早已磨穿，只留下中间一段。走在雪地上，荆棘刺入脚掌，脚已冻僵无知觉，直到午后转暖，才感觉脚上有刺。

路上若遇大山，一日无法翻越，晚上只好在山上过夜。（你们也知道，藏地的山非常高，像雀儿山、二郎山，坐车都要好几个小时，走路就更困难了。）有时候晚上下大雪，早晨起来时帐篷倒塌，全部压在身上。使劲爬出来，把雪扫开之后，才能继续赶路。

晚上睡觉时，下面垫个毛毯，烂靴子当枕头，破衣服就是被子，没有其他褥盖。因山上实在太冷，好几个人挤在一起睡，才觉得稍微暖和。山上常有猛兽出没，夜间恐怖的嚎叫声此起彼伏，随时都有送命的可能。

白天赶路时，有时还要过河。河水结冰，当地牛马怕冷不敢过，他们不得不自己渡越。过河时必须赤脚涉水，否则，如果穿着靴子，一湿就冻成冰块，不能再走路了。他们上岸时，泥石、沙砾、冰水沾满脚底，因脚麻木了，也不觉得痛。稍坐一会儿，抹去这些东西，再穿上靴子继续前行……他们就是这样一步步走到拉萨的，到了那里才松一口气，心里特别欣慰快乐。而我们现在坐车到拉萨只要七天时间，有些人还觉得特别累，可见今人对求法的迫切与古人相差悬殊。

学院在二十年前，我们刚来的时候，没有电也没有路，尽管跟前辈大德的苦行相比，确实不足挂齿，但跟现在的人比起来，当年还是比较苦。初来乍到的几个汉僧，一冬三四个月中，连一片青菜叶子也看不到。我经常去他们家里，就看他们用辣椒酱拌米饭吃，但每个人白天晚上背书、看书、修行，都非常非常精进。现在条件越来越好了，人的修行却越来越差了，对什么都挑剔：“这个菜啊，两三样不行，再炒一个！”古大德可不是这样的，他们内心唯一希求佛法，身体怎么样都过得去，生活是很随便的。而今尤其是大城市的人，对物质要求相当高，非要住一个豪华的房子，里面装修也要有档次，为此天天都忙来忙去、搞来搞去。其实这对你的生生世世来讲，根本没有任何意义，离开人间的时候，这个房子也带不走，只有行持一些佛法，才能真正对你有利。《教王经》中也说，对临终者而言，佛法才是他的住处、依靠处、安慰者。

修行佛法，生生世世能带来大利益，其他世间的一切，临死时都带不走，即使你一个人拥有一国的财富，到时一针一线也无法随身。因此，我们要随学前辈大德希求佛法的精神，就像智光国王[[47]](#footnote-47)那样，为法宁愿献出宝贵生命。纵然你现在不能完全做到，至少也要对法有难得之心，哪怕是给自己传授一句佛法的法师，也应该非常感恩。毕竟，佛法的价值超过世间一切有漏财富。

对佛法若有希求心，那听法也好、修法也好，就不会觉得很困难。否则，像我认识的某个居士，距听法的地方只有三公里，自己开车去，几分钟就到了，但他总觉得费好多油，不值得。前辈大德绝不是这样，两三公里费一点油，或者发个短信花几毛钱，佛法的价值远不止于此。世间人真的很可怜，对没有意义的事情，比如要做个赚大钱的生意，把一块地皮买下来，子孙后代也许都受益无穷，那不要说三公里，就算是三千公里，他也会欣然前往，拼命地赶飞机过去，花多少钱都无所谓。但是为了佛法，连小小的付出也不愿意，真是越看越悲哀！

大家平时有时间的话，应当再再翻阅佛陀和高僧大德的传记，他们往昔也是凡夫人，跟我们没有什么差别，后来就是通过求法而获得了证悟。我们对佛法若也有这样的希求心，也定能得到相应成就。因此，作为追随佛陀的后学者，当以强烈的希求心，不顾一切艰难困苦、严寒酷暑而听闻正法。

我们学院跟大城市比起来，天气是比较冷，听说个别道友呆不住了，想冬天三个月回汉地，夏天暖和了再上来。这样来来去去，对修行肯定有障碍，没有必要！有些人长期安住一处，好好地闻思修行，哪里都不去，最后修行很圆满成功；有些人出去一次，心就开始散了，第二次呆两三天又要出去，第三次回来最多是呆一天，第四次就再也不见人影了，因为已经不适应了。凡夫人就是这样，如同小孩子只要一逃学，就越来越不想见老师了。

其实，外面花花世界没什么好贪恋的，有些人刚接触时觉得很快乐：“我回去听课太辛苦了，干脆摆脱那种约束算了，这是一种解放，是一种自由！”实际上，他是把约束颠倒地看成自由。大家现在听法应该说是一个很好的机会，这种机会不一定永恒存在，拥有这样的福分时，你们务必要懂得珍惜！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第八节课

思考题

33、眼耳鼻舌身意六根识若贪执外境，分别会有哪些过患？请用比喻一一说明。你对其中的哪个比较有体会？为什么？

34、在闻法和修行时，应当如何断除三世分别念？如果实在无法断除，如何才能转为道用？请引用无著菩萨的教证进行说明。你今后会怎么做？

35、倘若对未来不切实际地幻想，如此会有什么过患？请以公案进行说明。是否对未来所有的打算都不能有？为什么？

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！

下面继续讲闻法时法器的六种垢染。昨天讲了傲慢、无正信、不求法三种过患，今天接着讲第四种。

戊四、外散：

心识散乱于色声香味触法等六尘上，是流转轮回之因。众生无始以来一直沉溺轮回不得解脱，主要原因就是心识不得自在，对五种妙欲[[48]](#footnote-48)不断耽著，以耽著而造业，以业力而深陷轮回泥坑无力自拔。一切迷现之根本、一切痛苦之来源，就是心识外散而起执著，因此，无论闻法还是修法，一定要想方设法令心得以专注。

当然，诚如莲花生大士在《六中阴》中所说，凡夫人刚开始时，心难以控制、无法安住，一刹那也不停止，自己对自己也会生厌烦心。不过这种现象很正常，毕竟你从来没有观过心，现在一观，才发现它动摇得特别厉害，也不要有厌烦心，应当不断地对治各种执著分别。

不管修学什么善法，心必须要专注，不要散于外境。如果心散于外境，比如一边听课一边干活或做事，想同时接受法义相当困难。因为凡夫人接受能力是有限的，只有全身心地投入，成功率才比较高。所以，闻法时要尽量把所有琐事处理完、放下，然后全神贯注地认真谛听，不要心不在焉，听到一个声音、看到一个东西，心就跟着跑了，这样法不可能融入心。我们并不是一心两用的大根基，有些人说：“听法时做其他事情，这是我的强项，是我的能力。”这不太现实，除非你有两颗心。否则，对一个凡夫人而言，按照因明的说法，无分别识（眼耳鼻舌身五识）同时可有多个，但有分别识（意识）只能有一个。一个人只有一颗心，它若专注到美妙的色法上，或动听的声音上，或可口的美味上，绝不可能同时专注于佛法。

（当然，闻法的时候好一点，毕竟有上师在那里传授，对很多人来说，除了极少数时间走神以外，大多数时间均可专注在法义上。但是禅修或观察修的时候，心很容易散于外境中，妄想过去、未来的种种，因此，修行时也应以正知正念来守护。）

听法的时候，要都摄六根、一心专注。有些人耳朵听着讲法的MP3，眼睛却在看电视节目，这是不可能接受法义的。所以，我们建议听法的时候，一定要尽量把琐事全部处理完，空出时间专心致志地听，最好不要有各种打扰和影响，如此学习佛法从传承上和理解上才会圆满。

下面以比喻进一步说明，闻法时心散于外境有诸多过失。此处主要是从五根识贪执外境来讲的，当然，这并不是非常严格，因为按因明的观点，眼耳鼻舌身五根识，其本身不会有分别念，但依之可以产生分别念。不过这里并没有严格地区分，只是依循世间说法——“我的眼睛贪执美色”、“我的耳朵贪执妙音”，从没有细致观察的角度，阐明五根识耽著外境的过失。

一、眼识贪执色法：

眼睛接触美好的色法时，如果耽著而生贪心，就会因贪心造业而在轮回中无法解脱。死后不但不能投生善趣，反而会转生为飞蛾，由于以前的习气使然，夜晚时看到美丽的灯火，依然想拼命追求，便不顾一切地扑了上去……其下场只能是自取灭亡。

关于飞蛾扑火，当代有些科学家解释为，飞蛾在夜间飞行时，依靠月光来判定方向，这类似于一种“天文导航”。它看到灯火时，错误地认为是月光，按本能使自己同光源保持固定的角度，于是只能绕着灯光打转转，直到最后精疲力尽而死去。还有一种说法是，飞蛾有一种趋光性，“扑火”就是这一习性的真实写照。

但这些说法都不承认前世的习气。其实今生中特别贪执美色、喜好打扮的人，来世必定会转生为飞蛾。原来有个堪布在一个城市里讲经说法时，要求大家不要特别喜欢打扮，不然变成飞蛾就麻烦了。据说听完那节课后，有一群美女再也不敢打扮了。

二、耳识贪执声音：

倘若耳朵耽著美妙的声音，也会导致祸患无穷。就像獐子、鹿子等野兽酷爱琵琶声，这种习气被猎人所利用，最终使它们毙命在毒箭、猎枪之下。

其实，很多好听的声音只是刺激耳根而已，没有什么真正的实义。但有些众生贪执声音特别可怕，假如这方面习气比较重，来世若得不到人身，很可能变成耽著乐器的旁生。有时候守在一些乐器旁的蟑螂、老鼠，前世也许就是非常出名的歌手。

以前我讲过，塔尔寺有位著名的蒋扬夏巴上师，他有一次被请去超度亡灵，死者生前是名扬一方的歌手。在超度的过程中，他念了很长时间的往生法，表情好像不太好，到了下午，他突然开始唱情歌，唱完后再念往生法，最后作了回向。在场的人对此大惑不解。回去后，他的弟子大胆问他为何会有这种举动，蒋扬夏巴答道：“真是可怜啊！我今天以神通观察，亡人的中阴身被他方的歌声所吸引，我怎么样勾召，她也不愿意回来，只好投其所好，用歌声来吸引她。由于我的声音比较好听，当她对我稍有兴趣时，我马上将她的心与自己的心观为一体，然后念往生法，超度了她！”

现在很多人也特别爱听音乐，在我们道友当中，这种人也不在少数。原来我们区下面有一个道友，每到中午，他就一边炒白菜，一边开个破收音机，放各种很难听的歌（现在好像没有了）。他可能有特殊的耳根吧，那些声音除了刺激耳朵以外，根本一点也不好听。但他喜欢得不得了，就算是做饭，也非要放一些音乐来当佐料，觉得这样对身体有利。

如今个别人有这样的说法：听课的时候，最好是放一个轻柔的背景音乐，比如古筝什么的，不要太大声，这种感觉十分惬意。可是你的心若真被佛法所吸引，怎么会需要这些世间音乐呢？每个众生的意乐确实不同，但闻法、修法的时候，我们的心必须要专注，没有必要贪著其他声音。

三、鼻识贪执芳香：

鼻子耽著好闻的芳香，其实过患也比较大。现在很多人特别喜欢芬芳的气味，拼命地在身上涂各种各样的香，走路经过你的身边，一阵香风扑面而来，你也不得不停住往后看一看。昨天有个国外来的道友，见我的时候说：“上师对不起啊，我身上喷了妙香。”我说：“妙香的话不用对不起，应该感谢你。”但如果天天往身上、衣服上喷妙香，旁边有些人可能感觉舒服，有些人也不一定。

假如你一直耽著好闻的芳香，就会像贪执香味的蜜蜂，最终缠死在花丛中。《莲苑歌舞》中的金蜂达阳、玉蜂阿宁[[49]](#footnote-49)，大家应该记得吧，阿宁就是因为贪执香味，以致缠死于花瓣中。华智仁波切通过描写这两只蜜蜂的爱情故事，开示了甚深佛法的修行次第，其所述与《大圆满前行》的修法相似，法王如意宝也讲过其中的加行修法。

记得当时法王如意宝刚讲完《上师心滴》，那天是2001年藏历四月十六日。于圆满之际，上师告诉沉浸于无比法乐中的弟子：“前些日子，于光明梦境中，我见到了麦彭仁波切。麦彭仁波切叮嘱：在传完《上师心滴》之后，应传授《大圆满前行》。当时我心想：目前情形不太好，我身体也一天不如一天，要圆满传授《前行》这么长的法，恐怕有些困难。于是请求：能否改为传讲《开显解脱道》，或《莲苑歌舞》中所述的加行？麦彭仁波切开许了，之后我便发愿传讲十万遍《莲苑歌舞》中的加行修法。”上师又说：“现在短短的人生中，我不一定能完成十万遍，所以我将这个任务付嘱给你们，你们每个人都要讲，只要有十万个人听的话，我这个发愿就圆满了。”后来我在课堂上也讲过一次，讲记可能收录在《妙法宝库》中[[50]](#footnote-50)了。不过在圆寂之前，法王还是将《大圆满前行》完整地传授了一遍。

我经常这样想：麦彭仁波切以智慧幻化身摄受法王，要求讲完《上师心滴》后传授《大圆满前行》，可见《大圆满前行》是传承上师赐予的非常非常甚深的教言，从各方面的缘起来观察，后人依靠《大圆满前行》的确是获得了极大利益。

上师如意宝在1997年为自己拟定了四年传法计划，第一年讲《百业经》，第二年讲《入菩萨行论》，第三年讲密宗总说《大幻化网》，第四年讲《上师心滴》。整个四年圆满以后，又传讲了《贤愚经》和《大圆满前行》。我独自一人坐在屋里时，经常思维上师如意宝的一生，尤其是他老人家晚年的教言。上师最后讲了《大圆满前行》，对我们来讲是非常好的缘起，希望道友们这次一定要认认真真地对待。

以前我也发愿讲一千遍还是一万遍，这次应该能完成。虽然我不是讲了这么多遍，但每个人的耳边都听了一遍，有这么多人听的话，从耳根的侧面来安立，说我没有讲是不可能的，肯定有一千或一万遍以上了。

四、舌识贪执美味：

假如贪执一顿饭的美味，比如特别爱吃山珍海味、美味佳肴，那就会像鱼儿被饵料所诱，最终钓在铁钩之上。

现在城市里的人对饮食十分讲究，成天津津乐道的就是某某馆子里这个好吃、那个好吃，看到一个动物，不管是陆地上的，还是水里的，首先想的是它也许好吃、如何新鲜，这样的话，所造的业非常可怕。下一辈子你很可能转生为动物，而那些动物转生为人，到时你就会成为他们热锅里的美食。

五、身识贪执所触：

印度的气候特别炎热，大象到了中午会成群结队地去湖泊洗澡，只是为了身体清凉，有些大象深陷淤泥爬不上来，以致活活被溺死。同样，我们如果贪执柔软舒适的所触，也会像这些大象一样，最终丧命于欲望的泥坑之中。

现在很多人天天想的就是：这件衣服如何细滑、那里按摩如何舒服……还有些人为了身体白皙动人等去洗黑泥澡，四川连公共汽车上都在打广告，只要广告打得成功，人们就觉得肯定很好，对身体接触方面特别重视。众生有时看来的确可怜，如果没有造业，希求皮肤好、身材好倒不要紧，但之所以如此，就是为了吸引异性，在这方面造了许多贪爱的业，以及其他种种可怕的业，真的没有必要！

除了五根识贪执外境外，《窍诀宝藏论》中还讲了意识对外境的贪著，如云：“意为法欺如骆驼失子。”心若迷恋诸法，对男女、财物执著不舍，必定会被法所欺诱，就像骆驼痛失爱子，以致肝肠寸断，最终丧身于迷恋爱子的痛苦。

因此，我们对眼耳鼻舌身意这六识的对境，不要特别去执著，一旦产生执著，则要马上认识到这是堕入恶趣之因，依靠正知正念来对治。原来有个教授在演讲时说，汉传佛教出家人所穿的草鞋，前五个趾头露在外面，脚后跟也露在外面，这是断除六尘的象征。如果这样的话，那印度好多姑娘不要说前后，中间基本上也都露在外面，或许是断除所有对境的象征吧。不知道经中是否有这种说法，我对汉传佛教的了解不敢说很权威，有没有这种说法也不太清楚。不管怎么样，出家人一定要断除对色声香味等的耽著。当然作为欲界众生，完全不耽著是不可能的，在没有得圣者果位之前，不吃饭、不睡觉，一切对境都抛弃，这有一定的困难，但最起码在修行时、听课时，不要边贪执五欲六尘边求佛法，只有全心全意地投入，才能达到预期的效果。

最关键的是，无论听法、传法还是修行，都应该断除过去、现在、未来三世分别念——不要对过去的经历浮想联翩，不要对现在的事情以贪嗔痴扰乱自相续，不要对未来的事情妄想不断。当然，传法的时候很容易断除这些，除非你引用过去的经历作为公案，否则，心若没有专注于所传的法义，而是一味地想着过去、未来，嘴里不一定讲得出来。但听法的时候还是要注意，有些人身体在经堂中听法，心却早跑到城市里搞非法了，正如藏地俗话所说：“人在寺院里，心在城市中。”这是对假和尚的一种讽刺。或者一边听佛法一边对未来进行计划，这些对听法都有极大的影响。

包括我们每天讲完《大圆满前行》之后，有几分钟的实修，修行比较差的人在这么短的时间里，心都没办法把握，产生这个分别念、那个分别念，自己对自己也非常失望；而以前经常实修的人，就会觉得这易如反掌。因为这种实修并非完全安住，完全安住的话，细微分别念还是有害，然而我们现在是观察修，比如修人身难得的一个引导文，只要想着它就可以，一旦产生其他分别念，用正知正念把心安住，这不是很困难。如果从来没有观过心，就像有些小孩从来没有上过学，跑来跑去谁也管不了，可如果在学校里受过老师的教导，稍微有点调皮时，老师一教训马上就听话了。我们的心也是同样，需要反复地修行、串习，否则，各种分别念此起彼伏，不要说几年、几个月，就连几分钟也无法停止。有些人常常抱怨修行太难，修了一个月，心还没静下来。的确，这也不是那么容易的，无始以来我们狂象般的心未曾被调伏过，如今只用几天就想让它一下子静下来，也是不太现实。因此，最好的办法就是多修、多串习。

关于如何断除分别念，无著菩萨[[51]](#footnote-51)给我们一些很好的窍诀：

一、断除分别过去：

尊者说：“昔日感受苦乐如波纹，已尽无迹切莫追忆之，若念当思盛衰与离合，法外何有可依嘛尼瓦？”

往昔的一切感受，苦也好、乐也好，就像水中的波纹，已经消失无迹、无踪无影了，没有必要再去回忆。有些出家人总对以前流连忘返：“我过去怎么样谈恋爱，怎么样打仗，怎么样……”有些在家人也喜欢对以前夸夸其谈：“我过去如何如何啊……”跟人聊的时候，一会儿伤心流泪，一会儿欢喜雀跃，像发疯了一样。无垢光尊者说过，昨天以前的事都过去了，没有必要去想这些。

如果你非要追忆过去，就应该思维盛衰与离合。比如，过去人声鼎沸的繁华之地，现在沦为一片萧条；过去腰缠万贯之人，现在落魄潦倒、变成乞丐；过去衣不蔽体、食不果腹之人，如今飞黄腾达、富甲一方；过去一家人共处时欢声笑语、其乐融融，而今各奔东西、音信全无……这些无常之理若仔细去想，对修行会有极大的助益。思维以后你会明白，除了佛法以外，没什么可信赖的，也没什么可靠的。就像《教王经》中所说，对临终者来讲，唯有佛法才是依靠处、救护者，除此以外别无其他。

“嘛尼瓦”是一个村庄的名字，无著菩萨在家时居住于此，这是对当地人的一种教言[[52]](#footnote-52)，就像我们现在说“东北人啊”、“南方人啊”一样。

所以，在修法或听法时，没有必要一直耽著过去。过去的事情最好谈也不要谈，因为谈了也没有用。如果非要谈，则应与无常观结合起来，这对修法有一定的意义，此时你会感受到，除了佛法，整个世界上没什么可信得过的。

二、断除分别未来：

尊者说：“未来生计如旱地撒网，舍弃无法实现之希冀，若念当思死期无定准，何有行非法空嘛尼瓦？”

对未来的百般筹划打算，就像在旱地上撒网想捕鱼一样，是不现实的黄粱美梦。藏地有句俗话说：“希望的周围，总环绕着绝望。”有些人去年炒股票、搞房地产，认为今年肯定发财，到时候赚多少钱，再拿这些钱投资什么……没想到整个国际上闹金融风暴，席卷到了他的“领土”，最后美梦彻底破灭。这样的现象数不胜数，故应放弃对未来的希望。

如果你非要忆念未来，则应思维死期不定。每个众生必定会死，但死亡往往不期而至，因此一想到无常，你便有种强烈的紧迫感，进而精进地积资净障，没有空闲行持非法，不会随随便便散乱放逸。

三、断除分别现在：

尊者说：“暂时琐事如梦中生计，精勤无义是故当舍弃，如法食亦以无贪印持，所作所为无义嘛尼瓦！”

“暂时”指现在。对于现在的事情也不能太执著，要把它看作如梦如幻、现而无实，任自己如何精勤，也不会有多大意义，从而应当舍弃一切贪执。

如果你非要想现在不可，那么无论做任何事情，吃饭、走路、说话、睡觉，都不要特别去执著，否则就会产生烦恼。现在很多人不懂如梦如幻，把什么都看得特别实有，因实执而造各种各样的业，若能以无贪、无执著、空性、如幻如梦的见解印持，就会知道世俗中的所作所为皆无实义，唯一行持佛法才有意义，此外对来世不利的非法恶业更要抛弃。

四、总结：

尊者说：“后得调伏三毒分别念，一切念境未现法身前，非思不可之时当忆念，莫纵妄念散乱嘛尼瓦！”

颂词中的“三毒”，从上下文的连贯来看，应该是“三世”。我看了意科喇嘛的《前行讲记》，里面也说是“三世”，这样比较好解释。因为刚才讲了过去、未来、现在，这是对前面的总结。在藏文中，“三毒”与“三世”只是一个后加字的区别。

总而言之，后得（出定）时一定要调伏三世分别念。平时听法或者修行，不要忆念过去的种种，想这些也没有什么用；不要随念现在，以种种分别念扰乱自己；不要妄想未来，应舍弃一切虚幻的梦想。（我们作为凡夫人，未来对善法的筹划少得可怜，对非法的打算不胜枚举。）你得地以后，一切分别念和外境全是法身的游舞显现，但没有达到如此境界之前，最好不要想过去、现在、未来。若是非想不可，就要依靠正知正念将这些念头转为道用，对治方法始终不可缺少，不要随妄念而奔驰，否则，听法和修法肯定无法成功。

另外，无著菩萨也曾如此教诲道：“莫妄想未来，若妄想未来，则如月称父。”此处的“月称”，并不是《入中论》作者月称论师。这是藏地家喻户晓、颇具讽刺意味的一个故事：

从前，一个穷人得到了许多青稞，他将这些青稞装入口袋里，挂在上方，自己躺在口袋的下方。（装青稞的牛皮口袋一般特别大，可能有一两百斤，他害怕被老鼠吃掉，就挂在房梁上。有些道友也害怕老鼠，就把米挂在梁上，但你不要睡在下面啊，不然很危险的！）他不禁暗自思忖：我现在用这一大袋青稞作为本钱，想必将会拥有大量财物，到那时娶上一位好妻子，她必定会生一个儿子，取名字就是我的责任，那么，该给儿子取什么名字好呢？这时，刚好看到月亮从东山升起，于是他想：缘起太好了！干脆我就为儿子取名“月称”吧。（他可能是个藏族人，不过也可能是印度人，因为印度人也喜欢“称”，月称、法称等等，有很多“称”。）正在这时，悬挂口袋的绳子被老鼠咬断了，袋子恰巧落在他的身上，他就这样一命呜呼了。

这个故事在民间还有另一种说法：从前，有个穷人因为偶然的机会，得到了一大袋青稞。他没有房子可住，就背着这袋青稞翻山越岭。有一天晚上，他在山顶上过夜，这座山非常陡，山下有个大湖泊。到了晚上，他将袋子放在脚边，然后就开始打妄想（情节跟上面基本上一样）：我现在有了青稞，以后要娶妻子，然后就有孩子，孩子的名字取什么呢？可能取“月称”好吧。正在此时，月亮从东山升起来了，月光刚好照到他身上，他特别高兴：我正想着“月称”，月光就来了，以后肯定会一切顺利。想到高兴之处，他兴奋不已，脚一伸，对青稞袋子踹了一脚，袋子就骨碌骨碌滚到湖里了。于是他特别伤心，最后也投湖自尽了。所以，月称还没有降生，月称的父亲已经离开人间了。

这样的故事，其实在汉地也有：从前江南有个乞丐，他好不容易要到一点钱，正好路过奖票发售点，一狠心，用身上的钱买了一张奖票。可是衣衫褴褛，奖票无处安放，最后看到手中那根打狗棒，由于经常与狗搏斗，竹子已经劈裂，正好把奖票藏在缝隙里。藏好奖票，他就开始幻想：如果中了大奖，我再也不用要饭了，可以配一副金边眼镜，然后去住五星级宾馆……

过了几天开奖，那张奖票竟然中了一等奖。他觉得自己从此可以扬眉吐气、梦想成真了，于是站在桥上挺直腰板，振臂高呼：“我再也不用要饭了！”手中打狗棒划了一道漂亮的弧线，落入滔滔江河之中。一看，奖票原来在打狗棒里，他特别的伤心，“扑通”一声，自己也跳河而去了。

类似的公案确实比较多。因此，对未来没必要抱有太多幻想，就像我刚才所说，希望的周围总环绕着绝望，计划没有变化快，你的美梦非常脆弱，很容易就会破灭。现在很多人常想：我现在怎么样赚钱，赚钱之后怎么样买房子、买车，那时候我要如何如何……甚至为了根本没有出现的事情，就开始跟家人吵架，这种情况在藏地也有：

曾有一家人生了个可爱的孩子，孩子比较调皮。那个父亲妄念比较多，有一天他想：“虽然现在家里很穷，但我会想办法挣些钱，然后买一匹母马，母马必定会生一个小马——”于是他跟孩子说：“以后有小马的话，你太调皮了，千万不能害它。”孩子说：“啊，不行不行！到时候我要骑小马。”父亲特别不高兴：“我刚才不是说了嘛，你不能害它！”就给孩子打了一棒，结果孩子当场死亡。

所以，对未来不切实际的幻想，还是要尽量少一点，理应把握当下，依靠佛法如理行持，只有这样，修持佛法才会圆满成功。否则，像以前有个出家人，他经常想：“以后我要当大法师，盖一间大寺庙，这个庙要建在离东边远、地势好的地方，到时候大雄宝殿如何如何修，大雄宝殿上的琉璃瓦买多少钱的……”有时候听起来特别可笑，但让他陶醉一下也可以。

我们不但对未来不要去想，对过去的许许多多，尤其是一些非法经历，也没必要跟别人讲，或者自己沉浸其中，这些分别念要当下断除。听法或修法的时候，心应该转入善法，就像前辈大德所讲，要时时刻刻观察自己的心，分别妄念不断涌现时，用正知正念将其调伏，这样修行和听法才会成功。

当然，法王如意宝也讲过，作为修行人，对未来修法方面的打算可以有。比如我听完这个法以后，再听一个什么法；我修完加行之后，再念一个什么经典，这种计划还是有必要，但其他无意义的筹划能免则免。我有时候很想这个月好好呆在家里，结果却住不成，突然有一种因缘，就被业风吹到外面去了；本想下个月出去一趟，要办什么事情，心里打算得好好的，结果又去不成。未来的事情并不一定能随心所欲，因此不必想太多，随缘转比较好。既然几个月以后的事情现在决定不了，那几年以后的事情更不用说了。有一个居士跟我讲：“再过十年，我决定会在您座下出家！”不要说十年，十个月以后能不能决定也很难说，但有些人就是不懂，十年以后再出家的话，或许他也变成骨灰了、我也变成骨灰了。

因此，过去、未来纷繁复杂的妄念根本没有值得信赖的时候，尤其在修法、听法时，心思旁骛很有影响。有些人为了明年的事情，现在就开始胡思乱想，整个晚上都睡不着，这只是散乱之因而已，应当全力以赴予以消除。心如果外散的话，务必要以正知、正念、不放逸将其转入善法，这是非常甚深的窍诀。倘若不懂这些，表面上你在听法行列中，实际上什么法义都得不到；假如懂得这些窍诀，就像明白仪器的说明书后即可使用一样，不管修学什么样的法，全部可以融入自相续。所以这方面大家一定要关心！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第九节课

思考题

36、什么叫做内收？闻法和修行时若内收，会有什么样的过患？你平时是这样的吗？

37、修行时如何才能做到松紧适度？请引用公案、教证加以说明。这与世间的做法是否相违？对此你有哪些体会？

38、闻法时在什么情况下，会产生疲厌的心态？产生这种心态时，应当如何对治？假如实在无法对治，那应该怎么办？

39、今生遇到如此殊胜的佛法，是不是平白无故的？为什么？明白这个道理，对你心力提升有哪些帮助？

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！

昨天讲了闻法时根识不能散乱而耽著外境，否则法义绝不可能被接受。作为凡夫人，外境稍微出现一点事情，自己就会开始散乱，但学习过大乘佛法、尤其是懂得闻法方式的人，在闻法和修法时，应该用正知正念来摄持，这是至关重要的。

下面讲闻法方式中六种垢染的第五种：

戊五、内收：

闻法和修行时不能过于内收，有些人专注得有点过头，抓住一个法义就非要把它弄懂或修成，比如修风脉明点时，心一直耽著耽著……以至于身体不适，心也不适，最后出现种种违缘。如果在闻法时仅仅专注佛法的个别词义，则只能记住一个道理，而无法记住所有道理，这就如同马熊挖雪猪子（旱獭）一样得此失彼，不可能有了知一切的时候。

马熊，在藏地民间故事中出现得比较多，它喜欢挖地洞在里面睡觉，对不高兴的对境经常搏斗、杀害。尤其在冬天里，它挖洞的过程中，有时候会挖到正在冬眠的雪猪子[[53]](#footnote-53)，它看到雪猪子一家都在睡觉，就特别生气，于是把一只挖出来，用拳头狠狠地打一拳，放在屁股下，又继续挖另一只。因为前面那只已被打醒了，所以它抓住另一只时，前面那只就跑了……这样一来，马熊不管挖了多少雪猪子，到头来只能得到一只。

汉地也有“黑瞎子掰苞米”的说法，说是狗熊掰一个苞米，藏在腋窝下，再掰一个时，前面的就掉了……这样掰一个、掉一个，最后忙活了半天，就只剩一个在手里，与此处的马熊差不多。

这是一种愚笨的做法。就像有些人修行时，只能抓一个，其他什么都不考虑，如此无法受持所有的内容。或者听课时心没有全面地专注，只能记住一个法义，比如法师讲一个公案，你就记这个公案，法师又讲后面的内容，你就把前面的公案忘了……这样一直下去，到了下课时，你只记得最后一个，前面的统统忘光了。

其实，人的心态调整很重要，如果你对佛法的基本道理都不会听，就需要多花一些时间掌握闻法方式。比如，法师说的话该怎么样记？怎么样看书？看完书之后，如何将自己的理解、书本上的意义、法师讲的内容三者结合起来？有些人在上师讲课时，根本不看书，只是一味地听着，不知道根据什么内容在传授；有些人书里的内容也不管，上师讲的法也不管，只是一直闷头坐着；有些人甚至在法师讲课时，以毗卢七法打坐，开始修拙火定……种种奇怪的现象非常多，这些都是不懂闻法规律的表现。

以前金旺堪布刚给我们上课时说过：“你们在一段时间内还是要训练训练，不然怎么样闻法都不懂。”的确也是这样，有些新的出家人和居士，觉得佛教的传法跟世间的讲课一样，不明白二者的风格与方式并不相同，适应起来需要一段时间。如今大城市里的许多人，学习风气很不错，但闻法规律还是要重视，以上所述的三种过失怎么样消除？六种垢染怎么样对治？理当对此细心琢磨。如果你做好了，法师讲的法就可以融入心中。

在受持佛法的时候，倘若心思过于内收，便会记一个忘一个，无法将所有内容融会贯通，还会出现昏昏沉沉、恹恹欲睡等弊端。《亲友书》中也讲了，昏沉等五种障碍，是掠夺善法财富的盗贼[[54]](#footnote-54)。因此，心过于内收或者外散，是修行中的大障碍。有些高僧大德经过多年的修学，知道哪些是修行的违缘，所以在修行时能做到松紧适度。而有些道友刚开始时特别精进，一直废寝忘食、日日夜夜地勤修，一天只睡三四个小时，旁边人说这对身体不好，他也不听；再过一段时间，又太放松、太懈怠，除了三四个小时，其他时间都在睡觉，这完全是堕入两边，走极端。

前两天讲《前行实修法》时，我就讲过，修行是终生的事情，不是一两天、一两个月的热情。有些修行人很着急，觉得自己那么长时间没遇到佛法，现在好不容易遇到了，一定要马上开悟、马上得感应，这是不现实的。修行是一项漫长的工程，你们读大学都不可能两三天就立竿见影，出世间的解脱更不用说了。因此，大家一定要把这个道理弄懂，特别放逸时要求自己不要太懈怠，每天把该用的时间用上；特别精进时也不要太内收，要有一种放松感，切莫急于求成，否则很容易出事。

不能太紧也不能太松，这类公案在佛经中比较多。譬如，《杂阿含经》、《大智度论》中有一个二十亿耳的公案，就说明了这个道理：二十亿耳（首楼那），在嘎达亚那（迦旃延）尊者座下剃度出家。一年以后，他请求去见佛陀，因嘎达亚那尊者要三年才能召集十位比丘来授具足戒，因此托他带口信给佛，请求佛陀应允五位比丘即可传授圆满戒。

二十亿耳到了佛陀那里以后，在佛陀身边有时间就作经行。但他脚底有毛[[55]](#footnote-55)，皮肤细薄，经行时常脚底流血，于是佛陀特别允许他穿一层底的鞋子。但他没有穿，他说自己舍了八十车的金锭和七象随从，从在家到出家，如今怎能贪著一层底的鞋子！

他很精进地随佛修行了一段日子，但还是不能证果。他就开始有点动摇：“我是一个富家子，大可舍去比丘戒，还俗回家做居士，享受自己原有的财富。常行布施供养僧团，也是修行。”佛陀知道他求证心切，用功过度，就在他动念后，便让一沙门去呼二十亿耳来。

佛陀问他：“你在家时，善于弹琴吗？”他回答：“善于弹琴。”又问他：“弹琴时，若是琴弦太紧，能得到和雅琴声吗？”他说：“不能。”佛又问：“若把琴弦转缓，能得到和雅琴声吗？”他说：“不能。”佛又问：“若把琴弦调得不缓不紧，能得到和雅琴声吗？”他说：“能。”

佛于是告诉他：“同样的道理，修行太精进，会增加掉悔；修行太放松，则令人懈怠。因此，应当不松不紧地修行，不要耽著也不要放逸。”他听了佛的教诲，欢喜顶礼而去。后以正确的态度修行，不久证得了阿罗汉果。

《前行》中昼辛吉的公案，跟这个公案比较相似：从前，阿难尊者教诫昼辛吉修法时，昼辛吉有时紧张过度，有时异常松懈，而未能生起任何修法境界。于是他便前去请教世尊。世尊问：“昼辛吉，你在家时擅长弹琵琶吗？”他回答：“极为擅长。”世尊又接着问：“那你弹奏时所出的妙音，是在琴弦极度绷紧时发出，还是在琴弦十分松弛时发出呢？”昼辛吉呈白道：“这两种情况都不是。只有琴弦松紧适度时，才能发出美妙动听的声音。”（昼辛吉这方面确实有经验，因为琴弦绷得太紧的话，发出的声音特别尖锐刺耳——虽然我不会弹琴，但我们这里很多道友比较精通。）

世尊教诲说：“那么，你修心也与之相同。”

（不能太松也不能太紧，这是很关键的问题。每个人刚开始都有太紧的毛病，包括我自己在内，最初学佛时很小，倒没什么感觉，但刚出家以后，邪见比较重，看到有些老喇嘛戒律上、行为上稍有不如法，就想：“这算什么出家人！我今天开始出家了，一定要如理如法。他们这些沙门啊，出家这么多年了，还在干什么什么，他们的行为、他们的说话……”很多邪见就冒出来了，自己觉得很傲慢，特别注重威仪等表面形象。现在有些居士也是这样，刚学佛两三天，就教训这个、教训那个，甚至对上师也批评：“您应该这样这样，我们佛教如何如何……”开始讲很多大道理。这种人刚开始特别精进、特别认真，但慢慢地就滑下去了，最后根本对法本看也不看，很多行为也不如法。因此，大家平时一定要注意。）

昼辛吉依教奉行，松紧适度常年如一日地修行，（境界非常高的人都会这样修行，十年是这样，二十年也是这样，只有长期努力才有明显的效果，一两天是达不到的。）最后证得圣果。

这个公案，在《四十二章经》中其实也有[[56]](#footnote-56)，说法比较相似，佛陀在最后教诫道：“学道犹然，执心调适，道可得矣。”如果心不调适，身体就会疲乏，身体疲乏就会更加心烦，更加心烦就会道心退失，从而造下各种罪业。所以，《四十二章经》中对松紧适度的道理讲得比较清楚。你们方便的话，关于调心的具体窍诀，应该多翻阅《杂阿含经》、《大智度论》等经典，对里面的道理要再三体会。

世人也提倡有松有紧、劳逸结合，如《礼记》云：“一张一弛，文武之道也。”张，指拉紧弓弦；弛，指放松弓弦。意思是宽严相结合，是文王、武王治理国家的良方。因此，做任何事都要有一种窍诀。比如企业管理或寺院管理，管理人员如果太严格，什么都按照规矩办事，条条框框理得非常清楚，那可能太紧了，大家都呆不住，全部会跑光；如果太松了，什么规矩都没有，整个组织无头无尾，谁也不愿意呆在那里。所以，我非常佩服上师如意宝，且不论他老人家修行的松紧适度，仅仅是对学院的管理，许多方式也非常符合现代人的规律。

大家以后不管在佛教道场还是世间单位，做管理人员时应该掌握分寸。如果你太凶了，别人把你看作魔王一样，也不行；如果你太软了，别人把你看作牛粪一样，根本不当个人，也不行。你要管理的话，则应像《君规教言论》所讲的那样，有忿怒的一面，也要有寂静的一面，不管你内心的境界如何，行为上有了这样的调整，做任何事情都很方便。

修行的时候也是同样，不能太松了，否则，整天吃喝玩乐、迷迷糊糊，非常可怜；也不能太紧了，虽然有些人精进值得随喜，但能否长期保持也很难说。我们学院有一个男众发心人，他刚来的时候，离我院子大概五十米的地方，就开始磕长头过来，我劝他不要磕、不要磕，但他一直不听，头上流了好多血。他信誓旦旦地说：“我从今天开始依止您，您所有的弘法利生事业，我一个人全部接下来，我一定要成为您最好的弟子！”当时我看他有点过激，不太好，但后来技术还可以，就把很多工作交给他。结果不知道他是累了还是怎么了，又太放松，许多行为就不好描述了，跟以前完全截然不同。所以，一个人刚开始又哭又闹又特别精进，我也不敢全部相信，不知道他以后能不能长久，还有没有这样的精进。

世间上的工作、生活，甚至是感情，其实也需要长期观察。前不久我听老乡说，去年有两户人结成亲家，最初关系特别好，本来你是你家的帐篷，我是我家的帐篷，但因为这两家太亲热了，过年期间竟把两个帐篷架在一起，然后你吃我碗里的东西，我吃你碗里的东西。没想到好景不长，几个月后，彼此之间又发生各种矛盾，最后弄得非常不愉快。不过，对于他们的结局，很多老年人早就预料到了：“他们两家今年太亲密了，明年可能有不吉祥的事发生。”实际上闻法和修行也是如此，一个人若非常极端，太放松了或太精进了，有些老修行人就知道他修行定然无法成功。

玛吉拉准空行母也说：“不紧亦不松，彼具正见要。”玛吉拉准是藏地十分著名的空行母，她依靠显宗的般若经典开悟，之后依止帕·单巴桑吉，创立了般若法门——断法派。她所传下来的法脉，藏地各教各派都在修。她还将很多伏藏品隐藏在神山中，后由一些高僧大德取出。有关她的生卒年代，很多历史都不相同，有些说她降生于公元1103年，公元1204年圆寂，还有些说她生于1031年，但不管怎么样，她以悲心和空性的境界摄受了无量众生，尤其是对天龙鬼神，通过布施身体与空性、悲心结合起来，从而收服他们、降伏他们，是这样一位大成就者。她在给后人留下的教言中说，平时闻法或修行时，不能过紧也不能过松。过紧的话，容易出问题，有些闭关者修行时一直特别专注，身心都有点不健康了，出关时眼睛红红的、头发长长的，见了就害怕；过松的话，像有些人一样，放弃闭关跑到城市里去了，因果在他眼里也不存在，什么都像虚空一样，这种人现在特别多。所以说，太紧了不行，太松了也不行，不紧不松才是甚深的秘诀。

萨绕哈巴说过：“心如解紧缚，松之得解脱。”心里的束缚若能松开，就可以得到解脱。然而，现在有些人对解脱特别耽著——“上师您可不可以用棍棒打一打我，我很想开悟啊！我二十多年都没有学佛，今天学了佛，才发现落了这么多课，好多法都没有听，很多境界都没现前，好着急啊，我一定要马上开天眼！”自己也用头使劲撞墙，想开天眼，这是不现实的。修行需要一段时间，刚开始学佛不要过急，不管怎么样，你现在遇到佛法还是很好，可是一口不能吞下一锅饭，应该一步一步地来，这样境界才会在你相续中出现。修行应当长期不断地串习，藏地汉地的很多大德都是在十年、二十年中，常年如一日地努力，并不是在上师面前灌顶那一天非常精进，或者听一两堂课、看一两本书非常精进，这不算什么，不一定马上获得解脱，必须要有长远的打算，如此修行才能成功。

总而言之，心既不能过紧而内收，也不能过松而外散，要做到不松不紧、恰到好处，诸根悠然而住。当然有些人很会放松，就像麦彭仁波切在《定解宝灯论》中所说，放松方面不必去劝[[57]](#footnote-57)。我跟有些道友说：“你要注意身体，不要太精进了。”“啊！上师您这方面不用劝，我放松倒没有问题。我有两个特征，一是睡觉，二是吃饭，这两者不用任何善知识来引导。”可是对个别人来说，如果心不会调整，刚开始学佛、尤其是闭关时比较着急，非要得成就不可，这个也要学、那个也要学，不学又不行，最后把身体弄垮了，心里会更着急，心里越着急，事情就越办不成。所以，大家要牢记上面的教言。

戊六、疲厌：

若因讲法时间过长而感到饥饿难耐、口干舌燥，或者遭受风吹雨打、烈日暴晒等情况时，切切不可心生厌烦，进而不愿意继续听法，断然放弃。

以前在藏地，听法的条件特别简陋。包括我刚来学院的时候，上师讲课的经堂虽然比较破烂，但还算能挡风避雨，而我们自己讲课或者听传承时，十年左右都是在烈日暴风中度过的。我当辅导员时，有七八十个人（藏族喇嘛）听，有一次在冬天，我们坐在院子里辅导法王如意宝刚讲的《释量论》，天上正落着鹅毛大雪，地上冻得坚硬如铁，但大家为了佛法都能挺住，不像现在有些人，有这么好的经堂还要拿垫子，当时什么垫子都没有，就坐在冰地上，身上也没有盖的，一个个像雪人一样。有时突然刮起狂风，书夹里的书都被风卷走了，我们到处去找，这种现象相当多。但那个时候，每个人都非常坚强，一想到往昔大德的苦行和为求法而牺牲的公案，就觉得自己这种经历很光荣、很快乐。不像有些大城市的人一样，总抱怨走路去听课太累了，在水泥地上坐一会儿都不行，各种讲究特别多。

在听法的时候，假如法师讲法时间太长，也不要生厌烦心：“你啰啰唆唆一直讲什么呀，早一点下课多好！”这种人可能是福报不够吧，其实闻法时间越长越好，可有些人的感觉不是这样。如果法师讲得很精彩，时间一会儿就过了，若有些法师显现上比较啰唆，他就开始抱怨连天了。但无论如何，法师讲的全是佛法，佛法非常稀有难得，听多长时间也不该有厌烦心。

其实，现代人跟古人相比，讲得不是很多，听的机会也很少。以前清凉国师讲了五十次《华严经》（八十卷），每天都讲八个小时（有些法师讲一两个小时就累了，人的心力还是差别很大）；道宣律师也听受并传讲了二十多次《四分律》。在藏地历史上，宗喀巴大师讲经最为厉害。有一次，大师晚上和众人在一起烤火，谈到印、藏诸高僧的传记时，感叹地说：“从前在藏地，同一时期讲经最多的，莫过于大善知识慧狮子了。他在同一法会中，每天能讲十一座不同的经论。”当时，诸位弟子祈请大师也跟他一样，在同一法会中，讲授十一部经论。大师看他们态度极为诚恳，于是答应说：“如果我再努力一点，也许能办得到。”

大师遂闭关二十天，温阅参究一切经论，出关后，突然宣布所要开讲的经论为十五部。当时听者来自各地，听说此讯，无不欢喜雀跃，相继前来参加。自此以后，大师每日讲论十五座，未尝间缺。（那时候的弟子真了不起啊！一天十五部论典，让我们听的话，感觉怎么样？）其中有两部小论提早讲完，马上补充两部。所以此次法会，大师前后总共讲了十七部大论[[58]](#footnote-58)。此后，大师又曾在一个法会中，同时讲了二十一部大论。

所以，在藏传佛教中，有些大德讲法实在令人叹为观止。当时的弟子也不像我们一样——汉地有些居士星期天一下午听三个小时，就开始大呼小叫：“啊！我屁股都痛了，脚都软了，脚都硬了。”脚外面是软的肉，里面是硬的骨头，脚本来就是这样，不知道你硬软是怎么分的，但听课从来没有听说脚硬了、脚软了。如果让你看三个小时的连续剧，你一点都不觉得累，可能还想不断看下去，眼珠没掉到地上就算不错了，这时你不用吃、不用喝、不用上卫生间，非常的精进。现在人就是这样，搞些乱七八糟的事，搭上多少时间都没关系，就像一个小孩子，让他在外面调皮，蹦蹦跳跳，几个小时一晃就过，但让他做一个小时的作业或看书，“不行啦，我可不可以出来一下？”所以凡夫人做有意义的事情，稍微听一点课、修一点法，就开始出现各种各样的毛病了。

大家对法一定要有耐心，要有虔诚的信心，不要认为听点儿佛法就很累。你一天有二十四小时，一个小时用来听法，其他二十三小时做别的也可以。现在城市里的很多人，一个星期只用一下午听三个小时的课，那整个星期有多少个小时啊？这三个小时用在佛法上并不过分，你也不要认为：“我听佛法的时间太长了，腰都直不起来了。”——是不是全部因听法而成脊椎炎了？

当然，如果讲法时间太长，你生起厌烦心，实在不愿意听，堪布阿琼在教言中说：“此时你可以站起来，发愿‘我不离法、不离上师’，然后离开传法的地方，否则，对上师和佛法生邪见的过患更严重。”这的确是一个窍诀。听法并不是强迫的，是为了自己获得解脱，所以听法的意义相当大。在家人不懂这一点也情有可原，但是作为出家人，既然选择了这一条路，把世间的一切都舍弃了，对闻法就应该有希求心。

现在大城市的居士集中学习，我觉得他们很可爱，就像远离父母的孩子，聚在一起说“我们要好好学习、做作业”，这样的话，这些孩子特别可爱。如果有父母在，父母会一直盯着你，但父母不在时，若仍非常自觉，这样的孩子比较乖。其实凡夫人跟孩童一样，如果没有上师引导，不会做好事，这是决定的。但现在有一部分人，我觉得还是非常好，你们以后应再接再厉，不能听一两堂课就满足了。世间上的事情要想成功，也不会只做一两次就可以了，因此，大家在佛法方面一定要不断地强化、不断地努力。

如果你产生厌烦心，千万不要放弃，应该提醒自己：如今我已获得暇满人身，没有沦为地狱、饿鬼、旁生，并荣幸地遇到了具有法相的上师，拥有听闻甚深教言的良机，这是无数劫中积累资粮的果报，对此我要好好珍惜！

什么是“具有法相的上师”呢？上师法相非常非常多，但总的来讲，格鲁派认为“看破今生”是最关键的法相；噶当派认为不管学显宗还是密宗，“戒律清净”是最主要的；宁玛派华智仁波切为主的上师认为“具足菩提心”是一切法相的要点；无垢光尊者在《大圆满心性休息大车疏》中，尤其提到了密宗上师必须具备精通密宗、咒语圆满、得到暖相等八种法相，在此基础上，按照上师革玛燃匝的观点，又加上“传承清净”这一条。当然，如今末法时代，全部具足这些法相是很困难的，然而只要精通佛法、有饶益之心，也可以算是合格的上师，依止这样的上师十分幸运。

我经常都会想：在短短的人生中，遇到了法王如意宝，真是千百万劫的大福报。如今误入歧途的修行人特别多，因为没有智慧，遇到邪师还沾沾自喜、到处炫耀，却不知有些上师是学外道的。末法时代，什么样的事情都会出现。在这个时候，宛如佛陀般的大成就者——法王如意宝之无垢传承、显密圆融之甚深教言，对我们来讲更显得弥足珍贵，不应该有丝毫怀疑，在人心混乱的这个时代，遇到它是自己的福报，理当有种欢喜心。

有些居士很清楚，现在我们一边听闻一边修行，这种因缘特别殊胜，机会相当难得。昨天我遇到一个道友，他曾在持头陀行的寺院呆过，也在强调专修的寺院呆过，后来以不同的因缘来到学院，感觉没有闻思确实不行。他说，光持头陀行的话，日中一食等行为是很好，毕竟戒律清净乃一切功德之本，可行为上如理如法，无法对治内心的烦恼；后来他到专修的寺院里去，也因为没有强调闻思，很多道理都不懂，只是天天呆在那儿念咒语，烦恼还是解决不了。再后来，他到学院以后，才有机会了解佛法的真理，同时也有机会依法观修。我们并不是自赞毁他，多年来依靠上师如意宝的培养，很多人基本上都明白：先要找一位好上师，上师的显密修法要完整；然后先闻思、再修行，次第应该搞明白；同时戒律必须起到基础作用，这样修行佛法才会圆满。

今生遇到这么殊胜的法，并不是平白无故的，《般若摄颂》等大乘经典中说，这是多生累劫积累资粮的结果。现在有些人认为：“我出家是偶尔的因缘，因为跟家人吵架，吵架成就了我出家。”“我学佛是我的对象、我的朋友造成的。”“我是无因无缘来到学院的。”其实这只不过是暂时的缘而已，真正的近取因是你前世与大乘佛法结过缘，而且在无数上师和佛陀面前行持过善法。到时候我给你们讲《般若摄颂》，你们就会知道，光是耳边听到法音、手里拿到法本，也需要前世因缘，否则，听也听不到、拿也拿不到、看也看不到。这就是因果，乃佛陀亲口所说，不是我们以分别念信口开河的。

要知道，佛法确实很难以听闻，《未曾有因缘经》中云：“佛世难值，法难得闻，人命难保，得道亦难。”现在能听到如此甚深妙法，真好似一百个小时中吃到一顿饭一样，可谓千载难逢、令人欣喜，因此，理应以最大的精进心、欢喜心来听受。我们每个人的因缘各不相同，有些人一辈子都能在佛法中度过，就像上师如意宝，从传记中看，他老人家从五六岁直至七十多岁圆寂之间，包括在十年浩劫的时候，也从来没有离开过佛法。而有些人一生中听了多少法？自己也可以观察一下。

像我的话，现在四十来岁了，虽有福报依止上师将近二十年，但以后变成怎么样也不好说。我小时候一直放牛、读书，所以闻法的时间不算很长，在上师面前听的许多法，是第一次也是最后一次。你们很多人应该也会这样，所以只要有听法的机会，希望大家务必要珍惜。现在有些人依止上师时，只要有名声，没有功德也可以，这是不应理的。我们应该依止具有法相的上师，依止以后要对上师和佛法有信心，不要以分别念观察上师，而应当以法作为标准，用恭敬心来谛听。

为了这样的妙法，理所应当安忍一切艰难困苦、严寒酷暑、压力折磨，欢欢喜喜来听法。有些人听法时压力比较大，需要面对很多状况，要有一定的安忍心，但更重要的是，对佛法要有欢喜心。《般若经》中讲了，人的心态真的很重要，若对某事有着强烈兴趣，纵然是几百由旬[[59]](#footnote-59)的路途，也会欣然前往；如果兴趣索然，就算是走一闻距[[60]](#footnote-60)，也觉厌倦、苦恼。而且如果有欢喜心，让你把须弥山摧毁无余，你也会觉得须弥山毕竟是有为法，没什么了不起的，有了这样的精进，过不了多久就会证得佛陀的殊胜菩提。所以，《般若经》在讲精进时，特别强调人的心力。

的确，我今天去找一个人，若是特别喜欢的人，即便是遥远的地方要走路过去，也无所谓，只要有时间，就不会觉得累；若是敌人或特别不喜欢的人，那么走半步路也很痛苦。心的力量不可思议，所以大家不管听什么法，要对佛法生起欢喜心：“闻法的功德那么大，现在闻法因缘如此殊胜，我拥有这种机会多么难得，只要有因缘，我就要竭尽全力地听法。”不要像有些人那样讨价还价，整天给负责人打电话：“今天我不来可不可以？因为朋友生病了。”“今天我不来可不可以？我身体不太舒服。”“今天我不来可不可以？我工作上有点忙。”“今天我不来可不可以？我要出差。”“今天我不来可不可以？我母亲身体不太好，心情也不太好。”“今天我不来可不可以？我要跟几个人一起去外面观光。”……提出的理由都似是而非。假如你把听法当成最重要的事情，可能一次也不会断。

那天我在北京时，遇到一位公务员，她告诉我：“公务员的有些工作比较麻烦，单位非常严格，也有很多很多规定，但即便如此，只要有心学习，也肯定能想出办法，对单位和家里可以说很多方便语。反正从开始到现在，我一天的课也没有断过。”

其实我自己也是同样。现在每天给你们传法，若没有把时间空出来，肯定天天都在忙。因为人的分别念层出不穷，今天想这个事情、明天想到那里去，结果什么课也讲不成。但我先把自己定位好，所有事情中将传法放在第一，那除了极个别情况以外，通常不会轻易中断，如此必定有时间传法。

你们听法也需要如此。如果将它视为生命中最重要的一环，那时间肯定空得出来，甚至你今天病得不行了，要输液，把吊瓶拿到课堂上打，也是非常容易的事情。因此，每个人的心力一定要提升，否则，把听法当作一种压力，当作一种负担，这样效果不会好，行为上也会出现各种不如法。

因此，听法不要有厌烦心，要有欢喜心。以前我寺院里有位帝察活佛，他对佛法的欢喜心难以言表。昨天我和几个道友聊了他的一些事情，他在当地非常出名，我在炉霍还没出家时，一次有机会接近他，发现他对什么名声钱财都不重视，唯一重视的就是听法。那时政策还很紧张，谁都不敢学佛，如果一个人讲法、一个人听法，会被抓起来关进监狱，他却在格鲁寺的一个格西座下偷偷听戒律。回家的时候客人特别多，客人跟他说话，他心不在焉、答非所问，一直专注地思维所闻的法义。我当时也不觉得这很难得，以为每个修行人都是这样，但随着接触的人越来越多，就越来越佩服他的精神。现在很多人若遇到这样的环境和时代，还有没有勇气自愿去闻思、不断地听课？可能够呛。即使去听课了，也不一定有欢喜心。

简而言之，听课的时候要有欢喜心。希望大家从明天以后，去听课应该数数欢喜，对法师和法宝要感恩戴德。否则，现在有些人觉得：“法师很麻烦啊！听法也很困难！我一个人在家睡觉多舒服，这是毕生中最快乐的事情，可这个愿望一直无法实现。能不能交点钱念经？加持我不用去听课，遣除一切违缘。”这种想法非常可怕，大家一定要注意！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第十节课

思考题

40、什么叫持文不持义？什么叫持义不持文？哪些情况属于持文不持义？哪些情况属于持义不持文？你是否有这些过患？

41、假如偏堕于文字或意义一边，对闻思修行有哪些影响？请说说你自己的体会。

42、有些人认为：“凡是佛陀亲口所宣，就是最究竟、最了义的，对此应当不折不扣地受持。”这种观点正确吗？请详细说明理由。

43、什么叫上下错谬而持？什么叫颠倒而持？二者的区别在哪里？你认为怎样才能杜绝这两种过患？

44、在闻思修的过程中，对难法和易法应该分别持何种态度？什么样的现象是需要避免的？

45、概而言之，讲述闻法方式时，“所断之行为”分为哪几种？各自讲了什么内容？请依科判大致归纳。通过学习这些，你最大的收获是什么？

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！

大家都知道，闻法的过程中威仪非常重要，如果闻法的发心和行为不如法，得到的利益会很少。为什么现在有些人经常听法，但效果不明显，佛法无法融入自心？原因就是与闻法方式有关。我们即生中听到大乘佛法，的的确确非常不容易，需要千百万劫的积累资粮。若想这样的佛法融入自心，就要创造各方面的因缘，否则，获得的法益将非常微小。

闻法方式中，前面讲了断除三种过患、六种垢染，今天讲断除五种不持[[61]](#footnote-61)。在学习的过程中，每个人要观察自己具不具足这些过失。如果具足，现在开始一定要断除，不然，你所听的法起不到什么作用。

丁三（五不持）分五：一、持文不持义；二、持义不持文；三、未领会而持；四、上下错谬而持；五、颠倒而持。

戊一、持文不持义：

有些人闻法时一味地注重优美动听的词句，倘若词藻华丽、文句隽永，用了很多成语、教证、对联，他就喜欢。这种现象尤其在一些文凭比较高、写作好一点的人身上经常出现，他们看一个文章或读一部经论，首先看里面的文笔好不好，文字搭配得如何。假如文笔不妙、用词不恰当，就把法本扔到一旁，理都懒得理，根本不详细观察文字所表达的意义。

对我们而言，其实最需要的就是了解佛法的甚深奥义。学习佛法并不是培养作家，任你怎样妙笔生花、扣人心弦，假如法本的意义非常空洞，对众生也不可能有真实的利益。我们可以看得出来，前辈大德们的有些教言，文字上相当一般，但它所表达的内容直指人心，令人受益匪浅。如果只推敲词句而忽略意义——“这里的诗句朗朗上口，那里的成语让人拍案叫绝……”那么就如同孩童采集鲜花一样，只追求表面的愉悦，而不能获得内心的收益。

这样的毛病，喜好诗学和词藻学的文人容易犯，爱钻研因明的人也容易犯。包括现在有些佛教徒，天天念《金刚经》等经典、持阿弥陀佛等佛号，很注重念了多少遍，虽然这也有功德，但若意义一点都不懂，一说到理解意义，就搪塞道：“我是凡夫人，这种境界太远了。”这往往会陷入“持文不持义”的状态。憨山大师在《费闲歌》中也说过：“诵经容易解经难，口诵不解总是闲。”

因此，学习经论的过程中一定要注意，一本书如果内容殊胜，不必非要有华丽的词句。华智仁波切写这部《前行》时也说了，若以美妙的语言叙述，则不是传承上师的教言，故而，他仅以浅显易懂的文字进行诠释。藏地有些教言也讲过：文字只是一种表达工具，法本的精髓在于意义，假如能用普通的语言表达意义，最优美的词藻又有何用？

我们若过于地耽著文字、对词句太重视，就会放弃甚深意义，如此一来，自相续无法得到真正受益。尤其是当今学术界的人，研究佛法往往偏重于空性、大悲的文字表面，却不知文字只是指月的手指，倘若一味地执著，则无法领悟其究竟所指。所以，只懂词句而不解意义没有任何实义，虽然一方面需要文字，但过于耽著也不应理，这个分寸必须要掌握！

戊二、持义不持文：

有些人只重意义而不重词句，认为文字结构只是泛泛空谈、没有加持，一切境界是通过意义证悟的，进而轻视词句、偏重甚深的意义，这也是不合理的。

尤其藏地有些着重实修的道场，对闻思不太强调，对背诵经论也不太赞叹。还有汉地有些禅宗道场，成天把“不立文字，教外别传，直指人心，见性成佛”挂在嘴上，认为不立文字就是最高境界。但实际上，禅宗的公案，禅宗所用的文字，一点也不亚于教下所用的文字，不少禅师都是依靠《妙法莲华经》、《楞严经》、《金刚经》、《心经》等开悟的，这样的历史多得不可胜数。所以，文字这个工具必不可少。藏地有句俗话说：“意义的老人必须依靠词句的拐杖，若没有词句的拐杖，意义的老人寸步难行。”任何意义必须依靠词句来表达，倘若没有词句的帮助，除了极个别大成就者，如布玛莫札、禅宗祖师，通过一种表示即可令弟子开悟外，一般人不可能理解真正的意义。

有些人认为自己有六祖的根基，不愿意闻思，也不愿意多年苦行，只看一部经典或者听一句禅语，就想马上豁然大悟。这有一定的困难。你的根基到底如何？——从早到晚相续中产生多少烦恼？不清净的念头生起多少？清净的念头又有多少？自己应该非常清楚。倘若没有次第地闻思修行，即使你把自己看得再高，恐怕也只是自欺欺人。

要想证悟空性获得解脱，不依文字相当困难。龙猛菩萨在《中论》中说过：“若不依俗谛，不得第一义，不得第一义，则不得涅槃。”胜义空性需要依世俗名言而证得，若不依世俗名言，则不能证得甚深空性，从而无法得到涅槃。因此，学习《前行》的过程中，大家也要依靠文字来通达它的意义。

这个窍诀对每个人来讲十分关键，希望各位不要堕于一边。有些人认为意义重要，对文字不屑一顾：“背诵干什么？喊破喉咙也没用。不要背不要背，只要观心就可以，安住就可以。”这种大话我不赞叹，你连文字都不能通达，怎么可能通达它的意义？还有一部分人认为文字重要，对经论的文笔津津乐道，却从不思维其中意义，这也是一种极端。（听说有些高考的作文很空洞，只要词句优美，就可以得满分，根本不管内容如何，这也属于“持文不持义”。）

我们作为佛教徒，必须要做到不堕两边，把文字与意义结合起来。其实这两者牵涉到闻思和修行：闻思的过程中，文字不可缺少；修行的过程中，意义不得不关注。如果你闻思修行非常圆融，对文字和意义都会重视。所以，上师如意宝在弘扬佛法时，经常强调四众弟子对文义要同时抓。有些人听课时不看文字，一直闭着眼睛听，那你再怎么聪明，也不一定能把内容背下来，所以不管是什么身份的人，不看文字的话，我都看不惯；有些人特别执著文字，对意义一点不在乎，但光靠文字也起不到作用，只有通达了意义，才能断除烦恼，获得开悟。因此，这两者都非常重要，持义不持文不行，持文不持义也不行！

戊三、未领会而持：

对文字和意义都重视的前提下，还要受持佛经、论典以及上师教言的真实义，若没有领会了义与不了义、秘密与意趣的各种说法，则容易误解词句和意义而违背正法。

大家都清楚，佛陀为调化不同根基的众生，宣说了八万四千法门，其中有些了义、有些不了义。了义和不了义的区别，我以前讲过很多次，这里不广说，简而言之，了义就是符合实际真理的，比如第二转法轮所宣讲的空性，第三转法轮所宣讲的如来藏自性光明，都是了义法，任何理论也无法遮破。但在相续未成熟的众生面前，佛陀暂时说“我”存在，就是不了义的。所以，若想对佛教有所认识，应当全面、完整、系统地学习，否则，断章取义地把一段内容作为最究竟，就会出现很多看似矛盾的说法。

现在有些法师说，符合自己心理就是了义，不符合心理就是不了义。那这样的话，世人对财物或人生贪心也成了义的了，因为与自己心理相符之故，但不能这样解释。了义和不了义的道理，我在此不具体分析。总之，明白了义和不了义、秘密和意趣之后，就会知道佛陀在经典中说，念某个佛号功德多大，念某个咒语功德多殊胜，其实都是有密意的。若欲详细了知，《心性休息》第八品中讲过四种秘密和四种意趣[[62]](#footnote-62)，对此作了一一分析，懂得这些之后，就会知道佛经并不是像我们想象的，凡是佛陀亲口所说，就把它当作最了义，不是这样的。当然，这要通过长期闻思才能分清楚，很多人学习《解义慧剑》以后，在这方面就有进一步的认识。

因此，对佛教全面认识很重要。现在有些居士和法师，只是对文字上的道理比较明白，但意义了不了义，有时候不能通达。如果这样的话，不管是为人讲经还是自己理解，很容易出现一些偏差。古大德也说过：“离经一字，允为魔说。依文解义，三世佛冤。”倘若没有长期闻思，即使你一直讲经说法，实则与意义相差甚远，这样过失还是比较大。

打个比方说，《宝积经·因缘品》云：“父母为所杀，国王二所净，境眷皆摧毁，彼人得清净。”单看字面的意思，父亲和母亲应该被杀害，国王和大臣应该被消灭，眷属和环境也要通通摧毁，如此这个人才能得到解脱。但实际上，佛陀的意思并非如此。“父母”是指行于轮回中的爱取；“国王”是指各种习气的所依——阿赖耶；“二所净”是指婆罗门的坏聚见、沙门的戒禁取见；“境眷”是指内在的处、二取等八识聚；“皆摧毁”是指以上这些完全遣除，彼人则得清净，即可成佛。

没有通达了义和不了义的道理，只凭自己的分别念去理解，对佛经的究竟深义无法掌握，最终就会导致误解丛生。因此，大家一定要广闻博学，切莫望文生义，随便宣讲佛法的真理。

戊四、上下错谬而持：

本来佛陀的教法层层递进，如世间的小学、中学、大学，分别适应不同的根基，只有前面的学完了，才能步入后面内容，而不是小学一年级时就讲大学三年级课程。佛陀的教育也是如此，不管学显宗还是密宗、藏传佛教还是汉传佛教，都要有次第，如果上下错谬受持，显然已违反了佛法的规律。

有些人对佛教的教义不通达，对佛法的层次不是很了解，总认为先尝试最高境界是最殊胜的。尤其是现在很多学密宗的人，觉得修五十万加行有点累，系统地闻思下来要花很长时间，于是不经过这一步，通过关系在上师那里得个甚深灌顶，就直接听最高的无上大圆满，特别想马上开悟。这是不现实的，如同冰上建筑一样，前面的基础没有打好，后面的境界很难以呈现。圣天论师在《摄行炬论》中言：“佛说此方便，如梯之渐次。”佛陀宣讲的一切法，犹如阶梯般循序渐进，非常有次第，若把这些次序上下颠倒，妄图要一步登天，便违背了佛法的规律。

因此，大家一定要先修加行，再修正行。我认识的很多居士，有一部分人相当好，平时系统地闻思修行，打好基础之后，再进一步听受密法；有一部分人却不是这样，对长期学习看不惯，自己认为是利根者，开口闭口就是《六祖坛经》、《楞严经》以及密宗中的最高境界，什么“一切无二无别”、“空性光明”、“自性明清”，平时不苦行、不磕大头，跟别人说话也是：“你得过四灌顶没有？”“这个教派的传承我要接上，那个教派的传承我要接上。”“我要修拙火定，马上开悟。”说起来倒比较舒服，但根基可能很一般，对人身难得等基本道理从来不想，对三宝不可思议的加持也没有信心，这样的话，高深境界不可能平白无故在你相续中纷至沓来。

假如你把次第搞错了，一辈子的修行绝不会成功。就像世间教育一样，如果不读小学、中学，就直接攻读大学，除非你根基很特殊，否则定会一事无成。现在有个别上师强调，直接安住就可以，直接观本来清净就可以，这种说法不太合理。虽然佛法没有主人，谁想修都没问题，我不可能强迫你不要修，可是没有打好基础的话，不管怎么样修，也不会与自相续相应。

非常希望大家还是要次第来，尤其是这次共修加行，除了特殊利根者以外，每个人都应该修。再过一段时间，我们这里的法师要作个统计，看有没有不需要修加行的？如果有，最好让他到我这里来考个试，虽然我自己没有境界，但对密宗也好、禅宗也好，还是稍微了解一些。倘若他真不用修加行，那我可以签字，我还要在他面前听法。如果他确实有窍诀，我们也没什么嫉妒心，可以让他灌个顶，给大家加持加持，他相续中的境界与我们分享。但若只是增上慢，根本没有任何境界，那想解脱必须要次第修行。听说有些道友认为自己修行很好，不用修加行，也不用闻思，这样的话，我有几种方法来考一考你，看你敢不敢来？——应该会来吧，既然你境界都那么高了，有太大执著肯定不好！这次国内外很多人一起修加行，我认识的一些政府官员，包括我的同学，也利用这个机会积极参与，这么多人共修的话，功德肯定相当大。所以，若以傲慢心断掉自己的佛缘，我觉得非常可惜。

总之，不论闻法、讲法或修法，假如上下错谬而受持，就会面临矛盾重重的处境。比如，你连人身难得、寿命无常的观念都没有生起，每天挥霍时光很开心，那相续中会不会出现很高的境界呢？恐怕不会。以前境界高的一些大德和修行人，都是次第性地修学，哪里有上师传加行法，就愿意到哪里去听受，纵然经历千辛万苦，也会先把加行修圆满。一般来讲，境界越高的人，对基础法越不会轻视，反而觉得观修人身难得、因果不虚非常重要。越是什么境界都没有的人，就越目空一切，觉得自己了不起，这完全是自欺欺人，那还不如不学佛，不学佛就不会有如此邪见了。所以，希望大家不要有傲慢心，应该按照上下次第来。

戊五、颠倒而持：

佛法的教义原本正确无谬、清净无染，可有些人因智慧不够、闻思不够，把佛法错解而颠倒受持。譬如，禅宗和中观都讲万法皆空，他误以为空性是什么也没有，就开始毁谤因果，排斥祈祷三宝，什么善法都不做，最后邪分别念滋生蔓延，自相续因此而毁坏，甚至由此而成为佛法的败类。

现在这种人比比皆是，对空性法门略有了解，就认为一切都不存在，肆无忌惮地为所欲为，最终造下各种恶业。以前法王在课堂上讲过，有个老人听过一点点空性法，就觉得什么都空了，于是一边杀山羊一边念叨：“所杀的山羊你也没有，能杀的我也不存在，我今天要把你杀掉。”同时还念观音心咒。（他做得真的很矛盾，可能也害怕死后受苦吧！）这样的话，佛法的教义已经被他颠倒受持了。

在座的法师和辅导员一定要注意，讲经说法的时候，要对照高僧大德的注释，看自己会不会讲错了。否则，字面上你会解释，但意义并没有通达，明明讲错了还不知道，则会令听者误入歧途。《除曜经》云：“愚诵千章，不解一句。智解一句，即解百义。”愚者虽然读诵千章文字，但一句也不会解释，而智者仅了解一句的意义，即可举一反三，通达百种意义。比如说，有智慧的人即使只懂格言里的一个偈颂、诸法无常或诸行皆苦的一个道理，人生的方向也已经全部掌握了。智者与愚者之间的差别，不是看嘴巴会不会说、对社会的贡献大不大，关键要看佛法对自己一生的转变和内心调伏烦恼是否起作用。

如今颠倒而持的现象相当多。有些道友闻思的过程中，认为对经义理解了，其实完全是误解了。因此，法师们平时讲考别人，一定要观察他到底是误解还是理解。现在有些人从小世间文化的习气非常重，到目前为止，还把世间道理认为是佛法教义。甚至在法师当中，这类现象也非常多，有些法师自认为讲的是佛经内容，其实与佛经的教义根本不接近；有些法师认为通达了佛陀密意，自己讲得非常不错，可是与佛法根本没有靠边。所以，务必要杜绝这种过患。

总而言之，重视词不重视义也不行，重视义不重视词也不行，未领会而持也不行，上下错乱也不行，误解意义也不行，这五点非常关键。学习任何经文论典，必须先摆正自己的心态，有了正确的心态，才可以通达它的内容。还没有正式学《前行》之前，大家若能依照华智仁波切的教言去做，无论是自己学习，还是以后给别人传讲，都非常有帮助。

这并不是口头上说一下、随便听一下就行了，而要对所有内容长期地串习，对法义通过词句与意义上下毫不错谬的正确途径来受持。当遇到意义难解、内容繁多时，如学习《现观庄严论》、《中观根本慧论》、《中观四百论》后几品，一旦碰到词句或意义上的难点，自己又百思不得其解时，不要认为无法掌握而就此放弃。前段时间学《智慧品》时，菩提学会许多人都倒下了，从第一品到第九品之前很顺利，但到《智慧品》就啃不动了，好多人纷纷“牺牲”了。其实不能这样轻易投降，即便你学世间文化知识，也不可能因不懂就退失，学习佛法更要以顽强的毅力坚持不懈地学习。有些词义今天搞不懂，那明天继续，明天还搞不懂，后天继续……学院有些堪布的闻思修精神特别可嘉，对自己悬而未决的问题，两三年中一直耿耿于怀，通过查阅很多经论，咨询很多上师，锲而不舍地直到把这个问题搞懂为止。受持佛法就要有这种精神，不能遇到一点点困难就放弃。《智慧品》第一次听肯定不好懂，我刚开始学也很费劲，但只要坚持不断地努力，慢慢就不会有什么大问题了。同时，当遇到意义简单、词句鲜少之处，比如《佛子行》、《前行》，也不要认为法义浅显而轻视，必须牢记不忘。

有些人遇到大法觉得高不可攀，不愿意学；遇到小法又觉得太过简单，也不愿意学：“《佛子行》我早就看过，《入行论》我已经背过，再学一遍的话，简直是多此一举！”尽管论典的文字比较简单，但真正付诸于实践并非易如反掌，对修行人来讲，这些教义乃至生生世世都要受持。如果你高不成、低不就，那最终什么法也得不到。上师如意宝讲《文殊大圆满》时引用过藏地的一种说法：“大法，阿可[[63]](#footnote-63)修不成；小法，阿可不愿意修。最后临死前，阿可一点法也没有修！”这种情况相信很多人都会有。因此，不管大法还是小法，我们均要视如甘露来对待，任何法师宣讲时，理当聚精会神地听受。像华智仁波切那样的大成就者，对前行法尚且听了二十多次，我们这样的根基也许要听五十次、六十次才可以通达。

现在许多人有一种毛病：没有听过的法，要去听一下，而以前听过的法，就觉得不必再听了。这是不正确的做法。过去有些大德经常发愿，一生中看100遍《入行论》，或者看100遍《大圆满前行》，因此无论是哪个善知识传讲，他都愿意去听。我们也要有这种精神，若能如此，什么法对自相续都有利，所以不要对佛法有厌倦心。

综上所述，我们在闻法的时候，要按照上下文正确无误的相应关系，有条有理、一五一十地掌握一切词义。

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第十一节课

思考题

46、什么叫做依止四想？请结合自己的情况具体解释。每一条你都能真正做到吗？

47、在依止上师的过程中，倘若上师是大成就者，但他有些行为无法让人接受，这时候你该如何对待？请以教证、公案进行说明。

48、有些人认为：“我根本不用修善法，造恶业也没关系，因为我的上师是大成就者，只要好好地祈祷上师，上师就会把我像块石头一样扔到极乐世界。”这种想法是否合理？为什么？如果你周围有这样的人，你打算怎么劝导他？

49、什么叫做上师的慈悲？这与你自己的理解有何出入？明白这一点，对你有哪些帮助？

50、为什么说现在是计划永远快乐或永远痛苦的警戒线？你对此有什么样的认识？

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！

本论分为闻法方式、所讲之法两个部分。“闻法方式”讲的是发心和行为，“发心”讲完了，现在正在讲“行为”。此处的行为，除了涉及身体和语言，还包括内心的动机，所以是身语意的行为。

“行为”分为所断之行为、应取之行为。“所断之行为”包括三过、六垢、五不持，在听法和修行的过程中，一定要把这些过患统统遣除，否则修行无法成功。今天开始讲“应取之行为”。

丙二（应取之行为）分三：一、依止四想；二、具足六度；三、依止其他威仪。

丁一、依止四想：

我们在求法的过程中，不能离开四想，如《华严经》云：“善男子，汝应于自己作病人想，于法作妙药想，于善知识作明医想，于精进修持作医病想。”首先要把自己当作病人，无始以来被业和烦恼束缚着相续，所以是病入膏肓的患者；把佛法当作妙药，依此可治愈自己的疾病；把求法对境——善知识当作医术高明的医生；自己精进修持当作治病。

《如意宝藏论》引用《十法经》的教证也讲了求学过程中该怎么样想，阐述了不少这种思维方法。还有《窍诀宝藏论》讲了依止善知识的六种想[[64]](#footnote-64)，即作商主想、船夫想、长官想、护送者想等。记得在《菩提道次第广论》中，宗喀巴大师也讲了六种想[[65]](#footnote-65)，前四想与《华严经》的说法相同，后两种想是“于如来所住善士想”、“于正法理起久住想”，也就是说：现在末法时代，虽然无缘亲见佛陀，但佛法依靠善知识来传讲，遇到善知识跟遇到佛陀无有差别；正法教理要想久住世间，必须要如理讲闻，不但自己毫无错谬地受持佛法，还能带动他人也如理受持，如此正法逐渐会住世兴盛。

平时修学的时候，这样观想很重要。若能把上师看作医生，或者其他经典说把上师看作佛陀，那么他所讲的教言对自己必定有利，业和烦恼的疾病也可予以遣除。否则，你认为自己远远超过上师，佛法并不是很珍贵，自己没有业和烦恼的病，精进修持只是一种形象而已，这四想完全颠倒了，那纵然活生生的佛陀出现在你面前，他的教言对你也无济于事。

所以，学习佛法的时候，摆正心态非常重要。就像世间人学文化知识，也要对老师很恭敬，尊重老师所讲的知识，自己处于谦卑的位置，对知识以渴求心精勤学习，这是起码的态度。否则，你对老师不恭敬，对老师讲的知识一律排斥，就算考上清华大学，在那里学习多年，最后毕业时，相续也不会有任何改变。因此，若想将高僧大德的教言融入于心，一定要有正确态度。

什么样的正确态度呢？首先要明白，我们无始以来沉沦在轮回大苦海中，相当于是遭受因三毒[[66]](#footnote-66)、果三苦[[67]](#footnote-67)所折磨的病人。三界中任何一个众生，都有贪嗔痴等八万四千烦恼的病因，并不断遭受三苦逼迫。有些人认为自己福报大，不会有这些痛苦。实际上若了解到轮回状况，就会知道即使你再快乐，也无法避免这些痛苦，唯有证得佛法的境界，才会享受世间和出世间的大乐。轮回中的一切快乐，只不过是以苦为乐，然而世人颠倒地认为，具有贪嗔痴非常正常，没有贪嗔痴会很痛苦。比如，一个年轻人不愿意结婚，想好好地修持佛法，当地人就会把他看作怪物，觉得他不是心理有问题，就是生理有问题，根本不知在烦恼的驱使下，自己所作所为才是真正的疯狂者。所以诸大德说，我们这个世界是疯狂的世界，愚痴颠倒的黑暗笼罩着心灵虚空，智慧和慈悲的光芒始终散发不出来。

因此，大家先要意识到自己是个病人，而且病情非常严重。就像得了麻风病、肺结核的人，要想脱离身体的病苦而得到安乐，就要八方奔走、四方求医，依止一位有临床经验、有智慧、有慈悲的明医，并谨遵医嘱按时按量地服药。有时候我去上海、北京、成都等地的大医院，看见成千上万的病人来来往往，有些是年轻的，有些是年老的，有些是孩童，每个人有不同的疾病，为了摆脱病苦的缠缚，他们到处打听医德最好、医术最高的明医，找到之后很听话地接受治疗。同样，我们这些众生无始以来被业和烦恼的重病所折磨，必须要依止一位如明医般具足法相的上师，通过三喜[[68]](#footnote-68)来承侍上师，百分之百地依师教言奉行，服用正法妙药，只有这样才能消除业惑苦难的疾病。

这一点大家要经常发愿，有生之年若有机会依止上师，一定要尽心尽力令师欢喜，对上师所讲的妙法如理行持。就大多数上师而言，是通过宣讲显密正法令弟子的相续得以调伏。当然也有极个别上师，像那若巴、米拉日巴的传记中所说，以不同的方便方法摄持弟子，此时弟子要以清净心来依止。华智仁波切讲过：“倘若以清净心把上师观作佛陀，一心一意地依止承侍，那么，成就和解脱轻而易举即可获得。”

依止的过程中，凡夫人的分别念各种各样，但如果上师是了不起的大成就者、大菩萨，即使有些行为表面上无法让人接受，只要弟子听话，把上师说的话当作教言，也绝对可以成办一切所欲。以前我看过图根巴（图根·阿旺秋吉嘉措）的一个传记，里面讲到：图根巴刚开始求学的过程中，生活很贫寒，每日三餐不济，吃饭都成问题。为了缓解这种局面，他决定修一下黄财神法，就请旁边的铜匠铸了一尊黄财神像。铸好的那天，他捧着铜像高高兴兴地到上师——章嘉国师那里去。

章嘉国师当时很有名，他好不容易才见到，见到之后，他把铜像放在上师面前，恭恭敬敬在上师足下顶礼，祈请赐予开光加持。没想到，上师还没来得及开光，上师的小狗就跑了过来，对着铜像开始撒尿。见此情景，图根巴觉得铜像被弄脏了，缘起也破坏了，很讨厌这个小狗。上师说：“我的小狗不一般，不用我来开光了，小狗已经给你开光了。”尽管图根巴有点执著，但不得不观清净心，把黄财神像带回去，供在佛台上，精进修了一段时间。后来他整个生活有很大改变，可以说财源滚滚，并终成为一代大师。据有些历史记载，他也是康熙皇帝的国师。他经常在教言中强调：“上师说什么都是金刚语，有不共的缘起和加持！”

所以，上师如果是大成就者，他所讲的话都有密意，有不共的缘起，依照他的教言去实地行持，肯定能获得相应的成就。世间也有一些医生，开的药方虽然很怪，看起来不会对病有利，但吃了以后却真正起作用，包括藏医、中医有许多奇妙的缘起。当然，在医学界中，也有对医学一窍不通的假医生，而在佛教界中，同样有为种种目的打着成就者旗号的假上师，他们的行为并不是为了弟子解脱，而是为了自己获得名声地位等世间利益。因此，大家要擦亮智慧的双眼，明辨具相善知识与非具相魔知识之间的差别，如理如法抉择之后，就像病人依止明医般依止具相上师，这样才能断除烦恼疾病。

反过来说，假如你多年依止上师，却没有依教奉行，就如同病人不遵医嘱去吃药打针，医生无济于事一样，上师也无法利益你。诚如寂天论师所言：“若不遵医嘱，病患何能愈？”没有按照医生的嘱咐去治疗，疾病怎么会好呢？所以依止上师的过程中，上师让你修什么法，你就应该这样修。不然，上师让你看中观，你非要看因明；上师让你修五加行，你非要观托嘎；上师让你学修心窍诀，你非要看中阴法门……上师说一个、你做另一个，这样的话，就像医生给你开药方，你偏不用，非要自己开一样，恐怕疾病无法治愈。

此处所讲的“四想”，以及如何依止善知识，大家一定要分析。这次讲《大圆满前行》，跟以前的进度相比，每天讲的内容很少，但通过这个机会，我自己可以好好看一遍，希望你们也对这些内容反复思维。《大圆满前行》虽然表面上简单，但字里行间却隐藏了很多高深莫测的窍诀，若能挖掘出来，并贯穿于实际行动中，肯定有非常大的利益。所以我们也不赶时间，每节课能讲多少算多少，有时候我觉得自己有点啰唆，不过常给大家提醒的话，大家也会有一些不同的感觉。

我始终觉得《大圆满前行》对一个人毕生修行的改变非常非常大。很多人说《入菩萨行论》对自己的转变很大，但我个人认为，《大圆满前行》远远超过《入菩萨行论》。虽然我学得很不好，很差、很惭愧，在你们面前这样说，真的非常不如理。但自己一生所学的法中，对《大圆满前行》的信心非常非常大。在传讲的过程中，虽然前前后后有重复的，也有矛盾的、上下不连贯的，不管怎么样，我对这个法有一种特殊感情，这次想通过语言把它表达出来。大家也要对华智仁波切的金刚语再三琢磨，看自己是怎么样接受的。不说其他内容，光是今天讲的“四想”，若认认真真思维并行持的话，一生修行的大致方向也已经搞定了。

如果没有实地修持良药般的妙法，那就像一位病人的枕边虽有不可计数的妙药和药方，但不曾服药也会于病无补。《劝发胜心经》云：“吾已说妙法，汝闻不修行，患者不用药，吾亦无法救。”佛陀说，我已给你宣讲了妙法，假如你不愿修行，就像一个患者病得非常严重却不想服药，那再好的医生也无计可施。医生除了开药治疗，不可能用其他方法消除疾病，因为他精通医理，知道你身体的病是怎么来的，也知道身体的病该怎么祛除，所以我们要听医生的。

不过，对现在人来讲，身体不健康的话，大多数会听医生的，但心理不健康的话，听上师的并不是很多。许多人喜欢自作主张，其实，你在佛法大海中畅游的时间并不长，虽然了解一点点道理，但与上师比起来，恐怕差得比较远。因此，大家不应该对上师指手画脚，也没必要跟上师讨价还价，上师只要具足法相，肯定会考虑你的修行大计，上师怎么说你就怎么行持，修行才有成功的把握。否则，你总凭自己的感觉、自己的分别念，认为“上师说得不对，我适合修那个法”，自己把自己的根基定下来，那你不要依止上师了。就像一个病人，医生给你开了药方，但你觉得“这肯定不对，我要开那个药”，那你不要依止这个医生了，去依止别的医生好一点。

其实，学习佛法的道场就像是一个医院，我们学院也是个“大医院”，这里有大大小小的医生、护士，还有专家门诊。来自各地的心理疾病患者，应该遵照医生的诊断和嘱咐，这对自己比较有利。我们这里的法师，我并不认为都是大成就者，是几地几地的菩萨，但起码具有法相、通达佛教基本道理，就像医院里有一百个医生，这些医生必须要有资格证书，否则，不可能帮助那么多人。现在的佛教道场特别需要良医般的法师，一个城市的心理疾病患者有千千万万，比身体疾病患者更多，但真正治疗他们的医生有多少？大家也可以看得出来。因此，一旦遇到良医般的上师，我们应该长期地服药。就像噶当派大德所说，三界众生是长期的患者，服一两次药犹如杯水车薪，绝对起不到作用。

有些人想得很简单：“我已得了甚深灌顶，求法也有一个多月了，为什么还没有证悟？为什么还会产生烦恼？”“我已经剃度三年了，怎么还有贪心啊？上师，我是不是修得有毛病？”并不是这样。我们的烦恼根深蒂固，在轮回中串习了无数时日，修法的时间与串习烦恼的时间相比，简直不可同日而语。就像卧床多年的患者，他去医院打一个针、吃一个去痛片，能不能马上治好呢？肯定不行。我有时候身体不好，医生说：“不行不行，打一次针肯定不行。上午打一次，中午打一次，下午打一次，还要给您输液，可不可以啊？”我也相信他们的说法，毕竟药多多地进入身体，身体的病就会好。同样，佛法的妙药多多地进入心田，你的心理疾病才有康复的机会。否则，现在有些人把佛法当作万灵药，听一两堂课就想烦恼全部解决，或者在上师面前得个灌顶，用书函加持加持，就想马上开悟，进上师屋子时是凡夫人，出门就是一地菩萨了，想得特别美，这是不可能的。若没有长期饮用佛教甘露，不一定很快就能解脱，所以自己得到的法要经常修行，华智仁波切说过：“如果没有修行，临死时法本有什么用？”

当今时代许多人认为：“只要祈求上师以大悲观照，我不修行也大有希望。上师，我一切都拜托您了，您往生极乐世界时，千万不要忘了我，如果不带我一起去，说明您没有良心！”好像跟上师“签合同”一样，上师什么时候到阿弥陀佛那里，自己也要跟着去，对往生似乎很有把握：“我上师是个大成就者，上师已经答应了，我肯定会往生极乐世界。即使我随便杀盗淫妄，也不会有什么果报，因为我上师非常了不起！”认为上师是万能的，就算自己累积了许许多多恶业也不需要感受果报，而仅以上师的悲心力，就能像抛石头一样将自己投到清净刹土。

这种想法并不合理。具有法相的上师虽然有慈悲心，但仅以上师的慈悲心让你解脱，也有一定的困难。在三千大千世界中，佛陀的智慧、慈悲、能力最大，对众生犹如独子般慈爱，可是佛陀在世的时候，不信佛教的众生那么多，佛陀即使悲悯他们，也不可能将他们全部扔到清净刹土，所以很多事情并不是像你想得那么简单。以前有一个教证说，众生的罪业不是用水洗掉的，众生的痛苦不是用佛陀的手遣除的，佛陀的智慧也不可能转移到众生相续中，那么佛陀唯一的办法，就是给众生宣说清净、寂灭之法，以令其通达因果取舍的道理，如此才有解脱的希望[[69]](#footnote-69)。

《现观庄严论》刚开头顶礼般若是四圣之因时，宣说了佛陀成就的目的，就是通过转法轮来利益众生[[70]](#footnote-70)，除此之外，不可能把他们一个个拽到极乐世界。《现观庄严论》最后一品所讲的佛陀事业，也是通过传法，令一部分人获得道的所依，一部分人获得道，一部分通过道而成就果，佛的三种事业都与讲经说法有关。因此，佛陀度化众生的唯一方法就是转法轮。

上师也是同样如此。虽然你对上师有依赖心、信心是很好，毕竟病人若对医生一点都不恭敬，医生开的药不会对你有利，但自己不吃药、不打针，完全依靠医生也不行。如果医生脾气不好，会把你赶出去：“不吃药的话，我有什么办法？我唯一的办法就是给你药，你吃了才能好，否则，呆在我身边也没有用。”然而，有些人对上师的信心可能太大了，认为：“上师随时在加持我，我钱包不用好好保管，肯定不会丢，上师会加持的！”那也不一定，上师自己的钱包都经常丢、经常被偷（众笑）——所以，不能把上师看作这方面的加持来源。

上师的慈悲虽然是有，但哪些方面才叫上师的慈悲，一定要观察好。我经常想，法王如意宝等大德真的很慈悲，引导什么都不懂的我们趋入佛教真理，把我们从轮回深渊中救出来，一想起这些，觉得上师的悲心远远超过父母。父母对我们虽好，但除了教走路、吃饭、穿衣等基本常识外，怎样让我们摆脱轮回的漫长痛苦，他们从来没有想过。可是上师以慈悲摄受我们，宣讲甚深教言及取舍教理，所开示的解脱圣道完全符合如来教言——噶当派的教言说，符合佛的语言是正法，不符合佛的教言就是非法。观察上师是否具有慈悲，要看他所讲的法是否与经论吻合，如果不相一致，则可能怀有私人目的，但若依照佛陀的意趣传授佛法，这就是上师的慈悲，除此之外再没有更殊胜的大悲心了。现在很多人认为，上师传授殊胜佛法不算是慈悲，如果经常给自己打打电话，带自己一起朝神山，跟自己吃一顿饭，才是慈悲。这些人对慈悲的定义值得观察。

弟子依止上师的过程中，假如上师从不宣讲佛法的真理，整天让弟子给他做事，除非他是马尔巴那样的大成就者，否则，弟子很难有开悟的机会。一般来讲，弟子依止上师时，作为上师，要通过传法来饶益他，并不是给他打电话、给他一点钱、他心情不好时安慰安慰就够了。而作为弟子，要将上师所讲的法记在心里，记住之后永远去行持。上师不可能讲一个法，就像盯小孩子做作业一样，在你身边看你记住了没有，天天督促你、跟着你，这是不现实的。任何一个善知识，在年轻时、中年时，给有缘弟子传授相关的教言之后，也许就会前往其他刹土，或者以不同的缘分去往他方。在我人生的经历中，很多善知识的确是这样，有些已前往清净刹土，有些虽没有前往清净刹土，但不可能永远和我们在一起。就像一个人读书时，小学读完以后，小学老师不会一直跟着你，中学读完了以后，中学老师也不会一直跟着你，除了福报大的个别弟子以外，一般人不可能有机会永远依止上师。因此，现在上师宣讲佛法时，大家务必要铭记于心，并且始终行持这些法要。

当然，依靠上师的大悲心，到底能否趋入解脱道，关键还是靠自己。俗话说：“师傅领进门，修行在个人。”佛陀也对弟子讲过：“吾为汝说解脱之方便，当知解脱依赖于自己。”佛陀也只有这个办法——为如海般的眷属宣讲四谛法，根基好的弟子依照佛陀教言去做，最后就能获得成就；有些并没有如理地行持，反而对佛陀生邪见，最终会堕入三恶趣。如今我们有幸获得如意宝般的暇满人身，并依靠上师诸佛加持，不敢说完全精通浩如烟海的大经大论，但已知晓取舍的要点，明白善有善报恶有恶报、依止善知识、轮回痛苦、皈依和菩提心的重要性等基本法要，所以自由自在的此时此刻，是计划永远快乐或永远痛苦的警戒线，也是下堕深渊或上升天堂的交界点。

大家有因缘听受佛教的道理，前途是光明还是黑暗，完全取决于自己。有些人在这方面比较明智，昨天有一个道友，她放弃海外留学的一切，到学院要马上出家。本来，想在学院出家的人，必须经过四个月观察，但她的心特别切，说永远的解脱或永远的痛苦由现在决定，现在不出家的话，其他事情没有意义，所以一定要出家。后来我观察了半天，她说的话也有道理，既然她把亲人、工作、国外深造都放下了，有时候也不得不特殊开许。

每个人的想法各不相同，有些人想得开、放得下，有些人也不一定，但不管怎么样，大家要知道现在是最关键的时候。就像大学毕业填表时，去什么样的单位完全由自己选择，同样，我们获得了人身，听到了佛法，有这么难得的因缘，以后的命运也是由自己决定：若行持善法，会趋入善趣、往生极乐；为非作歹、不断作恶则会下堕恶趣，饱尝无量痛苦。所以依止具相上师之后，要不折不扣地遵照上师教言踏踏实实修行，从而彻底分清轮回和涅槃的界限，这一点非常重要！

遗憾的是，现在有些人依止上师时，就像侦探一样，今天到这个道场听听课，明天到那个道场听听课，东一个、西一个，依止的上师太多了，最后自己也找不到方向。我个人而言，多年的修学经验归纳起来，就是先要寻找具有利他大悲心的上师，然后应该长期依止，不要三心二意。有些人今天依止一个上师，上师说《地藏经》非常好，他就念几天《地藏经》；再过一段时间，到东边去找一个上师，上师说《金刚经》很殊胜，他又开始念《金刚经》；没有什么感应后，去依止藏地的一个上师，上师要求修大威德，他又修了两三天。这种人一生中修了很多很多法，抛弃一个上师又依止一个上师，抛弃一个上师又依止一个上师……最终自己一事无成。所以，佛经和论典中都强调，依止善知识之前要观察，观察好了以后，依止的时间越长越好。我依止法王如意宝的过程中，这附近也有很多了不起的善知识，我对他们没有任何邪见，但觉得自己修的法已经足够了，关键是看能不能修，就没有再去依止其他大德。

若长期遵照上师教言修行，根本不会堕入恶趣。《杂阿含经》云：“长夜修善，若堕恶趣，受恶报者，无有是处。”如果我们长期修持善法，堕入三恶趣或感受恶报是绝不可能的。当然，作为凡夫人，做善事的力量比较弱，但只要尽心尽力，也能起到一些作用。比如，你从早到晚偶尔生起恶念、分别念、烦恼，但大多数时间若用来闻思修，一生是这样度过的，那解脱就会有一定把握。我们这里有些出家人，觉得自己每天产生恶分别念，担心以后会不会堕落？其实你又没有天天杀生、偷东西、做坏事，而是在守居士戒或出家戒，竭尽所能地念咒语，这个果报是无欺的，肯定会获得解脱。

依靠上师三宝的加持，大家现在拥有修法的机会，应当经常默默发愿：在短暂的人生中，千万不要改变，不能做诽谤佛法、违背佛法的事。发愿的力量非常强大，我们遇到这么好的佛法和上师，虽不敢说证得极高的境界，但若这样度过自己的一生，也会很心安快乐！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第十二节课

思考题

51、藏地经忏师在超度亡人时说：“上去下去之关键，如马随辔头所转。”对于这句话，你是如何理解的？最终可得出什么结论？

52、依藏地的习俗，若有人死了会怎么样对待？相较于汉地的传统，你有哪些体会？今后有何打算？

53、为什么说人身造善业、造恶业的能力均超过其余五道？明白这个道理，对你有什么样的帮助？

54、“四想”的违品是什么？请以比喻具体说明。现在社会上是否存在这种现象？你对此如何看待？

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！

这个前行法，每个修行人都要引起重视，没有修好的话，修持正行会举步维艰。此法文字上比较简单，但意义上还是有一定难度，大家务必要结合自相续实修，只有把前行修好了，整个修行次第才不会混乱，烦恼通过这种方式断除也是最有效、最有力的。现在末法时代，许多人修行不按照次第和传承上师要求，以至于出现违缘或没有感应就半途而废，对佛法和上师退失信心，甚至生起邪见，这样的现象比比皆是。我们每个人希求解脱道非常不容易，因此，务必要依照传承上师的窍诀来要求自己，这是极为重要的！

昨天说在修学过程中，要经常思维“四想”，尤其是把上师作明医想、自己作病人想。上师令你解脱的唯一办法就是传授佛法，你若遵照上师教言实地行持，必定可以得偿所愿。就像一个病人，若想重病得以痊愈，必须谨遵医嘱服药，如果不依赖医生，或者只依赖医生却不吃药，病情则无法好转。而作为医生，医术再高明但不给药的话，恐怕也不能治愈疾患。因此，这二者之间的缘起，大家一定要了解。

现在有些人太极端了：要么不需要上师，想完全依靠自己的智慧通达万法，这是非常困难的，历史上除了极个别利根者以外，一般人绝对做不到；要么又过于地依赖上师，自己不愿意修行，把所有希望寄托在上师身上，一切都交给上师了，那上师再是了不起的大成就者，相续中的证悟也无法迁移到你心中。正如我昨天所说，三世诸佛的大慈大悲不可思议，不要说诸佛，观世音菩萨的大悲也极为强烈，若能将众生的疾苦完全遣除，又岂会眼睁睁地看着他们堕落？

这个问题，通过学习才能了知，并不是像有些邪见者认为的：要么上师能救度一切，自己不需要任何勤作；要么上师什么能力都没有。这两者都不是。若了解医生和病人之间的缘起，很多人便不会落入极端。你一点都不吃药，完全依靠医生让自己痊愈，有没有这种可能呢？稍微懂医学的人都明白，这是绝不可能的。因此，有些极端邪说一定要制止。

如今，藏传佛教这种现象比较严重，许多貌似信心强烈的弟子声称：“我上师是非常了不起的大活佛，我造什么罪业也没关系，上师答应过我，临死时会来接我往生。”有些显现上不太精通经论的上师，也给某些弟子承诺：“没事没事，只要你临死时想着我，我就会来接你，你怎样造罪都没问题。”这种说法不符合实际道理。你们以后有机缘摄受弟子，千万不要想什么就说什么。真正触犯严重法律的人，他不得不受法律制裁，即便是中央领导的至亲，也没办法救护。世间的因果规律，任何人都无法超越，因此，依止上师时要懂得这些道理。

前面讲了，现在是计划永远快乐或永远痛苦的分水岭，若不折不扣地遵照上师教言去修行，就会彻底分清轮回和涅槃的界限。所以，我们真正有希望的，就是活着的时候，若依止善知识听受窍诀，并且实地修持，即是解脱的唯一途径。

否则，藏地有许多经忏师[[71]](#footnote-71)，进行超度时，聚在亡人的枕边念《闻解脱》仪轨，其中有一句是：“上去下去之关键，如马随辔头所转。”“上去”指往生人天善趣或清净刹土。“下去”指堕入三恶趣中。就像一匹马被辔头所牵引，骑马的人不管想到哪里，拉一下手中的绳子，就可以让马沿着所想的方向去，同样，亡人刚死时也像随辔头所转的马一样，是上去或下去的关键。华智仁波切那个时代，经忏师在超度亡人时，一般都用这种方法。

然而事实上，临终并不是上去下去的关键，真正关键的是自己活着的时候。如来芽尊者和华智仁波切在不同教言中说：“到了中阴时，像我这样的人，只依靠简单的念诵很难转移，因此生前修行非常重要。”到了那时，除非是前世修道的高僧大德，在法性中阴可以获得解脱。纵然没有解脱，转世中阴的时候，依靠上师或道友在耳边的指点：想入胎的话，将心识观为吽（>）字或舍（ZA:）字等；想解脱的话，将心识观想为舍（ZA:）字，融入阿弥陀佛，阿弥陀佛前往极乐世界，密宗中有许多这样的修法。亡人外气已断而内气未断，或者内气已断而于四十九天内每天对他直指，他就有转移的机会，即使业力深重而前往下道，通过上师强制性的破瓦法，极个别有缘者也会转入善趣，甚至获得解脱。

不过，对大多数亡人来讲，依靠简单念诵而转移非常困难。由于生前没有修持善法，离开世间的时候，背后为杀盗淫妄等业力的狂风所驱逐，前面有阴森可怕的黑暗和恐怖的呼叫声相迎接，就这样独自一人进入中阴狭长险道。倘若以前杀生、造恶业非常严重，牛头马面等阎罗狱卒会手里拿着种种兵器，口中喊着“杀杀、打打”，穷追不舍地锤打你、杀害你。有些大德在教言中说，尤其是恶业比较深重的人，在断气的当下，地狱境象会马上现前。那时面临不可思议的业力显现，想逃也逃不出去，想躲也无处可躲，想求庇护也找不到怙主，处在这般无可奈何、无所适从的时刻，就像落叶一样身不由己地随风飘荡，又怎么会是上去下去的关键呢？

既然如此，那么是不是《闻解脱》说得不对呢？并不是这样。对某些众生来讲，通过那种念诵也会有帮助，直指之后可以获得解脱。但对大多数人而言，活着的时候更为重要。有些人经常讲：“我现在没办法行持善法，死后希望您给我好好超度。”包括有些道友的父母，对自己孩子出家抱有极大希望：“你作为出家人，我死时一定要好好超度我。”“你是学佛的，我死的时候，只要你给我念佛就可以了。”其实，超度虽然有功德，可是最关键的，是你现在活着时行持善法，自己若拥有珍贵的善根，这是谁也抢不了、夺不走的。

前段时间，我回家乡建了个藏族居士林，那里大概有一百多人，我就跟他们说：“你们现在已经老了，家里很多事情基本上没有权利了，人生也到了最后阶段。如今你活着的时候，若不好好修学佛法，那死了以后，家人给你念四十九天经，然后把尸体送去尸陀林或殡仪馆，虽然也有一定功德，但远远不能跟你自己行持的功德相比。哪怕你一天听一堂课，或者磕头、念佛、供灯，亲自做的善根也远远超过那些。”

所以，不要把所有希望寄托在上师超度上，也不要指望上师无所不能，自己什么都不用做，依靠上师就可以。这种想法确实不对。现在有些偏僻的地方，对佛教并不是特别了解，很多人认为什么样的恶业都可以造，死后请上师念经超度一下就万事大吉了。但这有一定的难度。就像一个人最好不要犯法，一旦他触犯了法律，被关进监狱，想托关系找人把他放出来，还是相当不容易的。

邬金莲花生大士也说：“灵牌之上灌顶时已迟，灵魂漂泊中阴如愚狗，忆念善趣彼者有困难。”什么是“灵牌之上灌顶”呢？依藏地的习俗，人死后不管哪一家，在四十九天的过程中，都会请上师或僧人在尸体枕边念经超度，此时必须准备一个灵牌，把亡者的样貌画出来[[72]](#footnote-72)，并将其灵魂勾召在上面，以作为每天《闻解脱》灌顶的所依。灵牌是这样的：在一张纸上画一幅像，男人就画男像，女人就画女像。由于各地的习俗不同，画像的风格也迥然有异，但一般而言，是画亡人在伞盖下蹲着，双手合掌。灵牌画好以后，上面做些伞盖、花鬘等，简单装饰一下，还要挂上亡人生前特别执著、最珍贵的东西，比如富人会挂珍珠珊瑚，穷人则挂自己的念珠。（我今天该拿一个来的，我那边应该有。）

这种现象十分普遍，莲师许多伏藏中也有如此要求。一般来讲，藏地人死了以后，条件如果允许，四十九天中会不断地念《闻解脱》；条件若不太允许，起码也要在一个七或两个七内给亡人念。念完了以后，把这个灵牌及上面挂的珍贵饰物，一并交给亡人最有信心的上师，请他来处理。你们也清楚，法王如意宝在世时，各地亡人的灵牌全部送到上师手里，非常非常多，上师在每月15号或30号，就让僧众念经一起处理。

其实按理来讲，通过上师加持或僧人念经使亡人获得解脱，这种情况相当常见。当然，在这里，是为了强调上去下去的关键就是活着的时候，所以莲花生大士说，如果人了死以后再给他作灵牌灌顶，已经来不及了。因为此时的灵魂漂泊在中阴狭道中，就像愚笨的狗一样不听话，任凭经忏师怎么样勾招，也唤不回来，唯有随业力四处游荡，无法忆念善趣、前往清净刹土。

我们生前若依靠偶尔的因缘认识中阴法，实际上功德不可思议。藏地有一个家喻户晓的故事说：从前在藏地有个非常富裕的人，他家附近住着一位老太太，老太太跟他们关系很不错。后来富人家的丈夫过世了，他妻子特别伤心，便派人把消息告诉老太太。这位老太太虽然学佛也行持善法，但住的地方比较偏僻，故对密宗的坛城、本尊不太熟悉，为了安慰富人的妻子，她就到那家去帮忙处理事情，做一些施食等。

富人家请了许多喇嘛给亡者念四十九天的《闻解脱》，在佛堂上挂了文武百尊的唐卡。老太太这辈子从没有见过，就以非常稀奇的眼神看着它。当时在场有一个喇嘛，她便问那个喇嘛这是什么，喇嘛对她说：“这些是人临终时会显现出来的本尊。”老太太心中充满了怀疑，说道：“真的吗？奇怪啊，人死时怎么会有这些东西显现出来？”她不太承认这种现象，但也起了一些信心，就这样回到家。

再过三年，老太太离开了人间。她的子女非常伤心，也请许多喇嘛给她念了四十九天的经。念满四十九天之后，要把灵牌交给一位很有名的上师，于是老太太的一个儿子前往拉萨，准备把灵牌还有珠宝、念珠等交给噶玛巴。

到了噶玛巴那里，由于参见的人太多了，所以前两天都没有轮到他，一直到了第三天才见到。那时噶玛巴在花园里坐在椅子上，他将带来的金银财宝供养噶玛巴，并将母亲的灵牌交给他，然后说：“我的母亲已去世，请您务必要引领她得到解脱，请您一定要答应我！”

噶玛巴说：“这个我没办法答应。众生随自己的业力而转，我没有这么大能力。”

儿子说：“那么请您告诉我，我母亲现在投生到哪里了？”

噶玛巴说：“我怎么知道？我又没有神通，什么也看不到。”

儿子说：“不行，不行！您一定要告诉我，我母亲到底投生到什么地方去了？请您一定要引领她、加持她，让她能解脱到佛的净土。”

噶玛巴回答：“我没有这样的能力，也没有这样的神通。”

儿子坚持道：“您一定有的！您一定具有这样的能力，您一定具有这样的神通！”他抱住噶玛巴的脚，热切地请求：“您一定要答应我！不答应的话，我就不放开！”然后一直哭个不停。（那人可能对母亲很有感情。藏地这种现象非常多，一方面对亡人的感情很深，一方面对上师的信心很大，就一定要让上师答应。）

最后噶玛巴说：“唉，你母亲已经往生净土好几个礼拜了。”

这时儿子不相信，反过来说：“您一定说谎，我母亲一生不懂修行，也没有持咒念佛，她怎么可能解脱呢？都是因为我抱着您的脚不放，您才这样讲的，对不对？”

噶玛巴说：“不是的。你们那个地方三年前不是有人过世吗？你母亲去安慰他们时，在坛城中刚好看到文武本尊的法相。当时有一位出家人，告诉她这是死亡时会显现的本尊。所以你母亲死后看到这些本尊，马上认出来而当下解脱了。你不信的话，回去问那位喇嘛当时的情形就能一清二楚了。”

回到家后，儿子马上去问那位喇嘛原委，喇嘛回答说：“哦，没错！当时你母亲什么都不懂，看到中阴百尊时，问我这是什么。我就告诉她，这些都是我们在中阴时会显现的所有本尊。”儿子听完之后，对密法生起强烈的信心。

这是一个真实的故事，并不是杜撰的传说。所以，我们若有能力修中阴法，中阴时可获得解脱，实在不行的话，下一世也能遇到甚深密法而成就。即使没有修过中阴法，有善根、有因缘的人生前认识了文武本尊，那么中阴时就不会堕落，甚至能得到解脱。

因此，大家平时若看到文武百尊的像，应把它记得清清楚楚，知道自己死后会出现这些显现。当然，每个人的根基不同，有些人中阴时，文武本尊的双运像、寂静像、忿怒像全部现前；有些人则不一定原原本本现前，本尊也许会显现动物的形象，此时你不要生害心，也不要将其看作动物，否则，如果你没有认出来，这些马上就变成恐怖的地狱狱卒，这也是自心的一种幻化。

现在许多人对密法有成见，但有成见也没办法，在佛陀时代，有些人不仅对密法有邪见，对显宗有邪见的也是千千万万，不可能一一地制止。可是与密法有因缘的人，不要对不懂的事情统统排斥，一见到双运像——“这个有什么必要啊！”千万不能这么想。这些画像有很多甚深的密意，绝不是像你想象的那样，把贪嗔痴显现在唐卡上，佛教并没有愚痴到这一点。哪怕你不懂这些，看到文武本尊的像，功德也的确很大。那位老太太没有得过灌顶，也没有修过中阴法，只是生前看过中阴本尊的身相，并且还存在一些怀疑，结果在死亡的当下，就得到了那么大的利益。因此，最关键的就是自己活着的时候。

一般而言，我们即生中依靠人身，若行持善法，比如发菩提心、出家、修密法，此善业的力量与地狱、饿鬼、旁生、阿修罗、天界其余五道相比遥遥领先，此生此世完全可以永远舍弃天灵盖[[73]](#footnote-73)。例如，噶当派的有些大德，一生中通过勤奋努力，最后获得了金刚持果位；我们宁玛派的很多舍事者，也是通过一生努力，最后前往清净刹土；汉地禅宗和净土宗也有相当一部分大德，从前是地地道道的凡夫俗子，后来依靠对上师和佛法的信心，将繁杂的世间琐事统统放下，身心全部融入佛法而精进修持，最后永远不再转生轮回。

同样，这个人身造恶业的能力也远远超过余道众生，换句话说，今生今世也可成为决定无法脱离恶趣的罪魁祸首。为什么呢？如果你对上师、三宝、因果等生邪见，口中谩骂，心里诋毁，此罪业短短的时间就可以造下，牦牛和地狱众生都做不到。尤其现在科学迅速发展，假如一个人见解不正，制造核武器、利用原子弹，可让千千万万的众生送命，哪怕是造一个炸药，也能炸死无数生命，所以，人造恶业的能力非常可怕。包括在座有些道友，以前不信佛教的时候，所造的恶业远远超过吃草的牦牛，牦牛虽然也具有贪嗔痴烦恼，但故意去杀人、故意制造武器，这样的行为不一定做得出来。因此，今生如果造恶业，可能永远无法从轮回中解脱。

值得庆幸的是，我们如今已遇到具有法相、如明医般殊胜的上师，（我经常想：在那么多的因缘中，遇到上师如意宝，是一生中最大的福报。这并不是口头上说说，而是发自内心的感触。倘若我没有遇到上师，就会像我的同学一样，生活、见解、行为方面惨不忍睹。）获得了从轮回解脱的妙法甘露，此时应当在实际行动中，依止上面所讲的“四想”，修持正法趋入解脱道。对这些要经常思维，若能如此，佛法的加持和力量逐渐可以融入相续。

其实，学佛的人常祈祷上师三宝非常重要，通过祈祷，诸佛菩萨的感应和加持会融入于心。学佛并不是像学世间知识那样，懂得以后就可以了，而要靠自己的信心和恭敬心，获得传承上师和诸佛菩萨的加持。这种加持与自己智慧融入一体的力量非常强，它能指引我们趋入解脱，制止一切恶行，故与学习世间知识完全不同。

希望大家在修学的道路上，早上起来时祈祷上师三宝，晚上睡觉时也祈祷上师三宝，白天行住坐卧也时时忆念上师三宝，始终与上师三宝加持、智慧的光明不离开。以前很多大德和修行人都是这样，即使在一个花园里看花，他也不会迷恋花的绚丽多姿，而会观想把花供养诸佛菩萨，或者感恩上师的加持让自己这么快乐。

对一个有修证的人来说，遇到痛苦和快乐均会忆念为上师三宝的加持。纵然生病时感受难忍的煎熬，他也根本不想：“我这个人很倒霉，无意中得了这么重的病。”而是想：“上师三宝的加持不可思议，我今天得病是消业障，依靠这个机会，无始以来的业障能得以遣除。”这就是上等修行人的行为。不像有些居士一样，总是抱怨：“我好倒霉、好痛苦噢！学了那么长时间佛，供灯、放生做了那么多功德，结果今天又感冒了。三宝怎么不加持我？我对佛法的信心都没有了。”这些人对佛法的见解很低，根本不知道三宝加持到底是什么样的。

我们要依止“四想”听闻正法，同时应当断除“四想”的违品——四种颠倒想。如智悲光尊者在《功德藏》中云：“人性恶劣诳如绳，依止上师如捕獐，已得正法麝香物，实喜狩猎舍誓言。”这其中已说明了所谓的四种颠倒想，也就是把自己当作猎人，上师看成是獐子，正法看作是麝香，精进修行作为捕杀獐子的方便。

在古代，猎人捕獐子时会用尽欺诈的手段，比如先在路上挖个陷阱，里面用绳子做个小圈，绳子的另一头绑在有弹性的木头上，陷阱上面铺一些草或树叶加以掩饰。如果有獐子路经此地，马上就会陷进里面，牵动弹木收紧绳索，獐子就被牢牢套住了。逮住獐子之后，猎人马上杀掉它得到麝香，把麝香卖掉就能发财。

秉性恶劣的弟子也像这些猎人一样，先通过狡诈的方法来依止上师：上师喜欢钱财，他就多多供养；上师喜欢名声，他就花言巧语、百般取悦。目的是什么？就是得到上师相续中的窍诀法要。上师的法要没有得到手之前，他一直跟着上师，多年都不离开。一旦上师传完了显密正法，他就把上师抛之脑后，舍弃以前所有的誓言，依靠这些法大搞世间八法，为自己谋取名闻利养。

末法时代这种情况非常多，有些人依靠种种手段获得一些传承，然后到各个地方宣传自己，把法像麝香一样到处兜售。这些恶劣弟子根本不想上师恩德，从不承认在上师那里得过什么法，说这些法是自己无师自通，甚至提起上师的名字，也害怕对自己有影响。当然，由于不感恩上师的缘故，他那些法暂时对别人有一点点好处，最后对自他都没有利益。因此，大家在依止上师的过程中，务必要舍弃这四种颠倒，否则，违背上师教言、舍弃上师、欺骗上师，会导致生生世世在地狱不能解脱，这些可怕的果报在密宗中讲得非常清楚。

所以，我们依止上师时，行为应当如理如法，以恭敬心、清净心祈祷上师三宝的加持融入自心，只有真正把自己当作病人，上师甘露般的正法妙药才会对自己有利。假如依止上师是为了有利可图，得完法以后，对上师再也不理不睬，在什么上师面前得过法，说都不说，就算说了，也用其他语气来讲，这是非常可怕的行为。

纵然是赐予一句法恩的上师，你也要有感恩之情，一生当中不能忘。世间老师传授文化知识，智者尚且对老师铭记不忘，那么佛法的价值和利益远胜于此，我们对传讲佛法的上师更要感恩戴德。只有这样，佛法对自相续才有加持，否则，你所学的佛法就成了表面文字，不一定有强大的力量。

总之，听受佛法之后，大家不要以无所谓的态度，不去实地修持。这次《前行》每天讲得不多，希望你们认认真真地看，好好地思维，再再地修持，若能得到传承上师不可思议的加持，一辈子都会变成清净的修行人，道心永远不会退失。同时，还要感念上师对自己的恩德，如此所得之法才能利益众生。与之相反，假如你对正法根本不修持，对上师恩德从来不忆念，反而经常生邪见，依靠正法积累恶业，最终将成为恶趣的基石。我们学佛是为了解脱，并不是故意想堕落，但学佛有时像动手术一样比较危险，方法正确会让你迅速痊愈，方法错误则可能让你送命，因此一定要谨慎。若能如此，如《贤愚经》所说，这才算是真正的智者。

希望大家对上述内容反反复复地思维！

文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

# 第十三节课

思考题

55、有些人认为：“六度要逐一行持方可圆满，布施时不能持戒，持戒时不能修安忍……”这种想法正确吗？为什么？

56、我们在闻法的过程中，如何于一堂课中具足六度？这样有什么功德？你以后打算怎么做？

57、讲法、放生、念佛时怎样圆满六度？请一一说明。这对你有哪些启示？

58、按照《毗奈耶经》的观点，对哪几种人不能讲法？如果闻法时行为不如法，这会导致什么过患？正确的闻法方式是什么样的？

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！

现在正在讲“所取之行为”，第一个“依止四想”已阐述完毕，紧接着讲第二个。

丁二、具足六度：

闻法的过程中，其实还需要具足六度。无垢光尊者在《大圆满心性休息》中讲过，行持大乘佛法饶益众生，六度万行不可缺少，佛陀在因地时，所有行为均可摄于六波罗蜜多中。因此，我们听闻佛法、修学佛法、弘扬佛法时，具足六度至关重要，若不具足六度，不一定属于大乘佛法。

有些人认为：“我布施的时候不能持戒，持戒的时候无法安忍，安忍的时候没办法行持精进、禅定、智慧。”好像六种波罗蜜多是东山和西山一样完全分开，这种说法肯定不对。无论是《经庄严论》、《现观庄严论》还是《大乘理趣六波罗蜜多经》，都讲了行持一度时其余五度可统统具足，也就是说，一个波罗蜜多可涵摄其他波罗蜜多，这即是大乘菩萨的最高境界。尤其《现观》讲最后几个加行时，经常提到一度涵摄余度而行持，此为正等加行圆满或者达到顶点的标志。

你们不要觉得：“我现在每天都在听课，布施的机会也没有，持戒的机会也没有，安忍的机会也没有……哪能行持六波罗蜜多啊？”不应该这样想。即使你没时间召集可怜的穷人发放布施，只要规规矩矩、如理如法地闻受佛法，在闻法过程中调整威仪，也能具足六波罗蜜多。以前有些人对佛法不太了解，非要放弃闻法机会，出去化缘得一些财产，然后到处去布施，觉得如此才能圆满布施度，这种做法大错特错。只要具足下面所讲的方便，即使听一堂课，也可圆满六波罗蜜多。反过来说，假如你听法时行为不如法，则不但没有六度的功德，反而会产生众多罪过，因此一定要特别注意。

一般而言，藏传佛教的大德在传法之前，都会宣讲闻法规律，故在藏地，除了没受过系统完整的佛法教育的人外，大多数人对闻法方式都比较了解。希望你们也能如此，不管是哪一个民族、居住在哪一个城市，听闻佛法都要做到如理如法，只有这样，佛法的功德利益才会在自相续中生根发芽。

你们闻法是为了解脱，并不是害怕别人对自己有看法、有说法，为了顾及情面，才装模作样地加入闻法行列，暂时听几句，这种心态不正确。大家首先应把发心调整好，尽量以大士道的发心来听，偶尔产生自私自利，也要依正知正念予以遣除，这样闻法才有真正的意义。

那么，听一堂课该怎样具备六度呢？正如一切法行之窍诀——《现证续》中所云：“奉献花座等，随处戒威仪，不害诸含生，于师生正信，无散闻师教，解疑问难题，闻者具六支。”

具体而言，

一、布施度：“奉献花座等”。

在闻法之前，首先为上师摆设妙高法座。法座上若光是一个板子，其他什么都没有，上师坐久了肯定很痛，所以应该铺陈坐垫。上师如意宝讲过，坐垫不能太硬，也不能太软，否则，假如是一堆软软的海绵，上师陷在里面，一直爬不出来，大家都看着，这样也不太庄严。然后在法座前或者周围，供养曼茶罗以及花鬘、灯等。这即是布施度。

按理来讲，对上师的法座应当供养，但我们新经堂因为特殊原因，不允许随便摆放供物，好几个道友有意见，希望大家还是要理解。你们在自家佛堂供养就可以，再加上对我供灯、供花没什么功德，最好是在佛像前供养。

现在大城市里的人，听课的地方同样是经堂，你们的上师在电视里，所以可在电视前供一些灯——开玩笑！这倒没必要。不过，一起学习的时候，对听法的屋子进行清扫、装饰，给大家提供电视机，这方面共同努力，也属于布施度。对闻法道友而言，电视机起到的作用不可小觑，它的确是诸佛菩萨的化现。电视机也代表上师，如果有条件，应该买个好一点的。有些居士房子特别好，但电视机破破烂烂的，上师在里面现种种相，很不庄严。甚至有些人好像只是摆个样子，二十几个人集中在一起，只有一个小小的笔记本放在桌上，根本看都看不见，听都听不见，这样不是很好。现在城市里的条件不是那么差，若实在不行，为了听法，大家凑几百块钱买个屏幕大的电视机，我觉得这不浪费。世人为了没必要的吃吃喝喝，浪费了多少钱？真正有意义的事情，大家也不要随便应付。

或许有人认为：“我们出钱买电视机，结果归那家所有，太划不来！”或者：“听课的人那么多，算了，还是用那台破电视表示一下就行了。”这样听课效果不是很好。你们现在听法，不一定非要上师在面前，通过什么方便令自己得到法益，对此就应作上师想，作善知识想。以前一个人讲法，几个人听，人多了的话，在一个场合有很多麻烦，而今科技比较发达，成千上万的人同时听也可以，不同地方的人同时听也可以，对这些方便设备就要作上师想。

听法过程中，为此创造一些良好条件，都是在圆满布施度。山下有些居士比较大方，每次听课都买一些水果、矿泉水，这样以后，自己的布施度圆满了，大家也很开心，结果这个组的人越来越多。有些组什么都没有，连水也没得喝，最后人越来越少。其实不应该这样，你们并不是为了吃东西才参加学习的，虽然凡夫人有必要作布施，但没有条件也不能勉强。藏族有句俗话说：“人穷的话，让他布施财产是办不到的；人死了的话，让他站起来是办不到的。”如果实在没有钱，可以发愿下一辈子布施，但如果你有能力、有条件，则应做一些有意义的事情，不要把钱浪费在毫无实义的事情上。

概而言之，听法时尽己所能地作上供下施，就是布施波罗蜜多。

二、持戒度：“随处戒威仪”。

在讲法的经堂里，随处做些洒水、清扫、喷香水等善行，保持那里整洁舒适；同时，遮止自己身口意不恭敬的威仪，长至一部法，短至一堂课，一切行为从头到尾如理如法，这就是持戒度。

高僧大德和修行好的人在闻法时，犹如享用甘露般，以欢喜心一直听着。而有些人可能是业力现前，每次上师传讲佛法，就在下面交头接耳，偷偷摸摸做很多事。其实，在听法时，做不了其他什么事，此时三门应当如理如法，心怀恭敬，断除傲慢相及轻蔑他人的行为。

实际上，这六度真正去做的话并不困难。若让你安住在远离一切戏论的三轮体空的境界中，对凡夫人来讲不太可能，但具足这六度的话，只要提起正知正念，经常观察三门，应该没有任何问题。

三、安忍度：“不害诸含生”。

听法的过程中，无论是有意、无意，都不伤害蝼蚁在内的含生。当然，一边听课一边杀牦牛等大动物，可能做不到。但如果夏天特别热，许多蚊子叮你，不能一边听课一边“啪”把蚊子打死，或者看见地上有蟑螂、蚂蚁，使劲一脚把它踩死，这些行为非常可怕。

同时也不能损害旁边的金刚道友。有些人性格不好、行为不如法，平时好像没有时间，只要大家聚在一起闻法，他就开始把仇恨摆到桌面上来，用各种语言攻击别人、污蔑别人，这是不合理的。

而且听受佛法的时候，不管天气再热再冷，传法时间再长，中间出现种种违缘，都要忍受下来。我们山上听课的话，从家门口走到经堂不花一分钱，但城市里的人不是这样，为了闻法经常要花钱，若没有一点钱，不管放生还是听课都很困难。有些人为了一百天的放生，仅仅是车费，一年就要花几千块，对一般人来讲是个天大的数字。还有些人本来收入就低，为了听法坐公交车、搭出租车，有时候还要跟道友一起请客吃饭，这样花销非常大，如果安忍修得不好，心里会特别疼，比割身上的肉还难受。

还有，听法的时候，假如上师讲什么都能接受，这也是一种安忍。有些人可能前世福报不够，上师讲浅的法，觉得太浅了，没什么可听的，盼望着早一点下课；上师讲深的法，觉得像讲天书一样难懂，又盼望着早一点下课。然而对善根深厚的人来说，不管上师讲什么，浅显易懂的法还是高深莫测的法，都愿意欣然接受。

我个人而言，上师讲浅法也好、深法也好，从不会生厌离心，而且有种不可言说的欢喜心。就这个角度来看，可能自己前世曾闻思过。以前学物理、化学、历史时，我常生厌烦心，觉得这没什么道理，并不是究竟真理。但遇到佛法以后，对它每一个道理都佩服得五体投地。比如，《贤愚经》和《释迦牟尼佛广传》看起来是一些普通故事，但我觉得里面的意义相当深。虽然我不是知识分子，可知识分子讲的世间故事，恐怕我不会特别爱听，而佛教故事再简单，还是乐意接受。以前上师如意宝讲过一次《贤愚经》，那时很多故事我没有记住，后来上师临圆寂前又讲了一次，当时我确实非常高兴。每个人前世因缘还是有差别，有些人学习佛法，深的接受不了，浅的也接受不了，其实不管学什么样的法，应当有种感恩心、欢喜心，这种心态就是具足安忍度。

四、精进度：“于师生正信”。

在听受佛法的过程中，要断除对上师及正法的邪见、怀疑、嗔恨等不良心态，满怀虔诚信心、满怀喜悦之情而闻法，即是精进度。

我以前看过一个法师在佛学院讲法的录像带，那个法师讲得眉飞色舞、手舞足蹈，开心得不得了，而下面的弟子不知什么原因，一个个愁眉苦脸，伤心万分的样子，十八大罗汉的表情一一具足。如果我是那个法师，可能当下就会停下来，没必要让大家那么不高兴，但每个人的风格不同，我看那个法师特别欢喜。

按理来讲，听课时不要特别伤心、特别愤恨，每个人应当欢喜才是。为什么呢？因为听受大乘佛法的机会，在千百万劫中极为难得，这并不是偶尔获得的，也不是有能力、有勇气即可获得，而需要具备无量的福德、因缘，所以，即生有幸遇到大乘佛法和宣说大乘佛法的上师，要以欢喜的心态和姿态来听受。

其实，世间学校的老师讲课也是如此，假如学生们个个生嗔恨心，以非常不悦的态度来听，那老师讲什么都没兴趣——咦，你们的表情越来越慈悲了，这个要长期啊，不是今天一天就可以了。我们这里有极少数人，不管是听课时也好，下课后也好，我从来没见到他笑过，天天都板着一张脸——你已经知道是自己了，知道了就可以！

五、静虑度：“无散闻师教”。

听法时心不能妄想纷飞，也不能外散于他处，倘若心不专注，佛教的甚深义不可能通过三心二意、东张西望而得到，因此，从最开始到结束之间应专心致志、一心一意，谛听上师所讲的言教，这就是静虑度。

平时听课的时候，放下其他一切琐事，这也是一种习惯。刚开始若经常这样串习，每次听课心就可以收回来；假如你总喜欢打妄想，想这个、想那个，那听什么法也记不住。其实，我们的心就像一个小孩童，开始时把他教育好的话，他的行为始终会如理如法，但如果他听课已习惯了心不在焉，则非常不容易改变过来。有时候上师在课堂上讲了最重要的教言，结果有些人下课后一问三不知，好像听课时没带耳朵一样，若问：“你刚才一个小时听了什么课？”“啊？反正上师讲了一些。”“到底讲了什么内容？”“我想一想、想一想……哎，现在脑子一片空白，什么也想不起来，改天再说吧！”这些人实在值得惭愧，原因就是当时心没有专注，甚至上课时在本子上画大象、骏马。

世间经常有这种情况，老师在上面讲得热火朝天、非常起劲，不听话的学生却在下面一直偷偷地画苹果，苹果上有几个眼睛……讲完课时一个字也没听进去，那幅“巨作”倒完成了。这样的学生，我以前上学时见过很多，希望大家不要像他们一样，听课还是要专心致志，尽量圆满静虑波罗蜜多。当然，作为凡夫人，百分之百一丝不苟，一节课若有二十分钟，二十分钟全部专注，这也有一定困难。但不管怎么样，我们人总比旁生强，像鹦鹉那样的旁生，经常训练的话，都会说“嗡玛呢巴美吽”，我们人想养成闻法专注的习惯，应该没有多大问题。

六、智慧度：“解疑问难题”。

听闻佛法时，若对某些法义产生疑问，则应向上师请教，或者道友之间研讨辩论，以此遣除怀疑、邪见、增益[[74]](#footnote-74)，即是智慧度。

其实藏传佛教的辩论，在佛教团体中推广很有意义。如果没有进过辩论场，别人给你提一个法义上小小的问题，你可能脸都红了，认为在对你人身攻击。包括现在有些道友做讲记、弄稿子，旁边一个道友说：“你不应该这样做，应该这样改下来。”他马上面红耳赤地争辩：“你懂什么呀！这是我的权利，你没有资格发言。”其实别人是一番好意，完全是对事不对人，只要说得符合事实，你就当以开放的心态对待，这没什么不可以的。然而，有些人就像藏地有句俗话所形容的：“除了灶以外，没有见过世面；除了母亲以外，没有看过外人。”尤其是从未进过辩论场的人，别人说一句就接受不了，立即怒目相向、口舌相争，这样没有必要。

佛教的真正意义，通过互相辩论才能深入领会，希望大家也不要听完课以后，夹着书就跑了，应该互相探讨一下。探讨的过程中，开始可能有点不愉快，我最初参加辩论也是这样，偶尔心里不舒服，但十多年从来没有吵过架，跟许多有智慧的道友，关于佛法的一个问题，也能聊得很晚，从下午六点直到晚上十二点，甚至半夜三四点还在辩论。有时我到有些堪布家去，对一个问题开始争论，今天弄不清楚，明天继续……半个月以来都是这样，直至把问题搞明白为止，如此，这个问题至今还是印象很深。

所以，学习佛法应像提炼纯金一样，一定要通过各种方式，将自己的疑惑在智者面前摧毁无余，对于佛陀所讲的逻辑推理至高无上，生起一种稳固的定解。否则，你什么都没接触过，认为自己的分别念千真万确，结果通过正理一观察，如同纸上倒水一样马上就烂了，你自以为无坚不摧、颠扑不破的智慧，根本经不起任何观察。

因此，听完课以后，大家辅导时一定要探讨，探讨过程中不要生气。别人针对的是法义，又不是针对你，有什么可气的？现在很多居士研讨的时候，只是不经意的一句话，从此之后，在彼此心里永远留下一道伤痕，见面再也不打招呼了。哪有这样的！我们在辩论场中，经常用最尖锐的语言有意无意地攻击对方，比如，我明知他懂这个道理，却用最尖锐的语言破他的观点，令其招架不住，虽然不是挖苦别人，但依此方式可以观察他的智慧，这种现象在辩论场上不计其数。可是有些道友没有上过这样的“战场”，完全像纸老虎一样，一捅就破，一破就生气，这非常没有必要！

以上讲了闻法时的六波罗蜜多，大家务必要具足。宗喀巴大师在《菩提道次第略论》中说过：“若能具足六度而修学，其力尤大。”

其实修行也要观察自己具不具足六度，如果不具足，说明修行不如法。汉地藕益大师讲了，念佛亦当具足六度：念佛时放下身心世界，即大布施；念佛时不起贪瞋痴，即大持戒；念佛时不挂怀是非人我，即大安忍；念佛时不间断、不夹杂，即大精进；念佛时不随妄想驰逐，即大禅定；念佛时不为他歧所惑，即大智慧。如此称之为真念佛。

放生也可具足六度，例如，放生本来是无畏布施，同时还具足财布施、法布施，这是布施度；从小乘来讲，不害众生就是持戒，从大乘来讲，直接间接利益众生就是持戒，在放生过程中，既不害众生也利益了众生，这是持戒度；放生时忍耐严寒酷暑、艰难困苦，以及他人的谣言或攻击，这是安忍度；不管再怎么辛苦、再怎么劳累，每年春夏秋冬不间断地放生，这是精进度；放生过程中，没有什么其他目的，只是一心一意想让众生离苦得乐，这是静虑度；通过念咒语、念经文加持所放众生，为其播下解脱种子，或者以三轮体空的方式来摄持放生，这是智慧度。

按照阿琼堪布的观点，不但闻法者应具足六度，传法者也同样如此：不怀有求得名闻利养的奢望而讲经说法，即是布施度；对他众没有冷嘲热讽、不屑一顾等行为，即是持戒度；自己能接受甚深法义，闻法者屡屡询问也不嗔不恼，即是安忍度；日日夜夜讲经说法，不厌其烦，即是精进度；心专注佛法的词句和意义，即是静虑度（讲法者肯定具足禅定度，心若没有专注，一堂课肯定讲不下来。听法与讲法比起来，讲法时更容易专注。听法则不像这样，身体虽在闻法行列中，心若一直杂念纷飞，非法的念头此起彼伏，除非别人有他心通，否则根本看不出来。所以，听法者像芒果一样有四种类型，有些人外表很专注，内心也很专注；有些人外表特别专注，一直盯着法师，心却早跑到外面去了……然而，讲法者如果稍微不专注，口中无法滔滔不绝地讲出来）；通过三轮体空、如梦如幻的境界摄持讲法，令弟子闻思有所长进，即是智慧度。

总而言之，不管听法、讲法，还是放生、念佛，做什么样的善事，都应当具足六波罗蜜多。

丁三、依止其他威仪：

作为听法者，还要认真依止其他威仪。如《毗奈耶经》云：“不敬勿说法，无病而覆头，持伞杖兵器，缠头者勿说。”其中讲了对几种人不能传讲佛法，我们也应依此观察，看自己是不是合格的法器。

对哪几种人不能传法呢？

1、不敬：对不恭敬的人，不能说法。世间人学习文化知识，尚且要懂得尊师重道，出世间佛法更需要恭敬才能获得。

2、无病而覆头：除非是有病而特殊开许，没有病的话，以披单等盖着头的人面前，不能传讲佛法。

3、持伞：天气炎热或者下雨时，撑着伞听课也不行。当然，如果上师特殊开许倒可以，否则，不管太阳再强、雨再大，也最好不要持伞。以前上师如意宝讲经，大家在草地上听课时，有时上师开许持伞，有时不开许，故意让弟子苦行。记得以前在五台山东台顶，上师如意宝讲《文殊大圆满》，有一天中午，突然下起了倾盆大雨，当时上师不开许打伞，说：“现在是夏天，小麻雀在外面都不会冻死，你们最好不要打伞，也不要用披单蒙头。这样听法，象征着对佛法的恭敬！”于是大家全身淋透，一直在那里听。现在人可不是这样，上师讲法的时候，若下大雨却不让打伞，肯定抱怨连天，觉得上师太不慈悲，孰不知这是对佛法的恭敬。

4、持杖：拄着拐杖。5、持兵器：手拿兵器。都是不恭敬的行为。

6、缠头：缠着头的人面前，也不能讲法。

《入行论》云：“无病而覆头，缠头或撑伞，手持刀兵杖，不敬勿说法。”这个偈颂跟《毗奈耶经》的教言基本上相同。

所以，听法一定要规规矩矩、如理如法，否则过失非常大，甚至会成为堕入旁生之因。以前也讲过，这样来世会转生为鹦鹉[[75]](#footnote-75)。汉传佛教的《梁皇宝忏》中也说：“闻说法语，心不飡采，后生长耳驴中。”意思是说，听到了正确的道理，心里不以为然，嗤之以鼻，不想依法修正自己，这种人将来要去做习性倔强的长耳驴。又云：“闻说法语，于中两舌，乱人听受，后堕耽耳狗中。”听受佛法时心不专注，甚至在下边说三道四、交头接耳，一会儿发信息，一会儿吃瓜子，一会儿偷偷地聊天：“哎，最近身体怎么样？来来来，我们开个‘小会’，那边讲什么不要紧！”——我们学院是正规佛教道场，一般没有不如法的现象，而外面人在听法的过程中，通常会有很过分的行为。如此扰乱他人听法，将来会堕为耽耳狗[[76]](#footnote-76)。《赛美经》中还记载，佛陀在世时，有个人假装听了三年的法，表面上一直规规矩矩，可是心不诚，始终怀有杀生、偷盗等恶念，最后堕入地狱，感受寒热等苦。其实闻法对每个人来讲，是希望自他得到利益，并不是想依此堕三恶道，故而务必要如理如法。

以前讲《三戒论》时也讲过，对具不如法行为的二十六种人，譬如穿鞋的、戴帽子的、持伞的、持武器的，比丘不得说法，否则犯恶作罪[[77]](#footnote-77)。可是，现在有些人真的不懂，个别法师讲课时，自己戴个小小的帽子，下面每个人也戴一个帽子。假如法师是位比丘，那么有多少个人，就产生多少个恶作罪，这非常不值得。还有些地方的人穿着鞋听课，也是需要遮止的。这并不是藏传佛教标新立异，而是《毗奈耶经》的观点。

可惜很多寺院的法师，没有正规地闻思过，对这些道理不一定懂。所以，现在有这么好的因缘，希望法师也好、居士也好，一定要好好学习。有时候看一些信众的行为，就能推知他有没有听闻过佛法，如果行为很有规矩、修行很有次第，此人肯定以前闻过佛法。而有些人一眼就能看出他从来没有听过法。所以，闻法时调整威仪非常重要，不要依靠佛法来造恶业。

这以上讲了不能做的一些行为，下面讲应当做的行为：

《本生传》中云：“坐于极下地，当具温顺仪，以喜眼视师，如饮语甘露，当专心闻法……”

要怎么样做呢？

“坐于极下地”：传法上师坐在高高的法座上，闻法弟子应坐得比上师低，不能与上师平起平坐，也不能让上师坐在矮矮的小凳子上，自己则坐在高高的豪华沙发上。现在有些人听课时，把电脑或电视放在地上，自己在高大的椅子上，居高临下地接受佛法，看起来很不舒服。虽然那不是真正的上师，但上师的图像在里面，还是要有一种恭敬心。

以前法王如意宝在大经堂讲法时，一部分道友坐在左边台阶上，位置比上师高，上师显现上很不高兴，批评道：“你们都坐得比我高，那我没必要传法了，你们给我传法吧！《毗奈耶经》是怎么讲的，你们没有看过吗？统统给我下来！”

因此，外面的道友依靠电视听法时，如果有条件，最好是坐在地上。但若脚不方便、身体不太好，或者房子实在特别小，没有地方坐，个别人坐在沙发上也可以。大家在学习过程中，我经常观察过失和功德，看你们行为如不如法，有没有戴帽子？有没有穿鞋？坐得怎么样？……这些都要值得注意。

“当具温顺仪”：听法时应具足温顺、调柔的威仪，杜绝暴躁、不如法的行为。

“以喜眼视师”：以欢喜的眼神看着上师。但也不能过于欢喜，一直咧着嘴笑，上师在那边讲课，你在这边嬉皮笑脸，甚至还对上师使劲招手——上师正在讲课，招什么手啊？你如理如法地在下面听就可以了。

“如饮语甘露，当专心闻法”：犹如饮用甘露般接受法义，津津有味地专心谛听。

《父子合集经》[[78]](#footnote-78)中有一句话：“善巧方便说法师，能示真实无为道，志求寂静菩提者，应当恭敬常亲近。”这个教言我非常欢喜。具有善巧方便的善知识，能宣说真实的无为道，作为志求寂灭菩提的人，务必要以欢喜心、恭敬心长期依止，断除一切不敬的威仪。

本来还有好多内容要讲，但时间不够了，算了，只好让它永远消失在我智慧的法界中了，好可惜噢！

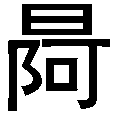
文殊师利勇猛智 普贤慧行亦复然

我今回向诸善根 随彼一切常修学

三世诸佛所称叹 如是最胜诸大愿

我今回向诸善根 为得普贤殊胜行

1. 三根本：上师、本尊、空行。 [↑](#footnote-ref-1)
2. 宁提：藏文，译为心滴，即指一切佛法的精华醍醐。 [↑](#footnote-ref-2)
3. 《四心滴》：又名“四精义支”，即布玛莫扎的《布玛心滴》、莲花生大师的《空行心滴》，以及无垢光尊者汇集前两个心滴的《上师心滴》与《空行心滴》。其中，《布玛心滴》和莲花生大师的《空行心滴》叫“母心滴”，后两个叫“子心滴”。 [↑](#footnote-ref-3)
4. 《七宝藏》：皆由无垢光尊者所造，分别为《宗派宝藏论》、《胜乘宝藏论》、《窍诀宝藏论》、《如意宝藏论》、《法界宝藏论》、《实相宝藏论》、《句义宝藏论》。 [↑](#footnote-ref-4)
5. 由英国、法国的居士发心组建。 [↑](#footnote-ref-5)
6. 结文云：“吾虽多闻繁冗词藻论，善巧绘画诗韵彩虹图，然非大恩上师之言教，故此未杂自造之词类。无等上师真佛出于世，雪域世间增上善妙矣，圆寂之时逝去尚未久，健在金刚道友可作证。” [↑](#footnote-ref-6)
7. 《龙钦宁提前行仪轨》：其内容由智悲光尊者撰著，文字由弟子晋美成列沃色（第一世多竹钦）编辑。 [↑](#footnote-ref-7)
8. 有些人将《前行》的译者换成自己名字，内容一个字也不改，然后开始对外发行印刷。 [↑](#footnote-ref-8)
9. 例如佛陀当年在灵山会上，拈花微笑，将殊胜的禅宗法门传给大迦叶，即是用持明表示传。 [↑](#footnote-ref-9)
10. 口耳相传：指上师口述，弟子耳闻。 [↑](#footnote-ref-10)
11. 一部是《贤愚经》，一部是《大圆满前行引导文》。传完这两部法之后，法王在讲《宝性论》的中途示现圆寂。 [↑](#footnote-ref-11)
12. 五决定：处决定、身决定、眷属决定、法决定、时决定。 [↑](#footnote-ref-12)
13. 详见上师仁波切翻译的《全知无垢光尊者略传》。 [↑](#footnote-ref-13)
14. 智悲光尊者在传记中说：“我用了七年时间专门修习大悲心，以此功德，我的法脉及法本肯定能利益无量有情。”可见，尊者大悲心的范围十分广大，不像凡夫人那样，悲心仅限于自己的父母亲友。 [↑](#footnote-ref-14)
15. 有关龙钦心滴的来历：持明无畏洲当时正在巴日寺闭三年关。火牛年（1757）十月二十五日，在光明定境中，见自骑白狮飞至尼泊尔的博达塔旁。在彼处，一智慧空行母给他一个智慧宝盒，内中有五个黄卷和七粒水晶珠。他打开两个黄卷，头一个是用符号文字写观音修法，另一个是名为“Nad Chang Thug Kyi Drom Bu”的指引授记。他吃下全部黄卷和水晶珠，然后先前被隐藏在心的有关伏藏教法的全部句与义，均如印刷般唤醒，清晰无误。他将那些教法保密了数年。在土兔年（1759）他开始在桑耶寺附近的青浦闭另一次三年关。在该次闭关中，他连续三次于净观中见到无垢光尊者（1308-1363），亦因空行的多番劝请，故把那些伏藏教法记下来，是为龙钦宁提法系。在木猴年六月初十，持明无畏洲首次公开此套伏藏教法，为十五名弟子灌顶和传法。 [↑](#footnote-ref-15)
16. 只有伏藏大师才能叫“洲”。 [↑](#footnote-ref-16)
17. 三恩德上师：赐予密法、灌顶、窍诀的上师。 [↑](#footnote-ref-17)
18. 如来芽尊者认定他为上师智悲光尊者的化身。 [↑](#footnote-ref-18)
19. 金刚拳：拇指压住无名指的指根，其他四指握成拳头。 [↑](#footnote-ref-19)
20. 呼吸长短可根据自己情况定，没有具体要求。 [↑](#footnote-ref-20)
21. 元音咒：嗡 阿阿 俄俄 呜呜 热热 乐乐 诶诶 沃沃 昂阿索哈。 [↑](#footnote-ref-21)
22. 辅音咒：嗡 嘎咔噶噶昂 匝擦匝匝酿 札叉札札那 达塔达达那 巴帕瓦巴玛 雅拉瓦 夏卡萨哈嘉索哈。

    [↑](#footnote-ref-22)
23. 缘起咒：嗡 耶达玛黑德抓巴瓦 黑顿得堪达塔噶多哈亚挖达 得堪杂哟讷若达 诶望巴德玛哈夏玛呢耶索哈。 [↑](#footnote-ref-23)
24. 三金刚：金刚身、金刚语、金刚意。 [↑](#footnote-ref-24)
25. “文殊师利勇猛智，普贤慧行亦复然，我今回向诸善根，随彼一切常修学。三世诸佛所称叹，如是最胜诸大愿，我今回向诸善根，为得普贤殊胜行。” [↑](#footnote-ref-25)
26. “四瓣莲花”的说法，在《上师心滴》、《直指心性》中均有提及。 [↑](#footnote-ref-26)
27. 修法：“修”有串习之义，“法”有善法之义，从广义上讲，在自相续中串习任何善法都称为修法。 [↑](#footnote-ref-27)
28. 《大方等大集经》：“中有一菩萨，名曰宝手，问虚空藏菩萨言：‘希有善男子！一切诸法及如来法，甚深难测不可思议。又善男子，何谓安一切佛法根本耶？’虚空藏菩萨答宝手言：‘善男子，菩提心是安一切佛法根本。一切法住菩提心故，便得增长。’” [↑](#footnote-ref-28)
29. 《定解宝灯论》云：“假设未知此法理，认为轮回不清净，同时观为净天尊，亦如吐物瓶涂香。” [↑](#footnote-ref-29)
30. 详见《维摩诘所说经·佛国品》。 [↑](#footnote-ref-30)
31. 《维摩诘所说经》云：“尔时，螺髻梵王语舍利弗：‘勿作是念，谓此佛土以为不净，所以者何？我见释迦牟尼佛土清净，譬如自在天宫。’舍利弗言：‘我见此土丘陵坑坎，荆棘沙砾，土石诸山，秽恶充满。’螺髻梵王言：‘仁者心有高下，不依佛慧，故见此土为不净耳！舍利弗！菩萨于一切众生，悉皆平等，深心清净，依佛智慧，则能见此佛土清净。’” [↑](#footnote-ref-31)
32. 该颂的后两句是：“何处发何愿，彼等定成就。” [↑](#footnote-ref-32)
33. 续部云：“宣说续部意金刚，彼唯是我教圆满。”意即凡宣说密宗续部的上师，其智慧与普贤王如来无二无别，他所有的灌顶和教授均已得以圆满，因而上师与普贤王如来没有差别。 [↑](#footnote-ref-33)
34. 八大持明：布玛拉美扎、吽嘎绕、文殊友、龙树、扎巴哈德、达纳桑智达、恙威格黑、新觉嘎吧。 [↑](#footnote-ref-34)
35. 君臣二十五尊：吐蕃王赤松德赞时，莲花生大士应请入藏，为王及其臣僚讲授密法，从而得道证果的二十五人：赤松德赞、囊喀宁波、桑杰也协、杰瓦却阳、喀钦萨、拜吉也协、拜吉僧格、贝若扎纳、涅·杂纳古麻惹、宇札宁波、多吉堆均、也协阳、索波·拉拜、祥·也协德、拜吉旺丘、丹玛则芒、噶瓦拜则、休布·拜吉僧格、杰瓦洛追、且琼洛、卧真·拜吉旺丘、马·仁钦却、拉隆·拜吉多吉、朗卓·衮却穷乃和拉松·吉瓦绛曲。 [↑](#footnote-ref-35)
36. 关于佛法的住世期，有些经典说正法五百年，像法一千年，末法一万年；有些经典说正法一千年，像法一千年，末法一万年。但藏传佛教的许多大德认为，了义的说法是住世五千年。大成就者达玛扎修在《大般若释》中说：“佛法住世十数五百年，即：第一五百年为罗汉果年；第二五百年为不还果年；第三五百年为预流果年，以上为果三段。然后第四、五、六中修三学道者多，故为修三段。七八九学三藏者多，故为教三段。十为像法段。”这段话是什么意思呢？十数五百就是十个五百，十个五百年就是五千年。第一个五百年得罗汉果的最多，为罗汉果年；第二个五百年得不还果的最多，为不还果年；第三个五百年得预流果的最多，为预流果年，以上叫“果三段”。然后第四个五百年，修戒学的最多；第五个五百年，修定学的最多；第六个五百年，修慧学的最多，所以从一千五百年到三千年为止的这一千五百年，称作”修三段”。接下来从三千年到四千五百年，第七、第八、第九三个阶段分别是学经、律、论三藏的最多，这三个加起来称为“教三段”。最后一个五百年称为像法五百年，只有出家人的形象，没有清净戒律，没有实修者，称它为“像法段”。加起来是五千年。 [↑](#footnote-ref-36)
37. 旧译《入楞伽经》云：“圣人见清净，以生三解脱，离诸生死法，修行寂静处。” [↑](#footnote-ref-37)
38. 佛性有两种，一是自性住佛性，二是修增长佛性。自性住佛性，是心的本性，这样的佛性每个众生都有；修增长佛性，是通过智慧遣除烦恼障、所知障等客尘，显露出心的本来面目，这要依靠修行才能现前。 [↑](#footnote-ref-38)
39. 不必把上师观成本尊的样子。 [↑](#footnote-ref-39)
40. 详见《妙法宝库01—信源宝藏》之《法王晋美彭措传》。 [↑](#footnote-ref-40)
41. 意即根本不会获得悉地。 [↑](#footnote-ref-41)
42. 若欲详细了解，请查阅弥勒菩萨《宝性论》中“佛陀法身能现故，真如无有差别故，具佛性故诸有情，恒时具有如来藏”一偈。 [↑](#footnote-ref-42)
43. 单巴仁波切：又名单巴桑吉、帕单巴，他出生于印度南方，曾依止莲花生大士、龙猛菩萨等五百位上师获殊胜成就，住世571年，后于五台山金刚窟中，肉身不灭而示现圆寂。据历史记载，他前后五次来藏地弘扬佛法，是般若断法的创始人。在医药学和般若断法方面的窍诀非常多。 [↑](#footnote-ref-43)
44. 上师念传承的时候，一般不要求弟子心专注法义。 [↑](#footnote-ref-44)
45. 塔波仁波切：继承玛尔巴、米拉日巴之传统，创立了塔波噶举一派。他幼年学医，稍长以医理医道驰名，有“塔波神医”之称。传授教法时著有《解脱庄严论》，开一代噶举教法新风。 [↑](#footnote-ref-45)
46. 1）不遍：如“这个动物是黄牛，它有花白的垂胡之故”。因为花白的垂胡，对花白的黄牛来讲非常正确，但对黑色的黄牛来讲，用花白的垂胡来推断就不成立。2）过遍：如“这个动物是黄牛，它有头之故”。因为不仅黄牛有头，其它动物也有这个特点。3）不容有：如“这个动物是黄牛，它是人之故”。因为人的法相在黄牛身上不成立。若欲详细了解，请参考《量理宝藏论讲记》第三册中“不遍过遍不容有，即是法相之总过”一偈。 [↑](#footnote-ref-46)
47. 朗达玛摧毁佛教之后，阿里国王智光发愿重整佛教，多次派人去印度迎请阿底峡尊者。在此过程中，他不幸被外道国王俘虏，需付等同自己身量的黄金，才可以放人。其侄菩提光四处筹集黄金，还缺一头之量时，智光让他把黄金作迎请阿底峡尊者之用，不要浪费在自己身上。后来他在狱中去世。阿底峡尊者为其行径深深感动，于是答应来藏地弘扬佛法。 [↑](#footnote-ref-47)
48. 五种妙欲：1）按照《佛遗教经》、《大智度论》的观点，是指色欲、声欲、香欲、味欲、触欲。2）按照《华严经随疏演义钞》、《大明三藏法数》的观点，是指财欲、色欲、名欲、饮食欲、睡眠欲。 [↑](#footnote-ref-48)
49. 《莲苑歌舞》中的故事，实际上讲的是华智仁波切弟子的亲身经历。玉蜂阿宁，是指华智仁波切的妹妹仁增卓玛；金蜂达阳，是指仁增卓玛的丈夫扎西格勒，后成为华智仁波切座下的弟子。扎西格勒由于经历了妻亡家破的人生惨剧，生起了难忍的厌离世间之心。在依止华智仁波切精勤修习之际，为劝勉沉溺于世俗五欲中的人们，恳请上师以他的经历为题材，写下了这部不朽的醒世杰作。 [↑](#footnote-ref-49)
50. 现收录于《妙法宝库10—-格言宝藏论（下）》中，详见《解脱道总要》——《出世法言·莲苑歌舞》所述加行修法略说。 [↑](#footnote-ref-50)
51. 无著菩萨（1295－1369）：全名额曲土美桑波，意为无著贤，是观世音菩萨的化身，《佛子行》的作者。若欲了解其具体生平，请翻阅《显密宝库14—入行论浅释》。 [↑](#footnote-ref-51)
52. 以地名表示当地的信徒，这种用法在藏地比较常见，如帕单巴尊者说：“若思死亡何许皆无须，应当诚心忆念当热瓦！” [↑](#footnote-ref-52)
53. 到了冬天，雪猪子会入于一种与生俱来的禅定，基本上三个月都不出来。所以，修行人打坐时若什么都不想，就会用雪猪子来比喻。 [↑](#footnote-ref-53)
54. 《亲友书》云：“掉举后悔与害心，昏睡贪欲及怀疑，当知此等五种障，乃夺善财之盗匪。” [↑](#footnote-ref-54)
55. 《大智度论》云：“沙门二十亿耳，鞞婆尸佛时作一房舍，以物覆地，供养众生，九十一劫天上人中受福乐果，足不踏地，生时足下毛长二寸，柔软净好，父兄欢喜，与二十亿两金，见佛闻法，得阿罗汉，于诸弟子中精进第一。” [↑](#footnote-ref-55)
56. 《四十二章经》云：“有沙门夜诵经，其声悲紧，欲悔思返。佛呼沙门，问之：汝处于家，将何修为？对曰：恒弹琴。佛言：弦缓何如？曰：不鸣矣！弦急何如？曰：声绝矣！急缓得中何如？曰：诸音普调！佛告沙门：学道犹然，执心调适，道可得矣。” [↑](#footnote-ref-56)
57. 《定解宝灯论》云：“众生平庸过放松，流转三界轮回中，无需仍旧再三劝。” [↑](#footnote-ref-57)
58. 这十七部大论是：《弥勒五论》【《宝性论》、《辨法法性论》、《辩中边论》、《经庄严论》、《现观庄严论》】、《中观五论》【《中论》、《回诤论》、《六十正理论》、《七十空性论》、《精研论》】、《集论》、《俱舍论》、《释量论》、《入行论》、《入中论》、《四百论》。 [↑](#footnote-ref-58)
59. 由旬（逾缮那）：古印度长度单位名。五尸为弓，五百弓为一俱卢舍，八俱卢舍为一由旬，约二十六市里许。 [↑](#footnote-ref-59)
60. 闻距（俱卢舍）：古印度长度单位名。古印度以人寿百岁时代所用弓之长度为一弓，一俱卢舍为五百弓，相当于二十五市尺。 [↑](#footnote-ref-60)
61. 持，即为受持之义。 [↑](#footnote-ref-61)
62. 秘密有四种，即令入秘密、相秘密、对治秘密、转变秘密。意趣有四种，即平等意趣、别义意趣、别时意趣、补特伽罗意乐意趣。 [↑](#footnote-ref-62)
63. 阿可：藏地对出家人的称呼。 [↑](#footnote-ref-63)
64. 《窍诀宝藏论》云：“理当依止上师之六法：平常疾病尚需依医生，除轮回疾理当依上师；恐惧险地尚需依送者，救脱中阴理当依上师；商议大事尚需依长辈，永久计划理当依上师；争论诉讼尚需依长官，为灭恶缘理当依上师；船客赴岸尚需依船夫，渡过苦海理当依上师；商人赴海尚需依商主，成就菩提理当依上师。” [↑](#footnote-ref-64)
65. 六种想：1）于己作病者想；2）于师作良医想；3）于教诫作良药想；4）于殷重修起疗病想；5）于如来所住善士想；6）于正法理起久住想。 [↑](#footnote-ref-65)
66. 因三毒：贪心、嗔心、痴心。 [↑](#footnote-ref-66)
67. 果三苦：苦苦、变苦、行苦。 [↑](#footnote-ref-67)
68. 华智仁波切在《前行》后面说：“上等承侍为修行供养，也就是以坚韧不拔的精神，历经苦行孜孜不倦地实地修持上师所传的一切正法；中等者以身语意承侍，也就是自己的身语意侍奉上师，为上师服务；下等者以财物供养，也就是慷慨供养饮食受用等等。我们要通过以上三种方式令上师欢喜。” [↑](#footnote-ref-68)
69. 佛陀云：“诸佛无法水冲罪，众苦亲手亦不除，自之证悟非移他，说寂法性令解脱。” [↑](#footnote-ref-69)
70. 《现观庄严论》云：“诸佛由具种相智，宣此种种众相法，具为声缘菩萨佛，四圣众母我敬礼。” [↑](#footnote-ref-70)
71. 经忏师：对念诵非常精通，有些修证比较高，有些也不一定。他们经常去别人家里，给亡人念七七四十九天的《闻解脱经》、《极乐愿文》等作超度；或者给活人念《长寿大修法》等进行加持。在藏地，这种现象比较普遍。 [↑](#footnote-ref-71)
72. 现在把亡者照片贴在上面也可以。 [↑](#footnote-ref-72)
73. 永远舍弃天灵盖：人死一次会舍弃一次天灵盖，不仅是人，包括牦牛等旁生也是如此。如果没有得到解脱，在轮回中辗转投生，还要舍弃无数次天灵盖。但若依照上师的教言精进修持，今生舍弃一次头盖后，不再以业和烦恼转生轮回，从此之后永远也不用舍弃天灵盖了。 [↑](#footnote-ref-73)
74. 增益：本来不存在的东西，却以分别念妄执为存在。 [↑](#footnote-ref-74)
75. 《极乐愿文大疏》云：“尤其是在听法时，如果没有聚精会神、洗耳恭听，那么必将犹如在覆口的容器上注水一样，任何法义也无法铭记于心。如果在此时说绮语，则成为自他闻法的障碍，经中说此为舍法罪业，将转生为鹦鹉。” [↑](#footnote-ref-75)
76. 耽耳狗：听到一点动静，就不分青红皂白地狂吠乱叫，搅扰四邻不安。 [↑](#footnote-ref-76)
77. 《三戒论》云：“二十六种说法聚：听者立卧己低坐，前行自行道边缘，覆头手抄披单者，拊肩抱项戴顶髻，戴帽冠鬘缠头者，乘象马与轿车者，着履拄杖持盖者，持兵器剑弓箭者，披甲者前不说法。” [↑](#footnote-ref-77)
78. 《父子合集经》：二十卷，宋朝日称等奉诏译。 [↑](#footnote-ref-78)