**本稿为内部学习所用，非正式文稿，仅供参考，请勿助印！**

**《前行广释》第106课辅导资料（终稿）**

**诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，**

**离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。**

为度化一切众生请大家发无上的菩提心。发了菩提心之后今天我们继续一起学习《前行引导文》。

《前行》是华智仁波切所造的修行的窍诀。这些窍诀首先让我们的心从没有转入正法的转入正法；没有生起皈依的生起皈依；没有发起菩提心的发起菩提心。然后，福报不够的就圆满资粮；罪障深重的就清净罪业；没有得到上师加持的就得到上师的强力摄受。最后，如果今生修行没有成就的，就可以通过往生法往生极乐世界。这些窍诀都是能够让我们的心达到阶段或究竟目标的殊胜的修行方法，所以对我们来讲意义重大。

前面我们已经学完了共同前行。但是，在修行没有修到量，心中没有生起验相之前，我们都要一直不断地修行。只是在对于修行方式上，有些大德开示是要把前面的修行修到量之后再修下面的；而有些上师是说即便没有修到量，也可以按照修法次第一直修下去，然后再一遍一遍地回过头来修，这样也可以在某段时间中修行到量，我们的心也可以达到里面所讲的标准。

达到标准很重要，只有我们修行达到了标准才可以转变我们的心。因为我们的心严重地耽著轮回，并没有与在轮回之外的解脱有关联的作意。所以我们必须非常努力、很强劲、长时间、不断地去观修，只有这样我们的心才可以转变。

就像一根棍子如果弯曲得很厉害，就需要很长时间，通过循序渐进的方式才能逐渐调直。《大乘经庄严论》中弥勒菩萨也讲，就像我们调竹竿一样，如果它弯曲得很厉害，而我们要把它调直的话，有三点很重要：第一，方式方法；第二，持之以恒；第三，循序渐进。

第一点，如果方法不正确，即我们不知道该怎么做才能把弯曲的竹剑或者棍子调直，那肯定是不行的；第二点，因为棍子弯曲得很厉害，所以我们必须要持续地、长久地去做，才能慢慢见效；第三点，循序渐进。为什么循序渐进？因为如果我们一下子使劲、用力矫正的话它就折了。本来是想让这个剑调直,但是未曾想把他给损伤了。所以我们在修行当中循序渐进很有必要。

所以要一步一步来。如果我们想一下子把自己的心调到一个很高的高度，就很容易让自己的道心中途夭折，自己修不下去或彻底失败。这好比在调竹剑的时候，有时要放在水里泡很长时间，再把它放在火上烤。烤完之后再把它绑在一个很直的器具上耗一段时间。然后再放下来又泡，然后又烤......这样慢慢地就可以把弯曲的竹剑调得非常直。

我们修心也是同样的道理，这些要素对我们都非常重要。第一，正确的方法。当然，我们目前正在闻思的教言本身是正确无误的；第二，一定要有一颗长远的心。千万不要修了几天不起作用就想放下，就觉得这个是不是不管用。千万不要有这样的想法。我们应该有一颗长远的心，持之以恒地修下去。这样逐渐地，当我们开始投入心力真正去观修的时候，它总有一天会被调整好；第三，一定要遵循次第，不要急躁。（第二个是要长远心，第三是不要急躁。第二、第三点不一样的。）心要缓慢。不管世间法也好，或是很多修心上师们经常给我们的一条建议就是“慢慢走，快快到”。就这样慢慢地走、循序渐进地走，不要太着急，最终一定可以达成目标。

所以有时候我们打坐观修了几个月好像没有起到什么作用，没有验相，也没有调伏自心；好像我们学习了很长时间，烦恼仍然粗重等等。其中原因要不然是自己的方式方法不对；要不然就是时间不够，太过急躁；我们还是应该按照这里面的引导一步一步地来。要把心沉淀下来修。

我们在世间法中要做一件事情尚且急躁不得，需要一个比较正确的方法再加上长时间去做才行。更何况是调伏我们无始以来被惯坏的心这样出世间的事业。这就更需要正确的方法和不急不躁的心，和持之以恒的毅力去修行，慢慢才可以起作用。这些要素对我们来讲很关键。

修完四加行之后，我们修的是不共加行。前面关于皈依方面的教言我们已经学习了，现在我们学的是菩提心。为了让我们能够把菩提心修好，前面也让我们修了慈悲喜舍四无量心。这个修好之后通过念诵十万遍皈依偈的方式正式发心。然后为了让我们的菩提心能够真实地增上，也讲了愿菩提心的学处，现在讲的是行菩提心的学处。所谓学处就是不断训练的方法、修行的方法。通过学习学处能够让我们相续中的菩提心越来越清净、越来越坚固和增上。

前面我们讲了自他平等、自他相换、自轻他重这些对我们修菩提心的修行来讲非常重要的窍诀。一定要把这些学处认真地对待。如果每一个科判下面的内容都认真去看去观修了，那就没有理由生不起菩提心。因为所有方法都在这儿了，并且与我们修行生起菩提心没有关系的一个字都没有。

这些引导文都是那些菩提心已经完完全全修圆满的修行者们所讲出来的经验，所有的窍诀都包涵在这里面。所以只要我们自己认认真真地去学习、认真去观修，就一定可以生起殊胜的菩提心。

在发菩提心的时候，前面也提到过，一定要放弃只利益自己的心。一定要发起广大的菩提心。前面也讲了为什么要对自己之外的，和自己没关系的有情要发起利益他们的心。有的时候在发菩提心的时候，突然会想为什么要去利益他们？我现在坐在这儿修行为什么要利益他们呢？他们这些人也不认识我，我也不认识他们，甚至其中很多人都是跟我作对的，我为什么要利益他们？有的时候这些念头就会时不时地跳出来骚扰我们一下，让我们心生困惑。

在很多大德的教言当中也讲到过这方面的内容。比如我们前面介绍过的《入行论》第八品静虑品中，寂天菩萨讲的很殊胜的自他平等的教言。为什么要修自他平等？为什么一定要利益众生呢？因为从空性的侧面来讲空性没有差别，从佛性的侧面来讲佛性也没有差别。所谓的我只利益我，而不利益其他人，这种人我的界限只是我们的虚妄分别念划出来的。它是我们在不了解本性的前提下划出来的鸿沟。

中观的思想、佛性如来藏的思想、了义的观点，当我们学完这些比较高深的观点再来看自他平等的法义的时候，会有很多不一样的理解。比如说空性，究竟当中，你我他的差别根本不存在，连名称都不存在，意义上更没有。所有的本性都是大空性，都是平等的。所以，要从空性的侧面来理解平等性。空性当中哪里有你我他的差别？只利益我不利益他，这种分别一概没有。

术语胜义谛当中，这个胜义就是指实际的状况。换一个词来讲就是本来的样子。万法本来是这样的。所有的众生在本质上没有分别。实际情况就是没有差别的。如果我们去观察它的核心、本质的话，我们就会发现，其实所谓的只利益我不利益其它众生,除了我之外的其它有情和我无关，这所有的思想、分别念都是不存在的、都是假的、都是虚妄分别的产物。

所以从空性的侧面来讲根本没办法区别你我他。从佛性的侧面来讲，佛陀是完完全全地把所有的实相都现证了。佛陀告诉我们，所有的佛陀法身一味。只要我们从凡夫成佛了，那么我们的法身和其他佛的法身没有差别。

这个意味着什么呢？这意味着在实际情况当中所有一切都是平等的。所有众生，所谓很多不一样的张三李四或者说每个相续，这些暂时在名言谛当中存在的差别，在真正的究竟的证悟的状态中都没有了。所以说不管是从空性的侧面来讲还是从佛性如来藏侧面来讲都没有人我的分别。

究竟来讲没有分别，那为什么我们在修道的时候一定要说我，说只为我的安乐而奋发，而其它众生的我不去管，因为和我没有关系呢？如果我们生起这种心，就说明我们还不了解实际情况。实际情况是没有这些分别。但是我们自己认为有分别。所以这就叫作颠倒。

既然是颠倒的，就不可靠。所以我们就要想方设法地把这种不可靠的、颠倒的分别念予以遣除。因为从胜义的特质上面观察的时候，一切就是没有分别的，都是平等的。自他是平等的，就是这样的。

《入行论》第八品当中也从名言的侧面来讲，所谓的我和他、自和他的分别就好像这个身体本来不是我的身体，但我执著是我的身体一样。本来不是我的手我的脚，但我把它执著为是我的手我的脚。本来手和脚是他体的，我们却执为一个本体来看待。其它众生也是一样的。这个是从名言的侧面观察。就是，我们认为的我其实也是一个错误，也是根本就不存在的，把不是我的东西执为我。既然这样，就可以把本来我们认为不是我的这些众生执为我了。这个本来来讲是没有什么分别的。

所以不管是从究竟的胜义谛侧面来讲，还是从名言谛侧面来讲都是平等的。只要我们了解了这样的意义之后，在发菩提心时我们就不会想，为什么要为了和我没有关系的众生去修行呢？在修行的时候一切众生同时成佛，因为我们的本性是无二无别的缘故。这样就可以帮助我们生起利益众生的心。

而这种心绝对符合于实相的，又是打破我们修佛法成佛过程中大障碍的一个窍诀。什么障碍呢？就是错误地分别认为有我，一切以我为中心，这个我爱执的障碍。

所以既符合实际的情况，又是能够灭掉我们修行障碍的法，因此给出很多观修的方式。如果按照这样修的话，就可以生起利益众生的心，同时也把让自己受痛苦的最大毒瘤——我执，完完全全拔除掉。

所以这些所有的修行方法和上上下下的教言，如果合起来看的话全都是一个密意。为什么必须要发菩提心的原因也就是这样的，因为如果不发菩提心，它不符合于实际的情况。你用一个不符合实际情况的修行，怎么可以最后证悟实相呢？只有以符合究竟实相的因去修，把它修的有力量，才可以证悟实际的状况。

实际情况当中是没有自他分别的，是没有狭隘的心，只是利益我，不利益众生。如果我们在修行的时候，说只利益我喜欢的这类众生，而别的这些我不管，怨敌我不度化，和我关系不好的我就不高兴理睬，这些所有的作意、概念都不符合实际情况。如果你抱着这个状态去修大乘道，那根本也不是大乘，错误的因得不到正确的果。所以应想方设法把我爱执的心彻底地泯灭，而这些修法在这里面讲了很多。

在修完愿菩提心的学处之后，我们就修行菩提心的学处。行菩提心的学处是以六度来进行安立的。首先是讲到布施度，布施的修法分财施、法施和无畏施三种。前面财布施已经学了，我们自己也要循序渐进地来培养布施的习气，越训练越强，吝啬的心越弱，心量就越大。完全没有因为布施给别人而有舍不得的状态。持续性地给我们的心布施习气的因缘，经常串习。

当然这里也有很多要说服自己的，有时在我们自己舍不得的时候，佛菩萨也会给出很多“药方”来说服我们。你现在舍不得是不是？当你死的时候，全部都要放弃，而且那是被动放弃，这有什么坏处呢？被动放弃的话，你在死的时候还会念念不忘，因此影响你的投生，这种念念不忘的心对你的后世并不是一个好消息。

你死的时候都要放弃的，钱丢了就是丢了，如果被火烧了就烧了，财富都会通过这样那样的因缘消失，你不想放也会放。虽然同样都是放，但是主动放和被动放差别可就大了。

在你还没有真正准备放弃的时候，突然一个因缘到来了让你放，那个时候心情是痛苦的。就好像平时没有串习过死亡无常的心，自己或亲人的死亡突然到来了，因为没准备好，就会很痛苦。

但如果平时经常串习过无常，知道自己也会死亡的，亲人也会死亡的，那么当死亡突然到来的时候，并不会那样痛苦。为什么呢？他早就主动接受了这个事实，主动接受和被动接受都是接受，但是差别真的是太大了。

与其到时候以这么多具有过患的方式来被动放弃，还不如现在通过主动积极的方式放弃。这种放弃就变成叫做布施或者供养的善法。被动放弃没有任何善法，而且引发很多的痛苦和罪业，它是痛苦的因。而主动放弃会演变成善业，如果你在主动放弃过程当中，再加上出离心、菩提心、空性的因素，这个善法可就无量无边了。

主动放弃的东西很少，得到的东西太大了。但被动放弃什么都得不到，而且得到了一大堆的罪业和后续不好的因缘，让你所有痛苦的因素都在被动放弃中全部都得到了。我们这样算笔账就很清楚。现在有自在的时候，为什么不去想想这个问题后主动放舍呢？

但也不是让我们彻底地放舍，而是让我们逐渐培养放舍的习气。通过发大愿大心的方式，佛法的智慧就体现在这上面。这不是很消极，是很积极的，未雨绸缪了，他知道这个事情将要发生，就想了一个最利益自他的方法来解决和面对这个问题。而不是被动地、眼睁睁地看着事情的发生，而自己什么都不作为，这才是真正的消极。

在事情发生之前想方设法地去思维佛菩萨给出我们的一些建议。思维完之后，我们内心当中就释然了。把这个道理想通之后，吝啬心就会逐渐在思维过程当中瓦解，因为吝啬心而抓财物的手也就不知不觉地松下来了，也愿意放舍。因为道理想通了，知道这个没什么大意义，主要是这个道理想不通，只要道理想通了，还是愿意放的。

所以我们要深入地学，把其中的道理反反复复地思维透彻之后，自己在做供养和布施的时候就欢欢喜喜地去做。不是一边做一边在痛苦，这样利益不是很大，因为违背了我们做布施和供养的初衷。为什么要做这个？其实做这个原因，并不一定是要把这个东西舍出去。把东西舍出去只是最后的步骤而已，但不是全部。关键是在我们放舍的时候内心的转变、对财物的态度，以及对修行理念的不断地串习，这个是很重要的。

不贪执那些阻碍自己的东西，我们对于财富对于法的耽执会成为束缚。把这些束缚我们的东西如财富放弃之后，也就是松开了束缚，那就自由自在了。

对于我们自己来讲，是想身上有很多条束缚呢？还是很轻松地生活修行？当然是自由轻松最好了。既然我们想轻松想自由，那就要去想什么东西是束缚我们的因素呢？我们通过佛菩萨引导发现这些“财富”因素是各式各样的执著。如果这些是束缚的话，我们就应该放舍，那么就自在轻松了。这是我们真正做布施、供养的原则和初衷。当完全放舍清净，逐渐没有执著束缚的缘故就会成佛，因为成佛的状态就是完全没有束缚的状态。

而现在我们所修的是契合于真正的觉悟之道，本性当中这些都是没有的。左一条绳子，右一条绳子，这些束缚的东西，分析下来全都是叫做虚妄分别的东西在营造这一切的束缚。当我们发现这些都是心识上虚妄分别的时候，就没有什么放不下的。只要把问题想透想清楚之后，逐渐我们就可以去放舍。前面讲了财布施方面的内容。

今天，我们讲第二个科判——以正法做布施。对法布施方面有关的内容进行学习。

庚二、法施：

所谓的法施，就是指为他众灌顶、传法、念传承等等想方设法令他们相续奉行善法之举。

首先是对法施的定义。法施的法相定义是什么呢？这里讲给其他众生灌顶，就是让他们种下能够迅速解脱的因。能够让他们播下可以修行很高很了义教法的种子。焚烧该焚烧的种子习气，安立殊胜解脱机缘的灌顶。传法就是让众生明了取舍之道。

念传承我们知道是口传或者念传承。如果我们有很多法的口传，就有一个传承的加持力。不管是念经还是修法，这个法从释迦牟尼佛传到现在，或者从作者传到现在都没有间断，它就有传承的加持力量。这个加持力在我们自己修行或者念经的过程当中就会发挥作用，帮助我们对这个法的修行、相应、理解法义上面就会起到传承加持力的作用等等。

就是“想方设法令他们相续奉行善法之举”都称为法布施。“然而”华智仁波切针对当时的有些情况，给出的教授。意思说，我们在用正法利益他人的时候，分为直接的做法布施和间接的做法布施。华智仁波切针对一般的普通人，他给的建议是：间接的给法布施或者别的方式给法施好一点。直接的讲经说法，灌顶对心没有调伏的人而言，利益不是很大。这里“直接”是这种意思。

然而，我们没有从根本上尽除私心杂念之前，表面上成办利他之事，也只是影像罢了，不能利益众生。

如果“我们没有从根本上尽除私心杂念”（就是我们利自的分别念没有调伏、自己的利益没有成办之前），表面上做一些利益或成办他人的事情，那么这些所谓的利他之事，都只是影像。

“影像”就好像是柱子、杯子的影像，看起来是柱子或者是其它的，但只是影像而已。比如说杯子或者太阳的照片，这些只是影像。照片上的杯子能不能装水呢？当然不行。杯子上的太阳能不能够遣除黑暗、带来温暖呢？也不行。所以这方面就是影像，不能利益众生。

大恩上师老人家在讲记中对这一段也是做了很多的开示。这些开示给我们的提醒是什么呢？华智仁波切讲的意思（作者讲这个有他当时的情况），为什么要这样讲？根本原因是什么？这方面讲了之后，是不是让我们完全不能够去做这种法布施呢？上师讲：也不是完全不能做的意思。他当时讲这个情况是说：如果我们自私自利的心特别严重，通过讲法是去增长自己的名利，这方面无论如何是要制止的。

但是，也不是说华智仁波切这样讲了、在《前行》中也有这样的教言，所以我们都不敢去讲法、去做利益众生的事情。上师说，也不是这个意思。下面我们要分析这样的情况。

“不能利益众生”的意思是对众生的利益很少。因为自相续没有调伏的缘故，要从方方面面去利益众生的话，利益是有限的。佛陀在不同的经典中也给了很多不同的教授。有的时候为了讲得比较严格，比如上师们要提倡实修的时候、在利他之前自利的时候，这方面会讲得比较严、比较多一点。还有在弘扬佛法、讲经说法的时候，自己能够通达一个偈颂，并把偈诵认真地给不懂的人讲，这也是有很大利益的。

所以，这些教言并不矛盾，它针对不同的情况、场合和众生，都会给不同的教言。首先我们要懂“综合来看”。不是说你看这里面讲的这个，然后一棍子打倒一片，又把所有的都予以否定了，其实不是这个意思。这方面最容易误解佛法了，这个地方这样讲，那个地方那样讲，我们就要懂得把所有的教言“综合起来”再看，到底这里面是传递一个什么样的信息给我们。

所以，真正的信息来讲：圆满的利他、真实的利他，应该是在自利圆满的时候。比如说佛陀利益众生的能力是最强大的。最能够究竟利他的是佛陀。是因为他的自利圆满了、他自己彻底觉悟了。他能够给众生带来的利益就是引导众生逐渐达到彻底觉悟的状态。佛陀自利圆满了，能够做他利也是圆满的。如果是初地以上的菩萨，他的自利圆满到了一定的程度，这时候也能够给众生带来真实的利益。

那么，凡夫人能不能够利他呢？凡夫人也可以利他。但是前提是：我们在给别人利益的时候，至少自己相续中也应该有一分的正法。我们就可以通过这一分正法来利益众生。但是，超过自己相续之外的事情，暂时做不了。一方面让自己的功德圆满，一方面就逐渐去做自己有能力的事情，应该是从这方面去理解的。

下面就引用阿底峡尊者的教言，来说明如果自心没有调伏之前，去做利益众生的事情，它的效果是有限的。

众弟子曾经问阿底峡尊者：“何时方可摄受眷属？何时方可行利他之事？何时才可超度亡灵？”

问了三个问题。第一个什么时候可以摄受眷属？第二个什么时候可以行持利益众生的事业？第三个什么时候可以超度亡灵？

尊者回答：“证悟了空性并且具足神通之时方可摄受眷属；

阿底峡尊者回答的时候就讲：第一个要摄受眷属的时候，你自己要证悟空性。你自己的实执已经消亡了，比如说“我执”这方面该断的断了；烦恼不会再生起了；不会因为其他的名闻利养，或者其他很多事情扰乱你的心。因为你证悟了空性之后，方方面面的证悟功德很突出的缘故，很多因素不会影响自己。所以，第一个是“证悟了空性”、见了法界的实相。

第二个“具足神通”，真实要摄受眷属，这个也是很重要的。如果自己有神通，比如说你有“他心通”或有“天眼通”，调伏众生也很方便，这些就是调伏众生的工具，因为很多众生就是服这个。你给他讲很多道理，可能就是听不进去，但是一下子指点出他心中的想法、或者在背地里干的事情，他就很害怕。所以，有神通可以利益众生。

大恩上师也引用无垢光尊者在《禅定休息》里面讲的：无有神通难利他。真正来讲，就好像鸟的羽毛没有丰满之前没办法飞行，如果没有神通也难以利他。因为你不知道众生的根基、意乐、想法，要调伏起来是非常困难的。所以，要摄受眷属的话，第一个证悟空性，你自己的相续见到实相，这方面的能力已经本性现前了。第二个具有神通，这个时候可以摄受眷属。

大家一看就知道这个是高标准的。高标准的摄受眷属应该是具有这样的功德。如果不是高标准的话，现在的凡夫修行者，有没有摄受眷属的呢？也有。一个师父带了很多弟子，这个师父一定就是证悟空性、又具足神通吗？这个也不确定。但是，第一他自己要有利益弟众的心；第二他自己要懂得这个教言。虽然不是通过神通去摄受弟子，但是可以通过他所学习的教言或者是戒律等等，让弟子做一些应该做的取舍之事。

所以，摄受眷属的标准也是有很多层次。高标准的摄受、一般标准的摄受，有时候也有所不同，这方面也不能够一概而论，这里面讲的是高标准的。第二个是：

自私自利之心断尽之时方可行饶益他众；

要利益众生，真实地、高标准地利益他众的话，“自私自利的心要断尽”。

为什么一定要断自私自利的心呢？如果你自私自利的心没有断尽，那么你在给众生做事情的时候，这里面难免不会夹杂自私自利的意乐。所以，很有可能表面上在行利益众生的事情，其实是在给自己的利益做很多的努力。利他的事业里面很容易掺杂自私自利的念头和不如法的行为。所以，这个利益的事业就不纯净了。

如果要真实地利益众生、饶益他众的话，自私自利的心要断尽了。断尽了之后，证悟空性也好、或者你通过修菩提心修圆满了，没有自私自利的心，这个时候可以饶益其他众生。否则的话，真实地利益众生也是很困难的。

当然饶益他众，前面讲也有层次。比如说，佛陀和初地菩萨饶益众生的方式，都是没有自私自利的心。但是，二者之间的差距还是很大的。佛陀自私自利的心彻底从根本上断尽了，连习气种子都断尽了。他利益众生是无勤的、非常广大的。那么，初地菩萨现行的、自私自利的心是没有的，但是他自私自利心的种子还在，他利益众生的能力就比佛要弱了。

所以，佛和菩萨利益众生的层次也有差别。如果按照这个推理的话，比如说，自私自利的心没有彻底断尽的凡夫众生，正在致力于修持断除自私自利的心，他可不可以饶益众生呢？当然也可以饶益众生。关键是看怎么样饶益。只要对众生有利益的事情都可以叫饶益。所以，我们在利益众生的时候，如果当时的心是利他的，那也可以算是饶益众生的方式。

否则我们没有办法饶益众生的话，可能连行菩提心也不敢修了。为什么呢？当我们刚刚入道的时候，可能愿菩提心里面的成分也不清净，那么你修行菩提心——布施、持戒，这些也不清净。我们都不敢做、不敢修，为什么？因为不是饶益众生。我们也不能这样去想，这里面讲的是高标准的。

阿底峡尊者给这些弟子们（真实要独当一面的大德），要成为那种完全可以通过自利来利益众生，真实的大德来讲，应该是要达到这个标准。但是下面还有好多的层次。

我们发了利益众生的心，相续当中在做这个事情的其他时候，可能还是有自私自利的心的。但是我正在做、准备做这个事情的时候，的确反复去约束、反观自己，尽可能地灭掉自私自利的想法，。然后安住在相对纯净的意乐趣。能不能利益众生呢？也可以利益众生。

比如，我今天发了善心，把这条鱼买了去放生，这也是对众生的饶益。或者我给众生讲法，在讲法之前就发心提醒自己是为了利他，不是为了自己的利益，很多众生不懂法义，我给他讲解。那么，这个是不是利益众生呢？这也是利益众生。

所以，对于高标准的利益众生，我们可能必须要达到自私自利的心断尽之后，才可以真实地利益众生。但是低标准利益众生的方式，我们可以随学，也可以逐渐地去做，这也没什么问题的。

但是关键就是说，在做这个事情的时候，首先要反观、要调正，尽量把比较明显的、粗大的、自利的心调整好之后再去做，应该是没有问题，因为我们是在训练利益众生的方式。

第三种就是什么时候可以超度亡灵呢？

获得见道之后方可超度亡灵。

获得见道，对菩萨来讲就是登初地，登初地之后可以超度亡灵。为什么呢？因为登初地后证悟了空性，证悟的力量和大悲心都非常纯净。有天眼神通能照见中阴身在哪里，可以直接地通过自己的能力勾召，然后精准地超度。初地菩萨以上有这个能力。

同时又因为登地之后有谛实语，用谛实语超度众生力量很大。一般凡夫人的心，第一心不是很纯净，第二没有见实相，第三没有获得谛实语，所以念出来的力量会受到一些影响。真实地超度亡灵，把亡灵超度到净土，初地以上、见道的菩萨能够独自完成这件事情。

上师老人家在这里讲，现在很多地方都有爱心小组，都有助念团队。如果一个个地去采访，问“你是不是初地啊？”当然他也不一定承认。真正来讲，很多道友都不是初地的圣者，甚至可能刚刚学习佛法不久，在拿着一本《生死救度》给亡人助念。

我们一定要把定义搞清楚。助念和超度亡灵是两个概念。我们不能保证自己就可以把亡者超度了，但是可以去做一些帮助，并且有能力去做一些帮助。亡者在中阴身时需要佛号，我们就给他念一些佛号。以前慈诚罗珠堪布也讲过，我们在给别人念仪轨时有点不自信，“我们凡夫人念这些有没有用啊？”上师老人家也说，虽然我们自己是一个很差的凡夫，但是仪轨本身法的力量是很大的。只凭自己去做肯定是不行的，但是我是以佛号、清净的仪轨超度，我们要相信佛号和仪轨的力量。

我们是去给亡者提供帮助的，不是去超度他的。超度的标准很高，但是提供帮助是完全可以的。没有说不能给亡人提供帮助，“你没有登地，所以连念仪轨都不行，念佛号、心咒也不行。为什么？因为你是一个凡夫人，语言不清净，谛实语也没有。”我们没有说一定要把亡者超度到哪里，而是给他提供帮助。

而且很多时候不是我一个人，是一个团队。无垢光尊者在《心性休息》中讲，居士团体也叫小僧团。所以一个团队去超度，用大家共修的力量、僧团的力量，对亡者的帮助就更大了。如果念的时候我们发心很好，亡者业力也不是那么重，就有可能直接超度到极乐世界。即使超度不到净土，但是我们提供了可以提供的帮助。在当前情况下，我们就能够提供这么多的帮助，我们尽力去做了应该做的事情。

助念时，我们很关心有没有验相，是不是已经超度到净土去了？拍几张相片好像有光环，这是不是验相？其实我们是提供帮助的，只要认认真真地念了，他往生也好，没有往生也好，我们提供的帮助就是这么大。

只要我们认认真真做了，心态还是应该平和，否则每次都想：助念后一定要有验相。是不是往生的验相我们不知道，也很难去判断。经常带着这种心态去念，心态就不平衡，总是觉得如果有验相，自己就有信心；如果没有验相，就觉得很失败，总是带着一种目标去念。

当然，谁不愿意把他超度到净土去呢？都愿意。我们都是乐于见到我们所超度的、所助念的亡者真实地往生极乐世界了，那当然非常好。但是我们是来提供帮助的，是助念。发最大的心，最清净的心，很认真地念，尽量不去胡思乱想，就认认真真地念，尽到自己的力量。在念的时候，一心一意地祈祷阿弥陀佛从极乐世界下来，接引亡人。我们呼唤佛菩萨，我们祈祷。因为这个亡人当时可能已经迷糊了，忘记祈祷了，这时我们来帮他祈祷阿弥陀佛降临到这里把他接走，让他往生。给亡者做一个提醒，如果恰好他在这儿的话。因为中阴身没有粗大的身体，跑得非常快，一下子就跑到其他地方去，根本很难停住。如果他在这儿，我们给他提醒，他可以生起正念，可能直接就往生了。

超度亡灵，圣者有不共的力量：禅定力、天眼神通、证悟空性的力量。一旦证悟了实相，智慧和能力都是不可思议的，善巧方便很多。他们有他们的超度方法，有能力真实超度亡者。

但是我们也可以做。即使是一个人，没有团队（今天这个团队大家都很忙），就我一个人去也认认真真地念。我是为了利益亡者，把《生死救度》拿出来，认认真真地呼唤，呼唤阿弥陀佛、观世音菩萨、莲花生大士，请他们来帮助亡者。通过自己的力量去念一些对亡者能够提供帮助的佛号、心咒，这没有什么不可以，而且也是训练自己。

华智仁波切在后面讲，“于他垫上净己障”，就是在别人的垫子上清净自己的业障。为什么？因为自己的心很清净。我坐在别人的垫子上，给别人念经，此时清净的也是我的罪障。还可以给亡人提供我可以提供的帮助。并不是说“我是凡夫人，不是初地菩萨，不会念。”再找一个人，“我也是凡夫，也不会念。”大家都是凡夫，都不念了，那上哪儿去找一个初地菩萨？很难找，这属于超度亡人的高标准了。

但是我们可以而且也应该提供帮助。亡者的家人很痛苦，需要有人提供帮助。我们作为佛弟子，能够提供的帮助就是念中阴身需要的佛号、咒语，发菩提心。如果念诵的每个人都生起慈悲心、很柔软的心，中阴身的亡者在接近时会感到很温暖，能够得到一些加持。如果家人为了财产争吵，他内心会很痛苦，很容易产生嗔恨心。

如果大家助念时，都齐刷刷地生起清净的心——就是为了利益亡者，心和心会产生感应的。如果我们发起的是很柔和、很慈悲的心，可以感染他，他可以得到力量，得到加持。再加上在这个心态中念佛号、心咒，念有加持力的仪轨，对他肯定有帮助。而且后面还要念普贤行愿品给他作回向，亡人毫无疑问地会获得利益。

我们不相信自己，也一定要相信法的力量，相信仪轨的力量。仪轨是有力量的。自己可能烦恼粗重，但在念仪轨时，尽量认认真真地念，让自己安住在法的状态中，给他帮助。时间一个小时或半小时，有时十几分钟。不管怎样，认认真真地去做就行了。

应该这样做个分别。

此外尊者也曾说过：“如今五浊之恶世，非为装模作样时，乃为策励精进时；非为寻求高位时，乃为置于卑位时；非为摄受眷仆时，乃为依止静处时；非为调化弟子时，乃为调伏自心时；非为随持词句时，乃为思维意义时；非为到处游逛时，乃为安住一处时。”

这里阿底峡尊者给我们修行者讲了很多的窍诀。

首先，现在属于五浊恶世：众生浊、烦恼浊、命浊、见解浊等，是五浊非常明显、很兴盛的时候。五浊恶世不是装模作样地修行佛法的时候。精进修行都不一定马上得到感应，何况装模作样地修行，怎么可能调伏自心呢？

所以要尽量地减少装模作样的表面的修行，尽量地彻底认真地修行，策励精进。不是装模作样在外面做一些大的事情，应该反观自心，策励地按照法义、窍诀，认认真真地去实行、精进地修行，使身、语、意都能够彻底进入佛法的修行之道。比如《入菩萨行论》中修心的窍诀，《大圆满前行》里修心的窍诀。应该真实地把这些法放在自己的内心中观照，策励精进调伏自己的心，而不是在外面装模作样地做一些利益众生的事情，内心完全没有想到精进修行。应该如是地了知，五浊恶世是应该彻底修行的时候。

“非为寻求高位时，乃为置于卑位时。”如今五浊恶世（同样每一句前面都应该是如今五浊恶世的时候），不是致力于寻求高位的时候。当然众生的心态不一样。有些众生天然不喜欢高的位置，不习惯不舒服，驾驭不了，觉得处于高位让他很不安。但是很多人就是喜欢高位，甚至于上学的时候，为做组长、小队长或者班长，拼命去追求；进了社会也是拼命往上走，想要得到高位，如科长、处长等。修行者的团队中，也有人想方设法地寻求高位。比如想尽办法进入理事会，或在寺院做监院、方丈等等。像这样寻求高位也是有可能的。

但在五浊恶世时，即便得到高位又有何用呢？前面讲无常时讲过，只要是有为法，高际必堕。任何人不可能永远处在高位上，而且也容易造罪业，高位是不可能永远拥有的。即使因为自己的因缘、福德、功德而处于高位，也要思维高位是无常的。在高位时，应尽量以这个位置的特殊身份利益众生。能为自己修行及利益众生提供方便才是有利的。

如果通过烦恼心追求高位，是没有实际意义的。追求的过程可能很辛苦，会使用一些不合理不合法的手段，也会排挤、打击很多人，造诽谤、自赞毁他的罪业等等。到了高位，为了保住它还要继续努力。一旦不努力，有可能很快就被下面天天盯着自己的人篡权了。这有什么实际意义呢？没有实际意义，而且是很痛苦的过程。

但很多人觉得为了高位任何痛苦都可以忍受，任何代价都可以付出。即使可以忍受痛苦，但业果或消耗暇满人身的力量也是很大的。自己的暇满人身其实可以做更好的事情。为自己和他人，为今生和后世暂时和究竟的利益，暇满人身可以做很多善行。但如果把暇满人身消耗在夺取高位的路途中，是非常可惜的。

所以这里讲，“乃为置于卑位时。”把自己的心态安于卑微的状态中，这里主要是针对修行者。在修行的过程中，一定要让心卑下。前面在讲自他平等、自他交换时，也讲到了两个格西互相推让高位。双方都认为对方的功德更大，不愿意把自己置于高位上。

这里主要是从修心的角度讲。如果是世间工作，必须要争取的，也可以通过正当合法的手段争取。但在争取的过程中，心中应该有高际必堕、一切无常的想法。在这种想法摄持下，该争取的也可以争取。并不是学了佛后，一切都要放弃。

有时可能自己的境界还没到达稳固的状态；有时可能牵扯到家庭，如果得到这个位置，可能对家庭收入好一点，让家人过得好一点，这也是有必要的；有时牵扯到团队，涉及到生存方面的问题。

但是这里主要讲自己的修行。作为一个纯粹的修行人，自己没有额外的压力，没有必要争取高位。前行中很多都是指出家人的修行方法。大恩上师讲前行时的风格，及现在的辅导，面对的更多是在家的修行者。他们有工作、有压力，所以不能把给出家人讲的教言，原封不动地移植到在家人身上，因为情况是完全不一样的。

出家人是没有压力的，但是在家人有家庭的压力。如果是一个人，无所谓。自己好一点差一点，甚至一个人流浪，想想也是不错的选择。但是有家庭是不一样的，别人如何看待自己的家庭，家人怎样面对别人等等，都是问题。

因此如果在家人需要赚钱，需要通过争取得到有用的高位，也是没有问题的。这里主要是针对修行人，尤其出家人来讲的，然而对于在家人也不是没有用。在家人不可以过度的贪婪，这样任何时候对谁都不好。

置于卑位是最容易的，因为置于高位时最容易飘飘然。一旦到了高位，位置不一样，周围的环境也不一样了：奉承的、提供顺缘的、说好话的人会很多，此时自己最容易飘飘然，没办法取舍，需要照顾很多人情面，很容易造罪业。

处在卑位就不一样，没有这么多顾虑。通常一个人如果没有名气、位置很低，很少有人愿意去关照他。这就是人世间的常态。身边没有很多人追捧自己，也就不用操心了，从这个侧面来讲对修行是有利的。

此外处于卑位是更容易的，因为处的位置很低。这里卑位指的是心的位置。即便是乞丐，如果心气很高，这也看不起那也看不起，也不是卑位。谦卑主要是指心态而不是身份，身份的谦卑有可能是被逼无奈的。但是心态的谦卑不一样，有些人处在很高的位置，但是心态可以调整的特别柔和。

对于一般的修行人，重点是自己的心要谦卑。如果心很谦卑，就很容易看到自己的过患、别人的功德，这对调伏自心非常有用。

“非为摄受眷仆时，乃为依止静处时。”不是大张旗鼓地摄受很多眷属、仆人的时候，而是依止静处时。摄受眷属可能需要大房子、很多开销、做很多事情，此时心很容易散乱。摄受很多眷属当然有很多利益，没有利益谁会愿意摄受呢？眷属仆人多了，很多事情不用自己亲自动手去做，或很容易成办，这是显而易见的利益。出门时前呼后拥的感觉，有些人也会喜欢。但是这也有很多副作用：事情多则心很容易杂乱；心杂乱则道心容易消亡。

而应该依止寂静处。依止寂静处就没有很多事情。看得少、听得少、想得少，思想就相对单纯。环境单纯就更容易忆念法义，该想到的能想到，不该想的不会想。该想的是什么呢？就是忆念法义：解脱、利益众生的心，或实相空性。这些在寂静处是容易成办的。

而在喧闹处看的、听的太多，很难真正串习法义。法义对我们而言是新生事物，容易产生新鲜感，但也容易被忽略。因为无始以来串习的都是喜欢热闹，所以分别心自然而然就会吸引过去。而佛法是新来的，是最容易被遗忘的，在此过程中还能忆念佛法的机率就很低了。

但是在寂静处就不一样，在寂静处看的、听的相对少，忆念法义相对就容易一些。因此如果摄受眷属，容易因事情多而使自己的心散乱，此时应该依止寂静处好好修行。

“非为调化弟子时，乃为调伏自心时。”在五浊恶世，弟子刚强难化。五浊恶世越往后走，五浊（众生浊、烦恼浊、见浊、劫浊、寿命浊）越深，越恶。为什么越恶呢？众生的根基越来越差。五浊的法相即众生的寿命、烦恼及见解都越来越差，众生根基越来越差，调伏起来也越来越困难。

众生越来越刚强难化，烦恼越来越粗重，此时要调化众生，就像上师调化我们一样，用很多方法相续才只能转变一点点，甚至一点都不转变。上师老人家是真正的大德，圣者调伏凡夫，很大力气尚且收效甚微，何况是五浊恶世中非圣者的我们呢？自己修行本来就很差，还想转变弟子的心，就更困难了。

因此这不是调化弟子而是调伏自心的时候。因为调化弟子要照顾每个人的想法及心，这样就会分心，会花很多时间，也就没有时间修行了。所以针对初学者，刚开始调伏自心很重要，调伏众生、弟子的心很困难。

众生的心调伏不了，但学习过佛法，调伏自心是可以做到的。因为自心毕竟是自相续，而众生是他相续，没有办法控制，发火也好，讲道理也好，有时管用，有时不管用。但是自相续就不一样，毕竟是自己的心，只要愿意安住下来，调伏自心，就会比较自在。因而华智仁波切给出了建议或窍诀：应该是着重调伏自心的时候。

这是针对初学者的教言，因为调化众生是非常困难的。

对我们来讲，是不是在真实地调化众生呢？我们会执著这是我的弟子，其实都是上师的弟子。辅导员也好，法师也好，是帮助上师做一些辅助工作，（学员）是不是真实的就是我的弟子？其实不是。不是真实意义上的，通过我的能力在调化弟子，而是在上师调化这些弟子的过程中，我来做一些辅助的工作。

这是上师老人家的事业，上师在调化弟子们。自己讲一点辅导，解读一下上师的教言--“应该是这个密意”，做一些辅助的工作，应该是问题不大的。不能说，我就是主尊，开始收弟子了，都需要我调化。首先你要有这个能力，即使有一点点能力，这么多弟子需要调化，慢慢地自己的心就没有办法调伏，越来越散乱。因为心还没有堪能的缘故，导致逐渐散乱下来。

“非为随持词句时，乃为思维意义时。”在五浊恶世，词句和意义二者，相对来讲意义更重要。虽然词句是表达意义的，但是如果我们把所有的时间、精力都放在词句怎么用，意义不大。所以，应该跟随词句去思维意义，意义一定要消化，这很重要。

“非为到处游逛时，乃为安住一处时。”五浊恶世，我们的分别心很强盛，到处游逛和安住一处，应该选择安住一处。当然有必要时，走一走也没有什么不可以，但是如果习惯到处游逛而把它当成主业，把安住一处当为副业，这就不对了。因为我们的心本来就散乱，喜欢出去走走，感觉很舒服。安住下来就坐不住，垫子是不是有针？是不是荆棘树做的？我们喜欢到处走，但是五浊恶世到处走，只能够让自己的心越来越散乱。应该习惯于安住一处，偶尔出去走一下、调剂一下是可以的。这里的教言是应该习惯于安住一处。

安住一处不是散乱，而是看书、思维、听法、观修、念咒或者顶礼，趁自己还自在，还动得了，趁生命还没有穷尽，把该做的事情做了。如果五加行没有修完，趁现在还能动，赶快把顶礼修完。因为身体不好、虚弱的时候，想修都修不了。有些事情是不能拖的，该修的修、该圆满的圆满，一旦生病了，身体垮了，心力也提不起来了。所以当自己健康时，应该善巧地使用人身，安住一处，认真修行。

另有，三同门曾经问仲敦巴格西：“在寂静处修行与以正法饶益众生，这二者当中哪一个更为重要？”

三同门就问仲敦巴格西，在寂静处修行和以正法饶益众生，这二者当中哪一个更重要？

仲敦巴格西答道：“对于自相续没有任何验相及证悟的初学者来说，以正法饶益众生也不会有什么收益，他们的加持犹如倾倒空器一般，从中不会得到任何加持，他们的窍诀就像没有经过按压的酒糟酿出的薄酒一样没有任何纯酿的滋味；

首先，仲敦巴格西说，自相续没有任何验相、没有任何证悟的初学者，即便是以正法饶益众生也不会有什么收益。因为相续没有调伏的初学者，像倾倒空器，自己是空的瓶子，什么都没有，怎么给加持呢？

他们传的所谓的窍诀，就好像没有经过按压的酒糟。酿酒时，酒糟要使劲地按压，时间长了酿出来的酒会比较醇厚；但是酒糟如果没有按压，酿出来的就是薄酒，没有纯酿的滋味，非常淡。初学者用正法饶益众生，利益是很弱、很小的。

就算是获得了暖相而尚未稳固的胜解行修行人也不能行利益众生之事，他们的加持犹如倾倒满瓶一样，使别人满满充盈，自己却变成空空如也，他们的窍诀如同将火炬传递给别人一般，使他人光明通亮，自己却成为漆黑一片;

第二种情况，是获得了暖相。通过修行生圆次第、修行佛法，自己有了暖相，获得了一些成就、加持，但是还是胜解行地，证悟的验相还不稳固，还没有真正到达高质量的状态。这种暖相没有稳固的胜解行修行者，做利益众生的事情也很困难。他们有加持，但是他们的加持就好像倾倒满瓶。自己有满满的一瓶水，给别人加持时，别人的瓶子倒是充满了，自己的瓶子却空空如也。

他们的窍诀就好像把火炬传给别人。自己手上有一把火炬可以照亮驱散黑暗，但是如果把这个火炬给了别人，照亮了别人，自己却漆黑一片。意思是什么呢？就是能够利益或者能够少量地、暂时地利益他人，但是会损失自己的修行。

第一种，对自他的利益很小或对自他都没有利益；第二种，对他人有一些利益，对自己损失很大。有人会问，菩萨不就是这样舍己利他的吗？舍己利他是从长远的侧面来讲，从观心的侧面，是应该修自轻他重。但是，在实际操作时，如果通过这样的方式让自己的修行退步，虽然别人能够得到一些暂时的利益（利益有多大也不好说），但在自己努力恢复以前修行状态的很多年中，并没有做很多利益众生的事业。如果好好保护自己的修行，经过修行得到更高的证悟，就到了第三步——可以利益他人，自己的相续也不会空耗、枯竭。

所以为了长远的利益，自己的利益也不能损伤。就像去救病人，首先要保住自己的健康，才能够更多、更长远地利益其他的病人。如果为了利益一个病人，自己身患重病，没有办法再行医，损失的是更多病人的利益。我们可以做选择时，尽量不要在有暖相的时候，着急去做利益众生的事情。

只有得地的菩萨才能真正成办利益众生之事，他们的加持犹如妙瓶的成就，既能成熟他众，也不会使自己空空荡荡而始终满满当当，他们的窍诀就像酥油主灯一样，既能点亮其他油灯，也不会使自己有所障蔽。”

第三种，就是自他二利，登地的菩萨能够真实地利益众生，他们的加持犹如妙瓶。妙瓶和前面的普通瓶不一样，普通瓶只能装一瓶水，倒完就没有了，不会自动续满。妙瓶具有自动续满的功能，永远都倒不尽。

为什么叫妙瓶呢？类似于汉地以前的聚宝盆，倒出去又满了，总是源源不断。妙瓶类似这样，装满了甘露，永远倒不尽，自动续满，像泉水一样。前面的（普通瓶）就像水池一样，一舀就没了；后面的（妙瓶）就像泉水一样，每天去取，每天都不断在涌出，不会枯竭。登地以上的菩萨利益众生，自己永远不会干涸。能够满足众生、成就众生，但是自己不会空空荡荡，始终都是满满当当的。

他们传给别人的修行的窍诀，就像酥油主灯一样。酥油主灯能够点亮其他油灯，自己也不会有所障蔽。是什么意思呢？在大型的供灯房里，有很多的油灯需要去点燃。通常中央有一盏很大的灯，我们就用主灯的火点燃其他的油灯，同时，主灯是不会灭的，这就是传灯的意思。

像这样，其他酥油灯点亮的来源都是主灯。其他的灯点亮了，主灯自己会灭吗？不会灭，照样一直在燃，因为它是主灯，灯器大、油也多，所以点亮了别的灯，自己仍然是明亮的。不像火炬，给别人了，自己就没有了。主灯一直是这样，点燃再多的灯，都不会有损失。所以，这就是真正的自他二利，登地以上的菩萨们能做利他事情的意义。

所谓“做利益的事情”到底是指什么？有时所谓的给别人加持、做利益主要是修息、增、怀、诛四种事业。比如给别人修息法、修增业、修怀业、修诛业的时候，如果自己没有验相根本就没办法做，自己的心都没有修圆满，没多少验相，这样给别人修事业也没办法帮助到别人。

“窍诀”是什么意思呢？就是指正行的引导、直指心性之类，自己完全不懂心性怎么样可以直指？这些根本做不到。这里所讲的事业和所谓的加持到底应该怎么样来理解？是不是我们完全就不能做了呢？这里所讲的意思是：所谓的给别人做加持是指给别人做四种事业，比如说要息灭别人的灾祸、增长别人的寿命、财富等。如果自己是一个初学者，只是听了窍诀完全没有验相，想给别人传直指心性的正行的窍诀是做不到的。

有暖相的意思就是修四种事业，自己得到本尊的摄持，得到验相。然后给别人修了之后别人起作用了，但是自己的验相就没有了，必须要再从头开始修。如果只有暖相，给别人直指心性或传一些正行修法也是一样的，传完之后自己的觉受就没有了，是这种情况。

对初地菩萨来讲，修四种事业或者给别人传大圆满直指心性方面的窍诀，既利益了别人自己又不会有损伤，这是一种高标准的事业。我们现在其实也没啥事业，我们帮助别人做一些事情，给别人辅导几句法义，和这里所讲的标准还差得远。这里主要讲的是正行的窍诀关要，现在我们辅导前行、入行论、净土的法，不是给别人传窍诀。

主要是从比较高深的法要这方面来安立的。比如给别人做火供（这个火供不是平常做的火施，火供和火施是两回事。火供是在做生起次第的大修的最后一天修火供，意喻让事业很快成熟，标准特别高，但火施就是平时我们拿个糌粑烧一烧，念念仪轨，很简单，一般的人都可以做。）用来遣除违缘，做很大的法事，这方面要求就高一些。所谓利益众生的事业就是讲这些，至于别的对我们一般人来讲，也没什么很大的事业。

给别人讲法，是不是就是在利益众生呢？有时候，我们因为华智仁波切这样讲了，没有开许就不敢做了，大恩上师在讲记中再再地讲不是这个意思，因此这里面讲的含义我们要懂。

现在不管辅导员也好还是法师也好给别人辅导法义，是不是真的就是在利益众生呢？换个角度来讲，其实也是在利益我们自己，让我们成熟。依靠道友的帮助让我们有了一个能够辅导法义的机会，因为要辅导法义必须要去看，必须要仔细地备课，然后再从嘴里讲出来，那印象是很深刻的。

这是相互的帮助，一方面的确是给道友辅导了，有些道友得到了一些利益；另一方面来讲，如果没有道友听也没有给道友辅导，按照凡夫人的通病，如果没有压力，很少有人会非常主动地想要去把法义深挖再深挖。怎么去串？词语怎么去准确地表达？如果说要考试大家就比较认真。

以前在学院的时候也是这样的，如果上师说这段时间没有讲考，基本上心态就放松了，能主动看书的比较少；上师说明天开始恢复讲考了，一下子大家听课连耳朵也开始竖起来了，笔记也开始做起来了，回去看书的时间也长了……

我们现在给人辅导，反过来讲是道友帮助了我们，让我们好好学习。如果没有道友，如果不去辅导法义，也不会这么认真地去看、去备课、去思维、去探讨，也不会注意这个问题上师是怎么回答的，那个问题上师是怎么回答的，自己就会很认真地听。如果和自已没关系，那听听就过去了，左耳朵进右耳朵出，也许左耳朵进了，又从左耳朵出去了，都没有到右耳朵去，自动就折返了。

我们现在的辅导，是不是就是这里所讲的这些呢？并不是，而是让我们得到更大的利益，我们去辅导其实是利益我们自已的。从这个侧面来讲，我可以通过精进努力，对刚刚学习佛法需要帮助的人，我可以去帮助他们，反过来也是他们帮助了我，能够让我把学到的东西进一步地细化、深入。这既是帮助了对方，也是对方帮助了我，是相互帮助的作用。这里不存在给别人加持，自已会如何的问题，在我们身上并不是很严重。

教言是不是完全对我们讲的？一部分是，但不是主要对我们讲的。我们现在的身份定位，主要是通过这个平台能够锻炼我们，通过对道友的帮助，能够让我们对法义通过压力的方式进一步去细化，这也是对我们自已的帮助。

现今处在五浊恶世，作为凡夫人，本该在寂静处修持慈悲心、菩提心，不是直接饶益众生的时候，而是遣除自相续烦恼的时候，

处于五浊恶世对凡夫人来讲应该在寂静处修持慈悲心、菩提心。静处修心很重要。而直接利益众生，这个时候不是真实的时机，应致力于遣除自已的烦恼。

学习的道友中，有些自已学习的同时也在做一些辅导工作。我们应该知道，在学习或者在做辅导的时候，主要的宗旨还是调伏遣除自相续的烦恼。我们要时时懂得、习惯，把所学习、辅导的东西反观自心，千万不要有“我讲法了，我下面这么多弟子，我不得了了”的想法，如果是这样的话方向就错了，虽然都是在辅导，但是心态一转变，作用也不一样了。

我们做辅导应该怀有惭愧心，并不是自己已经怎么样了，而是在团队中需要有人来做这件事情，而且这的确对自己的修行有帮助。做这件事情有时候也是不得已而为之的，同时这件事情能够帮助自己调伏烦恼。为什么呢？因为做这件事情能够让自己对于法义更细化，这对调伏烦恼是有帮助的。如果我们有这种心态的话问题就不大。最怕的是我们在做这件事情的时候飘飘然，追求名利，这样的思想无论如何都是不对的。如果有追求名利的心，即便是在山洞里修行打坐，那也是不对的。所有佛法都应该是为了遣除自相续的烦恼。

现在对很多修行者来讲，真正在寂静处修行也不现实。有些道友在听完法之后，知道寂静处修行很重要，很想马上就去，现在该听的课马上就不听了中断了，一问原因，是打坐、修法修窍诀重要的缘故，想马上就开始学修法。当然想修法的心很好，但是我们也要分析一下，有可能这样的修行不太容易成功，原因何在呢？因为现在我们的见解、修行的心态不稳固。

为什么这样讲呢？我们想要修行的心从何而来？想要修行的心是闻思教言之后生起的。还是要不断地补充、听闻，想修的心才会不断地延续下去。如果听了一段教言之后就中断了来源去修行，在寂静处修行的心能够保持多长时间也不好讲。以前让自己很想修的力量来源于听教言之后触动很大，也许修几个月之后，因为没有继续听法，终止听闻了，不再接收让自己修下去的信息，这方面力量越来越弱。因越来越弱，想修的心不知道还能不能继续保持。

静处修行、闭关修行不是说今天上山洞里面就马上能生起验相的，需要很长时间去观修，这么长时间的观修拿什么支撑下去？况且验相还没有得到，打坐的过程相当枯燥、无聊，而且让自己修下去的源泉被中断了，没有听闻了，拿什么支持自己修下去？这就不好讲。

所以我们现在的见解还不稳固，还要多听闻。的确静处修行非常好，很多大德都在赞叹，但是对我们来讲是不是马上就要去呢？马上终止听闻，觉得实修重要，学会可以不上了，闻思也不闻思了，就去修行了？也许当时的心是很真、很强烈的，原因就是前一段时间学的东西在起作用。一旦远离这个因，这个力量越来越弱的时候，你还能不能保持当时离开闻思时候那种强烈想要修行的心态，而不被其它的思想所影响？这真不好讲。

所以对我们刚刚学习时间不长的人来讲，不要那么着急地中断对正法的闻思，我们想修的心一定是从闻思的这种状态来的。如果让想修的心强劲、保持时间长，就是不断地闻思。我们不是说一定要闻思怎么样、多长时间，而是达到真正稳定的时候才可以。至于稳定的时间到底有多长，因人而异。

有些道友的时间可能不是那么长，十年、十几年可能就可以了；有的时间可能还要更长一点。但是刚刚学两三年、几年的，现在的出离心、厌离心很强劲，特别是在遇到打击的时候厌离心很强劲，一定要怎么怎么样。

以前学院有个道友，在吃饭的时候一个花椒粒堵在喉咙那儿，特别难受，差点死了，脸憋得通红，好不容易咳出来了，生起了很强烈的出离心。生命太无常了，一定要闭关，跟上师请假，上师说慢慢来吧，先不要着急。“不行不行，一定不行”，这位道友坚持要去闭关，最后找了法王如意宝的狮堡静处（霍西电站上有一个狮堡静处）搭了一间闭关房来闭关，也没有住多久。花椒不可能天天卡，因花椒卡住而生起的无常，随着花椒麻味的消失也就慢慢地没有了，两三个月就坐不下去走掉了。

由此可见上师的教言总是很精准的，“不着急，慢慢来”，因为知道这是突然的因缘、病缘。一个花椒的因缘导致强烈地想要修行的心，但上师也观察这是个短暂的因缘，不是一个恒常的来源，他的引擎里面的力量不够强劲、不能持久，所以让他千万不要冲动，但是他不听，最后还是不行，走掉了。后来上师在成都碰到他了，问你成就了吗？上师笑着说都是第二次了，死了呢还是已经成就了呢？因为当时他在上师面前发愿了，要么我死了，要么我已经成就了。

讲这个的意思是什么呢?说明我们想修的心一定要找一个比较稳定的来源，一定要让想修的心比较长时间地安住，或者让这种想修的心源源不断地发生。对我们来讲，如果你验相修出来了，这个验相可以推动你继续修。但是如果你想修的心是来自于闻思，然后你很着急地斩断了，别的验相也没有生起来，这样中间就会断档，没办法再让你继续下去，这比较危险。

并不是说不能修行、修行不好，百分之百不敢这样讲，但是这里面有可能出现的一个问题我们提醒一下。比较保险的是长时间地去闻思，因为你越闻思只能是越想修，不可能是越闻思越不想修了，绝对不可能。因为闻思的东西都是让我们调心的，对解脱道生起信心的，所以越闻思只能越想修，这样一边闻思一边修也不会有障碍。

这里面讲应该是在静处修行慈悲心、菩提心的时候，不是直接饶益众生的时候，而是遣除自相续烦恼的时候。

比如说，不是斩断名贵药树苗芽的时候，而是保护它的时候。

打比喻讲，有一棵名贵的药树，一旦长成之后可以治很多疾病。这个名贵药树刚刚冒芽的时候，树芽刚长出来是斩断它，把它就做药还是保护它呢？当然要保护它，因为树芽能够起到的作用很少，也许可以治一点病，但是它的药性不是那么强烈，是很有限的一个树苗。但是如果保护它，当它长大了，这时就会发挥很大的药用价值。

因此，直接对众生进行法布施稍有困难。

因为我们的发心也不一定稳固，自私自利的心有可能夹杂，还有对法义的理解和领悟等也不一定是那么稳定，所以这里面讲是稍有困难。

自己没有真修实证而为他人讲经说法，对他人起不到什么作用。

如果自己没有真修实证，给别人讲经说法对他人的作用是很有限的。但是上师老人家也讲了，如果我们懂一些，给别人讲的话还是会有一些作用。因为毕竟来讲，这段话不懂怎么解释或者概念不懂，我给他解释一下、介绍介绍，这方面对他来讲还是有些帮助的。

假设依靠传讲佛法而收集供养及财利，那么就成了印度单巴仁波切所说的将正法作为得财之商品了。

凡夫人、初学者容易产生的就是名闻利养的心，如果在讲经说法的时候依靠传法而收集供养或者追求财利，就成了印度单巴尊者讲的一样，正法反成恶趣因，正法作为得财的商品了，这是不对的。

所以，在自私自利的心念还没有断尽之前，不要急急忙忙地去利益他众，而要在自己念经诵咒、读诵佛经论典等时发愿：但愿白法方面的鬼神们听到这些后相续得以解脱，在念诵水施、施身等仪轨的结尾时，也要念“诸恶莫作，诸善奉行，自净其意，是诸佛教”。唯一做这种法布施就可以。

华智仁波切说我们自私自利的心没有断尽之前，急急忙忙地舍弃自己的利益，去做利益众生的事情还是有困难的，不要太着急。对我们来讲，现在可以做的法布施是什么呢？既对众生有利，也能够保护自己相续的法布施，就是当我们在念经诵咒、读诵佛经论典等时发愿，愿白法方面的鬼神得到利益。

为什么说白法方面的鬼神呢？因为很多恶法方面的鬼神对这些念经诵咒没有兴趣，能够成法器的就是白法方面的鬼神，愿他们听到这些之后相续得以解脱。在念诵水施，比如我们布施水、念观音心咒七遍加持之后做水施，或者修施身法（后面在讲古萨里的时候，还有一个施身法）等，修这个仪轨的结尾时，通过念诵“诸恶莫作，诸善奉行，自净其意，是诸佛教”这样的偈颂，给他们发愿回向。

这代表了整个佛法的核心，所有佛法的精华归摄在这四句当中。“诸恶莫作，诸善奉行”，身语意的所有恶业中断；所有身语意的善法都要奉行。“自净其意”，通过佛法调伏自己的心，让自己的心完全清净。这就是所有的佛教，所有佛陀的教义完全归结在这个偈颂中，加持力特别大。

因为包含了所有佛法精华的缘故，所以无论如何我们的修行真正对照的时候，这个偈颂可以印证一切佛法。所有的恶业：自性罪、佛制罪，还有很多伤害众生的罪业，还有自私自利的心——有时指自己想解脱的心。这在小乘中不是什么恶业，但是在大乘中，从某个侧面来讲应该是所舍弃、所抛弃的东西。所以从某种意义上来讲也可以算是一种恶。但是这个恶不是善恶对等那个恶，而是障碍成佛的那种恶劣、下劣的心态，从这个侧面讲的。甚至于连这种恶业也不能做，也要舍弃，应发起广大的菩提心。

“诸善奉行”，这个善包括世间的善、相应于小乘的善、相应于大乘显宗的善，还有密乘中禁行的善等，一切的善法都要奉行。

“自净其意”，修行不是去观察别人而是调伏自己，把自己的心完完全全通过佛法的修持调伏清净。因为心一清净，他的本性就会现前。从世间法、人天乘的侧面来讲，心清净了就可以修十善，可以生天；从小乘的侧面来讲，心清净了就会证无我；从大乘的侧面来讲，心清净了生起菩提心，登初地成佛；从密乘的角度来讲，心清净就是等净无二见。

这四句话从人天乘、声闻乘、菩萨乘、无上密乘都可以来对应，都可以解释，“是诸佛教”，没有不周遍的。平时我们如果遇到恶缘，比如开光的时候遇到恶缘，或者做恶梦，都可以念诵这个偈颂，因为它包含了所有佛法的精华。

“唯一做这种法布施就可以。”因为鬼神我们看不到，也不会存在名闻利养的心，只要通过这样清净的心去做，也能够利益他们，那么我们也可以做法施了。而如果是摄受眷属，因为是人和人之间面对面接触，难免生烦恼、生名利心，难免想要从他们那儿得到一些利益，但是鬼神相对来讲要好一点。所以对鬼神来讲，没有希望“给你回向，我在需要帮助的时候，你们一定要搭把手，一定要帮助我遣除什么东西”，也可能有这种想法，但是相对来讲还是要简单得多。唯一做这种法布施就可以了。

一旦自己的私心杂念完全断尽，一刹那也不要处在安闲寂乐的状态中，这说明主要一心一意利益他众的时刻已经到了。

一旦自己的私心杂念全部断尽了，利益获得之后，一刹那也不要住在安闲寂乐的状态中，完完全全一心一意地去利他。这里面来讲似乎只有两个选项，一个是在获得功德利益之前一心静修，第二个选项是如果你自利圆满就利他。

有没有第三个选项？这里没有讲。但是有——一边自利一边利他。在此也许限于篇幅，或是要强调某个问题，不会这样讲。上师老人家在讲记注释中讲过这个问题。我们是否可以一边自利一边利他呢？自己有一点力量就做一些他利。在这个过程中主要避免自己的心陷入到世间八法的漩涡中去，产生追求名闻利养的心；避免在讲经说法时生起贡高我慢，看不起别人、竞争等烦恼。如果一边做一边反观自心是可以的。

**庚三、无畏施：**

对于无有救护者的众生，作为他们的救护者，无有怙主的众生，作为他们的怙主，无有亲友的众生，作为他们的亲友……。

所谓的无畏施就是施给众生无畏惧，因为众生有各式各样的怖畏。作为菩萨来讲，尽量赐给众生无怖畏的状态叫做无畏施。

众生缺少救护，我们就应该去救护。如果他很可怜，正在呼唤谁来帮帮他，这时我们去救护，让他从怖畏中解脱，这是无畏施。没有怙主的众生，作为他们的依怙主。一个人没有怙主会很恐怖，就像小孩子与父母走散了。如果我们看到没有依怙的众生，作为他们的依怙遣除他们的畏怖，无有亲友的众生作为他们的亲友，都是属于无畏布施。

尤其是世尊曾经说过：一切有为的善法中，救护有情的生命，功德利益最大。

佛经及龙树菩萨的《大智度论》中都说：所有善法，尤其有为法的善法中，救护有情的生命功德利益最大。为什么？因为每个众生最珍爱的就是自己的生命。除了地狱的众生，他太苦了，不愿意多活一秒钟，就想早死早投生到其他道。但他也很无奈，地狱道在最下面，往上投生，要么恶业穷尽，要么就是善法。除此之外其他的众生都愿意保护自己的生命。连饿鬼都是不想自己早死。

众生最喜爱、最珍惜的就是自己的生命。如果我们救护他们，通过放生救护有情的生命，功德利益是最大的。现在很多地方，我们有机会参与放生，刚开始时很有兴致，时间长了兴趣慢慢减弱了、麻木了。千万不要这样，放生利益非常大。

有些人经常抨击放生，说不应该放生，吃素就是放生。佛陀没这样讲，吃素是吃素，放生是放生，这是两回事情，两者各有利益。有说“放生就是放死或者放生危害环境”，大德讲这都是似是而非的根据。我们应该相信佛语，相信真实的金刚句：所有有为善法中救护有情的生命功德最大。因为在它即将被宰杀，很恐怖的时候，如果能够帮助它们从死亡的畏怖中解救出来，对它的意义非常重大。

就像我们马上要被杀，屠刀已经举起来，这时来一个“刀下留人”，想想你的心情会怎样？可能至少暂时不会死，即便“刀下留人”喊完之后还是被杀，但对自己来讲能够争取多活一分钟也好。当我们真正被救下来可以不死的时候，心情是非常愉悦，对有情来讲也是同样。这种赐予无畏，众生最珍爱的就是生命，最恐怖的就是死亡，而且是被别人杀害这种恐怖。如果有谁能够帮助你遣除这种畏惧，那是非常让人欢喜的事情。

在人面前再厉害的猛兽、毒蛇都是弱势群体。我们通过自己的能力、钱财解救生命、放生，对它们意义重大。对我们而言就是一条生命，对它就是全部。我们看来一个生命而已，感觉没什么大不了。夏天的一只蚊子、苍蝇，我们认为这只是无关轻重的小生命，但对于它，生命就是全部。如果我们爱护生命、放生，这样做的意义非常重大。

放生不单单是把他从怖畏中解救出来，而且给他念仪轨、念具有极大加持力的佛号（在佛号、心咒中隐藏了诸佛菩萨空性的证悟、大慈大悲的方便。所有的功德都隐藏、包含在佛号中，佛号相当于密码一样）。给这些鱼等有情耳边念佛号，相续中种下殊胜的解脱种子，这可能是它整个轮回的转折。

它以前在轮回中流转，自从碰到放生的人给它念诵佛号后，轮回的走向因此就出现转折，慢慢开始朝解脱方面发展。以前可能没听闻过，现在有人给它念，又有甘露水，慢慢种子就会成熟，就会走向修行解脱之道，这意义很重大。从这方面讲叫无畏布施。为什么功德利益那么大的原因就是这样。

因此，那些有权有势的人应该下令禁止渔猎。

如果有权力、有权势的人应该封山——这个山禁止打猎，这条河禁止钓鱼。现在很多地方是有牌子，但执行力度不够，有些人就在牌子旁边钓鱼。这里是说如果真正有权力，应该去做这些事情。

有些菩萨也会发愿当国王或有权有势的人。他不为别的，就是为了更好地帮助众生。因为如果他有权力，认真执行会对众生帮助特别大。所以古代也有很多官员，把这片山划出来不准打猎，这片水域划出来不准打鱼。如果是有权势的人应该下令禁止渔猎。有些国王也会通过颁布法令的方式来保护有情。如果是一般的人我们可以做放生。

其他人也要随心随力救护某些被带到屠宰场即将被杀的羊只以及濒临死亡的鱼儿、虫蝇等等。

有时到市场上，有能力就买几条鱼、一两斤泥鳅带到安全地方，念仪轨、佛号。如果有时间就念完整的仪轨，没有时间就念三皈依，观音心咒，南无宝髻佛，药师佛等名号，回向之后放生，这对它们也是意义重大。

有时是买生放生，有时是看见濒临死亡的鱼。比如到了枯水季，只是在很小的水坑里面，很多鱼集中在一起，我们可以把它们放到深水区。有时候虫蝇掉到水里面把它捞起来等等，这些都可以做。

对儿童也要从小就开始培养慈悲观，教育他爱护生命，看到这些的时候要去帮助它们，这对孩子的意义重大。

总之，我们要在实际行动中，千方百计不遗余力地利益众生。

我们在实际行动中要千方百计地利益众生，这个叫无畏施。总而言之就是赐予众生无畏。很多时候讲无畏施都是讲放生，放生只是无畏施中比较具有代表意义的一种。但还有很多，比如有些人受欺负很恐怖，我们去帮助他挡一些灾祸，这也是无畏施。

还有最究竟的无畏施。从暂时的侧面来讲，三种布施中法布施最好，因为给众生赐予正法。究竟来讲最圆满的是无畏施，为什么最究竟是无畏施？因为最究竟的畏惧是对轮回的畏惧，如果能够把众生从轮回中解脱出来，这是最高层次的无畏施。整个轮回都充满畏惧的因和畏惧的果，如果能够把众生从轮回中解救出来，能够把他们安置在解脱地，这个是最究竟的无畏布施。

无畏施从究竟的侧面来讲最圆满，暂时来讲，把财施、法施和无畏施三种布施放在一起，最好的是法施。法布施是直接讲取舍的道理和调伏烦恼的方法。虽然无畏施里面，我们在念仪轨时也有法施，但那种法施和直接讲取舍道理的法施还不一样。从暂时的层面三种布施来讲，法施最殊胜。但从究竟层面来讲，无畏施最殊胜。因为把众生从充满畏怖的轮回中解救出来，对众生的利益和帮助都是最大的。最大的布施就是这样。

平时我们回向功德，也是对众生的法施。我们所修学的善根等能够回向一切众生，也是一种法布施。

上述布施也是密宗三昧耶戒中最主要的部分。

密宗三昧耶也讲到了，布施也是密宗三昧耶戒中最主要的部分。

如《受持五部律仪续》中说：“宝部三昧耶，恒行四布施。”

《受持五部律仪续》中讲：“宝部三昧耶，恒行四布施”。什么叫宝部？密宗中有五部：金刚部、珍宝部、莲花部等等，这里宝部是指珍宝部。珍宝部的密乘戒（珍宝部的律仪），“恒行四布施”，在《三戒论》讲密乘戒的时候会讲到。

“恒行四布施”，四布施是财施、法施、无畏施，再加上慈心施。慈，就是慈悲心的慈，慈施。慈布施是三种布施的根本，把它单独列出来就是慈心施，所以密乘戒中也是以此作为主要部分。

今天我们的课就讲到这个地方。

**所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智**

**托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌**

**杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛**

**哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情**