

## 目录

【圣者言教】第七课（一）精进修行才对得起自己的珍宝人身	2
【圣者言教】第七课（二）当下就是精进修行之时 .....	4
【圣者言教】第七课（三）三乘教法的根本 .....	6
【圣者言教】第七课（四）略说显密之差异 .....	8
【圣者言教】第七课（五）为何说一切众生本具佛性 .....	10
【圣者言教】第七课（六）何谓自然秘密 .....	11
【圣者言教】第七课（七）何谓隐蔽秘密 .....	14
【圣者言教】第七课（八）密法于根机不相应者应保密 .....	16
【圣者言教】第七课（九）何谓保密 .....	18
【圣者言教】第七课（十）何谓密咒 .....	19
【圣者言教】第七课（十一）净观乃密宗之关要 .....	21
【圣者言教】第七课（十二）显密教法在烦恼转为道用上的差异 .....	23
【圣者言教】第七课（十三）次第根机者必须依次第方式成办解 脱 .....	25
【圣者言教】第七课（十四）显密在积累资粮方面的差异 .....	28
【圣者言教】第七课（十五）显密在护持戒律方面的差异 .....	31
【圣者言教】第七课（十六）即生成就的关键 .....	32
【圣者言教】第七课（十七）三乘教法圆融于调心一法 .....	35

## 【圣者言教】第七课（一）精进修行才对得起自己的珍宝人身

我等历代传承祖师无垢光尊者曰：“具缘瑜伽士请谛听，如今我等已圆满获得暇满人身，值遇大乘法宝，具此如法行持正法之际，切勿无义虚度人生，当作清净究竟意乐为妙。”

我们当前能获得这样的人身，并不是一件容易的事情。如众多经文当中曰：“欲知前世因，今生受者是。”若宿世没有很好的善因，我们今生无法得到这样的人身。如是传讲的目的就是告诫我们，要珍惜人身，想尽一切办法，把更多的时间用在修法之上。

如果我们能对现实生活进行细致观察，我们就能从数量上了解我们的人身有多么难得。看看我们身边的亲朋好友，虽然从总的角度而言和我们一样获得了人身，生长在同样的环境中，但是能像我们一样值遇众多高僧大德、听闻众多教言、并把身心投入修法之中的修行者又有多少呢？即便我们身边也有一些声称信仰佛教者，会烧香拜佛、朝拜圣地，但是真正遵照历代传承祖师的教言而把身心投入修法之中者，非常非常稀少，恐怕一个城市中也没有多少。这就充分告诫我们，获得这样的人身并不是靠我们今生的力量，而是必须具备前世很大的善因。

如今我们已经获得贵如摩尼宝般的十八种珍宝人身，仅仅了知难得之理是远远不够的。我们复次讲解人身难得的目的，

是为了弟子们能把更多的时间用在修法之上。对于一个有文化基础的人而言，从文字上了解人身难得的道理并不困难，但是否能把很多时间用在修行之上，是在座的每个修行者都该扪心自问的。

这一段时间，我的身体不是很好，说话的时候，感觉上气不接下气，非常累。由于这些缘故，每当讲法之前，我都要讲解人身难得、寿命无常。我们现前进入佛门，是非常幸运的，但若做不到珍惜人身、精进修法，即便懂得多少道理，恐怕和凡夫没什么区别。作为凡夫，仅凭导师一两个教言就能改变自己的身心恐怕很困难，所以历代高僧大德告诫我们，要长时间依止导师，长时间听闻导师的教言，一次不能完全转变自己的心相续，就第二次、第三次……逐渐把自己的心转变到修行之中。

我们当前信仰佛教的终极目标，是为了今生幸福、临终快乐、未来获得解脱。虽然世上所有的有情众生一生都在努力追求快乐，但最终得不到这样结果的原因，是因为仅凭自己的智慧，很难获得这样的结果，所以我们时时提醒大家，在修行的路途之上要依教奉行，要追随历代传承祖师的足迹。

从某种角度来说，我相信我们每一位修行者平常都阅读过各式各样的教言，如《大圆满前行引导文》、《前行备忘录》、《菩提道次第广论》以及《圣者言教》、《初学悦耳宝藏库》等，里面关于人身难得的教言很多。我相信每一个人从文字上都了

解这些道理，但是把这些道理纳入心相续之中，进而在平常的行为中做得很圆满，还是很难的。这时候更要时时提示自己，应该抽出更多的时间修法。这是这次闻法最重要的一点。

## 【圣者言教】第七课（二）当下就是精进修行之时

站在人身难得的角度，我们应该抽出更多的时间修法。从另一个角度来说，我们今生虽然获得这么好的人身，但可怕的无常随时都会夺走我们的生命。无论我们现前生长的环境有多好，名下拥有的财富有多少，平常从事的事业有多大，所处的职位有多高……当临终降临到我们身边的时候，一切都结束了。所以我们现前就得精进修法，不能等待着某一天再去修行。

有时候，很多人对我说：“年轻的时候，我想去追求我自己的事业，把一切先搁置一旁，等我年龄偏上的时候，再静下心来好好修法。”细致想想，从无常的角度来说，谁知道你年龄大的时候还在不在世上？别说年龄大的时候，明天我们在不在世上真不知道，所以当下就要尽可能多修学一些法。

很多居士和出家人在向我汇报修行之后，经常会问我这样一个问题：“以后我的修行重点应该放在哪一方面？”当然是座上。我们把修行分为座上 and 座下两种，无论在座上还是座下，虽然都要提起正念，但是相对座下而言，座上提起正念更细致、更圆满。因为座下的时候，我们的心很容易随外境而转，无意识中可能感觉不到很多散乱和昏沉，更谈不上对治和

运用。所以要让见解迅速增长，座下虽然要提起正念，但座上更为重要。

我们平常在讲上师瑜伽导修期间，关于座上如何用功，已经讲了很多，所以尽可能在座上多用功。即便你工作有多忙，多方面条件有多么不成熟，一天必须抽时间修行一座，绝不能间断。在时间允许的时候，抽出更多的时间修行两座、三座、四座，当然是最好的。若想着等到未来的某一天再精进修法、成办解脱，恐怕并不现实。因为轮回是无常的，到达那一时刻，真的能提起这样的正念吗？恐怕很难说。

记得往昔我在亚青寺的时候，也有很多弟子对我说，要到冬季百日闭关的时候再精进修行。亚青寺作为以实修为主的圣地，修行当然没有时间的限制，应该时时都在修行之中才对。但是站在亚青寺修行传统的角度，冬季修行更严格一些。所以很多人从过年开始直到秋季之间，修行不由自主地就很懈怠，一心等待着冬季的百日闭关，想在这一百天中修出很高的境界。可能吗？不可能。因为要达到很高的境界，需要长时间修行，长时间护持。若仅仅在闭关的一百天中精进用功，平常懈怠放逸，想迅速达到所追求的目标，恐怕并不容易。所以要长时间护持自己的见解，长时间对治自己的烦恼。

讲解这些的目的，就是告诫我们在座的修行者，修行不能等待，不能懈怠，要在每一个当下，尽可能地护持内心。

## 【圣者言教】第七课（三）三乘教法的根本

令善根转变成无量清净之发心。从发心本身的角度当中，发心分为无记之念发心、恶念发心和善念发心。善念发心分为下士道、中士道和上士道，上士道菩提心分为愿菩提心和行菩提心。但有时候仅仅口里说一句“愿天下所有一切众生离苦得乐，往生西方极乐世界”，可能只是随着词句在飘动，对于实修追求解脱的弟子而言，是远远不够的，我们必须在内心对菩提心有很深刻的印象。为了获得这样的体验，应该依靠阿底峡尊者讲解的修心七法或仁增晋美林巴（智慧光尊者）讲解的修心五法，以前前为因，后后为果，如是长时间修行，培养、圆满菩提心。

我们在修上师瑜伽导修期间，在入座前行的意要发菩提心部分，也在修行菩提心。但仅仅依靠前面走一个过程，就能生起很好的菩提心，是很不现实的。所以在止观交修的过程中，仍需要以剖析调伏妄念修四无量心、菩提心。

当然，与母亲有关的一切善行，都称之为菩提心。那么修禅定和菩提心是否有关联呢？细致观待，很多修行者在修禅定以及从事其他善法的过程中，慈悲心越来越增长。比如，往昔慈悲心需要缘一个受苦的众生才能生起，但现前无意当中也能生起。这充分说明烦恼消尽、功德增长。所谓的功德，本身就是菩提心。甚至很多修学禅定的弟子，在修行禅定的同时，能做到明空不二。其中“明”指的就是慈悲心，所以也叫做悲空

无二，乐空无二。这些都是站在不同角度对见解的诠释。当无缘慈悲心生起时，充分说明禅定本身就是菩提心。所以无论我们在观还是在止，总之我们都在修菩提心。这是非常非常重要的。

要记住，世间禅定在一禅当中可以安住六千个大劫、八千个大劫，但终究不能成办解脱的最大障碍，就是不具备菩提心。作为出世间修行者，无论我们修学什么善法，都不能离开三乘教法之根本——出离心、菩提心和信心。当离开这三个根本的时候，无论你自认为修行的法有多高，止息妄念的时间有多长，最终不会成办解脱。因为解脱不是仅仅止息妄念那么简单，而要具备一切功德。我们天天讲解功德增长的标准在于出离心、菩提心和信心的增长，原因就在此上。若这三方面的功德没有增上，即便声称所修的法是普贤王如来亲自赐予的，对解脱也没有丝毫之利益。

我们所成办的是心的本性，也是我们本具有的境界。这个境界的特点就是出离心、菩提心和信心，分为有缘三种功德（需要起心动念）和无缘三种功德。诚如华智仁波切所说：“轮回虽为所弃法，然初不依轮回法，不能趋入涅槃道，初识轮回性尤要。”对于次第根机而言，修行首先必须从起心动念开始。所谓的起心动念，当然有修行的窍门，并非跟随贪嗔痴烦恼飘动。由于出离心、菩提心和信心是本具有的功德，所以我们在平常的修行中要时时铭记这一点，若不具有这三种功德，即便

呈现多么殊胜的现象，比如看见圆空光、金刚链等，没有丝毫之利益。我们将显现分为两种，业风飘动之相和觉性妙力之相。从相的角度来说，两者没有丝毫之差异，但是在成办解脱之上却大有不同。比如业风飘动之相，即便呈现的是文武坛城，对成办解脱没有丝毫之利益。

如今世上很多人以神通神变作为功德大小的评判标准，认为谁的神通神变大，谁的教法就殊胜，但这已完全失去了佛法真正的本意。我们信仰佛教的真实目的，难道就是为了看到一个不同的形象吗？当然不是这样的。我们信仰佛教的目的，是为了今生快乐、临终自在、未来更加幸福。成办这三种条件的唯一根本，就是出离心、菩提心和信心。我希望每一个修行者都能摒弃一切不切实际的虚幻妄想，站在真正佛法的角度当中去修学。

### **【圣者言教】第七课（四）略说显密之差异**

密宗较显宗殊胜，主要表现为见解不迷惑、修行方便多、行为无辛劳、根机为上等。如今我们作为修学密宗的弟子，仅仅口中会说是远远不够的，还要反观自己是否具备这四个条件。

有时候我们可能会有这样的疑问，为什么我们要成为密宗的弟子呢？在显密差异支分当中讲解，显宗和密宗成办解脱的时间差异巨大。一般而言，显宗需要三大阿僧祇劫方能成就，是历代传承祖师之共许；但密宗，若是上品心力者，坐下的时



候是众生，起座的时候就能成办解脱。如我等历代传承祖师麦彭贡波老人，八十二岁的时候放弃一切，不顾儿女亲朋的劝请，拄着拐杖去寻找传讲无上窍诀大圆满的祖师贝若扎那，决心在有生之年成办解脱。遇到贝若扎那后，贝若扎那为他传讲了无上窍诀大圆满上师瑜伽，麦彭贡波老人修了七天的时间获得虹光身。像这样修行大圆满在短短时间内成办解脱者比比皆是，这充分说明密法是非常殊胜的，我们要修学密宗的原因也正在此上。

我相信在座的很多弟子都知道六道轮回的痛苦，因此对即生解脱有着很强烈的心力。为了即生成办解脱，我们应该寻求最殊胜的法。往昔涅莫曾请教萨迦班智达：“诸佛教言中，何为最殊胜者？”萨迦班智达答曰：“依种种所化之根机，一切皆为殊胜。若以共同而论，唯密乘最为殊胜。”也就是说，从根机而论，与自己根机相应的法最为殊胜；但从法而论，唯独密法最为殊胜。

我们讲解密宗之殊胜，并不是轻视显宗，特别作为修学密宗的信众，当我们多方面条件不成熟时，以显宗的法作为辅助是必不可少的。比如我们在座上以密宗的方式调伏自己的内心，但是在座下的时候，如同座上般行持，可能很难做到，这时候就需要依靠大乘教法，有时甚至需要靠小乘教法断除烦恼的方式，来成办善因。

## 【圣者言教】第七课（五）为何说一切众生本具佛性

【所谓秘密，指无始以来，一切众生心之实相——真如，虽本自具足，但为客尘迷乱所转之诸有情】

《二观察续》中曰：“诸有情即佛。”我等大恩根本上师喇嘛仁波切在《速得成就上师瑜伽》之中亦曰：“一切有情本来佛。”也就是说，一切有情众生本具有如来藏三身无别之功德，这种功德不能呈现的原因，就是为客尘迷乱所遮止。所谓客尘，小乘称为我执和法执，唯识宗称为八识，中观称为二障或四障，密宗称为俱生无明和遍计无明。

一切众生本具的功德，如同蓝色的天空；遮止本来面目不能呈现的二种无明，如同乌云。蓝色的天空被乌云遮止的时候，我们看不见蓝天，并不是说蓝色的天空到别处去了，而是被乌云遮止了。我们修行的真正目的，就是为了消尽如乌云般的一切污点。污点何时消尽，蓝色的天空何时呈现，而不需要到何处去寻找，因为它本来具有。

如同此理，我们本具有的佛性，被贪嗔痴一切烦恼遮止，当贪嗔痴烦恼消尽的时候，当下就是西方极乐世界。诚如大成就者吉珍扎华江措所言：“无论身在何处，皆为清净刹土；无论见到何人，都是吾之本尊。”这种境界是他自己意念造作的吗？是刻意将地处观为西方极乐世界吗？当然不是。贪嗔痴烦恼消尽的时候，西方极乐世界即在眼前。

在座的很多人可能会有这样的疑问：“我现前还没有赤裸心的本性，说一切众生皆具佛性，都是书本上的讲解，是否还有其他依据，能说明众生是具有佛性的？”要知道，心的本性是三身无别之境界，它必然具备一切功德，也就是我们平常所说的出离心、菩提心和信心。细致观待，即便烦恼多么沉重的有情众生，他也会在无意识中断性地产生慈悲心、信心等一系列功德，这充分说明众生本自具有这样的功德。若不具有的话，凭空呈现一个慈悲心是不可能的。这些道理在很多密法中都讲得很细致。

了解这些道理我们就会知道，修行中我们不需要刻意寻找功德，只要在烦恼上痛下功夫，随着烦恼的减少，功德定会增上。反之，如果我们的功德没有增上，无论我们做了多少努力，可能对迅速成办解脱，都没有多大的意义。这时候需要做的，是细致观待自己的修行，纠正偏差。所以这些道理对实修具有切实的指导意义，应该深入理解、反复思维。

### **【圣者言教】第七课（六）何谓自然秘密**

**【但为客尘迷乱所转之诸有情，以本来秘密之方式而被障碍，未能认识自性。】**

本来秘密指什么呢？主要指俱生无明。所谓俱生无明，就是在未产生遍计无明之前，没有认识到本来具有的三身无二之功德。这种没有认识自性的无明状态，称为俱生无明。

**【犹如乞丐未知自家藏宝，即自然秘密】**

就像乞丐不知道自家藏有一个宝藏，因此只能过着饥寒交迫、贫病交加的乞讨生活一样，众生虽然本具佛性，但由于被贪嗔痴烦恼、无明遮止的缘故，时时迷乱于幻相之中，将一切虚幻执为实有，于痛苦中不能自拔。这就是自然秘密。

所谓佛，并不是一种外相，而是获得断证一切功德——断无明二取，证二种清净（本体清净和自性清净）。佛的境界我们本自具有，但是由于无明二取、业障沉重的缘故，我们无法认识自己本具有的这些功德，所以仍然迷惑于痛苦、烦恼之中，这就叫做秘密。

从某种角度来说，佛与众生只有一线之隔。当心转变成心性之时，本具有的功德当下呈现，你就是佛。但是当心性被无明遮止的时候，会在六道轮回中遭受极大的烦恼及痛苦，你就是众生。虽然佛与众生只有一线之隔，但在成佛的过程中，针对不同根机，而讲解八万四千个方便道。比如对于下等根机，一线之隔远如十万八千里的路程，历经数劫方能成就；而上等根机，可以刹那成佛，如普贤王如来在第三个刹那，瞬间获得解脱。密法在积累二资粮方面，一刹那可以圆满显宗三大阿僧祇劫积累的资粮，原因就在此上。

往昔在我们心目中，一切修行只是一种准备，等待未来到某个地方去寻找佛。但从历代高僧大德的传记中可以得知，没有一个修行者是依靠步行成办西方极乐世界的，他们都是依靠打坐而成办解脱的。这些充分告诫我们，佛不需要到何处去寻

找，我们本具佛性，当遮止佛性的一切客尘消尽的时候，佛就会呈现在我们面前。

很多修行者都希望自己能到佛教圣地闻思修行，获得殊胜加持。当然在条件允许的前提之下，这样是最好不过的。很多初行者对佛法不是很了解，尤其在面对花花世界的各种诱惑时，即便对佛法有信心，平常的行为、思想仍不免和庸俗掺杂在一起，和往昔没有很大的区别。若能进入一个真正的佛教圣地，身心会不由自主地趋入正法，所以能有这样的条件，是非常好的。但若条件不允许，也不必自怨自艾、伤心失望，只要能精进修法，诸佛菩萨的刹土无处不在。我们常说，普陀山是观音菩萨的圣地，难道普陀山上的所有人，都能得到观音菩萨的加持吗？观音菩萨的加持无处不在，但能得到多少加持，完全取决于信心。若无信心，即便住在普陀山上，也无法得到观音菩萨的加持。若有信心，即便远在他乡，也能得到观音菩萨的加持。所以，圣地需要自己去创造，而不是到外面去寻找。只要具足信心，精进如法修行，我们居住的地方，就是真正的圣地。

从上面这些道理中我们知道，令我们今生不快乐、临终不自在、未来不能解脱的最大障碍，就是没有认识自己本具的佛性。所以我们一切修行的目的，就是为了成办这个认识，赤裸本具有的一切功德。

## 【圣者言教】第七课（七）何谓隐蔽秘密

【未知心性即为佛性，如同迷失自我，而于他处觅佛，即隐蔽秘密】

没有认识到心性就是真正的佛，因此完全迷失自我，到外面去寻求佛，就是隐蔽秘密。修行者只要向外求佛，就已经完全失去了真正的方向。

当然，对于初次开始进入佛门之者，为了给他创造一个生起信心的空间，在外相上安立佛果，也是必不可少的。因为初行者执著太强的缘故，直接讲解“你即为佛”，恐怕很难认识，也很难觉悟。这时候我们先给他创造一个台阶，告诉他修行的目的是为了成办西方极乐世界、佛的境界。这个西方极乐世界，七宝庄严，没有痛苦，唯有安乐。通过讲解这些道理，令初行者生起向往西方极乐世界的强烈意愿。这种讲解方式叫密意，但实际上讲解的一切，并不在遥远的地方，就在心相续之中。

心的本性就是佛性。若没有认清这一点，到它处去寻佛，永远找不到佛。从古至今没有一个人在外面找到真正的佛。当然，为了度化不同的众生，诸佛菩萨也示现着各式各样的形象。比如，在各个地方，我们可以看到各种佛像，也有各种佛国刹土的授记等，依靠这些缘，让我们的信心更加增上。但实际上，真正的佛在何处呢？就在心相续之中——心性即为佛性，所以我们应该静下心，创造这个佛。

以上所讲解的虽然只有短短几句话，但你要是真正明白这个道理，我相信你在以后的修行过程中，就不会迷失方向，因为你已经知道修行的真正意义在何处。往昔我们可能是为了往生“外在”的西方极乐世界而修行，现在通过闻思逐渐认识到，西方极乐世界到底在哪里，现前我应该用什么方法去成办等，这样就会很自然地理解上下乘法不同的区别。

有时候我在想，初次开始进入佛门期间，由于心比较散乱，对佛法不是很理解，也不知道自己的真正方向，所以天天随着他人的言语飘来飘去，这也很正常。但是当进入佛门一段时间以后，还这么飘来飘去的话，恐怕是对法理解不够所致。为了避免这种过失，我们应依止具德导师，听闻解脱教言，并通过实修加深对法的理解。当通过导师的引导对法有所了解以后，还要凭自己的智慧去判断一切。如我等导师释迦牟尼佛曰：“自己是自己的主宰。”若不具有这种智慧，修法可能天天都在漂泊之中。

当听闻上述教言之后，可能有些人会有疑问：“心性就是佛性，不向外求佛，难道我们不再需要朝拜神山了？”当然不是。朝拜神山圣地、口中念诵佛号等，都是创造佛的境界的方便，因此不能舍弃。但是从理解上，我们必须要知道，当思想开始飘向外面去寻找佛的时候，恐怕永远都找不到。这就是隐蔽秘密。

## 【圣者言教】第七课（八）密法于根机不相应者应保密

### 【密咒之甚深见解与行为，于非器者前保密】

共道密乘十四条根本誓言的第七条讲解：“非器非熟庸俗前，若传密法违七条。”也就是说，对不具备密宗根机、不解除密法者，即便他对佛法有信心，也必须保密密宗的见解和行为。

如今科技发达，从某种角度来说，给修行者提供了很好的方便。但从另一个角度来说，也给不具备根机者制造了很大的障碍。往昔由于物质条件所限，要得到很多密宗的法本、图像，不是一件容易的事情。但现前由于科技发达、信息传播途径广泛的缘故，可以非常便利地得到密宗的法本、图像。对一个不具备根机的人而言，仅仅观待表面，可能会产生很多诽谤之心，所以为了护持不具根机者的善根和信心，共道密乘十四条根本誓言的第七条明确告诫，作为密宗弟子，在不具备密宗根机者面前，必须保密密宗的甚深见解和行为。

前两年我在亚青寺传讲过一部堪布昂琼的教言——《胜乘狮吼妙音》。这部教言从成熟口诀法初次修法直到后期印证之间的全部过程，我都做了细致讲解。后期进入这个传承的修行者越来越多，所以很多人都想得到这部教言的讲法资料。要记住，学习这部教言，必须至少具备上师瑜伽修行半年至一年的基础。原因在何处呢？因为当你不具备这种根机的时候，即便对



法没有生起诽谤，由于你不具备见地的缘故，对你不是什么好事。

《自现续》曰：“阅读密法、观看密宗图像，若未形成修法之辅助，甚至导致疑惑，不仅对观者见解增上形成极大障碍，还会缩短密法住世时间。”因此在见解没有达到一定高度之前，尽可能不要阅读这些书。就像一个小学生阅读博士教材，因为智慧浅薄的缘故，恐怕他怎么也无法理解其中的真正道理，所以对他来说，即便得到这样的教材，也没有多大意义。因此，密咒的甚深见解与行为，在不具根机者前应该保密。

此外，我们平常修行过程中修出来的一些境界，也尽可能不要广为人说，否则会让见解停止增长，或增长缓慢。比如，你今天见解增长很快，无意中把自己的境界告诉他人，可能导致你的见解突然停止在这个境界上，或在一段时间内不再增上。这就是触犯共道密乘第七条根本誓言的罪过。那是不是自己的修行境界跟谁都不能说呢？也不是。如果一个人的修行境界比你高，你所得到的境界他已经经历过，那你们两个之间就没有秘密，你把这些境界告诉他，不会触犯第七条根本誓言。但你若将这种境界告诉给一个没有呈现过这种境界的人，你就触犯了第七条根本誓言，因为他不具备这个根机。违犯第七条根本誓言的罪过，不仅意味着未来要遭受痛苦，现世可能也要感受见解不增上等果报，成为很大的修行障碍。作为密宗弟子，这些道理都要知道一些。

## 【圣者言教】第七课（九）何谓保密

【所修本尊、密咒、誓言物等，若能密而隐之，则能成就密咒，即为保密。】

单纯讲解生圆次第时，讲授过很多秘密，比如所修的本尊、修行的地处、修行的时间、修行过程中如何修学等，一系列都要秘密。生圆次第讲解共同悉地和不共同悉地，没有好好保密对不共同悉地可能不会造成什么障碍，但对共同悉地会造成一定的障碍。所以在生圆次第修行期间，所修本尊、密咒甚至誓言物，都要秘密。

所谓誓言物，主要讲解会供时的加持品。由于会供是共修的缘故，可以在短短的时间中消尽烦恼、成办解脱，修法功德非常殊胜，但前提是参加会供的都是戒律清净、没有触犯誓言者。会供中共同加持的食品，就是誓言物。誓言物若落入戒律不清净、触犯根本誓言的人手中，可能会对修法造成很大的障碍。

高原地方有一种习惯，就是家家户户每年都要做两次法会，根据家庭的经济状况，延请的出家僧人可能有多有少，法会的时间可能有长有短。长者，可能五六天，短一点的，可能两天。法会念诵的一般是超度仪轨和遣除一切违缘仪轨，用于超度这个家族已经去世的历代先人，并遣除一年当中的一切违缘。在念诵这些仪轨的时候，还会进行一些会供。会供期间，老和尚们自己享用一些，其外就放在坛城上。当地有一种习

惯，这些加持品后期都要分给当地的其他人家。按照历代传承祖师的传统做法，这些要分发的食品都放在外面，后期稍微做个加持，不是真正的誓言物。这样做的目的就是为了避免对修法造成障碍。

若能对所修本尊、密咒、誓言物等保密，对成就有很大的意义，所以必须要保密。

**【（布玛拉尊者）于上述三秘密上，复传述不宣说之秘密，共为四秘密，但均可摄于隐蔽与保密中。】**

对我们而言，现在最重要的是对密法的见解和行为保密。尤其在修行过程中，对很多深奥的修行方便，以及自己的一些修行境界等，不要轻易宣说。当然，与一些修行好的道友进行讨论、学习，是可以的。但所谓的修行好，我们一直都在讲解，不在于修行时间的长短、修行数量的多少、旁人是否赞叹，而主要看待贪嗔痴烦恼有没有越来越少，性格有没有越来越和谐。若不具备这些功德，他是否一个真正的修行者很难所言，这时还是尽量保密为妙。

### **【圣者言教】第七课（十）何谓密咒**

**【所谓密咒，梵语慢扎，译为救识，以密咒殊胜方便智慧救护意识分别念，故称为密咒。】**

所谓密咒，用梵语来说，叫慢扎，译义为救识，就是以密咒殊胜方便智慧，来救护意识分别念，断除烦恼。

我们平常都在念诵莲花生大师心咒、观音菩萨心咒、金刚萨埵心咒等各式各样的心咒，反观自心，我们现前修行的密咒，是否起到了救识之作用？前几天讲过，修行是否有功德，我们可以从两方面去看待。

一方面，一个真正的修行者由于长时间行持善法的缘故，无意识中贪嗔痴烦恼越来越少，性格越来越调柔。现前有很多人对我说，他的脾气没有以前那么粗暴了，和自己的家人相处越来越和谐。往昔见到他人，虽然没有视为怨敌，但心中也没有亲切友善的感觉，如今看见一切，都觉得非常亲切。这就是贪嗔痴烦恼逐渐减少的表现。

另一方面，作为一个凡夫，即便呈现一些烦恼减少的功德，但难免还会产生掉举和昏沉，甚至产生一些不和谐的思想等，这也很正常。但是，第一时间你知道它的过错，不会继续往下发展。这是有意识地对治烦恼。一个真正的修行者，应该做到这两点，而不仅仅是口里会念诵几个咒语，打坐能安住几个小时。

无论你念诵的是咒语还是经文，若没有救护自己的分别意识，那么所做的一切，只能说明你识字而已，对成办解脱已经起不了什么作用。如我等历代传承祖师无垢光尊者曰：“自心与法若未融契，仅具道貌之形相，则无实义可谈，”以及“自心与法不相融合，则无法调顺烦恼怨敌。”

有很多修行者认为自己念诵的咒语非常殊胜，因为是在修行期间，文殊菩萨亲自降临赐予的，或者在光明境界中谒见普贤王如来时，普贤王如来亲自赐予的等等。但是，念诵这些咒语若没有起到救识的作用，这个咒语已经不叫做密咒了，因为密咒的真实含义，是救护自己的意识，断除贪嗔痴烦恼。所以我们平常无论是念诵还是做事情，都要时时关注自己的内心。尤其修学密宗的弟子，在懂得这些道理之后，更要如实造行。

我们在讲很多关于密法的教言时说过，念诵是成办解脱的方便之一。着重方便并不是一种教条，也不是我们这个传承必须如此，而是由于我们是次第根机，现前不得不依靠不了义便智双运，来成办了义便智双运。萨迦班智达曰：“以方便为次要，智慧为主要者，则已堕入声闻之灭谛矣！”为了避免这样的过失，我们初次修法期间，必须重视方便，而且在行持方便的过程中，必须起到救识的作用。

救识的方法可以支分很多种。从小乘十八部乃至无上窍诀大圆满，都在讲解救识。小乘以断除来救护，大乘用转变来救护，密宗用运用来救护。我们作为密宗弟子，座上能运用是很难做到的，但座上应尽可能往这方面发展，否则怎么也体现不出密宗的殊胜。

## **【圣者言教】第七课（十一）净观乃密宗之关要**

**【彼之发心须依净观。】**

密宗发心必须依止净观。净观有两种方法，一种是意念造作之净观，一种是证悟实相见解后呈现的真实净观。

我们在讲解密宗期间讲过，无上窍诀大圆满总分为方便教授与真实教授。这种分类并不是一种教条，大圆满必须分为这两种，而是应不同根机而树立的两种方便道。对于次第根机者而言，必须次第成办解脱，也就是必须依靠意识来成办智慧，在戏论中成办无戏论之见解。这时，我们该如何依净观发心呢？当然要在起心动念中净观，地处为西方极乐世界，导师为阿弥陀佛，一切眷属为男女菩萨，时间为超越三时的第四大平等时，法为无为法、大乘法门。

在这样净观的时候，我们首先要知道，净观不是把本不清净的观为清净，而是一切本来清净，由于众生无明业障遮止之故，无法现量呈现本具有的一切清净之相。虽然在修行过程中只能依靠起心动念，但总的来说，所做的一切和原始本具有的功德是一如的。懂得这些道理非常非常重要。

很多修行者内心常有这样的疑问，显宗也讲解如来藏本具有的功德，在行道过程中，也是依靠戏论成办无戏论之见解，最终得到的果实也是圆满佛果，显密之差异到底在何处呢？

因法相乘在对治外境之上，没有认识到一切外境都是清净之相，因此依靠无分微尘和无时分刹那，了知一切万物的本体都是空性，显现即为虚幻，在虚幻中做修行。密法则直接承许显现即为清净刹土西方极乐世界，在显现中包容虚幻。这就是

在调伏外境上，上下不同的特点，也就是净观与虚幻之间的差异。从中可以看出，密法遵循原始本具有的功德如理造行，而显宗则绕了一个弯。所以，虽然方便教授也是依靠起心动念成办见解，但成办解脱的时间比显宗要短得多。

上面从方便教授的立场讲解了显密之差异，突显了净观的重要性，真实教授就更不用谈了，它本身就是一种净观。这时候不需要依靠意识，一切显现即为清净之相。

听闻这个法的所有修行者，真的需要在上师瑜伽导修方面多下一些功夫，当你的见解慢慢有所进展的时候，对这方面的认识可能会更清楚一些，这样才能体现密宗的特色。讲解这些的目的，还是告诫我们，要在实修和净观上多下一些功夫。

## **【圣者言教】第七课（十二）显密教法在烦恼转为道用上的差异**

**【总之，显密之差别在于：于善、不善、无记之念中，虽无记之业果转为善用方便，显教中已有宣说，然将不善之业果转为善用之方便，乃密乘之殊胜法。】**

行事非善、非恶，完全没有目标，既不追求轮回，也不追求涅槃，就是无记之念，如同空谷犬吠、虚空放箭。

在我们修行期间，也会出现这样的境界，没有善念，也没有恶念，别人怎么做，我也跟着做。这些思想就叫无记之念。将这些转变为善用的方便，如要善念发心、提起正念观想等，

在显宗讲得很细致。但是将不善之业果转为善用之方便，是密乘的殊胜法。

可能很多人都会认为，烦恼转为道用，唯独是密宗的殊胜方便道。从某种角度来说是这样的。但是在大乘教法中，难道真的没有这样转为道用的法吗？当然有。我等导师释迦牟尼佛往昔化现为船主的时候，为了保护五百罗汉、避免短矛黑人造作无间地狱之业而杀了短矛黑人，他的行为虽然是一种恶业，但由于内心清净的缘故，完全没有沾染一点点私心，因此积累了四十劫的福报。由于心善的缘故，即便表面行为是恶业，也可以趋向于正法。但对一个凡夫而言，能做到这一点是非常困难的，几乎不可能，所以树立的公案也非常非常少，但并非显宗没有这样转为道用的法。

### 【其关键在于证得诸法大清净平等之见】

站在密宗的角度，将不善业果转为善用的方便，关键在于证得诸法大清净平等之见解。

首先要知道，谈到密宗，应该站在真实教授之上。由于执受本体的缘故，贪嗔痴烦恼即便多么粗大，均成为本体之庄严。如《三句精要》曰：“若能执受本体，妄念越粗大，更形成解脱自性之功能。”即便当时是不善之念，在真正见解中，由于执受本体的缘故，体用一如，此时烦恼无论如何显现，都不是烦恼，不是耽著，而是智慧。因此此时不是转变烦恼，而是直接运用烦恼。



密宗能够直接运用烦恼的关键，在于证得大平等之见解。在《狮吼论》中有这么一句话：“其意念犹如毛不换、色不变。”也就是说，在执受本体当中，一切显现即便当时多么迁变，它就是本体的妙用，不需要改变丝毫。临时虽然以意识般呈现，但并不是一种耽著，所以永远不会产生障碍。

讲到这里，可能有些人会想：“若真正证得大平等之见解，显宗也能做到这一点。”是的，但站在修行的角度，下乘派称之为依修而见，上乘派称之为依见而修。所以显宗证得大平等之见需要三大阿僧祇劫，密宗真实教授并不讲解过程，直指见解当下悟证见解。上乘派能做到依见而修的主要原因在于根机。由于宿世的因缘，业力比较清静，根机上等，所以能对密法生起信心，多方面条件成熟的缘故，可以当下证得见解。这就是两者的差异。

## **【圣者言教】第七课（十三）次第根机者必须依次第方式成办解脱**

**【依通达轮涅无别殊胜智慧，并以殊胜方便，次第修学修习与行为，无需依显宗之道轮番交修】**

运用烦恼是密宗真实教授，但是由于我们现前多方面条件不成熟的缘故，还做不到当下运用烦恼，所以不得不依靠次第的方式，以方便教授来成办智慧。

我们在讲法的过程中，总是从理论和实修两个角度来讲解。如果仅仅讲解理论，见解看不见、摸不着，就好像在天空

中漂泊般，不能落地，所以我们还要讲解实修的方法，将理论落实到自己的修行当中。比如在讲解转烦恼为道用的时候，密宗已证得大清净平等之见解，所以无论贪嗔痴烦恼多么炽盛，均成为本体之庄严，无需改造，当下解脱。但是我们现前还没有执受本体，即便密宗真实教授讲解依见而修，但对我们次第根机来说，依修而见当然更为重要。所以在修上师瑜伽或其他法门时，我们仍将轮番的止观交修作为重点，这一点非常非常重要。

若不这么细致讲解，可能有些人一看到“无需依显宗之道轮番交修”，就会认为只要有轮番交修（思维与清净交替而修），那就是显宗修法，密宗应该直接修学。但对一个次第根机者而言，时时清净谁又能做得到呢？所以还是依方便教授修学为妙。

可能由于不懂这些道理的原因，如今也有一些狂言的导师在引导弟子的时候，让弟子远离一切戏论，不能运用思维。其实，这完全不符合密宗的修法，因为这样的讲法方式，已经变成一种教条主义。我等导师释迦牟尼佛讲解八万四千法门的原因，就是为了接引根机不同的众生。若遵照一种法就能成办解脱，释迦牟尼佛何必还要讲解那么多法呢？实际上，众生的根机是不同的，有些根机高，有些根机低。若认为某种法只针对上等根机，其外一切都是无缘者的话，不是与我们讲解一切众生都有佛性相违了吗？所以一定要懂得这些道理，不能狂妄。

有时候我们无意当中会听到一些很狂的话语，甚至一些禅宗的信众也会以祖师大德的证悟教言来印证自己的修行，如“言者不知，知者不言”，认为只要是禅宗，必须远离思维。细致观待，禅宗第六祖惠能大师在五祖前听到《金刚经》“应无所住而生其心”的时候开悟，但为什么只有一个惠能大师闻经开悟呢？这充分说明上等根机不是人人具备的。在我们不具备上等根机的时候，还是要踏踏实实地修行，一切不切实际的言论，对于成办解脱没有一点点利益。

如今也有很多人都说：“我已经得到心印传承，所以时时都在什么都不想的状态当中自然放下。”请问，是谁知道什么都不想呢？是谁在自然放下呢？心的本性为本来解脱，如空室入盗。空房子里本来没有任何东西，即便进来一个小偷，空房子丢不了东西，小偷也得不到东西。以此说明心的本性已经超越一切思维，在执受本体当中，妙力起现一切之相，即便如何迁变，均成为本体之庄严，永远不会成为一种障碍和耽著，这才叫做心印传承。如果不能做到执受本体，什么都不想就是一种想，自然放下也是一种想，只不过是词句的改变，实际上都是心在作用。我们在讲解有相定和无相定的时候讲过，无相定是依修而呈现之见解，非为意识造作之见解。倘若以意识去创造，即便怎么修学，永远达不到无相定。心印传承也同样一个道理，想出来的心印传承，还能叫心印传承吗？这些道理，真的得懂一点。

我们平常讲法的时间和次数是非常有限的，而我们身边又总会充斥着各式各样的言论，这时候必须依靠自己的智慧去判断一切，知道自己该怎么做。当然在有能力的前提之下，无私地给他人讲解一些佛法的道理，救度他人，不仅是一种功德，还能增长自己的智慧。如龙树菩萨曾经说过：“如白石粉涂饰之宝塔，冬季月照更加明亮。若有精通智慧做供奉，即能增长多闻等功德。”即便没有能力救度他人，由于懂得这些道理的缘故，相信你自己也不会走错路。

### **【圣者言教】第七课（十四）显密在积累资粮方面的差异**

**【一切三门所作皆转为二资粮之道用。】**

三门所作一切，均成为积累福德资粮和智慧资粮的道用。在禅定中，执受本体为智慧资粮，妙力起现的一切之相，包括身的各种姿势、心中呈现的不同形象等，都叫做福德资粮。由于完全断绝执著的缘故，妙力起现一切之相均成为时时供养本体之庄严。

就显宗而言，积累二资粮需要在无量劫中、在无数佛前、以无量的供品做供养，方能圆满二种资粮，获得二身之境界。但在密宗，普贤王如来在一刹那可以圆满二种资粮，成办二身之境界。密宗仅仅一瞬间可以积累显宗需要三大阿僧祇劫方能圆满的二种资粮，区别在于何处呢？就在于意识和智慧。

显宗依靠意念造作的“无量”积累二种资粮，但意识范畴中即便以“无量”来命名，它还是有限的，因为心识有空间和

时间的局限性。因此显宗的积累二资粮，即便说无量，其实还是在有限的时间里、以有限的物品供养有限的佛菩萨，所以需要三大阿僧祇劫方能圆满资粮。但普贤王如来由于执受本体，本体是十方三世一切诸佛菩萨，已经超越一切思维范畴，这种智慧是无量的，是普遍性的。这时妙力起现一切之相，和本体一如，形成无量。这个无量不是意识想出来的无量，所以没有局限，一瞬间可以圆满二资粮，达到二身之境界。

我们先举个例子。我们在很多佛面前把世间所有一切作为供养，这些供品以我们的思维，恐怕没法计算有多少。但思维本身是有局限性的，所以它是有数量的，只要是数量，我们就能找到更大的。比如，在我们心目中，一亿这个数已经很大了，但比一亿大的数恐怕太多了，所以一亿并不是最大的，这就是意识的局限性。但在智慧的境界中，已经超越一切空间、时间和数量，所以这时候的供养，可以在一瞬间圆满显宗三大阿僧祇劫积累的资粮。

有些对积累资粮理解不圆满的人总认为，只有供曼扎才能积累资粮，其实，修行中所有的善行都在积累资粮，而且，我们平常修行的禅定，是迅速成办智慧的方便，所以是非常圆满、非常大的曼扎。这方面的道理，应该多理解一些。

往昔一些见解没有圆满的人在显密积累二资粮方面有些争议，他们认为密宗成办解脱是不现实的。为什么呢？因为历代传承祖师共许，显宗需要三大阿僧祇劫积累二种资粮，方能成

办二身之境界，密宗普贤王如来一刹那积累二种资粮、获得二身之境界，是不可能的。但通过今天的讲解我们已经知道，显宗通过意识积累二资粮，是有限制性的；密宗普贤王如来积累二种资粮是在执受本体的见解之中，此时三门所做一切，都在积累二种资粮，时时都在福慧双运之中——执受本体为智慧资粮，身语意呈现的一切之相，为福德资粮。这也是《般若心经》所描述的“色即是空，空即是色，色不异空，空不异色”之境界。

对于尚不能执受本体的密宗弟子而言，该如何依密宗的方式积累二资粮呢？依靠净观。如颂曰：“五蕴五佛之本体。”由于我们平常接受灌顶、导师赐予解脱窍诀法等原因，我们时时都在接受加持，将五蕴转变为五方佛之刹土，为了与此相应，我们在修行的路途之上，也应如是转为道用，时时把自己的身体观想成五方佛的刹土，甚至上师的刹土等。平常吃饭期间，在喉间观想诸佛菩萨的净土，无论饮食何物，都成为一种供养。这就是净观。

如华智仁波切所言：“在回遮他人见解、树立自宗派见解之时，要依真实教授；但在修行过程中，要针对自己的根机，依方便教授更为重要。”对于这些道理一定要铭记心中，我相信只要懂得这些道理，在以后的修行过程中，我们永远不会有矛盾。

## 【圣者言教】第七课（十五）显密在护持戒律方面的差异

【依此殊胜方便智慧，纵持实执之戒律，亦名密乘誓言之本体。】

密乘誓言是在执受大清净平等之见的基础上守持的，此时大悲周遍之妙力起现一切之相，均成为本体之庄严，护持这种境心分不开的状态，一切戒律都在清净之中。

佛制定的戒律很多，这些戒律规范了我们行为的取舍。一切与戒律相违的事情，都来自于贪嗔痴烦恼，用自宗的话来说，就是来自于俱生无明和遍计无明。当证悟果位，俱生无明和遍计无明已转变为智慧时，就不需要起心动念护持戒律，它本来就是大平等清净戒律之本体。所以密法誓言分为守持誓言和无守持誓言，在执受本体、妙力起现一切之相均成为本体之庄严的时候，就是无守持誓言，一切都在清净之中。这种无守持誓言，就是密乘誓言之本体。此时见修行果皆圆融一体——执受本体本身即为见解；时时护持这种见解就是修行；在这种状态中，一切皆为清净，无守持誓言为行为；它本身就是圆满之果实。当我们的见解有所进展，甚至对密宗真实教授需要进一步认识时，我们还会讲解《呼换上师本论》，里面讲得非常细致。

【是故，显宗所具之罪业，此仅以间断忏除即能清净，故密宗为殊胜。】

由于显宗在心识范围当中，所以无始以来所造的一切罪业，需要靠间断的方式忏除清淨。比如我有这样的罪业，要靠这样的方式清淨，如业力沉重者念金刚萨埵，寿命短暂者念长寿佛，违缘沉重者念莲花生大师心咒，智慧薄弱者念文殊菩萨，疾病众多者念药师佛，慈悲心很弱者念观世音菩萨，欲往生西方极乐世界者念阿弥陀佛等。显宗在意识范围中，必然要树立各种对治力，以间断性的方式做忏悔。密法执受本体见解，一切戒律都得以清淨，所以从护持戒律的角度来说，密法更为殊胜。

### **【圣者言教】第七课（十六）即生成就的关键**

**【其中承许方便智慧殊胜之缘由，譬如旃檀之火较普通火炽热七倍般，以殊胜方便所生智慧亦复如是，其迅速而力量强大，依解脱道之方便，能即身成就之关键即在于此。】**

密宗方便教授虽然也是依靠方便调伏烦恼，但由于密宗方便比显宗更为殊胜的缘故，在对治烦恼等一系列过程中都超胜显宗，是即生成就的关键。

我们多次讲解，从见修行果的角度，密宗的殊胜主要体现在见解不迷惑、修行方便多、行为无辛劳、根机为上等之根机。即便是方便教授，由于具备如上特点的缘故，也比下乘派更为殊胜。要记住，我们在修禅定的时候，仅凭禅定而成办更高的禅定，恐怕很慢，这也不是真正的密宗。密宗不单纯讲解见解，还要讲解修行方便多、行为无辛劳、根机为上等之根



机，还要借助其他一些力量。由于多方面条件成熟的缘故，即便依靠思维转为道用，也比下乘派更为殊胜。

在讲解上师瑜伽期间，我们也围绕着密宗的特点，突出上师瑜伽作为密法的殊胜，并且在如何运用方便对治烦恼方面，讲得更加细致。虽然现前我们在讲《圣者言教》，但大家在听闻的时候要知道，《圣者言教》并没有离开上师瑜伽，学习《圣者言教》的目的，是为了更深入地认识上师瑜伽，增强对此法的信心，并在以后的运用中更为圆满。所以，《圣者言教》是上师瑜伽的庄严，而非上师瑜伽之外的第二个法。若没有这样的认识，说明我们的理解可能还不到位。不仅是这两个法，八万四千法必须同时在一法中圆融，这才是真正的密法。诚如我等历代传承祖师无垢光尊者所说：“教法乘次无量，入乘之门众多，演说之词聚亦广大，然若未能修持真实义之精华。”所谓“真实义之精华”，就是万法摄一之窍诀，在一法中圆融一切法。

听到这里，可能有些人产生了这样的想法：“既然万法摄一，是不是我们以后就不用修其他的法了？”当然不是这个意思。理解万法摄一的理趣，既与密法真实果位相合，又能迅速增上我们的信心，所以如是理解非常重要。但在一切条件成熟的前提下，修法当然多多益善。比如，在上师瑜伽导修之外，再修一个本尊，是由于上师瑜伽导修不圆满，还需要配同本尊修法才能证悟佛果吗？不是。上师瑜伽导修之中已经圆满一

切，但是我们在修行的过程中，可能多方面条件不成熟，因此配同其他法门作为辅助，可以让自己的内心更加自在。如果有些人就想天天修一个法，当然也可以。在修顿超的时候要舍弃共同九法，连平常念诵仪轨都得放弃，唯独修学顿超之外，什么都不做。所以要知道，法没有特定的法，独修一法或辅修多法，目的都是为了对治烦恼，让内心更加自在。

密宗的殊胜，不仅仅在于见解，殊胜方便更重要，所以在修行中，一定要重视方便。俗话说：“种瓜得瓜，种豆得豆。”密法可以在短短的时间内成办解脱，是因为多方面条件成熟。如果仅仅具备一些条件，想迅速成办解脱，还是非常困难的。比如，密法讲解根机为上等。上等根机的标准是什么？是信心普遍。仅仅对密宗有信心就够了吗？当然不够，所以密宗强调的是净观，一切都得净观。此外，修行的方便也不能缺少，比如灌顶，在令自己见解增上方面能起到很大的作用。当然，我们在修上师瑜伽的时候，天天都在接受灌顶，此时细致观想还是很重要的。至于行为无辛劳，主要讲解修行过程中要做到身心自然，身心若不自然，就很容易疲惫，甚至妄念很多，形成迅速成办见解的障碍。

因此，在修行过程中，我们要时时反观自己的修行，有没有做到密法的殊胜？信心是普遍的还是偏袒的？修行是否做到自然？对基道果认识得如何？如果做不到，仅仅口头上言说密法很殊胜，对于迅速成办解脱可是远远不够的。

## 【圣者言教】第七课（十七）三乘教法圆融于调心一法

【是故，轮回惑乱之根本，业及烦恼之基石，一切痛苦之来源，均在于二取分别之实执。故应舍弃坚固贪执之二取，并净观一切均为净相，即是果密乘之发心，十分重要。】

二取分别是轮回之根本、痛苦之来源，所以我们以上所传讲的所有殊胜方便道，都是为了对治烦恼，断绝二取之实执。

可能有些弟子认为，自己对一切已经放下了，似乎并没有实执。但这可能是个人理解的偏差，所谓实执，就是分别念。只要有分别念，就叫做实执。作为密乘弟子，时时都应该在平等之中观待一切。

三乘教法在调伏烦恼的方便之上，有所不同。站在嗔恨心的角度，小乘教法也教诫“罪恶莫过嗔”，所以依靠不同方便去对治，尤其在行为当中，与嗔恨心有关的一切事情，无论是直接相关还是间接相关，都得远离，所以小乘的对治方法称之为断除。小乘的很多戒律都是为了护持这个根本戒，目的就是断绝嗔恨心。大乘对治嗔恨心之法为转变，通过知母、念恩（赐予身体、生命、一切财富，以及令入佛门之恩），把一切观想成自己的父母，嗔恨心自然消尽。想一想，这些令我们生起嗔恨心的对境，无始以来多次做过我们的父母，在做我们父母期间，他们自己承担了所有一切罪业，而把一切福报赐予我们。正是由于做我们父母期间造作了无量罪业的缘故，他们至今仍在轮回中漂泊，感受无边的痛苦。作为儿女，我们应该更加同

情这些父母，而不是起嗔恨心。若能这样思维，相信嗔恨心自然会消失。这是大乘教法对治烦恼的方式。密宗则将一切观想为诸佛菩萨，自然不会生起嗔恨心。所以三乘教法的一切方便道，都是为了调伏分别念，也就是救识。密宗以净观直接趋入果法，其殊胜和重要性就在于此上。在这一点上，我们现前很多弟子真的越来越好了。往昔在我们心目当中，时时都在分别哪个好、哪个不好，现前即便心中有这样的疑惑，但是口中一般不会说出来。这也是一种功德。先从它开始做起，关上我们口中的分别之门，再逐渐关上内心的分别之门。一步一步来，这些都是修法增上的表现。

三乘教法调伏烦恼的方便虽然不同，但本质一如，都是消尽烦恼。所以无论座上还是座下，我们的修行时时不能离开以上所传讲的道理。作为修行者，针对自己的根机，时时运用以上调伏内心的方便，将三乘教法聚集于调心一法，就是真正的修行。相反，如果理论不能运用到实际修法之中，不能做到知行合一、解行相应，那么讲解、听闻这些教言就没什么意义了。细致想想，《圣者言教》这本书早在百年前就已经存在，释迦牟尼佛的教法也已经诞生 2500 多年，但众生仍在漂泊轮回、遭受痛苦，是什么原因呢？就是因为书中的道理没有纳入心相续之中，没有形成调伏烦恼的对治，所以书是书，众生是众生。现前已经知道这些道理，若能把教言纳入心相续之中反复

串习，成就近在眼前！因为意识和心性只有一线之隔，依靠这些方便转识成智之时，就是我们成佛做祖之日。

我等导师释迦牟尼佛曰：“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教。”我们无论闻思还是修行，都是为了调伏内心，若能把所有一切教法都聚集到调心一法中去理解运用，不仅会打消我们很多疑问，而且修行也会变得更加圆融自在。以上传讲的内容虽然稀少，但是它关系到作为密宗弟子该做的一切事，所以要反复思维，深入理解。若做不到这些，恐怕就算不上密宗了。