

结合光明金刚精要

共同前行念诵之引导笔记·圣者言教

昌珠晋美多阿丹增尊者 著述
普巴扎西仁波切 传讲

第五讲 2012年5月26日

【原文】

能令菩提心生起之方便窍诀即是修心七法。依前方便而生后者，是故前修心为因，生起后菩提心果，称为觉沃阿底峡宗之因果修心窍诀七法。怙主龙树菩萨云：“大地土抔枣核许，其数不及母数多。”遍等虚空一切众生无一未曾做过我等父母，一一众生做己母亲次数亦无法算计。在做母亲之时，如同现世父母，以布施身体、养育生命、给予食财、令入佛门等无量恩德抚育，庇护我等免遭无量损害，成办无量利益。然而我等却于诸母有情，未曾回报过哪怕仅是一次的恩德，今依上师恩德，能精勤于功过取舍之处，誓以正法回报诸位母亲之莫大恩德。复次如何饶益？应以安乐直接饶益、善法间接饶益。如是思维：我必安置彼等母亲于安乐及安乐因之善法，即是悦意慈心。何为伤害？以痛苦直接伤害、罪业间接伤害。如是思维：我一定要令彼等母亲远离痛苦及痛苦因之不善业，

即是怜愍悲心，此乃发心之第一方面。依此缘由，除此究竟安乐无上圆满佛果之外，别无他法，为获证彼果之故，我身语意三门当精勤修持善法，此即发心之另一方面。

如是超胜一切之意乐，世间诸大权势者莫说为了他利，即使自利，亦未曾于梦中生起过。此无有自私，故名意乐清净。若能生起如是之心，纵不求自利果位，然除获证无上菩提果外，别无他有。譬如文殊菩萨，虽曾发愿：未置一切众生于佛地前，誓不取正觉。但实于久远前便已成佛，号龙种上尊王佛。现今仍随昔日所发誓愿，示现佛子孺童之相而广利有情。

尤其密乘之发心，如是思维：一切众生本具佛之自性，藉以客尘迷乱之力，漂泊轮回之一切有情，令现见原始实相本来面目，不舍业及烦恼而自清净，当下安住双运金刚持地之发心，此应具自然（力量大、无散漫）之必要。

【正文讲解】

（一）珍惜今生解脱之缘

在我们懂得一些佛法道理之后，即应开始在生活中实践。但在做的过程中，难免会因习气烦恼沉重而产生很多懈怠的现象，此时应思维暇满难得之义，让自己更加精进，使今生与上师的解脱之缘更加完美。

细致观待，我们如今若不具备多方面的因缘，即便想通过修行成办解脱也不可得。比如，我们若没有遇到众多高僧大德，依止导师，我们能了知解脱的功德进而追求解脱吗？因为解脱的教言，父母亲朋、世间

导师等，无论如何聪慧睿智，都不会宣讲，唯有具德善知识才会宣讲。如果我们连善知识都无缘值遇，听闻解脱教言更无从谈起。

若仅仅遇到一位高僧大德，但未能在这位高僧大德面前听闻众多教言，我们也会因为不知道如何修学而与解脱失之交臂。虽然仅仅谒见如我等大恩根本上师喇嘛仁波切和法王如意宝这样的高僧大德一面，也能消尽我们无始时来的罪业，功德无量，但要成办解脱，仅凭与高僧大德的一面之缘是远远不够的。我等导师释迦牟尼佛曾言：“诸佛非以水洗罪，非以手除众生苦，非移自证于余者，示法性谛令解脱。”其中的含义都是讲解导师以宣讲佛法的方式，令弟子了知修行理趣、辩证正法与非法，是弟子通过修行而获得解脱的助缘。反观自心，我们今生不仅谒见过我等大恩根本上师喇嘛仁波切和法王如意宝，而且在具德上师足下听闻了众多教言，尤其是传承法脉极其清净的诸法之精华、捷径之道无上窍诀大圆满，即生成办解脱的外缘已经具足。

由于宿世善因和今生善缘，我们现前所拥有的解脱缘起并不是人人都能具备的。环顾我们身边的亲朋好友，真正信仰佛法、希求解脱的有几个？能亲近善知识、听闻解脱教言的又有几个？凤毛麟角！所以在我们具备这么好的条件之时，应该把自己的身心投入到修法之中，令自己多方面的条件更加成熟。

由于宿世的烦恼习气，我们可能无意之中会和他人比较——他人不修习佛法，生活得也不错，为什么我要起早贪黑地修行？细致观待，他人做不到，是因为他们没有这样的善因福报，不具备成办解脱的条件。犹如一个行走于悬崖峭壁间的盲人，虽然随时都有失足坠崖而粉身碎骨的可能，但由于没有遇见明眼人而不知身处险境，或虽遇明眼人，但因不见眼前险境而对明眼人的提醒嗤之以鼻，所以在毫无恐惧的肆意妄为中耽著享乐。这种“大胆”的“快乐”，在明眼人看来，只有垂泪悲悯！

但我们不一样，我们不仅遇到了善知识，而且听闻了解脱教言，并对善知识和教言生起信心，在这样因缘具足的情况下，如果随顺自己的懒惰习气而放逸懈怠，没有在今生为成办解脱创造更好的条件，我们失去的将不仅仅是今生解脱的机会，还有可能因福报消尽、恶业成熟而漂泊恶趣，感受无量痛苦。如此行持，岂非令无量劫来行持善法而获得的解脱之缘付诸东流？

我等导师释迦牟尼佛曰：“我为汝说解脱法，当知解脱随自转。”在修行的路途上，宣说教言是导师的加持，但能否获得加持、成办解脱，完全取决于弟子是否依教奉行、精进修法。若不能将身心投入修法之中，即便具备再好的解脱外缘，也无法调顺烦恼、成办解脱。我希望所有弟子在具备这么好的缘起之下，都能如我等导师无垢光尊者所言：“切勿无义虚度人生，当作清净究竟意乐为妙。”

值遇上师与无上妙法是我们今生最美的际遇，但只有依教奉行、坚持不懈地精进修法，才能留住这道亮丽的风景，让今生的相遇成为永恒的解脱！

（二）成办解脱之前提——依止导师

如今很多人认为，只要谒见一位高僧大德就足够了，至于能否在这位导师前得到法并不重要。当然站在信心的角度上，我相信谒见高僧大德一面，功德不可思议。但你所追求的若是今生成办解脱，光凭这一点可能还有些不够。

细致观待，如果仅仅谒见导师就可以明心见性，我等导师释迦牟尼佛何必三转法轮、讲经说法四十九年？我等历代传承祖师和各宗派导师何必传讲、著述浩如烟海的论著、教言？这些示现充分说明，得到高僧

大德的教言，了知为何修法和如何修法，对于成办解脱至关重要。纵观佛教历史，没有一个成就者是仅凭自己的力量修学而成办解脱的。当然在小乘教法中有不依止导师而成办解脱者，称为缘觉。缘觉出现在没有佛陀出世的暗劫，由于前世修行发愿（第一愿，投生在佛陀没有现世的空刹；第二愿，在没有上师的情况下自证菩提；第三愿，不以语言音声说法；第四愿，以身体神变令所化众生增长福德），而在没有导师的情况下主要以观修十二缘起法而成办罗汉之果位。除了这个教派之外，没有一个教法说不依止导师而能成办解脱。

如今很多修行者有这样的疑问：导师宣讲的教言在书本上都能找到，为何还要依止导师？遵照书本上的教义去修不就可以了吗？这里首先要知道的是，书本上的文字是对法义的诠释，而诠释必然针对一定的根机。对于一个毫无修证体验的凡夫而言，如何知道一本书针对的是何种根机？若不知道，就会导致下等根机修持上等根机的法，或上等根机修持下等根机的法。由于法与根机不相应的缘故，很难调伏烦恼、成办解脱。如我等导师无垢光尊者曰：“自心与法不相融合，则无法调顺烦恼怨敌。”所以要成办解脱，法与根机必须相应。具德导师遍知弟子根机，在传讲佛法的过程中，可以针对弟子根机而传讲不同法义，这是我们必须依止导师成办解脱的原因。

当然，我们在依止导师的过程中，还要闻思众多教义，通达针对不同根机的次第修行方便，只有这样，才能将不同方便圆融于一法之中而做修行。否则，当一切修法成为分别散修时，即便我们一次性可以完成一千一万，但只要修行变成数量的时候，永远不是无量，永远不是圆满。而解脱是圆满的境界，超越数量，所以在修的过程中，应尽可能往这方面发展。

（三）实修的重要性

对于追求即生解脱者而言，首先理解修行理趣是非常重要的。如萨迦班智达在《大修行者涅槃之问答录》中曰：“智者乃成佛之捷道。”也就是说，闻思乃成佛之捷道。若对佛法不了解，对为何修法和如何修法也不了解，怎么可能成办解脱呢？故欲迅速成办解脱，必须先通过闻思理解什么是佛教。

当对佛法有所了解以后，趋入修行则更重要。如《宝璧经》曰：“谁若十大阿僧劫，闻法并于众宣讲。倘若刹那作修行，此者福德胜于彼。”若有人在十大阿僧祇劫中，自己闻思并为他人宣讲佛法，其功德不如修行一刹那。当然，修行的功德建立在知道该如何修学的前提下。若不懂修行要义，盲修瞎炼永远不会有很大功德。

以上我们所传讲的《圣者言教》，虽然从文字上看并不多，但所传讲的这些道理在修行的路途之上却是必不可少的。我相信，在文字之上，这些道理不难理解，比如以上主要传讲的出离心、菩提心，在座的弟子可能已经看过很多遍，听过很多遍，甚至有些都能讲得头头是道。但是在运用的过程中，有时候很容易忘失，很容易轻视，甚至很多时候在没有提起正念当中，大概就这么过去了。这些都是我们修行中的漏洞，在以后的修行中应该更细心一些。

在讲法的过程中，我们有时候从人身难得的角度中讲解修法的重要性，有时候从寿命无常的角度中讲解修法的重要性，有时候从菩提心的角度中讲解修法的重要性……总之只有一个道理，就是要精进修法。只要能做到这点，我相信我们的见解会越来越增长。

（四）转烦恼为道用

对于禅定不理解的初行者常常将见解树立在止息妄念、安住于清明状态之上。从某种角度来说，这些当然很重要。但是从另一个角度来说，功德增长更为重要。因为世间禅定以及外道教禅定之中也具备这样的见解，但由于不具备出世间功德的原因，最终无法获得解脱。

比如，若单纯讲解止息妄念、安住于无分别状态之中，色界一禅可以安住六千个大劫，无色界可以安住八千个大劫。这么长的时间，用我们现前的第六识状态已经无法思维。但由于不具备功德的缘故，即便具有一点见解，这种见解仍然在思维的范围当中，最终还会堕落到轮回中。这就充分地告诫我们，只有配合功德（贪嗔痴烦恼减少，出离心、菩提心和信心增长）的见解，才是真正的见解。

由于长时间闻思、修行的缘故，现前弟子们对密法的认识越来越清晰，而且知道如何将妄念转为道用，所以我们平常很少听到弟子们由于妄念太多而无法修行的抱怨。需知，我们是有情众生，而且是处于行道中的修行者，在没有达到真正的圆满之前，起现妄念是非常正常的。从某种角度而言，有妄念并不可怕，重要的不是怎样止息妄念，而是如何把妄念转为道用。止息妄念就像在一个遍地长满毒草的地方，仅仅割草而不除根，因缘和合的时候，毒草还会长出来伤人。此时该怎么办呢？唯一的办法就是把毒草转变成药物，这样毒草既不会伤人，还可以治病强身。如同此理，若能把妄念转为道用，妄念产生的同时，就已形成修法的对治力。这才是一位真正的密宗弟子该做的事。

在妄念转为道用的方法中，上师瑜伽讲解剖析、直视、安住等次第，成熟口诀法讲解意识转为道用和智慧转为道用。这并非意味着上师瑜伽导修和成熟口诀法有何区别，而是站在不同角度当中安立的名词不同。

总之，次第修行都必须先从粗大的起心动念开始，直到后期完全执受本体。由于如是传讲的缘故，弟子们对这些道理都有所了解，因此，抱怨妄念太多而无法修行的弟子越来越少。这就是功德的增上，说明我们现前对治烦恼已经越来越善巧。这样一来，无论有没有妄念，一切都在调伏之中，都在正法之中，都在善行之中，功德不可思议！

以前我们在打坐中，往往将散乱安立为过失，清净安立为功德，所以一座下来就要开始辨别，这一座当中修行怎么样？是散乱占主导？还是清净占主导？但现前看来，不是这样的。只要我们能运用妄念形成对治力，有妄念并不可怕。以前我们可能仅仅依靠断除的方式追求菩提，但现前我们已经知道什么叫做密宗，也知道密宗运用烦恼的方法，所以必须依靠这些殊胜方便成办解脱。懂得这些道理，并在修行中如理如法地运用，意义非常广大。

（五）菩提心乃遣除魔障之铠甲

如今很多人在遭遇魔障，如世间人通常所说的鬼神附体之时，会请很多瑜伽士用忿怒的方式（如念诵忿怒本尊心咒、仪轨等）来遣除魔障。但我们在修行菩提心后，可以用怀柔的方式，以慈悲心度化一切众生。如是不但可以遣除一切魔障，还可以成办极大的福报。

我们通常所谓的魔障，是导致我们暂时一些违逆障碍的外缘。即便遭遇这样的魔障，内心也要时时明了，它们曾是我们无始以来的父母。在做我们父母期间，它们对我们的养育之恩和关心慈爱与现世父母没有丝毫区别。为了养育我们，它们造作了极大的罪业。由于业障沉重，它们无缘值遇上师三宝、听闻解脱妙法，不知调伏内心是成办快乐的唯一方便，而通过损恼众生的方式遣除自己暂时的痛苦。这样的所作所为，

只会让它们沦入痛苦的深渊，感受更大的苦难。虽然它们忘记了往昔的亲情而障碍我们，但作为大乘佛法的修行者，我们绝不能漠视它们当下的痛苦，更不能无视它们往昔对我们的恩德，所以，绝不能对它们生起嗔恨心，而应以慈悲心去面对，愿度化这些众生证悟佛果。

若能如是修学，在遣除一切魔障的同时，就在成办着极大的福报。平常有很多弟子对我说：“由于业障沉重的缘故，在修行过程中总有各式各样的魔障干扰。”此时，若能披上菩提心的铠甲，把一切魔障观想成自己无始以来的父母，则永远不会有障碍的显现，也永远不会有怨敌的显现，因为在菩提心面前，一切皆为平等，即便是魔，也化为菩萨。但若内心被魔束缚，外境就会呈现魔的形象，所以一切取决于自心。

密法讲解以净观对待一切。初次进入佛门，就要净观五种圆满——导师为阿弥陀佛，眷属为男女菩萨，地处为西方极乐世界，法为大乘佛法，时间为第四大平等时。若能以这种净观对待一切，也永远不会起现嗔恨和嫉妒的对境，一切都在清净之中。同样，以大乘教法转变的方式，把包括魔障在内的三界六趣一切众生都观想成自己的父母，还有魔障和亲友的区别吗？一切都为平等。平等之中，哪来的障碍呢？所以在你的世界中，永远是和谐的，永远是平等的，显现的永远都是男女菩萨。

菩提心可以净化一切。这个道理我们不仅仅要了解，在行为当中也要如能做到。这样的话，可以消除很多很多烦恼，积累很多很多资粮。

（六）生起菩提心的窍诀

能令菩提心生起之方便窍诀即是修心七法。

欲生起菩提心，可依阿底峡尊者因果修心七法修行。此七法分为：第一知母、第二念恩、第三报恩、第四慈、第五悲、第六智慧缘大觉、

第七清净意乐。仁增晋美林巴（智悲光尊者）把修心七法摄收于修心五法之中：第一知母、第二念恩、第三报恩，第四慈悲缘众生（对应修心七法的慈、悲）、第五智慧缘大觉（对应修心七法的智慧缘大觉和清净意乐）。

修行时先从今生的母亲开始，逐渐扩大到三界六趣一切众生。内心若能真正生起三界六趣一切众生都是自己父母的清净心，相信慈悲缘众生时时都具有。我们在修行过程中，不仅会对受苦的众生生起慈悲心，而且在修学禅定时，无意中也会生起一种说不出的慈悲心。前者缘痛苦众生而生起的慈悲心，称为有缘慈悲心；后者为无缘慈悲心。

很多弟子都有这样的感受：以前的慈悲心必须依受苦众生之缘才能生起。比如，当我们到菜市场看见商贩宰杀动物时，无论是大一点的牛羊猪狗，还是小一点的鸡鸭鱼虫，都会感到非常非常伤心，内心生起一种说不出的慈悲心。但随着修行的深入，有时候在修学禅定的同时，不知不觉会生出一种无有造作的慈悲心，甚至会忍不住流泪。这些充分说明，心的本性中本自具足圆满的慈悲心和信心，随着见解的赤裸，功德自然呈现。

修行中知母非常重要。当我们了知天下所有一切众生都曾经做过自己的父母，恩德与今生父母无别，这样生起的慈悲心是普遍性的，而不是偏袒的。在救度这些众生时，就不会有亲疏之别。如是依靠知母、念恩、报恩、生起慈悲心次第观修，慈悲缘众生就会变成无量慈悲心。

生起慈悲心后，我们还要度化一切众生到快乐之处。通过比较下士道、中士道、上士道，最终抉择，佛的境界才是永恒不变的快乐。所以发愿度化一切众生证悟佛果，这是智慧缘大觉。

以上称之为共同发菩提心。

（七）如何在止观交修中运用菩提心

我们在座的很多修行者都在修加行。修加行发菩提心的时候，发心念诵的数量并不重要，重要的是在内心当中生起真正的菩提心。所以按照我等历代传承祖师的传统修法，五加行中的发心不需要念诵十万遍，念诵一两万遍、最多三万遍即可。其外的时间多数用在发心之上，要真正生起四无量心。

我们还有很多信众现前正在修上师瑜伽导修，由于前面没有长时间观修四无量心的缘故，虽然从理论上通达一些道理，但从内心深处对菩提心的感受并不很深。这时候该怎么修学呢？当然，时时可以修学。尤其在我们修上师瑜伽导修的时候，前面讲解剖析调伏妄念，着重讲解止观交修。

由于无始以来至今心一直散乱的缘故，让它静下来并不是一件容易的事情。就像一匹没有驯服的野马，一直都在山上无拘无束地生活，有一天我们把它抓住，套上缰绳，想让它立刻像一匹已经驯化好的马一般驾辕拉车，恐怕也不现实。这时候就需要一个调教的过程。我们的心也同样一个道理。无始以来一直散乱的心，想让它静下来，必须通过止观交修之方便，其中观的目的是为了达到更好的止。

比如在修禅定的时候，若起现粗大的昏沉掉举，发现之时应采用剖析调伏妄念，如观想上师瑜伽皈依境、念诵莲花生大师心咒、观共同外前行、四无量心等，都非常好。特别是观修四无量心，可以让我们的内心对慈悲心产生深刻的领悟，生起真实的功德。这些起心动念的调心之法，都称之为剖析调伏妄念。我们现前的观想确实需要起心动念，但当这个起心动念一旦消尽的时候，观修起现的一切功德如出离心、菩提心和信心却如实具备。此时的见解就是执受空性之中，又具备一切功德。

这就是出世间禅定，明空不二。

为了赤裸出世间禅定，我们在修行之初，必须依靠止观交修。这样，在修学寂止的过程中，也同时在修学胜观。虽然当时胜观的成分不是很高，如《时轮金刚》曰：“寂止如大海，胜观如小鱼。”但是只要这样长时间培养，对增长胜观、赤裸胜观能起到决定性的作用。待止的空分与观的明分逐渐融合、最终达到一如的时候，就是出世间禅定。因此，我们止观交修的目的，是为了更好地达到止观双运。在观的过程中，若能把菩提心的内容加在里面修学，是非常好的。

（八）知母

依前方便而生后者，是故前前修心为因，生起后后菩提心果，称为觉沃阿底峡宗之因果修心窍诀七法。

“依前方便而生后者”指的是，依靠修心七法中前面的法，生起后面的法。比如先必须知道三界六趣一切众生都曾做过我们的母亲，以此为前行，再忆念母亲的恩德，后面作为结果。再把忆念母亲恩德作为前行方便，后面报恩作为果实。这样一步一步而生起菩提心。

怙主龙树菩萨云：“大地土抔枣核许，其数不及母数多。”遍等虚空一切众生无一未曾做过我等父母，一一众生做己母亲次数亦无法算计。

我们把大地的土搓成枣核大小的土丸，数量还不及无始时来自己依止过的母亲的数量。可以说，无始以来我们依止过的母亲不计其数，仅仅一个众生做我们母亲的次数，也是很多很多的。

比如我们平常在家里或路边看得见的一个小小的昆虫，无始以来也做过我们的母亲很多很多次。在做我们母亲的时候，如同今生母亲般，

对我们具有无量无边的恩德。依靠这种方式，先从自己今生的母亲开始，再逐渐扩大到三界六趣一切众生，思维这些众生没有一个没做过我们的父母，而且一个众生做我们父母的次数也无法计算。

（九）念恩

在做母亲之时，如同现世父母，以布施身体、养育生命、给予食财、令入佛门等无量恩德抚育，庇护我等免遭无量损害，成办无量利益。

母亲对我们的恩德无量无边，修行中我们主要从以下几方面思维母亲的恩德。

首先是“布施身体”。从我们入胎直到出生之前，是父母布施给我们这个身体。如果没有父精母血之缘，我们不会有这个人身。细致想想，母亲怀胎十月，承受了多少痛苦？从我们入胎开始，母亲就有了早孕反应，每天恶心呕吐，不思饮食，但为了我们的正常发育，母亲忍受着痛苦，即便吃了会吐，也强迫自己吐了再吃。待我们一天天长大，母亲的腹部也一天天膨隆，虽然行动不便，母亲还是每天拖着沉重的身体，不仅要坚持工作、操持家务，还要为我们的到来做各种准备。待我们发育成熟，母亲忍受着分娩的巨大痛苦，把我们带到这个世界。如果没有母亲，我们可能至今还在中阴界漂泊，感受着种种痛苦。

第二是“养育生命”。刚刚出生来到这个世界的我们，一副蔫巴巴半死不活的样子。说是活人，如同死人般连头也抬不起来；说是死者，还有一小口气。虽然在养育我们的过程中，母亲感受了很多痛苦，但母亲仍以极大的欢喜心迎接我们的到来，把我们如珍宝般搂在怀中，一直用最大的爱心和耐心抚养我们。如果当时父母把我们搁置一旁不管不顾，可能只要几个小时，毫无生存能力的我们就已经不在这个世上了，所以我们的生命也是父母恩赐的。

记得当时我在高原地方讲解修心七法的时候，有个出家人说，他几岁的时候，母亲就弃他另嫁，所以他从小就没得到多少母爱。如今修菩提心的时候，他的障碍非常大。我告诉他，这时候应该多观想母亲布施身体和养育生命之恩德。若没有母亲，我们有这个人身吗？出生后母亲若没有照顾我们，而把我们丢弃在外，我们可能早已不在人世。所以，我们的身体和生命都是母亲赐予的。特别是我们现在所具有的一切福报和智慧，都是基于我们的人身和生命，我相信通过这些角度去看待，就会知道母亲的恩德。

第三是“给予食财”。我们出生时，身上无衣，口中无食，两手空空来到这个陌生的世界。出生后所有的一切资生之物都是慈祥的父母赐予给我们的。无论我们出生的家庭贫困或者富裕，父母都会尽己所能，把最好的一切毫无吝惜地给予我们。细致想想，从出生到长大的整个过程，无论口中所食、身上所穿、生活所用，一切的一切，有哪一样是我们自己带来的？有哪一样不是父母赐予的？从这个角度，能更深刻地体会父母对我们的恩德。

最重要的是“令入佛门等”。这是父母对我们的出世间恩德。在一个信仰佛教的家庭中，令我们趋入佛门的是父母。比如在高原地方，很多家庭的父母都会送儿女出家修行，并在儿女修行期间，供养资生之具。在父母拜见高僧大德的时候，也会带着儿女，请高僧大德做加持。父母这么做的原因，是因为他们已经认清唯有佛法才能带来生生世世的利益，不仅自己进入佛门获得利益，还要让儿女去享受这个福报。

但如今在汉地，由于历史上出现过很多大曲折，再加上不具备宿世善因的缘故，当今信仰佛教的人还是非常稀少的。父母引领子女进入佛门，可能更少。这时如何忆念父母对我们的出世间恩德？此时当思维，为了成办佛果，我们必须从生起慈悲心开始。作为一个初行者，若没有

所缘的对境，我们怎么可能生起这样广大无边的慈悲心呢？比如，我们修行布施，必须有布施的对境；我们修行安忍，必须有忍辱的对境。如颂曰：“若无生嗔境，于谁修安忍。”所以，菩提道上一切积累资粮、净除业障的对境，无一不是大恩父母。这些恩德都包括在“令入佛门等”的“等”字中。

庇护我等免遭无量损害，成办无量利益。

母亲在养育我们的整个过程中，自己承担了所有的烦恼和痛苦，却把一切快乐赐予我们。甚至为了我们，她们不惜舍弃一切。因此在养育我们的整个过程中，母亲的恩德无量无边。

知道这些道理以后，平常在从事一切善法之前，都要想到为天下所有一切众生离苦得乐。

（十）什么是佛教

当前我们对佛法生起信心，是非常了不起、非常幸运的一件事。对于一个不具宿世善因的人而言，即便生长在佛法兴盛之地，恐怕也不会对佛法生起信心。这样的人，不仅自己不去研究佛教，即便有人提及佛教，他的第一反应也是排斥。

如今排斥佛教的人很多，说佛法是封建迷信的也大有人在，难道这些人是在研究佛教、了解佛法之后得出的结论吗？不，很多人连佛法讲解的是什么都不知道，就在心中有一种排斥。我相信站在世间智慧的立场上，谁也比不过爱因斯坦。这位近代最伟大的科学家曾经慨叹：“任何宗教如果有可以和现代科学共依共存的，那必定是佛教。”这充分说明佛教是非常客观的，绝不是迷信。但为什么很多人一听到佛教就会排斥呢？不是由于他的智慧胜过爱因斯坦及历代传承祖师，而是由于他业

障沉重，不具宿缘。

以前我在汉地也遇到过很多类似的现象。记得有一次，有一位父亲带着他的女儿来见我。这位父亲是大学教授，博士生导师，女儿出国留学多年后回国，对佛法的信心非常大。她父亲对佛法没有什么信心，所以对女儿的信仰感到迷惑不解。当时我以开玩笑的口吻对他说：“你的学识很渊博，人生阅历也很丰富。你说你不信仰佛教，请问你知道什么是佛教吗？”他说不知道。我说：“犹如我们平常点评食物的口味，你必须先尝过这个食品，才有资格评价好吃还是不好吃。如果没有吃过就妄下结论，谁会相信呢？这完全是一个糊涂人说的话。你现在连佛教是什么都不知道，怎么能用不信仰这个词呢？太不恰当了。”

要知道，佛教是一个佛法专用名词，若用世间词汇来诠释，佛教就是追求快乐，佛法则是获得快乐的方法，佛果就是永恒不变的快乐。遍观世间一切众生，哪一个不追求快乐？众生所做的每一件事情，哪一件不是为了获得快乐？无论追求精神还是物质，唯一的目的是为了获得快乐。当一个人说自己不信仰佛教时，我都会感到非常可悲，因为他们在追求幸福的同时，又在否认自己追求幸福。所以我当时给那位父亲开玩笑说：“世界上只要是人，都得吃饭生存。如果世上真有一个不需要吃饭，这个人绝不是活人，是死人。世界上所有一切有情众生都在追求快乐，若真有人不需要追求快乐，这个人要么是圣者，要么是最糊涂的人。”当他听到这句话的时候，也就哑口无言了。实际上就是如此。

我们在讲法过程中，既会解释法本内容，也会讲解一些相关的事情，这样可以遣除我们很多疑虑，令我们在修行的道路上，道心更加稳固。

（十一）直指缺点就是最殊胜的教言

记得我等大恩根本上师喇嘛仁波切平常讲法时说，所传讲的教法深不深刻，完全取决于能否解开弟子的疑问，直指弟子的缺点。若能做到这一点，说明这个法已经真正起到法的作用。

如果讲法如同讲故事一般，听者也好像听故事一般，觉得所讲的一切和自己无关，即便讲法者用词多么恰当，讲解的法义多么生动，这个法已经起不了什么作用。犹如我们平常看小品，我相信只要小品演员在演，决定能逗得我们哈哈大笑，但这时候我们的心态也就是娱乐一下，并不会真正关注演员所说的每一句话。如果我们听法也如同看小品一般，仅仅抱着欣赏美妙词句和动人故事的心态，是远远不够的。听法必须起到直接对治自己烦恼的作用。

我们修学佛法的目的在于改变自己的命运。用佛教专有名词讲，就是转识成智，把意识转变成智慧；用世间的话来说，就是改变自己不足的地方，变成一个圆满之者。若要改变自己的命运，首先必须认清自己不足的地方。这一点非常非常重要。若没有认清自己的缺点，即便导师多么殊胜，永远无法调伏这个人。

我们举个例子。催眠术是当今世上最流行的一种心理治疗方法，在心理治疗专家引导治疗时，无论他的引导智慧、技巧有多高，若患者不配合，我想不要说一个，一千个催眠师都无法催眠这个患者，也无法达到治疗目的。但患者若非常配合，心理治疗师如何引导，他就如何做，当意识完全专注在心理治疗师的语言上时，就会进入催眠状态。

佛法也同样一个道理。只要一个人能认清自己不足的地方，调伏这个人一点都不困难。我平常会遇到一些信众问这样的问题：他们身边有些精神状态不大好、爱钻牛角尖的人，该怎么办？我就告诫这些信众，

首先看这个人是否是一个佛教徒，他最信赖的导师是谁；若是世间普通人，他最好的朋友是谁，他最信任的人是谁。如果他最信任的人去开导他，他能听进这些开导的话，他就会逐渐知道自己不足的地方，进而改变。若是一个陌生人指出他不足之处，即便讲得多有道理，他也听不进去，所以也改变不了他的状态。

作为修行者，我们时时都在讲解调心，调心的前提是要知道自己不足之处。这段时间我们站在出离心和发心的角度，讲解得非常细致。那首先问问自己，在出离心和发心方面是否有不足？只要知道自己不足的地方，再去改变，相信你就会变成一个非常圆满的修行者。

由于这个缘起，我们天天都在传讲，初次依止导师必须依止一位具德且具缘的上师。如是依止，这位导师所讲解的话语你都会铭记心中，依教奉行，改变心相续不成问题。若依止的不是一位具德具缘的导师，即便具德但不具缘的话，导师说的话恐怕你会打折。用我们通俗的话来说，也是信心不足的表现。只要导师的话没有完全纳入心相续，就会成为调心的障碍。

所以在修行过程中，通过认真闻思导师的教言，发现自己不足之处，进而改变自己，相信就是我们修行的全部。

（十二）报恩从孝养父母开始

然而我等却于诸母有情，未曾回报过，哪怕仅是一次的恩德

细致想想，一切父母对我们的恩德有多么深广，我们又回报了父母多少呢？如今在座的很多人可能都在想，今生的父母对我恩德广大，所以我平常也在做一些回报。但即便我们做出多么大的回报，还是无法与母亲的恩德相比。

不要说布施身体、赐予生命的恩德，仅仅赐予食财的恩德，我们又回报了多少？现今由于我们能上班、挣钱的缘故，所以平常也在孝敬父母。但是父母在养育我们的过程中，把自己所有的一切都用在身上，我们的这点孝敬，算得了什么呢？如果我们在物质上帮助父母的过程中还要找一些借口，就真的太惭愧了！可能由于时代的原因，很多家庭打着学习西方文化的旗号，把孝养父母的传统丢在一边，我想作为一个佛教徒的家庭，真的不能这样，一定要从自己做起，孝顺父母，让父母颐养天年，并随缘引导父母进入佛门。

以前我在汉地，看到一些父母年龄已经很大了，仍然独自居住，没有和儿女们住在一起。我曾经好奇地问过原因，这些儿女告诉我，平常他们也非常孝顺父母，但是父母一直不喜欢跟儿女住在一起。从某种角度而言，这可能是父母的真实想法。但细致观待，父母这种想法背后的原因是什么呢？一来儿女工作太忙，怕自己成为儿女的拖累；二来怕婆媳关系不和，导致家庭矛盾。所以老人宁愿自己孤苦伶仃地度过晚年，为了让儿女心安，父母还说自己喜欢清静，不愿意和儿女生活在一起。想一想，哪个父母不愿意每天和儿女一起含饴弄孙，安享晚年？哪个父母不希望在自己的晚年，生病时有人细心地照顾，孤独时有人陪着说说贴心话，烦恼时有人排忧解难？

有时候看见一些老人孤孤单单地在一间老房子里居住，真的觉得非常伤心。难道她一辈子付出一切养育儿女的结果，就是老来孤寂、无人问津？若要是这样的话，为什么不把养育儿女的一切存起来，年老时请人照顾自己？前段时间一个居士告诉我，有位老人，不想一人住在老家，所以家人把老人接来，在市区买了一套房子，让老人住。难道老人是羡慕繁华城市的生活，才远离家乡？不，很多人年老以后，已经不追求物质条件，他想的可能就是在有限的的时间里和儿女住在一起。我想，人总

会老的，所有做儿女的都应该想一想，如果自己老了，希望过什么样的生活？己所不欲，勿施于人。这不仅是中华民族的良好传统，也是对因果的取舍。

有时候我觉得，现今汉地的习惯真的非常不好。在高原地方，永远看不到婆媳不睦的现象。因为儿媳在嫁入婆家之前，已经做好充分的心理准备，把婆婆当做自己的亲生母亲一般，所以两者永远不会产生矛盾，一切都那么和谐。如是讲解的目的，是因为作为一个佛教徒，应该从慈悲心开始修学。能否算得上一个修行之者，不在于口中念诵了多少经文、心咒，因为修行的重点是修心，内心是否得到调整，行为有着直接的关系。

孝养父母是我们每一个做儿女的责任，绝不能打折。想一想，如果母亲在养育我们的整个过程中也打折、找借口的话，我们恐怕早就饿死了。为什么我们在父母需要的时候，永远都有忙不完的工作，推不掉的应酬……从世间的角度而言，如同我等历代传承祖师无垢光尊者所言：“纵能自在三界，仍不可心生满足。”即便你拥有三千大千世界，内心没有知足之前，永远不会有圆满的时候。所以，对世间的物质追求，应该看淡一些，对父母的关心照顾，应该重视一些。常言道：“子欲养而亲不待。”父母还能和我们一起生活多长时间，谁也不知道。无常随时都有可能降临在我们身边，所以在父母健在的时候，我们应多尽一些世间孝道，不要到父母生命的最后时刻，才想起孝顺父母，那时恐怕已经迟了。

作为修行者，可能很多人都希望自己能像我等导师释迦牟尼佛般离事专修，不愿耽著于世间琐事，因此对孝养父母也不放在心上。此时一定要细致反观自心，我们真的做到和释迦牟尼佛一般精进修行了吗？一天二十四个小时中，真正修行的时间占多少？其外的时间在做什么？若

真能做到为天下一切众生离苦得乐而昼夜精进修行，我想这就是大孝。但若做不到的话，为什么不在父母身边做一些力所能及的事情？如果大孝做不到，小孝又不做，这算什么孝心呢？如果连基本的孝心都没有，菩提心就更不用谈了。所以在做不到大孝的时候，我们先从小孝开始培养，从孝顺自己的父母开始做起。当然，在你能做到大孝的时候，小孝自然在其中圆满。

复次讲解的目的，是希望所有的弟子，都能从知母、念恩开始，逐渐产生报恩之想，然后从孝养自己的父母开始，逐渐培养广大的菩提心。

（十三）以修行正法回报母恩

今依上师恩德，能精勤于功过取舍之处，誓以正法回报诸位母亲之莫大恩德。

父母对我们的深恩厚德，我们没有做过小小的回报。如今依止上师，因上师的恩德，我们得到殊胜的教言，知道救度天下所有一切众生的方便。若没有得到这些教言，我们无法利益所有众生，无法从事大孝。现前在我们知道什么是功德、什么是过失、什么是大孝、什么是尽孝的时候，誓愿用正法、用修行来回报一切父母。

往昔我等导师释迦牟尼佛看到他人生老病死的显现时想：“我的父母也会病、也会老、也会死。我现前在父母身边，虽然可以尽到一点孝道，但是当父母去世之时，我该如何让他的灵魂离苦得乐？仅凭世间的方法，恐怕无法让人解脱生死苦海。”所以释迦牟尼佛毅然抛弃世间一切荣华富贵，经历六年苦行，寻求能够解救一切众生痛苦的正法。历代传承祖师也前赴后继地追随释迦牟尼佛的足迹，通过精进修行、弘扬正法、利益众生来尽孝。现前我们作为佛陀和历代传承祖师的后代弟子，

也应该如是行持，如是尽孝。

当然在修行过程中，我们要先从所缘的受苦众生开始，逐渐扩大到三界六趣一切众生。这种无量的慈悲心，可能有时候在我们心中具有，但下一刻起心动念的时候，前面的这个心就消失了，所以现前我们拥有的慈悲心，恐怕是间断性的、短暂性的。我们依不同方法修行的目的，就是令这种间断性的慈悲心逐渐变成永恒的。当证悟真实见解、执受本体的时候，本具有的慈悲心完全呈现，永恒不变。因此在趋向这样的境界中救度天下所有一切众生，依靠正法回报天下所有一切众生。

虽然从总的角度来说，我们平常修行的时间非常有限，但是在修行过程中，应时时以天下所有一切众生离苦得乐作为我们修法的中心、根本和宗旨，这是非常重要的。

（十四）以慈心饶益众生

复次如何饶益？应以安乐直接饶益、善法间接饶益。

诸母众生于我有无量恩德，我该如何饶益他们呢？要做到两个方面：以安乐直接饶益、善法间接饶益。我们时时要立这样的誓。

细致想想，一切父母众生没有一个不希望自己获得快乐，所以我们直接让他获得快乐，就是对众生的饶益。要获得快乐，就必须具足快乐之因——善法，因此我们可以用善法来间接饶益一切众生。

现前由于我们自己还未脱离轮回苦海，尚处于行道之中，直接饶益众生的力量不足，所以前者对我们而言可能很困难。有时候我们可能给一两个有情众生带来一些短暂的快乐，但是为天下所有一切众生直接带来快乐，恐怕现前还没有这个能力，所以用善法间接利益众生更为重要。也就是说，依行持善法消尽三界六趣一切父母曾经造作的业及习气，使

一切众生具足安乐之因，进而获得快乐。在修行过程中，这不仅仅是我们内心的一个愿望，还应该的行为中尽量做到。

如是思维：我必安置彼等母亲于安乐及安乐因之善法，即是悦意慈心。

所以平常在见到众生享受快乐、行持善法的时候，我们不应起嫉妒心，而应祝愿这些众生能获得更大的快乐，行持更大的善法。这就是慈心。由于众生习气烦恼沉重的缘故，有时候对他人的快乐、成就难免产生嫉妒心。此时应思维，我们修行佛法的目的是令一切众生离苦得乐，回报无始时来众生对我们的恩德。现在这些众生依靠自己的力量获得了快乐，我怎么能对他们心生嫉妒呢？我应该生起欢喜心才对。所以无论对亲人还是怨敌，在他们获得快乐、从事善法的过程中，我们在不产生嫉妒的同时，更应发愿，愿所有一切父母得到更大的快乐、行持更大的善法。

（十五）以悲心拔众生苦

何为伤害？以痛苦直接伤害、罪业间接伤害。如是思维：我一定要令彼等母亲远离痛苦及痛苦因之不善业，即是怜愍悲心，此乃发心之第一方面。

为了实现利益众生的目标，我们必须知道什么是伤害。

伤害分为两个方面：以痛苦直接伤害和罪业间接伤害。比如有些正在遭受痛苦的众生，就是直接在感受伤害。遭受这种伤害的因，当然是罪业。在造作罪业的时候，虽然临时没有产生痛苦，但是这种痛苦迟早会发生，就像一个人饮下毒药，在毒药起效之前，恐怕他不会感觉不舒服，但由于他已经服下毒药的缘故，迟早会产生痛苦。所以罪业是痛苦

之因，是间接伤害。

我们平常在观修轮回过患的时候，对三恶趣众生的痛苦都有所了知。比如旁生道众生除了间断性感受一些快乐外，大部分时间都在遭受痛苦，而地狱众生则永久都在痛苦之中。所以，三恶趣众生基本上时时都在感受痛苦的伤害。三善道众生虽然遭受的痛苦较少，但却时时都在造作痛苦之因——恶业。比如在菜市场，我们可以看到很多屠夫在杀生害命，虽然当下他没有遭受什么痛苦，但由于他已经播下痛苦的种子，所以迟早会遭受加倍的痛苦。这时候我们应思维：我一定要令这些众生远离痛苦及痛苦之因——不善业。这就是怜愍悲心。

这些道理我们不仅要在座上如实观想，平常在座下遇到这样的情境时，也要尽可能这样思维。我们所修的是无量心，针对的是所有众生而不是某一个众生。比如，当我们看到一个屠夫杀生的时候，看起来好像被杀的众生在受苦。但是屠夫在杀生的时候，因为造下痛苦之因，因缘和合时，他要承受加倍的痛苦，所以我们更应对屠夫生起怜愍心。作为凡夫，我们的观察有时难免只停留在事情的表面现象上，比如看到杀生的时候，我们可能仅仅对被杀的众生产生怜愍心，而对杀生者则产生嗔恨心。实际上我们应以平等心对待一切，因为被杀的众生和杀生者，无始以来都做过我们的父母，对我们的恩德是平等的，一如的。现在被杀的众生已经死了，它之所以会遭受这样的痛苦，说明它前世造了很多恶业，今生必然要感受这样的灾难。现前的杀生者，临时虽然没有遭受痛苦，但是痛苦迟早会呈现在他的面前，这是特定的事。可能今生感受果报，也可能后世感受果报，只要因缘和合，他一定会感受加倍的痛苦。比如杀生者杀害一个众生，他要遭受五百次被杀的痛苦，所以我们应该更可怜这位杀生者。

平常在座上的修行中，可以尽可能多地观修四无量心。当然，在四

无量心中，我们是按照慈悲喜舍这样的顺序来讲解，但是在观的过程中，应该把舍无量心放在前面，否则慈、悲、喜心很容易变成偏袒，而不是无量。我们在观修舍无量心的时候，要观修一切众生都曾经做过我们的父母，观修一切众生都对我们具有恩德，所以要以平等心对待一切。这些道理需要我们长时间修学，长时间思考，非常非常重要。

这以上是愿菩提心中的慈悲缘众生。

(十六) 菩提心是转烦恼为道用之方便

依此缘由，除此究竟安乐无上圆满佛果之外，别无他法，为获证彼果之故，我身语意三门当精勤修持善法，此即发心之另一方面。

要利益一切众生，仅仅有慈悲心还不够，还要令这些众生获得快乐。快乐之处有很多，比如下士道所追求的三善道，中士道追求的寂静涅槃，上士道追求的无上菩提。我们该把众生安置于何处呢？

无始以来，所有父母都曾在三善道享受过很多很多次快乐，但如今还在轮回之中漂泊，说明三善道并非永恒不变之处。中士道虽然已经超越六道轮回，但是从自利角度而言，烦恼没有消尽，功德没有圆满；从他利角度而言，当下不能利益无量众生，所以一切都不圆满。因此我要把一切众生安置于无上菩提果位，也就是佛的境界。所谓的佛，就是断除一切烦恼、圆满一切功德，因此是永恒不变的境界。为了获得这样的果位，我誓愿身语意三门精勤修持善法。

如是超胜一切之意乐，世间诸大权势者莫说为了他利，即使自利，亦未曾于梦中生起过。

“超胜一切之意乐”指愿菩提心和行菩提心。单纯站在世间角度，即便世间有权有势、财富圆满的人，别说是为了他利，从自利的角度当

中，晚上做梦也没有产生过这样的意乐。所以菩提心功德无量。

我们在行持一切善法之前、之时，都要观待自己是否具备菩提心。若具备菩提心，即便你当时口中念诵的仪轨很少，调伏内心的作用已经很大了，因为菩提心才称之为大功德。

此无有自私，故名意乐清净。

菩提心已完全断除自私，想的一切都是助人为乐，因此称为意乐清净。若内心掺杂自己的私心，则永远不能称之为菩提心。所谓助人为乐，是为了帮助他人而令自己生起快乐的一种方法。由于具备这样的条件，历代很多修行者在成办善法的时候，可以把烦恼转成正法。这就是菩提心的功德。

往昔我等导师释迦牟尼佛在因地为大商主时，为了避免短矛黑人造作无量重罪堕入无间地狱而提前杀了他。若单纯从行为上观待，即便短矛黑人是强盗，也是有情众生，所以商主已经犯了杀生戒。但为何当时积累了四十劫的福报呢？由于商主内心具备菩提心，完全没有一点点自私，所做一切都是为了短矛黑人。当然，一个不懂因果的人可能觉得，商主毕竟已经夺去他人的生命，应该感受苦果，不应该积累福报。但是我们所讲解的生命，是转识成智的整个过程。从这个角度而言，商主所做的是对这个生命真正的救护，是为了这个生命能早日获得菩提果，因此积累了四十劫的福报。所以若具备菩提心，烦恼也能转为道用，成为成办解脱唯一不可缺少之方便。

我等历代传承祖师华智仁波切曰：“心善身语善，心恶身语恶，心乃诸法源，调心佛善说。”这里的“心”指的就是菩提心。只要具有菩提心，即便表面所做的是恶，它也称之为善。若不具备菩提心，即便表面做的是善，它也是恶，一切取决于自己的内心。所以菩提心的功德是无量的，修行中时时观待自己的菩提心，非常重要。

（十七）菩提心是获证佛果之无谬正因

若能生起如是之心，纵不求自利果位，然除获证无上菩提果外，别无他有。譬如文殊菩萨，虽曾发愿：未置一切众生于佛地前，誓不取正觉。但实于久远前便已成佛，号龙种上尊王佛。现今仍随昔日所发誓愿，示现佛子孺童之相而广利有情。

若具备菩提心，在修行的路途之上永远不会只为了自己。尽管不求自利，但除获证菩提果外，不会获得其他果位。因此，菩提心是成办解脱唯一不可缺少之因，时时观察自己内心是否具备菩提心，非常重要。

譬如文殊菩萨，虽然曾经发愿，在一切众生成佛之前绝不成佛，但其实早在久远前便已成佛，号龙种上尊王佛。文殊菩萨虽然已成佛道，但仍没有忘失以前的誓言，示现佛子孺童之相而广利有情。所以，诸佛菩萨示现不同形象度化众生，也是依靠菩提心，说明菩提心不仅在因地具有，果地本身就是菩提心。

如是传讲的主要目的在于何处呢？就是告诫我们，从凡夫的角度而言，我们修行的目的是为了安置三界六趣一切众生于永恒快乐之果。从胜义谛角度而言，菩提心是心的本体本具有的一种妙力。在我们修行过程中，若有意中慈悲心逐渐增长，甚至无意中也能生起一种说不出的慈悲心，充分说明我们的功德、见解在增上，因为出世间禅定本具备无量慈悲和无量信心。

如《功德藏》曰：“只顺善恶意差别，不顺善恶相大小。”我们反复讲解，就是提醒大家，功德不在于善行的表面，而在于贪嗔痴烦恼的减少，出离心、菩提心和信心的增长。若菩提心没有增上，即便念诵过多少遍佛号、经文，修过多少遍加行、正行，修过多少座上师瑜伽、本尊、护法，对于解脱而言，只能说无功德。所以时时观待自己的内心，

非常非常重要。当菩提心没有增长的时候，一切都不是正法。

单纯从世间角度来说，谁不在从事善法呢？当今世上也在提倡爱心，宣扬慈善。无论是有权势、有财富者，还是普通世人，在世间出现灾难时，都在伸出援助之手，出资出力，奉献自己的力量和爱心。甚至一些乞丐和老年人，即便自己的生活多么困难，仍然在尽力帮助他人。类似这样动人的事情时有报道，所以单纯从我们感觉是善的立场之中，我相信很多人都在做。

但是这样的善法为什么不能获得无上菩提呢？因为这种善没有起到消尽贪嗔痴烦恼、增长菩提心的作用。若能起到这样的作用，我相信在做善事的同时，一切功德都在圆满，自利和他利也在圆满。所以我们先修菩提心，然后观待自己的菩提心如何，就能知道自己的功德增长得如何。

（十八）密乘发心

尤其密乘之发心，如是思维：一切众生本具佛之自性，藉以客尘迷乱之力，漂泊轮回之一切有情，令现见原始实相本来面目

如《二观察续》曰：“诸有情即佛。”一切众生都有佛性，但由于无始以来习气烦恼遮止本来面目的缘故，无法呈现清净刹土。因此在发心的时候，安置一切众生于诸佛清净刹土，并不是将众生安置在某一个地方，而是消尽一切众生遮止本来面目的一切污点，当污点消尽的时候，自然呈现本具有的清净刹土。

所谓“客尘”，指遮止本具有功德的一切障碍。在不同教法中，它有很多很多说法，比如小乘称之为我和法我，缘觉讲解十二缘起，唯识宗讲解八识，中观讲解二障及四障，密宗讲解二种无明——俱生无明

和遍计无明。这些都是客尘。如今站在密宗的立场上，客尘就要理解成俱生无明和遍计无明。

由于这两种无明遮止本来面目的缘故，无法呈现本具有的一切清净刹土。现前我修行的目的就是为消除众生遮止本来面目的一切客尘，而呈现自己的本来清净地。

要记住，所谓的清净刹土，如西方极乐世界、东方现喜刹土、莲师铜色吉祥山等，不需要向外求，就是自己的清净心中。不能呈现这种刹土的原因就是被无明二取遮止，所以我现前修行的目的，就是为了天下一切众生都能消尽遮止本来面目的无明二取。

方便发菩提心与智慧发菩提心的差异在于何处呢？在慈悲缘众生之上，方便发菩提心与智慧发菩提心的方便教授是一如的。但在智慧缘大觉之上，则有外观和内观的区别。在共同发菩提心中，常常将清净刹土安立于外在的某个地处。但是作为密宗弟子，清净刹土的安立则在内心。这是密宗不共的智慧发心。

（十九）密乘发心殊胜之处

不舍业及烦恼而自清净

业及烦恼也是本体之妙力、庄严和游舞。但在见解还没有达到一定层次之前，恐怕在这样理解之外，很难运用。

在最高境界中讲解五毒即为五种智慧，烦恼即为菩提。是否现前的贪嗔痴烦恼就是菩提呢？很多人说，世俗谛中烦恼即为烦恼，胜义谛中烦恼即为菩提。那胜义和世俗的界线又在哪里呢？所以，我们在修行过程中，可以先从理论上这样理解，但是在运用过程中，现前很难当下运用烦恼，这时候的烦恼可能就是烦恼，需要我们以不同的调伏方法去对

治。

虽然我们现前还做不到真实的密乘见解，但从理论上懂得这个道理，对我们成办解脱能起到决定性的作用。从某种角度而言，显宗和密宗最大的差异，在于密宗如理如法修学，可以迅速成办的本来面目；而显宗以下的修法，在行为中稍微改造而修学，得到最终果位的时间超微长一些。什么叫如理如法修学呢？就是原始本具有的特点在行为中如实造行，而如实圆满本来之面目。这就是密宗。

当然我们都愿意依密宗的见修行而修学，但是理论归理论，修行过程中还要针对自己的根机。当你的根机为下等根机时，即便当时所理解的法是这样的，恐怕也很难做到。如同达摩祖师初次到汉地为僧众讲法一般，虽然当时具备非常好的缘起，但在座的僧众并没有受益，原因就是闻法者的根机不足。所以我们发心的时候可以依密乘发心，但是在做的过程中，要尽量根据个人的根机去调伏烦恼。

当下安住双运金刚持地之发心

“双运”指便智双运。从本体双运的角度当中，执受本体为智慧，妙力起现为方便，本来一如。在执受见解的前提下，妙力起现之相会呈现外面的缘起，比如各式各样的双运佛像等，这是一种本具有的见解所呈现的诠释。若再粗糙一些，就成为绘画、雕刻等的佛像。所以要记住，外在的一切缘起法都来自于内在心的本体，若不通达这些道理，很容易产生诽谤。

密法即便从表面上呈现各式各样的形象，但为什么叫做密法呢？因为它和心的本性有着直接的关系，是心的本性的诠释。我们在修顿超期间，光明境界先从单身佛像开始，逐渐开始双身佛像，最终达到法性灭尽地，它有这样一个过程。所以，诠释必须符合心的本性，并非思维造作，想怎么诠释就怎么诠释。有些对密法不懂的人或刚入门的信众，初

次接触这样的现象，无意当中会产生很多质疑，甚至诽谤。为了避免不具根机的人无意中造业，共道密乘十四条根本誓言的第七条规定：“非器非熟庸俗前，若传密法违七条。”我相信，这些道理在我们修行过程中会逐渐懂得。

此应具自然（力量大、无散漫）之必要。

此处“自然”指不辛劳。如是发心，知道清净刹土不需要在外境中寻找，而在清净心之中。这种清净心，一切众生本来具有，临时不能呈现的原因是被无明二取遮止，因此一切修行都集中于消尽无明二取。由于这个理解，修法会变得更为自然、轻松。

在讲解显密差异期间，密宗较显宗超胜主要在于见解不迷惑、修行方便多、行为无辛劳、根机为上等。这里讲的“自然”就是行为无辛劳，在非常自然轻松的前提下，可以成办无上菩提。当然，自然不是放逸，而是力量又大、又没有散漫。由于密法原始本具有的特点在行为中如理如法造行的原因，可以迅速成办本来之果位。

（二十）修行正法应时时具足菩提心

菩提心是获得佛果的无谬正因，所以修行菩提心非常重要。有时候很多修行者问我这样一个问题：“我在座下的时候，突然提起正念要念佛，但由于时间非常短的原因，如果前面发菩提心，愿天下所有一切众生离苦得乐而念诵阿弥陀佛，可能就没时间念佛了。该怎么办？”

这样的现象很普遍。很多时候，我们可能只有两三秒钟的时间，若依三清净法次第修学，正行的时间就非常有限；但若不依三清净法修学，又非正法，所以常常处于两难之中。要记住，初次修学期间，必须一步一步完整地修学。由于不断串习的缘故，后期就变成一种习惯、一种印

象。就像我们刚开始叫母亲的时候，先要知道谁是母亲，然后再叫。但现前我们在叫母亲的时候，还需要知道那么多的道理吗？不需要，在叫母亲的同时，一切都已具备。

三清净法也同样一个道理。我们平常在座上修行的时候，必须认认真真地按三清净法修行。这样长时间修行的缘故，三清净法就变成一种习惯、一种印象。当提起正念念诵阿弥陀佛的第一瞬间，想的是三界六趣一切众生成办解脱，回向也是愿天下所有一切众生离苦得乐。这样，一句佛号已经圆满三清净法，具足菩提心。

这里需要知道的是，菩提心不仅意味着在修行之前生起这样一个清净心，而是在修行过程中，时时不离菩提心。

作为大乘教法的弟子，我们平常所修行的一切，都是为了三界六趣一切众生离苦得乐，这是我们修行的宗旨和真正意义。以慈悲心救度一切众生证悟佛果的愿望和清净心，是愿菩提心。这种清净心在我们从事每一件善事的时候都必须具备。这样一来，愿行菩提心同时具足。

刚开始入门期间，我们需要通过起心动念具备这个清净心。当我们在修行禅定的时候，执受本体为清净之刹土，妙力起现无量之慈悲心，两者一如中愿菩提心自然圆满，而修行禅定的行为就是行菩提心。所以修学禅定，尤其在禅定见解已赤裸，变成出世间禅定的时候，自然是菩提心。

要记住，在我们口里念诵、身做礼拜、从事一切善法时，都不能离开菩提心。只要离开了菩提心，那就不是正法，不是修行，不是修心。世间与出世间之间的差异、正法与非法之间的区别就在此上，所以这里面有很多值得我们去学习、探索和感受的地方。即便是念一句佛号，都应该反观自心：在念诵阿弥陀佛的一瞬间，和菩提心有着什么样的关联？若有，当然是正法；若没有，它就叫非法。诚如我等历代传承祖师无垢

光尊者所说：“自心与法若未融契，仅具道貌之形相，则无实义可谈。”也就是说，表面上虽然做个修法的形象，但是没有与菩提心结合，就不是正法。所以我等大恩根本上师如意宝喇嘛仁波切复次教诫我们：“初行者修法并非主要，首当之要务乃通达如何修行。”口里念诵几遍阿弥陀佛很容易，但是念诵的阿弥陀佛是正法还是非法，恐怕只有在闻思了知修行理趣之后才能辨别。

我想可能很多人都认为，修法就是按照书本的要求去念诵，发菩提心就是在念诵前想一下“愿天下所有一切众生证悟佛果”，所以很多人在念诵过程中，口可能在一边念诵，心可能在另一边胡思乱想。这时候真的需要细致想想，这样的修行是否是正法。我们在讲解正行的时候说过，令善根不被外缘摧毁是清净之正行。换句话说，正行就是时时与菩提心结合在一起。若没有做到，恐怕所做一切都称之为非法。懂得这些道理非常重要，通过不断串习、修学、熟练，将这些教言运用到修行中更加重要。若能做到这一点，我想这次讲法的意义就非常广大了。

回 向

【备注】

此为弟子根据大恩上师讲法记录略作整理，更详细的内容请参考闻法录音。因时间仓促，恐有错谬，故于大恩上师及道友面前忏悔！

愿大恩上师法轮常转！信众法喜充满！早证菩提！