

7.2 《圣者言教》第十四课（一）修法需与根机相应

作为修行者，寻求解脱是我们所追求的终极目标，但正如无上窍诀大圆满所讲解：成办解脱唯一的条件即为便智双运。因此，我们对于方便和智慧的认识，还需要细致一些。

从根机的角度来说，能对三乘教法中的密法生起信心者，称之为上等根机，但在修学密法的过程当中，想要做到如密宗所讲解的“依见而修”，恐怕是很困难的事。因此我等历代传承祖师曾曰：“以方便为次要，智慧为主要者，则已堕入声闻之灭谛矣。”也是在告诫后一代弟子，在平常修行过程中，修学禅定非常重要，但是契合方便而修学更为重要。正如成熟口诀法所教授，初次开始修学时，应以止观交修的方式来成办更高的见解，就是着重于方便教授。

无论我在何处讲法，无论是讲解上师瑜伽或者成熟口诀法，我都会讲解方便的重要性。如是传讲并非是因为我们的传承必须这样教条性地传讲，而是为了相应不同根机的众生。因为无论何种传承，都是针对不同根机而树立的法。例如有人虽然对佛法生起信心，但是他现前却不具备修学上乘法的根机，这时就不得不依靠下乘教法为他传讲。

因此，我等导师释迦牟尼佛所传讲的八万四千法门是八万四千种方便道，而不是说佛教必须要有八万四千个法门。法门不同是应众生根机不同而立，仅凭一种方便道，有些根机的众生可

能适应，但另外一些信众可能就无法适应。所以，导师讲法必须要按照众生不同的根机而以不同的方便道进行传讲，但目的都是一个，就是为了调伏内心。正如我等导师释迦牟尼佛曰：“自净其意，是诸佛教。”也就是说，所谓佛教就是调伏自己的内心而赤裸心性，除此之外无法安立佛教。

无论小乘教法、大乘教法还是密乘，都以调伏内心而成办解脱为根本。这一点之上，没有任何区别，但是在调伏内心的过程中，由于众生根机不同的缘故，不得不依靠不同的方便而成办解脱。正如我等历代传承祖师无垢光尊者曰：“自心与法不相融契，则无法调顺烦恼怨敌。”也就是说，若不根据自己的根机而修学相应的法，即便你所修学的法有多么深奥，对于成办解脱恐怕也不能起到切实之作用。

往昔有一位修行者请问一位高僧大德：“诸佛菩萨所有的传承教言之中，哪一种传承教言最为殊胜？”这位高僧大德回答曰：“与自己根机相应的法最为殊胜。”从这一句话当中就能得知，无论修学什么法门，都要先观待法是否与自己的根机相应。即便你所修学的法很深奥，但由于法与你的根机不适应，恐怕它就是最不深奥的法。在世间求学的过程中，我们都需要从小学开始，因为连小学的知识都不具备，想要学到高深的知识是不合理的。如果没有次第，即便走个学习的过程，实际当中也不会有丝毫之

利益。我们修行也同样一个道理，与自己根机相应的法才是最适合的法。

7.3 《圣者言教》第十四课（二）方便与智慧不可偏颇

虽然有时候站在共同的立场之中，导师会讲解方便的重要性，站在不共同立场之中又讲解智慧的重要性，但在实际修学过程中是着重于方便还是着重于智慧，则需根据妄念起现的程度以及自己的见解来定。若将自己的根机搁置一旁，一味追逐最深奥殊胜的法，对自己成办解脱而言，恐怕并没有很大的意义。

从普贤王如来到我等大恩根本上师喇嘛仁波切之间，历代传承祖师所传讲的一切法都可以分为三种传承方式：心印传承、表示传承和口耳传承。弟子与导师之间以心对心的方式印证见解，弟子即能成办解脱，就是心印传承。只要稍微点拨一下，听法者即能开悟，称之为表示传承。这两者讲经不要口，也不需要文字来诠释见解，但要记住，虽然这样的传法很殊胜，但自己是否能接受这样的传法，还要先观待一下自己的根机。若根机与法不相应，这样的传法方式即便有多么殊胜，对你而言，恐怕没有任何意义。

我们天天都在讲解人身难得、寿命无常等前行教言，因为我们的人生并没有那么多时间去做试验品。如果在做试验品期间，无常就降临在我们身边，恐怕今生想要成办解脱的心愿就难以实

现了。所以，为了实现即生解脱这个心愿，在自己平常修学的过程中要时时铭记历代传承祖师的教言，无论做什么，修什么，都必须符合历代传承祖师的教言。

虽然我们现前所传讲的《圣者言教》好像是在着重讲解方便，但其中还是会讲解一些智慧，因为现前我们都是以实修为主而成办解脱者，但在实际修学过程中，方便与智慧都不可轻视。例如你现前无论是依小乘无分微尘和无时分刹那抉择的见解，还是依大乘教法缘起性空推理出来的见解，总之在文字上对空性都有所认识。即便你对这些空性智慧有多么认识，但在实修中如果没有按照次第修学，恐怕这些空性见解对你起不了切实之作用。例如当你在面对贪嗔痴烦恼时，恐怕空性对你而言就是一个名词，它对治不了任何烦恼。

再举个例子。在座的大部分弟子都已经听了成熟口诀法，知道按照我等历代传承祖师无垢光尊者的传承，可以将整个修法过程总分为三个阶段——前行破除心房、正行直指觉性和后行护持修行之方便。其中前行破除心房讲解寻觅心之过患，就是“破人我”，这时知道我是不存在的。但“我”若不存在，为何在现实生活中又有那么多烦恼，那么多嗔恨心呢？为什么即便在梦中还是会对好的景色产生贪心，对不悦意的景色产生嗔心呢？既然“我”不存在，为何自己还有这么多烦恼？因此，我们所谓的空性，“我”不存在，都只是一个名词而已，实际上自己的心相

续并没有真正理解什么是空性。同样一个道理，很多般若经典上也都会讲解，过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得，或者心无形无相等。若真如此，为何自己在现实生活中还有那么多因贪嗔痴而产生的执著烦恼呢？既然一切如梦境般虚幻不实，为何内心还是会随顺梦境而飘动呢？这些都充分说明，在我们的观修过程中，只是走了一个过程。这样的修学对于成办解脱而言，还是远远不够的，因此在平常的修学过程中，一定要一步一步修学为妙。

我们修行的目的是为了获得自在。如今我们求学佛法的时间已经不算短了，从某种角度而言，无论是内心还是外相之上，都应该有一定的改变。但从另一个角度来说，恐怕我们的见解也还是那么回事。虽然我们都认为自己修行的目的是为了今生快乐、临终自在、未来更加幸福，但在现实生活中，内心却时时都在随顺习气烦恼而飘动。习气让你快乐你就快乐，习气让你痛苦你就痛苦。为什么自己还是和以前一样不自在呢？就是因为修行还没有到位。

我想，即便往昔你已经修过决断心之根本或寻觅心之过患，如今在修学过程中，还是需要返回到初次修法时的状态，认真修学止观交修——观的目的的一方面是为了精通一切教理，另一方面是为了不令自己的见解堕入断空之中。也就是说，在通常修学的过程中，方便与智慧都不可轻视，是运用剖析调伏妄念还是直视

调伏妄念，需要根据妄念起现的程度来树立，但前面的方便决不能轻视。在重视方便的同时，也必须契合智慧。

以上我们已经站在闻法者和讲法者的立场上，讲解了我们平常所从事的一切善法都应该契合六度波罗蜜。六度中的般若波罗蜜即为智慧，也就是说，一切善行必须配同智慧。若没有智慧，没有对空性的认识，则无法树立般若波罗蜜，因此智慧当然重要。但还要记住的是，方便与智慧两者并肩修学更重要。因为初次修法时，虽然达不到了义便智双运，但是也应尽可能运用便智双运，在不了义的前提下创造更高的境界。所以在修学的过程之中，方便与智慧都不能轻视。

7.4 《圣者言教》第十四课（三）三殊胜法的重要性

三殊胜法是成办解脱不可轻视之方便。当然，根据禅定的见解不同，我们可以从起心动念的角度当中单纯树立方便三殊胜法，也可以从智慧无缘的角度讲解了义三殊胜法。现前所讲解的是共同法部分，主要还是从起心动念的角度讲解三殊胜法。

我等历代传承祖师无垢光尊者曰：“加行发心正行无所缘，结行回向殊胜所摄持，此乃趋入解脱三要法。”也就是说，三殊胜法多则不需要，少则不圆满。三殊胜法具备八万四千法义，乃一切法门之精要。若将三殊胜法搁置一旁，即便自认为其外一切教理都已具备，成办解脱仍不可得。因此，三殊胜法是成办解脱唯一之道，无论平常闻法、修法还是从事一切善行，都要时时观

待自己的内心，是否已经与三殊胜法契合？若仅仅在外表上做了一个修法的形象，这样的善法并不一定是往生西方极乐世界之因。

往昔我们也讲解过善恶的区别在于何处。单纯从善的名称来说，如今世人都在提倡做善事，并宣传做善事的功德，但要记住的是，善的标准各有不同，适用范围很广，可以站在不同的立场之上定义什么是善。例如同样是一尊摆在眼前的佛像，有些宗教认为放在右边是善，有些则说放在左边才是善。因此究竟什么是善，各有各的传讲风格。如今我们都是信仰佛教者，我们所提倡的善应该是怎样的呢？时时观待自己的内心，消尽贪嗔痴烦恼，令本具有的出离心、菩提心和信心增上，这就是佛法安立的善的标准。

现前将善的标准扩展到三殊胜法之中，也就是说，当在从事一件善事之前，先有清净发心，紧接着有清净正行，最终以清净回向所摄持，这样以三殊胜所摄持的一切行为都叫做善。若不具有三殊胜法，即便从事的行为有多么广大，也无法称之为真正的善。诚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。”

因此，三殊胜法是直接对治烦恼、成办解脱之捷径道。若离开这种调心之方便，仅在表面上做出修法的形象，永远不称之为出世间的善。

7.5 《圣者言教》第十四课（四）初行者要重视三殊胜发心

如今我们已经知道善法的真正标准，若能将这样的见解运用到行为当中，无论行持何种善法都会成为解脱之因。以上我们讲解出离心、菩提心等时讲过，出离心分为下士道、中士道和上士道，只有上士道的出离心，才是成办解脱之因。修法若不调伏自己的内心，不具备三殊胜法，仅仅在表面上做出修法的形象，即便所修的法是远道法相乘、近道金刚乘或捷径之道无上窍诀大圆满，终不会成为成办解脱之因。因此这一点上，我们需要时时观待自己的内心。

从另一个角度而言，这一系列的教义都要从听闻而得，所以依止善知识，听闻众多教义是非常重要的。否则仅仅满足于自己从事了很多善法，但最终烦恼没有减少，功德没有增上，恐怕已经完全违背自己初入佛门的清净心，所做一切对于解脱而言，没有丝毫之利益。我等大恩根本上师喇嘛仁波切时时告诫我们，初次修行时趋入修法并不重要，首先要知道该如何修行。若不懂得修行的诸多理趣，无论修学多长时间，所做的一切不但无法成办解脱，还有可能成为非法，成为过失。

有些人由于对这些道理不了解的原因，有时候也会产生一些疑问：“我所依止的导师是一位具德上师，平常所念诵的不是心咒就是经文，除此之外也力所能及地做一些善法，为什么说我做的这些行为是非法呢？”我们曾经说过一个公案。往昔阿底峡尊

者初次进藏时的某天早上，他对侍者洛钦仁青荣波（仲敦巴尊者）说，他早上在光明境界中观察到一个修无上瑜伽部的弟子，当天早上所修的一切都已变成小乘之法。当时洛钦仁青荣波也如同我们般不理解——这位弟子所依止的导师是阿底峡尊者，印度八十大成就者之一，是印度数一数二的高僧大德；这位弟子所依止的修法是无上瑜伽部，是外三部最高的法，为什么这位弟子的修行却成了小乘见解呢？阿底峡尊者说，这完全取决于修行者自己。也就是说，虽然修行者依止的导师是阿底峡尊者，修学的法是无上瑜伽部，但在修法过程中完全已经失去了真正无上瑜伽部的教义，所以所行一切均变成小乘教法。

从这个公案中就能得知，即便认为自己的导师多么殊胜，行持的善法多么殊胜，一旦不懂得如何修行的时候，一切修法均有可能成为三恶趣。正如阿底峡尊者所言：“法不依正法而行持，法反成为堕入三恶趣之因。”因此，从初入佛门开始，这一系列道理都需要通达，否则很难在自己的修法中做得圆满。为了我们以后的修行均成为解脱之因，成为捷径成佛之因，如上一系列道理都必须通达。

7.6 《圣者言教》第十四课（五）恶念发心

我们已经知道了三清净法的重要性，了解了发心的种类，知道什么样的发心是正法，什么样的发心属于非法，因此无论在闻

思还是修法期间都要时时反观自心，若有偏邪就应及时予以纠正。发心总分为恶念发心、无记之念发心和善念发心三种。

第一、恶念发心。恶念发心分为怖畏之发心和善愿之发心两种。什么叫怖畏之发心呢？如自己身患疾病，或者家人有不如意的障碍出现时，自己修学佛法的目的就是为了一味消尽这些灾难，一旦具有这样的发心，无论是修学远道法相乘还是事部、行部、瑜伽部等近道金刚乘以及捷径之道无上窍诀大圆满，都无法成为解脱之因，因为发心已经偏邪。我等历代传承祖师华智仁波切也曾经说过：“心善身语善，心恶身语恶，心乃诸法源，调心佛善说。”心是一切法的根源。若发心为恶，即便表面呈现的是一种善法，实际当中也只能称之为恶。

因此在我们修行过程中，时时调伏自己的内心就是修法。为了让我们行持的善法都能成为解脱之因，我们在从事任何一件善事之前都应先观察一下自己的内心，如果带有怖畏之发心，应在发现的第一时间断绝这种恶念发心而树立善念发心。虽然由于无始来习气烦恼沉重的缘故，可能当下无法及时转变发心，这时不妨把要做的善事暂且搁置一旁，以调整发心为主。因为发心若不正确，从事任何善法对成办解脱都没有丝毫之利益。因此，怖畏之发心应及时予以断绝。

第二种恶念发心是善愿之发心。所谓善愿之发心是指自己修学佛法的目的是为了得到他人赞叹或供养，以追求世间福报为目

的。比如你去某处朝拜神山，或者是建造寺院、起立塔像以及闭关修学等，无论从事哪种善法，内心都是为了祈求获得他人的赞叹，增上自己的名声及福报，这些都称之为恶念发心。比如现前你在高原地方修学，内心却期盼着过几天能衣锦还乡，得到自己当地亲朋好友的赞叹，为此而精进修学佛法。若仅仅为了这一点而修学佛法，无论修学什么法门都称之为恶业，对于解脱没有丝毫之利益。

因此，我们要时时问问自己，从初入佛门直至今天，无论是身做礼拜还是口念咒语，自己做过多少善行？当自己在从事这些善法时，发心如何？有没有恶念发心之中的善愿发心或怖畏之发心？若具有恶念之发心，往昔所做的一切善事对于解脱没有丝毫之功德，这一点要铭记心中。

7.7 《圣者言教》第十四课（六）端正发心方能成办解脱

现前有许多居士和出家人在高原地方修学直断与顿超，也认为自己是在行持成办解脱的善法。我想，是否如此还是应该先问问自己，你是以何种发心在修学这些法？若发心为恶念发心，别说呈现功德，烦恼可能还会越来越重。原因在于何处？因为你在造业。

比如蓝色的天空本来具有，但由于阴天被乌云所遮而无法显现，现前以恶念发心的一系列行为就如同在乌云上面再加一层乌

云般，蓝色的天空更加不能显现，这种行为本身不能成为清净蓝色天空之缘。也就是说，由于无始以来习气烦恼沉重的原因，无法呈现本来面目，现前以恶念发心摄持的一切行为，都是在往昔烦恼的基础上再增一层烦恼，会令本来面目更加无法呈现。如果细致观察就会发现，自己的贪嗔痴烦恼以及性格等多方面都在往不好的方向发展，与解脱正在背道而驰。

可能有些人会觉得自己很冤枉，因为自己做了那么多善事，现前才知道最终一切都是在造业，那进入佛门还有什么意义呢？要记住，闻思、理解诸多解脱的道理和成办解脱的方法，正是自己进入佛门的真正意义。初次进入佛门期间，由于不知道什么是真正的善法而盲目修法，无论修学多长时间，实际当中可能还是与解脱背道而驰。这些都是没有依止善知识、没有闻思正法的过失。

我们常说，修学时间越多越善，但前提是具有清净发心。若能以清净发心摄持，无论修行时间多么短暂，所做一切均成善法。即便昨天只修学了一秒钟时间的善法，今天修持了两秒钟时间的善法，实际当中，功德也在日益增上。但若发心在恶念之中，即便昨天修了十二个小时，今天也修了十二个小时，烦恼仍旧不会减少，功德不会增上。因此时时反观自己的发心非常重要。

7.8 《圣者言教》第十四课（七）时时自省发心才与解脱相应

有些人修行中并未谨慎看待自己的发心，只要自己感觉还不错，就沾沾自喜，认为自己修行有功德。要记住，我们修行不是为了呈现感觉，因为很多美妙的感觉仅凭外缘也可以产生。但仅凭感觉可以成办解脱吗？

比如我们去风景优美的地方旅行，暂时卸下生活的重担与事业的压力，确实可以改变我们的情绪，让我们的心情稍微快乐一些，但这与解脱有什么关系呢？类似的显现在城市中比比皆是。比如很多人会经常光顾众多娱乐场所，目的就是暂时忘掉一些烦恼，令心情有些许平静，但我们修行的目的难道就是追求短暂的内心平静吗？

当然，由于我们习气烦恼沉重的缘故，在修学过程中难免会产生一些恶念发心，这对凡夫而言是很正常的。例如一位出家人想在某处修建一个寺院，但并非他有这样的想法就能当下做得圆满，还需要具备世间多方面条件。在成办的过程中，由于条件不成熟，难免会产生各种困难，这都很正常。但对修行人而言，时时反观自己是否具有恶念发心并及时予以调整非常重要，在座的所有修行者都应该谨慎观心。若反观自己在修行过程中，时时都希望自己能依靠修行而圆满世间一切福报，当具有这种恶念发心时，即便你所行持的善法有多么深奥，对成办解脱而言，都没有丝毫之利益。

现前有些修行人已经修了两三年的上师瑜伽、本尊、护法，或者诵经持咒、打坐放生等功德也做了不少，常自疑惑为什么自己的心还是没有很好的改变呢？为什么还是有这么多烦恼呢？按理说，修行几年，即便没有明心见性，也应该有一点好的感觉才对，为什么连好的感觉都没有呢？我想，有这样疑问的人先不讲解修法之方便运用得如何，先问问自己，在从事这些善法的时候，发心是什么？若掺杂于世间琐事，即便所修的法多么殊胜，所做的行为多么广大，都不能称之为功德。

类似掺杂恶念之发心的现象对凡夫而言也很正常。可能有些人还会想，人要活着，就不能不顾吃穿，否则很难在人间生存。但要记住的是，仅凭这样的发心而修法，恐怕所得受用也不会圆满。尤其我们在修行的时候都会说一切皆为虚幻，既然一切为虚幻，从事世间法的时候为什么就觉得一切真实不虚了呢？所以我们要知道，平常所修的法，无论名字和具体修法如何，实际上都在讲解一个道理，就是要断绝我执和法执。即便当时不能完全断根，一旦知道这个道理，为了断绝我执和法执所行持的一切行为都称之为善。

当然，对于刚开始入门的信众而言，由于我执太强的缘故，直接讲解这些道理，恐怕也难以做到。他甚至会认为，有这样现实的想法很必要。这时，我们也可以将这种恶念发心作为未来多方面条件更加增上的一个空间。但仅凭这一点，想要成办解脱还

是不可得的。所以想要令善根转变成无量，就要断除恶念发心，树立清净发心。这一点非常重要，要时时谨慎反省。

7.9 《圣者言教》第十四课（八）无记并非解脱之见解

第二种需要断除的发心是无记之发心。比如看见他人在做各种形式的善法，自己觉得非常好玩，在没有任何善或恶的目的的前提下，也跟随他人一起去做，就叫无记之念。

在我们修学禅定的过程中，内心若有起心动念，可能无记之念会少一些，但现前很多修学禅定者习惯将止观交修的观字搁置一旁而安住于无念状态之中。请问，当你把心安住在平静状态，止息一切妄念时，你的智慧在于何处？即便你用任何文字描述这种状态，一旦见解离开解脱本具有的三心（出离心、菩提心和信心），即便当时自己感觉多么丰富，也不是出世间之见解，不是解脱。在修学过程中，不具备方便和一切功德的超越识聚之见，很容易成为无记之念，因此，我们在修行过程中要细致一些。

有些人可能会说，自己在修行之前是有目标的，只是禅修中途处于一种傻呆呆的状态之中而失去了目标，但这到底是善还是恶呢？我们时时都在讲解，第八识阿赖耶识和前五根识无念状态，永久不能称之为善。如果第八识阿赖耶识和前五根识以及无念状态能称之为善的话，色界和无色界天就应该是迅速成办解脱之因。但经文中讲解，即便在一禅当中安住六千个大劫的色界天

或安住八千个大劫的无色界天终究不能成办解脱。这就充分地说明，这并不能称为出世间之善。知道这些道理以后，自己修法过程中就不能轻视方便的重要性，也不要一味追逐遮止、消尽一切妄念，而应该观察自己有多少清明。从方便的角度当中而言，出离心、菩提心和信心是否更为明了？眼前所有的一切相在你自认为很清明的前提之下是否知道？若不是的话，对你而言止观交修非常重要。

我们在讲上师瑜伽以及成熟口诀法的时候说过，四精要法当中的善巧运用是迅速成办解脱之因。我等历代传承祖师无垢光尊者曾经说过：“能知修行不知妙解脱，岂不犹如禅天定。”也就是说，仅仅知道把心安住在平静状态之中而不知道真正解脱之理趣，无论这种修法临时自己感觉多么满足，但依它只能成办世间禅定，想要获得究竟解脱是不可得的。因此在自己的修法过程当中，应该细致再细致一些。

7.10 《圣者言教》第十四课（九）善巧运用对于禅修非常重要

可能有些人在听闻无记之念与禅定的区别后会有这样的疑问：“难道初次修学禅定的人都能当下赤裸清明之状态吗？如果不是所有人都能做到，那么禅修过程中起现的无念状态不也是一种无记状态，没有一个准确的目标吗？如果这种无念状态不是解脱之因，我又该如何修行呢？”

要记住，我们之所以强调禅修过程中要善巧护持正念，其中一个目的就是为了调伏这种无记状态。当我们根据当时的状态而善巧运用持风、剖析调伏妄念、粗直视调伏妄念、细直视调伏妄念和安住调伏妄念等诸多方便来赤裸清明之状态时，禅修中出现的无记状态就不会一直持续下去，见解会逐渐赤裸。

我们说过，仅凭禅定本身的力量很难令自己的禅定达到更高的境界。如世间禅定的色界一禅可安住六千个大劫，若仅凭禅定可以成办更高禅定的话，应该可以由此成办无色界之禅定甚至出世间禅定，但实际当中并非如此。由此可知，善巧运用非常重要。如今有很多修行者还是习惯于根据自己的感觉来判断自己的见解。如果今天感觉很不错，一座下来没有很多起心动念，而且内心时时在很清明的状态中，便觉得自己修得很不错，甚至给自己一个定义：“我已经入定了”。但要记住的是，无论你用什么语言装饰你的禅定，但若所装饰的禅定不是解脱，对于最终赤裸实相见解没有丝毫之利益。

因此，从这个角度当中我们也能知道止观交修以及善巧运用的重要性。若能在初次修法期间就知道意识转为道用的重要性，在见解逐渐增长的过程中，能逐步了解智慧转为道用的功德，相信你的禅定决定会越来越增上。若无法做到，即便在高原地方驻留多长时间，可能最终也仍旧如同往昔一般，没有任何改变。以前我等大恩根本上师喇嘛仁波切常对弟子们开玩笑说，在高原

地方住得再久也不会超过亚青的一条黄狗。因为上师说他第一次在亚青修建玛尼堆的时候，那条黄狗就已经在那儿了。所以修行好坏，并不观待在圣地驻留多长时间，而取决于是否依教奉行。若修学不遵照导师的教言，只凭借自己的感觉而时时心生满足，这些都是不合理的。作为凡夫，我们的感觉多数还是处于贪嗔痴范畴之中，即便你的感觉有多么美好，恐怕对解脱而言，没有任何意义。

在以后的修学过程中，我们要时时反观自己的发心。若是恶念发心，应及时断除，若是无记之念发心，则需及时予以改变。当然，从断除和改变之中我们也能知道，恶念发心的业力更为沉重，必须先断除再进行正确的发心。而无记之念，业力相对要轻一些，一旦发现及时进行转变即可。但无论是断除还是改变，我们都要令自己生起善念发心。

7.11 《圣者言教》第十四课（十）善念发心

善念发心分为下士道、中士道与上士道发心三个层次。如果修行的目的仅仅为了获得三善道，这样的发心就称之为下士道之发心。换句话说，当你觉得人间非常舒服，有很多快乐，为了能在未来继续投生人间或天堂，而行持的一切诵经持咒、身作礼拜以及调心等善行，都只能获得人天福报而非成为解脱之因。

例如两个人同时念诵阿弥陀佛或者持诵《阿弥陀经》，一人以得到人天福报为目的，另一人以获得解脱为目的，虽然表面上两人的行为完全一如，但由于发心不同的缘故，最终得到的结果可能有天壤之别。因此，如果仅仅为了获得人天福报而修学，即便修法有多精进，所修的法有多深奥，最终都只能获得人天福报而非成为解脱之因，因为我们修学的结果完全取决于自己的发心之上。正如我等历代传承祖师华智仁波切曰：“心乃诸法源，调心佛善说。”诸佛菩萨无论为后一代弟子传讲什么教理和教义，实际上都是在讲解如何调心而成办解脱。

如果现前从事的每一件善事，目的都是为了独自获得涅槃之果位，虽然独自证果已经断除六道轮回，功德无量，但不具备佛的圆满功德，不能度化一切众生，尚有如是过失。这就是我们通常所讲解的声闻乘（小乘）中士道之发心。

所谓上士道之发心，是指念及三界六趣一切众生都曾做过自己的父母，为了令天下所有一切众生离苦得乐，往生西方极乐世界而发心从事一切善法。当然口中说出“愿充满虚空之际有情父母都能证得佛的果位，而令三门从事诸多善法”是很容易的事，但是内心深处能真正生起这样的清净心可不是一件容易的事情。往昔无论是讲解《初学悦耳宝藏库》还是《前行备忘录》，我们都讲解过在发心期间如何依阿底峡尊者修心七法和智悲光尊者（仁增晋美林巴）修心五法修学愿菩提心，但是想要真正生起菩

提心，令善根转变成无量，真的需要长时间修学。这就是上士道之发心，也称之为菩提心。

7.12 《圣者言教》第十四课（十一）上士道之发心

上士道之发心也称之为菩提心。菩提心具愿菩提心和行菩提心两个方面，其中愿菩提心要具备慈悲缘众生和智慧缘大觉两个方面。但想要圆满这两点，必须要遵照阿底峡尊者所传讲的修心七法或仁增晋美林巴尊者所传讲的修心五法，从知母、忆念母恩开始做起。

例如，先从自己母亲的恩德开始观想，逐渐扩大到三界六趣一切众生，忆念众生都曾经做过自己的父母，对我们都有今生母亲一样的恩德。但一切如母有情现前正在感受各种痛苦之果，而产生这些痛苦的原因正是为了我们这些子女而造下恶业。无始以来的所有父母都如同今生的父母般，为了儿女可以付出自己的所有。比如当我们感受病痛的时候，即便父母知道杀生是一种罪业，也会尽可能去外面找一些活生生的生命给我们补养身体，由此造下多么大的恶业！细致想想这些小小的事情就能清楚地知道，父母为了我们付出了多么大的代价。反过来想，正是由于一切恶业都由父母自己承担，如今他们仍然在轮回当中遭受痛苦，而现前该轮到我们回报了，所以要对三界六趣一切父母生起慈悲心。

当然，仅仅站在慈悲心的立场上而不度化众生获得解脱还是不够的。既然如此，我们应该将可怜的父母安置于何处呢？前面已经说过，下士道的目标是安置于人天果位之上。但细致想想，我们的母亲无始以来获得过很多次人身、天人身等等，但终究无法得到永恒之快乐，所以现前把母亲安置到下士道之果位还是有些不够。如果将母亲安置到中士道果位之上，虽然他们已经超越六道，但还是不具佛的一切功德，因此安置于中士道独自涅槃果位仍旧有些不圆满。由此可知，将一切母亲安置到上士道佛的果位当中，才是最圆满的。因为佛的果位具有遍知的功德，从自显的角度来说，获得断证一切功德乃佛的境界。我们平常也在讲解，因为烦恼已经消尽并超越时空界限的缘故，西方极乐世界的一切显现都是功德，所得到的快乐也是永恒的。所以将父母安置到佛的境界才是最究竟的。

当自己在禅修时产生昏沉、掉举的时候，可以观修菩提心，从观想自己母亲的恩德开始，直到观想将一切众生安置于佛果，可不是仅走个过程就可以，需要修行者长时间去观想修学，因此，从修法的角度而言，我们无论修学什么法，其实都是在修如何将一切母亲安置到佛的果位当中。

世间人认为如果能经常在父母身边，为父母端茶倒水，嘘寒问暖，就是一种孝顺。当然，在自己条件允许的前提之下，自己的修法也不是非常精进，这时候能做一些这样的行为，当然是一

种善法。但从另一个角度来说，如果你现前所想的不只是端茶倒水，而是为了让一切父母都能获得解脱而精进修法，这就是出世间的大孝。

现前我在汉地讲法的时候也常常告诫大家，虽然世出世间的孝道可能有一些冲突的地方，但一个人是否是真正的修行者，看看他所做的一些事即知。如果一个连父母都不孝顺的人，说要成办出世间的大孝，恐怕他口中所说的只是一种狂言而已，因为大孝是从小孝的基础之上而创造的。现前我也要告诫在座的所有做子女的，应该非常孝顺父母才对。现前很多年轻人都觉得父母无法和自己沟通，因为他们的思想太落伍了。但你不妨想一下，你父母当年也是年轻人，在你还是小孩子的时候，父母是否嫌弃你完全不符合当时的时代，因此只管自己出去娱乐而将你丢在一边？如果这样的话，恐怕你早就不在这个世界上了。

因此根据历代传承祖师的教言，依据修心法要，从知母念恩开始逐渐修学菩提心是非常重要的。

7,13 《圣者言教》第十四课（十二）清净发心的重要性

凡夫最大的缺点是我执，用世间的语言描述，就是习惯一切以自我为中心，在面对他人时，无意中会形成一种特权意识。有时细致观察自己，当别人说自己有多恶劣时，恐怕自己什么都

不知道，这就是无意中产生的特权意识在作怪。因此，凡夫总是习惯给他人建立各种规矩，却不会以同样的标准要求自己。

作为修行者，从出世间角度而言，也同样一个道理。无论依止导师还是行持一切善法，由于我执作怪的原因，我们还是会以自己为中心，要求一切外境随顺自己的意愿。比如在依止导师的过程中，导师慈悲心的大小完全以自己的感觉为判断标准。如果今天希望导师笑，导师就笑，就会觉得这位导师很慈悲；但今天希望导师哭，导师没有哭的话，又会觉得导师很不慈悲，恐怕自己和这位导师没什么缘。我想，这可能不是有没有缘的问题，如果你以这样的见解去寻找导师，即便释迦牟尼佛亲自降临在你的身边，可能你也如同善星比丘和提婆达多一般，永远无法见到佛陀的功德。因此，我们时时都要观待一下自己的内心。

前面从父母的角度当中讲解，大孝是在小孝的基础当中树立的。若不具备小孝，仅在口中说要做一位大孝者，恐怕只是一种谎言。如我等大恩根本上师喇嘛仁波切，一生都在为三界六趣一切众生离苦得乐而努力，并且成办了很大的利生事业，但仅从忆念父母的角度来说，上师也称得上是一位大孝子。上师的父母在上师二十多岁的时候就去世了，但直到上师八十多岁的时候仍旧一直惦记着自己的父母。无论是讲法还是生活中，只要一提到自己的父母，上师就会流泪。长期在喇嘛仁波切身边的人都有所了解。如是讲解也是告诫大家，作为修行者，我们能否成为所有

人的榜样，就要反观自己是否有一些特别出众的行为，否则与凡夫的差距又在何处？即便自己认为自己的修行有多好，有谁信呢？

以上讲解的是清净发心的功德。通俗一点说，想要令善根转变成无量，清净发心不可或缺。因此无论以后从事什么善法，首先要观察一下自己的发心。如果修行的目的仅仅为了自己获得解脱，即便你修的法有多深，也只有一份功德。如果为了三个众生而修法，就有三份功德。若为三界六趣一切众生发心修法，就会变成无量之功德。因此，即便平常修行时间短暂，可能只有一两个小时而已，但若具有清净之发心，一两个小时的修法也会变成无量之功德。依靠无量功德的力量能消尽无始以来的罪业，我相信成办解脱已经不再遥不可及。发心清净是迅速成办解脱的殊胜方便道，所以，清净发心非常重要，需要我们时时反观自己的发心是否为上士道之善念发心。

7.14 《圣者言教》第十四课（十三）摧毁正行善根之恶缘

【总之，以方便摄持之善根——殊胜加行发心，应如上述调整发心。】

正如我们前面所讲述般，发心非常重要，要时时反观自己的发心。但是否修行前做过一次发心，正行之中就不再需要发心了呢？当然不是。清净正行做到圆满并不是一件容易的事情。我们

的心看不见、摸不着，不会随顺自己的意愿，让它不散乱它就不散乱，让它不昏沉它就不昏沉，这是不现实的。即便短时间可以做到清净，但是很快又会飘散，所以时时反观自己的发心非常重要。

【遇缘不坏之善根——殊胜正行无缘】

这是讲解正行，也就是我们通常所说的令善根不被恶缘摧毁。如果修行过程中内心掺杂于烦恼，这样的修法就会摧毁自己的善根。总的来说，摧毁善根的违缘有四种。

第一种是掺杂嗔心。无论修学的正行是口中念诵还是身体勤作任何善法，一旦期间掺杂嗔心，你所做的这件善事以及四十劫当中不具备三殊胜法的一切善根都已消失。即便看上去是在修法，实际上这种修法已经没有功德了。

当然，对于凡夫而言，想要完全断绝嗔心恐怕还很难做到，尤其很多时候，座上的心态取决于座下的行为。比如对一个性格很冲动的人而言，座下无论是对待金刚道友还是其他人，不是自己的言行令他人起烦恼就是自己见到他人的言行而心生烦恼，这些烦恼可能不会即刻停止，会在座上继续困扰自己的内心。因此，修行期间无意识当中就会起现嗔恨心。一旦产生嗔心，即便当时是在闭关修顿超，修法也只剩一个形式而已，并不具有解脱之功德。因此应时时反观自己的修法是否具有掺杂嗔恨心的过失。

曾有一位居士问我，座上为什么会反复纠结于一些微不足道的世间小事呢？比如前一天刚刚把电费水费都交了，座上的时候就会忍不住想，这次交了多少，是多了还是少了，下次什么时间交费等等。当然，对凡夫而言，无意当中产生这样的显现是很正常的。因为我们的心还很不听话，虽然我们希望它能静下来，但有时却很难做到。这时候要记住，在修学正行的过程中，提起正念很重要。因为一旦有了正念，在起现妄念的第一时间就能知道，契同着善巧运用，相信你的妄念就会自地消失。若不配同方便，即便前期身要七支坐法、语要排除九节佛风以及眼神等看起来都做得很好，但自己的心已经完全在另一个世界中飘荡，这样的修法对于解脱没有丝毫之利益。若平常打坐期间，有这种心念者，或者为了打发时间，甚至有些虽没有掺杂嗔心，但是内心会起现为何别人有神通、自己没有神通等妄念，我想还是尽可能早点起座，不要继续造业比较好。

修法若不懂得这些道理，只是执著自己已经修了多长时间的法，实际上完全是一种自我欺骗。例如在座的弟子，平常无论早上几点起床开始修法，只要打坐的时候是在打各种各样的妄想，这样的修行就已经没有解脱功德。比如出家人可能想，今天在高原地方修行，过两天回到汉地可能要接管一个寺院，我该如何接管？在家居士可能想，这两天能来藏地特别不容易，回去以后该如何交代呢？这样一来，虽说是在打坐，实际上就是在打妄想。

我想类似这种事情在座下的时候可以去想，座上的时候还是尽可能护持正念，不要打妄念。

总的来说，修法若掺杂于嗔恨心，所做一切善事不仅没有功德，四十劫中不具备三殊胜法的一切善行都会消失。所以修行时要时时提起正念。

第二种恶缘是赞叹自己的功德。无论功德大小，只要见到他人就赞叹自己的功德，就是摧毁善行的第二种恶缘。当然，赞叹自己的功德有不同的表达方式，有些是直说，有些是绕着弯说，但只要站在傲慢心的立场之中，在另一个人面前夸耀自己的功德，就是摧毁善行功德的第二种恶缘。

第三个恶缘是对所修之法生起后悔心。对一个真正对法生起信心而想要成办解脱者而言，生起后悔心不太可能。这里主要针对其他一些因缘，比如修法时间长短、供养数量多少等，只要产生后悔心，也是一个恶缘。

第四大恶缘是掺杂贪嗔痴烦恼。在修的过程中，无论是掺杂贪嗔痴还是嫉妒、傲慢等三毒或五毒烦恼，当时的修行已经没有丝毫之利益。

总之，令善根不被外缘摧毁，为清净之正行，也就是我们刚刚所说的，遇缘不坏之善根，叫殊胜正行无缘。这些都要铭记于心，非常重要。

7.15 《圣者言教》第十四课（十四）座下护持见解应随顺当地

【闻法等时，应无有散乱而作护持】

闻法与修法时，都要时时提起正念，护持自己的内心。对密宗弟子而言，在闻法期间，必须要在净观五种圆满的前提之下而听闻一切妙法。

【如观生起次第、念诵咒语等，或明观自身本尊、手持念珠、口诵“嘛呢”等】

在修法过程中，无论修学的法门是生起次第、圆满次第还是无上窍诀大圆满，尽管各个传承观想方式有所不同，但都应尽可能护持自己的见解，让心不散乱。

从座上的角度而言，我们天天都在讲解传承法脉清净而具普遍之信心、通达方便、认识智慧和善巧运用等四精要法，无论修学直断、上师瑜伽还是修本尊，都要具备这四精要法，因为一切修法都是以禅定作为基础。座下该如何护持见解呢？我等大恩根本上师喇嘛仁波切示现涅槃前告诫所有信众，一天不间断地念诵一百零八遍观音心咒和一百零八遍强制往生法，是我们必须保证的功课。也就是说，即便世间琐事多么繁忙，这些念诵也绝不能缺少。因为念诵的目的是为了让我们心不散乱。我们不但讲解座上的修法不能掺杂恶缘，座下也尽量不让恶缘扰乱内心。如果内心被恶缘束缚，还是一样会造业。

如果平时能经常手持念珠，念诵观世音菩萨心咒、莲花生大师心咒乃至强制往生法等，于座下护持见解当然非常好，但是这样的行为到了汉地可能就不太方便了。由于汉地不是全民族信仰佛教的缘故，看到出家人这么做可能觉得还可以接受，因为他们也知道穿上出家法衣的人，修学佛法就是他的全部，但世间人这么做可能就会被视为不太正常，因此还是要考虑得更全面一些为妙。

有些人担心，如果自己工作期间这么做，对自己升职加薪是不是会有一些影响，该怎么办？我等历代传承祖师华智仁波切在《自我教言》中说过：“语言随顺于亲友，衣饰随顺于当地，自心相应于佛法。”就是在告诫大家，无论我们做什么事情，行为都要顺从当地的习惯。如果你在高原地方手持佛珠而持诵咒语，是非常正常的。但在这一点上，汉族人有时候可能会表现得比较夸张。因为很多汉人非常喜欢手持几种念珠，不仅左手上一串念珠，右手上一串念珠，脖子上也有三串念珠，除了脚上可能不太方便之外，全身上下都是念珠。这一点即便是高原地方的人，也会觉得不太正常。因为我们平常看见精神不大正常的人，身上佩戴的东西会稍微比正常人多那么一点点。当然，我们都会说“色即是空”，如果你真正悟到这种境界，也就不需要在乎他人说什么。若还没证悟到色即是空，可能还是重视一下他人说的话，身上戴的东西也可以少一点。

所以平常我也告诫很多旁边的弟子，多带一些佛珠也不是不好，但是还是要尊重一下周围的环境，所以平时只戴一串就好。我想，大多数情况下，精神不正常的人和常人相比，不是有些不一样吗？比如冬季大家都穿很多，但是精神不大正常的人就会穿着单衣到处跑，因此我们的言行与周围大多数人相符，顺从当地的环境会比较好一点。我们手里不拿念珠并不代表我们就不是修行者，我们手持念珠的目的也是为了提起正念令心不散乱。这一点要铭记于心。

7.16 《圣者言教》第十四课（十五）依教奉行就是护持戒律

有些信众问，自己在座上可以安住，座下是否也能如是安住？我想，座下的安住程度与座上无法相比。因为同样是护持正念，座上比座下要相对容易一些。即便当时六聚呈现，由于座上能时时提起正念，心不外散的缘故，可以很快清净下来。但是在座下，心毕竟非常容易散乱，这时候想要提起正念护持如座上般的禅定，恐怕还是有些困难。此时若能念诵一些咒语，契合一些观想，我想还是挺好的。

比如从生起次第的角度而言，念诵咒语而明观自身就是本尊，或者手持念珠，口诵观世音菩萨心咒、文殊菩萨心咒或者莲师心咒等等都非常好。尤其在座的所有弟子都是本传承的弟子，平时每天念诵一百零八遍观音心咒、一百零八遍强制往生法更不

能间断。这是我等大恩根本上师为后代弟子所特定的一个功课，作为后一代弟子，我相信每个人，无论平时有多忙，这个功课都必须完成。因为当时上师也授记过，若能如是修行者，未来就会与他相会在莲花生大师刹土铜色吉祥山，这是多么殊胜的一个授记。我相信，这一点每个人都在做吧。有些非常狂妄的人可能会说，自己天天都与上师无二无别，还需要念诵这些吗？如果你真有这种禅定的话，当然用不着念诵了。因为惠能大师曾经说过：“凡夫口诵，圣者心行。”因此，前面所要求的观音心咒和强制往生法，如果你能做到心行，当然不用念了，但你真的有这个功夫吗？没有的话，我想还是不要太狂了，狂妄对解脱一点好处都没有。

还有一点，我可能不知道你是否天天都在念诵这些功课，但是天知地知，所以不要天天欺骗自己。有时候我们该严肃的地方，真得严肃一些。我等大恩根本上师喇嘛仁波切在示现涅槃前，为弟子做了殊胜的授记，若能遵照导师的教言，未来就会与上师相会在刹土，但现前问问在座的弟子，有多少人是遵照导师的教言在做，每天不间断念诵一百零八遍观音心咒和一百零八遍强制往生法？我想，作为修行者，该狂的地方可以狂，不需要狂的地方，还是谦虚一些比较好。如果今天我让大家一个个在佛菩萨面前立誓，说自己已经在做这些事了，我想有一半的人可能说，平时都在念诵，但昨天好像忘记了，今天补上行不行？作为希求即生解

脱的弟子，我们可真不能这样做，因为这些念诵恐怕用不了五分钟的时间，如果这些都不能坚持，如何解脱呢？

很多人有疑问，为什么自己的见解没有很好地增上？我想从某种角度来说，可能你天天都在犯戒。因为上师慈悲传授的一切教言，你把它当做垃圾一样扔到一边，这样一来，还有解脱的时机吗？别说希求深奥的教言，即便像这些平常能做得到的事情，恐怕在很多人面前已经难以成办了。我们可决不能这样。上师的恩德从世间的角度来说，如同父母一般深重；从出世间的角度而言，上师是十方三世一切诸佛菩萨的总集，是成办解脱的唯一引导者。如果口口声声说要依教奉行，实际当中却连我等大恩根本上师喇嘛仁波切的教言都听不进去，难道阿弥陀佛亲自降临在我们身边时，我们真的就会听阿弥陀佛的话吗？不可能的。所以，修行真不能自欺欺人。尤其长时间在高原地方居住的弟子真不能太狂，虽然你可能修过或正在修直断或顿超，并且具有一定的经验，但你能时时处处都在这样的见解当中行持吗？不会的，内心还是会有散乱、昏沉的时候，既然如此，为什么不把这短短的时间用在念诵这两个咒语上呢？这对我们来说，应该不算很难做到。

所以先不探讨你的修行见解有没有增上，还是先看看你是否时时都遵照导师的教言在做。我等导师释迦牟尼佛说过，在他灭度以后，后世弟子应当“以戒为师”，也就是说，成办解脱唯一

之条件是持戒。其中共道密乘十四条根本誓言的第一条是不诽谤金刚上师，第二条是不违背上师的教言。上师给我们制定的这些功课，自己一旦要是没有从事的话，就已经触犯了第二条誓言。不用怀疑，结果就是这么严重。所以我们依止具德且具缘的导师之后，应该老老实实地依教奉行，真的不要自我欺骗，这对解脱一点帮助都没有。

7.17 《圣者言教》第十四课（十六）时时提起正念不可轻视

有些修行者，感觉自己修行期间内心非常清明，甚至有时还出现一些他心通，因此会有点狂妄。我们暂且不讨论你的禅定见解，先问问你在做梦的时候能够认识梦的次数有几次？转变梦境的次数有几次？到五方佛的刹土有几次？达到梦光明境界又有几次？若不具备的话，我想，作为修行者，真不能太狂。

前段时间在亚青寺，有很多老觉母过来汇报见解。她说不仅现前能在梦中认识到梦，而且能改变梦境为西方极乐世界，如同与极乐世界比邻而居般。请问在座的弟子有几个能做到这样呢？有次问弟子，晚上做梦的时候，时时都能知道梦是虚幻吗？弟子说他知道是梦。我问他是什么时候知道的，他说是醒来的时候知道自己在做梦。但这还用得着说吗？我们所谓的知道梦境，是指自己做梦的当下知道梦里的一切都不真实，并且能及时停止梦境，甚至可以转变梦境，这才是知道梦。如果做不到，只是在第

二天白天才知道昨天晚上梦见的一切都是假的，并且当天晚上还会继续做梦，这可不是认识梦啊。只有在做梦的当下知道梦是虚幻的，同时可以改变梦境，这才是认识梦。比如在认识到梦境时可以当下改变梦境为五方佛的刹土，并在五方佛刹土听闻不同的法，或者在认识梦境当下进入梦光明之境界，这才是真正的见解。但在座的弟子又有几个能做到这一点呢？所以真不要太狂妄了。

当然，有时候瞎猫碰到死耗子一般，可能也会出现以上这些现象，但这些境界出现一两次也很正常。例如我们小的时候做梦，也很容易在梦中知道一切是虚幻的，并且能停止这些梦境。或者做噩梦时，梦见有人追杀自己，情急之中就想起自己在做梦，一切都是虚幻的。这些现象在我们没有进入佛门之前可能就经历过了，如今好像瞎猫抓到死耗子一般巧合地出现是什么原因呢？因为我们本具如来藏，有时候一瞬间当中就会有一些好的显现，但要记住，这只能说明我们本具有如来藏，并不能说明如来藏已经呈现，所以我们禅修的一系列过程都需要细致一点。

【应心于善缘中不散乱。若心散乱之观诵，即如无人空室之好坏，均无实义。】

评价一座没有人的房子是好是坏，没有一点意义，因为房子好坏需要人去感受。所以，当自己的内心掺杂贪嗔痴烦恼及一切妄想时，即便你在从事一些善事，实际当中也没有丝毫之功德。所以要记住这一点。我们说初次修学禅定的时候，时间要短，次

数要多，目的就是为了避免产生这样的过失。总的来说，现前已修了一定的时间，也已经习惯长时间修学，只要能提起正念，掺杂烦恼修行的现象恐怕就会少一点。因此，时时提起正念非常重要。

7.18 《圣者言教》第十四课（十七）妄念有无不代表禅定见解的高下

【所谓无缘，乃无有外境迷乱飘散之分别，而并非无有任何所缘。】

一切禅定都是从有相定开始而逐渐成办更高的禅定见解。当时由于没有完全消尽能观者，必然有所缘之对境，依靠这个所缘的能力令心清净。这里所谓的无缘，要求稍微高一些，在没有任何所缘的前提之下，让心清净下来。但这个没有所缘，并不像第八识般遮止五根，处于一种什么都不知道迷乱状态之中，两者完全是两个概念。如果一提到无缘，就觉得应该是一个没有形象对境的状态，如果真是这样，空即是色又如何树立呢？便智双运又如何讲解呢？在直断与顿超的时候讲解本基与任运无二，又该如何树立呢？所以，这里所谓的无缘并不是指什么都不存在。

再举个例子，如今很多修行者说他在修行期间，无意中会生起一种说不出的慈悲心和信心，甚至还会流泪等。由此可见，我们讲解的无缘，并非指修行者最终变成一个既没有出离心、慈悲心，又没有信心，只是傻呆呆的一个人，什么感觉都不存在的

一种状态。这种状态我们只能称之为植物人，这可不是我们修行的目的。所以要记住这一过程和差异。

前两天说过，单纯站在有缘的角度，在没有达到无缘之前，有缘是一种功德。就像华智仁波切所言：“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。”就是在讲解有缘的重要性。《三句精要》之中曰：“若能执受本体，妄念越粗大，更成解脱自性之功力。”若能将妄念转为道用，妄念则是成办解脱不可缺少之方便，这也是在说有缘的重要性。因此，从这个角度而言，与处于迷惑状态的单纯无缘相比，有缘的起心动念更好一些，因为有起心动念就更有把握成办解脱。如果天天都处于无记状态，我们可以肯定地说，你没有成办解脱的机会了。这么说有什么依据吗？色界天的禅定一禅可以安住六千个大劫，无色界天一禅可以安住八千个大劫，他们时时都在无念状态，但是依然没有成办解脱，这就是我们的依据。

要记住，有念不一定就是一种过错，若能将妄念运用得好，它也是一种功德。当然，如果不会运用，有念是一种过失，是漂泊轮回之根本。因此，在平常修行的过程中，不要因为妄念而烦恼不已，也不要因为没有妄念而沾沾自喜，因为以妄念多少判断禅定见解高下，只能说明你还不认识禅定。这些道理大家都要铭记于心。

7.19 《圣者言教》第十四课（十八）等持与所缘

【经中亦言：具清净之所缘】

何为具清净之所缘？我们初次修学有相定时，将心专注于某个所缘境之上，它就是清净之所缘。虽然这个清净不是最了义的清静，但相对来说，可以依靠它止息一切其他散乱，因此它也是清静所缘。若要讲得更高深一点，清静之所缘就是明空不二。这里所谓的“明”，虽然没有所缘之境和能缘之者，已经从能所二取之中超越，但这并不是说，眼前呈现的一切现象、耳边听闻的一切声音已经不存在了。

现前有很多汉族弟子非常爱推理，也就是说，无论他自己的禅定境界如何，他都喜欢凭自己现有的禅定来推理很高的境界。例如很多弟子会认为，禅定就是止息一切妄念，因此在修禅定期间，一旦有起心动念，就会一再认为这是过失。那么先请问一下，佛菩萨已达到入定出定无二，他会有各式各样的念头吗？比如早上起来会有想吃早饭的念，出门前有穿这件衣服还是那件衣服的念吗？再比如，当站在亚青寺的时候，他知道当地是亚青寺，这边是山，那边是草地吗？如果知道，是像我们平常所认识般，需要起这样一个念吗？或者今天要去办一件事情，心目中有自己要办这件事情的念吗？如果凭我们平常的推理，认为只有止息一切妄念，永远没有妄念才是佛的境界，佛岂不就是一个植物人吗？因为佛什么都不能想，一想就不是佛。讲解这些是告诫大家，在

修学过程中做一些思考，并不是什么过失。记得前两年我在讲解《普贤六界续》时，也讲过什么是智慧，这些道理知道一些也非常重要。

【一心专注善之所缘，犹如无风之火烛，称为等持，亦为三学中之心（定）学处。】

根据见解的不同，等持也有高低。但总的来说，只要能做到心不散乱，专注在某一个所缘之上，就叫做清净之正行。比如在念阿弥陀佛的时候，心专注于阿弥陀佛的佛号之上，依靠念诵令自己的内心清净下来，就是持名念佛。又如南传佛教小资粮道在修四念住的时候，修学禅定首先以呼吸作为所缘，令心清净。还有些教法依念“嗡啊吽”让自己的心慢慢静下来等等。虽然方式各有不同，但这些都是初步阶段，目的就是依靠所缘的力量来止息一切妄念，让心清净下来。这就叫做等持。

7.20 《圣者言教》第十四课（十九）清净正行禅定

禅定有多种分类，我们不能认为只要所缘在某一个境之上，就是一切禅定中最高的境界。不能这样简单地树立禅定见解，因为禅定分为很多层次。从这个角度而言，知道清净正行的一些道理非常有必要。现前我们所修学的清净正行是直断与顿超，这是完全从思维范围当中超越，是一种便智双运之见解。因此我们不仅仅要在意识转为道用之上能赤裸出很好的见解，并且还要懂得

辨别逆缘与顺缘之间差异。因为两者非常相似，若不细致加以辨别，很容易将各种见解混杂一起。

例如以前讲解过第八识阿赖耶识与出世间胜观之间的差异，前五根识与出世间胜观之间的差异，第六识与出世间禅定之间以及第七识末那识与出世间禅定之间的差异等。因为禅定见解若不作辨析，就会出现“相似相似易错乱”的情况。近段时间，也有不少弟子过来汇报见解。若仅从第六识耽著这个环节而言，当与出世间胜观做比较的时候，很多弟子对耽著的认识还是有些不够细致。难道耽著还需要细致认识吗。当然需要。因为我们认识耽著首先需要了解它的感觉，但这需要一个过程。

例如我们说过，能所在第六识耽著期间是一如的，出世间禅定期间讲解境心无二，也是在讲解一如，即便有时候认为后者的“境和心”就是前者“能和所”的异名，但同样是一如的境界，它俩最大的区分在于何处？再举个例子，眼前能看得见花，也知道是花，而后者也看得见花并且知道是花，请问两者有什么区别？你可不能把两种见解混为一谈，认为前者能所一如，后者是能所双亡的一如。但请问什么叫能所双亡？眼前呈现的境存在，知道眼前呈现境的了知也存在，既然两者同时呈现，怎么会叫做双亡呢？只不过是前者你用能所来代替，后者用境和心或者体和用代替，除了名词做了改变，你的见解实际当中并没有很好的改变，因为你讲不出两者之间的差异。即便你认为自己具有禅定，

但是当所谓的禅定与意识交杂在一起，这种禅定即便属于出世间禅定，也是一种不依止要义而做印证的禅定，依靠这样禅定想要迅速增上见解恐怕很不现实。

当然，不能辨别两者的最大原因，首先从顺缘出世间胜观的立场之中而言，是因为现前还没有完全赤裸见解。从逆缘的角度来说，在了知当中也还没有很细致地感受到其中的区别，所以就会认为两者好像相同。虽然在高原地方，无论是藏人还是汉人，修学殊胜法门的弟子比比皆是，但是真正能辩证两者差异者又有多少，真的很难说。当然，如果平常学过很多理论，或者看过一些这方面的书籍，从文字上可能会说得头头是道，但是用文字掩盖真实之见解，实际当中没有任何感觉，这样可真没有什么意义。

现前也有些弟子说，很多活佛或者导师都在印证弟子已经达到第几地的功德了，为什么从未在我面前听到过类似的授记呢？我们先不谈你现前的见解到底是一地、二地还是多少地，如果你能赤裸出自己的见解，能辩证上下不同见解之区别，你印证自己有一千地、一万地的见解都可以，但实际上，这些只是一个名称而已，对于成办解脱又有什么意义呢？是的，我最多可能就赞叹一下这个人修行不错等等。因为我也在想，以后若是需要印证一些弟子，目的也是为了让利生事业更加广大，或者在与阎王爷面对面的时候能够成办解脱。如不能过阎王爷这关，即便我给你印证几个地的见解，也没有什么意义。

要记住，印证禅定需要多方面条件成熟，就如同我等大恩根本上师喇嘛仁波切所讲解般，即便这个人禅定听起来不错，但是若性格不贤善，只是天天自夸心很清净，说这就是它的清净之正行，我想没一个人会相信。因为你的性格已经说明一切，因此印证禅定需要多方面条件的成熟。

当然，我们在座的很多弟子修行都非常了不起，但要记住，无论是否给你做印证，前提必须要能赤裸见解。要不随便一位导师为了照顾你的颜面，张口就说你是几地菩萨，可真没有任何意义。从某种角度来说，你的面子能值几个钱？总之，我们在理解清净之正行的时候，还是需要细致一些。

7.21 《圣者言教》第十四课（二十） 清净正行禅定

这以上就叫做清净正行。下面就是清净回向。【能令善根辗转增上 殊胜结行回向】。也就是令善根辗转增上者 是清净回向。比如说上面的这两个条件 已经具备。后面若要是做了回向以后。今天只念了一遍阿弥陀佛。当然前面清净发心 清净正行 一遍已经转变成无量之功德。但我们先不说上面 比如说 单纯以上只有一个功德。但由于你做了清净回向的缘故。明天在无意识 不需要去考虑它 它的功德也在越来越增上。今天是一 明天 就变成一百个功德。后天一千个功德 一万个功德。只要具备三殊胜法者。即便一个小小的善事 也令你往生西方极乐世界。一点都不困难。所以最重要的是三殊胜法。尤其前面两者已经讲完。后面

清净回向的重要性 就在于此上。比如说 我们今天在听课期间已经听了二个小时。这二个小时 前面有清净发心。中间有清净正行 下面有清净回向的时候。今天所听闻的这个 比如用数量来说是一个功德。由于已经做了回向的缘故 明天就变成多少呢。明天就变成十个 一百个 一千个 一万个。他不停在往上增长 直到圆满证得佛果为止。一直都在往上增上。这也叫做无漏功德。就是说由于具备三清净法的缘故。你的功德从此以后 越来越往上增长。有漏功德指的是。没有清净发心 没有清净正行 没有清净回向。所从事的一切善法 比如即便得到一些人天福报。在享受过程当中 享受一次 它就少一点。享受一次 它就少一点。我们先举个例子。如今在世上也有很多 受持福报很大的人。无论是他从事一个企业。要不做什么事情 好像可以说是心想事成。做得非常非常圆满。但是后面就变成世上最糟糕的人。做什么事情 什么事情不成就 什么原因呢。他前面能具备这样的福报。充分地说明了 宿世有善因是特定的事。但这个在享受福报的同时后面还会改变。说明他前面的这个善是有漏功德。以前他做过善事 但是不具备三清净法。所以即便获得人天福报。短短的时间当中 他的福报有多大。完全是心想事成。但是后期一切都已经消尽 变成比乞丐更乞丐。就说明他在享受的同时 前面的因逐渐在消。享受一次 前面的因就在消。就如同我杯中的水般。由于我以上的积累 已经得到一杯水。但这杯水就好比像 刚刚所说的有漏功德。他不具备发心 正行和回向。我已经有这样的因 也就

是已经具备一杯水。我可以喝十口 就是这个水可以喝十口。我在喝的时候 我喝一口 我可以享受一口的快乐。比如当时很渴的时候 我喝一口 我当然很快乐。旁边人没有水喝 我可以喝一口 我的福报多大。但是你杯里已经少了一口 只剩下九口 你再第二次。很多人 很多人都在一个 荒野的地方找不到水喝。但你还有水 你可以喝一口。谁都会羡慕你 你有那么大的福报。但是你在享受第二口水的时候。要记住 你前面十口水里头 已经少了二口 只剩下八口。所以如是般去享用的时候 又不再积累。所以在因上面 越来越少 越来越少。当这个水喝完以后。你再渴的时候 就没水可喝 就要受痛苦。这就是我们通常所说的。有漏功德虽然能具备一些福报 但终究还是会灭掉 它是生灭性的。无漏功德永远会往上增长 不会往下堕落。所以说成办解脱唯一的条件就是无漏之善法。无漏善法的前提就是三殊胜法。要铭记心中啊。无论是世间人 在寻求福报的时候要记住。无漏之善法才是创造永恒不变福报之因。要不即便你能得到一点点福报。恐怕在享受过程当中 不在及时积累 过两天又消失了。类似这样的现象 可以说时时在我们身边发生。包括有时候自己在内 有时候像有些。以前在一切都圆满的时候 并没有想到这些。后期才知道会这样现前知道 原因在何处。所以清净回向的原因就在于此上。所以每当我们在 行持一切善法之后。必须要及时做回向。但还有些人说 我也在做回向。但是我在想 早上发完心 晚上再做一次回向可以吗。可以呀。但是你必须要保证 这一天二十四个小时也

好。十二个小时之中 不掺杂于贪嗔痴烦恼。你能做得到的话 完全可以。但若要是掺杂烦恼的当下 今天所做的一切善事都已经消尽。到下午回什么向 什么都没有。也就是说好比你要给众生东西 你东西都没了 给什么东西呀。所以说这样意供可不可以。意供在有功德的前提下 他的前提应该有功德。做意供甚至真实供都可以。但是你要是什么都没有 说是意供 不是骗人吗。就像有时候 有些骗人的时候。我今天好像没带好吃的东西 实际上我家里真有的是。真有的吗 没有 就是在骗人。这个说是在回向 实际上骗三界六趣一切众生。你没有什么可回向的功德 回向之物。因为刚刚不是掺杂烦恼的时候 全已经消失了吗。以上做的功德 虽然我没有物 但是未来即将要做的善事。我能不能提前回向 给三界六趣众生 可能可以。但是要记住的是 无论是言还是行为。要时时记住 应该要切切实实是最好的。这就是刚刚所说的回向之功德。

7.22 《圣者言教》第十四课（二十一）略说回向

【能令善根辗转增上——殊胜结行回向，引导或下座时，如初始发心般。将回向之物：自他凡圣一切善根及所随喜之善根聚集一处。】

何谓“回向之物”？我们口中回向时都会念诵“以此善根”，这个善根就是回向之物。它具体是指自己及他人所行持的一切善。虽然有些善法不是自己亲自做的，但是在他人行善时，你随

喜他人之功德，就具有如同自己亲自做善事般功德无量。将这些善根聚集一处就是回向之物。

从另一个角度而言，也可以把自己无始以来所呈现过的一切身体以及各种吃穿受用作为回向之物。因为我们无始以来至今所享用过的一切，若现前真实具有的话，恐怕堆成一个须弥山都绰绰有余，若不将其转为道用，一切都没有意义。现前我们在回向的时候，将这些无始以来至今所受用过的一切，聚集在今天所回向的善根之中，就会转为道用。因此它也可以作为回向之物。

【回向之对境：尽虚空大恩诸母有情。】

回向的对境是三界六趣一切父母。无论现前是亲人还是怨敌，无始以来都曾做过我们的父母。所以回向的境应该是三界六趣一切众生。

【回向之目的：不被自私污染，而为一切众生速证殊胜圆满正等觉之果位。】

我们也复次讲解过，回向时决不能期许，将功德回向给三界六趣一切众生后，自己可以得到更大的福报。即便具有福报，也应把这个福报一同回向给众生。因为回向的目的决不能染杂于私心。

【回向之见证：深信诸佛菩萨住我前方虚空，祈请赐予协助。】

回向时，将十方三世一切诸佛菩萨观想在自己对面虚空之中，并且祈请诸佛菩萨协助自己圆满这个心愿。

7.23 《圣者言教》第十四课（二十二）回向的方式与内容

回向分为有毒回向与无毒回向两种。所谓有毒回向，就是将善根视为实有之物，将所回向的众生当作实有的众生，把回向者自己也认为是实有，在三者都是实有的见解当中做回向，称之为有毒回向。有毒回向只能得到人天福报。人天福报就如同在一盘美味佳肴当中杂一点点毒药，虽然享用的时候很快乐，但是一旦毒性发作，就要遭受更大的痛苦。也就是说，有毒回向虽然能得到人天福报，但当福报消尽时，就会遭受三恶趣之痛苦。因此，我们在回向期间，不能做有毒回向。

例如现前各地都有很多人放生，放生完回向的时候，虽然口中都会念诵：“愿将今天放生的一切功德皆回向三界六趣一切众生”但此时也不妨问问自己的内心，当下回向之时，你是否有三轮体空的见解？若实际当中还是认为三轮是实有的话，一切均已成有毒回向，最终只能得到人天福报。我等大恩根本上师喇嘛仁波切曰：“初次修法时直接修行并不重要，首先要知道该怎么修法。”也是在告诫我们，虽然我们从事了很多善行，但由于对佛法相关道理不是很了解的缘故，一切均成偏道。如同刚刚所举的例子一般，清净发心与正行若都做得很圆满，但是最后回向却为有毒回向，最终只能得到人天福报而非成为解脱之音，这可不是

我们的目的。因此为了避免产生这样的过失，必须要懂得这一系列道理。

但是，现前还没有证得三轮体空，对于回向物，回向者和回向的对境还是执为实有该怎么办呢？是否只能用实有的方式去回向呢？当然不是。正如前面所说，实执的回向只能得到人天福报，是一种有毒回向。我们应该用无毒回向进行清净回向。无毒回向分为真实回向和随顺回向两种。其中真实回向是圣者之行为，如我等大恩根本上师喇嘛仁波切及历代传承祖师，均已圆满实证三轮体空的原因，所以时时都能做到在显空无别之中做回向。但现前是我们还没有实证这样的见解，就应该按照无毒回向的第二种——随顺回向，进行回向。即十方三世一切诸佛菩萨及我等大恩根本上师喇嘛仁波切，如何回向给众生我即如是回向。如《普贤行愿品》之中普贤菩萨之回向：“文殊师利勇猛智，普贤慧行亦复然，我今回向诸善根。”因此，文殊菩萨和普贤菩萨如何回向给众生，我即如是回向。

作为修行者，如上讲解的理趣与过程必须要通达。每当我们回向的时候都应先如下观想：以此善根愿天下所有一切众生都能圆满一切所愿：令病者得以消除一切病痛；福寿浅薄者可以获得长寿；做学生的成绩能越来越好；成年人工作顺利，心想事成；没有智慧者可以获得智慧；慈悲心小的人可以长养慈悲；违缘深重者可以消除违缘；总之大家都能一切吉祥，并且最终往生西方

极乐世界。因为将一切众生安置到佛的果位才是我们的目标。因此我等大恩根本上师喇嘛仁波切如何回向给众生，我即如是回向。以上即为随顺回向。

7.24 《圣者言教》第十四课（二十三）三殊胜法非重要

【回向之方法：真实圆满三轮或随顺诸佛菩萨之无毒回向作印持。如是前后皆以三殊胜法摄持，至关重要！】

正如我们以上所讲解般，如果你的禅定已具有三轮体空的见解时，时时都在真实回向之中，也不需要三殊胜法分为发心清净、正行清净和回向清净三个不同的阶段。

我们说过，菩提心分为愿菩提心、行菩提心以及慈悲缘众生和智慧缘大觉等方面。其中无缘慈悲和真正智慧大觉就是圆满佛果时心的本体，两者本来一如，他既是愿菩提心也是行菩提心。在圆满实证悲空双运见解时，发心的本身就是胜义菩提心。在护持这样的见解同时，此外还有其他善法什么吗？因此，以这样见解发殊胜的菩提心就叫胜义菩提心。所谓清净正行是指心不散乱。在执受本体当中，妙力起现一切之相即便有多么迁变，均变成本体之庄严，又还有什么可散乱呢？因此他就是清净之正行。由于圆满实证三轮体空的缘故，已经证得悲空双运，所以他就是无毒回向之中的真实回向。由此可知，当具有真正的三轮体空之间时，就不需要再将三殊胜法分为三个不同的阶段。见解本身就是发心，就是正行，也是回向。

当然，我们目前还是依次第道而修学，期间仍旧会有好、坏、散乱或不散乱的状态，这个时候，发心清净、正行清净和回向清净三个阶段必须要区分清楚，并且在以后修学过程当中，尽量做到圆满。

如果往昔你已经做了很多善事，但是内心一直所期盼的功德并没有呈现，恐怕就是由于在你修行过程中，做得还是有些不圆满。汉地有种说法：“种瓜得瓜，种豆得豆”，如果没有前面三殊胜法做得圆满的因，后面也难以得到圆满的结果。我相信，这个道理，每一个人都知道，但有时候我们还是天天执著于果，而不去想其中的因。如同一个懒惰的农民在春天的时候不播种子，却又期待秋天的时候能够获得丰收，这可能吗？当然不可能。有些还希望播种几块石头后就能结出一个瓜，就更不可能了。因为因果绝不会颠倒错乱。在我们修行过程中，也同样一个道理。如果前面没有很好的善行，最终等待你的果可能并不圆满。

因此，前面所传讲的这些道理要铭记于心。若能记住导师为你所传讲的这些道理，就称之为闻思，也叫做实修。可能有些会有疑问，所谓闻思不是应该从分析的角度当中阐述见解，从戒律和修行方便之中讲解修行和行为吗？当然，后面我们也会如是往下讲解，但要记住的是，无论讲解的是见解、修行还是行为，所传讲的一切教言都是在讲解如何对治自己的内心。只要能把自己

的心调伏好，它就叫理论、就叫实修。若要是没有调伏好自己的内心，一切讲解就什么都不是，既不是理论也不是实修更不是。

7.24 《圣者言教》第十四课（二十三）讲法顺序调整

闻法方式以上讲完，以下讲解“宣说引导次第”部分。讲解完第一部分无上窍诀大圆满的传承来源后，就要从见解的角度当中讲解基道果并作印证。但根据往昔讲解前行的方式，以及历代传承祖师及我等大恩根本上师喇嘛仁波切的讲法传统，初次在讲解这部教言时，并不按照这样的顺序作讲解。另外一部教言《初学悦耳宝藏库》的前半部分也有直断的印证，但依据讲法传统，一般也不以印证直断见解的方式直接讲解。

因此，这次讲法，我们也按照传承祖师的传讲方式，将这部分的内容放到最后宣讲。届时我们再从基道果的角度，配同平常的修法以及其他的一些教言再做细致地讲解。因为这部分教言当中，对于“基”讲得非常圆满。若能再结合其他的一些教言，相信大家从直断的角度当中，对于它会有很好的认识。至于行道就更不用谈了，因为成熟口诀法本身就是行道。对于果位当中的法性现前相、觉悟增长相、明智如量相和法性灭尽地相等四相，文字描述也非常细致。总之，这部分文字是值得修成熟口诀法的弟子欣赏一下，因为其中已经传讲得非常圆满。虽然文字不多，但

是既分析得清楚，对于弟子而言也不容易忘失，很适合大家平常的修行。

所以，按照传统讲法，这部分是搁置后期再做传讲，而不是依照法本一页一页地传讲，这次我们按照这样的讲法方式往下传讲。接下去，我们就直接讲解共同前行之传承。