

# 菩萨行的秘密——《入菩萨行论》讲解

原著者：佛子希瓦拉（寂天菩萨）  
讲解者：宗萨堪布彭措郎加  
记录翻译：吴宁强

梵语：宝地萨埵杂日阿亚阿巴达日阿  
藏语：香秋森巴一协巴拉局巴  
汉语：入菩萨行论

## 目 录

菩萨行的秘密——《入菩萨行论》讲解.....	1
前 言.....	2
著论五支.....	3
学法要求.....	6
题目：入菩萨行论.....	7
第一章 菩提心的功德利益.....	8
第二章 忏悔罪障.....	30
第三章 完整领受菩提心.....	51
第四章 谨慎防范.....	66
第五章 守护正知.....	82
第六章 指示忍辱.....	116
第七章 指示精进.....	150
第八章 指示禅定.....	172
第九章 智慧度.....	210
第十章 回向.....	257

# 前言

学佛的目的，就是证得菩提，而要想证得菩提，最核心的法门，也不外乎就是菩萨行了。

虽然有众多的经论都对菩萨行做了或简略或详尽地讲述，但是寂天菩萨所著的这部《入菩萨行论》，却是备受后世重视的一部论，因为在这部论中，全然揭示了菩萨行的根本密意。

虽然在汉语《大藏经》中，也有其译本《菩提行经》，但是却文有不全、义有错谬。因此，这部论在汉地并不常有学习者。

不过在藏地，却对《入菩萨行论》从来都非常重视，不但至今藏文《大藏经》中还保留着至少十种的印度大德所著的注释，藏地各宗派的大德们也都多有注释流传于世。甚至于，几乎在所有藏地寺庙的日常课诵当中，都将本论的回向章单独作为日常的回向发愿文而天天念诵呢！

本人非常有幸，能够在根本上师宗萨康谢五明佛学院院长、大堪布彭措郎加座前，于数月之间，连续听闻了本论以及《入中观论》、《大乘无上续论》等诸多教诲，法喜充满、欢喜雀跃。并得堪布慈悲开许，将藏文原文以及他的讲解整理翻译成为汉语，以便利益更多学人。

经过与堪布的商讨，整个的整理翻译就沿着这几个原则进行：

- 1、因为原文的偈句，和其他别的源于印度的佛法经论等类似，并不是严格的四句偈式（虽然大部分的时候是的），因此，在翻译原文的时候，也并不是完全四句四句地断句而翻，而是根据文意进行隔断。
- 2、在原文的翻译过程中，因为藏语文和汉语文在语法、文字、习惯等方面的差异，因此，有些原文中的一句，翻成汉语的时候就变成了两句；而有些原文中的两句，翻成汉语的时候，就缩成了一句。
- 3、在原文当中，有些字眼的使用，其实并不是字面上的意思，因此在翻译的时候，就根据文意，直接在汉语的原文中使用了表明内涵意思的字眼。
- 4、佛法的论著，尤其是注释和讲解，目的都是为了能够令读者明白佛法的本义，因此，不论是原文的翻译，还是堪布讲解的翻译，基本原则就是大白话，尽可能地使用白话来将法义表述出来。
- 5、再加上本人藏语文和汉语文的水平本身也有限，因此，就成了现在出现在大家眼前的这副模样。
- 6、这次刊出的，是堪布对本人的讲解内容和堪布在台湾所讲解内容的综合校对版，和之前有些读者在宗萨网站上所读到的略有不同，一切以这次的内容为准。

在本书的整理翻译校对的过程中，得到了诸多朋友的大力协助，在此真诚致谢！

更要感谢我太太和女儿无微不至的关心、理解和支持，我爱你们！

愿众生都能早日进入菩萨行、成就大菩提！

吴宁强

## 著论五支

一般而言，对佛教的经典应当如何进行讲述呢？

我们首先就应当看看过去的大师们是如何说法的。

首先来看佛是如何讲法的？佛是通过三种神变而进行讲法的：身神变，从眉间白毫放射无量不可思议光芒，将化机集中在自己的身边，示现广长舌相覆盖三千大千世界，令身边的所有化机都在心中生起信心；意神变，则能够完全明了身边所有化机的心性、根器、习气等特点；语神变，则使用具足六十种功德的妙音，使不论是天、龙、人等任何的众生，都可以按照自己的语言而听懂佛所宣讲的法义。

接下来，阿罗汉们是如何讲法的呢？阿罗汉则是通过三种清净而进行讲法的：听法者清净：阿罗汉通过自己的他心通，观察听法者的相续和根器是否符合要求，如果符合要求，就为之讲法，反之，就不讲法；讲法者语清净，阿罗汉已经摆脱了贪嗔痴等三毒和烦恼，所以他们就可以用毫无垢染的语言和词句来进行讲法；所宣讲之法清净，阿罗汉所宣讲的法，全部都是直接从圆满佛陀之处听来的，并且因为阿罗汉已经得到了不忘总持，因此也就能够没有任何词句错漏、没有任何法义错谬地进行宣讲。

之所以阿罗汉不能通过三种神变的方式进行讲法，那是因为阿罗汉有四种不能：不能尽知一切处，就好像目犍连纵然是神通第一之人，却也不能观察到自己的母亲已经转生到东方具光佛土一样；不能尽知一切时，就好像舍利弗并不能观察到原来长者善生的相续中也具有解脱的种子一样；不能尽知一切因果，就好像孔雀身上其中任何一条花纹的因缘，他们都说不出来一样，所谓“孔雀花纹任一条，因缘差别实在多，全了知者称遍智，非遍智者难了知”；不能尽知一切佛法，就好像他们并不会具有佛陀的十力、四无畏、十八不共法一样。

所以，阿罗汉并没有能力通过三种神变进行讲法。

那么，班智达又是如何讲法的呢？在佛法的发源地印度，有两所最为著名的寺庙，其一为那烂陀寺，那烂陀寺中的班智达们在讲法的时候，则会使用五种圆满来讲佛经、使用著论五支来讲述诸论；另外一所寺庙为比扎马希拉寺，其中的班智达们则会通过令听法者堪受佛法和清净讲述法义这两种方式来进行讲法。

对于这个至关重要的论著《入菩萨行论》，作为旧译派诸大师如龙树菩萨和莲花生大师（他们都曾经是那烂陀寺的班智达）等的后学者，我们也会按照著论五支的方式来对这个论著进行讲解。

著论五支第一支，作者何人？本文的作者，是非常著名的大班智达佛子希瓦拉（寂天菩萨），他是真正得到文殊菩萨亲自摄受和加持的一个非常优秀的佛教大师。关于他的传记，可以简单地用“那烂陀出家，享誉那烂陀，布施外道群，引导乞丐众，调伏国王，胜伏外道”等来概括。

作者佛子希瓦拉，出生在印度南方一个名称作“绒波”的地方，他的父亲是当地的国王，名称作盖维高恰（善铠甲），他的父亲给他起名为希维高恰（寂铠甲）。

在希瓦拉很小的时候，一直都能够表现出大乘种姓的种种作为，比如说恭敬比丘、爱护臣子、扶弱救贫、施医施药等；并且就在一心不知不觉地实践着菩萨行的过程中，他很快就学习、精通了十八种技艺；尤其其他从一个修行人处学习了一种文殊菩萨的修法，很快他就亲自见到了文殊菩萨的真容。

后来，他的父亲去世了，大家都准备让他继承王位。就在他即将登基的前一天晚上，他在梦中来到了大殿之上，看到珍宝造就的王座上面，安坐着文殊菩萨，而文殊菩萨就对他说：“我的儿子啊！这是我的座位，而我是你的师父，你和我是不能坐在同一个座位上的。”

当他从梦中醒来之后，就想着继承王位并不是一件好事情，因此就毅然决然地断除了对

王权的执著，很快地逃离了王宫，来到了那烂陀寺。

在那烂陀寺，他拜所有五百班智达中最出色的加瓦拉（佛天）大师为师而出家，并且得到法名希瓦拉（寂天）。

在希瓦拉大师出家之后，他就一直在从文殊菩萨那里学习着种种的三藏佛法，并且在实践着所有的法义；而且他还将佛法中最重要的学处内容，整理成了一部著作——《学处总集》；而将显教的主要内容整理成了另外一部作品——《显教总集》；也撰写了这部论著。总之，他内在的断、证功德都已经非常圆满，但是却不被任何人所知晓。

从表面上看来，希瓦拉大师自从出家后，在那烂陀寺的其他僧人眼中，这个人整天就是吃饭、睡觉、闲逛，他们甚至还将这三种行为的字眼合在一起，给他起了一个外号“布宿顾瓦”，根本就不念经、不讲经、也不做任何僧人应当做的劳务。其他僧人就认为，这样行为方式的人，实在不应当继续呆在这个著名的佛教寺庙当中，但是又不好直接将他赶出去，因此就想出了一个办法：让比丘们轮流讲经，因为他什么经都没有学过，也没有讲过，到时候他自己就会知难而退，主动离开那烂陀寺。

就这样，大家都轮流对信众讲法，而每次轮到希瓦拉大师讲法的时候，他都会说“我什么都不会”，推脱过去；这样过了几次之后，大家认为一定要让他出一次丑，就找到了加瓦拉大师，让大师要求他讲经。等加瓦拉对希瓦拉说了“这次一定要讲经”之后，希瓦拉大师也就爽快地答应了。这下子其他的僧人都疑惑不解了，到底他是会讲经还是不会讲经呢？

为了彻底打消大家对自己的疑惑，希瓦拉大师就安排人在那烂陀寺大殿外面的广场上，搭建起来一座高高的法台，置办了丰富的供养之物，并且在讲法的那一天，在无数信众和比丘的注视之下，谁也不知道希瓦拉大师到底是什么时候、怎么样上到那个法台上去的。这下子，大家的心中就更加嘀咕起来了。

这个时候，在法台上安坐好了的希瓦拉大师，对下面的大众提问：“你们是想听过去曾经听过的法呢？还是想听一个过去根本就没有听过的法呢？”

因为大家都非常地疑惑不解，就说想听一个没有听过的法。

希瓦拉大师就想：《学处总集》太长，《显教总集》太短，要说言简意赅，最适合在这里讲述的，就属《入菩萨行论》了。

因此，大师就坐在高高的法台之上，开始讲述这部《入菩萨行论》。众人也在下面听得如醉如痴，同时也有非常多的人亲眼看见在前面的虚空中，真实地出现了文殊菩萨的真身，这才相信：原来外表看来只懂得吃、睡、转的一无是处的反面典型，原来竟然是一个真正的成就者。

就在希瓦拉大师讲述到第九章智慧度的“何时实法非实法”的时候，希瓦拉大师就和空中的文殊菩萨一起，越来越高地飞上了高空，并且在身体看不见的情况下，将整个论著的内容宣讲完成了。自此，希瓦拉大师也就被那烂陀寺真正地认可了。

就在听法的众人当中，有不少人通过自己的记忆，将《入菩萨行论》进行了整理，但是总共整理出来了七百颂、一千颂、千余颂等多个版本，而且互相谁也说服不了谁，都认为自己所整理的就是最准确的。

尤其是在《入菩萨行论》中还提到了要大家学习《学处总集》和《显教总集》这两部著作，但是谁也不知道这两部著作到底在什么地方。

因此，当大家听说希瓦拉大师可能就在南方的某处佛塔静坐之后，就派两名班智达前去邀请，但是因为希瓦拉大师不愿意回到那烂陀寺，两位班智达就只好将整理出来的内容有差异，并且不知道另外两部著作在哪里的这种情况进行了请示，希瓦拉大师就认可了由中印度班智达整理的一千颂的版本为正确版本，并且说那两部著作就放在自己在那烂陀寺住所的屋檐下的孔隙中，是用非常细小的班智达文字所撰写的。并且也将讲述的传承给予了这两个班智达。

之后，希瓦拉大师就去了印度的东部，在那里通过显示神变，令两个正在征战的国家停止了战争，并且两国的人都开始信仰了佛法。

在玛噶达西面不远的地方，有五百持邪见的外道修行人聚集在一处修行，在遭遇到当地的灾害之后，他们发出了一个心愿：只要有谁能够将从没有饮食的苦难中解脱出来的话，我们就会信仰他的教导。希瓦拉大师就用满满一钵盂的大米粥，经过自己的入定加持之后，完全让这五百人都吃得饱饱的，并且引导他们放弃了外道的邪见，进入了佛法的正道当中。

另外在一次大饥荒的时候，希瓦拉大师听说有一群差不多一千人的乞丐几乎都要饿死了，就专门布施给他们饮食，令他们脱离了死亡和饥饿的威胁。

因为有一个东方阿底夏瓦德国王，遭受到了玛杂拉的威胁，希瓦拉大师就专门到了那个国家，对国王进行了守护。

大师拿着一柄有文殊菩萨手印装饰的木头剑，带着一个剑鞘，通过自己在正法方面的圆满性，降服了那些玛杂拉，令整个国家的人都摆脱了伤害，因此也就得到了广泛的恭敬和赞誉。

在忌妒心的作用下，有些大臣就跑到国王跟前，对国王说：“那个人是一个弄虚作假的人，他拿着一柄木头剑，怎么能够保护国王您呢？”他们还劝国王将这件事情搞清楚。

国王听到这种事情之后大怒，就将所有的人都召集到一起，挨个地察看他们的兵器，等到了希瓦拉大师跟前的时候，国王也让大师将自己的剑亮出来看看。

大师说：“只要将剑抽出来，就会伤害到国王您的。”

国王并不相信这句话，仍然坚持要看看这柄剑。

希瓦拉大师就说：“既然如此，那就请国王到僻静的地方，并且要用手护住一只眼睛，只能用另外一只眼睛来看。”

国王为了搞清楚这柄剑的真相，也就答应了这个要求，只见希瓦拉大师将剑刚刚抽出来一部分，那四射的光芒，就将国王的眼睛刺瞎了，并且眼珠都掉到了地上。

在场准备看笑话的大臣和国王本人，全部都害怕异常，不断地请求大师的原谅。

希瓦拉大师就将剑又收了回去，将国王的眼珠重新纳入了眼眶之中，并且在加持之后，令国王恢复如初，并没有经受丝毫的痛苦。

就这样，整个国家的君臣，全部都对佛法生起了大信心。

后来希瓦拉大师就去到了冈底斯神山的南方，身上就好像一个乞丐一样穿着仅仅能够遮羞的短衣，并且以泔水中的渣滓为食。

有一次，一个大臣家的仆人在出来倾倒泔水的时候，不小心溅到了大师的身上，竟然好像将水滴到烧红的铁板上一样发出了滋滋的声音，水都好像煮开了一样，这个仆人心中非常惊讶，认为这一定是一个不一般的人。

这天，有一个外道的修行人，来到这个国家的国王跟前说：“我要在虚空中绘制一幅大自在天的坛城，如果佛教的人不能将这个坛城抹去的话，就请国王下令将佛教的所有寺庙、佛像、经典，用火烧掉，而且要让他们改信我们的教法。”

因为国王自己对佛教具有信心，就赶紧将佛教的修行者都召集了起来，询问他们是否可以将这种坛城抹去，但是没有一个人具有这种能力和信心。

等大臣回家苦恼地将这件事情告诉了家里人之后，那名仆人就將她所遇到的这个奇怪的事情报告了大臣，大臣又将这件事情报告了国王，国王就下令赶紧去找这个修行人。

等使者在一棵大树下面找到正在打坐的希瓦拉大师，将事情的前因后果讲述了一遍之后，大师说：“这件事情我可以做。”并且让使者回去报告国王要准备好一盆水、一盆火、两套衣服。国王也照办了。

就在要比试的前一天晚上，外道修行人提前在虚空中打好了整个坛城的线条，第二天一早的时候，他就已经开始用种种的颜料绘制大自在天的坛城了。

等到他差不多绘制好坛城东门部分的时候，希瓦拉大师就开始进入了禅定之中，只见突然刮起了一阵大风，大风将虚空中的坛城，连同整个的线条，都刮得一千二净，整个王城的大树、花草等全部都摇摆不定，人们也根本就站也站不稳，漫天的灰尘遮天盖地，伸手不见五指，外道的修行人也都被大风刮得连影都看不见了。

国王和王妃两人的衣服都被刮飞了，身上满是灰尘，什么也看不见，也冷得不得了，大师从自己的眉间放射出来光芒，指引着国王和王妃找到了自己的位置，并且就着那盆早已准备好的火取暖，用那盆水净身，把那两套衣服穿起来。

之后，就在国王的命令之下，将所有的外道寺庙、塑像、经卷等全部都摧毁一空，而另外修建了不少的佛教寺庙和塑像，并且整个国家的人，也都成了佛法的虔诚信徒。

甚至当地从此后还有一个名字：外道失败之地。

虽然希瓦拉大师一直都在说自己仅仅只是个普通的修行者，但是当达日大师说他是“文殊化身希瓦拉”；希日阿炯乃大师也认为他是登地的圣人菩萨；比布迪增扎大师也称赞他是“佛教大师人虽众，难见希瓦拉般人。”

在希瓦拉大师的作品当中，《学处总集》内容庞杂，《显教总集》则略显单薄，而言词虽少，但是内容却非常完备和详实的，就属这部《入菩萨行论》了。

正是因为这部论非常重要，因此传说在印度，光是这部论的论释，就先后出现了一百零八种，而收录在藏文大藏经中的，仅有差不多十种左右。

著论五支之第二支，从何立论？这个论，主要是对佛法经律论三藏当中经藏的归摄，以经而立论。

著论五支之第三支，属于何部？从大小二乘这两方面来说，这部论属于大乘；从大乘的显密两方面来说，属于显教。

著论五支之第四支，全文何义？本论的内容，就是如何发起胜义菩提心，并且如何修行六度等菩萨行。

著论五支之第五支，为何目的？一般说来，可以说是为了利益一切所有的众生而撰写的；但是更重要的，应当是为了那烂陀寺的五百班智达而撰写的，是希望他们能够清净地毫无错谬地实践菩萨行。

## 学法要求

关于听法者、学法者的要求，可以分成两部分：发心要求和行为要求。

发心要求：在听闻这个重要的论著之前，首先应当在心中发起殊胜的菩提心：在这个轮回中不断飘转的一切众生，从无始以来，全部都曾经做过自己的父母；在作为自己父母的时候，有饭先给我吃，有衣先给我穿，对我实在是非常的慈爱有加；甚至可以说，他们的心中只有爱护我这一件事情。

但是，作为我们父母的所有众生，虽然心中希望得到快乐，但是却从来不知道做那些可以真正带来快乐的十善业；他们虽然不想得到痛苦，但却往往专门做那些能够带来痛苦的十恶业，实在是颠倒不堪、愚昧不堪，实在是令人伤心可怜！

我现在已经获得了暇满难得的人身，已经遇到了千载难逢的善知识，正是实修正法的大好时机，千万不能被懒惰和散逸等所左右，应当将类似于这部论这样的甚深正法，好好地听闻、思悟、实修，然后要让所有犹如我的父母一样的六道众生，从他们各自的业果显现的痛苦中解脱出来，并且还要将他们引导到究竟圆满的遍智佛陀果位！

这样子进行思维、进行发心，是最关键的一个窍诀。

行为要求：首先就要舍弃三过、六垢、五不持。

所谓的三过，耳不专注口覆过、意不持受有漏过、杂烦恼为有毒过。如果在听法的时候，

听法者的耳根并不能专注在善知识的法音上面，就好像将一个容器的口朝下，而想从上面给它注入甘露一样，虽然看起来也在听法，但是根本不可能有丝毫收获的；如果在听法的时候，仅仅只是听到了，听见了，并没有真正地去用心持受的话，就好像是给一个底部有漏洞的容器里面注入甘露一样，注入多少，也就会漏失多少，还是不会具有真正地指导自己实际修行的利益；如果在听法的时候，心中一开始就已经想着自己因此会得到什么样的名声、得到什么样的恭敬、得到多少的财物，或者说是心中存在着贪嗔痴三毒等妄念的掺杂，就好像给一个装了毒物的容器中注入甘露一样，不论甘露多么珍贵，不论甘露有多少，也都会被毒所染，并不会给自己带来真正的利益，反而还会导致自己更加的不如法。所以当彻底舍弃这三种过失而听法、学法。

所谓的**六垢**，《注疏明论》中有：“我慢不信不追求，外散内沉生厌烦，此则是为六种垢。”认为自己比上师和同学都要强，对法和上师、同学没有信心，没有对法义的追求之心，诸根被外界种种所吸引而外散，或者内心昏昧而内沉，对听法过程中的冷热饥渴疲劳等心中产生厌烦之意，如果有了这六种情况，就算是一生之中一直都在听法，其实都会对正确领会法义的自然禅定、智慧、解脱等产生很大的障碍，甚至到了来生，还会令自己遭受不能得遇正法的恶报，从此就会一直飘转在轮回之中而根本不会有出离的机会。因此就应当摆脱这六种垢染，一心恭敬信解地听法学法。

所谓的**五不持**，持字不持义、持义不持字、不会意而持、上下乱而持、会错义而持。如果只是对文字非常在意，但是却并没有去领会其中的法义，根本就不会对自己的内心带来利益；如果仅仅只是去关注其内在的意思，却有意抹煞文字，也不会有真正地利益；对于各种不同用意和不同讲述方式的讲法，如果没有有效地针对性地去领会意思，就会和真正的法义背道而驰；如果将前后上下的法句顺序颠倒了，也会彻底弄错真正的法义；如果完全错误地领会了法义，那直接就会成为邪见。所以，对于这五种不持，也是应当仔细地加以摒弃的。

在排除了上述的三过、六垢、五不持之后，接下来就要通过四想和六度的方式来认真地听法学法。

所谓的**四想**，在《华严经》中有：“善男子，你们应当对我生起医生之想，对法生起药物之想，对认真实修生起治疗疾病之想，对于一切善知识生起良医之想。”

所谓的**六度**，是听法学法的瑜伽士应当具备的，在一切实修之口诀《现证本续》中有：“首先生起菩提心，观想自己成度母，右耳观想成莲花，上师观想成文殊，观想上师口放光，光芒融入莲花中，观想众生成天女，最后一二刹那间，观想无念之空性。”这就是听法学法过程中的加行、正行、结行瑜伽。同样还有“供养花朵供坐垫，法坛处处谨慎行，不伤所有之众生，恭敬祈请上师尊，无散专心听师语，为解疑惑提问题，此乃度母六支法。”其中供养上师坐垫、花朵等就是布施度；将法坛收拾整洁并且时时处处身口意都谨慎而行，具有信心，就是持戒度；在听法的过程中，不伤害任何众生，并且能够忍受种种冷热饥渴，就是忍辱度；祈请上师讲法并且认真精进地听法学法，就是精进度；一心不乱地专心听闻和学习，就是禅定度；自己仔细思考法义，并且为了解除自己的疑惑而及时地向上师提出问题，进行讨论，直到最后能够完全解决心中的疑惑，这就是智慧度。

其实，讲法的上师同时也具足了六度：对弟子和大众讲法，就是布施度；本身没有烦恼，就是持戒度；能够不厌其烦地开示着法义，并且能忍受种种冷热饥渴等恼害，就是忍辱度；心中非常欢喜地对信众和弟子们进行讲法，就是精进度；在讲法的过程中，能够保持心不散乱，就是禅定度；能够将法义开示得明明白白，就是智慧度。

## 题目：入菩萨行论

讲解：**菩萨、菩提萨埵**，包含了两部分的含义：一是菩提，二是萨埵。

其中菩提的含义也可以分成两个部分：一是舍弃了一切应当舍弃的东西，比如说恶业、罪障等；二则是圆满获得了一切应当获得的东西，比如说智慧、功德、法性等。

因此，这两部分含义结合在一起，菩提的含义，则是圆满舍弃、净治了一切恶业、罪障等应当舍弃和净治的东西，同时也圆满获得了一切智慧、功德乃至究竟法性等应当获得的东西，其实也就是圆满了知一切、获得了一切智的意思。从这个意义上来说，所谓的菩提，其实也就是藏语“桑杰”、佛陀的意思。

萨埵，就是具有大雄大力之心的人的意思。

将前面的菩提，和后面的萨埵，二者结合在一起来说，就指的是：能够圆满达到菩提的目标，能够为了这个目标而精进修六度万行，能够具备如此大雄大力的人。

而将菩提萨埵完整地组合在一起来解释的话，就可以理解成为“进入了通过修行来追求究竟菩提的道路中的人”的意思。而单独的菩提，或者大菩提、无上菩提，就只能理解成为佛陀的意思了，并不能理解成为尚在修道过程之中的菩提萨埵、菩萨了。

行，是什么意思呢？上述的菩萨，为了追求究竟的菩提，为了一切众生的利乐，在无数无量劫的时间内，有着非常强大的心力和行动能力，甚至为了众生的利乐，连自己的头颅、四肢等全部都可以舍弃布施。

像这样的一个人，从他刚开始了解到菩提，开始发起菩提心，然后为了成就这个菩提心，而在三大阿僧祇劫中，修行六度万行，一直到最终圆满成就之前的一切行为，全部都属于本文将要涉及到的“行”。

所以，结合上述内容，所谓的菩萨行，其实就是在修行过程中的六度万行，一切的修行行为。

入，意思就是接下来的内容，就要讲述菩萨的一切行为了。也可以理解成通过本文的介绍，一个人就完全可以知道到底要如何修行菩萨行了。

为什么一部经论都要有自己的名字呢？按照经中的说法：“如果没有经论名，世人全都会糊涂，因此祐主大善巧，所有经论都命名。”尤其是当一个根器很利的人，只要他一看到经论的名字，就会明白这个经论中的主要内容是什么了；而一个根器中等的人，看到了一部经论的名字，至少还可以明白这个经论的法义归属；而根器非常一般的人，则会在知道了一部经论的名字之后，可以帮助他在浩如烟海的三藏当中，轻松地找到这部经论。这就是经论各自都有自己名字的意义了。

## 第一章 菩提心的功德利益

**正文：顶礼一切佛陀和菩萨！**

讲解：这一句顶礼的文字，按照我们的理解，并不是本文作者佛子希瓦拉在撰写本文时的内容。

在过去的印度，佛教的作品当中，有些文章前面有“顶礼\*\*\*”句子，而有些文章前面则没有这样的句子。

在这些佛教的作品被翻译成藏文的过程中，在法王赤松德赞之后的藏族统治者赤热巴坚的时期，赤热巴坚建立了一个翻译过程中必须遵守的规矩：凡是属于经藏方面的作品，在翻译的文字一开始，就要写上“顶礼一切佛陀和菩萨！”的字样；凡是属于论藏方面的作品，则在翻译的文字一开始，就要写上“顶礼至尊文殊菩萨！”的字样；凡是属于律藏方面的作品，在翻译的文字一开始，就要写上“顶礼一切智者！”的字样。

为什么要制定出这样的一个规矩呢？用这样的一个规矩，可以帮助学人清晰辨别任何经典的类别和归属，比如说一个人，他并不能很清晰地分辨经典的类别和归属的时候，只要



他看到了经典一开头的“顶礼一切佛陀和菩萨!”的字样，立刻就会明白：原来自己阅读的这个经典，是属于经藏部分的。

那为什么会是这样的一个规矩呢？比如经藏部分，基本上都是佛陀和菩萨通过问答的形式来完成讲述的，因此就要在经藏的正文前面，顶礼一切佛陀和菩萨了。

对论藏部分来说，因为论在藏语中读作“安巴”，而“安巴”的意思则和智慧、般若的意思是一模一样的。而在智慧的代表方面，则非文殊菩萨莫属了，因此就要在论藏的正文前面，加上“顶礼至尊文殊菩萨”了。

律藏部分，主要内容涉及到思想行为的规范，比如对出家比丘和在家居士来说，什么是可以做的，什么是不可以做的，而关于这方面的内容和规范，除了一切智者可以完全清楚明白之外，像我们这样还没有证得菩提的人们，是根本不能完全明了的。这也就是为什么要在那些属于律藏内容的文章前面，写上“顶礼一切智者!”字样的缘由了。

在赤热巴坚的时候，把之前法王赤松德赞时期所有曾经从梵语翻译过来的佛教经典，全部都进行了整理和校对。在这个整理和校对的过程中，就根据每一个经典的内容归属，分别在文章的开头，增添了不同的“顶礼\*\*\*”字样。

可是这里存在着一个问题：经典太多太复杂了，每一个经典之间的差别也都不尽相同，比如说一切耳传的经典，因为赤热巴坚以及他这个时期的佛教高僧大德，不一定都听讲过学习过，而且因为其中包含的法义非常深奥，他们并不能完全清晰地了解，因此在这些经典的前面，并没有统一写上那三种“顶礼\*\*\*”的字样。而这些耳传等经典，就完全按照本来梵语时的原貌，有些有对经典主尊的顶礼字样，有些则根本就没有顶礼字样了。

因此，我们就可以明白，为什么会在像本文“入菩萨行论”这样的经藏方面的文章前面，会出现“顶礼一切佛陀和菩萨!”字样了。

另外，在这个地方的**佛陀**，和之前的菩提萨埵中的菩提，含义是完全一样的，在梵语中为“布达”。

但是，在梵语“布达”的含义中，可以理解成为“断”，也就是之前我们所讲解的“香”的意思，断除和舍弃一切应当舍弃的恶业、罪障的意思；还可以理解成为“证”，也就是之前我们所讲解的“秋”的意思，圆满证得和获得究竟的智慧、功德、法性的意思。而这两种意思，并不能同时存在于这个“布达”当中，只能够在某些时候理解成为“断”，有的时候理解成为“证”。但是在从“布达”翻译过来的藏语“桑杰”中，其中的“桑”，就是之前的“香”，也就是“断”的意思；其中的“杰”，就是之前的“秋”，也就是“证”的意思，也就是说，藏语“桑杰”这个词，完全地表达出了梵语“布达”在不同情况下的两种意思。这也说明了当时把佛教经典从梵语翻译成藏语的那些大译师们，并不是不假思索地仅仅翻译字面意思就完了，而是经过深刻的理解和思维之后，才作出的如此通达的翻译。

可是有些人，在讲解的过程中，会把“布达”解释成为“布”就是“断”，“达”就是“证”，这其实是完全错误的解释了。其实“布达”本身，既可以是“断”，也可以是“证”的意思。

所以说，在藏语的“桑杰”、佛陀这个词汇中，既包含了“断”，断除一切无明、恶业、罪障的意思；同时也包含了“证”，增长并圆满证悟获得智慧、功德、法性的意思。这比起来梵语的“布达”，只能时而理解成“断”，时而理解成为“证”，要圆满得多了。

在这句顶礼文字中的“菩萨”，和之前题目中的含义完全一样，说的就是能够发起追求无上菩提之心，并且能够精进修行六度万行，能够在三大阿僧祇劫中积集资粮，能够为了众生的利乐，舍弃一切，甚至自己的头颅四肢，具有如此大雄大力的修行者。

而且要顶礼的并不是一个佛陀，也并不是一个菩萨，而是一切佛陀和一切如此修行的菩萨们。

是谁在顶礼呢？有种说法是，是翻译者在顶礼。

是什么时候在顶礼呢？说的是翻译者在准备翻译的时候进行的顶礼。

如何进行顶礼呢？说的是要身、口、意三门恭敬地进行顶礼。

为什么要顶礼呢？说的是为了能够顺利完成经文的翻译，为了遣除所有的违缘和障碍，而对佛菩萨进行顶礼。

这就是对于顶礼而进行的解释。

同样的方法，也可以用到我们两个人现在进行的讲解方面：我们也顶礼一切佛陀和菩萨。谁在顶礼呢？我们两个人在顶礼；什么时候顶礼呢？就在我们要进行讲解的时候；如何顶礼呢？我们身、口、意三门恭敬地顶礼；为什么要顶礼呢？为了让我们的讲法过程能够顺利完成，为了遣除所有影响我们讲法过程的违缘和障碍。

接下来就进入了佛子希瓦拉所撰写的《入菩萨行论》的正文了。

**正文：善逝俱法身者及佛子，当顶礼者跟前恭顶礼，  
能入善逝佛子律仪文，一如经文我当略讲述。**

讲解：这个偈句的前半部分“善逝俱法身者及佛子，当顶礼者跟前恭顶礼”，属于作者在进行撰写之前所进行的供养。

“善逝”，在这里的意思就是三宝当中的佛宝。那么这个“善逝”的含义是什么呢？善逝，和之前我们所谈到的“桑杰”（佛陀）、“香秋”（菩提）等，全部都是佛的名字，而类似这样的名字还有很多。那么具体到“善逝”（藏语：代协）的含义，“善（代）”，表示善、乐的意思。这个善和乐究竟代表什么呢？

我们先来看看过去在印度的那些裸形派等其他外道，他们的修行方法，就是在夏天的时候，赤裸着身体，坐在炎炎的烈日下面，同时还要在身体的四周燃起熊熊的火焰，就这样进行着炎热下的苦行；而在冬天的时候，也是赤裸着身体，坐在冰冷的水中，进行着酷寒下的苦行，时时刻刻他们都是身体赤裸着的。在饮食方面，他们也是非常严苛的进行控制。他们这些外道就是这样以种种难行苦行为主的修行。

而在佛教的教法当中，并不是进行这样的苦行，佛教的修行人身上穿着衣服，在讲法的过程中，也是具足了种种的条件，也是需要对身体进行滋养，要进饮食的。像那样的难行苦行的修行方法，佛陀根本就没有宣说过。佛教中所宣说的修行方法，则是要坐在舒适的垫子上，做好跏趺坐的姿势，然后仔细的修行心意的修行和禅定，通过这样舒适的方法，佛教认为可以最终成佛，根本就不用进行那么样的难行苦行。

也就是说，佛法的修行方法和过程，并不是那么的艰苦，而是比较安乐和舒适的。这就是佛教的善、乐的因。

那么在这种善乐的因的基础上，会证得什么样的果呢？果也是常乐我净的涅槃乐果。“逝（协）”的意思，就是到达的意思。也就是说，佛陀的教法，是通过善乐的因，最终到达善乐的果。因此，就称作“善逝”了。

另外，对于这个“逝（协）”而言，也有三种含义：执著逝、蒙昧逝、无余逝。

执著逝，我们凡夫，每一个人都具有这种种的贪恋和执著，而佛，因为已经完全证悟到了诸法自性无我的空性，因此这些执著也就不存在了，也都消逝了。因此就称作执著逝。而这种执著，在外道的方面则表现得更为突出，他们根本就没有明白诸法自性无我的道理，因此就会产生种种的贪恋和执著，也就不能真正的解脱。而佛则完全明白了这个真理，因此佛也就被称作善逝了。这是佛教和外道的根本区别所在，也是和那些不懂得修行，没有进入正道的世俗人之间的根本区别所在。

蒙昧逝，在凡夫当中，一些比较好的人，可以通过自己的努力，得到四禅天和无色界天的果报，可是因为他们并没有完全明了心的真谛，即使他们已经到达了天界，最终还是再次堕落下来的。而对于佛来说，因为完全地明白了究竟的心性，明白了究竟的法性，因此

也不会出生到天界，更不会出生到地狱。因此，这也是佛教和外道的根本区别所在。

无余逝，这是究竟的佛果，和那些声闻、缘觉等不究竟的道乘之间的根本区别所在。虽然对于声闻和缘觉来说，他们也具有执著逝和蒙昧逝的特点，但是因为他们的认知并没有达到究竟，并没有无余圆满地“断”掉所有的无明、执著和罪障，也并没有无余圆满地“证”得所有的智慧、功德和法性；而对于佛来说，他已经完全“断”了一切所应断的，已经完全“证”了一切所应证的，就好像往一个瓶子中灌水一样，对佛来说，这个瓶子已经没有丝毫空隙地完全地盛满了水，根本就没有任何不完满的地方；也就是说，佛已经无余圆满地具足了一切断、证的功德，没有丝毫不完满的了。这也就是佛和并不彻底的声闻缘觉之间的根本区别所在。

上述的执著逝、蒙昧逝和无余逝，也就是对于善逝之逝的一种解释。

以上的内容，就是三宝之中的佛宝“善逝”。

“法身”，在这里说的就是三宝之中的法宝。

一切应皈敬者中最究竟的，就是佛陀；而佛陀概念最究竟的，就是法身；我们一般所说的三宝之中的法宝，往往指的是佛所宣说的蕴含着种种见地的法语、法本，其实这并不是最究竟的法宝。而真正的法宝，可以分成两部分：教法宝和证法宝。所谓的教法宝，就好像现在我给你讲法，而你经过听闻后所得到的理解，就属于教法宝；而证法宝，一般来说，则是指配合着道次第而进行的种种能够进入自相续的证验，能够获得的果位。而这个果位的究竟，就是法身，因为声闻、缘觉和菩萨们的道果，都是没有究竟的，只有佛才具有最究竟的道果。因此从这个意义上来说，三宝之中的法宝，最究竟的说法，就是法身了。

“佛子”，一般有三种解释：身佛子、语佛子、意佛子。

身佛子，说的就是佛的儿子罗睺罗；语佛子，说的就是佛在成道后，在三转法轮时期所宣讲的一切佛法，而且小乘的声闻缘觉也可以称作是佛的语佛子；而意佛子，心子，说的就是菩萨。为什么说菩萨是佛的意佛子、心子呢？因为佛的法脉传承的执掌者，并不是佛的儿子，也不是声闻缘觉众，只有菩萨才能继承和执掌佛的法脉传承。就好像世间的转轮王的国法传承，只能由太子继承和执掌一样，佛的传承也只能由心子、菩萨来继承和执掌。

而这里的心子、菩萨，就是三宝之中的僧宝。

上述这样对三宝的解释，属于大乘不共的三宝解释：佛宝就是佛陀，法宝就是法身，僧宝就是菩萨。为什么说这是大乘不共的解释呢？因为在声闻乘的见解中，会把声闻阿罗汉认为是僧宝，这种见解并不究竟，也和我们现在的解释不同。

“当顶礼者”是什么意思呢？就是说除了刚才我们所明确指出的佛宝、法宝、僧宝等是值得我们顶礼的对象之外，声闻、缘觉等出家众，任何比我们功德多的人，甚至就好像我这样似乎多少有些功德的人，或者说表面上看来，他和我的知识、功德等都没有什么差别，但是他在哪怕半个偈句的理解上，比我强，也就是说他比我多了半个偈句的功德，那他也都是值得我顶礼的对象。甚至是比我出家早一些时间（他上午出家，我下午出家）的人，都是值得我们顶礼的对象。

在过去印度的时候，因为没有现在的钟表，他们对时间的判断，就是靠插棍于地，看日影的长短来分辨的。比如说一个人，他出家的时候和我是同一年同月同一日，但是他的日影比我长了一个指头的距离，这就说明他比我早出家，那他也就是我应当顶礼的对象了。

所谓的“当顶礼者”，其实就是这样的意思。也就是说，除了佛陀、法身、菩萨值得我们顶礼之外，上师、堪布、阿阇黎、声闻、缘觉等只要是比我们多了哪怕一丁点的功德，我们都要恭敬顶礼他们。

那么，是谁在顶礼这些当顶礼者的呢？就是本文的作者、佛子希瓦拉；是什么时候顶礼的呢？就是在撰写这个文章的时候了。

“能入善逝佛子律仪文，一如经文我当略讲述”，这两句话，就属于发誓著述了。就是说，在佛子希瓦拉恭敬顶礼了三宝，以及一切值得顶礼的对象之后，他发誓要完成本文的写作。

为什么要进行这个发誓呢？对于一个士夫、大丈夫来说，发誓的意思，就是我一定要把这个事情完成，绝对不允许不完成。一旦进行了这种誓言的承诺，哪怕是遇到了命难，也都要把这个誓言实现。如果没有进行这种发誓，那么这个事情最终能不能得到完成，谁也不知道，也就很有可能会不了了之了。因此，发誓著述的最大作用，就是用这种誓言来促使这个文章的著述，一定能够如约完成。

这也就是为什么在印度那么多的著述中，到处都可以见到发誓著述偈句的原因。

“善逝佛子”，就是我们前面所讲过的菩萨；“律仪”，就是菩萨的律仪，也就是菩萨行的意思。这句话的意思是说：我要写的文章，是关于菩萨行的文章。也就是因缘乘的教法，也就是属于菩萨学处的内容，而这个菩萨学处（律仪、戒）的内容，则可以分成三个部分：摄律仪戒、摄善法戒和饶益有情戒。而这三部分，就完全囊括了所有的菩萨学处、所有的菩萨行、菩萨戒的内容，其实也就是完全囊括了一切菩提心的修行方法。也包括了在下面将要讲到的愿菩提心、行菩提心、六度等菩萨行的内容。

换一句话说，这个文章，讲的就是如何修行菩提心，如何守护菩萨戒，如何实践菩萨行等方面的林林总总。

那这个文章到底会怎么写呢？“一如经文我当略讲述”，这并不是作者自己造做出来、独创出来的内容，而是按照佛所讲述的经典中的内容来写的。如果说既然内容全部都是佛所讲述的经典中的内容，为什么还需要你来重新写呢？难道大家不会从经典中自己去看吗？因为佛所讲述的经典实在太多了，这个经典中有一部分菩萨行的内容，那个经典中有一部分菩萨行的内容，很多人因此就搞糊涂了，会陷入这么多的经典中出不来了。

因为佛教的经典，基本上可以分成三种类型：散佚汇集类型、隐义明晰类型、乱简重整类型。所谓的乱简重整类型，是说在佛教的经典当中，鉴于某些修行方法和次第的前后错乱，容易让学习者产生混乱，而对这些错乱的内容，进行重新整理理顺之后的这种经典。所谓的隐义明晰类型，就是对某些佛教经典中的比较深奥和隐秘的法义，并不能直接从文字上面完全得到领会，经过重新陈述之后使文字背后的含义更加容易明显的这种经典。就好像你现在对《楞严经》所做的解释一样。散佚汇集类型，就是把散落在不同经典当中的有关法义，按照一定的方式，全部汇集在一个经典当中，以方便后学者更加方便地全面学习。

而本文，则同时具有上述三种类型的特点：首先，本文是把散见于各个不同经典中的有关菩萨行的内容全部都汇集到了一起；再者，本文也把那些经文中含义并不是很清楚的地方，都非常清晰地明确地讲述了出来；最后，本文也对修行菩萨行的先后顺序和次第等都很清晰地进行了阐述。

所以，这句话的意思就是：有关的内容，散落各处的都在本文中整理到了一起，隐秘的法义也都在本文中得到了明述，前后错乱之处也都在本文中得到了重新地整理和调整。也正是因为这样的原因，虽然本文的内容和佛所宣讲的法义一致，还是需要写出来的。

以上的内容，就属于发誓著述部分。

**正文：文中并无新造之法义，我也并非善巧修辞者，  
是故此文并非为利他，只为自己修行而撰写。**

讲解：这段偈句的内容，就属于作者佛子希瓦拉的谦虚之语了。

在本文的内容中，并没有丝毫的过去的佛陀、龙树菩萨，以及其他善巧大德所没有宣说过的法义，并没有作者自己重新创造的法义，全部都是佛教经典中所描述过的内容。

过去的佛陀、龙树菩萨以及其他善巧大德在讲述任何法义的时候，都会使用各种各样

非常华丽的修辞手法，比如说形容大海的时候，因为大海是蓝色的，就用蓝宝石来形容，或者会使用“好象日光融化蔚蓝天空一样”来形容。这种修饰的词藻，会令整个的文章非常好听和上口。那么，本文是否也会使用类似的华丽词藻进行修饰呢？作者说自己并不是在这方面很善巧的人，并不是好像龙树菩萨那样擅长词藻之人，也就是说并不会使用那些华丽的修饰词藻。

因为经过很好修饰的文章，在让读者学习到其中内容的同时，也会带给读者很好的阅读享受。本文并没有很好的修饰，也并不会讲述佛法经典中并没有讲述过的内容，因此作者就很谦虚地说，本文在撰写的时候，并没有想着去利益他人。

那么，既然作者根本就没有想着去利益别人，也没有使用好像龙树菩萨那样的华丽词藻，甚至连内涵的法义，也完全都是过去的佛菩萨们都已经将说过了的，那这样的文章还是不要写的好！为什么还是要写呢？

作者说得很清楚：“**只为自己修行而撰写**”，作者自己也需要修行一切的菩萨行，因此作者为了自己能够更好地修行菩萨学处的缘故，在他深入广泛地学习了佛陀、龙树菩萨等众多前辈祖师的文章之后，就撰写了这个文章，以便更好地用来修行。

也就是说，为了自己能够反复方便地修行一切的菩萨学处，因此作者就撰写了这个《入菩萨行论》。

这个偈句的内容，完全是作者佛子希瓦拉特别谦虚地说法。

但是，如果作者一直在心中想着：我并不能利益众生，也并不善巧于修辞和文字，而且也说不出佛菩萨们并没有讲说过的法义，虽然这样能够压制自己的我慢心，可这过度的谦虚并不能够给这个文章的写作带来任何的好处。

因此，作者紧接着就在下面的偈句中，非常肯定地表达了强烈的自信心。

**正文：为修善故撰写此文字，定能令我信力上上增，  
与我福德等同之他人，见此文字也能得利益。**

讲解：这个偈句的内容，就是作者佛子希瓦拉对自己信心的表达，对这个文章会对自己和他人带来好的影响的信心的表达。

作者要深入地修行种种菩萨所应做的学处，要修行种种的善业，因此通过这个文章的撰写，一定会令他自己对佛法的信心，从撰写《入菩萨行论》的刚开始，就会得到增长，而且还会不断地增长下去。

而且，不但是作者佛子希瓦拉自己，甚至那些和作者一样的学佛人，已经开始发菩提心，并且在不断地通过实际的修行，在增长自己菩提心的其他人，甚至在愿行菩提心方面比作者佛子希瓦拉还差一些的其他人，只要一看到这个文章，就能够如法地发心并且实际修行，也一定就能令那些人的菩提心未生令生起，已生令不坏，上上得增长。

这就是作者对于自己这个文章充分的、坚定的信心表达。

一直到这里，整个的内容，其实都不是《入菩萨行论》的真正正文，只能说是支分文字，这些支分文字包括了最开始的顶礼，之后的发誓著述，谦虚的表达和自信的表达也都各自有一个偈句。

从这里之后，才算得上是《入菩萨行论》的真正正文了。

整个《入菩萨行论》的内容，可以分成这么四个部分：能够令菩提心大宝未生令生起的三章、能够令菩提心大宝已生令不坏的三章、能够令菩提心大宝上上得增长的三章、最后将所有的善业全部回向给一切众生的一章，共计十章正文内容。

**正文：暇满此身实在难获得，士夫成办之依已获得，**

### 如若没能真正得利乐，后世怎能再获此净身？

讲解：这个偈句讲述的是发起菩提心最重要的基础——身体的重要性。

“暇”，讲的就是有暇，一般来说有八种有暇。这八种有暇，其实就是八种无暇的反面。什么是八种无暇呢？地狱、饿鬼、旁生、长寿天、边鄙地、盲聋喑哑、具邪见、无佛导师，这八种情况下，是没有时间和闲暇来学佛修法的，因此就称作八种无暇。八种无暇的前四种：**地狱、饿鬼、旁生、长寿天**，因为他们不是人道的众生，因此说他们没有学佛的闲暇；后面四种：**边鄙地、盲聋喑哑、具邪见、无佛导师**，他们虽然都是人道众生，但是因为客观条件的限制，他们也没有学佛的闲暇和条件。比如说**边鄙地**，因为该地缺少教化，他们可能会有一种传统认为杀人具有很大福德，而当生在该地的人接受了这种传统的认知的时候，他就不会有学习佛法的可能了。比如说**具邪见**，这种人会认为没有前生、没有后世、没有神、没有鬼、没有佛、没有地狱等等，具有如此等等邪见的人，就算他生为人身，也不会有学习佛法的可能。**无佛导师**，就是在这个人所出生的时间和空间之中，并没有佛导师出现于世，这个人也不可能学习佛法。**盲聋喑哑**，在这里的意思，主要并不是指这个人在身体生理上面的缺陷，而主要指的是这种在心灵层面愚笨的人，不论你怎么给他讲述因果、空性，他都不可能理解，这就属于最厉害的盲聋喑哑了。

这八种无暇情况的反面，就是八种有暇。因此有暇，指的就是没有上述的八种无暇的情况，没有出生在那八种无法学佛修行的情况下，而不是说在一个人身上圆满具有了八种不同的有暇的意思。

以上讲的就是“暇”。

“满”，圆满，在龙树菩萨的经论当中说，有**自圆满**五种：善得人身，生于圣处，诸根无缺，胜处净信，离诸业障；**他圆满**五种：诸佛出世，说正法教，法教久住，法住随转，他所哀愍，合起来就有十种圆满了。

如果是现在参照我们的人身来进行思维和观察的话，八种有暇和十种圆满合起来，就有十八暇满了。

如果我们只是对照这些暇满的条款，来检视自己目前的状况，并不会带给我们实际的利益；如果我们能够针对每一个条款，仔细分析自己的实际状况，并且不断地令十八种暇满在自己的身上表现得更加彻底，这才会有真实的巨大的利益。

我们拥有十八暇满的这个人身，实在是非常难以获得的，针对其难以获得的程度，在很多的经典当中都有种种的比喻，在这里我们就不多讲了。

“士夫”，按照来自于梵语的语义进行解释的话，这里的士夫，并不能简单地理解成为一个人，而是应当理解成为具有大能和大力的人，汉语可以称作大丈夫这类的人。怎么进行理解呢？这种人，在获得了十八暇满难得的人身之后，还具有了大能和大力，什么样的大能和大力呢？如果要学习声闻教法，就具有修行声闻教法的能力；如果要学习缘觉教法，同样也具有修行缘觉教法的能力；就算是要证得究竟的佛果，也具有经过修行究竟证果的能力。

因此，从这个意义上来说，这里的士夫，就应当如此理解成不但具有了十八暇满的人身，而且还具有如此大能力的人。

“成办之依已获得”，说的就是上述的这种士夫，不论他要修下士道、中士道，还是上士道，都已经拥有了完全具有成办种种愿望的依靠——这个珍贵、暇满的人身。

“如若没能真正得利乐”，说的就是在已经获得了这种人身并且用以后大能大力的情况下，如果没有能够真正地对自己和他人产生真正利乐的话。

“后世怎能获得此净身”，如果你让这个暇满的人身大宝浪费了的话，在死掉之后，在这个人身被舍弃了之后，再一次获得这种暇满而且具有大能大力的人身，实在是太难了啊！这种难得，就可以从因、比喻等种种角度去进行思维和理解。

上述的这部分内容，讲述的就是修行菩萨行的基础——人身的重要性和珍贵性。只有

具足了这种暇满又有能力的人身，才可能去修行菩萨行。也可以说，人身，就是修行菩萨行的依仗，人身是非常难得和珍贵的。

**正文：犹如夜晚漆黑浓云布，电光可令刹那能视物，  
佛陀之力也能短时间，令人暂得世间之福慧。**

讲解：“夜晚漆黑浓云”，这里使用了三种比喻的方式：夜晚，就是没有太阳光芒的时候；漆黑，就是晚上连月光都没有；浓云，满布天空的浓云，就连星星的光芒都完全遮蔽了。用这三个比喻，来强化黑暗的程度。

“电光可令刹那能视物”，在这种非常黑暗的时候，突然出现的闪电的光芒，就会令人们在刹那间可以看清楚周围的房屋、物件和人影。这里的刹那，并不是时间单位意义上的最短的那个时间单位；而是代表很短时间的意思。

像这种情况，在我们藏地夏天的晚上，很常见。而这种情况，用在这里，是用来进行比喻的。比喻什么呢？

现在的我们众生的相续中，并没有拥有佛陀的智慧光芒，就好像前面的那种没有了日光的夜晚一样；如果我们没有修行六度万行等种种的菩萨行，就好像没有了月光的夜晚一样；如果我们连什么是善、什么是恶、如何修善、如何断恶都不清楚，都会搞错的话，那就好像被浓云遮蔽了星光的最为黑暗的夜晚一样了。

这种漆黑夜晚的时候，电光是什么呢？就是“佛陀之力”。什么是佛陀之力呢？因为我们发心进行了菩萨行的修行，这就会令我们得到佛陀的加持之力，而这种加持之力，就会好象电光一样，破除我们的愚昧黑暗。

同时还会令我们在短暂的时间里，获得“世间之福慧”。这种世间的福慧，其实质就是我们在佛陀加持力的作用下，在心中开始发起了“我要修善、我要断恶、我要利益众生”等种种的菩提心，其实也就是善行的意思。

要想真正地破除我们的无明黑暗，除了我们要凭借佛陀之力而外，更关键的是我们自己要在心中真正地生起追求正法、实践正法之心。而且，一旦在这种心生发出来之后，就要好像给一头牛拴上了鼻绳一样地，要严密地观察着自己的内心，是否还会散逸，而且要非常坚决自主地决定自己的这种修善的信念。

过去的嘎当巴祖师们非常重视自主地、坚定地修行的这种心态，因此他们就提出了嘎当十宝的说法：远离人类、接近犬类、证得圣类，是为三类；心依正法、法依乞贫、贫依将死、死依岩洞，是为四依；无得金刚为前锋、无耻金刚为后卫、智慧金刚为伴侣，是为三金刚，合计则为十宝。简单地说，就是要在心中完全没有任何世间所得的追求，没有任何人言可畏的顾忌，一心念死，精进修行。

另外还有三猛咒，也能够表示类似的不顾一切、坚决修行之心：什么加身，尽管来吧；什么离弃，尽管走吧；什么需求，完全没有。

**正文：如仅追求些小之善行，恶业强力如何能抵挡，  
小善并非圆满菩提心，他善如何能够胜伏之。**

讲解：我们世间的众生，往往都好像上述电光火石般一样，往往都在追求那些些小的善业，而这些些小的善业，并不会具有多大的能力。

而我们所造的恶业，却非常强大，这种强大指的就是地狱等难以摆脱的苦难，非常难以抵挡。

那些好像不杀生之类的小善，并不会具有太大的威力，并不能消除非常强大的恶业。什么能够清除所有的恶业，不论恶业有多么强大呢？就只有菩提心了。

可是如果我们都只是做一切并不是圆满菩提心的小善，这些小善又如何能够抵挡得住

恶业会带给我们的无尽痛苦呢！在这里，就连下士道、中士道等都只能算得上是小善了，因为他们都不是圆满的菩提心的缘故。

只有真正的菩提心，才能够像光芒万丈的太阳一样，真正地清除一切众生的无量劫以来所累积的罪业，并且能够中断一切众生未来继续作恶的可能，也能够令自己相续中的烦恼被压制和清除，也能够令哪怕丝毫的善业都不断地增长，最终能够令一切众生得到最究竟的圆满菩提果位。

**正文：多劫之中常常在观照，诸位能仁能见其利益，  
此令无量无边士夫众，轻松可得最上之利乐。**

讲解：比如说我们的教主释迦牟尼佛，在最初的时候发起了菩提心，然后就在无数无量劫的时间里修行着菩萨行，积集着资粮，最终终于成就了无上的菩提佛果。释迦牟尼佛就是这样在三大阿僧祇劫中一直进行着修行，一直在这样思维、分析、观照着什么才是真正的利乐，什么才是真正的善业，什么才是最大的恶业，什么才是最大的痛苦，等等。所有这些，是释迦牟尼佛，迦叶佛等一切能仁佛陀在无数无量劫中所一直进行着的事业。

准确地说，这些能仁佛陀所进行着的事业，其实就是在不断地增长菩提心，除了菩提心之外，他们并没有关注在其他任何所谓的善业上面。因此说，他们能够在多劫之中经过自己的观照，不断地令菩提心增长、获益。

所有佛陀一直都在修行着、增上着最终成就的菩提心，能够让无量无边不可计数的愿意修行菩萨行的士夫，轻轻松松就可以获得最上的利乐。

什么是最上的利乐呢？不是世间的享乐，不是天人的享乐，也不是声闻果位，也不是缘觉果位，只有圆满的菩提，只有究竟的佛果，才是最上的利乐。

而这个最上的利乐，也仅仅只有通过修行菩提心来获得，其他任何的方法，其他任何的善业，并不能导致最终的佛果。

那什么是菩提心？简单的说就是：要将一切众生全部都引导到最究竟的菩提佛果，并且为了这个目的，愿意修行一切的六度万行等菩萨行。

**正文：希求降伏三有百般苦，希求清除众生不安乐，  
希求行持百般利乐事，如此菩提之心永勿舍。**

讲解：三有众生的痛苦，比如说地狱之苦、旁生之苦、饿鬼之苦、生老病死之苦等等，数量上来说，百般痛苦，其实并不仅仅是百种而已，而是可以理解成为成千上万、不可计数的痛苦。这些的痛苦，都要摆脱，都要降伏，这就是菩提心的一部分内容，这里可以理解成为作者我作为一个众生，在三有中会遭遇到的种种痛苦，全部都要制服、清除。

不但要清除自己的痛苦，还要清除三有一切众生的一切痛苦，甚至就连这些众生的丝毫的不安乐，也全部都希望能够清除，这也是菩提心的部分内容。

不但如此，所有三有众生所能够想到的一切利乐，比如说在人间的种种满足享用、比如说天界享乐、比如说声闻缘觉的暂时寂乐，乃至最终的究竟佛果，百种、千种、万种，全部都要通过自己的菩提心的修行，令一切众生能够获得。这还是菩提心的内容。

因为上述要清除一切痛苦的愿望，要清除一切不安乐的愿望，要成就一切利乐的愿望，全部都来自于菩提心这个根本，因此就要永远不舍弃菩提心，不放逸菩提心。

一旦放弃了菩提心，不修行菩提心，尽管自己也想获得利乐，也想让众生获得利乐；尽管自己也想降伏痛苦，也想让众生都不再痛苦，这种种的愿望都是根本不可能实现的。

**正文：即便轮回监狱枷锁缚，只要生起刹那菩提心，  
也能堪称善逝佛心子，堪受世间天人之顶戴。**



讲解：菩提心这种最珍贵的发心，只要在心中得到了生发，比如说我从今天开始发起了菩提心，哪怕就是这么一个刹那。

即使我，即使这个能够刹那间生发菩提心之人，目前正在轮回的监狱中，被种种无明和痛苦所缠缚、所控制，只要一发菩提心。

这个人就即刻获得了一个称谓：善逝佛心子，也就是菩萨的意思。不论这个时候会不会别人真的就这么称呼他，在心的层面，他实际上已经成为了佛心子，成为了菩萨。

当下生发菩提心，当下就具有了这种称谓；但是如果这个具有菩提心的刹那过去了，比如说今天生发了菩提心，今天就拥有了这个称谓；但是在明天的时候，这个菩提心又被忘失或者舍弃了，那么明天就不再拥有这个菩萨、佛心子的称谓了。

而且，在这个众生发起了菩提心的这个刹那，不管这个众生是男是女，也不管这个众生是老是少，也不管这个众生是王还是最普通的民众，在印度非常强调种姓，也不管这个众生是上等种姓还是下等种姓，更不管这个众生处在那一个道中，全部都没有任何的差别，只要这个众生在当下生发了菩提心，在这个当下，不但他就获得了佛心子、菩萨的称谓，更能够得到一切天人（不论是帝释天还是更高的天界之主）众生（不论地位和权势有多么强大）的恭敬顶礼和赞颂。所有一切的众生都应当恭敬顶礼这个众生，而这个众生也完全在当下有资格接受一切众生的恭敬顶礼。

**正文：犹如上等金色之漆汁，即使目前人身并不净，  
也能变成无价宝佛身，故当恒持珍贵菩提心。**

讲解：金色之漆汁，过去龙树菩萨也曾经讲说过，用水银等材料调制而成的金色之漆汁，只要涂抹在任何的铁器上面，铁器都会变成金子的颜色。而且有这么一个数量上的对比：一两的金色漆汁，可以把一千两的铁器经过涂抹变成金色。

用这个金色漆汁，来比喻说明菩提心的珍贵和殊胜。即便我们现在所拥有的身体，是充满了三十六种不净的身体，但是只要一遇到好像金色漆汁那样珍贵和功能强大的菩提心的话，都可以变成拥有三十二相八十随好的佛身。就好像是用种种无价之宝所构成的身体一样。

既然菩提心具有这么强大的功能和作用，因此就应当在一切的时处，都要修持菩提心。

**正文：众生唯一商主无量慧，善能观察鉴别诸珍宝，  
如欲出离众生轮回处，自当恒持珍贵菩提心。**

讲解：“商主”，是能够带领大众航海经商之人，这种人，能够很好的观察和鉴别种种珍宝，并且知道珍宝的所在地。一般人如果需要寻找珍宝做生意的话，就要找寻这样一个商主，然后就航海寻宝，找到之后，就由这个人来告诉大家哪些是好的珍宝，哪些是不好的，这样的话，在这个商主的帮助之下，大家都可以获得巨大的利益。

众生可以依靠的唯一商主，则是成就了菩提的诸佛了，诸佛可以通过成就后所具有的量无边如所有智慧和尽所有智慧，可以很好地帮助众生仔细地观察和分辨世间、出世间的种种痛苦和利乐，可以令所有的众生都从中获得真正恒久的利乐。

那么在明白了菩提心的作用之后，任何一个希望不再轮回在六道中受苦的众生，就都只能依靠唯一的商主——菩提心，只有这样，才能真正的达到自己的目的，获得究竟的珍宝——菩提正果。

**正文：他善则只类似于芭蕉，结一次果就会变枯萎，  
菩提心则犹如妙果树，恒常结果并能更增上。**

讲解：什么是“他善”呢？就好像不杀生、不偷盗、不做十种恶业、修行下士道、修行中士道、修行声闻法、修行缘觉法等并不究竟的善业等等，全部都属于他善。

而这种他善的功德，或者说可以得到的利益，只相当于芭蕉一样。怎么说呢？芭蕉这种植物，它可以结出果实，但是一旦果实成熟后，芭蕉的植株就会枯萎、死亡。也就是说，种种并不究竟的善业、善行，带来的只能是一次性的乐果。就比如说下士道的修行，可以带来人天的善果，但是这个善果享用完了之后，仍然还会堕落下来，并不会恒常地享受这种乐果。就算是声闻成就的果报和缘觉成就的果报，因为这种禅定并不究竟和彻底，最终还会失坏，换一句话说，并不是究竟的成就和寂乐。

而菩提心，就好像苹果、梨等果树、如意树一样，不但能结出果实，而且一年一年所结出的果实，都会比前一年更加多、更加大、更加可口，而且会一直这么结果和发展下去。

这也就是说，在修行菩提心的过程中，即使是还没有完全成就无上菩提，即使暂时还在轮回中轮转，菩提心所带来的种种利乐，比如说人天的种种福报和享乐都可以恒常享用。不但如此，还会在未来的时间里，一直在成就佛果之前，这种轮回的人天之乐，也会不断地发展和增上。而且一直到最后，究竟的利乐就是轮回消失、三有不再，完全成就最究竟的乐果——佛果。这都是修行菩提心所能够带来的，其他任何的修善与之相比，完全是天壤之别。

**正文：即便已犯严重之罪业，有大依怙则不再担心，  
依靠就能刹那得解救，有识之士岂能不依止。**

讲解：所谓的“严重之罪业”，在佛教当中最严重的就是五逆重罪了：杀父、杀母、杀阿罗汉、出佛身之血、破和合之僧。犯了这种重罪的众生，是一定会堕落无间地狱，一定会饱受最为残酷的种种痛苦的。

可是有这么一种情况，比如说一个人要前往自己杀害了父母的那个人跟前，或者要前往到处奔走着无数狮虎猛兽的地方的时候，如果仅仅是自己一个人前往的话，就有可能被那个人为了报仇而杀害，就有可能被猛兽所吞食，非常的恐怖难忍。然而，这个人知道有一个非常勇猛的勇士，他邀请这个勇士来作为自己的靠山、伙伴、保镖，在有了这个勇士陪同的情况下，就不会再害怕那个人来杀自己报仇，也不会害怕任何的猛兽了。

用这种情况来作比喻，菩提心就是最勇猛的勇士，只要我们有了菩提心作为我们的靠山和依怙，即使因为犯了五逆重罪，来生一定会进入无间地狱受苦，就算是这么令人恐怖的事情，因为我们有了菩提心，都不会再对我们产生真正的伤害和影响。

虽然因为因果的关系，我们一定还会到地狱走上一趟，但是因为有了菩提心的保护，在非常短的刹那之间，就会从地狱的痛苦中解脱出来了。就好像拍皮球的时候，皮球只会和地面进行短暂的接触就会立刻弹跳起来，离开地面一样。不会在地狱中长久地受苦。

在佛经当中有一个故事叫做指鬘王，因为他听信了外道的蛊惑，认为要杀足够的人才能够解脱。在他杀了 999 个人的时候，所累积的罪业已经非常严重的时候，他接受了佛法的教导，反而很快地就证得了阿罗汉的果位。这个故事说明的也是菩提心的重要性和大威力。

既然知道了菩提心可以作为最值得依靠的大勇士，就连地狱的恶业也能够刹那间得到解脱，那么有识之士又怎么能不去依靠菩提心呢？

所谓的“有识之士”，就是有思想、很谨慎、能精进的人，也可以解释成为小心、不放逸。凡是真正能够明白好坏道理，并且追求究竟利乐的有识之士，只要明白了菩提心的强大能力，没有不去依止和修行菩提心的。

**正文：劫末劫火刹那焚一切，此能刹那焚烧诸重罪，  
它之功德难以言喻尽，慈氏怙主曾对善财宣。**

讲解：在世界的坏劫到来的时候，会出现非常难以想象的劫火，这个劫火可以焚烧世间初禅天以下的一切。

用这个劫火的例子，来比喻菩提心的大威力：菩提心能够把一切曾经犯过的重罪（杀

生害命、五无间罪等)，在菩提心刚刚生发的当下，根本就不用经过太长的时间，就在刹那之间都焚烧干净，令这些重罪不再产生严重的果报。

就好像前面提到过的指鬘王故事一样，虽然他已经杀了 999 人，并且把那些人的手指头都割下来串成了项链挂在自己的脖子上，这个罪可算是非常严重了。但是在他接受的佛的正法，发起了菩提心之后，很快他就成就了阿罗汉的果位。

前面所说的，全部都是用种种比喻和例子来说明菩提心的重要性和大威力，但是如果想要完全地把菩提心大宝的功德全部都说尽的话，那可真的是太难了。

虽然实在难以用言语说得完全，但是未来的补处佛、大菩萨慈氏弥勒，也曾经用二百三十种比喻对大菩萨善财童子开示过。

在《华严经》中，善财童子在文殊菩萨跟前发起了菩提心，然后就按照文殊菩萨的授记，一直在到处参学求法，当他经过一百一十个善知识的指点和教导之后，发现每一个善知识都只能给自己开示菩萨行的个别的方面。

当他之后来到南方大海边，来到慈氏弥勒菩萨跟前时，慈氏弥勒菩萨从住处的宫殿中放射无量的光芒，而在那一一光芒的光网之中，清晰显现出来弥勒菩萨自己过去无量生中种种菩萨行的影像，善财童子从而得以通晓了所有的菩萨行。并且慈氏弥勒菩萨对善财童子描述菩提心说：“菩提心者。则为一切诸佛种子。能生一切诸佛法故。菩提心者。则为良田。长养众生白净法故。菩提心者。则为大地。能持一切诸世间故。菩提心者。则为净水。洗濯一切烦恼垢故。菩提心者。则为大风。一切世间无障碍故。菩提心者。则为盛火。能烧一切邪见爱故。菩提心者。则为净日。普照一切众生类故。菩提心者。则为明月。诸白净法悉圆满故。菩提心者。则为净灯。普照一切诸法界故。菩提心者。则为净眼。悉能覩见邪正道故。菩提心者。则为大道。皆令得入一切智城故。菩提心者。则为正济。悉令得到出要处。故。菩提心者。则为大乘。容载一切诸菩萨故。菩提心者。则为门户。令入一切菩萨行故。菩提心者。则为宫殿。安住修习三昧法故。菩提心者。则为园观。于中游戏受法乐故。菩提心者。则为胜宅。一切众生所归依故。菩提心者。则为依止。因修一切菩萨行故。菩提心者。则为守护。能满菩萨诸大愿故。菩提心者。则为慈母。增长一切诸菩萨故。菩提心者。则为养育。守护一切诸菩萨故。菩提心者。则为善知识。离一切恶诸恐怖故。菩提心者。则为大王。胜诸声闻缘觉心故。菩提心者。则为最胜。成满一切无比愿故。菩提心者。则为大海。悉能容受诸功德故。菩提心者。则为须弥山王。等观众生心不动故。菩提心者。则为金刚围山。摄持一切诸众生故。菩提心者。则为雪山。长养智慧清凉药故。菩提心者。则为香山。出生一切功德香故。菩提心者。则为虚空。诸妙功德无边际故。菩提心者。则为莲华。不染一切世间法故。菩提心者。则为宝象。悉能调伏一切根故。菩提心者。则为宝马。远离诸恶怕惧法故。菩提心者。则为调御师。悉能守护摩诃衍故。菩提心者。则为良药。能治一切烦恼病故。菩提心者。则为沃焦。消尽一切不善法故。菩提心者。则为金刚。坏散一切诸恶法故。菩提心者。则为和香。出生一切功德香故。菩提心者。则为妙华。一切世间所爱乐故。菩提心者。则为白栴檀。除灭五欲诸热病故。菩提心者。则为乐器。微妙音声闻法界故。菩提心者。则为勇健。摧灭烦恼诸怨敌故。菩提心者。则为善镊。拔出一切烦恼刺故。菩提心者。则为尊主。于余一切莫能胜故。菩提心者。则为毘沙门天王。舍离一切诸贫苦故。菩提心者。则为妙德。庄严一切诸功德故。菩提心者。则为庄严具。严饰一切诸菩萨故。菩提心者。则为火灾。焚烧一切有为法故。菩提心者。则为无坏药王树根。长养一切诸佛法故。菩提心者。则为龙珠。除灭无量烦恼毒故。菩提心者。则为水珠。净诸心垢烦恼浊故。菩提心者。则为如意珠。具足一切功德利故。菩提心者。则为天德瓶。满足一切所欲乐故。菩提心者。则为劫初树。出生一切庄严具故。菩提心者。则为恒娑衣。不受一切诸尘垢故。菩提心者。则为正业。本性净故。菩提心者。则为利犁。修治一切众生田故。菩提心者。则为那罗延箭。悉能鉴彻身见铠故。菩提心者。则为厌离。决定了知苦患相故。菩提心者。则为利稍。能刺一切

烦恼贼故。菩提心者。则为甘露雨。能灭一切烦恼火故。菩提心者。则为利剑。斩除一切烦恼恶故。菩提心者。则为金椎。坏散一切憍慢山故。菩提心者。则为利刀。斩截七使烦恼铠故。菩提心者。则为勇健幢。倾倒一切诸魔幢故。菩提心者。则为斫斧。斫伐无知诸苦树故。菩提心者。则为器仗。防护一切诸艰难故。菩提心者。则为善手。防护一切诸度身故。菩提心者。则为妙足。安立一切诸功德故。菩提心者。则为眼药。除灭一切无明瞽故。菩提心者。则为善拔刺。悉能拔出身见刺故。菩提心者。则为安隐床。除灭一切生死苦床故。菩提心者。则为善友。度脱无量生死难故。菩提心者。则为善利。远离一切衰耗法故。菩提心者。则为天人师。善知菩萨出要道故。菩提心者。则为宝藏。无量功德不可尽故。菩提心者。则为涌泉。清冷智慧无穷尽故。菩提心者。则为净镜。显现一切诸法门故。菩提心者。则为净池。洗濯一切诸垢秽故。菩提心者。则为大河流。引诸度四摄法故。菩提心者。则为龙王。悉能普雨甘露法故。菩提心者。则为命根。任持菩萨大悲法故。菩提心者。则为甘露。能令安住不死法故。菩提心者。则为罗网。网取一切所应化故。菩提心者。则为善网。摄取一切诸众生故。菩提心者。则为钩饵。钓出生死渊居众生故。菩提心者。则为阿伽陀药。除灭一切诸恶患故。菩提心者。则为波罗提毘叉药。悉能疗治五欲毒故。菩提心者。则为大地。消灭无量邪想水故。菩提心者。则为风轮。坏散一切诸障盖故。菩提心者。则为宝洲。出生道品功德宝故。菩提心者。则为种性长养一切白净法故。菩提心者。则为居宅。纳受一切功德宝故。菩提心者。则为大城。菩萨商人所住处故。菩提心者。则为金药。消烦恼垢令清净故。菩提心者。则为香蜜。具足一切功德味故。菩提心者。则为正道。令入一切智城故。菩提心者。则为宝器。容受一切白净法故。菩提心者。则为时泽。悉能除灭烦恼尘故。菩提心者。则为安住。出生菩萨之所住故。菩提心者。则为寿行。不取声闻诸解脱故。菩提心者。则为琉璃宝。其性净妙不受垢故。菩提心者。则为伊尼罗宝。胜诸声闻缘觉智故。菩提心者。则为法鼓。觉悟烦恼长寝众生故。菩提心者。则为净水。其性清净无垢浊故。菩提心者。则为阎浮檀金。令有为善如聚墨故。菩提心者。则为山王。超出一切诸世间故。菩提心者。则为归依。悉能救护诸众生故。菩提心者。则为实义。远离一切虚妄法故。菩提心者。则为无上宝。悉令欢喜得满足故。菩提心者。则为大会。随彼所须令充悦故。菩提心者。则为尊长。于诸众生无伦匹故。菩提心者。则为宝藏。受持一切诸佛法故。菩提心者。则为因陀罗网。摄诸烦恼阿修罗故。菩提心者。则为毘楼那风。震动教化众生心故。菩提心者。则为因陀罗火。焚烧一切烦恼习故。菩提心者。则为无上塔。一切天人应供养故。佛子。菩提心者。如是无量功德成就。悉与一切诸佛菩萨诸功德等。何以故。因菩提心。出生一切诸菩萨行。三世诸佛成正觉故。”

在所有的一切描述菩提心的功德和利益的说法当中，其实可以简单归纳成为以下三点：证得佛果、增长善业、清净罪障。

**正文：如若简要描述菩提心，当知可以分为两种，**

**一是所愿菩提心胜宝，二是所行菩提心胜宝。**

讲解：经过之前的比喻和陈述，我们知道了菩提心的重要性。那么到底菩提心是什么呢？在经典当中，对菩提心有很多种不同的说法。

如果配合八十种比喻的话，就会有八十种菩提心的说法；如果配合二十二种比喻的话，就会有二十二种菩提心的说法；另外还有世俗菩提心和胜义菩提心等非常多的有关菩提心类别的说法。

弥勒菩萨曾经说过：“友力、因力、根本力，听闻力和善习力，稳固或者不稳固，说犹如此之发心。”

所谓的友力，就是在遇到了善知识的时候所进行的发心之力，比如说过去有三个童子，在他们遇到了一个佛陀和他的两个大弟子的时候，其中一个希望能够成为佛陀那样，而另外

两个童子则是希望能够成为佛陀的两个弟子，正是在这样的发心力量之下，最后就成就了释迦牟尼佛和他的舍利弗、目犍连两大弟子。

所谓的因力，就是过去曾经修行过菩萨行，因此今生种姓觉醒而再次发起菩提心。

所谓的根本力，就是在内心深处，对众生生起了无尽的大慈悲心，因此而发起了菩提心。

所谓的听闻力，就是通过听闻和学习甚深的大乘法义，比如说我们现在在学习《入菩萨行论》，然后就在心中发起了菩提心。

所谓的善习力，就是通过已经非常习惯了的种种善行，不断地累积着资粮，然后逐渐发起的菩提心。

这种种的发起菩提心的不同方法所获得的菩提心，其中通过友力所发起的菩提心，并不是稳固的；而其他方式所发起的菩提心，却是稳固的。

但是如果用最简单的方法来对菩提心进行陈述的话，就可以分成两种：愿菩提心和行菩提心。

所谓的愿菩提心，就是在心中发愿：我要把轮回中的一切众生从轮回中解脱出来，并且引导他们证得究竟圆满的大菩提果位。

所谓的行菩提心，就是在心中发愿：为了能够把所有的众生都引导到佛的果位，我就应当如此如此的修行菩萨行。这也就属于对于实际修行的誓言。

并且，在发出实际修行的誓言之后，具体的实际修行的行为，也仍然是归属于行菩提心的范畴的。

**正文：犹如实际出行与计划，此中差别应当善分清。**

**善巧大德曾经作陈述，应当从中学习得明晰。**

讲解：所谓愿菩提心和行菩提心的差别，上面虽然也说了一些，但是如果用比喻来说的话，就好像计划出行和实际出行一样。

愿菩提心，就是计划出行。比如说你应从这里到广州去，在心中说：我一定要从德格去往广州。类似于这种想法和愿望，“我要把所有一切众生全部都引导到佛地！”的想法，就属于愿菩提心了。

而当你有了要去广州的想法之后，进一步地发誓说：我要通过走路，或者坐汽车，或者乘飞机等方式，一定要到达广州！这种想法就已经属于行菩提心了。

而且不但这种要通过种种方式到广州的想法属于行菩提心，之后的具体行走的行为，不论是步行、坐汽车还是乘飞机，也是属于行菩提心。

需要指出的是：当一个人生起了行菩提心的时候，其愿菩提心也必须同时配合才可以。为什么这么说呢？在你真正的作出出行的动作时，一定是要计划出行的心愿同存，才可以一步步地前进，最终到达目的地。比如说当你从德格到了成都的时候，你一定还要具有“我还要前行，目标就是广州”这样的愿菩提心；如果在成都的时候，没有了愿菩提心，那到底你会是继续前进目标广州，还是会住在成都，或者说你会不会返回德格，就都成了不一定的事情了。因此说，愿菩提心必须一直配合行菩提心才可以的。

通过这样的一个比喻，就可以明白愿菩提心和行菩提心的区别和关系了，这一定要仔细地辨别清楚。

过去的很多的善巧者和大德们，也都对于“我要将一切众生都引导到佛陀果位”的愿菩提心，以及“为了这个缘故，我应当精进修行一切的六度万行等菩萨行”的行菩提心，都曾经作出过种种的陈述和讲解。应当从那些内容中仔细的学习并且明了。

**正文：只有所愿菩提心之时，虽能延寿增轮回善果，**

### **却难犹如所行菩提心，得到恒常不断之福德。**

讲解：对于愿菩提心和行菩提心这两者来说，到底哪个利乐的功能强大，哪个的功能弱小呢？答案就是：行菩提心功能强大，而愿菩提心功能弱小。

具体说来，如果只有愿菩提心的时候，虽然也能增长轮回中的善果，比如说延寿、健身、强壮等，但是比起行菩提心来说，在没有发起行菩提心之前，单单这个愿菩提心就不能不分昼夜地发挥作用了。也就是说，只有行菩提心，才能带给修行者不分昼夜的善业和福德的增长。

或者说：在一个人在心中没有完全生起菩萨戒之前，虽然也有“我要成就无上的佛果”这样的善愿，也因此会获得世间的利乐，但是因为并没有强大的力量，因此那些善果并不会持续不断地出现。

而一旦这个人，在心中真实地生起了菩萨戒“我要为了引导所有众生到达佛果，一定要修行菩萨行”之后，只要他没有主动舍弃菩萨戒，这种善愿所带来的善果，不但能够不分昼夜地恒常产生，并且利乐还要广大。

或者说，只要一个人真正地生起了菩萨戒，哪怕这个人在睡梦中，这种菩萨戒所带来的种种善业，都会像下雨一样地自然出现和增长；哪怕他是在玩耍、闲谈，因为他并没有舍弃菩萨戒，种种善果仍然会不断地自然出现和增长；哪怕他是在吃饭、喝水的过程中，哪怕他并没有实际作出任何的行动，仅仅是因为他在心中真实地生起了菩萨戒，在每一个刹那，他的善业都在自然地增长。

换一句话说，如果一个人，他也在心中想着：我要行善，不要做恶，甚至他也因此而做了十万个礼拜，也不再杀生。从表面上看来，他也具有了行菩提心的行动，但是他并没有真正地领受菩萨戒，因此他的福德，在他没有连续不断地作出善业行动的时候，就不会连续不断地产生善果了。

由此我们也就明白菩萨戒的重要性了。

**正文：谁能为令一切众生界，得到无余解脱之缘故，  
用那毫无退转之信念，正确领受珍贵菩提心，  
即刻开始即使睡梦中，即使放逸散乱不精进，  
福德都会连续不断地，自然生起犹如等虚空。**

讲解：明白了行菩提心的重要性和功能的强大之后，任何时候只要有人能够发心：为了把六道轮回中的无量无边的一切众生，全部没有一个剩余地引导到圆满佛地的缘故，我要修行菩萨行。在这个发心的当下，用毫不退转、坚定坚决的信念，就能够很正确、很清净地领受了真正的行菩提心（菩萨戒）。

在这个人真正地领受了菩萨戒的当下，以及之后，只要他并没有舍弃菩萨戒，哪怕他一直在睡觉，哪怕他并没有任何的精进心，哪怕他并没有任何的修行行动，一直在看电视、打麻将，这么说吧：在他行、住、坐、卧的一切时候，哪怕是他昏晕过去的时候，他因为菩萨戒所能够获得的福德，都在自然而然地、毫不中断地增长着，就好像奔流不息的大江大河一样，就好像广阔的天空一样。

但是，如果在心中就认为只要自己领受了菩萨戒，自然一切种种的善业都会自然地增长，因此自己就根本不去做哪怕一点点的功德和善业，那可完全地错了！这样的话，自己不但不会增长善业，反而会产生了放弃善业的非常严重的过失！对于这一点，一定要非常的警惕！

**正文：这种说法连同其理由，都在《妙臂请问经》文中，  
为引下劣发心利众生，善逝如来亲口做宣说。**

即使心中仅仅如此想：要除一切众生之头痛，  
因为这个利乐众生愿，所获福德都无量无边；  
一一众生痛苦各不同，如愿清除无量众生苦，  
因此所获一一之功德，自然也无量无边何须说。

讲解：菩提心具有无量无边的不共的功德，有四种理由。哪四种呢？首先，因为菩提心最终可以导致无上的佛果，所以菩提心最上。因为我们所谓的菩提心，就是要把所有的众生全部都引导到佛地，并且为之精进努力，因为佛果的功德无量无边，即使我只要成功引导一个众生成就了佛果，因为他成佛后的功德无量无边，因此我所能获得的功德，也就是无量无边的了。这就是菩提心的功德无量无边的第一个理由。

第二个理由，因为我所发出的菩提心，并不是要引导一个两个众生到圆满的佛果，而是要引导无量无边的所有众生都到达圆满的佛果，因为众生的数量无量无边，我因此而获得的功德也就无量无边了。这就是菩提心功德无量无边的第二个理由。

第三个理由，因为我要帮助所有的众生出离痛苦，而众生的痛苦是无量无边的，因此我的菩提心的功德也就无量无边了。

第四个理由，就是时间方面的理由了，因为我的菩提心，并不是说在一年、一生、一劫的时间里才有的，而是从我发起菩提心，直到最终成就无上菩提之前的无量无数的劫数的时间里，一直都在实践着这个菩提心，正是因为时间的无量无数，因此菩提心的功德也是无量无边的。

上述的四个理由，都支持菩提心的善果无量功德无边，其实，哪怕只有一个理由，都完全能够说明菩提心善果的无量无边了。

这种说法的，在《妙臂菩萨请问经》中，善逝也曾经说过：为了帮助下劣如声闻缘觉改变自利自了的不彻底的想法，转而追求完全地利益一切众生的菩提心，善逝就通过上述四种方式，讲述了如果能够生起圆满的菩提心，就会具有无量无边的功德。

比如说，看到众生头痛，心中生起了“我要解除他们的头痛”这种医生一样的念头的話，也都能够获得无量无边的善业功德。

在佛经中有这么一个故事：有一个商主，因为经常要到大海中去找寻珍宝，最后就因为船在大海中遭受了风浪而死；他的第一个儿子，也因为同样的原因，死在了大海中。他还有一个小儿子，妻子就为了减少这个孩子的危险，为了能够长命，就给小儿子起名为“爱女”。

而且，因为当地的风俗是子从父业，因为担心小儿子长大后也会像父亲和哥哥一样地死在大海中，商主的妻子就一直没有告诉小儿子父亲的真实工作。

有一天，逐渐长大的小儿子就问母亲说：“我长大了，要工作，我父亲是做什么工作的？”母亲认为如果告诉实话给小儿子的话，很有可能他也会死在大海中，就说谎说：“你的父亲是作香的生意的。”因为作香的生意，只会在陆地上做，就不用担心海难了。

小儿子就按照母亲所说的去做了香的生意。他做的不错，也赚了钱给了母亲（四个古印度货币单位）。但是其他做香生意的人，因为忌妒心的缘故，就告诉他说：“你的父亲根本就不是做香生意的，你还是做你父亲原来的工作好些。”

小儿子就返回家中，再次问母亲父亲的工作是什么。母亲还是说谎说：“你父亲是做粮食的生意的。”小儿子就又去做粮食的生意，这次做的更好，赚了更多的钱交给了母亲（十六个古印度货币）。同样的，其他做粮食生意的人，也因为忌妒心的缘故，告诉他说：“你的父亲根本就不是做粮食生意的，你还是做你父亲原来的工作好些。”

小儿子就又问母亲父亲的工作是什么，母亲又说谎说：“你父亲是做珠宝生意的。”小儿子就又作开了金银珠宝的生意，这次他做的更好，赚了更多的钱交给了母亲（三十二个古印度货币）。同样，其他做珠宝生意的人又不让他继续下去了。

先后经过多次类似的事情，最后小儿子就坚持让母亲坦白说出自己父亲的工作，母亲

实在没有办法，就实话告诉了他。当小儿子坚持要继承父亲的行当，到海上去找寻珠宝的时候，母亲紧紧抓住他的衣服，不让他走，十分担心他会和父亲哥哥一样地死在大海之中。

可是这个小儿子非常坚持，甚至还用脚给母亲的头上踢了一脚，让母亲摔倒，放开自己，就义无反顾地入海探宝去了。并且还认为自己要入海探宝的时候，母亲哭哭啼啼地，实在是个不好的兆头。

和自己的父亲和哥哥的遭遇一样，小儿子的船在大海中也遭遇了风浪，船坏了，他落到了水中，幸运的是，他紧紧地抓住了一根漂在海面上的木头，才没有沉到水里淹死。

逐渐地随波逐流，终于他踏上了一片陆地，这片陆地并不是自己的家乡。

因为他过去曾经孝顺过自己的母亲很多的钱财，因此他就得以在这片土地上和四个天神的女儿结婚成了家，一直在差不多一千年的时间里很好的生活着；接着又和十六个天神的女儿结婚成了家，一直在差不多十万年的时间里很好地生活着；接着又和三十二个天神的女儿成了家，一直在差不多一亿年的时间里很好地生活着。所有这些，都和他孝顺母亲的钱财数量有所对应。

后来他想到南方去，但是大家都劝他不要去，因为南方有很恐怖的地方，但是他坚持去了南方。等他到了南方的时候，看到了一个非常坚固的金属建筑，在建筑的门口，有很多黑面孔、红眼睛、高身材的人，手里拿着沉重的棒子站在那里。

当他问这些人这个建筑里面有什么的时候，这些人什么都不说。

他很想搞清楚这个建筑里面到底有些什么，就进入了那个建筑。等他一进去，就发现有一个人的头顶上有一个旋转着的铁轮，正在切削他的头颅，这个人因为非常痛苦而大呼小叫着。他就明白这就是大家所说的南方非常恐怖的所指了。

他就问这个人说：“你到底是为什么而遭受这么严重的痛苦呢？”那个人回答说：“我因为过去曾经用脚踢过母亲的头，现在果报成熟了，就有这个铁轮在切削我的头颅。你自己不是有三十二个天神的女儿在陪伴着你么？你到这里来干什么呢？”

他就在心中想着：“我也曾经用脚踢过母亲的头颅，那么类似这个人所受的这种痛苦，将来一定会降落到我的头上，那将是多么可怕的事情啊！”

正在他这么想着的时候，外面的那些人就把那个铁轮装到了他的头上，他立刻感受到了十分难以忍受的痛苦。就在这个时候，他在心里想着：“好像我这样，曾经因为用脚踢母亲的头，而将要遭受铁轮切削头颅痛苦的所有人，我愿他们的痛苦全部都让我一个人来承担吧！千万不要让那些人遭受这种痛苦了！”

就在他的这个念头刚刚完成的当下，他头顶上的铁轮就消失了，他就逐渐地升上了天空，到了三十三天上面享受天界的享乐了。

这个故事，说的就是偈句中的众生头痛的原由。只要有了这种“所有众生凡是会被铁轮切削头颅的这种头痛，都让我一个人承担”利益众生的想法的当下，就连地狱的痛苦都不用遭受，立刻就会上升天界享乐，如此的功德实在是无边无尽。

而菩提心，则不仅仅是要解除用脚踢母亲头的人，铁轮切削头颅的痛苦；不仅仅是个别众生的痛苦；而是一切众生的一切种种生老病死痛苦，全部都要解除，并且还要把他们引导到佛果，这种功德比起上面的来说，多得、殊胜得就更加难以言说了。

就这样，因为众生无边、痛苦无边等缘故，因此菩提心的功德自然也就无量无边了。

**正文：或是母亲或父亲亦可，不论谁能具如此发心？**

**或者天人或神仙亦可，即使梵天谁能用此心？**

讲解：为人父母者，对于子女所具有的施衣供食健康成长这样的慈爱之心，可是，哪个父母会对子女生起“要引导到圆满佛陀果位”这样的菩提心呢？

对于我们子女来说，我们是否能够像父母亲对待我们那样对待他们呢？更不用说要“引



导轮回中无尽的众生到达佛地”这样的菩提心了。

对于帝释天等天神天主以及那些世间仙人（修行外道已经具有了天眼天耳等五种神通者）来说，他们并不懂得真正的菩提心的内容，甚至还具有种种的外道邪见。

当然在天神天主和仙人中，也会有真正的菩萨存在，但是对于那些并不是菩萨的天神天主仙人来说，他们也并不会真正的菩提心。

就连大梵天，其实也是同样的没有具备真正的菩提心。好像他们也会具有慈悲喜舍四无量心等类似菩提心的愿望，但是这并不是菩提心。为什么呢？他们只是在自己所统治的天人界范围内，对臣民慈悲，对人民施舍，希望自己的臣民得到欢乐，希望自己的臣民脱离痛苦，但是却很少有要“引导无尽的众生到达佛地”的想法。因此大梵天也并不具有菩提心。

**正文：众生先前就算为自利，即使梦中都未曾梦见，  
何谈利他而生菩提心？**

讲解：好像父母、天人、仙人、梵天等众生，在他们并没有真正生起菩提心之前，往往都只有自私自利的心态，但是在没有明白真正的利乐根源的情况下，连真正的自利都不能达到，而且在这种自利心态的作用下，就连在睡梦中都不会梦见利他之事，更何谈要发起究竟利他的菩提心呢！

**正文：他人为己都未曾生起，更能何谈利益那众生？  
如此不共殊胜之发心，往昔没有今愿真生起。**

讲解：其他的那些众生，就算是在梦中，连真正利益自己的心都没有生起过，更何谈生起利益众生之心呢？

没有丝毫自私自利的想法，全然都是利益其他众生的想法，而且还是要引导一切六道众生全部到达究竟圆满佛位的非常不共而又珍贵的菩提心，以前所没有生起的，从现在开始，我愿意真实的刹那之间全然生起。

**正文：一切众生喜乐之本因，解脱众生痛苦之甘露，  
珍贵发心无量之福德，岂能被人盘算得清楚？  
即使仅仅有利乐之念，也比供养佛陀还殊胜，  
精进行持利益一切众，所获福德广大何须说。**

讲解：菩提心大宝，是六道众生一切暂时的人天善道安乐之因，更是究竟佛陀涅槃寂乐之因，也是解脱六道众生生老病死、地狱、饿鬼、旁生种种痛苦的甘露。

如此珍贵无比的菩提心大宝，他所具有的无量无边的功德和利益，又岂能被盘算得清楚！也就是说，菩提心的功德，根本就是不可能说得清楚的，是不可想象的。

哪怕在没有正式领受菩萨戒之前，仅仅只是在心中产生了“要引导一切众生到达究竟菩提果位”这样的利乐之念，刹那间的这种利乐之心所能够获得的功德，都要比用满三千世界无量的七种珍宝去供养十方三世一切的佛陀所能够获得的功德还要殊胜。

光是刹那间的一念之间的利生想法，都会带来如此难得的功德；那一旦这个人真正地领受了菩萨戒，真正地生起了“暂时性地要带给一切遍虚空六道众生人天的安乐，究竟还要带领无余的众生证得最究竟的佛果”这样的菩提心，并且能够真正精进地实践，这样能够带来的功德，其不可估量性，其无比殊胜性，就更加不用说了。

**正文：虽然都想舍弃一切苦，但是却做致苦种种事，  
欲求安乐却因为愚痴，如敌对待利乐自己事。**

讲解：一切的众生，都是一样地想远离任何的痛苦，都是一样地想获得一切的安乐。但是这些众生，却对于真正能够给自己带来痛苦的比如杀生、偷盗、淫乱、两舌等种种伤害他人的罪恶之事，常常乐之不疲。最终导致自己还是增添了更多的痛苦。所以说，一切众生虽然想远离痛苦，但事实却是没有能够远离，反而更加增添了痛苦。

同样的，虽然众生都想永远具有一切种类的安乐，但是却对于真正能够带给自己暂时的人天之乐的种种善业，和究竟能够带给自己寂乐的六度万行，却好像对待仇敌一样地摧毁和远离。最后导致自己还是没有能够增添安乐，倒是增添了痛苦。

这都是由于不懂得如何获得善业，也不懂得如何远离恶业的愚痴所造成的。

**正文：那些善业十分匮乏者，以及痛苦无边之众生，  
要以一切善业满足之，并且要断他们一切苦，  
同时也要清除其愚痴，如此善业他们谁能有？  
如此亲友他们谁能有？如此福德他们谁能有？**

讲解：对于那些因为不懂得修善而导致善业匮乏之人，对于那些不懂得如何舍弃痛苦而导致痛苦无尽之人，要通过慈爱之心，用暂时和究竟的安乐令他们得到满足；要通过大悲之心，来断除他们现有的痛苦以及来生的痛苦；要通过大智慧，直到他们如何正确地进行善恶取舍，并且要清除他们心中的愚痴等三毒。

类似如此大功德的菩提行，又有哪个善行能和这个相提并论？又有谁能够具有这样一心帮助自己的亲友？又有谁能够获得如此大的福德？

在经过上述内容的讲解之后，就会在心中真正地认识到菩提心功德和利益的不可思议性，并且会在心中产生“不能没有菩提心”的这种坚定的认知。而且，对于能够令菩提心未生令生起、已生令不坏、上上得增长的方法，就好像饥渴的人企盼着饮食一样地产生了希求之心，这就是真正地明白了菩提心功德利益的成果。

如果没有达到上述的这种认知程度，仅仅只是在口头上和知识上认识到了菩提心的重要性的话，那还是需要认真地进行实修的。

这种对菩提心的功德利益，或者说重要性的认知的实修，并不是像本尊的观修那样需要观想形象，这个只需要在心中反复地思维以上的法义，直到自己真正地产生上述的成果即可。

**正文：有求回报的那些善行，也都能够得到人赞扬，  
无求回报如此大善行，如此菩萨受赞何须说。**

讲解：在世俗中，一般对利于他人的事情，基本上也都会有轻重不同的求回报之心，但是这样的善行，也都会受到别人的称赞：“这真是个好人啊！善人啊！”而且如果一个人接受了别人的帮助之后，假如没有给予回报的话，也会被别人认为是不懂事理，不是好人。

但是对于修行菩萨行的菩萨来说，他在进行任何清除别人痛苦、帮助别人安乐的事情的时候，根本就不会抱着要别人给予回报的想法，就算别人主动给予相应的回报，在他的心目中，也对这个并不追求，而是自觉自然地做着任何能够利益他人的事情。

那么，这样的菩萨，这样的菩萨行者，得到别人的赞叹就是非常自然的事情了。

**正文：对少众生坚持做施食，或者刹那之间做施食，  
或者善意半天时间施，都能被赞“真行善之人”，  
恒常对于无尽之众生，布施如来最上之安乐，  
并能保持心境之圆满，常行布施被赞何须说。**

讲解：十个百个万个众生，相对于无穷无尽的所有众生而言，实在算不上很多。有

人对于少量的众生，能够在几天之内每天、数月之内每月、几年之内每年给予施食；有些人则能够在很短的时间里，没有布施衣服等其他用品，也没有布施法义，而仅仅只是做出饮食布施的事情。

此处的刹那，并不是真正时间单位上的刹那概念，而是世俗谛上的成事刹那，是完成一个事情的长短概念。比如说一顿饭那么长的时间，也可以被称作刹那间；比如说我们讲这个经的整个时间，也可以被称作刹那间。这里用的是吃一顿饭的时间，作为一个刹那。

或者是对受施之人非常轻蔑、不客气、甚至侮辱的同时，能够进行一点点地布施，而这么一点的布施，仅仅只能让受施者在半天的时间里不再饥饿而已。

像做出这些行为的这些人，都会被大家称赞为“真行善之人”。

那么相对而言，菩萨并不只是布施十百千万个众生，而是对无穷无尽的众生进行布施；并且布施的时间，也并不是很短的时间，而是在没有成佛之前一直都在进行着；并且布施的不光是食物等东西，最重要的还布施了善逝如来得最上佛果；并且在心中也没有任何的对受施者的轻蔑、侮辱；也没有抱着追求回报的念头，总的来说，是本着圆满的心态，非常圆满地进行着布施。

像这样进行圆满布施的菩萨，会获得一切众生的真心赞颂，那更是不用说的了。

**正文：“对于如此佛子之施主，如果产生不良之恶意，  
会在恶业相应劫数中，沉沦地狱”此乃佛陀语。**

讲解：能够发起殊胜的菩提心，并且能够在没有成佛之前，在轮回不空之前，对于一切的众生，不光是布施衣服食物，更能够布施最珍贵的菩提佛果的这种佛子，这种最上等的施主，如果在心中产生了不良的念头，产生了伤害的恶念（比如说要杀害这个菩萨，或者说要带给这个菩萨厄运等）的话，就会在和自己产生的恶念数量相等的劫数中，一直处于地狱中遭受苦难。

比如说这个恶念维持了 100 个刹那的时间，那么这个人就会在 100 个劫数那么长的时间里，遭受地狱的苦难。

这并不是佛子菩萨本身的意愿，而是因果规律自然而然的果报。

而且这种果报，是佛陀亲口宣说过的，并不是本文的作者佛子希瓦拉自己说的。

在《寂静了义神变经》中，佛说：“文殊菩萨，如果一个人对于一个菩萨产生了生气、恼恨、伤害之心的话，就会对应着他的这种心念的时间，而一定会在地狱中遭受那么长时间的痛苦。”

**正文：如对佛子产生利乐心，所获果报更胜前所述，  
如果佛子遭遇大困难，不生罪业而善业自增。**

讲解：如果一个人并没有对佛子菩萨产生上述的恶意，而是产生了赞叹、配合、支持等念头的话，那么因此这种善念而能够获得的善果，比上述恶意所获得的恶果要更加殊胜。

怎么理解呢？前面讲的是如果恶念维持了 100 个刹那的话，那么所获得的地狱果报，将会持续 100 劫的时间；而此时对于佛子菩萨产生的善念，如果也维持 100 个刹那的话，他所能获得的人天福报，也许就会持续 200 劫的时间。

在《入了义不了义手印经》中，佛说：“文殊菩萨，如果所有世界中的所有众生的眼睛，都失落到地面上，而一个人将这所有众生的眼睛全部都重新安置回眼眶当中，并且令所有众生都完全康复而没有任何问题，这个人的福德的确是非常大的。但是，比起这种福德来说，只要这个人能够对于一个真心修行大乘正法的菩萨，怀着恭敬信仰之心，远远地看上一眼，他所能获得的福德，也要比上面所说的殊胜更多。”

如果对于一个佛子菩萨来说，即使他遇到了很大的困难，比如说这个菩萨没有什么饮

食，没有什么衣服，没有什么住的房子，在这种艰苦的环境下，这个菩萨也不会产生任何的罪业，在修行菩萨道的过程中，并不会产生任何的障碍，反而因为他的菩萨行，善业还会自然而然地不断地增上。

对于一个菩提心并不坚定，也并不善巧于种种菩萨行方法的人来说，很有可能在遇到困难的时候，就会忍受不了，就会退缩；但是对于菩提心非常坚定，对于修行方法也很善巧的一个修行人来说，他都会将这些困难当成是增长修行的助伴，就好像无著菩萨所说的：“不论情器满罪业，恶缘全成菩提道。”不管是出现了病痛、怨敌、鬼神等各种不同的恶缘条件的时候，真正的修行菩萨行的人，都不会被这些恶缘所左右，反而会将之作为进一步提升自己修行的助缘。

前一种人，就好像一盏油灯，稍微有一些风，就会被吹灭；后一种人，则好像森林大火，风越大，反而会燃烧得更猛烈。

**正文：对于具有如此胜心者，我当一心恭敬行顶礼，  
施加伤害也算结善缘，如此众善生处当皈依。**

讲解：对于具有上述殊胜菩提心大宝的人，不论他属于哪一道的众生，不论他是男是女，不论他是老是少，不论他是穷是富，不论他地位高下，作者佛子希瓦拉都会恭敬一心进行顶礼。

而且对于具有上述殊胜菩提心大宝的菩萨来说，不论是杀害了他的父母，还是抢夺了他的衣食，还是对他施加拳脚，还是对于恶言相对，不论是任何一种伤害形式，菩萨都会在心中对这个施加伤害的人产生无量的慈悲之心，和他建立起来善的缘分；那么如果是对于菩萨进行恭敬、支持、配合，并且提供种种助缘的人来说，他和菩萨之间的善缘，就更加不用说了。

因为不论对菩萨带来伤害，还是对菩萨提供了助缘，菩萨都会和这个人建立起来善缘，因此可以说菩萨就是一切善的出处。那么，对于这种能够出生一切善的菩萨，作者佛子希瓦拉说一定要皈依、依止、跟随。

在前面已经提到，对于菩萨产生了恶念的话，就会在相应的劫数中遭受地狱的果报；而现在却说，如果对菩萨施加了伤害的话，却能够和菩萨建立起来善缘。这两种说法是不是有矛盾和冲突呢？

并不矛盾。如果对一个菩萨产生了恶念的话，这个人就应当会在相应的劫数中在地狱中受苦，这个并不会错。可是如果这个人对于菩萨，既没有产生伤害的恶念，也没有产生帮助的助缘，也就是说他和菩萨之间没有任何善缘的话，这个人可能就需要在一切的劫数之中，在轮回中不断地飘零了。

可是一旦他和菩萨建立了关系，哪怕是因为恶念伤害而建立起来的关系，他需要到地狱中受苦，他也一定会在未来的时间里究竟成佛。为什么呢？因为当他和菩萨建立起来了关系之后，菩萨一定会帮助他去实现佛果的。

因此说，前后这两种说法，并没有任何的矛盾和冲突。

对于一个人心中如果具有了真正的菩提心，就会拥有如此不可思议的功德，如果已经真正的明白了的话，就应当对于自己过去可能在身语意任何一个方面，对于这样的菩萨行者，所做过的任何的过失和罪业进行真心的忏悔，并且要将之作为自己的皈依处，要将之作为自己的一切功德利益的唯一生处。

如果没有真正地在心中产生这样的认识，而仅仅是落在口头的话，是根本不会给自己带来任何的利益的。应当不断地修习，一直到产生上述的深刻认知才可以。

《入菩萨行论》之第一章菩提心的功德利益章竟。



## 第二章 忏悔罪障

**正文：**为了能够获得菩提心，诸佛以及正法之面前，  
无垢大宝以及诸佛子，功德海前我谨善供养。

讲解：在第一章中我们充分了解了菩提心的功德和利益，我们已经很清楚为什么要生发菩提心。

但是在生发菩提心之前，一定要先清除我们相续中的罪障，罪障没有清除干净的话，是不可能真正生起菩提心的。因此第二章的内容，就是如何清净自己的罪障。

净治自己罪障的内容，主要有八个方面，或者说八支，首先讲述的就是供养支。龙树菩萨说只有资粮圆满了才能真正地生起菩提心；而无著菩萨也说只有心清净了才能发起菩提心，供养就是积累资粮和清净自心的最好手段和方法。

过去在觉沃阿底峡大师来到西藏，有人请求他传授发菩提心的方法时，他首先要求这个人供养，这个人提供了供养之后，阿底峡大师认为供养不足；当这个人第二次提供了供养之后，阿底峡大师还是认为不足；当这个人第三次提供了供养之后，阿底峡大师才勉强认为供养可以了，而给他传授了发菩提心的方法。其实这也是大师非常重视通过供养来积累资粮和净治自心的表现。

如果将自己所有的财产分成三部分的话，其中的一部分用来供给自己的生活，其他的两部分，都是应当用来供养和布施的了。

为了能够真正获得并且生起珍贵的菩提心大宝，在诸佛跟前（佛宝），在清净的正法跟前（法宝），在佛子跟前、在一切功德利益的出处大海跟前（僧宝），作者佛子希瓦拉要很好地非常恭敬地进行供养。

向谁供养呢？向佛法僧三宝供养；如何供养呢？很好地非常恭敬地进行供养；为什么要进行供养呢？为了获得珍贵的菩提心大宝；供养什么东西呢？将在下文讲述。

**正文：**所有一切花朵和果实，所有一切疗病之妙药，  
世间一切珍贵的珠宝，以及洁净具功德之水，  
种种宝山以及相应之，寂静悦意森林和处所，  
花开满枝挂果之果树，肥美果实挂满枝下垂，  
天界以及世间之妙香，合香燃香如意珍宝树，  
不种自生天然之稻米，以及种种可供之饰品，  
盛开莲花大海和湖泊，天鹅放歌非常之悦意，  
密密麻麻布满整虚空，毫不自执一切之妙供，  
用心观想自己汇集起，恭敬供养能仁佛佛子。

讲解：这里所提到的一切供养之物品，并不仅仅是自己身边所拥有的，而是自己能够想到的整个世间所拥有的一切善妙的物品，都可以用来进行供养。

如果是自己实际拥有的财物的话，就应当是把最好的、最珍贵的东西用来供养，而不应当是过期的食物、发黄的菜叶等不好的东西。

当然，不限于自己的实物，只要是这个世界上真正存在的东西，只要是自己听说过、看到过的任何好的东西，都可以用来进行供养。

比如说世间一切的种种花朵，世间一切的种种疗病药物，世间一切珍贵的金银珠宝，世间一切拥有八种功德（一甘、二冷、三软、四轻、五清净、六不臭、七饮时不损喉、八饮已不伤肠）的洁净之水，具足四方大洲的珍宝须弥山，到处盛开着种种花朵的寂静（人迹罕

至、鸟兽不闻、适合静修）森林和寂静处，开满了花挂满了果散发着诱人香味的种种果树，一个个果树的树枝全部都被果实压得弯了下来，天上人间所存在的任何的天然妙香（檀香等），本来没有香味但是经过加工后就会具有很好香味的合香燃香等，如意宝树以及种种珍宝所造就的宝树，以及种种神奇的不用耕种就自然出生的稻米，种种可以用来供养的饰品（大海、湖泊、池塘等，并且开满了莲花，还能听到天鹅悦耳的叫声）。

种种这些供养之物，全部都是天上人间实际存在的实物，密密麻麻地充满了整个的虚空，但是供养者却没有丝毫的执著这些物品成为自己所有的执著心，在自己观想的作用下，所有这一切的供养物，全部都恭敬供养给一切佛和佛子。

这种供养，并不是为了自己获得利益的缘故而进行的；而是为了圆满获得菩提心大宝，为了引导一切众生到达究竟佛果而恭敬供养的。

**正文：大慈悲者一切功德主，慈悲看顾我请享此供，  
我因不具福德甚饥渴，供养之物我并不实有，  
为了利益众生请祐主，顺带利我请享用供养。**

讲解：具有大慈大悲大能大力的功德主，值得我供养的功德主们，为了慈悲照顾我的缘故，请享用这些供养吧。

所有一切的佛以及佛子，本身并不需要任何的花朵果实珠宝等物，但是为了慈悲看顾好像我这样处于痛苦之中的众生，请享用这些供养吧。

作者佛子希瓦拉说，好像我这样的人，没有丝毫的福德和善业，实在是一个处于水深火热的饥渴之中的人，我其实也并不拥有任何的这些供养之物，所以，请各位佛佛子在考虑到利益一切众生的同时，能够捎带着利益一下我，为了这个缘故，请享用这些供养吧。

**正文：诸佛以及诸佛子跟前，我用我身真诚做供养，  
请诸佛子完全享用我，真诚愿能成为汝仆从。  
祈愿汝能完全摄受我，不惧三有恒常利众生。  
往昔罪业从此不再犯，其他罪业发誓也不做。**

讲解：在一切诸佛以及诸位佛的心子菩萨跟前，作者佛子希瓦拉愿意用自己的身体来进行供养，不单单是此生的这个身体，而是过去一切生所曾经领受过的身体，以及未来世将会领受的身体，加上此生目前的这个身体，都恭敬真诚地供养在佛佛子跟前。

而且从时间上面来说，也不仅仅是现在的这个时间供养，而且是过去未来现在的一切的时间里面，都在恭敬恒常地进行着供养。

请这些佛的心子菩萨们，都能够来享用我的一切身体，当你们完全享用了我的身体之后，希望我能够成为紧随着你们的仆人、随从、后学者。

而且，在你们完全享用了我的身体，我成为了你们的仆从之后，希望你们能够真正的慈悲摄受我，而我也从此之后不再对三有轮回有任何的恐惧之心，并且一直都精进地进行着利益众生的事业，也就是要引导一切众生究竟地获得佛果的事业。

为什么会对三有轮回没有任何的恐惧之心呢？因为自己已经成为了佛子菩萨的仆从，已经有了佛子仆从来作为自己的靠山和佑护者，就好像世间国王的亲近仆从，虽然是个仆从，但是离开了国王之后，对任何人都不会有恐惧之心，反而是其他人们都因为他是国王的亲近仆从而来亲近巴结他，因此就不会对任何的轮回三有产生恐惧的心理。

并且在供养之后，继续发誓说：对于我过去所犯的任何方面的罪障，从现在开始我全部都坚决地背离，从此不再违反；对于我过去所没有犯过的其他任何罪障，从现在开始我也全部都不会违犯的。

以上讲述的全部都是实物的供养，也包括自己身体的供养在内。从下文开始，就属于

世间没有，而是自己在心中想象出来的供养了。

**正文：沐浴之处充满诸妙香，水晶地面光亮又漂亮，  
珍宝炽然立柱令人爱，珍珠放光成为华盖形。**

讲解：按照印度当地的风俗，客人到来的时候、饭前、饭后等时间，都需要洗手、洗脸、洗脚、献上花鬘，这就是当地人最好的礼节了。

与此类似，尽管佛和佛子们其实并没有什么污垢，但是我们为了能够建立起来令自己和一切众生的所有的罪障污垢都能够得到清净的缘起，我们也是要请佛和佛子进行沐浴的。

观想在自己面前的虚空中，出现了专门用来令佛佛子进行沐浴的充满了各种香味的建筑，这个建筑，可以观想成一个建筑就遍布了整个的虚空，也可以观想是无数无量的建筑充满了整个的虚空。

建筑的地面使用晶石造就，非常光亮、非常好看、非常平整光洁，中间的地面上有一个水漏，用珍宝造就的塞子塞着。整个建筑弥漫着宜人的香气。

建筑的柱子全部都是用各种珍宝造成，放射着令人心生喜爱的光芒，柱子和柱子之间，有半人高的珍宝栏杆，在柱子的顶端和栏杆上面，到处都是放射着柔和光芒的珍珠串、珍珠缨络、珍珠半缨络。

在沐浴用的水池的中央，放置着无数用七种珍宝所造就的座椅，这些座椅，都是用来请诸佛和佛子们进行沐浴时候使用的。

**正文：一切佛陀以及佛心子，我用众多宝瓶盛香水，  
多少非常适合并伴随，歌曲音乐等来请沐浴。  
之后再用无比稀有布，洁净妙香熏染后拭身。**

讲解：虽然一切诸佛本身如如不动，但是却能够随缘显化地出现可以调伏众生的化身，因此就应我的供养请求，一切诸佛的化身和佛子，以及所有的眷属，全部都来自到了这个非常悦意的沐浴之处。

观想自己或者供养天女，将一切诸佛佛子们的旧衣换下，换上非常洁净的白色沐浴衣服，用相应数量的珍宝造就的宝瓶，装着飘洒着合香妙香的沐浴之水，而且并不是装的太多或者太少，而是恰恰好地只装三分之二满（以对应法报化三身之意，下方的三分之二代表报化身，而上面空着的三分之一则代表空性法身），同时还伴随着口中的歌曲（赞颂佛佛子功德的赞颂歌曲），以及（供养天女们的）吹奏、弹奏、打击、摇动等等音乐之声，来请一切佛和佛子沐浴。

在佛佛子沐浴完成之后，观想将水漏的塞子拔起，诸佛佛子沐浴后的水就从水漏中漏出，这些水就好像下雨一样从虚空中降下，落到了地面上所有一切众生的身上，令自他一切众生的罪障全部得到了清净，并且土地山神鬼神罗刹等所有可以伤害自他一切众生的这些心相续，也全部都被净化，不再令人畜生病，而且所有众生的心中也都生起了菩提心。

接着观想用无比珍贵的非常稀有的事先用种种妙香熏染过的布匹，来将诸佛佛子的身体擦拭干净。

观想从诸佛佛子的旧衣服、沐浴衣服、擦拭布等上面，放射出无量红色的光芒，融入到一切众生的眉心，观想众生因此而得到了一切诸佛佛子的智慧和功德。

**正文：之后再用颜色漂亮之，非常香之衣服来供养，  
种种妙衣结实又柔软，种种装饰用品难描述，  
装扮普贤文殊二菩萨，以及观音自在等圣尊。**

讲解：之后再用精心染织而成的各种各样颜色，并且事先用很好的薰香熏染过的衣服，



来供养一切的佛陀（代表法身）。

这种种的衣服，都非常结实耐穿，不容易损坏，并且都是手感非常舒适柔软，各种各样颜色鲜明的。

还有头饰、颈饰、臂饰、足饰等非常多种类的装饰品，来把普贤菩萨、文殊菩萨和观世音菩萨（以及金刚手菩萨等）装扮起来（代表圆满报身）。

这种圆满报身的装扮，完全就是按照印度当时最尊贵的国王的种种享用来作为参照的，为什么呢？因为佛的法身其实是无形无相没有任何颜色的，也是没有任何贪著的。

但是为了能够给众生在世俗谛上面对于佛的圆满功德进行描绘，因此就按照当地最尊贵的国王的样式来进行描述，以便增强众生的信心。

观想通过这样对诸佛和佛子们进行庄严，可以令自己和一切众生未来都可以获得佛的三十二相八十随好。

**正文：三千世界一切诸妙香，供养一切能仁佛之身，  
犹如锤炼黄金去杂质，涂抹之后佛身放光芒。**

讲解：具有日月、四大洲、须弥山、三界等完整构成的，就是一个世界；而这样一千个世界，就是一千世界，也称作小千世界；一千个小千世界，就是一个中千世界；而一千个中千世界，就是一个大千世界，也称作三千世界。

用世间一切香中最胜妙者，好像一点燃就立刻能够让香味遍布三千大千世界范围一样的妙香，用来供养一切能仁佛陀和佛子的身体。

就好像通过不断地锤炼和精纯化，黄金逐渐就会没有了杂质，变成金灿灿的纯金一样地，用这种妙香充满的圣水，在对一切佛佛子的身体进行了涂抹之后，一切的佛佛子之身，都放射出了无量的光芒。

观想通过这样的供养，自己和一切众生未来的身体，也可以变得和诸佛金身一样地放射着金黄色的光芒。

**正文：对于能仁殊胜供养处，用那美妙莲花曼达花，  
乌冬花等一切妙香花，结成漂亮华鬘而供养。  
妙香沁人心脾极遍布，香气如云聚集而供养。  
神馐饮食花样极繁多，种种神馐也用来供养。  
黄金莲花花盏花园等，珍宝灯盏也用来供养。**

讲解：对于一切能仁佛以及佛子，只要小小的供养都能够带来不可估量的功德，这个时候就用人间天上最为美妙和香气扑鼻的莲花、曼达<sub>日</sub>阿花、乌冬瓦<sub>日</sub>阿花等花朵，除去花茎之后，完全用花朵串成华鬘，洒如花雨，来供养给一切能仁佛和佛子。

这种用华鬘、花雨来供养的做法，至今还在印度等地保留着。

观想通过这样的供养，自己和一切众生的相续中，都可以得到菩提七支的花鬘。

同时供养的还有散发着沁人心脾香味的妙香，难以描述的妙香遍布整个天空，好像整个云彩一样，并且还会变化出阿里嘎里等种子字的样子，或者是变化出种种珍宝的样子，或者变化出供养天女歌咏乐舞的样子，而供养一切诸佛和佛子。

观想自己和一切众生都会因此而得到清静持戒的戒香。

同时供养的还有种种花样不同的专门用来供养的神馐饮食。

观想自己和一切众生都会因此而享用禅定美味。

用黄金所造成的莲花的花瓣当成灯盏，这种灯盏遍布好像花园一样，也用来供养佛以及佛子。

观想自己和一切众生都会因此而得到智慧之眼。

**正文：大地平整光华香涂地，处处花朵遍布真悦意，  
无量宫殿悠扬歌声赞，珍珠珍宝种种做庄严。  
无量难思遍布虚空饰，全部供养大悲自性者。  
珍宝宝幢黄金作持柄，处处都有悦意庄严饰，  
形状好看整齐树立着，恒常供养一切能仁佛。**

讲解：整个的大地十分光滑平整，没有任何的高低起伏，并且整个的大地，都用檀香等天然妙香涂满，大地上到处都是没有花茎的莲花、曼达日阿花、乌冬瓦日阿花等的花朵，花朵布满了大地，甚至都漫过了人的足面，整个的场景非常舒适悦意。

在这个大地上，有着不可思议的无量宫殿，宫殿用珍珠、琉璃等珠宝装饰的十分庄严，在宫殿的周围，供养天女们唱着赞颂佛佛子的悠扬歌曲。

如此种种遍布整个虚空的难以思议的种种装饰之物，全部都供养给佛佛子等具足大悲自性者。

观想自己和一切众生都会因此而进入解脱庄严宫殿。

还有用珍宝造就的宝幢，一个个都有着用黄金做的持柄，宝幢的处处全部都有漂亮好看的装饰品，不但非常令人心生喜爱，而且整整齐齐的竖立着，这些也都时时刻刻全部供养给能仁佛和佛子。

观想自己和一切众生都会因此而得以远离轮回恶趣的痛苦，都会因此而得到诸佛佛子的慈悲庇护。

以上的种种心念变化的供养，即使自己并不能真正地令之充满整个三千世界，但是也要如此努力地用心进行思维。

因为作者佛子希瓦拉是一个身无分文的离戏瑜伽士，所以在他所撰写的本文中，并没有很多地提到实物的供养，而是非常轻松如意地描述了非常详细的自心变化的供养，而这种供养，其实正是作者非常善巧于种种菩萨行的方便做法的体现。

而且，对于这种自心变化的供养，并不需要好像观修本尊那样地一直坚持不懈地进行，这种供养，只要时不时地在心中进行一下观想，一点儿都不辛苦和劳累地，就可以获得非常广大的福德资粮；在资粮圆满和罪障清净之后，还能够于心相续中生起胜义菩提心；并且也能够得到听闻不忘总持的功德。

所以说，这种供养的确是一种非常重要的修行方法，而且这种供养，比起来那种邪命财物供养，比起来那种罪业所得供养，比起来那种充满了我慢之心的供养，不知要广大多少倍呢！

**正文：此外其他种种之供养，抑扬悦耳种种音乐声，  
能够清除众生之痛苦，愿如云聚显现于处处。**

讲解：接下来的内容，就属于愿力供养了，也就是通过自己的祈愿而进行的供养。

除了上述所讲过的种种实物、幻变观想的供养之外，还有种种抑扬顿挫的音乐之声也在供养着，而这些音乐之声，就好像迦叶大阿罗汉听到人非人的悠扬乐声，都会不由自主地手舞足蹈一样，能够令一切众生都得到满足，能够清除一切众生的痛苦。

同时祈愿这种音乐之声，犹如密布云彩一样地遍布在六道的在在处处，能够不断地利益一切的众生；也同时能够毫不间断地出现在一切诸佛和佛子的跟前，令他们也得到这种妙欲的享用。

**正文：一切佛陀正法之大宝，一切佛塔以及佛像前，  
愿用珍宝花朵等供雨，毫无间断时时做供养。**

讲解：一切佛陀所讲述的教法和正法，全部都是经函的样子布满了整个天空；在一切诸佛和佛子菩萨在宣讲正法的时候，就会出现所谓的法现神变，其实也就是满天的花雨，所以也祈愿我们自己包括一切众生在内，只要是进行教法或听或讲的任何时候，都可以出现满天的花雨。就好像释迦牟尼佛在成就圆满菩提的时候，得到了一切净处天的散花供养一样，也祈愿自己和一切众生，在心中生起证悟的时候，也能够得到满天的花雨供养。

同时还有种种不同的佛塔和佛的身像等也都布满了天空。

和佛一生中的八大行履相匹配，有所谓的八大行塔：当佛出生的时候，曾经迈出七步，每一步都足蹈莲花，并且说出：“天上地下，唯我独尊”，为纪念佛的降生，佛的父亲净饭王在塞夏建造了一座莲花塔；在佛成道的时候，影胜王修建了一座降魔塔，也叫菩提塔；在佛转动正法之轮的过程中，在瓦日阿拉斯（波罗奈斯），五比丘等建造了一座吉祥多门塔，也称吉祥塔；在佛降服六种外道的时候，在哉达林中，离杂比（离遮毗）修建了神变塔，现在还有遗迹可以去朝拜；在佛往三十三天给自己的母亲讲法返回人间的时候，当地人修建了一座天降塔，现在也还有遗迹可以去朝拜，只是在旁边有一个小小的外道数论派的寺庙；在佛教僧团因为提婆达多比丘而出现分裂，而后在舍利弗的努力下又和合如初的时候，在埃玛林中，玛噶达瓦修建了一座分和塔；在佛即将涅槃的时候，修建了一座尊胜塔，或称涅槃塔，总计为八大佛塔。

在《贤劫经》中说：“佛之舍利将广散”，佛涅槃后所留下的四颗佛牙舍利，其一留在了梵天；其一被乍卓城下的龙族请走；其一被嘎林嘎国王请走，现在还保留在斯里兰卡；其一被词增益翁城的人们请走，然后都分别建造了一座佛牙舍利塔。

佛的其他舍利差不多有八升，以及烧过没有烧过的袈裟等一起，分别建造了八大舍利塔；而阿育王之后也在各地分别以佛的舍利为主要装藏内容而修建了千万佛舍利塔。

藏地松赞干布王转生成比丘阿嘎玛蒂，从印度的莲花佛塔中，请来了佛舍利，装进了天然觉沃佛像的眉间。

同样是从那个佛塔中请来的舍利，被邬金莲花生大师加持之后，变成了满满一升的舍利，然后就装入了桑耶寺的白塔之中，目前还在不断地增长着，有缘人现在还都可以得到这种舍利呢！

以上就是种种不同的佛塔了。

关于佛像，森嘎拉有一个女子名叫姆蒂赤辛，在她听佛讲法见道之后，就征求佛的意见说，可不可以绘制一幅佛像？在得到佛的首肯之后，她就精心地绘制了一幅佛的画像，这应当就是最早的佛像了吧。

工巧之王嘎玛比肖用种种珍宝塑造了佛的二十五岁身像，放在了甘丹寺中；十二岁身像就是现在的觉沃佛像；另外还有八岁身像和不动金刚佛像，这些现在全部都在拉萨可以见到。

按照秘密真言金刚乘的说法有佛教三宝，身宝，就是用一百零一种珍宝造就的金刚持佛像；语宝，就是《佛陀一子续》；意宝，就是用一百零一种珍宝或者黄金造就的一肘高的五股金刚杵。这些都存在于十二处地方，而这十二处地方，其实就是在在大圆满法盛行之地的天空中。

以上说的就是种种的佛像。

祈愿能够用种种珍宝和花朵，变成像宝雨和花雨一样，来时时刻刻对正法、佛塔、佛像进行供养。

如果守护戒律非常清净的话，所有的愿望都可以变成现实；就算是戒律守护的并不是十分地清净，只要能够如此地进行祈愿，也会获得非常不可思议的功德和利益。

**正文：犹如至尊文殊菩萨等，曾经如何供养诸佛陀，**

**我也愿意能够同样地，供养一切佛陀和佛子。**

讲解：这里讲述的就是无上的供养了。

过去曾经有至尊文殊菩萨、普贤菩萨、观音菩萨等大菩萨们，曾经按照他们的方式供养过一切的佛和佛子，我现在也发愿和他们一样地去供养一切的佛陀和佛子。

比如说，普贤大菩萨从自己的心中，放射出无量五彩的光芒，一一光芒都遍布了犹如尘土数量一样的佛陀刹土；而在一一光芒的顶端，都会变化出一个普贤大菩萨；而每一个这样变化出来的普贤大菩萨的心中，还会同样地放射出无量的光芒，光芒的顶端，也同样地会变化出一一的普贤大菩萨；就这样，没有一个佛土不被普贤大菩萨和他的光芒所充满；而每一个普贤大菩萨都在用无数无量的各种供养物品在供养着一切十方的佛陀和佛子。

正是因为普贤大菩萨如此的供养一切佛和佛子，所以才会有普贤供云这样的说法。

自己不但要像这些十地菩萨一样地去供养一切佛和佛子，同时还要像他们一样地发起菩提心、修行慈悲心、把持正法句义，这种修法供养，也是我要进行的。

**正文：功德大海诸祐主跟前，我用悦耳声音来赞叹，  
祈愿赞颂歌声如云聚，能够恒常唱响不中断。**

讲解：这里就是赞颂供养的部分了。

对于一切佛陀的相好、妙音、遍智等一切的功德，对于传承和执掌佛陀正法的一切佛子，对于一切功德的生处，我愿意用种种抑扬顿挫、悦耳的歌声和乐声来赞叹他们的功德，并且期望我的这种歌声，能够一直像秘密的云彩一样地，毫不中断地唱响着、赞颂着。

**正文：过去未来现在三世佛，正法以及执教圣僧众，  
我用微尘数量之自身，三宝之前恭敬而顶礼。  
菩提心之基础诸种种，以及佛塔跟前也顶礼。  
堪布以及所有之大师，禁戒行者跟前也顶礼。**

讲解：这里就属于八支当中的顶礼支了。

过去未来现在三世之中，有着无数无量的佛陀、正法、以及执掌佛教正法的圣僧众，这里的圣僧众，指的就是为了一切众生都能够被引导到佛地而不断修行着菩萨行的诸位菩萨们。

在这无量无边的三宝跟前，自己用心意化现出来无数无量的自己，怎么个无数无量呢？数量就和三世一切佛陀刹土中所有微尘的数量一样的无量无边。

然后观想自己的这些化现身，一一出现在一一三宝面前，身口意三门恭敬地（双手合十，先后触碰自己的头顶、喉部、心口，然后全身伏地或者五体投地，口中念诵着顶礼赞颂的词句，心中思维着一切诸佛正法贤圣僧的功德而）进行顶礼。

在顶礼的方法中，按照过去印度的传统，还有所谓的顶礼佛足的部分，也就是将佛的脚迎接到自己的头顶上，以此来表达自己最真诚的敬意。但是现在印度这种动作也没有了，他们现在去塔庙朝拜的时候，先用手触摸一下佛像的足部，然后再触摸一下自己的头部，这就表示顶礼佛足了。

而在藏地，这种顶礼佛足的传统基本上就没有出现和形成，而且也基本上就没有顶礼佛足这样的顶礼方式。只不过偶尔有些大喇嘛，会在别人到自己跟前进行朝拜的时候，会用自己的脚放在别人的头上，以此表示一种特殊的加持；当然也有人通过用自己的手或者脚，放在弟子的头顶进行灌顶的这种做法，但这也都是很少发生的。

再观想自己的这些化身，一一出现在一切佛的修行、降魔、成道、转无上正法轮等的所有圣地面前，也一一出现在纪念佛的诸大行履的所有八相佛塔跟前，也一一出现在自己真正地发出了胜义菩提心的所在地，这些都是菩提心的基础，自己都应当身口意三门恭敬地进

行顶礼。比如说桑耶寺过去就有一个非常大的佛殿，称作森协林（发心殿），这种专门进行正法讲解的经堂，就是属于这种应当顶礼、应当当作菩提心基础的地方。

再观想自己的这个化身，一一出现在一切通达佛教正法、能够引导众生什么是应当断除的什么是应当修持的等种种菩萨行的出家比丘、在家居士、亲教师、堪布、阿阇黎、上师等面前，也出现在能够善于守持和开示一切正法戒律、尤其是菩萨戒律、菩萨学处（明白以前的种种不正确的会带来恶业的作为全部舍弃，今后一心只做能够真正利益一切众生并且最终能够引领一切众生到达佛地的种种善行）的圣哲跟前，并且身口意三门恭敬地进行顶礼。

这里简单讲述一下所谓的禁戒行，从字面的意思来解释的话，就是属于断除种种所应断的恶行，而一心修行各种所应修的善行的这种行为，进行这种修行行为的人，就可以称作禁戒行者。

按照当时印度和藏地的解释，主要是指具有身穿白衣，蓄长发等外部特征，但是却坚持修行正法的瑜伽行者，以及身穿僧衣，剃除须发，修行正法的出家众。如果并没有身穿与众不同的衣服如白衣或者僧衣，也没有剃发或者蓄长发，就好像你这样的人，虽然心中也都具有禁戒行为，但是却没有表现出特殊的外部特征，这就属于事实上的禁戒行者，而不是形象上的禁戒行着了。

也就是说，对于真正在正法上具有修行的人，自己都应当真诚地进行顶礼。不论他是出家形象还是在家的形象，比如说，在藏地刚开始出现佛法盛行的时候，都是出家众少而白衣多，甚至就连噶当巴几乎所有的大师，也都是以白衣形象出现的，而并不是出家形象；比如说噶举巴的玛尔巴大译师、米拉日巴大师、热穷巴大师等，也都是白衣的形象，这个传承中，只有岗波巴大师是出家人。

如果按照显教经典的说法，出家众其实是不应当给在家众进行顶礼的；但是从究竟大乘，或者是从密乘的法义来说，只要是给自己传授了正法、真言的人，不管他是什么形象和地位，哪怕就是一只狗，自己都要在心中真正地将之当成真正的佛陀一样地恭敬顶礼；更何况密义中说：一切外界的显现全部都是本尊呢！

因此说，按照密乘的法义，不看形象，只看正法的传承，出家众只要是向在家众求学了正法、领受了真言戒律，那自然就应当进行顶礼的。

而在顶礼的身口意三门之中，心是最为关键的，也就是说，如果你是内心并不真诚、并不恭敬地哪怕做了十万次礼拜，哪怕你念诵了十万遍的赞颂文，其实也都不会有太大的功德和利益；而如果能够真正三门恭敬地进行一次顶礼，也都会获得非常难以思议的功德和利益。

从身体方面来说，首先就应当保持身体的正直，身正则脉正、脉正则风正、风正则心正；在保持了四正的前提下，观想自己的父亲同样就在自己的右边，自己的母亲同样就在自己的左边，自己的怨敌则同样地就在自己的前边，而周围则同样是无边无际的三界六道所有的众生，他们全部都非常恭敬地和自己做这同样的顶礼的动作：

双掌合十，好像没有开放的莲花花苞一样，要观想着掌心中执持着观音菩萨的宝瓶，或者是如意宝珠。

然后就用正确的合掌的姿势，先触碰自己的头顶，触碰的同时，观想思维着佛身的三十二相八十随好，并且观想自己和一切众生的所有身的罪障得到清净，自己和一切众生的身体，未来也可以成就佛身的一切相好；然后则触碰自己的喉部，触碰地同时，观想和思维着佛语的六十种梵净功德，并且观想自己和一切众生的所有语的罪障得到清净，自己和一切众生的语，未来也可以成就佛语的一切功德；然后则触碰自己的心口，触碰的同时，则观想和思维佛心口的吉祥结形象以及内涵的佛如所有智尽所有智等无边的功德，并且观想自己和一切众生的心的罪障全部得到清净，自己和一切众生未来可以成就如佛的无尽功德。

然后在自己的右膝着地的同时，观想所有一切众生，都会进入到中正道路当中来；在

自己的左膝着地的同时，观想所有一切的众生，都不再行走于旁门左道，而是都会进入殊胜的佛陀正法道路当中来；在自己的右手着地的同时，就好像当时佛在菩提树下成道的时候，右手着地，降服了所有的魔军而最终成就了菩提佛果一样，观想因此自己和一切的众生，都可以降服一切的魔障，而最终得以成就无上菩提；而当自己的左手着地的同时，则观想着所有进入了旁门左道的众生，都会在自己的菩萨四摄法的度化之下，全部都转而进入正法道路；而当自己的额头着地的同时，则要观想自己和一切众生的我慢之心，全部都得到了清净，并且都能够恭敬信仰上师三宝，还能够获得如佛一般的不见顶相，在善法的修行方面，都能够得到究竟。

通过自己这样的三门恭敬、五体投地地顶礼，观想一切众生的五障全部都被清净；五根全部都得到圆满；所有的五功德全部都获得；五神通也全部都证得；五眼全部都变清净；普通的五蕴（色受想行识）全部都变得更加尊胜的五蕴（戒、定、慧、解脱、解脱智）。

在佛经中，对如此恭敬顶礼的功德和利益，是这样进行描述的：“自己顶礼之处，一直到金轮之间的微尘有多少，自己就会因此而得到相应数量劫数享受转轮王享用的福报，并且最终也会圆满地证得究竟寂灭的佛果。”

所以说，不如法的十万个顶礼，还不如一个如法的顶礼所能够获得的功德大呢！因此也在藏族有一句俗语说：“修行并非关键，修行方法关键。”也就是说，一个人到底修行如何，并不是看他念诵了多少真言、磕了多少大头、闭关多少年等修行时间和数量，而要更加关注他的修行方法，修行内容，因为只有正确的方法和正确的内容，才属于真正地修行呢！

**正文：从此直到成就菩提前，一直皈依一切诸佛陀，  
同样证菩提前恒皈依，一切正法以及大菩萨。**

讲解：从时间方面来说，从现在开始，一直到自己最终完全成就了圆满的无上菩提之前，一直都要皈依三世一切的佛陀、正法和菩萨圣僧。

而这种恒常皈依的誓言，是最为殊胜的大乘佛法的皈依誓言。为什么呢？因为小乘的声闻缘觉的皈依誓言，往往都只是从现在开始，一直到此生终了，一直皈依佛法僧三宝，他们并不会发誓说在成佛之前恒常皈依。这就在时间上面，非常的短暂和不足了。

从皈依的因上面来说，不论是小乘大乘，都是以佛为导师、以法为道路、以僧为道伴。但是从皈依的果方面来说，小乘大乘之间的差别却是非常大的。

小乘声闻教法的追随者，他们是以成就阿罗汉果位作为最终目的，他们通过断除种种痛苦，然后在佛前听闻教法，并且对其他信众宣讲佛法，因此说，他们的皈依，其实主要是皈依了僧宝，尤其是声闻阿罗汉僧宝。

小乘缘觉教法的追随者，他们是以证悟深刻的十二缘起法门，反其道而行之，从而中断了缘起之环，断除了痛苦，成就圣果，因此说，他们的皈依，其实主要是皈依了法宝，尤其是十二缘起法宝。

只有大乘的皈依，才是真正地将佛陀当成了摆脱所有轮回痛苦的唯一皈依处；将佛陀宣讲的正法当成了摆脱痛苦的道路；将佛子菩萨众，当成了修道的伴侣，才是真正的皈依。

从皈依的心态方面来说，声闻缘觉行者，是希望自己摆脱痛苦得到解脱，是纯粹的信心皈依；而大乘行者，则是希望其他一切众生摆脱痛苦得到解脱，因此就是慈悲心皈依。

所以，大乘的皈依，比起来小乘的皈依，要殊胜许多。

而皈依的本质，就是要在整个成佛前的皈依三宝的过程中，发誓听从三宝的教导，明白什么是应断的，什么是应证的，并且精进修习，一直以真正的菩萨圣僧作为自己的修道伴侣，直到最终的成佛。这就是整个皈依的目的和意义了。

换一种方式来说，皈依，就是寻找一个依靠并且发誓一直托庇在这个可依靠者的庇护之下的意思。我们经过对佛的非常圆满的断证功德的仔细分析和思维之后，明白了只有佛才

是唯一可以依靠的真正庇护之处；然后因为我们对于能够引导我们最终到达圆满断证功德的佛果的道路，也就是正法并不明了，因此就要发誓一直追随真正能够指点我们正法的菩萨圣僧，直至最终圆满成就佛果。

所以说，自皈依佛，永不皈依，邪魔外道；自皈依法，永不皈依，外道邪说；自皈依僧，永不皈依，外道邪师。这就是皈依的誓言。

只有完全按照上述内容进行真诚的皈依发誓，才是真正的皈依，如果仅仅只是在口头上、文字上说我要皈依三宝，那是不会有任何实际的利益的。这一点要非常清楚才对。

皈依会带来什么样的功德和利益呢？

皈依是别解脱戒律生起的根本，也就是说，如果没有了皈依的誓言，是根本不可能真正地领受别解脱戒律、菩萨戒等一切佛法中的戒律的，皈依是一切的基础。

皈依也可以带来强大的守护力量，有这么一个故事说：有一个小偷，想要去偷窃一个大喇嘛的东西，但是当他潜入大喇嘛的住所的时候，被大喇嘛发现了。小偷就准备用强，但是大喇嘛将门关得很严，并且告诉这个小偷说，只要你将手从窗户伸进来，我就会将东西送给你，让你有所得。

当小偷真的将双手从窗户伸进来的时候，大喇嘛却紧紧地用绳子将小偷的双手绑住，然后就用棒子狠狠地敲打着小偷的双手三次，而且每次敲打的时候，都大声地念诵着：“皈依佛”、“皈依法”、“皈依僧”。然后就解开了绳子，放小偷走了。

小偷匆忙地逃窜到了一座小桥下面，小偷抚摸着自已疼痛不堪的双手，心中不由得回响起了那三句话，心中想着：“幸好佛教只有三句皈依的念诵，如果还有第四句的话，那我的手岂不是要被打断了！”

虽然夜深人静，没有人从这里经过，但是此处却有很多鬼神等外人经过，也就在这个时候，这些所有的鬼神却都不敢过桥了，当其他的鬼神问这些鬼神原因的时候，它们说：“那个桥底下，有一个人正在念诵着皈依的誓言，因此我们就不敢从他身边经过了。”

这就是说，哪怕并不是真心实意地念诵皈依誓言，都会具有如此的守护力量；如果是真正地三门恭敬地进行了皈依的话，那守护的力量就更加强大了。

皈依还可以消除不正邪道的种种罪障，可以令自己位列贤胜的行列，令自己得到人天的赞颂和供养。

另外，从根本上说，皈依佛法僧三宝，是区分佛法和外道的最根本之处，如果没有了这个皈依，根本就不能算的上是佛教徒，因此说，不论是小乘、大乘、密乘，皈依佛法僧三宝，可以说是最基本的佛教的戒律了。

如果没有了这个对佛法僧三宝的皈依，要想区分清楚什么是佛教、什么是外道，尤其是数论外道，那实在是非常难的，据说阿底峡大师有一个非常出名的弟子，地藏班智达，他曾经先后三次学习外道经典，然后三次学习佛教经典，但是还是没有发现佛教和外道的最根本的区别！

而觉沃阿底峡大师自己也曾经说过：“圣地六门智者虽仍存，但我上师辛底瓦已逝，而我现在又来到藏地，印度能分内外道者无。”

所谓的六门智者，是指那些守护在那烂陀寺等大的佛教寺庙东西南北等大门之处的佛教班智达，因为他们是每天各种外道前来挑战佛教时的第一关，如果外道们能够战胜守门班智达，就可以进入这些大寺之中，再去和其他人进行辩论；如果外道们不能论辩胜守门班智达，就只能离去，或者转信佛教了，因此说，守门班智达，其实也就属于顶尖的佛教大师了。

但是在阿底峡的眼中，除了他的上师和他自己之外，就算是印度还有那些守门班智达在，但是都不能很好地区分什么是佛法，什么是外道呢！

所以说，阿底峡大师在来到藏地之后，在阿里地区，都一直只是宣讲着皈依的法门，甚至因此而被称为“皈依班智达”；而当别人请他传授一些其他的法门，否则这个皈依班智

达的名字还会继续被人叫下去的时候，阿底峡大师笑了，他说：“光是凭借这个名字，我就已经能够很好地弘扬佛法了。”

而直贡大师也曾经说过：“一切的佛法，其实都可以归摄到皈依三宝之中，因此说，皈依其实就是最深奥的窍诀了。”

对于我们这些没有好好学习佛法的人来说，通过皈依佛法僧三宝，来判断一个人是否属于真正的佛教徒，可真是一个最为简便的方法了。

**正文：十方一切正在安住之，圆满佛陀以及众菩萨，  
所有具足无量大悲者，听我合掌恭敬之祈请：  
从那无始轮回之以来，此生以及其他一切生，  
我所未能察觉之罪障，以及教人犯罪之罪障，  
或因愚痴混乱所控制，随喜他人恶业之罪障，  
而今真实明白其罪性，心意坚决尊前诚忏悔，  
所有我对一切正三宝，父母上师或者凡夫前，  
因为烦恼把我所左右，施加身口意之诸伤害，  
种种过失造成之影响，如此非常难堪之罪障，  
身负重罪痛苦下劣我，今在一切导师前忏悔，  
在我一切罪业未净前，极有可能我提前死去，  
因此为了确切脱罪障，我当迅捷皈依并忏悔。**

讲解：这里就是忏悔罪障支了。

目前正在十方各处刹土中清净安住的一切佛陀，以及具足了无缘大慈悲心的诸位大菩萨、圣僧众，其数量堪比三千大千世界恒河沙的数量，在一切所有的这些圣众面前，我身口意三门恭恭敬敬地，身，合十于胸前；口，清净明白地；意，真诚地，在这些圣众面前发露忏悔。

忏悔的内容则如下：

在我从那根本就不知道什么时候开始的轮回中，我已经领受了无数无量的身，不光光是目前的我的身体，还包括过去无量世的无量身体，在领受所有这些身体的生命过程中，有很多我根本就没有丝毫察觉的无量罪障，也有尚未察觉的教唆别人造作罪业而犯的罪障。

而这些罪障，或者是因为我被愚痴，不懂得如何进行善恶的取舍所导致的混乱所左右，而后造作出来的种种罪障，没有被我察觉；或者是因为看到了别人正在进行的恶业，而我却没有察觉到，并且还对其作为产生了随喜的欢喜心，因此而造成的并没有察觉到的罪障，等等。

（所谓的随喜，在善业方面也是同样的道理，即使自己没有亲自去做善业，只要见到别人正在做的善业，随即自己生起了赞叹欢喜之心“这样做得真好啊！”的时候，自己也能够获得和实际行善的那个人同样的功德。

但是正是因为随喜太简单了，也因此会令很多人在不经意间就犯下了恶业。比如说，有一个人，非常的凶狠残暴，他已经杀了很多的人。终于有一天，这个人被别人杀掉了，在这个时候，自然就会有很多的人在心中对这个人的死，产生了欢喜兴奋之心。这个时候，因为随喜了杀业，因此这么多的人就在不经意间获得了和那个杀人的人同样的恶业。）

而今天，我才完全明白了那些全部都属于恶业，全部都属于罪障，因此我就心意坚决地在诸尊跟前进行忏悔，而且在身方面：发誓不再做杀盗淫等罪业，在语方面，发誓不再做妄语、两舌、无义语、恶口等罪业；在意方面，发誓不再做贪、嗔、痴等罪业。



对于完全具足断证功德的一切佛宝，对于能够成就佛宝的种种取舍之道法宝，对于能够指导我们具体如何修行取舍之道等菩萨行的菩萨僧宝，因为他们是一切究竟功德的生处，如果通过身口意进行供养、赞颂和追随的话，就一定能够成就善果；而一旦通过身口意等对他们曾经做过任何伤害，也一定会成熟恶果。

对于父母，对我们供衣供食疼爱异常的父母，虽然他们并不能带给我们究竟的功德，但是因为他们是一切世间爱乐的生处，如果我们通过身口意进行侍奉和供养的话，就一定能够得到比世间其他众生侍奉和供养更大的善果；而一旦通过身口意对父母曾经做过伤害，也一定会成熟比伤害其他众生更加严重的恶果。

为什么以父母为观待，会带来更加鲜明的善果和恶果呢？

因为父母是比世间任何众生都更加疼爱关心自己的爱乐的生处，也正是因为父母的这种更加突出的爱乐，令我们对于父母的任何善的行为和恶的行为，必然会带来比对待其他任何众生善和恶的行为更加多、更加重的善果和恶果。

上师，既是代表了佛陀的能够指导我们修行菩提心的究竟功德的生处，同样是类似父母那样能够带给我们关怀的爱乐的世间功德的生处。一般而言，圆满的佛陀，能够带给我们究竟的功德和利益，但是从实际的行为上面来说，并不能真切地体现出来。而慈爱我们的父母，除了能够带给我们疼爱之外，并不能带给我们究竟的功德。而上师，在密乘教法中，体性完全等同于一切佛，虽然在大乘教法中并不这么认为，但是因为佛只能带给我们正法，但是上师却能够实际地指导我们这些正法的具体行动，因此上师能带给我们究竟的功德；同时，因为上师慈悲地摄受了我们，能够用堪比父母的慈爱心在修行的过程中对我们关怀备至，因此上师也是我们爱乐的世间功德的生处。

因此，对于具有这两种功德来源特点的上师，如果我们通过身口意产生了任何伤害的话，就会成熟更加严重的恶果。

凡夫，就是除了佛、父母、上师等能够带给我们种种功德的对象之外，还有无量无数的和我们基本上没有关系的一般众生，可能是别人，也可能是旁生。

不论是对这些对象中的任何一种，只要我们通过自己的身口意，对他们心生伤害打骂之念，口说污蔑讥讽等恶语，并且亲自用自己的身体对他们施加了伤害的话，就好像铁器生锈不堪再用一样，我们的心相续就会增加了罪业，最终就会成熟种种的痛苦恶果。

这些种种难忍的痛苦恶果，我现在真诚地在所有的导师跟前发露忏悔。

再者，我在此所作的忏悔，并不是慢慢悠悠逐渐逐渐地一点点地发露，一点点地忏悔，一点点地清除的。而是在忏悔的当下，非常迅捷地顿然完成的。

为什么要这么快速地完成忏悔和改正呢？因为如果我慢慢地逐渐地进行忏悔和改正的话，很有可能在我的那么多的罪障还有清静之前，我就会死掉的。

一旦我提前死掉的话，那么我还没有来得及忏悔清静的那么多罪障，就会仍然伴随着我的未来的生生世世。

因此我就要在当下，非常真诚和迅速地完成忏悔和清静一切罪障的这个动作，而且要非常确切地真正地从这一切的罪障中解脱出来。

因此我的皈依和忏悔的动作也就是非常迅捷、完整、效果确切的。

**正文：**对于死亡根本难把握，已做未做事情难停留，  
病与不病世间之一切，突然之间舍命也未知。  
死亡之时将抛舍一切，如我不明如此之常识，  
为了亲疏不同人利益，做出种种不同之罪业，  
非友非亲之人都会逝，疼爱亲友之人也会逝，  
就连自己一定也会逝，所有一切事物都会逝，

**一切行为都如梦中事，不论自己会遇任何事，  
终将成为逝去怀念事，逝去一切终不会再见。**

讲解：为什么要这么的急迫呢？现在你有吃的、有穿的、有住的，身体也没有任何的病痛，一定不会这么快就死的，难道就不能舒舒服服地进行吗？

其实不是这样的。对于我们现在生活状态的好坏，我们正在做的事情和准备完成的事情差别，包括我们身体的健康和生病，我们根本就没有任何的把握，不用说一般而言我们可以活到七十岁，在目前直到七十岁之前的时间不能把握，甚至就连一年以后、一月以后、一天以后、一小时、一分钟、一秒钟以后是不是会没有了饮食、没有了住房、没有了衣服、突然生病、突然死亡，都根本没有任何的把握。

什么时候发生变化，什么时候死亡，完全都是我们没有办法掌握，完全都是超出了我们控制范围之内的事情。就好像前几天，山下的一个老人，平时都好好的，突然就在深夜的两点钟感觉不舒服，四点钟就死去了，而在这个老人死去的时候，刚好我就在旁边。

类似的事情我们都耳闻目睹了很多，比如说正坐在那里好好的，就突然脑部血管爆裂，导致严重的疾病甚至死亡。

死亡的来临是那么的突然和不可预知，而且死亡来临的时候，并不会考虑到你的某些事情并没有做完，你跟死主商量下，等你的这些事情完成后，再让你死去，这种事情绝对是不可能发生的。这并不是你能够控制的。

正是因为这种死亡的不可预知性，因此我一定要尽可能迅捷地完成我的忏悔等一切的修行动作。

我所要忏悔的都是些什么呢？

当我所不能自主和控制的死亡到来的时候，我就不得不舍弃世间的一切，独自面对死亡。但是如果我并没有很好地明白这个道理，而是为了我在死亡时一定会分离舍弃的所谓的父母兄弟姊妹等亲友，或者为了同样我在死亡的时候一定会分离和舍弃的所谓的其他非亲非友甚至仇敌，我曾经作了很多种不同的罪业。

但是现在我已经非常清楚了，所谓的亲友，所谓的旁人甚至仇敌，甚至包括我自己在内，全部都会死亡消逝，所有一切的人都会逐渐死去。

整个的过程就完全好像在梦中所经历的事情一样，全部都没有实际的意义。

比如说，对于我的仇敌，我曾经想方设法地伤害他，但是现在我已经明白，就算我不去伤害他，他也一定会死去的，那我所作的罪业，则完全就成了仅仅让我受苦的事情了。

比如说，对于我的亲友，我也曾经想方设法地照顾和利益他，但是现在我已经明白，就算我那么好地对待他们，他们还是会死去的，那我所作的那么多的事情，也就完全没有意义了。

就连我自己，曾经想方设法地去追求快乐，但是我也一定会死，那我所追求的那些所谓的快乐，岂非没有了意义？更何况由于我并不知道真正的善恶取舍，因此也造了很多的罪业，这些罪业即使在我死后还会伴随着我呢。

就好像一个人在梦中成为了一国之君，住着辉煌的宫殿，周围围绕着文武大臣，后宫有无数的佳丽，享用着种种妙欲，但是等梦醒之后，除了“我曾经做过这样的梦”的回忆之外，什么都不会留下。

同样的，一个人在人生的过程之中，所会遇到的任何人，所得到的任何物，所经历的任何事情，当死主来临的时候，全部都会变成回忆，而且任何逝去的任何事物，也不可能再次见到了。

既然所有的一切都毫无意义，那我为了亲友，为了仇敌，为了享用等，所作的任何事情，其实都是我应当完全即刻发露忏悔的内容了。

正文：我之今生生存过程中，虽然亲友仇敌都已逝，  
为之所作一切诸罪业，仍然难忍前方等候我。  
如此‘暂时无常我’之义，我因不懂从来没明白，  
贪嗔痴等三毒作用下，造作种种不同之罪业，  
昼夜毫不停顿地消逝，我的此生寿命常衰减，  
哪里能够提供新增寿，我见之身岂能不衰败？！  
在我躺到灵床将死时，就算所有亲友来围绕，  
也难减少将死之痛苦，痛苦只有我一个人尝。  
阎王鬼卒已经控制我，亲友又怎能带来利益？  
此时仅能依靠自福德，可是善业我却未曾做。

讲解：那么，既然我的亲友、仇敌，我所追求的种种事物，全部都会消逝死亡而使得我的一切所为全部都变得毫无意义，那是不是说我所有过的那些恶业和罪障，也变得毫无意义，对我不会带来任何的不良影响呢？不是的！

抛开无量的过去生不谈，单单是此生之中，我曾经对亲友仇敌所做过的任何罪业，并不会随着亲友仇敌的逝去而消失，而是会自然而然地在我生命的前方等候着我，一旦因缘会遇，就一定会成熟恶果，我就会承受相应的痛苦。

在《教诫国王经》中，佛曾经对国王教诫说：“死时到来国王将去时，眷属享用亲友都不随，除了此生所造种种业，如影随形一般随己走。”

另外，我们的导师释迦牟尼佛，有一个表弟名叫难陀，他有一个妻子非常漂亮，因此难陀一直非常爱恋她。

后来有一次，佛直接叫难陀出家，因为佛的无上威严，难陀也没有办法提出异议，只好就出家了。但是他出家后，因为一直在思念着自己的妻子，心中老是闷闷不乐，自然也就不可能有什么修行行为了。

看到这种情况，佛就先带难陀去到冈底斯雪山上，让他去看一群猴子，然后就问难陀说：“这个母猴子和你的妻子相比如何？”难陀不由得大声不满地说：“我的妻子的美貌，怎么能和这个丑陋不堪的母猴子相提并论呢！”

然后佛就带他来到了三十三天，佛自己呆在一个地方，让他自己进入了一个宫殿，在那里，难陀看到了无数非常金碧辉煌天宫，以及无数漂亮的天女，但是却没有看到天宫的主人，就问天女说：“这个宫殿是哪位天神的住所啊？”

天女回答说：“人间有一个释迦牟尼佛的表弟难陀，因为他出家守护着戒律，等他人生的寿命结束后，就会来到这里，由我们来侍奉他，他会享受到无比的欲乐。”

等他从天宫中出来，见到佛陀的时候，佛问他：“这个天女和你的妻子相比如何？”难陀兴奋地说：“我的妻子和这个天女一比，简直就好像山中的那个母猴子一样，实在是丑陋不堪。”

等到难陀回到人间之后，就非常安心并且很精进地学习着种种的佛法，并且很好的守护者戒律，再也不会表现出思念自己美貌妻子的神不守舍的状态了。

但是，因为其他的出家人，都是以成就阿罗汉果位为追求的目标，而难陀却是以上升天界享受妙欲为目标，因此佛就对其他所有的比丘说：“你们谁也不要和难陀说话，谁也不要理他。”

等到难陀发现自己根本就找不到任何一个人来研讨佛法的时候，心中非常纳闷，后来他就想到了佛的堂弟阿难，想着作为亲戚，阿难总不至于不和自己说话吧。

可是等他来到阿难跟前的时候，发现阿难也不和他说话，就十分不高兴地反复质问阿难，到底是什么原因？阿难最后告诉他说，这是佛的安排，有什么问题，就要他去直接问佛。

难陀就找佛去了，佛什么也没有说，就将他带到了地狱，佛自己呆在一边，让难陀自

己去到一个地狱中去参观。

等难陀到了那里一看，发现到处都是火红的大地，到处都是铜床铁柱，有一个大大的铁锅，里面是滚烫地烧开了的油汁，旁边就是拿着种种武器、长者各种猛兽头颅的地狱狱卒，但是却并没有看到任何受罪的人。

难陀就问狱卒说：“谁会到这个地狱中受苦呢？”

狱卒回答他说：“人间释迦牟尼佛的表弟难陀，因为他出家修行，所以就会在人间的生命结束后，上升到天界享乐；但是等到他从天界享乐完毕之后，就会来到这里，我们就会伺候他享受这种种的折磨。”

还没有听完，难陀就因为害怕被地狱狱卒认出他就是难陀，而慌忙地逃出了那个地狱，找到了佛陀，返回了人间。

从此之后，难陀才真正地明白了一个修行人应当做些什么，经过精进地修行，他最后也证得了阿罗汉的果位。

这段典故说明了，当生命结束的时候，什么亲友、怨敌、资财、享用等，全部都没有丝毫的用处，唯一只有自己所造作的各种善恶业伴随着自己的生生世世。

因此，对于上述的“亲友、怨敌、资财、享用等一切都是暂时的存在，一切都属于无常，就连我也是暂时的、无常的”这种道理，我因为过去并不懂得，并不明白，因此在贪（贪图女色等）、嗔（嗔恨生气等）、痴（不懂如法取舍等）等三毒的作用下，曾经造做过各种不同的罪业，而这些罪业，将来也都会成熟为各种的痛苦折磨。

时间一直在昼夜不停地消逝着，就好像一个能够活到七十岁的人，每一年、每一天、每一小时、每一分钟、每一秒都不断地接近七十岁，也就是寿命在不断的减少着，这种消逝是根本不可能停顿的。我此生的寿命也是同样地不断地消逝着，根本就不会有新增寿命的可能性。就好像一个池塘，在没有新注入的水的情况下，池塘里的水必然是不停地减少，最终会流尽的。

所以说，我们所谓的这个我，又怎么可能永远存在，永不死亡呢！

那么，如果说虽然我一定要死，这一点我也同意，但是因为我有许多关心我的亲友，当我要死的时候，他们都会来到我的身边，亲热地问我冷不冷、痛不痛等，那我在死亡的时候，也就不会感觉到痛苦和可怕了。

这种说法还是不正确的。

为什么呢？当自己临近死亡的时候，当自己最后一次躺在床上，其实就是因为将死而躺在灵床上的时候，就算是所有的亲友都围绕在自己的身边，问候着自己，但是在死亡的时候因为四大坏散，或者因为恶业的缘故所导致的种种痛苦，却什么人都替代不了，种种的痛苦也只有自己一个人在忍受着。

就好像我们这里有一个老人，因为他年轻的时候曾经是个猎手，他亲手杀害了很多的大小野兽，在他临死之前的那段时间里，整个人完全都变了样子，整个人陷入了一种几乎疯狂的状态，面容恐怖，不断地挥舞着双手好像在驱赶什么，嘴里还喊着：“鹿来了，它咬我了，赶快走啊！”等声嘶力竭的话语，我们旁观着的人以及他的亲友，只能看着他的痛苦表现。

因此说，在被阎王的鬼卒所控制，在将近死亡的时候，就算周围围绕着所有的亲友，也不会有任何人能够代替自己承受自己的恶业。

此时唯一能够依靠的，就是自己此生曾经做过的善业所带来的善果了，可是因为我并不懂得如何修善，因此此时并没有善果来依靠。

**正文：衲主放逸懒散如我等，未能察觉如此怖畏事，  
为了无常此生之利益，专门造作如此多罪业，**

如同将被凶狠之狱卒，带到截肢处我实恐惧，  
口干眼懵种种之痛苦，几令我成另外非人形，  
阎王鬼卒实在太恐怖，强大力量紧紧控制我，  
实在难忍施加我身心，实在难忍痛苦难言说。

讲解：在明白了上述的道理之后，恳切地悲呼：“祐主！”我所能依靠的、能够庇护我的、能够引导我出离痛苦、能够引导我得到菩提的皈依主啊！

正是因为我自己的放逸无知，导致我根本就不知道原来还有这么痛苦难忍（地狱、饿鬼、旁生等种种恶报）的事情，以至于我就在整个的生生世世中，仅仅为了本性无常的这个身体的利益和享用，而专门有意地造作了很多的罪业。

一般古代印度国王对于违反王法的人，都会有一个专门的惩治场所，而惩治的方式，就是砍手砍脚，遭受了这种惩治之人，因为非常痛苦而口干舌燥、目眦崩裂，面容恐怖，几乎会变成别人完全都不认识的一个人了，几乎都完全不成人样了。

当阎王鬼卒带着死亡的信息，控制了自己的时候，那种将死的痛苦，实在难以忍受，比起来前面的遭受王法的痛苦，这种将死的痛苦实在难以用言语来表达。

这种阎王鬼卒，并不是实际存在的，而是由于自己的恶业，所感召出来唯有自己能够感受得到的。

在《教诫国王经》中，佛对说：“将死之时，睡最后一觉，生命仅存一丝，恐怖的阎王鬼卒显现，自己毫无自主，呼吸逐渐中断，口鼻张开，牙齿外龋，父母兄弟姐妹妻子儿女等全部都围绕在自己的身边，追问着自己到底财宝应当如何分配。当这个时候，就算是你狂呼哎呀爸呀，哎呀妈呀，哎呀儿啊，等等，都不会有任何的作用，唯一的依靠就只有正法了。”

**正文：口中唤着“谁能够将我，从此大怖畏中救度脱？！”**

即使圆睁恐怖血红眼，四方惶惶寻找庇护处，  
四处不见真正庇护处，悲从心来倍加觉痛苦，  
在那没有任何庇护处，那时我当如何来动作？  
故说佛乃众生唯一祐，佛陀精进救护诸众生，  
佛陀大力遍除诸怖畏，从今而后我当恒皈依。  
佛陀心中证悟之正法，能够清除轮回之怖畏，  
连同菩萨圣僧之众前，我亦恒常清静做皈依。  
我因怖畏实在太恐惧，将我供养普贤大菩萨，  
同样对于文殊大菩萨，我亦恒常供养我身体，  
大悲大行从来不错乱，至尊自在观音菩萨前，  
我也极为痛苦而呼喊：有罪之人我今敬皈依！

讲解：当自己明白了这种十分令人怖畏的事情之后，转而寻求完全可以依靠的庇护之处的时候，就算你口中呼唤着“到底有谁能够将我救度出这种极大的恐惧和怖畏？！”因为过去的一切佛、菩萨等全部都已经圆寂，就算是印度的八十四大成就者也都已经圆寂，就算是藏地的王臣二十五大成就者也都已经圆寂，所有一切的佛菩萨祖师都已经不再，因此就算自己眼睛瞪得滚圆，在四方各个地方都去寻找的话，最终还是什么都找不到，想起来自己的痛苦，想起来自己连个庇护处都找不到，心中会感觉更加的痛苦难耐，我到底应当怎么办啊？

这个时候，作者佛子希瓦拉说，在那个十分怖畏的地方，在连任何一个可庇护者都找不到的时候，我并不会仅仅自暴自弃仅仅哀叹自己的痛苦，而是会按照如下的方法进行。

什么方法呢？就是发誓放弃一切的恶业，发誓成办一切的善业，发誓为了利益一切的众生，而修行菩提心。

具体如何进行呢？首先就要通过皈依三宝来进行。

佛陀是三界六道一切众生的唯一可以庇护之处，唯一可以皈依的地方，因为佛一直都在努力地救护这一切的众生出离轮回苦海，因为佛的大雄大力能够清除一切三界六道的痛苦怖畏，因为佛是一切无上安乐和究竟功德的生处，因此，从现在开始，我应当永远以佛作为可庇护的地方，永远皈依佛陀大宝。

对于佛的大力，一般说佛有三种力量：父母所生力量、神变力量、智慧力量。所谓的父母所生力量，是说不论是佛的手足的任何一个指（趾）头上的力量，都相当于成百或者五百个成年力士的力量。比如说，在佛还是悉达多太子的时候，有一个将来自己成为国王时候会骑乘的大象，被一个人为了显示自己的力量而给杀死了；而难陀，考虑到如果太子成为国王的话，自己一定就会成为位高权重的大臣，因此就为了显示自己的力量，将大象的尸体举起来走了七步；而佛为了打消他们的我慢心理，仅仅是用自己的右脚的大拇趾，就将大象的尸体挑了起来，然后远远地抛到了城外，大象的尸体甚至将地面砸出了一个深深的坑，从坑里面还冒出了泉水，从此这个深坑就被大家称作象井了。这个故事说明的就是佛陀父母所生的力量。

另外在《抛石经》中说，一次当佛前往一个名叫故希城的时候，该城有五百个力士，而这五百力士每人都有五百个眷属随从，他们就在城外进行打扫，以便迎接佛陀的到来。可是路上有一个大石头，任他们所有的人怎么推、怎么抬、怎么拉，都根本搬动不了。而当佛看到这种情况的时候，仅仅是用右脚大拇趾就将大石头挑了起来，然后用手将大石头高高地抛到了天空中，这也表明了佛的父母所生的力量的强大；然后佛运用自己的神变力量，将空中的大石头完全变成了细细的微尘，而令这些微尘四散到各个地方；看到这种情况，那些大力士们不高兴了，他们还是希望那个大石头能够存在于路边，而不是变得根本没有，佛就因此而运用自己的智慧力量，将已经四散到各处的那些微尘又重新收集到一起，复原成为那个大石头的样子，并且将之放到了路边。这就是一般所说的佛的三种大力。

而从救度众生的角度说来，佛的大力，其实指的是不共的佛陀十力：通晓善业得乐恶业得苦之力、目前所受任何果报通晓其根本因之力、通晓一切众生根器之力、通晓一切界处之力、通晓一切众生所求之力、通晓一切道次第之力、通晓一切种种禅定之力、通晓一切过去未来之力、具足天眼通晓一切众生生处去处之力、具足究竟无漏智慧之力。

佛是用什么来救度众生的呢？正是因为佛具足十力，佛所宣讲的才是真正的无上正法，这个正法能够清净正确地清除一切轮回中的种种痛苦和怖畏。因此，从现在开始，我应当永远以佛法作为可以指导自己最终断一切所应断、证一切所应证的道路（简单说就是戒、定、慧三种学处），永远皈依正法大宝。

同样的，一切的已经发起了菩提心的正在修行着菩萨道的大菩萨圣僧们，他们能够指导我们按照正法进行正确的断恶修善成就无上菩提的取舍方法，因此，我应当永远以菩萨圣僧作为修行道路上唯一可以相信和依靠的伴侣，永远皈依菩萨圣僧大宝。

所谓的菩萨圣僧，也可以说是不退转的菩萨，而这种不退转，一般有三种认识：达到世间加行道暖、顶、忍、世第一四个阶段中忍的程度，就属于世间不退转位，可是这个时候的智慧，仅仅属于世间智慧，并不是出世间智慧；达到菩萨初地，属于出世间不退转位，这就是出世间智慧的刚开始获得；但是只有真正地达到菩萨八地的时候，才算得上是真正地不退转位，才算得上是出世间智慧的稳定了。而所谓的菩萨圣僧，就属于初地以上的不退转大菩萨了。

因为我非常害怕今生种种恶报的痛苦，更加怖畏未来生可能会遇到的地狱、饿鬼、旁生等无尽的痛苦，因此为了能够消除我心中的痛苦，为了能够不再感到恐惧，我就应当供养普贤菩萨，用我的身体来供养普贤菩萨。

同样，我也要自动自觉地、没有丝毫勉强和被迫地、没有任何吝啬和贪恋地，用自己的身体来供养文殊菩萨。

同时，观世音菩萨因为在心中具有非常强大的无缘的大慈悲，在这种大慈悲的作用下，观世音菩萨非常自然而然地、没有任何自私自利想法、纯粹是利益一切众生地、毫不错乱地修行着菩萨行。错乱，一般指的就是心中想着自私自利，行动中却在利益者他人；或者心中想着利益他人，而行动中却完全是自私自利的这种不一致、不正确的行为。

因此，我就要本着恐惧种种痛苦的这种难忍的情绪，非常悲伤无助地在观世音菩萨面前呼喊：“我是一个有罪之人，我要永远皈依你啊！观世音菩萨！请你庇护我啊！请你清除我的一切罪障吧！”

我有什么样的罪业呢？一切的种种恶业和恶报，全部来自于自己的妄念，而自己的妄念则是来自于我执的这种无明执著。而且在这种无明执著的作用下，自己从来都没有真正地追求过正法的闻思修；从来都是在贪嗔痴等烦恼作用下，作出了种种迷乱之事，造作了种种三恶趣痛苦之业。现在我终于明白我的罪业了，因此我要真心地在各位佛佛子跟前，真诚地进行忏悔。

**正文：另外还有虚空藏菩萨，还有至尊地藏王菩萨，  
以及一切大慈悲枯主，为求庇护我也悲呼喊。  
只要刚一显现在面前，阎王鬼卒就心生恐惧，  
并且还会四散逃逸者，诸位持金刚者我皈依。**

讲解：不但是在普贤菩萨、文殊菩萨、观音菩萨等大菩萨跟前通过供养自己的身体而进行皈依，而且还在虚空藏菩萨、地藏王菩萨、弥勒菩萨、大势至菩萨、除盖障菩萨等八大亲子菩萨跟前，以及一切已经发起了菩提心，并且在菩提心尚未圆满之前，都在一心利益着一切的众生，都在逐步地引导一切众生脱离痛苦，逐渐走向佛地的具足了大慈悲的遍布十方的菩萨众的面前，为了解除今生的痛苦，为了解除未来生的痛苦，为了成就究竟的利乐，我用悲伤痛苦的声音来呼喊，并且发誓皈依。

不但是要皈依上述这些大慈悲相的一切大菩萨，而且还有那些面相非常恐怖、怒目、卷舌、呲牙、怒发、手执金刚杵、口中发出种种打杀声音的持金刚者，他们也都是具有菩提心的菩萨众，他们也都在佛跟前发誓护持佛法、护持一切修行正法发出菩提心的修行人。那些本来令我非常害怕和恐惧的长着种种猛兽头颅、拿着恐怖武器的阎王鬼卒一见到这些威猛的持金刚者，也都立刻就会害怕恐怖，四散而逃，不会带给我任何的痛苦和伤害，而且持金刚者还会逐渐引导我走向解脱的究竟。

因此我也要在这些持金刚者跟前，从现在开始，毫不犹豫地真诚地发誓永恒皈依。

所谓的持金刚者，首先指的就是金刚手菩萨，不论是十方三世任何一个佛陀，在他刚开始发起菩提心、修行菩萨行的最初，一直到他完成成就佛果，转动正法轮度化众生的一切时候，一直到完全进入究竟涅槃之前，金刚手菩萨都会用自己手中的金刚杵，摧毁任何一个干扰和障碍正法的魔敌的首级。这是属于显教的说法。

从秘密的角度来说，金刚手本身属于药叉，而且金刚手是作为药叉的首领或者说是药叉王的身份存在的，而他的国土，就在北方柳叶刹土，他的宫殿也就是柳叶宫。所以金刚手本身也被称作药叉金刚手。

而从不共的密乘角度来说，金刚手则是三世一切诸佛意金刚的本相，他手中的金刚杵，则是他已经领受了一切诸佛的三金刚灌顶、自主于佛陀三金刚不可思议一切秘密的标志。

**正文：过去曾经不听汝教诲，而今遭遇如此大怖畏，  
现在诚心皈依至尊汝，愿能迅速清除诸怖畏。**

讲解：在过去的生生世世中，对于你们这些大菩萨的教诲，没有认真地听取，对于你们的劝诫，没有认真地执行，因此现在才导致遇到了如此严重恐怖的恶果。

我现在已经完全明白了你们教导的正确性，我也要毫无懈怠地迅速地摆脱这些怖畏，要毫无懈怠地迅速地成就一切的功德，因此现在就在你们的跟前重新真诚地进行皈依，请你们能够迅速地帮助我摆脱这些怖畏，让我得到安乐。

我要在你们跟前，请求灌顶、观修本尊、念诵真言，要从此之后毫不间断地努力地追随你们精进修行。至少都要在梦中随时能够忆念起你们的名号、真言和形象，只有达到了这种程度，才可以保证在死亡的时候，可以真正地迎请你们前来救护我自己，才能在死亡的时候摆脱轮回的痛苦。

**正文：如果害怕普通的疾病，就要认真听取医生言，  
贪嗔痴等百种过失之，大病就医根本不用说。  
一种大病如果在世间，令那所有众生都生病，  
十方到处寻到都难觅，其他任何能够治疗药，  
了知一切医药大医王，能够救拔一切病痛苦，  
如不听从如此医王言，则属极度愚痴又下劣。**

讲解：比如说，对于普通的四大不调而导致的种种风病、胆病、黄水病等，每一个人都会因为心生恐惧和担忧而去看医生，并且都会对医生的吃药、饮食禁忌、生活起居的禁忌等种种的劝告言听计从，就连本身会带来痛苦的例如放血、烧灼、穿刺等治疗方法，自己也都会咬牙忍受（过去的藏医在麻醉方面并不是非常强，因此这种治疗方法会非常痛苦）。

普通疾病都是如此，那么由于贪嗔痴三毒，以及百种烦恼等所导致的轮回生死大病，难道不会心生恐惧？难道不会寻求至尊的三宝大医王的指导，并且对于种种断恶修善等修行的方法严格实修？难道不会忍受修行过程中种种艰苦？这是一定要听从地，一定能忍受的，根本就不用说任何的理由。

贪、或者嗔、或者痴、或者任何一种烦恼，几乎都能够令所有的众生都因此而获得严重的大病，就算每一个众生都在十方到处寻找，都找不到可以能够真正治疗这种疾病的良药，更何况几乎每一个众生，都同时被三毒和烦恼所控制呢！

在这种情况下，佛陀，正法和圣僧，作为真正能够解救一切因果业力疾病所导致的身心痛苦和前生后世痛苦的大医王，如果他的教导（发菩提心、行菩萨道、断恶、修善、六度、引导一切众生到达佛地）都不听取的话，那这个众生可就真的是最愚蠢最下劣的了。

龙树菩萨曾经说过：“一个人如果用黄金所造、珍宝装饰、非常无价珍贵的容器来当马桶的话，大家都会认为他愚蠢之至；而如果一个人生为人身，却没有很好地利用这个暇满的人身大宝来修行正法，反而是造作了很多的罪业的话，那实在比前面的那个人更加愚蠢了！”

关于佛的大医王的认知，有这样的一个故事：一个医生名叫措协严奴（救命童子），曾经被多个国王灌顶，授予他医王的称号。因此他心中就非常骄傲，认为世界上能够清除一切众生心灵疾病和痛苦的，非释迦牟尼佛莫属；而世界上能够清除一切众生身体疾病和痛苦的，则非自己莫属了。

释迦牟尼佛知道这件事情之后，认为如果不清除这个人的我慢心理，他就算是学习了佛法，也不会见到真谛；因此就为了清除这个医生的我慢心理，佛利用神变，瞬间就将这个医生带到了喜马拉雅雪域，在那里的草原上、山林中，医生仅仅能够认识非常少的药草，而佛却能够说出所有药草的名称、特点、功用、用法。

这下子，这个医生的我慢心理才被彻底打消，他才真正地明白：原来佛是真正地遍知一切、拥有如所有智和尽所有智的全知全能者，才对佛的正法产生了真正不可动摇的信心，最后他也成就了阿罗汉正果。

**正文：即使是那最小的险境，人人都会非常之谨慎，**



**堕落万劫长久的险境，更加需要谨慎何须说。**

讲解：所谓的险境，一般常见的就是容易跌落的高处或者悬崖，在种种危险程度不同的险境当中，哪怕是最普通的一个地方，比如说是一层楼顶、二层楼顶这样的地方，基本上很多人都会产生小心警惕的心理，以防从这个地方跌落下去。

从普通的这种险地跌落下去，不外乎就是头破血流而已，那么对于深处在印度金刚座下两万由旬地下的地狱，一旦跌落下去，可就是要在很长时间内饱受地狱的痛苦呢！对于这种情况小心谨慎又何须说呢！

**正文：如说“今天之内我不死”，如此认识并非真安乐，  
等到自己死亡的时候，才真明白死亡并不虚。**

讲解：经过前面的讲述，我们已经知道死亡和轮回的痛苦，那是不是就要这么着急的解决这个问题呢？一定要的。为什么？

如果你认为今天我不会死，因为我今天有吃有喝有衣有房，身体健康没有疾病，也没有什么仇家，怎么可能在今天会死呢？我也知道我还有罪业没有清净，但是明天去清净也还是来得及的吧？

具有这种想法的人，其实并不是真正明智的追求安乐的人啊。为什么？

因为自己的这个身体是一定会死亡的，这种结论是真实不虚的，是绝对正确的。因此你一定会死，但是又有谁能够确切知道自己准确的死亡时间呢？也许今天晚上睡过去就再也醒不来了；也许这一口气呼出去，下一口气就再也不会吸进来了呢！

所以一定要在明白这个道理的当下，就皈依、忏悔、发心，就要进行真正的修行。

**正文：谁能赐我不恐惧勇气？不懂此事信自己解脱，  
并且认为非常之确切，如此怎能得到真安乐？**

讲解：就好像前面的普贤菩萨、文殊菩萨等大菩萨，他们真正的能够教导我们真正的降伏一切怖畏的方法和力量，但是像我这样的愚痴众生，如果不知道谁能真正地具有这种能力的话，虽然自称能够确信自己将来一定能够解脱，而且认为这也是真实不虚的，是绝对正确的。但是在不明白真正能够赐予自己降伏怖畏能力的对象的情况下，又怎么能获得真正的心灵安乐呢？

换一句话说，只有真正的明白了，并且真正的依止了佛法菩萨圣僧，这种确信才是真正的确信，自己也能够获得真正的心灵安乐。

**正文：往昔曾有现在已消逝，而今自己哪里还能有？  
如果我仍对此有贪恋，因此行事违背上师言，  
今生以及其他生之中，舍弃亲人以及诸朋友，  
独自茫然就要上路时，或亲或敌又有何用处？**

讲解：过去自己都曾经受过和体会过种种善好的体验，比如说好吃的、好喝的、华屋、丽服、美女、烟酒、呼朋唤友等，但是那些都已经成为了过去，都已经是消逝了的事情，自己现在哪里还能够继续拥有呢。

如果不明白这个道理，仍然追求着上述的种种善好的事物，为此就连佛陀菩萨上师教导自己的“不利自己、全部利益一切众生”的教导都不会遵守，都会违反。

这个时候就要仔细的想一想，在今生以及过去的所有生之中，每当自己行将死亡，离开自己最为关注的亲戚和朋友，丢下自己辛苦积攒的所有财物，自己一个人死去，就连下一生会出生在何处都茫然不明白的时候，我们最关爱的亲友，和我们最仇视的敌人，又会有什么意义呢？

对于独自死去的形容，在藏族中使用最广泛的一个比喻就是“一根毛”，什么意思呢？在酥油中如果有一根牛毛，现在要将这根牛毛从酥油中取出来的话，仅仅只能拿出这根毛，而这根毛上面却是不会沾染丝毫酥油走的。

用这个来形容众生在死亡的时候，除了自己的神识就好像那根毛一样离开之外，根本就不会带走世界上的任何享用和亲友，完全是孤零零的，就好像那根毛上面不会沾染酥油一样。唯一能够伴随自己的，就只犹如影随形的善恶业了。

就这样，不管现在是高坐法台的大喇嘛，还是刚刚出家的小扎巴；也不管是拥有整个国家的国王，还是仅仅只有一根棒子的乞丐，在面对死亡的时候，全部都是毫无差别的，唯一的不同，也就是自己所造作的种种善恶之业了吧。

**正文：不善之业自然带痛苦，何来“自己决定能解脱”？**

日常昼夜都是为自己，完全如此利己之人们，  
自己因为愚痴和无明，所作全部都属于性罪，  
或者一定就属于遮罪，不论性遮所有之所做，  
今天就在衲主之眼前，希求除苦灭罪而合十，  
反反复复恭敬而顶礼，完全发露忏悔一切罪：  
恭敬祈请至尊诸导师，接受我的发露罪忏悔，  
如此行为全部都不善，从此之后再也不违犯。

讲解：不善的行为一定会带来不善的痛苦果报。如果自己不明白这个道理，反而认为不论怎么样自己一定会获得解脱的这些人。

每时每刻不分昼夜都是在为了自己的所欲，完全都在做着自私自利的事情。这些完全都是因为自己的无明和愚痴所造成的。同时，自己还会在无明和愚痴的作用下，自己的一切所作所为，其根本性质全部都是罪业而已，要不然就属于性罪，不管受没受戒，只要做了，就一定属于罪业，比如说杀生；要不然就属于遮罪，不受戒的人做了不算罪业，而受戒了的人做了的话，则属于犯戒，比如说比丘挖土和斩草。

好像佛法僧三宝衲主就实实在在地在自己面前的虚空一样地（就好像一个盲人虽然他并看不见别人，但是别人却时刻都能看到他一样地，虽然我们并看不见任何的佛和菩萨，但是一切的佛和菩萨却时刻都在关注着我们每一个众生），因为自己已经明白了自己往昔所作的一切全部都属于罪业，因此就老实地本着要脱离一切痛苦和罪业怖畏的心情，恭恭敬敬地双手在胸前合十，在一切衲主的面前进行顶礼，并且进行发露忏悔：“至尊的大慈大悲的一切衲主啊！我现在将我的一切罪业全部都坦白地在你们面前忏悔，请你们为我作证，请接受我的忏悔，请让我的罪业全部得到清净吧。类似的所有的不清净、不善的行为，从现在开始，我发誓不再违犯，不再造作恶业。”

《入菩萨行论》之第二章忏悔罪障章竟。

### 第三章 完整领受菩提心

**正文：谁能帮助一切之众生，得脱一切诸苦得休息，  
或帮苦难之人得安乐，如此善业我当作随喜。**

讲解：在前面已经讲过了供养支、皈依支、顶礼支、忏悔支，现在开始讲述随喜支。

随喜，就是要随喜他人的善业，而善业可以分成上士善、中士善和下士善。此处随喜的就是下士善。

凡是能够帮助一切众生，在一切生中，通过引导他们修行不杀生、不偷盗等十种善业，从而能够解脱他们三恶道的痛苦，让他们得到暂时的人天善道（长寿、健康、享用多）的享乐和休息，这种善业，应当随喜。

也就是说，在这里的随喜中，包括了对这种善行的因（解脱三恶道的种种痛苦），和果（得到人天善道的暂时享乐）两方面善行同时真诚地随喜。

这就是对下士道善行的随喜。

**正文：所有能成菩提因之善，我当真诚欢喜而随喜，  
一切众生轮回中受苦，令之得大解脱我随喜。**

讲解：对于声闻乘、缘觉乘来说，他们所有能够成为未来菩提之因的修行之善，我全部都真诚欢喜地随喜。包括：领受断除十种恶业的戒律、领受修行十善的戒律、修止、修观、修禅定等等。

这就属于对中士道善行之因的随喜。

对于能够通过声闻缘觉修行方式的修行，最终能够让一切众生都得以脱离轮回三界的一切痛苦，从而得到声闻缘觉的解脱之果的这种善业，我全部都真诚欢喜地随喜。

这就属于对中士道善行之果的随喜。

**正文：能庇护者所得大菩提，以及佛子道地我随喜。  
为利一切众生得安乐，如此发心其善如大海，  
利乐一切众生之善行，如此种种我真诚随喜。**

讲解：前面的随喜，全部都是先随喜善因，再随喜善果；而在这里对上士道善行随喜的时候，是先随喜善果，再随喜善因。

能够真正地对一切众生提供究竟的庇护者，也就是一切的圆满佛陀，就是一切的无上菩提正果，也就是一切圆满三藐三菩提的果位，我要真诚地欢喜地随喜。

同时，真正能够最终导致圆满菩提果位的初地以上十地之前菩萨地的一切大菩萨的善行（这种善行，就可以说是暂时的不究竟的善果），我也要真诚欢喜地随喜。

在对上士道的究竟和暂时的善果的随喜之后，接下来就是对善因的随喜了：

“我要让一切众生都能够得到暂时的人天之乐、究竟的菩提寂乐啊！”如此的大发心，其善就犹如广阔的大海一样没有边际，这种愿菩提心，我要真诚欢喜地随喜。

在这个宏大的善愿之后，每一个真正能够给众生带来暂时人天之乐以及究竟菩提寂乐的善行（领受菩萨戒律，并且精进实践六度万行），这种行菩提心，我都真诚欢喜地随喜。

对于随喜所能够获得的功德和利益，在《显教总集》中说：“三千须弥份量可衡量，随喜善业功德难揣测。”就是说，以佛的如所有智和尽所有智，可以轻松知晓三千大千世界所有须弥山的重量，但是却无法完全了知随喜善业所能够获得的功德和利益。以此来说明随喜的重要性。

在佛经中还有一个故事，说是一个名叫萨加的国王，请释迦牟尼佛以及眷属一起到王宫应斋，在三个月的时间里面，每天都非常恭敬地对佛和眷属进行着供养。在王宫的外面有一个老乞丐，她什么也没有，但是她对于国王供养佛和眷属的这件事情，是这么想的：这个国王，因为过去生曾经供养过佛和眷属，做了类似的种种善业，因此他今生才可以成为人中最尊贵的国王；而现在他又对今生遇到的佛和眷属进行广大的供养，那么他未来的功德和利益，肯定还会比今生的还要殊胜，真好啊！老乞丐就这样对国王的善行进行了随喜。

她的这种随喜，被佛感知到了，佛就对国王说，这三个月你对我们恭敬地进行供养，会获得功德和利益；而为了令你的这种善业的功德和利益更加殊胜、更加多，你就应当用比你的这种功德和利益更加大的人的名义，进行回向。用谁的名字呢？就要用王宫外那个老乞丐的名字。

国王虽然按照佛的教诫进行了回向，但是心中却很不舒服，他认为怎么可能一个老乞丐的功德和利益都会比自己亲自供养佛和菩萨来的更大。他就想在老乞丐身上发泄一下怒气。

国王安排人将食物洒落在王宫外的地面上，等老乞丐要捡拾地上的食物充饥的时候，就令人对老乞丐进行殴打。知道这种事情之后，佛也就用国王的名字进行了善业回向，以便清除国王殴打老乞丐的这种过失。

这个故事，其实是说明了：虽然自己并没有真实地做出善业，但是通过自己真心地对别人的善业进行随喜，自己也能够获得甚至比造作善业者还要殊胜的功德和利益。

另外，如果一个人造作善业，仅仅是下士道的善业，但是如果随喜者自己却是领受了出家戒律的中士道的修行人，那么经过他的随喜所能够获得的功德和利益，自然就属于中士道的了，自然就比下士道的善业造作者所能够获得的功德和利益还要殊胜。

而如果一个随喜之人，本身已经是发起了殊胜菩提心的上士道的修行人，不管他所随意的是下士道还是中士道或者是上士道的善业，全部都会变成未来成就佛陀果位的因；而下士道的善业造作者本人也只能得到今生来世的善报；而中士道的善业造作者本人也只能得到不究竟的涅槃果位，还需要回小向大才能获得究竟的成就。

因此，随喜，可以说是付出少、操作简单、回报巨大的一种非常方便的修行口诀；我们应当对于自己所见闻到的任何的善业，都很好地没有任何嫉妒和虚假心理地进行随喜。

**正文：十方安住一切佛陀前，恭敬合掌真诚而劝请：**

**“为除众生痛苦之黑暗，敬请点燃正法灯光明。”**

讲解：在完成了随喜支之后，这里就是请转法轮支了。

在十方一切安住佛陀之面前，我非常恭敬地真诚祈请：“为了能够让轮回中的一切众生，不再处于三有痛苦（贪嗔痴三毒以及一切的烦恼所致）的黑暗中，请转动正法之轮，请敲响正法之鼓，请点燃正法之灯，请升起正法之日，让所有的众生都能够沐浴在正法的光明之下吧！”

为什么要劝请转动正法之轮呢？

就好像我们娑婆世界的教主释迦牟尼佛，当他在菩提树下金刚座上圆满成就佛果之后，因为担心自己所觉悟到的佛法难以被众生所接受，就在四十九天的时间里一直都没有讲法。然后大梵天和帝释天就用千辐金轮、右旋海螺等种种供养之物殷勤地劝请佛转法轮，希望佛能够用佛法来利益无尽的众生。也就是在这样的劝请之下，才有了释迦牟尼佛数十年的讲法度生，我们也才能在现在有法可学。

因此，考虑到十方世界中的所有佛陀，也可能有正在安住而没有说法度生者，我们就要为了救度一切众生的缘故，而像帝释天和大梵天劝请释迦牟尼佛那样地劝请他们转法轮、燃法灯、击法鼓。

通过请转法轮，自己就可以懂得区分善恶取舍，未来生生世世都可以会遇正法。

**正文：每当佛陀将要涅槃时，双掌合十恭敬而祈请：**

**“请勿放弃如盲之众生，祈请安住无数无量劫。”**

讲解：此处就是请佛住世支了。

就好像我们的教主释迦牟尼佛，在他即将涅槃的时候，因为大众的殷勤劝请，就没有当下进入涅槃，而是又住世了三个月，同时在这三个月中宣讲了很多正法。而这种佛导师推迟涅槃，更长时间住世的实现，就是来自于大众的请佛住世的劝请。

同样的，我们应当考虑到十方所安住的一切佛可能会停止转法轮，可能会进入涅槃；或者我们现在世间的善知识、高僧、上师等可能也即将停止教化众生，可能要进入涅槃，为了解救更多的众生，为了正法的长久延续，我们也要通过自己的广大供养和殷勤劝请，请佛、请上师能够在百年、千年或者更长的时间里继续住世、继续度生。

虽然按照《心经》、《金刚经》、《般若八千颂》等了义经典的说法，一切佛并没有什么成佛、度生、涅槃；或者按照佛陀报身圆满地说法，释迦牟尼佛至今还在灵鹫峰宣讲着正法，根本就没有进入涅槃；但是为了打消一般众生的懈怠心理，为了尽可能多地引导众生明了真正的佛法，佛还是示现了涅槃。

在这种示现下，这种请佛住世的功德，自然也就是难以思议、不可估量的。

为什么要说“如盲之众生”呢？因为在没有佛法之因的时候，一切的众生都会因为贪嗔痴三毒以及八万四千种烦恼，而会毫无智慧、非常愚痴地一直轮转在苦海之中。而当有了佛所宣讲的正法之后，就好像一切众生都有了智慧之眼，都能够明了什么应断、什么应证，才能够有机会彻底出离轮回、证得寂乐。

因此也就可以说，为了避免众生因为佛的涅槃而再次成为不懂正法的盲人，通过请佛住世，就可以让众生仍然具有智慧之眼，以便能够通过正确的修行，最终脱离苦海，成就正果。

**正文：如上所有一切之行为，我所积集一切之善行，**

**全部回向一切之众生，能够脱离一切之痛苦。**

讲解：此处当属于回向支。

在上一章中，我们所进行过的供养支、皈依支、顶礼支、忏悔支，以及在本章前面讲过的随喜支、请转法轮支、请佛住世支，这种种的一切行为，如果能够带来任何的善业的话，我要将这所有一切的善业，全部都回向给一切的轮回三界六道中的众生，以便让他们，能够暂时摆脱三恶道的痛苦、究竟能够彻底摆脱轮回的痛苦，而得到无上的菩提大乐。

**正文：众生之中有任何病患，在其疾病未得痊愈前，**

**愿我能成妙药和医者，愿我能成病床前看护。**

讲解：前面在将广大七支善行全部都回向给一切众生，以便他们能够摆脱暂时的痛苦和究竟的痛苦之后，接下来讲述的就是其中部分情况。

众生的种种病患，或者是四大不调所致，或者是内外毒物所致，可能会持续一月的时间，也可能会持续一年的时间，也可能会持续更长的时间，才能痊愈。

在他们的疾病还没有得到彻底痊愈之前，我愿意在我之前所积集的所有善业的作用下，我领受能够治疗他们疾病的妙药之身（或者是草木之药，或者是金石之药，或者是其他任何形式的药物，只要能够让他们在服用之后治愈疾病），或者是能够治疗他们疾病的医者之身，或者是能够在他们的病床之前，不畏污秽、不辞劳苦地照顾他们的看护。

在莲花生大师的授记当中，未来会出现十八种非常难以治疗，而且会带给病人很大痛

苦的疾病，基本上就属于现在我们所说的难治炎症，而到时候很多的医生其实并不认识这些疾病，因此也就不会懂得如何进行治疗了，很多病人就会遭受种种炎症的折磨，甚至还会因此而死去。

就好像过去的藏药的处方中，都会加入白糖、冰糖等糖类作为药物的成分，因此过去的藏药味道大多都是甜的；但是正是因为后来逐渐出现的各种的炎症，并不适宜吃糖类，因此慢慢地到了现在，藏药基本上都不是甜味的了。

对于这种种的炎症，传说上都是玛毛魔鬼口中喷出来的虫子所导致，非常难以处理和治理，因此莲花生大师也就在自己的很多伏藏当中，留下了炎症的表现、可以使用的药物、如何对药物进行加工、如何合制成为膏丹丸散，如何服用的详细指示，以便解救未来遭受这种种炎症折磨的众生。

而莲花生大师伏藏中所指出的种种治疗炎症的药物，在《四部医典》当中都不曾出现过，而且效力绝对是首屈一指的。就好像宗萨寺藏医院所造的纳布谷觉，就是按照莲花生大师的伏藏处方和方法所配制的，曾经在控制 SAAS 流行的过程中发生过巨大作用的这个消炎藏药，对于身体内外各个脏器和部位的各种原因导致的炎症，都有很好的治疗作用。

除了这些莲花生大师伏藏的消炎药之外，大成就者唐东加波自己也伏藏过一个消炎药，成就红丸，治疗炎症和传染性疾病的效果也很好。

另外还有很多胃肠药物，也都是根据伏藏经典所造成的。

当众生处于种种疾病折磨的时候，我愿意领受上述妙药之身，以帮助众生解除病痛。

在我们的释迦牟尼佛修行菩萨行的某一个本生之中，他是莲花王，在他的国土中，出现了很严重的疾病的流行，很多的国民都因病死去，而国家中所有的医生，都束手无策，没有任何有效的治疗办法。

莲花王就将全国的医生都召集在一起，询问他们可以什么治病的良药。医生们经过商讨之后汇报莲花王说：“如果有一种罗希达鱼的肉，这种肉被病人吃了的话，应当就能够治好这种病。但是现在并没有这种鱼，因此就根本没有任何有效的办法来治疗这个病。”

听到医生们的这种说法，在一个十五日的晚上，莲花王就独自一人来到了王宫的屋顶，在沐浴净身之后，对着十方三世的一切佛陀和菩萨发出了这样的善愿：“我现在就要死去，希望所有的佛菩萨能够加持我，在我死后的当下，就能够在我王宫旁边的大河中，立刻领受罗希达鱼的身体。并且希望诸佛菩萨加持，能够让所有的国民，都知道这就是能够治疗他们疾病的罗希达鱼，在他们吃了我的肉之后，希望他们的疾病全部都能够得到痊愈。”

在这样的善愿完成之后，莲花王就从王宫的顶上跳了下来，摔死了。就在他刚刚死去的当下，王宫旁边的大河中，竟然真的就出现了一条非常巨大的罗希达鱼，而且这条鱼还能够告诉周围的人们说：“我就是罗希达鱼，你们只要吃了我的肉，病就会好的。”

病人们在吃了罗希达鱼的肉之后，疾病就真的痊愈了。而这条罗希达鱼，一直在所有王国中的病人都痊愈之前，都在那条河中存活着。

当所有的病人都痊愈后，全部都来到这条鱼跟前，对鱼说：“你治愈了我们的疾病，你有什么愿望请提出来，我们一定会满足你的。”

莲花王所变成的罗希达鱼对所有的人们说：“我别的什么都不需要，如果你们真的要报答我的恩情的话，就请你们舍弃十种不善，修行十种善业吧。”

这就是佛经典中的一个自己领受治病良药之身的故事。

关于领受医术精湛的医者之身，同样有释迦牟尼佛本生的一个故事。

在那一生，释迦牟尼佛是一个商人兼名医的儿子，在他成年之后，就成为了一个非常出名、具有很大慈悲心、医术精湛的医生。

有一次，一个大池塘的水快要干了，而在池塘中差不多有上万条的鱼，这些鱼就快要干死了。医生就给池塘中引入了新的水流，这些鱼终于都得到了活命的机会。

不光是给鱼提供活命的水，医生还对着所有的鱼念诵了三遍皈依宝髻佛的皈依文，并且念诵了缘起真言。

后来这些所有的鱼都死去后，全部都转生到了三十三天，因为他们都具有天人的神通，他们都明白了自己能够脱离鱼身，得生天界的原由。因此他们就对医生所住的地方抛撒了无数的天花，以进行赞叹和供养。

之后当地所有的人有病的时候都会来到这个商人的家里，商人就会让他们找自己的儿子对这些病人进行诊治，而这些病人经过医生的诊治后，也全部都会重获健康的身体。

关于领受疾病看护之身，也有类似的故事，释迦牟尼佛在成佛之后，还曾经对无数的病患都进行过看护和照顾，给他们端茶送水，也不顾病患身上的种种污秽，仔细地帮他们进行擦拭，一直到这些病患都痊愈。

类似这样的事情，我们不但要发愿领受这样身体，同时还要在实际生活中，尽可能这么去做，只有这样，才是完整的愿行菩提心。

**正文：愿我能够布施饮食雨，消除众生饥渴之痛苦，  
愿我能于饥馑劫时节，变成众生果腹之饮食。**

讲解：凡是众生出现了任何的没有吃的食物，没有饮用的水的时候，在我之前所累积的所有善业的作用下，愿我能够变成供给他们享用的饮食，而且就好像天上下雨一样的完全能够满足他们，不让他们继续遭受干渴和饥饿的痛苦。

不光是在平时我要这样样做，就连众生的疾病劫、刀兵劫、饥馑劫等当中的饥馑劫到来之时，我也希望我能够在整个的饥馑劫当中，都能够领受种种可供众生果腹的饮食之身。

在佛教的经典当中说，从人寿无量一直到人寿十岁之间，众生的福德会一直不断地衰减，尤其是接近人寿十岁的时候，首先会出现疾病劫，在这个劫数的过程中，众生就会遭受种种不同的疾病，刚才我们全面所讲述过的愿以领受妙药、医生、看护之身的愿望，就可以对应着这个疾病劫。

疾病劫之后，就是刀兵劫，这个劫数当中，众生会处于到处都是战争的混乱状态中，就有点儿像我们的第一次和第二次世界大战的时候一样。

在刀兵劫之后，就是饥馑劫了，在这个劫数当中，就好像假如我们的这个世界的第三次世界大战爆发的时候，一定会使用种种类似核弹那样巨大威力的武器，在这种情况下，树木都会被焚烧、花草也都会变得干涸，水源也会被污染，因此人们也就丧失了种种饮食的来源，没有吃的，没有喝的，生命处于极度的危险之中。

在这种饥馑的状态中，人们首先就会因为种种粮食作物的匮乏，导致食物急剧减少，如果能够找到小小一碗的食物，也都会视若珍宝地藏起来，不让他人发现。

进一步，就是用种种工具在地上挖来挖去，看看能否发现一些作物或者动物尸体，可是就连这个都找不到。

再进一步，就是会期望能够在哪里发现白骨，好用这些白骨砸成粉末之后，熬汤喝。

类似这种情况，在我们国家的五十年代和六十年代的交汇时，曾经出现过三年自然灾害，那完全就可以算得上是一种饥馑劫了。

为了不让自己和一切众生未来遭遇到这三种浩劫，现在就要向上师三宝供养各种妙药，未来就不会生在疾病劫；现在就要向上师三宝供养各种武器，未来就不会生在刀兵劫，现在在藏地还有向上师喇嘛供养针的这种习俗，这其实就是供养武器的变化了；现在就要向上师三宝供养各种饮食，未来就不会生在饥馑劫。

**正文：对于那些贫穷之众生，愿我变成无尽之宝藏，  
愿我变成种种所需物，出现在那有求众生前。**

讲解：虽然有些众生也能够有吃的，也能够有喝的，也能够有穿的，但是他们并没有种种可供他们享用的珠宝珍玩，他们也会对种种欲乐有需求，因此就希望我能够变成永远也不会穷尽的宝藏（金银珠宝等珍贵无价的宝物），能够变成种种他们所需求的物品（种种享用妙欲），出现在这些有需求的众生跟前，以供他们随意的享用。

以上的内容，仅仅是作者佛子希瓦拉从种种经典中稍加摘录出来的部分内容，在整个的大藏经中，类似的更加多更加详细的描述还有很多，大家也可以从《至尊金刚海请问经》中得到了解。

至此，可以帮助我们集资资粮的八支就完全讲述完成了，通过这八支，就可以清净我们的罪障、积累我们的福德和功德，以便能够很好的生起菩提心，很好的修行菩萨行，乃至最终可以成就圆满地佛果。

**正文：身体以及种种之享用，以及三世一切之善业，  
为令一切众生成所愿，愿我毫无吝惜悉布施。**

讲解：这里也可以算得上是一种身体的布施，虽然在前面我们也曾经讲到过身体的布施，但是在那些地方，全部都集中在自己未来的身体变化上面，比如说对于需要的人，变成人民币的身体，供给他们花销等等。

现在所要布施给所有众生的身体，就是我们现在的这个我们无比珍视、无比爱惜的身体，就是我们现在的这个我们非常需要、非常享用的这个身体。

可是现在，就算是我的这个珍贵的爱惜的身体，为了众生的需要，为了众生的暂时和究竟的利益，我都能够舍弃，都能够布施出去。

而且，既然我连如此珍贵的身体都能够布施出去，那么我的住房、我的音乐、我的玩具、我的花朵、我的珠宝、我的爱人等所有我所能享用的一切妙欲，哪里还不能舍弃呢？！当然一定也是要布施的，这也是为了一切众生的暂时和究竟的利乐的缘故。

不但如此，就连我从无始以来所累积的所有一切的善业，以及未来时我将要进行的所有一切的善业，以及现在我所作的一切的善业（比如说我们两个现在学习和研究《入行论》的这种善业），全部都要为了三界六道遍法界等虚空的一切众生暂时（人天之乐）和究竟（声闻缘觉果位乃至圆满佛位）的利乐，没有任何一点强迫的，没有任何一点后悔的，没有任何一点吝惜的全部舍弃，全部布施。

这一部分内容，可以说是整个《入行论》中的菩萨行中的最精华最关键的部分，也可以说是整个菩提心的修行内容中最为精炼和归纳的部分。

不但如此，就连在密宗教法的内容中，尤其是祖师帕当巴桑杰在藏地所宣讲的所有修行方法，后来形成希杰派和决域派的教法当中，我们不说希杰，就决域派的教法来说，这部分的内容，就可以说是他们的行法的全部和精华了。

在帕当巴桑杰对劳吉拉准所传授的教法当中，所谓的“决”的究竟含义，也就是这一个偈句的内容了。“决”是什么意思呢？“决”的意思就是在修行的过程中，斩断自己对身体的贪恋，将自己的身体和享用向上供养、向下布施。

而在具体的“决”的修行内容中，有四种不同的“决”：第一种，白“决”，就是要观想自己的这个身体，变成了清淨的拥有种种功能的甘露，上供一切佛法僧三宝、下施三界六道一切众生；第二种，红“决”，就是要观想自己的身体的骨肉，变成了无与伦比的骨肉之山，自己的身体的血液，变成了无与伦比的血海，上供一切佛法僧三宝、下施三界六道一切众生；第三种，黑“决”，主要是观想自己和所有一切众生的所有的病痛的本性，全部都变成黑色腥臭的脓血，集中在自己的身上，然后自己的身体也全部都变成了疾病的本性，然后将这个黑黑的脓血的身体，上供三宝，以便在三宝的加持之下，完全清除疾病，下施众生，以便在他们享用了之后，让所有一切的病痛全部都从他们的身体中离开，让他们恢复健康；



第四种，杂“决”，就是观想自己的并不是单纯的一种白色，或者红色，或者黑色，而是根据所有三宝和众生的一切愿望，需要甘露的就变成甘露，需要房屋的就变成房屋，需要衣食的就变成衣食，如此等等，然后进行上供下施。

所以说，虽然在这个偈句中，虽然没有具体明确地说明决域派的修法，但是从具体的正法意义上来说，这个偈句已经完全囊括了整个决域派的修法了。

至尊米拉日巴大师曾经说过：“寒林静修乃外‘决’，施穷济困乃内‘决’，唯一执著了义‘决’，诸瑜伽士当了知。”

其中的唯一执著，其实质就是对自我的执著，也就是我执，只有断除、舍弃、布施了自己的我执，才是真正意义上的“决”。

因此，如果一直在深山、寒林中进行修行，或者一直用自己的身体供养布施一切有需求的众生，等等作为，其实就只能属于一般意义上的“决”了。

只有真正的断除我执，才是最真实的“决”。

所谓的决域，就是断修法之意。

而在这个偈句中，不但对于自己的身体没有执著，对于自己的享用没有执著，就连对自己无始以来所累积的善业，也都没有了执著，全部都能够为了一切众生的暂时和究竟的利乐而爽快地上供下施，这才是真正了义的“决”，这才是真正了义的菩萨行了。

比如说或者我，或者你，需要去寒林，也就是我们藏族堆放很多死人尸骨的地方，必然会感到害怕和恐惧，会不会有鬼啊？会产生类似的不安害怕的想法。

这个时候，首先念诵一遍这个偈句：“**身体以及种种之享用，以及三世一切之善业，为令一切众生成所愿，愿我毫无吝惜悉布施。**”，然后在心中实际的观修这个偈句的法义：为了一切众生的利益，我的这个身体享用和一切的善业，全部都上供下施。观修之后，自然就不会有任何的害怕和恐惧心理了，为什么呢？因为之所以我们会产生害怕和恐惧的心理，也不外乎是对自己的我执所造成的，现在我已经为了众生的利益把自己的身体都上供下施出去了，那还会有什么可害怕和恐惧的呢？就算是有什么鬼出现在我的面前，因为我的身体享用等都已经能够舍弃了，那就给他好了，害怕什么呢？就连他的身体，还都是我布施给他的呢！就这样，就算是晚上独自一个人去往寒林，也根本就不会有任何的不安害怕了。

另外，当你一个人，带着很多的东西和物品，必须要去往一个到处都是窃贼和抢匪的地方的时候，必然就会担心：会不会这些东西被偷了？被抢了？因此心中就会感到害怕和不安。

在这个时候，同样念诵一遍偈句：“**身体以及种种之享用，以及三世一切之善业，为令一切众生成所愿，愿我毫无吝惜悉布施。**”，然后经过观想，我已经把这所有的东西甚至我的身体都已经布施给所有的众生了，那还担心什么呢？如果那些窃贼和抢匪有任何需要的话，拿去就好了，反正我已经全部都布施出去了。这样的话，就连一丁点的不安和恐惧都不会有了。

所以说，我们一定要非常重视这个偈句，因为它的法义非常深刻。

或者说，如果要真正地在自己的相续中生起菩提心，生起利益一切其他众生之心，首先就要断除对自我的执著和贪恋；如果还存在着我执的话，自然就不可能无私利他，自然也就生不起来真正的菩提心了。

因此，通过这个偈句的思维和实践，就可以逐渐地破除对自我的执着，这是生起胜义菩提心的基础，要反复地不断地进行思维和实践才对。

**正文：总有舍弃一切死亡时，我心也想要成就涅槃，**

**既然都是要舍弃一切，现在布施众生何不可？**

讲解：这个偈句所针对的就是这样的想法：要我布施一切的众生，当然也是可以的，

可是能不能我一点点慢慢地布施，不要一下子就这么全部的供养出去呢？

这个偈句很清楚地否定了这种想法：每一个人一定都是会死亡的，当自己死亡的时候，自己辛辛苦苦费尽一生的心血所积攒的所有的财物和享用，连同自己珍惜无比的身体，一点儿都不会带走，只有自己的神识带着一生的善恶业独自茫然离开。

而且，全部将身体、享用、善根等都供养出去，才可以成就佛果，而我的确是有心要修行成佛的，可是，如果不全部舍弃，如果还有执著的话，那就不能证得涅槃。

既然如此，反正都是要全部抛下独自离开，与其等到最后死亡的时候不得不抛下，不得不毫无意义（甚至还会增添自己的恶业也不一定）的抛下，倒不如现在就全部布施给一切众生，不但能够满足众生的需求，还能增加自己的善业呢！还能促进自己成就究竟的佛果呢！

**正文：我能为了一切之众生，如愿舍弃自己的身体，  
常受杀害殴打詈骂等，自然随彼所愿任其行。**

讲解：既然经过上面的种种修行，我都已经为了一切的众生，按照他们任何众生的任何愿望，把我的身体和一切享用全部都已经布施出去了，那么现在我常常遭受到的任何的杀害行为、殴打行为、詈骂行为，又有什么值得生气的呢？我的这个身体，已经全部都是众生的了，自然他们想怎么样对待就怎么样对待都是可以的了，这一切就全部由一切众生决定了，和我有什么关系呢？

**正文：不论对我身体做戏弄，还是侮辱伤害讥笑等，  
因为我已将之布施出，何必为之做任何守护？**

讲解：在现实的生活中，不论是自己、还是家人、还是亲友等，他们可能会对我的这个身体表现出喜欢和爱恋；而我的仇敌、对头等人，则可能会对我的身体产生戏弄、侮辱、伤害、讥笑、杀害等行为。

如果我没有修行菩萨行的话，必然会对之产生相应的反应：对我好的，我会更加好地对待他们；对我不好的，我也会更加厉害地反击回去。

但是现在我已经学习了菩萨行了，已经发起了菩提心了，已经把我的身体全部都布施出去了，也就是说现在的这个身体，完全都不是我自己的了，在这种情况下，哪里还有必要对种种好坏的行为产生任何的守护反应呢！

**正文：那些不能伤害他人之，一切行为我都愿能做，  
不论对我有何所期望，我都祝愿他们能满愿。**

讲解：这个偈句说的是要将自己的身体布施给一切众生以供驱使的时候，并不是一切众生要求我做什么，我一定不问青红皂白地完成，难道要我去杀人、偷盗，我也要去完成吗？不是，我不能做任何会对别的众生带来伤害的行为；除了能够伤害别的任何众生的行为之外，一切的要求和驱使，我都愿意帮他们完成。

比如说，当有一个身负重物非常辛苦的人，让你替他背负重物的时候，因为这种事情并不会伤害到别人，因此我是愿意做的。

但是，如果有黑社会的人，要求我去偷、去抢、去杀人的时候，因为这种行为能够给别人带来伤害，这种事情我是不会做的。

另外，不论任何众生如何的对待我，不管是对我好也罢，不管是对我不好也罢，只要他们和我之间建立起来了缘分，我都会毫无分别地祝愿他们能够成就他们一切的所愿：暂时的世间的种种利乐，包括天上人间的种种享乐；以及出世间的缘觉、声闻果位之乐，乃至究竟的圆满佛陀的寂灭大乐之果位。

比如说，钦则仁波切对我有什么所愿呢？他希望我能够更多地对汉族人宣讲佛法，那

作为我来说，就一定要让钦则仁波切的这种期望得到实现，不能让钦则仁波切的愿望落空。

比如说，我对你，希望你能够更多地翻译我的教法，那么你也应当尽力地实现我的这个愿望，不能让我的愿望落空。

比如说，麦宿当地的人，当他们因为贫穷以至于有病都没有钱去看病的时候，他们就会对我抱有期望：希望我能够提供看病的钱，而我呢，自然也就不会令他们失望，一定会提供他们看病所需的钱了。

哪怕是别的人对自己做出了不好的行为，自己并不会因为这样就对别人不好，而是要借着这个缘分的建立，发愿令这个人的一切所愿都能够实现。

这一点，和前面曾经讲过的：“不管人们对自己做出了什么样的行为，自己都要和这些人们建立起来善缘”的道理，完全是一样的。

**正文：不论别人以我为所缘，出现生气或者大信心，  
祈愿一切时间地点中，都成他们所愿之成因。**

讲解：上述的偈句，是说明当别人对我有所期望的时候，我愿意成办他们任何不伤害他人的愿望。

这一个偈句，说的是，即使这个人对我没有任何的期望，而仅仅是对于我，当面或者背地里，表现出任何好的或者不好的行为和语言，我都要祈愿他们所有的愿望都能够实现，不管是暂时的人天享乐，还是究竟的涅槃大乐。

比如说，有人说我：这个堪布实在不好，他有女人，他骗人钱财，他没有学识。或者有人说：这个堪布实在很好，他持戒精严，他慈悲心大，他乐善好施，他学识渊博，他堪比佛陀。

甚至有人对我施加拳打脚踢，棍棒交加等等，我都不会对于这些行为产生任何的不好心态，更不会对那些侮辱伤害我的人产生报复之心和报复的行动；也不会对那些称赞我、信仰我的人特别的加以照顾。

我会对这些众生，毫无分别地祈愿他们：都能够完全地实现他们的暂时和究竟的所愿。他们对我产生的种种行为，不论好坏，祈愿全部都能够成为令他们所有愿望得以成就的根本因。

**正文：不管别的众生讥笑我，还是众生谩骂诽谤我，  
或者施加伤害于身心，祈愿全部都成菩提因。**

讲解：和上述内容同样，不管别的众生对我如何的不好、如何的讥笑我、谩骂我、诽谤我、伤害我，我都不会对他们生起任何的反击和伤害之心，反而我会祈求他们和我之间因此所建立起来的缘分，都能够令他们最终成就菩提果位的根本因。

**正文：我是无怙众生之依怙，我是上路众生之向导，  
我是跋涉者们之舟筏，愿我也成他们之路桥。  
盼大洲者我则为大洲，寻眠处者我则为眠处，  
愿我成为众生之仆从，愿我仆从之愿恒实现。  
如意宝珠以及如意瓶，真言成就以及胜妙药，  
以及殊胜如意之宝树，愿我成为众生如意牛。**

讲解：作为一个佛子菩萨，当一个众生没有父亲、没有母亲，没有任何依靠和庇护者的时候，愿我能够成为他们的父母和依怙者。

当一个众生需要上路前行的时候，比如说他为了经商而要四处奔波的时候，我愿意成为他们的向导，一直带领他们到达自己的目的地，并能帮助他们实现自己的愿望。

当一个众生需要长途跋山涉水的时候，我愿意成为他们的舟筏，就算他们要横跨汪洋大海，也都不会有任何的困难；我也愿意成为他们的道路和桥梁，任他们去往任何的地方，都不会因为没有路桥难以前进。比如说大成就者唐东加波就在藏地修建了很多的铁索桥。

当一个众生在大海中飘荡，渴望见到大洲陆地的时候，我愿意成为他们长满了各种食物的大洲，以便他们能够脱离淹溺的危险。

当一个众生正在为无处休息和睡眠而发愁的时候，我愿意成为他们可以休息和睡眠的场所。

当众生在黑暗中需要光明，以便能够读书、玩耍的时候，我愿意成为他们的明灯，以便他们能够满足光明的愿望。

如此等等，无穷无尽。

总之，众生不论有任何的希求和愿望，我都愿意领受能够满足其愿望的身体，让他们的一切愿望全部都能够得到满足。

就如同在前面曾经讲过的那样，我愿意成为一切众生的仆从，他们有任何需要别人协助的事情，我都能够帮他们完成，哪怕是端茶倒水这样的小事，哪怕是舍生忘死这样的大事。

虽然实际生活中我们并没有亲眼见到，但是在印度历史和佛教经典当中，有很多的故事都是相关各种如意宝的。

比如说如意宝珠，传说谁拿到这个宝珠之后，只要能将这个宝珠供养在高山之顶，然后在沐浴焚香之后，恭敬地在宝珠跟前说出自己的心愿，比如说我需要饮食，比如说我需要衣服等等，都会当下从如意宝珠中出现相应的事物，所有的愿望都能够得到实现。

比如说如意宝瓶，传说不论谁拥有了宝瓶之后，只要在心中想着自己的心愿，然后将手伸入宝瓶当中，就一定能够拿出自己所想要得任何东西，比如说金银珠宝等任何珍贵的东西。

比如说如意牛，一般的牛只能在一定的时间内产牛奶，可是这个如意牛，却能随时随地被挤出牛奶，从来都不会中断和穷尽，这种牛传说在西牛货洲才有。

比如说如意树，传说只要站在这个树下，提出自己所需要的任何需求，就会从树上掉下所需求的東西。这个树传说是在三十三天上，人间并没有。

所有这些能够满足任何一个众生任何一种愿望的如意宝，非常的稀有难得。但是，为了能够满足一切众生的心愿，祈愿我能够领受这些如意宝之身，在一切众生之前，完全地满足他们的一切愿望。

经典中说，如果能够修持真言得到成就之后，就可以做出任何想做的事情，如果想疾病痊愈的话，因为有了真言成就，就可以即刻令疾病痊愈；如果想长寿的话，因为有了真言成就，就可以得到长寿，等等。只要真言修炼成就了，就可以完全成就一切的愿望。

可是如果没有念诵和修炼非常多非常长久的真言的话，真言成就是非常难以获得的，种种的愿望也是不能够实现的。

但是众生还是会有息、增、怀、诛等四种事业的需求，因此祈愿我能够领受真言成就者的身体，然后用真言成就的能力，帮助所有的众生满足他们的愿望。

妙药，就是可以治疗众生风症、胆症、黄水症等所有种类疾病的药物。如果众生因为疾病有需要的话，我愿意领受妙药之身，让众生因此而得到疾病的痊愈。

**正文：地大水大以及火风大，以及虚空大种恒长存，  
一切众生无量又无边，愿我成其生存之所依。  
遍布整个法界满虚空，所有众生全部一无余，  
直到众生证得大涅槃，我愿成为他们生存基。**

讲解：地、水、火、风，以及虚空等大种，在轮回不空之前是会永远恒常的存在。

而且这些大种，也全部是一切众生赖以生存的基础，没有了地大种，众生就不能有身体的坚固性，也就没有可依存的大地；如果没有了水大种，众生就不能有身体的流动性，也就没有了赖以生存的水；如果没有了火大种，众生就不能有身体的暖性，也就没有了温暖和熟食；如果没有了风大种，众生就没有了动转的能力，也就没有了自然界的种种变化；如果没有了空大种，就没有了所有大种存在的基础，众生也就没有了生存和行动的可能。

就好像大种对众生的基础性重要性一样，我也愿意在轮回不空、大种不灭之前的永恒的时间里，成为一切众生赖以生存的基础。

而且，虽然众生的数量无法估计，完全遍布了整个的法界，也布满了所有的虚空各处，我也发愿：要在一切的众生完全都证得大涅槃（不是声闻和缘觉所证的不究竟的有余涅槃，而是完全圆满究竟的无余大涅槃）、圆满菩提之前（一旦众生圆满了无上菩提的正果，他们自己已经完全自主了，完全脱离轮回了，完全回归法界了，暂时和究竟的所有心愿都已经完全满足了，根本就不需要任何其他了），永远成为他们的生存的基础，成为他们赖以生存的根本。

**正文：如同往昔一切诸佛陀，如何生起胜义菩提心，  
亦如他们能够次第地，住于一切菩萨之学处，  
为了一切众生之利乐，我也如此发起菩提心，  
对于一切菩萨之学处，我也如此次第勤修习。**

讲解：从《入行论》正文的一开始，作者佛子希瓦拉就讲述了拥有菩提心的难以想象的功德和利益；紧接着，为了能够在心中生起真正的菩提心，首先就要净治自己的相续，因此作者佛子希瓦拉就通过八支的形式，讲解了如何净治罪障和积集资粮。

这所有的内容，其实都是属于发起菩提心的前行部分，而这里，就进入到了发起菩提心的正行了。

关于发起菩提心的方式，有三种说法：一种是如同国王一样的发心，也就是为了能够度化一切众生都成就佛果，自己首先要成就圆满佛果，就好像释迦牟尼佛最初的发心一样；一种是如同舟子一样的发心，也就是希望一切众生能够和自己同时证得圆满的佛果，就好像弥勒菩萨最初的发心一样；一种是如同牧人一样的发心，就是自己要先将所有的众生全部都引导到达圆满佛地，然后自己才最终证果，否则，只要有一个众生还没有成佛，自己都不会成佛，就好像文殊菩萨一直示现十地菩萨的形象，而不取正觉一样。

有人说，在上述的三种发心中，最上等的发心就是牧人发心，中等的是舟子发心，最一般的是国王发心；但是，从他们都是本着救度一切众生成就佛果的出发点而发心的这一点而言，可以说，这三种发心应当没有什么高下之分。

具体的发心仪轨，或者说是领受菩萨戒的仪轨，在正式进行发菩提心之前，首先应当念诵三遍皈依的文字，也就是前面的：“**从此直到成就菩提前，一直皈依一切诸佛陀，同样证菩提前恒皈依，一切正法以及大菩萨。**”

然后念诵三遍“**十方三世一切诸佛菩萨请看顾我！**”

之后就可以念诵这个可以令自己的心相续中真实生起菩提心戒，或者说菩萨戒的偈句（其实也就是仪轨）了。

关于领受菩萨戒的仪轨，目前主要有两种传承：一种就是从释迦牟尼佛、弥勒菩萨、无著菩萨等渐次传承到藏地的唯识菩萨戒仪轨传承；另外一种，就是从释迦牟尼佛、文殊菩萨、龙树菩萨等渐次传承到藏地的中观菩萨戒传承。

唯识和中观都是属于大乘教法，因此都需要发菩提心、领受菩萨戒，因此这两种菩萨戒的仪轨都是属于大乘教法的。

在密乘中，不管是什么传承的仪轨中，不管这个仪轨多么的简单，都会在一开始的时

候，进行皈依，因为有了皈依的过程，就领受了别解脱戒；之后也会进行发心，因此也就领受了菩提心戒，也就是菩萨戒；之后在密乘仪轨中，就会领受到密乘的戒律。

因此说，在密乘的任何一个灌顶仪轨当中，都会领受到这三种戒律。

在这部分的偈句当中，首先用了两个例子，一个就是往昔的一切诸佛（释迦牟尼佛也好、不动佛也好、无量光佛也好、弥勒佛也好，等等），他们是如何发起菩提心的（要引导一切众生都能够得到无上的圆满佛果啊！），这也就是愿行菩提心当中，愿菩提心的例子；第二个例子，就是属于行菩提心的例子了。往昔一切的诸佛，在他们发起了（要引导一切众生都能够得到无上的圆满佛果啊！）的菩提心之后，光凭这个愿望是远远不够的，还需要（为了这个目的，我要学习一切的菩萨学处啊！我要修行一切菩萨行啊！）。之后，他们就按照四摄、六度、万行等种种的修行方法，经过种种的道次第，逐步地修行，利益一切众生，乃至最后成就了圆满的佛果。

和这两个例子一样地，我也要在这所有的一切佛陀最初发心的时候一样，也发出“要引导一切众生都能够得到无上的圆满佛果啊！”的愿菩提心；同样地，也要和他们一样地发起行菩提心“为了这个目的，我要学习一切的菩萨学处啊！我要修行一切菩萨行啊！”并且努力修行四摄、六度、万行等种种的修行方法，并且毫无错乱地按照道次第，一直到最终解脱所有的众生，一直到最终证得解脱。

如果按照唯识传承的方法，先完成愿菩提心，再完成行菩提心，因此这个仪轨的顺序就变成了：“如同往昔一切诸佛陀，如何生起胜义菩提心，为了一切众生之利乐，我也如此发起菩提心；亦如他们能够次第地，住于一切菩萨之学处，对于一切菩萨之学处，我也如此次第勤修习。”

而如果按照中观传承的方法，需要愿菩提心和行菩提心同时进行，因此也就是两个例子在一起，接下来的两个发心在一起，也就是和这个偈句的顺序完全一样的了：“如同往昔一切诸佛陀，如何生起胜义菩提心，亦如他们能够次第地，住于一切菩萨之学处，为了一切众生之利乐，我也如此发起菩提心，对于一切菩萨之学处，我也如此次第勤修习。”

在藏地的佛学院学习和喇嘛们日常的修持过程中，基本上都念诵的是这个顺序的偈句。完整的内容也就是前面的三遍皈依、接着三遍请看顾、接着就是三遍这个内容了。

在完成了整个的内容之后，也就意味着自己已经在心相续中完全领受了愿行菩提心戒，也就是完整的菩萨戒。从此之后，自己也就可以被称作“佛子菩提萨埵”了，也就是大家口中的菩萨了。

也就成为了一切人天所应当欢喜赞叹和顶礼皈依的对象了。

但是，这个时候的这个菩萨的称号，其实还是属于世俗谛上面的菩萨，这也就是应成派其中的属于本书作者佛子希瓦拉一个见解；而应成派的另外一个见解，就是属于《入中观论》的作者佛子月称菩萨的，只有登上初地之后，才能够称得上是菩萨，为什么？因为这个时候的这个修行者，已经现前见到了法性、现前见到了如来藏的缘故。这其实是属于了义谛的菩萨概念了。其实这两种见解，都是佛曾经宣说过的。

**正文：因此真正有智慧之人，最好能够领受菩提心，  
此后为令菩提心增上，应常如此激励自相续：  
从今而后生命有意义，从今而后人生更殊胜，  
从今而后已成佛种姓，从此我已成为真佛子。**

讲解：好像我现在已经领受了菩萨戒一样，所有真正有智慧的人，所有真正明事理之人，最好也能够在了知了菩提心的不可思议的功德和利益之后，努力地通过八支修行来净治自己的罪障并积集资粮，然后就通过念诵三遍如此的发菩提心仪轨，让自己的心相续能够真正地领受菩萨戒。

但是，如果认为我今天已经领受了菩萨戒，已经发起了菩提心，那么就成了菩萨了，就可以不用努力了，这种想法是不正确的。

正确的做法是：不但明天后天、明年后年、乃至下生再生，在我还没有真正地成佛之前，一定要非常努力精进地每时每刻都要在菩提心上面修行，而通过这部分偈句，就可以很好地令自己的菩提心不断地得到增上，令自己不断得到激励。

因此就应当经常念诵此文字。

另外的激励自己的方式，就是在心中生起如下的欢喜心：

因为我今天已经领受了菩提戒，已经发起了菩提心，在今天之前，在今生之前的所有生，我的生命其实都是浪费和空过了的，即使我也曾经领受过很多次的人身，但人身也都是染污和不净的，以至于到目前为止我还在轮回中飘转，没有能够出离轮回，没有能够得到解脱。而今天开始，我的生命就有了意义；从今天开始，我的人身也变得更加美好和清净；从今天开始，我已经成为了未来可以成就佛果的佛的种姓；从今天开始，我已经成为了未来可以继承佛位的菩萨；从今天开始，我已经成为了未来决定成就佛果的真正的佛子。

**正文：今后不论如何之因缘，都要精进佛种之行止，**

**今后不论如何之因缘，不令净无过失种受污。**

讲解：从今天开始，一直到我真正成佛之前，不论遇到什么情况，不论遇到什么因缘，宁舍身命，因为我已经成为真正的佛的种姓，要继承佛的法脉，因此我就要作出完全符合这种种姓的行为举止（一切都是为了利益一切众生，完全没有自私自利的想法和做法）；从今天开始，一直到我真正成佛之前，不论遇到什么情况，不论遇到什么因缘，宁舍身命，因为之前的一切佛陀和菩萨戒传承的所有祖师，都是非常的清净而无过失（前善、中善、后善），因为无上的菩提果位非常的清净而无过失（前善、中善、后善），因此我也不能令这种清净受到染污。

怎样才能达到这个目的呢？就是要毫无自私自利之心，全心全意利益一切众生，精进修行四摄、六度、万行等一切的大乘菩萨行。

**正文：犹如盲人从那垃圾中，获得无价珍宝真神奇，**

**同样下劣愚痴如我者，相续之中今生菩提心。**

讲解：有一个盲人，什么都看不到，但是他却从垃圾堆中，获得了一个无价的如意珍宝。如果是一个正常人，还不值得希奇；如果是从到处都是珍宝的宝藏中，也不值得希奇，可是现在他是一个盲人，还是从人人都会看得起的垃圾堆中，得到了珍宝，那可真是太希奇了！

同样的道理，我从无始以来，一直被无明烦恼所障碍，完全丧失了智慧之眼，是一个完全不明白真理的正法瞎子，可是今天，虽然我还是处于这个污浊不堪的轮回苦海当中，但是我因为遇到了正法导师，已经真正的从心中生起了无上珍贵的菩提心大宝，这么神奇的事情，难道还不值得感到稀奇、感到高兴吗？

**正文：能够降伏众生死魔之，无与伦比甘露即是此，**

**能够消除众生贫穷之，无穷无尽宝藏即是此，**

**能够治愈众生疾病之，最上最好妙药即是此，**

**奔波路途极度疲累时，阴凉休憩大树即是此，**

**能将众生解脱出恶趣，不受痛苦高台即是此，**

**能够清除众生烦恼苦，真正心中明月即是此，**

**能够拔除众生无知暗，无比光明太阳即是此，**

### 所有佛陀正法之乳汁，炼而所获醍醐即是此。

讲解：因为菩提心的无比珍贵性，也因为菩提心的难获难得性，因此就在这部分的偈句中，给予种种的比喻：不死甘露、无尽宝藏、治病妙药、阴凉大树、离恶高台、心中明月、除暗太阳、乳中醍醐。

佛经中认为魔有四种：一、蕴魔，二、烦恼魔，三、死魔，四、天魔。如果能降伏其中的死魔，就会得到永远不死的果位。作者佛子希瓦拉认为，菩提心，就好像无比的不死甘露一样，能够令人战胜死魔。

如果没有了菩提心，尽管也很精进地修行六度万行，也是根本不会证得无上圆满菩提果位的。为什么？

因为如果想要真正圆满地证得无上菩提佛果的话，肯定就要完全战胜死魔，而只有菩提心，才是能够究竟战胜死魔的无上甘露。

因此，只有真正地发起了菩提心并实践了菩萨行，才能够战胜死魔，才能够成就佛果。

众生的贫穷，在这里更多地指的是：三界六道的一切众生，之所以一直飘转在轮回苦海当中，就是因为他们并不懂得真正的如法的取舍，不懂得如何忍辱、如何持戒、如何布施等种种的善行，因此他们属于正法方面的贫穷。

同时，因为他们在轮回中，永远都经受着生、老、病、死、苦苦、变异苦、行苦等种种痛苦，根本就没有丝毫真正的安乐，因此他们也属于安乐方面的贫穷。

而菩提心，就是完全可以清除一切众生这种正法贫穷、安乐贫穷的无穷无尽的宝藏。

菩提心宝藏的理解，在这里基本上不太指向世俗意义上的金银珠宝，虽然也可以在文字上这么理解。为什么呢？如果一个人需要财宝，他修行财宝的法门，如果他并没有菩提心的话，尽管可以得到一些财宝，但是还是会增加自己的心中的痛苦，甚至还会增加自己的罪业。

如果在心中生起了菩提心的话，如果自己有了一些财宝，也都会成为自己更好地进行布施的助缘，也会增加自己的善业。

一切众生各种身心疾病发生的根本的原因，其实就是贪、嗔、痴三毒。而要想完全清除导致众生身心疾病的三毒，比起来任何的善业，菩提心的功用都是最上等的。因此说，菩提心就是治疗众生一切身心疾病的妙药。

一切众生一直轮转于苦海当中，就好像在路途中奔波着的旅客一般，他们因为遭受着六道轮回的种种痛苦，一直希望能够有逃离这些痛苦的时机和方法。暂时的休息之处，就是声闻缘觉等小乘的果位，通过修行十善、断除十恶、修行禅定，而证悟了无我，虽然他们能够离开轮回的种种痛苦，但是因为他们的果位还没有彻底，还需要回小向大，才能够完全地成就究竟的佛果，只能算是暂时的休息一下而已。因此说，菩提心，就好像路途中的大树提供阴凉一样，能够让在轮回中一直受苦的众生，可以暂时的休息一下。

相当于，我们要从这里去成都，最后到达成都的时候，才算是真正地成就了佛果；而声闻缘觉的果位，就好像我们到达了康定，虽然可以在康定得到休息，也可以在康定住下来玩耍，但是终究康定并不是成都，因此还是需要离开康定，前往最终的目的地成都。

一切众生都在轮回中饱受着各种痛苦，能够让这些众生从恶趣的痛苦中逃离出来的平台、阶梯和道路，也就只有菩提心了。而在这个更主要指的是他们能够从恶趣中逃离出来，暂时的得到人天的享乐，或者得到小乘果位的安乐而已。

紧接着，因为一切众生都在轮回中，遭受着种种烦恼所导致的热恼，而能够清除烦恼、清除热恼、获得安乐、获得清凉的唯一方法，也就是好像清凉的心灵月光一样的菩提心了。这里更主要指的是能够究竟解除一切烦恼障的正法果位。

轮回中的一切众生，他们并不懂得如法的取舍，这种所知障无明，就和没有了光明的黑暗中一样，什么都看不清楚；而能够清除一切黑暗的好像三千大千世界所有太阳同时现前



的无比日光，就是真正的菩提心大宝。

我们的导师释迦牟尼佛，曾经宣说过八万四千法门，而这是从一般意义上讲的；从不共意义上来说的话，不论是我们的释迦牟尼佛，还是过去诸佛，还是未来佛，他们正说、已说、将说的正法，其实都是不可计数的。

如果说把佛法比作牛奶的话，牛奶中最精华的部分就是酥油中再次炼制出来的醍醐，而佛陀三转法轮所宣讲的一切正法中的最精华的部分，其实就是菩提心了。

巴珠仁波切曾经说过：“一切佛中最胜观世音，一切真言最胜六字明，一切法中最胜菩提心。”一切诸佛中最为殊胜的就是观世音，一切真言咒语中最殊胜的就是六字大明咒，而一切生起圆满次第正法中最殊胜的就是菩提心了。

**正文：众生旅客行进路途时，正在渴望安乐享用时，  
此乃堪可舒适休息处，能令一切众生得满足，  
我从今天而后在佛前，引导众生成就如来位，  
期间也应宴请诸众生，招待他们天非天之喜。**

讲解：当众生还在轮回的路途中奔波，他们就好像旅客一样，不会在路途中的任何一个道中停留下来，从来都是在或善或恶的六道中轮转着。因为种种痛苦，正在渴望能够有暂时和究竟的安乐享用的时候，我的菩提心、我的菩提行，正是他们可以暂时获得安乐的休息之处，可以让他们暂时得到休息。

不但如此，从今天我正式发起菩提心、正式领受菩萨戒开始，就好像所有的佛佛子一直就在自己的面前一样，我发愿引导所有一切众生，最终都能够成功到达圆满的善逝佛位，而且暂时性的，也会好像宴请宾客一样地，我也会带给他们天人和非天的无比享乐。

通过我这样的宴请一切众生的宾客，会令一切守护善行的天、非天、护法等，都可以随喜我的这种善行，都可以欢喜地守护我的这种善行，从而可以令我的菩萨行不会出现任何障碍。

《入菩萨行论》之第三章完整领受菩提心章竟。

## 第四章 谨慎防范

**正文：佛子菩萨能够如上述，真正领受坚固菩提心，  
毫无散逸懈怠恒常间，当常不违菩萨诸学处。**

讲解：经过前面所描述的方法和内容，当一个菩萨真正地在心中生发了坚固的菩提心，领受了菩萨戒之后，就应当没有丝毫散逸和懈怠地，一直在所有的众生都被引导至佛地之前，一直在自己圆满成就之前，都要恒常精进地按照一切的菩萨学处进行实践和修行。

或者说，前面已经完成了“菩提心胜宝，未生令生起”的三章内容，从这里开始，就进入了“已生令不坏”的部分了，包括谨慎防范、指示正知、指示忍辱三章。首先讲述的就是谨慎防范章的内容。

一般说来，如果把所有的大乘教法进行归纳的话，全部都逃不出思想和行动这两部分的内容。所谓的思想，就是真正地发起胜义菩提心；所谓的行动，就是认真地实践六度万行。

关于发起胜义菩提心的思想方面的内容，在前面几章中已经清晰地表述过了，这非常明显。

关于行动的六度方面的内容，比如说布施度，在前面的内容中，也能够很明显地看出身体、享用、善根等的布施。尤其是作者佛子希瓦拉本身是一个离戏瑜伽士，所以他也就仅仅是按照常住山林的出家行者的方式，讲述了布施的内容，并不是非常广大和庞杂。

而持戒度，则属于本章谨慎防范章和下章指示正知章的内容，而且在前后的各个章节中，所有的舍弃不正确方面的任何指示，其实也都可以算得上是持戒的内容了。

六度中的后四度，则分别有具有相应名字的单独一章来进行表述。

因此说，光是通过本文，就基本上可以完全地了解所有大乘的教法了。

对于持戒，一般的讲述方式则是一一讲述各种明确的犯戒行为，然后指出纠正这些犯戒行为的方法，而在本文中，则不是这样进行的。

在本文中，作者佛子希瓦拉主要集中讲述如何才能守好戒律的方法，也就是谨慎防范和指示正知这两部分的内容。如果不能保持正知，没有了谨慎防范的心态，自然就会恣意任行，就算是能够很好地在身体和言语等方面做出努力，也都仅仅成为了自己的负担；就算是也能够守护的不错，但也会非常容易被外界的色声香味触法等对境所诱惑和欺骗；自己不会有定见，反而会被别人的各种见解所误导，因此守戒也就不可能真正地清净和持久。

所以说，正知和谨慎，是一切闻思修功德生起的基础，是可以帮助自己更好地守持好戒律的助伴。我们应当通过正知和谨慎，争取不出现任何的违犯戒律的行为；而不是等到各种犯戒行为出现之后，再努力地通过各种方法去纠正和清净。

对于通过谨慎防范和守护正知而清净地持戒的重要性，龙树菩萨曾经说过：“犹如情无情依靠大地，一切功德依靠戒律生。”《三昧王经》中云：“所有一切之善法，谨慎防范是根本。”在谨慎防范地基础上，才可以真正地获得所有的一切善法。

那么，什么是谨慎防范的意思呢？如云：“要想清净守护好戒律，不知守护内容当惭愧。”在首先对于菩萨学处等进行正确了知之后，然后在清晰明确了知的基础上进行正确的防范和取舍，这就是谨慎防范的意思了。

所谓的菩萨学处，释迦牟尼佛在《虚空藏菩萨经》中说：“国王有五根本罪犯波罗夷；大臣亦有五根本罪犯波罗夷；声闻亦有五根本罪犯波罗夷；初发心菩萨趣向大乘，有八根本罪犯波罗夷。先所修习一切善根皆悉烧燃。犯波罗夷离安隐处。失人天乐及以大乘境界之乐。坏菩提心堕于恶趣。轮回生死离善知识。”从中我们就可以清楚地知道，菩萨的根本罪有十八种。

本文作者佛子希瓦拉整理的《学处总集》中，将这十八种菩萨根本罪写成了偈句：“掠

夺三宝之资财，视为他胜根本罪；舍弃根本之正法，为第二罪乃佛说；对于犯戒之比丘，或夺袈裟或殴打，或将其送至监狱，或者摒其出僧团，或害其命乃三罪；造作五种无间罪；执持各种之邪见；摧毁一个村庄等，为根本罪乃佛说；对未学习之众生，开示深奥之空性；已入佛性之人士，退转圆满之菩提，完全舍弃别解脱，而入大乘之行为；或说‘所学之道乘，不能断除主烦恼’，或令他人生此见；夸赞自己之功德，为了所得或赞誉，偈句物等贬他人；宣称已证深奥法，或说错误邪道见，举报沙门令受苦；三宝财物做布施，或据三宝财已有；或令他人难修止；或将清净修士物，转施念诵之众人；都属菩萨根本罪，是为最大地狱因，梦中虚空藏尊前，真诚发露当忏悔。”

其中，“掠夺三宝之资财，视为他胜根本罪；舍弃根本之正法，为第二罪乃佛说；对于犯戒之比丘，或夺袈裟或殴打，或将其送至监狱，或者摒其出僧团，或害其命乃三罪；造作五种无间罪；执持各种之邪见；”这就属于国王修行菩萨行的时候容易出现的五种根本罪。

国王的“掠夺三宝之资财，视为他胜根本罪；舍弃根本之正法，为第二罪乃佛说；对于犯戒之比丘，或夺袈裟或殴打，或将其送至监狱，或者摒其出僧团，或害其命乃三罪；造作五种无间罪；”这四种根本罪，加上“摧毁一个村庄等，为根本罪乃佛说；”这就属于大臣修行菩萨行的时候容易出现的五种根本罪。

其中的“对未学习之众生，开示深奥之空性；已入佛性之人士，退转圆满之菩提，完全舍弃别解脱，而入大乘之行为；或说‘所学之道乘，不能断除主烦恼’，或令他人生此见；夸赞自己之功德，为了所得或赞誉，偈句物等贬他人；宣称已证深奥法，或说错误邪道见，举报沙门令受苦；三宝财物做布施，或据三宝财已有；或令他人难修止；或将清净修士物，转施念诵之众人；”则属于初发心修行者容易出现的八种最根本罪。

这就是十八种菩萨根本罪的全部内容了；如果将国王和大臣的四种根本罪不重复计算的话，菩萨根本罪就成为十四种了。

如果菩萨能够精进守护这些根本罪不违犯，那就是守护了菩萨戒；如果违反了，那就等于是舍弃了菩萨戒，出现了菩萨的根本罪，而这种根本罪，会令这个犯戒的菩萨遭受痛苦的地狱恶报。

那怎么样对这种菩萨根本罪进行忏悔呢？就应当按照《虚空藏菩萨经》中，佛所陈述的方式来进行忏悔：在东方刚刚微微亮的时候，对这东方的明星连称三遍南无虚空藏菩萨，请求他前来清净自己的罪障，然后入睡，在睡梦中，虚空藏菩萨就会前来将自己的菩萨根本罪彻底清净。并不是自己在睡梦中请求虚空藏菩萨净治罪障的意思。

另外按照《大密方便善巧经》中所说：如果一个菩萨在心中放弃了利益一切众生，转而追求声闻、缘觉果位，这就是转成了小乘发心，是愿菩提心失坏的根本罪。

按照《宝积经》中所说，如果一个菩萨在心中决定放弃任何的菩萨行的时候，这就是行菩提心失坏的根本罪。但是如果只是因为懈怠等原因，虽然没有作出种种利益众生的行为，但也并没有决定不利益众生的想法的话，并不属于行菩提心失坏的根本罪。

在唯识经典当中，菩萨应当有四种根本守护者。

而在另外的经典中，佛也说了菩萨只要守护一条就完全可以不违犯菩萨戒了，哪一条呢？不舍定心。

什么意思呢？当一个菩萨在领受菩萨戒发心的时候，曾经说：“我要引导一切众生到达究竟佛地。”

如果在受戒之后，在心中生起了：“我不要精进地这么做”的想法，那就是舍了定心，菩萨戒就此被舍弃了。

如果在受戒后，比如说遇到了一个以前的仇敌对自己施加伤害，而在心中生起了：“我是菩萨，我要引导一切众生到达佛地，要利益一切众生，但是我对于这个人，不要这么做。”的想法的时候，同样是舍弃了定心，同样就此舍弃了菩萨戒。

如果能够守护好“不舍定心”这一条，其实就等于永远没有舍弃菩萨戒，一直在守护着菩萨戒。

为什么佛要说出这一条要求呢？因为佛对当机的国王说：“你是国王，每天的国事非常繁忙，如果要你一条一条第按照《虚空藏菩萨经》中的菩萨应当守护的种种条文来约束的话，实在太难了。那么现在，你只要‘不舍定心’，也就完全能够守护好菩萨戒了。”

那也就是说，虽然菩萨学处有很多种不同的说法和条款，只要你能够守护好“不舍定心”这一条，就是最为基本的菩萨学处了。也就是说，至少你也要守护好这最简单的一条，不要有丝毫的违犯。

那么，具体应当如何守护好“不舍定心”这一条呢？在《教诫国王经》中，佛说：“国王，不管你在行住坐卧、饮食政务的任何时候，你都要能够保持对于圆满菩提的希求之心、念想之心、坚定信心；你都要对于一切佛菩萨声闻缘觉普通众生等任何人的过去现在未来的任何善行进行真心随喜；不但要随喜，还要真诚地将自己随喜的善根供养一切佛菩萨声闻缘觉；不但要供养，还要和一切众生同行同止，共同随喜和供养；为了一切众生都能够得到一切智的果位，为了圆满行持一切佛法，每一天的每时每刻，都要将自己的所有的善根，全部都回向给无上清净圆满的菩提正果。国王，你就应当在这样的状态和心态中管理你的国家，这样，不但你的国家可以管理的很好，你的一切的菩提资粮，也都可以因此而得到圆满。”

另外在《妙臂菩萨请问经》中说“只要能够随时随地丝毫不忘失‘为了一切众生的缘故，我应当证得圆满菩提啊’这样的大愿，就已经囊括了所有可以最终到达佛地的六度万行了。”

因此说，在五浊横行的末法时代，众生如果难以完全地守护好每一条菩萨戒律的话，只要能够很好的按照上述两种经典中所描述的方法加以修行，也就可以很好地保持菩提心的完整和菩萨行的圆满了。这可以说是末法时代最能够利益一切众生的无上窍诀了。

**正文：或者随随便便胡乱行，或者不加仔细的思考，  
虽然也曾作出了承诺，做或不做仍需细思量。**

讲解：这里说的是一般众生在世间，经常会出现不经过仔细思考、随随便便的承诺，比如说“我一定要做这件事情。”但是到了关键的时候，不管是准备做，还是准备放弃，这个时候还是需要细心安静彻底的思考和分析的。

比如说我，在没有思考的情况下，在心里对自己承诺说：“我要到拉萨去。”或者在没有认真思考的情况下，在心里对自己承诺说：“我要到拉萨去。”但是在这个承诺之后，一旦自己仔细思考的时候，为什么要去拉萨？去拉萨干什么？宜不宜于出行呢？对自己提出如此等等的问题的话，如果答案是有事情，宜出行，那么就会真的去了；如果什么事都没有，也不宜出行，那就会放弃去拉萨这个想法了。

这就是世间事情的比喻：不管之前的承诺或者想法如何，在真正实施之前，仍然是需要认真仔细地分析和思考的。

**正文：一切佛陀以及诸佛子，所有具智慧者皆思悟，  
我也恒常当加以思悟，因此为何要懈怠迟疑？**

讲解：对于菩提心来说，以前的一切佛陀以及佛子菩萨们，也都曾经在无数无量的劫数中曾经非常仔细的思考过，完全都明白了菩提心就是唯一能够最终成就佛果的根本因，菩提心具有不可思议的无量功德和利益，完全都得到了确定，因此他们才在三大阿僧祇劫的时间里一直在实践着菩提心的种种修行，佛已经因此而圆满成就了，佛子们也即将因此而获得无上成就。

我自己，也已经经过前面的三个章节的内容，反复仔细地分析过了菩提心的功德和利

益，反复仔细分析过了菩提心的无比珍贵性和唯一性，既然如此，那我对于菩提心的修行、对于实践一切的菩萨行，哪里还需要任何的懈怠和迟疑呢？根本就应当从现在开始，坚定不移地精进修行下去。

**正文：既然已经坚决发誓言，如果不去坚决实践之，  
那就等于欺骗诸众生，我还能够去到哪一道？**

讲解：既然经过上面的分析，我们已经真正坚决而清楚地在一切实佛子面前，在心中发出了菩提心，已经承诺要救度一切众生出离苦海，要带给一切众生暂时和究竟的安乐，要引导一切众生到达佛果，这样的誓言我已经真实地发出，也就相当于我已经通知了所有的一切众生，我要引导你们到达没有任何痛苦，只有究竟寂乐的圆满菩提之位。

假如自己因为种种的原因和想法，没有坚决精进地逐步去实践的话，也就是说没有精进地修行一切菩萨行的话，那岂不是欺骗了三界六道所有一切包括人间天界在内的众生？

就好像我对所有我认识的人说：“请大家到我们当地最好的一个酒店，我邀请大家好好地吃一顿最好的宴席。”都已经对大家说完了，大家都高兴得等着那一天的到来，但是最后我却爽约了，那大家一定会非常的生气。

同样的，自己已经对所有的众生承诺了：“暂时的我要带给你们人天享乐、声闻缘觉果位，乃至究竟的我要带给你们圆满佛陀的果位。”都已经这么承诺过了，但是现在却不去努力实践，这岂不是和不兑现请客的承诺类似，但是果报却要更加严重？

这种果报，让自己在后世的时候，还能够去哪个道呢？我想可能除了地狱，而且是无间地狱之外，没有哪个道能去得成吧？！

**正文：“已经承诺给予任何物，或是心中已经作承诺，  
如果没有真实做兑现，定落饿鬼”这是佛所说。**

讲解：不管是一顿饭，还是一片衣，哪怕是最不起眼的任何事物，只要自己已经真实的当面承诺过要给别人，或者在心中承诺要给别人，只要没有真实地兑现，那也一定会堕落入恶鬼道，因为自己的承诺和誓言已经违犯了。已经这是佛亲口所说过的。

在《正法念处经》中，佛说：“哪怕是一点点地东西，只要你想过要给别人，但是没有给的话，就会下生堕落入饿鬼道；如果你是发誓承诺过而没有给的话，那就一定会堕落入地狱中。”

**正文：何况自己已经在心中，承诺给予众生无上乐，  
如果欺骗所有之众生，难道还能转到善道吗？**

讲解：一点点地小东西，都会产生饿鬼和地狱的果报的话，比上述情况更严重的，自己已经在一切佛菩萨面前，真诚的承诺过要给一切众生暂时的安乐和究竟的安乐，已经对这些宾客发出了宴会的邀请，如果自己最终没有能够实现的话，难道还奢望自己能够转生到上道吗？这肯定是不可能的，一定是无间地狱才是自己唯一可以去的地方。

**正文：如果有人舍弃菩提心，而后却能得到正解脱，  
如此业果实在难思议，唯有一切智者佛能知。**

讲解：佛的十大弟子之一的舍利弗在过去生中，也曾经为了成就圆满的佛果而发出了菩提心，并且一直在积集自己的资粮，也曾经恭敬侍奉过十万佛陀。

后来在魔所产生的障碍的作用下，有一个没有手臂的人，来到了舍利弗跟前，对他说：“请把你的手臂给我吧？”舍利弗考虑到自己是个菩萨，应当满足这个众生的愿望，又考虑到右臂是非常洁净的，而左臂则因为擦拭污秽的缘故并不洁净，就打算把右臂布施给这个人。

舍利弗用左臂执刀，砍下了自己的右臂，然后就用左手拿着右臂，要交给这个没有手臂的人，可是这个人却很不高兴地说：“左臂是如此的污秽，你竟然用左臂拿东西给我，你这是在侮辱我，我怎么能够要呢！”就非常不高兴地将舍利弗的右臂扔到了地上，扬长而去。

舍利弗因此就感到非常丧气，心想：“就连一个如此普通众生的愿望，都是如此地难以满足；那么十方世界一切的众生的愿望，要满足的话，那简直是不可能的任务。倒不如我就一心证得阿罗汉果算了吧。”就这样，舍利弗就放弃了菩提心。

如果按照上面的说法，舍利弗应当在已经舍弃菩提心之后，一直处在无间地狱中才对，但是事实上，舍利弗后来也不是在很多劫数之后，也证得了声闻阿罗汉的果位，并且在利益着很多的众生，引导很多众生都到了阿罗汉果位的吗？这到底是什么原因呢？难道这不是矛盾的吗？

如果有人这么问的话，作者佛子希瓦拉说：“这个连我都不知道，这种不可思议的因果关系，也就只有圆满的遍智佛陀能够知晓了。”

但是在藏族的很多文章当中，也对此给予了解释说：舍利弗仅仅是舍弃了愿菩提心，并没有舍弃行菩提心；他仅仅是舍弃了世俗菩提心，并没有舍弃胜义菩提心，等等。

但是也有人对此类解释提出了异议：既然连佛子希瓦拉都不清楚其中的因果关系，你们这些人又怎么知道是怎么回事呢？

**正文：如此作为对菩萨来说，实为所有罪障中最重，  
如果出现如此的事情，又将如何利益一切众？！**

讲解：舍弃菩萨发心的这种行为，是所有菩萨所能够违犯戒律的情况中，最为严重的一种。

因为只要放弃了菩提心，就根本不能利益任何的众生了。

比如说，如果今生没有舍弃菩提心的话，下生、下下生也都不舍弃菩提心的话，那么这个人一定会很快成就圆满的佛果。

一旦这个人在今生就舍弃了菩提心，那下生就会在无间地狱中受苦很长的时间；然后在福缘具足的情况下，又一次领受菩提心，而后再再次舍弃的话，又会进入地狱中，如此反复不断，那何年何月才能证得圆满佛果呢？

因此可以说，只要放弃了菩提心，就等于是对一切众生要证得佛果的这种事业造成了严重的干扰，因此这种事情一旦出现，是根本不能利益任何众生的了。

**正文：不管何人对如此福德，造成刹那障碍和损害，  
必定妨碍众生之利益，必定堕落无间之恶趣。**

讲解：发起菩提心，实践菩萨行，具有很大的不可思议的福德，不管任何人，只要对一个菩萨的任何菩萨行造成障碍和损害的话，就好像一个菩萨本着救度解脱之心，要对一个乌鸦抛撒一点食物，如果有人打断了这种事情，导致菩萨没有能完成喂乌鸦的菩萨行，那么这个人必定就会造成这个乌鸦和这个菩萨建立起来善缘的机会，同时也造成了这个菩萨成就无上菩提的延缓和障碍，因此这种妨碍和损害，其结果非常严重，必定会堕落无间的恶趣地狱中受苦。

在佛经中有这么一个比喻：如果一个男子或者女子，杀害了全世界的人，或者抢了全世界所有人的财物，他们必定会有很大的罪业。

但是如果这个人，障碍了或者伤害了一个菩萨的菩提心，或者喂鸟的善行，必定会造成难以计量的恶果，比起上面的恶果来说，还要严重的多。

为什么会有这么严重的后果呢？

因为障碍了这个众生以及这个菩萨迈向解脱的步伐，断了他们的善根。

**正文：哪怕伤害一众生善业，自己因此都会获罪业，  
自己欺骗六道诸众生，所获罪业何须再言说。**

讲解：如果自己对于任何一个众生的任何一种善业，比如说不杀生，造成了障碍的话，自己的善业，肯定就会变得减少，恶业肯定就会变得更多。

那么如果你因为放弃了菩提心，欺骗了所有的六道众生，障碍了他们的善业，那自己所获得的罪业之严重，实在是根本就不用说的了。

**正文：由于如此严重罪障力，以及发起菩提心之力，  
轮回之中善恶交替现，就连初地都要无量时。**

讲解：假如认为尽管这个人舍弃了菩提心，但是未来还是有机会再次发起菩提心领受菩萨戒的，那么这个偈句就是告诉大家说：虽然可以，但是你的成就速度，将是不可思议的慢。

因为，如果一个人舍弃菩提心的话，如同上面所说，必然会带来严重的罪障，这个力量将是非常的强大；但是他反复发起菩提心的这种善业，也是具有强大的力量的。

因此，这个人就会在这两种力量的反复交错上升下降的过程中，就连菩萨的初地，都要耗费无数无量劫的时间，才有可能获得。

就比如说，底洛巴在从上师处完整地求得了密法之后，就以帮助别人轧胡麻油为生，并且在轧胡麻油的过程中进行着修行。本来他可以在七天获得成就，但是因为他偷吃了客人的一把胡麻，因此耗费了七个月的时间，他才证得了成就。

仅仅是偷吃了一点胡麻，成就的过程就从七天便成了七个月，那么如果是反复地舍弃菩提心，又反复地领受菩萨戒，什么时候才能证得不退转的菩萨初地呢！

**正文：因此自当如同自誓言，我当恭敬努力精进之，  
如果从此没有精进行，定会不断轮回中下降。**

讲解：在上述种种的分析和比喻之后，我们就应当明白：

在我们发出菩提心的誓言之后，立刻就要毫不懈怠地恭敬努力地实践一切的菩萨行；一旦没有了精进，邈邈邈邈，当一天和尚撞一天钟似的，优哉游哉的话，因为自己违犯了菩萨戒律，那必然就会在轮回中不断地下降了，从人道到旁生，从旁生到饿鬼，从饿鬼到地狱，越来越差了。

**正文：曾经利益一切众生之，过去诸佛已然都逝去，  
我则因为自己的过失，从来没有受到真实惠，  
而今我仍如此之行事，并且反反复复如此行，  
定会在那痛苦恶趣中，砍、剝、绑缚、疾病都经受。**

讲解：在过去的久远的时间里，曾经出现过非常多的佛陀，不动佛、迦叶佛、无量光佛等等无数无数的佛陀，他们都曾经住在世间，转动法轮，利益了无数的众生。

可是，因为我自己的贪嗔痴三毒，以及种种烦恼的缘故，我连丝毫的善业都没有做过，也没有在有佛住世转法轮的时候，得到过真实的利益，以至于现在还在这个苦难无法描述的轮回中飘转，就算是此生之中，也还是做着种种不善之业。如果我不真实的发起菩提心，可以肯定的是：未来我一定会在种种的恶趣中，反复的遭受种种病痛、绑缚、被砍、被剝等等无尽的痛苦；就算是能够幸运地生到人身，也会短寿多病、遭遇王难，并不会有任何的享乐而言。

**正文：如此有佛出现之时节，具有信心并且得人身，  
堪可修行诸种之善业，难得人身何时能再得？**

讲解：有佛出现于世，虽然现在释迦牟尼佛已经涅槃，但是他所宣讲的佛法，还在流传，这里代表了十圆满当中的五种他圆满（诸佛出世，说正法教，法教久住，法住随转，他所哀愍）。

现在我已经对佛法具有信心，这里代表了十圆满当中的五种自圆满（善得人身，生于圣处，诸根无缺，胜处净信，离诸业障）。

并且得到人身，代表是八种无暇的反面，八种有暇（未生于地狱道、未生于饿鬼道、未生于畜生道、未生于长寿之道、未生于不利修持佛法之地、未生于无正法或持邪见之地、未生于无佛出世的世界、未生为心智不全之人等无暇或难以修持佛法的状况）。

因此，前面这两句话，就完整地代表了目前这个人身的十八种暇满，用来说明目前我们这个人身珍贵性。

我已经得到了这个珍贵的人身，诸根健全，完全可以修行佛陀的正法，而且还遇到了真正的善知识，只要我能够真心修行，而后就一定能够完全地脱离轮回，而到达究竟的佛陀果位。

在大乘的观点中，不论任何众生，都是可以发菩提心的，但是从小乘的观点看来，如果一个人，或者目盲，或者耳聋，或者喑哑，或者愚笨，连出家都不准许的，更何谈如法修行呢！

而现在我的身体是如此的完满，完全可以学习佛法，如果这次又如同过去生那样浪费的话，之后谁知道什么时候才又能获得如此难以获得的人身呢？

**正文：虽说今天身体无病痛，饮食充足也无他恼害，  
寿命刹那可能会丧失，身体随时可能被剥夺。**

讲解：如果说我现在每天都身体很好，没有病痛，有吃有喝，也没有什么野兽仇敌等来骚扰恼害我，何必要那么担心身体的丧失，而精进修行菩萨行呢？

这样想法就完全错了，为什么？就算你上面所说的那些全部都具备的话，也可能突然天上打雷，雷电击中自己而丧命啊；也可能突然之间发生交通事故意外而丧命啊！

我们的这个身体，根本就不属于我们，我们并不能控制这个身体，就好像这个身体是从阎王那里借来的一样，阎王什么时候想拿走，都是有可能的，什么时候死亡，并不是我们自己可以决定的事情。

**正文：看看现在我的诸作为，未来怎么再获此人身？  
如果未能获得此人身，只能做恶根本无善业。  
现在此生有修善机缘，如果自己不修行善业，  
流转恶趣纯粹属愚痴，到那时候我还能如何？**

讲解：看看我现在的种种作为，种种的恶业都没有断除，种种的善行都没有实践，一直都非常懈怠和散漫，就这样的人生之因，怎么能够奢望在来生再次得到这么珍贵的人身呢？！连人身都不能获得的话，更何谈什么解脱呢？！

假如说自己并没有得到如此暇满的人身，只是一个普通的人身的话，因为八种无暇，就根本不可能学习并且实践正法；假如自己连最普通的人身都没有获得的话，比如说领受了种种野兽之身，根本就不可能造善业，唯一能造的，只有动物本能下面所产生的大吃小等恶业了。

比如说大海中的龙王曾经邀请佛前去讲法，在闲谈的时候，龙王问佛说：“佛啊！我记得过去我所生活的这个大海之中，在我刚刚出生的时候，并没有多少龙；但是现在怎么有这



么多的龙，大海几乎都盛不下他们了？这到底是什么原因呢？”

佛回答龙王的问题说：“这是因为违犯了各种性罪和遮罪的众生越来越多，导致他们不能得生人天善道，而转生到地狱、饿鬼、旁生等三恶道的众生就越来越多了，你们龙族的数量也就自然越来越多了。”

这个故事就直接说明了人身的难以获得。

现在我所领受的这个暇满难得的身体，完全具有修行各种善业的机缘和福德，如果在这么好的条件下，自己都不通过守戒、布施、禅定等菩萨行来修行善业的话，一旦自己因为恶业的缘故而流转到恶趣的时候，到那个时候，后悔已经晚了，到那个时候，我还能够做什么呢？种种的痛苦一定会让我自顾不暇，哪里还顾得上后悔呢！

**正文：任何善业我都没有做，所累积者全部为恶业，  
就算经过百千万亿劫，善道声音一定也难闻。**

讲解：现在我什么善行都没有做，那么我生生世世以来，尤其是这一生之中，所有做过的事情，全部都属于恶业。

在这个恶业的作用下，来生我一定会堕落入恶趣，而后因为从来都没有任何的善业，因此就只会在恶趣中走来走去，别说得到一个普通的人身了，就连人道这个最简单的善道的一点儿声音，都不会听到的。

**正文：因此出有坏佛曾说过：“广阔大海飘荡一牛轭，  
盲龟之颈极难入轭孔，人身难得更甚此比喻。”**

讲解：在佛所说的《清净口诀经》当中，有这样的一个比喻（并不是真实存在的事情，而是为了说明人身难得的情况，而假设的一种情况）：在深广无比（三千大千世界的大海全部变成了一个大海）的大海海面上，有一个牛轭，牛轭上面有一个小孔。这个牛轭在海风的吹荡之下，一直都在海面上到处地游荡，从来不会有一刻的时间停留在同一个地方。

在这个深广的大海海底，有一个盲眼的海龟，这个海龟每一百年才会从海底游到海面上面一次。

在海风的吹荡下，每隔一百年，这个瞎眼的海龟游到海面上的时候，海龟的脖颈要想刚好穿过牛轭的小孔，实在是非常难的了。

首先，这个大海是在太广大了（如果这是个小小的池塘的话，这个事情还简单点），牛轭自己不会主动寻找海龟（如果牛轭具有意识，能够主动寻找海龟的话，这种事情还不算困难），而且牛轭还时刻处于飘荡的状态中（如果牛轭是在海面上固定不动的话，这个事情也不算困难），再者海龟是个盲眼的（如果这个海龟能够看得见的话，这个事情还不算太困难），加之这个海龟每一百年才能够从海底上升到海面一次（如果随时随地都在海面上游动的话，这个事情也还不算太困难），这种情况的发生，不论怎么想，都是太困难了，太希奇了！

而现在，我们能够获得暇满人身的机会，比盲龟的脖颈恰好穿过牛轭孔的这种事情，还要稀罕不知道多少倍，还要困难不知道多少倍，还要难得不知道多少倍。

**正文：即使刹那间的罪恶业，也会导致一劫入无间，  
无始轮回累积恶业力，不入善道根本不用说。  
因此永远只有遭受苦，从来不会出现解脱时，  
就在如此受苦的同时，除增恶业之外何来善？**

讲解：为什么暇满人身是如此难以获得呢？因为在前面的讲解中我们曾经说过：“对于如此佛子之施主，如果产生不良之恶意，会在恶意相应劫数中，沉沦地狱此乃佛陀语。”刹那那间对佛子产生的罪恶之业，必定会导致一劫的无间地狱之苦，这种严重的果报，是佛亲口

宣说的。

既然一刹那的罪业都会导致一劫的无间地狱的恶果，那我们从无始轮回以来，不知道都已经累计了多少的恶业，那我们一直会呆在地狱等恶道之中，这就更不用说了。

一旦自己沦落到了恶趣之中，就会在其中一直受苦，实在很难解脱得出来。为什么这么困难呢？

比如说，在此生中，我犯了杀生的恶业，来生我就会堕落入恶趣当中。首先可能我就会堕落入旁生道当中，不用说大型野兽了，我可能会领受一只小鸟的身体，而作为小鸟，所吃的东西，几乎全部都是虫子，因此在小鸟的这一生当中，就犯下了不可计数的杀生恶业，那么在这个小鸟死去的时候，能够得到人身吗？肯定不能！这只小鸟的来生，就会堕落入地狱。

等到了地狱的时候，首先进入的是八大地狱中的等活地狱。因为这个地狱的特性，他眼睛里所看到的全部都是仇敌，手中所能够拿到的全部都是武器，因此就会在地狱中不停地和仇敌厮杀，一天之中可能就会生生死死五百次。那在这个地狱的生命过程中，所有的行为，只有互相厮杀，那么在这个地狱的痛苦受完之后，还会得到人身么？当然不能，他肯定就会进入下一层更痛苦的地狱。

因此，只要犯下了如此的罪业，就一定会在恶趣中在非常长的时间里，遭受种种的痛苦。不但如此，在遭受痛苦的同时，还会犯下更多的罪业，根本就不会有做善业、得人身的任何机会。

**正文：而今已然获暇满人身，如果自己不去行善业，  
这是世上最大之迷惑，这是世上最大之愚痴。**

讲解：现在自己已然获得了这个暇满难得的人身，已然遇到了真正的善知识，已经具有了摆脱一切痛苦、成就无上佛果的大好机缘，如果没有按照菩萨行的方法去进行利生的一切善行的话，如果没有真正地进入修行的实践的话，这就是世界上最大的糊涂迷惑的事情了，也就是世界上最严重的愚痴的作为了。

**正文：虽然已经明白此道理，却因愚痴懈怠不实践，  
当我面临死亡之时节，一定非常痛苦又后悔。**

讲解：虽然经过反复的学习和理解，已经完全明白了菩提心的重要性和珍贵性，也都明白了恶业的严重性和善业的必要性。但是却因为贪嗔痴三毒和种种烦恼的作用，并不愿意听闻佛法，并不愿意思维佛法，并不愿意修持佛法，而是喜欢吃吃喝喝，喜欢玩耍游戏，喜欢蒙头大睡，喜欢追求世间八法的话，就等于还是浪费了这个珍贵的人身。

等到我这一生将近死亡的时候，因为我从来没有去依止上师，没有修行善业，而是累积了种种的恶业，到这个时候，我除了非常的后悔，非常的痛苦，除了对来生更加痛苦景象的恐惧，又能够怎么办呢？！

所以为了不出现这种痛苦和后悔，就一定要从现在开始就要发起菩提心，而且要付诸闻思修菩萨行的实践。

**正文：地狱之火难忍又长久，令我身体完全被焚烧，  
悔恨之心难忍似火燃，心中悲痛万分不虚假。**

讲解：因为自己的恶业，堕落到地狱之后，比如说无间地狱，其地狱之火（一般的火已经够炽热难忍的了，可是檀香燃烧的火焰比一般的火更加炽热难忍七倍；而末世劫火则比檀香火更加炽热难忍七倍；而地狱之火则仍然比末世劫火还要炽热难忍七倍；而地狱之火，也会随着地狱的严重程度而又各自有七倍的加强，由此就可以想象一下最严重的无间地狱之

火到底有多大的利害了)，会在一整劫的时间里焚烧自己的身体，这种痛苦还不算；因为地狱的众生带有报通，虽然这种神通之力并不究竟，但也能够让他们完全知晓自己为什么会堕落到地狱受苦，那种没有及时修法行善而致地狱果报的悔恨之心比那无间地狱之火，还要令自己难受和痛苦。

**正文：十分难得利乐之地基，已经如此完全被获得，  
而且我也清楚诸道理，而今却在地狱火焰中，  
就像中了咒术而昏昧，令我无知而致于此地。**

讲解：暇满的人身是非常难以获得的，一旦获得了，就好像能够带来今生后世所有的安乐一样的基础大地一样。

不但获得了暇满难得的人身，而且在种种机缘条件具足的情况下，也已经知道了什么是恶业，什么是善业，什么是应当舍弃的，什么是应当追求的，更知道了菩提心的无量功德利益，也知道了如何修行菩萨行。但是，自己却没有因此而实践，反而和什么都不懂得的任何一个别的众生一样地作为，终于自己把自己引导到了现在地狱的这种痛苦难忍的状况之中。

就好像一个懂得真言咒术的人降咒在我身上一样，我怎么能这么的糊里糊涂呢！我怎么能这么没有大脑呢！

在藏地，到处都流传着这样的说法：比如说一个非常懂得咒术的喇嘛，他的东西和马匹被自己的扎巴徒弟偷走了，当他发现之后，就在寺庙中做法念咒。

虽然那个小偷已经拿着财物骑着马跑到很远的地方了，但也在咒术的作用下，一直在几天之内都在绕圈子，而他自己却以为自己还在越逃越远，完全陷入了一种糊涂和迷糊的状态中。

等到最后追赶的人找到小偷的时候，发现他和马匹都已经饿得不行了，而地面上甚至都出现了一个深深的转圈的痕迹。

过去还有一个噶举寺庙，该寺庙的僧人几乎都懂得真言咒术，虽然他们并不是耕种青稞等为生的，但是他们却可以通过给别人进行真言加持和居中调停等而得到生活来源。而且他们也都非常富足。在过去他们也曾到过我们宗萨这里。

因为他们随身的财物和马匹牦牛很多，因此他们每天都会有喇嘛轮流念诵真言来守护这些财物。

如果一个小偷前来偷东西的话，只要刚刚牵到马匹和牦牛的缰绳，或者刚刚把东西拿到手中，立刻就会迷糊过去，就会一直保持着偷东西的姿势一动不动地站在那里，直到天亮后被喇嘛们发现，在念诵另外的真言之后，才会从这种迷糊状态中摆脱出来。

直到现在，藏地还有一些真言成就者，这些真言成就者，只要成就了一个真言，其他任何真言对他们而言也都会具有威力；相反，如果没有真言成就，那么念诵任何真言都不会具有真正的威力。

遍智隆钦巴曾经说过：“喇嘛讲法我不听，喇嘛传法我不懂，我心好像是铁块，我心好像是石头，如此虚度我一生。”如果自己认真仔细地思考的话，就会发现自己其实并不是铁石之心，并不是什么都不懂，但是为什么自己却会在已经获得了暇满难得的人身大宝之后，却并没有认真地进行修行呢？怎么会如此的糊涂和愚昧呢？

**正文：我也不知怎么会愚昧，我的心中还做些什么？  
贪嗔爱等犹如我怨敌，根本没有脑袋和手足，  
非勇非智没有大能力，怎能令我听命如仆从？  
他们安住在我的心中，反而处处伤害我自己，**

**可怜我还安忍不生气，如此忍辱实在不合适！**

讲解：我怎么能这么的愚昧！我怎么能这么的无知！难道我的心中就什么能力都没有，就这么简单地被控制了？！我想看书，没有看成；我想禅定，没有定成；我想听法，没有听成；我想布施，没有施成……，等等。到底是什么让我变得这么愚笨呢？我的心中到底有什么在迷惑着我呢？

如果说是因为我的心中充满了贪嗔痴爱烦恼等仇敌，但是我思来想去，它们并没有脑袋，没有判断能力；也没有手足，并不能追逐我、虏获我、击打我；它们更不是勇士，可以强力令我臣服；它们也没有智慧（因为它们的本质根本就是愚昧的），不可能使用计谋来欺骗我；它们什么能力都没有，但是怎么能够把我弄到这步田地！让我听命于它们就好像唯命是从的仆从一般。

怎么样成为它们的仆从一样的呢？为了贪图种种的资财享用和名声，白天根本没有停顿，夜晚根本没有睡眠地，一直在想方设法地追求着，这就是我已经成为贪烦恼仆从的标志；不但如此，为了上述的种种目的，甚至连自己的生命都不管不顾，这就是我已经成为了嗔烦恼仆从的标志；自己对于这种种的错误还根本没有一点儿的意识，这就是我已经成为了痴烦恼仆从的标志。

它们住在我心中，我作为它们的主人，它们作为我的宾客，不但不好好地对待我，反而层出不穷、想方设法地对我进行今生来世种种的伤害；可是我对于它们的这种种伤害，却从来都没有生气发怒过，就好像我的忍辱修炼的非常好一样！

这实在不是正确的忍辱，不是正确的忍辱修持对象！

**正文：就算天人非天之众生，就算他们成为我怨敌，  
他们都难具有大能力，将我引至地狱火焰中。  
具有烦恼力量之敌众，不管哪个出现我面前，  
就连须弥山都成飞灰，故我刹那之间被抛飞。**

讲解：在仔细想一想：就算是大梵天、帝释天，以及他们所有的军队随从，全部都成为我一个人的敌人，就算我们双方要进行战争，他们最多能够对我今生今世的身体和享用等造成伤害而已，他们也都不会有任何的能力，能够将我弄到如此痛苦难忍的地狱中饱受烈火焚烧的痛苦。

而这种具有非常大力量的烦恼之敌众，随便哪个出现在我的面前，因为他们带来的热恼（地狱之火）非常之厉害，就连号称八万由旬高、非常广大、非常坚固的须弥山王都会在刹那之间被烧成飞灰，因此我也会在刹那之间被抛飞不见踪影了。

**正文：我的种种烦恼之仇敌，无始无终恒常伤害我，  
其他敌人却并不能够，如此长时对我施伤害。**

讲解：这里讲述的是烦恼敌和普通敌对我伤害时间久暂方面的差别。

我的种种贪嗔痴三毒为主的仇敌，从无始的轮回以来，一直到现在，都在对我进行着种种的摧残和伤害；如果我不采取措施（发菩提心、修菩萨行）的话，他们还会像上面所讲过的那种情况那样，继续对我进行着伤害。

而那些世间的怨敌，最多也就是能够在数劫之中存活并且伤害我；如果是人间的怨敌，那也就只能在数年数月之间对我进行伤害而已。

因此说，烦恼敌是我最大的怨敌。

**正文：如对世间怨敌行恭敬，尚会回馈利益和安乐，  
如对烦恼之敌行恭敬，反会伤我令我更痛苦。**

讲解：世间的怨敌不论多么强大，只要我用世间的种种珍宝财物、种种恭敬利养，对他们表达了我的恭敬和顺从，他们不但不会继续伤害我，甚至还会带给我带来世间的安乐和利益呢！

可是，对于我的种种烦恼之敌来说，我越是对他们恭敬，越是对他们好，他们反而越会伤害我，越会带给我更多的痛苦。

比如说，在贪欲烦恼作用下，我做出了贪欲之事，不但今生不会有真正的利乐，甚至来生还会在恶趣中遭受更大的痛苦。

因此说，烦恼敌是最大的怨敌。

**正文：这样长久作为我敌人，成为唯一伤害增长因，  
一旦他们永远住我心，唯有轮回恐怖何来乐！**

讲解：就像上面所讲的那样，烦恼作为我的敌人，已经是不可计数的时间了，而且，烦恼所能够带给我的，不可能有其他，仅仅只能让我的伤害和痛苦更加增长，丝毫不会带给我快乐和利益。

如果我很好地听从了烦恼的调遣，就会带给我非常大的痛苦和伤害；如果我只是一般化地听从了烦恼的调遣，就会带给我比较一般的痛苦和伤害；如果我根本就不听从烦恼的任何调遣的话，自然就不会给我带来任何的痛苦和伤害，因此说，烦恼是我唯一的伤害和痛苦增长的根源。

所以，一旦他们一直永远地这么在我的心中住下去的话，那对于我来说，在整个的轮回过程中，就完全只有越来越恐怖的痛苦，而根本就不会有任何的安乐而言！就好像杀父仇人进入家中一样，只有恐怖、何来安乐！

因此我一定要战胜这个烦恼之敌，否则我就永远没有出头之日了。

**正文：轮回监狱狱卒就好像，地狱要命杀手等一般，  
一旦我心落入其罗网，对我而言根本无安乐！**

讲解：我处在这个轮回的监狱之中，根本就没有办法出去，这些烦恼狱卒就好像看守我的狱卒一般，不但如此，他们还像地狱里的那些长着各种猛兽头颅、拿着种种凶残武器的杀手一样，不停地会造成对我的身体和生命的伤害。

但是地狱的种种杀手、烈火等种种痛苦的景象，其实并不是真实的实实在在的存在，而仅仅只是我们心中的烦恼在外界的表现而已。也就是说，如果想要出离地狱的痛苦，那就要战胜其根本——烦恼之敌。

如果我没有战胜这个烦恼之敌，如果我一直让自己落入了他们的罗网（就好像鸟儿、鱼儿进了罗网之中一样）之中，那可以肯定地说：我根本就不可能有任何的安乐！唯一能够享受的就只有那无尽的痛苦了！

因此这就更加坚定了我要战胜烦恼之敌的信心。

**正文：只要还未真正地降伏，烦恼仍会控我在监狱，  
对小伤害我都会生气，如此大敌不降难安眠。**

讲解：只要一天、一时、一刻我没有真正地降伏一切伤害和痛苦的根本——烦恼的话，这个烦恼就一定还会将我控制在无尽的轮回之中，就好像狱卒看守监狱中的犯人一样。

因此就要彻底精进、降伏烦恼，那我要如何去真正地战胜那烦恼之敌呢？

在我们世间的的生活当中，即使只是好像蚊虫叮咬这样小小的伤害，我们都会非常生气地将伤害我们的蚊虫杀死。

如果有强盗和小偷偷抢了我们的财物，那么就算是不眠不休，我们也都要将他们战胜

和降服，都要将我们的财物夺回来。

现在我们明白这种烦恼之敌，对我们所造成的伤害简直无法形容比喻的情况下，我们如果不能将之彻底降伏，又怎么能安眠呢！

我要用我最为忿怒的怒火、要用我最大的努力，去战胜它！

**正文：犹如定会死亡之凡夫，战场之上为了要胜利，  
战时刀箭之苦都不怕，不获胜利都不会退缩。  
永远是我痛苦唯一因，烦恼之敌定当降伏之，  
不论面临百千万痛苦，自然不会畏缩何须说。**

讲解：不管上不上战场，凡夫肯定都是会死的。但是当两军交战的时候，虽然对面的敌军并不是自己天生以来的敌人，作为凡夫的战士，也都会不畏刀箭之伤，勇往直前，不获最终的胜利，都不会退缩。

那我现在所面临的敌人，是我无始轮回以来的所有痛苦的唯一的根源，对于这样的敌人，我自然是要一定降伏的。

不论在降伏烦恼之敌的过程中，会遇到什么样的艰难险阻（修行过程中所遇到的艰难，如禅定之难、悟法之难等），会遭受到什么样更多的痛苦（修行过程中所发生的痛苦，如无衣、无食、亲人生离死别等），我都不会有任何地退缩，都会一往无前地面对，直到最后的胜利（成佛），这压根就不用什么理由！

**正文：无义之敌造成我伤痕，都会当成我身之装饰，  
精进征战根本烦恼敌，受些苦难又算得什么！**

讲解：世间战争中所遇到的那些根本就没有生死仇恨的这些其实毫无意义的对手（不用我杀，他也会死；而且一旦我杀了他，还会带给我杀生的罪业），在他们和我的厮杀过程中，当然会给我造成一些伤害，会给我的身体留下伤痕，但是我却不但不认为这是侮辱，反而会认为这是对我勇猛杀敌的代表着我的勇士精神的奖赏，这就是我作为一个战士、作为一个英雄的装饰和标志。

既然世间的战争都会如此对待，现在我所遇到的我所需要精心面对和奋勇厮杀的，是我从无始以来一切痛苦伤害的根本之敌，在我和他奋勇作战的过程中（要成就一切烦恼皆断、一切智慧皆得的圆满佛果），就算会遇到上面所讲的一切艰难险阻和痛苦，又会有什么关系呢！我也会把种种修道降伏烦恼过程中所出现的任何障碍，当成是对我精进修行的奖励和鼓舞！

**正文：渔夫、屠夫、农夫等等人，仅仅为了自己的生活，  
也能忍受严寒和酷暑，为利众生我何不能忍！**

讲解：渔夫捕鱼、屠夫杀牛、农夫耕种，他们仅仅是为了自己的生存、为了自己的口腹之欲，夏天酷热的太阳、冬天凛冽的寒风，毒虫的叮咬，都能忍受。包括木匠、铁匠等等世间的一切众生，都会为了自己的生活，而忍受着种种的艰难和困苦，都能够如此的精进努力。

我现在为了降伏根本的烦恼之敌，为了能够利益等虚空一切的众生，为了能够证得最为究竟的圆满佛果，我还有什么不能够忍受的呢！我还有什么理由不去精进地守护菩提心戒呢！还有什么理由不精进努力地修行菩萨行呢！

**正文：遍满十方虚空诸众生，为能将之解脱出烦恼，  
在我护誓一切时间中，虽然我也尚未脱烦恼，**

**虽然我也不太懂道次，但也不会如疯人之言，  
为了最终能降伏烦恼，我将永远不会有退缩。**

讲解：我所为一个已经发出了菩提心的菩萨，我的誓言就是：“要将遍满四面八方上下整个虚空的无量无数的一切众生，全部都引导至完全解脱了烦恼的究竟佛地。”

在我的这个誓言没有完满之前，在我还没有将众生引导摆脱烦恼之前，在我为了这个誓言一直在修行着菩萨行的一切时间之中，虽然我自己也还没有解脱烦恼，虽然我并不是很懂得佛所宣说的修行的种种道次第，但是我的这个誓言，并不是仅仅口头言说而已，更不是疯子和醉酒之人的胡话（比如自己已经醉得一塌糊涂了，还说要别人送回家去；比如自己已经快要淹死了，却说要救别人出水），我一定在我最终成功地降伏烦恼之前，永远都不会退缩。

**正文：这就是我自己的执著，是属于我忿怒之战争，  
类似如此所谓的“烦恼”，只是为胜烦恼非其他。**

讲解：上述种种我一定要努力精进修行，一定要最终战胜烦恼的这种想法和做法，貌似属于一种执著，貌似产生了非常严重的嗔恨之心。难道这不是烦恼吗？难道这不是三毒的表现吗？不是的！

虽然看起来非常像是执著和贪心，非常像是嗔恨，非常像是烦恼三毒本身，但事实上，我的这种想法和作为，仅仅是会作用在烦恼本身而已，仅仅只是对治烦恼的手段而已，并不会作用在任何的众生身上，因此也就不属于真正的烦恼三毒了。

这种对于消除烦恼的执著和努力，在小乘、或者说在登地菩萨之前，尚属可以理解，尚属正确；但是一旦到了初地菩萨以上，因为已经见到了空性，明了了烦恼的法性幻化本质，这种执著自然就不会存在了。

**正文：或置我进火焰加焚烧，或将我头砍落都容易，  
对于根本烦恼之死敌，永远不会软弱和投降。**

讲解：在世间的战争当中，在我战败的时候，或者因为我不愿意犯杀业的缘故，会被对方抓住，或者我也会投降，他们也会将我放火烧死，或者直接砍掉我的头颅，这些都不是什么困难的事情。

但是现在，我的对头，是我无始以来的根本烦恼大敌，是根本不可能有任何缓和余地的最大的敌人，而且这个烦恼之敌，也不会因为我的投降、软弱等而对我放过，他只会对我施加更多的痛苦和恐惧。

因此，对于这个烦恼大敌，别指望我会投降，我会一直英勇战斗到底，直到最终成佛。

这里还有另外一种解释：如果在世间的战争中你投降之后，在你被你的敌人砍头或者架火焚烧的时候，假如你对此产生了忿怒心，那其实就等于你向烦恼之敌投降了；如果你对于这种砍头火烧的行为，并没有生起忿怒之心，也就意味着你没有向烦恼低头。

因为自己已经坚决地发出誓言：“一定不会向烦恼示弱和低头的。”

**正文：世间之敌如果一逃离，可能会在他方悄隐居，  
具足复仇力量会讨债，烦恼之敌永远非如此。**

讲解：如果对于上述一定要将烦恼之地战胜的想法和行为，产生了“野火烧不尽，春风吹又生”的担心的话，就好像一个世间的仇敌，如果你没有把他赶尽杀绝，让他逃走了的话，很有可能他就会在某个偏僻的地方隐居起来，暗中休养生息，不断地发展壮大，等到终于有一天力量足够的时候，一定会全力杀回来讨还血债的，如果烦恼也是这样的话，那可怎么办呢？

这种担心，对于烦恼之敌来说，是永远不会存在的。  
为什么呢？

**正文：烦恼可用智慧眼来断，从我心中驱逐无处去，  
岂能休养再次伤害我？故我定然不会少精进。**

讲解：正如我们曾经在前面所分析过的那样，烦恼之敌，本身并没有头颅，并没有意识，也没有手足，因此烦恼本身其实是没有任何自性的；而且我们要降伏烦恼的做法，也并不是摆开阵势、两军舞枪弄棒大战一番，而是要用智慧之眼来看破烦恼。智慧本身，就是烦恼的对治手段。

而且，因为烦恼没有自性，当自己把它从心中清除出去之后，它根本不可能有什么地方可去，当然也就不可能再次等力量壮大后回来伤害我们的了。

因此，根本就不担心烦恼的反扑，一定要努力精进地修行，彻底根除烦恼才对。  
为什么说烦恼不会有处可去呢？

**正文：烦恼不住根也不住境，不住中间哪里也不住，  
一旦有住定恼诸众生，故此当知烦恼本幻化，  
如此明了则舍诸恐惧，一心一意小心而防范，  
烦恼其实根本无自性，岂能使用地狱伤害我？**

讲解：烦恼本身并不是住在我们六根中的，如果它住在我们的诸根比如说眼根的话，那岂不是说每一个长着眼睛的众生，都会随时随地嗔恨、随时随地贪欲、随时随地愚笨的吗？

烦恼本身也并不是住在外界的六境当中的，如果它住在六境当中的话，那岂不是任何一个众生，在面对任何一个外境的时候，都要随时随地嗔恨、随时随地贪欲、随时随地愚笨的吗？

当然烦恼也不会住在我们的六识之中，也不会住在根与境之间的虚空中，因为不论它住在何处，任何一个众生都要随时随地嗔恨、随时随地贪欲、随时随地愚笨。

而这并不可能。

因此我们就应当清晰地下一个结论：烦恼本身并不是实际的存在，烦恼并没有实体，烦恼对我们的一切伤害，其实只是我们自己内心的幻化而已。

当明白了这种道理的时候，自然就不会对烦恼是否会反扑而担忧，而是会一心一意地谨慎防范、精进修行下去。

只要我们明白了这种道理，烦恼因为本身没有任何的自性，它又怎么能自己变化出来地狱来对我们进行伤害呢？！

**正文：对于上述种种所讲述，一切学处应当精进修，  
一旦不听医生之劝告，所患疾病岂能得痊愈？**

讲解：经过上述种种的解释和描述，作为一个已经发起了菩提心的菩萨，就一定要精进地反复地对上述内容进行思悟，反复地提醒自己要谨慎防范各种过失，反复地强化自己努力修行一切菩萨行的决心和行动。

身患疾病的一个人，如果不听医生的如何吃药、如何进食、如何起居的劝告的话，他的病又怎么能好呢？

如果一个菩萨，对一切大医王佛陀的话（如何发菩提心、如何修菩萨行）不听的话，又怎么能够治愈身心的烦恼轮回大病呢？

因此，一定要精进努力地修行一切的菩萨行啊！



《入菩薩行論》之第四章謹慎防范章竟。

## 第五章 守护正知

**正文：如欲守护诸菩萨学处，则当严格守护自内心，  
若然不能守护自内心，自然不能守护诸学处。**

讲解：本章是“已生令不坏”的第二章，在前面一章中所强调的是要时刻保持谨慎防范各种过失的心态；而在本章中，就是要时刻保持如法修行的正念，要不断地反复地检视自己的内心和行动，看看是否一直都处于正确的修行道路之上，也就是要保持正知。

所谓的正念，其实就是不忘失自己所学习到的如法取舍的种种道理和规范；所谓的正知，就是不论自己独自一直安住修行，也不论自己是在人群之中修行，在任何的时候，都要按照如法取舍的标准和规范来检查自己的身口意三门，要保持自己的三门时刻都能够按照如法取舍的标准来行事，稍有错谬，即刻改正。

也就是说，通过正念，保持自己不忘失正确法义；通过正知，保持自己能够按照正确法义实践。

如果自己根本就没有在清净的上师善知识跟前学习过什么是正确取舍的法义，或者说虽然跟随上师善知识学习了，但是却没有正确地理解和领会，那是根本不可能出现正念的；连正念都没有的话，自然也就不可能出现所谓的正知了。

所以说，目前在我们藏地，虽然也有很多人在上师喇嘛跟前领受了沙弥戒律、比丘戒律、菩萨戒律、密乘戒律，虽然也被很多信众称赞是很好的出家人、很好的修行者，但是他们却根本连这些戒律的名字都说不上来，更不用说讲述清楚那些戒律的含义了。从这个意义上来说，这些人其实根本就算不上是真正的居士、沙弥、比丘了。

因此，真正的修行过程，应当是首先在精通正确取舍法义的上师善知识跟前，好好地学习，完全弄清楚搞明白什么才是真正的佛教法义，什么才是正确的如法取舍。

然后就应当对这些法义和如法取舍的规范牢记在心，时刻忆念着。

之后就要按照这些法义和入法取舍的规范，不断地对自己的身口意三门进行检视，随时纠正不正确的三门作为，力争三门都能够时刻处于正确的修行道路之上。

只有这样做了，才是真正地在修行；没有这样做，任他表现出种种修行的样子，其实都只是自欺欺人的样子而已，并不能利益自己，更不能利益别人。

所以，本书作者佛子希瓦拉在他的《学处总集》中说：“自己是自己上师，自己烦恼谁能知？”别人怎么能够知道自己心中是否存在着恶念呢？又怎么能够指导自己如何去改正呢？虽然说别人也可以通过自己外在的身体和言语的种种表现，而发现自己存在着不正确的错误之处，但是当别人指出自己的错误的时候，自己却往往都会生气，并不会因为别人意在帮助自己改正错误而心存感激。在这种情况下，又怎么能够保证自己修行行为的正确性呢？！

正是因为只有自己才能够真正地了解到自己身口意三门各种行为的正确与否（当然前提是自己已经经过学习，完全正确地明白了如法取舍的规范），而且自己纠正自己的错误和过失，并不会引发自己的生气和忿怒，所以说，只有自己才是真正的自己的上师。具体怎样做呢？

自己的内心，就好像是一匹烈马；正念就好像是缰绳笼头；而正知则好像是骑士一样，通过正念和正知的约束，自然就可以降服自心这匹烈马，而保证自己修行的正确性。

反之，如果没有能够通过正念和正知来对自心进行约束的话，就会是狂野难驯的野马一样，又怎么能够保证自己修行的正确性呢？！又怎么能够对于四摄、六度、十八根本罪等等一切的菩萨当作和不当作的行为，进行守护和修持呢？！

所以，严格一心地守护自己的内心，是最关键的。

如果不能很好地守护自己的内心，任由自己的内心在外界（色、声、香、味、触、法）到处的散逸，那是根本不可能守护好任何的菩萨学处的（只会更加增多自己的贪、嗔、痴的三毒和烦恼）。

因此就应当知道内心、自心，是一切菩萨所应守护的最根本之处。

**正文：心中之象如果任放逸，就会造成无间之伤害，  
疯象难制伤害太难忍，因此不能放任己内心。**

讲解：如果不守护自己的内心，会产生什么样的伤害呢？

比如说，一个大象，如果不对它套上绳索，如果不用鞭子、棍棒等严加看管，必然就会对个人、房屋、村庄、庄稼等造成不可估量的损失。

尤其是一个长期野外生活，没有任何约束的，又可能因为饮酒或者其他任何原因所造成的疯象，那更会狂奔乱走，对人畜造成的伤害更加地不可估量了。

在古代印度，两军交战的时候，往往都会通过自己的已经醉酒了的疯狂的象军，去摧毁对方的军队和后方的村庄。但是这世间的疯象，最多也就是造成财物的损坏和人员的伤亡而已。

而更为严重的，我们的内心，就好像一个大象一样，如果能够一直对他从小就用绳索棍棒等加以教育，让他驯服，就算他长大了，力量无比，也会对我们言听计从，不会造成任何的伤害。

因此，我们就要对我们的内心，用菩萨戒的种种要求来进行约束，不要让他脱离我们的控制，否则，内心对于外界的散逸就会越来越强烈，最终就会象疯象一样地不可控制，会带给我们难以估量的痛苦（比如说来生无间地狱的痛苦）。

所以说，守护自心是最重要的。

**正文：所以要用正念之缰绳，紧紧约束自心之大象，  
任何恐怖都不会降临，一切善业自然入掌中。**

讲解：因为上面的原因，因此自己作为一个菩萨，作为一个要修行菩萨行的人，自然就要用佛法的正念（真正明了什么是所应舍弃的，什么是所应修行的）、正知（不断检视自己是否在正确精进地修行），来紧紧地约束好自己的内心，约束好这个随时可能朝外奔逸的大象。

如果能够真正地做到这一点，那么自然而然地，今生、来世、未来世的一切时候，都不会出现任何难忍的（猛兽伤害等）痛苦，更不会出现三恶道的种种苦难；而且今生来世未来世的一切时候，种种暂时的人天的善业安乐乃至究竟的涅槃之乐，都会被掌握在自己的手中。

**正文：猛虎、狮子、大象、和马熊，毒蛇以及一切之怨敌，  
众生地狱看守之狱卒，以及种种诅咒罗刹等，  
只要能够约束此一心，彼等全部都会被约束，  
只要能够降伏此一心，彼等全部都会被降服。**

讲解：所谓今生来世可能会遭受的猛虎、狮子、大象、毒蛇、马熊、怨敌等伤害，以及各种诅咒、罗刹、地狱中长着各种猛兽头颅、拿着种种恐怖武器的狱卒等的伤害，凡此种种，只要能够（用正念正知）约束好自己的内心这一个对象，所有的那些伤害，全部都会被约束住；只要能够（用对一切法均无自性的空性的修行和证悟）降伏了自己的内心，所有的这一切，全部都会被降服。

关于诅咒的伤害，曾经有这样的故事：有两个人，是不可调解的对手。其中一个人信仰护法白哈尔，另外一个则信仰赞（一种世间鬼神）。两个人因为自己的信仰，因而也造成了白哈尔和赞之间的争斗。

有一天，赞通过自己的诅咒法力，将正在桥上经过的那个对手，用一阵狂风给刮到了河中，淹死了。看到这种情况，白哈尔不但没有生气，反而笑了，说：“你所带给信仰我的这个人的伤害，也就如此而已嘛。这并不能算得上是多么严重的伤害。真正的伤害，你就看我怎么做吧。”

信仰赞的那个人本来是个扎巴，但是在白哈尔法力的诅咒之下，他先是还俗了，娶了妻子；但是因为没有衣食来源，他又做起了杀牛的屠夫，以此来谋生。最后等这个人死亡的时候，自然就投生到地狱中受苦去了。

白哈尔对赞说，要想带给一个人伤害，就应当像我这样，让他进入地狱，才算得上是真正的伤害。

关于降服自心自然不会遭受猛兽伤害，有这么一个故事：在西藏有一个山洞，名叫水银山洞，山洞中有一个修行菩提心的大成就者，叫无著，但是他并不是印度的无著菩萨，为了加以区别，大家都称呼他为水银洞无著。

因为他菩提心修行的非常好，当有一天一只狼前来山洞跟前要吃一只羊的时候，这只狼竟然也产生了慈悲心，不但不吃羊，反而和羊一起就在水银洞前玩耍嬉戏了起来。

而在印度，也曾经有一个叫森哈的成就者，他的坐骑是一只雄狮，而多条毒蛇则是他固定鞍蹬的绳索，这也是降服自心则能降伏一切猛兽毒蛇的例子。

米拉日巴大师有一个弟子，叫做猎人甘波多吉，在他还没有修行之前，就是一个猎人，天天拿着弓箭、带着猎犬，在山上打猎。

有一天，他发现了一只鹿，就和猎犬一起追逐，要将这只鹿杀死。这只鹿在狼狈逃命的时候，跑到了米拉日巴大师的身边，大师本着无尽的慈悲心，为这只鹿唱了一曲道歌，这只鹿就非常安静和放松地卧在了大师的身边。

而当猎犬也追赶鹿而来到大师身边的时候，大师同样地唱了一曲道歌，猎犬也不再凶猛，也不再要咬杀鹿，同样非常安静和放松地卧在了大师的身边。

而当猎人甘波多吉也赶到大师身边的时候，看到了鹿和猎犬都如此安静地卧在大师的身边，非常惊讶；而大师认为鹿和猎犬都可以听懂自己的道歌，那么人自然也应当能够听懂自己的道歌，也同样地给猎人唱了一曲。

猎人甘波多吉听了大师的道歌之后，也生起了修行正法之心，但是他打算先回去和自己的家人打声招呼，然后再来大师身边开始修行。

而大师则说：“你要修行的话，就应当马上在我身边修行，还回去干什么呢？”

就这样，猎人甘波多吉就直接在米拉日巴大师跟前开始了修行，最终获得了成就。

**正文：凡此种种一切之恐怖，一切一切难言之痛苦，**

**“全部都是来自于自心”，此乃清净语者所宣说。**

讲解：上述所有种类的（猛兽、诅咒、地狱恶趣等）恐怖和（生、老、病、死等）痛苦，全部都是来自于自己的内心，所有一切法的本性，全部都是如如性、心性的清净化现。这种论断，是真实语、清净语者、圆满的佛所宣说的。

《宝云经》中说：“如能调伏自心性，自能调伏一切法。”

《正法念住经》中说：“心是最大的仇敌，除心而外更无敌，犹如柴火自燃烧，自心恼害自之心。”

这种说法，其实就是中观应成派的观点：外界的一切好坏的显现，全部都是自己的业力所显现；而一切业力的根源，其实还是自己的自心；如果没有了自心，自然就没有了种种

业力；没有了业力，自然也就不会出现各种善恶的显现了。

**正文：众生地狱所遭之武器，到底是谁专门来制造？**

**火红铁链又是谁来烧？熊熊火焰又是由何来？**

**上述种种一切之景象，“全部来自罪心”佛所说。**

**所以在这三处世间中，除自心外何来大怖畏？**

讲解：众生在地狱中所能够见到的所有一切，甚至于一片树叶一旦落到了自己的手中，也都会马上变成锋利的武器，这些种种的武器（刀剑棍棒铁锤等），到底是谁在专门制造？是专门有一个兵工厂在制造后转交到每一个众生手中的吗？根本就没有这么一个兵工厂。

地狱里面火红的铜床铁柱手镣脚铐等一切，又是谁在专门地烧红的呢？不是我们自己，也不是地狱的狱卒，更不是帝释天和梵天。

地狱中那能够灼烧灵魂遍布整个地狱空间的火焰，又是谁来点燃的呢？也根本就没有任何一个人在做这个工作。

上述的种种一切的恐怖和痛苦的景象，其实全部都是由自己罪恶之心所幻化出来的，根本就没有一个实际存在的环境和实物。

这种论断，也是清净圆满的佛所说的。

在《明辨众生经》中说：“火红铁质之大地，炽热火舌极遍布，锋利铁质之剑锯，切割身体成百块，此等身口意罪相，全部来自于自心。”

在这个地方，我们可以略微谈一谈中观应成和唯识见地之间的差别。

在本文的这个地方所描述的“一切罪业恐怖的表现，全部都是来自于内心所现”的说法，是属于应成派的见地。

应成派是不承认“外界的显现，就是自己的心”这种论断的，本文的作者佛子希瓦拉和《入中观论》的作者佛子月称等都是持有这种观点。

而唯识派则认为：外界的显现，就是自己的内心。

而中观自续派中，有人认可“外界的显现，就是自己的内心”，同时也有人不可认可这种观点。

那么这两种观点的区别在什么地方呢？

唯识派在“外界的显现，就是自心”这种见地的基础上，就会认为我们面前的这张桌子和我们后面的这扇窗户，就是我们的自心。

而应成派则认为，这桌子和窗户，根本就不是我们的自心，仅仅是我们的心所显现成的而已，并不是我们的自心本身。桌子和窗户等这些外界的一切显现，仅仅是以我们的自心作为基础，作为因，而幻化出来的，并不是真实的存在，更不是我们的自心本身。

比如说，以我们的自心作为根本因，作为基础，我们可以积攒下来善业，也可以积攒下来恶业。就恶业来说，就有可能出现地狱中熊熊烈火、铜床铁柱、兽头狱卒、种种兵器等无穷无尽的显现；而就善业来说，则会出现人间天上等种种景象了。

而这所有的一切，全部仅仅是以我们的自心作为基础而产生的景象，根本就不是我们的自心一会儿跑到了地狱、一会儿跑到了人间天上而表现出了种种不同的景象。

这就是应成派的见地。

而唯识派的见地就是：恰恰是我们的自心，跑到了种种的景象出现之地，幻变成了这种种的景象。

这就是应成派和唯识派两种见地的差别之处。

因为这种差别比较细微，因此就会有很多人都认为应成派和唯识派的见地是一样的。

关于这两派见地的差别，也有很多的比喻例子来说明。

比如说，应成派就会这么说：我的这个身体，是以父母的身体为基础，为根本因，才

出生的，而我的这个身体，并不是我父母的身体。同样的道理，外界的一切显现，仅仅是以自心作为基础，作为根本因，才出现的，而外界的显现，并不能说就是自心本身。

如果按照唯识派的说法，认可了：“外界的显现就是自心”的这种说法，就会出现种种错误和矛盾。

比如说，铁匠打造了一根针，在针的身上有一个针眼，如果按照唯识派的说法，因为针是以铁匠为根本因才出现的，因此这个针眼就应当是那个铁匠的眼睛才对，这当然是不可能的了。

比如说，裁缝缝制了一只鞋子，在鞋子的尖端会出现鞋鼻，如果按照唯识派的说法，鞋鼻之所以会出现，是以裁缝为根本因才出现的，因此这个鞋鼻，就应当是裁缝的鼻子才对，这当然也是不可能的了。

在这种类似于开玩笑的推理之下，既然针眼不是铁匠的眼睛、鞋鼻不是裁缝的鼻子，那么外界的显现，自然也就不应当是自心本身了。

因此，欲界、色界、无色界三界，或者天上（天人）、人间（人）、地下（龙界）这三处之中的一切的种种显现，不论是好的，还是坏的，就连无间地狱的难以忍受的大恐怖，其实也只是自己内心的显现而已，哪里还有什么别的存在呢？

这就属于应成派的见地了。

**正文：如说“让诸众生都不穷，就是布施度究竟”的话，  
而今还有赤贫之众生，怎说诸佛布施已究竟？  
“一切所有连同自善业，全都能够舍弃”之此心，  
才是真正布施度究竟，所以关键仍然是自心。**

讲解：布施度，是菩萨行六度中的一种，如果布施度没有究竟的话，是根本不可能圆满证得佛果的。

那么，是不是说将遍虚空一切众生中贫穷者，全部都经过自己的布施而变得不再贫穷，这就是布施度究竟了呢？

这个说法是不对的。为什么，因为直到目前为止，我们的眼前、身边，还有很多赤贫之人，什么吃的喝的穿的住的都没有的人，那么往昔一切诸佛他们的布施度难道就没有完成吗？

所以说，布施度的含义，并不是要让一切等虚空的众生，全部都经过自己的布施而变得不贫穷，而是自己要有布施之心，并且要让自己的布施之心，得到圆满。

怎样才能将布施之心变得圆满呢？就是要能够舍弃自己的一切，布施自己的一切所有，能够布施自己的身体，不单单是实物可以毫不吝惜的舍弃，就连自己修行一切善业、所能够得到的善果，也都要能够毫无吝惜的舍弃，只有达到了这种程度，才算得上是布施度的究竟。

如果自己经过一切善业的修行，能够得到善业，却因为执的缘故，不能够舍弃的话，又怎么能够达到布施的圆满呢！但是有很多人，之所以去做一切念经、放生等善行，其根本目的还是为了给自己增加善业，那根本就不属于布施度了。

因此，布施度能否圆满的关键，还是自己的自心。

**正文：就连鱼虾等等之众生，发誓从此不再去杀害，  
因此获得不杀生之心，是否就是持戒度究竟？  
忿怒众生数量等虚空，要想全部守护实在难，  
只要能够降伏嗔恨心，就等同于降伏一切敌。**

讲解：所谓的持戒度，如果简单来说的话，其实就是要舍弃对其他众生的一切伤害的

思想和行为，比如说杀生等。

如果说，持戒度的圆满，就是不杀鱼、不杀虾、不杀猪、不杀一切生命，并且要所有的众生引导到根本不会被任何杀害行为所杀害的地方，如果能够做到这一点，是不是就是持戒度的圆满究竟呢？

不是，这并不是持戒度的究竟。如果这种说法正确的话，我们现在的这个世界上还有很多的杀生害命的事情随时都在发生，这难道说明包括释迦牟尼佛在内的一切佛陀持戒度都没有圆满吗？肯定不是这样的。

因为等虚空的一切众生，具有忿怒种子和忿怒行为的，根本连数量都不可能明确，你又怎么能够守护一切众生的生命呢？

因此说，持戒度的根本，其实在于能够在心中完全地舍弃任何伤害其他众生的行为，当然也包括杀生的行为在内，也就是完全放弃了嗔恨心，完全没有一丝一毫的嗔恨心，如果能够完全做到这一点的话，才算得上是持戒度的圆满，也就等同于降伏了一切敌人。

**正文：要将整个大地都覆盖，如此大张皮革何处寻？**

**只需足底大小的皮革，等同覆盖所有的大地。**

**故而对于外界之色法，我能不执成为自己物，**

**我有如此不执外物心，不犯其他错误何须说。**

讲解：在我们生存的大地上，假如我们是光脚的话，随时随地都会碰到石子、荆棘、玻璃碴子等种种能够伤害到我们足底的东西，为了能够不让足底受到伤害，我们是不是要去寻找足够的皮子，然后将整个大地都覆盖起来呢？

当然不是的，因为那么大的皮子我们根本找都找不到，况且我们根本就用不着那么去做。只要我们找到足底那么大的皮子，将我们的足底保护起来，就算走遍大地，就算大地遍布着石子、荆棘玻璃碴子，也根本不会对我们的足底造成任何的伤害。

因此，只要能够很好的守护我们的自心，其实也就等同于守护一切世间的种种显现了。

因此说，只要我能够对外界的一切事物，外界的一切色法，根本都不存在任何的猎取之心，不会执著外界色法为自己，那么在这种情况下，我的全部的注意力都完全集中到了守护自心之上，那么，还会犯其他的错误么？还会忍受不了任何的伤害吗？

这里讲述的就是究竟的忍辱度，也就是要专著在自心才对。

**正文：刹那真实发心之善果，都能上升大梵之天界，**

**流于身口发心之善果，力量虚弱则难如上述。**

**尽管能够长时间修行，一切念诵以及诸苦行，**

**因为自心一直在放逸，故当明了并无大利益。**

讲解：佛经中有这么个故事：在印度的恒河和另外一个河流的交汇处，水流非常湍急。有一天，一对母女一同前来渡河，在渡河的过程中，母亲不小心被卷入了漩涡，就在这个时候，母亲心想：“只要我的女儿没有事情，不被水吞噬，我就是死了也愿意。”

与此同时，女儿奋不顾身地上前去救母亲，也被卷入了漩涡之中，女儿的想法也是：“只要我的母亲能够被救出来，就算是我被淹死了，也愿意。”

就这样，母女二人都被湍急的水流吞没了。就因为她们在临死前非常强烈和真实的都愿意对方能够独自存活的这种慈悲心，他们同时都转升到了大梵天界，享受着天界的欲乐。

只要是内心中真实的发心，哪怕是刹那之间的发心，都能够得到上升大梵天的善果。

如果能够在心中真实的生起禅定，哪怕是极为短暂的刹那禅定，都具有难以估量的善果。

但是，如果不是真心实意地发心，不是真实的内心的禅定，而仅仅是在表面的行动上

或者口头上，进行着念诵经文、真言，说自己要利益一切众生，要成就究竟的佛果，因为并没有配合最关键的真心，自心从来都是在外界的色声香味触法等境中散逸的话，尽管能够坚持在非常长久的时间里修行，甚至还能够忍受种种难行苦行（断食、经行、朝拜、焚身等），也都不会具有究竟真实的利益，就好像给木头口中装上了一个纸做的舌头在念经一样。

当然，尽管如此，因为只要是在念诵真言和经文，只要是在进行修行，哪怕内心并不专一，也还是能够获得一些人天暂时之乐的，至少也是种下了解脱的种子。

所以说，精进度也是要集中在自心，真心精进修行才对。

关于断食，在我们寺庙，有一个专门供大家来进行断食修行的佛殿，而在我们周围的村子中，几乎每一个村子也都有供大家进行断食修行的小佛殿。

每当有人需要进行断食的时候，如果时间长的话，就会来到寺庙修行；如果只是很短时间的话，就会在各自的村子里面进行。

我们这里的村民常用的断食方法是：第一天在接受了指导喇嘛的戒律、念诵了相应的以观音菩萨为主尊的仪轨之后，只吃中午一餐，第二天就什么都不吃，水也不能喝，第三天还是只吃中午一餐，而第四天又不吃不喝。就这样，每两天为一个计算单位，一次断食最少两天，长的话可以是十六天，或者更多天数。在整个断食的过程中，都是不能说话的，只能进行念诵，或者听指导喇嘛的开示。

现在是正月，正是纪念释迦牟尼佛示现神变的时候，因此会有很多人选择在这个期间进行断食的修行，据说加持力会很大。

**正文：如果对于“一切法自性，即为心”之秘密不明了，  
即使想无痛苦想得乐，也无大利如独自流浪，**

讲解：这里讲述的就是智慧度的究竟了。

一切法的自性是什么呢？就是我们自心的大秘密了。这个秘密究竟是什么呢？一切法都没有自性，心的本质就是空性。只要能够明白这一点，就是真正具有了智慧。

为什么说是我们自心的大秘密呢？并不是佛菩萨不对我们讲出来，而是作为我们普通凡夫来说，哪怕是佛菩萨对我们说了，我们也不会明白；就连给声闻和缘觉众说了，他们也不会明白其中的含义。因此称之为心之秘密。

如果并不明白这个真正的一切法都属空性、无因、无果、无生、无住、无灭的道理的话，哪怕你做出一切的行为，想要摆脱一切痛苦，想要获得一切的安乐，其实都只是暂时的利乐而已，并不会获得究竟的利乐的。

最终的结果都只是自己独自在轮回中流浪而已。

如何来明了自己内心的这个大秘密呢？首先就应当明白自己的心，就好像是一面镜子，任何轮回的显现，其实就仅仅只是镜子中的影像一样地毫无自性；然后就应当明白原来自己内心的自性，是空而光明的，是空明双运的；具体则可以通过分析自心的形象有无、颜色有无、生住灭有无等来进行深入的分析 and 思维。

只要能够逐渐地真正地明了了自心的本质，自然就可以离一切诸苦，得一切诸乐；如果还是不能真正地明了了自心的本质，那自然就会继续毫无意义地流转于轮回了。

**正文：因此对于真正自内心，应当很好把握善守护，  
除了守护心之禁戒行，无需更多其他之禁戒。**

讲解：在明白了上述的因缘之后，就应当对于自己的内心，用正确明白一切取舍的正念，以及正确进行取舍的正知，来很好地进行守护，不但关键要守护好自己的自心，同时也要守护好自己的身和口。

在佛所讲述的八万四千法门当中，瑜伽士有瑜伽士的禁戒，沙弥有自己所应守护的禁戒，



比丘有更多的自己所应守护的禁戒，能够守护这一切的禁戒当然很好，即使对于那一条条的戒条并不能够一一清清楚楚地明白的话，只要能够把握住一切禁戒行的根本——内心的禁戒行，也并不会有什么过失。

也就是说，只要是能够很好地守护了自心，不论是白衣长发的瑜伽士形象，还是剃发袈裟的出家形象，都才能具有实际的意义。

相反，如果完全不明白心的禁戒行，而仅仅是在身体的层面和口头的层面，能够冠冕堂皇地守护着种种的禁戒，同时内心却一直处于四处散逸的状态的时候，这并不能算是守护了禁戒行，仅仅只是形式上的而已，就算是穿着瑜伽士衣着，或者是出家人的衣着，也不能带来究竟的利益。

对于后面的这种行为，第一世蒋扬钦则旺波仁波切曾经明确作出过批评。

多钦则益西多吉仁波切和蒋扬钦则旺波仁波切，都是吉美林巴的转世化身。吉美林巴自己曾经授记说：“来生将化现成为密乘益西多吉，将会是密乘教法的大师。”而蒋扬钦则旺波作为吉美林巴的意化身，则从吉美林巴处通过受命的方式，得到了以往《隆钦宁提》法本中所缺少的其他多种伏藏法，将《隆钦宁提》补充完善了。

为什么蒋扬钦则旺波会批评多钦则益西多吉呢？因为多钦则益西多吉仁波切，经常在闲暇的时候，提着猎枪，上山打猎，还有其他一些并不太好的行为。

因此蒋扬钦则旺波仁波切就说：“在过去，佛教的修行人其实也就只有两种人，一种就是出家人，一种就是白衣瑜伽士；但是现在，出现了第三种佛教徒，就是偷、抢、杀的这一类人。”

**正文：如同处于坏人堆之中，就会谨慎小心护伤口，  
尽管处于坏人堆之中，也要恒常守护心之伤，  
身体伤口虽然痛苦小，都因担心小心而守护，  
担心众合地狱大痛苦，守护心之伤口何须说。**

讲解：在自己完全明白了所有的一切全部都维系在自己的一心的时候，就应当很好的守护自己的内心。如何守护呢？

就好像在坏人堆中，就会因为自己身体的伤口而非常地小心，唯恐这个伤口会被触碰到而导致伤口再次裂开。

而当自己处于到处都是因为内心的散逸而做着恶行的坏人堆中的时候，也就是说当我们处在还没有解脱的这个轮回之中的时候，当我们还处于贪嗔等烦恼之中的时候，我们就要对我们自心的伤口更加小心的守护。否则，一旦这个伤口再次裂开的话，必然就会留出更多的烦恼之脓血。

身体的伤口假如守护不当，最多也会给身体带来再次的疼痛而已；一旦内心的伤口再次崩裂的话，所带给我们的就是再一次被烦恼之魔所控、再一次经受众合地狱等的久久难以解脱的最大痛苦。

**正文：如能如此谨慎地安住，自能处于行恶人群中，  
处于美女之中也无妨，故应精进持戒勿令衰。**

讲解：如果能够像上述的内容中所说的那样，能够精进地通过正念和正知，来精心地守护自己的内心的话，就算是处在到处都是作恶的人群当中，就算是处在以人肉为食的罗刹堆中，也不会令他们对自己产生杀害之心；就算是处于美女簇拥环绕之下，也都不会产生任何的贪恋美色之念。

因此，应当对于菩提心的戒律，非常专心、非常精进地加以守护，千万不能令其有丝毫的衰坏。

**正文：我的所有财物和声誉，以及身体享用均易舍，  
其他善业衰败也尚可，永远不能令自心衰败。**

讲解：我所辛辛苦苦累积起来的一切的食物、衣着、住房、器具等一切财物，以及自己因为修行善业而得到的人们的恭敬和称赞，以及自己唯一的身体和令自己的这个身体能够存活并感觉到舒适的种种享用，全部都可以很轻易地舍弃，没有了这一切我都可以容忍。

甚至就连我所做的其他任何的善业（礼拜、转经、念经、持咒等），也都可以允许他逐渐变得不好，变得衰败。

但是绝对不能容忍的，就是自己内心的衰败和退步（对于一切有关菩提心的正确取舍的正念和正知，绝对不能退步）。

**正文：对于希望守护内心者，敬请全部努力去守护，  
所谓正念还有那正知，这是我之合掌恭敬语。**

讲解：因此作者佛子希瓦拉，在这里恭恭敬敬地双手合掌在胸前，劝请我们所有这些期望能够对自己的内心加以守护的人说：“一定要全力以赴地守护好正念和正知。”

正念：就是清清楚楚地知道什么应当断除，什么应当成办。也就是说完全明白什么是恶，什么是善。尤其是明白了内心守护的重要性。

正知，就是完全能够按照自己所了知的一切规范，不断地去检视自己是否严格精进地实践，从而保证自己能够做出正确的种种行为。

**正文：身患重病之人自不能，完成所有一切之事务，  
烦恼病心如此重病者，岂能完成任何之善行？**

讲解：当一个人因为风症、胆症、黄水症等种种病因身患重病而身体虚弱的时候，自然不能如意地行、住、坐、卧，自然不能完成任何的工作了。

而当一个人，因为不懂得如何对善恶业进行取舍，不懂得自己内心的关键性的时候，就相当于内心罹患了严重的疾病，这个时候，因为他心力的衰弱，自然连任何的闻、思、修的善业都不可能如意的完成了，也根本不能断除那些所应断的错误之处了。

**正文：如果心中缺少了正知，虽然也在闻、思和修行，  
犹如有漏之瓶在灌水，正念不会留存在心中。**

讲解：当一个修行人并不能真正地实践自己内心真正修行时候，尽管他也表现出听闻正法、思维正法、修行正法的样子，但是就好像一个底部有漏洞的瓶子中不能装水一样地，所谓的正念在这个人身上也是不存在的了。

**正文：也曾听闻也具有信心，也能表现精进地修行，  
因为没有如法正修行，此则成为最大过失垢。**

讲解：虽然也曾对于佛所宣说的种种经、律、论进行过广博的听闻，虽然也能够在听闻后，对于因果规律、善恶轮回等一切的法门产生信心，虽然也能够在产生信心后努力地实践着种种的法义，但是如果没有对于自己的所思所想、所作所为，用真正的正知去时刻进行检验和判断的话，根本就不属于如法的正知了。

而这种行为，则是一个修行人、一个菩萨最大的过失，也是污垢。

**正文：不懂正知之人如窃贼，衰弱正念只能随其行，  
虽然也能精进求福德，如被偷走只能去恶趣。**

讲解：如同上面所描述的那样，当一个修行人，因为并不懂得随时检验和判断自己的修行行为是否正确，也就是说它并没有了正知的话，就好像一个窃贼一样；即使他还有要修行的正念，但是因为这个正念并不是真正有力量和有利益的，因此，仍然会追随着错误的修行方向而去了，仍然会追随着窃贼而去了。

在这种情况下，虽然因为种种的修行行为，身体的礼拜、转经，口头的念经、持咒，心中的法义思索等等，也会积攒一些善业，但是就好像将种种财宝全部都放在一个根本就没有人看管的地方一样，很简单地就会被偷走了。

那么，对于这个修行人来说，所有的善业，因为不懂如法修行，没有正知的缘故，他也就根本就不会产生真正的善业，就只有恶趣可以去了。

**正文：烦恼三毒犹如窃贼众，一直都在寻找好机会，  
伺机就会抢走诸善业，并且能害善趣之性命。  
因此要以正念为基础，何时何地都不要舍弃。**

讲解：为什么在上面的偈句中，要说那样的修行人就只能去恶趣呢？

因为烦恼三毒，完全就好像一个精明的窃贼一样，他们首先就会盯着值得去偷去抢的人家；然后就会一直在观察和判断，什么时候才是最佳的出手时机；一旦时机到来，就会潜入目标的家中，不但拿走了所有的财物，还会杀掉事主的性命。

烦恼三毒即是如此，他们会一直在寻找着我们的正念和正知的漏洞，只要我们修行人的正念和正知不能够完全地有力，被他们发现有机可乘的话，立刻就会住进我们的内心深处，抢夺破坏我们所积攒的一切善业珍宝，杀害我们的善果，令我们只能做出恶业，让我们根本就没有机会去到善趣，只能在恶趣中轮转了。

因此我们首先就要完全建立正念，明白真正的善恶取舍的原则和方法，然后就要在此基础上，用我们的正知，不断地进行检视和督促，从而保证我们能够进行强而有力地真正的修持。只有这样，才能正念指导正知，正知修正正念，二者相辅相成地共同前进，我们的修行才能够取得真正的成果，才不会被烦恼三毒所乘。

**正文：正念若衰当思恶趣害，当即立起正念而安住，  
与己上师为伴不放弃，紧紧跟随堪布不动摇，  
恐怖为缘更生恭敬心，正念自然轻松能生起。**

讲解：假如自己正念偶尔衰弱，正知却也不力，不知正确取舍的时候，就应当赶紧思维“这样被烦恼三毒所乘，而后就会进入恶趣受苦”，就应当想起这一切的原因，就应当当下开始回忆之前我们所明白的正念而平等安住。

然后意念起自己的上师，心中想着永远皈依并伴随在上师的身边，再也不分开，上师也不会放弃对自己的救度。

然后就在这个基础之上，忆念堪布、亲教师所教授给自己的种种正确的法语，并且稳固而不动摇地坚持在正确的法义之上。

同时，因为对恶趣种种痛苦的恐怖之心，更加能够激发起自己对于上师、堪布等皈依对象的恭敬之心，更加能够激发起自己对于菩提心、菩萨学处的坚定信心。

在这样的情况之下，真正的正念就会很容易地再一次在自己的心中生起。

对于一个初学者，不论修行的是上中下三士道中的哪一种，最好都能够和自己的指导上师或者堪布长时间地呆在一起，直到自己能够自如地建立起来正念和正知，才可以独自修行。

如果是按照佛经中的说法，当一个人在领受了出家戒律之后，如果他具备了六十条款中的五种，那就要在十年内和自己的上师形影不离，一切的言语行动等，都要在请示了上师

后才能做出。十年之后，才可以独自修行，才可以指导他人。

而如果他连五种都不具备的话，那就要尽形寿跟着上师了，根本就不可能指导别人。

**正文：一切佛陀以及诸菩萨，悉皆具足无碍之妙目，  
口说：“就在你们之眼前，我当永远不离恒安住。”  
如此思维心中生惭愧，恭敬恐怖伴随而发誓，  
如此进行发誓之后，随念佛陀时时会生起。**

讲解：正念生起的时候，应当如何进行呢？

一切的诸佛菩萨，尽管没有在我们的身边随时伴随着我们，但是他们却完全具足了毫无障碍地了义观见一切的智慧之眼。

因此，哪怕是自己独自一个人处于一个非常人迹罕至的地方，他们也都能够一览无余地清清楚楚地知道自己的一切善恶作为。

在这样生起了对诸佛菩萨的无比信心之后，就要口中念诵着：“不管我在什么地方，我都是在你们的眼前，我永远都不会离开你们。”

就在这种对于自己的没有能够坚持正念和正知而时时作恶的所作所为产生无比惭愧的基础上，本着对三宝的恭敬之心，以及对于恶趣的恐怖之心而发出永远不离开佛菩萨的誓言。

在这样进行真诚的发誓之后，随念诸佛就会随时随地的反复生起。

随念一般来说有六种：随念上师、随念佛、随念法、随念僧、随念持戒、随念布施。这些都是作为佛菩萨的后学人应当时时刻刻念想的。

**正文：何时能于正念基础上，如此守护而平等安住，  
当下正知就会自然现，就算之前丧失也会回。  
刚开始时对于此种心，应当了知还具有过失，  
此时自己应当如树木，能够坚持不懈而安住。**

讲解：不管任何时候，只要自己能够真正地在心中具有了完全明了如何取舍的正念的话，这个时候就会为了防范烦恼的骚扰而平等安住。

与此同时，并不需要自己刻意地去追求所谓的正知，正知也都会自然而然地出现，会和正念一起，在正确的善恶取舍的修行道路上前进；就算是之前因为正念的衰弱而丧失过的正知，也会自然而然地回来。

因此说，正念和正知，具有相辅相成、互相看待的关系。一荣俱荣、一损俱损，相对而言，对正知的把握更加重要，更加具有实际的效果和功德。

虽然如此，在正念刚刚能够提起的时候，尚不具备充分的力量，这个时候就应当好像一棵根深蒂固的大树一样地，对于正念和正知，毫不放松，坚持不懈地努力下去，自然就会越来越上进，越来越有力量了。

比如说，在刚开始学习《入菩萨行论》的时候，就会在心中对自己作出一个承诺：“我要如此这般地好好学习《入行论》啊。”这就相当于正念的生起。

然后在真正地开始了《入行论》的学习的时候，就需要不断地检查自己是否和自己誓言一样地在学习着。这就相当于正知的实践。

就这样，可能会在刚开始学习的时候，出发点是为了自己的衣食，也可能是为了更好的名声，也可能是为了自己个人的利乐。

因此，在开始回过头来用正知检查学习过程的时候，就会发现这种念头是具有过失的。

当这个时候，就应当撕提正念，身体不做任何事务，嘴里不说任何话语，内心不追随那些不好的念头，整个人就犹如大树一样地坚固不动，身口意三毫无旁骛地为了真正的目的

坚持下去。不管出现了任何的不好的念头，都随时要察觉，并且要将之降服或者战胜，一切都要沿着善的方向前进才对。

**正文：毫无疑义散乱之顾盼，我当从来都不要如此，  
要用真正确定之心力，双眼一直看向已近前。  
有时为了双眼休息故，也可看看其他的方向，  
一旦视野出现其他人，定要直视说声：“辛苦了。”**

讲解：只要不是为了自他众生的利益，只要不是符合正确的善的方向，好像随随便便地毫无意义地左顾右盼，这种行为我一定在任何的时候都不会做。

我唯一坚持要做的，就是要用了知了一切取舍的坚定之心，用强力的正念和正知，双眼微闭，看着自己的鼻尖或者只盯着自己面前一牛轭远的地方就好了。

这种眼睛只盯着一牛轭远的地方的说法，在佛经中认为对于禅定的生起和上进是非常有用的。

可是，在这个过程中，可能会因为一直看着眼前的这种动作，会感觉到非常的不舒服，难以坚持下去的时候，当然也可以为了双眼休息的缘故，去看看别的其他的任何方向。

在这个时候，如果有一个人出现在自己的视野里的时候，假如你自己还是这边看看，那边看看地，好像没有看见这个人一样的话，那就不是一个修行人、菩萨的作为。

而是要眼睛看着对方说：“辛苦了”等类似的问候的话语。

**正文：为了观察路途危险故，还应不断看向各方向，  
途中休息要观察前方，同时也要观察已后方，  
前方后方全部观察后，方能决定前行或回退，  
应当如此在一切时节，明了情况后再作行动。**

讲解：当一个菩萨走在大路上的时候，是不是也需要双眼注视着自己前方一牛轭远的地方呢？

如果可以确定路途的安全的话，当然可以这么做；但是，往往自己对于路上的情况并不是十分地清楚，也不知道路上会不会有狗，也不知道会不会有坑洞等等危险，因此，在路上行走的时候，就需要时不时地四处观察一下。

过去在印度的时候，所有的比丘在出门上路的时候，从来都是双眼注视着自己前面不远的地方的。可是有一次，一个阿罗汉在这样走路的时候，突然发现一个狂野的疯象已经冲到了自己的跟前，躲避不及的情况下，阿罗汉受到了很严重的伤害。

同样也发生过阿罗汉被毒蛇所噬的案例。

从那之后，大家上路的时候，都被佛要求要四处观望注意危险了。

在路上行走的时候，并不可能一直这么地走下去，还是需要为了缓解身体的疲劳而临时休息一下的。

在休息的时候，既要对于自己前方的道路进行观察（可以清楚未来前方会有什么情况），还需要对于自己来时的道路进行观察（可以因为已经走了很远的路途而对自己进行鼓励），等到前后各方全部都观察清楚（有没有危险）了之后，才能够清楚地决定，到底是继续前进，还是需要退回去（假如说突然下大雨，前途不安全）。

因此，对于修行人、菩萨来说，不光光是一个人静静地坐在那里，进行着思维，他们也需要做种种其他的事情。

但是不管在任何的时候，不管是上路还是做任何事情的时候，都需要具有智慧，都需要和那些普通人一样地搞清楚自己所要前进的方向的安全性，要搞清楚自己所要做事情的必要性、利益、危险等。

只有这样，才是完全符合了一个菩萨的行为。

**正文：何谓“自身如此而安住”？先行安顿一切开始后，  
仍要时常反观己自身，观察“自身是否如此住”。**

讲解：在行、住、坐、卧的一切时处，修行人、菩萨都应当身口意如法安住。那么什么是安住呢？

当你准备好进行安住的修行的时候，首先就应当安顿好其他的一切事务，然后就在七支坐姿的基础上，按照自己的正念和正知进行安住即可。

而且，并不是就这么地安住下去就算完了，还需要时不时地对自己的状态进行反观，看看自己是否和刚开始的正念是相符合的，是不是可以继续持续下去。

比如说，在进行禅定的安住之前，先将禅定修行的一切种种事物都准备好，可能会对禅定造成影响的事情提前也都安顿好，然后在禅定的一开始，自己就会树立正念：“我要按照毗卢遮那七支坐法进行安住。”

接下来就进入了禅定的修行过程了。在修行的过程中，必须要时不时对自己是不是能够按照正念所要求的毗卢遮那七支坐法进行修行，如果没有能够达到要求，就需要随时地进行调整；如果已经达到了要求，就只管继续修练下去即可。

只有时不时地对自己的状态进行反观和调整，才是最佳的安住方法。

**正文：对于自己内心此疯象，要用思维正法之栓桩，  
随时注意观察勿令乱，应于一切时处作观察。**

讲解：野生的同时又醉酒了的疯象，随时都有可能对自己和他人造成影响和伤害。自己还没有完全得到调柔和解脱的自心，就好像被烦恼三毒之酒麻醉了的疯象一般，随时都有可能造成自己的恶业。

因此，为了调伏烦恼，为了证悟自心，就应当将自心这头疯象牢牢地拴起来。拴在一直对正法的思维上面，就好像将之拴在一根牢固的栓桩上面一样。

这个正法思维的栓桩，就是要一心一意地对正法进行闻思修，就是要通过正念和正知来不断地调整自己的内心。这样，身体没有其他动作，口中也不会有任何言语，心中则是一直专心地思维着正法的法义，不会有一丝一毫对外界的散逸，应当如此地守护自己的修行。

而且要在整个的修行过程中，随时随地地对自己的内心是否逐渐地得到了控制和调柔，要进行反复的深入观察和反思，不要令自己的内心发生散逸。

**正文：任何精进禅定之修行，刹那之间也勿令散乱，  
“自己内心此时正如何？”应当如此随时作反观。**

讲解：不论在用任何的观想物为助缘进行专一禅定约束自心的时候，一定要非常专心和精进，而且要非常注意地观察，不要令自己的内心从观想物上面有丝毫的偏离和散逸。

为了达到这个目的，就需要随时随地地对自己的修行状态进行反观，反观自己的内心此时此刻正在干什么？是不是仍旧专心地集中在所观想的助缘物上面？

在上一个偈句的时候，说的是应当随时随地的观察身体能否很好的安住下来；在这个偈句中所讲的就是内心能否安住下来去修行止的禅定。

修行止的禅定的时候，是需要有所观想的助缘物的，而且这个助缘物只能有一个，并不能有很多。

在确定好修行止的禅定，也选择好观想的所缘物之后，就要将内心的专著力完全地集中在这个所缘物上面。

与此同时，在整个的修行止的禅定的过程中，还需要随时随地的观察自己的内心是否

仍然专著在这个所缘物上面，是否已经偏离了所缘物，跑到其他地方去了，要随时随地地进行反观和调整。

**正文：出现恐惧或者欢宴时，如难安住则应如意行，  
比如进行布施之时节，佛说可以“持戒平等舍。”**

讲解：在上述的偈句所讲述的内容里，需要我们修行者的内心，一定要调柔，举个例子来讲，就是要像纯毛或者棉花那样的柔软，不会有任何的坚硬滞碍，不会有任何的狂放散逸。

在藏族地方有这么一个例子：在一个罐子里煮糌粑汤的时候，如果火比较大的话，很快糌粑汤就会煮开，甚至还会不断地咕嘟着溢出罐子之外，内心的狂放和散逸就好像煮开了的糌粑汤一样。

怎么样让它不再外溢，恢复柔和和平静呢？将一块酥油赶紧放进去，立刻就不会继续咕嘟外溢了，就相当于内心从狂放散逸，开始变得逐渐柔和安详了。

内心在修行之后能够变的调柔当然很好，可是在我们的世间生活中，并不是一直都有很好的修行条件让我们心无旁骛地就这么安住下去，而是会碰到种种的其他情况。

比如说，我们所修行禅定的地方，或者关房、或者山林，突然失火了，在这种时候，如果我们继续地在火焰中安坐修行，势必要被大火烧伤或者烧死，没有了健康的身体和生命，还怎么修行啊！所以，这个时候，就必然要快速地停止修行，尽快地从火场中逃离，这才是正确的做法。

类似的危险和恐怖，还有可能是狂犬撕咬，还有可能是山林猛兽的威胁，还有可能是盗贼抢匪等等。

在修行的过程中，不可避免地会出现类似的危险或者恐怖情况。

或者，也会出现佛教的重大节日里面，要对佛菩萨上师比丘等进行盛大供养，或者是类似于马上就会到来的新年的庆祝活动。

不管是危险和恐惧的时候，还是供养庆祝的时候，在这些时候，自己必然很难能够继续专心地约束好身口意禅定下去了。因此，这个时候就应当不再禅定，而是如意而做、如意而行即可。

比如说，在佛所说的戒条之中，有一条是不允许比丘上树的。制戒的因缘如下：在佛住在舍卫城的期间，一次佛去乞食，在还没有返回的时候，有些比丘就想佛可能会运用自己的神足通回来，为了看佛何时返回、如何返回，他们就有的上树，有的上墙，登高张望。

可是佛早就知道他们的这种想法和做法了，因此就隐身返回住所，坐在自己的法座上，问在座的比丘“其他的比丘哪里去了？”

在座的比丘就告诉佛说其他的比丘有的上树，有的上墙，都是为了看佛什么时候回来。

佛就因此制定戒律说：比丘今后不允许上树，也不允许上墙。

后来考虑到树下安坐的时候，可能会遭到毒蛇等的骚扰和侵袭，佛就允许比丘可以上树上到一人高的地方，再高的话，就犯戒了。

后来有一次，几个比丘和几个商人一同上路，晚上在树下歇息的时候，来了几只猛虎，商人们全部都赶紧爬到了高高的树上，而几个比丘则只是爬到了一人高的地方就不再往上爬了。

商人们非常着急地召唤比丘赶紧再往上爬，否则还是会被老虎咬到的。可是比丘却说：“因为佛制戒说只能爬树爬到一人高的地方，再高就犯戒了。”说什么也不原意在往上爬，最后几个比丘就被老虎吃掉了。

经过这个事情之后，佛就又开许说：如果是遇到了虎狼等猛兽的危险，可以允许比丘爬树爬到很高的地方。

这就是说，如果遇到了任何的危险，这个时候就可以暂时不考虑禅定修行等事情，不管是逃跑也好、躲避也好，先要保住自己的性命，而为了保命而做出的上树等行为，都不属于犯戒。

为什么可以这么做呢？

在佛经中有这么样的说法：比如说当一个修行人、菩萨，正在对广大的众生进行布施供养的时候，因为人数众多，可能会产生“我拿得太少”、“我还没有拿到”等类似的吵吵嚷嚷的场面。

这个时候，为了戒律的缘故，为了平等舍的缘故，这个修行人、这个菩萨、这个施主，也可以使用一些比较强硬的手段，比如说分开人群、推推搡搡等动作，以便让每一个人都尽可能地得到自己的布施供养。

类似的说法，在佛经中还有：比起来修行一百年的广大布施，一天的持戒会获得更大的功德和利益；比起来修行一百年的严格持戒，一天的忍辱会获得更大的功德和利益；比起来修行一百年的苦行忍辱，一天的精进会获得更大的功德和利益；比起来修行一百年的精进，一天的禅定会获得更大的功德和利益；比起来修行一百年的禅定，一天的智慧会获得更大的功德和利益。

通过对上述六度功德利益大小的比较，我们就知道上述做法的合理性了。

**正文：一旦发心并且开始做，请勿起心又去做它事，**

**如果有了再作其它心，自己事情何时能完成？**

讲解：不论是对于闻思修的哪一种修行方式，只要已经在心中发心并且已经开始了具体的行动时候，就不要再想着做另外一件事情了。

如果不停地有了“不如先去做另外事情”这种心念的话，相信自己的任何事情，都不会有顺利完成的时候了。

比如说，自己在心中生起了“我要开始学习《入行论》”的念头之后，并且已经开始学习了之后，离最终学习完成还差十万八千里的时候，突然在心中又想着“要不然我还是把《入行论》先放着，先学习《入中论》吧”这样的念头，然后就去学习《入中论》了。

然后在刚刚开始学习《入中论》不久之后，又生起了学习其他经典的念头，这种念头和行动实在是要不得的。

为什么呢？

因为自己在最开始发心要做一件事情的时候，其实已经经过了反复的思考和分析了，已经完全认为这件事情对于自己来说，是有必要做的，会带来利益的，已经经过这样的思维下定了决心才开始进行的。

如果在这样的情况下，还要在中途转移到其他事情上面的话，不但最初决定要做的事情不能完成，就连新转入的第二件事情，估计也不会有完成的可能了。很有可能还会生起转移到第三件事情上的念头啊！

因此，一定要将自己决定完成的事情，很好地完成了之后，在进入到第二件事情中去，才是正确的做法。

在《普贤上师言教》中说：“应当犹如饿牛吃草般”，当一头牦牛肚子饥饿的时候，在他正在吃眼前的青草的同时，他还会不断地观察着周围的情况，要提前做好“如果这里的青草吃完了，下面应当再到哪里吃草”的准备工作。

同样的道理，在学佛修行的过程中，在第一件修行任务进行的过程中，就应当进行准备工作，当第一件修行工作完成了之后，第二件修行工作应当如何进行。

因此，当已经进入了《入行论》的学习过程了之后，当然要考虑到下一步的学习内容；但是在《入行论》还没有很好的学习完成之后，却是不能提前转入下一步的学习阶段的。要



不然就什么都学习不了，什么都完成不了了了。

**正文：因此就应先事先完成，否则二事都无法完成。**

**没有正知即属随烦恼，自然不能令随烦恼增。**

讲解：正是因为上面的原因和理由，不论事先已经决定了要做的什么事情，最好就先将之很好地完成，不要在没有完成第一件事情之前，就又转入了第二件事情。

否则的话，不但第一件事情没有完成，第二件事情很有可能也会因为有第三件事情的吸引而完成不了，那岂不是两件事情全部都没有完成了吗？

之所以在第一件事情还没有结束的时候，就会进入第二件事情，就是因为自己没有了很好的正知，也就是不断地检查自己的事情是否在如初发心时候的愿望一致的这种念头，也就是对于这件事情是不是一定要做，是不是一定会带来利益，会有什么障碍和危险等的念头。

没有了正知，其实也就属于一种随烦恼了，虽然并不是贪嗔痴三毒这样的根本烦恼，但是也可以对修行人造成越来越严重的影响。

因此，作为一个修行人，自然是不能让没有正知这个随烦恼任意增长的了。不但在作出一个修行行动之初，就已经经过了很好地分析和判断，而且还要在这个修行行动没有完全成功的过程中，不断地反复检查，这个修行行动是否如常在进展，是否已经有所偏离。

**正文：即使出现种种无关语，即使观看稀奇表演等，**

**即使要做世间种种事，千万不能对其生贪著。**

讲解：作为一个修行人、菩萨，在修行的过程中，并不一定能够完全脱离世间的一切独自修行，直到最终的成就。

因此，作为一个修行人、菩萨，经常会在世间遇到种种的情况。

比如说，一个人来到这个修行的菩萨跟前，说“我有一个女朋友，她长得很漂亮，我很喜欢她”等等完全和这个菩萨本人，和这个菩萨的修行根本就没有关系的话，如果修行的菩萨根本就不听这个人的这种话，那么这个人很有可能就会对这个菩萨不高兴，因为这种不高兴是对一个菩萨做出来的，这个人很有可能就会因此而造下很严重的罪业。

因此，为了避免这个人罪恶的发生，这个菩萨也就应当很好地听完这个人的这段和菩萨本身、和菩萨的修行并没有任何关系的这段话。

同样的道理，如果这个菩萨被别人邀请去看表演，看魔术，看戏剧，不去的话，肯定会让那个邀请者不高兴，为了不让这个人产生罪业的缘故，因此菩萨还是要去看的。

类似的种种情况，都有可能发生，因此菩萨并不是一直安坐在那里独自修行的，而是会在世间出现类似的种种情况的。

去听、去看，当然都是应当的，因为这个本着利益众生的出发点去的，因此，就根本不能对这些种种的情况产生真正的贪著，这才是正确的做法。

**正文：毫无意义挖土与斩草，或者地面之上画图画，**

**即刻随念佛陀之教诲，恐生罪业当迅速放弃。**

讲解：在我们前面已经讲述过的内容中，比丘是不能挖土和斩草的，如果比丘这么做了，那罪过是十分严重的，完全等同于杀生害命的罪过。

对于一个已经发起了菩提心，正在修行菩萨行的菩萨来说，如果是对任何众生都毫无意义的去挖土和斩草，哪怕是在地面上画一些图画，都是不应当的，还是会造成罪业，是应当立刻就放弃不做的。

但是，如果上述的这些行为，是建立在能够利益其他众生的基础之上的话，那就可以做了。

比如说，在一群小孩子面前，为了让这些孩子们开心，菩萨在地面上画图案、写字等做法，都是没有任何过失的。

**正文：任何时候想做什么事，任何时候想说任何话，  
首先都要仔细作观察，菩萨明了之后再行动。**

讲解：不管在任何地方、任何时候，只要一个菩萨想要做任何的事情，或者想要说任何的话语，都要在行动之前，说话之前，仔细的观察和分析一下，这个行为、这个语言，是不是会对别人造成不好的影响，是不是会利益别人，是不是毫无意义，等等。

等这些完全都分析过了之后，如果是对别人有伤害，或者根本连一点儿的意义都没有，那么这个事情就不要做，这个话就不要说。

只有一定会别人有利益的事情，对别人有好处的话语，才有必要去做、去说。

**正文：任何时候心中生贪著，任何时候心中生忿怒，  
勿要身体行动勿言语，安安静静如大树安住。**

讲解：从这个偈句开始，讲述的是一个修行菩萨行的人，所不应当出现的二十七种行为和思想，只要能够很好地防范了这二十七种不正确的思想和作为，不但是小乘戒律可以守好，菩萨戒律可以守好，就连密乘戒律也都是可以相应守好的了。所以说，最关键的就是要随时随地地观察和防范自己三门之中，是否出现了这二十七种错误当中的任何一个，一旦发现，立刻就要进行强力的对治。

对于一个修行人、一个菩萨来说，如果在心中，对女子、财物、亲友、寂静处等等对境产生了贪爱之心的时候；或者是对别人对自己不善的行为举止或者言语产生忿怒的时候，因为自己已经明白任何的贪嗔痴都会对自己造成今生来世的伤害，因此每当这个时候，就要什么都不要做，什么都不要说，安安静静地约束好自己的身口意，好像深深地扎根在大地之上的大树那样的安住下来。

**正文：何时心生散乱讥讽意，或者七种我慢五贡高，  
或者意欲揭发他人过，或生狡猾欺骗之念头，  
或者欢喜被他人赞颂，或者意欲贬低他人时，  
或者晋骂或生懊悔时，安安静静如大树安住。**

讲解：作为一个修行人，作为一个菩萨，每当心中生起胡思乱想的时候，每当心中欲对别人进行讥讽嘲笑的时候，每当心中产生七种我慢（毫无理由地认为自己不错的我慢、对于和自己等同的人认为自己更强的过慢、对于比自己强的人认为自己更强的慢过慢、执著我自己的更强的我慢、对自己修行过程中的一点点相似功德认为自己已经成就的增上慢、本来自己就不行但却认为自己更强的卑慢、在错误的方面反而认为自己更强的邪慢）和五种贡高心理（执著自己出身高贵的种姓贡高、执著自己面容美好的色相贡高、执著自己权力威势的权势贡高、执著自己广博多闻的多闻贡高、执著自己年富力强的成年贡高）的时候，每当心中意欲揭发他人过失的时候，每当心中生起狡猾欺骗的念头的时候，每当自己对于别人的赞颂心生欢喜的时候，每当自己要贬低他人的时候，每当对于别人的不好言语打算对骂回去的时候，每当心中对自己的种种思想和行为产生懊悔心理的时候，都要身口意安安静静地安住下来，不要有任何的散逸才对。

**正文：追求财物、恭敬、名声时，追求仆从围绕侍奉时，  
心中追求侍奉服侍时，安安静静如大树安住。**

讲解：每当一个修行人，一个菩萨，对于种种财物、别人的恭敬赞美、自己的声名远

播、身边仆从围绕、别人的恭敬侍奉等等产生刻意追求的心理的时候，都要身口意安安静静地安住下来，不要有任何的散逸才对。

**正文：心中利他念头衰败时，自私自利念头旺盛时，  
将要如此目的言语时，安安静静如大树安住。**

讲解：每当一个修行人、一个菩萨，因为自己心中一切都为了利益别的众生的念头力量变弱，快要衰败的时候，因为自己的自私自利的念头旺盛的时候，可能会想对别人说话，而说话的目的就是为了增强自己的利益，而不是为了增强众生的利益，在这个时候，一定要及时地明白过来，不要讲说如此的言语，而是要身口意安安静静地安住下来，不要有任何的散逸才对。

比如说，在上师喇嘛跟前准备听法接受灌顶的时候，往往会出现：我要坐在哪里，可以更好地得到加持等类似的想法和作为，甚至会为了自己的座位而和别人进行争吵，这是非常常见的一种自私自利的表现。

过去嘎当巴有一个格西，学识非常渊博。有一次当有施主供养给僧众酸奶，执事僧正在按照座位顺序给大家分配酸奶的时候，这个格西心中想：“这个酸奶肯定是越前面的越好吃，等轮到我的时候，不要说最底下的酸奶不怎么好吃，甚至可能都没有酸奶给我吃了呢！”

就在这个念头出现的当下，这个格西就醒悟了过来，自己产生了如此自私自利追求享用的想法，是不正确的，是不应该的。

就这样，等到执事僧准备给他的钵盂中分配酸奶的时候，他将自己的钵盂翻扣过来，对执事僧说：“我已经吃过恶念的酸奶了，现在不应该再吃了。”

这个故事说明的就是，一旦出现不利众生自私自利的念头的时候，要及时地醒悟过来，并且不要随着恶念而去，而是要坚决抵制和清除，对于追求善法的信念，要像大树一样地根深蒂固。

**正文：出现懒惰、懈怠、恐惧时，反而打算厚颜狡辩时，  
每欲维护自己颜面时，安安静静如大树安住。**

讲解：在一个修行人、一个菩萨在修行的过程中，忍受不了修行的枯燥和艰难而出现懒惰和懈怠的心理的时候，在对空性等见地因为不能理解而产生困难恐惧的心理的时候，不但对于这些错误不认为是错误，反而为了维护自己的颜面等理由，而打算厚着脸皮进行狡辩的时候，一定要及时地明白过来，不要讲说如此的言语，而是要身口意安安静静地安住下来，不要有任何的散逸才对。

**正文：故应对此种种之烦恼，以及无意义心精进观，  
此时菩提萨埵为对治，自当稳固安然而把持。**

讲解：对于上述我们所谈到的二十余种随烦恼，以及在前面所谈到的挖土斩草等毫无意义的行为，一旦修行人、菩萨通过自己的精进修行的正知观察到的话，就应当即刻进行对治。

如何对治呢？

就是要约束好自己的身口意，如同大树一般的安然而坐。

**正文：非常确信以及大信心，内心稳固、恭敬及敬语，  
知惭知愧或者有恐怖，自当寂静精进众生乐。**

讲解：经过自己的闻思修，对于佛教的正法产生了很大的坚定不移的信心，内心非常坚固而不散逸，心中以及身体言语方面，都能够对正法具有恭敬之心。

或者因为自己没有能够很好地实践菩萨行而会产生惭愧的念头；而一旦对于如此的正法不能深入，变得非常散逸的话，就会产生“没有很好地学习并且修行”的恐怖心理。

每当这个时候，就应当反观内心，约束好自己的身口意而一心专门地精进于令一切众生皆生欢喜之事。

**正文：互相不能一致之儿童，以及对于有求之凡夫，  
不能厌烦如此烦恼者，应当真诚生起慈悲心。**

讲解：对于那些互相之间不能统一意见的孩童，以及具有种种欲求的凡夫，他们都会因此而变得忿怒。

作为一个修行人，一个菩萨，不能对这些被烦恼所控制的人，在心中产生厌烦的想法，而是要真诚地生起对他们无尽的慈悲心。

**正文：性罪遮罪皆非之行为，我做或者他众生所做，  
当知犹如蛇结无自性，心中应常如此作把握。**

讲解：对于那些并不属于性罪和遮罪所遮止的那些行为，如果是自己所做，心中可能会产生（我没有做出利益众生的行为）惭心，如果是别的众生所做，自己心中可能会产生（我没有能够引导好众生）愧心。

每当这个时候，就应当对于这种种的念头，进行仔细的观察和分析，明确其并没有我相、众生相、所做相的这种无自性的本质，就好像看见一个蛇盘在那里，并不意味着那有一个结，其实根本就没有那个蛇结的存在，所谓的蛇结，根本是不存在的，是没有自性的。

在心中就应当对如此的事情做出如此明确的毫无自性的坚决判断。

**正文：长久之后所获此暇满，应当反复不断勤思考，  
内心应当犹如须弥山，坚定稳固丝毫不动摇。**

讲解：对于从无始轮回以来，直到目前为止，才获得的这个暇满难得的人身之宝，应当经常地、反复地在心中（用因、比喻、数量比较等方法）思维其珍贵之处。

然后就应当让自己的内心，一直非常坚固地毫不动摇地专著在上述的法义和修行方式上面，就好像须弥山一样。

须弥山不能够被任何的大海的浪涛、空中的狂风等动摇半分，就好像我坚定不移的修行之心，根本就不能被贪嗔痴三毒之风所吹动一样。

**正文：秃鹫因为贪著于血肉，互相争抢拖拽而争食，  
那时自心不会不高兴，而今为何维护此色身？**

讲解：当自己生命终结死亡了以后，被天葬的时候，那些秃鹫、狐狸、野狗等就会因为贪食你的血肉，可能互相之间为了一块血肉、一段肠子而争抢，搞得拖拽着血肉四处乱跑乱飞。

在那个时候，作为你自己的内心来说，并不会对这种场景产生任何的不高兴的心理。

那么，为什么现在你还在用种种的言语和行动，来维护这个身体的利益呢？就连别人稍微说一句不好的话，马上都会用言语反击回去呢！

我们的身体，现在并不是非常好，死亡之后也不是变得不好，而是在任何时候，这个身体其实都是一样的，都和我自己的真心是分离的，是不一样的。

既然对死后的身体能够不爱惜，那么现在为什么要爱惜呢？

**正文：执著此身为我所拥有，自心一直尽力护身体，**

### **终究自心身体两分离，因此自心为何护身体？**

讲解：这个身体，往往会被我们认为我自己，或者会被认为是我自己所拥有的身体，正是因为这样的原因，我们的自心才会一直用尽各种办法来对这个身体进行守护。

可是不管是从我们刚刚出生，还是在生存的过程中，还是在生命完结之后，身体和作为自己的自心，永远都是两个，永远都是相分离的（身体是父母精血会聚而产生，而自心则是生生世世的业力所化现），既然如此，为什么自心还要对这个身体那么的看重呢？

从另外的方面来说，自心本来就是不需要身体的，我们往往所认为是自己需要的种种饮食、衣服等的一切的享用，其实几乎全部都是这个身体的需要，自心其实根本是用不着的。

因此，自心为什么要一直为了这个身体而忙碌呢？

### **正文：愚痴自心究竟是为何，不去领受洁净香木身？**

#### **不净集中活动之此身，如此污秽为何要守护？**

讲解：一直以来，很久以来，我们一直以为这个身体就是真正的自己，但其实并不是。那么作为真正自己的自心，一直犯着愚痴错误的自心，为什么不去寻找一个干干净净、可能是檀香等木头所造就、还在不断地散发着香味的身体呢？

而是要领受这个充满了种种不净，能够做出种种活动，如此污秽不堪的身体，并且还要非常爱惜地一直加以守护呢？

我们所吃进来的各种食物，其精华部分则会转化成我们的肌肉血脉等，而糟粕渣滓部分则会暂时存在于我们的肚肠之中。并且还会在八万种虫的作用下，将之转化成为散发着种种恶臭的大小二便（在《佛说胞胎经》中有‘儿生未久揣饭养身，身即生八万种虫，周遍绕动食儿身体。’的说法）。

身体是如此的不净，为了自己还要如此费心费力地进行守护，甚至还不惜造作各种罪业呢？！

**正文：首先观察自己的皮肤，通过心念逐步行解剖，  
血肉以及骨头之网络，智慧之刀逐步深解剖，  
就连骨头也都要破开，一直看到最深之骨髓，  
自问“其中具有实义否？”通过自己如此之观察，  
通过仔细分析和寻找，心汝难见其中有实义，  
那么为何对此生贪著？为何一直精心护身体？**

讲解：为了进一步破除自心对身体的贪著，就要从自己身体最表面的皮肤开始，通过自己的观想，运用自己的智慧之刀，首先破开自己的皮肤，当没有了皮肤的身体出现在自己面前的时候，这个身体还是那么的好看，还是那么干净，那么的值得爱惜吗？

然后在皮肤之下，就是血肉以及骨头所形成的身体架子，或者说网络，在这其中，到底真正的自己存在在哪里呢？这个身体还是那么的好看，还是那么干净，那么值得爱惜吗？

最后一直连所有的骨头都要打碎，一直都要观察到最深处的骨髓，仔细地观察到底其中有些什么非常重要的东西？到底自己存在在什么地方？这个身体还是那么的好看，还是那么干净，那么值得爱惜吗？

经过如此细致和周密的解剖观察之后，的确完全没有办法从这一堆的血肉碎末之中发现任何有实际意义的存在，真正的自己也并不是存在于这一堆血肉当中。

在得出这个结论的时候，再次问自己：为什么一直以来，要对这个毫无意义的身体，产生那么强烈的贪爱之心呢？为什么要一直费尽心机地守护着这个血肉之身呢？

**正文：既然自己吃不下脏物，鲜血自己也不能喝下，**

**不能用嘴吸食胃和肠，身体对汝到底有何用？**

讲解：通过刚才的观察已经发现，整个的身体充满了种种不净，没有任何的意义存在。而且你也吃不下这些种种的不净脏物；血管里面的血液自己也喝不下去；胃肠里面的内容物自己更是难以用嘴巴去吸吮，那么你一直以来尽心守护和爱惜的这个身体，到底对于你自己有什么意义和价值呢？

这是说明这个身体根本没有价值和意义的其中一个方面。

**正文：第二如说“为了狐狸、鹭，能够得到食物而守护，  
故将这名为‘人’之身体，为我所用而终其一生”，  
尽管心汝尽力做守护，因为死主没有慈悲心，  
抢去之后扔给鸟和犬，那时你又能够做什么？**

讲解：刚才所说的爱惜身体的第一个理由：干净、漂亮等已经被我们通过观想解剖展现种种不净和无意义而被破除了。

那么第二个能够被用来说明为什么要爱惜身体的理由就是：为了在死后能够让狐狸和秃鹭等美餐一顿，然后完全为了这种善业而被驱使使用、终其一生。

如果是因为这种理由而对身体加以尽心的守护，那也是完全没有用的。为什么这么说呢？

虽然你打算得很好，可是，等到你死了之后，死主阎王却是毫无慈悲心的，它如果并不听从你的安排，不把你的身体给狐狸和秃鹭享用，而是给了鸟雀和狗儿的时候，你又能够怎么样呢？

**正文：对于不干工作之仆从，不用给予衣服和食物，  
钟爱之身终将会离去，心汝为何爱护此身体？**

讲解：对于自己身边不堪工作的仆从，自己也就不会给予衣服和食物。对于餐厅等工作场合的工作人员，一旦他不再做工作，老板也就不会给他发工资。

那么，自心不管怎么样照顾和爱惜这个身体，这个身体终将不会对自心有任何的功过贡献，而是会离开自心而去，那么自心到底是为了什么要一直爱护和照顾这个身体呢？

**正文：所以对此身体付报酬，是为自己事业之完成，  
对于毫无意义此身体，根本不用给予所有物。**

讲解：所以说，对于这个身体，自心之所以要给它衣服和饮食，让它能够生存下去，其目的并没有什么特殊，完全是为了利用这个身体，来完成自己修行佛法的这个事业，要让这个身体来为自己的修行服务。

既然是为了这个目的，只要这身体能够满足学法修行的目的就可以了，并没有任何必要要给这个身体提供一切所能够见到和想到的所有的享用。

**正文：仅为离开返回之所依，应观身体如同那舟筏，  
为做利益众生之事业，愿此身体成为如意身。**

讲解：舟筏的作用，就是当从河流的此岸，要到达彼岸去的时候使用；或者是从彼岸返回到此岸的时候使用。

身体的作用应当和舟筏一样，为了我们能够解脱轮回，到达苦海的彼岸而使用（修行正法、菩萨行，证悟菩提心）；等到达了解脱的彼岸之后，为了众生的利益再次返回的时候，还是要领受作为舟筏作用的身体，而这时候的身体，其实就是如同如意宝一样的完美的佛陀三身了。

因此，为了成就最终的佛陀之果，我就需要善待这个身体；而且祈愿这个身体能够随着我的修行的不断上进，能够最终成为三身圆满之身。

**正文：自己能够自主身体时，应当恒常保持微笑状，  
勿现忿怒皱纹黑面孔，当成众生之友正直言。**

讲解：正是因为上述自己要借用身体的这个舟筏来修行乃至成就的缘故，在自心能够对身体控制自如（放弃了种种恶业，能够自主地追求善业）的时候，就要一直保持祥和安静略带微笑的面貌，以此来面对所有的众生；而不要摆出一幅生气的黑面孔，也不要摆出忿怒的皱纹，来面对一切的众生。

应当成为一切众生的亲朋好友，要对一切众生正直而言，不能矫枉虚假。

**正文：寻找卧榻等等之时节，勿要出声静悄悄而行，  
开门之时也不要猛力，时常谨慎低声欢喜行，  
水鸥猫咪以及窃贼等，无声悄然谨慎而前行，  
从而能够达成己所愿，菩萨也应时刻如此行。**

讲解：在晚上寻找自己的卧榻准备休息的时候，为了不影响他人，就要毫不出声地静悄悄地寻找；在开门的时候，也不要太猛用力、大声开门；应当时常不出大声地面带微笑地行事。

为什么呢？

当水鸥要捕鱼的时候，当猫咪要捕鼠的时候，当窃贼要盗窃的时候，都是没有一点儿声音地静悄悄地前进，最终才能够达成自己的目的。

那么，作为修行人、作为菩萨而言，也应当时常提醒自己要悄然行住坐卧（就连修行禅定过程中的一些痛苦出现的时候，也都不能出声），以便能够很好地完成自己的目标。

尤其是在进入上师堪布房间的时候，更是要悄然而行，并且在进门之前要敲门征询是否可以入内，如果不这么做，贸然闯入，甚至还弄出很大声响的话，很有可能就会对上师堪布的禅定造成影响。

关于这一点，汉地人们做的很好，大家都非常有礼貌，会敲门、静静地做事。藏族地区的习惯就稍微差一些了。

**正文：对他人言则要善巧说，别人主动指点自己时，  
则要恭敬感激而领受，应当时刻做众生学生。**

讲解：在对他人说话的时候，尤其是可能会指出别人某些不足的时候，考虑到别人的心理，一定要经过仔细思考之后，非常巧妙地把话说出来。否则很有可能就会造成别人的不满情绪甚至生气，因为自己是菩萨，别人对自己生气，会造成别人很大的罪业，因此就必须巧妙地对别人说话。

当别人主动对自己进行指点的时候，或者别人说一些认为会帮助到自己的话的时候，都要非常真诚恭敬地接受这些话语。

如果认为这是对自己的能力和学识的挑战，因而不接受，或者反驳，但同样可能会造成别人的不满情绪，甚至会因此让别人造下恶业。

作为一个修行人，作为一个菩萨，应当时刻把自己当成任何人的学生，学习一切众生值得学习的地方。

但是，别人所指出的那些，并不一定就是正确的，虽然自己都要恭敬谦虚地领受下来，但并不一定完全要按照别人的指点去做事情，而是要根据实际情况，灵活自主的处理。

**正文：对于所有善巧言说者，都要真诚说：“讲得真好！”**

**见到别人做有福德事，也要心生欢喜并赞叹。**

讲解：对于任何人能够很好地善巧地言说，自己都要非常真诚地欢喜赞叹，并且说一声：“讲得真好！”

见到别人做任何善行，做任何有福德的事情，自己也都要真诚地赞叹，并且真诚地在心中为这个众生生起欢喜之心，不能有任何的嫉妒等不良心理。

但是，假如说是一个讲法之人，他有很多的学生正在听他讲法，而实际上他所讲述法义并不是非常的正确，为了避免弟子们的不良心理和情绪，自己仍然要在现场真诚地说：“讲得真好。”

然后私下里找机会，和那个讲法之人，和听他讲法的学生，通过善巧方便的言语，来沟通他讲法之处的缺陷。

**正文：背地谈论别人功德时，自己也要随之而赞叹，**

**别人谈论自己功德后，应当明白是否真功德。**

讲解：如果在当事人并不知情的情况下，有人在自己面前谈论这个当事人的功德的时候，自己也应当随之而赞叹：“真是功德啊！”，哪怕被赞叹的这个人本身是自己的怨敌。

当别人在对自己的功德进行欢喜赞叹的时候，自己除了心存感激之外，还要非常清楚地观察：自己是否真的具有这个功德？

**正文：能令所有行者生欢喜，如此珍宝金钱都难买，**

**因此对于他人之功德，应当视做心生欢喜因。**

讲解：因为自己虽是对他人功德的欢喜赞叹，也能够给他人带来欢喜和开心，他们也就会更加多地做利益众生的功德。

这种能够令他人开心欢喜的事情，简直就是用多少钱都买不来的珍宝！

因此，对于任何人闻思修的功德，都要及时地给予欢喜赞叹，应当把自己的这种欢喜赞叹，当成简单易行的令自己和他人都能够心生欢喜的根本因。

**正文：就算自己此生全无乐，来生欢乐其实更多些，**

**如因过失造成不乐苦，还是来生痛苦更多些。**

讲解：经过这样的修行过程，就算自己今生今世的快乐全部都没有了，因为今生我的随喜他人善行的这种善业，来生我的快乐一定会更多。

而一旦我对别人的善行功德，并没有心生随喜和欢喜赞叹之心，而是出现了嫉妒怀疑等心理的话，不但在今生不会高兴，会感到痛苦，就连来生的痛苦也会更多。

因此，一定要在今生及时真诚地欢喜赞叹别人的功德和善行。

**正文：说话称心又要有关联，语义明白并令人爱听，**

**没有贪爱以及嗔恨意，应当柔和公平而言说。**

讲解：作为一个修行人，一个菩萨，在和别人说话的时候，一定要善巧，要根据对方的心意，说有意义有关联的话语，同时要明明白白地把要说的意思讲出来，还要让对方乐于接受。

在谈话的内容和方式上，不能有对自己的贪爱和偏颇之意，更不能对别人有嗔恨不良之意。

总之，在和任何人谈话的时候，一定要声音柔和、不要高声、语义明确、毫无偏颇的说话。



**正文：眼睛看着其他众生时，应当符合以下之思维：**

**“依于众生我才能成佛”，应以慈悲正直之心看。**

讲解：不光是和众生说话的时候要遵守上述的原则，在眼睛看到其他众生的时候，也要在心中想着：“要引导这些众生最终到达佛陀的果位啊！我自己也要以这些众生为缘，才能证得佛陀的果位啊！”

就连我们的导师释迦牟尼佛，在最初发心的时候，也是以这些众生为缘，才能发起真正的菩提心，如果没有这些众生存在的话，是根本不可能发起菩提心的。

在发起菩提心之后，在无数无量劫的积集资粮的过程中，释迦牟尼佛还是要以这些众生为缘，才能够进行福德和智慧两种资粮的集聚，否则的话，也根本是圆满不了资粮的。

在最后成佛的时候，也是在众生存在的前提条件之下，才能够最终成佛的；如果没有了众生，释迦牟尼佛也是不可能圆满成就无上菩提的。

正是因为一切的佛陀，包括释迦牟尼佛在内，初中后三个阶段，都离不开众生；因此我们现在发起菩提心、修行菩萨行，也都是以众生为缘才能够进行和实现的，就连我们最终的成佛，也是在“为了引导一切众生到达佛地，我要精进菩萨行，我要成就佛陀果位。”

因此，一切众生对我们的重要性，就可想而知了。

在我们布施的时候，也是要布施给众生的；在我们守戒的时候，比如说不杀生的戒律，也是要观待着要被杀害的众生来进行的，如果没有了将要被杀害的众生，哪里还来的让我们不杀生的戒律可以守护呢？

所以可以说，如果没有了众生，就连我们修行任何善业的机会都不会有的。所有的众生，就是我们修行一切善业的根本因。

要在这样想着的同时，怀着对这些众生的慈悲心，毫无偏颇地正直坦荡地观看。

**正文：应当恒常醉心于学习，当成对治手段来学习，  
功德田和利乐田以及，痛苦田等都能增大乐。**

讲解：在一切的学习和修行的方式方法中，能够坚持不懈恒常努力所带来的功德和利益是最大的。比如说念诵《金刚经》，比如说修行禅定，如果是三天打鱼，两天晒网，时而念念，时而坐坐的话，虽然也可以有一些功德和利益，但是力量却是非常的微弱。

如果昨天念诵了一遍《金刚经》，今天念诵一遍《金刚经》，后天也会念诵一遍《金刚经》，以后每天都念诵一遍《金刚经》；昨天修行了一座禅定，今天也修行一座禅定，明天还会修行一座禅定，以后每天都修行一座禅定，等等。这种方式所能够带来的功德和利益，则是不可思议地巨大。

所以，从实践的时间方面来说的话，能够日日坚持不懈地坚持下去，其所带来的功德是非常大的。

从力量方面来说，如果把所有的修行行为，全部都当成了对治和降伏一切恶业的手段而专心学习专心实践的话，所能够带来的功德是非常大的。

比如说在对三宝进行顶礼的时候，如果能够为了消除自己的罪障，增加自己的善业，怀着极大的信心而进行顶礼的时候，一定会带来非常大的功德；而如果只是应付差事，敷衍了事地进行顶礼，那就不会有多大的功德了。

同样的，如果在布施的时候，能够怀着极大的慈悲心而进行布施，本着对治自己的吝啬烦恼的心理而进行布施，那就一定会获得非常大的功德。

从对境方面来说，有二种资粮田：功德田和利乐田。

所谓的功德田，就是三宝，因为他们能够给我们带来究竟的功德利益，因此三宝就是我们的功德资粮田。

所谓的利乐田，就是父母亲，因为他们对我们的无限的关爱，能够带给我们世间的最上利乐，因此父母亲就是我们的利乐资粮田。

而上师，则总集了上述两种功德田和利乐田的特性，因此上师是更加重要的对境。

对他们的种种善业，能够带来更大的功德和利益；对他们的种种不善，自然也就能够带来更大的过失和罪业。

还有所谓的第三种对境，那就是痛苦田，也就是正在处于种种痛苦之中的一切众生，因为他们的种种痛苦，就好像重病之人一样，如果能够对他们做出种种善业，那不但他们的痛苦能够减少，自己所能得到的快乐，也是不可估量的。

相反，如果对于正处于痛楚之中的一切众生，产生伤害的话，那给自己带来的痛苦，也会是非常大的。

**正文：善巧、具信坚持自己做，所有一切所做之事业，  
不要产生任何看待心。**

讲解：作为一个修行人，一个菩萨，在做任何的菩萨行的时候，都要对于善恶的取舍非常善巧，并且要对于一切的善业非常具有信心、欢喜地去做。

过去在觉沃阿底峡大师来到藏地的时候，他每天都自己和泥、做擦擦。但是在藏族传统中，大喇嘛是根本不用干活的，只要安坐着，讲讲法、念念经、闭闭关就可以了。

因此他的弟子们就对他说：“大师啊！这些活我们弟子来做就好了，你是大班智达，你根本不用亲自作擦擦，这让别人看见多不好啊！”

阿底峡大师听到了弟子们的请求后，就直接回答说：“那你们干脆连我的饭也一起都吃了吧。”

什么意思呢？一切的善业，都是自己造作和积累的，任何人都不能代替自己去完成，就和“自己要想不饿，就一定要自己吃饭”是一样的道理。你们把我要做的善业做了，这和我要吃的饭吃了是一样的道理。

因此，我的饭我自己吃，我的善业我自己做；你们的饭你们自己吃，你们的善业也要你们自己做。

而且，对于自己所做一切的自利利他的一切事业，都不要有任何的看待，也就是说不要有“这件事情，我是为了某某而做的”这种非常狭隘的看待限制的思想。

只有毫无看待、毫无执著、无我相、无众生相等的见地具足了，才是真正的菩萨行。

比如说，自己要对这个身体进行照顾，就不要有“这是为了我自己而做的”这种想法，而是要有“这个身体是我利益一切众生的事业可以得到成办的基础，一切众生的事业，其实也就是我的事业，因此没有任何分别和看待的情况下，我要对这个身体加以照顾”。

**正文：布施波罗蜜多及等等，只能一一向上而追求，  
勿为下方一度舍上度，关键还是利益他人之心。**

讲解：在六支波罗蜜多，六度当中，是有上下或者说重要性之分的。

布施不如持戒重要、持戒不如忍辱重要、忍辱不如精进重要、精进不如禅定重要、禅定不如智慧重要。

在处理这种菩萨行六度的过程当中，不能为了前面不太重要的一度的完成，而舍弃了后面更加重要的一度的完成。

但是，这样的有关于六度的说法，并不是截然理解就可以的。最关键的还是要看是否能够利益其他的众生。

比如说，如果一个菩萨执著于“勿为下方一度舍上度”，就说我为了持戒的原因，布施就不用作了。这其实是不正确的。

如果布施真的能够带给其他众生利益，那么布施还是要做的。

所以说，菩萨的一切事业的最关键之处，并不是呆板地守护着种种的戒条，而是要根据实际情况，灵活地进行调整和处理，而调整和处理的最关键的标准，就是是否能够带给其他众生更大的利益。

**正文：明白之后对于利生事，自当精进恒常而修持，  
具大悲者具有彻见目，遮止之事有时也开许。**

讲解：在明白了上述的道理之后，一个菩萨就应当完全毫无停顿地精进于一切可以利益其他众生的事业。

虽然有时候看起来属于损害某些众生利益的事情，但是如果是为了更多众生的利益，还是可以做的。

这是完全圆满的具足了无缘大悲的佛陀，用他那可以洞察一切福德因缘的智慧之眼观察之后，而对本来遮止的行为所做的开许。

当然，开许的前提是：这样做能够带给更多的众生更大的利益。

比如说，我们的导师释迦牟尼佛，在某一个前生作为一个“具大悲者”菩萨的时候，他和其他五百个商人一起乘船进入大海，希望能够寻找到珍宝。

很不幸地，他们遭遇了一个非常残暴的海盗，海盗指挥他的人马，控制了整个船只和所有的人后，这个海盗计划全部杀死这些商人，把他们的珍宝抢夺后据为己有。

这个时候，菩萨就耗费了非常多的心力和时间，反复地思考着应当怎么办：首先，要解救这五百个商人的生命；第二，要解除海盗杀人的无间罪业。

最后菩萨决定：自己前去杀死这个海盗。如果能够杀死这个海盗，那么自然五百商人的性命就能够保全了；如果自己不舍杀这个海盗，而任由海盗杀死了这五百个商人，因为这五百个商人其实也是菩萨，那么这个海盗因为杀死了五百菩萨所获得的罪业，那实在是太大了，海盗因此可能就要在无间地狱中遭受无数无量劫的痛苦。如果我自己杀死了这个海盗，因为这个海盗并不是菩萨，因此我就只会得到杀害了一个生命的罪业。那么，为了解救五百商人五百菩萨的性命，为了不让海盗遭受无间地狱的痛苦，杀害一个生命的罪业就由我一个人来承担吧。

在这样决定了之后，菩萨就寻找机会杀死了海盗，救出了五百商人。

后来在释迦牟尼佛成佛之后，还是因为本次杀死海盗的因缘，释迦牟尼佛也得到了脚部被尖刺刺伤的痛苦来作为果报。

另外，如果有一个非常吝啬的大富豪，菩萨从他的家里偷来很多的财物，然后供养给三宝，并且在供养的时候，根本就没有丝毫为了自己的利益的想法，完全是为了这个富豪的今生和未来世的一切利益而做的供养。

在这种情况下，菩萨的这种偷盗行为，也是被佛所开许的。菩萨并不会因为这种偷盗的行为，而获得太大的恶果。

**正文：对于恶趣众生失怙者，以及禁戒行者施衣食，  
自己饮食当多少适宜，除三衣外一切皆布施。**

讲解：对于那些已经堕入恶趣的众生，比如说鸟雀、猫狗等，以及没有任何依怙的乞丐等人，以及那些守护种种禁戒的行者们，菩萨都应当施于他们饮食和衣物。

比如说，在过去的印度，出家比丘每天都要进城去乞食，乞到食物之后，都会给周围的鸟雀、猫狗、乞丐、修行人等都分食一些，自己吃一些。

作为一个修行人，一个菩萨，每当自己在饮食的时候，不能吃得过多，以免发生贪睡、愚痴、贪淫的过失；也不能吃的过少，造成对这个修行菩萨行的所依的身体的伤害。

应当将自己除了三种法衣等修行必需品之外的一切所有，全部都布施给其他的众生。

在讲述这部分有关布施的内容的时候，因为作者佛子希瓦拉本身是一个离戏论的瑜伽士，他并没有什么饮食，也并没有什么衣物，虽然最初的时候他还是个国王的儿子，但是在他出家了之后，就什么都没有了。

如果他还是个王子的话，那么他要写有关布施的内容的时候，一定就会写要布施金银、珠宝、宝马、仆从等非常珍贵的所有；但是在写这本书的时候，希瓦拉其实自己都身无长物，因此在这本书中，并没有写布施那些非常贵重的财物，而只是写了最基本的饮食、衣物等内容。这同时也就是为什么在本书中，除了布施度之外，其他的五度都单独有一章节的内容的原因了。

这其实也说明了这本书，根本就是作者本人实际修行的真实写照。

**正文：此身是为修行正佛法，请勿为小原因伤身体，  
能够如此思想这般行，众生心愿迅速能圆满。**

讲解：我们现在的这个身体，完全是为了修行正法而需要进行守护的身体，是为了修行善业而需要滋养的身体，是为了一切众生的究竟利益而需要守护的身体。

千万不要为了些小的理由和原因，而随意地对这个身体造成太大的伤害。

比如说，如果为了非常广大的众生的利益，对我们这个身体造成一些伤害的话，这是没有问题的；但是如果仅仅是为了芝麻大小的众生利益，就随意地对这个身体造成伤害，那是不允许的。

这是针对刚开始修行的初发心菩萨来说的，因为这个时候的菩萨，还没有证到见到空性的初地，还不能够真正舍身。

如果能够真的在心中获得了好像上述的种种要求的思想和认识的话，也就是说如果真地在内心深处，能够不对这个身体产生贪恋和执著之心，能够不对这个身体的种种过度的享用产生耽著和吝啬之心，能够自然而然如意自在的舍弃自己的身体以及享用的话，同时也不会为了非常微小的一点儿利益，而对身体造成伤害的话，那么利用这个一味地修行正法的身体，自己和所有众生的一切心愿（远离痛苦、获得快乐、成就佛果），都会迅速地得到全部的圆满。

**正文：当慈悲心还未清净时，不要作出舍弃身体事，  
不论为了什么之理由，仅为成办大事而舍身。**

讲解：现在我们这些还在修行过程之中的人来说，我们的慈悲心还没有得到圆满，还没有得到清净。也就是说，凡是处于资粮道和加行道的修行人来说，其慈悲心都是还没有清净彻底的。

在菩萨证得了初地之后，慈悲心才真正算是得到了清净。因此到了这个时候，如果为了众生的缘故需要舍身的时候，不论是针刺刀砍，都犹如木头一般，不会有任何痛苦的觉受。

不但没有任何的痛苦觉受，如果从真言密乘的角度来说，还会在针刺刀砍的同时，反而生起殊胜的大乐，而这种大乐，比起世俗的男女欢爱时候的大乐还要强烈。

我们现在的这个身体，稍微有一些伤害，都会感觉到非常的痛苦；而一旦努力的修习真言教法，尤其是修习圆满次第的教法成功之后，不管是任何的触碰，还是用刀砍剁，都会生起不共的大乐。

但是在显乘的教法当中，并没有关于大乐的说法，而仅仅说是好象木头一样，不会有痛苦的觉受，不管是砍头也好，砍手也好，都不会痛苦。当然，这是已经达到初地菩萨之后的情况了。

但是对于我们现在的这些修行人来说，这些所谓的菩萨来说，小小一点点的伤害，都会

带给我们明显的痛苦，这就是我们的慈悲心还没有得到清净的表示了。

如果在这个时候，我们看到有些众生需要我们的身体，我们就要准备舍身给他们，但是当刀架在我们的身体上的时候，我们就可能因为忍受不了身体的痛苦而产生了不愿意的想法，或者在砍掉之后又产生了后悔的想法，而这种种的想法，就会增加我们的罪业。

因此，在目前我们的大悲心还没有究竟的情况下，倒不如不去盲目匆忙地做出类似舍生的事情好些。

在本书作者佛子希瓦拉的《学处总集》中说：“就好像需要精心守护药树的幼苗一样。”

当一个非常有药力的药树，还仅仅只是一个幼苗的时候，并不适宜去摘叶子、砍树枝等去做药，而是应当非常仔细地、精心地进行守护，等到药树长成的时候，自然就可以随意地取树叶树枝等做药了。

那么，是不是说我们因此就完全不用考虑为众生舍身了呢？那倒也不是。

一旦我们非常明确：比起来不舍身，这次为了众生的舍身，的确能够给众生带来非常大的利益的时候，而且自己也能够真实地作出舍身的行动的时候，还是需要舍身的。

比如说，有两个国家正在打仗，而之所以开战的理由，仅仅是为了某一个众生。如果这个众生本身就是个菩萨的话，在他明白了这场残酷的战争，仅仅是为了自己这一个人而展开的，如果自己死掉了，那岂不是就不用打仗了吗？

这样想了之后，因为这个时候的舍身，的确能够带给两个国家非常大的和平的利益，而且这个菩萨又自己能够真的舍身的话，那就应当舍身了。

这就是这个偈句的意思。

在觉沃阿底峡大师没有来到藏地之前，藏地法王赤松德赞的后裔一族，都是非常诚信的佛法信仰和修行者。在他们的后裔中，有两个人名叫香秋埃、益西埃，他们听说了阿底峡大师的功德之后，为了利益藏地的佛教和众生，就打算从印度迎请阿底峡大师到藏地来。

可是在半路上，他们被途中的一个加劳国王抓住了，关进了监狱，这个国王应当属于伊斯兰教的信仰者。

然后国王说，如果你们能够拿出来和一个人一样重的金子，我可以放人。

就这样，香秋埃继续被关在监狱中，而益西埃就四处去筹借金子，终于差不多有和一个人的重量差不多的金子了，就去对香秋埃说，金子已经差不多够了，我这就准备把你赎出来，让国王放人。

可是这个时候香秋埃说：不用赎我出来了，你把这些金子拿着，去到印度将阿底峡大师迎请到我们藏地来吧，这就是我最大的心愿了。因为在监狱中我已经饱受了种种的酷刑折磨，就算是把我赎出来，我这样的身体，也没有办法很好地利益佛教和众生了。你就按照我说的去迎请大师去吧。

就这样，才有了阿底峡大师来到藏地传播佛教、度化众生的事业。

这就是为了佛教和一切众生的利益，仍然坚决舍身的例子。

**正文：对于不恭敬者不讲法，对于无病包裹头部者，  
手持雨伞、拐杖、兵器者，遮覆头部之人都不讲，  
对于下劣不讲深广法，无伴孤女也不应讲法。  
对于所谓低法和高法，应当相同恭敬均实践。**

讲解：这个偈句讲述的是关于讲法对象的一些要求，而这些要求主要是结合当时印度的实际情况而说的，并不能生搬硬套到现在的不同国家和地区。

如果听法之人是一个病人，那么不论在什么情况和状态下，都是可以给他讲法的，关于这一点，佛是完全开许的。

但是，如果这个人本身就对佛法、对于讲法之人并不恭敬的话，那么就不应当对他讲

法。

如果这个人并不是个病人，但是却包裹着头部，对于这样的人，就不应当讲法。

如果这个人并不是病人，但是却撑着伞盖、拄着拐杖，也不应当对他讲法。因为很多的时候，有着这种情况的人，往往都是为了表示自己的权势、享用、尊贵、威武等，而这样做的，因此并不是对佛法和讲法者充分地尊重，故而就不应对这样的人讲法。

遮覆头部，比如说戴着帽子，用衣服或者袈裟盖在头上等人，也是不讲法的，所以在藏地举行法会的时候，你根本就看不到一个人戴着帽子，头上遮着其他东西，这就是这条规矩的影响了吧。

另外，拿着兵器，也不应当对他讲法。藏族人不是经常都会身上带着刀子吗？但当他们来到喇嘛上师的房间之前，都会把刀子解下来，放到门口，才会进来拜见喇嘛上师，这也应当就是这个规矩的影响了。

对于智慧并不很好的人，是不应当给他们讲述深奥和广大的法义的。比如说，一个人并不怎么了解佛法，你就不应当给他讲述空性。比如说一个人只是喜欢声闻乘自利的法门，你就不应当给他讲述广大的利益一切众生的菩萨行，以免他们听到之后产生恐惧或者怀疑的反应。

对于没有陪同之人的孤身女子，也不能够单独给予讲法，以免造成别人的误会。

对于所谓的小乘的所有教法，以及所谓的大乘的所有教法，作为一个菩萨来说，都应当没有任何执著的非常一视同仁地都加以学习和实践。如果不这样的话，就会带来过失。

在佛的经典中说，如果对于佛的一切法当中的某一些法，认为是最好的；对于其中的另外一些法，认为是最差的，就相当于犯了弃法的过失。这是其中的一个理由。

第二个理由呢，所谓的最好的法，和所谓的最差的法，其实并不是确定的，而是相对而言的。比如说我们自认为是大乘，而称声闻缘觉为小乘，那么是不是说他们一定就低，一定就差呢？并不是这么地肯定。

因为有些众生，学习实践声闻缘觉的教法，会给他带来很大的利益；而另外的众生，则在学习了大乘的教法后，会获得更大的利益。

因此说，佛法并没有什么绝对的高下之分，而是要看听法学法之人，是否能够适应，适应了，就是对这个人来说好的法；不适应了，哪怕是大乘法，对于这个具体的人来说，都不能算是好的法。

因此，作为一个菩萨而言，就应当对于一切佛法，不分高下地全部一视同仁地学习和实践。

应当对佛一切的佛法，都产生完全一味的如同白糖或者盐巴一样的认识。在《一切法集经》中佛说：“文殊，对于佛所说的所有法，如果认为其中的某些法是好的，而其中的某些法是不好的，这就属于舍弃正法了。”

在佛的这个说法中，主要是针对大乘和小乘之间，需要一味看待而说的；但是针对藏地的实际情况，则应当是针对宁玛、萨迦、格鲁、嘎举、苯波等教派之间，要一味地看待，就好像白糖或者盐巴一样，甜就是始终甜、咸就是始终咸。

**正文：对于大乘根器之学人，不应讲述小乘低下法。**

**不应放弃一切之修行，显乘密乘互相不应欺。**

讲解：如果听法之人，是一个大乘根器的人，不论你给他讲述大乘的慈悲心、空性、无因、无果、无佛、无众生等法义，他都能够听明白，那么就不应当用小乘的教法来应付他。如果用声闻缘觉的教法来对他进行引导，那么这个菩萨就具有了过失。

同样的道理，如果对于一个适应小乘教法的人，给他用大乘的教法来进行引导，那这个菩萨同样也就具有了过失。

所有一切的四摄、六度等一切的菩萨的学处，作为一个菩萨来说，永远都不能够舍弃。

对于种种看似不一样的显教和密教的种种教法，作为一个菩萨来说，并不能用其中一种的说法，去打压、抵制、或者否定另外的说法。

比如说，在藏地流传着关于显教经典《金刚经》的说法，如果一个人能够念诵十万遍的金刚经，不但是自己，包括自己的全家人，甚至也包括自己的看家狗，全部都能够证得佛果。

如果你作为一个菩萨，认为菩萨的六度万行才是成佛的关键，光是念诵《金刚经》就能够成佛，并不是正确说法的话，那么就是错误的了。

比如说密乘的《长寿经》中的长寿真言，如果念诵一遍的话，就可以消除有如须弥山那么多的罪业，哪怕是身边的鸟雀等的耳朵中听了一遍长寿真言的话，他们也都会全部证得佛果。

如果你认为那么就根本不用修行什么六度万行，直接念诵长寿真言就好了的话，这还是错误的认识。

就比如说，如果一个众生，他并不懂得如何发起菩提心，并不懂得如何修行大乘空性，对于这种众生，他们应当如何进行修行呢？佛就宣说：只要你们能够一心至诚地念诵三遍或七遍阿弥陀佛的名号，就一定具有很大的功德，就一定能够转生极乐世界。

是否真的具有很大的功德？是否真的就可以转生极乐世界呢？都是真的，佛不会说假话的。

但是至于什么时候可以转生极乐世界，是不是在念诵了三遍或者七遍阿弥陀佛的名号之后，立刻可以转生，或者是此生死亡的时候就一定可以转生呢？这倒不一定。

绝大多数的时候，都是继续会在轮回中飘转，然后就在自己念诵阿弥陀佛名号的这个种子的作用下，经过无数无量劫数之后，等心中能够生起菩提心，能够令大乘种姓觉醒的时候，能够修行菩萨行的时候，就可以成熟善果，就可以转生到极乐世界了。

因此，作为一个菩萨，千万不要对任何大乘小乘显教密教的法有执著，更不能用一个去打压、抵制、否定另外一个法，这很关键。

菩萨就应当观察不同众生的不同根器，而给他宣说适合于他的根器的佛法。

**正文：乱丢齿木随地吐口水，见则应当将之作清洁，  
大小二便如要排放时，应离生活区和饮用水。**

讲解：如果发现别人乱丢洗齿木，乱吐口水的时候，菩萨就应当将之清洁干净。

如果要解决大小二便的时候，应当远离生活区域，应当远离饮用水源。

**正文：不要满嘴食物、大声吃，大张嘴巴吃饭也不可，  
不能长伸两腿姿势坐，双手不要反复地搓弄。**

讲解：在吃饭的时候，不要象猴子吃水果那样地满口都是食物，好像饿极了一样。也不要是在吃饭的时候，嘴巴吧唧吧唧的发出很大的声响。

在食物还没有到嘴巴之前，以及已经到了嘴巴之后，嘴巴不要张得很大。

在佛在世的时候，有一个比丘，吃饭的时候，嘴巴老是张得很大。六群比丘就非常淘气地把一小块泥土，扔到了这个比丘大张着的嘴里。

当大家把这个事情向佛报告了之后，佛就制定了一个戒律：在饭还没有到嘴边之前，和已经到了嘴边之后，都不能大张着嘴巴。

在床上或者凳子上坐的时候，不要长伸着两腿。

在洗脸、洗手的时候，不要像小孩子一样地两手搓来搓去。

上述这些行为，都属于不雅的行为举止，菩萨应当尽量防范。

**正文：卧榻、坐垫安坐、骑乘时，都不能与女子在一起，  
世间一切会舍信之事，见到或者问到都不做。**

讲解：当菩萨在卧榻、坐垫、凳子等上面安坐的时候，或者在骑乘马、大象等坐骑的时候，不要和女子坐在一起，除了自己的母亲和姊妹以外。如果是在家的修行菩萨行者，再加上除了自己的妻子之外。

如果坐在一起的情形，被世间本来就不信佛法的人看到的话，就会更加的没有信心。

如果被一个尚具有信心的人看到的话，也会对佛法变得没有信心。

所以，作为一个菩萨，应当了解在世间之人的眼光之中，什么事情什么举止是不恰当的，然后为了避免别人以此作为对正法不信的理由，就应当不去做所有这类的行为。

而这种行为到底是什么，可以自己观察或者询问当地人，就会明白。

**正文：要为别人指路之时节，不要伸着个别指头指，  
应当恭敬并使用右手，平伸手掌指示其方向。**

讲解：在别人向自己问路，自己要给别人指示方向的时候，不要仅仅伸出某个指头来指示，也不能用大家都认为污秽的左手来指示，而是要用右手，并且要伸展全部的指头，用整个右手掌指示给别人。

**正文：取物不要故意用大力，应轻举止并伴声提示，  
或者使用响指等提醒，不能出现不如法行为。**

讲解：在去拿东西的时候，如果本身东西比较轻巧，比如说碗、杯子等，就不要故意作出很费力的样子，应当轻柔地举止。

如果东西本身比较沉重，需要用比较大力气的时候，这个时候很费劲地去拿东西，就没有什么不好的了。

如果两个人之间需要沟通的话，就要开口招呼之后才说，或者使用响指等声音提醒之后才说话，而不能不招呼就说话，弄得别人摸不着头脑。当然也不能用“喂”、“哎”等不太礼貌的声音来招呼。

一切的行为都应当清净如法。

**正文：类似枯主涅槃入睡姿，应当朝向所喜方向睡，  
怀有正知迅速清醒心，刚入睡时定要如此修。**

讲解：我们的衲主释迦牟尼佛在日常入睡和最后涅槃的时候，都是头朝北方、面朝西方，右侧卧，右手在右脸颊下，左手伸展于左腿之上，以这样的姿势进行的。

修行菩萨道的人，在睡眠的时候，也应当用这个姿势入睡。

当然，并不一定非要头朝北方、面朝西方，也可以根据自己的房屋和卧室的具体情况，选择合适的方向而入睡。

在每一次准备入睡的时候，既可以按照上师瑜伽相关的睡眠瑜伽的方式入睡，也可以按照“在我的面前是释迦牟尼佛，正在全身放光，光芒正在照在我的身上，对我施与加持”的这种想法而入睡，这就是属于六随念当中的随念佛。

但是最关键的，就是要通过不断检视自己的菩萨行的这种正知，提醒自己要尽快醒来，尽早开始新的一天的菩萨行，在这种警惕心的提醒之下，进入睡眠才好。

如果能够做到这一点，就连睡觉也都是在修行善业了。

**正文：菩提萨埵种种之所行，佛陀也说其实属无量，**



**关键其实还是要修心，一定一生当中常修习。**

讲解：在大乘的经典当中，所谓的菩萨行，菩萨学处，实在是无数无量，甚至说释迦牟尼佛本生传记当中所做过的一切的行为，全部都属于菩萨行的范畴了。

但是，如果要从这无量的菩萨行当中，进行一下提炼和归纳的话，最重要的菩萨行到底是什么呢？那就是修心了。

所谓的修心，就是要运用正念和正知，在自己的贪嗔痴三毒还没有净治完全之前，在自己的功德还没有圆满之前，不断地精进修行，这就是修心了。

修心，是所有菩萨学处当中的最关键的部分；也是所有菩萨戒当中，最关键的部分。

在前面我们已经明白的讲过了六度当中最关键的就是心性、自心，其实也是强调修心的重要性了。

**正文：白昼以及夜时各三遍，应当念诵《三聚忏悔经》，  
依靠佛陀以及诸佛子，非根本堕其它罪可净。**

讲解：当一个菩萨，出现了根本堕或者其他支分的罪业的时候，应当如何进行净治呢？

应当在白天和夜晚分别念诵三遍《大乘三聚忏悔经》，其中就包括了忏悔罪障、随喜功德、回向菩提三部分的忏悔仪轨。

通过这样的昼夜念诵，依靠佛陀和菩萨的加持，依靠自己对于愿行菩提心的温习，就可以清除了根本罪之外的其他任何罪障，但是属于根本罪的罪业却是不能得到清净的。

如果按照唯识派的说法的话，菩萨的支分罪障有八十条；按照中观派的说法的话，菩萨的支分罪障有四十六条。

不管怎么说，只要是属于支分罪障的部分，只要能够在白天和夜晚分别念诵三遍上述的三种法聚经，都可以当下得到净治。

那么，对于那些根本罪的罪业，又该怎么净治呢？

按照中观派的说法，那就要通过《虚空藏菩萨经》中所提到的方法来进行净治了。在这部经中，对于初发心菩萨所出现的一切罪障，不管是根本罪，还是支分的罪业，都可以通过虚空藏菩萨的加持而进行净治。

按照唯识派的说法，只要另外寻找一个可以传授菩萨戒的教授师，重新领受一遍菩萨戒，那么所有的根本罪和支分的罪业，也都全部可以得到净治。

**正文：不管为了自己或别人，不管暂时如何做行为，  
对于一切所谓的学处，都应当下努力精进学。**

讲解：不管是为了自己的修行更多善业的原因，还是为了一切众生的利益等原因，也不管自己目前暂时在做着什么事情，只要是属于一切经典中，一切菩萨所做的行为，只要是属于一切的菩萨行的内容，自己都要在当下就努力地学习。

最为基础和概括性的，就是本书中所提到的各种学处。

**正文：一切佛子不应学习之，所谓知识根本不存在，  
经过如此学习之智者，绝对不会得不到福德。**

讲解：为了能够利益一切的众生，对于佛子菩萨来说，根本就不存在菩萨不能学习、不应当学习的所谓知识。不管是所谓的大五明，还是小五明，或者印度的十八种技艺，还是现代的种种知识，只要是为了一切众生的利益，都是菩萨可以学和应当学的。

虽然说一个菩萨并不可能完全精通所有的知识，但是至少在所有的这些知识当中，根本就不存在一个类型的知识是菩萨不应当学习的。

如果一个菩萨，已经对于种种的知识，都已经非常了解和精通，都已经清楚地知道了

其中的种种关键，已经成为了这种知识方面的智者，再加上他学习这些知识的目的，都是为了利益其他一切的众生，那么对于这个智者来说，又怎么可能没有功德和福德呢？！

正是因为这种原因，过去的嘎当巴的那些善知识们，都有一个学习的习惯，就是去到铁匠、陶匠等跟前，去学习种种的知识，并且自己还要亲自的实践。

**正文：不论直接或者是间接，非利众生之事都不做，  
为了利益一切之众生，一切都回向给妙菩提。**

讲解：不论菩萨学习任何一个方面的知识，其目的都是为了直接利益一切的众生，或者间接地利益一切的众生；菩萨对于不能利益其他众生的事情，是根本就不会去做的。

而且，在做了种种直接（如讲经说法、布施衣食等）或者间接（现在不会直接产生利益，但是对于这个众生的未来、来世等，一定会有利益的种种行为）利益一切众生的事业之后，为了更好地利益众生，菩萨还应当把自己过去、现在、未来三世所做的一切的善业和善根，全部都回向给无上的菩提。

**正文：恒常对于真正善知识，所谓善巧大乘理义者，  
以及精进菩萨行之人，即是舍命也不应舍弃。**

讲解：不论是在大乘、小乘还是密乘，对于一个修行人应当依止的善知识、师父、上师的种种要求，都有很多种的说法。

而在大乘方面来说，对于一个善知识的要求，最关键的就是这个偈句中所说的内容了。

一个菩萨，对于真正的善知识，应当依止，不但要依止，就算是舍弃自己的生命，也是不能舍弃这个真正的善知识的。

那么，什么人才算是真正的善知识呢？

就是要非常懂得一切大乘的理义，懂得菩提心和菩萨行，懂得非常深奥广大的空性的道理，同时也能够精进地修持这种种的菩萨行，这种人，才能算是大乘的善知识，才可以去依止。

**正文：德生菩萨传记经文中，详述如何依止贤上师，  
此经以及其他佛所说，经论一读即可全了知。  
经典之中广泛有论述，故而应当去阅读经典。  
所谓《虚空藏菩萨经》者，则是最初应当阅读者。**

讲解：在《华严经》中，德生童子和有德童女两位菩萨，对善财童子非常详细地讲述了应当如何依止上师的种种情况，大家可以从中去学习了知。

另外，在很多的显密经典当中，也有很多有关如何依止上师的内容，就需要大家去广泛地阅读各种经论了。

在那么多的经典之中，如果要学习有关菩提心、菩萨行的种种知识的话，最先应当阅读的，就是《虚空藏菩萨经》了。

**正文：为何需要恒常菩萨行，其中广泛详细有说明，  
归纳菩萨《学处总集》文，也当反反复复阅读之。**

讲解：为什么要首先阅读《虚空藏菩萨经》呢？

因为在这部经当中，非常详细广泛地说明了菩提心、菩萨行的重要性，并且还有归纳和提点。

因此对于这个经典，就应当经常反复地去阅读和学习。

如果根器非常锐利的话，就可以自行去广泛地阅读所有的经典。

或者，可以阅读作者佛子希瓦拉所撰写的《学处总集》。

**正文：或者可以专门去阅读，汇集诸经之《显教总集》，  
至尊龙树菩萨所撰写，两部集经也当精进学。**

讲解：如果连作者佛子所撰写的《学处总集》都难以完整学习的话，就可以看同样是作者佛子所撰写的《显教总集》，这个相比较而言简略些。

如果喜欢更加简要的内容，就可以学习至尊龙树菩萨所撰写的名字相同的两部集经。

**正文：内容当中如若没遮止，皆应依照其义修行之，  
为了守护世间之心念，既见经文即应实践之。**

讲解：不管是一切的佛教经典，还是佛子希瓦拉所撰写的两部集经，还是至尊龙树菩萨所撰写的两部集经，其内容都是涉及到如何理义一切众生的发心和实践，只要是在其中没有明确说不应当做的，都要毫无违犯地遵照其义而实修。

为了守护世间之心念，为了更好地利益一切众生，只要看到了《学处总集》的内容，就应当信受奉行。

如果只是表现在口头的念诵经文上面，是不可能对自己和一切众生有任何的利益的。

**正文：身体心理一切之时处，应当反反复复作观察，  
如此简单加以归纳义，即是守护正知之含义。**

讲解：不管在身体心理的任何时间，都要反复地观察身口意三门，是否符合善行，是否符合菩萨行，这样子随时随地地进行检查和分析的行为，就是守护正知。

这也就是整个这一章内容的最后归纳。

**正文：身体能够如此而实践，如仅限于口头有何益？  
犹如用药仅仅是念药，如何能对病人有利益？**

讲解：以上所讲的所有的菩萨行的内容，所有有关正知的内容，必须要身体力行地予以实际的贯彻执行，这样才会对一切众生和自己带来真正的利益。

如果仅仅是限于口头的应诺，而没有实际的行动跟上来，那就相当于对病人仅仅是念了念药的名字而已，在病人没有真正地吃药、调整饮食起居的情况下，是不可能对病人有实际的治疗效果的。

因此，菩萨行的关键，就是实践。

《入菩萨行论》之第五章守护正知章竟。

## 第六章 指示忍辱

**正文：一千劫数之中所累积，布施以及供养佛陀业，  
不论何种善行之累积，一念忿怒即会全摧毁。**

讲解：一个修行人，一个菩萨，在整整一千劫之中所能够累积出来的布施一切众生的善业，以及供养一切佛陀正法圣僧的善业，以及其他种种精进持戒的善行等，只要有一念的忿怒嗔恨之心，全部都会被降服，全部都会被毁坏。

在这一个偈句中，整整一千劫，我们可以理解成真正的数量计算，也可以理解成描述时间非常长久的一种形容说法而已。

忿怒是不是能够将一切这个菩萨所累积的善业全部都摧毁干净呢？也不是，他只能毁坏供养、布施、持戒所获得的善业。并不能毁坏忍辱所获得的善业，因为忍辱本来就是忿怒的对治手段，就好像刀子可以用来切割酥油，刀子就是酥油的对治手段，而酥油并不能反过来切割刀子是一个道理。

精进于供养、布施、持戒，因此而获得的善业，可以被忿怒毁坏；但是如果精进于忍辱、精进于禅定、精进于智慧所获得的善业，并不能被忿怒毁坏。

禅定，因为是一心不动的一种状态，忿怒并不能动摇，而且一旦因为禅定功夫的上进，来生就可以转生在色界天，而色界天根本就不存在所谓的忿怒，因此禅定也属于忿怒的对治。所以说，忿怒并不能毁坏禅定所带来的善业。

当然，忿怒根本就不可能伤害到智慧。

所以说，一念忿怒，只能够毁坏布施、供养、持戒所能够获得的善业。

那是不是这一念的忿怒，能够将布施、供养、持戒所能够获得的善业，全部都毁坏干净呢？那倒也不是。忿怒只能毁坏还没有被回向的那些善业，而一旦善业已经被正确地回向了，不管是上士道的回向，中士道的回向，还是下世道的回向，只要是回向过了的善业，比如说已经回向给无上的菩提了，那么忿怒也是不能够毁坏这些善业的。

举一个并不十分恰当的例子，一个人很有钱，但是他所有的钱全部都已经存放到银行里面了，因此当一个窃贼到来的时候，根本就偷不走那些钱了。

因此，这个偈句，很明显地是说明了忿怒之念对一个修行人，一个菩萨的善根的严重影响；但是同时也说明了随时随地对自己所做的善业进行回向的重要性。

**正文：没有大过嗔恨之罪业，没有难过忍辱之苦行，  
因此应当对于如下之，种种忍辱认真地修学。**

讲解：相比较起来而言，在所有的种种罪业当中，再也没有比嗔恨心更加严重的罪业了；而在所有的种种难行苦行之中，再也没有比忍辱更加难以实修的苦行了。

因此，对于作者佛子希瓦拉将要在下面详细说明了种种忍辱的实践，要认真地加以修学。

为什么嗔恨心的罪业就如此之大呢？

首先，在前面的内容中我们曾经说过，如果对一个已经发了菩提心，领受了菩萨戒的菩萨，心中产生了一念嗔恨心的话，未来会导致一劫的地狱之苦。这就说明了嗔恨心会带来的恶报会有多么的强大。

另外，基本上大家比较公认的三毒的直接果报，也基本上就是：贪心果报是饿鬼，愚痴果报是旁生，而嗔恨果报则是地狱，这也说明了在三毒之中，嗔恨心的力量是最大的，果报也是最严重的。

如果按照密乘的说法，我们每一个众生的身体上面，都存在着六道的种子字，而其中地狱的种子字就在足底。每当一个人因为嗔恨心而忿怒的时候，他的心识在业风的推动之下，就会朝向足底的地狱种子字前进一分。也就等于地狱的恶业也就增加了一分，而对于这个人来说，地狱的显现也就更加浓厚了一分。

为什么说没有强过忍辱的苦行呢？

因为嗔恨心的罪业太大，所以因为嗔恨心所引发的忿怒，也是最难以忍受和平复的，一旦能够对嗔恨心和忿怒通过忍辱不令其产生真正的罪业的话，这种忍辱，比起来断食、比起来持戒，等等，都要艰难很多。

而且，在佛的经典中，对于修行忍辱所能够获得的功德和利益，也描述得非常多，大家可以从更多的经典当中去了知。

**正文：嗔恨痛苦心中生起时，心灵自然不可能平静，  
自然不能得到喜和乐，夜不能眠昼不能安稳。**

讲解：为了更好地学习和修行忍辱，自然首先就要清楚地了知需要对治的嗔恨所能够带来的种种痛苦和不善。

当一个人的心中因为种种的原因生起了嗔恨之心的时候，当这个人的怒火充满了整个身心的时候，这个人除了感觉到非常痛苦之外，根本就不可能在心中感觉到平安、感觉到祥和、感觉到欢喜、感觉到快乐，甚至连最起码的平静都根本不可能拥有。

甚至也会因此而晚上睡觉也睡不安稳，白天什么事情也都不能够正常地进行，恐怕连正常的三餐都不会安稳地吃下去，完全进入了一种类似于疯狂的状态。

**正文：虽一直用珍宝和侍奉，尽心跟随所谓的恩主，  
因为恩主本身易忿怒，可能随时被仆从搏杀。**

讲解：比如说一个恩主和一个仆从，不论这个仆从如何地恭恭敬敬、毫无怨言地侍奉着这个恩主，哪怕是用珠宝对这个恩主进行供养和巴结，可是只要这个恩主非常容易生气，非常容易忿怒，别说是对这个仆从加以言语詈骂，拳打脚踢，甚至连想要杀掉这个仆从的事情，都是有可能发生的。因此，这个恩主很有可能反而会被仆从反击而搏杀。

而这一切，都仅仅是因为这个恩主易怒的缘故。

用这个假设（其实在过去的社会生活中，这种情况的确是非常常见的）的情况，也能够很好地说明嗔恨心、忿怒的严重后果。

**正文：其人也会令亲友厌烦，施财施物众人也不随，  
总之忿怒之人能安乐，此事根本不可能存在。**

讲解：这个非常容易因为嗔恨心而忿怒生气的人，就连自己的亲友都会感到厌烦他，因此不论亲友、子女还是仆从，哪怕是给别人饮食，哪怕是送给别人财物，大家也都不会和这个人亲近。

不用说太多，总之一句话：一个易怒之人，如果说他在生气的时候也能够得到安乐，那这种事情是根本就不可能存在的。

**正文：忿怒之敌如上种种事，最终所获全部为痛苦，  
聪明之人如降服忿怒，此时他时必能得安乐。**

讲解：忿怒之心，就犹如我们每一个人的敌人一样，如果因为忿怒之心而做出了类似上面所做出的种种事情，或者是其他类型的种种事情，我们可以很肯定地说：对于这个人的今生和来世，肯定充满了种种痛苦。

而一旦明白了这个道理的人，一个真正的聪明人，一个修行菩萨行的人，如果他能够降服自己的嗔恨心和忿怒的话，那么可以肯定地说：这个人的今生和来世，一定会充满了种种的安乐。

**正文：对己施加种种所不欲，或者障碍种种己所欲，  
内心不乐之食如被享，嗔恨必增令我被降服。  
因此我应对此忿怒敌，断其饮食从而降服之。**

讲解：在前面的内容中，我们说明了嗔恨心和忿怒的种种过失，说明了要降服嗔恨心和忿怒的必要性。

但是如果我们并不懂得为什么会出现嗔恨心和忿怒的话，也是没有办法去真正降服的。

在佛教的经典中，对于忿怒的产生是这么说的：首先，在我们的内心中，从无始以来，就存在着无明、烦恼、三毒的种子，其中就包括嗔恨；第二，在我们于轮回中到处流转的时候，也会存在种种能够激发嗔恨的对境；第三，也是因为我们自己的原因，我们会对外界的对境产生种种的妄念，在这三种条件会聚的时候，嗔恨心和忿怒就会表现出来了。

在这个偈句中，就很明确地讲述了为什么会出现嗔恨心和忿怒。

当别人对我们施加了我们所不愿意的种种的时候，比如说伤害我们或者我们亲友的身体、财物、权势等；或者当别人对我们所希望拥有的种种造成了障碍的时候，比如说好名声、高收入等，在这两种情况出现的时候，如果我们的内心因此而感觉到不快乐，这就好像我们给嗔恨提供了食物一样，嗔恨心就会因此而增长，忿怒也就会因此而产生，我们也会被忿怒所左右。

在明白了这个道理之后，我为了能够降服嗔恨心和忿怒，不让他们有得以滋生和发展壮大的机会，我就应当断绝他们的饮食，也就是我不能对上述两种情况产生不快乐、不高兴的心理。通过这种方式，只要我在心中不产生不快乐和不高兴的念头，不让嗔恨和忿怒有发展壮大的条件，那么我就可以降服嗔恨和忿怒了。

**正文：对我施加种种之伤害，即为此敌唯一之工作，  
因此不论各种之情况，我之欢喜心都不能乱。**

讲解：对于属于烦恼三毒之一的嗔恨，以及它所引发的忿怒而言，它们并没有其他别的任何的工作，所有它们工作的中心，完全就是在今生后世，对我进行种种的伤害，带给我种种的痛苦。

因此对于我来说，为了不让它们对我进行伤害的目标达成，我就要在任何不同的情况下，尤其是上述两种我所不愿意看到的情况发生的时候，都不能在心中产生任何的不高兴、不快乐，也就是说我根本就不能让我心中的快乐有丝毫的动摇。

只有这样，才能不被嗔恨心和忿怒所左右。

**正文：所欲不成或让我不快，我之善业就会变衰退，  
如果事情还能够挽回，心中为何还要有不快？  
如果事情根本难挽回，心中不快又有何意义？**

讲解：当上述两种情况：我所不欲出现、我所欲遭障碍，如果这个时候我的心中出现了不快，那么直接就会让我的善业和善根变得衰退。

假如事情还能够挽回的话，我在心中产生的不快，甚至进一步所产生的忿怒，又有什么必要呢？将事情挽回就好了。

比如说撕烂了我的衣服，或者让我的身体受伤，衣服的破口可以缝补，身上的伤口可

以治疗痊愈，为什么要心生不快和忿怒呢？

假如事情根本就不可能挽回的时候，就算我在心中非常不快，甚至进一步忿怒了，又会有什么作用和意义呢？反正已经完全不能挽回了。

比如说烧毁了我的衣服，杀害了我的兄弟，反正衣服已经没有了，反正人已经死去了，这个时候生气忿怒还有什么意义呢？

况且，亲人被杀，已经是失败了一次了；如果再毫无意义地忿怒生气，伤害了自己的善根，岂不是又失败了一次了吗？

**正文：对我或者对我之亲友，施加痛苦、欺凌、恶言等，  
或者讥毁等种种不欲，我当对敌反其道行之。**

讲解：不管是任何的众生，包括我和我的亲友在内，都有种种的不欲，如果我的敌对方，对我或者我的亲友施加了种种不欲的时候，比如说殴打我们令我们身体痛苦，欺侮我们令我们心里痛苦，恶言对待我们、讥讽诋毁我们等等，每当这个时候，我都不能因此而生心不快，或者忿怒，而是要反其道而行之，否则就会导致我的善业被毁坏。

在这个偈句中，列举出来了非常多种类的修行忍辱的对境：

首先，对于敌对方施加给我自己的痛苦、欺凌、恶言、讥毁等，我要忍辱。

第二，对于敌对方施加给我的亲友的痛苦、欺凌、恶言、讥毁等，我要忍辱。

第三，要对敌对方做出令他快乐的事情、不欺凌他反而布施他、要温言对他、要赞美他等，这些我都要忍辱。

第四，要对于障碍我安乐的人，要忍辱；对于障碍我布施的人，要忍辱；对于障碍我温言的人，要忍辱；对于障碍我赞美的人，要忍辱。

第五，要对于障碍我亲友安乐的人，要忍辱；对于障碍我亲友布施的人，要忍辱；对于障碍我亲友温言的人，要忍辱；对于障碍我亲友赞美的人，要忍辱。

第六，对于障碍敌对方遭受痛苦的人，要忍辱；对于障碍欺凌敌对方的人，要忍辱；对于障碍恶言对待敌对方的人，要忍辱；对于障碍讥毁敌对方的人，要忍辱。

以上种种，就是一个修行菩萨行的修行者，需要时常修行忍辱的二十四种对境。

如果再结合过去、现在、未来三世，那就总共会有七十二种忍辱的对境了。

**正文：安乐之因实在太少见，痛苦之因实在非常多，  
无痛苦就不会有出离，故而菩萨当承受痛苦。**

讲解：我们现在所生活的这个轮回之中，因为恶业容易做而善业不容易做的原因，导致我们的安乐之因实在太少，而种种的痛苦之因却非常之多。

但是对于一个修行人，一个菩萨来说，没有了痛苦，也就不会有出离轮回的这种强烈出离心了。因此，菩萨应当对于种种的痛苦，坦然接受，并且还要将这种种的痛苦，当成自己发起强烈出离心的助缘，当成自己精进修行的助缘。

比如说米拉日巴大师，如果没有他的亲人抢夺了自己的全部家财，他必定也就是个世间的富豪而已；也正是因为出现了这样的大痛苦，米拉日巴将这种痛苦反而当成了自己出离和精进修行的助缘，才有了他最终的大成就。

**正文：信仰破苦行女、嘎纳巴，遭受焚烧砍剁种种苦，  
全部都属无意义忍辱，为解脱故我何须惧怕。**

讲解：破苦行女，是自在天的天妃，也是外道们信仰的诸神之一。

过去当自在天在藏地的冈底斯雪山修行外道的法门，正在禅定之中的时候，他断除了所有的不净行，完全修行着清净的梵行。

当破苦行女刚刚来到自在天身边的时候，并不能干扰他的修行；然后当破苦行女对着自在天先后射出三支箭之后，自在天的禅定就逐渐地动摇了，最终就对破苦行女产生了贪恋之心，破除了自己的禅定。而他们两个人也就有了不清净的行为，成为了夫妻。

因为能够破除自在天的苦行禅定，自在天妃邬玛才有了破苦行女的名字。

而那些信仰破苦行女的修行外道的人们，经常会扛着代表着破苦行女的三尖卡杖嘎到处行走，当他们要修行的时候，就用这个三尖卡杖嘎分别从自己的大腿两侧和肛门中央刺进去，一直从两侧肩膀和头部透出来，以为这样的修行苦行就可以得到解脱，因此而死了很多人。

所谓的嘎纳巴，有几种说法，一种是该地方的人一直在打仗，一方将另外一方的人抓住后，就用火烧死，或者砍头砍手砍脚而死；另外一种说法是当地人盛行活人殉葬，甚至现在在印度的某些地方，还隐约地保存着这种习俗；还有一种说法是，他们每逢日食月食的时候，就会对自己进行火烧、砍头、砍手、砍脚等行为，以为这样就可以得到解脱。

上述这些种种的主动或者被动的痛苦，其实对于解脱来说，完全都是没有任何意义的。

他们这些人，都可以毫无意义地领受如此的痛苦，我现在是为了究竟的解脱，是为了一切众生的根本利益，对于种种的痛苦，我还会害怕和恐惧吗？我一定会像勇士一样地坚决承受的。

比如说，当别人用言语侮辱自己的时候，就可以想：“他还没有打我，骂几句算什么！”；当别人殴打自己的时候，就可以想：“他还没有杀我，打几下算什么！”；当别人杀自己的时候，就可以想：“他只不过是杀了我，并不能把我送到地狱，那又算得了什么！”

**正文：只要能够用心去串习，没有不变容易的事情，**

**因此首先串习小痛苦，逐渐就能忍辱大伤害。**

讲解：这个世界上，任何一件事情，只要慢慢地去适应，都是可以接受的。

修行忍辱也是一样，只要从小的痛苦上面逐渐地去串习，最终一定能够非常自如地对任何大小的伤害都可以忍辱。

就比如说老虎和狮子，如果是初次见到的话，基本上都会非常的恐惧和害怕。可是如果你和它们慢慢地逐渐接近熟悉了之后，你不光是可以亲近它们，抚摸它们，甚至偶尔打打它们也都不会有问题。

**正文：毒蛇牛虻以及蚊虫等，饥饿口渴种种之苦难，**

**或者皮癣类似之痛苦，毫无意义忍受何曾少！**

**炎热寒冷下雨和刮风，患病被绑或者被打等，**

**我都不会哭喊“受不了”，如若那样痛苦会增长。**

讲解：在日常的生活中，类似的毒蛇噬咬、蚊虫叮咬、饥饿、干渴、皮癣剧痒等种种毫无意义的痛苦，谁都是可以忍受的，这些事情难道还见得少吗？

好像蚊子，在印度和汉地非常多，但是在我们的麦宿地区，就非常少了。虽然非常少，但是我们这里的蚊子，个头却非常大，差不多有人的手指肚那么大。

我们这里有些喇嘛，也会在夏天蚊子出现的时候，以蚊子作为对境来修行身布施，他们会赤裸着上身，坐在山上蚊子多的地方，任由蚊子来吸食自己的血液，基本上没有几天，身体就会变得非常虚弱了。

安章寺那里的蚊子就非常多，只要接近树林，差不多就漫天全部都是蚊子了。

可是非常奇怪的是，藏地的蚊子，不论在外面有多少，也不管白天或者黑夜，房子里面却是根本没有的，它们根本就不进到房子里面来，不管房子里面有没有点香，也不管房子里面有没有熏烟，谁也不知道这到底是什么原因。



不论天气的严寒或者酷热，不论天上刮风或者下雨，不论是身患疾病或者被绑被打，如果自己认为“实在忍受不了啦”，那么痛苦的伤害自然还会显得更加厉害一些。

但是如果自己首先能够心理上就好像勇士一样地能够承受，那么种种的痛苦，自然就显得更加容易忍受一些了。

**正文：有人看见自己在流血，反而会变得更加勇猛，  
有人看见别人在流血，自己却会恐惧而昏晕。  
这些都是因为心坚韧，或者内心懦弱而导致，  
因此应当坚韧对伤害，痛苦自然也就不厉害。**

讲解：这里讲的是世间常见的一种现象：有些人看见自己被别人或打或砍流出了血，不但不会退缩，反而会更加勇猛地冲上前去。

而另外有一些人，仅仅是看见了别人在流血，自己却会被吓得昏倒在地。

这些情况的发生，其实根本原因都是在于内心的坚韧程度：如果内心坚韧，忍辱能力强，就会变得更加勇猛；如果内心懦弱，承受能力差，就会变得很快退缩。

过去，在我的家乡，有一个富豪，名叫昂旺巴登，他的妻子名叫才嘎，我妈妈也认识他们。

因为他太过于富裕了，太过于享受了，因此他的身体，就非常难以忍受各种困难和艰苦，甚至穿着羊皮衣服都会感觉到冷，因此他每到寒冷的时候，都只能穿狗皮衣服，只有这样，才能感觉到温暖，才能过冬。

可是等到民主改革的时候，他的东西全部都被充公了，他甚至比一般的贫农都要赤贫。这个时候，别说是狗皮衣服了，就连羊皮的衣服也根本都没有了。

那他怎么过冬呢？别的好心人，把一件非常老旧、毛几乎都快要脱落光了的一件破破烂烂的老羊皮衣服施舍给了他，这个时候，他穿上这种破衣烂衫，反而也能够过冬了。

这就是内心可以影响行为和感受的一个例子。

所以，对于一个修行忍辱的菩萨而言，就应当坦然、勇敢地面对种种的伤害，如果能够做到这一点，那么痛苦的感觉自然就会变得轻微了。

**正文：智者即使面对痛苦时，内心坚定则不会受苦，  
烦恼之人遇到战争时，痛苦伤害反而特别多。**

讲解：懂得忍辱的一个智者，即使面对别人的伤害，自己反而会因此而感到开心，这是自己更加精进的助缘，因此对智者而言，反而没有什么痛苦。

但是对于一个烦恼之人来说，因为不懂得忍辱，当他遇到一个战争的时候，他所会遇到的痛苦和伤害，反而会特别多。

**正文：一心对治种种之痛苦，一心降服嗔恨等怨敌，  
如此能够获胜乃勇士，其他之人仅能砍尸体。**

讲解：对于一心修行，要降服自己一切痛苦的菩萨来说，他们会逐渐地战胜自己最根本的嗔恨等无始轮回以来的根本敌人，从而成为内在的真正的一个勇士。

而世间一般人所认为的勇士，仅仅是能够杀死敌对的手（而这个对手，不杀他，他也会死的），其实就相当于在砍剁对方的尸体而已。

**正文：另外痛苦还具有功德：可以清除自己之骄慢，  
可对轮回众增慈悲心，更厌恶业更喜作善业。**

讲解：在上述对于痛苦的功德描述之外，痛苦对于一个修行忍辱的菩萨来说，还具有

以下的功德：可以帮助自己更好地清除自己对于种姓、权势、学识等等的骄慢之心；也可以帮助我们对众生在轮回中所受到的种种苦难而生起慈悲心；从而令我们更加生起对造作恶业的厌烦，对造作善业的追求。

**正文：对于胆症等等之病因，带给自己病痛不生气，  
对于有心之人何必恼？一切都是因缘所引发。  
如同自己并不愿生病，疾病却会降临自身体，  
同样自己根本不愿意，种种烦恼降临自身心。**

讲解：对于那些能够导致自己生病的胆、风、黄水等病因，自己从来都没有生气忿怒过；那么，对于带给自己伤害的那些敌对者，又为什么要生气忿怒呢？因为从带给自己伤害的这个角度上来说，这些毫无意识的病因和有心有思想的众生，完全是一样的啊！

所有的这一切，全部都是因缘条件会聚之后自然发生的。

就好像自己并不愿意生病，但是种种不同的疾病却会在种种饮食、天气、起居、心态等种种条件汇聚的时候，就会在自己身上发生一样；自己同样并不喜欢贪嗔痴等种种烦恼，不喜欢这些烦恼带给自己的痛苦，但是种种的烦恼却会在各种条件具足的情况下，降临在自己的身心。

同样的道理，那些带给我们伤害的那些敌对者，也是在内心的种种烦恼、外界的种种条件汇聚的情况下，才造成了我们的伤害，并不一定就是他们心中想着一定要伤害我们。

因此，对于敌对者，尽管我们受到了伤害，感受到了痛苦，也根本就不用生起忿怒。

所以说，既然已经明白了这所有的种种伤害，其实根本就是来自于各种条件的汇聚，根本就没有任何恒常存在的自性，这其实也就是明白了种种伤害的没有自性、属于空性的本质；在明白了这种空性的道理之后，自然就可以非常自然地修行忍辱了。

**正文：虽然没想“我要生气了，”人们不由自主就生气，  
虽然忿怒没想“要生气，”忿怒自然而然就出现。**

讲解：如果说，我之所以生病，那些病因的胆、风、黄水等，并不会对我产生“要让人生病的想法”，所以即使我生病了，我也不会对这些病因产生生气和忿怒。

但是对于那些敌对者却不一样，他们当然是在想着：“要伤害这个人”的时候，才会带给我们伤害和痛苦的，因此我自然就要对敌对者生气忿怒。

这样子的想法其实还是错误的。其实这两类事情在本质上还是一样地。

当一个人遇到了哪怕是一点点的外缘条件的时候，虽然他没有想着：“我要生气”，怒气自然而然就出现了；虽然忿怒没有想着“我要生气”，忿怒也是自然而然地就出现了。

反过来说，所谓的我们的敌对者，如果没有外缘条件的存在，他怎么能对我们进行伤害呢？而当外缘条件具备的时候，就算他根本就没有想着要伤害我们，也会不由自主地忿怒，然后就造成了对我们的伤害。

就比如说镜子中的影像，镜子并没有想着说“我要显现出来这个人的影像”，才会在镜子中出现影像，而是在因缘汇聚（光线充足、镜子光洁、自己来到了镜子跟前等）的时候，自然就显现出来了影像。

同样的道理，自己也没有想着说“要让影像出现”，才会在镜子中出现影像，也同样是在种种条件具足的前提之下，自然就会在镜子之中显示出来自己的影像了。

而影像也不会说自己要显现出来，才会在镜子中出现影像，也是因缘具足的时候自然而然就出现的。

因此，敌对者并没有因为想伤害我们，而来伤害我们，一切都是因缘的会聚而已，根本就用不着生气和忿怒。

**正文：所有一切种种的过失，以及种种罪障和恶业，  
全部都是因缘力所生，全部都非可以自主者。  
所有因缘汇聚之时节，也并没有“令生起”之念，  
过失罪障生起之时节，也并没有“我要生”之心。**

讲解：不论是生老病死种种事情，还是杀生害命种种罪障，或者是贪嗔痴等种种烦恼，全部都是因缘之力所产生，全部都不是可以自主地，它们根本就没有可以自主地条件。

当一切因缘汇聚的时候，也根本就不需要一个“要让某事生起”的念头，就会自然而然地出现了。

比如说一棵树的生长，完全是在因缘汇聚的情况之下发生的，并没有一个园丁对树说“长吧”，树才会生长；也并不是树对自己说“我要生长”，才生长的。

因此，不管是“自生（自己的心念、意识等所产生）”，或者是“他生（外界的环境、对境所生）”的观点，其实全部都是不正确的，因为因缘发生作用的过程中，并没有一个自心的存在。

正是如此，那些带给我伤害的敌对者，也并不是可以自主自觉地说要伤害我们，即使表面上看来好像是如此，但实际上，完全都是毫不自主地就出现了对我造成伤害的动作和结果。

所以，我作为一个修行菩萨行的人，在明白了这种道理之后，就不应当对造成我伤害的这个敌对者产生任何的生气、忿怒、报复等念头，而是要对他的这种被烦恼所控制的会给他自己带来痛苦罪业的行为，生起强烈的慈悲心。

**正文：所谓认为“胜性”在操作，或者认为“神我”在操作，  
胜性想着“让我来创造，”这种说法并不能成立。  
胜性无生自然无胜性，此时何来“我创造”之念？  
神我恒常散逸在外境，自然散逸不可能中断。**

讲解：上述的说法，一定会引起外道们的激愤。为什么？

因为在他们外道看来，全部都是因缘汇聚的这种说法并不正确。

比如说，有些会认为是天神在掌管着人间的一切，如果你把它侍奉高兴了，它就会让你上天堂；如果你让它不高兴了，它就会让你下地狱。

如果是信奉自在天的人们的话，就会认为一切都是由自在天决定的，它想造天神，就会有天神；它想造人，就会有入。人间哪有什么善和恶，一切都是由自在天的念头所决定的。

在数论外道看来，有一个胜性或者冥谛或者主的存在，或者说神我的存在，他们认为不论是外部的器世间的日月星辰山河大地还是内部的情世间的一切六道众生，总之所有的轮回中的一切，都是由“胜性或者冥谛”这个最高的统治者造成的。这个胜性，永恒不变、功德圆满，是一切的情器世间的创造者，包括山河大地、六道众生、色声香味触法等一切对境，全部都是它创造出来的；但是它并不是这些情器世间的享用者。

而所谓的“神我”，也是一种恒常永久的存在，由这个神我来享用着整个的轮回，享用着所有的色声香味触法等对境；但是神我并没有任何的功德，他并不能创造世界和众生。

因此，如果按照外道的说法，这种种的痛苦和欢乐，都是由至高无上的胜性说“让我来创造出来吧”，之后才有了那些种种的痛苦和欢乐，根本就没有任何的因和缘的关系。这其实是错误的观点。

因为按照外道的说法，这个胜性，是无生无死的，是永远恒常的，是永久存在的。

那么，这个胜性，到底是有生还是无生？如果是有生的话，那肯定就不是恒常和永久

的；如果是无生的话，它都不存在了，就好像龟毛兔角一样虚无，又怎么可能创造、出生呢？

另外，如果说神我是专门恒常存在来享用色声香味触法的，那么，它就会对着哪怕一弹指的声响，都会在轮回不空之前一直在享用。

否则，在有弹指声音的时候，就有神我来享用；没有弹指声音的时候，就没有神我来享用，那岂不是说神我成了无常的了么？

而一旦这个神我哪怕是为了一弹指的声音，都会永远地享用下去，那岂不是否定了神我在享用一切的这种观点了么？

关于数论外道的详细观点，将会在第九章智慧度的时候进行分析和论述。

**正文：如果认为神我属恒常，犹如虚空明显无动作，**

**就算会遇种种之因缘，纹丝不动又何来动作？**

**就算可动又如前分析，彼之动作又能做什么？**

**就算彼之动作如等等，又和因缘有什么关系？**

讲解：如果说，前面所谈到的“数论外道的神我可以享用，胜性可以创造，二者都属于恒常”的这个观点被否定了的话；另外一种外道（吠陀外道）的观点就是这个神我，并不去对外界进行什么享用，这个神我，并没有我们所认为的心识，它只是好像虚空一样地遍布整个轮回世界。

那么，因为虚空什么都不可能做，永远就是那样的存在着；因此这种神我，也就应当什么都不会做，就算是种种因缘条件会遇了，也不可能有任何的动作，那么又怎么能够给轮回带来什么痛苦和快乐呢？

就算这个虚空一样的神我能够做出动作，那么在它做动作的时候，又会是什么样的动作呢？

如果说这个神我就是“如此如此的动作”，那这种种动作，和敌对者伤害我的这个事情中的种种因缘又会有什么样的关系呢？

况且，一旦这个神我有了任何的动作，那岂不是有悖于“这个神我本身就犹如虚空一般地恒常不动”的这个基本观点了么？

**正文：因此一切全都不自主，因此也就不被“他”作主，**

**如此了知则对一切事，知其如幻自不会忿怒。**

讲解：因此我们就可以知道，一切种种的事物，全部都是根本不能自主地，当因缘条件会遇的时候，就出现；当因缘条件消散的时候，就消散。

也根本不可能由胜性做主，也根本不可能由神我做主；更不可能由自在天、天神做主。

那么这些种种的因缘条件，是否具有自主性呢？也没有任何的自主。所有的种种因缘条件，全部都是在往昔或者说之前的种种因缘条件汇聚的情况下，才会出现的；只要之前的因缘条件没有具足，现在的种种因缘条件根本就不可能完全出现；而一旦之前的因缘条件充足了，现在的种种因缘条件也不可能不出现。因此，这种种的因缘条件，其实也是不可能自主的。

比如说，现在敌对者对我造成的伤害，是因为业果的作用而作出的；而业果，则是建立在往昔的各种因缘之上的，如此一直前推下去即可。

正因为一切都是因缘所生，因此就完全如梦如幻，我自己如梦如幻、敌对者如梦如幻、敌对者伤害我的事情，也是如梦如幻，在完全明白了这个道理之后，哪里还会生气忿怒呢？

这种修行，其实就是属于忍辱的最高方法：了知空性而忍辱。

**正文：如说“就算采用对治法，对治岂非也是如幻化？”**

**“采用对治能够令痛苦，不再继续”是故当对治。**

讲解：如果说按照上述的理解，一切都是因缘所生，完全如梦如幻，那么，岂不是也不应当对嗔恨心、忿怒等采用忍辱的对治手段了吗？因为就连忍辱也应当属于如梦如幻，也不应当了啊？

这种说法从了义层面上看来，确实是正确的。至尊龙树菩萨曾经说过：“我宗认可一切法如幻，自然也就没有任何可以否定的法了；那么，你们这些执着实法存在的人，一直在说我否定了四大、否定了五蕴、否定了种种法，我根本就不承认；因为这些四大、五蕴等一切法，根本就是名词而已，并没有真正的存在过，我又怎么可能对没有存在过的什么东西去进行否定呢？”

同样的道理，伤害我的敌对者不真实、对我造成的伤害也不真实、我自己同样还是不真实，那么自然对于这个伤害所要采取的忍辱的修行，也就同样不真实了。这种说法根本没有错，完全是正确的。但这是了义层面的观点。

可是从世俗谛上面看来并不正确。为什么？

我们这个轮回，从一开始的三毒出现，一直到现在，虽然说一切都是如梦如幻，伤害我的敌对者如梦如幻、对我造成的伤害和痛苦如梦如幻、我自己的存在其实也是如梦如幻，但是从世俗谛上面来说，既然种种幻象存在，既然这幻化的因缘果真实无欺，那么就可以采用同样都是属于幻象的忍辱这样的对治方法。因为通过这样的对治方法，就可以将同样属于幻化中的今生的痛苦和来生的地狱恶报的瀑流中断，让它不再继续延续。

如果不采用忍辱的手段进行对治，那么虽然一切都如梦如幻，但是种种的痛苦只能越来越多，越来越严重了。

所以说，站在世俗谛的角度来说的话，为了自己今生和来世的安乐，对于别人带给自己的伤害，还是需要进行忍辱的。

比如说做梦，从真实的角度看来，梦就是梦，根本不会有什么真正的敌人、朋友存在；也根本不会有伤害、痛苦、快乐存在。

但是就梦本身而言，梦中所遇到的敌人和朋友，以及相应带给自己的痛苦和快乐等，却都是存在的。

因此对于梦中敌人的忿怒甚至杀害、对于梦中朋友的快乐或者无私帮助等，其实都是具有善恶业的力量。

对于梦中杀敌行为，自己肯定会产生高兴或者满足的心理；对于梦中别人带给自己的伤害，自己进行了忍辱的话，自己也会产生满足和快乐心理，所以说，梦中的行为其实也都具有善恶业的力量。

以上这种观点，是属于大乘般若的看法；但是从小乘的沙弥、比丘戒律方面来说，梦中的一切种种行为，都没有和戒律相关，梦中杀人也就不算犯杀生戒；同样的道理，就算是自己杀了众生，但是如果自己根本就没有要杀害他的心念和动机，无意识地失手害了别人的性命，在小乘观点中，也不算犯杀生戒。

虽然说梦中杀人的行为并没有被认为是犯杀生戒，但是实际上，还是累积了杀生的恶业。这种恶业会如何成熟为果报呢？有些人的观点就是：梦中杀人的果报，将来会在梦中承受。

**正文：因此不论对敌或亲友，只要见到不当之作为，**

**当知“如此全来自因缘”，能如此想则会心安乐。**

讲解：基于上述的原因，当我们看到世间的一切行为，不论是敌对者的种种伤害行为，还是亲友的种种不明智的做法，我们都要在心中提醒自己说：“这一切全部都是因缘汇聚而出现的啊”、“这一切全部都是如梦如幻的啊！”

只要能够时常地如此提醒自己，就不会在心中产生过多地痛苦，而会更多地处于安乐的状态当中。

**正文：假如事情自己能自主，谁人都不愿意得痛苦，  
那么所有一切之众生，岂非不会有任何痛苦？**

讲解：假如说，种种的事情，包括敌对者对我造成的伤害和痛苦，都是能够个人自主意愿决定的话，因此我就应当对这个敌对者产生忿怒的话，任谁都不愿意自己遭受痛苦，任谁都会愿意自己常得欢乐，那么整个轮回当中的一切的众生，一切的有情，就根本不应当会遇到任何的痛苦，应当全部都处于安乐当中才对。

可是事实上，轮回中的一切众生，实在是种种痛苦层出不穷，偶尔得到一点安乐，也会马上就消散掉，所以说，一切的事情，全部都不是自主的，全部都是因缘规律作用下的。

**正文：自己由于不慎令自己，遭受毒刺等种种伤害，  
为了得到美女等原因，一怒之下自己就绝食，  
有人上吊有人跳悬崖，有人服毒有人食不当，  
如此等等无福之行为，伤害自己情况常见到。  
此人自己被烦恼左右，自造痛苦甚至能自杀，  
此时对于别人之身体，哪里还能不造成伤害？**

讲解：当一个人在不小心的时候，比如说鞋子破了，或者光脚走路等等情况下，一不小心，很有可能就会令自己被毒刺扎伤。比如说，在我们藏地，以前我们都是穿藏式鞋子的，那是用牛皮做的。在穿了比较长的时间之后，脚底的皮子就慢慢地变薄甚至会穿孔，在这种情况下，如果自己走路的时候不小心，脚底就会被刺扎伤，我小时候就遇到了很多次。

这并不是别人的原因，完全是自己不小心的结果。

同样的道理，有时候，人们会为了自己得到快乐的缘故，而去追求美女或者珠宝财物，可是假如没有追求成功的时候，一怒之下，就有可能愤然绝食，自己不吃飯了。

甚至有人还会上吊身亡，或者有人还会跳崖身亡，或者有人会服毒自杀，或者有人会吃那些自己身体并不能接受的食物，如此等等，不一列举。

像这些并不能带给自己福德的行为，这些对自己造成种种伤害的行为，这些对自己的今生和来世都会带来痛苦和罪业的行为，我们在世间的生活中，常常能够见到。

是他们自己不想得到快乐，自己愿意接受种种痛苦和伤害的吗？并不是的。

他们的出发点都是为了给自己带来快乐和福德，但是在自己不明白、不小心的情况下，被烦恼三毒所左右，从而才会造成自己的伤害和痛苦，甚至自杀了事。

像这种并不是他们所能够控制的行为，就连他们自己都可以伤害，又怎么会不伤害到别人呢？

因此，当我们明白了这一切并不是他们所能够自主的时候，自然就不会对他们产生忿怒的心情了，自然就能够修行忍辱了。

**正文：这种烦恼控制之凡夫，都能做出自杀之行为，  
就算不生慈悲之心情，又怎能对其生忿怒心？**

讲解：像上述那些被烦恼所控制的凡夫，他们竟然都能够对自己造成伤害，甚至都能够做出自杀的行为。

对于这种情况，对于这些人，我们应当从心底深处生起深深的慈悲之心；就算我们不对他们生起慈悲之心，那也不能再对他们生起忿怒之心啊！

**正文：如给别人带来伤害事，是诸小儿自己之天性，  
对其生气实在不明智，如对能烧之火生忿怒。**

讲解：假如认为那些能够带给自己伤害的敌对者，他们的天性，他们的出发点，就是要伤害别人。

那就好像那些还没有长大成人的小孩子们的淘气游戏那样，自己也不应当对他们生气。如果对这样的情况都生气了，那么，当你被本来就能够焚烧一切的火焰烧伤的时候，怎么不会对火焰爆发雷霆大怒呢？

既然你都不会对天性如此的火焰生气，那么自然你也就不应当对那些带给你伤害的人产生怒火了，因为你已经认为那是他们的天性了。

**正文：如说种种过失是偶然，并非此等众生之天性，  
那就更不应对其生气，犹如因烟对虚空忿怒。**

讲解：前面说的一种情况是：伤害别人是这种人的天性的话，自己不能对他们生气。

这个偈句中说的是另外一种情况：伤害别人，并不是这种人的天性，而仅仅是在偶然的情况下，他们伤害到了别人。

如果是这种情况的话，更加不能对他们伤害我们的行为生气了。为什么呢？

就好像天空一样，本性就是安静祥和的，不会伤害任何众生的。

但是在非常偶然的情况下，天空中充满了烟雾，烟雾令我们呛咳不断，涕泪横流。在这种情况下，我们能够对天空生气吗？肯定不能！

那么同样的道理，我们又怎么能够对本性善良，只是偶尔情况下对我们造成伤害的这些众生气呢？

**正文：实乃棍棒击打在我身，如果我对持棒者忿怒，  
此人亦为嗔恨所操控，故而应当对嗔恨忿怒。**

讲解：当一个人拿着棍棒击打我们身体的时候，实实在在的是棍棒打在了我们的身上，那我们是应当对棍棒生气呢？还是应当对拿着棍棒击打我们的人生气呢？

如果我们对棍棒生气，那我们就不应当对这个人产生忿怒。

可是往往我们是不会对棍棒生气的，我们往往会找寻操纵这个棍棒的人，会对这个人产生忿怒。

如果是这样的话，这个人也不是最终的操纵者，他也仅仅是被嗔恨心所控制，才会造成我们伤害的，既然自己都不会对棍棒生气，那么也就不应当对被烦恼所操纵的这个人生气了。

我们唯一应当产生忿怒的对象，其实只能是嗔恨心而已。

而对于嗔心的忿怒，要对治嗔心，那就是修行忍辱了。

**正文：往昔之时我曾对众生，做过如此伤害之事情，  
因此现在恼怒之众生，对我作出如此伤害事。**

讲解：在别人对自己造成伤害的时候，应当想着：“过去的时候，我曾经如此如此的对别的众生进行过伤害，曾经造下了这种恶业。现在这个恶业成熟了，所以我才会遭受到这种伤害，因此，我根本就不应当对给我造成伤害的这个人产生忿怒之心。”

这也是修行忍辱的一种思维方式，是从业之因果方面来进行的。

**正文：伤我武器以及我之身，同为我此痛苦之本因，  
因此武器伤我身体时，我应对于哪个生忿怒？**

讲解：这个偈句所讲的，又是另外一种忍辱的思维方式了。

当一个人拿着棍棒或者刀斧对我的身体造成伤害的时候，我的身体是这个伤害最终能够形成的因，而伤害我的棍棒刀斧等武器，则是令这个伤害最终能够形成的助缘。

如果没有了我的身体，仅仅只有棍棒或者刀斧，这种伤害也是根本不可能产生的；如果光光只有我的身体，而根本就没有棍棒和刀斧，那也不会造成对我身体的伤害。

因此，当棍棒和刀斧最终施加到我的身体上，因缘会聚，对我造成了伤害的时候，我到底是应当对自己的身体生气忿怒呢？还是应当对棍棒和刀斧生气忿怒呢？

既然我不会对我的身体产生忿怒，那么自然也就不应当对棍棒刀斧、乃至对操控着棍棒刀斧的敌对者，产生忿怒了。

**正文：所谓燎泡就如同我身，触碰不得实在太痛苦，  
贪爱颇重将此执为我，如遇伤害当对谁忿怒？**

讲解：当一个人身上长了燎泡的时候，那是碰不得也摸不得，哪怕是仅仅轻微的接触，都会带来难忍的痛苦。

我们的身体就和所谓的燎泡一样，也是非常的娇嫩，忍受不了丝毫的不顺和逆境；同时，这个身体还非常具有贪恋，贪恋任何好吃的、好喝的、好穿的、好用的。

在我们自心的执着之下，我们将这个身体当成了我们自己，或者当成了我们自己的身体。

在这种情况下，一旦这个身体遭到了伤害，我们到底应当对谁产生忿怒呢？是对这个身体产生忿怒呢？还是对我们自心产生忿怒呢？

**正文：人们都不喜欢有痛苦，可是都在贪恋痛苦因，  
自己过失造成自伤害，为何要对他人生忿怒？**

讲解：虽然说每一个众生都不喜欢自己有任何的痛苦，但是他们却都在贪恋和追求种种痛苦的本因，比如说对这个身体的贪恋，比如说对种种恶业的贪恋等等。

最后因为自己所造的种种恶业的缘故，而造成了对自己的种种的伤害，根本的原因都在自己身上，那为什么还要对别人产生忿怒的心情呢？

**正文：比如地狱景象之狱卒，树叶犹如刀剑之森林，  
皆因自己恶业所显现，为何要对他人生忿怒？**

讲解：就好像地狱中的种种显现一样，比如说长着种种凶猛野兽头颅、拿着种种武器的狱卒，比如说树叶完全都是种种刀剑的森林，比如说铜床铁柱、熊熊烈火等等，这所有的一切，并不是有人专门制造出来的，而完全都是自己的种种恶业所自然感召和显现的。

在面对地狱景象的时候，我们并不会对地狱狱卒生气，也不会对刀剑森林生气，也不会对熊熊火焰生气，因为这全部都是我们自己恶业感召所显现的。

明白了这个道理，在别人对我们进行伤害的时候，这同样也是自己的恶业显现而已，为什么还要对别人生气忿怒呢？

**正文：自己恶业感召之所致，出现种种伤害已事物，  
如说众生因此入地狱，难道不是自己所造成？  
而且通过如此之因缘，因为忍辱我之罪报灭，  
并且通过我之此因缘，众生则会常受地狱苦。  
原来是我伤害了对方，对方对我反而有利益，  
那为什么我要忿怒他，这是多么颠倒之行为？！**



讲解：敌对者并不是对我平白无故地生起了忿怒之心，要来伤害我，而是在我自己的恶业的感召之下，才出现了这种情况，才造成了对我的伤害。

就这样，在我自己往昔恶业的感召之下，敌对者对我造成了伤害；因为我是个修行菩萨行的菩萨，这个众生因为对我造成了伤害，因此他就造下了严重的恶业；未来世的时候，他必然就会遭受地狱的恶报，难道这不是我自己造成的吗？

换句话说，因为这个众生伤害了我，因此他未来就会进入地狱受苦，也算是已经遭到了痛苦，我还对他生气忿怒干什么呢？

而且，通过我修行忍辱的这个过程，我自己的往昔恶业所能够感召的种种恶报，也会越来越消耗完了；在这个同时，那些伤害我的那些众生，则会因为对我这个菩萨所造成的伤害，而会长久地在地狱中遭受痛苦。

这么说来，这些众生不断地对我造成伤害，我则因为修行忍辱而令我的罪业不断地得到清净；这些众生反而因为伤害了我而进入了地狱受苦。

在这种情况下，如果我还对他生气忿怒，那实在是太过于颠倒不堪的事情了。

所以，我更不应当对伤害我的众生生气忿怒。

**正文：“假如我因如此之心念，具有功德则不入地狱，  
因为我是为守护自己，如何会有如此之果报？”  
如果我回报他以伤害，那就不是守护我自心，  
我之修行也就会衰败，所谓苦行也就会坏灭。**

讲解：如果按照上面的说法：我自己往昔的恶业，感召了敌对方，敌对方伤害了我，清净了我的恶业，对我有了利益，他反而因为伤害了我，造下了恶业，来生要进入地狱受苦。

那么这个众生在对我有了利益的情况下，反而进入了地狱，其实应当是我造成的，我应当属于造作了恶业，我也应当下地狱受苦才对。

其实这种想法是错误的。

因为在我修行忍辱的过程中，压根就没有丝毫“要伤害到这个伤害我的这个众生”的想法，我根本不会想着“你伤害了我，你要下地狱”。

在这种情况下，我没有伤害别的众生的想法，反而有修心忍辱的想法，假如说我所修行的忍辱会带给我功德的话，那我来世就不应当进入地狱受苦，反而应当获得安乐。

那如果说你修行忍辱会具有功德，那么那个敌对方因为帮助你修行了忍辱，为什么还会进入地狱受苦呢？他应当不入地狱才对。

这种说法还不对。

因为修行忍辱，是我自己为了守护自己的自心而修行的，那个伤害到我的敌对方，并没有任何要帮助我修行忍辱的想法，也并不是要守护他自己的内心，而是要伤害我，因此我有忍辱的功德而他并不会，所以他还是会进入地狱受苦的；而我却不会进入地狱。

在这样的情况下，如果我能够很好地修行忍辱，不对这个伤害我的众人生气和忿怒，那么因为我对于自心的守护，他的怒火也慢慢会变得消退，他的罪业也就会变得小一些。

假如我反过来对这个众生回报以种种伤害的话，他的怒火不但不会消退，反而会变得更厉害，他最终的恶业也就更加严重；同时，这种行为不是守护我自心的行为，我所谓的菩萨行也就会衰败，我所谓的忍辱苦行也就会坏灭，对于双方都没有好处，一切都会变得没有任何利益了。

**正文：自心并非有形之身体，谁也没有办法控制它，  
一旦自心贪著于身体，身体就会受到伤害。  
那些诋毁粗暴之恶言，那些讥讽嘲笑之词语，**

### **根本不会伤害到身体，为何自心如此之忿怒？**

讲解：当一个敌对方的伤害施加到我们身体的时候，我们到底是为什么生气忿怒呢？是因为他伤害到了我的自心而生气，还是因为他伤害到了我的身体而生气呢？

我们的这个身体，本身就和外界的山石土木没有区别，身体本身并没有什么情绪的反应，哪怕是被伤害。

我们的这个自心，本身并没有什么实体，别说是一个普通凡夫了，就算是自在天神，就算是九地菩萨，任谁都不会真正地伤害到我们的自心。

可是，为什么我们会受到伤害呢？

那时因为，我们的自心，对这个身体产生了执著，执着这个身体就是我们自己，或者执著成为我们自己的身体。

在这种情况下，身体才会感受到种种的伤害，有自己带给自己的，也有别人施加给自己的。

那些别人说自己的种种的诋毁诽谤的言语，那些刺耳难听的言语，那些讥讽嘲笑的语言，根本就不可能对自己的身体造成任何的伤害，那么作为自己的自心，为什么还要如此的生气忿怒呢？

**正文：别人对我作出不善事，因此不论今生或后世，  
只要我能不吃这一套，我又怎会接受不了呢？  
如果因为障碍我所得，我就根本完全不接受，  
我之所得全然抛弃后，只能处于种种罪业中。**

讲解：对于别人带给我的种种不恰当、不善的言语和行为，只要我在今生或者后世，不对这一套产生生气和忿怒，这些不善的言语和行为，就不会对我造成任何负面的影响，我又怎么能接受不了呢？

如果是因为别人的种种对我不善的言语和行为，障碍了我获取更多的财物所得，我就应当不接受，就应当生气、忿怒、分辨、找还的话，当我死去的时候，当我不得不抛弃所有这一切所得的时候，就只有种种的罪业能够陪伴着我了，那该是多么痛苦的事情啊！

因此，我对于别人对我的种种不善的言语和行为，根本就没有必要接受不了。

**正文：今天即刻我死也容易，绝不长久邪命而苟活，  
纵能邪命苟活很长久，死亡之时也唯留痛苦。**

讲解：就是现在让我死去，我都愿意，这都是一件很容易的事情。我绝对不会为了长久的生存而做出种种邪命之事，也就是说我不会仅仅为了生命之中的种种所得和享用，而骗取信众的钱财，我不愿意造成对别人的伤害。

因为如果依靠骗取更多的钱财和享用的这种邪命而活得很久的话，一旦我死去的时候，将会有更多的痛苦伴随着我离去，而不会有丝毫的财物能够被带走。

严格说来，只要对于外界的色声香味触法等对境产生了贪著，在此贪著基础之上而生存，就属于邪命了；如果稍微现实一些，按照《宝鬘本续》中的说法，如果是为了自己的资财所得，而有意地对施主说好话，或者是有意地在施主面前做出持戒忍辱禅定等修行的样子，或者是有意地在施主面前说过去如何如何供养自己，对自己帮助有多么大而希望这个人继续如此供养自己，或者是有意地在施主面前说某某人如何如何不好而希望这个施主能够善待自己，或者是拐弯抹角地表达自己的意思，而希望施主能够供养自己，等等的行为，都属于邪命。

**正文：于睡梦中百年享安乐，梦醒时分什么都没有，**

**或于梦中暂时享安乐，梦醒时分同样都没有，  
两种梦境醒来全没有，梦中安乐不会再回来，  
长寿短命二者也一样，死亡之时全部都消散。**

讲解：一个人在睡梦中，梦见自己是一个转轮圣王，在一百年的时间里，享尽了人间的种种享用和安乐。

另外一个人在睡梦中，也梦见自己是一个转轮圣王，但是他仅仅在很短的时间里，享受了那些享用和安乐。

这两个人不管梦境的差别有多么大，但是完全相同的就是：他们一觉醒来，什么都没有，所谓的梦中的那些享用和安乐，是不可能实际到来的。

同样的道理，在人的一生当中，不管他是活到了八九十岁，还是仅仅活到了几个月、几天，也不管他们在整个长短不一的一生当中，享用和安乐差别有多么的大，等到死亡到来的时候，完全都是一样的，所有世间的一切全部都不会跟随自己，全部都会离自己而去，就好像完全消散了一样。

**正文：尽管可以得到大财富，尽管可以长时间享用，  
犹如商人途中遭抢匪，最后都是两手空空走。**

讲解：尽管一个人可以在自己的一生中得到享用不尽的财富以及种种享乐，也尽管他可以很长寿的恣意地享用，可是一旦死亡到来的时候，就好像一个拥有无尽资财的商人，遭遇到了一个凶悍的抢匪一样，什么都不会留下，唯有自己两手空空、一无所有地离去。

**正文：如说“之所以聚集财富，乃是为了消罪积福德”，  
为了聚财产生忿怒时，岂非消福增长了罪业？**

讲解：如果说：我之所以积聚这么多的财物，并不是为了我自己的享用，而是为了给自己消罪，给自己增长福德，比如说我给三宝供养，给众生布施，修塔建庙塑像等等。

能这样子想，当然是很好的。

但是，当你在积聚自己的财富的时候，当你为了自己的财富增长过慢而烦恼，当你为了自己的财富增长遭受了阻碍而生气的时候，难道不是在消耗自己的福德，同时也在增长自己的罪业吗？

**正文：虽说自己如此而生活，一旦自己福德衰退时，  
完全成了纯粹之恶业，那时自己还能怎么办？**

讲解：虽然你说自己之所以在积聚财物，完全是本着增长福德的目的而进行的。但是就好像刚才所说的，当你为了自己的财物的增长，而对别人产生了生气忿怒这种情况的时候，我们在前面已经讲过，一个忿怒嗔恨的念头，可是能够完全焚烧掉自己种种供养布施持戒所获得的功德的。

那么在自己的福德因此而被消耗衰退的时候，岂不是自己完全在造作着恶业？这个时候，还能怎么办呢？

**正文：如果众生做出不善事，讥讽嘲笑自己就生气，  
自己也对别人有嘲讽，为何不对自己生忿怒？**

讲解：如果说，当别人对自己做出种种不善的事情的时候，当他们在说自己的坏话，嘲笑讥讽自己的时候，自己不生气，可能就会有更多的众生相信了这个人的说法，也会对我作出如此的事情，那么，因为我是个菩萨，不但是第一个人会因此而有恶业，后来的人也都会造下了恶业。

为了避免这个事情的发生，我就应当对最先的这个人生气，和他进行分辨，以免后来的人造作恶业。

这个想法看起来也很好，完全都是本着利他的想法。但是还是有问题的。

如果你因为别人对自己的不善，就生气、分辨、找还的话，那么同样是类似的情况你施加到了别人的身上，你为什么不对自己生气呢？

当另外的人看到你一个菩萨在和别人进行争辩、生气忿怒的时候，难道你就不担心他们会因此而对自己产生不好的想法而造作恶业了吗？

因此，还是不能对于别人的伤害，而生气、分辨、忿怒。

**正文：因为本来就没有信心，无信之人你能够忍受，**

**因为本来就被烦恼控，言语不善为何不能忍？**

讲解：比如说一个人对于一个喇嘛没有信心，讲说这个喇嘛如何如何不好，为什么会这样呢？原来是这个喇嘛本身就有问题，难怪别人会说，会对他没有信心。并不是别人不好。

你之所以不会对这种事情生气，是因为这个人并不是自主地要做种种不善事情来对待那个喇嘛的，而是建立在那个喇嘛本身的不好之上的。

那么，当一个人对你做出种种不善的言语和行为的时候，同样不是他自己自主地要做出这些事情，他是建立在被烦恼控制的基础之上的。

同样都不是自主的，同样都是建立在别的基础之上的，这种情况为什么你就不能忍受呢？

**正文：对于佛像、佛塔、法本等，言语不敬或者做毁坏，**

**因为本身未真伤三宝，故而自己并不会忿怒。**

讲解：对于一些众生，对于佛的各种画像、塑像等，以及对于各种佛塔和各种法卷，或者是言语上面的不恭敬和谩骂，或者是直接予以打砸、破坏、烧毁等。

面对这种情况，自己并不会对这些众生气，而是会对他们生起无尽的慈悲之心，怜悯他们所造下的无间地狱的恶业。

为什么呢？因为自己非常明白，就算是把佛的画像、塑像破坏了、烧毁了，并不会对佛造成任何的伤害；就算是把佛塔和经卷破坏了、烧毁了，也不会对佛的正法造成伤害。

**正文：那么对于自己之上师，或者亲友造成伤害者，**

**如前所述都是因缘业，明白此理自然不忿怒。**

讲解：对于那些给自己的上师、亲友等造成伤害的人，因为我们全部已经明白，所有这一切，并不是他们的本意，也并不是别的什么神在操控，这一切全部都是因缘会聚才会产生的，都是自己上师、亲友往昔业力成熟的果报，因此自己并不会对他们产生忿怒之心。

**正文：有心意识一切之众生，以及无情原因之伤害，**

**为何单对众生生忿怒？故而当知应受到伤害。**

讲解：我们所能够遭受到的种种的伤害之中，可以分成两个部分：四大失调、胆、风、黄水、自然灾害、房屋坍塌等等完全没有任何心意识的因素所造成的对我们的各种伤害；以及有心意识的一切其他众生所造成的对我们的伤害。

我们不会对于房屋坍塌造成对我们的伤害忿怒，我们也不会对于胆、风等让我们生病的因素忿怒，那为什么单单要对有心意识的众生对我们造成的伤害而生气、忿怒呢？

所以，不论是任何一种因素所带给我们的伤害，我们都要忍辱，都要承受。

**正文：有人愚痴导致犯过失，有人愚痴导致生忿怒，  
到底哪种情况有过失？到底哪种情况无过失？**

讲解：有的众生因为被执着身体为我、为我的身体等烦恼所控制的愚痴所左右，导致他犯下了种种杀生、偷盗等种种的过失罪业。

有的众生在同样的原因之下，而生起了嗔恨心和忿怒。

这两种情况，同样都是被烦恼愚痴所控制后产生的行为和后果，到底哪种才是有过失的，哪种才是无过失的呢？

其实从根本上来说，两种情况都是有过失的。

因此，我们为了避免过失，也不应当生起嗔恨心和忿怒。

**正文：别人带来种种之伤害，是因往昔业果之缘故，  
一切都依因缘和业果，为何自己对此要生气？**

讲解：当别人带给自己或者自己的上师亲友各种伤害的时候，我们应当明白，这是因为他们各自往昔的业果成熟所导致的。

所有轮回当中的一切痛苦和安乐的感受，全部都是建立在种种的因缘和业果的基础之上的。

所以，不管是自己或者自己的上师亲友遭受到伤害的时候，都不应当生气忿怒。

**正文：明白见到如此之道理，应对双方生起慈悲心，  
应当通过自己如此行，精进一切福德之修行。**

讲解：当自己已经明白了这个道理的时候，就应当对双方都生起无尽的慈悲心，悲悯他们对正法道理不明白而造成前生、今生、来生一切的痛苦和伤害。

通过自己这样的思维和行为，就可以精进于一切可以增长福德利益的善行。

也就是说，不但自己要放弃忿怒、修行忍辱；同时也要对一切的众生，尽力宣扬因缘业果的道理，让他们也放弃忿怒、修行忍辱，这样就能增加自己和所有一切众生的善业和福德，减少罪恶和痛苦。

**正文：比如家中失火火炽燃，将要燃及邻居之房屋，  
茅草等等易燃之物品，全部都会赶紧搬抛弃。  
同样对于何人心生贪，嗔恨之火容易燃烧时，  
为了不让福德被烧毁，所贪之人也应当抛弃。**

讲解：比如说，当一个家中失火的时候，火势控制不了，可能会燃及邻居的屋子的时候，自己就会赶紧把能令火焰蔓延的茅草等各种易燃物品搬开或者抛弃，以免火焰很快烧到邻家。

这些东西是没有用的东西吗？不是，都是有用的。那为什么要搬开或者抛弃掉呢？是为了不让火焰蔓延到整个的屋子。

这种情况，人们都是可以接受的。

那么，同样的道理，我们虽然对我们自己的身体、对我们的上师亲友等有爱意，要守护，但是当我们发现嗔恨心的大火即将燃烧起来的时候，因为嗔恨心能够焚烧干净我们的功德和善业，为了保护我们的功德和善业，我们也就应当对于自己身体、对上师亲友的贪爱丢开。

那也就意味着我们不当为之生气和忿怒了。

**正文：对于应被斩首之罪人，斩手而释应何等高兴！  
遭受现在这种之痛苦，得脱地狱应何等高兴！  
现在遭受如此些小苦，如果自己都难以忍受，  
此即来世地狱痛苦因，何不赶紧放弃忿怒事！**

讲解：比如说有一个人，因为犯了王法，已经被国王宣布要斩首了。但是当将他押赴刑场的时候，国王又说只是斩断他的手就可以放了他。

那么对于这个人来说，虽然手被砍断了的确很痛苦，但是比起来被砍掉头颅丧失性命来说，只是被砍了手，那是多么应当值得庆幸的事情啊！

同样地道理，对于我们现在所遭受到的来自于敌对方的种种伤害和痛苦来说，来世地狱的痛苦那是不可想象的。

因此，我们仅仅是遭受了现在的种种痛苦，如果我们能够修行忍辱，来世就不用进入地狱去受更加难以忍受的痛苦，那应当是多么值得庆幸的事情啊！

如果现在自己所遭受的这样小小的痛苦，自己都难以承受，都要生气忿怒的话，因为忿怒本身就是来世地狱之因，岂不意味着自己愿意来世遭受地狱的痛苦？那种痛苦自己肯定是不能承受的！

因此，还不立刻就停止生气忿怒？！

**正文：自己所欲之事全焚烧，千万次地遭受地狱苦，  
不但没有成功利自己，更加没有利益其他人。  
此时并非恐怖大伤害，同时为了成就大事业，  
对此能消众生伤害苦，应当欢喜一心来承受。**

讲解：因为自己的生气和忿怒，自己本来所求的就是自己的安乐和利益，但是却被忿怒之火焚烧得一干二净。

正是因为这样地原因，自己也就无数次地遭受了地狱的痛苦果报。

就这样，不但自己的忿怒没有能够利益自己，带给自己安乐；更加不用说什么利益别的其它众生的事情了！

现在我们所受到的这些伤害和痛苦，比起来来世地狱的痛苦来说，那简直就轻微的不能再轻微了！同时，如果我们能够对这种痛苦修行忍辱的话，必然就可以利用这个痛苦，来成功地进行利益一切众生的事业。

因此，为了能够利益一切众生，为了能够尽可能地消除众生今生来世可能会遭受到的种种痛苦，我们就应当非常欢喜地接受目前我们所遭受的这小小的伤害和痛苦。

**正文：别人夸赞具有功德者，因此能够心中生快乐，  
自心如果同样做赞颂，为何心中不同生快乐？**

讲解：当一个人夸赞一个具有功德者的时候，不但被夸赞的这个人会感到高兴，这个夸赞别人的人也会因此而产生快乐。

可是当自心去夸赞同样这个人的时候，尤其当这个人就是自己的敌对者的时候，为什么就不能同样地生起快乐感受呢？

**正文：你因夸赞别人所得乐，是乐生处而非为罪业，  
诸位具有功德者曾说：“此乃感召大众中最胜”。**

讲解：当你因为对别人进行赞颂，看到别人因为你的赞颂而高兴快乐的时候，自己也就感到高兴，而这种高兴，是更多高兴和快乐的源泉，并不是什么罪业。

因此，不论别人所夸赞或者你所夸赞的是你所喜欢的人，还是你的敌对者、或者是任

何其他的人，你都应当从心底里感到高兴；而且，佛和菩萨们都已经说过：这也是令别人开心快乐的最好的一种方法，也同样是自己能够感召更多大众跟随自己、围绕自己的最好的方法。

**正文：如说“别人因此会开心，但是自己却不会快乐”，  
如同不再支付人薪水，见和不见快乐都衰退。**

讲解：如果认为自己夸赞别人，别人会高兴开心，而自己却不会高兴开心的话，那就相当于你不再给任何人支付应付的薪水了。这是什么意思呢？

比如说自己有仆从，有工人，因为他们为自己工作，因为他们能够带给自己满足和快乐，因此自己也就支付他们相应的薪水，在这个过程中，你肯定是非常开心地支付他们薪水的。你不可能很快乐地享受着工人们带给自己的开心，而不愿意给别人支付薪水吧？！

如果说夸赞别人，别人高兴而自己不会开心的话，就相当于别人为自己工作而自己不会给别人薪水一样。

如果这样子的话，岂不是让自己能够见到的今生的快乐和见不到的来生的快乐，全部都会慢慢地消耗和衰退的吗？

因此说，当自己夸赞别人的时候，尤其是夸赞敌对方的时候，自己也应当会开心的。

**正文：夸赞自己功德的时候，认为别人因此会快乐，  
夸赞别人功德的时候，为何自己不会有快乐？**

讲解：当别人称赞自己的功德的时候，自己会认为别人因此而会感受到快乐，自己也因此会感觉到快乐。

可是，当自己夸赞别人的功德的时候，尤其是需要夸赞自己的敌对者的功德的时候，因为自己的忌妒心等原因，自己就不会感觉到快乐，这种想法和行为，其实已经和菩萨行相违背了，自己应当是一样地快乐才对。

**正文：“希望一切众生都快乐”，自己曾经发此菩提心，  
众生现在自己得快乐，为何要对此事生忿怒？**

讲解：自己曾经在最开始修行的时候，发过菩提心，而所谓的菩提心，就是要带给一切众生暂时的安乐和究竟的安乐。

而现在，不用你这个修行菩萨行的人帮忙，众生自己就因为互相夸赞而得到这么一点儿快乐，你不但不为他们的快乐而开心，为什么还要对这种事情感到忿怒呢？这岂不是又和菩萨行相违背了吗？

**正文：三界应供佛陀之果位，都能承诺让众生获得，  
而今见到些许赞颂等，为何心中如此不安乐？**

讲解：如果说，我之所以不想夸赞别人，并不是我会因此而不高兴，而是说因为我的夸赞，可能会有更多的人对我所夸赞的对方会更加地信仰，对方会因此而获得更多地赞颂和所得，这是我所不愿意看到的，况且他还是我的敌对方呢！

当初，自己在发菩提心的时候曾经承诺过：要让一切众生都获得最究竟的圆满的佛陀果位，这个果位，可是欲界、色界、无色界三界都应当供养的对象啊！

而现在，众生仅仅是获得了一点儿世间的赞颂和所得，你都能够不开心，那还如何引导一切众生到达佛地呢！

**正文：应赡养者自己能赡养，自己也能给予大布施，**

讲解：对于自己应当赡养和抚养的自己的父母、子女、亲友，自己肯定能够大方地予以赡养、抚养、布施，这丝毫不会有任何的问题。

肯定不會的。

正文：如此小利不愿众生得，圆满菩提难道能愿意？

讲解：现在某些众生得到了暂时的一点儿夸赞和财物所得，自己如果连这么点的所得都不愿意这些众生得到的话，难道你还能够带领他们获得圆满无上的菩提妙果吗？

正文：如果别人得到施主财，或者财物仍在施主家，

讲解：比如说我有一个认识的大施主，他拥有很多的金银财宝。如果在我从这个施主处得到这些金银财宝之前，有另外一个有功德的喇嘛，就已经从这个施主那里得到了，这个时候我生气了。

如果说这个喇嘛得到了施主的财物，那是这个喇嘛自己的功德所感召的。而对于自己来说，这个财物被别人先我一步而拿走，或者说还是在施主的家中，这两种情况都是财物并没有到我的手中，完全都是一样地，反正我手中都没有，那我对于还放在施主家里的财物不生气，而要对到了别人手中的财物生气，那是多么地不明智啊！

正文：功德信心二者是关键，为何自己丢掉自功德，

讲解：施主为什么要给别的喇嘛供养，为什么会对别的喇嘛有信心呢？那是因为别的喇嘛具有功德，施主对于有功德的这个喇嘛有信心。

如果我不观察自己的功德，而仅仅是紧盯着施主的财物和信心的话，当别的有功德的喇嘛从施主那里得到了财物和信心，我就很不高兴，这当然就是不正常的了。

正文：对于自己往昔诸恶业，不但没有懊悔之心念，

讲解：现在自己之所以不能从施主那里得到信心，不能得到施主供养自己的财物，那完全都是自己往昔以来的种种恶业现在成熟的缘故。

136



况，自己不但直到目前为止都不生起懊悔之心，反而是看到了别人因为往昔修行了善业乃至现在获得了福德、别人的财物和别人的信心，而感到生气，觉得自己比不过别人。

这种心理，难道是正确的吗？

要想真正地进行攀比的话，就只有老实地好好修行善业这一条路可走了。

**正文：尽管敌对之人不开心，自己为何因此要开心？**

**不管你的心愿是如何，都非别人伤害之本因。**

**你所期望种种之痛苦，就算出现你为何高兴？**

**如说“我因此而心满足”，那也仅是恶因非其他。**

讲解：尽管你的敌对方目前出现了令他不开心的事情，你对这种情况感到开心的理由又是什么呢？

不管你对于敌对方有什么样好像诅咒一样的心愿，比如说想他死、想他病、想他不顺等等，不管你怎么样想，这些全部都不是令你的敌对方遭受到伤害的真正的因。

你的敌对方是否会遭受到痛苦和伤害，完全取决于他自己的种种业之因果，完全和你的心愿没有任何的关系。

反而因为你对于敌对方的这种不好的心愿，会增加你自己的恶业。

就算是恰好你的敌对方出现了不好的痛苦的境况，这又关你什么事情呢？你为何要因此而高兴呢？这实在是没有任何理由的事情，也是对你没有任何好处的事情。

如果说我因为看到敌对方的倒霉，我感到心愿满足了，这种想法，完全没有任何其他的作用，纯粹只是给你自己积攒下恶因而已。

**正文：愚痴渔夫抛出鱼钩时，如此难忍鱼钩都能吞，**

**从此之后痛苦瓶困中，地狱狱卒更施加痛苦。**

讲解：如果现在自己对于敌对方的所得会生气忿怒的话，就相当于鱼儿吞掉了鱼钩一样，我们吞掉了烦恼愚痴渔夫所抛出来的鱼钩。

鱼儿吞食渔夫的鱼钩的时候，会被禁锢在瓶盆中，最后还会被杀而煮食。

只要我们吞掉了这个鱼钩，只要我们生气忿怒，不但今生会受到生气的痛苦；来生一定会在地狱中遭受狱卒们更加残酷地痛苦折磨。

**正文：赞颂、名声等种种名誉，不是福德也不会增寿，**

**不增气力也不治疾病，自然也不令身体安乐。**

**如说“能够利益我自己”，对己利益究竟在何处？**

**如说“就是能令心快乐”，就应去赌也应去饮酒。**

讲解：不论别人对自己如何的欢喜赞叹，如何令自己的种种名声增长，这些都不能带给自己今生和来世的福德，也不能令自己长寿，也不能增加自己身体的气力，也不能治疗自己的疾病，总之，根本就不会令自己的身体得到任何的安乐。

因此就不要执着在这些赞颂和名声上面了。

如果说：“听到别人这样赞叹我，会带给我利益”，那么就应当仔细地思维一下，到底别人赞叹自己所能够带给自己的利益是什么呢？答案就是：根本不会带给自己任何的功德和利益。

如果说：“仅仅是能够令我的心里感到高兴和快乐，这还不行吗？”那么，作为一个菩萨，不追求今生和来世的功德和利益，反而是追求自己心里面暂时的高兴和快乐。

通过种种的赌博，通过饮酒狂欢，也能够令自己的心里感到高兴和快乐，难道就应当一直赌博？难道就一直去醉酒吗？

所以这种说法还是不正确的。

**正文：为博声名能够舍财物，甚至都能丢自己性命，  
声名赞誉又能够如何？自己死了到底谁安乐？**

讲解：世间之人，为了能够得到更好的名声，都可以散尽无尽的资财，比如说为了表明自己向佛之心，而进行各种的供养和布施，而且唯恐别人不知道地尽量扩大影响，以便得到别人的赞叹和夸奖。

世间之人，甚至为了维护自己的名声，连自己的性命都可以丢掉，比如说年轻人为了不让别人说自己怯懦，不惜打架拼命，以便让别人说自己勇猛。

那么，不断地做出种种布施、供养的样子，就是为了得到别人夸赞自己的好名声，这种种的夸赞，到底对于自己的今生和来世的功德和利益又有什么帮助呢？

自己如果为了别人夸赞自己是个英雄，拼命打架，甚至不惜最后丢掉了性命，到那个时候，到底是谁能够安乐一些呢？

**正文：细沙堆成小屋如坍塌，小小孩童都会放声哭，  
夸赞声名如果有衰坏，自己也学孩童放声哭？**

讲解：小孩子们在河边玩耍的时候，会用沙子堆成种种房屋城堡的样子，如果不小心沙堡坍塌了的话，孩子们就会伤心地哭了起来，这是孩子并不懂什么道理的缘故。

这种情况，在我们大人看来，实在是没有意义的事情。

那么，自己一直在维护和追求着的种种别人的夸赞和声名，其本质也不过是和沙堡一样，本身并没有任何的价值和利益，如果当自己的声名和别人对自己的夸赞有所减少，或者变味了的时候，自己就不高兴、不开心，就想着怎么样把自己的声名变得更好一些。

其实这和孩子们为了沙堡的坍塌而伤心，又有什么不同呢？

**正文：如说“因为声音无自心，我也未得别人夸赞心”；  
自说“得到别人之开心，就是自己高兴之本因”，  
不论自己或者是别人，别人快乐对我有何益？  
那是别人高兴和快乐，自己根本不可能得到。**

讲解：自己之所以喜欢别人对自己的夸赞，到底是喜欢别人夸赞自己的声音呢？还是喜欢别人夸赞自己的时候的欢喜之心？

因为声音本身并没有自己的心，因此说自己喜欢听夸赞的声音，并不是正确的，因为这声音并不代表别人夸赞自己的心。

如果说“因为我通过别人对我的夸赞，得到了别人的快乐，因此我就开心了。”

自己的快乐对于别人来说，没有任何的意义；同样的道理，别人的快乐，对于自己又会有什么意义呢？

那是别人心中的高兴和快乐，自己又怎么能够得到呢？

所以说，自己因为别人夸赞自己时候的高兴之心，所以自己也高兴开心的说法，完全是错误的。

完全是自己对于名声的执着的借口而已。

**正文：如说“别人高兴我开心”，自当对一切人都如此，  
为何别人开心的时候，我却因此感到不开心？**

讲解：如果说“正是因为别人高兴开心了，所以我才会高兴，才会开心。”这种心态很好啊！这可以算得上是菩萨的心态了啊！

可是，如果自己真的具有了这种心态的话，那就在任何时候、任何别的人高兴开心的时候，自己都应当高兴开心才对。

可是为什么，当另外一个人，尤其是自己的敌对者，因为受到了别人的称赞而开心的时候，自己却只能感受到生气和忿怒，却感受不到同样的开心呢？

这岂不是和自己的菩萨心态相违背了吗？

**正文：因此所谓“在夸赞自己，自己因此感到高兴”时，  
这种说法其实也不对，仅仅如同孩童在玩耍。**

讲解：经过上面我们的分析，如果你自己认为“这是别人在夸赞我，因此我就高兴了，开心了”，这样地说法，完全是没有任何道理的。

这就完全和孩子们的游戏动作是一样的道理。

**正文：对于夸赞自己有散逸，厌离之心就此会衰坏，  
嫉妒具有功德之他人，一切福德都会衰坏。**

讲解：如果自己喜欢听到别人对自己的夸赞的话，就表明自己的内心，在听到这种夸赞之词的时候出现了散逸，也就是对于别人对自己的夸赞，心中产生的贪爱和执着。

则这种情况之下，自己对于这个轮回的厌离之心、出离之心就会变得越来越微弱。

如果自己在听到别人夸赞另外一个人，尤其是自己的敌对者的时候，心中产生了嫉妒或者不高兴的念头，那么，因为这种不好的念头，就好像我们前面说到过的那样，自己的种种功德，都会因此而被烧毁的一干二净。

所以说，在种种不良的心态当中，嫉妒心所能够带来的伤害，甚至还要比贪嗔痴三毒都要严重。

比如说在释迦牟尼佛的弟子当中，贪欲心重的难陀、嗔恨心重的须菩提、愚痴严重的小道等人，在见到了佛的功德之后，经过修行，最终都成就了阿罗汉的果位；可是嫉妒心重的提婆达多，最终却生生地堕入了地狱。

提婆达多经过出家学习之后，就开始在心中想：“佛法我也学习了很多，那么我现在到底和佛之间有什么不一样的呢？”最后他的结论就是：佛有神通，自己没有；佛足底有法轮，自己没有。

因此他就决定去向佛请求传授神通之法，但是佛非常清楚提婆达多内心的不良心念，就没有给他传授神通之法。

提婆达多就去找舍利弗和目犍连，请求他们传授自己神通之法，他们经过神通观察之后，也认为目的不纯，并没有传授给他。

提婆达多就去找迦叶阿罗汉，因为阿罗汉的神通，并不像佛的神通那样自然了知一切，阿罗汉的神通是在使用的时候才会具有能力，不使用的时候，就不会自然而然具有能力，因此在迦叶阿罗汉没有进行神通观察的情况之下，就把神通之法传给了提婆达多。

提婆达多经过刻苦的修习，终于获得了各种神通。然后他就通过自己空行自在、一身化多、多身合一、身上出水、身下出火等各种神通示现，取得了释迦牟尼佛的施主阿闍世王的信任。

因此，提婆达多就对释迦牟尼佛产生了严重的嫉妒心，因为嫉妒心的缘故，他的神通能力当下就消失了，可是他并不知道，还以为自己神通无碍呢！

之后，为了能够和佛比一比，他竟然用烧红了的铁法轮，在自己的足底，烧出了法轮的样子。

最后，尽管佛通过各种方法对他进行度化，都根本没有成功，提婆达多最后生生地堕入了地狱之中。

这就说明，嫉妒心的危害，甚至超过了贪嗔痴三毒，作为修行菩萨行的每一个行者，都要非常谨慎地防止心中出现嫉妒的念头。

**正文：因此对于自己的夸赞，定要当成毁灭之基础，  
能够引导自己入恶趣，为防护此自当不贪赞。**

讲解：经过刚才的种种因缘，对于别人对自己的任何称赞之语，都要当成是毁坏自己种种功德的原因，不能够对此产生贪恋执著之心。

而且，如果自己对于别人对自己的称赞有了贪恋之心；对于别人对另外一个人的称赞，有了嫉妒之心的话，那么这种恶业，不但会毁坏自己的功德，同时还会引导自己来生进入三恶趣中受苦。

为了防备这种不好的情况出现，自己就应当对于种种赞誉，尤其是别人对自己的赞誉，不能散逸，不能执着；而对于别人称赞自己敌对者的赞誉，更不能出现任何的嫉妒和忿怒之心。

**正文：自己为了追求大解脱，不需种种所得和恭敬，  
凡是促进我之解脱者，自己怎能对其生忿怒？**

讲解：我之所以修行，目的就是为了能够解脱出三有轮回的苦海，在这个过程中，我所能得到的种种财物和赞颂、恭敬，并不能给我带来解脱方面的利益，甚至还会带给我烦恼和束缚，甚至还能带给我未来更大的痛苦。

而当别人对我造成伤害或者进行诋毁等的时候，这反而能够激发起我的出离心，反而能够帮助我更好的解脱，对于这种情况，对于能够让我更好地忍辱的这种情况，我又怎么能够生起忿怒之心呢？

**正文：我是追求降服痛苦者，如同佛陀妙加持一般，  
犹如关门不放我堕落，如此情况我怎能忿怒？**

讲解：我是一个追求解脱之人，当然也就是一个追求降服种种痛苦之人，在敌对者对我造成伤害的时候，正是我消除种种罪业，避免来世遭受种种恶趣更难忍受的痛苦的良好时机。

这种机会，就好像是佛陀正在给我施加不共的大加持一般，也就好像帮助我把通往三恶趣的大门关闭了一般，这么样的好事，我高兴都来不及，哪里还能够因此而生气呢？

**正文：如说“对我福德有障碍”，对此仍然不应当生气，  
此乃难得忍辱之对境，难道自己能轻易放过？**

讲解：如果自己认为：敌对者对自己的声名等造成了影响，因而就影响到了自己更多财物的获得，进而就影响了自己对上供养和对下布施的实践，因此就对自己通过供养布施所能够获得的无量的福德造成了障碍，所以自己就应当对那些敌对者生气忿怒。

这种想法还是不正确的。为什么呢？

敌对者对自己的种种伤害和障碍，其实正是不可多得的修行忍辱的最佳时机，如果自己能够在这个时候很好地修行了忍辱，不但能够减少敌对者的罪业，自己的很多罪业也都能够自然而然地得到清除，同时对于自己的今生和来世的福德来说，会带来不可思议的增长。

这么好的一个机会，难道自己还能够轻易地放过吗？当然不会！

**正文：如果因为自己的过失，对此没有修行好忍辱，  
对于这种难得福德因，自己造成自己之障碍。**

讲解：如果因为自己的贪嗔痴等种种的过失，在敌对者造成自己的伤害的时候，恣意生气了、忿怒了、嫉妒了，在这种情况下，没有能够修行好忍辱，没有能够很好地利用这个身边难得的增长福德、消除罪业的助因，从而导致自己对于自己的福德增长造成了不可挽回的障碍，这个时候，难道自己要对自己生气的吗？

**正文：无此助缘就没有忍辱，有此助缘就能增福德，  
这是多么难得之助缘，为何还要称之为“障碍”？**

讲解：对于敌对者对自己造成伤害的这种事情，其实正是自己精进修行忍辱的助缘；如果没有了这个助缘，自己又怎么能够修行忍辱呢？如果没有修行忍辱，自己的福德又怎么能够很快地增长呢？

这是多么难得的一个机会啊！自己又怎么能够将此称之为“障碍”呢？

**正文：按时到来那些乞讨者，是对布施造成障碍吗？  
能够剃度自己之堪布，怎能障碍自己的出离？**

讲解：就好像自己是一个布施的施主，而那些乞讨者按照自己所公布的时间前来应斋，哪怕来的人非常之多，难道你能够说这个乞讨者是对自己的布施行为会产生障碍的吗？

又好像能够给一个希望出家修行的人进行剃度的堪布们一样，难道这些堪布们越多，你却会认为这些堪布会对自己的出离心和出离的行为造成障碍吗？

这根本就是不可能的事情！

因此，对于能够促进我们的出离心、能够帮助我们修行忍辱，能够帮助我们消除罪业，能够帮助我们增长今生和来世的福德的那些敌对者的行为，我们不但应当生气忿怒，反而应当高兴地接受呢！

**正文：这个世界乞讨者太多，伤害自己之人却罕见，  
如果自己不伤害别人，那就根本没人伤害我。**

讲解：在我们所生活的三有世界中，能够满足我们修行布施愿望的乞讨者实在多得不可胜数；但是能够帮助我们修行忍辱愿望的、能够带给我们伤害的敌对者，实在太少。

这里说的太少，并不是真正的伤害我们的情况非常罕见，而是说，一个修行忍辱的人，一个菩萨，因为他能够经常修行忍辱，因此不论任何情况之下，他都会对对方很好，所以就显得能够真正给菩萨造成伤害的人实在太少了。

就好像当年阿底峡尊者来到西藏的时候，身边带了一个人，这个人非常愚笨，告诉他干什么他都干不好，但是又脾气很大。别人就问阿底峡尊者为什么带着这么一个人来到西藏，什么都帮不到他，反而会令他操心和生气。

阿底峡尊者就回答说：“这是我专门找来帮助我修行忍辱的对境。”

**正文：所以不用多么地辛苦，好像宝藏自动到自家，  
应当当其菩萨行伴侣，所以我当欢喜敌对方。**

讲解：所以说，就好像无尽的宝藏根本就不用自己勤苦地去找，宝藏自己就跑到了自家里面一样，这是多么难得的好事情啊！

因此，对于非常罕见的能够带给我们伤害的这种敌对者，自然就应当将之堪称为自己修行忍辱等种种菩萨行的法的伴侣，应当非常欢喜地对待敌对者。

过去有一个喇嘛名叫塞康巴，他一直在说他自己的根本上师就是强盗头子年土登。为什么这么说呢？

先前塞康巴因为名声非常大，因此得到了很多信众的信仰和供养，因此就非常富足，

仆从和眷属非常多，享用也非常优越。

可是，在强盗头子年土登听到了他的声名和富裕之后，就带人将他所有的东西全部都抢得一千二净，他就此成了一无所有的人。

从此之后，他就完全放弃了大喇嘛的地位和享用，完全出离了世间八法，完全成了一个离戏的瑜伽士，在山林中一直进行着修行。

因此他说，对我修行佛法恩德最大的人，就是这个强盗头子了，如果没有了他，我到现在还是处于各种享用和眷属的围绕之中，根本就不可能真正地实修正法呢！因此，他就是我的根本上师啊！

**正文：此人和我共同成修行，因此自己忍辱之果报，**

**首先就要回向给此人，因为他是我忍辱之因。**

讲解：如果没有了这个敌对者，就不可能有我的忍辱的修行；同样的，如果没有了我自己，也是不可能有忍辱的修行的。所以说，敌对者和我一样，都是我自己能够得以修行忍辱的根本因。

所以，我自己因为修行忍辱所获得的一切善的果报，在第一时间，全部都要回向给这个带给我伤害、让我得以修行忍辱的敌对者。

**正文：如说“他无助我忍辱心，对此敌人不应作供养，”**

**一切修行最根本之因，正法也不应当受供养。**

讲解：如果说，这个敌对者在对我进行伤害的时候，完全是本着伤害我的心理来做事情的，根本就没有要帮助我修行忍辱的丝毫念头，所以我就不应当供养他，也就不应当将我修行的善业回向给他。

如果这种说法是正确的，那么，我们一直以来所修行的一切正法，也从来都没有对我们有过任何帮助我们的念头，因为所谓的正法并没有心意识。

那我们对一切的正法所进行的任何的供养，难道也都是不应当的了么？

所以说，这个理由还是不正确的。

**正文：如说“他有伤害我之心，对此敌人不应作供养，”**

**如他似医对我千般好，我从哪里可以修忍辱？**

讲解：如果说，这个敌对者完全是本着伤害我的心理来做事情的，所以就不应当供养他，也不应当将我修行的善根回向给他。

那么，假如就连他这样的敌对者，都会对我很好，就好像为了我的疾病能够痊愈，医生会对我苦口婆心的劝导一样，那么，又有谁能够帮助我修行忍辱呢？

**正文：所以对于极度忿怒心，以之为缘生起忍辱心，**

**此乃修行忍辱之本因，故当犹如正法般供养。**

讲解：所以说，对于敌对方的那种非常忿怒的要伤害我们的心理和行为，我们就应当以之为缘，立刻展开忍辱的修行。因为这种情况恰好就是我们修行忍辱的根本因，所以我们就应当对于伤害我们的敌对者就相当于正法一样地供养。

**正文：所以众生、佛陀资粮田，二者都是佛陀所明述，**

**对之多多生起恭敬心，自然一切圆满到彼岸。**

讲解：经过以上的分析，我们就明白，众生和佛陀，都是我们最终能够圆满证得佛果的资粮田。

我们也会明白为什么过去的一切诸佛，在最初发菩提心的时候，都要说：“为了一切众生的利益，我要精进修行证得佛果”。这就非常明确地说明了：没有了众生，就不可能有真正的菩提心；没有了佛陀，也就没有了根本的菩提，因此众生和佛陀二者，都是我们要想最终收获菩提妙果的良田，我们都要一视同仁地进行供养。

所以，对于众生，我们也要多多地生起恭敬、供养之心，就如同对待佛陀一样。这样，我们自然就能够圆满一切的福德和智慧资粮，成就圆满的佛陀果位。

那自然我们就不能对任何众生生气、忿怒，而是要修行忍辱了。

**正文：一切众生以及诸佛陀，修行正法方面都一样，  
能够恭敬对待一切佛，不能同待众生是何因？**

讲解：就如同上面的分析，一切众生和佛陀，在帮助我们修行的这个角度上面来说，完全都是一样的有用。

那么，我们能够恭敬地对待一切佛，为什么就不能同样恭敬地对待一切众生呢？

**正文：功德方面我也说不同，导致后果方面却一致，  
所以众生同样有功德，所以可说他们都一样。**

讲解：如果说，众生全部都是种种烦恼所淹没的存在，而佛则是圆满清净的存在，这两者又怎么能够一样呢？

从众生和佛陀各自所具有的功德方面来说，我也同意他们并不是一样地，佛陀是断了一切的烦恼，证了一切的清净智慧者；而众生却是完全没有智慧，完全充满了烦恼者。

我所说的他们一样，是从他们作为我最终可以修行得到究竟佛果的最初的因，这方面来说，众生和佛陀对于我的作用是一样的。

对于促进我的修行，帮助我最终成就圆满佛果这方面来说，众生同样是对我有着很大的功德的，因此，从这一点来说，众生和佛陀是一样的。

因此应当如同对待佛陀一样地对待一切众生。

**正文：具足慈心而修行供养，如此则称“众生之大者”，  
信仰佛陀则能得福德，此亦称为“佛陀之大者”。**

讲解：在佛经中有说过：如果一个修行人在修行慈心禅定的时候，在准备出定之前，如果有人对他进行供养的话，那么因此而获得的福德，完全都和供养一切的佛陀没有什么不同。

为什么呢？因为他所修行的禅定，是慈心禅定，是完全希望能够让一切众生都能够获得安乐的大愿禅定，正是因为他以众生的利乐为目标，因此此时对他进行供养，所获得的福德才能如此之大。

所以才说“众生大”。

而对于一个佛陀，只要能够对他表示信仰，哪怕并不是双手恭敬地合十，哪怕仅仅是单手面对，口头地表达自己的敬仰之心，也能够获得不可思议的福德。

所以才说“佛陀大”。

**正文：如说“具有佛法之部分，所以说是两者为一样”，  
就算无边功德之大海，也难相比佛陀之部分，  
佛之功德其中之一条，此德再次分成若干份，  
就算用尽三千界供养，比此小德也变得更小。**

讲解：总之，如果说是因为众生具有了佛陀正法成就功德之一部分，所以才说众生佛

陀都一样，这种说法完全是错误的。为什么？

就算是把整个世界可以汇集起来的一切功德全部看作是一个广阔无边际的大海的话，整个大海一般的功德，也都完全不能够和佛的功德相提并论。

就算是把佛的所有功德当中犹如顶髻那样大小的功德，分成成千上万份，就这其中微不足道的一份，也比那些用满三千大千世界的七种珍宝来供养佛陀所能够获得的福德，都要大得很多，那种因为供养所获得的功德，比起佛的这么一点点功德，都算不了什么的。

**正文：哪怕生起一部分佛法，只要众生能够得如此，  
就算能够符合这么点，这个众生都值得供养。**

讲解：只要一个众生，哪怕是能够对佛陀的正法的修行证悟有上那么一点点，就这么一点点类似于佛陀的功德来说，这个众生都值得我们像佛一样地恭敬供养。

**正文：对于“真实以众生为友，并且利生无尽”之佛陀，  
除了恭敬众生心之外，还有什么方式能报恩？**

讲解：佛陀是真实视一切众生为自己亲友之人，佛陀也是想尽一切办法对众生进行无量利益之人。对于诋毁佛陀、创造邪说邪修、试图分裂佛教的提婆达多，佛陀都能够将之和自己的儿子罗睺罗一样地对待。

那如果我们要想对佛陀和佛子们报答传授我们正法、引导我们到达圆满解脱果位的恩德的话，除了真诚地、恭敬地对待一切众生之外，还有什么其它的办法吗？

那些用尽一切办法对三宝进行恭敬供养的人，如果他并没有对众生很好的话，就绝对不是报答佛陀恩德的正确方法。

**正文：既然舍弃身体入地狱，都能作为报答众生法，  
现在仅仅受到些伤害，自当更加善好对待之。**

讲解：既然一切佛陀为了正法的缘故，为了众生的缘故，连自己的身体都可以舍弃，甚至都可以为了众生而自身进入地狱。

佛陀为什么能够发出这么大的慈悲心？就是因为他以一切众生的痛苦作为自己的痛苦，以他们的满足和欢乐，作为自己的欢乐，自己所做的一切，都是为了众生能够得到暂时和究竟欢乐。

那我们为了报答佛的恩德，也应当对一切的众生生起真实的慈悲心，现在仅仅是受到了一些来自于众生的伤害，这个伤害又能够帮助自己消除罪业，还能够帮助自己修行忍辱，对今生和来世积累更多点功德，又有什么理由不对众生更加好地对待呢？

比如说，在藏地有流传了上千年的一个故事：佛的前生因为看到一只母老虎和五只小老虎没有食物，快要饿死的时候，就将自己的身体当作食物布施给了老虎。直到目前，藏地还有这个故事在流传。

**正文：就算是那自己的至尊，都能不顾自身为众生，  
为何烦恼愚痴如我者，要现我慢而不做仆从？**

讲解：对于我们自己的至尊，对于一切的佛陀来说，只要是为了众生的利益，就连自己的身体都可以不管不顾，只要能让众生得到满足和快乐。

那作为我们，作为被不懂得如法取舍的烦恼愚痴所控制的我们，为什么又要对众生展现我们的我慢自大之心呢？

为什么我们就不能好像仆从一样地恭敬对待一切众生呢？

既然我们是至尊佛陀的追随者，我们就不能自视尊贵，而是要像仆从一样地恭敬对待



一切的众生才对，只有这样才能够真正地成为佛陀的后学者。

**正文：众生欢喜佛陀就欢喜，伤害众生佛就不欢喜，  
故令众生欢喜佛就喜，伤害众生就是伤害佛。**

讲解：只要能够令众生欢喜，佛陀和菩萨们就会因为众生的欢喜而感到欢喜；反之，只要是伤害到了众生，佛陀和菩萨们不但不会感到欢喜，反而会因为众生受到了伤害而感到伤心。

因此，为了让一切佛陀和菩萨们欢喜，就需要让一切众生欢喜；只要是伤害到了任何的众生，也就等于是伤害了佛陀和菩萨。

**正文：例如大火燃烧自己身，纵有妙欲内心也不乐，  
同样如果伤害了众生，非令具大悲者欢喜因。**

讲解：比如说有一个人，纵火燃烧了自己的整个身体，正在火焰熊熊燃烧的过程中，就算是给他用尽了种种的妙欲，各种善妙的饮食、衣服、器具、音乐等等进行供养，这个人都会不会感觉到任何的高兴和快乐。

同样地，当我们通过身口意三门的任何一个方面，伤害了任何一个众生的时候，就算是我们对那些慈悲的佛菩萨进行种种的供养，都不会令他们高兴和快乐的。

在藏地，一直都有请喇嘛或者诵经者来家里念经，以此来消罪祈福的传统。比如说，有的富贵人家，会每年都在固定的时候，请上十个左右的诵经者到自己家里，然后将一百多函的大藏经，或者将《般若八千颂》等重要经典念诵一遍。这本来是很好的事情，但是同时，他们却会杀很多的牛羊，用来对这些诵经者进行供养和招待。这就又造下了杀生的罪业。

因此，真正懂得佛法道理的喇嘛们，就会对他们宣传正确的法义说：“与其你杀生念经，还不如你不念经也不杀生好些。”也就是说，与其通过杀生来供养三宝，倒不如不杀生，不进行这种类似于外道的供养行为，而更加能够令三宝欢喜呢！

类似于这种事情，在藏地，还有一句谚语：“一手杀马，一手供龙。”龙本身是喜好洁净，不杀生、不吃肉的一类众生；但是这个人却一边杀马，一边对龙进行供养，这其实都是不但不会有功德，反而会增加今生来世痛苦的不明智行为。

**正文：自己曾经伤害诸众生，曾经因此令至尊不快，  
诸种罪业而今发露忏，种种不快请至尊原谅。**

讲解：所以，对于自己从无始轮回以来，因为自己的烦恼三毒而对种种所造成的种种的伤害，以及因此而令一切具有大慈悲心的至尊们不开心、不快乐，这种种的罪业，我现在真诚地进行发露忏悔，也请至尊们对我的种种作为能够原谅，而且在将来，也不会再做如此伤害众生的事情了。

**正文：所以为了令至尊欢喜，自今而后当做众生仆，  
就算众生脚踢我头颅，纵死也令世间主欢喜。**

讲解：不但要对自己过去的种种不良行为进行忏悔，而且从现在开始，为了能够令一切的佛菩萨欢喜，今后不仅不会对一切众生做出任何的伤害行为，甚至还要作为众生的仆从，一切都是为了众生的利益而想、而做。

就算是所有的众生，都用脚来踢我的头颅，就算是我即刻死去，我都不会有任何的讨还、报复的想法和行为，都要通过我的忍辱行为，令作为轮回三有大悲祐主的一切佛菩萨们欢喜。

**正文：一切具足大悲之祐主，毫无迟疑视众生为我，**

**今见“一切众生之体性，即尊体性”为何不恭敬？**

讲解：一切具足大慈悲心的佛陀以及众佛子，包括我们的导师释迦牟尼佛在内，都是毫不迟疑地将一切的众生视作等同于自己，将一切众生的苦乐全部都当成是自己的苦乐，一切都是为了众生的利益而做。

比如说，他们在最初发心的时候，就“要将一切众生都引导到究竟安乐的圆满佛陀果位！”；在之后的无数无量劫的修行菩萨行的过程中，也全部都是为了众生的利益而在努力；即令最终成佛之后，还是一心在度化着一切的众生。

曾经有这么一个故事：提婆达多在用箭射中一只天鹅的时候，这只天鹅惊慌逃窜，最后躲到了释迦牟尼佛的背后不出来。

最后提婆达多就跑到佛的跟前，对佛说：“你偷走了我的天鹅，请将它交还给我。”

释迦牟尼佛听到这个话之后，对提婆达多说：“原本就是你偷了我的天鹅，我为什么要交还给你？”

提婆达多就问佛说：“什么时候这天鹅成了你的了？”

佛反问道：“什么时候这天鹅成了你的了？”

提婆达多回答说：“当我用箭射中这只天鹅的时候，就已经是我的了。”

佛笑了笑说：“当我最初发起菩提心的时候，不但是这天鹅，乃至一切的众生，都已经是我的了。”

提婆达多只好无可奈何地离开了。

这个故事，就很好地说明了，佛毫不迟疑地将所有的众生当成是我自己一样的这个意思。

佛将一切众生都当成自己，其实还可以这么解释：当看到比自己年长的众生的时候，应当将之当成自己的父母一样看待；当看到年纪和自己相仿的众生的时候，则应当将之看成是自己的兄弟姊妹；当看到比自己年幼的众生的时候，则应当将之当成自己的子女一样地对待。

在资粮道修行的阶段，就可以按照后面所讲述的自他平等、自他交换等菩提心的修行方法来进行修习，将众生当成我自己一样地对待；而在见道修行的阶段，则可以通过思悟自他一切众生在法性空性角度看来，全部都是平等的，因此自他也就是无二无别的，通过这样的思维来将众生当成自己一样地对待；而在最终清静了所有二种罪障得以成佛的时候，自他所能够证悟到的法界以及智慧，都如同两滴水一样地根本就完全一味无别，而这个时候，佛佛之间，是完全没有不同的，众生等虚空存在，而佛的身语意也是等虚空遍布的。所以就应当深切地认识到：众生的心其实和佛的意是不可分割、无二无别的。根本就不存在所谓的众生，也不存在所谓的佛。

所以说，这个时候所说的将一切众生当成是我自己的这个我，说的是最终的佛性、法界、空性，并不是说佛仍然有我，仍然没有证悟无我的意思。

所以说，我们平常看到众生的时候，都会非常分别地认为是人、牛、马、狗、鸡等种种不同的个体，在今天经过反复的学习和思考之后，我们发现，原来众生的本质，就是属于佛的，是被佛的大慈悲心时时刻刻观照着的，明白了这个道理，我们为什么不能对一切众生表示我们的恭敬呢？

或者说，直到今天我们才发现，原来现在我们认为烦恼不堪的各个众生，其实在根本上，就具有了完全可以成就圆满佛陀果位的如来藏，只要他成功地恢复了自己圆满清静的如来藏，那就是佛了，如来藏本身没有任何的区别。因此从这个意义上来说，一切众生中的任何一个，本质都和现在已经成佛的佛陀们没有什么两样，在这种情况下，我们既然能够恭敬一切的佛陀，为什么就不能恭敬未来即将成佛的这些众生呢？

第二种解释，从《如来藏经》等经典的法义来看，也是完全没有任何问题的，比如《白莲花经》中说：“如来藏遍布一切众生。”以及“清静、清明、光明性，不动以及无为性，就是所谓如来藏，就是本来存在性。”

至尊弥勒菩萨也曾经说过：“能生圆满佛身故，如如性本无别故，具足无上种姓故，故说一切之众生，恒具妙宝如来藏。”这个偈句中所说的内容，其实就是不论显教密乘，都非常重视的一切众生之所以圆满具足如来藏的三个最主要理由。

第一个理由，因为一切众生未来都可以成就圆满的佛果，生起圆满的佛身，如果在一切众生的心中并没有如来藏这个种子的话，又怎么可能未来生起佛身和佛法的所有功德呢？因此，众生一定是具有如来藏的。

第二个理由，因为众生的如如性、佛性、法性、空性等本质，完全和一切佛根本就没有什么不同，因此众生一定是具有如来藏的，这个如来藏其实就是如如性、佛性、法性、空性等的代名词而已。

第三个理由，因为一切众生最终都能够成佛，所以一切众生自然都具有成佛的种子，或者说是成佛的种姓，而这，就可以被称作如来藏。

既然一切众生都具有如来藏，都可以在未来成佛，因此自己应当对一切众生都恭敬、忍辱。

曾经有一个菩萨问释迦牟尼佛说：“佛啊，在你所讲述的《般若八千颂》、《金刚经》、《心经》等种种究竟智慧的经典当中，已经完全明白地讲述了一切法皆属于空性的这种究竟法义，为什么还要讲述如来藏这样的法义呢？”

释迦牟尼佛回答说：“为什么要讲述如来藏这样的法义呢？是因为以下的几个原因：如果有众生，对于自己能够通过精进地修行而最终证得圆满的佛陀果位没有了自信心，认为自己实在是不堪修行的时候，为了打消他的顾虑和退缩的心理，而讲述如来藏的，你的如来藏和佛的如来藏无二无别，不要自卑，好好修行，就一定能够成功的。”

“如果有众生，对于猫狗鸡鸭等旁生，产生了实在低等、下贱、愚痴等不好的看法，甚至就因此肆意对他们进行欺侮的时候，如果他们知道原来每一个众生，哪怕是这些猫狗鸡鸭，哪怕就是厕所里面的一条蛆虫，都具有和清静佛陀一模一样的如来藏的时候，他们的这种不平等地心态就会被打消掉。”

如此等等，佛总共讲述了五条讲述如来藏的原因，其中第二条原因，就是这里可以使用得到的刚才我们所讲的内容。

**正文：如此能令诸佛得欢喜，如此能令自己事业成，  
如此能净世间诸痛苦，故而应当恒常敬众生，**

讲解：正是因为上述的种种原因，自己恭敬地对待一切的众生，本身就是能令一切佛佛子们都开心的最好的方法，除此之外，在佛所讲述的八万四千法门当中，再也没有更好的能够令诸佛佛子欢喜的方法了。

自己的事业，作为一个菩萨，在发心之后，不外乎就是积集福德和智慧资粮。要积集福德资粮，在三种资粮田（佛陀的功德资粮田、父母的利乐资粮田、众生的福德资粮田）中，众生如果没有的话，福德资粮根本就不可能得到积集；而要积集智慧资粮的话，假如没有世俗谛的外器世间山河大地和内情世间六道众生的显现的话，自己又怎么能够证悟到“一切显现都属幻化”的空性的道理呢？

所以，就算是要成就自己的事业，也都是需要众生的存在，才能够圆满自己的两种资粮的。所以，对众生恭敬，也是成就自己事业的必不可少的途径。

就算是要清除一切暂时和究竟的轮回的种种痛苦，众生这种对境也是不可少的。

因此，众生就是佛陀一切法的精华，众生就是菩萨修行的根本，对众生恭敬，自然也

就成为一个菩萨应当恒常具备的一种素养了。

**正文：比如国王手下某一人，虽然杀害许多人性命，  
真正具备远见之智者，虽有能力也不去报复。  
因为并非此人能力大，而是背靠国王之威力，  
所以害人之人虽无力，无论如何也不能报复。  
同样对于地狱之狱卒，对于大悲者之诸眷属，  
当如民众尊崇国王般，应当恭敬一切之众生。**

讲解：比如说国王手下有一个大臣，来到了一个村庄里，让村子里面的人给他交上很多的钱财，并且随意地抓人、打人，甚至杀人，对当地的老百姓带来了非常大的伤害。

在这种情况下，如果是一个目光短浅，情绪激动的人，就会因为这个大臣并没有什么力量，竟然带给我们这么多的伤害，因此跑去找大臣报复，也对大臣进行打骂甚至杀掉大臣。

而作为一个具有远见卓识、具有智慧眼光的人，对于这种情况，对于这个大臣的所做所为，即使自己有充分的力量和能力，也都不会前去报复，而是会忍耐和承受。

为什么呢？

虽然这个大臣只是一个人，虽然这个大臣的力量并不大，但是他却不仅仅只是他自己，他代表的是整个国家的统治者国王，国王的力量和能力却是谁都不能抗衡的。因此，只要是明白事理的人，都不会去报复或者招惹这个大臣，并不是对大臣本人害怕，而是害怕大臣背后的国王的力量啊！

同样的道理，对于现实世界中带给我们伤害的任何众生，不管他们的力量是多么地微小，哪怕就是一只蚊子，真正具有远见卓识的菩萨，也都不会凭借自己的力量，去报复它，去杀死它。

为什么呢？伤害我们的这个众生，并不仅仅是代表它自己，而是代表了烦恼三毒，而是代表了今生来世的地狱的狱卒；同样也代表了一切具足大悲的佛弟子们的眷属，对于这狱卒，对于这眷属，自己是绝对不会去招惹的，因此也就不会对伤害自己的众生施加报复了。

不但不会施加报复，而且，就好像国家的臣民，对于自己的国王，不管这个国王多么的狂暴，臣民都会恭敬对待国王一样地，自己也要对一切众生恭敬对待，因此也就会很好地专心地修行忍辱了。

**正文：不管国王如何生忿怒，不能给我地狱之伤害，  
因为对于众生不恭敬，未来自己将会到地狱；  
不管对于国王生恭敬，不能给我佛陀之果位，  
因为对于众生能恭敬，未来自己将会得佛果。**

讲解：前面的偈句中，用国王来比喻众生，从而要让我们明白对众生恭敬的重要性。而在这里的偈句中，则强调了众生比国王更加重要。

如果是自己对于国王的不恭敬，导致国王生气了，不管国王如何地暴跳如雷，最严重的结果，也不过就是杀掉自己的性命而已，国王并不能把自己送到地狱中去受苦。

可是如果因为自己不能恭敬地对待众生，因为对于众生的种种伤害的行为，自己来生却是要到地狱中受苦的。

同样的道理，不管自己对于国王如何的恭敬，最了不起的结果，就是国王把王位让给自己，让自己享受一国之君的种种享乐，国王并不能带给自己更好的利乐了，更加不能带给自己圆满的佛果了。

可是，如果我因为能够恭敬地对待一切的众生，能够很好的修行忍辱等菩萨行，不但

来生自己所能够获得那无尽的功德和利益，最终自己还能够得到圆满的佛果。

**正文：通过恭敬一切之众生，未来都能得到佛陀果，  
此生所谓大威能、资财，赫赫声名更不在话下。  
轮回之中因为修忍辱，得到无病健康和声名，  
以及如意长寿之享用，就算转轮王乐都能得。**

讲解：通过上述的恭敬对待一切众生的这种修行，不但未来一定能够证得圆满地佛果，顺带地，今生的种种威能、财物、声名等也全部都会自然获得。

一个众生，只要能够在轮回中，通过修行忍辱等种种菩萨之行，就一定能够得到身体健康无病，声名赫赫远播，如意长寿自在，甚至连转轮王的种种享用都可以得到，最终得到圆满佛果自然也都是非常肯定地事情了。

因此说，一个修行人修行忍辱，那就是非常自然并且非常必要的了。

《入菩萨行论》之第六章指示忍辱章竟。

## 第七章 指示精进

**正文：因此开始精进修忍辱，如此精进就住于菩提，**

**犹如无风自然无动摇，没有精进自然无福德。**

讲解：从这一章开始，就进入“上上得增长”的三章内容了。这就包括对世俗谛菩提心和胜义谛菩提心都有帮助作用的精进度、增强世俗谛菩提心的禅定度、获得胜义谛菩提心的究竟智慧度这三章。

首先开始的就是精进章。

对于菩萨所应当修行的六度来说，只要把前面的一度能够修行的很好了，后面的一度自然就非常容易上手了。

比如说，如果自己能够很好地修行布施的话，因为布施有三种布施：财施、法施、无畏施，其中的无畏施，更多的就指的是护生不杀的意思。所以，当一个人的布施能够修行得很好的话，对于守持不杀、不盗等种种戒律，自然就能够非常容易地进行了。

如果一个人能够很好地守持戒律，那也就意味着他并不会做出任何伤害其他众生的行为；在这种情况下，当别人伤害自己的时候，自己不去生气报复的这种忍辱的修行，当然也就是很容易地就能够做到了。

当一个人能够很好地修行忍辱的时候，什么难以忍受的情况自己都能够忍受的话，精进修行，自然也就不在话下了。

等等。

所以说，六度之中，只要前面一度能够修行的很好，后面的一度自然就能够顺利圆满；也可以说，六度前面的每一度，都可以说是后面一度的因；后面一度，也可以说是前面一度的果。

因此说，从开始修行忍辱的时候就开始精进了，精进修行有什么好处呢？通过精进行，就好像圆满的无上菩提就在自己的手中一样，简直就是非常容易地就能够证得菩提了。

就好像如果没有了风，内情世界的众生，就不会有呼吸，就不会有来来回回的各种动作；外器世间的山河大地，也就不会有变化，不会有流动了。

同样的道理，如果没有了精进，一个修行人自然也就不可能很快地就积集圆满的福德和智慧资粮，也就不可能很快证得圆满菩提了。

因此，精进修行，是非常关键的。

**正文：精进就是求善欢喜心，以下当讲此心之反面：**

**散乱懈怠或贪著恶业，或者畏缩没有自信心。**

讲解：我们知道了精进的重要性，那么什么是精进呢？

精进就是对于一切善努力追求的欢喜之心，比如说欢喜修行六度万行之心理和行为，就是精进了。

从根本上来说，精进，是心的一种表现；但是因为在内心精进的作用下，自然就会出现身体和言语方面的精进的种种行为，因此在表达的时候，也将身体和言语方面的精进的行，也称之为精进了。

人们可以欢喜地追求各种事物，其中只有欢喜地追求善业的心理和行为，才能算得上是精进；如果是对恶的种种欢喜追求之心，那就绝对不是精进了。

种种不属于精进的心理和行为，将在下面开始讲解：

种种不精进的心理和行为，可以统称为懈怠，其中的对于睡眠、饮食、闲谈等种种既不能说是善，也不能说是恶的种种事情的贪著和欢喜，就属于散乱懈怠了。

其中对于种种比如杀生、偷盗等种种不善、恶的行为欢喜的心理和行为，则是属于贪著恶业懈怠。

其中对于自己是在没有任何的自信心，老是觉着自己没有好好修行、没有好好禅定、没有智慧等等畏缩不前或者是自卑的这种情况，则属于畏缩自卑懈怠。

**正文：贪著懒散疲沓之乐受，贪爱舒适睡眠之滋味，  
会不厌离轮回之痛苦，会令懈怠很易易生起。**

讲解：要想能够精进，就必须不再懈怠；要想舍弃懈怠，就必须明白懈怠产生的根源。这个偈句讲述的就是懈怠产生的种种情况：

当一个人喜欢懒懒散散地东斜西靠，斜歪竖倚，喜欢什么都不作，就是这么样子呆着的时候，这就是懈怠滋生的时候了。

当一个人喜欢睡觉的舒服滋味的时候，这也就是懈怠生起的时候了。

前面这两种情况下，都会引发散乱懈怠和畏缩懈怠。

当一个人对于身处轮回当中的种种痛苦，并没有生起厌离之心的时候，也就是懈怠生起的时候了。

而这第三种情况之下，不但散乱懈怠和畏缩懈怠都会生起，就连贪著恶业懈怠也都会生起。

**正文：如果落入烦恼渔网中，也就进了生死之大网，  
如同进入死主之口中，为何现在还不能清醒？**

讲解：当鱼儿被渔夫的渔网所捕获的时候，等待鱼儿的就只有被蒸煮吃掉的命运了。同样的道理，如果自己被贪嗔痴三毒的大鱼网所控制，而不懂得追求正法，也不懂得精进修持，那就相当于落入了胎卵湿化生死的大网之中而不得脱；既然有生，自然也就有死，那么这个时候进入了生死网中的所有众生，自然也就相当于已经进入了死主的口中，随时都会被吃掉，越来越难以得到解脱。

这个时候还不清醒更待何时！

**正文：自家逐渐都要被杀害，难道你还没有看见吗？  
现在还在贪恋睡眠乐，简直就像屠夫和蠢牛！  
所有出路都已被封锁，死主正在前方等待着，  
为何现在仍然乐吃食，如此昏睡黑吃有何乐！**

讲解：都不用说整个众生了，就是你的家乡、你的村庄、你的家族、你的扎仓中的人，你想想看，不论是比你年长的、和你相仿的、比你年幼的，现在都已经有多少人都被死主吞噬了，都已经离开自己了，一天天、一年年，自己的亲人都在死去，这种情况难道你都没有看到吗？

从我自己的家族来说，我们所住的村子比较小，总共才有十二户人家，我现在想来，至少都已经二十多人已经死去了，剩下的人们也都在一天天地迈向死亡。

你现在还在贪恋什么睡眠的享受，还不懂得修持正法，这和那些被屠夫关在牛圈里，有草吃，有觉睡，但是不知道什么时候就会被拉出去杀掉的那些大笨牛又有什么区别呢？！

就好像强盗要抢劫路途中的商旅的时候，往往就是先将商旅们的所有退路完全都封锁住，只留下一个出口，之后就带领着自己的强盗队伍，在前面等着商旅们自动上钩，被他们抢光财物，甚至还会杀害性命。

与此类似，在轮回之路上跋涉飘零的众生，现在已经被死主和他的爪牙团团围住，除了死亡之路外，根本就没有任何的出路可言；只要你稍微前进一步，死主就拿着武器正在前方等着你呢！

在这么危险的情况之下，在这么痛苦的情况之下，为什么你还在贪恋食物的美味，每天这样昏睡黑吃，到底有什么快乐可言！

谁知道什么时候死主就将你杀死了！

为什么你还不清醒过来，赶紧放弃恶业，赶紧放弃懈怠，赶紧精进修行正法？！

**正文：很快就会走向那死亡，算算自己到底活多久，**

**到时就算要放弃懈怠，已经过时还能怎么办？**

讲解：我们每一个人，都在很快地走向死亡，只要死亡来临，一切都不能改变了。

就算到了那个时候，自己想要放弃懈怠，想要精进修法，但是已经来不及了，已经完全挽回不了自己即将死亡的命运了。

比如说大家可以这样想：每一年有 12 个月，每一个月有差不多 30 天，一年总共下来也就是 360 天左右；就算你能够活到 70-80 岁，也不过两万多天而已。

想想自己每天要睡 8 个小时，每天吃饭要花去 3-4 小时，每天闲谈散乱又有多少个小时？每天种种恶念和恶行又占去了多少个小时？

在这种情况下，每一天，只要自己稍微一不小心，就会完全浪费掉整整的一天，生命也就朝着两万多天被消耗完的终点又近了一天；更何况自己在这刚刚过去的一天里，还造作了身口意不少的恶业呢！

这样一想，就会明白：原来我们的生命其实并不算很长，原来我们以为还有很多的时间可以让我们去挥霍的想法，完全是不明智的，我们时时刻刻都在离死亡更近了一步呢！

一旦死亡来临，我们可怎么办呢？

还可以这样想：在过去的迦叶佛在世的时候，人的寿命差不多有两万岁，有非常充足的时间来进行修行；但是当我们的导师释迦牟尼佛降生到我们这个世界的时候，我们人类的寿命却只有短短的一百年了，而往往都很难活到一百岁，大多数的人都是在七八十岁的时候就死去了，而这还算是高寿的呢！

而且在整个几十年的生命过程中，生命的违缘非常多（疾病、刀兵、灾害等），生命的顺缘非常少（饮食、衣物、药物等），况且各种饮食等生命的顺缘，其实也都很容易转变成成为违缘，从而导致生命更加快地完结呢！这在帕巴拉（圣天菩萨）撰写的《中观五百偈》中详有说明。

比如说，本来吃肉等行为可以维持我们的身体健康，是生命的顺缘，但是非常容易地，就可以因为吃肉而导致肝脏疾病、心脏疾病，导致健康恶化，生命缩短。

我们的生命也只有这么短一点，我们能够会遇正法和善知识的机会则更加珍贵，为什么还不抓紧时间修行呢？

否则等到自己死亡的时候，一切都晚了！

**正文：此事没做还在筹划中，此事虽做只完成一半，**

**突然死主来临的时候，只能空哭“唉呀怎么办！”**

**因为实在难抑之悲伤，双目通红悔恨泪满面，**

**所有希望完全都断绝，阎王鬼卒正在等待着。**

**想起自己一生之罪业，听到地狱种种恐怖声，**

**恐惧难耐以至不净流，如痴如魔此时怎么办？！**

讲解：在自己死亡之前，一直都在贪图饮食之乐、贪图睡眠之乐、贪图种种轮回享用



之乐，以至于自己的很多事情，要么根本就没有做，要么就已经想好了怎么做但是却没有开始，要么已经开始做了但是却仅仅只做了一半。

突然之间，死亡来临了，自己只能吃最后一口饭、只能睡最后一次觉，只能说最后一句话的时候，除了“唉呀，怎么办啊！”的后悔的哭喊之外，还能够做什么呢？！

因为自己对于这一生以来的种种贪嗔痴的不明了，因为自己这一生以来的散乱懈怠，因为自己这一生以来的种种恶业，时而眼前会出现种种来生地狱痛苦的种种显现，那些地狱狱卒凶残的样貌，以及他们口中呼喊着的“杀呀！打呀！”的种种恐怖的景象；时而就会看到自己的亲人在身边毫无办法悲痛欲绝的样子。

这一切都会令自己更加的悲痛难抑，以至于双目通红，泪流满面，甚至屎尿横流，污秽不堪，这一生已经完全没有任何希望了，旁边阎王的鬼卒还在紧紧地催促着自己上路。

这是多么地悲惨！

就算这个时候自己好像疯子一样地狂呼乱喊，就算这个时候自己悔恨不堪，又有什么用呢！

因此，为了不令自己在死亡的时候出现这种情况，从现在开始就要积极地进行种种的准备，修行正法，等到自己准备好了，就算死亡来临了，也不会有什么恐惧和害怕了。

**正文：你如鱼儿沙滩上翻滚，此生如此痛苦难忍受，  
因为恶业感召更难忍，地狱痛苦那更不用说。**

讲解：现在生活在轮回中的自己，就如同鱼儿离开了水，在沙滩上痛苦地翻滚一样，这一生中冷了，自己受不了；热了，自己受不了；饿了，自己也受不了，这种痛苦自己都实在忍受不了。

那么，因为自己这一生中所做过的种种恶业，所感召的来生地狱的痛苦，那就更加不用忍受了，自己根本就无法想像那种景象了。

龙树菩萨曾经说过：“将地狱的痛苦景况画成画，或者用语言进行描述，自己见到的时候或者听到的时候，都感到实在难以忍受，那一旦自己因为此生往生种种恶业的缘故，转生到地狱中亲身受苦的时候，那就更加难以承受了。”

因此，为了来生不再忍受难忍的地狱痛苦，自己就应当精进修行善业才对。

对于来生究竟有还是没有，目前的科学家们还没有得出决定的结论。他们虽然不明确地说来生一定不存在，却没有找到坚决支持自己这种论断的可靠证据。

因此，他们中的很多人，就把这个问题提到了钦则仁波切的跟前，钦则仁波切对于这种问题的答案就是：“我不知道。”

正是因为科学家对来生有无的这种无法确定性，还需要进行种种研究的这种现状，虽然佛在经典中明确地说了有来生，钦则仁波切也只是说：“我不知道”，也许有吧？也许没有吧？

在这种情况下，在不能确定来生究竟有无的情况之下，为什么不积极地进行准备呢？万一到了死亡的时候自己才发现原来来生真的有呢？如果那个时候发现有来世，而自己却没有修行的话，那岂不糟糕了！

倒不如现在就积极地修行、积极地准备吧！

**正文：就算碰到温泉之热水，婴儿嫩肤都觉太难忍，  
地狱之业已造作很多，为何还能于此贪安乐？**

讲解：对于一个婴幼儿的稚嫩的皮肤来说，就算是大人们感觉很舒服的温泉的水，都会对婴幼儿是一种严重的伤害。

而我们来生如果生到地狱的话，地狱众生的肌肤，比婴幼儿的还要稚嫩，还要敏感，

况且地狱的种种痛苦，远远超过了温泉的热水，到那个时候，我们又怎么能够承受呢？

况且，我们这一生已经造作了非常之多的地狱的罪业，为什么现在还要在这里悠哉游哉地享受着饮食的美味和睡眠的香甜呢？

**正文：不曾精进而想得成果，承受力差而受大伤害，  
犹如即将死亡之天人，唉呀此人被那痛苦降！**

讲解：自己根本就没有努力精进地工作过，却想得到工作的成果；自己根本就没有精进修过任何的善法，没有累积下善业，却异想天开地希望今生和来世的种种快乐、财富和享用。这种人现实中还是有着不少呢！

在财神藏巴拉的修法当中，有一个忏悔文，在这个忏悔文里面就有：“我因为往昔没有进行广大的布施善行，因此导致今生的贫穷；但是我却想着今生要家财万贯、享用不尽，这实在是我错了啊！”说的就是这种情况。

正是因为自己的痛苦承受能力太差，所以才导致自己感受到的痛苦更加的多；假如自己的承受能力强，自然痛苦的感觉就会少很多了。

也就好像一直在天界享受着种种天界妙欲的天人，从来都没有想到过要修行善业，突然之间天人五衰（《俱舍论》中说：“然诸天子，将命终时，先有五种小衰相现：一者衣服严具出非爱声，二者自身光明忽然昧劣，三者于沐浴位水渍著身，四者本性器驰，今滞一境，五者眼本凝寂，今数瞬动。此五相现，非定当死。复有五种大衰相现：一者衣染埃尘，二者花鬘萎悴，三者两腋汗出，四者臭气入身，五者不乐本座。此五相现，必定当死）现前，自己发现死亡将要降临的时候，那种将离开一切的妙欲、将要遭受无尽的痛苦的境况，就和我们现在还在贪恋美食睡眠而不懂得精进修行的情况完全一样。

而且，天人五衰基本上会提前七天出现，而三十三天的一天，则相当于人间的一百年，那也就是说，这个天人将要在人间七百年的时间里面，一直遭受着将死的痛苦。

对于这种悲惨的情形，作者佛子希瓦拉发出了悲痛的呼声：“唉呀！这些人就这样被痛苦降服了！”

**正文：依靠难得人身之大舟，可以解脱痛苦之瀑流，  
如此宝舟实在难得到，愚痴之时还是别贪睡。**

讲解：我们的人身，就好像是一个宝舟宝船一样，只要是好好地利用了，就一定能够得以脱离轮回痛苦的瀑流。

而且，现在我们的这个暇满的人身实在非常难以再次获得，因此即使现在还是被种种烦恼三毒所障碍，但是也应当精进修持，不要再贪恋睡眠和美食的暂时快乐了吧！

**正文：快乐之因其实也无量，最上乐因正法被抛弃，  
痛苦之因导致大散逸，散乱之时又有何欢乐？**

讲解：在那数不清的能够带给人们快乐的种种原因当中，力量最为强大、最为殊胜的，即应当是修行正法了，通过修行正法，可以带来暂时和究竟的一切快乐。

我们的导师释迦牟尼佛曾经说过：“正法初中后善。”在初初听到佛陀的正法的时候，会从无信心的状态，转变成为对佛法有信心，就好像得到了耳根的甘露一样；在中期思维佛陀正法的时候，则可以清除一切散乱妄念；在最后实际修行的时候，则可以在自己的相续中生起解脱的智慧。正是因为这初中后善，因此说正法就是一切快乐的唯一源泉。

可是，这个最为殊胜的快乐之因，已经被抛弃了。

反而，对于种种痛苦之因（放弃了对正法三藏的听闻和讲说，放弃了对戒定慧三学的实修，要对抗甚至杀害仇敌，要密切守护亲友，要通过生意等方式获得更多的享用，要追求

更多亲朋好友的陪伴和围绕，要享受种种美食美色，等等，甚至为了这些目的不眠不休，甚至为了这些目的伤害别人），却跟随其后，对于这种只能给今生和来世带来种种痛苦的散乱和懈怠状况，还有什么值得高兴和快乐的呢？

**正文：不退缩以及四种友军，勇担责任、能够自做主，  
自己连同他人平等，自己他人可以作交换。  
所谓“自己哪能证菩提？”勿再如此退缩又自卑，  
过去圆满成就之佛陀，曾经说此最极真实语：  
“蚊子、牛虻、以及小蜜蜂，或者任何卑微小昆虫，  
只要能具精进修力，自然能够轻松证菩提。”**

讲解：要想精进修力，就不能有“自己不行”的这种畏缩自卑的这种心态，同时要具备四种能够帮助精进的相当于友军一样的心理（四军）。

同时还要勇敢地承担责任，要能够自主自动地修行（二力），而且还要有自他平等、自他交换等种种的能够帮助精进修行的菩提心修行的方式和方法。

只要能够做到了这些，精进修力是一定能够做到的。其中的二力和四军，在这一章节中就会讲述，而自他平等和自他交换则会在下一章进行讲述。

比如说，有人会想：“我自己整天都被烦恼所控制，哪里能够进行听闻、思维和修行呢？哪里能够证得菩提呢？”

这种明显的畏缩和自卑的想法，一定即刻就要打消。怎么打消呢？

已经证得了圆满无上菩提果位的佛陀，是遍知者，是真实语者，是不妄语者，佛陀曾经在《妙臂菩萨请问经》中这样说过：“菩萨应当如此清净修学：既然狮子、老虎、狗、豺狼、秃鹫、应命鸟、乌鸦、猫头鹰、蚊子、牛虻、蜜蜂等都可以最终成就无上菩提，我现在已经获得了人身，怎么能够不精进去求证菩提呢？”

就连这些卑微的虫兽，只要它们能够生起追求无上菩提之心，只要它们能够具足精进之力，那么难以证得的无上菩提果位，它们都可以轻松证得，那我身为人类，就更加不应当退缩和自卑了。

**正文：自己已经生而为人身，并且懂得利害之取舍，  
只要自不放弃菩萨行，怎能自己证不到菩提！**

讲解：自己现在已经生在六道当中最殊胜的人道，并且能够懂得如何趋利避害地取舍各方面，只要我能够真正地发起菩提心，只要我能够不放弃菩萨行，只要我能够精进地修行，虫兽都能够证得的无上菩提，我怎么可能证不到！一定能够证到！

通过这样的思维，就可以打消自己畏缩自卑的心理，在精进修行的道路上就又扫除了一个障碍。

比如说，在佛经中都曾经说过，就连一个普普通通的厨师，只要是他在心中，不再想着我是为了赚钱的目的而做这个工作；我是为了能够让大家吃得开心、吃得快乐，而做这个工作的。只要是能够产生这样的心理，产生这种类似于菩提心的心理，逐渐地，这个厨师也就能够产生真正的利益一切众生的胜义菩提心，最终也能够证得真正的菩提正果。

一般说来，按照显教小乘的教义，释迦牟尼佛降生为人，以人身而成就佛道，并且以人身而转动正法之轮；而且所谓的沙弥沙弥尼比丘比丘尼等的戒律，也是人身才能领受和护持，其他任何的旁生、天人等众生都不能领受，因此，而说人身最为殊胜和珍贵。

而如果按照显教大乘的教义，则不论任何道的任何众生，哪怕就是地狱众生，也都可以发起菩提心，在这方面和人是没有根本差别的；但是从暇满的角度上面来说，还是人身才能够圆满具足十八种暇满，所以还是人身殊胜。

而如果按照密乘事部行部等教义来说的话，在天界广为流传着密法，因此天人在修行方面其实也是条件非常优越的。

可是如果按照宁玛耳传等无上密法的教义，则不光是人间，整个六道众生都随时可以学习到无上正法。比如说在《静猛本续》等经典当中，就说释迦牟尼佛是人间导师，而其他五道，也都各自有释迦牟尼佛的显现，虽然名称并不叫做释迦牟尼佛。

而且从究竟法义上面来说，释迦牟尼佛也不仅仅只是六道中有六尊，实际上是无数无量的，甚至在蚂蚁种群中，就有显现成为蚂蚁的释迦牟尼佛；在犬只的种群中，也同样就有显现为犬只的释迦牟尼佛存在；在羊群中，自然也就有显现为羊的释迦牟尼佛存在；不同的天界，自然也就有不同的佛；在不同的人群中，自然也就有不同的佛出现。佛的显现，是无数无量不可思议的。所以说，按照不同众生的不同言语和内心，都有佛在宣讲着无上正法；而任何的六道众生，都可以通过自己的本形来修行正法。

虽然如此，如果要非常完美地完全实践整个密法，还是需要通过人身才能实现的，这在密法经典中也有明确地说明。

因此，人身的殊胜性、珍贵性，大家一定要在心中非常明确才行。

**正文：如说“因为要舍手足等，如此布施我实在害怕”，  
孰轻孰重都未分辨清，如何能够打消恐惧念？**

讲解：如果说，我也明白人身的重要性，我也明白了精进的重要性，但是因为修行菩萨行是要把自己的手脚头颅等布施给众生的，那把手脚头颅砍下来的痛苦实在难以忍受，我太害怕了，所以不敢修行菩萨行，虽然我也明白无上菩提的确非常值得追求。

这种想法，实在是太不正确了！连痛苦的多少和快乐的多少这样的思维都没有想清楚，又怎么会没有这种害怕的心理呢？

事实上，在修行菩萨行的过程中，对众生布施自己的手脚头颅等，只是短时间、轻微的痛苦而已；一旦自己没有很好的修行菩萨行等善业，未来在轮回中所要遭受的种种痛苦，比如说恶趣的痛苦，那可是很长时间、沉重不堪的啊！

一旦你能够分辨清楚这两种痛苦的轻重以及时间长短的差异，这种恐惧布施、害怕布施的心理，自然就会打消了。

**正文：往昔无数无量劫之中，曾经多次遭受砍刹苦，  
戮刺焚烧以及割裂等，却未能够带来菩提果。**

讲解：想想自己在往昔轮回的无数无量的劫数当中，曾经不知道多少次被别人砍掉手脚、斩断头颅，还有种种刀箭的戮刺、放火焚烧、切割车裂等等，自己虽然曾经受到那么多的痛苦，但是却并不会带给自己无上菩提的果位，完全都是白白地受苦了。

**正文：自己现在修行菩萨行，所受痛苦其实甚微小，  
如同为了治疗体内伤，暂受扩创清理小苦般。**

讲解：现在自己在修行种种菩萨行过程中所受到的种种痛苦，和上述曾经遭受过的痛苦相比，实在是微不足道。

况且，在前面我们已经说过：在菩萨的修行还没有到达初地之前，因为还没有证悟到空性，身体还有痛觉，所以是不用布施自己的身体的；只有在登地之后，因为证悟了空性，没有了痛觉，那个时候才可以布施自己的身体。

再者，按照密乘修道次第的说法，按照密乘的方式修行，上等的今生就可以成佛、中等的则会在死时和中有成佛，而下等的也会在七生或者十六生成佛。

而且，就好像为了治疗自己因为中弹或者中箭等造成的体内足以致命的伤害，而对伤

口进行扩创所产生的痛苦一样，不但微小，而且从此后所能够得到的利益上面来说，是非常值得的。

这样说来，其实修行菩萨行的痛苦，比较今生和来生所能够获得的功德、利益和安乐来说，其实是非常微小，完全可以承受的。

**正文：医生也是为了治疗病，用小痛苦去除大病痛，  
因此为了清除大痛苦，自然能够忍受小不适。  
类似思维治疗之方案，最圣医生也如此考量，  
通过非常柔和之手段，治疗我们无量大病痛。**

讲解：世间那些善巧治疗的医生，他们经过仔细的考虑，为了治疗病人的胆、风、黄水等疾病，而会采用扎针、放血、烧灼等具有小痛苦的治疗方法，病人为了能够让自己的疾病得到治疗，当然能够忍受这些治疗中的小痛苦。

同样的道理，最为殊胜的无与伦比的医生，一切的佛陀，同样也是这样的一种考量方法。为了能够治疗我们无始轮回以来的无明、贪嗔痴大病，他也为我们设计了种种的治疗方案，而这个方案，比起来世间医生的手段，还要温柔。

比如说，要我们适当饮食后，在环境悦意的地方，坐在舒适的垫子上，结成毗卢遮那七支坐姿，然后一心修行止观法门。

通过如此舒适的方法，我们就可以逐渐地获得无上的圆满菩提。

所以说，为了能够清除我们今生和来生的种种难忍的大痛苦，现在修行菩萨行过程中的一些小小的不舒服，自然是能够承受的了。

**正文：就连进行布施等修行，也是先从小处开始做，  
待到逐渐适应了之后，才能布施自己的肉身。  
一旦对于自己的身体，能够轻松布施的时候，  
就算割肉砍头手布施，又有什么难以实行呢？**

讲解：既然说佛所教育的修行方式都是非常柔和的，那么为什么还要布施自己的身体头颅呢？

在修行布施等菩萨行的时候，也并不是一开始就要每一位初发心菩萨去布施自己的身体的，理由在前面我们已经说过。

另外，任何的布施，也都是要从一点一滴、一针一线这样的小小的布施开始做起，逐渐让自己对布施这种修行行为熟悉、自然，一直到修行上到一定的层次之后，才会让修行者去布施自己的血肉之身的。

如果是连一针一线都非常吝啬，都无法做出实际布施行为的一个人，那么他最初修行的时候，自然也就不需要实际进行布施，而是应当在座中进行思维和观想：将自己的右手观想成为自己，将左手观想成为要接受布施的别人，然后用右手拿着需要布施的物品，在心里想着布施、嘴里说着布施的同时，将物品转交到左手。通过这样的不断地观想和思维，来逐渐增强自己的布施的能力，来逐渐打消吝啬的心态。

而一旦一个修行人，修行已经很到位，完全在心里明白了一切诸法都是幻化的空性真理，在心里完全能够放弃对自己身体的执着的时候，就算是要他割肉，砍断手脚，甚至砍断头颅进行布施，这个时候也根本就不是什么困难的事情了。

在这个时候，因为他已经证悟了一切法如幻，一切法平等的空性道理，因此一块金子和一块石头，对他来说都是没有差别的，这属于贵贱平等；广阔无比的天空，和自己的手掌，也是没有差别的，这属于大小平等；恭敬供养自己身体的涂香和砍剃自己的身体，也是没有差别的，这就属于苦乐好坏平等了。

在大乘经典《经庄严论》中说：“如此则悟法皆幻，投生如同去园林，富足贫穷等等时，无烦无苦无恐怖。”

**正文：为净罪故不会有痛苦，善巧之后自然无不喜，  
不明此理邪见和罪业，才是真令身心痛苦者。**

讲解：为了能够清净自己的三有轮回的一切罪障，种种修行过程的小小的痛苦，也算不得什么了。

一旦自己善巧于真正正法的真理，明白了诸法如幻的空性法义之后，自然就不会对于在轮回中受生、利益一切众生的种种的菩萨行而感到不开心、不舒服了。

如果一个修行人并没有明白这个道理的话，就会因为执苦为乐、执无常为常、执无我为我等种种邪见，以及种种杀生等恶业，而令自己的身心感到痛苦。

因此说，为了清除这些罪业所做的一切，全部都是值得的，而且菩萨为了解脱一切众生的痛苦，还会非常开心非常主动地在轮回中受生呢！

**正文：福德能令身体得安乐，善巧能令心灵得安乐，  
为了利他就算住轮回，具大悲者岂会生厌烦？**

讲解：只有修行才能够得到福德，只有福德才能够令身体真正的安乐；只有真正明白佛法的真正道理，明白了空性道理，才能够真正令自己的心灵安乐。

在明白了这样的道理之后，就算是为了利益一切的众生，就算是要修行六度万行，就算是要一直在轮回中反复地受生，对于一个真正具足了大悲的登地菩萨而言，根本就不会感到厌烦，而且就好像莲花出淤泥而不染一样，菩萨尽管在轮回中，也不会沾染到丝毫的烦恼和罪恶。

**正文：一切都是菩提心之力，不但能净往昔之罪业，  
而且能聚大海般福德，故说比声闻乘殊胜。**

讲解：所有这一切，全部都是菩提心的力量，菩提心，不但可以清净自己无始以来的一切罪业，还能够令自己积聚犹如无边无际大海一般的福德，最终还能够令自己证得真正圆满的无上佛果。

正是因为这样的原因，才说菩提心比只知道自己安乐，而不注重其他众生的声闻乘的修行方法更加殊胜。

**正文：因此应当排除厌烦心，跨上愿行菩提心宝马，  
安稳安乐踏上修行路，明白之人怎能有畏缩？**

讲解：因此作为一个修行人，作为一个菩萨，就应当不顾自己身体的疲劳，不顾自己心里的辛苦，应当把一切都是为了引导众生到达佛地的愿行菩提心，当作是求证圆满无上菩提果位的宝马，在身体非常安稳、心灵非常安乐的情况下，朝着究竟的佛陀刹土前进。

只要是具有智慧的人，只要是明白轻重缓急的人，只要是一个真正的修行菩萨行的人，对于这么一个困难小、收获大、过程安乐的修行方法，都不会产生畏缩自卑的心理，都会勇敢地快乐地前进。

**正文：有助利生事业四友军，慕求、稳固、欢喜和暂舍，  
慕求从思痛苦之怖畏，以及思善之德而出生，  
通过舍弃种种不一致，慕求、佛慢、欢喜和暂舍，  
通过承担、自主之力量，则可增强精进当努力。**

讲解：前面我们讲述了对于菩萨的修行会有障碍的畏缩自卑的心理和行为，要如何的排除，从而要产生对自己的自信心。

接下来就要讲述对于菩萨的利益一切众生的事业能够带来帮助的四大友军，这四大友军就是：慕求、稳固、欢喜和暂舍。

所谓的慕求，就是对一切善行善业的追求之心，以及相应的行动。

所谓的稳固，就是对于自己能够修行善行善业的稳固而不会回退的信心。

所谓的欢喜，就是对于一切正法和修行的欢喜之心。

所谓的暂舍，就是对于自己暂时还没有能力完成的事情，就及时地予以放弃，不要浪费自己珍贵的时间和精力，而专心去做那些自己力所能及的修行行为。

慕求，仔细地说来，就是通过在心中详细地思维今生来世轮回各种的痛苦，让自己在心中能够生起对这些痛苦恶业的害怕之心，然后再通过思维修行种种善业善行可以给自己的今生来世所带来的种种功德和利益，而生起对安乐善业的追求之心。

通过这样的思维，建立起来对于正法的热切慕求的心理，这就是能够帮助菩萨行更好地完成的其中一个友军。

结合稳固（佛慢）、欢喜、暂舍等其他三个友军，以及勇于承担责任、自主自立等两种力量，一个菩萨的菩萨行就应当能够很好的精进完成了。

**正文：自己以及他人之过失，尽管无量我将清除之，  
“其中任何一种之过失，即使耗费海量之劫数，  
才能尽净”这样的努力，哪怕部分我都没见到，  
在这无量痛苦之处境，难道我能不因此心碎？**

讲解：从这章开始讲述的就是四军，首先是慕求军的讲解。

自从我发起了愿行菩提心之后，我和其他众生所具有的种种的身口意三门的过失，尽管实在是多的无法计量，我都要一一清净之。

但是就算是八万四千那么多过失中的仅仅一种，也就是随便拿出一种过失出来，要把它清净干净的话，都要耗费好像海量劫数那么长久的时间，要那么长久的努力。

可是，这种为了净治一种过失所需要的努力，就连很小的一部分都在我的身上看不到，就更不用说是想要清净所有自他一切过失所需要的努力了。

想到这种情况，想到自己和一切众生还都在这个充满了无量痛苦的轮回中飘零，想到自己和一切众生来生还需要继续在这个充满了无量痛苦的轮回中受罪，我又怎么能不感到心碎呢？！

**正文：自己以及他人之功德，尽管无量我都要成就，  
“其中任何一点之功德，即使耗费海量之劫数，  
才得获得”这样的熟习，哪怕部分我都没生起，  
到底为何能获此人身？自己无益浪费真羞愧！**

讲解：自从我发起了愿行菩提心之后，我就要让我和其他众生相续之中，都要生起圆满佛陀的一切功德（断、证、相好等等）。

可是就算是佛陀一切功德中的哪怕其中一种功德，都需要耗费好像海量劫数那么长久的时间，来让我对于种种的修行行为进行熟习。

但是，这种为了获得圆满佛陀所有功德当中哪怕是很小一种功德所需要的熟习，即连千万分之一的一小点儿，都在我的身上没有真正地生起。

想到这种情况，想到自己不知道怎么侥幸地得到了这个人身，但是却被自己毫无意义地挥霍浪费，我又怎么能不感到羞愧万分呢？！

**正文：自己没有供养过佛陀，没有布施广大喜筵乐，  
也没做过利益佛教事，也未满足穷人之心愿，  
也未施无畏给怖畏者，也未施安乐给痛苦人，  
在母腹中我受种种苦，也对母亲造成更多苦。**

讲解：自己从来没有好好地供养过佛陀（财供养、身供养、法供养），也没有对僧众供养过广大的盛宴（尤其是修行正法的盛大欢宴），种种通过讲说、听闻、修行等能够真正利益佛教的事业也从来都没有做过（修庙塑像等并不是真正的利益佛教的方法）。

自己也从来没有满足过穷人的心愿，尤其是没有正法、没有真正安乐之人的修行正法的愿望，我从来没有通过法布施满足过他们。

对于正在处于种种怖畏，尤其是正面对仇敌、面对死亡的众生，我也没有通过护生不杀等方式，给予过他们无畏布施。

因为不懂得正确取舍，正处于各种身心痛苦之中的众生，尤其是希望脱离轮回苦海的众生，我也没有能够给予他们暂时的人天之乐和究竟的涅槃之乐。

像我这样完全远离了一个修行人所应该修习的种种方面的人，在自己母亲的身体中的时候，不但自己遭受着胎内种种的黑暗和不净，母亲痛苦时自己也同样的痛苦，同时也带给母亲了种种不便和痛苦。

在出生的时候，自己和母亲，所经受的挤压和撕裂的种种的痛苦，都好像要死去一般的难受。

自己虽然已经获得了这个非常难得的暇满的人身，但是却根本就没有做出一丁点的善行，到目前为止，还都是仅仅在造作着种种的恶业，这真是令我感到非常羞愧的事情！

**正文：我在往昔以及现在生，因为远离正法之慕求，  
所以变得如此之贫穷，难道还会不慕求正法？  
“所有一切善行之根本，就是慕求正法”乃佛说，  
对此一切善行之根本，我当恒常修行令果熟。**

讲解：回想自己过去的无数生和现在生，正是因为上述种种远离了对正法之慕求的心理和行为，面对佛陀的正法，就好像狗儿看到了青草一样地，根本就没有任何听法、学法、修法的愿望，才导致了现在如此的贫穷不堪，才导致了如此的缺乏安乐。

在明白了这种道理之后，任何一个有判断能力的人，都再也不会放弃对正法的慕求。

至尊的佛陀曾经说过：所有一切的种种善行中，最为根本的就是对正法的慕求之心。在《慧海菩萨请问经》中佛说：“一切善法的根本，就是慕求之心。”在《文殊刹土庄严经》中佛说：“一切法皆因缘生，均安住于慕求根，相应自己之愿望，就会得到相应果。”世间的一切法，都是因缘所生，不论是追求善法还是追求其它，首先就要有相应的慕求、追求的愿望，而相应着自己的这个愿望，就会逐渐地产生相应的果报：上等的愿望，就会带来上等的果报；中等的愿望，就会带来中等的果报；而下等的愿望，也就只能带来下等的果报了；如果一点儿的慕求之心和愿望都没有的话，也就自然不会有任何的果报出现。

因此说，为了能够利益一切众生，为了能够成就究竟的佛陀果位，自然就需要在心中生起对正法最为坚定的慕求之心。

而这种一心追求正法的心理，就是一切法得以成就的助缘，也就是一切成就的希望所在，也就是一切善果得以成熟的必要条件。

因此，自己就应当对于这个一切善根的根本，对于佛教正法的慕求之心，永远不要放弃，并且还要时常地反观自己，通过种种的修行方法强化这种慕求，直至所有的善果都得以成熟。



**正文：一切痛苦以及心不适，种种怖畏以及恐惧等，  
种种所欲都不能实现，这些都是来自于罪业。**

讲解：如果要在心中真正地生起对正法的慕求之心，又要具体如何做呢？就要心中不断地思维一切暂时和究竟的安乐，全部都来自于善法；一切大小身心的种种痛苦，全部都来自于恶法。只有经过这样的思维，只有在心中真正地明白了业果不虚的道理，只有真正地在心中相信了业果，才会真正地生起对正法的慕求之心。

因此，在接下来的内容中，讲述的就是对安乐和痛苦的思维。

所有众生身体上的种种痛苦，以及心中的种种不适不快；所遭遇到的会伤害到自己的生命和享用的种种怖畏恐惧之事；以及自己所希望得到的种种愿望，之所以都不能够实现和得到，全部都是因为自己往昔的罪业所造成的。

**正文：自心如能思维做善业，不管去到任何的地方，  
因为自己功德之缘故，随处成熟福德之妙果。**

讲解：当一个众生，能够在心中经常思维种种善业，并能够做出善行的时候，就一定会有功德。

在这种功德的作用之下，不管这个众生去到了什么地方，哪怕是三恶道，都会在自己功德的作用下，成熟出福德善妙的乐果，而不会遭受痛苦的恶果。

有这么一个故事：有一个母亲，一直对于佛法非常信服，并且经常对佛教的僧人进行斋饭等的供养。但是她的子女们，却经常对母亲的这种行为颇有微词。

有一次正在母亲对一个阿罗汉进行供养的时候，子女们又在旁边说一些非常不好的话。母亲一气之下，就当这个阿罗汉和子女们的面，发了一个愿：“如果我所做的这些供养，真正具有功德的话，我希望能够在你们到达恶趣的时候，我亲眼看着你们！”

在这个愿力的作用下，当这个母亲的子女们真的转生到饿鬼道的时候，母亲也同样到了饿鬼道，但是和子女们所遭受的各种饿鬼道的痛苦不同，母亲却能够因为自己的善业功德，尽管也是在饿鬼道中，但是却住着种种珍宝造就的宫殿，享用着种种的妙欲。

这个故事的意思，就是只要一个众生真正地有了功德，那么就根本就不用在意自己处在轮回的什么地方，因为自己随便在任何地方，都会享受到功德所成熟的乐果。

就好像现在在汉族地区，有些小狗，虽然转生在了畜牲道中，但是却在主人无微不至的关怀下，根本就没有一点儿的畜牲的痛苦，甚至种种享用，比一般人都要舒适和优越。这也应当是这个小狗过去生的善业所带来的善果吧？

**正文：作恶之人虽然想得乐，不管去到任何的地方，  
因为自己罪业之缘故，到处遭受痛苦武器临。**

讲解：相反，如果自己经常造作各种罪业之事，虽然他同样也想得到种种的安乐和享用，但是因为自己的罪业的缘故，不管自己去到了什么地方，哪怕在不属于三恶道而属于善道的人间，也都会在罪业的作用下，成熟出痛苦武器加身的恶果。

就好像，有不少人，虽然也获得了善道的人身，但是却随时随地遭受着缺衣少食、病痛加身等种种的痛苦，甚至肢体不全、早早夭折。

经过上面的两个偈句，我们就可以明白：一切的果报，多数都是混合夹杂的，而在这混合夹杂的果报当中，可以分成两类果报：一是六道投生果报，一是享用妙欲果报。而这两类果报的交互夹杂，就造成了多种不同的生命和享用。

比如说，如果六道投生果报白善，同时享用妙欲果报也白善的话，就显现的是出生在善道，寿命长久、享用丰足、健康快乐；如果六道投生果报黑恶，同时享用妙欲果报也黑恶

的话，就显现的是出生在地狱等恶趣中，时刻遭受种种的痛苦；如果六道投生果报白善，而享用妙欲果报黑恶的话，虽然可以出生在人天等善道，但是却寿命短促、多灾多难、享用匮乏；如果六道投生果报黑恶，而享用妙欲果报却白善的话，虽然会出生在旁生等恶道，但是却会有着丰足的享用和各种的安乐。

还有，如果六道投生果报属于黑恶，而享用妙欲果报却黑白善恶夹杂的话，比如说过去在释迦牟尼佛的弟子中，有一个阿罗汉，他曾经亲自观察到各种地狱的景象，其中就有一个屠夫，领受了晚上不再杀生的戒律，但是却还是继续维持着屠夫的职业，因为这种原因，他死后转生在地狱之中，白天饱受地狱的难忍痛苦，黑夜的时候，却可以享受天人的享乐。

如果六道投生果报属于白善，而享用妙欲果报却黑白善恶夹杂的话，虽然可以转生到人间或者天上，却会在上半生和下半生苦乐交替，这种情况非常多见。

总之，经过这样的思维，就要在心中对于业果不虚的真理建立起来真正的信心，从而生起对白善正法的真正慕求之心。

**正文：广大妙香清凉莲花中，佛陀妙音为食增庄严，  
佛光催生莲花化妙身，佛前成为佛子乃善生。**

讲解：这个偈句说的是如果一个人修行善行非常好，纯粹都是善业的话，那么他所能获得的非常殊胜的善果就是这样的了：

就好像是在西方极乐世界的充满了八功德水的莲池当中，因为自己的善业而感生了一朵莲花，这朵莲花非常广大，自然散布着难以言喻的妙香，莲花的触感是那么的清凉舒适，自己就感生在这朵殊胜的莲苞之中。

（在世俗的时候，自己是因为父母的两种不净，而后感应投生在母亲的血肉形成的子宫之中。）

在时时刻刻毫不中断的佛陀的清静梵音妙音的滋养之下，这朵莲花就好像吃到了美味的饮食一样逐渐地越长越大，自身所具备的光芒也越来越庄严。

（在世俗的时候，自己是通过母亲所吃的种种世间的食物，来逐渐让自己长大的，母亲吃到了美味，自己也就能够舒服一些，母亲吃到了毒食，自己也就感受到痛苦）

同时在佛陀无量光芒的照耀之下，莲花逐渐地慢慢地开放，就在莲苞的中央，在那莲蓬之上，莲花逐渐成熟开放之后，自己获得了完全具足种种相好的莲花化身。

（在世俗的时候，自己就会在子宫当中，越来越感觉窘迫难耐，种种屎尿代谢物充满了羊水当中，自己越来越痛苦不堪，之后就会倒转身体，再经过犹如长时间两山夹挤的痛苦之后，才带着满身的种种不净来到人间。）

就这样，自己因为往昔的种种善业，得以在佛土之中，在佛陀的跟前，真正地成为了一个堪受佛法，未来堪成佛位的佛子。

（在世俗的时候，自己出生之后，什么都不会做、什么都不懂得，需要别人仔细的照顾和看护，受不得丁点儿的风吹雨淋，长大之后会造作什么善业恶业都是不定的事情。）

所有这一切，全部都是自己积累的善业所成就的善果。

**正文：阎王手下剥皮极难受，狱火熔融铜汁灌身体，  
炽燃剑矛斩身千万块，跌落火红铁床乃恶生。  
因此应当慕求诸善业，应当身体力行恭敬修。**

讲解：前面的偈句讲述的是精进修善之人，所能够得到的殊胜的善果；这个偈句将要讲述的是一个纯粹做恶之人，所能够得到的最痛苦的恶果：

罪业深重之人，会在地狱中遭受到阎王鬼卒的剥皮之苦，那全身血肉暴露出来的痛苦，想一想都浑身战栗。

地狱温度极高的烈火，将铜熔融之后，自己的身体会被浸泡在铜汁当中烹煮，或者铜汁会被灌进自己的口鼻眼耳等孔隙之中。

被烧得通红冒着青烟的利剑和矛矢等武器都会戳刺或者砍剁在自己的身上，最后自己的身体会被斩成成千上万个小块。

这些小块最后又被丢到已经被烧得火红火红地铁床之上，再次饱受更加难忍的痛苦。

所有的这一切的景象，全部都是自己所积累的恶业所感召的恶果。

在前后的这两个偈句之外，并没有讲到善恶掺杂的那些人，当然这也可能就是绝大多数的众生，所能够遭受的种种果报。

经过上述的分析，自己就应当从心底的深处，生起对佛教正法善业的慕求之心，并且应当真正开始进入实际的修行。

**正文：应用金刚幢菩萨之法，努力开始去修行佛慢。**

**首先应当分析自情况，仔细判断开始不开始，**

**如不开始其实也很好，开始之后就不能退缩。**

**今生中断来生也中断，如此罪业痛苦都会增，**

**最后其他事情之结果，也会变差甚至不成功。**

讲解：当一个修行人要正式开始修行的时候，是不是就要不分青红皂白地，抓到什么修行方法就冲上前去开始实践了呢？并不是这样的。

毗卢遮那佛在十方世界中有十位名字当中带有金刚的十大菩萨化身，其中一个就是金刚幢菩萨。在《华严经》十回向的经文当中，金刚幢菩萨曾经说：“佛子。菩萨摩訶萨。以如是等无量善根回向。令一切众生究竟一切智。佛子。此菩萨摩訶萨为怨亲故。以诸善根回向等无差别。何以故。菩萨摩訶萨。入平等观无怨亲故。常以爱眼视诸众生。若众生怀恶。于菩萨所起怨逆心。菩萨摩訶萨。为一切众生作善知识。广为分别诸深妙法。譬如大海一切众毒所不能坏。菩萨亦复如是。一切童蒙愚痴无智不知报恩。瞋恚贡高破戒生盲。如是等类无量过恶。不能动乱菩萨道心。譬如日天子出普照天下。不以盲人故隐而不现。又复不以干闥婆城四域尘障。阿修罗障阎浮树荫及余山障。如是等类无量障蔽故。隐而不现。菩萨摩訶萨亦复如是。常正忆念未曾散乱。深广安谛心无忧戚。正意思惟。悉欲究竟功德智能。清静法光普照世间。示真实义。净修一切诸法智门。为诸众生常修善根。一切众生有无量恶。菩萨摩訶萨。不以恶众生故嫌恨退没不行回向。不以难调伏众生故退舍善根不行回向。虽有众生邪见瞋浊。于大庄严其心不转。不舍大愿救护众生。若见众生浊恶无信不知报恩。修习菩提未曾懈怠。若与愚痴童蒙共事。心无忧恼。何以故。我以明净圆满慧日。出于世间。清静调伏一切众生。菩萨摩訶萨。不为一众生故发心求阿耨多罗三藐三菩提。善根回向。不为严净一佛刹故。不为信一佛故。不为见一佛故。不为闻一佛法故。不为满足一愿故。菩萨摩訶萨。悉欲救护一切众生故。以善根回向。具足严净一切佛刹。信一切佛见一切佛。恭敬供养一切诸佛。闻一切佛所说正法。满足一切大愿故。以诸善根。回向阿耨多罗三藐三菩提。”

也就是说，在修行善法的刚开始，即要用充满心胸的“不论做什么，我都能够有能力做下去！不论做什么，我都是为了一切众生的利益！”的这种非常坚固的佛慢之心而开始。

如果没有了这种心，而是像前面曾经提到的“我没有能力，我没有福气，我没有智慧，我没有胆识，我没有办法利益一切众生”等种种畏缩自卑的心理出现的时候，自然什么修行都是进行不下去了。

因此，在打消了畏缩心理之后，在建立起来对正法的强烈慕求之心后，首先应当建立起来的的就是坚固而不动摇的一定要修行、也一定能修行的佛慢之心。

但是这种佛慢之心，并不意味着匆忙和慌张，而是在这种心态之下，开始分析自己的种种实际情况，比如说自己的学识、自己的体力、自己的资财、自己的喜好等等各个方面，

结合各种不同的修行方式，非常深入细致地进行思维。

一旦通过思维发现：某些修行方式，自己目前并没有能力去做，那就先放下不做好了。能够明白自己的缺点，而不强求去做某种修行，这其实是一件非常好的事情。如果经过自己的仔细分析，发现某种或者某几种修行方法，自己特别喜欢，而且从自己的各种条件来看，这种修行非常能够最终成功，一旦这么肯定了，一旦决定要开始实际修行了，那就一定不能半途而废，一定要做到圆满完成才对。

如果自己贸然进入一种修行之后，中途才发现自己完成不了，半途而废的话，因为违犯了自己的誓言，会给自己增加不少的罪业，而且也会逐渐养成一种不求完结的这种恶习，一旦这种恶习养成的话，那么什么修行方法落到了自己的手里，都很难有圆满完成的机会了。不但今生的修行是如此，来生的修行也会是如此，就连在世俗的工作和生活也会是如此，那么自己的种种罪业和痛苦自然就会越来越多了。

即使是因为自己终究还是做了一些的善业和修行，多少还是有一些善果，可是那个时候的善果，要么简直都不值得一提，要么就只有非常低劣的那么一点点而已。

所以说，能够发现自己并不能胜任某种修行方法的话，干脆就先放下不做，这是非常好的一种决定。只对于自己完全能够胜任的修行方法努力精进地坚持下去就好了。

如果能够做到这一点，快速的成就圆满地佛陀果位，根本就不是一件多么困难的事情了。

**正文：修善、我能、降服众烦恼，如此三种佛慢当建立，  
所谓“仅我一人可以！”如此即为修善之佛慢，  
此世烦恼充满无自主，如果自力都不能成办，  
何谈利益一切之众生，因此自己一定要努力。**

讲解：修行各种善行、降服种种烦恼、以及具有完成种种实践的能力，这三者就是佛慢之所以建立起来的基础，或者说就是佛慢的具体表现方式。这种佛慢，是要在什么时候修行的呢？就是当自己在修行还没有开始之前，或者是在开始之后，只要心中产生了“我不能修行，我没有能力”的这种畏缩退缩自卑心理的时候，就要修行佛慢了。

比如说太阳，仅仅凭借它自己的力量，就照耀着四大洲，而且那些云彩、灰尘、狂风等都不能干扰到它照耀世界的行动，并且它并不会因为众生的眼盲、高山的遮蔽等而丧失平等照耀世界的行动，甚至它也并不观待任何的条件和要求，一直就主动无私地照耀着世界。

同样的道理，菩萨在修行菩萨行的时候，因为自己已经逐渐明白了空性的道理，也会逐渐地善巧于各种的方便，而且还会越来越生起真正的大慈悲之心，既然自己已经发起了要成熟和解脱一切众生的菩提心，就应当相信自己一个人完全可以做的到；就应当不被众生的任何错误和过失所影响和障碍；就应当将一切众生当成是自己最亲密的亲友；而且不管众生是否对自己有救度的要求，也不管众生是否对自己不好，都要毫无任何观待地一视同仁地精进利益一切众生。能够在心中真正地生起这种心态，就属于所谓的修善的佛慢了。

在充满了种种烦恼的一切众生根本就毫无自主地轮回世间当中，如果自己连自己的事情都不能办理成功的话，所谓的“我要帮助一切众生成办一切事情！，我要引导一切众生到达佛位！”的想法，自然也就成为了一句空话，根本就是不可能成功的了。

所以自己一定要非常地努力：要让自己和其他一切众生的一切事情都能够成功！

**正文：他人在做下劣事情时，自己也要如上守护之，  
但是不能有我慢之心，自己没有我慢为最胜。**

讲解：当其他众生在做一些不好的事情，不善的事情，比如说杀生、偷盗等行为的时候，自己就要按照上述的心理来守护自己的内心，不要让自己的内心也出现类似的恶业；同

时要尽量地帮助这些众生，认识到这种不善行为的恶果。

但是在自己进行自我守护和帮助这些众生的时候，并不能在心中有丝毫的类似于“我这是在帮助你们，我是一个菩萨，我比你们高贵”等自大骄傲的心理。

只有在自己的心中干干净净，没有任何我慢，同时还能够自我守护并且帮助其他众生不做恶业或者少做恶业的时候，才是最好的一种方式。

**正文：偶然碰到死去毒蛇时，乌鸦也会做出大鹏样，  
如果自己力量衰弱时，小小罪过也有大伤害。**

讲解：大鹏鸟是具有大能力的鸟类，它能够生生地战胜各种毒蛇并且享用毒蛇的身体作为食物。

乌鸦根本就没有降服毒蛇的任何能力，但是当一只毒蛇已经死去，并没有什么威胁的时候，乌鸦如果恰好碰到了毒蛇的尸体，那么，乌鸦也就可以和大鹏鸟一样地享用毒蛇的身体来作为食物了。

这并不是说明乌鸦多么地有能力，而是因为毒蛇因为死去而丧失了能力的缘故。

因此，当自己对于自己修行的能力和信念衰弱或者丧失的时候，哪怕是平时一个小小的过失，都会带给自己很大的伤害。

**正文：因畏缩而没有精进时，除了贫穷哪能得解脱？  
生起佛慢努力精进时，再大困难都难战胜我。  
所以内心稳固有佛慢，再多罪业都能被清净。  
当我被那罪业击败时，所谓“降服三界”乃笑谈。**

讲解：当自己因为对自己没有自信心而导致畏缩不前的时候，自然也就不会有任何的精进和努力，自然也就在任何事情上面都不会有成绩，这样的话，除了自己一直只能处于贫穷无助的状态中，除了自己只能一直处于没有任何安乐的状态中，哪里还能够得到世间的解脱和出世间的涅槃呢？！

而当自己逐渐地充满了对佛法的慕求，充满了对自己能力的信念，充满了佛慢的时候，自然就能够努力精进地修行一切力所能及的修行方法，就算是面临的世间阻力和出世间烦恼的阻力，都不能难倒我，都不能战胜我！

就算是出现了十八种菩萨根本罪的时候，也并不能令我堕落入地狱等恶趣。在《大密方便善巧经》中说：“对于一个非常成功的修行真言的人来说，就算是将他的四肢全部都用铁链捆绑起来，他什么时候想脱离都可以自在地脱离；同样的道理，对于一个善巧于空性的真理和各种方便的菩萨来说，就算是根本罪也不能降伏这个菩萨的。”

所以说，当一个人的心中有了稳固的佛慢的时候，就算要面对的是再多的罪业，再严重的罪业，也全部都能够最终得到清净。

可是，不用说到那么多，一旦自己在一个小小的过失或者罪业之前倒下了，被自己的过失或者罪业打败了，那么自己信誓旦旦地说要降服三界，要出离轮回，也就仅仅是一个笑话了。

**正文：若我能够战胜诸一切，自然谁也不能战胜我，  
我乃佛陀雄狮之狮子，自当住于如此之佛慢。**

讲解：假如自己能够战胜一切障碍和敌对者的话，那么自然就没有谁可以战胜自己了。

所以，在任何的时候，都要充满着“佛是谁也不能战胜的人中雄狮，而我就是雄狮之子，自然谁也不能够战胜我！”的这种充满了自信和战意的佛慢。

**正文：众生如被我慢所降伏，是为烦恼并非佛慢，  
佛慢令人不被敌所控，我慢只能被那烦恼降。**

讲解：如果一个众生，自认为“我比任何人都功德”，那么被这种我慢所充满心胸、被这种我慢所征服的人，他的这种表现，仅仅是被烦恼三毒所征服的我慢而已，并不是我们在前面反复推荐的佛慢。

所谓的佛慢，可以帮助这个众生，不被任何的敌对者所控，尤其是不被烦恼三毒所控，这个人完全能够自主。

而所谓的我慢，则只能是被烦恼三毒所控制、所降伏，最后逐渐就会被拖到轮回大海的深深的海底。

**正文：如果烦恼我慢满心胸，会被我慢引导向恶趣，  
摧毁所有人生之欢乐，犹如仰人鼻息之仆从。  
蠢笨丑陋身体无力气，种种讥讽全部都会来。**

讲解：如果一个众生，自认为“我比任何人都优秀”，让这种完全属于烦恼的我慢充满了自己的心胸的话，逐渐地这个人的来生就会被这种烦恼的我慢引导到地狱、饿鬼、旁生等恶趣之中。

就算是这个人有幸能够转生到人间，但是因为被这种烦恼我慢所控，或者说因为过去生的烦恼我慢所带来的恶果，会彻底摧毁我们人生的一切欢乐，让自己犹如一个完全没有自由、完全没有自主、完全没有生活能力、只能靠别人的施舍来饱腹的仆从。

这种人，会在前生恶业的作用下，转生成为一个好像牛羊一样智力非常低下的人，甚至连正常与人沟通都非常地困难，更不用说能够听闻和理解佛法了。

这种人，会在前生的恶业作用下，转生成为一个样貌非常丑陋、体力卑弱的人，没有人愿意和他交朋友，没有人会接纳他、喜欢他，反而会有很多人来讥讽他、嘲笑他、欺侮他，就好像在欺侮和嘲笑一只衰老不堪的狗一样。

出现这种情况，并不是说这个众生身边的其他众生全部都是非常不好的人，而是说，因为他前生被烦恼我慢所左右，曾经类似地对待过别人，因此今生就会遭遇到这种恶报。

**正文：充满我慢非常之顽固，如果将此误认成佛慢，  
那就更加下劣何须说！**

讲解：当一个众生心中充满了我慢的时候，当他认为自己比一切人都要强的时候，自然就非常地顽固，对于任何好话坏话都听不进去，甚至连能够真正地改善自己暂时的欢乐和究竟的欢乐的正法，也一定就听不进去。

这种情况就已经够厉害的了。可是，更有甚者，如果这种充满了我慢的人，通过对佛法的只言片语地了解，误以为自己的这种状态，就是佛法中非常重要和有用的佛慢（怎么样的修行方法我都能够胜任！）的话，那这个人可就真的难以救药了！

他被烦恼我慢毒害得就更加深了！他将来所会遭受到的痛苦就更加不用说了！

所以，一定要清楚地分辨什么是烦恼我慢，什么是修行佛慢。

**正文：如为降服我慢执佛慢，即为佛慢尊胜大勇士，  
定能降伏难降我慢敌，即可如愿圆众生佛果。**

讲解：如果一个人，为了能够降服三界所有的我慢之敌，而自己在心中生起坚固的佛慢，那么这个人就完全成为了一个可以战胜一切对手的大勇士。

就算我慢烦恼之敌如何的力量强大，这个勇士都一定能够完全降服。

而且，也会如这个勇士的所愿，也会如一切其他众生的所愿，圆满佛果都一定会证得，

暂时的轮回中的种种安乐就更加不用说了。

**正文：如果落入烦恼那一方，无论如何都要承受住，  
就像狐狸等兽对狮子，种种烦恼怎能伤害我！  
就算非常厉害和凶猛，都要护心犹如护眼目。**

讲解：如果一个菩萨，因为不小心，而落入了被种种烦恼所引发的我慢当中的时候，不论出现任何的情况，自己都要坚持和忍耐，不为烦恼我慢所诱惑。

就好像狐狸等一般兽类遇见了狮子一样，不论狐狸它们怎样做，都是不可能伤害到狮子的。

同样的，一旦自己发现了自己正处于烦恼我慢当中，立刻就要提高警惕，密切地关注着自己的内心，不管烦恼我慢变化出什么样的诱惑，都要坚持，毫不动摇，绝对不要被烦恼我慢所吸引，就好像狮子面对狐狸等一般兽类一样。

就好像当一个人遇到了别人围攻的时候，种种的武器和捶打都朝着自己而来的时候，最关键的就是要守护好自己眼睛和头部。

当烦恼我慢表现的越是疯狂和厉害的时候，自己越是要严密地守护好自己的内心，不给烦恼我慢任何机会。

**正文：不论烦恼我慢多厉害，自己都不被它所左右，  
就算烧我或者杀掉我，就算砍掉我大好头颅，  
对于极为烦恼之我慢，绝对不会低下我头颅！**

讲解：在这样进行严密的守护的时候，不管我慢表现得多么地厉害，都要好好地把自己的内心，绝对不能让烦恼左右了自己。

就算是焚烧我的身体，就算是杀掉我的性命，就算是直接砍下我的头颅，对于这个极为烦恼的我慢之敌，我绝对不会低头的！

只要我倒向了烦恼我慢，今后带给我的痛苦，会比焚烧我、杀掉我还要残酷得更多。

**正文：因此不论任何时候，正当之外什么都不作，  
就像追求游戏之快乐，菩萨之行总共有哪些，  
那些事情全部都要做，而且从不厌烦欢喜做。**

讲解：正是因为上述的原因，今后不论在任何时候，除了一个菩萨所应当进行的正当的行为（戒、定、慧三学，或者说布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧等六度）之外，我什么都不会做。

就好像孩子们玩游戏，他们并不是想通过玩游戏得到别的什么，而仅仅就是为了玩游戏而玩游戏，而且不但今天在高高兴兴地玩着游戏，明天还是同样高高兴兴地玩着同样的游戏。

菩萨也就应当像玩游戏一样，并不是为了别的什么目的，更不是为了自己今生和来世的种种功德和利益，而仅仅就是为了做利益一切众生的这些事情而已。

不论所谓的菩萨行都包括哪些，这些全部都是一个菩萨的游戏，全部都是能够令菩萨每时每刻都开心地游戏，因此都会没有一点儿厌烦心理地每天都会开开心心地去去做。

**正文：为了安乐而做种种事，是否带来快乐并不知，  
何事一定能够带安乐，此事不做还要何安乐？**

讲解：当一个众生为了自己的安乐在做着种种事情的时候，当他千方百计地守护自己的亲友、千方百计破坏敌对者的事情的时候，当他努力地做生意赚钱的时候，他并不能够确

切地知道这种事情到底会不会给自己带来欢乐。

可是，当我们已经明白有一件事情，一定能够给自己带来暂时和究竟的安乐的时候，这个时候还不积极地做这件事情，那自己还想得到什么安乐呢？

这件事情就是修行一切都是为了众生的菩萨行。

**正文：锋利剃刀刀刃有蜂蜜，毫不厌烦舌舔那蜂蜜，  
异熟寂静大欢乐之果，福德圆满还会厌烦否？**

讲解：在一个锋利的剃刀刀刃上面，涂抹着一点蜂蜜，很多人都会为了品尝香甜的蜂蜜，毫不顾忌利刃可能会带给自己多么严重的伤害，而是毫不厌烦地不断地用舌头舔舐着这个利刃上的那一点蜂蜜。

这就比喻众生仅仅是为了暂时的、眼前的、一点点的轮回快乐，而不顾今生来世乃至未来无数生的种种痛苦，而做着种种被贪嗔痴所左右的恶业。

既然那么危险的境况下，为了那么一丁点的好处，自己都能够毫不厌烦地不断尝试和追求，那么对于根本就没有任何危险，好处却是今生和来世人天享乐，乃至究竟的一切寂静、无上圆满的佛果，这么样的好事，难道还会犹豫，难道还会厌烦吗？

**正文：为能如法完成己事业，就像中午最热的时候，  
大象争先跳入池塘般，应当尽快欢喜做事业。**

讲解：在印度，常年的温度都要比我们这里高很多，尤其是从春天开始，天气就已经很热了。在大热天的中午，也就是最热的时候，大象只要在路上遇到了一个池塘，都会毫不迟疑地赶紧跑到池塘里去，以便减少过热的天气对自己的伤害，以便能够享受到清凉。

同样的道理，当一个菩萨，为了能够很好地完成自己的菩萨行，也就要像怕热的大象一样，赶紧欢欣雀跃地开始利生事业。

这种心态才是一个菩萨应有的修行菩萨行的心态。这也可以称作是欢喜友军。

**正文：如果无力就暂时放下，有机缘时还可重新做，  
既然已经很好地完成，那就干脆进入新工作。**

讲解：在前面我们已经讲过，当一个菩萨在准备开始自己的菩萨行的时候，首先就要根据自己的实际情况来判断，哪些菩萨行是自己目前的能力无法完成的，就放到以后再作；哪些是自己目前的能力能够完成的，就要立即着手去做。

可是，当自己认为本来可以完成的事情，在进行到中途的时候，因为自己的心力体力变差，或者是碰到别的障碍因缘，没有办法很好的完成的时候，还是可以将这个工作先行放下，留待以后时机成熟的时候再做。这也可以称作是暂舍友军。

假如一个工作，自己已经顺风顺水地很好地完成了的时候，就要非常干脆地进入到新的工作当中去，当这个新工作也很好完成了的时候，也就要非常干脆地进入下一个新的工作。

不能在那里不断地回味着：“我完成了一个菩萨行，我已经积累了多少的功德，我将来会如何如何”等等。

也不能因为自己能够很好地完成这个工作，就回过头去，把这个工作再做一遍，又做一遍。

完全在心中放下已经过去的菩萨行，赶快进入新的菩萨行，这还可以称作是暂舍友军。至此，能够帮助修行者精进修行的四军就讲述完成了。

**正文：犹如自己正在和一个，凶悍敌人捉对厮杀时，**



要能忍受烦恼之伤害，最终粉碎烦恼之对手；  
假如自己利剑落地时，担心受袭要迅速捡起，  
同样正念武器跌落时，担心地狱要速拾正念；  
犹如通过血液的传播，剧毒迅速遍布全身时，  
一旦找到一个小机会，过失就会充满自内心。

讲解：大家都喜欢看武侠片，在武侠片中，经常会出现两个武功高手捉对厮杀的情景。

比如说，当自己正在和一个高手对杀的时候，尽管对方的攻势非常地凶猛，自己也要想尽办法抵挡住他的攻击，不但如此，还要找机会反击，乃至最终将对手彻底的击败，甚至还要将他碎尸万段，让他再也不能和自己作对。

同样的，在自己为了降服贪嗔痴三毒，为了降服根本的无明，而修行菩萨行的时候，就好像在和一位高手对杀一样。

不管烦恼会用什么样的方式来扰乱自心，自己都要把握身心，一定要经受得住烦恼的诱惑；不但如此，还要通过精进地修行来对烦恼进行反击，最终的目的就是彻底地击败烦恼，彻底地不让烦恼有任何机会再来干扰自己。

比如说，当自己正在和一个高手对杀的时候，突然，自己手中的利剑被对方打落在地，因为担心对手会利用这个机会对自己进行伤害，因此就要尽快地、迅速地把武器捡回来，然后赶紧抵挡对手的进攻。

同样的，当我们在修行菩萨行的时候，一不小心，可能我们就会因为种种情况和原因，丧失了自己的正念，而这个正念，正是自己和烦恼之敌作战的武器，为了防止烦恼之地趁机对自己造成伤害，为了防止未来地狱的痛苦，赶紧就要通过种种的方式，尽快地重新抬起自己的正念，而后就要用正念正行等武器，继续和烦恼之敌作战。

比如说，在和对方作战的时候，遭受到一点的刀伤、剑伤等都不算要紧，可是一旦对方的刀剑上面喂了毒，哪怕伤口仅仅只有一点点，但是那个毒却会顺着血管弥漫到自己的全身，自己就会非常地危险了。

同样的道理，自己在和烦恼之敌，通过菩萨行进行作战的时候，如果正念疏忽了，就会被烦恼之敌抓住机会，让杀生、偷盗等危险的过失之毒弥漫自己的内心。

这可是非常危险的啊！

**正文：给予装满芝麻油之器，持剑兵士守护在周围，  
一滴洒出就会被杀头，守护禁戒应当如此行。**

讲解：有一个国王，并不清楚佛教和外道的分别，他也在平常对于佛教的比丘和外道的修士都进行着供养。

有一天，他很想了解佛教和外道究竟不一样在什么地方，就邀请了一个佛教的阿罗汉，一个外道的修士，都来到自己的王宫之中，自己想通过供养来观察一下双方的优劣。

第一天，国王让人分别给这两个修行人送去了非常精美的食物，在他们吃完了之后，当手下问佛教比丘“饭菜味道怎么样”的时候，比丘回答说：“我不知道。”而外道修士回答说：“真是美味。”

第二天，国王让人分别给这两个修行人送去了非常难吃的食物，在他们吃完了之后，当手下问佛教比丘“饭菜味道怎么样”的时候，比丘回答说：“我不知道。”而外道修士回答说：“真是难吃。”

这个时候，国王就来到了佛教比丘的跟前，对他说：“你们佛教的人，怎么能够说谎呢？你们就是这么样的人吗？”

比丘回答说：“我们并不是说谎的人，我们都是真实语者。”

国王不屑地说：“你怎么没有说谎，连饭菜的味道时好时坏都不敢说，全部都说不

知道，这不是说谎是什么？”

比丘说：“请国王从监狱中将囚犯都带出来，在广场上，给他们每人一个装满了芝麻油的罐子，然后让他们绕着广场跑步，并且要告诉他们：一旦洒出一滴油在地上，不管你们的罪是大是小，马上砍头；反之，如果你们没有洒出一滴油的话，也不管你们的罪大罪小，当即释放。旁边还要围着各种歌舞杂耍表演的人，以及手拿兵器的士兵。此后你就能够知道我到底有没有说谎了。”

国王虽然摸不清头脑，但还是照办了。

最后国王发现，几乎所有的囚犯，都没有洒出一滴油在地上，而且当问他们周围有些什么人的时候，他们也说不出歌舞杂耍，也说不出凶狠的士兵。

在国王将这些囚犯都释放了之后，比丘说：“因为他们非常害怕洒出油来，因此就非常专心致志地留意着罐子里面的油，在这种情况下，哪里还能注意到周围的歌舞杂耍的美妙和士兵的凶狠呢！”

比丘接着说：“同样的道理，我们佛教的比丘，时刻都将自心关注在如何脱离轮回痛苦之上，又怎么能注意到饮食的好坏呢！我们并不是说谎的人啊！”

国王恍然大悟，从此就对佛教生起了清净的信心。

修行菩萨行禁戒之人，就应当像那些捧着芝麻油罐子的囚犯一样，专心致志，心无旁骛地一心守护禁戒。

**正文：好像毒蛇突然入怀中，立刻就会站起身一样，**

**一旦出现瞌睡懒散时，立刻就要警惕而反思。**

讲解：就好像一个生性胆小怯懦之人的怀中，突然窜入一条毒蛇一样，因为害怕这个毒蛇会咬伤自己，这个人就会火烧眉毛一样地快速站起，只希望能够尽快摆脱毒蛇的危险。

同样的道理，一个修行菩萨行的菩萨，就应当时时刻刻小心谨慎，一旦瞌睡或者懒散的状态出现在自己的身心的时候，就好像烦恼之毒蛇突然窜到自己怀中一样地，也就要立刻迅速地警醒，赶紧反思自己为什么会出现瞌睡和懒散，为什么不能够精进修行。

**正文：每当一个过失出现时，就应进行种种自批评，**

**并且要想“未来不如此，”应当长时这样地思维。**

讲解：虽然我们也想没有任何过失地修行我们的菩萨行，但是我们终究还是刚刚开始修行，不可避免地会出现这种或者那种的过失。

因此，每当在自己的身上出现了一个过失，比如说瞌睡懒散的时候，就要立刻对自己进行批评，如“你作为一个修行菩萨行的人，不精进努力地实践种种菩萨行，却在这里打瞌睡，却在这里懒懒散散，无所事事，这个样子对吗？”，并且要在很长的时间里面，不断地对自己说：“以后再也不能出现这种情况了。”

**正文：每当这种情况之时候，应当依靠正念和熟习，**

**或者拜见如此之正因，如此正确做法当努力。**

讲解：每当遇到这种出现过失的情况时，就要及时地提醒自己：“要用正念和熟习来赶紧进行对治啊！”

或者，赶紧到能够帮助自己提起正念，或者能够帮助自己加强熟习的堪布或者上师跟前，寻求他们的帮助。

不管使用上述的什么方法，只要是正确的能够帮助自己的方法，都要努力精进地实践。这样就讲述完成了二力之中的勇于承担之力。

**正文：总之从己开始实践时，一切行为都要有能力，  
时常想起谨慎精进语，我要勇于实践菩萨行。**

讲解：总之，不论在任何时候，只要是自己准备实践某一菩萨行的时候，就要像前面所讲过的那样，修行的行为要充满了激情和力量；而且要时常想起能够令自己谨慎警惕而不放逸的种种法语，要让自己勇于承担任何的菩萨行。

**正文：就像风儿轻轻在吹动，来来回回都带动柳絮，  
同样应用欢喜心掌控，这样一定就会修成功。**

讲解：就好像风儿在来来回回地吹，而那柳絮就会随着风的方向而来来回回地飞动一样。

自己的身体，应当被自己的内心牢牢掌握；而自己的内心，则要被欢喜修行正法的念头所牢牢掌控。

只要这样，就一定能够修行成功。

这就是二力之中的自主之力了。

《入菩萨行论》之第七章指示精进章竟。

## 第八章 指示禅定

**正文：如上生起精进心之后，即当常时安住于禅定，  
内心时常散乱之凡夫，犹如住在烦恼獠牙中。**

讲解：当一个修行人，一个菩萨，通过前面所讲述的内容，在心中已经真正地生起了要精进修行的想法之后，所要精进的方向，就是应当长时间地安住在禅定当中。

如果一个人的内心经常都处于贪恋外界色声香味触法的散乱之中时，随时随地都可能被烦恼所控制和吞噬，就好像一直处在烦恼猛兽獠牙之中一样，非常的危险。

在菩萨所要修行的布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧六度当中，每前面的一度，就是后面一度的基础；当前面的一度修行的很好的时候，后面的一度自然就会非常容易的上手；而当前面的一度还没有取得稳定进展的时候，要想开始后面一度的修行，那将会是十分困难的事情。

比如说：当一个人布施度修行的很好的时候，就可以将财物、器具等都进行布施，同时还能进行无畏施，那也就是说，他可以在别人即将出现杀生等罪业的时候，通过护生而令将要被杀的众生得以脱离死亡的怖畏。既然他都可以护生了，那么自然他违犯戒律的事情就不容易做出来了，自然就很容易地可以守持好每一条戒律了。

当一个人的持戒度修行的很好的时候，自然一切的所思所想、所作所为，全部都是为了利益别人，而不会伤害别人了。那在这种情况下，当别人对自己进行伤害的时候，自然也就不会想着生气、忿怒甚至找还、报复，那么他的忍辱度自然而然地就可以很好地上进了。

当一个人的忍辱修行的很好的时候，他不但可以很好地承受别人施加给他的伤害，就连一切在修行过程中所遇到的种种艰难和困苦，他同样也能够承受得了，因此他的精进修行，也是非常容易就可以出现并维持的了。

当一个人能够自然而然地精进修行时候，因为他已经能够布施、持戒、忍辱，他对于不管是来自于外界还是来自于内心的种种障碍和干扰，也就能够在很好的承受的基础上，逐渐舍弃种种可能的散乱，这样，对于制心于一处的禅定，他自然也就能够进入了。

当一个人的禅定功夫越来越好的时候，内心的明觉之力也就会越来越强大和清晰，对于外部器世间和内心情世间的干扰自然能够很好地断绝，同时，还能够对于其本质逐渐认识地越来越清楚，真正的世间智慧和出世间的智慧，也就会逐渐地显发出来，进入智慧度也就是自然而然了。

因此，如果一个人通过学习和思维《入菩萨行论》，逐渐地已经能够认识到菩提心的功德和利益，逐渐地已经能够发起精进修行一切菩萨行的发心的时候，也就是他进入禅定度的时机了。

所以从这个偈句开始，将着重讲述禅定度的内容。

**正文：身体内心都处于寂静，自然不会出现散和乱，  
所以应当舍弃诸世间，应当舍弃一切之妄念。**

讲解：当一个人的身体能够不为了世间的美味饮食、华丽衣服、高楼大厦、种种享用、地位钱财、声名赞誉等而辛苦奔波的时候，当一个人的内心不会被贪嗔痴三毒所作用，不会去贪图色声香味触法的时候，这就是身体和内心的寂静的表现。

在有了身体和内心的寂静之后，自然就不会出现那种种的散乱，自然就能够一心安定，自然就容易进入禅定了。

因此，为了能够很好地免除散乱，为了能够很好地进入禅定的修行，自然就应当舍弃世

间的一切，自然就应当舍弃贪恋世间的一切妄念。

**正文：因为爱恋、喜欢诸所得，才会不能舍弃世间事，  
所以为了能够全舍弃，智者应当如下做修学：**

讲解：之所以一个人不能够很好地进入禅定的修行，就是因为他对世间的人有爱恋，就是因为他对于世间的所得之物有欢喜和执著，所以他在对世间种种的贪欲存在的情况下，自然就不能进入一心专一的禅定了。

所以说，为了能够修行好禅定度，为了能够不被世间一切所干扰，为了能够真正地舍弃世间的任何事物，一个真正具有智慧的人，就应当按照以下的内容进行修学。

**正文：当知“寂止之上的胜观，定能摧毁一切之烦恼”，  
因此首先就应修寂止，不恋世间欢喜地修行。**

讲解：在禅定的修行内容当中，有两部分的内容：寂止和胜观。

所谓的寂止，就是内心能够专一地集中在一处而不出现任何的散乱和昏沉；所谓的胜观，就是能够在深入细致的思维之后，逐渐地了悟“一切万法本质都是幻化，一切法本质都是空”的空性真理。

当一个人仅仅能够做到制心一处毫不动摇的寂止的时候，虽然他的内心，已经能够到达四禅天和无色界天的境界，但是因为没有了悟到空性的道理，只是暂时地将烦恼压制了下来，等到他来生转生到天界的时候，那种种的烦恼种子就会爆发出来，就相当于暂时用石头压住了小草一样，单纯的寂止并不能彻底根除烦恼。

当一个人根本就没有稳固的寂止的时候，虽然他也懂得“一切万法都是幻化”的道理，但是那纯粹即相当于是口头禅一样，完全都是思维理解上面的概念，并没有实际的对抗烦恼的力量，也就不可能将烦恼根除。

只有在稳定的寂止的基础之上，进而了悟了空性的道理，才会具有真是强大的力量，将一切的烦恼彻底的根除。

因此，只要是想修行禅定的修行人，最先要修行的，就应当是专一的寂止，而且只有在对世间的一切都能够放下，并且能够非常欢喜地进入修行的状况下，真正稳固有力的寂止才能够修成。

**正文：无常之人对于无常事，时常产生爱恋和贪著，  
因此即使千万生之中，根本不会见到喜和乐。**

讲解：在这个轮回世间当中，一切都是无常的，一切都是随时随地都在变化着的，或者说，一切都是随时生成坏灭的，根本就没有一个可以恒常不变的存在。

但是，就是在这个一切都是无常的轮回中，无常的自己，却会对那同样是无常的种种的世间人和事，以致产生这种种的爱恋和执著。

就这样，哪怕是自己已经在轮回当中痛苦地飘转了成千上万生，还都不会醒悟，都不会认为自己现在的这种种爱恋和执著，最终只能带给自己无尽的痛苦，根本就不会带给自己任何的欢乐。

**正文：不见喜乐自然不快乐，内心自然不会得安住，  
即使见到也贪不厌足，如前爱恋又会成痛苦。**

讲解：因为自己对世间的种种爱恋和执著，从而导致自己根本就见不到任何的喜乐，自然心中也就从来都没有真正地快乐过。

既然内心中希望快乐却根本就没有得到快乐，自己的内心也就从来都不会安宁，自然也

就不可能清净地安住了。

就算有时候还能够见到一点暂时令自己可以快乐的事物，但是因为自己对此的爱恋和执著之心太重，因此也就丝毫得不到任何的满足，在这种内心对于快乐的希求没有得到满足的情况之下，自然又会导致自己平添了更多的痛苦。

这就是众生在世间的写照。

**正文：如果对于众生生爱恋，就会全然遮蔽清净性，  
厌离之心自然就衰败，最后就生更多的痛苦。**

讲解：如果一个众生，对于其他的众生在心中产生了贪恋之念的话，因为这种烦恼的贪恋的存在，就会遮蔽自己对于“一切法都是无常，一切法都是幻化”的这种清净空性道理的认识和了悟；同样是因为自己对于轮回的贪恋，自然也就不可能想出离轮回，那也就相当于自己厌离轮回的出离心逐渐地越来越衰败了。

在这种种贪恋的作用下，最后自己只能够得到更过的痛苦，根本就不会得到任何的欢乐。

**正文：如此内心一直生贪恋，一生毫无意义就虚度，  
同样属于无常之亲友，能令不动正法也衰败。**

讲解：就这样，在自己内心对于轮回一直都有着种种的爱恋和执著，因此自己的一生就这样毫无实际意义地虚度浪费了，不能对自己和任何人带来任何的利益。

而那些同样本质上都是属于无常，自己却爱护有加的亲友们，却会令本来根本不变、根本不动、根本坚固犹如金刚的正法，都会变得越来越衰败。

**正文：如同凡夫同样之作为，未来一定会堕入恶趣，  
如与凡夫不一样作为，为何还要与他们为伴？**

讲解：如果自己和其他的一切凡夫一样，都是对世间充满了贪恋的话，自己也会和他们一样，未来就会堕入恶趣中受苦。

假如自己不想和这些凡夫一样作为的话，那又何必一直和这些凡夫呆在一起呢？

**正文：刹那之间就成为好友，非常短暂又成为仇敌，  
欢喜对境却生起忿怒，如此凡夫实在难恭敬。**

讲解：如果我说，我之所以和这个凡夫呆在一起，就是想要引导他们，让他们逐渐都一心向善。这种想法虽然很好，但是却是不可能实现的。为什么呢？

世间的种种凡夫，他们可能会在一刹那之间，就和你成为了好朋友，亲密无间；但是同样地，也会在很短的时间里，因为一件很小的事情，立刻反目成仇，自此形同路人。

当你为了他的暂时来生的欢乐和究竟成佛的欢乐而对他进行止恶修善的劝告引导的时候，他却会认为你阻碍了他享受快乐的过程，因此对你怒目相向。

像这样的凡夫，就算你想对他们恭敬一些，就算你想对他们好一些，那也是非常难以实现的事情啊！

**正文：说有益语却令他生气，他还要我远离诸善事，  
如果我不听他的说话，因为忿怒他会堕恶趣。**

讲解：自己自认为对他们说的都是真正能够利益他们的话语，但是他却因此而勃然大怒；而且，他还会反过来劝我不要做善事、修善业，如果我不听从他的这种说法的话，他还会更加生气。虽然我是本着利益他的想法对待它，但实际效果却恰恰相反，反而是害了他。

为什么？因为我是一个修行菩萨行的人，我对他说好话，或一切止恶修善的好话，但是

因为他并不理解、并不领情，反而对我这个菩萨产生了忿怒之心，因此他就会获得来生堕入恶趣的果报。

这难道不是我害了他吗？

**正文：对上嫉妒相同要竞技，对下我慢闻赞则贡高，  
听不善言又会生忿怒，依伴此人能有何利益？**

讲解：一般众生，遇到在学识、功德、相貌、资财、名声等任何一个方面比自己强的人的时候，不但不会对这个人真心地欢喜赞叹，反而会因此而产生严重的嫉妒之心，甚至因此还会对这个人造谣生事。

当遇到在上述各个方面都和自己差不多的人时，不但不会惺惺相惜，反而会在心中产生了较量和比赛的想法，还是期望自己比别人能够优胜一些。

当遇到在某些方面比自己差的人的时候，也不会有倾心相助的想法，而是会对自己的优胜而产生不可遏止的我慢心理，在我慢心理的作用下，这个人想再提高，那就是非常困难的事情了。

当听到别人称赞自己学问好、名声大、人品好等或真或假的赞叹之时，自己立刻就会因此而产生眼高于一切的贡高心理，好像世界上没有任何人能够比自己强，好像自己就是理所应当受到所有人的赞叹一样。

当听到别人对自己说某些地方还不够好，某些地方还需要改善的时候，就好像听到了严重的污蔑言语一样，马上就会生气忿怒，好像就是自己被别人污蔑侮辱了一样，丝毫不考虑到别人为什么会这样对自己说话，甚至将别人的好心，也当成了陷害。

如果我和像这样行事的众生为伴、相依，到底什么时候才能真正的得到自己一直所期望的利益呢？

这说明，凡夫是很难为友、为伴的。

**正文：与此凡夫为伴之时节，常闻赞叹自己贬他语，  
常闻喜欢轮回之言语，全部都是不善之言行。**

讲解：当与这个凡夫为伴的时候，从来从这个凡夫的嘴里听到的都是对自己的夸赞的言语，对别人贬低和讥讽的言语，从来都是对轮回的种种事情欢喜异常的言语，从来都是种种不善的言语，这个凡夫的行为，自然也同样都是类似不善的行为。

从这个凡夫的身上，根本就发现不了丝毫的善言和善行。

**正文：如果这样我与之相伴，一生就会无益而空过，  
不但我自事业没成功，利他事业自然也失败。**

讲解：如果我的一生，都是这样和这种凡夫在一起度过的话，不但是他的一生，就连是我的整个一生，都会没有任何实际利益地完全荒废而过。

不但我自己的功德利益增长的事业根本就没有成功，就连我一心要利益这个众生的事业也自然完全失败，更不用说利益其他众生的广大事业了。

这还说明：应当尽快远离凡夫世间。

**正文：因此离开凡夫远远住，遇到则要恭敬而对待，  
不能显得过于熟和密，普普通通自然是最好。**

讲解：通过上面的种种分析，一个修行人，自然就要远离一切的凡夫，独自住进寂静的山林之中。

所谓的寂静的山林，白天人迹罕至，晚上不闻嘈杂，没有任何世间的事情对自己造成羈

绊，同时还有绿树、青草、鲜花、流水等与自己作伴，自然心中也就不会产生种种贪嗔痴的妄念了。

但是，虽然修行人身处寂静的山林之中，但终究还是在世间的范围内，自然不可能完全不会见到任何一个人，毕竟修行人还是要通过饮食等来滋养色身的。

在自己住于山林中修行的时候，可能就会遇到路过的猎人，或者给自己送食物的施主。

在见到他们的时候，并不能因为自己是一个修行人而对他们视若不见，这样很有可能就会令他们生气，给他们造下来生堕入恶趣的因果。

所以就要像招待客人一样地对他们打招呼，拿出自己可以拿出来招待他们的东西进行招待，不要让他们生气。

但是，也不能对他们表现得太过于亲近、熟识和密切，因为一旦太过密切的话，反而很有可能造成对方误以为非常了解自己的错觉，可能会造成不好的后果，比如说自己对世间的贪恋，比如对方误以为自己喜欢世间的事情，等等。

只有不过于亲密，也不刻意冷淡，普普通通地对待来人，这就是对双方来说都最好的一种方式。

**正文：犹如蜜蜂花丛中采蜜，仅仅只为获得正法故，  
全部都像初次见面人，不过亲密当如此安住。**

讲解：就比如，当蜜蜂飞来飞去地在花丛中采撷花粉和花蜜的时候，并不会执著地认为这朵花是我的花，这个花园就是我的花园，这里就是我的家，这些花朵对我很好，根本就不会有任何类似的妄念，而仅仅是将自己所需要花粉和花蜜采撷之后，就会毫无顾忌的飞走了。

因此，山林中修行的菩萨行者，自然也不能对于自己所遇到的任何人，产生这就是我的朋友，这就是我的施主，他不应当去接近别的修行人，等等类似的妄念，之所以要好好地接待自己所遇到的任何人，其实也根本就是为了正法的缘故。

为了让他们明白修行者的慈悲心，为了要他们不对修行者产生恶念而导致自己的恶果，当然也能够通过接待来人而增加自己维持色身的资粮。

所以呢，不管来的是什么人，都要好好地招待，都要像第一次见面一样地好好招待，不能表现的疏远冷淡，也不能表现地过从甚密。

一切都是随缘而动，毫不粘滞。

**正文：如说：“我资财多声名大，因此自己心中甚欢喜”，  
如果心中有如此贪恋，此生死后自然生悲恐。**

讲解：如果自己认为：我今生的资产和财物如此的丰富，并且也在广大的人群中得到了很响亮的好名声，所以这一辈子我的心中实在是非常地高兴和开心啊！

假如自己的心中真的有这么样的对世间种种的贪恋的话，当自己在死亡的时候，因为自己光是欢喜和贪恋此生的种种，那么因为要和这些财物分离，要和这些名声分离，自己的心中一定是非常恋恋不舍的；同时，因为自己今生的贪恋，自然就没有做什么善行，而仅仅积累了不少的烦恼恶行，因此，来生一定会堕入恶趣受苦。

在这个时候，不但是死亡的时候痛苦，来生会更加的痛苦，甚至可以说是恐怖。

**正文：因为烦恼昏昧愚痴心，在在处处都产生贪恋，  
将来到时一定会出现，成千翻倍后的严重苦。**

讲解：因为自己并不明白善恶取舍，自己的心被贪嗔痴烦恼三毒蒙蔽的昏昧愚痴，因此就对于一生中的种种景象，对于世间的种种事物，随时随地都在产生着贪恋之心。



但是按照经典中所说，今生自己所贪恋的一，到了来生要成熟恶果的时候，就会成为一千，而且还会随着数量的增加而翻倍呢！

比如说，今生自己贪恋一杯酒，来生的恶果就会是一千杯酒。

而当自己今生贪恋两杯酒的时候，来生的恶果就不会只是两千杯酒，而会是四千杯酒了。在这种不断翻倍的原则下，可以想象一下自己来生的痛苦将会有多么的严重了。

**正文：所以智者不会生贪欲，因为贪欲定会生悲恐，  
因此自然应当舍一切，应当对此生坚定信解。**

讲解：正是因为上述的种种原因，一个真正具有智慧的人，一个真正的修行者，一个修行菩萨行的人，一定不会对今生世间的一切产生任何的贪恋执著之心，因为他已经明白只要有贪欲，就一定会产生后来的悲恐。

所以应当在自己的内心深处，坚定地毫不动摇地产生“要舍弃今生一切而专心修行”的信念。

**正文：虽然也有很多的财物，虽然也有很好的声名，  
但是所有财物和声名，何时何处舍弃并不定。**

讲解：哪怕自己今生已经积累了很多的财物，也许这些财物可以够自己享用无数生；哪怕自己今生已经获得了很好的名声，也许这些名声可以维持很久的时间，但是不管是这些无尽的财物，也不管是那些远播的名声，都会在自己死亡的时候不得不抛下。

而自己什么时候会死，会死在什么地方和场合，根本就没有丝毫可以确定的可能，而在自己死后，名声还有什么用？财物还有什么用呢？

**正文：如果别人对自己讥讽，就算还有赞叹有何喜？  
如果别人对自己赞叹，就算还有讥讽有何怒？**

讲解：当自己听到别人对自己进行赞叹的时候，因为同时肯定还有人对自己会说一些讥讽、批评等言语，自己还有什么值得高兴的呢？

当自己听到别人对自己的讥讽、批评等言语的时候，因为同时肯定还有人对自己进行支持和赞叹，自己又有什么必要生气忿怒呢？

这个世界上，要说有一个人所得到的全部都是别人的欢喜赞叹，或者全部都是别人的讥讽批评，是根本不可能出现的。

就算是天人之师、人中狮子、释迦牟尼佛，在有很多人信仰追随他的同时，也有很多人对他表示不满；就算是十恶不赦的大强盗，在很多人对人进行口诛笔伐的同时，也有很多人羡慕和追随他。

完全只有一边的评价，这种情况从人类有历史以来就不曾出现过；在人类一直发展的无限的未来，也一定不会出现。

那么，不管什么事情出现在自己的身上，也根本就没有必要因此而喜怒了。

**正文：虽有许多众生慕求佛，但也有人对佛很不敬，  
如我下劣更加不用说，因此自能舍弃世间想。**

讲解：就算是我们的导师释迦牟尼佛，自然有很多人对他恭敬信仰，但是同时也有很多人根本就不恭敬他，更何谈信仰他了。

我作为一个凡夫，虽然也希望能够证得圆满菩提，但是目前尚处于修行的阶段，尚有很多的过失和罪业，因此有些人可能会赞叹我，更多的人可能会讥讽和批评我，这又有什么奇怪的呢？这非常正常啊！

不过，正是因为我已经明白了这个道理，因此我也就更加对这个世间没有什么贪恋了，自然也就能够很容易地放弃世间的想法了。

**正文：对无财人言辞加讥讽，对有财人言语加毁谤，  
如此本性难伴之众生，与之为伴怎能生欢乐？**

讲解：世间的凡夫，对于一个没有资财的人，就会说一些讥讽嘲笑的话语，比如说：这个人真差劲，连自己都养活不了等等。

而对于一个有家财的人，又会说一些毁谤嫉妒的话语，比如说：谁知道他的钱财是怎么来的？也不见他行善做好事等等。

这种事情，不但在世间是如此，就连对于出家的僧人，也同样会发生的。

比如说，一个修行非常好，很有功德，但是却很穷困的喇嘛，虽然也会有一些有智慧的人信仰他，但是大多数的人却不会信仰他，反而会说他没有本事。

另外一个修行不一定很好，但是却很有资财的喇嘛，一方面，有人对于他很有钱，如果能够修庙塑像那还罢了，如果这方面的事情做得不多的话，即会说他贪心吝啬、不懂得供养三宝，只会自己买房子买车子享受；另一方面，就会有很多人非常地信仰他。

众生的本性就是如此，非常难以成为他的伴侣。与像这样的众生为伴，到底什么时候才能开心和高兴呢？又怎么能高兴呢？！

**正文：世间普通各个之凡夫，不能自利则不会高兴，  
所以至尊佛陀才会说：“凡夫没有一个是我的友。”**

讲解：世间之人，不管是哪一个普通的凡夫，都是希望自己能够得到快乐和利益，如果自己的快乐和利益没有得到，自己就根本不会高兴。

但是他们却从来都不会明白，原来自己的快乐和利益，根本就只能来自于利益其他一切众生啊！

也正是因为这样的原因，佛才会在经典当中说：“没有任何一个凡夫是我的朋友。”

**正文：森林之中飞鸟和走兽，以及大树不说不善言，  
容易做伴非常之安乐，到底何时可与之一起？**

讲解：比起来世间的种种痛苦的景象，山林当中的那些飞鸟、走兽、大树、青草、鲜花等，根本就不会对自己说：“你在这里时间太长了，走吧。”也不会说：“你怎么吃得这么多！”更不会对自己说：“你睡觉睡得太多了！”等种种不善的言语。

和他们做伴，比和世间的众生做伴，要容易得很多，也要快乐的很多。

我自己到底什么时候才能到山林里去和他们住在一起呢？

这是作者佛子希瓦拉在心中的一个愿望。

**正文：山洞或者无人之空庙，或者绿树之下都可坐，  
根本不用左顾和右盼，无贪无着安住真向往。**

讲解：山林之中，到处都可以作为自己安住的地点，比如说山洞之中，比如说无人的破败山庙，甚至连大树底下都是我可以安然打坐的地方。

在印度的气候条件之下，大树底下打坐是没有问题的；但是对于藏地和汉地来说，夏天在大树底下打打坐还是可以的，但是其它季节，就根本不能了。

在山林中，没有任何事情可以让自己分心，也根本不用担心别人的干扰。

自己想走就可以走，想留就可以留，也根本用不着和任何人打招呼。

这么样在山林中无贪无着地安住，真是令人向往的修行生活啊！

**正文：不用执著地方为我的，自然就会放松和宽坦，  
自由自在也没有贪恋，何时自己能够如此住？**

讲解：山林之中，那广阔的天地，根本就用不着说这个山洞是我的，那块草坪是我的，在完全没有任何自我执著的情况下，心情自然就能够放松，内心也自然就能够宽坦，如此自由自在、没有丝毫贪恋地在山林中安住，当然就不会有什么妄念来干扰自己了。

像这样的出家修行生活，自己什么时候才能享受得到呢？

**正文：钵盂等等必须之物品，谁也不要遮身之衣服，  
根本不用东躲和西藏，毫无恐惧何时能如此？**

讲解：在山林中居住的时候，除了钵盂等用来吃饭和喝水的这类必需品之外，就连身上的衣服，也都是别人不要的。

就这样，因为身上根本就没有什么值钱贵重的东西，因此也就不需要东躲西藏地害怕被人偷、被人抢，就这么大大方方地毫无恐惧地安然住在山林中的生活，什么时候自己能够享受到啊！

上述的这些种种的愿望，全部都是作者在自己修行菩萨行的时候所进行的思维，而最后在他给大家传授了这部书之后，也真的就什么都没有地进山修行了，终于实现了他一直以来的愿望。

**正文：如果去到寒林见白骨，他人白骨以及自己身，  
同样都是无常坏灭法，何时可以相对做观修？**

讲解：在山林中安住的时候，间或会去往寒林之中，在那里随处可见别人的白骨，看到了别人死后的白骨，再看看自己的身体，什么时候可以如此这般的进行无常坏灭的观修呢？

这个时候的无常坏灭的观修，可以有两种方式：一是，对着别人的白骨，想象着这个白骨在生前，也和自己现在的身体一样，是有血有肉可以活动的，也会有喜有悲，也会有自己的亲友和仇敌，但这一切全部都已经成为了幻影，唯有这个白骨还在这里。二是，对着别人的白骨，看着自己的身体，想象着自己的身体，虽然现在也是有呼吸有精神，也会为有所得而喜悦，也会为被伤害而痛苦，但是不久之后，自己的身体也就会和这白骨一样，被随意地抛弃在这里，再也无人过问。

经过这样的观修，就可以很好地打消自己对于身体的执著。

**正文：就连现在的此身体，不久就会死去变腐臭，  
就连狐狸野狗等野兽，也都不愿接近我身体。**

讲解：别看我现在的身体如此的饱满，但是就和这白骨之前的主人一样，不久就会死去，被别人抛弃到这里，甚至因为身体的腐臭的味道，让那些以肉为食的狐狸和野狗等，都不愿意接近自己的身体。

自己现在对于这个身体如此百般地爱惜，到底有何意义呢？

**正文：自己身体当时独自生，就连俱生血肉筋脉等，  
都会分崩离析四处散，更不用说亲戚和朋友。**

讲解：自己的这具身体，在出生的时候，并没有任何别的人在陪伴着自己出生，完全就是自己独自出生的。

甚至就连作为自己身体的伴随着自己神识一起来到世间的这个身体的构成部分：血肉、筋脉、骨头、脏器等，全部都会在自己死亡的时候分崩离析，个个消散。

那现在自己一直都在维护和爱恋着的那些亲戚、朋友、爱人、子女等，哪一个又不会离开自己呢？根本就不用多说，全部都会分离的。

**正文：出生之时自己独自生，死亡之时自己独自死，  
自己痛苦别人不承担，纵令亲友怨敌又如何？**

讲解：自己在出生的时候，是独自一个人出生的；将来自己在死亡的时候，自然也是独自一个人死去的。

自己在这一生中，因为种种恶业所造成来生将要承受的一切的痛苦，也是要自己独自承受的，任何人都不会替自己来承担这个痛苦。

既然如此，不管是自己的亲友，还是自己的仇敌，自己如此的执著，到底有什么实际的意义呢？

**正文：路途之中奔波之旅客，执著客舍为己目的地，  
同样三有路途之中途，一直执著种种之生处。**

讲解：在为了钱财、为了贸易、为了所得、为了滋养色身、为了家中妻子儿女、为了亲友而辛苦地在路途辛苦地奔波的旅客们，如果将路途当中临时用来休息歇脚的客舍，当成了自己的目的地，当成了自己的家乡的话，实在是非常的错误。

同样的道理，因为自己的贪嗔痴等三毒烦恼的作用，为了种种自利的想法，在种种业之因果的作用下，而一直在轮回三有的漫漫路途中辛苦奔波着的所有众生，将轮回中暂时的生处，执著成为真正的自己，那可是更加错误的了！

**正文：世间充满种种之痛苦，因此就要在那四个人，  
没抬自己进入寒林前，应当尽快逃脱入山林。**

讲解：正是因为自己目前所处的这个世间，到处都是种种的痛苦。

因此，不要等到由四个壮汉抬着自己的尸体抛弃到寒林，我自己就要在此之前，尽快地逃离这个痛苦的世间，要进入到山林中去修行。

**正文：没有亲友也没有仇敌，此身独自住寂静山林，  
犹如自己提前已死去，死亡之时也没人痛哭。  
因为身边没有仇和敌，因为没有痛苦来干扰，  
自己可以专心随念佛，谁也不会造成我散乱。**

讲解：在独自住在山林当中的时候，根本就不用任何的亲友来陪伴自己，也根本不会有任何的仇敌来尾随自己，完全就是自己一个人住在寂静的山林当中。

而在那些所谓的亲友和仇敌的心目中，自己就好像已经死去了一样。

等到自己真正死亡的那一天，身边也就不会有任何的仇敌来扰乱自己，也没有一个亲友来痛哭自己的离去，从而对自己修行死亡瑜伽造成障碍。

自己就可以专心地随念佛、随念法、随念僧、随念戒、随念施、随念天，这六种随念，根本就没有任何一个人来干扰，自然也就不会散乱，自然也就可以专一，就可以帮助自己很好地修行死亡时候的瑜伽了。

这种情况，就和至尊的米拉日巴大师所推崇的山居瑜伽修法一样了。

**正文：因此非常悦意舒适之，山林之中苦少快乐多，  
一切散乱自然全息止，自己独自住在山林中。**

讲解：当住在山林之中的时候，身边到处都是高高的绿树、软软的青草、鲜艳的花朵、

清澈的瀑流，等等，这么舒适的环境当中，不会有什么令自己感到痛苦和受伤的事情，而到处都可以令自己充满了欢乐，一切的散乱的妄念自然能够息止，自然也就不会有什么其它的念头来干扰自己，比如说想想亲友如何啦、想想仇敌如何啦等等。

这些其他的念头全部都没有，完全就是自己一个人在思维种种的法义。

**正文：完全抛弃其他之念想，自己只有一种之念头，  
自能一心平等而安住，自能调柔又能够精进。**

讲解：在这个时候，在自己根本就没有任何干扰的时候，根本就抛弃了所有其他的想法的时候，心中自然就只有一个念头了，那就是一心专一平等地安住于禅定当中。

在这个时候，自己的心，自然就能够调柔，自然就不会毛糙和散乱，因此也就自然能够不断地精进了。

**正文：于此生中或者对来世，如果生起种种之欲求，  
因此杀生、绑缚或砍刹，来生一定遭受地狱苦。**

讲解：如果对于此生或者来生，自己因为种种欲求的缘故，而造作了杀生、绑缚、砍刹其他众生的罪业的话，来生自己一定会成就地狱的痛苦果报。

**正文：男女媒人穿针引线下，先是发出种种之愿望，  
不怕造罪不怕坏名声，为达目的什么都能做，  
即使恐怖害怕也能做，哪怕资财散尽也要做，  
只要能够拥抱入怀中，将是无法形容最上乐。**

讲解：从这一章开始，将会讲述世间最为诱人、最能够引发人贪欲心的男女之情。因为这种男女之情，会令人对世间贪恋执著，根本就不会有厌离出离的想法。

所以，为了能够断除对世间的执著和贪恋，最关键的就是要断除男女之间的贪恋。

因此在接下来的内容中，因为作者佛子希瓦拉是男身，因此他所要摒弃的对象，就是女身，所以也就会在后面的内容中，不断地对于女身的种种不净和应抛弃的理由反复地进行了思维和分析，如果学习这篇文章的人，同样也是男身，自然顺着文章的内容直接思维即可；如果学习这篇文章的人，是女身的话，自然就应当将文章中处处的女身对境，改成男身对境。

文章本身，并没有对女身进行攻击的意思，纯粹是为了断除对世间贪恋之心的需要才这么思维的。

最初当一个男子，对别的女子产生了爱慕之心的时候，首先就会通过男女媒人的穿针引线，对自己所爱慕的女子表达自己的仰慕之心，并且会发出“能见面该多好啊!”、“能看我一眼该多好啊!”等类似的愿望。

接下来，就会为了能够见到心目中的女子，为了得到该女子的欢心，为了能够最终成双成对，即使是作出一些大家都认为不正确的事情，也都无所谓了。比如说，父母的愿望是另外一家女子，或者父母的愿望是先成就功名等的时候，自己甚至都能够做出不遵从父母之命的举动，甚至会做出离家出走的举动，这个时候，也根本就不会在乎别人会怎么样说自己的坏话，比如说“叛逆”、“不经世事”、“冲动无知”等等。

甚至为了心中的女子，都能够作出平时根本就不敢做的事情，比如说打架、比如说高声喧哗以吸引注意力等等。

更有甚者，为了博得心中美女的一笑，千金散尽都毫不在意。

总之，唯一的目的是，能够将美女拥入怀中，这个时候，不管过去经过了多少的磨难，不管过去遭受了多少的非议，都已经不在话下，全然都被天大的欢喜所充满了。

**正文：仅是骷髅并非其他，自所拥有或是未拥有，  
如此贪恋如此之希求，为何不走解脱痛苦路？**

讲解：醒醒吧！你一直都在耗费心神追求的，其实就是一具骷髅而已，根本就不是什么美女！

不管是现在已经拥入怀中的妻子，还是暂时还没有拥入怀中的女朋友，不管你是如何地贪恋、如何地爱慕、如何地追求，她们的本质不过就是一幅骷髅而已。

为什么你就不能放弃对骷髅的追求，而进入能够解脱一切痛苦的正法之道呢？

**正文：最初召唤或者掀面纱，女子害羞眼睛看地下，  
不管之前见过没见过，从来都是薄纱遮面容。**

讲解：当一个男子想追求一个女子的时候，可能会在路上先打招呼，然后等女子停下脚步的时候，就想方设法地要掀开女子的面纱，想看一看自己心目中的女子是否真得很漂亮。

但是对于这个女子来说，不管是有没有被别人看到，也不管是不是之前认识的人，平时都会将自己的面容用薄纱遮掩起来，根本就不会轻易地让别人看到自己的面容。

本文中所描述的，应当属于古代印度西部所谓“克什”地方的风俗习惯。

克什，在最初的时候，当地全部都信奉的佛教，当地人的佛教行为和习惯都非常地出名。而且当地也出了很多的高僧，因此在我们现在所学习的很多藏传佛教的经典中，都会提到这是克什的某某译师所翻译。

后来，伊斯兰教统治了当地，从此当地的佛教就彻底的衰败了。

从此之后，就连藏语中的“克什”，慢慢地意思也就变成伊斯兰教的意思了。

我们现在虽然看到伊斯兰教的女子都要蒙着面纱，但是克什这个地方，在伊斯兰教统治之前，就已经拥有着这个风俗了。

女子的面容，时刻都要遮掩起来，不能让别人尤其是男子随便地看到。

**正文：她那如此招人的脸庞，现在全然都暴露出来，  
秃鹫扯烂面纱而显露，现在为何见了要逃离？**

讲解：女子的面容，从来都会招惹的男人不能自己，从来都想掀开面纱看上一看。

可是现在，在这个寒林当中，因为秃鹫、乌鸦、野狗、狐狸等抓扯撕烂了衣服和面纱，从来都是保护得严严实实的面容，现在已经完全地显露了出来。

可是，这个时候的自己，为什么看见了朝思暮想的面容，却要害怕地逃跑呢？

**正文：别人眼睛哪怕瞟一下，自己都会赶紧去守护，  
现在将成别人之食物，吝啬自己为何不守护？**

讲解：在女子活着的时候，哪怕是被别人用眼睛瞟了一下，自己都会赶紧上前加以守护，自己对女子是如此的爱护，如此的吝啬。

现在，女子都要被那些秃鹫、乌鸦、野狗、狐狸等吃掉了，怎么不见自己赶紧上前去守护呢？

**正文：现在血肉一堆之身体，要被秃鹫等等吞食掉，  
对于其他众生之食物，为何花鬘檀香等供养？**

讲解：现在寒林中的这一堆血肉，即将成为秃鹫等肉食众生的食物。

那么当女子活着的时候，既然她迟早都是别人的食物，自己为什么又要对别人的食物殷勤地用花鬘、檀香等进行供养和打扮呢？

**正文：亲眼见到是一堆骷髅，尽管不动自己也害怕，  
犹如起尸一般能活动，自己为何不惧反贪恋？**

讲解：现在在寒林中的这个女子，真实地在自己的眼前就是一堆骷髅，尽管这堆骷髅一动也不会动，但是自己都会感到十分地害怕。

那么，当风心意识控制了这个身体，让这个身体能够活动、能够呼吸的时候，那其实就是一个诈尸了的尸体而已，自己为什么那个时候却并不会害怕和恐惧、反而会贪恋异常呢？

**正文：遮蔽之身自己生贪欲，全身赤裸为何不爱恋？  
既然发现根本没用处，为何遮蔽之时要贪恋？**

讲解：当女子的身体，被面纱和衣服遮蔽着的时候，自己非常地贪恋女子的身体和面容；现在同样的身体已经全然赤裸地显露在自己的面前，自己为什么却没有丝毫的贪恋之心呢？

如果说现在的这个身体，根本就不能用来拥抱、抚摸和亲吻的话，也就是说根本就对自己没有任何用处的话，为什么在同样的身体被面纱和衣服遮蔽着的时候，自己却魂不守舍地贪恋难舍呢？

**正文：吃进身体同样的食物，会变粪便也会生口水，  
食物所变粪便自不喜，为何喜欢同因之口水？**

讲解：当女子吃进食物之后，经过身体的新陈代谢过程，既会产生臭不可闻的粪便，也会产生女子的口水。

既然自己根本就不喜欢食物变化而成的臭粪便，那么对于同样是由食物变化而成的女子的口水，自己却为什么就非常喜欢、甘之如饴呢？

**正文：棉花触感柔软又舒适，不对棉花枕头生爱心，  
“因为很香又是很洁净”，因为贪恋迷惑了脏净。**

讲解：自己喜欢抚摸和拥抱女子的身体，是因为手感非常柔软和舒适；那么用棉花做成的枕头同样手感很柔软和舒适，为什么就不会对棉花枕头产生爱意呢？

如果自己认为女子的身体味道很香、女子的身体非常洁净的话，那就完全地搞错了什么是香、什么是臭、什么是干净、什么是肮脏了。

在佛的教言之中，常常说众生有四种颠倒：以痛苦为快乐、以肮脏为洁净、以无我为我、以无常为常。

这里所说得闹不清楚香臭和脏净，其实说的就是第二种颠倒了。

**正文：贪欲严重内心迷惑者，虽然棉花触感软舒适，  
“并不适合相拥抱而眠”，甚至还对枕头不喜欢。**

讲解：如果是一个贪欲心很重、而又分不清楚脏净、香臭的人，虽然自己也明白棉花非常柔软，感觉也很舒服，但是却认为并不适合自己相拥抱而眠的要求，认为只有女子的身体才适合，甚至还会因此而对棉花枕头产生不满呢！

**正文：如果自己并不喜欢脏，段段白骨筋脉相绑缚，  
层层涂抹血肉之泥巴，这个为何欢喜抱怀中？**

讲解：如果说，自己根本就不喜欢不干净、脏的东西。

那么一个女子的身体，其实不外乎就是一根根的白骨，用筋脉绑缚捆扎起来做成一个骷髅骨架，然后在这个上面就好像塑像一样地一层一层地抹上血肉做成的泥巴，女子的身体不

过就是如此的肮脏，为什么你要那么欢喜地拥抱在怀里呢？

**正文：自身本来就充满不净，并且时刻用此不净身，  
对于同样不净皮口袋，自己贪恋究竟为哪般？**

讲解：仔细地思维一下，就算是自己的这个身体，也全部都充满了粪便、胆汁、血液、黄水、鼻涕、眼泪、筋脉、白骨等种种的不净，自己也一直对自己的这不净的身体爱护有加。

对于同样是充满了种种不净的女子的身体来说，就好像一个皮口袋里面装满了不净一样，自己为什么还是要因为贪欲而非常地喜欢呢？

所谓的皮口袋，直接的意思，就是将一个动物仅仅从口蹄处开刀，然后完整地剥下整个的外皮，扎住四蹄之后，就是一个很好的可以用来盛装东西的口袋了。

**正文：如说“我就喜欢她肉体，因此喜欢抚摸和观看”，  
肉体本身并没有意识，一堆血肉你如何爱恋？**

讲解：如果说，我就是喜欢女子的身体，喜欢抚摸，喜欢看着，也喜欢拥抱。

肉体本身就没有什么意识，根本就不会有任何的反应，就好像现在在寒林中的这具女子尸体一样，你又会如何对一堆血肉产生爱恋呢？

**正文：如说“自己爱那女子心”，那心根本不能触和摸，  
能触摸者反而没有心，毫无意义拥抱是为何？**

讲解：如果说，我爱的并不是女子的身体，我爱的是她那个心，她心中喜欢我，我也喜欢她。

那么，因为人的心，人的思想，根本就不可能触摸得到，凡是能够被触摸得到的，只能是那具身体，但是那具身体却根本就没有心，不可能爱着自己。

因此，既然你爱她的心，那你却拥抱着她的身体是为了什么？

**正文：对于别人不净的身体，自己不明并不太奇怪，  
自己身体全然是不净，自己不明可真是奇怪！**

讲解：对于别人的身体，因为不是自己的身体，因而不能够明白其完全充满了不净的性质，这种事情还情有可原，并不奇怪。

但是，对于自己的身体，每天都在产生着种种的不净，自己还没有弄明白身体的不净的性质，这可真是太奇怪了！

**正文：无云晴空温暖之日光，催生鲜艳莲花你抛弃，  
通过贪恋不净之内心，喜欢不净身体为哪般？**

讲解：如果说，自己根本就不喜欢不净、肮脏的东西，那么，阳光下，刚刚开放的出淤泥而不染的鲜艳莲花，是多么地洁净，为什么你就不会去喜欢和爱恋呢？

反而，在自己根本就是贪恋不净的内心的作用下，去追求贪恋性质纯属不净的身体。

**正文：一处地方如果有不净，就连接近自己都不愿，  
对于不净所生之身体，为何自己就贪恋触摸？**

讲解：当一处地方，因为被女子的唾液、鼻涕、粪便等不净弄脏的时候，自己根本就不愿意接近，远远地就会绕开了。

但是，对于同样是由于父母的种种不净所生的女子的身体，为什么自己就是那么地愿意接近、抚摸甚至拥抱呢？



**正文：如果根本不贪恋不净，对于不净之处所出生，  
并且不净种子所长成，女子身体为何抱怀中？**

讲解：如果说自己根本就不喜欢任何不净的东西的话，那么女子的身体，根本就是从母亲充满了血污的子宫中出生的；而且女子的身体，根本就是从父母的不净的精液和经血作为种子所长成的。

为什么你要将这样的身体抱在怀中呢？

**正文：不净之中生出不净虫，即使微小自己也不喜，  
充满不净自性之身体，不净所生为何生贪恋？**

讲解：从那不净的粪便之中所出生的同样是不净的蛆虫，自己压根就不会对之产生任何的喜爱。

那么，本来就是充满了不净的女子的身体，而且这个身体也是从父母的不净中所产生的，为什么你就会对如此不净的女子的身体那么地爱恋呢？

**正文：自己自性就属于不净，也不愿意别人说不净，  
为何对于不净皮口袋，非常饥渴而产生贪恋？**

讲解：自己的身体，本来就充满了种种的不净，本身就是不净的自性，即使这样，也根本不愿别人说自己“不净”的坏话。

既然这么地喜欢干净，为什么对于女子充满了不净的身体，对于这个不净的皮口袋，却要如饥似渴地爱恋，还要紧紧地抱在怀中呢？

**正文：冰片檀香等种种香料，大米稀饭以及菜肴等，  
入女子口复又吐出来，地面因此就会变肮脏，  
如果对于如此之不净，眼前形成也不愿靠前，  
抛弃寒林如此之身体，如此不净如今请观看。**

讲解：大家都喜欢的冰片、檀香等香料，以及可以用来饱腹的大米稀饭和菜肴等，本来都是很好的东西，大家都喜爱的东西；但是如果被一个女子吞进口里，然后又吐出来，只要吐出来的时候落到了哪里地面上，那块地面马上就会变成肮脏的了。

那块肮脏的地面，就算是女子当着自己的面吐出来弄脏的，自己都不会愿意接近。那么现在女子的身体已经到了寒林之中，你现在会上前亲密地观看这个不净的肮脏的身体吗？

**正文：如将身体皮肤剖开看，立刻就会感到很恐怖，  
既然自己知道这道理，为何还要对其生欢喜？**

讲解：如果将任何一具身体的皮肤解剖开来的话，立刻就会出现血肉淋淋的恐怖场面。既然大家都知道这样的道理，为什么还要对这种血肉淋淋令人害怕的身体，产生欢喜和爱恋呢？

**正文：身上散发出来的香味，那是檀香并非其他，  
香味根本属于其它物，为何因香要喜欢女子？**

讲解：如果说，女子身上的香味很好闻，因此我很喜欢女子。

女子身上的香味，那是来自于檀香等沐浴熏香，如果一个女子不沐浴、不薰香，她的身体哪里还会有香味呢？

既然女子身上的香味根本是属于其它的东西，根本就不是自身的香味，那你为什么还要

因为这种本来就不属于女子的香味，而去对女子产生爱恋和贪欲呢？

**正文：如果自然发出恶臭味，肯定不会对此生贪恋，  
为何因为无益世间爱，为了爱意身上涂妙香？**

讲解：当一个女子长时间不洗澡、不薰香的时候，她的身体自然就会散发出来恶臭，根本就不会产生什么香味，如果是这样的一个女子的话，自己肯定就不会对她产生任何的贪恋之念。

可是，为什么因为自己对于一个女子的世间的爱恋之意，而要给这个女子的身体给予各种妙香去涂抹呢？

**正文：那些檀香冰片等妙香，为何涂抹在女子身上？  
别的香味终究是别的，为何因香要生起爱恋？**

讲解：那些檀香、冰片等妙香，到底是为什么要涂抹在自己中意的女子身上？

如果说因此女子的身体就会散发出香味，因此自己就会喜欢的话，那种种的香味，终究都是其他的来源，终究都不是女子自己的体香，那自己为什么要因为香味，而对女子的身体产生爱恋和贪欲呢？

**正文：如果头发指甲任疯长，牙齿发黄并散发口臭，  
身体肮脏犹如臭泥塘，赤裸眼前也只会害怕，  
犹如将要害己之利器，自己反而努力在磨砺，  
自己如此愚痴地努力，犹如疯子一切都痴狂。**

讲解：如果一个女子，根本就不会梳洗打扮，一直任自己的头发和指甲随便地疯长；牙齿不刷，导致牙齿发黄；口也不漱，导致口臭难闻；也不洗澡沐浴，导致身体积满尘垢，整个人非常的肮脏，就好像被臭泥塘里面的臭泥糊满了全身一样。

像这样的女子，就算是赤裸地出现在自己的面前，相信自己也绝对不会对她产生任何的爱恋和贪欲之念，反而会因为害怕而躲闪。

正是因为这样的道理，自己对于女子的贪恋，简直就好像自己一直在用力地精心地磨着一把利器，希望将这个利器打磨得更加锋利；可是自己却从来没有意识到，这把利器，其实正是用来杀害自己的性命的。

自己一直如此努力地辛苦着，就好像什么都不明白的疯子一样，全部都是陷入了痴狂的状态中。

**正文：因为看见白花花骷髅，自己都想离开这寒林，  
活动骷髅遍布之城市，自己因何反而生欢喜？**

讲解：当自己在寒林当中，看见那白花花的骷髅的时候，尽管骷髅根本就不会动弹，自己还是因为害怕而想离开寒林。

但是对于到处都是可以活动的骷髅的熙熙攘攘的城市，自己为什么就不会害怕得想离开，反而会对此喜欢地不得了呢？

**正文：对于如此不净的身体，如不支付金钱得不到，  
为此目的种种之辛苦，最终导致地狱之伤害。**

讲解：对于如此充满了不净的身体，如果自己支付一定的礼金的话，还是根本就得不到呢！

但是自己为了赚到这些礼金，所做的种种辛苦的努力，最终所能够带给自己的，却不过

是来生地狱的种种痛苦的恶报。

**正文：稚童根本无法去赚钱，长大之后又何来享乐？**

**为赚资财穷尽己一生，到老之时又怎行贪欲？**

讲解：虽然想要享受贪欲之乐，但是人的整个一生却根本都没有空去享乐。

小孩子的时候，根本无法赚钱，也不懂得享受贪欲；到长大的时候，想要享受贪欲的时候，却要去赚钱，而且为了积攒钱财，辛辛苦苦一辈子，赚钱的过程非常辛苦，也没空享受贪欲；等到老了，有空了，自己已经老态龙钟了，就算这个时候娶了新娘子回家，却又有什么用呢？又能怎么行贪欲之事呢？

**正文：有些贪欲之心很重者，每天非常勤苦地劳作，**

**回到家时由于太疲劳，犹如死尸一般就睡觉。**

讲解：有些人赚钱、贪欲之心特别重，因此就每天非常勤苦地在劳动、在工作。

当他晚上放工回到家里的时候，因为白天工作太过于疲劳了，就算是家里有美貌的妻子在等待他，但是也不能抚摸、拥抱、交欢，直接就好像死尸一样地倒头就睡着了。

**正文：有些到处奔波去赚钱，去到遥远地方太辛苦，**

**虽然对于女子也喜欢，但却根本没有交欢时。**

讲解：有些人需要到处奔走去赚钱，常常会到很远的地方去，一直都是非常地辛苦。

虽然他也非常喜欢女子，但是为了赚钱，却连一点和女子在一起亲热、交欢的时间都找不出来。

**正文：因为愚昧自利之想法，一直都在努力做自利，**

**不但自己自利未成功，又被他业之风所驱使。**

讲解：因为自己并不明白真正正确的善恶取舍的方法，因此就在愚昧的自利心态的作用下，一直都在努力地做着那些自认为是可以利益自己的事情。

但是最终，不但不能够让自己得到真正的利益，又被别人的事情所驱使、所掌控。

**正文：有人出卖自己的身体，毫无自主为他人忙碌，**

**就连妻子要生小孩时，都会生在树下无人处。**

讲解：有些人为了赚钱，为了生活，而将自己出卖给了有钱人，从此就毫无自主地为了他人在忙碌。

不但如此，就连自己的妻子，也是在给别人做工，在这样完全丧失自主的情况下，就连小孩，都不能生到自己的家里，而是在工作的场合、在大树下、或者在无人处生下。

**正文：贪欲所被蒙蔽之愚夫，误认自己为生活忙碌，**

**纵恐丧命也要上战场，为求获利而成他人仆。**

讲解：被种种贪欲所迷惑、所蒙蔽的凡夫，根本就分不清楚什么是正确、什么是错误；根本就分不清楚什么是利益自己、什么会伤害自己。

在他们的概念中，自己一直都在为了自己的生活而忙碌着，但是实际上，他们为了胜利，就算是已经考虑到生命的危险，他们也会上战场厮杀；他们为了钱财，也会为人奴仆。

**正文：贪欲所控甚至会伤身，有人身体被放木驴上，**

**有人会被刀矛等刺身，有人会被放火焚烧身。**

讲解：在追求贪欲的心理作用下，凡夫往往会对自己带来不可估量的伤害。

比如说，有些人因为犯了王法，身体被插在尖尖的木头柱子上，也就是所谓的木驴之上，最终痛苦而死。

有些人则会被刀矛等砍剁和戳刺致死；有些人则会被放火焚烧致死。

这些都是为了自己的贪欲而付出的今生的生命代价，至于他们在来生所要遭受的痛苦，肯定还会比这个严重更多倍。

**正文：积攒、守护、丢失之痛苦，要知钱财乃最大祸根，  
因贪钱财落入散乱者，不会拥有出离痛苦机。**

讲解：对于贪欲的众生来说，勤劳地积攒着钱财，这是个痛苦的过程；有了钱财的时候，为了不让钱财被偷被抢，警惕地守护着钱财，这还是个痛苦的过程；一旦钱财被偷被抢，或者丢失，因此而带来的痛苦，更加难以描述。

所以，就应当明白：钱财就是一切痛苦的根源。如果自己不贪恋钱财，就不会出现上面所说的那么多的痛苦。

而且，对于那些因为贪恋钱财，而一直都在辛苦努力着的人们来说，完全就没有了学习和了解正法的机会，因为自己一直都处于一切都为了钱财的散乱之中。

这样，自己也就根本不可能有出离种种痛苦的时机。

**正文：贪欲心重那些诸所欲，过失多多利益实在少，  
犹如正在拉车之牲畜，偏食青草会导致翻车。**

讲解：自己一心一直在贪著的那些所欲，其实对自己能够带来的真正利益很少，随之而来的伤害却非常大，自己贪图这些所欲，实在是得不偿失。

就好像正在拉车的牲畜一样，如果一边的牲畜低头去吃草，为了那一两口的青草，却是会导致整辆车都会侧翻的啊！

**正文：因为牲畜翻车不少见，对于少利之事常追求，  
暇满难得如此之人身，就此被那业之痛苦缠。**

讲解：像上面那样因为牲畜偏吃一口青草而导致翻车的事情，并不少见。

而所有的众生，都在为了实际上利益少而伤害大的种种欲望，一直都在追求；这种情况之下，就会导致如此暇满难得的这个人身，就毫无意义地被业之因果所带来的种种痛苦所缠缚，永远不能脱身。

**正文：所欲终究都会变消散，还会导致自己入地狱，  
就算为了小小的欲求，都让自己饱受辛劳苦，  
那种辛苦万千分之一，就连佛果都可以成就，  
贪欲之心比起菩萨行，痛苦太大无任何菩提。**

讲解：所有的众生，虽然都明白一切自己所追求的享乐和欲求，终究都会消散。但是在实际的行动中，还是为了哪怕一个小小的欲求的满足，都会去辛辛苦苦的劳作，都可以忍受因为这种追求而带来的种种艰难和困苦。

但是，所有为了自己利益而进行的种种的追求，最终的结果却会将自己导入痛苦不堪的地狱之中。

回过头来，想想自己为了追求那些享受所遭受的痛苦，哪怕仅仅是其中的万千分之一，假如被自己用到了修行正法的道路上的话，就连最圆满的无上佛陀的果位，自己其实也都已经能够成就了。

所以说，追求种种享乐和自利，与修行菩萨行相比，实在是充满了痛苦而没有实际利益的啊！

**正文：如要思维地狱之痛苦，自己贪欲就用那武器、  
用那剧毒、火焰、深渊等、用那仇敌都难来比喻。**

讲解：当自己思维到地狱的种种难以忍受的痛苦的时候，就会明白自己的贪欲，就算用杀人的武器、无敌的剧毒、熊熊的火焰、无底的深渊、凶残的仇敌等，都难以形容和比喻。

**正文：因此应当厌离贪欲心，对寂静处生起大欢喜，  
没有争辩也没有烦扰，在那安静祥和山林中，  
月光清凉檀香味遍布，石头堆砌小屋真舒适，  
无声安静山林风轻摇，生起利益一切众生心。  
空屋树下以及岩洞中，自由自在随意可安住，  
没有任何执著之痛苦，毫无看待宽坦而行事。  
率性随意又没有贪著，与任何人都没有关系，  
所谓知足常乐即如此，就算天神都难享受此。**

讲解：这段偈句所描述的就是居住在山林中修行的时候，所能够感受到的舒适和自在。

经过上面的种种分析和思维，自己就应当完全对于世间的贪欲和执著生起厌离，对到寂静山林中进行修行而生起大欢喜。

在那寂静的山林之中，不会有任何人的争辩声音，也不会有自己和别人的争辩发生；因为人迹罕至，也就不会有人与人之间的种种烦扰之事。

晚上，山林之中没有任何嘈杂的人声，到处都是一片安静和祥和，静静的月光从树荫缝隙中洒落下来，空气中弥漫着檀香的淡淡香味，自己所居住的用一块块石头堆砌而成的小屋，在月光下，在香味中，在静夜里，那是多么赏心悦目的自然享受啊！

山林当中没有任何喧嚣，轻轻的风吹动着，花草和树叶随风摆动着，自然而然，自己要利益一切众生的心念就会油然而生起。

不管是无人居住的小屋，还是高高的树下，或者是宽阔的岩洞，都是自己可以随便居住的地方，既不需要征求任何人的同意，也不会将之执著成为自己的地方，因此也就不会有丝毫执著的痛苦，全然都是放松宽坦地随意而做，毫无看待、率性随意，自己的一切行为，和任何人都没有关系，因此也就没有了任何的考虑和担心。

所谓的舒适、所谓的满足、所谓的享受，不外乎就是这样了。就连高高在上的天神，也不可能有类似这样的福报吧？

**正文：自己心中反反复复地，思维如上寂静之功德，  
自然妄念逐渐会息止，正好可以修行菩提心。**

讲解：所以，自己就应当尽可能随时随地地，对于上述寂静之处的种种功德，在心中进行仔细的思维，慢慢地，自己那追求世间享乐的种种妄念，就会自然息止。

在心中的妄念越来越少的时候，也就是我们要开始修行菩提心的时候了。

**正文：思维自己他人平等，此乃首先应勤修之法，  
因为欢乐痛苦都平等，所以我应护他如护己。**

讲解：在自他平等和自他交换两种菩提心修法当中，首先应当努力精进修行的就是自他平等的修法。

如果没有了自他平等的思想，那么在自认为比别的众生都高明、高贵、优越的情况下，

是根本不可能为了众生的一切利益而精进的。

只有当自己真正地认识到：只要自己不希望得到痛苦，其他众生同样地也不希望得到痛苦，因此就应当由自己来清除自己以及其他众生的痛苦；只要自己希望得到快乐，其他众生同样地也希望得到快乐，因此就应当由自己来成办自己以及其他众生的快乐，只有能够认识到并且能够真正做到这一点，才算得上是真正地具有了自他平等的菩提心。

而且只有在具有了自他平等的菩提心之后，才能开始修行自他交换的菩提心，也才能有效地修行自他交换的菩提心。因此，首先就应当将自他平等的菩提心精进地修行好。

怎么样才能修行自他平等的菩提心呢？就应当思维：所有的众生，都希望得到快乐，都不希望得到痛苦，那么就和我自己的成办快乐、清除痛苦的想法和行动一样，我也要所有众生的痛苦清除，我也要所有众生的快乐成办，就好像要让我自己离苦得乐一样。

**正文：虽然手足区分很明显，都属应当守护之一身，  
众生苦乐虽然有差别，都如同我希望得快乐。**

讲解：比如说，在我们的身体上，虽然头、手、脚等名目非常多，看上去一个个完全都是分开的、不同的，但是从我们守护身体的角度上面来说，这些全部都是我们的身体，全部都应当守护的。

同样的道理，虽然一个个众生显得千差万别，互不相同，但是所有众生的身体，全部都和我自己的身体一样，都希望自己能够得到快乐。

因此，从守护或者成办快乐的角度上面来说，根本就没有什么不一样，我和所有的众生全部都是平等的、一样的，我也就应当像为了自己的快乐成办、痛苦清除一样，尽力地为一切的众生成办快乐、清除痛苦。

**正文：如果承认“自己诸痛苦，不能伤害他人之身体”，  
那是因为这样的痛苦，“执成我受”因此难忍受。  
所以其他众生之痛苦，虽然不会落在我身上，  
但是一旦那些诸痛苦，“执成我受”自然难忍受。**

讲解：当自己的身体上出现了痛苦的感受的时候，仅仅是自己能够感受得到，根本就不会让其他任何的众生感受到，那在这种情况下，别人的痛苦自然我也就感受不到了，为什么还要为其他的众生去清除痛苦呢？

这种想法其实是不正确的。为什么呢？

之所以自己的痛苦别人不能感受到，自己独自一个人非常地难受，根本原因就是自己将这个身体执著成为自己或者执著成为自己的，因此身体上面所能够感受到的痛苦也就自然全部成为了自己的痛苦了，这种痛苦是那么的难以忍受。

正是因为自己感受到的痛苦是如此的难受，因此自己才会愿意付出努力来清除自己身体上面的痛苦。其根本的原因还是在于自己因为身体的缘故而执著这种痛苦是自己的痛苦。

同样的道理，其他任何众生身体上面的痛苦，不管是今生今世的种种痛苦，还是来世的恶趣等种种痛苦，也都不会降临到自己的身上。这同样也是执著其他众生的身体并不是自己的身体的缘故。

虽然如此，但是因为自己在当初发起菩提心的时候，曾经发誓：“要带给一切众生暂时和究竟的快乐，要清除一切众生的痛苦”，已经将所有众生都当成了自己一样，在这样的情况之下，所有一切众生的痛苦，自己就应当当成是自己的痛苦一样，是那么的难以忍受，因此就应当好像要努力清除自己痛苦一样地，要努力清除其他一切众生的痛苦。

当然，如果自己已经证悟了无我的空性法义的话，不要说是一切众生的痛苦了，就连自己的痛苦也因为明白了无我的法义之后变得没有痛苦了。

但是当修行人还处于修行菩提心这种阶段的时候，就应当有“所有众生都是我”的观念，因此就应当将一切众生的痛苦都由自己来承担、去清除。

**正文：我要清除众生之痛苦，因是痛苦就如同我苦，  
我要利益一切之众生，因是众生就如同我身。**

讲解：我要清除一切众生暂时和究竟的所有身口意的痛苦，为什么呢？因为我已经发起了菩提心，我已经开始修行菩萨行，因为我的痛苦就和其他众生的痛苦完全一样，所以只要是痛苦，就相当于是我的痛苦，因此我就要去清除。

我要利益一切的众生，要带给他们暂时和究竟的一切快乐，为什么呢？同样是因为我已经发起了菩提心，已经开始修行菩萨行，因为我的身体就和其他任何众生的身体一样，都是希望得到快乐，因此众生的快乐利益，就和我的快乐利益一样，因此我都要去成办。

**正文：既然我和其他的众生，同样都是希望得快乐，  
到底自他有什么不同，导致我要独自得快乐？**

讲解：既然不论在任何时候，自己和其他的任何众生，都希望能够得到暂时和究竟的快乐，在这一点上面完全都是一模一样的；那么究竟是为了什么特殊的原因，到底是自己和其他众生有什么样的不同，导致自己从来都是一心只为了自己的快乐而努力，而不去管别的众生呢？

**正文：既然我和其他之众生，同样都是不想得痛苦，  
到底自他有什么不同，导致我要独自护自己？**

讲解：既然不论在任何的时候，自己和其他的任何众生，都是不希望得到任何的痛苦，在这一点上面还是完全一模一样的；那么究竟是为了什么特殊的原因，到底是自己和其他众生有什么样的不同，导致自己从来都是一心只守护自己，防备自己得到痛苦，而不去管其他的众生呢？

**正文：如说“因为那些诸痛苦，不伤自己因此不守护，”  
自己来生可能之痛苦，不伤自己为何要守护？**

讲解：如果说：因为其他任何众生的任何痛苦，都不会落到我的身上，自然也就不会让我受到伤害，因此也就没有必要去防范和清除那些痛苦了。

那么，自己在未来生，可能会遭受到的恶趣等的痛苦，自然也不会伤害到现在的自己，为什么自己却要精心地进行守护、防范呢？

**正文：如说“那苦自己会遭受”，这种想法其实是错误，  
自己此生死亡了之后，转生自然成为他人了。**

讲解：如果说：为什么我要一心防范来生的种种痛苦，就是因为那些痛苦如果不防范的话，我在来生就会遭受到的啊！

其实这种想法完全都是错误的！为什么呢？

当你自己这一生的生命完结之后，可能转生到任何的一道，比如说转生到恶鬼道或者畜牲道，不再是人身的时候，那已经不是你自己了，已经是别的众生了，当然你也就没有必要为了别的众生而防范痛苦了啊！

**正文：如说“任时任谁之痛苦，自然由他自己作守护，”  
脚部痛苦并不是手部，为何手部要去护脚部？**

讲解：如果说：不管在任何的时候，不管是任何人的痛苦，都应当是自己的事情自己做，自己去防范、守护、清除自己的痛苦就好了，不用别人来帮忙，自己跑去帮忙别的众生是不应该的。

那么，当你的脚部比如说扎了一个刺，正在痛苦的时候，脚部和手部完全都是不同的，脚部自己为自己清除痛苦就好了，为什么还要用手部去帮忙脚部拔掉刺，从而不让脚部再感受到痛苦呢？

**正文：如果上述是为不正观，所谓“坚持执为自己”者，  
同样也是自他不一致，为何还要尽力舍痛苦？**

讲解：如果坚持认为自己和其他众生根本就不一样，自己去帮助其他众生的做法不正确的话。

那么，自己所坚持认为是自己的这个身体，或者说这个心，其实也完全是同样地自他不同，那也就是应当尽力舍弃的了，也不应当尽力维护了。

比如说，在这个当下自己所坚持认为是“我”的这个身体，在下一刹那的时候，都已经因为不断地新陈代谢的原因，完全变成是另外一个身体了，为什么自己还要坚持还是同样的自己呢？为什么自己还要坚持为了这个身体去清除痛苦呢？

**正文：所谓“相续”或者“诸聚”者，如念珠和军队都不真，  
有痛苦者其实都不存，到底谁在清除诸痛苦？  
痛苦之主现在已不存，一切全都没有了分别，  
因是痛苦自然应清除，明确区分到底是何？  
因此对于所有之痛苦，应当清除当没有争议，  
如要清除当全部清除，如不清除当全不清除。**

讲解：对于自己身体或者“我”的执著，往往会说我的心相续，或者我的身聚，这两个名词就是我自己的代表。

但是，所谓的相续，就好像一串念珠一样，一根绳子穿了百余颗珠子，就形成了一个念珠。但是如果自己加以思考的话，念珠是整个的绳子和珠子呢？还是一个一个的珠子呢？如果说念珠就一个一个的珠子说的话，那就成了由“一百个念珠构成了一个念珠”，这其实是不正确的一种说法了；如果说念珠就是一个整体的绳子和珠子说的话，当你将绳子和珠子各自分开放置的时候，哪里还有一个念珠呢？既然在分散的时候，根本就不存在一个念珠的概念，当所有不是念珠的绳子和珠子会合的时候，自然也就不应当构成念珠的概念了，自然也就不应当称作是念珠了，哪怕它们已经都汇聚到了一起。就好像成千上万个苹果放在一起，永远也不可能成为梨子一样。

所以说，自己执著认为是自己的相续，本身就就和念珠一样，仅仅是个概念而已，并不是真实的一种存在，那也就是说自己所谓的今天的自己和明天的自己，今生的自己和来生的自己，同样都是不真实的存在，都是虚假的。

同样的道理，所谓的军队，也仅仅是一个概念而已，军队不可能是每一个具体的战士，每一个具体的战士都不能用军队来称呼，但是成百上千个不是军队的战士，聚集到了一起，自然也同样不是军队的时候，却被我们称作了军队，这还是和上面的思维过程一样，军队也仅仅是个名字而已，并不是个真实的存在。

相应的，我们认为自己的身体，就是诸聚，汇聚而成的，我们的身体在同样的思维之后，也会发现并不是真实的存在，也仅仅只是个概念而已。

现在我们已经知道连自己都不是真实的时候，到底是谁在承受痛苦呢？到底是谁在想要清除痛苦呢？



在没有了痛苦的所有者和承受者的情况下，对于种种的痛苦，要么都不去清除，要么就都要清除，根本就没有必要去区分这是谁的痛苦，这应当谁去清除了。

**正文：如说“慈悲带来更多苦，何苦不断要修行慈悲”，  
只是思维众生之痛苦，何来慈悲导致痛苦增？**

讲解：在修行慈悲心的过程中，因为自己对于其他众生的慈悲之心，因此只要一看到众生的种种痛苦，就感到悲悯难当，如果就因此认为：慈悲心能够带来更多的痛苦，何必那么苦苦地修行慈悲心而导致痛苦激增呢？

这种想法其实是错误的，只要好好地想一想，自然就能够明白：虽然自己在慈悲心的作用下，看到众生的痛苦就感到非常难忍，但那仅仅是在自己的心中对众生今生来世地狱、饿鬼、旁生三恶趣痛苦的思维而已，这怎么可能是痛苦增加呢？

**正文：如果具体某一种痛苦，能让更多痛苦都消失，  
慈悲之心令自己痛苦，为自及他众生也当生，  
因此菩萨梅朵达增者，虽然明白国王会伤害，  
自己痛苦虽然未清除，为除更多痛苦也愿意。**

讲解：如果说，能够通过一种具体的痛苦，而消除其他更多的痛苦的话，那么即使自己的菩提心令自己感受到了更多的痛苦，但是为了自己以及其他一切众生的今生以及未来痛苦的减少和消除，还是应当努力在自己心中生起的。

正是因为这样的原因，当年的菩萨梅朵达增，尽管已经知道了国王要伤害自己，虽然自己将要遭受痛苦，但是为了能够清除更多人的痛苦，自己还是爽快地接受了国王的伤害。

菩萨梅朵达增的故事是这样的：因为国王的后宫夫人们喜欢听菩萨讲解正法，因此菩萨梅朵达增就经常前往后宫前去给夫人们讲法。

后来有位大臣，出于嫉恨的心理，将这种情况添油加醋地在国王的跟前进行了禀报。国王因此就非常生气，认为菩萨梅朵达增经常前往后宫讲法是触犯了自己的尊严，因此就要对菩萨梅朵达增进行处罚。

菩萨梅朵达增知道后，对国王说：“我是因为后宫的夫人们请我前去宣讲正法，我才会天天到后宫去，并没有作出什么有过失的行为。如果国王你不相信的话，不相信我和后宫夫人们的清白，就请砍断我的脖颈，如果我在后宫的行为有过失的话，那么我就会流出鲜红的血液；如果我在后宫的行为没有任何过失的话，那么我就会流出白色的血液。”

国王正在气头上，就下令将菩萨梅朵达增的头砍了下来，发现伤口中流出的真是乳白色好像牛奶一样的血液，因此就明白原来菩萨真的没有任何的过失，心中非常后悔。

此后国王以及所有的后宫夫人、大臣们，全部都对佛教的正法生起了坚定的信心；并且为菩萨梅朵达增的身体修建了一座佛塔进行供养。

菩萨梅朵达增为了不令后宫夫人们蒙受误解，哪怕是将自己的性命丢了也愿意的这种大慈悲心，实在是所有修行菩萨行的我们应当学习的。

**正文：因此应在心中常串习，欢喜清除他人之痛苦，  
犹如天鹅畅游莲花海，就是无间地狱也能去。**

讲解：所以说，一个修行人，就应当在心中时常都串习这种将所有众生的痛苦当成自己的痛苦一样地努力去清除的自他平等的菩提心，并且只要见到众生的痛苦，就应当非常开心地欢喜地去清除别的众生的痛苦。

就好像天鹅自在的畅游在莲花海当中一样，菩萨应当非常自在和欢喜地畅游在清除一切众生痛苦的菩萨行大海当中。

哪怕为了清除众生的痛苦，需要进入到无间地狱中去，也会很开心地前往。

**正文：一切众生能得到解脱，实在就是欢喜之大海，  
如果这样自己都不愿，还谈什么解脱不解脱！**

讲解：如果说，为了我自己能够证得没有任何痛苦的解脱的果位，我当然愿意承受种种的痛苦；可是如果是为了别的众生的欢乐，甚至还要我好像天鹅一样欢喜地进入地狱当中，我还没有那么大的愿望和能力。

在自己发出了菩提心的誓愿之后，就是要为了一切众生的暂时和究竟的快乐而努力，根本就没有利益自己的想法。

现在通过这样自他平等的努力，就可以很好地让众生从种种的痛苦中解脱出来，这简直就是无法形容、深广难测的快乐之海啊！

如果连这种殊胜的大快乐自己都不愿意，仅仅愿意独自寂灭的声闻缘觉的乐果，那根本就谈不到真正的解脱。

**正文：虽然如此精进利众生，没有骄傲之心不惊异，  
一心欢喜精进利生事，对于异熟乐果也无求。**

讲解：尽管一个菩萨在不断精进地利益着一切的众生，但是并没有因此而产生“我已经利益了多少的众生啊！”的骄傲之心；也不会有“我已经做了多么大的利益一切众生的事业了啊！我是多么的不一样啊！”的自觉惊异的心理。

完全就是一心欢喜地做着那些能够利益一切众生的事情，并且根本没有丝毫的“我做了这么多的利益众生的事情，应该在来生就会获得很好的乐果吧？应该很快就可以成就圆满菩提了吧？”的种种异熟果报的贪求回报、渴望得到自利的这种心理。

作为一个菩萨，心中最大的希望，就是一切众生都能够得到安乐，丝毫都没有自己因此会得到什么今生的利益，自己因此就会得到什么回报等等自利的想法。

**正文：不管多么轻微痛苦因，不如恶言自己都守护，  
同样守护他人之心情，大慈悲心也应如此行。**

讲解：因为自己已经完全将众生和自己看成一模一样，因此，不管是众生的任何痛苦之因，哪怕比一句恶言还要轻微的恶因，自己都会前去守护，以免成熟了恶果。

这样全心全意守护着众生，防范着众生的恶因的这种想法和行为，就是真正的大慈悲心。而这正是菩萨所应当修行的关键。

**正文：习气导致对于他人之，精液经血等种种不净，  
本来什么实法都没有，却会执著成为“这是我”。  
同样对于他众生身体，为何自己不执著成我？  
对于自己现在的身体，也应轻松能够给他人。**

讲解：在自己无量生轮回习气的作用下，对于来自于父亲的精液、来自于母亲的经血等不净混合而成的这个身体，虽然从本质上分析根本就什么实法都不存在，但是却被自己在习气的作用下，从刚一出生就自然而然地执著成为了“我”。

那么，同样是由不净所构成的其他众生的身体，自己为什么不去执著成为我自己的身体呢？

就是自己现在的这个身体，因为本来就是在习气的作用下执著成为我自己的，因此也就应当很轻松地给别人才对。

经过这样的思维和分析，当自己完全能够将自己和他人完全同等对待的时候，自然就

可以很轻松地开始进行自他交换的修行了。

**正文：应当观修自己过失多，同时别人就是功德海，  
应当全部抛弃我执心，应当开始守护他众生。**

讲解：在刚开始修行自他交换的时候，应当将自己观修成为具有非常多过失之人，而应当将其他一切众生观修成帮助自己修行一切功德的功德大海。

换句话说，应当将执著自我的心理全然抛弃，应当开始全力守护其他众生。

这就是开始进行自他交换的菩提心的修行了。

**正文：如同对于自己身体之，手足头颅当成我自己，  
同样其他众生之手足，为何不能认为是自己？**

讲解：对于自己身体的各个部分，比如说手、足、头等，一个个全部都是个别的，但是自己却能够将之全部当成是自己的身体。

那么，对于其他众生的手、足、头等肢体，为什么就不能当成是自己的身体呢？为什么就不能认为是“我的众生”呢？

**正文：如同对于无我之身体，习气作用生起我执心，  
同样对于众生之身体，何不习气作用当成我？**

讲解：对于自己现在的这个身体，完全是有种种的蕴聚组合而成的，根本就没有一个我的存在，但是自己在习气的作用下，却将这个身体执著成为了“我”。

那同样在习气的作用下，为什么不会将同样是蕴聚所构成的其他众生的身体，也当成是自己的“我”呢？

**正文：这样一想会对利生事，既不骄傲也不会惊异，  
就像自己供自己饮食，不会抱有任何回报心。**

讲解：经过上面的种种思维，因为自己已经完全地站在了一切众生的角度来思考问题，因此，一个修行人自然就会对于利益一切众生的事业，非常自然地就能够进行了，并不会产生什么“我在利益你们这些众生”的骄傲之心，也不会产生“我做了如此如此的利益你们这些众生之事”这样的惊异之心。

总之，就好像自己给自己提供饮食一样地自然而然，根本不会想着“我给自己提供饮食，会有如何如何的好处”等贪图回报的想法。

**正文：不管多么轻微痛苦因，不如恶言自己都守护，  
同样守护众生之心情，大慈悲心应如此串习。**

讲解：因此不管是多么微小的痛苦之因，因为自己已经完全将众生都当成了自己一样地对待，因此也就会尽力地去守护，哪怕这个痛苦之因，轻微的都不如说别人一句恶言，自己都要尽力地守护。

像这样非常慈悲地守护一切众生的心情和行动，就是在修行大慈悲心，自己应当将这种修行不断地进行串习，要将之当成自己的习惯动作，当成自己的自然反应才对。

**正文：因此至尊祜主观世音，大慈大悲利益一切众，  
为了消除众生之恐惧，自己名号也能施加持。**

讲解：也正是因为这样的原因，至尊的祜主大菩萨观世音，本着大慈大悲利益一切众生的想法，为了能够消除一切众生的恐惧心，哪怕仅仅是念诵三遍自己的名号，也能够给这

个众生予以加持，以消除这个众生的恐惧心。

观世音菩萨曾经在过去发过一个誓愿：只要是有人为了消除自己轮回中的恐怖，只要念诵我的名字三遍，就可以得到我的加持，消除他的恐惧心。

比如说，当一个人因为杀了人，心中惶恐不安，又不敢对任何人说出这个事情的时候，只要他能够念诵三遍观世音菩萨的名号，就能得到加持，自己的恐怖心情就能够得到舒缓。

**正文：“尽管艰难我也不退缩”，通过如此坚定串习力，  
就算其名增添我恐怖，没有其人我还不高兴。**

讲解：就好像观世音菩萨的大慈大悲之心一样，在“任何众生都比我重要”的这种认知作用下，利益一切众生的这条道路不管有多么地艰难，我也永远都不会退缩。

正是因为我有了这种坚定强大的串习之力，哪怕是一个众生的名字只要我听见了，都会增加我的恐怖（比如说狮子、老虎等），我也会继续坚持利益他，也会让他成为我的好友，甚至如果没有了这个众生的时候，我还会不高兴呢！

如果能够做到这一点，那我自己的菩提心的修行才算是真正上了台阶。

**正文：如果谁想尽快能救护，自己以及其他之众生，  
就修自他交换菩提心，并且守持秘密而行事。**

讲解：不管是我，还是其他任何的众生，只要是需要尽快得到救护的时候，我就要修行自他交换菩提心，将他们所有的痛苦和不安全都由我一个人来承担；而要将我所有的利益和安乐，全部都给于一切的众生，让他们去享用。

对于这种自他交换的菩提心，不会对声闻、缘觉等小乘自利心态的人讲述，同样也不会对那些虽然也进入大乘，但是却是刚刚开始，甚至连自他平等菩提心都还没有得到串习的人，也不会讲述，我的这种菩萨行，就是要这样秘密地进行。

**正文：因由对于自身的贪恋，小小事情都会生恐怖，  
易生恐怖如此之身体，谁人不会视之如仇敌？**

讲解：因为众生对于自己身体天生习气导致的贪恋，哪怕是小小的蚊子，都会让身体产生恐怖，要摆脱，要逃离。

那么，对于这种非常容易出现恐怖的众生和我的身体而言，哪一个人不会视之犹如最大仇敌呢？

**正文：身体出现饥渴疾病等，就会想方设法去救护，  
对于鸟儿鱼儿走兽等，却要杀害还要路途抢。  
有人为了输赢和赞誉，自己父母也都能杀害，  
或者偷抢三宝之财物，因此定遭无间之火焰。**

讲解：当自己的身体出现饥饿、干渴、疾病等种种情况的时候，自己就会想方设法地去进行救护，唯恐自己的身体出现了问题。

但是对于那些鸟儿、鱼儿、走兽等，却经常要去杀害；甚至为了别人的钱财，还要在路途中去实行抢劫。

有些人，仅仅是为了和别人之间的输赢，仅仅是为了得到别人说自己是勇士等这样的赞誉，甚至连自己的父母也都能够杀害。

有些人，则是去偷去抢三宝的财物。

如此种种的众生的行为，最终只能导致他们来生饱受无间地狱的烈火之苦。

**正文：谁人对于自己此身体，如此贪恋守护并供养，  
智者对于身体当仇敌，看也不看还要轻蔑之。**

讲解：一般的人，对于自己的这个身体，珍爱异常，非常用心地进行守护和供养。

而作为一个智者，则不会如此，他会将这个身体当成自己一切痛苦和恐怖的来源，甚至会当成自己的仇敌一样地对待，也不会太过于关注，甚至还要像对待敌人那样地轻蔑和讥毁呢。

**正文：若行布施当如何进行？如为自利那是鬼之法，  
那么自己应如何进行？全为利他才是天人法。**

讲解：如果要将东西布施给别人时，要怎么样进行呢？如果是心中想着：“我布施了这个东西出去，将来就可以得到如何如何的善报”，那么这种纯粹自私自利的想法下，所做的布施行为，其实最终所得到的还是饿鬼的果报。

那么自己应当如何进行布施的行为呢？应当在心中想着：“这是为了一切众生的利益而做的布施”，心中完全没有对自己会带来任何利益的想法，这种心理之下的布施，才能在未来得到天人的果报。

**正文：为自己而伤害了别人，就会遭受地狱的痛苦；  
为别人而伤害了自己，将会得到一切的圆满。**

讲解：如果是为了自己的利益而伤害了别人的话，那将来就一定会遭受地狱的痛苦；而当为了利益别人而对自己带来了伤害的时候，比如说将自己当成了一切众生的仆人，将自己的享用全部都布施给了其他众生等，将来却可以得到一切欲求的圆满，可以享受人天的福报，最终也能够得到圆满的佛果。

**正文：如果认为自己更加高，将堕恶趣或成为蠢材，  
如果认为别人更加高，将生善趣并被人称赞。**

讲解：如果一个人总是认为自己比别人高，比别人有才，比别人有钱，等等，总是如此的贡高我慢，那么将来一定会堕落进入恶趣；就算是有幸能够生到人间，也会成为一个饱受别人讥讽嘲笑的蠢材，不能明白任何好坏的道理。

如果一个人总是认为别人比自己要强，自己要向别人学习，那么将来这个人就一定会转生到天上人间等善道，并且能够得到别人普遍的赞扬。

**正文：为了自己而欺骗别人，就会变成别人的仆从，  
为了别人而自己辛苦，就会变成大大的商主。**

讲解：如果是为了自己的利益而欺骗了别人，让别人为自己服务，将来就会变成别人的仆从，要靠别人的救济、施舍、照顾、提供机会等来生存。

如果是为了别人的利益而自己辛苦，自己好像仆从一样地为众生服务，那么将来一定会变成具有丰富钱财、被别人赞扬、一切都圆满如意的商主。

**正文：世间所有一切之安乐，全部来自利乐他人心，  
世间所有一切之痛苦，全部来自自私自利心。**

讲解：这个世间的一切能够想到的种种安乐，全部来自于一切为他人着想的心愿；而这个世间一切所有的痛苦，不管是想象到的还是想象不到的，全部都是因为自私自利的想法而带来的。

**正文：何须反复更多地言说，凡夫一切都是为自己，  
佛陀一切都是利众生，二者区别非常之明显。**

讲解：上面已经讲述得非常清楚了，根本就不用再耗费更多的言辞。

因为一切的众生，所有事情的出发点全部都是为了自己，因此纵然经受了无数无量劫的痛苦，现在还是在轮回中飘转着，还在受苦着。

而一切的佛陀，从最初发起利益一切众生的菩提心，中间经过三大阿僧祇劫一直在进行着利益一切众生的积集资粮的修行，到现在已经脱离了所有的痛苦、已经证得了一切圆满功德、已经成就了佛果。

这两者的差别已经是非常明显，根本就用不着多说的了。

**正文：自己安乐众生之痛苦，如果没作自他之交换，  
不但成就不了大佛果，轮回之中也没有快乐。**

讲解：对于自己的安乐，以及一切众生的痛苦，假如没有进行自他交换的菩提心的修行的话，是根本就不可能证得佛果的；不但如此，就连自己在轮回中飘转的日子里，也不会有什么安乐可以享受。

**正文：且置来世就在此世间，如果仆从不做自工作，  
如果老板不支付工资，此生事业也不能成功。**

讲解：前面一个偈句，讲述的道理，在这一个偈句中就可以找到很好的例证。

不说来生，就算是在此生这个烦恼不堪的世间，假如一个仆从，不好好地做好自己的本分工作，在老板不满意的情况下，怎么可能得到自己生存的来源呢？

如果一个老板，不能够好好地支付仆从工资的话，又怎么可能让大家好好地工作呢？

因此，当仆从很好地为了老板在工作的时候，自然就可以得到工资，得到自己生存的来源；当老板很好地支付仆从的工资的时候，才能够得到仆从更加努力地工作，老板自己的事业也才能够做的成功。

否则，没有相互考虑、没有类似于小小的自他交换的时候，双方都不会得到自己想要的结果。

**正文：可成见与不见安乐之，一切喜乐全部都抛弃，  
因为带给别人大伤害，自己愚痴会受大痛苦。**

讲解：对于今生和来生种种安乐的真正的来源：自他交换的这种修行方法，如果全部都抛弃的话，那么自己所有的作为，肯定都是自私自利的，肯定都是会伤害到别人的，那么，就在这种愚痴行为的因果作用下，未来自己一定就会遭受三恶道的种种痛苦。

**正文：世间所有种种之痛楚，以及所有痛苦和恐惧，  
全部来自自己之我执，犹如鬼王为何要如此？**

讲解：在这个世间里面，那些所有令我心中感到痛楚的事情，以及所有令我的身体能够遭受到痛苦和恐惧的事情，根本就来源于一直以来的我执，将这个身体执著成为“我”。

这种我执的表现，简直就好像是饿鬼中的鬼王一样，既然成为了鬼王，就要给作为自己眷属的其他鬼众提供衣食住行的条件，非常地辛苦。

同样，正是因为我执著这个身体为我，因此我也就要为了这个身体，去辛苦地寻找各种衣食住行的条件，来满足这个身体，搞得我自己辛苦不堪，还造作了非常多的恶业。

这一切到底有什么意义呢？

**正文：如果不能全舍弃我执，自然不能断除诸痛苦，  
犹如手中之火不舍弃，自然不能免除被焚烧。**

讲解：如果一个人，从根本上不能放弃自己的我执的话，那就根本不可能避免遭受任何的痛苦，因为我执就是一切痛苦之所以产生的根本原因。

当有我执的时候，也就会有所谓的鬼神的存在；当没有了我执的时候，自然也就不会有什么鬼神的存在了。

就好像藏传佛教的很多经典中都在描述的三种世间茹扎（恶魔），其本质也就是一切众生身口意中所隐藏的最根本的我执的化身而已，并不是什么别的真实存在的恶魔。当众生能够断除身口意的执著的时候，自然茹扎就会被彻底征服了。

因此，只要我执存在，自然痛苦就存在。就好像一个人手中拿着一团火，只要他不放手，想不让手被火焚烧，是根本不可能的事情；只要他想避免手被焚烧的痛苦，就只有将手上的火团放下，才可以。

**正文：因此为了熄灭自伤害，为了熄灭众生之痛苦，  
应当将自摆在他人位，同时将他当成我自己。**

讲解：所以说，为了彻底熄灭自己所正遭受和将要遭受的种种伤害，也为了能够彻底熄灭其他一切众生正在遭受和将要遭受的种种痛苦，就必须进行自他交换的菩提心的修行：将自己交换地摆到他人的位置上，同时将一切其他众生都当成是我自己。

**正文：“自己完全是为了他人”，如果自心能生此见解，  
一切都是为众生利益，根本不会有自利想法。**

讲解：在进行了自他交换之后，自己一切的身口意已经全部都是属于其它一切众生的了，因此自己心中的一切所想和身体的一切行动，就会全部都是为了其他的一切众生，而根本就不会有任何自私自利的想法了。

**正文：已经归属他人之眼睛，自然不会用来利自己，  
眼睛只能为了众生事，错误利用将是大错误。**

讲解：经过自他的交换，自己的眼睛（其他诸根也是一样）已经不是自己的，而是其他一切众生的了，因此，这个时候的这双眼睛，就不能用来做任何利益自己的事情了，而只能是用来做那些利益其他一切众生的事情了。根本就不能用这个已经属于众生的眼睛，再来对众生斜眼怒目了。

已经是别人的眼睛，怎么可能用来作利益自己的事情呢，这根本就是不正确的，是错误的了。

**正文：因此全然都是为众生，哪里还能看自己身体，  
甚至还要剥夺自己事，然后全部去利益众生。**

讲解：因为自己的一切已经全部都给了众生，而众生的一切全部都由自己接管，因此自己从现在开始所有的一切思想和行为，将全部都是为了一切的众生，根本就连自己的身体看都不会看一眼；甚至还要将自己身体所能够享受到的种种衣食住行等条件和享用，都要剥夺后，转而去利益一切的众生呢！

**正文：自己摆在下劣等位置，众生则处自己的位置，  
通过毫无其他杂念心，专心修行嫉、竞、我慢心。**

讲解：在修行自他交换之前，当自己遇到比自己下劣的人的时候，自己的心中就会产

生我慢；当遇到和自己基本等同的人的时候，自己的心中就会产生竞争和攀比；当遇到比自己还要高还要强的人的时候，自己的心中就会产生嫉妒。

现在，将自己摆在那个下劣、等同、更高的人的位置；而将别的众生，则放到自己的位置上，在这种情况下，将嫉妒之心、竞争攀比之心和我慢之心好好进行一番修行，直到自己能够完全地明白这三种心态的过失和罪业之处。

**正文：“他有恭敬我没人恭敬，他有所得我没有所得，  
他有人赞我没有人赞，他有安乐我只有痛苦。  
我要辛苦勤劳地工作，他却安逸舒适地享受，  
他在世间地位名声大，我则下劣又无功德名。  
没有功德又算什么事！虽说我比别人要低下，  
但也有时我还稍好些，不守戒律见地也不好，  
那是烦恼之力不自主，不但应当尽力帮助我，  
还要替我领受诸痛苦，现在不但不来帮助我，  
为何还要贬低挖苦我？你的功德对我又如何？  
你们这些具有功德者，对我处于恶趣痛苦人，  
不但一点没有慈悲心，反而自恃功德而我慢，  
甚至还要自诩为智者。”**

讲解：首先需要进行观修的就是将自己和比自己下劣的人进行交换，从现在开始，自己就是那个稍微下劣的人，而那个人则处于自己的位置上了。

那个人就好像以前的自己一样，面对下劣的人，就会表现出看不起、讽刺、挖苦等不友善的动作，以显示出自己的高尚，这其实是我慢心在起作用。

在这种情况下，现在处于下劣地位的自己，又会怎么样想呢？自然是对原先自己的位置的那个人，产生种种嫉妒的心理了。

他有人恭敬礼拜，我却没有人恭敬礼拜；他有很多的所得和财物，我却没有什么财物；因此他可以得到很多别的人的赞叹和夸奖，而我却没有一个人来赞叹和夸奖；他可以享受到种种的快乐，而我却只有无尽的痛苦；当我为了衣食和温饱而辛苦干活的时候，他却在那里悠闲地享受着安逸和舒适；他在周围人的心目中有地位有名声，而我却在周围人的心目中毫无地位可言，而且大家都认为我没有功德；等等。

没有功德，这根本就算不了什么大事！你比我有功德，这又和我有什么关系呢！何必因此而看不起我呢！

虽然我比起你来说，比起很多人来说，的确显得没有功德，但是我比起来另外的一些人来说，我还算是有些功德的呢！

如果你再去和那些比你还要厉害的人相比的时候，你也是没有功德呢！

况且，当你发现我没有功德的时候，就应当明白，哪怕是我守戒守得不好，哪怕是我的见地有些问题，但那也不是我愿意的啊，那是因为烦恼的力量太强，我也没有办法的啊！

还有，在这个时候，既然你比我好，那么你就应当主动地来对我进行帮助，帮助我获得饮食，帮助我获得衣物，帮助我改善我的持戒行为，帮助我改善我不好的见地，还要帮助我解决我所面临的种种痛苦和伤害，这些才是你们这些比我高、比我好的人应当作的事情啊！如果是这样的话，就算你说说我，也还是可以接受的嘛！

可是现在，你不但从来帮助我也就算了，为什么还要对我进行贬低、挖苦、嘲讽呢？

你功德的多少，那是你自己的事情，又能对我有什么利益呢？

你们这些所谓的有功德的人，对于我这样的正在处于恶趣中遭受痛苦的人，不但没有表现出来丝毫的慈悲心，为什么还要自恃功德，而显得如此的傲慢呢？为什么你们还要自诩



为智者呢？

经过这样的换位思考，自己就可以明白，自己对于那些下劣的人所表现出来的傲慢和不屑，或者瞧不起，或者讥讽嘲笑的这种心态是多么的不正确了。

作为一个有思想的人，一定会放弃这种面对下劣表现我慢的行为的。

**正文：看到和我等同人之时，“为令自己更加强一点，  
不论所得还是恭敬等，任多诤斗也都要达到。  
无论如何我自己功德，都要让那世人全知道，  
对面此人任何之功德，最好不让任何人知道。  
我的过失全部要隐藏，我要广受供养他不行，  
我要更多所得受人赞，如此好事不能让他得。  
如他出现任何不如意，我会常时欢喜一旁看，  
还让大家都来笑话他，互相还要不断贬低他。”**

讲解：接下来是自己和对方基本上等同的时候，自己会对对方产生竞争和攀比的心理。

同样将自己摆在对方的位置上，而将对方放在自己的位置上，那么，这个时候的对方，处于竞争和攀比的心理，将会出现如下的情况：

这个人和我的情况基本上差不多，这怎么行！不管是资财所得，还是别人的恭敬赞颂，我无论如何都要变得比他更要好一些，不管要遭受多少的辛苦，不管要和别人发生什么口舌争执和冲突，我都要达到这个目的。

不管要付出什么样的努力，我都要将我所有的大大小的功德，全部都要告诉给任何人，让任何人都清楚我有功德；而对他的功德，则最好没有一个人能够知道。

我怎么会有过失呢？就算有一点点的过失（戒律违犯、见地错谬、行为不当等），我也都会想办法隐藏起来，绝对不能让任何人知道；我要因为我功德多多、没有过失而得到更多的别人的供养，得到别人的赞叹；这种事情怎么可能让他得到呢！

假如他出现了一些不如意的事情，或者是他犯了什么错误，那我就会在很长的时间里面看着他的窘况，心中开心得不得了！

不但如此，我还要将他的丑事，宣传的全世界的人都知道，让大家来看他的笑话，让大家在闲谈的时候，都会将他的丑事当作话题，不断地嘲笑他、讥讽他。

这种反应，自己会开心吗？如果不会开心，那么当自己这么样对别人的时候，别人当然也就不会开心了。

因此，自己就应当明白，竞争和攀比的心理是多么地不正确了。

**正文：“对于如此一般之凡夫，据说也要和我来比赛？  
比比听闻广博或通达，比比相貌种姓和资财？  
上述种种大家都明了，听到我所具有之功德，  
身毛耸动令我很开心，自己将会时时都喜乐。  
不论他有多少之所得，只要他在为我做工作，  
我只给他维持生活物，其他全凭我力而攫取，  
常常要他安乐在衰退，常常给他增加点伤害。”  
此心在那轮回的中间，给我伤害成千上百倍。**

讲解：接下来的内容，就是属于将自己放在比较高的人的位置上，将别人放在原来自己的位置上，原来自己会对比自己高的人产生嫉妒心，现在就看看当别人发现了自己的嫉妒心的时候，会如何地反应：

对于这种简直一般的一塌糊涂的凡夫，怎么可能和我相提并论呢？听说他还要和我比

试比试？不论是听闻的广博，还是知识的通达，不论是相貌，还是种姓，哪怕就是所拥有的钱财，他怎么可能和我比呢！

不管是任何的方面，大家都在谈论着我的种种优胜不凡之处，听到别人对我的功德进行的赞扬，听到别人是那么地喜欢我的功德，我实在按耐不住心中的欢喜，简直全身都在笑，简直开心得不得了！

我才不管他有没有多少财物所得，只要是他在好好地为我工作，乖乖地听话，我也就是只提供给他维持生活的报酬就好了，其他的全部都要用我的强力抢夺过来！

如果他连我的话都不停，都不好好地为我工作，那我还连基本的饮食都不会提供给他呢！

不管怎么样，我就是希望他的快乐和利益等都能够不断地衰退，我还要想方设法地给他经常增加些困难和伤害。

经过这样的思维，就会明白，这种我慢心理会在轮回中，成千上百倍地让自己受到伤害。

**正文：内心虽然想利益自己，尽管已经过去无量劫，  
尽管已经经过许多苦，仍然只是在造作痛苦。**

讲解：经过了上述的换位思考，自己已经完全明白了我慢、竞争、攀比等种种心态的错误之处，自己也就在未来再也不会做出类似的行为和举止了。

但是，一直以来，虽然从任何时候任何地点来说，自己都想得到更加多的利益；但是，尽管已经经过了无数无量的劫数，尽管自己也辛辛苦苦地做出了很多的努力，甚至也因此而吃了很多的苦头，但是直到现在才发现，过去的一切，全部都是在为自己增加痛苦而已，根本就没有增加一点快乐和利益。

**正文：因此一定要为他众生，为其利益专一而努力，  
只要不违佛陀之教诲，如此功德一定能见到。**

讲解：因此，从现在开始，完全就要放弃自私自利的想法，而是要完全专一地为了切众生的利益而努力，只有这样才是真正地执行了佛陀的教诲，才是没有违背佛法的理义，只要这么专一地努力下去，就一定能够得到真正的功德，不光是来生的功德，登上初地的功德，最终成佛的功德，就连今生的功德也都可以见得到、享受得到。

**正文：如果你在往昔之时节，已经如此这般地努力，  
一定已经证得了佛果，决不至于现在这般样。**

讲解：假如说你在过去的生生世世当中，已经和上面所说得那样（自他交换等）去利益众生了，一定都已经圆满出离了所有痛苦，一定都已经圆满具足了究竟安乐的佛果，绝对不至于是你现在的这种痛苦境况。

**正文：所以对于其他众生之，精液经血汇聚之身体，  
自当同样当成我身体，应当如此自他作交换。**

讲解：所以说，就如同自己将父母精血所造就的肉身执著成为自己的身体，然后就为之辛苦忙碌的这种情况一样，现在你就应当将其他众生的同样是父母精血所造就的身体，同样当成是自己的身体一样的看待，然后就要为了这所有众生身体的衣食住行快乐等需求，而精进地努力修行。

**正文：一切都以众生为主要，不管自己身体有什么，**

**全部剥夺就犹如抢劫，然后全部利益诸众生。**

讲解：不管是行驻坐卧等一切时刻，所有的事情的出发点，都要是为了一切众生的利益，根本就不能有丝毫的自私自利的想法；甚至就是自己的身体拥有了什么享用，也全部都要立刻剥夺下来，然后用来利益一切的众生。

**正文：自己快乐别人不快乐，自己高高别人则下劣，  
利益自己不利益别人，为何不对自己生嫉妒？**

讲解：当自己快乐而别人并不快乐的时候，当自己比较优越而别人比自己差的时候，当自己一心利益自己而没有利益别人的时候，作为一个菩萨，自己就应当对自己产生嫉妒的心理，为什么自己就如此的安乐，而其他的众生都处于不安乐的状态中呢？

说明菩萨应当将自己的更多的关注点，放在一切的众生身上，希望众生能够更加好起来，获得更多的安乐。

**正文：要让自己远离诸安乐，要让自己经受他痛苦，  
此时如有“这是干什么？”，则应观察自己的过失。**

讲解：要让自己远离一切的安乐，把安乐、财富、名声等全部给他人；同时还要让自己经受他人众多的痛苦。

如果在这个时候，自己出现了“这是为什么？”的疑惑之心，就应当反复地去思考自己的过失了。

一旦觉察到类似的不如法念头和行为，一定就要当下舍弃。

**正文：就算别人出现了过失，应当当成自己的过失，  
即使自己过失非常小，也应当众发露做忏悔。**

讲解：就算是别人的过失，自己也应当当成是自己的过失一样。

第二世钦则仁波切的弟子中，有一个萨迦寺萨迦宫大堪布银嘎，他并不是萨迦寺那里的人，他的家乡是康区的。

在人民公社的时候，因为当时时局的原因，他并没有穿着喇嘛的衣服，而是穿着普通人的衣服，在别人的眼中，这就是一个老头子，没有什么不同。因此大家也就称他为“老头”。

当时堪布仁波切被分配在食堂里面做厨师，每天都要给大家做饭做菜，另外给他帮忙的有一个老妇人，专门负责挑水拾柴。

经过了一段时间，公社的人们发现好像大家的食物经常有短缺，就追查到底是谁拿了大家的食物。等问到这个老妇人的时候，她说：“我经常要去挑水，等回来的时候发现那老头在偷拿食物。怎么会是我偷拿的呢？”等问到堪布仁波切的时候，堪布就说是我偷拿的。因为已经找到了食物短缺的原因，大家也就只是口头警告了之后，就没有继续追查了。

可是又过了一段时间，大家还是发现食物被人偷拿了、短缺了。这一次大家经过仔细的观察和讯问后，证实是挑水的老妇人偷拿的，不但这次是她偷拿的，就连上一次出现的食物短缺的情况，也是这个老妇人偷拿的。

那大家就不明白了，为什么那个老头并没有偷拿食物，上次为什么要承认是自己偷拿的呢？当大家问他这个问题的时候，堪布仁波切回答说：“记得当年我在跟着我的老师学习《入菩萨行论》的时候，曾经发誓要将别人的过失当成自己的过失，因此我就承认是我偷拿的了。”

这就是一个真实的例子，说明了如何将别人的过失当成是自己的过失。

即使自己的过失非常的微小，也都要当着大家的面，公开地、真诚地发露忏悔。

这里还有一个故事，是出自《普贤上师言教》里面的。

有一个格西，因为学识渊博，很受大家的恭敬和赞叹，经常会被大家请去家里做法事。

有一次，当这个格西在被别人请到家里做法事的时候，发现那户人家的茶非常香，很好喝。因此就在大家都出去屋子的时候，准备拿走一包茶。

就在他的右手刚刚抓住那包茶的时候，突然他醒悟了过来，这是偷盗的行为！因此他当下就用左手抓住自己的右手，并且保持着刚刚抓着茶叶的样子不变，赶紧将所有的家里人全部都喊到屋子里面来，并对大家说：“我刚才想偷拿家里的茶叶，所以才会有这么样地动作。请拿出刀子来，将我的右手砍下来吧。”

这种情况，就是哪怕自己的过失仅仅只有很小的一点点，也要在发现后当众进行发露忏悔。

**正文：经常赞颂别人名声大，自己名声则尽量隐藏，  
自己如同最下之仆从，所有事情全都自己扛。**

讲解：对于别人的名声，自己则要经常公开地进行赞叹；而对于自己的名声，则要尽量地隐藏，不要因为自己的名声而对自己的心态造成影响。

在任何的时候，一定要将自己当作是最低下的仆人，就好像是扫地的仆人，甚至是专门伺候主人大小便的仆人，一定要将自己放得很低。

而且要尽可能地承担能够利益一切众生的所有的工作和辛苦。

**正文：自己本来充满了过失，偶有功德何必要夸赞？  
不管自己出现何功德，都要隐藏当作不知道。**

讲解：在仔细地分析自己，自己从来都是充满了贪嗔痴种种的过失，就算偶尔之间出现了一点的功德，这点功德和自己的过失比起来，简直就不值得一提，更不用期望着别人来夸赞自己的这点微不足道的功德了。

换一句话说，不管自己出现了什么样的功德，都要像根本没有功德一样地进行保密，不要让别人知道，免得因为这么一点的功德，扰乱了自己的内心。

**正文：总之曾为自己之利益，做过伤害别人利益事，  
现今专心为利益众生，愿那伤害降临自己身。**

讲解：总之，就要像过去自己为了要利益自己，而能够作出伤害别人的事情；现在已经明白了一切众生都比自己更加重要，因此就要将自己一切的努力，全部都转到利益一切众生上面来，而且也要发愿那些种种的伤害都全部降临到自己的身上。

**正文：这种修行不应太招摇，不应张扬众人都知晓，  
应如刚入家门新娘子，羞涩小心谨慎而行事。**

讲解：而且，对于自己的这种自他交换的修行行为，一定要尽可能地隐秘和低调，不要搞的人尽皆知。

而是要像刚刚进入家门的新娘子一样地，任何时候都因为不太熟悉而显得有些羞涩，任何时候都因为刚进家门而有些小心谨慎。

自己的修行的动作，也应当类似地小心谨慎（随时警惕自己过失和错误的出现）、低调秘密地进行。

**正文：所以应当如上而修行，如果自己不能够做到，  
就应自他交换得自主，定要避免违犯之可能。**

讲解：如果暂时还不能够做到这一点，就应当继续努力地修行自他交换，直到自己完

全能够“为了一切众生的利益”这件事情，能够控制自己的内心；而自己的内心则能够完全地控制自主自己的身体和言语。

只有这样，完全能自主内心，才能够真正地避免过失的出现，也才能够真正地精进于利益众生的事情。

**正文：如果仅仅流落在口头，内心并未如此真实行，  
自己就被所有之过失，彻底降伏而人生空过。**

讲解：如果自己并没有能够做到真正的自主，而仅仅是流于口头，在口头上说要利益一切的众生，不管说得再好，其实在内心的深处，并没能够做到一切都是为了众生，也并没有真正地实践过，那么就等于说，自己已经被自己所有的过失所控制了，自己已经被自己所有的过失降伏了，已经成为烦恼的奴仆，自己的人生也就从而完全没有任何善业功德地虚度空过了。

**正文：在那过去种种之时节，自心将我折腾得够呛，  
现在我看自心去何处？自心我慢我将全降伏。**

讲解：在过去的生生世世中，都是自心在烦恼三毒的作用下，让我明白不了善恶取舍，让我遭受了反复的三恶道的种种痛苦；那些日子都已经过去了，现在我因为学习了《入菩萨行论》，已经明白了道理，已经知道了你这个自心的过去多造作的种种恶业和错误，现在我看你这个自心还能跑到哪里去，现在我已经完全地掌控了你，我要将你所有的贡高我慢全部都摧毁，要让你从内心深处彻底明白正法的道理。

**正文：而且要將自私自利念，自此全部从心中去除，  
我已将你全交给别人，非常坚定无任何不舍。**

讲解：不但要降伏自心中的贡高我慢的心理，而且还要讲任何一点的自私自利的心理，也全部都要从自心中全然去除。

并且，我已经将自己的（自私自利的）自心，没有一点儿恋恋不舍地、毅然决然地全部交给了别人，交给了一切的众生。我以后也就不会在利益一切众生的事业面前，畏缩不前了。

**正文：如果因为自私和不舍，不能将你给一切众生，  
那你一定就会将自我，送给地狱凶残的狱卒。**

讲解：如果我现在因为对你还有自私的想法，对你还有舍不得的想法，从而不能将你真正地送给全部众生的话，也就是说还不能将所有众生的痛苦全部都当成是我自己的痛苦，而同时将我自己的快乐，全部都给予一切众生，也就是很好地进行自他交换的菩提心的修行的话，那么你这种自私自利的做法，一定就会将我，在不久的未来，就转送给了痛苦地狱当中凶狠的长着种种野兽脑袋的狱卒，那我所要遭受的痛苦就没有出头之日了。

**正文：一旦最终不论何时间，送我入狱我长期受苦，  
因此现在我要随念佛，彻底摧毁你的自利心。**

讲解：不管什么时间，只要是我被自私自利的自心送给了地狱的狱卒，那我就会在非常长的时间里，遭受种种难以想象的痛苦。

所以，我现在就要好好地随念佛法僧，随念不修善的种种恶果，从而我就要彻底地摧毁自心中自私自利的妄念。

**正文：因此只要我想得欢乐，一定不会作出自利事，  
因此只要我想被守护，一定就要守护诸众生。**

讲解：因此说，只要我想让自己得到今生和来世的快乐，就一定不会去做自私自利的事情，因为那种事情只能带给我痛苦和伤害。

只要我想让自己得到守护，不受到今生来世的任何伤害，就一定要全心全意地去守护所有的众生，如果我仅仅是去做自认为能够守护自己的事情，那么终究还是会伤害自己。

在决域的修法当中，就有：“供养一百天神和护法，不如供养一百饿鬼好”的说法，因为供养天神和护法，肯定就是为了自己的安乐和利益；而将自己的身体，供养给饿鬼，却实实在在地在利益着其他的众生，因此说，供养天神还不如供养恶鬼。

而且在玛吉拉准的修法当中，也会发出类似的誓愿“我的身体从来就没有真正地自我，因此，我也就不会对这个身体有任何的我执，那么，一切的鬼神，只要你们愿意，想吃肉就请来吃我的肉吧；想饮血，就请来饮我的血吧；只要你们能够得到满足，我没有什么舍不得，也没有什么忍受不了的。”

这都是守护一切众生的具体做法。

**正文：千方百计对于此身体，绞尽脑汁地进行守护，  
只要确实实做出来，毫无疑义一定堕痛苦。**

讲解：不管自己对于自己的身体，千方百计、绞尽脑汁地想进行守护，只要是为了这个目的所做的任何事情，最终都会导致自己堕落到三恶道中受苦，根本就不会给自己带来任何的快乐和利益。

**正文：虽然最终会导致堕落，但是贪心从来难满足，  
纵然给予世间之一切，谁都难填深深之欲壑。**

讲解：虽然明白自己一切欲求，最终只能导致自己堕落受苦。

但是不论对于任何众生来说，心中的欲求并不会随着自己的所得变得减少，而是会随着一步步的获得而变得越来越难以满足，最后，哪怕是整个世间的一切全部都被自己得到了，也难以填满那深深的欲壑。

就比如说，过去有一个转轮王，他的领土非常广阔，几乎已经将四大洲全然统治，几乎将帝释天一半的领域都已经纳入自己的势力范围之内了。

就在这种不可比拟的权势面前，这个转轮王还在心中想着：“要是我能够将帝释天全部的势力范围都由我统领，那才好呢！”

人心不足啊！

**正文：虽难满足欲望仍强烈，导致心中生更多烦恼；  
如果能够无任何看待，自然圆满永远不完结。**

讲解：对于一般众生来说，尽管自己的欲望实在难以得到完全的满足，但还是不断地在追求着，在这种情况下，不断产生的欲望以及还没有得到满足的欲望交织在一起，就会让众生的心中增加更多的嫉妒、攀比等烦恼。

反而，如果一个人能够不产生那么多的看待心理，也就是说它并不会去看着别人有什么样的享用而希望自己也能够有哪些享用的话，自然就会很容易得到满足。

知足常乐，在不看待任何别的事情时，因为本身的要求就不高，自然这个人的一切享用全部都会非常容易地得到满足，自然今生和来世的任何时候，这个人的快乐就源源不断，永远都穷尽不了了。

**正文：所以对于身体的欲望，不要努力想去满足它，  
只要不执所谓之妙欲，自然一切都是美妙事。**

讲解：所以说，对于身体所产生的一切欲望和要求，不要想着去全然满足它，事实上也根本就是不可能全然满足的。

只要能够在心中不对任何所谓的好东西、好享受等产生执著，在心中真实地认为不一定非要那些大家认为是好的东西才能满足自己，只要有这种知足的心态，自然在最初得到这些东西的时候，就会非常地轻松；中间在守护这些东西的时候，因为根本就不怕被偷被抢，因此也会守护得很轻松；最后哪怕这些东西没有了，心中也不会产生太多的伤心和痛苦，因此，只要能够真有这种认识，那么，日常生活中的任何一个事物，其实都是最好的东西。

不是说只有最好的，才是好的；而是心态改变，一切都是最好的。

**正文：最终一定会成为灰烬，本身不动他人控制动，  
不净色身实在难忍受，为何将之执著成自我？**

讲解：自己的身体，不管是在死后被火焚烧，还是埋到地下，最终的结果全部都是会变成灰烬，这是根本毋庸置疑的真理。这种真理，完全和你自己现在如何本着自私自利的想法而爱惜和守护之间，根本就没有任何的关系，身体最终都会成为灰烬的。

而且，这个身体本身，就好像石头和木头一样，根本就没有什么意识，也根本就不会自己动弹；之所以这个身体会有各种各样的动作，不过是风心进入了身体里面之后所产生的。

这个色身，全部都充满了种种的不净，实在是难以让人忍受，因为自己对于这身体的爱恋，未来在三恶道中所要经受的痛苦，也是实在难以忍受，为什么自己还要将这个色身执著成为真正的自己呢？

**正文：不论活着还是已死去，爱护肉身幻轮有何益？  
无心死物根本没区别，哎呀为何不去除我慢？**

讲解：不论众生肉身活着的时候，还是已经死去之后，肉身的种种动作，对肉身的百般爱护，究竟又能够如何呢？有什么利益呢？

从根本上面来说，众生的肉身，根本就是没有心识的死物，和那些土木砖石根本没有什么两样。

对于如此的肉身的本性，众生为什么就不能放弃“这就是我啊”的这种我执和我慢呢？真是令人痛心！

**正文：为此肉身辛勤地忙碌，毫无意义又累积过失，  
随后产生贪恋和忿怒，对此木石辛苦是为何？**

讲解：所有的众生，随时随地都在忙忙碌碌，都想没有违缘，都想全是顺缘，仔细想来，根本都没有在真正地利益自己，而都是在为了这个身体在奔波着。

这种一生又一生的奔波和忙碌，其实并不能真正地给自己带来快乐和利益，不但如此，甚至还在这种辛苦和忙碌的过程中，反而积累了更多的过失。

并且在种种的过失之后，又因为对这个身体的执著，而产生了更严重的贪恋和忿怒，自己在这种更加严重的烦恼作用下，不断地一生又一生地遭受着更大的痛苦。

这个身体，本质上和木石没有什么两样，众生这么样地为了身体辛苦、忙碌、造业，这一切究竟是为了什么呢？

**正文：自己辛苦守护此身体，最终成为秃鹫之食物，  
到时不贪也不生忿怒，为何现在如此恋身体？**

讲解：所有的众生，在活着的时候，都是对这个身体爱恋有加，供衣供食，非常辛苦地在为这个身体而忙碌着。

但是当最终自己死去的时候，当最终自己的身体成为秃鹫、野狗、乌鸦、狐狸等的食物的时候，却不见自己有丝毫的贪恋不舍和生气忿怒。

既然如此，为什么要一直都要对这个身体如此的爱恋呢？

**正文：听见恶言就会生忿怒，听见赞美就会心欢喜，**

**其实肉身根本无意识，为何还要如此地辛苦？**

讲解：任何众生，只要听见别人对自己说一些不好听的言语，哪怕就是说自己长得不漂亮，立刻就会生气和忿怒；只要听见别人对自己说一些赞美的言辞，也会立刻就表现出高兴和受用的样子。

但是事实上，自己所执著地认为就是自己的这个身体，其实什么都不懂，这个肉身也根本就不是真正的自己，那么为什么众生还要对于肉身的好与坏如此的耿耿于怀，如此地辛苦不堪地进行守护呢？

**正文：如说“别人也爱我身体，因此和我是为好朋友”，**

**众生全部爱恋自身体，为何不执众生身为己？**

讲解：如果说，因为别人对我的这个身体有喜爱，因为别人也就会因为这个身体和我成为好朋友，所以我就应当爱惜这个身体。

那么，所有的众生都一定在爱恋着各自的肉身，那为什么自己不将任何众生的身体当成自己的身体，也同样地加以爱护和珍惜呢？

**正文：所以应当无任何贪恋，为利一切众生舍身体，**

**所以虽然身体过失多，为利生业还要守护好。**

讲解：所以说，对于自己的身体，根本就不要有任何的贪恋和爱惜，应当为了一切众生的利益，而将自己的这个身体舍弃。

为了利益一切众生的缘故，因为还要利用这个身体来完成利益众生事业的缘故，尽管这身体的确还有很多的过失和罪业，还是要对这个身体加以保护的。

佛的经典当中也有说：有食物，就有生命；有生命，就可以学法。这也是说明了身体对于修行正法的作用。

就好像我们在工作的时候，会使用到电脑，虽然电脑并不是我们自己，电脑也是无常的，但是因为电脑可以帮助我们完成工作，因此我们也就要对电脑好好地保护。

所以，因为我们要利用身体来修行正法，所以我们才会对这个身体加以守护。

**正文：因此不管凡夫之所行，我当跟随智者而行动，**

**随念谨慎精进等法语，还要对治睡眠和昏沉。**

讲解：因此，不管那些普通凡夫如何的行为，我自己就要紧紧地跟随在真正的智者，也就是一切的佛子菩萨的后面，和他们一样的修行种种的菩萨行。

我要随时随地地想着在前面几章中所讲过的内容，要谨慎小心，要警惕过失和罪业，要精进地修行等等法语，而且在修行的过程中，还要对于睡眠和昏沉等禅定的障碍进行对治。

**正文：如同大慈大悲诸佛子，要做符合种姓之努力，**

**如不昼夜精勤地精进，何时我的痛苦能穷尽？**

讲解：我要像那些大慈大悲的佛子们一样，比如说观世音、文殊、普贤等，要和他们



一样的进行种种利益一切众生、救度一切众生的事业，直到最终圆满成功之前，都不能做任何不符合菩萨种姓的行为。

如果我懒惰放逸了，如果我没有昼夜一如地精进地修行，那么我的今生来世的所有的痛苦，到底什么时候才能够清除干净，到底什么时候才是我痛苦的尽头啊？！

**正文：所以为了清净我罪障，自心不能再入错误道，**

**恒常进行清净地观想，我当一心平等而安住。**

讲解：所以说，为了清净我无始以来的两种罪障，就不能再任由我的内心进入错误的道路了，而要一直坚持在正法的道路上，要一直进行清净正确的内心观想和所缘，应当在这样正确的方式中，一直安然地处于平等安住的禅定当中。

凡是和菩萨的六度相违背的，就属于烦恼障，比如说布施的反面吝啬，比如说精进的反面懈怠等；凡是不直接和六度相违背，但是却能够干扰六度的修行的，就是属于所知障，比如说，在修行布施的时候，一直在心中强调着我是布施者，他是受施者，中间就是我要布施的东西，这种想法能够干扰真正布施的完成，因此也是属于障碍修行的需要被清除的内容。

《入菩萨行论》之第八章指示禅定章竟。

## 第九章 智慧度

**正文：前面所述所有支分义，佛说“都是为了智慧度。”**

**因此如果想全除痛苦，就当生起真正的智慧。**

讲解：现在已经进入了第九章，在前面已经完成了八章的内容，包括菩提心的功德和利益、如何发起菩提心、布施、持戒、忍辱、精进、禅定等等。之所以要讲述前面这么多的内容，按照佛的说法，其实都只是为了能够让修行者证悟到空性，都是为了这么一个目的而讲述的。

前面五度的修行方法，到底是不是彻底究竟的修行方法呢？并不是的。仅仅是为了帮助修行者领悟到空性，佛才宣讲了前面这五度的修行方法。也可以说，前面这五度的修行方法，只能算得上是因，而智慧度的修行方法，才能算得上是果；前面这五度的修法，只能算得上是支分，而智慧度的修行方法，才是根本。

所谓的智慧度，智慧波罗蜜多，是所有包括声闻、缘觉、大乘这三乘修行人在内的一切修行正法者，都应当证悟的。

虽然在一般的说法上面，也是可以说小乘没有真正的智慧，但是从根本上面来说，不管是证悟声闻果位、缘觉果位、还是圆满佛位，没有智慧的时候，都是根本不可能证得的。

在谈到智慧度、智慧波罗蜜多的时候，可以有两种修行的次第：一种是首先证悟空性，然后在明了了空性智慧的基础之上，生起大悲心，然后再进行布施等五度的修行。

第二种是，首先对一切的众生生起大悲心，然后通过布施等五度的修行，再去逐渐地证悟空性，完成智慧度。

上述两种具有明显差别的修行次第，也可以说是适用于不同利钝根基的修行方法。如果一个人的根基比较钝的话，一开始就要他明白空性的道理，其实是不可能的，那么就可以让他通过发起大悲心，发愿行菩提心，修行布施等五度，然后在这些修行的过程中，逐渐地对智慧进行了悟。

对于一个根基很利的修行人来说，他刚开始就可以明白空性的道理，然后就在这个基础之上，心中对于一切的众生生起：“原来一切的本质都是这样子的啊！原来一切的本质都是幻化不真实的啊！那么多的众生都因为不能明白这个道理，因而在无始的轮回中飘转，多么的可怜！我要帮助他们认识到空性的道理啊！”在心中生起这种的大悲心之后，然后再发起菩提心之后，就可以通过布施等五度来对众生进行救度。

我们现在学习的这个《入菩萨行论》，就是先从慈悲心、菩提心等入手，然后逐渐进入到现在的智慧度的；而在龙树菩萨的作品中，则提出了先明了无生的法性道理，然后开始修行慈悲心、菩提心等内容的修行次第。这两种说法，其实也正是上述配合于利钝根的两种修行次第的体现。

如果说，智慧和慈悲，到底哪一个更加重要呢？其实二者都非常重要。

如果没有了慈悲心，会生起智慧吗？还是可以生起的。就比如说，声闻乘和缘觉乘虽然并没有真正的慈悲心，但是也具有他们相应的智慧，虽然他们的智慧并不是大乘的智慧、并不是佛陀的智慧。

但是，如果要生起彻底究竟的智慧，没有真正的慈悲心，却是不可能的。因此说，慈悲心是很重要的。

但是，智慧同样非常重要。

为什么声闻和缘觉的修行人，所证得的果位，并不是真正的佛果呢？就是因为他们并没有真正的智慧的缘故。

如果一个人真正具有了智慧，那么对于一切众生，希望他们都能够了悟到真正的空性智慧，从而能够脱离轮回，类似于这种的慈悲心，也是会自然而然生起来的。因此说，智慧也是同样重要。

如果从妄念的层面上来说，在修行慈悲心的时候，在心中想着：“一切的众生，都是自己无始以来的父母，我应当供他们衣、供他们食、供他们欢乐。”等等，这种思维和动脑筋的过程，是不是妄念呢？是不是说慈悲心就是妄念呢？

从这种层面上来说，慈悲心当然也可以说是一种妄念，但是这种慈悲心，并不是真正彻底和究竟的慈悲心。

只有当一个人，在自己明白了空性的智慧之后，认识到原来自己都是被虚妄的幻相所蒙蔽，从而在轮回中不得出离。现在自己已经明白了空性的道理，自然而然地就要引导一切的众生都要明白这个道理，不要再被轮回的幻相所欺骗，这个时候自然而然的这种慈悲心，并不是心中想来想去的那种慈悲心，这个时候就不能说是妄念了，而这种慈悲心才是最好的慈悲心。

因此说，在真正智慧基础上的慈悲心，才能说是真正的慈悲心。

所以说，一切种种的修行方法，一切的布施等其他五度，之所以会被佛讲述出来作为修行方式，其最终的目的，都是为了让大大家能够证悟智慧。

而这个智慧一旦被获得了之后，就能够彻底清除所有的痛苦。换一句话说，如果要想清除所有的痛苦，就必须真正地生起智慧来。

所谓的痛苦、苦，可以说有苦苦、变异苦、行苦三种类别；当然也可以说有生苦、老苦、病苦、死苦等四种类别。不论怎么分，凡是我们这个世间这个轮回中所存在的一切的今生来世的痛苦，只要是想清除，只要是想得到最终出离痛苦的圆满佛果，靠单独的慈悲心是不可能得到的，靠布施是不可能得到的，靠禅定也是不可能得到的，唯一可以全部清除这一切的痛苦的，就只有究竟无我的智慧了。

所以说，每一个修行人，一定就要在自己的内心深处，生起真正的智慧。

谈到智慧，又可以分成因位智慧和果位智慧两种。

所谓的因位智慧，就好像现在我们在学习经文、思维经义，这就是属于因位的智慧。

所谓的果位智慧，就是在上述学习的因位智慧基础上，逐渐地经过资粮道智慧、见道智慧、修道智慧等等次第，而且在这些次第当中，先一个也同样是后一个的因位智慧，后一个也同样就是先一个的果位智慧，直到最终智慧圆满，那就是究竟的佛陀的果位智慧了。

**正文：所谓世俗谛及胜义谛，佛说可以分成此二谛，**

**胜义谛非心之所行境，心之根本就属于世俗。**

讲解：所谓的谛，就是真实的意思，也就是说，按照佛经中的法义，这个世界上有两种真实，其中一种就是世俗意义上的真实，另外一种就是超越了世俗的胜义上的真实。

所谓的世俗谛，可以有三种理解：一种是因遮蔽而说世俗，意思就是说因为它遮蔽了究竟的法性明觉，因此它就是世俗谛；而被他所遮蔽的法性明觉，就是胜义谛了。

那么，从这个遮蔽性的角度来说，我们的人我执和法我执这两种我执，就是属于世俗谛了。

第二种是因缘起而说世俗，意思就是因为要依靠种种的因缘才能存在，从而说是世俗谛。所有依他而起，依他而存的，全部都是这种意义上的世俗谛。比如说，因为有短，才有长。

在《中观》的经典当中，有时候说的是遮蔽角度上的世俗谛，那就指的是无明了；有时候却说的是因缘角度上的世俗谛，那就指的是我们的世俗社会了。

所以说，单单是世俗这个字眼，可能在不同的地方，代表了不同的意思，如果没有搞

清楚具体地方这个字眼的所指的话，那就很可能领会错法义了。

第三种是因安名而说世俗，意思就是说这是桌子，这是茶壶，这是你，这是我，这种种的称呼，仅仅只是用来表示具体的这个东西而已，并不是说这个东西本身就是这个名称。

比如说，在藏语中，这个桌子的名字叫做“交在”，这仅仅是因为用木头造成了这种形状、具有这种用途，因而称呼它为“交在”，但是木头并不是“交在”，如果木头就是“交在”的话，那么只要任何一个人看到这种形状的木头，哪怕是根本就不懂藏语的人，也就应当称呼它“交在”了，可事实上并不会如此。因此，所谓的藏语中的“交在”，其实也仅仅就是一种名称安立而已。

那也就是说，凡是被安立假名的，全部都属于世俗谛了。

这就是所谓的世俗谛的意思了。具体到我们凡夫的世界中，凡是我们眼睛能够看到的，凡是我们耳朵能够听到的，凡是我们心中能够想到的，只要是对境之中的一切，全部都是世俗谛。

如果站在圣贤层面上来说的话，即使是已经登地的地上菩萨，只要他们从平等安住的状态中出定，他们所能够认知到的世界，同样都是世俗谛。

如果站在彻底清净的角度上来说的话，佛陀的身、智慧、刹土，比如说极乐世界，全部都属于世俗谛。

那如果说连佛的身、智慧、刹土都属于世俗谛的话，应该属于那种世俗谛呢？属于因缘角度上的世俗谛，因为所有的佛的身、智慧、刹土，全部都是建立在因缘基础之上才会出现的。

佛陀的身、智慧、刹土，不能是遮蔽角度上的世俗谛，因为他根本就没有无明。

当说到佛陀的智慧的时候，我们往往会说“明”、“空”，其实从本质上面来说，所谓的“明”、所谓的“空”，这二者是根本就没有一点儿区别的，完全就是一回事。

但是仅仅是为了说明的方便，因而为他们安立了“明分”、“空分”的名字，在这个时候，所谓的“空分”就可以说是胜义谛；而所谓的“明分”，就属于世俗谛了。

所以说，对于世俗这个名词，如果分不清楚在经典当中的具体含义的话，就会领会错了经义。比如说，如果完全将世俗谛就等同于我们这个世界的話，就会得出佛陀也是世俗谛、佛陀也有迷乱的错误结论了。甚至在藏地，过去还曾经有一个很有知识的喇嘛写了一本书来说明佛也是有迷乱的呢。

那所谓的胜义谛呢？只能这么说，胜义谛中，根本就不存在丝毫的世俗谛的存在，没有所谓的假名安立，也没有所谓的因缘相依，更没有什么可以遮蔽的，其实也就是完全摆脱言说和名词了，根本就没有什么可以说的。

但是，为了我们学习佛的法义，为了能够互相进行交流，因此也就为之安立了名称，怎么安立名称呢？

我们现在所有的世间和所有的轮回，本质上来说，其实和究竟的真谛根本就没有什么区别，虽然如此，但是我们却根本就不知道，因此，为了说明我们现在所认为的这个世俗谛的本质，我们就说这世俗谛根本就不存在，根本就不是“有”；不是“有”，那么是不是“无”呢？

所谓的“有”、“无”，根本就是一对相互观待而存在的概念，当根本就不存在“有”的时候，自然也就完全不可能存在“无”了。

比如说，如果从来就没有存在过这个世界，那么我们就不能说没有这个世界了。

比如说，压根就不存在“贡绒埃萨”这个人的时候，你就不能说没有“贡绒埃萨”了。

因此，当“有”和“无”这一对相互观待的概念不存在的时候，同时存在“有”和“无”，以及同时不存在“有”和“无”的这种情况，也根本就不可能存在了。

所以在这个意义上说，超越了一切的言词戏论的，就是胜义谛了。

上述的内容，就是对所谓的世俗谛和胜义谛这两种真实地解释了。

那么，如果问：“既然世俗谛并不是胜义谛，为什么还要将之称为‘谛’，称为‘真实’呢？”

虽然说世俗谛并不是胜义谛，是假的而不是真的，但是从对胜义谛的这个层面来说，就好像无明，它就是真实的；然后从因缘这个角度上来说，因为因缘是真实无欺的，因此也说是真实的。所以从这些角度来说，虽然世俗谛并不是胜义谛，但是也给它们真实的名字——“谛”。

另外，佛经当中，还提到了四谛，但是这四谛，其实还是包含在世俗谛和胜义谛这两个范畴之内的，其中的苦谛、集谛、道谛，属于世俗谛；其中的灭谛，则属于胜义谛。

如果对于胜义谛的性相进行解释的话，是什么呢？胜义谛并非心之所行境。

也就是说，不论我们怎么样努力地去动念头，除了给妄念增加一些朋友之外，根本就不可能摸到胜义谛的边。

因为胜义谛根本就是无念方面的事情，因此凡是属于心和心所这些妄念方面的努力，不论如何的精进，根本就到达不了胜义谛。

所以说，现在我们的的心，不论是想到的，还是显现的，不论是好的，还是坏的，不论是美的，还是丑的，所有的一切，全部都是世俗谛的。

因此，就算是在心中想着：“所有一切法全部都是虚幻的，全部都是空性”的这种念头，其实也还是世俗谛上的，根本就从这里到达不了胜义谛。

**正文：世间可以分成两种人，瑜伽修士以及凡俗人，**

**所谓世间凡俗之众人，瑜伽修士可以胜伏之。**

**瑜伽修士因为心差别，上上则可胜伏诸下下。**

讲解：对于上面所说的两种真实、两种谛，需要去领悟的人，可以分成两种，一种就是瑜伽修士，也就是进入了声闻、缘觉、大乘等正法道路，并且修行寂止和胜观禅定的人；另外一种就是凡俗之人了，这其中包括根本就不进行什么修炼的人，也包括按照外道的方法进行修炼的人。

对于世间的凡俗之人而言，他们认为这瓶子是有的，这桌子是有的，我自己是有的；但是瑜伽修士，却会认为这是假的，不是真实存在的，是空的。

在这种情况下，瑜伽修士的见解是正确的，而凡俗之人的见解是错误的，因此说，瑜伽修士胜伏了凡俗之人。

但是同样的，就算是在瑜伽修士的队伍当中，因为各自对于空性的证悟有差异，自然证悟好的人就会胜伏证悟稍差的人了。

比如说，正在处于资粮道的瑜伽修士，他们对于空性的证悟，就会对正在处于加行道的瑜伽修士造成胜伏。

而对于资粮道的瑜伽修士，比他更高的次第的瑜伽修士，比如说初地菩萨，又会成为胜伏他的人；而初地菩萨，又会被二地菩萨所胜伏。

所有的差别，都是在于对胜义谛，对于空性证悟的深浅程度方面的差别。

我们也可以理解成为声闻可以胜伏凡俗，缘觉可以胜伏声闻，菩萨可以胜伏缘觉，佛可以胜伏菩萨。

以上讲述的就是印度的智者对于这个偈句地解释。

而在藏地，很多智者对于这个偈句地解释，却是和不同的佛教宗派相关联来进行解释的。

在印度的佛教宗派当中，总共可以分成四大宗派：说一切有部、经部、唯识、中观。在藏地的智者们的解释中，就说这四个宗派，后后对于前前的见解形成了胜伏。

说一切有部，他们认为三世和法体，都是真实的，而这种真实，并不是我们所说的碗、盘这种真实，而是极细微尘层面，不可分的邻虚尘层面的真实，所以，凡是可以从物质层面来说的一切，全部都在不可分的邻虚尘层面是真实的。

而那些并不属于物质层面的，比如说是心的层面的，不能用邻虚尘来解释，但是可以用时间的极短暂时间来解释，比如说一弹指，一般说有六十四个刹那，但是如果用最短暂的刹那概念的时候，一弹指就会有亿万个刹那。他们认为这最短暂的刹那，是真实的。因此说，过去未来现在三世，也都是真实的。

在他们的见解当中，我也不是真实的，我是空的，但是我的细分，却是真实的。

对于说一切有部的见解，经部就形成了胜伏，经部是怎么样胜伏说一切有部的呢？

经部并不认可时间的真实，他们认为，所谓的时间，是配合在物质之上才出现的，比如说一件事情，没有干的时候，是过去；干完的时候，是未来；现在正在干，是现在。时间仅仅是配合着物质、配合着事情才存在的，并不会存在单独的时间。因此说，时间是不存在的，从而就对说一切有部造成了一个方面的胜伏。

另外一条，说一切有部认为虚空无为而恒常，他们也认为无为而无生，但是这种无生并不是我们所理解的无生，比如说，你现在正在看电脑的屏幕，屏幕的背面你现在并没有看到，因此电脑背面就是无生的，而且是永远无生的，因为你没有看到电脑背面的那个刹那已经过去了。而这种无生，永远都不会改变，是真实的。

对于说一切有部的这种观点，经部认为是错误的，认为也仅仅是名称上面的说法而已，事实上是根本不存在的。因此也就对说一切有部形成了胜伏。

说一切有部也说手是无常的，但是并不是说手是无常，而是说有无常存在在手中，因此手才能是无常的。

而经部不认可这种观点，本来就是手不断地处于生灭的过程当中，因此是无常的，根本就不可能存在着另外一个东西叫做无常。因为如果存在着一个东西在手中的话，这个东西的名字叫做无常的话，那么手肯定就不是无常了。这种说法，也就形成了对说一切有部的胜伏。

到了唯识，唯识对于经部的邻虚尘真实的这种看法，也是不认可。为什么不认可呢？比如说一个邻虚尘，到底它的上下四方的虚空是有还是没有呢？如果说它上下四方的虚空是有的话，那这样的微尘，怎么可能组合成宏观的物体呢？如果说上下四方的虚空没有的话，那岂不是说相邻的两个邻虚尘就成了一个了，就算是十个百个邻虚尘在一起，也都会成为一个了，那岂不是说一个人也就是一个邻虚尘了？通过这个推理，说明了邻虚尘的不真实性，唯识就形成了对经部的胜伏。

唯识的观点中，认为心是真实的，外境就是由内心显现而成的，外境的一切，全部都是由阿赖耶识在习气种子的作用下，显现而成的，阿赖耶是真实的。

中观对于阿赖耶的真实存在，是持否定态度的。如何进行否定呢？你们所认为真实存在的这种阿赖耶，真实存在的心，如果将他从过去、现在、未来三个部分来进行分析的话，现在的心，有没有前后两边呢？

如果有两边存在的话，那岂不是说心并不是一个，而是多个了吗？

如果说没有两边存在的话，那岂不是心仅仅只有现在的那么一个刹那了吗？怎么还会有一直存在着的心呢？

从而，中观就对唯识造成了胜伏。

这就是藏地智者对于这个偈句中的内容所进行的解释。

**正文：对于所承许之诸譬喻，不能彻底分析达结果，  
世间凡俗只见真实物，并且误为正确之认识，**

**因为他们不明幻化性，瑜伽修士与之起论争。**

讲解：在前面所讲的世俗谛和胜义谛当中，作为中观行者，作为明白了胜义谛的行者，自然就应当将胜义谛的法义讲解给唯识以及以下的经部、说一切有部、外道和凡俗之人，以便让他们都可以明白。

那怎么样去讲呢？就是要通过譬喻。什么样的譬喻呢？一切法如梦、如幻、如露、如电等等。

也就是说，中观认为眼前的这个柱子并不是真实存在的，就好像幻化的一样。但是凡俗之人却会认为这个柱子是真实存在的。

凡俗之人对于中观的一切法没有自性、都不真实、犹如幻化的道理不能够真正地明白，比如说，他们会认为：如果一切都属于幻化的话，那么，菩萨为了利益一切众生而发菩提心也就不对了，因为一切众生都是幻化的；菩萨耗费三大阿僧祇劫来积集资粮也就不对了，因为一切资粮也是空的；最终要成就的圆满佛果还是不对，因为佛也是空的。

对于这种问题，中观的回答是这样的：一切法究竟都是自性空，都不真实，犹如幻化，这是真正的真理；但是如果因此而说一切的布施、持戒、忍辱等六度的修行，全然都没有任何功德和利益，这其实是属于断章取义的理解，并不是正确的理解。

为什么在明白了空性幻化的道理之后，菩萨还是要进行六度的修行，还是要积集无缘智慧的资粮以及有缘福德的资粮呢？就是为了能够成就圆满的佛果。

前面我们已经讲述过了两种真实，以这两种真实作为基础，以积集两种资粮作为过程，以成就佛陀三身果位作为结果，这就是菩萨的修行了。

在这其中，佛陀三身当中的法身，就是胜义谛；二种资粮当中的智慧，就是胜义谛。从这个角度上面说，一切都是空性，都是幻化，都无意义，完全是可以的。

但是，中观的观点中，还有另外一个方面，中观还是承认世俗谛的，还是承认福德资粮的，还是需要证得报化二身的。

因此说，站在世俗谛的角度上，为了成就二身，努力地积集福德资粮，根本就不会毫无用处，而是有必要的，有意义的。

而且，凡俗之人也会承认因缘的道理，在因缘具足的情况下，就会出现结果。同样的道理，佛陀的果位，也是在发心、积集资粮、努力修行等因缘汇聚的情况下，可以证得的。

所以，菩萨的修行也就是有必要、有意义的了。

但是，凡俗之人，往往就会偏执一边，在他们不能抓住果位的空性真理的情况下，他们就会认为因缘所生的世俗谛，全然就是真实的存在。

凡俗之人、唯识、中观等，全部都看到了因缘所生的情况，比如说，为了收获庄稼，就要耕种；为了室内漂亮，就要将花移栽到花盆中用来布置房间，等等。

在这个方面，大家全然都是一致的。

但是，在见到了之后，自内心的分析和判断上面，差异就出来了：凡俗之人会认为这些都是真实的，他们并不认为其本质是自性空的，这就和瑜伽修士们的观点有了冲突了。

一个认为，因为是一个个的因缘汇聚之后产生的，因此就是真实的；一个认为，正是因为所有的万法，都是在其他的条件之下才能够出现的，因此也就根本不存在一个可以脱离条件和因缘而独立存在的事物，所以全部的万法，本性就是空的，就是不真实的。

这就是双方观点的冲突所在。

**正文：对于色等现前之所见，虽被公认但仍非正量，**

**因此对于种种之不净，错误认为那就是洁净。**

讲解：凡俗之人，对于自己亲眼可以看到的一切事物，比如说看到花草、看到山河大地，甚至看到水的时候，只要将手伸进去，手就会变湿；看到火的时候，只要将手伸过去，

手就会被烧，所有的这一切，都是如此的真实，为什么你们要说这一切都是不真实的呢？

同样的道理，凡俗之人的所有的见闻觉知当中的一切色声香味触法等对境，都被公认是真实存在的。

但是在已经明白了法性真谛的瑜伽修士们看来，凡俗人所认为的真正的存在，不过就是因缘角度上的世俗谛而已，不过就是遮蔽了真性的世俗谛而已；不过就是假名安立的世俗谛而已，根本就不是胜义谛，他们的认识也根本就不是正确的认知。

所以凡俗之人，对于本来就是充满了不净的、本来就是无常的女子的身体，反而会认为那就是真实的存在，就是洁净的身体。这一切，其实都是错了啊！

同样的道理，对于本性就是空而幻化的一切的世间万法，因为凡俗之人根本就没有能够明白这个究竟的真理，反而会将世间的一切，本来都是自性空、本来都是无常、本来都是虚假的东西，全部都当成了真实、常的存在，还认为自己也是真实的存在，这也全部都是错误的啊！

**正文：“为令凡俗能渐入法义，祐主也曾宣说真实有，  
其实并不存在刹那性，难道这与世俗也违背？”  
瑜伽世俗根本无过失，因为观待世俗而能见。**

讲解：在声闻乘的说一切有部和经部看来，一切法应当是真实存在，因为我们的佛陀都曾经说过：“为什么说色是无常的？就是因为有刹那性的存在。”那岂不是说明了有刹那性的真实存在了吗？如果说一切法全部都是没有自性的，全部都是不真实虚假的，那么佛为什么要说有刹那性的真实存在呢？

中观对于这个问题的回答是这样的：这样的法语，的确是佛讲过的，佛当年在第一次转法轮的时候，就主要讲述了四谛和十六无常等声闻乘的教法。然后在转动大乘法轮的时候，又讲述了一切有为皆是无常的教法。

但是，佛在讲述这些无常法的时候，并不是最究竟的法义，也并不是承认刹那性的真实存在，而仅仅是为了说明无常性，而采用的一种说法而已，千万不能将之误以为真实存在。

那为什么佛不直接将最究竟的法性空性的道理讲述出来，而讲述这些无常的道理，究竟是为了什么呢？那就是为了能够让凡俗之人，当然也包括声闻乘人，逐渐地进入到究竟正法道路了。

因为如果他们首先能够明白了无常的道理的话，自然就会很容易地明白空性的道理了。为什么呢？如果不属于空性的事物，是绝对不可能无常的。比如说有一个根本就不是空性的事物，那么它就是绝对真实的存在，绝对真实的存在，又怎么会出现无常的现象呢？

所以说，只要能够明白了无常的道理，自然就会对于空性的道理能够逐渐地深入并且接受了。

正是因为这样的原因，佛才在刚开始讲述佛法的时候，对于根基并不是很锐利的弟子，为了让他们慢慢地进入空性道理，才先讲述了无常的理论，之后才讲述了空性的道理。

所以，佛才说有我，有阿赖耶，有五蕴，等等。这些，全部都是为了帮助那些，并不能直接明了如如性，并不能直接明了空性的人，给予的方便说法而已。

一旦逐渐地进入了正法，逐渐地从无常深入到无我的空性了之后，就会完全明白，原来无常和空性，竟然是如此的彻底，就连刹那之间，也都是彻底没有自性的，也都是完全空性的。

如果说：“假如你上面说的是正确的话，那么你们中观岂不是和世俗有了冲突了吗？”

为什么呢？因为一切的法全部都可以用世俗谛和胜义谛来囊括，那么现在你们中观承认了就连刹那之间都是空性和无常的，那也就是说刹那间，并不是胜义谛；但同时刹那间，也不是世俗谛，因为凡俗之人根本就看不到刹那间，如果是世俗谛的话，应当能够被看到才



对。那么，刹那间既不是世俗谛，也不是胜义谛，这不是有问题了吗？

对于这个问题，中观的回答如下：这肯定就是世俗谛，根本就没有任何的问题。因为世俗谛中，有很多完全可以被人看到，但同时有很多却是不能被人看到的。这个问题，凡俗之人是根本看不到的，而那些声闻的阿罗汉，却是可以真实看到的。这种看到，并不是用眼睛看到，而是通过自己的明觉，可以真实的了知这所谓的刹那性，一般的凡俗之人却根本就不能明白的。

所以说，这就是在瑜伽修士观念当中的世俗谛，并不是一般凡俗之人眼光中的世俗谛。这种说法，并没有任何的过失存在。

因此，只要是能够真正地深入思维和分析，哪怕就是观待着世俗的种种事物，仍然是可以完全证悟最究竟的空性、最彻底的空性的。

**正文：完全证悟女子乃不净，自然可以胜伏凡俗人，  
如同世间万物之存在，如幻佛法有如幻福德。**

讲解：在声闻的说一切有部和经部的行者，在修行不净观和白骨观的时候，因为证悟了女子不净的本质，自然就胜伏了那些仍然认为女子就是洁净的凡俗之人。

如果说：“既然一切法都是空性的，那么对他人造成伤害，又怎么会有罪业；对他人进行布施，又怎么会有功德？因为一切全部都是空性的缘故。”

就比如说，佛也是幻化的，我也是幻化的，我向佛进行顶礼和供养，也是幻化的，那么我哪里还来的福德呢？

对于这个问题，中观的回答是这样的：对于你们声闻乘的修行人来说，你们认为佛是真实的，自己也是真实的，顶礼和供养佛也是真实的，因此就会出现真实的福德。同样的道理，对于我们中观来说，我们承认因缘规律的真实无欺，所以，对于如幻的佛陀，同样如幻的自己，通过如幻的顶礼和供养，自然就可以得到如幻的福德。

**正文：如说“假如众生根本为幻化，众生死后又如何受生？”  
何时因缘条件能具足，自然如幻就可以受生。**

讲解：如果说，既然已经承认了所有众生都是幻化的，那么，不论这个众生是人身，还是天神，只要他此生死去了，来生又怎么受生呢？不是一切全部都是不真实的吗？

睡梦中的一个人，又怎么会再次受生呢？魔法师幻化的一个人，又怎么会有来生呢？既然众生都是幻化的，又怎么有来生呢？这不是有问题了吗？

对于这个问题，中观的回答如下：一切全部都是因缘所来决定。

比如，对于一个魔术师来说，只要他的种种必需条件具备了，自然就会出现种种不同的幻化的人物；所以，尽管众生如梦如幻，但是只要令他受生的种种因缘条件具足了，自然就可以受生了；而当条件并不具足的时候，他也就不会受生的。

所有的一切，全部都是因缘所决定的。

那么，什么时候条件就不具备了？等到这个众生证悟了无我的空性智慧，自然再次受生的条件就被破坏了，自然也就不会再有来生了。

**正文：“因为众生长期能驻世，因此众生就属于真实，”  
幻化之人因为没心识，自然不会有罪有福德，  
具有幻化心识之众生，自然也就有福也有罪。**

讲解：如果说：因为幻化出来的人，不一会儿就会消失的，维持不了多久的时间，因此说他幻化没有问题；但是对于众生来说，却是可以存在很多年的，因此众生就应当不是幻化，而应当是真实的。

这种想法是错误的，因为这种依靠时间长短来作为真实和幻化的理由，并不正确。

众生也有很短时间就死亡的；幻术的人，只要维持幻术的条件还在，也可以持续很长的时间，那个时候难道说众生是幻术的人，而幻术的人是众生吗？

有这么一个故事，当年的萨迦班智达去往兰州的时候，当地的官员请来了技艺精湛的魔术师来进行表演。班智达在明白了种种表演原来就是魔术师的技巧之后，就对魔术进行了开光，让那些变化出来的景象都成了真的。就算是魔术师想停止表演，也都停止不了，据说在后来的很长时间里面，那种场景还都存在着。这就是一个幻术很长时间可以存在的例子了。

如果说，既然一切众生都是幻化的，那么我杀了幻化的众生，也就不应当有罪业；我抢了如幻的众生，也同样不会有罪业；就算是我犯了任何事情，都不应当有罪业，一切都是幻化的缘故。

这种说法不对。并不是幻化的就没有罪业，真实的才有罪业。是否会有罪业，真正最关键的应当是有没有心。

只要有心，就算是幻化的，也同样会有罪业；只要没有心，就算是众生，也不可能会有罪业。

就比如说，我有心，但是如果我对一个没有心的幻化的人进行了杀害，因为我的心中有杀念，尽管我杀的是没有心的幻化的人，我还是有一定的罪业的，只是没有完整的杀业而已。

那对于有心的众生，如果进行了利益，自然就会有福德；如果进行了伤害，自然也就会出现罪业了。

**正文：真言等法没有大能力，幻化之人没有幻化心，**

**种种因缘条件所出生，自然幻化也会有种种。**

**所谓“一个条件生一切”，这种事情永远不会有。**

讲解：因为真言咒术等方法，并没有真正的大能力，因此用真言咒术等所幻化出来的人物，自然也就不会有心意识了。

而作为我们众生，因为令我们所出生的种种因缘，能够令我们具有心意识，因此在这种种的条件之下，就会出现种种不同的众生了。

只要其中有一条的因缘条件发生了变化，结果肯定就是不一样的了。

但是如果说仅仅一个条件，就可以出现一切种种不同的结果，那是绝对不可能发生的事情。

**正文：“如果胜义为涅槃寂静，轮回就是所谓的世俗，**

**就连佛陀都成了轮回，菩提之行还有何意义？”**

**只要因缘之流不中断，即使幻化都毫不错谬，**

**一旦因缘之流中断了，就连世俗都不会出现。**

讲解：如果认为所谓的胜义谛就是涅槃寂静，无生、无灭、无轮回、无六道；而轮回六道，就是所谓的世俗谛的话，那岂不是说佛都成了轮回中的了吗？那么在轮回中所进行的种种菩提心的修行，还有什么意义呢？

从胜义谛上面说，佛是超越了生灭的，但是从世俗谛上面来说的话，岂不是佛也有生死轮回了吗？

中观的回答如下：因为一切都是建立在因缘基础之上的缘故，因此说，只要是因缘条件没有中断和停止，那么种种一切的显现就都不会停止，就连真正的魔术幻化，也都不会中断的，就连佛的出现也都会是正常的。

相反，如果连因缘条件都不再具备了，都中断了，那么，就连世俗中的一切，包括整

个的轮回在内，也都不会出现了呢！

因此说，就算是在世俗当中，所有的修行行为和四摄、六度等一切的菩萨行，根本就不会成为毫无意义的事情了。

从因缘角度上面来说，佛的身、智慧和刹土等，也都是因缘所生的，因此也可以说是因缘世俗，但是佛根本就不可能具有遮蔽角度上的无明性的世俗，因为佛根本就没有无明的缘故。所以说，佛是根本就不可能会出生在无明的轮回之中的。

**正文：“如果没有任何之迷乱，幻相之中谁能看对境？”**

**如果自己没有那幻相，那个时候对境又为何？**

讲解：前面所讲的都是说一切有部和经部可能会产生的一些问题，接下来讲述的是唯识可能会提出的问题。

唯识的观点认为：外界的一切显现，是因为自己阿赖耶的习气种子的作用，才显现的，所以，外界的显现，可以说是幻化的，但是内在的自心、阿赖耶，是真实的。

如果一切都是空的，一切都是幻化的，心也是不真实的话，到底是谁在看外面的这些幻相，并且能够知道这是幻相呢？正因为我们知道外面的都是幻相，因此我们认为心是真实的。

对于这种观点，中观的意见是：既然你们唯识也承认外部的一切显现是幻化的，是不真实的，是空的，就算你们有真实的心，你们又能够看什么呢？你们的对境到底是什么呢？全部都是空的了。

**正文：如果幻相之中有它物，并将它物称作为自心，**

**如此自心也成为幻化，此时究竟谁在看着谁？**

**世间唯一枯主也曾说：“自心不能看得到自心。”**

**不论刀剑如何的锐利，自己永远不能伤自己。**

讲解：唯识认为：外界我们所能够见到的种种事物，比如说瓶子和柱子，作为这个具体的东西来讲，并不是真实的存在，我们也认可他是幻化的，但是同时，瓶子和柱子还是有着另外的东西存在的，那个另外存在的的东西，就是我们的心，因为是在我们的心的基础之上，外界的这些瓶子和柱子才能够显现出来的。

针对这个问题，中观的反问是：按照你们的说法，究竟自己的自心，和外界显现的瓶子和柱子等，究竟是相同，还是不同呢？

如果说自心和外界显现的瓶子柱子是相同的，那么这个时候，自心应当是不可能看见自心的，因此自心也就应当看不到这个瓶子和柱子了。

自心不能看得见自心，这是我们的导师释迦牟尼佛所说的；同样的道理，就算是刀剑如何的锋利，永远不可能出现自己砍伤自己的事情。

因此，作为观察者的自心，当然就不可能看得到同样是自心的瓶子和柱子了。

所以说，自心就是和外界显现的瓶子柱子是相同的这种观点，就不是正确的了。

如果说自心和外界的显现是不同的，那岂不是唯识自己的说法自然就不成立了吗？

**正文：“每当灯盏点亮的时候，自然可以照亮灯自己，”**

**灯盏其实并没有点亮，根本没有黑暗遮蔽故。**

讲解：关于自心能不能看到自心，中观的看法是：因为自心本来就是幻化的，因此在幻化的基础上，自己其实可以看到自己，比如说自己想到了什么，自己是知道的，这本身对于明觉并没有什么影响，一切都是幻化的缘故。

而唯识所认为的自心可以看到自心，是建立在自心真实存在的基础上的，因此对于唯

识来说，这种观点就会有问题了。

可是唯识提出了一个比喻，来说明自己这种观点的正确性：比如说灯盏，当灯盏点亮的时候，因为它驱除了周围的黑暗，不但可以照亮周围的东西，就连自身也都照亮了。因此说，自心在了知外境的时候，自然也就知道了知自己了。

如果站在世俗的角度上，自然是可以说灯盏自己照亮自己的这种话的，因为一切都属于幻相，并非真实。

但是如果站在究竟了义的角度上，为了说明一切法都是空性的这个关键问题的时候，灯盏自己照亮自己的这种事情，是根本就不可能存在的。为什么呢？

灯盏要照亮什么，必须要观待黑暗的存在才可以成立。只要有黑暗的存在，然后灯盏将黑暗驱除，自然就可以照亮自己了。

但是对于灯盏来说，它自身根本就从来没有存在过黑暗，正是因为灯盏本身根本就没有存在过黑暗，因此也就根本不存在灯盏驱除黑暗这种事情了，那也就自然不存在灯盏自己照亮自己的事情了。如果说灯盏本身存在着黑暗的话，那灯盏也就不成其为灯盏了。

**正文：如说“蓝宝石之蓝色性，从来不用观待其他法，  
所以就在这种情况下，观不观待都可以看见。”  
蓝色根本不可能天生，也不可能自将自染成。**

讲解：唯识认为：如果是在因缘的作用下出现的事物，自然就是虚幻的，不真实的；如果根本就不是因缘的产物，比如说自心，那当然就是真实的了。

比如说，蓝宝石，天生就是蓝色的，根本就不用任何光线等其他条件的作用，自然而然就是蓝色的。

同样的道理，灯盏自己天生就具有光亮的作用，自然就可以在照亮外界瓶子柱子的同时，也能够照亮自己了。

自心也正是这样，因为他天生就具有觉察性，自然也就可观察到外界的一切以及自己本身了。

中观回答：

但是，蓝宝石的蓝色，根本就不可能不观待任何其他的条件而出现，为什么？

“蓝宝石的蓝色，就好像自在天的神通一样地，凭空就出现了”，这种说法，只要是佛教徒，就一定不会认可的，包括唯识在内，也不会认可。

那么，难道蓝宝石的蓝色，是自己将自己染成、或者造成的吗？这当然是不可能的，因为蓝宝石自己从来就没有蓝色的这种能力，如果有的话，那就是上面的那个问题了；正是因为它从来就没有天生的蓝色，又怎么可能在后来自己将自己变成蓝色的呢？

所以说，蓝宝石的蓝色，绝对是需要在种种因缘条件下才会出现的，根本不可能是不观待任何条件凭空出现的。

所以，用蓝宝石的不观待性，来说明自心的不观待性、真实性，就是不成立的。

**正文：所谓“灯盏能照诸事物，此是因为心识而知道，  
由此知道自心能感知”，到底是谁又在感知心？  
如果任谁都不能看见，那么所谓照亮不照亮，  
全如石女女儿之自性，任怎么说都没有意义。**

讲解：刚才你们中观也承认灯盏能够照亮周围的事物，那么，到底是谁知道了“灯盏照亮了那些事物？”可以说是心知道了“灯盏照亮了那些事物”，那么又是谁知道了“心知道了‘灯盏照亮了那些事物’”这件事情呢？这问题可以一直持续不断地问下去。

中观回答：如果按照唯识的这种问题，其实根本就找不到任何一个可以发挥看到作用

的终点。比如说，过去的心，当然看不到现在的灯盏的状况；未来的心，自然也不可能看到现在灯盏的状况；现在的心，因为找不到谁在明白这个心的状态，所以说根本就不可能有人能够看到灯盏的情况了。

在这种情况下，所谓的照亮不照亮，那就和说根本就不存在的石女的女儿漂亮不漂亮这类话一样，不管怎么说，石女的女儿都如龟毛兔角，完全都不存在，那些话又有什么意义呢？

也就是说，自心能够认识到自心，自心就是真实的，这类的话一点儿意义都没有了。

**正文：所谓“自我认知之自心，随着念想就会自生起”，  
不是经验也可以关联，犹如想起毒鼠之伤害。**

讲解：经过上面的种种问答，唯识的自心真实存在的观点，已经很难能够成立了。但是，他们还是在经验的层面，坚持认为自心的真实存在，比如说，因为能够有念想，自然就会有自心。

比如说，你昨天翻译了很多的内容，你今天能够想起来自己昨天在翻译吗？如果你今天能够想起来自己昨天一直在翻译，并且翻译了很多的内容，那就说明昨天你的自心对于自己翻译的那个状态有认识，要不然你今天就根本不会想起来昨天翻译的事情了。既然这样，就可以说明自己的心对于自己是有认识的。

所以，唯识的观点就是：既然我们有念想，有经验，有意识，就说明了自心可以认识自心。

中观的回答：你们的说法，的确听起来有一定的道理，人们的确有时候可以想起来自己过去的经验，但是仅仅凭着一点，并不能说明自心就可以认识自心。为什么呢？

因为你们的意思是说，自己经验过的，后来想起来，从而说明自心能够认识自心，那也就是说，人们只能想起来自己经验过的事情，如果自己压根就没有经验过，当然就不会想起来了，因为自心没有认识的缘故。

但是，哪怕不是自己真是经验过的，人们还是可以想起来，就好像人们可以想起来毒鼠的伤害一样。

毒鼠伤害，是这样的一个例子：有一种毒鼠，生活在水中，当有人的影子倒映在水中的时候，它通过将毒喷到人的影子上，就可以让这个人中毒。但是当时这个人一点儿知觉都不会有。

只有等天上打雷，引发了毒性时候，人们才会恍然大悟，原来是我中了毒鼠的毒，现在发作了。

既然只有到毒发作的时候，人们才想起可能是那个时候被毒鼠下了毒，那就说明在当时，那个人并没有对毒鼠的伤害有任何的认识和经验。

通过这个例子，就可以说明，不管是之前有没有实际经验过，人们都是可以想起来的。这就没有办法支持唯识的“因为能够想起来自己所经验过的，所以就说明自心可以认识自心”的这种观点了。

**正文：如“有其他因缘则可见，因此说明自心可自知”，  
成就之人可配制眼药，可见宝瓶但不见眼药。**

讲解：唯识观点：比如说一个人通过修行禅定，逐渐地可以知道别人在心中想着什么，既然可以知道别人在心中想什么，那就是说明自心可以认识自心。

中观的回答：尽管可以知道别人心中的想法，但是并不能说明自心就可以知道自心。

比如说，一个真言成就的人，可以通过自己的真言成就，配制种种的眼药，其中一种眼药，只要涂抹在眼睛上面，立刻就可以看到深深的地下的宝藏、宝瓶。

但是，虽然眼睛可以看到地下的宝藏，却根本就不能看见眼药本身。

所以说，尽管可以在其他的条件下看见或者说明白别人的心在想什么，但是却根本就不能用来说明，自心就可以知道自心。

**正文：对于所谓见闻和觉知，此处并非要将之否定，  
此处只是为了断苦因，而要否定种种实执念。**

讲解：中观的观点，就是否定外境和内心的真实性，认为不论外境和内心，都只是幻化的虚妄的显现而已，根本都不是真实的客观的存在。

可是，对于中观的这种观点，有人就会提出问题说，既然你们认为外境和内心都是虚幻的，那就是说我们眼睛能够看到的，耳朵能够听到的，心中能够认识到的，全部都是虚幻不实的，我们能够对外界产生认识的内心也都是虚幻不实的，那么，不管我们能认识所谓的空性，或者不能认识所谓的空性，岂不是都没有什么意义了吗？

对于这个问题，中观的回答：我们在这里不断地讲解种种中观的观点，并不是为了要否定人们看的功能、听的功能，乃至了知的功能；我们中观的观点，在名词和世俗的意义上，我们是认可众生的眼耳鼻舌身意的种种功能的，当然也就是认可种种世间显现的存在的；但是从究竟层面来说，众生的认知功能以及外界世间的一切，包括众生的自心在内，全部都是幻化不实的。

我们中观之所以要不断地强调空性的概念和理论，其实是为了断除一切众生今生和来世一切痛苦的根源，也就是对“一切万物真实存在”，尤其是“自心真实存在”的这种实执的观点，这才是我们所要一心否定的呢。

**正文：“除心之外幻化非其它”，既非其它自然也无常，  
如是实法如何非其它，所谓非他自然非实物。**

讲解：接下来的这部分内容，是和唯识观点当中的“认可外物幻化非真，但是认可自心真实存在”的这种分支观点的对话。

前面的部分，是和唯识观点当中的“认可自心真实存在，同时认为外境就是自心”的这种分支观点的对话。

其中，对“自心因为真实存在，因此可以自己认识自己”这种观点的否定，其实是整个唯识观点都可以适用的。

对于唯识中认可外物幻化非真的这种观点来说，他们也认为一切的外物，都是暂时的幻化的存在，既不是自心的外化，也不是真实不同于心的另外一种实际存在；但是同时，他们还是认为自心没有任何的能执和所执，犹如虚空一样，犹如水晶一样，是真正可以自我认知的一种存在。

中观的回答：既然你们认为：外界的一切事物，既不是自心，也不是真实的存在，而是一种幻化显现的性质，所以就是无常的。

那么，你们的这种观点，就有一个过失：你们完全否定了外界一切的存在，从根本上否定了。

假如外界的事物，是存在着的话，那肯定就是不同于心的存在了，又怎么可能不是“其他”呢？

假如外界的事物，根本就是幻化的话，那肯定就只存在自心了，自心就和幻化是一样的，那岂不是说自心也成了幻化的，也就根本不存在了吗？这不就和你们自己认为自心真实存在的观点不一致了吗？

**正文：“虽然种种幻化不真实，也有能见以及所见者，**

**犹如轮回有实际依存，如无则会变成虚空般。”**

**如果无实依存于实物，所谓依存如何能实现？**

**汝之自心全然成寡人，根本没有任何伙伴故。**

**此时自心无任何能所，自然所有众生都成佛。**

**因此所谓唯识之宗派，岂非根本无意义可言？**

讲解：中观认为：虽然一切的外境显现和自心，全部都是幻化不真的，但是，也还认可外界能够被看见，自心能够看外界。

唯识认为：轮回之所以能够存在，是因为它依存于阿赖耶，也就是我们的自心而存在。也就是说，只有真实地存在了我们的自心，轮回的种种显现才有可能幻化得出来，因此说自心、阿赖耶是真实存在的。

假如没有了自心、阿赖耶作为轮回出现的基础，那么，所有的轮回显现，甚至包括佛陀正法圣僧在内，全部都无从出现，全部都会变得和虚空一样，什么都不会有了。

对于这种观点，中观的回答是这样的：你们这样的说法并不正确，因为你们已经认可了轮回是幻化的，是不真实的；同时也认可自心是没有任何能执和所执的，是洁净光明的。那么，完全不可捉摸的轮回中的那些所谓的因果果，又是如何出现的呢？是谁让它们这样显现的呢？轮回又是如何依存于自心的呢？

就好像石女之子，因为它根本就不存在，就好像是幻化的轮回一样，这个石女之子，又怎么会和一个真实存在的（犹如自心）世间女子发生什么关系呢？这根本就是不可能的事情！

同样的道理，根本就不存在的兔子的犄角，又怎么可能被人的手抓住，然后用来挖地或者做其他什么工作呢？这也是根本就不可能的事情！

因此，你们所认为的虚幻的轮回依存于真实的自心的这种观点，根本是站不住脚的。

那么在这种情况下，你们唯识所认为真实存在的自心，因为能执是空的，所执也是空的，整个的对境全部都是空的，自心完全就成为了孤家寡人一个，孤零零的存在。

在这种情况下，自心没有任何的能所，也就根本就没有了任何的罪障需要净除，也就没有了任何的功德需要证悟，这岂不是说，从最初的一开始，所有的众生都已经全部成佛了吗？

而且在这种情况下，你们唯识所提倡的要大家反复地去证悟自心的种种修行方法，岂不是根本就没有任何用处了吗？

上述的种种论述，完全是针对唯识认为阿赖耶、自心真实存在的这种观点而说的，但是如果站在胜义谛的角度，仅仅是站在世俗谛的角度来说明种种轮回的一切显现如何出现的话，仍然可以说是自心的幻化，幻化的自心因为烦恼和习气的原因，而不断地积累了很多的善恶种子，然后在因缘成熟的情况之下，就会出现种种幻化的善恶不同的轮回表现，这二者之间是没有任何冲突的。

**正文：“尽管已经知道是幻化，但是在那烦恼作用下，**

**对于自己幻化之女子，幻师自己也会生贪欲。”**

**幻师虽然懂得自幻术，因为未断烦恼之习气，**

**因此看到自己幻术时，悟空力弱也会生贪恋。**

**一旦悟空力量已熟习，自然就会断除实执习，**

**而且“一切全无”之熟习，也要未来逐渐断除之。**

讲解：针对中观的一切都是幻化的这种观点，有人会提出问题来：虽然你们明白了一切都是幻化的，一切都不是真实的，你们也会因此而通过修行去证悟佛果。

但是，你们在面对种种幻相的时候，种种的贪恋和嗔恨，是不能断除了的，你们还会

对幻相产生相应的念头。既然贪恋和嗔恨等都断除不了，你们自然也就不能证得佛果了。

就好像一个幻术师，虽然知道自己做的就是幻术，并不是真实的，但是还是会对自己变化出来的美貌女子产生贪恋的心理。

中观的回答如下：如果真正地证悟了一切法都是幻化，都是虚妄的这种空性真理的时候，自然就不会出生任何的贪嗔痴等烦恼；但是，对于幻术师来说，他也仅仅是明白了自己所幻化的女子，并不是真实的，但是他并没有完全地证悟“一切法都是幻化”的道理，也就是说，他还是对世间的一切认为是真实存在的，因此他就不可能断除贪嗔痴的种种烦恼。

所以，在这种烦恼还存在的状况下，自然当他见到自己所幻化的美貌女子的时候，不可避免地也会产生贪恋之心，根本原因就是幻术师自己的空性证悟之力太过于微弱的缘故。

还有，这个幻术师虽然会对自己所幻化的女子产生贪恋的心理，但是却根本不会产生“要娶之为妻”的这种想法，因为他还是明白女子终究是幻化的影像，并非真实世间女子的缘故。

因此，当一个人逐渐对于“一切法全部都是幻化”的这种空性的真理越来越熟习的时候，越来越将之深刻地证悟的时候，自然就会对于一切世间事物的执著变得淡化了，慢慢地也就会断除了。

对于我们凡夫来说，首先我们会认为一切都是真实的，因此我们最开始要修行的就是断除这种实执的想法，而要产生“一切法都是幻化，都是无自性，都是空性”的这种证悟。

产生了这种证悟之后，因为对于一切法当作真实存在的这种实执被打破，的确是非常进步、非常好的事情；但是，如果一直保持着这种见地，却仍然属于过失。

所以，在这个证悟产生了之后，还要将对空性的这种执著舍弃，放弃“一切全无”的这种过于执著空性的见地，只有达到不执著真实有，同样也不执著一切空的这种见地，才是真正的需要通过修行达到的见地。

**正文：何时明白“什么都没有”，自能不著所思之实物，  
此时无实自然无所依，如此自心即可暂时住。  
何时对于实法非实法，心中全然都不再执著，  
此时根本无任何其他，毫无所缘自然真安住。**

讲解：当一个修行人，什么时候能够明白“一切万物什么实际存在的可能都没有，一切都是幻化的、虚妄的”这种道理的时候，自然就不会对于外界的一切事物、自己所观察的一切对象产生执著，因为他已经完全明白了那些外物的本质并不是实有的。

而且，这些并非实有的一切外界的事物，也不会有一个它们所需要依存的基础，也就是说，并不会有一个实际存在的自心，来保证这些虚幻外物的显现。

这样，即明白了外物的幻化不实，也明白了自心的虚妄不真，这个时候的修行人，自然就可以对自心和外境都没有执著了，自然就可以得到安住了。

但是，这个时候的安住，仅仅是暂时的安住而已，因为他还需要进一步的修行。

一直到什么时候，这个修行人，不但对于实法的执著已经断除，对于不实的幻化的一切外物的执著也已经断除，心中不再对于实法和非实法有任何执著，再进一步，对于“一切都是空的”这种空性的执著也都得到断除的时候，才能够真正地在心中没有了对任何相的执著，没有了对任何相的攀援，这个时候，心中既没有一切都是实际存在的想法，也没有一切都是空性的想法，既没有执著实有，也没有执著顽空，这个时候的自心，才能够算得上是真正地得到了安住。

在作者佛子希瓦拉当年讲到这个地方的时候，身体就逐渐地离开了法座，随着空中的文殊菩萨，不断地越升越高，最后在听讲的弟子们的目光中，消失在空中不见了。



**正文：如意宝珠及如意宝树，能够满足任何之愿望，  
同样根据化机之愿望，佛陀自在显示圆满身。**

讲解：如果按照上面的说法，佛陀根本就没有任何的能执和所执，也没有任何的妄念，那么佛陀到底是如何转动法轮，引导众生的呢？

针对这个问题，中观的回答是：就好像大海深处的如意宝珠一样，虽然它根本就没有任何的想法和念头，但是只要得到这个如意宝珠的人，按照仪轨，将之安置在洁净的高高的山顶之上，对它进行发愿和祈请，一切的愿望都可以实现；又如同三十三天的如意宝树一样，它同样是没有任何的想法和念头，但是只要在树下将自己的愿望表达出来，就会从树枝树叶中出现所希望拥有的任何东西。

同样的道理，虽然佛已经圆满地证悟了空性，已经没有了任何的妄念，也没有任何的外境和内心的执著。但是因为佛陀在过去修行的时候有着利益一切众生的大誓愿，而且众生也对佛陀有着希望得到救度的大愿望，因此就在这样的因缘之下，佛陀自然就可以在相应的化机的跟前，显现出佛身，进行讲法等救度众生的一切作为了。

这并不是佛利用自己的妄念造作出来的，而是因缘汇聚的情况之下，自然而然出现的。

就好像我们人有面容，镜子有光洁的镜面，根本就不需要什么妄念，只要人来到了镜子的跟前，自然就会在镜面中显示出来人的面容了。

**正文：就像对于威武大鹏鸟，修行灵塔成功已逝去，  
人虽已逝灵塔长久存，仍能熄灭毒等之出现。  
因为菩萨之行大威力，已经成就佛陀之灵塔，  
即使菩提萨埵已逝去，仍能进行利益众生事。**

讲解：对于金翅大鹏鸟，有很多的修法，比如杂色大鹏鸟修法、黑色大鹏鸟修法、红色大鹏鸟修法等。

因为大鹏鸟是龙的天敌，而龙一般则认为是具有毒性的，并且可以通过自己的毒性伤害到其他的众生。

所以，如果是通过大鹏鸟的修法，观想本尊、念诵真言，一旦修行成功之后，只要他对于用石头等材料做成的灵塔用咒语加以加持开光，成功之后，哪怕这个修行人自己已经逝去，但是这个灵塔还一直存在的时候，哪怕是经过几百年上千年的时间，因为真言成就的力量一直都存在，只要是对这个灵塔进行顶礼、围绕、供养等行为的人，都不会发生中毒、遭龙害等情况。

一世蒋扬钦则旺波仁波切有属于伏藏法的五种姓大鹏鸟的修行方法，直到现在还有很多人在念诵其中的真言进行修行。

过去曾经有一种病，病人的身体上会长出水泡，这个水泡会蔓延到其它部位，被蔓延到的那个部位也就会发炎起泡，让病人非常疼痛，而且这个水泡还会传染到别的人身上，让别的人也同样地发病。因为这个病，过去曾经死了很多的人。

如果有一个修行五种姓大鹏鸟成功的人，他就会在念诵真言的同时，拿着一个烙铁，将之放在火焰上烧得通红，然后拿出来烙铁，用自己的舌头舔舐通红的烙铁之后，然后对着患病部位的水泡吹气加持，这个病肯定就能够痊愈。

这种病当时在在家人中非常流行，但是在出家人中，却基本上没有见到过，我母亲也曾经得过这种病，也就是因为有这种真言成就者存在，才挽救了很多人的性命。现在这种病基本上再也没有见到过了。

直到现在，我的家乡，还有一个人从事着这种利益别人的工作，不过他使用的是砍树的斧头。

这就是修行真言成功后的能力。

同样的道理，对于一个修行菩萨行的人来说，最开始他发起愿行菩提心，要利益一切的众生；中间经过三大阿僧祇劫一直在通过六度万行进行菩提资粮的累积，就可以圆满地成就无上的佛陀果位。

然后，因为有着如此的大愿力和修行之力，就算是这个修行人已经涅槃，但是只要有人对着他留下来的舍利进行顶礼、围绕、供养等，就一定能够继续自然而然地进行着利益一切众生的事业。

**正文：“对于无心之人做供养，如何能够出现供养果，”**

**“不论在世或者已涅槃，功德利益相同”经中说。**

**“世俗谛说或者胜义谛，都有结果”也是经中说，**

**犹如对于真实之佛陀，可以出现真实果一般。**

讲解：声闻乘的人，对于中观认为佛陀已经完全证悟了空性，根本就没有任何心和心所，也就是根本就没有任何心念的这种说法，不赞同。

他们提出问题说：如果佛陀真的是什么心念都没有的话，那么当众生对佛陀进行供养的时候，又怎么会出现供养的果报和福德呢？

对于这个问题，中观的回答是：在佛亲自所说的经典当中，佛很清楚地讲：不管是当我在世的时候，在我本人跟前进行供养，或者是在我涅槃之后，对着我的舍利进行供养，这个人所能够获得的功德和利益，完全没有什么差别。

因此，如果你们认为对于没有心念的佛进行供养，不能得到功德利益的话；难道对同样是没有心念的佛的舍利进行供养，也不能得到功德和利益了吗？这不就和佛的说法相违背了吗？

所以说，中观认为的对于已证空性的佛进行供养，同样会有功德和利益，是正确的。

如果说，刚才提到的不论对于真实的佛陀，还是涅槃后的舍利，只要是同样地进行了供养，就会具有同样的功德。那么，这种功德，到底是在世俗谛上面的如幻如梦的功德呢？还是在胜义谛上面的真实了义的功德呢？

对于这个问题，我们不做直接的回答，前面已经讲到了。不管是中观意义上的如梦如幻的功德也好，还是声闻认为真实存在的胜义的功德也好，只要是对于真佛，或者是舍利，进行了同样的供养，其功德和利益完全就是一样的，这可是佛经当中说的。

那也就是说，按照你们声闻的说法，对于真实的佛陀，进行供养，可以得到真实的功德；我们对于如幻的佛陀，进行如幻的供养，也就可以得到如幻的功德。这其中的过程和道理，其实完全都是一样的，我们也没有必要非要说这个功德是世俗谛的还是胜义谛的了。

**正文：“见到诸谛可以得解脱，见到空性又能够如何？”**

**经典之中明确有言说：“没有此法不能证菩提”。**

讲解：声闻又提出新的问题：你们大乘中观的观点，是一切全部都是空性，需要断除一切的实执；但是我们的观点不太一样：我们根本就不需要去证悟空性，我们只要通过明了苦集灭道四谛，明白了刹那性和邻虚尘，明白了无我，就可以证悟到阿罗汉的果位，就可以解脱了。根本就不需要见到什么空性，就可以解脱了。

中观的回答：对于你们所说的苦集灭道四谛，其实完全可以说是十六种无常，如果能够真正地见到了这十六种无常，也就是声闻的见道了。在此基础之上继续修行，就是修道；之后就可以证得阿罗汉果。

但是对于大乘中观来说，如果仅仅只是明白了这十六种无常，见到了最细的微尘——邻虚尘，见到了最短的时间——刹那性，那还算不得见道；只有完全明白了无生的道理，才能算得上是进入了见道。

所以说，你们从根本上的认识就是错误的，因为在《般若八千颂》、《般若十万颂》等经典当中，佛已经很明确地说明了：如果不能明白无生的道理，如果不能明白空性的道理，包括声闻的有余涅槃、缘觉的有余涅槃，以及佛陀的无余涅槃，是根本就一个也得不到的。

所以说，你们刚才认为的通过四谛和十六种无常就可以证得阿罗汉果的想法，根本就是错误的，就连阿罗汉果位，也必须是见到无生的道理之后，才可以证得的。

**正文：“如果大乘本身不成立，你的所谓佛说如何成？”**

**所谓“二者全部都认可”，你的观点最先不成立。**

**因何因缘你如此确信，大乘也是同样可成立。**

讲解：对于上述的回答，声闻乘又有问题了：你们所谓的大乘的经典，什么《般若八千颂》、《般若十万颂》等，根本不是佛所宣说的经典。那些经典，都是后来的龙树等人，被非人附身之后才说的。所以，你们用那些《般若》中的内容来和我们进行论辩，我们是不认可的。

和作者佛子希瓦拉同时代的印度人所持有的这种观点，和现在泰国所尊崇的佛教派别的观点完全一样。

但是在弥勒菩萨的《经庄严论》中，非常清楚地说明了大乘的种种经典，都是佛亲自宣说的。

对于这问题，中观的回答如下：你们声闻所遵奉的种种经典，例如《别解脱经》等，为什么就是佛所宣说的经典呢？

声闻的回答是：对于我们所信奉的种种经典，不但我们认可那些都是佛亲自说的，你们也认可那就是佛亲自说的，因此我们两方面都认可那是佛亲自所说的；而对于你们大乘的经典，虽然你们认为是佛亲自说的，但是我们不认可，所以就不是佛亲自所说的。

中观回答说：我们两个都认可的这种说法，并不成立。为什么呢？因为并不是从你一生下来，就认可《别解脱经》等经典是佛说的，而是等你进入修行的道路后，才逐渐地坚信这就是佛亲自所说的。因此说，我们同时认可的说法，从一开始就不成立。

既然一开始的时候，是你因为还没有进入佛门，还没有坚信《别解脱经》等经典就是佛所亲口宣说的，在这个时候，所谓的我们两个都认可的这种说法，当然就是不成立的了。那也就是说，你还是没有理由来证明那些经典就是佛亲自说的。

声闻回答说：我们的这些法，是最初由佛亲口宣说，迦叶阿罗汉率众整理，然后就经过阿罗汉师父，传给下一代的弟子，弟子们再一个接一个地传下来，一直传到了我这里，中间从来都没有中断过，因此我就相信这些经典就是佛所亲口宣说的。

中观就说：我们完全都是一样的啊！我们的这些经典，也是最先由佛在灵鹫山等地方亲自宣说了《般若颂》、《心经》等经典，然后就经过大菩萨文殊、金刚手等进行整理，然后就经过大乘的诸位上师师父，一个传一个地，也是根本就没有中断地一直传到了现在。

因此我们的这些大乘经典，也就是佛亲自宣说的，我们的理由都一样啊！

上述的种种的问答，并不是为了说明小乘的经典不是佛所说，而是为了说明大乘的经典同样也是佛所说的法。这一点大家要分清楚。

**正文：如因两人认可则为真，那么吠陀外道也成真，**

**如说大乘因为有争论，那么佛经外道也争论，**

**佛教内部也存在争论，要为争论全部舍弃吗？**

讲解：声闻的观点认为：你们大乘是否是佛亲自宣说的，一直都存在着争论；而我们的经典，却从来都没有人怀疑说不是佛说的。所以你们的大乘法，应当不是真的。

另外，我们的经典，一直都是不但我们，而且你们都认可的，所以都是真的。

中观的回答说：如果你们认为超过两个人以上的人认可了，就是真的，就是佛所说的；那么外道，比如说吠陀派，他们也有很多人在追随和信奉，难道他们也是真的，也是佛所说的吗？

如果因为对大乘的真伪存在着争论，就否定大乘经典是佛说的；那么，佛教一直都在和外道进行着争论，难道佛教经典全部都不是真的了？再者，你们声闻乘，自己在内部不是也分成了最先的四大派别，甚至最后也发展到了十八个不同的派别，而且每一个派别都在和别的十七个派别在争论吗？难道你们自己的经典也就因为出现了争论而变成了不是真的，不是佛所说的了吗？全部都要舍弃的吗？

因此你们用来说明我们大乘并非佛说的理由并不正确。

在释迦牟尼佛涅槃之后的大约 100-300 年的时候，整个的佛教僧团，就分裂成了十八个小团体，不断地相互争论，各自都认为只有自己的经典才全部是真正的佛所说的经典。从此，佛教就衰落了。

后来出现了一部经《国王梦中授记经》，在这部经中，迦叶佛对于释迦牟尼佛的教法进行了授记说：在将来的时候，释迦牟尼佛的教法将会分成十八个部分，而这十八个部分都是正确的。

在这部经出现了之后，这十八个宗派才停止了内讧，团结一致，佛教才又再一次地逐渐焕发了活力。

**正文：佛教根本就是贤圣僧，即使贤圣僧也难证悟，  
对于心中还有所缘者，圆满涅槃根本难证悟。**

讲解：佛教的根本就是僧团，僧团中的僧人，都是需要通过种种仪轨才能从一个普通人成为一个真正的比丘僧人；但是你们的四个派别，十八个派别，相互之间都在互相争辩，都不承认对方是真正的佛法，只有自己派别的内容才是真正的佛法，在这种混乱的情况之下，怎么还能够有作为佛教根本的真正僧人和僧团的出现呢？你们这不是令佛教陷于危险的境地了吗？

另外，准确地说，佛教的根本，更是真正符合条件的贤圣僧，也就是证得阿罗汉果位的僧人。但是对于大乘空性的法义，如果根本就不去证悟的话，就连作为真正贤圣僧的阿罗汉果位都实在难以证得。

只要心中还对最细微尘的邻虚尘以及最短时间的刹那性还认为是真实的存在，还有攀援之心的话，就算是能够证悟阿罗汉果，但是却根本就无法证得圆满涅槃、圆满空性的佛果。

**正文：“断除烦恼就可得解脱，”其实立刻就应当解脱，  
尽管已经断除了烦恼，业果作用还时常见到。**

讲解：如果说，只要按照小乘的方法，没有了我执，也就是说将贪嗔痴等烦恼断除了，不是就可以证得阿罗汉果位了吗？不就可以得到解脱了吗？

这种说法其实并不正确。

对于一个修行人来说，如果他通过小乘修法，断了人我执，断了贪嗔痴烦恼，证得了阿罗汉果。按照你们的说法，他应当当下就已经解脱了才对。

可是，我们却可以见到，尽管他们已经没有了贪嗔痴三毒烦恼，但是他们的业力都还存在，一旦业力成熟的时候，他们仍然是会遭受种种苦的。

比如说，被佛赞誉为众弟子中神通第一的摩诃目犍连，尽管他是神通第一的阿罗汉，尽管他已经断除了烦恼，但是还是存在着苦，因此后来在业果成熟的时候，就被外道打死了。

比如说，六群比丘当中的一个，在他最后也成就了阿罗汉的果位之后，同样是因为业

力的原因，被强盗用刀砍断脖子死去了。

**正文：如说“大阿罗汉圆寂后，一定没有近取、爱、后生，”**

**虽然并非烦恼之爱乐，怎能没有四种之结惑？**

**以受为缘就会生爱乐，诸受现在同样也具有，**

讲解：如果说，大阿罗汉虽然在今生可以因为业力的原因受苦死去，但是因为他已经没有了烦恼，那么在圆寂之后，肯定是不具有来生的，因为他已经没有了近取的爱，已经中断了十二缘起的缘故。

这种说法还是不正确的。

从大乘的观点看来，阿罗汉果位的获得者，其实并没有证得最究竟的果位，因此他们将来还是会回小向大的，比如说在极乐世界的莲池之中，莲花化生，面见阿弥陀佛。

而阿弥陀佛，就会对他们说：“你们还没有完全证悟涅槃，你们还需要回小向大，进入大乘道法中修行。”

然后他们就会发心真正地进入大乘，并且通过长久地积集资粮的过程，最终才能完全地证悟圆满的佛果。

所以说，阿罗汉的再一次受生，虽然并非贪嗔痴的烦恼爱乐，但是谁说他们连最根本的四种结惑也都完全没有了呢？

他们还是具有四种结惑的，而且这四种结惑的存在，其实你们声闻乘人，也都是完全认可的啊：不能完全明了因果（不能明白任何粗细的因果关系）、不能完全通达佛法（并不能完全明白佛的一切功德，也不具备佛的功德）、不能通达一切处（过于遥远的地方，即使使用神通之力，也不能了知）、不能通达一切时（过于遥远的过去或者未来，即使使用神通之力也不能了知）。

比如说，神通第一的摩诃目犍连，当佛告诉他，他的母亲转生到东方日光佛土的时候，自己用神通却怎么也感知不到。

比如说，有一个长者来到舍利弗跟前请求出家，舍利弗不论怎么观察，都没有发现这个人有出家的机缘；但是佛最后告诉他说，这个人在久远劫之前，其实已经种下解脱的种子了，应当允许他出家修行。

正是因为阿罗汉的这四种结惑的存在，尽管他们已经断除了烦恼和爱乐，但是又怎么不会再次受生呢？

按照声闻乘的十二缘起的说法，只要有了受，就会导致爱乐的产生。对于阿罗汉他们而言，他们还是有禅定的乐受，因此实际上他们应当还是有爱乐的，有了爱乐的存在，自然也就应当在三有中再次受生的了。

**正文：因为心中还是有所缘，就算可以长久住禅定，**

**未证空性真理之自心，就算可以遮止仍会生，**

**如同进入无想之禅定，所以应当精进修空性。**

讲解：另外，阿罗汉们的心中，还是有所关注和攀援的，他们并没有证悟到完全没有任何所缘的佛果。

就算他们可以进入非常深的禅定，在禅定当中安住非常长的时间，但是因为他们仅仅只证悟到了人无我，并没有完全证悟法无我，因此，哪怕他们可以长期地遮止自心的妄念，遮止自己的暂时轮回，但是最终还是要出定受生的。

就好像是因为修行禅定的工夫比较好，最后到达无想禅定的层次，但是即使这样，也只能是在来生，转生到色界天的第四禅天，也就是无想天的地方，在五百劫的时间里面，一直享受着无想禅定的禅乐。

但是因为他们根本就没有完全地断除我执的种子，也就是没有完全断除爱乐的种子，因此终究还是会再次于轮回中受生的。

这种说法，声闻乘的学人也都是完全认可的。

例子的意思，我们已经明白了，但是对于无想禅定的人，他们完全没有断除任何的我执，因此他们的受生完全是在业力的作用下不可自主的。

而对于阿罗汉来说，他们已经断除了人我执，为了最终完全连法我执都断除，他们虽然也会再次受生，但是这个时候，完全是为了一切众生的利益，并非是业力的不自主的受生。

所以说，因为声闻教法并没有达到究竟，仅仅只是证悟了四谛十六种无常，但是却根本没有证悟一切法不生、不住、不灭的真正空性道理，因此不管是为了成为一个真正的贤圣僧，还是为了成就真正的菩提佛果，都是需要好好修行空性啊！

**正文：如说自己修行之教法，就是真正佛陀亲口说，  
大乘教法绝大部内容，与你一致为何不认可？  
如果因为一个之原因，所有全部成为有过失，  
何不因为一个之原因，所有全部都成佛所说？  
对于大乘种种之教法，就连迦叶等都未彻悟，  
你等自然不可能明白，为何却要否认佛法？**

讲解：这部分的内容，因为上下文衔接方面的差异，被认为并不是当时作者佛子希瓦拉所撰写的文章中的内容，而应当是后来印度当地智者们的整理解释的过程中被加进去的。因为之前已经讲完了大乘应当也是佛亲自宣说的正法，这方面的内容，已经转到要修行空性的上面来了，现在这段偈句的内容，则又是讲述大乘应当就是佛亲自宣说的正法。

如果因为自己所信奉的是小乘教法，因此就坚持认为小乘教法就是真正的佛所宣说的正法的话，我们大乘的绝大多数教法的法义，除了《般若八千颂》、《般若十万颂》、《金刚经》、《心经》等外，完全和你们小乘的法义是一致的，而且也是得到了很多你们小乘智者们的认同的，为什么你们还是将我们大乘的教法，认为不是佛所亲口宣说的呢？

一切法全部都是空性，佛具有圆满报身，五无间罪仍然可以忏净，这三点，是大乘和小乘教法最为关键的三点不同之处。除此之外，对于大乘的教法内容，很多的小乘声闻智者还是非常认可的。

小乘认为如果犯了比如说杀害自己父母的无间罪，就一定会堕落进入地狱，就算是进行忏悔，也根本就清净不了；而大乘则认为，如果能够进行了义的忏悔，就算是五无间罪，也仍然是可以清净的。

小乘认为的佛，就是我们的导师释迦牟尼佛这个佛，根本就没有其他的什么报身；而大乘则认为，释迦牟尼佛这个化身之外，还有法身和圆满报身的存在。

小乘认为人无我就可以了，而大乘则认为一切法都是无我的空性。

因此，在小乘的看法当中，正是因为上述这三点，丝毫都在小乘教法当中找不到类似的佛语，因此所有的大乘教法，应当全部都不是佛亲自宣说的。

而大乘则对此回应说：有上述三点的不同，你们就完全地否定了大乘；那么，大乘的教法当中有很多都和你们小乘的法义一致，为什么就不会因此而认可大乘就是佛所说的呢？同样都是因小而看大嘛！

甚至我们还可以说，我们一直认为大乘就是佛亲自说的，现在我们因为上述三点你们和我们不一样，我们因此就否定你们小乘为真正佛法，这样不就完全否定你们了吗？

因此说，你们否定大乘为真正佛法的说法，理由并不充分。

况且，对于大乘的教法，甚至就连大阿罗汉迦叶等都不能完全明了其深奥的法义，你们这些人又怎么能够明白得了呢？又怎么能够因为自己不懂、不认可，就否定了大乘的教法

呢？

或者说，至于大阿罗汉迦叶等人，是不是根本就不明白大乘的教法，还是他们完全都明白并且接受了大乘的教法，你们这些人又怎么会知道呢？你们又怎么能自己武断地认为他们并不认可大乘，因此就否认大乘教法是真正的佛法呢？

**正文：为了愚痴受苦之众生，解脱贪边以及恐怖边，  
而后安住轮回六道中，此乃空性成就之成果。**

讲解：一切众生，都因为种种颠倒的烦恼（最关键的就是将无常当成常，将无我当成我），而在轮回中不断地受苦、轮转。为了能够让这些众生得以解脱贪欲之边（对轮回产生种种的贪恋而轮回不可终止）和恐怖之边（对轮回的痛苦抱有恐怖之心而想出离轮回），本着如此的大慈悲心，为了一切众生的利益，而在轮回六道中受生，这就是修行证悟了远离一切戏论的空性的成果。

**正文：对于上述空性之法义，根本不会有任何反驳，  
所以应当毫无顾虑地，精进修行如此空性理。**

讲解：对于上述反复进行讨论过的空性的法义，你们声闻乘根本就没有任何反驳的理由可以成立，因此就应当对于这种远离一切戏论的空性真理，毫无怀疑地、毫无顾虑地精进修行啊！

以前的时候，当觉沃阿底峡在藏地的时候，曾经有两个沙弥前来向他求法，阿底峡就给他们讲授了《心经》，当讲到“无眼耳鼻舌身意”的时候，两个沙弥因为对这个法义太过恐怖，就赶紧请求阿底峡赶紧地停下来不要讲了。

因此就是说，要对大乘的佛法，不要有任何一点的恐怖、不要有任何一点的怀疑、不要有任何一点的批驳，应当远离这一切戏论地认真修行。

**正文：烦恼障和所知障黑暗，能对治者就是此空性，  
要想迅捷证得一切智，为何不能如此而实修？  
实法令人会生起痛苦，因此而会产生出恐惧，  
空性本身可以除痛苦，为何会对空性生恐惧？**

讲解：在前面我们已经讲述过，凡是和六度针锋相对的，比如说吝啬、嗔恨等，就是属于烦恼障；凡是在六度中，产生了执著的，比如说执著布施的自己、要布施的财物，以及接受布施的受者，就是所知障。

对于烦恼障和所知障的黑暗，其真正地对治方法，就只有空性了。

所以，如果想尽快地真正地证得脱离了一切痛苦、远离了一切罪障、圆满了一切功德的一切智佛果的话，怎么可能不修行空性的道理呢？

对于一切法产生实执的这种无明烦恼，会给人带来今生和来生的种种痛苦，因此可以对实法、对实执产生恐惧的心理；但是作为空性，完全是可以打破一切的执著，完全是可以消除一切痛苦的对治法门，怎么可能会对这种痛苦的对治产生恐惧心理呢？

**正文：如果自己真正地存在，产生恐惧还可以理解，  
如果自己根本不存在，哪里还能产生恐惧呢？  
牙齿头发指甲不是我，全身骨头血液不是我，  
鼻涕非我培根也非我，黄水和脓自然不是我，  
我不是油也不是汗水，肝脏肺脏也都不是我，  
种种内腑当然不是我，大便小便肯定不是我，**

**肌肉皮肤也都不是我，暖热风息仍然不是我，  
种种孔隙也还不是我，六种意识还算不得我。**

讲解：如果有一个执著成为自己的存在，如果有我执，那么因为担心自己死亡、担心自己被杀、担心自己被打、担心自己被偷抢，等等，心中因此而产生恐惧和害怕，是可以理解的。

但是，如果没有一个可以被执著成为自己的我，没有了我执的时候，又怎么会产生类似的恐惧和害怕呢？

在已经完全地说明了空性就是真正的佛法真理之后，接下来将要讲述的就是无我的道理了。

首先讲述的就是身体的无我。

牙齿、头发、指甲等不是我，如果牙齿是我的话，到底是三十二颗牙齿中的哪一个是我呢？难道有三十二个我吗？牙齿是无意识的，难道我也没有意识吗？牙齿脱落的时候，难道我也因此而掉落了吗？

而且，当一个人牙齿痛的时候，他也许会说：“我的牙齿痛死了！”这说明在他的心目中，自己并不是牙齿，只是牙齿属于自己而已。

因此说，牙齿和自己是不同的两个。

但是，另外的一个人或许会说：“我疼死了！”这句话的意思，其实也就是牙齿和自己是一个了。

因此，众生在牙齿是不是自己的这个问题上，其实是混乱的。

但是如果认为牙齿就是自己的话，对一个个牙齿不断地进行分析：我是不是这个牙齿？是不是那个牙齿？是不是两个牙齿中间是我？最终就会发现，根本就没有一个和牙齿不一样的自己，也同样不存在一个和牙齿一样的自己。

同样的道理，两万一千根头发，也不是自己。指甲也肯定不是自己。

全身的骨头也不是自己，血液也不是自己。

鼻子耳朵等都不是自己，鼻涕耳屎也不是自己。藏医眼中胃中的涎，所谓的培根，也不是自己。

关节水，藏医中的黄水，也不是自己；自然脓也不是自己了。

我自己肯定不是身上的油分和汗水；也不是肺脏、肝脏、心脏等五脏。

我自己也不会是胃肠等六腑；大小二便更加不可能是我自己了。

全身的肌肉和皮肤，还不是我自己；身体的暖热和呼吸，也不会是我自己。

全身的嘴巴、鼻孔等孔隙，也都不是我自己。

就连眼、耳、鼻、舌、身、意等六种意识，经过仔细的分析，也都不是我自己。

通过这样的思维，即使不经过什么论辩，也都能够很好地明白身体无我的道理。

当一个人刚刚学佛的时候，就可以先好好地思维和学习皈依和发心，然后就可以学习一部分禅定章的内容，接下来就可以学习这一部分身体无我的内容了。

汉地的很多学佛人，尤其是净土宗的非常虔诚的学人，如果能够好好地学习这一部分身体无我的内容的话，对他们的帮助将会是非常大的。

**正文：如果执声之识为恒常，自当何时都执著声音，  
如无声音又该当如何？此时应称什么为声识？  
如果没有声音有声识，犹如树木怎能成为识？  
那么因此一定就会说：“没有声音就没有声识”。**

讲解：外道之中的数论派，他们认为有两个恒常存在的，一个就是胜性（冥谛、主），作为一切色声香味触法的创造者；一个就是神我，作为色声香味触法的享用者。



对于神我来说，因为自己被胜性所创造出来的色声香味触法等所诱惑，从而就丧失了自己纯洁的神我之性，因而就在轮回中不断地飘转。

一旦这个神我，能够明白原来自己一直在贪恋着的所有这些色声香味触法、五大种，其实并不是真正的存在，而仅仅是胜性的游戏变化，那么所有的这些色声香味触法以及五大种，就会全部回归胜性，不再对这个神我产生影响，这个时候的神我，全然没有被色声香味触法等所迷惑，恢复了自己恒常的纯洁的自性，这就是他们的解脱，这就是他们的成就。

所以他们就认为，一切法，作为胜性的幻变，有二十三种（智大谛，即觉；我心谛；五唯谛，即色声香味触；五大谛，即地水火风空；五知根谛，即眼耳鼻舌身；五作业根谛，即口手足大便小便；心平等根谛）；加上胜性自己，再加上神我，总共就有二十五种，凡是承认这二十五种法的，就是他们这一派；正是因为它们主要在数量上面比较关注，因此就称他们为数论派。

按照他们的说法，对于外界的声音，能够进行关注和享用的，就是这个恒常的神我。

中观对于这种观点，提出反问：假如说你的这个神我是恒常的话，当你了知自己正在对外界的声音产生执著的时候，这个声识也就是恒常的了。这个恒常的声识，自然应当无时无刻不在执著着外界的声音。

可是，一旦外界的声音没有的时候，你这个声识会怎么样呢？如果没有声音的时候，声识仍然存在的话，那岂不是说声识不是声识了，因为它没有声音的时候还存在的缘故？

如果说声识在没有声音的时候，就没有了，那岂不是说声识并不是恒常的，这个时候的声识又是什么呢？那这个时候的神我也不是恒常的了？

如果说当外界的声音没有了的时候，还恒常地存在着声识的话，那么这个根本就没有对境声音的声识，岂不就和根本就没有意识的树木成了一样的了吗？

如果说没有声音的时候，也就没有了声识的话，那岂不是说声识成了无常变化的了？

**正文：如说“同时还能辨外色”，此时还能听闻声音否？**

**如说声音暂时不在旁，此时声识也就不存在。**

**所谓声识究竟是什么？声识如何能执著外色？**

讲解：如果说，声识肯定是恒常的，在有声音存在的时候，就去执著声音；当没有声音存在的时候，就去执著外色了。

如果这样的话，本来应该是一直都在执著声音的恒常存在的声识，在没有声音存在的情况下，反而去执著了外色，那岂不是声识不存在，而出现了一个色识了吗？还是声识变成无常了！

如果说，在声识转而去执著外色的时候，并没有声音在旁边去执著，所以就不用执著声音了。

这种说法还是不正确，当没有声音在旁边的时候，声识还是不应当存在的，因为声识是在有声音存在的情况下才能够被称作是声识的缘故。

所谓的声识，它的意思就是能够执著声音，并且能够明了声音含义的意识；那么，这种声识，又是怎么样去识别或者说执著外色的呢？

因为你所认为的神我只有一个，并不能具有去分辨声音的声识，同时还有去分辨外色的色识啊！否则神我不就出现多个了吗？

**正文：如说“关系类似于父子”，貌似可以还是不正确。**

**因为宁刀、杜、以及蒙巴，既非是儿也不是父亲。**

**所以执色同时还执声，自然就是不成立的了。**

讲解：如果说，神我根本就只有一个，只是在他面对声音的时候，就称作是声识；当

他面对外色的时候，又可以称作色识了。

就好像一个父亲生了一个儿子，这个儿子又再生了自己的儿子，其实也就是第一个父亲的孙子了。

当这个儿子面对自己的父亲的时候，他就是儿子；而当他面对自己的儿子的时候，他又是父亲了。

中观的回答是：你的这种说法，听起来是可以的；如果从世俗谛上面来说，也说得过去。

但是，因为你认定神我就是唯一和恒常的，所以就要从根本上进行分析，最后发现，你的这种说法其实根本就是不成立的。为什么呢？

所谓的父亲，一定是要在他生了儿子之后，才算得上是父亲；而所谓的儿子，也必须是在生下来之后，才能算得上是儿子。

但是，当一个人根本就没有生孩子之前，所谓的父亲，就是根本不存在的；而当一个孩子在没有出生之前，儿子也根本就是不存在。

也就是说，根本就不存在一个单独恒常存在的父亲的概念；同时也根本就不存在一个单独恒常存在的儿子的概念。一切都是相对而出现，观待而成立的。

那么，你所坚持认为的可以单独恒常存在的神我，又怎么会成立呢？

所以说，你的父子概念的比方，看起来可以，但事实上还是不正确的。

数论派的观点是：我们所说的一切，更关键就是胜性，并不是神我，因此我们所说的父与子的比喻，是用在胜性上面的。

因为胜性是最高的主宰，是一切的创造者，是胜义谛的，所以一切的一切，全部都从最初的一开始，就被胜性创造出来了，包括父与子在內。

中观的回答是：如果你们认为父与子，在一开始就被胜性所创造出来了，是已经存在的了。那么请问：胜性是什么？

按照数论派的观点，所谓的胜性，就是宁多、杜、蒙巴三者。

这三者，如果在受的角度上面来看，宁多就是乐受、杜就是苦受、蒙巴就是无记无明。

而且这三者，还可以对应最细微的身口意；还可以对应最细微的脉、风、明点；还可以对应贪嗔痴三种烦恼。

这三者的总集，就是所谓的胜性。这就是那个最高的恒常存在。

但是，不管是从这三者的任何一个去分析，都不会发现父或者子的存在。

因此说，就算是将刚才的比喻，用到了胜性上面，同样都是不成立的。

因此说，刚才所说的在能够分辨和执著声音的同时，还能够分辨和执著外色，是自然不可能的事情了。

**正文：如说“好像舞蹈者一样”，舞蹈之人同样是无常，**

**如说“舞蹈之人总唯一”，此一之前并没有存在，**

讲解：数论派又提出一个比喻说，就好像舞蹈者一样，早上可以扮演天神，晚上可以扮演鬼怪，但是舞蹈者却始终都只有一个。同样的道理，神我只有一个，但是却可以分辨声音，还可以分辨外色。

中观的回答是：舞蹈者虽然一会儿可以扮演天神，一会儿可以扮演鬼怪，但是却不可能一直是天神或者是鬼怪。因此，神我对于声音的分辨和执著，以及对于外色的分辨和执著，都不会是每时每刻的，因此还是属于无常变化性质，并不是你们所坚持认可的恒常性。

如果你们坚持认为在种种的天神也好、鬼神也好的变化之背后，这个舞蹈者永远还是同一个人，以此来说明神我可以分辨声音，同时也能够分辨外色的话，那么，不管这个人在扮演什么，其实都是之前在世界上并不真实存在的東西。

那也就是说，你们数论派等外道，所明白的道理，其实全部都是除了你们自己能够懂得之外，任何人都不懂的东西，那我们也就没有什么可说的了。

**正文：如说“声识色识并不真”，那就请你自己继续说，  
仅仅只有分辨之作用，那么众生全部都合一，  
有心无心一切之种种，也当全部都和合为一。  
所谓个别也都不正确，所谓类似找不出参照。**

讲解：数论派提出自己新的观点说：我们的神我，是唯一的、恒常的、真实的，但是当我们面对声音产生的声识，以及面对外色产生的色识，并不是真实的。

中观的回答是：那你就继续说吧，就好像自言自语一样地。

数论派接着说：那些声识、色识等种种对于外界的分辨作用，也就仅仅是分辨作用而已，并不是真实的存在。

中观的回答是：如果你们是这么认为的话，那么，所有的众生，他们也都只是具有了同样的分辨作用而已，既然分辨作用都是同样的，那么岂不是所有的众生，都要和合成为一个了吗？

而且，既然分辨作用是存在的，那么也就是你们认可不管是有心识的众生，还是没有心识的土木，全部都应当有分辨作用了，而这肯定是不正确的了。

数论派认为，虽然每个众生都会有分辨的作用，这些分辨作用也都非常类似，但是他们的分辨作用，却都是一个个地单独存在着的，说他们会和合为一，我们并不承认。

中观的回答是：你们这样的分别一个个的说法，其实是错误的。因为你们并不能找出“非常类似”的参照物，到底是类似哪一个？到底是类似于什么？你们根本就找不出任何的参照物，那么自然这个非常类似的说法，也就根本不成立了。

直到这里，和外道数论派之间的辩论，就结束了。

**正文：“没有自心也没有自我”，无心犹如外物瓶子等，  
因为还是具有心意识，却又无心犹如昏晕人。**

讲解：接下来，将要进行和外道吠陀派进行辩论了。

吠陀派认为：自己没有心，也没有自我。

中观回答说：如果你这么认为的话，就好像瓶子，就好像天空，也根本就没有能够造做各种业者，自然也就没有能够承受各种善恶业的异熟果报者了。

吠陀派说：虽然我自己没有心，没有自我，但是当遇到了外缘的时候，我自然就会做各种业了。

中观回答说：既然能够随缘反应，也说明其实你们是有心的；但是你们现在的状态就好像一个昏晕了的人一样，虽然有心，却变成了好像没心的土木砖石一样了。

这就说明，你们所认为的自己没有心的观点，根本就是错误的。

**正文：如果自己根本就不动，无心又如何能够反应？  
如此无心无任何动作，岂非如执虚空为自我？**

讲解：吠陀派说：我自己的本性，就是没有心的，就是不动的，就是恒常的；只有当我遇到心和心所的时候，就会产生种种作为；并不是完全的犹如土木砖石。

中观的回答说：既然你自己一直都是不动的，就算是外缘出现，又怎么能够对这些外缘进行反应呢？

而且，既然你坚持认为自己根本就没有心，也根本就不会有什么动作，是恒常的；那么，就完全相当于你将虚空当成了自己一样，其实是非常错误的。

**正文：“如果自我真的不存在，业之因果将难以存在，  
业业做过就会不存在，谁还能够享受业果报？”  
所做业及果报相分离，虽然并不存在一个我，  
我们双方都可以成立，于此争辩岂非无意义？**

讲解：外道坚持认为真正恒常自我的存在，尽管在前面中观已经否认了这样一个我的存在，但是外道还是不肯罢休，还是提出了这样的问题：

如果根本就没有一个我的话，那么从前生转生到今世，前生的业，已经做过了，已经没有了，但是其善恶的作用还在，今生谁又在承受这些果报呢？

今生还是会作种种的业，今生的业将来所成熟的果报，在来生还有谁来承受呢？

就是在佛教的经典中，也是反复的强调：所有的已经做过的种种善恶之业，并不会犹如风吹落叶，也不会犹如大水冲过，根本就不会有丝毫的浪费和没有意义；而到了来生之后，自己所做的善恶业的果报，也都是自己来承受，根本就不会出现自己所做的业，最后却没有得到果报；而没有做过的业所成熟的果报，却会落在自己的身上这种情况。

总之一句话，因果报应丝毫不爽。

如果真的没有了我的存在的话，岂不是根本就没有做业者和受报者了吗？

中观对此的回答说：一个人所做的业，和他所要承受的果报，根本就不是一回事情，而是相互分开的事情。比如说，现在做了一个业，然后这个业就过去了，不可能这个业一直存在；而因为这个业所会引发的未来的果报，却是会丝毫不爽地出现的，所以说，业和果报，根本就是分离的。

在这种情况下，因为你们有一个恒常的我，这个恒常的我是根本就不可能造做各种业的，自然也就不可能享受各种果报了。

而我们中观的胜义谛看法中，因为没有我，也是没有做者，没有受者，今生做者是虚幻的，来生受者也是虚幻的。

我们双方攻击对方的理由，都是可以成立的。

在这种情况下，我们在这里进行争辩，其实也就没有什么意义了。

**正文：所谓“造因时就有结果”，这种事情根本不曾见，  
根本凭借一个之相续，才有造因者和受报者。**

讲解：外道说：你们坚持认为根本就不存在一个我，而我们认为存在着一个造业的自己和受报的自己，这应当是没有什么问题的。

中观对此的回答是：你们所谓的可以造业的自己，在造完业后，是会消失呢？还是不会消失？

如果你们所说的造业者，在造业之后就消失了，那就是说你们认为的恒常存在的我，已经变成无常的了。

如果你们所说的造业者，在造业后并不会消失，那么，因为你的这个恒常存在的我，根本就不会超过一个刹那，这个恒常的我，只存在一个个的刹那之中，也就是说，你们在一个刹那的时间里面，既造作了业，也享受了果报。刚刚播了种子，就立刻收获了庄稼。

这种事情是根本就见不到的。

而按照世俗谛的说法，建立在一个个相续的刹那之上的众生的相续，才可以存在所谓的造业者和未来的受报者。这是佛在经典当中说的。

**正文：过去以及未来时之心，都不是我自然就无我，  
如说当下生心就是我，此心过后还是没有我。**

讲解：对于这个色身的无我，还是比较容易进行分析和理解的。可是人们很容易将自己所谓的心，当成是真正的自己。这里就会对“心并不是我”进行分析。

过去的心，因为已经过去了，所以不可能是我；未来的心，因为还没有出现，因此也就不可能是我。

那是不是现在刚刚生起的心，还没有灭去的心就是我呢？这个还不是我，因为如果这个是我的话，在这个刹那过去之后，下一个刹那的时候，这个心又灭去了，这个时候还不是没有了我吗？

按照这个偈句的思维方式，其实也可以将所有的色受想行识都进行一下分析，最后的结论都会是色受想行识等全部都不是我。

**正文：举例犹如芭蕉之茎秆，一一细分什么都没有，  
如此类似进行详分析，如何寻找都不会有我。**

讲解：就好像是芭蕉的茎秆一样，不论你怎么去一层一层地切开，一直到最后，你只能发现中间是空空的，什么都没有，根本就不存在一个坚固的、硬实的中心。

同样的道理，不论对于自己的身体和内心，如何细致地进行仔细的分析和思维，也都根本发现不了一个真实存在的自我，根本就是无我的。

**正文：“如果没有一切之众生，又对谁人能够生大悲？”  
为求证果因此才承许，愚昧迷惑而称为众生。**

讲解：如果说，假如根本就没有真正的我，那岂不是连任何的众生都不会存在了？如果连众生都不存在了，你又能够对着什么对境来修行大悲之心呢？

对于这个问题，中观的回答是：从胜义谛上面，我们根本就没有承认过众生的存在，也根本就没有承认过大悲心的修行必要性。

只是在世俗谛的意义上，我们为了证得最圆满无上的佛果，因而发心：“要将一切处于轮回痛苦之中的众生，都解脱出来”，在这种情况下，我们才认为有众生的存在。

而我们也仅仅是为了那些因为并不懂得一切法都是幻化空性、因此而认为有一个自我、因此而不断地在轮回中飘转的所谓的众生，我们才发出了要解救他们的大悲心、菩提心。

并不是在胜义谛上存在着真正地众生，也并不存在着真正的我，并没有真正的我对这真正的众生发起大悲心。

比如说，一个人眼睛并不是很好，在天色并不十分亮堂的情况之下，将地上的一段绳子，当成了一条蛇，因此而非常的害怕和恐惧；如果有另外一个人，眼睛非常好，还带着火把等提供光明的东西，他能够看清楚那所谓的蛇，仅仅只是一段绳子而已。因此他就会对那个将绳子误以为是蛇的那个人，产生慈悲心，就回去告诉他，这仅仅只是绳子，并不是蛇，希望他能够不再害怕和恐惧。

同样的道理，众生在烦恼无明的作用下，将根本就无我的真理，当成了有我的存在，因此而在轮回中产生了种种痛苦和恐惧。菩萨则因为明白了一切都无我的空性真理，因此就对这些众生产生了要让他们明白空性真理的慈悲心，希望他们能够明白无我的道理，最终能够脱离一切的轮回痛苦。

仅仅是在这种层面上，才有了针对众生的慈悲心的存在，并不是胜义谛上真实的存在。

**正文：“如果无心果报为谁的？”胜义非此昏昧而承许。  
为能熄灭种种痛苦故，果报虽假也不去否定。**

讲解：如果按照你们的说法，众生根本没有一个自我，没有一个自心，那么，每一个众生都在刹那间地灭去，此生的生命也会最终完结，来生就会领受另外一具身体，在这种情

况之下，就算是众生在修行菩萨行，就算是他将来能够成就佛果，这个佛果又算是谁的呢？

从胜义谛上面来说，我们的确不认可自己以及众生的存在。

但是在世俗谛上面，我们因为众生的烦恼和无明，而说一切因果报应不爽，一切都是做者自做，受者自受。而说有众生的存在和我的存在。这样也就有了造业者和受报者了。这都是世俗谛上面的说法。

而且，为了能够清除一切众生的种种痛苦，我们要让他们全部都明白一切法都是空性的真理，要让他们全部都得到出离了一切痛苦的佛果，尽管众生不是真实的存在，我自己也是无我的虚幻，但是我们还是在世俗谛上需要的，需要消除痛苦、需要证得佛果，我们根本就不去否定这两者。

当然，在胜义谛上来说，一切都是无我的，一切都是虚幻的，众生不是真实的存在，连对佛果的追求，也都是属于一种烦恼执著了。

**正文：对于一切苦因之我执，误认为我就会增痛苦，**

**难道没有解脱方法吗？修行无我就是上妙法。**

讲解：众生所遭受的苦苦、行苦、变异苦等种种的痛苦，其最根本的原因，就是众生将根本无我的真理，执著成为有真实我的存在，一直在执著着“这就是我！”、“这就是我的！”。

只要这种我执存在，上述的这些痛苦都会不断地增长。

有人会说，这种痛苦是根本就清除不了的。但是在佛教的观点看来，所有的痛苦都是可以完全得到清除的。为什么呢？因为这种种痛苦并不是真实的；痛苦的根源我执，也不是真实的；正因为这一切并不是真实的，那么就一定可以完全得到清除。

那么什么才是真正能够让一切众生摆脱这些痛苦的方法呢？

只有去真正地修行无我的智慧，才能算得上是最好的修行方法。

**正文：身体不是足部和小腿，大腿和腰也不是身体，**

**腹部背部仍不是身体，胸膛肩部还不是身体，**

**两肋两手更不是身体，腋窝上下也不是身体，**

**内脏种种还不是身体，头部颈部仍不是身体，**

**身体到底是哪一部分？如果身体就是这整体，**

**不管存在任何之部位，到底身体存在何地方？**

**如说真正自我乃整体，如果存在手部等地方，**

**手等肢节如有多少个，自己身体也就有多少，**

**里里外外都没有身体，身体如何存在手等处？**

**如果不在手部等地方，身体到底如何能存在？**

**所以对于身体本没有，愚昧之心而生起我身。**

**如同做成人体形状之，雕塑而被当成是真人。**

讲解：之前我们已经针对自己的身体，进行了是不是我的种种分析，最后的结论是身体的各个部分全部都不是我，从而得出了无我的结论。

但是在这段的偈句中，主要是针对：“我的身体肢节完满，这就是我”的这种观念，也就是针对身体就是这个整体的这种观念，而进行的身體无我的分析和思维。

所谓的身体，并不是足部、小腿部，也不是大腿部和腰部，腹部、背部、胸膛、肩部、两肋、两手等部位。

身体也不是腋窝上下的部位，也不是各种内脏的部位，也不是头部和颈部。

那么，身体到底是这么多的部位当中的哪一部分呢？哪一部分都不是。

如果说，身体是这么多部位的总集体。那么，按照之前我们曾经进行过的分析，那么

多不是身体的部分，合并到一起，当然也就不可能是身体了，仅仅是人们对这种聚合的整体起了一个身体的名字而已，根本就不存在一个实际存在着的所谓的身體。所以这种说法也是不对。

如果说身体就是这个完整的整体。

如果这么认为的话，到底这个整体的身体，是因为身体的那一部分才出现的呢？是因为手足而出现的吗？假如是整个的身体，分成了每一个部分，分别存在在每一个身体的部位上的话，在这种情况下，分布在每一个身体部位的全部都仅仅是身体的部分而已，又怎么可能是一个完整的身体呢？

如果说在身体的每一个部分，并不是存在着身体的部分，而是存在着身体的全部的话，那岂不是说：身体能够被分成多少个部位，也会出现那么多个的身体了吗？

经过我们的分析发现，不论是在身体的里里外外的任何地方，都根本就没有一个可以被称作是身体的存在，因此身体并不是真正的存在，而仅仅只是个假名而已。

是在根本就没有真正身体存在的基础上，因为并不明白一切法都是幻化的空性真理，因此对这个暂时因缘汇聚的色身，产生了“这就是我”、“这就是我的身体”的愚痴妄念执著。

就好像有一个被雕刻成了人体样子的雕塑，当远远望去的时候，可能就会对这个人的雕塑，产生出来：那里有一个人，这样的错觉。其实根本就没有真正的人的存在，而仅仅是很像人的形象的雕塑而已。是自己搞错了。

正文：种种因缘条件汇聚时，则会显现成为人体相，  
同样手脚条件汇聚时，则会显现整个之身体。  
同样手指条件汇聚时，则会显现手部之形象；  
手指也是指节所汇聚，关节还可继续做细分，  
最后一直分到邻虚尘，邻虚尘也分析方和所，  
因为远离方所之缘故，犹如虚空邻虚尘也无。  
对于如此幻化之身体，有智慧者谁会生贪欲？

讲解：所以说，经过上述的分析就可以知道，虽然在胜义谛上面来说，我们的身体完全就是空的，根本就不是真实的存在着；但是因为众生的遍计执的缘故，当地风水火空等大种，以及其他各种必要的条件汇聚在一起的时候，就会出现众生所认为的人体的形象了。

或者说，在手脚等种种的条件因缘都具足的情况下，就会出现大家认为的人体的形象，但是从根本上说，这个人体还是虚幻的，是空的。

同样的道理，身体的各个部位，比如说手部，也同样不是真实的存在，因为它也是由各个手指头因缘汇聚而存在的。

如果说手部是真实的存在，那么这个手部到底和各个手指头的关系是一还是异？如果手部和手指头是一，那就意味着有多少根手指头，就应当有多少只手；如果手部和手指头是异，那再怎么多的手指头在一起，也都不应当称作是手部了。因此，手部也同样不是真实的存在。

通过同样的分析，就可以知道，手指头也不是真实的存在，因为每一个手指头都是有三节指节因缘汇聚而成的。

同样，手指的指节，也不是真实的存在，因为它是由皮肤、肌肉、筋脉、骨头等因缘汇聚而构成的；而所有的那些构成部分，最后都可以细分到最小的微尘，他们全部都是由这些最小的微尘因缘汇聚而构成的，都不是真实的存在。

如果说，邻虚尘是最细微的微尘了，应当就是真实存在的了吧？貌似邻虚尘真的就不可再细分，好像应当是真实存在的了；但是如果认真地动一下脑筋的话，其实邻虚尘还是不真实的存在。

比如说，作为最细微的邻虚尘，它到底具不具有四方上下？如果说有四方上下的话，那就意味着这个邻虚尘还是有可能被细分成六部分的，这就违背了它已经是最细微的微尘的这个定义；如果说这个邻虚尘根本就没有上下四方的话，就意味着它的东方和西方根本就是一方，也就是说当两个邻虚尘放到一起的时候，它们完全就成为了一个，根本就不可能分开，那岂不是说哪怕就是构成须弥山的那么多的邻虚尘，其实也都不可能构成须弥山，而只能是一个邻虚尘那么大小了吗？

因此说，就连邻虚尘这种概念，其实也都是不真实的，都是虚幻的，就好像虚空一样。

总之，对于这样的本质上都是属于幻化不真的身体，只要是真正具有智慧的人，都不会对这个身体产生“这是我的身体啊！”贪欲，也不会产生“你怎么对我不好！”嗔恨，也不会产生愚痴等种种烦恼的反应了。

**正文：只要明白身体并不真，自然也无男身和女身，  
此时如果认为有痛苦，为何不让快乐不生起？  
如果认为快乐是真实，为何不能消除诸痛苦？  
如说“快乐力量压痛苦，此时痛苦不会被感受”，  
岂非不符痛苦之定义？体验感受就是诸受义。**

讲解：只要是通过上述的分析，已经完全明白了身体并不是真实存在的这个道理的话，自然也就不会认为所谓的男身和女身是真实存在的了。

既然连身体都不存在了，那么痛苦和快乐等种种的感受还会存在吗？

如果坚持认为痛苦是真实存在的话，就比如说是胜性所创造出来的。那么，这个痛苦，就应当是一种恒常存在的感受或者性质，应当众生随时随地都在痛苦之中，根本就不应当有任何快乐的感受出现。可是事实上，痛苦并不能否定快乐的出现，所以说，痛苦并不是真实的存在。

同样的道理，如果认为快乐是真实的存在的话，为什么不能将痛苦完全清除，让一切众生永远都在快乐感受当中呢？为什么还是会有种种痛苦的时候呢？

因此说，快乐和痛苦一样，其实都不是真实的存在，都只是因为执著了身体的真实而产生的幻相而已。

如果说，当众生感受到快乐的时候，因为快乐的力量大，所以就暂时的压制住了痛苦的感受，并不是痛苦不存在，就好像白天其实星星也存在的，只不过是被日光压制住了暂时看不见而已，所以说快乐和痛苦其实都是存在的，只是按照力量大小的不同，众生才能有快乐或者痛苦的差别感受。

按照这样的说法，当众生感受到快乐的时候，将痛苦压制住了，不能被感受得到；但是按照痛苦本身的根本定义，痛苦作为一种受，其根本的性质，就是要被感受到、要被体验到，如果痛苦还有不能被众生感受到，或者体验到的时候，那就不符合痛苦本身的定义了。

所以暂时压制的这种说法，不是正确的。

**正文：如说“存在细微之痛苦”，此时是否会清除粗大？  
如说“此时感受似快乐”，那非痛苦而成了快乐。  
如果违缘存在条件下，并不产生痛苦的时候，  
所谓“现前感受诸种种”，岂非根本就不能成立？**

讲解：如果说，在众生感受到快乐的时候，并不是完全没有痛苦，而是因为痛苦非常的细微。

那么，在这种情况下，到底这个细微痛苦的存在，会不会将粗大的痛苦给清除或者否定呢？或者说，这个粗大的痛苦和细微的痛苦，到底是一个呢？还是不一样的？



如果说细微的痛苦和粗大的痛苦根本就不是一样的，那么粗大的痛苦众生可以感受得到，细微的痛苦，如何让众生感受到呢？如何才能够说明它的存在呢？

如果两者是一样的，那直接就说明细微的痛苦其实并不存在了。

如果说，这个时候的细微痛苦，并不是不能被众生感受得到，而是不能被众生当成痛苦而感受到，众生此时感受到的，其实是好像一丝丝快乐一样的感受。

可是如果按照这种说法，这种细微的痛苦，其实根本就是不存在了的，因为它完全就是快乐了嘛！

如果是在违缘存在的条件下，所产生的不是痛苦，而成了快乐的话，那么所谓的感受，针对种种顺缘产生快乐，逆缘产生痛苦的基本规律，不就不成立了吗？

**正文：所以明白这个道理后，就当观修思维其对治，  
如此仔细思维之沃土，可生瑜伽修士禅定食。**

讲解：所以经过上述的种种分析，就应当为了对治对于种种快乐的贪恋，和对于种种痛苦的恐惧，而好好地观修思维以上的这种辨别方式。

并且，在这种仔细深入的思维之后，就好像对于肥沃的土地进行了良好的耕耘和播种一样，会产生自然而然地禅定，就好像瑜伽修士的功德之身可以不断成长的食物一样。

**正文：如说“诸受在于根境间”，根境二者何处可接触？**

如果没有中间则成一，合一后又如何能接触？

微尘不能进入微尘中，因为二者根本一样大，

不能进入就是相分隔，相互分隔自然不接触。

如说邻虚尘也能接触，到底如何证明此说真？

相互能够接触而无间，到底如何实现请证明。

诸识因为并没有实体，因此诸识接触也不真。

因为诸聚同样无实法，否定方法完全如前说。

因此根本不能有诸触，自然诸受没有出生处。

为受辛劳究竟有何益？痛苦快乐到底谁胜谁？

既然根本都没有受者，自然根本也没有诸受。

如果明白这样的道理，为何还不能否定诸受？

讲解：在前面的内容中，主要是针对受的本质并不真实，而进行的思维和分析，接下来，将主要针对受所能够出现的因，也就是触，来进行分析。

因触生受，因受生爱，这就是十二缘起当中的三个环节。

假如说诸受产生于我们的眼根、耳根等诸根，以及相对的色、声等对境之间的话，那么，根和境到底是如何进行接触的？因为如果这二者根本就没有接触的话，又怎么能够产生触呢？没有了触，又怎么会有受呢？

如果说这二者根本没有分开的话，那岂不是根和境成为了一个，一个又怎么可以自己接触自己呢？

如果说，对于粗大的诸根和对境，他们并不能互相接触，但是在细微的微尘层面来说，他们有接触，因此就能产生受。

这种说法其实不正确，为什么？因为既然是最细微的不可分割的微尘，也就是邻虚尘，两个邻虚尘之间如果要接触的话，到底是在一个方向接触呢？还是在所有方面接触呢？

如果是一个方向接触的话，那岂不是说这个最小的微尘还可以被分割成接触的部分和不接触的部分了吗？那又怎么是最小的微尘呢？

如果说是所有方面都接触的话，那岂不是一个将另外一个吞没掉了吗？这对于同样是

最小的微尘的两个来说，根本就是不可能的事情！

如果真的一个将另外一个吞没掉了的话，那肯定是不一样大的两个微尘了。

所以说，就连最细小的微尘，也都不可能产生接触的，既然连相互之间的接触都产生不了，受也就产生不了了。

而且，你又如何能够证明两个微尘之间可以非常清晰地进行接触而导致受的产生呢？

如果说，既然微尘接触不了，那就是识在接触吧。

可是，因为识根本就没有实体，没有实体，又怎么可以进行接触呢？比如说，虚空和虚空之间又怎么能够相互接触呢？

那如果是许多微尘聚集起来进行接触呢？

这种说法还是不正确，因为我们之前就已经对种种细分汇聚的情况进行了详细地分析，通过同样的分析方法，完全可以说明微尘汇聚，也同样是存在真正的实物的，因此也根本就不可能产生真正的接触了。

既然连诸受产生的基础——触都不可能成立，那哪里还会产生痛苦或者快乐的种种受呢？

既然如此，不断地追求快乐的感受，不断地逃避害怕痛苦的感受，如此的辛苦又是为了什么呢？

而且，既然连真正的我都没有，又哪里来的痛苦能够伤害到自己呢？又哪里来的快乐来诱惑自己呢？又哪里来的快乐的力量大，快乐能够压制痛苦的感受呢？

既然连真正的感受受的我都没有，连真正的受都没有，又怎么会产生受的结果——种种的爱呢？所谓对快乐追求之爱，以及对痛苦逃避害怕之爱。

**正文：或者见到或者是接触，在如梦幻般我作用下，**

**因为与心同时出现故，自然不会出现所谓受。**

讲解：对于自己的眼睛看到诸色的作用，或者是身体产生诸触的作用，虽然在名词上面是存在的，但是在已经完全明白了一切法如梦如幻、根本就没有一个真正的我存在的这种情况下，也就是在胜义谛上面看来，都是不成立的。

如果还坚持认为自心有所谓见到等诸种感受的话，因为所谓的受，根本就是和心同时出现的缘故，所以两者之间是根本就没有任何关系的，也就是说，心根本就不会产生受。

就好像一只羊的两只犄角一样，它们两个犄角虽然可以用左右来进行关联，但是因为他们同时生长出来的，根本就没有办法说出一个先后，所以说它们之间也就根本没有任何关联。

也就是说，因为所谓的自心本身就是虚幻的存在，并不是真实的存在，所以，和心同时存在的种种的见、触、受、想等种种，也就全部都不是真实的存在了，全部都是虚假的了。

**正文：就算先前或者后来之，所谓念想根本也不存，**

**自己不能感受自存在，别人自然也不能感受。**

**感受之主也根本没有，所以诸受根本不真实。**

**所以对于无我之蕴聚，诸受如何能够伤害呢？**

讲解：不管是认为诸受可以出现在心念感知之前，还是在心念感知之后，其实所谓的出现了受的这种念头都是不存在的。

如果诸受出现在心念感知之前，因为它已经过去了，或者说已经灭了，因此心念也就根本感受不到这个受的存在；如果说这个受出现在心念感知之后，因为心念不会一直安住，它会随时随地的生住灭去，因此还是感知不到这个受。

总之，不论是受和心的关系是哪个在前哪个在后，或者说是同时出现，其实都是不可

能真实存在的，更何况连心本身，都是虚妄不实的呢。

自己不能感知自己的存在，受本身也不能去感知受的存在，这种理由，在前面自己不能觉知自己的时候已经讲述得很清楚了；连自己都不能感知自己的存在，别的人又怎么可以感知自己有什么受呢？别人又怎么能知道自己的存在呢？

而且，从根本上面来说，就连能够感知诸受的我都不存在，因此根本就不存在什么真实的受。

有关无我的分析，在前面已经反复讨论过了。

因此说，对于根本就没有一个真实的我存在的这个因缘所汇聚而显现的这个假身，那些所谓的痛苦，怎么能够伤害得到呢？那些所谓的快乐，又怎么可以诱惑或者利益得到呢？

**正文：自心不存在于诸根中，也不在色也不在中间，  
身体内外也非自心所，其他各处自然难觅心，  
身体非心身外更非心，身心合一、分离都不是，  
因此根本没有真正心，众生自性自然是佛陀。**

讲解：自心，根本就不存在于眼耳鼻舌等诸根当中，如果存在于这里的话，当人死去的时候，因为诸根还存在，自心也就应当存在才对。

自心，自然也不存在于诸根的对境，所谓的色声香味触法等之中；更不会存在于诸根和对境的中间。

身体内的五脏六腑，以及身体的手脚头颅等处，也都不是自心存在的地方。

其他的地方更加不可能找到自心的存在了。

自己的身体并不是自心，自己的身体之外当然也不是自心；自心并不能和身体和合为一，自心也不能离开身体而单独存在。

经过如此种种的分析，最后发现，根本就不存在所谓的自心，所谓的自心，其实仅仅只是个虚幻的不真实的存在。

所以说，一切的众生，其自性本来就是佛陀。

从世俗的意义上来说，所谓的心，就是能明能了的功能；但是从究竟的意义上说，身体内、外、中间，根本都不存在所谓的这种心，这个心也从来就没有生、住、灭过，这个心本来就是虚幻不实的，对于这种证悟，却又可以用明、空来予以表示，这就是明空双运的意思了。

而在佛的经典当中，则将这种明空双运，称作是如来藏。

**正文：如说识存在于所知先，识因识何所知而出现？  
如说识和所知同时现，同样以何为依而出现？  
如说识在所知后出现，此识究竟如何出现呢？  
所以一切种种之万法，根本从来就没有出生。**

讲解：如果说所谓的识出现于能够被识别的所知之前的话，因为没有所知的存在，这个识又是怎么出现的呢？因为只有当所知的对境、诸根和识三者条件具足的时候，才会出现识对所知的识别。

如果说识和所知同时出现的话，这个识就和所知根本一点儿关系都没有了，这个识又是怎么出现的呢？这就好像前面所提到过的羊的两只犄角的关系一样了。

如果说识出现在所知的后面的话，这个识又是在什么的基础之上产生的呢？因为所知已经提前灭去了。

正是因为这样的原因，不光是前面所分析过的身体之色、声、触、受、爱、心、识等等所有一切的法，全部都没有生、住、灭，全部都不是真实的存在，全部都是幻化的，空的，

这就是法无我了，这就是法空了。

**正文：“如此看来则无世俗谛，又哪里来二谛之说呢？”**

**也是因为没有世俗谛，众生哪里可以得涅槃？”**

讲解：如果说：按照前面的分析看来，所有的一切全部都成为胜义谛了，根本就不存在世俗谛，在这种情况下，又哪里来的二谛的说法呢？

而从另外一个角度上面来说，就连你们一直在说的“一切法都是空性”的这种证悟，其实也还是属于心中的分析和思维，是属于世俗谛的，是被你们已经否定了的，又怎么能够说是胜义谛呢？也就是说，你们的胜义谛也成了世俗谛了！

同样的原因，因为一切众生从一开始就是佛陀了，又怎么能够说他们要证得涅槃的果位呢？

**正文：这是别人心中的妄念，并非我派所说的世俗，**

**之后并非一定会如此，因此根本不存在世俗。**

讲解：上述所说的种种胜义谛变成了世俗谛，或者是一切全部都成为了胜义谛的这种种说法，全部都只是别人心中的妄念而已，对于我们已经证悟了一切万法都是空性的中观瑜伽士来说，一旦证悟了一切法都是空性，那就连任何的妄念都没有了，这个时候完全成为胜义谛的无念的智慧了，又怎么会是那种虚妄的心念呢？又怎么会是什么世俗谛呢？

如果说佛陀在成就之后，还有所谓的生、住、灭等诸法的表现的话，那还可以说有世俗谛；但是事实上，在成佛了之后，根本就没有丝毫的生、住、灭，因此也就没有什么世俗谛了。

**正文：所谓妄念以及去证悟，二者相互依存而存在，**

**如此建立在那声音上，才有一切种种之思悟。**

讲解：如果说，按照你们中观的说法，一切法全部都是空性的，全部都是虚幻的，全部都没有任何的妄念，没有任何的生、住、灭，那就连你们所谓的思悟和分析都应当没有了，就连你们“一切法都是空性”的这种证悟或者说想法，也全部都不是真实的了。

对于这种观点，中观派的回答是：如果大家全部都明白一切法都是虚幻空性的真理的话，自然也就根本不存在任何的妄念了。

但是，因为众生并不明白这个真正的道理，还是存在着“一切都是真实的”这种错误的妄念，因此为了帮助他们摆脱这种妄念，为了帮助他们去明了“一切都是空性”的真理，而会有了种种的思维和证悟的过程。

因此说，所谓的妄念和证悟，完全是互相依存而存在的，并不存在单纯的妄念，也不存在单纯的证悟。

正是因为这样的原因，我们才使用种种的世间的名词和概念，而建立了种种帮助众生证悟空性的思维方法。

**正文：“如果你们所谓的思悟，用诸思维去追求证悟，**

**因为思维本身的性质，思维思维永远没尽头。”**

讲解：如果说，按照你们中观派的说法，为了那个胜义谛的空性，你们要通过种种的思维方式去进行领悟，因为思维终究就是思维，只要在心中出现了“一切法都是空性”的这种念头，对这个念头本身，还会产生“这个念头也是空性”的念头，就这样，念头会连续不断地出现，根本就没有一个尽头。因为这种种的念头，本身并不是证悟，所以，你们的证悟，你们的空性，也是根本不可能出现的。因为一切全部都仅仅是念头的缘故。

**正文：只要经过仔细地思维，此后思维就没有凭借，  
无凭无借不再生念头，此则称做所谓之涅槃。**

讲解：对于上面的问题，中观的回答是：你们的说法并不正确，我们不会一直念头无尽地这样下去，为什么呢？

一旦我们经过仔细认真地思维，在心中产生了坚定的“一切法都是空性”的这种证悟，自然就不会有任何的念头出现了。既然都没有了可以作为再次产生念头的基础，自然后续的种种念头都不会产生了。念头不再有任何的生、住、灭，这种无念的证悟状态，就是我们所谓的涅槃了。或者说，是我们已经摆脱无尽念头的苦恼了。

**正文：如果认为二者都是真，将会陷入艰难之境地。**

如说“因识而生出对境”，彼识到底因何才出生？

如说“彼识因为对境生”，对境所知又从何处生？

所谓“二者互相而出生”，其实就是二者都不存。

如果无子何处来父亲，儿子到底因何而得来？

因为无子所以无父亲，所以二者根本都不存。

讲解：如果在心中，认为能思维的和被思维的，都是真实的话，将会陷入非常艰难的境地。

如果说，在能够分辨和判别的识的基础上，出现了被分辨和判别的对境所知的话，那么，这个识到底是因什么而出现的呢？因为这个识，必须是在有所判别和分辨的情况下才会出现的。

如果说这个识是在对境所知的基础之上出生的话，那个作为对境的所知，又是被谁所感知，是谁的对境呢？

如果说这二者，根本就是互相依照而出生的，那其实就是说，这二者根本就出生不了，就好像之前讲过的羊的两只犄角一样。

另外举一个例子，比如说父和子的关系。

在儿子没有出生之前，是根本就不可能有父亲存在的，假如认为在儿子出生之前，父亲也能够单独存在的话，那就相当于说大阿罗汉迦叶、舍利弗、摩诃目犍连都是父亲了。这肯定不正确。

而如果没有父亲的话，又怎么会出现儿子呢？也就是说不可能出现一个没有父亲存在的儿子。

如果说父子同时出现的话，其实就相当于父子根本就不会出现。

所以说，因为父亲和儿子，根本就是相看待才会成立的概念，因此，根本就不存在所谓的单独意义上的父亲和儿子。

就好像是三支矛互相依靠着可以站在地上，这种情况必须是三支矛同时存在的时候，才能够站得起来，如果有了任何一支矛，大家都不会站起来了。

因此也就根本不能说，这三支矛哪一支更加重要，哪一支最先，哪一支最后了。

所以说，在世俗的说法上面，可以说识和所知相互依存而存在，但是如果仔细地进行了思维的话，其实最根本的道理就是：根本就不存在单独可以出现的所谓识和所谓所知。

**正文：如说“芽苗从种子长出，芽苗就是种子有之兆，**

**同样识则来自于所知，何不见识则知有所知？”**

他人见到有芽苗长出，自然可以知道有种子，

但是要想证明有所知，彼识到底有谁知道有？

讲解：如果说：就好像芽苗是从种子中长出来的一样，只要见到了芽苗，就知道之前肯定存在着种子。同样的道理，识来自于所知，既然知道有识，那就自然会知道有所知。

对于这个观点，中观的回答是：看见芽苗，就知道有种子，这种事情我们承认。但是，为了证明有所知的存在，首先就要知道有识的存在，这个识不能自己证明自己存在吧？那到底是谁知道有这个识的存在呢？这就陷入了根本没有答案的循环中去了。

所以说，芽苗和种子的关系，并不能代表识和所知的因果关系，也就是证明了识和所知都不存在的这个道理。

**正文：如此世间现前可见到，所有一切种种之因果，  
鲜艳开放莲花之整体，也是因为种子而出生，  
如问“到底是何等原因？”就是最初生长之原因。  
“到底为何从因可生果？”还是基于最初的力量。**

讲解：这里将开始针对外道无因无果的观点来进行分析。

外道种种的观点当中，有一种就是认为“一切法毫无本因”的这种观点。比如说，太阳每天都从东方升起，西方落下，这根本就不是什么别的力量在引导着它，这完全就是自然而然的現象，根本就没有什么因；水从来都是朝低处流的，这也不是别的什么人的力量所左右的，而是自然而然毫无本因的；豌豆自然而然就是圆的，也根本就不是别的什么人将它团成这个圆溜溜的样子的，也是没有因的；那些扎人的刺，都是尖尖的，这也不是别人切削而成的，根本没有因；孔雀的斑点和花纹，也不是什么人画出来的，而是在没有什么原因的情况下，自然而然出现的，等等。

而且这种认为一切无因的观点，其实还可以分成：彻底否认所有的因的观点，以及只承认今生之中的因果存在，而否认前生、后世的因果存在，等好多种不同的细分后的观点派别，在这部分的内容中，将针对的就是彻底认为无因的这种观点进行分析。

否认因的存在的这种观点，根本就不可能成立，因为从这个世间存在到现在，不管是有智慧的人，都可以现前地观察到各种各样因果关系的现象，比如说，以父母为因，才会出现子女；以播种耕耘为因，才可以长出禾苗、收获庄稼。如果彻底否认了因的存在的話，那也根本就不可能出现耕种收获这样的现象了。

为什么会出现这种否认一切因存在的观点呢？当年印度这种观点的创始人，他自己有一个女儿，长得非常漂亮，他自己就想将女儿作为自己的妻子，但是在当时的印度的传统观念和生活习惯上面，父亲和女儿无论如何都是不可能成为夫妻的，况且自己的女儿也不愿意。

为了能够达成自己的目的，他就创造出了这种否认一切因果的这种理论，比如说，夏天蘑菇为什么会长出来，是根本就没有原因的；火焰一直燃烧之后，风也会将灰烬吹得一千二净，什么都不会留下，这就是说没有果；

所以说，所谓广博学识的印度当时的智者所创造出的有前生后世的这种观点，就好像雪地上狼的足迹一样，都不是真实的，都是假的，我们的身体，就好像是雪，而我们的心，就好像是雪地上狼的足印，只要太阳一出来，雪化掉后，狼的足印也根本就没有了。这就说明当身体死亡之后，心也根本就没有了，自然也就不会有前生和后世了。

关于雪地上狼的足迹，在印度有一个故事：说是有一个算命的，曾经给自己的村子算了一命说：七天之后就会有狼群前来袭击村庄，并且会将全村的人都吃掉。对于这样的预言，村子里面的人，有的相信，有的不相信。

等到第六天晚上的时候，因为这个算命者的预言根本就是谎话，但是他又害怕被村子的人发现是在骗人，就偷偷地拿着狼的爪子，趁着黑夜在村子里里外外就走了个遍，在雪地上留下了非常多的狼的足迹。

等第二天人们看到这些狼的足迹的时候，很多人就非常信服算命者的同时，感觉到非

常的害怕，因为狼的足印说明，狼已经前来探查了，今天就会真正地吃人了。

可是，有个聪明人就提出来说：既然有这么多的狼的足印，那我们来找找看，到底狼是从哪里来的？最后又到哪里去了？这样，说不定我们还可以进行自我保护呢？

可是，等大家自己查看的时候才发现，根本就找不出狼的足印和村子外边的关系，最后才发现，原来这些足印，全部都是那个算命者自己搞得鬼。

从此就有了雪地上狼的足印这个故事，代表的就是虚假和不真实的情况。

这个父亲，就是用这种种的理由，来说明一切根本都是毫无因果的，自己想娶女儿为妻的这种想法，也根本就不会有什么不对的地方。

这就是这种观点最初出现的原因。

后来在这种观点的追随者的不断研究和改进之下，才出现了只认可今生因果，或者只认可局部因果等种种分支观点。

在否定了完全没有因果的这种观点之后，有些人将信将疑地提出了一个问题：莲花的种子只有那么一点大小，但是整个莲花的茎、叶、花等，却是这么的肥大，肯定不是这么小小的种子能够生长出来的。

针对这种观点，中观的回答是：虽然莲花的种子那么小，但是所有莲花的整个植株，绝对是在莲花种子的这个根本因上面才生长出来的，只是我们用自己的眼睛并不能实际的观察到而已。

假如莲花并不是莲花的种子作为原因的结果的话，那么为了得到莲花，也根本就不用种下莲花的种子了，可能会在什么土块、石头的任何地方，都应该长出莲花才对。

到底白色的莲藕、青色的莲叶、艳丽的莲花，是从什么样的种子的原因中生长出来的呢？

今年的莲花，来自去年的莲子，一直推到最初的莲花的种子，正是因为莲花种子所具有的能力，令它能够生长出来如此完美的莲花来的。

一切的根源，完全都包含在莲花的种子当中了。

所以，通过这种思维方式，就将根本无因的这种观点给否定了。

关于这方面的讨论，在本文当中，并不是十分地繁杂，但是在《量理广释》以及《中观》等的著作中，这方面的内容，就非常得多了。

**正文：如说“大自在是众生因”，那么大自在又是什么？**

**如果说是“诸种之大种”，仅是名字不同何用诤？**

**况且所谓地水等大种，无常不动更不是天神，**

**人所踩踏并且为不净，如此自然不是大自在。**

**自在非天并且不动故，自然无我前面已讲述。**

**如说“属于难思之主宰”，既然难思说它有何益？**

**所谓大自在又是什么？如说“是我、地风水火等”，**

**如此性质仍然是无常。识则由于所知而出生，**

**无始苦乐都来自业力，此中哪有大自在作用？**

讲解：中观认为这一切的世间现象，都是建立在种种因果的基础之上而出现的，根本就不承认有什么主宰；但是有一种崇拜大自在天的外道，他们认为，所有一切情世间的众生和器世间的山河大地，全部都是大自在天的变化，他让有什么，就有什么。

就连任何一个众生的苦和乐，也全部都是大自在天所赐予的。因此，如果想要得到快乐，就要崇拜大自在天，让他不要给自己任何痛苦，而多多地给自己快乐。

他们的这种观点，完全否认了众生自己的善恶因果业力。

针对这种观点，中观的回答是：如果你们认为大自在是一切的根本因，那就请说说看，

到底这个大自在是什么呢？

如果你们的回答是说大自在其实就是地风水火等大种的话，那么，这和我们一般所说的大种汇聚产生情器世间的说法，好像也没有什么不一样，只是我们称作是大种，你们称作是大自在而已，也没有什么好争的了吧？

但是需要说明的是，在我们的观点中，所谓的地风水火等大种，是有多多个的（而你们的大自在，却只有最高无上的唯一）；完全是无常的（而你们认为的大自在是恒常的）；是无心不动的（而你们的大自在却是要创造世界、施与苦乐的）；并不是天神（而你们却要将之供奉起来当成神明）；是人人可以踩踏而充满了种种不净的（而你们的大自在却是无上的崇高、不可侵犯、洁净无比的），所以说，我们的大种，其实还不是你们所谓的大自在。

而且，大自在也不可能是你们所说的犹如天空一般地根本不动，因为大自在要辛苦地创造和维持整个的世界；大自在也不可能是神我，因为我们在之前已经很详细地将神我的存在否定掉了。

如果说，大自在是难以思议的主宰，既然难以思议，那又怎么能知道它就是主宰呢？

所谓的这个大自在到底是什么呢？种子的生长不需要他，父母生子女不需要他，我们使用的这个电脑由工厂制造，也不需要他，他到底是什么？到底有什么作用呢？

如果说是神我、地风水火、时间等的时候，其实如此大自在的体性，其实还是无常的，这分析的方法，在前面已经讲述过了。

如果说，众生的眼耳鼻舌身意的六识，是由大自在所创造的话，其实还是不对，所谓的识，是来自于所知的，并不是大自在创造的；而且众生无始以来的种种痛苦和欢乐，也并不是大自在创造和施与的，而是各自往昔以来的业力所感召的。

所以说，这种种的世间现象，其中根本就没有什么大自在的事情，那又为什么要说大自在是一切的主宰呢？

**正文：本因最初根本不存在，最初之果哪里又会有？**

**如果不是一下子出现，因他不会观待其他物，**

**因为未做也不观待他，其他果又如何地出现？**

**如果观待所谓因缘聚，因缘为因大自在非因。**

**因缘汇聚不能令不生，因缘不足不能令出生，**

**如他不愿结果还出生，非他做主而因缘做主，**

**纵他愿意还是有观待，如此自然不是大自在。**

讲解：将大自在作为一切的最初根本因，这种情况是根本不可能存在的，为什么，既然已经认可了大自在是恒常唯一的存在，那么这个大自在出现的因又是什么呢？既然没有他存在的因，他又怎么会存在呢？

而且，一旦真正有了一个恒常存在的大自在，在世间时间的最初就已经存在的话，那就应当完全具足了一切的所有世间的因，也就在同时，就会出现所有世间的果，可是一切的果，又怎么会在一开始的最初就出现呢？

如果说，种种的因，在大自在最初的时候，都已经完全具足了，但是果，却是一点点地逐步地出现的，并不是一下子全部都显现出来的。

假如是这样的话，因为他是最高主宰，根本就不会观待其他任何的条件，完全是自己自主地掌控这整个的世间，那么，在最初的时候并没有出现的那些果，又会在什么时候出现呢？

如果说这些后来的果，是在种种条件存在的情况下出现的，那这根本就是因缘汇聚的结果，并不是大自在天的作用了。

在种种因缘汇聚的时候，结果自然就会出现，大自在并不能令结果不出现；当因缘并



不充足的时候，结果根本就不可能出现，就算是大自在，也不可能令结果在因缘不足的情况下出现。

如果是在他不愿意的情况下，结果在因缘汇聚的时候还是出现了，这就说明大自在并不是自主的，而是被因缘所左右的。

如果只是在他愿意的情况下，结果才能够出现，那就说明大自在还是有所观待的，这也并不符合他大自在，至高无上根本就不用有任何观待的性质了。

因此说，大自在的恒常存在、最高主宰的这种观点，其实是根本就不存在的。

**正文：如说“微尘为因并恒常”，这在之前已经否定过，  
外道数论派则会承认：“胜性恒常并为一切因，  
并且称为宁刀、杜、蒙巴，此三平等具足诸功德，  
三合为一则成为胜性，三不平等则成为众生。”  
唯一主宰却有三部分，自我矛盾胜性并不真，  
胜性功德也并非真实，因为可以分成三三故，  
既然没有所谓的功德，色声等境自然难出现。**

讲解：如果说最细微的微尘就是一切的根本因，微尘也是恒常存在的，这种观点在前面已经否定过了。

外道的数论派则会认为，胜性就是一切的创造者，是一切的根本因，是恒常的至高无上的存在。

对于这个胜性，可以用宁刀、杜、蒙巴三者来进行表述。在这宁刀的基础之上，就会产生种种的十六种聚、色声香味触等五外境；在杜的基础上，就会出生十一种根；蒙巴则是前二者的助手。然后经过种种的变化，最后会出现二十三种法，加上主宰者和创造者胜性，以及感受者和享用者神我，总共就有二十五种法。这就是所谓的数论派的名称由来。

这三者的关系完全平等的话，就是胜性；而这三者在不平等的时候，就是众生了。

既然是最高的主宰，是恒常的唯一，但是却用三部分来进行说明，那就出现了自我矛盾的现象，所以说，从这个根本的问题上面，已经说明胜性并不是真实存在的了。

而且，所谓胜性的至高无上的功德，其实也不是真实的存在，因为他已经被分成了宁刀、杜、蒙巴这三部分来分别拥有了。

既然胜性连所谓的功德都不具有，那么，他又怎么能够创造出来色声香味触法等境呢？根本就是不可能的事情了。

**正文：无心意识比如衣服等，也不可能具有苦乐性，  
如说“实物作为一切因”，之前岂非已经否定过？  
如说“快乐等等作为因”，快乐等并不能生瞿瞿，  
瞿瞿等能令人生快乐，没有瞿瞿就没有快乐。**

讲解：根本就没有心意识的比如衣服等物品，它本身并不具有什么痛苦和快乐，因为所谓的痛苦和快乐，本身就是心的受，衣服等连心都没有，又怎么会有痛苦和快乐这样的受呢？

如果认为是种种的实物，就是一切的根本因的话，因为在之前已经否定了实物的真实性，因此也就不需要在这里继续重复地进行分析了，不可能用虚假的东西来作为一切的本因啊。

如果说快乐等感受就是根本因的话，快乐并不可能生产出来可以做衣服等物的瞿瞿，所以说快乐等也不可能是根本因。

瞿瞿等做成的衣服等用品，的确能够令人感受到快乐，当没有了瞿瞿衣服的时候，自然也就不会有快乐了。

**正文：如说“快乐等等是恒常”，快乐之源哪里又会有？**

**如说“快乐清晰可体验”，为何快乐体验不持续？**

**如说“快乐其实很细微”，粗大细微到底是什么？**

**如说“粗大逐渐变快乐”，粗细其实已经是无常。**

**至此为何还不能承认：一切实法根本属无常？**

**粗大快乐之外无其它，明显快乐还是无常性。**

讲解：如果说快乐等感受本来就是恒常存在着的话，那么，令快乐能够产生的源泉，或者说对境又在哪里呢？

如果说快乐是能够被清晰体验到的话，为什么快乐的感受并没有恒常持续呢？

如果说快乐的这种体验，其实是一种非常细微的感受，就好像白天仍然存在但是却被日光遮掩住了的星星一样，那么，所谓的粗大快乐和细微快乐，到底是一个还是两个？如果是一个，那又何必分什么细微和粗大呢？如果说是两个，那么到底恒常存在的快乐还存在吗？难道会存在两种恒常的快乐？

如果说，粗大快乐是慢慢地逐渐地变化成了细微快乐，这恰好说明快乐并不是恒常的，而是在变化着的属于无常的性质了。

分析到这个时候，难道还不承认一切实法都属无常的这种性质吗？

如果说虽然将快乐分成了粗大的快乐和细微的快乐，但是快乐还是一样的，那么除了粗大的快乐之外，也就根本不存在什么细微的快乐了，那也就是说粗大的快乐还是不能被人体验到，还是无常的啊！

**正文：如说“一切根本就没有，承认一切都不曾出生”，**

**明显快乐感受仍然会，你不承认还是会出现。**

讲解：对于数论派来说，他们认为在最开始的时候，只有最高的主宰和创造者胜性存在，也就是一切的因都存在，而一切的果并不是在一开始的时候都会出现，一切的果都是不存在的，就好像虚空中所出现的花朵一样。

可是，这种说法也仅仅是口头上的说法而已，事实上，就算是因为痛苦的感受太过于明显，而令之前的快乐感受过去了，但是如果痛苦感受过去了，而众生遇到了一个可以产生明显快乐感受的因缘的时候，就算是你们根本不愿意，这个明显快乐还是会再次的出现。

**正文：如果“本因本具各种果”，岂非吃饭等于吃不净？**

**也就不用花钱买棉花，只买棉籽穿身就好了？**

讲解：如果你们数论派坚持认为在最高的本因上面，就存在着所有的果，只不过是暂时没有清晰被发现，暂时没有清晰表露出来而已的话，那吃饭作为因，最后排泄出去的不净粪便作为果，难道在吃饭的时候也在吃粪便等不净吗？

而且，我们一般人都是用钱买棉花棉布来做衣服穿，按照你们的说法，你们就应当直接买棉籽来穿就好了，因为棉籽作为因，本来就完全具有棉花和棉布的果啊！

如果你们真的就是这样做的话，那就可以说明果就存在于因上面了；可是你们并没有这么做，还是和我们一样地买棉花棉布来做衣服穿，那又怎么能证明你们的观点呢？

**正文：如说“众生愚昧并不见”，你们大师为何也如此？**

**为何还和世间人一样？为何世间人也不明白？**

讲解：如果说，果就是存在于因上，只不过是众生因为愚昧的原因，根本不能发现和感知罢了。

那么，对于创造你们数论派理论的大师，以及后来你们所推崇的大师们来说，他们到底是买棉籽穿，还是买棉布做衣服穿呢？

为什么你们这些大师都和我们这些人完全一样，要买棉布做衣服穿，而不是买棉籽穿，难道他们也是因为愚昧并不知道果就存在于因上的这个道理吗？

而且，你们大师所明白的这个果就在因上的道理，因为你们要让一切的众生全部都要明白你们的道理，就可以将它作为一个果，那么这个果业就应当普遍存在于一切众生心中才对，为什么一切众生也根本就不明白这个道理呢？

**正文：如说“众生并非是正量”，清晰感受自然为虚假，  
如说“一切全部非正量”，岂非所有全部成虚假？  
就连一切都属于空性，你们这种证悟都不真？  
观察思维实法未接触，自然不会执著非实法，  
所以既然实法都虚假，自然非实法也是虚假。  
如同梦中儿子已死去，关于失去儿子的妄念，  
作为拥有儿子的反面，其实本来都是虚假的。**

讲解：数论派认为，之所以众生还是不能明白果就在因上的这个道理，那是因为世间的众生并不是正量，并不是真正地存在；而那些本派的大师们，则已经达到了正量。

所以说，众生并不能明白这个道理，就好像痛苦和快乐同时存在，但是在感受到痛苦的时候，并不能同时感受到快乐，是一样的道理，因为一切众生的心并没有达到正量的缘故。

如果这么说的话，因为一切众生的心都不是正量，那么不管是众生清晰地看到外部诸色、清晰地听到外部诸声、清晰地感受到种种的快乐或者是痛苦，也都全部不是真正的了，全部都是虚假的了，全部都是空的了，这不就成了支持我们中观的观点了吗？

数论派认为：如果你们中观认为所有世间的一切全部都是虚假的，并不是正量的话，那岂不是认为世间的一切眼看、耳听、心知等，全部都成为虚假的了？那么，就连你们在心中所产生的“一切法全部都是空性”的这种依赖于世间心念的所谓空性证悟，也就不是真的了，也就是虚假的了。

对于数论派的指责，关于一切全部都成为虚假的这种论调，中观派是非常乐意接受的；但是如果说因此就连种种的修行和证悟也都成了虚假而且没有作用的，中观派是绝对不会接受的。当已经明白全部都是虚假的，全部都是空性的之后，自然这个见地是存在的，这个见地是有用的，并不会毫无用处。

为什么中观也会同意一切都是虚假的这种观点呢？

如果要建立一个非实法的概念，首先就需要有实法的存在，只有在这个参照存在的基础之上，才可以建立起来非实法的概念。

所以，既然连实法都不是真实的，都是虚假的话，参照都不存在了，那么，自然所谓的非实法的概念，也全然就是虚假不真的了，自然也就不会对于非实法产生任何的执著了。

所以，对于我们中观来说，既然一切所谓的色声香味触法等对境，已经全部都是虚假的了，已经全部都不是真实的了，已经全部都是空性的了，那么，已经连参照的实法都没有了，又怎么会存在不真实的非实法呢？

就好像一个女子做梦，先梦到自己生了一个儿子，后梦到自己的儿子死掉了。那么，她因为梦中的儿子死掉，而产生悲痛的这种感受或者说妄念，是因为自己在梦中有了一个儿子的这个妄念而引发的，既然连梦中的儿子都不是真实的，那么儿子死掉了又怎么会是真实的呢？这一切全然都是梦中的假象啊！

同样的，我们现在认为世间的一切全部都是真实存在的实法，这就相当于女子梦中生了儿子；而我们经过修行发现一切实法，原来全部都是不真实的，都是虚妄的，这就相当于

梦中的儿子死掉了。但是如果完全站在了义的层面上来说的话，不管是执著实法，还是认为实法不真，其实全部都是虚假的、不真实的。

所以说，一切法的所谓的生、住、灭，其实就相当于梦中儿子的生和死；而一旦完全证悟了空性，成就了佛果，根本没有所谓的真和假的执著，其实就相当于从梦中醒来发现自己根本就没有儿子，自然也就没有所谓的生和死了。

也正是在这样的分析和思维的基础上，我们中观当然认可世间的一切，全部都不是正量这种观点了。

**正文：经过如上之思维分析，结论就是根本没有因，  
因不存于各个条件中，也不存于因缘汇聚中，  
自然结果也不从它来，无所谓住也无所谓去。**

讲解：就这样，经过上面的种种思维和分析，最后的结论就是根本不存在所谓的因，自然也不存在所谓的果。

果，并不存在于各个的因缘和条件上面，如果说果就存在于各个条件上面的话，因为各个的因缘和条件，本身并不是果，不是果的若干个因，又怎么会最终聚集在一起而成为果呢？

果，也并不存在于各种因缘和条件全部都齐备的这种聚集上面，同样也是因为各个的因缘和条件本身并不是果的缘故。

所以说，就算是在世俗谛的意义上，当因缘全部汇聚的时候，是可以出现果，但是如果从胜义谛的角度上面看来，其实根本就没有所谓果的出现，一切法都是无生的。

但是这个结果，也不可能脱离开自己的种种因缘条件，而从其他的地方产生。

不但根本就没有所谓的真实的生；也没有所谓真实的住，仅仅只是因缘汇聚而显现出来一种存在而已，并不是真正的存在；最后自然也就没有真正的去，没有真正的灭，也仅仅是因缘涣散，让那个本来就不是真实存在的显现消散了而已。

所以这就是所谓的无生、无住、无灭，也就是所谓的无来、无去，也就是所谓的无束缚、无解脱。

**正文：因为愚痴误认为真实，其实与那幻术何不同？  
犹如一个幻化之毒蛇，各种幻基汇聚而显现，  
应当观察分析从何处来，应当观察分析何处去，  
只是因缘条件汇聚显，其实根本没有真实存。  
虚幻犹如镜中之影像，哪里存在什么真实性！**

讲解：对于上述的无生、无住、无灭的真正真理，世间凡夫则会因为并不明白这样的空性真理，而会将假的认为是真的；将无常的认为是常的。

可是如果仔细思维一下就会发现，其实一切法的本质，和那些用咒术、药物、真言等变化出来的种种幻术，根本就没有什么不同。

就像一个幻术师，通过种种的方法，变化出来一个毒蛇，如果仔细对这条毒蛇进行分析的话，到底毒蛇来自于什么地方？会到什么地方去？经过这样仔细的分析就会明白，原来这条毒蛇根本就不是真的毒蛇，自然也就不会有来处和去处，这条毒蛇仅仅只是在种种条件具足的情况下，显现出来的幻影而已。

就好像如果有一面光洁的镜子，有一个人，在光线自然的情况下，来到了镜子的跟前，自然就会在镜子中显现出来人的影像，但是这个影像，根本就不是真正的人的存在，也根本就没有什么来处和去处。

同样的道理，整个轮回中的所有六道众生，一切的痛苦和欢乐，一切的遭遇和享受，

如果通过同样的分析方式进行分析的话，就会发现，原来这一切，全部都犹如幻术，全部都犹如梦境，全部都犹如影像，根本就不是真实的。

**正文：如果实法真正地存在，要那本因又有什么用？**

**如果实法根本不存在，要那本因又有什么用？**

**就算汇聚千万种本因，也都不会变成真实法，**

**没有之时如何是实法？谁又能够变化出实法？**

**没有之时根本无实法，有实法时又怎么变化？**

讲解：因为有因的存在，就会产生果。如果坚持认为这就是真正的真理的话，那么请问：这个果是真实的实法，还是虚幻的非实法？

如果说这个果就是实法的话，既然已经是真实的存在了，又要那些因做什么用呢？就好像已经生了儿子的父亲一样，既然已经有了，还要再一次的出生吗？

如果说这个果并不是实法，而是非实法的话，既然都不是真实的，要那些因又能够做什么呢？就好像根本就不存在的乌龟的毛和兔子的角一样，根本就不存在的东西，任怎么努力，都是创造不出来的。

就算是汇聚了成千上万种因，也是根本就变化不出来一个真实存在的果啊！

假如说由非实法可以创造出实法的话，那么这种创造的过程，到底是将没有实法的这种状态抛弃之后变化而成的呢？还是直接由没有实法的状态中出现实法的呢？

如果说是没有实法的状态中产生实法的话，那是根本就不可能变化成实法的，因为这个时候并没有什么实法啊！

如果说是将没有实法的状态抛弃之后产生出来实法的话，到底又可以由什么产生出来实法呢？

如果存在着实法的话，实法又怎么会发生变化呢？

**正文：如果实法根本未产生，自然没有所谓非实法，**

**如果一直就是非实法，自然不会出现实法时，**

**也就不会变化成实法，实法非实二者不成立。**

**如此“根本没有实法灭，也不存在实法”之缘故，**

**所以一切所有之众生，从来没有所谓生和灭。**

**众生真正犹如梦中事，仔细观察其实如芭蕉，**

**因此所谓轮回和涅槃，其实二者根本无区别。**

讲解：如果根本就没有出现过任何的实法，那么也就根本不会出现所谓的非实法了，因为非实法是建立在实法这个参照物的基础上才能够存在的。

如果一直都是非实法的状态，又怎么可能会出现什么实法呢？又怎么会在这个基础上再次出现什么非实法呢？

所以说，所谓的实法和非实法，其实都不是真正的存在，都是相互观待才会出现的虚幻的假象而已。

正是因为上述的这种思维，就会明白：根本就没有任何的实法灭去，变成非实法的可能；也根本就没有存在过真正的实法。

所以说，一切的众生，其实根本就从来没有生，也从来就没有灭，生灭二者都不存在。

所有的轮回六道众生，全部都好像梦中的事情一样，一旦仔细地进行了观察和分析就会发现，全部都好像芭蕉一样，根本就没有什么实际的意义。

也正是在这个意义上来说，所谓的众生轮回没有生也没有灭，佛陀涅槃也没有生也没有灭，就这个了义的层面来说，轮回和涅槃根本就是没有任何区别的了。

这其实也就是所谓的轮涅无别的见地了。

**正文：对于如此空性之实物，有何所得又有何所失？**

**不管别人如何敬自己，或者讥毁又有何影响？**

**欢乐痛苦又如何产生？喜与不喜又有何意义？**

**一直追求上述之种种，谁在贪爱又贪爱什么？**

讲解：对于上述经过仔细分析和思维之后所能够确定的“一切万法全部都是空性”的这种道理，既然已经明白，那么对于那些所谓的财富，又有什么自己得到了、拥有了和失去了的分别呢？

不管别人如何对自己表现恭敬，也不管别人如何对自己进行讥讽和诋毁，对自己又有什么影响呢？

自己一直都在追求的种种欢乐，和自己一直都在逃避的种种痛苦，到底又是怎么产生的呢？这些苦乐的感受，又有什么实际意义呢？

但别人在背后称赞自己的时候，又有什么值得欢喜的呢？当别人在背后咒骂自己的时候，又有什么值得生气的呢？

对于上述的得失、赞毁、苦乐、悲喜等世间八法的好的方面，自己一直都在追求；对于一种不好的方面，自己一直都想避免，如此的爱与不爱，到底又有什么实际的意义呢？

所有这一切，全部都是自性空的，又有什么值得执著的呢？

**正文：仔细思考有生之时节，到底是谁即将会死去？**

**谁去来世谁来自往世？所谓亲人朋友又是谁？**

**一切全部都如同虚空，我等自当执此空性理。**

讲解：仔细地进行一番思考，在自己生命存在的这一段时间里面，到底是谁将会逐渐地老去死去？到底是谁又即将领受来生？到底谁又是从往世来到今生的呢？

所谓的亲人又是什么？所谓的朋友又会如何？

所有的这一切，全部都如同虚空一样地空而不实，像这样究竟的道理，才是我们应当一心追求和执持的啊！

**正文：自己为了追求诸快乐，或为争斗或为欢喜因，**

**心中非常混乱或开心，或者痛苦或辛苦争辩，**

**互相砍杀或互相戳刺，种种罪业令己遭痛楚。**

讲解：因为并不明白一切法都是空性的道理，因此就因为愚昧的原因，自己为了让这个所谓的自己能够得到快乐，因此就本着争斗之心或者欢喜之心，而不断地进行着各种的努力。

如果自己的目的达到了，就感觉非常的开心；如果自己的快乐没有达到目的，就会变得非常的难受和伤心。

为了达到令自己高兴的目的，因此就不断地忙碌和辛苦，或者要和别人进行口舌争辩；或者互相用刀剑砍杀对方的头颅和手足；或者互相用矛枪等戳刺对方的身体。

如此种种的罪业行为，不但不能够让自己得到任何的快乐，反而会让自已遭受难熬的痛苦。

**正文：即使能够生到诸善道，享受种种殊胜之快乐，**

**死后还会堕落入恶道，长久遭受难忍之痛苦。**

**三有之中险地实在多，此中实在难觅如如性，**

**此中随时都有诸矛盾，三有之中难觅如如性，  
此乃实在无法比喻之，痛苦大海深广无边际。**

讲解：即使能够因为自己的善业而有机会生到天界等善道，能够在很长的时间里面，充分地享受种种难以描述的妙欲和快乐，但是一旦从天界死去，在自己的恶业的作用下，就会堕落进入三恶道之中，在更加长久的时间里面，遭受种种难言难忍的痛楚痛苦。

在三有轮回之中，能够令我们遭受到痛苦的危险之地实在太多，比如说在贪欲的作用下，会令我们生到饿鬼道中；在嗔恨的作用下，会令我们生到地狱之中；在愚痴的作用下，我们会生到旁生道中。

在这个三有轮回之中，实在难以如法地证悟一切法都是空性的如如性，而是会处于浓厚的执无常为常、执无我为我、执假为真的邪见森林当中。

在这样的三有轮回当中，到处都充满着“一切万法都如幻、如梦、如影的空性”和“所有一切都是真实”的矛盾当中；到处都充斥着求乐不得乐、不求苦自来的矛盾当中。在这个三有轮回之中，实在是难以寻找到空性的真理、至高的如如性。

所以说，这个三有轮回，实在就是一个根本就不可能用比喻和言语来说明的深广无比的痛苦大海。

**正文：此中悟空力量实在弱，此中生命实在太短促，  
此中为了生存和健康，为了衣食而辛苦忙碌，  
夜晚睡眠防护伤害等，与诸凡夫为伴很快地，  
一生迅速无意义虚度，何来时间仔细思维法？**

讲解：在这个三有轮回当中，实在难以遇到对空性有证悟的上师和法伴，自己则因为过去的恶习，对于真正空性道理难有领悟，因此，就在这个短暂的人生当中，为了能够生存下来，为了不让自己的身体生病，为了能够吃饱穿暖，一直都在辛苦地忙碌着，从早到晚。

到了晚上，因为白天的疲劳而要睡觉，甚至还要为了防备别人对自己可能会带来的伤害而担心。

就这样，在和所有的凡夫完全一样的种种作为当中，整个的一生，尽管会有数十年的寿命，但是也都完全非常迅速地被荒废掉了，根本就没有任何的时间去想到正法，更不用说是认真地思悟分析了。

**正文：此中实在充满了散逸，对治方法到底何处寻？  
此中诸魔障碍常勤力，要将我诱堕落入恶趣。  
此中邪道邪师实在多，疑惑之心也难以打破，  
来生暇满人身难再得，遇佛出世则是更加难，  
烦恼瀑流更是难断除，哎呀痛苦就如此延续！**

讲解：就算是能够有幸碰到懂得空性真理的上师善知识，就算是能够有时间来学习《入菩萨行论》这样的正法，但是因为自己的内心，一直都充满了种种的散逸，散逸的力量就好像一条大河一样，能够令自己的散逸这条大河断流的对治方法，又到哪里去寻找呢？

一旦自己要真正地精进修行空性真理的时候，种种的魔障又会非常勤劳频繁地前来障碍自己，要让自己堕落进入恶趣当中。

而且，在这个世界中，创造并宣扬种种错误的邪门歪道理论的人，跟随并且修学这种外道邪见的人，都是非常地多。

处于种种邪见的包围当中，就算是要打消对佛法空性真理的疑惑，也都是一件非常难的事情。

一旦自己的这一生就这样毫无疑问地浪费了，来生是否能够再次获得暇满的人身，那

也是非常难的事情，可以通过因、数量、比喻等几个方面进行仔细地思维。

就算是能够得到人身，要想刚好遇到有佛出世，或者是有佛法还流传在世，那是比获得暇满人身还要困难的事情。

就算是能够遇到佛法，自己生生世世以来的种种烦恼，简直就好像汹涌的激流一样，要想让烦恼之流中断，那更是难上加难的事情。

思维至此，作者佛子希瓦拉，不仅为这样连续不断的痛苦的生生世世，生起了悲叹！痛苦就是这样一生一生地延续着！丝毫没有有一个出头之日！

**正文：尽管事实如此之痛苦，但是并未明了自己苦，  
于此痛苦瀑流狂暴处，哎呀只能经受痛苦了！  
就像有人不断地洗浴，然后不断就火去烘烤，  
如此非常痛苦又难忍，痛苦中还误以为快乐。  
如此好象无老也无死，如此安然住在轮回中，  
第一时间要让其清醒：“就要堕入难忍恶趣了！”**

讲解：尽管事实上轮回三有就是这样的痛苦不堪，但是众生却根本就没有明白自己痛苦的现状，既然如此，那么这些众生在这痛苦瀑流之中，就只能继续地遭受痛苦了！

就好像有这么一个疯子，他不断地将自己在冰冷的河水中浸泡，然后因为身体冷了，就又跑到火堆旁边去烘烤；等到自己烘烤后觉得热了，就又跑到冰冷的河水当中去浸泡。

这个过程，实在是非常痛苦的事情，但是这个疯子却以为自己两头都在享受着快乐。

同样的道理，众生根本就不知道自己处于无尽的苦苦、行苦、变异苦等痛苦之中，还误以为自己在享受着种种的快乐呢！

这些众生，就好像根本自己不会老，不会死一样地，还是这样懒懒散散地没有一点儿危险意识地安然处于轮回三有当中。

真应当就在第一时间，在他们的耳边大声地呼喊：马上就要堕落进入难忍的恶趣了！醒来吧！

**正文：如此痛苦火炙中众生，何时能有功德浓云布，  
自己善业喜乐之大雨，愿能熄灭众生之苦恼；  
何时能够丝毫无缘地，恭敬积集功德之资粮，  
对那为物所困之众生，能够开示空性之法义？**

讲解：对于如此一直处在痛苦大火烤炙之下的一切众生，什么时候我能够通过我的功德浓云，降下善好喜乐之大雨，能够让这些众生的热恼得到平息！

对于那些一直被“执空为有、执假为真”的外物所缠缚的一切众生，什么时候我能够毫无所缘、毫无执著地在积极充分圆满的资粮之后，可以对他们宣讲空性的法义！

这就是作者佛子希瓦拉充满了慈悲的心愿！

《入菩萨行论》之第九章智慧度章竟。



## 第十章 回向

**正文：本文名曰《入菩萨行论》，我以撰写此文所得善，  
真诚祈愿一切之众生，都能进入菩萨之大行！**

讲解：在前面的九章内容完成之后，在第十章里面，就要对之前所有的善行进行完整的回向。

回向，不论对于论著的写作、法义的宣讲、正法的听闻、以及如法的修行，都是非常重要而且不可或缺的一部分内容。正如在本文之前所讲过的那样，如果没有对自己的种种善业，进行如法的回向的话，比如说自己布施的功德、持戒的功德等，都会在一念嗔恨之下，被焚烧干净。

而一旦随时随地对于自己的善业进行了如法的回向的话，就根本不会出现上述的功德被毁的情况了。而且，不管你做的善业是大是小，也不管你做的善业属于下士道、中士道还是上士道，只要你进行了如法的回向，所有的善也都不但不会有被摧毁的可能，而且还能够上上增长，并且都会成为帮助你进一步接近无上圆满菩提正果的基础力量。

因此，在佛教的实践过程中，应当对回向真正地重视起来。

在这里，作者佛子希瓦拉，对于自己在前面所著述的有关为了最终成就无上圆满的菩提佛果，应当如何发起真正的菩提心，如何正确地领受菩萨戒，并且如何真正地实践六度等菩萨行的内容，所能够因此而获得的善业善根，全部都回向给一切众生，希望等虚空遍法界的一切众生，都能够真正地进入到为了成就圆满佛果而努力的菩萨行当中。

在我们所见到的一般的回向文字当中，往往会有“回向愿一切众生都能够证得佛果”、“回向愿一切众生都能够得以脱离轮回苦海”等说法，而在这里作者回向愿一切众生都能够进入到菩萨行的修行当中，是否有什么不同呢？

其实没有任何的不同，因为一切众生，只要是为了成就圆满佛果，只要是为了脱离轮回苦海，在因地，是一定要修行六度等菩萨行的；没有通过修行菩萨行，而能够得以脱离轮回苦海的，而能够得以成就圆满佛果的，是根本不可能出现的事情，因此说，这里的回向和我们常见的那两种回向方式，完全都是一样的意思，根本就没有任何的不同。

**正文：十方众生身体之病痛，十方众生心中之痛苦，  
我愿通过我所有功德，令其得到喜乐之大海！**

讲解：四方八隅上下十方的所有一切的众生，不论他们有什么样的身体上面的病痛，也不论他们有什么样的心灵上的痛苦，我（作者佛子希瓦拉也好，现在我们正在学习《入菩萨行论》的人也好，任何修行佛法的人也好）愿意用我所有（撰写此文的善根也好、学习此文的善根也好、任何修修正法的善根也好）的善业善根，让他们这些所有身体病痛、心灵痛苦的一切众生，都能够得到永远也享用不尽的深广无比的喜乐之大海！心灵完全都充满了欢乐，身体完全都没有病痛！

**正文：祈愿众生身处轮回间，如上喜乐从来不衰减，  
祈愿众生恒常不间断，能得菩提萨埵之大乐！**

讲解：只要在任何众生还没有成就，还处在这个轮回当中的时候，祈愿他们的身体无病之乐，心灵无苦之喜，从来都不会有任何的减少；祈愿他们全部都能够通过修行六度四摄的菩萨行，而毫不间断地得到菩提萨埵的大乐！

**正文：祈愿世间三界地狱等，痛苦难忍地方之其中，  
所有一切有情众生等，都能得到极乐大安乐！  
寒冷之时愿能得温暖，同时也愿从菩提心云，  
降下无尽菩提安乐雨，饱受热恼众生得清凉！**

讲解：这个世界广阔而没有边际，而在这个世界中，因为众生自己的业力所感召，痛苦难忍的地狱等地方的显现，也是广阔而没有边际的。而在自己业力作用下，投生到地狱等痛苦境地中所会遭受的种种痛苦，也是根本没有边际，不会停息的。

祈愿所有处于这种无尽痛苦之中的众生，都能够在当下，就在地狱等痛苦的显现当中，突然就完全具有了犹如极乐世界一样的安乐，完全没有丝毫的痛苦！

对于那些处在根本就没有日月，一直都处在黑暗当中，因为寒冷而生水泡、水泡破裂、喊着冷啊、牙齿颤栗、或者喊着冻死了、身体冻裂如乌巴拉花、身体冻裂如莲花、身体冻裂如大莲花，在这样的八种程度不同的寒冷地狱当中受苦的一切众生，祈愿他们当下都能够得到驱散寒冷的温暖。

寒冷地狱据说就是在北方暗无天日的冰天雪地当中；也有说在地球和其他星球之间的没有任何光线、非常寒冷的空中。

对于那些正在八种程度不同的热地狱中受苦的众生，则祈愿能够从一切菩萨的智慧和功德的浓云中，降下大慈大悲的清凉之雨，而让这些众生所受的热恼，全部都变成清凉舒适的感受！

热地狱的位置，据说就在印度金刚座数千由旬的地下，其实我们的深深的地下，也是有着滚烫的融融的铁汁奔流不息之处，据说那里也是这些热地狱的所在。

**正文：利剑树叶遍布之森林，愿能变成清香檀香林，  
满山之上尖利之树木，愿能变成天界如意树。**

讲解：在热地狱的周围，还有十六种地狱，其中一种地狱的景象当中，完全就是浓密的森林，而在这个森林当中，所有植物的叶子，全部都是利剑，众生如果出于这个森林当中，就会随时随地被这些利剑的树叶所砍、所剁、所切、所削、所戳、所刺，痛苦难忍。

希望通过我的善业福德力量，能够令这种利剑森林的地狱景象，完全变成三十三天舒适无比、清香无比的欢乐园林。

另外一种地狱景象，则是在高高的山上，到处都长满了身上到处都是尖刺的树木，众生则会在这种树下，然后会因为看到自己的好友正在树梢召唤着自己，自己就会沿着树干向上攀爬，这个时候所有的尖刺都是朝下的，令自己在攀爬的过程中痛苦不堪；可是等到自己到了树梢的时候，却会发现根本就不是自己的好友，而是钢铁怪兽、铁鸦等，自己会被怪兽咬噬吞食，会被铁鸦啄眼，痛苦和惊慌之余，就会急忙朝树下逃窜；在沿着树干往树根部逃窜的时候，所有的尖刺又是朝上的，仍然会让自己饱受尖刺的伤害；可是等到了树根部的时候，却又会发现猛犬等兽类会对自己进行攻击。上不得下不得，痛苦非常。

希望通过我的善业福德力量，能够令这种尖利树林的地狱景象，完全变成天界的如意树林，令这些众生都能够满足和欢乐。

**正文：海鸥黄野鸭及天鹅等，自在鸣叫非常之悦耳，  
清香莲花开遍那大海，祈愿地狱全成此乐土。**

讲解：通过我自己的所有的善业和功德，祈愿所有的地狱的景象，全部都能够变成欢乐的海洋，在广阔的大海上，到处都盛开着、散发着清香的莲花，到处都是海鸥、天鹅、孔雀、黄鸭等漂亮的鸟儿，他们自由自在地游走，自由自在的歌唱，整个的景象，一片祥和和宁静，令人心境十分地舒畅，根本不会有任何的痛苦和恐惧。

**正文：祈愿炭火能变珍宝聚，祈愿铁床能变水晶地，  
祈愿众合大山也变成，布满佛陀供养无量宫。**

讲解：在热地狱当中，充满了炭火，而这个熊熊燃烧着的炭火，其实根本就是正在受苦的众生的身体，因为身体一直在炭火中被焚烧着，甚至连身体和火焰都区分不出来了。

祈愿能够通过我自己的善业和功德，能够令这种炭火刹那间全部都变成种种珍宝的堆聚，众生不再受那火焚的痛苦。

在热地狱当中，整个的大地，全部都喷射着灼热的火舌，祈愿能够通过我自己的善业和功德，能够令这个燃烧着的大地，刹那间全部变成五光十色水晶般清凉的地面，光滑平整，没有一点的高低起伏，就好像极乐世界的景象一样。

在热地狱当中，有一种景象，就是两座燃烧得通红的大山，将无数无量的地狱众生，就好像石臼研磨一般地挤压研磨成为碎末，大家好像都分不出彼此了；随后两山分开的时候，所有的众生又会自然复活，眼看着两座火山又会靠拢到一起，将所有人再次研磨，心中就会产生极大的恐怖。

祈愿通过我的善业功德，能够令这样的火山，刹那间变成布满了供养天女和种种妙欲的无量宫，而其中充满了无数的佛陀，正在对地狱的众生宣讲着正法。

**正文：火炭火石武器之雨等，愿能当下变成天花雨，  
互相刀剑武器交加等，愿能当下变成爱花抛。**

讲解：在等活地狱当中，天上随时随地都好像下雨一样地落下通红的火焰和火石，以及种种武器，此地狱的众生，随时随地都在如此的痛苦之中。

祈愿通过我的善业和功德，当下这个地狱的景象，就会变成天花乱坠的妙境，花朵清香、触感清凉，不会有任何的痛苦出现。

另外一种的地狱景象就是：所有的众生，不论看到谁，全部都看到的是自己的仇敌；不论手中拿到什么，全部都是可以杀人的各种武器，因此就在对于仇敌的痛恨的心理下，互相不断地用种种的武器厮杀着，就这样，一天之中，众生要经历五百次的生死，痛苦实在难以言说。

对于这种情况，祈愿通过我的善业和功德，当下令这种场景中的众生，眼中所看到的，全部都是自己的亲友；手中所能够拿到的，全部都是各种鲜花，然后就在和亲友嬉戏打闹的心情中，互相抛撒着花朵，不但没有任何的痛苦，反而充满了嬉笑和欢乐。

**正文：淹没难涉如火河流中，血肉尽去骷髅白森森，  
愿我善力令其得天身，缓流之中共天女嬉戏。**

讲解：这里又是另外一种近地狱的景象，当我们普通众生看到的仅仅是干爽的地面的时候，因为自己业力的原因，这个地狱的众生，则会看到根本就没有丝毫可以作为跋涉凭借的根本就跨越不了的河流，河水完全是好像烧开了的水一样的滚烫，弥漫着烟雾，根本就看不清楚任何东西。

在这种情况下，只要已进入这个河流之中，立刻就会将身体全部的血肉都烧熟而剥离，仅仅可以看到白森森的骷髅在随波逐流。

对于这种情景，祈愿通过我的善业功德，能够令这些众生，当下就能获得天人之身，这个滚烫的无法跨越的河流，也会当下就变成缓缓流动的清凉的小溪，这些众生不仅不会经受血肉剥离的痛苦，反而是在和漂亮的天女一起在小溪中嬉戏，一片祥和快乐的景象。

**正文：为何原本此处凶残之，阎王狱卒鸦鹭突恐惧，**

**黑暗众生突然见光明，寻思喜乐之力何处来？**

**抬头仰望发现虚空中，安坐威光炽燃金刚手，**

**祈愿众生欢喜离罪业，能够追随金刚手而去。**

讲解：为什么地狱之中一直都是非常凶残狂暴的那些长着猛兽头颅的那些阎王狱卒，以及那些铁鸦、秃鹫等，平时都是在摧残者地狱的众生，现在却突然之间惊慌恐惧地四散而逃？

地狱黑暗之中的众生，突然看到的光明降临，突然停止了经受从来没有停息过的种种痛苦，心中都在想着：到底是谁具有这么好的心肠，这么强大的力量，令我们能够得到这么难得的喜乐？

当他们这样想着的同时，抬头看向天空的时候，发现在空中安坐着全身都在放射着威严的光芒的金刚手菩萨！原来是这位大能大力、大慈大悲的大菩萨，将地狱的恐怖景象摧坏，令自己得到了这样的喜乐啊！

祈愿通过我的善业和功德，结合众生过去对金刚手菩萨的信仰、持颂、修习的机缘，能够令他们当下都能够非常欢喜地、充满信心地脱离地狱，而能够跟随着金刚手菩萨，去往佛陀的乐土，修行善业，享受乐果。

**正文：花雨伴随香水从天降，现前熄灭地狱之烈火，**

**突降安乐满足众生心，愿那地狱众生见观音。**

讲解：正在地狱中经受种种烈火焚烧的地狱众生，祈愿能够通过我的善业和功德，从天空降下混合着香水的花雨，清凉的花雨彻底将地狱的一切热恼全部都熄灭干净，希望那些得到了突然从天而降的大喜乐的地狱众生，都能够亲眼见到大慈大悲的观世音菩萨，并且能够随念起往昔修行观世音菩萨名号、心咒、灌顶的宿根，从而非常欢喜地追随观世音菩萨去往净土，修行善业，享受乐果。

**正文：好友弃恐欢呼而相聚，谁脱诸苦令得此欢乐？**

**护诸众生具大菩提心，不是五髻童子又是谁？！**

**天冠恭敬顶礼汝莲足，大悲泪眼顶受佛散花，**

**天女赞歌充满越量宫，愿见文殊脱地狱痛苦。**

讲解：本来还是一个将一个当成宿世仇敌地互相攻击和杀戮，怎么突然之间全部互相呼朋唤友地亲密无间，是谁让地狱众生不再经受杀戮的痛苦，而得以享受亲朋相聚的快乐？

除了那个早已经完满具足了殊胜菩提心，一直都在守护者众生的顶戴五髻的文殊童子大菩萨之外，还有什么人呢？

就算是帝释天、大梵天等所有天神的天冠，也都恭敬地顶礼你的莲足而进行供养，你那充满慈悲泪水的双眼，关切地看着地狱的众生，你的头顶上，到处都是诸佛对你进行赞颂和供养的花朵，无数无量的供养天女赞颂你的功德的歌声，充满了整个的越量宫。希望一切地狱的众生，都能够因为亲眼见到你文殊菩萨而生起信心、而脱离苦海、而到达净土、而修行善业、而成就正果。

这同样是通过我的善业和功德的力量，当下令这一切显现的。

**正文：愿我善根能令普贤等，诸大菩萨无垢大乐云，**

**降下充满妙香清凉雨，令诸地狱众生现前喜！**

讲解：总之，祈愿通过我的善业和善根，能够令普贤菩萨、观音菩萨、文殊菩萨、金刚手菩萨、虚空藏菩萨、地藏菩萨、弥勒菩萨、除垢障菩萨等所有大菩萨的纯洁无垢的大乐之云，都能够遍布整个地狱世界，同时能够从此大乐云中，降下充满了种种妙香的清凉之雨，

从而能够令整个的地狱世界，当下就变成没有丝毫痛苦的极乐之国，令所有的地狱众生，完全脱离一切痛苦，完全享受种种的喜乐。

至此，就是专门针对地狱众生而进行的回向。

**正文：旁生众生一一相吞食，如此恐怖愿其能远离；  
祈愿饿鬼众生能犹如，北俱卢洲众生常安乐。  
至尊大圣观世音菩萨，手中流出大海般乳汁，  
愿能满足一切饿鬼众，并能沐浴洁净常清凉。**

讲解：这部分的偈句，则是针对三恶道当中的旁生和饿鬼所进行的回向。

祈愿能够通过我的善业和功德，令那些一直处在互相吞食的恐惧当中的所有旁生，当下都能够摆脱被吞食的恐惧，摆脱被杀的恐惧，比如我们所说的大鱼吃小鱼、小鱼吃虾米等，就是对这种互相吞食现象的描述。

祈愿能够通过我的善业和功德，能够令处于饿鬼道的一切众生，都能够好像四大洲当中的北方俱卢洲的众生一样，随心所欲都可以得到满足，寿命长而一定，因此也就不会有杀生、非时死等痛苦；一切都是遂愿而得，因此也就不会有偷抢等事情发生；所有的环境全部都非常舒适和洁净，想排泄大小二便的时候，大地自然裂开，完事之后，大地又自然和合如初。祈愿饿鬼道众生，永远都不会有求不得的痛苦，永远都会如此的如意自在。

同时，祈愿我的善业，能够感召大悲观世音自在的大慈悲心，通过他手中的甘露宝瓶，能够毫不中断地流出犹如乳汁一般的甘露，能够令一切饿鬼道众生，全部都得到饱足，并且还能够沐浴洁净之后，得到身心清凉的快乐。

**正文：祈愿盲者都能见诸色，祈愿聋者都能听声音，  
祈愿孕妇能如释迦母，毫无痛苦安然而生产。**

讲解：在之前对三恶道的众生进行了回向之后，接下来就是针对人间众生的种种不如意事情的回向了。

祈愿通过我的善业和功德，能够令那些失明之人，清晰看到种种色彩；能够令那些失聪之人，清楚听到各种声音。

祈愿通过我的善业和功德，能够令那些所有的孕妇，全部都好像释迦牟尼佛的母亲那样，毫无痛苦地、好象处于禅定之乐当中一样地安然生产。

**正文：祈愿赤裸之人得衣衫，祈愿赤贫之人得食物，  
祈愿干渴之人得净水，还能得到美味之饮料，  
祈愿无财之人得财宝，祈愿悲痛之人得欢乐，  
祈愿失望之人得希望，并且信念更加之坚定。**

讲解：祈愿那些赤身裸体之人，能够得到四季的衣衫；祈愿那些赤贫之人，能够得到充足的食物；祈愿那些干渴之人，能够得到具足八种功德的净水，并且还能够得到各种美味的饮料；祈愿那些缺少财物之人，能够得到珍宝财物；祈愿那些因为亲人伤亡而悲痛之人，都得到真心的欢乐；祈愿那些失望绝望之人，能够重新拾起希望，并且对未来充满了坚定的信念。

**正文：祈愿世间众生所有之，一切病痛倏然得痊愈，  
并且祈愿所有之众生，永远不再出现诸病痛。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够令那些正在处于风、胆等因素所造成的四百零四种疾病折磨当中的病人，所有的疾病都能够刹那间得到痊愈；并且在之后，一切的众生都

不会再产生任何的病痛。

**正文：祈愿恐惧之人不恐惧，祈愿被缚之人能得脱，  
祈愿无力之人获能力，互相之间还成为亲友。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够令那些害怕恐惧之人，不再有任何的害怕和恐惧；能够令那些被绑缚控制之人，都可以得到释放和解脱。

祈愿那些懦弱无力之人，能够获得充足的能力；但是也不会因为能力的提高而造成互相不和，反而一切众生都可以好像亲友那样的亲密无间。

**正文：那些路途奔波之旅客，祈愿前途充满了安乐，  
不论为了任何之目的，祈愿轻松都能得满足，  
小舟大船水中行走者，祈愿都能心想事成，  
顺利安然到达水彼岸，祈愿能和亲友共欢聚。  
荒野无人迷路之众人，祈愿能够得遇他旅客，  
并且没有盗抢兽威胁，无劳安然而得到解脱。**

讲解：对于那些为了种种目的，而在路途中奔波的旅客来说，祈愿通过我的善业和功德，能够令他们所去的任何地方，都没有任何的疾病、混乱和战争等问题，全部都是祥和安定的目的地。

而且，不论他们是为了什么目的，都希望通过我的善业和功德，能够令他们全部都非常轻松地达成自己的愿望。

对于那些在江河湖海中为了种种目的而泛舟的人来说，祈愿通过我的善业和功德，让他们一切愿望都能够得到满足，并且能够顺利地到达彼岸，能够安然地返回家乡，能够和自己的亲友欢聚一堂。

对于那些在漫漫荒野中迷失了方向的处于恐惧和无助状态当中的人来说，祈愿通过我的善业和功德，能够令他们自然遇到其他的旅客，并且在接下来的路途中，不会遭遇任何的盗抢，也不会遭遇任何的猛兽袭击，最后能够非常轻松安全地得以脱离险境。

**正文：去往荒野难行路途上，或老或幼没有向导者，  
疲累交加昏昏而欲睡，祈愿一切护法庇护之。**

讲解：对于那些正走在无人荒野路途当中的或老或幼的人来说，因为体力不强，并且没有向导助手，因为辛苦和劳累而会昏昏欲睡，但是是否会遭遇到猛兽的侵袭呢？

祈愿所有这些人，随时随地都会有守护善法的护法众在守护，一路顺利自在地到达目的地。

**正文：祈愿摆脱所有八无暇，具信、具智并且得摄受，  
衣食所行享用都圆满，祈愿常能忆念生生事。**

讲解：祈愿一切所有的众生，都能够摆脱八种无暇，而获得有暇的人身，并且还能够具足以信心为代表的五自圆满和以得到善知识摄受为代表的五他圆满。

不但对大乘法义拥有坚定的信心，并且也拥有了了悟大乘法义的智慧，而且还得到了通达大乘法义的善知识的慈悲摄受。

不用任何的邪命方式，自然都能够圆满所有的衣食行为和享用，而且也祈愿一切的众生，都能够忆念起自己的生生世世，从而就能自然弃恶修善。

这里主要说的是在证得初地之前，因为证得初地之后，自然而然就会忆念起所有的生生世世了。

**正文：祈愿众生成就虚空藏，所有享用如意不中断，  
毋庸争执也不受痛楚，祈愿能够自在任享用。**

讲解：祈愿一切的众生，都能够成就虚空宝藏三昧，不管是有什么需求，根本不用经过任何的与人争执、遭受不安和痛楚等世间谋求享用时所常见的现象，完全能够自在随意地从空中获得一切的享用妙欲。

**正文：对于威势微小之众生，祈愿他们能得大威势，  
修行苦行之人色身弱，祈愿他们能得圆满身，  
祈愿世间一切之女身，都能遂愿转变成男身，  
祈愿世间一切之下劣，都能转上并且无我慢。**

讲解：对于那些没有任何威势或者威势微小的众生来说，祈愿通过我的善业和功德，能够令他们全部得到无上的威势。

那些养生、摄食、修行种种苦行的修行者，往往会将自己的色身弄得虚弱不堪，就好像米拉日巴尊者一样，别人乍一见他，甚至都搞不清楚他是人是鬼呢！

祈愿通过我的善业和功德，能够令这些苦行人，全部都随意地获得圆满的色身。

世间对于女子，都认为不如男身，比如说女子天生比男子更多病痛，比如说女子在观念中地位低下等等。

祈愿通过我的善业和功德，能够让所有的女身，都可以自然如意地转变成为男身。

祈愿那些世间认为种姓、地位低下之人，都能够在我的善业和功德的所用下，如意地得到上等的种姓和地位，并且还能够彻底不出现因为地位上升而产生的我慢骄傲心理。

**正文：愿我通过如此之功德，令那一切众生一无余，  
能够舍弃一切之罪业，恒常都能行于诸善行。**

讲解：祈愿能够通过我的善业和功德，能够让等虚空遍法界一切众生，都能够不再做任何的罪恶之业，而是恒常地坚持不断地做着种种的善行。

**正文：祈愿众生不离菩提心，并且能够实践菩萨行，  
常得诸佛慈悲之摄受，并能断除一切魔障业。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够令一切众生都能够永远不离开利益一切众生的菩提心；而且还能够真正身体力行地贯彻种种四摄六度等菩萨行。

祈愿通过我的善业和功德，能够令一切的众生，时时刻刻都被一切诸佛所慈悲摄受，并且能够在佛的教导之下，断除一切不善的邪见、邪命等种种魔障之业。

**正文：祈愿一切所有之众生，能得无量长久之生命。  
祈愿恒常能安乐生活，非时死声也不会听到。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，凡是那些希望自己生命长久的众生，都可以如愿地活得无量长久之生命；并且能够一直生活在安乐当中，就连非时死这样的名字都不会听到，一切都会圆满如意地生活下去。

如果是正在处于痛苦当中的众生，则祈愿他们能够迅速地脱离痛苦，得到同样长久快乐生活的新生命。

**正文：在那如意树之园林中，诸位佛陀以及诸佛子，  
正法妙音到处都可闻，祈愿佛陀法音遍十方。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够在一切众生所生活的由如意树所构成的园林之中，到处都可以听到佛和佛子们讲述大乘空性正法的法音。

**正文：众生所处一切之地方，没有任何石子等嗑绊，  
到处都是柔软如手掌，种种珍贵宝石所铺就。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，让一切众生所生活的地方，全部都变成平坦无比的大地，也不会有任何的石子等磕磕绊绊；并且，所有的大地，全部都是好象和童子手掌一样柔软的各种宝石所铺就。

**正文：所有一切主导和眷属，祈愿全部都能够变成，  
众多菩提萨埵用妙行，庄严整个世间之大地。**

讲解：在这个世界上，有很多的不同种类和性质的众生所组成的群体，在每一个群体中，都会有自己的领导者和追随者，有些是商业方面的，有些是文化方面的等等。

祈愿通过我自己的善业和功德，能够令这些所有的群体，全部都变成地上菩萨为主尊的正在宣讲、听闻、实践着大乘正法的群体，令正法将这个世界全部都庄严起来。

**正文：祈愿一切所有之众生，从那鸟鸣、树动、阳光中，  
甚至从那无尽虚空中，随时能听大乘正法音。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够令一切众生，不分时间和地点，就好像身处在极乐世界一样地，都能够从鸟儿的鸣叫声、风吹树动声、日月光线中，甚至能够从无尽的虚空中，听到大乘空性正法之法音。

**正文：祈愿一切所有之众生，随时得遇佛陀和佛子，  
祈愿能用无尽供养云，供养众生导师和眷属。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够令一切之众生，随时随地都可以会遇佛陀和佛子，并且能够用那无尽的供养之云，恒常地对佛佛子、上师、善知识等能够引导一切众生的导师以及眷属进行供养。

**正文：祈愿天神按时播雪雨，祈愿庄稼全部都丰收，  
祈愿国主能如法治理，祈愿世间事业都发达。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够令掌管风雨雷电的天神，全部都能够按照所有众生的心愿降下雨雪，到处都风调雨顺，所有的作物全部都能够得到大丰收。

并且祈愿国主能够按照正法的原则来治理整个国家，令整个世界上的所有国家，全部都能够得到很好的发展。

**正文：祈愿一切药物具效力，祈愿密咒修行都成就，  
祈愿飞空罗刹等鬼众，都能具有真正慈悲心。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，令世间一切的药物，都能够具有治疗众生任何病痛的药力；祈愿那些修行各种真言咒语的人，也都能够迅速地得到真言的成就。

祈愿那些以伤害其他众生为乐，甚至是吃人肉、喝人血的罗刹鬼众，包括任何食用别的众生血肉的所有的众生，全部都会了解正法的道理，并且都能够真正地生起菩提心，不再恼害任何的众生。

**正文：祈愿一切众生都无苦，不造罪业也无有病痛，**



**无怖无畏不遭受欺侮，心中无时不充满快乐。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够令一切的众生，根本就不会遭遇任何的痛苦，一切的众生，全部都不会再造作任何的罪业；身体也不会有任何的病痛；心中不会有任何的恐怖和害怕的心理；也不会遭受任何的欺侮；所以，一切众生都会随时随地的处在欢乐祥和的生活当中。

**正文：祈愿一切经堂和寺庙，持念课诵都能够善好，  
祈愿一切僧众能和合，僧众一切愿望都实现。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够令一切佛教正法存在的寺庙和经堂，正常的讲经说法持诵修习等都能够顺利进行。

祈愿一切的正法僧众，全部都能够六种和合，无诤无恼，并且一切僧众弘扬正法的愿望全部都能够得到实现。

**正文：祈愿追求学处诸僧众，都能得到身心之寂静，  
祈愿舍弃所有之散逸，内心都堪修持诸正法。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，令所有追求戒定慧三学的僧众，都可以得到身体的寂静，不追求世间八法；也可以得到内心的寂静，不被烦恼所掌控。

并且祈愿他们能够舍弃所有外放的散逸，都能够一心调柔地成为堪修正法的法器。

**正文：祈愿比丘尼众有所得，并且没有争辩和受辱，  
同样祈愿所有出家众，都能清净持戒无违犯。  
祈愿能够知晓违戒事，并能真诚除罪令清净。  
并能再次得到善道乐，还能守护禁戒不违犯。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够令出家的比丘尼众，如愿地得到修行正法的资粮和供养，并且也不会因为这些资粮和供养，而产生任何的争执；也不会遭受任何的欺侮和侮辱。

同样也祈愿所有一切的出家众（沙弥、沙弥尼等），也都能够如法地守持着各种应持的戒律。

即使曾经有过违犯戒律的事情，也都祈愿他们全部都能够及时地明白过来，并且能够通过正确的对治手段，将所有的罪业全部都清除干净。

不但他们不会因为曾经犯戒的事情而堕落入恶趣，反而还会因为忏罪清净，还希望他们仍然能够善道之乐，并且还能够在不被诸乐所干扰，继续能够清净地守护着种种的禁戒行。

**正文：祈愿各位智者得恭敬，并且能得修行正法财，  
内心仍然能保持清净，愿其声名能远播十方。**

讲解：祈愿能够通过我的善业和功德，令那些精通大乘三种学处的智者，都能够如意地得到众生的恭敬和信仰，并且也能够自如地得到修行和传播正法所需要的法财。

而且在他们得到了法财和恭敬之后，仍然能够保持自相续的清净和寂静，从而他们真正正法智者的声名，能够传遍整个十方世界。

**正文：祈愿众生无恶趣痛苦，也不经历任何之艰难，  
能得胜过天身之妙身，并能迅速成就佛陀果。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够令一切的众生，都不会遭遇到三恶趣的痛苦；也不会经受任何的艰难和困苦，就可以得到比天身还要殊胜的暇满人身，并且利用这个暇满

人身，迅速地成就圆满的佛陀果位。

**正文：祈愿一切众生不断地，能够恭敬供养诸佛陀，  
佛陀之乐实不可思议，能令众生恒常伴欢乐。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，一切的众生，都能够不断地、持续地对一切诸佛进行供养，并且因为供养的功德，在不可思议的佛陀大乐的加持下，一切众生也都可以永远具有安乐。

**正文：祈愿一切菩提萨埵众，利生事业全部得成就，  
祈愿所有一切之佛陀，都能看顾所有之众生。  
同样祈愿缘觉声闻众，都能得到应有之安乐。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，所有一切菩萨之利益众生的事业，都能够顺利地得到成就；祈愿一切的佛陀，不管是在发心时，积集资粮时，还是在成就佛陀果位时，都能够慈悲看顾到所有的众生。

并且祈愿所有的声闻和缘觉修行人，也都能够得到应有的无我和涅槃之乐。

**正文：我受文殊菩萨之大恩，直至证得初地成就前，  
愿能恒常忆念过去生，愿能生生出家修正法。**

讲解：作者佛子希瓦拉，在出家之前，是印度一个国王的王子，就在他即将继承王位之前的一天晚上，他突然看到文殊菩萨坐在王位之上，对他说：“这是我的位子，你不应当坐在这里。”

因为这个启示，作者佛子希瓦拉，就连夜逃离了王宫，来到了那烂陀出家，成为了一个修行正法的比丘。

他一直在感念着文殊菩萨的恩德，因此他在这里说：希望我能够在文殊菩萨的大恩加被之下，一直在证得初地果位之前，都可以生生世世地忆念起过往生的情况，并且在这样的清晰明了善恶取舍的情况下，可以生生世世都出家修行正法。

**正文：祈愿我能用些少食物，圆满维持自己之色身，  
整个一生都在寂静处，圆满如意修行大乘法。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，能够令我仅仅食用少量的食物，就可以很好的维持我的身体和生命，从而得以在整个一生的时间里面，都能够在寂静的山林中，精进地修行着大乘空性的法义。

**正文：祈愿任何时候想见面，或是希望提出些问题，  
至尊大圣文殊菩萨者，能够随时无碍得见面。**

讲解：祈愿通过我的善业和功德，不论是我什么时候想见面，或者是想提出一些法义上面的问题，都可以随时随地的见到至尊文殊菩萨的尊颜。

**正文：祈愿为了等虚空众生，都能引导到达佛地谷，  
如同文殊菩萨之所行，我都愿意同样地修行。**

讲解：为了能够真正地利益一切等虚空众生，能够将他们全部都引导到达佛地，过去文殊菩萨都进行过什么样的修行，我都愿意完全一样地修行实践。

**正文：只要虚空还存在一天，只要众生还存在一个，**

**我都愿意住在轮回中，永远清除众生之痛苦。**

讲解：只要这个虚空还存在，只要整个的轮回中还有一个众生，我都愿意不成就佛果，而是继续住在轮回之中，去清除任何一个众生的任何身心的痛苦。

**正文：不管众生有任何痛苦，都愿承担我一人身上，  
祈愿一切菩萨圣僧众，都能利乐一切之众生。**

讲解：不管等虚空遍法界的所有众生有任何的痛苦，我都愿意自己一个人来承担；也希望通过我的善业和功德，能够让所有一切的菩萨圣僧众，都能够为了一切众生的利乐而精进修行着菩萨行。

**正文：众生痛苦唯一之妙药，一切安乐唯一之生处，  
佛陀了义大乘之正法，愿有所得并能久住世。**

讲解：佛陀所亲口宣说的大乘了义空性的教证二法，尤其是对此二法的讲解、听闻、思维、实修，是唯一可以解除所有众生痛苦的唯一妙药，也是能够令众生得到暂时和究竟安乐的唯一源泉，希望佛陀的了义教证二法，能够得到应有的恭敬信仰和法财供养，能够永远地住世传播下去。

**正文：大恩加被令我出尘世，至尊文殊菩萨我顶礼！  
大恩加被增我之慧命，至尊大善知识我顶礼！**

讲解：如同上面我们所讲述的那样，作者佛子希瓦拉，正是在文殊菩萨的示现之下，才脱离了王宫的生活，去往那烂陀准备出家修行。

而等他到达那烂陀之后，在大师堪布加瓦拉的剃度下，作者佛子希瓦拉才得以顺利地成为了出家的比丘，并且也在这个大师的大恩下，得到了自己的这个名字，所以说，大师加瓦拉，相当于令作者佛子希瓦拉的慧命得到了增长和成熟，恩德也是非常的大。

因此，作者在这里对文殊菩萨和大师，以及其他任何可以教导众生修行大乘正法的大善知识，都恭敬地进行顶礼。

《入菩萨行论》之第十章回向章竟。

《入菩萨行论》全文竟。