哦，扎西德乐，我们在这边呢开始不共加行的部份，第一部份是皈依的部份，这个里面呢，就是在佛教的修行里面，皈依佛、法、僧三宝以及三宝总集的上师，这个就是皈依，但是皈依的话也有一些基础，就是说之前我们共同外前行里面学到的，就是说一般的人都会有从过去到现在，每一次在生命当中，在轮回当中呢，会造下不同的一些罪业、善恶业。那这样子就是说：皈依的时候也有基于理解前面的共同外前行的部份，暇满难得、寿命无常、轮回痛苦和因果不虚这些部份。之后要想到因为暇满难得，这次得到之后应当非常珍贵，如此珍贵的生命又容易失去、是无常的。这个珍贵的生命得到以后又是无常的，这个现实的功名利禄、财色名食睡等这都是暂时的，意思说等我们闭上双眼的时候，外在的物质基本上对我们没有太大的益处，所以虽然还是需要外在的物质，一直到生命的最后一刻，但是这种的需要我们可以从不同的角度去理解。它不长久、它的暂时性，以及它最终来讲对我们这个方面对我们有所了解的话，……会产生一些误解，错误认知物质作用的，它和我们错误的概念当中走出来，所以产生对今生某种执著的出离，什么都要好，什么都要全，甚至所有的目标都是为了丰富今生。今生的物质，包括今生的生命、延寿，都可以理解。如果他变成你唯一的目标，修行的目标和世间的活动，你没有更长远的打算、远见。所以这个造成一种局限，最终来讲他们分崩离析。这个生命崩塌的时候，你从来没有照顾过其它的这些这种更长远的虔诚。没有做过任何更好的准备。意思是长远的安乐、长远的利益、长远的目标这个是比较重要的。我们不能光沉浸在短暂的利益和短暂的目标上面，所以有一种对今世和现世的出离心。之后又学习轮回痛苦和因果不虚来知道即便是我们有超越现实的目标，今生的目标，但是往往也会想到来生来世，希望再一次获得人身，希望再一次回到自己的故乡，甚至成为自己现在的国民身份，或者是在这个当中求得富贵，求得权威的这种的想法。所以这样的时候也是这里面因果不虚和轮回痛苦里面讲，不断的转世，不断的得到每一次人天这样的生命，每一次获得人天生命也不见得真的有意义。所以即便我们长寿、即便我们长久的富贵，相比较今世的人身还是很长的，但是究竟来讲还是一个不究竟的地方。但是在佛教的修行里面，真正你是一个追随证悟的脚步，求轮回解脱认识的所有的障碍这样的一个人来讲的话，就不应该局限在希望来生好的这个概念上面。

用尽所有修行或者积善的目标呢，积福积德积智慧的资粮这些的目标仅仅是为了来世，所以就用因果不虚、轮回痛苦来破斥对来世的物质舒适，对某一种顺境和幸福的渴望在轮回当中继续享受的一种想法。所以在这个里面之后呢，如果你有出离今生来世的出离心以后，如何去出离？如何去解脱？就会有解脱的利益和依止上师。解脱利益的关键是依上师去闻思修，持续修行戒定慧这样的一些目标。比较深切的一种凡夫从内心当中比较成熟，酝酿以后比较成熟。心中有想要精进的智慧、获得究竟的智慧，超脱轮回的束服。不然的话如果学佛的目的仅为世俗的目的、功利的这种物质主义的一种目标，一切为我所用、为我所取，那怕是追求今生解脱佛法，用来服务世俗的目标就是有点大财小用一样，或者是说比较可惜。但是又说佛法当中的出离心有很多的层面，对非常非常执著于财富啊，执著于实物啊，甚至是执著五蕴五观的感受啊，这类的，这样子的话有很多的这些训练的方法，那这个意思是说你没有这些并不说是你自然就有出离心。或者你拥有很多就没有出离心。你拥有的财富和名声和出离心其实没有太大的关系。但是每个人的性质不同，贫穷人也有可能会很执著名声和财富，也有相对的烦恼和追求，富裕人里面可有可无，没有也很自在。有也些人越有心还是很贫穷。总的来讲世间的这些你如果抛弃所有的家人和财富如果心里没有生起真正的出离心，其实没有太大的意义。那心里生起出离心你拥用很多财富并不会障碍你，所以就是说财富的多寡不是一个出离心的标准。否则的话我们说世上有那么多贫穷的社会是不是他们都有出离心啊？或者大部份人都具有出离心啊？根本不是。所以要理解这种舍世者。舍弃这种世俗生活的人，但是他是少数人修行的一种方式。对于大多数人来讲，在世俗当中去领悟去学习和去修行，这些是比较贴近他们的生活。所以皈依的道路就是这样子的意思。就是皈依佛、法、僧三宝，那我们真实的去学习、入门，内外道的区别应该是用皈依上来分的。当然也有间接上分的，如四法印：诸行无常，有漏皆苦；诸法无我，涅槃寂静。有没有间接去分：内道、外道、或佛门弟子。但是另外一种分法就是你决心求解脱，或者为利益众生而求解脱。甚至为了人天的福报，但是不求解脱，或者为了人天福报，基本这种发心。三种发心。那这些我们说需要有信心，才能皈依佛门。

信心是一切趋入正法之门的，皈依的基础就是信心。你对某种事情有信心你才会从事。比如你对某一个人的感情，或者对他的人格内心这些有信心，你才会去皈依某一个特定的，意思是说和某个人合作的时候也需要有一种信心。你去完成某一项工作，或者和某一个人结婚，我相信当然现在社会很复杂有各种情况，但是一般来讲还是基于某种信心。信心我们之前在课堂里也说过。信心就是清净信、欲乐信、胜解心、永不退转的信。就是有很多种内外密的皈依。所以简单来讲我们愿意受上师的保护，愿意受佛法僧的一种保护。那这种皈依有外皈依，内皈依，气脉明点的皈依，或者自性本体坛城的皈依。但是不太了解的说我们寻求精神的保护、心灵的保护，那我们寻求身体的保护，这样子的话有点像，怎么说呢，像我们有一种居所，我相信这里面我是安全的，不会受到威胁。所以这一种保护。比如小孩子遇到恐惧的时候自然想到向妈妈寻求保护。在街上的人如果遇到一种危机的话会向警察寻求保护。这里面不是一种世俗的目标当中的保护，它是一种精神上的，经由这个完整的道路以佛为目标，以证悟的方法，这条道路作为今生修行的道路。僧呢，就是熟悉这条道路，志同道合。或者有这条道路往返的经验一样。所以这就是僧。意思说实现目标的道路方法，与之同行，一起互助、能够彼此启发和榜样一样。这就是佛法僧的保护。首先确定这是一个好的目标，第二个是这个不是错误的目标而是正确的方法。与你同行的道路上的人应该是助伴，或者选择一个对的同行者。

信心里面一般分为：**清净信**、**欲乐信**、**胜解信**和**不退转信**。清净信的意思是说，当我们到某一个地方，看到一个庄严的寺院啊，佛菩萨慈眉善目比较肃静，或者听到一些唱诵佛经梵乐的时候感受到佛陀的震撼和伟大，或者佛法深广深厚的力量，这时候会有一种欢喜，或者有些人会感动而流泪。有些人说一看到观世音菩萨的时候，被观世音菩萨所代表的大慈大悲震撼。或者看到地藏王菩萨的时候被地藏王菩萨的大愿所感动。这种就是一种清净的信。就像我们说的有些人看到自己慈爱的母亲，或者具有某些善德的佛像的时候，会有这种感动、很感恩。希望得到他们的庇护加持。所以一般是这样子，但这种感受会因为其它的经验会产生比较短暂。一时间看到这个照片，这个像，或者听到这些经文，阅读的时候很有信心。但是离开寺院佛堂，俗世间一大堆事情忙碌的时候，开始的时候就忘记这种法喜、这种清净。所以这个需要长期慢慢培养这种法喜。

欲乐信的时候，开始有些信心，有些人从来不信佛，一听到唱颂代表的意义很深或者能触动自己的心弦。所以在这个产生以后，有一些法师金刚上师法友讲到这些轮回的苦难、果报，原来我们是生在三界六道当中，还有下三道或者上三道，还有三善道三恶趣这样子。我们所经历的这些都是经由自己的过去现在积累的这个福报善心而得到一种快乐，因为过去和今生当中造下恶业，增加这些伤害，所以最后获得这些痛苦。所以知道这是因缘果报，善恶取舍以后，自愿希望能够种植一些善的因，将来得到快乐和善的果。希望能够断除恶。希望避免恶和恶的因缘，避免承受苦果。明了作恶及恶果而生起断除这种恶行之心。因为知道善法和福报功德而生起善法之心。所以这种欲乐的心，对因果深信不移，乐善好施。约束自己的行为。身口意的这些负面的力量。虽然说生起这个因果的一些见解，善恶的取舍这些是很难能可贵，但是一般的人种善就是为了追求世间的幸福这种的心态，就是追求今生来世的这种快乐。欲乐当中一部分因为知道这种六道的苦，所以产生出离心。另外知道无常产生出离心。但是还会有一部份向往三善道。所以总的来讲，欲乐的乐字意思是俗世间六道的乐还有出离轮回，证得菩提的这种大乐。所以要生起清净欲乐的信还不是那么容易。特别是为了完全出离六道轮回的心。有些只是身心放松，舒适。好像比较感动的一种状态，欲乐的话象我们所说的一样有大的和世俗间小的。出离轮回的欲乐是比较大的。希望证得佛果，遍知一切的果位。基本上可以说是这二种，所以可以想一下，过去诸佛菩萨为利益众生，善巧和智慧度化众生的心。欲乐的心不仅是我一个人欲乐，所有的世界上所有的众生没有一个不希求快乐，不希求这些究竟的乐。但是不知道如何去求，或者不知道还有这些道路，今生的道路。仅此而已。所以在这个欲乐当中，能够持续的为利益众生提升到这个层面，出离心不仅如此，把这种欲乐清净的心持续增长不退转，这种方法就是不断追随闻思修，不断追随这些成就者和善知识。

然后胜解信呢就是说清静心，欲乐是前期的一些部份，然后慢慢增长慢慢增长，不可或缺。这样以后就是有时候会虔诚心不在。比较短时间会消失一段时间，但是这个信心随着这种**？**因为清净信和欲乐信有一定的基础以后慢慢会增长。渐渐的多了解佛法的利益，就知道原来三宝的功德不可思议。三宝所指示的整个教法，不论是自己身处在顺境快乐当中，逆境或者痛苦当中，或者是贫富健康还是疾病，生还是死，永远把三宝当成自己唯一的皈依处，内心当中渐渐有一种坚定不移，不会因为无常的变化而改变的一种信心。这种就是胜解信。胜解有知识性的胜解；超越的这种信心带来的胜解；还有一种是证悟带来的信解。所以实证的这个方面，真正明白了悟空性以后，再也没有什么，那怕是佛陀在你面前示现。真正明白了悟了空性以后。心里有数不会动摇。有这样一种间接上的。所以说，因为有一些的信心是因为受到一点挫折，但是自己的目标很世俗的，今生的这些目标，虔诚祈求佛菩萨，结果自己没有如愿的时候或者受到挫折的时候，因此怀疑三颇高宝，认为佛法没有保护我，对三宝的信心有所动摇或退转。所以这种受到现实的影响力，功利的一种影响力，这个说明 我们本身求的就是功利这样子。动摇原有的虔诚心。但是胜解就不是这样子，胜解的人知道有？三世一切有因果，把自己的一切托付给三宝。做一切的善行，避免一切的恶行。并不是为了今生今世得到，马上吃快餐一样，想要得到现实的安乐，现实的快乐。如果不行的话，就没有生存的了知和信仰。为了自己，真正的这种胜解信，为了利益自他，能够出离轮回，获得究竟的安乐，究竟的解脱。并能够把利益众生做为已任，希望至一切众生本初圆满的佛果位。所以这些信心无论在任何时候，那怕是生死，那怕最后一口气的时候也不会有任何动摇，不会对佛法僧三宝或者上师不会产生副面的影响力。所以基本上达到这些的时候就产生不退转的信心，本来讲的信为道源功德母，所有的这些善法的这种积累都是因为对善的信心。对乐的或者对解脱的一种追求。信心是产生一切善法的功德。佛陀曾经讲，没有虔诚心，没有信心的话善业和白法不容易成熟在一个人的身上。没有信心的人去修行变成一种哲学的思维、哲学的观念，变成哲学家的追随者。修行的时候，对实修实证的修行人来讲完全不一样，所以没有信心的人就像种子被烧或者烧焦种在肥沃土地上也不能开花。信心又是圣者七财之一。我们说“信、戒、闻、布施、精进、惭愧、智慧这些。经由这种信心之财可以获得人天的福报，能够证得罗汉涅盘，也可以获得菩萨道地的果位，乃至成就圆满的佛果位。所以信心是摩尼宝，信心是无尽功德的源泉。信心像双脚或者像鸟的翅膀可以飞入解脱，般若解脱之门，信心就像我们的双手把一切善法拥揽在我们的怀抱里面，所以修行佛法、皈依佛门的时候首先了解一种佛力的加持，或者说经由善的循序渐进，最终获得提升、获得加持。获得这些善的影响。必须尽量保持一颗恭敬和虔诚的心，所以有一些说法说佛法当做一个钩，有信心的人心里就像有一个环。钩搭在环上的时候就刚好把他从轮回当中解救出来，所以没有学习佛法好像没有这个钩，没有虔诚心信心的话好像没有这个环。钩环不相扣的话，两个环也没有办法的。所以意思是说用信心的环遇到认知佛法的钩，这样子的话能够度化自己度化别人这样子。所以不论佛菩萨的智慧他们的加持和慈悲像太阳一样洒遍任何一个方域。没有任何分别。但是如果我们的信心就像房子的门或者窗户打开一样，可以让阳光透进来。没有信心的人就像关闭了这扇门这扇窗一样，佛菩萨这种悲智智光没有办法渗透进来。信心有多大就能得到多大的加持力。对上师三宝很强的信心能得到很大的加持；很普通的信心得到普通的加持；只有稀少的信心，只得到稀少的加持；一点都不信任上师三宝的话一点也得不到任何加持。佛菩萨本身不是因为他们的力量，而是取决于我们内心的接受度，这个信心的环有没有真正升起来。佛陀对一切众生没有分别、没有远近。只要我们能够有这种信心，佛菩萨必定会加持我。没有信心恭敬心的人加持力不会发生在他们身上，即便遇到真佛也没有任何意义。遇到释迦牟尼佛本身，就像以前佛陀身边的善星比丘和提婆达多，他们对佛陀开始有一些虔诚心，追随一些年，最后由于种种恶业的涌现失去了对佛法的信心和恭敬心。所以这是说在我们佛弟子当中圆满一切功德的这些佛在他们眼中是甚至是凡夫一样一无可取。这样子最后他们也得不到任何法益还会变成造业的来源。所以以前佛也讲过：任何地方，谁有虔诚心我就在他面前。所以有时候我们在佛堂里面有虔诚心，旁边有法师的时候有虔诚心。但是在社会上面，在家里面，在生意场上完全没有这种基本的善恶取舍，懂得因果的这些心。不怕因果，也不怕造恶业，这样子说明我们不是真正懂佛法，而是我们讲的，外在的寺庙，佛菩萨、佛塔，只是惊醒我们，象征佛法僧三宝。所以我们可以常常去领受这些加持，但是无处不是道场，只要你是真正虔诚的皈依的人，那怕身处荒郊野外身处沙漠当中也知道三宝也不离你。不必听到寺院才他们慈悲的加持。所以信心特别重要，像你们如果有人读过玛尔巴、帝洛巴或者米勒日巴的这些故事，里面都有，曾经有米勒日巴的弟子看到米勒日巴有神通后问你一定是佛陀金刚持的再生啊。所以你这一生当中杀了不少人，造了不少业，怎么可能一生修行就成就如此大，你一定是佛菩萨转世。米勒日巴回答说：其实你们是对我的一种恭敬而说这样的话，但对修行佛法来说是最大的诽谤。我是因为深信因果，曾经种下恶业，知道自己种下的恶业一定会堕落下三道，甚至堕地狱，我尽量用最大的心力去修行，花了最大的心力去忏悔。集资净障获得显密圆满的修证，这样子以后才有今天的成就。不能说我是天生化身成的这个样子。米勒日巴讲的意思是说因为他害怕因缘果报，然后佛菩萨传授的智慧深信不疑，所以很努力的修行，最后获得这种超越生死的证悟。所以因为害怕无常、也害怕因果奋起修行。最后获得这种超越生死的证悟。另外莲花生大士说无论男女，谁有虔诚心，我不住别的地方，我的寿命没有生和死，每一个虔诚心的面前都有一个莲师。所以佛菩萨的加持有点像太阳和月亮的光。每个江河里面都倒印太阳和月亮的光，即便是莲师只有一尊，有些人可能会想他在罗刹国是不是顾及不到我们，不是这样子的，“千江有水千江月”，天上的一轮明月能够映入千万的江河湖海当中。 同样的对圣洁的人来说内心有善法有信心的时候都会产生这样的加持。

另外一个很有名的故事，就是因为信心而超越的故事。就是狗牙生舍利的故事。西藏以前有个老太太和独生子在一起。儿子有生意头脑经常去印度做生意，一般有茶叶和丝绸运过去，还有许多其它商品。这个老太太几次三番叮嘱儿子，说你去印度在菩提迦叶希望带回来一些圣物和加持物。我需要礼拜的东西，希望你能带回来一些佛陀的加持物舍利这些。但是每次儿子几次三番都忘记了。最后一次老太太年纪也大了，老太太非常伤心，说你也是个不孝之子，为什么让你带回来佛陀加持品每次都忘记，这样子说了一些重话。他儿子做生意太忙了，回来的路上儿子看到屋顶的时候突然想起来母亲的话，她一定会很生气，左顾右盼看到一只死去的白狗在路边，用一颗石头把狗牙犬齿敲下来用上等的丝绸包裹起来。回到家妈妈问的时候说这次没有带别的东西，把丝绸里面包的很好的狗牙说是世尊的牙齿恭恭敬敬的交给妈妈。他妈妈看到狗牙的时候说佛陀的牙齿怎么这么尖啊？儿子说这是佛陀的犬牙所以比较尖。所以他妈妈很相信。但是不论如何老太太每天用虔诚的心经常礼拜修行，后来狗牙就渐渐生出很多舍利。老太婆往生的时候天空出现彩虹光晕这样子出现很多瑞相。大家深为赞叹，后来很多人说你家有佛牙去拜一拜，儿子觉得有些不妥就说出了真相。但是老太太因为无比的虔诚心拜狗牙如同佛牙，得到了真正的佛的加持。佛肯定不在外在，而在内心当中。所以西藏广传一句话，说只要有虔诚心，狗牙也能生舍利。

其它还有很多故事讲到虔诚心的种种的重要性。对于修行佛法的人来讲，信心坚定有时候能超越很多。没有信心的时候做的事都是很表面的、很应付事的。没有感受、没有验像，不会认真的持戒，不会发自内心的发菩提心。更不会生起种种证量。胜义谛的证悟唯有坚定的信心才能升起。理论上面能说会道，能够背诵百部的经典，但是没有对上师有超越的信心，没有对三宝有一种超越的信心，上师有如佛的这种信心的时候呢，其实心里面没有融入加持，心里面没有成就。所以证悟的方法，最直接最上乘的就是有信心。不共的信心产生不共的加持。上师与三宝无二无别。所以生起即生成佛这样的能力。不退转的信心要有很大的福报。或者经由闻思而进入不退转；经由证量而进入不退转。实证实相不退转的这种信心和理论的一些学习这两个可以相辅相成、相得益彰这样子。所以说以前岗波巴大师问米勒日巴尊者说我修行到什么时候可以摄受弟子？米勒日巴尊者说你修行和现在不一样，对信心有所证悟，对我这个父亲生起如同真佛一样的坚定的信心，就是你摄受弟子的时候。所以我们能够得到佛菩萨的加持，能够证悟信心，获得解脱利益众生，这些就是不退转的信心，就是成就的要决，不退转的信心就像一把金钥匙，一把能依药治百病，一把钥匙能解开所有困难的锁，所以也是开启进入佛法修行之门光辉殿堂的钥匙，让我们最终证悟心的本体。所以我们这个部份就先讲到这里，希望大家认认真真的结合普贤上师言教这本书，大圆满前行备忘录这本书来比较仔细认真的反复去阅读，不要读太多，一章一个节这样去读，然后去坐禅，进一步细化思维和分析，再进一步在日常生活当中对内心有没有升起信心，清净信、欲乐信、胜解信、不退转的信这里面当中有那个层次的信心经常去串习，这不是说不退转的信心一下子会生起来，前面这些都是很重要的，不可缺少的，渐渐会生起不退转的心。基本上都是这样子的。我祝福大家周末愉快，身心健康。

做一个回向：（汉文）

此福已得一切智，摧伏一切过患敌;

生老病死犹波涛，愿度有海诸有情。

（藏文回向此处省略）

另外一个就是说，我和大家说一下我前些天因为到处旅行的关系，有时候没有按原有的计划去把每一个星期当中都没有做，但是有一些是录的时候上传的时候出现问题。所以一次性传不上去，中间卡住再复传的时候一般都没有任何反映。可能是手机，他们说一般电脑上不会出现这种问题。手机上偶尔有。网速特别慢的时候反而更多次出现这种状况。所以比较报歉没有按照约定的计划完成所有的这些部份，这也是一种借口吧。但是我可以跟大家说修行无常的时候，应该想到佛法上师或者修行者这些要遇到或者持续的遇到都需要很大的福报和功德。自己要认认真真的以皈依发菩提心去聆听，用一个虔诚的心，即便是听课的时候，即便是录音，如果能烧一柱香，自己双盘或者单盘坐下来，面对前面的手机。人身难得我已经在这边，佛法难遇手机录音在这边。更难得的是因为实实在在的闻思修当中产生法喜，不断的领会和融入内心，法融入自心，这个是所有人努力的目标就是让法融入自心。所以在这里面想到我可以花散漫的时间走来走去或者开车散漫当中听三遍五遍还没有听清楚。还没有眼耳鼻舌身专注在几十分钟的课程里面，所以认认真真的听一遍甚至做一点笔记，很专注的思维。然后按着笔记来入定。然后看相关的一些书。晚上的时候早上的时候翻一翻，这样的话，一次性修完前行的时候，你可能出离心、菩提心、空证慧的证量可能一并产生，在大圆满前行里面，不然的话我们可能花更多的时间，效果也不好，所以专注的把身心从世俗的散乱当中解脱出来，听闻佛法及其重要，这是我在这里跟大家多说几句。吉祥如意！扎西德乐！