扎西得乐！

我们继续皈依修行的部份，然后先发菩提心。为了一切众生，为度化众生发无上的菩提心，这是皈依的动机，本身我们受戒的时候皈依也是这种动机。

也可以念偈颂：**诸佛正法贤圣三宝尊，从今直至菩提永皈依。**

 **我以所修施等诸资粮，为利有情故愿大觉成。**

这样重复三遍，一次比一次心能够真实的发菩提心这样子。然后我们现在讲皈依的内外密、极密的这种皈依。外皈依的话一般就是皈依上师，就是我们现在讲的皈依佛、法、僧三宝，以佛陀为本师，以佛法的修行解脱的正道做为法，然后以僧众为助伴。这个僧在小乘佛教里面讲是四位比丘以上的僧众；大乘佛教里面讲的是见道的圣僧；密乘里面讲的是以清净见为基础的曾经我们闻法方式里面的五种圆满，这种就是把修行的一切当做僧。这种在密继修行当中因为有一种清净见，所以见这些都为见道圣僧。见一切相这样子，所以在这里呢我们说皈依佛、法、僧三宝的时候依次为皈依和顶礼的对镜。

然后就是一般讲的共同外皈依，里面皈依佛法僧三宝这种。然后不共同密乘里面是以身口意三门供养上师。然后依止本尊来修行，以空行为助伴，成就这个上师、本尊、空行三根本为皈依。

密皈依就是以清净气脉明点而现法报化三身。就是清净脉而化现身、清净气而显现报身、清净明点而显现法身，所以密皈依的方式就是皈依法报化三身。然后究竟的实相当中，金刚密乘的极密的这种皈依呢，就是皈依诸圣众相继的本体为空性，自性为光明，然后是周遍大悲，三相无别的智慧，然后使自相继产生无相的智慧。所以皈依当中分为外、内、密、极密四种皈依。外皈依皈依三宝，内皈依皈依三根本，密皈依皈依三身，极密皈依是三相无别的智慧。所以这次基本的这种外、内、密、极密的皈依。

然后因地的皈依，这里面呢我们从般若因乘的角度去修行皈依，不论是大乘、显乘。这种首先是皈依佛法僧三宝，皈依佛然后分为法、报、化三身。皈依法呢，法身这里面究竟的空性，所以一般我们说从修行般若空性，从最初的皈依佛门一直到修证般若空性这些为止，证得这些究竟的佛果为止。不间断的依止三宝来集资净障。所以这是一种因皈依。所以那就是说这是我们所说的皈依佛。从这个角度，然后皈依修法呢。因为修行的时候有不同的修行次第和不同的修行方式。就是说皈依的对镜，以此次第拾阶而上的一种修法。所以 对所有的佛弟子来讲，三宝就是究竟因皈依的对镜。我们还没有完全证悟的时候以三宝做为皈依的所依。这里面意思是说因皈依从修行皈依直至证悟空性为止的次第的修行当中不离三宝，来做为集资净障这种修行的因皈依。

果皈依就是说不是从因乘，而是从金刚果乘上，不是因来寻找果的途径。而是直接在心性本体上成就这种果位。所以就是说我们就是知道心性本体，不假外求。过去未来现在始终无生无灭。心性本体上面没有任何取舍之心，也没有任何好坏之别。所以依靠这种直接安住在心性当中，让法身的这种佛果位现前。所以除了心性之外，不去寻找另外的皈依处。这种直接在心性本体上现见法身的这种境界的皈依称为果皈依。这个一下子修持起来肯定非常难。所以我们从对佛法僧三宝的信心，虔诚的从因皈依开始，依靠佛法僧三宝，以佛为证悟的目的，法为道路，僧为助伴。慈悲利行，慢慢修行，从无明愚痴当中渐渐把客尘所染的心清净，产生法喜和修行的觉受。减少分别念，减少这种世间的执著，集资净障当中减少所知障与烦恼障，所以逐渐体悟到心性的本体。所以最终证悟如来德相，证悟这种光明空性不二的自然的智慧。所以这种相对于大多数人比较相应。不然的话原始觉醒的这种客尘，就像我们说渐悟和顿悟一样，渐悟这种就是因皈依，顿悟就是果皈依，所以直接让佛性，原始的这些觉性不被客尘逐渐的**“时时勤抚试**，”驱除客尘的所染。循序渐进的一种修行。“**菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃。**”这种的有点象果皈依一样的。所以之前神秀大师这种的**“时时勤抚试，莫使惹尘埃**”这种的象因皈依一样的。所以在这种传统里面也有顿渐的从金刚乘向果地的这种顿悟的这种修行，然后般若因乘、显乘呢，象是这种循序渐进从显到密的修行。就是因皈依这种的比较逐渐的一个修行。所以现在我们说正在修行还没有修行的这种不同的状况，所以佛心本来没有什么需要被清净的，无始以来我们的习气覆盖的这种自然智慧，就是遮蔽的这种心性，所以这就是客尘障。所以只要我们还被二元对立分别的这种心的杂念、妄想这些杂念众多干扰的时候呢，有时候我们可能还不能够直接从心性本体的这种觉受到光明与空性不二的这种能力。直接证悟的能力可能还没有。所以就是说不能让觉醒的这些特质直接显现。为什么所以不能从果地直接探求心性的本体，这些上面没有说呢，还用因皈依的这种方式，逐渐净化自己的身口意，然后渐渐二元分别的这些我执，境外实有执，这些执著会渐渐遣除。所以最终还是要达到果皈依的状态。所以二元对立的这些妄见，污染不清净的念想这些都能得到破除，而让心性的本体、光明、自性显现，然后自然产生大悲。所以这些是正法，修行的方式不同的意思，就是有些是外依止往内依止，境外依止呢就是说会速度比较慢。往内依止呢速度会比较快，然后成就的速度就是这样子。

如果往内求的话或者往内依止这样子，所以直接观自己的心性，以正知正念直接观察自己的心口意。安住在本觉，我们说心性的本体当中，这种方式来证悟成就，所以在开始的时候呢，有这种见解很重要，所以密乘也好，显乘也好，你是从哪一种方式来修行的时候都需要有一种见解。一般来讲我们都是按照次第来修，这个适合大多数人，所以开始的时候有这些方面的远见，比如证悟无我，这些人无我，法无我的见解还是应该有。文字上的般若这样子。然后实相的般若实修实证的这种，从因皈依到果皈依这样子，中间需要有坚定不移的信心，然后广博的闻思修。所以我们要看个人的这些根器这样子。然后我们有一个皈依的偈颂：【**真实三宝善逝三根本，风脉明点自性菩提心，本体自性大悲坛城前，乃至妙菩提间恒皈依**】。所以这里面呢就是这种的句子有些人会背，上师唱颂皈依的偈颂略。就是这个里面三宝三根本，自性菩提，以及本体、空性、自性、光明、大悲、周遍这里面呢，内、外、密、极密的皈依一直到证悟为止，就是皈依的内外密极密的这些都包括在这四句偈颂里面这样子，所以一般我们说佛法僧三宝的这种皈依来说，外相来看佛法僧三宝是我们皈依的这个对镜，佛的法身、报身、化身中，化身和报身合成为色身，我们说佛的色法二身，色身就是他显现的这些部份；法身代表他的空性；所以色身--报身和化身，这个色身传下来弘杨佛法，让我们依循佛法的修行，做为究竟解脱的正道。现实中，修行的过程中，依止成就的僧众以他们为修行的助伴。以皈依三宝的究竟体性，这个就是最终来讲来获得证悟。

就向你有道路、有助伴，最终要达到目的。所以这个是一般三宝的简意。所以那分开来说，三宝中的佛宝主要指佛法者宣杨大悲，释迦牟尼佛所弘杨的这种我们说在密续当中之前我们也有讲，具有大圆镜智、平等性智、成所作智、妙观察智、然后就是法界体性智这五智。然后并由这些法报化三身，聚集不变金刚身这样子，所以成就这个究竟的佛，究竟的果位，证悟一切的究竟者就是佛。我们讲究竟的这些证悟者称之为佛、佛宝，所以就是这是我们皈依的对镜。佛是遍知一切这样子也可以。这样讲或者三身证得色法二身的圆满，或者说三身悟智这样子。

法宝呢是佛陀传下来的显密精要，也可以讲经典、续部，然后就是三次集结当中这些所有的这些教义、法义、教言，所以从实际的修持行为当中获证的果位的方法、窃决。成为教法和证法里面的证法。依靠戒定慧实修实证而获得果位的这种窃决呢，这种体受，这种经验上面的成果就称为【教证】。

【言教】：我们说教证或者法证，或者是言证。这一部份讲的就是我们之前讲的三藏四续。这些完整的佛法的传授。佛陀传授下来的这些让我们循序渐进的闻思修的教言。所以就叫【教证】。就是以理论和实修这种经验的传承，和这些文字上面的传承。或者这样讲的话也可以。所以这个可以说是完整的佛法。教证二法，教是理论的部份，证是觉受的经验的部份。或者叫证教和言教。或者【证法】和【教法】这样也可以。总的意思是说一部份是说证得这些体验、验相等证得这些果位，产生这些觉受的这种证法。另一部份是佛陀所传授下来的理论，修行的这些指导。闻思修的这些部份，所以这样结合理论与实际才能真正的修行有成就。佛陀证悟以后把这些觉悟的证悟的智慧、妙音传授给后人，所以我们当代人呢虽然没有亲自聆听佛陀的口述、言教，亲自从他身上听到梵音妙语，但是我们能够依赖后人的这些记录，经、续、论典，我们还是能够完全了解佛陀当时的这些教法，所以这个被称为**法宝**。

**僧宝**是已经证悟实相的，包扩初地以上的菩萨，如果是罗汉能够证悟这种，寂灭远离这种轮回，然后自在于生死这些。不住涅槃，不住轮回的菩萨，以及证得究竟佛的果位的这些，只要是见道以上的这些的就是圣僧。就是我们说的僧宝、助伴，所以有时候我们不一定知道我们身边谁是罗汉，谁是菩萨，谁已经圆满证悟。活生生的将佛法传授给我们的善知识呢，这些持戒修行，这些实修实证的瑜伽师这些都称为僧宝。所以这种是象征性的外相当中呢以佛、法、僧三宝为皈依，所以这样子的话我们就能够了解到佛法僧三宝的一种功德。最终佛是这个境界，法是两条腿两个翅膀一样趋入证悟的前行的道路，前行的力量，路标这样子。僧呢就是在这个当中推动我们趋向这些方面的助伴，所以这是外皈依。

内皈依的话就是上师、本尊、空行，那我们之前说金刚密乘里面向内的皈依呢就是上师，上师是所有加持的来源，加持的根本。上师能够活生生的和我们沟通、传授诀窍、传授法语、传授这个法义啊。传授这个灌顶，给我们传授戒律。让我们能够答疑解惑。所以获得这些转变。加持本身意思是说转变，然后增进，不断的改善这样的一个过程。所以上师是加持的来源。密续里面有修持本尊，本尊就是我们生生世世有缘的一种修持的方法。特别是在生起次第当中能够观修本尊，所以超越生死当中，本身上师也能够和空行合为上师，合为本尊、合为空行，但是说我们人都根某些不同的习性不同的因缘下跟某一个本尊有特别的因缘。生生世世当中曾经修持过，曾经有缘。所以有时候我们有些人说对阿弥陀佛特别有信心；有些人说我对观世音菩萨很有信心；有些人说我对释迦牟尼佛很有信心；本体上面他们没有差别，但是外相上我们做为因地的修行，或者说在金刚果乘里面生起次第的这个层面修行上有些人知道他们本体无别，但是某一种的因缘下特别愿意修行某一个手印，某一个咒语，某一个特别相应的，某一个经，这些相应的修法，他们特别喜欢某一尊佛或者 是这样子。所以有些人喜欢文殊，有些人喜欢普贤王如来这样子。所以在这里面呢，这个做为本尊来讲就是报身，他从究竟的法身当中显现为利益众生而显现的一种报身的相，也是一种报身佛，所以对这种的修持一般非常有信心，有成就的验相。然后很多的本尊观修在后面也能讲到。然后空行就是助伴，或者是空行在修行或者利益众生上面呢能够遣除种种的违缘，空行本身这个意义很复杂，意思是不同层次的意思的究竟的空行、相对的空行、护持佛法当中的空行、这些都有了解，但是在这里我们知道她是遣除我们修行上的违缘。能够增进我们的修行，以及遣除利益众生当中的种种的障碍，所以以这样子一种方式来理解，当然我们知道之前讲的本尊呢有寂静本尊啊、威猛本尊啊、不违威严这种的本尊啊、静态的、动态的、或者说祥和的、慈悲的，还有看起来比较愤怒，比较有力量这样子。像中阴文武百尊里面寂静四十二相愤怒或者说威严五十八尊这样子，有些人称为文武百尊这样子。所以每一种修持的本尊的时候，我们时时刻刻都观想本尊的意义。以前有一种说法，说修千百万尊佛难成就一个佛。修一佛难成就千百万尊佛？这是修行本尊的一种窍决。我们可以修很多种的法门，但是一门深入，专修一个本尊的话这样子也能够成就一百个的这种修行，如果说不断的换本尊，不断的换修法，不断的换人换道场换上师这样子。时间过的很快，一直到老死这样子并没有修成任何成就。所以这种事情也会出现。所以我们应该说在坛城当中灌顶的时候，以丢花的方式、以梦境当中示现的方式，及看到、见到、听到某种本尊的名相，或者自己切深生出一种感受、感触、信心，然后观察自己跟某一个本尊特别有缘，或者由上师来指定。所以这样子的话自己就是拿出时间来恒定专修一个本尊，所以你可以修持几个本尊，但是就是说多不一定成就的快。而是说你选择一个然后认认真真实修，实修的境界提升以后你可以说他们其实都一样。两个意思。所以通过这些信心，把自己的信心放在某一个本尊、某一尊佛上面，透过自己专心专意的观想，自己的心意完全与这尊佛吻合，像是冰与水的融合这样子，分不出来哪一部份是哪一部份，这是一种修行本尊的方式。

然后之后我们谈到的空行呢，也是一样子，法界当中幻化出许出利益众生的相，消除众生修持上的障碍，利益众生上面作为一种护持，所以有时候空行以及空行母这样子，或者是空行 勇父这样子，所以他们无时不刻在很多人的修行上面启发别人、引导别人、授记于别人，这是我们曾经看到很多记得很多修行人听到空行的这些梦境，然后对他们修行指明了方向，然后有一些空行示现，还听到一些偈语这样子，能够传授修行上的窍决。所以在我们修行当中产生魔障这样的时候呢，比如说我们说种种色魔啊，这些种种障碍来扰乱我们修行的时候呢，空行的这种三根本能够遣除这些扰乱，帮助修行者排除万难、能够修持成就，所以这样子。

然后密皈依这个部份，皈依气脉明点这个就是说：脉主要指人体从头顶到我们所说的密处有脉瓣结成的这些浮轮，人体细微的就像是一个气脉明点的就像系统，所以气就是我们所说的五种根本气，我们在后面也有讲“持明气、上行气、下行气、平住气、遍行气这些。那由这种细微的能量场，我们的生命才得以生存。某一个部位气脉不通的话就会对身体产生某种的不适，或者是疾病障碍这样子。所以有了气脉还有这种明点，意识的这种运作畅通，所以包括梦境和现实当中很多聪明才智，我们所说的这些都是气脉明点运动的一种结果。有时候修行上面的证悟，各种的情绪、苦乐，或者说修行上面的各种体验啊，又是在跟色身肉体相应的一些脉道当中呢，就是运行的气脉明点有关，所以修持上面来讲，就是气脉明点相对于身口意而言，所以如果我们彻底净化身口意的这些业习的时候呢，可以成就。如果没有理解这个部份的话，没有彻底清净身口意的罪业，就是在无边的轮回当中呢辗转、流转、轮回这样子。所以就是说脉气明点这个，清净气而显现化身，这个在不共密绪里面就是说我们修行的身体做为一个坛城，做为一个脉的支柱，脉的这种清净显现化身。消除身的障碍，成就佛的化身的来源；清净气而显现报身呢，就是依靠气呢我们能够发出语言，就是语的部份；气的清净显现化身，净化气，消除语言上面种种业力，成就佛的报身；然后清净明点而显现法身，我们的心识依靠明点，明点清净以后可以出现法身，所以净化明点，清净这种意业成就法身佛的这种来源。所以彻底清净脉气明点，让我们快速得到法、报、化三身的成就。净化身口意这样子，实修三身自性 ，以胜义的菩提心呢，依靠法报化三身证得自性，依靠胜义菩提心。如果我们不太了解气脉明点这种修行，就不知道如何依靠它来净化身口意，或者说获证这些三身的真实体性或者说三身的本来面目，在金刚密乘里面呢，殊胜的这些所依从哪里可以得到成就，就是依靠这种大乐，大乐与空无这样子。所以具备一切这些殊胜的空性，就是密法里面所讲的光明与空性这些。也就是大光明的明点。也是说气脉明点净化以后呢可以证悟空性，透过空性的直接体悟呢，出现这种佛的境界。然后就是具足一切的这种圆满，就是不变的大乐。所以这里面特别运用圆满次第的这种修行，所以就是上师、本尊、空行的然后这是密的这种的修行。然后我们说的三相无别的这种的修行，就是极密的本体自性和大悲，这种就是金刚密乘里面就是说能依所依，二者无分别的这种本质当中呢清净本体、光明自性、周遍大悲，或者大悲周遍，所以以此为皈依极为殊胜的金刚密乘的这种妙义所在。

然后本体与自性，这个在很多上面呢，本体指的是法身，不生不灭，无形无相，所以这种就是我们所说的远离四边，远离八边这样子，这种就是我们所说的证悟法身的这种空性，从本体中显现的光明就是我们所说的自性，然后从这些遍知一切的本体法身当中可以出现光明自性的报身，这个是法身和报身，本体和自性的关系，就有点像太阳和阳光的这种关系一样，我们说这也有点像法身和报身的关系一样，然后两者同体，二者还有别这样子。从某种程度上来讲光本身也是光的来源，所以本体空性，从这个角度来讲就是这样子，然后自性中显现出来的光明智慧，也是二者同体有别，又可以分为光源和光体这样子，然后能够利益众生，把这个光和光体通过辐射在万物自然上面上，让万物自然生长，给法界当中带来光明，使它们获益，这个部份有点像大悲周遍。就是说从本体法身空性当中显现这种报身，自性光明的这种报身。由光明报身呢，使大悲周遍十方来利益众生。就是这样子的意思，三种的关系，就是三宝、三根本、三身，然后就是三相无别，所以说这些呢就是我们说的皈依的这个基本的分类，所以我们结合这个《大圆满前行引导文》、《普贤上师言教》还有《前行备忘录》大家可以在这个层面部份呢做一定的，就是大概的一种了解，这样子哦我们就下一周的时候继续，然后我们做一个回向：

**此福已得一切智，摧伏一切过患敌；**

**生老病死犹波涛，愿渡有海诸有情。**

 2017-2-18录音