我们继续大圆满前行引导文——普贤上师言教。

我们上一节课里面我们讲到菩提心，发殊胜的菩提心这个部分，特别是讲到行菩提心的行持的部分，然后讲到六度，六度的第一度就是布施度，然后这里面前五度被称为善巧方便，方便度。然后最后一个智慧就是般若度，慧度。

然后在前五个，这些方便度里面的第一个就是布施度，有时候也称为布施波罗蜜，然后布施的话分为三种，财布施、法布施、无畏施这几种。然后在上一次里面我们把财布施就是讲了一下，财布施也又分为就是普通的布施、大布施，非常大的布施或者是殊胜的布施这样子。

主要上一次讲了普通的布施，上供养三宝或者是护持佛法之类的，以及修庙建寺这些都算，然后这些里面主要是普通的布施，普通的供养。下布施的话主要是给其他的这些世间的怎么讲，一般的人需要帮助的这些种种的布施。布施的时候以身体的觉受的方式来就是依靠自己在感受经验，这个色声香味触法心得到满足的时候，同时做供养这种，穿新衣服的时候，象征性的往天上抛一下，有这种传统，包括吃的时候吃饭前餐前供养，见到黄花美美丽的花朵，清澈的河水，庄严的这些山石，这样子的时候都可以做这类的供养。

下布施的时候也可以布施给六道众生的这些其他的恶鬼道的众生，畜生道的众生，这些里面也有素供，有些是叫花供，有一些是有完全素食的这种的奶酪、牛奶或者是酥油，还有面粉大米之类的，就是叫白供，有时候叫花供。有一些就像人一样，他们也有这些其他的需要，所以有些象征性的里面放一些血滴这样子，就是通过修法的力量，然后让它变成很多种的恶鬼厉鬼，都以幻化的方式给众生，这样子，这个部分就是我们说的布施，当然包括人对人之间的布施，包括你做医疗教育上面的这些布施，给老人院、儿童、孤儿院这类的，包括社会当中这些是人道，然后动物道的话像一些保护动物单位给动物看病，或者是保护他们的栖息地这些这种的布施，一般称为一般布施，大布施的话就是说以前有时候有一些修行的人，一般的社会里面的人很难做到的，就是大修行人，不是将自己多余和不需要的东西供养给别人，供养给别人这样子，而是自己很需要的一些做供养。

有些人很眷恋这种的就是庞大的这些财富，眷恋自己收藏的古董，有这些，凡是你自己有所执着，这些时候特别是甚至现在的车房，喜欢特别执着的一些人，放不开，放开的时候很痛苦啊这样子，某一些亲人之类的，你也有某一种的能力，他不愿意跟你或者他不愿意跟别人的时候，你有一种放下的能力，而布施的心说愿他们好过这种的。

所以就是说曾经也有很多藏地的这些修行人，他们举家全部把田产也好，或者是其他的都转化为方，动物都放生放生，送人的送人，然后举家去朝圣或者是然后这一类的，回来的时候重新再做，就是生意在重新启启动生活或者保存很少的一些财物。

然后一路上就是把这些觉得世界的财富挣了就是用于这些正道上面，包括去印经、放生，或者是类似于护持这些学校或者寺庙，建立就是佛像、佛塔，用在这些上面，所以这样子，然后布施，有些人是特别是自己家里有人去世的时候，为了去世的人做一些善事的时候，有时候就完全把家里面所有的一切的物产全部都清空。

然后再就是从头开始，有一些是因为亲戚朋友会帮他们一些，然后从从布施当中获得自在，从布施当中获得快乐，自己开始过不同的就是人生的不同的风景，春夏秋冬一样过不一样的一些生活，不像就是有些社会里面对钱财的这些特别执着，甚至就是夫妻之间因为钱财而纷争，兄弟姐妹之间因为钱财而纷争，因为父母之间甚至都因为这样子，因为钱财而盼着别人死亡或者是早死，特别恐怖。

所以这些就是说布施带来的自在。人心没有被这些任何财富捆绑、绑架。然后最大的布施之前我们也说过，就是说像死去的时候，那就布施自己的身体，放在天葬台做这种的布施，还有一些活着的时候，甚至你有血型相对捐骨髓捐肾之类的，这些都有，死的时候医院里面捐献了。

当然现在的这些不道德的话，还不让你平静的死去（？）。没有见道，见到空性的人应该是心里面还是有紧张有恐惧后悔这些，所以一般不建议，如果你自己的见解和境界都比较高的话，你自愿的话这个功德很大，但是说没有一个人逼你或者是刻意的要鼓励你去做自己做不到的事情。所以相似的可以做这一类的修行，比如说我们有自他交换的法，施身法，还有这种古萨里的这些修行，可以帮助在概念上面，你可以说我布施我的身体给需要的众生，这样修行，当然你通过心诚的话，对其他的很多众生有境界升起来，菩提心升起来的话，也能真正能够还清净很多业障，积累很多功德，然后能够帮助很多众生这样子。

但是说一般来讲就像割肉喂鹰饲虎，还有以身体来点灯，身上点灯或者是头上烧香，香疤这些在特别的，（现在）没有特别强调这一部分，所以这个是少数人个别的这些意愿，特别是建议在达到一定的空性的了悟和境界的时候，身体的感受这些都完全能够自在的掌控，所以这样子的情况下没有普通人那种的痛苦，所以也有以前有一些布施的人就身上割的时候很痛苦或者是布施的时候，然后但是从来没有后悔，后来有很大的功德，甚至有这样子的一些例子公案。

以前在藏地也有其他的一些布施，比如说自己可以去马路上面扫地，就是义务的扫地，有些人以这种方式积累功德，有些人就是义务的去修桥造路，修路造桥这样子，所以这个也是一种义务性的做法。

有一些人把比较险比较艰难险阻，比较狭隘的隘口，山崖口，连着河床这些比较危险的地方啊，有悬崖的地方，这些来加固这些地方的道路，有动物走路不好走，然后有很多荆棘、，乱石这样的地方，他们去砍去这些有刺的东西，很容易受伤的这些地方，包括冰上有冰的话，在一些冰上面撒一些沙子，让就是动物不要摔倒在地上，所以有些义务性的帮忙去帮助别人。以前有很多村都是这样子，像这边有那种，他们相互帮忙来盖房子，同样的在很多地方，藏地也有，一个村子相互帮忙来收割麦子，相互帮忙来盖房子，相互帮忙来做很多一般的日常的这些活动，包括泡这些牛皮，做牛绳很多，很多上面，包括编织很多东西啊，这些都有。

所以如果你擅长木工，就帮别人做木匠的活，如果擅长做食材的上面的一些切割之类的话，你也可以去帮忙做这方面的事情。

总之就是有一些人就是乐意帮忙，所以就是说善意的对待自己的任何身边的动物和人，包括猫狗，包括养的鸟鱼这些，不要让他们饿着，不要让他们就是动，不要让他们渴，不要让他们病，就是意思说病的话，这些时候尽量的把它处理好，就是帮他解决这些病痛的问题，饥渴的问题之类的。

所以老人那些不仅是要物质上的照顾，还有心态上面的很多的这些照顾，所以这些时候非常重要，要做这方面的一些事情。

然后当然如果说我们看到现在社会上的一些老人院，他们也很不容易，因为没有人管没人赡养，有一些养老院敬老院这些里面的环境有太差，他们的这些不人道的一些做法，甚至打骂这些老人家，或者这些孤儿院里面的孩子呀，这些都有的，所以尽量的减少了伤害，尽可能低的程度的去不要去伤害其他的人，尽可能的用最慈悲的方式去对待身边的任何生命，所以基本上是这样子，因为这样子布施度最好的就是对治这种我们的吝啬的心，不舍之心，有很多的原因就是习气，有一些是过去生生生世世处于从来就不是这么一个布施和供养的人，所以来生来世的等流果，感受等流果也感觉心态上面的贫穷，行为等流果也会持续的保持这种一贯的一个贫穷的心态下的一种的习气，一种的吝啬。

然后异熟果，下一次再一次投生那时候，饿鬼道或者是即便行为等流果，再一次出生的时候也是一个贫穷的人，所以有这些方面的一些状况。

但是就是说布施，如果你真正的没有任何财富这样子的话，你也可以和颜悦色的身体上面的就给予别人的一种笑脸温和的这些态度。尊敬的语言，这种的从外表上面可以给予别人握手或者拥抱，或者是这种的布施，然后帮助别人排解心理的困难，存好心这种的状态下，这个就是言语的这种的布施，想方设法就是为他们贴心的这种替别人思考，当有冲突的时候，你会想到别人的处境，别人的不容易，什么是对他的未来最好，什么是他心里面的这些忧愁，可以缓解这种是心的一种布施，就个别来讲的话，态度上面也有眼神，比如说用慈爱的眼神去看，然后你有时候有很多人会突然产生恐惧，看着眼神会产生信任安全感一样的，所以这是眼神的一种的布施。还有如果你在走在马路上这样的时候，可以身体力行，帮助别人抬一下，上楼下楼时当中的一些重物，或者是捡一下垃圾，这些街上随手可以别人不小心扔的，或者不合理扔的垃圾。这类的身体帮助别人，扶一下，你们家有老人的话，扶着他上洗手间，跟着他做一些这方面的身体力行的一些事情。然后比如说你去做公共的交通，做汽车做什么，坐在一些法会场或者是其他的时候给别人让座让位先，别人可以就坐这类的，也是一种布施。

然后如果是体察别人，如果体察别人以后，可以看到别人需要什么之类的，你就可以做这方面的一种的事情。可以观察，进入观察关心，然后产生的只有别人渴了饿了，或者别人就是困了要睡觉，所以有时候可以做到察觉对方的心，需要这方面的。这些不需要你有很多的钱才能够做布施，或者是你有很大的菩萨的心肠，见道义上的这些智慧和境界才能够做大布施、殊胜的布施，或者你也不需要牺牲太太、先生，然后去就是说布施你的房产，或者是让放弃你很大的这些认为很重要的一些东西，这样子也可以做到这种的布施，所以说平时保持一种慷慨这种的知足少欲的心，所以不管我们平时生活当中是如何，不同的人有不同的生活，然后很多有福报的人就是心存这种傲慢的心，不管他又有多少都觉得不够，所以拼命的探求更多，真正的没有享受过拥有的世界，拥有自己拥有的世界，拥有的财富，而是不断的寻求新的世界，新的财富，追这种财富积累。

最后发现回头看的时候，从来没有真正的，就是为了追求一个数量，还是追求一个名位，但是没有真正的享用当时的这种受用的一些的福报，所以庞大的财产这些在自己的名下，但是最后只是一个空空幻的一个名头而已，就是守着财最后又不得不舍弃，不得不放下，对今生来世都没有做任何有意义的事情，然后财富在自己的这些权力下度过，然后就是转到别人的这些名下，别人的产业下这样子，所以然后到头的时候财富也到头了，所以这种我们说不太了解财富本身，最大的财富本身可以说是知足，知足少欲是最大的财富，真正的还有其他的一些财富的时候，也可以根据自己累积的累生的这些福报，前世累积的功德，所以不论有多少都好好珍惜，都是来之不易。

所以不懂得珍惜的时候也会福报享尽，财富耗尽，所以世间也有这样子的。所以怎么样就像我们不断的付出，这样子说不会增加财富一样，我们在积累资粮的时候也是一种上供下施，尽力去把财富用在善道、善法上面，公益善业上面，就像修行人如果不对治自己的心，也可以用佛法来造业一样。如果是钱财本身是可以造恶业，也可以造善业，所以我们可以尽量为自己的他人为自己和他人的这种安乐，带来快乐，这样子的一些方向上面运用它。

所以如果我们到晚年七八十岁这样的时候，之前回想过去的时候，觉得我应该过去也善用了一些我自己的福报，将来的话也积累了过去也积累了这些一定的福德，就是功德，然后晚年的时候安度晚年这样子，如果有不论多和少的这些财富，但是每天活在这种忙碌的不知疲倦的在追求财富，追求金钱，所以对员工也很怎么讲刻薄，对客户也做了很多手脚，产品的这些都不够好，不论你做什么样的事情，售后服务什么都反正最差，所以基本上这样子的话，不管积累了多少，这些所谓的这些业障下造产生的这些钱财，这些都最后会变成一种的痛苦，一边增长贪欲，堕入这种饿鬼道，越来越吝啬，另外就是财富也可以造业，这样子的话，可以说这一类的福报看起来是福报，但是其实不见得是一种长期的善业增长式的这种的福报，有时候甚至是这些让自己更加不确定的一种的，没有如果财富没有一种善良的心教育，也是比较危险，就像所有的科技的成果，如果没有道德的约束，没有善心（行）的善用服务人人类的这种的想法的话，它也可以用来伤害众生，所以就是这样子。

然后密勒日巴曾经也说，懂得从自己的这些口中取出食物来布施，这意思说，真正的布施是一种没有私欲的这种，就是私欲不膨胀这样的一个状态，一个人自私自利的时候必然会有贪心，必然会有这种贪得无厌的心，一个人懂得布施，说明他是能够多少有利他之心的人。

所以在这个上面利他心有布施的这种的心的人会越过越来越宽敞，生命会过得很快乐，今生来时都有意义，而不会被财富这些始不带来，终不带去的财富就是奴役自己，变得更贪婪，最后财富没有带走，但是留下一堆贪婪的习气。

所以这种就是说末法时期的修行者，无论是什么样的人，经常应该去寂静的环境静静的修行，所以时候可以从看到社会上面也好，有很多这些经商的，造恶业的，看起来短时间有爆发的暴发户，就是有这些因为财富而骄慢这样子，但是长期你看的时候，他今生来时这样看的时候，以负面杀生造业的方式积累的财富，他最终会被恶业这种消耗掉，所以这些都不是应该就是一个修行人应该仰慕的这种方向。

所以基本上财布施里面的就是这个部分，所以一般的来讲，我们把它分成两个部分，三个部分来讲，第一个是财布施，第二一个法布施，第三一个无畏施，所以财布施的话基本上到这里，然后法布施是可能，可能短时间讲不完的，但是没有关系。

我们今天可以继续把财布施的这些部分延长延伸一下，就是说，哪一种的情景有不一样的这种的心态上面的一种的布施，对境上面的这些不同而带来的这种意乐的不同。所以有一些人对自己有恩，是亲戚朋友亲友，直接能够利益自己，对自己有恩就是血脉的这种亲友，或者是同窗学友很近的这种对自己好朋友亲密的朋友这些人，甚至相互有恩的这种的人，所以对这些这种自然而然愿意护着他，愿意给他们这样子，因为贪心的缘故，所以这种的在布施的概念里面，它不是给自己的孩子一切他所需的东西，甚至他不需要的东西都累在，累积累加在他身上，因为他是我的孩子，或者是有一些贪官、情妇这样子，所以他们给他们车、房，给他们任何资质很贵的自己没用的时候，甚至贪污，还有走上犯罪的道路，这些也要做这些事情，这种的时候不要过分的给予自己的贪爱亲方，这些也是一种的布施，让他们懂得做人的道理。

那么在世间的行为处事怎么样花钱怎么样，道德的生活这些上面，但是不能够一味的迁就他们的各种的喜好，因为这也是一种的不同的对镜所做的布施，这并不是说你的亲友都不需要你的真正的布施，而是要克制布施，但是你需要你的帮助布施当然也可以做。

但是说同时当中就是有一种的克制，因为过分贪心而导致的布施这个概念，变成一种不是纯粹的慈悲心的一种的布施。所以对于自己不喜欢的人，冤敌有仇有这种的人，对于他们另外一种布施就是修慈悲心，对自己有害直接有损害的，这些人也要用慈悲心去，因为之前我们修行的时候，讲平等心，讲对敌要有这种慈悲心，用来平衡敌意，然后对亲要有这种职责（？），就是贪心的方式来保持一种的贪爱亲方的这种执恋的心，这也是一种不是对敌或者对不愿意的对境保持一种的慈悲，然后对看起来最近无恩也无怨，中庸这样中等的这一类的人，陌生的人跟自己没有瓜葛的人，这些要保持一种珍爱对方的心，尊敬对方的心，保持一种宽容和这些这种大方这样子，保持一种就是开放的心。

所以对自己有恩，比如说有这种对于一些有修行的人，所以就是要以恭敬心信心来对待。当然对自己有恩的话，知恩图报这样子，然后对于具有德行这样的一些人，或者只有才学很高造诣很深，特别修行上面这样子的时候，我们以这种信心恭敬心，本来众生都要恭敬，但是特别是在信心方面，在这方面有意识，它是一个好的模范一样，要恭敬，特别的恭敬。

就像我们说特别尊敬老师，是因为他传授这些有意义的知识，引领未来的一种的生活和工作的道路。对有过失的人，包括一些人有这种某一些的这些犯戒，还有这些过失的时候，要有宽容和悲悯的心，不能够别人因为犯了一次错，说错了一次话，做错了一次事情，偷了一次东西就是一棍子永远打死，不是这样子，要对他们要有这种他也可能某一种的无知处于某一种的这些急迫，或者是可能内心和这些观念的这些不佳导致的，所以尽量的呵护和关心他们的长久未来的安乐这种。

然后对于各方面，包括地位很多方面都不如自己，都比较怎么讲卑劣，学习不好，或者是说钱也少，或者是世间和出时间的功德都比较不如自己的时候，这些人不能忽视，不能轻完全傲慢的心去对待，而是要断除我慢的心，保持这种对于任何人的这种恭敬。

所以说对于这些人的一种的关爱，不能因为他们都没有太大的作为而去失去对他们的这种重视，而生起一种傲慢的心。这样子对于自己和别人差不多的人，就是要断除攀比的心，里面有很多是同学同事或者是其他的，一旦说跟自己差不多的人的话，会说你买什么车，房或者是有些带项链，比孩子和比老公、太太或者是比什么，反正任何一个东西，比自己住的环境吃的什么东西，就是喝的这样子，这些是我们不能比这些，要有这种断除攀比的心，还有心里面有宽容每一个人，都有自己的福报，他们过自己的生活，所以你不能活在别人的世界里面来羡慕别人，忘记自己的生活，就是自己过自己的生活的意思。

然后对于能力、功德、学问、世俗的地位也好，钱财也好，或者是作为、都德行，这些都要比自己更好的人，要断除嫉妒心。意思是说应该修随喜的心，别人不论有这些口才也好，不论有这种外在的相貌也好，好的人缘也好，不论什么样的家境、境遇，这样子的话要有一种的随喜的心，不能对自己超过的有钱人有这种仇富的心理，或者是看到别人好的时候见不得别人好这样子的一种做法，这种心态是一种有负面的破坏性的一种的心态和价值观，所以这时候就是要对治这种嫉妒心。

然后对于富裕，就是说一般的我们见到的这种像仇富和贫穷这些，都要有一种发一种的布施和慈悲心，如果是贫穷的人的话，他可能在财富功德上面过去没有积累的很好。

所以也许他在就是消业当中也可以因为贫穷而修，很多心。也可以因为富裕而造很多业，也可以因为富裕而修很多心，积很多福，因为贫穷的时候起盗心，起这种对于富人的嗔恨心，这样子的话也会就是造业。

所以本身不论是贫富也好，还有优胜、卑劣、有功，有过，轻敌以及中等的跟自己平等的这些人，都要想到我们都是生活在这种俗世当中的这些众生，希望今生今世，在世间获得安乐，出世间获得这些超圣的智慧，解脱的功德。

所以发这种悲悯的这种心，所以应该首先是一种平等的心，然后我们说，我们去不论是，贤愚亲怨贫富，不论位置的高低，以及中等的这些人都有一种的对他们布施的心。

然后对境上面像刚才分析的一样，虽然有一些不同，但是说大体上面是说把他们都看作一视同仁，那就是平等的心去看的时候，你就知道如何去做。如果太偏爱自己的方，太排斥他方这样子的时候，我们失去了就是布施上面的一些基本的（精神），就是以平等的心去无偏袒地爱护众生的这些上面会差很多。

一般完整的要做到说，也不是说一定要从开始，从此以后你的家人和外面的人不分，外面的人和敌人不分，不是这个意思。

但是在心态上面我们不要去因为我们的业障，这些很多的造业都是来自于这个。生活还是有生活的一个就是基本的一个世俗上面的一种，就是你怎么讲你的所作所为，包括你的收入的支配，这些上面肯定会倾向于家庭比较多，因为大家都有，每个人都有一个自己的家，但是就像西方社会也有这种一种的信，比如基督教也好，不信教的这些生活也好都有，他这部分是必须家庭用的，那一部分他们可能是支持一些公益事业的，还有其他某一些方面是资产发展自己的兴趣的这些爱好，所以他各方面都能够有所照顾得到。

就像还有一些佛法的修行的这些大德，他也愿意在穆斯林的社区这些建免费的医院，这些都是一种哪怕是跨信仰的，跨种族，跨国界的，也就是作为平等的某一种布施。

比如说有一个人的原则，他本身可能自己每个人都有限的一种钱财。这时候就是不论哪里发生自然灾害，他每次都捐100块钱，比如说他听到的他能够知道的，在每年当中也许有5次大一点的自然灾害，一般小的话可能就对当地的这种伤害也不大，大的规模都是有五次的话，那就是500块钱作为将来会应急这些大的像以前的这些海啸，大的地震，这些时候大概就是一个做法方向，当然这受灾的很多，你愿意多给这个也是很正常，但是说一般来讲有这种这种的做法。

然后可能下一部分的话就直接讲法布施的部分。今天也是莲花生大师的，有两种算法，一个是算在下一个月是六月初十，也是猴月，猴年、猴月、猴日，另外一种算法就是今天。昨天刚好在那边是昨天，在西方是今天这个日子也算是六月，因为有个算法就是重复的一个月，润月这种算法，所以有些人认为今年有闰月的就到8月13号，没有润月的就是今天的过这个就是12年一遇的莲花生大师的最主要的一个纪念或者是修行的日子，所以可以把法布施的部分稍稍再延伸一点，因为时间还是40分钟而已。

法布施殊胜，就是法布施有这些特别不共的这些殊胜的地方，我们之前讲的财物的故事主要是说物质，然后时间和技能这样的这种的付出，包括身体上面的语言上面的意义上面都有的，但是主要是做财富是它属于，当义工也是财布施，这一类的付出。

所以这里面包括所有的这些慈善公益或者是这些事业，所以上供下施这些部分。

另外一些法布施的意思就是说，如果我们心里面真正的开始修行，有法，然后以及有真正的利他的心，这时候如果有更好，当然有这些证悟的境界，但是所以是不是一点证悟没有境界的时候，不能够做法布施，也不是，但是主要是说如果没有一定的修正做护持的话，这些法布施可能变成名利，世间名利，红尘当中的各种这些想法。

所以在这个里面说一定要有某一种的，为什么以前做到多数的时候，主要是以瑜伽士和出家人作为法布施的主要的来源，因为他们把生命都全部奉献给佛法事业，然后为了利益众生，他们不是把自己的生命风险给具体的某一个爱人，某一个孩子或者是家庭的一些，然后去在这里面追逐名利才色当中去奋斗，而是就是出世法上面放在第一位，然后入世弘法，这个上面的就是出世解脱为目的的，这种传承了过去种种这些解脱的这些圣者的法门，然后来利益众生，利益他们的这些相传弟子，种下解脱的因，或者是这种让未成熟的就是心成熟，令成熟的心解脱这些。

所以那不是说随便就是私利很重，私心很重，自私心很重，这样子的话很利益别人很难，而且仅仅是一些文字语言上面的一些概念，而不能够真正的有体证、修证、验相、成就这样子。

所以也一般的人也没有能力讲解三藏的这些经历律论，所以你如果要广弘佛法的话，闻思修行圆满，然后以这种言教和经验证悟的这些经验传承这两个部分，以菩提心摄持的方式来引领众生，走向成佛、证悟的道路。

所以我们现在就是说法布施的部分，法布施的真正的争议，就是说要有断除私欲的能力，所以如幻的这种的显现，然后解脱就是度化如幻的众生，有这种一定的境界。所以以前有阿底峡的弟子问他，什么时候可以摄受弟子，什么时候可以利益众生，什么时候超度亡灵，就是这样子。

阿底峡尊者就是说，证悟空性，具足这些证量神通这些时候才可以摄受眷众，完全断除私欲的时候才可以利益众生，达到见道，就是见到空性的时候才可以超度亡灵。

所以这个里面说明说什么时候才能利益众生，就是私心（），就爱他心，超过爱己。他不会把自己和别人当中把自己放在第一位，所以要有这种断除私欲的能力，才可以利益众生，证悟空性，或者说见道这两个都是一个意思，你才能够就是说超度亡灵，给别人指示解脱的道路这样子。

所以阿底峡尊者就是说在五浊恶世的这种现在的是真正很多人有这种就是说想法布施啊，超度别人，还有摄受眷众啊这样子，但是这个时候应该就是先好好自己策励自己好好精进的修行，而不是在外面怎么说去做很多活动这样子的一个时间。

所以现在是让自己好好的谦卑的心态去学习的时候，而不是处在高位，坐在这些高的法座，然后这些上面的时间，现在是真正去静处就是修行的时间，而不是摄受眷众的时间。现在是调伏自心的时间，而不是教化弟子的时间，现在是思维法义的时候，而不是诵持言辞的时候，背诵词句的时候，现在是安住一处的时候，不是到处云游、出游的时候，这个里面意思是说这特别是五浊恶世，烦恼五毒很重，很多人疑心以及各种各样的这些见解颠倒、错位，或者是说有这种对现象、现实急功近利的这部分看到很在意，因为学的时候学校里面都讲竞争，就讲争取，所有的都是这样子，而没有那种本质上面的生命的这些研讨，上面的缺少精神的上面的成长，就包括慈悲心，包括了解这些细微的现象和心灵的本质，自己的情绪的这种的运作原理，念头的这些追根溯源的这些起源，这些上面关系心的很少，所以基本上呢就是说在这样的一个时代里面就是自己好好修行，然后处在卑微的这些状态，就是持戒、谦卑，然后就是合和这样的一种状态，去安静的地方去修行，然后去训练自己的心，调伏自己的心，然后去思维法义，就是获得一些证悟，这是这么一个时间，而不是去外面做种种的这些活动，然后去接触形形色色的人，然后大家都怎么讲外表华美，内容空洞这样子的一种方式。

去相互接触，也利益不到彼此，所以就是说不是到处云游的时候，而是身处一地，安心修行的时候。所以在这里面在寂静的地方修行的重要还是利益众生的重要，我们都有这么一段时间，但是这个就是有些人说我的人生很短了，我要利益众生，但是这个上面讲就是当你证悟、见道，有了这些成就的验象，像刚才说的一样，就是见道，就是产生了这种的一定的功德，这样的时候你就是要尽快的利益众生，就是意思说不要长期待在一个地方，就像很多学校一样，你一直在学校里面读一辈子的书，还不如去到了一定的学养（产出？）的时候去建设社会也好，或者是贡献这些服务上回馈社会这样子。

就一样的，就是像很多佛学院他们也是学好三藏，戒定慧这些师兄都多少有一些这样的时候开始自己去闭关的闭关，有什么愿心去利益众生，更进一步的证悟有了以后，将来一定还是要让他们利益众生，包括诸佛菩萨也是一样，我们祈请的时候说不入涅槃，然后传法这样子，所以心性当中的验相有了这些任何也想对利益众生是可以的，不然的话心性当中没有任何验相和证悟的的话很难利益众生，要不然就是心里面是没有法的话，就像空瓶对空瓶倒不出任何这个实质的东西，要不然就是像暖位的这种的修行的人，这样子的话就是说自己有一定的修行，但是你传给别人的时候，像一个瓶子里面的水倒到另外一个，自己空空的，什么都没有剩下一样的意思是说他还不够，修行的不够圆满，就是还没有定解，圣解这样子坚定的圣解。

所以这样的时候就是说也自己变得一无所有，这样子的话也不行，就像说一把火把火炬传递给别人，别人亮的时候自己注意安住，而不是说好像你不断的有发不完的就是火把一样的。到某一个修行的程度的时候，你有这种一般的财物是可以分完的，但是你的智慧和质量传给再多的人都不会损耗，不会影响到你自己，所以就只有菩萨位一地的这个利益众生的程度的时候，就像如意宝瓶一样嗯，就是把甘露倒在任何一个人的瓶中都能够满足别人，自己还是充满。

然后就像所有灯一样，就是别人拿再多的酥油灯一个个点亮，从你的酥油灯口点亮的时候，点亮他们的这些内心的智慧明灯的时候，你的灯还是在的。所以这一类的，所以在这个里面主要的讲的是一个是尽量就是断除私欲，就是修菩提利他的菩提心这个意思，然后才能成就真正的利他的事业。

不然的话你可以在寂静的地方能够像一棵树，一个一朵花的成长的需要不断的就是呵护，然后让树啊苗不断注重，然后到一定程度的时候再大的风，这些都不能够怎么讲使他倒，所以就像火很旺的时候，风吹的时候只能把火烧得更猛一样，到某一个证悟的境界的时候，利益众生的事业当中让我们不见不退失修道修行的功德，而会日夜与任何一个众生相处，任何实践当中不断的就是因为断除私欲的功德而能够不断的成就彼此。

所以这时候不应该待在这种独处在山地、安静的地方，还是要度众。所以你有什么样的这些度众的方便善巧，什么样的这些法适合不同的人都应该有讲，所以就是这样子。所以说实实在在来讲需要实修，言行一致的一种的实修，见解和行为相同的这种实修，不能够说佛法是这样讲的，我不这样做，或者是我给别人这样讲了，我自己不这样做，就是这样子，这些都是不如法的一种的，不能够给自己和别人带来利益，有时候不能不能带来利益，还会就是带来因为私心没有调服，因为不如法的这种的行持这样子的话，用佛法变成就是掺杂世间法，然后把这些世间的很多习气带到佛法的修行的任何行为，就是道场这样当中。

所以这样子的话不仅自己的心没有被佛法条幅调服，而是自己反而变得更加的复杂，更加的狡猾，更加的这些危险一样，所以有这种可能，所以有时候就是人对于名利财色的执着，然后天天讲各种各样的神通、鬼这样子，但这些很多人很好奇，但是真正不是解脱的路，有些人就是说我给你修这个法你会发财，我给你修那个法，你会怎么样这种找到什么先生、太太这样子，这些其实不是佛法当中的主要的这些修行，所以虽然也有（？）的，长寿的修行，这些也有，但是这些我们真正要的是解脱的法，所以直指心性的这些教法上面，我们上面一步一步的一步一个脚印，而不是仅仅是一种对不同的这些哲学的一些新鲜好奇，然后开始觉得迷人，后来就是没有正知正念的一种积累的时候，不会产生法的功德，然后慢慢懈怠懒惰，最后退失信心这样不好，一定要有这种心态上当中有法布施的心，然后为了就是度化众生而愿成就菩提，愿成佛。

所以这样子的时候它也是一种法布施的愿心来成就来修持修行佛法，所以说如法的这些行为。

可以种下长期的转化自己的身口意，首先就是对佛法本身的这种真心实意的修行，践行合一这样子有这样的能力的时候，慢慢你能够以这种讲辩著或者是说以戒定慧的修行的功德，你可以将来去就是度化众生，把你所闻思修行得到的这些讲解这些经律论三藏，这些时候很自在很如法，然后因此而积累这种布施法的这些功德。

所以就是说劝导这些世人放下这种的烦恼，是行持十善去除十恶，然后放下世间的暂时的这些名利，这些上面就是要懂得，比如说像讲解共同外前行的四外前行或四厌离心，这种从轮回当中产生出离心的这些法要。

然后最后就是以正知正见出离心，然后完整的菩萨的见和修，然后修行世俗菩提心，然后以智慧正见，正知正见，圣义的这种的智慧、见地来摄持，然后最后直接讲、传授心印的这些究竟的法要。其他有时候还没有到直接讲心要的这些缘分的时候，可以从出离心开始。

然后了解人生的难得，寿命的无常，缘起的现象，因果的不虚的部分，然后轮回的本质这些上面，然后慢慢让了解了真正我们应该皈依智慧、解脱和解脱的道路，智慧和智慧的道路。然后这个因，避免智慧升起的因主要是无明和自私这样子，私心都不认识自己而执着自己，不认识现象的本质而去执恋现象这样子。

所以有这种过去的习气，所以集资尽障的这些修行，然后因为我只指一些心性的这些窍诀，所以首先放弃恶行，有些社会当中就是不分太多的善恶业，欺骗这些各种各样的人，不择手段或者是种种的这些罪业的习惯很复杂，心态上面自己不注意的时候会有很多很多的负面的这些心念，瞧不起人的心念，傲慢的信念就是不管别人死活的心念，就是取笑别人，或者说因为不是自己志同道合，跟自己不一样，而就不喜欢，见解不一样而不喜欢，外在的形象不一样而不喜欢，有各种各样的这些烦恼。

所以最后你发现这个都是本质上面有了解是自己的问题，然后自己也应该有仁慈心，应该站在别人的神色（？）和他们的传统他们的心态，这样子的时候在这个时候为什么他们会这样做也会有理解，所以说心会有转变。

总的来讲，就佛法的整个上面诸恶莫作，避免伤害终生，而就是生起这种出离心；终善奉行，一定要利益众生的心而生起，这个是世俗菩提心，圣义的菩提心。

然后自净其意的部分就是圆满世俗圣义的这些修行，或者说方便和智慧，然后这个是所有佛法的大小乘显密宗的精要，所以意思说备智的叫法在我们的内心当中，它不仅仅是一种的句子，我们经常记得发菩提心，皈依，那这些，而是让它的意义融入在自己的日常的这些身口意，日常言行当中叫见解和行为的合一，这样子有这种才有能力法布施，有能力有指示别人证悟、解脱的道路。然后相对的世俗当中，他们也让任何人能够帮助建立一种世俗的德行、善行。

所以当然平时当中的人和人之间的任何的这些善的行为也都是一种的布施，有些是这种不究竟的法布施，有一些是究竟的法布施，那么最大的法布施的这个是释迦牟尼佛，然后比起财物布施的话，法布施更加的这些超圣，法布施式的这些果报能够离出三界六道轮回。

财物布施的话，主要是在积累这种善意善良、善业、善的资粮，属于福德资粮。

所以在三善道当中，再一次获得这些大福报，转轮王或者是这类的，财物布施本身每个人的财富有限，所以它是有限的，但是经过法布施的这种的，才可以把它一粒米像须弥山一样，布施给恶鬼，这些都是法布施的力量，但是本身法没有尽头，没有法穷尽，所以这样子，所以财富是有尽头的，法是这种无尽的，所以让你圆满证悟，所以他们就是超越这种像有形有量的这种财富的这种。所以财物是多少有一些这么讲不一定有那么圆满清净，法布施就是更加的清净，就是更加的就是今生来世当中的真正的安乐，来自于人对心的见解、世界观、人生观、价值观、这一类的上面的就是污染的时候，人生整个一生都会污染。

但是就像我们说的财富给别人，别人可以拿去它来造业，如果心不调的话，他可以吃饱了去做坏事这样子。所以这个是这样。

所以做财物的布施的话需要费很大的力气，因为每个人争取财富也不是那么容易，当然有个别的人。法布施的话是从心中流出来的，但是得一个人一个瑜伽士一个游化僧身上产物，它也可以给予完整方便智慧的这种的法布施，财不是的话，你需要有运输、交通、储存，就是说包括其中的很多护卫，前后的这些管理这些，财布施能够增长这种的，四大诸根，我们有布施食物、滋养身体，所以布施什么这种让我们的眼耳鼻舌身快乐，或者是当然如果我们财布施也有跟法布施是同样的，也可以去印佛法讲授的CD或者书，这样子说很多人既有需要钱财的部分，也有里面有法义，然后别人读到的时候也是有布施的功德，但是主要是以这种财物，我们想到的住房给予身体的照顾，食物和水，营养的照顾，装饰，这些都是外在的装饰的这些珍贵，就是名位这样子的一些增长。但是法布施的时候能够让我们像我们说的37道品当中讲的五根、五力、七菩提分、八圣道到这些都能够具足，所以财务布施就是主要是这种世间常有而法布施是很特别的一种的因缘下，就是说不是每一个人都有机会接触到佛法一样，就是完整的这种的教授佛法当中的慈悲，在某一种程度上，其他的这些传统其他的这些文化里面都有，但是完整的修行，见修行果这样子。吃饭的话大家都有一种一样的差不多得吃过喝过的经验，大部分人但是佛法上面都有超胜的功德才能够被碰到，所以意思说就是就比较财物布施的话，佛布施就是更加的殊胜，所以就是这样子。

今天到这里，然后我们做回向。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。