我们今天继续大圆满前行引导文——普贤上师言教这个部分，然后我们先念一下皈依和发心。

在我们进入下一个部分忏悔的金刚萨埵修法之前回顾上一堂讲的一些课，所以稍稍回忆一下这样子比较有好处。一般人的这种修行当中，如果很多人只有听一次的机会的话，不能够有时间反复的听，或者反复的读的情况下，需要有这种回顾的一个过程。第一次看一听一遍，然后自己看一遍，再回顾一遍，这样一般记得比较深刻。

所以上一堂回顾里面，我们大体上面简单来说就是禅修和智慧这两个部分，禅修需要有这种内外的这种安静，内外的这种寂静，怎么样去寻找内外的寂静，就是我们说的有这种环境——自己处在相对比较不被干扰的地方，就是这种是一种的安心。

还有一种就是说不论是在比较忙碌的社会，比较的匆忙的这种的人生当中，跟这些各种人各种事要处理的情况下，同时也能修行，也能够处于寂静处。这个寂静主要靠，自己内心当中有这种惜福，知足，随缘，以及行持六度这样子，有次第的修持六度这样子的方式来保持寂静，包括布施的这种的开放的心，持戒的这种不放纵不放逸的这种心理。然后忍辱这种能够爱人，能够在一些，因为人有时候遇到一定障碍的时候，就是不能忍安忍的情况下都变成大障碍，所以意思是说会失去道法上前进的这种方向和动力。所以遇到严寒酷暑，遇到各种身体的这些劳累疾病，以及心情的各种这些纷扰的时候，你要有某一种安忍的能力，能够调伏自己的心，继续修行，继续闻思修的道路上不放逸不放松，心就是安忍，然后精进的情况下就是不断的上了一个台阶就够了，满足了，不是这样子，也是不断的进取，不断在深度和广度的佛法上面，从理论到经验上面都不断的积累的一个过程。然后在这样的这种决心，这种素养下可以修持这种禅定而产生智慧，简单来讲有戒定慧这种的方式。

然后我们讲了禅修的时候应该怎么样配合这种包括身体坐直，然后脉直、气直，然后性质心直这种的“身体”的调动，“语言”的调动、调和就是吐浊气纳新气这种的方式，以及“意”的这种方式，不要跟心太过分的造作，而不要追过去，不迎接未来，不执着现在，不散漫于外境，不过分内收这种的方式就是安住来修行。

当然就是大体上面，因为你知道你在修什么，所以禅定的时候也有世间禅，出世间禅，就像世间八法一样，一些善行和世间八法的禅定当中，你可以投身在在这种善趣，长寿天各种的这些天道，都是因为不同的这种禅定的能力和善行的功德差别而投生，当然有一定的定力，但是出于无记的禅以及没有很多善心的这种积累的情况下，可以在这些动物或者是比较安宁的这种环境下的一些冬眠的动物，长时间的休息这种的特质，然后出世间的禅就是有这种声闻、菩萨、佛这种的不同的这些禅定，我们应该知道我们真正在修行的时候是针对哪一个方向在修，然后由这种有相无相的这些禅定，声闻的像四谛十六行相，缘觉得这种的十二缘起，然后菩萨道的就是我们讲的三十七道品的所有这种的无我、空性的这些证悟的这些智慧，一般来讲你说三十七道品也有其他的，小乘佛教也讲这个，但是大乘这两个可以做一个对比，就是小乘的四念住，四正勤，四神足相当于大乘的资粮道上的小资粮、中资粮和大资粮。

然后小乘的这种五根、五力的这些修行在达大乘里面，就是暖位、顶位的这种相应的有一种修行可以对应。因为以动机和这些愿力的不同而称为大乘，就是发心的不一样，以及证得空性的角度不一样，一个小乘佛教只是证这种人无我，这种五蕴无我的这种的空性。某一种程度上的话的法无我在书里面也有提到，但是这些比较，单空式的这种无我，大乘的佛教里面这个是不仅讲无我还讲这种空性，大空性这些部分，所以我就有这种远离四边八戏的这些抉择。

在密乘里面和显乘共同的一些地方，比如说诸法本性这种和共空性是一个意思，然后密宗里面特别强调这种清净见，法界离戏这种的状态。

所以不论如何，我们就是说意思说在小乘的五根五力的这种修行，在大城乘里面像暖位、定顶位的加行道的修行一样有相应的地方。然后像小乘佛教修行，他们有七觉支、八正道这些在大众佛教里面一样，就是用见道和修道这两个部分。

然后就意思说在这个里面的如果用同样的这些概念的话，这里面的八正道，这个是初地菩萨的证悟才有正见，其他所有这个正见就是你有这种证悟实相，而不是文字般若这种，是见到实相见到心性这种产生的正见。

所以就是说修行道上面就是修行禅修的时候，大体上面在大乘佛教里面修这种寂止，胜观以及止观双运，在我们的加行里面把它以这种凡夫禅、义分别、缘真如这种的方式，就是凡夫行这个部分，就是资粮道，义分别就是加行道，缘真如就是真的证得这种相似于佛的这种的政证悟，也就是说一个是集资尽障以后在当下就是修行，凡夫心的这种能够有乐受、明受、无念这种的受的这种修行，义分别是没有现量见到发心，但是说比量的见到真如这种的修行，已经有这个理念上完全通达的这种的状态。然后缘真如的话就是现量的见道，这种现量的见道跟佛比起来，还有一些距离，但是佛的证悟类似，就是马上要接近这种的成就，所以就是缘真如的这种的禅定。

所以另外强调了就是说没有正见，没有一定的这些见解的情况下，所谓的一般的很多地方旱汉地也有这种情况，藏地各个地方也有个别的地方，就是说谈的高谈阔论，就讲空心性、什么都不要执着这样子，不思善不思恶这样，但是没有根本的这种的见解和这方面的一些窍诀上面的引导的情况下，有时候所谓的这种不思善的状态称为一种无记，像刚才我们说的沉落于整个三恶趣。

所以它本身禅修也是一种悲智的修行，悲智双运的修行禅修的时候，所以观修这样所以空性的智慧摄持下的这种修行，这种可以修慈悲、修无常、修这种的缘起这些都可以。然后进修就是安住在本觉本性当中，心性当中。

当然如果你没有这种心性的窍诀，或者是不知道安住本性的本质，智慧上面都没有了解的话，这种按安住在当下一念，或者是正念当中这样子的意思，但是进修主要是你应该是了解心的本性，安住在这种觉性当中。

所以以这种的就是禅修的方式修行的时候，因大悲故不住涅槃，因智慧故不住轮回，或者是以大悲故不住寂灭，以智慧故不住三有这种的修行，我们就是说到禅修上一堂课基本上也就是这些。

然后讲到这种智慧就是寻找苦因，寻找怎么样去推翻这种各种苦，就是先知道就是轮回的现象，然后说这个现象是二元的，这种现象怎么产生的？产生的具身我执以及习气的这种障碍以外，就是障碍我们称成佛、见性的这种的认知性的障碍，我们佛教里面叫所知障。以及让我们脱离这种情绪性的烦恼和障碍，让我们解脱于这种轮回当中，出离轮回的这种的障碍，就是烦恼障。就是一个是情绪性的障碍，一个是认知性的障碍，情绪性的障碍障碍我们脱离六道，而断除认知性的障碍，不仅让我们脱离六道，还有见性成佛。脱离六道的这种烦恼障里面也有这种无明的障碍，所以他断烦恼的时候不是说不需要智慧，是需要智慧，但是主要是以人无我的智慧来断除烦恼障碍，法无我的智慧来断除所知障。

那么断除这两种的障碍，这种习气障以后，就是转识成智，这个过程就是证悟，如果没有这样去成就这方面的这些修行的时候，就会有因为这种习气、俱生我执的这种障碍，产生认知上的这些颠倒，以及陷于各种的情绪烦恼，然后做各种的业心，善恶的心，然后善心多的时候投身三善道，恶心多的时候投身这种三恶趣。

总之来讲这个里面有苦苦、变苦、行苦，不离于无明这样子的一种这种状态。所以会无限制的在这种自我——一种我执、我爱、我见、我慢以及延伸出来的贪嗔痴当中流浪。

所以怎么样去对治的方法就是智慧。这种智慧跟轮回的因正好相反或者是说相克，所以产生人无我的时候，修行这个人无我，产生法无我的时候修行法无我，就是说这两个都有的，所以人法俱无的这种空性。

所以破除这种人我执、法我执，这个过程就是有个次第，所以产生二障，我们平时讲的这种二障就是烦恼障、所知障。所以如果你只是想要断掉自己的这种烦恼，不要陷入轮回的话，就是修持人无我，然后集资尽障的情况下，修持人无我、破除人我执，然后就说没有情绪性的烦恼，也不会有造业，没有造业的情况下能够接受结束轮回这样子。

然后“法我执”的这种状况下分析观察除了这些现象，除了这种我们说观察自己的心要如何运作，身心两个方面如何安立，“身”有没有身体的这种物质的基础，“心”里有没有就是说可以找到心的这种本真的实存，（意？）自主的这种存在，所以身心两个方面观察都不在，推及一切万法皆是如此。

凡夫一般的说，我们讲的凡夫就是普通的这种还没有修行成就这种状况下的人，有或者是没有，就知道不知道，就是这样子。原先认为有的，最后经过分析以后没有了以后，投入进到一种原来有的这种概念，现在“没有”是真的这种的，没有才是对的，对于这种“无”有一种的执着，那就变成了没有“有”，所以这种的情况下，我们之前讲的《中论》里面也说就是“不生也不灭，不成也不断，不一也不异，不来也不去”，以及“有没有”，“没有有”这些“边”，远离这种的这些“常”，“四边八戏”这些的这种无明的这种的状态。所以怎么样做就是说能够了解到我们一般用这种《心经》里面讲的“色即是空，空即是色，色不异空，空不异色”，能够了解到我们二元的这种的对立的表面，就是说安立这种相对的世界里面有因果，有这种现象，它的相对的这种真实性，它的真实不是基于成立自主，而是一种因缘的显现。

本质上面就是它没有任何立足点，没有任何一个恒常真实不虚非常结实的这一个根找得到，所以越找越虚妄不实。所以这种就是缘起性空、性空缘起，或者是我们说的这种色法不二这样的一种状态。所以这样子菩萨就是超越轮涅，然后能够不放弃众生，同时也就是能够不被轮回的这些现象所束缚，能够认真的度一切有情，然后修一切善法，这样子积累功德二资粮这样子。

但是同时对这些都没有根本性的这种实执，以及这种产生的我知、我慢、我见这样子，所以能够随缘度众，但是从来没有放弃过任何一个众生，所以都没有，所以菩萨的这些境界里面讲的是无我利他这样子的状态，因为证悟极高，所以他不昧因果，然后就是因为这种利他之心，他有这种方便善巧，具足方便善巧，所以上一堂课基本上就是这些。

然后我们今天的部分是金刚萨埵的法门，为什么要修金刚萨埵的这一个法门呢？主要是说人的这种修行的过程，当中也需要有积资尽障的一个过程。比如说我们的身体有肝的功能，有肾的功能，有其他的很多的功能，以及免疫系统帮助你不断的比如说我们吃食物的时候，这些食物有营养的部分也有毒素，这个是药三分毒一样，是食物也有它有病菌同时进入嘴里面，它本身就是你吃的食物不干净了，然后有一部分是本身有毒性的这样子，根据你的身体的状况，但是在进入胃这样的时候，你的肝你的肾这些可以把毒素的部分化解掉，变成你需要的食物，就是输送到身体各个需要的部分。

所以它是一种怎么讲能够对治不需要的东西，能够增长好的东西，或者是我们说本身修行也是这个过程，就是修一切的善，断一切的恶这样子。

在这个里面类似于按照你个人的来讲，也是就把佛心尽量先现出来，就修一切的善，让你的这种真性，让你见到心的本质，心的本性，就是展现佛心，佛心湛然这种。然后暂时的课程就是不断的去除，像乌云被驱散或者是乌云本身消融于湛然的虚空一样。

所以一个方面让你克服这种情绪障，所知障以及烦恼障、所知障带来的种种的这些障碍，不断的克服的过程。

另外一个部分是把你就是本有的这种佛性圆满的这种的德相完全展现出来，所以这个过程。所以同样的就是说我们学习佛法当中，如果说佛法本身是去除无明的这种道法、方法，精神上的心病用心医，用心药一样，物质上比如说的不满足这样子的话，我们可以通过科技去丰富物质科学技术这样子，当然我们说的精神我们使用物质的时候也用精神，但是靠物质，依赖物质的一种现象，如果我们主要往内精神上面去专注在精神上面去修的时候，就是佛法像这样子对这种贪嗔痴慢疑烦恼，这些产生的时候怎么样去转化。

所以我们受到这种看起来是外面的就是心外的这种现象，包括一些灾难、个人的人生道路上的受到各种欺负，以及一个社会一个广大的这种众生的群体，以及不同的道，这些里面所展现出来的天灾人祸，身体的疼痛，寿命的长短，以及心里的种种困苦，陷入这种就是我们刚才讲的贪嗔痴骄傲怀疑嫉妒这些，它都是有这种内在的一种积累延伸到外，然后或者是外境过去三世的因缘以及当下的这种的抉择，就是外境就是启发内在的无毒或者是烦恼，然后进而强化它，所以就是这样一个过程。

所以心结主要是一个修心上面的，如果一切痛苦的来源，包括就外向上面，你认为是这样子那样子，但是本质上面如果你有看清楚的话，本质上面是自己的心来定的。

比如说如果就是一句话，同样一个人说出来的一一句话，如果心态不善的人以及有多疑的人，多自我或者是多有不安全感恐惧的人，他解读的时候都会想这个是不是在说我攻击我或者是讽刺我，用这些话来打击我，或者是他背后有什么样的这些嗔念，他从这个角度去分析去看，然后进而可以产生很多的这些情绪以及积压成情绪以后，会采取一些不友善的言语行动和这些延伸种种的这种方式，你会吸引对方去步入到这种对抗或者是纷争当中，所以你进一步会证实你的以前的判断是对的，现在你看步入对抗，所以原来是自己的这种身口语意的牵引力，把自己的牵引到这种种种的不安和纷争当中，就是说像镜面里面你用什么样的表情去微笑或者是愤怒，这样的时候镜面里面折射的也是愤怒一样，你对别人不好，别人也会伤害你，你对别人好，别人也会爱你一样的，但是我们总是认为自己与外界是分离的，然后自己单独独立的在这种运作这种的思维，但是不观察、不怀疑自己本身这种的判断、评断以及有没有一个作业和因缘的这种的力量的支配，所以这样子的情况下容易步入到把一切看成是如此真实以及痛苦，或者是说如此有挑战的一个状况。

所以我们说如果我们身体生病了，我们可以去找医生，如果心理上有病的时候，就是需要依佛法的。佛陀是大医王，能够对治烦恼，能够对治所有的所知障、烦恼障、习气障、业障、罪障这样子，所以就有这么多的方法，大乘、小乘、金刚乘，在这个里面，我们说人生在世，很多烦恼产生，除了让心不健康以外，对身体也会造成不健康。除了对自己的身心造成不健康以外，还会对周围的人以及三生生生世世的不仅是今生，就未来生生世世以及未来生生世世的周边结缘的一人都会带上一种负面的这种力量，有时候一些个人的这种负面能量会集结到某一种积累到某一种能量的时候，形成共业，共同造成这种的社会的这些一些或者是不同这个区域里面的众生的这些灾难以及病痛，生死当中就都有这种，所以个人的话呢，你说有些人就是为了一句话一个简单的错误的投射和理解，有时候会杀人放火，有时候会自杀，所以这些可以看出来不忏悔的这种过失，会把一些简单的东西弄得很复杂，很没有必要坚持的东西会非常僵持下去。

所以在这些里面需要实时的就是修行当中不想就是人越走越黑暗，越走越顽固，越走越这种多苦多难。

所以在这样的情况下，我们说需要以这种修行忏悔的对治的法门，对治自己的这种无明贪嗔痴，然后来洗净他们，让自己发白发亮，这样子的时候能够去除，在这里面，特别是密宗里面这种的修行，像金刚萨埵，金刚萨埵修行是最好的一种的对治和修行的法门。

所以过去的这些大修行者都依赖金刚萨朵萨埵的这种修法，或者是说在显宗里面是不动佛。

所以这种的是这种寂静、愤怒，这些总集的上师，诸佛菩萨的这种（？），曾经金刚萨埵发愿，我不能够忏悔所有的这些业，各种就是自性罪和佛制罪这种的业、罪业的话，我就不成佛，最后金刚萨埵以这种的显现，这种的愿力成就，所以能够以他的法门来就是修行，对治这种所知障、烦恼障引起的这些罪障、习气障，所以我们说有时候罪业我们分为这种自性罪和佛制罪，自性罪的话主要是说你自然的情况下，只要你换位思考就能够知道有一些罪业，比如说每一个众生都不希望被杀，如果你夺取别人的生命的时候，肯定这种这种罪也业不需要，没有任何你是不是修行者，你是不是这种佛弟子而有差别，每一个众生都珍惜的生命。如果你剥夺其他众生的快乐造成痛苦，这样子的话，这些都显而易见是一种的罪过，这种类似于这一次类推的这些就是自性罪，没有人无缘无故喜欢敌人，没有人喜欢就是被剥夺安乐，去制造痛苦就是这样子，他也不是每个人都是希求安乐，希望离开痛苦。所以如果你让他们离开了安乐，带来了痛苦的话，这些这种的就是自性的这种的罪业。

另外一些人就是佛制罪的意思说，你在受戒时，原来对一个普通的人没有修行的人来讲，他如果没有过午不食，也没有出家这样子的，这些不算什么过时失，他这一天吃好几顿饭也不算，如果他吃的当然内容是鸡鸭鱼，这样的话肯定也是罪业加重，但是说仅仅是多吃饭并不代表他有罪业，但是在修行的时候，你比如说你变成一个比丘的话，就是日中一食，或者你就是修持八关斋戒，即便不是出家人，你又没有忍住，过了以后又吃，本来是静下心来好好修行的一种承诺被自己打破。

同样的就是菩萨的这些修行的寺院以及行为这些上面如果没有做到，不断的破，或者是接受种种的密乘的这些教法，结果又做不到，破各种各样的这些实验誓言和戒，这样子的话所产生的罪障，这些也有各种各样的这些罪、业，所以在这些里面这些都有自性罪和佛制罪，不是说菩萨密乘所有的这些都是佛制罪，不是这个意思。佛制罪就是说在这个里面特别增上这种善的功德的过程当中，就是立的这种的戒条，这些守不住的话，也就是这样子。也有一些是直接给这种自己和其他众生带来伤害的的这些罪业。

所以佛说的这些种种忏罪法门当中，忏悔这些包括分别解脱戒，菩萨的这种学处，然后密乘的这些三昧耶戒，最胜最好的法门忏悔之王，忏悔法王就是忏悔法之王，这样子就是金刚萨埵的修行。

所以所以我们修行的过程当中的这种任何由身、口、意三门不善而引起的贪嗔痴，我们能够在修行，求法修行证悟这种道路上面，所以还会有存在各种就是障碍，所以在这时候我们用这些忏悔的对治力来对治这种身口意的种种的过失。

所以有时候就是说所知障的这些这些情绪性的障碍，这些就是用利他的种种的行为，善巧方便可以调服，用智慧的方式也可以，用智慧摄持的这种种种利他的行为积累福德资粮，然后像所知障这样的这种的通过智慧的这种分析观察，能够看到就是说能够了解到二元现象的本质，或者说主客以及主客（xinwei？）那些三轮分别还不清净的这种的状态。所以我们通过这种进一步的修行习，这种积累二字资粮来对质烦恼障与所知障，福德和智慧来对治这种烦恼和所知的这些障碍。

另外像我们之前讲的一样，如果我们一开始就学佛的时候就看《金刚经》《心经》这些当然可以，但是意思是说用这种的方法要自己马上要无我，马上要断执着，马上要证悟，明心见性这些都很不容易，因为没有次第的修行的情况下，你一时会说所谓所有都是空，见解好像就是空无，没有执着一样，但是因为有这个罪业，还有习性、业障的这种的障碍，罪障、业障、习气障的这种的力量其实不是那么容易对付，你只是想一下，或者是说一下空性其实不能够完全对治，这些不能够顺利的对治。

在无始以来囤积在这种阿赖耶识当中的过去种种的这些贪嗔痴慢疑这种的习气，所以在这个过程当中需要有次第的修行，特别重要。以前因为有民间或者是有很多的初入佛门的很多人有这种倾向，比如说慧能和神秀大师之间的对话，所以讲的“菩提本无树，明镜也非台，本来无一物，何处惹尘埃。”比较究竟的这种见解，这个是没错的。但是如果你不能够一下子在“何处惹尘埃”、“本来无一物”的这种的境界上面，也不能够安住，出定入定你都不在这个境界上，只是偶尔想一下，说一下的话没有起到作用。所以还是需要这种“身是菩提树，心如明镜台，时时勤拂拭，莫使惹尘埃”像神秀大师讲的这种的方式慢慢过渡到慧能大师讲的这一部分。所以说在这个过程当中，我们能够就知道这种无始以来在阿赖耶识中积累了很多的这些习气的这种的障碍，习气习性，习性储存以后，任何遇到外因对境的时候，就会释放出这种的内在的贪嗔痴慢疑的这种力量。

所以在这些特定的一些修行里面说要修三大阿僧祇劫期间去修，修资粮道，这个过程很漫长一样，主要是因为它有长时间的一种积累，业习的一种的积累。

所以如果我们结合这种空性的智慧，但是有次第的这种修行，利用空性摄持，而有次第的修行，这样时候就是说像一面镜子不断的擦拭的过程中，越擦越干净，越擦越折射这种本真越来越清净。这样子去找它的根，就是它来自哪里，又去往何方，现在又在何处，这样去用这种力量去找就是说佛性本空，或者是说阿赖识本身也不是恒常不变的这种实有，能够转识成智这个过程，所以找的时候找不到这个镜子，也找不到阿赖耶识，然后也没有看镜子的人，也没有客尘污染，所以三个都不适用的时候，就是我们讲的这种三轮体空，所以想要明心见性这些时候，一定要先就是五毒这种客尘先尽除，所以在这个当中慢慢讲的神秀大师和慧能大师的这两个就是可以结合起来了解，所以一个是次第的修，一个是究竟的证悟当中应该有的这种的见解。作为一个基础道法一样，所以特别是处在初级阶段的人，不宜用这种高谈阔论的方式，修加行，修资粮道的时候，就是说好像是在言语当中交锋辩机一样，只是辩一个道理而已，但是我们是现在想要修行证悟，实实在在的将要这种断除这种烦恼障、习气障，所以不能以一切本空这种的借口来就是站在最高的上面去说所有的其他东西不需要认真去修次第的道路，就忽略次第的修行的道路，所以就是这个意思。

所以如果说阿赖耶中有任何污染的话，它就像我们说如果你要搬动一块大石头的话，你说这个石头是可以本身是可以搬走的，那是没错，但是怎么搬走，你需要方法，这个方法是一个次第的搬走的过程，先就是把剁成、击碎成一块一块的能够搬动的这些小碎块，最后把这些通过这种搬运的整个次第，然后慢慢把它搬空。

所以通过这种积累资粮、忏悔罪业、集资尽障这两种的方式，就是把阿赖耶识的这种污染能够清净，所以不管镜子上有蒙有多大的灰尘，就不能够照见自己的心，不能够照见自己的脸——本来面目这样子，但是经过有一个就是方法，这个方法是你一点一点不断的擦拭，在这个过程当中我们说的忏悔积累的这种的擦拭，然后就是最后还原他的真面目，他的尘埃不会阻挡他折射他的本真，就是新心的本性这样子，所以这种的渐进的这种方式非常必要，有必要不是每一个人都是超有归慧根善根的人，所以说不是马上能够点石成金，能够证悟。所以对总的上面来讲，需要了解一切的这些因缘果报自己心里面的习性的展现以及业和因缘的这种的展现。

所以不论是外境上面的投射，那也是如此，所以《入菩萨行论》里面也有这种说法说，甚至说地狱的这种状态下，地狱里面的像兵器、燃烧的大地，那么还有一些妖魔鬼怪一样的，这些是什么什么造作，是不是别人造作的？跟自己没关系，他们就在那边呢？不是，一切本来是来自于自己的这种心恶，以后就是妄念造作出来，所以恶习积累、恶业成熟，然后在我们的这种的业和因缘的这种感知和这些造作当中，会展现到这些各种各样的业境，这些业境里面有贪嗔痴，嫉妒欲望种种的这些相和以及由此产生的果报。

所以像我们刚才之前说的一样，就说佛菩萨如果见到地狱的时候不是地狱，对他们来说是净土，但是只有凡夫的众生，不同的业习，就像以前有一个著名的例子，说一杯水天人看到是甘露，阿修罗看到是什么？人看到是水嗯，动物看到是什么？比如说居所，鱼看到可能是居所和饮食的来源，不同的这些背景的人有看到有不一样的用途。

口渴的人是水，农民的话就是浇水的庄稼，比如说实验室里面的人习惯了以后，他们看的时候就是一种化学分子，或者是需要不同的就是众生，然后恶鬼到看到是这脓血。地狱道看到是烈焰，所以一样。

从这个意思说我们理解万事万物的时候就是用主观的这种自己的想法，认为自己这个想法不去分析，这样子的话会发现这个不过是自己习性和业障的一种的折射。所以他们如果不进行分析的情况下，不学习修行，提升自己的心境，心的这种智慧的情况下，有时候会进一步去演绎的这种迷乱的事。

就像我们说有些人不经意给别人说了一句话，有些人因此而就是产生这种很严重很严肃记在心里面，一直不能释怀这样的一种状态。相反有些人听的时候很欢喜，其实就是这样的一种状态。所以在我们的生活身边都可以看到这种业力的影响力，如果稍加观察，然后分析其因的时候，就知道这个是自己的一种习性和妄念，所以每个人对自己来讲有一个真实的境，但是如果你不能够用佛法来主导，引导你自己的身口意的情况下，我们往往都入到这种五蕴和五蕴感知启发内心的这种五毒的这种的状态下，所以这在轮回里面的有时候就是毒性不强善，就是五毒的这种的调服的稍微好一点的时候就是三善道，五毒至上炽盛的时候就是三恶趣。

总之来讲，我们说不同的毒性就更强，就是说贪嗔痴的毒性更强的时候，这种折射更强的时候就三恶趣，同时也有骄傲嫉妒这些，但是说其他的毒性比较浓重的这种贪嗔痴会调伏一些，积累了一些善的时候又会在三善道，所以如此种种。

所以不论如何，就是说我们在轮回当中，因为业力的这种力量，不断推演这种六道的转生，受种种的这些痛苦烦恼，所有的众生本质上面都就是有不同的这些业和因缘，但是有共同的地方，追其因缘，为什么你们在这里为什么会堕落到六道轮回当中呢？

是因为有这种无明就是执着的这种的习气，以及没有智慧完全展现出来，所以有所知的认知的这种的障碍，以及有认知的障碍延伸这种种种的烦恼或者是说情绪，由此而产生各种的行为，这些行为到产生这种善恶业以及善恶业的导演的这种各种的现象痛苦。

所以我们说怎么样去避免业，其实我们在现实当中完全就是一点恶业也不造作，这样是不可能的。有些人说我不需要忏悔，我是个好人，我没有什么恶业，我不犯法，没有犯到国家的法律，也没有犯到亲朋好友的伦理就好了。

是这样子吗？其实不是，就是说我们会认为今生没有做很大的恶业，这样子的话，但是过去是生生世世当中也有这种过去做的习性还是继续，甚至我们做了一些恶业，可能我们都不记得，所以不断的积累，我们的恶业有时候是一些念头上的恶业，有时候是语言上这些造成的对他人的种种的伤害，以及行为上面的这种伤害。所以我们不能不断的会积累这种大大小小的罪业，我们在行住坐卧这样的时候也会造成这种的恶业。

像华智仁波切以前在这个里面也有讲，前行里面，说哪怕是吃一碗糌粑，有半碗虫的这种业力在里面，翻土浇水，这样的时候有很多的这些虫子，地上的虫子翻到地下，地下的蚯蚓各种虫子就是翻到地上摔死，有干的地方把它就是用水浇灌水，那么所以这些都是成熟种子时候的一种怎么讲依靠的。很多比如说有烦恼或者是很多这些动物的粪便里面都有很多动物，很多细微的生物很快就聚集了，但是我们如果把它们燃烧或者是，把它们化成粪肥，那就是撒在这些里面，他们也有这种被死亡，然后当然后来像现在这种喷农药对这些飞鸟，吃他们的这些累积这些虫子，这些都受到伤害，喝口水的话里面也有很多的这些生命，所以从大到小，我们无形当中做生意，或者是有意无意当中又会伤害不少的这些众生。当然有一些是那也有这种贪嗔痴的力量而产生的伤害，你比如说有很多人点过这种鱼，你也许知道也许不知道，但是知道的情况下有些是点啥，有些是厨房里面你点的量越多的时候，就是厨房里面进一步就是杀的数量越来越大，或者是超市里面其他地方也是如此。

所以不论如何，我们的意思是说每个人的自身不要认为自己一点业力，一点罪业都没有，其实每个人都有，所以这些罪业如何迁出遣除呢？除了我们说的这种自己忏悔，好像世俗间每一个人都会多少自己有这种惭愧心，觉得自己做的不好，或者是对别人的伤害有愧疚，道歉的心，之类的肯定有的。

但是说在佛法当中有更殊胜的完整的一种就是罪业忏悔的方式，所以就是说所有的这些罪业，他们一般说是做恶事，比如说我们说讲的十不善这种的恶，包括杀盗淫，然后两舌、恶口、妄语，绮语，然后贪、嗔、邪见这类的，就是身口意的罪业，这些没有一个是没有人是去向往的，这些他们都知道不好，而对治的方法就是行持十善。在没有行持十善，有时候因为是人生的道路就像黑白的花绳子一样，不是完全的白，也不是完全的黑，有时候就是做一点好事，有时候做一点恶事这样子。

所以他们慢慢的希望就是说怎么样善的力量越来越大，恶的力量自然越来越小，你要克服、克制十恶，这样也可以，誓言就是下这种承诺，然后同时发愿的时候下决心誓言，从十善行，正好水涨船高一样的，如果对治恶行，这是一种方式，但是增加善行是另外一种方式去对治恶行，所以这种的方法里面我们这是一个对治。另外有一些情况就是，刚才我们讲的受的戒就是分别解脱戒、菩萨戒、密乘戒这样，最后又犯了分别解脱戒，又犯了菩萨戒，又犯了密乘戒这样子，所以就在于平时你怎么去不断的调整，不断的进步，不断的进化自己，就像时时勤拂拭一样。

不然的话人生就是说像一条船一样，你可以把这个船拿来度自己，度到彼岸，以及度众生度到彼岸。

你如果成就，有所成就的时候，你可以在今生今世当中，也不一定是死了以后才会有成就，就是今生今世有证悟，具足了种种的这些德行德相的时候，你可以度众生。同时你也可以毁坏，因为你的这种行为，你也可以葬身自己于这种痛苦的轮回里面，继续沉溺在深深的轮回底层，就像你可以坐船的时候，也可以不小心里面打打闹闹，产生这些很大的这种业障啊，这样子的话这个船坏掉了，漏掉了，被这种业力的之风打翻掉，这样子的情况下，你堕入到这些沉溺在三恶趣或者三善趣这样子，所以所有的戒和这种罪证障的过失，有一个就是补救的方法，就是忏悔，不断的忏悔，不断的进步，所以知道忏悔就是很大的一种门方便之门，是有希望的一种不断，就像你掉下去，但是还有保险什么，不至于把你就是落入无底之洞深渊一样，你还会继续往前走，掉下去一点掉的不多，然后马上立马往上爬。

有保险绳，如果什么保险绳都没有的情况下，你一落就是粉身碎骨一样，类似的，或者是就没有希望继续往前伸，就能够渐渐坠落。所以说有忏悔的清净的这种的法门，往前让自己不断的进取。所以古代时候就是佛陀的弟弟，还有很多的这些故事，就是说他自己开始贪爱女人，然后最后佛陀给他看带到喜马拉雅，看这种猿猴，看到天上看仙女，然后知道他就是对自己的妻子的这种执着，看到仙女的时候就觉得我太太像喜马拉雅山的母猿猴一样长得不好看，原来执着就没有了，但是要去修天道，去修积累的资粮，然后准备去天道。

然后佛陀又带他去地狱，说天道就是像高消费的地方一样，你把生生世世方便积累的福报很快会花尽，它是一个很消耗福报的地方，虽然很长寿，但是过了以后你会都堕入到地狱，所以这样以后他渐渐的觉得轮回是不安全的地方，需要出离。这个故事。

还有像我们讲的这种鸯掘摩罗，指鬘王之前以前也讲过，鸯掘摩罗他就是印度外道的，它本身是婆罗门，追随一种外道邪见的这种邪师。因为他的这种师母策划一些伤害他的行为，因为由爱成恨这样子，他的师母本来爱他，但师母一厢情愿，没有被鸯掘摩罗接受的时候，她准备起杀念，或者是对付他的念头，然后他师傅给他的方法说你应该杀1000个人，你会成就，所以这样子他肯定十恶不赦，被国家问斩的，这个人比较死心塌地，又杀了999个人，武功高强这样子，然后准备最后他给他送饭来的妈妈看到的时候准备说，可能我可以用这种方式让妈妈和自己完全成就，因为他所杀的这些都以为是在做这种善行一样，所以这样子的情况下，佛陀知道有过去生生世世的种种因缘，但是这个时候已经到较复杂的时候，所以佛陀示现一些神通，开示一些法语，让他忏悔，跟着就是出家修行，最后国王也没有治他，原因是他已经完全改邪归正。有点像罪业的时候，有一些本来是某一种的罪业，今后坦白从宽什么自首情节中，我们算的时候它就是类似于放到边缘边地，或者本来要处死就是无期徒刑这样子，但是在这里面他相对来说他即便是有杀死人的这些，但是立马的忏悔的这种的力量，罪业的这些，所以减轻，猛烈的忏悔，一生精进的修行，这样他懂得知道了因果业力的这种法则，他也是出于无明和错误的指导而产生的，这些行为他本来没有什么根本的恶意，只是说希望其他人也能够听从他的这种师傅的教导以后，就能够被他杀了以后投身到天道，这是为什么他也能够杀他的母亲，所以他没有动机上他不是那么恶的人。所以最后因为这种他证得阿罗汉的果位。

另外还有阿阇世王的故事。阿阇世王为了夺王位，杀了自己的亲哥哥，监禁了自己的父亲，当然是主要受到提婆达多的影响。阿阇世王本身还是有善根的人，阿阇世自己有孩子，孩子脓肿的时候他用嘴来吸这个脓。后来他母亲跟他说：我记得以前你小时候你爸爸也是这样子，但是他唯一跟你不一样的地方是你爸爸吸了脓血以后，不想让小孩子看见血而害怕，然后他吞下去脓血。阿阇世王觉得她他爸爸更爱他，他仅仅是把讲脓血吐在毛巾上，所以就觉得很忏悔，去释放父亲的时候他父亲已经死在监狱里面。后来他就很痛苦，生了一大病，很多的这些这些外道师，他们来的时候都不能够给他说直话，说将来会下地狱，有些人就说就是种种的因缘，这些他也有罪，其他人也有罪，也罪有应得等等的话，只有是最后在大医师耆婆的劝解下，说你应该求佛的这种的指引，然后佛的加持下他的这种顽疾、身体的疾病恢复，然后开始知道提婆达多的这种说法，这种做法是不对的。然后篡位怎么样，本来他爸爸是护着佛陀的僧团，后来阿阇世王开始的时候护持提婆达多的僧团，他有他的这种僧众的团体，然后后来了解了所有的这些事情以后，他就进而支持佛陀的教法的事业，然后很虔诚的忏悔。

别人问说他这个就是把他自己的爸爸都在监狱里面弄死了，罪大恶极，他会不会堕入地狱，问佛陀和佛陀的弟子，佛说会，但是他弟子又说他又忏悔是不是没有用，佛说他讲当然有用，因为他的这种虔诚的忏悔，他堕落地狱的时间有一点像一个就是球落到地上，然后弹起来的短暂的过程就会可以从这种当中解脱，所以因果不虚，阿阇世王造了这么大的业，他似乎还是会进入到地狱的，是因为忏悔的力量就马上能够解脱这个意思。

所以另外就是说不同的这些忏悔改过的力量，所以像阿底峡尊者他们都说我修小乘佛教的持小乘的分别解脱戒的时候，就是出家和在家的戒的时候他没有破过，然后修菩萨戒，修持菩萨道、菩萨戒的时候偶尔破一次戒，修密乘的时候这些修行的时候，他说这个念头上面的很多的这些破的戒很快，很多，犹如飘下的这种雪这样的，但是他说我的方法是他没有跟罪业，每天都在忏罪，像我们这一边也就是以前讲过21遍念修百字明这样子，就是说我没有破戒以后完全不忏悔而就过过夜，这是类似的。所以有些人以前比如说不知道如何去修行，所以以前佛陀有个弟子就是周利盘陀，他就是比较愚笨，佛陀教他就是扫地，这样以后慢慢时间长了以后，居然他自己悟出来。佛陀要他扫地并不是说仅仅是让他扫地就干活，当这个侍者而已，他是在扫除自己的这种罪障，扫尘除垢，扫除心里面的这种情绪性的烦恼性的这种障碍认知的这种的个垢染，这些时时勤拂拭，最后就是真实的改过直到忏悔，所有的罪业完全清净，这些故事都有。所以这些都是说为什么要修行忏悔的一些故事，所以我们就到此。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。