师兄，吉祥如意， 这里有俩个音频，包括几次的开示。

就是在这种有机会平时在积累一些功德参加一些法会，求传承的地方也好，灌顶也好讲解的也好或者是网络上面听课，手机上面听课，自己看书，这种都当做是发菩提心的机会，而你尽量把自己的心和这种大圆满前行里的教导作比较，就是自然地你在没有刻意的做任何调整之前呢看你的心态是怎样的。然后呢在就是说大圆满前行里面要求我怎么做然后我就照模子画壶，或者是这样念一遍就行了，不是这样子的，就是一定要做为一种智慧的内心的观察，平时的心态是怎么样子的，然后在做一些调整，调整了以后呢，就是有些人开始会做一些调整，后来后来慢慢慢也不作调整了也就放弃了，这个也不好，每一次都有一种的了解，也就是说发菩提心的机会真的是很难得的，习性的转化就是靠这些的发心，就靠这些真诚的一种的每一次精进和转化的一种力量，所以就是说就是经常关照自己的自然的习性和修行以后转变的以后呢调整以后呢把这种调整书面就是大圆满前行引导文里面，把这个渐渐的变成自己的一种习性，这个就叫加持，这个加持的意思原来就是说转化嘛，就是把你自己不好的习性，恶的习性不好的习性自私的习性转化为菩提心，转化为清净见证，这样的话就是天底下普遍的有情众生没有感觉，甚至对自己的亲朋好友很多人都甚至怀有自私的心自私的目的这样子，那他肯定对其他终生没有度化他们利益他们呐，度化的话就讲的有点大了至少说他们没有爱心，他们的苦痛就是无关痛痒，不管自己的事情一样子，这样子的心像石头一样的坚硬，手里面的石头一样就是无法被爱心润泽，那这样的时候呢就是这个状况不是特别好，对于大乘修行者来讲那怎么样呢就是不断地想道理，就是为什么要利益一切众生，那利益一切众生的原因，不需要的原因在哪里，就是用那些很直接很简单的方式，也用了很复杂的道理讲这个发菩提心的缘由因缘了，就是为什么要发菩提心?那直接简单的一种方式来讲的话就是你可以把众生当做现世的父母一样去看待，那别人说我的父母呢今生对我很有恩，养育我给与我身体，给予我一切他们能给的一切，这样子就是他们的忧心劳神，一路的这些含辛茹苦的这样想到的就会很感动，那就是只要你不否定前生今世来世这样子的一个人，不否认因果轮回的这样一个人的话，那你就知道说你在过去世当中有无数的这样的这些众生皆为父母的这种的了解呢，从这个地方慢慢慢的滋生出来，所以这个呢这个需要一种怎么说呢就是对于闻思的这个方面可能随之加强以后呢，发心的这种程度也会越来越真诚，也是一种自发自然而然的一种状态，所以说乃至于自己原来不喜欢的这些民族，自己不喜欢的一些人群或者是某一类的人，有些人很讨厌，比如说屠夫啊妓女啊这些猎人啊这样子，但是最后你会发现说其实他们是在不好状态下，所以他们更应该的到这种爱心，他们应该得到鼓励，他们应该帮助他们清净他们的业障，他们也跟你一样就是也希望离苦得乐的人，所以这是从多方面就是去观察自己的心也观察自己的习性，然后呢不断地就是把自我自私的一种心的习惯呢，可能有些人比较不是这样子，已经有很开放和利益他的这样的一种心，那这就是已经渐渐的转化成自然而然的无造作的状态下的菩提心。好那我们这一部非就说这么多，然后大家跟普贤上师言教呢，就是万法的部分呢就是特别是菩提心，广大的菩提心多读一下，吉祥如意！

就是治疗病人还给病人病情加重，因为你就是内在的问题还没有解决，就像说我们说手上沾满了各种的不干净的细菌，什么交叉感染呐，然后肌肤也不阐述啊，衣服上啊这些都不干净这样的话啊，就是对于药品的污染对于病人的污染这些都有可能，所以说修行上面自己内心当中的很多习气，不好的一些特质没有消除，没有干净的话业障啊罪障啊烦恼障啊很多很多习气障这些没有清除的话，很多没有一定程度上的这些转变的话，心态上面的时候，你连清净自己的手心思都没有的话这样是不行的，所以金刚萨埵的修行就是先自己忏罪，自己忏悔过去的恶业然后断绝过去。在这上面呢就是说清净业障累积诸多的福慧资粮就是金刚萨埵法门百字明---咒语之王。就是迅速的清净无始以来的种种罪业，然后就是累积福德，比如说获得色身，获得某一些力量的话也需要一种福德资粮。就是说这种资粮呢，是因为我们活在现象当中，需要这些现象，所以，这些，因为一个圆满的色身的资粮啊，这些不具备的话也是会影响到现像当中的这个有形的力量，所以我们比如说，你有一颗善良的心这已经很好了，但是如果说同时呢你还有一些能力，比如说就救灾讲的话，有些人有很好的祝愿，这些祝愿很有价值很有意义非常好，那别人听到心会说。这样很多人就是他需要的一些甚至不精进的时一些物质，或者是比一些物质更重要的是这个精神上的支持，精神上面的抚慰精神上面的鼓励和这种引导。以及就是支持这样子，但是有些时候就是需要有一种不仅是光是精神上的口头上的，还有一种实际的行动以及物质层面呢或者种种的力量，或者同样呢就是你说福德资粮，福德就是善业的这种福德，真正的可以把这种善业的善愿呢化为某一种实际的行为，实际的一些力量展现出来。就是这为什么说福德是智慧资粮，福德资粮。智慧资粮主要指的是证悟空性见的证悟的这一部分，福德资粮呢就是你是一个色法而生的身体这种成就也是色法而生的果位，这样子的话，本身色不异空空不异色一样，这种以现象展现的力量，这样就是一种福德。我们也说这个人很有福是一个圆满的福相啊，就是类似的，我们做佛像啊，或者是做各种的时候呢，一方面就是有一种呢，不会因为色生的这些匮乏，眼耳鼻舌身这些的窘境，就是我最基本依赖的这个色身，就是我们经常生病啊，就是那里诸多各种缺现啊，生出来的又诸多种残疾啊没有得到暇满人身啊，这些都说明是福报不足，或者一直处于贫困的状态啊，相貌不佳啊，或者这些色身当一类的，这种叫福报。所以就是说，越能迅速积累这种修行上的这种福报，和现实的和究竟的这些解脱上的这些福德呢，就是福报和功德就是福报是一层，然后功德就是产生能够胜于善法的这些因缘呢这些增上这些果位啊就是这样子。所以这样的话，这样要只修行曼达拉，既清净业障然后又圆满功德，这上面是积累部分----修曼达拉

     同时福德足的时候障碍就少，就是说我们能够对三宝供养，有福德的时候又能救济难民或者说下至六道众生就是这样子，所以累积福慧圆满的时候呢，同时能够感受到因为福报圆满而成熟，就是那些民间很顺畅啊得到的这个贪嗔也是圆满的贪嗔啊，肉身的身体也是这样子，所以这样积累资粮的话我们就可以清除我们内心的所有障碍，所以本身福报的话不见得就是要很贵重的财物供养佛堂啊寺庙啊，不是这个意思，就是因个人的财力和能力不一样，然后依照这些。

这里说的曼达拉是身口意的曼达拉，就是身语意指的曼达拉，以观想的力量咒语的力量，以及种种的声音这些来做就是突破现实物质的局限，来做意幻的供养，积累这些如幻的资粮，无限的这个力量会产生，所以说好像一个人的身口意当中，亲近身口意当中有一定的见解，能够发一些愿，然后具体个人的能力财物这些很有限的一个人，但是他能够很精勇修行这些窍诀呢，把他有限变成无限的力量，只要有清净的心虔诚的心，人人都可以做得到。

     那就是上师瑜伽，上师瑜伽呢就是金刚乘的修行当中，与上师相应的意思，就是与觉者或者这样子相应，与传承上师所有根本内在的本尊呢，与自己心的本性呢这些都叫外在内在秘密的上师这个意思。就是内外密心的无碍本觉内在的这种智慧，与上师相应的意思就是这样子。我们在金刚乘里面特别重视根本上师，上师传承的这种了解，所以弟子修上师瑜伽每天都不应该断上师瑜伽，与上师相应与上师的证悟相应，与传承上师的一脉相至直至佛陀法身报身化身这样子。

所以这个呢就是说，上师瑜伽就是以心相应，心法相应这样的意思，亲自证悟上师的密意，人和人之间的话身体或者是衣物这些上面留下一些骨头舍利子啊，继续传啊或者是给你留下衣钵啊，或者是一些佛像啊佛经啊，这些是一种，但最主要的，是金刚乘里面讲的这个部分，是说布施心就是能够把心最重要的传承就是心要，究竟的心的见解，心的这种明心见性的这些直指心性的教法，这种觉悟这种传下去，这才是真正的相应，与上师相应。同时也可以保留如果你收到传承，收到衣钵啊，收到你供养上师们的相片啊，唐卡啊这些都可以。所以消除罪障积累资粮，圆满这些的话最主要的的力量就是依靠上师修曼达拉，修金刚萨埵以及内外密的皈依，这些是都要以不离上师依靠上师，没有上师的话没有成就的根本没有加持的来源，所以这个部分讲上师修行，然后另外就是由失身法啊破瓦法啊，这个到时候我们再慢慢说。然后就是希望大家有空的时候呢可以多听一两遍，然后结合法本进行实修，扎西德勒，吉祥如意！

     扎西德勒，这是我们在修前行之前呢，每一坐当中呢，现在共同完成前行不共内加行这正式的步伐还没讲，之前还有些如何听闻如何发心之类的，所以先谈如何以三殊胜摄持整个修行，意思是说你具备哪三种条件和要点呢作为佛法的修行，我们离于这三种的话就不是一个殊胜的修法，那么这就是三种殊胜，或者怎么讲呢，就是圆满完美这样的意思。所以修行这上面的这三种要点可以说要行这样的意思。这主要是在龙钦巴尊者过去讲过，这种任何听闻修行不论大小善根，都需要具备这种是以闻思修开始的前提，对我母有情众生发出这种无边无际这种广阔的菩提心，然后中间的正行就是要以三轮体空的这种空性见来摄持，然后做一切功德闻思修一切功德回向给所有众生，而希望所有众生都因此善根而离苦得乐，究竟成佛。所以说这三种必须具足才算圆满完整的修行要点。

      所以在这里面，龙钦巴尊者说：“天天发心证行空性观，天天证行空性观”，皆悉回向次第摄受之，行解脱道总持三要心，就是三种主要的要心，就是三种殊胜，那就是动机的这种殊胜。所以动机又分几种的动机：一种是不善的动机，不善的动机呢，就是好像我们为了今生总要拿的这些欲求的东西啊，这样去做很多伤害众生的事情。所以对于恶性，比如十不善，以这种方式要成就自己的事业，或者财富权势这些的话，以十不善的心去做事比较恶的动机，就是不善的动机里面主要指的，比如说：今天为今生今世的生活健康发财啊，就是简单的一些，这种来为避免各种的障碍，这种想法为来修行的目的，仅此而已，哪怕是修大圆满这样高深的法门的时候还心里面想：我怎样不要倒霉啊，就是我怎么样，都是今生今世不离开，今生今世的一些欲求和打算，所以就是为了健康会用些这样的的打算以后呢，为了弥补这些，这样就是为了健康可能会杀生，为了财富可能会偷盗，所以就是为了满足自己就是可能会做出种种伤害众生的行为。所以总的来讲，就是为了这一生得到幸福，遣除这一生的痛苦为此而去修行，所以这种要避免，那么这种逻辑的动机，逻辑的动机就是这种非善非恶的这种状态，比如说一些人去修行，去寺庙里面拜访，那他们就是跟着凑热闹，当旅游，当去游玩呐，或者作参观做研究这样子，他没动机----这个会给自己带来什么样的变化啊，对利益其他终生上面有什么好处，这些上面他都不考虑，也没有这样的用，主要是仅仅跟群跟着一起玩呐，游山玩水里面看一下佛像而已，或者是看一下建筑的华丽。或者是有些人去寺庙专门去放松，去打太极拳，吃素。寺庙里有时候有免费的饮食，餐饮公益之类的，那这是一个。

那善的动机呢，主要分为不同的善，一个是说不是为了自己，已经从这里开始，就是说为了其他的众生，但是其他的众生呢又有几种几种层次的利他的一种心。那一种是说，虽然说，就是说没有考虑到解脱啊，但是希望今生来世当中希望别人得到福德增上，长寿健康，这些时候呢，没有参杂他特别多的私心杂念啊，仅仅是自我的这种利益的出发去做任何事，而是去做一些为他人着想的一些事情。比如说，希望父母长寿啊，或者是这类的.然后这一个再加上他的想法，就是不希望别人堕地狱，恶鬼，畜生道，希望别人得到三善道的果报。所以这就是三善道才有任何天，所以就有人天乘才有的发心。所以就是很多时候就可以看到很多人的发心并没有让他们究竟成佛或者是了脱生死，超越轮回。大部分呢好像是说年这个亡灵啊，，或者是去做一些功德，或者是好像他们是在阴间需要什么这种的感觉，就是民间信仰上面，这是我们现在说的真正是为了别人的去处能够继续在三善道，今生来世这样子。然后另外一个中等的呢，就是所有着中国声闻圆觉或者以追求自我究竟解脱这种为目的的，这些不考虑健康长寿啊，这些不是修行的目的。然后就是我们知道的，本身五蕴就是根本的束缚，所以难免生老病死，十二缘起这些，所以我们得到某一种的力量，希望自己能够超越这种轮回，然后究竟涅槃。所以从这个方面来讲，就是变成地二种发心，就是善的第二种层次的发心。

第二种发心主要是，不为世间打算也不为众生打算，主要是为自己的究竟解脱打算，他不为自己的今生今世和来生来世做打算，这是一种根本解脱的发心，这种发心的这个状况呢，这个方向这种虔挚的心来做发愿发心这样子。那上乘的发心就是最大的发心。我们前两天也说过一切的众生能够解脱，为此作为修行而下功夫，不仅仅是自己不想，好像我们都在烦恼当中，好像我一个人解脱就可以这样，没有这种。就像哟与人考试一样，自己得了满分就可以了，其他人不得满分更好这样。不是这样子，而是希望所有的众生他们都能够成佛。为他们都能够得到满分，好像异人馆很辛苦的老师希望所有的学生都能够得到满分一样，即使类似的。就是希望所有的众生能够究竟成佛，所以已经超越了自私的心，超越了对轮回里的各种贪恋，留恋这些心，而是完全修行的重心不是为自己打算。是为一切众生的安乐做这种真实的发心，有种发心具备两个条件，两种发心，一种是要决心度化众生发慈悲心，一个是发誓成佛的决心，为度化众生而成佛，这样的时候，他根本的动机还是为利他，为度化一切众生的慈悲心，没有舍去，一直都在，为这两个的时候，是上等的真实的菩提心，是我们真实的需要的。把发心的重点都记在心里，一直都努力去做，正行的无缘的第二个殊胜就是无缘殊胜，或者第二种修行里面的重要要素，要行，就是要行持的主要要点，这个就是说有两种，一个是真正的体悟，证悟了某种无缘的意思是空性，了悟了空性，这个的话，你应该要安住在这个境界上面，你有哪一层的了悟的境界，可以在这上面就安住，还有一个是没有真正的证悟，但是在出离心和菩提心的基础上，做为一种认认真真的这种真实不虚这种的一心一意的这种的心去做，认真的去做，认真的发心，认真的安住在作意，回向，都很认真的观想，这也是一种初级无缘的状态，另外有一些以前读过智慧品，入行论，中观的教法，里面有这种断除了实有执，或者执实有的见，断灭见或者有无皆是，有无皆不是，断除了这种各种边际的执着，证悟人无我，法无我，就是这样以后，概念上相似的空性升起来，文字般若这种，也可以以这种方式，有类似三轮体空的了悟，所以就是说你应该放生啊，供灯啊，修行啊，都有一种一切的行为，一切做者，一切所作，所作的对境，这些本质上面是清净，本质上面是如幻如梦的这样一些现象，没有执实的状态，一切都是显而无自性的，从这上面来了解的，都是显而无自性的，都是三轮体空的，所以，用这种方式去做，这样子的殊胜的无缘的意思，殊胜的一个是悲心，发菩提心，一个是无缘的殊胜。

最后一个呢是回向，回向说有类似于避免几种的这种过失，就是说有些回向有些人会有些内心当中会有些因为做好事，这是我做的，这是有一种执着，骄慢，我做了这么多好事是个好心的人，我是一个很好的人，对自己无形中有一种骄慢，所以不能变成骄慢的行为，所以变成一种无执的，对功德的已有的功德，跟发心相应的，无边的，意思是回向以后功德不会消失，另外一个，像不断的增长，这两个特点，你一个是所累积的功德不会毁灭，因为有无量的众生，回向给自己的话，自己起分别念，起很多烦恼，你一念瞋消百劫善，一念贪心起，百万障门开，有很多烦恼，损耗各人的回向，有身口意上面的造作不断的变化当中，增长减损这样，回向给一切众生，他们不是所有的众生会同一时间犯所有的戒，做种种恶行是不可能的，所以你已经你不是为自己，是为他们回向，你的功德不会漏失，不会退减，再一个随着每天都会增长，所以这就是我们所说的回向，我们可以把回向了以后，一个是不产生骄慢的心，一是不与恶毒的的有毒的回向，不做这种的，就像有毒的善根，执着于自己的善根，就像吃食物当中，吃到有毒的食物，结果是不好的，所以不能起执着，以三轮体空的方式积累了无量的资粮，再以无漏的的方式来回向，如果你以某一类真实的无毒的回向的能力，

这是在菩萨阵地以后，在禅定当中无缘中做回向，凡夫一般做不到，相似的回向，诸佛菩萨如何种善根，如何做回向，我们也以同样的方式随喜他们，三世累积的一切的善根，我也以类似的以他们的方式种善根，做回向，这样可以最终以回向积累无量资粮，圆满一切功德，度化无量众生，以无私无像来做回向

我们要留意在修行中，哪怕是念三句经咒，三句咒语，一句偈颂或者各种行礼拜，做任何放生，供灯啊或者禅定，都是以最初以发心，中间安住在境界上，一心一意的观想，不能心里面正在做的时候，心里正在做的时候打瞌睡，正在做的时候，心里面胡思乱想，以至于旁边周边人的念的快慢速度内心不断起竞争心烦恼心，或者你看别人做的不好，心里不开心，还是有人走来走去，不论是什么原因，里面都有心里掺杂很多烦恼，都不好，都要有一种清净心，最后再做完整的一个回向。这个部分，，我们隔三岔五，没有说每天必须这样子，可能和我的内心地方也有关系，但是我会不断的在里面，往前开始讲，共同外前行，不共内加行，以及前面今天讲的三殊胜，然后明后天有一些听闻方面的，如何听闻佛法上面有一部分和大家分享，然后听的时候，我们再一次重复学这些呢，机会有些有，有些可能相当少，所以应该一次性尽量专注和实践，尽量融化， 就像我们吃食物一样，尽量被身体吸收，吸收到精髓，佛法的精髓这样子留到自己的心里面，这样子比较好，扎西德勒

上面有居士问到三轮体空，三轮体空呢，基本上，上一次是我们说，说安住在无缘殊胜的时候和回向的时候，就是最好的一种方式，就是以三轮体空的方式来做，三轮体空的真正的境界要证的话，有一定的困难的，因为我们说不是在对立二元的这种观念当中做这种的，三轮体空的这种境界，或者三轮体空无缘当下，以三轮体空如梦如幻的意思，如果本身三轮体空这几个字意思是说修持的人，修行的人，以及修行的这个对境，以及修行的法这三种都是虚幻，如梦如幻的方式观照，或者说这三种都是空性这样子，以这种的了悟，当然如果没有证悟的情况下，这些是一种概念，概念当中如同梦幻，梦幻当中行善，梦幻当中有梦幻的众生的对境，梦幻式的修行人，梦幻的修法，利益众生的行为，这是一种三轮体空的境界或者是三轮体空的一些法，上面我们提到了这一部分，所以我们继续做一点延升

大圆满前行引导文里面有听法怎么样发心，这样讲，听法的时候主要是分两种，一种是广大的意乐的菩提心，广大的意乐的菩提心，就是所有大乘的修行人，也是三殊胜的一部分，修行的前面都应该发菩提心，怎么样发菩提心呢，就是说为一切众生能够离苦得乐，从轮回束缚当中得到解脱而为此而修行佛法这样子，总体来讲就是说，发心，听法的时候，在任何一个上师面前听法的时候，都应该持这两种发心，一个是广大意乐的培提心，一个是广大善巧方便的发心，所以我们先说一下一个是广大意乐的菩提心，这里面呢，我们就是大部分人比较熟悉的一种状态，是说需要内心真实不虚的升起一种非自私的心，不是为了自己去修持某一个法，这是为什么呢，就是说我们如果在自私的心去修任何佛法，它都会变成很有局限性的，自无始以来都是因为我执，然后自私的一种习性，这种的习性，困绑在轮回当中，最主要产生贪瞋痴力量的这种力量，我们说的俱生我执，俱生我执这是自我中心的一种物解现像的一种的状态，但是这种的状态，因为有我们的眼耳鼻智舌身的这种组合的蕴，也可以说就是我们的身体和业蕴烦恼，就是心态上的的烦恼，累积得到一个生命的一种业，这些使我们产生一种很强的我执，然后把我们的经验通过眼耳鼻身意的这种经验，当成是唯一的一种现象存在的一种方式，自己的整个世界和自己的存在的方式就是这些，这样的时候就像西方的以前的一些，比如说从进化论的角度，或西方很多哲学家从前也有一些这样的结论，就是说人是根本上面是一个自私的动物，它做任何事情都是从自我的这种需要或者自我的得失，从这个角度出发的，咋听上去大部分人的确有这个特点，但是如果你从仔细的的更加仔细的角度来看的时候呢，俱生我执的这一种习性是存在的，但是因为本质上我们都有我们所说的佛性和善良心，佛性就是我们基本的共有的一种特质，这样的时候就可以看到说我们很多的行为是基本的一些善良的行为，不是自私自利自我中心的一些行动，甚至是牺牲自己，来利益他众的这样一种习性，我们有某一种这种我执，但这种我执它不是根植于自我们的自性当中，在眼当中的世界里，它体现的比较明显，但在另外一种上面，它可以刹那间显现更自根植于于自性的本质，就像基本善良和佛性，这两种力量产生不同的效果，比如说自私的心和完全自我中心的一种心态，更加产生更多的贪心，贪欲，更加的这种有自我保护的意识，或瞋恨的心这样子，更加产生我慢，伤害到众生而不自觉，更加有产生疑虑，怀疑这样的心，这些特质这些情绪正是好是带来很多痛苦，很多破坏，带来身心不安的来源，这些又是我们最不想要的，最终发现我们最不想要的都是是我执创造出来的，带来的，不需要讲很高深的因缘果报或者道理，仅仅看从十善和十恶的角度可以看到，十恶的行为，往往你做这些事情，会让自己身限于各种各样的问题当中，也会造成很多人为的这些的困难，行持十善会从人的行为，是从利他不伤害别人的行为当中，十善的行为是受到自己和他人的欢迎，因此而受益，大家都因此而快乐，中间有一部分没送出去，有一个频道没有送出去，没关系，就是说按佛经的话，佛陀也讲，三恶趣当中，最难以忍受的这种世界是地狱的世界，地狱的世界是由什么样的主因产生的呢，主要是以暴怒的，瞋怒的心，这种变成堕入地狱的因，所以我们以前有一念瞋毁百劫善这样的词，其实所以我们应该可以看到，瞋心最大的对治力是菩提心，所以这样子说我们为什么不是像一般西方人研究的这一种，说不完全说本质上说我们是自私自利自我为中心的这样一个动物呢，你可以看到很多无数的这些利他的善行，善良的行为，相互帮助，相互付出很多的慷慨，还帮助，这些呢鲜少有变成新闻，头条新闻，邻里之间的帮助，或者大的各种各样的组织也好，个人的行为也好，共同的一些团体的行为，都些都觉得这是应当的，人与人之间有爱，有帮助是有这种爱心是应该的，反而有一些这种破坏性的东西，破坏性的这种事情发生的时候，都是大家觉得很震惊，觉得很不正常，所以变成新闻媒体的一些报道当中，另外一些善的行为本属于我们觉得太正常，没有什么新闻价值和没什么可报道的，但是因为为什么负面的事情常常在媒体中，是因为别人受到一些震惊，所以它是一些比较少发生的事情所以才会报道出来，不然的话，每一天都充满了看起来，每天看这些报刊媒体呢，充满了负面的东西，其实是因为这些不正常才报道出来的，我们看这些。另外一个讲，群居的动物，特别是人这样一些动物，从小的时候，一直到到十几岁甚至二十几岁之间，都需要别人的帮助和呵护，到家长到老师，才能完成健康成长的过程，才能完成，到年纪到一定程度的时候，又需要社会家人亲朋好友要多一种关心，养老啊这些有一定的安乐，年纪大以后的安乐，也依赖于别人，中间的各种成功合作也依赖于其它人，有佛学的大师专门著书讲就是说，达尔文式的进化论式的弱肉强食丛林法则式的，忽略另一个同样的一个面象，进化之所以，就是人或生命不断进化，向前的最大的一个动力，是一种合作，它甚至西方文化里面太强调竞争，太强调各自的独立这样子，但是你去真实的观察，哪怕是群体性的任何一个动物他们都有相互的保护，相互的一种协作，相互的一种天然帮助的力量，天然的为其它群体着想的一种特质，恰好是生命进化的发展的根本的动力之一，所以从这个角度讲，从一般的道理来讲，也是说发菩提心为其它众生安乐着想，为其它们离苦得乐着想，是有很坚实的一个基础，从佛法修行的角度来讲，不要讲其它很多道理，只要讲有轮回，讲因果的道理，一切众生在无始以来为自己的亲父母这样，众生还在受苦，或者我暂时未受苦也没有多大的安乐，所以在大乘的修行里，有很广大的心胸和眼界，说希望不仅仅是自己能够离苦得乐，也希望能够让其它的人身心得到智慧，然后从而解决根本的一些问是，所以发菩提心，听闻佛法的时候，从这个层面讲我们的心有有两个面向，一个是向负面的情绪，向负面发展的业，好像贪瞋痴，俱生我执这部分，也会导致我们更多的迷乱和轮回，另一个层面，就是我们的心还有一个层面，它能证悟究竟解脱，它能产生清明的智慧和修行，所以我们看善业和像快乐从解脱这个方向去了解心的这方面的特质，所以这样的话，我们要有一种清楚的一种取舍，当我们在听法的时候，听佛法的闻思的时候，我们应该在任何一个机会当中，都把众生放在很重要的位置，放在前面，替他们着想，这是更为彻底的一种发心，这是利他的一种心，不会说是局限执着在我的概念里从来没有走出来这样子，我们就是越执着越自多，承受自我痛苦的机会越多，不仅自己如此，其它人也如此，所以我们就是佛法当中创造一种觉悟的，社会菩提心的大乘的修行体系和的修行团体，包括居士，四众比丘这样子，所以在这个里面，应该时时观照自己的心向善的方向发展，或者是向负面的，不是向恶的方向发展，禅宗经常讲的，六祖惠能，神秀大师和惠能大师嘛，一个说菩提本无树，明镜亦非台，本来无一物，何处惹尘埃，这样讲这个是从比较绝对的境界更高的角度来讲的，但神秀大师讲的身是菩提心，心是明镜台，时时勤浮拭，莫使惹尘埃，这种是渐悟，不是顿悟，它是渐悟的，这种渐悟和顿悟并不是谁比谁更加的高，当然境界上来讲顿悟的更高深，佛当然有无数的善巧方便，所以一个就是在任何听闻以修行的机会当中，特别是听闻中以广大的菩提心。有一部分没有送过去， 对修行人来讲，渐悟和悟哪一种更重要呢，，就看要修行者的根器的，如果是渐悟的话呢，渐悟是的引导是更重要的，更与他们相应是最好的，如大多数人是渐悟，少数的顿悟的根器的人，顿悟的开示对他们更重要，就像药物一样，药不是哪一种更重要，就是针对不同的疾病作治疗的话，发挥作用的话，得相应的疾病，相应的药最重要，我们平时有机会，多积累清累业障，累积足够的福慧资粮，这方面金刚萨埵，百字明是咒语之王，迅速清净无使以来的各种罪业。然后累积曼扎呢，就是累积福德，获得色身，也需要某种福德资粮，这是我们活在现象当中呢需要依赖这种现象，所以这些圆满色身的资粮如果不具备，也是会影响现象中的一种力量。所以如果比如说你有一颗善良的心就已经很好了，但如果同时还有一些