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（三遍）。

嗯，扎西德勒。今天我们就继续《修次中篇》的内容，我们之前是每周，嗯，加州是每周星期三的晚上9点，国内是每周星期四的中午，我这边有时间都可以家里，在线的时候直接，就讲这部分，因为现在我在旅行当中的时间上面需要你一些调整，所以我先做一个录音，所以等一下大概是中午的时候和晚上，加州晚上9点，国内是周四中午的时候，你可以听一下。因为这个要作记录，所以就是说，这个跟以前，象平时以前一样去对待，去整理就好了。这个部分的内容，上一次就是提到出离心的修法，因为出离心很难生起这种慈悲心，因为没有出离，对世俗这种种种的名利财色，世间八法特别执着，这样子的情况下呢，就是说要分出心去，用很大的这种爱心去度一切众生于苦厄，那这样子的心可能会少，甚至产生竞争、嫉妒，甚至骄慢的心。所以培养出离心极其关键，就是把世间的法转为出世间的法，把轮回的法变为解脱的法，出离心呢非常关键。今天，我们接着就是说，上一次的内容在日常生活当中，除了实践出离心以外，今天讲第一个部分，讲慈悲心的重要性，第二个部分主要讲出离心的这个部分呢，主要是菩提心。但是，讲到菩提心的时候,要在前面讲，说菩提心是基于这种慈悲与出离的这种修持，这种的见解，而产生的这种更深刻的这种智慧和远见，这种勇气去度一切众生。那在这个地方，首先，还是要继续要强调，培养悲心以及慈心，因为菩提心本身，分为这种世俗和胜义，这个当中胜义的菩提心主要是空慧这个部分的修持，世俗的菩提心主要是四无量心以及六度，那六度的部分前五度是方便，最后一度是智慧。嗯，那是不是这两个部分要分开呢，其实不是，它应该是相互关联的，五度当中含有智慧，没有智慧如同没有眼睛一样，所以最终不能够成就佛果。所以说，把它分为这两个部分。但是，尤其是讲到世俗菩提心的时候呢，就是慈悲心，慈无量、悲无量、喜无量、舍无量尤其重要，所以前边也讲到如何去修持这个平等心啦，慈悲心啦。平等心和慈悲心这两个部分，这里会再次强调慈悲心衍生过度到慈悲心的部分。

原文念诵：接着，在无分别心地平等看待一切有情众生之后，你应该以你既不贪着也不

嫌恶的有情从生为修持的对象。当你对他们生起悲心，一如你对亲人朋友生起的悲心之后

，你应该以宇宙十方之一切有情众生为修持悲心的对象。

之前讲到慈悲心的修法必须以平等心为前提来修持，我们也讲到如何观修平等心，因为

爱有很多种，有一种爱是自私没有平等心的情况下产生了贪爱之心，产生一种执着，被所

属感控制着，是因为这个与我有关系，所以我有爱心好好让他成就，自己没有完成的事情

让儿女去帮我实现，这是一种自己的野心，有时候过分的溺爱也是一种执着，有时候分不

清楚是自我的执着还是一种爱，所以这从有没有平等心，有没有走非爱即恨的这两种

极端，可以看出有没有修出平等，以及不会被种种贪爱憎恨所颠覆和裹挟，这种爱可以遍

及四方四隅，于有情众生生这种的悲心。慈悲这两个层面也是一样，究竟上面来讲，是因

为知道众生平等，究竟层面这一切并不实有，所以说如同梦幻当中修本身主客以及主客的

行为如同梦幻一样，所以没有实有是破除无明我执的一种最主要的对峙力量。破除了以前

真实的执着时候同时走两种贪爱和憎恨两种东西好像收和推，贪爱的时候揽在自己身上，

噌恨的时候又把它拒之千里，这两种心也会随之不真实的了解，一切法一切现象都不真实

的认知，破除真实的习气以后，就是刚才讲的要不然就是极端的嫌恶不喜欢，要不然就变得非常执

着，这样既不贪执，也不嫌弃，这样的悲心产生于万法不真实的了解。所以说呢，

既然是如此，究竟上是不真实，万法性空这样子。但世俗层面上还是会有说：就是从培养这个菩

提心的这种次第，从自己最熟悉的人，对他们的一种真实，毫无保留的一种的爱，观察自己有没

有落入到这一种很强的执着实有的贪心里面，所以一边做一些观察。没有这方面过失的时候呢，

进一步把这种爱，悲心扩大，有时候甚至这种的悲心是来自于对于深陷于不幸的人的一种关爱。

把这种用爱心就是慢慢慢慢培养。因为或许你不会对一个已经看起来世俗当中非常风光，就是应

有尽有的人产生很大的悲心，但是本质上是应该的。但是我们会很容易对一些动物啊，甚至对一

些很不幸的下三道的众生产生更强烈的这种心，或者对人间，精神和物质上非常痛苦的人，身

边的人，老人小孩子，比较弱势的人容易产生同情心，但我们不论是自己根据自己内心的品质，

有这方面，有一些陷入痛苦的人为对境，然后把这种柔软的心呢慢慢覆盖到其他的众生。本身所

有众生都具有慈悲的这种根基，智慧的种子，所以说都会有，培养的方式可能会稍有不同，所以

《修次中篇》里继续讲到：”有正如一个母亲回应受苦的幼小爱子一般，当你对一切有情众生生起

一种 自然流露的平等悲心的时候，你就已经圆满了悲心的修持，这就是众所周知 的大悲心”所以

说大悲心的标准是什么呢？修次中篇里面就直接讲到了，说，如果象母亲对唯一一个这种受苦的

爱子一般，如果这种的心态福射到所有的有情众生当中，而且是一种自然流露的这种状态，说明

了你已经有了大悲心，所以这个标准呢大家可以，你见到一些人，不如其他的这种志趣不同其他

的这种，怎么讲呢，看起来别人的动机和心态或者是言辞具有功击性或者是骄慢，或者是不具有

这种负面很具有正面的品质，这时候你的内心对他们的看法是不是如同一个母亲对病儿或者

是对于受苦的这种孩子的那种的自然流露的悲心，还是对他们有一种说：虽然好到哪怕是如同天

人一样或者是不好到那怕是下三道的众生一样，世间也可以看到各种受苦的现象

愿他们能够就是增上一切圆满的果，避免一切过失，避免一切带来痛苦的这种

因缘，有这样的一种心的时候呢，自然流露的时候呢，不计较个人的得失和个

人之间他是不是对我有正面的意图，正面的行为。一般人的一种反应是只要这

个人对我好，那我就是对他也好，如果对我不怎么样的话，那不论怎么样那我

都不太关心，甚至是有负面的心态。那在这个修法修慈悲心的时候呢，要经常

观察自己的心说有没有一种始终让他更加圆满直至成就，随喜的心，所以这是

第一个部分。

然后，培养悲心的方法我们之前基本上已经讲过，但是主要是说开始时深

入到经论里面，对于理性的一种分析，道理的一种分析而产生的一种具有说服

力，完全能够理解，这种的做法。一般世俗之间呢有时候是宣扬这种仇恨，有

时候宣扬就是对立，有电视剧、报纸或者很多故事，会宣扬很多这种主意那种

主意，所以会产生人和人之间的分裂，甚至因为宗教之间和宗教之间，那也有

一些因为就是教义里面宣扬的这种不同，说异教徒会堕入地狱或者这样的一些

说法。所以人对其他人的一些看法上面有这种就是提前预设立场似的，就天然

似的这种裂痕一样。但其实这种的当然是这种说教或者是这样的一些原因导致

的，如果我们仔细去分析的时候，像佛法里面讲到，所有爱一切有情众生，只

要他们能够感受感知这种苦和乐，就是有情有心识，所以愿他们能够证悟，有

这种的胸怀。这样的心超越这种就是，那佛法本身不是说只利益佛教徒，佛法

里面从来没有说愿佛教徒得渡，而是说有情众生，他们本来就具备这种成佛的

这种潜质。

所以说呢这个部分呢是一种理论上面的说明和说服，或者是理论上面的认

知，进而就是行受的一个过程。所以第二一个呢就是经验上面的，就是变成一

种从理论上面的这种认知呢，把它不断的强化以后，最后变成，你变成了信息

，就佛法的这种教法本身化身成你自己。所以说非造作的这种经验，造作的慈

悲心，造作的菩提心，变成不造作的慈悲心，不造作的菩提心。这个过程当然

不是一蹴而就，很快就能就是几个年，几个月，或者是说几年的闭关当中，三

年三个月三天哪怕是这样也不见得能够，但是它是一个完全能够培养起来的一

个品质，所以这个会花一些时间，包括需要座上座下的一种配合的修持，所以

这个当中呢主要是，说我们要座上的，要这个理论上面的对于慈悲心的观修，要思维慈悲心到底有什么好处

，菩提心到底有什么好处，为什么应该这样去做，不做有什么样的过失，就要做这种的分

析。日常生活当中的经验也告诉我们很多信息，不需要看佛法的书也能够体验很多这种，

你就要善于回顾和总结，看到内心的一些状况和周边发生的一些现象，也能够看到说哪些

可能是对的，哪一些是，象身体不健康的，你不需要你是医生也能够知道，你生病的时候

自然都会有感受一样。没有菩提心没有慈悲心的这种心境。没有平等心，会导致一系列的

一些问题。所以从这种日常生活当中经验，把一些理论佛法这种系统性的开示，以及个人

经验设的这些慢慢转换成自己修行的动力，变成自己内心的经验，仅强化，最后变成这种

不造作的，真实地产生一种这种慈悲心和菩提心就变成非常关键，就变成我们需要修行的

这个部分。所以次第上面呢就是我们所之前说的修持慈无量，悲无量，喜无量，舍无量这

些都是从自己亲近的朋友开始，然后这个里面修次中篇里面这个里面就直接讲到了，我就

念一下：修慈心你先从你所喜爱的亲人朋友开始，因为你本来就希望他们能够获得安乐。

循序渐进的能把修持对象的范围扩大，其中包括陌生人，甚至你的敌人。所以这个部分，

然后接着就是，让你自己持续不断地串习由于悲心之后，串习悲心之后，你将逐渐升起一

种自然流露度一切有情众生获得解脱的愿望。因此，以熟悉悲心作为基础之后再修持菩提

心。所以我们在这里强调说，因为菩提心的这种是慈悲心的一种的升华，所以说在这里强

调说熟悉菩提心的基础之后呢再修，啊不是，是熟悉慈悲心的这种悲心的基础以后呢修这

个菩提心。那悲心和慈心里面呢也先修慈心，先从修持慈心开始，就是以修持爱开始。就

是以世间来讲就是你对于人间的一切生命有情众生这种的爱呢就先开始于一切的母亲的爱

，就是自己日常生活当中经验到的一切的这种爱，能够接受到的爱，给与的爱。爱使自己

能够健康地成长，爱使其他众生呢也可以给与它们更多的这种圆满的爱，因为你要强调说

爱自己本身是一种天然的这种自然的一种的习惯，习性。但是有时候在那种的社会里面，

越来越复杂的这种情况下呢，就是说爱自己恨自己不成钢，就像父母说恨子女不成钢的时

候很苛刻严酷一样的，人也会对自己非常的严酷，变得就是让自己充满挫折。

所以说爱心呢就是有一种适度的，不是一切只为自我中心那种的爱，是一种，怎么讲呢？

某些事情做错了也不要太纠结，因为不断的会有改变的机会。做错了，面对错误能够改变

，本身是日常生活当中很寻常的一种经验，如果连这种调整的能力都受到障碍的时候，那

可能自己会障碍自己。所以自己要原谅自己，要宽容以及不断的修正，这个就是修行的意

义所在。不断的修正自己的心，修正自己行为的过程。这个轮回当中本身，只要是业力所

转而来的并没有说，没有一个人是完美无瑕，没有任何瑕疵的。所以也不用要求自己是完

美无瑕，如果有一点瑕疵就非常痛苦这样子。所以，从自己到自己最亲近的这些朋友开始

修这种的爱心，嗯，所以这样子的渐渐的把这种爱心范围扩大到陌生人，以及自己不太喜

欢的人，以及很不喜欢，过去很不喜欢的这种人。所以这些有一个过程。为什么能够扩大

呢？这个之前我们也讲了，如同他们本来都具有这种如来德相，本来是六道众生就是敌我

，或者亲疏，亲近的人和敌人都是不断地变换角色，然后都有平等获得安乐或者喜乐的愿

望，也有这种的潜质基础，所以种种的原因我们能够相信对它们所有众生的爱是可以达到

的。然后后面这一部分呢讲到菩提心分为两种，一是世俗相对菩提心，一个是绝对胜义菩

提心，是究竟的这种。世俗菩提心是指在出于悲心，誓愿救度一切众生，脱离苦海之后培

养未来利益一切有情众生，而渴望证悟无上正等圆满菩提的初愿，这是愿上面来讲的，简

单来讲就是说，先把后面这个念完，这样好一点，嗯。培养这种世俗菩提心的过程，应该

类似于瑜伽师地论菩萨地中之戒品所描述的，即由信授菩萨戒的上师面前，立下菩提的菩

萨的誓愿，来升起这种菩提心。这种里面就是主张强调说就是菩提心，分为世俗胜义，或

者是相对和究竟两种的心，世俗菩提心呢，就是说发一种誓愿，内心当中说希望为了度一

切众生而成就圆满的佛果，这种为自己的行为动机，或者说你成佛为度众，度众必须要成

佛，所以以这种发心呢，就是修持的时候呢，就是世俗菩提心。

那具体世俗菩提心变成一种戒，和变成一种誓言的时候呢，需要受戒。

所以，有龙树菩萨的这种深见派的这种受戒的方式，像《入菩萨行论》里面的戒，受戒的方式。还有像广行派的，弥勒菩萨的这种受戒的方式。这里面《瑜伽师地论》《菩萨地论》这主要是弥勒菩萨受戒的这种方式。在具戒的这种菩萨戒的上师面前立下誓言，来生起这种决心，这种的誓愿，这种的菩提心。

所以，为什么要修持菩提心，生起菩提心？那这个也是有，需要有。之前已经讲了爱心和没有爱心的差别，有慈心和悲心，没有慈心和悲心，以及慈心悲心怎么样去把它圆满的一个，讲的一个内容。

菩提心也是一样，跟慈悲心的修法。所以也有一个造作的菩提心。就是说虽然具有这样的誓愿，有这样的决心，但中间会遇到一些人和事，这样的时候呢有时候会对自己的誓言形成一些挑战哪。所以我们的这个菩萨戒就是不断的念诵，重新自己自授菩萨戒的最基本的一条。

因为菩萨戒，我们上一次讲三戒论的时候，系统的讲过，但最重要的一条就是永远都不放弃任何一个众生，愿他们得度的一个心，愿他们成佛，为此我来修持成就的这一颗心呢一直不能放弃。哪怕是暂时跟人有口舌之争，暂时你不喜欢某一个人，或者某一个动物，但最终也还是要饶益他的这颗心呢不能放弃。或者是说有朝一日你说愿他们就是受苦，这样一颗心，发这样一颗心，失去菩萨戒。

失去菩萨戒是不是可以，需不需要，也是可以重新受的。但是尽量不要导致失去菩提心的这种的，舍戒的这种的心态。

所以要克制，要发誓以后呢就要好好去修持，这个过程当中呢，也是从造作到不造作的一个过程。

菩提心的修持，这个里面呢，不论是胜义和世俗也是一样。就是一个是对胜义的菩提心呢，就是对于现象如幻的智慧上的一种的把握。另一个方面就是善巧方便的一个把握，就是对如幻的这些有情众生如此逼真的显现的时候，始终保持这种四无量的心，六度的这种行持。

所以，因为人来说，就是佛菩萨的这种功德，这种说他们之所以成为我们修持的这种道路，修行的对境，福田，是因为他们能够实践菩提心。所以早已经成就了这种殊胜的果位。解脱了烦恼和所知，习气的障碍。

凡夫呢，因为自私的心，因为没有如此广大的心愿。但是本来是为了照顾好自己，只想到自己，结果呢沉伦于这种错误的迷失认知现象的这种智慧，所以没有真正的了悟智慧以后呢还是在受苦受难，反而是佛菩萨具有这种

远见卓识，修持生起菩提心；受菩萨戒；行菩萨道。成就菩提的果。

所以这是凡夫和普通人的差别。在日常生活当中尤其是如此。我们

修持佛法本身也是如此，把一切美好的品质不断去完善。把任何一

种过失，就是一切自身上存在任何的过失不断去减少。这一

增一减本身就是取舍以及修持二种资粮的方式。就是集资：聚集资粮

。净除这种障碍。就是集资净障的这种修行。这是大家都要努力的

一种方向。所以日常生活的经验当中，我们也可以经验到如果不论

内在和外在的环境等你具有某一种平静或者慈悲的心饶益众生的这

种菩提心，那这样的时候我们的心比较安泰、比较快乐、比较有力量

、比较自信。反过来说当我们人变得越来越自私。人变成只想到自己

，内心辐射不到其他人的安乐和其他人的需要、其他人的感受。以

及真真正正要让他们活的这种安乐的一颗心的时候，自己的内心反

而处在这种窘迫、比较困境、焦虑以及忧郁。因为只想到自己自私的

心的，不能感受到没有这种善巧方便，没有智慧洞彻本质而迷失于

自我而产生种种情绪当中，所以这种污染的情绪进一步加深，某一

种痛苦的感受而产生排斥的心。所以这个显而易见，很多生活当中

也是如此。另一方面如果我们的这种心如果变得非常具有爱心，她看

世界的角度和感受也不同。她解读别人行为现象也不一样。所以会

产生正面的解读。如果一个人的心态是很负面的很显而易见她是从

负面的解读。本来是中和的中性的一些现象她也可以拉扯到负面或

者解读成为负面。如果是心比较阳光的时候，中性的甚至是负面的

她也可以驾钦就熟或者举重若轻的方式可以谈笑风生当中幽默当中

化解于无形，很多纠结或者不纠结其实就是一刹那的心念导致的。所

以从这种角度来说外面的环境和外面的人，如果你的心自私的时候

他们很影响你，很干扰你，因为你很在乎他们的感受，他们也很在

乎自己在他们心中的形象。或者是好强啊？好勇啊？好胜啊？这种

心会越来越强，反而变成一种束缚。反过来说，如果你的心是以他

人为中心的时候，自己的这种得失以及迷域啊，是不是受到

这种赞叹和批评并不是不会引起你巨大的这种心里反映，反而人可以自

然的接受说我的想法我的做为肯定是有很多瑕疵，希望别人来指正

、来改善。所以更加开怀。如果是自私的心则更加封闭。开怀的心

就是不由更多的承受能力，更大更灵活的变通力，改善的意愿和自

然的变通。比较轻松的去应对的这种力量。所以说外在的环境有时

候对我们好像是严苛的反而内心开放有利他的心不是一个困难。

这种赞叹和批评，并不是不会引起巨大的那种心里的这种反应，反而是人可以自然的接受说

人我的想法我的作为肯定是有很多瑕疵，希望别人来指正、改善，所以更加开怀，如果自私的心

就是更加的这种封闭，开怀的心就是有更多的承受能力，更大的更加的这种的灵活的变通以及改

善的这种意愿，和自然的变通不会比较轻松的去应对的这种力量，所以说，外在的环境有时候对

我们好像是严苛的，反而内心开放以及有利他心的人对他来讲不是一个困难，如果外在的环境，

不一定困难，但是内心当中比较脆弱，比较执我执比较重，比较执着实有的心比较强的时候呢，

会反而会变成就是有点像梦境是自己心造作出来的，但是能够吓到自己一样，会经常造作这种能

够恐吓自己的这种的梦境，现实当中也是如此，就是一个心念一个心念的感受，经验，所以避免

了我们或者决定了我们会不会受到这种的伤害，或者是这种的影响，所以说主要是说我们能够调

服或者驾驭自己的心的时候，周围的环境都会比较圆满或者是和谐，哪怕是有这种比较有不和谐

的这些具有挑战的一些现象当中，已相处处在这种当中，你也能够得心应手，或者是说把它顺应

的这种化解的能力越来越强。

所以从这些当中来讲，最终我们和众生不是对立的现象，我们是众生的一份，如同一个家庭

一样，众生安乐我自然会安乐，一个家庭一样，一个社会也是如此，本身一切众生就是相互依存

，从细微尤其是从哺乳动物这种的现象也是如此。所以说，我们有一种平等，包括自己和其他众

生平等的这种的心境产生，如果他们受到痛苦的时候，我们因为了解自己的心内心当中也对这种

苦的感受，所以对别人才产生同情心，如果别人很走运很幸运的时候，也会想到说自己也应该感

受这种安乐，如果别人提前或者是去超越似的，感受这些安乐，那应该是他们应所得所应该所得

的这种安乐。

所以本质上面我们发愿成就一切众生成佛的这样最究竟圆满，具足十力四无畏这样的功德，这些是我们对于他们作为一种己任来终生获得这些功德。那其他世间有

漏的快乐呀，或者是这些衣服啊品牌啊，那个就是豪车啊，或者是这样子，那这些其实都是很微

小的，很微不足道的这种安乐，他们应该获得人身当中的一切的这种福祉，这些都是理所当然的

，所以，心对他们有一种的就是欢喜心。所以，那当然从世间修行的角度来讲，我们修持的佛法

度一切众生与苦厄，圆满证悟的这个过程当中，物质不是第一位肯定，就是心是第一位的。所以我们在佛法当中，并没有说给所有的众生带去喝的、吃的、用的东西，那我们以此为这个最高的作为，这些是如同布施当中也分为法布施，无畏施，财布施一样的，财布施是一部分，如果你有这个能力的情况下。

那发愿渡众生当中呢，就是像六度、十善的这些修持当中，四无量的修持当中呢，主要是通过自己的修行，菩萨的，讲到菩提心的时候必须提到菩萨戒，菩萨戒里面呢讲到，先第一条就是减少伤害众生，第二条就是不断地让自己有所成就，如果要利他的话需要有自利的能力，自利才能利他，就是意思就是说你先到了这种，你会学会游泳，你才能救其他落水的人，或者说你先在岸上，已经脱离了水的危险，你才能够就是用绳索，用其他的方式来去渡其他的人。所以说你先有智慧，先有慈悲心，你才能够真正的去利益众生。

所以个人修持的这部分呢就是摄善法戒，前面呢就是不伤害众生，就是禁止恶行戒，最后呢借由这两种的这种修持，最后的饶益有情众生的这个就自然水到渠成。所以从这个角度来说，我们不仅是带给他们短暂的安乐，而是带给他们就是从根部、从究竟上面带给众生安乐，断除他们的痛苦，那这个是可行的。

所以我们应该至少发这种的愿，愿所有的众生毫无例外的，只要是众生，有情的众生呢，愿他们获得就是圆满的这种证悟，成就佛果，觉醒，从而就是解脱一切执迷，或者是说无名带来的一切的苦痛。所以这种来讲呢，就是我愿意立这种誓愿来帮助一切有情的众生，如母的有情众生，从一切三苦的痛苦当中获得解脱。所以发这种的愿呢，就变成我们修寂止禅、胜观禅、智观双运的这种修持之前呢，应该具有的一种，因为这是大乘的教法，所以尤其要强调这个菩提心，所以慈悲心、菩提心，也就是说我们讲的说善巧方便为主的这种修法，世俗的菩提心，以及胜义的这种空慧的这种菩提心，所以说这个尤其重要。在这种的愿心和这种心的品行下呢，再修持这个寂止禅、胜观禅，那就变成了大乘的这些修法，否则如果没有出离心，寂止禅、胜观禅可以变成一种世间的这种用意，世间为我所取、为我所用的一种哲学，一种学问的这种方式；或者是特别执着于学问，而不真正去实践，那就是空口的这种的说法。所以把它变成解脱的法，把它变成大乘解脱的法，大乘证悟佛果的这种方法，那这样子就是为什么前面有好几节课要铺垫这种慈悲心，就是出离心，以及菩提心。那这个顺序呢，一般根据三主要道就是出离心，然后慈悲心，和空证慧。

出离心当中也是要有一种对于之前我们所说的就是人生难得 （人身难得）、佛法难遇，然后轮回的痛苦，因果的不虚，然后就是以这种的见解上面呢，了解的时候觉得这种轮回里面的众生太可怜了，不仅我需要出离、应该所有的这些众生都应该出离于这种轮回的陷阱，所以产生一种共鸣，产生一种同理心，产生一种悲愿，有慈爱，就是他们应该都受到这种最佳的照顾或者他们都应该具有让他们展现内在各自具有的这种佛性，彰显他们本具的功德，所以我来帮助他们实现这种成佛的这种圆满的功德，实现这种圆满的这种功德，所以说从这个角度来说，就是出离心，慈悲心以及把它进一步深化，或者进一步提升境界以后、愿望以后，发心这些不断提升以后就变成这种菩提心的教授，所以这个呢不仅仅是一种听闻的一个方法，需要真真正正的就是去实践，而且这个是一个长期的目标，所以这个呢如果你要度众生的时候需要有这种我们讲的善巧方便，这个善巧方便里面呢又像就是度众的这种四摄的方法，爱语，布施，利行，同事。布施的时候就是给予别人一种佛法当中以及生活当中需要的一些奖励，需要的一种爱和照顾，需要的一些甚至是物品，加持品 ，念珠也好佛像也好，让他们有一种心能够所依的一些对境，然后有些是上师赐予弟子的一些东西，所以他们很珍惜，怀着一种因为人都会喜欢那种纪念一些东西，怀念一些东西，因为这个而对人未来的这些方向上面都有很大的影响力，所以这个是一个，那最主要是布施法以及赐法的恩德。然后爱语的这个也是一样，根据他们个人的这些适当的，不要去直接与他们直接相冲的相反的方式，那这样子有时候就是不能随顺、恒顺这样子，随顺他们的根器和善根慧根去度化他们，所以就是需要有一种言语当中以及稍稍上师顺着弟子的这种根性和在他们的根器上面去引导，所以这种是爱语，所以减少种种的这些障碍。然后利行也是一样，让他们自己最后变成一种实修的，不止是从听闻到实修的过程当中他们能够自利自己，教他不是授人以鱼，以前民间有这种说法「授人以鱼不如授人以渔」这个意思，就是说让他们自己掌握这种修持的要诀，给予窍诀，然后来就是做日常的坐上坐下以及闭关这些修持。然后同事的时候意思就是说师父做一种就是模范式的,他不会根本性的去违背大乘密乘的这些戒律,而是外持

比较谨慎的这种,你如果是出家众,保持出家的戒,如果你是瑜珈

士或者在家士,这样子的话,你可以以相应的戒律,日常生活、言

行举止,作为一种符合佛法的这种的模范来引导弟子,所以说这些

呢,说变成一种教导其他人的时候的一种善巧方便,所以你自己应

该说,当然就是师父或者弟子的这种要求比较多,这个在以后的课

堂里也会有的,但是主要是说应该具备显密的这种教法的知识,以

及熟悉度众的这些方法,以及内心当中有悲心有空证慧,对于一些

仪轨比较熟悉,对恢复戒体种种的酬补的方法也了解,所以真真正

正最后就是说,如同爱自己一样,甚至超过自己一样去爱众生,那

是最主要的一个品质。然后,当然空证的这种见解和持有这些经

验,使他们能够令行解脱,令其他众生相续解脱的最主要的这种经

验式的引导必要的条件,所以这样子呢,就是不断地修持恒常的心

去修持菩提心,如果我们在行住坐卧一切的这些,人的年龄会改变

,环境也会改变,很多事物都会有各种情况的变化,眼前是健康的

人可能会生病,原先在家的人可能会出外,自己原来没有不是为人

父母,后来又成为为人父母,但是在菩萨修行的这条道路上面,我

们每天都会不断地坚持修持菩提心,不论是行住坐卧,在家在外、

生老病死,任何当中都保持这种修持菩提心的决心,所以如同寂天

菩萨的《如行论》中讲的,只要虚空存在,时空尚存,只要众生仍

在轮回,愿我能够住于轮回当中来利益一切众生,断除一切众生的

苦痛。一样,我们应该发这样的愿心,所以说,有些人修行佛门,进

入佛门以后,总是想着说我能够得到什么,我什么时候发财呀,我

什么时候会没有病啊,佛法修行的目标,全部好像都是为了成全今

生今世的世俗的一些目标而去愿想的,这种的习惯应该改,除非你

不原意修大乘的法以外,如果愿意修大乘的法,这个法真的很殊胜

、很难得,那这样子的情况下,就是世间和出世间,以出世间为主,

今生和来世,如果有生生世世修行的一种发愿的话,那就是说长远

为主,短暂苦乐都能够应该具有堪忍的心,那座上和座下,因为座

下的时间,才是真真正正反映习气的时候,所以应该座下的修行为

主,所以自己和别人呢,自己一个人,其他众生无量无数以爱他们

的情,就是甚至超越自己的心,这样子的话,那个就是更圆满的

这种诸佛菩萨的接近诸佛菩萨的品质的这种的心。所以我们今

天到这里,应该有一个小时了,差不多,那后来的课就继续在后面

讲,最后做一个回向啊,其实差不多今天没有到一个小时,那我们

先到这里吧。

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。