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）

好， 我们今天就是继续《修次中篇》，修次中篇，现在到了智慧的部分。所以在这里面,佛陀讲说 ，佛佗的教法是可以检视，经得起检验，经得住检视的，尤其是佛陀的这些教法中 ，提倡就是闻、思、修。然后，就是闻思修圆满以后 ，你在这个过程中，都可以有这些 ，就是讲的时候呢，可以就是问问题，因为有一些宗教里面不提倡问问题。然后，在这些过程中  ，你可以做辩论 ，在一些宗教中没有什么辩论的。然后，你可以做自己的论著 。所以，你如果已经完全熟悉后，你可以从理上，从行上通达了以后，你可以讲、辩，著的方式，去利益众生。所以，在一些地方，一些宗教里面只有圣述，只有一部，你不可以自己，怎么讲？就是说把你的书作为一种教本一样，必须读原来的这种文字，原来的书，所以说，从这个角度讲，佛法是很开放的，所以说内容呢，都经得起分析 ，内容都有合理性，所以 ，你可以公开的私下的去做捡视。当然，佛法里的也有这个象密续里面这些理上面非常精微，但是它没有什么，就是需要在当时在理上可以作一些了解沟通，但是没有说象那种诡辩式的辫论，没有在这个层次。所以佛说：“比丘与智者，当善观我语。如炼截磨金，信受非唯敬。”，就是比丘与智者，

你们应该像金匠透过这种磨，切，烧的方式呢，提炼纯金一样去检视我的话。如果合理的时候呢，你觉得合理的时候可以接受我的话，而非出自于对我的一种恭敬而接受。

所以如此呢，佛法呢是很特别一种修行的道路，本身可以在这条道路上有方法可以做这种辩论，拷问，这种的道路。

所以说，在这个过程当中呢，智慧的这个部分呢，讲到，成佛的这个过程呢有点像一个，就是基道果的这种修行。

如同一个矿场，它可以提炼出纯金，那在这个过程当中呢，本身这个矿含有这个金，如同众生含有具备这个佛性一样。

如同宝石，提炼矿石变成宝石的过程就是加工的过程，如同就是把这种佛性彰显，让它彰显以后，成为成就这个圆满的佛的十力四无畏的这种圆成的这种佛。把潜在的潜质的这种佛性彰显为这种佛果，这是一个道。

然后最后加工的过程结束，或者是圆满完成的时候呢，彰显了以后，就是果，就是成就佛果。

所以如同矿石的加工成宝石一样，佛性成就为这种遍知一切的佛的一个过程，就是修行的一个基道果的这个过程。

所以说，所以本身这个理论，就是说众生皆具佛性，众生皆具这种如来德相。所以从这个角度去理解，然后，分析或者辩识这个现象的时候呢，也有有些经是了义，有些是不了义，有些内容呢就是说从有密意或者是有特定的目的这样去连解，这样去了解，所以讲就哪一些是究竟的真谛，是胜义谛的部分。

所以说，在这些当中呢。我们有时候以这种比量的检视以后，如果它暂时不能解的话，你可以作

这种特别的用意，因为佛法的这种教导当中呢，就是说，它有这种现量的，就是直接去观察现象

，然后，用思维逻辑的方法比量去观察。然后圣言量不是凡夫所能见证的一些内容，你不可能直

接的去证实，或者去证伪去肯定或者去否定。所以在这样的情况下，把它作为一种密意，就是恭

敬，就是暂时不明白的，以后会明白。保持这种的心，所以说在这个过程当中呢，我们说，就修

行道上面了解二谛，世俗谛和胜义谛。那经论的这些解释当中呢，也从世俗和胜义谛去了解。所以方便和智慧这是圆满的道路。也是世俗和胜义谛。获得的果呢就是色法二身的果，方便慈悲，

成就色身，然后圆满的这种智慧成就法身。所以说色法二身的圆满。所以在这里面呢《宝积经》

就是用《修次中篇》里面的话说，〈宝积经〉说：“心一境性的三昧，得自于严守净戒，透过一

境性的三昧，你可以修习智慧，智慧可以帮助你证得清净的圣智，透过清净的圣智，你可以持戒

得到圆满”，所以说在这个当中呢，就是说心能够安住于三摩地，就是心住一念，心住当下，安住，然后心专注于这个，你如果修所缘境这个就是心住所缘，或者心住无缘，没有所缘境，心住于智慧，无缘的这个。所以以这种的安住的能力来提升修习智慧，用心的力量来清净心的所知的障碍。透过心的稳定，透过心的无碍，去清净所知的这种障碍。获得清净的圣智以后呢，你反过来所持的戒反过来也会更加圆满。开始是严守境界，

然后透过严守境界，你能够减少各种欲望，减少更多活动，就是说减少各种的

烦恼。以持境界的方式呢让你生定，生定了以后帮助你生慧，生慧反过来又帮

助你就是持有境界，因为你看的到哪一些是有意义的，哪一些是不具意义的，

哪些就是有漏的，哪些是无漏的，所以这样子你的取舍和上面会更加圆满。所

以取舍圆满的时候呢，能够安住的时候，那定会自然而然去增长，定增长了，

就是清净的觉知也增长，所以它是戒定慧的三个部分呢，就是相互关联，相互

相辅相成。

所以说开始当然修习像寂止禅的时候，先修习有所缘的，然后渐渐到无缘

的这种，这个过程也是定和慧的这种定慧方便，以及解脱的这个道路。所以当

然这个里面讲戒定慧的慧的部分才能够遣除，就是迁转或者是遣除这种习气障

，所以要获得透过清净的圣智，就是用慧的力量，智慧的力量呢就是帮助你遣除

这种习气的这种障碍，超越昏沉和吊举的这种也需要就是觉知的力量，决心的

力量，正知正念的这种力量，然后训练自己。所以在这个过程当中，如果整体

意义上说需要有那种自律，或者是过一种道德的生活，然后加上一些戒律的这

种护持，你的定修的会比较圆满。所以像接下来就是在《修次中篇》中说：修

习信解大乘经中有云：“善男子啊，假如你没有住于智慧中，则我不能认为你

有多么信解菩萨的大乘，真正在行大乘。”所以在这里面尤其强调说，

需要有这种清净意乐胜解和不退转的心里面，胜解就是智慧上面的胜解以及体受上面的胜

解。在这当中呢你如果要真正要走上大乘的这种修行的道，这样子呢就是你需要住于智慧

当中，以智慧为信解的这个基础。所以信仰信心当中呢就是分这些不同层次和方式的这种的

信心。所以修行者如果能够就是禅修观禅，智慧地观，慧观的这种的禅修，所以才能够真

真正正地做到这个智慧上面的信解。所以不然的话，个人上面可能会因为坚定的信心而超

越的这种智慧，会有。尤其是在密续的这些修行当中甚深的法和甚深的信心有相应的这种

道路。尤其是在显部里面呢就是会更加着重强调公共的这种当中不是针对性个人性的这种

修行当中，那普遍来说大家都需要以理服人，以理上面这种精通的方式来建立见解。所以

当我们真正了解出离的意义以后才愿意出离，当我们了解慈悲的意义和功德以后，安乐，然

后才愿意修持这种大悲的这种菩提心，这种的道路。所以也是一样，当我们真正能够从意

义上了解空证慧是究竟的了意的这些教法，然后我们心才能够追随这种大乘的法无我这些

智慧。所以在这里面也是这样讲，“善男子啊，你应当知道信解诸菩萨的大乘，真正在行大

乘，这是以其有不散逸的心去思维完整的法，佛法以及实相的结果。” 信解度，诸菩萨的大

乘。这个佛讲的就是说，一个修行者对大乘佛法系统地就是做基道果三个层面的这种定解

，学习闻思以及定解，升起坚固的这种信心，那这个过程当中必须就是修持这种世俗和胜

义的两种智慧。世俗谛也是指真谛，胜义谛是究竟

上的真谛、相对和究竟的这种真谛。所以说能够看到佛法的修道的

过程以及终极的佛果实相，以及建立道和果的基础，就是基道果三

个部分。然后说： “假如瑜伽行者仅修毗婆舍那，仅修观而不修奢摩他（止

），那他的心将散逸到其他对境，也就是说心像风中的酥油灯般不

稳定，这样一来，圣智的光明将不会清楚显现，因此，止和观两者应当等

量的修持，‘《大涅槃经》中有云：“诸声闻无法见到如来种性”，因

此他们心一境性的三昧强而慧力弱的缘故。“ 所以这里面讲止观的两个部

分呢应该双运地修持。如果你的定力强而慧力弱，类似声闻乘没有

办法见到如来种性，如果是慧力强而定力弱的话，又不能成就圆满

，所以说，有智慧但是没有定力的情况下也不稳定。所以说，定和慧

都要双运地修习。如果是说慈悲这方面修持不够而慧力强的时候呢

，其实他也只会融入到声闻缘觉的层次，因为究竟上面不了解法的真谛、空

性，因为说见空性、发悲心，真正了悟空性的人自然有大悲心，如果

说对世俗的出离心，以及世俗的事务上情绪障碍很大，但是你修的时候还修

无我甚至法无我，但是实质上没有修通或者修到位，所以才会对

现象有极大的执着。所以哪怕是修慧的时候顶多是修人无我的这些修行为主。

所以修这种大乘，而由于发心不够的原因，还是对于法的这种执着呢，就是不能够了悟这种法无我呢，就是变成声闻缘觉的这种修持。

所以在这个里面，也是说这个声闻缘觉，就是只能证到人无我，而不能证法无我。这是他们由于定力胜过慧力的这种缘故。

然后，在修次中篇中说，“菩萨在根本定中，能见到如来种性。这是由于慧力强，而心一境性的定力弱的缘故。然而如来在任何情况下，无论是在根本慧定或者是后得位的这个阶段呢，均能见到如来种性。就是因为他们具有同等的止和观的缘故。“

所以说，前面讲了，这种定力强慧力弱就变成了声闻缘觉的这种成就。这里面呢，讲到第二个部分，菩萨只有入根本定的时候，见到如来种性，佛性。这是因为他们慧力强而定力差的原因，在后得定，出定以后，开始就，不能够安住在清净的这种自然本智当中，然后就说不能见到如来种性，不能见到佛性。所以只有入定的时候可以，所以出定和入定有差别的原因是说菩萨更注重于慧而定力相对于不够，这意思。

但是佛呢，在根本定和出定入定后得位的阶段呢，均能够安住或见到如来种性，这是因为他们有同等的这种修持止观，或者说是毗婆舍那和奢摩他的缘故。

所以说，

菩萨虽然能现量见到心性真如，但是说观的不是最圆满最彻底，他们

还有所知障和习气障这种细微的差别。佛是能够圆满的彻见。所以

另外修次中篇当中说：“由于修习奢摩他，修习止之力，内心不会受到种种执著、分

别的动摇，像无风的酥油灯一般，而毗婆舍那，观则能去除一切谬见之垢染，因

此自己将毫不受其它见解所瓦解，“ 其他的这种力量。”《月灯经》有云：经由修习奢摩

他之力，经由修习止之力，内心将不受动摇。而经由修习观之力，见解如山一样稳固。“ 所以这里面应该修持止观。止观双运这种

修持的必要，修习止内心不会受到种种贪心、嗔心的力量而去产生散

乱、分别念的动摇。所以像一个没有风的环境当中置了一盏酥油灯，一般

灯芯灯光不会摇摆不定。而观的部份就像把灯的火光放大一样，能

够照亮整个房间。一样如果观的力量，照见内在心性的力量增强以后

呢，能够照见法界一切法的真实面目，见到本来面目，心性、法性

。能够去除一切谬见、错误的染污，不会有这种无明，习气障的垢

染就会不断减少，以至于完全驱除。因此自己不会被其它的错误的

见解迷惑或者瓦解。所以《月灯经》里面讲，经由止的这种力量，

心不受动摇。

而由观的力量呢，见解如山稳固，所以从见、修、行，这些上面呢，应该都保持止观双运，像刚才讲的，佛陀入定出定因为止观双运而圆满不会动摇，不会就是忽明忽暗这样子。所以在这个里面呢，就是说先有一个修行的过程，先修止后修观这样子，然后达到一起修止观双运，所以注意力不分散，能够专注，安住在自性当中，安住在特定的对境当中，然后心不会投射于其他的杂念妄想当中， 所以内心也不会有昏沉，能够清晰的觉，安住在这种当下的，嗯，心的觉知当中，或者是对境当中，有缘无缘，当初我们讲的这种修持的当中，所以说身心得到安乐，心的这种寂止，产生的这种身心的自在这个特别重要，然后至于关的这个部分，随着这种身心的轻安，嗯，了解，进一步了解法的这种本性，一切法的究竟真实，究竟自相，究竟的面目，所以说如果我们用这些词的时候，它是有限的，但是法无相法无面目法不可言说，甚至不可思议，所以在这个角度上来讲呢，嗯，就是说，你如果学到像中观的精要的要义，你能够体会这种能、所，不单止于能所的这种境界。所以说这样子呢，就是籍由奢摩他的这种的轻安的基础，然后再经过智慧的检视实相，再一次产生，内在的轻安，全面的了悟世俗谛的所缘境，所以，嗯，胜义谛的所缘境，或者胜义和世俗谛都了解了以后呢，就是尽所有智，如所有智，或者是尽所有性，如所有性。所以在这个过程当中呢，也是如同出定和入定都能够达到同等的圆满的一个过程。

所以后面呢莲花戒论师讲到止观的修习，止观的一些先决条件，我们也大体上面可以说一下。修习止观，所以这个一般在这个里面都会有的，只是跟大家说几种，说几个部分的内容，当然在后面会有进一步的具体的一些分析，在慧观的这个部分。但是我可以跟大家提前分享几个部分，比如说像萨迦班智达在《量理宝藏论》当中说的，说“外境即自心，非真实之存。”现象真假依习气的这种稳固或者是不稳固，习气不太稳固的时候，就像梦当中做梦的时候的这种现象，习气稳固的时候就像我们在世俗谛当中感受的这种事物一样，就是本质上面都是心的化现。所以“一切所取不存在，能取自然不存在”这是世亲菩萨讲的。法乘菩萨也讲说，“无识之外境，无境之心识。” 就是没有心识的外境，以及没有外境的心识，这是因为他们两个是对立的缘故呢，所以一个不存在，另一个无法相互验证而存在，所以两者无区别，所以这个意思是说中观的这种理解。所以如同另外《阿毗达摩论》当中说 “无实之法界，诸法之根本，由此存在故，出生轮与涅”。就是说，法界当中呢，就是明空这种的法界当中，一切现象的根本就是如此，所以就是说由此产生轮回与涅槃。所以 “心外无一物，而知心不存，能所具空者，安住法界中”。所以能够超越轮涅以及能所的人，安住在这种，立于究竟实相当中，就是这个部分。能取所取其性即迷乱，就是像麦彭仁波切的《大圆满无别发愿文》都有嘛，就是《入中论》说：“若离所取无能取，而有二空依他事，此有由何能证知，未知云有亦非理。彼自领受不得成，“ 所以说这里面也是一样，就是能取所取这种没有所取若离开所取就无法看到能取，就是说离开客体没有办法说主体，离开主体没有办法说客体，然后就是在这个之后呢，就是因为对空的执着也可以经由这种的道理来破除，除开能所以外还有什么其它的，就是说二空依他事还有什么，就是这是一种专门讲到就是，你怎么努力也不会找到就是不存在于这种，啊，说未来的心还没有升起，所以也不存在，就是过去的心不可得，就是未来的心不可得，所以现在的心没有这种颜色、方位、形状，不在身体的内外中，所以怎么寻找都找不到，因此呢，我们不存在其它的这种方式的这种依存他事的有无，所以不论如何我们就先说这么多，然后这个空的这些部分稍稍穿插了一点其实，我们到时候看，也许这部分不是一个特别有必要的，我们就可以把这个部分暂时保留。那现在就是讲修习止观的先决条件，毗婆舍那，就是「止」和「观」两者应该如何修行，首先说一个瑜伽行者应寻求可以辅助他迅速并容易成就止观的先决条

件,就是资粮。先修持止观之前，很容易很迅速的能够修持止观的

先决条件，就是修持集资净障，所以一般来讲我们的修持在加行后

修止观，除此之外，你真正在修行止观的时候，也需要其他的资粮，

就是先决条件也好，其他的像刚才讲的，戒定慧的相辅相成、相互支持

的过程一样，如果你要想作为一个获得内心的这个体悟的，你需要

具备一些条件，这个条件，成办奢摩他的条件有5个,第一个是住在

一个寂静的环境当中，住在有助于修止的环境，第二，知足少欲，第

三，不要从事太多活动，第四，戒律清净，第五，完全断除贪欲及其他

妄想分别。所以，莲花戒论师对于第一个条件是，住在能够修止的

这个环境，讲到五种功德，就是能够修止环境的五种功德，有助于

修止的环境应当具备五个特质，五种功德。第一是易得，能够比较

不费力气的获得别人提供的食物衣食，如果你修行的人还是要吃

饭，还是要穿衣，所以在这个过程当中，如果衣食得不到保障的话，

没办法坐下去修行。有些人可能环境不同，想很多人也会极力地

坚持，但是也有很多条件太差的情况下，会出很多的状况。第二，住

于吉佳处,没有强盗盗贼,一天骚扰的人,没有恶人敌人为邻,就是

曾经有因为世俗的人,不管你是谁,也许结缘接触后他会害你,不

能住在有恶人以及有敌人的地方,第三,地点的好,有些地方太潮

湿,有些地方有很多蚊虫以及这些动物出没,所以远离疾病的地方

，不容易生病的地方。有关节炎啊很多潮湿的地方，有蛇啊或者有毒的危险的，有毒的危险，有狼啊，也有袭击的危险，所以这些要避免这种，地点要选择一个相对比较清静的地方。那第四个有伴家，这个呢，跟你一起去同修，有一些是一起去某些地方闭关修行，这样子的时候呢，他们也不是哪里都一起，可能是晚上吃饭啊，白天的时候各自打坐呀，念诵啊这样，也许白天不是每一次都在一起，常常不在一起，所以这样子，即便是这样的朋友呢，就是说他是一个持守戒律的人，有见解相同的人。很多人意见不合，主要是见解上面的差别，见解不同以后呢，言说，口也不和，心不和，口也不和，身也会因此产生距离感，和厌烦的心身，讨厌彼此的相貌和行为做法，所以见解相同的人为伴为伍。然后第五个呢就是生活品质好，这个意思是说，白天呢？这个品质不是说吃饭穿衣的品质要多高， 而是没有那么多人来打扰你，不会跑你来算命啊看相啊，嗯，让你嗯，瞧病啊，嗯，谈询闲聊，这种的人比较少，白天呢，来往的人少，夜晚呢很多嘈杂，不会有太多虎豹豺狼在那边咆哮，这样的一个地方，相对比较宁静的地方，嗯，所以在少欲方面呢，尤其在这儿强调说，少欲就是对于太多，多或者美好的衣饰的追求。比如法衣不要过度贪着，今世得到简陋的法衣，总是满足，不要从事太多的活动，停止做一些买卖呀，这样子呢，这些呢，活动越杂越不利于修止的修行，避免与这种其他的不修行的人，或者在家出家的这种过从甚密，也不要完全断除求医问药的这种，如果你懂医术，很多人找你，没办法修止，也不用去打卦，所以这个就是不要去做天文历算这样子，那现在我好像有人敲门，我先到这里啊，

此福已得一切智，催伏一切过患敌，生老病死犹波涛，愿度有海诸有情。