明觉2018.11.29.0-6

皈依3遍

扎西德勒,现在,就开始今天的这个课程.然后,这个里面,上一次我们已经讲到,就是寂止、胜观的这些修行,这个本身 ,关于禅修的一个教法.但是,佛法当中是不是,在真正的修行佛法,一个是从大悲心上面去分别,一个是从空性、空证的这些智慧上面去分别.这是因为三殊胜  ,就是包括修行佛法的,或者四法印的“诸行无常,有漏皆空,诸法无我,圼槃寂静"这些里面,有这种对从生苦的一些关心,以及本质上面一切显现的超越,以及一切轮圼,或者是超越一切痛苦轮回的这种智慧.就是,如果说在修行佛法的时候,不是因为这一个,怎么讲呢.仪式或者某一个形式,可能不见得,他就是我们可以成为我们在修行佛法.比如褝定,世间的禅定,不代表所有禅定的禅定者,都在修解脱道.所以,暂时是先从善开始,就是禁止恶行.然后,就是在善行的这些能力上面提升境界.所以,从这个角度来说,连花戒论师也是,就是首先开始,讲慈悲心的重要性.要成就佛的果,就要从慈悲心的这种修行次第来修行.然后,在慈悲心逐渐的比较成熟的时候,菩提心就能够成熟,菩提心成熟的时候,胜义菩提心的修行,能够由积累福德智慧资粮逐渐成熟.然后,之后呢.就是把这个”六度”的修行,包括善巧方便、智慧.如何以禅定的修习,让他成熟,而且并把他应用在生活当中.然后,这祥子来,不断的在没有禅定的日常行为当中,都能够成熟的应用这个新的境界.所以,最后我们怎么在日常生活当中去运用这个部分,就是大家去运用这一个部分.因为提到如何运用,上一次我发了一个微信,就是说,要如何去慈悲众生的一个部分,这在普贤行愿品里面有.所以,这个非常清楚,说种种的这些众生,是湿生,卵法,胎生,化生,是依于地、水、火、风而生的,我不一一的读,但是,最主要的是在这里面,如何去为了众生去努力修行 ,就是在日常生活当中种种去尊敬,就是尊敬众生,在这个里面,就是说令众生欢喜,则一切诸佛欢喜,为什么呢?何以故,诸佛如来以大悲心而为体故,因于众生而起大悲,因于大悲而生菩提心,因菩提心成正等觉,成等正觉.举个例,譬如旷野渍沙之中有大树王,若树根得水,枝叶华果悉皆繁茂,生死旷野,菩提树王亦复如是,一切众生而为树根,诸佛菩萨而为华果,以大悲水浇益众生,成就诸佛菩萨智慧华果.所以,基本上这个,就是很清楚的说明了这一个修行慈悲和智慧的关系.然后,我们就是说,那么去实践呢,在日常生活当中,把佛法带入生活当中去,犹其是在得失荣辱的生活中.把生活方式的一种改变,这个也是从心内到心外.

11/29/18

12-18

你跟人的外在因缘也会越来越顺。扰乱你的心的人，敌人，很多麻烦的人，也会从行为出现的方

式都会得到转化，缘分也变了。所以说，以至于我们以前说所说上师本尊空行，以前很多大德的

传记里面也可以看到，他们面见菩萨，佛菩萨，然后本尊，自己过去传承的上师。所以说，如来

看所有的实相如看掌纹一样，有时候众生有一定的，就是越愚昧的众生，能够看到的就越少，就

类似的。智慧的这种智力以及所得到的这种身体，就相应的这种色身就是比较差，没有那一种的

福报得到，然后性智只能够发挥到色身只能允许的这个里面。就像本质上众生是佛，但是就像不

同版本的这种电脑硬件软件，再好的软件放在一个很差的硬件里可能也就不行。而且是类似的。

就是你这个软件也一样受到了一定的污染和病毒的话就更不好转，其实负面的一些习气转了以后

你得到的色身也是相应的比较越来越好。最后就是乃至于见道成佛那样子。所以说一个修行菩萨

道以这种慈悲心菩提心来修行世俗和胜义的菩提心，尽而把这种行为，菩萨的行为融入到日常的

生活当中来就是不断的……入定的时候能加强这个智慧的境界，然后并转化很多这些负面的习气

，再进一步在后得定，或者是在日常生活当中去实践它，去验证它，进一步强化修行境界上这一

种的认知和定解，在这样子修行的智慧也增长，然后福德也会增长。所以因为菩萨我们平时会发

四无量的心，慈悲喜舍，舍，平等舍。这一种另外一种接近于空性的一个词，无量无边。这个样

子。然后你认认真真的去依照智慧去断这种二元的执着，就是我执我爱，就是人法种种的执着。

在这里面莲花戒论师的这个法门里面提到有就是人我，人摄，这个受者，众生受者这几种的词

，……要了解到无我，无有情，无寿者，无生者，无補特伽罗这样的这几个词，所以这个就是人

的部分。所以这个这些呢比较常见在《金刚经》这些里面也有，就是这种的词：无我相，人相，

众生相，寿者相这种，这个本来就是，这些是一种执着。有时候相也好，执着不同的名词，但是

意思是一样的，所以一切万法的显现当中呢，有时候你在另外一些传统里面龙树菩萨的书有说，

远离四边八戏这种，就是远离八种的戏论，比如说，生灭来去，常断一异，一异常断，所以这些

，能取所取，主客这些都是一种相，如果把它概括起来的话，就是我相人相，主要是这种小乘佛

教为他们所侧重的地方，就是我相人相来断这个烦恼，证得阿罗汉的果，大乘佛教里面同时断因

，就是除了断我相人相以外，还断众生相和寿者相。所以就是说，所知的这些障碍，人相和我相

是烦恼的这些障碍。所以一般来讲烦恼就是指的是贪嗔痴慢疑五毒，秽浊的就是其它的细微的各

种，这种有随眠的这个有二十种随眠这些，讲的是这个部分，然后我们就是说，总的一句话不论

是我相人相众生相，寿者相这些也好，还是我们刚才所说的就是生灭，来去

11.29大慧30-36’ 结束

这些在某一种修行产生的功德，像证得罗汉会有罗汉的神通，如漏尽通。所以说心性

调伏成就一些不同程度的神通。那如果你修寂止禅的话，你有身心的轻安，能够有这种乐

受、冥?受、空受这些带来的某一种的神通。

所以说到其它的一些时候呢，你可以说因为这些神通的具足，有些时候以不同的方式

见到佛菩萨，然后去供养去听法，下辈子有能力投生往生到这些佛国净土，而且信心满满

的，因为这些神通你有了以后，很有决心，修行的时候非常有效，精进的心，尤其在人间

是这种的,因为可以有很强烈的对比的差别，然后最终能够成佛，所以这个部分呢，就是说

有这种内心的转化：到身体到外境这些的转化，由慈悲心渐渐带入智慧，就是智慧的圆满

，慈悲心，然后不仅能够自利也能够利他，所以说，对于自己的这种能力自然会因为修行

而成就，有自利的发生，利他摄身，二利圆满，然后也能够因为二利的圆满能够利他，禅

定的力量也在这个过程当中增强。

然后，我们说，现在我们说有实践这个部分，刚才讲的这些.首先我们平日日常生活中

，一边有禅定，定慧结合，出定后得定，就是说平常没有入定的时候行持爱心、慈悲心、

菩提心这些的法门，入定的时候就安住在胜义的菩提心当中。而且以不偏废的方式。这在

前面讲到很多，就是善巧方便和智慧不能偏废，很多人想说智慧和善巧方便好像不是那么

重要，毕竟好像是世俗谛的这个层面，胜义谛主要是这种。因为字面上也有世俗，我们不

是要脱离俗吗，为什么要很重视？然后说胜义和究竟的时候就很有信心，当然这个究竟是

非常好，很需要学智慧，学学了义和究竟的法门的修行这个境界。

但是同时我们如果没有用善巧方便，没有用慈悲的话，究竟上面的证悟相当困难，没

有这种积累善根、没有积累到一定程度的慧根的相互，怎么讲呢？像两条腿走路，两个翅

膀飞翔一样。没有以这种方式去修行、去平衡的话，其实你最重要要证得的佛果也很难证

得，因为说利他色身不能圆满，或者是说没有这种的善巧提升自己心境的能力，所以说，

平时在日常生活中怎么实践呢？就是一个是爱心，一个是智慧。有爱心，是大家平时能够

多少程度上培养，如果没有的话，就是逐渐的，根本没有人没有的。但是爱心智慧比较微

弱的时候，逐渐用一些适度的方法，发一些愿啊，比如我们说为一个众生发心的话那也很

重要，然后逐渐到一百个人，一千个人、一万个人，最后你能理解说佛讲的这种为了无量

的众生、无量无边、遍虚空法界的众生，这么样的一些慈悲心升起来那这样子的功德也如

此发四无量心，无量的心无量的众生有无量的功德，所以之前我们今天早上我们也讲了，

一个是说慈悲心菩提心发的时候，有些人说我做不到我不承诺这种的心态，但其实这个是

现在做不到你需要发这样的心，未来你能够做得到，逐渐的，第一世、二世、三世、四世

……在某一世里面逐渐的能够成熟

42-48

静止的流水

做为修行人，世间的这些成功再成功他们都不究竟，有漏、有缺陷。所以说对

于这些我们没有那么这种的向往啊。觉得很了不起啊这种讲法。所以如果你对

金钱和对于时间的这种享受，和佛法的这种成佛的道路就像一个是火柴点火的

亮度，一个是太阳的亮度。你宁愿选择火柴的亮度温度这样子的话那也很可悲

。因为烦恼如果你自己不对治它，现在有些人因为各种欲望，放纵很多的欲望

这些方面也一样，你要用这种调伏对治转化看到欲望的这种本性，种种的方法

你如果没有这方面的能力的时候呢欲望变成束缚轮回，束缚你在转回当中的最

有这种怎么讲的，吸服于轮回当中的这种力量，所以这个力量可以从细微开始

觉得他是很有害的到变成很有害。那些恶的人也是开始是偷东西的时候从偷针

开始慢慢慢慢盗果这样一个习性的过程。习性里面可以这样沾染这种的习性、

习气。以前过去打仗的时候你看成吉思汗也是一样过去开始的时候他们只是很

小的部族很近距离的一些争斗，后来慢慢慢慢变成世界的大的国家的战争。变

成很多国家雇佣兵连起来打另外一个国家这种。所以这个一样财富或者其它方

面的欲望也会如果不加以对治的时候他会变成无底洞。贪嗔力量可以变的很强

，这就是为什么说众生无始以来轮回只要找到症对治他的贪嗔的这种根子上面

去转，像我们说人法具无的这种修行，这样子贪嗔也会熄灭。就像讲的抽薪止

沸是的从根本上面转化。

所以在这些修行比较逐渐纯熟以后呢我们说最终成佛由加行道、资粮道、见

道、学道、无学道这样子。有些人可能会觉得这些上面文字太多，不容易了解

怎么样。其实如果你花点心思去了解佛法的这些概念啊也不是那么难以了解的

。只是有些名相开始不太熟悉而已，就像过去有些软件啊，对另外一些人讲软

件工程师觉得很难，因为别人能给他带来一些生活上的改善，能够付他工资这

样子，那你就会很好的去学习，然后熟练的去掌握，变成一个软件开发者或者

软件工程师这样子。那对于成佛来讲你不仅仅是一个生活上面怎么样，还是一

个无限广大的自利利他圆满成就从暂时到究竟的一种圆满。所以这样讲的话你

为了变成有稳定的收入工作上面很卖力，学某种专业这样子，这些名相觉得很

累的话说明自己没有真正的从内心当中了解或者认可这种菩提道。证悟的这种

道路上面没有太大的这种信心导致的。如果你有这种信心肯定比较认真的努力

的去学习。当然所修的法门、法脉、传承这些各自有各自的法门你不是说所有的

都需要，很系统的学修才能够修行。所以但是多少整个上面也要做一些努力。

所以说我们经由慈悲的心不伤害众生上面多做努力。然后这样子逐渐逐渐悲智

圆满从资粮道上面的修持可以让我们积累福德积粮，然后以加行道的部份积累

智慧资粮。但是积累福德资粮是不是就没有智慧资粮？不是积累福德资粮的同

时也在积累智慧资粮。那么之前讲的一样，证悟空性本身就具有大悲心，证悟

空性者必备大悲心。对空性的胜解也是如此，自己已经圆满了，就像我们之前

讲的一个人受过很重的别人的歧视，或者受过贫穷，他有这个潜力理解其它众

生的这种痛苦，备受歧视、备受贫穷的这种痛苦。

48:00-54:00

贫穷的这种痛苦，如果一个人很口渴，经历过口渴的经历，那他能够理解别人口渴的时候，那证悟正觉到已经圆满的时候呢，他能够就是以大悲心就是遍及所有的众生，而且是没有任何辛苦的方式，因为证量的关系。那我们可能等一下就是念诵一下这个莲花诫论师的《修次中篇》，上一次我们在这个部分，先不论是我们在修行特定的仪轨的时候，也安住在空正见上面；然后就是说念诵祈祷文、礼拜啊这些时候在空证的这些见解上面，慈悲、空证、菩提心里面就已经含摄了胜意、世俗、慈悲、悲智、圆融的这种的发心，常常，但是也要从智慧的角度去分析，回向众生的时候也是如此，就是安住在这种三轮体空之中回向，空证的境界当中回向。这样子以后呢，这个《修次中篇》“可以及由神通力到无量的世界，向佛、世尊做供养，并从他们那里听闻佛法，临终之时无疑也将能见到佛、菩萨；未来的生生世世均将生于特别殊胜的家庭及地区，在那儿将不会与诸佛菩萨分离；因此可以毫不费力的圆满成就福德以及智慧二种资粮。他的受用丰富，普通眷属众多，智慧吉利，可以成熟许多众生的心相续，在未来生生世世中均可以忆念宿命。如上所述，无量功德也可以从其他的经典上去了解”这个部分，我刚才已经说了。然后，“假如修行者可以通过这样的方式以极大的恭敬心长期修习大悲心、善巧方便及菩提心，则其心相续将依次完全进化并成熟，就像摩擦两根碎木所产生的火一般，他所修习的真实义最终将达究竟，将证得远离一切分别网的出世间智，将非常清楚的了知无戏论的法戒，无垢染且不动摇，就像摆在无风处的酥油灯将形成不动摇的量，见到所摄的现证一切法，无我的真谛，真如，胜义菩提心的体性就产生了。胜义菩提心产生之时，就是进入世边际所缘，以及已深于如来种性当中，就是进入菩萨的污垢状态，从此不再退转漂泊于六界六趣当中，住于了解菩萨的法性及法界当中，证得菩萨的初地。上述这些功德引如《十谛经》等所说明的详细去了解，这就是以真如为所缘的禁律。” 真如空性以所缘的禁律这个意思。然后，“《入楞伽经》中如下开示，这就是进入诸菩萨的无戏论无分别的状态中，胜解心谛安立的方式就是胜解空性来说的，而非现证空性来说的，一旦现证空性的胜智产生，则进入菩萨初地。” 这个里面呢，讲得是什么意思呢，就是说因为修行佛的事业就是无止境，就成佛这个是最终的目标，在修行的过程当中呢逐渐圆满，这个时候像这里举了一个例子说，像用这个两根这种木头相互摩擦起火的这种的时候，最后火烧起来的时候两根木头呢，就是燃烧，一开始变热，就是起火，然后火把两根棍子呢，就是燃烧完了；所以同样的就是，通过这种禅定……

11.29修次中篇 60:00-66:00 整理：秋央堪卓

    二十二种类型的菩提心，所以以自己的内心当中呢，经由像上弦月，佛法里面经常讲的，智慧和这种慈悲心呢，像月亮开始很模糊，基本上好像没有显现，第一天、第二天、第三天基本上（不明显），第一、第二天尤其是，非常不明显，第三、四的时候慢慢涌现，第五、六、七、八不断地圆满，九、十、十一、十二、十三、十四、十五的时候就是月圆之日，对于空性智慧慢慢地圆满它，经过自己的努力和修行以后，最终呢不仅是理论上面，实证的经验上面成熟以后，到了“见地”地部分，空正慧如实的体悟，然后在这上面呢不断地圆满到断除所知障、烦恼障的这个细微的部分，有时候有些像习气障，这个习气障也就是烦恼障也会影响到所知的这个部分，所知的这个部分呢，细微的部分就是习气的障，所以这些遣除的部分呢就是菩萨的学道一直到无学道——成佛的这个部分。这个上面简单来说就是，极喜、离垢、发光（地）、焰慧、难胜、现前、远行、不动、、善慧、法云这些菩萨的一地到十地，有些里面就是有分到其他的十三、十六这样的，但是本质上面都一样。

所以在这个修次中篇里面，讲到的这个部分，一个是菩萨的道地的这个部分里面呢，就是“见道”，有些里面讲的就是见道所断和修道所断的部分，就是见道的时候，当然都是依靠修的力量来见道，但是这里面也可以分两个部分，一个是见到空性，一个是从这个当中呢依于空正的这种智慧不断地去除二种障碍，烦恼障、所知障，就是细微的，最后连根拔除所有细微的这种习气，余留的这些污染，证得一切种智、成佛。所以下面的这个部分我再念一下，

“如上所述，一位已进入初地(即见道)的修行者，他不久便会进入**“**修道**”**的阶段，在这个阶段，他透过**“**出世间智**”**及**“**后得智**”**这二者来修习**“**智慧**”** 及**“**善巧方便**”**，他甚至可以逐渐净化以前所累积的最极微细的修所断障碍 (修道这个阶段所应断的烦恼)，透过下下诸地的不断净化，而不断证得上上诸地的特殊功德，最终将证得如来的圣智，而进入一切种智的大海，同时 也达到目的完全成就的这个目标。依着这样的次第，心相续可以完全净化， 这在《入楞伽经》当中也有开示。而在《解深密经》当中亦云:**“**如同提炼 纯金一般，修行者的心在上上诸地当中逐渐净化，直到证得无上正等正觉的 圆满佛位为止。**”**

“ 当修行者进入一切种智的大海时，他将具有像如意宝一般供应一切有情 需求的功德;他能让往昔所发的愿望均开花结果;他的本质是大悲心;他具有种种任运成就的善巧方便;他能以无量的化身，对一切有情，做一切究竟的利益;他的功德将无余地究竟圆满;他可以除去一切带有习气的过失垢染; 只要有众生所在之处，他就安住在那里(利益他们)。当一个有识之士了解 上述情况之后，他对于佛世尊是一切功德的来源这点，自然会产生敬信;而 为了完全成就那些功德，自己无论如何也要努力。 因此，世尊开示如下:“一切种智是由悲心这个根本出生的，是从菩提心 这个因出生的，是藉由善巧方便而达到究竟的。”

2018.11.29 拉姆54—60分钟

火把两根棍子燃烧完了。所以同样的,通过这种禅定和后得这种智慧,

就是在根本定当中,后得的这种智慧,稳步进展两者相融,再没有这种

分别。后得和这种根本定这两个不可分割,融合无可分别这样的时候

呢,达到了成佛,达到这一点的时候就成佛了。这一部分意思是,尽所

有智如所有智这类的。所以这个菩萨的道地之前,我们在讲那个解脱

道部分里面,微信上面也发了一下这个部分,五道十地成就的这个部分

,所以主要是说,以悲智这种双运的修行,所以这样子呢,就是开始的时

候有很明显的出定、入定的差别,一直到成佛的时候,已经再也没有这

种的差别这个意思。所以我们平时这些理论化,比如我们说尽所有智

这些,讲的时候,如所有智这样的,那这个平时大家怎么去逐步的实践,

那就是看到任何包括电视杂志其他里面看到各种的相,有很多善的部

分做随喜,有一些悲惨的状况呢,我们心里要对这些显现,一方面是一

切都如梦如幻这种,但另一方面要有某一种的关爱和慈悲心,哪怕是你

念几句咒语,如果我们电视报纸或者听到某一些人死了,或者猫啊狗啊

其他的动物,包括自己吃的玩的用的上面,如果有其他动物的这种,或

者森林有着火,水里面的这些鱼都被人掏空,这样的时候,如果没有任

何悲心,没有怜悯心,没有同情心的话就不好,还是一定要有就是重视

这些生命。所以以前有一种讲法,末法时代的时候,就是圣者在天空当

中翱翔的时候,没有觉得很惊奇。众生呢就是破肠就是肚子肠子流在

外面肚子破出来的时候也没有感觉,所以就有点像我们有些时候可能

去鱼市场,那里随便就可以看到活生生的生命在斩,斩它的头斩它的身

体,但是好多人真的是心不惊肉不跳也是这样子,所以作为修行佛法的

弟子,那我们平时的时候与生俱来的某一种的善不要泯灭,而且进而我

们能做的可能暂时有限,但是要发愿念咒回向，能够按住在空证见上

面,希望他们未来能够了悟这种佛法的世俗以及胜义的智慧,让他慢慢

的增长,就是有这种辨别是非善恶的能力,让他们善的部分增长,恶的

部分减少,哪怕包括斩鱼的人也好,他也因为无明因为烦恼,因为投生

在未来也不看好的状态下,所以加害者、施害者以及被害和受害的所

有众生都一类的平等发这种慈悲心菩提心,哪怕是有人毁灭佛法,有人

毁灭怎么样,也要对这些毁灭者也要发菩提心。所以说所见所闻,哪怕

梦当中也要积累这种善业,净化自己的身语意这个上面,及由禅定的方

式来加强这种净化的能量、能力,所以就是不断地闻思修行,增加增强

这种实修和理上和经验上面的这种闻思以及实修的这些内容上面做

努力。所以说,不仅仅是有时候闻思的时候会有闻思,但是非常好,但

是试着体悟这种真谛,如法如量的去让内心当中产生这些功德,包括慈

悲,不造作的菩提心,以至空证的这种智慧,如果有一些境界上面的,如

果这些境界还没有出现的时候,需要分析的时候,你学习比如《中观》

的教法,《如行论》种种的方式来,让自己能够确立正知正见,去除很

多的这种垢染,所以总的来讲有一种希望其他众生能够离苦得乐的发

愿,最终成就的这种的心。所以这样子,我们就是资粮道小资粮中资粮

大资粮,或者上中下这种的资粮道,这种让自己就是对于发菩提心上面

,因为菩提心有这种分的二十二种类型菩提心,所以以自己的内心当中

呢。