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,就是因为寂止、胜观的这些修行,这个本身 是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,涅槃寂静"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,以及一切轮涅,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,他就是我们可以称为我们在修行佛法.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，行善.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,不断的在没有禅定时候在日常行为当中,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,说的种种的这些众生,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?就在这里：

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.

然后举了个例子：

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,以大悲水饶益众生,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,犹其是融入生活.把生活方式的一种改变,这个也是从心内到心外.

6-12

从内心到外境的一个转变，所以开始的时候当然万事起自于起心动念，一切行为的发端就是心，所以要积累，不断的想这种慈悲的道理，发菩提心，那发菩提心不是说我们想发随心所欲就能发出来，有些人非常困难，不容易发菩提心，所以每个人的串习不同，过去的一些业因业果的差别，尤其是这种的串习的力量，是很多果成熟的根，依据串习的这个深厚，所有的，就是善也是一种串习，恶也是串习，但是负面的这些破坏性的串习可以让人慈悲心减少。所以有些人因为过去世的关系呢，就这辈子天生就容易有慈悲心，充满爱心，充满慈悲心，无论如何都可以籍由内在的品质呢可以生起慈悲心，那另外一些人就比较困难，就是怎么样去努力，甚至在修行佛法的门道上面，经过再三的熏染，但是还是法不入心，不能滋润内心，而且反而有时候充满了这种嗔恨心，五毒炙盛。五毒的习气比较炙盛，很容易生气， 很容易赌气，很容易结怨结仇，就是做很多坏事还不解恨，有时候不服气。各方面的一点点小事或是大事，可以引起很大的愤怒，所以进而身口意很容易失控性的再积累在串习积累一些恶业。所以说，这样子呢我们要留意自己的一些习气。其中最关键的一个是看自己有没有被各种的业力烦恼而转，然后觉知到的时候要下决心，然后改变个人的内心。所以说起心动念当中呢，就是受戒就有这个好处。就是立誓，各种的理由，种种的借口，道理说不完的，但是你始终保持慈悲心的发愿发心。受着菩萨戒，这样子呢，你常常记得自己是个受戒的人，这样子有帮助，不然你可以有很多合理化的借口，各种各样的。人可以再有道理，你可以因为情绪，一秒钟内把它扭曲过来变成没有道理的这样子。这就是我们以前说的，心理学家其他长期研究人的心态，负面的习气，这些上面都得出相似的结论，就是人是可以活在自己的世界里面去扭曲很多事情。所以超越的智慧要升起来首先要品行相对比较好，所以在这个基础上可以升起来，不然情绪的这种，怎么讲呢，就是后遗症，或者象一个粘稠的脏的东西一直粘在自己身上拔不掉一样，好多情绪的这种干扰作乱的时候很痛苦，自己也痛苦，其他人也痛苦，所以种种来讲，首先自己内心当中清净自己的内心，就像我们身上脏很多人都不喜欢，衣服脏了很多人也不喜欢，要清理衣服，清洗家里里面，清晰自己的，洗澡，头发这样。一样的要时常观自己的心，清净自己的身语意。然后尽量符合戒定慧修行菩萨道的方向，这样子，那你如果慈悲心，变得慈悲清净，修行的道路也变得清净，没有那么多的污染，然后最后得的果也还是如此，清净。所以说，日常生活当中呢，烦恼减少的时候，就是说，慈悲增加了，烦恼会减少。扰乱的这种减少了，平静就增加。心就是这样子，如同水一样，水浑浊的时候不清澈，搅乱的时候更不清澈。很脏的东西就现前，水平静的时候它的清澈的本质自然的就还原。所以通过这个慈悲心来净化自己的这种内心，慢慢慢慢开始有一些好的梦境啊，之前我们说的一样，慢慢经由心的清净外在的因缘也会变。外在的人呢都是你的内心， 你的逆缘少了，障碍少了

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，以至于我们以前说的上师本尊空行，有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，但是众生有一定的，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，然后心智只能够发挥到色身允许的这个范围里面。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，进而把这种行为，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，这个寿者，众生寿者这几种的词，这里，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这些里面说，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，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，一异，常断也好，着相也好，最终用一个词来讲就是断除我执。

18-30

大乘佛教里面用一个字来讲，就是断除我执。在大乘佛教里面修行当中，断我执的时候就是人我执法我执这些执着。就是说如果说我执可以分为先天和后天一样，过去带来的和后面逐渐形成的。就是我执或者说天生或后天的我执，像佛教里面经常用这种词，就是俱生我执，就是一种执事的习性，细微的习性，然后遍计所执。然后因为眼耳鼻舌身看到的一切这些现象有很这些现象有很深的执着。动物也有这种。然后对法我执这些上面，执实有，就是一切都看做实有。还有一种比较危险的就是执空执。‘实’是实有，是不存在的，那就堕落到另外一边，就是有是不成立的，不自立的，最后就是说相信无是存在的。所以执空或者执实这两种错误就是法我执的，这个要超越。执实有有时候比较容易对付一些，但是执着空，顽空以后就很难对治，所以这些上面大德有很多讲的这方面的开示。比如说，象执着有的人象猪的话，当然用这种句子，那执着空的人比猪还笨。或者说执着有，这个是，过去有大德也讲，执着空以后很难从空偏堕到实有或者是断见，比较不容易再一次引度到正见当中。所以不论如何，我们刚才说对于这种执着，平时我们有的这种感受是对我的一种误解。烦恼障习气这些，源自哪里呢，主要是我们认为身心五蕴，色受想行识这个五蕴执为我。要对治的话，就是用人无我法无我的这种修行，它能根本上解决这种我们误解这种本质，心的本性而把它就是因为色身的结合下我们把这种物质的，物理性的五蕴色身以及比较粗糙的层面的念头当作是我的基础，在这种错误的投射下渐渐的迷乱。所以渐渐的籍由这种善行的增长，然后慢慢的智慧积累，烦恼和习气渐渐的减少。因为大悲心我们能够利益他众，从自我的局限和自设牢狱当中渐渐的出来，就是被我执束缚的很强的时候越自私越这种，就是烦恼障呢，就是经过一定的修行以后把暂时的烦恼减轻，最终解决的是永久的问题，烦恼障也能够超越。因为烦恼会带来很多的业障。所以现在不造业了，发菩提心，发慈悲心以后呢，就不会建立，再添加这种，积累这种新的恶业。所以没有负面的烦恼支持的时候，原先的一些习气比较深沉的顽固的那些慢慢也会化解变弱。最后呢这个恶行，负面的业行最后都能够也减少转化超越这样子。所以才从由内心到身体，用慈悲和智慧这些逐渐圆满以后呢，身心都会，哪怕你活着的时候，身心都会有很大的变化。比如说，身体相对来讲不会受到疾病的侵扰，因为有些人烦恼重的时候，身心都不健康。烦恼重长时间头发也发白了，当然头发白不都是因为烦恼。但是也有这些情况，因为烦恼心脏病，因为烦恼其他的各种怪异的作为，作息的紊乱，饮食，都会发生变化，人的心理变化大了以后，按照藏医的来讲，人的贪嗔痴的力量会引起生活方式的变化，会带来不同的因缘，包括吃住行各种作习的变化。如果我们能够调服贪嗔痴，相应的贪嗔痴带来的身体的负面的影响也会减弱转化，所以烦恼减少，禅定增长这样子。所以我们慈悲心，菩提心，大乘佛教里面不离开这些教导。所以禅定当中去增强菩提心和慈悲心， 从世俗到胜义，然后能够获得身心的安乐，比如说，你能实行一条，禁止恶行，不伤害众生，这样也会给自己带来很大的安乐。不必要的伤害当中，就是不必要的投入痛苦当中，这些里面。就像有一个例子讲的，手放到火里面你不知道怎么抽身的话，火燃烧手一直会痛，然后你开始懂得了不伤害众生，有点像你已经懂得不要把手伸向火里面，这样子就是嗔恨的挫折也会减少。本身贪嗔痴和气脉明点也有关系，你的气脉明点的运作顺畅，这样子把佛法代入生活当中，身心都变得很健康，所以有些人心里有解不开的痛苦的时候就一直就是卡在那个地方。所以有些医疗，心理学，或者是催眠这样子转化烦恼的一些方式，让他们放下一些痛苦恐惧和创伤，这样以后，从此人就变得乐观。比如说有恐高症，有些人有害怕某一些的声音，有些人害怕某一些形象，某一些东西，或者动物，如果你发现他过去世在某一种习气里面有这些方面的业障，所以会有障碍，经由某一种的疏解，解释，让他确认治疗，这样以后这些恐惧以后就不恐惧了。反而克服，变得阳光，心就是这样子。这样心的健康带来身体的健康， 包括疾病也不容易侵袭，心变得柔软，包括禅定呢也把一些不好的恶习转化，增长这些妙善的善德。美妙的这些状态。所以这样子，身心渐渐都产生某一种的健康安乐以后，也会产生神通，就是佛法当中经常有讲的，佛的，菩萨的种种的神通，罗汉的神通。这些的很多的故事，佛教的经典里面也提到很多的内容。所以这些神通里面呢，象肉眼，就是我们平时有的能力，可以看到。还有就是天眼，就是在色界，欲界和色界当中呢就是能够产生的能力，一个就是说，生到天，就是四禅，一禅，二禅，三禅，四禅这些产生的能力。一个是还在人间，但是经由禅定的修习功夫呢能够色界欲界，有这方面的神通。之后慧眼就是见道，见到一切法的本性，空性，就是这个部分。法眼呢就是修道的部分。佛眼就是成就佛的时候有的功德。然后除了这些，我们说的世间还有其他的一些神通，就是神足通啊，你能迅速的出现在其他的一些地方啊，就是这种的。能够以天眼的这种方式来了解众生的苦乐啊，用天耳的方式能够种种语言你能够了解啊，就像人一样学文字语言。他心通，知道其他众生心里所想的事情。宿命通的话就是其他众生的因缘，好多怎么发生的，这些当然境界越高，佛菩萨这些，一层一层的，佛的地从一地到十地，他能够了解到范围，广度和深度，时间的长度，越来越好，

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。所以说心性调伏这样的时候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、明受、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，有自利法身，利他色身，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。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，根本没有的人没有的。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，

36-42

越来越往高处走，越来越有这方面的自然的菩提心的产生。然后只要发了这个愿，你已经愿圆满，能够行的话行圆满，能够受持菩萨道，所以你已经在这个因的层次上面已经走在了菩萨道上面。你要发这个愿和心，这个是还是很重要，不是说我马上做不到的事情我就不发愿。

然后我们说，因为从身心自利利他，从慈悲和智慧种种的立体式的修行，变化以后，身心都有很大的变化。有时候有些人遇到一些困难，遇到一些障碍，但是自己遇到的障碍相对会比较少，哪怕是集体的障碍。象在学校里老师骂几个人打几个人，但是刚好看到你的时候没有打你也没有骂你，遇到一些灾害自然灾害一些问题的时候，有很多疾病随时在夺取很多人的性命但是你就是还是有一些幸运，有一些健康和长寿。有很多人有各种的邪见，甚至送到精神病院，或者就是说生不如死，活着没有任何意义，很枯燥很无谓，但是你还是能够不断的滋润自己的心相续，修学慈悲和智慧的道路这个上面不断的进步。这些是什么呢？这些是前面讲的悲智的过去的积累，治安在的长养当中得到的人天的欢喜，其他的众生也欢喜。有些人有附体嘛还是有遇到鬼的障碍，心魔，这种外在内在的，但是你遇到的身心比较健康的状况，包括遇到的人，遇到的事业没有大的挫折，不幸运的很多的东西没有降临在你的身上。所以这些也算是一种的功德，当然有时候有修行的能力这样子的情况下呢，负面的也不见得真的是负面的，逆境当中已经下了决心修行的人他成长的反而也快，比顺境还快，但是不能承受逆境，暂时这些比较重的逆境不能承受的情况下，我们也因为修行慈悲心的功德可以避免伤害他人，也避免别人会来伤害你。 所以遇到的人都是跟自己的善业比较相应。最后呢就是菩提心的修持是要成佛，成就一切功德。这些我们有很多事件你如果仔细去观察，人因为福报和智慧的差别，所面临的事情，遇到的缘分都有很多大的差别。所以我们刚才说，有些时候逆缘当中修行，有些人哪怕是自己这辈子离世的时候也能够知道有种种的业不可思议，在这个当中遇到障碍的时候还是坚持持有正知正见，不是说一旦有什么问题的时候什么见解也没有了，什么戒也不受了，不持戒这样子，反而是你要发广大的愿安住在正知正见当中。哪怕是有人对你开枪这样子，你也不要对这个人心里有嗔恨心。对众生的所作所为一个是从业因缘的角度去想，一个是从空性一切本质如幻的角度去了悟，然后另外一个能够保持对于这一切，就是发超越式的愿，所有众生，包括这个对你加害的人，也还是要度化的对境，所以发愿在未来世能够结这个善缘，就是愿这些人能够得度能够走上证悟的道途。所以说用这种比较柔软的心，在现在社会不太强调，也要看人把，有些时候，尤其是经济政治这种的领域，里面很多人要讲究各种世间的势力啊，或者世间办事的一种方法，但是

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。因为烦恼你如果自己不对治它，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，束缚你在轮转回当中的最有这种，怎么讲的，吸附于轮回当中的这种力量，所以这个力量可以从细微，开始不是觉得它是很有害的，到变成很有害。有一些恶的人偷东西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的过程。心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一些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。变成把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，像我们说人法俱无的这种修行，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，然后我们说最终成佛由资粮道、加行道、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。其实如果你花一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。所以但是多少程度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戒论师的《修次中篇》，上一次我们在这个部分，所以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、礼拜啊这些时候也安在空正的这些见解上面，慈悲、空正、菩提心里面就已经含摄了胜义、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，空正的境界当中回向。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，仆从眷属众多，智慧极利，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净化并成熟，就像摩擦两根燧木所产生的火一般，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界，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，就是进入事边际所缘，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静虑。” 真如空性为所缘的静虑这个意思。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，胜解行地安立的方式就是胜解空性来说的，而非现证空性来说的，一旦现证空性的圣智产生，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，象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……

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呢，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，能够安住在空正见上面,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,经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,以至空正的这种智慧,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，

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”的部分，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”，有些里面讲的就是解脱道，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不断的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应供一切有情 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。”

66-75

所以修行当中呢，这一句话，在次第的修行当中呢以悲心为根本，以智慧来圆满究竟，然后以善巧方便达到究竟这样子，所以最终就是证得色法二身的圆满，福慧资粮圆满结合，获得世俗胜义的菩提心。获得二种圆满资粮，就是福德和智慧资粮。福德智慧资粮的圆满呢，就是圆满色法二身成佛。色法二身圆满成佛以后，成就圆满自立利他的能力。所有的这些烦恼以及所知的障碍断除，功德彰显，这么一个内容。

“智者已远离嫉妒垢染，他们对于学问的渴望像大海一样永不枯竭，他们透过辨析以后把正确的部分保留下来，象天鹅从水中取牛奶一般，因此学者应该保持客观中立的态度，不堕入派别的偏着当中，如能这样，则即使从童言童语中也能得到嘉言。教诫。

我愿将解释中观之道的所有功德,完全回向给一切有情,希望他们也能证得中观之道!

莲华戒阿阇黎所造《修习次第》中篇竟。印度亲教师般若筏嘛(意为慧铠)及译师智军法师翻译、样订并抉择。“

这个后面就是讲回向啊，还讲了翻译者。这个里面呢尤其很谦卑的这种方式讲到智者能够远离这个烦恼，所以他都去好好的学习智者这种，其他的智者如果有不偏堕的这种的智慧，去渴求，去求取这种智慧，就像以前传说当中天鹅具有，在牛奶和水混在以前的时候，能把水吐出来扒牛奶的营养吸走，好像，一些乌龟也有这个能力吧。

所以说，它这是后面的不是正文的一部分，截的后面的部分。一这种大智慧，博学，但是他们还是很谦卑，哪怕是小孩子童言童语当中都有可学习的地方。所以他就是说，只要是没有宗派的边见的执着，他愿意接受善知识的指导，这种的心。如果有一些错误的这些呢，就是可以把它避免掉。如果遇到某一些人的话你还是可以跟他们探讨某一程度的，当然他们完全没有这些概念的话，你得相应的，对不成熟的不能乱讲高的境界啊这样也不合适。当然根性如果很熟的话，作为法师的话跟他们只讲很初级的这样也很不合适。也要根据别人的相应于哪一些的法，根据善慧根器来讲。所以总的来讲智者远离恶和偏见，偏堕。这个部分。

后来蒋益西德，这是是很有名的一个翻译师，然后这样讲呢可以确认这个论的功德，发愿度一切众生，回向无余的功德。然后藏地以前宁玛的传承里面象毗卢遮那，这个是最有名的一个翻译师， 好像他去了新疆那边，好像和田还是什么地方，就是圆寂在那边。出生在藏地，后来去了印度学习种种显密的诸法，成就很高。后来种种原因又去，有点受迫害那样的去了加农地区，后来有去了五台山，回到藏地，最后又离开。毗卢遮那长相应该是很好的，一个王后比较喜欢他，但是毗卢遮那呢，是出家人嘛，他没有跟王后有什么关系，王后就有点生气，有一次就强行要和毗卢遮那在一起，毗卢遮那就跑掉了。看起来跑不出去的时候就说，这个你说的可以答应，但是你先让我关一下门让我收拾一下，然后他就跑掉了。之后那个女的就种种的陷害。在这之后就慢慢慢慢的，有其他的原因吧，就是他有前前后后的一些故事，最终毗卢遮那去了现在的新疆那边圆寂。这个是最有名的在藏地，毗卢遮那。然后其他的几个轶事里面有一个觉罗罗衣扬增，大部分的经典，论典，象甘珠儿，翻译的很多这些，论典也是。很多这些大成就者翻译者。然后蒋益西德，噶热华哲，觉罗罗衣扬增就这三个，这个里面这个也是蒋益西德的部分。

那我们这个部分呢就告一段落。修次中篇呢希望大家能够讲解当中有所收益，然后我们也祈祷所有的传承上师诸佛菩萨的加持，包括翻译家，没有他们的话就没有我们能够读到的内容。所以现在不仅有古代的印度文，然后有藏文，中文，英文，很多种的文字，也是广泛在传的法。希望籍由此呢因缘呢，这是一千多年前的莲花戒论师的恩德下给我们这些这本论典。所以我们能够回向给一切众生把修学的所有的功德。然后一起发愿，能够好好的修持止观的禅定。除了止观的禅定以外，要圆满它的时候要结合慈悲菩提心，善巧方便这些，这种的善巧方便。

此福已得一切智，摧服一切过患敌，生老病死犹波涛，愿度有海诸有情。