

教言精髓讲解

第二世敦珠法王·造论
索达吉堪布·译讲

课程
91



南无本师释迦牟尼佛

教言精髓讲解

第二世敦珠法王・造论

索达吉堪布・译讲

版本：2024年12月

目 录

第1课	001
第2课	036
第3课	071

教言精髓讲解

第二世敦珠法王·造论

索达吉堪布·译讲

第 1 课

2016 年 8 月 12 日

下面我们讲第二世敦珠法王造的《教言精髓》。

第二世敦珠法王跟我们学院的法脉和传承有很密切的关系。多年前，第一世敦珠法王在喇荣建立道场，培养了很多修行者、成就者。我在十多年前翻译过《一世敦珠法王自传》，其中记录了他从三岁到六十二岁之

间的事迹，包括了许多在梦中和净现中见到本尊、降伏妖魔鬼怪的种种经历，描述得特别精彩。

作者：第二世敦珠法王吉扎益西多杰

第二世敦珠法王降生于1904年，1987年圆寂，驻世83年。他年轻的时候在藏地，后来去了印度，再后来足迹遍布香港、台湾等地和许多欧美国家，非常有名。他的遗体安奉在尼泊尔，他在尼泊尔有一座邬金寺。他五六岁就苏醒了伏藏的善习，后来开取了许多伏藏，并且讲经造论，对整个藏传佛教，尤其是前译宁玛派的教法有非常大的贡献。我在十年前翻译的《藏密佛教史》，作者就是敦珠法王吉扎益西多杰。之前西藏藏文古籍出版社出版过一次。《藏密佛教史》实际上是藏传历代高僧大德的传记，有些像汉地的《高僧传》《续高僧传》，里面讲的很多故事都非常好。

第二世敦珠法王非常了不起，你们如果去一些欧

美国国家，会看到他的一些弘法视频现在还在流传。他是1987年圆寂的，所以当初我们去印度、美国的时候，没能见到他。法王如意宝因为我们喇荣法脉的原因，对他很有信心。我们在美国的时候，从视频上接受过他的一个“金刚萨埵”灌顶，法王如意宝带领我们，跟着视频从头到尾全部接受了一遍。

我本人虽然没有见过敦珠法王，但觉得他的《教言精髓》非常好。大概在1993年，我在国外找到了一个英文和藏文对照的版本，当时很喜欢这个教言，虽然做不到，但觉得很有意义。后来也翻译过，但一直没有讲。前两天翻阅文集里的《教言汇集》，看到了这个教言。这两天时间稍有空闲，《妙法莲华经》和《大乘经庄严论》还没有开始讲，所以趁着中间这两三天，我想跟大家就这个教言做些简单的讲解。

这里面的内容主要是讲，作为一个修行人，应该怎样抛弃世间八法去修行。敦珠法王说这是为了自己平时

念诵和发愿而作的偈颂，所以这这也是一个发愿文，其中很多颂词最后一句都是“愿能勤修殊胜之佛法”。

这次我准备利用三节课，从字面上给大家介绍一下《教言精髓》，我们都应该以此来观察自己的相续。大成就者们对世间八法、名闻利养这些世人特别执著的东西，并不是很在乎。所以，作为一个修行人，我们自己也应该有一些不同于世间人的境界，这是很重要的。我们学习佛法，不能越学越神神道道，越学越痛苦，越学执著越大，最后不仅修行进行不下去，连世间法都做不下去了，成为失败的修行人。一个成功的修行人，对于世间之事也可以做得很圆满，更重要的是，他能够面对世间人无法面对的问题，这才是真正成功的修行者。

原文翻译出来有些词句可能不太好懂，所以我根据藏文来讲解。这个教言我没有传承，所以藏文的传承我就不念了。以后条件具足的话，你们可以用汉文给别人传授，但不能收费哦。（众笑）

下面讲《教言精髓》，这是给修行人的教言。当然，不同的教言有不同的侧重点，这个教言是针对修心方面的一些意义甚深、易于接受、特别重要的精髓，是一个犹如醍醐般的发愿文。

**世间无欺唯一永怙主，大恩根本上师如意宝，
大悲摄受奔于今生事，不念死亡空耗暇满吾。**

这里首先归纳了整个教言，同时祈祷上师加持自己的相续。我们每个人也要同样观想。在世间当中，唯一不会欺骗你的怙主，就是对自己有法恩、在轮回中真正赐予自己加持和悉地的大恩根本上师。这里把自己的传承上师比喻成如意宝。敦珠法王有他自己的上师，至于我们，就是要祈祷对自己有最大法恩的根本上师如意宝，请上师以大慈大悲来摄受我这样忙于今生琐事的人。

许多修行人都是这样的。有些人皈依了很多年，但

是一直忙于今生的种种琐事，从来不会忆念死亡无常，空空耗尽了自己非常难得的暇满人身。“这样的我，希望上师在无形当中随时随地、时时刻刻、昼夜六时赐予加持、摄受，一定要斩断我相续中不良的分别念，增加我的信心、智慧、悲心等等。”我们平时发愿的时候，要经常这样祈祷上师。

**犹如梦寐恍惚之人生，感觉幸福痛苦皆相宜，
快乐忧患心中皆勿执，愿能勤修殊胜之佛法。**

这里先是用了一个世间人容易明白的比喻，然后讲到一种中道的修行境界，最后，真正的佛法实际上是超离这些的。

意思就是说，我们的人生就像恍恍惚惚的梦境一样。此时你不论感觉特别幸福，家庭、爱情、工作全都顺意，或者觉得感情、生活都非常痛苦，实际上在这如梦如幻的人生当中，幸福和痛苦都是相同的，并无所

谓，所以不用太刻意地去追求幸福，也不必特别担忧痛苦。我们应该懂得，人生本来是一场梦，幸福或痛苦其实都无所谓，怎样都行。

教言中几乎每个颂词都用了“皆相宜”这个词，也就是都相等、都可以。幸福也罢，痛苦也罢，反正人生如梦如幻，以前感受过的痛苦和快乐，今天一无所有，全都一样，跟昨晚的梦境并无区别。人们心中一直惦记着种种苦乐，感受幸福的时候非常快乐，感受痛苦的时候极其忧愁。千万不要去执著这些，但愿我能长期精勤地修行殊胜的佛法。

世间人很难做到这样，总是喜欢快乐，躲避痛苦。有一阵子很多畅销书籍都在讲“幸福是什么”“怎么获得幸福的人生”，后来一段时间又有很多主题相反的书，但这两者都是一种边。真正的修行人，人生当中幸福也可以，反正快乐也是如梦如幻的；痛苦也可以，家人去世、生活不顺、失恋、失业、失败都没有关系，反

正人生当中都会有这些的。这就是修行人该有的一种状态，修行人什么都可以接纳。

犹如风中油灯之此生，时光短暂漫长皆相宜，
切勿着相以增上我执，愿能勤修殊胜之佛法。

人生就像风中的油灯一样，很快就会被吹灭。我们的生命，时光短暂也可以，如果二三十岁或者五十岁就离开人世，那也 OK；时光漫长也可以，活到一百多岁也没关系，现在世界上最长寿的人好像也不超过一百三四十岁，历史上倒是有很多特别长寿的记载。不管怎样，我们这个好似风中油灯的人生，长寿也可以，短命也可以，不必著相，不要以此来增加我执。

现在很多人觉得自己一定要长寿，千万不能死，完全不能接受无常。有些人天天吃一些养生的药，其实再怎么吃最后也还是会死。尤其是西方人，特别执著自己的身体，因为他们不懂无常。有些人生病的时候，抓住

医生的白大褂：“啊，医生，救救我！我千万不能死，我还要活着！”但这也没有用，你再怎么想活也没办法，这只是增加我执。

我们作为修行人，能活到八九十岁也可以，如果活着对众生、对自己有利，活的时间长一点也行；如果不能活这么长，比如在医院被诊断为癌症晚期，那也没什么关系。那天我去做手术的时候，医生跟我说：“你想好哦，也许下不了手术台。”我说：“没事。”也许那个医生是特意这样对我说，不知道他对其他病人会不会说这样的话？但我是可以接受的。

的确，人长寿或者短命都没什么关系，本来这个人生就像风中油灯一样，是无常的，没有必要以我执来增加痛苦。有的人本来没得癌症，只是医院弄错了，结果真把自己吓死了，这种情况也很多，因为我执太重。所以，只要好好修行，长寿不长寿都无所谓，反正活着的时候就好好修空性法门、利益众生，这样就行了。

犹如欺诱幻术观察智，恰当抑或颠倒皆相宜，
世间八法杂草当抛却，愿能勤修殊胜之佛法。

大家知道，幻术、魔术都是欺骗人的，看起来好像是真实的，但实际上不是。凡夫众生分别念的观察智，并不是真正的妙观察智。依靠这种观察智，我们有时候觉得观察得如理如法，恰如其分；有时候又觉得很颠倒。比如我们在辩论、写文章，或者演讲的时候，可能自己的分别念会认为：“哇，今天我讲得太好了！”“唉，今天讲得不行，全讲错了，胡说八道。”但其实你讲得好也可以，不好也可以，重要的是，千万不要被世间八法染污。只要把世间八法的杂草抛弃，就是真正的修行人。

现在有些人造论，有些人辩论，有些人故意诽谤别人，自己认为自己很有道理，但其实只是为了世间八法和名闻利养而已。很多人特别相信自己的观察智，但这不一定是真实的，如果跟佛菩萨的智慧相比，我们的

观察智其实很差。所以，凡夫人的观察智对也可以，错也可以，但千万不要被世间八法染污，只有抛弃世间八法，才能真正地修行。

有些年轻人在辩论中，特别坚持自己的观点。以前我们辩论的时候，有时也会两三天一直执著一个问题不放：“我才是对的，我死也不会承认你的观点！”现在很多人也执著“我的宗派是对的，你的宗派是错的”。宗派与宗派之间、人与人之间，拉帮结派，互相争斗，互相诽谤，其实都是造恶业。

所以，这些世间八法就像杂草一样，我们没有必要捡起来，应该抛弃。希望我们好好地修行正法。

**犹如鸟聚树枝之眷仆，聚集抑或离散皆相宜，
掌握牵引自鼻之绳索，愿能勤修殊胜之佛法。**

一群集聚在树枝上的鸟，来的时候聚在一起，散的时候各自飞走，一会儿飞来了，一会儿又飞去了。同

样，眷属、弟子集聚也可以，离散也可以。有些法师今天眷属多一点就很开心，明天眷属都走了又很伤心。前段时间我们学院的一位堪布去外面讲课，因为他比较出名，第一次来的人特别多，但可能他讲课时有些话击中了当地寺院的住持，后来因为住持反对，他第二次去讲课的时候，人就很少，听说他有点伤心。这方面一些年轻的法师和辅导员尤为明显，就喜欢人多，自己有很多眷属就很开心，其实人少也没什么。

所谓的眷属就像树上的鸟群一样，一会就飞走了。你各方面都比较不错的时候，他们都会聚集到你身边；你一旦不被人认可，或者有一些非议，这时候很多人就会抛弃你，这就是人性的自然规律。所以，没必要想着永远都让眷属围绕着自己，最好把牵引自鼻的绳索掌握在自己的手里，不要让别人拿着绳索，否则就没有自主权了。如果心里总是执著“我的寺院、我的眷属、我的学校、我的……”到时候自己可能连修行的机会都没有了。

不仅仅是眷属，我们作为修行人，最好把各方面的主动权都掌握在自己手里，不然最后别人把你控制了，用绳索牵着你的鼻子到处走，那个时候你就不得不跟随。如果不跟着他，他就拼命拉扯绳索，那样你就很可怜。所以，有眷属也可以，没有也可以，全部走光了也无所谓，没有人更好，你不必去执著他们。凡事都要掌握在自己手里，不要让别人牵着鼻子走，这样我们才能真正地修行佛法。

**犹如百年朽宅之身躯，存在抑或倾圮皆相宜，
莫为寻求饮食药所转，愿能勤修殊胜之佛法。**

我们的身体就像有百年历史的腐朽老宅，再怎么对它保护、保养、美容、整容，其实都没太大意义。这样的身体，存在于世间也可以，倒下去了、不行了，也可以，没什么的，不必特别执著。

大多数人从来没有受过这方面的教育，尤其是西

方人。西方的教育，虽然在科技方面还算领先，但某种意义上比较自私，很少有人文关怀和温暖。以前一些学者也说过，去西方学科技是可以的，但要学人文和宗教，最好还是在东方。在印度和中国，的确保留着很多甚深的宗教教义。从人类历史上看，这些思想的确对人生非常有意义。

这里讲到，我们的这个身体不过如此。看看那些活到八九十岁的人，虽然大家常说“祝你长命百岁”，但我觉得还是不要活那么长比较好，不然的话，在别人看起来也很可怜，自己也觉得活够了，没什么希望了，那时候话也说不清了，脑子也糊涂了。所以，修行人应该有这样的境界——如果生病了，或者活不长了，这种时候要想，我这个百年朽宅般的身躯，住世也可以，倒塌也可以，没什么的。不要像有些世间人一样，特别执著身体，那没有必要。

不要为了这个身体，天天都围着饮食转，吃什么海

鲜、燕窝、冬虫夏草，还有各种药物。现在稍微有点条件的人，都喜欢买欧洲、美国、日本的各种保健品来维护自己的身体，但实际上再怎么吃也没有用的。有些人拿来这样那样的食品给我，说如何如何好，好像只要吃了，就一定会活一千年、一万年，但我对那些没有什么信心，只吃一点馒头、米饭、蔬菜就可以。不管怎样，我们不要天天被饮食和药物而转，愿能清净地修行。

当然，保护身体也很重要，适当的药物也是需要的。现在有些人说，修行人是不吃药、不看病的，只要念咒语就可以了。这种说法我不认可。佛经里也讲了药物的功德，我们如果生病，就去看中医、看藏医、看西医，看病吃药是很重要的。但不要过度执著，天天都想着这个身体，实际上你再怎样保护它、保养它，到了一定时候，它也会变成一种无常，这是正常的。所以，愿能修持真正的佛法。

犹如孩童游戏之形相，护持抑或丢失皆相宜，

勿为诸多劳碌所迷惑，愿能勤修殊胜之佛法。

我们知道，孩童玩耍的时候，什么形相都会扮演，一会儿当出家人，一会儿当在家人，一会儿念诵……但实际上，这些只是形相而已，孩童在智慧上并没有那样的定解。同样的道理，我们有时候对一些相很重视，包括修行人的形相：我在坐禅、我在念诵、我在开法会……当然，有时候为了让众生产生信心，做一些表面形相也是有必要的，但如果每天都特别执著这些，那为了成办这些事情可能要花很多的时间。

所以，这些形相能维护下去，能吸引别人也可以；这些形相没有了也可以，只要实质上真正有闻思修行、有修大慈大悲心，这样就很好。千万不要用诸多劳累繁忙的事情来迷惑自己和他人。有些人不去做根本的闻思修行和真正有意义的事，整天搞一些形式化，这样做一个形相者是不好的。如果开法会、做佛事、修行佛法，全是搞一些外在形式，那这些与真正的解脱是没有关系

的。所以，希望我们能修持真正的佛法，而不要搞很多形式化的东西。

当然，有时候为了成办真正弘法利生的事业，一些形式也是必要的。我自己做事情的时候，就觉得要么不做，要做的话，该做什么就要做什么，做什么就要像什么。但是有些人长期以来，只重视外在的形式，而对内在的精华和实义从不关心。就像现在有些学校，“明天有领导来，大家要把校服穿得整整齐齐，知道吗？”然后扫扫地、摆摆样式……教育的真正核心并不是这些。但为了整体的认可和需要，有时候这些形式也要做。

总之，这是很高的修行境界，如果是自己在寂静处修行，那这些外在形式都可以放下。佛学院早些年还没有这么大，那个时候，我们都不太穿披单和法裙，每个人来到这里就只穿一条“嘎让”，没有什么其他衣服。我记得有一个喇嘛，他天天穿着一件特别破的出家人的内衣，就像济公和尚的衣服一样破破烂烂，我们大家看

着都好笑。后来法王说：“现在学院人越来越多了，以后我们的穿着应该有特色。”从那以后就要求出家人穿戴整齐。所以，如果是少数人自己修行，外面的形式都可以不用，但如果为了弘法利生和一些必要的事情，有些形式也是需要的。

这里说：像孩子游戏一样的形式，有也可以、没有也可以，不要天天忙于形式，要好好地修行。有些发心人员可能觉得：“对，真的是这样，我还是全部放下来好好修行吧，太累了。”我们学院最近事情比较多，确实有点累。昨前天我做了很多事，开会时都累得睡着了，有个堪布给我拍了照片，发到我的手机上，今天我正好有报仇的机会。（众笑）

犹如镜中影像之鬼神，利益抑或损害皆相宜，
自之迷现切勿思为敌，愿能勤修殊胜之佛法。

就像镜子里面显现影像，影像是存在的，并非没

有。但是虽然显现，毕竟只是镜中影像，并不是真实的。同样，在我们的感觉中，有时候会出现一些天神、本尊、空行，给我们带来一些帮助，或者让修行得到一些利益；有时候也会出现一些妖魔鬼怪、邪魔外道的形象，对我们进行损害。有些人说自己见到了本尊；有些人去依止善知识的时候，说自己是观音菩萨、文殊菩萨派来的；有些人说有天神在指挥如何对自己有利益；有些人觉得身上有附体，好像有人天天跟自己说话，晚上也做恶梦，生活中也经常被一些魔鬼纠缠……这些实际上都是分别念迷乱的现相，说明自己的心还没有证悟。就像我们修断法的时候，自心如果没有证悟，外面就会出现一些好的或不好的显现。好的显现中可能会出现一些鬼神，带来帮助和利益；不好的显现可能会让生活中出现一些违缘。但其实这些都是自心的一种显现，不要把它当作外面的怨敌，真正的怨敌就是我们自心的执著。所以，不要把自心的显现当成外在真实的存在，愿我们能真正修持殊胜的佛法。

在修行过程中，不要特别期望见到本尊、上师，偶尔做一个好梦就高兴得不得了，第二天到处去宣传；做了一些不好的梦，又担心、痛苦，到处找人念经，“哦，我昨天做了一个恶梦，今天身体不太舒服……”其实作为一个修行人，这些都不需要特别在意。虽然鬼神这些现而无自性的法确实是存在的，并不像唯物论所说的那样一切都只是物质构成。其实有些唯物主义者自己做恶梦的时候也很害怕，也会求神保佑，很多口口声声说无神论的人有时候也会这样，这在现实生活当中是真实发生过的。

总之，我们在修行时，不要太执著天神对你的帮助，也不要太执著一些饿鬼、罗刹或者恶梦对你的损害，这些其实都是自心的一种投射。在米拉日巴尊者的传记里，罗刹女来妨害他的时候这样说过：如果你没有证悟自心，不仅是我，还有无数的罗刹女要来干扰你；如果你证悟了自心，那所谓的罗刹女就都没有了。这时米拉日巴尊者也想起了上师玛尔巴罗扎的教言：一切显

现都是自心，自心远离一切戏论。他明白应该安住在自己的心性当中，所有的鬼神就不会出现。这样一观修，果然所有外在的迷乱显现都消失了。

有些修行人没有好好修空性，也没有理解佛法的道理，对一些相特别执著，一会儿欢喜一会儿担忧，实际上欢喜和担忧都是一种违缘。所以，大家在生活中如果出现好的显现，不要去执著，出现不好的显现也不要执著，就放松安住，不断修持该修的法就行。

**犹如空谷声之迷乱语，中听抑或刺耳皆相宜，
当以三宝自心而作证，愿能勤修殊胜之佛法。**

所谓空谷声，就是我发出什么样的声音，山谷里也传出一样的回声。同样的道理，我们在生活当中经常会听到别人各种迷乱的话语，有些是赞叹，有些是诽谤，有些是故意揭露我的过失。赞叹声很动听，我们一听到，脸上都是乐滋滋的，“哇，好欢喜呀，他知道我的

功德，我也觉得自己比较不错，应该得到赞叹！”而那些诽谤我、攻击我、对我不好的语言，听到就会觉得特别刺耳，特别伤心。这些反应其实都不应该有，因为生活中的各种语言都像空谷回声一样，并没有区别。

我们做任何事情，最重要的是以三宝作证，三宝随时都可以作为我们的见证者。佛陀三时观察着我们的心，心清不清净佛是知道的；佛所说的法也能作证，看我们的行为与法是否相应；佛的追随者——僧众也是我们的证人，自己的同行道友都可以叫僧众；还有我们的自心，也能作证。所以，当我做的事情被别人指责时，没有必要痛苦——三宝作证，良心无咎；我心作证，问心无愧。只要有自心和三宝作证，别人赞叹也罢、诽谤也罢，话语刺耳也好、中听也好，都没有什么关系。这种心态很重要。

在日常生活中，很多人真的连一点恶评都承受不了，有的人甚至为了很简单的理由而自杀。前段时间一

个年轻人说，他最近听到的声音太多了，实在没办法支撑下去，想躲到一个没有任何人的地方。我想他要是真跑到没有人的山里去，肯定活不了。有些年轻人把事情想得非常简单，因为对于各种评论难以接受，就要去一个没有任何人的地方。不知道没有任何人的地方在哪里？

所以，没有一定境界的人，在生活中遇到一些很小的事，比如被别人说一句，就马上生气，行为特别浮躁，这说明内心太脆弱。如果心稍微坚强一点，别说别人说两句，即使再严重的攻击，你也可以从容面对。就像《入菩萨行论》讲的一样：如果自己有过失，别人说我也是理所应当；如果自己没有这个过失，别人颠倒黑白也没什么，因为不符合实际情况。以这样的境界来应对的话，世间任何语言都会像空谷回声一样。

我们学院有一位堪布，我就不说名字了，别人赞叹他的时候，他总说：“哦，这就是空谷声，没什么值得

高兴的。”别人告诉他：“有人说你讲得不好。”他也说：“哦，是空谷声而已，没什么好痛苦的。”一切评价他都用空谷声来对治，他的修行应该还是挺好的。

当然，对一般人来说，听到的话语对心灵的影响确实很大。如果真的明白别人的语言实际上就像空谷回声一样，不必太在乎，那我们的心情和我们的修行，可能都会变得更好。而有些人可能心脏不太好，晚上睡觉之前都不愿听到不中听的语言，否则很容易睡不着。

**犹如鹿角无利诸学问，了达抑或蒙昧皆相宜，
切莫恒时勤学苦钻研，愿能勤修殊胜之佛法。**

鹿子头上长的角，它自己不一定用得上，猎人却经常为了这个角而打死它。鹿角会越长越大，可能你们在照片上看过，到了秋天的时候，角就成了负担，为了把角卸下来，它只好一直撞树。同样，世间很多学问其实对我们没有任何利益。有些人学这个专业、学那个专

业，得了两三个博士学位，但学了再多知识，最后可能一个都用不上。有些学问确实对我们没有多少实际用处，包括天文、地理、哲学……当然，这是从最究竟的解脱来讲的，对于暂时的世间生活和养家糊口也许有用，但作为一个修行人，学这些知识是没有多大用的。

如同鹿角般的世间学问，比如天文、地理、数学、哲学、量子物理学……什么知识和技术你都通达，这是可以的；但即使什么都不懂，连手机短信都不会发，这样也是可以的，只要修行好就行。“切莫恒时勤学苦钻研”，不要像世间专家一样天天钻研，一直钻、钻、钻，最后自己都不知道钻到什么里面去了。其实真正的修行人到了一定的时候，并不会特别去钻研学问，如果一直强调钻研，短暂的人生中就没有机会修行了。所以这里讲，愿我们能够修持真正的佛法。

当然，有些人钻研学问是为了利益众生。我可能也有这个毛病，这也想学、那也想学，但是在短暂的人

生中这样不停地学下去的话，可能会影响自己真正的实修。所以，愿能修持真正殊胜的佛法。

**犹如哈拉毒药之信财，无论是否获得皆相宜，
莫以邪命罪恶度人生，愿能勤修殊胜之佛法。**

不要享用像哈拉毒药一样的信财，这种毒药刚吃下去时好像没事，但只要吃了迟早会死，它一定不会放过你。同样，没有慈悲心、没有清净戒律、没有闻思修行的人，对于信财不能乱享用。所以，这样的信财你得到也可以，得不到也可以。不管怎样，千万不要以诈现威仪、阿谀奉承等邪命的方式来度过自己的一生。

有些上师得到的信财很多，作为上师，如果真正有相应的能力，那可以享用；但如果自己各方面的条件因缘并不具足，即使你是上师，也很难消受亡财和信财。所谓的亡财就是为了超度死者而供养的财物；所谓的信财就是别人因为信仰而供养给你的财物，不一定是对

你这个人有信仰，而是对佛法有信仰。所以，如果你自己相续中对佛法一点信心都没有，却不断享用信财，这也是难以消受的。

出家人以合理的方式享用信财是可以的，但现在有些人到处去敛财。有一些所谓的活佛、堪布、上师、出家人，包括一些居士，利用佛教来做各种生意和传销，就连我们学会有些负责人也在搞各种买卖，利用这个平台来自己发财，这是很不好的！你想赚钱的话，就不要打着佛教的旗号。你出来做自己的生意，怎么都可以，但不要贴上佛的标签，也不要贴上学院的标签。现在很多人经常利用学院的名义做生意和化缘：啊，我要建学校，我要建寺院，我要供养上师。这些都是以不正当的手段得到信财。

如果享用正当的信财，自己念好该念的经、做好该做的佛事，别人自愿地给你一些供养，你用来作为生活费，也没有什么问题。有些出家人特别害怕：“啊，享

用信财后果那么严重！《极乐愿文》的讲义里讲得那么可怕，我都不敢接受了。”这也没有必要。但是不能贪得无厌，用佛陀、上师或者学院的名义养活自己，这样不好。所以，最好不要过分享用信财，得到也可以，没得到也可以。

有些人特别想要信财，如果没有得到的话，“怎么办呢？两个人都是一样的，他有这么多，我为什么没有？”有些居士经常为了自己的上师化缘，这位上师如果是一个真正的修行人、成就者，也许有享受的资格，但如果他并没有这方面的能力，那么暂时看来你是在帮助上师，可最后是不是在帮倒忙，就不好说了。有时候一些居士由于没有智慧，虽然内心怀着好意，但所作所为却违背了因果，最后可能坑了这个施主，所供养的人也不一定能得到利益。这就是为什么我们要求佛教徒进行系统性的学习，要知道哪些行为是有过失的，哪些没有过失，这方面非常重要。

犹如锦裹狗粪之高位，无论是否拥有皆相宜，
自头腐朽鼻端已嗅知，愿能勤修殊胜之佛法。

世间中有些人拥有崇高的地位，比如一些所谓的高僧大德和大人物，就像绸缎包裹起来的狗粪一样，表面好看，但里面其实很臭。所以，无论你拥有怎样的高位，心里都应该明白自己实际是什么样的。就好比自己的头如果腐朽发臭了，鼻子应该能感受得到。

我们知道，现在很多人都拼命想要得到一个高位，或者想让别人认为自己有能力、有才华，就在外面做各种包装，把自己宣传得像个菩萨。现在很多明星、企业家，都喜欢做个人包装，我们佛教人士中也有人搞这一套。这些宣传包装看起来似乎很华丽，但实际上里面是什么东西自己应该知道。如果一个人的头上糜烂了，自己应该嗅得到臭味。同样的道理，人贵有自知之明，你自己应该明白自己到底是什么水平。如果自己不怎么样，那么拥有再高的位置，或者再怎么把自己包装成大

人物，又有什么必要呢？

如果你内在很腐朽，那最好不要做外在的包装。作为佛教徒，如果真正有内在的功德，那通过一些外面的方式让别人知道，也是可以的，但如果自己内在并没有什么功德，本来不是什么了不起的人物，却在对外宣传上用各种夸大的标签和口号来自我包装，这样特别不好。现在为什么有人对我们藏传佛教存在一些看法？就是因为很多藏传佛教徒在介绍上师的时候，说得好像真正的佛一样。当然，有些上师确实与真佛无异，就像敦珠法王，从小就能开启伏藏，的确非常了不起；但有些人绝对不是宣传的那样，我们彼此都清楚。如果名不副实，却用各种语言自我宣传包装，这是非常不好的。

即使得到别人的认可和推崇，也不要去看重、去执著，自己应该明白自己是什么样的。人稍微有一点眷属或者金钱的时候，身边阿谀奉承的人就会比较多，当别人说你是佛、是文殊菩萨的时候，你自己也沾沾自喜：

“我真的变成文殊菩萨了！”文殊菩萨是什么样的？你自己的智慧是什么样的？你还知道吗？观音菩萨是什么样的？你配不配做观音菩萨？

包括某些法师，以前不是这样的，但别人赞叹多了，就一点点开始得意起来了。自己没有多少智慧，但身边的人经常吹吹吹，最后“啪”一下就吹爆了。所以我们自己应该知道自己是什么样，有没有烦恼？有没有真正的利他心？有没有菩提心？有没有证悟空性？自己应该非常清楚。所以，这种高位得到也可以，没有得到也可以，自己应该明白自己。

即使稍微有一点功德，也不要装成大人物。我以前见过一个上市公司的董事长，让我印象很深：他站起来的时候，这边一个人给他穿鞋，那边一个人给他穿鞋，这边一个人扶着他，那边一个人扶着他，他光站起来就要四个人服侍。这是我今生当中见过的最傲慢的人。其实他还年轻，身体应该很正常。有些上师身体不好或者

年纪大了，有人扶一下也是可以的。但我们有些法师，稍微有一点地位的时候，就带一些眷属，天天让别人服侍，好像自己很了不起，越来越“胖”了。有些人身体虽然不太胖，但内心很胖，自己连路都走不动了，这样不太好。

人有了地位的时候，应该当一个普普通通、轻轻松松的人，没有必要带很多眷属，这样也没有用。法师也好，居士也好，有些人稍微有一点权利、有一点金钱，或者长得好看一点，身边就围着很多人，这时候就傲慢起来了。人应该正确地认识自己，如果自己头上腐朽了，自己应该嗅得到；心里有什么烦恼，自己应该非常清楚。所以，不要在别人面前装腔作势。

犹如集市过客之亲眷，密切抑或仇视皆相宜，
诚心斩断贪恋之绳索，愿能勤修殊胜之佛法。

就像集市上的过客，暂时见面，一会儿可能就离

开了。同样的道理，我们与父母、夫妻、兄弟姐妹等亲戚朋友之间，如果有因缘，感情很好，关系密切，甜甜蜜蜜，如胶似漆，这样也是可以的；但如果你们各方面的因缘有变化，最后反目成仇，不共戴天，关系非常糟糕，这样也可以。这里的意思就是说，与亲友的关系好也行、不好也行，总之一要斩断对他们的贪执。

作为一个修行人，如果整天特别贪执家人朋友，越贪执就会越痛苦。就像世间的爱情，感情越好就越折磨，有许多千思万绪、说不清、解不开的东西，最后越来越痛苦。实际上，该斩断的时候，就要斩断，不要一直用贪念的绳索绑住自己，否则即生当中无法好好修行。“夫妻本是同林鸟，大限来时各自飞”，这就是人与人之间的关系。原本聚在一起的鸟，真到猎人打枪的时候，各自就飞走了，不可能还互相抱着、互相保护。人往往到了最关键的时候，各自都只能关心自己。所以，不必特别贪念家人朋友。彼此之间的关系好也可以、不好也可以，应该做一个自由自在的修行人。

虽然我原来也说过，我们作为修行人要尽量关注家人的感受，不要一开始就搞得很僵，否则会有损我们佛教的形象。但这些话是针对不同场合、不同层面来讲的。在这里，你作为一个修行人、出家人、真正舍弃世间八法的人，不可能天天都顾虑亲人高兴不高兴，维护他们的感受，不然的话，他今天高兴，明天不高兴，就像春天的天气一样变化多端，那就很麻烦了。所以，你们关系好也可以、关系不好也可以。

**犹如梦中获珠之财物，无论是否具足皆相宜，
切勿随顺面谀受人役，愿能勤修殊胜之佛法。**

我们在梦中获得财宝的话，一定会很高兴，但第二天醒过来时，其实什么都没有。同样的道理，世间的财富你具足也可以，没有也不要特别伤心。短暂的人生中，我们可能富裕过，也贫穷过，财富一会儿有，一会儿没有，就像秋天的白云一样。我们经常会看到，有些很富贵的人，过了两三年就什么都没有了；而有些人，

突然间就发达起来，一夜暴富。所以，财富的得失有时候真的很奇妙，就像做梦一样。

有些人为了钱财而随顺、奉承别人，或者在他人面前诈现威仪。看到一个大施主，为了化缘，就什么都不顾，一定要巴结讨好；而看到一些没什么条件的人，即使对方有如来藏这种财宝，也对他一直不理不睬，这样是不行的。世间有财富的人常常很受欢迎，而对于真正的修行人来说，这些梦中财宝般的财富，有也可以、没有也可以。不要为了施主的情面而造恶业，整天为了化缘用尽自己的时间和精力，要好好地修持正法。

第2课

2016年8月13日

接下来继续讲《教言精髓》，今天讲一部分，明天就可以圆满了。

犹如雀栖树梢之地位，高贵抑或卑贱皆相宜，
自受苦厄源泉莫企盼，愿能勤修殊胜之佛法。

鸟雀的位置时而高、时而低，有时候在树的顶端；有时候为了吃一些食物，也会落到树下。我们世间的一些高位也同样——昨天讲的高位和这里有所不同，这里是从地位来讲，昨天的是说个人形象上的高大。你的地位，高贵也可以，低贱也可以，因为所谓的地位，实际上就是痛苦的来源。

表面上看，有地位的人好像十分幸福、快乐，有了地位就有名有利，什么都有，“天下熙熙，皆为名来；天下攘攘，皆为利往。”相传乾隆皇帝有一次到金山寺，他问住持：“长江上每天有这么多船来来往往，到底有多少条船呢？”当时住持这样回答：“其实只有两条船，一条为名，一条为利。”确实，世间当中名与利总是结合在一起，有了利就会有名，有了名就会有利。很多人追求地位，归根结底也是为了名声利益和财富权力。对于这些，我们不要去企盼，不要去向往，有没有地位都可以，随缘就好。

在我们学会的居士团体中，有些人不想得到地位，不愿意被选为理事长、组长，想尽各种方法不肯发心；有些人则一定要当上，如果从位置上下来了，就特别伤心。其实，只要对众生有利，有地位也可以；如果对众生没有利益，只是出于自私、为了自己的目的，有地位也不一定好。也许一段时间之后，什么地位都成了梦，有没有并无差别。因此，我们不要太在意、太在乎。作

为佛教徒应该随缘，不要整天为了这些奔波，有时候变得连说话、做事都不真实了，因为如果人的内心夹杂着自私和烦恼，就难以公正地抉择问题。

当然，如果一些佛教徒无勤当中得到了某种地位，有了一些好的资源和平台，那你也可以依靠这些来帮助众生。有些人确实是出于好心，为了做一些事情，需要有一定的地位，这完全是一种利他的心态。但有时候没有前世的因缘也不一定做得成。就像有些人很想发心，但发起心来经常做不下去、做不成功，也有这种情况。

这里讲的是我们对地位应有的看法。不管国家总统也好，村支部书记也好，或者是一个小组的组长，实际上的确就像树上鸟雀的栖息处一样。奥巴马当美国总统的时候，气色看上去挺不错，现在马上要下来了，好像气色也不好了。地位虽然是无形的，但是人一旦从高位上下来，情绪还是会有变化的。总之，地位就是这么一回事，愿能勤修殊胜之佛法。

犹如武器恶咒降伏法，无论是否成就皆相宜，
勿购斩断慧命之利刃，愿能勤修殊胜之佛法。

一些恶咒降伏法，相当于武器一样，这个武器如果用得好，可以降服敌人，但用不好，也会对自己有害。所以，对于使用恶咒降伏法，能修成就也可以，不能成就也可以，千万不要购买这种能斩断自己慧命的武器。

如果你没有慈悲心，是以嗔恨心来修一些降伏法或者恶咒，暂时也许会摧毁对方的城市或者斩断怨敌的生命，但最后会反噬到自己身上，会害了自己。米拉日巴尊者刚开始学恶咒、降冰雹，修得很成功，杀害了包括自己亲戚在内的很多众生，后来他意识到自己造了弥天大罪，于是通过各种办法精进忏悔。有些人想修藏传佛教的降伏法，是想把生意、感情等方面的竞争对手消灭掉，这种“修行”是很不好的，因为发心不良。

藏传佛教中的降伏法，是要以一种非常强烈的悲心来降伏恶劣众生，真正把他的心识超度到清净刹土。

如果有这样的能力，那么佛陀也是有开许的。如果做不到这样，就像我们经常说的：“连慈悲心都没有，修啥子降伏法，修啥子金刚橛哦！”所以，修降伏法需要慈悲心。

犹如鹦鹉学舌之讽诵，无论念诵与否皆相宜，
不必筹算完成之数目，愿能勤修殊胜之佛法。

就像人们经常说的鹦鹉学舌，别人念什么，鹦鹉也跟着重复什么，但是有口无心。它没有观想能力，也没有什么生起次第、圆满次第的观修，别人念咒，它也跟着：“嗡阿 Ra 巴匝那德、嗡玛呢巴美吽……”汉地有些鹦鹉也会“阿弥陀佛，阿弥陀佛……”如果像鹦鹉学舌一样念咒或者念佛，不知道极乐世界的功德，不知道阿弥陀佛的四十八大愿，没有诚挚的、虔诚的信心，不具足往生四因，那么你讽诵也可以，如果你有这方面的兴趣；但你不讽诵也可以，因为光是依靠口头的念诵，并不完全能解脱。

有些人经常说：“我已经念了多少多少心咒了。”当然，对于初学者而言，100万也好、300万也好、600万也好、1个亿也好，包括今天我们发愿念诵文殊心咒两万遍，能够完成一个数目，这样也是可以的，但我们在真正的修行和念诵过程中，最好一边念一边观想。比如念文殊心咒的话，要知道文殊菩萨是诸佛智慧的总集，他曾经发愿如何度众生。我们念诵咒语，要明白其中的意义，如果什么都不明白，光是“嗡玛呢巴美吽、嗡玛呢巴美吽……”其实功德不一定很大。以前麦彭仁波切也说过，他不管念任何咒语，都一直在同步观想，比如念莲花生大士心咒的时候，他会想到莲花生大士曾经的发愿、咒语的功德、整个咒串的观修方法等等，这些观想都会有。所以，如果我们能够在菩提心的摄持下，一边观想一边念诵，这样是最好的。

当然，作为初学者，尤其是刚刚学佛的人，要做到这样是很困难的。但即使你没有观想的能力，念咒语也是有功德的，这不可否认。以前有人问过我：观想起

来有一定的困难，那坐车、走路、开车的时候散念咒语有没有功德？功德肯定是有的，但想要真正断除轮回根本，获得解脱的话，最好还是要在质量上下手，而不是在数量上。所以这里说，我们不必筹算完成的咒语数目。从较高的层次和境界来讲，数目并不是很重要，但对于一般初学者，完成规定数目也是很重要的，比如修五十万加行、每年完成多少万咒语和佛号，这些都是有必要的。所以，敦珠法王在这里是以较高的要求来讲的。愿我们能精进地修持真正的佛法。

**犹如山间飞瀑之讲法，无论精通与否皆相宜，
莫视口头宣说为修行，愿能勤修殊胜之佛法。**

山间的瀑布，总是奔流不绝，没有任何阻碍。法王有一首叫《瀑布妙音》的无常歌，形容瀑布的声音很好听。这里用飞瀑来比喻一些人讲法、辩论，或者演讲的时候滔滔不绝、口若悬河。有的人讲得确实特别精彩，不论讲多长时间都好像弹指间。这样的演讲口才，精通

也可以，不精通也可以。

你不要认为口头上说得特别好、头头是道，就是真正的修行人。有些人可能是依靠前世的因缘，所以嘴上能说会道，我们开会的时候，他提出一些精彩建议，想象力也特别丰富，语言也特别流畅，让所有人都听得鸦雀无声，“哇，这个人真厉害呀！”但真正修行起来的时候，就像现在一些所谓的口头讲师，只会讲而已，自己却不会做、不会想、不会修。所以，不要认为这种人就是修行人。当然，世上有各种各样的人，有些人讲法讲得也不错，自己的行为 and 修行也非常好，不能一概而论；有些人，讲得很好，但不一定做得很好，在修行上可能比较差。所以敦珠法王在这里说，不要认为说得很好，修行就必定很好，这是不一定的，希望我们能够精勤地修持真正的佛法。

那还要不要讲呢？当然还是要讲的！

有的人讲话磕磕巴巴半天讲不出来什么，听他讲

十分钟的话都很累。有时候我们开研讨会，规定每个人发言十分钟，遇到发言精彩的人，十分钟很快就过去了；讲得不好的人发言，大家左看看时间，右看看时间，“怎么还没讲完呀！”人的演讲能力确实有一定差别，有些人讲话的煽动力很强，能把大家的注意力全部吸引到他的语言上面。但是我们要知道，讲得很好，不一定修得很好。

**犹如猪鼻伺察之智慧，敏锐抑或迟钝皆相宜，
切莫引发无义贪嗔屑，愿能勤修殊胜之佛法。**

这里用猪鼻来比喻。一般来讲，猪的鼻子在动物当中是最灵敏的，比狗还要灵敏，所以现在有些警察也会用猪来了解一些线索。有些人的伺察智慧就像猪鼻一样，稍微一提马上能领悟，但是这种智慧敏锐也可以、迟钝也可以，并不是很重要。千万不要让它引发出很多无义的贪嗔垃圾，也就是“贪嗔之屑”。

有些人智慧很不错，对任何事物接受能力都很强，只要稍稍点一下，马上就能领悟。但这种人往往有一个毛病，就是对于别人的态度太过敏感、脆弱，说话过程中稍有一点不注意，他就容易生起极大的嗔恨之心，或者生起特别的贪爱之心，引起很多烦恼。

有些智慧很不错的人，往往容易敏感，跟他一起会很累。这样的人因为太过敏锐，什么情绪都感受得到，有些是他真正观察到的，而有些其实根本没这回事，他却像吸铁石一样把所有东西全部吸进来，不仅自己很痛苦，周围的人也很苦恼，修行也因此受到影响。这种人虽然在说话、做事等方面都很不错，但是太过敏感的话，容易现前烦恼，当他开心的时候，就像天人、天女一样，和他待在一起也很开心；但当他痛苦的时候，周围的人都会很累。不知道我们当中有没有人有这种猪鼻一般的观察智？

所以，我们某些方面的智慧，敏锐也可以，不那

么敏锐也很好。所谓“大智若愚”，有些人看起来笨笨的，比较迟钝，但是做起事来很多方面反而比较轻松。上世纪90年代有部电影叫《阿甘正传》，主人公有点智障，但是因为他有一颗真诚的心，后来得到了很多特殊的机遇，最后奇迹般地成功了。这部电影当时在好莱坞问世以后，很多人看了都大受鼓励，看到那样的人最后都有成功的机会，觉得自己的人生一定也有希望。

所以，人有些时候是需要聪明点，但聪明也有聪明的烦恼，最好不要过度敏感。我们在日常生活中，不要为根本没有发生的事情而天天烦恼、痛苦，甚至让周围的人也和自己一起烦恼，这样的话，作为世间人也是不妙的，何况作为修行人。我们修行人在任何场合中都应该放松的、包容的。当然，遇到一些必要的情况，该怎么做就要怎么做，但是，给周围的人一种安全感，这是很重要的。所以，我们的“嗅觉”不要太过灵敏，如果太灵敏的话，自己什么东西都品尝进去，有时候也有点累，对吧？

犹如夏日渠水之觉受，增上抑或减弱皆相宜，
莫如孩童追逐彩虹霓，愿能勤修殊胜之佛法。

夏天下雨的时候，沟渠、水池里会有满满的水，甚至会溢出来；但如果很长时间不下雨，气候比较干燥的话，池水、渠水又没了。我们在修行过程当中，有时会产生一些觉受，觉受有好的和不好的，就像《楞严经》中讲的五十种不同的阴魔：有时候能讲经说法，显现各式各样的神通；有时候感觉自己能飞；有些是梦中的觉受；有些是白天的授记；有些觉受是魔王波旬制造的；有些觉受中会出现本尊加持、上师现前……修行当中会有很多很多的验相和觉受。这些觉受增上也可以，天天都处于明、乐、无念的境界当中；没有也是可以的，觉受是不稳定的，证悟才是稳定的。

所以，我们不应该像孩童追逐彩虹一样。彩虹是五颜六色、五彩缤纷的，而霓相对比较暗淡、不那么明显，这里的“彩虹霓”两种成分都有吧。小孩特别喜好

追逐彩虹，我以前放牛的时候，也追过彩虹，一直从山沟的这边追到那边，最后快接近抓到彩虹的时候，太阳一照射，彩虹马上就消失了，然后我就回来了，真的有过这样的经历。我现在看到这些山沟时，也会想起当初。小孩可能确实有点愚笨，觉得：“哇，这个颜色真好看，我要是能抓到的话该多好呀，带回去父母肯定很高兴。”我们修行过程当中，有些觉受似乎很美好，但如果我们一直特别耽著的话，其实就像小孩追彩虹一样，没有多大的必要。

有些修行人不要整天讲自己在梦中见到了这样那样的显现。当初我们去五台山的时候，有一个和尚说：“我看到布玛莫扎就在那个山顶上！格萨尔王也出现了！”当时我们比较有清净心，法王也说过到五台山的人应该能见到文殊菩萨和布玛莫扎，我们刚开始想他可能真的见到了。但是后来他说看到格萨尔王也在那里，我们就不太相信了。有时候显现不一定是真的，即使是真的，也没有必要随便跟别人说。

现在风气稍微好一些了，在上世纪八九十年代，确实有很多佛教徒喜欢说神通，总喜欢讲自己修行的时候看到了什么，说一些奇奇怪怪、神神道道的事。现在我们学会当中也有极少数这样的人。如果受了居士五戒的话，是不能说大妄语的，知道吗？即使你真的见到了什么，也不要说，自己享受就可以了，否则天天说这些，别人也不会相信，你也很有可能会被开除。

我们的这些觉受是很不稳定的，就像夏天水池里的水一样，一会儿有，一会儿又没有了，没有什么稳固性。所以不要去执著这些，不要去追逐彩虹霓。

犹如山间细雨之净相，无论显现与否皆相宜，
莫执迷乱觉受为实有，愿能勤修殊胜之佛法。

这里讲到“净相”，就是诸佛菩萨加持，在你的清净境界中显现的各种行相。净相是没有受到邪魔外道扰乱의 现相。我们上师如意宝的著作有不同的类别，比

如赞颂类、净相类、传记类，修法类……其中专门有一类就是净相类，包括：法王如意宝去五台山时，在文殊菩萨加持之下显现出的一些法要；还有到桑耶青朴的时候，在莲花生大士的加持下出现的一些法；到印度的时候，也有诸佛菩萨的加持下显现的净相。“净相”是一种专用名词，是指在清净境界当中的显现。有时候可能会显现诸佛菩萨加持，包括我们在梦中得到上师、佛菩萨、护法神的加持，这些都可以属于净相，但是有些净相带有一种觉受性。真正成就者的净相是非常符合实际的，而我们的净相不一定真实，可能只不过是一种加持而已。

这里说，净相就像山间的毛毛雨。以前每次越过二郎山和折多山的时候，山上终年都是乌云密布，细雨蒙蒙，这种雨好像时而有、时而没有。说没有的话，确实在下；说有的话，好像也不是太明显。就如山间细雨一样，这类诸佛菩萨的清静显相，显现也可以，不显现也可以。不论在梦中还是在白天，这些净相的境界有也可

以，没有也可以。这些显现中也许有一些迷乱的成分，千万不要执著迷乱的觉受为实有——你在没有得地之前，还有相当大的分别念和我执。

当出现这些显现的时候，有人很高兴：“啊，我的境界可能很高，我太高兴了，要马上告诉某个人！”于是立刻发个信息，说自己见到了什么什么。现代的生活方式跟过去很不同，古代的许多修行人，在修行中有显现也不会告诉别人，但现在很多人即使没有显现也要编一些出来，说自己见到了什么、听到了什么。即使有一些显现，也不要把这些迷乱现相执著为实有，因为修行过程当中只有证悟自己的心性、证悟空性才是最重要的。

一般来讲，在修行人的境界当中，各种各样的觉受都有可能显现，就像我们藏族常说的：夏天的草地上什么杂草都会生长。所以，我们修行过程中，有时候好的、不好的现相和验相都会有。你不要认为，今天做了

恶梦，可能修行不成功，还是放弃吧。昨天我在路上被一个人拦了下来，她说自己的丈夫已经修了七八年了，每天禅定五六个小时，但他现在却不想修了，这是怎么回事？我说这是没有好好修共同加行的缘故。但她好像不知道什么叫共同加行。当时路上人多，我们也没办法好好沟通。我说，让他好好修五加行。“啊？什么五加行？加什么？”后来就这样告别了，也没办法。所以，坐禅如果没有打好基础的话，即使你禅定时间很长，在禅定境界中会出现一些觉受、验相，也不一定是真的修行好。

所以，希望真正的修行人不要耽著这些觉受，你的心就算暂时能安住一两个小时也不要特别高兴，这也没什么。早獭冬天三个月都不生任何分别念地住在地洞里，大海里也有很多水生动物，分别念一直入于一种细微的阿赖耶上。所以，我们不要特别去执著这些，不产生分别念也不要太高兴——当你的分别念入于阿赖耶识的时候，什么都不会起现，但这并不是很高的境界。

对迷乱的觉受不要耽著为实有，一定要修持真正的无我空性和大悲心等佛法。

接下来的偈颂用了另一种表达方式：

犹如如意珍宝之暇满，若未获取无缘修胜法，
已获之时切莫虚空耗，愿能勤修殊胜之佛法。

我们的暇满人身就像如意宝一样，如果你没有得到它，根本无法修行殊胜的佛法；而现在已经获得了这样的暇满人身，千万不要虚度、空耗，一定要修持真正的佛法。

学过前行的人都知道，人身不一定是暇满的，具足十八暇满的人身非常难得。有些人认为自己已经出家了，算是真正得到了暇满，这不一定；有些人则认为自己是和家人，有很多琐事和烦恼，可能不是真正的暇满，其实这也不一定，有些在家人真的修行很好。《大圆满前行引导文》里讲了十八种暇满，还有无垢光尊者

在《如意宝藏论》里面讲到了十六种暇满，如果能圆满具足这些，是非常好的。但不要认为自己获得了人身就一定具足暇满了，这可不一定。

有些出家人确实很优秀，他们真的看破了世间，生起了出离心；但有些完全是形象上的出家，现在学院当中也有这样的人。我今天就看到个别人，原先做居士的时候就神神道道的，现在出家了还是老样子。我今天跟一些负责人也讲了，这些人我们不认可，管理人员最好让他们离开。有的人找其他上师剃度，或是自己把头发剃了，然后现了出家相，就认为自己很了不起。对于这类情况，学院有学院的规矩和做法，希望管理人员按规定处理。否则每个人都这样的话，这个出家僧团慢慢就会变质的。虽然每年都有少数真正具有闻思能力的出家人，在各方面因缘具足的情况下，可以留在这里；但不符合条件的，我们很早以前就有规定，在学院里是没办法常住的，包括一些老年人，这方面希望你们好好配合。否则，最后佛学院就变成养老院了，那也不是很

好。还有一些没满 18 岁的孩子，也不要带到学院来，应该让他们在学校里学习，我们这里并不是幼儿园，这里是佛学院。

我们是一个真正闻思修行、清净戒律、有利他心的群体，虽然不可能做到百分之百都是清净的，但要尽量按照有关规定来做。每个管理人员都应该有责任心，学院到底应该是什么样的？我们肩上到底有些什么责任？有些人可能不知道，有些人即使知道好像也置若罔闻，这样不是很好。

最近有些人老跟我说，看到不好的也不要生气。我不一定生气，但还是要指出来。包括这次开法会的时候，我看到一些管理人员对很多方面并没有足够重视，自己一直闭着眼睛在僧众里念经。当然，你念经的功德很大，这个我是随喜的，但你是什么身份？应该在管理方面多上点心。如果整个学院谁都不想出来管理，只想在这里待着，这样的话学院最终会变成什么呢？

现在这里人这么多，管理有没有跟上？有些管理人员不太作为。来了这么多人，那应该看看大家吃到饭没有？法会的纪律和要求做到没有？但有些管理人员一直躲着、一直回避。那么多事情都是需要做的，谁出来做？这个应该清楚。一些相关的管理人员，最近也有些懒惰，只想自己好好开法会、自己好好修行、自己好好闻思、自己好好宣传、自己好好跟别人相处。口头上说着“我们学院、我们学院”，但实际上，“我们”就是我所，对于我所，你应该尽到责任。比如说“我的”家时，那你对家就该做一些事情，否则天天吃家里的饭，但所有饭都等着别人给你做，那恐怕也不合理。

所以，大家应该学会看人。有些根本不具足出家条件的人，自己剃了头发，或者找这样那样的上师剃度，对于这些人，我们学院有一套规定，这方面一定要严格要求。他们自己找了哪个上师剃度，可以跟着那个上师去，不要掺在我们降魔胜利洲里面，这样不合理。

解脱明灯具德上师尊，若未值遇无法证实相，
通晓之时切勿跃险隘，愿能勤修殊胜之佛法。

具有德相、具有法相的上师尊是解脱的明灯，如果没有遇到他，我们就无法证得心性的本来实相。这里所说的上师并不是一般的上师，光是给你剪个头发、取个法名、说点好话、帮你办几件世间的事情。这里的上师，是出世间的上师，如果只是给你一些世间的照顾，比如帮你买个票、安排个房子，根本用不着上师，找其他人也可以。

所谓上师，就是最上等的老师，是在出世间方面，无论是闻思修行还是认识心性，对你的解脱有利的、真正能让你超出轮回的上师。如果没有遇到这样的上师，可能你即生当中无法认识自己心的本性。当然，这个上师自己要有一定的传承，有一定的证悟，有一定的成就，否则一般人也没办法给你直指。对自己的心性都没有了解，给别人直指的话，那是以盲导盲，是不可能的

事情。

遇到如同解脱明灯般的具德上师，尤其是成就者，是极为难得的。我经常在想，如果没有遇到上师如意宝，我现在也许会非常可怜，虽然有吃有穿，但是精神财富方面可能特别贫穷。所以，我们要通晓这样的要点，要知道上师的重要性，千万不要跳跃到危险的深渊中去。

有些人虽然知道上师是解脱道上的唯一明灯，但因为不好好地依止善知识，跟随一些恶友奔走，后来就很危险。明明知道有解脱的明灯，但没有沿着解脱之路前行，最后自己选择了极其危险致命的悬崖跳下去。所以我们遇到能让我们解脱的上师之后，乃至生生世世一定要如理如法地依止，以三喜供养，最后上师相续中所有解脱法门和智悲力的功德全部会融入自己的相续，这样到了离开人间的时候，也会有一定的把握。所以，愿能精进地修持正法。

犹如除病良药之正法，若未听闻无法知取舍，
既已了知利害莫食毒，愿能勤修殊胜之佛法。

前面讲的是上师，现在讲正法。我们知道良药可以去除疾病，像除病良药一样的正法也非常殊胜，它能遣除我们内心无始以来存在的疾病。很多人虽然皈依了三宝，但没有好好闻思的话，就无法了解因果取舍，不知道哪些该行持，哪些该取受，哪些该舍弃。即使你是大学教授，也不一定懂得真理。现在西方有些佛教徒觉得自己很了不起，但其实对佛教的基本道理都不了解，这种人我们叫做“法油子”。没有听闻佛法就不知取舍，既然我们现在已经知道了善有善报恶有恶报的利害关系，那就千万不要故意去吃毒药，应该服用妙药。

《华严经》里有依止四想：上师作医生想，正法作妙药想，精勤依止作治病想，自己作病人想。我们应该以四想来依止善知识，千万不能把自己当作猎人，把上师当作獐子、把上师的法当作麝香，从他那里得到法

之后马上出卖上师，这样的颠倒四想我们应该远离。所以，愿能精进地修持正法。

犹如冬夏交替之苦乐，未见无法生起出离心，
自受轮回苦痛时已至，愿能勤修殊胜之佛法。

夏天和冬天交替而来——当然中间还有春天和秋天，但我们一般把苦和乐比喻成冬天和夏天。冬天特别冷，代表痛苦；夏天就很快乐，但是汉地又太热了，也是个痛苦。夏天和冬天交替而来，我们生活中的苦乐也是如此。不要认为今天很幸福，就会永远幸福，不可能的，过两天也许痛苦就会降临；也不要觉得今天很痛苦，就会永远痛苦下去，给别人发的微信全是流眼泪的表情，呜呜呜，哭哭哭，但可能明天又变成哈哈哈，笑笑笑。我们人生中的哭和笑、苦和乐，就像冬天、夏天周而复始交替产生，如果你没有意识到痛苦快乐皆是无常，就不会产生出离心。《入菩萨行论·安忍品》里面讲过，无苦无出离。没有痛苦的话，就不可能有出离

心。我们现在很多学佛的道友，就是因为痛苦而皈依佛门的，如果没有当时的痛苦，你也不一定会有今天的境界、今天的幸福。

所以，当你痛苦的时候，应该认识到，感受轮回痛苦的时机已经成熟了，该轮到自已了。因为只要轮回不断，我们就会不断感受痛苦，早晚都会轮到自已。所以遇到痛苦的时候，也不必特别在意。我们发愿的时候不要全发快乐的愿，“愿我平平安安、快快乐乐、幸福福、健健康康”。在《开启修心门扉》和一些噶当派的教言里，都是“愿我痛苦、愿我不成功、愿我失败、愿我受损害”等负面的发愿。当然，这是与众不同的境界。一般凡夫人谁都不愿意让自己痛苦，连提都不敢提，但如果心力比较强的话，可以通过痛苦来认识轮回的本性，产生出离心，知晓人生到底是怎样，这其实是一种很好的修行方式。

所以，我们在生活中不要遇到一点痛苦，就马上一

蹶不振。现在很多年轻人特别脆弱，有时候根本没发生什么事，偏要自寻烦恼。如果真遇上了大事，就像最近泰国连续发生了十多起爆炸案，这种灾难要是在身边发生的话，那可能真的会非常痛苦、害怕、恐惧。但实际上什么事情都没有发生，有时候只是因为别人说了一句话，或是别人看他的眼神有点不对，或者吃饭的时候态度有点不一样，就长时间陷入痛苦，晚上也睡不着，白天也没食欲，走路都恍恍惚惚，变得不太正常。这就是现在很多人的状态，这样不好。当然，遇到特别重大的事情时，没有修行境界的话，可能很难转为道用，但平时心态还是要好一些，尤其是佛教徒，大家应该经常调整自己的心。

犹如磐石沉水之轮回，此生不舍来世不解脱，
紧握大悲三宝之吊索，愿能勤修殊胜之佛法。

磐石就是又大又重的石头，大石头如果沉在水里面，是很难捞上岸的；轮回实际上也是如此，众生沉溺

在轮回当中，很难依靠自己的力量爬上来。我们作为修行人，如果不舍弃今世，那来世就没办法获得解脱。要看破今世、获得解脱的话，就需要紧紧握着具有大悲本性的三宝吊索。

即使重如磐石，只要用吊索和吊车，就能轻而易举把它吊上来；同样的道理，虽然我们每个众生都被业和烦恼束缚，沉溺在轮回当中，但只要皈依三宝，祈祷三宝，依靠三宝的加持和力量，我们每个人都有从轮回的江河大海中解脱的机会。所以，不要认为自己永远没有希望，依靠三宝的力量，每个众生都有解脱的希望和未来。

**犹如宝洲解脱之功德，若未了达不知精进修，
既已通达佛果之利益，愿能勤修殊胜之佛法。**

如果我们没有了达如宝洲一般的解脱功德，对于声闻缘觉的解脱、菩萨的解脱、佛的解脱，甚至离开三

恶趣的人天的解脱，这些功德我们都不了知的话，就不可能精进地去修持。

比如说，你了解到一个地方的环境、生活等方面的功德和优势，就会想去那里，“哦，听说那个地方很好，我一定要到那里去留学、去居住！”如果你听说一个地方特别不好，就不会愿意去。同样的道理，轮回中有许许多多的痛苦，我们在人间有苦苦、行苦、变苦，还有爱别离苦、怨憎会苦、生老病死等很多痛苦，而当我们真正获得解脱的时候，这些痛苦就没有了，并且能够非常容易地利益无量众生。这些解脱的功德，就像宝洲一样。如果人们听说有个地方非常殊胜，满是珍宝，那么都会愿意去的。同样，我们知道了解脱的功德、佛果的利益之后，就会精进地修行佛法。

所以，我们修行要着眼于长远的目标，不要只顾眼前的利益。人不论做什么事情都应该站得高一点，看得远一点，如果原来你是一个心量狭窄的、很自私的人，

通过学修大乘佛法，渐渐你的心也会开阔起来，视野也会广阔起来，最后得到的成就也会大不相同。这就是“愿大力大”的意思。

犹如甘露精华之圣行，未见不生稳固之信念，
知晓胜负切莫购苦痛，愿能勤修殊胜之佛法。

犹如甘露精华一般的圣者的行为、传记和事迹，如果你没有见到的话，不可能产生稳固的信念和信心。我翻译了很多传记，比如麦彭仁波切、无垢光尊者、钦哲益西多杰、第一世敦珠法王、印度八十位大成就者和法王如意宝的传记，以及《藏密佛教史》，目的就是想把这些大德的事迹介绍给大家。他们是怎么生活的、他们是怎么成就的，我们都应该去效仿学习。

所以，像甘露精华一般的圣者的行为，如果你没有见到，不可能生起稳固的信心。应该知晓胜负，知晓成败，这些大成就者都是很成功的胜利者，而我们凡夫人

每天忙于琐事，为了养活自己而毫无意义地度日。懂得这个道理之后，就千万不要自己购买苦痛，不要自讨苦吃，不要向凡夫学，一定要向圣者菩萨和高僧大德学，修持真正的佛法。

**犹如良田沃土菩提心，若未生起无法获佛果，
勤修大义切莫懈与惰，愿能勤修殊胜之佛法。**

像肥沃良田一样的菩提心，如果没有生起的话，就无法获得佛果。所以，我们要辛勤地修持最具有意义的佛法。大乘有七大功德¹，在修行的过程中不要懈怠、懒惰，尤其要重视菩提心，哪怕每天听一节课、做一点小事，都要以菩提心来摄持，这个我们在讲《入菩萨行论》的时候也强调过很多次。我希望你们每个人都好好学习《入菩萨行论》，只学一遍是不行的，应该再三地

1 《大乘庄严经论释——胜乘妙音》：“因为具足七种大义，故名大乘。何为七种？即缘大、行大、智大、勤大、巧大、果大、事大，本论无著释云：‘一者缘大，由无量修多罗等广大法为缘故；二者行大，由自利利他行皆具足故；三者智大，由人法二无我一时通达故；四者勤大，由三大阿僧祇劫无间修故；五者巧大，由不舍生死而不染故；六者果大，由至得力无所畏不共法故；七者事大，由数数显示大菩提大涅槃故。’”

学习。我以前虽然讲过一遍，但不知讲得好不好，好也罢，不好也罢，你自己应该从颂词上、讲义上反复学习，相关讲义我也翻译过好几本。真正通达《入菩萨行论》之后，就能生起菩提心；菩提心生起来以后，利益众生就有希望，将来成就佛果也有希望。

寂天菩萨讲过，宁可舍弃利养、舍弃生命，但是千万不要舍弃这颗心，这颗心指的就是菩提心。我们在这个人间，没有名可以，没有利也可以，甚至我们的身体没有了也是可以的，但是千万不能没有菩提心。如果舍弃了菩提心，那我们作为一个大乘行者就什么都没有了。我们唯一最珍贵的就是这颗菩提心。菩提心就像肥沃的田地，里面什么善法的种子都有成长的希望；如果没有良田，我们的心地就会十分贫瘠，什么善根的苗芽也长不出来，这是很可惜的。

人所受的教育是很重要的，教育可以改变我们。如果接受的是大乘教育，你的心一定会随顺大乘佛法；如

果心接受的是国学传统文化的教育，那你的行为也会跟随一些传统而走。那么，我们最根本的原则就是真正生起菩提心，而不是光在口头上说：“我要发菩提心，我要发菩提心！”

如无头脑顽猴之自心，若未护持无法弃诸惑，
莫作效仿疯人之狂行，愿能勤修殊胜之佛法。

我们这颗心就如同没有主张、没有头脑的顽皮猴子，一刹那都不肯好好安住，就像孙悟空一样。孙悟空一直被紧箍咒束缚着，观音菩萨说，等到唐僧真正取到经书的时候，紧箍自然就没有了。其实紧箍咒控制他是为了保护他。我们的这颗心就像猴子一样，我们要始终好好保护它；如果没有保护好它，就没办法舍弃贪嗔痴烦恼。所以，始终都要用正知正念来保护这颗心。正如《入菩萨行论·正知正念品》所讲，要保护好自己心，这样才能好好修行。

每个人都要学会保护自己的心，不然这颗心会很放荡，任它自己胡作非为的话，那会非常可怕，所以不要效仿世间一些疯狂之人。现在很多人不管穿着还是言行，都越来越疯。我看到有些人不仅身上有纹身，在国外还有些人纹眼球，把眼底纹成绿色、红色的，看起来就像动画片里的鬼怪一样，但很多人都喜欢这样。我们以前认为裸体而行是很可怕的，但现在很多人在这方面一点都不在乎了，没有一丝执著，可能他们是真正的“大成就者”。所以，我们要保护好自己心，不要效仿世间的一些疯狂者。

现在东西方的很多父母都特别担心下一代，因为现在的孩子全都在网上学各种各样的东西，父母叫孩子不要做什么，他们也不听。如今这个世界真的比较自由，但这种自由主义如果是随着贪嗔痴而转，这不是解脱，而是一种可怕的疯狂行为。“自迷痴狂徒，呜呼满天下！”

犹如俱生身影之我执，未弃不能趋至大乐地，
擒获仇敌莫视为亲友，愿能勤修殊胜之佛法。

我们的俱生我执就像自己身体的影子，如果不舍弃我执，永远也不可能得到最后成就的大乐果位。我们现在如果抓到了“我执”，那就要像擒住了怨恨的敌人一样，不能把它看作亲友。

要知道，这个“我执”无始以来已经害过我们无数次了，《入菩萨行论》中也清楚宣说过。我们千万不能把它看作亲友，如果现在没有认识到我执的危害性，将来还会继续被它抛到轮回的苦海当中，永远不会有出头的机会。所以，我们现在就应该通过修无我空性等各种方法，用智慧来斩断我执。所谓的我执到底是什么样的？每个人都应该通过空性法门来好好地修行。所以，愿能勤修殊胜之佛法。

第3课

2016年8月14日

今天我们继续学习二世敦珠法王的《教言精髓》。

犹如灰中烬火之五毒，若未镇服心不能安住，
怀中切莫养育毒蛇崽，愿能勤修殊胜之佛法。

灰里面藏着火烬，表面上看不出来，因为灰覆盖在上面，但实际上灰里还存在火星。同样的道理，我们相续中有一些不明显的贪、嗔、痴、嫉妒、傲慢等五毒烦恼，平时可能是看不出来的。有时候我们刚跟一个人交往，感觉这个人就像天子、天女一样，好像是一个很快快乐的人，但是接触一段时间后，就会发现他的相续中其

实有很多烦恼。如果我们没有从根本调整自己的心，就不能安住于法、安住于心性。所以，先要断除根本烦恼，否则暂时也许能安住，可一旦外缘具足，烦恼就会扰乱你。有些人认为自己已经在山上修行多年，自相续中应该没有什么贪嗔痴了，然而一旦遇到对境，贪嗔痴就都出现了。

因此，我们要从根本下手，千万不要在怀里养育毒蛇崽。毒蛇小时候不会喷出毒液，似乎伤害不到附近的人，但是你如果一直把它养在怀里，最后因缘成熟的时候，它不但不报恩，反而会咬你、毒死你，是很有危险性的。同样，如果我们没有断除烦恼，没有调整自己的心，一直养着这五毒烦恼，平时虽然不明显，可一旦被引发就会非常可怕。

噶当派的一些教言说，要看你的修行是否成功，就要看你的烦恼从根本上有没有减少。如果从根本减少了烦恼的话，说明修行有所进步；如果没有断除贪嗔

痴，或者表面上压制着烦恼，但实际上并没有破坏它的种子，一旦因缘具足，它就会对你造成伤害。所以，我们作为修行人也不能太过自信，有些人受了居士戒，或者出了家，或者在山里修行了一段时间，就觉得自己境界很高，但实际上并非如此，只不过是暂时压伏了烦恼而已。其实，所有的根本烦恼，就像灰中的火烬一样可怕，一直隐藏在你的相续中，一旦因缘具足的时候，就会爆发出来。

所以，但愿我们能够精勤修持能断除根本烦恼的殊胜佛法。

犹如裹油硬皮之自心，尚未调服心法不能融，
莫让如子自心染恶癖，愿能勤修殊胜之佛法。

裹酥油的牛皮跟其他皮革不同，其他的皮革在水里浸泡，或者用酥油来揉，就可以变得很柔软，但是，裹酥油的牛皮非常坚硬，不管怎么泡水，或者敷上多少

油，都根本不会变软。同样的道理，有些人经常听闻佛法，修行了很长时间，但自相续仍然非常顽固、坚硬，没有调伏自己的心，所以法难以融入心，这种人是很可怕的。

这就是我们经常说的“法油子”。他可能听了很多法，中观、密法都学过，基本的道理也都明白，但实际上相续中并没有真正学进去，甚至比没学佛的人还要刚强，常常生邪见、生嫉妒心，看所有对境都觉得不合理、不如法，清净心观不起来，观不清净心倒是很成功。这样的人，不能像放任孩子自己游荡顽皮一样，任由自己的心被各种烦恼染污，要调教自心，不要让它这样一直坏下去。

由于一些教育的因素，现在很多孩子心态特别不调柔。他们从小接触的动画、游戏里全是贪嗔痴，长大以后，杀死其他生命也会像杀游戏角色一样，毫不在乎，没有任何悲悯心、柔软心。现在这个社会真的越来越

越糟糕，孩子整天要么玩手机、要么看电视，里面的信息充满贪嗔痴，尤其是一些打斗的内容，导致他们从小就染上一些不良习气。这样的话，孩子长大之后，价值观也会如此。本来我们自己有一些很好的传统文化，比如孝道，但在这个社会中如果过分强调的话，也可能增上人的自私自利心。现在一些腐败分子为什么敢贪污那么多？某些方面也与他的父母、亲友有很大关系。

所以，我们修行人学任何一部法的时候，都应该尽量把它放在心上，让法和心融为一体。比如说，学了中观的空性思想，或者学了因明的逻辑推理，就要看看能不能根除或者压伏自相续中的烦恼。这样一来，你听得越多、学得越多，相续就会越来越调柔，行为也会越来越如法。否则就算听再多佛法，最后好像对谁都不相信，对上师也不恭敬，对佛法也没有信心，对众生也没有悲心。我们对于法油子有一种说法：看到天上佛陀在飞，也不会产生信心；看到地上众生在哭，也不会产生悲心。如果学佛最后学成这样，是很可怕的。

因此，我们不能让自己的心像顽皮的孩子一样放荡不羁，一定要好好调伏自心。其实，如果我们掌握得当，心是很容易改变的。比如一个人心情不好的时候，对他说一句让他欢喜的话，也许他当下就能解开心结；如果一个人本来心情平静，但说一句不中听的话刺激他，他可能一下子就会爆发；这时候，如果别人再跟他说一些安慰的话，他愿意听，也许马上心态又改变了。

我们凡夫众生有很多烦恼在相续当中根深蒂固，但也有佛法的妙药可以对治，希望我们通过这些教言经常观察自己的相续。

**犹如奔腾江河之恶习，未断不离非法之行径，
切莫售卖武器与怨敌，愿能勤修殊胜之佛法。**

就像大江大河奔腾咆哮，难以阻挡，我们每一个众生都有一些无始以来的恶习和贪嗔之心。有些人喜好酗酒、抽烟，有些人喜欢吵架、打架，有些人有偷东西的

恶习，有些人有杀生的恶习……所以，很多人皈依佛教后说：我以前杀盗淫妄无恶不作，世上所有的恶习我都有，从现在开始我要好好忏悔！

要斩断恶习并不容易，但如果没有斩断，我们的行为就不能离开非法。只要相续中有恶习存在，因缘具足的时候，肯定会复发。就像患有慢性病的人，可以通过吃药让病暂时不发作，可病根如果没有除掉，一旦因缘具足，又会发作。历史上有些修行人，包括一些阿罗汉，都会发作前世当猴子、当野兽的习气，更何况我们一般人。所以，有些修行人不要在别人面前装成毫无烦恼、比弥勒菩萨还要庄严的样子，自己内在到底是什么样，自己应该知道。

不要把武器卖给敌人，否则敌人随时都有可能伤害你。当我们认识到这些恶习的时候，就要想尽一切办法把它断掉。有些人在没有学佛时有很多不好的习气，学佛以后虽然暂时可以压制，但还是要在这方面努力，

断除这些习气，不然一旦外境现前，还是会复发的。有这样一个公案：有一个仙人本来能在天上飞行，一次他到王宫里讲课，接触到王妃的时候，生起了贪爱之心，结果他的神通就瞬间消失了，离开的时候只好走路回去。

我们应该从各方面努力断除恶习。每个人都有一些恶劣的习气，业力现前之时很难阻挡。有时候一个人经过了很久的苦行，但短短的时间中就全部毁于一旦。所以，如果我们没有从根本上断除恶习，行为就不会离开非法。当然，也不能因此失望，觉得自己习气深重，所作所为都不如法，没什么希望了。作为一个凡夫人，肯定会有烦恼和不好的习气，但同时也会有一些好的机缘，比如我们可以通过忏悔、观修来净除恶业。人生中恶业、善业常常交替混杂，黑白交错，《俱舍论》中讲过，这叫做杂业。所以，为什么我们在生活中有时开心，有时痛苦，苦乐交杂，其实这与我们前世的业有关系。

我们今生当中要努力制止烦恼，好好修行。虽然我们可能会因为过去造的恶业而在将来感受一些苦果，但我们行持善法的因果也不会空耗，以此因缘，将来也会感受乐果。所以，不要因为自己犯过一两次错误，就认为没有任何希望了，最后破罐破摔，一直不断造恶业，这并不是很好的选择。从大的原则上看，人能十全十美固然很好，但做不到的话，我们就以做好事为主，这才是人生当中一种很好的选择。

犹如未平波纹之散乱，未弃无法获得稳固相，
自在之时切莫修轮回，愿能勤修殊胜之佛法。

水面的涟漪总是接连不断，一圈接着一圈，尤其是扔块石头下去时，波纹就会不断地层层出现。同样的道理，世间的琐事和散乱之事，整天没完没了。现在很多人每天嘴上都是“好累、好忙、好辛苦、压力好大……”好像每个人都觉得时间不够用，但其实做的事也不一定很多。所以，散乱的事情，就像水上的波纹一

样繁多，我们要尽量把世间无意义的琐事断开、抛弃，否则就无法得到稳固的修行境界。我们在自由自在的时候，不要修轮回，应该好好修持佛法。

无垢光尊者说过：我们的很多所作所为就像孩童的游戏一样——如果肯放弃，就结束了；如果不放弃，那就永远也没有结束的时候。古人是这样的，现代人也是这样的，未来也还会是这样。人人都有许多忙碌的事情，每天都说不完、想不完、做不完。所以，我们还是应该重视自己的修行，否则，即生当中不可能得到稳固的境界。如果把所有的时间和精力全部用在世间琐事上，那你皈依多少年其实也没什么用，因为你从来没有认真地修过佛法。

这里说“自在之时切莫修轮回”，有时候一些行为表面上好像是在修善法，但实际上是在保养轮回。现在就连我们佛教道场中也有这样的现象。最近开法会时我看到，佛学院有人也开始卖什么地藏宝瓶、招财经幡，

这也是修轮回！还说是僧众开光的，这样是很不好的，就像是汉地卖高香的，泰国卖佛牌的。虽然这些对个人招财也许会有一些好处，但那天我看到很多出家人也在排队买招财经幡，这样很不合理。

有些寺院以前喜欢在汉地做这样的事，结缘一些各种各样的宝瓶，有些扔到海里，有些埋在山里，那样或许会有一些利益，但跟真正的修行没有什么关系。如果以这种方法来搞经济，那是很不好的，我很反对。现在外界对藏传佛教有些不好的看法，其实也是因为一些藏传佛教徒做了不如法的事情。不论在新加坡、美国、澳洲，各个地方都有一些这样的佛教徒，自己不去好好闻思修行、弘扬佛法，整天只会做些火供之类各种各样的仪式，真正的佛教教理根本不懂，只重视这些外在形式，甚至和经济利益挂钩，利用这些挣起钱来。实际上，单凭这些形式，真正能得到什么呢？现在很多地方通过卖门票、卖高香、卖各种所谓的加持品来发财，其实这些都与出离心、菩提心、真正的修行没有什么

关系。

我们佛学院一直要求大家好好地修持佛法、弘扬佛法，如果我们自己也开始搞这些，那就背道而驰了。我在很多场合中都说过，我们的修行如何，到了外面能很明显地看出来。现在很多佛教徒并没有真正去修行，而是整天忙着请这个寺院、那个寺院的加持品，有些还卖得特别贵，说是因为有僧众的加持，所以很贵。我们学院这边，有人卖长寿丸时宣传有抗衰老的作用，有个居士就问我：“听说你们学院某个医院卖的长寿丸很好，吃了以后是不是脸上不会长皱纹？”我说：“做这些的人好像脸上也是有皱纹的，可能他们自己没有吃。

（众笑）”我不是开玩笑，希望大家在这方面注意一下。加持品是加持品，有加持的作用，但把我们佛学中的加持品跟现在所谓养生学、成功学结合起来，会导致很多不懂佛理的人把这些当作真正的佛教，最后佛学理念跟一些世俗理念混淆在一起，大家都分不清楚了。如果没有广告宣传中的利益，就不应该欺骗别人。当然，我并

不是说这些加持品是欺骗，它们确实经过了僧众的念经加持，但是用它们谋取利益是不应该的。

我以前也讲过，我们学会在共修、放生的时候，经常有人会拿一些某某上师的东西来化缘，这是绝对不允许的。如果有人天天搞这些，我希望他们不要来参加我们佛学小组。我们唯一的目的就是共同闻思修行，因此我们连法本都尽量免费，即使不能完全免费，也只按成本来流通。大家该做的就是一起共修，这就是我们的基本原则。这个大原则我们绝对不会改变，否则现在社会上各种理念会让人眼花缭乱，最后可能迷失自己的方向。

我们在自由自在的时候，尤其是在有一点权力的时候，比如有些管理岗位上的法师和居士，希望你们不要利用学佛的平台来搞世间的各种宣传和名闻利养，这样是故意修轮回。不管大小乘佛教，修行的目的都是超离轮回，并不是增加轮回、延长轮回。我们无始以来在

其中流转，不学法、不修行，就会不断继续流转在轮回当中。所以，不要再去给轮回延长寿命，愿能勤修殊胜之佛法。

犹如水土转暖师加持，未得无法直指自心性，
踏入捷径切莫绕道行，愿能勤修殊胜之佛法。

就像大地的水土，在冬天可能会被冻结坚硬，到了开春，得到阳光照耀，慢慢又会转暖。同样的道理，如果我们没有得到上师加持的温暖阳光，就根本无法得到直指心性、认识心性的机会。

敦珠法王这里是按照藏地的气候来比喻的，一些温暖的地方，冬天大地也不会冻结，而喇荣的土地就会冻僵，然后通过春天阳光照耀又慢慢变得温暖。我们的相续就像寒冬腊月的冰地一样，通过上师加持的温暖可以慢慢变得柔软，跟佛法相应，最终可以认识心性。踏上了这样一条捷径之路，我们千万不要再绕道。当然，

打好理论的基础，学一些显宗的法，也是很有必要的。但你不要绕远路而行，应该走最近的这条直路，有机会依靠上师的窍诀和指点，修行心性法门，这样就会很快获得成就。所以，愿我们能修持清净殊胜的佛法。

犹如夏时美苑之寂地，未依无法生起诸功德，
栖山之时切莫趋蛮城，愿能勤修殊胜之佛法。

夏天美丽的花园里特别舒服，大家都觉得舒心意。寂静的地方就宛如夏天的花园，如果我们没有依止清净寂静之地，根本无法在自相续中生起诸多出世间的出离心、菩提心、信心、悲心等功德。所以，当你有因缘住在山里的时候，千万不要到都市里去。

有些修行人先是抛弃故乡、剃除须发，来到寂静的山里，在山里待了两三年，吃素、苦行，再过了几年之后，就不想待了，又往城市里面跑。现在也比较奇怪，山里面的人喜欢跑到城市里，城市里的人有时候也很喜

欢跑到山里。钱钟书有本小说叫《围城》，里面说，婚姻就像围城一样，城里的人想出来，城外的人想进去。我们修行人有时候也是这样的。

我常常跟学院的道友讲，你们如果没有看病的需要和弘法利生的必要，最好还是在学院待着。但有些人只要有两三天的时间，就非要出去一趟。我每次都会盯着，这些人只要一有时间，一定会出去的，我们还没宣布放假，就已经买好机票了，特别着急离开。记得以前他也特别着急要到山里面来，流着泪说：“在大城市里、在红尘里，根本没办法修行，一定要来学院，一定要出家……”而现在却急着想出去。有时候外面的人想进来，“哇，这里好舒服呀，我有没有出家的因缘？有出家因缘的话，我一定生生世世一直待在这里。”生生世世能不能待在这里不好说，有些人待了一段时间以后，不要说生生世世，就是一年两年都很难。当然，我也认识很多特别好的修行人，没什么重大事情的话，他们一直依止寂静的好地方好好地修行。

城市里的人也不一定非要去寂静的地方。你们最多放假期间来到藏地充个电，或者吸几天氧、输几天液，假期结束就回去了。其实，有时间的时候，你们在当地找一些清净的道场，或者在自己的佛堂里，也可以好好修持。这里讲到，如果没有依靠寂静的地方，很多出世间的功德都很难生起来。因此，有机会安住在寂静之地时，不要总往外跑。

当然，放假的时候出去一下也是可以的，不过，有些行为必须注意。有些人在家的时候经常剃光头，穿红黄色的衣服，就像我原来在学校时想要出家，每天都穿着黄色的衣服，有一个老师就天天骂我。但有些出家人正好相反，像俗家人一样头上顶着假发，耳朵里戴着耳机，整天玩着电脑，这是不好的相。本来出家人连头发都不要了，更不要耳环首饰，但有的人出家时间长了，可能有点腻，想尝试些新花样，就在电脑上把别人照片的耳环抠出来，贴在自己照片的耳朵上，这样的照片我曾经看到过。我比较担心，这是一种前兆，大家要注意

一下。

犹如损耗鬼踞之乐念，未舍即使精勤难断苦，
莫奉魑魅魍魉为天尊，愿能勤修殊胜之佛法。

像损耗鬼盘踞那般追求安乐的心，就是乐念。人们都喜欢追求快乐，但这种念头就像损耗鬼一样，损耗鬼如果和我们居住在一起，就会把我们的很多精力和力量用掉、吃尽。盘踞在我们心中的乐念也是一样，没有舍弃之前，很难断除痛苦。

很多人整天想着：“我要快乐、我要成功、我要……”但其实这种念头跟损耗鬼没有什么差别，我们千万不要把魑魅魍魉这些鬼神或妖怪当作天尊。贪求快乐的心实际上并不是很好。世间当中追求快乐是常事，也是一种普遍的心理，每个人都想要幸福快乐，但如果你天天只想追求快乐，生活中的痛苦反而更加难以断除。如果我们不去刻意追求快乐，保持随缘的生活态

度，那你相续中的这些妖怪就会全部荡然无存，那个时候，痛苦也会同时离你而去，你所感受的生活才是真正快乐的。

现在很多人都在寻求快乐，结果心里反而有了更多忧愁烦恼。我们觉得人生必须得到快乐，就拼命去追求，结果得不到，就怨天尤人，觉得自己很倒霉。由于对快乐太过重视，反而痛苦不断；如果我们对快乐不那么刻意追求和耽著，反而能活得更加快乐。

**犹如房宅门锁之正念，未依不能谢绝迷乱客，
窃匪存在莫令门洞开，愿能勤修殊胜之佛法。**

我们的房门如果没有上锁的话，小偷就会开门进来，把你的东西全都拿走。同样的道理，不忘善法的正知正念就像门锁，如果不依靠它，就难以谢绝迷乱的客人。各种各样迷乱的不速之客如果趁虚而入，你最珍贵的东西就可能会丢失，这样十分危险。

所以，我们修行人始终都要保持正知正念。每个人都要时刻提醒自己，“我是一个佛教徒、我是一个老师、我是一个医生、我是一个出家人……不能做这样的事”，我们要经常观察自己的身口意，这就是正知正念。没有正知正念的人，对什么都无所谓，很容易跟一些恶人同流合污，昏天黑地，到最后，连自己的人生方向也迷失了。所以，千万不要门户大开放盗贼进来，否则你长期以来积累的善法，可能全部都会被盗走，那是很可惜的。

为什么有些佛教徒修行好，有些修行不好？其实修行好的人，心里也许照样有一些贪嗔痴烦恼，但他们经常观察自己的根门，所以相续很调柔。我看到一些南传佛教的修行人，包括一些泰国的法师，他们的三门很寂静，坐在一起的时候，可以感觉到他们非常放松，应该是经常禅修、经常通过正知正念观察自己的心，所以心不散乱。修行的状态从外在行为上可以看得出来。

有些人其实就是不肯修而已，如果真的好好去修，通过正知正念来观察自己的三门，就会有改变。有些原本臭名昭著的人，后来观察到自己的毛病，逐渐抛开恶习，开始看书、打坐、修行，就连说话也都只说别人的优点。我认识两个人，是一样的身份，有时候我会打电话给他们，其中一个总是说过失：“这个事不好，这个人不好，那个地方很乱……”而打给另外一个时，“啊，这里很快乐，很舒服，周围的人都很好呀……”这两个人都是一个地方的，但世界观完全不同，这方面我已经观察他们很长时间了。人的想法一般都是好坏掺杂的，但有些人似乎只会收集不好的观点，从他那里基本上听不到好的评价，有这种情况。

所以我们要用正知正念来观察自己，这对修行很有帮助。

犹如无变虚空之实相，未证不能阻断见解根，
莫为自己铐上铁锁链，愿能勤修殊胜之佛法。

如果没有证悟无变虚空般的实相，那就无法断除轮回见解的根本。我们不论修密法、修禅宗，通过修行能认识自己如虚空一般的心。无垢光尊者的《法界宝藏论》和《实相宝藏论》里，经常用这个比喻——我们的心像虚空一样。像虚空并不是指空空荡荡。如果没有证悟虚空般的心性，那我们的萨迦耶见、恶见、我见、众生见等见解就无法根除。所以，在修行过程当中，不要用锁链把自己铐上。铁镣铐也好，金镣铐也好，实际上都是束缚的因。

禅宗也讲，不论好的念头、不好的念头，只要有念头，对真正的修行都有障碍。所以，我们要真正修行，必须通达心性如虚空的实相；如果没有通达，就不能根除轮回见解的根本。所以，大家的努力，最终还是要落到心性上，如果对心的本来面目有所证悟的话，学什么法、修什么法都会比较容易；如果对心性不那么了解，没有认识心的本性，即使行为上一辈子都在修行，效果也不一定很好。认识了心性的话，修行的力度跟没有认

识心性的人截然不同，效果完全不一样。所以，这方面必须努力。

犹如无垢水晶之觉性，未见不能息灭修习执，
相伴不离他处不能寻，愿能勤修殊胜之佛法。

认识自心本性的状态叫觉性，它就像清淨无垢的水晶球一样。一般在密法当中，水晶对认识心性方面有一种指示作用，当然这需要密法的一些灌顶。我今天只是跟大家稍微说一下而已，并不是直指心性。在密宗当中，有这种通过水晶来认识自己心的本性的方法。

这里讲，像无垢水晶一样的觉性，如果你没有见到的话，就不能息灭对修行的执著。意思就是说，我们的心跟水晶球没有什么差别，它的本性是空性，显现是光明。没有认识心的本性时，我们肯定需要不断修行；可一旦真正认识了本性，那所有的修行都可以不再执著——就像禅宗讲的“念佛一声，漱口三日”，各种修

行都要舍弃，连念佛、打坐的念头都不需要。大圆满中也有舍弃身语意的九种行为，包括念佛、参禅等都要放下。最高的境界，不会执著任何行为。

这种境界其实一直与你相伴不离，在他处无法寻找。禅宗傅大士也说过：“夜夜抱佛眠，朝朝还共起。”众生其实每天晚上跟佛睡在一起，早上跟佛一同起床。这是什么意思呢？就是说，佛，也就是觉悟，与我们本是朝夕相伴的，从来没有离开，不需要到别的地方去寻找。如果真正认识心的本性，其实佛就在当下。这是比较高的法，我们就点到为止吧。

犹如旧友平庸识本面，未证所作皆为欺惑性，
切莫紧闭双眼瞎摸索，愿能勤修殊胜之佛法。

就像相处很久、关系密切的朋友，中间分开了，再见面时会非常欢喜。就像旧友重逢，对于庸俗的分别念，我们应该认识它的本来面目。

这其实很容易，只不过我们没有去内观，无论以禅宗或密法的窍诀，内观的当下就有可能认识到分别念的本性。如果你没有证悟庸俗心的本面，所有的修行和所作所为都是欺惑性的，因为这些都是世俗谛；一旦你认识了无为法的觉性，那一切所作所为全是让佛菩萨欢喜的，不会有欺惑性。而我们凡夫的所作所为相较于认识本性的境界和善根，还差得很远。所以，我们在修行过程当中，千万不要紧闭双目，一直瞎摸索。如果不认识自己心的本性，无论修什么法，都像盲人摸象一样，乱摸乱猜，盲修瞎炼。而一旦真正认识了心的本来面目，修什么法都比较容易。

我想我们很多道友应该对心性方面有所认识，境界高与低我不是特别清楚，但心性层面和传承上师的加持等各方面因缘具足以后，对心性应该会有所认识的。一旦认识了心性，将来的修行就会非常容易，而且不会间断。不会今天开心就好好修一修，念一念，特别精进；明后天烦恼一起现，就睡到中午十二点，不想起

来。有所证悟的人，哪会睡懒觉呢？（众笑）

所以，认识心性很重要。有些人看过一些窍诀方面的书——当然，自己去看、去猜，也不一定能真正认识，必须依靠上师的窍诀，再加上自己反复祈祷、修加行、好好忏悔，这样之后，对心的本来面目就会有所认识。一旦对心性有一些认识，那与行持其他善法全然不同。

所以，作为修行人，内观很重要。有些人将所有的精力和时间全部用在外观、研究、学术讨论上，这样虽然暂时比较适合众生的分别念，会受到很多人的欢迎和赞叹，但这不是最究竟的。我经常想，有的人讲经说法口才特别好，可最后尸体天葬的时候，嘴皮也会被秃鹫吃掉；但如果他的内心有一些境界和证悟，这些是秃鹫吃不了的，可以跟随他到后世，去度化无量的众生，这是很有意义的。

总之若未舍弃今生事，无法修成来世胜妙法，

愿习于己有益之教诫，一切所行皆趋于正法。

总而言之，我们要看破今世、舍弃今世，如果没有看破今世，天天想着今世，那就是修轮回。一些在家人不生出离心，要忙于生计，养家糊口，有很多前前后后的盘算、交际、压力，这是情有可原的；但有些出家人也不伦不类，不好好修行，跟在家人一样每天忙于一些琐事，这样恐怕有点颠倒。你应该是愿意舍弃今世才出家的，如果只是因为遇到一些磨难、折磨，就避世出家，那不算一个真正的出家人，只是形象上的出家人。所以我希望在座的出家人，对于那些对解脱、对弘扬佛法没有什么意义的世间琐事，要尽量抛弃或者减少。如果你没有看破世间，那不论往生极乐还是来世获得成就，这些都是不可能实现的。

所以，应该好好修持这些对自己有利的教言，这样以后，你的一切所作所为、所言所行、所思所想，全部都会入于正法。只要与正法相合，即使别人看不惯、

听不惯，甚至议论纷纷、加以诽谤，那都无所谓，你只要一味想着佛法、想着利益众生就行。很多世间人对于自己看不惯的事，就用各种方式造谣，这是现在的一种社会现象。如果你的所作所为真是为了弘法利生，自己问心无愧的话，即使外界不认可，那实际上也没什么关系。因为在现在的价值观下，很多信息都在宣传一些非法的理念。比如放生，本来每个众生的生命都是那么的宝贵，但是网上关于放生的正面信息非常少；而说放生不好、破坏环境、影响生态等负面报道比比皆是。我见过有个人想把螃蟹拿去放生，不知道该喂螃蟹吃什么，就到网上查，结果查到的全是怎么吃螃蟹。这就是当前的一种社会状况。

对于动物，本来应该做正面地研究——这种动物生存习性如何？吃什么？喜欢什么环境？可是现在的人更多是研究负面的信息——怎么吃动物？怎么助长贪嗔痴？而关于如何做好事、做好人、行持善法，这些方面的信息却不是太多。有时候一些社会现象可能会影

响我们的心态，当我们身处这样的群体和环境时，每一个人都要看清自己，要保持稳重。否则，东南西北四方的群体都可能对你的见解不利，可能会同时攻击你，这个时候，你还能树立正见吗？这也是个问题。

所以，我们的一切所行要趋于正法，实际上这跟今世的出离心有很大关系，如果我们生起出离心，那就好办了。

**如理诲时于师生邪见，感恶果时于尊退信心，
生违缘时退失修行等，愿勿生彼成就之阻碍。**

当上师如理如法地教诲你时，可能会揭露你的过失，有些教言会击中你的要害，这个时候，有些人就会对上师产生邪见；当你感受恶果时，比如生病，吃药、念经都不起作用，那是因为要感受以前杀生、偷盗等恶果，但你不知道是自己的原因，却对本尊和三宝退失信心；当你遇到违缘时，本来在修行过程中产生一些违缘

是正常的，但这个时候你却对修行失去了信心，退失了修行。希望我们不要产生这些阻碍成就的念头。

在日常生活中，当你听到上师、道友的教诲时，应该去虚心接受，看自己有没有这个过失。如果确实有过失的话，上师打就是最好的灌顶，上师骂就是最好的教诲。但很多人不会这样想，一次批评之后，从此就对上师产生邪见，恨之入骨，不再理睬，甚至去制造各种违缘，有这样的情况。感受恶果时，我们也不应该对三宝退失信心，有些人病得很厉害，就找人打卦念经，结果没有什么效果，就觉得三宝没有加持，经白念了。其实你应该知道自己以前造了什么样的业。还有一些时候，在修行过程中会产生违缘，越是这种关头，越不能退失修行，越要坚强，其实这是一个马上要成就的相，但你就在这个时候如果生了邪见，成就也就被放弃了。

有时候上师给你一些不同的教诲、严厉的批评，这是为了遣除你的魔障。上师如意宝以前也在不同的场合

中显现过忿怒相，过段时间后我们会发现，当时如果没有上师这样特意加持的话，那个人很有可能在修行中会出现更大的违缘。所以，上师的教诲等都是成就相，不要对成就生起阻碍。

一切所往无义空转绕，一切精勤自心散动因，
一切忆念增上诸迷惑，凡夫所行皆为自缚因。

我们凡夫人不管到什么地方去都没什么意义，今天去旅游、明天去朝圣，说是朝圣，其实也没有好好朝拜、发愿，只是拍了些照片。现在很多人，照片拍了无数，自己也不看，别人也不看。我看到来学院的游客都在不断拍照，拍得手机没空间了，又删、删、删，删完了以后又拍、拍、拍，这样很累的。上世纪七八十年代，有一两张照片都很珍贵，现在照片拍得太多，反而没意义了。

所以，很多人去往各种地方，但对今生来世有意义

的事什么都没有做，就空手而归了。凡夫人不管是修行还是做其他事，没有真正根除我执，一切精勤只是散乱自心的因，一切忆念只是增上迷乱，所作所为越做越束缚自己，结果不能成就，不能解脱。凡夫人总的来说都有这样的毛病。

**辛勤操劳未能获结果，频频打算皆无有恒定，
所需众多却无具足时，愿能放弃琐事修窍诀。**

世间人虽然拼命努力，辛勤操劳，但结果往往一无所成。今天听说一个老乡死了，我说：“他已经成功了。”旁边的人问：“什么意思？”我说：“他从年轻时就非常辛苦，每天都特别努力，结果现在人老了、死了，最后就到他的目的地了。”人就是这样的，从小到大一直努力，一辈子辛辛苦苦地干干干，但最后死时一无所获。修行方面也没有收获，世间法方面也没有收获，所有的东西都留在人间。

“频频打算皆无有恒定”，我们内心当中，总有这个计划、那个计划，但实际上都没有什么真正的目标。其实人生中应该有一两件主要的事，自己最好有个目标，否则整天想这想那，没有定性。很多修行人也是这样，今天修这个上师的法，明天修那个上师的法，今天去这个寺院，明天去另外一个寺院。虽然你一生当中广闻博学，但到了最后可能也一无所成。你到底真正在修什么呢？好像什么法都没有修似的。心里想得很多，但就是没有一个定准的目标。

世间人总有各种各样的需求，所需很多，但最后什么也没有具足。现在的商家都在给人们制造各种需求，就像苹果手机，一会儿苹果4、苹果5、苹果6、苹果6s、苹果7……其实只是稍微薄一点、大一点。然后人们就蜂拥而上，“哦，我需要这个！”甚至有人为了买手机把肾都卖了。需要这个、需要那个，结果呢？什么都没有得到。我们所需的再多，真正能拥有的其实也没有多少。

所以，我们可能做的很多，成就的很少；想的很多，得到的很少；需要的很多，拥有的很少，人生就是如此。希望我们放弃那些没有必要的琐事，真正去修行一些窍诀。

我也不是说什么都不能要，在家人也好、出家人也好，基本的生活资具还是需要的。但是如果贪欲过多、追求过度的话，也许自己到死的时候会一无所得——我们这次讲的是一些零散的窍诀，有一些内容会击中不少人的要害。但事实就是如此，人总是做的很多，但最后也得不到什么。今天想这个，明天想那个，频频打算，但最终连一个目标都没有。人生应该有目标，比如说，在我们的一生中，如果有一些智慧，至少也可以写一两本书留给后人，或者做一两件有意义的事情。将来你回顾 2016 年到 2026 年这十年当中，自己做了什么——吃了一大堆酥油和糌粑，这也算是一个贡献吧。（众笑）

行为当以佛语为准则，若欲行事心法当交融，

若欲修行当阅先圣传，骄横汝等岂有他可行？

我们的行为应该以佛的语言作为准则；行事之时，心和法要交融；想要修行，要先阅读古代圣贤的书籍或传记。这样的话，这颗骄傲、蛮横的心，还会有其他可行的吗？

在世间当中，我们的行为，尤其是佛教徒的行为，应该要符合佛语——当然佛所说的语言中，也有了义、不了义等等。尤其是管家和负责人，要精通佛学。我希望选择管家的时候，应该选在学院待的时间长一点、戒律等方面懂得多一点的人。不然有些人很年轻，戒律学得不多，让他们当管家的话，也有一定的困难。

我们不论做什么事情，都应该以佛语为准则。要让法和心相融，不要让法与心背离，否则所做的行为不会很好。我们修行时也要多向前辈高僧大德学习，看看他们如何修行——怎么念咒？怎么参禅？怎么度众生？一天的时间怎么安排？而我自己是怎么样的？参照高

僧大德的行为，这就是很好的修行。

常处卑位知足而少欲，解八法羈修行具毅力，
蒙师加被证悟等虚空，愿获普贤王位祈加持。

这是最后一个发愿文。愿我们经常处于卑位，知足少欲，生活过得简单一点，贪欲不要太强。现在的人欲望炽盛，想要拥有很多很多，这样其实非常痛苦。

我们要解开世间八法的绳索。人们都喜欢赞叹、名誉、利益、快乐，不喜欢诋毁、诽谤、衰败、痛苦。这是我们愿意得到的四种和不愿意得到的四种，每个凡夫人都受它们影响。希望我们不要被这世间八法所转，不要被这些绳索绑住。

修行一定要具有毅力。现在很多人修行都没有什么力气。有些老修行人，开个法会、吃个会供品就可以了，而对修行不一定有兴趣——看节目的时候非常激动，晚上都睡不着，但念诵的时候，就没有什么兴头，

等到发会供品、加持品的时候，马上又不打瞌睡、精神起来了。修行和闻思都应该有一种毅力，人的毅力是很重要的。如果你有毅力，不论发心、闻思、度化众生都会很容易；如果没有毅力，即使你有智慧、有能力、有辩才，但也显得很弱，遇到一点点事情就脆弱得不得了，很容易退失信心。今天因为这个事而烦恼，明天因为那个事而痛苦，后天又因为其他事而伤心，每天都有不同的伤感，这种人不论是发心、闻思、做事、承侍上师、护持佛法，都很困难。

人生肯定会有各种各样快乐和痛苦的经历，但只要自己能够坚定、坚强地去面对，其实很多痛苦是可以被超越、被转为道用的，这非常重要。尤其是我们修行人，遇到事情的时候不要特别脆弱。我可以理解你哭，但眼泪最好流到这里为止，再流下去别人帮你擦也不方便，最好自己用另一种方式处理。

但愿我们依靠上师的加持，证悟如虚空般的心性。

这是我们最需要的。依靠上师和诸佛菩萨的猛厉加持和直指，真正认识心性的时候，其实哪有烦恼、哪有痛苦、哪有伤感；真正通达心性时，我们都会很快乐的。这需要有一种加持，平时要对传承上师时时祈祷，要对密法和直指心性方面具有信心，当信心和加持因缘聚合时，短短的时间内就可以转迷为智，当下就可以破迷开悟，这是很容易的。这并不是我一家之言，这是从一些大德的传记和我们身边发生的一些故事中发现的。

实际上，我们每个人内观自心的时候，里面都有一个非常珍贵的宝藏。这个宝藏有些人已经发现了，有些人还没有发现，正在寻找当中。当你发现的时候，不一定要给别人说，通常人们得到宝藏的时候，会用比较隐藏的方式来享用，这也是世间的一种常识，大家都非常清楚。这里说：愿蒙受上师的加被，证悟如同虚空般的心性，最后获得普贤王如来的果位，祈愿诸佛菩萨加持。

《教言精髓》比较简单零散，我是十多年前翻译的，前几天偶然翻开，觉得正式开课前的一两天，可以讲这个教言。其实这个教言是很有加持力的。最后这里说：以上文字乃由无畏智慧金刚（第二世敦珠法王）汇集前辈大德之金刚语，为自己每日念诵而造之偈颂。所以，我们有时间的话也可以念诵，因为这里面讲了很多窍诀。

最近很多人好像都在修行上有了一些突破，原来可能不知道修行到底是什么样的，现在知道了。修行很重要，认识心性也很重要。我这次并没有按照密法的方式来讲，这里面稍微有一点密法直指心性的内容，但我是按照中观直指空性的方式来给大家讲解的。你们如果有兴趣的话，可以自己经常看一看，对照一下，也许光靠这么一个简单的教言，修行也会成功的。因为敦珠法王与我们学院、与这个法脉、与这个地域在很多方面有不共的缘起。同时也希望获得护法神、诸佛菩萨的加持，愿你们心里真正得到这个法义，法融入心，心融入

法。如果我们真正让法融入心的话，修行就会比较容易，否则可能修了很多年都没有进步、没有突破，到一定的时候也会很累。

这次因为开法会，来了很多居士，听说有一些人明后天就要离开。不管怎样，我们的人生就是这样的，修行是最重要的。大家不管遇到什么事，都应该时时刻刻保持开心，有时候可能会有一点暂时的伤心和烦恼，但我们还是要开心地活着、开心地面对一切，这样才是个修行人。我们应该对什么事情都看得淡、看得破、想得开，这就是修行人的特点。

我也希望学习佛法的人，在人际关系上，大家应该和睦相处，不要像牛角放在口袋里一样，互相都不交融，吵吵闹闹的很不好。很多世间学校里的老师都能相处得那么和谐，我们学大乘佛法的佛教团体不应该那样。所以我在这里强调的，一个是人际关系要和合，还有就是自己的内心要经常有所提升和突破，这很重要。

你们也知道，最近学院中一直有很多事情，所以我每次回向文都没有念完就跑了。有些人可能是特意赶来的，想要单独接见，但暂时没如愿也不要紧吧，你们也没有什么特别的事，我这里事情比较多，希望大家理解。重要的是大家已经得到了佛法的传承，至于什么摸顶、供养，这些我都不重视，我最重视的是什么呢？就是法义跟自心对照。所以，虽然有些人从很远的地方赶来，想跟我见一面，但见面不一定有利益，最重要的还是得法。

我们习惯性地总想见一见某个上师、某个明星，其实见了也不一定有什么用，这是世间的一种偶像崇拜。上师也好、明星也好，长得再好、再有名气，这都不重要，关键是要获得一个法，然后自己去修行。就像你们这次来到色达，得到了这个法，以后自己就可以终身受用，这才是重要的。

今天网上听课的人也非常多，这次大家都很重视

传承，但这个传承我确实没有。我们有时候传一些短短的法，好像很多人都更喜欢；像《妙法莲华经》和《大乘经庄严论》，讲的时间比较长，就不一定有那么多人听了。但我也希望，先前听这两门课的人，如果没有特殊情况，要继续听下去，我也会继续讲下去。

○○ 相关阅读

- | | |
|--------------------|----------------|
| ▶ 索达吉堪布全集 7 译作 | 《开启修心门扉》 |
| ▶ 索达吉堪布全集 8 译作 | 《山法宝鬘论》 |
| ▶ 索达吉堪布全集 11 译作 | 《教言合集》 |
| ▶ 索达吉堪布全集 77 课程 | 《开启修心门扉讲解》 |
| ▶ 索达吉堪布全集 78 课程 | 《山法宝鬘论讲解》 |
| ▶ 索达吉堪布全集 79 课程 | 《〈修心七要〉耳传略释讲解》 |
| ▶ 索达吉堪布全集 82 课程 | 《修心利刃轮讲解》 |
| ▶ 索达吉堪布全集 85 课程 | 《苦乐道用讲解》 |
| ▶ 索达吉堪布全集 95 课程 | 《殊胜赞讲解》 |
| ▶ 索达吉堪布全集 96 课程 | 《初中末善语讲解》 |
| ▶ 索达吉堪布全集 97 课程 | 《教言讲解合集》 |
| ▶ 索达吉堪布全集 104 课程 | 《智慧百论讲解》 |

