

《入菩萨行论》第55节课

《入菩萨行论》分十品，前三品主要是令相续中生起菩提心，四、五、六三品是在生起的基础上让菩提心再再地稳固，第七、第八、第九品是在稳固的基础上，让它增长到达圆满，第十品是把一切善根回向法界有情共同成佛。

《入菩萨行论》是使凡夫初学者从最初没有菩提心到生起菩提心，最后让菩提心究竟圆满的论典。此论宣讲的内容是我们修持菩萨道的核心和窍诀，看似简单的颂词里面蕴含着非常丰富、深奥的道理，是趋入菩萨行的甚深论典。

作为初学者，我们要抛弃相续中凡夫的习气和思维方式，让身心安住在菩萨道中。我们现在的想法、行为是相应于轮回的，而菩萨的发心是非常清静、伟大的，他的一切行为都是为了利益有情。我们不要用凡夫的思想和分别念来理解《入行论》的颂词，觉得很容易、很简单，其实它宣讲的是菩萨的行为。我们应该了知：我们的想法和菩萨的想法差距很大。无论任何事物，带着自己的主观意识去看，结果只会相应于自己的理解层次。以凡夫的眼光去看菩萨的思想和行为，就会把菩萨的行为理解为凡夫的行为，这样肯定不是真正的“入菩萨行”。

我们应该了知菩萨是怎么想的？菩萨的思想是什么？菩萨应该做什么？应该怎样对待众生？只有了知菩萨是这样想的、这样做的，才能帮助我们摆脱凡夫人的思维模式，趋向于菩萨行，靠近于菩萨行。现在并不是把高高的菩萨行拉下来相应我们的凡夫心，而是让我们的凡夫心逐渐上升到菩萨行的高度。

论典中有很多窍诀，我们不能以凡夫的思维模式去看菩萨行。我们看词句很简单，是因为通过我们的智慧和思维方式看《入行论》时，就理解为相合于凡夫思维方式的菩萨行。实际上这样的理解是走样的，因为已经被凡夫人的分别念和固有的思维模式扭曲了。

所以，我们学《入行论》一定要知道菩萨行的关键是菩提心，而菩提心是以利他为终极目的，与凡夫人以自利为终极目的完全不同。如果我们学菩萨道还是以自己的分别念、我爱执和自私自利的心来学，心里想：学《入行论》对我有什么好处，我能从中得到什么好处……当然，作为一个初学者，一点不考虑自利是不现实的，但要了知这肯定不是《入行论》的核心思想。最初不可避免地会受我执的影响，但随着学习的深入，这种观念必须要转变。

我们逐渐趋入《入行论》的学习，就会发现《入行论》是一部讲利他的论典，讲怎样利他，甚至讲到我们要完全抛弃自利、放弃自利去利他；没有任何条件、一心一意地利他，这就是《入行论》为我们传递的思想，让我们的思想通过学习、修炼，上升到菩萨利他

的高度，让我们逐渐接近菩萨行的行为。

《入行论》已经学习到第五品，此时应该慢慢思考，或者在禅修、观修菩提心时向利他的思想靠近，并不只是为了得到讲闻《入行论》的功德、为自己种下成佛的善根。当然，这种想法比世间八法要好得多，但严格来讲，《入行论》揭示的是完全无我的利他。虽然我们现在做不到，但应该有一个目标，这个目标就是纯粹的利他心、菩萨行，就是真正地完全抛弃自利，一心一意地利他，这是我们的目标。

现在我们达不到这个目标，但并不等于永远达不到，我们必须观察自己离目标还有多远：从早到晚有多少心是利他心？有多少是相合于自私自利的心？修菩提心时，这颗心是否已被我执所染污？行持菩萨行时，如此经常观察，逐渐通过禅修等方式调整，辅以积累资粮、忏罪，这样我们的心就可以和菩提心的修法逐渐相应，让我们的心转化为利他菩提心的状态。只有我们的心成为了菩提心，大乘的道路才显现；没有菩提心，大乘的道路是不会显现的。世间可能会有这样的情况：道路已经修好，我们可能误打误撞地走上去，迷迷糊糊地乘上一辆车到达终点。在大乘菩萨道中不会有这样的机会，只有当我们的心达到菩提心的状态时才有所谓的菩提路；我们的心没有达到就没有路，没有路，我们指定目标就没什么用了。

我们修习《入行论》，要看其核心思想到底是什么？本论从头到尾都是让我们生起利他心。生起利他心的同时，什么是它的障碍？就是我爱执。我爱执对于生起利他心是最大的障碍。所以，我们一方面要打破自私自利的心，一方面也要努力地生起利他的意乐，这是绝对不能忘失的，力争把我们的心调整到利他心的状态，这是非常殊胜的修法。

第四品、第五品主要是讲持戒波罗蜜，持戒波罗蜜在第四品是从“不放逸”的角度讲守持菩萨戒，第五品是以“正知正念”的方式守护菩萨戒。第五品开篇就讲到：如果我们想要护戒，必须要护心；如果要护心，必须要守护正知正念。它们之间的关系就是这样。这里已经把修行的次第讲得非常清楚，操作性很强，只要我们认认真真地学习、观察、分析，就能够找到修行的方法，就怕学习时马马虎虎，似是而非。所以，我们学这部论典时要认真地学习，好好地思维，尽量把学习掌握的观点付诸于平时的实践。做善行时，以菩提心来摄持；闻思修时，尽量以利他心来摄持。即是：我做这个善法的终极目的是利他；至于我发愿成佛也是为利他；我得到功德也是为利他；终极目标就是为利他。

第五品中现在讲到了“一同趋入”，前面的科判身体所做已讲得很清楚，就是平时我们应该怎么看，应该怎么做。

子二：观察心之动态；

尽力遍观察：此若狂象心，
紧系念法柱，已拴未失否？

“尽力遍观察”:我们要竭尽所能、周遍地去观察我们这颗犹如狂象一般的心。观察它干什么呢?观察它“紧系念法柱,已拴未失否”?我们这颗心是否牢牢地、紧紧地系在忆念正法的柱子上,拴得很紧,没有松开、没有走失?我们一定要经常这样观察。此处把我们的心比喻成狂象。狂象前面提过,印度有很多大象,比如给它灌酒就会迷失本性、发狂;有时是通过各种因缘,它的心开始发狂,就出现了狂象。有单头的狂象,也有狂象群。如果大象开始发起狂来,无论见到什么,它都想摧毁,狂象是不受控制的。同理,我们这颗心如果不调伏,也就犹如狂象一样非常地粗暴、难以驯服。

古印度驯象使用食物或铁钩。在上师的讲记中也讲了一个公案:有一次,大象犯了错误,让国王受到很大的惊吓,差点丧命。国王对驯象师说:如果象没有调伏,就不该让我骑;如果已经调伏了,为什么会出现这种情况?驯象师说:实际上我已经调伏了它的身体,但是它的心我没有调伏。国王不相信,于是驯象师就做试验:把一个铁丸子烧得通红,拿着铁钩命令象把铁丸子吞下去。公案中描绘了大象的想法:把铁丸吞下去是死路一条,但是和被铁钩钩裂大脑的痛苦相比,还是选择吞铁丸。它知道铁钩是最严厉的惩罚方式,相当于人间最严酷的严刑拷打,它情愿选择吞烧红铁丸而死,也不愿意被铁钩钩裂大脑而死,就在围观中吞下烧红的铁球而死去。国王看了之后非常震惊:你驯象都到了这个程度,让它吞烧红的铁球,明知要死都会吞,为什么会出现那种情况呢?驯象师说:实际上我只能调伏他的身,不能调伏他的心。

世间的上司有时也通过钱财或者通过威胁说:好好干就给你发工资,不好好干,我就要惩罚你,乃至要你的命。这时下属就会很听话做事情,此时他的身体被驯服了,让他做什么就做什么。不过,有时身体服了心并不服;有时身体服了心也服了,他会对这个人很尊重,也会为他做事情。但是这只是暂时的,假如有人出更高的报酬,或者这个人面临更严厉的惩罚,他的心就会发生变化,因为他之所以服从也许是因为给的钱多,也许是受到了要挟、警告等。所以,对他的身体和心的调伏都是暂时性的,通过某种因缘而显现的,根本的东西没有触及,所以,一有变故,仍然会发生变化。

一般来讲,医生可以调心、调身,有些心理医生对浅层次的心理疾病的治疗也会有一些收效。但是疾病的根本没有调伏,因为人们无始以来习惯了我执的状态,很多习气种子根深蒂固。

驯象师的公案里的国王,实际上是佛的前身。佛陀出世后,讲了佛在因地初发菩提心的故事,有一品叫“大光明王发心品”,当时国王的名字是“大光明王”,他问驯象师:世间上有没有人既能调伏身也能调心?这时很多天人、圣者加持驯象师说:世间有佛陀既能调人身,也能调人心。大光明王听到此话后,大乘种性瞬间得以苏醒,浑身汗毛竖立,热泪盈眶,烧香向十方空中供养。他说:既然能调身也能调心,我要发心成为佛陀。他发

心后经过三个无数劫修持菩萨道，最后成为释迦牟尼佛。我们看公案、传记都知道，佛陀既能调人身，也能调人心，而且调心是究竟的调，不是暂时调心。

暂时调心就是我给你报酬，他的心向着你；或者我给你压力，他的心向着你，这是暂时调心，但遇到因缘还会变化。佛陀调心的方式是究竟调，为什么是究竟的调呢？他可以从根本调伏自己的心。我们看跟随佛陀修学，已经成功调伏心的人当中，有谁以前调伏了心后来又退失的？诸佛如阿弥陀佛、释迦牟尼佛成功调心之后又退失的有吗？没有；菩萨成功调心之后堕落的也没有；阿罗汉如舍利子等，成功调伏自己的心后，失去自己境界的也没有。由此可知，这是究竟的调伏。

我们流转到现在，在世间中暂时的调伏已经周而复始很多次，都没有解决这个问题。释迦牟尼佛出世后，宣讲了清净正法，宣讲了究竟调心之道，而且有无数成功调心的事例。所以，我们现在很有幸，遇到了调心方法---观察心的正知正念。

调心有很多种：有针对粗大分别念的调伏，有对中等分别念的调伏，有对最细微分别念的调伏，不管是对治哪种分别念，佛陀都有完整的、可以操纵的教法，它不是哲学、纯理论的东西，是可以付诸于实践的教法，实践之后完全可以达到预期的效果。现在我们要选择这种调心的方式，就像我们厌离轮回一样。轮回中也有身心的快乐，但为什么我们要厌离轮回？从三苦的角度来讲，这种乐不离苦的自性。即便有暂时显现上的快乐，但得到之后又会失去，失去之后又拼命努力得到，得到之后又失去，如此来来去去，反反复复地折磨众生。观修轮回痛苦，也是让观修者对轮回生起厌离心。比如我本来这段时间过得挺好，家庭也很和睦，身体也很健康，方方面面都很顺利。这时突然生病了，一家人跟着你痛苦；或者出现一个什么天灾人祸，幸福时光就此终结；然后过了一段时间，又恢复到相对平稳状况。总是在这种状态中反复，想到这点有些人就会生厌离。有没有一个一劳永逸的方法？如果有，我一定要去追寻；如果没有，我们也没办法，只能随波逐流。但是我们很幸运，的确有。因为佛陀已经发现，而且佛陀通过实践已经达到目的地，所以说，这个就是彻底调心的方法。

彻底调心的方法出现在佛法中，我们要跟随这样的方法。因为它的确不像其它的方法让我们生厌离心，总是翻来覆去，周而复始使人没有安全感，得到的东西都是无常的，最终还会失去。现在我们通过不断地观修、对比，就知道佛法是正确的调心方法。

怎么样对比？有一点必须要知道：佛陀讲教法时，不会因为众生喜欢听什么就讲什么。不像现在有些世间人，他就是观察观众喜欢听什么，他就说这些取悦于他们，让他们觉得很舒服。佛陀讲法是告诉我们应该听什么，应该学什么，告诉我们应该知道轮回的实相，而不像有些人粉饰太平，一切都很美好。佛陀告诉我们实情，轮回就是这样周而复始，总是这样不安全、不如意。我们去观想轮回中的痛苦，人道、天道的痛苦，地狱的痛

苦，每一个都让我们思维得很细，我们思维得越细，对事物认知得越清楚，当我们多次思维后，就会厌烦轮回，这时就会生起出离心了，觉得轮回的确没有什么意义。我们奋斗了一辈子，死后又全部失去，第二世又重新开始又失去，这样周而复始，反反复复，的确把人的心搞得很疲倦。

那么，这时应该怎么修行？有没有一个一劳永逸的方法？我们就想去寻找。佛陀告诉我们，只要通过正确的方式观修调心，成功之后就一劳永逸，而且付出的代价不是很多，时间不是很长，就可以达到。所以我们要跟随佛陀讲的教法来调心，这是究竟调。调心不像调狂象一样，它是真正从根本拔除让心不悦意、烦乱的种子的究竟方法。《入行论》中所讲的都是和这个有关的分支。

“尽力遍观察”：我们要尽力通过所学习的佛法，用最多的时间周遍观察：我这颗心是不是系在忆念法的柱子上？忆念的法是什么？就是利益自他的正法。平时我们思维怎样利益自他，尤其是怎样利益他人，这是我们平时要忆念的，就像柱子一样必须稳稳地插到地上。我们的心是不是和正法有关联？我们平时是不是在忆念法的内容？是不是忆念利益自他的内容？这需要多观察心的状态，是不是拴得很紧没有走失？所以，此处讲“已拴未失否？”。

我们平时要习惯于观察我们的心是不是在忆念正法，尤其作为大乘修行人来讲，我们是不是在忆念众生的利益，我的每一个起心动念是否忘失了利益众生。当然，发了菩提心之后，是不是每一刹那都说：我要利益众生？实际上是不需要的。但如果我们产生自私自利的念头时，就要改变它。如果没有产生自私自利的念头，我们经常性地忆念一下，不是每一刹那都要忆念。比如隔一、两个小时，或者隔个十几分钟，我忆念一下我的心态，经常这样忆念不让自己心走失，不要迷失在原来自己固有的凡夫人的思维当中。我们作为大乘修行者，一而再，再而三地回到原来固有的模式，这样下去修道会逐渐失去力量。所以，我们要经常性地忆念利他心。

如果修法时缺少善根或因缘不具足，我们在忆念、思维利他时会有点疲倦，好像没有产生什么效果。有时觉得疲倦就不想修了，或者觉得是不是这个法不太适合我。其实在很多大德的教言中讲：除了我们在观修时要抓住要点，认认真真去观修法之外，平时我们也要多祈祷上师，也要多积累资粮，多忏罪。通过一系列的修法，就可以让我们的心逐渐调伏到正确的状态。

调心的状态是一个果，是一种现象，这种果的出现必须要很多因缘——正确的观修；祈祷上师三宝加持；积资净障，这些因缘具足，调心的结果就自然会出现。如果因缘不具足，果就不会显现或迟迟显现。所以我们在学法过程中，除了真正打坐观修之外，其余如积累资粮、祈祷上师三宝加持都是很重要的、不可缺少的因素。

为什么我们再再地强调因缘，因为因缘的确很重要。任何一个果的出现都需要具足因缘，只有因缘具足圆满，果才会出现；如果哪种因缘不具足，果都不会出现。

我们在修菩提心、修正知正念时，除重视观修颂词意义之外，还要重视其他的因缘。比如我们在打坐的时候，如果把心念放在了其他因素上面，没有去观修菩提心如何生起，它肯定是缺缘而不生的。如果我们只是满足于了知某个颂词讲什么意思，那么只要逐字分开解释即可，不观察其他因缘也可以，为什么呢？因为你只是想搞清楚字面的意思，只是想得到这个结果，如是因得如是果。同样的道理，我们如果要在内心中生起正知正念，生起菩提心，希求这样的果，那么我们的所做就必须符合这种果的因缘——祈祷上师三宝、积累资粮或者正确的观修。概而言之，想要得到什么样的果，就必须具足什么样的因缘。反过来讲，我们现在正在做什么样的因缘，就可以推知以后能够得到什么样的果。如果做的因缘很少，想要得到广大的果就很困难。如果现在做轮回的因缘却想得到解脱的果，这是绝对不可能的事情。

精进习定者，刹那勿弛散，
念念恒伺察，吾意何所之。

精进地修持一缘专注等持的人，一刹那也不要弛散于颠倒的外境，在念念当中必须要观察我的心到底在做什么，到底是在执著善的对境呢，还是在执著不善的对境。

一提到“习定”，我们的脑海中往往会立即浮现出以毗卢七法而坐、闭目观修的寂止姿态，这只是习定的方式之一，习定有很多不同的层次。此处所讲“念念恒伺察，吾意何所之”也是一种习定。习定的意思就是制心一处，即把所有的分别念集中在一处，修传统意义上的寂止，就是找一个所缘，比如把分别念放在一块木头或呼吸上面，以一念制万念。这固然也是一种分别念，但是通过它可以制服、息灭其他的一百乃至一万种分别念。

正知正念本来也是一种念头，但是如果我们把注意力放在这一念上面，其他的分别念就不会产生，心的本性即是如此。在一个刹那当中，不会有两种不同的念头同时生起。所以，当我们把心放在正知正念上时，与此同时不会产生其他的分别念；第二刹那又把念头放在善的分别念上，它也不会产生其他的分别念，第三刹那也如此……如果一直这样下去，我们的相续中就不会再产生其他的分别念。即便产生了恶分别念，马上把它拉回来，通过安住善分别念的方式，把这个恶分别念排除。因此，如果能够“念念恒伺察”，就可以做到“刹那勿弛散”。

作为一个修行者来讲，最高的标准是心一刹那也不散乱于颠倒的对境当中。通过唯识的观点来看流转的因和这种修行的原则：当我们的心散于外境的同时，散乱的种子就种到了我们的心识当中，第二个刹那又散于外境，第二个种子又种在内心中。种在我们内心当中每一个散乱的种子最后都会起现，会成为以后将看到的外境的因，外境显现

之后，我们又开始执著，这就是我们为什么会连续不断流转的原因。

修行就是在最初的时候，尽量多种善种子。比如看到外境的时候不弛散，安住于善念，再看到的时候再安住于善念。安住于善念的同时，一个善种子就种在了相续当中，如果第二个刹那又安住于善所缘，那么第二个善种子又种进去了。所以，安住善所缘的时间保持得越长越稳定，善法种子就越多，生起的善念也就越来越多，恶法种子就越来越少。当这种力量越来越强大的时候，我们的恶心、恶分别念就很少会产生。通过修习善法比如忏悔等的力量，还可以把以前的恶习气消灭掉。当恶劣的、负面的习气种子很少的时候，我们的功德就慢慢开始明显起来了。

当我们开始修出离心、大乘菩提心、修空性时，这些能够引导我们趋向解脱的种子越来越多，善法的力量越来越强时，就能够引导我们的心识趋向于圣者果位。通过观察分析了知这个道理之后，我们就会非常自主地修行，不用别人每天监督、鞭策，规定不修行要如何惩罚。我们会发现修行是自己的事情，只有自觉自愿去修行，这样的种子才纯净，力量才强大。了知此理后，我们就要“念念恒伺察，吾意何所之？”。

为什么在《入行论》等很多论典中都强调，我们要尽量地安住正念，此处也讲到“刹那勿弛散”，这是一个很高的标准，因为做到了“刹那勿弛散”，我们的心心念念就能够安住在善法所缘当中，安住的善所缘越多，相续当中的善种子也就越多，长此以往持续下去，就成为一种真正有力量的修行。

修行中我们要详细观察，每天熏进内心的善法种子多，还是恶法种子多，如果两种力量是平均的，那么修法就很难有明显的上进，很难有真正生起明显功德的机会。在善恶平等的情况下，我们几乎都没有什么机会，何况相续当中恶念的种子超过了善念的种子？毫无疑问，修行会退步，要得到解脱果也比较困难。唯有尽力安住善念、修行善念，让善念的种子多于恶念的种子，照这样的趋势修持下去，我们还算真正有点希望。

当然，无法安住也并不意味着彻底失败，只是相比较起来，在这样的状态下，得果的时间要漫长得多，想要迅速获得明显的功德、产生明显的觉受可能要困难一些。所以，精进习定者要经常观察自己的心到底是在缘善法还是不善法，如果是缘了善法就让它持续下去，缘了不善法就要终止，这也是一种习定的方式。真正境界很高的习定方式是止观双运——在修寂止时又生起了无我的胜观，安住心的本性。此处颂词是讲观察心的动态，还没有上升到那么高的层次。一般而言，讲到正知正念，只是观察我们的心到底是缘善还是不善，如果是善就继续，不善就纠正。

子三、开许放松之时：

危难喜庆时，心散亦应安，
经说行施时，可舍微细戒。

此处讲持戒度。持戒给人的印象是让自己的身心很紧张、很教条的方式。但实际上，佛法修行是松紧适度的，这段颂词就讲到了开许放松的情况。

“危难”是指在我们遇到火灾、水灾等有生命危险的情况；“喜庆”则是指三宝节日、佛陀圣诞或者举办一些大法会等喜庆的时候，以上两种情形都可以开许放松。“心散亦应安”字面上的意思是：在这样的情况下，即便没有一刹那也不驰散地完全停留在善所缘方面，心稍微有一点点散乱也可以安心。

上师在宣讲的时候按藏文直译过来是“无能随力行”，“无能”就是没有能力，在危难与喜庆之时，如果没有能力，那么就随力而行。“无能随力行”其实更能够体现颂词的内涵，在危难和喜庆的时候，可以稍许放松一下你的戒律。当然，这里的稍许放松，并不是指根本的、重大的戒律，而是指比较微细的戒律。如果实在无法做到念念安住在善分别念当中，也可以随力而行。

危难是有损于生命的，尽管作为修行者来讲，不应过多地执著自己的身体，但是暇满人身也不能随随便便就抛弃。众生最喜欢堕两边，没学佛的时候拼命地保养身体，稍微学了一点佛法就拼命地折磨身体，觉得只有这样才是一个修行者，还搬出米拉日巴尊者来说：你看米拉日巴尊者是一个修行者，他就折磨自己的身体如何如何，实际上并不是这样的。对初学者，佛陀讲行于中道是最适合的，我们不应该因为过度地保养身体而耽误修行的时间，但是也没有必要为了凸显自己是一个修行者而故意折磨它——有病也不去看等。我们的人身非常难得，得到人身的时候，应该发挥它的最大效益，那就是修行正法。如果一旦失去了这个人身，又没有解脱的把握，这样很可能中断修法的相续，那么损失就会更大。因此在遇到危难的时候，开许可以奔跑呼叫等等。作为修行者尤其是出家人，平时走路或说话等都有一定的规范：走路不能太快，不能跳跑，说话也不能太大声，但是如果遇到危难，比如说遇到火灾时，是必须要呼叫救火的。

大法会或者供养三宝的节日等比较喜庆时也有所开许，虽然在戒律中也规定修行者、出家人不能跳舞唱歌，但是如果是在喜庆时，也开许参与者不需要那么严格地去保护戒律，可以适当地放松。这和第七品当中的舍助缘可以遥相呼应，我们在修法的过程当中，如果时间过长，就必须放松一段时间。放松一段时间干什么呢？用来调整一下身心，调整到最佳状态的时候再开始精进，为了更加长远的精进才暂时地放松。有些人不懂得这个道理，要么一直放松，要么一直紧张，两种都不是合适的状态。“心散亦应安”，在吉祥的日子里，有些大德会举办一些法会，因为很多众生喜欢唱歌跳舞，尤其佛弟子对佛陀的教义在还没有享受到法喜、法味之前，仍是喜欢歌舞的。为了让他们能够更加长久地修持菩萨道，有些大德会做相应的安排。凡夫人在没有得到圣果之前，对这些还是有兴趣，这时放松一下自己的心，也是开许的。

“经说行施时，可舍微细戒”，持戒的功德远大于布施的功德。佛陀在讲六波罗蜜多的时候，首先是布施，接着是持戒，然后是安忍，前面是相对粗大、容易的，往后是比较细、比较困难的。六度当中布施第一，布施容易做，第二是持戒，二者相比较，持戒的功德比布施的功德要大，因为持戒比布施困难得多。

我们可以看到，在世间当中，不管学佛与否，哪怕是一些很下劣的人，在看到乞丐，看到有人遭受灾难的时候，都可以多多少少布施一些自己的钱财，所以相对来讲做布施是很容易的，什么人都可以参与，但是持戒就不一样。如果说有一千个人会做布施的话，能够并且愿意守持戒律的可能还不到十个人。因为布施并不要求做的同时一定不能杀生、不能偷盗等等，只要有一点善心，把钱布施出去就可以了。持戒则很困难，必须要放弃以前很多所谓的喜好，不能杀生、不能偷盗、不能邪淫等。比如说有些人以杀生为乐，喜欢钓鱼，觉得这样是一种乐趣，但如果受了戒就不能再做，所以持戒很困难。

正因为持戒困难，所以它的功德就大。佛经中讲：“百年布施，不如一日持戒。”即一个人做一百年的布施，也不如一天当中守戒功德大，一般情况下是这样的。但是此处说“经说行施时，可舍微细戒”，尽管一般来讲我们是要舍弃布施而保护戒律的，但是在特殊的情况下，特殊的场合中，为了做一些布施，也可以开许舍弃除根本戒以外的一些微细戒律。

注释中提到，放生作无畏施时，有时可舍弃微细的戒律。比如猎人在追赶猎物的时候，为了救护猎物不遭杀害，也为了让这个猎人少造一次杀业，在这种情况下，明明见到了猎物，或知道猎物的藏身之处和逃跑的路线，而却说没看到或者说朝相反的方向跑了，尽管说的是妄语，但这是为了行持无畏布施而说的小妄语，属于佛经当中开许“可舍微细戒”这种情况。

还有一种情况是：比如说在守八关斋戒的时候，发誓在守戒的过程当中禁语，这时禁语就成了你守持的一条戒律。但是如果正在守持禁语戒的时候，来了一群人或一个人请你说法，说法必须要开口的，而开口就违犯了禁语戒，但如果维护自己的禁语戒，他们就得不到法布施，这个时候该怎样去权衡呢？这个时候应选择法布施。因为法布施很重要，尽管守戒也很重要，但是守禁语戒和给他人布施正法的利益比较起来，法布施的利益更大。因此，本来是持戒的功德大于布施，但是在做法布施时可以舍弃所守持的微细戒律，这是开许的。

此处也可以说明佛法不是古板教条的，实际上具备一定的灵活性。针对观察正知正念的时候，前面讲了“刹那无驰散”，但如果我们如果处于危难与喜庆当中，就可以开许稍微放松一下。正如在做无畏布施、法布施时，也可以舍弃一些微细的戒律。

思已欲为时，莫更思他事；

心志应专一，且先成办彼。

如是事皆成，否则俱不成。

随眠不正知，由是不增盛。

我们通过观察思维之后，应该力所能及地行持善法，思考好了，要去做的时候，必须下定决心——我要把这个善法做好。这时，就不要再去想其他的事情了，应当集中精力，心念专一地先把这个事情做好。如果养成了这种好习惯，那么以后的每一个善法都可以行持得很圆满。如果没有专心专意地去成办一件主要的事情，那么不但这件事情做不好，其他的很多事情也都做不好。另外还会获得一种功德，如果专心专意做一个事情，不正知这种随眠烦恼不会增盛，也比较容易调伏。

看完字面上的意思之后，我们再来分析颂词里面所隐藏的含义。为什么要求我们要专心专意地首先做一件事情？比如说我们在报名学法时，上师要求我们尽量选一门主修课，或者主修入行论，或者主修净土，或者主修前行。那么，我们通过观察，决定要选某一部论典作为主要学习对象的时候，就要把主要的精力放在这个上面，专心专意地把这部论典学完、学好，力争在学习的过程当中，让学法的利益达到最大化。尽管我们现在还谈不到圆满的利益，但是至少依靠自力，在当前的情况下要力争达到最好，专心专意学完之后再确定下一步目标，这样稳扎稳打地一步一步学下去，很多事情都能够成办。当然，在学习这个法的过程当中，也并不是完全不能涉猎其余的论典，如果还有富裕的时间和精力，也可以慢慢去学一点其他的，但前提是一定要分清主次。不单单是学习，我们在修行的时候也要有一个主线。佛法经论浩如烟海，在诸多教派与法门中我们必须有所选择，选择适合自己修行的一种体系、法脉，或者某一个修法。

为什么这样讲呢？因为生在五浊恶世，众生浊、烦恼浊、见浊等五浊很兴盛的时候，众生寿命短暂，分别念非常多，烦恼很深重，精力也非常有限，在这种前提之下，我们要同时做很多事，精力与智力完全不够用，做到后面很可能就全部乱套了，最后导致什么事情都做不好。所以我们应该事先选择一条主要的线路，一个主要的体系，这是非常关键的。

“心志应专一，且先成办彼”，这是根据众生目前的实际情况所发的。我们不是天才，没有超高的智商，所以在学习正法时，要用适合自己的学习方式一步一步地学；修法时，一个体系一个体系地安住，这样每一件事情都能做好。众生有时候很贪心，这个也想做，那个也想做，所谓“贪多嚼不烂”，比如吃饭的时候把很多好菜好饭全部放在嘴巴里，塞得满满的肯定嚼不烂，能吸收的就很少。我们现在也是什么都想做，什么都想学，道教也想学，佛教也想学，这是没有办法成办的。

另外，如果我们专心专意去做，还可以带来其他的利益：不正知这种随眠烦恼就不

会增盛。随眠烦恼在与根本烦恼同时出现的时候，是一种次要的烦恼；有时单独出现就是指烦恼，《俱舍论》中是这样讲的。所以随眠有时指烦恼本身，有时指支分烦恼，有时指隐藏的、不明显的习气，就好像睡着了一样，睡着的时候很多思想状态是不明显的。什么叫随眠烦恼呢？有些注释当中讲，某些烦恼很微细、不明显，就好像睡着了一样，但并不是没有，醒过来就会变成现行，变得强大，所以有时随眠是指潜伏起来的烦恼。但是无论如何，只要我们专心专意地修善法，专心专意地观察自己的起心动念，专心专意地去对治，这种不正知的随眠烦恼就不会增盛，由它而引发的诸多过患也就可以避免，能够达到圆满的目的。

今天就讲到这里。