

《佛子行》第2课笔录



诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！

发了菩提心之后，今天我们再次一起学习无著贤菩萨所造的《佛子行三十七颂》。《佛子行》宣讲佛子修行方式的正文，共有三十七个颂词。对于趣入前行的修行，获得暇满人身时如何看待，如何抛弃三毒根源的故乡，这些内容已经在前一课学习了。

虽然《佛子行》宣讲的颂词并不多，但是意义很深，调伏烦恼的窍诀特别殊胜。法王如意宝对于传讲听闻，要求弟子学习《佛子行》非常重视。大恩上师也是在很早以前就翻译了这部论典，后来又重新校对，在很多地方针对山上山下的道友传讲了很多次。《佛子行》的

词句比起《入行论·智慧品》，以及《释量论》等五部大论的意义，还是比较简单的，但是里面对修学方式的宣讲，是非常殊胜的。

丙三、依止功德源泉之静处：

科判宣讲的是要依止功德的源泉寂静处。如果想要修行，在内心中生起佛法的觉受和证悟，需要一个非常殊胜的环境。虽然从理论上来看，只要内心有法义，任何地方都可以成为修行佛法的道场，不一定非要在寂静处。因为凡夫人从无始以来到现在，已经习惯了喧闹，内心的烦恼也非常粗重，所以环境对众生的心，仍然有很强的影响力。如同前面讲的，如果对于家乡比较欢喜和依赖，很容易产生贪嗔痴，反过来如果依止寂静处，就可以产生功德的源泉。

离恶境故惑渐轻，无散乱故善自增，

净心于法生定解，居于静处佛子行。

这个颂词鼓励佛子要安住在寂静处。“离恶境故惑渐轻”，远离了非常恶劣的环境之后，自己相续当中的贪嗔痴烦恼会逐渐地减轻。“无散乱故善自增”，因为在寂静处没有很多身心的散乱，善法也可以自然增长。“净心于法生定解”，因为在寂静处心比较清净，所以比较容易对正法产生殊胜的定解。基于前三种理由，无著菩萨教诲我们要居于静处，这是佛子的行为。

下面进一步学习颂词表达的含义，这里讲了依止寂静处的三个理由。

第一个理由是“惑渐轻”。“离恶境”，所谓的恶境，就是比较恶劣的环境。按照世间人的说法，所谓恶劣的环境，就是自然条件，或者

居住环境不好，比如有风沙、雾霾、荒山野岭、戈壁滩等，或者发展比较落后的城市，但是针对修行人不一定是这样，所有让内心产生贪嗔痴，容易引发烦恼，不利于修行，都属于恶劣的环境。一般世间人认为灯红酒绿的大城市等比较好的居住环境，对修行者而言，尤其针对初学者，这些环境比较容易引发内心的烦恼，属于恶劣的环境。如果能够依止寂静处，就没有这些恶劣的环境。

为什么修行的道场、寺院等佛法比较兴旺的地方，都在条件不是很好，比较贫穷落后的地方，或者在高海拔、非常寒冷的地方等；反而在城市或者比较发达的地区，佛法不是很兴盛。由此有些人就产生了疑惑，修学佛法到底能不能增长福德？

单纯从世间福报的显现来看，虽然在比较温暖，或者居住条件比较好的地方，可以过上比较好的生活，但是过上好的生活，和修行是两回事。在比较嘈杂的环境中，心容易散乱，而在比较偏僻或者经济不是特别发达的地方。因为看得少、听得少，内心当中的执著或欲望也就少，所以有比较多的时间、精力来观察、思维法义。很多人在这些地方，自然而然地得到寂静处的加持，内心就能和正法相应。

修学佛法到底能不能得到圆满的福德呢？绝对可以。比如做一个顶礼，从所顶礼的地方，一直到金刚地基之间有多少个微尘，就有多少转生转轮王的次数，甚至比这个数量还多得多。既然做一次顶礼可以得到这么多的福德，那修过十万次顶礼的道友，福报应该非常大了。因为我们修行佛法并不是为了得到世间的善根，所以在发愿、回向的时候，把善根主要回向于生生世世转生到佛法兴盛的地方，能够有一个比较好的环境听闻、思维、修行佛法。因为在某些特定的地方修行，佛法的证悟、功德比较容易增长，所以如果善根成

熟了，哪里佛法兴盛，比较适合修行，我们会转生在这样的地方，然后比较容易找到佛法，从而继续上一世的修行之旅。

在很多自然环境比较恶劣的地方，比如雪山、草原、森林，佛法比较兴盛，这是一种自然的缘起力量。城市里虽然方方面面都很方便，但是要真正产生佛法的觉受，和佛法完完全全相应，这是非常困难的。

因为修行人的发愿回向主要在佛法方面成熟福德，虽然显现上在佛法兴盛的地方，物质方面的受用没有那么发达，但是精神世界，内心对佛陀、佛法具有非常强烈信心，容易产生菩提心、慈悲心，或容易接受与究竟实相相应的大空性、大光明的见解。在这些方面远远超胜其他地方的有情，所以真正的恶境，不是按照世间人的标准，而是能否与佛法相应的侧面来安立。此处所讲的恶境，是比較容易产生愤闹、烦恼的环境，寂静处就是指山中的寺院、林间的道场等等。

因为依止寂静处，离开恶劣环境的缘故，所以惑渐轻，有一种加持力。离开都市，到了比较清净的地方，比如有些道友去了佛学院，内心当中自然而然地感觉到清净，这也是静地本身的加持力。反方面来讲，有些修行者在寂静的地方住了一段时间之后，到了城市里，内心也比較容易被环境所影响，这也可以算是一种负面的加持力。从两方面对比，初学者应尽量选择寂静处，远离愤闹之处，对于我们的心，必然会产生一定的影响，这是一种自然的法尔理。

我们是完完全全依靠环境吗？也不是。依止了寂静处，是不是烦恼就没有了？也不是。关键是有两点，第一，有想要修佛法的心；

第二，寂静处对于修行佛法能够提供一切的顺缘。否则所有住在偏远地方的人，离群索居，内心当中应该没有烦恼，实际上并非如此。即便长期住于寂静处，如果没有用佛法调整自相续，内心的烦恼仍然没有办法根除。第一要有修学佛法的助缘或者心愿，第二环境也很重要。“离恶境故惑渐轻”，在寂静处，因为看得少、听得少，以及寂静处和圣地的加持力，烦恼可以逐渐地减轻；烦恼减轻之后，再来修持佛法，更加容易与之相应，这就是依止寂静处的殊胜必要。

第二个理由是“无散乱故善自增”。因为在寂静处没有散乱。大恩上师说，尤其是出家者，在寺院或者在寂静的道场当中，没有务农、经商、工作等很多让自心散乱的因，可以把自心专注在善法上，没有被散乱扰乱自相续的缘故，善法能够自然而然地增上。有些道友离开了城市到寂静处去住两三个月、一年半载，和在城市中的感觉完全不一样，内心的信心以及对众生的慈悲心很容易生起来，修学佛法的意愿也是比较强烈的。

大恩上师经常在上课的时候，讲到有些道友离开佛学院的时候，在上师面前告假说：“下山以后，我一定要好好学。”上师半开玩笑半认真地对他们讲：“会不会这样哦，下山之后还会想到佛法吗？”在山上上师身边时，信心很强烈，想要修行佛法的决心非常坚定，但是到了山下，城市里散乱的因缘特别多，在寂静的道场中培养起来的信心、修行佛法的决心，随着时间的推移，两三个月之后，以前的心态基本上找不到踪迹了。

在寂静处长时间地安住，没有散乱的因缘，善法自然增长，修行成就比较容易。尤其是恒时居住在寂静处，没有很多让自心散乱的因缘，善法自然而然地得以增上。

第三个理由是“净心于法生定解”。在寂静处有很多修行的助缘，比如有大恩上师以及很多贤善的金刚道友，所见所闻都和佛法有关，心比较清净，对于正法也更加容易产生定解。如果心不清净，有很多染污，经常处于烦恼污浊的状态，就很难对正法产生殊胜的定解。在寂静处，比较容易产生清净心，也更加容易与正法相应。从这方面来讲，居于寂静处，心容易清净，对业因果的深信以及空性的证悟等，都能够增上。

归摄一下，我们内心的烦恼逐渐地减轻，善法逐渐地增上，心对正法的定解越来越稳定，对于修行当然有非常殊胜的作用。

这里讲“惑渐轻”“善自增”“净心于法生定解”，非常相应于殊胜佛法的精神。释迦牟尼佛等三世诸佛，把所有佛法的教义精华归摄为“诸恶莫作，众善奉行，自净其意”，最后一句是“是诸佛教”。如果把把这个教义放到本颂来看，“离恶境故惑渐轻”就是“诸恶莫作”，因为你的烦恼减轻了，恶业也就逐渐远离了，所以符合“诸恶莫作”的精神；“无散乱故善自增”就是“众善奉行”，善法自然增上，对于善法容易很欢喜地去行持，“众善奉行”就做得到；“自净其意”就是“净心于法生定解”，因为心很清净，对正法能够产生定解，心和空性、慈悲相应，内心当中产生慈悲心、空正见，可以“自净其意”；这就是“是诸佛教”。“居于静处”，是佛陀教诲弟子如何真正行持佛法的精华教言。

对于有些道友来说，真正居于静处很困难，毕竟有工作、家庭以及很多责任，从反面也可以看出来，能够居于静处是一种很大的福报，居于静处的时间越长，福报就越大。如果没有办法趋于寂静处，在寂静处住不下来，或者在寂静处居住的因缘没有了，也就说明自己的福报开始消减了，我们还要再再地发愿、回向。既然有些道友觉

得居于静处很困难，从反方面来讲，也说明这方面的福报、善根可能有所欠缺。

如果做不到居于静处，该怎么办呢？就要尽量减轻环境对自己的影响，比如避免去人非常多，容易产生贪嗔痴的环境，尽量在道场当中，经常和信仰佛法的道友们一起讨论，也可以降低不好的环境带来的负面影响。

既然我们没有办法前往或者长期居于寂静处，就要想方设法在自己的小环境当中营造一个寂静处。如果在家里没有办法寂静地安住，也应该尽量在早晚相对比较安静的时间段，营造比较寂静的氛围专修佛法。还有城市里面，有很多共修的道场，也算是一种寂静处，因为在里面可以增上自己的闻思修和戒定慧。

法王如意宝也讲过，寂静处有两类，一类是真正的深山、森林或者清净的寺院；另外一类寂静处，比如说佛学院，人虽然多，但是可以增上自己的闻思修。在道场共修的时候，这里就是寂静处，因为都是道友，大家的戒律、见解、行为、目标都是一致的，所以尽量在共修的时候不要缺席。一个星期中好几天都在散乱，只有一两天共修的时间，我们要抓紧这个时间，和大家一起讨论、听闻，总之在一起的时候尽量减少世间的话题。因为我们在平常已经谈论了很多世间法，在共修道场当中，尽量要和教义、戒定慧、六度四摄相应。这也是安住在一个寂静处当中，虽然是大城市里面小的寂静处，但也是长时间中比较短的寂静时段。现在我们已经不能居于寂静处，如果这个机会再不抓住，真的就没有一点点在寂静处安住的功德。

另外，我们在一年当中，能不能抽一定的时间，到寂静处去静修

一段时间，比如去佛学院，或者比较寂静的寺院。尤其是城市里的居士，可以在一年当中抽出一个月或者半个月去寂静安住，以密集的方式进行闻思修。

寂静处的修行，无论对小乘的修行者，还是大乘的修行者，都非常重要。小乘修行者在寂静处，主要是修持禅修、出离心、人无我空性；大乘的修行者在寂静处，修持禅定，菩提心、空正见等和大乘相应的殊胜法义。

丙四、忆念无常而放下今生：

长伴亲友各分离，勤积之财留后世，

识客终离身客店，舍弃今世佛子行。

这个颂词讲要放下今生。通过什么根据来放下今生呢？就是忆念无常。可以令我们放下对今生的执著。在四加行当中，忆念无常的修法，对于敦促我们精进地修持有非常强大的力量，所以很多大德在说放下今生时，也是让我们去思维、忆念无常。

无常有很多种，外面的大环境大到四大部洲、须弥山王等等，显现上安住时间的很长坚固的山河大地是无常的；春夏秋冬四季变化无常；我们的受用，比如小时候住的房子、现在住的房子，使用的家具，穿的衣服；还有亲朋好友，或者国王、朝代的更迭等等。

这里让我们观修的无常，无著菩萨是这样归摄的。“长伴亲友各分离”，首先常伴的亲友会分离的。“勤积之财留后世”，今生当中辛辛苦苦积累的财富也带不走，会留在今生，我们独自趣向后世。“识客终离身客店”，不单单是亲友、财富，连我们的心识和身体最终也要

分开，所以有什么可以耽著的呢？这些都是无常的，我们一定要舍弃今世，舍弃今世就是佛子行，这是菩萨应该行持的行为。

忆念无常前面讲了很多种，这里归纳为三类。第一部分是思维亲友是无常的自性。在修行佛法的时候，我接触的很多修行者，出家人、居士，无论年轻年老，也包括我自己在内，对亲友的耽执还是比较重的。如果对亲友的耽执比较重，或多或少地在修行佛法的时候，会让我们分心，如果耽著这些就没办法专心专意地修持解脱道。因为出离轮回和耽著轮回的整体或者部分，都是相悖的自性，一个是要彻底从整体和分别轮回的自性中出离，一个是耽著整个轮回或轮回中的某个部分，二者之间当然不相应。

此处讲的是对父母、儿女、丈夫、妻子等很多亲友的执著。我们对这些人很执著，他们一旦有什么喜怒哀乐，我们会跟着喜怒哀乐；他们出现危险，我们马上非常担心。为了保护他们的利益，我们不得不放下佛陀教导自己的作为佛弟子，应该行持的种种标准，包括戒律、修行方式等等，放弃了修学的模式，放弃了对佛陀教言的取舍，或者放弃应该奉行的标准，这方面都是耽著亲友带来的。为了世俗的亲友，我们不得不这样做，因此丧失了很多修行的时间和机会，出现了很多的问题。这方面的过患，我们一定要了解。

怎样才能逐渐减弱，最后完全放弃对亲友的执著呢？就是思维无常。“长伴亲友各分离”，即便是长伴了几十年的亲友，最终还是要分离，或者生离，或者死别，或者你离开他，或者他离开你。离开的因缘，有些是背叛，有些是虽然自己不愿意，但是迫不得已离开了，还有很多方式。在轮回当中，都是没办法避免的，这些都是轮回中有为法无常的本性，谁都没办法改变。

虽然大家都知道这些问题，但是还会产生各种各样越来越深的执著，因此我们要知道常伴亲友是各分离的。不管怎么样，到你死亡的时候，或者他死亡的时候，因为你贪恋他，他也贪恋你，所以你非常悲痛，没办法安住在法义当中，他也很悲痛，没有办法安住在法义当中，此时对自他都没有任何的利益。

无论是通过前世的善缘、恶缘，报恩、报怨，还债、讨债等，以各式各样的因缘，我们和今世的亲人走在一起。因为某种特定的因缘，短暂地集聚在一起，就像在市场当中的人群一样，有些人想要卖东西，有些人想要买东西，通过共同的因缘走在一起，这是暂时的，当自己的事情做完之后，终究是要分开的。我们今生的亲友也是一样的，通过亲情也好，友情也好，大家走到一起，仍然是无常的自性。我们千万不要忘记，自己和这些亲友是无常的。不管是儿女耽著父母，父母耽著子女，老一辈的耽著孙子、孙女，或者耽著朋友等等，再怎么耽著，最后还是要分离的自体。耽著越深，分别的时候痛苦越大，对修行佛法的影响也会越深。因此我们必须要了解这是无常的自性，减弱乃至断除对亲友的执著。如果斩断了对他们的执著，在修行佛法方面更加能看破放下，这是非常殊胜和必要的。

我们知道常伴的亲友是必须要分离的，耽著亲友没有任何利益。分开的时候，或者把我留在世间当中，他们独自去投生；或者我把他们留在现世当中，自己再去投生。转到下一世的时候，成为亲友、怨敌或者不认识的人，都很难讲，所以耽著这些是没有利益的，应该忆念亲友无常而放弃对亲友的耽著。

第二部分是“勤积之财留后世”。对于财富的执著也是障碍我们修行的一大违缘。在世间当中，没有一点财富不能生存，但是如果

对财富的执著过大，已经超过了生存的标准，还想要更加富裕，把大量的时间、精力用在这里，导致没有时间修行佛法，所以对财富过度地执著，对修行也会有很大的影响。

为了得到财富，世人非常勤奋地去累积。小时候没有能力去追求财富，现在一般的人都是先要读书，从二十几岁之后，开始自力更生去寻找财富。除了吃饭，睡觉的时间之外，每天至少要花八个小时，甚至十几个小时去追求财富。在此过程中，有些人得到了财富，有些人得不到财富。即使辛辛苦苦得到了很多的财富，比如有些人福报大一点，通过勤奋工作赚到几百亿或者上千亿人民币、美元，有些人辛苦赚到几百万，有些人辛苦赚到几十万，赚到了房子、汽车等等，即便如此，自己去世之后，勤积之财留在今世当中，而自己趣向了后世，所以说“勤积之财留后世”。“留后世”，可以理解为留在我们身后的世界当中，或者理解为留在现世当中，自己趣向于后世。

我们一生通过很多的时间、精力去累积财富，最后得到了什么，把自己辛辛苦苦得到的财富，全部留在了世间，自己孑然一身的趣向于后世，重新去投胎；投胎之后，生下来的时候，没有什么财富，到了成年的时候，又去追求财富，然后追求到的财富又要留在世间上，一个人孤苦伶仃离开此世，趣向于后世。在第三世、第四世、第五世、第六世……每一世都是这样，这个怪圈永远走不出来。对于财富过度地看重，对修行会有障碍，如果我们想到了“勤积之财留后世”，辛辛苦苦积累的财富，最终没有办法带走一丝一毫。如果发现精勤追求财富没有实际意义，能够带走的只有善法，就会放弃辛辛苦苦追求财富的心态，然后一心一意地去追求后世的解脱。

这方面是讲思维财富的无常而放下今生的执著，我们要反复去观想，并不是我听到了，听了之后好像懂了，思考的时候的确是如此，这还不够。因为这种心态的力量，还没有大到让我们真正放弃对财富的执著。得到财富之后，我们要知道这是无常的，随时放弃没有任何困难。如果有这种心态，虽然拥有财富，但是财富对自己也不会有很大的障碍。这方面我们也要去思维。

第三部分是执著最重的。我们执著最重的是什么呢？就是我们的身心，所以说“识客终离身客店”。通过喻义对照的方式，让我们了解这个含义。此处把自己的心识比喻成一个客人，把身体比喻成旅店。有些人旅行的时候，住在酒店、宾馆，或者比较简陋的家庭旅馆。自己的心识就像旅客，身体就像客栈一样。客人在旅店中，有时住一两天，有时住七八天、十几天，住完之后，肯定是要走的。一般正常的人对于旅店的认识就是暂时居住，花一两百钱在这个地方只是暂住一两晚而已，绝对是要离开的，对房间本身不会有很强的执著，不会认为“这个房间这么好，我要永远住在这个地方”。

虽然根本没有办法长期安住，但是内心的执著还是很重，这是颠倒执。现在这些看似精明的众生，恰恰处于这样的状态。身体是我们心识暂时借用的，就像客人住在客店一样，只是暂住，但是我们就把身体执为永久性的东西，所以为了身体经常打扮、保养。当然也并不是说，我们学了佛法之后，完完全全不吃饭不睡觉，什么都不用做。我们要有这种认知，定位身体就是一个客店。除此之外，没有什么额外更好的东西。身体就是客店，能够让我们缓解疲劳，暂时获得一点休息的时间，仅此而已。

身体提供给心识的也是暂时的处所而已，住在这个客店当中，我们有没有必要把身体执为恒常，执为自己永久的居处？不能这样。很多人的心态，包括我们现在，如果不思维无常，就是经常安住这样的状态中，我们认为身体是恒常的。为了这个身体，花了很多时间，累积了很多烦恼，造了很多恶业，都是不应该的。此处告诫我们，应该了解“识客终离身客店”。我们的心识一定要离开身体的，当死亡到来时，即便再贪念身体，心识也会离开身体而去，重新再去找另外一个身体投胎，所以我们没有必要去过度地耽著身体。

心识安住在身体客店当中的时候，尽量让身体去造善业，比如听闻、思维、修行佛法，做利益众生的事情，观修或者发心，给上师三宝、众生做事情，总之要让身体做一些有益的事情，而不要耽著身体，让身体去造很多的罪业，所以这里让我们打破对身体的执著。心和身体之间的关系，一个是客，一个是客房，这样我们就会逐渐淡化对身体过度的执著。现在我们对身体的执著，已经非常严重了，所以必须要通过刻意地反复观修，让自己安住在这样的状态当中。

“舍弃今生佛子行”，通过忆念亲友、财富、身体和心识的无常，从而放下今生，这就是佛子行。我们一定要这样去观想，安住在这样的状态当中，这是非常好的。

丙五、远离违缘之恶友：

交往恶人增三毒，失坏闻思修事业，

令成无有慈悲者，远离恶友佛子行。

如果交往贪嗔痴很严重的恶人，就会增上贪嗔痴三毒，令我们失坏闻思修佛法的事业，最终变成没有慈悲心的人，所以一定要远离恶友，这就是佛子行。

此处无著菩萨非常郑重地教诫修持菩萨道的佛子们，一定要远离恶友。因为恶友是修道的违缘，所以必须要远离。那恶友是从哪些方面给我们造违缘的呢？此处讲了三类违缘。

第一个是增三毒。关于恶人，世间和佛法的标准是不一样的。世间当中的恶人，有些是从整个社会法律层面来讲的恶人；有些是从道德规范层面来讲的恶人；有些是一个家庭和另一个家庭之间的所谓恶人；还有自己和他认为的恶人。当然在社会法律的层面，如果一个人拿刀到处砍人，或者酒后驾车，我们会认为这是大恶人，因为他妨碍了公众安全。一些人虽然没有犯法，但是从道德规范的角度来讲违背了标准，也是一种恶人。还有一种人，既没有犯法，也没有违背世间的标准，但是因为他对我的家庭不好、我的父母不好，彼此之间有点矛盾，我就认为他是恶人，是我的怨敌。以上是世间中恶人的标准。

佛法当中把贪嗔痴比较强烈，自己耽著轮回，或者让他人耽著轮回，这样的人称为恶人。这个恶人的范围就非常广大了。这些恶人也许是世间中的成功人士，或者是守持世间道德规范比较优秀的人，甚至自己的家人都有可能成为佛法方面广义上的恶人，如果经常性地与他们交往，自己内心当中就会增上贪欲。

第一就是增长自己的贪心，我们会对什么增长贪欲呢？自己喜欢的人。因为喜欢这个人，所以也喜欢他的行为、爱好，内心当中的

贪心就会增长。第二就是增长自己的嗔心，比如经常伤害自己的人，或者我们看不惯的人，与他们交往就会增长自己的嗔心。第三是增长自己的痴心，比如产生无因果见、邪见等等，都会增长自己的愚痴。如果经常性交往这些恶人，就会增上内心当中的三毒。

贪嗔痴很重的人，虽然不是我们的怨敌，但是因为他内心当中的贪嗔痴和我内心当中的贪嗔痴，互相重叠、交替增长。比如自己想要修学佛法，但是内心当中的烦恼还没有调伏，处于比较危险的状态时，去交往这些贪嗔痴比较强烈的恶人，我们内心当中调伏三毒的行为就会终止。当我们稍微听了一点佛法，对于内心当中的三毒有一点点压制，但是还没有压制到非常明显的状态，而此时又去交往恶人，内心当中贪嗔痴的烦恼就会像火山一样重新爆发出来，令我们内心的三毒增长。我们好不容易发心修学佛法，好不容易要去调伏烦恼，因为交往恶人而增长自己的三毒，这是非常不好的一种行为。

第二个是失坏闻思修事业。一般的恶友对于闻思修佛法没什么兴趣，他觉得听闻佛法有什么用？可以当饭吃吗？能帮你找工作吗？经常会讲一些似是而非的理由，认为听闻佛法纯粹是浪费时间。我们自己因为修学佛法时间不长，内心的正见还不稳固，没有办法去反驳他，慢慢就会认为闻法、思维、修行，有什么意义呢？念佛、拜佛也没有意义。自己本身闻思修的习气就不强，由于交往恶友，会彻底失坏闻思修的事业。而要从轮回当中获得解脱，必须要经由闻思修的次第，通过戒定慧来调伏贪嗔痴烦恼，才能获得解脱。如果闻思修都没有了，不听闻就不知道如何修行，不思维就产生不了定解，不修行也没有办法调伏烦恼。如果完完全全失坏了闻思修

，我们凭什么从轮回当中获得解脱呢？如果不解脱，仍然还在轮回当中流转，一如既往地感受非常难以忍受的痛苦。因此恶友的影响是非常深重的。

第三个是“令成无有慈悲者”。一般的恶友，对于帮助众生、利益有情，是没有什么兴趣的，内心当中也没有什么慈悲心。有些人可能有对自己的亲友有慈悲心；有些人可能会有短暂的慈悲心，比如看到某个地方出现大灾难或者遇到车祸的时候，看到灾难、车祸中伤亡的人，或者看到世间当中受人欺负，很悲惨的人，也会产生短暂的慈悲心，但是这种慈悲心并不周遍和宽广。

如果交往这些恶友，也会逐渐让我们变成没有慈悲心的人。大恩上师讲，这是更可怕的。为什么更可怕呢？因为慈悲就是修行大乘的核心。如果一个大乘的修行人，内心当中的慈悲心逐渐淡漠，最后没有慈悲，那怎么修持利益有情的佛法呢？没有动力了。整个大乘的根本核心就是慈悲心，如果没有慈悲心，大乘之道也就终结了。

没有慈悲的因素很多，虽然让我们没有慈悲的因缘，并非都是恶友，但是恶友能够让我们变成没有慈悲的人，因此必须阻止这样的情况发生。不要交往恶友，和恶友要逐渐疏远，乃至断绝关系，这是非常好的。因为“令成无有慈悲者”，恶友让我们变得没有慈悲心，所以一定要远离恶友。除了恶友，让我们变得没有慈悲以外，其他因素在别的地方还会讲，此处只是讲恶友会给我们带来没有慈悲的状态，所以无著菩萨也说一定要远离恶友，这是佛子超胜的行为。

远离恶友也有很多方式。真正的远离就是前边所讲的前往寂静处，从现在轮回的世间侧面来讲，这样可以尽量远离世间的恶友，交

往闻思修行或者对闻思修有兴趣的善友，这方面是最好的。如果没有这样的机会，也应该了解所交往的人当中，哪些是贪嗔痴、邪见非常深厚的，当自己的修行还没有达到稳固的状态时，对这部分人还是要保持距离。虽然从形式上完完全全绝交，可能还做不到，但是也要刻意地保持距离，不要和他们交往，如果能够不见是最好的，如果避免不了每天见面，也不要长时间和他在一起。否则慢慢就会受到他的影响，自己慢慢就会远离内心中善妙的行为，增长了三毒，失坏闻思修，让慈悲心逐渐消失。作为一个大乘的修行者，都是不能出现的。我们要杜绝恶友带来的违缘和障碍。

丙六、依止顺缘之善知识：

恶缘方面的恶友和恶知识必须要远离，而顺缘方面的善知识或者善友必须要依止，这会给我们修行带来很大的顺缘。

依止正士灭罪业，功德增如上弦月，

殊胜上师较自身，更为珍爱佛子行。

此处所宣讲的是，一定要依止上师善知识，因为上师善知识才能真正地引导我们走上正道，引导我们趣向解脱。

因为依止正士能够灭除自相续当中的罪业，而且让内心当中的功德犹如上弦月一样越来越增长，所以对于殊胜的上师应该以比自身更加珍爱的方式去依止，这就是佛子行。

此处讲到依止上师善知识的两类功德，灭罪业和增长功德。作为修行人来讲，平常所做的事情也就是这两类。

首先灭罪业有很多种层次。从比较粗大层面来讲，就是不要造罪，比如不要杀生、偷盗、邪淫等。从更细微的层面来讲，罪业的因是什么呢？是烦恼，因此必须把罪业的因烦恼灭掉。而烦恼的因就是无明，所以更深层次罪业的因就是无明。灭罪业，就要灭掉一切罪业的核心根本无明和我执，以及通过无明、我执产生的烦恼，还有烦恼引发的罪业，进一步来讲，还有罪业引发的痛苦等等。

依止正士就可以灭罪业，不仅能灭掉我们比较粗大的现行罪业，而且也能灭掉罪业的根本。因为上师善知识可以告诉我们什么是罪业，以及什么能做，什么不能做的取舍之道。佛陀通过殊胜遍智照见一切世间规律，宣讲了善恶的取舍之道，以及罪业的形成和核心，然后一代代传到殊胜上师这里。我们依止殊胜上师之后，因为他有慈悲心和殊胜智慧的缘故，可以把佛陀的智慧传递和安立在我们相续当中，所以如果能够依止一位标准的上师善知识，就可以灭除罪业。

以前已经造的罪业，通过上师的指引和加持，会逐渐减轻，乃至完全消亡；未来还没有造的罪业，通过上师的教诲和加持，也能够让它不再产生，所以依止正士能够灭除我们的罪业，灭除罪业就不会堕恶趣。不仅灭除了罪业，而且也灭除了烦恼、无明，我们可以因此获得解脱。按照大乘了义的观点来讲，虽然一切众生本具佛性，本来是佛，但是因为种种的分别念、妄执、罪业覆盖了佛性，使佛性无法现前，就好像因为厚厚乌云的障蔽，无法看到清静的虚空和太阳一样。通过依止正士的方式，把粗大的罪业、罪业的因，以及最根本的核心无明烦恼，都完完全全地消尽，佛性如来藏就会现前。这是依止正士、上师善知识完全可以做到的，不管怎样，一定要依止上师。

“功德增如上弦月”，依止正士不仅可以灭罪业，还可以增上功德。什么法是功德法，怎样才能得到这种功德？佛陀十力当中有知处非处的智力，佛是遍智，他把这些讲得很清楚。而大恩上师也把佛所讲的如实传递给我们，比如闻思修、顶礼、供灯或者放生，有很大的功德。如果上师讲了，我们去实行，就能得到功德。如果长时间地依止上师，上师源源不断地给我们教诫，什么应该去做以及如何去实行。如果我们真实地信任上师善知识，愿意依教奉行，我们的功德就会再再地增上，犹如上弦月一样。

我们得到的每一个功德，都是源于上师善知识的指引和教诲。如果有一个功德是因为依止上师得到的，那十个功德、一百个功德也都是因为依止上师得到的。如果不间断地恒时依止上师修学，我们内心的功德，自然会犹如上弦月一样得到明显的增长。每个月初一初二的时候，月亮不明显，初三初四的时候，可以看到一个小月牙，逐渐到了十五的时候，就可以达到圆满。从这个方面来看，如果恒常依止上师，我们内心当中的功德犹如上弦月一样增长，乃至最后圆满。就像上弦月在十五的时候，显现上没有一点亏损，非常的圆满。

佛陀之所以成佛，也是在每一世当中，依止殊胜的善知识。通过善知识的教诲、引导，不断地修学，不断地积累功德，从凡夫的小资粮道开始进入加行道，从加行道进入见道，从见道到修道，最后十地圆满，成佛，犹如十五的月亮一样，功德就圆满了。这一切也是来自于依止正士、善知识。

“殊胜上师较自身，更为珍爱佛子行”，对于具有大悲菩提心、殊胜智慧的上师，应该比自身更加珍爱。因为在轮回、法界的一切所

得当中，让我们现前如来藏、现前佛果，这是最殊胜的所得。这个最殊胜的所得，是谁赐予我们的？世间的如意宝没办法赐予，世间的父母、领导没办法赐予，世间的天人也没办法赐予，真正能够赐予我们这些功德的，就是殊胜的上师善知识，所以对于给我们修行做最大顺缘的善知识，应该非常珍爱。这也是依止上师善知识的必要性，其功德很大。

真正依止上师就是依教奉行，依靠上师的教诲去实行。当然这里指的一定是具有标准法相的善知识。如果不具有标准法相，只是有一个上师的头衔，这种上师不值得去依止，所以首先要观察，认定是真正殊胜的上师之后，再去依止。通过上师去修学，这时内心当中的功德会逐渐增上。清净罪业和增上功德，这一切都是殊胜上师带给我们的，对于能够引导我们产生殊胜功德的上师，一定要有非常大的恭敬和珍爱的心态，这是非常重要的。

丙七、佛教入门之皈依：

己尚缚于轮回狱，世间天神能救谁？

故知殊胜无欺处，皈依三宝佛子行。

科判讲得很清楚，佛教入门。真正要修行佛教，入门就是皈依；如果你不皈依，就没办法真正入门。

虽然有些人在理论上已经学了很长时间，但是没有皈依，他觉得皈依就是一个形式。大恩上师在很多法本中都讲到了，尽管皈依显现上是一个形式，但是也必须要做，这是从皈依这个形式也要去做的方面讲的。

皈依是不是只是一个形式呢？当然不只是一个形式。在皈依的时候，要发誓皈依佛法僧三宝，发一个非常坚定的誓愿。皈依的本体就是发誓，宁可舍弃生命，也不舍三宝。发誓皈依的因，就是信心。为什么发誓不舍弃三宝？因为它具有殊胜功德的缘故，才值得去发誓，如果不具有殊胜功德，发誓宁舍生命不舍三宝，不就没有意义了吗？因此一定要对所皈依的三宝功德有所了解，然后再去皈依。

有些人虽然在理论上知道很多，但是不愿意皈依；有些人虽然理论上知道的不是很多，也没办法继续修学，但是有机会皈依了三宝，从那一刻开始，就逐渐趣入佛道，所以有些大德，包括大恩上师，在各地弘法时，有很多人专门来皈依，也不学想其他的。上师给他授个皈依，他自己发誓，跟上师念诵。皈依完之后，成了皈依弟子，他可以守护皈依戒，也许不一定进一步守持五戒、闻思修行，但是能皈依一次，对他来讲也有很大的必要性。此处宣讲佛法的入门就是皈依，阿底峡尊者也讲了内外道以皈依别。

自己尚且被束缚在轮回的监狱当中，世间的天神能够救护谁呢？没办法成为皈依处，所以最殊胜无欺的皈依处就是三宝，一定要皈依三宝，这才是佛子行。

前两句讲，世间的天神不值得我们皈依。有些地方讲皈依是皈依、依靠的意思。皈依有暂时和究竟两种。暂时的皈依，比如房屋、床也是我们的皈依处。为什么这样讲？因为劳累的时候，躺在床上可以休息，这就是一种皈依。家庭也是一种皈依处，当自己在外漂泊的时候，想到家感到很温暖，这也是一种皈依。小孩子的皈依处就是父母；父母老了之后，皈依处就是子女。下雨的时候，山洞树林也是我们的皈依处。这些不是究竟的皈依处，只能暂时免除我们的怖

畏。

皈依一定是要遣除怖畏的。在无垢光尊者的《心性休息大车疏》中，讲到了小士道、中士道、大士道的皈依，以及分别遣除的怖畏是什么，里面讲得很清楚，所以要成为我们的救护、皈依处，一定要能够遣除怖畏。

前面几种都能或多或少地从某些方面遣除怖畏，虽然也可以成为皈依处，但是不能成为究竟的皈依处。即便是帝释、梵天等世间天神，虽然有凡夫没有的神通、能力，可以暂时赐予我们一些帮助和悉地，比如能够让我们发财、事业顺利等等，但是他们自己还在轮回的牢狱当中，被我执、烦恼、罪业所束缚，没办法获得自在，又怎么能救护我们呢？因此我们究竟的皈依处不应该是世间天神。在修行佛法的时候，我们一定要了解，不能以世间的天神、外道作为皈依处，因为他们没办法真正地给我们最究竟的救护。

什么才是真正的皈依处呢？“故知殊胜无欺处”，就是三宝。第一个是有殊胜的功德。佛陀具有殊胜的功德，比如具有十力、四无畏、十八不共法，清净了一切罪业，现前了最殊胜的佛性，证悟已经达到极致，不会转变。因为佛已经完完全全断掉了欺惑众生的因，是无欺之处，所以佛陀的功德非常殊胜。

法宝的功德也非常殊胜，法宝给我们指引的道路，比如道谛和灭谛，是永远不会变化的，也是具有八种功德的殊胜处。

按照《宝性论》的观点，僧宝是一地以上的菩萨，他们堪为我们的皈依之处。一地以上的菩萨现证了法性，内心当中具有如所有智、尽所有智。究竟来讲，如所有智、尽所有智只有佛相续当中才有

，但是在菩萨相续当中，证悟万法如所有本性的智慧，比如具有照见万法空性的智慧，到了初地之后，了知了众生无法了知的显现法，尽所有智也是具有的。因为具有两种智慧的缘故，他是具有殊胜性的。为什么《宝性论》当中，讲僧宝的时候，一定是一地以上的菩萨？因为一地以上的菩萨，一定具有这种殊胜功德，他是殊胜处。我们平时所讲的僧团是不是皈依处呢？虽然僧团也是皈依处，但是按照《宝性论》的观点，大乘的僧宝就是一地以上的菩萨。佛法僧具有殊胜的功德，而且是无欺的。

假如今天我皈依了，会不会过两天之后，发现这个皈依处变了呢？比如佛陀，现在我皈依他，是因为他觉悟了，而过了一两年之后，发现佛陀又重新显现迷惑了。这时候他就欺惑了我们，如果是这样，针对这个皈依处，我们就没办法从现在起生生世世乃至成佛之间，把所有的身语意都交给他，永远不变地皈依他。佛陀会不会欺惑我们呢？佛陀是不变的，永远是无欺的，所以无欺非常重要。法宝也不会欺惑我们。四谛、无常、空性、道谛、灭谛的本性，永远是安住不变的。僧宝也同样不会欺惑我们的。一地以上的菩萨会不会过了很长时间之后，因为在轮回当中待得时间太长了，所以文殊菩萨腐化堕落了昵？这是永远不会发生的。

佛法僧是无欺的，我们皈依这些对境，绝对可以放心。因为只有三宝能够满足殊胜、无欺的条件，所以我们要皈依三宝，这是佛子行。而其他的世间天神、父母或者城市，都没办法作为我们的皈依处。虽然有时可以暂时依靠，但不能作为究竟的皈依处，这个方面我们要了解。

这节课就讲到这里。

所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

杰嘎纳齐瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度如海诸有情