

《前行引导文》第106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，今天我们继续一起来学习《前行引导文》。《前行》是华智仁波切所造的修行的窍诀，这些窍诀首先让我们的心没有转入正法的转入正法，然后没有生起皈依的生起皈依，没有发起菩提心的发起菩提心。如果福报不够，就圆满资粮；如果罪障深重，就清净罪业；如果没有得到上师的加持，就得到上师的强力摄受；如果今生修行没有成就，还可以通过往生法往生极乐世界。这些都是让我们的心能够达到阶段性和究竟目标的殊胜的修行方法，对我们来讲意义重大。

前面我们学完了共同前行，但是乃至于我们心中没有产生验相之前，

没有修到量之间都要一直不断的修行。只不过对于修行的重点，有些大德们开示的时候说，要把前面的修行到量之后再修下面的；还有一些上师们说不管怎么讲，可以一直按照修法的次第修下去，一遍一遍次第来修的话也可以在某个时间当中修行到量，那我们的心就可以达到这里面所讲的标准。达到标准很重要，因为只有我们的修行达到标准了，才可以完成转变我们心的任务，才可以达成这个目标。因为毕竟我们的心严重地耽著轮回，没有想到过和轮回之外的解脱有关系的作意，所以说我们必须非常猛厉的、很强劲的、长时间不断地去观修。只有这样非常认真地去观修，我们的心才可以转变。就像一根棍子，如果弯曲得很厉害，必须要很长的时间，通过循序渐进的方式逐渐把棍子调直。

《大乘经庄严论》当中，弥勒菩萨讲，就像我们调竹竿调棍子一样，如果这个棍子弯曲得很厉害，而我们要把它调直的话，第一个方式方法是很重要的，第二个持之以恒很重要的，第三个循序渐进是很重要的。第一，如果就说方法不正确的话，我们不知道怎么办，这个弯曲的竹箭或者棍子要把它调直，如果不知道方法、不懂那肯定是不行的。第二，因为它弯曲得很厉害，所以说我们也必须要有持续性、长久的去做这个事情，慢慢才能够见效。第三，循序渐进，为什么循序渐进呢？如果我们想，这个竹箭弯了我一下把它矫正，使劲用力的话一下就折了。本来是想让这个箭调直，但是未成想就把它损伤了。这就是我们在修行过程当中循序渐进的必要性，所以要一步一步来。如果我们一下子想把自己的心达到很高的高度的话，很容易让自己的道心中途夭折，自己修不下去或彻底失败。所以，在调竹箭的时候有的时候要在水里面泡，泡很长时间再把它放在火上烤；烤了之后再把它绑在一个很直的东西上面去绑段时间，然后又放下来又泡了又烤。慢慢就可以把竹箭调得非常直。

我们修心也是同样的道理，**这些要素对我们来讲都很重要。**第一是正确的方法，当然我们现在正在闻思的教言本身肯定是正确无误的；第二是一定要有长远的心，不能修了几天不起作用就放弃了，觉得这个是不是不管用？千万不要有这样的想法。我们应该有一个长远的心，持之以恒的修下去、修下去，当我们真正地投入我们的心力去观修的时候，它总有一天会被调整好；第三是一定要遵循次第，不要急躁。第二、第三有不一样的地方，第二是长远心，第三个是不要急躁，千万不要急躁。心要缓慢，在世间也好或是很多修心的上师们给我们的建议都是说“慢慢走快快到”。这样慢慢地走、循序渐进地走，不要太着急，一定可以达成目标。

我们打坐观修几个月了，好像没有起到什么作用，也没有验相或也没有调伏我的心，好像我们学习了很长时间了烦恼仍然粗重等等。其实这些要不是自己的方法不对，要不然时间不够，太过于急躁了。所以，我们还是应该按照这里面的引导一步一步来，把心沉静下来修。我们在世间当中做调箭的事情尚且急躁不得、尚且需要比较正确的方法然后长时间去做才行，何况说调伏我们的心呢？**调伏我们无始以来被惯坏的心，其实也需要正确的方法和不急不躁的心，持之以恒的毅力去修行，慢慢才可以起作用。**所以这些对我们来讲很关键。

共同加行修完之后我们修的是不共加行，前面关于皈依方面的教言我们已学了，现在我们学的是菩提心。为了让我们菩提心修好，在菩提心前面让我们修持四无量心，慈悲喜舍的四无量；四无量心修好之后通过念诵十万遍发心偈的方式正式发心；然后为了让我们菩提心能够真实地增上的话也讲了愿菩提心的学处，然后现在讲的是行菩提心的学处。学处就是不断地训练的方法、修行的方法，通过学处能够让我们相续中

的菩提心越来越清净、越来越坚固和增上。

前面我们也讲了自他平等、自他相换、自轻他重，这些对菩提心的修行来讲是非常重要的窍诀。一定要认真地对待，每一个科判、每一个科判下面的内容，认真去看认真去观修，没有理由不生起菩提心。因为方法都在这儿，和我们生起菩提心的修行没有关系的一个字都没有，这些都是菩提心已经完完全全修圆满的修行者们他们讲出来的经验、窍诀。所以我们自己认认真真地去学习、去观修的话，一定可以帮助我们生起殊胜的菩提心。

前面也提到过，我们在发菩提心的时候一定要放弃只利益自己的心，一定要发起广大的菩提心。前面也讲了，为什么要对自己之外的、和自己没关系的很多人，对他们要发起利益他们的心？他们好像显现上面和我们没什么关系的，为什么要去利益他们？这个也是我们在修心的过程当中时不时的会冒出来，骚扰我们一下的念头。有的时候发菩提心的时候突然想：我要利益他们干什么呢？我现在坐在这修行为什么要利他们呢？他们这些人也不认识我，我也不认识他们，甚至于很多人都给我作对的，我为什么要利益他们呢？有的时候这些念头时不时会跳出来骚扰我们一下，让我们心生困惑。

在很多大德的教言当中也讲到了这方面的一些内容，比如说前面我们介绍的《入行论》第八品的静虑品当中，寂天菩萨讲得很殊胜的自他平等的教言。为什么要修自他平等？为什么一定要利益众生呢？因为从究竟的侧面来讲我们所有众生的佛性没有差别，从空性的侧面来讲空性没有差别。我只利益我而不利益其他人——这个划出来的所谓界限，就是虚妄分别念划出来的，是我们不了解本性的前提之下划出来的一个鸿

沟，划出来的所谓的界限。

我们通过中观的思想，通过佛性如来藏等的思想，通过了义的观点，当我们学完这些比较高深的观点再来看自他平等的时候，其实就会有很多不一样的理解。比如说空性，究竟当中你我他的差别根本不存在，连名称都不存在，意义上更没有，所有的本性都是大空性，都是平等的。从空性的侧面来讲是平等性，空性当中哪里有你我、你我他的差别呢？只利益我不利益他的这些差别一概没有。

胜义当中这个胜义就是实际的状况，术语叫胜义谛，换一个词来讲就是本来的样子，万法本来是这样的。所有的众生在本质上就没有分别的，实际情况就没有差别的。如果我们去观察核心、观察本质，我们就会发现其实所谓的只利益我不利益其他众生，所有的这些思想、所有的分别念都是不存在的、都是假的、都是虚妄分别的产物。所以从空性的侧面来讲根本没办法区别你我他，除了自己之外有他，区别不了。从佛性的侧面来讲，我们知道佛陀证悟了实相，佛陀是完完全全的把所有的实相都现证了，佛陀告诉我们所有的佛陀法身一味，只要从凡夫成佛了，那你的法身和其他佛的法身没有差别。

这意味什么呢？意味在实际情况当中所有众生都是平等的，不一样的很多的所谓张三李四，或者说每个不同相续，这些暂时在名言谛当中的差别，在真正的、究竟的证悟的状态中都没有了。所以说不管是从空性的侧面来讲，还是从佛性如来藏的侧面来讲都没有分别的。究竟来讲没有分别，那为什么我们在修道的时候一定要说：我只为我的安乐而奋发，其他众生我不去管，因为和我没有关系。如果我们生起这种心就说明我们不了解实际情况，实际情况没有这些分别，但是我们自己认为有

分别，这个就叫颠倒。既然是颠倒了就不可靠，所以我们就要想方设法的把这种不可靠的、颠倒的分别念予以遣除。这是从胜义的特质上面观察的时候它就是没有什么分别的，都是平等的，自他是平等的。

《入行论》第八品当中从名言的角度来讲，其实也是一样的。所谓的我和他、自和他的分别，就好像这个身体不是我的身体，然后我执著是我的身体一样的，本来不是我的手我的脚，但是我就把它执著为是我的手我的脚，本来手和脚是他体的我们可以执为一相续，都是一个本体、一个整体来看待。所以说其他众生也是一样的，这是从名言的侧面观察。就是我们认为的我其实也是一个错误，也是根本就不存在，把不是我的东西执为我，既然这样也可以把本来我们认为不是我的这些众生执为我，本来来讲这是没有什么分别的。

所以，不管是从究竟的实际状况胜义谛的侧面来讲也好，还是从名言谛的侧面来讲也好，其实都是平等的。所以只要我们了解了这样意义之后，在发菩提心时候我们就不会想：为什么要为了众生呢？为什么要为了和我没有关系的众生去为他们修行呢？我们就不会有这样的想法了，我们在修行的时候就会发愿一切众生同时成佛，因为我们的本性都是一样的，本质是无二无别的缘故。这样就可以帮助我们生起为了利益众生的心。而这种心绝对符合于实相的，既是符合实相，又是打破我们修佛法成佛过程中一个大障碍的窍诀。什么障碍呢？就是错误地分别认为有我，一切以我中心，这个我爱执障碍。

既符合实际的情况又能够真实地灭掉我们修行的障碍的法，所以给了我们很多观修的方式。如果按照这样修，生起利益众生的心的同时，也把让自己受痛苦的最大的毒瘤我执，完完全全拔除掉。这些所有的修

行、所有的方法和上上下下的教言如果合起来看，全都是利益。为什么必须要发菩提心的原因也就是这样的，因为如果我们不发菩提心不符合于实际的情况，你不符合实际情况的修行怎么可以最后证悟实相呢？只有以符合究竟实相的因去修，修得有力量，才可以证悟实际的状况。所以实际情况当中是没有自他分别的，是没有狭隘的心只是利益我不利益众生，实际情况当中没有。

如果我们在修行的时候一定要说：只利益我、只利益我喜欢的这一类众生，而别的众生我不管，怨敌我不度化，或者我不高兴的和我关系不好的我就都不理睬。这些所有的作意、这些概念都不符合实际情况，都不符合实相。你如果抱着这个状态去修大乘道那根本也不是大乘，错误因得不到正确的果。所以说不管怎么样，**想方设法都应该把耽执自我的我爱执的心彻底的泯灭**，而这些修法在这里面讲了很多。

我们修完愿菩提心的学处之后，就修行菩提心的学处。行菩提心的学处以六度来进行安立的。首先是讲到布施度，布施的修法分了财施、法施和无畏施三种。前面财布施已经学了，**我们自己也是要循序渐进地来培养布施的习气。**

布施的习气越训练越强，越训练吝啬的心越弱，越训练心量就越大，最后就不会有财富我自己用，舍不得布施给别人的状态，完完全全就没有了。这样持续性的给我们的心布施的习气、因缘，经常性的串习。当然这里面也有很多要说服自己的，在我们自己舍不得的时候，佛菩萨也会给出很多药方说服我们。你现在舍不得是不是？你舍不得，反正你死的时候再舍不得都要舍得，全部都要放弃了。而且是被动放弃，被动放弃有什么坏处呢？被动放弃的话，你在死的时候念念不忘，念念不忘就

会影响你的投生，这种念念不忘的心对你的后世其实并不是一个好的消息，不是一个好兆头。

反正你死的时候都要放弃的，你这个钱丢了就是丢了，如果是被火烧了就被火烧了，反正财富通过这样那样的因缘都会放弃，你不想放也会放。虽然同样都是放，但是主动放和被动放差别可就大了。被动放你的心是痛苦的，你还没有准备放弃的时候突然一个因缘到来了让你放，那个时候心是痛苦的。就好像平时没有串习过死亡无常的心，自己的死亡突然到来、亲人的死亡突然到来了，他没准备好，所以突然到来的时候他就会很痛苦。但如果平时经常串习过无常的，自己也会死亡的，亲人也会死亡的，经常串、经常串，那么当死亡突然到来的时候他其实并不会那样痛苦，为什么呢？他早就主动接受了这个事实，主动接受和被动接受都是接受，但是它就是里面的差别真的是太大了。

与其到时候以具有这么多过患的方式来被动放弃，还不如现在通过主动、积极的方式进行放弃，而这种放弃就变成叫做布施或者供养的善法。被动放弃没有任何善法，而且引发很多的痛苦，引发很多的罪业，它是一个痛苦的因，而主动放弃演变成一种善业。如果你在主动放弃过程当中再加上出离心的因素，再加上菩提心的因素，加空性的因素，这个善法就无量无边了。放弃的东西很少，得到的东西是太大了。被动放弃其实什么善法都得不到，而且得到了一大堆的罪业，得到了一大堆不好的后续的因缘，所有让你痛苦的因素在被动放弃当中全部得到。

所以，我们这样算笔账就很清楚。账算清楚之后，在现在有自在的时候，为什么不去主动的去放手呢？但是也不是让我们彻底的放手，让我们逐渐培养放手的习气，通过发大愿、发大心的方式，这也是一种智慧，

佛法的智慧就体现在这个上面。它不是很消极，它是很积极的，未雨绸缪了，知道这个事情将要发生，他就想了一个最利益自他的方法来解决、面对这个问题。而不是被动的、眼睁睁的看着事情的发生，而自己什么都不作为，这才是真正的消极。

在事情发生之前就想方设法的去思维，佛菩萨给了我们一些建议，思维之后，我们内心当中就释然了，把这个道理想通了。在这个思维过程当中，吝啬心抓财物的手不知不觉逐渐就松下来了，愿意放手。因为道理想通了，知道这个没什么大义。有的时候这个道理想不通，只要他道理想通了之后，还是愿意放的。

所以，我们要学习，而且学习过程当中要深入地学，把这其中的道理反反复复的思维透彻，思维透彻之后，自己在做供养，做布施的时候，欢欢喜喜地去做。不是一边做一边在痛苦，这个利益不是很大，因为违背了我们做布施做供养的初衷。为什么要做这个？其实做这个原因，并不一定是要把这个东西舍出去，把东西舍出去只是最后放手的一个过程，一个步骤而已，但不是全部。关键是在我们放手的时候，内心的一种转变，内心对这个财物的态度，还有对于修行理念的不断地串习，这个是很重要的。

不贪执那些阻碍自己的东西，比如说我们对财富贪执，对法贪执，这些耽执会成为一种束缚。而我们把这些束缚我们的东西，把这些财富放弃之后，其实也就是松开了束缚，束缚松开了就自由自在了。所以，我们自己来讲，我们是想身上多很多条束缚呢？还是想轻轻松松的这样生活这样修行？当然自由最好了，轻松最好了。既然我们想轻松，既然我们想自由，那我们就要去想什么东西是束缚我们的因素呢？我们发现这

些。佛菩萨发现这些财富，这些东西，各式各样的执著，那么如果这些是束缚的话，我们就应该把他放弃，放手之后，我们就自在了，轻松了。这是我们真正做布施，做供养的原则、初衷。这样完全放手清净，没有什么障碍我们的时候，因为我们完全没有执著束缚的缘故逐渐就会成佛，成佛的状态就是完全没有束缚的状态。

而现在我们所修的是契合于真正的觉悟之道，本性当中这些都是没有的。左一条绳子，右一条绳子，这些束缚的东西，全都是叫做虚妄分别的东西，它在这营造一切的束缚。当我们发现这些都是心识上虚妄分别的时候，没有什么放不下的。只要把这个问题想透想清楚之后，逐渐我们就可以放手。

前面我们讲了财布施方面的内容。今天我们讲第二个科判法施，就是以正法做布施，和法布施有关的内容。

庚二、法施：

所谓的法施，就是指为他众灌顶、传法、念传承等等想方设法令他们相续奉行善法之举。

首先对法施的定义。法施的法相是什么呢？这里面讲给其他众生灌顶，灌顶就是让他们种下能够很迅速解脱的因，为他们可以值遇修行很高很了义教法的机缘种下一个种子，焚烧该焚烧的种子习气，安立殊胜解脱的机缘。传法就是让众生了知取舍之道。

“念传承”，当然我们知道是口传或者念传承，很多法如果我们有传承的话，就有传承的加持力。不管我们念经也好，还是修一个法也好，那么这个法从释迦牟尼佛传到现在，或者从作者传到现在，都没有间断，它就有一

个传承的力量，传承的加持力。[传承的加持力在我们自己修行或者念经的过程中，就会发挥作用，帮助我们修行法，或者相应、得到加持，或者理解法义上面就会起到传承加持力的作用。](#)

反正就是想方设法令他们相续——让弟众或其他众生奉行善法之举都称为法布施。那么这就是法布施。

然而，我们没有从根本上尽除私心杂念之前，表面上成办利他之事，也只是影像罢了，不能利益众生。

“然而”这一段是华智仁波切针对当时的有些情况，给出的一些教授，意思就是说，我们在用正法利益他人的时候，直接的做法布施还是间接的做法布施，[华智仁波切针对一般的普通人，他给的建议是：间接的给法布施，或者别的方式给法施好一点。](#)直接的讲经说法、灌顶对一般心没有调伏的人而言，利益不是很大。这里面直接的含义是这样的。

如果我们没有从根本上尽除私心杂念，我们自己利己的分别念没有调伏，自己的利益没有成办之前，表面上做一些利益他人的事情，成办他人的事情，那么这些所谓的利他之事，都只是一种影像。比如说柱子的影像，杯子的影像，看起来是柱子或者是其他的，但只是影像而已。或者说杯子的相片，或者太阳的照片，这些只是影像。照片上的杯子能不能装水呢？当然不行。照片上的太阳能不能遣除黑暗，能不能带来温暖呢？这个也不行，所以这就是[影像，不能利益众生](#)。这里面讲对给众生没有什么利益。

大恩上师老人家在讲记当中对这一段也是做了很多的开示，这些开示给我们的提醒是什么呢？作者华智仁波切讲这个有当时的情况，为什么这样讲？根本原因是什么？是不是我们完全不能做法布施呢？上师讲，也不

是这个意思，也不是完全不能做的意思。他当时讲的情况是，如果我们自私自利的心特别严重，通过讲法增长自己的名利，这方面无论如何是要制止的。但是也不是华智仁波切这样讲了，在《前行》当中有这样教言，所以我们自己都不敢去讲法，都不敢去做利益众生的事情，是不是这个意思呢？上师说也不是这个意思。下面我们要分析这样的情况。

不能利益众生的意思，就是对众生的利益很少很少，因为自相续没有调伏的缘故，对众生的利益是有限的。其实佛陀在不同的经典当中，也给了很多不同的教授，有的时候讲的比较严格。有些时候上师们要提倡实修的时候，在利他之前自利的时候，这方面会讲的比较严、比较多一点；想弘扬佛法讲经说法的时候讲，无论如何，能够通达一个偈颂，能够把偈颂认认真真的给不懂的人讲，也是有很大的利益的。

教言并不矛盾，针对不同的情况、不同的场合、不同的众生，会给不同的教言。所以，我们要懂综合来看，不是说你在这里面讲了这个，一棍子打倒一片，然后所有的都否定了，不是这个意思。这样最容易误解佛法了。这个地方这样讲，那个地方那样讲，那么我们就要懂得把所有的教言综合起来再看，到底这里面是传递什么样信息给我们。

真正的信息是讲，圆满的利他、真实的利他，应该是在自利圆满的时候。比如说：佛陀利益众生的能力最强大的，最能够究竟利他的是佛陀。那么佛陀能够做这么大利益众生的事情，原因是因为他的自利圆满了，他自己觉悟了，彻底觉悟了。他能够给众生带来的利益就是引导众生逐渐达到彻底觉悟的状态，他自己的自利圆满了，他利也是圆满的。那么如果是初地以上的菩萨，他的自利圆满到了一定的程度了，这时候也能够给众生带来真实的利益。

那么，凡夫人能不能够利他呢？凡夫人也可以利他。但是前提是：我们自己在给别人利益的时候，至少我们相续当中也是应该有一分的正法。我们自己相续当中有一分正法，我们就可以通过这一分正法利益众生。那么超过自己相续之外的事情，暂时做不了，暂时一方面让自己的功德圆满，一方面逐渐做自己有能力的事情，应该是从这方面去理解的。

下面是引用阿底峡尊者的教言来说明如果自心没有调伏之前，去做利益众生的事情效果非常有限。

众弟子曾经问阿底峡尊者：“何时方可摄受眷属？何时方可行利他之事？何时才可超度亡灵？”

问了三个问题。第一个是什么时候可以摄受眷属，第二个什么时候可以行持利益众生的事业，第三个什么时候可以超度亡灵，问了这三个问题。

尊者回答：“证悟了空性并且具足神通之时方可摄受眷属；

阿底峡尊者回答，要摄受眷属，第一，你自己要证悟空性。你证悟了空性之后，你自己的实执已经消亡了，比如说我执这方面已经断了，该断的断了，那么烦恼不会再生起了，不会因为名闻利养或者其他很多事情，扰乱你的心的时候。因为你证悟了空性之后，证悟功德很突出的缘故，所以很多因素不会影响自己。所以，第一个是证悟了空性，见了法界的实相。

第二，具足神通。真实要摄受眷属具足神通也是很重要的。因为如果你自己有神通，比如说你有他心通或有天眼通，调伏众生也很方便，这些就是调伏众生的工具。因为很多众生就是服这个，你给他讲很多道理，他

可能听不进去，但是一下子指点出他心中的想法，或者他自己在背地里干的事情被点出来之后，他就很害怕。有神通可以利益众生。

大恩上师也引用无垢光尊者在《禅定休息》里面讲的，“无有神通难利他”，就好像鸟的羽毛没有丰满没办法飞行，所以没有神通也难以利他。因为你不知道众生的根基，不知道众生的意乐想法，这个时候要调伏起来就非常困难的。所以，要摄受眷属的话，第一是证悟空性。证悟空性，你自己的相续见到实相，你自己本性现前了。第二是具有神通，这个时候可以真实地摄受眷属。这一看就知道是高标准，高标准的摄受眷属应该是具有这样的功德。

但是如果不是高标准的话，现在的凡夫修行者，有没有摄受眷属的呢？凡夫人中也有摄受眷属的。所以，一个师父带了很多弟子，那么这个师父一定是证悟空性又具足神通吗？这个也不确定。[第一个他要有利益众生的心，利益弟众的心。第二个他自己要懂得教言。](#)他虽然不是通过神通去摄受弟子，但是他可以通过他所学习的教言或者戒律等等，通过这方面让弟子做一些应该做的取舍之事。

摄受眷属标准也是有很多层次，有高标准的摄受，还有一般标准的摄受，有时候也有所不同。所以，这方面也不能一概而论，这里面讲的是高标准的。

自私自利之心断尽之时方可行饶益他众；

真实的高标准的利益他众，自私自利的心要断尽。为什么一定要断尽自私自利的心呢？因为如果你自私自利的心没有断尽，那么你在给众生做事情的时候，这里面难免不会夹杂自私自利的意乐。很有可能表面上在行

利益众生的事情，其实是在给自己的利益在做很多的努力，在利他的事业当中很容易夹杂、掺杂自私自利的念头和不如法的行为，这种利益众生的事业就不纯净了。所以，如果你要真实的饶益他众的话，自私自利的心要断尽了，断尽了之后，证悟空性也好，或者你通过修菩提心修圆满，没有自私自利的心心的时候，这个时候可以饶益其他众生。否则的话，真实利益众生也是很困难的。

当然我们饶益他众也有层次。比如说佛陀饶益众生的方式和初地菩萨饶益众生的方式，都是没有自私自利的心心的，但是二者之间的差距还是很大的。佛陀自私自利的心从根本上彻底地断尽了，连习气种子都断尽了，他利益众生就是无勤的，非常广大的；初地菩萨现行的自私自利心是没有的，但是自私自利心的种子还在，他利益众生的能力就比佛要弱。所以，佛和菩萨利益众生的层次也有差别。

如果按照这个推理的话，凡夫众生，比如说自私自利的心没有彻底断尽的人，正在致力于修持断除自私自利的心，他可不可以饶益众生呢？当然也可以饶益众生，关键是看怎么样饶益众生。只要对众生有利益的事情都可以叫饶益众生，所以，我们在利益众生的时候，如果当时的心是利他的，那也可以，这也可以算是饶益众生的方式。否则的话，我们没有办法饶益众生的话，可能连行菩提心都不敢修了。为什么呢？当我们刚刚入道的时候，愿菩提心里面的成分也不清净，那么你修的行菩提心——布施，持戒这些也不清净。那么我们都不敢做，都不敢修，为什么？因为不是饶益众生。我们不能这样去想，因为这里面讲的是高标准的。

阿底峡尊者给他的弟子们、真实要独当一面的大德来讲，你要成为完全全通过自利来利益众生的真实的大德，应该是达到这个标准。但是下

面还有好多层次，只要当时我们发了利益众生的心，相续中在没有做善法的其他时候，可能还是有自私自利的心，但是我正在做这个善法的时候，我准备做这件事情的时候，我的的确确反反复复去约束自己，然后反观自己，尽可能的灭掉自己自私自利的想法，然后安住在相对纯净的意乐去做事情，能不能利益众生呢？也可以利益众生。比如说：我今天发一个善心去放生，把这条鱼买了去放生，这个也是对众生的饶益，也是可以的。或者我给众生讲法，今天讲这个法，我在讲法之前，就发心提醒自己，就是为了利他，不是为了自己的利益，很多众生不懂这个法义，我给他讲解，那么这样是不是利益众生呢？这也是利益众生。

高标准的利益众生，必须要达到自私自利的心断尽之后可以真实地利益众生。但是低标准的利益众生方式，我们可以随学，也可以逐渐去做，这个也没什么问题的。但关键是比较明显的、粗大的利益自己的心在做事情的时候，首先要反观，要调正，然后把心大概调正好之后，再去做应该是没有问题。因为我们在训练利益众生。

获得见道之后方可超度亡灵。”

获得见道，从菩萨来讲就是登初地，登初地之后可以超度亡灵，为什么呢？因为登初地的时候证悟空性，他的证悟的力量和大悲心都非常纯净，也有天眼，有神通可以照见中阴身在哪里，这个时候他可以直接通过他的能力勾召，通过他自己的神通看到之后勾召，之后精准的超度。初地菩萨以上有这个能力、功能，登地之后也有谛实语了，有谛实语超度众生力量很大。

我们一般凡夫人，第一个心不是很纯净，第二个没有见实相，第三个没有获得谛实语，所以说很多时候念出来的经咒力量也会受一些影响。所

以真实地超度亡灵，要把亡灵真正地超度到净土，或者真实地把他们超度到一个可以去的地方，能够独自完成这件事情的只有初地以上，即见道的菩萨可以做这个事情。

上师老人家在这里讲了，现在很多地方都有爱心小组、助念团队，我们真正一个个去采访，你是不是初地啊？当然他也不可能承认。真正来讲，可能很多都不是初地的圣者，甚至可能是刚刚学习佛法不久的人，他拿来一个《生死救度》在给亡人助念。

助念和超度的定义我们一定要搞清楚，助念和超度亡灵有的时候是两个概念。我们没有保证说我可以把他超度了，但是我可以去做一些帮助，我有一些能力，我去做一些帮助，反正他在中阴身的时候需要佛号，我就给他念一些佛号。以前慈诚堪布也讲了，有的时候我们在给别人念仪轨的时候不自信：我们这些凡夫人念这些有没有用啊？上师老人家也是说，其实我们自己是一个凡夫人，但是这个仪轨本身的法的力量是很大的，所以我们要相信佛号，相信仪轨，我们是以佛号去超度，不是我去怎么样。我自己去做肯定是不行的，但是我用的是佛号，我用的是清净的仪轨，我们要相信佛号、仪轨的力量，它本身有力量。

如果这样我们也可以去做，我们是去给他提供帮助的，我不是去超度他的。超度的标准很高，但是提供帮助是完全可以的，没有说不能给这些亡人提供帮助——你没有登地，你连念个仪轨都不行，你念个佛号都不行，念句心咒也不行，为什么？因为你是一个凡夫人，然后你的语言不清净，谛实也没有。我们没有说一定要把他超度到哪去，我是给他提供帮助的。而且很多时候不是我一个人，是很多人，一个团队，真正来讲也算是一个僧团。无垢光尊者讲，居士团体叫小僧团，《心性休息》当中也是讲得很清

楚。所以有些时候一个团队去助念，大家共修的力量，僧团的力量去助念的话，对他的帮助就更大了。当然如果念的时候发心也很好，亡者本身业力可能不是那么重，这也有可能超度到极乐世界去，直接超度到净土，这是有可能的。

即便超度不到净土去，但是我们提供了可以提供的帮助，在当前情况之下，我们就能够提供这么大的帮助。如果我们尽力去做就很好了，应该做的。我们自己去助念的时候，有的时候很关心有没有验相啊？是不是已经超度到净土去了？拍几张相片上面好像有光环，这是不是啊？怎么怎么样。其实我们是提供帮助的，只要我们认认真真去念了，念了之后他往生也好，他没有往生也好，反正我们提供的帮助就是这么大，只要我们认认真真做了。我觉得这样心态还是比较平和的。

否则，每次都想助念后一定有验相，是不是往生的验相我们也不知道，有的时候也很难去判断，是不是真的往生的验相也不好讲。但是经常性带着这种心态去念的话，有的时候心态就不平衡了，总是觉得如果有验相自己好像就有信心，如果没有验相好像就觉得很失败，总是带着目标去念。

当然谁不愿意把他超度到净土去呢？都愿意，我们都是乐于见到我们所超度的、所助念的这个亡者真实地往生极乐世界了，当然非常好。但是我们其实来讲是提供帮助的，就是去助念，发我最大的心，最清净的心，我念的时候也很认真，我尽量不要去胡思乱想，尽量不想别的，我就认认真真去念，我尽到我的力量。而且我呼唤佛菩萨，我在念的时候，我是一心一意的祈祷阿弥陀佛从极乐世界下来，接引这个亡人，我们去祈祷。因为这个亡人他自己死了之后，可能他当时已经迷糊了，他可能忘记祈祷了，这

这个时候我们来帮他祈祷阿弥陀佛来，降临到这个地方把他接走，让他去往生。这个时候也给亡者做一个提醒，如果恰好他在这儿的话。因为中阴身没有粗大的身体了，跑得非常快，一下子就跑到其他地方去，根本很难停住。如果当时他在这儿，我们给他提醒的话，他也可以生起正念，也可能往生。

所以超度亡灵，圣者有圣者不共的力量，他的禅定力、天眼神通、证悟空性的力量，一旦证悟了实相之后，智慧、能力都是不可思议的，善巧方便也很多，他们有他们的超度方法，他们有能力真实超度亡者。但是我们可以做，有的时候即便没有团队，今天大家都很忙，就我一个人去，一个人去认认真真地念，反正我就是为了利益亡者，然后把《生死救度》拿出来，认认真真地呼唤阿弥陀佛，呼唤观世音菩萨，呼唤莲花生大师，请他们来帮助这个亡者，然后通过我自己的力量去念一些对他们能够提供帮助的佛号、心咒。这方面当然可以的，而且也是训练自己。

华智仁波切后面讲了，“于他垫上净己障”，就是在别人的垫子上清净自己的业障。为什么？因为自己的心很清净，所以我坐在别人的垫子上面，给别人念经，这个时候清净的也是我的罪障，我的罪障在这个过程当中也可以清净了。也可以给亡人提供我可以提供的帮助。并不能说：我是凡夫人，我不是初地菩萨，反正我不会念。再去找个人，他说：我也是凡夫我也不会念。大家都是凡夫都不念了，那我们上哪儿去找一个初地菩萨？很难找的，不太容易找。

所以，真正来讲超度亡灵的高标准是这样的，但是我们可以提供帮助，而且应该提供帮助。亡者的家里人很痛苦的时候，需要有人提供帮助，那么我们**作为佛弟子来讲，能够提供的帮助就是念中阴身需要的佛号、咒语**

，发菩提心。因为如果念诵的人，每个人都是生起慈悲心，很柔软的心，中阴身的这些亡者，他们在接近的时候也很温暖，也能够得到一些加持。那么如果家里的人为了财产等争吵，他内心也很痛苦，也很容易产生嗔恨心。

因此，如果大家助念的时候，都是齐刷刷的生起清净的心，就是为了利益你，心和心有的时候会有感应的，所以说如果我们发起的心是很柔和的，很慈悲的心也可以感染他，他可以得到力量，得到加持。再加上在这个心态当中去念佛号、念心咒，念有加持力的仪轨，对他来讲肯定是有帮助，而且后面还要念《普贤行愿品》给他作回向，这个时候肯定可以利益他，毫无疑问的。

所以，我们不相信自己的时候，也一定要相信法的力量，相信仪轨的力量，仪轨是有力量的。我自己可能是烦恼粗重，但是我在念的时候尽量在这个过程当中，我自己认认真真的念，虽然我平时的时候烦恼很粗猛，但是我在念仪轨的时候，尽量地让自己安住在法的状态当中给他做帮助。时间一个小时，或有的时候半小时、十几分钟，反正不管怎么样，认认真真去做就行了。这个方面这样做分别，应该是可以的。

此外尊者也曾说过：“如今五浊之恶世，非为装模作样时，乃为策励精进时；非为寻求高位时，乃为置于卑位时；非为摄受眷仆时，乃为依止静处时；非为调化弟子时，乃为调伏自心时；非为随持词句时，乃为思维意义时；非为到处游逛时，乃为安住一处时。”

阿底峡尊者给我们修行者讲了很多这方面的窍诀。**“如今五浊之恶世，非为装模作样时，乃为策励精进时；**首先，现在是属于五浊恶世，众生浊、烦恼浊、命浊、见解浊等等，五浊都是非常明显的、兴盛。五浊恶世的

时候不是装模作样的修行佛法，五浊恶世的时候，精进修行都不一定马上得到感应，何况说你装模作样的修行，怎么可能调伏自心呢？所以尽量地减少装模作样的表面修行，尽量彻底认真的修行，策励精进。也不是装模作样在外面做一些大的事情，应该反观自心，按照法义当中、窍诀当中所讲的这些，认认真真地去策励实行，精进的修行，使身语意都能够策励于佛法修行之道。

比如《入菩萨行论》当中的修心的窍诀，还有《大圆满前行》里面修心的窍诀，这应该真实地把这些法往自己的内心当中去关照，调伏自己的心，策励精进调伏自己的心。而不是在外面装模作样，内心完全没有想到精进修行，而是外在装模作样的修行，或者外在装模作样做一些利益众生的事情。应该如是了知，五浊恶世的时候，是应该策励修行时候。

“非为寻求高位时，乃为置于卑位时；”同样每一句前面都应该是“如今五浊恶世的时候”。那么如今五浊恶世的时候，非为寻求高位时，这个时候不是致力于寻求高位的时候。当然众生的心态不一样，有些众生天然不喜欢高的位置，他不习惯不舒服，驾驭不了，他就觉得处于高位让他很不安。但是很多人喜欢高位，甚至于上学的时候，一个组长，一个小队长，或者一个班长，都拼命去追求，然后到了社会上也是拼命往上面走，想要得到高位，科长、处长等等。很多人都喜欢高位。

修行者的团队当中，也是有人喜欢在团队当中，无论如何想方设法的，想尽一切办法进到理事会里面去。或者在寺院里面想方设法去当一个知客、监院、方丈，然后当佛协的什么什么。像这样也有可能，反正喜欢寻求高位。

但是五浊恶世的时候，寻求高位没有什么用，没有什么利益，即便得

到高位有什么用呢？前面我们在讲无常的时候，高际必堕，反正是有为法，高际必堕的，你不可能永远处在高位上，而且处于高位的时候，也容易造一些罪业。如果是因为你自己的因缘、福德、功德处于高位的时候，也是要想：虽然得到了高位，但这是无常的。在高位的时候，尽量的以这个位置上的特殊的身份去利益众生，为了自己修行、利益众生提供方便那就是有用的。

如果通过烦恼心去追求高位的话，确实没有什么实际的意义，在追求高位的过程当中，可能也是很辛苦的。追求高位的过程当中可能会使用不合理不合法的手段，也会排挤很多人，打击很多人，造诽谤的罪业，造自赞毁他的罪业，会造很多罪业。然后到了高位的时候，为了保住高位，还要继续地去努力，否则你一旦不努力，这个高位有可能就被在下面的其他人，天天看着你的人篡权了，还有可能的。

这有什么样的实际意义呢？没有什么实际意义，而且是很痛苦的过程。但是很多人可能觉得痛苦可以忍受，为了高位什么痛苦什么代价都可以付出。但其实来讲，即便他得到了，他可以忍受其他的痛苦，但是业果，或者消耗我们暇满人身的力量还是很大的。我们自己的暇满人身，其实可以做更好的事情，为自己和他人，对今生和后世，为了暂时和究竟的利益，暇满人身可以做很多善行。但是把暇满人身消耗在了夺取高位的路途当中，非常非常可惜的事情。所以这里告诉我们，乃为置于卑位的时候，这个时候把自己的心态处于卑位，安于处于卑位的状态当中。尤其这里面主要是在讲修行者，修行的过程当中一定要让我们的心处于卑下。前面在讲自他平等自他相换的时候，也是讲到了两个格西互相推让——你坐这个高位，对方说你的功德大，然后你去坐高位，双方都不愿意把自己置于高位上。这主要是从修心的侧面来讲。

如果你是在世间工作，必须要去争取，那么这个也没什么不能争取的，正当的合法的手段，如果工作必须要去争取的话，可以去争取。但是我们在争取过程当中，心中也是应该有高际必堕的想法，也应该知道这一切是无常的。在这个摄持之下，该争取的有的时候也可以争取，并不是说你学了佛之后，所有一切都放弃了。

当然有些时候可能我们自己的境界还没到达那种稳固的状态，有些时候并不是你一个人，牵扯到你的家庭，如果你得到这个位置，可能对家庭的收入会好一点，家里人可能过得好一点，这也有必要。还有你的团队，可能也有生存方面的问题。

但是这里主要是讲自己的修行，你自己没有什么额外的压力，没有让你必须要去争取一个高位，作为一个纯粹的修行人。前行里面很多都是讲出家人的，很多时候都是指出家人的修行方法。

现在我们在学前行，发现了这种风格，大恩上师的讲授、还有我们辅导的时候，其实面对的很多都是在家的修行人。他们有工作，有压力，所以就不能把给出家人讲的教言，原封不动的移植到在家人，情况完全是不一样的。出家是没有压力的，但是在家人有家庭的压力，他不是一个人，如果是一个人，自己无所谓啊，自己好一点差一点，甚至可以自己一个人流浪，好像不错的选择。但是他有个家庭是不一样的，别人怎么看你的家庭？他们怎么样去面对别人？都是问题。如果是在家人需要挣钱的，这个高位我必须要争取一下可以得到，不争取我可能就没有办法。假如对你有用的话，你就争取也没有什么问题。

这里面所讲的，主要是对于修心的人，对于修行人，尤其是出家人来讲。当然也不是对在家人就没有用，不要过度的贪婪，过度的贪婪无论如

何都不好，对谁都是不好的。

这个时候置于卑位，因为置于高位的时候自己最容易飘飘然。一旦到了高位的时候，他的位置不一样，整个周围的环境也不一样了，奉承的人很多，给你提供顺缘的人很多，说好话的人很好，这个时候最容易让自己飘飘然，自己也最没办法做取舍，照顾很多的情面，这个时候容易造罪业。

而如果是在卑位就不一样，在卑位自己没有这么多顾虑的。一般来讲一个人如果他没有名气，位置很低的话，基本上很少人愿意去看他，愿意去关照他的，这就是人世间的常态，所以身边也不会有很多人去吹捧你。这些方面不用操心的，从这个侧面来讲，对你的修行有利，不用去分心照顾这些事情。

还有，尤其在**这个地方卑位是指心的位置**，不是讲你的心气很高，你现在虽然是乞丐，但是你的心气很高，这也看不起那也看不起，像这样不是什么卑位。**这里卑位主要是心态，你的心态放得很谦卑**，谦卑主要是心态而不是身份。身份的谦卑有可能是被逼无奈的，没有办法只有谦卑。但是心态不一样，有些人他自己处在很高的位置上，但是心态调整的特别柔和，这也是有的。对一般的修行人来讲主要是我们的心要谦卑，如果我们的**心很谦卑，就很容易看到自己过患，看到别人的功德，这对自己调伏自心非常有用。**乃为置于卑位时的意思是这样的。

“非为摄受眷仆时，乃为依止静处时”，这个时候也不是大张旗鼓的摄受很多眷属仆人的时候，而是应该依止静处。摄受眷属可能需要大的房子，还要很多的开销，有很多事情要做，这个时候心很容易散乱。

摄受很多眷属当然有利益，否则谁愿意摄受眷属呢？眷属仆人多了，自己不用亲自动手做事，或者也很容易成办很多事情，这是显而易见的利益。出门的时候前呼后拥的感觉，有些人也很喜欢。这方面也有很多副作用，事情多心就会杂乱，自己的道心也容易慢慢地消亡。

依止寂静处没有这么多的事情，事情少、看的少、听的少、想的少，思想相对单纯，环境清净会更容易忆念法义，不该想的不会去想，该想的一定会想到。该想的是什么？就是忆念法义。比如忆念解脱、利益众生，或者实相空性，这些在寂静处是可以成办的。在喧闹处因为看得太多，听得太多，在这么多的信息当中，很难真正让我们去串习法义。

而且法义对我们而言，它是一个新生的事物，新生事物容易让我们产生新鲜感，有时候也容易被忽略。因为无始以来就是喜欢热闹，这些都是很熟悉的，所以你的分别心自然而然就过去了，而佛法是新来的，最容易被遗忘。在这个过程当中，忆念佛法的机率很低。在寂静处就不一样，寂静处看的听的相对来讲很少，忆念法义相对来说容易一些。如果你摄受眷属，容易让自己的事情很多，心很散乱缘故，所以应该依止寂静处好好的修行。

“非为调化弟子时，乃为调伏自心时”，真正来讲，在五浊恶世，弟子刚强难化，越往后走五浊越深越恶。众生浊、烦恼浊、见浊、劫浊、命浊，为什么会这样呢？五浊就是众生的根基越来越差。五浊的法相就是这样的。五浊是什么？就是众生的寿命、烦恼、见解越来越差。如果在五浊恶世的时候，众生的根基越来越差，调伏起来越来越困难，众生越来越刚强难化，烦恼越来越粗重，这时候要调化众生就像上师调化我们一样，用了很多方法我们相续有时转变了一点点，有时甚至于不会转变。上师是真正的

大德，圣者调伏弟子花了很大力气也是收效甚微，何况是凡夫人呢！此处的五浊恶世，不是给圣者讲的，像这样我们的修行本来很差，还想要去转变弟子的心更困难了，现在不是调化弟子的时候，而是调伏自心的时候。

因为调化弟子需要照顾到很多人，每个人的心都要去照顾，这样你就会去分心，也会花很多的时间。这时候你就会没有时间去修行。对一个初学者来讲，刚开始调伏自心是很重要的，调伏弟子的心就很困难，虽然调伏不了很多众生的心，但是我学习过佛法自己的心可以调伏。因为自心毕竟是自己的相续，而众生是他相续，这是我没有办法控制的。有的时候发发火，有的时候讲讲理，有的时候管用，有的时候不管用。自己的相续就不一样了，毕竟是自己的心，我只要愿意去安住下来调伏，它是比较自在的，毕竟这是属于我自己的相续，而他相续很难控制，所以华智仁波切给出了我们这种建议，这是一个窍诀，现在应该是著重调伏自心的时候。

这是针对初学者的教言，因为调化众生是非常困难的。对于我们来讲，是不是真实的调化众生呢？有时我们会执著这是我的弟子，**实际上都是上师的弟子。不管辅导员，或者法师，都是在帮助上师做一些辅助工作**，这些道友是不是真实的就是自己的弟子呢？也不是。如果能把做辅助工作的位置摆正，其实并不是真实意义上，通过我的能力在调化弟子，而是在上师调化这些弟子的过程当中，我来做一些辅助的工作，这没什么。主要是上师老人家的事业，上师在调化这些弟子。比如我做的辅导，上师的一些教言，我来解读一下，应该是这个意思，有那个密意，做一些辅助的工作应该是问题不大。如果真实的把位子给你，说你就是主尊，开始收弟子了，他们都需要你调化。首先你有没有这个能力？即便你有一点点的能力，这么多的弟子让你去调化，慢慢地连自己的心也没有办法调伏，会越来越散乱。因为自己的心没有真正堪能的缘故，所以导致直接散乱下来。

“非为随持词句时，乃为思维意义时”，在五浊恶世的时候，词句和意义二者之间，相对来讲意义更重要。虽然词句是表达意义的，但是如果我们把所有的时间精力，都放在了词句上面怎么用，在上面调来调去。所有的时间都用在那上面，意义就不大了，应该跟随词句去思维意义，尤其是一定要消化意义，这是很重要的。

“非为到处游逛时，乃为安住一处时”，在五浊恶世的时候，我们的分别心很强盛，所以在到处游逛和安住一处之间，应该选择安住一处。虽然有必要的时候走一走，也没有什么不可以的，但是如果习惯了，把这个当成了主业，把安住一处当为副业就不对了。因为我们的心本来就是散乱的，所以你出去走当然会很舒服。就是喜欢这样，安住下来的时候就坐不住，如坐针毡，垫子好像有针，或者荆棘做的，坐垫上根本坐不下来，有这样的讲法。五浊恶世到处走只能让自己的心越来越散乱，这个时候应该习惯于安住一处，偶尔的出去走一下，调剂一下是可以的，这方面给我们的教言，是应该习惯于安住一处，安住一处不是说散乱，安住一处看书、思维、听法，或者观修、念咒、顶礼，把这些该做的事情，趁着自己自在，生命还没有穷尽，动得了的时候，把该做的事情做了，如果五加行没有修完，现在还能动的时候，首先赶快把顶礼修完，如果自己身体不好的时候，想修也修不了，有些事情是不能拖的。首先把这些该修的一定要修，该圆满一定要圆满，如果自己一旦生了病，身体垮了，有时候心也跟着垮了，心力提不起来了，所以现在当自己健康的时候，应该善巧的使用人身，安住一处认真修行。

另有，三同门曾经问仲敦巴格西：“在寂静处修行与以正法饶益众生，这二者当中哪一个更为重要？”

三同门就问仲敦巴格西，在寂静处修行是第一个选项，以正法饶益众生是第二个选项，二者当中哪一个更重要？

仲敦巴格西答道：“对于自相续没有任何验相及证悟的初学者来说，以正法饶益众生也不会有什么收益，他们的加持犹如倾倒空器一般，从中不会得到任何加持，他们的窍诀就像没有经过按压的酒糟酿出的薄酒一样没有任何纯酿的滋味；

仲敦巴格西说，第一种情况，对于自己的相续没有任何的验相和证悟的初学者来讲，即便是以正法饶益众生，也不会有什么收益，因为相续没有调伏的初学者，他们没有什么加持，“他们的加持犹如倾倒空器一般”，因为瓶子是空的，什么都没有怎么给加持呢？“从中不会得到任何加持”。

他们有的时候传一些所谓的窍诀，这个窍诀就好像没有“按压的酒糟”，酿酒的时候酒糟要使劲的按压，这样酿出来的酒会比较醇厚，如果没有按压酿出来的酒就是薄酒，没有什么纯酿的滋味，非常的淡，没有什么很浓厚的酒味。这是表示初学者用正法去饶益众生，利益是很弱很小的。

就算是获得了暖相而尚未稳固的胜解行修行人也不能行利益众生之事，他们的加持犹如倾倒满瓶一样，使别人满满充盈，自己却变成空空如也，他们的窍诀如同将火炬传递给别人一般，使他人光明通亮，自己却成为漆黑一片；

第二种情况，是获得了暖相，通过修行生圆次第等等，自己有了一些暖相，获得了一些成就加持，只是胜解行地，证悟的暖相还不稳固，或者还没有真正到达高质量的状态。这种暖相没有稳固的胜解行修行人，他要做

利益众生的事情也很困难。他们有暖相，也有加持，但是他们的加持就好像倾倒满瓶一样，他自己有满满的一瓶水，然后给别人加持的时候，这一瓶水就倒在了别人的瓶子里面，别人的瓶子倒是充满了，但自己的瓶子空空如也。

因此他们的窍诀就像把火炬传给别人。自己手上有一把火炬可以驱散黑暗，如果他把这个火炬给了别人，别人把火炬拿走之后，他就没有火炬了，照亮了别人，自己漆黑一片。这个意思是什么？虽然能够利益，或者可以少量的暂时利益他人，但是会损失自己的修行。第一种对自己和他人的利益都很小，或者对自他都没有利益，第二种可能是对他人有一些利益，对自己损失很大。有些人会说，菩萨不就是舍己利人的吗？舍己利人主要是从长远的侧面来讲，虽然我们从观心的侧面来讲，应该修自轻他重，但是实际在做的时候，如果通过这样的方式让自己的修行退失，别人得到了一些利益，对别人的利益有多大也不好说，即便别人得到一些暂时的利益，而自己的修行完全退失了，需要通过很多年去恢复，在很长时间当中，自己并没有做利益众生的事业。因为这时自己在恢复以前的状态，如果自己并没有做这些事情，好好保护自己修行，通过修行得到更高证悟，到了第三步，就可以在利益他人的时候，自己的相续也不会枯竭。

为了长远的利益，有时候自己的利益也不能损伤。比如医生想去救度别人，首先要保持自己的健康，才能更多更久地去利益其他的病人。如果你为了利益一个病人，自己身患重病，没办法再行医，损失的是更多病人的利益。和这个比喻大概是一样的。这里的意思是我们可以去做选择的时候，尽量不要在有暖相的时候，着急的去做利益众生的事情。

只有得地的菩萨才能真正成办利益众生之事，他们的加持犹如妙瓶的成就，既能成熟他众，也不会使自己空空荡荡而始终满满当当，他们的窍诀就像酥油主灯一样，既能点亮其他油灯，也不会使自己有所障蔽。”

第三种情况，就是自他二利。得地的菩萨能够真实的利益众生，“他们的加持犹如妙瓶”，妙瓶和前面的瓶子不一样，普通的瓶子只能装一瓶水，倒完之后就没有了，它不会自动蓄满。妙瓶具有自动续满的功能，它是永远倒不净的，倒了之后又有了，倒了之后又有了，这种叫做妙瓶，或者贤瓶。类似于在汉地以前的聚宝盆。以前的传说中有一个聚宝盆的概念，聚宝盆就是一个盆子聚宝，倒出去之后，又满了，总是源源不断的。以前很多人都想有一个聚宝盆，妙瓶类似于聚宝盆，里面装满了甘露，永远倒不尽，自动就满了。打比喻来讲，前面的瓶子，就像水池一样一昏就没了，妙瓶就像泉水一样，每天去取，每天都不断的在出，不会有枯竭的时候。登地以上的菩萨利益众生的时候，他自己也永远不会干涸，不仅能够满足众生、成熟众生，但是自己也不会空空荡荡，始终都是满满当当的。

他们给别人传授修行的窍诀，自己就像酥油主灯一样，酥油主灯能够点亮其他的油灯，自己也不会有所障蔽。这是什么意思？在大型的供灯房里面，可以看到有很多的油灯需要点燃，中央有一盏很大的灯。我们用灯去点，主灯是不动的，用别的灯去点，其他的灯点燃了。主灯不会灭，或者用主灯去点燃其他的灯，传灯也是这样的。

点燃其他酥油灯都是通过主灯，其他的灯点亮了，它自己会灭吗？不会灭，照样一直在燃着，因为它是主灯吗？灯器大油也多，所以点亮了别的灯，自己仍然是明亮的，而不像一把火炬给了别人，自己就没有了。主灯一直是这样的，再多的灯去点，它也不会有所损失。这是登地以上的菩萨们能够真正的自他二利的体现。

所谓的利益众生的事情到底是指什么？做利益主要是讲修四种事业，即息增怀诛。在仪轨当中，比如说给别人修息业、增业、怀业、诛业，如果自己的心咒没有修圆满，自己没得到验相，也没办法去帮助别人。窍诀是什么意思？有些时候窍诀是指正行的引导，就是直指心性之类。如果你自己完全都不懂，你怎么样告诉别人，你的心性是这样的，为他直指，根本就做不到。

这里面所谓的事业和加持到底应该怎么样理解？是不是我们完全就不能做了，这一段当中所讲的意思是，如果所谓的给别人做加持是指给别人做四种事业，比如说要息灭别人的灾祸，增长别人的寿命、财富等等。如果你是一个初学者，自己完全没有验相，只是听了窍诀，怎么给别人传直指心性的正行窍诀？这是做不到的。

有暖相的意思，就是说修四种事业，自己得到一些本尊的摄持，有了验相，然后再给别人修，可能就是修了之后，他起作用了，但是我自己的验相就不存在了，必须要从头开始修。如果你只有暖相，给别人直指心性，或者传一些正行修法也是一样的。传完之后自己的觉受就没有了，主要是从这方面讲。初地菩萨修四事业，或者给别人传大圆满的窍诀、直指心性等窍诀，不会出现这种情况，利益了别人，自己不会有损伤，大概就是这种高标准的事业，不是说我们现在这样，也没有什么事业。一般凡夫没什么事业，不要在这里面寻找自己事业。我们帮助别人做一些事情，给别人辅导几句法义，和这里所讲的标准还差得远，这里讲的主要是正行的一些窍诀关要。现在我们辅导入行论、前行、净土等法，不是这里所讲的给别人传窍诀，这里所讲的意思，主要是比较高深的法要，或者给别人做火供。

这个火供不是平常做的火施，火供和火施是两回事。生起次第的大修

之后，最后一天要修火供，可以让事业很快成熟，火供的标准特别高。火施就是平时我们拿个糌粑烧一烧，念念仪轨，这个很简单，一般的人都可以做。火供、遣除违缘，或者做很大的法事，这方面的要求高一些。所谓利益众生的事业就是这些。我们作为一般人来讲，也没什么很大的事业。给别人讲法是不是就是在利益众生？华智仁波切这样讲了，就不敢做了，或者没有开许做，一方面大恩上师在讲记当中，再再的讲不是这个意思，这里面讲的含义我们要懂。另一方面，**不管辅导员，还是法师，有时候给别人辅导一些法义，是不是真的就是在饶益众生？其实也是在利益自己。主要是让我们成熟的**，依靠道友的帮助，让我们有了一个能够辅导法义的机会。因为我要辅导法义，所以必须要仔细地去备课，看了之后，再从我的嘴讲出来，自己的印象是很深刻的。

这里面是相互帮助，我的确是给道友辅导了，可能有些道友得到一些利益，反过来讲，如果我没有给道友辅导，按照凡夫人共同的通病来讲，如果没有压力，很少有人会非常主动的想要去把这个法义深挖深挖再深挖，考虑怎么去串，这个词语怎么去准确的表达……很少有人是这样的。我们以前在学院的时候也是这样的，考试的时候，大家都比较认真。如果上师老人家说这段时间没有讲考，基本上心态就放松了。认真看书的人比较少，如果上师说明天开始恢复讲考了，大家听课的时候，一下子耳朵开始竖起来了，然后笔记也开始做起来了，回去看书的时间也长了。

我现在给人辅导，反过来讲，也是道友帮助了我，让我好好学习。如果我没去辅导，可能不会这么认真的去备课、思维、探讨，我也不会注意这个问题，上师是怎么回答的，那个问题，上师是怎么回答的，自己就会很认真的听；如果自己没有辅导，听听就过去了，左耳朵进右耳朵出，甚至左耳朵进了，又从左耳朵出去了，都没有到右耳朵去，也许自动就折返了。

我们现在的辅导是不是就在这里所讲的这些呢？并不是，这是让我们得到更大的利益。因为我们辅导是利益自己的，所以从这个侧面上来讲，我可以通过自己的精进努力，对于下面学习佛法时间不长的人，就是说他们需要一些帮助，我去帮助他们，反过来，也是他们帮助了我，能够把我以前学的东西，进一步的深入，进一步的细化。既是我帮助了对方，也是对方也帮助了我，这是一个相互帮助的作用。这里面也不存在给别人加持，我自己怎么样。

在我们的身上这个问题并不是很严重的，从某个侧面来讲，这些教言是不是完全对我们讲的？一部分对我们讲的，也不是主要的对我们讲的。因为我们现在身份的定位，主要还是因为有这个平台能够锻炼我们，通过道友的帮助，让我们通过压力，对法义进一步去细化，这也是对自己的帮助。

现今处在五浊恶世，作为凡夫人，本该在寂静处修持慈悲心、菩提心，不是直接饶益众生的时候，而是遣除自相续烦恼的时候，

当五浊恶世的时候，对凡夫人来讲，应该在寂静处修持慈悲心、菩提心，就是在静处修心很重要，而做直接利益众生的行为，还不是真正的时机，应该遣除自相续烦恼，这时候主要是致力于遣除自己的烦恼。我们在学习佛法的过程当中，一方面我们在学会当中，自己在学习，一方面有些道友在自己学习的同时，也是在做一些辅导工作。我们应该知道这里面的意思，我们在学习的时候，或者辅导的时候，主要的宗旨还是调伏和遣除自相续的烦恼，也就是说我们要懂得和时时习惯，用我们所学、所辅导的东西反观自心，而千万不要想我讲法了，不得了了，我下面这么多弟子了，这样一来方向就错了。虽然都是在辅导，但是心态不一样，作用也不一样了。

我们在辅导的时候，要有惭愧心。并不是说我已经怎么样了，而是说在这个团队当中，需要有人来做这个事情，这样做的确对我修行有帮助，而且我做这个事情，有时也是不得已而为之，主要是能够帮助自己调伏烦恼。为什么？因为我这样做，能够让我对法义更细化，这样对调伏我的烦

恼是有帮助的。如果我们在这种心态，问题就不大。这里面最怕的是我们在做这个事情的时候，飘飘然，或者追求名利，这种思想无论如何都是不对的。如果有追求名利的心，即便是你在山洞里面修行，自己打坐的目的是为了我的名声广大，这也是不对的。所有佛法无论如何都是遣除自相续烦恼的，而且对我们来讲，真正在寂静处修行也不现实。

有些道友在听完法之后，心想这里面讲，在寂静处修行很重要。他很想马上去，马上就把现在该听的课中断了，不学了。为什么？打坐、修窍诀重要的缘故，马上就想去修法，虽然修法的心很好，但是我们也要分析一下，有可能修行不太容易成功。这个原因何在？因为现在我们见解和修行的心态不稳固。为什么这样讲？因为我们想要修行的心从何而来？前段时间我听了这段教言，闻思了之后，我有了想修的心，这个想修行的心是从听教言而来的。如果能把想修的心保持下去，还是要不断地补充，不断地听闻，一直想修的心才会不断地延续下去；如果你听了一段教言之后，中断了补充的来源，而去修行。因为你修行的心是来源于以前的闻思，就是听了教言之后产生的意乐。假如把这个来源暂断了，你在寂静处修行的心能够保持多长时间，就不好讲了。也许你修几个月之后，没有继续听法，以前很想修，这个力量是来源于你听了教言触动很大，现在终止听闻了，不再接收让你听下去的信息，这个因越来越弱，你想修的心不知道还能不能保持下去。

在静处闭关修行，不是说我今天去山洞里面，马上就能生起什么验相，需要通过很长时间的观修，你拿什么支撑下去？没有得到验相，打坐的过程相当枯燥、相当无聊，而且你把修下去的源泉给中断了，没有听闻了，拿什么支持你修下去，就不好讲。我们现在的见解还不稳固，还要多听闻。虽然寂静处修行非常好，的确很多大德都在赞叹，但是对我们来讲是不是马上就要终止听闻，很多地方说实修重要，现在学会的课可以不上了，也不闻思，就去修行了。也许你当时的心是真的，非常强烈，原因就是你前一段时间学的东西在起作用。你一旦远离这个因了，这个因素越来越弱，这时候你还能不能一直保持当时你离开闻思时，那种强烈的想要修行的心态，而不被其他的思想所影响，真的不好讲。

对我们这些刚刚学佛不长的人来讲，不要急于中断对正法的闻思。因为我们想修的心就是从这闻思而来，所以如果让修行的心强劲，保持的时间长，还是要继续地闻思，延续想修的心。当然我们不是说一定要闻思多长时间，真正的稳定了就可以。至于稳定的时间到底有多长，因人而异，有些

道友可能时间不是长，十几年就可以了，有些道友可能会更长一些。

刚刚学两三年几年的道友，遇到了一些打击的时候，觉得厌离心很强劲。以前在学院有个道友，在吃饭的时候，一颗花椒粒堵在喉咙里面，特别难受，差点死了，脸憋得通红，好不容易咳出来了，由此生起了很强的出离心。觉得生命太无常了，一定要去闭关。跟上师请假，上师说，慢慢来，先不要着急。他说，不行。最后在河西电站上面的四宝净处搭了一间闭关房，也没有住多久，花椒不可能天天卡，花椒卡住生起的无常，随着花椒麻味的消失，也慢慢地没有了，两三个月也没有修下去。上师的教言总是很精准的，不着急，慢慢来。因为知道这是突然的因缘，一个病缘，或者一个花椒的因缘，导致了强烈地想要修行的心。上师已经观察到这是短暂的因缘，而不是恒常的来源，这个引擎的力量不够强劲，难以持久，让他千万不能冲动，但是他不听，最后还是走掉了。他说，不成就死到里面也不出来。后来上师在成都碰到他了，问，你成就了么？还是到了第二世呢？因为当时他在上师面前发愿了，要么我死在里面，要么我就成就了，否则不会出来。没有多久上师在成都就碰到他了。

我讲这个故事的意思是什么？有时我们想修的心，一定要找来一个稳定的来源，要让想修的心比较长时间的安住，或者使想修的心源源不断地产生。对我们来讲，验相修出来了之后，这个验相可以推动你继续修。如果你想修的心来自于闻思，你很着急地斩断了，别的验相也没有生起来，中间就会断档，没办法让你再继续下去，这是比较危险的。并不是说不能修行，修行不好，不敢这样讲，对于有可能出现的问题给我们提醒。比较保险的是要长时间的闻思。你越闻思，只是越想修，越闻思越不想修了，这是绝对不可能的，闻思是帮助我们调心的，当我们对解脱道生起信心的。越闻思就越想修，一边闻思一边修也不会有障碍。这里讲要在净处修持慈悲心、菩提心，不是直接饶益众生的时候，而是遣除自相续烦恼的时候。

比如说，不是斩断名贵药树苗芽的时候，而是保护它的时候。

打比喻讲，有一棵名贵的药树，这个药树一旦长成之后，可以治很多的疾病。名贵药树刚刚长出来的时候，是斩断它，用它做药，还是保护它呢？当然要保护它。因为斩断的树芽能起到的作用很少，它只是一个树芽而已，也许能治一点病，方方面面的药性都有限，就是一个树苗。如果把它保护好了，让它长大了，就会有很大的药用价值。

因此，直接对众生进行法布施稍有困难。

因为我们发心不一定稳固，也可能夹杂自私自利的心，还有自己对法义的理解和领悟等等，有的时候不一定那么稳固，所以这里说稍有困难。

自己没有真修实证而为他人讲经说法，对他人起不到什么作用。

自己没有真修实证就讲经说法，对他人的作用是很有限制的。上师老人家也讲了，如果我们懂一些佛法给别人讲，还是会有些作用的。毕竟他不懂这段话怎么解释或者不懂那个概念，我们给他介绍一下，还是有帮助的。

假设依靠传讲佛法而收集供养及财利，就成了印度单巴仁波切所说的将正法作为得财之商品了。

还有一个，初学者容易产生的就是名闻利养的心，如果在讲经说法的时候，依靠传法而收集供养，或者追求财利，就成了印度单巴仁波切讲的一样，正法反成恶趣因，正法作为得财的商品了，这是不对的。

所以，在自私自利的心念还没有断尽之前，不要急急忙忙地去利益他众，而要在自己念经诵咒、读诵佛经论典等时发愿：但愿白法方面的鬼神们听到这些后相续得以解脱，在念诵水施、施身等仪轨的结尾时，也要念“诸恶莫作，诸善奉行，自净其意，是诸佛教”。唯一做这种法布施就可以。

华智仁波切说，我们自私自利的心没有断尽之前，急急忙忙地舍弃自己的利益，要去做利益众生的事情，还是很困难的，不要着急。对我们来讲，现在可以做的法布施是什么？就是说既对众生有利，也能够保护自己相续的法布施，就是当我们在念经诵咒，或者读诵佛经论典等时发愿，愿白法方面的鬼神，为什么是白法方面的鬼神呢？因为恶法方面的鬼神对念经诵咒没有兴趣，所以能够成为法器是白法方面的鬼神。愿他们听到这些之后，相续得以解脱。

然后在念诵水施的时候，比如念观音心咒七遍之后加持做水施，或者后面在讲古萨里的时候，还有一个施身法，在修这个仪轨的结尾的时候，通过念诵诸恶莫作，诸善奉行，自净其意，是诸佛教的偈颂，给他们发愿回向。

整个佛法的核心，所有佛法的精华，归摄在这四句当中，“诸恶莫作，诸善奉行”，身语意的所有恶业中断，所有身语意的善法都要奉行。
“自净其意”，通过佛法调伏自己的心，让自己的心完全清净，这就是佛教。有的时候别人问，佛教是什么？我们就说，所有的佛教是诸恶莫作，诸善奉行，然后自净其意，是诸佛教，这是一切佛陀的教诲。所有佛陀的教义完全归结在这个偈颂当中，所以加持力特别大。因为包含了所有佛法精华的缘故，所以真正对照的时候，**这个偈颂可以印证一切佛法，所有的恶业，自性罪、佛制罪，很多的伤害众生的罪业，还有自私自利的心。有些时候自己想解脱的心，在小乘当中，不是什么恶业，但是在大乘当中，**

它是一个所断，从某个侧面来讲，这是要舍弃的东西，也是应该抛弃的东西。从某种意义来讲，也可以算是一种恶，不是那种善恶对等的恶，而是会障碍成佛的下劣心态，甚至于连这种恶业也要舍弃，而发起广大的菩提心。

诸善奉行，“善”，有世间的善，相应于小乘的善、大乘显宗的善，还有密乘当中禁行的善，有很多善法，一切的善行都要奉行。自净其意，修行不是去观察别人的，而是调伏自己，把自己的心完完全全通过佛法的修持调伏清净。自净其意，心一清净，本性就会现前。从世间人天乘的侧面来讲，心清净了可以修十善，能够生天；从小乘的侧面来讲，心清净了就可以证悟无我；从大乘的侧面来讲，心清净了生起菩提心，登初地成佛；从密乘的侧面来讲，心清净了就是等净无二见。这四句话可以从人天乘、声闻乘、菩萨乘、无上密乘对应，都可以解释，所以说是诸佛教，没有不周遍的。平时我们开光，或遇到恶缘、做恶梦，都可以念诵这个偈颂，这里面包含了所有佛法的精华。

“唯一做这种法布施就可以”，我们看不到鬼神，也不会存在名闻利养的心，只要通过清净心去做也能够利益他们，我们也是做了法施。而摄受眷属，因为是人和人之间面对面接触，难免生烦恼、名利心，想要从他们那儿得到一些利益。鬼神相对来讲要好一点，我们对鬼神没有希望，回向的时候，一般不会希望我在需要帮助的时候，你们一定要搭把手，帮助我遣除什么东西。虽然可能有这些想法，但是相对来讲，还是简单的多。因此唯一做这种法布施就可以了。

一旦自己的私心杂念完全断尽，一刹那也不要处在安闲寂乐的状态中，这说明主要一心一意利益他众的时刻已经到了。

一旦自己的私心杂念全部断尽了，自己的利益获得之后，一刹那也不要住在安闲寂乐的状态当中，这时就要完完全全一心一意地去利他。这里似乎只有两个选项，第一个是在获得功德利益之前一心静修，第二个是自利圆满就利他。也许限于篇幅，或是强调某个问题，这里面没有讲第三个，[其实也有一边自利一边利他的方法](#)。上师老人家在讲记当中，讲过这个问题。我们可不可以一边自利一边利他呢？自己有了一点力量，就做一些利他，这也可以。主要是在这个过程当中，要避免自己的心陷入世间八法的旋涡当中去，不要产生追求名闻利养的心；避免在讲经说法的时候，生起贡高我慢。避免在这个过程当中看不起别人，产生竞争心等烦恼。如果一边做，一边反观自心，应该也是可以的。

庚三、无畏施：

对于无有救护者的众生，作为他们的救护者；无有怙主的众生，作为他们的怙主；无有亲友的众生，作为他们的亲友……

这就是所谓的无畏施，即施给众生无畏惧。因为众生有各式各样的怖畏，所以作为一个菩萨来讲，尽量赐给众生无怖畏的状态，叫做无畏施。如果这个众生缺少救护，那我就救护他；如果那个众生很可怜，正在呼唤谁来帮帮我，谁来救救我，这时候我们去救护他，让他从怖畏当中解脱，这是一种无畏施。“无有怙主的众生，作为他们的怙主”，一个人没有怙主是很恐怖的，就好像小孩子和父母走散了，他的依怙没有了，会很痛苦。如果我们看到没有依怙的众生，应该作为他们的依怙，遣除他们的畏怖。以及对于无有亲友的众生，作为他们的亲友，都是属于无畏布施。

尤其是世尊曾经说过：一切有为的善法中，救护有情的生命，功德利益最大。

佛陀在经典当中，龙树菩萨的《大智度论》当中都这样讲，所有的善法，尤其在有为法的善法当中，救护有情生命的功德利益最大。为什么？每个众生最珍爱的就是自己的生命。因为地狱的众生实在是太苦了，所以他很想早死，投生到其他道去。这也是无可奈何的，他在最下面，往上投生，要么恶业穷尽，要么依靠善法，这些他们都没有。除了地狱众生太苦，不愿意多活一秒钟之外，其他的众生都愿意保护自己的生命，连饿鬼也一样，不想自己早死。

因为众生最珍惜的就是生命，所以如果我们去救护他们，比如通过放生，救护有情的生命，功德利益是最大的。我们有很多机会参与放生，刚开始放生很有兴致，时间长了之后，有可能兴致慢慢也就淡了，或者麻木了。有些人经常抨击放生，说不应该放生，认为吃素就是放生。佛陀没有这样讲过，吃素是吃素，放生是放生，这是两回事。吃素有吃素的利益，放生也有放生的利益，两者之间各有各的利益的。有些人说放生就是放死，或者危害环境。很少大德已经讲了，这些都是似是而非的根据而已。我们应该相信佛语等真实的金刚句，所有有为的善法当中，救护生命的功德最大。

当它即将被宰杀，很恐怖的时候，如果能够帮助它们，把它们从死亡的畏怖当中解救出来，对它来讲意义重大。就像我们马上要死了，屠刀已经举起来了，这时候来一个刀下留人，你的心情是什么样的？至少暂时不会死，即便刀下留人喊完之后，还是被杀了，但还是争取到了时间，对自己来讲，能够多活一分钟也好。真正被救下来的时候，我们的心情是非常

愉悦的，可以不死了。对有情来讲也是一样的，这就是**赐予无畏**。因为众生最珍爱的是生命，最恐怖的是死亡，而且这是被别人杀害，所以对死亡非常畏惧，如果有谁能够帮助它遣除这种畏惧，那是非常令它欢喜的事情。

旁生相对来讲处于弱势，在人面前，即便再厉害的猛兽都是弱势群体。如果人们通过自己的能力、钱财放生，解救这些生命，对它们来讲意义重大。**可能对我们来讲，它就是一条生命，而对它而言就是全部**。我们看起来就是一个生命而已，好像没有什么大不了的。**夏天的一只蚊子、一只苍蝇，就是一个无关轻重的小生命，但是对它来讲，生命是全部了**。如果能够放生，意义非常大。

我们放生不单单把它们从怖畏当中解救出来，还给它们念仪轨，**里面具有极大的加持力，在这些佛号心咒当中，隐藏了所有诸佛菩萨空性的证悟、大慈大悲的方便，一切功德都包含在佛号心咒当中，这些相当于一个密码一样**，在这些有情耳边念了之后，在它们的相续当中种下了殊胜的解脱种子，这有可能是它整个轮回中的转折点，它以前在轮回当中流转，自从碰到一些放生的人，给它念诵了佛号之后，轮回的走向因此而发生了转折，慢慢开始朝解脱方面发展了。以前可能没有人给它念过，现在有人给它念了，听到这个之后，还有甘露水，慢慢这个种子就会成熟，走向解脱之道，这个意义很重大。无畏布施功德利益这么大的原因就是这样的。

因此，那些有权有势的人应该下令禁止渔猎。

如果自己有权力，是一个有权有势的人应该封山，就是说这座山禁止打猎，还有这条河禁止钓鱼，现在很多地方也是有这种牌子，但是执行力度不够，有些人就在牌子旁边钓鱼。如果真正有权力的人，应该去做这些

事情。有些菩萨也会发愿当国王，成为有权有势的人，不是为了别的，就是为了更好的帮助众生。因为他有权力，如果下面也认真执行，对众生的帮助特别大，所以古代也有很多官员，把一些区域划出来。比如这片山划出来不准打猎，这片水域划出来不准打鱼。如果是有权有势的人，应该下令禁止渔猎，或者国王也可能通过颁布一些法令的方式来保护有情。如果是一般的人，可以去放生。

其他人也要随心随力救护某些被带到屠宰场即将被杀的羊只以及濒临死亡的鱼儿、虫蝇等等。

有能力的话，就在市场上买几条鱼、一两斤泥鳅，然后带到一个安全的地方，如果有时间就念一个完整的仪轨，没有时间就念三皈依、观音心咒、宝髻佛、药师佛等名号，回向之后再放生，这方面对它们来讲，也是意义重大的。有些时候是买生放生，有些时候是救度濒临死亡的鱼，比如这个地方到了枯水季，很多鱼集中在一个很小的水坑里面，可以把它们放到深水区，或者把掉到水里的虫蝇捞起来，这些都是可以的。对小孩子也要教育他们爱护生命，经常去帮助它们，从小就教育他们有慈悲观，对他们来讲意义也很重大。

总之，我们要在实际行动中，千方百计不遗余力地利益众生。

我们在实际行动当中，要去千方百计的利益众生，这就是无畏施。总而言之，就是赐予众生无畏。很多地方讲无畏施都是放生，其实放生只是无畏施当中比较具有代表性的，其他的还有很多，比如有些人受欺负了，很恐怖，那我们就要去帮助他，给他挡一些灾祸，这也是一种无畏施。

从暂时的侧面来讲，三种布施当中，法布施是最好的，因为是给众生赐予正法。究竟来讲，最圆满的是无畏施。为什么最究竟的是无畏施？因

为最究竟的畏惧是对轮回的畏惧，如果能够把众生从轮回当中解脱出来，这是最高层次的无畏施。整个轮回充满畏惧的因和果，如果能够把众生从轮回当中解救出来，把他们安置在解脱地，这是最究竟的无畏布施。

从究竟的侧面来讲，无畏施是最圆满的；从暂时的侧面来讲法，布施是最圆满的，暂时如果把财施、法施和无畏施三种布施放在一起，哪个是最好的？就是法施，因为法布施是直接取舍道理，调伏烦恼的方法。虽然无畏施里面，在仪轨的时候也是有法施，但那种法施和直接讲取舍道理的法施不一样。三种布施从暂时的层面来讲，法施是最殊胜，但是从究竟的层面来讲，无畏施最殊胜，因为把众生从充满畏怖的轮回当中解救出来，这是对众生最大的利益、最大的帮助、最大的布施。平时我们回向功德，也是对众生的一种法施，等一会儿回向也是一样的，把善根能够回向一切众生也是一种法布施。

上述布施也是密宗三昧耶戒中最主要的部分。

布施也是密宗三昧耶戒中最主要的部分。

如《受持五部律仪续》中说：“宝部三昧耶，恒行四布施。”

在续部当中讲，“宝部三昧耶，恒行四布施”。什么叫“宝部”？密宗当中有五部，即金刚部、珍宝部、莲花部等等，**宝部就是珍宝部**，珍宝部的密乘戒、律仪，在《三戒论》中讲密乘戒的时候，也会讲到这个。恒行四布施，四布施是财施、法施、无畏施，再加上慈施。因为慈布施是三种布施的根本，所以把它单独列出来。在密乘戒当中，也是作为主要的部分。

今天的课就讲到这个地方！

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
杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛
哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情