

般若摄颂48课辅导

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。

发了菩提心之后，今天我们继续一起来学习，佛陀亲口宣讲的殊胜经典《般若摄颂》。正在宣讲的是成佛之道，佛陀经由般若波罗蜜多为主的修行成就了佛果，当然佛陀遣除所知障而成佛，这完全是因为法我空性。如果我们想要成就菩萨果位，也必须要通过空性来遣除烦恼障为主的障碍。所以，障碍众生解脱的是烦恼障，障碍众生成佛的是所知障。

证悟人无我空性断除人我执，断除人我执之后就可以断除烦恼障而获得暂时的解脱。要成就遍智果位，必须要遣除所知障，所知障的对治是通过法无我空性断除法我执。法我执断掉之后，消尽所知障而成就佛陀的果位。

所以说，真正障碍众生解脱和成佛的就是这两种障碍。这两种障碍断尽了那就一定能获得暂时和究竟的果位，而真实能够断尽这种障碍主要的因就是空性。为什么是主要的因呢？因为还有其它的一些福德资粮。

但是福德资粮本身不能断障，比如布施、持戒等等。这些是可以和“我”相应，和“我”并存的。在修持布施的同时可以有“我”，修持持戒的同时也可以有“我”，但是“无我”绝对不能和“我”并存。如果有了这种无我空性，不管是人无我还是法无我，如果有了“人无我”不可能和“我”并存，如果有了“法无我”不可能和“法我”并存。

所以，我们修持的大乘道是以人无我和法无我空性的般若波罗蜜多的本体为主，然后以其余福德资粮为辅。二者相辅相成就可以成就殊胜的道业。我们在学习大乘道的过程中，对于成佛的主因和助缘必须要很清晰地了知。

今天我们学习的是第二个科判——解说其余五度。般若度我们已经学习了，除了般若波罗蜜多之外的，其它如布施、持戒、安忍、精进、禅定这五度的修法也必须要学习，因为这是成佛的助缘。所以，作为菩萨，要成就佛果，方方面面的因缘必须要圆满、具备。

小乘的一些修行者为什么成不了佛？为什么没办法证悟法无我空性？因为他们相续中这些因缘不齐全。第一、没有苏醒大乘种姓；其次，自己也不想成就佛果；也没有外在的善知识摄持；也没有发菩提心；也没有修持这些广大的福祉——福德资粮，这方面因缘都不具足是没办法成菩萨、成佛的。而能够成佛就是因为他们具足了所有的因缘。所以现在，我们想要成就殊胜的佛果，或者暂时成就菩萨果位，就需要了解在大乘中修行应具备的所有因缘，了解完之后都要去修行。

以什么为主、以什么为辅？以空性为主，在没有生起空性之前、所有的修行，布施、持戒等等都是为了生起般若波罗蜜多，以此为奋发之处的。如果已经生起空性，那就以空性摄持其它的善根。

刚开始我们不了知、没有生起般若波罗蜜多之前的种种努力，其实还是为了让我们内心当中的这些善根到达一个阶段或高度。然后，我们就可以接触到，可以学习、观修般若波罗蜜多，一旦内心因观修般若空性为主的修法有了正见，或者获得了证悟，那么般若就开始成主导了。

般若就会引导布施、持戒等等，使修行者趋向于成佛。所以刚开始修行的时候，是为了生起般若而努力。有了它之后，它就成为领袖，引导其它的布施、持戒等使人趋向于成佛之道。这个问题我们必须清楚地去了知。

己二(解说其余五度)分五：一、宣说禅定度；二、宣说精进度；三、宣说安忍度；四、宣说戒律度；五、宣说布施度。

它的次第并没有按照布施、持戒、安忍、禅定进行排列。首先讲到了禅定、再讲精进、安忍、戒律、布施，从下面往上讲也好，从上面往下讲也好，都有其必要性。由下往上讲布施、讲持戒、讲安忍、精进、禅定、智慧是由浅入深。布施容易修就先讲布施，持戒那比它还要难一点排第二位。

从上往下讲也有一定的必要性。对于我们来讲，般若波罗蜜多这么重要，生起它主要的所缘——正所缘，前面已经讲了它的自性，如果要现证般若波罗蜜多，需要禅定作为它的所依。也就是说我们内心当中无我，或者一个胜观的见解，如果没有禅定

摄持，很难通过散心的状态、通过欲界的心来证悟般若波罗蜜多。

智慧的所依是禅定，禅定必须依精进生起来，精进必须要安忍来作为前提，安忍是以戒律……反正后后的果需要借助前前的因。法王如意宝在讲胜利道歌的时候也是首先讲密法大圆满，然后讲菩提心，讲完之后讲出离心、讲贤善人格。上上的功德这么大，我们要得到上上的功德必须要具足下下的基础，这也有一定的必要性。

庚一(宣说禅定度)分四：一、修学成为妙果所依之禅定；二、修学亦不贪自利；三、以无贪方式实行他利；四、以意乐差别成为胜劣而结尾。

四个科判当中：

第一、修学成为妙果所依之禅定；禅定在菩萨道当中的定位或作用是什么？禅定是成为妙果的所依，我们修学禅定的必要是让它来现前妙果，也就说如果有了禅定作为所依，就可以生起妙果。反过来讲，如果没有禅定，妙果没有所依的缘故也很难安立。

即便修学菩萨也不会贪著自利，这是简别菩萨的禅定和其他凡夫的禅定、声闻的禅定的差别。

是以一种无贪的方式实行他利，就是说安住在禅定当中，完全没有贪著的方式，而且有了禅定他也不会耽执安住在这种状态当中，而以此成为利他的方便。

有意乐差别是说发心的大小，然后成为胜劣。发心大的成为殊胜的，发心小的就是下劣的，依靠这个差别而结尾。

辛一(修学成为妙果所依之禅定)分二：一、修学四禅；二、修学四无色定。

壬一、修学四禅：

所谓禅定，就是禅和定，禅主要是四禅，定是四无色定，可以这样讲，平常我们讲四禅八定其实也是从这个方面说，意思基本上差不多。但在四禅的基础上，加上其它无色定等就可以称为八种，所以说四禅八定。开合不同，意义比较相似。

此处第一个——修学四禅；第二个——修学四无色定。大乘菩萨修持禅定的必要性下面也要讲，是为了成就圣果的所依进行安立的。这个世间当中，外道也有四禅的安立，而且对四禅的修法很完备的也有，佛法在《俱舍论》中安立了禅定的自性、修行

的方式、它的必要、以它为所依产生的结果等。

但是因为发心不同、是否有圣观等差别的缘故，禅定本身可以成为世间禅定，也可以成为出世间的禅定；或是因为有漏心、烦恼心摄持和我执相应的禅定。它属于有漏禅定，和无我空性相应的禅定称之为无漏禅定等等。这个方面有不同的安立，但是共同的基础是四禅，外道也修，也可以得到它的果，内道依此可以安住修行。下面我们看颂词当中是如何安立的。

具大力者依四禅，能住非依亦无住，
然依此四禅定支，成得大菩提所依。

“具大力者依四禅”，就是说具大力的菩萨也依四禅而修，能够安住在四禅当中。“具大力者依四禅能住”，这个地方断句能住，就是依靠四禅，也能住于四禅。以四禅而修也能修成，也能够住于四禅。

“非依亦无住”，菩萨安住于四禅的时候，相应于菩萨的禅定状态怎么样的呢？非依无住。这是不共的特点，因为一般的禅定，世间的和外道的仙人也可以修成，但修成四禅是有依有住的，这是共同的自性。

而菩萨的禅定——非依无住，依靠四禅和四禅所具有的分支“成得大菩提所依”，就可以成为成就佛果的所依处，这就是菩萨修持的状态。菩萨在六度当中讲到了禅定度，它永远和一般的禅定是区别开的。因为菩萨已经到了六度的禅定，第一他一定是以菩提心摄持的，这方面发心和意乐，首先就不共于外道。或者有些修行者为了自己得到舒适和清安等等来修持禅定的，也不像有些外道是为了获得神通或者没有菩提心摄持的禅定。也不像小乘的行者为了自己获得涅槃果位而修持禅定。

大乘六度当中的禅定度，首先一定是有菩提心摄持，禅定度的度是到彼岸的意思，到彼岸当然要先发菩提心才能够到彼岸，这是远因。

近因、真正具有殊胜的不共的因是有智慧摄持，这样的禅定才能够到彼岸。否则，没有智慧、般若摄持的禅定到不了彼岸，因为没有办法究竟；没有办法通过般若波罗蜜多来清净它的所缘；没有办法清净它的分别。

如果你还安住在世间分别心的状态，那无论如何就是此岸不是彼岸。安立禅定度

有两个特点：第一是菩提心摄持；第二是空正见摄持。所以，虽然都是讲禅定，里面的内容和状态与世间的、与小乘的不同，这种禅定在菩萨手上变成菩萨修行的工具时，就赋予了禅定太多超胜的含义。

所以，菩萨的禅定绝对是不共的，也是无漏的。虽然小乘的禅定也可以是无漏的定，但它不是以菩提心摄持的，它的无漏道也只是人无我空性摄持，而不是大般若摄持的，这还是有差别的。

世间除了小乘的无漏定、大乘的无漏定之外，其他禅定属于有漏定。因为它和“我”相应，它和烦恼相应，所以最多就通过禅定把我执、烦恼压伏而已。压伏之后就安住在这种状态当中不产生粗大烦恼，这个方面有它的作用。

下面我们看，为什么是具大力者呢？菩萨具有大威力，他的发心很大，善根资粮很大，智慧也很大，所以具有这些功德的菩萨称之为具大力者。他的威力大到可以超越轮回、超越涅槃，而且这种大推力可以让菩萨一直达到佛果。就像大推力的火箭，动力很强劲，可以把卫星等推到太空、月球或者火星上去。

推力很强劲，是力量很足的意思，用弓箭或者用手抛，推力不大，飞不了多高飞不了多远。所以，菩萨的发心、智慧、资粮都是非常强劲的，通过不断完善不断修积，它可以把菩萨的心识送到最终成佛的状态，这是不是大力呢？一定是大力。而且，这种大力不仅可以让众生成佛，而且成佛之后不间断地任运地利益众生，威力无与伦比，所以称之为具大力者。

具大力者现在还在修炼的过程当中，他的力量已经很大了，而且还在不断地加强，集聚威力。这种具大力者菩萨依四禅能住，他需要依靠四禅，能够安住四禅。因为他的精进、戒律以及各种各样的条件非常雄厚，所以说他如果想要修四禅一定能够修得成，一定能够安住四禅当中。

第一个就讲到了菩萨要修四禅、安住四禅一定有这种堪能的能力，所以叫能住，他能够住于四禅当中。

小乘、外道仙人也可以住四禅等等，这个好像没有什么稀有的。但是，后面这个“非依亦无住”就是说菩萨通过般若摄持的禅定，不会以有相的执著作为他禅定的所依

处，他虽然修禅定但是他并不会执著禅定的种种相。他通过观想作意安住禅定之后，不会对禅定的相状、行相、修法自性等产生执著。

不会以相执著为所依叫做非依。怎么样才能够非依呢？因为他智慧超胜的缘故，他知道没有什么相可得，当然也不会把相执著为所依了。如果相可得，相执可得呢？自然就会把它作为一个所依处，当然菩萨知道相执不存在，所以不会把它作为所依处。

亦无住和前面的能住没有什么矛盾的，前面刚讲了能住下面马上要返回来说无住，那是不是矛盾？这个没有矛盾。前面能住是能够住于禅定的状态，后面这个无住是不会耽著禅定的愉悦、禅定的味道，这个叫做无住。

为什么这样讲呢？因为第一，在修行的时候禅定有它的相，如果是一般色界的修禅定的欲界者，修成后的果会在色界成熟。一禅修成之后就会转生初禅天等等。但是，修行者是可以欲界修的，比如说现在我们的人在欲界，可以修持一禅二禅三禅四禅，那不管是修行四禅的人还是已经转生到禅天的天人，他对于禅定本身是有执著的，认为这是我的禅定。

安住禅定之后也有它的一种受、一种味道，这个叫做禅悦，当他安住在初禅的时候，非常粗大的起心动念等欲界的心就会远离，他就会获得非常安静、寂静的深层次的、细微的安乐。一般人达到这种状态的时候，他就觉得非常舒适，就安住在这样一种状态当中不愿意出来。

现在很多人静坐半小时、一两个小时就觉得很舒适，其实它远远不是禅定，只是他的身心比较静而已，离禅定还差得远。真正安住初禅的时候，心会非常寂静，粗大的烦恼、粗大的分别念他会压制住，这方面的安乐叫做禅悦。

到第二禅的时候，他的欢喜心很大，他修持很长而且欢喜，这个欢喜主要是内心上面产生的，这叫做二禅之后安住在喜受中。三禅是乐受，喜和乐什么差别？喜主要是意识上面的，乐受更细微，它不是躁动的而是很细微的，虽然也是心上面安立的，但是它没有那种冲动的快乐，没有动摇、非常寂静。所以，很多地方说比丘入三禅，比丘或者修行者入三禅的时候，这种喜是非常细、非常愉悦的安乐。

四禅之后乐也没有了，安住舍受状态。这个舍受是任何受都没有，是不苦不乐的受，虽然第三禅的乐比第二禅的喜要安静得多，但是毕竟还是一种感受。四禅之后就 very 清净，乐受也没有了，他不会耽著乐受，会安住在舍受，但是对舍受并没有超离。

所以这些修禅的人，一方面会耽著自己所修的定，他会用我执的心识去缘取这个定，这叫相执。然后安住在禅定本有的快乐的状态，这叫做著味，所以二者之间是不一样的。

但是，菩萨一方面不会有相执，他不会认为我现在已经安住在某某禅定了，我怎么怎么样了。第二个方面，因为他有殊胜智慧的缘故，他不会有强大的耽著，不会耽著禅味，所以这叫做非依亦无住。

讲这些有什么用呢？第一，他有能力安住四禅，安住四禅之后要成办证悟、要成办事业都可以。第二，一般的世间禅定、有漏禅定有它的过患，因为它通过分别心执著的。刚刚讲的相执、著味就是有漏禅定本身的过患。既能够安住它，也不会被这些过患所染，所以菩萨的禅定非常清净，这叫做非依亦无住。

虽然非依亦无住，但没有丧失他的功能。“然依此四禅定支”，但是菩萨依靠一二三四这四禅定的分支，成得大菩提所依。

不是所依的意思是不会有相执，也不会把相执作为所依。但此处是从名言谛的角度来讲，会成为成佛的基础、成佛的所依。依靠四禅的这些分支，四禅都有它各自的分支，在《俱舍论》第八品刚开始的第四、第五个颂词讲到各自的分支。

比如一禅，大恩上师讲记当中讲了寻伺，一种是比较粗大的，一种是比较细微的，一种觉、一种行的状态。当然这个寻并不是欲界的寻，因为他已经达到初禅了，所以欲界的寻是没有了。它针对欲界的分别心来讲，是比较细微的寻伺的状态。寻和伺是一禅的分支，还有喜、乐、等持五种分支。

到了二禅之后，寻伺没有了，喜、乐、等持是有的，三禅喜悦也没有了，只有乐，还有舍，这个舍就是行舍。行舍是善法当中的舍的状态，不是舍受的舍，是一种善心。这种善心就像和我们修舍无量心的时候，远离贪嗔痴心住平等舍相类似，所以没有耽著，或者耽著非常细微。

这是舍的功能，还有正念、慧等这方面的分支。到了四禅之后行舍清净，还有其他一些舍受，因为四禅本身是安住在舍受中，所以舍受清净。这些都是属于禅定的分支。

既然达到了这种四禅，肯定是有四禅的分支，但是菩萨依靠这些作为工具可以成就大菩提的所依；依靠这些作为基础可以在这个状态当中修持成佛的因素。比如说菩萨有了禅定，他就会安住在禅定的状态去做布施、做持戒、做安忍，这样的布施、持戒、安忍的能力就会完全地发挥出来。

就像我们平常念咒语、念佛号的时候，如果有禅定的基础，那在念咒的时候安住咒语的状态当中不动摇，可以有助于咒力的发挥。如果我们念咒的时候心散乱，对开发咒的功能、威力没有帮助，而且从某个角度来讲是障碍。所以有时候说我们念了这么多，咒力好像体会不到，其实这里面有很多因素，对我们来讲还没有真实地圆满。

条件不圆满，但是可以修可以念，通过修持，数量、信心加上咒语的法性力等慢慢还是会发挥作用的。当前要发挥作用，条件严格来讲还不具备，还有困难。但是具有禅定之后，可以发挥咒语的力量，当然单单禅定不行，还要依靠菩提心、空正见。

所以，菩萨有了禅定，首先可以帮助他修持其余四度——布施、持戒、安忍、精进；第二，禅定也可以帮助菩萨修持般若波罗蜜多，般若需要禅定来摄持。现在我们学《中论》、《智慧品》、《入中论》等抉择了空正见。很多道友通过学习中观，内心都有了人无我、法无我的见解。

空性是一种胜观的见解，如果以散乱心、欲界心，安住不了胜观见。这个胜观见是散的，它飘来飘去，时有时无抓都抓不住，就没办法稳定下来，深入发挥更大的力量。如果我们没有禅定摄持它，没办法显现它的作用。

就像《入行论》中讲的，好比我们拿盏灯要照壁画，如果风把灯吹得摇摆不定，我们看东西是看不清楚的。如果你把门窗关好了，灯稳定下来了，就能清楚地看到壁画等等。又比如，电压不稳闪来闪去的时候，就觉得看不清楚。或者我们点蜡烛时，风一吹就摇来晃去看不清楚，一旦稳定就能看清字，然后体现出它的意思来。

中观的见解我们可以抉择，很多道友通过学习，基本上都可以有非常清净的见

解。但是要让这种人无我、法无我空性的见解发挥作用，还有一个条件就是禅定。你必须要把心定下来，如果你的心定下来了，然后再有空正见，就能把你的禅定定在空正见当中不动摇。

然后安住，如果安住空性的时间越长久、越深入，它的力量就发挥得越大。因为安住在无我空性，本身抉择的是一切万法无自性。现在为什么没有力量呢？因为它飘来飘去不稳定，抓不住它，所以它的力量就发挥不了。

如果你想方设法让它稳定了，可以在这个稳定的基础上持续发挥它的作用。发挥什么作用呢？人无我遣除人我执，法无我遣除对法的实有执著，它越稳定越清净，它的胜观、无我空性的力量就发挥得越明显。

所以，我们要证悟般若波罗蜜多、证悟空性，禅定必不可少。这里大恩上师的讲记中也讲，大家要得到见道、修道等上乘功德，禅定是不可或缺的，的确如此。这是它可以成为大菩提所依的原因，第一，禅定可以让布施更加清净；可以帮助持戒、安忍，也可以帮助般若波罗蜜多，所以可以成为大菩提的所依。

因为菩萨道本身特质的缘故，注定了菩萨的禅定绝对不共于一般的世间禅定和小乘的禅定，所以它就可以成为大菩提的所依。没有说四禅能成为神通的所依、阿罗汉的所依，而是大菩提的所依，因为其中有很多大菩提的因素。

加上这样的禅定，布施的质量、持戒的质量、乃至般若波罗蜜多的质量，念佛持咒的质量或者其他方面的质量都会有很大的提高。散心的方式去念、去修行和专注禅定的力量去念是完全不同的。

基于这个原因，整个佛法都非常重视和提倡禅定的观修，让自己的心安静，然后在这个基础上慢慢地生起真正的一禅到四禅的状态。所以，它就可以成为大菩提的所依，这方面的原因我们要了解。

第二，禅定的修行有很多种，比如全知麦彭仁波切在《光明藏论》第二品中讲到的九住心的修法，禅宗也有很多禅定的修法，《俱舍论》也讲了很多禅定的修法。大恩上师在很多地方讲过如何禅修，慈诚罗珠堪布在《慧灯之光》中也讲了很多禅修的方法，这些都可以去学习，学完之后就要去观修。当然，对心已经散乱惯了的我们而言，修

禅定尤其是初期的时候，是一个非常枯燥的工作。

我们的心想这想那想惯了，所以有的时候刚坐下来，还有哪个事情没有做，跳起来赶快把那个事情做了。刚坐下又好像窗户没关，又跳起来关窗户。反正觉得要找个什么事情来做，才踏实才舒服。

其实严格来讲，禅定是最简单最容易做的，为什么呢？你只需要坐下来啥都不想，就可以了，关键就是啥都不想太难了。所以，我们总要想点什么或是做点什么，这就是为什么禅定难修。

初期的时候，禅定很难修很枯燥。有些人觉得现在闻思很枯燥，什么时候开始修法就好了。其实真正让心安住不太容易。万事开头难，刚开始肯定很难，重要的首先是修禅定的方法要正确，第二对禅定产生大的兴趣，要学习禅修的功德，提升我们想要修禅定的意乐。

很多佛经论典讲了修禅定的必要，学完之后我们会觉得啥都不做了，修禅定就行了，产生这种很强的想要修禅定的意乐。但是，佛经论典这样讲，是要让你生起修禅定的意乐，但绝对不是说你现在修禅定，啥都不用做了。讲完之后要看你的状态，怎么样一步步达到禅定的高度，其他助缘其实也是很重要的，所以提升修禅定的意乐。

第三个是正确的方法，正确的方法是什么？修禅定的顺缘是什么？遣除的违缘是什么？这些了解之后，就是持之以恒地修，不管修禅定的状态好不好，一直要抽时间来修。哪怕再枯燥，也要不断地观修。训练好之后，慢慢地就习惯了。我们的心通过不断精进，逐渐调伏之后，就会爱上禅定。

但是爱上禅定之后，菩萨就会说你要从这儿出离，不能耽著于此。所有的修法都是这样，方便就是方便，方便永远不会成为目的。如果你把方便弄成目的，就错了。菩萨是以禅定为方便的，是依靠它作为所依。绝对不是让你耽著它、爱上它。

如果你耽著它了，它就会成为另外一种障碍。所以，它是一种让我们达到某种高度的修法，不能堕两个极端，一是不能对禅定完全没有兴趣或者说完全安住不了。二是能够安住之后也不能耽著它，不会让它成为染污、成为束缚，这方面是解脱道的不共之处。

禅定刚开始修的确非常困难，有的时候两三分钟都安住不了，刚坐一会儿就开始看表，才过一分钟，坐了很长时间又看一下，才过了三分钟，在座位上摇来晃去非常难受。但是要坚持，刚开始比较难修，一旦相应之后，自己的心调伏了，想要看书、听课都有一种定力，不会散乱，有定力的话质量也会提高的。

如果有了禅定功德，对平时的工作、生活有很大帮助，思维也会更清净。所以，不管世间、出世间，禅修都有很大帮助。尤其是成为大菩提所依方面，是一个很殊胜的助缘、很殊胜的方便。这方面我们应该了知，必须要观修。

大恩上师说不管怎么样，每天半个小时，至少也要五到十分钟串习禅定，不管自己修得多差，应该有这个意识，必须要观修，慢慢通过这种方式就能调伏自己的心。

壬二、修学四无色定：

菩萨除了修持四禅之外，也要修持四无色定，在颂词中讲到：

获胜智慧住禅定，受四无色妙等持，

此定利胜妙菩提，菩萨非为漏尽学。

具大力者是菩萨的异名，获胜智慧也是菩萨的异名，菩萨有很多名字。《大乘经庄严论》当中讲到了十六种异名。但菩萨的名字远远不止十六种，每一个不同的侧面，每一个不同的反体，都可以安立菩萨的异名。此处“获胜智慧”，获得殊胜智慧者称之为菩萨，因为他的智慧的确非常超胜，有闻慧、思慧、修慧；布施、持戒、安忍、精进、发菩提心等都知道；也知道万法的本性；也知道禅定修行的方方面面，这就叫做获胜智慧的菩萨。

“住禅定，受四无色妙等持”，一方面住于四禅定当中，然后进一步修持四无色定。四禅、四无色定到底是有漏定还是无漏定？刚刚我们讲了，不确定。可以把它当成有漏来修，也可以把它当成无漏来修，关键是看你的意乐，看你以什么的状态来摄持。

我们会问菩萨为什么要修四禅、四无色呢？似乎我们一看到四禅、四无色马上就和四禅天和四无色天划等号。四禅、四无色不是没有出轮回吗？为什么菩萨要修这些呢？其实这都是菩萨的方便，他在修道过程中需要依靠这些方便，但他不耽著。

就好像人身一样，我们说暇满人身到底是怎么样的？如果你要解脱是不是要把人

身丢了？对菩萨来讲，对整个实相来讲，暇满人身虽然是有为法，但是菩萨要依靠它才能够修法。依靠它而不耽著它，这是他的善巧方便。凡夫人是依靠它也耽著它；声闻也要依靠它但厌烦它——我现在依靠你，一旦我成就了涅槃果位，入无余涅槃之后，那就永远要说再见了，永远不会再投生了。

但菩萨每世都要依靠身体。对我们刚刚发菩提心的人来讲，要依靠身体来积资净障。磕头、听法都要依靠它，但是我们要慢慢学会不耽著它。我们在修道过程中要不断学习，不断超越这种执著的修法。

当我们真实获得了菩萨果位，返回三有，尤其返回欲界度化众生的时候，每一次都要受生一个身体，身体是弘法利生的工具。因为没有身体就没有办法接近众生，没办法接近众生怎么给众生讲法，或者说怎么样度化众生？这是没办法的。所以菩萨对身体的态度，是要依靠但不耽执，这是一种中道智慧。

四禅、四无色也是一样的，要依靠它不耽著它。现在我们对于钱财也是一样的，应该有一种智慧认知——我要依靠它但不执著它。在依靠它的同时尽量做到不耽著，这是种超胜的智慧。很多超胜的智慧，就会体现在认知的不同上面。

所以修持、安住四禅定后，“受四无色妙等持”，菩萨还会去领受四无色定的善妙等持。四无色定在欲界也可以修，凡夫人也可以修四无色定。为什么叫妙等持呢？因为所有的无色定都是与舍受相应的，它不会有喜乐，全都是舍受。第四禅以后所有的定都属于舍受。

四禅和四无色之间，首先我们讲三界的本体。第一个欲界，整个欲界从无间地狱，乃至欲界最高的他化自在天，所有的有情心全部都是属于散心位。不管是帝释还是他化自在天的天主，所有欲界心的状态全都是散心，没有禅定。到了色界之后，就开始有禅定心，欲界的心都是散心位，都是散乱的，那是不是说明欲界的人不可能有禅定呢？不是这个意思。

欲界的心本身是属于散心，但在欲界的心上面可以修禅定，也可以把你的欲界的心修成禅定的心，相应于一禅、二禅、三禅、四禅，就可以安住。相应了一禅、二禅，安住禅定之后，按照《俱舍论》的观点，欲界构成眼根的这些大种：眼根、耳根、身体等等

，大种就是我们的元素——地水火风这些，它本身是属于欲界的因、构成的元素，它的功能非常有限。

当安住在一禅、二禅、三禅、四禅这些禅定的时候，通过禅定的力量，眼根、耳根的大种全部会转变成色界的大种。因为他安住禅定之后，大种就自动转换了，他就可以获得天眼、天耳等等。

一般来讲，按照欲界的色法是没办法产生神通的，但是如果安住在禅定，这里的禅定属于色界定，如果有了色界定，就自动地把这些欲界的大种转变成色界大种。有了色界大种之后，因为色界的眼根很清净，所以他的功能远远超胜欲界。所以色界可以见到欲界，欲界见不到色界，上界可以见下界，下界见不到上界。

所以当欲界的人通过修禅定，安住在禅定当中的时候，他的诸根就变成了色界的根，这时他再一作意，就可以获得神通。这是通过禅定引发的比较稳固的神通，不是通过药、通过咒暂时得到的。

欲界的人可以修色界定，也可以修无色定。刚刚我们讲了，欲界心很粗大，没有禅定，而色界有一、二、三、四禅，越往上越清净，可以获得四禅定。第四禅定叫作第四寂静禅，在禅定当中，第四禅是最清净的，所以很多人追求第四禅。因为四禅没有寻伺，也没有喜、乐，所以很清净，神通也最容易在第四禅引发。

到了四禅之后，有些人觉得这个不究竟，为什么呢？你虽然清净，但还是有色法的、还是不究竟，他还想更上一层楼。既然所有的色法、很细的色法，他都开始厌离了，他就开始追求更细微的，所以这个时候就上升到无色界。

上升到无色界之后，第一个叫作空无边处，它是以第四禅为基础，厌离第四禅的色法状态。所以他开始修空无边，因为第四禅必定还有色，他厌弃所有的色就修空，把什么空掉呢？把色法空掉。

但是空掉色法不是像中观宗一样，观察色法无自性，通过离一多因观察没有。他就是这样观想，什么都不存在、什么都不存在……他就是想空，而且空达到无边，空就是周遍一切，就安住在这种状态。这种禅定叫作空无边处，也叫无色定。

为什么叫无色定呢？没有色了，因为厌弃色、厌离色。他对第四禅这么清净的色

都厌弃了，都厌烦了，他觉得这个有色总是麻烦事。所以干脆就把它色全部灭掉，他就开始修无色定。

无色定中第一个就是空无边处，即凡是有色都不对，所以他开始修空，而且无边，空和无边。第一个是因为厌离色而修空，不是只盯着你眼前的这一点点空。只要是思想能力能够触及的范围，全都是空的。这个不是空性正见引发的空，就是强制性地想一切都是空的，安住这种禅定中，作意一切都是空的，最后就修成了空无边处。

修成空无边处一段时间之后觉得这些还不究竟，觉得有一个所缘的“空”。觉得应该把“空”换成“识”——识无边处，心识周遍一切（心识是无色的自性），在无边无际中安住在一切都是识的状态中。这和唯识宗的唯识没有关系，虽然叫“识无边处”，也是在修一切都是识，但是根本没有一点点唯识的见解、味道，只是一种禅定而已，硬生生地观想心识周遍一切。

第三个叫作“无所有处”。觉得修识无边还是有一种所缘，虽然比空无边要细微一点，但还是有所缘，所以说厌弃了识无边处。

上上的禅定都是厌弃下下的状态：比如二禅厌离了寻伺，安住在二禅；三禅厌弃了粗大的喜，安住在乐受；四禅厌离了乐，修舍受；无色界的第一禅是厌弃了色法，修空无边；识无边厌弃了空无边，修识无边；无所有是厌弃了识无边，修无所有处。

无所有就是什么都没有，这是心识的缘，已经抛弃了“这个是心”的想法，想无所有，什么都没有。最后觉得无所有还是不行，就想修非想非非想，非想就是啥都不想。我们用语言表述不了这种禅定，它的性质是越来越细。到了这样非想非非想的时候，就属于有顶了。

在三界中，三有之顶的心识是最细的，再没有比它更细的心识，所以它叫三有之顶。它的福德、福报也是最大的，虽然不会感受快乐。在欲界众生的思想中，福报大的概念就是有多少房子、钱、权利、享受种种快乐。色界衡量标准就不一样了，它是厌弃欲界的受用而修禅定的。在色界，绝对不可能比受用多少，比如：天界的三十三天，一个天子拥有多少个天女，比谁的福报大。对他们来讲早就过时了，是低级的了。

色界不是比这些，而是比心细不细微：初禅有寻伺，是最下面的；二禅是安住在喜；

三禅是乐受；第四禅是舍受。色界的福报大小，是通过内心安住的状态而讲的。无色界也是一样的。

到了非想非非想时，是安住在没有想，但不能做到完全不想，还有一点很细的想。这个心叫微微心。在有心的状态下，已经最细微了，两个微，细微细微，叫微微心。非常细，没有比它更细的了。

还有一种是无心状态，就是外道的无想定和内道的灭尽定，这两种定都是有漏定。在有心的状态，非想非非想是最细的，没办法超胜它。依靠微微心，非想非非想的定作为基础，外道修无想定，灭尽心心所。在有心的状态它是最高了，但是无想定比它还要细，它是没有想、没有识了。

但是没有识也是暂时的压住，在《智慧品》中讲：就像外道无想定一样，灭后当复生。是暂时灭掉。通过修法，让心逐渐灭掉、消失了，安住在这个状态中八万四千大劫，八无暇中就有这个。无想定也是没有心的状态，不能说是最细的心，因为种子还在，但是心心所不显形了。

还有一种是小乘的灭尽定，它也是在非想非非想的基础上。首先安住在非想非非想定。有些人在入定时，从欲界心入初禅，初禅出来入二禅，二禅出来入三禅，三禅出来入四禅，从四禅出来入空无边，空无边出来入识无边，识无边出定入无所有，无所有出定入非想非非想，从非想非非想出定入灭尽定。

有些大德解释：就像火车刹车一样，强大的惯性一下子刹不住，必须要逐渐减速，最后刹住了。所以一下子从欲界心入无想定，那是做不到的。差别太大了，因为欲界心是最粗的。无想定是心心所不现形了，比非想非非想还要细。它的基础是非想非非想，在非想非非想的基础上，如果有能力可以修无想定。

但是无想定内道是不修的，因为是外道定。只有小乘三果四果的阿罗汉才可以修持灭尽定，其他修不了。

这种妙等持，为什么叫妙呢？意思是心识非常非常细微，超胜了欲界、色界，所以称之为妙等持。它是一种修行，菩萨也要修这些禅定，要让自己的心不断地堪能所有的禅定状态，所以就称之为妙等持。

前面也介绍了一下四无色定。如果在欲界修持四禅定，死了之后，通过各自所修的四禅定，分别投生在四禅天中；如果在人间修四无色定，比如在人间修成了空无边处定，死完之后，就投生四无色界的第一层天。

四无色界并不是一、二、三、四一层一层上去，因为是无色，没有宫殿，也没有色法，是一种状态，假名说投生在空无边处。如果在欲界修成了识无边处，死了之后，就投生在识无边处。前面是安住在禅定，后面是通过禅定的引业，转生在无色界。前面是无色定，现在是转生无色界，前面是因，后面是果，都是属于三界。

三界中的欲界主要是五妙欲，以色声香味触五妙欲耽著，以它生存、产生烦恼，这叫欲界。

色界是以四禅为基础，因是四禅加十善，生在色界天，这叫色界，色界主要耽著细微的色法和禅定。

无色界的因是十善业道加四无色定，分别跟随自己的因缘，转生在四无色处，这叫无色界。无色界耽著禅定——空无边、识无边等等，还是有点执著的。

这些是三界，不管是哪一种，都是在三界当中。当以前修持禅定的引业灭尽了，跟随相续中残余的业，要么重新转到欲界，可能往上走，往下走，或再生一次当前的状态。都是通过业而投生欲界、色界、无色界。

不管是哪一种，时间再长，福德再殊胜，都是属于三界轮回，因为没有从根本上灭除投生三界的种子。我执还在，这就是有漏定。有时世间的人修禅定，也是可以好几天安住在这个状态当中，一动不动。

近期在报导中看到印度的瑜伽者，把自己封闭在一个注满水的水缸里七天，七天后还是活的。我们觉得不可思议。其实按照禅定的角度来讲，四禅是不需要呼吸的，呼吸对第四禅来讲是要断除的一个过患。

在《前行》的无常的章节里讲到：首先是火烧初禅，然后水淹二禅，风吹三禅。一禅、二禅、三禅要么寻伺如火、喜像水、乐像风，但是还有呼吸。通过呼吸来灭三禅。四禅已经没有呼吸了，安住时根本不用呼吸，所以它不会被三灾所坏。

如果印度瑜伽者是安住在这种禅定中，因为不需要呼吸，所以他可以在密封的水

缸中，一直安住多少天、几个月，没有一点损害。这个对我们来讲是很稀有的。如果不知道原因，哦！赶快拜他为师，这个人不得了了，怎么怎么样……。从某个角度来讲，肯定远远超过我们的境界；但是从另一个角度来讲，这个没什么，毕竟还是属于三界中的禅定。

如果没有胜观见，没有成佛的菩提大道，这个本身不值得怎么样，最多教你达到像他那种状态——不呼吸坐好几个月。那有什么用呢？一方面可以到处表演：在这儿表演一个，几个月后大家来看还是这样，然后怎么怎么样……。如果安住四禅，对这个是没有兴趣的。

另一个方面来讲，即便做到了也没什么，最多就学到这个。神通得到了四禅，你说这是一个大师，赶紧去拜他为师。他可以教你，也可以不教你。如果教你，最多让你得到这种神通，对你的解脱没有什么帮助。

所以佛陀在引导我们的时候说：“神通是有的，我们承认，但这个不是最重要的，最重要的是出离心、菩提心、空正见，能够出离轮回的这些东西，你得到就永得了。这些禅定、神通，你得到之后还要抛弃的。无始以来得过无数次，没有什么稀奇的。”

并不是吃不到葡萄说葡萄酸，从实际情况来讲，的确还有比这个更殊胜的，不需要去羡慕。现在我们虽然是在散心位学习，但是我们的起点高，一开始的定位就是出离、菩提、成就佛果、利益众生。

在这个过程中慢慢集资净障，这些该得的都会得到。得到之后也不会依靠这个为究竟，它只是一个方便，只是一艘船、一座桥的作用。我们要经过它、使用它，用完之后就不用再耽著它了。应该有这种超然的状态才可以获得更究竟的果，而不是有了就去耽著它。如果耽著它，那就不是超胜的，就会在这个状态中停滞不前。

就像一个人拥有一艘船，“我终于拥有一艘船了”，然后就在船上不下来了，“这船是我的，我的船”。别人有了船过了河后，就把船抛弃了，往前走，根本不会粘在这种状态中。

这些有禅定神通的人，是不是值得佩服呢？从某个角度来讲，是值得敬佩的，毕竟有一些超胜。但是从大的方面来讲，也没什么，就是一种有漏的状态而已。当教理

学得深时，就不会羡慕。

尤其是遇到很稀有的，从来没有遇到过的状况时，心不会跟着飘，把佛法、上师、信心减弱，跟随一个有神通禅定的人跑。当佛法学得比较深时，对这些是不会兴趣的，虽然觉得这些比较稀有，但也不是特别稀有的。从某个角度来讲，他仍然是有漏的状态，也没什么。从某个角度来讲，叫“妙等持”。

“此定利胜妙菩提，菩萨也修四无色定”，原因是：“此定”——四无色定，有利于胜妙的菩提道，对菩萨成佛是有帮助的。刚刚讲了，它是一个方便、助缘。把它作为工具，但并不黏着它，不会成为我的障碍。所以菩萨也依靠它，但不会执著它。

菩萨的所有修行、所有道都是这样的。不单单是四无色定，菩提心、成佛也是这样的。菩提心也是一个方便，不能耽著菩提心，不能粘着菩提心。它是一个方便道，我们依靠它到达这个果。要修道，但又不耽著它，这就是高明之处。

当然凡夫人没有道，也谈不上耽不耽著的问题；但是我们有道了，开始修道了，有了一点点功德就开始执著了，患得患失了……，稍微有一点道就耽著它。如果有了道，耽著道，道会成为障碍。

所以不注意的话道会成为歧途，道的歧途是：在修道时执著它——修禅定时耽著禅定；修禅定出现境界时耽著出现的境界，这就是耽著于道，它会成为障碍。怎样才能修道不执著道呢？就是要依靠你但不耽著你。

般若波罗密多有这个功能来帮你实现这个问题，的确它的本性没什么可耽著的。还有一个是宏观的思想，要知道这个道就是一个道的作用。皈依三宝的皈依法，这个法就是道谛、灭谛。但是皈依道谛不是真正的法宝皈依，因为它是变化的，要舍弃的。到了寂灭的时候，是不需要这些道的。就像过了河之后就不需要船了。“法尚应舍，何况非法”，《金刚经》中早就把这个讲得很清楚了，“如筏喻者”。

在我们修道过程中，有时是“当局者迷旁观者清”。我们觉得佛陀已经成就了，在看着我们说，“你这个不要执著，那个不要执著。”但我们现在觉得很困难，因为我们正在修道，站在道的位置上看不到自己是什么状态，是不是执著……。但是我们正在学法，可以试着用佛的眼光来看现在的道。

我们学般若经、论典就是要借助佛的智慧，反观我们的道是不是真的道，用它来帮助我们不执著道。因为我们在行道过程中，自己发现不了到底是处于执著还是不执著的状态，也许都没有这个概念。

我们要学习远远超胜我们状态的佛经、大菩萨们的论典，学它讲了什么，再反观自己的状态，有没有耽著。布施、三轮体空、发菩提心、成佛耽著了吗？如果耽著了，怎么样出离、现而无自性、方便和智慧双运？这些都是和我们修道有关的。

很多人认为自己在修道，但是不是真的在修呢？不确定，因为这个道还没成为真正的道，原因是你还在耽著它。耽著它就好像耽著你的船一样，没办法往前走，所以它不会成为真正道，真正的方便。

真正的道，要依靠它但不能执著它，过了之后要舍弃它。有人说这样不是舍法舍道了吗？这个不是舍法也不是舍道，因为“耽著它”本身不是道，这是我们需要了解的。它可以对菩提有利益，但是我们不能耽著它。

“菩萨非为漏尽学”，菩萨修持无色定的时候，“非为漏尽学”，并不是为了自己获得漏尽。这里的漏尽是指小乘的解脱。小乘是为了诸漏穷尽，一切漏就是烦恼。声闻是为了烦恼永尽，不再转世轮回了，安住在寂灭的状态中修法。

“菩萨非为漏尽学”：菩萨不是为了自己把烦恼灭尽、不再转世轮回而学四无色定。可以从两个方面体现：第一，大菩提心，菩萨修无色定是以大菩提心摄持的，不是为了安住在诸漏皆尽的涅槃状态，而是要利他。虚空未尽乃至众生烦恼未尽之前，一定要不断地转世，不断地利他。

从世俗菩提心的角度来讲，他不会为了漏尽而学，这种无色定。第二，从般若波罗蜜多的智慧来讲，菩萨知道诸漏皆尽无余涅槃的状态本来就没有什么可得、可安住的，所以没有什么可执著的。就像不耽著世俗一样，因为世俗本身不可得。

那为什么不耽著涅槃呢？因为涅槃也是观待轮回而安立的，是假立的。从世俗的心态和空性的境界都不会耽著。“菩萨非为漏尽学”：菩萨不是为了诸漏皆尽，安住在无余涅槃中学四无色定的，是把它当成成佛度化众生的方便，依靠它而不耽著它。

延伸开来，谁为了漏尽而学？是小乘。小乘修无色定是为了漏尽而学的，自己诸

漏皆尽而获得无余涅槃。把四无色定作为获得无余涅槃的因，然后开始修学这个。小乘是为了漏尽而学，那么其他有情呢？比如外道或者有些世间的修行者，他们是为了获得四无色界而修学的。

这个颂词中讲的，菩萨不是为了漏尽而学四无色定，当然也绝对不会为了得到四无色界的果位而转生四无色界，而去修学四无色定，也不会为了让心清净、舒适、减压、工作效率高……而修四无色定。既然不会为了漏尽而学，那么下面的目标更不会去执著了。

所以“菩萨非为漏尽学”，是为了胜妙菩提。胜妙菩提有两个体性，一个是菩提心不会耽著；第二个是因为空性慧它很超胜，已经完全了知无自性，不会耽著。这是菩萨修学四无色定的状态，我们需要了解。

辛二(修学亦不贪自利)分二：一、略说；二、广说。

壬一、略说：

此是积德之奇迹，住定等持而无相，
安住彼中若身亡，随意受生欲界中。

“此是积德之奇迹”：“奇迹”就是很稀有的地方。菩萨修学四禅四无色而不耽著它，这是菩萨积累功德很稀有的地方。只有通过这种稀有的积累资粮的方式才可以获得超胜的智慧和方便，是成佛的因。

否则修四禅耽著于它，那就不是能现前更高果位的因了。要现前更高的果位，思想必须跟得上。如果在学佛的过程中，见解很低，但是想得到很高的果位，那肯定是不行的，不相应。

想要得到更高的成就、果位，修行要迅速，必须通过了义的经论，来让我们的见解安住在很高很清净的状态中。这样的话修行的障碍就非常少。菩萨为什么能够快速高质量地积累资粮、功德呢？就是因为有这种善巧方便。所以“此是”，这就是积累功德的奇迹。

“住定等持而无相”：安住在禅定、四无色的等持中，但是无相。无相就是不耽著，要依靠它但是不耽著它。现在的众生就是缺乏这种训练、智慧，所以就很难去了知、

实践。要做到依靠它但不耽著它，是要在世间世俗中训练的。这是一种超胜的智慧和修炼的方法，一方面我们要去依靠它，比如人身还有其他状态等；一方面也需要不耽著。这方面也是必须要知道的。

“安住彼中若身亡，随意受生欲界中。”这里“安住彼中”的“彼”就是四禅或四无色。菩萨正在安住四禅或四无色的状态中，如果身亡了，那么菩萨“随意受生欲界中”。“安住”的意思是：没有舍弃，禅定没有失坏。因为《俱舍论》中讲，四禅和四无色的善业是属于不动业，不动业的意思是它不动摇的。

如果修了四禅没有散失的话，一定会转生色界，这叫不动，不会有什么变动；修了四无色定后世一定会转生无色界，这个也是不动业。一般来讲，安住在四禅的状态中，没有失坏禅定，去世了，一定会转生色界；安住在无色界的状态，死后会转生无色界。这是一般的情况。

菩萨的稀有之处就在这儿——“安住彼中若身亡”：他安住在四禅、四无色定中如果死亡了，会不会转生色界、无色界呢？他会“随意受生欲界中”，会转生到欲界。一般人是不可可能的，因为是不动业，他没有自在的。

一般人如果要转生欲界必须要失坏四禅和四无色的禅定，重新产生很粗猛的欲界心。我们欲界的众生不修禅定，死了之后也不会转生色界的。因为我们熏习的就是欲界心，欲界心死亡就转生欲界了。

一般在禅定和无色中死亡一定会转生色界和无色界，但是菩萨不会，他会随意受生欲界中，不会转生色界、无色界。

菩萨不会转生无色界，因为无色界没有色法，众生没有身体，也不会讲经说法，所以菩萨不会转生到这个地方，因为利益不了众生。色界投生的很少，偶尔会投生。因为色界的众生，菩萨讲法他可以听闻，但是没有思维。他的心一直处于内摄的状态，一思维就入定，没办法思维法义，更没办法去行持。只能听闻，但听闻的作用不大。所以菩萨转生色界的也很少，因为对众生的利益不大。

有一个五净居天，那里是小乘圣者转生的地方。五净居天在色界四禅的状态中也有这样的，那是另外一种情况。对众生利益最大的是欲界，因为欲界有苦有乐。让他

出离，和他说痛苦他容易相信、体会；让他受戒，色身也可以成为受戒的所依；让他发菩提心、持戒都可以做。所以欲界是菩萨经常受生的地方。菩萨虽然有转生色界、无色界的能力，但他不会转生到色界、无色界中，而会受生欲界，因为他自在。

因为菩萨大悲心的缘故，所以投生欲界中。一般的众生都是由自己的业不自主而投生，而菩萨是有自在的。

大恩上师在讲记中引用了《大乘经庄严论》中菩萨的四种不共投生：“业力及愿力，定力亦通力，依此四种力，菩萨而受生。”菩萨受生依靠四种力：第一业力、第二愿力、第三定力、第四神通力。四种力中，凡夫菩萨是通过业力而投生的；后面三种都是属于圣者菩萨。

在胜解行地（资粮道加行道都算，尤其是加行道属于胜解行），菩萨由业力而投生。他不会不自在，因为安住在胜解行地的菩萨主要是善业，不会通过恶业不自在而投生。他在加行道的时候修了很多善业，通过自己的善业力的牵引自在地投生在善趣、有佛法、能利益众生的地方。此业力非众生的彼业力，是菩萨长时间修菩提心安立的善业。这种善业力远远超胜一般众生的善业。所以凡夫菩萨是由这种善业力而投生的。

愿力、定力、神通是圣者菩萨。圣者菩萨第一种是靠愿力：通过发愿要生于某某处，就可以通过愿力牵引马上投生了；第二种是定力：安住在禅定中，然后就投生了；第三种是神通：通过神通力自在投生。大恩上师在注释中从总的方面讲到了三种。

全知麦彭仁波切在《大乘经庄严论》的注释中把这四种投生有归类。第一个是胜解行地，资粮道、加行道是善业力投生，这个没什么不一样。一地和二地的菩萨主要以愿力投生，也可以有禅定力，但主要是愿力投生。加行道的菩萨也可以发愿，但是主要是善业，因为还没有登圣地，他的愿还不一定清净。

但是一地二地之后的愿就很清净了，所以发愿投生就很容易，所以一地和二地主要是以愿力投生。比如菩萨在打坐或通过智慧观察——若干年后哪个地方会出现大瘟疫大饥荒，然后他提前投生在那地方去，是为了帮助这些众生。

《前行》中讲有时是提前发愿的，比如在《四百论》的注释中有一个公案：一个菩萨

观察到某地有一群狗马上要遭到灭顶之灾，之后这个菩萨就发愿投生到这个地方成为一个狗王。其中一条狗惹了天祸：这条狗把国王的马车上的一個皮带啃断了，国王大怒，就把所有的狗抓起来要杀掉。这时菩萨投生的狗通过他自己的能力出来和国王辩论，通过善巧方便把这些狗救下来了。最后感化了国王也救了这些狗，让它们种下解脱之因。菩萨提前发愿投生成为旁生去帮助这些有情。

《前行》中讲的莲花国王，他的国家遇到了流行性瘟疫，打卦的卦师说只有吃了如和达鱼的肉之后才可以痊愈，国王就斋戒之后发愿：“愿我死了之后马上转生成如和达鱼”，然后就从很高的楼上跳下来死了，死了之后马上转生为大鱼。他在河当中说：“我就是如和达鱼，大家来吃我的肉。”大家都去吃他的肉了，吃完了又长出来，这样一直让众生吃，吃后大家都疾病解除了。然后他就说：“我是你们的莲花国王，为了你们我特意转生成这样的，你们要报答我的话应该行持十善……。”

暂时把他们从瘟疫中解脱，之后让他们修持十善，再转生天界。依靠这个因和这个菩萨结上了缘——释迦牟尼佛成佛之后他们成了第一批所化。这个公案很明显地说明了菩萨的发愿力，哪个地方有战争、饥荒、瘟疫，他就发愿投生在那地方，通过自己的肉和能力去帮助他们，这叫做愿力投生。

一般的凡夫人发愿说：“我要投生到什么地方成为总统，去制止他们的战争。”然后从高处上跳下去，除了摔死和得到一些善根之外，你的愿不一定马上实现，因为你的能力不够。但是菩萨可以，一到二地的菩萨发愿很清净，他一发愿就能成就，所以他一发愿转生就马上转生了。这叫发愿投生，愿力投生。

第三个定力投生。定力投生就是三地菩萨到七地菩萨，他们的禅定比较自在，就可以安住在禅定中投生，比一二地还要自在一些。这是通过禅定投生。

还有一个神通力，也叫自在投生。自在投生是指八地九地十地这样三清净地菩萨，他的神通很清净很自在，通过神通投生。所以菩萨的四种投生和小乘、凡夫的投生远远不一样，是很清净殊胜的。这是《经庄严论》中弥勒菩萨从佛经中摘录跟我们讲的，菩萨是随意受生欲界。原因是欲界中可以安立、救度众生修行佛法。

壬二(广说)分二：一、比喻；二、意义。

癸一、比喻：

如瞻洲人昔未至，天境天城后前往，
见彼拥有一切境，复还此处不贪执。

这个颂词中讲就的比喻是：菩萨得到境界后不会耽著，回到欲界后也不会耽著欲界。前面说了，菩萨的状态可以转生色界、无色界但是不转，说明他有这个善巧方便。前面是略说的，那广说是怎么安立的呢？

菩萨有能力转生在色界、无色界，但是不转，转回欲界。转回欲界后也不会对欲界产生耽著。比如，南瞻部洲有一个人，从来没有去过天界，某些因缘成熟去了天界。在三十三天的天境里、才知道以前没来过这儿。现在来了，坐一坐天人的马车、看一看天人的如意树、祈祷一下如意树让它长出衣服来、听一下天界乐器弹奏的声音，体会一下天界的快乐，参观完之后就回去了，并没有耽著于此。

这么善妙的状态，他能去了之后不耽著，说明他有不一样的气质和功德。一般的人去了之后肯定就粘在那儿了：哇！这么好的天界啊，比我们人间要好无数倍，干脆不回去了。溜到哪个地方躲起来不回去了，偷渡了，这么好的地方不愿意回来了。

但是这个人不是一般的人，一般的人去了之后肯定不愿意回来了，因为天界比人间好太多了。这个人去了天界看了之后没有耽著就回来了。“天境天城后前往，见彼拥有一切境，”看到了，拥有了一切境之后。“复还此处，”他依然回来了，没有耽著，返回到了南瞻部洲。

返回到南瞻部洲之后，“不贪执”，他不会贪著南瞻部洲的东西，因为比这个更好的他都看到了，都没有贪执，怎么可能耽著欲界、南瞻部洲的东西呢？不会的。

大恩上师也在注释中也讲了一些这样的情况：有些人的意乐、志向比较高远。比如说一个人从农村到了比较发达的城市，在城市中获得了财力、地位、受到好的教育，之后他想还是应该回去帮助家乡的人，因为他知道家乡的情况。虽然城市的生活肯定比农村好很多，但是他的悲心、想要帮助家乡人民的心态，依然返回到偏僻的老家。

返回老家之后，他对城市的生活并没有留恋；也不会耽著农村的生活。因为他是带着很清净的想法回来的，知道这里的情况是怎么样的。不会去讲条件，只会一心一意

地帮助他们。

这里面说明这个问题：南瞻部洲的人去了天界后能够有毅力回到人间的，就说明他回来之后也不会耽著人间的受用。因为更大的受用他都可以抛弃，他不耽著，何况人间的受用比天界的受用恶劣得多，更加不可能执著了。这个方面就是比喻。

癸二、意义：

菩萨持有胜功德，精勤瑜伽住禅定，
后住欲界无贪著，不住凡法如水莲。

菩萨持有胜功德，同样也是拥有超胜的大慈悲和大智慧这样殊胜的功德。菩萨具有智悲两种功德，“精勤瑜伽住禅定，”瑜伽不是现在很多人修的那种瑜伽，把身体练得很柔软、很协调，或者为了减肥，而做一些瑜伽的训练。

虽然都叫瑜伽，但是这里的瑜伽是相应的意思，相应法界、实相叫瑜伽。还有一种瑜伽是止观双运的状态，止观的修法叫瑜伽。菩萨的瑜伽、瑜伽士就是修止观的。菩萨精勤瑜伽住禅定，菩萨精勤于止观，虽然住于四禅四无色禅定，但是他没有耽著。不会耽著瑜伽本身的道，也不会耽著四禅四无色的禅味，也不会耽著色界和无色界的天，都不会耽著。

然后通过他自己的业力、愿力、定力、神通力，通过四力之一返回欲界。对欲界不会耽执，所以他不会住于欲界的凡夫这些平常、凡庸之法。犹如水莲一样，出污泥而不染。菩萨有能力住于禅定，但是不会耽著它而生于欲界。说明他对禅定和禅定的果不执著；对欲界和欲界的果也不执著，他有超胜的能力，对两个法都不执著，这就是菩萨殊胜的禅定功德。后住欲界，对欲界的法也不会执著的。

就像前面这个人他去了天界，对天界没有留恋回来了；回来后对欲界南瞻部洲的法也不会有执著。菩萨通过自己的大悲和智慧的功德，获得了瑜伽住于殊胜的禅定，不执著它，也不会生于这种禅天。回来之后就转生到欲界中，也不会对欲界的种种色声香味触、名誉、福德、钱财等执著。这就是菩萨，也是我们修行以后将会达到的状态，也是现在的菩萨正在安住的状态，也是我们要度化的有情以后将会达到的状态。

我们了解完之后就知道了菩萨全方位的问题。安住在菩萨果位的圣者们、上师

们，他们是什么样的境界；我们修行菩萨道，以后将要达到什么境界；我们帮助的众生要把他安住在什么境界。所以“不住凡法如水莲，”我们要知了菩萨的禅定是非常超胜、清净的。

今天我们就讲到这个地方。

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