

第二课

思考题

1. 如孔雀一样的菩萨，为什么能转烦恼为醍醐？了知此理后，你有何感想？打算怎么做？
2. 为了断除众生流转轮回的因——将自身五蕴执著为我这一大魔，作为修行人，应该如何行持？

顶礼本师释迦牟尼佛！

顶礼文殊智慧勇识！

顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法 百千万劫难遭遇

我今见闻得受持 愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

达玛绕杰达所造的《修心利刃轮》的论义部分，分总说行者修心法与别说如何修心两部分，现在正在讲第一部分——总说行者修心法。

学习《修心利刃轮》，主要目的是通过本论所宣讲的大乘佛教的修心方法来调整自心。对当前来讲，本论所讲的修心窍诀，绝大多数佛教徒都必不可少。因为我们经常看到，很多学佛乃至出家几年、十几年的人，相续都比普通凡夫好不了多少。对非佛教徒来讲，因为没有学习佛法，在遇到困难、挫折时，没办法对治深重的烦恼，也情有可原。但对佛教徒而言，与其他没有学过佛，或没有任何宗教信仰的人比较起来，还是应该显出优势才对。但是，很多佛教徒都没有修心，自相续与普通凡夫差别并不大，所以特别需要用这样的修心法来调整自心。

以前，我也讲过《山法宝鬘论》、《开启修心门扉》、《入菩萨行论》、《大圆满前行》等大乘修心法门。若以之修心，压制烦恼和痛苦应该没有问题。若没有修，人与法分离，也不会有效果。因此，作为大乘修行人，实地修持修心窍诀非常重要！

当然，修心并不是一天两天的事。若长期坚持，自相续的烦恼就容易对治；若不长期坚持，想对治烦恼也很困难。在这方面，除了前辈大德获得成就的途径可以说明之外，我们身边，很多修行人在没有遇到佛法时，相续都很糟糕，但后来通过佛法长期净化相续，也获得了超越世间的境界。

在法义上，《修心利刃轮》非常简单，很多道友都应该会懂。但修行，每一个颂词的内容要做到，都要下很大功夫。作为讲者，为了给大家传讲，我要一遍又一遍地做准备，这不但能在相续中种下善妙的种子，还能断除烦恼。而听者，在听闻后，若能认真思维和修行，梦寐以求的效果也会达到。

在这个物欲横流、五浊猖獗的时代，绝大多数人从早到晚都希求、追逐名声、地位、财富、感情等，尤其到了城市这种感觉异常强烈，所以特别需要闻思修行佛法。如果每天花两个小时，或一个小时、半个小时，将外散的心收回来专注在佛法上，热恼的心就会变得清凉。

以听法为例：上根者，从开始到结束之间，都不会产生其他分别妄念，心一直会专注在法义上；中根者，心一会儿到外面去云游世界各地，一会儿回到法义上，可能一半时间专注法义，一半时间处在散乱状态；下根者，虽然身处听法行列，但绝大多数时间都处在散乱当中，甚至听着听着就睡着了，可能通达了人生如梦的境界，能在梦中听课（众笑）。

但不管怎么样，大家共同学习，功德非常大。佛经记载：舍利弗问佛陀：两人共同作功德，哪种功德最大？佛陀回答：一人传法，一人听法，功德最大。为什么呢？因为，唯有闻思修行佛法才能获得解脱。即使没有懂得法义，以兴趣听法也有非常大的利益。现在末法时代，佛教徒当中求福报的人相当多，真正闻思修行的人却很少。所以，不管是什么身份的人，能听课就非常幸运。

实在说，在获得人身时，五根具足、远离粗重烦恼、专心听闻佛法，是非常难得的，因为已经获得了十八暇满的人身。但有些人很悲观，经常抱怨：“我为什么这么倒霉啊？接连不断地出现各种痛苦之事。”其实，如果修行比较好，对所有人都会有感恩、报恩之心。对修行人来讲，这两点一定要牢牢记住。如果对地球上任何一个生命都有感恩、报恩之心，心态就会平静，生活就会愉快。如果在清净的心态下听法，心不被烦恼控制，不被各种分别执著扰乱，就容易接受法义。就像水池清净，月影才能显现一样。

对讲闻佛法，不管是什么法，我都有兴趣，只不过有时候身体不太好，有点力不从心。比如《俱舍论》，我始终认为，如果有机会，应该再讲或再学一遍，因为以前时间太仓促了。又如因明，我始终觉得，因明太好了，在机会成熟时，还应该再学或再讲一遍。但对未来的人生做规划时，才知道人生是多么的短暂！

不过，最重要的还是修心。全知无垢光尊者曾说：虽然所知万法都应该学习，但最重要的，为了死时不后悔，还是应该多串习修心的窍诀。这次我给大家传讲的《修心利刃轮》，是斩断我执、烦恼的锋

利武器。若没有它，要斩断根深蒂固的我执和烦恼，是非常困难的。因为，无论是显宗部分还是密宗部分，都能直接断除我们的分别念。当然，在大圆满等密法中，还有更尖锐、更殊胜的窍诀。

下面讲颂词：

今贪欲如乌毒林，勇如孔雀能调解，
懦如乌鸦命葬送，自私焉能调此毒？

如今的贪欲或贪爱，相当于长有乌头等具毒物的森林，只有断除我执，时刻观察自相续，像孔雀一样的菩萨勇士才能调伏、化解贪欲之毒。《格言宝藏论》等¹论典中讲：孔雀食毒后，不但对自己没有任何损害，对身体、羽毛还能起到好的作用。同样的道理，真正证悟空性的菩萨，也能将贪欲之毒变为修行的顺缘或转为道用。而像乌鸦一样的怯懦、脆弱之人，一定会葬送解脱的性命。如《佛所行赞》云：“贪欲火焚心，正法生则难，贪欲求世乐，乐增不净业。”意谓：贪欲之火能焚烧自相续的善根，故产生正法非常困难，因为欲火导致追求世间的安乐，在安乐越来越增长时，不净业就会不断增加。因此，若无法对治自相续的贪欲之毒，要想戒律清净、精进修法也是不可能的。就像乌鸦误服毒物后，会断绝命根一样。究其原因，以自私自利心怎能调伏、化解贪欲之毒呢？反而言之，谁有调伏贪欲之毒的能力，谁就是真正的菩萨。

从本论可以看出，面对贪欲之毒，不同根机的众生结局并不相同。比如：懦夫或钝根者，因为不对治或者不能对治，最终以失败而告终；而菩萨，却能将之变为修道的顺缘或转为道用。佛陀在《慧上菩萨问大善权经》里面讲²：有一位菩萨叫焰光，他在寂静地已经修行了420万年。后来到城市当中，一位女子对他生起贪心，祈求与他一起生活，若不答应就准备自杀。最终他生起悲心，与她一起生活了12年，不但没有增上罪业，还清净了业障、圆满了资粮。

可见，同样是贪欲之毒，自私自利者务必断除，而没有自私自利心的菩萨，却不一定需要这样。正因如此，密宗才有双运的修法。但是这种修法，一般的修行人行持，却会破别解脱戒、菩萨戒、密乘戒，而毁坏自他，就像乌鸦吃毒会丧命一样。若以此为借口，让佛法遭受诽谤，过失就无比巨大。所以，不具备相应条件者，绝对不能行持。若是像孔雀那样的菩萨，也没有必要一概否认。在世间，很多持明者和瑜伽士，都有修持此法的能力，他们不但不会造恶业，反而成为积累资粮的因。

不过，在藏传佛教中，行持此法的人非常罕见。在座的可能有

¹《君主法规论》：“愚者视为重负担，多数事情于智者，犹如毒利孔雀身，善巧方便以故喜。”《格言宝藏论》：“孔雀身美声悦耳，然彼所食皆为毒。”

²此公案与《前行》里面，星宿婆罗门子破梵净行的公案基本上相同。

几百位道友，已经在藏地求学十几二十年。但在藏传佛教的清静寺院中，真的通过双修或双运的方法来修持的有没有呢？可能大家都没有见到过。其原因就是利根者并不多。

前段时间，我在香港参加佛教研讨会，有些学者问香港理工大学的佛学会会长一些藏传佛教的敏感话题——双运和降伏。当时会长回答：“虽然我没有去过藏地，但据我了解，在藏传佛教的清静寺院中，根本没有修双修法的。”他的上师是刘锐之，刘锐之的上师是敦珠法王。他说：“敦珠法王确实有空行母，但他的弟子并没有这样行持。”

当然，极少数利根者行持此法也是允许的。显宗当中也讲：“烦恼即菩提。”为什么贪心、嗔心等烦恼是菩提呢？这是因为一些大德能够认识它们的本体，所以能将之转为菩提。《华严经》中亦云：“智慧王所说，欲为诸法本，应起清净欲，志求无上道。”智慧王佛陀说过，欲是一切诸法的根本，应该发起清净的欲，立志追求无上菩提之道。但对乌鸦一样的凡夫人来说，行持双运法就是亵渎佛法。

作为出家人，本来应该行持断除贪欲的清静道，但在末法时代，有些人烦恼深重，却以各种言行毁坏自己的戒体，这是非常可怕的！如果自己实在没办法在出家修行的道路上维持下去，还俗也不会损害佛教，因为这是自己的自由，佛陀早就作过开许。否则，以出家或在家的身份歪曲佛法的本意，就罪大恶极！

当然，个别人是精神不正常。如果是疯狂者，什么话都说得出来，什么事都做得出来。无论是在佛教内，还是在世间，大家都不会觉得奇怪。而有些人精神很正常，但因对法义不了解，对做人之道不精通，在言行举止当中，经常发生各种可笑之事，这就有损佛教的庄严！

因此，佛教徒首先要做一个好人，在此基础上，如果懂得一些佛教的道理，慢慢就会有所成就，或不同程度地出现修行境界。否则，连世间基本的人格和伦理道德都没有，在佛教当中也难有立足之地。若连生存下去的能力都没有，那就不要说获得解脱了。但个别佛教徒，不仅不能对佛法做贡献，还在大庭广众当中毁坏佛教，这是很惋惜的！

总之，大家都要观察：自己到底是乌鸦还是孔雀，或相续中是自私自利心还是利他心？一般来讲，没有获得一地菩萨之前，没有一点自私自利心，也是很困难的。法王如意宝曾说：“有些人说自己有非常强烈的利他心，但只要是凡夫人，细微的自私自利心决定会有，在遇到对境时，就会现前。”

所以，大家最好不要欺骗自己，否则谁也救度不了。因为若连自己都能欺骗，就会欺骗上师三宝和父母众生。如果自己变成欺诳者，

那所作的一切事情都难以成功。因此，在基本的原则上大家一定要给自己定位。现在世间人也经常说，自己的定位是什么。如果我们佛教徒，甚至是出家人，那至少要做到什么一定要清楚。

当然，出家人也不一定能做到非常清净。于此五浊恶世，每个人相续中都有不同烦恼，在挑战过程中，都有自己的困难和难处。但至少要认识到：我是一位凡夫，经常产生烦恼，为了对治它，要好好忏悔。而不能把它当作光荣，或自己的修行境界，否则就是自欺欺人。

其余烦恼此类推，如鸦者丧解脱命，
故如孔雀诸菩萨，于如毒林众烦恼，
转醍醐入轮回林，欣受摧毁此毒物。

所谓烦恼，在藏语中，是佛教专业术语，世间口语用得并不多。而汉语，除了佛教使用之外，在日常生活中，人们也把它当作一种表示不良心态的常用词，比如：我烦恼重，我遇到烦恼事了，我产生烦恼了，等等。虽然一说烦恼，大多数人都知道是不好的东西，但认识并不清楚。佛教讲，烦恼分为根本烦恼和随烦恼（当然，《俱舍论》和上下《阿毗达磨》等论典的开合并不一样），它是众生堕入恶趣的因，因为其来源是我执，其性质是恶，其果是痛苦。

前面讲，将贪欲之毒变为修道的顺缘或转为道用，是孔雀一样的菩萨，反之则为乌鸦一样的凡夫。其余烦恼也可依此类推，比如嗔恨：作为菩萨，他有办法把嗔恨变为修道的顺缘或转为道用。大家经常说，诸佛菩萨现忿怒相，实际上这些看来极凶猛的本尊，并没有丝毫嗔恨心，只不过为调化众生如此示现而已，很多高僧大德在摄受弟子时也会采用这种方式。若是乌鸦一样的凡夫，在遇到嗔恨、傲慢等烦恼时，就会断绝解脱的命根。

因此，如孔雀一样的菩萨，对像毒林一样的众多烦恼，都能转为醍醐，而获证菩提。所以，他们才能在轮回的森林中，欣然接受并摧毁世间各种各样的毒物。

若是一般的凡夫，在生活中遇到小小的事情，就会痛苦不堪、伤心无比。而菩萨，他已通达一切万法在世俗中如梦幻泡影，在胜义中远离四边八戏的境界，所以得失、成败等对他来讲就无利无害。即使相续中产生嗔恨心等烦恼，也能英勇地将之转为菩提。在他的心目中，利益众生是至高无上的，所以会示现各种寂静、忿怒等形相，以种种方便调化众生，看过诸佛菩萨传记的人都清楚。即使显现忿怒相，也不会被烦恼束缚，因为他们安住证悟空性的境界，以游舞的方式调化无量无边众生，通达密宗58尊忿怒相的甚深含义者都会了知。

因此，大家要特别谨慎自己的口和意，千万不要凭自己的分别念和愚痴的见解，揣测、评论、诽谤、污蔑他人，因为诸佛菩萨的化现无处不在。很多人都认为，某某上师是佛菩萨的化现，身边经常爱发脾气的人是凡夫。但很有可能，你身边经常爱发脾气的、有成见的老太婆、残疾人等，就是文殊菩萨和观音菩萨。为什么呢？因为，如果他们没显现这样脾气不好的人，你就接触不到，而这种人对你的修行恰好能起到逆增上缘的作用，所以才以这种方式来度化你。

前段时间我朝五台山，一边走一边祈祷文殊菩萨，路边有几位乞丐找我要钱，我假装没有看见，径直往山上走。但一位乞丐使劲拉着我的披单，把我拽了回来，看起来特别凶狠。我很生气，瞪了他一眼，但转念就想：可能是文殊菩萨的化现！因为，《五台山山志》里面说：对任何一位朝拜五台山的人，文殊菩萨都要接八百送一千。二十多年前，法王如意宝带领大家朝五台山时，也经常提醒大家要观清净心。因为这个习气，在朝五台山时，很容易提起正念：这个人可能是来接或送我的文殊菩萨！

如果在任何时候，面对任何众生，在生起不清净的念头时，都能观想清净，或始终观清净心，不知该有多好！可惜的是，除了在五台山像样一点，在其他地方都很难生起清净心，反而认为肯定不是诸佛菩萨的化现，这是非常不好的，因为诸佛菩萨在哪里很难说。

其实，观清净心有很多好处，没有任何坏处。如果我们除了自己之外，对很多人都观想不清净，比如：这个人很差劲，那个人修行特别不好，这是个坏人，那是个恶人等，那清净心和信心就不可能增上。这样的恶习逐渐扩张后，慢慢就会在金刚道友、法师、传承上师、前辈高僧大德身上，找出各种各样的过失；这样的话，修行就不会成功。如果能将观不清净心的烦恼转为观清净心的醍醐，那就由乌鸦一样的凡夫变成了如孔雀一样的菩萨。

当然，人与人也不可能完全相同。就像参加亚运会、奥运会等国际比赛，因为先天身体素质和后天训练不同的原因，在跳高、赛跑等比赛项目上，一百个人的成绩都很难一样。同样的道理，因为众生根机不同，在闻思修行的比赛和竞争上，差别也很大。有些人在短短的时间中就能背诵许多论典，接受很多知识；而有些人无论如何勤奋努力都不行。有些人听一堂课，能原原本本接受，甚至能马上全部复述出来；而有些人虽然睁大眼睛、竖着耳朵地听，但一下课就不知道讲了什么。有些人在非常容易产生嗔恨心的环境当中，也不会产生嗔恨心，比如他人以非常粗鲁、刺耳的语言，说他、骂他、诽谤他，就像在虚空中挥舞宝剑一样，心如如不动；而有些人，稍微一句话刺中要害，就特别难受，甚至脸色马上都变了。

但不管怎么样，烦恼不会染污菩萨。《大集大虚空藏菩萨所问

经》中云：“菩萨于世法，远离分别心，如空火不烧，菩萨惑不染。”意思是，菩萨对世间法远离分别心，就像火不会焚烧虚空一样，任何烦恼都不会染污他。当然，所谓菩萨，也不一定指八地、十地以上的圣者，就像文殊菩萨、观音菩萨那样。但是，如孔雀般真正的菩萨，烦恼的毒药是伤害不到他的。这一道理，依靠密宗的修法，了解起来就比较容易。

乙二(别说如何修心)分二：一、略说；二、广说。

丙一、略说：

今无自由流转者，执著为我此魔使，
当离自私求快乐，欣受利他之苦行。

如今无有自由地漂泊、流转在轮回中的可怜众生，都是由执著我(将自身五蕴执著为我)和我所这个大魔在支使。无始以来，这个魔障一直在束缚、危害我们，为了获得永久的快乐，现在我们一定要断除它，即远离自私自利追求快乐的心，欣然接受利益他众的苦行。

但很多学佛、出家的人的目的都不是这样，有人为了健康，有人为了快乐，有人为了发财，有人为了逃避。其实，这些都是世间目标，其所得利益是非常短暂的。作为真正的大乘佛子，其目标应为：让自他一切众生远离轮回的痛苦，获得涅槃的安乐。因为，一切众生都在受我执和我所执的伤害，都需要摆脱它，而获得解脱。《入行论》云：“世间诸灾害，怖畏及众苦，悉由我执生，此魔我何用？”既然世间一切灾难、损害、恐怖、畏惧及众多痛苦，都由我执而产生，那对我来说，造成一切伤害的这一大魔，又有什么用途呢？理应遣除。

这一点，从道理上我非常坚信。不信，在看见身边任何一位道友痛哭流涕、苦恼不堪时，你就问他“为什么？”他一定会说：“本来我对他如何如何，但他却对我如此如此。”“我心里好难受，别人欺负我。”……一定会说出这个“我”来。而不为“我”，为众生太可怜而哭的，却少之又少。这就是所谓的可怜众生！

当然，因为我执作祟，也不可能生起快乐和清净的心。法称论师在《释量论》中说过：“执我未灭除，彼将受折磨，尔时苦增益，不住自性中。”意思是，我执没有灭尽之前一直会受折磨，当时我妄执为痛苦而增益，就不会安住在无我与无苦自性的本义中。

其实，每个人都渴望住在清净、光明、无为的心性中。但是，因为有我执的原因，始终受干扰、扰乱、折磨，而没办法获得究竟的快乐。就像一个特别可怜的病人，因为病的折磨，白天晚上都叫苦连天、痛苦欲绝一样。所以，在闻思修行中观、密法等法要时，一定要把所有力气和精力用在消灭我执上。虽然完全断除我执很困难，但至少也要对它有所损害，这非常重要！

刚进入佛门时，很多人我执特别严重，整天口口声声都说我。但慢慢学习大乘佛法，自我的执著逐渐减少，就会想着众生。如果能经常考虑别人，那就说明对我执有所损害。虽然我们都希望，自己的身体不要受伤，不然找医院和医生很麻烦，但以此类利器，在我执的脸上留下伤疤，却非常有意义。如果真有能力，像前辈大德一样，用智慧宝剑把我执的头砍掉，那就获得了无比美妙的境界。但与我执搏斗的过程中，有些人大获全胜，满心欢喜地获得金牌；有些人不但没有获奖，反而气急败坏地败下阵来。

业力牵引习烦恼，同类众生诸痛苦，
当堆欲乐我之上，恋私欲时摧毁彼，
自之安乐施众生。

关于业力，《正法念处经》中云：“一切风中，业风第一。”意谓：在所有风中，业风最厉害，它能把众生吹来吹去。有些道友正在好好地闻思修行，被业风一吹，一下子就无踪无影了。在菩提学会里面，个别道友本来学得很好，但被业风“呜”地一吹，一下子就卷到其他地方去了，非常可怜！

在业力牵引下，众生经常串习烦恼。因为业和烦恼的支配，就会感受各种各样的痛苦。当同类（指在业力牵引下串习烦恼方面相同）众生的诸多身心痛苦发生时，作为发了大乘菩提心的人，就应当将之堆积在欲使自己快乐的我执上，即修自他相换，由自己承担众生的痛苦，摧毁我爱执。

今天下午，有个人非常痛苦。我说：“你应该观想代受众生的痛苦，将自己的安乐施舍给众生。”他说：“我已经够痛苦的了，还要再代众生的痛苦，那不是更加痛苦！而且，我现在一点快乐都没有，拿什么施舍给众生呢？”但我认为，即便在这种情况下，我们还是有很多快乐，比如：身体没有患非常严重的疾病，眼睛能见色法，自己可以走路，不用别人搀扶等。将这些快乐施舍给众生也是可以的。

因此，我们都要观修，在自己身心上代受同类众生的痛苦。特别是在自己贪恋一己私欲的自私自利心念生起时，要立即摧毁它，并将自之安乐施舍给众生。这种修法，口头上说起来很简单，但要修到量，却要花一定的功夫。

在生活中，经常会遇到各方面的痛苦。作为大乘修行人，此时不但不会烦恼，反而觉得来了机会。他要么代受一切众生的痛苦，要么观察它的本质，一定会将之利用起来。就像一位好医生，所遇到的植物都可以配制成药一样。真正的修行人，在业力现前时，不但不会逃避，反而会勇敢地面对。实在说，逃避并不现实。如《根本说一切有部毗奈耶》云：“不思议业力，虽远必相牵，果报成熟时，求避终难

脱。”因此，在此时，一定要想到是前世的业障，并想方设法将之消除。

现在很多佛教徒，在遇到痛苦时，都能正确面对，比如他会想：今世的痛苦来源于前世所造的业，这是必须承受的，为了下辈子快乐，今生一定要好好积资并发愿。若没有信仰，或不承认前后世，在痛苦时，不但找不到妥善的方法，还会采取最不理智的行为。

为什么佛教徒自杀非常罕见呢？因为他有很多特别管用的妙药。而其他人在遇到痛苦时，不要说修法，连正常的思维都被蒙蔽了，这是非常可怕的事。因此，我特别不希望，大家在烦恼的约束下开始思维和行动，否则人一旦“变质”，什么行为都做得出来。

按照此处所说，将无人理我等痛苦堆积在“我”上，将让自己获得安乐转变为承受自他一切众生的苦难，无始以来的业障就会消除。因此，快乐并不一定好，而痛苦也不一定不好。作为大乘佛教徒，毕竟都属于众生，所以除了利益众生之外，再也不应该有其他事情。但最关键的，在出现烦恼时，一定要使用大乘佛法的窍诀。

《入菩萨行论》中云：“意汝定当知，吾已全属他，除利有情想，切莫更思余。”意思是：意识啊！你应该知道，我早就已经把自己送给众生了，除了利益众生之外，再也不要想其他的。在出现自私自利的心念时，如果我们能这样反反复复叮嘱自己几遍，心烦意乱的心态马上就会改变。为什么呢？因为自己已经属于众生，所以不应该再执著自我，而应积极利益他众。就像嫁出去的姑娘，不再属于自家，而应为他家服务一样。

对大乘修行人来说，利他乃唯一工作，否则就是下岗。虽然刚开始很多人对这样的理念很难接受，即使接受了做起来也不习惯，但若懂得这个道理，并再再串习，自私自利心逐渐就会减少，乃至断除。就像刚到高原生活，呼吸、走路等都很困难，但再过一段时间，就会很适应一样。因此，一定要扼杀或克制无始以来不断串习的自私自利心，让利益众生成为自然，变为生活常态。

回向偈：

**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 愿度有海诸有情**