《前行广释》第97课辅导资料(终稿)

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。发了菩提心之后我们一起来继续学习华智仁波切所造的《前行引导文》。

《前行引导文》除了闻法规律之外有三个部分。第一个是共同前行，这对所有希求解脱的修行人，是必须要修学、必须要生起的，是一个共同的基础。通过共同加行的修学成为共同的法器。

共同加行对于后面的不共加行而言,是为了让我们成为修学不共加行的法器。如果没有出离心,修皈依、修菩提心，也没办法成为真实的解脱道。不共加行修成熟之后，可以让我们成为修持正行的法器。所以不共加行也需要很认真地去对待、去修行。

对于很多修行者来讲，修第一遍加行的时候基本上找不到什么感觉，这很正常。虽然上师们说我们修加行应该以质量为主，但是修第一遍的时候，因为以前基本上没有什么修行的体会和经验，在这种情况下谈质量也是比较困难的。

换个侧面来讲，虽然完全达到前行法本里的标准、质量很困难，但是我们要尽量认真修行，不要只是奔着数字而去。如果我们第一次修行的时候没有只是奔着数字而去，而是非常认真地去观想、去作意，这也是奔着质量去修的心态和方法。

为什么这样讲呢？因为我们加行的修学可能还会有第二、第三、第四遍。我们不能想:现在已经修完了、已经进入密法班了，还需要重新修加行吗？第一遍加行修完，很多时候只是数字上修完了而已。

但是内心当中需要生起的,比如皈依需要生起的对三宝完全不退转的信心，或者对三宝的认知，这些还没有的话，就还需要修。发菩提心十万遍念完了，但是相续当中没生起来，那么还需要修。百字明十万遍念完了，如果我们相续当中还是不断生起烦恼，就说明罪障还在，因为罪障和烦恼之间有关系。在《米勒日巴尊者道歌集》当中讲过，如果我们的罪障清净了，烦恼是很难生起的。如果烦恼还不断地生起，说明我们内心当中的障碍、罪业还在。

十万遍修完了，但如果还在不断生烦恼，就说明还需要继续修持第二、第三个十万遍，一直修到我们相续当中的烦恼很轻微、不再生起为止;或者该相应的正法境界，很容易、很轻松地稍微一观修就能生起来，这也说明修百字明可能有了阶段性的成就。

曼扎十万遍修完了，但如果我们在修行佛法的时候还是有很多阻碍、很难相应，就说明福报可能还没有圆满，还需要进一步地积累善根。莲师心咒十万遍已经念完了，好像觉得上师瑜珈已经修完了。但如果还没有得到上师真实的意传加持或者没有得到很明显的加持之前，说明我们还要继续学习。

所以一遍可能是不够的，但也不能说所有人都必须要修第二遍、第三遍，不能够一概而论。有些可能一遍就已经圆满到量了。但有很多人一遍可能是不够的，修完了这个十万遍之后，我们还需要找时间再开始第二遍、第三遍的修行，乃至自己成就为止。并不只是一个十万遍的数字而已，我们修学大圆满前行主要是为了解脱。如果解脱的因缘还



没有成熟，就说明我们需要继续努力。

针对那些通过修持一个十万遍就能达到标准的人，就不需要再修第二个十万遍了。但是对我们而言，还是需要不断观修、修行，也就是可以有很多次十万遍。

有些人听了可能就明白这种修行道理，有些人可能就会害怕。“一个十万遍我都那么紧张、那么困难，还让我来第二个、第三个十万遍！”提不起心力了，也会有这样的想法。

不管我们怎么想，总的原则是修行主要是奔着成熟而去，不是走个样子把自己骗了、把其它人蒙蔽过去就可以了。修行主要是调伏自心，所有的修行也要有为自己负责的心态。如果想要对自己负责任、让修行切实有效，还是必须要不断地反复观修、串习，这样的心态就更容易成就。如果没有这种心态，就好比种子是种下去了，但什么时候成熟不好说。以上是修加行的时候需要了解的一些思维。

现在我们在学五加行，前面已经学完了皈依，现在我们学的是菩提心。发菩提心是大乘道入门的标准。如果有了菩提心就成了菩萨，所修的道就是菩萨道。如果没有发起菩提心，就不一定是进入了大乘道，也就谈不上密乘道。密乘相当于大乘显宗的升级版或加强版。如果我们想要很快地成就大乘果位，显宗的常规修行一般需要三个无数劫的时间。而密乘可以在短短的时间当中成就佛果。

都是成佛，但是密宗的修行就要快一点，但是越快，对修行者法器的要求就更高。小乘要成就阿罗汉果，就不需要去修持自他平等、自他相换或者花很长时间修六度。它只强调出离心、戒律和无我空性见解，有了这些之后在短短的时间内就可以成办阿罗汉果位。最快三十三天就可以了，大乘道的很多的要求就没有了。修大乘显宗，很多密宗的要求不会出现在大乘显宗的教法当中。

密乘的教言是快速的修行，我们也应该知道这种原则，就是越往上速度越快，对这个人的要求就越高。比如坐飞机很快，但坐飞机的人必须要办更多的手续或者花更多的钱。走路不需要这么多要求，用两只脚走过去就可以，但是它很慢。坐汽车比走路快，但条件比走路要多一些，比如要买车票等等，而坐飞机的要求就更高了。所以越快要求就越多。

如果想要很快成就，对于修行者法器的要求也是不一样的。所以我们要成就密乘的果位、很快成佛，首先要把自己打造成密乘的法器，而前行很多观修的修法就是把我们打造成为密乘法器的途径。如果我们不认真对待前行法、不认真修行，同时又想很快成就，但由于没把自己打造成密乘法器的缘故，即便灌了顶、传了密法，这么好的法放在我们这也修不动、没办法相应。

前面我们讲了这个原则，也是上师们经常强调加行重要性的原因。要把我们打造成堪为修行密乘的法器，需要前期的观修、积资、净障，引导我们的心成熟，能够接受或能够修行这种殊胜的妙法。

菩提心是整个显、密共同的基础，如果没有生起的话，那么我们还没有资格进入大乘道。所以菩提心一定要认真修，乃至于没有生起之前，都要把它当成主要修法来进行观修。

有时候我们可以通过自他平等、自他相换、四无量心这些方式来引发菩提心；有时

候可以通过空性、空正见来引发;或者也可以通过等净见等等帮助我们引发更高质量的菩提心，这些方面都是可以的。

不管怎么样，我们内心当中应该有种意识，什么呢？菩提心不能够缺少。虽然我们已经走到前面去了，已经有了空性或正在观空性，但是我们也可以把空性当成菩提心的助缘。菩提心很重要，无论如何都是要生起来的。不管是前期通过认真观修生起来，还是继续往下修，始终不忘记菩提心，总有一天要让相似的菩提心升华成真实的菩提心。这方面我们一定要有认知，发菩提心是特别重要、特别关键的修行，是大乘的入门窍决。

菩提心的修法，按照前行的引导，首先观四无量心。前面舍无量心、慈无量心已经学了，现在我们学的是观悲无量心。大悲心是悲无量心，悲心在大乘中是大悲心;在小乘中也肯定是悲心，但它没这个“大”字;在世间也有悲悯心，一种柔软的心，可能是普通的悲心，比如父母对子女、子女对父母普通的悲心。

小乘修行者对众生生的是普通悲心，虽然是普通悲心，但它是没有染污的，因为应该断的烦恼障断掉了，但也不是大悲心。世间人的悲心既是普通悲心，又是有染污的，因为内心的贪心、嗔心这些成分都夹杂其中，所以并不清净。

现在我们要修的是引发大乘菩提心的悲心，是相应于大乘的大悲心，这个悲心生起来所需要的资粮、所缘境都很广大，因此要求就不一样。

怎么样修悲心呢？关键要观察众生的痛苦，缘一个众生的痛苦观修。观修的方法是把众生观成自己比较喜爱的对境:父母、子女或自己很亲近的人。也可以把受苦的众生观成自己，原则性是什么？其原理是观成自己比较容易感同身受，观成父母、亲人比较容易引发共鸣，容易因为亲近感而感受、体会到对方的痛苦。

按照众生的习气，不认识的人的痛苦我们看到后会感慨“哎呀很苦很苦”，然后很快就过去了。因为毕竟和自己没什么大关系，所以当我们看到一些很痛苦的人的时候，生起的悲悯心持续的时间比较短。有时关注两三天后悲心就随着新闻热度的下去而跟着下去了，有时可能就是几分钟、几秒钟，“这个很惨”然后就走掉了，因为毕竟和自己没关系。按照我们的习气，如果是怨敌或者不喜欢的人受到痛苦，我们就很高兴。

为什么把受苦的众生观成亲人呢？因为只有对这一类的有情，我们的关注度才会持久，我们才容易发自内心地愿他离开痛苦。这只是修悲心的其中一步，当把悲心引发起来之后，还要缘普通人的痛苦生悲心，最后对怨敌也要生起悲心。

为什么要观父母？或是要把自己观成受苦的有情？从我们心的特点来讲，这种观修方法悲心比较容易生起来，如果换一种方法就会比较困难。所以佛陀和一些大德是很有智慧的，都是根据我们心的特点来安排我们的修行。

我们要观察众生的痛苦来引发内心的悲心。因为我们的如来藏、自身的佛性中本来具足悲心最圆满、最究竟的体性。为什么悲心可以被引发出来，观修之后可以生起来呢？因为通过观众生的苦，分别念役使造作可以和内心如来藏本具的、往外散发的悲心相应。相应之后就可以开发内心佛性中本具的悲心。

如果获得了无分别智(大乘的初地菩萨安住无分别智)，那时证悟空性的同时也证悟现前本性中胜义菩提心、胜义悲心，无缘大悲也会生起来。当然，如果成佛了，所有的债务都没有的时候，佛陀的悲心是彻底清净、圆满的。

我们内心有潜质和本能，悲心在相续中本来就存在，但是不观修就引发不起来。通过分别念第六意识的观修引出我们内心中的悲心，其光芒就和自身佛性中的悲心相应，通过这样的方式让悲心越来越深入。

悲心的确可以越来越深入，深入到什么程度？众生本具佛性当中的悲心可以被引发出来。一般的人都有一点侧隐之心，豺狼虎豹对自己的子女、亲属也有悲心，有愿它们遣除痛苦的悲心，社会上的诸如十大恶人等罪大恶极的人也有一定的悲心的种子，为什么？因为佛性中本具，只不过被其它的分别念障垢住了，没办法显示出来。

就像太阳白天在天空中，由于云彩太厚了，直接看不到阳光，但是光明通过云层还是照下来了。虽然是阴天或者云彩很厚，但还是白天，还是有光明。这种光明是什么？就是阳光被云彩障蔽之后还是通过云彩在世间显现成光明的样子。

每个众生的侧隐之心、每个恶劣众生内心中柔软的悲心其实也是我们内在佛性。内在佛性就像太阳，障垢就像是云，因为障垢太厚了，原本的内在佛性显不出来。但是再怎么障蔽，佛性的光明还是透过业展现在我们的心识中，带着多多少少的悲心的成分，会展现出来。比如利他的思想，或者做慈善，或者看到可怜的人愿意帮助，哪怕毒蛇猛兽对自己的子女也有悲心。

关键还是因为内在的佛性，一直在往外散发大悲，只不过障垢太厚了。我们这样观修，障垢就越来越薄，光明、悲心的力量越来越强大，现证之后相当于云彩开了条缝，真正的阳光就能感受到了。

修持智慧、空性也是先让障垢裂条缝，感受一下真实的智慧，然后让缝越来越大，最后云彩彻底地消尽，蓝天、阳光就完全地以没有丝毫障垢的方式展现出来。

为什么要修悲心？并不是原来没有悲心要认真修出来。我们有潜质，内心本具佛性而具悲心，通过外在的观修把障垢去掉，观修是让内在的悲心显示出来的方便。

在了解之后我们对自己能够修成悲心就会有信心，不会永远看不到希望。希望肯定是有的，只要持续地修下去，悲心一定会从无到有，由浅至深，从相似到真实，大悲心、菩提心都可以逐渐引发出来。所以，我们要持续性地缘众生的苦去观修，以此引发内心中的大悲心。

今天接着讲悲心的内容。

从前，为了法王赤松德赞龙体安康而举行福寿法事，苯波教徒们大兴血肉供养，当时邬金第二佛莲花生大士、大智者布玛莫扎以及大堪布菩提萨埵等诸位大译师看到苯波教的彩盘，心里十分不悦，他们说：“一教不应有二师，一法不应有二规，苯波教旨不合法，并非共同寻常罪，若尔我等返故里。”所有的班智达不谋而合、不约而同，国王祈请他们讲法也不传讲，宴请他们也不受用。

这段话是通过当年莲花生大士在藏地弘扬佛法时的一段经历，告诉我们:作为佛弟子，不能够杀害众生，应该对众生都生起真实的大悲菩提心。

法王赤松德赞当时作为国王，有段时间身体不好，为了祈愿身体安康而做福寿的法事。苯波教给赤松德赞国王做法事(当时法王赤松德赞还没有下令封杀苯波教)，以莲花生大士为首的佛弟子也给赤松德赞国王做法事。



苯波教徒用他们自己本教的仪轨大兴血肉供养，宰杀了很多众生，把众生的血和肉放在彩盘里面，供养他们的天尊，通过这样的方式来加持赤松德赞国王身体安康。

当时他们在做供养的时候，邬金第二佛即莲花生大士(新宁提传承者)看到了，大智者布玛莫扎(旧宁提传承者)(这两位就是大圆满传承当中很著名的龙钦宁提的传承者，都是大圆满的上师）以及大堪布菩提萨埵都看到了。我们知道菩提萨埵当年示现入灭了。好像他老人家的头盖骨在现在的桑耶寺博物馆里还有一个，去桑耶寺朝拜的时候，殿堂里面有。

莲花生大士是在铜色吉祥山莲花光明宫殿。布玛莫扎尊者现在中国山西的五台山常住，一百年出现一个化身，弘扬大圆满的心滴。据说上一个一百年的化身应该是阿琼堪布，《大圆满前行备忘录》的作者，他应该是一百年布玛莫扎的化身。因为当年华智仁波切给他的弟子纽西龙多讲:“布玛莫扎的化身马上要出世，你见得到”。后面就是堪布阿琼，有共同的说法，他是一百年一个化身。

下一个一百年是谁，现在还不清楚，各有各的说法。有的说我们的寺院就是那个一百年的化身，有的寺院说我们的那个是布玛莫扎的化身。反正说法很多，但是现在公认的上一个一百年应该是阿琼堪布。

我们去朝拜五台山的时候，是奔着文殊菩萨去的，但是宁玛派的弟子，很多也同时是奔着布玛莫扎尊者去的。因为他常住五台山，还没有入灭。他和莲花生大士一样，已经成就了无死虹身，在五台山常住。如果有信心的人去祈祷，有时还是能够见到布玛莫扎尊者，得到很多的加持。很多传承上师的传记也记载了在五台山见到布玛莫扎尊者并获得加持的公案。

菩提萨埵等诸位大译师、成就者、传法者和班智达等，看到苯波教的彩盘(彩盘里面放贡品，缠着彩线，放了很多血淋淋的众生的肉)，三位大德看到之后，心里十分不悦，他们说:“一教不应有二师”。就是一个教法下面不应该有两个导师，如果有两个导师的话，就各说各的，没有共同的标准了。

虽然释迦牟尼佛教下的弟子有很多佛转世，我们常说一佛出世，千佛助化，释迦牟尼佛肯定是有很多佛护持的。但是所有这些帮助释迦牟尼佛弘扬教法的佛不可能以佛的身份出现，要么以菩萨的身份(比如文殊师利菩萨)，要么以居士的身份(比如维摩诘居士)，要么有些干脆以阿罗汉的身份，都不会显现导师的身份。

我们知道他们是佛，但是不会显现为导师，因为只能有一个导师。即便是后来成就了佛果的莲花生大士、布玛莫扎尊者等，他们要么显现为瑜伽士，要么显现为僧人，或者显现为某个教派的开山祖师等，但都不显现佛身份。

下一任导师是弥勒佛，在这中间有很多佛，有很多众生即生成佛的，也有很多他方世界的佛化身来弘扬佛法的，但都绝对不会显现佛的形象。因为若再显现一个佛形象，就不知道到底是以谁为标准了，会乱套了。我们说这个是导师，他们说我们这个也是导师。所以在佛法中虽然有很多成就者，但是都不能显现导师的身份。

有些人会说密宗一生成佛，为什么没有显现释迦牟尼佛那样的？一教不应有二师。不单单是密宗这样说——虽然是佛，但是不会显现导师身份。相当于圣者和圣者之间早就有默契，说默契两字是比较通俗易懂的讲法。但其实是一期教法绝对只能有一个导师



，就是释迦牟尼佛。其他佛虽然是佛，但是不会显现佛功德、不会显现佛相好或者显现佛一样的十二相成道或者八相成道。

不单是密宗这样讲，记得以前窥基大师对于弥勒菩萨有一个《辨中边论》的速记里面也讲了，明显的佛就一尊，后来的这些佛陀是密化而不显化。密化的意思就是虽然是佛，但是不显现佛功德。通过这种秘密的方式，显现弟子的身份或者祖师、菩萨的身份来度化众生，不会显现佛的身份。这个方面显宗也把这个问题抉择得很清楚。

所以此处说一教不应有二师，一个教法下面应该只有一个导师，不应有两个导师。一个导师就不会有矛盾或冲突的教言。一法不应有二规，一个教法、一个法脉中，不可能有两种相矛盾的法规。也就是一教不应有二师，一个教法下面不应该有两个互相矛盾的导师出现。一个说可以杀生，一个说不能杀生。

苯教徒信奉他们本师的教言，就是可以杀生，可以血肉供养，而佛弟子就不会去血肉供养。所以一教不应该有两个相反的说法、不应该有两个导师，两个导师说法不一样，互相矛盾，这个不行。一个法脉中不能有两个规矩，一个说可以杀生，一个说不可以杀生，这个也不行。佛弟子遵循的是以慈悲为怀，对众生修大悲心，佛教不应该有血肉供养的规矩。

“苯波教旨不合法”，苯波教的教旨不符合正法的规律，也不符合真实的解脱道，对国王的延寿没有什么帮助。

“并非共同寻常罪”，并非共同罪，也并非寻常罪。意思是通过杀生来供养的话，这个是很不符合因果规律的罪业。

“若尔我等返故里”，如果国王不纠正、不叫停的话，我等返故里。因为当时莲花生大士、布玛莫扎尊者，还有菩提萨埵都是从印度请过来的班智达。如果还这样的话，他们就不住西藏回国（印度）了，当时他们给国王是这样讲的。

所有的班智达不谋而合、不约而同地遵守佛的这种教规，国王祈请他们讲法也不传讲，宴请他们应供也不应供。大德们通过自己的言教和行为为佛弟子做出表率，不应该以血肉供养。这是释迦牟尼佛制定的规矩，当时我们的祖师是这样遵守的，但是传到后来，有些人没有领悟到佛法的核心，凭着自己的感觉和对经典的错误理解，觉得应该杀生，应该血肉供养等等，这已经入了歧途了。

华智仁波切的意思是，这些人不知道他们自己入了歧途，不应该去弘扬、推广这些错误的理念和做法。尤其是一般的普通人，根本分辨不了到底哪些是善巧方便，哪些真正是自相的烦恼引发的罪业。所以，这些做法佛陀和智者早就已经遮止了。

如今我们这些人自以为是往昔诸班智达、大菩萨们的追随者，可是如果将甚深的密宗仪轨变成苯波教的吟诵而损害众生，显然就成了出卖佛教灵魂、亵渎三宝的败类，结果只会将自他引入地狱。

我们自以为是班智达、成就者、大译师们的追随者。既然要追随，那我们就是佛陀的追随者，但是我们可以看他们做了什么而我们现在又在做了什么？我们的形象符合追随者的形象吗？完全不符合。

记得以前大恩上师仁波切写的《放生甘露功德》的甘露妙语中，最后一个偈颂讲的意



思:本师释迦牟尼佛往昔为了利益众生舍身无数,我们这些佛弟子应该沉思:我们应该以什么样的方式来追随释迦牟尼佛的这种高尚行为?他老人家为了利益众生,曾经舍弃自己的身体。

我们现在虽然做不到为了度化和利益众生把生命舍弃,完全布施给有情,但我们可以尽量不伤害众生、在有能力的时候多放生,或者多给众生讲解佛法、帮助众生。这个应该是可以做的,根据我们当前的情况和自己的境界是可以跟随的。当我们修行逐渐到量之后,像释迦牟尼佛那样为了利益众生而舍弃自己的头目脑髓这种甚深的行为,我们也可以做得到。

所以,至少我们要想一想,作为佛弟子,什么样才是追随佛陀的行为?佛陀他老人家是以大悲心摄持的,我们也应该以大悲心摄持做善法,这才是追随佛陀的灵魂、追随佛陀内心中教法的精华。当然行为上做放生、帮助众生也是追随。但是这个行为和精神有没有相合呢?这个还要观察。首先我们的精神思想最好符合于释迦牟尼佛大悲心的教言,在这个基础上再通过放生或其他的方式利益众生,这就是追随。

我们作为宁玛派的修行者,也应该追随布玛莫扎尊者、莲师,还有菩提萨埵等等传承上师,看看他们是怎么样做的。否则的话,如果把慈悲心摄持的很甚深的密宗仪规,变成了苯波教的唱诵仪规而伤害众生,显然就出卖了佛教的灵魂。

佛教的灵魂是大悲心,伤害了众生就连灵魂都没有了,就像一个人若没有了灵魂就是一个尸体。所以,这么好的密宗仪规,如果没有大悲心摄持就像人没有灵魂变成尸体一样,没有什么价值了。这就是亵渎三宝,佛法僧三宝都是以大悲为性命的。这样的话,我们就不是三宝的弟子,结果只会将自己和接近自己的众生引入到地狱中,给自他没有带来什么受益。

所以,我们应当恒时身居卑位,穿着破衣,尽心尽力饶益一切众生,在没有确定自相续中已经生起慈悲心之前,如果能够集中精力、专心致志地精进修持,那么诵经修善、度化众生等表面上虚张声势的佛事不成办也可以。

这段话主要还是强调大悲心的重要性。但并不是说让我们不要做这些善法了,重要的是要有大悲心摄持所有善法。就像前面讲的那样,以大悲心摄持后的善法就有了灵魂,如果没有大悲心摄持,这个善法就是没有灵魂的干瘪空壳。表面看它是善法,但它就像没有灵魂的尸体、没有神识的人。

这段话主要是讲做任何的善法,应该以大悲心摄持,以大悲心为核心,如果没有悲心摄持的话,所有的善法都有可能虚张声势,变成表面度化众生的形象。这段整个教言并不只是讲大悲心,大悲心是作为整个前后文联系的核心而比较突显。

但在这个教言当中,还有别的意思。第一个是我们应当恒时身居卑位。身居卑位的意思首先是心、然后是身体处在谦卑的状态。如果只是我们的身体处在谦卑的状态,比如看到谁都点头哈腰,听法的时候坐在最远的角落里面,不跟别人争也不跟别人抢,好像显得自己很谦卑,但是心里面是高举的、很傲慢的,如果是这样就不可取。所以,身居卑位,首先是心灵上的的确确很谦卑,心谦卑了,身体上自然而然就谦卑了,居于卑位就是合理的。

身居卑位的必要性主要是把自己放得越低就越容易看到别人的功德,因为已经把自

己放得最低了，别人稍微一点点功德，自己就看到了。自己的心态越谦卑，越能看到别人的功德，也越容易发现自己的过失。这个对调整自心的人来讲，有这个优势。

如果把自己的心处在很高举的状态，别人的功德再大，自己都看不到。自己的过失再大也看不到。身居卑位是为了发现、对治自己的烦恼。为了看到别人的功德，所以身居卑位有很大的必要性。如果这样做，我们看到别人的功德的时候很难生起傲慢心，也很难生起烦恼心。

很多时候，我们傲慢也好，烦恼也好，就是因为看不到自己的过失，看不到别人的功德而引发的。我们凡夫人的通病是很擅长去看别人的过失，只要一点点的过失就很敏感，马上就捕捉到、就自动放大。对于别人的功德一般来讲很难看到，看到也不承认，希望别人的功德马上自动缩小，巴不得任何人都看不到。不修行的人的人格里面就带着这种习气。

我们现在修炼就是要反过来，把自己的心放到最低后经常看别人的功德，就可以扭转这个不好的习气，使自己的傲慢心生不起来，然后对别的众生也容易生起欢喜心、恭敬心、谅解心，像这样修行，所有这些好的心态都可以慢慢树立。

穿着破衣，当年华智仁波切主要是对出家人讲的，不要去追求华丽的衣服。但破衣的意思也不是故意把衣服剪烂打上补丁，这没有必要。有的时候我们看到出家人穿的百衲衣都是崭新的，这当然也可以。主要是内心不愿意穿那种华丽的衣服就可以。

有些新衣服故意剪很多窟窿、补很多补丁，有些故意穿得很脏、很破。上师和法王如意宝都讲，“内心对轮回的耽著应该破烂，否则只是外在的衣服破烂，意义不大”。

故意穿破衣显得自己是一个修行者，不执著。有些时候他这样显露出来是为了得到更多的供养；有些时候虽然他对供养没有兴趣，但要博得好的名声，“你看大修行者如何如何”，容易滋生这种心态，好像是成就者、不执著，觉得这样做了之后修行很好。这时主要是内心要破烂，心中要穿破衣，而不完全是指身体上。

对于城市的修行者来讲，更加不应该经常穿破衣，否则给别人的感觉，“这个佛弟子以前不学佛还好，学了佛之后穿衣服都差了，是不是生意什么的都失败了？千万别学佛，学佛就变成这样了！”

所以说教言在不同的地方，应该做不同的解读。上师们经常教诫在城市里面的修行者，该打扮的一定要打扮，该穿的好衣服一定要穿，这个方面有必要。当然过度的执著是要打压的，但你在别人面前的形象，不单单说你是个修行者，而且某种意义上代表佛法。

不能说像我这样一个小人物，怎么可能代表佛法呢？这是你的想法，别人可不这样看。别人就看你拿念珠，看你家里有佛堂，就自动把你定位成代表佛法。你的言语、行为，很多都和佛法的形象直接挂钩了。所以为什么上师们讲，该化妆要化妆，该打扮要打扮，不要过分，走极端不行。

穿好衣服，穿得漂亮一点，这都是可以的，因为你的形象示现给别人是个快快乐乐的佛弟子。别人一看就认为你学佛好像也很快乐，慢慢他就愿意学习。进来学习完，认识到这个问题之后，他也可以去示现，虽然对这些没有意义，但我还是要怎么怎么样。

所以身着破衣意思是不要过度。但是作为出家人来讲，尤其是深山、寺院里面的出



家人，没多少人看。现在不一样了，很多寺庙都成了旅游的地方。很多人坐车、包车去寺庙里面照相，专门拍僧人，拍的都是破破烂烂的衣服的话，一宣传出来就变味了。

以前的修行者不存在这个，我们寺庙现在变成了旅游景点。华智仁波切那个时代是没有的，那个时候也没有多少人看。所以，穿破衣可以遮止我们对华丽衣服的追求。总的精神是什么呢？就是不要过度执著衣服。如果你有能力买稍微好一点的衣服穿，这个不要紧，但是上师说不要每天换一件，一个星期买一件，这个也没有必要。

太过分不行，但是也不要故意去穿很破的衣服，要看不同的场合。最早我们去佛学院的时候都是以脏、破为美，谁的衣服破、脏，觉得他很好。后来大恩上师洞察到了这种形势之后，很早就开始让这些人注意形象、注重卫生，慢慢调整了很长时间，现在很少看得到那种很脏、很破的人。如果不及时讲，一下子让大家改变观念是很困难的。大恩上师以前甚至说，你们没有钱我给你们出钱买洗衣粉，你们自己去洗衣服。所以他老人家很多弟子后来慢慢就开始注重装束，的确应该这样。

我们以前不懂，觉得脏是成就者，洒脱、不执著，好像这就是修行。但是上师老人家这些真正的成就者的眼中不是这样的。我们自认为的和真正修行人的修行是不一样的，通过这样慢慢学下来之后，真正就体会到圣者们的教言的确不一样。刚开始的时候我们都很着重形象，觉得应该是这样或那样的形象，才是修行佛法的人。

但是后面慢慢就发现真正的佛法应该是内心，形象是相对次要的，内心是最重要的。穿着破衣，朴素就行，尤其作为出家人，朴素一点就行了，没有必要过度追求很华丽的衣服。在家人有他的必要性，可以不要换那么勤，但是也不要太过分脏、很旧，没有必要。

“尽心尽力饶益一切众生”，就是把所有自己的发心和行为尽心尽力地放在饶益众生上面。“饶益众生”意思就是尽量抛弃自我利益。因为有些时候我们修行的善法都是想自己解脱，很快得到利益、成就，很少能够想到众生的利益。现在我们在修佛法，这些所修的佛法和所做的种种行为，应该是尽心尽力饶益众生为前提。

在我们没有确定自相续中已经生起（这里是生起，不是随随便便发起来一个松散的慈悲心，而是真实生起）慈悲心之前，“如果能够集中精力、专心致志地精进修持”。修持什么呢？修持慈悲心。慈悲心还没有生起来之前，我们应该把生起慈悲心作为主要的修行法要。

在这之前，其它的诵经修善、搞很大的法会或度化众生等表面上虚张声势的佛事，成办可以、不成办也可以。这里并不是说让我们一定不要去做了，没有这个意思。因为主要的问题还是在于慈悲心是否生起来了。慈悲心没有生起之前，诵经修善、度化众生，如果是带着慈悲心做的，虽然可能失败了，或者没有预想的那么成功，但是加入了慈悲心的成份，的确以慈悲心摄受去做了，成办也可以，不成办也可以。

我们应该把主要的精力放在内心生起真实的菩提心、慈悲心上面，把这作为主要的。而没有菩提心摄持的诵经修善、度化众生等等，虽然有一定的利益，但是和内心当中生起菩提心比较起来，内心生起菩提心的利益更长远。

善行如果没有菩提心的摄持，内心当中菩提心如果不坚固，那么善行有可能没有延续性。比如参加慈善的聚会，几次后面可能就没有什么兴趣了，或者新鲜感过了之后就

不想做，不想去参加了。

但是如果内心当中有慈悲心，慈悲心会成为长远的动力，推动你去做。当你懈怠的时候，一忆念慈悲心、菩提心，马上起来就去做了。一个是短暂的、难以持续性的善行，一个是长期的善行。这二者比较起来的时候，如果因为修慈悲心会耽误自己去做一些形象上的弘法利生的事业，我情愿舍弃表面上的善法。因为内心当中生起菩提心才是更长远的，这是这一段教言的原则。

我们也不要看完之后马上就说，“你看这里面讲了，从今以后发心工作我不再做了。因为这个对我来讲没有意义，我现在要修慈悲心了。”在这种情况之下，以上师的教言为原则。这个教言指的到底是什么？我们会认为，“现在我菩提心、慈悲心都没有生起来，再做这些虚张声势的佛事，好像这里面讲不成办可以，或是可以舍弃它。”但是大恩上师给我们的教言讲，“一边要修菩提心，一边要去做事情。”如果是这种情况，抵触的时候以上师的教言为准来取舍。所以我们不能学完今天这堂课之后就开始说，“这些都是没有意义的事情，我不会去做了，我每天打坐就可以了。”

我们的想法是这个事情不做之后，就有大把的时间每天都在座上观慈悲心、菩提心，每天都观，很快就生起来了。这只是我们理想状态想出来的东西。往往当你不做这个事情之后，你上座修两三天，根本不想修了。而且没有发心做事情的同时，时间没有用在修法上面，都用在别的散乱的事情上面了。很多这样的事例，所以我们的分别念靠不住。

为什么上师让我们在学法的过程当中去做一点事情呢？做一点事情是帮助我们坚固，对我们修菩提心是辅助的作用。让我们不散乱的情况下，通过这样的方式收自己的心，或者增长资粮，成为慈悲心的辅助，是有很大的必要的。在这种情况之下，我们一定要以上师的教言为准，不要以自己的分别念为准。

“我想从今以后就不做了”，这是我们的分别念对这个教言的解读；而上师对这个教言的解读更深远。这种情况下，我们要以上师的教言为准，不要师心自是，不要依靠自己的分别念为准，这个我们已经失败了很多次，不能在这上面再失败。因为上师们对这些方面非常有经验，他知道这个教言到底怎么样解读，才是最适合于修行者的。历史上很多修行者显现上面有些成功有些失败，失败的原因有些是太过于相信自己的想法。

在讲这句话的时候，我担心有些人看了之后，觉得修心为主、行为不为主，就开始放弃了。为了让大家知道这里面上师们的真实想法，稍微讲一下这里的必要性。

教证说：

如《摄正法经》云：“欲获得佛果，学多法不成，唯当学一法，何为学一法？此乃大悲心，何人具大悲，彼获诸佛法，了如指掌矣。”

“欲获得佛果”，如果我们想要成佛，学很多法不一定成办，学一个法就可以成办。所学的是什么法呢？“此乃大悲心”，就是修大悲心就可以。“何人具大悲，彼获诸佛法”，任何人具足大悲心，他就可以获得佛法。

这个佛法的意思是什么呢？佛法有时指平常我们讲的学佛法的佛法。有时是指佛的功德法，佛功德叫佛法。也就是佛所拥有的法身智慧、功德，佛陀相续当中十八不共法、四力、四无畏等等，叫做佛法。获得诸佛法，暂时来讲，就是获得佛法的法义（通达）或者生起这个境界；究竟来讲，就是获得佛的功德法，佛陀具有什么功德法我们就获得。

有大悲心我们就可以成佛，成了佛后什么佛功德法都可以获得。所以对成佛的佛功德法、修学的方法我们要了如指掌，完全现前之后，自己也完全可以获得功德法。

这里强调大悲心，只这一个法就够了，就是说修学大悲心就足够了。我们知道在佛经教言当中，不同的地方所强调的内容不一样。在强调大悲心时，会说大悲心非常重要；如果强调空性，就会说空性非常重要。那么到底哪个更重要？其实没有哪个更重要，每个都是最重要的。因为这些功德我们必须都要具备。

所有这些因素，完完全全都具备了，就会就成为一个综合素质非常高的修行者，而只有综合素质很高的修行者才更容易成就。如果我们偏于某个修法，相当于读书的时候偏科，如果偏科严重，就会成为麻烦。对修行者来讲，如果很注重大悲，对空性不注重；或很注重空性，对大悲不注重，那么这个修行者的综合素质就不是很均衡，还需要补，哪个地方不圆满还要补。如果综合素质比较均衡，大悲心、空性等方方面面都比较优秀，就比较容易成就。

下面讲一个案例，这个案例是怎样赞叹大悲的呢？

从前，三同门与卡隆巴格西的一位高徒前来拜见仲敦巴格西，

三同门是仲敦巴格西的三位高足弟子，他们很突出，所以把他们叫做三同门，分别是博朵瓦格西、普穹瓦格西、金厄瓦格西。三同门的讲法有些地方是不一样的，这里讲的是三同门和卡隆巴格西的一个共同的高徒。这位高徒是三同门和卡隆巴格西的共同弟子，他去拜见仲敦巴格西。

仲敦巴格西是阿底峡尊者的弟子，噶当派里比较突出的一位人物。他的主要寺庙是热振寺，热振寺也留下了很多关于他们的经典教言、语录、行为。宗喀巴大师的《道次第广论》也是在热振寺写的。当年我们去热振寺朝拜过，往上看有一个房间，房里有一个台子，他们说这就是宗喀巴大师当年写广论的地方。热振寺有一片特别好的柏树林，在那里心很安定，很愿意住下去。还有宗喀巴大师开的智慧泉，很多文殊菩萨加持的地方。热振寺很稀有。

仲敦巴格西住在热振寺，那个高徒前来拜见。很多去西藏朝拜的人都不去热振寺，只朝拜很著名的比如布达拉宫。但是如果学噶当派，学过《广论》等教言，就会知道这个寺是很著名的，而且加持力很大。所以如果去西藏朝拜，热振寺还是应该去一趟。

他来拜见仲敦巴格西，

格西问他：“博朵瓦在做什么？”他回答：“他在为数百僧众讲经说法。”

博朵瓦格西的智慧很高，经常讲经说法。他说博朵瓦格西正在为数百僧众讲经说法。

仲敦巴说：“稀有！稀有！那也是一正法。

仲敦巴说:稀有、稀有，这也是个正法。

普穹瓦格西在做什么？

接着问普穹瓦格西在做什么？

那人回答：“他在广集自他资具，建造三宝所依。”

那人说他在积累自他很多资具，用这些资具建佛塔，印经书，铸佛像，建造三宝所

依。

仲敦巴格西又如前一样说：“稀有！稀有！那也是一正法。

口气不是特别地赞叹，也可以吧，也是一个正法。

衮巴瓦在做什么？”他回答道：“他唯一静修。”

衮巴瓦经常修禅定，别的方面没有什么兴趣。他刚开始修禅定时，有一点声音就觉得很吵，后来慢慢把修行禅定从山上寂静处搬到寺院里，最后搬在经堂门口。在法会敲锣打鼓时，人们来来往往，他坐在那里禅修，一点不受影响。他的禅定功夫很高，有时也显现神通，在《山法宝鬘论》还是《开启修心门扉》里讲过，他显神通后被仲敦巴格西批评。

格西又如前一样说（稀有！稀有！那也是一正法）。并接着问：“卡隆巴在做什么？”

那位弟子说：“他总是到一个蚁穴的旁边蒙头痛哭。”

卡隆巴在做什么？他总是到一个蚂蚁窝的旁边用披单蒙头痛哭。

听到这话，仲敦巴格西立即脱帽，合掌当胸，边流泪边说：“极其稀有，他是真正在修持正法，本来关于这一点有许多功德要讲。但如果现在赞说，卡隆巴格西会不高兴的。”

仲敦巴格西听到这位弟子在蚂蚁窝旁边经常哭，就表现得很不一样，帽子也脱了，并合掌当胸:“很稀有！他是真正地修行正法。本来关于这一点有很多功德要讲，要赞叹，也需要赞叹，但是如果现在赞叹，卡隆巴格西会不高兴的。”所以他也没有说很多。

卡隆巴格西之所以蒙头痛哭，是因为想到了轮回中受苦受难的一切众生。

他为什么要去蚂蚁窝旁边哭呢？因为他看到这些众生太可怜了。虽然我们感觉不到蚂蚁到底有多么可怜，无外乎就是每天跑出去找东西，脑袋上顶着一个很大的糖块儿、米粒儿或树叶往窝里走，总是急匆匆的样子。我们感觉没有多苦，但是修大悲心的人会看得更深。这些众生因为我执、无明，不知取舍而堕入恶趣，堕入恶趣后仍然不知道取舍，以后还会有很长时间在恶趣中流转，即便从恶趣中出来，也是在轮回中流转。他把众生流转的道理想得很深，大悲心无法抑制，不断地痛哭。

这里仲敦巴格西是为了显示慈悲心的功德和修行慈悲心的重要性，换句话说为了鼓励别的弟子重视、修持大悲心，所以在和其它几种修法对比之后，唯一赞叹大悲心。前面几种语气都不是特别赞叹，但换一个侧面来讲，大恩上师在讲记当中也讲过，讲经说法的功德非常大。如果我们要赞叹讲经说法的功德，会全部覆盖其它所有的功德，没法可比。佛陀的功德、事业唯一就是讲经说法。因为要让众生的相续中种下取舍因果、真正修行的种子，必须通过讲闻的方式。所以如果要赞叹讲经说法，会特别赞叹。同样是卡隆巴格西在蚂蚁窝面前哭，这时仲敦巴格西就不会再那么赞叹了，可能会说，“也可以吧，这也是一个善法”。然后开始赞叹讲经说法是最殊胜的。

关键是要调化弟子，让弟子认识到这个修法的重要性，他就必须把功德着重来讲，让它非常的不共。这样众生才会觉得，原来这么好！才能够对这种修法产生信心。所以佛

菩萨说法，并不是这里讲一套，那里讲一套。到底哪一个是对的？没有一个标准。没有标准，让我们怎么做？

我们要理解圣者们为什么要这样说。综合起来看就可以发现，每一个都重要。三宝所依不重要吗？只要有三宝所依在，就可以给众生种福田，给众生带来很多的吉祥。禅修不好吗？禅修非常好，如果不禅修，根本调伏不了心相续。每一个都是非常好的，这里着重赞叹大悲心是让我们对大悲心生起信心。

我们不知道具体情况，也许当时大家对大悲心的修法没有那么重视，所以就通过这个教言，通过三同门和卡隆巴格西的高徒与仲敦巴格西的对话，把信息传递出去。我们看到这个教言后，就会对大悲心的殊胜功德和必要性产生认知，就会生起想修的决心：我要修大悲心，一定要修，这是在修行真正的正法。而且真实来讲，佛陀家族的血脉、法脉的延续也的确要靠大悲心来摄持。

我们绝对相信博朵瓦格西在讲法时，普穹瓦格西在修三宝所依时，以及衮巴瓦格西在修禅定时，绝对是以大悲心摄持的。对此我们不用怀疑，他们只是显现上没有着重在修悲心。我们千万不要认为，博朵瓦格西虽然讲法，但没有大悲心还讲什么？普穹瓦格西虽然在修三宝所依，但悲心都没有，做这个还有什么必要？我们千万不要这样想。

大德们做这些事情，绝对是以大悲心摄持，但是显现上只有卡隆巴格西在蚂蚁窝面前哭，这是为了突显大悲心给我们讲的。这是一个事例，下面是第二个事例：

此外，金厄瓦格西讲述诸多慈心、悲心重要性的原因时，

金厄瓦格西也是仲敦巴格西的弟子，前面我们在讲暇满难得时，出现过一次。金厄瓦格西一辈子不睡觉，仲敦巴格西劝他睡也不睡。“修行人健康固然好，但是我想到暇满难得，根本都没有时间睡觉。”他一辈子念了九亿遍不动佛心咒。金厄瓦格西在噶当派里是相当著名的。

朗日塘巴尊者恭敬顶礼并且说：“我从现在起唯一修持慈悲心。”

朗日塘巴尊者就是《修心八颂》的作者，他在上师面前顶礼立誓：从现在开始，我修行的核心就是慈悲心。

善知识金厄瓦边脱帽边连声地说：“难能可贵、难能可贵，实在难能可贵！

朗日塘巴尊者对慈悲心的修法生起了决定的信心，抓住了修行的扼要，作为上师当然高兴。如果我们的上师发现，哪一天或者从现在开始大家都对慈悲心、菩提心高度有兴趣，对闻思修、对菩提心正法高度有兴趣，他老人家会高兴得不得了。为什么？因为他就愿意我们做这些事情，就愿意我们被法调伏。

我们现在走在正确的道路上，抓住了修行的核心。就像朗日塘巴尊者的表现当中，他抓住了修道的扼要就是慈悲心。慈悲心是所有大乘的核心，他抓住了并发愿修行这个。上师没有理由不高兴。他是发自内心这样表态的，而上师也的确是非常地赞叹。这是讲到修慈悲心的功德和利益。

我记得以前在学习《大乘经庄严论》的时候（不是上师这次讲），全知麦彭仁波切的注释当中，曾经也说过：对于大乘的修行者来讲，出离心修到一定的时间就不要再修了，一定要修大悲、幻化、空性。因为大悲和幻化才是大乘道的整个框架。出离心可以说只是



引导我们进入大乘道的前行修法。作为大乘行者，如果过度地观轮回过患，观太多轮回痛苦的话，我们对于救度众生的大悲心就会有损失，就不愿意帮助众生。认为轮回这么苦，我们就不会愿意发菩提心。

所以讲到一定的时候，上师、讲者也不能再强调，如果再继续强调的话，弟子的出离心、厌离心越来越强，之后就不愿意发菩提心。讲了一段时间之后，就要跟他讲轮回是如梦如幻的，讲大悲心来转变他的心态，这里面也是一样。任何地方只要是讲大乘，一定是慈悲和智慧，这两个是核心。

此处来讲，前面高度赞叹了慈悲心的功德，同时也是为了后面我们修菩提心打下很好的铺垫。所以，慈悲心真的非常重要，通过前面一些大德们的教言、对话都可以发现。

阿底峡尊者他老人家当年在转绕金刚座的时候，仍然是这样的。金刚座每一面转的时候，有的时候是小佛问大佛塑像，成佛的核心是什么？是菩提心；有的时候是两个年迈的妇人和年轻的女子对话，成佛的核心是什么？还是菩提心。就是讲，成佛最快的就是菩提心和大悲心的修法。慈悲心和菩提心有的时候我们是连在一块讲的、差别不大。下面我们再看：

如果想要清净自相续的罪障，也再没有比悲心更殊胜的了。

如果要清净我们的罪业，最快、最殊胜的方法还是悲心。

这也是为什么在四对治力的所依对治力中有慈悲菩提心，在现行对治力当中也有。我们要修持忏罪的善法，慈悲心是非常殊胜的。所以，千万不要小看慈悲心，也千万不要认为它放在前行当中，我们就可以不重视。

其实它是力量非常大的修行。一方面整个大乘道是以它来贯穿的，一方面它是进入大乘道的前行。进入之后你会发现前行自动就变成正行、变成核心，所有的修行都围绕它展开。慈悲心的修行，不管是积累资粮、清净罪业、还是后面要见本尊，都是通过它来成办的。

下面我们看无著菩萨的公案，这是很著名的公案，到处都在从不同的侧面来引用。那么，无著菩萨的公案是怎么样讲的呢？

从前，印度阿毗达磨正法三次遭到外道摧毁，

阿毗达磨正法就是指佛法的意思。有些地方阿毗达磨是指论藏，对法的意思，这里阿毗达磨正法就是指整个佛法。

整个佛法三次遭到了外道摧毁。大恩上师在讲记下面引用多罗那他尊者的《印度佛教史》，讲到了佛法三次被摧毁的情况。以前我看过另外一个资料《布顿佛教史》（中）三次遇敌。大恩上师讲的我们看一下讲记下面的注释就可以知道。

我们讲一下《布顿佛教史》里面的观点。三次遇敌是怎么样呢？第一次遇敌，是一个佛法的国王送给另外一个国王一件非常好的高档衣服。外道国王收了衣服之后，发现在衣服的背心还是某个地方有一个痕迹，看起来就像块脚印一样。他觉得这个衣服穿了之后就好像在诅咒他一样，很不高兴。他就发动军队摧毁了佛法。这是第一次法难，被外道摧毁。



第二次起因是一个外道的老妇人(她应该是一个有能力的人)，否则发动不了军队。据说她听到佛法里面有一个说法叫“犍椎声中出毁灭”(僧众敲的那个叫犍椎)，于是她就翻佛教的一些经书，翻到什么了呢？“三宝胜众击此椎，粉碎外道邪头颅”，有这样一句话，她觉得是对外道的威胁。其实“三宝胜众击此椎”，是击碎烦恼的意思。她认为:三宝佛弟子敲打(寺院里面吃饭时敲的)这个东西的时候，就可以粉碎外道的邪头颅，对他们非常的不敬。所以就开始发动军队，那一次也毁灭了很多寺院、烧毁很多经书，这是第二次法难。

第三次法难是什么呢？我记得是一个寺院(不知道是哪一个，应该是比较大的寺院)，有一个沙弥在倒污水的时候，他没有注意，倒在两个外道的身上。这两个外道就非常的不高兴，于是回去修日火(太阳)法，之后修成了就用日火法烧毁了很多寺院和经书。这是第三次遇到外道的摧毁。 以上是《布顿佛教史》记载的观点。

大恩上师引用了《印度佛教史》多罗那他尊者的观点，这个是《布顿佛教史》布顿大师的观点，我们都可以知道一下。像这样三次遇敌之后，佛法就从很兴盛的状态变得比较衰败。因为有很多经书、论典、寺院都被烧了，就相当于三次之后被外道摧毁了。然后在这个时间段当中:

当时有一位婆罗门种姓的明戒比丘尼

有些地方讲是比丘尼，有些地方讲就是一个女子，不是比丘尼。这个地方讲是个比丘尼，后面还俗了。

心里想：我生为下劣之身的女人，不能弘扬佛法，应该与男人婚配生子，弘扬圣法阿毗达磨。这样考虑之后她与一位国王种姓的男士为婚，生了无著菩萨，又与一名婆罗门男子为婚，生了世亲论师。

无著菩萨和世亲论师是一个母亲。他们的父亲不一样。有些地方说还有第三个儿子，就是狮子觉论师，但是这里面就是讲无著菩萨、世亲论师。在很多佛教史里面提到他们两个，就是“无著兄弟”，他们对佛法的贡献特别大。

两个儿子长大以后向母亲询问父亲的事业。

印度的规矩是家族只能做符合自己种姓的事情。他们就问自己父亲的事业从事什么？他们要接着做这个事情。

母亲告诉他们：“你们二人不是为了继承父亲的事业而生的，是为了弘扬佛法而生的，但愿你们好好修学正法，将来弘扬阿毗达磨妙法。”

她就说:你们不是为了继承世间的事业而生的，生你们两个是为了让你们弘扬佛法的，但愿你们能够好好修学正法，将来可以弘扬阿毗达磨。

听到母亲的话，

他们是不一样的人，否则，你让我们弘扬佛法，我们不一定听你的话。但是这两个的确是佛授记的人。佛陀在《文殊根本续》当中对世亲论师、无著菩萨、龙树菩萨这些佛入灭之后振兴、弘扬佛法最得力的大德全都有授记，就是怕以后有些人对他们有怀疑。所以佛陀早就在经书里面把这些大德们已经授记了,《楞伽经》里面对龙树菩萨授记、《文殊根本续》当中对龙树菩萨、无著菩萨、还有世亲论师都有授记。所以他们不是一

般的人。

大恩上师在这里也讲了，普通的比丘尼也不要想：我是不是也学她，去生两个儿子弘扬佛法或如何如何，这个不一定。因为这个比丘尼要不然有证悟、要不然福报相当大，而且能不能生下像无著菩萨、世亲论师那样的也不好说。如果是生下两个摧毁佛法的，那就更麻烦了。所以上师说这些不是一般的人随学的，讲记当中大概是这个意思。

听了母亲的话，

世亲论师前去克什米尔集贤尊者面前学习阿毗达磨法门。

有时候说众贤论师、集贤论师是一个人。他去学习阿毗达磨法门，学的最主要的就是《毗婆沙论》（《大毗婆沙论》）。

《毗婆沙论》学完之后，他把《毗婆沙论》每天讲的课归纳成一个偈颂，造了《俱舍论》（《布顿佛教史》里面的说法）。现在我们学的《俱舍论》来源就是《毗婆沙论》，《俱舍论》是它的核心、精华归纳。然后就开始弘扬小乘教法，弘扬得很大。

早些时候学习小乘，他后面对大乘佛法有些诽谤。无著菩萨知道这个消息之后，专门派两个比丘去教化他，让他们分别去念《十地经》、《无尽慧所说经》。刚开始黄昏的时候念《无尽慧所说经》，世亲菩萨听了之后觉得大乘法的因还可以，但是果似乎很散漫。他是这样想的。

第二天早上他让那两个比丘念《十地经》，他说：“哎哟！大乘的因很善妙，果也很善妙”。因为后面念《十地经》，从一地菩萨、二地菩萨到十地菩萨、成佛的境界，全部很清楚，他就是利根者。我们念啥也听不懂，赶快把注释找出来看一下到底念的啥。他是五百世的班智达，所以里面讲的所有意思都听得懂。听了之后发现，“大乘的因很善妙，但是果不行，显得很散漫”。第二天早上听完之后认为，“果也很善妙，以前我诽谤了大乘法很不好，我要忏悔”。他想用刀子把舌头割掉，正要割的时候，两位比丘说：“不用，忏悔的方法你的兄长无著菩萨那里有”。

依止无著菩萨之后还发生了很多精彩的对话。其中一种是他在去见无著菩萨时候的对话。显现上世亲菩萨思维很快，无著菩萨的问题他很快就能反应过来并做出回答；而他对无著菩萨提问题，对方显现上要等一会才做回答。他问这是什么原因呢？我回答问题这么快，我提问题你却要隔一段时间才回答？无著菩萨说：你以前是五百世班智达，本来禀赋的智慧就很敏锐。我没有做过五百世班智达，有些问题我要向弥勒菩萨请示，所以才等一会回答你。世亲论师因为无著菩萨能随时见地菩萨，马上生起很大的信心。

显现上无著菩萨的智慧似乎还不够，有问题还要问弥勒菩萨，但其实是在示现另外的功德，即随时见弥勒菩萨，有问题能马上问。这是一般人做不到的。世亲论师说：“我想见一下你的本尊。”无著菩萨就向弥勒菩萨请示，弥勒菩萨讲：“他这一世前半生因为诽谤大乘佛法的缘故，在即生见不到我（活着的时候见不到），但是死了之后能见到。”后来世亲论师为大乘佛法作了很多注释，造了很多弘扬大乘佛法的论典。

世亲论师对他的哥哥无著菩萨生起很大的信心，他们俩兄弟的确不一样。世亲菩萨以后也是一直弘扬大乘佛法，造了很多大乘论典，如《唯识三十颂》《唯识二十颂》等，都是他写的，还有很多大乘讲如来藏的理论。无著菩萨更不用说，后面还会讲他的故事。



世亲菩萨是以这种方式弘扬佛法，其母亲的愿力也成熟了。世亲论师是第二大佛陀，的确智慧了不起，非常的敏锐。且他培养了很多大弟子，比如安慧论师，还有讲因明的陈那论师等，都是非常厉害的大德。(我以前很喜欢看佛教史，讲这些的时候，里面的内容就会浮现出来，时间关系现在只能说到这 )

无著菩萨来到鸡足山，

他就在鸡足山。鸡足山有两个地方，一个是云南鸡足山，现在有人会去朝拜；一个是印度鸡足山，在金刚座附近，过去约两三个小时。上师两个鸡足山都去朝拜过。法无定法，到底哪个是真的？比如迦叶尊者到底在哪个地方入定呢？有的说华首门，有的说印度鸡足山上面有个洞里有迦叶尊者的塑像，是那个地方吗？

无著菩萨到底是在印度的鸡足山修行，还是在云南呢？其实对于这些圣者们的境界，在哪都是可以的。对我们来讲，只要有信心，他就在那个地方。如果觉得是印度鸡足山，那他就在这里。如果觉得是云南鸡足山，他也在那儿。如果有可能，两个地方都去朝拜一下，都有加持力。

如果从彻底唯物的侧面讲，我自己偏向印度的鸡足山，因为它离王舍城很近，在王舍城和金刚座中间。当年迦叶尊者入灭时，阿阇世王和阿难尊者一起去的。如果是云南鸡足山，路程很远，要从王舍城坐马车一直到云南，从当时的条件来看，可能性不大。如果单单从唯物侧面讲，当然印度这边近，金刚座离王舍城坐马车几个小时就到了，所以这个地方更容易理解。

换个角度讲，国王的福报很大。阿难尊者也是大阿罗汉，佛陀和迦叶尊者的补处。他们是神通自在，即便路远也没关系，不用老老实实地坐马车去。阿罗汉的神通对我们来讲是不可思议的，很快也能到达。如果这样看，两个地方都讲得通，都可以安立。

我自己两个地方都去朝拜、发愿过，觉得他们都在那里。在华首门我觉得迦叶尊者就在里面坐着，无著菩萨就在下面山洞闭关。到了印度鸡足山，我也觉得迦叶尊者就在里面坐着，无著菩萨当年就在这修弥勒菩萨。总之都可以，你们以后有机会也可以去朝拜。

他心想：如果面见弥勒菩萨就可以求窍诀。于是开始专修弥勒本尊，六年期间历尽千辛万苦而修行，结果连吉祥的梦兆也没有出现。

他很专心地修行，修了六年弥勒菩萨，不止没有成就，连一个好梦都没有生起。

他想：看来我现在是修不成了。便心灰意冷地下了山。途中看到路边有一个人正在用柔软的棉布擦磨一根大铁棒。他问：“你这样擦有什么用呢？”

那人告诉他说：“我没有针，所以我要将此铁棒磨成一根针。”

他遇到一个我们认为很奇葩的人。换句话讲，他修了六年弥勒菩萨，遇到的这个人绝对是弥勒菩萨的化身或示现，或者是护法神的化现。否则哪有这么奇葩的人，用柔软的棉布磨一根大铁棒，还要把它磨成一根针。脑袋清醒一点的至少用砂布或摩擦力大的东西来磨。而他拿一块很柔软的棉布要把铁棒磨成针，想想就很奇怪，而且前后两次在一个村庄里都碰上两个非常奇葩的人，按道理讲也太奇怪了，所以我们觉得这肯定是弥勒菩萨加持他的示现。



他问:“你这样擦有什么用呢？”他说:“我要磨一根针。”

无著菩萨心想：用这样一块软布来磨擦这么大的铁棒，不可能有磨成针的时候，万一有可能，但到那时他还会在人间吗？看来世间人为了毫无意义的事也这般辛辛苦苦，那么我修行妙法，必须要有坚强不屈、锲而不舍的毅力。

这件事对他触动很大。他想这样磨下去即便磨成了，这个人也早就不在世了。他为这么一点点利，将所有的时间用来磨一根针，就为了缝衣服。他能有多大利益呢？无著菩萨想世间人做这样没有意义的事情也能这样精进，那我弘扬大乘佛法有这么大的利益，为什么自己不锲而不舍呢？必须要有这种精神。

这对我们也是个提醒。我们现在要承办的事，口号喊大一点是要即生成佛，喊小一点是要成就菩萨的，这些果很大。如果不精进，怎么可能随便就达成目的呢？不可能的，所以要精进。当修不动、不想修、不想发心或做事情的时候，也要想一想，我们发愿要成为大乘的圣者，也需要不一样的毅力。这是无著菩萨给我们的示现。

想到这里，他返回到原处又修持了三年，可是仍然没有出现丝毫验相。

他又修了三年。六年加三年共九年，修了九年之后任何验相都没有。

他想：现在我的确不能成就了。于是又起身下山，行途中看到路边一座高耸入云的大石山前面，有一个人正在用羽毛蘸水拂拭那块岩石。

他好奇地问：“你这是在干什么呀？”

那人回答说：“这座石山太高了，我自己的房子在这座石山的西面，阳光照不到上面，所以我准备把这座山拂拭得一干二净。”

他看到一个人用羽毛蘸水去刷岩石。

我去云南的时候，就想是哪块岩石;在印度鸡足山时，也想哪块岩石是当年那人用羽毛蘸水拂拭的。到底在哪里我搞不清楚。

那人说这座石山太高了，他住在西边阳光照不到。为了晒太阳，他准备通过这样的方式把这座山擦拭得一干二净。

无著菩萨心里又如前一样想想之后，再一次返回原处，又修行了三年，结果依然连祥兆的梦也没有出现，他真的是万念俱灰了，

这时他又生起了一样的念头:“世间人为了毫无意义的事情都这么勤奋(比如现在早上卖早点的人很早就起床，菜市场卖菜的人很早就去批发，杀猪的人很早就起来杀猪，他们都很辛苦，但是赚的钱很少，甚至对后世没有利益，他们都能这样精进勤奋)，那么我为了度化众生，为了成就殊胜的善业成就大乘道，为什么连他们那种境界都没有？”有时看一看世间人的作为，也能对自己的修行产生触动，成为勤奋的因。

无著菩萨显现上也是通过这样策励之后，又修了三年，但还是没有修成，连祥兆的梦也没有。无著菩萨的显现很极端，一般来讲修这么久肯定会做一两个好梦，况且他那么精进修行。

他的十二年和我们的十二年是不一样的。我们的十二年，每天有八个小时的上班时间，之外还有做饭、看电视和应酬。在学会学了十二年，实则是有很多水分的。无著菩萨



的十二年是除了化缘托钵之外，都在山洞里打坐，完全是实打实的时间。我们的十二年，若把所有的修行时间挤出来，可能就一、两个月，这样的修行如果没有得到一点感受也很正常。

当我们修不动的时候，就想一想无著菩萨。他为什么这样示现？就是告诉这些后代的人，当我们沮丧、修行没有上进的时候，想一想他。第一他是佛授记的人，第二他是上根利智者，第三他修道那么精进，十二年尚没有一个好的梦。像我们这样的人，生在末世，佛的授记更无从谈起(说不定还是哪个魔授的记)，我们的根基也不利，也没有那么勤奋，现在没有得到佛法的感受，可能就是不够精进的原因。

当我们想到看到这个故事的时候，就要好好勤奋，把心力提起来继续修。不管怎样，只要继续修下去一定会有解脱的希望。修行的时候，心力很重要，心力一旦强大了，别的障碍违缘就不是真正的违缘，如果心力垮了就难说了，自己放弃了就什么办法都没有。

这时无著菩萨显现上有点失望，觉得这样修下去是不是无法成就，他要想别的办法，就开始下山了。他真的是万念俱灰了。

不禁失望地想：现在看来无论如何也无法成就了。便又下山了。

过了十二年了。

途中看到路边有一条双腿残废的母狗，整个下身糜漫着许多小虫，仍然还在对别人生嗔恨心，提起上身疯狂乱叫，拖着下身前来咬人。

十二年的修行就感召了这种情况出现，实际他修行的成果也马上要体现。到底修行有没有用呢？如果在这件事情之前，我们都会认为没有用。然而当这个事情出来之后，他以前十二年积累下来所有修行的能量全部爆发了，从这里开始集中体现，爆发之后就不可收拾，一成熟就马上见本尊，然后就开始听法，弘扬佛法，遇到一个大转折。

我们自己修行也是一样。当感觉修了几年一点消息也没有，那是不是完全没有用呢？只不过是时候未到。若到了这个时间结点，一旦成熟爆发之后，绝对没有人能挡得了我们的成就之路。这方面我们就需要通过这样的公案故事去了解。

他看见这样一条很可怜的狗。一个可怜是指“果”上，它双腿残疾，下身糜漫着许多小虫。另一个是“因”上可怜(暂不说它是弥勒菩萨的化现)，指它处在上述的状态中还在生嗔心想要咬人。在果和因上，它都是可以生起悲心的对境，因此无著菩萨就立马生起了菩提心。

无著菩萨情不自禁地对它生起了难以堪忍的强烈悲心，

十二年的苦行就开始要爆发了，看到这个狗的时候，他就生起了难以堪忍的、强烈的慈悲心，没办法忍受狗的痛苦。

他割下自己身体的肉施给那条狗，

这时候他没有丝毫的犹豫(如果现在拿刀子来割我们的肉，我们可能不敢)，因为他修了十二年，其功德已到了很高的层次，所以没犹豫就把肉割下来去布施给那条狗，还有一种说法是他把肉割下来安置蛆虫(把蛆虫弄下来安置在自己割下来的肉上面)。有些传记中是这样讲也是合理的，否则蛆虫取下来放在其它地方，它们也会死的。作为一个大悲心菩萨，他也不会这样去做，所以把身上的肉施给小狗。

接着想要清除它下身的小虫。心里思量：如果用手去抓，可能会捏死小虫，应当用舌头来舔。

这时他就想:如果用手去抓，小虫很嫩，一抓就死了。怎么办呢？他就用舌头去舔，不会伤害它。

但是，因为狗的整个身体已经腐烂，充满脓汁，眼睁睁地看着实在是舔不下去，于是他闭上双目伸出舌头，结果舌头没有接触到狗的身体，反而触到地面。

这时他就开始真正地去做，在显现上他还有执著，眼睁睁地看着就舔不下去，于是把舌头伸出来，闭上眼睛去舔，结果没有舔到狗的身体，反而直接接触到地面了。

他睁开双眼一看，母狗不见了，而至尊弥勒菩萨金光灿灿地出现在面前。

这时，本尊就现前了(缘于十二年的修行)，同时母狗不见了，只看到了金光灿灿的弥勒菩萨出现在他面前。

无著菩萨说：“您的悲心实在微弱，一直也不现尊颜。”

他当然是很欢喜的，但显现上面也是说了几句:您的悲心实在微弱了，我十二年的观修都没有显现您的尊颜。

弥勒菩萨说：“不是我不向你露面，实际上我与你从未分离过，而是因为你罪孽深重，看不见我而已，后来你经过十二年修行使罪业稍微减轻，只看到这条母狗，现在由于你生起了大悲心而使业障无余清净了，

公案讲这么多就是为这句:“悲心可以清净罪业。”前面讲过，清净罪业的最好方法就是大悲心，该公案就是这个核心，十二年的修行加上大悲心使业障清净了。

才真正见到了我。

弥勒菩萨回答说:“不是我不慈悲，我的名字叫慈氏，慈悲心是遍满的。(这是我们解读的，不是弥勒菩萨讲的，总之是不可能没有慈悲心的。为什么不露面呢？)其实第一天你观修我，我就在你身边了。”

这对我们来讲也是很重要，说明只要我们开始修行，不管祈祷莲师、文殊师利菩萨、观世音菩萨、还是像无著菩萨一样观修祈祷弥勒菩萨，只要祈祷了他就会来，但来了之后是不是我们看得到呢？

弥勒菩萨告诉我们，“因为业障深重的缘故，看不到我。”他来是来了，但是我们现在有障碍障住了。就像雾霾很重的时候，即使走到你面前，因为雾霾挡住了，面对面都看不到。虽然我们有业障，但只要祈祷了他们都会来，可能在虚空或在自己面前、心间、头顶上，他们悲心那么强烈，根本没有办法忍受我们的呼唤，只要祈祷他们肯定会来，这个毫无疑问，不要怀疑。弥勒菩萨把这个内情、秘密也给我们讲了。

弥勒菩萨早就来了，“从第一天修我开始，我就没有和你分离过，但是因为你罪孽深重的缘故，看不到、也感受不到我的存在，我的加持力你没有明显地感受到，但是通过你持续的观修，内心中在持续不断变化。”

内心在慢慢地变化，如同现在“三九、四九”严寒的时候，冰是冻得最严重的，过完之后最下面的冰就开始慢慢地化(只不过上面看不到)，到一定时间，如“五九、六九”的时候

，就比较明显地融化。完全融化也是从最早的时候一滴一滴融化开始的(所有的变化从那个时候开始)。我们修行也是一样，变化是从一开始修的时候就开始了，只不过有时还不明显。

从他第一天开始观修的时候，弥勒菩萨就已经在加持他，他的所有的障碍都开始逐渐地在松动、瓦解，只不过还不明显。这块冰若要全部融化，一定要累积到一定的能量，这时“轰隆”一声就融化了，慢慢就随着河流飘走了。我们千万不要怀疑修行的力量，以及念佛、念咒、闻思的力量。这种力量是慢慢积累的，到一定程度时就会显现功效。

他那个时候看不到弥勒菩萨，后来经过十二年的修行，使罪业稍微减轻，然后看到了这条狗。这条狗也是罪业清净后看到的，如果罪业深重就连这条狗都看不到。看到这条狗后生起了很强烈的大悲心，剩下的业障全部清净了。前面十二年只是稍微清净或减轻了罪业，而看到狗生起强烈的大悲心之后(大悲心的力量和以前修行的所有能量放在一起)，一下子就把所有的业障清净了。这时就真正地见到弥勒菩萨，本尊就现前了。

你如若不相信，将我扛在你自己的肩膀上，显示给众人看。”

如果你不相信，就把我放在你的肩膀上，显示给众人看。

于是，无著菩萨将弥勒菩萨扛在右肩上，到集市上去，他问人们：“我的肩上有什么？”

无著菩萨就把弥勒菩萨放在右肩膀上(右肩相当于转绕的所依，以前讲过)，去到集市上，问集市上的人:“我的肩膀上有什么呢？”(以前我们在云南，就想是不是这个集市啊？在印度的时候，就想下面的村庄里是不是就是当年无著菩萨把弥勒菩萨放在肩上的集市？然后去问当地的人。当这些公案在心里浮现出来的时候就想，那里面的场景是不是这个村庄？是不是那个集市？经常这样东想西想的。)

人们都说“什么也没有”。

因为大家的罪障很重，就说什么都没看到。

只有一位罪障稍微清净的老妇人说：“您的肩上有一具腐烂的狗尸。”

这个老妇人的罪障比较清净，她说您的肩上有一具腐烂的狗尸，别的人连狗尸都看不到。对我们来讲，这些都是很重要的信息，因为有时我们也面临着相似的困惑。有时，修行很长时间也没有显现这样的调伏，罪障还很深重，烦恼很粗猛，没有出现好的兆相或好梦等。这时我们就要多思维这个公案带来的提示，弥勒菩萨和无著菩萨配合起来给后代的修行者留下了这个案例和参照。

当我们困惑时，就把这个拿出来参照一下，也可以重新给我们力量。无著菩萨为什么要这样示现？其实很有必要，每个圣者的事迹或示现都不是无因无缘的，都会给后代修行人留下一些可以参照，或帮助我们增长道心、度过难关。无论是米拉日巴尊者、无垢光尊者、麦彭仁波切，还是无著菩萨等的示现，每个都可以帮助我们修行的过程中，遇到违缘时找到度过难关的很多方法。关键要仔细认真地去看、去体会，之后就可以找到很多对我们修行有用的东西。这个公案中也展示了很多的信息，诸如关于修行中比较重要的东西等。

以前讲过，格鲁派有个说法，无著菩萨当年在山洞里修行时，有个习惯就是吐痰撵

鼻涕(显现上)。由于看不到人，他就在山洞里面随便丢，最后弥勒菩萨显现上就说:“为什么我一直在？你看我的袈裟上都是你的痰。”因此很多格鲁派的修行者至今为止都不敢随便吐，什么原因？就是因为有这个参照在前面。他十二年吐的痰都在他的身上挂着，很恐怖。如果修本尊，祈祷本尊来了我也随便弄，随便吐，感觉就不好，这也是一个证据。当然这个故事在不同的传承中有不同的说法。我们(宁玛)的没有，但在格鲁派的教言中出现过这个说法，他们有这个规矩不会随便来。

总之，我们在观修时，本尊(佛菩萨)都会在我们的左右，在我们祈祷的地方安住着，我们一定要对这有信心。

随后怙主弥勒菩萨将无著菩萨带到兜率天，为他宣讲了慈氏五论等妙法，他返回人间，开始弘扬大乘佛法。

这个事情结束之后，弥勒菩萨就把无著菩萨带到兜率天，用一个中午的时间给无著菩萨宣讲了“慈氏五论”，即“弥勒五论”，就是大恩上师现在讲的《大乘经庄严论》，及以前讲的《现观庄严论》等。“弥勒五论”可容易记为“二辩二庄严一宝性”。“二辩”就是两个辩，即《辩中边论》和《辩法法性论》。“二庄严”，即《现观庄严论》和《大乘经庄严论》。“一宝性”就是《宝性论》。

后来无著菩萨返回人间(有些传记中讲，兜率天一个午时在人间是五十三年)，五十三年已经过去了，开始弘扬大乘佛法。现在我们学习的“弥勒五论”都是无著菩萨从兜率天听了之后带下来的(弥勒菩萨给他讲，他记录就带下来)非常殊胜、加持力非常大的教义。

“开始弘扬了大乘的佛法”，这里就突显了大悲心的最要性，见本尊也是因为大悲心的修行。十二年的修行清净了罪障，生起了大悲，他修行的主要内容可能也和这个有关。

由此可见，清净罪业再没有比修行悲心更殊胜的法门了，

我们自己在观本尊或修行时也一定要有悲心摄持，以菩提心为总相，真正为了饶益一切众生来修持这个大悲心。

如果有了大悲心就是大乘的修行，而且在这个过程中，也可以通过大悲心和仪轨的力量，清净罪业，圆满资粮。每一次观修、打座、念诵课诵、念咒语、念佛号等都会成为成就的因。比如现在修本尊法，每一句心咒都会成为以后见本尊的因，这是肯定的。

并且悲心也是相续中生起不共菩提心的无倒之因。

“无倒之因”即”不颠倒的因”，就是由悲心而生起菩提心。

所以，我们一定要通过多种方便途径尽最大努力来修这一悲心。

这不是随便讲的，“一定要通过多种方便与途径，尽最大的努力。”现在我们为了修大悲心、菩提心，是不是已经尽最大努力了？这句话不能够滑过去，什么叫最大努力？也许我们现在对大悲心的重视程度和为了生起大悲心的努力还没有达到最大，那就不要抱怨为什么还没有生起大悲心等等，因为真正最大的努力还没有做。如果我们真正地听了，学习了之后内心中有触动，则以后还是应该把菩提心、大悲心作为修行最重点的内容。下面就用一个比喻来讲悲心。



所谓的修悲心就像断臂母亲之子被水冲走一样，如果一位没有手臂的母亲的儿子被水冲走，那么她必然会对儿子生起无法堪忍的强烈悲悯之情。

这里说了一对母子，母亲特别疼爱独子，而母亲没有双臂和手。最喜欢的儿子掉进河里被水冲走了，这时母亲一定会对儿子正在感受的痛苦生起无法堪忍的强烈悲悯之情。

心想：自己没有手，不能从水中救出儿子，现在该怎么办呢？她唯一考虑救脱儿子的办法，内心无法忍受痛苦，一边失声痛哭一边到处奔跑。

母亲见到儿子的痛苦，却没办法让他解脱，心里特别的苦恼，发自内心地生起了强烈的救脱之心，也有强烈的无奈之感。她那时唯一考虑的就是想什么办法把儿子从水里面救出来，内心中产生了无法忍受的痛苦，一边失声痛哭，一边四处奔跑。这是一个例子、以断臂母亲的儿子被水冲走为比喻说明悲无量，前面的四无量心都有这样的比喻说明。

同样，我们也要在心里想：三界中的一切众生被痛苦的河流冲走，沉溺在轮回的大海之中，尽管我对他们生起了难以堪忍的悲心，可是我没有能力将他们从痛苦中解救出来，现在该怎么办呢？诚心诚意祈祷上师三宝，观修悲心。

同样的道理，作为我们这些修悲心的人要想：三界六道中的所有众生都被痛苦的河流冲走了，他们都在痛苦中没有自在，沉溺在轮回的大苦海中没有办法自我解救。自己对他们生起难以堪忍的悲心，他们很苦。首先第一步要知道众生很苦，然后要把自己和众生的痛苦建立起一种联系。如果不建立联系，众生苦和自己有什么关系，他们是很苦但自己没有必要去救度。

我们要建立这种联系，就必须通过各种方法，如用“自他平等”，即“自己和众生平等的方式”建立联系。第二步自己才愿意帮助众生。

还有什么方法联系呢？从“众生曾经都做过自己的父母”这方面建立联系，或通过前面的方法用平等心来建立联系，总之一定要把自己和众生之间建立一种联系。以前自己和众生之间，人为地画了一条很深的鸿沟，自己和众生没有关系。我要帮助的就是和我有关的亲属朋友，因为这个很深的鸿沟把自己和众生隔离起来了。这时我们要重新建立起联系，通过自他平等，或众生是我父母的关系，或把众生看成子女等各种方式，通过一切手段建立起自己一定要帮助他们的可靠观修。

观修完之后，就的确生起了众生和自己都有关系，自己有义务和责任去帮助他们。虽然现在他们忘记了，但是我们曾经是很好的亲属，互相之间经常互相帮助。他虽然忘记了，但自己作为大乘佛子不能忘记。不管他知不知道、领不领情，我都要去发菩提心救度他们。我们一定要通过这个方式建立联系，之后发现众生的痛苦就是自己的痛苦，刻意地生起了痛苦的心。

这个痛苦的心是很有意义的，和通过造罪而堕到地狱中被动地承受痛苦是两回事。要主动地去把众生和自己的联系建立起来，《入行论》中也讲了，如果自己就只有一个朋友，那除了自己之外，关心的就只有这一个人，他苦自己也苦，他乐自己也乐，操心一个人，承受的苦就有限，他不可能天天苦。如果朋友有十个人，那就要操心十个人，这十个人的苦乐就和自己有关了。如果操心一百个人，乃至一切众生，那所有众生的苦都和自己有关了，相当于主动地去找苦受、生起这种苦。



以前没有关系时，对此根本不闻不问，甚至怨敌苦的时候还很高兴，但现在修菩提心慈悲心，就要主动地把众生联系起来，你们的苦我都要操心，当众生苦的时候自己就很难受。但这种苦有意义，只有这样的苦才能打开自己封闭很久的心胸门扉。从此逐渐我的心胸就和大乘道相应了。

大乘道如此宽阔，如果自己的心很狭隘根本相应不了，大乘的门票根本拿不到。要进入大乘必须要走这一步，只有把心胸打开才能进入大乘道，有必要的苦还是要受的，要主动地去观修。而且这个苦很有限，轮回中即使只考虑自己，苦也是连绵不断、层出不穷的。这个苦虽然要操心很多，但是很多众生的苦并不需要自己去承受，能承受的苦的程度也是有限的。时间也是有限的，当自己观大悲心，调伏了内心之后就有能力真正去帮助他们，且那时也不会有自相的痛苦，这个都是有利益的。

现在自己很无奈，虽然和众生已建立起了关系，他们的痛苦也已放在了心上，但是又面临一个问题就是没有能力去帮助他们，就像一个断臂的母亲，儿子就在水里飘，她心里很想帮助，但是没有能力帮助他。这时她内心中就非常的痛苦，希望有人能救护，于是大声地拼命地呼喊救命等等。

凡夫人修悲心如果能出现这种情况就对了。我们一定要生起来“又想帮助众生又很无奈的那种痛苦煎熬”的心。如果生起来就和这里母亲的心态比较相近了。不是现在看到这么多的痛苦，心疼两秒钟就算了放下了，而要持续性地感觉众生这么多的痛苦怎么办呢？非常想救度但是自己也没有能力，生起难以堪忍的悲心。

在这个情况下，母亲能做的只有呼救，而我们现在也只有呼喊，呼喊谁来救？请观音菩萨来救他，请佛菩萨来帮助他，因为自己现在还没有能力帮助他，只有请三宝的自性如观世音菩萨、莲花生大士等来帮助这些可怜的众生。请求帮助的同时自己也不断地修炼，如看到众生痛苦时念观音心咒、莲师心咒，如果发自内心想帮助他们，就相应于悲心了。

真正地想让他们拔出痛苦，就像母亲呼喊一样，我们也要呼喊上师三宝救助这些可怜的众生。一方面呼唤、祈祷佛菩萨帮助这些可怜的众生，另一方面诚心诚意祈祷上师三宝观修悲心。自己也要努力，尽量让自己像母亲一样，如有一个方法让手长出来，就能去帮助他了。

现在我们是没有办法，所以一定要认真地修行。不是浮皮潦草地或表面上的修行，因为表面上的修行还是没有办法生起帮助众生的能力。如果悲心很切，修行就会非常认真，因为每一个修行都意味着能不能很快地、真实地投入到帮助众生的力量中去，越认真地修就有可能越快地得到这种能力。如此迫切地想利益众生，修行一定很认真，因为真的想帮助他们。

如果说自己想帮助众生，但是修行却很赖散，只能说明一个问题:对帮助众生这个事自己并没有放在心上，只不过可能有这个概念。但是不是内心中非常迫切地、真实地想帮助众生呢？从我们现在的行为来推，可能还需要努力。什么时候真的发自内心地想要帮助众生，就自然而然地会对所修的每一个法都很认真地对待，因为只有认真地修法才能够获得帮助众生的能力，这个是挂钩的。



悲心一旦生起来，就是一个让我们不断精进的重新的动力。以前也讲过，修行佛法的动力刚开始可能是新鲜感，三分钟的热情推动我们精进地共修、放生等做很多事情。新鲜感过了之后就进入麻木期，没有动力了。以前的动力用完了，新的动力没有找到，怎么办呢？

可以生起出离心，通过自己想解脱产生新的动力重新精进，这是小乘道主要修行的。大乘道要用悲心，众生越多悲心越强劲，每个众生都是需要度化的。小乘的动力也是有限的，为什么呢？把你推到解脱后，动力就没有了。因为就是想自己解脱，所以解脱了动力就用尽了。

大乘悲心的动力是最强劲的，因为众生如此之多，而且自己现在的确想帮助他们。发自内心的动力引擎一旦启动，绝对停不下来，任何人也无法叫停。也没有理由停，自己的责任这么重大，怎么可能停下来呢？发自内心想帮助众生时，动力就很强劲，没有理由停了，修行中绝不会有麻木之类的问题，会一直非常精进地学。

我们一定要让内心生起永远有动力的悲心，不管对自己修行（自利）还是利他都是有用的。也许我们的热情期、新鲜感已过，但是一定要寻找新动力的来源，那就是出离心或者菩提心、大悲心。这两个生起来之后，动力就像菩萨一样永远停不下来，不可能有退休的时候。上师老人家经常讲："有人总是想退休，哪有退休的菩萨？"菩萨是永远不退休的。这种（不退休的）心态首先要生起来，它的来源就是悲心。有了悲心之后基本上大的问题都解决了。

今天我们的课就讲到这里。

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