**说明：以下法师辅导笔录，为道友个人行为。如有错漏之处，向上师三宝忏悔，请道友们批评指正。**

**《中观宝鬘论》第三十三课**

**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，继续宣讲《中观宝鬘论广释》。

现在讲第三品积累菩提资粮之二种资粮分支，略说已讲完，现在讲广说。广说中已讲完福德资粮的分支，今天讲第二个科判智慧资粮分支。

**己二、智慧资粮之分支：**

**共有二十五种，以十二颂说明。**

智慧资粮分支虽然非常多，但是在本论当中归纳成二十五种进行宣讲。

**于妙法法师，本当胜承侍，**

**恭敬而闻法，亦作法布施。**

此处讲了三种分支。第一种，对于妙法和讲解妙法的法师应该进行承侍。“本当胜承侍”指本来就应该对于这样一种对境做殊胜的承侍。

第二种，“恭敬而闻法”。恭敬闻法也是积累资粮的方便，此处包括在智慧资粮分支当中。有机会闻法的时候应该知道这是积累资粮的方便，不要认为闻法之外的其余善法才是。此处龙树菩萨依靠经典很清楚得做了宣讲，恭敬闻法就是一种积累资粮的方便。恭敬而闻法，一方面指态度，另一方面是身体的行为，在讲法过程中一切不能做的则必须要遮止，应该做的则要依靠，比如在闻法的时候不能讲话、打瞌睡等，应该以非常恭敬、难得的心态摄受进行听闻。

第三种，“亦作法布施”。此处的法布施按后面的注释观察，并不是指别人宣讲妙法的意思，而是布施经典论典。经典和论典就是法，把这些经典论典布施给众生，这叫做法布施。

下面是注释：

**一、对于正法与讲说内明论典及说法者，本应当供以最上等的衣服、饮食等承侍。**

比如我们自己佛堂当中的经典论典，或在经堂当中的《大藏经》等等，都属于正法。对于正法应该以上等的衣服、饮食等进行供养承侍。

有时我们会认为纸等印刷品的本体就是字的自性。前面讲过，这些文字其实是殊胜法身的舍利，是真正的色身。佛陀也讲过：“未来五百年，我现文字相[[1]](#footnote-0)”，这句教证讲得很清楚，佛陀现成文字相，文字这类经典论典就是佛陀本身。对于佛陀，我们都是愿意供养的，由此我们就再也不会认为文字等经典论典是无情法，不用供养，或供养也没有什么意义，并不是这样的。所以，对于正法应该有正确的认识，每天可以观想对佛宝、法宝和僧宝做殊胜供养，对正法本身也可以衣服饮食等承侍。

此外，对于内明论典及说法者，内明论典主要指五明当中的内明，讲解脱道方面的内容，说法者指宣讲正法的法师，应该以最上等的衣服饮食供养和承侍。这是第一种。

**二、断除骄傲自满的心态而毕恭毕敬听闻正法，并高度赞叹。**

在听闻正法的时候应该断除骄傲自满的心态。认为自己懂了，认为自己了不起等等，这种心态称之为不如法的心态。如果以这种不如法的心态来听闻，虽然听闻了正法，但是所听的正法不会成为自己安乐和解脱的因，反而会成为恶趣之因。帕单巴尊者讲过：“若不如法而闻法，正法反成恶趣因”。所以，应该以如理如法的方式来听闻正法，否则的话，正法也可能成为自己痛苦的因缘。

听闻有听闻的闻法规律，此处不多讲，详情可参考大圆满前行引导文第一部分的闻法方式，其中关于如何发心、如何行为，所断是什么，所依是什么，都有详细的讲解。本来按照堪布冈波巴仁波切的传统，在讲每一堂课之前都要宣讲闻法规律，就是希望弟子和听法者每一堂课都能够如理如法地听闻，如理如法地得到听闻佛法的利益和功德。但是现在我们没有时间，而且再再地讲，可能会有人产生厌烦之心，所以，有时候会强调，但最重要的还是自己要把这些应该通达、守持的闻法规律记在心中，尽量自己摄持自己，做到每一次都能够以如理如法、毕恭毕敬的心态听闻。这是非常有必要的。

听闻之后，对所听的正法或者对听法的行为，应该高度随喜赞叹。

**三、经函等正法方面的布施也要慷慨而为。**

让法宝流通，把经函抄写印刷之后供养或布施给别人，就是对经函等正法的布施，是一种积累资粮的方式，所以也要慷慨而为。

**莫爱世间语，应喜出世言，**

**如自欲功德，亦令他生起。**

这个颂词讲了三种分支。

第一种，“莫爱世间语”。“世间语”指通过散乱引发的对于他人有害的语言，或者对别人无利无害的世间俗语。作为一个修行人，对于这类世间的语言应该有正确的认识，不应该喜欢讲这样的世间语言。

第二种，“应喜出世言”。“出世言”指引发出离心的方便、生起菩提心的方便、升起大中观空性的方便等语言，这都是出世间的语言。对于出世间的语言应当喜爱，内心如果真正喜爱正法，自己也会恒时宣讲出世间的语言。

第三种，“如自欲功德，亦令他生起”。自己内心想要获得的功德，也千方百计使其他人生起。如果这样做，自己能够获得智慧资粮，也能够积累智慧资粮。

**四、切莫喜好散乱害他或者无利无害的各种世间俗语，因为会成为正法的违缘。**

引发世间凡夫贪嗔痴的语言叫做散乱害他的语言。尤其是很多人在一起的时候，如果宣讲这类散乱害他的语言，或者一些无利无害的俗语，也会成为正法的违缘。这里教诫我们不要喜好这样的语言，要从内心当中认知这些语言的过患。此处讲的主要过患是指会成为正法违缘。如果我们宣讲散乱害他的语言，直接成为修持正法的违缘。自己成为自己修行正法的违缘，也成为别人修行正法的违缘。

还有，那类无利无害的语言，虽然表面上看起来没有害他，但是宣讲这样的语言是无意义地浪费时光。我们并没有很多时间，但是如果安住在这类无利无害的琐事或者这种语言当中的话，就没有时间精进修法。所以从成为正法违缘的缘故，也必须要予以斩断。

**如云：“世间悦意语，应时当言说，种种散乱词，畏故永莫言。”**

能够让世间人身体悦意的语言，应时当说。有些话如果在非说不可的时候不说，会对众生的利益有伤害；如果宣说的话能够让众生生欢喜，让众生趣入佛法，就称之为“应时”。如果这些话是应时的，就应当言说。所以，作为一个修行人，什么语言该说，什么语言不该说，什么时间该说，什么时间不该说，都是要详细分析、详细掌握的。

麦彭仁波切在《君规教言论》中讲过[[2]](#footnote-1)，有些时候说话太多没有办法成办利益，会引发很多过患；有的时候一句话不说也没法成办事业。所以，“应时说语言”非常关键，对于“世间悦意语”在应时的时候是应该宣讲的。

“种种散乱词，畏故永莫言”。“畏故”指畏惧成为正法违缘的缘故。修行者对于能够引发种种散乱的词语，因为害怕生起罪业的缘故，永远都不会宣讲。如果能够做到不言说世间的语言，这也是积累智慧资粮的一种方式。

**五、应当唯一对出离轮回的方便等出世间忠言心生欢喜，因为能实现国王的一切利益。**

对于能够出离轮回的方便这种出世间的语言，内心应生欢喜。这句主要是从内心对正法、对出世间的法义生欢喜心的角度观察。自己内心了知如理如实修持正法就能够出离轮回，知道这些都是出离轮回的方便，平时也愿意宣讲这样的语言。所以，应当唯一对出离轮回的方便、出世间的语言心生欢喜，和别人讨论的时候也应当生起欢喜心。

它的根据就是能够实现国王的一切利益。这里可以把国王换成我们自己。因为这种出离轮回的方便法，如果能对之心生欢喜如法修持，就能够达到出离轮回的功德利益，最终实现我们的一切利益，所以要恒时宣讲、恒时言说。

出离轮回的忠言，就是指出离心等方便法。另一方面是指念经诵咒等等。我们如果一定要讲话，就应该在诵经或者诵咒方面多下功夫。

**六、犹如自己欲求生起闻思修的功德一样， 也要令他人生起这些功德。**

相续当中能够生起闻思修的功德，这就是趣入正道、修证正道的殊胜方便，这是不可逾越的次第。自己相续当中理解了闻思修的功德之后，就愿意生起或者圆满闻思修的功德。就像自己愿意生起这些功德一样，也愿别人能生起这样的功德。因为闻思修就是所有修行者的共道，我自己要依靠闻思修成就，其余众生也必须要通过闻思修成就，所以，自己要想方设法让别人对于闻思修产生信解和欲乐，给他讲解听闻正法的功德，讲解思维正法的功德和修行正法的功德，把闻思修之间的次第一一指明，遣除他人相续当中的疑惑，让别人也对闻思修产生兴趣、产生功德。如果能够做到这一点，自己也同时积累了智慧资粮。

同理，如果自己障碍别人的闻思修，比如说风凉话令别人退失信心等，肯定会有很大的过患。而别人想要闻思修的时候，我们劝勉他、鼓励他、资助他，让别人生起这些功德，就能够成为智慧资粮的分支。

下面还要集中宣讲积累福德与智慧二资粮各自所产生的果，此处则是从他们各自本体的分支方面做劝请。

**闻法无厌足，摄义且分析，**

**供养上师尊，恒常敬呈禀。**

这句颂词讲了四种分支。第一种是闻法无厌足，第二种是摄义，第三种是分析，第四种是供养上师，恒常敬呈禀自己的所作所为。

第一种，“闻法无厌足”。对于听闻佛法应该怀有极大的兴趣和欢喜心，再再听闻正法也没有厌足心。如果能够安住在这样的本体当中，就是在积累智慧资粮。

第二种，“摄义”。自己在闻法之后，并不是听完便什么都不管了，而是要去“摄义”。“摄义”就是对所听的法进行归纳。首先要归纳这次法师主要讲了什么，然后归纳这段法义对自己调伏烦恼有什么帮助，自己应如何趋入法义当中。否则的话，我们虽然听了很多正法，可正法对我自己的相续到底有什么帮助？佛菩萨这句教言的意义体现在哪里？对我来讲，哪个侧面需要去努力，哪个方面需要去精进？这些都需要我们在听闻之后进行思考，思考之后把它的精华要义归纳出来。

归纳要义的主要目的就如《庄严经论》所讲的六种心[[3]](#footnote-2)一样，主要是便于自己实修。因为法义词句是很多很多的，佛菩萨为了讲清楚一个问题，也许需要用很多篇幅、很多词句。我们虽然听了这些词语，可听完之后到底怎样相合于自性去修行，必须要自己归纳，归纳之后从法义当中提炼出相合于自己的修行方式，然后再再去作意，这就叫“摄义”。

第三种，“分析”。听完之后必须要对法义词句等等做分析。

我们的心如果不分析法义的话，就会分析其他世间琐事，分析贪嗔痴的对境。如果我们总是在分析无有意义的、滋生烦恼的对境，只能让我们相续中的烦恼更加地增长。法义就是法界的等流，就是佛菩萨的证悟境界，如果我们经常分析法义，我们的心就会相应于法界。虽然这样一种心也是一种分别心，但这能让我们粗大的烦恼分别入于法义当中。

以般若中观为例，它是一种讲解法界实相的词句或所诠。如果分析般若中观的法义，就能让我们的分别心融入所诠义空性的方便。不分析我就不知道空性到底是什么，越分析就会越清晰。所以，对于这样的法义再再地分析，再再地观察，就会对一切万法的实相越来越了解，越来越清晰。否则我们要修空性，要实修，实修修什么？修空性。空性是什么？如果不分析，我们根本不知道所修的所缘到底是什么。分析完法义之后，就会很清楚自己要修的空性的状态，对所缘境的空性有正确的了知，然后安住它，这才叫修。否则只会成为盲修瞎练，不会成为真实的修行。

分析法义对初学者来讲甚至比实修还要重要。如果我们首先没有分析法义的话，即便要实修也根本不知道修什么。通过分析遣除疑惑，非常准确地认知法义，然后没有怀疑地去安住，这一点非常关键，法王如意宝对此也再再强调过。

第四种，“供养上师尊，恒常敬呈禀”。对于给自己灌顶的传法上师应该恒常恭敬，重要的事情都要对上师进行呈禀，千万不要自作主张。自作主张对初学者来讲是非常危险的事情，所以很多事情在做之前都必须要给上师呈禀。

下面讲注释当中的含义。

**七、先前三番五次听受的法，仍旧不厌足，需要在数劫之间广泛求法。**

此处告诉我们，闻法需要三番五次地听受。如果了知闻法的重要性，对于闻法产生意乐，能够三番五次地听受，那么每次听闻的时候都能够积累无量无边的资粮。

佛陀对阿难尊者讲过，在有为法的功德当中，最大的莫过于一个人讲法一个人听法。这是佛陀亲口宣讲的。知道佛陀较量了闻法功德之后，我们就会知道听闻一次正法的功德是非常大的。我们都需要积累资粮，都需要得到功德，有为法中功德最大的就是听闻正法，所以需要三番五次的听受，以前听过的，现在再听也不厌足。如果能够三番五次地听受正法，就能够积累广大的资粮。

这里也告诉我们，乃至“在数劫之间广泛求法”的话，都需要听闻。所以，我们不能说听了一两年或五六年的正法就觉得已经够了，不需要再听了。塔波仁波切也曾经讲过，觉得不需要积累、不需要听闻，就是还需要听闻的标志。 如果我们认为自己已经足够圆满，从这样一种心态就可以推知我们还需要再再去听受。很多高僧大德对于听闻正法是没有厌足的，这方面有很多例子。有位高僧曾让一个小喇嘛给他讲一讲颂词，讲一讲今天的课，然后他很恭敬地聆听。身为大活佛都愿意听闻普通僧人讲法，说明他听法的意乐非常强。

《辨中边论》也有相关的教证。第三地的菩萨在入定的时候见到法界，出定之后对于法界的等流——正法，产生了最大的恭敬心、最极圆满的希求心，乃至于隔着刀山火海，他都要越过刀山火海去听法，这就是三地菩萨对听闻正法的态度。因为他知道最殊胜的是法界，正法就是法界的等流。等流的意思就是平等而流，正法和法界二者之间有一种相似之处，因为法义讲解的就是法界的实相，经论等正法就是趋入法界的方便。三地菩萨要更加地趋入或者安住在法界，所以对听闻正法根本没有丝毫的厌倦心，而是以极其大的兴趣来听闻。法王如意宝以前也说过，三地菩萨都需要这样听闻，那一般的凡夫人绝对更加需要听闻。这也是教诲我们要广泛求法。

**八、所听闻的一切意义要善加归纳，念念不忘而受持。**

我们听闻法义，不能听过就忘，或者听的时候根本不知道在讲什么，一片空白，这样不行。听闻有听闻的功德，但是听闻主要是为了教给我们如何思维法义的方便，如果不听的话就不知道怎么去思维。所以我们要知道，听闻有功德，但是听闻主要是为思维打基础的，因此对所听闻的意义必须要善加归纳、念念不忘而受持。

要归纳意义并不是简单的事情。比如一个颂词或经论，上师通过很多词句、从很多方面来讲，我们必须要学会把这么多词句最后归纳成一点。

以空性来做比喻。讲解空性的论典无穷无尽，《大般若经》共十万颂词，《中论》共二十七品，《入中论》也是这么多品，《四百论》有四百个颂词……这么多经论讲解中观主要是从很多方面让我们趣入中观道，当我们趣入完之后，最后要得到一切万法现而无自性、缘起性空产生定解。实际上讲解空性的所有经论讲的就是一个主题。什么主题？就是一切万法无自性。听了这么多之后，就是要归纳到现而无自性这一点上面，如果把一切万法无自性归纳完了之后，学习中观基本上就可以了。

如果学了很多之后还不知道它的思想精华是什么，说明还需要再再地去思考。并不是法本没有讲清楚，并不是讲解者没有讲清楚，而是自己在听闻的时候没有理解到讲法者或经论的真实意趣。以前我自己也有过这种情况，听的时候觉得听不懂，后来再听的时候发现其实上师全都讲到了，只不过自己听的时候没有理解到位，之后再再听，自己的心慢慢就和法义相应，最后一下子全都明白了，原来上师其实把问题讲得很清楚，把所有的窍诀全部讲完了，只是自己没有理解。

当然这也是需要时间、需要过程的。比如初学者连词句还没搞懂，上师讲的精要、窍诀，怎样作意、重要性等等就很难体会。当自己慢慢熟悉了各种名词等词句之后，对意义方面就容易趋入，熟悉意义之后才能对它的要义做归纳。这需要一步一步前进，不是一下子就能够归纳出来的。当我们对所学的法义非常熟悉的时候，才有归纳要义的基础，否则连词句都不知道讲啥，意义还没有熟悉，要归纳要义，那是很困难的事情。

想善加归纳要义，主要还是要对法反复串习。以前学习《中观庄严经论》的道友可能都有体会，当你把一个法学了很多的时候，你自己就会知道该怎么修行。真的是这样的。当学了很多、自己也能够归纳之后，你就会知道自己的分别心是这样的，通过这样的法义要这样去对治。这种能力经过长期串习，大家都能够提炼出来，也就是听闻之后思考法义，让佛菩萨讲的调伏烦恼的法和自心融入。越思维，法义和自己的心就越接近。不思维的话，法是法心是心，听了之后全部留在书本上，自己没有得到受用。这个再再思维的过程就好像揉面一样，越揉越紧，越来越融洽，最后自己的心就变成法。现在我们的心不是法，是烦恼，是执著。我们听了空性之后再再思维，自己的心就会变成空性，空性的法就融入我的心，最后我的起心动念全部都是善法，一起心动念就是正知正念，一起心动念就是出离心菩提心，一起心动念就是空性慧、就是大圆满的境界，最后要达到这样一种状态。

所以我们听闻之后要再再地去思考。为什么上师说叫再再看书？是不是上师命令我们看书看三遍，我们就看三遍？看三遍到底要干什么？就是要把所听闻的正法通过看的方式来思维，通过思维的方式遣除增益，遣除增益之后得到定解。这个定解是我们对治烦恼的武器，是打坐修行的所缘，如果没有生起定解的话，我们听再长时间的法还是找不到目标。

很多人下课的时候喜欢问我：怎么样思考？怎么样闻思？我在私下里给大家讲了很多，在课堂上也讲过，听闻的目的是什么，怎么样思考，思考之后有什么样的重点。如果没有掌握这些重要的问题，我们就算听了很多，对自己调伏烦恼相续不会有很大的帮助。

**九、正法的句义、了义、不了义等深入细致加以分析而宣说。**

这句是讲“且分析”。分析就是讲对于正法的句和正法的义要分析。

第一步，学习的时候一定要在字面上过关。字面上这个名词是什么意思，这句话是什么意思，颂词怎么讲，意思怎么讲等等，在名词上面首先要解释得通。

第二步，词句解释通之后，再去看它的意义。这个词句讲得是什么意义？是在讲空性，还是在讲唯识，或者怎样生起出离心，或者出离心的状态是什么等等，对意义必须要通达。

第三步，分析我的心和法怎样融合，或者这个法到底能从哪个方面调伏我的自相续，我应该怎样去靠近它，怎么去安住它等等，要从这些方面分析。

最后，还要分析“了义不了义等”。所谓“了义”就是直接讲到万法的实相，不需要再做解释。比如讲空性、无我、如来藏，就是直接讲到了最深层次的实相。“不了义”就是讲趋入实相的方便，或者不能直接理解还需要再解释的，就是属于不了义。比如有意趣、有目的的，或者讲入道的方便，都叫做不了义。

对于了义不了义，必须要详加分析。如果把了义和不了义混为一谈，把不了义执为了义，觉得这就是万法的实相，已经达到了极致，把它认定为万法的本体，实际上只是把佛陀的方便执著为究竟意义，这是阻碍自己最快速度趋入实相的障碍。

如果把了义执为不了义也有过失。本来讲一切万法是了义空性的，但认为这是不了义的说法，也会障碍自己悟入实相。小乘主要通过四法印来区别，大乘则通过了义还是不了义来进行区别，因为大乘讲到了究竟的实相。所以我们作为具备大乘根性的修行者来说，如果了解了义的法义，可以很快地调伏烦恼、趋入到实相当中。但如果不明白不了义的差别，安住在不了义当中修一辈子，最后也只能得到一些功德而已，这叫“大材小用”，本来可以很快趋入，但是你自己却走了迂回之道。我们是利根者，或者说我们有接受空性的能力，我们就应该直接去抉择，直接趋入了义的万法，在短时间当中抉择一切万法无自性的实相，然后安住它、修行它，很快就可以积累广大的资粮。所以，分辩了义不了义是非常必要的，需要“深入细致加以分析而宣说”。

**经中云：“具目若有光，现见诸色法，如是善恶法，听闻而了知。”**

此教证和下面的教证是前面“闻法无厌足、摄义、分析”这三个问题的总结。

首先是比喻。经中第一个比喻，一个人“具目”，指他有一个清净的眼根。“若有光”，又有光线的话，就可以“现见诸色法”，能够很清楚地见到一切色法的形色。“如是善恶法，听闻而了知”，对于善和恶的分别是通过听闻而了知的。善和恶是客观存在的，它是世俗的一种缘起。如果我们不听闻的话，就会分不清善和恶的概念，把善当成恶，把恶当成善，或者对于善和恶的认知不全面、有偏颇。如果真正广大听闻之后，就可以很清楚地分别善和恶，对善和恶的层次或相似的问题能加以辨别。也就是说，分别善恶法是通过听闻了知的。此处讲了听闻的重要性。

**三学及其果位也是来自于听闻。**

戒定慧三学，以及通过戒定慧三学圆满之后获得的果位也是来自于听闻。对修行者来讲，要具备戒定慧三学，最初修的时候什么是戒律、什么是禅定、什么是智慧都不知道，说你有三学那是不可能的事情。所以，首先要知道戒定慧三学的本体，然后要了知生起三学的因是什么、障碍是什么，从而遣除障碍、修习它的顺缘，就可以生起戒定慧三学。之后，通过安住三学、不断的巩固圆满三学，最后要么获得小乘的果位，要么获得大乘菩萨、佛的果位。

这一切的一切都来自于听闻，不听闻佛菩萨在经论当中所讲的意义，我们永远没办法生起三学，也永远没办法得到三学的果位。

**经中又云：“以闻知诸法，以闻去罪恶，以闻断非义，以闻得解脱。”**

这几句颂词引自《听闻集》。某天子问佛陀：怎么样了知诸法？怎么样断掉罪恶？怎么样断掉非义？怎么样获得涅槃？佛陀就回答说，通过听闻能够了知诸法，如果听闻能断去罪恶等。

首先，“以闻知诸法”。通过听闻能够了知诸法，既能够了知诸法的世俗谛，也能够了知诸法的胜义谛，或者说一切善和恶等等诸法的分别都是通过听闻而了知的，通过听闻能够不愚昧，所以说“以闻知诸法”。

“以闻去罪恶”。通过听闻就可以去掉罪恶。通过听闻，我们可以知道罪恶的本性是什么，罪恶的过患是什么，罪恶的因是什么，罪恶所产生的果是什么。通过听闻对罪恶确实有了全面的了解，自己才愿意断掉它。如果对罪恶没有全面了解，也许只断一部分，也许根本不会断。所以通过听闻之后，我们就会守持戒律，修持断恶的因缘，以听闻为方便就能断掉罪恶。

“以闻断非义”。非义就是没有意义的事情。我们在轮回当中耽着于很多没有意义的事情，真正有意义的唯有解脱，或者说证道。怎样断掉非义？通过听闻。佛菩萨会讲解：这种法是随顺轮回的法，你如果安住这样的法、串习这样的法，只会得到轮回的果报；这种法是相顺于解脱道的，如果你相顺这样的法就可以获得解脱。所以，这样的非义和真正的大义通过听闻了知之后，因为自己希求解脱的缘故，就能够断掉非义的一切作意和一切加行行为，最后能真实断掉非义趋入到解脱道当中。

“以闻得解脱”。怎样得到解脱？怎样得到涅槃？也是通过听闻。通过听闻而了知到解脱的状态、本性、解脱的因和缘等，以及解脱的功德。全部了知之后，自己会对解脱有一个非常全面的认知，对于解脱道生起很大的希求心，然后趋入解脱道的修持，最后可以得到解脱。

以上这些最初的因是什么？最初的因也是最重要的因绝对是听闻。《听闻集》所讲的“以闻知诸法”等，它的侧面是放在最初的因上面。并不是说我们听了一次法之后罪恶就没有了，贪嗔痴就没有了，不是这个意思。你真正想要去罪恶，要断掉非义，或者真正趋入涅槃、得到涅槃的话，最初的因不可少，最主要的因不可少，这就是听闻。如果最初没有广大地听闻，在修道过程当中会有很多障碍。如果最初如理如法地听闻，以后在修法过程中很多障碍自己就遣除了，完全断掉了，以后有可能发生的罪恶，听闻之后会提前遮止，很多违缘和障碍都不会发生。

**十、恭敬供养讲经说法等诸位上师各种供品，恒常恭敬陈述所作所为。**

对于讲经说法的上师要恭敬供养。

上师本人也许是凡夫，也许相续当中烦恼炽盛，但是他代表正法，讲解的是正法。如果是圣者上师或具备戒定慧三学的上师当然不用多讲。即便讲法者是一个纯粹烦恼炽盛的人，只要他讲的是正法，也应该恭敬供养，实际上这是对正法的一种恭敬。比如法师进来之后大家要站起来，法师要坐在高高的法座上面等，并不是他本人有什么样的功德，有什么了不起，大家对法连同法师一起恭敬的原因，主要是因为他能够代表法义的缘故。

观世音化身每次在讲法之前都要顶礼法座，也是恭敬法的原因。法座代表法师讲法的座位，也是代表正法，能折服傲慢，所以在讲法之前顶礼法座。

我每次进来讲课的时候都有作意，并不是我有多少功德，而是我在讲法，听法的很多人功德比我强、比我大，我没什么可傲慢的，不能生起傲慢心。这样作意之后就能够尽量让自己安住在比较清净的心态当中，遮止其余不必要的作意或者染污的心。

各位以后可能也会去传法，传法时应该怎样作意、怎样观察、怎样观想，这方面都应该了知。很多大德对怎样讲法都有开示，看了之后都会知道自己应该怎么做。

“恒常恭敬陈述所作所为”。当然小的事情不需要在上师面前去陈白，比较大的事情都应该去请求，如果上师开许就做，不开许就不做。对上师要有一种真正的恭敬，不能已经做了决定之后打个招呼。曾经有过这种情况，有人已经到了色达县，给上师打个电话说：“我走了，已经到车站，车票都买了，马上上车了，你开不开许？”那还有什么开不开许的，你上车走掉算了。这就不是真正恭敬的状态。上师讲过这种事情，讲的时候对这一类做法不是很欢喜，基本上讲课时这种例子是反面教材。

所以，如果自己真正想要做件比较大的事情，首先要问上师可不可以做，基本上只要是合情合理的，上师都会同意。而且如果自己的上师真的是个圣者，自己也相信上师是圣者，也会请上师提前观察做这件事是否有利、是否有障碍等，如果上师开许就说明有大义，可以做。在开许之后去做，就不会出现非常严重的违缘障碍。

这方面主要讲对于上师态度恭敬会获得智慧。

**莫读顺世论，断除诤义慢，**

**不赞自功德，评说敌功德。**

此处讲了四种支分。

第一种，“莫读顺世论”。对于顺世外道的论典，就是不承认前后世和因果的论典，千万不要读诵。如果你相续当中佛法的智慧已经成熟了，有能力破斥的时候，你去读诵，或详细地研究这些顺世外道到底在讲什么、他们的中心思想是什么，然后写文章或者讲课时予以批判，让众生能够断掉疑惑产生正见，这是开许的。但是对一般的初学者来讲不应该读顺世论。因为顺世论主要是讲今世存在、人死如灯灭等邪见，如果随顺这样的见解，自己就再不愿意积累资粮，再不愿意学习正法了，善法会由此中断。相续当中如果不断掉这些疑惑，对积累资粮是一个很大的障碍，所以不要读顺世论，也不要让别人读顺世论。

“断除诤义慢”，就是断除在法义方面争论的傲慢。通过傲慢引发从而和别人争论法义，是没有必要的。断除通过我慢引发的辩论，这也是智慧资粮的分支。

“不赞自功德”，对于自己的功德不要赞叹，如果有功德，就好好地隐藏。

噶当派的大德常常教诫弟子隐藏功德。袞巴瓦格西通过修禅定得到神通，当他显示神通的时候，他的上师仲敦巴格西非常的生气，说：袞巴瓦你不要妄自尊大，我们有神通，我们都没有示现，你也不要示现。这个公案如果从另一方面理解，对于自己的功德必须隐藏。如果这些具备神通的大德都要隐藏的话，自己的那些很微小很微小的功德就不要经常挂在嘴边了。

我们都知道，发很重的嗔恨心会摧毁善根，但是在没有必要的情况下于众人面前赞叹自己的功德，也是摧毁自己善根的因，这是很关键的问题。所以对自己的功德要隐秘，不要随便宣扬自己的功德和善根。如果为了让别人修法或者是普劝大众修法而说自己有什么功德、见到了什么境相、或者做了什么好梦等等，这是开许的，很多大德也讲过类似的话，一方面是完全没有自私自利的心，另一方面是为了让很多人趋入正道的缘故。但是如果我们没有这样的能力，讲了之后别人在嘲笑你，或者说你吹牛等，这样的话既没有达到目的，又将自己的善根暴露，暴露之后就失毁了，这是很不好的。所以不要赞叹自己的功德，尽量要隐藏。

如果能够隐藏功德，可以让自己的智慧得以增长。一般人都喜欢赞叹自己的功德，不管是做一个好梦，还是修法稍微有点验相，或者说自己念本尊心咒到几百万或者多少亿了。说这些实际上没太大必要，一方面赞叹自己的功德、暴露自己的善根，很容易失毁；另一方面，讲得太多之后天魔就会欢喜你，要给你加持，让你慢慢退失。如果自己隐藏得好，显现上就是一个普通的人，虽然天魔有神通，他也没办法给你作障碍；如果自己外表做得很大，经常宣扬功德，有一种贡高的心，魔就会利用你贡高的心态设置很多障碍，慢慢让你闻思修的功德全部退失，最后变成连一般人都不如的人。这方面如果不注意，直接间接会引发很多问题，所以不要赞叹自己的功德。

“评说敌功德”，要评说、赞叹敌人的功德、怨敌的功德。前面我们讲过，如果自己的心不转变的话，就觉得怨敌一无是处，没有一点可取。如果自己的心比较平等，比较正直，就会明白我和怨敌合不拢、或者有矛盾，只是从自己的角度来讲，如果从另一角度看，他确实有功德。

古代有个人在朝廷做官，与另一个人私下的关系非常不好，显现上就是怨敌，但在某职位空缺的时候，他去跟皇上举荐说某某人具备功德，他去做这件事是非常合适的。国王就说，你们不是有仇怨吗？他说，仇怨是私人的，但他的功德不可能因为我们的私怨而抵消。他就是这么平等、公正，我们也应该这样，尽管别人显现上和我不顺不和，但别人只要有功德就要赞叹，内心非常清净平等。

赞叹别人的功德不是自己吃亏，也不是自己不行。能够赞叹怨敌功德的人，绝对是心性善良的人，别人也会观察，不会说你没有骨气，不会说你有过失。有智慧的人对此都会看得清清楚楚。对自己来讲，赞叹别人功德不会有丝毫的吃亏之处，却绝对能得到利益，也能得到智慧。

**十一、不要阅读世间顺世派等的所有恶论，因为使智慧颠倒错乱而成为智慧资粮的违缘。**

此处教诲我们不要阅读世间顺世外道的恶论。因为在我们相续当中有不承许因果的种子，有跟随顺世外道说法的种子，现在刚刚入了佛门，刚刚听了几天的法，又去看的话，相续当中的这些怀疑又会复发，对自己诚信前后世会产生障碍。如果自己内心真实生起前后世不存在的邪见的话，相续当中所有的戒律在邪见产生的一刹那全部销毁。以后还想要入道，就必须忏悔邪见的罪过，必须重新受戒，就是这么严格。我们得密乘戒、菩萨戒、别解脱戒、五戒、三皈依戒，最大的违缘就是邪见。邪见产生的时候会摧毁皈依戒，皈依戒是其它戒的所依，它被摧毁之后，其他能依也全部被毁掉，所以邪见是非常严重的过失。

我们平时偶尔怀疑一下，这是不是产生邪见，是不是失毁戒律？这倒不是的。内心当中确确实实认为前后世绝对不存在，生起这么严重的定解才是邪见。按照教证来做观察，邪见产生的时候相续中的戒体肯定失毁了，如果要获得戒律必须要重新受戒，而且再受戒的前提是必须忏悔邪见，必须要消除邪见之后，在正见的基础上才可以获得戒体。没有正见根本不可能获得这样的戒律。

所以，顺世外道为主的所有恶论都不能看，否则会导致智慧颠倒错乱，成为智慧资粮的违缘。

**十二、应当竭尽全力断除带有我慢心理而对观点的意义争论不休，因为律藏与《俱舍论》中说一味致力于辩论是外道的做法，也是轮回与恶趣之因。**

我们要竭尽全力地断除怀着我慢的心理，觉得自己了不起，故意跟别人辩论，对观点和意义争论不休的行为。这里的重点是通过我慢的心理而引发。如果自己真想要讨论法义而辩论，是佛陀开许的；还有一种是自己通达了，对问题非常清楚，但是对方不知道，我站在反方跟他辩论，通过辩论的方式让对方慢慢明白这个道理，这方面也是开许的。并不是说只要你懂了就不能辩论，而是不能带有我慢的心理，觉得别人不如自己，辩论的时候觉得自己很伟大，别人没办法说服你，这样争论不休，是不开许的，应该竭尽全力地断除。

“律藏与《俱舍论》中说一味致力于辩论是外道的做法”。以前我们学习过正论和邪论，正论主要致力于修行，邪论主要致力于辩论，所以，一味致力于辩论是外道的做法。

辩论法义主要是为了遣除怀疑得到定解，是为以后修行服务的，不是一味把最终目的放在辩论当中，每天就想着怎么设一个圈套把别人套住，然后把他击败，今天赢了，明天又赢了，并不是这样。一味致力于辩论不是内道，内道是调心的，主要目的是实修、修证法义，辩论是为它服务的。

所以说为了产生定解辩论或者为了弘扬佛法辩论是开许的。一味辩论不是佛教的做法，其是轮回的因也是恶趣的因，因为自己发心不正的缘故。发心不正，在辩论过程中会使用很多圈套，有很多谄诳的心理，有时还有谩骂等等，由此造业成为恶趣的因。尤其辩论的时候如果不注意，对法做诋毁，对宗派的祖师做诋毁，对佛菩萨做诋毁，这都是谤法、舍法，过失是非常严重的。所以要竭尽全力“断除诤义慢”，断除之后，它的反方面就是智慧资粮。

**十三、切莫以贪执自方而在他人面前炫耀赞叹宣扬自己的功德“如此如此”。**

千万不要贪执自方宣扬自己，在别人面前炫耀、赞叹说自己有这样那样的功德。不能直接讲，也不能暗示。直接讲也好，或者没有直接讲但是暗示别人我有功德，说明自己内心已经不对了，还是想要别人知道自己的功德，此处所遮止的意义是完全相同的。

大多数凡夫人都有这种习气，喜欢炫耀自己、表现自己，在世间法上也没什么可以非议的，但佛法是完全按照因果实相来进行宣讲的，很严格，如果内心不正，不管暗示也好直接也好，都必须予以遮止。这方面必须要了知。我们如果真正想要做到隐藏自己的功德，还是需要花很长的时间才能慢慢相应慢慢做好的。

**十四、不仅是对中等者等，甚至连仇敌也不要诋毁而应评说他的功德。**

此处没有讲亲近的人。为什么？对亲近的人自己肯定愿意说他的功德，而且喜欢夸大，芝麻大的功德说成西瓜。所以主要讲对中等者甚至怨敌。一般人都喜欢评论别人，说三道四，尤其对怨敌更喜欢夸大，一点点过失也能夸张到很大很大。此处的对境，不单单是对中等者不要评论过失，而要说他的功德，甚至连仇敌也不要诋毁。

如果仔细观察，我们诋毁仇敌，到底对他有什么伤害？其实对他的修行、对他的名声等一点伤害都没有，但是当我们在诋毁的时候，第一个受害者就是自己。我们诋毁的时候，内心中有不悦意的心、有嫉妒或者烦恼，通过烦恼引发言语上去诋毁别人，从而造作恶业，别人还没有受害，自己就先受害了，这完全是因果律的体现。虽然后果不一定很明显，但是从因果律来讲，你的内心在当时已经造下恶因，第一个受害者就是自己。

有时候我们要观察一下我们做的事情到底有没有意义。我诋毁别人，认为报仇了，报复了，伤害了别人。实际上也许能够伤害到一点点，也许根本伤害不了，但是有一点可以肯定，就是自己肯定受到了伤害。你说得越多堕落得越深，你诽谤他越厉害，你造的业越重，这就是因果律。所以修行者主要是心心向因果，要调内心。如果把这些问题想清楚之后，我们就知道说别人的是非没有什么意义，诋毁别人没有什么意义，对自己的福报没有意义，对自己获得解脱道也没有意义，所以为什么说不要诋毁别人，就是这个原因。

一方面不要诋毁，另一方面要讲别人的功德，如果这样的话，也是一个自他缓解的因缘。别人也是有心的人，他知道你在大庭广众当中或者私下赞叹他的功德，他的内心慢慢就感化了，他会觉得我们两个的矛盾也不是这么大，是可以调解的，他对你就会产生好感，这是一个作用。

还有一个作用，评论他人的功德，对于听者来讲能够产生随喜。比如说我和张三有矛盾，但是我对其余人讲张三的功德，讲了之后听众全部对他生起信心或生起随喜心。对听众来讲，产生随喜心是他们的福德之因，这也是利他之道。而且我自己真心诚意评论他的功德，或者说随喜别人，也能够得到利益。

从佛法的角度来讲，“若要佛法兴，除非僧赞僧”，这是一个原则。如果互相诋毁、互相拆台，佛法就会衰败、毁灭。如果僧赞僧互相赞叹，佛法就会慢慢兴盛起来。只要教内团结，外界根本找不到入侵的缺口，佛法是根本没办法毁灭的，这方面也是有这个必要性。所以很多菩萨道的修法当中都讲到互相之间不说过失，互相之间赞叹功德，它有很深远的意义在里面。我们知道这个深远的意义之后，要慢慢去实行。以前喜欢评论别人，现在就不要评论，慢慢开始赞叹别人，有功德就去赞叹，有过失就帮他隐藏，对自他都有很大的利益。

**《摄集经》中云：“赞自毁他之菩萨，魔摄慧浅当了知。”**

此处是反面的过患。赞自毁他的菩萨，是一种发了心的名相菩萨。菩萨如果赞自毁他，“魔摄慧浅当了知”，说明这人已被魔摄受了，是已被魔摄受的慧浅者，应当了知。这句教言不是特指某个人，而是讲如果我们喜欢赞自毁他，就应该了知我们是智慧浅薄的人，已经被魔摄受。这主要是提醒我们要观察内心，如果符合赞自毁他这样的法相，我们就是这里所讲的慧浅者。我如果没有赞自毁他，佛陀这句话说的就不是我；如果我喜欢赞自毁他，佛陀这句话就是对我讲的。被魔摄受还了得？我们本应该被佛摄受，但是现在已经被魔摄受了，最后变成魔子魔民，成为魔的眷属，形象上是人，心已经变成魔了，修持正法就很难相应很难成就，这是没有智慧的表现，应该了知，应该断除。

**莫中他要害，亦莫以恶心，**

**揭露他过咎，当观己过错。**

“莫中他要害”，不要在辩论等过程当中击中别人的要害。击中要害并不是指用刀插入他心脏之类，而是指语言，语言上不要击中别人，不要伤害别人。

“亦莫以恶心，揭露他过咎”，不要出于恶心在大庭广众揭露别人的伤疤。别人有很伤心难过或者以前做错的事情不喜欢当众提起，你为了报复而在大庭广众之中故意讲出来，令他非常难过极其难堪，这是非常伤害别人的。所以不要以恶心揭露他人过咎。

“当观己过错”，应该恒时观察自己的过失。

**十五、犹如箭中心脏一般，在展开辩论的过程中或者某一时间，万万不要以宣扬对方的缺点等而击中要害，因为会刺伤别人而成为恶业。**

犹如箭中心脏会令人死亡，展开辩论的时候，不要因为辩不过了，或者为了制服对方获得胜利，就把别人的缺点拿出来做为辩论的工具，击中别人要害，这是不行的，会刺伤别人成为恶业，即便赢了也不光彩。这不是佛开许的、教律开许的正常辩论。在辩论中不能这么做，在其他时间也不要通过宣扬对方缺点来击中别人的要害，这会刺伤别人，成为恶业。

**《毗奈耶经》中云：“恶语伤人之斧头。”**

恶语就是伤人的斧头，直接可以砍伤别人。

**其中宣说了说恶语的诸多过患。**

前面已讲过，在此处就不多讲。

**十六、在无有利益的情况下，也不要以恶心公开揭穿他人不可告人的过失。**

这里和前面稍微不同。前面说的对方的缺点，也许是大家都知道的，但是在辩论过程中出于某种目的或者为了胜利的缘故而揭露。这里指的主要是别人不可告人的过失，只有你或者少数人知道，如果在对他有利益的前提下可以揭露。比如在确信能够调伏他的时候，有些上师会把他隐藏得很深的过失直接揭露出来，让他彻底予以改正。这是在非常有把握的情况下，而且是在真心实意的悲心、利益他人的心引发的情况下，是可以开许的。

无垢光尊者说，即便有的时候自己认为是利他心，但是说别人的过失会刺伤别人心，成为引起自他矛盾的因，因此无垢光尊者也是遮止的。真正出于很纯的利他心，自己也知道说了他的过失，他不会产生反感，或者对他改变过失有极大的帮助，我有这个把握，这种情况是开许的。

“无有利益的情况”主要指恶心，通过恶心公开揭穿他人的过失而让他人羞愧难当无法见人，这是不开许的，过失非常大。能够断掉就是功德法，也是智慧资粮。

实际上我们要做到这些，还要看自己的性格。有些人的性格就不喜欢说，不管怎么样，在什么场合当中都不喜欢说别人过失，属于心性纯善的淳厚的人；有些人就比较喜欢说。我们要遮止这个问题的话，还是要从自己的心地下手，改变自己的心。首先是修心养性，把自己内在的品格修好，然后说别人坏话的时候就会逐渐逐渐减少，这些都是可以改正的。

佛陀说过，凡夫人都会有过失。现在我们学法学佛就是改正过失、逐渐向善的过程。以前不知道或者以前的习气引发了这个过失，这不要紧，关健是以后能不能认识、能不能改正。如果能够改正，绝对能够成为好修行人。如果不能改正，即便有其他很多功德，也很难和正法相应。

**十七、应当一再观察自己三门的一切过错， 而予以断除。**

应该一再观察自己三门的过错。自己平时要多观察自己的三门——身体在做什么，语言在说什么，意在想什么。身体的过失要改正，语言的过失要改正，心的过失要改正。应该通过再三观察的方式予以纠正。

**《宝积经》中云：“覆盖自诸错，观察他过失，此二如毒火，智者弃此过。”**

经典中讲，有两种必须要抛弃的过失：第一个是自己覆盖自己的一切错误。覆盖就是原谅自己。自己有过失，内心却根本认识不到，还给自己找很多理由和借口，为自己的过失做覆藏、打掩护，让自己的过失变得合理化，这样就没有改正的机会了。前面讲过凡夫人有过失不可避免，但是你对过失的态度是什么样的，就直接导致你以后是变成智者还是愚者。对于过失，自己认知是过失，很后悔愿意改正，这是智者的行为；如果想方设法把过失合理化，就没有方法可以改正了。

第二个过失是“观察他过失”，经常喜欢观察别人的过失。尤其是有的人学了很多法之后，知识面广了，观察的方式多了，就喜欢说这人不清净，那个人不清净。实际上，《大圆满前行》最后的部分讲过，佛法不是观察别人过失的窗口，而是观察自己过失的镜子。我们学习佛法的时候，尤其学到戒律的时候，容易观察别人——这人犯这条戒、那人犯那条戒，但自己的过失全看不到，这样不行。所以不要观察别人过失，如果观察别人过失的话，“此二如毒火”，毒是毒药，火是烈火，覆盖自过和观察他过二者像毒火一样，都能够伤害自己和他人。所以“智者弃此过”，有智慧的人应该了知、应该抛弃这两个过失。

**他由何种过，常为智者责？**

**自应尽断彼，有力亦止他。**

颂词前两句是对比，后两句通过所对比者观照自己。

“他由何种过，常为智者责？”一个人因为相续中有某种过错的缘故，经常被有智慧的人呵责。比如一个人喜欢杀生，有杀生的过失，智者就会呵斥这种过失。有的时候直接呵斥，有的时候是佛陀和菩萨在经论当中宣讲杀生的过失，提早呵斥。犹如“他由何种过”，经常受到智者谴责的缘故，自己也应该知道断除。自己首先要知道自己是否具备某种过失，知道后应该主动断除，然后在有能力的时候也帮助别人断除过失，这就是“自应尽断彼，有力亦止他”的意思。

**十八、以何种过失致使别人常常受到了知取舍的诸位智者所呵责，以此为缘，自己不依靠他者而要彻底断除这些过失，如果有能力，还要制止他人而令他无有罪过。**

首先是举例：某个人因为相续当中具备了某种过失，经常受到了知取舍的智者呵责。以此为缘，自己要观察自己内心是否具有过失，如果有的话，自己应该通过不依靠他者的方式来断除。什么叫不依靠他者？就是主动观察、主动断除的意思。如果一味依靠别人鞭策，当别人鞭策你的时候就愿意改正，否则就不改正，想要断除过失那是遥遥无期的。这就像挤牙膏一样，挤一下出去一点，不挤就不动了。比如上师在课堂上点了你的名字，要你断除某个过失。上师说的时候断除一点，上师不说的时候就忘掉了，又重新开始造作，完全依靠别人来断除，不应该这样。断过失首先要主动，必须要全面深入地了知自己到底具备什么过失，很清楚地认识到之后，对相续中的过失有一个不共住的心态，励力断除，这叫做主动地、不依靠他人鞭策断除。

此外，自己断掉过失之后如果还有能力有威望，或者说有号召力，也要制止他人，不要让他们犯这些过失。

**如云：“设若过充满，然不观待他，自己知遣除，彼为智者相。”**

设若一个人的过失已经充满相续，如果自己认知到自己的过失，愿意断除，断除的心很猛烈，不观待他人的鞭策自己就知道断除的话，这就是智者相。

这和前面所讲的意思是一样的。经常观待别人，就好像一直保持在幼儿园的状态，幼儿园小朋友没有阿姨的话就不行，自己没办法管住自己。现在我们学佛都学了很长时间，基本上都是成年人，如果还保留在幼儿园的状态，上师说的时候就去做，不说的时候就不做，什么时候才能够独立？什么时候才能够真正去修行？

我们学法义的时候一定要考虑到方方面面的问题。以前曾经讲过，我们要发愿生生世世不离上师，但这是一种有为法。从大家的情况来看，基本上以后都是要独立的，现在就应该考虑“如果我独立之后该怎么修行”的问题，要有意识地培养“即便独立了我也能够自我修行”的能力。

我们应该发愿依止上师，只要上师在道场在，我们就一直安住，这是最有保障的。但如果我们不求发展，不培养自己独立的能力，一旦违缘显现，该怎么办？该怎么修行？依靠谁？像前面讲的乌龟的公案一样，一旦没有依靠，马上掉下来摔死了。所以，学法的时候要认真学，意义要通达，应该生起的功德都要生起来，就是为了独立后有修行的能力和断除过失的精进心。不依靠别人就能断除过失的能力要提前培养，培养这种能力的前提是我们现在学法的时候就要具备这种意识，有了意识就会深入、主动、精进，一旦离开道场离开上师的时候，自己能够调伏烦恼，具备自我修行的能力。这种意识如果不提前培养，临时抱佛脚肯定是来不及的。这就是智者的法相。

**他害莫嗔恚，应念宿业感，**

**为后不受苦，自当离诸过。**

他人在伤害自己的时候不要嗔恚，应该知道这是自己宿业所感，自己之前造过被别人伤害的罪业，或者伤害过别人，现在都是自作自受，怨不得别人，这样就会心平气和，不会再嗔恨别人。

“为后不受苦，自当离诸过”，为了以后不再受嗔恨引发痛苦的缘故，现在要主动离开造作过失的因。

**十九、对于他人无缘无故非理加害自己， 应当想到这是往昔宿业的报应，而不要嗔恨作害者。**

别人无缘无故诽谤加害自己，这种情况有人能遇到，有人遇不到，看个人的福报。有人一辈子很难遇到非礼加害，有人生下来就跟这个有缘，经常受到别人无因无缘的加害，一般人这时候就会产生嗔恨。此处教我们如理作意的处理方式，改变思维方式，应该想到这是往昔宿业的报应而已，不要嗔恨作害者。

**《勇部王传》中说：“度过众流转，大海业为因，是故汝不忍，诸害即非理。”**

“业为因”意思就是以善业为因。如果我们要渡过众生流转的大海，要依靠安忍等善业为因。“非理”即不是善业。不忍受诸害，就不是渡过轮回大海的善业，不是渡过轮回大海的因。如果你现在不忍受的话是无法渡过轮回大海的。如果忍受便是以善业为因，就能渡过轮回的大海。

**如果以怨报怨、以牙还牙，将成为后世痛苦之因而屡屡受苦，因此为了不再遭受痛苦，自己要做到远离嗔恨的过患，如此一来也将灭尽宿业。**

一般情况下，凡夫都会认同人不犯我我不犯人、人若犯我我必犯人，以怨报怨、以牙还牙等行为方式，认为这是合理的报复。按世间的说法，这些可以有商量之处。但从因果来讲，上师讲过：不管有理还是没理，如果相续中产生嗔心，这个嗔心就是自己的自相嗔心，自相嗔心就会引发烦恼，有烦恼就能引发过患。不管有没有理由，这个嗔心都是自己的，只要是嗔心就是罪业。所以在我们受到伤害的时候，不能说我有理我就能够嗔恨，我没理，我就不能嗔恨，在佛法中是不能这样观察的。不管有什么理由，嗔心的过患都不应该生起，必须要遣除，必须要安忍，必须要考虑到后世受苦的因而断除。所以，为了不再遭受痛苦，必须做到远离嗔恨的过患。

同时，修安忍也能很大程度上消尽自己以前的宿业。修安忍看上去似乎很吃亏，实际上若能以清净心修安忍，首先得到利益的就是自己，能远离后世痛苦的因，也消尽了以前的宿业。安忍是很难修持的，正因为如此，修持安忍所得到的功德也是巨大的，消除的罪业也是巨大的，比在顺境当中得到的功德和利益要大得多。

**《三摩地王经》中云：“凡愚非真实，当忍诸打骂，亦受辱拖扯，于诸余菩萨，我曾发害心，昔我造罪业，一切得清净。”**

凡愚的一切所行所想都不是真实义，都是虚假的世俗而已，受害者我、伤害者对方、伤害的方式等凡愚的分别念所摄都不是真实性的，是虚假的，应当安住于一切万法如幻的境界当中，忍受打骂、辱骂、拖扯等。应该这样想：我对其他菩萨曾经发过害心，曾经造过罪业，现在在还报，愿我以修安忍的功德，令以前对其他菩萨伤害的业全部得以清净。如果这样作意，自己完全能够得到安忍的功德。

其实这也是一个很矛盾的问题。作为一个僧人，在遇到世间人辱骂的时候，到底应该还手还是不还手。如果在大庭广众之中有世间人打骂你，你会觉得有损佛教的形象，觉得应该奋起还击，保护佛教的形象；或者为了将来其他僧人不被欺辱，我应该还击。这种想法看上去很合理，但如果对照这个教义来看，其实还是不合理的。如果内心有这种不清净的想法，在遇到别人辱骂的时候以怨报怨，这不是佛陀赞叹的行为。这方面还是需要分析的。讲的时候没有复杂的对境和因缘，说起来会比较容易，如果真的遇到这种问题，到底应该如何取舍呢？是维护佛教的形象和佛友的形象？还是修忍辱？到底怎么做，还是应该好好观察思考。

**毫不求回报，于他行饶益。**

在发放布施的时候不应该有求回报的心，应该以“于他行饶益”的心态摄持进行布施。这一句虽然说得是发放布施，但重点是放在心态上，这样的心态会成为智慧资粮的分支。前面也有一条关于布施的教言，主要放在布施的角度，这里的侧重点是主要放在作意的角度。我在布施时怎样作意、怎样的心态，这种心态再加上布施就能成为智慧资粮的分支。

**二十、如果发放布施，则无有希求对方回报或者异熟果报，而始终用布施及果报一并来饶益他众，就像自己享用饮食不求回报一样。**

当因缘对境现前，我发放布施，这时要有清净的心态。不清净的心态是希求对方报答、希求后世异熟果报，这都是有限的，不能成为成佛之因。这样的心态通过修行之后要逐渐予以断掉，而始终以布施和布施的果报来饶益他。做布施时，他当时能得到财物等饶益，果报是我做布施之后得到的功德，连果报也给他——今天我布施你财物，将来我成佛后给你布施佛法的功德，这叫做以果报来饶益他。如能做到这些，说明你一心一意地以利益众生心摄受来做布施，这是非常清净的善根。

打个比喻讲，自己享用饮食不求回报。我们吃饭时想不想回报呢？没想过。自己给自己喂食是不会想到异熟果报利益的。我利益别人时如果也抱着这样一种心态，是不会想到自己的利益的。

**《四百论》中云：“若谓今行施，当感大果报，为取而舍施，如商贾应呵。”**

有人想：我今天行布施，可以感得大的果报，这一点佛陀也讲过。这个作意从诚信因果角度来讲是对的，但要从菩萨道的侧面来讲则是应该呵斥之处。这两者层次不一样，有些时候应该赞叹，有些时候应该呵斥。比如行施感大果报的世间正见本来是应该赞叹的，而在菩萨道当中就成为呵斥之处，为什么？因为“为取而舍施”，现在布施是为了以后要取得更多的回报，就犹如商贾做买卖有利可图一样。“应呵”，佛陀说这样的作意是应该呵斥的。那要如何作意？不求回报。不要像商人做事一样求回报，一心一意地以利益他人的心摄受做布施，这才是真正清净的布施。

**有苦唯自受，乐与求共享。**

乐，指乐因，安乐因，衣物饮食等等。求者，指祈求者、乞讨者。有痛苦的话自己要担当，有乐的话要与求者共享。比如，他想要我的饮食，我就与他共享。

**二十一、当别人给自己带来痛苦时，这种痛苦自己一人默默忍受，而应当将安乐与乞求者共同分享。**

别人给自己带来痛苦的时候要默默忍受，这种默默忍受主要来自正见，来自于必须要忍受的这种信念，而不是像有些世间人因为性格内向，受到痛苦的时候也不发泄，也不同别人讲，闷在心里，这样很危险，一旦爆发没法收拾。这里所说的不是这种默默忍受，而是要了知修法广大的道理，由正见摄受，这样的默默忍受有一个基，有殊胜的作意在里面，不会发生前面所说的突然爆发的情况。

有快乐的时候应当把快乐的因与祈求者一起分享。

**如《摄集经》中云：“闻他恶行粗恶语，谓是自乐菩萨喜。”**

菩萨遭到别人的恶行，闻到别人的粗语时，不会想他是在伤害我，而会认为他在饶益我，使我产生安乐之因。如果没有别人的恶行粗语，我是无法修安忍、无法修道的，所以有粗语的时候，我才能够获得功德，才能够获得安乐，所以说“谓是自乐”。能够这样作意的话，菩萨就会生起欢喜心。这就是如理作意，具体的作意方式，《庄严经论》中讲了很多，也讲得很清楚。

**纵然富如天，亦莫起骄慢，**

**穷困如饿鬼，亦莫生怯懦。**

纵然我们富贵如天子一样也不要产生傲慢心，即便贫穷犹如饿鬼一样也不要产生怯懦心。这个意义在《佛子行》三十七颂中兴盛转为道用和衰败转为道用的部分都讲过。

**二十二、不用说以微不足道的小事而傲气十足或者自甘怯懦，纵然获得天人的富足圆满也万万不要趾高气扬，哪怕是穷困潦倒衰败得像饿鬼一样，也切切不可心生怯懦，闷闷不乐。**

此处是教我们这样作意会获得殊胜的智慧。不要因为微不足道的一点点小事马上就开始傲慢，或因为一点点小事马上就像泄了气的皮球一样打不起精神，都不要这样。纵然是获得了天人一样的富贵时也不要傲慢，哪怕穷困像饿鬼一样也不要怯懦，因为这些都是有为法，全是变化的法。如果自己获得了富贵，也终有一天会失坏的，没有什么可傲慢；即便就是像饿鬼一样，只要自己开始具备精进，也都可以转变。而且，如果耽执富贵，会成为修道的障碍；如果能够在穷困潦倒当中追求正法，这也是修道的顺缘。所以说没必要产生两种极端的情绪，要尽量避免这两种极端情绪。

**如云：“修行解脱者，远离引业故，方现异苦乐，纵兴莫骄慢，纵衰莫怯懦。”**

修行解脱道的人要远离引业，才能够显现异苦乐。“异苦乐”是和痛苦不一样的快乐，异苦的殊胜快乐。你要修行解脱道，必须要远离引业，之后会显现离开痛苦的殊胜安乐。后面两句是说：如果要离开引业的话，就必须熄灭烦恼。产生烦恼的因就是傲慢和怯懦心。所以兴盛的时候不要骄慢，骄慢是引业。“纵衰莫怯懦”，怯懦就是很容易堕落，没办法上去，这也是引业。如果要远离引业显现异苦乐的话，必须要在兴盛和衰败境相现前的时候如理作意。

**纵说真实语，损己失王位，**

**恒说为自利，莫言其他语。**

损伤自己的生命，是损己。纵然说真实语会失去自己的生命和失去自己的王位，也要“恒说真实语”。为了利益他人，即便损失自己的生命和王位也要“恒说真实语”。“为自利，莫言其他语”，即便为了自己生命得以保全，为了自己得到王位，也不要宣讲其他语。其他语就是真实语以外的伤害他人的语言，或者不符合于正道的语言。为了自利也不要宣讲这样的语言。前面一句说即便损失自己的自利，也要宣讲真实语；后面一句是说即便通过伤害他人能够得到自利，也千万不要说其他的语言。

**二十三、纵然由于言语利益他众的真实语而导致自利方面丧失生命或者失去国政，也要恒常讲说无上真实之法语，**

对国王来讲国政是很重要的，对一般人来讲生命是很重要的。纵然通过说利益他人的言语而导致自利方面第一丧失生命、第二失去国政，即便是这样，我们也要恒常宣讲无上真实的法语，因为这是后世利益之因的缘故。

**纵然由于有损于他而得以生存、拥有王位，实际上也相当于已经死亡或失去了王位，因为失去了正法之故。**

这叫“为自利，莫言其他语”。有损他人而得到生存、拥有王位，这两句是讲自利。得到这样的自利实际上和死了一样，和失去王位一样，因为失去正法就相当于已经死亡。所以，即便是为了自利也不要宣讲其他语，因为已经失去正法的缘故。

**《十地经》中云：“是故国王我，纵舍所惜命，享受世间乐，亦不舍三宝。”**

《十地经》中讲：是故，国王我即便舍弃所爱惜的生命，舍弃所爱惜、所享受的世间快乐，也不会舍弃三宝。对于世间的快乐和生命都能舍弃，但是对三宝不能舍弃。这个教证主要对照前面“说其他语就是舍弃正法”而言。意思是即便我放弃生命和受用，也不舍弃三宝，也不舍弃正法。

**因此，除此之外永远也不要说不真实的语言。**

除了真实语之外，永远不要宣讲不真实的语言。

**断除害他、一心利他是菩萨的主要学处。**

断除害他人，一心一意利益他人是菩萨的主要学处。

**《菩提心释》中云：“善趣所欲果，恶趣不欲果，由利诸有情，及害所出生。**

善趣所欲的善果通过利益有情而产生，恶趣不欲的果报由害众生所产生。这里的所依都是有情，你利益有情得到善趣果位，你伤害有情得到恶趣不欲的果位。

**依于有情得，无上之佛果，梵王护世间，彼等岂有获？”**

我们要获得无上的佛果，是依于有情而得到的。能不能依于梵天和依于护世间的天神得到呢？不可能。后面两句“梵王护世间，彼等岂有获”，梵王和护世间是天的名字，梵王就是梵天，护世间就是护世间的天神。我们依靠有情能得到无上的佛果，我们能不能依靠梵王、依靠护世间的天人得到佛果呢？“彼等岂有获”，这是不可能的事情。只有依靠有情才能获得，所以应该恒时利益有情，不要做伤害有情的事业。

**如此说禁行，恒常依此行，**

**由此具吉祥，亦成正量者。**

“禁行”指禁止的和行持的。行持的一部分是禁止的不能做的，把不能做的抛弃之后要行持能够做的。对前面所说的禁行恒常依此而行的话，“由此具吉祥”，相应得到两种果，一种是国王会具有一切吉祥，另一种是成为世间上的正量者，别人都信服你，以你作为标准，以你作为正量。这就是依靠前面的正法而行持的果报。

**二十四、要恒常依照上述所说之言教的禁行而实际奉行。**

对于前面所说的言教和禁行要实际奉行。

**这样去做，在现世中大王你也会一切吉祥，在整个人间，成为众所信赖的殊胜正量之士，因此要坚定不移去行持。**

如果这样做的话，大王在现世会一切吉祥，不会有任何的痛苦，在整个人间会成为别人信赖的殊胜正量之士。因为有这样殊胜利益的缘故，要坚定不移地去行持。

**汝恒于一切，三思而后行，**

**由见真实义，而不随他转。**

国王或者修行者应该于一切时间三思而后行。“由见真实义，而不随他转”，因为三思而后行见到了真实义的缘故，不可能随他而转，这就是智慧坚固的表现。

**二十五、国王你时时刻刻要对一切取舍之处，首先善加观察该做不该做而取舍好坏，依靠无误照见真实取舍的一切意义而不随他转，也就是说无需问别人，心稳固不动。**

对于一切取舍之处不要盲目去做，应该首先观察应做不应做，然后内心当中无误照见真实取舍意义之后就不会随他而转了，别人说什么自己都不一定跟随去做，所以说“无需问别人，心稳固不动”。

**关于这一点《本生传》的教证前文中已引用过。**

对于《本生传》的教证，前面引用过一次，也是在宣讲做事之前必须要取舍，在昨天内容当中已经讲过了，可以翻看一下前面的教证。

今天讲到这里。

所南德义檀嘉热巴涅

托内尼波札南潘协将

杰嘎纳齐瓦隆彻巴耶

哲波措利卓瓦卓瓦效

1. 《耳饰经》中云：“末世五百年，我现文字相，作意彼为我，尔时当恭敬。” [↑](#footnote-ref-0)
2. 麦彭仁波切在《君规教言论释•观察语言品》中云：“有时缄默不成事，有时默言成办事，若不了知应说否，信口雌黄多过患。” [↑](#footnote-ref-1)
3. 《大乘经庄严论》云：“彼初勤戒者，辨别经等法，以及不二义，心住经等名。尔后彼依次，伺察词句类，亦于各别内，如理析其义。认定彼等义，复次总结法，为得彼之义，复次彼发愿。” [↑](#footnote-ref-2)