**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》第五十课**

**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》。

前面四品已经讲了，今天开始讲第五品僧俗学处，虽然主要是宣讲出家的学处，但是对于在家的应该断除或者应该修学的，也在此处进行观察，所以这个地方讲的也是在家和出家两种修行人都应该了知和修行之处，这就是第五品僧俗学处的主要内容。

**丙四（教诫欲得解脱之出家菩萨广行学处）分二：一、略说在家出家之学处；二、广说。**

**丁一、略说在家出家之学处：**

##### 尔后出家者，初当敬学处，

##### 多闻别解脱，戒律勤择义。

##### 次知细微罪，应断诸过根，

##### 所宣五十七，努力而观察。

##### 紧接着前一品的内容，前面龙树菩萨教诫国王，末法时代的众生刚强难化，如果没办法使佛法和世间法两者并行不悖的话，就应该出家。出家之后应该怎么办呢？出家之后应该了知次第地修学一切佛法之义。

##### “尔后出家者，初当敬学处”，最初应该恭敬学处，对于所学之处应该修学，叫做学处的意义。学处，从广义来讲，就是所学习之处；从狭义来讲，就是指戒律。此处偏重于狭义的学处，对于戒律方面学处必须要非常恭敬，必须要了知。

##### 第二个教诫是“多闻”。作为一个出家者来讲，必须要对经律论三藏的一切佛法多闻，因为多闻的缘故，所以了知取舍之处比较广大、比较细微。如果对于取舍之处能很细微地了知，就可以有效遮止很多粗大的非理作意、分别念等，能够知道如何发心、如何修持一切出家的功德，这方面全部来自于多闻，此处用了很多篇幅来介绍多闻的必要和功德。

##### 下面紧接着讲“别解脱，戒律勤择义”，对于别解脱戒和总的戒律，必须要“勤择”。“勤择义”的意思就是很精进地抉择别解脱的含义和戒律的含义。

##### 不了知别解脱戒律内涵的人，往往认为会这是一种束缚，所以有些学佛者不敢受戒，或者出家之后不敢受大戒，有很多疑惑。佛陀针对修学者为什么要制定这么多戒条？与前面所讲的一样，主要是为了有效地遮止非法。受了戒之后，就不能做这些事情，通过受戒的力量，以守戒的能力对于身语意三方面的恶业能够有效的遮止。在遮止罪业的基础上修持善法或累积善法，就很容易相应、很容易解脱，如果正确了知别解脱和戒律的内涵，明白佛陀制戒的初衷，我们就会对于别解脱戒和戒律通过一种愉悦心去守持。这方面讲到了别解脱戒的相、缘起、作用等等，必须都要了知。

##### 作为一个修行者，不管是出家也好，在家也好，对于别解脱或者对于戒律的意义和内涵都不知道的话，就没办法守戒，如果不知道戒律，而说自己戒律清净是不可能的事情，这就是一个可笑之处，米勒日巴尊者也在道歌当中作了教诫。如果要戒律清净，必须知道取舍之处，到底哪些戒条是不应该做的，哪些是应该修学的，连这些都不知道的话，说自己的戒律清净那是绝对不可能的，不仅别解脱戒如此，菩萨戒、密乘誓言都是这样的。不管怎么样，对于应该修学的戒律方面，还是应该花相当长的时间来进行观察、抉择、受持。

##### “次知细微罪，应断诸过根”，应该了知经论当中所宣讲的细微罪业。因为了知细微罪业而修持正法的缘故，就可以断除一切过失的根本。此处宣讲细微罪讲到了五十七条，对于这五十七条应该努力观察，观察完之后，应该努力地安住此处所讲的意义当中。

**放弃王位之后从有家到无家，由在家而出家为僧者当务之急就是要勤于闻思修行。**

此处主要是给国王讲的。如果一旦放弃了王位，从有家到无家，作为出家的僧人，“由在家而出家为僧”，当务之急就是勤于闻思修行，实际上对于弃位为僧者，或者从在家到出家的一切僧人，最主要的事情并不是其余的琐事，实际就是闻思修，此处也是教诫出家为僧者必须要闻思修行。

对于在家和出家修习佛法来讲，有些佛经论典当中也教诫说，在家修持如果精进的话也可以解脱；有些讲如果是在家的话很难解脱，出家的话容易解脱。我们以前也分析过，主要从大的方面来看，在家有很多琐事、很多应酬、很多养家糊口的事情，这些事情你不得不做，如果要做这些事情的话，一个凡夫人，而且是初学者，要用很多精力来应付这些事情的缘故，对于正法的精进，对于正法的修行，可以说是没办法全身心的投入了。从这个方面观察、对比起来的时候，如果能够弃家出家，在大环境当中，从硬件侧面观察的时候，必定是少了很多琐事，无量无尽的琐事斩断了，会有更多的精力和时间来修学。如果在这样的环境当中，或者在这样一种基础上，自己是一个懈怠者，当然就是形象上出家的，形象上出家并没有实在的意义。如果在这个基础上自己能够精进修持，获得成就的几率就大得多。

我们应该知道总的原则，而不能以个例来进行观察。个例的观察是怎么样的呢？就是挑一些很优秀的居士和一些很糟糕的出家人来对比，一对比的时候，觉得出家是没有意义的：你看出家人没修好，这些在家人修得这么好。虽然把个例挑出来对比，也能说明一些问题，但是没有办法客观地认知佛陀劝诫出家的意义了。比较客观的情况，是从总的环境或者从修法所依的层面来讲，可以很公正地观察到，出家的优越性确实多得多了，有很多时间、精力或者因为出家的缘故，能够长时间地依止善知识、闻思修行、抉择正见，长时间进行打坐来抉择正见等等，这方面在家人是很难做到的，即便有一两个能够做到长时间依止善知识，但是也不可能通过一两个来说明所有的在家人都能这样。

现在我们就通过比较出家修学佛法和在家修学佛法就可以知道了。我所了知的内地学习佛法的人，比如说在两个小组当中学习的，菩提学会也好，显密学会也好，实际上在家人大部时间都是在工作，只是星期六星期天两天时间可以学习，在一个星期当中学习的时间是很短暂的。如果按照出家来讲，从五明佛学院的出家僧众来观察的时候，一个星期就休息一天，其他六天都在闻思、修法，对于法义如果串习得多，收获就大，如果串习得少，收获就少，从这个方面观察的时候，肯定是不能够相比的。出家修行从条件所依来讲，绝对是胜出的。至于出家之后你自己怎么做，你是懈怠者或者出家之后去贪名闻利养，还是利用很好的条件去修法，就要看自己的根性、意乐等种种情况而定，总之所依方面绝对是非常超胜的。因此，此处也是讲，如果出家之后必须要勤于闻思修行。

**首先，对殊胜的戒律学处要谨小慎微（不放逸），极为恭敬。**

首先对于殊胜的戒律，必须有一种恭敬心，通过恭敬心对待学处，自己才能按照戒律学处去实行。如果对于戒律本身不恭敬，认为这是佛陀是不了义的说法，或者佛陀为了什么目的等等而宣讲学处，然后对戒律的态度非常轻慢。如果对于戒律很轻慢，本身就是一种罪业；如果对于戒律很恭敬，自己虽然不能完全守持，但是很恭敬的缘故，自己也愿意尽量去守持很多学处。首先对于殊胜的学处必须有很正确、很恭敬的态度。戒定慧三学当中，戒学放在首位，绝对是有大必要性的。

**其次，等持与智慧的因就是寻求听闻，所以，要广闻博学概略的别解脱与《母子阿含》及《杂事律》等三藏。**

获得广大等持和广大甚深智慧的因就是寻求听闻，因此进入佛法之后，必须要广大地听闻佛法，这样才可以知道抉择之处或者修行的方式，在听闻的基础上再进一步地思维，对于听闻的正见就能够进一步巩固，通过长时间的思维之后，相续当中的定解就会产生，修法的时候缘定解而观察、安住，叫做修，所以，要获得广大的等持和智慧最初就是听闻。

法王如意宝说：“对于初学者，听闻甚至超胜于修行。”虽然修行很重要，修行是证悟的近因，我们要证悟必须要通过修所生慧而得到，但是对于初学者来讲，修所生慧难以生起，真正的如理修行难以生起，因此对初学者来讲，更重要的就是闻思。当然也不是一直要这样下去，闻思主要是为了产生定解，有了定解之后，必须要一心一意去实行，反复串习，真实去体会这样一种意义。这方面在其他教言当中，也是屡次教诫过的。

《母子阿含》，有些翻译成《四阿含》，对于《四阿含》《杂事律》等宣讲经义、戒律等三藏必须要广闻博学。现在学习的主要就是显宗方面以五部大论为主，五部大论当中概括了佛法的精要，对于小乘就是讲《俱舍论》和戒律，这两者主要是小乘的见和行为，这是基础。大乘也有因明、世俗谛方面的教义，从般若的体系来讲，一个方面就是讲中观见、空性，另一个方面就是中观见的修证次第，即怎么样修证般若，怎么样从凡夫到佛地，如何修持的次第是《现观庄严论》讲的。所以从五部大论来讲，虽然没有涉及到方方面面，但是基本上整个大乘小乘所有的了知之处，在五部大论当中可以包括，在这基础上，如果有时间精力，条件允许的话，弥勒菩萨的五论也能够帮助我们通达法义。

此处是以《母子阿含》和《杂事律》为例，教诫我们必须要广闻博学。

**集中精力深入细致地抉择其义，从而圆满通达取舍之处。**

我们听闻主要是了知所讲的内容，或者说听闻能够告诉我们怎么样去观察、思考，以及修学的方式，因此我们听闻之后，要集中精力深入细致地抉择其义，绝对不能满足于听了一次就够了，听了一次不能代表我们完全通达里面的意义。

前段时间我们也讲过，对于一部论典反复听闻、反复思考，可以通达它的外内密的含义，每次听闻的收获都不相同，主要就是因为我们听闻、抉择的是佛法的修证，佛法的修证是很甚深的问题，很多时候关系到法界的实相和内心证悟的境界，实际上意义是很深的。泛泛地听一两次，觉得通达了，实际只不过是通达了一点皮毛，而且也只是通达了一些词语上的皮毛而已。

此处说听闻之后，必须要集中精力深入细致地抉择所听闻的意义，我们所听闻的意义，必须要遣除增益和损减，遣除了怀疑之后，对于所抉择的意义产生不退的定解、正见，而这种正见就是修行的所缘。所以，我们在听闻之后，必须要深入细致地去抉择，从而圆满通达取舍之处。

**接着应当对一切细微罪业也做到心中有数，进而断除一切过咎的根源。**

除了比较粗大的罪业需要断掉之外，一些细微的罪业也必须要做到心中有数。这里所讲的细微罪业，主要是从很多心理状态——很多容易滋生粗大烦恼的罪因，进行观察抉择，所以对于这些细微的罪业必须要做到心中有数。达到什么程度呢？内心当中一旦产生烦恼的时候，必须要认知，然后通过自己所学习的乘法加以对治，所以“进而断除一切过咎的根源”。

**了知取舍以后必须要努力实地行持。**

前面主要是了知取舍之处，遣除怀疑生起定解。在了知取舍之后，必须要努力实地行持。闻思修当中的修行，只有通过反复串习、修行，内心对于所通达的定解有了亲证，才有了现证的可能性，否则只是安住在闻思的地步，只是满足于闻思的话，实际上我们就会缺乏实行，如果缺乏实行，就难以真正去亲证，所以了知取舍之后，必须要努力行持。

前面讲了很多次，所谓的修行就是再再地串习，对一个定解再再串习。我们在修法的时候，对于暇满难得、无常、菩提心、空性的修法再再串习就叫修。所谓的修就是对于一个法义再再地去串习，这方面打坐时可以安立，在座下实行布施、持戒等等的时候，也同样可以安立。

修行正法是从这个方面进行体验的，主要是对于所通达的意义努力去安住、努力实践，这就叫做修行。有的时候我们定义修行只是在座上，只是在打坐的时候叫修，除此之外都不叫修，如果我们安住在狭义的定解或法相当中，肯定会有这样的认识；如果对修的意义真正完全体会了，我们平时持戒叫修，再再布施叫修，安忍也叫修，这些都是一种修行的方式，只要是努力实践都叫修行。

《**三摩地王经》中云：“是故，童子汝当学修精华，何以故？童子，能修行精华者，无上真实圆满菩提并非困难。”**

“精华”是实义的意思，即取坚实义。对于当机童子来讲，应该学修精华或者应该取坚实的意义。如果能够真正去修行佛法精华，无上真实圆满菩提并非困难。因为圆满菩提是一种果，修行真实义就是一种因，如果能够对于精华义再再去串习、修行的话，因圆满，果就会圆满，所以如果能够修行精华的话，无上真实圆满菩提不会困难，绝对会很容易获得。

**不精勤于菩提心有增无减等之因——闻思修之事，纯属魔业。**

有些地方讲如果离开了菩提心修善法纯属魔业，此处讲如果不精进菩提心有增无减的因——闻思修，就是魔业。此处的意义，一方面提到了菩提心的重要性，另一方面讲到能够让菩提心再再地增长，无有退失的因是什么呢？就是闻思修。对于大乘的教义，再再地去听闻思考修行，不但不是修行佛法、修行菩提心的障碍，而且是能够让相续当中成佛的种子——菩提心再再增长、没有退失的一种正因，所以对于闻思修行必须要坚持趣入，如果离开了闻思修而修持这样的法，叫做魔业。

**《菩萨别解脱经》中说：“舍利子，当知何者为佛陀菩提而发心后不勤于多闻，彼非称为真实菩萨。**

经典当中讲，最初缘菩提而发心，然后开始勤于多闻，必须要对于大乘的教义再再去听闻。实际上菩提心的体相是非常广大的，如果我们没有学习，或者不去缘大乘的经论再再地学习，就会认为菩提心很简单，为利众生愿成佛就是菩提心，虽然没有错，但是在这里面包括了很多内容，通过一句话确实能够把菩提心概括，我们在理解菩提心定义、法相的时候，能不能够知道它的内涵呢？什么叫利益众生？什么是佛？为什么要成佛？

如果不去学习，我们理解菩提心的层次，会停留在非常肤浅的层面上，这时候我们的发心也不是真正的发心，只是相似的发心而已，最可怕的就是把相似的发心认为是真实的发心，产生一个慢心，觉得不需要学了。为什么呢？大乘和菩提心的教义我已经完全通达了，实际上根本没有通达，如果按照这个情况发展下去，即便到临死的时候，都不知道菩提心到底是什么东西，菩提心到底是什么状态，完全不知道。学习大乘佛法，就是菩提心当中的一个因。对纯粹利他方面，也许我们现在才有了一点体会，什么叫做真正打破我爱执的利他心，如果不去广大了知的话，菩提心的一个支分，即便是利他的这种作意，都难以真实去体会，更不要说生起来，对它的意义有所理解都是很困难的。

还有另外一个支分就是成佛，为利众生愿成佛，那么所成的这个佛到底是什么？实际上很多地方讲了佛的本体、体相、功德，如果对这个不听闻不了知，那我们对愿成佛就不知道到底是什么，自己的内心就觉得佛可能就是很舒服的状态，或者高高在上叫做佛。这些对于佛、菩提来讲，绝对是错误的知见。

即便是对于菩提心的问题，也要长时间的抉择之后，才能有一个清晰的认知。菩提心也是一个很大的问题，在《现观庄严论》当中很多辩论都是菩提心到底怎么样安立，如果没有必要或者很容易通达，高僧大德也不可能造很多大论典，或者辩论场上对菩提心的辩论提这么多的问题，长时间的辩论也根本是不需要的。这些大德不可能比我们的智慧还要差，我们一听之后就通达了，他们还不通达，必须要辩论很长时间才知道，这是完全不可能的事情。

发了菩提心之后，必须要勤于多闻，尤其是大乘的教义必须要多闻，有时候对于四谛法等小乘教义也要多闻。比如前段时间学习广论的时候，上师也专门讲了《瑜伽师地论》当中的很多种痛苦，就是缘众生发起悲心的时候，所缘境广大。对各式各样的众生都能够发起悲心，这也是它一个支分。如果没有听闻，自己的作意、思维的范围就非常狭窄，如此自己产生大悲菩提心的机会也是非常低的。

此处讲发了菩提心之后不勤于多闻，就不是真实的菩萨。

**舍利子，仅以虚名，不能成就无上真实圆满佛果，而具智慧方能成就无上真实圆满菩提，圆满成佛。**

单单有个虚名认为自己是菩萨，通过这个虚名能不能成佛呢？这是无法成佛的。我们必须要取坚实义，前面讲了要取坚实义，即便是名称也要有坚实义，我们必须要发起利他菩提心，这时候你的名称才是一个真实的名称，如果里面没有真实利他菩提心，单单取一个菩萨的名号，是不能够因此而成佛的。

“具有智慧方能成就无上真实圆满菩提，圆满成佛”，这是告诉我们必须要有智慧，菩提心实际上也是一种智慧。

**若问：智慧决定有何而生？由多闻而生，舍利子，是故汝当真实而行，汝当了知。**

既然必须要通过智慧才能成佛，那智慧是从什么因而产生的？智慧可不可能无因无缘产生的？这是不可能的事情。所谓的智慧是通过多闻而生的，因此应该真实行持多闻。

**舍利子，发菩提心后不勤于多闻者乃为恶魔波旬所加持。**

此处讲发了菩提心之后，如果不勤于多闻，就是恶魔波旬所加持的对境，或者是加持的结果，自己发了心之后，不想要多闻大乘的法义，是魔所加持。

**过多听闻乃魔业。”**

还有一个问题，前面讲了如果不勤于多闻是魔业、魔加持者，过多听闻也是魔业，前后内容是不是矛盾的，应该如何理解、通达呢？下面尊者做了解释，主要是针对过多听闻乃魔业是从哪个方面称为魔业的。

**所有大圣者解释说：这里的密意是指广闻博学、了知众多没有达到究竟，也未身体力行，最后就变成了乞丐。**

所有大圣者解释了什么呢？就是解释过多听闻乃魔业的意义。为什么说过过多听闻乃魔业？什么情况过多听闻称为魔业呢？密意就是说有些人表面上是广闻博学的，虽然了知很多很多法，但是所了知的法也没有达到究竟，如果广闻博学达到究竟，他的正见会非常稳固。如果是了知很多法，但没有抓住核心、关要或者没有达到究竟，听闻之后没有身体力行，只是满足于广大的听闻而已，通过这个因导致最后就会变成了乞丐。乞丐的意思就是说他自己根本没有什么东西，实际的收获根本没有，他可以去看别人很多东西，或者说了知别人很多境界，但是乞丐本身是非常贫穷的状态，所以说满足于多闻，或者通过多闻没有达到究竟的人，最后变成乞丐，相续当中空空一片，甚至于沦落成为法油子，虽然知道得很多，但是从来不实行，相续当中越来越坚硬，没办法调化，就变成乞丐了。

此处讲多闻要达到究竟，究竟并不是从数量上说的。无垢光尊者也讲了，在末法时代要从数量上面去达到究竟，是根本做不到的事情，一切内外宗派浩如烟海，多如晚上的繁星一样。我们通过有限的时间、精力，怎么可能达到究竟呢？这不是说数量上必须要达到究竟，而是讲我们所修行的法义、抉择的见解不能有怀疑，要达到究竟。究竟的意思是说对于闻思修的三种关系，自己通达之后，发现没有丝毫抵触，对于听闻和修行的密意，对于一切佛菩萨论典当中的密意都能够善巧圆融，没有什么互相抵触之处，这叫做达到究竟。一方面是自己所要修行的法，已经再没有什么可以超过的了，即便是现在离开上师，自己一个人修行，确实也没什么怀疑的。

以前我们学过《窍诀宝藏论》，无垢光尊者讲如果要实修的话，第一个上师悦意开许、很高兴地开许去实修；第二个你对于所修的意义没什么问的了，六个条件当中有两个是这样讲的，如果忘记了，可以翻阅一下，在《窍诀宝藏论》刚开始的时候，讲过这个问题。有时候我们以为达到究竟了，实际上还没有达到究竟，就是自己欺骗自己。自己觉得听了很多，全部知道了，其实还有很多不知道的，在修行过程当中，各种疑惑都会不断地涌现出来，这就是自己对于所修行的法的定解还没有达到究竟。从这个方面解释了过多听闻乃魔业。

此处尊者引用经典，教诫发了菩提心的菩萨必须要勤于多闻，必须要广闻博学。不单单是此处，全知法王无垢光尊者在《七宝藏》当中讲道：“我的大圆满必须是广闻博学的人才能证悟的，如果不是广闻博学的人根本证悟不了。”不管是显教、密宗大成就者，还是大圆满的教主，对于这个问题都是做了很清晰的指示，也就是说如果没多于听闻的话，对应该修学之处就会愚昧，一旦愚昧之后，对于深细的大圆满实际上是很难证悟的。

以前我看了观音上师的开示，他说，有些人认为大圆满很简单，大圆满怎么可能很简单呢？如果大圆满很简单，怎么可能变成九乘之巅呢？这是不可能的事情。或者我们认为中观、空性或大圆满很简单，实际上认为大圆满简单的人根本不知道大圆满。我看到的时候，确确实实觉得是有意义的，以前大概知道，听了老人家的开示，书上写了之后，对这个问题比较清晰明了。有时候我们觉得字句容易通达、觉得很简单，如果真正简单的话，它不可能变成九乘之巅，绝对是很深奥的。

从这个方面讲的时候，大圆满修法主要是下面的基础全部圆满之后的一种修法，如果我们下面这些修法都没有真正地生起来，或对于这些空性、如来藏等等，从字句上看很简单的话，有时候可能就是一种傲慢，实际上不可能是很简单的。

为什么无垢光尊者说，广闻博学的人才能证悟大圆满呢？如果不是广闻博学的人，觉得一切很简单，修了很长时间之后就觉得不是这么简单，实际上它的理论是非常深奥的。当然如果通达下面的乘之后，大圆满的祖师们在讲的时候，从无垢光尊者《七宝藏》中当中作广大的抉择，智悲光尊者在他的《功德藏》中广大的抉择这个见之外，很多上师在讲大圆满的时候，都是词句很少，为什么词句这么少？实际上这些是窍诀，因为理论已经讲完了，该讲的理论都在其他地方讲了，所以对于通达所有理论的人，不需要再多的词句来讲解，把主要的指出来，通过指点你就知道怎么去安住，怎么样去增上。否则单单是抓住一两个很短小的大圆满的窍诀就觉得通达了，实际上还有很多问题确实是没有通达的。

**《无爱子请问经》中说“布施、持戒、听闻三资粮中，听闻属于智慧资粮，功德颇巨”，而附带实例讲述了许多有关道理。**

在《无爱子请问经》当中这样讲的：布施、持戒、听闻就称之为三资粮。在三种资粮当中，听闻佛法是属于智慧资粮，如果能够听闻，“功德颇具”，功德非常大，佛经当中这样讲的。即便我们没有办法获得其他诸如布施持戒方面的清净功德，如果能够发清净心听闻的话，依靠教证抉择，这属于智慧资粮，功德是非常大的。而且附带实例讲了很多有关的道理。

**所以，应当开发智慧结合修行。**

因此说，我们应该开发智慧结合修行，也就是说一方面多闻思，一方面多修行。以前上师也讲过，如果你懂得修行，在着重闻思的时候，也可以找一些时间来串习、修行。虽然很多人总是说我要实修，但是我是这样想的，谁让你不实修了？谁把你捆住了？都没有把你捆住。一方面口头上喊要实修，一方面在一天当中，走来走去的时间很多，是不是真正一点打坐的时间都没有？或者半个小时抽不出来？一个小时抽不出来？据我观察并不是这样的：睡觉的时间占了很多，还有其他的来来去去、谈天等其他散乱的事情占得很多。一方面说闻思不重要我要实修，另一方面每天有这么多时间都没有去修。如果真正能够善巧安排的话，每天当中肯定可以挤出几个小时来修行的，这是没什么讲的。

就我自己来讲，如果不讲课，专门去安排修法的话，当然安排的时间、方式就不相同了，或者说自己作意的方式、有没有其他方面的挂碍方式就不相同。就现在我的实际情况来讲，我自己观察一下的话，除了备课或者听课，其余的时间之外，实际上还是有很多时间的。我自己也是在呵斥自己：谁让你不修的？你有时间走来走去，你有很多时间去散乱，就没有时间去抽空修法吗？没有时间来打坐吗？那是根本不可能的事情。所以这方面还是要看自己，如果自己安排得好，虽然现在是着重闻思的时候，但是着重闻思并不是说就不修行，不是这样的。如果懂得安排的话，着重闻思之外，还是可以至少安排一座或两座，这是绝对可以的。

如果是自己闻思很累了，就想找一个借口说实修很好，不需要去背诵，不需要去准备讲课，当然是一种轻松了。但实际上我们真正把闻思放掉之后，让我们去修行，我们能不能真正修下去？我们觉得修法肯定是很好的，只要把闻思放掉去修行，很快就能解脱，这是我们的想法。

对这个问题我是非常仔细地思考过，思考过之后，我对自己下个结论：这是绝对不可能的。放下闻思马上修行，就会马上相应，是绝对不可能的事情。为什么呢？闻思和修行两种比较起来，修行更枯燥。而且闻思的心和修行的心比较起来，修行的心更细。如果我们在闻思的时候，心都很难专注、相应的话，在那个地方去打坐，你安排六座，或者安排四座，这样修下去，能够很快相应，我是绝对不相信自己能够马上相应的，这是不可能的事情。闻思都这么痛苦，何况是修行！我觉得它比闻思还要痛苦，肯定还要痛苦。闻思还有一个所缘，对经论、词句方面去思考，或者有什么不懂的，马上去问了之后，就能知道。修的时候你不懂，问了就能知道吗？它必须内心当中产生一种觉受、体会，或者说闻思的体会和修行的体会是完全不相同的。修行了很长时间之后，很有可能修了半天修不动，就彻底不想修了，对于修法产生一种彻底的放弃心，也是非常有可能的事情。

对于这个问题，我前面讲过，我自己绝对是不排斥修行的，闻思之后的定解就是用来修的，就是修的所缘。我们有时候认为闻思没用，而且还有一个看法，什么看法呢？只要不闻思了，投入实修，就万事大吉了，什么问题都解决了。绝对不可能，放下闻思，专门修行，什么都是万事大吉的，是绝对不可能的事情。观察一下自己的心就可以知道了。现在我们闻思的时候，还可以做比较散乱的善根，如果是很严格修行时，会把你关在房子里面，比较严格的闭关，不要说在院子里走来走去，实际上你房子都不能出的。想想看，如果你没有相应的话，活活把你逼疯。我也听过有些内地闭关的人，给他提供了所有的资粮，最后把窗户砸了跑出来，这还算好的，确确实实他知道自己闭不了，把窗户砸烂跑出来了。有些强制性压制自己，就是发疯了。

虽然我不敢说所有人都是这样，但是如果你没有了知这些问题，或者说没有客观地去了解这些问题，就觉得只要去修行，全部都是万事大吉的话，我观察了自己的相续和很多情况之后，这个问题我是不敢承认的，谁来给我讲都不敢马上承认，你可以给我讲很多正面的例子，我全部可以接受，很多大德通过闭关成就的，但是所有的人是这样的，我绝对是不承认的，尤其是我们的分别念这么粗重，资粮这么薄弱，也没有很坚固的正见，在这种情况下说是马上要修行，还是为期过早了一点，还不如像这个地方所讲得一样，首先抉择一个清净的正见，在这个基础上面发愿，或者积累资粮到了一定的时间，尤其是前面无垢光尊者的窍诀当中讲得很清楚，闭关有六个条件，我们应该对照自己是不是具备了？一个方面不再有什么疑惑，不需要再问什么；还有一方面上师很高兴地开许。如果上师不开许，自己再再请求，上师就说你要修就去修吧，这种开许实际上不算悦意开许，如果没有悦意开许去修行、强制性要去修法、闭关，中途会出现很多魔障。如果我们相信上师的话，就要相信上师有智慧观察我们到底有没有到了修行的阶段，如果没有就不要勉强。如果上师观察确实是到了时间，上师的想法是我这个弟子怎么样最快成就，他不可能不考虑这个的，到了该修法的时间上师还不让你修，那就不算是一个真正的善知识。如果真正你的时间到了，上师会悦意开许，如果上师不开许，说明我们时间还没成熟，因缘不成熟，还是不要强制性地去做，或者按照自己的想法去做。这方面要注意，我自己一直是这种观点。

对于修法之前做准备不能够懈怠、厌倦，准备越充分，在修法的时候障碍就越少；准备越不充分，修法的时候障碍就越多，最后还是那句老话“欲速而不达”。我们想很快成就，但准备工作没做好的话，想很快成就，也是不可能的事情。这些上师也是再再讲了很多。所以，应该开发智慧结合修行。

**如果有人问：从所断的细微罪业要了知是指什么呢？**

**所有经论中一致宣说的五十七种，在此讲解，对此要勤学，确实通达之后予以断除。**

在经论当中一致宣说了五十七种，就是下面所提到的五十七种细微罪业，在这里进行讲解，我们要勤学，确实通达之后，必须要通过实际的修持方式予以断除。

**这以上是简略说明。**

**丁二（广说）分二：一、舍弃过失；二、应取功德。**

对于应该舍弃的五十七种过失，下面开始进行观察，这个有两种：舍弃过失和应取功德。

**戊一（舍弃过失）分二：一、广说；二、摄义。**

**己一（广说）分三：一、宣说忿等初十五法；二、宣说诈现威仪至不死分别之间；三、宣说显扬自之功德等。**

**庚一（宣说忿等初十五法）分二：一、宣说忿等十四法；二、宣说慢。**

**辛一、宣说忿等十四法：**

##### 忿令心烦乱，随彼心怀恨，

##### 覆即藏罪业，恼即执罪恶。

对于细微的罪业，是这样讲的：“忿令心烦乱”，所谓的“忿”是什么？就是让自己心烦乱的一种状态叫做忿。“恨”是什么？“随彼心怀恨”，“彼”就是讲前面的忿，跟随这样一种忿怒、念念不忘，心中怀恨，这叫做恨，“忿”和“恨”是分开解释的。“覆即藏罪业”，所谓的“覆”就是千方百计地隐藏自己的罪业。“恼即执罪恶”，所谓的“恼”就是执著罪恶不放。

**一、所谓的忿，是指心烦意乱，**

所谓的“忿”是指心烦意乱，就是很不舒服、很不安静的一种状态。

**经典中所讲的“忿”用在前面，以能说的论典来讲解就是“心烦乱”，**

这里讲了一种方式，经典当中所讲的“忿”用在前面。我们看这个颂词“忿令心烦乱”，经典当中所讲的“忿”，它是在前面的，叫所释，所解释的；能解说的论典叫能释，能解释的论典此处指《中观定鬘论》，《宝鬘论》解释“令心烦”就叫“忿”，后面是能解说的论典，前面是所解说，对于经典当中所解说的“忿”，后面以能解说的论典进行讲解就是“心烦乱”。

**以下的所有法大多数也要如此理解。**

不是所有的，大多数经典当中的所释放在前面，能解释的意义放在后面。

**二、恨：随着忿怒而念念不忘即是怀恨在心。**

所谓“恨”是什么呢？前面生起忿怒，之后念念不忘这样一种忿怒，称之为怀恨在心，称之为“恨”。

**三、覆：是指隐藏罪业，当他人谈论过失时，投机取巧想方设法密而不露。**

所谓的“覆”，就是讲千方百计的想要隐藏自己的罪恶，不让别人知道。比如当别人在谈论过失时，必须要发露或者谈论自己过失的时候，自己就投机取巧想方设法地把自己的罪业保护起来，不泄露，让别人不知道叫“覆”，这是一种烦恼。

**四、恼：由忿怒之因所引起，耽著罪恶持执不放的心态。**

“恼”就是忿怒的因所引起的，它的本体就是耽著罪恶持执不放的心态。对于罪恶，持执不放的心态就叫恼。

##### 谄为极虚妄，诳即心不正，

##### 嫉以他德忧，悭畏舍施性。

下面讲了四种。所谓的“谄”是极为虚妄的一种心态，“诳”就是心不正直的一种心态，“嫉”就是对于他人的功德心怀忧虑的一种状态，“悭”就是“畏舍施性”，害怕施舍，就是一种悭吝。

这方面讲到了平时我们细微的内心状态，这些内心状态实际是引发大罪业的因。如果我们对自己内心当中的“忿、恨、覆、恼”等等不知道的话，我们就安住在这个体性当中，还认为自己是一个好修行者。一个真正好的修行者，他对内心当中的这些法，对这些起心动念都能够一一分别，正知正念具备的话，他都能一一分别：这是一种“忿”的状态，这是一种“谄”的状态。这样分别之后才有压制、对治的机会出现，自己在出现这些罪业的时候，或者不好的心态都发现不了的话，就没办法对治，如果不对治，它的力量、功用就会再再地增强，在增强之后就会导致很严重的罪业发生，即便是没有严重的罪业发生，我们恒常处在这些烦恼状态当中，自己的心是难以彻底清净的，没有把这些烦恼彻底清净的话，清净的功德也是难以发生，因此对于这些法需要一个一个认知。

**五、谄：极端欺骗他众的一种态度。**

所谓的“谄诳”是分开讲的，“谄”就是极端欺骗他众，自己内心当中有一种极端欺骗他众的态度，或者身语当中表现出来，这叫“谄”。

**六、诳：所谓的诳就是心术不正，虚伪狡猾。**

“诳”就是自己的心术不正，不是安住正直的心态当中，而是自己安住在虚伪和狡猾的心态当中，心里想一套，嘴巴里说另外一套，就是一种很明显的“诳”。

佛法需要一个好人来修行，如果我们在修佛法的时候，乃至于还不是一个好人的话，就不是一个真正的法器，不是直接调化者。如果刚开始有这些烦恼，在学习之后认为是不对的，愿意改正，还是法器，因为自己还是愿意改正的。如果有这些谄诳，内心当中很清楚有这些谄诳，但是不愿意在别人面前暴露出来，或者说不愿意承认，想方设法掩藏自己的罪过，内心如果真的有这种想法的话，就不是真正的法器了，就不是真正直接调化的对象。如果连这样一种细微的烦恼都没有勇气去舍弃的话，那么高高在上的菩提心，高高在上的空性见、大圆满，在这样的心态当中要真正证悟是绝对不可能的事情。

**七、嫉：由于图名求利等而对他人所拥有的名闻利养等功德忍无可忍，导致心里忧伤。**

“由于图名求利”，自己对于名利非常有兴趣，所以对名利有高度追求心，自己对名利有一种追求，当见到别人拥有名闻利养而自己没有的时候，就会忍无可忍，导致心里忧伤，就是“嫉妒”。它的因或真正发起的因，就是本身对名利方面有一种贪执，所以当见到别人拥有的时候，自己内心当中就像虫子爬一样难受，就是一种嫉妒。

反过来讲，如果我们对名利没有追求心、贪执心，那么别人拥有不拥有和你有什么关系？这样讲的时候，自己就不可能产生嫉妒，很多时候还是对于名利方面放不下，如果能放下的话，别人拥不拥有，自己不可能产生各种各样非理作意的，所以要想方设法地打破对名利的追求心，这对初学者来讲还是非常关键的。

**八、悭：害怕施舍而紧紧执著资具。**

所谓的“悭”就是“悭吝”，悭吝就是害怕施舍，而紧紧执著自己所拥有的资具，这就是“悭”。如果能够把这些资具的本性了知之后，就不害怕施舍。喜欢施舍的舍心，实际就是“悭”的正对治。如果有悭吝心的话，是不可能施舍的。

##### 无惭及无愧，不顾自与他。

##### 傲为不恭敬，造罪由怒染。

##### 骄矜则放逸，不行一切善。

下面讲无惭无愧。首先把名称列出来，后面这一句是解释的：“不顾自与他”，无惭是不顾自己，无愧是不顾他人。在造罪方面，从自己的角度来讲，自己观察的时候没有什么惭愧心，或者说没有什么警惕心，不认为这个是罪业。对他人、对上师三宝和其他人没有畏惧心，不愿意断除，叫无愧。所以惭和愧二者一个是针对自己，以自己为对境，一个以他人为对境，而安立惭愧。无惭无愧就是对于自己和他人都不顾。

“傲为不恭敬”，什么叫傲慢？傲就是一种不恭敬的态度，自认为自己有功德，对于应恭敬之处产生不起恭敬心。

“造罪由怒染”，造罪也是一种细微的过失，所谓的造罪由怒而染，由忿怒所引发的一种状态。

“骄矜则放逸，不行一切善。”骄和矜下面分开解释，合在一起也可以解释的，骄和矜都是认为自己的种姓或者资具等超胜而产生一种慢心、一种傲心，就是骄矜。“骄矜则放逸”，如果有了骄矜的话，就会放逸，不行一切善法。

下面逐一解释。

**九、十、无惭无愧：按顺序，无惭是从自己的角度而言，不知羞耻，不警恶行。无愧是观待他者来说，也没有畏惧，而不警恶行。**

按顺序来讲，所谓的无惭就是从自己的角度出发，不知道羞耻，不警恶行，自己无所谓，对于罪业也没有一种羞耻心，对于恶行也没有警惕性、警醒心，是从自己的角度来讲是无惭。

“无愧是观待他者来说，也没有畏惧，而不警恶行”，就是观待他者对境，前面所讲的，像大众或者上师三宝等等，自己也没有畏惧，本来造了罪业之后，对于僧团或者对于上师三宝有一种畏惧心，为了害怕对境了知而喝斥的缘故，自己在平时行为当中，就会警惕恶行，因为自己做了恶行的话，就会受到上师三宝的喝斥，这叫有愧。如果无愧的话，就对这些都不在乎，全部都不在乎，没有畏惧心，也不警惕恶行。

**十一、傲：以自己具有些微功德等而不恭敬所有殊胜对境，是具有坏聚见的心高。**

所谓“傲”是因为自己有一些细微的功德、一点点功德，自己把这样一种功德无限夸大之后，然后对于所有应该恭敬的对境不再恭敬，实际上这是具有坏聚见，就是我执所引发的心高，也是心高气傲，一种心高的状态。

**十二、造罪：以嗔恨而搅扰、染污，以怒容满面等身语动荡而造罪。**

所谓造罪是什么？就是通过嗔恨心搅乱自己的相续，染污自己的相续，显现怒容满面的身语动荡而造罪的，就是他的发心、因是一种嗔恨而染污，表现的一种体就是怒容满面等这些身语动荡而进行造罪。

**十三、骄：以自己的青春、种姓等没有其他缘由自满的心理达到极点。**

所谓的“骄”是什么？认为自己正处于青春韶华的时候，还有自己的种姓如是高贵等等，实际上没有其他的缘由，也就是说没有其他的对境能引发，自己就是非常自满，自满心达到极点就叫“骄”。

**十四、矜：也与骄大同小异，以经济财富而傲气十足，丧失正念而放逸无度不行一切善法。**

矜和前面骄差不多是大同小异的，也是通过经济财富等傲气十足，通过骄矜丧失正念，如果有骄矜，不会安住在善所缘当中，就会丧失正念，然后放逸无度行持罪业，不行持善法，就是骄矜自己的本体和罪业。

**不防护心沾染一切有漏。**

这和前面骄矜也是一样，就是自己不防护心，而沾染一切有漏法，沾染一切烦恼。

**有些注释中说，这以上数目算起来才有十四种，所以骄与矜分开计算，**

有些注释这样讲的，按照数字数下来的时候，骄和矜分开的话才够十四，十四个够了之后，才能满足后面的五十七种法，所以就是骄和矜分开计算，达到十四个数字。

**但按照颂词，似乎是作为一个，因为此二者是由同一因引起，并且作用也相同，众多其他解释中都将这两者作为一个。**

按照颂词来看的时候，骄矜似乎是以一个进行计算的，因为这二者是同一个因，前面讲青春种姓，或者讲财富，通过这个因而达到傲气十足的状态，而产生了这样的作用，有“丧失正念、放逸无度、不行善法，不防护心沾染一切有漏”。因为它的作用是相同的，所以有很多注释把骄矜放在一个地方进行解释。

那么有一个问题了，如果把骄矜放在一块解释的话，只有十三个，那么十四个怎么圆满呢？甲曹杰大师注释，骄矜放在一块解释，第十四个就是讲放逸，第十四个把放逸单独讲的，颂词当中讲骄矜，“骄矜则放逸，不行一切善。”翻译的时候，也是这样翻译的，“骄则傲”“放逸，不行一切善”。如果把骄矜放在一起作为一个法解释的时候，按照甲曹杰大师的观点，第十四种法就是讲放逸，放逸就是第十四种过失。如果分开解释的话，骄矜分开解释，它产生的这些放逸无度等等属于作用；如果合在一起的话，骄矜是一个，放逸单独算一个，就是十四种。放逸的状态是什么呢？所谓的放逸是不行一切善法，他解释的时候就把放逸作为十四。在《宝鬘论》解释的时候，什么是放逸呢？所谓的放逸就是不行一切善，不行一切善就是放逸自己的本体。有这样不同的解释方式。

**辛二、宣说慢：**

##### 慢相有七种，彼即细分说，

##### 骄傲自满者，下下平平等，

##### 平等胜平等，此性即称慢。

下面有七种慢，把七慢合为一个，就是安立成第十五种。

第十五种行为过失就是慢。“慢相有七种”，所谓的慢有七种慢，对不同的境、不同的所缘而安立了七种慢。

“彼即细分说”，对于七种慢下面通过不同的颂词细细地解说，细细解说的原因也是让我们分别知道七种慢各自的性相。知道了性相之后，在我们生起慢的时候，能够认知、予以对治。

首先讲第一个叫做慢，叫做傲慢，或有的时候就叫慢，“慢、过慢、慢过慢”等等，下面次第次第讲。傲慢就是“骄傲自满者”，它是一种骄傲自满，是我执引发的一种状态。

“下下平平等”，就是讲针对下劣的境，自己认为比他还要下劣。就是说对于一个下劣的境，自己还认为我连这个下劣者都不如，这是一种傲慢，针对下劣的境，自己认为我比这个下劣的境还不如，这种心态就叫做“下下”。

“平平等”，对于平等的对境，自己认为和他平等，叫平平等。

“平等胜平等”，平等胜平等的意思，看后面的解释，平等实际上是“劣”的意思。在甲曹杰大师的译本当中，他是直接译成劣——“劣计胜或等”,“计”就是计算的计，针对下劣者来讲，自己妄计比他超胜叫做“平等胜”，我们观待这个译本来讲叫平等胜。这个平等的意思，按照下面注释和其他译本对照的时候就是讲下劣，那么针对下劣者来讲，自己认为我比下劣者超胜一点，“或等”就是讲平等，对于下劣者来讲，或者认为和他平等。

“此性即称慢”，这样一种状态就称之为慢。

**十五、慢：由坏聚见所生的我慢即是傲慢，再者，高低作为缘由的慢心行相也有七种，应当对这些详细分析而说明。**

所谓的“慢”就是通过坏聚见，通过萨迦耶见所生的我慢实际上就是傲慢，而且对于高低的境为缘由产生的不同慢心也有七种行相。

下面对七种行相或七种慢心详细分析。

**作为五十七过失之一的慢计数为一。**

虽然讲了七种慢，但是在五十七类当中它是一类，只是计为一类，所以说第十五类是慢。下面讲慢当中的七种分别。

**（一）傲慢：由于长久熏习我执，致使无有意义而骄傲自满，首先以种姓、受用等任何一法，而认为我甚至比下还不足，与同等者平起平坐。**

通过长期熏习我执，在我执的基础上，导致没有意义的一种骄傲自满，觉得我很超胜这一类的想法，这是总讲。种性和受用等任何一个因任何一个法，认为我甚至比下还不足，就是说对于一个很下劣的种姓，或者一个受用很低的人，自己认为我比他还不如，我比这个下劣者还不及，就是一种慢的体相。下面问答中会解释为什么把这个放在慢当中。“与同等者平起平坐”，第二种心态就是和我相同的人，和平等者平起平坐，这也是一种傲慢。

**从任何一个方面，认为我比下有余或者与下平等的本性就称为傲慢。**

此处是颂词中讲的“平等胜平等”，或者前面我们讲的“劣计胜或等”，对于一个下劣的对境，认为我比下劣的人还要超胜一点，就叫做比下有余。或是与下劣者平等的本性，这也是一种傲慢。

**如果有人想：认为我比下尚不足怎么会成为傲慢呢？**

认为我比下还不如这种心态，怎么可能变成傲慢的心态呢？这是一种谦虚的心态、卑下的心态，怎么可能变成傲慢呢？下面讲这是一种特殊的作意。

**答：与下者相比，我尚自愧不如的想法实际上是心里自我满足的象征。**

有的时候我们会这样观察，和下面这个人相比还不如，这是什么样的状态呢？实际上甲曹杰大师的注释当中，他对这个问题解释了：我甚至于连他都不如，不如就不如，不如又怎么样？像这样的话，就是一种此处所讲的比下不足的一种傲慢，他不求改正的。比如说在路上看到一个人，或者说平时批评的一些人，有时候想我比他还差，但是差就差了！差就差或者我下劣就下劣的想法，他就是自我满足的象征，这是我慢。如果真的认为我比这些人还不如，但是我要改正，就不是慢了。认为我不如就不如，反正我也不改正，能怎么样？就很符合这个地方讲到的，所以甲曹杰大师讲解当中，对这个问题也是从这个角度解释，如果这样解释之后，我们就会发现，甚至比下还不足这种傲慢，它是一种特殊的作意，不求上进的一种作意，就觉得自我满足，这又怎么样，我比他还不如，不如就不如，它是一种自我满足，就是此处所讲的下下的意思，对于下者自己还要下劣的一种傲慢。

##### 认胜或平己，此即为过慢。

第二个叫做过慢，过慢就是“认胜或平己”。从任何一个方面比较的时候，认为我超胜别人，或任何一个方面比较的时候，和别人平等，就称之为过慢。

第一个是慢。第二是过慢，“认胜或平己”，就是它的法相。

**（二）过慢：从任何一个方面来讲，凡是认为与自己相比，更高一等或者与自己不相上下，此为过慢。**

从任何一个方面来比较，自己比别人更高一等，凡是认为与自己相比，自己更高一等的想法就叫过慢，或者叫做“认胜”，认为自己更胜一筹。“或平己”的意思，或者与自己不相上下，称之为过慢。

##### 认为胜过胜，思更高过高，

##### 名为慢过慢，厉如疮上痈。

它的意义就是讲，认为“胜过胜”，对于很超胜的对境来看的时候，自己认为都胜过他了，或者说对于一个更高的对境，认为自己超过了他，这叫“认为胜过胜”，或者“思更高过高”。对于这些很明显的高高在上的，很明显的超胜的对境，自己认为比他们还要超胜，比他们还要高，这种状态就叫做“慢过慢”。“名为慢过慢，厉如疮上痈。”疮上又积痈，实际上这个过患很严重。对于这些很超胜的对境，有的时候自己认为比某某菩萨还厉害，比某某修行人还厉害，就是一种慢过慢，这样过患很严重。

**（三）到底什么是慢过慢呢？从某一方面而言，认为我比高高在上者更高一等的想法，即是慢过慢。**

对于有些高高在上的修行者或者上师等等，自己认为比他还要高一等，这种想法就称为“慢过慢”。

**比如，疮的上面又结痈一样，过患极其严重。**

本来自己生疮的时候，这个就是一种过患，如果上面又结痈的话，就是过患加过患的。自己有慢心本来就不对了，再加上对于高高在上的人，或者对于殊胜的对境认为还要超胜，过失就非常严重。

##### 所谓之近取，五蕴本空性，

##### 愚昧执为我，彼即称我慢。

我慢是怎么样解释呢？所谓的“近取五蕴”，近取的因产生的五蕴，近取因就是有漏烦恼。通过有漏的烦恼为因而产生的五蕴叫做近取蕴。近取蕴就是轮回的自性。所谓的近取五蕴本来是空性的，但是自己通过愚昧而执为我，叫做我慢。这个我慢就叫我执，实际上这个地方我执、我慢是一个意义。为什么把我执称之为我慢呢？它就是一种增益，本来是不存在我的，本来是空性的，但自己认为有我存在，叫我慢、我执。所以有时候我慢就是讲我执，我慢就是一种增益，把本来没有的东西认为我，这叫一种慢，一种我执的状态。把本来空性的近取五蕴认为有我的存在，认为有实有的我存在，这叫我执。

**（四）一切过失的根源有漏的“近取蕴”也就是色等五蕴本性为空性，但由于对此等实相愚昧不知而执著为我，这就是称为我慢。**

所有过失的根源就是有漏的“近取蕴”，通过烦恼有漏为因而产生的蕴就叫做近取蕴。也就是说色等五蕴的本性是不存在的，本性是空性的，因为不知道本性空，增益认为它实有，通过对于实相愚昧不知而执著有一个实实在在的我存在，就称之为我慢。平时我们讲我慢为什么称之为我慢呢？在这个地方讲得很清楚，实际上就是我执，也是一种烦恼。这就讲到了前四种慢。

今天讲到这个地方。

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