



忠言心之明点讲记

法王晋美彭措 造

索达吉堪布译讲

(听打稿仅供参考)

目录

第一课	2
第二课	29
忠言心之明点原文	57



第一课

为度化一切众生，请大家发无上的菩提心。

先给大家念一个《胜利道歌》的传承。

今天给大家讲一下《忠言心之明点》。

《忠言心之明点》是法王如意宝在五台山期间造的。法王去五台山的话，先住在菩萨顶，过后到了善财洞。当时应该是4月29日麦彭仁波切圆寂日，法王亲见了文殊菩萨。再过了几天，法王又搬到善财洞的上方，黛螺顶的对面。那个地方有一个山坡，山坡上称之为说法台，据说是文殊菩萨以前对一万个眷属转法轮的地方。法王后来与部分的眷属一起在那里搭帐篷，待了几天。

到了那里的时候，法王就开始从他的觉性智慧当中流露出来——当时我们都在，我记得是我记录下来的《忠言心之明点》。法王当时住在帐篷当中，边说我边记。他的后文当中也是有，全部应该是23分钟，当时这样记录下来的。23分钟，也没有打草稿，法王就直接说，应该是23分钟记录下来，很有意思的。

后来法王回到学院，他要求我们堪布们报名，如果对《忠言心之明点》写注释的话，生生世世是不会离开上师的。当时我们大概有八位报名。法王说这八位，将来他成佛的时候可以变成八大菩萨。但是到底能不能也不知道，说是这样说的。好像当时以偈颂的方式来写注释的有六个，比较广一点的注解的方式来写的有两





个。慈诚罗珠堪布写了一个稍微比较略一点的，叫月光疏还是日光疏。我写了一个，我写的是日光疏还是什么的，30多年了，就忘了。后来德巴堪布讲了一遍，除此之外也没有人讲，也没有人学，所以我的这个藏文也算不是很成功的。我的叫做日光疏，是比较广的，后来我又写了一个略的，是字面上解释，有这么一个。当时我二十几岁的时候，现在60多岁了，所以是很年轻时候的一个法。

当时我们学院的每个人都是要背诵《忠言心之明点》。很重要的，大家都是特别特别重视，因为《忠言心之明点》实际上是法王如意宝对修行的一种教言，是一种次第的教言。

我基本上去年一冬天都是编法王如意宝当时93年去美国讲法的一些录音做了整理，有一些当时的回忆，过一段时间可以跟大家共享。

今年是法王如意宝王离开我们20周年，也是法王去美国30周年。所以把当时法王去美国的一些教言全部整理出来。我藏文也编了，汉文也编了，两个都花了很多很多的时间。

在这个过程中，法王好几次提到修《文殊大圆满》的时候，主要是以《忠言心之明点》的次第来。《忠言心之明点》应该是最关键的一个辅助修法。所以我想我们在座的各位，以后在修行过程当中真正的实修法是法王如意宝的《文殊大圆满》。如果要修《文殊大圆满》的话，你要知道次第法，这个次第法必须要按照《忠言



心之明点》，所以这两个是相辅相成，不能脱离。

所以我为什么是这次讲？30多年当中你们也没有请求。虽然我对《忠言心之明点》很有信心，觉得这个很重要。但是在汉文当中也没有人求，也没有翻译。今年我写的过程当中，觉得《忠言心之明点》很重要。当时我自己写的注解这些都没有拿到手，但是基本上把颂词翻译出来了。

这两天我给大家分享一下。如果广讲的话，可能好长时间都可以讲，肯定要讲好长时间。但是因为时间关系，这次我就把科判和每个颂词字面上给大家稍微介绍一下。再广的话，以后我们再慢慢看情况。所以，这次我们就比较略的给大家做个介绍。

《忠言心之明点》这部论典可以分为初善、中善和末善，三个方面。

初善分为论名、顶礼句和立誓句，三个方面。

首先是论名：

《忠言心之明点》

“忠言”，大家都知道，作为一个上师，他对弟子讲的最深的教言，最深的窍诀。“忠言”，就是心里话，肺腑之言的意思。

“心之明点”，它用比喻来说明，心的明点就是最精华、最精粹的心灵教言。也可以说是心的明点，心的精华，心的精髓的意思。

意思就是我的心语，我的忠言，实际上是心里最深处、最珍贵的东西。有这么一个意思。



它的论名是这样的。

第二个是顶礼句。

当时是法王边写边给我们传的，我们算是首批得到的传授者，应该有个近传加持，可以这么说。法王当时把《忠言心之明点》造完了以后，法王说马上要给大家灌个四臂文殊的灌顶，当时法座也没有，我们到处去捡一些石头，给法王做一个法座。后来我去朝拜了一下，现在这个地方好像做了一个楼阁，里面放了一些照片。

我好像去了两次。我们是87年去的，后来九几年也去了。后来17年我们相关的发心人去朝拜过一次，但是当时时间太紧了，我们只有两天的时间，两天的时间根本没办法。其实我当时很想去，大家都带上，但是那个时候五台山的气候，到处都吹风啊、下雨啊，所以我们就比较紧张。不过我们那个时候还算是比较圆满的，相关的这些道友们都发了愿。法王是87年去的，我们是17年去的。17年的话，应该是相隔30年，是吧？现在看起来这也是一个非常殊胜的因缘。

当时给我发心很多年的那些道友，我平时对他们也报答不了什么，包括有一些堪布堪姆、法师们都去了，大概可能几百个人，各个地方的人都有。我们急急忙忙的发愿，去了善财洞，去了那罗延窟，去了菩萨顶，那个时候菩萨顶的莲花生大士还没有闭关。后来还去了金刚窟，还去了白塔那里发愿、转绕。还有最后法王的清凉寺，那里都去了。我当时也是特意带他们去，五年之前给他们有个承诺，当时发心人员，大概12年还



是13年，那个时候有个承诺，带他们去。

那个时候本来很想去法王造《忠言心之明点》的地方，从善财洞过去，在黛螺顶往南方，南方的这个地方比较高。现在好像没有什么其他的寺院，只有一个亭子。现在路还可以，当时路不是很好的。我们在那里搭个帐篷，待了几天。待几天我现在记得不是很清楚的，确实那个地方很重要的。

去年冬天我也大概的翻译了30多年前写的一个五台山的朝拜指南。以后也可以给大家看看。如果你们朝拜的话，有一些可能，我的意思是，一般的指南是这里有什么，这里有什么。这些都没有怎么写。五台山好多都是什么寺院，这些都是文殊菩萨的幻化。我从当时看到的各种经典、论典里面摘录出来，是藏文的。

今年觉得光这样藏文留着的话，也可能都不懂。听说有一些藏族喇嘛和觉姆，也经常拿着这个。翻成汉语的话，有部分人看的话稍微可能好一点。不知道以后，如果可以的话再说。

那么这是五台山的《忠言心之明点》。五台山的《忠言心之明点》，我说什么，呵呵，现在有点。因为高原反应，不是很清醒……。

刚才论名已经讲完了。

（师念藏文传承）。

下面是第二个、顶礼句：

众佛菩萨诸三密，总集成熟相好身，
语之果日童子尊，令汝心转菩提道。



这是法王祈祷文殊菩萨。

文殊菩萨是怎么样呢？是三世诸佛、三世一切菩萨他们身口意三门的总集，各方面的因缘成熟以后，变成了相好身，相好圆满的身体。

这个相好圆满的身体是谁呢？语之杲日，就是语言获得自在，就像太阳一样。语之杲日一般是文殊菩萨不同的名称。

那么文殊师利菩萨童子相，因为语言辩才无碍，就像太阳一样无所不照，这样的文殊童子。

法王说，我要祈祷文殊菩萨，你是所有诸佛菩萨三密的总集，请您对这些有缘的弟子们，让他们的心转入到菩提道。

转到菩提道上，这个很重要的。我们经常祈祷上师，祈祷文殊菩萨，希望我们的心不要转入到恶趣当中，转入到轮回当中。我们的心应该入于法，入于解脱，入于菩提道。但光是我想要解脱，不一定。所以要依靠文殊菩萨的加持，让我们每一个听到这个《忠言心之明点》的人、学《忠言心之明点》的人，想《忠言心之明点》的人，全部的心转入到菩提道当中。

大家也经常祈祷文殊菩萨，祈祷法王如意宝。确实我自己认为，法王跟文殊菩萨无二无别。如果我们经常祈祷的话，肯定会加持我们的。其实人与本尊也好，人与上师之间的话，沟通很重要的。国外的人经常说是连接，连接很重要的。比如说我经常祈祷文殊菩萨，祈祷莲花生大士的话，他也会关注你、加持你。如果从来不



祈祷，从来都不观想的话，那不一定得到加持。

所以法王当时也说，请文殊菩萨，你是三世诸佛的总集，你一定要加持我的这些弟子们。这个意思。

我相信我们每个人都会得到文殊菩萨的加持。如果有机会的话，你们以后也去一下五台山。其实五台山还是很好的，跟其他城市都不同。你们有些去什么泰国，其他地方也可以，但是我自己觉得五台山对我们的身心有利。如果有一点时间，当时我们去住的是100天，应该是很好的——这个五台山不讲了，不然讲的话太多了。

刚才是顶礼句，现在是立誓言：

相应无边众信解，深广法理虽无量，
归摄要诀实修法，心语心要授心友。

释迦牟尼佛给我们人世间留下了非常多的法，这些法相应无边无际众生的意乐、信解、根基等等等。佛陀当时宣说了甚深见派的法、广大行派的法，这些法理浩如烟海，无边无际，特别特别多。

你看我们《大藏经》的话，汉文的《大藏经》那么多，藏文的《大藏经》那么多，还有其他文字的《大藏经》是那么那么的多，所以深广的法理在我们人世间是特别多。如果我们要修的话，不要说全部修完，看一遍的话，在末法时代短暂的人生当中是很难很难的。

但是这些要义全部归纳起来的修法，实际上只有大成就者，像法王如意宝他那样的话，那是可以的。

所有《大藏经》，所有的这些法，我们归纳起来的



心语、教言，这样的教言心要传授给我的心友——最知心的、最好的朋友。

法王很谦虚的，对自己的弟子们，什么心友、道友。我也可能受影响，有些传法上师：“我的弟子们什么什么，弟子什么什么。”我们可能因为受法王的影响，虽然可以说是弟子，但是我们都说：“啊，我们道友们要注意一下。”道友们，跟我们平起平座的一种称呼。

所以法王他说，深广无边的法要全部归纳起来，变成一种浓缩的窍诀，一种很甚深的教言传给我的心友们，我的弟子们。这个意思。

如果要讲的话，这个实际上是《大圆满心性休息大车疏》的一个浓缩版。如果《忠言心之明点》再广的话，按照格鲁派的话，就是《菩提道次第地论》和《密宗道次第论》这两部论典。如果按照宁玛派的话，就是《大圆满心性休息大车疏》。还有什么《解脱庄严轮》等其他宗派的教法——是所有教派归纳的教言。

法王前面讲他为什么要造论？因为我们浊世的人，智慧有限、精力有限、信心有限。可能大家都晕了：“啊，《大藏经》那么多，论著那么多，那怎么办？怎么修？”如果你不懂这些话，你看《忠言心之明点》，基本上所有的教言都已经归纳了：“哦，修道是这样的。”就非常明白。

其实这个很重要的。我们还是很幸运，遇到了法王的这样一个非常有次第的法门。

这叫做立誓句。



下面是中善，分为两个方面，道之所依和真实修道之理。

第一、道之所依。分为遣除违缘和依止顺缘。

首先是第一个、遣除违缘：

贪今生离修法缘，愈享欲妙愈增贪，
利乐称誉无了时，如梦买卖当舍弃。

这是看破今世。

修行的第一个违缘是什么呢？

如果我们贪执今世——我的名声，我的财富，我的身体，我的受用等等等，这样的话，那修行佛法的因缘已经没有了，已经远离了。为什么呢？因为世间这些色声香味的各种妙乐，像喝盐水一样，越享受越来越增长贪心，没完没了。

你有了十万块钱，你就想百万，有了百万想千万，千万以后就是一亿，一亿以后是十亿……。世间上所有的这些欲妙都是享之不尽的。贪欲是不会停止的，会越来越增多。

所以说，如果你没有看破今生，确实是没有什麼。比如说世间八法¹的利益、安乐、称赞、还有名誉这些，我们经常说“称讥毁誉”，也就是说快乐、财富，还有我们喜欢的称赞呐，这些世间八法的话，它的正面想希求，反面去排斥，这样的八个法，世间人都特别的在乎。

那这样的话，没有一个完结的时候，没完没了。一

¹ 即“称讥毁誉、利衰苦乐”。



辈子求这八个法的话，就没有任何的意义。就像我们在梦里一样，买卖做得很好，赚钱赚得很多，但实际上醒来以后，就是一场空。一模一样的，没有任何的意义。

作为一个修行人，首先应该把世间所有的名声、地位、财产等等各种各样的这些福报抛之脑后，舍弃。这就是道之障。

所以法王在西方讲课的时候，每次都是提一下这个《忠言心之明点》前面的次第。你要想修行的话，第一个要看破今世，第二个要依止善知识，第三个戒律清净，然后是闻思修行，修行的时候，从人身难得开始修。

我都是在想，我为什么是今天才讲，应该早一点给大家讲的话可能少走弯路。《忠言心之明点》我是很有缘的。今天我一下午都开会也没有备课，但自己应该都记得清楚，当时的科判这些，而且那个时候比较年轻，花了一定的时间写下来的。这个很重要。

我们在座的各位也想想，我们是不是真正想修行？如果真正想修行的话，法王说的第一个，遣除违缘。我们修行的违缘就是耽着今世。像《山法宝鬘论》和《开启修行门扉》里面讲了那么多看破今世，汉地也是经常说看破今世，获得自在——看破今世确实很重要。如果看破了今世，放下了很多事情的话，那修行自然而然很成功。如果你对人、对财，什么事情都一直抓得紧紧的，那修行的因缘确实是没有。

我这次不用教证，不用理证，都是法王当年说的这些，大概的意思应该我也清楚。



所以要修行的话，第一个是看破今世，这是第一个。

第二个是依止顺缘：

**于能增长众功德，远离一切诸过患，
殊胜具相善知识，以三喜依成心意。**

依止顺缘就是依止善知识。

能增长一切闻思修、慈悲菩提心等这些功德，远离一切贪嗔痴的过患，这个最根本的来源是什么呢？就是具有法相的善知识。

上师的法相大家都知道，显宗有显宗的法相，密宗有密宗的法相，密宗大圆满有大圆满的法相。

凡是各种论当中所讲到的具有法相的善知识，应该以三种欢喜来依止——上等者以修行供养，中等者以承侍供养，下等者以财物供养。

如果你对这样具相的善知识做三喜依止的话，那你的心愿全部都会如愿以偿。不管你想暂时解脱也好，究竟的安乐的话，都能获得。

所以这一句当中讲到，我们修道的时候，光是看破今世还不行，首先第一个，你一定要寻找一个具相的善知识，这样的话你的功德自然而然增长，过失自然而然会消失的。

所以我们在座的也是，现在基本上自己各方面的因缘具足，第一是看破今世，这是违缘。第二是顺缘，每个人都要找一个很好的善知识。

第一个道之所依讲完了。

现在是第二、真实修道之理。分略说道次第、广说



修道次第。

略说道次第分为：清净戒律、闻所生慧，思所生慧、修所生慧四个科判。

首先第一个、清净戒律：

如求空中欢乐园，诸增上生定胜富，
失戒者无得是处，具知念谨调自心，

这里说清净戒律是很重要的，为什么呢？因为没有清净戒律的话，那其他所有暂时和究竟的福报都是没办法的。

清净戒律是什么样呢？我讲一个比喻，比如说是你在虚空当中祈求一个特别美妙的花园，或者说是乐园，你要在空中找的话，根本没办法的，因为空中楼阁嘛。我们如果想得到一个空中的花园，空中乐园的话，这肯定是无法实现的。

同样的道理，世间的增上生和出世间决定胜的所有的这些出世间和世间的财富，对于失戒者——以前有戒，但是后来失坏了的失戒者，或者是一点戒都没有授过的这样的人，当然无有是处。没有清净戒律，比如说比丘、比丘尼、沙弥、沙弥尼、优婆塞、优婆夷，甚至连皈依戒这样都没有的话，那基础都是没有，就像龙猛菩萨在《亲友书》里面所讲的一样的：“戒如动静之大地，一切功德之根本。”所以说所有功德的基础是戒律。

现在我们这里好多出家人也是特别重视戒体，非常重视。有些在家居士的话，对八关斋戒也好，自己的



居士戒也好，皈依戒也好——这个确实很重要的，我们要获得一个人身的话，没有一个戒，确实很难下一世转生到善趣当中去。

如果没有戒的话，一切的增上生和决定胜的功德是无有是处的，所以应该具足正知，具足正念，具足不放逸来调伏自己的心——“具知念谨调自心。”

学过《入行论》的人都知道正知正念。正念就是不忘善法，正知就是经常观察自己的三门。那么不放逸的话，小心翼翼，通过这三种方式经常来调伏自己的心。其实这个真的很重要。

首先我们作为一个佛教徒，如果是在家人的话，至少是三皈五戒。如果出家人的话，自己所得到的戒体，“护戒如目”，以这样的正知正念来摄持。如果没有戒的话，那世间和出世间的功德都无法享受——按照世亲论师的观点，戒是一切的基础。

所以我们每个道友，虽然在末法时代，守戒可能是越来越难，尤其是现在网络时代，对年轻人来讲可能是比较难的。但不管怎么样，如果没有清净戒律，世间和出世间的功德是没办法得到的。

刚才是第一个清净戒律。

下面第二个是闻所生慧，听闻的智慧：

无始至今如疯子，独漂轮回痴暗中，
今为寻求寂乐宫，理当喜闻佛法海。

我们这些众生的话，其实无始以来到今天，一直漂泊在轮回的黑暗当中。独自一人，独来独去，独生独死，



就像疯子一样，不知取舍。

其实我们众生真的很可怜的，很多问题不知取舍，完全与旷野当中疯狂的人一模一样。一直到今天，在无边无际的时世当中，一直没有获得解脱。

那么现在的话，为了获得暂时和究竟的寂乐宫，解脱的这种大乐宫，要获得这种解脱，我们现在应当要做什么呢？喜欢听闻如海的佛法。

为什么我们众生这么可怜？因为从来都是没有听闻过佛法。所以现在在座的各位，一些可能前世没有造很好的业，一听闻佛法，要么打瞌睡，要么胡思乱想，要么生各种各样的分别念。真正佛陀的智慧不能融入到自己的心中，特别可怜，很可惜的。而且我们听闻佛法的机会也是特别难得，基本上是一辈子当中可能也不多了。

包括我们今天在座的各位也是好好的想，听闻佛法的机会不一定是长期存在的。你们大家不要认为，我天天都是在上师那里听个课，没有什么问题。堪布堪姆那里听课，没有什么问题。以后各方面的因缘不一定具足，所以现在有机缘的时候一定要喜欢听闻佛法。这个很重要。

有些虽然当下没有听闻，但是后来通过音频，很多人在这方面还是很精进的，这也是值得随喜。有些人在闻思方面从来都是没有间断，一直是自己有一个自己的控制力。这是特别好的。

这是法王说的第二个次第，闻所生慧。



下面讲思所生慧：

唯闻不能断增益，难以诚信佛与法，
故以百般讲辩著，思所生慧铭刻心。

第三个是思所生慧。

仅仅听到佛法，我们相续当中各种各样的怀疑，各种各样的邪见，这些增益没办法斩断。而且很难对我们本师释迦牟尼佛，还有他所宣说的正法产生真正不退转的信心——很难诚信佛和佛法。

光是你听听课，这样不行的。那怎么办？我听完以后为什么对佛法不能产生真正的信心？其实要不断的锻炼。怎么样锻炼呢？要百般、反反复复，应该是千锤百炼或者是千方百计，很多次的思考、讲经、辩论或者造论。

我们经常辅导，经常探讨、讨论。好多次这样的。不是听一节课、两节课就可以了，看一本书就可以了。不是这样的。

思所生慧的话，是通过很长时间的苦修、思维，不断的锻炼。这样以后，最后思所生慧，在心里面铭刻。而且刻得很深的，可以说是从自己内心生出对佛法、对佛陀真正不退转的信心。

法王的意思，光你听一下肯定不行的。有一些居士光听一下，我听过什么什么。听过的话，可能表面上，变成耳边风了。如果你反反复复的辅导、听课、讨论，不断的辩论、造论，这样的话最后信心会稳固下来。这个时候才明白，原来佛陀是这样的，原来佛法是这样的。



所以大家要不断的思维，产生思所生慧。

第四个是修所生慧：

**博通宗派大法师，未调自心如鸚鵡，
死亡骤至懊悔因，教义入心诸心友。**

广闻博学、通达各种宗派的这些大法师、大堪布、大格西、大堪姆，还有一些辅导师、法师，这些虽然看起来确实是一个三藏法师，讲学各方面都是非常不错的。

但是如果所学的这些法没有调伏自己的心——其实贪嗔痴真的是很可怕的，贪心来了的时候没办法对治。嗔恨心，尤其是嗔恨心，我们藏族有一种说法叫做：“人如果是急性子的话，那毁坏自己；马急性子，自己跳入悬崖。”人有时候心很急，包括我也是这样的，好像越老越急，有时候批评别人，说完话以后自己很后悔的，但是说都已经说完了，在别人面前的话，也特别难堪。自己的人格完全是摆在别人面前。这也是没有调伏嗔恨心的一种表现。

一般来讲，不管是男人女人，如果心很稳重，即便是他心里面生气，但是表面上看不出来，就像大海一样。这是一种非常重要的修行。

其实有些人根本不是通过修行。有些世间人真的是宽宏大量，外表根本看不出来。比如说我批评他，他外面根本看不出来，心里可能有一些反应。其实这种人是很快乐的，他不会把自己很粗鲁的一面暴露在别人面前。我们有时候不一定学得来。



有时候可能是自己的烦恼，有时候可能是前世的一些习气，有些是很暴躁，特别特别的，一旦烦恼现前的时候，哪怕是释迦牟尼佛拿个钵盂来到他面前劝的话，也是没办法的。不管是谁，确实在这个世间当中还是带来很多很多的不方便，对自己也好，对他人也好。

所以这些大法师，如果他的心没有调柔的话，跟鹦鹉学舌没有什么差别。鹦鹉的话，你说“嗡嘛呢呗美吽”，它也说“嗡嘛呢呗美吽”。这些法师也是，什么因明啊，中论啊，所有的五部大论都讲的滔滔不绝，但是真的，心没有调柔的话，最后跟鹦鹉没有什么差别。

死亡突然来临的时候，就变成懊悔因。可能双手抓胸：“我讲经说法一辈子，我学法研究一辈子。但现在你看，死亡的时候一点把握都是没有。”

其实人死亡的时候，没有把握是最惭愧、最可怜的。如果你一辈子修行的话，就像《教王经》²里面讲的一样：“所有的世间的亲友也好，钱财也好，地位、名誉什么法都带不走，只有唯一的善法跟随着你。”

你们也看看，《教王经》里面讲了很多。汉文当中有两个《教王经》，有一个里面专门是释迦牟尼佛对国王讲，你死亡的时候什么都带不走，唯一带上的是你的善法。我记得在《学集论》³当中，当时寂天菩萨也是引用了一大篇。所以这个是非常非常的重要。

在这个时候可能会后悔的，所以我们所学过的这

² 汉文版本名为《如来示教胜军王经》——摘自上师微博。

³ 详见《大乘集菩萨学论》卷第十四。



些教义，法一定要融入心。

那么这一点，诸位心友！后面是一个呼唤词，如果按照汉文的方式，就是诸位心友，诸位大法师们，如果没有调伏自己的心，死亡突然来了的话，后悔的因——把后面的呼唤词放在前面也是可以的，这是对大家的一种称呼。

现在是科判当中的广说道次第，分为略说和广说。

因为修行很重要，法王把修行再次讲一下，下面讲怎么修。

我觉得法王当时这些词，一下来直接流露出来，记录下来。当时应该慈诚罗珠堪布也在，我们几个都在。好像堪布当时给法王做饭，他忙着炒菜，我们当时在帐篷的边上，稍微抬起来写的。

今年我整理法王在美国讲的这些课当中，确实当时是没有发现，现在一看，全是出口成章，直接记录下来的，全部都变成这样。如果是我们的话，可能要深思好多次，而且法王后面说的是23分钟，确实是这样的。我是当时的见证者，就这么短的时间当中记录下来。现在一看，里面的文笔、内容，包括它的次第，确实是很加持力——你们自己有信心的话，希望这些法还是认真的学，肯定里面有一个不共的加持力。

并不是因为是我的上师，所以我要赞叹，不是这样的。现在看来，法王的这些法，不是什么通过备课，通过参考各种各样的书，苦思冥想以后再去造论。不是反反复复的草稿啊，原来我们写作文的时候，写一个擦一



个，不是这样的——是直接流露出来变成文章。而且法王很多都是写完了以后自己能背下来，这是很稀有的一个事。

刚才讲的修行特别重要，法王又再次讲一下。

佛说浩瀚众法理，唯调自心之方便。

复次劝请莫耽句，胜深要义融心底。

法王说，释迦牟尼佛四十九年当中宣说浩瀚如海的八万四千法门，归根结底，全部归纳起来的话，都是调伏我们自己相续的方便法，都是调伏自己的心。

所以法王前面已经讲了，你们好好的修行，不然的话，鹦鹉学舌一样。

法王再次、复次、再一次劝大家不要耽着词。讲的语言很美妙，口才很不错，这些与耽着美妙的词没有什么两样，就像我们唱歌一样，没有什么意义——一定要把甚深的要义融入自己的心。

比如说人身难得，真正修出来人身难得；菩提心的话，菩提心很重要；清净戒律的话，不但是道理上明白，行为上是真正体现清净戒律的重要性。

每一个偈颂，等同《心性休息》里面的每一品。每一个偈颂的道理，应该在你的心里融会贯通，融为一体，这样的话才能修行。

所以法王说，修行很重要，佛陀所说的其实全部都是修行。我们在座的人，真的能不能修行啊？如果不能修行的话，光是听课起不到什么作用，讲课也起不到什么作用，弘法利生，发心，天天扫地、扫地，也不一定



起到作用。

最关键的是，佛陀所说的、上师们所说的这些教言融入自己的心。心有改变——原来我脾气特别不好，我现在真的改了；原来我的睡眠特别重，现在我真的改了，有死亡无常的念头了。那么这个时候，修行才是有着落的。

其他的很多都是相似的，建造辉煌的寺院也好，每天都打电话，劝大家——现在很多人都是建群。建群还是注意啊，我们前两天不是说有一个道友被反贪人员抓下去了，说是建了很多群。我们是才几个人的群，包括我与弟弟妹妹的群，我有时候担心，我们里面是没有做什么。你们有些心是比较好，但是现在这个时代还是要注意，现在很多违法很容易的，不需要真正的违法，只要有一个借口都可以。这是我给大家的警告。

所以我们有些人建很多群，那天说有一个人建了32个。你当时初心是好的，但有些是化缘，各种各样的。你们知道世间的这些群跟佛法方面完全是不同的。佛法现在治理也好，好多政策，也许你们也不学，如果不学的话确实是有点，你只有自己入牢的时候才可能明白。

你们不要觉得原来没有什么事，其他人做这件没有什么事，这是一个好事，这是一个化缘的群，这是念经的群……，好多群。可能这样说我也过失很大，但是我也是为了保护你们，为了保护佛法。你们自己也要注意，不然的话发生了很多很多的事情。我们空间各种各



样的眼睛，你可能不一定看得到，他们都看得到你。所以说这些方面要注意。

虽然这些都是善法，但最重要的，现在是修行的时候。

我自己都是这样想，以前十年当中，我从07年到17年之间真正大量的传法，因为大家都应时，知道该怎么做的的时间——外面的气候是什么样，内在的风脉明点是什么样？现在是要大家自己好好修行，并不是宣传，并不是到处去度化众生的时候。度化众生是发菩提心，是很好的，但是确实有时候是度不了别人，反而自己都进去了。

这也许吓唬你们，我以前说过很多次，有些堪布堪姆也好，没有听话，后来呢？他们自己进去以后才发现。我也许是吓唬你们，但也许不是吓唬。我前几年说的有些话，后来有些人他们说：“哇，你之前都授记了，之前我没有听话，不然听话的话，我也不会那么恐怖了。我后来在里面一直后悔，哭着哭着，祈祷你。”但那个时候祈祷我也没办法，因果已经成熟了。

我们至少对世间和对当前的形势比较了解，所以大家也要注意，最近发生什么大家应该清楚。也许我这样说，接下来很多善根都摧毁了。但是我也没办法，我也利他心，我自己也没什么嫉妒心，你们建群赚了多少钱，对我也是无利无害，对吧？但是我们有时候应该要知道时机，对吧？

佛陀是一个知时者，知道这个时候该是做什么。



你看这里，法王也是说，大家不要耽着外在的，要好好的修行深要。真正的文殊大圆满、菩提心、空性这些自己修行，先调伏自己的心。

你来到了喇荣，你的心没有调伏的话，哪怕是在这里待了30年都没什么用的。你的嗔恨心那么严重，你的贪心那么重，你的脾气那么不好，这样的话，你在这里不要说是在待30年，300年也没有什么，真的没有什么的。如果你在这里待个十天，心完全调柔的话，那已经有意义了。

法王也是再次劝请大家，调伏自心。

这是略说，下面具体广说。

广说分为三个方面，共同加行、不共加行、正行修法。

共同加行分：人身难得、寿命无常，业因果、轮回痛苦，四个方面。

难得此身如昙花，具义超胜十万宝，

未来难得如是故，成办大义莫懈怠。

这是人身难得。

《大圆满前行》里面有那么多，《心性休息》里面那么多，法王一句话就解决了。

具足十八暇满的人身就像是昙花一现一样，非常难得。而且得到以后，具有重要的意义，这种意义超过十万个如意宝。

这么好的机会，未来不一定得的到。未来，我们很多人都说得人身，其实得人身真的不容易的，尤其是具



有暇满的人身，珍宝这样的身体，能修持善法，这样的人身很难得。

所以现在得了人身以后，具有善知识的摄受，有修行佛法机会的时候，你可以成办大义。成办什么大义？即生当中可以解脱，不管声闻的果位也好，阿罗汉的果位也好，菩萨的果位，佛陀的果位都可以成办的。在这个时候，千万千万不要懈怠，不要天天睡懒觉。

我们的人身很容易失坏的。所以得到这样的人身的时候，尽量不要懈怠。

不懈怠是很重要的。但是跟道友之间经常吵架，经常烦恼的话，那其实人身也没有什么意思了。尽量的少烦恼，对吧？人际关系要搞好。现在我们很多发心人员和有些人的话，到最后人际关系搞不好，把自他都毁坏了，这种现象是非常多的。

我也是见证者。很多人发心的时候，我就想，他可能现在发心很好，但是不一定善始善终，因为现在很多人最后人际关系处不来，看到的都是过失，最后自己都已经毁了，很可怜的。

我把四加行讲完了，可能今天稍微耽误一点时间，也没事吧。待会你们尽快回去睡觉。如果实在不行，习惯现在睡觉的话，现在睡也可以。我也开许，反正我讲完，你们该睡就睡觉吧。

第二个是寿命无常。

死主大敌如霹雳，谁亦不知何时至，

无暇住留数岁月，当下理应修善法。



死主大敌就像是闪电霹雳一样，突然来到你的头上，谁也不知道何时到。

真的，死亡是特别特别快。我吧，应该今年，我们藏历的新年到现在，开持明法会到现在，遇到三次死亡，基本上是几秒钟的事情，三次都没有死掉，很精彩，因为时间关系现在不讲。真的一秒钟，几秒钟。哇，幸好，如果稍微有一点，不然就死了；幸好，稍微有一点点就死了；幸好，稍微有一点点，不然就死了。就这样的。

所以稍微有一点不对的话，我们每个人的生命是特别特别的脆弱，死亡像霹雳闪电一样，谁也不知道何时到？

所以我们在座的各位不可能有时间驻留到多少年、多少月、多少日，很难很难的。所以我们现在有机会的时候，马上就要修行。

你看疫情三年什么样的状况，夺走多少人的生命。其他的地水火风也好，个人身体也好，现在我们年龄稍微高一点的人，包括我们昨天学院开会的时候：“您睡觉睡得怎么样？你身体怎么样？”这就是老年人的一种标志吧？一般年轻的人不会问这样的。年龄稍微大的：“你昨天睡着了没有？”其实年轻人觉得：“我睡着睡不着，关你啥事。”就这样的。但人稍微年龄有一点点的话，最关心我们的肉体。

所以死亡是很快很快的，大家不要觉得明年肯定在，后年肯定在，这说明死亡无常一点都没有修。我们世间人的话，年龄已经很高的人都一直说还要活多少



年。

这个死亡无常大家都知道，我不再讲。这是第二个。

第三个业果不虚：

有情业果不虚耗，果报临头不可改，

如今具缘自在时，自欺自己谁能救？

所有众生的业果一点也是不会虚耗的。他自己前面造了业，一旦果报现前在头上的时候，就没办法改。很多定业都是这样的。你再怎么样想改的话，都没办法。哪怕是佛陀的妙手挡在你的头上，也没办法改。

业力现前的时候，“众生之诸业，百劫不毁灭，因缘聚合时，其果定成熟⁴。”业一旦现前的时候，没办法的。所以我们现在具有缘分，依止善知识、获得了人身、具足了正法的时候，自由自在的时候，千万不要自欺欺人。自己欺骗自己是大骗子，别人骗你的话，这不是大骗子。因为自己明明知道自己是这样的一个状况，但是自己还不好好的修持善法，还要造恶业的话，那你这个骗子确实是特别危害自己，特别可怕的。

我们这个人世间当中，所有的这些快乐和痛苦，都是业果的显现，这个道理大家都是非常明白。我想这个道理没有一个人不明白的，除非现在刚皈依佛门的人以外，但是我们很多人很难做到，尤其是业力现前的人很难做到。

所以我们也经常祈祷，麦彭仁波切《开显解脱道》

⁴ 出自《百业经》。





每一个加行前面，都是祈祷上师，相续当中能生起真正的人身难得、寿命无常、因果不虚和轮回痛苦的道理吗？所以这个是真的很重要的。如果自己欺骗自己的话，那谁能救啊？在这个世界当中最爱自己的应该是自己，如果自己都欺骗自己，还要造恶业的话，那在这个大地上是没有人救得了你了。你是无可救药，可以这么说。

最后是轮回痛苦。

四加行里面的最后一个颂词，也是今天讲的最后一个，今天可能稍微长了一点，但也可以吧。

**难忍轮回诸痛苦，唯念能令毛耸立，
无数苦逼身心时，如何是好当自忖。**

我们世间当中难忍的六道轮回痛苦，比如说人间生老病死的痛苦，地狱的寒热痛苦，还有饿鬼的饥饿痛苦、旁生役使的痛苦等这些，仅仅是我们去思念它，去想它的话都是很可怕的，就像《亲友书》里面讲的，看到地狱的画像都毛骨悚然，如果异熟果真正在你的身上成熟的时候，怎么能面对？

所以我们听到地狱的痛苦、饿鬼的痛苦、旁生的痛苦，包括人世间的这些痛苦，也是特别可怕，毛骨悚然，让我们胆战心惊。那如果自己现在造恶业，最后真正在地狱、饿鬼、旁生里面受苦的时候，无数的苦逼迫你、折磨你身心的时候，我们如何是好？自己应该琢磨琢磨。自己也要思考，反反复复的思维。真的，我们今天是人，但是明天变成一个虫，或者说明天在地狱里面煎熬。真的很难说的。



现在轮回的痛苦自己没有好好的思维——人间的痛苦不算什么苦，地狱的痛苦，饿鬼的痛苦，真的非常难受。我们现在自由自在的时候，尽量的不造恶业，尽量对这些众生修悲心。否则这个轮回一旦陷下去的话，那多少年多少劫当中才能得到解脱。大家也是应该清楚的。

这些都是实修法，如果广讲的话，当然是讲得很广。但是我今天也是象征性的，《忠言心之明点》给大家指点一下，你们也要好好地思维。其实内容很简单，但是修起来是特别难的，也是非常重要的。

其他我们什么都不修，《忠言心之明点》23个颂词如果融入自己心的话，其实也是变成一个很好的修行人。这方面大家要努力。

好，今天讲到这里。





第二课

(部分内容，需灌顶方可阅读)

我们今天继续讲《忠言心之明点》，明天就讲《教诲甘露明点》。

这个《教诲甘露明点》好像网上有好多不同的译本。包括我自己，说是以前翻译的，但我没有印象，所以我这次也重新翻译了。

我们这次讲《忠言心之明点》，用藏文给大家念传承，再用汉语来讲。昨天有一段文字说是没有念传承（师念藏文传承）。

还有，待会儿到后面——我们今天讲的内容，有皈依，发菩提心，还有忏悔，之后讲生起次第和圆满次第，还有本来清净和任运自成。那么，生起次第和圆满次第，包括大圆满本来清净这些，可能没有得过灌顶的人不听好一点。

虽然只有三四个颂词，但是按照密宗的要求，听密法必须要有灌顶。凡是得过密法灌顶的人，应该可以听受。

当然前面的皈依和发菩提心、忏悔罪障，这三个偈颂都可以听，后面你们根据自己的情况。当然如果听的话，也不会有很大的过患。像闻解脱的话，基本上连旁生以上的众生都可以得受的。一般来讲，没有经过灌顶，不能实修，不能听闻的话，主要是怕对方产生邪见，担心这样，也是这样遮止的。



但不管怎么样，一般来讲，听受密法和修行的话，之前有个灌顶，这是密宗一个基本的规矩。

我是为了《忠言心之明点》有个完整的词句上的解说，所以说这次就全部讲完。本来到了后面的时候，灌个顶再讲可能适合一点，但法王如意宝以前讲的时候也没有这样，应该相信99%以上是得过灌顶的人。

那么我们现在讲《忠言心之明点》。

大家也知道，整个《忠言心之明点》分初善、中善和末善，中善分为道之所依和真实修道。

道之所依分为遣除违缘和依止顺缘。真实修道分为略说道次第和广说修行次第。

略说道次第分为清净戒律、闻所生慧、思所生慧、修所生慧，四个科判。

广说修行次第讲了共同加行、不共加行、正行修法。共同加行讲人身难得，寿命无常、因果不虚和轮回过患，四个科判。昨天已经讲了。

我们今天讲第二个，不共加行。不共加行分为三个方面，皈依三宝、发菩提心和忏悔罪障。与我们《前行》里面的讲法基本上是相同的。

第一个、皈依三宝。

如此大怖极难脱，余处不得引导者，
无欺智慧力主尊，如是三宝当皈依。

前面已经讲了三界轮回中各种各样非常恐怖的痛苦，在这样恐怖的环境当中要想获得解脱的话，不是那么容易。



所谓的生死轮回，实际上是无边无际的。如果没有一定强大的善根，或者说是善业的话，一般来讲，沉溺在轮回以后很难得到解脱。所以如果我们沉溺在轮回当中，生老死病的这些痛苦要想解决的话，以其他方法来，非常难以解决。包括世间的科技也好，或者说是一些军事也好，或者说找世间最有力量的来解决我们的生老死病的话，确实是难以解决的。

所以在余处根本得不到这样的一个引导者。

世间包括一些老师也好，仙人也好，或者说是一些学者也好，教授也好，科学家也好，文学家也好，世间当中所有人和非人当中最有能力的、最有威望的、最有智慧的这些，如果他们要讲轮回当中获得解脱的方法，谁也不会讲。如果想轮回当中能引导的话，那谁也没办法的。

那谁能带我们从轮回当中获得解脱呢？唯一的、具有无欺的智慧、大悲和力量的尊主：佛陀。从最究竟来讲，佛陀是智慧力的尊主，从意义上来讲，法宝和僧宝都具足的。

所以说我们在轮回当中真正想获得解脱的话，在这个世界上其他的地方找不到一个依靠者和引导者、救怙者，找不到的。唯有三宝，成为我们的依怙，也是成为我们的至亲，成为我们的真正的引导者。这个原因，就是所谓的皈依三宝。

当然没有信仰佛教的这些人来讲，皈依对他们来讲不是那么的重要。但我们在座的各位，居士也好，出



家人的话，皈依三宝是非常重要的。当然我们每个人都是已经皈依过，而且皈依了多少年，但内心当中对整个三宝有没有一个虔诚的、不退转的信心，这是至关重要的。

法王如意宝当年在加拿大讲了三宝，用三种信心对应三宝⁵，讲得非常非常的精彩。去年我们也学了一下，我在课堂上好像也讲过一次，今年我又重新整理了。就像法王所讲的那样，真正对三宝产生信心确实也是难得的。我昨天也讲了，这里所有的内容，没有一个不懂的，但是真正能做到的话，不知道有多少人能真正身体力行。

我们都是皈依了三宝，但是遇到一点点事情的时候，我们先祈祷三宝，还是想其他办法？大家也应该知道。

我记得法王去加拿大的时候，当时有一个佛教媒体采访。采访的时候问法王：“你心情不好的时候，通过什么样的方法来解决？”当时西方好像抑郁症和焦虑症比较严重，当时他们是想问，法王你有没有什么心情不好的？如果有心情不好的时候，你是通过什么方式来解决？法王说：“我唯一祈祷三宝来解决。”

法王去西方的时候，受过两次采访，一个是加拿大，一个是法国，这两次的话，每一次都有20个问题。法

⁵ 《法王如意宝的心髓秘诀——1993年于加拿大开示》：“三种信心。有了这么好的机缘后，若想获得解脱，首先从自身而言，圆满的信心是不可缺少的。什么是信心呢？它分为清净信、欲乐信、胜解信三种。其中，缘佛宝所生的，为清净信；缘法宝所生的，为欲乐信；缘僧宝所生的，为胜解信。这三者必须要生起。”



王看起来是很简单的回答了，但是后来看了以后确实里面的有些内容对我们的实际修行很有意义。你们以后有机会的话也可以看看。

后来在法国的时候，法王也受到了他们的采访。采访当中问：“你在藏地特殊年代的时候，遇到这么多的恐怖和危险，那个时候你是通过什么样的方式来解决的？”法王说：“我是唯一祈祷三宝来解决，所有的这些艰难，依靠祈祷三宝而解脱。”

这句话，后来我们这一段时间，问了当时法国的，也是很著名的一个学者，他也是一个作家，采访他的时候，他说：“我最有印象的是当年我们采访法王如意宝的时候，他说在特殊年代的时候，所有的这些困难依靠三宝而迎刃而解。至今有30多年的时间了，这一句话我还没有忘。”确实法王把很大的一个问题以非常简单的方式回答了。

所以法王并不是应付记者的一种说法，不是这样。他是，心情不好的时候也好，生活和修行当中遇到困难的时候，唯一的祈祷三宝。

这是我感受最深的。我自己也是反观自己，比如说我痛的时候，我是不是先祈祷三宝？我遇到最大困难的时候，我是不是祈祷三宝？我心情最不好、最糟糕的时候，我是不是祈祷三宝？

但我自己确实也是很惭愧的，虽然有时候是祈祷三宝，但是有时候好像祈祷三宝的力量很薄弱。我心里是想祈祷三宝，但是诚心诚意、非常有力度地去祈祷，



一心一意托付于三宝的信念来祈祷，是比较少的。不知道你们在座的是怎么样的？

其实皈依三宝，理论我想应该是懂的，也不用给大家讲，但是实际上我们祈祷三宝跟上师们祈祷三宝的深度上可能有一定的差距。

所以在这里讲，遇到轮回恐怖的时候，我们在整个世间找不到其他的依怙者，唯一的依靠智慧力具足三宝，就像《宝性论》里面所讲的三宝的功德一样。

那具有这样功德的三宝是我们的依怙主，所以我一心一意来皈依三宝、祈祷三宝，是这个意思。

第二个、发菩提心。

求自乐生三有苦，利他心生诸妙乐，
故当追随人天师，发最无上菩提心。

欲界、色界、无色界三有轮回当中的所有痛苦，其来源是什么呢？来源于我们经常希求自己的快乐。

因为希求自己的快乐，从中产生三界轮回难以忍受的这些痛苦。

所有的世间和出世间的这些妙乐依靠什么而产生的？利他心而产生。

就像《入行论》当中讲的一样，所有的痛苦都是因自私自利而产生，所有的快乐都是因利他心而产生。我们凡夫人天天都是以非常坚定的一个我执，整天守护着自己。我们这么痛苦，全是依靠我执而来的。诸佛菩萨是那么的快乐，他们享受世间和出世间所有的这些无漏大乐，是依靠发无上殊胜的菩提心而产生的。这一



点大家应该是非常清楚。

所以说我们如果想获得快乐，远离痛苦，这样一个修行人应当追随人天师，人天导师本师释迦牟尼佛为主的三世诸佛、菩萨。

其实刚开始的时候，他们也是跟我们凡夫人一样的。但后来，他们发现所有痛苦的根源是自私自利，所有快乐的来源是利他菩提心。这样一来，发起了殊胜的菩提心，在三个阿僧祇劫当中不断的利益众生，最后示现圆满正等觉的果位。

所以我们在座的各位，也应该发起最无上殊胜的菩提心。世间当中有那么多的思想，那么多的想法，那么多的意乐，但是在其中，就像如意宝一样，最深、最妙、最好的就是发起菩提心。

当然我们在座的，大家都是发过菩提心，讲过菩提心，说过菩提心，梦过菩提心，什么都有过。但是真正相续当中能生起的话——我们讲的时候好像都还不错的，都可以，我也会讲，你们也是会讲，但是真正相续当中为了自他一切众生获得圆满正等觉，我一定要成佛这样的心，有时候是有的，有时候确实比较弱。

尤其当我们遇到一些怨恨的敌人，或者恶劣的环境，或者是遇到严重的疾病，在这个时候，心的力量，凡夫人心的力量是特别的薄弱，很难提起来。

但不管怎么样，实际上最好的是菩提心，就像《入行论》第一品当中所讲的一样。既然最好的是菩提心，那我们不管怎么样，有些人已经出家了，有些人已经成



了居士了，我们还是要追随前辈大德，追随我们的传承上师，追随诸佛菩萨，我们还是要发起菩提心，尽心尽力的饶益有情。

真的，有了饶益有情的这种利他心，我觉得自己的很多事情是非常的渺小。

所以在座的各位，不管是你即生当中有没有弘法的机会，很难说。有些大城市里面，不像藏地，确实弘法的机会不一定特别多。你有意乐，但是整个环境，整个传统的文化，还有各方面的障碍等等，不管怎么样，我们不贪执自己，随时都是要准备利益众生。这个很重要的。

我经常也是说，如果实在没有找到利益众生，在自己寂静的地方基本上能维持自己的生活，好好的发菩提心，多念一些菩提心大乘方面的一些偈颂，多发饶益有情的心。自己的晚年这样度过的话，也是很有意义的。

总的来讲，我想我们在座的各位还是应该有一种利他心，为了利益众生而随时出发的心。

当然菩提心方面也可以这么讲，或者是另一种无常的角度来讲，我们应该要时时有两种准备。一个是有死亡的准备。昨天也是说了，死亡大敌是骤然而至，我一定要有准备。不然没有一定的准备的话，有一天突然来了，癌症晚期或者病危通知书，这个时候有些人受不了，马上绝望。这个没有必要的。

提前如果有训练、有准备的话：“啊，我在喇荣求学的时候都是早以准备了。”就像米拉日巴一样：“我以



前害怕死亡，到寂静的山里面去，我现在不怕死亡。”所以到一定的时候自己有能力面对。这是第一个准备。

第二个准备的话，我们每个人在这里是短暂性的，可能将来会有内内外外的各种因缘，那个时候也要做好准备，随时都是可以，离开这里有什么嘛。我也并不是说现在来个什么，不是这个意思。但是其实这样可能好一点。如果你对这里的房子，包括茶壶什么，所有的东西，对法本啥都很执着的话，当你离开的时候很心疼的。你随时都是有今生离开的准备、死亡离开的准备的话，这两种无常出现的时候，自己都是应该迎刃而解，应该有勇气面对。

我个人而言，我也不是说大话，也没有必要，你们也没有逼我们，也没有问我。但是，好像死亡来了的话，也许可能自己比较笨，凡是这辈子已经尽心尽力过，除此之外现在再待下去的话，也没有什么把握。也差不多吧。有一个人跟我说：“我现在还要待一段时间，虽然我不一定修行很好，但是觉得很快乐的，所以我要想待下去。”

我也没有什么，已经有所准备。如果各方面的因缘，一旦离开了学院，比如说现在的身体，各方面的话，也好像没有什么贪执的。我个人而言，所有的事情当中，对学院是比较贪执的，是法王如意宝的道场。但是如果需要离开的话，好像也没什么。凡是自己在的时候一直努力的，最后无常出现的话，无所谓的。

所以我们在座的各位也应该有一种无常感，也有



一种准备。如果你不用离开，是很好的。一旦你离开的话，那你自己心里：“这是我早有准备的。”以前的训练，现在只不过是一种现实到生活当中而已，除此之外没有什么的。

所以我们要发菩提心，一个是随时要准备利益众生，有机会的时候一定要实际行动、身体力行，对吧？

当然我们有利他的机会的时候，前面一定要有一个培训。好像前一段时间也是有一些因缘，后来好像不了了之。你们相关的负责人有时候也不要吧一件事情口头上说一说，然后一直晾在那里，这样肯定不好的。有什么事情的话，应该有时间的交代，有培训，有计划。还要有时间，不要说一说，说完了以后一直这样。

因为我们出去利益众生的话，是一个机会，但是在这个时候一定要掌握分寸，自己要有一定的智慧，不要过度的紧张，也不用过度的急躁，也不要太缓慢。如果别人看来有很多急躁、缓慢、懈怠，懒惰、放逸等这些负面的情绪，那对你的弘法利生或者是修行生活会带来不利。所以一定要注意。

这是我们讲的菩提心。

第三个、忏悔罪障：

自心觉界水晶镜，客尘障碍遮覆时，
难现深明等持影，四力白布应勤拭。

我们自己的心，我们自心觉悟的法界，实际上就像没有任何垢染的一个水晶球，或者说是水晶镜子一样的，特别透明，内外都是纯净的。



如果这样的水晶镜沾染了一些客尘，我们自己的如来藏的觉性，如果被烦恼障和所知障，或者说习气障的客尘所障碍的话——客尘有两种意思，一个是障碍的客尘，还有一个是暂时的微尘、障垢，被这些遮覆的话，那很难以现前什么呢？甚深的等持和光明等持的影像。

因为我们的相续，如果被各种前世的业力、今生的恶业，这些垢染的话，那我们修什么法，做什么善事，很难以见到本尊或者说出现修行的验相——这些等持的影像很难显现。

有些说甚深空性方面的境界，有些说广大光明方面的境界，这些境界都可以属于一种等持，就像我们楞严三摩定讲的一样，这些等持的影像很难以生起来。

所以我们在座的各位，应该要依靠四种对治力，大家都知道，所依对治力、厌患对治力、返回对治力、现行对治力——金刚萨埵修法当中的这四种对治力，这里比喻成一个白色的布。比如说你的水晶球、水晶镜，如果被其他的障垢遮蔽了的话，那用白色的布把它擦拭干净，那里面的这种影像就很容易显现出来了。

同样的道理，我们的相续如果被各种障碍遮住的话，那你的修行境界不可能会显现。

所以现在很多人认为：“啊，我修了多少年的上师瑜伽，我修了多少年的本尊，我开法会的时候那么精进，但是梦中连一个好梦都是没有。为什么？是上师讲的不对，还是法不殊胜、本尊没有加持力？”有各种想法。



实际上不是这样的，因为你的业障很深重。如果你的业力深重，你没有好好忏悔，很多修行境界的影像很难显现的。

所以我们随时随地依靠四种对治力好好的忏悔。就像《前行》当中讲的，华智仁波切和如来芽尊者的传承弟子里面，几乎每一个人都是念过千万的百字明。我们想想，我们修加行里的十万百字明，很多人都觉得很难。

其实我们每个人都很需要忏悔。正因为这样，法王以前也是规定我们每年修金刚萨埵心咒40万遍清净自己的相续。这样一来，修行能成功的。

大家有这样的机缘的时候，跟僧众们一起发愿，好好的忏悔，用金刚萨埵这么殊胜的咒语来对治自己的相续，忏悔自己的罪障。

(以下为密法内容)

接下来讲正行修法。

正行修法分为：外生起次第、内圆满次第、密大圆满，三个方面。

首先是外生起次第：

了知显现声心识，本是本尊咒法性，
不离此见转修箭，自如折服摄受行。

大家应该知道什么是生起次第。修生起次第的时候，观想内外器情一切都是清净的。《大幻化网》当中有好多的推理，比如说一因、文字理、现量、加持等等





⁶，用推理来论证万事万物都是本来清净的，有这么一个见解。有了这样一个见解的话，自己本身就是本尊。本身是本尊的话，通过理论来现前，现前以后，自己的身体是本尊的身体，语言是本尊的咒语，心念是本尊的智慧法界，无二无别，最后能现前这样的一个自身本尊的坛城。这是一个生起次第的修法。

其实生起次第的修法，我们的《大幻化网》当中也讲的比较多。在我们密宗的修法里面，每一个本尊修法当中也是有的。当然需要有一个本来清净的见解，如果见解没有打好基础的话，修起来也是很难的。

本来我不是文殊菩萨，然后把我观成文殊菩萨的话，就像《定解宝灯论》里面所说的那样，就像是不清净的瓶子观成清净一样，没有什么意义。本来一切都是清净本尊的坛城，你认识到他，这样修生起次第是成功的。

那这里我们修本尊的时候，先应该了知一切的显现和一切的声音，一切的心识，本来都是本尊、密咒和法性。通过各种道理，推理也好，上师的窍诀也好，知道我们现在所有的显相，都是本尊的身相，上师的身相，一切都是显而无自性的，没有一个实质的东西。所有的声音与本尊咒语的声音无二无别。就像我们《大幻化网》当中所讲的，所有的这些分别念，包括你的贪嗔痴等等等，所有的这些实际上是本尊他的意金刚，也就是说与

⁶ 四证相：即一因、文字理、加持、现量。



法界智慧无二无别。

有了这样的见解以后，不离开这种见解的前提下，你的修行和你的行为相当于是一把箭——射箭的人，通过他的指头，通过他的弓，把箭射到靶子上。同样的道理，我有了三清净这样的见解，那我的修行和我的行为会跟着清净的见解去做。

箭是一种比喻，因为箭的话，射箭者的动作是不能离开的。同样的道理，我们所有的修行和所有的行为，前面所抉择的见解是不能离开的。有了这么一个三清净的坛城，那你的修行和你的行为也是随着见解而来。

如果这样的话，“自如折服摄受行”，最后运用自如，所有的折服和所有的摄受行为，特别的运用自如。

折服的话，指降伏、制伏，包括怨敌也好，邪魔也好，这些都没有任何问题。所有的摄受，人天也好，自己的心也好，所有你要想摄受的行为也没有什么问题。总的来讲，所有息增怀诛的事业都无碍成就。

如果你生起次第修的很好，所有息增怀诛的事业都非常容易成办，这个意思。

一般我们修生起次第的时候，经常修大修，或者说我们平时修本尊的时候，在这种见解的基础上进行修行和行持。这样一来，最后四大事业无碍成就。

这是第一个。

第二、内修圆满次第。

以命勤持身幻轮，能招明乐无念伴，
光明幻身自在故，圆满次第融心底。



这里用了一个比较特殊的名词：“命勤持”，是风脉明点的意思，这是按照《时轮金刚》的术语。

“命”是风的意思，“勤”是勤作，就是脉。“持”是明点，也就是说，依靠风脉明点的身幻轮，身体的一种幻化轮来进行修持。

我们《文殊大圆满》当中也是专门有一个修圆满次第的，大家也应该记得。

先自身观想庸俗而住，后来通过绝地火把自己不清净的身体烧毁无余，最后变成一个文殊师利菩萨。整个身体当中观想三脉四轮，头上的通过“吭”字降下甘露，所有的脉瓣都充满甘露，就慢慢得到四喜和四空⁷的智慧。

前面的生起次第，是依靠清净观，观本尊的一种修法。圆满次第的话，它有自身的方便修法和他身的方便修法。

一般来讲，自身的这种修法，是依靠自己，人自身具有的风脉明点的力量进行修持，修持以后，能得到什么呢？明和乐无念的助伴。或者说，如果风跟光明智慧和快乐智慧，还有无念智慧，或者这几个相辅相助的话，那很容易生起光明身和幻化身，获得自在。

这些道理，实际上法王原来说，这个偈颂主要是以《时轮金刚》的修法为主，麦彭仁波切有《时轮金刚》的一些略修法。我们原来写注释的时候，主要是按照

⁷ 四喜(喜、胜喜、殊喜、俱生喜)、四空(空、极空、大空、一切空)。



《时轮金刚》的修法，其实圆满次第的话，也有《密集金刚》、大威德，还有其他一些续部的修法也可以对应。

这种风脉明点的修法，最后幻身和光明身也获得自在。所以说我们一定要修行圆满次第。这种圆满次第一定也融入于自己的心底。一定要铭刻于心，或者是融入自己的心。

这种简单的修法，《文殊大圆满》当中也有，还有像《胜乘宝藏论》这些当中应该会比较多的。

刚才讲了外生起次第和内圆满次第，下面是密大圆满，分两个方面：劝请修行大圆满和真实大圆满。

首先第一个是劝修大圆满：

**五浊黑暗尤重时，八乘星光难驱散，
绝密心滴万光日，三信七马乘所引。**

这里说，我们这个五浊，众生浊、寿命浊、烦恼浊、见浊、劫浊，五浊特别黑暗，特别严重。

现在我们众生的见解也很差，寿命也很短，烦恼也特别重，确实五浊恶世，包括自己也好、他人也好，不清净。

原因也理解的，因为这个世间太浊了。像以前佛陀时代，动辄就开悟了，动辄就到果位。我们现在见解也不好，烦恼也重，寿命也短，违缘也多，各种各样的。

在这个时候，其他的八乘——声闻乘、缘觉乘、菩萨乘，在这个上面加上事续，行续、瑜伽续，再加上玛哈约嘎，阿底约嘎，总共是八乘——九乘次第当中，不算最高的大圆满，其他有八乘，包括显宗和密宗的部分。



意思就是说，显宗所有的这些法，还有密宗的，包括唐密以下的一些法，这些法就像星星的光一样，它很难驱走五浊的黑暗。

你看晚上，29号晚上，或者说是28号的晚上，天空是漆黑一片，黑暗笼罩整个世界。那个时候用星星的光来遣除黑暗的话，是很难的。

那这种黑暗用什么来遣除呢？其实是“绝密心滴”，也就是说无上大圆满，最绝密的心滴，像《上师心滴》。

绝密心滴的无上大圆满相当于万丈光芒的太阳，这个太阳依靠什么得到呢？按照印度的传说，是日天子依靠七匹马，驾驭这些马车，在整个世界当中运行。

骑着马或者是拉着马车，马车上太阳，然后太阳照耀整个世界，这样的。

刚才把大圆满比喻成太阳，那太阳是依靠什么引到我们心里？依靠三信，清净信、意乐信和不退转的信心——依靠信心，把大圆满引到心的黑暗当中。

所以我们五浊黑暗的所有障碍，唯有大圆满可以清净。

法王如意宝去西方的时候引用了很多的教证，也讲了很多的道理。以后如果有机会的话，你们自己也看看。

当年的西方人也好，现在我们很多大城市里面的人，可能大圆满是最适合的，确实很多人都是对大圆满很有信心。我也原来想大圆满不传的话，可能好一点，对自己的修行各方面来讲不传是最好的。但后来想，大



多数的人对大圆满有特别大的信心，法王去西方的时候，确实当时大圆满的法是传的特别多，《文殊大圆满》传了五次，《杰珍大圆满》也传了，《空性心滴大圆满》也传了，《大鹏展翅》也传了。仅仅是三个月当中，我们在这里几十年依止都得不到的法，在短短的三个月当中都已经传了。

这次我全部都整理成文字，全部加起来大概有20万字左右，比较多，应该上下两册。这里面的一些，尤其是讲大圆满的时候，法王是特别有一种自由自在，对他来讲是特别能驾驭的，可以直接把自己相续当中保存多年的这些分享给大家，有特别的一些意义。

所以整个冬天，我也是花了很大的时间和精力，写出了藏文，藏文也翻成汉语。我们的英文组也翻译成英文、日文，以后可能会有很多的这种因缘，也许有，也许没有。

不管怎么样，确实大圆满可能在末法时代，它是最好的。如果大圆满没有得到的话，也是比较可惜。得到大圆满以后，如果自己能实修，应该是能斩断所有的痛苦和烦恼。即便是不能修行，它是闻解脱、见解脱、触解脱、意解脱。确实是非常重要的。

我们在座的各位应该是很幸运的。去年我们也是依靠各种因缘，大多数的人都已经获得了《四心滴》的灌顶和传承。现在如果自己没有放弃，包括带上系解脱。本来我想今年把系解脱的注释完成，后来有一种无常感，会不会无常？后来就先把法王西行的教言，我把它



称为《西游回忆录》，整理成文字。所以我的系解脱这些还没有完全译完。但是我想以后空出一定的时间来，把后面的译完。

所以这里面讲到，黑暗用星星的光来驱散，没办法的，只有太阳的光。按照印度的说法，依靠七匹马把太阳引到了这个世界。那我们现在依靠对大圆满的信心——没有信心，你再有智慧，再有能力，再怎么样的话，都没办法的。所以依靠信心可以引导大圆满的法，这样的话，在五浊黑暗的时候也是可以获得解脱。这个意思。

我们今年也是采访了很多西方人，他们对上师的信心还是很大的。很多人是第一次见到，也是最后一次见到。但是很多人见到法王以后，好像他是真正的文殊菩萨。有一个人说他每次修行的时候，他修了很多年的文殊法门：“上师灌顶的时候，他就是文殊菩萨。”

有一个人他已经修了金刚瑜伽母十三年了，法王灌顶的时候，他看到的是真正的金刚瑜伽母。

有时候我们这边看起来好像是哭啊、闹啊，有点感性，有信心，他们西方人是很理性的，看起来好像不是那么的，但还是有非常坚定的信心。30多年以后，问他们的时候，他们总觉得法王肯定跟文殊菩萨无二无别，或者说与佛无二无别，有这样的信心。

其实真正对自己的上师或者是法王如意宝有一个坚定信心的话，对你的证悟是非常有利的。

下面是第二个、真实大圆满。分二，本来清净和任运自成。



首先本来清净：

所现无改逸然觉，自然自住性中观，

认识离根自明空，顿越地道成佛果。

这是本来清净的直指法，怎么直指呢？

我们所现的，不管是看到的、听到的、接触的、见闻觉知，所有的一切显现不要去改造，让他逸然安住。逸然安住的这种觉性，在自然自住当中，开始观他。

意思就是说，我们的心性，不管好也好、坏也好、佛也好，众生也好、烦恼也好，智慧也好，一切的一切让它自然安住，在自然安住的本性当中不断的去内观。

去内观的时候，你会认识。认识什么呢？离根、自明、空性，这样的境界。

我当时解释的时候，离根是远离一切根本的本性，法身，本性法身的智慧。自明当中的自，自性，自性光明，报身的智慧。明空的话，空明无二无别、大悲周遍的这种化身智慧，也就是法报化三身的本体。我们心的本体当中，本体空性、自性光明、大悲周遍，或者是空明无二这样的境界自然会显现。

这个时候，我们经常说的：“如人饮水，冷暖自知”，像汉地禅宗当中：“虚空粉碎，大地平沉。”本来虚空是没有什么变成粉碎的，但是好像在这个当下，我们分别念的心就荡然无存了。但分别念也并不是在其他地方找到，虚空本来没有什么可摧毁的，但是虚空当下的这种本体现前，这样的境界可以出现的。

那这个时候已经超越了五道十地所有的功德，不



需要一步一步的，多少个阿僧祇劫，不是这样的。顿时超越五道十地整个漫长的过程，立地成佛，立地成法身佛。

如果遇到了真正的具有加持力的上师，弟子也有特别大的信心，那就立地成佛，即生成佛，当下成佛，“放下屠刀、立地成佛”等等有很多，禅宗也有很多，大圆满也有很多，这样的境界可以出现的。

这是本来清净的直指法。

第二个、任运自成：

直定中以坐看式，享自现界明点觉，
二取轮暗消法界，四相究竟大虹身。

修任运自成的时候，大家都知道，先在大圆满的四大直定⁸，认识本来清净见解的境界当中不离开，以法身坐式、报身坐式、化身坐式，在三种坐式当中的任何一种坐式。然后以三种看式当中任意一种，观离垢的虚空。

离垢的虚空，我们经常讲的法界净灯、明点空灯与觉性金刚链，这三者就像《文殊大圆满》和《大圆胜慧》当中所讲的，《大圆胜慧》里面把脱噶部分讲的比较比较广。

原来我跟一个叫旺德喇嘛，我们两个在聊《大圆胜慧》的时候，旺德喇嘛说其实《大圆胜慧》是很出名的，但是本来清净的部分只有一点点，一口饭一样的，大多

⁸ 四直定：修持大圆满本净彻却（直断）时，四个次第：见解如山直定、修量如海直定、行量如显现直定、果量觉性直定。



数都是任运自成的修法。我说对的，任运自成的修法是比较多，前面的本来清净不太多。以前也是讲过。

如果以这样的坐式、看式，法王如意宝的《文殊大圆满》当中讲六要⁹，境要、显现要，门要等等这些。

那么以这样的坐看式享受，享受什么呢？法界净灯、明点空灯与觉性金刚链。如果见到这种现象，最后把自己的心和对境融入一体进行观想的话，最后能取和所取的轮回的黑暗消于法界当中。能获得什么呢？四相究竟，也就是说法性现量相、觉性增上相、觉性如量相、法性尽地相，最后全部得以究竟，最后像莲花生大士和布玛莫扎那样得虹身成就。

这以上的话，整个大圆满所有的教言都已经讲完了。

这部论典的最后一个、末善。也分为三个方面：如何造论，善根回向，造论后记。

首先，如何造论：

**如是俗语碎忠言，虽无智者所喜诗，
顿现流露未择取，前译传承之特性。**

法王说，上面讲到《忠言心之明点》这么多的偈颂，是用很通俗的语言写成的忠言、教言、窍诀。

那么这样的教言，虽然没有广闻博学的智者所欢喜的诗词——特别美好、特别华丽的词语这些都是没有的，它是非常通俗、浅显易懂，也是很简单、很直白

⁹ 六要：身要、语要、心要、境要、门要、显现要。



的语言。没有用很多文学特别好的，文笔特别好的，那样的词藻学、诗学等各种来庄严，没有这样的，所以智者不一定很喜欢。因为一般智者对文笔和词句是特别的耽着，所以智者不一定欢喜。

但是这里面所有的这些内容都“顿现流露”——在法王的俱生智慧当中，顿然显现，流露出来。并不是通过一种造作，做思想准备，翻阅各种各样的参考资料，跟别人进行探讨，不是这样的。

以前法王他能看得见字的时候，当时不是《直指心性》的大疏直接写下来了，一次性写下来了，不需要打草稿的。以前我看到过德巴堪布，他写《定解宝灯论》注释的时候，也是一次性的这样写，不是反反复复的，又翻一个资料，又翻一个什么。不是这样的。

很多以前的前辈大德，他只是一种成就的相，持明大德们确实这样的。他未加选择，也没有依靠分别念，依靠后天的各种分别念去取舍，去辨别、去思考，不是这样的，没有这样的思择。

那这是什么呢？这是前译宁玛派证悟无上大圆满的这些持明大德们的一种，应该他们的一种特点，一种差别法。

其他的大德也并不是没有，应该是有的，包括后译派的一些大德，证悟的智慧里面流露出来的很多的教言、道歌，还有引导文，这些是有的。

但是我们从历史上看的话，确实前辈大德，莲花生大士的这些传承弟子们，好多都是意伏藏。有些是意伏



藏，有些通过证悟以后，自然流露出来了。

所以说我们的上师如意宝，我经常这样讲的话，你们也许觉得为什么他天天这样说。确实他是与众不同的一个大成就者。他在人间住世的时候，也是没有产生过邪见。当他离开以后，更加的觉得他是活生生的一个菩萨来到人间。只不过我们当时，好像有时候觉得，上师肯定是经常有的，他每天都是传法的。但当他离开了以后，更加的有一种对他的尊敬和他的了不起，他的这种证悟境界更加的坚定。

这次我们不说其他的，包括西游的这些教言，你们读了以后应该是知道的。法王有时候是一口气直接讲下来的，尤其有一次法王在法国的时候，关于今天我们讲的任运自成，下面的人就请求法王：“您能不能讲一下关于修脱噶任运自成方面的一个教言。”没有时间翻译，法王说有点不习惯，本来是一句一句的翻译，但如果直接这样讲下来也可以。然后就好像我们背诵一样，一口气全部讲下来。最后文字记录下来，全部都是价值连城的金刚语。

你们可能觉得，人都是一样的，不一定他有那么那么大的功德，可能这样想。这也是一种分别念，我们允许有这样的分别念。但是事实上，确实，我这次为什么讲这个《忠言心之明点》？法王当时写下来以后，给我们少数人传的。可能有一些近传的加持，即便是没有近传的加持，传承应该是有的。所以说大家的相续，如果得到了一些法王如意宝的不共加持，也许你的修行不



会出现什么违缘。或者说你对证悟大圆满方面，应该是更加的接近，可能会有这样的。所以这次也是决定传这个法。

第二个、善根回向。

愿以此善无余众，自在四身妙佛果，
我一刹那亦不离，文殊童子勇猛力。

愿以造《忠言心之明点》善根，一个都不剩下，所有的众生自在化身、报身、法身、自性身的这种佛果。

因为在这个之前，当时是4月15号，法王和我们在北京朝拜佛牙舍利，跟班禅大师一起的。后来到了五台山，先住菩萨顶，住了大概五六天吧，后来去善财洞。有些资料里面说是住了21天、14天，但我算了一下，时间好像是不对的。我的印象当中法王在善财洞当中应该是闭关七天。

因为我们十五号在北京，这个月的二十九号法王见文殊菩萨，麦彭仁波切的圆寂日。中间还在菩萨顶传了《法界宝藏论》，灌了顶，还有《佛子行》、《菩提道次第论》。堪布和我，我们两个翻译。然后闭关，闭关完了以后就见到文殊菩萨。当时法王唱的金刚道歌，我以前也是翻译过。完了以后就离开了善财洞到对面的山顶上去造这个《忠言心之明点》。

法王当时也是说我一刹那也不离开文殊师利菩萨勇猛的力量。

文殊菩萨的力量并不是抬石头、搬东西，不是这样的，他是度化众生的能力，这个勇猛力是与众不同的。



普贤菩萨跟文殊菩萨的话，我们也是：“文殊师利勇猛智，普贤慧行亦复然。”说的原因就是他们利益众生是不同的。

所以我们也发愿，我们现在也是依靠这样的一种因缘，生生世世当中不离文殊菩萨的加持，不离文殊菩萨的智慧，不离文殊菩萨弘法利生广大的勇猛力。

大家也可以这样发愿，也可以这样回向。

第三个、造论后记：

火兔年 (1987 年)五月初三，

法王说 29 号见文殊菩萨，然后我们搬到山顶上。这个山顶上，以后你们也去一下，现在那边拉着好多的经旗。

其实文殊菩萨的道场很有意思，有很多精彩的故事，我当时把有些精彩的故事都写在那个里面，我印象比较深的一个是《五百罗汉的故事》。

有一个和尚，想造五百个罗汉，他到外面到处化缘。当时化了一堆铁。最后他就在一个地方造了 500 个，但是每一个都很重。那个时候交通工具也没有，离五台山很远很远。他想我用什么样的办法把这 500 个阿罗汉拉到寺院里面去？他开始苦恼了，这怎么办？如果这些自己起来走的话该多好？他心里这样想。结果阿罗汉全部都站起来，排着队走了。和尚很高兴。

到了寺院以后，阿罗汉全部都安住下来，他就数、数、数，结果只有 499 个，有一个不在了。那他又担心，去找去了。





这一个的话，他可能身体不好，还是什么，一个人在后面赶。那时天马上就要黑了，他到了一个河边，他看到一个妇女。问，离五台山还有多远？今天我能不能到？这个女的说，不要说你是一个人，连一个铁做都去不了，那个地方很远的，可能没办法。一说起来铁字的时候，就走不动了，开始住在河边。

后来和尚和弟子来找的时候找到了，找到以后他也拉不动了，最后在这个地方修个亭子。所以他们寺院里面只有 499 个罗汉。

后来文革期间好多都毁了，我记得剩二百三十二个，全部拉到现在的显通寺。显通寺是汉地最早的寺院之一，与洛阳白马寺是同时的，当时竺法兰他们一起造的。

最后剩 200 多个阿罗汉。我原来去看过，现在听说旁边还有好多的阿罗汉殿。后来 200 多个放在显通寺里面，这些都是有神通的，可以走路过来。其他的被毁了。

还有好多的故事，比如说灯笼文殊菩萨，当时康熙皇帝迷路的时候，他带路到那边，最后变成灯笼文殊，在吉祥寺那边。

还有殊像寺的话，造文殊像的人不知道怎么造文殊菩萨的头，当时好像谁让他造的。特别苦恼的时候，在虚空当中显现骑着绿狮子的文殊菩萨。我们说的是糍粑，他马上用荞面造。所以现在殊像寺文殊菩萨的头，还是荞面做的，不是其他材料做的，是最原始的那个。



还有金刚窟，还有飞来塔，还有好多，每一个都有不可思议的文殊菩萨的幻化故事。

那么这个呢，是在文殊菩萨的说法台上造的。我昨天也讲了，善财洞的上方。现在那个地方，听说有个别的一些修行人搭帐篷住在那里。

阿旺罗珠宗美于汉地五台山寂静处文殊童子为一万佛子转深广法轮之山顶，二十三分钟内即性而造。善哉！

我以前 15 年的时候，在伦敦本觉会(Rigpa)中心讲过，好像当时讲过一次，其他的好像没有讲过。





忠言心之明点原文

法王晋美彭措 造

索达吉堪布 译

众佛菩萨诸三密，总集成熟相好身，
语之杲日童子尊，令汝心转菩提道。
相应无边众信解，深广法理虽无量，
归摄要诀实修法，心语心要授心友。
贪今生离修法缘，愈享欲妙愈增贪，
利乐称誉无了时，如梦买卖当舍弃。
于能增长众功德，远离一切诸过患，
殊胜具相善知识，以三喜依成心意。
如求空中欢乐园，诸增上生定胜富，
失戒者无得是处，具知念谨调自心，
无始至今如疯子，独漂轮回痴暗中，
今为寻求寂乐宫，理当喜闻佛法海。
唯闻不能断增益，难以诚信佛与法，
故以百般讲辩著，思所生慧铭刻心。
博通宗派大法师，未调自心如鹦鹉，
死亡骤至懊悔因，教义入心诸心友。
佛说浩瀚众法理，唯调自心之方便，
复次劝请莫耽句，胜深要义融心底。
难得此身如昙花，具义超胜十万宝，
未来难得如是故，成办大义莫懈怠。
死主大敌如霹雳，谁亦不知何时至，

忠
言
心
之
明
点
·
原
文



无暇住留数岁月，当下理应修善法。
有情业果不虚耗，果报临头不可改，
如今具缘自在时，自欺自己谁能救？
难忍轮回诸痛苦，唯念能令毛耸立，
无数苦逼身心时，如何是好当自忖。
如此大怖极难脱，余处不得引导者，
无欺智悲力主尊，如是三宝当皈依。
求自乐生三有苦，利他心生诸妙乐，
故当追随人天师，发最无上菩提心。
自心觉界水晶镜，客尘障碍遮覆时，
难现深明等持影，四力白布应勤拭。
了知显现声心识，本是本尊咒法性，
不离此见转修箭，自如折服摄受行。
以命勤持身幻轮，能招明乐无念伴，
光明幻身自在故，圆满次第融心底。
五浊黑暗尤重时，八乘星光难驱散，
绝密心滴万光日，三信七马乘所引。
所现无改逸然觉，自然自住性中观，
认识离根自明空，顿越地道成佛果。
直定中以坐看式，享自现界明点觉，
二取轮暗消法界，四相究竟大虹身。
如是俗语碎忠言，虽无智者所喜诗，
顿现流露未择取，前译传承之特性。
愿以此善无余众，自在四身妙佛果，
我一刹那亦不离，文殊童子勇猛力。



火兔年(1987年)五月初三，阿旺罗珠宗美于汉地五台山寂静处文殊童子为一万佛子转深广法轮之山顶，二十三分钟内即性而造。善哉！

忠
言
心
之
明
点
·
原
文