

## 大圆满前行引导文专区精华贴目录

大圆满前行引导文专区精华贴目录.....	1
1.生出离心.....	8
1.1 人身难得.....	8
1.1.1 为什么这些人在去世后，短短的一段时间，又得人身了呢？.....	8
1.1.2. 八无暇中只提到“喑哑”，不包括聋盲吗？.....	8
1.1.3. 观修时，总是会把后面的修法内容加进来怎么办？.....	9
1.1.4. 十圆满中的五个他圆满中的佛陀已说法的意思是什么？.....	9
1.1.5. “暇是本体，满是特法，犹如青莲花与其蓝色。”应怎样理解本性和特法？ 闲暇和圆满的关系？.....	10
1.1.6. 不修大乘佛法一定堕入三恶趣吗？三恶趣众生是否具足造恶的能力？.....	10
1.1.7. 请问如何遣除观想人身难得时的这些错误想法和麻木感觉？.....	11
1.1.8. 为何成佛只有在南赡部洲的世间？.....	13
1.1.9. 为什么一到十地菩萨还一定要在世间依靠人身而成佛呢？.....	14
1.1.10. 请问《大圆满前行引导文》第 13 课中“舍事者”的含义？.....	14
1.1.11. 自圆满第五个信仰佛教和他圆满第四个趋入佛教有什么差别？.....	15
1.1.12. 对盲龟木轭、光壁抛豆之喻应该还是运用了夸张吧？.....	16
1.1.13. 意乐圆满和信心圆满的区别是什么？.....	17
1.1.14. 自圆满中的佛法兴盛的中土与它圆满中的佛法 住世有无区别？.....	17
1.1.15. 既然人身难得，为什么人越来越多，寿命越来越长呢？.....	18
1.2 死亡无常.....	21
1.2.1 既然”万法无常“那“纵经百千劫，众生业不亡”中为什么业就不变呢？.....	21
1.2.2. 细无常十五种根据.....	22
1.2.3. 关于成住坏空.....	27
1.2.4. 坏劫时光明天以上是不是没有毁坏？这样是不是就变成常有了？.....	29
1.2.5. 初劫时的人类是由原来没有毁坏的光明天下堕而生的吗？.....	29
1.2.6. 何谓“无常四际”？.....	29
1.2.7. 如何破斥：“死的是肉身，神识又不会死，还会转生的，所以没有什么恐怖的。”？.....	30
1.2.8. 死亡前应该做哪些准备，到时候应该安住在什么境界中？.....	32
1.2.9. “一禅，二禅，三禅，分别以火，水，风而毁灭”此理对你有何启发？”..	33
1.2.10. 请教有关器世界的毁坏？.....	34
1.2.11. 既然“信心出离也是无常的”，怎么会有“不退转的信心”？.....	34
1.2.12. “日、月天子死亡，转生于暗处”怎么此处日月是有人格意志的内情众生？	35
1.2.13. "出世了君臣 25 大成就者，耶瓦 80 大成就者等", 君臣和耶瓦是指什么？	35
1.2.14. 为什么有因时而死和非时而死？.....	36
1.2.15. 请教修无常如何产生大悲心？.....	37
1.3 因果不虚.....	41

1.3.1. 众生因为什么罪业，什么因会转生到热地狱、寒地狱、旁生、饿鬼呢？	41
1.3.2. 每一种不善业都有两种感受同流果，是哪两种？	42
1.3.3. 每一种不善业的感受同流果都是怎么分为两种的？	43
1.3.4. “近取因”，为什么叫近取？	44
1.3.5. 既然四大皆空，万法皆虚幻不实何以业力会显现果报？	44
1.4 轮回痛苦	50
1.4.1. 饿鬼居于冈底斯山下，冈底斯山是西藏指的在西藏的吗？	50
1.4.2. 可有众生不经过无间地狱，而直接投生近边地狱其一吗？	50
1.4.3. “五趣之中无安乐”，怎么理解“五趣”？不是有六趣吗？	51
1.4.4. 有师兄观地狱、饿鬼之苦不敢观，内心恐惧，怎么办？	52
1.4.5. 孤独地狱的处所不定，那么我们生活的这个空间，行住坐卧全都是造业吗？	52
1.4.6. 如何理解近取五蕴苦之行蕴和识蕴？	53
2 皈依三宝	55
2.1 皈依上师	55
2.1.1. 什么是三恩德上师？	55
2.1.2. 怎么理解“把上师观为法身佛”中的“观”和“法身佛”？	55
2.1.3. 请教“外即佛子寂天论师者，内即大成就者夏瓦热，密行圣者观世音菩萨，祈祷晋美秋吉旺布尊。”	56
2.1.4. "具德上师加持入心间"，是何人造？	56
2.1.5. 怎么理解"对我越好的人，我就越恨他们，对我越不好，我对他们还是不错的！"	57
2.1.6. 请问法师无垢光尊者祈祷文的解释	57
2.2 皈依三宝	61
2.2.1. 皈依后，不能跪拜外道本师，中的外道包括儒教和道教吗？	61
2.2.2. 《胜出天神赞》中说遍入天、大梵天等烦恼很重，《八圣吉祥颂》中为什么还要与之顶礼？	62
2.2.3. 受持《弟子规》、《感应篇》符不符合皈依戒的要求？	65
2.2.4. 请问《前行》第一课“敬礼一切三根本”，“三根本”的具体内容是什么？	66
2.2.5. 普贤如来的报身毗卢遮那佛是本初佛吗？是不是是皈依境最上方的佛像？	66
3.发菩提心	68
3.1 菩提心本体	68
3.1.1. 《前行备忘录》中堪布阿琼密传里“发心非要生心乃关要”这一偈颂是何意？	68
5 正行六度	70
5.1 布施	70
5.1.1. “恒行四布施”里的四布施指哪四种？	70
5.1.2. 凡夫地行持六种波罗蜜有哪四种法相不具足？	70
5.2 持戒 - 5.2.3 菩萨戒	72
5.2.3.1. 请问受菩萨戒和受灌顶二者之间有什么联系和次第吗？	72
5.2 持戒 - 5.2.5 其他	73

5.2.5.1. 分别显宗与密宗哪个殊胜，哪个不殊胜，会不会造下舍法罪？ .....	73
5.2.5.2. 是不是不同的经论对于“舍法罪”有不同的定义?.....	74
5.2.5.3. 舍法的关键是否在于内心对不同的法门存有“取舍之想”？ .....	75
5.6.4 三转法轮.....	76
5.6.4.1. 请问显宗与密宗的差异？ .....	76
5.6.4.2. 具体现实生活中如何观清净心？ .....	79
5.6.4.3. 观清净心会不会是非不分,越学越傻？一切时处都观清净心吗？ .....	81
5.6.4.4. “观清净心”这个概念有无明确的定义？ .....	82
5.6.4.5. 三转法轮的“后转分别法轮”具体是什么？ .....	84
7. 果位抉择.....	85
7.1 佛菩萨境界.....	85
7.1.1. 既然因果不虚，那诸佛成佛之因是什么？ .....	85
7.1.2. 请教:关于基智，道智，一切智.....	85
7.1.3. 为何要安立五身? 他们有什么关系？这样安立有什么作用?.....	86
7.3 往生与成就.....	88
7.3.1. 临终时，五根隐没,耳识已经灭尽，怎么能听到上师为他直指心性的本来面目啊？ .....	88
7.3.2. 如何理解不信佛的人也可以被成就者超度到清净刹土？ .....	88
8. 实修相关.....	91
8.1 闻思修.....	91
8.1.1. 听一部法期间，中间有很久没有听传承，后来又接着听，这样也是断传承吗？ .....	91
8.1.2. "依前行修法完全可以修成欲心一境"中的"欲心一境"是什么意思?.....	91
8.1.3. 听法时不能穿鞋，因为怕凉而穿厚的似鞋的袜套 可以吗?.....	92
8.1.4. 请教元音咒，辅音咒和缘起咒的咒语。 .....	92
8.1.5. 智慧佛网上的音频和视频是否和菩提讲堂的视频 一样，看了之后就得到了传承？ .....	93
8.1.6. 如何理解《胜利道歌》的加持?.....	93
8.1.7. 生起出离心后，在世间法上的表现有何不同？ .....	93
8.1.8. 观修时常出现昏沉或散乱，有什么窍诀可以对治吗？ .....	94
8.1.9. 怎样理解“对我们宁提派而言,要想获得证悟,根本不必费心钻研经典,或者依靠其他苦行”？ .....	95
8.1.10 在观修的过程中,经常有一些邪见蹦出来,怎么办？ .....	95
8.1.11. 修上师瑜伽速赐加持之前观皈依境的时候，观想莲师有没有过失？ .....	96
8.1.12. 关于观修的广略问题？ .....	96
8.1.13. 如何战胜愚痴的睡眠？ .....	99
8.1.14. 请问打坐怎样从痛苦 5 分钟到快乐 2 小时?.....	101
8.1.15. “未领会而持”和“颠倒而持”的区别？ .....	104
8.1.16. 请教《备忘录》“一开始务必做到不能破坏师徒之间的缘起。”? .....	105
8.1.17. 观修的时候怎么样可以避免睡着？ .....	105
8.1.18. 请问自宗的基道果是如何安立的？ .....	105

8.1.19. 现在闻思《般若摄颂》和修加行，两个一起行吗？能先放下闻思单修加行吗？ .....	106
8.1.20. 边闻思边修行，闻思也困难，修行也困难，时间非常紧促怎么办？ .....	107
8.1.21. 修百字明可否代替四外加行的观修？ .....	107
8.1.22. 请教莲师对赤松德赞一段话的理解.....	108
8.1.23. 我们该如何依止上师，该如何让大恩上师的法义融入相续？ .....	108
8.1.24. 默念对传承会有影响吗？ .....	109
8.1.25. 我又怕守不了密乘戒会下金刚地狱，又舍不得不学密法，怎么办？ .....	109
8.1.26. 怎样是安住修？ .....	109
8.2 五加行.....	110
8.2.1. 修顶礼和上师瑜伽前，需不需要灌顶？ .....	111
8.2.2. 磕头的时候，祈祷文需要念出声音来吗？需要观想祈祷文的意思吗？ .....	111
8.2.3. 磕头快了，会不会观想就跟不上了呢？ .....	112
8.2.4. 请问磕头的时间段和磕头的速度？ .....	113
8.2.5. “磕头和上师瑜伽一起修”具体是怎么修呢？ .....	113
8.2.6. 请问腰椎间盘突出患者磕大头的问题?.....	114
8.2.7. 请教关于祈祷礼拜对境的问题?.....	115
8.2.8. 请问顶礼咒（三遍）可否放在正式顶礼前念呢？ .....	115
8.2.9. 修上师瑜伽顶礼时如何观想才如理如法?.....	116
8.2.10. 修上师瑜伽是要观想传本法的上师，还是观想自己的根本上师？何为根本上师？ .....	116
8.2.11. 五加行都是哪五加行?.....	117
8.2.12. 修持时观想众生在自己的周围和我一起修，这样有何利益？ .....	117
8.2.13. 身体不好，可不可以先调理身体，暂时不磕头，以后再专修磕头？ .....	118
8.2.14. 大礼拜时，双脚要并拢吗？ .....	119
8.2.15. 为什么修上师瑜伽时上师的面相不能改变？ .....	120
8.2.16. 请问上师相应法中观想对境的本体和外相问题？ .....	120
8.2.17. 请问什么是道灌顶?.....	122
8.2.18. 依《开显解脱道》修上师瑜伽，为何要自观为金刚瑜伽母?.....	122
8.2.19. 观上师的时候是形象为莲师，本面是上师，还是形象为莲师，本面为上师？ .....	123
8.2.20. 为什么要叫上师瑜伽呢？怎样理解“上师瑜伽”这个词呢？ .....	123
8.2.21. 《开显解脱道》上师瑜伽的第二段"后行修四灌者"应如何观想?.....	124
8.2.22. 当下座平时在散乱下持咒时，具体的观想为何?.....	124
8.2.23. 上座与下座在持咒时，是否都把自己观成金刚瑜伽母?.....	125
8.2.24. 当在持咒中，念头现起时，如何对治？ .....	125
8.2.25. 五加行座上观修百字明的同时如何计数？ .....	126
8.3 密法初探.....	127
8.3.1. 是否必须要得灌顶才能修大圆满前行里面的内加行？ .....	127
8.3.2. “六月修要得解脱”需要怎样的信心？ .....	127
8.3.3. 密法前行，密法正行，大圆满前行和大圆满正行有什么不同？ .....	128

8.3.4. 为什么“前行”说既可以算“前行”，也可以算“正行”？ .....	129
8.3.5. 带肉身飞往空行刹土和虹身成就有何关系？ .....	131
9. 杂项.....	133
9.1. 《胜利道歌》第一课里“遣除内、外、密的一切违缘”是什么意思？ .....	133
9.2. 《胜利道歌》第一课里“降伏迷乱分别所现的各种鬼神”是什么意思？ .....	133
9.4. 关于弥勒佛下生时间问题？ .....	134
9.5. 弥勒佛下生了吗？ .....	135
9.11. 怎么做为菩萨还“有些会着魔”？还会“实则希求自我利益，对此魔众可侵扰 损害”？.....	141
9.12. 亡者的“一七”从什么时候开始计算？ .....	141
9.13. “真正是作了一次大放生”是什么含义呢？.....	142
9.15. 博客上匿名访客关于法王如意宝对苯波的评价是否属实？.....	143
9.16. 如何理解能量守恒不变和万法无常？ .....	144
10. 随笔.....	145
10.1. 一滴蜜糖的故事.....	145
11. 名相术语.....	146
11.1 A - E.....	146
B-1. 本体.....	146
B-2. 本传上师.....	146
C-1. 持明果位.....	147
D-1. “断证功德” .....	148
11.3 K - Q.....	149
L- 1. 轮涅平等周遍.....	149
11.4 R - T.....	150
S- 1. 食子.....	150
.....	150
2. 随眠习气.....	150
3. 四无色”和“四静虑”.....	151
T-1. 胎位七处.....	151
12. 小组学习.....	153
12.1. 如何提高共修质量？.....	153

此整理截至 2010 年 7 月 12 日

## 1.生出离心

### 1.1 人身难得

#### 1.1.1 为什么这些人在去世后，短短的一段时间，又得人身了呢？

问:读了钟茂森博士主讲的《因果轮回的科学证明》（第二集）中的真实案例，疑惑为什么这些人在去世后，短短的一段时间，又得人身了呢？

热心答：

有一些众生连续多次获得人身，这不能成为人身不难得的理由。众生的福报和业力千差万别，局部地区的人类密度很大，或者某些人多次获得人身，相对于三界范围的一切众生和无始以来轮回中无量次的转生，都是极为微小的比例。

帖子来源：[Re: 关于“人生难得”的疑问，请诸位善知识开示](#)

Feingray 答：

由人身获人身相对容易一些。但连续几世获得人身，也就短短几百年，和恶趣的时间相比，就是一刹那。

帖子来源：[Re: 关于“人生难得”的疑问，请诸位善知识开示](#)

辅导员 A 答：

对西方心理学家的实录催眠事例，一方面，对不相信前生后世，迷信现代科学等学科的人来说，可以起到令他们对前生后世生信的作用，另一方面，如果我们认为真实情况完全如这些催眠事例所述，也可能有些天真。

有些心理医生根据他的临床实录，得出灵魂有新生的结论，这与经论所述完全相违。慈城罗珠堪布说：“虽然现在有些人在被催眠时，会说他们是故意投生于轮回的，但这么说可能是撒谎或出于自己的幻觉。”

帖子来源：[Re: 关于“人生难得”的疑问，请诸位善知识开示](#)

#### 1.1.2 八无暇中只提到“喑哑”，不包括聋盲吗？



问：八无暇中只提到“喑哑”，不包括聋盲吗？

**Feingray 答：**

主要是指由于六根不全而障碍闻受法义者。

比如一个聋哑人，如果因为聋哑而无法和他人进行交流，则属于八无暇。

但是如果此人能够通过手语交流，或者能够读懂文字，而正好碰到有一个懂手语的善知识，则也不算无暇。

一些特别愚笨的人，比如痴呆症患者，根本无法受持法义，也属于无暇。

帖子来源：[Re: 请问辅导员法师关于八无暇中的一个问题](#)

### 1.7.3· 观修时，总是会把后面的修法内容加进来怎么办？

问：观修时，总是会把后面的修法内容加进来怎么办？

**Feingray 答：**

为了加深定解，不可避免涉及到其他的方面，不过最主要的是在这个引导上。

比如得人身的问题，通过其它思考，得到了得人身的定解，则反复的忆念这个定解：我现在已经得到人身了，如果不得人身不可能有修佛法的机会。

帖子来源：[Re: 几个问题](#)

### 1.7.4· 十圆满中的五个他圆满中的佛陀已说法的意思是什么？

问：十圆满中的五个他圆满中的佛陀已说法的意思是什么？

**Feingray 答：**

摘自《大圆满前行引导文》

虽然佛陀已出世，但如果恰巧赶上佛没有说法示道而安住在入定境界中，尽管佛陀在世，也不会有佛教正法的光明，如此与佛未出世几乎无有差别。比如，我等大师（释迦牟尼佛）在印度金刚座菩提树下现前圆满正等觉的果位后亲口说道：“深寂离戏光明无为

法，吾已获得甘露之妙法，纵于谁说亦不了知，故当默然安住于林间。”说完在七七四十九日内没有讲法，后来梵天、帝释天祈求世尊转妙法轮。

不仅仅是佛陀，就算是诸位持教大德，如果没有展开正法的讲闻事业，也很难以直接利益众生。举个例子来说：印度的美德嘉那尊者为了救度转生到孤独地狱的母亲而千里迢迢前往西藏。途中，因为译师不幸去世，使得尊者孤身一人漂泊在康区。又由于语言不通，他只好以牧羊为生，以致于未能以正法广利有情，便已示现圆寂。后来阿底峡尊者来到西藏听到此事后，不禁感慨万分道：“呜呼！你们西藏人的福报实在太浅薄了！在我们印度东西两方的班智达中，无有一人能胜过美德嘉那大师。”说到这里，尊者情不自禁地双手合十，流泪满面。

如今释迦牟尼佛依次三转法轮，应机示现不可思议的身相以九乘次第法成熟解脱所化众生。

帖子来源:[Re: 几个问题](#)

### **1.7.5· “暇是本体，满是特法，犹如青莲花与其蓝色。” 应怎样理解本性和特法？闲暇和圆满的关系？**

问：在《心性休息大车疏》中“暇是本体，满是特法，犹如青莲花与其蓝色。”应怎样理解本性和特法？闲暇和圆满的关系？

辅导员 ▲ 答：

如同说瓶子和瓶子的无常。

瓶子是本体，无常是瓶子的特法。也就是瓶子所具有的一种名言实相，它的无常的本性。

本体是一个，特法可以有多种，比如瓶子的所作性，瓶子的颜色，瓶子上的任何一个特征都是它的特法。

按《大车疏》，青莲花是本体，青莲花所具有的蓝色是青莲花的特点，青莲花还具有其他特点，比如它的花瓣的形状，它的无常等。

此闲暇人身是本体，满是在闲暇人身的基础上所拥有的，是这个本体上所具有的与其他法不共的特点。如果不具足此暇，也不可能具足满。若无青莲花，也就不可能有青莲花的蓝色。

所以，暇是本体，满是特法。

帖子来源：[Re: 请教：“暇是本体，满是特法……”](#)

### **1.7.6· 不修大乘佛法一定堕入三恶趣吗？三恶趣众生是否具足造恶的能力？**

问：不修大乘佛法一定堕入三恶趣吗？三恶趣众生是否具足造恶的能力？



## Feingray 答:

1、如果不修佛法，今生没有以菩提心摄持、三殊胜摄持行持过善法，因此所得功德很少，而频繁的产生的各种贪嗔痴烦恼也很轻松的将仅有的一丁点极其细微的善根摧毁无余。今生留下的只会是大量的恶业而已。我们可以观察一下身边的不信佛的人，可以看到的。因此想后世不堕恶趣非常困难，根据人身难得的比喻，就像针尖上堆豆那么困难，基本上不可能。因此说一定堕入恶趣。

2、三恶道除了有些地狱众生唯有受苦而没有机会身语罪业，其他的都非常有造恶业的能力，而丝毫没有造善业的能力。有的唯造恶业。这是三恶道很难出离的原因。

帖子来源: [Re: 烦劳法师了,一堆问题](#)

### 1.7.7· 请问如何遣除观想人身难得时的这些错误想法和麻木感觉?

问: 观修的时候, 我总会想: 我一直以来本性就是人, 怎么会是三恶趣等众生呢? 佛法已经存在几千年了, 想不遇到都难, 让我信佛有什么难得呢? 而且我总是觉得在背书一样, 没有感觉。这该怎么办呢?

## 辅导员 A 答:

没有一个人相信自己会堕恶趣, 唯物主义者不相信, 因为恶趣对他们而言是虚构之物; 一些佛教徒不相信, 因为他们考虑的是临终能不能往生的问题, 没有想过恶趣和他们有什么关系。他们潜意识一直认为, 此生, 他们无有间断行持善法, 积累了很多资粮, 他们考虑的是此生能否获得一定程度的证悟的问题。

如果有人真正相信自己会堕落恶趣, 怎么还会把时间放在不能使自己免堕恶趣的家庭琐事上? 怎么纵情享受生活的种种? 因为他已经看到了自己悲惨的未来, 如同天人感受死堕之苦一般。这样的死堕的痛苦超越了天道的所有安乐, 更何况人间与痛苦无异的安乐?

再来看看我们为什么会堕落? 按照《灯传录》, 有两点:

一、即使我们现在略懂因果, 思想上仍然充满贪嗔烦恼, 所作所为不离恶业, 何况无始以来我们不信佛时? 而令我们堕入恶趣的罪业都是一刹那间造下的, 如果我们相信修行会证悟, 为什么不相信《入行论》所说: “刹那造重罪, 历劫住无间, 何况无始罪, 积重失善趣。”

二、堕恶道的主因是恶的念头，看上去我们在学佛，但如果观察一下内心，大部分时间是恶念，很少有一些信心，爱心，愿心等善念。尤其是任何恶业都滋生能力极强而且有很大的稳定性，而即使行持善业，它的动机圆满真纯的很少，基本是一些似善非善的东西。

虽然我们不相信自己会堕恶趣，我们侥幸，抱有希望，但这只是我们的一厢情愿而已。

帖子来源：[Re: 八无暇和十圆满的问题](#)

### **Feingray 答：**

我们观修的时候，就是这样的感觉：自己心里反复的念这些词句，但是其意义却无法显于心中，好不容易意义想出来了，却像在编故事一样心中不相信，好不容易相信一切都是真实的了，却发现自己还是无动于衷，好不容易有了一些感触，却又一瞬即逝。

这因为我们常久以来都在进行反方面的串习所致，一下子要改变过来当然不容易，这也就是为何需要观修，需要反复串习的原因，我们只有反复的在正面串习，才有可能逆转局势。

经历过环境巨变的人，可能会有这样的感觉。比如换了一个工作岗位，刚开始，还会自然而然按照以前工作岗位的思维习惯去看待问题，这时候就会提醒自己：我现在已经换角色了，反复这样想，最后虽然以前的思维习惯维持了很久，但是也能很快转变过来的。

### **1、我是在分析现实而不是在幻想。**

我们观想的时候，首先，要搞清楚一点：不是因为上师让我这么观想，书本上这么说的，因此我这么背背书。这种心态要去掉。因此进入观想之前第一步：要想，我现在在分析现实世界的实际情况，就好比自己走在大街迷路了，然后要沉下心来分析：我刚才是从哪里走过来的，现在每条路的情况等等。此时我们的分析和背书的心态是有差别的，应该以这种分析实际现实世界真理的心态来观想，这样意义显出来以后，会对自己产生触动。

### **2、我的那些麻木没有任何理由。**

然后，我们要认清自己心中麻木的状态的原因：这是由于我们长久的一种习气导致的，并不是因为有理由。

比如我们观想如果不好好修法，必定会堕入恶趣，心里总是大不以为然，有时候会感觉：因为这么观想好，能够令我生起出离心，因此我要这么观想，其实我不会堕入恶趣。此时要知道这种心态完全是自己习气导致的，因为找不出任何理由，只是自己固执的这么认为而已。这是自我历来维护安慰自我的一种习气在起作用。

要时时提醒自己这一点。一方面，我观想的这些内容明显是真理，另一方面，我自己内心习惯的这些执著明显是错误的。

### 3、我对真理视而不见真的很危险。

就好比，有人八点要参加高考，对自己一生有很大的影响，但是他七点半的时候还没有记起来这件事情，旁边的人看了也会为他着急。而一旦等他突然想起这件事情的时候，会特别紧张，后怕：幸亏我记起来了，否则多恐怖啊。

而我们现在，获得了如此难得的人身，如果不利用死后就会堕入恶趣再也无法获得，这一切又是真实的，而我现在心里却一点都在乎，这样想，谴责自己的无知与愚昧。

如果我们能够真正的，认真的去观修，心就会被转变过来的。虽然现在潜意识有许许多多不如法的想法，可是这也是一种习气，通过正对治的观想，能够成功的。

帖子来源：[Re: 八无暇和十圆满的问题](#)

### 1.1.8. 为何成佛只有在南瞻部洲的人间？

问：为何成佛只有在南瞻部洲的人间？

辅导员 A 答：

为什么色界无色界不能成佛？

全知麦彭仁波切在《现观庄严论释》宣说见道的道智时，说：见道的“**身体所依：三洲士夫、女人以及欲界天众均可**”。

可见，依人身成就是从主要的角度言，欲界天众也是见道的身体所依。

《菩提道次第广论》说：“又有欲天昔人世时，由其修道习气深厚，堪为新证见谛之身，然上界身则定无新得圣道者。如前所说，欲天亦多成无暇处。故于最初修道之身，人为第一。”

《菩提道次第广论讲记》解释此段说：“此段阐明最初修道所依之身，人身超胜天身。

从天身而言，虽有欲天以往昔为人时，修道习气浓厚，故堪为新证四谛的所依身，然除此之外，以上界（即色界、无色界）之身依，决定无有最新获得见道之可能。且如前所说，欲界亦多数成为无暇之处，故最初修道所依之身，以人身最为第一。

《俱舍论》云：“由上无见道，无厌及经故。”即色界、无色界天人不可能有新得见道者，以无有厌离心及经中如是宣说之故。上界天人耽著禅乐，又无苦受，故不生厌离、无法生起圣道，且经中亦说：先是在欲界中获得见道。”

帖子来源：[Re: 为何成佛只有在南赡部洲的人间](#)

### 1-7-9· 为什么一到十地菩萨还一定要在人间依靠人身而成佛呢？

问：为什么一到十地菩萨还一定要在人间依靠人身而成佛呢？

**Feingray 答：**

个人理解：说菩萨需要以人身而成佛，是指佛陀们都示现以人身而成就的，因此彰显人身的殊胜与珍贵。

菩萨内证成佛并不需要首先转生为人以后才能成就。

帖子来源：[Re: 为何成佛只有在南赡部洲的人间](#)

### 1-7-10· 请问《大圆满前行引导文》第 13 课中“舍事者”的含义？

问：请问《大圆满前行引导文》第 13 课中“舍事者”的含义？

**Feingray 答：**

以下摘自大恩上师讲的《山法宝鬘论》：  
修行人也有真假之分，《大圆满前行》中讲到“高高座上的大法王、精美伞下的大上师、久居深山的苦行者、云游四海的舍事者……”，这些表面冠冕堂皇，实际根本未能调柔自相续的人，其实都是假修行人。所谓的舍事者，是指舍弃世间一切琐事，在寂静山中精进修行的人。或者非常好的修行人也可以称为舍事者。  
还有许多修行人不住在自己的家乡，自命不凡地声称我是舍事修行者而来到异地他乡的一处山洞里安住，接着便几经周折地寻找很多熟悉的施主，他们怎么算得上是真正的舍事修行者呢？

这些修行人不住在自己的地方，而是离开家乡，在其他山洞或者树下安住下来，但在这里仍然费尽一切心思，找到许多施主，他们怎么算得上是真正的舍事修行者呢？真正的舍事修行人不是这样的。

.....

所谓的舍事修行者必须要做到已经彻首彻尾地断除了对妙欲的贪执，与任何人素不相识，自己的命运完全掌握在自己的手中，不受任何人控制摆布。

真正的修行人一定要断除对世间妙欲的贪欲，不受任何人的控制摆布，完全把自己的命运掌握在自己手中。

帖子来源：[Re: 请问《前行》第13课中“舍事者”的含义？](#)

### 1.7.17. 自圆满第五个信仰佛教和他圆满第四个趋入佛教有什么差别？

问：自圆满第五个信仰佛教和他圆满第四个趋入佛教有什么差别？

**Feingray 答：**

就好比“想上大学”和“考上大学”的区别。

想不想上大学主要决定于自己，因此是观待自缘。

考上大学以后，就有了一个好的环境和外缘来学习知识，因此是观待他缘。

同样，信仰佛教，主要指自己内心对佛教生起了信心，但是趋入佛教则实际上依靠上师三宝等外缘正式进入了佛门，此时得受更多的三宝的加持，护法神的护佑等外缘条件对自己就具足了。

帖子来源：[Re: 引导文2的一个小疑问](#)

**辅导员 A 答：**

他圆满中“趣入佛法”按《入行论讲记》云：

“4) 〔根据圣者的证悟而开示教言令有缘者趋入〕，有了上师们的教言，才能令有缘者趋入佛法；”

所以是区别于自圆满中的观待自相续的“信仰佛教”。

帖子来源：[Re: 引导文2的一个小疑问](#)

## 7-7-12· 对盲龟木轭、光壁抛豆之喻应该还是运用了夸张吧？

问：对盲龟木轭、光壁抛豆之喻应该还是运用了夸张吧？

**Feingray 答：**

一点都不夸张。我们看一下旁生的数量和人类的数量做一下对比就知道了。或者我们看一下三恶趣众生唯造恶业不造善业就知道为何了。

却并非不可能获得，只是获得非常困难。这种可能性极小并不表示不能获得。

帖子来源：[Re: 人身不可能获得](#)

**Feingray 答：**

盲龟值扼的可能性您应该知道。并非完全不可能，只是概率非常小。这个比喻应该好理解。

关于光滑墙壁上撒豆子，如果您撒的豆子的力道，豆子的形状，撒的方向，墙壁的位置等合适的话，也可能短暂的停留。比如豆子斜立一定角度快速旋转，以陀螺的效应，是可以停留在墙壁上一段时间的，这就和我们短暂的人身一样的。

帖子来源：[Re: 人身不可能获得](#)

**辅导员 A 答：**

上师仁波切曾在人们质疑比喻和意义之间的问题时曾说，**一分相同即可为喻**，不必要全部相同，事实上，《量理宝藏论讲记》云：“**在外境中不可能有相同的事**，如果你认为外境当中有相同的法，这仅是分别念假立而已。”

如同大圆满中以虚空比喻心性，虚空是否和心性完全相同？否。虚空为无情，心性为有情。故莲花生大士也说，以虚空比喻心性，只是一个比喻，虚空是不可能完全表示心性的。

因为法性过于甚深，若无相似的比喻，对众生而言，很难窥测。又如，佛经中常用的空性的比喻：

如梦幻泡影，如露亦如电。

我们依之观想，会对现即是空，空即是现生起很大信解，但是否空性和梦、幻全无二致呢？当然不是。

这个人身难得的比喻也是如此，以**比喻表示人身难得**，不是人身不可得，如 F 前帖所分析，以**惊醒麻木不仁的我们**。



其实由比喻引发的怀疑和执着也是一张障碍的显现：假如我们那么容易对人身难得，寿命无常生起信心，我们早就生起无伪的出离心，放下一切，精进修行了。

帖子来源：[Re: 人身不可能获得](#)

### 1-7-13· 意乐圆满和信心圆满的区别是什么？

问：意乐圆满和信心圆满的区别是什么？

**namoshangshisanbao 答：**

意乐圆满，是指修行人没有趋入业际颠倒者的行列，按照《大圆满前行引导文》所讲，是没有生于猎人，妓女等种姓，并且三门不违背正法；按照《菩提道次第广论》所讲，是没有自作或叫他作五无间业。相续不违背正法，堪为趋入正法之法器。

信心圆满，是指修行人，没有对其他外道等，生起信心，而唯一对如来的教法，证法生起信解。其较意乐圆满，更进一步。

帖子来源：[Re: 请教大德，意乐圆满和信心圆满的区别是什么？](#)

**辅导员 A 答：**

按《开显解脱道略释》

意乐圆满——“如果在此生中，业际颠倒，常行持不善业及违背正法等，则不会有修持正法的缘份，而 **现今对善法已生起信解，为意乐圆满。**”

信心圆满——“如果于今生之中，于佛法不生正信，心不能入于正法中，则无有行持善法的机会，而如 **今心已趋入正法，正信诸佛圣教，为信圆满。**”

帖子来源：[Re: 请教大德，意乐圆满和信心圆满的区别是什么？](#)

### 1-7-14· 自圆满中的佛法兴盛的中土与它圆满中的佛法 住世有无区别？

问：自圆满中的佛法兴盛的中土与它圆满中的佛法住世有无区别？

**Feingray 答：**

第一个是说自己生到了佛法兴盛的地方。

第二个是说存在这样的地方。

一个是自己的角度，一个是环境的角度来说的。

就好比说去商场买东西需要两个条件，第一，有那样一个商场，第二，你去了那个商场。

帖子来源：[Re: 请教:自圆满中的佛法兴盛的中土与它圆满中的佛法住世有无区别?](#)

### 1-7-15· 既然人身难得，为什么人越来越多，寿命越来越长呢？

问：既然人身难得，现在是减劫，众生都在造恶业，为什么人越来越多，寿命越来越长呢？

贤灵答

首先分析提问本身存在问题，众生都在造恶业，只能代表将来他们的的去处是三恶趣，不能证明当今的人类为什么多这个命题，因为人越来越多是在前面发生的，所以二者没有必然关系。

那“为什么当今人越来越多呢？人身真的很难得吗？”

“人越来越多一个现象”只是特别小的一部分，不足以构成对人身难得的怀疑，人身难得它是从八无暇、十圆满以及得人身的条件、难得比喻等来论证的，有方方面面的理证。

“得人身如爪上土，失人身如大地土”还是可以通过比量论证的。人越来越多并不能表示人的数量超过了其他众生。

最后问题思考至：为什么当今末法时代人越来越多呢？它的因缘是什么？

一：人越来越多的来源

关于轮回，我们要打开心量，这个可以从纵横两个方面来看。

横面，轮回的范围，不单是地球的人道、畜生道，还有其他星球、星系的人道，有人的星球不单是地球，所以地球只是其中很小的一个面。

纵向，六道轮回，天道、饿鬼、地狱，不同情况之下都有可能投胎做人和畜生，六道有四道我们看不到的，其实畜生道我们也只是看到部分而已，这个这里不作细表。

纵横起来综合考量（这个只是二维的思考，还没加上时间轴，这里暂不详细表述。），就知道地球能看到的轮回的这个部分，只是虚空法界整个轮回的其中一个非常小的点。

轮回的主体---灵魂（第八意识、阿赖耶识），单单从其他星球、星系来的，就不计其数。

佛说三千大千世界（一千个单位世界（银河系）是一个中千世界，一千个中千世界，是一个大千世界，三个三千世界，所以称三千大千世界），地球只是这里面的其中一个星球，我们今天飞船稍微飞远一点，回头来拍地球，地球就已经变成一个蓝色的小点了，俨然一粒飘浮在太空中的微尘。

所以众生无边，正因为轮回，各道众生的数量就没有定数。人可能轮回为畜生等，畜生也能轮回为人。

再者，轮回不是在一个世界进行的，佛说宇宙中有很多世界，他方世界的众生也能轮回到我们这个世界，我们这个世界的众生也能轮回到他方世界去，所以无有定数。

一杯水中有八万四千小虫，因为佛家所说的轮回不只是地球这个世界，还可能还有其他未知的星球与空间我们还不知道他的存在。地球人与他们一起轮回。这就是最好的解释。我可是听著名的慧律法师讲的！

佛把众生分为十类。《金刚经》云：佛告须菩提，诸菩萨，大菩萨，应如此降伏其心，所有一切众生之类。若卵生。若胎生。若湿生。若化生。若有色。若无色。若有想。若无想。若非有想。非无想。我皆令入无余涅槃而灭度之。。。

从这个分类来看，卵生和胎生我们很熟悉，但湿生和化生，我们就不太了解了，还分为有形和无形的众生，更是我们所不能见到的了。这十类众生分布在六道之中，用现代科学的话来讲是不同维次的空间，天人道，人道，修罗道，畜牲道，饿鬼道，地狱道。其中畜牲道较特殊，在人间可以看到部分畜牲。修罗道的也可能胎生为人。他们的性格体现得非常好斗。

每个众生死后，根据他的功德和业力，转生到相应的六道，所以一只蚂蚁，一只兔子，一只鸟，都可能转世为人，而人也可能转生为任何动物，甚至鬼道，地狱，从佛经的角度来讲，众生是无尽的，不同的空间，不同的星系，不同的宇宙，实在是无法计算的。

## 二：因缘是什么

至于人越来越多的因缘我想因果是复杂的，轮回是业力，地球人口越来越多也是业力，最细微的因缘只有十地以上的佛陀才能完全了知。然在不能以凡夫的分别念测度前，正信佛语，佛陀的语言是无欺的。不过那位师兄能解释当今人越来越多的因缘是什么就更好了，

帖子来源：[Re: 现在是减劫，众生都在造恶业，为什么人越来越多，寿命越来越长呢？人身真的很难得么？](#)



# 1. 生出离心

## 1.2 死亡无常

1·既然”万法无常“那“纵经百千劫，众生业不亡”中为什么业就不变呢？

2·细无常十五种根据

3·关于成住坏空

4·坏劫时光明天以上是不是没有毁坏？这样是不是就变成常有了？

5·初劫时的人类是由原来没有毁坏的光明天下堕而生的吗？

6·何谓“无常四际”？

7·如何破斥：“死的是肉身，神识又不会死，还会转生的，所以没有什么恐怖的。”？

8·死亡前应该做哪些准备，到时候应该安住在什么境界中？

9·“一禅，二禅，三禅，分别以火，水，风而毁灭”此理对你有何启发？”

10·请教有关器世界的毁坏？

11·既然“信心出离也是无常的”，怎么会有“不退转的信心”？

12·“日、月天子死亡，转生于暗处”怎么此处日月是有人格意志的内情众生？

13·“出世了君臣 25 大成就者，耶瓦 80 大成就者等”，君臣和耶瓦是指什么？

14·为什么有因时而死和非时而死？

15·请教修无常如何产生大悲心？

1·2·1 既然”万法无常“那“纵经百千劫，众生业不亡”中为什么业就不变呢？

问：既然”万法无常“那“纵经百千劫，众生业不亡”中为什么业就不变呢？

**Feingray 答：**

万法无常中的“万法”，就是指在外境中真的存在的，有自相的“有实法”。而不是指依靠分别念假立的“无实法”。所谓的有实法，是指依靠五根识现量能够得到的。比如色法用眼睛可以见到，声音用耳朵可以听到等等。而无实法则是在这些有实法的基础上，依靠分别念添加的一些概念，或者说起的一些名字。无实法并非在外面像瓶子柱子一样自相存在的，是分别念。这个在因明中叫做“总相”。

无实法中有许多都不符合“无常”。比如“虚空”，不是无常，或者正如您前面所说的“无常”这个概念本身。为什么呢？因为这个法本身都不存在，何来的有常 无常呢？

相续是假立的，实际上不存在，我们只是把一系列的心串起来起个名字叫做相续。业是无常的，对某一个业来说，有产生，结果，消亡。并非永远不灭。您上面引用的“纵经百千劫，众生业不亡”说的是：如果这个业没有结果，不会自动消失的。

帖子来源：[Re: 能量恒定不变与万法无常](#)

**金刚永持答：**

这里是从业不会空耗的角度而言，它的前提是没有遇到具有力量违品摧毁的情况下，并非说在强力违品已经摧毁的情况下还能够不亡或者能够生果。

帖子来源：[Re: 能量恒定不变与万法无常](#)

### **1.2.2· 细无常十五种根据**

#### 细无常十五种根据

**辅导员 A：**

供养学院法师编辑的“细无常十五种根据”

根

据《大乘庄严经论释》

佛陀曾说：若对舍利子等大阿罗汉作供斋的功德虽然很大，但不如忆念一切诸法刹那无常的功德。

一切万法，都是刹那刹那生成毁灭的无常之法。在下一刹那，前一刹那的法已经毁灭而不复存在。通过 15 种根据可以成立一切有为法是刹那刹那生灭的。弥勒菩萨在《大乘庄严经论》云：“由起及从因，相违亦不住，无体与相定，随转并灭尽，变异因亦果，执持与增上，随净及随生，成义有十五。”

#### **(1) 由起**

一切有为法由于因缘产生，乃至相续不灭之间，就像河往下流一样，前前刹那灭，后后刹那生起，这样相续而流，从不间断的侧面而说‘起’。

如果它不是刹那刹那灭的，即前面的第一个永远不灭的话，那后面的就没办法生起。

#### **(2) 从因**



凡是有为法都是依靠因缘才能产生，从因缘产生的法，都是刹那刹那生灭的法。凡是有为法，它前面有灭，后面有起，这都是从因缘而起的。

有的人想：一个法产生以后，它安住一段时间，但不需要其它的因，仅仅以能生第一刹那的因就推动而如是相续安住的。不一定说每个刹那的法都需要一个因来产生，就是第一刹那的因它的推动下，后面的法不必要其它的因可以相续安住。

这是不合理的。因为产生第一刹那的因，由于它产生第一刹那后，就灭尽了，它灭尽的缘故，不可能以它来推动多刹那安住的法，为什么呢？就像石女儿推动下让很多法安住是不可能的一样。所以说，产生第一刹那的因，产生第一刹那后，彻底灭尽了。它灭尽了的话，不可能由于它推动很多刹那安住。

如果认为第一刹那的因产生第一刹那的法后还不灭，还可以让后面的法安住，那它一直也不应灭，因为它是安住的本性，不可能变成灭的本性。这样的话，一切万法就没有新旧的变化了，没有老少的区别了。比如：孩子出生后，它不用其它的因，就依第一刹那的因，让他一直安住，那他一直不应有变化，不会出现所谓的新陈代谢，100年还是个小孩子。但这是不可能的，第一刹那的因产生第一刹那的法后就灭了，再由第二刹那的因产生第二刹那的法，如是相续不断安住的。

### （3）相违

如果认为有为法不是生而即灭，而是暂住一段时间后，后面才灭。此说法是不合理的，由于安住的自性和灭的自性相违，安住的自性永远也没有灭的自性，它跟灭的自性是相违的，这样应成安住的有实法后来也不能灭，而需要常住的过失。

一、与教证相违：

佛在经典中说：“诸行如幻，是坏灭法，是暂住法，是刹那不住的法。”

二、与理证相违：

主要从瑜伽师修行的现量境界来讲，因瑜伽师见一切有为法具有刹那生灭的法相，由此才能生起厌离，断除贪爱，然后才能获得解脱。

### （4）不住

如果认为有为法不是生后即灭，而是安住一段时间，那这个有为法是以自力安住还是他力安住呢？

若凭自力能安住，那它应该常住，没有任何有为法是具有恒常安住的功能。

若依他力而安住，我们应见，然并未见，如一个人快死了，我们就不应让他死，但可能吗？

### （5）无体

任何一个有为法都是众因缘和合而生，没有自体，因缘消散就灭了，不必要观待其它的灭因。

一般人想，宝瓶没有遇到铁锤的时候，不会坏灭而安住的，如果将来遇到铁锤的时候，就会裂为碎片。

驳：一切有为法是以自然灭的，并没有其它的灭因，比如往空中抛石头，上抛的因虽然由手，但石头往下落不必观待其它的因缘，自然会坠地。同理，一切有为法也是以各自因产生后，自然会坏灭，不需要观待任何其它的因。

比如，宝瓶的形象在没有遇到铁锤之前，每一刹那都是自然灭，并不是以铁锤才能毁灭，只是以瓶的最后一刹那作为近取因，铁锤作为一个俱有缘，后面产生破裂的。也就是宝瓶的相续被摧毁了，这个相续再也不会产生了，但是宝瓶它自己的本性是每刹那生灭，不是以铁锤的因缘才让它成了无常的法。

所以，每一个法都是依靠因缘积聚而产生，产生后，不需要任何其它的灭因，它自然会灭的。

如果说是依靠一个灭因来摧毁，那请问：

以灭的因，所灭的有实是自性不灭者，还是自性灭者？

一、如果这个法是自性不灭，则灭因也不能灭，因为它自性就是不灭的。

二、如果它自性是灭的话，那不需要其它的灭因来灭。

## （6）相定

就是说，一切有为法的体相，唯一决定是无常，是刹那生而即灭的。

## （7）随转

随前前刹那相似转起后后刹那。由于相似，人们就误认为是没有变化的一个法。

有的人，他对某一个法或人，由于以前见过的缘故，后面见时他便认为就是以前所见的那个，就想，前后都是一个人。他认为前面所见的有实是没有灭而存在的，一直执著是一个人或一个东西，没有认识到是刹那生灭的观点。

对这种人回答道：认为后面所见的就是以前所见的，仅仅是由于不断相似随转，所以你误认为一体而已，实际上并不是前面的有实不灭常住，后面也是与前面的法无别，并非如此！

以比喻来讲：比如河流每一刹那中都在不断的灭，但是又不断增长新的水，通过这样不断的循环，但是由于相似，人们误认为从这条河过去我度过，今天也要度过了，将来还是会度过这一条河。

所以，表面上看起来，没有看见每刹那都在生灭，每刹那都是不同的，但是早上流的、中午流的，前一分钟流的和后一分钟流的都根本不一样，一切的器情万法都是如此，但凡夫不了知，误以为器情万法常有，仅仅是把相续不断生灭的法误认为是一体而错误执著。

## （8）灭尽

前刹那的法，在后刹那已经灭尽，所以以一切有为法肯定是细的刹那刹那生灭的无常法，通过灭尽就可了知。

不达细无常的人想：前面所见的法和后面所见的法，看不见有不同的变化！为何说前后二法不是一体呢？应该说前一刹那和后一刹那就是一体的。

回答：由于前一刹那灭尽的缘故，前一刹那和第二刹那决定不是一体，也就是说，以有事法的法性力，前一刹那灭尽的缘故，前法和后法决定不是一体，它是名言当中有为法的规律，有为法的法性力。如果第一刹那它不灭且一直安住，这样的话，到后面时也不能灭，就像所见第一刹那那样，现在仍然需要安住，后面也要如是安住，但是由于后面和前面有不同的差别。所以，不但是前面灭，后面还是会灭的，后面也会有变化的，后面的法决定不是前面的法。

### （9）变异

即刹那不同的变异，见到里里外外的有实法决定有不同的变异的缘故，所以，可以一概决定，一切有为法都是以刹那变化的。

从反面、正面及比喻三个方面予以说明：

从反面讲，如果有为法不是刹那的本性，自性就是不变，那么，应成不可能见到不同于第一刹那的变异的差别，有这样的过失。

从正面讲，内的有情方面或外器世间方面，确实是每刹那都在变异。比如，有情的身体，从年少、青年到老年之间能见到变异；外的处所也有新和旧的差别。所以见到有变异的缘故，成立从第一刹那起，决定是刹那刹那渐次变化的。

比喻：比如观察一个小孩，虽然在每个刹那或每天，没有发现他在逐渐衰老，但过几十年后，见到这个小孩头发都白了，才推知，他每天都在不知不觉的变异。

### （10）因和（11）果二个根据合起来讲

总的来讲，凡是属于因和果的法，都是刹那刹那生灭的本性。

由于因是刹那的本性，所以它的果也是刹那性。

因：从正面讲，万法各自的因是不同的，前面没有因和缘，后面有因没有缘，或有缘没有因，或者因缘最初积聚，最后能产生果的亲因等，有前前后后不同的阶段。所以，就知道，从因的侧面来讲，它确实是不同的阶段，有不同的刹那刹那灭的本性存在，所以果肯定是刹那的本性。

从反面讲，如果果不是刹那的本性，而是常法，那这样的常法的果不是任何因所生的。因为因是无常的。

果：由于果是刹那的本性，所以它的能生因也是刹那的本性，为什么呢？

因为如果因不是刹那生灭，而是常法，则常法不能产生任何果，比如虚空不能生长任何东西。

所以，凡是属于能生因果之法，都是刹那之本性，如果不是刹那的自性，就没有机会迁变，也就是说不会变化，不变化就不能称之为因果的关系。

所以说，由因推果，或由果推因，都是刹那的本性，这是一个正确的依据，由此广泛地推出，一切万法都是一刹那的本性。也就是说，凡夫分别心面前存在的有为法都是这样，没有任何差别，都是刹那刹那生灭。

这样，我们就知道，因为眼识等一切识是刹那灭的一个本性，而它的因就是根和境的法。由识是刹那即推知，根境等的法是无常生灭之法，为什么呢？由于果是刹那的本性，可以推知它的因，眼根和色法等都是刹那的本性。

又因为识是刹那的本性，而一切有为法都是识所生的果，所以一切法是刹那的本性，一切法是由于识上面积累了种种的习气而显现的，除此之外没有一个其余单独堪忍自在的外境义的本体存在。

从大乘来讲，三界毕竟都是唯识的自现，所以，识作为因，然后依靠它成熟器情万法。由于识是刹那的本性，由它上面积累了习气而显现的这些法，就都属于刹那的本性，这是由因而推知果都是刹那的本性。

若想，有为法以什么道理成立为识的果，下面以四种义具体说明这个情况，这四个义证明一切有为法是以识所生的果。

## **(12) 执持**

从二方面观察

一、由于五根和五根安住的处（眼耳鼻舌身），是由于识执持而产生的缘故，所以可以成立是识的果。五根和五根安住的处，如何为心所摄持的呢？识最初投入母胎，然后昏厥，昏厥后以识摄持，开始由父精母血逐渐形成凝酪等，乃至成为具有六根的身体之间，所以，身体是心识的果，而且被心识所执持的。

从另一方面观察，如果内心受到了损害，则身体也会随之而受损害；如果心里安乐，则身体也会随之而得安乐，如果最后身和心分离了的话，身体会腐烂。

## **(13) 增上**

由于心是有为法的主宰，或者说是增上，由于这个原因就可以成立一切有为法确实是心识的果。为什么这么讲呢？因为心是有为法的主宰，心善心恶从而产生善业和恶业然后转生善趣、恶趣等，或者心转依为无漏，就获得出世间的见道、修道之智慧等。

佛陀也说，此世间为心引导，为心所牵缚。意即心想什么，身体也随行。所以，身体被心引导和牵动的。比如心中起了贪心，身体也会随着贪心而作出求取的行为，如果自己的心生起了嗔恨，自己的身体也会变得怒目。所以，一切有为法，心是主宰。

## **(14) 随净**

由于有为法随心清净而转的缘故，可以成立有为法都是心识的果，什么是随心清净而转呢？即大瑜伽士们，由于他们的心很自在，很清净，所以由心清净的这个能力，能把娑婆世界观为极乐世界，在瑜伽士面前，完全能显现极乐世界的刹土，由于有为法随心清净而转的，所以有为法都是心的果。

## (15) 随生

形形色色 种种的世间界，都是随众生自己的心而成就的，所以可以成立有为法都是心识的果。造恶的众生，转生之境也是很不好的，造善的众生，转生之境也是很美妙的。

### 总结：

这以上证明色声香味触五境都是心识的果，从 12 执持到 15 随生之间可以了知。成立五根、五境都是心识的果，而且心识是刹那的本性，所以它的果五根、五境都是刹那的本性，这样就成立了以根、境、识所摄的内外的一切有为法都是刹那无常的本性。

帖子来源：[细无常十五种根据](#)

### 1·2·3· 关于成住坏空

问：关于成住坏空

辅导员 A 答：

关于成住坏空，道友有诸多疑问，下面按照《俱舍论》的观点，以总结方式，将此理出头绪：

#### 一、什么是大劫？

答：成、住、坏、空各二十个中劫。共八十个中劫成为一个大劫。

#### 二、坏劫坏灭的方式

答：按照《俱舍论》，坏灭的次第是“以火七毁水一毁，如是七水毁灭后，亦复以火毁七次，最终以风而毁灭。”

《俱舍论讲记》云：“连续出现七次火灾后，出现一次水灾，之后又如前一样七火一水，如是反复七次，再出现七次连续的火灾，最后出现一次风灾，三禅以下全部毁灭。”

#### 三、坏灭的原因

答：因为初三禅具有内在的过患，从而被毁灭：

初禅：具有寻伺，寻伺如火是内灾，与外在的火灾相同，故为火灾所毁；

二禅：具有喜乐，喜乐如水是内灾，与外在水灾相同，故为水灾所毁；

三禅：具有呼吸，呼吸即风是内灾，与外在风灾相同，故为风灾所毁；

四禅：无有毁灭，因为四禅没有内三灾，所以不被外三灾所毁。（《俱舍问答》）

“一禅、二禅、三禅的毁灭分别与各自众生相续中的分别念相关联，由于这些分别念而导致了外器世间以不同的灾难毁灭。《俱舍论讲记》”

#### 四、一二三禅天的毁坏不在一大劫中完成

答：次第：七火灾后，定起一水灾，如是七火一水共七次后，又七火灾，最后起一风灾。

次数：即火灾共七八五十六次，水灾共七次，风灾一次，共计六十四次。

火灾灭初禅：初禅以下，成住坏空总为一大劫。即每次火灾起灭初禅为一大劫；

水灾灭二禅：二禅光明天寿量为八大劫，前七大劫只是各起火灾灭初禅，不能灭二禅，到第八大劫，水灾起方灭二禅，所以说七火灾后方起一水灾。

风灾灭三禅：三禅遍净天寿量为六十四大劫，风灾灭三禅，即前面六十三大劫中，每八大劫之最后一劫以水灾灭二禅，前七大劫唯是以火灾灭初禅，而第六十四风灾之前，亦是七个火灾。（《俱舍问答》）

#### 五、有情世间不会被成住坏空而毁

答：器世间毁灭时，有情世间或转到他方世界，或获逐渐向上转生。

答：《俱舍论讲记》云：“瞻部洲的人寿上升到八万岁时，住劫已圆满，与此同时，坏劫开始。此时，凡造作恶业的众生不会转到无间地狱之中，而无间地狱众生寿终死亡，如果以其定业应继续感受地狱果报者，则转生到他方世界的地狱中，这样无间地狱首先空无。之后，其他地狱海居旁生饿鬼道也次第如前无间地狱一样毁灭，它们中间有些转到他方世界地狱，有些则依靠法性力转为人身，然后逐渐向上转生。人间天界中存在的旁生与饿鬼也是如此。本来南瞻部洲的人想获得一禅，必须通过修行力而得，但在坏劫时，不必通过修行，依靠法性力（一种自然规律）可以获得一禅……之后，一禅众生如前一样以法性力获得二禅，有情世界的毁灭需要十九个中劫。”

#### 六、四禅天是否常有？

答：“四禅也并不常有，因为四禅有情与无量殿同生同灭，即四禅天处，不像三色天及诸欲天，其并没有一个总的地形，只是像星一样各自分别居于虚空之中，四禅天人化生时，其无量殿也随之出现；此天人死时，其无量殿也随之消失。所以说四禅天虽然不被三灾毁灭，也并非是有常有。《俱舍论讲记》”

#### 七、坏劫之后的成劫是这样的？

答：器世界的形成：大梵天以下至离净天先形成，后由下至上先风轮、水轮、金轮形成，然后地狱乃至三十三天形成，则器世界形成需一中劫。



有情世界的形成：由二禅光明天业尽生大梵天、梵辅天乃至人等处，此时南瞻部洲人为化生，寿无量岁。从此至无间地狱出现一个众生之间需十九中劫，尔时成劫圆满，住劫开始。

帖子来源：[Re: 坏劫时光明天以上是不是没有毁坏？](#)

#### **1.2.4. 坏劫时光明天以上是不是没有毁坏？这样是不是就变成常有了？**

问：坏劫时光明天以上三禅天等是不是没有毁坏？这样是不是就变成常有了？

辅导员 A 答：

从以上分析看，坏劫时，如果是处在以七火毁灭的坏劫，所毁只是一禅以下，光明天为二禅，光明天以上的二三禅天未被毁灭，然其非常有，从第一次火灾算起，到第八大劫，二禅天会被水灾所毁。

帖子来源：[Re: 坏劫时光明天以上是不是没有毁坏？](#)

#### **1.2.5. 初劫时的人类是由原来没有毁坏的光明天下堕而生的吗？**

问：初劫时的人类是由光明天下堕而生，这是原来没有毁坏的光明天吗？

辅导员 A 答：

初劫之人类从光明天中下堕而生，如果二禅在前一大劫未毁，则是从前一大劫中没有毁坏的光明天中产生。如果前一大劫中二禅天被毁，按照上帖第七条成劫有情世界的产生的规律，《俱舍论讲记》：“众生慢慢下堕，从色界到人类之间逐步形成。”可否理解为从未被毁灭的三禅天众生业尽下堕为二禅天，而后再从二禅天下堕至一禅，由上至下，从色界到欲界逐步形成。

帖子来源：[Re: 坏劫时光明天以上是不是没有毁坏？](#)

#### **1.2.6. 何谓“无常四际”？**

问：何谓“无常四际”？

辅导员 A 答：

《前行广释》云：“上至非想非非想天、下至无间地狱，内外器情所摄的万法，恒常坚固的一事一物也不存在，这些可概括为生际必死、积际必尽、合久必分、堆际必倒、高际必堕。高际必堕与堆际必倒若合为一体，这四者即是所谓的‘无常四际’，也就是无常的四种观察方法。”

帖子来源：[Re: 请教：何谓“无常四际”？](#)

### 1·2·7· 如何破斥：“死的是肉身，神识又不会死，还会转生的，所以没有什么恐怖的。”？

问：如何破斥：“死的是肉身，神识又不会死，还会转生的，所以没有什么恐怖的。”？

#### 金刚永持答

虽然神识还会转生，但转生的情况依据所造业不同却有六道，所以可以给他讲解六道不同的境况。

确实凡夫人谁都无法了知自己后世的具体情况，但不能因为能力所限不了知就不去想办法了知，如同我们在小孩时谁也无法知道自己长大后会成为什么样的人，但是却可以依靠学习知识、掌握各种技能、尊重他人等自己的努力为长大后创造好的境况，同时依靠大人们的讲解和观察大人们的种种情况也会相似了知。对后世而言，我们也可以依靠一切智智佛陀及高僧大德们的教言了知，并依靠依止善知识的教言来如理如实的闻思修行，一定会无余了知。

帖子来源：[Re: 关于无常的一个问题](#)

#### 慈云答

可以从死时和后世两个方面来看：

死时：您让他挑一种死法，有各种死法，横死有撞死、摔死、烧死、淹死等，病死有癌症、心脏病等。让他仔细比较一下选一种，对每一种是什么样的痛苦仔细想好了，比如撞死，平时头在什么地方狠狠碰一下痛得要命，但撞死不仅是那么碰一下，而是整个碰烂掉，里面的血肉脑髓等翻出来。其他死法也用平时的微小痛苦来推测。但是显然他不可能有选择权，他最不愿意选的死法可能会发生在他身上。

死后：投生为人的可能性是很微小的，几乎就没有希望，从人和动物的数量的巨大差异可以看出来，几千万亿个动物（包括鱼、虾、苍蝇等）里也找不到一个人，机会比彩票中头奖还小（他是否中过头奖？）。地狱、饿鬼也看不到，他无法想象。所以让他挑一下死后愿意选择哪种动物去投生，然后仔细看一下这种动物的生活情况，要设身处地的想一想自己如果成为它们中的一个，是什么样的。不仅如此，不是一生，而是死后又生，死后又生，不停的在它们中间投生，基本上就没有可能再回来做人。比如他选择狗，看看

流浪狗的生活。当然，他也不可能有选择权，他可能会生在他最不愿意做的，比如虾，一生一生的活生生的扔到开水里煮，至少从水里捞上来窒息而死，变成猪，每天吃的都是什么，最后还要被尖刀刺到心脏里。一定要设身处地的想，因为是要做好准备，将来真的生在它们中间的，不是设想。有条件的话去看看屠宰场。

其他方面，比如现在住的房子等，死后想回也不可能再回来住，舒适的床也不能再躺在上面，亲人等也不再像现在这样每天在一起吃饭、说笑等。

这些死亡、意外等事情迟早会发生在自己或亲人身上，这是肯定的。他有学佛的意向非常值得随喜。您问他打算在这些事情发生之后再学佛，还是现在就开始学佛，以便到时候有应对的办法？

帖子来源：[Re: 关于无常的一个问题](#)

### 路过人答

下辈子会去哪里，谁都无法把握，只能随业风吹转，暂且不谈~  
就谈谈我们如何面对死亡，楼主的朋友觉得死的是肉体，不灭的是神识，感觉没什么好怕的。初看起来如果转生不会下堕三恶道的话好像也是挺有道理的，反正还会转，没什么可怕的。

但是这里有一个关键的问题：就是“理论”和“真实感受”完全是两回事，比如：当某人的亲人因为意外去世了，按理论做为亲人的我们只能接受，不需要跟着痛不欲生。能做到吗？再比如：当我们得了严重的病的时候，按理论我们也只能认命，不要愁眉苦脸，因为这样对事情没有任何帮助，反而会障碍病的好转，又有几个人能做到？

用我们现在感觉良好的状态下来衡量死亡的痛苦和恐怖，能得出我们那个时候的真实感受吗？真能做到不恐怖吗？殊不知身心是一体的，要是没有一定的修证，如何能做到啊？

帖子来源：[Re: 关于无常的一个问题](#)

### 热心答

对于生死自在的成就者而言，死亡确实没有什么，但是对于普通人而言，如何呢？先不说死亡，如果三天不吃饭，他的神识怎么样？按他的道理，饿的是身体，不是神识。他应该也会没有什么才对，但是实际恐怕不是这样的。  
这些问题并不是什么文字游戏，因为这些是肯定会要面对的。

帖子来源：[Re: 关于无常的一个问题](#)

### 唤梦答

另外可以让他体验对死亡的恐惧：把他带到高楼的窗口处突然地退一下（轻轻地，千万不能用力呀），提醒他你可能会因此而丧命，看他有无恐惧；当他生病的时候告诉他：你得的是癌症，只有半个月的时间了，看他有没有恐惧；在马路上骑车时，与死亡的威胁也经常擦肩而过，那时有没有恐惧，事后有没有后怕呢？下楼的时候，望望长长的台阶，想到我可能会一不小心滚下楼去再也没有了呼吸，会不会恐惧？。。。。。。如此之后再让他思考死时和死后的痛苦，这些会随时降临到我们的身上，我们该如何面对呢？

帖子来源：[Re: 关于无常的一个问题](#)

### 辅导员 A 答

虽然有后世，却仍然应该怕死。因为今生太可贵了。

想一想我们今生必须经历的一个过程（有些人不会经历这个过程）：

对佛法产生兴趣、皈依佛门、初学佛法、对明空双运的实相产生一点点的信解、修完五加行、获得大圆满灌顶、传承、上师的讲解和指导、知道修行、有一点点修行体会，每一步都是那么缓慢、艰难、侥幸，每一步都可能会夭折，死于萌芽。

依靠上师三宝的加持，依靠我们往昔的善根力，依靠无数世积累的福报，我们还活着，还在闻思修行，还没有偏离正道，这真是奇迹！如果从头再来，到了另一世，假如我们侥幸获得人身，我们又会一无所知，必须重新历经这一切，谁能保证，我们能活着走完这条道路？谁能保证我们不被违缘、恶业、魔障所吞噬？

这就是为什么说：“具戒久存活，能积大福德。”未来不可期，我们唯一拥有的是现在，在我们活着的时候，这是最宝贵时光，未来在我们手里。

帖子来源：[Re: 关于无常的一个问题](#)

### 1.2.8. 死亡前应该做哪些准备，到时候应该安住在什么境界中？

问：死亡前应该做哪些准备，到时候应该安住在什么境界中？

### Feingray 答：

上师这里说的是活着的时候做好准备，而不是临死的时候做准备。

死亡前应该精进的行持善法，忏悔罪业，积累二资，因此对某一些善法已经有了相应的境界。死亡的时候就可以安住于相应的境界中。

根据自己生前的修行，死亡的时候可以安住于自己最有把握的境界中。比如修世俗菩提心有把握，可以安住于自他交换的菩提心中，对上师有信心，一心一意的祈祷上师，对阿弥陀佛有信心，一心一意祈祷阿弥陀佛，对空性有证悟，安住于空性中，习惯于修破瓦，就修破瓦，认识了心的本来面目，就安住于大圆满的境界中……

帖子来源：[Re: 请问](#)

### 1.2.9. “一禅，二禅，三禅，分别以火，水，风而毁灭”此理对你有何启发？”

问：“一禅，二禅，三禅，分别以火，水，风而毁灭”此理对你有何启发？”

辅导员 A 答

上师仁波切在《俱舍论讲记》中说：

“这里主要讲到器世界的毁灭与众生的分别念有关，因此，《俱舍论》虽是小乘法，但大乘唯识“**万法唯心**”的道理在此处已经讲述得非常清楚……因为本颂已经讲到，一禅、二禅、三禅的毁灭分别与各自众生相续中的分别念相关联，**由于这些分别念而导致了外器世间以不同的灾难毁灭**。在日常的行住坐卧中，**心均占主导地位**，如果白天生起某一种分别念，晚上就会出现这种梦境，由于每一个众生**心境的不同**，也就导致了所见**外境的不同**。”

众生的死亡无有以地大毁坏的，器世界也是如此。众生的死亡“依靠风、胆、涎三种病导致气息分解，此三者是八万四千病的来源，而风、胆、涎三种病则主要是因为风、火、水三者极度紊乱而导致。这里不包括地大，《自释》中说，有两个原因：第一，众生没有第四种内在病患，均是在水火风所引发的涎、胆、风病中死去，所以没有地大；第二，众生的内灾如同外器世间，外器世间有水、火、风三者所引之灾难，但却无有以地大所引的灾难，因此也不必安立地大。”

故云：“器世界毁灭时，没有以地来毁坏的，因为**众生的心相续与器世界有着密切关系**……《大幻化网》当中，专门讲到**器世界的成住坏空如何对应到众生的风脉明点及众生的心相续**当中。”

所以说：“在讲‘密时轮金刚’时，所有**外面显现的器世界**，均是**自己的分别念**，这是很深的一种修法，一旦这种修法成就是可以显现这种境界的。”

这是非常甚深、犀利的观点、能摧毁我们固有的外境与内心别别他体、实有存在的执着，它在楼主的这个帖中再次显现。

帖子来源：[Re: 《前行广释》第 28 课第四道思考题，请教辅导员师父](#)

### **1.2.10. 请教有关器世界的毁坏？**

问：

- 1) 由诸佛殊胜大愿，以及圆满福智资粮庄严的清静刹土，应该不会被这些火，水，风灾所毁灭吧？
- 2) 本师释迦牟尼佛的娑婆世界，是否只在凡夫心相续前会毁坏，圣者已经证悟，心相续没有分别念的过患，外器世界不毁坏？
- 3) 既然外器世界是众生分别念的显现，那什么样的有情，其所感得的器世间不毁坏？

辅导员 A 答

- 1) 不会。这三种灾难乃分别念之内在过患引发，清静刹土远离了禅定的八种过患，乃界外净土，非在三界之内，五行之中。
- 2) 您的这个观点非常深刻。诸位道友可以思维！

欲界色界四禅天以下均为凡圣同居土，有圣者存在，但未言其土不会被水火风摧毁。

这里可能有共业的问题，对住于界外净土的兜率内院，因圣者之共业，不会为水火风所毁，但外院或他方凡圣同居土会因众生分别念之共业而毁。

3) 按照《俱舍论讲记》，四禅天之众生因已灭尽三禅众生的三种分别念，不会毁于水火风。但其无量殿非恒久，而是随四禅天天人死殁而毁。四禅天有五处圣者所居之天，也有说并非全是圣者，而是凡圣同居土。由于圣者已超出三界分段生死，故其无量殿既不会被水火风而毁，也不会由于死殁而毁。

密乘所说的密严净土，乃佛之报身所居之处，在色界天的最高天色究竟天，全知无垢光尊者的观点是在色界最高天之上，具有五种恒常，也不会因任何内在过患所毁坏。

帖子来源：[Re: 《前行广释》第 28 课第四道思考题，请教辅导员师父](#)

### **1·2·11· 既然“信心出离也是无常的”，怎么会有“不退转的信心”？**



问：既然“信心出离也是无常的”，怎么会有“不退转的信心”？

辅导员 A 答

您所说的“不退转信”，《中观庄严论释》如是宣说对于指明此道的佛陀生起敬意也有清净信、欲乐信与诚挚信三种，其中如国王般的诚挚信一经产生，致使其他两种信心也以从属的方式而起。不退转信与诚挚信只不过是在不被违品所夺的侧面有所差别。”

也就是说不退转信就是诚挚信，从坚定、牢不可破，不被违品所转的角度叫不退转信。依照上师仁波切的解释，诚挚信是通过理性、智慧的途径了知佛陀的功德和佛法的功德才能产生的。并没有说，只有登地后才会有真实的不退转信。

这里的“信心出离也是无常的”，个人理解，还是从没有生起不退转信和无伪的出离心的角度而言，所以作者紧接着说：“应当为誓言得以稳固而精进。”

帖子来源：[Re: 请问辅导员老师问题之一](#)

### 1.2.12. “日、月天子死亡，转生于暗处”怎么此处日月是有人格意志的内情众生？

问：“日、月天子死亡，转生于暗处”怎么此处日月是有人格意志的内情众生？

辅导员 A 答

按照经论的解释，日天子据称为观世音菩萨之化身，太阳为彼之宫殿也。

法华义疏一曰：“宝光天子者谓日天子也。有经云：观世音名宝意，作日天子。”秘藏记末曰：“日天赤肉色，左右手持莲华，并乘四马车轮。”

月天子佛经谓为大势至菩萨的化身，住月之宫殿。

《法苑珠林》卷七引《起世经》：“佛告比丘，月天子宫殿纵广正等四十九由旬，四面垣墙，七宝所成……彼月天子身分光明照彼青鞞，其鞞光明照月宫殿，宫殿光照四大洲。”

不过，个人理解，您这样理解是对的。如同四禅众生的无量殿与四禅众生一同生灭，当日月天子转于暗处之时，我们所谓的太阳和月亮也消陨殆尽。

帖子来源：[Re: 请问辅导员老师问题之一](#)

### 1.2.13. “出世了君臣 25 大成就者，耶瓦 80 大成就者等”，君臣和耶瓦是指什么？



问："出世了君臣 25 大成就者，耶瓦 80 大成就者等"，君臣和耶瓦是指什么？

辅导员 A 答

君应当指国王赤松德赞。

吐蕃王赤松德赞时，莲华生大士应请入藏，为王及其臣僚讲授密法，从而得道证果的二十五人：赤松德赞、囊喀宁波、桑杰也协、杰瓦却阳、喀钦萨、拜吉也协、拜吉僧格、贝洛扎那、涅·杂纳古麻惹、宇札宁波、多吉堆均、也协阳、索波·拉拜、祥·也协德、拜吉旺丘、丹玛则芒、噶瓦拜则、休布·拜吉僧格、杰瓦洛追、且琼洛、卧真·拜吉旺丘、马·仁钦却、拉隆·拜吉多吉、朗卓·袞却穷乃和拉松·吉瓦绛曲。

帖子来源：[Re: 请教（君臣 25 大成就者，耶瓦 80 大成就者）](#)

Feingray 答

耶瓦是地名。

大恩上师所译的<烟酒过患>中说：

昔日在印度，出现了大持明成就者萨绕哈等八十位大成就者、四位瑜伽母，在此雪域出现了邬金法王莲师和他的意子君臣二十五尊、意瓦地方的八十位大成就者、成百的伏藏大师以及成千的伏藏师等宛若空中群星般不可思议获得自在的大成就者.....>

帖子来源：[Re: 请教（君臣 25 大成就者，耶瓦 80 大成就者）](#)

### 1.2.14. 为什么有因时而死和非时而死？

问：为什么有因时而死和非时而死？

金刚永持答：

一般而言，人的寿命长短依靠前世的业决定，但是并非一成不变。故此就有应时而死（寿命穷尽而死）和非时而死（如食物中毒、生活习惯糜烂、杀生过多、烦恼 极其深重而喜欢造恶业、缘严厉对境造极重恶业等）两种情况。

帖子来源：[Re: 关于因时而死和非时而死](#)

辅导员 A 答

随喜金刚永持！见旧帖：《俱舍论讲记》云：众生的死亡有四类不同：

第一种，众生的寿命异熟是前世造作善业、恶业而今世感受的果报，当众生的寿命异熟已经用尽，而受用异熟——福报资粮还未用尽时，这一众生再也无法延长寿命，他的福报虽未现前，也只能在下一辈子转为人身，继续享受福报，这是**寿命已尽、福报未尽而死**的情况。

第二种，一个众生的**受用异熟已经用尽，但他的寿命异熟仍未用尽**，这种情况下，通过作佛事、积累资粮、放生、对僧众供斋等方式，可以延长他的寿命。

第三种，**寿命异熟与受用异熟均已灭尽而死**，在这种情况下，祈祷、放生、作佛事等虽然可以增长福报，但因其寿命已尽，也不可能继续存活……生病或者遭遇违缘，虽然通过作佛事可以转变，但若异熟果报现前，按小乘《俱舍论》的观点，必须要通过身心感受才可清净。

第四种，有些众生**寿命异熟与受用异熟二者均未尽，也会惨遭横死**，这种情况若预先了知，则通过作佛事，寿命也不会灭尽。

楼主说的因时而死应该指寿命异熟灭尽的情况，非时而死则指寿命异熟未灭尽的情况下死亡。

帖子来源：[Re: 关于因时而死和非时而死](#)

### **1.2.15· 请教修无常如何产生大悲心？**

问：请教修无常如何产生大悲心？

金刚永持答：

谈谈自己的理解。

一、一切有为法都是刹那刹那迁变，无法驻留到第二刹那，故此无法得到常住不变的事物。然而，所有的众生被常有的执著所障蔽，一直被身体美丑、健康与病痛等的刹那迁变所系缚，内心为之时喜时忧不得自在，同时向外紧紧追逐虚妄不实的财富、地位、名声、感情，并且特别在意他人对自己的褒贬等，不自在感受各种痛苦而无力摆脱，并且导致生生世世流转轮回感受形形色色的痛苦。若自己能够洞察诸因缘法仅有一刹那的显现，并未实质可得，自己就会对执著因缘所作的有为法感到可笑和痛惜。如是推己及人，自己已经了达诸有为法乃是虚幻不实的本性，可以通过修行获得解脱摆脱轮回各种痛苦的系缚，然而那么多芸芸众生却还是浑然不觉，一直沉溺于其中无力自拔，不自在地

冤枉感受痛苦却找不到原因，也不愿意找原因，则会油然而生起大悲心而想救拔他们脱离轮回。

帖子来源：[Re: 请教修无常如何产生大悲心？](#)

**金刚永持答：**

二、凡是因缘所作的无常的法一定会坏灭（有损），也一定会导致痛苦。只有由通达无常法的本体空性，证悟不生不灭的法性，才能彻底息灭苦。众生一直被各种刹那生灭的心念所左右，心里时时生起各种贪嗔痴的心念，如同潮水一般无法止息，从而被淹没于苦苦、坏苦和行苦之中而不得不感受不自在；同时，由于内心迷乱习气妄动，造成攀援各种无常变换的外境，被变换的无常景象紧紧牵引无力摆脱，深受苦之系缚。若能了达外境仅仅是自己迷乱识习气的幻变，进而了达心性同样寂灭无生，证入寂灭法性则自然安享无漏之安乐。

然而周遍观照芸芸众生界，都被无常之外境所牵制、无常之心念所左右，一直妄动不停，无法了达、证入寂灭法性得到无漏安乐，由此自然会生起对他们的大悲心。

帖子来源：[Re: 请教修无常如何产生大悲心？](#)

**热心答：**

个人理解，

首先此处说观无常而生大悲心，所指的是大乘种性的行人，小乘行人观无常生出离心，不一定会生大悲心。其次，悲心有三种：生缘悲、法缘悲、无缘悲。《入中论》云：“**众生犹如动水月，见其摇动于性空**”。对此偈颂，宗萨仁波切解释的时候，从后两种两种悲心的角度来解释，从“摇动”对应无常性，以此对应“法缘悲”，从无常趣入空性义，也就是“性空”对应二无我空性，由空性而生悲心，以此则对应无缘悲，也就是大悲心。

第三，那么为什么通过修无常能趣入空性呢？这要从细无常下手，具体内容在益西彭措堪布仁波切传讲的《四法印·诸行无常》当中，从“通达无常是趣入人无我的依处”和“通达无常是趣入法无我的依处”分别进行了抉择。

帖子来源：[Re: 请教修无常如何产生大悲心？](#)

**慈云答：**

痛苦来源于执著常法。苦苦、坏苦、行苦都和常法的执著有关。比如自身的病苦属于苦苦，来源于俱生我执，属于常执，如果通达了“我”刹那不住，人我执可以很容易断除，从而消除苦苦。坏苦，比如财产损失带来的痛苦，也是因为执著财产常有而产生，如果明了财产的本性就是无常，损失是理所当然的事，也不会如此痛苦。行苦可以说是细无常，即刹那变迁带来的痛苦，同时也是造作恶业的过程，是感受粗大痛苦的因。

如果自己对无常的体会越深，越会明了这个痛苦源于常执的道理，看到人们为房子、亲情、钱财等耗费所有的时间精力去追逐，越会为他们感到哀伤。而如果自己对无常还没有深入体会时，不仅不会为他人的无常生起悲心，而且可能还会欣然地参与到他们对世间的种种追求之中。

帖子来源：[Re: 请教修无常如何产生大悲心？](#)

**Huatsang 答：**

摘自《四法印讲记上》

（三）赞无常想

**【具有此等殊胜必要故，经云：“一切迹中，象迹最胜。一切想中，无常想最胜。”】**

具有以上所说的种种殊胜必要的缘故，《涅槃经》说：“一切足迹当中，大象的足迹最殊胜。一切想当中，无常想最殊胜。”

大象的足迹一是很庄严，二是清晰，尤其是大象会观察，所以沿着它的足迹走是非常安全、保险，能够非常顺利地到达目的地。同样，在种种分别心的想当中，无常想是最殊胜的。为什么呢？因为要破除常有执著、看破红尘、放下一切刹那迁变的无常法、直接趋入无为法涅槃等等，都要依靠细无常想，没有无常想，就没有了真正放下轮回、趋向解脱、证悟空性的依处。

一般人为了自己得到安乐、远离恐惧、痛苦，修善法的功德，但还是耽著世间八法的心态。以这样的状态，想直接了脱生死、趋向解脱，是没有希望的。因为布施、持戒的动机只是想求人天福报、想求名闻利养，没有无常观，就都成了轮回的因。所以和无常观相比，不作意无常的修法都成了一般的善法。就算在千万劫当中，以七宝、金银等对十方世界的阿罗汉日夜不断地做供养，也比不上一刹那安住细无常的修行。

所以，看破红尘、厌离生死轮回、一心希求解脱以及修般若空性的根本依处，唯一是这个无常想。以这个原因，《涅槃经》说：“一切想中，无常想最胜。”

《涅槃经》当中把无常想比喻为大象的脚印，沿着大象的脚印走，不会有任何违缘出现，可以非常顺利地到达目的地。大象从不会走险路，在它走过的路上没有悬崖、没有荆棘、没有坑井，总之远离了一切有危险的地带。同样，我们念头上走一条无常的路，不论是常执、我执、乐执……所有的险路都完全可以避开，不会落在任何一个里面，就在这

无常想的正念里，可以顺顺利利地越过一切。也就是，一个人念念往无常方面想，他是平安的、顺利的、往涅槃、往清净去的，他走的是一条三世诸佛走过的圣道。

《普贤上师言教》中引用了一个较量功德的教证说：对于一百位像舍利子、目犍连那样如妙瓶般的殊胜对境做很大的财供养，还不如一刹那忆念“有为法是无常”更殊胜。

我们比较一下，忆念一切有为法是刹那无常时，在心态上对身心世界没有贪执、没有我执、没有我所执，是止息烦恼、唯一趣向解脱的。相反，如果没有无常的定解，没有无常的观修，自己的心缘在轮回方面追求，虽然供养殊胜的对境有很大的福德，但是不如前者一刹那忆念无常的功德。这是什么原因呢？就是因为造因感果的作者是在自己心上，功德并不是以外在形象，而只是以内在的心态来衡量，如果只是缘轮回贪执的心，那再怎么也比不上一念真正趣向解脱、趣入无我的无常想。

所以，我们要重视无常的修法，依靠通达细无常，人无我就在掌中，解脱就在掌中。这是极关要的趣入途径。以这个原因，佛在宣说第二转无相法轮和第三转善加辨别抉择如来藏光明的法轮前，首先说四谛；在说四谛的最初，首先说苦谛；在说苦谛的最初，首先说无常。这个无常是进入圣道的最初关口，也是最关键的关口。大家要深深体会到这里有极大的善巧，这里是极紧要的地方。

帖子来源：[Re: 请教修无常如何产生大悲心？](#)

# 1. 生出离心

## 1.3 因果不虚

- 1· 众生因为什么罪业，什么因会转生到热地狱、寒地狱、旁生、饿鬼呢？
- 2· 每一种不善业都有两种感受同流果，是哪两种？
- 3· 每一种不善业的感受同流果都是怎么分为两种的？
- 4· “近取因”，为什么叫近取？
- 5· 既然四大皆空，万法皆虚幻不实何以业力会显现果报？

### 1.3.1· 众生因为什么罪业，什么因会转生到热地狱、寒地狱、旁生、饿鬼呢？

问：众生因为什么罪业，什么因会转生到热地狱、寒地狱、旁生、饿鬼呢？

辅导员 A 答：

根据《俱舍论讲记》：

寒地狱热地狱之因：

“在《善护商主请问经》中描述入胎的情形时说，中阴身若转生为天人，远远的地方会见到天子、天女享受快乐生活，然后想与其共同享受时，就会转生于天界；若转生为人，就会见到很多人嬉乐，因为想去那里生活，就会转生；转生地狱的众生本来不会对地狱产生贪心，但在转生时若感觉十分寒冷，便会想去一个温暖之处，当见到地狱的火焰时，就会转生于热地狱，若转生于寒地狱则与上述相反。”

帖子来源：[Re: 关于八寒地狱的观修](#)

辅导员 A 答：

根据《俱舍论讲记》：

三恶趣之因：“《入中论自释》、《经庄严论》以及《瑜伽师地论》中都说造上品不善业转生地狱，中品不善业转生为饿鬼，下品则会转为旁生。”

饿鬼道之因：“还有些人所造的本为善业，但发愿时以吝啬心摄持反而转生成为饿鬼，或者，因发愿不究竟而堕入饿鬼道的也有。”



**旁生之因：**“萨迦班智达在《分析三戒论》中说：汉地的大手印（指禅宗）与藏地的大圆满，如果修不好则变成早獭之因。现在有些修行人认为坐禅很好，当然，坐禅确实是很好的，并非完全是无想天的因，但如果没有上师的窍诀，只是灭尽分别念如如不动地安住，这也只是无色界的因，可以说它是一种善法，因为若不是善法，不会转生于无色界，但若发心不清净，也会转生到旁生中去。”

帖子来源：[Re: 关于八寒地狱的观修](#)

**辅导员 A 答：**

根据《中观宝鬘论释》：

**地狱之因一：**

“如果受持空性为一无所有的断见或者颠倒执著具有心肯定的所缘、二谛互为分开等，认为因果了义，将了义转为不了义，始终不放愚蠢的做法，稍稍听闻就装成道貌岸然的智者，而居于智者地位趾高气扬，傲气十足。由于这能导致彻底舍弃空性，因而心不顺，不具备自利利他的能力，如同死尸一般，断绝善根而趋向恶趣，尽管威仪如何清净，但死后立即会倒头坠入无间地狱。”

**地狱之因二：**“地狱的因就是狩猎野兽、断除命根等，这是严重的过患，以此为例，恒常要义无反顾坚决行持能断除杀生等一切罪业的对治法。”

**地狱之因三：**“嗔恨大乘的慎恨者自己将长久在无间地狱中被焚烧，因为已造下无与伦比的滔天大罪之故。”

**地狱之因四：**《弥勒狮吼经》中说：耽著亲、友、利、敬、化缘、施主、智者、受戒者八种之人很快会走向地狱。

**地狱之因五：**“任何一位补特伽罗，倘若执持“业果不存在”的邪见，那么表面无论怎样修福行善，终究无济于事，必将感受无间地狱那难以堪忍的异熟痛苦……荣敦大师则认为：心怀邪见者以前所行的布施等一切善举也将招致极为悲惨、不堪设想的难忍报应，因为以邪见能将一切善业斩草除根之故。”

**地狱之因六：**“对于从天界死堕的所有天人来说，假设投生善趣之因的善根一无所剩，那么此后必然身不由己地下堕到旁生、饿鬼、地狱任意一趣感受痛苦。”

帖子来源：[Re: 关于八寒地狱的观修](#)

**1.3.2. 每一种不善业都有两种感受同流果，是哪两种？**



问：每一种不善业都有两种感受同流果，是哪两种？

辅导员 A 答

等流果分“**感受等流果**和**同行等流果**，如前世杀生，即生中多病，或前世喜欢放生，即生中身体长寿无病，这就是**感受等流果**。前生喜做善事，今生中也喜做善事；前生喜欢杀生，今生也喜欢杀生，即为**同行等流果**。”

[Re: 请问辅导员老师问题之一](#)

### 1.3.3. 每一种不善业的感受同流果都是怎么分为两种的？

问：每一种不善业的感受同流果都是怎么分为两种的？

辅导员 A 答

《百业经》中云：“……一旦转到天界、人间，也是以杀业所感而成短寿（1）多病（2）者；以不与取而感资具乏少（1）且与怨敌共用（2）；以邪淫所感夫妻不悦意（1）且与他（她）人共享（2）；以妄语所感多遭诽谤（1）且为他众所欺（2）；以离间语所感眷仆恶劣（1）且互不和睦（2）；以粗语所感闻不悦耳之语（1）且成争论之言（2）；以绮语所感言词无力（1）且辩才不定（2）；以贪心所感贪欲强烈（1）且贪不厌足（2）；以害心所感不寻利益（1）且成损害根源（2）；以邪见所感持执恶见（1）且成十分狡诈者（2）。”

从以上经论的引文看，两种等流果是由不同的前因导致不同的后果，或者说是一种前因对众生的不同侧面的伤害，而导致自己感受不同侧面的果报。

如《宝鬘论释》中说：因为**杀生**而在他世中将要感受的等流果即是**短命**等（1）；用**利刃**伤害他众所要感受的报应，是后世的**身体灾难重重**（2）；偷盗的果报就是在生生世世中受用**贫乏、不稳固**（1）并且与他众共同享用（2）等……”

前者是从杀生、利刃伤害他众两个方面的果报而言；后者是因为前世偷盗令**众生失去受用、令众生受用不稳固**而使自己后世遭受第一种果报，又由于偷盗使**众生不能独享其财物受用**，不得不与盗贼共享而使自己后世无法单独享用已得的财物，不得不与他人共享，感受痛苦。

帖子来源：[Re: 请问辅导员老师问题之一](#)

### 1.3.4. “近取因”，为什么叫近取？

问：“近取因”，为什么叫近取？

辅导员 A 答

是主要的因，直接的因，近因。

从作用说，比如非心识的法不具有产生心识的能力，唯有心识具有产生心识的能力，故前一刹那的心识为这一刹那的心识的近取因。

从本体来说，如泥土是陶瓶的近取因，取其同类因产生同类的果。

帖子来源：[Re: 请问辅导员老师问题之一](#)

### 1.3.5. 既然四大皆空，万法皆虚幻不实何以业力会显现果报？

问：既然四大皆空，万法皆虚幻不实何以业力会显现果报？

金 刚永持答：

我们在做梦时也会显现虚幻不实的山河大地及宫殿、象马等现象，醒来以后却空空如也。仔细观察，梦中的显现仅仅是梦心的迷乱习气成熟以后无而现的，实际并不存在实有；同样，一切诸法本体本来是空性的，却可以依靠阿赖耶识上因为无明所集各种业习气成熟以后显现似乎有的一切根、身、器界等法。在我们没有证悟之前（即没有从轮回各种迷乱显现中醒过来），还是会依靠相续中的集业成熟而不自在感受如幻痛苦。

帖子来源：[Re: 求教因果不虚](#)

辅导员 A 答

您对四大皆空的理解偏空，空性的意思不是虚空一片，什么都没有，如果是这样，业力也不会存在，何来果报？则空不能现，现不能空，现空无法双运。见旧帖：

举水月为例，水月的显现依靠无云无风的夜晚，天月，江河水池等因缘的聚合，当这些因缘聚集之际，水月无欺显现，一会，乌云飘来，水月隐没不见。上述任何一个因缘缺失时，水月在哪里？如果水月有不观待任何因缘的独立自主的本性，则恒时不观待天月水池，否则当白日降临，江河干涸，水月在哪里？所以，水月只是各种因缘聚合后的显现，建构在条件之上，如水月的相，是空相，幻相，假相，有一个相的同时，是空的，虚幻的，假的。水中何来月亮？但我们又真正切切地看见了。

这就是现空双运，一切有为法在显现的同时，因为观待因缘，没有自己独立的实有本性，随着条件的聚合而生，随着条件的刹那刹那的变化而迁变，随着条件的缺失而不复存在。空性中产生万法，则指由于诸法本来没有自性，所以能依靠因缘聚集产生。依仗因缘之法即无实有自性。

因缘聚合之时，水中虽出现月亮，但并没有一个实有的水月产生，故为不生，乌云飘来，水月不见，并没有一个实有的水月湮灭，故为不灭。

我们所见的一切如同电影中极为快速的云卷云舒的画面，百年千年乃至无量劫的显现无不是因缘聚合则现，因缘不具则灭，没有一法曾经真实地产生，没有一法曾经真实地湮灭，诸法在现的当下空，空的当下现，如同水月。……”

帖子来源：[Re: 求教因果不虚](#)

### 辅导员 A 答

空性的意思是依仗他缘

如瓶依仗泥土、陶师、水，如果有一个瓶自性实有，它怎么可以依靠这些因缘聚合才能产生的。没有这些因缘聚合，就没有瓶，谁敢说瓶具有一个不变的固有的本性呢。那瓶子是什么？瓶子只是因缘的聚合体。一个显现的相。

既然空性的意思是依靠他缘，则他缘聚合必有一法产生。如苗芽。这个苗芽产生的每一刹那，不都是建筑在因缘之上吗？如火建构在柴上。芽果不断长大，都是依靠泥土水等因缘的聚合，也就是说，都是从空性中产生的。

帖子来源：[Re: 求教因果不虚](#)

### 慈云答

您可能觉得一定要有一个实在的东西，它来幻化出假的，也就是说“假必依实”才合理，即使各种理证都证明“显而无实”，也难以接受。

但“难以接受”不等于不合理，这只是我们的实执习气而已。放下这种实执习气，则“显而无实”不仅可以接受，而且非常合理。法尔如是。

比如一个习惯于用手洗衣服的老人不会用洗衣机，也不愿意接受洗衣机，宁愿用手洗。而某一天忽然想试一试洗衣机，很快学会了以后，欣然接受洗衣机，而且觉得以前用手洗衣服非常费劲，但此前之所以不愿放弃手洗只是习惯了而已，并非更合理。

帖子来源: [Re: 求教因果不虚](#)

## 热心答

用梦这个比喻，您也许可以了解。在梦中遇到老虎，被追杀时，极为惊恐。而一旦醒来，则完全是虚幻的。虽然醒来时知道是虚幻的，但在梦中时，如果老虎咬到您，您也还是会受伤流血。因果不虚和空性不仅并没有任何冲突，而且恰恰因为诸法空性，因果才会如是不虚。

帖子来源: [Re: 求教因果不虚](#)

## 真空妙有

证悟空性与因果不虚并不相违

作者: 至尊大恩上师索达吉仁波切 文章来源: 摘自《入行论释·善说海》讲记（169）

### 【要义】

《中论》以“不生”抉择因果空性，间接宣说了因果不灭，如云：“诸业亦不灭，以其不生故。”因果就如同人的影子，虽是恍恍惚惚的有，但实际上本体不成立，因为它没产生过。《入中论》以“不灭”说明了因果不坏，论云：“由业非以自性灭，故无赖耶亦能生。”业并不是自性灭的，故即使不存在唯识宗所许的阿赖耶，也可以成立业因果。这两颂一个是自性不灭，一个是自性不生，虽然角度不同，但实际密意是一致的，都是说因果在胜义中不生不灭，但在名言中依一个相续可以成立。

印度诸位大德和智者们都讲，现空双运在凡夫人面前似乎相违，但实际上并不相违，因为万法空性的缘故，因果不会灭失，而在因果显现的同时，万法又是空性的。

善有善报、恶有恶报的规律，不管你承不承认，它都存在。

相信因果存在，不单单是证悟空性的一种定解，没有证悟空性的人通过偶尔的因缘，也可以发现因果不虚的真相。

证悟空性的境界越高深，取舍因果就越细微。

### 更详细的引文:

对方辩驳道：“佛在《百业经》中说：‘诸比丘，众生所作之业，不会成熟于外境的地、水、火、风上，只会成熟在自己的蕴、界、处上。’很多佛经中都讲了造业者感受果报的道理，如果说‘我’不存在，怎么会自作自受呢？因此，你们声称‘我’不存在违背释迦牟尼佛的教言。”

（现在也有些人明明不懂佛教，却喜欢用释迦牟尼佛的教言来驳斥别人。我听到有些人的辩论特别可笑，他连基本的辩论方法都不懂，就在大大小小的会议上说：“释迦牟尼佛是怎么讲的，出家人不应该这样做，因为什么什么……”自认为明白一点道理，就有资格指点江山，其实佛法广大如海，不懂装懂只能显露自己的无知。）

对方还是很有智慧的，若是一些小小的邪见，寂天菩萨也不值得驳斥。破曰：不会相违。中观宗在观察胜义时俱生我和遍计我都不存在，跟石女儿的儿子没有差别，但在未经观察的名言中、于众生的迷乱面前，业报应该存在于同一相续。比如我在人间布施，后天于天界享受妙乐，人与天人就是一个相续。

我们从小到大乃至死亡，身体可以说是一个相续；从被无明迷惑的凡夫到成就佛果之间，虽然在六道中流转无数，但心也是一个相续，就像念珠一样不断。这样的相续可假立为“我”，在名言中作为因果的所依，因此，胜义中没有因果并不等于名言中也没有。

《中论》以“不生”抉择因果空性，间接宣说了因果不灭，如云：“诸业亦不灭，以其不生故。”因果就如同人的影子，虽是恍恍惚惚的有，但实际上本体不成立，因为它没产生过。《入中论》以“不灭”说明了因果不坏，论云：“由业非以自性灭，故无赖耶亦能生。”业并不是自性灭的，故即使不存在唯识宗所许的阿赖耶，也可以成立业因果。这两颂一个是自性不灭，一个是自性不生，虽然角度不同，但实际密意是一致的，都是说因果在胜义中不生不灭，但在名言中依靠一个相续可以成立。

在座的人，不管是初学者也好，有一定佛学基础的也好，对这些问题一定要牢牢掌握。现在有些人听到空性，就认为：“万法若是空，怎么安立因果呢？”“如果我不存在，造善业就没有意义了吧？”“我不存在的话，修加行干嘛？我都不存在了，难道是为了石女儿而修加行吗？”这些人平时不做善事，也不积累任何功德，说起大话来头头是道，完全堕入断见派。

大家一定要知道，万法在胜义中是空性，无有任何实质，而在名言中，因果绝对是不欺惑的。如果能通达这一道理，即可了达释迦牟尼佛的殊胜教理，《三摩地王经》云：“于诸法中不执著，常能摄受一切法，于诸业果信不动，最胜世尊说是法。”若对诸法一点都不执著，明白胜义中一切皆空，对世俗因果的诚信就会毫不动摇，这是佛陀所宣的最殊胜、最深妙的法藏。了知这种真理的人，龙猛菩萨在有关论典中一直赞叹。（在我们藏传佛教，龙猛菩萨所说的话，除了具邪见者、疯狂者以外，大家百分之百承认，因为他无误抉择了佛陀的究竟密意。汉传佛教也是如此，只不过有些人什么都不懂就胡说八道，除此之外，对龙猛菩萨这样权威的大智者，每个佛教徒都是承认的。）麦彭仁波切在《定解宝灯论》中也说：“诸智者以奇语赞，说此双运真奇妙。”印度诸位大德和智者们都讲，现空双运在凡夫人面前似乎相违，但实际上并不相违，因为万法空性的缘故，因果不会灭失，而在因果显现的同时，万法又是空性的。

有些人认为明白空性后，什么都不用做了，磕头也不用，念经也不用，天天就是睡懒觉。这种想法是错误的。证悟空性的境界越高深，取舍因果就越细微，因此，一个人

有没有证悟空性？从其行为也看得出来。假如特别害怕堕入恶趣，言行极其小心翼翼，说明对空性有所认识；如果对一切恶行无所顾忌，对一切善行不生欢喜，这时候就很危险了。以前有个人说米拉日巴尊者是断见派，尊者回答说：“我有没有堕入断见，你看我的行为就可以。”因为米拉日巴修行非常精进，每天除了中夜以外，上夜下夜都不睡觉，一直行持善法。现在有些修行人也是如此，早上起得很早，晚上睡得很晚，白天不散乱，始终非常精进，取舍因果也特别谨慎，这说明他对空性有所认识。而有些人不承认前后世、不承认空性，每天抽烟、喝酒、打牌，浑浑噩噩地消磨时光，这种人肯定对空性没有任何定解。

当然，相信因果存在，不单单是证悟空性的一种定解，没有证悟空性的人通过偶尔的因缘，也可以发现因果不虚的真相。在二战时期，有一天，艾森豪威尔将军乘车去参加紧急军事会议。当时天气非常寒冷，他看到一对法国老夫妇坐在路边，冻得瑟瑟发抖。原来，这对老夫妇准备去巴黎投奔儿子，但因为车子抛锚，前不着村，后不着店，不知如何是好。于是艾森豪威尔立即把这对老夫妇请上车，特地绕道去了趟巴黎。送完这对老夫妇之后，才风驰电掣般地赶去参加会议。尽管艾森豪威尔根本没有行善图报的动机，但他的善心却得到了意想不到的回报：当天几个德国纳粹狙击手埋伏在他必经的那条路上，如果不是为送老人而改变了行车路线，他恐怕很难躲过这场杀身之祸。后来据说他成了一个非常虔诚的宗教徒。

还有一个故事说，有个士兵看见一个乞丐，手里拿着一枚假银币，在路上一直哭泣。士兵觉得他非常可怜，劝他不要哭，自己用真银币跟他交换。那个假银币不能用，也舍不得扔，士兵就穿了一根线戴在脖子上，算作纪念品。没想到后来在战场上，一颗子弹正好击中银币，救了他一命。

善有善报、恶有恶报的规律，不管你承不承认，它都存在。我原来也举过一个例子，就像你吃了毒药后，不管承不承认它有毒，它迟早都会要你的命。因此，造了杀生、偷盗等自性罪和佛制罪的人，终究都会感受痛苦，而造了善业的人，对相续绝对是有利的。

当然，因果法门甚深难测，并非一加一等于二那么简单，佛经中说：“因果相应胜法门，细微难见佛境界。”因果十分深奥、殊胜、微细，它唯一是佛的境界，阿罗汉和世间人都无法彻知。《杂譬喻经》中就有个公案说：佛在世时，有一位阿闍世王，一天，一个以杀生为业的屠夫拜见国王，请求国王每遇节日需要杀生时，全部赐给他来做。阿闍世王问为什么，屠夫说他有一个小小的神通，知道自己前六世都是屠夫，从事杀羊的职业，而死后均转生天界，享受天福，所以他觉得杀生是转生天界的因。

阿闍世王很不解，去请教佛陀。佛陀观察到这位屠夫前世造过一个善业，由于这一功德，使他得以六回生天享福，出生为人又能知宿命。但他知宿命的能力很浅，只知过去六世杀羊生天的事，再早一些的事情便无法得知，于是误认为屠羊是生天享福的因，而不知杀生的罪业应受恶报，一旦机缘成熟，将会堕地狱受极大痛苦。

世间人的小神通，包括声闻阿罗汉的神通，对长远的因果无法了解，故月称论师说“亦遮思维诸业果”，一般的凡夫人不要随随便便猜测因果。现在有些人似乎超过佛陀了，一开口就是“你今天供养什么什么，来世一定会变成人，没有问题”，这些愚昧无知的人什么都敢说，好像自己是造世主一样。其实因果没那么简单，真正证悟空性、对因果有了了解的人，深刻明白这个道理，所以言行特别谨慎。

众生所造的业虽不会失坏，但按照大乘的说法，依靠一些殊胜的对境、不同的因缘，恶业也可以减轻，甚至不需受报。唐玄奘讲过他上师戒贤的一个故事：戒贤具有超群的智慧、清净的戒律，在印度弘扬佛法的贡献非常大。后来他患上重疾，全身如同刀刺般疼痛，他想绝食而死。夜里梦见文殊菩萨对他说：“你在前生当国王，残害了很多百姓，你应当忏悔自责，怎么能自尽了事呢？有位支那僧人来此学习，已经在路上了，3年后应该到这里。将佛法传授给他，他再去流通，你的罪自然就消失了。”3年后玄奘果然来了，戒贤向玄奘叙说了自己的往事。

现在也有很多人行持善法后出现不顺，比如身体不好了，魔障现前了，这很可能是往昔的罪业重报轻受，因此没有必要去抱怨，理当坦然受之。

帖子来源：[Re: 求教因果不虚](#)



## 1.4 轮回痛苦

1· 饿鬼居于冈底斯山下，冈底斯山是西藏指的在西藏的吗？

2· 可有众生不经过无间地狱，而直接投生近边地狱其一吗？

3· “五趣之中无安乐”，怎么理解“五趣”？不是有六趣吗？

4· 有师兄观地狱、饿鬼之苦不敢观，内心恐惧，怎么办？

5· 孤独地狱的处所不定，那么我们生活的这个空间，行住坐卧全都是造业吗？

6· 如何理解近取五蕴苦之行蕴和识蕴？

1·4·1· 饿鬼居于冈底斯山下，冈底斯山是西藏指的在西藏的吗？

问：饿鬼居于冈底斯山下，那这个冈底斯山是指的西藏的吗？

辅导员 A 答：

是，是西藏著名神山，如果见其照片，我们一定眼熟，这是我们经常在西藏的风光中见到的形状神奇超越的雪山。

据相关资料介绍：

冈底斯神山藏族称“冈仁波齐”，意为“雪山之宝贝”，海拔 6714 米。山体经过长期风化形成了天然台阶，纵贯峰体中央，像个天生的大宫殿。

冈底斯神山是西藏著名的神山之王。藏传佛教认为它是宗密胜乐之无量宫，其周围的群山河流均为胜乐宫的组成部分，蕴藏着深奥的宗教含义。

冈底斯神山是众多高僧大德所加持和修行的圣地。神山有两条大小转山礼拜道。大礼拜道是以冈底斯神山为核心的大环山路，路长 52 公里，徒步行走需 3 天，快则一天半，磕长头转山需要 15—20 天。

帖子来源：[Re: 冈底斯山是西藏指的在西藏的吗](#)

1·4·2· 可有众生不经过无间地狱，而直接投生近边地狱其一吗？

问：可有众生不经过无间地狱，而直接投生近边地狱其一吗？

辅导员 A 答:

大多数论典是这样宣说的:

如《菩提道次第广论讲记》云：“地狱的有情在漫长大劫中，饱受地狱热苦，待业力稍轻而从大地狱中脱离时，彼等迫切寻求安身之处。在此愿望驱使下，行至近边地狱……”

《入行论》：“无间地狱的众生受了漫长的燃烧之苦后，由于业力有所减轻而走出地狱之门。这时它们看见远处有一片黑漆漆的妙坑……”

又：“以前在无间地狱的铁室中备受酷热之苦的众生，因业力多数减轻而觉得地狱之门开启，便逃到外面此外”。

但在华智仁波切的“饮酒的过失”中说：“何人把酒给受斋戒者饮用，他将转生到号叫地狱第一近边大吼地狱，口里被灌入热白镏汁，当灌注之时，惨叫声传遍虚空。饮酒者，心烦意乱，不明事与非事，犯下的是所有不善业。如果从该地狱解脱出来投生为人，以等流果所感，愚昧无知，短暂时间的事也全然忘却，迟钝痴呆，一贫如洗，众人不喜，患上小病也会送命。”

帖子来源：[Re: 近边地狱的问题](#)

### 1.4.3. “五趣之中无安乐”，怎么理解“五趣”？不是有六趣吗？

问：“五趣之中无安乐”，怎么理解“五趣”？不是有六趣吗？

辅导员 A 答

五趣指的是：地狱趣、畜生趣、饿鬼趣、人趣和天趣。

如果根据六趣的说法，就是将阿修罗加入五趣之中，形成六趣或六道。

根据《大佛顶万行首楞严经》，将阿修罗出生的不同（化生、胎生、卵生和湿生），纳入天趣、人趣、饿鬼趣和畜生趣。

有的将阿修罗与天道划为一道，分为五道，称五分轮回图。阿修罗道中的众生福报极大，寿命又极长，与天界众生分别不太大，所以阿修罗道亦称为“非天”。阿修罗世界与天界中的部份相连，阿修罗众生也常会与天界中的某些有情争战。由于这一道与天道相通及两道的近似，在有些版本中的生死之轮图，把天道与阿修罗道合绘为一格，所以六道共只有五格图画描述。

[Re: 请问辅导员老师问题之一](#)

#### 1.4.4. 有师兄观地狱、饿鬼之苦不敢观，内心恐惧，怎么办？

问：有师兄观地狱、饿鬼之苦不敢观，内心恐惧，怎么办？

辅导员 A 答

非常随喜这位道友，很多人对这种恐惧求之不得，却因为业障深重而求之无门啊。

个人觉得这位道友应该不敢观而观，痛哭流涕或毛骨悚然而发愿，发愿永不造作任何恶业，发愿能令所有三恶道众生离苦得乐！

帖子来源：[Re: 观修疑问：有师兄说，观地狱、饿鬼之苦不敢观，内心恐惧，怎么办？](#)

#### 1.4.5. 孤独地狱的处所不定，那么我们生活的这个空间，行住坐卧全都是造业吗？

问：孤独地狱的处所不定，那么我们生活的这个空间，行住坐卧全都是造业吗？

Feingray 答

对于凡夫人，不仅仅行住坐卧都在造业，就连起心动念都是罪业。因为我们相续中一直存在烦恼的缘故。

但是，这并非由于我们周围的环境造成的，而是由我们的内心烦恼造成的。而外境中的孤独地狱众生，我们并非有意伤害他们，由于我们并不知道哪个扫把是孤独地 狱众生，哪个不是。因此就不能成立为造罪业，因为罪业是由心安立的。

大恩上师仁波切在《俱舍论讲记》中说：  
所有的业归根结底均是依心而造，此即思业，其与意识相应，如相续中生起信心，此信心与自己的意识相应后，驱动身 语造作善业，所以是使身语现行的一种心所，也就是通常所说的意业。由思业所引发的思作业就是身、语二业，心中若思善、思恶，则由其所引发的身业、语业也分 别为善为恶，所以身体与语言的表现并不是身业和语业，主要应由意识引发，比如身体杀虫时，若无有杀心，则真正业的本体不具足，不属于思作业。语业也是如 此，比如口中叙说对三宝不恭敬的话，但心中并未如此思维，那就不是真正的业。

有人会说，虽然我们自己没有获得罪业，但是这 样孤独地狱众生还是感受到了痛苦，因此从大乘菩提心的角度来说，我们不应该使用扫把、桌子、门等等。

可是即使我们不使用扫把，不接触任何 事物，把自己悬挂在空中，这些众生也同样会受到相应的痛苦，因为这些痛苦由于他们自己的业力所成的缘故。如果孤独地狱的众生的痛苦会因为 没有众生接触它，它就能够不感受痛苦，那就称不上地狱了。

这样的话，我们因噎废食，什么都不能做，却减少不来众生的痛苦，这样并不能代表有菩提心。因为我们最重要的不是众生暂时的痛苦，而是要解除众生心中的痛苦，如果我们什么都不能做，或者把自己所有的精力和注意力专注于这些只能给众生带来细微利益的事情上面，那么也无法闻思修，这样就算我们把自己饿死在空中，也带不来什么实际的意义。

因此不能堕入极端，要么就无所顾忌的伤害众生，要么就连无情物都不能用。

当然，如果没有必要，也确实应该尽量减少对无情物的破坏。

帖子来源：[Re: 如书所说的孤独地狱无处不在吗？](#)

### **1.4.6. 如何理解近取五蕴苦之行蕴和识蕴？**

问：如何理解近取五蕴苦之行蕴和识蕴？

辅导员 A 答

五蕴的次第：“人们无始以来由于喜爱显形色而首先看色；对此显形色的美与丑而产生乐受与苦受；从苦乐感受中产生颠倒的常、乐、我、净想；由想而产生贪嗔之行；而各种烦恼皆依识而生。《俱舍论讲记》”

《前行广释》：身上扎一个刺，刺痛的所依为“色蕴”——“刺痛”为苦受，其所依为色蕴之身，若无微尘自性的色身，则不可能依之产生苦受，故为苦依。

知道痛苦之心为“受蕴”——“凡属自他相续的一切苦乐舍受心所统摄为受蕴。《辩中边论讲记》”心包括八大心王和五十一个心所，心的作用是明知，心王和心所执著（了别）的所缘境是一个，心王执著事物的本体，（比如心脏），心所执著事物的差别（心脏的疼痛）。故知道痛苦、快乐、不苦不乐的受的心为受蕴。

又“受，执为我所感《俱舍论讲记》”，因为执著色蕴为我，故产生了由“色蕴”（我的心脏）所生之我很痛的感受。

刺痛的感觉延续下去为“想蕴”——“从苦乐感受中产生颠倒的常、乐、我、净想；”刺痛之后，由痛中产生了痛的行相，“想蕴是执著相的自性”，“如是取相的种种想统摄为想蕴”。

再次刺痛为“行蕴”——行蕴包括 51 心所和 24 不相应行。贪嗔痴等烦恼均包括在 51 心所中，再次刺痛，相续中会生起诸种烦恼，并向人叙说，此烦恼和文字即属于心所（烦恼）和不相应行（文字）。

知觉刺痛之相为“识蕴”——识蕴指六识聚或八识聚。如金刚永持所说，这里重点落在“知觉”上，也就是心的“了别”的作用。

帖子来源：[Re: 如何理解近取五蕴苦之行蕴和识蕴?](#)

## 2 皈依三宝

### 2.1 皈依上师

#### 2.1.1. 什么是三恩德上师？

问：三恩德上师是赐予密法、灌顶、窍诀三者全部具足的上师还是具足其中一个 都属于三恩德上师？

辅导员 A 答：

《三戒论》云：“也就是说，对于赐予灌顶、续部与窍诀的三恩德上师或具二恩德或具一恩德上师任何一者，以嗔恨或嫉妒心心想诋毁，进而通过言词反对、讥讽的方式加以诋毁，轻侮不敬等，扰乱其心，令不欢喜，这是所有罪业中最为严重的。”

根据以上教证可以了知，是指三者全部具足的上师。

帖子来源：[Re: 问两个名词：持明，三恩德上师](#)

#### 2.1.2. 怎么理解“把上师观为法身佛”中的“观”和“法身佛”？

问：“把上师观为本尊或莲花生大士，”中的“观”字怎么理解？“弟子应将上师观为法身佛，”中的“法身佛”是指真正的佛吗？法身佛没有形象凡夫怎么观？

Feingray 答：

1、之所以用“观”，并非是不相信而假装，而是说眼见到的是不清净相，但是需要依靠观想忆念真实的清净相。因此“观为”的意思就是“相信”。

问：“弟子应将上师观为法身佛，”中的“法身佛”是指真正的佛吗，否则法身佛没有形象凡夫怎么观？

Feingray 答：

2、应该是观作法身佛，因为是一切诸佛菩萨的总集的缘故。如果带分别心的观想上师是阿弥陀佛，而金刚萨垛则不能是上师，则不应理。

帖子来源：[Re: 帮忙看看这句话应该如何理解？](#)

Feingray 答：

虽然把上师观为化身佛等非常好，但是在圆满中，则要求更高。

《前行备忘录》中说：

在大圆满宗派里，将上师看成凡夫班智达或者圣者阿罗汉或者圣者菩萨，或者佛陀化身或者佛陀报身，都是不行的，那要看成是什么呢？要将上师看作是佛陀法身，如果能够做到满怀始终不渝的恭敬信心，虔诚祈祷，那么不需要依靠他道之缘，而足能在自相续中生出证悟智慧。

您所担心的法身没有办法观，是不存在的。这里只是缘一个总相，或者用表示方法来观。比如观为普贤王如来，或者金刚持。

帖子来源：[Re: 帮忙看看这句话应该如何理解?](#)

### **2.1.3. 请教“外即佛子寂天论师者，内即大成就者夏瓦热，密行圣者观世音菩萨，祈祷晋美秋吉旺布尊。”**

问：大恩上师所著之《华智仁波切略传》中下面的颂词里的外，内，密是如何安立的？

外即佛子寂天论师者，内即大成就者夏瓦热，  
密行圣者观世音菩萨，祈祷晋美秋吉旺布尊。

**Feingray 答：**

国外的翻译是这样的：

我向无畏的法王晋美秋吉旺布祈请：  
外相上他是寂天菩萨，  
内心里他是大成就者夏瓦热巴，  
而本质上他就是大悲观世音。

我理解意思是，外在度化众生的身、语、事业是寂天菩萨的化现，内在的证悟和大成就者夏瓦热巴一味一体，而本质上是大悲观世音菩萨。

帖子来源：[Re: 请教关于华智仁波切祈祷文](#)

### **2.1.4. “具德上师加持入心间”，是何人造？**

问：“具德上师加持入心间”，是何人造？

**调服自心答：**

五明佛学院男众加行班的智慧堪布亲口说，大概意思如下：



法王在世的时候，四位汉族堪布秘密商量要请法王为索达吉堪布做一篇常久住世文（可能是应常住们的要求吧），于是挑了一个时间背着堪布一起悄悄到法王那里祈请，他们刚说完来意电话就响了，是堪布打来的电话，堪布问法王他们四个人去您那里是不是要做什么，法王说要为你做祈祷文，堪布说上师啊，学院里有那么多大活佛，不用给我作祈祷文，法王说晚了，已经作出来了，你跟我的因缘不可思议，我的加持你已经如满瓶罐注般全部得到，他们一祈请的时候，祈祷文刹那间就从心中显现出来了！这就是“具德上师加持入心间，不偏众生普降大法雨，三学之藏索朗达吉尊，祈请身寿不变久住世。。。 ”这个祈祷文的来历！

帖子来源：[Re: 具德上师加持入心间，是何人造？](#)

### **2.1.5. 怎么理解"对我越好的人，我就越恨他们，对我越不好，我对他们还是不错的！"**

问：请问大恩上师在《开启修心门扉》第十课中讲的"对我越好的人，我就越恨他们，对我越不好，我对他们还是不错的！"怎么理解？

**Feingray 答：**

对于上师来说，一般都是弟子对自己越有信心，就会越严厉，也就是所谓的“越恨”。因为知道此人能够接受，这样就可以快速的改变弟子的心。

对自己越没有信心的人，要度化他们只能和他好好的说，哄他高兴，这样才能慢慢的产生欢喜心，然后产生信心，然后再骂。

上师一般都是这样的。所以我们挨上师骂的话，应该感到很高兴，说明上师还算是比较认可我们的。除非自己是圣者，否则上师天天夸奖，很有可能说明自己人格有问题，上师担心我们跑了，因此哄着自己。

帖子来源：[Re: 请教：大恩上师在《开启修心门扉》第十课中的疑问。](#)

### **2.1.6. 请问法师无垢光尊者祈祷文的解释·**

问：请问法师无垢光尊者祈祷文的解释。

**辅导员 A 答**

如果大恩上师仁波切不讲解，我等凡夫的分别念不一定能正确讲解此中内涵，这里斗胆解释，不敢说准确，只能供参考：

**托嘎雪山宝藏颂：**

托嘎雪山指岗日托嘎雪山，此为无垢光尊者撰写众多论典之地。

宝藏颈如同宝藏门，是形容获得宝藏之径，是必经之途，如从宝瓶中获得宝藏需要通过宝藏之颈。这里指无垢光尊者所著之《上师心滴》等密著是趋入大圆满无上宝藏之密钥。

无垢光尊者的传记中写道：“在护法女神多杰玉准玛的请求下，龙钦饶绛尊者移锡至冈日托嘎的邬金宗沃瑟钦吉给摩嚓（邬金光云喜苑堡），他在这里撰写了多本着名的论典并度过了很长时间。”

帖子来源：[Re: 请问法师无垢光尊者祈祷文的解释](#)

### 圆诸功德喜乐园：

圆诸功德可以分自利和他利两种功德：

**自利：**尊者在岗日托嘎雪山之住处获得“明智如量相”，此为大圆满四相中的第三相，相当显宗三清净地的菩萨。

**他利：**尊者是圆满三大教主之一，被称为第二佛陀。传记云：“龙钦饶绛总共撰写了超过二百五十部论著，分别是关于历史、戒律、经部和续部法门，尤其是关于总的大圆满法门以及其中特别的宁提法门。他将自己所有的著作整理成函册。有许多智者认为他关于续部和大圆满法的大部分著作其实是意伏藏，是通过他的证悟的妙力发掘而出。”其传承之下获得暂时究竟解脱之众生无量无边。

**喜乐园：**原意是指令人愉悦欢喜的美妙园林。龙钦饶绛尊者所住冈日托嘎雪山之住处名为“邬金光云喜苑堡”。

猜测：这句话的意思是在“喜乐园（喜苑堡）”圆满诸种自利利他的功德。

另一种猜测：喜乐园比喻其二百五十部论著，尤其是关于总的大圆满法门以及其中特别的宁提法门的密典，这是他对后世最大的利益，徜徉其中，如徜徉在喜乐园。华智仁波切曾赞美尊者的论著“善说花园”，并说：“欢喜吧！所有有缘份之人，请享用这相同内容的花蜜”。

帖子来源：[Re: 请问法师无垢光尊者祈祷文的解释](#)

### 二义精藏瑜伽士，祈祷龙钦绕降贤。：

**二义：**一般指深广二义、就是明空二义，究竟是明空无二。

**精藏：**精华宝藏之义。很多密典用“精义”二字，表达彼论均为精华窍诀。

**瑜伽士**：证悟了此二义一味并安住于此境界之行者。指全知无垢光尊者。

**龙钦绕降贤**，贤形容龙钦绕降尊者，表示殊胜。

前 三是对全知的功德的无比赞叹。无垢光尊者不仅安住于无二的实相中，而且以其意伏藏流露的智慧，撰写了大量抵达无二实相的精华窍诀的密典，在此，祈祷者以无上敬意膜拜顶礼，深深呼唤。

帖子来源：[Re: 请问法师无垢光尊者祈祷文的解释](#)



## 2.2 皈依三宝

1·皈依后，不能跪拜外道本师，中的外道包括儒教和道教吗？

2·《胜出天神赞》中说遍入天、大梵天等烦恼很重，《八圣吉祥颂》中为什么还要与之顶礼？

3·受持《弟子规》、《感应篇》符不符合皈依戒的要求？

4·请问《前行》第一课“敬礼一切三根本”，“三根本”的具体内容是什么？

5·普贤如来的报身毗卢遮那佛是本初佛吗？是不是是皈依境最上方的佛像？

2·2·1·皈依后，不能跪拜外道本师，中的外道包括儒教和道教吗？

问：《胜出天神赞》中讲述的只是印度的外道，所以“不能跪拜外道本师”，这里的外道不应该包括儒教和道教吧？

**Feingray 答：**

大恩上师仁波切在《二规教言讲记》中说：

古代孔子、孟子、庄子的教言中，虽然有一部分做人的道理，但他们的有些思想仅限于今生，跟来世没有关系，甚至某些教言对来世有损害。现在的一些知识分子分不清楚儒教和佛教，把释道儒全部混为一谈。这样混合，一方面有博采众长的必要，我也不反对，但这些宗教完全混在一起，恐怕佛教承认的有些道理，别的宗教不一定承认，不但不承认，还有抵触的地方。在这些问题上，佛教徒应该头脑清醒。

帖子来源：[Re: 有关<<胜出天神赞>>中的一道问题](#)

**Feingray 答：**

皈依戒中只规定了一个皈依对象：佛法僧三宝。

如果还有其他教派可以皈依，佛陀应该会授记或者指出来：如果.....你们可以皈依。

但是佛陀从来没有这么说过，因此知道，这个世间除了佛法以外，任何其他的教派都不究竟，不能皈依。

否则今天这个论典中比较了这个教派，说不能皈依，明天又有一个人创立了另一个教派，您又说：噢，上师没有说过这个教派，那可能可以皈依吧。那如何能指完呢？

有些时候由于有照顾文化习惯、暂时随顺大多数人的原因，有许多话不好明说。但是作为佛教徒，心里应该有一杆秤。

帖子来源: [Re: 有关<<胜出天神赞>>中的一道问题](#)

**Feingray 答:**

正如您所说的: 不否认和皈依有很大差距。

我们所讨论的都是跪拜皈依的问题, 并非全盘否认, 即使是数论外道, 麦彭仁波切也对其某些教义赞叹过。

儒教关于做人行善方面得一些教言, 和佛法有相通之处, 学习一下也没什么不可以的。但是如果说孔子和佛菩萨一样, 去顶礼膜拜, 则需要观察了。

帖子来源: [Re: 有关<<胜出天神赞>>中的一道问题](#)

### **2·2·2 《胜出天神赞》中说遍入天、大梵天等烦恼很重, 《八圣吉祥颂》中为什么还要与之顶礼?**

问: 《胜出天神赞》中说遍入天、大梵天等烦恼很重, 《八圣吉祥颂》中为什么还要与之顶礼?

**Feingray 答:**

外道对本来存在的天人加上了他们自己认为的一些特点, 变成了他们所谓的梵天等。

《八吉祥》中八大天女应该是指八大供养天女, 是佛菩萨的化身, 并非帝释母等天女。

帖子来源:[Re: 《胜出天神赞》中说遍入天、大梵天等烦恼很重, 《八圣吉祥颂》中为什么还要与之顶礼?](#)

**辅 导 员 A 答:**

八大供养天女: (噶举一位仁波切解释《八吉祥颂》):

“八大女菩萨是以供养天女的形态显现, 她们恒常对过去、现在、未来三世诸佛做供养。基本上——她们真正的实相——与前述的八大男性菩萨一样, 她们已经成佛。事实上, 如密续所教授, 她们与佛陀无二无别。如果, 我们把八大男性菩萨与八大女性菩萨想

在一起，其实他们就代表大多密续法本中的忿怒本尊，八位主要的 忿怒本尊，如大威德金刚等等。每一位男性菩萨都对应到一位忿怒本尊，而每一位女性菩萨则对应到八位空行母……更确切的说，以新译的高层次密续为例，上乐金 刚坛城的八大守护天女，就是这八大女性菩萨。在密集金刚坛城裏的男女菩萨，正是上面所说的八大男女菩萨。”

八大护法：（同上）

“八大护法的前三位大梵天、大自在天、遍入天，在密集金刚密续裏，说他们是三金刚的化现，也就是佛陀身金 刚、语金刚、意金刚的化现。大梵天是身的化现，大自在天是语的化现，遍入天是意的化现。基本上他们属於三个尊贵的家族——文殊菩萨家族、观世音菩萨家族、 金刚手菩萨家族——化现为宇宙中的守护。就外观而言，当然他们是大梵天、大自在天、遍入天，他们是佛陀的随从。这三位天神，就如同是这个世界裏的一切守护 神或精灵的国王或领主。第四位护法是帝释天，他曾亲自面见佛陀，并在佛陀的指导下悟见真理，他获致证悟，并守护佛陀的法教，所以，他是所有善神与精灵的领 导者。他在宇宙中的地位，是欲界六天中第二天的天王，也就是三十三天的大王，如是，他看管人类的世界，协助人们行善。

这是前四位护 法，大梵天、大自在天、遍入天，及帝释天。接下来的四位是“四大国王”，他们掌管欲界六天的第一天，也就是须弥山顶的四个方位。他们是真正的菩萨，住於八 地菩萨的境界，他们基本上是要保护佛陀的法教，是各类天神的国王，是具大威力的国王，各类神祇则居住在须弥山的四周——食香神、鳩盘荼、龙、夜叉等等。有 此一说，只要你听到八大护法的任一个名号，你都能免於危险与伤害。同样的，每一位护法，都能为我们带来与增长上中下三界的功德、卓越、繁荣。”

帖子来源:[Re: 《胜出天神赞》中说遍入天、大梵天等烦恼很重，《八圣吉祥颂》中为什么还要与之顶礼？](#)

**辅 导 员 A 答：**

护法有智慧护法和世间护法。《八吉祥颂》云：“三界增上善妙与吉祥，世间八大护法敬顶礼。”从显现上来说，八大护法属于世间护法，我们可以皈依智慧护法（出世间），但不皈依世间护法，故从其显现而言，其非皈依对境。

帖子来源:[Re: 《胜出天神赞》中说遍入天、大梵天等烦恼很重，《八圣吉祥颂》中为什么还要与之顶礼？](#)



## 辅 导 员 A 答：

龙树菩萨在《中观宝鬘论》中宣说了一地到十地菩萨的功德。其中每一地的异熟果是：

### 一、极喜地：

以大悲及愿力而特意受异熟生的特点：成为**瞻部洲的大国王**是异熟增上的特征。

### 二、离垢地：

异熟增上的特点：成为统治四洲的**国王七宝之主**，获得利益一切众生使他们奉行十善及波罗蜜多等的**转轮王位**。

### 三、发光地：

异熟受生：成为数多天众的**主尊大天王**，并且精通《吠陀论》等。以超群的智慧能遣除对欲天等欲界之色等妙欲的贪恋。

### 四、焰慧地：

以此地的异熟所感，特意发愿而作为**离诤天的天王**。

### 第五难行地：

由它的异熟所感而成为**兜率天的天王**。

### 六、现前地：

由其异熟所感，依靠愿力特意成为**化乐天的天王**。

### 七、远行地：

以它的异熟所感而成为**他化自在天的天王**。

### 八、不动地：

由于圆满愿度的异熟所感而特意成为**大千世界的大梵天王**。

### 九、善慧地：

由此异熟所感而获得**二千世界的天王梵主果报**。

### 十、法云地：

得到这样的功德所感的异熟果，投生为远离异生的**净居天王**。

帖子来源:[Re: 《胜出天神赞》中说遍入天、大梵天等烦恼很重，《八圣吉祥颂》中为什么还要与之顶礼？](#)

**Feingray 答:**

道教的玉皇大帝并不一定就是真正的帝释天，有可能他们自己想像出来的。即使他们是看到了帝释天以后而将其奉为玉皇大帝，此玉皇大帝也是他们对帝释天的一种误解，也完全是另一个事物，因此并不需要顶礼。

帖子来源:[Re: 《胜出天神赞》中说遍入天、大梵天等烦恼很重，《八圣吉祥颂》中为什么还要与之顶礼？](#)

### **2.2.3· 受持《弟子规》、《感应篇》符不符合皈依戒的要求？**

问：受持《弟子规》、《感应篇》符不符合皈依戒的要求？

**Feingray 答:**

每个法师说法可能有各自的密义，因此我这里仅仅就字面上所表达的意思来谈谈我自己的看法，不代表我理解了该法师所要表达的意思而来批驳他。

虽然《弟子规》等善书，对于我们如何做一个好人，还是有一定的帮助，学佛的基础首先是要有一个完善的人格。

但是如果说这些书能够代替小乘的教法，还是不合理的。因为毕竟一个是解脱，一个是人天，本质上有着很大的区别。

我们知道次第首先是做好人，其次要了知三界犹如火宅而生起出离心，在这个基础上才能发菩提心。

如果反过来，认为这些十善业是究竟，则混乱了次第。

而且，如果真的认为外道的书籍比内道更加究竟更加好，而作为皈依处的话，按照自宗的观点，这显然会失毁皈依戒。

因为只有出离心摄持下的法才能算的上佛法。

帖子来源: [Re: 归于皈依及戒律的思考](#)

### 2·2·4· 请问《前行》第一课“敬礼一切三根本”，“三根本”的具体内容是什么？

问: 请问《前行》第一课“敬礼一切三根本”，“三根本”的具体内容是什么？

**Feingray 答:**

三根本: 上师、本尊、空行护法。

上师是一切加持的根本，本尊为一切悉地的根本，空行护法为一切事业的根本。

帖子来源: [Re: 请问《前行》第一课“敬礼一切三根本”，“三根本”的具体内容是什么？](#)

### 2·2·5· 普贤如来的报身毗卢遮那佛是本初佛吗？是不是是皈依境最上方的佛像？

问: 普贤如来的报身毗卢遮那佛是本初佛吗？是不是是皈依境最上方的佛像？

**Feingray 答:**

1、本初佛某些时候指法身普贤王如来，某些时候指报身金刚持。似乎没有看到将毗卢遮那佛称为本初佛的说法。另外似乎毗卢遮那佛也并非普贤王如来的报身，而是法界体性智的表示。

2、普贤王如来是皈依境最上方的佛像。

帖子来源: [Re: 关于前行 20 课里“普贤密意圣教”的问题](#)

**辅导员 A 答:**

有关毗卢遮那佛，诸经之记载与各宗之解释各异。有谓法身，有说报身，按照《前行广释》中的介绍，是采用报身佛的观点。

有资料说:

旧译华严经卷二卢舍那佛品谓，毗卢遮那佛修习无量劫海之功德，乃成正觉，住莲华藏世界（佛报身之净土），放大光明，照遍十方，毛孔现出化身之云，演出无边之契经海。

旧华严经卷二、梵网经卷上所说之毗卢遮那佛为报身佛，观普贤菩萨行法经所说为法身佛。法相宗立毗卢舍那、卢舍那、释迦等三尊，称毗卢舍那为自性身，卢舍那为受用身，释迦为变化身。十佛名之中，有‘清净法身毗卢遮那佛，圆满报身卢舍那佛，千百亿化身释迦牟尼佛’之称。

天台宗亦立毗卢遮那、卢舍那、释迦等三尊，然以之次第配为法身佛、报身佛、应身佛。华严宗立十身具足融三世间之法界身云，而谓此三尊乃同一佛身。

帖子来源：[Re: 关于前行 20 课里“普贤密意圣教”的问题](#)

## 3.发菩提心

### 3.1 菩提心本体

#### 3.1.1. 《前行备忘录》中堪布阿琼密传里“发心非要生心乃关要”这一偈颂是何意？

问：《前行备忘录》中堪布阿琼密传里“发心非要生心乃关要”这一偈颂是何意？

**Feingray 答：**

意思是说仅仅口头上发一个菩提心，或者缘一个总相的菩提心，并非重要，而要真正的从内心生起悲心，而真实的希望度一切众生。

大恩上师仁波切在《入行论讲记》中也提到：古大德也说：“发心不重要，生心才重要。”发菩提心谁都可以发，但真正能生起来的却屈指可数。

帖子来源：[Re: 《前行备忘录》里一个偈颂的疑问](#)



## 5 正行六度

### 5.1 布施

#### 5.1.1. “恒行四布施”里的四布施指哪四种？

问：“恒行四布施”里的四布施指哪四种？

辅导员 ▲ 答

原文是：如《受持五部律仪续》中说：“宝部三昧耶，恒行四布施。”

《三戒论》中解释此“宝部”（珍宝部）三昧耶（誓言）说：

“珍宝部誓言：依照直接意义而言，财施、法施、无畏施、彼之根本大慈心此四布施，每日六时中要奉行。隐含意义，通过双运菩提心降返生起四喜智慧。由于宝生佛是一切功德的源泉，故为珍宝部，布施也是赐予所需的本体，因而财施、法施、无畏施与慈施安立为此部的誓言。”

[Re: 请问辅导员老师问题之一](#)

#### 5.1.2. 凡夫地行持六种波罗蜜有哪四种法相不具足？

问：凡夫地行持六种波罗蜜有四种法相不具足，除了 1、违品不能断除，2、不能满足所有众生的心愿，请问另外两种是指什么呢？

Feingray 答：

《现观庄严论总义》说：

在资粮道与加行道期间所修的布施等修炼自心的积累资粮，只不过是令甚深见解在自相续中生起的因法，而并不是在行持菩萨佛子们的广大行为，所以这一切谈不上是真正的六度。因为在此当中，既不具备无分别的智慧，也没有消除（各度分别的）违品，还没有依靠前者而圆满达成众生的愿望，更没有随应根基而（将众生）安置于三种菩提果位中的任何一种果位，所以连四种法相中的一种都没有具备。

其中没有说的包括没有无分别智慧和将众生安置到菩提果位的能力。

帖子来源：[Re:●前行第 50 课，51 课，请辅导员解疑](#)





## 5.2 持戒 - 5.2.3 菩萨戒

### 5.2.3.1. 请问受菩萨戒和受灌顶二者之间有什么联系和次第吗?

问： 请问受菩萨戒和受灌顶二者之间有什么联系和次第吗？

**Feingray 答：**

慈诚罗珠大堪布在《慧灯之光一》中说：

“某些密宗教派认为，没有菩萨戒就不可能得到灌顶，也就不可能有密乘戒。因为在三戒中，下下是上上的基础， 即别解脱戒是菩萨戒的基础，没有别解脱戒就没有菩萨戒；菩萨戒是密乘戒的基础，没有菩萨戒就不可能得到密乘戒。”

帖子来源：[Re:请问受菩萨戒和受灌顶二者之间有什么联系和次第吗?](#)

## 5.2 持戒 - 5.2.5 其他

### 5.2.5.1. 分别显宗与密宗哪个殊胜，哪个不殊胜，会不会造下舍法罪？

问：分别显宗与密宗哪个殊胜，哪个不殊胜，会不会造下舍法罪？

辅导员 A 答：

不会。

全知麦彭仁波切说：“例如，‘瓶子无自性、是空性’这一句话，虽然没有直截了当加上胜义的鉴别，但作为精通宗派与名言的智者，从当时语言场合的意义中就能清楚地认识到这是从观察胜义的角度而言的，不至于生起相互错乱的愚痴之念……其实涉及多种意义、人们共称的所有词句，没有一个是决定不观待特定意义而专门表达一法的……”

以上教证表明，所有词句，并非只有一种解释，需要观待语言场合，不同的场合有它的特定意义。所以，说一句话不一定要对此加各种鉴别，做多种解释，精通宗派和名言的智者会一目了然。

上师仁波切的话也是如此。

显宗与密宗均属于内道之法，上师仁波切这里所说的“殊胜不殊胜”显然是就这二者比较而言的，如果对这二者比较而言，密宗有其不共的殊胜性这一点不承认，则可能是因为我们孤陋寡闻，对密宗不了解而导致的。如果我们对此不解，可将疑惑暂存于心，通过未来的闻思，遣除我们心中的怀疑。而不能立刻认为上师仁波切的这句话是否说错了？是否让人生舍法罪？如果心生邪见、口出诽谤，则自己已造下舍法罪。

《藏传净土法》云：“所以，他直接诽谤某人而间接诋毁了正法，也成为舍法者。本来，只有智者才了知智者愚者的差别，自己愚昧无知，又怎么能辨别他人是智者还是愚者呢？”

见旧帖有关《金刚经》中“是法平等，无有高下”的讨论  
<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index1.php?topic=7754>

及对有关《前行》封面这个问题的讨论：  
<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index1.php?topic=10312>

帖子来源：[Re: 如何判断舍法的界线？](#)

**辅导员 A 答：**

上师仁波切在《定解宝灯论 讲记》中说：

“显宗与密宗没有相互矛盾的地方，不同之处确实存在，但若因二者存在不同即对其取一舍一则是绝对不合理的。”

如果心存显宗低劣，是舍，密宗优胜，是取，则造舍法罪。

如果了知显密互不相违，密宗有其不共的殊胜处，显宗是密宗的基础，不存取一舍一想，则不犯舍法罪。

帖子来源：[Re: 如何判断舍法的界线？](#)

### **5.2.5.2. 是不是不同的经论对于“舍法罪”有不同的定义？**

问：《极乐愿文大疏》中“三宝殿经所依等，以彼作证违誓等，发露忏悔舍法罪。”和《摄诸法经》中说：“若对如来所说之法，有些作善妙想、有些作恶劣想，即为舍弃正法。”里对舍法罪的定义为什么不一样？

**辅导员 A 答：**

《极乐愿文大疏》颂词中“以彼作证违誓等”，有一个“等”字。在解释这段颂词时，《大疏》说：“本颂中的‘等’字所包括的真正舍法罪 前文中也稍微讲解了。”

也就是说，颂词所说的“舍法罪”，只是“舍法罪”的一个支分，而“真正的舍法罪”则在前文已经宣讲。所以并不存在不同的论典对“舍法罪”有不同的定义的问题，但存在有些论典对舍法罪的阐述简略，有些比较详尽的情况。

《极乐愿文大疏》颂词中“以彼作证违誓等”，有一个“等”字。在解释这段颂词时，《大疏》说：“本颂中的‘等’字所包括的真正舍法罪前文中也稍微讲解了。”

也就是说，颂词所说的“舍法罪”，只是“舍法罪”的一个支分，而“真正的舍法罪”则在前文已经宣讲。所以并不存在不同的论典对“舍法罪”有不同的定义的问题，但存在有些论典对舍法罪的阐述简略，有些比较详尽的情况。

帖子来源: [Re: 如何判断舍法的界线?](#)

### **5.2.5.3. 舍法的关键是否在于内心对不同的法门存有“取舍之想”?**

问: 舍法的关键是否在于内心对不同的法门存有“取舍之想”?

辅导员 A 答:

取舍想应该已经包括了善妙恶劣想, 符合《摄诸法经》中说: “若对如来所说之法, 有些作善妙想、有些作恶劣想, 即为舍弃 正法。”

帖子来源: [Re: 如何判断舍法的界线?](#)

#### 5.6.4 三转法轮

##### 5.6.4.1 请问显宗与密宗的差异？

问：《前行广释》里：“显宗与密宗的差异，凡夫以分别念判断相当困难，所以我们理应先去闻思，之后才会明白哪个殊胜，哪个不殊胜。”有何密义？

**Feingray 答：**

1、同样有甚深广大特征的显宗和密宗道，本来就超离许多初学者的所知范围，对两个本来就不了解的事物去进行判断其异同，就好像让小学生去评判量子物理和 广义相对论的异同一样，基本上不现实。

因此肯定需要首先对显宗教法进行系统的闻思，了解其精华义，而后对密法进行闻思，了解其精华义，而后才能真正的了知二者的异同，也对显宗密宗都树立稳固的信心。

大恩益西堪布在《新月释》中说：

系统地闻思了小乘、大乘及密乘的经续论后，自然会对密乘中广大着重宣说的了义清净刹土，无上的佛智等等生起稳固不退的信心。自然会有皈依、修学弘扬密宗的发心。通过这种系统的闻思，也可避免或偏执于密宗而轻视显宗，或拘泥于显宗而诽谤密宗的偏见；也可消除凡夫固有的先入为主的感情执著，而对整体的佛法产生坚定的信心，这种依据教理的理性思维，是学好佛法的一个必要前提。如果没有建立定解，最好是先学做哑巴，以免造下口业；如果对佛法已获得了定解，则应广泛弘扬，遣除他人的疑惑，使他们也能理解。

2、上师担心大家在不了解的情况下随意舍弃深法。

大恩上师仁波切在《定解宝灯论讲记》中说：

现在很多人的智慧肯定不会超过麦彭仁波切、无垢光尊者，但却随随便便地说“密宗这不合理、那不合理”，他对密宗一无所知，且不说密宗见解，即使对显宗了义不了义的判别都无法正确做出抉择，那又有什么理由对密宗妄加评说、肆意妄言呢？真正密宗的见解如何、行为如何？密宗对于显宗观点是怎样解释的？对于诸如此类的道理都值得详细了解，**显宗与密宗没有相互矛盾的地方，不同之处确实存在，但若因二者存在不同即对其取一舍一则是绝对不合理的。**

3、虽然从究竟上讲，法法平等无高下，但是从某些角度来看，还是有相对更殊胜的差别的。

比如治一个病，两种药，分别能适合两种人，A药能治好第一种人，对第二种人不是很管用，B药能治好第二种人，但是第一种人对其过敏。

从都能治好不同人群的病的角度来说，两种药没有高下，因为对第一种人来说A药最好，对第二种人B药最好。

但是，如果A药很苦，而且要服用的时间很长，其中也会引起许多副作用。

而B药不苦，而且见效非常快，对第二种人副作用很小。

那么从这个角度来说，我们还是要说B药更加殊胜。

4、密法无论在见解和修法上都超胜。

大恩上师仁波切在《定解宝灯论讲记》中说：



故从法界见来讲，显密二者相同，而从有境智慧上则有相当大差别，显宗对二转法轮的空性抉择得十分究竟，密宗对三转法轮的光明作了圆满宣说，不仅如此，密宗于修法上也非常具体，依靠观本尊、明点等观修，充分揭示了诸佛菩萨于明分中显现、与自之如来藏无有差别的究竟实相。

帖子来源：[Re: 请法师解疑](#)

**菩提之光答：**

以下摘自慈诚罗珠堪布的《密宗概要》（一）：

以前讲空性的时候，我说过空性是密宗的观点；后来讲如来藏的时候，我们也提到，如来藏也是密宗的观点。其实，真正的密宗见解，是将第二转法轮的空性，与第三转法轮的光明如来藏结合起来的。一般的显宗在讲如来藏的时候，就无法使二者无有轻重差别——平衡结合、圆融双运。第二转法轮基本上讲空性，几乎不提光明，虽然会出现光明的字眼，但实际上解释的时候，就只会把光明解释为空性；第三转法轮又只讲佛性光明，不太强调空性，虽然显宗不是不承认如来藏是空性，也认为如来藏是空性，与空性无离无合，但显宗认为，就像小学毕业以后，就无需再讲小学课本一样，第二转法轮的时候已经讲过空性了，所以没有必要再次强调空性。轮回痛苦、因果不虚等道理佛陀在初转法轮当中已经很清楚地告诉大家了，所以第二转法轮几乎没有这些内容，因为大家已经知道了。第二转法轮就是讲空性，其他初转法轮的见解不是不承认，只是不再重复了。

遗憾的是，显宗没有一个专门的论典，把第二转法轮的空性与第三转法轮的光明结合起来。密宗却既不强调空性又不强调光明，而是把光明和空性有机地结合起来，就像《定解宝灯论》第五品所讲的一样。

显宗虽然提到光明，但除了第二转法轮当中的空性修法以外，没有其他修法。以前的高僧大德是这么说的，实际上也是这样。关于这些，我们可以在任何一个显宗经典中了解到。

显宗根本没有提到的东西，密宗却讲得很清楚、很详细。密宗一方面给我们提供了很丰富的空性修法；另一方面，还讲了很多显空无别的修法，也即光明的修法，这在一般的显宗，是根本没有提及的；另外，密宗还讲了清净的修法。显宗没有清净的修法，而在密宗，清净修法是重要的一个修法。

什么叫做清净的修法呢？显宗承认，在修到第八地的时候，开始看见世界的真正面目，看到很多清净的东西，周边的世界都是很清净的，但显宗没有一个专门的修法，只是在修持很长时间的显宗法门以后，自然而然出现的，所以显宗的清净现象出现得很慢。

比如说，多数显宗经典认为，我们周边的世界，是很不清净的娑婆世界；但密宗认为，实际上并不是这样的，我们今天看到的这个虚幻世界本来就是清净的，只是我们从来没

有看到过它的本性而已。它的本性除了空性、光明以外，还有清静，也即八地菩萨以上的佛菩萨所感知的境界，像极乐世界一样清静。

显密之间最关键的不同，是修法上的区别。密宗修法和显宗修法很多都完全不一样，效果和速度自然也大相径庭。

密宗的观点虽然不能说是前所未有的全新见解，但显宗的观点和密宗的观点还是有所不同，比如说，笼统而言，显宗在讲光明、空性，密宗也在讲光明、空性，但我们首先要搞清主观见解和客观的光明或空性之间的区别。

主观的证悟境界，称为有境或能取；而客观的空性却与人的证悟没有关系。无论觉悟的时候也好，不觉悟的时候也好，精神和物质都是空性，这就是境或者所取。

从境的角度，或者是从客观的角度来说，显宗的空性和密宗的空性没有什么差别，但在加行道和资粮道期间，作为主观有境的光明和空性的见解，显宗和密宗却不太一样，一旦进入了菩萨一地的见道以后，显密就是一体了，所以，显密之间是互相补充而不是水火不容的。显宗和密宗，是从两个不同的角度而言的，所以都没有错，一个讲的是直接进入万法本来面目的方法，另外一个，则讲的是间接进入万法本来面目的方法。

帖子来源：[Re: 请法师解疑](#)

### 5·6·4·2· 具体现实生活中如何观清净心？

问：具体现实生活中如何观清净心？

**Feingray 答：**

打个比方，平时测色盲的那种马赛克组成的图，一堆色块放在一起，比如有一个美女的图，有贪欲的人看到后可能马上生起贪心而联想翩翩，可是，实际上这个美女是否存在呢？那只是一堆无序的色块而以。美女是有贪欲的人自己看到色块后联想出来的。

我们看到的各种各样的人和事，都是因缘聚合以后和我们内心的烦恼相结合而幻变出来的，我们看到一个人，在打麻将，以为外境真的有一个人在打麻将，可是其实就像看到马赛克的美女一样，是我们自己想出来的。只不过我们如此的坚信，因此无法从中摆脱出来而已。

其实那个打麻将的人是佛菩萨，麻将馆是佛的坛城，吆喝声是咒语。就像其实那个美女是红色色块，旁边的花是其他颜色的色块等，但是我们由于自己的习气，只看到了打麻将或美女，看不到事物的本质。

因此说一切不清净的事物都仅仅是我们自心的幻化而以。

如果我们真的能做到一切观清净心，那么在遇到非法的事情的时候，也了知其实是佛陀的幻化，自己也用同样是清净的幻化的方法去处理。

比如看到有人打麻将，明白是佛陀的幻化，自己去劝他不要打，也是佛陀的幻化。在这样无执而清净的心态下帮助他人，才能够最大的利益到他人，因为我们可以没有障碍的动用一切可行的方法。而且也可以避免我们最常见的：由于执着而不会发生不但利益不了他人而自己还生烦恼的情况。

帖子来源：[Re: 请问辅导员：具体现实生活中如何观清净心？](#)

**Feingray 答：**

我曾经问过我的一位至尊上师，我问：什么是“清净”？

上师答道：心中只有上师三宝和众生，就是清净。

我说：清净不是像玻璃一样很透明，很美丽的那种吗？

上师说：不是。

虽然上师的答案比较令人难懂，不过值得深思。

清净即是大悲，无缘大悲，虽然不以分别念缘一个苦难众生或者缘法来生悲心，但其本体就是大悲，不需要额外的因缘。

帖子来源：[Re: 请问辅导员：具体现实生活中如何观清净心？](#)

**Feingray 答：**

一切本来清净是见解。我们首先要在见解上确立定解。

那么，成立一切清净好说，但是一切清净带来的疑惑就是：如果一切清净为何还有悲心？答案就是：真正的所谓清净本身就是悲心。这是确立见解。

因此我们不需要怀疑“如果一切清净为何还有悲心”这个问题。这样就遣除了清净的违品。

在实际中，我们对一切观清净。但是，由于我们不能双运的缘故，就必须轮番的切换。

比如看到受苦的人，虽然了知只是佛菩萨的化现，但还需要切换到生缘悲的悲心中来对其帮助，而这时候又能了解，我之所以要依靠生缘悲，是因为我还不了解清净的实相，我所理解的净观还有问题，真正的清净观包含了悲心，现在我只能脱离清净观暂时从悲心

的一面轮番修持，但是本质上我这么做也是幻化的，这时候又切换到清净观，对能做所做不执着。

而对于那些对自己没有任何好处的分别，则无需切换过来了：比如我们看到他人的过失，不需要切换过来，因为切换过来即不符合实相又对自己没有好处的缘故。

帖子来源：[Re: 请问辅导员：具体现实生活中如何观清净心？](#)

### **5·6·4·3· 观清净心会不会是非不分,越学越傻? 一切时处都观清净心吗?**

问：上师一直在强调观清净心，是在一切时处都观清净心吗？这样会不会是非不分越学越傻？是不是观清净心也要区分场合,分清胜义谛和世俗谛？

辅导员 ▲ 答：

如果未以正理抉择万法名言清净实相，而执着于好坏在外境中真实存在，的确会产生这样的想法。

《定解宝灯论讲记》云：“有观现世量与净见量两种抉择方法，通过净见量抉择现在凡夫所见之法，全部器情世界均可建立为清净……为何如此观想呢？一切万法原本即是清净无垢的，并非本不清净而观为清净。就如舍利子与具髻梵天之间的争论一样，释迦牟尼佛的刹土本来即是清净的，这一点由谁能够了知呢？唯有圣者智慧方可了知。于圣者的净见量面前，凡夫众生所见一切都是清净不染的。故应以净见量进行抉择，如实了知一切均为自性刹土、清净天尊。”

所以说，将万法观为清净，是相应于实相的，这也是为什么上师说这是“这是契入实相的一种甚深方便。”

帖子来源：[Re: 请教法师一个关于观清净心的问题](#)

辅导员 ▲ 答：

无论按照实相现相二谛还是现空二谛，清净刹土和本尊均非属于胜义谛，而是属于世俗谛。

从现空二谛言，胜义谛中万法离戏，名言中如梦如幻。显现安立为世俗谛。

从实相现相二谛言，清净刹土和男女本尊属于变幻的、无常的、刹那的法，也是安立为世俗谛。

虽然我们没有现证，但是，无论是相应诸法空性还是相应诸法清净的实相来修持，都会减轻我们对诸法实有的执着，并减少我们因执着诸法实有而产生的贪嗔痴等粗大的烦恼。

帖子来源: [Re: 请教法师一个关于观清净心的问题](#)

#### **5.6.4.4. “观清净心”这个概念有无明确的定义？**

问：“观清净心”这个概念有无明确的定义？

**Feingray 答：**

以下摘自宗萨仁波切的《金刚乘的外相与内在意义》：

「金刚乘」和一般的大乘，并无不同。所以「金刚乘」解释「空性」的方法，和「大乘」可说是完全一样。在修行上来说，除了「小乘」的「不伤害一切众生」和「大乘」的「要帮助一切众生」之外，密乘更加上一个「净观」的修行。对所有修习「密乘」的学生而言，「净观」这两个字，是你最应该知道，也最应该了解的，也最关键的两个字。所谓「净观」是表示说，你并不是毫无一点「觉知」，毫无一点「觉性」的来接受任何事情。

因此许多「金刚乘」的老师，包括我在内，都要占学生的便宜。怎样占学生的便宜呢？首先，对学生大谈「净观」。然后当学生把这些话听进去之后，老师就可以为所欲为，要求学生把他所作的一切事情，都看成是清净的。这个并不是「净观」。因为在这过程中，有一个人，他在否定一些甚么东西。同时这里面也有一些基本上自我欺骗的心态。然后在相对的层次上而言，这种作法也和我们所处的相对层次产生矛盾与冲突。

所以！我再重复一次，所谓「净观」也就是说：不以这种不加「觉知」的方式来观察一切的事物。

当我们谈到「净观」的时候，我们所讲的是「没有分别，没有特殊的喜好」。学生的修行是「经由修行而减少你的各种各样的喜好，或选择上的喜好」。当然如果我们指的是「特别喜好甚么或特别选择甚么，或是，不喜好甚么，特别不喜好甚么。」这就简单了。但在「金刚乘」里，它有著很特别的意义。这种所谓「没有特别的喜好」，并不是表示别人问你「要茶或咖啡」，你说「没有关系，我并无特别喜好」。并不是这样的，在这边，我们的意思是「以修空性为道」。当你以「空性」为基础，观察一切事情的时候，你会看到，没有甚么是叫你「比较好」的。「金刚乘」接受这样的观点。

像上面讲的一样，「金刚乘」是「果乘」，是以「果地」的修行为「道」。所以我们对于「空性」，是以这种没有喜好，或「没有偏颇的心」来修行。譬如说「金刚乘」里所使用酒或肉，就是这个样子。



谈起这件事很令人伤心，这个伤心有一部分是来自「大乘」的人。因为他们对「金刚乘」缺乏了解。但是更主要的原因，是现代某些「金刚乘」师徒之间的表现，或他们所表现出来的，让人觉得，或他们自己觉得，「金刚乘」允许你饮酒，吃肉，或者允许你纵情於异性之间。他们认为「金刚乘」是一条允许你干这些事的道。

但是我可以向各位保证，在所有的「密续」中，找不到任何一句话，是允许你作以上这些事的。

在「小乘」的传统里，非常鄙视或渺视「欲望」。在这情况下，这个欲望的对象，举例来说，对一个修「小乘」的人来说，可能是一个美女。但他们用修行的方法来对治。例如说「不净观」。

在「大乘」里来说，以相对的层次而言，还是很轻视欲望。但在究竟的这个层次，你会认为欲望实际上就是「空性」。所以对於一个「大乘」行者，一个修习比较广大的道的修行人来说，他们会认为：假如你认为某人很丑，而你又执著在「他很丑」的概念上时，仅仅这个概念，就足以将你系缚在轮回之中。

对「金刚乘」而言，我刚才已经讲过很多次了。「金刚乘」是没有特别的喜好或特别的偏颇。换句话说，就是直接的去修「空性」。然而在没有偏颇或没有分别的这种状况之下，而你说「我一定要吃甚么，或我一定不能吃甚么」，这个当然也是一种偏颇。

像我，或者别人称我为一个「金刚乘」的修行人，对於「空性」，我并没有完全的了解。这表示我有特别的喜好，如果我吃肉，那完全出於我的欲望和以前这些不好的习惯。所以身为一个「金刚乘」的修行人，若他不能了解「空性」而去吃肉，同样也破了「密乘」的戒律。

在「金刚乘」的戒律中，第二个最重要戒律就是要遵守一切佛说的话，不管佛说甚么。佛在「大乘」的经典里，重复的讲「不要吃肉」。所以对於我们这样子，在「空性」上只有一点点学理的了解，而实际上对「空性」完全没有「证悟」的人来说，吃肉，不仅破了「大乘」的戒律，也破了「密乘」的戒律。

这也是为什么，在前面我说对於我们这个时代的人，可能最好的道是「小乘」。看起来有非常严格规律的「小乘」，实际上远比看起来非常开放、你可以为所欲为的「密乘」要更容易修行的多。我们也比较容易说「我是一个大乘行者，从今天起，我不吃众生的肉」。也许断除肉食的那几天，你会对肉味念念不忘，但慢慢的，你就习惯素食了。而且素食有益健康，这类的修行也很简单。

如果你是一个「金刚乘」的修行人，别人拿了两盘东西给你。一盘是麦当劳汉堡包，一盘是很精美的食物。比这个更极端的是：若有人端了一盘食物和一盘粪便给你。而

你对那粪便有丝毫的不悦，或对那盘食物有丝毫偏私的心，那都是破了「金刚乘」的「事业戒」。所以比较起来，「大乘」的素食，是要容易得多。

同时对于「修双身」，也是同样的这种情形。我知道很多东方或西方的学生，甚至老师，因为首先他们不了解「金刚乘」的真正意义，其次把「金刚乘」的这些东西，当成满足自己私欲的许可证。许多人听到「密宗」有所谓的「双身法」，都觉得对自己的情绪或欲望是一个很好的消息。这些人是完全不了解「金刚乘」。

我这样说是有一个绝对的理由。因为只要一有人提到空行母，所有学「金刚乘」的人，包括我们这屋子里的每一个人，立刻会联想到一个非常美的女性。这个概念 在我们的生活中，如果看到一个漂亮的女性，我们会说「哎唷！一个空行母呀」，这表现出你对所谓「空行母」这个字，是一点都不懂。

如果我们看那诺巴金刚瑜伽女的教授。依照这个教授，如果我了解得没错的话，那些漂亮得会让你产生欲望的女人，她完全不是空行母。若你修这个教授，然后你 向某一个方向走去，你所碰到的第一个异性，不管是甚么样子，你都要有勇气去拥抱她。也许你会碰到只患有极严重皮肤病的母狗，是的！在那个情况下，她就是空行母。你若有勇气真诚的去亲吻，去拥抱这只母狗的话，那你对空行母，可以说是稍微有一点了解。

帖子来源：[Re: 关于密宗清净观有关问题？](#)

#### **5.6.4.5. 三转法轮的“后转分别法轮”具体是什么？**

问：三转法轮的“后转分别法轮”具体是什么？

辅导员 A 答：

“分别”是善加辨别，因为第三转法轮分了义和不了义，随教唯识即依靠佛陀第三转法轮的十部了义经典建立，随理唯识依靠第三转法轮所宣说的不了义的经典安立。我们平时所说的第三转法轮宣说了如来藏的大光明是指第三转法轮中了义经典的观点。所以需要善加辨别。

《日光疏》云：“第三转法轮称善加辨别法轮，因为佛在三转法轮时所宣说的经典有了义和不了义两种。无著菩萨是佛陀亲自授记善能辨别了义与不了义的智者，如同得授记的无著论师善能辨别种种了义与不了义一样，应善加区分第三转法轮中的中观（他空中观）与唯识的各各经部。”

帖子来源：[Re: 19 课里三转法轮的“后转分别法轮”具体是什么？](#)



## 7. 果位抉择

### 7.1 佛菩萨境界

#### 7.1.1. 既然因果不虚，那诸佛成佛之因是什么？

问：既然因果不虚，那诸佛成佛之因是什么？

**Feingray 答：**

《入中论略释》中说：

声闻中佛能王生，诸佛复从菩萨生，  
大悲心与无二慧，菩提心是佛子因。

小乘的声闻与中佛（独觉）皆从能王（佛陀）之语所生，而诸佛复是从菩萨所生，以大悲心、无二慧、菩提心是佛陀意子（菩萨）的三种根本正因。

悲性于佛广大果，初犹种子长如水，  
常时受用若成熟，故我先赞大悲心。

大悲心是菩提心与无二慧的根本，其与成就佛果之间的关系为：最初发菩提心时，是由大悲心为因，喻如种子；中间在行菩萨道的过程中，历经三大阿僧祇劫的苦行后方成佛果，若无大悲心摄持，则菩提心易退失，喻种子在田中，若无阳光水土，必霉烂腐坏；最后成就佛果时，因大悲而不住涅槃，回入娑婆，尽未来际度化众生。故知凡夫趣入大乘圣道至成就佛果，初、中、后三时皆不可缺少大悲心。如《王明菩萨经》云：“大悲心是诸佛菩萨功德之本，亦是智慧般若波罗蜜多之母，乃诸佛菩萨之祖母。”因此我（月称）在这里首先赞礼了如此殊胜的大悲心。

帖子来源：[Re: 诸佛成佛之因是什么？](#)

#### 7.1.2. 请教:关于基智，道智，一切智.

问：请教:关于基智，道智，一切智

**辅导员 A:**

龙树菩萨造论，喇拉秋智仁波切注释的《中观宝鬘论广释》中说：

“见道圣者的根本慧定一体三智相无余修行完全清净究竟时，三智或布施等一切功德无不全而成为具一切殊胜相的如来，也就是成为遍知佛陀。”

此一体三智中的三智即是：一切智，道种智，一切种智。

1. 一切智：是声闻、缘觉智。声闻、缘觉为证涅槃应证知内外一切法体空无我。对应“一切智就是宇宙万有的本体”。
2. 道相智：为菩萨智。又名道种智、道种慧和道慧。菩萨为了度众生成佛应当了知世间一切善恶业道之行相及其种类差别。此对应您所说的“道种智是知道宇宙一切现象。”
3. 一切相智：为佛智。又称一切种智、一切智智。能了知一切法如其所有之体性，及尽其所有之形相，以及了知菩萨和声闻一切道相。对应“第三种智慧讲一切种智，就是本体与现象，它是一不是二，这个是最究竟最圆满的智慧。”

此三智是一体，按《中观宝鬘论广释》，见道菩萨入定时一体三智无余修行，达到圆满就是佛的一切种智，具足了一切智和道种智的功德，如所有智和尽所有智全部具足。

帖子来源：[请教:关于基智，道智，一切智](#)

### **7.1.3. 为何要安立五身？他们有什么关系？这样安立有什么作用？**

问：为何要安立五身？他们有什么关系？这样安立有什么作用？

辅导员 A 答：

一、什么是五身：

见旧帖讨论如下：

<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index1.php?topic=6415.msg29866#msg29866>

按《三戒论释》中说：

“现前通达诸法无相、自性清净之离戏智慧分即是法身；  
由法身的妙力中出现无边清净显现分即是报身；  
从报身中根据清净、不清净所化众生各自信解随机显现分为化身；  
三身现分毫不混杂分即是现前菩提身；  
三身无二无别分为不变金刚身。”

二、法身和自性身的异同：

见旧帖：

<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index1.php?topic=11041.msg55324#msg55324>

全知麦彭仁波切《现观庄严论》注疏云：

圆满正等觉佛陀能仁之自性身，为即将宣说的圆满获得诸等无漏法唯一性相之一切种类清净之法。彼等智慧本体殊胜，自性为具备二种清净之法相的法界自性身，也即法性。

其现分（法身），为证悟智慧自性力等无漏法；其法界空分，为原本无离无合现空双运之法性。这种暂时客尘清净而现前的本性，即称为“法性自性身”，这也是最究竟的佛陀智慧之身。

### 三、不变金刚身 现证菩提身 与法身及自性身的关系是什麼？

通过以上链接的讨论，可以了知，以上不变金刚身，现证菩提身等四身或五身的安立，都是从佛陀的智慧的不同的侧面来安立的，他们之间是反体的关系。

如果安立为五身，则现前菩提身是从现证菩提后具足三身，此三身从显现而言，各不相同，互不混杂，了了分明来说的。而不变金刚身，是从三身的本体本来是一，从三身本体无二无别称作不变金刚身。

如果安立为四身，像《经观庄严论释》云：“佛智慧的空分安立为自性身，明分安立为法身。实际，此二者是有法与法性无别故，无论如何宣讲，应安立为现空双运之本性清净，此即是一切论典之最深蜜意。”

如果仅从法报化三身的安立方式，《经观庄严论释》云：“自性身：即法身。”如辨析，此二如上所说，是现空双运。空为自性，现为法身。本无二致。

《大般若经》金刚身品云：“尔时世尊复告迦叶。善男子。如来身者。是常住身是不坏身是金刚身非秽食身。是则法身当作是观。”又：“如尔时，世尊复告迦叶：善男子！如来身者是常住身，不可坏身，金刚之身，非杂食身，即是法身。”

帖子来源：[Re: 五身如何安立?](#)

## 7.3 往生与成就

### 7.3.1· 临终时，五根隐没，耳识已经灭尽，怎么能听到上师为他直指心性的本来面目啊？

问：临终时，五根隐没，耳识已经灭尽，怎么能听到上师直指心性的本来面目啊？

辅导员 A 答：

上师在讲解《往生法》的这一段时，曾对此问题做了这样的阐述：此时，可将一张纸卷成圈，插入临终者的耳廓，上师对着这个纸筒大声为临终者直指心性的本来面目，这样，他能听见。

帖子来源：[Re: 请教师父以及道友关于往生法](#)

《大圆满前行引导文》中说：“其中对于无有丰富修道经验的人来说，进行运用往生法最适宜的时间是在隐没次第开始出现之时。”

又：“无论修炼还是运用之时往生法的修法都相同。”“如果自己明观往生法的所缘境有困难，则可请有能力的道友助念。”

帖子来源：[Re: 请教师父以及道友关于往生法](#)

### 7.3.2· 如何理解不信佛的人也可以被成就者超度到清净刹土？

问：有些人生前并未修行佛法，甚至有些人生前并不信仰佛教，但在死亡时或死亡后，如果有成就者为其念经超度，死者亦可前往清净刹土。这该如何理解？

辅导员 A 答：

这个和佛陀所说的：“我为汝说解脱道，解脱依赖汝自己”。是一致的。

萨迦法王开示中说：“我们以什么方式被救度呢？自己救度自己。三宝是此项心灵誓约中真正对你有力的协助者。”

我们所看到的有些人“有些人生前并未修行佛法……”只是一个表面现象，如佛在佛经说：“只有我和如我者才能了知补特伽罗的相续，其他人不能了知补特伽罗的相续。”

从现象可了知，这个人是有缘者。佛在《极乐世界功德庄严经》中讲述了往生四因，这个今生显现上不信佛，既没有观想福田，没有发愿回向，也没有发菩提心的人，至少是往昔世积累了资粮的人。这就是“自己救度自己之义”。

这是以果推因，这个临终得到成就者为其超度而往生的人，必定具足了往生的某些因。

就超度而言，并非所有的超度都能往生极乐，有往生天界，人道等，有上师开示：（对佛法、上师三宝）有三种信心，清净信有 50%的可能、欲乐信有 70-80%的可能、胜解信 100%可以去。没有信心的话无法超度。这三种条件是你自己的，不是上师的。这也是“解脱依赖汝自己”之义。

见 旧帖“关于超度”<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=9782.15>

“关于超度的问题”<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=3245.0>

帖子来源：[Re: 一个问题](#)



## 8. 实修相关

### 8.1 闻思修

#### 8.1.1·听一部法期间，中间有很久没有听传承，后来又接着听，这样也是断传承吗？

问：听一部法期间，中间有很久没有听传承，后来又接着听，这样也是断传承吗？

辅导员 A 答：

智悲佛网首页下载的索达吉堪布仁波切致学会的信中说：

“无论年轻人还是老年人，每期的传承必须圆满。”

又：“想来诸位不是很清楚，依照藏传佛教的传统，声音的传承是十分注重的，很多修行人在听传承的过程中哪怕听掉了一个音节，也要千方百计地补上，否则，他们就认为传承不算圆满，如果有条件而故意不圆满传承，就会有一定的过失，自己将来的修行与弘法利生事业也会出现一些违缘与障碍，所以，大家要尽量设法圆满声音的传承。”

但是，上师仁波切未曾规定，超过多长时间不补传承就算断传承，学院的道友也有因事下山，中断传承，回学院后补传承的情况。如果您能补上传承，也算传承圆满；如果中间相隔的时间过长，最好在补上传承后，有机会再重新听一遍传承。

帖子来源：[Re: 请教学院师傅一个问题？](#)

#### 8.1.2·“依前行修法完全可以修成欲心一境”中的“欲心一境”是什么意思？

问：“依前行修法完全可以修成欲心一境”中的“欲心一境”是什么意思？

辅导员 A 答：

欲心一境即九住心中的第九等持住。属于欲界的禅定。

九住心是：“安住、相续住、数数住、近安住、调伏住、寂静住、最寂住、专注一趣住、等持住。（《日光疏》）”

“以听闻力能成办安住；由思维力能成办相续住；正念力能成办数数住及近安住；正知力能成办调伏住与寂静住；精进力能成办最寂住与专注一趣住；串习力能成办等持住……虽然未离勤作，但不起分别作意，能安住一缘等持乃为专注一趣住；故名为“稳固相”……此对治行愈上愈进至最终勿须勤作，自成入定者乃为等持住，亦名欲心一境，故

从此获得“究竟相”，如同须弥山王纹丝不动。于此欲心一境恒时修习，则令身心获得堪能，名为轻安。尔时心得自在，如驯服的良驹易得寂止三摩地也。（《日光疏》）”

《日光疏》在宣说此九住心的利益时说：“此速能断除生死根本。若能思维此诸功德，则于修定能增强信心与毅力而于一切时中恒乐习定，如是极易获得胜三摩地，故当数数修习寂止并持之以恒、永不退失。凡是真实欲求胜观智者，应当尤为重视寂止修法。虽然无有寂止，仍然可以修习胜观，但决定无有胜妙成就，因此首先修习寂止极为重要。

关于欲心一境，及色界无色界的禅定和开悟的关系，尚可参考[此讨论](#)

帖子来源：[Re: "依前行修法完全可以修成欲心一境。"请教:什么是"欲心一境"?](#)

### **8.1.3.听法时不能穿鞋，因为怕凉而穿厚的似鞋的袜套 可以吗?**

问：听法时不能穿鞋，因为怕凉而穿厚的似鞋的袜套可以吗？

辅导员 A 答：

可以。学院的出家人冬天去经堂听课也穿袜套。

帖子来源：[Re:请教关于闻法的一个小问题!](#)

### **8.1.4.请教元音咒，辅音咒和缘起咒的咒语。**

问：请教元音咒，辅音咒和缘起咒的咒语？

Feingray 答：

元音咒

喻 阿阿 俄俄 呜呜 热热 乐乐 诶诶 沃沃 昂阿索哈。

辅音咒

喻 嘎哇噶噶昂 匝擦匝匝酿 札叉札札那 达塔达达那 巴帕瓦巴玛 雅 ra 拉瓦 夏卡萨哈嘉索哈。

缘起咒

喻 耶达玛黑德抓巴瓦 黑顿得堪达塔噶多哈亚挖达 得堪杂哟讷若达 诶望巴德玛哈夏玛呢耶索哈。



帖子来源:[Re: 请教问题?](#)

### **8.1.5. 智悲佛网上的音频和视频是否和菩提讲堂的视频一样，看了之后就得到了传承？**

问：智悲佛网上的音频和视频是否和菩提讲堂的视频一样，看了之后就得到了传承？

辅导员 A 答：

上师仁波切开许：凡是智悲佛网上的视频、音频、uc 讲堂上的音频文件，全部都可以依此获得传承。

帖子来源:[Re: 请教辅导员老师](#)

### **8.1.6. 如何理解《胜利道歌》的加持？**

问：如何理解《胜利道歌》的加持？

辅导员 A 答：

大恩上师仁波切说：“学习本论有分别念难以揣测的甚深缘起，对此我是坚信不移。”

一、道歌的缘起是麦彭仁波切以极为忿怒的形象猛厉祈祷莲花生大士，遣除内、外、密的一切违缘，降伏迷乱分别所现的各种鬼神之后，法王显现痊愈，回学院后唱的。

二、《胜利道歌》是法王一辈子中闻思修行多年的智慧结晶。在这个道歌中，凝聚了显密一切法门的精华，蕴含了上师老人家一生修持的甚深窍诀，具有不可思议的加持力。

三、所以叫“胜利道歌”，是指修行人通过上师三宝的加持，可以遣除内外密的所有违缘，完全从中获得胜利。

四、法王如意宝授记，凡读诵，讲解听闻，皆能遣除一切违缘。

依靠法王授记的加持力，道歌的缘起力，凝聚显密精华的法性加持力，可以遣除内外密的所有违缘，获得胜利。

帖子来源：[Re: 如何理解《胜利道歌》的加持](#)

### **8.1.7. 生起出离心后，在世间法上的表现有何不同？**

问：生起出离心后，在世间法上的表现有何不同？

## Feingray 答:

行人可以分为三个阶段：第一个阶段是我们这些初学者，完全放不下自己所执着的世间八法，执着自己。第二个阶段是能够放下，有了一定的菩提心，但是不稳固，第三个阶段是内心完全放下，而且菩提心已经稳固。

第一个阶段，我们需要再再的修习出离心菩提心，这时候虽然自己做不到放下，却要认识自己的错误。

第二个阶段，则应该立即放下去往寂静之处出家修行，以稳固自己的出离心和菩提心。

第三个阶段，自己的境界很稳固了，则应该返回世间，度化无量的众生。

但是这不是绝对的，第一个阶段，可以部分学习第二阶段，能够放弃的立刻放弃，比如应酬，比如娱乐等等，也可以部分学习第三阶段，因为我们已经处于众生身边，能够利益众生的时候，则要尽量去利益。现阶段则最大的努力是让生起真实的出离心和无伪的菩提心。

我们应该朝着第二个阶段前进。即使今生没有机会，也应该了知自己的不足，而发愿来世有机会，现在能做到多少，不管第三阶段还是第二阶段，也要尽量去做。

不过，有一个关键点，那就是：我们要认清楚自己所处的阶段。

不要在第一阶段，就完全受持第三阶段的理论和行为：我要度化众生，因此我不需要出离。自己出离心都没有，度化众生是很可笑的。

也不要学习第二阶段：我要修行，要出离心，因此身边的事情完全不管。

更不要以第一阶段自居：我现在做不到，因此我可以放心大胆的有充分理由的去行持一切非法。

不要该生出离心的时候，用第三阶段的方法来逃避。该利益众生的时候，以第二阶段的理论来唐塞，甚至以初学者自居，完全放纵自己。

经常观察自己的心，是否搞混了界限？

帖子来源：[Re: 关于出离心的问题](#)

### **8.1.8. 观修时常出现昏沉或散乱，有什么窍诀可以对治吗？**

问：观修时常出现昏沉或散乱，有什么窍诀可以对治吗？

辅导员 A 答:

按照自宗的传承,打坐不能闭眼,如果过于散乱,可目光向下,如果昏沉,将目光引向上方。观修时也可依此。

帖子来源: [Re: 请教关于观修的两个问题](#)

### **8.1.9. 怎样理解“对我们宁提派而言,要想获得证悟,根本不必费心钻研经典,或者依靠其他苦行”?**

问: 怎么样理解前行第一课中“对我们宁提派而言,要想获得证悟,根本不必费心钻研经典,或者依靠其他苦行,只要将传承上师的加持与自己的祈祷相结合,就可以轻而易举地开悟·”?

Feingray 答:

这里说根本不需要费力钻研经典,是指不需要花多生累劫来钻研一切经典,而不是说学少的可怜的几部根本的论典也不需要。

这里说不需要依靠其他的苦行,是指不需要依靠多生累戒的精进头陀行等苦行,而不是说十几年二十年的每天花几个小时学习佛法也不需要。

这样上师的话根本不相冲突,只是我们总是把自己现在这点少的可怜的闻思和修法看得过重了,认为这已经是钻研经典了,这已经是苦行了,其实如果不依靠上师三宝的强力加持,不依靠无比殊胜的法,仅仅依靠我们现在这样的学习佛法的态度,来世得个人身都无比困难,更何况解脱呢。这一点我们自己观察一下自己不难得出这个结论。

因此,我们现在在闻思修方面过于欠缺了,那怎么办呢,唯一只能依靠依靠上师三宝的加持,时时祈祷上师三宝加持才有机会。

帖子来源:[Re: 前行广释第一节课 P147 的一个困惑](#)

### **8.1.10 在观修的过程中,经常有一些邪见蹦出来,怎么办?**

问: 在观修的过程中,经常有一些邪见蹦出来,怎么办?

辅导员 A 答:

起邪分别不可怕，如丹增活佛在开示中说，**如果以忏悔对治，邪见越来越多的话，则以旁观者的身份看待它。**看它生起，看它降落，看它以怎样的形态令你处于愤怒中，嫉妒中，邪恶中，焦虑中。继续做您的事。一会儿，它就改变了它的形态，变成了另一种。它就是这样，从一种形态到另一种形态，从贪到嗔，从嗔到痴。

了解它无常刹那不住的本性，了解它因缘和合而生的空性，了知它是自心光明觉性的妙力作用，如同大海和大海的波浪。上师仁波切在《闲谈问答录》中说，**只要保持正见，就不会有果报。**

帖子来源：[Re: 烦劳法师了,一堆问题](#)

### **8.1.11. 修上师瑜伽速赐加持之前观皈依境的时候，观想莲师有没有过失？**

问：修上师瑜伽速赐加持之前观皈依境的时候，观想莲师有没有过失？

**Feingray 答：**

怎么会有过失呢？

如果真的有信心，莲师就是上师，上师就是莲师，就好比一个人穿红衣服和穿黄衣服一样，您观红衣服的时候黄衣服是不会有意见的。

如果真的有信心的时候，就应该上师，阿弥陀佛，释迦佛，观音菩萨，莲师随便观哪一个都一样，都是一个，都是上师。

帖子来源：[Re: 关于早晚入坐前观修的对境问题](#)

### **8.1.12. 关于观修的广略问题？**

问：观修是按照讲义和上师的讲解，还是要自己增加和充实一些其他法本上内容？

**热心答：**

这个问题涉及到各人的意乐，有的人可能会喜欢广的，有的人喜欢不广不略，而有的人则喜欢略的。引导文的理解，如果以广说的方式，当然可以很广。但观修的时候，无垢光尊者以窍诀的方式讲述的寥寥数语，看似简单，然而依靠这些文字反复思维，体会，内心会有有一种感受，而生起这种感受才是观修的重点所在。

帖子来源：[Re: 关于观修的问题，光按照讲义和上师的讲解是不够的，还要自己思维然后充实在整理吗？](#)

**辅导员 A 答：**

一方面，观修如果越广、越深，则生起的信解越坚定，坚固；但另一方面，我们可能会停留在一些珍贵资料的文字表面。因为每个人根基意乐不同，个人的感受，初期可以阅读思维这些教言，观修时，可以依靠全知无垢光尊者的寥寥数语。因为所言精简，所以尤为珍贵。如果能反复体会，内心生起一种感受，这就是观修的重点所在。

如果反复观修以后什么感受也没有，这时候就有必要参考其他的论典的内容。但学习之后，回到座上，应当仍然还是围绕引导文来思维。有的师兄觉得半个小时非常漫长，几句话的引导文几秒钟就在脑海里过了一遍，为了让这颗躁动的心有事情可干，于是拿很多资料来看，好把这半个小时填满，虽然整理了很多珍贵的教言，然而思绪一直是在文字上滑过去，仅仅这样当然也不会有多大的收获，更谈不上内心中的一种触动。

帖子来源：[Re: 关于观修的问题，光按照讲义和上师的讲解是不够的，还要自己思维然后充实在整理吗？](#)

### **Feingray 答：**

其实观修的时候并不需要一直在想不同的方面，比如盲龟值扼的比喻，我们观修的时候不需要从盲龟代表什么，木扼代表什么，海代表什么，那本书上是如何说的，另一本书又是如何说的，有哪些疑惑，可以如何遣除。座上理解的时候需要这样，这些是基础，应该在上座之前做好，要做到没有疑惑。

但是座上观修的时候不需要这样。座上观修的时候就是单调而重复的想这个比喻，10秒钟就可以想完一遍。不过没关系，再想一遍，再想一遍，如此不停的想。就这么简单。熟能生巧，这样很快观修的力量就显出来了，法义也就会印到心里。

为什么要每个引导每个引导一步一步的修呢？就好像做体操的时候的分解动作一样，简单而重复，如此方可熟练。

如果座上观一个小时没有重样的，一方面说明您闻思很好，另外一方面说明没有掌握修行的要点。

帖子来源：[Re: 关于观修的问题，光按照讲义和上师的讲解是不够的，还要自己思维然后充实在整理吗？](#)

### **金刚永持答：**

末学在每次观修时内容上都会有一些变化，但并非是自己刻意去改变，而是缘引导文思维时会产生一些感慨，对暇满难得还是会产生一些相似地体验。F师兄说得非常好，法师也开示了每个人的根基意乐不同，关键是对全知无垢光尊者的金刚句产生一种真实、不共的体验，并非仅仅是口头上的！

帖子来源: [Re: 关于观修的问题, 光按照讲义和上师的讲解是不够的, 还要自己思维然后充实在整理吗?](#)

**Feingray 答:**

修法的体验并不是指暂时生起某种感觉, 比如修人身难得的时候, 突然生起了非常害怕的感觉, 这一方面来说, 确实是非常值得随喜的, 也非常重要, 我们需要这样的感觉。另一方面, 其实我们要的不仅仅是这个短暂的感觉, 因为它转瞬即逝, 我们还要“印在心里”, 生起一种坚不可摧的定解。这种定解必须是反复串习而得来的。

真正的体验就是任何时候都不由自主的记得人身难得。这是一种坚固的定解, 也许稀疏平常, 并不是那么强烈的感受, 但是根本不会往反方向想。就好比我们现在对世间八法的执着, 平时不注意根本觉察不出来, 但是力量却非常强大。

由定解可以引发感觉, 但是并不一定有感觉就有坚固的定解。如果我们不反复的在一个点上练习, 想这个方面产生了一个感觉, 马上跑到另一点上, 又产生一个感觉, 又跑到另一问题上去想, 结果呢? 这些感觉都没有串习, 没有固定下来印到心里, 这是很可惜的。

帖子来源: [Re: 关于观修的问题, 光按照讲义和上师的讲解是不够的, 还要自己思维然后充实在整理吗?](#)

**Feingray 答:**

感觉确实很重要, 但是最好是对修法中的要点产生的感觉。这一座中反复的思维一个道理, 感觉就会持续不断的产生。一般刚开始产生了一个感觉, 很快会消失的, 这时候又去想其他的, 寻找新的感觉, 那么前面的感觉就白白浪费了。因此继续不断的反复思维这个道理, 这样感觉会继续产生, 最后才能达到一想这个词句就产生感觉。

我们要注意上师几乎每一个修法中都说“反复观修上述内容”这类的话。

wxpdfr 师兄说的很对, 不能修一个, 忘了上一个, 因此修后面的, 首先应该回忆一下前面所修, 由于前面串习足够, 就可以稍微忆念就很快生起定解, 在这个基础上修下一个法。比如我们这个星期修“如果不好好利用难得人身, 就会像现在看到的这些众生一样沉溺于痛苦的轮回”这一修法, 首先要回忆以前的暇满难得, 再想获得几乎不可能, 然后思维如果不珍惜后果不堪设想, 就会有力量。如果我们修这个修法的时候, 把后面的轮回痛苦、寿命无常也都想一遍, 刚开始应该有点用, 但是半个小时之内每一样都只想了一遍, 谈不上串习, 这样得到的感觉是很难固定下来的。

帖子来源: [Re: 关于观修的问题, 光按照讲义和上师的讲解是不够的, 还要自己思维然后充实在整理吗?](#)



**Feingray 答:**

就这个问题有幸有机会问了慈城罗珠大堪布，堪布说（大概意思）：

“应该按照《大圆满前行引导文》中里的内容来观，修法只是精华部分。应该观想得细。”

帖子来源：[Re: 关于观修的问题，光按照讲义和上师的讲解是不够的，还要自己思维然后充实在整理吗？](#)

### 8·7·73· 如何战胜愚痴的睡眠？

问：如何战胜愚痴的睡眠？

**ly00126 答:**

堪布讲过睡觉的威仪，睡前顶礼、睡的时候发愿、然后吉祥卧、睡醒。（具体见堪布的开示）

“正知想、正念想、光明想、早起想，具足这四种想而入眠，对一个修行人来讲很有必要。”

“.....吉祥卧有四种功德（不同论典的说法也不同）：**第一，身体不放松，不会因散乱而产生不如法的念头和行为。第二，不失正念，狮子是百兽之王，睡眠中不会失去正念，我们依此卧式而睡，也不会忘失修持善法的正念。第三，不会入于酣睡、深度昏沉，而能时刻保持警觉的状态。第四，不起恶梦，经常做吉祥之梦。**释迦牟尼佛能彻知一切万法，他涅槃时在所有行为中选择这种姿势，必定对后学者有极大的利益。

在入睡之前，还有四点需要注意：**一是要具足正念而睡，从开始睡觉一直到睡着之前，始终要处于意念善法当中。以前我在读小学时，住在一个老喇嘛家，我们每天吃完晚饭以后，他就盖上法衣，把灯吹了，一直念“嗡玛呢吧美吽，嗡玛呢吧美吽.....”，逐渐逐渐睡着了，声音就没有了。早上醒来时，他的声音先是特别浊，嗡嗡听不清楚，后来慢慢地——“嗡班匝萨埵吽。嗡班匝萨多萨玛雅，玛呢巴拉雅，班匝萨多迪诺巴，迪叉哲卓美巴瓦.....”开始念百字明，一直念到吃早饭之前，这种传统从来没有间断过。这些孩童时代的教育，对我一生的影响都很大，尽管自己没有那么精进，但始终都觉得这个很需要、这个很重要，经常在藏族汉族的很多法师面前提倡，发动大家念《随念三宝经》、百字明。然而，自己有时候能力有限，有时候烦恼很重，不能如理如实地行持，所以我非常佩服那些老修行人。**

**二是要在正知中入眠，尽量不产生一些烦恼。**

**三是光明想。**临睡之前，观想释迦牟尼佛或阿弥陀佛等佛菩萨，发光照亮自己的周围，在这样的境界中入睡。《上师心滴》有阿弥陀佛的专门修法，依靠这种修持，临终时阿弥陀佛会亲自来迎接。即使我们不能做到这样，作为一个修行人，晚上在佛像前磕三个头，这一点最好不要忘，平时出门也应带着佛像或唐卡，这就是我们跟非修行人的

不同之处。同时，还应该每天观想一下佛陀，否则自己的行为不一定非常如法。即使你不会背诵、不会修法，但在面前放上释迦牟尼佛、阿弥陀佛或上师如意宝的像，然后看一看观一观，好好地忏悔、好好地念经，这也是一种修行。这种修行谁都会做，若能这样长期串习，自己就会变成一个很好的修行人。

**四是早起想。**我们睡觉前不要想：“明天是星期天，睡到下午三点也没关系。”如果真的这样想，很有可能一直睡下去了。假如在临睡前想“明天应该早一点起来”，心的力量不可思议，一定可以早起的。

以上讲了正知想、正念想、光明想、早起想，具足这四种想而入眠，对一个修行人来讲很有必要。

另外，堪布根 霍仁波切在讲义中，将华智仁波切与麦彭仁波切的教言归纳为一种窍诀，即把一天的生活当作一生来观修。也就是早上观想自己刚刚得人身，是孩童时代；中午观想自己为壮年人；下午观想为老年人；晚上观想开始生病，接近死亡；入睡时观为离开人世；做梦观为中阴阶段；第二天早上醒来时，观想为下一世。

为什么要这样想呢？因为这样观修，无常之心即能生起。假如一天相当于一生，那看你一生中修了菩提心没有，如果早上的孩童时代、中午的壮年时代、下午的老年时代，都没有修菩提心，那一辈子的就浪费了，临死之前根本没有把握。所以，这种观想非常有必要。

如果在清静的善念中入眠，生活也会很快乐。……”

如此，你必定能早起且不困，这个我试过，只要你睡前发愿，必定能轻松早起。

想想那些大侠，枕戈待旦，把刀放在头枕下，稍有风吹草动，“噌”的就跃起一丈，睡觉都充满弹性。

帖子来源：[Re: 如何战胜愚痴的睡眠](#)

**辅导员 A 答：**

至尊上师仁波切《闲谈问答录》：

**问：**如果在念佛持咒时，出现昏沉、散乱怎么办？

**辅导员 A 答：**出现昏沉的话，不要坐在屋子里，而应该到外面散一散步，稍微清醒以后再回来观想。如果心向外散乱，则应稍微放松一下。有条件的话，最好在寂静的地方，心专注地念诵和观想，这样效果会好一些，加持力也会更大。

**辅导员 A 答：**

正常睡觉的时间需要有所控制，如果像世间人那样八小时，则已经有点太长了。上师仁波切曾经提及，我们普通人不能像那些修行者一样，也很难像戒律中所规定的，唯有中夜睡眠，初夜和后夜都用来行持善法，但睡六个小时左右，应该是可以了。



我们很难意识到昏沉是魔业，但其实仔细观察就可了知，无论我们是否睡够，只要行持善法，就会出现昏沉或掉举等情况。前不久，上师仁波切在讲解《般若摄颂》中所说的各种魔业时说：

《华严经》中云：“觉诸魔事，悉能远离，佛所摄持。”意思是，若已经觉察到了魔所作的魔业，而且远离它，（想到：这是魔作的，我要远离它，）若能远离便是佛摄持。

比如，在听闻般若时，昏沉、掉举是魔的事业，你通过智慧了知后，当昏沉、掉举出现时：马上认识这是魔的事业，这时魔就马上变成佛来摄持自己，这是非常重要的。

帖子来源：[Re: 如何战胜愚痴的睡眠](#)

### **8.1.14. 请问打坐怎样从痛苦 5 分钟到快乐 2 小时?**

问：请问打坐怎样从痛苦 5 分钟到快乐 2 小时？

辅导员 A 答：

末学曾遇到一位比丘尼，她年轻时师从禅宗，练习打坐时，一天坐十个小时，双趺跏趺坐后，两膝处加砖，砖上放脸盆，脸盆里放满水，不许起来，这样练出来的。

帖子来源：[Re: 第二座山:打坐.请问怎样从痛苦 5 分钟到快乐 2 小时?](#)

辅导员 A 答：

“（加行）修完以后，上等修行者即能够成就四禅定；中等修行者可修成初禅；下等修行者也能达到欲心一境。”

末学理解，阿琼仁波切这里所分的上等中等下等是对某一类修行人而言，换一句话，是针对善根福德深厚的修行人，不是对所有的学佛者来说，否则，法王如意宝就不会说：“现在这样的五浊恶世，不要说四禅，达到欲界欲心一境境界的人也是寥若晨星。”

《喜马拉雅山大成就者的故事》中竺琼巴尊者留下一偈，广为流传，其中四句是：

**“莫要渴求速成，满足内心宁静。坚信佛法真理，终身修行不渝。”**

如果我们希求下等修行者的成就，害怕连下等修行者也达不到，此时，我们已落入“得失的幻相”，有了“希求和恐惧”，失去了内心的宁静，远离了诸法的实相。

我们是否会因为我们的希求而达到目标？很难。但会因为我们的终身修行而接近目标。放下对果法的希求和对希望不能实现的畏惧，只是行持，不问结果，保持心的宁静——它是一种洞察诸法实相的智慧。

帖子来源: [Re: 第二座山:打坐.请问怎样从痛苦 5 分钟到快乐 2 小时?](#)

**Feingray 答:**

大恩上师仁波切在《开启修心的门扉》中说:

所以我们没有出离心和菩提心摄持,即使怎么样精进闻思修行,闻思修行的目的就是眼前今世的利益,所做的不管是什么样的善根,转坛城也好、转经轮也好,或者经常在上师面前打坐也好、双盘也好、单盘也好,都无意义。

我有时候特别讨厌有些人的说法,一问就是手印怎么打,盘脚怎么打,也许是我自己打不来盘脚的原因,我特别生气。为什么呢?这不是学法中很重要的,有关经典里对菩提心和出离心的重要性宣讲得很多,我们作为修行人如果没有被出离心和菩提心所摄持,对来世的生死解脱是有障碍的。

帖子来源: [Re: 第二座山:打坐.请问怎样从痛苦 5 分钟到快乐 2 小时?](#)

**金刚永持答:**

到大家对打坐、修禅定非常感兴趣,末学也来说两句。

上师仁波切的开示针对的是具有一定境界者而言。作为初学者,最初的关要应该是从多方面了知诸法的体相,如对:业因果、四谛、三宝等等从不同的侧面反复听闻、思维,由思维产生定解之后在修行比较好。如果一开始仅仅稍稍了知一点,而没有仔细思维,修行之时绝对是有各种妄念纷飞,疑惑也会不断产生,究竟入哪一种禅定也不好说(入散乱定可能比较多)。

再说,一直耽著于是双盘还是单盘、是坐两个小时还是几十分钟,修行是不是误入歧途了?修行之要,乃为调心,非为练腿!解脱依靠的是智慧,而不是打坐。如果仅仅依靠打坐,那许许多多的外道仙人们早就已经解脱了!

真正的禅定如果没有胜观智慧作为前导,是不可能现前。因此,作为象末学这样的初学者,最初通过闻思遣除疑惑、引生定解非常重要,再结合加行的实修,可以说非常理想。实际上,上师仁波切安排的观修内容可以说也是修持禅定的一种方便,我们一般都会认为修行是双腿跏趺坐、眼睛闭起来、心里没有任何作意,而思维各种法义、观修各种法义是一种歧途,那只是没有如理闻思产生的一种错误认识而已。虽然在真正的入定智慧面前远离任何作意,那是已经现见法性后在无分别智慧面前自然现前的一种境界。作为凡夫人,很多时候会将自己分别心所了知的一些名词想当然的认为就是如此,一直压制自己如理作意各种法义,执著什么都不想。这样修的好会转生到无色界去安住几大劫,但那也是浪费时间而已,在引业穷尽以后还是会堕落;另外修得不好就是到畜牲道。对此如理思维以后,我们就会了知,一开始依止善知识的教言是多么重要,走捷径是一种多么愚痴的想法!现在具有殊胜的因缘而不善用,反而把暇满人身白白空耗多么不值得!

帖子来源: [Re: 第二座山:打坐.请问怎样从痛苦 5 分钟到快乐 2 小时?](#)

**辅导员 A 答:**

打坐是很重要，禅定度是般若度的因。但是如果没有出离心，则不会有菩提心，慈城罗珠堪布说：“如果连菩提心都不具足，就没有修大圆满的根基和缘分……”上师仁波切所传的《六中阴》中有禅定的修法，但是，上师仁波切和慈城罗珠堪布都再再说，在没有打好出离心和菩提心的基础前，不要去修大法。

上师仁波切在传讲《大圆满心性休息大车疏》时，引用一位黄教大德的话说：修大手印不难，修暇满难得、寿命无常这些法很难。

出离心和菩提心的修法可以含摄在《大圆满前行》中。

如果没有打好出离心和菩提心的基础，有什么过患？即使具有某种超凡入圣的定境，有一天，我们会变成一个外道，一个非修行人，一个失毁清净戒律的趋向三途恶道的人，离我们所幻想和期望的止观双运的境界相隔万重山。

帖子来源：[Re: 第二座山:打坐.请问怎样从痛苦 5 分钟到快乐 2 小时?](#)

**Feingray 答:**

奇怪，为什么大家对大恩上师亲口说“我打不来盘腿”的事情那么感兴趣呢？

既然大恩上师都不打，而且还听着就“来气”，我们这些弟子居然毫不理会？

上师的话至少说明我们的传承这个东西根本不是关键，我们怕什么？

千万不要把不同传承的修法混到一起。

帖子来源：[Re: 第二座山:打坐.请问怎样从痛苦 5 分钟到快乐 2 小时?](#)

**金刚永持答:**

在修持的过程中，能够金刚跏趺座是非常好的，但是看看有的人将修行误认为仅仅是练腿，那就舍本逐末了。如果思维法义产生定解后心安定而一缘专注，打坐的时间会自然延长，并且金刚跏趺座也不会那么难以达到的。但如前面有的师兄所言，一开始就强迫自己坐两个小时的双盘，没有出毛病还算比较幸运了。本来坐姿对修行具有很大的促进作用，这一点谁也不会否认，只是如果忘记了调心乃为要门，过多去注重金刚跏趺座，修行能否真正趣入，可以问问一些到学院前能够夜不倒单的法师，他们后来听了大恩上师益西彭措堪布仁波切讲《辨法法性论》时是如何认识自己以前的修行的，似乎对大家也有助益。

帖子来源：[Re: 第二座山:打坐.请问怎样从痛苦 5 分钟到快乐 2 小时?](#)

## 8·1·15· “未领会而持”和“颠倒而持”的区别？

问：“未领会而持”和“颠倒而持”的区别？

辅导员 A 答：

未领受而持：

主要是未领会了义不了义，佛之所说，有秘密意趣，把佛尊曾说仅持诵无垢月光 如来之名号便可获得佛果或把因果、万法唯心执为了义，都属于未领会而持。

上师仁波切在《前行广释-五不持-未领会而持》中说：“明白了义和不了义、秘密和意趣之后，就会知道佛陀在经典中说，念某个佛号功德多大，念某个咒语功德多殊胜，其实都是有密意的。”

又说：“对佛教有所认识，应当全面、完整、系统地学习，否则，断章取义地把一段内容作为最究竟，就会出现很多看似矛盾的说法。”

颠倒而持：

“就是指错误受持意义，认为求了密法 以后就可以肆无忌惮喝酒、行淫、双运、降伏。如果没有懂得这一道理，没有了悟隐含的秘密，随意乱行隐蔽的密宗法，胡作非为，那只会成为恶魔、热札一类的众生，而别无出路。”《前行备忘录》

《开显解脱道略释》解释“颠倒而持”云：“意义上下错乱，把内外道自他宗的观点颠倒而持，该取的不取，该舍的不舍；颠倒而取，经常充满邪分别念而毁坏自相续，领会的意义与佛法本义相违，且易造成谤法，成为佛法的败类及自堕之因。”

上师仁波切《前行广释》解释“颠倒而持”云：“佛法的教义原本正确无谬、清净无染，可有些人因智慧不够、闻思不够，把佛法错解而颠倒受持。譬如，禅宗和中观都讲万法皆空，他误以为空性是什么也没有，就开始毁谤因果，排斥祈祷三宝，什么善法都不做，最后邪分别念滋生蔓延，自相续因此而毁坏，甚至由此而成为佛法的败类。”

“未领会而持”只是把方便当究竟，或者把究竟当方便，不会起邪见，毁坏自相续而成为败类。“颠倒而持”却会。

帖子来源: [Re: “未领会而持”和“颠倒而持”的区别?](#)

### **8.1.16. 请教《备忘录》“一开始务必做到不能破坏师徒之间的缘起。”?**

问: 请教《备忘录》里“广大方便秘密真言之发心: .....一开始务必做到不能破坏师徒之间的缘起。”?

**Feingray 答:**

是指不能将上师看做凡夫人, 还有不能将地点看做不清净地方, 将眷属看做烦恼众生等等。

帖子来源: [Re: 《备忘录》里的一句话](#)

### **8.1.17. 观修的时候怎么样可以避免睡着?**

问: 请问观修的时候怎样可以避免睡着?

**辅导员 A 答:**

修法时任何违缘障碍都是我们业障的显现, 磕大头, 忏悔, 念诵莲师心咒, 念莲师七句都是遣除违缘障碍的方法。

另外, 修法时, 眼不能闭, 如果感觉昏沉, 视线可以太高一点。或放一块冰在身边, 瞌睡时, 以冰涂脸。上师仁波切曾经讲过学院一位堪布晚上打坐, 为了对治昏沉, 在自己背后钉了一些长钉, 背靠到上面就会被刺醒。昏沉是非常常见的障碍, 尽量用种种方法来对治昏沉。

如果您不以座上的方式观修, 而以站着或坐着的方式, 您会面临另一个违缘: 散乱。注意力很难集中在法义上。

帖子来源: [Re: 请问观修的时候一定要打坐吗? 谢谢!](#)

### **8.1.18. 请问自宗的基道果是如何安立的?**

问: 请问自宗的基道果是如何安立的?

**辅导员 A 答:**

自宗的基道果: 基为大圆满本基, 明空双运的实相; 道是部分安住在大圆满 (佛的境界) 的境界中; 果是全部安住在大圆满 (佛的境界) 的境界中。

帖子来源：[Re: 请问辅导员老师问题之一](#)

### **8-1-19· 现在闻思《般若摄颂》和修加行，两个一起行吗？能先放下闻思单修加行吗？**

问：现在闻思《般若摄颂》和修加行，两个一起行吗？能先放下闻思单修加行吗？

辅导员 ▲ 答

很多焦虑都来源于想通过歼灭战解决问题。比如，把修加行当作一个不得不跨越的坎，否则，不能进入正行之故。而不了知修行的规律。

如果不闻思，单修加行，加行是可以较快的完成，因为对那些主攻加行的人，恐怕是不能接受六年中完成加行的想法。他们急于完成加行，完成以后做什么？如何修正行？如果没有闻思的基础？那个已经完成的加行，它是用什么样的思想和认识去做的？修行不是修某个动作，修某句话，是修心。

我们匆忙完成了一个加行，心还是原样，这样，我们究竟欺骗的是谁？

如果是边闻思边修行，我们可能会很累，闻思也困难，修行也困难。但是，除了时间非常紧促之外，我们还有一个内心的问题：内心没有看见头，我们希望看见头。

因为一旦闻思，我们会发现我们不可能通过短期的闻思了达大乘二谛的真理，我们希望绕过这个弯，直接进入修行。我们也找到了很多理由，包括有些上师的开示。这就是快快修。

但是，对大多数人而言，他快快进入正行后，发现很困难，没有办法修。而他又没有对世间的真实的出离、三宝的强烈的信心、对因果和大乘二谛精华的正见，所以，很容易失去信心，沉溺于世间。

而发现正行并不困难，有很多境界，似乎自己已经成就在望的人则容易趋入歧途，破说上人法根本戒，乃至诽谤高僧大德，毁坏佛法，来世堕入恶趣。

如果没有闻思、我们的修行只是徒有其形，没有修行，我们的闻思无法融入相续。所以如上师仁波切第二学期信中所说“闻思修行、切勿偏堕”。

但是，如果我们福报不够，业障深重，无论具德上师怎样说，都不会听进去。

实际上，头是没有的，应该把心放下，不与人攀比，用这一生踏踏实实去做，只要不偏离正道，相续的改善通过多年闻思和修行，就能见到。



帖子来源: [Re: 如何正确理解上师的这句话“慢慢修快快成就, 如果快快修就会快快倒下去”?](#)

### **8.1.20. 边闻思边修行, 闻思也困难, 修行也困难, 时间非常紧促怎么办?**

问: 边闻思边修行, 闻思也困难, 修行也困难, 时间非常紧促怎么办?

辅导员 A 答

我们可能会期望一个悠闲、舒适的空闲时间, 和家人、友人相处、聊天喝茶或什么也不做。对抓着每一分钟做事的局面不能长期堪忍。

这也是一种世间的习气, 也是我们对身处的环境所作的妥协。

其实, 如果我们的人生一分钟也不浪费, 都在闻思修及发心上, 这是我们这个生命的真正价值所在。这也是我们福报的体现。

但能够意识到这一点, 并长期坚持去做不一定容易。但我们要这样想: 现在我恶业还没有现前, 我的身体、我的思想都还能正常运作, 我还有精力有能力有意乐去做之前, 我要坚持, 我愿意坚持到不能坚持的那一时刻。

诸法莫测, 因缘而起, 我们往昔世和今世所造的恶业是如是多, 我们很难说自己何时倒下, 何时失去眼前的闻思修和发心的机会。但是, 就是躺下, 只要能爬起来, 还是会去做。

愿这一生的每一分钟都被充满。我们到中阴时, 会深切地明白所有其他都没有意义。

帖子来源: [Re: 如何正确理解上师的这句话“慢慢修快快成就, 如果快快修就会快快倒下去”?](#)

### **8.1.21. 修百字明可否代替四外加行的观修?**

问: 修百字明可否代替四外加行的观修?

辅导员 A 答

不可。上师仁波切按照法王如意宝的传统, 开许, 如果有特殊情况, 可以用 200 万金刚萨埵心咒代替五加行中十万个大头或其他的加行, 但没有开许用任何咒语 替代共同前行的观修, 如果不修共同前行, 出离心不会生起, 这样, 不共前行中的发心部分的菩提心也失去了基础, 我们的五加行的修行基本可以说是失败了。

帖子来源: [Re: 业障重观修不得力能否先修百字明忏悔?](#)



### **8.1.22. 请教莲师对赤松德赞一段话的理解。**

问：如何理解“君王，我的密乘见解极其重要，行为不能偏堕于见解方面，否则善空恶空黑法密布，将成为魔见。同样，见解也不能偏堕于行为方面，否则将被实有和有相所束缚而无有解脱的机会。”？

辅导员 A 答

《定解宝灯论讲记》云：“见解达到最高时，行为可以随顺行持，这时以五肉作会供确实有功德，不然本来没有得到无上境界，却做一些无上的行为，恐怕很难获得真正的悉地。”

这里的见解达到最高，非指我等闻思之见解，乃修慧所产生。如同只有登地菩萨方可作降伏，因为完全以大悲摄持，具有超度彼识的能力。

楼主所引莲师所说的二句，可以对应上师在《定解宝灯论讲记》所说：

“现在有些人只有胜义量的智慧，自认为空性的境界高人一筹，但名言中，对因果的取舍以及对佛陀的信心如何增上等一窍不懂；还有些人在名言方面特别注重，深信因果，而对有关空性的教言却避之若浼。这样的修行已经将胜义与世俗完全脱离，最终决定不会成功的。”

帖子来源：[Re: 请教莲师语录的理解](#)

### **8.1.23. 我们该如何依止上师，该如何让大恩上师的法义融入相续？**

问：我们该如何依止上师，该如何让大恩上师的法义融入相续？

辅导员 A 答

末学是在第一次实修菩提心时感受到了上师仁波切的法通过末学的观修融入到了末学的心中。虽然只是非常微薄的一点点。

要让上师法义融入于心需要实修上师所传的法，比如，观修上师所讲的寿命无常、轮回痛苦等共同加行、按照上师仁波切所传的《修学七要》的世俗菩提心的引导文观修菩提心，按照上师仁波切所传的中观论典观修空性……

当大恩上师所殷切希望我们相续中具有的法，一点一滴流入我们的心，不仅了解它的文字的意义，更重要的是成为我们的相续。此时，我们对上师仁波切的感恩之心会越来越深入骨髓……

帖子来源：[Re: 一点感慨](#)

### **8.1.24.默念对传承会有影响吗？**

问：默念对传承会有影响吗？

辅导员 A 答

限于环境等因素，默念是可以的。的确，这和传承没有关系，传承是您从传承上师那边听闻法音而获得的。

如果环境允许，有时，也可以出声念。

帖子来源：[Re:默念对传承会有影响吗？](#)

### **8.1.25. 我又怕守不了密乘戒会下金刚地狱，又舍不得不学密法，怎么办？**

问：我又怕守不了密乘戒会下金刚地狱，又舍不得不学密法，内心崩溃，非常痛苦，怎么办？

辅导员 A 答

多少的痛苦，都是我们的心遍计的，但我们执着它真实，为它丧命，不仅是这一世的生命，包括我们的智慧生命。

我们因往昔造作的恶业，今生倍感身心的痛苦，如同一叶障目，不见泰山。我们要了解到，所有的痛苦都是我们往昔恶业所致，一定要致力于忏悔业障，积累资粮。

积累资粮很不容易，要倾尽全力。资粮包括智慧资粮，今生遇到般若法门，一定要听闻，思维，如果有能力，要修行。即使我们踏入佛道，任何痛苦都来源于我们的执着。即使我们今生不能证悟，但通过多世串习般若，虚妄的痛苦能减轻，会更有能力投入到集资净障的善行中。

帖子来源：[Re: 我不知道怎么做决定](#)

### **8.1.26. 怎样是安住修？**

问：怎样是安住修？

辅导员 A 答

慈城罗珠堪布在一次开示“法无我”修法时，说：

(通过这样的以理证观察修后),“闭着眼睛深深思维,这样深深体会到的时候,心就专注在这样的空性的境界中,这叫做观修空性,初学者来说,这是非常重要的。没有观修(观察修),一直都是静坐(安住修)的话,也可能我们可以心里不起任何杂念,可以保持很久,但动物也可以很长时间冬眠,这个没有什么功德,心里没有正知正见,只是不起念头而已,不起念头是没有什么意义的。”

一位道友总结安住修菩提心说:“通过思维,找到菩提心的感觉的时候,就立马专注在这个感觉上,专注一会儿”。

帖子来源: [Re: 请问: 怎样是安住修?](#)

## 8.2 五加行

### I. 顶礼和上师瑜伽合修相关

1. 修顶礼和上师瑜伽前,需不需要灌顶?
2. 磕头的时候,祈祷文需要念出声音来吗?需要观想祈祷文的意思吗?
3. 磕头快了,会不会观想就跟不上了呢?
4. 请问磕头的时间段和磕头的速度?
5. “磕头和上师瑜伽一起修”具体是怎么修呢?
6. 请问腰椎间盘突出患者磕大头的问题?
7. 请教关于祈祷礼拜对境的问题?
8. 请问顶礼咒(三遍)可否放在正式顶礼前念呢?
9. 修上师瑜伽顶礼时如何观想才如理如法?
10. 修上师瑜伽是要观想传本法的上师,还是观想自己的根本上师?何为根本上师?

### II. 其他

11. 五加行都是哪五加行?
12. 修持时观想众生在自己的周围和我一起修,这样有何利益?
13. 身体不好,可不可以先调理身体,暂时不磕头,以后再专修磕头?
14. 大礼拜时,双脚要并拢吗?
15. 为什么修上师瑜伽时上师的面相不能改变?
16. 请问上师相应法中观想对境的本体和外相问题?

### III. 上师瑜伽•祈祷莲师

**17. 请问什么是道灌顶？**

**18. 依《开显解脱道》修上师瑜伽,为何要自观为金刚瑜伽母？**

**19. 观上师的时候是形象为莲师，本面是上师，还是形象为莲师，本面为上师？**

**20. 为什么要叫上师瑜伽呢？怎样理解“上师瑜伽”这个词呢？**

**21. 《开显解脱道》上师瑜伽的第二段“后行修四灌者”应如何观想？**

**22. 当下座平时在散乱下持咒时,具体的观想为何？**

**23. 上座与下座在持咒时,是否都把自己观成金刚瑜伽母？**

**24. 当在持咒中,念诵现起时,如何对治？**

## VI. 百字明

**25. 五加行座上观修百字明的同时如何计数？**

### **8-2-1. 修顶礼和上师瑜伽前，需不需要灌顶？**

问: 弟子是刚参加菩提班，现在马上要学“大圆满前行”了，请问修顶礼和上师瑜伽前，需不需要灌顶？

辅导员 A 答:

上师仁波切在几年前讲解《大圆满前行》时，曾说，五加行中的不共前行，从金刚萨埵忏悔法门往后，最好是受过灌顶以后修行。

鉴于学员获得灌顶的条件不一定具足，所以，上师仁波切从过去以来，从未要求修五加行需要获得灌顶后才修。只要求获得五加行的传承，而后，可以起修。

帖子来源: [请问修顶礼和上师瑜伽前，需不需要灌顶？](#)

### **8-2-2. 磕头的时候，祈祷文需要念出声音来吗？需要观想祈祷文的意思吗？**

问: 磕头的时候，祈祷文需要念出声音来吗？需要观想祈祷文的意思吗？

辅导员 A 答:

1、个人理解，可以念出声，也可以默念。上师仁波切带弟子礼拜时，放祈祷文的录音，末学听身边道友有念出声，也有默念的。

2、可以有时观想祈祷文的意义，有时观想法王如意宝的形象。会有心口不一的情况发生，因为我们的分别念一刹那或者缘意义，或者缘形象，不可能同时缘两个对境。

帖子来源：[请教辅导员，各位师兄，还有一些关于叩头的疑问](#)

### **8·2·3· 磕头快了,会不会观想就跟不上了呢?**

问：我想请教磕大头有经验的法师如何能磕快一点？另外观想、念诵也是问题，磕快之后观想往往跟不上。

**Feingray 答：**

个人感觉，观想的越清楚，内心对上师三宝的感恩心越大的时候，速度会越快。

刚开始速度快确实会不适应，过几天就好了，就好像刚开始磕头不适应一样。

另外不必要刻意去管速度的问题。这些不重要。

帖子来源：[请教大礼拜的速度问题](#)

**辅导员 A 答：**

至于观想，如金刚萨埵法门，也只是要求次第观想金刚萨埵的面容，珠饰，手的姿势、甘露灌顶等，因为凡夫一刹那只能产生一个分别念。大礼拜也同样如此，仪轨中所要求的观想内容也只能次第进行，比如，思维语顶礼中念诵的祈祷文的意义时，则无法观想法王如意宝的形象。

上师仁波切曾说：观想困难是因为我们业力重。

赞同 Feingray 的观点，不要追求速度。在刚开始礼拜时，养成次第观想的习惯。

帖子来源：[请教大礼拜的速度问题](#)

问：我觉得要不观想的话磕的就快，我加上观想速度就慢，我是每项礼 7 次就同时观想 7 次，是不是开始的时候观想 7 次就可以了，后面就不需观想了？

**Feingray 答：**

顶礼的时候观想法王的身相。并真实的相信上师就如自己观想的那样在自己面前，以恭敬心祈祷上师对自他一切众生加持而向其顶礼。

这个观想应该和时间没有关系。

帖子来源：[磕头与时间](#)

#### **8.2.4. 请问磕头的时间段和磕头的速度？**

问：大礼拜的劳累以及出汗程度在一定程度上和不同的时间段有关吗？

辅导员 A 答：

每个人的情况可能不尽相同，您可以根据自己的情况，调整修持顶礼的时间。如果磕头数较多，容易劳累，可以分开磕。一般来说，最主要要对治的是内心的劳累和疲厌。

帖子来源：[磕头和时间](#)

问：今天我看上师在 uc 开示时说，10 分钟磕 150 个小头。我想请教磕大头有经验的法师如何能磕快一点？

辅导员 A 答：

磕得快的人，十分钟可以磕 100 个小头，这和年龄，身体，当天的状态有关，不一定每天都能保持，不必强求。

帖子来源：[请教大礼拜的速度问题](#)

问：我是跟着上师念诵的四句偈的节奏，顶礼一次念完四句，150 个需要 45 分钟，这样好吗？

Feingray 答：

这样磕得太慢了。太慢了也不一定好。容易走神。

帖子来源：[磕头和时间](#)

#### **8.2.5. “磕头和上师瑜伽一起修”具体是怎么修呢？**

问：请问“磕头和上师瑜伽一起修”具体是怎么修呀？

辅导员 A 答：

为了方便学会学员提早修大礼拜，上师曾在菩提讲堂传了《开显解脱道》的传承，简单地介绍了大礼拜与皈依合修及大礼拜和七支供合修两种修行大礼拜的方法。学院道友从九月起，提早进入大礼拜与皈依合修的实修中，但是，上周，大恩上师经过仔细观察，决定：大礼拜与皈依合修改成和上师瑜伽合修。

此修法非为《大圆满前行》中的顶礼支与七支供合修，而是修“上师瑜伽速赐加持”（见《喇荣课诵集》）

具体修法：

每天颂《开显解脱道》一遍。

修顶礼支时，有时间道友可颂《喇荣课诵集》中莲师祈祷文，普获悉地祈祷文，供养仪轨，普贤行愿品（七支供），发心仪轨，现有自在摄受祈祷文-大加持云，而后，颂“上师瑜伽速赐加持”，读到“祈祷者”，读三遍后，开始顶礼，一边顶礼，观想法王如意宝晋美彭措，一边颂：

藏音：涅庆日俄再爱香克思，

汉意：自大圣境五台山，

加华头吉新拉意拉闷，

文殊加持入心者，

晋美彭措夏拉所瓦得，

祈祷晋美彭措足，

共机多巴破瓦新吉罗。

证悟意传求加持。

礼拜结束后，再念诵三遍上偈，而后，完成仪轨的其余部分，并回向。对大恩上师具信者，可依教奉行。

帖子来源：[大礼拜与上师瑜伽速赐加持”合修](#)

### **8·2·6· 请问腰椎间盘突出患者磕大头的问题？**

**问：**医生说：腰椎间盘突出弯腰磕头会加剧病情，但是 10 万个大头的任务摆在面前，请问如何解决这一矛盾？

**辅导员 A 答：**

如果身体无法支撑，或者心里担忧较重，可以 200 万金刚萨埵心咒代替。这是上师仁波切按照法王如意宝过去的惯例对无法修加行的人做的开许。一般大礼拜可用 200 万金刚萨



唾心咒代替，其他加行可以修持。如果其他加行也很困难，则可以以 1000 万金刚萨埵替代五加行。

帖子来源：[腰椎间盘 突出 磕大头的问题](#)

### **8.2.7. 请教关于祈祷礼拜对境的问题？**

问：我磕头是结合上师瑜伽速赐加持，观想前面祈祷对境是：本体是文殊菩萨的法王；祈祷礼拜者是：我身化现无数身和每身前的冤家债主、旁的父母、周围的六道众生。一位师兄问我：法王周围的佛菩萨是怎么样的位置？

辅导员 A 答：

《上师瑜伽速赐加持》中说：“有些人根据《金刚帐续》的观点说，不能观为上师的形象，必须要观佛陀或本尊的形象。但无垢光尊者在《大圆满虚幻休息》中反驳道：‘这是不合理的。因为这是修上师瑜伽，而不是修本尊瑜伽。经续中并没有说依靠本尊六个月就能成就，而唯有修持上师瑜伽，才能获得这种悉地。’所以，一定要观上师的形象。”

至于法王周围的菩萨，根据上师仁波切所传的“上师瑜伽速赐加持”的讲解，没有要求观想周围的佛菩萨，所以，不必添加。

按照“上师瑜伽速赐加持”，也没有要求观自身化无数身和每身前的冤家债主，但因为是和大礼拜合修，也可观自身化无数身。但不太容易观修。因为还要观法王的形象，作意祈祷法王如意宝。但如果您希望这样观想，也是可以的。

帖子来源：[关于祈祷礼拜对境的问题](#)

### **8.2.8. 请问顶礼咒（三遍）可否放在正式顶礼前念呢？**

问：请问顶礼咒（三遍）可否放在正式顶礼前念呢？

辅导员 A 答：

按照我们一般人的想法，似乎应该放在顶礼前念。本来仪轨中没有顶礼咒，后来，上师仁波切带领四众弟子共修礼拜时，提出在大礼拜后念诵顶礼咒。如果顶礼咒放在顶礼后念诵不能起到使其功德增长的作用，上师仁波切一定会要求放在顶礼之前念诵的。

帖子来源：[法师，请问顶礼咒（三遍）可否放在正式顶礼前念呢？](#)



滚桥色拉香擦落：是顶礼三宝，不在顶礼咒中。此咒又叫增倍咒，见《藏传净土法》，也叫“变亿咒”。

顶礼咒：纳么玛则西日耶，纳么色西日耶，纳么厄达玛西日耶梭哈。

帖子来源：[法师，请问顶礼咒（三遍）可否放在正式顶礼前念呢？](#)

### **8.2.9. 修上师瑜伽顶礼时如何观想才如理如法？**

问：在磕头的时候，我觉得自己根本没有办法观想那么多的内容，不知应该如何思维才如理如法？

**Feingary 答：**

尽量观想就可以了。目前阶段最重要的是上师要求的把法王如意宝观想清楚，并坚信法王确实在自己面前接受顶礼祈祷。

帖子来源：[Re: 修学问题](#)

### **8.2.10. 修上师瑜伽是要观想传本法的上师，还是观想自己的根本上师？何为根本上师？**

问：在修非根本上师传的法，里面必需观想的根本上师（好比上师瑜伽）是要观想传本法的上师，还是观想自己的根本上师？

**辅导员 A 答：**

无论何种传承，观想的均非是传本法的上师，也非两位，应是一位，即自己的根本上师。

但如果对根本上师不确定，可以观想目前最有信心的那位上师，或观想莲花生大士为自己的根本上师，所有的恩德上师均与其一体。

对学会学员来说，应尽量按照上师仁波切的要求，按《开显解脱道》的传承，在修持上师瑜伽速赐加持时，观想自己的所有恩德上师与法王如意宝无二无别而修持大礼拜。

帖子来源：[Re: 观想上师的问题](#)

问：请问根本上师的含义是什么？

**辅导员 A 答：**

就根本上师的根本定义而言，只有一个：

至尊大恩上师索达吉堪布仁波切在讲解《大圆满心性休息大车疏》“依止善知识”品中，曾引用不动金刚噶玛巴的话说：通过他的教言，书本，相续中真正生起无伪的菩提心、等净无二的胜义谛的空性智慧。这个人，你虽然没见过，可以把他当作自己的根本上师。

根松成林嘉才活佛于泉州开示中说：“根本上师就是能令你证悟空性的上师。”

卡特仁波切说：“在成佛之前，我们百分之百地可以亲近许多位师父，但都并不称作根本上师，将来真正令你开悟成佛的那位师父，才是所谓的根本上师，而这就像人的一生只有一位父亲一样。”

因为让我们证悟心性的上师只有唯一的一位，从这个角度，我们的根本上师只有一个。有很多人寻找自己的根本上师，事实上，在我们未证悟心的本性之前，我们没有真正意义上的根本上师。

按藏传佛教正规的说法：根本上师是从直接摄受你的三恩上师中产生。指已经给自己赐予灌顶、讲解续部或传授窍诀的上师，称为自己的三恩上师，也叫根本上师。三恩上师也是可能令我们直接或间接证悟空性的上师。

帖子来源：[Re: 如何观想上师，大恩根本上师不是法王如意宝而是希 ra 荣博上师](#)

## II.其他

### 8·2·11·五加行都是哪五加行？

问：五加行都是哪五加行？

**Feingray 答：**

皈依、发心、金萨、供曼扎、上师瑜伽。

大礼拜属于上师瑜伽中的顶礼支。

帖子来源：[Re: 请问五加行都是哪五加行？](#)

### 8·2·12· 修持时观想众生在自己的周围和我一起修，这样有何利益？

问：修持时观想众生在自己的周围和我一起修，这样有何利益？

**Feingray 答：**

在《大圆满前行引导文》中关于金刚萨多修法的一段话也许能够对您的理解有所帮助：

又观想这五个咒字向下放射出无量光芒照耀三界六道一切众生，使他们相续中所有的一切罪障、痛苦、习气等犹如太阳出现在黑暗处一样烟消云散，一切外器世界变成现喜刹土，一切内情众生变为白、黄、红、绿、蓝五色金刚萨埵的自性，之后他们全部口诵“嗡班扎萨埵吽”，传出一片嗡嗡之声，这是准备他利色身的缘起。

所谓的利益众生包括“当下众生获得利益”和“长远来说众生获得利益”两种。

获得当下的利益的情况，比如，我布施，对方立即的到财物。

我们依靠观想修法，想要众生当下获得利益，圣者依靠等持力可以做到，对圣者来说，他观想对方吃饭，对方很可能会饱。

但是对我们凡夫人来说有很大的难度。

因此我们凡夫人这么修法的目的是为了“长远来说众生获得利益”。正如上文所说：这是准备他利色身的缘起。

比如做一种善法，这种善法决定会让我们以后依靠此力量来利益众生，那么，可以说众生已经获得了利益。就好比父亲为儿子挣钱，虽然当时没有给儿子，但是最后会给的，因此说儿子获得了利益。

同样，我们观想一切众生和我们一起皈依、发心、忏悔、顶礼等等，由于心缘一切众生故极其广大，故对自己积累善法资粮有很大的作用，而另一方面，为以后利益众生准备了缘起，因此从这两方面来说，众生获得了不可思议的利益。

如果我们不如是观想，一方面修法的力量不够，所得功德不大，另一方面，利他心不强，以后功德在利益他人的事业上所带来的力量也就有限，因此众生获得的利益就会不如前者。

帖子来源：[Re: 请教大礼拜观想的问题](#)

### **8.2.13. 身体不好，可不可以先调理身体，暂时不磕头，以后再专修磕头？**

问：身体不好，可不可以先调理身体，暂时不磕头，以后再专修磕头？

辅导员 A 答：

可以。

但是，要谈一下一种认识的误区，不是指某些特殊的情况，而是一种普遍的情况。末学在学院，也常常会听到这种说法，因为暂时身体不适，想暂时下山或在山上调理，等身体好转，再做修行。他们说，身体是修行的根本，如果没有健康的身体，修行也就免谈了，更何来证悟大圆满呢。

但是，事物并不是按照我们的希望来运作的，是各种业力因缘聚合的结果。我们是业障深重之人，我们的身体的好坏，在很大程度上，是受业力支配。无论我们如何按照现代医学的指示，用尽何种治疗调理的方法，也不一定如我们希望的那样以一个健康的充满活力的身体来修持 加行或正行。

对很多道友来说，特别是他精进修行时，各种病魔是不断的：拉了几天肚子，刚好，头又晕了。过了几天，又尿频尿急，吃了些药，才见好转，心脏又隐隐作痛。作为凡夫，我们势必忧心忡忡，是否我的身体有很大隐患？有一天它会发作，让我此生的修行之梦化为泡影！

**这是规律，修行从来是在和各种违缘磨难的斗争中进行的，如果想要等一个身体好，心情好，完成了家庭之中某个重要的琐事之后才开始我们的修行，我们此生都不可能修行。**

我们的身体是否可能会调理好？会，但很快，它会出现另一个问题，这是这个有漏五蕴的本性。是否有人的身体很好？有，这是他往昔世戒杀的果，但也可能是，他的恶业还没有现前。

如果能礼拜，我们就要礼拜，只要能闻思，我们就要闻思，不能礼拜，不能闻思，我们还要念咒，不能念咒，也不能观想上师诸佛的面容，可以稍事休息，稍安勿躁，坚信上师诸佛与我同在。

帖子来源：[Re: 加行的问题请教辅导员](#)

### **8·2·14· 大礼拜时,双脚要并拢吗?**

**问：大礼拜时,双脚要并拢吗?**

**辅导员 A 答：**

您可参看《大圆满前行》、慈城罗珠堪布的“五加行”的修法及堪布阿琼仁波切的《前行备忘录》，里面并没有双脚必须并拢，不能有一丝缝隙的要求。如果双脚并拢，不能有一丝缝隙是一件非常重要的事，传承上师和高僧大德一定会对此重点说明，上师仁波切也会对学员再再关照。

您可参看本论坛提供的大小礼拜示范视频，一般而言，行持礼拜时，双脚自然合拢。对于缝隙的距离，没有看到任何传承上师对此有过说明。

《大圆满前行》中云：“本来所谓的顶礼也只是一**种恭敬尊重的形式，所以顶礼的方法也有多种多样，而且各个地区的顶礼方式也无定法。**”

帖子来源：[Re: 大礼拜时,双脚要并拢吗?](#)

### **8·2·15· 为什么修上师瑜伽时上师的面相不能改变?**

问：为什么修上师瑜伽时上师的面相不能改变？

金刚永持答：

无垢光尊者在《虚幻休息》中也说：“修上师瑜伽的时候，上师的面相不能改变[不必把上师观成本尊的样子。]。为什么呢？因为续部中并没有说依靠本尊能即生成就，而全部说是依靠上师迅速成就。”这段金刚语末学在上师仁波切不同的开示中反复看到，心里有一点点体会，特发表出来请师父和各位师兄指正！

《大圆满前行引导文》里面从种种角度宣说了上师的功德，如：上师是三世诸佛的本体，总集三宝；是三根本的总集；是过去佛的化身，未来佛的源泉，现在佛的补处；而且恩德和慈悲超胜诸佛等。

为何一定要观想上师本来的面相而不是观为本尊呢？一切具德上师本来就是法身佛，此点从《普贤行愿品》长行文里面能够清楚的看出，如讲到吾等大师释迦牟尼佛时云“如此娑婆世界毗卢遮那如来”，因为真应不二（法身和应化身不二）。堪布阿琼仁波切在密传里面同样说到具德上师就是法身佛！如果我们认为上师仅仅是应化身，并非真正的法身佛，还是不能够相应于真正的究竟实相；或者认为上师不如本尊殊胜，此乃大错谬。因为从数多印度大成就者的传记中可以看到实际上本尊亦是上师之化现。另外，从缘起上上师要超胜于本尊，因为上师直接于吾等面前传法灌顶，恩德和慈悲以及近传加持不可思议，此点本尊无法做到。

我们修行时，愈能够契合真正的实相，则才能够称合本性，才能够无余开显我们本具的恒沙自性功德，而直接观修上师就是契合本性的修法，这样才能刹那获得究极圆满的加持，能够迅速获得金刚持的果位！

帖子来源：[\(7月6日后丢失的帖子补充\) 为什么修上师瑜伽时上师的面相不能改变](#)

### **8·2·16· 请问上师相应法中观想对境的本体和外相问题？**

问：观想外相是莲花生大士，而本体为根本上师为什么是信心不足的观想方法呢？这和直接观想上师形象有什么不同？

## Feingray 答:

观想本体为上师，外相为莲师，或者本体为莲师，外相为上师，都是非常殊胜的修法。

但是我们在作如此观想的时候，其实还是有将莲师和上师认为有所不同，为了去除这样的分别，才刻意去观想二者无二无别。

等到真正信心足够的时候，上师和莲师本来就是一体的，根本无需去观想形象是哪个，本体是哪个。

因此这两种说法都是一致的。一种是说需要刻意的去观想是信心不足的表现。而另一种是说了知上师和莲师无二无别而祈祷功德很大。

帖子来源: [Re: 关于上师相应法中观想的一个问题](#)

## 觉梦人道友答:

通常来讲，上师是加持的来源，本尊是悉地或成就的来源，空行是事业的来源，三根本要分开修。但究竟而言，上师就是三根本的总集。

有些大德认为本尊和上师不是一体，见到本尊时，选择向其顶礼，而没有向上师求悉地，最后本尊坛城全部融入上师，以这种缘起，他这一生没有获得金刚持果位，解脱成就因此而拖延，这种现象在印度高僧的传记中也比较多。所以，从某一个角度讲，上师应该胜过本尊。无垢光尊者在《虚幻休息》中也说：“修上师瑜伽的时候，上师的面相不能改变[不必把上师观成本尊的样子。]。为什么呢？因为续部中并没有说依靠本尊能即生成就，而全部说是依靠上师迅速成就。”

帖子来源: [Re: 关于上师相应法中观想的一个问题](#)

## 热心答:

对于一些人，直接观想上师，内心有很多分别念，暂时难以调伏的情况下，可以观想自己有信心的本尊，佛菩萨等等，这样也很好。

帖子来源: [Re: 关于上师相应法中观想的一个问题](#)

## III. 上师瑜伽•祈祷莲师



## 8·2·17· 请问什么是道灌顶？

问：请问什么是道灌顶？

辅导员 A 答：

《大圆满前行》：“（灌顶也有三种：）首先具有法相的金刚阿阇黎让我们进入坛城以后赐予灌顶，这叫做基灌顶；**依靠上师瑜伽，不观待他缘而自己得受四灌顶，这叫做道灌顶**；究竟果位（即十地未际）时获得大光明或者深明无二灌顶，现前圆满正等觉，这叫做果灌顶。”

道灌顶的具体修法见《大圆满前行》“上师瑜伽”：

“在祈求悉地的时候要观想得受四灌顶，也就是观想上师的白毫间犹如水晶一般晶莹剔透的“嗡”字放射光芒从自己的头顶进入，依此净除杀生、不与取、邪淫三身业以及能形成身体之脉的障碍，获得上师身金刚的加持，从而使相续中拥有得到化身果位的缘分；接下来观想上师喉间宛如红莲花一般绚烂璀璨的“啊(=)”字放光从自己的喉间进入，依此净除妄语、离间语、恶语、绮语四语业以及可滋长语言之风的障碍，获得语金刚的加持，使相续中拥有得到受用圆满报身果位的缘分；又观想上师心间如天空般颜色湛蓝的“吽(&gt;)”字放光从自己的心间进入，依此净除了贪心、害心、邪见三意业及能增上意识之明点的障碍，从而获得了上师意金刚的加持，使相续中拥有得到法身果位的缘分；再观想从上师心间的“吽”字中如流星般出现第二个“吽”字与自心融为一体，从而净除三门所依阿赖耶的业与所知障，获得了上师智慧金刚的加持，使相续中拥有得到究竟之果——本性身果位的缘分。”

帖子来源：[Re: 上师瑜伽·祈祷莲师](#)

## 8·2·18· 依《开显解脱道》修上师瑜伽,为何要自观为金刚瑜伽母？

问：依《开显解脱道》修上师瑜伽，为何要自观为金刚瑜伽母？

Feingray 答：

慈城罗珠大堪布在《慧灯之光二》中说：  
莲师周围要观想其他的佛菩萨及护法神。当我们在修皈依或金刚萨埵的前半部分时，自己仍是自己，维持不变。可是修上师瑜伽时，要将自己的相貌观想为金刚瑜伽母，而本体则是胜海空行母，就是莲师的空行母。为何要如此观想呢？修上师瑜伽时，如果自己仍为普通人，就会带有普通人的邪见，例如对上师有不好的看法等，从而对修法造成障



碍。如果将自己观想为金刚瑜伽母，由于缘起的关系，则可断除这些障碍，因此要这样观想。

自观为金刚瑜伽母和其他观想一样，有甚深的缘起规律。就好比为何要观莲师戴着帽子，穿国王服等等，都是我们分别念无法完全测度和了知的。但是如果自己如此观想，自然会获得利益。

帖子来源：[Re: 上师瑜伽·祈祷莲师](#)

### **8.2.19. 观上师的时候是形象为莲师，本面是上师，还是形象为莲师，本面为上师？**

问：观上师的时候是形象为莲师，本面是上师，还是形象为莲师，本面为上师？

**Feingray 答：**

《前行备忘录》中说：

带着感恩戴德的敬信心修上师相应法观修中包括上师形象改变与形象不变两种。依全知上师（无垢光尊者）的观点而言，上师的形象不改变，其他前代的诸位上师说：根据修行人或者根基的差别，所有殊胜的修行人在修上师法时，上师的形象无需改变，而除此之外的其余行者，如果一开始没有转变上师的形象就不会将上师视为佛陀，为此需要转变上师的形象。

如果自己对上师有足够的信心，那么按照上师现在的面容观想就可以。

帖子来源：[Re: 上师瑜伽·祈祷莲师](#)

### **8.2.20. 为什么要叫上师瑜伽呢？怎样理解“上师瑜伽”这个词呢？**

问：为什么要叫上师瑜伽呢？怎样理解“上师瑜伽”这个词呢？

**Feingray 答：**

瑜伽即相应的意思，上师瑜伽是音译，意译的话就是“上师相应法”。也就是说通过修行该法能够和上师相应从而获得加持。

帖子来源：[Re: 上师瑜伽·祈祷莲师](#)

## **8·2·21· 《开显解脱道》上师瑜伽的第二段“后行修四灌者”应如何觀想？**

问：《开显解脱道》上师瑜伽的第二段“后行修四灌者”应如何觀想？

辅导员 A 答：

此时是“道灌顶”的观想：

《开显解脱道略释》中说：“经过观修积资祈请之修法后，在后行为了求得悉地应观想修持四灌顶，其修法者即是：观想从于上师白毫间、喉间、心间三处，分别由白色的喻字、红色的啊字、蓝色的吽字三字上，发出白红蓝色三种光明，融入于自身身语意三处而作加持，次第净除杀生、不与取、邪淫等三身业及脉障；妄语、离间语、恶语、绮语等四语业及风障；贪心、嗔心、邪见等三意业及明点障。又复上师莲花生大师偕同眷属圣众悉皆化为光明，由自己之梵顶穴融入于心间明点。以此缘起，上师之意金刚与自心成为无二无别，使自己证悟心的本性，并于本来如是自然无改的法身中无勤安住，清静了四种障碍（于前三障后加所知障），获得了上师身金刚、语金刚、意金刚、智慧金刚之加持，从而分别获得了宝瓶、秘密、智慧、句义等四灌顶之智慧，精熟了相应之加行道之异熟持明、见道之寿自在持明、修道之大手印持明、无学道之任运自在持明等四种持明道，现前成就法、报、化、自性四身之果位等，（或释为：次第获证资粮、加行、见、修四种有学道之后，现前具四身之无学道果位。）获得一切灌顶及加持，如是而观想。复次，灌顶之义，即是为净除心之无明障垢，令心获得安住法界得大自在。一般灌顶分基道果三种，此三各个又分三种，此处所修，即是道的道之灌顶。”

帖子来源：[Re: 上师瑜伽·祈祷莲师](#)

## **8·2·22· 當下座平時在散亂下持咒時,具體的觀想為何？**

问：當下座平時在散亂下持咒時,具體的觀想為何？

辅导员 A 答：

《前行》云：“这样的上师瑜伽（应用到日常生活的行住坐卧当中），行走的时候将上师观想在右肩上方的虚空中，作为右绕的对境；安坐的时候将上师观想在头顶的虚空中，作为祈祷的对境；享用饮食的时候将上师观想在喉间，作为饮食献新的供养处；躺下的时候将上师观想在心间，作为所知入瓶的摄要。总而言之，随时随地将自己的住处观想成真正的铜色吉祥山，拥有这样的正念；将一切显现观想成上师的身体、恭敬诚信；当罹患疾病、出现魔障等不幸的事情时，也要想到这是上师以大悲恩赐我尽除恶业的方便，满心欢喜，而不要生起断除之心；当获得幸福安乐、丰衣足食、善法增上等顺缘的时候，要认识到这些都是上师的大悲所致，万万不可心生我慢欣喜若狂；如果修禅时出现疲厌、沉掉等现象，要观想自己的心与上师的智慧成为无二无别，护持实相见解的自相，聚精会神地祈祷上师并念诵莲师心咒。”

帖子来源: [Re: 上师瑜伽·祈祷莲师](#)

### **8·2·23· 上座與下座在持咒時,是否都把自己觀成金剛瑜伽母?**

问: 上座與下座在持咒時,是否都把自己觀成金剛瑜伽母?

辅导员 A 答:

如果能够, 应尽量把自己观成金刚瑜伽母。《前行备忘录》云: “上师瑜伽时, 将上师观想在自己所观成的本尊的头顶, 或者观在无执的虚空中。虽有诸如此类的讲法, 但这里要把自己的身体观修成金刚瑜伽母, 如果观成平常的形象, 那么依靠行者的邪分别会障碍获得加持。”

《前行》云: “行走的时候将上师观想在右肩上方的虚空中, 作为右绕的对境; 安坐的时候将上师观想在头顶的虚空中, 作为祈祷的对境; ”

帖子来源: [Re: 上师瑜伽·祈祷莲师](#)

### **8·2·24· 當在持咒中,念頭現起時,如何對治?**

问: 當在持咒中,念頭現起時,如何對治?

辅导员 A 答:

如看虚空之云, 来来去去, 不碍虚空廓然无垠之本性; 我们的分别念并不可怕, 它依靠睡眠种子、非理作意和对境和合产生, 因为依仗他故, 没有本性。现之当下, 如水月, 如水晶之虹光, 虽然显现明明了了, 当没有丝毫本质。此为分别念之空性。

从明分来说, 分别念为本为心性光明之妙用, 是它的幻化游舞, 我们虽未证如来藏的本面, 但是能见到它无所不在的作用, 我们的心性光明就像太阳, 见闻觉知, 起心动念是太阳射出的万道光芒, 有日轮, 必定要散发它的光芒。

当分别念生起, 了知它现空双运的本性, 不必去对治, 更无需忧虑, 无论它怎样千变万化, 都是现而空, 空而现。认识它的本性, 继续观想并修持。

帖子来源: [Re: 上师瑜伽·祈祷莲师](#)

## **VI. 百字明**

### 8·2·25· 五加行座上观修百字明的同时如何计数？

问：五加行座上观修百字明的同时如何计数？

辅导员 **A** 答

个人理解，百字明修法应该如同金刚萨埵心咒的修法，在《净障修法文》中说：

双足结跏趺坐，如毗卢遮那佛坐式，半跏趺也可。

要用念珠计数，否则是无法了知念了多少的。其他不需要动，只要手动指拨动念珠即可。如果不用念珠也可以，用时间计数。比如五分钟念多少，坐了半小时，大概的数字能算出来。

帖子来源：[Re: 问：五加行座上观修百字明的同时如何计数？](#)

## 8.3 密法初探

1. 是否必须要得灌顶才能修大圆满前行里面的内加行？
2. “六月修要得解脱”需要怎样的信心？
3. 密法前行,密法正行,大圆满前行和大圆满正行有什么不同？
4. 为什么“前行”说既可以算“前行”，也可以算“正行”？
5. 带肉身飞往空行刹土和虹身成就有何关系？

### 8.3.1. 是否必须要得灌顶才能修大圆满前行里面的内加行？

问：是否必须要得灌顶才能修大圆满前行里面的内加行？

辅导员 A 答：

上师在讲大圆满时曾说过，五加行从金刚萨埵忏悔法门以后，最好是经过灌顶才修。

因多数在家居士不具这样的条件，所以，特殊开许，只要获得传承，即可修习。所以，若您已获得传承，可修古萨里。

帖子来源：[Re: 请教各位](#)

### 8.3.2. “六月修要得解脱”需要怎样的信心？

问：“六月修要得解脱”需要怎样的信心？

辅导员 A 答：

上师在讲解《中观庄严论释》时说，要证悟大圆满需要两个条件：

1. “如果五部大论，密法的基本基础都不懂则相当困难，要长期依止善知识，对无上密法长期生起坚定的信心，先修五加行，依闻思对因明中观名言胜义再再抉择，生起显宗的智慧，在此基础上，闻思大圆满才有机会，大圆满的基道果，名言胜义的甚深道理根本没有定解，则相当危险。”

上师引用全知无垢光尊者的话说：我现在的龙钦心滴是以智慧挖掘的时代，不是闻思究竟的人难以通达，不能证悟。

2。“虽然没有广闻博学，但对根本上师有如佛不共的无二信心。如果上师是一般的上师，没有殊胜的窍诀与成就的上师也不可能，必须是大成就者，如法王如意宝。

除了这两种情况，无有可能。”

帖子来源：[Re: 请问辅导员师傅](#)

### 8-3-3· 密法前行,密法正行,大圆满前行和大圆满正行有什么不同?

问：密法前行,密法正行,大圆满前行和大圆满正行有什么不同？

辅导员 A 答：

不同宗派的修法都有其前行与正行，统称密法前行，密法正行；而宁玛派称大圆满前行、大圆满正行。故密法前行和密法正行可以包括大圆满前行和大圆满正行。

密法从不同侧面可做不同的分类，从其流布地域可分藏密，东密等；从藏密而言，由不同层次的递进而分外密、内密；由内密的不同，又分了旧密与新密。如《新月释》云：

“在密宗方面第五问题等讲述了外密宗的事部、行部、瑜伽部，也讲述了内密宗的旧密与新密”；

旧密就是宁玛派，新密是噶举、格鲁、萨迦等宁玛巴以外的宗派：

“第五问题等讲九乘佛法时，讲了旧密的玛哈约嘎、阿努约嘎、阿底约嘎（大圆满），并且在第六问题中以窍诀方式讲述了它们的究竟意义，同时也涉及到了新密的嘎举、格鲁、萨迦以及时轮金刚等法。”

每个宗派修法不同：

萨迦派所修的“道果”法依据的是《喜金刚续》，“息灭”法是印度的父尊者帕单巴与母尊者玛吉拉仲所创，为息灭众生在轮回中的无量痛苦之意，也称“断教”法，即直接切断分别心烦恼的佛法。

“大手印”是嘎举派的修法，先以分别心修寂止，遣除相续中粗重的分别心，然后产生“胜观”，出世时即以了义的止观双运而修。大手印又分为基大手印、道大手印与果大手印三种，真正的大手印基道果三者实则一味一体，不可分割，故称其为了义“大手印”，马尔巴大译师、密勒日巴尊者等为祖师。

“无二中观”在此处是指格鲁派宗喀巴大师早年弘扬的大中观，师承于阿底峡尊者。“等”包括了觉囊派和布顿派等等。

觉囊派的显宗依据主要是第三转法轮的了义经典、弥勒菩萨的《宝性论》、龙树菩萨的《法界赞》等论典，着重抉择如来藏光明的他空见，在密宗中主要弘扬新密宗的《时轮金刚》。

**其修法的区别是：**

“新密宗侧重于前行时的功用与方便，比如气脉、明点的圆满次第，而对任运、不藉功用的修法只约略提及。并详说前三种灌顶，间接略说最后一种灌顶。新密宗的无上续部《时轮金刚续》与《大幻化网根本续》中宣说的大清净、大平等一致，但只是略说。旧密宗大圆满的窍诀部则不借助生圆次第这些有为的修法，而直接通过修上师瑜伽等，安住在方便生的智慧中而极快证悟……一旦修生圆次第或大中观、大手印产生方便生的智慧后，则也与大圆满的智慧无二无别。”

帖子来源：[Re: 密法前行,密法正行,大圆满前行和大圆满正行。](#)

**辅导员 A 答：**

《前行备忘录》云：“作为已经得受了能成熟的所有灌顶者来说，引导法也分为前行引导与正行引导，正行包括共同正行及不共正行，共同正行包括生起次第和圆满次第引导，不共正行包括懈怠者无勤解脱的本来清净直断引导和精进者有勤解脱的任运自成顿超引导。”

以受能成熟的灌顶做为进入密乘的标志，获得灌顶后，所修之法包括前行和正行，前行虽有四加行五加行抑或六加行的不同，但总体相似，都包括了共同和不共的部分，都是为了生起出离心、菩提心，对上师三宝的皈依心并积资净障及上师相应法。

这里的共同正行是新密和旧密所共同的修行的生起次第和圆满次第，不共正行是指宁玛巴所不共的大圆满的修法，包括了本来清净和任运自成两个部分。其中本来清净是修持觉空双运之实相之空分，适合懈怠者所修，任运自成是修持觉分，乃精进者之行径。对其他宗派而言，各有其不共正行，如上帖所述。

帖子来源：[Re: 密法前行,密法正行,大圆满前行和大圆满正行。](#)

#### **8.3.4. 为什么“前行”说既可以算“前行”，也可以算“正行”？**

问：为什么“前行”说既可以算“前行”，也可以算“正行”？

**辅导员 A 答：**

个人理解供参考：



## 一、以果命名因

前行是正行的基础，正行乃前行之果。说“前行”也是“正行”是以“正行”的果来命名“前行”，以无“前行”之因，不可能有“正行”之果。

对前行和正行的关系，《前行备忘录》云：“所谓的前行，就像起初要改良田地一样，要想求得正行法，必须要凭借共同前行来净化相续。依靠共同外前行使自己变得调柔。皈依等不共前行就如同种植庄稼及打捶庄稼一般，是不共同的法。到了该享用庄稼的时候，就相当于正行引导。”

## 二、前行对初学者更有效力，是初学者的“正行”

《了义炬活用佛法》引用止贡(Drikhung)尊者的话说：“‘四共加行比修大手印还深奥’。因此，在你的生命中注入四共加行(即使是少量)，也胜於修现行四部密续(tantras)中的诵念和禅观。”

对止贡尊者的话，《了义炬活用佛法》中解释说：“对初机来说，四共加行远比深一层的大手印观想容易学，因此也就更有效力。所以，四共加行是修大手印的主要先决条件。”

## 3、强调“前行”的重要性，谓之“正行”

如果没有前行，即使有正行境界，也会很快消失。

顶果钦哲仁波切在《成佛之道》中说：“前行修持之所以放在最开头，就是因为它具有关键的重要性……如果直接去做所谓的‘主要修持’，对我们一点帮助也没有。因为我们的尚心尚未准备就绪，就像在一个冰冻的湖泊上建筑漂亮的房屋一样，根本无法长久，天气一暖和必将毁于一旦。”

冰上建筑喻缺乏前行中出离心和菩提心、积资净障的基础，即使依靠上师的加持，有些弟子似乎通达了密法或禅宗的最高境界，但由于没有看破今世，贪图暂时的名闻利养，修行绝不会长久，有些出家人还俗，有些居士生邪见，很容易误入歧途。所以上师仁波切在《前行广释》中说：“凡夫人很容易被外境诱惑，暂时的境界就如云间日光一样，一下子会被有缘的乌云遮蔽了。故而，前辈大德说《前行》也是正行，甚至比正行还重要，原因就在于此。”

## 4、正行的究竟要诀为上师瑜伽

《前行》云：“九乘次第的法门当中，再找不到比这一上师瑜伽更为殊胜的深道了，虽然把它命名为加行，实际上一切正行道的究竟要诀就是它。如果我们能够随时随地始终如一地将上师瑜伽作为修行的核心，即使没有任何其他修行也可以。”

因为大圆满正行不像“下乘那样凭借伺察、推理等方式来抉择甚深意义，又不是像下续部那样依靠共同悉地而获得究竟殊胜悉地，也不是像其他上续部通过第三灌顶的喻智慧来直指义智慧，而是认为唯一依止一位传承如纯金丝线没有沾染破誓言的锈一样具有殊胜证悟的上师，将这位上师看成真佛，以坚定不移的虔诚信心与恭敬心猛烈祈祷，使自己的凡夫心与上师的智慧成为无二无别，也就是说**依靠上师的加持力使自相续中生起证悟**”。

帖子来源：[Re: 为什么“前行”说既可以算“前行”，也可以算“正行”？](#)

### **8.3.5. 带肉身飞往空行刹土和虹身成就有何关系？**

问：带肉身飞往空行刹土和虹身成就有何关系？

辅导员 A 答

带肉身飞往空行刹土的行者，他的肉身只是在我们肉眼凡胎前显现的肉身，其实，他的有漏的五蕴已经通过修行转为透明的光蕴体。此为虹身成就的一种不共征相之一。

大恩上师在《密宗虹身成就略记》云：

总之，密宗成就者圆寂时大致有下列四类不共同征相：一、**肉身直接飞往清净刹土**；二、以智慧火完全焚烧了异熟肉身，或只剩下头发、指甲；三、以智慧火焚烧异熟身后，身体缩小，未完全消失；四、出现其余虹光、彩云等等瑞相。**密续中就把生前所证到的透明光蕴体及圆寂时的这四种成就称为“虹身”或“光身”。**

帖子来源：[Re: ●前行第 50 课，51 课，请辅导员解疑](#)



## 9. 杂项

- 9.1. 《胜利道歌》第一课里“遣除内、外、密的一切违缘”是什么意思？
- 9.2. 《胜利道歌》第一课里“降伏迷乱分别所现的各种鬼神”是什么意思？
- 9.3. 鬼神是我们的妄念？还是事实就是存在？
- 9.4. 关于弥勒佛下生时间问题？
- 9.5. 弥勒佛下生了吗？
- 9.6. 是否就是说这期间就没有佛出世？那如何理解“即生成佛”的说法呢？
- 9.7. 请问我们如果在工作中行持世间法的同时，是否也可以包括六度？
- 9.8. 不同偈颂中“佛”的范围的一个问题？
- 9.9. 删除电脑里的佛经或佛经讲义有无过失？
- 9.10. 如何消除同修因看了网上一些人对藏传佛教的评价后的疑虑？
- 9.11. 怎么做为菩萨还“有些会着魔”？还会“实则希求自我利益，对此魔众可侵扰损害”？
- 9.12. 亡者的“一七”从什么时候开始计算？
- 9.13. “真正是作了一次大放生”是什么含义呢？
- 9.14. 请教我们对待上师的教言的问题。
- 9.15. 博客上匿名访客关于法王如意宝对苯波的评价是否属实？
- 9.16. 如何理解能量守恒不变和万法无常？

### 9·1· 《胜利道歌》第一课里“遣除内、外、密的一切违缘”是什么意思？

问：《胜利道歌》第一课里“遣除内、外、密的一切违缘”是什么意思？

辅导员答：

遣除内、外、密的一切违缘可以包括：

催伏死魔、天魔、烦恼魔、大力鬼神等，并特别降服不信佛法及对佛法作障为害之众。镇伏障碍、病魔、瘟神、恶龙、山精鬼怪、毒邪，消除瘟疫疾病魔障，能灭八种怖畏、能破一切恶梦、尽一切恶相。远离是非诤讼，禳解及回遮一切不祥，诸恶疾重病，横折夭死及种种恶缘危难和回遮恶符。化解不明是非口舌之灾、防止巫术咒诅、解冤释结及遣除罹患不明怪病，化解冲煞之气，净除宿世业障。

帖子来源：[Re: 请教辅导员，师兄们](#)

### 9·2· 《胜利道歌》第一课里“降伏迷乱分别所现的各种鬼神”是什么意思？

问：《胜利道歌》第一课里“降伏迷乱分别所现的各种鬼神”是什么意思？

辅导员答：

各种鬼神魔障的显现归根结底是因为我们没有断除二障，在我们的迷乱分别前才会显现。

为什么念《心经》能遣除违缘？

大恩上师仁波切答：“因为《心经》所讲的是空性精华。我们之所以会遭遇恐怖、灾难、违缘等侵扰，根本在于对人我和法我的执著，倘若证悟了无我空性，断除了人我执和法我执，一切魔障就没有猖狂的余地了。”

帖子来源：[Re: 请教辅导员，师兄们](#)

### **9.3. 鬼神是我们的妄念？还是事实就是存在？**

问：鬼神是我们的妄念？还是事实就是存在？

辅导员答：

分名言现相、名言实相和胜义三个方面说：

从名言现相而言，对安住在迷乱显现中的众生是事实存在。它们属于鬼道众生，就人道众生而言，它们在我们的根识前不显现，但和我们密切生活在一起。

从名言实相而言，鬼神是我们的妄心的显现。就像梦中的大象，梦中的大象和看见大象的眼识都是我们梦心的显现，除了我们的梦心以外，并没有大象。

从胜义而言：它们是空性。

帖子来源：[Re: 请教辅导员，师兄们](#)

### **9.4. 关于弥勒佛下生时间问题？**

问：关于弥勒佛下生时间问题？

辅导员 A 答：

**全知麦彭仁波切说过，时间只是人们的分别念假立而已，只有依靠某个事物才能安立三时。比如瓶子还未产生叫未来的瓶子，瓶子已经产生而相续未灭称为现在的瓶子，瓶子产生以后灭尽了称为过去的瓶子。所以，只有依靠瓶子等事物，才可以安立过去、现在、未来，而三时自己的本体丝毫也不成立。**

“因为我们对万法有实有的执著，认为大与小是固定关系，只能大包容小，而小无法包容大。但这只是凡夫狭隘分别心的执著及业力所致，实际上大小都不存在，都是幻化之物，故可任意幻变。《新月释》”

时间也是如此，时间的长短也是凡夫的狭隘分别心的执着和业力所致，长短也是幻化之物，可以任意幻变。因为时间无有本体，才可能有“我能深入于未来，尽一切刹为一劫”的境界。

正如三大阿僧祇劫并不是一个实有的固定的数字，佛陀才可以在一个刹那圆满几万大劫的资粮。所以，《时轮金刚》认为：所谓的宇宙不同，是根据众生的意业不同而宣说的。

所以，时间之长短只是根据众生的意业的不同而有不同的显现。

帖子来源：[Re: 关于弥勒佛下生时间问题？](#)

### **9.5. 弥勒佛下生了吗？**

问：请教辅导员，弥勒佛下生了吗？

辅导员 A 答：

胜义中弥勒菩萨无所从来，亦无所去。名言中弥勒菩萨在 5.8 亿年后将从兜率宫下生到此娑婆世界，如释迦牟尼佛，示现十二相成佛。

帖子来源：[Re: 关于弥勒佛下生时间问题？](#)

### **9.6. 是否就是说这期间就没有佛出世？那如何理解“即生成佛”的说法呢？**

问：是否就是说这期间就没有佛出世？那如何理解“即生成佛”的说法呢？

辅导员 A 答：

在第四释迦牟尼佛和第五弥勒佛之间没有佛出世，是指没有示现十二相成佛的殊胜化身佛出世，而不是指没有众生成佛。

按照《贤劫千佛名经》，授记于此贤劫中，有千佛于印度金刚座出世。这里的千佛，如第四佛释迦牟尼佛，第五佛弥勒佛，均以十二相成道的方式，来此娑婆世界，度化众生。十二相包括：

(1)兜率说法 (2)乘象入胎 (3)树下降生 (4)太子习艺 (5)宫中娱乐 (6)游观四门 (7)削发出家 (8)山中苦行 (9)降服诸魔 (10)证菩提觉 (11)广转法轮 (12)双林入灭

这只是诸佛示现的方式，贤劫千佛均早已成佛，其化身有四种，如释迦牟尼佛这样的化身佛叫“殊胜化身”。事实上，如《庄严经论释》说：“每一刹那，在无量世界，有无量众生正在成佛。”

只不过，他们都不是以十二相成道的殊胜化身的方式示现。

帖子来源：[Re: 关于弥勒佛下生时间问题？](#)

### **9.7. 请问我们如果在工作中行持世间法的同时，是否也可以包括六度？**

问：请问我们在工作中行持世间法的同时，是否也可以包括六度？

**Feingray 答：**

如果包含了六度，那么就不再是世间法而是佛法了。因为是世间法还是佛法的判断依据在发心上。

如果您说的世间法是指工作等事情，那要看工作的发心了。如果工作就是为了利益众生，那完全可以包含六度，比如我工作所得除了留下小部分给自己解决生存必须以外，绝大部分都用于弘法利生的事业。工作的时候的发心也是为了弘法利生的事业而挣钱，那么工作所得用于弘法利生就成了布施度，工作过程中恪守内心不贪不嗔就成了持戒度，对他人的安忍就成了安忍度，努力工作就成了精进度，专心工作就成了静虑度，工作中以空性摄持而不执着就成了智慧度。

但是如果发心是为了自己，仅仅以一个“我要挣钱利益众生”的借口来满足自己的私欲，那还是很难说的，此时布施是没有，戒律安忍精进等都可能成了世间八法，而不是“度”。

帖子来源：[Re: 请教法师，道友！](#)

### **9.8. 不同偈颂中“佛”的范围的一个问题？**

问：《普贤行愿品》中“请佛住世”，《上师瑜伽速赐加持》：“诸佛智慧总集师，获得与彼同分之加持”和《阿弥陀佛修法极乐捷径》中的“由其发光诸善逝，如同所修迎请入”中“佛的范围有何不同？

**辅导员 A 答：**

《普贤行愿品》中“请佛住世”之“佛”是指十方三世一切佛刹微尘数诸佛如来，但如有些论典的偈颂，其全部的意义不可能完全包括在颂词中，这里也是如此，并非佛可以解释为其他，而是**此颂中，除佛之外，还包括菩萨、声闻缘觉有学无学乃至一切善知识。**



后面的“诸佛智慧总集师”之“佛”也是如此，表示上师是诸佛智慧的总集。诸佛智慧不可以解释为菩萨的智慧，但可以包括菩萨的智慧。而且很多时候，上师们将诸佛解释为诸佛菩萨。但究竟如何解释，还是以上师的文本为主。

第三句“诸善逝”按照益西大堪布的讲义，也可以包括佛菩萨：

“观想咒轮发出红色的光，光芒照射着十方诸佛菩萨，把他们从各自的刹土中迎请来，一刹那间他们都变成了上师阿弥陀佛，就像空中的雨滴纷纷落入在了大海中一样，融入了刚才我们观想的上师阿弥陀佛之中”。

末学个人理解，很多菩萨，其实是佛的化现。如八大菩萨，是古佛示现。《新月释》中，也讲到古佛化现文殊菩萨，文殊菩萨化现全知麦彭仁波切，声闻也是如此，比如佛陀出世之时。

帖子来源：[Re: 修法中关于“佛”的范围的一个问题](#)

### **9.9.删除电脑里的佛经或佛经讲义有无过失？**

问：删除电脑里的佛经或佛经讲义有无过失？

**Feingray 答：**

电脑里的佛经是虚拟的，是无实法。经书是有实法。二者有着自然本质的区别，而且如果不是出于烦恼，比如对于破损的经书也可以依靠仪轨烧掉。

但是如果以烦恼心而删除电脑中的三宝所依文件，也会有很大的过失。因为罪业根本的依托在于心的缘故。

帖子来源：[Re: 删除电脑里的佛经或佛经讲义有无过失？](#)

### **9.10. 如何消除同修因看了网上一些人对藏传佛教的评价后的疑虑？**

问：如何消除同修因看了网上一些人对藏传佛教的评价后的疑虑？

**Feingray 答：**

其实可以问一下他：你愿意相信公认的具有超凡慈悲心的大德们的话，还是一些大家全部谴责其人品的那些人的话。你愿意相信历代汉传佛教的祖师们的话，还是某些突然出现的自诩善知识的那些人的话。

只要想诽谤，不管多么圆满纯洁的事物，都可以找出话来说。当年佛陀也有人诽谤，大乘佛法现在也还有 不少人在诽谤，甚至整个佛法本身现在也有不少人在诽谤，一一去辨析，就被他们牵着走了。

帖子来源：[Re: 如何消除同修的疑虑](#)

**辅导员 A 答：**

《不舍佛陀经》云：“曾于阳焰世间，毗婆尸吼佛出世时，有五十位男子，每人造五百个经堂，每经堂各供养一千僧众，尔时，彼等多说，说法师慧积破戒之过失，以此恶业成熟，彼等堕于地狱达九万年，其后，五百世生于人中，或成石女，或生边地，或持邪见，又六百年，成为盲人，或无舌者，再七百世中，虽成出家，而及至晚终，也未得陀罗尼。

以彼业障，遮盖彼等善业也。善男子，当应深信，当应了达此理，听闻此法之后，现见说法师破戒，亦不应说之，何况听闻而说。

善男子，若人挖出一切众生之眼，何人以恶心蔑视说法师，此过胜过前者，若人杀害一切众生，何人见说法师时，与彼背向而坐者，此罪百千万十万乃至无数倍，亦不及前者。若人诽谤说法师， 彼人诽谤一切诸佛故，若欲承事佛，彼应承事说法师也。”

帖子来源：[Re: 如何消除同修的疑虑](#)

**jessie 答：**

智慧佛网上发现了索达吉堪布仁波切的一篇文章，就是正对生起邪见的问题，网址 <http://www.zhifeifw.com/book/xiaoganluw.htm>，文章内容如下：

小甘露丸

——邪见病的特效药

索达吉堪布 著

在难逢难遇的密法花园里，五颜六色的鲜花争奇斗艳、绚丽缤纷，不时散发出扑鼻的芳香，沁人心脾。来自四面八方的王子（修学密法者）游览其间，尽情地欣赏、享受着这不可多得的佳园美景。蓦然间，许多王子染上了一种严重的邪见病，一时变得懵懵懂懂，处于迷迷糊糊的状态中。

刚刚走出校门不久，作为实习医生的我见到此情此景，恻隐之心不禁油然而生，于是我到传承名医（上师）的妙药宝库中细心择选，从中取出一些珍贵名药，并且结合临床经

验，精心配制，作成小小的药丸，献给了前来我处就医的王子们，结果他们都痊愈了。我自己染上此病时也曾服用过亲手配制的这一药丸，感到疗效极佳。

如今，我又耳闻目睹许许多多染上此病的人，被折磨得痛苦不堪，不禁又想到我的小小甘露丸。今天，我将此妙药无私地拱手奉献给感染这种邪见病的患者，它具有预防、治疗的双重作用，无有任何副作用。只要您肯认真服用，定会达到药到病除的功效；健康人如若服用，则不会再感染此病。

对于修学密法的人来说，最大的障碍莫过于对自己的金刚上师产生邪见。要想获得密宗成就，唯一依靠上师。如果对其生起邪见，不用说是成就，就连善趣也无法趋入，只有堕入金刚地狱感受难以堪忍的痛苦。

病因：由于时值浊世，人们内心的烦恼十分炽盛，要想彻底根除这些粗重的惑疾，普通的药物根本无济于事，而无上密法可谓是最有效的灵丹妙药。作为修行人，大多数都明白“道高一尺，魔高一丈”的道理。在如今密法鼎盛的时代，魔众也更加猖獗，它们费尽心机、绞尽脑汁，利用种种手段千方百计地制造违缘，使修学密法的弟子对上师失去信心，产生邪见。无垢光尊者在《上师心滴》中说：“如理精进修持密法即生便可成佛，因此，尔时魔王波旬极不高兴，想方设法使弟子与上师之间产生隔阂毁坏誓言。”《现观庄严论》中也说：四十六种魔中许多也是在上师与弟子之间制造违缘，使之产生不和。又因末法时期的众生福报浅薄，极易被魔所转，从而产生邪见。莲师曾授记道：“浊世众生福报浅，魔转邪见傲慢重，吾今亲临亦难信。”以致于当今学密法者中患有这一邪见病的人日益增多。

身为治病救人的医生，不单单要知道每一种病的病因，而且必须明晓何人容易罹患此病，正确诊断，合理治疗……

易感人群：一般而言，具有精进、无有智慧、无有主见、随波逐流以及信心不稳固、人格不稳重、分别念重的人，最容易染上此种邪见病，佛经中说：具有精进心无有智慧之人极易被魔左右。

一旦不幸得上这种病，就会陷入痛苦的深渊中，茫茫然不知所措，到处投医，却丝毫不见效果，严重者甚至四处散布病原体，致使易感人群中的许多亲朋好友（金刚道友）也被传染上。因此，很多医生对此束手无策，都视为不可救药的传染性绝症。作为传染源的患者当然也就成了被孤立、隔离的对象了。

实际上，只要明确诊断，对症下药，合理治疗，使用我配制的这一秘方，这种病轻而易举便可根治。

诊断：要准确无误地诊断一种病，必须根据病史，临床症状等，虽然邪见病有不承认因果等数多种类，但此所针对的是修学密法者对金刚上师的邪见病。归纳而言，此邪见病主要有三种临床类型：1.上师示现不可思议的瑜伽行为时，生起邪见——无有智慧型；2.他

人诽谤上师时信以为真，生起邪见——随波逐流型；3.以贪嗔之心认为上师心不平等，憎恶自己、慈爱他人，生起邪见——偏袒之心型。无垢光尊者说：“有时上师为了修炼通觉性妙力而示现种种不如法的行为，或者为观察弟子的信心而作颠倒行为，使弟子对此失去信心；有时因他人诽谤上师而对上师产生误解，心生邪见；有时无缘无故地认为上师以亲疏之心憎恨自己、慈爱他人，无有平等心等，并且因贪恋、嗔恨金刚道友而增益减损，心生忿怒。”

严重性：如果任其蔓延下去，不予以治疗，不服药，邪见病所导致的后果是不堪设想的。《极乐愿文注疏》中说：“具有邪见之人善根也将成为痛苦之因。”律藏中说：邪见毁坏戒体。龙树菩萨说：“若欲趋善趣，当修持正见，邪见者行善，其果亦难忍。”又如：“十不善中邪见重”。这些教证都一针见血地指出了邪见病的严重性及其所导致的后果。了知这一点后，有理智的人谁还会痴迷不悟呢？

治疗：每一种病的治疗方法有多种多样，可是，每一位患者共同的心愿是通过一种切实有效、简便易行的方法彻底去除病患，恢复健康。这种邪见病也不例外。尽管有念修金刚萨埵等多种方法医治，然而，这里想为您提供一种最为简单的窍诀方便法。用一句话概括，即忆念上师道友的功德，知道自己已着魔。通过此种疗法，这一邪见病便可完全治愈，不会留下任何后遗症。无垢光尊者说：“心生邪见时如果能够忆念上师金刚道友的功德，并认识到自己已着魔了，则可使誓言得以清净。”

原则：防微杜渐、以免后患。我们应当坚持预防为主、早期发现、及时治疗的原则，以免病入膏肓，无药可救。

总之，邪见病的病因、诊断、治疗等可以用一教证来概括，《水晶楼续》云：“咒师勤修密法时，诸魔转变其信解，试图毁坏彼誓言，是故应当了知己，于一刹那之间中，亦莫扰乱上师心，如是于诸金刚友，亦断粗语诽谤想。”

此外，也有与之类似的着魔病症，若不及时治疗，危险性极大。有些偏执于实修的人认为闻思不重要，应当专注实修，听到某人大肆渲染地说：某处实修如何如何殊胜。便心驰神往，急不可耐。对于上师的百般劝阻置若罔闻，有的甚至不辞而别离开上师，断然前往。

看到他们一筹莫展的样子，我立即拿出智慧的注射器，吸入理证的药液给他们注上：你對自己上师的金刚语不相信，为什么去轻信愚人的不经之谈呢？

这一针正中恶念的要害，他们顿时哑口无言，心中的病结一下解开了。

另外，有一部分人长了小小的肿块，他们的临床症状是：听闻中观等理论法門会成为修法的障碍。

于是，我拿出一把锋利的小手术刀：你对自己平常繁杂的分别念、睡眠等，不视为障碍，难道诸圣者的善说会成为障碍吗？一刀便切除了他们那邪念的肿块，使他们顿觉无比轻松。

这些虽算不上是邪见病，也可以说是一种偏见病吧。若不谨慎预防，及时治疗，必将不断恶化，成为邪见病。

以我所作的这一小甘露丸的善根，愿五湖四海所有畅览密法花园、患邪见病的王子们早日康复，继续自由自在地品享意传加持的妙香。

我之智慧宝库中，珍藏龙钦祖传药，  
此类苦恼诸患者，速来我处定疗救。

哈哈！

索达吉于公元 2000 年 10 月 16 日

帖子来源：[Re: 如何消除同修的疑虑](#)

### **9.11. 怎么做为菩萨还“有些会着魔”？还会“实则希求自我利益，对此魔众可侵扰损害”？**

问：怎么做为菩萨还“有些会着魔”？还会“实则希求自我利益，对此魔众可侵扰损害”？

辅导员 A 答：

“发了菩提心的菩萨，有些会着魔，有些不会着魔。”——这是指发了世俗菩提心的凡夫菩萨，因为没有智慧，尚会被魔左右。

“由于没有证达空性，表面上看似精进，实则希求自我利益，对此魔众可侵扰损害”——没有证达空性的缘故，以为“自我利益”实有可得，魔众有机可趁。

帖子来源：[Re: 怎么做为菩萨还“有些会着魔”和“希求自利”](#)

### **9.12. 亡者的“一七”从什么时候开始计算？**

问：亡者的“一七”从什么时候开始计算？

辅导员 A 答

一七是指死后的第七天，是从人死的那天算起。比如今天某人过世，今天就算头七的第一天，隔夜就是第二天。

帖子来源：[Re: 请教关于临终关怀](#)

### **9.13. “真正是作了一次大放生”是什么意思呢？**

问：“真正是作了一次大放生”是什么意思呢？

辅导员 A 答

**放生**——将众生从屠刀下拯救，以念咒、加持等为它们种下解脱的种子，给予它们生命和自由，让它们获得暂时的安乐和究竟的佛果。

**降伏**——以大悲菩提心，用强制性的方法制止魔众造业，将其送往清净刹土，令其获得暂时的安乐和究竟的佛果。

故降伏为大放生， 将其从三恶道无边无际的痛苦中解救， 予其新生。

帖子来源：[Re: 求解：《再谈放生》中的一点不明白](#)

### **9.14. 请教我们对待上师的教言的问题。**

问：1、大恩上师的法本里随处都在讲如何修行，为什么还会到处去问？

辅导员 A 答

这是一个普遍现象。平日修学很好的金刚道友心中也会有难解的疑问，没有机会问上师仁波切，会在有机会的时候问其他成就者。

问：2、我开始反观自己对大恩上师所讲的法义究竟受持了多少？

辅导员 A 答

我们受持大恩上师的法义是一个很长的过程。因为这是相续的改变，相续的改变是很缓慢的。我们会终其一生在受用大恩上师所讲的法义，时时有新的认同，心中每有所获，都会再再思念上师仁波切恩德，对大恩上师感恩之心日渐无法言表，深深刻入。

帖子来源：[Re: 一点感慨](#)

问：3、周围的道友们有多少人会四处问这样的问题？

## 辅导员 A 答

绝大多数。但是，等到有一天，我们相续中对道次第生起了定解，也做好了一切修行的准备。这时，我们只是不想离开坐垫，而不是四处寻觅了。

帖子来源：[Re:一点感慨](#)

### **9.15. 博客上匿名访客关于法王如意宝对苯波的评价是否属实？**

问：博客上匿名访客关于法王如意宝对苯波的评价是否属实？

## 辅导员 A 答

### 1、来源是否清净？。

看上去法王的话似乎有时间有地点，比较确凿，但是，哪里有记载？法王如意宝的心子们是否引用过？是否一脉相承？是否收录在法王如意宝的著作中出版？而且是由可靠的大德收入，出版。否则，任何人都可以说，法王如意宝在某年某月某日某地说过什么话。

### 2、以法抉择。

在我们不能确定有上述可靠来源的情况下，必须依法抉择。楼主说的这个问题，全知麦彭仁波切在《中观庄严论释》、上师仁波切在《中观庄严论解说》中都讲解过，慈城罗珠堪布也在其著述中明确涉及。见旧帖：

全知麦彭仁波切在《中观庄严论释》中说：“所谓的苯教,最初的来历应该是这样的：在最初此教根本没有兴盛之前，有一个藏族小孩着了魔,鬼使神差，忽然间通晓了供神供鬼的仪轨等，由此才逐渐越来越发展壮大了起来。在当今时代这一教派（苯教），也有将内教的所有宗派的名称偷梁换柱、取而代之、复制一个代用品的现象.....佛教的《中观》、《般若》、《戒律》、《俱舍》及密宗的一切论典与胜乐金刚、大威德金刚、橛金刚等诸本尊，以及绝地火、大手印、大圆满等等，在苯教中都有如法炮制的一个仿造品。

然而，苯教中依靠祈福、密咒等所出现的暂时利益也可能是佛菩萨的事业与幻化展示的，因为一切如来佛子善巧方便的行境不可思议之故，就像遍行魔王说法的奇迹一样。”

上师仁波切在讲解这段文字时说：

“苯教的所有见修行果理论、佛像、佛经，一切的一切全是利用了佛教的名词，利用了佛像、佛经，这是现在很多历史学家公认的事实。显宗的五部大论他们全有，密宗大圆满的名词、修法、本尊，和宁玛巴基本相同。他们把文殊，观音及佛经的名字全部改



掉，但佛像几乎一模一样。苯教《大藏经》也是从佛教《大藏经》改过来的，不依靠佛教他们根本无法建立他们的宗派。

苯教在藏地历史上有一定的势力，有些人为了民族团结，说苯教和佛教一样，这是非常不合理的。苯教除了个别人皈依佛法僧三宝外，不皈依佛教。”

**慈城罗珠堪布也有对有关苯教的开示：**

“既然苯教不是佛教，那么苯教能解脱吗？也许会有他们自己所说的解脱，但绝不会有佛教所讲的究竟解脱。如是因感如是果，因果不会错乱。除非是前一辈的苯教上师修持佛法，证悟后将修法传播下来，因为他的修证是从佛法而来，故而他证悟的成就会有佛教的境界。《藏传佛教简介》”

### 3、不讲谤任何外道

密乘戒中有不能诽谤外道宗派的戒条，因为佛菩萨也常常会化身在外道宗派中，度化不同根基的众生。

帖子来源：[Re:向辅导员老师求证](#)

### **9.16. 如何理解能量守恒不变和万法无常？**

问：如何理解能量守恒不变和万法无常？

**Feingray 答：**

能量恒定不变是 20 世纪之前物理学家的一个假设。实际上并非如此。

根据爱因斯坦的质能方程，质量和能量可以互换。而实际上，这也是另一个暂时的理论而已。能量只是一种人们用分别念假立的概念而已，并非真的存在某个实有的东西叫做能量，更不用说他守恒了。

不要企图用现代科学的某个发现来证明或者否定某件事物，现代科学毕竟只是一种随时都在变化的暂时理论，不是绝对真理。

帖子来源：[Re: 能量恒定不变与万法无常](#)

## 10. 随笔

### 10.1· 一滴蜜糖的故事

#### 一滴蜜糖的故事

**ruoge:**

有一天，一位旅人在荒野里行走，突然听到身后传来一阵凄厉的叫声。他回头一看，一头发了疯的大象正朝他冲了过来。

他慌忙撒腿就跑，发现前面有一口枯井。井边有一棵高大的树木，下垂的藤条正好垂向井中。

他大喜过望，连忙顺着藤蔓向井内溜去。

松了一口气后，他仔细地打量四周，发现有一条毒蛇正盘踞在井中，井壁还有四条毒蛇围着他，五条蛇都昂着头，向他吐着信子，好像随时都要向他发起攻击似的。

旅人大惊失色，赶紧朝上观看，只见黑白两只老鼠正在啃噬着他所紧攥着的藤条。

旅人进退维谷，只好听天由命。这时，突然有一滴甜甜的蜜汁滑入他的嘴中，他用舌头舐了舐，也感到一丝安慰。可是，顷刻间，一群蜜蜂倾窠而出，将他螫得体无完肤。

尽管疼痛难忍，旅人仍然紧紧抓住藤条不放。可是，不知什么时候，一把野火把藤条烧焦了，旅人的性命已经危在旦夕……

这则寓言出自佛教典籍《杂宝藏经》，释尊借这则故事来比喻人的命运。荒野是迷茫的世界，旅人为众生，疯狂的大象象征无常的暴风雨，井中是人世，树代表人的生命，井底的毒蛇象征死亡，四条毒蛇是构成身体的四大要素，黑白两色的老鼠代表夜与昼，蜂蜜是快乐，蜜蜂指的是彻悟，而野火则用来比喻疾病和衰老。

这则故事暗示我们每天都会遭到无常的风雨的侵袭，因迷惘和烦恼而感到痛苦，最后死于疾病和衰老。

帖子来源：[一滴蜜糖的故事](#)

## 11. 名相术语

### 11.1 A - E

#### **B-1. 本体**

#### **B-2. 本传上师**

#### **C-1. 持明果位**

#### **D-1. “断证功德”**

#### **B-7. 本体**

问：请阐述一下对“本体”一词的理解：

辅导员 A 答：

本体是世界万物具有的一般规定、一般规律、一般性能、一般本质。

有名言的本体，胜义的本体。

如《入中论日光疏》：

“有情世间都是刹那生灭的无常本体”；“前者建立外境是心的本体，而心的本体就是自性光明《日光疏》”。

前两句揭示的是名言实相中刹那无常、万法唯心的本体，后一句宣说的第三种法轮所阐释的心的胜义本体。

帖子来源：[请求开释](#)

#### **B-2. 本传上师**

问：“本传上师”的意思是什么？

辅导员 A 答

##### 一、本传上师

本宗根本传承上师之义。

又：“总集皈处邬金金刚持，白红寂悦执持杵盖（托巴）瓶，圆满报饰双运措嘉母，身圆自生续部之坛城，**本传上师**空行守誓等，安住如同解开芝麻荚……”

《前行》云：“念修金刚萨埵的时候观想为总集珍宝式，也就是一切根本传承上师集于上师金刚萨埵一身中；”

又：“凡是当亲眼看见万事万物，心里首先观想：供养三宝、供养根本传承上师。”

帖子来源：[Re: 问几个名词意思](#)

### **C-7· 持明果位**

问：“持明果位”是什么？

辅导员 ▲ 答

#### **持明果位**

“依照全知无垢光尊者的观点，安住大资粮道边际者，身体还没有成熟为本尊身，心已成熟为本尊身，即是**异熟持明**；之后见道是**大手印持明**，身体成为澄清以后寿命得以自在，胜法位道圆满，即是**寿自在持明**；如果没有得到寿自在，那么在即生当中证得见道，中阴越到二地，后得起现有学双运境界，一直到十地末际以上是**大手印持明**，达到究竟现前佛地，即是**任运持明**。

安住于以上四种持明地者，就是大瑜伽续的勇士勇母，也就是持明内僧众。《前行备忘录》”

帖子来源：[Re: 问几个名词意思](#)

辅导员 ▲ 答

关于四持明，有不同的安立，比如，索巴派诸位上师的观点承认四持明是见修道及末道所摄，不承认包括资粮道加行道与无学道。他们承认钝根者心成熟为天尊，身体仍旧未脱离异熟之网的见道异熟持明以及身心二者均解脱为光明本尊而获证无生无死寿持明的见道寿自在持明。

这里是按照自宗传承上师全知法王龙钦巴尊者的观点，依其观点，四持明和五道对应的次第是：

“**异熟持明是究竟资粮道加行道所摄，寿自在持明为见道所摄，大手印持明为修道所摄，任运持明则是无学道所摄，因而 承许四持明为圆满五道所摄。**（上师仁波切翻译的《三戒论》）”

帖子来源：[Re: 问几个名词意思](#)

## **D-7·“断证功德”**

问：“断证功德”怎么理解？

辅导员 A 答

断指断尽一切烦恼，所有的烦恼可以包括在二障中，《日光疏》云：“诸佛由得一切种智之力，速疾永断贪等一切烦恼及诸习气，彻底灭尽了二障种子。”

证之功德可以归摄为甚深、广大二种。《日光疏》云：“其甚深者，谓性空之法身或本基法界之性，及有学道菩萨以无漏智慧修证空性所通达的境界。广大者，谓十 一地、十力、十八不共法等无量功德。”

[Re: 请问辅导员老师问题之一](#)

### L- 7. 轮涅平等周遍

问：轮涅平等周遍什么意思？

辅导员答：

《定解宝灯论讲记》云：“**何为大平等**？《中观六论》中抉择的远离一切戏论的大空性，也即此处所谓的大平等。”

“**周遍**”：“表示所有显现的自体是周遍空性的，只要是空性就必定会显现……现、空二者恒时周遍，无论从空、现哪一方面进行衡量，这一点都是决定真实的。《定解宝灯论讲记》”

“**轮涅平等周遍**”是指轮回和涅槃的一切清净不清净的法都是现空双运的本性。

轮回和涅槃从显现而言平等：如阳焰水，仅就显现许方存在；空性平等：如色法无自性，如广阔的虚空。

帖子来源：[Re: 请教辅导员，师兄们](#)

## 11.4 R - T

### **S-1. 食子**

### S- **2. 随眠习气**

### S- **3. 四无色”和“四静虑”**

### **T-1. 胎位七处**

### **S- 7. 食子**

问：食子是什么？

辅导员 A 答：

食子是藏传佛教中，以糌粑或熟麦粉作成，用以供养佛菩萨、本尊或诸神施食众鬼的食品。又称“朵马、多玛”。藏语“多”字意义为“放”，即为供养并献出之义。“玛”字为“地”或“母”之意义，即一切普及，无所不载之谓。

如果你不是主修本尊，不妨以饼干、水果、蛋糕来当做食子献供，也相当好。很多格西、行者也都以饼干来替代。

据说，嘉瓦喇嘛尊者所主持的某次荟供中，有人供养一个大蛋糕。嘉瓦喇嘛尊者说：“喔！相当好，这是真正的荟供，因为这个蛋糕的每一部份，都可以吃下去！若是换成食子，则只能吃下一部份。”

帖子来源：[Re: 请教：堪布阿琼仁波切密传](#)

### **2. 随眠习气**

问：“随眠习气”怎么理解？

辅导员 A 答

是指烦恼的种子或习气。习气则指尚未现行，储存在阿赖耶中的烦恼的种子。一旦因缘成熟，就会现行。在种子和习气同时存在的情况下，习气比种子细微。



按《俱舍论》：随眠有两个解释，一是解释为总的烦恼，一是指烦恼的支分。在这里，随眠是指总的烦恼。

帖子来源：[Re: 请问辅导员老师问题之一](#)

### **3· 四无色”和“四静虑”**

问：“四无色”和“四静虑”是指什么？

辅导员 A 答

四无色是指无色界的四种禅定：即空无边处定、识无边处定、无所有处定、非想非非想处定。

四静虑是指色界的四禅。

《入中论》云：“四静虑无量，及余无色定，正觉说彼等，自相为无嗔。”《日光疏》云：“色界的四静虑禅、四无量心及其余的四无色定，无上正等正觉佛陀说 彼等的自相为无有嗔恚。亦唯有依靠平静无动的心境才能呈现出十二门禅境功德。”

帖子来源：[Re: 请问辅导员老师问题之一](#)

### **T-1· 胎位七处**

问：“胎位七处”是什么？

辅导员 A 答

《前行广释》云：“于七七日中依次形成凝酪、膜疱等胎位七处，直至身体在母胎中形成。”

《心性休息》介绍胎位七处云：

中阴意识进入父母交媾白红明点融合之中，最初的七天形成如水银般荡荡悠悠的凝酪，第二个七日形成如柳絮、鼻涕状的膜疱，第三个七日成为如拇指形的血肉，第四个七日成为如蛋形的坚肉，第五个七日形成如莲花瓣状的支节，第六个七日如鱼形，第七个七日如乌龟状……

帖子来源: [Re: 请教两个问题: 一、胎位七处? 二、谁能做一个屏幕保护程序, 有关宁玛派的?](#)

## 12. 小组学习

### 12.1· 如何提高共修质量？

问：如何提高共修质量的问题？

**Feingray 答：**

我觉得真正提高大家对共修的兴趣，各种形式当然也重要，但是最重要的是能够让大家对法义真正理解，从而产生希求之心，因此如果要想小组共修质量好，最重要的是要有人能够首先自己好好的理解法义，然后从各个角度剖析组员可能有的疑惑和习气，在共修的时候予以遣除，让大家生起法喜，如此才能真正的提高共修质量，其他的都为辅助。

帖子来源：[Re: 如何提高共修质量的问题？](#)

**辅导员 A 答：**

前帖，feingray 主要从组织者的角度，这里，从参与者的角度，提高共修质量是每个道友的责任。

共修的质量首先要求每个道友都在这一周中认真听闻和阅读了光碟和法本，并仔细准备了这一课中的疑点、难点和思考题中应该予以挖掘的部分，及自己对这个问题的独特的理解和体会，而后参与讨论。如果有人没有做这些应该做的工作，来参加共修，他不会知道道友在说什么，也不会从道友的讨论中得到什么，更不会自己上麦参加讨论。

而我们的疑虑正是其他人的疑虑，我们的深入思维，能给其他道友带来启迪，即便是我们已经生起信解，但如果是一个能提升绝大多数人对上师三宝和佛法产生信心和定解的主题，我们也应该从多方面来契入，力求能够再再串习，稳固。

所以，所有参加共修的道友，切勿认为共修的好坏仅仅和组织者有关，组织者是一个方面，另一方面，我们每个人都应以主人翁的态度，考虑到这个集体中所有人的利益，而尽自己的微薄的能力。

帖子来源：[Re: 如何提高共修质量的问题？](#)

**Feingray 答：**

共修仅仅依靠某一个组长或者辅导员是不现实的。每个人都应该参与其中，共修前认真思考学习，共修的时候尽量能够将自己的理解传达给他人，即是自己没有特别的理解，哪怕是积极的挖掘自己的疑惑，将自己的疑惑提出来，也能够帮助他人暴露自相续中一些隐含的疑惑。

帖子来源: [Re: 如何提高共修质量的问题?](#)

**辅导员 A 答:**

如果没有人能够辅导, 可以由组长组织讨论, 而不是念书。学员如果觉得共修的形式过于沉闷, 不能调动大家的热情和兴趣, 应该向组长提出, 或向负责该地区的法师建议。一个没有声音的人肯定是什么都得不到的。我们应想尽各种方法使大家得到共修的利益, 而不是以一种无可奈何的, 痛苦应付的心去参加共修, 或以各种理由不参加共修。除了地区大组长、小组长外, 我们每个人都应该为大家的利益尽力而为。

帖子来源: [Re: 如何提高共修质量的问题?](#)

**Feingray 答:**

如果他们是觉得其他学员的发言和水平不如自己, 那么他们自己可以充当辅导他人的角色。

如果其他学员的发言和自己水平差不多, 那么还是会有利益的, 因为每个人看问题的角度有很大的差别, 应该能够互相启发, 只要大家本着互相学习的态度。

帖子来源: [Re: 如何提高共修质量的问题?](#)