

活着是一种修行

索达吉堪布 · 开示



开示
28

LIVE YOUR DAILY LIFE AS
YOUR DAILY PRACTICE

活着是一种修行

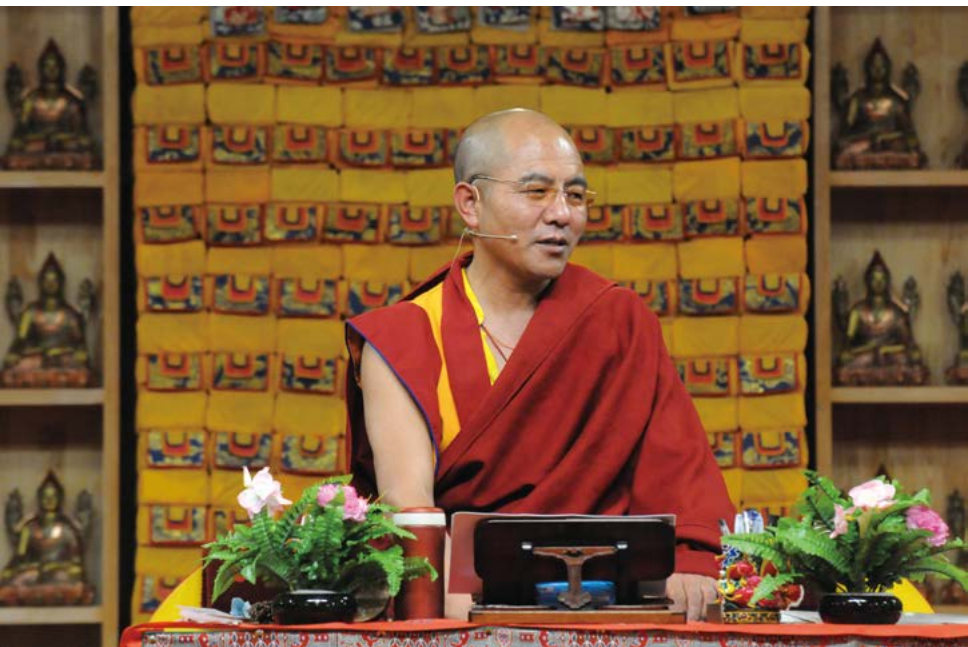
索达吉堪布·开示

传讲日期：2007—2009年

版本：2023年12月

目 录

002	第一次传授《教诲天人甘露》
028	传授《快乐之歌》
058	第二次传授《教诲天人甘露》
090	修行的几个小窍诀
111	灾难无情 人有情
139	金刚萨埵怎么修
166	发普贤大愿精进行善
188	加行一定要修
212	儿童读经
245	上师瑜伽的重要性
272	新年怎么过
303	新学期的课程安排
331	2009年金刚萨埵法会开示



第一次传授《教诲天人甘露》

2007年6月24日

今天的因缘很殊胜，大家在此一起交流佛法。首先，我简单地说一下菩提网络佛学院的考试情况，以及下一阶段的学修安排，然后给大家传讲法王如意宝的教言《教诲天人甘露》，最后是问答环节。

星期天本来是休息的日子，但道友們依然愿意抽出时间来学习佛法，我个人也是如此，因为我们有着共同的目标：通过学习来通达佛法的殊胜教义，改变自己的心态和行为。

各位道友以后在任何场合中，都应该把所听受的教言及问答内容记录下来，以便更好地领会。虽然我

的回答未必尽善尽美，但如果当时你明白了，过后却又忘记了，这样对彼此来说都是在浪费时间，意义并不是很大。我在一些学校里讲课时，他们会把我所讲到的教证、理证以及我的看法全都记录下来，这样的交流才有意义。但有些人提问，这次我给他讲一遍，下次他又问我一遍，这样好像没有什么价值。

《大圆满前行》考试总结

最近，我们在网络上举行了一次《大圆满前行》考试。刚开始学习这部论时，报名的人非常多，中间有少数人退下去，但大部分人坚持学完了，在这半年里学了 180 多堂课。

学完之后，我们组织了一次考试，但只有 11% 左右的学员参加了，人数占比很少，不是很理想。原因是什么呢？我从多方面了解到，很多道友在报名时非

常热情，不仅报了《大圆满前行》，还报了《量理宝藏论》《入行论》等课程，但真正学习的时候，发现时间根本不够用，虽然勉强坚持下来，但是学得并不扎实，所以没有勇气参加考试。因此，希望大家以后报名的时候，一定要深思熟虑，并不是每一门课都必须报。

刚开始的时候，学习因明的人比较多，虽然后来有少部分人退学了，但还是有相当一部分人坚持下来，基本每天都听一两堂课，这种精神非常可嘉。我们学院也有很多好学的修行人，他们每天要上好几堂课。末法时代，人的思想比较复杂，心也比较散乱，在这种环境下能坚持闻思修，可以说非常难得。

《大圆满前行》的考试成绩出来了：第一名，113分；第二名，113分；第三名，112分。在这么多的道友当中获得了前三名，我们应该随喜赞叹他们！

不管学什么知识，都应该尽量参加考试。因为考试会让你有一种不共的压力，有了这种压力，才会学得比较扎实。要知道，现在没有一所学校是不要求考试的，佛学院也不例外。

从这次考试来看，一方面，我们以后会根据大家的能力、时间和精力来安排课程，不然课程太多的话，恐怕有些人很难学修圆满；另一方面，现在的这种学习方式非常好，希望你们能够坚持下去。从我个人来讲，也会将网络弘法作为重点来抓。这样道友们可以毫不费力地在家就能听到佛法，对真正希求佛法的人来说，这个机会非常难得。虽然我的琐事比较多，但也会尽量为你们创造学习的条件。

总之，在这么长的时间里，大家都能认真地学完《大圆满前行》，也有相当一部分道友获得了令人满意的成绩，非常值得赞叹！其实，大家愿意学习，愿意参加考试，这就是你们不共的一个成就。

下一阶段的学修安排

1. 《入行论》的考试安排

八月中旬，我们将进行一次《入行论》的考试，因为这部论我们已经快学完五本书了。这次考试分开卷和闭卷两种方式。道友们可以在当地参加考试，如果不具备这种条件，也可以参加七月底的网络考试。当然，最少要几个人一起考，实在不行再单独安排。

希望每一位道友都能参加考试，检验一下自己到底学得如何。就我个人而言，讲完一部法后，如果大家愿意参加考试，我心里就感到非常欣慰，也能了解到每个人的学习态度以及对佛法的接受能力。

在以后的学习过程中，如果你们实在没有时间，就不要接太多的法、见太多的上师，否则自己会“消化”不了，还会跟工作和生活产生冲突，陷入进退两

难的境地。选择学哪一门课程时，最好是经过深思熟虑后再做决定。

2. 《二规教言论》的课程报名

很多道友希望《二规教言论》的音视和视频能在网上公布。我们再三考虑之后，决定在八月底或九月初公布。愿意学习的道友请提前做好准备，到时可以在网上报名。

3. 《量理宝藏论》的考试安排

八月底或九月初，我们将进行一次《量理宝藏论》的考试。这部论还有最后几堂课，讲完后我的任务就完成了，而你们的任务完成了多少呢？虽然我不清楚具体情况，但也大致知道有些人学习虎头蛇尾；有些人学习非常精进，并持之以恒，非常值得赞叹。

不管怎样，希望你们这次能提前复习。《大圆满前行》考试和《入行论》考试都没有参加的道友，如果你的智慧比较不错，对因明逻辑也比较感兴趣，可以为这次考试做一些准备。

世间人为了自己的功名利禄，尚且每日奔波劳碌，我们为了如此殊胜的佛法，更应该努力精进。当然，今天在场的道友都非常不错。如果我住在大城市里，会不会像你们一样精进呢？也很难说。虽然你们身处恶劣环境，周围很多人不信佛教，甚至反对，但大家不仅没有退失信心，而且还能不断地学习，实在难能可贵！

我希望大家在学习佛法上，有一个长期的规划，多学习一些法义。现在很多人不懂什么是真正的佛法，所以行为上也不太如理。

祈祷莲花生大士的加持

当修行人遇到违缘的时候，或者为了遣除未来修行道路上的障碍，可以持诵莲花生大士的心咒或祈祷文。在末法时代，祈祷莲师相当重要，因为莲花生大士的心咒和祈祷文加持力非常大。

现在很多人想好好修行，做一个合格的修行人，但却经常在工作、生活和感情上遇到重大违缘，这些严重障碍了闻思修行。而末法时代的种种违缘，依靠莲花生大士的加持可以遣除。这并非我个人分别念的臆造，而是佛陀在经典续部中再三授记、宣说的。

大家平时要多念莲师心咒，祈祷莲花生大士的加持，以此遣除生活和修行中的所有违缘，最终真正认识心的本性。尤其在密宗中，想要认识自心的本性，必须依靠上师的功德力和加持力，也就是弟子借助上师的直指方法来认识心的本来面目。其实，很多人都

想获得开悟、脱离轮回，却又总感觉力不从心，而依靠莲花生大士的意传加持，的确可以圆满一切所愿。

学密宗的道友，当然平时要多念莲师心咒；而学净土宗、禅宗的道友，也可以一边学净土宗或禅宗，一边念莲师心咒，这两者完全不相违。要知道，在末法时代，很多违缘通过祈祷莲花生大士才能遣除。

从小到现在，我一直对莲花生大士有着不共的信心。我感觉自己的修行比较顺利，各方面没有出现种种违缘，这与莲花生大士的加持是分不开的。因此，我今天再次提醒大家，一定要好好地祈祷莲花生大士。

下面，我给大家念一下《金刚七句祈祷文》的传承。

（堪布念传承）

这个祈祷文，谁都可以念诵，随时随地都可以

念，白天晚上都可以念。至少念三遍以后，再随力念诵莲师心咒。在藏地，念诵莲师心咒几千万遍、上亿遍的修行人相当多。如今在东西方的各个国家中，祈祷莲花生大士的修行人也非常多。

总之，不管是谁，如果对莲花生大士有一种不共的信心，一定可以遣除修行过程中的种种违缘。

讲解《教诲天人甘露》

法王如意宝的《教诲天人甘露》目前只有藏文，还没有被翻译成汉文。除了这个教言以外，法王如意宝的其他教言，我也想逐渐翻译成汉文。如果一个月里集中一两次念诵传承，这样一两年下来，你们就能得到很多传承，而我也能用上师的教言来时时提醒自己，内心也有了依靠。

（堪布一边念传承，一边简单翻译）

在《教诲天人甘露》中，法王如意宝主要讲了四个教言：

第一，依止善知识，依止善知识是修行之道的根本。

第二，闻思佛法，闻思佛法是增上功德的助缘。

第三，守持清净戒律，清净戒律是一切利乐的源泉。

第四，修持等持，修持等持是获得圣果的根本因。

具体而言，一、依止上师时，要像爱护自己眼目和心脏一样全身心对待，经常赞叹上师、承侍上师，并且依教奉行；二、要闻思浩如烟海的显密佛法，通过长期闻思逐渐遣除内心的黑暗，圆满福德资粮和智慧资粮；三、如果守持清净戒律，即便没有其他功德，世间的一切功德也会自然而然获得，最后一定会

踏上菩提妙道；四、如果没有实地修持，则不可能断除烦恼，就像没有喝水就不能解渴一样。修行的时候，首先修人身难得、寿命无常、轮回痛苦和因果不虚，然后再修皈依、发心、生起次第、圆满次第以及大圆满。

以上内容，是全知无垢光尊者《大圆满心性休息大车疏》中的教言，在此归纳出来给大家宣讲。

这就是法王如意宝《教诲天人甘露》中的四种教言。有些细节我没有翻译，但大概的内容大家一定要记住。

1. 依止善知识

第一，依止善知识的时候不要东奔西跑。我一直强调，以前依止过的善知识，大家不要舍弃，既然已经依止了，就应该尽心尽力地承侍。现在很多人在这

方面问题比较大，最后给自己和他人带来痛苦，这样做很不如法。

2. 闻思佛法

第二，尽量多闻思佛法，不要只做形象上的佛教徒。现在大多数佛教徒不爱闻思，喜欢做一些形象上的仪轨或佛事，只图表面上的热闹，但其实这些并不是特别重要。

3. 守持清净戒律

第三，尽量守持戒律。作为在家人，也应该守持清净的戒律，至少受持五戒中的一条。如果能够受持五戒，即生当中就能获得现世的安乐。

如今末法时代，很多众生的行为相当不如法，尤其是物质条件比较优越的人，行为反而更加可怕。很

多人不守持戒律，行为没有约束，连世间法的规矩都违越了，更不用说出世间的修行了。在这种环境下，如果能以佛教的戒律来约束自相续，从世间来讲，对家庭和社会都有很大的利益；从出世间来讲，能让我们生生世世不离佛法，最终获得真正的解脱。

4. 修持等持

第四，精进地实地修持。大家不要说大话：“我马上要修大圆满最高境界。”不要一开始就修大法，应该从基础的四加行、五加行开始修持，这一点非常重要。

希望大家每天都不要离开闻思修行，哪怕很短的时间也要利用起来。一位观世音菩萨化现的上师在他的自传中说，他每天早上三点左右起床，然后磕些大头，再去做其他事情。其实，这种精进谁都可以做到。在大城市生活的你们，也应该起早一点，起来

后好好地磕大头、禅修，那个时候也没有其他人的干扰。

现在的人实在是太不精进、太懒散了，白天为了工作和其他世间法而忙碌，晚上一直迷迷糊糊地睡着。人生短短几十年，全部在无有意义的琐事中耗尽，真是令人遗憾！世间的财富、地位等，很多东西没有任何实义，大家应该把时间尽量用在佛法方面，这是我内心其中的一个希望。如果你们觉得这个忠告有益，那么就接受它；如果觉得多此一举，那么尽可以舍弃，这对我不会有任何损害。

现场互动

◎ 问：有些学员是学净土的，平时习惯念阿弥陀佛，吃饭、走路、睡梦中都在念。现在要求念四十万遍金刚萨埵心咒，感觉有点不习惯。在这种情况下，是专念一个好，还是两个都念？

堪布：学净土宗的人念金刚萨埵心咒，一点都不相违。以前很多上师的教言中也说过，学净土宗的人，最好念一些密宗的咒语来进行忏悔。至于原因，你们如果读过《无量寿经》就会发现，其中都有提及造五无间罪和舍法罪的人不能往生极乐世界。而要清净这两种罪业，依靠佛经和传承上师的教言，一定要念四十万遍以上的金刚萨埵心咒。

在行住坐卧当中，你能一直念佛当然很好，但除

此之外，还是要在特定的时间内念四十万遍金刚萨埵心咒。

总之，没有必要只念心咒而不念佛号，也没有必要只念佛号而不念心咒。虽然每位上师的教言不同，但我觉得都念比较保险。因此，希望大家既念心咒又念佛号，这样做与显密的教言或传承上师的窍诀一点都不相违。

⊙ 问：我家孩子正在读初二，学习成绩一般，比较贪玩。《入行论》中要求我们观无常、消除贪嗔痴，那么我该让孩子拼命学习、出人头地，还是让他出家念佛学院，应该引导孩子走哪条路？

堪布：作为父母，一定先要让孩子读书。虽然观无常、消除贪嗔痴对我们来说很重要，但也要对家人和孩子负责。一方面，要让孩子学习世间的知识；另一方面，由于现在学校普遍缺乏慈悲、无常的教育，

缺乏人生观、价值观的引导，所以父母应该从小给孩子灌输这些理念。实际上，不仅是佛教，任何一个人对具有慈悲心的人都会赞叹。

现在的孩子，有些没有书读很可惜，有些虽然读了书，却没有慈悲的观念，也非常可惜。当然，也没有必要很早就把孩子送到寺院或佛学院，这也不太现实。但是，父母应该把佛教的理念在这些青春期的孩子耳边一再地宣说，虽然他当时不一定能完全接受，但会对他的一生起到潜移默化的作用。只有这样做，孩子才会有一个光明、圆满的前途。

◎ 问：请您为我传皈依，希望我将来能够利益众生。

堪布：以前没有皈依过的道友，这次可以一起皈依。皈依的时候，你们要在心里观想：在诸佛菩萨面前，我为了利益一切众生而皈依。

（堪布传授皈依戒）

我们要经常发愿利益众生，这一点真的非常重要。也就是说，大家随时随地都要想：我活着的目的，并不是为了自己的生活和家庭，而是为了多做一些利益众生的事情，今生乃至生生世世，都要成为帮助众生的人，哪怕变成牦牛等旁生，也要饶益众生。这是我等本师释迦牟尼佛在因地时发愿的唯一核心。

希望大家都能如是发愿，共同发愿的力量不可思议，总有一天我们的相续中会生起真实无伪的出离心和菩提心。

◎ 问：现在学佛的大学生越来越多，请问您对他们有什么特别的忠告与期望？

堪布：你说得很对，现在国内外的高等学府中，学习佛法的大学生确实越来越多。这是因为佛教与其他宗教不同，如果运用智慧深入细致地去分析观察

它，的确无法从中找出任何过错，所以很多大学生都愿意学习佛法。

我希望他们在完成学业的同时，尽量多思考、多研究佛教的一些甚深教言。其实，学习佛法不仅有利于家庭和谐、社会和谐，而且还能给我们的人生带来新的转变。为什么呢？不学佛的人在生活中遇到困难时，即便他的学识再高、本领再大，有时也没办法面对这些痛苦；而一个学佛的人，即便他的文化水平不是很高，也可以轻松地面对。所以，我非常希望大学生以及知识分子们先从佛教理论下手，慢慢了解之后，再去实地修持佛教的甘露妙法，这样对全人类乃至地球上的所有众生，都有很大的利益。

⊙ 问：我在大学学的是传媒专业，希望将来可以利用网络媒体来弘扬佛法，请问怎样做比较如法？

堪布：你有这样的发心，我觉得非常好。如果有

能力给别人开示佛教的道理，当然是最好不过的；如果没有这种能力，也可以通过其他方法帮助他人学习佛法。

如今这个时代，利用网络转变自相续的修行人有很多，但也有些人整天沉迷于无意义的网络活动，在贪、嗔、痴的浑水中无法自拔，这种可怜众生也比比皆是。所以，我觉得通过网络来传播佛法是一个非常好的方法。

◎ 问：为什么上师的恩德会超过佛陀呢？

堪布：其实，这种观点并非藏传佛教独有。汉传佛经中记载，有一天，阿难尊者请教佛陀：“世尊，善知识在我们修行过程中，是否能够起到一半的作用？”佛陀回答说：“阿难你错了，善知识所起的作用，不是一半，而是全部。”

由此可见，所有的佛法教义，都要依靠善知识才

能了知。虽然佛陀已经来到人间转了法轮，慈悲地宣讲了八万四千法门，最后示现涅槃，但我们还是没有得到解脱。而现在依靠善知识的慈悲摄受，我们才有了听闻佛法、获得解脱的机会，从这个角度来说，善知识的恩德已经超过了佛陀。

从世间的角度来讲，虽然父母对我们有养育之恩，在生活上也给予很大帮助，但从真正意义上讲，善知识才是我们的救命恩人，他的恩德超过了父母。

藏传佛教中所有不共的教言，只不过是提法上有所不同而已，实际上可以在佛经中一一找到教证。

◎ 问：可以自己刻光盘、请教材吗？

堪布：可以。

◎ 问：花钱让他人代自己修五加行，或者花钱让僧众代念心咒，自相续能得到利益吗？

堪布：自己花钱请僧众念咒，确实有一定的功德。但是我们修加行，是为了自己内心中真正生起皈依心、菩提心等。加行的每一项修法，都需要修满一定数量，并且需要不断地串习，如此才能提升自己的境界。

对于“给多少钱就不用修加行”的说法，我们并不赞叹。为什么呢？因为从无垢光尊者到现在的传承上师，从未有过这样的规矩。这种做法与修法传统相违背，所以是不合理的。如果已经发愿要修五加行，最好还是自己修完。

◎ 问：对自己生起嗔恨心，是否失毁菩萨戒？

堪布：这一点在经论当中没有很明确的说法。

有些经论中说，对烧火时溅起的火星等无情物，都不应该生起嗔恨心，那对有情物不能生嗔恨，就更不用说了。所以，对自己生嗔恨心也有过失，但不一

定会毁坏所有的善根。

⊙ 问：最初的业力从何而来，又是如何形成的？

堪布：心本来是光明的、无垢染的，但因众生有了暂时的无明，从而起惑造业感受果报。

弥勒菩萨在《宝性论》中专门讲过一个比喻：虚空是无为法，而乌云是突然出现在虚空当中；同样，心性本来是无垢光明的，但是以偶尔的因缘，暂时出现了贪嗔痴等烦恼客尘，遮障了心的本性。

总之，从心的光明本体来讲，没有任何垢染，但在某些因缘之下，无明暂时形成，就相当于乌云一样。

⊙ 问：请您为我们传授金刚橛心咒。

堪布：末法时代，念金刚橛心咒、莲师心咒的功

德相当大。当修行过程中出现违缘时，可以念这两个心咒来遣除违缘。

（堪布念传承）

结语

今天的网络交流已经圆满结束，大家都比较遵守课堂纪律，非常感谢！

希望你们能够好好发心、精进修学。我也会在远方祈祷上师三宝、祈祷法王如意宝，愿上师三宝的加持时时刻刻融入你们的心，让你们永不退失对佛法的信心，今生来世都获得快乐并利益众生。



传授《快乐之歌》

2007年9月29日

今天交流的内容，主要是给大家简单讲一下藏地无著菩萨的《快乐之歌》，另外再讲一下近期的学修安排。

学习并弘扬《入行论》

最近，我们一直在忙《入行论》期中考试的后续工作，包括批改卷子、总结成绩、分发奖品等。各地交来的卷子，我们都很慎重地对待。我们这边有一百多位法师集中在一起批卷子，投入了大量的时间和精力，每份卷子有二十多位法师批阅。大家在学习上都很下功夫，这份成绩单来之不易，所以在批卷子的过

程中，我们也会认真负责，给大家一个公正合理的分数。

现在各地的考试成绩已经出来了，大多数人考得很不错。过段时间，我们会把成绩公布出来，然后还会给大家发一些加持品。虽然满足每个人的要求有一定的困难——即便是释迦牟尼佛在世的时候，让所有人都满意也是不可能的，但我们还是非常认真地做了一些工作。我个人也是如此，白天晚上连轴转。

大家应该清楚，考试并不是为了一个分数，也不是为了得奖。考试最大的目的，是让我们的相续中对大乘佛法生起坚定不移的信心，对之前未掌握的内容有进一步的深入了解。这次考试许多道友都参加了，对此我深感欣慰，非常感谢大家。极个别人因为种种原因没有参加考试，十月底还有一次补考的机会，希望大家可以弥补这个遗憾。

世间的考试，我们已经参加过无数次，但出世

间的、真正以解脱为目的的考试，大多数人都没有参加过。所以，这个机会非常难得，至少会在自相续中种下善根，希望大家能把学习《入行论》放在首要位置。

如果我只是在菩提讲堂里露个面，或者到城市中跟大家见见面，意义不是很大。最重要的是什么呢？就是大家认真、系统地学习《入行论》。如果在座各位对喇荣佛学院、对法王如意宝有虔诚的信心，并且想从我这里获得利益的话，那么学习《入行论》是最好的一种途径。

在弘扬《入行论》的过程中，有个别的地区负责人产生了厌倦心，每天都觉得很累。我希望你们能够发起菩提心，不要遇到一点小事就怯懦，从而退失信心；也希望各地的负责人、法师和辅导员能够认真地弘扬佛法，这对你们来说是一个非常难得的机会。当然，末法时代的众生刚强难化，有些言行不如

法也是正常的，但对我来讲，我不会因此就退失，希望你们也不要轻易退失。

国庆佳节莫杀生

后天就是国庆节了，大多数人可能认为，应该欢乐地度过这个假期，但在这个过程中，恐怕会有无数生命惨遭杀害。事实上，我们在寻求快乐的同时，也应该考虑其他生命的感受，最好是戒杀吃素，尽量不要杀害其他众生。另外，大家还应该力劝自己的亲人眷属、同事朋友等，让他们不要杀生，尽量吃素行善。

国庆节期间，很多年轻人会把钱花在没有意义的事情上，比如观光旅游、吃吃喝喝。这对我们佛教徒来讲，是一种很大的浪费。在此期间，大家应该好好复习，好好修行。如果可以闭关七天，那是最好不过的。前一阵，我闭关了一个月，感觉非常殊胜，过段

时间，我打算再闭关一两个月。你们大城市里的年轻人，恐怕很难有真正的闭关的机会，但是若能在短暂的时间中闭关，哪怕六七天或者三天，也会有种不一样的感觉。

我希望在国庆节期间，大家不要将财富、时间和精力全部浪费掉，甚至连平常有规律的学习计划也打破，这样很不值得。我们学院里的这些法师，对其他事情不是很重视，唯一重视的就是学习大乘论典，这一点值得大家随学。

近期学修安排

1. 背诵《佛子行》

凡是今天在菩提讲堂听课的道友，我对你们有个要求，希望每个人都能做到。前段时间，我在佛学院

讲课时也提过这个要求，就是让大家背诵无著菩萨的《佛子行》。其实这不难做到。

《佛子行》是将所有大乘教义归纳而成的菩提妙法、甘露教言，对大乘修行人来讲非常重要。以前，法王如意宝在世时，曾要求佛学院的所有常住道友必须背诵《佛子行》。后来，法王如意宝受邀前往国内外很多寺院、道场传法时，也都要求他们学习、背诵这部论典。

前段时间，我在学院里给大家讲过《佛子行》。现在，我要求今晚来到菩提讲堂的所有道友，除了文盲和老年人以外，其他人最好在两个月之内背下来。如果你连这一点都做不到，那可能不是一个虔诚的佛教徒。其他方面，我对你们也没有什么索求，包括财富、名声、地位等等，这些我一点也不希求，但在佛法的闻思修方面，我还是有所求的。如果以后有因缘见面，我会问：“你背诵《佛子行》了吗？”

如果背诵《入行论》的话，对你们来说可能会有一定的困难，因为颂词特别多。但事实上，很多城市里的修行人也在背，有些人背到第七品，有些人背到第八品，也有一些人全部背完了。从去年开讲到现在，很多居士表现出不错的信心和学修状态。

网上有《佛子行》的电子版，你们可以自行下载，一定要把它背下来。如果连三十七个颂词也背不出来，那么我们在菩提讲堂的交流，就真的成了一种世间的聊天。你们也感觉得到，在城市里面，有些人的闻思修行完全成了表面形象，实际上根本没有下功夫，也没有投入时间和精力，这是非常不合理的。

既然你们选择来到菩提讲堂，那就应该有一点收获，得到一些利益，而这需要依靠双方的付出。如果我不努力，恐怕你们未必能得到利益，但我努力的同时，你们也需要精进。

希望大家尽量在国庆七天当中背诵《佛子行》，

背下来之后，每天都要读一遍。这样两三年后，基本就能随时记起来。有些人没有闻思修行的习惯，认为只是随便看一看书就是学习佛法，其实真正系统性的学习不是这样。

现在，《佛子行》课程的音频和视频已经在智悲佛网上公布了。大家应该去听一听，学习佛法的机会来之不易，希望各位能够认真对待。有些人可能觉得这些光盘和法本轻而易举就拿到手了，但其实这背后有很多人的付出。尤其是《入行论》的学习，从头到尾有不少道友在不断地付出，这里要特别感谢他们！

2. 学习《二规教言论》和《佛子行》

今年还有一个学修要求：大家在学习《入行论》的同时，要学习《二规教言论》和《佛子行》。我们把这两部论典的课程编辑成《正法醍醐》，到时会和《入行论》第七册一起发给大家。

有些人说：“我现在只学习《入行论》，其他什么法都不学。”这是一种非常愚痴的说法。任何一个法，只要对自己有利，都应该学习，更何况《二规教言论》和《佛子行》是法王如意宝特别重视的两部法。前段时间，我也花了不少时间给大家传讲完了，希望各位能够认真学习。

3. 发菩提心、好好闻思修

各个地区的道友一定要发菩提心，鼓励身边的人学习佛法。佛学院最初开始接受汉人弟子时，法王如意宝就曾要求，每个汉人都要另外再找五个汉人来学习藏传佛教。所以，当时的常住道友一起努力，发动了很多人来学院。因此，你们拥有今天的学习机会，与法王如意宝和其他上师直接或间接的发心是分不开的。现在的因缘也非常好，大家一定要发动身边人来学习佛法，哪怕是听一堂课，他的一生也可能完全

转变。

大家有时间的时候，一定要好好地闻思修行。有些人经常上网，浏览一些无意义的、连世间人都起厌烦心的网站，这样很不如法。真正有世间正见、有道德的人，从不会去看这些。

如果你真的想要学习佛法，我们会尽量为各位提供一些学习、答疑的方便，希望大家能够利用这种方式好好交流、探讨，以遣除自相续中的怀疑，真正生起正知正见，这才是最重要的事情。

4. 监督发心工作

刚才有些道友和我说，前段时间，很多地方法向学院请转经轮。他们认为学院里有很多转经轮，就把钱寄来了。但是，自从去年讲《转经轮的功德》以来，每批转经轮一到学院，就马上被请完了，一直处于供

不应求的状态。最后，我们这里的工作人员没能满足大家的意愿，听说个别道友有一些意见和想法。

希望你们做善事的时候，不要斤斤计较，更不要心胸狭窄，否则做任何事情都很难成功。凡是我管理的发心人员，我也要求他们做事如理如法。如果真有不如法的行为，大家可以直接联系相关负责人。虽然发心人员日日夜夜都很劳累，但是有些人因为智慧有限、能力有限、经验有限……总之，由于各种原因，可能会对大家有一些不恭敬、不公平。你们可以站在公平公正的角度提出来，也可以向我反映，我会要求他们改正。希望大家以后在弘法利生的过程中互相监督，使我们的这项工作能顺利开展。

快乐之歌

我们在讲完《佛子行》后，紧接着又讲了《快乐之歌》，课程都可以在网上看到。今天，我再从几个

方面归纳性地讲一下无著菩萨的《快乐之歌》。在藏传佛教中，很多人依靠这几个颂词，就使自相续完全转变，成为一个名副其实的修行人。

在《快乐之歌》中，首先讲到世间人特别执著自己的身体，但这个身体其实是五蕴聚合的假象。如果你的身体生病了，应该很快乐，为什么呢？因为通过生病可以清净无始以来的罪业；罪业清净了，修行就没有障碍；修行没有障碍，最后一定会获得成就。因此，大家生病的时候不要苦恼。我有时候身体也不好——最近还不错。但不管是有病的时候，还是无病的时候，我都会尽量观修无著菩萨的《快乐之歌》。

对于有些人来说，生病真的是个好事，依靠现在这个身体得病，就可以清净无始以来的杀生、偷盗等很多罪业，这不是很好的事情吗？所以，生病没有什么值得伤心的，大家应该感到很快乐。

反过来说，如果你的身体健健康康、无病无痛，

也应该很快乐，为什么呢？因为身体健康、心情快乐的话，我们做任何一个善事都会善始善终。有些道友身体很好，常年无病，身口意三门所造的善法非常圆满，这也是一种福报。当然，除了极少数人以外，大多数人都认为无病会很快乐，有病很难快乐起来。

以上是《快乐之歌》的前两个颂词。意思是说，有病应该快乐，没病也应该快乐。

如果你拥有一些财富，应该很快乐，为什么呢？有了财富的话，可以做很多功德，积累很多福报，比如说供养诸佛菩萨和十方僧众，或者放生、布施等等。如果有了福报，就会感到快乐，因为世间的一切善妙之事，都是依靠福报而显现的。

如果你一贫如洗，甚至沦落为乞丐，也应该很快乐，为什么呢？因为没有财富的话，世间的忙碌、争斗以及嗔恨、嫉妒等各种烦恼，都会从我们的生活中消失，因为这些痛苦大多数都跟财富有关。

因此，大家要知道，有财富应该快乐，没有财富也应该快乐。现在的世间人，发财的时候很快乐，觉得自己非常了不起；而生意亏本、资产耗尽甚至家破人亡的时候，又完全接受不了。其实，对于修行人而言，这是积累资粮、修持善法的最好时机。

如果你很快就要死了，应该很快乐，为什么呢？因为恶业、恶缘已经无法阻挠你了，而且即生当中已经与佛法结上了善缘。比如说有些出家人或居士具足正知正见，如果他的见解、修行、戒律都没有损坏，在这样圆满的状态中死去的话，那他来世一定会趋入解脱妙道，不会堕入三恶趣当中。因此，即使面对死亡，也应该快乐。有些人特别担心自己是不是要死了——希望大家不要伤心，如果快死了，也是非常快乐的事情。

如果你活的时间非常长，也应该很快乐，为什么呢？因为修行就相当于种庄稼，上师、道友以及其他

因缘相当于阳光、雨露，依靠这些因缘才能使修行的苗芽茁壮成长。如果活着的时候坚持修持善法、不造恶业，那你获得人身也是有意义的。

归纳而言，有病也快乐，无病也快乐；发财也快乐，贫穷也快乐；死去也快乐，活着也快乐。

总结及祈愿

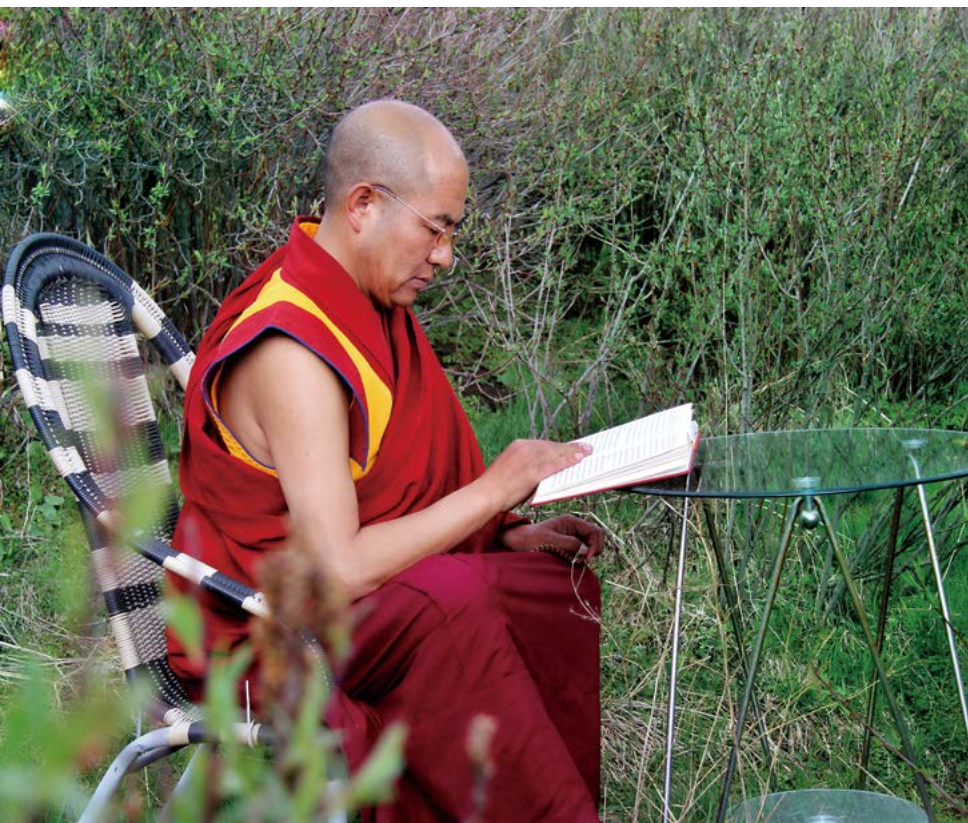
今天与大家见面的主要目的，就是希望你们能够背诵《佛子行》，这是一个硬性要求。你们能来听课，说明对我有一种信任感。既然如此，就应该按照我说的做，这样我们的交流才有意义。

希望大家都能成为一个真正的修行人。在末法时代，浮于表面的修行人非常多，而真正有实修实证、能调伏自心、对治烦恼的修行人非常少。所以，我们聚会的主要目的，就是一起修持大乘佛法，这是我们

的共同愿望、共同目标。

我再给大家念一下无垢光尊者和麦彭仁波切的发愿文，愿所有众生在国庆期间不要遭受痛苦，愿大家的所作所为不离开善法。作为修行人，我们要经常祈祷上师三宝，这非常重要。

最后，祝愿大家违缘消除，顺缘具足，菩提心越来越增上！如果自己还没有生起菩提心，就让它早日生起；如果已经生起菩提心，就让它日益增上。



现场互动

◎ 问：道友之间可以互相念传承吗？

堪布：可以。法师或居士都可以念传承。

一般来讲，在藏传佛教中，念传承的人要行为如法，并且对佛教有信心，修行也比较认真。如果条件不具足的话，给人念传承也不是很好。如果他的修行、行为等各方面都不错，是大家比较认可的出家人或居士，由他来念传承也没什么不可以，因为弘扬佛法从来都不是几个法师的事情。

在藏地有一种说法，有些《大藏经》的传承来源于一个文盲妇女，因为她有这个传承，于是有个大德到她面前求传承，一边教她念诵，一边请她口耳相传，最终从她那里得到了传承。因此，道友之间互相

念传承应该也是可以的。

⊙ 问：道友或他的亲属去世以后，我们怎样才能更好地给予帮助，是念佛、念咒，还是请高僧大德超度？

堪布：我在《正法醍醐》中给大家写过一封信，其中就有提到，希望每一位佛教徒，看到其他道友在生活和修行中遇到困难的时候，尤其是他的家人去世的时候，应该提供一些帮助。具体如何帮助，并没有特别严格的规定，只要行为如法就可以。

按照藏传佛教的传统，人死之后，大家会为他念观音心咒、阿弥陀佛的心咒和名号，以及《普贤行愿品》《金刚经》等。如果某一位道友的亲人去世了，大家也应该如此给予帮助。就像在基督教团体中，如果有人遇到困难和违缘，其他人也会伸出援手，这样一来，不信基督教的人也被其吸引过去了。

当其他道友遇到违缘和痛苦时，哪怕只是对他说一句安慰的话，也是非常有必要的。我们可以根据情况来安排，为亡者念一些观音心咒、阿弥陀佛圣号，或者举行放生活动，这样做意义非常大。

◎ 问：现在各大教派的很多弟子都在学《入行论》，但有些道友认为他们有自己的上师，如果依止了法王如意宝或者您，就会舍弃自己原来的上师，请问这种想法对吗？

堪布：无论你是哪一个教派，如果以前依止过某一位上师，而且这位上师是真正具有法相的善知识，那么你应该一直依止，不要轻易舍弃。如果你以后又遇到其他真正对大乘佛法有信心、对众生有利益的合格上师，那么你对他的信心应该也会逐渐生起来。

有些人可能想：“不管我的上师如法不如法，我都永远跟着他。”并且还会对其他的人和事物都看不

惯，这种行为不是很好。有段时间，我也认为自己是法王如意宝的弟子，所以对其他上师就生不起信心。后来我转变了想法，觉得：“法王如意宝是非常了不起的上师，但只要其他上师对众生有利，是真正的大乘佛教善知识，就值得我们尊敬和崇拜，我们应该像对佛陀一般对他生起信心。”这样一来，我自己的邪见也慢慢断除了。所以，大家应该经常观清净心。

现在学习《入行论》的道友，各个教派的都有。我希望你们不要互相诽谤，因为各大教派的教义没有任何相违之处。因此，大家应该认认真真地学习，对自己的上师有信心，对其他上师也应该生起信心。我们看高僧大德们的传记就可以知道，他们对所有的上师都有欢喜心。

⊙ 问：有些道友看到市场里杀鱼的场面，感到非常忧伤，但《入行论》中说：“遭遇任何事，莫扰欢喜心；烦恼不济事，反失诸善行。”请两者是否

矛盾？

堪布：不矛盾。这个颂词的意思，并不是说让你杀生、造恶业时也生欢喜心，或者看到别人杀牦牛、杀人时也以欢喜心来赞叹，而是说在修行过程中遇到种种违缘时，我们不应该随着违缘而转，为此忧愁苦恼，而应该以坚定不移的信心来修持佛陀之教法。

⊙ 问：当我们生起悲心的时候，会感到很伤心，但是《入行论》中说，菩提心能给我们带来快乐，请问如何圆融理解？

堪布：菩提心带来的是究竟的快乐，而我们看到众生受苦时的这种暂时的伤心，叫做出离心。出离心和厌离心，在《毗奈耶经》中是两个不同的概念。当我们看见可怜众生时，会生起一种悲悯心，而悲悯心实际上是一种出离心。这种出离心，它不是痛苦的因，而是快乐的因。既然这个因是快乐的，那么果也

应该是快乐的。

⊙ 问：我们是银川菩提小组的。现在个别道友会大肆拉拢组员去其他上师那里学习，以致很多人不再参加共修，请问这种拉帮结派的行为是否有过失？

堪布：目前，这种情况在个别地区确实存在，希望当地负责人能够认真对待。

从考试成绩上也能看得出来，银川可能存在这个情况。因为跟很多地方比起来，你们那里有部分道友学得不是特别理想。我昨天还在想，这些人到底在干什么？他们的有些行为，从成绩上也能略窥一二。

我们这次开讲《入行论》，是为了让大家一起学习，并不是搞一些是非，也不是为一些上师拉拢弟子、供养钱财。刚开始，在《学习〈入菩萨行论〉的要求》这封信里面，我已经很明确地说了，学会中有负责监督的管理人员，一旦发现哪个组员的行为不如

法，将会取消他的学员资格，希望各地的道友们互相监督。

我不诋毁任何一位上师，只要是真正的具德上师，我都会恭敬合掌。但是，学会是一个单纯的学习窗口、一个方便大家学习的平台，并不是为一些上师接受供养、自我宣传而建立的。我也从未在此宣传过我们佛学院的高僧大德。如果以后有些人的不如法行为非常严重，我们也会在不同的场合进行公开批评。

你刚提到的行为确实不太如法。如果你们自己内部能很好地处理，我希望大家一如既往地学习下去；如果实在没办法，那就只有取消一些学员的学习资格。除此之外，我也没有其他权力。全国有那么多佛教徒，想不想学是每个人的自由，但是我们不可能一直让个别人在学会的平台上搞宣传，甚至搞一些非法活动。

前段时间，个别地区的学员以学习《入行论》的

名义来搞传销以及一些非法活动。对此，我在不同场合中做了点名批评，也取消了他的学习资格。这类情况，希望各地负责人引起重视。

⊙ 问：对于年纪大的修行人来说，当他感觉自己身体快不行时，是住在家里好还是去佛学院好？

堪布：住在家里好一点。

⊙ 问：修出离心和菩提心时，为什么会有一种冲突感？

堪布：不管修出离心还是修菩提心，刚开始都会有一定的困难，也会有种不适应的感觉，但是渐渐就熟能生巧了。坚持学习和修行，慢慢会有进步的。

⊙ 问：修出离心的时候，感觉自己对生活失去了信心，变得有些消极，这样修对吗？

堪布：我们修出离心的时候，对生活不应该失去信心，相反应该充满信心。这个时候，我们是对整个轮回没有兴趣，但是在日常生活和工作中，不会失去信心，不然就是世间所谓的消极，并不能称之为出离心。

⊙ 问：怎样随顺别人不如法的行为？

堪布：不如法的行为不应该随顺。

⊙ 问：我们几个都已经皈依了，但我们不知道自己的法号，也没有拿到皈依证。

堪布：以后有机会，我们会想办法给大家发皈依证。当然，皈依证不是最重要的，最关键的是自己心中要发誓：从今天开始，我皈依三宝，决不舍弃三宝。这样才有皈依的戒体，才算是真正的皈依。

⊙ 问：现在汉地有些人在学元音老人的“心中

心法”，对此您怎么看？

堪布：其他高僧大德和他们所传的佛法，我个人无法做评价。不过，我以前看过元音老人的一些书，觉得里面讲得很好。有些人可能对他有各种说法，他们有什么样的理由我也不太清楚，但在我看来，元音老人在佛法方面诠释得很好。

◎ 问：什么是造作的菩提心？怎样由造作的菩提心发起真正的菩提心？

堪布：所谓造作的菩提心，是指自相续中并没有生起真正的菩提心，但是遇到一些可怜对境时，会要求自己生起悲心。

比如，当你看到众生受苦时，本来你没有产生悲心，但你想到上师说要生悲心，你就要求自己对他生起悲心，自己有一种造作，或者说自我勉励，这就是造作的菩提心。

⊙ 问：利益众生是佛子的行为，但走路时总是无意中伤害到蚂蚁等，应该怎么办？

堪布：如果是无意中杀害众生，不会有很大的罪业，要尽量避免故意杀生。

⊙ 问：这次《入行论》考试有作弊现象，应该怎么处理？

堪布：在这次考试过程中，个别地区查出有作弊现象。我们批卷的时候也看得出来，有些错别字都一样，甚至有些还不是抄袭，两张卷子就是同一个人的笔迹。

对于这类作弊现象，我们的原则是：第一，不发奖；第二，严厉杜绝，以后一旦发现，将取消他的考试资格、学习资格。当然，大多数地区考得很好。在此，我跟大家说一声谢谢！

虽然这次考试不是很难，但你们能在百忙之中抽出时间来学习佛法，这一点让人很欣慰。考得好的人也不要傲慢，因为考试的内容比较简单，基本都在复习范围内出题。下一次的补考，虽然不再发放奖品，但是大家也应该认真对待，尽量让自己的学修圆满。

结语

希望大家能够精进闻思修，认真学习以《入行论》为主的一切显密教法，早证菩提。我也会经常祈祷上师三宝：愿你们所有人的相续当中早日生起菩提心！

几年前，大多数人提的问题都是发财、保佑之类的，没有一个真正的利他话题。现在看来，大家各方面都有不同程度的进步，希望大家再接再厉。



第二次传授《教诲天人甘露》

2007年11月18日

今年六月份，我给大家念过这个教言的传承，今天我想再念一遍，然后简单讲解一下。

现在学院的天气比较冷，我看到路上已经结冰了。虽然每个地方的天气不相同，每个人的性格和爱好也不相同，但是我们有一个共同的因缘，也就是佛缘。尤其是我们还有一个共同的心愿，为了度化一切众生而证得佛果。

闻思修的具体安排

今天的缘起非常殊胜，我希望大家以后每个月都

共修一个法，也就是念诵诸佛菩萨的名号，过段时间我会把《诸佛菩萨名号集》翻译成汉文。到时候，你们可以在诸佛菩萨的圣像前供花、供水等，然后聚在一起念诵佛号和发愿文。

有些人虽然没有闻思的能力，但是有念佛、供佛的能力，依靠此法也可以获得功德。现在很多地方经常举行会供、火供等，对于了解密宗教言并且修完加行的人来讲，这样做非常有帮助。但是，所有人只做会供和火供，不一定有特别大的利益。而念诵佛号共修，不管什么身份的人，只要参加就能得到无量功德。

在网络弘法的过程中，我们得到过许多人的帮助，在此我向所有的法师和居士大德表示衷心的感谢。依靠网络弘法，一方面对众生有非常大的利益，另一方面也能强大弘法的力量。因为我个人的能力是有限的，很多事情需要大家共同努力才能完成。

10月30号的因明考试，许多道友都参加了，考一百分以上的人也有不少。下次考试可能是12月30号，范围是《量理宝藏论》第三品和第四品。有些道友非常聪明，并且对佛法也感兴趣，以前在学院也学过因明，但我觉得你们应该认真地再学一次。

在管理的过程中，各小组的负责人要按照学会的规定来执行，不要自己想做什么就做什么，这样不太合理。当然，学员们也要听从相关负责人的安排和指挥，一定要好好地配合，这样管理起来才比较方便。

最近，我们正在学习《正法醍醐》¹和《入行论》的第六册、第七册。以前学习的时候，法王如意宝会要求我们把《入行论》的颂词都背下来。到目前为止，极个别道友背完了前八品，非常值得随喜。

一般来讲，《入行论》的颂词比较容易背诵，而因明、中观、现观等论典的颂词，比较难背一些。即

¹ 在早期，《二规教言论讲解》《佛子行讲解》这两部论典合编成《正法醍醐》。

便如此，学院每年同时背诵三四部论典的道友也非常多，比如说上半年背《大圆满心性休息》《入行论》《量理宝藏论》，下半年背《中观宝鬘论》《宝性论》《现观庄严论》，但山下的居士在背诵方面就稍微差一点。

前段时间，我说希望大家年底前把《佛子行》的颂词背下来，结果很多道友听后特别害怕，但实际上只有三十七个颂词，而且还有将近两个月的时间，差不多两天才背一个颂词。如果这样都背不下来的话，实在有点说不过去。在造恶业方面，有些人好像很有才能、很有智慧；而在善法方面，表面上在学习佛法，但实际上在两个月之内，连三十七个颂词也背不下来。总之，无论男女老少，这次都要尽心尽力地背诵。

其实，背诵并不是特别难，只不过刚开始有点不习惯，这时候会有一些困难，但慢慢习惯就好了。

我之所以希望你们背诵，是因为这有很大的功德。年轻的时候，我也背过一些论典，那时记下来的经文意义，直到现在还记忆犹新。如果没有背诵的话，不管是给别人讲还是自己理解，经常会有与法脱离的情况。所以，大家一定要好好地背诵，背诵非常重要！

背诵的内容，我以前也讲过，最好把《入行论》所有内容背下来，一千多个颂词应该不是很难，每天背几个颂词就可以。实在不行的话，一定要把《佛子行》背下来，这个没有什么困难的。除了老年人或者文盲以外，你们工作再忙，也要把三十七个颂词背下来。

这次学习的时候，《入行论》和《正法醍醐》这两本书都必须要学。我听个别道友说：“我只学习《入行论》，不学其他法。”这是非常愚蠢的说法。学习《二规教言论》和《佛子行》，对你们根本不会有任何危害，这一点我可以保证。这个学期一共有四个多

月，在此期间，希望大家养成有序的学习习惯。

有些道友可能会想：“从开始到现在，《入行论》已经学了这么长的时间，现在有点生起厌烦心，可不可以不学了？”但我想，我们从年轻到现在，从不会因学习佛法而厌足，还在继续学习；而有些人以前一直迷迷糊糊地过生活，基本上没有怎么闻思佛法，现在遇到这么好的机会，如果没有好好学习，真的非常非常可惜！因此，希望你们不要生起厌倦心。

现在《入行论》的一千多个颂词还没有讲完，如果你们在中间就生起厌倦心，那应该感到很惭愧。我们应该追随前辈高僧大德的求学足迹，始终秉持孜孜不倦的态度，在修行的道路上不断前行，不要给自己找任何理由和借口。

辅导时不能脱离法义

最近，我听说个别地方的辅导员道友，在辅导

《入行论》或其他论典时，总是夸夸其谈，实际上与原文以及我讲的内容差得很远，所以我也要求相关工作人员去调查一下。虽然你是辅导员，但如果只是嘴巴会说一点，世间的学问高一点，不一定就能讲得来佛法。所以，希望各地的居士们也认认真真地观察，不要光看一个人嘴巴比较会说，就让他一直耽误大家的时间，这样没有必要。

以后，各地的学习方式要以听光盘和看法本为主，课后大家可以一起探讨。为什么这样讲呢？并不是因为我很傲慢，也不是说我讲得多好，而是从法的方面来讲，跟网络上的道友比起来，我依止上师的时间应该算比较长的。我在法王如意宝面前听法接近二十年，而在我们的居士辅导员当中，有没有依止上师二十多年并且不间断闻思佛法的呢？这样看来，在佛学方面，我应该算是专业人士。虽然我的文化水平不是很高，但我学习的时间以及依止上师的时间是比

较长的，对佛法也有一定的研究。

总之，希望你们在辅导的时候，不要信口开河、离题千里，不要随意发挥，从来不引用佛经论典中的教证和公案，完全凭着自己的分别念胡言乱语，这样没有多大的意义。另外，大家也不要把光盘和法本抛之脑后。我这样说并不是表示我的思想有价值，而是我所讲的这些内容，与传承上师的教言和诸佛菩萨的经论是不相脱离的，这一点我比较有把握。

作为辅导员，第一不能离开《入行论》的颂词，第二不能离开《入行论》的讲记，如果在这个基础上加以发挥，让大家更好地理解法义，这样才能真正起到辅导的作用。对于没有遵守原则的道友，我给予过批评，也取消了个别人的资格。因为外面有些人的胆子非常大，他们对佛教的道理并不是特别懂，只是将一些世间说法加进来，然后就随口乱说，这样没有多大的意义。

为了听课，你们应该花费了很多时间和精力，对此我也非常随喜。为什么这么讲呢？因为大家有一个共同的心愿和希求心。如果你们对佛法不感兴趣，我想传授佛法也有一定的困难。

如今，越来越多的人对佛法感兴趣，但我希望在家居士们能有长期的信心，不要只是三分钟热度，更不要把学佛当作一种消遣，一定要把学佛当作生命中最主要的事情。有些居士，的确非常精进，有时候我都感到很惭愧。尤其是现在这个末法时代，我发现有些在家人远远超过了一些出家人。当然，我不是说所有的在家人都非常精进，有些在家人也特别懒惰，经常爱睡懒觉，这种现象也有。

《入行论》的学习到现在已经一年多了，有些道友确实有所收获、有所体悟，希望依靠诸佛菩萨的加持，今后我们也能一起努力。

讲解《教诲天人甘露》

《教诲天人甘露》目前只有藏文，还没有被翻译成汉文，我打算以后翻译。所以，今天我会一边念传承，一边进行简单的字面解释。

法王如意宝在讲窍诀之前，首先对文殊菩萨作礼赞。

这个教言，是将所有的八万四千法门归纳起来，以简单的语言来进行宣说。所以，大家一定要记住。如果法王老人家没有圆寂，现在还活在人间的话，那么除了这些教言以外，也没有其他更好的度众方法了。

诸佛菩萨度化众生最殊胜的方法是什么呢？就是语言。就像佛陀在世时，以身体来度化众生的情况很少，以意度化众生的情况也很少，大多是通过教言来度化众生。法王如意宝也是如此，虽然上师的色身

已经示现圆寂，但是他的教言依然留存于世。因此，我们要重视这些教言。法王如意宝说过：“如果只是在口头上讲得天花乱坠，这没有多大的意义，应该把释迦牟尼佛的教法归纳起来，给大家讲述简单的教言。”

法王如意宝在这里主要讲了四个教言：

第一，依止善知识，依止善知识是修行之道的根本。

第二，闻思佛法，闻思佛法是增上功德的助缘。

第三，守持清净戒律，清净戒律是一切利乐的源泉。

第四，修持等持，修持等持是获得圣果的根本因。

如果你们要修习佛法，这四种教言是不可缺少的。所以，大家在行住坐卧四种威仪当中，千万不要

忘记这四种教言，一定要牢记于心。简而言之，第一个是依止上师，第二个是听受佛法，第三个是受持清净戒律，第四个是修行佛法。

我们做任何一件事情，都应该有一种收获，收获什么呢？比如这次法王如意宝《教诲天人甘露》中的四个教言，大家一定要记住，千万不要忘记！

1. 依止善知识

第一个教言，依止上师的时候，要把上师看作自己的眼睛和心脏那样来重视，经常赞叹上师，不要诽谤上师，尽心尽力地承侍上师。这就是依止上师的方法。

白天观想上师安住在自己的头顶，晚上睡觉时观想上师融入自己的心间，然后以恭敬心和信心祈祷上师，观想上师给自己赐予四种灌顶，最后在自心与上

师的智慧无二无别的境界中安住。

过段时间，我会把这个教言翻译出来，然后在网上公布，到时候你们可以一边看颂词，一边观想内容。

2. 闻思佛法

第二个教言，所听受的佛法是什么呢？就是浩瀚无边的显密一切教言，这样我们内心无始以来的无明愚痴才能被一一遣除，成办今生来世的一切伟大事业。这就是听受佛法的功德。

对于所听受的教言，我们不能听过、学过之后就停留在表面，这是不合理的。对于所学的大圆满、菩提心，或者是任何一个教言，大家多多地闻思以后，要将所有的怀疑全部遣除，生起真正的定解。

3. 守持清净戒律

第三个教言，如果离开了清净的戒律，即便你相貌庄严、广闻博学，或者具有其他功德，也是无济于事，由于恶业的牵引一定会堕入三恶趣，长期地感受痛苦。因此，一定要成为受持清净戒律的人。

作为居士，可以守持皈依戒和居士五戒，然后尽量不要失毁戒体。如果有失坏戒律的情况，应该先在诸佛菩萨面前诚心忏悔，然后再在诸佛菩萨或善知识面前重新受持，否则很难得到解脱。

如果具足清净的戒律，即便你没有其他的功德，但实际上所有的天龙八部、人、非人等，都会异口同声地赞叹、撒花。到了一定时候，不需要刻意勤作，世出世间的功德会像上弦月一样越来越增上，包括财富、名声等等。

4. 修行佛法

第四个教言，如果没有喝水的话，不能遣除口干舌燥的感觉；同样，在系统学习佛法之后，如果没有修行的话，不能得到真正的解脱。

修行的时候，首先要从人身难得、寿命无常、轮回过患和因果不虚开始，然后修顶礼、皈依、发菩提心、念百字明、供曼荼罗以及上师瑜伽，最后修生起次第、圆满次第，以及大中观、大圆满，按照传承上师的教言次第修行。

大家一定要好好修行！如果没有实地修持，只是听一下课、念一下仪轨，很难真正改变自相续，一定要好好思维人身难得、寿命无常以及皈依、发心等道理。其实，我们现在能修的法特别多，应该坚持每天花一些时间实修。如果没有实修，懂得再多的道理，也不一定能遣除痛苦，就像没有喝水就不可能解渴

一样。

那么，如何正确地修行呢？应该依照全知无垢光尊者的教言甘露，也就是九乘次第都圆满宣说的《大圆满心性休息》来修行。没有得过灌顶的道友，可以先看这部论的显宗部分。法王如意宝在世时，曾要求我们好好地学习这部论典，因为里面圆满宣说了宁玛巴的道次第。所以，大家一定要认认真真地学习这部论。

最后，法王说：“这样所说的善根，回向给一切众生，愿所有众生遣除二障、获得菩提，并生生世世不离麦彭仁波切的慈悲摄受。”

以上就是法王如意宝的《教诲天人甘露》。

总而言之，大家应该记住：

第一，依止上师。虽然很多居士身边没有上师，但是不要紧，现在你们每天听上师的教言，而这些教

言都是诸佛菩萨的金刚语，也算是依止上师。

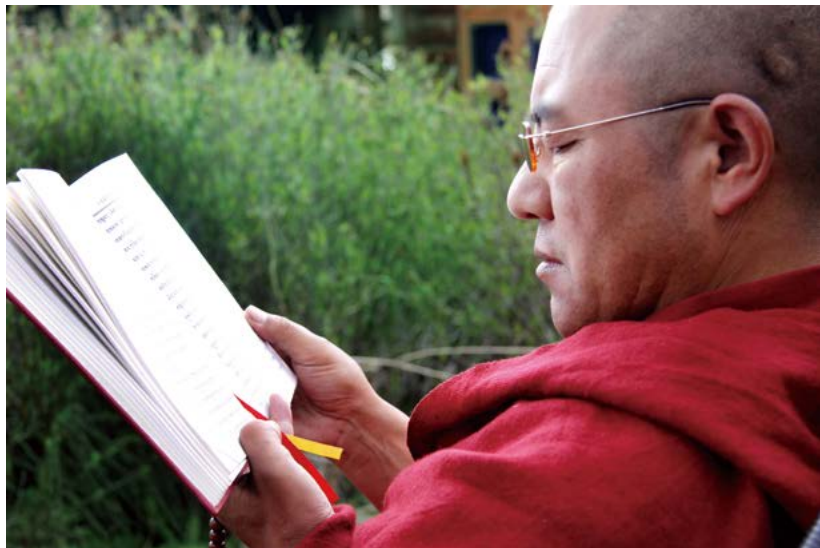
第二，闻思佛法。大家应该坚持每天听一两节课，然后修行方面尽量按照《大圆满心性休息》来修。除此之外，也可以每天观修菩提心，或者观人身难得、寿命无常等等，这一点不是很困难。

第三，守持清净戒律。作为居士，一定要先守持三皈依戒，然后五戒中能受持几分戒都可以。你可以受持不杀生戒，也可以受持不偷盗戒。即使不能全部受持五戒，只受持一分戒也可以。

第四，修持等持。

这些大圣者们的教言，大家一定要记住。千经万论那么多教言要全部记下来的话，现在末法时代的我们根基也不是很好，确实有一定的困难。而法王老人家修行一辈子，最后留下许多如同无价之宝的殊胜教言，我们一定要有珍惜感、难得感。因此，我非常希

望各位道友能够认真学习这些教言。



现场互动

◎ 问：我哥哥前些日子突然去世了，现在可能还处于中阴期间，请问如何才能让他往生善趣？

堪布：一般来讲，人死后 49 天内是处于中阴阶段，但在此期间，大多数人找不到自己的下一生，只有个别人以不同的业缘能投生。

不管怎样，我们活着的人应该为亡者多做一些善事。按照藏传佛教的传统，在亡者去世后的 49 天内，家人会不间断地为亡者做各种各样的善事，比如供灯、供斋、念经、放生、印经书等等。

事实上，不仅是你的亲人，就连今晚一起共修的这些道友，也都会纷纷离开人间，就像在火葬场排着队一样。当一个人离开人间的时候，活着的亲友应该

为他多做功德，除了刚才讲到的以外，还可以为他磕头、吃素等等，要做许许多多的功德，这样才能让他往生善趣。

我确实没有神通，也不知道中阴的情况是怎么样，但不知道也不要紧，我们可以根据佛经论典来推断。对亡者来讲，只要有人给他念经回向，他一定会得到利益，这是诸佛菩萨的金刚语，大家务必要深信不疑。即便你只是一个凡夫人，但是依靠经咒善法不可思议的加持力，一定可以利益到亡者。因此，在你哥哥去世的 49 天之内，我希望你能不间断地为他做各种善事。

⊙ 问：有的道友现在急于修五加行，但因为时间太短又同时学两部论，他们就把皈依和磕头合起来修，请问这样如法吗？

堪布：这样修是如法的。我们以前修的时候，也

是把皈依和磕头合在一起修。你们听两部论典，还要修五十万加行，非常随喜！

◎ 问：请您为我们传授皈依。

堪布：凡是今天皈依的道友，法名共同取为“圆智”，圆满的圆，智慧的智。以前法王如意宝给我们灌顶，有时也会给大家取一样的法名。

（堪布传授皈依戒）

◎ 问：有的道友觉得在家烦恼很多，修行的违缘也很多，想到学院去修行，但是又放不下工作，该如何圆融？

堪布：面对家庭和工作上的琐事，每个人都会感觉压力很大，或者说烦恼深重。但到了学院，其实也不一定能减轻烦恼。

其实，现在我们在学院所讲的法，你们在外面

也能原原本本地听到。学院虽然是法王如意宝待过的地方，但是这里的气候寒冷，再加上生活条件也比较差，对你们来说会有些不适应。所以，我的建议是最好不要来学院，而是利用空闲时间多学习佛法。

通过学习佛法，就会知道应对烦恼的方法。作为大乘修行人，面对工作和生活中的违缘时，不应该把它当作违缘，而应该把它当作安忍的对境、精进的助缘。因此，我们也会鼓励学院中已毕业的道友尽量到城市里去弘法利生，不建议他们一直待在学院里。虽然这里比较寂静，但也不一定是顺缘。

总之，你们在兼顾工作和家庭的同时，还能精进地学习佛法，这是一种勇敢的选择。

⊙ 问：有些道友认为，既然上师是佛的化现，那么接受上师的灌顶时，为什么自己没有什么感觉呢？

堪布：所谓上师是佛的化现，是指真正具有法相的上师，他需要具备佛经中所讲的一切条件。不仅仅是在实相中，在显现层面也要这样。

如果你的上师不具备佛经论典中讲到的条件，那不一定是佛的化现。当然，从了义或实相的角度来讲，每一个众生都是佛的化现，不但上师是佛的化现，弟子也是佛的化现，因为一切众生本具如来藏。

当然，得到上师的灌顶后，不一定马上就有立竿见影的效果。为什么呢？因为上师给你传的灌顶，是因灌顶而不是果灌顶。什么是因灌顶呢？比如说农民种庄稼的时候，种下的种子不可能马上发芽，要过几个月以后才会发芽。因灌顶就相当于给种子浇水一样，浇水的时候会不会长苗芽呢？这是不一定的。因此，即便上师再厉害、再有加持，你也不一定能在灌顶时开悟。

◎ 问：《菩提道次第广论》中讲，一切烦恼来源

于我执，也就是坏聚见，而断除我执以后，所有烦恼就都没有了。既然这样的话，是不是直接对治我执就可以了，不需要学习贪、嗔等烦恼的法相？

堪布：虽然《菩提道次第广论》不是我讲的，但这个问题我也可以回答。

我执是一切烦恼的根本，如果断除了我执，所有八万四千烦恼就会一并消失。但是，如果无法直接断除我执，那就要用各种方式来断掉烦恼，贪心要断除，嗔恨心也要断除。

有些人是喜欢广义者，有些人是喜欢略义者。对喜欢略义者来讲，只要断除我执，所有烦恼就已经断完了，这种人可以直接对治我执。但如果我执断不了，其他烦恼也就没办法断。

总之，任何一个人，只要断了我执或坏聚见，则会将贪嗔痴等烦恼一并摧毁。但就像我刚才讲的那

样，有些众生暂时断不了我执，因此要通过各种方式来对治贪心、嗔心、嫉妒心等，而一旦真正断除了我执，其他烦恼也会一并断除。

◎ 问：我们这里有些新报名的居士，想要学习《入行论》，请问应该怎么安排他们的学习进度？是让他们尽快赶上进度，还是按部就班一周两三节课？

堪布：我认为，最好让他们把前面的部分补上，同时还要跟上现在的学习进度。

前面耽误的课程，要求他们在几个月或者一年当中必须学完，然后现在学到了第六册，他们也应该跟着同步学习。

◎ 问：有人说“仁义礼智信”中的“仁”，是外道儒家的思想，佛教徒不应该随学，请问是这样吗？

堪布：事实上，并不是说所有外道的思想，佛教徒都不能学。有些与佛教相合的慈善思想，或者对众生有利的思想，我们也可以随学。但是，外道对佛教的邪见，或者有些不符合佛教真理的思想，我们不应该随学。

⊙ 问：我已经受戒很多年了，但还是戒不掉喝酒，喝完了又很苦恼，怎样才能彻底解决这个问题？

堪布：喝酒确实非常不好，包括我认识的一些官员和老板，他们也认为喝酒不好。

从医学的角度来讲，喝酒对身体危害很大。从世间出世间的角度来讲，我以前也翻译过饮酒、抽烟、杀生的过失，里面讲到很多喝酒的过失。所以，希望你尽早远离这种恶习。

⊙ 问：我从网上下载了您的讲课音频和视频，但是没有报名参加共修，这样能否得到传承？

堪布：报不报名不要紧，但这样得传承，可能有点难。

⊙ **问：**将善根回向给门措上师有什么功德利益？

堪布：我们把善根回向给门措上师，其实意思就是说把功德回向给一切众生，让所有的上师都欢喜。这样一来，你的一切意愿也会圆满。

⊙ **问：**有个道友近期不想参加《入行论》的共修，他说他现在只学《入行论》的教理，然后专修净土，请问这样可以吗？

堪布：如果他净土修得非常好，这样也可以，我们不会强迫。但按照教务处的要求，没有全部跟着共修的话，不能免费领取学习资料。

⊙ **问：**您在《二规教言论》中讲到，修行人要

对好人和坏人有一个清晰的认识。这样区分的话，是不是就有了分别念？

堪布：修行人需要区分清楚好人和坏人，应该要有这样的分别念。在名言当中，哪些是好人，哪些是坏人，哪些人对我们的修行有帮助，哪些人对我们的修行没有帮助，这些都要分清楚。但是面对坏人，我们不能像世间人所说的那样去伤害对方，这样做是不如法的。

释迦牟尼佛在因地时，也是把好人和坏人分得很清楚，但是坏人害他的时候，他并没有生起嗔恨心。所以，在名言当中要分清楚好人和坏人，但分清楚之后，没有必要再去过度分别。

⊙ 问：孩子的长相和父母相似，是否与近取因有关？

堪布：孩子的长相和父母相似，不是因为近取

因，而是因为俱有缘，也就是与所行持的善法或种姓方面有一定的关系。事实上，孩子的近取因是自己的心，父母的近取因也是各自的心，因此他们的近取因并不相同。

◎ 问：持咒时只用心默念，口不出声，这样回向功德时是否能利益众生？

堪布：如果心里观想把善根回向给一切众生，就能利益到众生。

◎ 问：有的学员刚开始特别喜欢参加放生和共修，但过了一段时间，就以种种理由不参加了，原本的发心也中断了，这对他本人的修行或者说今生来世有没有危害？

堪布：放生和共修，都是个人的一种选择。如果一直不间断，会有很大的功德。如果不想继续参加，应该也谈不上有什么危害，只不过是没有什么积累这个善

业而已。

⊙ 问：《山法宝鬘论》是不是针对出家人宣讲的？

堪布：《山法宝鬘论》大多数的内容是针对出家人宣讲的。

⊙ 问：有一位居士说，他的上师给他灌顶，他担心自己守不了密乘戒不想接受，却又不好意思当场离开，最后勉强参加了，但灌顶后他生起很多烦恼，请问他是否得到了灌顶和密乘戒？

堪布：因为我不清楚他们具体的灌顶流程，所以这位居士有没有得到灌顶，我现在也看不出来。

是否得到了灌顶，并不是随便说一说，就能推出来的。对于这位上师的法相以及这位弟子的法相，这些我都一无所知，以后了解了，我才有发言权。

结语

通过网络方便方法，大家一起共同品尝佛法的美味，对此我也非常高兴。

以后来菩提讲堂的人会越来越多，希望你们千万不要利用网络来造恶业。人身非常难得，一定要把时间用在佛法方面。

现在，让我们一起祈祷法王如意宝，祈祷十方诸佛菩萨：愿所有人的相续中真正生起圆满利他的菩提心，愿我们生生世世不离大乘佛法，不离大乘善知识。

希望每一位道友都不要退失对佛法的信心，一定要获得究竟解脱。我也祈求十方诸佛菩萨和金刚上师法王如意宝，让所有人的相续中生起真实无伪的菩提心：“菩提心妙宝，未生者当生，已生勿退失，展转益增长。”



修行的几个小窍诀

2008年4月6日

很高兴与大家在菩提讲堂再次见面。前段时间我因为身体不好到外地治病，耽误了一段时间，回来之后学院一直停电（藏地冬天特别冷，发电非常困难），所以没有及时上网与大家交流。

以前的修行人需要穿过千山万水才能听到佛法，现如今，大家通过网络就可以学到佛法，非常方便，并且通过听网络直播，可以同样得到传承。但佛友们偶尔听授今天这样的交流课，是解决不了生死大事的，因为深奥的佛法教义不可能在短时间内懂得。若想真正学懂佛法，一定要长期、系统地闻思修。

学修关要

下面，我为大家讲两个学修方面的要点：

一、学习佛法首先一定要在上师面前听闻。虽然城市里的人真正到上师面前听法的机会并不多，但现在很多上师都在通过网络、光碟等途径传法。这样的闻法机会千百万劫难以值遇，大家现在有幸遇到，一定要珍惜！

如果具有信心，每天至少听一节课。我知道很多佛友非常忙，生活、家庭、工作等方面每天都有做不完的事，但我始终觉得，世间琐事没完没了，如果一直不断做下去，永远也没有学佛的时间。

如果没有听授佛法，很难对治自相续的烦恼。尤其身处纷繁聒噪的都市红尘，外界五彩缤纷的景象充满了诱惑，如果未能及时通过闻法为内心充电，不可能调伏烦恼。包括我自己在内，每天都要看书、闻

法、修行，这是生命中最重要的事。

希望佛友们每天至少听一节课，这对你们的相续有不可估量的利益。《正法念处经》中讲了很多闻法的功德²，有兴趣的道友可以多了解一下。佛在《发菩提心论》中云：“十方世界一切众生，听我法者，闻我名者，即得舍离一切烦恼，发菩提心。”

如果每天听一些佛法、看一些佛经，并把佛法的智慧逐渐融入自己的相续，修行境界将会全方位地提高，这样就能从容地面对世间。否则，在外境强力的诱惑之下，对佛法的信心将很难提升。

二、希望大家在学法过程中能有坚定的意志，无论遇到什么违缘或痛苦，都不要屈服。很多道友顺利的时候信心满满，遇到一点小小的违缘，就心生恐

2 《正法念处经》云：“以闻正法故，能止于恶法，以离恶法故，常得安隐处。以闻正法故，其心得清净，能令心安住，不作众恶业。闻法能总持，闻法不造恶，闻法知业果，后得于涅槃。闻法故知法，闻法故信佛，智者闻法故，能解脱众苦。以闻正法故。能知真法相，是故有智者，当勤听正法……”

惧、退失信心，这样并不合理。学佛的道路是漫长而曲折的，任何一位修行人都会遇到很多干扰，但只要内心足够坚强，就不会受到什么影响。

很多道友都看过法王如意宝的传记，我最钦佩法王的一点，就是他在违缘面前永不低头，无论面对身体的病痛、生活的困苦，还是遭受人和非人的损害，丝毫不会退缩或倒下。不仅法王，以前很多高僧大德都是如此，在修行过程中克服了各种各样的艰难困苦。我们应该随学他们的这种精神。

我们现在所学的大乘法弥足珍贵，希望道友们不要輕易在违缘面前低头，放弃学法，这是一种脆弱的表现。实际上，只要以坚定的信心认真修学，任何邪魔外道或妖魔鬼怪都无法损害你。

略释《胜利道歌》

下面给大家介绍一下法王如意宝的《胜利道歌》。

《胜利道歌》里面讲了非常殊胜的教言，阐明了贤善人格、小乘出离心、大乘菩提心，以及无上密法之间的关系和修行道次第。

学习佛法，首先一定要有贤善的人格。法王如意宝曾反复强调，贤善的人格是修持一切显密佛法的基础。

之后，要生起出离心。很多人的所作所为都是围绕今生，但这不应该是修行人的所求。修行人应视三界如火宅，内心时时刻刻渴望出离轮回。有了这种心态，修行才算打好了坚实的基础。

有了出离心之后，还要生起菩提心。我们现在修学佛法，并非为了自己的利益，而是为了无量无边的一切众生，让他们获得无上圆满正等觉的佛果，这种发心叫做菩提心。

在此基础上还要修学密法。藏传佛教的密法以及汉传佛教的唐密，是佛教当中殊胜、纯洁的精华。

大家在上师面前得受灌顶并修完加行之后，便可以听授。

最后，法王劝勉大家发愿往生极乐世界。

有些道友以前在法王如意宝面前亲自得过阿弥陀佛的灌顶。没见过法王的人，可以通过看法王灌顶的光碟或网上视频与之结上善缘。现在有这么好的因缘，希望道友们一定要把握。在我面前听什么不一定有很大收获，只不过得到一些听法的功德而已，但像法王如意宝这样的大成就者，稀世罕见，他的阿弥陀佛灌顶具有不可思议的加持。所以，我希望人人都能得到。这是我今天送给你们的最好礼物。如果得到了，可以说你已经趋入了密法，即已得受了《胜利道歌》的精华。

有些道友有点害怕，觉得趋入密法之后会不会很麻烦呢？其实，如果你能学习大乘显宗法、受持大乘菩萨戒，那密宗戒也完全可以受持，两者没有什么

差别。很多人刚学佛时很害怕皈依，但皈依之后就知道没什么可怕的。同样，不懂密法的人刚学密法很害怕，其实，只要你学显宗法比较精进、戒律清净，各方面圆满，学密宗也一定会圆满，密宗再没有什么更高的要求。当然，如果你学显宗不圆满，学密宗同样不会圆满。

希望在一个月当中，每位道友都能得到法王如意宝的阿弥陀佛灌顶，这样就具有了往生极乐世界的因缘。

下面我给大家念诵《胜利道歌》的传承，再念一下《摄略极乐愿文》的传承。

（堪布念这两个法的传承）

提倡共修《诸佛菩萨名号仪轨》

最近，我翻译了麦彭仁波切著的《诸佛菩萨名号

仪轨》，里面每个佛号的功德都不可思议，希望大家能安排时间共修。人不一定很多，三四个人、五六个人都可以。共修之前准备一些供品，然后在佛像前顶礼，最后念《普贤行愿品》回向。

很多道友现在经常做会供，当然，行持这一善法功德也非常大，但若想人人都得利，可能有一定的困难。而念诵诸佛菩萨名号的功德，每一个人都可以圆满获得，并且汉传佛教也有念诵佛号的传统。念诵一遍《诸佛菩萨名号仪轨》只需一个小时，一个小时在你们生活中不知不觉就过去了，希望大家能尽量抽出时间念诵，这非常重要！

做一名合格的修行人

还需要强调一下，学习佛法不要怀有疑惑、恐惧、怯懦之心。一名好的修行人，不仅自己今生来世会获得快乐，对于和谐社会、和谐世界也会起到积极

作用。学佛过程中也不要懒惰，应该按时完成所学的功课。个别道友因受外境影响，精进状态起起落落，其实，修行人没有必要参与很多世间事，持续精进尤为重要！

此外，共修过程中，道友之间一定要和睦相处，自己有不懂的地方应在其他道友面前虚心请教。不要因为一些小小的事情互相争论、诋毁、恶语伤人，也不要背后说是道非，作为佛教徒应该心胸坦荡，有什么问题最好直接说明。这些都是我历来的要求。

接下来，大家有什么问题可以提问。有些问题可能不仅是一个人的问题，也是大家共同的问题。在此过程中，为了维护佛法的纯洁本面，最好不要提世间方面的问题，作为修行人，不应参与世间之事，否则会对弘扬佛法带来一定的负面影响；同时，也不要议论或诋毁一些高僧大德、上师以及活佛等，因为诸佛菩萨化现的形象不可思议，作为佛教徒，应对所有的

众生都观清净心。



现场互动

◎ 问：我听别人说，给三恶道众生施食必须有一定的修行境界，并且中间不能间断，应不间断地施下去。如果中间断了，会引起三恶道众生的嗔心，招致一些违缘。请问是这样吗？

堪布：佛教当中专门有一些施食仪轨，只要按照仪轨来施，对三恶道众生都会有利益。如果不懂这些仪轨，念一些观音心咒，然后布施一些食品，功德也非常大。实际上，以善心施食，三恶道众生是不会给你带来违缘的。

◎ 问：在学习自他交换的时候，大家有两种观点：一种认为，众生恶业的果和我们的回向互相交换；一种认为众生的恶业和我们的善业交换，请教上

师哪种说法正确？

堪布：我们能完全代受众生的恶业，这种说法是没有的。自他交换的菩提心修法，实际只是心里的一种观想，观想一个众生的痛苦由自己代受，这是一种苦果交换的修法，虽然代受的是苦果，但苦因间接也代受了。

比如，一个人造了杀害众生的罪业而在地狱中感受严重苦果，如果他的这一苦果在我身上感受，那么他所造的恶业之因我也间接代受了。虽然自他交换有不同说法，但一般来讲，观想代受苦果时，苦因自然而然也会代受。

◎ **问：**我看了您的《佛教科学论》之后感触特别大，之后便开始学习佛法，现在学佛已有一年多了。以前我有抽烟、喝酒等很多坏习惯，生活过得不是特别好。学佛一年多以来，我改变了很多，现在不

吃肉、不喝酒，烟也戒掉了，并且皈依受持了五戒。

我想为家人请教一个问题：我的父亲、爷爷以及太爷爷，都是做屠宰行业的，我该如何帮助亲人消除业障？

堪布：你以前喝酒、抽烟、吃肉，现在通过短暂的时间就转变过来了，这种行为非常好，我很随喜。

菩提讲堂的很多道友可能也是如此，刚开始因为不懂佛法、不知取舍，造下了很多恶业，遇到佛法之后，心相续发生了巨大转变，生活焕然一新。希望佛友们学了佛法以后，都能得到一定的境界。

你说希望帮助家人消除业障。这需要让父母亲人学佛和皈依，你要在这方面做一些努力，以自己的言行不断影响他们。他们潜移默化受到你的影响之后，慢慢就会皈依法，很多人都有这种善缘，应该不会有很大困难。

⊙ 问：请问修持菩提心的时候，如果违背了该怎么办？如何补救？

堪布：在修持愿菩提心的过程中，舍弃众生的过失非常大，按照《入菩萨行论》的观点，有杀害三千大千世界众生的罪过。但也有恢复的方法，可以按照无著菩萨的观点，在有缘上师面前再次请受，或者按照龙猛菩萨的观点，在清淨的所依面前或者观想在诸佛菩萨面前再次接受，这样就会忏除以前所犯的罪业。

⊙ 问：请问打坐的时候，如何调伏自心？

堪布：打坐的时候，虽然会有一些阿赖耶上细微的分别念，但如果除了这些细微分别以及自己的境界以外，还有一些执著相，则不是很合理。诸高僧大德说过：一切分别心是三界之因，也是无明之源。当然，这是从最高境界而言，一般初学者打坐的时候，

应该先逐渐调伏粗大的分别念，然后慢慢安住在自己所修持的境界当中，这应该不会有很大困难。

⊙ 问：我可能是业力显现，得了一种叫多发性硬化症的病，由于没有特效药，医生说我可能会不久于人世，我现在不知道该怎么办好。

堪布：我们作为佛教徒，应该知道人的一生必然经历生老病死，就像一年当中必定会有春夏秋冬一样。通过学习佛法，我们已经完全明白了，希求解脱才是人生的方向和定位，所以，在面对暂时的疾病和死亡时，一定要有坚强的意志。

一般来讲，病由两种原因引起，一种是自己前世造了杀生等严重罪业的果报现前，这种恶业由于已经成熟，因此很难制止；另一种是由暂时的恶缘带来的，通过吃药、念咒语、做佛事等便可以制止。无论由哪种原因引起，都要好好忏悔自己无始以来的业

障，并随时观想上师或者阿弥陀佛等诸佛菩萨的境相。这样的话，我想不管是生病，还是遇到其他违缘，都会过得很快乐。

我的身体也经常生病，常常觉得这可能是自己以前杀生引起的，但从另一个角度想，又觉得生病也是一种修行的顺缘。噶当派的《断除希疑祈祷文》中讲：“如果我生病对众生有利，但愿让我生病；如果我死亡对众生有利，但愿让我死亡……”如果我们稍微有一点修行境界，在什么境遇当中都会过得很快乐。

◎ 问：怎样才算得到传承呢？

堪布：你们在现场或网络直播上听到法师念诵的声音，这期间没有中断，就可以获得该法的传承。如果是藏传佛教的经论，有藏文口传应该是最最好的。

◎ 问：请问《大圓滿前行引导文》和《大圓滿

前行》是同一本书吗？我该怎样听授呢？

堪布：是同一本书。网上有传授，你可以下载听。

⊙ 问：我已经得了大圆满的灌顶，请问是否可以看《上师心滴》和《大幻化网》这两本书？

堪布：《上师心滴》和《大幻化网》需要有特殊的灌顶，没有得到之前最好不看。

⊙ 问：世俗菩提心有愿菩提心和行菩提心。有的道友认为，发了愿菩提心之后，放生等一切善行都可以不做，有了愿菩提心就可以成佛。请问这种观点是否合理？有了愿菩提心之后，是否还要实际行持六度万行？

堪布：你们最好再仔细看一下《入菩萨行论讲解》第一册。首先，要分清愿菩提心和行菩提心之间

的差别；然后，应知道修愿菩提心和行菩提心的功德分别是什么。实际上，最终成佛的时候，虽然愿菩提心和行菩提心的果法存在，但已没有发愿的执著。当然，我们现在发心的时候，愿菩提心和行菩提心都不可缺少。

◎ 问：汉地修行人是否要到清净的地方才能修行呢？

堪布：如果自己条件具足的话，到清净地方修行是最好的。

◎ 问：我经常一边做家务，一边用耳机听您的音频课，或者在上班的路上听，这时经常有人打断我，请问有没有过失呢？

堪布：听法时最好不要间断，如果间断了，这段话可以重新听授，这样传承也算圆满。但听法的时候最好把各种事情放下来，听完之后再忙家务等。如果

条件实在不具足，这样听法也可以，也有一些功德。

◎ 问：弟子是通过看光盘得到了法王如意宝阿弥陀佛的灌顶，这样是否可以看一些密宗方面的书籍呢？此外，希望上师能讲解一下断法。

堪布：法王如意宝的这个阿弥陀佛灌顶，属于外续部的灌顶，所以你可以看外续部的有些密法，但内续部的密法还不能直接看。

断法方面的教言，在《大圆满前行》当中有宣讲。你们如果有时间，一定要学习这部《大圆满前行》，它是作为修行者不可缺少的法本。

◎ 问：我们在小组讨论的时候，觉得时间过得很快，请问我们为什么要讨论，意义是什么呢？

堪布：学习佛法时如果没有讨论，可能很多人都不清楚自己是否真正理解了甚深法义。萨迦班智达

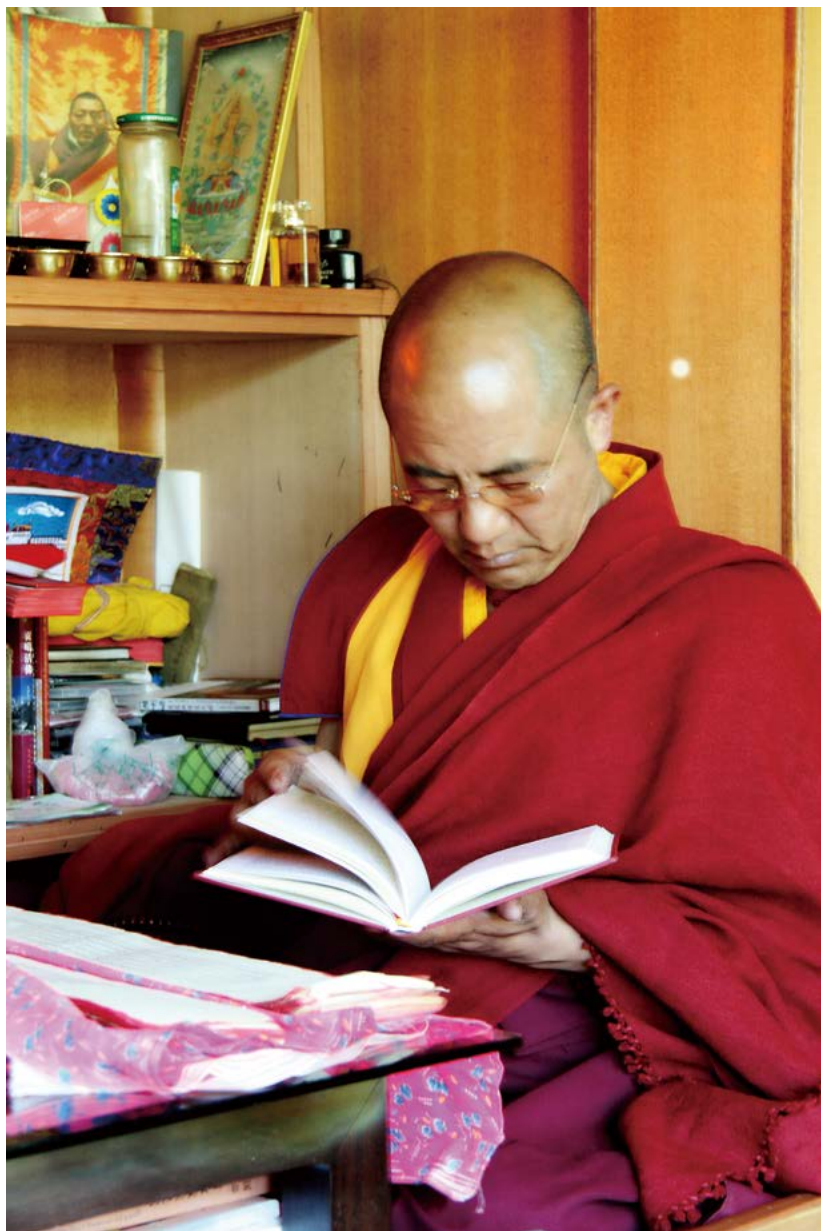
说：如果没用鼓槌敲鼓，鼓声就不可能发出，辩论就如同鼓槌一般，通过辩论才能明白所学的道理。所以，藏传佛教非常赞叹辩论，很多寺院都有辩经。

⊙ 问：一个人如果没有完善的人格，没有报恩心和感恩心，能修成菩提心吗？

堪布：修行人首先一定要具足贤善的人格，否则，修菩提心是非常困难的，因为没有基础的缘故。

结语

今天，我们就交流到这里。希望大家回去之后，能在一个月之内听授法王如意宝的阿弥陀佛灌顶。此外，如果有时间，最好集中起来念诵诸佛菩萨的名号，如果条件不具足，三五个人在家里一起念诵，功德也非常大。



灾难无情 人有情

2008年5月24日

这次汶川大地震夺去了很多人的生命，有些虽然没有失去生命，但也遭受了极大的痛苦，变成残疾人、家破人亡，乃至流离失所……

我们作为大乘佛教徒，当众生遇到灾难时，应尽心尽力地给予帮助，帮他们脱离苦难，获得暂时的安乐和究竟的佛果。

举办“观音法会”祈福

学院准备为此举办一场“观音法会”，时间是明天早上8点到下午6点。届时，菩提讲堂会为大家

直播法会实况。希望所有与学院有缘的佛教徒都能积极参与，为这次遇难的众生超度，为一切众生虔诚祈福。

我们要求这次参加法会的人，每人念诵三万遍观音心咒。初步估计，念诵总数应该达到一亿遍以上。这样不仅会给灾民带来极大的利益，而且所有的参与者都能获得一亿遍观音心咒的功德。

希望各地佛友都能发愿念诵，最好劝身边的亲朋好友或其他佛友也参与进来。现在信息传播非常方便，我今天讲完之后，你们就可以通过手机短信或其他方式转告。有些道友明天要上班或有其他事情，一天之内不一定能念完，这样最好在一周之内，即6月1日之前完成三万遍观音心咒。

根据目前的统计，这次地震造成了六万多人死亡、三万多人失踪，可能实际数字还会更多。在这样悲伤至暗的时刻，我们作为大乘佛弟子，一定要全力

为受灾众生念诵、超度、回向，这是至关重要的事。

体会生命无常

今年天灾人祸频发，此刻我们更需要虔心念诵观音心咒，祈祷观世音菩萨，以此遣除整个世界的灾难以及个人修行的违缘。如果不一心祈求上师三宝加持，想在这样的末法时代顺利修行，绝非易事。

很多人感叹说，这次地震于人类而言是一次很大的打击。一方面，也可以这么说，但另一方面，如果懂得人身无常的道理，就会知道灾难是不可避免的。据报道，中国每年约有 20 万人死于自杀，与此相比，由于地震同时夺走了很多生命，所以人们内心才会感到非常震撼。实际上，我们每个人同样面临着死亡的危险，无一例外。

看到网上有人说，为什么诸佛菩萨不提前提醒大

家呢？其实，佛陀早就提醒过我们了，如佛经云：世间灾难重重，地水火风危害不断，而生命瞬息万变、刹那无常。

面对世间层出不穷的灾难，人类的生命极其脆弱，大家千万不要认为自己的生命非常坚固，自己肯定能活很长时间。在死亡来临之前，每一个人都应该提前做好准备。

中阴法门及上师有关教言中说：死亡突然发生的时候，我们一定要想到上师和诸佛菩萨，观想上师或阿弥陀佛在自己的头顶，让自己的意识尽量往头顶上去，然后融入与阿弥陀佛无二无别的上师心间。为何这样观修呢？因为，在死亡突然来临的一刹那，修一般的往生法、禅宗的禅修法，或者大圆满本来清淨的安住，不一定能来得及，而这种将自己的意识瞬间融入头顶的上师、阿弥陀佛心间的修法，非常殊胜可行。

这次地震，我们亲眼目睹了很多瞬间被压在倒塌的楼房中。他们在一片废墟中渐渐停止了呼吸，此时此刻，他们平时辛苦积累的财产用不上，费尽心思得到的地位也用不上，亲朋好友也帮不上，唯一能帮自己的只有善法。因为，唯有善恶业才会形影不离地跟随自己趋往中阴，依靠善业会转生善趣，来世得到快乐；依靠恶业会堕入恶趣，来世感受痛苦。

总之，透过这次“5.12 地震”以及全世界各地频发的灾难，希望大家能真切地认识到：我们这个浊恶的娑婆世界违缘重重、苦难重重，同时，千万不要认为自己永远不会改变，自己的生命是永恒的……我想稍有点修行的人，这次会对“生命无常”的道理有很多新的感悟和认识。

信心坚固，圆满学修

这次我们以学院的名义举办“四臂观音法会”，

也是为了转变一些人对藏传佛教的误解。前一段时间，新闻报道了藏传佛教一些不如法的现象。当然，这只是极个别人的行为，不能代表整个藏传佛教，真正的藏传佛教是纯洁无垢的。但不了解真相、信心不稳固的人，看到这些报道之后很容易生起邪见，甚至做出诽谤等不如法之事。通过这次法会，我们想让这些人了解藏传佛教所倡导的慈悲观念，把他们从邪见的歧途中解救出来。

我恳切地劝导大家，千万不要对纯洁的佛法生邪见，更不能随随便便诽谤，应该真正了解佛教的慈悲、智慧及其不共的加持力。

我们学习《入菩萨行论》已近两年，很多道友无论对上师三宝的信心、对轮回的出离心，还是对众生的慈悲心都越来越增上。但也有极个别人人云亦云，见解不是很稳固，刚开始的时候特别精进，但慢慢已经退失了，行为也不太如法。

当然，众生的根基和意乐千差万别，即使佛陀也无法满足所有的众生，更何况是我们？但我想反复提醒大家，听闻这么殊胜的佛法绝非易事，一定要珍惜这样的机会，千万不要退失信心或随随便便放弃，否则，这将是生命中无形的巨大损失。我们的钱包丢了、房子倒了，这只是暂时的损失，但如果对正法失去信心，这将是生生世世都无法弥补的损失。道友如果以前有些课没有听圆满，希望现在尽量补上。在我依止法王如意宝近二十年的人生历程中，最重视的事情就是闻思修行。

今天讲堂里有很多居士虽然身处闹市，却能一直坚持闻思佛法，信心越来越增上、稳固，这让我非常随喜。在修学佛法的过程中，大家肯定会遇到各种违缘，有的来自家庭，有的来自单位，有的来自亲朋好友。对很多人来说，学法不是一件很容易的事。在面对困难的时候，一定要反反复复思维：我等大师释迦牟尼佛在因地克服了怎样的困难、最后如何超越而获

得了圆满正等觉的果位；诸传承祖师在求学过程中是怎样苦行的……深入思考之后，就会找到自己最有意义、最重要的人生目标。

现在我们快学到《入菩萨行论》最后一品《回向品》了。学习前九品的过程中，我们没有出现太大的违缘。当然，即使遇到了一些违缘，比如生病或者别人有各种说法等，我也不会低头，会以最坚强、勇猛的心来传法。希望大家也能以最坚强的心来圆满这部法。末法时代，各种违缘此起彼伏，很多道友既要生活、工作，又要学习佛法，在这个过程中，如果缺乏勇气，恐怕很难应对。

最开始的时候，我们一起发过愿要圆满《入菩萨行论》的学习。当时极个别道友没敢发愿，但后来也一直在坚持学习。如果有道友中间落课了，最好在规定的时间内补上。希望每位道友都能善始善终。

学修安排

讲完《入菩萨行论》以后，我原计划传讲《大圆满前行》，但考虑之后，决定在这之前先给大家传讲龙猛菩萨著的《亲友书》。

佛陀圆寂之后，真正将大乘空性法弘扬至人间、对众生有无上恩德的人是谁呢？是龙猛菩萨。在藏传佛教中，龙猛菩萨的《亲友书》与《入行论》的地位没有多大差别。无论是格鲁派、噶举派，还是宁玛派等各大教派寺院，都对《亲友书》非常重视。

以前，我曾在上师如意宝等很多上师面前得过《亲友书》的清净传承。该法非常具有加持力，我很早就想给你们传授，但因缘一直没有成熟。今年如果没有出现违缘，我也没有离开人间的话，会尽量把这部法传授给大家。

希望大家学法不要感到厌足，不要觉得自己听过

一部法就可以了。当然，无论是一个人、几百人或是几万人在我面前听法，我都照样讲课，这对我来讲是无利无害的，但对你们个人来说，听法却至关重要。现在很多人对佛教的道理都不懂，佛法水平比较低，非常需要闻思。

最近，我们一直在讲《现观庄严论》，这是一部甚深的般若论典，能听懂的人比较少，是适合极少数人的课程。当然，如果有道友愿意听的话，我们也可以在网上逐渐为大家发布视频。

充分利用空余时间

《入行论》最后一册讲记，大约在十月份能发到大家手中，中间有一个月左右的空闲时间。这期间，希望大家认真复习《入行论》的第七品至第十品。因为讲完第十品《回向品》之后，只会留出一个短暂的时间复习，然后就进行考试，所以需要提前做好复习

准备。

此外，希望大家能利用这段时间尽量行持善法，比如，至少念诵四遍《诸佛菩萨名号·宝鬘论》、参加一次放生等。任何一点时间都不要浪费，应充分利用起来做对自他今生来世有利益的事。如果放任自己散乱，宝贵的时光就会白白流走。很多人未遇到佛法之前，一直在散乱懈怠中度日，如果遇到佛法之后仍继续这样懒惰懈怠，浪费了暇满的人身，是非常可惜的。当然，这是我的要求，做不做则观待于你们自己。

发心人员应认真负责

希望发心人员能一直保持积极的态度，不要因为发心时间久了，就出现一些不负责任的情况。我们这边花费了很大的心血，动用了诸多的人力、物力和财力，才把法本送到你们手里，这不是一件很容易的

事。如果你们很随便地处置，发给那些不愿学、不珍惜的人，而真正想学的人却没有得到，这不是很合理。大家应该对因果负责，对学员负责，以积极的心态面对发心工作。

希望学会的所有负责人都要重视这个问题。一方面，你们发了大菩提心，确实很辛苦，很多感人的事迹，我直接或间接都有所了解，但另一方面，个别人也出现了一些不负责任的行为，这我也非常清楚。希望大家不要懈怠，继续与我们一起努力弘扬大乘佛法，这对自他的确有很大的利益。

灾难面前，考验发心

这次灾难发生之后，大多数学员都积极地出钱、出力，参与各种救援活动。我听到一些人的事迹之后非常高兴，深感这两年传授大乘佛法，的确具有很大意义。

当然，也有个别人不愿参加救援活动，以各种借口躲避，这种心态连有些世间人也不如。很多世间人虽然从未学过佛法，但内心非常善良，他们的精神让很多所谓的“大乘修行人”都感到汗颜。比如这次地震中，有些老师不救自己的孩子，却三番四次跑进教室救其他孩子，最后失去了自己宝贵的生命；还有的老师，撑起双臂挡住即将倒塌的房梁，保护学生撤离，最后以自己的生命换回了学生的生命。这些人虽然没受过大乘佛法的教育，但利他心却如此强烈，而有些所谓的大乘行人，不要说付出自己的生命，连一点点救援都不愿做，这是非常羞愧的！

在这次灾难面前，大家也可以反思一下自己的发心程度到底如何。希望道友以后不管遇到什么样的众生，只要有困难，都应该尽量帮助。这是大乘佛子义不容辞的责任。

在此，我还想提醒大家两件事：一、前两天，网

络上有人以我的名义化缘募捐，这很不合理；二、还有一些人以我们学院的名义，在汉地各个地方化缘，有的说要建佛塔，有的说要做经旗，有的说要造佛像，还有的说要供斋……有各种各样的情况。希望大家一定要谨慎对待，我和我们佛学院从来不曾向大家化过缘，这一点每个人务必要清楚。以后，如果有人以我或学院的名义化缘，大家千万不要上当受骗，否则将后悔莫及。

“观音法会”具体事宜

明天早晨8点到晚上6点，学院将举办“观音法会”。法会期间，需要先念诵《四臂观音修法仪轨》，然后念诵观音心咒，最后回向。

四臂观音的修法比较简单。首先，把自己的身体观想为四臂观音，六字真言在心间发光，然后，外面的一切现象全部观为观世音菩萨的幻化，一切声音

都观为六字大明咒，自己的一切念头都观为与观世音菩萨的智慧无二无别，接下来，以这次遇难众生为主的一切众生作为大悲心的对境，在这样的境界当中，念诵六字观音心咒。念“嗡玛呢巴美吽”，或者按照无垢光尊者的观音修法，念“嗡玛呢巴美吽舍”也可以。

之前，我讲过观音心咒的功德，《宝篋经》中也讲了很多六字真言的功德³，希望你们今晚看一下。如果知道了观音心咒的功德如此巨大、不可思议，明天念起来就会充满信心。以虔诚的信心摄持来念诵观音心咒，并把功德回向给所有遇难、受灾的众生，必定会给他们带来不可估量的利益。

明天，大家在各自的道场参加法会时，最好提

3 《宝篋经》云：“若持诵六字大明咒，能使福德具足。诵此咒时，九十一恒河沙数佛陀亲临，微尘数菩萨亦亲临，且天、龙、鵄槃荼、四大天王等亲临而守护之。其人身内之一切有情能获不退转菩萨位。若身上佩带此明咒，则成金刚身，并成舍利塔，当知此理。若诵此明咒，则能具足清静之无量慈心、悲心与智慧聚。若每日诵此明咒，则圆满六度，并能获得持明之转轮王位，现前无上菩提，成就佛果。”

前供一些香、花、灯等，供品应该尽量清净圆满，之后再开始念诵。念诵时最好采用学院《喇荣课诵集》里的四臂观音修法仪轨，可以用藏文来念，如果不会念，用汉文念也可以。念诵的时候，最好同时使用转经轮，使用转经轮的功德非常大。此外，明天最好尽量吃素。

“金刚萨埵法会”事宜

今年6月，学院还将举办金刚萨埵法会。以前法王如意宝要求，金刚萨埵法会期间，每人要念满40万遍金刚萨埵心咒。

前段时间我说过，今年金刚萨埵法会期间，希望大家最好安住在自己家中念诵，不一定非要来佛学院。今年藏地出现了一些事情，各方面管得比较严，再加上开奥运会，出入不一定方便，并且四川正在闹地震，你的家人不一定放心让你来，再者，学院汉众

招待所还没有建好，住宿等各方面都有一定困难。其实，现在网络为我们提供了一种很好的方便方法，大家不来喇荣也同样可以共修。

你们很多人可能要上班，家里的事情又多，在金刚萨埵法会短暂的八天当中，不一定能念完40万遍金刚萨埵心咒。所以，现在就可以开始念诵，法会结束后可以继续念，一个月内念完就可以。

传授《四臂观音修法》传承

目前，汉地有些地方又发生了一些余震，人们内心产生了极大的恐惧感，很多人都睡在大街上、帐篷里，过着藏地草原一般的生活。此时，佛陀所说的“万法皆无常，诸受皆为苦”的道理已经不用繁述，直接呈现在了我们的面前。

佛陀在有关经典中早已讲过，世间有地水火风

的各种灾难，在这样恐慌不定的世界中，生命是非常脆弱和无常的。面对灾难，我们一定要把以观音菩萨为主的上师三宝作为唯一、最殊胜的皈依境，虔诚祈祷，这样祈祷非常重要。

接下来，我为大家念诵《四臂观音修法》的传承。

（堪布念传承）

下面，我们每人念诵 100 遍观音心咒：嗡玛呢巴美吽舍、嗡玛呢巴美吽舍……

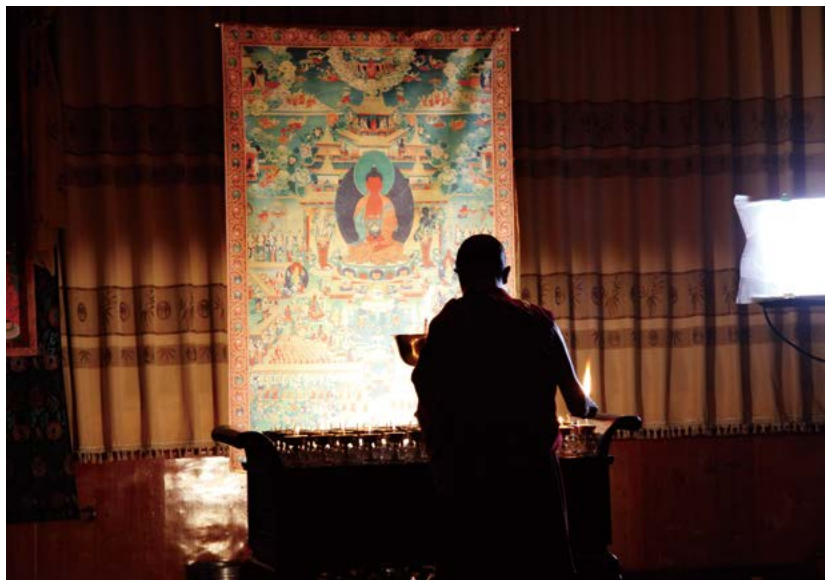
传授《愿海精髓》传承

每次念完观音心咒之后，用《普贤行愿品》、《愿海精髓》或者《入菩萨行论》的“回向品”做回向都可以。

《愿海精髓》是法王如意宝 1990 年去印度金刚座时造的。当年在菩提伽耶，法王代表他过去及未来所有的传承弟子发了这样一个大愿。当时我也在现场，所以有非常清净的传承。大家每次回向之后，最好也念一下《愿海精髓》。它是圣者的金刚语，念诵会有非常大的功德。

下面我为大家念诵《愿海精髓》的传承。

（堪布念传承）



现场互动

◎ 问：我以前曾学修过密法，后来由于种种原因中断了，之后改学显宗法。像我这样的修行人应该注意些什么？

堪布：这是一个非常重要的问题，今天听课的道友都要予以重视。我也听说有些人以前对密法的信心不错，但后来在网上见到极个别出家人不如法的行为之后，便退失了信心。有些虽然没有真正退，但信心也有所动摇，表现得不容乐观。其实，有些事情比较复杂，在此我没有必要分析。但我想强调的是，这并不能代表藏传佛教的本来面目。因为一些简单的原因就对密法生邪见、退失信心是非常可惜的。

为了挽救、扭转这种局面，消除一些人的邪见，

增强大家的信心，我们将来会做一些这方面的工作。同时，希望道友们能对身边的人生起大悲心，通过直接或间接的方式来帮助这些已近退失或即将退失信心的人。

当然，我们希望很多人对藏传佛教有信心，并不是为了得到什么好处，没有这样的目的，只是看到有些人未以智慧分析，只因一些简单的表象，就对非常纯洁的密法生邪见，甚至离开了学佛团体，感到非常可惜。

通过明天的法会，出家人真正的形象会展现在公众面前。真正的藏传佛教修行人，是以慈悲心来对待天边无际的一切众生。在大乘菩提心面前，根本不分男女、种族……任何一个生命，都是我们慈爱的对象。

以后，大家如果再遇到这种情况，也可以检验一下自己的信心是否稳定。不过，在这种严峻考验下，

有些人并没有把握住自己，非常可惜。

◎ 问：您在《入行论·智慧品》中把“无我”的道理讲得很清楚。虽然我们在闻思的时候已经明白了“无我”，但在生活中总想有个所依，总觉得有个“我”，请问这该怎么办？

堪布：理论上懂了所谓的“我”不存在，但生活中始终认为有一个所依存在，这说明你还没有真正获得“无我”的定解。这种定解需要依靠实修而获得，通过长时间实修，你的见解才可以在日常生活中落实、运用。

◎ 问：我们原来以讨论的形式学习，但学到《入行论·智慧品》时，大家就讨论不清楚了。请问，能否请学院法师先给发心人员讲解一下，然后再由发心人员带着学员讨论学习？

堪布：应该是可以的，《智慧品》确实比较深，

学习过程中可以根据实际情况来定。

这里顺便提一下，今年情况比较特殊，尤其在八月之前，各方面可能有些不方便。希望学习《入行论》的道友，能利用各种方便方法坚持学习，尽量不要以各种借口断传承。学习《入菩萨行论》能调伏我们的烦恼，增长我们的慈悲菩提心，这对整个国家、社会，以及家庭的和谐会起到积极的作用。

有些人胆子特别小，一有风吹草动，就马上惊慌失措而断了传承，这样学佛将很难成功。我想再三强调，学习佛法，心一定要坚强、稳固。学佛过程中肯定会遇到违缘，尤其城市里的人，更是违缘不断，这时大家一定要牢记上师如意宝的金刚语——修行人的心应该稳固、修行过程中不能害众生。这两点是上师接近圆寂时留下的遗嘱，非常重要！

◎ 问：很多道友想明天守八关斋戒，但有些人做不到不说话，这该怎么办？

堪布：实在做不到，也没有太大问题。

⊙ 问：明天守八关斋戒，我们中午 11 点 10 分吃中饭可以吗？

堪布：可以可以。

⊙ 问：作为释迦牟尼佛的弟子，如何做到团结和合与菩提心不相违？

堪布：团结和合需要在利益他人的心态基础上才能做到，而菩提心是对包括人类在内的每一个众生都用爱心来对待，所以，两者绝对不相违。如果先能做到人与人之间团结和合，在此基础上很容易发起大乘菩提心，利益天边无际的一切众生。

⊙ 问：听您讲观音心咒的功德非常大，可以让众生离苦得乐。请问如果长期念诵，可以让众生获得解脱吗？

堪布：大家念观音心咒的时候，一定要回向给所有众生。回向时要观想：善根全部给予这次遇难众生为主的天边无际一切众生，愿他们获得暂时的安乐和究竟的解脱。这样回向功德相当大。

结语

今晚的交流应该说非常圆满，从大家提问等各种情况，我能看出很多道友都对三宝很有信心。作为佛教徒，应该培养自己对三宝的信心，这种信心会直接体现在情感上。如果没有信心，我们彼此有时很难沟通。

虽然我住在喇荣五明佛学院，与你们隔着千山万水，但依靠现代科学技术，不必在地上，在空中就可以传法。这使你们一瞬间就可以得到教言、法理。这是诸佛菩萨不可思议的威力，也是他们智慧方便的一种幻变。佛在经中说：方便的功德不可思议，般若经

的功德不可思议，咒语的力量不可思议。我们现在正是利用了“方便的功德不可思议”这一点，希望大家能珍惜这样难得的机缘，利用这种新的学习途径，想方设法增上自己的智慧和悲心。

我这边不管再忙再累，也尽量为大家提供一些佛法学习的机会和因缘。希望你们一定要珍惜，这种机会转瞬即逝，以后不一定会有。古大德都非常重视学佛的因缘，我们在值遇这样殊胜因缘的时候，千万不要放弃，应将学法视作生命中最重要的事。

最后，我有两点希望：

第一，希望大家学习佛法能善始善终，不要半途而废，认真对待《入行论》等经论的学习。虽然今年灾难、违缘频发，但闻思修行千万不能被违缘中断，这也体现出一个修行人的精神。

第二，希望大家明天一方面要好好念诵观音心

咒，将功德回向给一切众生，另一方面，也要发愿：哪怕遇到生命危险，也绝不舍弃对三宝的信心、绝不舍弃修学佛法。

这样发愿非常重要，否则，一遇到违缘就马上退失信心，甚至改学其他宗教，这是非常可怕的。希望每个人的信心越来越坚固、前途越来越光明。

下课之后，你们每个人都要回到各自的地方，过程也很辛苦，这种精神非常可贵，千万不要退失。我们学佛不单单为了自己，也肩负着弘法利生的重要使命。



金刚萨埵怎么修

2008年6月7日

今天，与诸位道友在菩提讲堂再次见面，感到非常高兴。这次开示主要有三方面内容：一、最近《入菩萨行论》的学习基本圆满了，很多人关心接下来学什么，今天我就给大家讲一下；二、过几天学院开金刚萨埵法会，需要念诵《金刚萨埵修法仪轨》，我给你们念一下该仪轨的传承，然后讲解念诵的功德；三、有些道友可能会有一些问题，如果有时间，我可以做简单的回答。

现阶段学修总结

我们学习《入菩萨行论》用了将近两年时间，再

有两三堂课，整部论就全部学完了。在这两年当中，很多道友非常精进，传承全部圆满了，我也尽了自己的一切力量为大家讲解。音频、视频和讲记制作出来需要一段时间，讲记大概有 12 本，这些以后会陆续提供给大家。

这个过程并不容易，我们彼此都很清楚。大部分道友都比较精进，投入了很多时间和精力用于学习，当然，也有一些人不是太精进。但不管怎么样，我想多数人的传承应该都圆满了，没有圆满的道友，希望你们挤出时间听一遍录音。

所谓传承圆满，并不是指看一遍法本，而是要把所有讲法语句的声音听完整，中间不能有任何漏缺。按照传承上师的要求，中间打瞌睡也不合理。如果大家看视频有困难，听音频也可以。

有些道友从未得过一部法的完整传承，这是非常可惜的。《入菩萨行论》只有一千多个颂词，如果这

都没有毅力听完，恐怕接下来修其他法会更加困难。
希望大家都能尽快圆满《入菩萨行论》的传承。

过几天，我们会在网上给大家公布这次考试的内容范围。希望各地佛友参照这个考试提纲，现在就开始复习。虽然离考试还有好几个月，但如果不提前复习，到时可能会来不及。希望每位道友都能尽量参加这次考试。

上学期我们考了《入菩萨行论》的一至六册。虽然道友们的考试分数差距很大，但不管怎么样，有参加考试的勇气就很值得赞叹，这说明你对闻思修行很有兴趣。既然前面的考试都参加了，希望这次也能提前做好准备，迎接考试。

下阶段学修安排

大约十几天以后，我准备给大家传讲龙猛菩萨

的《亲友书》。这部法非常殊胜，按理来讲，应该比较保密，因为不是每个人都可以听授，但我考虑了很长时间，始终觉得虽然汉地很多佛友对佛教的信心很大，但听法的机会却不太多，这是非常可惜的。因此，我在向诸佛菩萨祈祷，特别向传承上师祈求加持之后，准备为大家传讲这部法。

传讲过程中，我没有其他特殊的要求，只要求大家把这部法的传承听圆满。《亲友书》共有一百二十几个颂词，约为《入行论》的八分之一，讲记可能只有一本，圆满应该不会很困难。

此外，这次我对听者的要求也不像《入行论》那样高，范围定得比较广，不只菩提学会的道友，只要对佛教有信心、对大乘法有兴趣的人，都可以听授。在座的佛友如果有机缘的话，希望你们尽量劝请身边的亲朋好友学习这部法，这对他们肯定会有一定的利益。

《亲友书》是龙猛菩萨为乐行国王宣讲的一部非常殊胜的法。龙猛菩萨是我等大师释迦牟尼佛在《楞伽经》等有关大乘经典中亲自授记的大菩萨⁴。我们作为佛教徒，自称皈依了三宝，如果没有懂得《亲友书》的内容，将是非常遗憾、非常可惜的事。

传完《亲友书》之后，我准备给大家传授《大圆满前行》和《极乐愿文大疏》。个别道友可能只修净土法，这样你只听授《极乐愿文大疏》也可以。如果对显宗和密宗都有信心，就可以同时听授这两部法。如果只对密宗有信心，只听《大圆满前行》也没有什么不可以。

以上就是我今年的课程安排。

4 佛陀在《楞伽经》中亲自对龙猛菩萨授记：“南方碑达国，有吉祥比丘，其名呼曰龙，能破有无边。”意即南方碑达国有一位吉祥比丘，名叫龙猛，在佛陀涅槃之后，佛教内部产生争论时，他站出来弘扬大乘中观，破除有边与无边，诠释般若波罗蜜多法门。在《大鼓经》《大云经》《文殊根本续》等大乘经续中，对龙猛菩萨也有明显的授记，有些说他是一地菩萨，有些说是七地菩萨，有些甚至说获得了佛果。藏传佛教中他被喻为“二胜六庄严”之一，汉传佛教中他被八大宗派奉为开山始祖。

珍惜闻法机缘

现在我们依靠网络来传授或听授佛法，这是一种最殊胜的方便方法。希望大家千万不要错过这个机会。虽然我是具有一切束缚的凡夫人，但我口里说出的教言却是传承上师和诸佛菩萨的金刚语。如果大家依靠这样的金刚语来修持，对自己的心相续一定会有利益。

个别人可能觉得学不学法无所谓，今生过得好就可以了。虽然这是末法时代的普遍现象，但我始终觉得作为佛教徒，不应只求今生快乐，而对漫长的来世不屑一顾。如果将自己来世的快乐全部抛之脑后，是目光极其短浅的愚痴行为，因为，我们这一辈子最多活几十年，而来世却是几万年、几亿年，乃至无量劫。我们这一世的人身得来非常不易，千万不要浪费在一些没有太大意义的事情上。在我的内心当中，非常希望道友们不要为了今世的快乐而一心扑在各种世

间法上，真正该希求的应该是解脱。

闻法注意事项

此外，希望大家学佛的时候，不要仅仅停留在名相上，很多人表面上学佛，实际上对因果、三宝的信心非常差，这样也不是很好。希望每个人都能从内心当中深信因果、诚信三宝，并发起利益众生的殊胜菩提心。

还要提醒大家，在学法过程中，千万不要缘佛法来造恶业。有些道友彼此之间产生了一些矛盾、恩怨，这不是很好。道友之间应该和睦相处，不要因为一些小小的冲突而影响到大家的闻思修行。这样罪过非常大，乃至生生世世都会堕入恶趣。

我们学习《入菩萨行论》已经这么久了，每位道友都应该随时随地观察自己，看看所学的法是否融

入了自心。这次四川大地震，我看到很多世间人帮助众生的心特别强烈，有些为了救人，将自己的生命抛之脑后。他们虽然从未学过大乘佛法，但却具有舍己救人的精神，这是非常值得赞叹的。反观我们极个别人，虽然学了这么长时间大乘法，但却根本无法与他们相比，救灾的时候顾虑特别多，觉得那里有瘟疫不能过去啊，如果有余震该怎么办啊，别人对我有看法怎么办呢……

作为大乘佛教徒，怀有这些想法确实应该感到惭愧。如果在一帆风顺时，把菩提心挂在口头上，觉得利益众生没有任何问题，而当真正遇上违缘、逆境的时候，对众生的态度又是另一种，则不能算是真正的大乘修行人。如果从内心当中对众生真正生起了大悲菩提心，遇到再大的困难也不会顾忌的。希望道友们对此好好反思。

由此也能看出，如果没有实际修持，只在表面文

字上或口头上学习佛法，很难真正利益众生。非常希望大家把所学的大乘法用在实际行动当中，这一点非常重要！

金刚萨埵法会事宜

一、法会安排

每年藏历四月初八，学院都会举行为期八天的“金刚萨埵法会”。今年因为地震等种种原因，来学院开法会不是很方便。希望法会期间，大家能在各自的道场、佛教中心或者自己的家里，跟着学院僧众一起念诵金刚萨埵心咒。届时，我们会在三个菩提讲堂为大家提供直播。

依靠这种不可思议的方便法，以及共同的发心、发愿，即使你们没有翻山越岭来到五明佛学院，也可

以同样获得诸佛菩萨的加持，得到金刚萨埵法会的功德。

今年法会的阳历日期是6月11日至6月18日。法会期间每天修四座，上午两座，时间分别是7:00—9:00、10:00—12:00；中午休息一个半小时；下午修两座，时间分别是13:30—15:30、16:30—18:30。八天都这样安排。每座开始的时候要发心，然后念诵金刚萨埵修法仪轨，中间念诵金刚萨埵心咒，最后念《普贤行愿品》回向。

前不久学院开观音法会的时候，我们也做了网络直播。外面很多居士和有些出家人反映特别好，觉得虽然自己没来学院，但法音萦绕耳边的时候，自己似乎已经在学院与所有僧众一起开会了，有一种亲切感。我也觉得这样直播非常好，希望大家在这八天当中，安住于道场、家里或者单位等场合当中，尽心尽力地念诵金刚萨埵心咒。

以前法王如意宝规定，金刚萨埵法会期间，每人需要念完四十万遍金刚萨埵心咒。大家从现在开始就可以念诵，如果法会期间因为家庭、工作等原因实在不能完成，后面要尽快补上。当然，在八天当中完成是最好的。其实，每天念五万遍金刚萨埵心咒应该没有任何问题。我们这里很多道友每天可以念八万遍，甚至十万遍。

二、为何开金刚萨埵法会

末法时代，众生造业非常严重。在座所有的道友，无论你以前在什么样的团体或家庭背景下长大，都会造过杀生、说妄语、邪淫等不可细数的恶业。皈依佛门之后，可能还会造过违反戒律等罪业。不只今世，乃至想不起来的生生世世，肯定也造过各种罪业。如果这一辈子没有好好忏悔，以后不一定会有这样宝贵的忏悔机会。所以，这次法会不但非常殊胜，

而且极其难得！

如果大家没有特别重要的事，在这八天当中，最好把所有的琐事都暂时放下，以闭关的方式念诵，尽心尽力圆满四十万遍金刚萨埵心咒。

三、为何修金刚萨埵

为什么要祈祷金刚萨埵、念诵金刚萨埵心咒呢？因为无量劫以前，金刚萨埵佛在因地曾发过愿：愿我将来成佛时，任何一个众生只要持诵我的名号，或者对我起信心而皈依，哪怕他造了五无间罪、破誓言等极重的罪业，也能马上得以清净，若其罪业不能清净，但愿我不成佛。后来，金刚萨埵就像阿弥陀佛一样已经成佛，这说明他的此愿已经圆满。

由于金刚萨埵具有这样的愿力，故而在忏罪方面，念诵金刚萨埵心咒与念诵其他佛号或咒语并不相

同。任何人持诵金刚萨埵心咒，罪业必定得以清净。

麦彭仁波切在《百咒功德》中讲：如果持诵金刚萨埵心咒，一切佛的名号皆已持诵，因为十方诸佛菩萨的自体，全部可以包括在金刚萨埵当中，也即任何一位本尊，都可以包括在金刚萨埵当中；任何一个咒语，都可以包括在金刚萨埵心咒当中。可见，念诵金刚萨埵心咒的功德非常大。尊者还说：金刚萨埵以前发过愿：愿我以后能遣除一切罪业深重者的障碍；即使有人仅仅忆念我的名号或咒语，罪障也会得以清净。

为什么要念四十万遍呢？《梦尊调伏续》中记载：如果念满“嗡班匝_儿萨埵吽”十万遍，即使破了密乘的根本誓言，也能清净。法王如意宝说：末法时代念诵咒语的数目，应该是初劫时的四倍。以此推算，我们现在如法地念满四十万遍金刚萨埵心咒，一定能清净以前所造的一切罪业。这次法会很多道友需

要发心，你们可以一边发心，一边认真地念诵。

四、念诵方法

念诵的时候，可以按照《大圆满前行》中金刚萨埵的修法进行观想，也可以按照上师如意宝传过的《如意宝珠》金刚萨埵单身修法进行观修。

法会每一座开始的时候，一定要发菩提心。发心时要观想：我这次修金刚萨埵法并不是为了自己一个人清净罪障，像我这样的可怜众生在整个世界当中无量无边。为了利益一切众生，我发愿从现在开始，一定要认真修持金刚萨埵，好好清净自他无始以来的所有罪障。

忏悔的时候，内心要观想：自己为一般的众生，金刚萨埵安住在自己头顶的千瓣莲花之上，通过念诵金刚萨埵心咒，金刚萨埵心间降下白色的甘露，清净

了自他一切众生往昔依靠邪知识等各种恶缘所造的所有罪业。之后观想：自己心间的金刚萨埵心咒发光，幻变出无量无边的美妙供品，上供十方一切诸佛菩萨，下施轮回一切众生；光束收回的时候，自己获得了一切悉地。希望大家能通过这种方式念诵、观想。每座最后应念《普贤行愿品》回向。

要想提高念诵质量，一定要依靠四种对治力——所依对治力、厌患对治力、恢复对治力、现行对治力。

所依对治力，即念诵的时候，要观想自己的根本上师与金刚萨埵无二无别，并将其作为自己的作依；厌患对治力，就是对自己无始以来所造的罪业感到非常害怕，产生了如同服了毒药一般强烈的后悔心，真心认为自己错了，严厉谴责自己的恶行；恢复对治力，即发愿从今天开始修持金刚萨埵，以后纵遇生命危险，也不再造作罪业；现行对治力，即通过不断观

想金刚萨埵身像、不断念诵金刚萨埵心咒，最后使自己的身口意全部得以清净。

法会期间，希望大家尽量不要说很多无聊的语言，最好以禁语的方式念诵。这样一方面会获得较大的功德，另一方面，如果说很多闲杂语，想念满四十万遍金刚萨埵心咒也会有较大的压力。共修的时候，每位道友都需要约束一下自己。

这次因为种种原因，大家来学院有一定的困难，但现在网络等各方面的因缘已经成熟，你们在各自的地方跟着学院僧众共同发愿、念诵、忏悔、回向，这与来学院没有任何差别。

如果大家每天能跟着学院同步念诵，当然是最好的。但可能除了个别有殊胜因缘的人以外，很多道友都要工作、照顾家庭等，不一定有时间一直挂在电脑上。这样你们早上第一座跟着学院僧众把前面的发心和金刚萨埵仪轨全部念完，白天有时间就一直持诵金

刚萨埵心咒，晚上念《普贤行愿品》回向，这是最简单的一种修法。

五、了知因缘

大家此生遇到金刚萨埵法门，是极其殊胜的因缘。有些续部讲：如果有人今生遇到金刚萨埵法门、闻到金刚萨埵的名号，说明他以前在无量诸佛如来面前承事过、恭敬过、供养过、积累过资粮，由此，他经常受到诸佛菩萨的加倍、护佑而成为大乘修行人，最终将会往生清净刹土。可见，各位道友都与金刚萨埵有着非常深厚的善缘，否则，今生根本听不到金刚萨埵咒语。

以前，法王如意宝开取过莲花生大士的一个伏藏——《金刚萨埵修法·如意宝珠》。这个修法仪轨中也讲：金刚萨埵法门，尤其这个《如意宝珠》法门，与汉地众生特别有缘。

所以，希望在座所有的修行人，一定要抓住这个难得的机缘，认真忏悔自己往昔的罪业。

尤其在这个月（藏历四月）当中，做任何善事或和恶事，功德和罪业都会成百万倍地增长。这个月在藏地被称为萨迦月，释迦牟尼佛降生、成道、涅槃三个节日都集中于该月。当然，以不同的历算，节日也有一些不同的说法，但释迦牟尼佛成道日是没有任何争议的。希望大家在这个月当中，能圆满完成四十万遍金刚萨埵的念诵。

法王如意宝应该说是佛陀再来，但显现上每一次开金刚萨埵法会，他一定会念满四十万遍金刚萨埵心咒。像法王这样的大成就者，都如此精进地忏悔，更何况我们造业这么严重的人呢？大家以前没信佛的时候，光是吃饭可能就杀过很多众生。为了清净这些罪障，现在一定要努力忏悔。我虽然有翻译等各种事情要做，但每一年的金刚萨埵法会，也都会圆满念完。

六、遣除疑惑

金刚萨埵法门是任何人都可以修的法。大家身边如果有皈依过佛门，或者未皈依但对善法感兴趣的人，你们都可以劝他们参加这次念诵。

有些人可能认为，金刚萨埵是密宗的修法，学显宗的人没必要修。其实，这完全是一种错误的理解，无论显宗还是密宗的修行人，都可以修持金刚萨埵法。

法王如意宝发愿往生西方极乐世界的时候，要求大家先圆满四十万遍金刚萨埵心咒，以此清净以前所造的五无间罪或诽谤佛法等罪业。

此外，金刚萨埵也发过愿：我愿显现于一切破戒者面前；我愿显现于一切破誓言者面前；我愿显现于一切业力深重者面前；我愿显现于一切造五无间罪者面前。由此可见，金刚萨埵并不是在菩萨面前显现，

而是在世间一切业力深重的凡夫面前显现，乃至造了五无间、破誓言等最可怕的罪业，通过精进念诵金刚萨埵心咒，罪业也会得以清净。

为了使这次法会顺利举行，很多发心人员都要随时维护现场和网络，非常辛苦。凡在这个过程中发善心的人，我都非常非常感谢，也祈祷诸佛菩萨加持你们。希望大家以后都能经常发心。

念诵金刚萨埵修法、烟施仪轨

接下来，我为大家念诵《金刚萨埵修法仪轨》。这是麦彭仁波切造的，我们学院每次开金刚萨埵法会都会念诵这个仪轨。另外，有些道友提出想得受火供火施的仪轨，今天我也给大家传一下。

（堪布念传承）



现场互动

还有几分钟时间，如果大家有问题，我们可以交流一下。

⊙ 问：非常感谢大恩上师教授我们这么殊胜的佛法，觉得您就像我们的再生父母一样！学了《入行论》以后，我的内心触动很大，深深感到生起菩提心的重要性。我看到学会还开设了五部大论学习班，也很想学习这五部论。请问，其中的戒律我们可以学吗？五部大论的学习顺序是怎样的？请为我们指明道路。

堪布：作为居士，需要学习一些戒律。虽然戒律中的比丘、比丘尼、沙弥、沙弥尼戒律，居士不必学习，但作为佛教徒，皈依的戒律一定要学；受了居士

戒之后，三皈五戒也需要学；发了大乘菩提心之后，菩萨戒也要学；授过灌顶之后，密乘戒更要学。所以，学习五部大论中的戒律还是有必要的。

对于五部大论，藏传佛教各派有不同的学习次第。格鲁派先学现观庄严论，然后学习因明、中观、俱舍论，最后学习戒律；按照上师如意宝的传统，先学戒律，然后学习因明打开智慧，之后学习《俱舍论》来了知一切世俗法；最后学习宣说显义空性的“中观”以及隐义空性的“现观”，以此可以了知胜义法。

我认为如果具有智慧，居士也可以学习五部大论。学完之后，就已经掌握了整个佛法的框架。五部大论的每一部都有其不共的长处，少学其中一部，都不完整。比如，如果不懂中观，就无法理解诸法空性的道理；如果不懂现观，那般若的意义，尤其五道十地之理就不会明白；如果不懂因明，就不会运用佛理

与对方辩论。

如果学了五部大论，其他的法，比如大圆满前行、净土法、禅宗法、密宗一些简单的法门，都非常容易理解。如果没有五部大论的基础，很多佛法的道理都不是很好懂。

我五六年前发愿为汉族四众弟子传讲五部大论。近期把《现观庄严论》讲完之后，就全部圆满了。我一边传讲，一边把关于五部大论较好的藏文经论译成了汉文。有了五部大论的书和光盘，你们完全可以自学。我认识的很多年轻居士与学院僧众一样，每天都在不断学习，现在基本圆满了五部大论。

你提的问题非常好。《入行论》和《大圆满前行》讲的多是佛教的基本道理，内容不是很甚深。如果学了五部大论，佛教最深奥的道理就基本明白了。很多道友既年轻又具有一定智慧，最好不要把自己的智慧用在今生无意义的琐事上，而应与佛陀最甚深的

法结上善缘。

我个人虽然已经学了这么长时间佛法，但现在对于五部大论和密法为主的法要仍然非常有兴趣，每天都想翻译一点、给大家传讲一点。我的工作除此之外没有别的，自己这方面的兴趣一直不断。非常希望大家经常祈祷上师如意宝，尽量圆满五部大论。

⊙ 问：小乘的有部宗和经部宗、唯识的真相唯识和假相唯识，以及中观自续派和应承派，他们在见解上的主要区别是什么？

堪布：我以前翻译的很多论典中对此都有宣讲。比如麦彭仁波切的《中观庄严论释》就对内道各派的观点做了详细辨析，你们可以看一下。

⊙ 问：唯识宗讲清净的依他起和不清净的依他起。请问，依他起是什么意思？

堪布：唯识宗承许遍计法、依他起和圆成实。

这三者是所有唯识宗的要理。菩萨后得位时，见到本尊的形象、器世界和有情世界的清净眷属等，叫做清净的依他起，也就是说，佛的相好圆满和菩萨无量无边的功德等，这些叫做清净的依他起；不清净的依他起，是指凡夫人现在所见的世间各种有漏的五蕴法。

⊙ 问：唯识宗讲万法唯心。这个心是指整个八识，还是单指第六分别意识？

堪布：万法唯心，这个心可以指我们的分别意识。按照《入中论》的观点，万法的因是识，并不是说万法的一切显相都是心。详细观察时，八识当中阿赖耶识的习气成熟以后，变成了显现的万法。

⊙ 问：财布施一定不如法布施吗？

堪布：不一定。

结语

可能还有很多道友想提问，但我们虚空聚会的时间有限，只能等下一次了。这次聚会最主要的意义是希望大家好好念诵金刚萨埵心咒，圆满四十万遍。此外，对于自己身边不信佛教的家人、朋友，最好也能劝他们念诵，哪怕念几遍金刚萨埵心咒也是很好的。

最后，我们把这次聚会的一切善根回向给无量无边的众生。



发普贤大愿精进行善

2008年8月2日

很高兴再次与大家相聚在菩提讲堂。先简单说一下这次交流的内容：首先，给大家念诵《佛赞》和《文殊菩萨赞颂文》的传承；之后，讲解一下“普贤云供法会”的要求以及释迦牟尼佛转法轮日有关放生的问题；接下来，就当前大家学佛存在的问题，做一个简单的交流。

念诵《佛赞》和《文殊菩萨赞颂文》的传承

首先，我为大家念诵《佛赞》的传承，同时念一下地藏菩萨名号，以及其他一些加持较大的诸佛菩萨名号。

(堪布念传承)

“普贤云供法会”事宜

学院一年一度的“普贤云供法会”昨天开始举行，历时八天时间。在座很多道友可能不能亲自参加，但如果你们这几天与僧众共同念诵《普贤行愿品》来发愿回向，功德也非常大。

“普贤云供法会”是法王如意宝在世时规定的学院每年常规举行的四大法会之一。法会期间，大家需要念诵地藏菩萨名号，同时也要念诵《普贤行愿品》。

由于现今各方面因缘尚未成熟，网上的道友亲自来学院参加法会比较困难，但我希望上等精进者在这八天当中，从早晨7点到晚上7点，尽量跟随僧众一起念诵地藏王菩萨名号和《普贤行愿品》；如果没有

这么多时间，每天最好念四遍《普贤行愿品》；如果还做不到，那每天至少也要念一遍《普贤行愿品》，以此回向给一切众生。

在座大部分人都已皈依并闻思了佛法。作为一名修行人，应该了知念诵《普贤行愿品》的功德——可使今生幸福快乐，来世往生清净刹土。实际上，念诵《普贤行愿品》具有无量无边的功德，即使佛陀以金刚舌来说，也无法说尽。希望大家在法会期间都能尽心尽力地念诵。

“佛转法轮日放生”事宜

藏历的六月叫做“转法轮月”，释迦牟尼佛在2500多年前的六月初四这一天，为众生宣讲了四谛法门。自此，消除黑暗的智慧明灯便在世间点亮。在这个月中行持任何善法，功德将会增上1000万倍。希望大家在这个月当中能更加精进地行持善法。

在藏地，有些人虽然不能长期吃素，但发愿在该月中吃素；有些人虽然无法长期不杀生，但发愿在该月中不杀生……希望在座的道友也能在心里默默发愿，或者在上师三宝面前发愿，在转法轮月中多多行持善法，比如，经常守持八关斋戒、放生、念咒语、听课等等。

尤其后天——公历8月5日，按照藏历来算，是释迦牟尼佛真正的转法轮日（藏历六月初四），在这一日行持善法的功德非常大。如果方便，希望大家能聚在一起共诵诸佛菩萨名号、放生，或者行持其他善法。

很多道友想在藏历六月初四这一天为我庆祝生日。我不想要什么其他礼物，只希望当天大家能在各自的地方，根据自己的情况多放一些生，比如飞禽、鱼类等。我在遥远的雪域高原向你们合掌祈求，希望大家在这一天能把那些在屠夫刀下即将遭杀的可怜众

生解救出来，让很多飞禽飞出牢笼，回归到蓝天白云的怀抱当中。我今天默默地祈祷，愿在此吉祥日当中，很多众生都能免于杀戮、获得自由。可能很多道友没有很多财力，但只要能放一条鱼、一只鸟，或者其它一只小小的旁生，对我来说也是极大的恩德。

大家可以把六月初四前后放生的数字，通过网络传给我们。所有僧众将一起念诵《普贤行愿品》为大家回向，这样每个人的善根就如河流融入大海一般，乃至菩提果之间也不会灭尽，如此发愿的力量极其广大。

为什么提倡大家放生呢？扪心自问，在这个世界上，我们最珍惜的是什么呢？是自己的生命，一旦自己的生命遭到威胁或受到损害，甚至愿将所有的财产乃至身体的一部分付出。能活在世间，是每个人最大的愿求，实际上，其它动物也是如此，乃至蚂蚁以上的旁生，同样对自己的生命如是爱执、珍惜，遭杀时

也如是痛苦。

现在，我们经常说建立和谐社会，但社会要想真正和谐，光是人与人之间的和谐远远不够，因为人生生活在大自然的怀抱当中，而大自然还包括了很多动物和植物。如果人类保护了大自然的所有动植物，自身也就自然获得了和谐。希望各位道友能发愿保护世间所有的生命，在放生、戒杀方面一定要努力，就像以前印光大师那样。

此外，也希望大家以后尽量吃素。如果实在做不到，在每月功德较大的日子，比如初一、初十、十五、三十等，尽量不杀生、不吃肉，行持这些善法对每一个人来说，的的确确非常重要！

善用人身，学习佛法

第二件事，希望在座的有缘道友能认真思维一下

人身难得的道理。佛陀为众生宣讲了八万四千法门，如果懂得了佛法的一些基本教义，对宇宙人生有了一定认识，就会明白，获得暇满人身是极其困难的。既然我们现在已经获得了如此可贵而稀有的人身，理当珍惜并善用它，就像应把获得的如意宝用在最有用之处一样。如果浪费了它，是非常可惜的。

如何善用人身呢？人生最有意义的事应该是学习佛法。这段时间我尽心尽力地通过不同途径为大家传讲了一些佛法。当然，每个人的因缘不同，有些人感觉得到了一点点利益，而有些人觉得没什么。但不管怎么样，我个人在有生之年都会以佛法来饶益众生，这也是我一生当中最大的责任。自己以前在很多上师和诸佛菩萨面前发过很多誓愿。

如果能认真闻思修佛法，每个人都会在佛法大海的智慧中得到遣除今生来世贫穷的如意宝。真正拥有如意宝之后，你就会被佛法的光芒恒常照耀。

祈祷三宝 坚定誓愿

在学习佛法的过程中，极个别道友因为受环境或恶友的影响，出现了退转的现象，这是非常可惜的。此时祈祷上师三宝必不可少，如果没有上师三宝、护法神的怙佑，修行将很难成功。因为凡夫人的心念极易改变，今天这样想，明天那样想，尤其受现在复杂社会的影响，贪嗔之心如同汹涌的波涛一般猛烈。在这样的时代当中，凡夫人想依靠自力坚持学习佛法是非常困难的，所以，必须时时祈祷上师三宝加持自己。

此外，发愿也非常重要。我听说有些佛友发了坚定的誓愿：无论自己的身体或心理遇到任何磨难、痛苦，也永远不舍弃佛法。这样发愿非常有必要。希望在座的善男信女也能发这样的誓言：自己宁可舍弃身体、生命，也永远不舍弃佛法如意宝，就如《大宝积经》所说：“宁舍身命，不谤正法。”如果没有舍

弃佛法，坚持到一定时候，就会知道这是最好的选择；如果退失了信心，就真的没有办法，已经无药可救了。

如何面对违缘

前段时间学习《入菩萨行论·智慧品》的时候，个别道友觉得特别难，学不下去，接近于退失，我们通过各种方法帮他们度过了难关。《智慧品》主要讲空性，刚听的时候的确不好懂，我以前学的时候也是请教了很多上师和道友，反反复复听了好多遍才基本明白。因为自己深有体会，所以很能理解大家的感受。如果你们第一次听不懂，就听第二遍；如果还不懂，就再三再四地听，这样之后，空性的意义很容易在相续中生起。

此外，在学法过程中，如果遇到了生活、工作的不顺或者身体生病等违缘，应该想这是诸佛菩萨和般

若空性法的加持，帮自己遣除修行中的违缘。一般来讲，对于精进者和智慧中等者，魔王般旬随时会发射贪、嗔、痴、懈怠、傲慢的毒箭。一旦中上毒箭，修行很容易功亏一篑，难以恢复，这是非常可惜的。这时不但需要勇气和力量，也要学会把所有的痛苦转为道用，以使自己更加精进，这样所有的魔扰就会渐渐消失。

长期闻法才能改变相续

有些人学完《入行论》之后，并没有立竿见影的效果，这其实也正常，因为学佛是一个长期的过程，并不是听完一部法就圆满了。我个人在法王面前听法已经 19 年了。在我的记忆中，自己只有一两次因为生重病没去上课，除此之外，不管法王传任何法，自己从未间断过，一直辛辛苦苦地希求佛法。

当然，我并非自诩为你们的榜样，但的确觉得

长期听法非常重要。作为一个业力深重的凡夫人，没有烦恼和痛苦是不可能的，而只有依靠佛法才能断除烦恼。我们既然已经遇到了如此难得的佛法，如果轻言放弃，那以后生生世世不一定再会遇到；即使遇到了，由于开头的缘起已被破坏，也很难得到解脱的光明。

得法不易，当自珍惜

这几年，我们通过网络、光盘为大家传讲佛法，这是一种非常好的方便法。以前的高僧大德需要越过千山万水、历经难以想象的苦行才能求得法，现在已经送到了你们的家门口或办公室里。你们只需打开电视或电脑，佛教所有殊胜的内容就会全部呈现在面前。这么好的机会如果没有抓住、运用，是非常可惜的。

大家不要觉得我们这样传法很容易、很简单，其

实在这个过程中，我们需要面对很多很多的困难。我和发心道友们这几年的确有一定的压力，学院内部每天有很多事务要处理，我们的身体也经常跟不上，很多发心人员自己还要闻思修行……然而，一想到这样能令外面的很多道友学到佛法，获得佛法的利益，我们就非常开心，也觉得非常值得。因此，无论遇到再大的困难，即使身体再累再辛苦，乃至粉身碎骨，我们也愿意勇敢地面对，全力地付出，一直坚持下去。

希望大家能了解一下以前的高僧大德在求法时发了怎样的心，经历了怎样的苦行，再对比一下现在自己听法是多么简单容易。比较之后，就会明白现在的闻法机缘是多么难得，这样自己的心就不容易退转。

闻法的利益

听说很多道友周一至周五要忙于工作、家庭生活等，但利用周六或周日的时间把一周的课程全部听

完，还有些人一下午能听三四堂课，我听到后确实很高兴。很多人没学《入行论》的时候，对佛理一无所知，提的问题和行为非常可笑，现在虽然不敢说有了很高境界，但对于佛教已经有所认识 and 了解，对于一些根本的问题已经懂得，这也是通过努力听闻佛法得到的。

虽然我是一个烦恼深重的凡夫，但我口中宣说的佛法像纯金一样圆满而具有加持力，永远不会欺惑你们。希望大家一定要尽心尽力地听闻佛法，这对你们一定会有利益。

在听授佛法的过程中，虽然大家在人力、财力、时间等很多方面需要付出，但这样的付出是非常值得的。因为我们的目的不是为了短暂的今生，而是为了自己的生生世世，也是为利益一切众生。从广大心愿的角度而言，是非常值得的。当然，内心尚未达到这种境界的时候，可能会有一些奇怪的想法，但通过学

法就会逐渐将其遣除。希望大家在此过程中千万不要退失信心。

考试事宜

《入行论·智慧品》学完之后，大家开始学习《入行论·回向品》，之后就准备考试。我们已经公布了 200 多道考试题，可能比前面多一点，希望每位道友都能认真复习。

今年我给参加考试的人准备了法王如意宝的念佛机，以及其他一些奖品。这个念佛机非常具有加持力。当然，大家也不要为了奖品而考试，但希求加持品也是一种态度，希望大家能做好考试的准备。

过段时间，我们会给你们提供《亲友书》的视频和颂词，现在我已经讲了一半。到时希望大家能把《亲友书》的颂词背下来，因为这部论是龙猛菩萨为

乐行国王宣讲的，乐行国王也是一位在家居士，相信你们学完之后一定会改变自己的思维和命运。

《入行论》有一千多个颂词，全部背下来比较困难，所以很多道友发愿背诵前六品，但《亲友书》只有 124 个颂词，背下来应该很容易。其实，我对你们的要求并不是很高，学院很多道友都能同时背三四部论典。当然，你们有很多事情要做，可能没有这个时间，但可不可以把《亲友书》背下来，三个月之后给我做法供养呢？我想即使再忙，以你们的智慧，每天背一个颂词应该还是可以的。我们的很多时间都在不经意间流失了，如果用在背颂词上是非常值得的。



现场互动

接下来，佛友们有什么问题，我们可以交流（堪布的声音有点哑了）。最近，学院正在修建大经堂，很多事情要处理；智悲学校也在建设中，需要接收很多学生；学院管理方面也有一些事务，每天我还要翻译、讲经，感觉自己每天的时间特别紧。今天本想提前准备一下，但一直没有抽出时间，临开示前才急急忙忙跑过来。

希望每位道友都能对佛法、对众生多做一些事，多发一些善愿。对众生有利，佛法才会兴盛。作为大乘修行人，千万不要活得太自私，天天只想自己并不合理。大家应在力所能及的范围内，尽心尽力地学习佛法、利益众生。法王如意宝一生留给我们的教言，归纳起来就是利益众生和弘扬佛法这两点，这是大乘

修行人最根本的问题，其他吃喝玩乐和生活上的问题只是暂时的小事。希望大家能把弘扬佛法和利益众生这两点牢记在心。

⊙ 问：我刚刚学佛，前段时间想退了，有位师兄发给我一个陀罗尼咒，好像咱们念诵集里有。上面说持颂此陀罗尼咒，观想本师心中放射种种智慧大光芒，可以遣除我等一切众生的罪障，如理生起大乘功德，获得不退转果位。请问，我可以念诵吗？

堪布：你说的这个咒语，应该是释迦牟尼佛心咒“达雅塔 嗡牟尼牟尼玛哈牟尼耶索哈”。此咒可以遣除一切魔障，使从大乘道不退转。今天我也呼吁大家不要退转，但有时魔的力量非常大，只是心里想不退转不一定能成功。因此，平时一定要多多念诵这个心咒，这样可以坚定自己的信心，使之不退转。

很多道友在学法过程中有很多疑惑，尤其刚学

佛的时候，各种问题经常会在脑中浮现，但学到一定时候，很多问题就没有了。平时大家提问题非常有必要，萨迦班智达在《格言宝藏论》中说：“倘若自己无理智，应当询问余智者。”

◎ 问：您在《入行论·智慧品》第177课中讲，在空性见解的基础上行持善法才能解脱，不以空性见摄持行持善法，暂时只能获得人天福报，要解脱非常困难。这与您在供灯之功德和绕塔之功德中讲的行持善法得解脱是否相违呢？不接受空性见的人，是否就无法解脱了呢？

堪布：这个问题并不相违。《中观宝鬘论》中云：“先增上生法，后得决定胜，因获增上生，渐至决定胜。增上生许乐，定胜许解脱。”也就是说，如果未以空性见摄持而行持善法，只是解脱的间接因。因为只有证悟无我空性之后，才能真正获得解脱。《三主要道论》中讲：“不具证悟实相慧，纵修出离菩提

心，亦不能断三有根，故当勤证缘起法。”

严格来讲，要想真正利益众生，必须先证悟空性，因为若未证悟空性，就无法推翻自私自利的心；如果我执不能推翻，就已经成了相似的利益众生。

当然，这是从严格意义上讲的。关于这个问题，你们可以看一下《释迦牟尼佛广传》，尤其《现观庄严论》修行道次论的最后两堂课，看完之后应该就会明白。

◎ 问：是否可以这样理解，在不具备空性见解的基础上行持善法、积累资粮，将成为开启智慧之因？

堪布：对对对。

◎ 问：《入行论·智慧品》中讲：有人通过证悟空性智慧引发了大悲心，这一点比较好理解，但反

之，通过大悲心如何了悟空性智慧呢？这是不是福报积累的问题？请您开示空性智慧和悲心之间的关系。

堪布：有两种情况：一种人先具有空性智慧，然后以此生起大悲心利益众生；还有一种人先对众生生起极为强烈的大悲心，通过积累资粮之后，慢慢证悟了空性。



加行一定要修

2008年8月30日

今天与大家交流的第一个内容，是关于学完《入菩萨行论》之后的学习安排和要求，之后我为大家念诵《烟供火施仪轨》和全知麦彭仁波切著的前行实修仪轨——《开显解脱道》的传承。如果还有时间，道友们可以提一些佛教方面的问题。

近两年的学修安排

我们用了两年多时间圆满了寂天论师的《入菩萨行论》。可能极个别道友后面的《智慧品》和《回向品》还有部分没有学完。学了《入菩萨行论》之后，大家对佛教所宣说的生死轮回之理已经有所认识，这

是我们共同努力的结果。

接下来，我们安排大家学习龙猛菩萨的《亲友书》。昨晚我在佛学院刚刚讲完这部论。等把《亲友书》的讲法光盘刻好并发给大家之后，你们就可以开始学习。《亲友书》的讲记以后也会发。这是学完《入菩萨行论》之后第一阶段的学习安排，之后还有两年以上的学习安排。

最近我写了两封信，一封是为遣除外面很多居士和内部一些金刚道友对我近期做的爱心工程和慈善事业的各种疑惑；另一封信名叫《闻思修行 切勿偏堕》，是对菩提学会为主的道友们的未来两年学修的课程安排。希望大家能认真学习这封信的内容。

很希望道友们的都能继续学下去，不要认为学完《入菩萨行论》之后便可告一段落了。对我个人而言，有多少人学法是无利无害的，少了多少人也没有什么，但对于你们自身而言，中断学法将是非常大的

损失。学习佛法对你们的相续必定有利，这一点毫无疑问。

虽然作为传讲者，我也知道自己非常低劣，但我所传的佛法，的确的确是藏传佛教极其殊胜的教言。并且，我依止法王如意宝将近二十多年，虽然没有什么证悟境界，但对佛法的教理还是比较明白的。

这次的学修机会非常难得，希望大家千万不要退失。我也是反反复复思量之后，才给大家做了这样的安排。刚开始可能个别道友觉得不太适应，但只要坚持下来，很快就会扭转过来的。如果一点压力都没有，修行也有一定困难。

第二封信的主要内容是要求大家学完《入菩萨行论》和《亲友书》之后，学习净土法门和《大圆满前行》，也就是说，我们分了一个净土组和一个加行组。

加行组主要学习《大圆满前行》。这部法是藏传佛教极其殊胜、无与伦比的一部论典。如今世界上十多个国家的佛教徒都在一直不断修学。以前我在学院只是大概讲过，并没有实际带修，这次我想利用两年时间，与大家一起学习这部法并圆满五十万加行。

当然，身处城市的很多道友每天要上班、照顾家庭等，有各种各样的困难，但我们反反复复思维过，觉得只要认真对待，大多数人两年当中一定可以修完五十万加行。对于山上佛学院的道友，我们是要求半年或一年内修完。虽然很多道友以前修过加行，但这次还需要再修一遍，因为以前可能仅仅是数量上完成了，质量上不一定能达到要求。

二十多年前我也修过五十万加行，现在回顾起来，当时只是为了圆满数量而已，质量上并未达到要求。因此我也发心，如果没有出现什么违缘，这次跟大家一起修一遍加行。虽然我现在不论在翻译，还是

学院管理方面有很多事情要做，忙碌程度可能超过你们很多人，但总觉得人身非常难得，如果此生不圆满五十万加行，实在太可惜了。希望大家能安排好自己的工作和生活，抓住这次机会，认真学习《大圆满前行》并修完加行。

希望两年之后，道友们都能保质保量地完成五十万加行。两年后我如果还在世间，准备给你们讲一些甚深的密法。当然，如果没有修完加行，就没有办法听授后面的密法课程。希望大家现在就要做好心理准备。

有些道友年龄比较大，身体也不好，可能没有能力修加行，我们建议你们报净土组。以前法王如意宝讲过，任何一个与他结缘的人，都可以往生西方极乐世界。怎样与法王结缘呢？需要念满四十万遍金刚萨埵心咒和一百万遍藏文阿弥陀佛圣号。一百万遍藏文阿弥陀佛圣号需要在两年内完成。如果念诵汉文“南

无阿弥陀佛”，需要念六百万遍。

配合学修管理

现在离新班开学还有几个月，为了方便管理，我们需要选一些管理人员、理事人员等，还要分组、安排很多事情。到时给大家发报名表，希望每位道友都能如实填写。

我们现在管理起来的确很困难，不管是课程安排、教学材料、各地管理等等，有很多很多事情要做，非常复杂和麻烦。我今天早上6点钟就开始和相关人员开会、安排事情，刚才晚饭也没吃好，一直忙到现在。但我并没有觉得很辛苦，为了能让大家学到法，我们愿意付出。

你们千万不要认为现在这样学法非常容易，就像从天上掉下来、从地里长出来一样简单。实际并非如

此，发到你们手里的一本书，你们可能觉得无所谓，但这背后，蕴藏着许许多多发心人员有形、无形的付出。如果没有他们的付出，大家很难有这样的学法机会。我一个人势单力薄，绝对没有能力、没有办法做到。

现在，各大城市都有很多发心人员，他们从各个方面给予了我极大的帮助。学院当中也有很多藏族和汉族的道友在发心，他们每天除了吃饭、睡觉，其余时间几乎全部用在你们的学修上。

希望大家对于学院弘法部法师以及各地管理人员的要求，不管是填表还是分组，都能积极配合。他们发心非常不容易，如果不配合，说实话，我觉得有点没有良心。

此外，希望我们菩提学会的道友，最好在自己的道场认认真真学法，不要经常跑来跑去，更不要干涉别人学其他法，这样不会有很好的结果。作为菩提学

会的学员，没有必要做各种各样的事情。

对加行班、净土班、闻思班的要求

我听说个别地方的一些道友，现在就开始磕大头，这样也是可以的，到时赶起来不是那么困难。但修的时候可能会有很多问题，对于你们的问题，我们的工作人员到时会一一答复。

不管大家以前修没修过加行，不管以前跟着哪位上师或教派学，如果以后想在我面前听受密法，这次都需要从零开始，保质保量地修满五十万加行。

大家这次修五加行，原则上要按照麦彭仁波切的《开显解脱道》来修，法王如意宝以前特别强调过这一点。有些道友以《龙钦宁提前行仪轨》的颂词来修，这样修虽然也可以，但它的汉语翻译有各种版本。我本想重新翻译，但一直没有时间。一会儿，我

会给大家念一下《开显解脱道》的传承。

上一次，我提过背诵《亲友书》的要求。我要求学院年轻的道友在一两个月内就要背会。当然，对于外面的道友，背诵时间可以延长一点。到时，我们会给熟练背诵的道友发一些奖品鼓励。

这次共分三个班——加行班、净土班和闻思班。我们鼓励大家同时报加行班和净土班，一个作为主修，另一个作为兼修。如果修加行有一定困难，只学净土也可以。净土班需要一边学习，一边念诵一百万遍藏文的阿弥陀佛圣号，念汉文“南无阿弥陀佛”也可以，但数量要多一些。加行圆满的年轻道友可以报闻思班，学习五部大论。

我还会陆续宣讲《现观庄严论》和《般若摄颂》等经论。第一学期，我计划传讲《大圆满前行》、《极乐愿文大疏》和《现观庄严论》，这三部论作为三个班的课程。

希望大家不要觉得有压力，修学佛法一定要有勇气。如果一个星期当中，你用六天时间忙于家庭生活，做世间法，周日用来学习佛法，即七分之一的时间用在佛教方面，这是非常值得的。

学习佛法和发心利众需要实际付出。比如，对我而言，过段时间要同时讲三部法——《极乐愿文大疏》、《大圆满前行》和《现观庄严论》，并要与道友们一起修五十万加行，还要翻译几本书，也要处理学院建筑方面的一些事务和学院里里外外汉族四众弟子管理方面的很多事。虽然时间非常紧，身体方面也有一定压力，但我想人身非常难得，经过我们两年的共同努力，每个人一定会有所收获。

本来周日可以休息，但有翻译等很多事积压在那里等我处理，所以这一天我很少休息。山上很多出家人也是如此，七天当中没有一天做世间法。如果你们七天当中拿出一天学佛都成问题，想解脱是非常困难

的。希望大家不要为自己找许许多多理由，尽量安排好学佛的时间。

前一段时间我们在网上公布了考试复习的范围，但大家觉得压力比较大，所以我们会减少一些复习题，尽量浓缩一些法义，希望每位道友都能踊跃参加考试。

几个月之后，我们会给报班学习的菩提学会道友发一个殊胜的加持品。这个加持品对你们今生来世而言意义非常大，我认为无异于几百两黄金的价值。是什么三宝加持物暂时保密，我个人认为非常殊胜，但没有信心的人，也不一定觉得特别珍贵。

这次我们开设加行班和净土班，是经过反复考虑的。对于你们每个人而言，修学加行和净土法门真正会对自己的今生来世有所帮助。希望大家至少参加其中的一个班，参加之后可以免费结缘法本。

共同学修的重要性

有些道友想自学或以旁听的方式学习，这样一方面也可以，因为学法是自由的，我们没有任何强迫性，但另一方面，这样学习也有弊端，很容易退失。以前很多自学《入菩萨行论》的道友，慢慢都退下去了。我现在也不敢自己在家里修加行，要发愿和大家一起修，深知互相监督之下才有完成的机会。如果没有监督，即使自己现在修行再好、正知正念再强，过段时间当激动的心情消失之后，恐怕也会把学修全部放弃。鉴于我个人多年学修的经验，建议大家这次尽量报名共修。

大家在一起共修，并不是在一起娱乐。世间有无数的娱乐聚会，比如，打麻将、歌舞酒会、赌博等，这会引发内心的贪嗔痴，对自他身心没有任何利益，而我们聚在一起学习、交流释迦牟尼佛所传下来的佛法，这对每一个人的今生来世都非常有利。

希望大家尽量不要选择自学，因为凡夫人的心极不稳定，很容易受外境影响。有了道友们的监督，从世间角度讲，自己也不好意思退下去。

如理如法地磕大头

我在二十多年当中一直讲经说法，很多道友也听过很多法。可是，不管我们学过多少法、背了多少教证，如果没有实修，临终时恐怕也很难把握自己。我以前背过很多论典，现在背一些汉传或藏传佛教的教证没有很大问题，但我反反复复思维过，如果临终前自己连加行都没修过、十万遍礼拜都未完成，的确非常惭愧，到时对自己真的没有一点把握。

这次我们先从磕头开始。磕的时候可以观想莲花生大士的单身像，如果对密宗信心非常大、对空乐无别没有邪见，也可以观想莲花生大士的双运像。磕头之前要先皈依和发菩提心，之后，一边磕一边念诵皈

依偈或七支供，也可以念诵七句祈祷文或法王如意宝的祈祷文，即结合上师瑜伽所讲的道理来观想。

首先，在头顶、喉间、心间三处分别合掌。合掌的时候，不要把两掌完全并拢，中间应留一点空隙，状如含苞待放的莲花。于三处合掌的同时，心里观想获得了法身、报身、化身三身的果位，然后五体投地进行顶礼。所谓五体投地，是指前额、两手掌和两膝盖完全接触地面。五体着地而礼拜有清静五毒烦恼的障碍、获得身、语、意、功德、事业五种加持等必要。

此时一定要具足观想，要观想一切诸佛菩萨和上师的本体——莲花生大士，就安住在自己的前方，自己的身体幻化成无量无边的身体，与父母为主的三界一切轮回众生在诸佛菩萨的总集——莲花生大士面前磕头顶礼。如果对莲师生不起很大信心，可以观想自己的根本上师或释迦牟尼佛。就这样一边观想，一边

在至尊面前磕满十万个大头。

要知道，磕一个头的功德也不可思议。《大圆满前行》中说：“从前，一位比丘顶礼有佛陀头发、指甲的佛塔，阿难尊者请问释尊他顶礼的功德，世尊答言：‘他这样顶礼一次，将获得自己身下所压面积直至金刚大地以上所有微尘数量的转轮王位，然而这还不能达到其顶礼功德的边际。’”

观的时候一定要观想清楚，如果实在观不清，内心应想：在释迦牟尼佛、莲花生大士、根本上师等一切圣者面前，我要恭恭敬敬以身口意三门来顶礼。

有关磕头的具体细节，以后会给大家发示范视频。你们现在可以看一下《大圆满前行引导文》中有关磕头皈依境的内容。磕大头是最好的，如果身体实在不能磕大头，磕小头也可以。

佛学院的修行安排是：今年十月初，学院四众弟

子开始磕大头，每天要磕一千个以上，这样三到四个月的时间就可以完成十万遍，也即来年二月之前，就会把大礼拜全部修完。我想你们城市里的人可能没有这么多时间，希望你们每天能磕一百五十个，这样两年之内就可以完成。

圆满发心、回向

现在，我们已经圆满了《入菩萨行论》的学习，发心道友整理出了12册讲记。讲记的用量非常大，在此过程中，很多居士都发了菩提心，他们有力的出力，有钱的出钱，通过多方努力，最终才能把法本结缘给大家。我曾去过他们的印书厂，很多道友的确非常辛苦。圣者的事业是任运而成的，不需要勤作，但我们都是凡夫人，凡夫人通过勤作才能完成很多事，过程非常不易。由于他们的发心，我的肩上减轻了很大负担，否则，这么多人力，这么多法本，我这边如

果培训人员、买机器设备等等做各种各样的事，确实比较困难。

这些居士发心非常圆满，我也承诺将他们所做的善根共同回向菩提。希望今天在座的道友，等会儿念《普贤行愿品》的时候，也能特别回向给这些发心道友，我们共同享用善根，同时将自他所作的一切善根，回向给所有的众生。

念诵《烟供仪轨》和《开显解脱道》传承

现在，很多地方都在念诵《烟供仪轨》，今天我用藏文为大家念一遍《烟供仪轨》和《开显解脱道》的传承。

今天我们这里下雪了。你们可能不太相信，觉得现在已经八月份了，怎么还会下雪啊？今天早上我院子里的雪好大哦，我早上起来吓了一跳。现在藏历是

六月份，公历是八月份，你们汉地可能热得不得了，而我们这里还冷得不得了。这个时候下大雪是比较罕见的。

（堪布念诵烟供传承）

《烟供仪轨》在《喇荣课诵集》中有。做烟供的功德非常大，如果晚上做恶梦，或者感觉有怨家债主或人非人等（东北那边经常说狐仙等）对你制造违缘，感到身心不安，可以念一些烟供，这样自然而然就会遣除一切违缘。

（堪布念诵《开显解脱道》传承）



现场互动

今天我们九点下课，现在还有十几分钟，个别道友可以提问。课后我这边还有很多事，有些道友也要坐车或走路回家，花费很多时间和精力，也很不容易。

提问的时候，希望大家直接讲问题，前后不要有很多赞叹词、皈依词、祝贺词等。我想看看谁的口才最好，谁提的问题最尖锐。

⊙ 问：我正在修五加行，请问，修皈依的时候应该怎样如理观想？

堪布：以后我们会把观想图片提供给大家，暂时先按照《大圆满前行引导文》当中的皈依境画面来观想。

◎ 问：大圆满法和《大圆满前行》一样吗？

堪布：大圆满有前行和正行，《大圆满前行》属于大圆满的前行部分。

◎ 问：您的教言令我对上师三宝和法王如意宝生起了无比的信心，我已经把您和法王如意宝视为自己的怙主。我想把法王如意宝的教言用诗歌形式唱出来做成 CD，还想把法王的法相做成相册流通给有缘的众生，请问这样做可以吗？

堪布：如果以清净的发心来弘扬法王如意宝的法宝，让很多人得到法王的法相，当然很好。但如果有发财或其他目的，则不太好。

◎ 问：我一想起大恩上师就泪流满面，也特别思念法王。希望自己能遣除一切违缘，将前行修圆满，并让这部法与更多众生结上善缘。请求上师加持！

堪布：好的好的。在座每个人都与法王如意宝有着不共的因缘。虽然我们应对每位开示解脱道的上师都观清净心，但这次修加行，我建议大家尽量祈祷法王如意宝，因为法王如意宝具有不共的加持，我自身感觉非常殊胜。多祈祷、常观想法王如意宝，一定会遣除违缘，具足顺缘。

⊙ 问：我做火施的时候，用电脑播放火施仪轨，但电脑离火施的地方比较远，这样是否可以？

堪布：可以。藏地做火施一般是把食品烧出烟，使之慢慢烧尽，不让出现很大的火焰，否则功德不是很大。你可以用小电炉或其他方法，在比较安全的地方烧。

⊙ 问：我没有接过“普贤云供仪轨”的传承，请问法会时我可以念诵吗？

堪布：可以，普贤云供是显宗法，没有传承也可

以看、可以念。

结语

今天我们就交流到这里。在座的很多佛友通过互相鼓励，已经圆满了《入菩萨行论》的学习，这是一件非常值得欢喜的大事！对于任何一个与此法结上善缘的人，我们都应该随喜，并将所有的善根回向菩提。



儿童读经

2008年11月1日

今天利用这个时间，简单讲一下最近提倡的儿童读经，并劝勉大家在各地建立“儿童读经班”。

为什么这样做呢？因为我觉得，现在许多同行道友，包括菩提学会的佛友，近两年以来，学习佛法方面有很大转变，这是值得可喜可贺的。然而，我们忽略了一件事情——很多居士的孩子没有受到佛法教育，父母虽然望子成龙，花了不少钱让他在学校读书，希望他将来成为对国家、对社会有用的人才。可是现在的教育，存在着一些无法忽视的弊病，不一定能完善孩子的品行道德。所以，提倡儿童读经势在必行。

关于这一点，如今许多教育学家有一些分歧和辩论：一部分人认为，儿童缺乏古代经典的教育，实属不智之举，现代文化对他们毕生不一定有利，故应大力倡导复兴古文化；还有一部分认为，古文化固然有一些行孝行善的传统美德，但也有很多糟粕性，对现代教育来说是不科学的，古人有古人的行为规范，今人有今人的言行准则，我们要与时俱进、适应社会，不能退回到古代闭塞、落后的状态中去。

在这方面，我也想过很长时间，不管怎么样，让孩子从小接受人格教育是不可缺少的。不然，即使他再精通各种理论知识，若没有贤善人格的话，长大后对别人，乃至对所有众生，都没有真实的利益。

父母如果想关心孩子，方法其实尤为重要。很多人认为，让孩子考上大学，给他买房子、买轿车，留下丰厚的家产，为他成家立业做好充分准备，就是为人父母的责任。当然，我们也不排斥这些，但最关键

的，是应该让孩子接受爱心慈悲的教育，我觉得这比什么财富都重要。倘若你给孩子留下很多钱，但他人格特别不好，再多的财产都将毁于一旦；如果你让他从小接受佛法教育，在爱心和悲心的孕育中成长，那么对他一生，乃至生生世世都有无穷利益。所以我认为，父母一定要让孩子学习佛教。

最近十几年来，香港、台湾等各大城市中，许多知名人士都在号召儿童读经，并于各地建立了一些读经班。我们现在也是提倡儿童读经，名称上虽然相同，但管理和内容上有所差别，我们主要是让孩子学习佛教经论，同时兼顾一些《四书》《三字经》《弟子规》等古代经典。

可能你们都清楚，在中国古代，最普通、最常见的教育方法，就是让孩子读诵经文，着重知识的灌输与积累。但后来受西方文化影响，教育上讲究“实用主义”，彻底推翻了读古书的传统，把教科书从《大

学》《中庸》《三字经》，变成了小猫、小狗、小燕子……虽然这些教学内容，与孩子的心理比较相应，讲起来也富有吸引力，可是它没有内涵了，学了以后，对一生没有特别大的助益。如果能像古人一样，读一些《三字经》的“人之初，性本善”，孩子对做恶事就不会有兴趣。所以，从小培养读诵经典极有必要。鉴于此，我写了一封关于这方面的信，从今年开始，要求菩提学会为主的各地道友，以信中的内容和原则为准则，将孩子们集中在一起学佛。

或许有些父母认为：“孩子学佛、读经，我们自己带也可以，不需要办一个读经班吧？”这种想法不正确。如果没有参加集体学习，孩子对所学的印象不会太深。若能将少至三四个、多至十几个孩子凑在一起，看一些佛教卡通片和佛教电影，同时，你们当过老师的人讲佛教故事，共同过一个佛教生活，他们的心灵才会慢慢得以转变。

其实，一个孩子就像是一个春天。一年只有一个春天，同样，一个孩子人生中只有一次机会，假如没有把握好、充分利用上，他的思维模式定型后，想转变过来非常困难。现代科学和佛教中都认为，一个人从1岁到13岁之间，是吸纳文化知识的关键时期，此时对外界的吸收能力相当强，所学的知识一生都不会忘，哪怕是父母讲一个故事，或者在学校中、生活中遇到一件事情，长大后仍能记忆犹新。所以，家长务必要抓住这个时期，正确引导自己的孩子。对这件事情，你们不要视作儿戏，觉得：“几个小孩在一起玩耍，给他们放个卡通片，这有什么意义啊？不要耽误我的时间！”千万不要这么想。尽管这种行为微不足道，但对孩子的一生来讲，起到的作用不可思议。

过了几年以后，我们这帮人就会离开人间，但這些孩子将成为社会的顶梁柱。倘若他们从小具有慈悲的理念，那他们利益众生、造福社会的发心，与那些长大后通过教育转变过来的人截然不同。现在很多父

母自己学佛非常虔诚，我在北京和南方一带，见过许多这样的居士，可他们对自己的孩子，只是偶尔教他念咒、磕头，讲一点点佛教知识。这种偶尔的关心根本不够，应该让他在佛教的氛围中，与其他孩子共同学佛，这样，对他一生的影响会相当深刻。

从今年起，我们将于各地提倡儿童读经。在此过程中，首先家长要积极配合，如果你不愿把孩子送到读经班，毕竟他是你的心肝宝贝，那谁也不可能强迫。除了把孩子送过去以外，你有条件的话，也应该尽量借用教学场地，或者发心当教学老师。一旦错过这个机会，孩子长大成人，已经具有邪见了，要扭转过来特别困难。我认识一个居士的孩子，十几年前他很信佛教，言行举止十分如法，但这几年来，他在学校跟具邪知邪见的人一起生活，内心基本上没有佛了，特别可怕！有这样的孩子，父母恐怕也不会特别快乐。

有些人连父母也不会做，华智仁波切说过：“如果教授孩子杀生、偷盗等造作恶业，非但无利反而有害。”古代有些教育理念，其实我们也不太赞叹。如《二十四孝》中的“王祥卧冰”，说是王祥的继母得了重病，卧床不起，很想喝鱼汤。为了孝顺继母，王祥冬天卧在刺骨的厚冰上，想用身体融化冰块。他的孝心感动了老天爷，把冰慢慢化开，红红的鲤鱼跳出来了。王祥满心欢喜，拿着鱼回家炖汤……其实，这样的孝顺不算是孝顺，父母让孩子做不善事也不叫教育。不过，现在有些孩子也没办法救了，因为他们的思想已经成熟。按照当今科学的观点，孩子的大脑在13岁前完善了百分之八九十，过了13岁，机会就错过了，想补救也来不及了。所以，我这次要求将5岁到15岁的孩子想办法集中起来，让他们学一些佛教故事。

有人可能认为：“小孩子的功课本来就多，老师安排的作业都难以完成，每天累得不得了，再读这

些经典，会不会增加他的课业负担？”其实我们要求比较简单，只是在暑假、寒假和双休日期间，把他们组织起来培训。比如星期六、星期天时，抽出半天时间，把孩子们聚在一起，让他们过这样一个生活。我觉得这应该能做得到的，没有任何困难。以前菩提学会刚成立时，我要求各组周末集体学习，大城市里的人强烈反对，说自己天天忙得不可开交，哪里有时间去学习？而现在，他们逐渐适应之后，每逢周末就聚在一起，时间是可以抽出来的。所以，你们的孩子也可以。

有些父母觉得给孩子留财产，让他读大学，对孩子非常好。然而，现在的大学课程不一定真对孩子有利。我自己在办学校的过程中，尽量在教材中加一些古代经典、佛教理念，否则，如果孩子只懂科技文化知识，即使非常聪明、很有能力，但若特别狡猾、心肠恶毒、什么坏事都干得出来，这种人长大之后，对自他不会有实在的利益。

所以，这几年来，很多学者、教授都提倡儿童读经。记得有些教授将儿童读经的教材，划分为四个级别：最高级的是“四书”，即《大学》《中庸》《论语》《孟子》；第二级是《诗经》《易经》《老子》《庄子》等；第三级是唐诗、宋词、元曲等古文；第四级是《三字经》《千字文》《百家姓》等童蒙典籍。

当然我也赞同。毕竟与现代知识比起来，古代经典虽然有点难懂，孩子们读起来不易理解，但在接受熏陶的过程中，会潜移默化地让他明白做人道理，等他长大以后，自然会或深或浅地领悟到其中真意，从而受用一辈子。现在学校里的知识，尽些些“燕子飞了”“乌鸦渴了”，知道这个也起不到什么作用，所以，有些人说当今教育内容比较空洞，的确也是这样。

其实，读诵古代传统经典，对孩子的身心非常有益。比如说，《大学》有 2000 字左右，讲了“修身、

齐家、治国、平天下”的道理，它既是修身之法，又是治国之道，孙中山对其评价极高，称为“中国独有之宝贝”。

《中庸》有 4000 字左右，“中”是做人做事不偏激、中正平和，“庸”是永恒不变之意，《中庸》就是永恒不变的和谐之道。通过学习这本书，可令自己有能力协调平衡各方面关系。

《老子》有 5000 字左右，是不凡的智谋奇书⁵。此书的智慧可以运用到工作、生活中，例如，著名科学家、诺贝尔奖金获得者丁肇中，就是运用《老子》的思想进行科学研究，并获得了诺贝尔奖。事实证明，熟读《老子》、领悟《老子》，可以使人智慧超群，卓尔不凡。

《论语》约 15000 字，其中充满了做人做事的道理，形象生动地教我们洞察人生、了悟人生。很多

5 《孙子兵法》就出自《老子》的思想。

大学生学习《论语》之后，整个身心有极大的变化。如《论语》第一篇中说：“君子务本，本立而道生，孝弟也者，其为仁之本与！”意思就是，做人首先要致力于根本，根本树立了，“道”就出现了。恭敬父母师长、爱护志同道合者，这就是做人的根本！我们一生中若能以这样的理念来定位，会得到非常大的利益。

当然，这些跟佛教比起来，可以说相差得比较远，但如果你暂时不能接受佛教理念，那不妨先学习一下古代文化。现在孩子的学业压力比较大，把《论语》《中庸》《大学》都背下来，可能也不太现实，但若有选择性地记一部分，然后在此基础上再学佛教，他们就会很容易接受。

大概在八年前，我编了一个《儿童佛教课》，如今很多没学过汉语的藏族喇嘛，依之学了不少知识，汉地也有相当一部分人对它爱不释手。编著此书的初

衷，是我 1999 年去马来西亚和新加坡时，新加坡文殊学校、马来西亚古晋学校的老师们及有关人士，再三劝请我为他们编一套佛教教材。我答应之后，根据现代小学普及的课本内容，再加上北传、南传、藏传佛教的一些基本知识，编成了这套儿童学佛的教科书。该书所汇集的故事和道理，孩子们都可以接受，同时按照现代教育方式，还穿插了很多生动的图画，以便于他们深入领会。

这套教材共有上、中、下三册，上册适用于一、二年级，中册适用于三、四年级，下册适用于五、六年级，与小学教学水平相应。上册、中册已发行流通⁶，但下册一直没有编出来，近期我想尽快着手编撰。在学习佛教方面，不敢奢望孩子们有中学、大学的水平，但有小学水平我也心满意足了。有了小学水平，他们长大后起码不会诽谤佛教，见父母学佛也不会嗤之以鼻，认为这是封建迷信。

6 这两册书现收录于索达吉堪布全集 102《儿童佛教课》中。

否则，现在有些孩子很危险。父母辛苦赚来的血汗钱供他读大学，但他学了各种乱七八糟的知识回来后，就开始批评、攻击父母，父母自己也非常苦恼。如果从小给孩子打好佛教基础，幼年时所受的教育和熏陶将会影响他的一生，那以后即使他上了大学，对佛教的信心也不会退失。



作为家长，谁都期盼自己的孩子有智慧，但很多人却不关心他的人格修养。因此，我今天发出强烈呼吁，每个人对此都应该有责任感。在座的有些出家

人，也不要认为自己没有孩子，就对此事漠不关心。你弟弟、妹妹等的孩子，现如今正在接受世间教育，对“善有善报、恶有恶报”的道理不屑一顾，我们这些不相干的人劝他不一定起作用，倘若你利用亲缘关系进行沟通，他们应该可以接受。

所以，大家应全力以赴挽救身边的孩子，不要让他们儿童时代白白虚耗。我自己有强烈的体会：一个孩子就像是一棵小树，未成形前可用各种方法令其改变，而一旦长成大树，思维方式已经定型了，想改变也来不及了。因此，我们必须抓住孩子的小时候，哪怕给他看一个佛教动画片、讲一个佛教故事，对他的内心转变也有帮助。

现在垃圾知识的动画片没有意义，最好不要让孩子看，如果非要看，也应该看佛教方面的。很多孩子不喜欢读书，却特别喜欢看动画片——有一次，我到医院里输液，一个亲戚的孩子也病了，我顺便带她去

看病。她输液时特别痛苦，我开许她看动画片的话，怎么样扎针她也感觉不到，一直目不转睛地盯着电视，最后我只好说：“你扎针的时候，我开许你看动画片。”小孩子特别喜欢看这些，尤其是一些故事由孩童讲的话，小孩特别喜欢听。我们大人觉得整天哇哇……叫，一点也没什么好看的，可是对他们而言，与自己的“根基”非常相应。

因此，我们也可以采取孩子喜欢的方式，让他们接受佛教的内容，表面上虽然只是一种游戏，但对他们成长所起的作用不可估量。对于孩子，应该让他学一些容易接受的佛教内容，不一定要天天背《四书》《五经》，背不下来就挨打。佛教的爱心教育，需要从娃娃抓起，这种理念应通过各种途径来提倡和推广。我们所度化的众生，不一定非是知识分子，也不一定非是腰缠万贯的富翁，在轮回的长河中，孩子的精神园地也极其贫瘠，我们应该给他浇灌佛法甘露，这对大乘佛子来讲是有责任的。

即使他不愿学习佛教，那也可以学习古典文化。现在大多数中国人，对西方外来文化全盘接收，却将自己五千年的孔孟之道完全抛弃。然而在 1993 年，世界各国的宗教学家、哲学家、教育学家聚会美国，发表了《走向全球伦理宣言》，一致推崇孔子“己所不欲，勿施于人”的名言，认为这是全人类都应遵守的基本道德法则。这个道理，我在讲《入菩萨行论》时，从佛教的角度也解释过，其实自己不愿接受的痛苦勿强加于人，与佛教自他相换的理念非常吻合。（但现在有些老师，连这么简单的教言都不会解释。我曾遇到过一位中学老师，故意问她是什么意思，结果她张口结舌，一句也说不上来。）

还有，在 1988 年，75 位诺贝尔奖得主于巴黎发表宣言：“如果人类要在 21 世纪生存下去，就必须回到 2500 年前，去吸取孔子的智慧！”75 位诺贝尔奖得主都是大智慧者，对人类未来的判断最具有发言权，也最具有科学性，他们对孔子思想尚且如是重

视，我们就更不应忽视了。

然遗憾的是，韩国、欧美国家对孔孟思想如今相当重视，在为人处世、尊师重道方面，运用得游刃有余。而汉地的许多老师，现在对古文根本不会讲，不要说古代经典，就连唐诗、宋词也不精通，既然老师都不会，那学生就更不用说了。所以，这一代的中国人，变得没有文化根基，文化断层很严重。

在这个背景下，很多有识之士发起儿童读经运动，想依此拯救本民族的文化。就像诺贝尔物理奖得主、科学家杨振宁，他在中学阶段念书时，父母要求他背诵《孟子》，当时他勉为其难，把整本《孟子》装进记忆中。结果在成年之后，幼年所背的《孟子》，居然成为他做人的基本原则。一生中对他影响最深的，并不是所专长的物理学，而是两千多年前孟子的思想。他后来拥有举世瞩目的辉煌，跟《孟子》对自己的启发不无关系。现在也有很多文学家、思想

家、科学家，由于汲取了古人的智慧结晶，最终成就了一番事业。鉴于此，近年来许多人大力倡导和推动儿童读经。

当然，作为佛教徒，在学习《三字经》《弟子规》等时，如果有些道理与佛教明显相违，我们可以不必接受。但孝顺父母、慈爱众生等一般的美德，还是应尽力学习并弘扬。我以前看到一篇报道说：北京有个小学生，他只有10岁，母亲卧病在床后，他非常关心，一直照顾母亲。面对此举，母亲感到很惊讶也很幸福，问他为什么会这样做。他说，学校里学的《弟子规》上讲：“亲有疾，药先尝，昼夜侍，不离床。”⁷ 看着只有10岁的孩子说出这样的话、做出这样的举动，母亲潸然泪下。

相比之下，现在有些父母非常可怜，他们将所有的钱财、所有的精力用在孩子身上，可孩子长大以

7 意思是说，父母亲病了，吃的药要自己先尝，看看是不是太苦、太烫；父母亲病倒在床上，要日夜护理，不离开他们的身边。

后，对父母生病不理不睬，究其原因，就是从小没有灌输正确的教育。因此，孩子在没长大成人之前，家长除了让他学习科学文化之外，还应该让他具备爱心这一翅膀，否则，他不可能在世间的天空中翱翔。

通过这次呼吁，但愿每个孩子得到佛教的加持、佛陀的加持，也希望父母对此引起关注。如今，美、德等西欧国家，越来越意识到佛教在学校教育中不容忽视的重要地位。许多国家的学校纷纷开办佛学课，尤其是儿童佛学教育，日益受到西方社会的普遍关注。英国历史学家汤恩比博士曾说：“20 世纪最有意义的事之一，就是佛教传入西方。”的确，“诸恶莫作，众善奉行，自净其意”的佛教理念，在任何一本教科书中都找不到。中学、大学、研究生的课本里，全是非常复杂的学问，但对身心健康、利他利己并无帮助。所以，现代人最欠缺的就是道德教育。

希望大家通过各种方式来挽救孩子，让他们今

后不要变成社会的唾弃者，即使对社会和家庭没有特别大的贡献，起码也要做到不诽谤因果，不会一听佛教故事就说是传说或迷信。如果不承认前世后世和善恶因果，哪怕他拥有全天下的财富、人人羡慕的学历，也没有任何价值。现在孩子非常需要佛教的智慧和慈悲，有了这二者，世间知识才能真正运用于生活当中。

因此，让孩子接触佛教，我们每个人都义不容辞。传播的方式上，最好能让小孩容易接受，比如说，画面特别鲜艳，字也大大的，而且讲故事的话，让曾经带过孩子的老师讲，孩子会比较喜欢听。说实话，这样的老师对佛教有大贡献，我自己现在给大人讲经说法，不一定是大贡献，但如果是一位十几个孩子的老师，每天给他们讲佛教故事，那真是弘扬佛法的大法师，应该有堪布帽、格西帽！

菩提学会的道友也应该发愿：“我要当老

师！”“我要提供场所！”“我要安排……”这样，很多孩子的学习就有了保障。否则，家长学佛自己乐在其中，却从来没有考虑过孩子，一个礼拜有七天，让他六天学世间知识，一天送去学佛也不愿意，结果孩子慢慢成了大坏人，最后下场如何可想而知。其实孩子是你的亲生骨肉，你应该考虑他的前途。现在的孩子越来越没有慈悲心，越来越不讲因果了，天天上一些乱七八糟的网，迷恋打电子游戏，长大后像疯子一样，什么取舍都不懂，因而，让他们接受健康的教育迫在眉睫！

一个人在成长过程中，需要接受家庭教育、学校教育、社会教育三方面教育，而孩子现在正面临的，就是家庭教育和学校教育。汉地有个好习惯：只要有孩子，就尽量让他读书，不像以前鲁迅先生所说的，富人和穷人都愿意读书⁸。可是读书的话，现在很多

8 鲁迅先生曾经说过一段话：“中国的孩子，只要生，不管他好不好；只要多，不管他才不才。生他的人，不负教他的责任，小的时候，不把他当人，大了以后也做不了人……穷人的孩子蓬头垢面地在街上转，阔人的孩子妖形妖势娇声

人读不到人类智慧的结晶，对人生没有什么引导。关于这方面，父母理应善加观察，倘若你觉得我讲的有失公允，不愿意接受，那也可以当我没有说。

说实话，我们很关心未来的佛教让谁弘扬。世间一个小小的家族，尚且常常权衡下一代的继承人，我们如此殊胜的佛教，更需要优秀的人才来受持和弘扬。这个问题，现在就要开始准备，如果孩子没有佛教基础，一个比一个坏，那怎么有能力弘扬佛教？现在有些人读完大学才学佛，虽然这样也很好，可他难免有诸多怀疑。为什么呢？因为他孩童时代没有学过佛教知识，最基本的正见不具备，所以现在一下子转不过来。包括有些出家人，已经剃除须发、身披袈裟了，还在怀疑前世后世的存在，不相信做了坏事会有恶报。这些心态之所以屡见不鲜，完全源于孩童时代的错误引导。

娇气地在家里转，转得大了，都昏天黑地地在社会上转。”

在藏地，很多小孩会喊“妈妈”的时候，就已经会念观音心咒了，这种传统至今仍然存在。一般来讲，藏族人再怎么样恶，变成猎人也好、妓女也罢，内心中还是明白善恶终有报、前后世存在，这一点基本上不会有怀疑。其原因是什么呢？也是源于孩童时代的耳濡目染。

因此，小时候的教育对一个人至关重要。哪怕是看个卡通片、听个故事，可能也会转变孩子的一生，甚至成为生生世世快乐的开端。既然如此，有智慧的人谁不重视儿童教育呢？有些出家人不要认为：“我住在寺院中、住在寂静山林中，自己又没有孩子，管这些有什么用？”不要这么想。每个人身边或多或少都有一些孩子，你明天可以给姐姐妹妹打电话，让她们把孩子送去读经。刚开始她们可能不答应：“不行啊！现在学校的课程都忙不过来，还要再加一个读经，哪有那么多时间？”但只要你锲而不舍地努力，迟早有一天会打动她们。

其实，很多小孩也没有那么忙。只不过形形色色的文化令人眼花缭乱，他们的思想也随之此起彼伏，天天忙于毫无意义的玩乐，以至于有意义的事情没有时间，没有意义的事情有的是时间。所以，我们必须把他们这种时间抢过来，用有意义的事情占满，这是每个佛教徒要勇敢去做的。假如谁都不敢做，那孩子的未来确实令人堪忧。虽然做这些事情是很累，也要面临层出不穷的压力，但哪怕能给一个孩子种下善根，我们也值得付出百分之百的努力。

总而言之，不管你是出家人还是在家人，一定要互动起来，有种责任感，不要认为“这是堪布的事情，这是他们几个人的事，跟我没关系”。只有依赖于大家的共同努力，孩子们的明天才有希望！



附：

佛学教育 应从娃娃抓起

顶礼大恩根本上师！

菩提学会创办两年多以来，在各地的团体当中，修学佛法、发菩提心的良好势头已经蔚然成风。很多道友一改往日散乱、自私的恶习，逐步开始迈入了大乘菩萨的行列。不过，美中不足的是，通过各种渠道我了解到，很多虔诚居士的孩子不但没有接受到什么佛法的教育，而且由于父母的管教疏漏，甚至在世间的品德人格方面有一些缺憾。

俗谚曰：“教妇初来，教儿婴孩。”少儿时期是人一生中最关键的黄金时期，幼年时所受的教育和熏陶，将会影响到人的一生。可塑性极强的儿童有如一张白纸，父母的责任就在于怎样在这张白纸上描画出

最新最美的图画。如果不在幼儿期打下良好的基础、养成良好的习惯，孩子们将来会去往何处，这是谁也无法预料的。我想，任何一个做父母的，都不愿意眼睁睁地看到这样的场景：在自己修行境界蒸蒸日上的同时，孩子的前途却日趋黯淡，甚至因为自己教育不当、宠溺无度，而使孩子的恶劣习气有增无减，以致慢慢走向歧途，最后滑向恶趣的深渊。

也许很多佛教徒都有这样的感觉，因为自己早年所受教育的偏差，致使在接受佛教理念之初，显得那么浅薄顽固、疑虑重重；也是因为自己早期所养成的恶劣习气，致使在发菩提心的过程中，总是违缘不断、障碍连连。

绝不能让孩子也输在起跑线上！为了不让稚嫩无知的下一代重走我们的弯路，为了把他们培养成尊老爱幼、品学兼优的好孩子，我们决定专门为少年儿童开设“少儿读经班”。具体事宜如下：

1. 招生对象：主要招收 5—15 岁的少儿，特殊情况例外。

2. 学习时间：法定公休日和假日，以及寒暑假的部分时间。每周集中一次，每次两个学时。

3. 培训方式：5—10 人组成一个小组，由教师和家长联合管理，学习文字教材与各类影音资料。

4. 学习内容：包括我们特意为此编写的《儿童佛教课》上、下册，佛教故事，一些短小精悍的小型经典，《孝经》《三字经》《弟子规》等国学经典中涉及慈悲、爱心、感恩、伦理道德、忠孝廉耻等理念的部分章节，以及培养孩子爱心的各类动画片等等。

5. 教材来源：统一由菩提学会免费提供。

6. 学习场所：由菩提学会成员、孩子家长和爱心人士共同安排。

7. 师资安排：采取小组推荐与自愿报名相结合

的方式，主要由菩提学会的成员担任。

8. 报名方式：由菩提学会各分会组织教师与学生的报名，并统一报予弘法部。

9. 报名时间：从即日起截至2009年2月1日止。

10. 开学时间：2009年3月上旬。

希望具有浓厚兴趣、富有耐心或丰富教学经验的学会成员、孩子家长及其他爱心人士踊跃参与，为培养下一代献计献策，添砖加瓦。无论您能献出的是人力、场地或仅仅是一分支持与随喜，都是对孩子们最有意义的帮助。

也许有些家长会有一些担心：参加少儿读经班，会不会影响孩子的学习？

这种担心大可不必。本来我们的培训，就是在不影响教委规定的正常学习之基础上，利用业余时间而进行的学习。放眼看看各个城市的“少年宫”“明

星摇篮”“奥林培训基地”等处就可以知道，很多孩子的业余时间，都花在写写算算、唱唱跳跳、游戏玩乐等上面了。虽然掌握一些演算文字、琴棋书画等特长，据说能增强孩子的竞争能力，但究竟而言，对孩子长远的前途会有多大帮助，真的很难说。且不说解决自己和众生老病死的大问题，即使对今生的生计，也不一定有太大助益。试想，历代有多少文学巨匠、名人贤士是出自于这些地方的？

古人云：“磨刀不误砍柴工。”此时花费一些时间，让孩子具备一个健全的心态、优秀的品格、良好的素质，让他们人生有一个光明的开端，其实是最有价值的投资。为此而暂时让孩子放弃一些增长文艺、体育等特长的机会也是值得的。要知道，在孩子们懂得人生的远大目标之后，他们的后劲不可估量。

在东南亚和美国等国家，少儿读经班早已不是什么新鲜事，让孩子们过集体的佛教生活，俨然成了

一种十分普及的良好社会风尚。通过佛教的教育，使孩子在了解佛教常识的同时，能自然而然地接受佛教理念，而不会死命地将佛教认定为是迷信与愚昧。反观国内，现在很多父母也喜欢为孩子设计未来，攒钱送他们到国外留学，为他们买保险、买房、买车。但我个人认为，世间的财产和名声、地位，除了能满足一些暂时的虚荣以外，并不会具有太大的意义。与其为孩子们买车、买房，或留下一些财产，不如用慈爱之水精心浇灌孩子这棵幼苗，给他们指明一条正确的人生方向，从小培养孩子们的菩提心，并最终引领他们前往菩提妙果之通衢大道——这才是最好的教育与投资。

很多居士教育孩子的成功范例，也曾给了我极大的鼓舞。当我看到一些四五岁的孩子口中朗朗地念着观音心咒、百字明等咒语，佛陀故事、佛教常识记得滚瓜烂熟的时候，总会想到其他孩子在这方面的教育空白。可以想象，如果所有的下一代都是心地善良、

勤学上进、彬彬有礼的好孩子，世界的未来该是多么美好的一幅画面！

2008 年 11 月 1 日

索达吉书于喇荣



上师瑜伽的重要性

2009年1月4日

在今晚的佛法交流中，我主要为大家传授法王如意宝的上师瑜伽，之后，就相关学习事宜做一下开示，最后，对金刚道友学法方面的疑问做解答。

排除万难，精进学修

在座的各位金刚道友应该都是虔诚的佛教徒。作为佛教徒，应该精通佛教的道理，否则，起心动念、说话或做事的时候，很可能与佛法背离，这也是我经常提倡大家闻思修的原因。在闻思的过程中，首先，应该多听授上师们宣讲的甚深妙法，之后，自己要花一定时间认认真真思维、修行。

不论学佛，还是做世出世间的任何一件事，包括管理学院或菩提学会、发心做事、与道友沟通等，都需要花一定时间、下一定功夫才有机会做成，否则，肯定无法成办。希望大家都能精进起来。

今天是周日，本来我们可以休息，但学院明年的教学计划、发心人员的工作安排，以及对外弘法等很多事情需要处理，所以，我和发心人员从早上九点一直商讨到现在。虽然做起来比较累，但从另一个角度讲，想到大家能学到殊胜的佛法，内心确实非常欢喜。

一到周日，人都会很懈怠、散漫，有些人在家看电视或做一些无聊的事，有些则和朋友聚在一起唱歌、跳舞、吃饭、喝酒等等。一般来讲，周日是世间人造恶业较多的日子，而大家却能利用这一天行持正法，这是非常值得赞叹的！

为了这次菩提讲堂的聚会，你们也付出了一定努

力，有些人从很远的地方坐车去道场听；有些人下班后一直没离开，在办公室里上网听授；有些人在家里不方便，通过各种方法去别处上网……这也说明，你们对佛法具有一定的信心，否则，今天不可能来参加这次交流。

这几年，我与大家共同学习《入菩萨行论》，内心感触很深。城市里散乱的因缘特别多，在贪嗔痴的驱使下，世间人大多在吃喝玩乐方面兴趣浓厚，而在行持善法方面则兴趣索然，但你们却能排除万难，尽心尽力地学习佛法，这确实很不容易。

以前，很多道友或者根本不懂佛法，或者仅仅停留在空谈理论上，后来依靠信心与恭敬心不断努力，现在已经真正懂得了很多佛法的教义，学习效果很不错。从我个人角度讲，不管多忙多累，也会尽力把佛法教理如实地传授给大家，希望有缘的道友都能积极地参与。

上师瑜伽的重要性

今天，我们这么多人依靠现代科学的方便方法，相聚在幻化的空中讲堂，做幻化般的佛教交流，因缘极其殊胜，机会非常难得，这也是上师三宝的加持。接下来，我就为大家简单讲一下法王如意宝的上师瑜伽。

学习佛法，不能仅仅停留在学习或知道的层面，否则就成了学术理论。学佛还需要一种非常甚深的加持力，即依靠上师的不共力量，使自己与佛法相应，这种加持力不可或缺。因此，道友们平时不仅要学习佛理，还要经常修上师瑜伽。

在座当中有来自不同教派的佛弟子，你们可能有自己的上师，但也可以修法王如意宝的上师瑜伽。因为法王如意宝是藏地公认的大成就者，他对佛教的巨大贡献人们有目共睹。实际上，大成就者的上师瑜

伽都可以修，比如，宗喀巴大师的上师瑜伽、萨迦班智达的上师瑜伽、莲花生大士的上师瑜伽等都可以修持，都会获得殊胜的加持。但对于菩提学会的道友而言，我们现在能有学法的机会，全部来自法王如意宝的加持力和发心力，因此，修法王如意宝的上师瑜伽，自相续一定会获得不共的加持。

一旦得到上师和诸佛菩萨的加持，无论学什么法、做任何利生事业，都没有任何困难。反之，如果没有得到上师的慈悲摄受，仅凭一己之力，无论个人修行还是弘法利生，都很难成功。

学习佛法与学习世间知识完全不同。学习世间知识只需懂得理论即可，比如，对于一台机器，学会了它的操作方法便可以开启，除此之外，没有什么更神秘的东西，但学习出世间的佛法，并想以此获得解脱，则必须依靠一种不可思议的甚深力量，而这种力量，来自上师的加持。

我学佛多年，虽然不敢说非常成功，但也可以说稍有成就，因为从未半途而废，并且对佛法的信心越来越大，有生之年根本不会放弃闻思修佛法，这也是上师三宝的加持。

我平时在行住坐卧中，会经常祈祷上师，修任何法之前，也要祈祷上师。比如，清晨一醒来，就会祈祷上师、念诵上师瑜伽；晚上入睡前，也是如此；平日走路、坐车、去任何地方，甚至到花园里，也不忘祈祷上师；无论遇到顺境还是逆境，都会祈祷上师加持。当我们祈祷上师的时候，十方诸佛菩萨的加持会全都融入金刚上师，之后金刚上师的智慧、大悲和力量，会全部融入祈祷者的心相续。

我在遥远的雪域藏地，合掌祈请在座的金刚道友，希望你们能精勤地祈祷自己的根本上师。得到上师的加持之后，心相续不但会有明显改变，而且永远不会退转。

末法时代，形形色色的外境令人眼花缭乱，在如此强大的诱惑下，我们暂时生起的如闪电般的善根、利他心，很容易随之退转。为了让自己的修行善始善终，并使所修之法与自心相应，再没有比修上师瑜伽更殊胜的法门了。有关续部再三讲过⁹：哪怕一刹那观修上师的功德，也远远超过千百万劫修持本尊生起次第和圆满次第的功德。

以前，我用一堂课专门讲过上师瑜伽，并把课程录成光盘发给了很多道友，你们想详细了解，应该比较方便。今天我要强调的是，大家如果时时刻刻祈祷上师，上师将会在你的梦境中显现，赐予你加持。如果梦到上师赐予自己食品、衣服等，说明上师的智慧和悲心已经逐渐融入自己的心相续。希望大家把上师瑜伽作为自己修行中最重要的一环。以前，藏地很多老修行人，一生都不断修持上师瑜伽。如果我们终生都不舍离上师瑜伽，修行肯定会非常圆满。

⁹ 如续部中云：“何人俱胝劫，修十万本尊，不如一刹那，忆念上师胜。”

我们身处末法时代，违缘接连不断，包括今天听课，很多人都要顶着家庭或单位的压力。如果经常祈祷上师，很多违缘就会自然消失，因为上师是十方三世一切诸佛的总集。

总之，不论获得悉地，还是遣除修行中的各种违缘，在众多方面，上师瑜伽的加持力量的确无法估量、不可思议。诚劝大家，一定要将上师瑜伽作为修行功课的主要内容。

如何修持上师瑜伽

无论自己独处，还是在众人当中，都要经常观想上师。修上师瑜伽的时候，可以将上师观想为宗喀巴大师或者麦彭仁波切，面相为法王如意宝，在班智达形象的上师面前至诚祈祷。

祈祷的偈颂是用法王如意宝在文殊道场——五台

山亲见文殊菩萨的时候，在诸多弟子的祈请下亲口道出的金刚语祈祷文“内钦热卧贼诶样康色，蒋华特杰辛拉叶拉门，晋美彭措压拉所瓦得，恭杰多巴颇瓦辛基洛”。法王留下的《文殊静修仪轨》里就有这个偈颂，稍后会传给大家。大家如果有时间，就经常修上师瑜伽；如果实在没有时间，就多念这个偈颂。

今年修五加行，我们以该偈颂作为上师瑜伽的祈祷文。大家可以一边磕头，一边念诵这个上师祈祷文。修上师瑜伽的时候，可以先念七遍或二十一遍上师祈祷文，然后观想上师化为五色明点，从自己的头顶逐渐融入心间，自己的心和上师的无量智慧变成一味一体，之后，稍许安住于上师与自心无二无别的境界中，最后进行回向。

修上师瑜伽非常重要，希望大家一定要重视。谁重视，谁的相续就会获得诸佛菩萨的甚深加持。一旦得到了这种加持，道心、大悲心、菩提心等不但不

会退失，反而会不断增上，最后，所有的修行都会圆满。如果没有得到上师的加持，虽然暂时对法义领悟得很好，也能讲得很精彩，但在这样具有种种违缘并且邪魔猖盛的五浊恶世，随着时间的流逝，自己的菩提心等能否日益增上很难说。

法王圆寂纪念法会

下周六是法王如意宝圆寂纪念日，我们佛学院将召开法王如意宝圆寂纪念法会。在七天法会期间，学院四众弟子将平时的讲经说法、闻思修行全部放下来，一心祈祷法王如意宝，同时念诵十万遍金刚萨埵心咒。

希望有时间的道友，也能念满十万遍金刚萨埵心咒。我们共同在诸佛菩萨面前忏悔自己无始劫以来的罪障，这样也能获得共修的功德。有关续部和经典中讲：为纪念自己的根本上师而参加法会或念修的功

德，将千百万倍地增上，功德非常大。

在所有的法会中，纪念根本上师圆寂的法会非常重要。我们宁玛派在每年藏历四月二十九日，还会召开麦彭仁波切圆寂纪念法会，那一天整个学院都会供灯。宗喀巴大师的圆寂纪念日是藏历十月二十五日，这一天所有格鲁派寺院都会召开大法会。在传承上师的圆寂日，弟子们忆念、祈祷上师，功德确实不可思议。

山下有时间的道友可以在下周六（藏历十一月十五日）——法王如意宝圆寂日，自发地组织起来，在你们平时学佛的道场开一个简单的小法会。最好把法王的像放在供台中间，前面供一些灯、花、水果等供品（供灯时一定要注意防火），然后一起修上师瑜伽、念诵金刚萨埵心咒。如果工作非常忙没有时间共修，也可以在自己家的佛堂上供一两盏灯，然后祈祷上师，这样忆念上师的行为功德也非常大。

学院现在特别冷，冰天雪地的，可能与东北没有什么差别，也没有电，上网只能靠发电。我刚才过来的时候，路上黑漆漆的，走在冰上差点滑倒了。万一“牺牲”了，在极乐世界看着你们一直在菩提讲堂等我，那就不好了……

不过，即使天气再寒冷，学院道友们也没有中断闻思修行，依然热诚地渴求着佛法。对于这次法会，也做了认真准备。希望法会期间，大家也能在各自的地方虔诚祈祷法王如意宝，认真念修金刚萨埵心咒。

做如理如法的法供养

不久之后，各地道友就要参加《入菩萨行论》的考试了。去年考试过程中，极个别道友因为有些行为不如法，被取消了考试资格。如果通过作弊而得到奖励，这不算什么荣耀的事，自己心里也会不舒服。希望大家这次考试一定要如理如法，考前认真复习，最

好以优异的成绩为我做一个法供养。我不求你们别的供养，只希求你们以闻思修来供养，哪怕以一刹那的善根来供养，我都特别欢喜。

我辛辛苦苦地讲了两百多堂课的《入菩萨行论》，通过这次考试，也可以看出你们消化得如何、接受了多少。所以，我很渴望见到你们的学习成绩，希望大家都能认真对待。

发心注意事项

2008年已成为过去了，新的一年——2009年已经开始。菩提讲堂的义工以及很多发心人员，这么长时间一直默默无闻地付出，确实非常辛苦，在此我对你们表示感谢！希望你们在新的一年里能继续发心。

发心时需要注意几点：首先，一定要有时间概念，有些道友虽然报名发心，但经常不参加或迟到，

这样会给很多人带来不便。我知道城市里的人非常忙，但无论发心还是闻思修，都应该有时间观念。作为佛弟子，一定要给所有参与者留下好印象，履行自己的诺言，如理如法地行持利他事业。其次，道友之间不要互相诋毁、诽谤，彼此不和。按理来讲，作为佛教徒不应该有这些行为，但人的习气和烦恼突然显现时，也是相当可怕的。我们发心是为了行持善法，千万不要以此行持非法。这方面发心人员一定要引起重视。

如果学会管理有不当之处，大家也可以直接或间接向我们反映。当然，对于道友们的发心，大家也应该观清净心。

注重孩童教育

现如今，国内外都格外重视、强调孩童的德育教育，以及传统文化的传播。现在虽然很多人是佛教

徒，内心善良，但如果自己的下一代没有内在的道德修养，甚至连佛陀都不承认，只重视浅表的知识，将是非常遗憾的。希望在座为人父母的道友，能对自己的孩子多灌输一些传统文化和佛教的慈悲理念，这一点极为重要。我们也会通过多种途径加以弘扬，希望大家能尽力配合。

发愿实修

关于学修方面也要注意，我们学佛不但要懂得佛理，还要实际修持。今年学院特别强调，各班一定要注重实修。我们计划从藏历明年开始，两年内将共同加行与不共加行圆满完成。也就是说，用半年到一年时间专修人身难得、寿命无常、轮回过患与因果不虚；然后用半年到一年时间，专修皈依、发心、百字明、曼荼罗和上师瑜伽。我们要求必须打好共同与不共加行的基础，才能学修大圆满的正行法，因为修前

行非常重要。

希望菩提学会的道友，在新年伊始也能跟随我们一起发愿实修，先打好人身难得、寿命无常、轮回过患、因果不虚四个共同加行的基础，然后圆满皈依、上师瑜伽等不共五加行。当然，城市里的人像我们这样全天修行肯定有一定困难，但只要安排好自己的时间，真正行动起来，应该可以完成的。我看到你们很多人都修过五十万加行。

圆满五十万加行之后，每个人的相续会有很大改变，之后再学密法才会真正受益。有些人想得很简单，认为得个灌顶就可以直接学密法，不必花费那么长时间修加行。这种想法并不合理，因为当今时代，绝大多数人都不是上根利器，这样操作很难解脱。

如果大家愿意与我们一起共修，一定要发下大誓愿。如果未以誓愿摄持，每天受世人的染污、浑浑噩噩度日，自己的修行不可能在短时间内进步。如果你

在这两三年中打好了加行的稳固基础，日后，你的道心与悲心都不会退转。希望大家能发起这样的誓愿。

堪布念诵传承

下面，我为大家念诵法王如意宝上师瑜伽的传承。再念一个法王教言——《教诲天人甘露》的传承。

（堪布念传承）

《教诲天人甘露》里面的教言非常殊胜，过段时间我会把它译成汉文。法王在其中讲了四个教言：依止上师、听闻佛法、清净戒律、修持禅定。

好，我已经讲完了，该传的法也传了，接下来回答道友们的提问，或者我们来一场辩论。（众笑）



现场互动

◎ 问：修行是为了彻底放下，既然放下了，为何还要度众生？这是否矛盾？

堪布：放下有两种，一种是要放下平时心里的执著。以前我讲过隐峰禅师的故事：他年轻时为寺院做事，有一天他推车在路上行走，马祖坐在路边，用脚挡住了车子的去路。隐峰禅师不管不顾，推着车子从马祖的脚上碾过。马祖显现上很不高兴，拿起锋利的斧头指向他。隐峰禅师伸出脖子，心想今天死定了，然而，上师却大笑一声放下了斧头。隐峰禅师由此当下开悟。所以，执著的心一旦放下，便有开悟的机会。

另一种，是指放下自私自利的心、放下自我烦

恼的心，但此时利益众生的心不能放下；或者说，放下世间琐事，而不放下利益众生的事。这两者并不矛盾，高僧大德们都没放下利益众生的事，比如，文殊菩萨从未放下利益众生的事业，轮回未尽，度生不休。

◎ 问：放生时无法远离捕杀之地，该怎么办？
比如，我们在江里放鱼，有人却在下游捕鱼；避开了这道网，下游还有另一道网。有些人认为这样放生没有意义。请问我们该怎样回答？

堪布：放生肯定有意义。大家放生的数量很多，即使有些被捕到，但也是极少数，尤其江面较大的时候，他们不一定能捕到很多，我想不要因此而放弃放生。

放生虽然会有一些违缘，但只要多动脑筋，应该不会有很大困难。我们在杭州、东北放鱼的时候，如

果白天放，很多鱼都会被捕到，于是我们就改成黄昏放，这样捕捞者就很难看见。此外，我们还经常更换放生地点，并花时间找湖水面积较大的地方放生。这样一来，大多数众生就不容易被捕到了。

◎ 问：磕大头的时候应该如何观想？磕的过程中，有时心特别散乱，该怎样对治？

堪布：磕大头的时候，身口意一定要集中精力。如果心比较散乱，应尽量专注于前面上师的照片或者唐卡，并观想祈祷上师和莲花生大士。这样修持应该没有大的问题。具体内容，以后学《大圆满前行引导文》的时候，我会详细宣讲。

◎ 问：我正在修共同四加行，修完之后再修不共加行吗？

堪布：我们学院是安排先修四共同加行，再修不共加行，但城市中的道友未必能如期完成不共加行，

所以我建议你们可以先磕头，先修完这个加行。

⊙ 问：修学大乘中观宗和唯识宗，所获得的果位有什么不一样？是否一个得佛果，一个得菩萨果位？舍弃世间是什么意思？

堪布：学习大乘中观宗和唯识宗，暂时会得到菩萨果位，最终都会获得佛果。舍弃世间就是舍弃名闻利养等世间八法。

⊙ 问：我们这边很多居士既学您传授的法，也学益西堪布传的法，学得很多，一直都学不完。他们想有所取舍，但又怕有过失，该怎么办呢？

堪布：这个没有过失。如果有能力，可以两边都学；如果能力有限，选一个学也可以；如果这个能力也没有，不学也可以。每个人的时间、精力都是有限的，可以根据自己的能力、意乐、信心来自行决定。

◎ 问：很多居士觉得空性法门非常难，学到中间的时候想舍弃不学了，认为不如去念佛，可是又担心没有学圆满会有很大过失。请问这个问题该如何解决？

堪布：有舍弃的想法是因为因缘、信心和根基不够。佛陀在世的时候，空性法门也并非人人都能接受，只有大乘根基，尤其前世听闻过空性法的人，今生听到后才会生起欢喜心。如果无始以来未曾听闻过大乘法，尤其前世是地狱饿鬼界的众生，今生学习空性不但很费力，也很容易退转。

◎ 问：有人说，与上师告别时对上师顶礼是离别头，依此缘起，以后再没有与上师见面的机会了。请问这种说法是否正确？

堪布：也未必。虽然有这种说法，但我没有看到具体的来源和依据。我们去礼拜佛像时，顶礼完也会

离开，但应该没有什么吧。

⊙ 问：古人云：“积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃。”自作业自作受，但为什么做了善法的人，自己的家人也有余福呢？

堪布：因果非常甚深，现在做的善恶业未必马上成熟，但当前世的业与今世的业烦恼结合之后，果报就会不虚成熟。善恶业有不同的成熟方式，自己和家人肯定有共业，所以，显现上家人会感受余福。

⊙ 问：您最近身体怎么样？弟子想画佛像，请上师传一个画佛像的传承。

堪布：我最近身体还可以，只不过偶尔有点小感冒。我没有画佛像的传承，但可以给你念释迦牟尼佛圣号的传承……

结语

今天我们主要讲了上师瑜伽的修法。虽然我不敢说自己有大的证悟境界，但确实获得了上师的不共摄受与加持。在此，我以恭敬心祈祷上师，愿你们每一个人都能得到上师与诸佛菩萨的真正加持，心相续转向于善法，这是我发自内心的祈愿。

希望你们在今后漫长的学佛道路中，能时时祈祷上师，这样上师就会与你形影不离。这种修持极为重要。

人身非常难得，现在大家既已拥有了宝贵人身，务必认真修行，不要整天看电视、上网，以无聊之事虚度光阴。当做完工作或家务，尽了该尽的义务之后，就应该空出时间多念佛、多听经闻法，如此对自己的今生来世会有很大的利益。

我们在学院当中，除了弘扬佛法、学习经论以

外，很少接触世间的琐事。你们作为城市在家人，不可能没有一点散乱，但一定要珍惜时间。有了时间概念，学习佛法就不会有很大困难。



新年怎么过

2009年1月31日

这次虽说是“新年开示”，但实际新年已经过去好几天了。因为想到大家过年一定很忙，要应酬很多亲朋好友，做许许多多自认为有意义的事，所以我们选择今天与大家交流。

过年的意义

几乎所有的中国人，不管小孩子、年轻人、中年人还是老年人，都非常重视过年，大概一两个月之前就一直在盼望着、准备着，各个单位也会放年假。在世人的心目中，过年是一年当中的大事，非常具有意义，可以与家人朋友欢聚一堂，辞旧迎新。

但从另一个角度讲，过年也没有什么意思。为什么呢？因为，过年期间亲朋好友聚在一起吃饭的过程中，可能会杀害很多众生、吃掉很多生命。人们把这当作乐事，但以此恶业，来世会堕落到地狱、恶鬼、旁生三恶趣当中，在无数时日中感受痛苦，不得解脱。因此，从佛教眼光来看，过年也没有什么意思。

当然，若在过年期间行持善法，则非常具有意义。藏地就有过年期间行持善法的传统。记得我小时候，隔壁有一位叫日嘎喇嘛的出家人，每年过年期间，他都要求我们附近的几个人不能造恶业，不管男女老少都要过非常清净的生活。尤其大年三十这一天，一整天都要吃素、守持八关斋戒、修持佛法。那时是六七十年代，政策还没开放，管得特别紧，一旦被发现，第二天肯定要受到批斗的惩罚。但因为我们有了这种传统和信仰，所以，每年过年我们都会秘密行动。

在汉地，很多佛教徒的家人都不信佛，在此情况下，要求他们过年行持善法可能会遭到反对，产生很多矛盾。但在力所能及的情况下，应尽量劝导他们此时不要造恶业。如果实在做不到，宁可做一些唱歌、跳舞、看电影这样危害不太严重的事，也千万不要杀害众生，不要把快乐建立在另一个众生付出生命代价的痛苦之上，这是佛教的基本原则，因为杀生是极为严重的罪业。

做好新年规划

春节已经基本结束了，人们开始陆续上班。新年伊始，每位道友都应对自己有一个要求，发下一个善愿。

一年一年转瞬即逝，不知不觉间，我们就到了中年、老年，渐渐接近死亡。更何况，无常也会随时降临，对于修行人而言，观无常非常重要。

世人认为逢年过节是非常快乐的事，但从佛教角度讲，每个人从生到死之间，每一天都向死亡更迈进了一步。每过一年，你就老了一年，脸上的皱纹、头上的白发越来越多，智力、体力也会越来越差，这时到底应该开心还是痛苦，有智慧的人需要值得深思。

在座大多数人已经加入了佛教徒的行列，新的一年自己要行持什么善法，心中应该有一个规划。这样在未来的 360 天当中，你就会自己控制自己。城市里的大多数人都没有无常观，一直为了幸福而奋斗，然而，恍然间你可能就到了死亡门前，此时如果没有善业护持，将是极其可怕的。

今天，我也要求学院道友在新的一年当中，一定要对自己的闻思修做一个计划。闻思方面，要安排自己一年当中学多少部论、听多少堂课；修行方面，计划修什么法，修多少数量等等。当然，对于山下的道友，我们已经安排好了课程，你们只要认真修学，一

年当中一定会学到很多佛法。

活到老，学到老

个别道友认为，只要学一部论典就可以了、足够了。这其实是一种愚者的想法，《萨迦格言》中讲：“大海不厌河水多，国库不厌珠宝多，欲者不厌受用多，学者不厌格言多。”求学千万不要厌倦，有了厌倦心，说明修学并不成功。藏地很多高僧大德，十几岁就外出求学，直到七八十岁还在不断学法、修行，他们把自己一生的时间都用于闻思修行上面。我们也要活到老，学到老，一定要有这种打算，具备这种求学精神。

有些居士和出家人因为学法的时间太短、学的内容太少，在外界强大的诱惑力和冲击力之下，几年之后就恢复如初，这时原来皈依佛门的道理都不一定承认。希望各位道友能通过不断学法来充实自己、完善

自己。学的时候，最好能集体共修，集体学习的力量非常强，自学的力量是无法与之相比的。

精进的力量

现在我们已经学完了《入菩萨行论》，有些道友觉得自己学得很不错，考试成绩也很高，由此而心生傲慢。其实，为了增上大家的学习兴趣，这次我们考的并不难，如果按照学院标准，你们这样学法是远远不够的。

最近一周，学院每天都在考试。考试包括讲考、笔考和背考。讲考内容有《解义慧剑》《入中论》《大圆满前行》《贤愚经》等。很多道友一个人能讲好几部论典。笔考有《入中论》《般若摄颂》《亲友书》等经论，分A卷和B卷，A卷的要求较高，有四部论典。

学院内部考试不像外面《入行论》考试那样，会给大家出一些复习题，划定一个范围，而是所有学过的论典，如《解义慧剑》《亲友书》《现观庄严论》《般若摄颂》等全部要考。不但有笔考、讲考，还有背考。今天学院背考《亲友书》和《入行论》，几乎所有的人都能背诵。明天我们将背考《解义慧剑》和《现观庄严论》。

由此可见，一个人如果能专注、利用好时间，很多事情都可以成办。你们可能想，山上的修行人每天除了闻思以外没有其他事，当然可以做到。其实也不是，学院相当一部分道友每天都在发心，有些在医院发心，有些在电力、建筑等部门发心，相当于你们上班一样。他们白天基本都没有时间，只能利用早上和晚上的时间闻思修行。很多道友早晨 3、4 点钟就起来与大家一起背诵、复习，晚上 12 点钟才睡。整个学院的学习气氛非常浓厚。

如果你们也能早晨 4、5 点钟起来背诵，每天只睡五六个小时，我想一年当中背几部论典也不成问题。但大多数人在睡眠上花的时间特别多，每天要睡七八个小时，甚至更多，这样贪睡是非常可怕的。萨迦班智达在《格言宝藏论》中讲：“诸人寿短其一半，夜间入眠如死亡。”人的寿命非常短暂，最多活 100 年，如果一半时间用于睡眠，就像是夜里死去一般。

大家虽然身处散乱的城市，但时间还是可以挤出来的。希望你们在今年年底之前，能把《亲友书》背下来。尤其年轻一点的道友，一定要背诵，背诵会使记忆更加深刻，不容易遗忘，也会对自己的相续非常有利。如果在这方面没有下功夫，过几年很容易忘记。

唯一的心愿

今年 2 月 1 日至 4 月 26 日，我们会安排大家学

习《亲友书》。自2月23日开始，菩提讲堂每周一、三、五下午一点半，发心人员会给大家辅导、解答疑问。这样共同学习，对你们智慧的提升肯定会有很大帮助。

过年期间，很多道友都没有散乱，一直在菩提讲堂里认真地听课、复习，这种精神非常值得赞叹。虽然那时我们并没给大家做特别安排，但有时我会悄悄来到你们的讲堂，想看看是否有人在学习，结果发现很多人都在自觉地学习。当我在遥远的地方看到这些道友的学法精神时，心里确实非常欢喜。

虽然我们这里的辅导员、发心道友非常辛苦，但只要对你们有利益，哪怕只有一丝一毫的利益，我们也愿无条件付出。如果大家觉得通过光盘或书的方式学习有利益，我们一定会尽量提供；如果觉得网上开示或讲堂辅导有帮助，我们也会尽量做。我们唯一的心愿，就是希望你们的相续能得到佛法的利益。

佛法是真正的如意宝。通过这么多年闻思修，我们的内心有了很大改变，越来越自在快乐。当内心快乐时，外面的世界也会变成美丽的净土；当内心丑恶时，整个世界也会变得昏天暗地。所以，调整内心非常关键。如果内心调整得特别好，即使只有简单的生活资具，甚至在十字路口乞讨，也会过得坦然而开心；如果内心没有调整好，即使住别墅、开豪车，也会始终处于忐忑不安的痛苦中。

以现代方式弘法

这么好的佛法甘露妙药，我们很想让每个众生都能得到。而众生的爱好不同、根基不同，故采用各种途径、方法传播佛法非常有必要，尤其当今时代，我们一定要利用好科技手段。现在众多具有贪嗔痴的人，都在利用科学技术传播世间法。无数人沉迷其中，难以自拔。我们作为发了菩提心的大乘行人，一

定要想尽一切办法，通过网络等各种现代方法弘扬佛法，增上道友们的学法意乐，提高他们的佛法素养和理解能力。

应部分道友的请求，这学期我们开始网络教学，安排大家学习学院以前教过的一些论典，如《中观庄严论》《三戒论》《解义慧剑》等。

参加网络学习的必要性

《三戒论》中讲了很多出家人的戒条，虽然这些对于在家人不适用，但里面的居士戒、菩萨戒和密乘戒戒条对于你们很重要，必须要懂得。此外，《解义慧剑》所讲的道理也不得不学，懂得之后，才会明白什么是胜义、什么是世俗，也即知道用什么样的智慧观察什么样的对境。

昨前天，学院很多道友讲考《解义慧剑》。我本

以为自己对这部法已经很精通了，但从道友们的讲考中，我还是学到了好多知识。末法时代，大多数人都在为了钱财、地位、名声而奔波忙碌，而我们学院这么多道友，通过自己的努力和上师三宝的加持，已经真正理解了释迦牟尼佛的教法，并对佛法产生了不退转的信心，这真的来之不易。讲考人员中也有很多居士，他们的精彩讲述让我产生了很大信心。

每次听道友们讲考、背考，我就好似奄奄一息的人获得了甘露妙药之后重新活过来一般，因此，始终舍不得放下，一直坚持给大家传法。我心里经常想：哪怕众生只得到佛法甚深智慧的一分，相续也会变得非常美妙，这种快乐远远超过世间的任何享乐。

大概今年2月份以后，我们会安排法师在菩提讲堂上为大家辅导和答疑。

学修时几点注意事项

希望在此过程中，道友们能与发心人员互相配合。我们都是金刚道友，彼此一定要和睦相处，千万不要拉帮结派、互相排斥，这是不允许的。学院在这方面管理得非常严，要求所有法师一定要团结和合、护持纪律的管家和人员一定要紧密配合，这是法王在世时的基本原则。

虽然大家在外面学习，但不管在寺院里，还是在居士团体中，作为菩提学会的人，首先，内部一定要团结和合。团体与团体之间、小组与小组之间、学员与学员之间，应该有一种祥和的气氛，否则心怎么能静下来呢？如果心不静，佛教甚深的道理又怎能融入自心呢？

此外，希望各组的法师、辅导员、组长、管理人员等能以身作则，起带头表率作用，不能随随便便缺

席。像我个人在学院教学、管理了这么久，如果有时不去现场上课，只在家里通过线上教学，学院道友通过收音机听授，按理来讲也是可以的，但我始终没有以法师的名义懈怠懒惰，觉得为了佛法，自己必须去现场与大家共同学习。因此，这么多年来没有特殊事情，我基本一天都没有断过课，始终把讲课、与大家共同学习视为自己一生当中最重要的事。



为了兴盛佛法、利益众生而付出，不管是出钱还是出力，我都非常愿意，觉得自己活在人间没有比这

更重要的事了。我以前这样想，现在同样这样想，依止上师如意宝二十多年以来，这个想法始终未变。因此，只要做的事情对众生有一点意义，对佛法兴盛起一点作用，不管身体病得再痛、遇到的困难再大，也会心甘情愿去做，不愿谈任何条件。

希望各地菩提学会的负责人不要太懈怠，如果特别懈怠，不要说组织大家学习佛法，做世间任何一件事，包括安排人扫地、扫厕所等简单的事，也无法做好。要做好一件事，一定要付出。我的原则是，要么开始干脆不参与，要参与的话，就要全力付出。如果自己只是伸出长长的脖子，而肚皮却一直不动摇，什么事情都不去做，这样身心懒惰的状态并不是很好。希望发心道友们能以身作则，这样自己进步的同时，也能为他人做引导。

长期学法才能调伏相续

在座很多道友学习佛法的时间不一定很长。有些人可能想，听两三节课、学几部法应该就可以了吧。千万不要这样想。学法时间一定要长，如果只是蜻蜓点水般地学习，很难调伏我们顽固的相续。

大多数道友明天开始学习《亲友书》。希望大家学每一部论典都能善始善终。个别道友如果中间断了，一定要及时补上。《亲友书》讲了很多具有归纳性的教言，这些对于我们来说必须要懂，懂得之后，自相续定会受益匪浅。

前一段时间，在很多道友们的共同努力下，《亲友书》的光盘和书等学习资料都已发到大家手里了。因为他们的努力，如今我们才有学习的方便，对此我非常感谢。我以后只要还有能力，尚有一口气，会尽量为大家传授各种殊胜的经论。

学完《亲友书》之后，我还会讲《大圆满前行》和《极乐愿文大疏》，希望大家千万不要退。当然，你们学或不学，有一百个人、一千个人，还是一万个人学，对我个人来讲是无利无害的。我现在生活非常简单，一箪食，一瓢饮就可以了，没有什么其他要求，即生当中也不会求你们。但对你们个人来讲，学了《大圆满前行》和《极乐愿文大疏》之后，身心肯定会有所改变。如果一直不断这样学，总有一天会学到密法。当你学习密法的时候，肯定不会为现在的付出而后悔。

五年前，我要求很多道友学习五部大论——戒律、中观、现观、因明和俱舍。我发愿不管遇到再大的困难，也要坚持为大家传授。到今天为止，已经基本圆满了。五部大论属于显宗经论，一般来讲，格鲁派要学二十年，宁玛巴要学十多年。我们从2003年开始到现在，学了六年，所以，只能算是一种表示——听者已经听圆满，传者也已传圆满。近期，我们会给

所有圆满五部大论传承的道友象征性地发一些奖品。

时间过得很快，学习《大圆满前行》的一两年中，大家一定要抓紧时间，该听的要听，该修的要修。该学、该修的法圆满之后，我们将会传授一些非常甚深的密法，这是很多人求之不得的。

学佛的基础是贤善人格

有些居士觉得每天应对家庭、工作的各种事情非常心烦，很想将其全部放下，一心学佛。其实，自己的业力导致今生已经变成了这样，若把对家人和社会的责任完全放下，那做人的品德都已丧失了，这样学习佛法将更加困难。

大家首先一定要学会做人。中国古代的孔孟思想虽然没有佛法那么殊胜，但在教人向善方面有着很好的教言。不过，这些传统文化在“文革”期间都成了批判的对象，基本已被摧毁。断了二十几年之后，现

在想恢复非常困难，就像已经病入膏肓的人，想通过手术让其马上恢复极其困难一样。

因为缺失了传统文化的教育，现在很多大学生、研究生在做人方面确实堪忧。希望在座的居士或出家人，首先一定要做个善良的人，这样才能处理好与家人或道友之间的关系。如果心不善，无论世间还是出世间的事，都无法成办。这是法王如意宝传授的教言精华醍醐。心善良，就会以利他心做事，这样不仅人格品德包括在内，而且菩萨乘的利他心也包括在内，甚至密宗更深的境界也包括其中。

今后，我们也会结合传统文化来弘扬佛教，这也是大家共同的责任。每个人都想办法弘扬佛法，形成一种共同的愿望，最终才会实现。

勿被贪嗔痴奴役

前一段时间《入菩萨行论》考试，我看到很多道

友都在认真复习，心里非常高兴。我为你们这次考试准备了很多有特殊加持力的奖品。一等奖有非常珍贵的佛像，看看谁的福分比较好；二等奖和三等奖是转经轮和皈依境，这些也是很好的加持品；此外还有鼓励奖，凡是参加考试人都能得到。

学习佛法的过程中，对于辅导员、组长等管理人员的安排和要求，大家一定要尽量配合。学法是每个人自己的事情，千万不要因为自己的事而在别人面前啰啰嗦嗦，这是没有良心的行为。同时，发心人员应该凭良心为上师三宝做事，以善心为大家服务。如果被贪嗔痴心驱使，为了自己的目的而做事，是非常不合理的。如果有能力，就尽量把这么好的佛法弘扬给别人；如果没有能力，就自己好好学法，但一定不要利用我们的团体、道场、学习环境搞一些非法之事。一般来讲，这种现象非常少，希望大家随时注意。

听说有些人对我们弘扬佛法产生了嫉妒心，以

自己的邪知邪见加以诋毁。实际上，在护法神的保护下，他们不一定能得逞。护法神的能力不可思议，以前有些人也曾有意或无意破坏我们弘扬佛法，后来身心确实受到了护法神的严厉惩罚。当然，我们并没有发恶心，诅咒这些人受罚，但护法神以前曾在莲花生大士和一些传承持明上师面前承诺过，发愿维护真正弘扬佛法的高僧大德和其利益众生的宏大事业。故而，谁破坏，他们就会加以降伏、制止，这样的缘起一直不断。希望在座的道友千万不要产生这样的嫉妒心，应该祈愿佛法兴盛于世界的各个角落，愿所有众生都能得到快乐，这是我们学习大乘佛法的唯一目标。

每年闭关至少七天

学院最近特别冷，也没有电，你们在城市中生活应该非常方便，无需像我们这样苦行，唯一就是时间

方面需要自己控制、自己做主。如果自己不能做主，始终随他人而转，就如同奴仆一样，永远得不到自由和快乐。就如麦彭仁波切在《君规教言论》中云：“孩提时随父母转，韶华时随朋友转，年迈时随子女转，愚者恒时无自由。”没有自由的人是非常痛苦的，如果学佛没有自由，那修行不可能成功。

希望大家不仅平时要安排好闻思修的时间，最好每一年都能抽出七天时间闭关。我要求学院的道友每年也要闭关修行，上等者每年闭关 100 天；中等者每年闭关一个月；如果实在不行，每年至少也要闭关 21 天。人们平时常说“不管三七二十一，我要……”，用于此处，即把乱七八糟的事全部放下，一定要闭关二十一天。你们在外面可能闭不了这么久，但再怎么忙，闭关七天应该还是可以的。如果七天都空不出来，恐怕修行不一定会成功。

你们可以到一些寺院里闭关，也可以在山上搭一

个帐篷，或者在城市里租一间房子、住几天宾馆等。闭关前将吃的用的全部准备好，和家人或单位领导打好招呼，之后就把电话关机，断绝一切外界干扰，好好思维所修之法。

学院居士林最近就安排了七天闭关。我去看了一下，很多在家人修得非常不错。有的人对我说：“虽然自己观想得不是很清楚，但好好念金刚萨埵心咒的时候，心里感觉很平静，不像平时天天接打电话、交际应酬那样烦乱、痛苦。平时的时间都浪费了，闭关七天使内心非常清净、悠然，真的受益匪浅！”

明年过年的时候，我会询问你们闭得怎么样。很多人经常对我说：“谢谢堪布传讲佛法，您对我们的恩德非常大……”其实，真正想学好佛法，一定要实际修持。如果只是听闻而没有好好修，就会像学术界人士一样流于表面或口头，这对自相续没有实在意义，对治不了烦恼。所以，我特别强调闭关修行。一

年有 365 天，如果闭关 7 天，那还有 358 天可以搞世间法。抽出短暂的 7 天用于修行，应该不是很困难。

如果大家同意我的观点，就在内心发下一个誓言：我今天在堪布面前发愿，每年至少闭关七天。

珍惜才会有收获

最近，我们会安排法师在网上为大家辅导、解答疑问。通过这样的沟通、研讨，智慧很容易生起。虽然学院法师都非常忙，各方面压力很大，但我还是愿意让他们这样做，我们会尽量把学院传过的法全部提供给你们。当然，密法你们暂时还不能听，前不久，我传了五天无上大圆满密法。之所以保密，是因为你们现在没有修完加行，学院未修完加行的人也一律不准听，收音机也不会放。

你们现在求法真的很方便，只要安住家里、按键

上网，便可以听到学院所讲的课。这样的机会极其难得，希望大家一定要珍惜。如果错失良机，我觉得非常可惜。当然，只在网上学习，不愿去现场共修，也不是很好。大家有一个共同学习的机会非常难得，最好亲自去现场，这样互动的效果非常好。

有些道友很想到学院的喇荣沟来苦行，但一直无法实现。其实，在学院不仅修房子很困难，甚至买东西、生火、做饭等等对于很多汉族道友来讲也是难题。昨天，我看到很多道友的手都冻裂了，我在商店买了一点东西发给大家。实际上，学院现在的条件比二十多年前已经好很多，我们那时的苦行比现在更甚。当然，为了佛法付出的越多，所得到的受用和利益也会越大。

与我们的苦行相比，你们城市里的生活、学习环境应该说非常舒适。这时，大家一定要把精力主要用于佛法，而不要把世间法放在第一。前年，我去了上

海和杭州的有些地方，看到很多居士都把学法放在生活的首位，甚至上班或出差的时候，也会抽空学习。应该要有这种精神，这样自相续一定会有所改变。

希望在座的道友都能具有信心、精进心和持之以恒的毅力，这是学习佛法的基本要求。学佛是一个漫长的过程，有些人学了一两天后觉得没有什么感觉，就马上退了，这是非常可惜的。还有些人以凑热闹的心态学习，像看小说一样看佛法书，这样佛法水平是不可能增上的，学习佛法一定要认真。

今天，我对所有听课的人都做了一个简单的加持，愿你们的相续能早日成熟。大家平时应随时随地祈祷上师三宝，这一点非常重要。依靠诸佛菩萨和上师的加持，自相续逐渐逐渐就会转变。

祈祷莲师，遣除违缘

现在是末法时代，修法过程中的违缘非常多，此

时，一定要多念莲花生大士心咒。据有关传记记载，在五台山开取的很多伏藏显示，念诵莲花生大士心咒，对于汉人修行的意义非常重大，可以遣除各种违缘。释迦牟尼佛在有关经典中也讲，末法时代一定要遣除修行中的违缘。

以前，藏地邪魔外道极其猖獗的时候，以菩提心及其他修法根本无法降伏，然而，莲花生大士却凭借其威力和加持力，彻底摧毁了一切魔众。藏地佛法之所以不但没有衰落，反而不断兴盛，与莲花生大士的弘扬和加持有着不可分割的关系。

如果经常祈祷莲花生大士，一方面，会使佛法常住世间，另一方面，自己修行的因缘也会非常殊胜，依靠愤怒莲师心咒的加持力，定会遣除修行过程中人和非人的违缘。这也是我自己多年以来的亲身感受。我不敢说自己有什么开悟、体验，但的确感觉到，依靠祈祷莲花生大士这个殊胜的缘起，自己修行比较

圆满。

很多居士和出家人，虽然心里很想学佛，但后来却并不成功，遇到了种种违缘，包括心理上、生活上、工作上，以及很多出乎意料的违缘，最后使修行一败涂地，非常可怜。因此，祈祷莲花生大士非常重要。临终之前，一定不能让修行退转，这是自己今生最重要的事！

寄语

过年期间大家都很忙，我们在学院也有很多事要做，要改你们的卷子、为大家准备考试奖品等。但愿你们的心相续能真正获得诸佛菩萨的加持，无勤生起出离心和菩提心，并对无上密法生起强烈的信心。希望道友们能通过这样殊胜的因缘，不断地闻思修行佛法。

之前网上辅导《入行论》的时候，很多人都参加了，这样非常好。以后不管多少人参加，我都会尽量安排学院法师与大家沟通交流。希望大家在网上不要散乱，现在城市里散乱的因非常多，没必要在这里散乱；互相也不要说没意义的话，应尽量念咒、看书或行持其他善法。

一年 365 天中行持什么善法，自己应该做一个计划，比如听什么课、背多少颂词、修什么法、闭关多少天等等。同时，对于家人和自己的生活也要做一个安排，这是作为在家人应尽的责任。

今天在网上见到这么多佛友，我感到非常高兴。虽然我看不见你们脸上的笑容，但能看到你们的网名，有胡萝卜、红萝卜、大帅小帅、丹增加西、海螺、红苹果，还有一个叫观自在，观世音菩萨也来了，还有一个叫“坏人”……你们的网名都奇奇怪怪的，但我看了非常开心。以后，我会经常通过这种方

式与大家沟通。

最后，祝愿大家新年快乐，一切吉祥，圆圆满满！这么多“鲜花”哦，谢谢谢谢，呵呵呵……



新学期的课程安排

2009年4月12日

最近一个月，我因为外出看病及处理一些事情，没有与大家交流。今天我们再次相聚在菩提讲堂，这样的机缘应该值得珍惜。

过最有意义的周末

今天是礼拜天，按照基督教的说法，是上帝赐予的休息日。很多佛教徒也在这一天放松休息，但也有很多佛友利用这一天认真学习佛法。

学习《入菩萨行论》的这两年，很多居士都将平时休闲娱乐的时间用于学习佛法。对他们来说，空出

周末学佛非常不容易，因为平时要忙于工作和家庭的
各种事务，只有周日才能稍微放松一下，将这样的休
息日舍弃用来一心学佛，是非常值得随喜的。

作为山里的修行人，虽然我们抛弃了家庭、工
作等世间八法，但身为欲界凡夫，在星期天也愿意放
松。不过，对我来说，这一天却是最忙、最累的，因
为平时忙于讲课、翻译，很多管理的事情只能堆在星
期天处理，所以周日反而成了最累的一天。

大家利用周六、周日学习佛法，这种生活方式与
之前的散乱截然不同，非常具有意义。如果不挤出这
两天学习，人生几十年匆匆而逝，终将一无所获。

学习佛法是我们共同的心愿。依靠诸佛菩萨的加
持，多年来我们并没有退失信心。很多佛友都有这种
感觉：以前没学佛时，根本不知道善恶取舍，自从学
佛之后，对很多问题都有了新的认识，内心获得了很
大利益。可见，利用周末学习佛法是非常值得的。

善用科技，提升自己

我们虽然彼此之间远隔千山万水，但却能相聚于此，进行现场沟通，从佛法角度讲，这是不可思议的殊胜缘起；从世间角度讲，是依靠现代科学技术。对于修行人来说，这样学佛的确非常方便，否则，我亲自到你们所在的城市与大家见面、讲法是非常困难的；你们来佛学院和出家人一起学法，也有一定的困难。

我们经常在空中相聚，对于信心不稳固的人，可以使之稳固；对于信心较稳固的人，可以使之增上。因此，我非常欢喜与大家这样沟通，这也是佛陀不可思议的加持。

现在，全世界各个宗教人士，包括世间的学校、企业、各种组织等，都采用这种方式研讨和学习。我们佛教徒也应该利用高科技来充实、完善、改变自

己，这非常有必要。

及时学佛，岁月不待

人生非常短暂，很多人都想等自己退休之后再学佛，但这恐怕为时已晚，因为那时你的精力、体力、心力是否具足，都很难说。

学习佛法千万不要拖到明年、后年，甚至几年、几十年之后，这样很不合理，应该当机立断，马上付诸行动。否则，自己的心态、善愿很容易随着社会复杂的环境而改变。现如今，外界各种恶法的诱惑力相当强，虽然你道心的光芒最初很灿烂，但经过一段时间染污之后，可能就会变得暗淡无光，最终消失无踪。因此，在学习佛法方面，千万不要拖延；如果拖延，理想虽然美好，但结果未必成功，这是我多年学佛过程中总结的些许经验。只要是学习佛法、弘扬佛法，我一天都不愿拖。

考试总结

经过一段较长时间的学习，我们共同圆满了《入菩萨行论》《亲友书》等经论，之后，大家都参加了相应的考试。学习结果有目共睹，很多人通过较为正规、系统、完整的学习，已经从对佛教一无所知，变成了有所了知；从以前的迷信，变成了现在的智信。更重要的是，无论从命运、性格，还是修行方面，都已有所改变。

我们为这次考试准备了大量奖品，并且，从批卷到发奖的各个环节，都非常认真地对待。很多道友凭借自己付出的努力，已经获得了相应的奖品。虽然有些道友没有得到一、二、三等奖，但凡是参加考试的，我们都会颁发纪念奖，奖品不久后就会到位。

有些道友平时从未间断过学习，非常精进，但考试时由于思维方式或其他原因致使成绩不太理想。希

望你们不要伤心气馁，要再接再厉。考试只是暂时性的一个总结，分数并不能完全代表你的水平。

通过这次考试我们也能看出，大多数道友，大概有 90% 吧，都在认真学法，这是非常值得随喜的。

珍惜闻思的机缘

对我而言，以这种方式跟大家一起学习并不容易，因为一个人的力量是有限的，需要各方面力量的支持与付出，但只要对你们的相续有利益，我都会在承受范围之内，尽量为大家提供方便，希望你们能珍惜这样的因缘。

大家在学法过程中需要注意三点：

一、应该珍惜学法的时间。一年一年过得非常快，有些道友因为平时未重视学习时间，导致没有跟上课程进度；还有个别道友领完法本之后便消失了，

直到考试时才又出现。这种态度不是很好，也许你考前突击一下，使得成绩还可以，也得到了奖品，但这并不能说明自己真实的水平。平时若没有参加共修，学到的肯定很有限，学佛千万不要只是报个名。实际上，考虑到大多数人的情况，这次我们出的考题比较简单，所以，不能完全以成绩来衡量自己。希望道友以后尽量避免这种情况。

二、要珍惜法本和光碟。个别道友拿到法本和光碟之后便放置一边，从来也不看，这样浪费三宝财产，非常不合理。为了大家学法方便，我们免费为每个人或每个组发了一套学习资料，其间需要付出很大的努力，过程相当不容易。希望每位道友都能珍惜法本等三宝财物。

三、大家在一起共修的机缘非常难得，一定要珍惜。在佛学院，无论道友们学习成绩好坏，我都要求他们到现场共修，不能待在家里。你们在城市里参加

共修，可能需要乘车到共修地点，结束之后又要乘车回去，刚开始可能觉得花费时间，有点麻烦，但实际上，共修与自学相比，在学习能力和力量上有很大差别。共修是最好的学习方式，这是我们多年总结的学习经验。

学修安排

今年五月之前，《亲友书》就会基本学完，之后，我们安排大家学习《大圆满前行》《极乐愿文大疏》《现观庄严论》《般若摄颂》等经论。

学习《大圆满前行》的小组，就以学前行为主。如果当地有 10 人以上学习净土法门，可以单独成立“净土组”；如果人数不够，可以和“前行组”一起学习，以主修《大圆满前行》，兼修《极乐愿文大疏》的方式学习。

今年的学修安排与去年不同。去年，一本书大约用两三个月就能学完。今年，我们要求大家每周不但要闻思，还要实际修行。因为完全依靠理论是不行的，一定要打好前行和净土的修行基础。所以，今年要用四五个月才能学完一本教材。

为了使每位道友都能学修圆满，我们制定了一个学修表格，以记录大家的实修情况。之前有些组长和管理人员反映不好管理，所以，这次我们做了较充分的准备。大家要明白，你们学习佛法并不是为了我，也不是为了辅导员或组长，而是为了你们自己能够断除烦恼、出离轮回，也是为了能够利益众生。

第二阶段的学修非常重要，需要两到三年时间。在此期间，如果能认真对待，对于佛教修行的次第，应该可以完全了解。第一阶段学的《入行论》，讲的基本都是一些理论，不敢说非常全面。

几点管理建议

1. 任人唯贤

从今年开始，我们希望各地选负责人时，应尽量选一些有利他心、有智慧、有办事能力的人来担当。现在有很多知识分子学佛，他们在智慧、判断能力、解决问题等各方面的素养都不错。可能有些老菩萨在学会发心时间较长，不愿放手，想一直干下去，这种精神虽然可嘉，但有时在很多管理方面存在一定困难。希望这些老菩萨能放一部分权给更合适的人选。

为了增强学佛团体的力量。希望各地选拔管理人员时，能真正为三宝发心，使那些有智慧、有能力、有才华的人逐渐成为管理骨干。不要像一些地方官僚那样，任人唯亲，或者以钱势来衡量。

此外，管理也要细化。今后大家学的内容比较多，分科较细，有些人学加行，有些人学净土法，还

有些人闻思五部大论。一个人管理全部学员肯定有困难，最好分工合作，比如三个负责人，我管净土，你管加行，他管闻思，分工明确比较好。

2. 稳重学佛

现代人最大的毛病之一就是不稳重。学佛之人如果不稳重，修行将无从谈起。有些人刚开始信心如火一般猛烈，对法的意乐非常强，我都觉得有点稀有，但不久之后，热情就慢慢变淡，逐渐冷却下来，最后甚至退出了学佛团体，这样非常可惜。希望大家千万不要退。

个别人不接组长或辅导员的电话，或者换了电话也不告知一声，自此消失无踪。这种行为很不好，又不是因贪污或欠赌债而不敢露面。学习大乘佛法的人，这样行事并不合理。希望大家学习佛法一定要稳定。

我是1985年来喇荣山沟学习佛法，如今已过了二十多个春秋。虽然不敢说自己学得很好，但学法的意乐从开始到现在一直没有改变，始终一心一意。有些道友还没学到两三年，就想换个口味、换种方式，这样不是很好。如果变来变去、出尔反尔，不要说学佛，即使学世间知识，也一事无成。学习佛法一定要深入进去，浅尝辄止是很难调伏自相续的，何时自己能稳定地学佛了，说明内心已经有了一定的境界。

3. 不要随意换专业

希望每位道友在报组之前能认真考虑，报了之后，中间就不能改了。因为这么多人如果都换来换去，我们就得不停地调整，这不但会给管理人员建档带来混乱，而且还导致了法本等三宝财物的浪费、流失。因此，在管理方面，我们不能随顺大家的心情，这有一定困难。一年之后，如果有特殊情况，可以做调整。学院管理也是如此，每个班的法师和学员确定

下来之后，在一学年当中都不能更换。

大家学习佛法的时候，应该想到发心人员背后的付出。我们要考虑方方面面的很多事情，并不是那么简单。希望每个人都能按照学会的统一要求来做。

4. 配合管理

希望大家都能尽量参加共修，没有共修力量的加持，一个人是很难坚持下去的。有些道友把学佛放在次要位置，共修时想去就去，不想去就不去。其实，我们一周只集中一次，听一堂课，如果连这个时间和精力都没有，那学佛就完全成了空谈。

在网上学习的道友，应遵守网上的管理规定；在现场学习的道友，要遵守当地小组的管理规定。如果不愿遵守，那最后只能退出。我们希求的是学员的质量，而不仅仅是数量。

刚开始传讲《入菩萨行论》的时候，我觉得外面

有 20 个人学习，就已经满足了。现在已经远远超过了 20 人，这么多人要想正常学习，一定要有相应的管理。如果没有系统的管理，将会造成很多不必要的浪费。比如，某地有 20 人报名学习，我们就会相应发 20 本法本，后来若有 10 人退出，就会多出 10 本法本。如果这期间没有好好管理，很多法本都浪费了。虽然我们并不看重金钱，但这些三宝物并非无缘无故来的。

希望学会的道友对待这些问题千万不要草率。个别可能没有很强的因果观念，觉得无所谓，但实际绝非如此，如果随随便便处理、浪费三宝财物，来世会有可怕的果报。

有些道友报名之后又退了，这是很可惜的。世界上有很多精彩的学问，佛法表面看来平平淡淡，未必能满足有些人的趣味。所以，大家首先应考虑好是否要学，如果想学的话，就认真对待，该闻思的闻思，

该实修的实修。我们佛学院要求道友们每天都要闭关一段时间，每年需要背诵几部论典，还要笔考、讲考、背考。这种压力对于城市里的人来讲，肯定无法承受，所以，我对你们的要求不算高。

希望大家都能坚持学下去。要知道，学习佛法是为了众生、为了你们自己的今生来世。学习世间法尚需付出很多努力，更何况是出世间的佛法？如果学习佛法连学习世间法所应具备的态度都没有，从中能得到什么样的加持和智慧是可想而知的。

学习佛法的时候，一定要经常反观自心，尽量改正自己不好的习气，配合学会管理，不要为难组长和其他管理人员。如果不考虑发心人员的付出，随性而为，学会确实很难管理。

此外，学法要有一种主动性，如果发心人员天天求着你学，到了一定时候，肯定会生起厌烦心的。平时，学院里的发心道友从早一直忙到晚，根本没有时

间休息。今天是星期天，本来他们可以休息，但为了你们的闻思，今天也休不了。

我这样说，并不想向你们诉苦，只是希望外面的道友能珍惜这样的法缘，认真对待，不要互相欺骗。我们发现个别小组在考试、领法本方面完全在应付我们，就像有些地方政府跟民众之间互相欺骗一样。上师和僧众是严厉的对境，没有必要这样欺骗。不学也是可以的，我们不会要求任何赔偿，但要学的话，就要按照我们要求的方式来学习。

修共同加行的重要性

过一段时间，我们开始修五十万加行。上半年大家应好好修共同加行，并结合《上师瑜伽速赐加持仪轨》来顶礼，磕大头、小头都可以。现在就可以开始磕，不然完成十万顶礼会有一些困难。

现阶段，大家最主要的是修共同加行——人身难得、寿命无常、因果不虚、轮回过患。如果没有打好这一基础，即使口头上说得再高，实际也做不到，如同空中楼阁一般。最近，学院很多道友通过每天闭关修人身难得，已经真正懂得了人身的意义和价值，这让我非常高兴。希望外面的道友先不要说大话，也能从人身难得的四加行修起，使自相续真正对此生起定解。这可以为自己的修行打下良好的基础。这一基础非常重要。

如果身体实在不好，没办法磕大头、供曼扎，那就按照以前法王如意宝的要求，用 1000 万遍金刚萨埵心咒来代替修 50 万加行。即每一个加行用 200 万遍金刚萨埵心咒代替。不能用其他咒语、心咒代替，只能用金刚萨埵心咒代替。

对于山上的修行人来说，念 200 万遍金刚萨埵心咒非常简单，但城市里的有些人可能对这个数字感到

非常震惊，其实念起来也没有那么困难。

珍惜时间，精进修行

最近，我晚上讲完课之后，都会和大家一起磕小头。15 分钟磕 120 个头没有任何问题。15 分钟如果没有用于善法，转眼就过去了，来不及做任何事，但如果善加利用，120 个头都能完成。学院好几百人都感觉这样每天坚持磕头非常容易。

城市里的人虽然在很多方面压力较大，但我希望你们在行持善法方面，一定要给自己空出时间。如果一直随着外面的世界转，不要说用短暂的几年，即使用几十年来修五十万加行，也难以完成。其实，所谓的忙只是没有重视，没有认真对待，如果真的想修，时间肯定可以挤出来。

以前学《入菩萨行论》的时候，有些人说星期天

没有时间学，我说一定会有时间的，事实证明，生活有规律的人空出周末时间学习没有任何问题。当然，如果不重视佛法，只重视世间生活，就会把所有时间都用于世间琐事上，这样学习佛法只能靠边站了。

我们出家人几乎把一天 24 小时都用在学习佛法上，无暇顾及世间的各种事。我不要求你们像我们这样，但也应该安排一部分时间学习佛法。得到人身、学习佛法的机会非常难得，百千万劫难以值遇，如果没有好好利用，人生几十年匆匆而过，最终离开世间的时候，必定会感到非常遗憾！

现在很多人的相续中都没有人身难得、佛法难遇的概念。如果没有这些概念，一辈子也不会变成好修行人；如果有了这些概念，即使是在家人，也完全可以空出时间学习佛法。

藏地很多虔诚的在家人修学佛法非常成功，比有些出家人学得还好。我遇到过一位出家人，他说不

愿住在一位居士家里，因为这位居士早上 5 点钟就起来磕头，而他那时一般还没起床，所以很不好意思。汉地也有很多居士精进度远远超过了个别懒惰的出家人。

非常希望大家能珍惜时间、精进修行。当然，如果实在不愿学，我们也不勉强。国家也规定宗教信仰自由，你学不学宗教，学哪个宗教都是自由的。但如果想学习佛法，最好能认认真真、有始有终地学。我个人做任何一件事都不愿半途而废、有头无尾。

你们这样系统学法的机会其实并不多。对我而言，因为年龄、健康等问题，不可能长期这样传法。这几年由于各方面因缘具足，尤其是外面很多居士、佛友给了我很多帮助，学院相当一部分金刚道友放下自己的学修，全力以赴为大家提供学习方便等，才促成了我们现在的学法因缘。一旦失去了这些因缘，想求法也是得不到的。希望大家一定要有难得之心，珍

惜这来之不易的学习机会。只要认真学习，必定会从中获益。

铭记法王留下的四条教言

法王如意宝接近圆寂的时候，曾给四众弟子留下了四条教言，希望大家能铭记。

一、具缘的佛弟子都应受持相应的戒律。在家人受持居士五戒非常重要！五戒全部受持是最好的，如果不能全受，至少受持其中不杀人等一分以上的清净戒律。没有清净戒律，来世很难转生人天或者获得解脱。

二、相续中应生起尽心尽力帮助众生的菩提心。我们是大乘佛教徒，作为大乘佛弟子，不能天天只想自己，一定要想怎样帮助众生。尤其有能力的知识分子，如果只愿独自享受法乐，而不愿与别人接触，这

是没有菩提心的表现；如果具有菩提心，一定愿与大家一起共修，也愿意发心。如果只是口头上说要利益众生，而在利益众生的因缘成熟时却一点不发心，则算不上大乘佛教徒。

三、现在是末法时代，大家一定要使用转经轮。因为这是见解脱、闻解脱，也是触解脱（谁接触它就得到解脱）。希望每位佛教徒都能尽量使用观音心咒转经轮。以前法王如意宝刚说这个教言的时候，转经轮很难请，但现在请一个非常容易。

四、大家一定要好好发愿，求生极乐世界，多念阿弥陀佛名号。这是法王如意宝最后在极乐法会给大家留下的教言。

法王最后留下的教言就如黄金一般，非常珍贵。希望所有道友都能铭记这四条教言！不但要记住，在实际行动中还要经常以这四条教言来要求自己、衡量自己。

传授皈依

今天有很多佛友期待皈依，下面我就为大家做简单的皈依。皈依时要想：从今天开始，自己要皈依释迦牟尼佛、药师佛、阿弥陀佛等十方世界无量无边的佛陀，这是皈依法；皈依释迦牟尼佛所宣说的佛法，包括甚深的教法和证法，这是皈依法；皈依小乘僧众以及文殊菩萨、弥勒菩萨等大乘圣者，这是皈依僧。

皈依分为大乘皈依和小乘皈依：不希求获得暂时的快乐、财富、名声等，也不是为了自己从轮回中获得解脱，而是为了利益天下无边的一切众生，令其都从轮回中解脱而皈依，这是大乘皈依；只是为了自己获得解脱，这是小乘皈依。

虽然不同的人有不同的想法，但不管怎么样，皈依三宝之后，今生的一切都会圆满，并且，由于相续中种下了菩提种子，对于来世的解脱也非常具有意义

和价值。

接下来，我给大家做简单的皈依，你们一心一意地观想皈依。

（堪布给大家皈依）

以前皈依过的，今天再次皈依也很好，这样你相续中皈依戒的功德会不断增上，就像受菩萨戒之后，每天都要念诵、受持菩萨戒，这样功德很大。

以前没有皈依过，今天新皈依的人，我给你们起一个新的法名：男众取同一个法名叫“圆智”；女众都叫“圆悲”。

下面我给大家加持转经轮、为你们摸顶。不管你们住在上海、北京、加拿大，还是其他任何地方，我都给你们头上摸顶。呵呵，碰到了没有？

听云南的居士说：今天有一些傣族的佛教徒也在听受，对此我非常随喜。释迦牟尼佛住世时，任何国

家、民族的人，乃至非人（天龙、夜叉等）都可以到佛陀面前听授佛法。佛法不分区域、种族，每一个众生都能从佛法中得到无量无边的利益。

我个人对佛法确实很有信心。这种信心不是口头上，也不是人云亦云，而是自己用智慧反反复复观察了二十多年而得来的。虽然我的智慧算不上敏锐，但也不是很差，以前在校读书的时候成绩还算可以。我以智慧再三观察，最后得出的结论是：在所有的学问当中，真正对众生有利的就是佛法。我对此深信不疑，哪怕一百个人与我辩论，我的观点也不会改变。

坚持学佛，勿退信心

下面，为大家念诵《修心八颂》的传承。

（堪布念传承）

前几年，我在上海讲解过这八个颂词。虽然它的

字面意思很好懂，但做起来却非常困难。

二十多年前，应该是 1985 年的时候，我就很喜欢《修心八颂》的内容，把它抄在课诵集里每天念，因为长期翻阅，课诵集边角的很多地方都破损了。虽然我一直念诵，但要做到里面的每一条也很困难。但不管怎么样，作为大乘佛教徒，我们应该尽心尽力地遵照教言帮助别人、奉献自己，这就是大乘菩提心。希望大家得到传承之后，能深入地学习，历史上很多人都依靠《修心八颂》而成就。

今天时间有点晚，就不安排提问了，一方面我这边有很多事要处理，另一方面，你们可能也有许多事。有些道友的家人比较支持，但有些道友的家人成天追问你在做什么。每次说妄语欺骗他们，也有一定困难。所以，今天不耽误你们太晚。

其实，我们学习佛法对家庭、社会，乃至整个国家和世界都有利益，因为佛法是教人行善断恶，做真

正有意义的事。除此以外，没有对家庭、社会、国家不利的内容。凡有智慧的人，应该都会逐渐接受佛教慈悲为怀的理念。

最后，希望大家在求学过程中千万不要退失信心。学佛之路虽然有时曲折不平，难免遇到一些坎坷、困难和挫折，但这些也是诸佛菩萨的加持，让我们来世承受的很多苦果，通过这些小的违缘在今生就得以成熟。此时内心一定要坚强，不要畏惧任何困难，否则，学佛是不会成功的。事实上，这些违缘并不真实存在，以佛法的智慧静心观察，就会认清痛苦的本性。总之，以公正的态度加以观察、分析之后，就能得出较为明确、合理的答案。



2009年金刚萨埵法会开示

2009年5月31日

菩提讲堂的各位道友，大家晚上好。今天我先做简单的开示，然后为大家念诵法王如意宝《金刚萨埵修法仪轨》的传承，最后与大家共同探讨一些佛法方面的问题。

金刚萨埵法会事宜

1. 念诵 40 万遍金刚萨埵心咒

明天是藏历四月初八，这一天是释迦牟尼佛的降生纪念日。学院每年都会从这个具有殊胜加持的日子开始，开为期八天的金刚萨埵法会。

我们要求大家在法会期间，尽量念诵 40 万遍金刚萨埵心咒。为什么这样要求呢？因为每个人无始以来，尤其在今生当中造的业非常可怕，按照法王如意宝等很多传承上师的教言，如果念满 40 万遍金刚萨埵心咒，就能遣除一切罪障。

上等精进者应在这个月完成，中等精进者在下个月完成，下等精进者依此类推。这次学院没有安排特殊的灌顶，很多道友因为种种原因，不一定能亲自来学院参加法会，但你们在家里或单位，如果能圆满念诵 40 万遍金刚萨埵心咒，按照《俱舍论》和有些上师的教言，同样能获得参加法会的功德。

希望大家今天能共同发愿，这次一定要念满 40 万遍金刚萨埵心咒。每位道友可以根据自己的情况，在法会期间、这个月或下个月当中完成，这对自己非常重要。

2. 金刚萨埵心咒的功德

大家可以好好想一想，以前自己没有学佛的时候，造了多少弥天大罪，即使现在学了佛法，但由于前世业力深重，或者因今生所处的环境、亲友等影响，造的罪业也多不胜数。现在如果想要迅速清净罪业，一定要念诵金刚萨埵心咒。

为什么要念金刚萨埵心咒呢？因为，金刚萨埵佛尊在因地时曾发愿：以后任何一个众生，若能念诵我的咒语、持诵我的名号，无论是破誓言者还是破戒律者，乃至造下无数重罪之人，其罪业都将得以清净，如果不能得以清净，我誓不成佛。后来，他的发愿已经成熟，最终成为金刚萨埵佛尊。

所以，念诵金刚萨埵心咒完全能清净罪障而得解脱，这就像念诵阿弥陀佛能往生一样。这对每个人来说极其重要！上师如意宝在《忠言心之明点》中讲：就如铺满灰尘的明镜不能显现影像，如果没有好好忏悔罪障，相续因被各种业障染污，无论修生起次第还

是圆满次第等任何法，都不能成就。

3. 金刚萨埵法会共修安排

金刚萨埵法会为期八天，每天修四座。第一座早上 7:00—9:00；第二座上午 10:00—12:00；第三座下午 14:00—16:00 点；第四座下午 17:00—19:00。前七天念诵金刚萨埵心咒，最后一天念诵《药师七佛经》。每一座的开头都要念诵皈依、发心等仪轨，最后要念《普贤行愿品》回向；座间的时候，我们会为大家播放观修金刚萨埵的视频。

虽然直播法会的全部内容有一定困难，需要很多道友的发心，但为了让你们能获得学院共修的加持和利益，我们会尽量想办法直播大部分的音频和重要视频。希望大家一定要利用好这样的顺缘，圆满 40 万遍金刚萨埵心咒的念诵。

如果时间允许，尽量从早 7 点到晚 7 点之间参

加法会，做到有头有尾。可以在当地菩提学会或者寺院当中共修，也可以几位道友聚在一起，一边看学院直播，一边念诵，或者以闭关的方式念诵金刚萨埵心咒。如果没有这些因缘条件，一边上班做事，一边念诵金刚萨埵心咒也可以。

有些人可能认为，念诵 40 万遍金刚萨埵心咒太多了，很难完成啊！其实，如果能认认真真地念诵，每天念五万遍没有任何问题，有些念得快的道友，每天能完成九万遍或十万遍。希望这次大家能全力以赴地念诵。

我个人而言，每年一定要完成 40 万遍金刚萨埵心咒的念诵，因为想到自己作为凡夫人，肯定不知不觉造过许许多多罪业，如果不好好忏悔，以后必定会感受特别可怕的果报。不管是出家人还是在家人，凡是修学佛法的人，都应该清楚自己相续的状况，有这么好的忏悔机缘时，如果没有念诵，实在是不合理。

4. 金刚萨埵念诵仪轨

念诵的时候，需要依靠一个仪轨。可以念诵法王如意宝的《金刚萨埵修法·如意宝珠》仪轨，或者麦彭仁波切的《金刚萨埵修法仪轨》，也可以念诵《开显解脱道》或《大圆满宁提心滴》里的金刚萨埵修法仪轨。希望大家能一心专注地念诵仪轨，前面好好发心，中间心不散乱，最后认真回向。这对每个人来讲的的确确非常重要。

法王如意宝从青海湖里取出伏藏品——《金刚萨埵修法·如意宝珠》时说：这个金刚萨埵法门，与汉地众生有着甚深和密切的因缘。事实证明的确如此，自从法王如意宝取出这个意伏藏之后，金刚萨埵法门便在汉地遍地开花。

希望大家能依靠这次殊胜的缘起，发愿在规定时间内一定要圆满 40 万遍金刚萨埵心咒。你们与学院所有僧众通过念诵《普贤行愿品》共同回向之后，所得

的功德将与我们完全一样。

过佛教“六一”儿童节

后天是国际“六一”儿童节，每个儿童都有自己的过节方式，每个学校也有自己的庆祝仪式，我们不能影响他们的正常安排，但我希望在座孩子的家长，最好能在六一儿童节的前一天——5月31日，给自己的小孩过一个佛教“六一”儿童节。我们很多人从小过了许多个儿童节，但却从来没有过一个佛教的儿童节。

作为佛教徒，最好让自己的孩子从小就接受佛法的教育。如果自己是虔诚的佛教徒，却没有关注自己的孩子，没有让他在佛教氛围中成长，那他长大之后很可能不但不信佛教，甚至还会诽谤佛法。现在外面的世界混乱不堪，孩子在这样污浊的环境中成长，身心能否健康一目了然。

作为孩子的家长、亲友，让孩子从小就在生活的点点滴滴中感受佛法，接受佛法的灌溉和滋润非常重要。等他长大以后再想转变，将是非常困难的。

如果因缘具足，可以在 5 月 31 日这一天把孩子们集中在一起，让他们表演佛教歌舞，或者带他们一起放生、供灯等。以此可以让孩子们了解佛教的思想、感受佛陀的慈悲。这样的佛教庆祝活动，能给他们的一生留下深刻印象。如果集体活动不方便，可以给他们买佛教相关的礼物等等。

孩童时的每一个“六一”儿童节，无论是看节目，还是看图书，都终生难忘。表面上看，给孩子过个佛教儿童节，似乎没有什么大的意义和价值。但实际上，佛法对人的影响并不是一天两天就能立竿见影地显现，而是逐渐逐渐潜移默化的。这样的庆祝活动必定会令孩子的相续得到佛法的滋润。

如果大家这一天有安排儿童集体活动，可以将

文字和图片发布在我们网上专设的“儿童读经”版块上，比如，有多少个孩子参加集体放生，有什么样的学习活动等等。

其实，佛教和传统文化一样，都是提倡多做善事。今年我之所以给大家讲《弟子规》，也是因为《弟子规》教导人们行善。所有人如果都能以佛教或传统文化的理念来护持自己的国家、对待一切人，整个世间就会变成人们心之向往的乐土；如果人们没有受到佛法或传统文化的教育，长大之后内心会变得非常浮躁、空虚，这将给整个国家和社会带来种种不安全、不稳定。

为了使人们安居乐业、国家平稳发展，以及种种美好的目的，大家不但自己要修持善法，也要培养自己的孩子从小就接受大乘佛教的利他思想，这样做极为重要！

前段时间，有位道友发愿说：“六一儿童节，我

要和孩子一起到菜市场买两条鱼放生。”这样做非常好，因为做放生等善事，不但对孩子今生的身体健康和智慧成熟等方面有很大的利益，而且对他的来世也有不可估量的功德和利益。

学修要点

下面说一下，学修方面需要注意的几点：

1. 圆满传承

最近在学修加行、净土的过程中，有些道友觉得课程压力太大了，很难坚持下去，要想退出。今年我们给大家开设的课程是多了一点，但如果能分清主修和兼修，一个月中听几堂主修课，应该不是特别困难。希望大家能把加行坚持修下去，如果中间放弃了，是非常可惜的。有些实在没办法实修加行的道友，最好把《大圆满前行》等法听圆满。

不管是修加行、修净土法，还是闻思其他法，想轻而易举完成是不可能的。希望大家一定要花时间、下真功夫。以后我有机会给大家传授密法时，必定会按照现在的要求：只有圆满修完加行的人才能学习密法，未圆满的人是不被允许听授的。

2. 修法王如意宝的上师瑜伽

修加行的时候，我们要求磕头的对境是法王如意宝，修上师瑜伽时，要用法王如意宝的《上师瑜伽速赐加持》仪轨来修。但学会很多道友来自不同的宗派，他们在做会供、修上师瑜伽、日常念诵仪轨等方面各不相同。这些道友可能想：“我可不可以观自己的上师，或者用自己上师的一些传承呢？”

应该是可以的，佛经里也没有说，要指定哪个人是所有人的上师。因为众生的根基不尽相同，所以在藏地、汉地才会出现诸多教派，这都是诸佛菩萨度化众生的方便。诸佛菩萨会依靠各个上师的形象来度化

众生，不一定只依靠一个形象来度化众生。所以，在修上师瑜伽的过程中，如果有人觉得有些冲突，可以根据自己上师的要求来修。

但无论哪个教派，你所观想的上师必须是真正的大成就者，或者是真正具有菩提心等法相的善知识，按照密乘续部所讲，成就的验相必须具足，比如，格鲁派要念诵宗喀巴大师的偈颂文，萨迦派要念诵萨迦班智达的祈祷文。

总之，把真正的大成就者作为自己的皈依对境来祈祷，没有任何问题，因为佛法是包罗万象、融会贯通的。但如果你祈祷的对境并非如此，那把他作为修上师瑜伽的观想对境，能否获得一切加持，我是不敢保证的。

一般而言，我建议大家修法王如意宝的上师瑜伽，因为这样修能保证大家获得不可思议的殊胜加持，我本人对此深信不疑。

实际上，我们也经常修格鲁派的法，比如，守八关斋戒时，念诵的是宗喀巴大师的《三主要道文》，观想的是宗喀巴大师。所以，虽然是不同教派的弟子，但在修持某一教派法的时候，观想这个教派真正的大成就者，完全不相违。这一点大家务必要想清楚。

我本人也常会祈祷汉地的一些高僧大德。前段时间我经常祈祷六祖惠能大师，还有一段时间我经常祈祷智者大师。作为一名藏传佛教宁玛派的学徒，我以这些大成就者作为祈祷对境，通过他们的加持，禅宗思想和华严境界很容易融入自心。

我虽然只是一个平凡的修行人，但通过多年闻思显密教法，在教理上还是比较明白的，深知祈祷法王如意宝，一定不会障碍你的成就和解脱。如果对大家的相续有害，我绝对不会这样提倡。希望你们自己好好取舍。

3. 团结和合，增上信心

修学佛法的时候，团结和合很重要。令人高兴的是，今年大家学习佛法的过程中，各教派的人非常团结，很多上师的弟子们也很团结。希望大家能把于自己有法恩的上师视作真正的善知识，像父母一样对待，同时，对其他所有的高僧大德、诸佛菩萨，都要怀有恭敬心、欢喜心和尊重心。只有这样，自相续才能生起无伪的菩提心和无二慧。

去年我去汉地某个城市，看到那里的菩提学会里面有来自藏地、汉地各大教派的教徒，他们都在共同学习《入行论》，现在是在共同学习《大圆满前行》和《极乐愿文大疏》，这样非常好。

希望各教派的弟子在闻思的时候能尽量广闻博学，这方面没有任何冲突，因为释迦牟尼佛所宣讲的正法，最初发心一样，中间积累资粮一样，最终获得清净二障、现前两种智慧的佛果也完全一样。各大教

派虽有不同窍诀，但究竟的道完全一致。

个别人当初没有学习《入行论》，我觉得有点可惜。大家可以回顾总结一下，通过这两三年的学习，自己的相续是否有所改变？如果对佛教、对上师生起了信心，对因果越来越诚信，说明从中已经真正获得了利益。

4. 践行菩提心

我们用两三年时间学完了《入菩萨行论》，现在又在学习其他大乘法。只是学习而毫无行动，恐怕也是不行的。因此，从今年开始，希望各地能建立“爱心小组”，开展一些帮助他人的活动。比如，帮助老人、孤儿、病人等，或者对内心受到刺激和折磨的人，给予心理上的安慰。希望有能力的道友尽量积极参与。

我并不是要求大家必须做成特别大的事，而是希

望每个人都能有一颗做善事的心，这一点非常重要。只要大家在自己力所能及的范围内，一心一意地帮助一些弱势群体，这就是我的愿望和目标。

我个人也发愿：在有生之年，愿自己能成为一盏灯，把全部的光明奉献给众生。当然，作为凡夫人，没有丝毫自私自利的心很难做到，但我除了简单的饮食以外，尽量不去希求个人利益。

我们自己的生活或生存，随随便便度过就可以，最根本、最重要的是，心里要想着帮助众生，行为上要尽心尽力做利益众生之事。在此过程中，肯定会遇到一些违缘，产生一些痛苦，但这些都是暂时的，最究竟的誓愿永远不应改变。

今天在座的大多数道友，已经完整学习了大乘佛法的精华——《入菩萨行论》和其他一些相关论典。如果学了这么好的论典，却没有付诸行动，就变成了一种口头禅。希望大家能把所学落到实处，哪怕一年

做一件善事，或者一个月做一件善事，也是在践行菩提心。

我经常强调，即使在人力、财力和物力方面，你都不具足，但当遇到一个绝望或者有困难的人时，哪怕你给他一个微笑、说一句安慰的话，也是菩提道中发大乘心的表现。关键是要有一颗帮助他人的心，这一点相当重要。

5. 抓住利益众生的机会

我们有些管理发心人员，包括学会的一些负责人，感觉很难处理发心与修行之间的冲突。我的想法是：做对众生有利的事，即发心很重要。为什么呢？因为自己以后也有机会修行，但发心的机会以后有没有则很难说。

学院很多道友都想一心修学，但我对他们说：“自己的修行毕竟是为自己的利益而修，这样肯定要

修很長時間才會有效果。所以，現在應盡量幫助眾生，做一些有意義的發心工作，以後有時間再專注於自己的學修。”

如果我自己去實修，這些年就不可能為大家傳任何法，但我想，實修畢竟是一個人的事情，而給大家傳法，讓很多人通达佛理，會給他們帶來很大利益。這就是發心的功德和利益。

因此，希望發心人員尽可能先做對眾生有利的事，也就是說，在有機會幫助眾生的時候，應該先去利益眾生。否則，真正成為一地菩薩才去幫助眾生，有一定的困難。雖然噶當派的很多教言說先成就，再利益眾生，但這是從另一個角度解釋的。

釋迦牟尼佛在因地時候，哪怕為了一個眾生的暫時安樂，也願意捨棄自己的頭目腦髓。這樣的發心精神，是我們效仿的榜樣。我們作為後學者，應該追隨佛陀的足跡，在即生當中，盡量做對眾生有利的

发心。

在此，我特别感谢学会的很多负责人，你们在管理过程中非常辛苦。网络部的很多发心人员和义工，也很辛苦。昨前天，我给他们开了一个会，希望他们在这次金刚萨埵法会期间，尽量多给大家提供方便，虽然自己失去了修学和念诵的机会，但这不要紧，因为这是做利益众生的事。

我个人也没有因为自己想成就、要实修，而不给别人传法、不做发心的事情。包括这次开金刚萨埵法会，我也没有时间念诵金刚萨埵心咒，因为法会期间安排了很多相关的事情，但我并不伤心。

只要对众生有利的事，都是我们应该做的。所以，如果你的发心是为了众生的利益，一定要尽心尽力去做。

传授皈依戒及金刚萨埵传承

接下来，我为大家传一个简单的皈依戒。以前皈依过的不用重新皈依，但若想为了利益一切众生，在上师三宝面前再次受大乘皈依戒，也是可以的。

（堪布给大家皈依）

以前取过法名的，不用重新取；没有取过的，男众统一叫“圆慈”，女众统一取为“圆悲”。

下面，给大家念法王如意宝的《金刚萨埵修法仪轨》的传承。

（堪布念传承）

开示总结

今天开示的几个主要内容，希望大家能记住。

一、凡是参加听课的人员，希望你们念诵 40 万遍金刚萨埵心咒。如果你们的亲戚朋友发愿念 40 万遍，也同样会获得这次法会的功德。希望大家相互转告其他四众弟子。

二、希望你们后天给自己的孩子过一个“佛教六一儿童节”。

三、今年我们准备建立“爱心小组”，希望各个地方的道友，都能发菩提心做一点有意义的事情，哪怕一年做一件善事也可以。

四、大家学习佛法的时候，不要有宗派的偏见，应该以各教各派互不相违的观点来摄持一切修法。无论学什么法，都不要烦恼。

五、当发心和修学发生冲突时，应把利益众生放在第一位。希望管理人员一定要为众生的利益而发心。



学会很多发心人员非常辛苦，虽然我没有一一道出，但心里非常清楚。事实上，你们的付出和利益众生的功德是成正比的，因此，哪怕利益众生再辛苦、再痛苦，也应心甘情愿去做。我个人也是如此，每次特别辛苦、特别累的时候，一想到这是利益众生的事，便觉得再累也不要紧。我们都应该这样自我安慰。希望大家都能把利益众生的事当作自己的事来对待，这样任何问题都有办法解决。

此外，有些道友在学佛过程中遇到一点点麻烦，就感到很害怕。其实，学佛不违背国家的任何政策，是每一个信众的自由，所以不需要怕。我们不害任何众生，也不参与任何其他活动，只是一心一意地学习佛法，不可能遭受法律的惩罚。希望大家不要有过多的担忧，应如理如法地学习。法王如意宝在学法的过程当中非常坚强、勇敢，这一点值得每一位出家、在家人学习。如果遇到小小的违缘就退失了，是非常可惜的。

现场互动

◎ 问：金刚萨埵法会期间，我们想组织法会共修，这样加行观修和磕头等功课就难以完成，不知该如何安排？

堪布：金刚萨埵法会期间，念咒语和修加行等功课可以暂时停下来，开完法会以后再继续，这不矛盾。

修加行的时候，有些人认为磕头、念咒一直不能断，这种说法不对。磕头中间停了一段时间，之后继续磕也是合理的。比如念皈依偈，前面念了三四万，中间停一段时间，然后再接着念也是可以的。

◎ 问：金刚萨埵法会期间，加行课的学习需要停下来吗？

堪布：我的建议是，如果课程能赶得上，可以暂停学习一心参加法会念诵。如果赶不上，最好还是不要停下来。

⊙ 问：听人说某某上师是邪师，但他也提倡吃素、放生，有些人说凡是提倡放生的就是好上师，请问如何辨别？

堪布：一般我不评价任何人。如果是外道，不一定提倡放生；如果是佛教徒，从大乘佛教的理念和精神来讲，放生是非常圆满的。因此，不管邪正也好，真假也好，提倡吃素和放生这两点都是很好的。大家也应尽心尽力、不断地坚持放生，这对自他都有非常大的利益。

⊙ 问：我们小组安排了三门课程，此外还学习般若班的课，也就等于同时学习四门课。有的老年道友感觉太吃力，想打退堂鼓，这时候是鼓励他们好，

还是随顺他们好呢？

堪布：一般来讲，我们要求分开学习，但各地可能有一些具体的情况。我想，如果有些老年人因为时间长而生起厌烦心，或者不太愿听其他课，可以把《极乐愿文大疏》这部法先听完，然后让他们自愿去留，其他年轻人可以继续听后面较难的课程。这样的话，大家应该不会有意见。

很多小组都把主修课先听完，然后再学兼修课，愿意听的人可以留下，不愿听的可以先回去。如果他既不愿意舍弃，又比较苦恼，那就没有办法了。

现在很多地方都同时学三门课，外加般若的课。大家对这四门课都舍不得放弃，这样是很好的。我刚来学院的时候，也觉得听任何法师的课都非常难得，以后不一定有这样的机会，所以拼命去听。

如果能安排好时间，每周四堂课用半天或一天时

间就可以听完，虽然累一点，但我觉得非常值得。你们这种求法精神非常可嘉。具体有些问题，可以根据实际情况来定。

⊙ 问：如果有的老年人听完一节课便想回去，是鼓励他继续听，还是随顺他打退堂鼓好呢？您一直强调，听了般若之后，会在相续中种下善根。年龄大的人，以后很难再有机会学习般若，下一世也不一定能遇到这么殊胜的上师。所以，我很希望每位道友都能听到这个法，而且大家在一起讨论，也能帮助理解很多法义。因此，总想劝他们多听一点儿、多学一点儿。

堪布：对，劝说很重要。有一部分人，你劝了也不起作用，不劝也是这样；有一部分人，你劝了会起作用，他会继续听法，如果不劝他就不会再听；还有一部分人，根本不用你劝，他会很自觉地听。

对于第一种人，我们不一定能帮到，但对第二种人，如果没有劝说鼓励，他很可能就会退失，但如果旁边有人经常劝他，他就可能继续听下去。不管是哪一种人，我们都应尽心尽力地劝他不要断传承，将所学的任何一门课都善始善终，这一点还是有必要的。

◎ 问：我有五个问题，请上师开示。

1. 师兄们很欢喜在每月初十、二十五一起做会供，但因为各自的传承上师不同，所以会供的仪轨也略有不同，师兄们都想以自己上师的仪轨为准。我们该如何统一方式做会供？

2. 我们这里共修时超过 10 人，个别地方超过 6 人，就需要在公安机关登记，这边的寺庙也不再为我们提供方便了。共修小组的成员都转做了助念团的成员，请问在这种情况下，我们该如何组织共修？

3. 之前，我们是在当地寺庙当中共修《入行

论》的，但现在寺庙不再提供方便支持我们闻思，所以很多人不再学了，弟子们不知该如何应对？

4. 我们很想了解和修持藏传大乘佛法，请问通过什么方式了知藏传大乘教法最基本的修行次第？

5. 为了弘扬大乘佛法，饶益无边众生，上师能否开许用汉文念诵各种修法仪轨，并规范有代表性的课诵呢？

堪布：关于第一个问题，我以前给大家提供念佛法门的时候讲过。学会一般不特别强调会供，因为会供是需要灌顶，然后修生起次第和圆满次第，再做一些密宗非常如法的仪轨和手印之后，再进行的。仅仅念一个会供文、喝一些饮料、吃一些糖果，不一定能起到很大作用。我希望大家能共诵《药师经》或其他一些念佛法门，这对于你们来说是比较重要的。

如果非要依靠某个上师的仪轨来做会供，你们

可以内部协商解决。如果协商不了，可以这次用一位上师的仪轨，下次用另一位上师的仪轨，这样轮流念诵，大家就没有什么意见了。

第二个问题，你们那里六个人或者十个人一起学佛，就需要在公安机关登记的情况可能比较特殊，藏地和汉地很少有这种现象。其实，现在几十人成百人聚在一起，练习瑜伽、搞各种宗教活动的现象都比较多，所以，个别情况不能代表普遍情况。

第三个问题，寺院不提供方便让你们共修应该也是个别情况。据我了解，无论在南方还是在北方，有关利他心的经论和我们所传的一些佛教论典，受到很多寺院欢迎。他们都愿意流通，并要求我们提供各种方便。大家无论接触寺院、家庭，还是社会，都应该把大乘佛教真正的利他心付诸于行动。

第四个问题，我们在汉地弘扬藏传佛教的过程中，该翻译的经论都会翻译，该传播的也都会传播。

同时，也会结合汉传佛教禅宗和华严宗的公案、教证，以融会贯通的方式为大家传讲。所以，学习藏传佛教的过程中，明白修行的道次第不会有任何困难，肯定会从中受益。

最后一个问题，对于藏传佛教前辈大德所造的经文、仪轨，我们提倡一部分用藏文的音声来念诵，还有一部分完全可以用汉文来念诵。以后，我们也想在汉地通过这种方式加以弘扬。

○○ 相关阅读

► 索达吉堪布全集 21 | 开示

《最珍贵的是什么》

——2006 年放生之旅

► 索达吉堪布全集 22 | 开示

《放过自己》

——人生格言合集

► 索达吉堪布全集 23 | 开示

《梦中佛事》

——2011 年弘法行

► 索达吉堪布全集 24 | 开示

《遇见喜悦》

——全球直播合集

► 索达吉堪布全集 27 | 开示

《一切加持的源泉》

——2006-2007 年开示合集

► 索达吉堪布全集 29 | 开示

《学佛是一门技术活》

——2009-2010 年开示合集

► 索达吉堪布全集 30 | 开示

《平凡中的不平凡》

——2010-2012 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 31 | 开示

《让生命成为一本正经》

——2012-2013 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 32 | 开示

《不能不知的那些事》

——2013-2015 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 33 | 开示

《你是一个特殊的人》

——2015-2017 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 34 | 开示

《痛苦如何转为快乐》

——2017-2018 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 35 | 开示

《无成本的喜乐》

——2019-2022 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 36 | 开示

《对准幸福的方向》

——2022-2023 年开示合集