索达吉堪布·开示

学佛是一门技术活

开示29

BEING A NEW BUDDHIST

学佛是一门技术活

索达吉堪布 · 开示

传讲日期：*2009–2010*年

版本：*2023*年*12*月

目 录

002 祈祷莲师的功德

040 极乐法会的相关事宜

056 关于“生死救度”

082 新年，只想和你谈谈温暖的事

103 痛苦与快乐在一念之间

139 直视灾难的无常

172 关于金刚萨埵法会的开示

210 为什么学佛

227 怎么样学佛

253 什么是密宗

285 关于地藏法会的开示

316 解脱必备的三个窍诀

祈祷莲师的功德

2009年9月12日

今天，我首先讲一下最近学修方面的管理情况，然后给大家做个开光，之后念诵莲花生大士上师瑜伽的传承，后面如果有时间，大家可以提问，我们做一下交流。

学修管理中的问题

1．学佛要长期

最近，通过管理人员的汇报和反映，以及跟大家沟通时的感受，我了解到大多数道友在闻思、修加行或念佛方面非常精进。虽然你们身处城市，生活、工

作特别繁忙，很难抽出时间学佛，但道心不但没有退失，反而一年比一年增上。这对我来说是一种很大的鼓励。

如果外面大多数道友不愿学法和修行，我们在这里辛辛苦苦给大家制造因缘和条件也没有多大意义。但现在看来，大多数人的信心越来越增上，并没有减退，我个人也会更加努力，以后尽量给大家提供各种学法的方便。

希望大家能做长期学佛的打算，因为学习《大圆满前行》和《极乐愿文大疏》是两个非常大的工程。世间的工程一般在一两年内可以完成，比如，我今年发心建的觉姆经堂有上万平方米，两年内就可以竣工。但我们学习《大圆满前行》、《极乐愿文大疏》以及《现观庄严论》，一两年当中肯定难以完成，就连共同加行的修法也不一定能完成。但短时间完不成也不要紧，以前我们的传承上师当中，有的人一辈子

修了十六遍加行，有的在十几年当中一直修加行。所以，如果是一个真正的修行人，用两三年、四五年时间完成这么重大的事情，是非常值得的。

只要对大家有帮助，我和发心道友都会尽可能地付出一切。希望大家不要把学佛看成一件非常简单的事，或者只是在别人面前装模作样，这样并不合理。

2．报数要真实

在我们学会当中，大多数修行人都很上进，但也存在个别道友不太如法的现象。

比如，我们要求每月学修报数，报数理应实事求是，但个别组长和学员报给我们的数字却是虚假的。为什么这么说呢？因为，他们上报的数量都一模一样。这种现象有点可笑，因为众生的根基各不相同，每一个月当中每一个人的磕头数量、念诵佛号的数量完全一模一样，这样报数要么是组长的问题，要么是

学员的问题。希望组长和学员都能充分重视起来，报给我们真实的学修数量。

实际上，你们的学修报数给我们这边带来了很多工作和很大压力。我们这边的发心人员，星期天都休不了。本来我要求他们周日可以休一天，要是一直不休，怕身体熬不住，但星期天我去各部门的时候，看到大多数道友都从早到晚忙着，因为发心工作太多，平时根本完不成，而平时，他们除了吃一点饭和简单的闻思以外，其余所有的时间都用在你们身上。相比于此，我觉得大家每个月报给我们真实的学修数目，应该不是很困难。

关于学修统计的事情，希望我们大家能共同合作。否则，你们身处那么遥远的地方，学修情况我们实在无法了知。如果没有这样的约束，两三年后颁发加行圆满奖时，哪些人能得到莲花生大士的奖，哪些人得不到，根本无法区分。如果弄虚作假的修行人得

到了，而真实修行的修行人得不到，肯定不合理。虽然这是一个非常庞大的工程，但我们这边有上百人共同发愿完成。希望以后大家报数一定要真实。

3．战胜困难、坚持修行

在修加行的过程中，有些人会有一些违缘和困难，比如，有脊椎炎或其他疾病的道友，磕起头来比较困难，这是身体上的障碍；此外，因为磕头必须要有一个场地，所以有些道友的家人或单位的人会经常反对；还有些人认为磕头是外道的修行，有种种说法等等。希望大家一定要战胜各自的困难，保证每天磕完一百个头，这样完成十万礼拜也不是很困难。修行一定要精进，否则不可能轻而易举地完成。

去年，我和大家共同发愿每天磕一百个头。所以，除了周末或有特殊情况不上课以外，每天下午完成两个小时的讲课和念诵之后，我都会和学院道友一起磕一百个头。发愿至今，除了有一天身体疼得实在

不行断过一次之外，都没有间断过。我以前修过加行，这次重修虽然很辛苦，但我觉得光说大话是不行的，修行非常重要，一定要身体力行，一定要付出。实际上，在我们短暂的人生当中，磕一个头的功德和利益都是不可估量的。因此，这次我并不是要求你们修加行，我自己舒舒服服地坐着，而是亲自带领大家一起修。

虽然你们城里的人和我们山里的人有些地方不同，但说自己很忙，或者有人阻碍等而修不了加行，可能也是一种借口。其实，每个人都有信仰自由，除了极个别人以外，大多数人应该都可以面对这些困难。非常希望大家在修加行的过程中，不要以种种借口而放弃，修不修完全取决于自己。

4．遵守学修要求

有些道友没有按照教务处的课程安排和进度学修，在很短的时间内就随随便便把二十几堂课，甚至

所有的课都听完了。该思维的、该观想的、该修持的，都没有认真行持，只是草率了事，但最后报数的时候，却和大家一起报，这样根本不行。我们安排一星期听一两堂课，对于课里的内容，一定要认真细致地观修。虽然个别人可能根基比较特殊，但特殊根基的人也需要跟大家一起观修人身难得、寿命无常等外加行。

前一段时间，我们学院所有的道友，一起闭关一百天修人身难得、寿命无常。最近，正在进行第二个一百天的共修。你们虽然没有这样共修的机会和因缘，但也应该按部就班地修行，最好不要做各种超越。有些道友因为以前没有接受过佛教系统的教育，所以觉得修行很简单，很草率地就过了。我个人并不赞同这种做法，希望大家能按照教务处的规定来完成自己的闻思修，既不要拖后，也不要提前。

此外，上师瑜伽是所有修行的前提，所以，我

们要求大家现在每天结合上师瑜伽来磕头。与此同时，好好观修四外加行——人身难得、寿命无常、因果不虚、轮回过患，这四个共同外加行非常重要！其他的皈依、发心、供曼荼罗、念百字明这些暂时不着急修。

一般来讲，一两年不一定能观得出来，起码要用四年时间特别认真地修，才能打好稳固的基础。这个基础不是为了报一个数目，以便马上去修后面的皈依和发心，我觉得没有这个必要，希望大家不要着急。

我们要求大家先磕十万个大头，之后念一百万遍莲花生大士心咒。为什么念莲师心咒呢？因为会有非常殊胜的加持和功德。今年我翻译了《七句祈祷文释·白莲花》，这是麦彭仁波切对莲花生大士七句祈祷文的注释。以前上师如意宝在藏地传过这部法，1990 年到印度南方佛学院的时候也特意传过。最近，我们准备把这个莲师的外修法和七句祈祷文上师瑜伽

这两个法，公布在智悲佛网上，为大家的学修提供方便。

上等修行者念一百万遍莲花生大士心咒，中等者念五十万遍，下等者念十万遍以上。如果没有时间，念一万遍也可以，再没有时间，就念一千遍，总比不念好。我个人发愿在一百天内最少完成十万遍以上，大家可以根据自己的情况念诵。

其实，每天空出一两个小时修行，完全可以做到。你们扪心自问一下，自己每天看手机浪费了多少时间？每天用在佛法上又有多少时间？

很多道友说：“上师很辛苦，我们买什么东西供养您好呢？”我不要财供养，只要法供养。法供养有两种：一种是自己认认真真地闻思修；另一种是真诚地帮助菩提学会或爱心小组做各种利益众生的事，引导众生断恶行善。

我们这边的发心道友日日夜夜工作，目的就是为大家提供学法的方便。你们好好修行、认真报数，是对我们这边发心人员最好的配合，否则他们的确很辛苦。

以前的高僧大德，到藏地或印度求学是多么艰难，而现在，我们依靠现代科技，就可以把所讲之法一字不漏地传到你们耳边，这是一个极其难得的机会。但有些人却认为太多而不觉稀有，不加珍惜，这是不合理的。

虽然我只是一个凡夫，但我讲的法百分之九十以上都是依靠前辈大德的教证和理论，所以，大的方面不会有错。加之在佛教方面，我也专研了将近二十年，虽然不敢说自己有什么修证，但不论是社会经验还是修学经验，应该还是有一些的。因此，对这么多人大胆地宣讲佛法，自己也有一定的把握。

希望愿意学习的道友，能按照我们的计划和要

求去修学，这对自他都有很大的帮助，有关负责人也要认真执行。除了修学佛法以外，我们并没有其他要求，希望大家对此理解。

5．学佛要有勇气和毅力

大家学习佛法的时候，如果很多人一起共修不方便，可以分成一些小组，但无论怎么样，最好不要断传承。“文革”期间，很多高僧大德冒着生命危险讲经说法，从未断过传讲和修行，可见，只要有信心，一定会有办法学法的。我们学习佛法不但不会对国家、社会乃至人类造成危害，反而还会促进各方面的和谐稳定，并且，这也是每个公民应有的权利。

有些人因为自己懒惰，所以稍稍遇到一点违缘，就马上把所有的修学抛诸脑后，这是非常可怜的。希望大家不管面对来自家庭、单位，还是其他人和非人的压力与违缘，都能坚强地站起来，只有这样，才能圆满完成我们的修学。

此外，学佛时间一定要长。有些道友认为学的内容太多了，其实一点都不多，你们可以看看古代高僧大德们的传记，他们一生当中学过多少部论典？我们现在最多也就学几部，要是这样还懈怠懒惰完不成，实在太惭愧了。我个人如果没有特别重要的事，只要还有一口气，讲经说法和次第修学绝对不会轻易中断，这是我的发愿。

大家在闻思和修加行的过程中，遇到违缘不要紧，这是很自然的。此时，一定要有勇气和毅力，否则，在违缘重重的现今，很可能一蹶不振。希望每位道友都能在心中发下一个强大的誓愿：“为了学佛，我在有生之年一定要勇敢地面对各种违缘，无论如何都要坚强地站起来。”具有这种奋勇精神相当重要。

我看到个别道友上学期学得好好的，这学期已经着魔倒下去了，这是非常可怜的，但也没有办法。佛陀在世的时候，也有很多人退失道心，更不要说现在

末法时代了。对这些道友，我只能悲哀地叹息。

关心儿童教育

最近，我们倡议大家关心儿童的教育，包括对一些不信佛教的家庭，建议他们教育自己的孩子学习国学，接受善良的教育。这方面各个地方做得不错。

我希望学会所有的道友，都能从方方面面为自己孩子的未来着想。孩子将来当官不重要，发财也不重要，真正对他生生世世有利的是，成为一个有德行、有利他慈悲心，乃至有菩提心的人。我们应该抓住教育孩子的机会，把他培养成这样的人。这一点非常重要。

为此，我们最近开设了“智悲佛光网”，网上有对孩子心灵成长有帮助意义的古今教育、国学文化，以及儿童故事和动画片等内容。利用一些现代技术的

方便方法，可以吸引到孩子们的眼球，大家有必要在这方面共同努力。

不久前，我在学院讲完了《弟子规》。过一段时间，你们学完《大圆满前行》和《极乐愿文大疏》第二学期课程之后，用两三个月时间也学一下。

对于这件事，我翻来覆去想了很长时间，总觉得成年人也应该学一下这部国学经典。我作为一名藏传佛教的出家人，学了《弟子规》之后，感觉学到了很多知识，受益颇多。它教导人们如何对待家人、亲朋好友，以及世间的任何一件事。我自己受益之后才推荐给别人，否则没有任何意义。

希望各地儿童读经班的负责人，不仅要让孩子读《弟子规》，而且要督促他们背诵和学习。如果有时间和机会，后面还要学习《三字经》和《千字文》等经典。我看到很多城市对儿童国学教育抓得很不错，这样非常好。如今的教育不重视培养孩子的道德，

整天只讲分数。学校、老师不强调德育，学生也不学习，这些孩子长大以后会变成什么样，每个人都心中有数。希望大家对于儿童读经一定要重视起来。

爱心小组应体现“爱”

现在，各地建立了很多爱心小组，希望相关负责人在每个月或每个季度当中，组织大家做一些有意义的爱心活动。做有意义的事不一定要收很多钱，也不一定要到处募捐，原则上我们不开许化缘，因为经济上的问题扯来扯去很麻烦。

最近，我了解到学会一些有爱心的道友，准备到一些养老院、孤儿院或灾区提供帮助，这样非常好。如果没有大的集体活动，也可以到医院照顾一些特别可怜的病人，或者到乡村去照顾一下孤苦的老年人，哪怕只去帮助一天，也是一种善行。希望大家在学了大乘佛法以后，在实际行动中真正做一些善事。

有些道友已经学佛三四年了，但在三四年当中，没做过几件有意义的事情。光是口头上发菩提心，但一辈子没做过几件好事，也不合理。所以，参加一些爱心活动，哪怕一年当中做一件好事，或者参加一个有意义的活动，也是非常有必要的。

压力也是一种动力

大约今年十一月，我们要进行闻思 A 和闻思 B 的考试，希望大家现在学的时候一定要认真。闻思 B 组原来只设了一个闭卷考试，但后来考虑到，如果只有闭卷考试，很多人都没有勇气参加。所以，我们又设了一个特别的开卷考试，具体要求会在网站上公布。

大家学法的时候，需要有一种压力，没有压力的话，很多事情都难以完成。我现在给你们讲课，也时时有种压力，如果没有压力，我可能今天去沈阳，明天到海南，每天都逛来逛去。但我觉得短暂的人生

不应该这样度过，要对自己有一个约束。所以，我发愿为大家传法，如果答应给你们传某部法，那完不成就不是人。你们作为修学大乘佛法的行人，在学法方面也要给自己一些压力，在家庭、工作方面应该合理安排，利益众生方面也应承担一些责任，这是很有必要的。

传授传承

下面，我给大家念诵《莲花生大士上师瑜伽》的传承，以及依靠《莲师七句祈祷文》会供的传承。

（堪布念传承）

希望大家过后能看一下“莲师七句祈祷文”的功德。末法时代的众生，一定要修持莲师七句祈祷文。无论汉地还是藏地，乃至各个国家的修行人，如果异口同声祈祷莲花生大士，对于遣除末法时代种种黑暗

会有不可思议的加持和功德。

前面我讲过，修前面加行和后面加行的中间，如果有一些时间，应尽量念诵莲师心咒。学院道友现在每天都在坚持念诵。当然，我们这里因为有法王如意宝的加持，所以成千上万的人有清净修行的机会，而在城市里则不一定有。但也有很多城市里的居士非常精进，远远超过了有些寂静寺院里的出家人。个别出家人因为没有生活压力，有时睡觉很香，八点钟还在梦乡云游，而城市里的有些居士一直坚持早晨四点钟就起来修行，不管学《入行论》《大圆满前行》《极乐愿文大疏》，还是其他上师的法，都非常精进。

作为修行人，不应该空耗自己暇满的人身。藏传佛教一位非常了不起的大德——全知果仁巴大师说：“白天应忙忙碌碌地闻思，晚上要安安静静地修行，这样的人身才有意义。”希望大家不要因松散懈怠而将自己的善根断掉，应时时鞭策自己，让自己的人生

具有意义。

念完传承之后，我会给大家做一个皈依，并给你们的转经轮、念珠、佛像等做简单的开光。听说很多道友拿了一大堆东西，全部堆在电脑前等着开光。相信依靠发心清净力、法界不变力，以及有法无欺力这三种因缘，我们共同所缘的事一定会成就。也就是说，依靠三宝的加持力，现在我在藏地高原念开光仪轨传承，依靠法性力，你们完全能得到利益，就像现在我在藏地雪域高原给大家说话，每个人可以原原本本听到一样。

下面我做开光仪式。如果有些人需要皈依，我给大家做简单的皈依，并念诵简单的护法神仪轨。

（堪布进行开光，并给大家皈依）

以前已经皈依且有法名的不用改，这次新皈依的人统一取法名为“圆莲”，因为大家都与莲花生大士

和大圆满有缘。刚才后面给大家念的护法神是：紫玛护法神、单坚护法神、热哈拉护法神、一髻佛母护法神、格萨尔王护法神，即三大护法神加上紫玛护法神和格萨尔王护法神的简供。

祈祷莲师的功德

我特别希望大家以后能多念莲花生大士心咒，最好也能劝身边的亲朋好友念。如果城市里的很多人能异口同声地祈祷莲花生大士，对于将来佛法在汉地兴盛会有不可思议的缘起，这有很多内外密的缘起和必要。

末法时代，藏地依然保存着非常完整的教法和证法，即使经历了“文革”那样毁灭性的运动，藏传佛教依然如杲日般完好无损地存在。这里面有不可思议的秘密要诀。为了使佛法能在整个汉地长期存在，唯一的方便方法就是祈祷莲花生大士。

此外，很多人修行不成功，经常遭受各种各样的违缘，如果一直祈祷莲花生大士，将不会被违缘所转。我们修行的保护措施太差了。大家平时会给车买保险，给房子安防盗门，把钱存在银行或保险柜里，因为担心出现违缘或盗贼。同样的道理，如果不对现在好不容易修得的一点点善根资粮做保护，很容易被邪魔外道夺走。所以，一定要依靠莲花生大士的加持来遣除违缘。

我虽然只是一个区区小人，但对现在和未来的

有些道理还是明白的。所以，我以个人名义呼吁所有信众能异口同声地猛厉祈祷莲花生大士，共诵莲师心咒。只有这样，才能令自己逃脱违缘的深渊，也会对整个集体、乃至汉地佛法长久不衰创造一种不可言说的缘起。

现 场 互 动

⊙ **问：**您在《入行论》中讲：自己修行成功不重要，利益众生才最重要。《现观庄严论》总义中华智仁波切也说：利益众生才是成佛的究竟目的。这些法都倡导三宝弟子发普贤宏愿。

今天，在殊胜因缘的聚合下，我们菩提讲堂的师兄们要在大恩上师面前发愿：“顶礼大恩上师！祈请大恩上师加被我们，在轮回未空之际，生生世世能够亲近殊胜的上师和佛法，生生世世能够忆念、不忘失菩提心，生生世世行持菩萨行而无有任何疲厌之心。同时，祈请大恩上师加被，让我们全体发心人员在发心过程中善始善终，不因任何违缘而退失发心。最后，祈请大恩上师身寿不变久住世，法轮长转利群生。菩提讲堂全体国内发心人员，感恩大恩上师！”

堪布：很好！刚才这位道友的发愿，确实是包括我在内的所有道友应该共有的。我们学佛、成佛的目的，就是要帮助天下无边的众生，这是我们生生世世的重大责任！希望每位道友都能从内心当中在诸佛菩萨面前发下这样的誓愿。

我给大家念一个无垢光尊者在《窍诀宝藏论》里的发愿文，以此金刚语作为摄持大家殊胜誓愿的因缘——

愿我乃至生生世世中，获得具足七德之善趣。

愿我出生立即遇正法，具有如理修持之自由。

愿我能令上师生欢喜，日日夜夜之中行正法。

愿我悟法后生精华义，彼生越过三有之大海。

愿我能为众生传妙法，成办他利无有厌倦心。

愿我能以无偏大事业，令诸有情一同成正觉。

⊙ **问：**佛网UC讲堂中有大恩上师的开示，这样我们可以跟学院一样系统地闻思修行，让更多师兄有

了学佛的机会，非常感恩大恩上师！请问，我们是否可以使用E-mail与上师沟通，请您为我们解答疑惑？

堪布：我们通过网上的菩提讲堂，给大家开设了与寺院一样的课程，同时安排了法师专门做语音辅导，并且还开设了佛教论坛等。大家有问题可以与辅导法师沟通，如果他们实在解答不了，也可以通过E-mail或QQ等其他方式与我们沟通。我这边虽然发心人员有限，但会努力回复大家的。

此外，我们的“菩提讲堂”和“智悲佛光网”需要一些专业技术发心人员，如果有人愿意发心可以报名，我们非常感谢。

通过现代的方式学习佛法非常重要。古人的生活方式和闻思方法与现代不同。以前，藏族人无论到哪里都骑牦牛或骑马，现在基本没有骑马的，大多数人都骑摩托车或乘车。

同样，不论汉传佛教还是藏传佛教，佛教徒的有些学习方式不一定要与古代一模一样。古代的人需要聚集在寺院或佛学院才能听到佛法，而现在的人听法不一定非要到寺院。如果菩提讲堂的人全部来五明佛学院学习，无论你们还是学院都有很多困难。我们的目的是学法，现在大家通过网络就能听到与佛学院同样的课程，此时一定要善加利用来完成自己的善业。

⊙ **问：**我每天观修菩提心、出离心，也看了很多法本，但心中并没有真正产生那种感觉，遇到问题习气就出来了，贪嗔痴还是很多，请问，如何才能生起出离心和菩提心？如何去掉自己长久以来的习气？

堪布：对于所闻思的内容，很多人在道理上都基本明白了，知道断除烦恼很重要，生起菩提心也很重要。但关键时候用不上的原因是什么呢？主要有两点：一是学得不够；二是修行时间不够。以前的高僧大德都是长年累月学佛，很多人会用二十到四十年来

学习佛法。因为他们在学佛上用了特别长的时间，并且每天用很多个小时来修行，因此，在对治烦恼、生起菩提心等方面会有非常强的力量。

有些城市里的人，虽然说是看了很多佛教方面的书，但我觉得不一定很多，说自己学了很长时间，但可能也只有两三年、四五年。我们相续中的烦恼长久以来一直存在，根深蒂固，这样的痼疾就像长期慢性病一样，简单地吃一两次药或打一两次针，不一定马上见效。所以，大家需要长期努力，不能因为修行过程中有一次忍不住发脾气，或是产生了贪嗔痴的烦恼就马上放弃。只要像以前的高僧大德那样长期闻思修，必定会战胜烦恼。

⊙ **问：**在家人如何平衡发心和闻思修的关系？有些师兄说发心多了，闻思修就跟不上，但发菩提心不是最重要的吗？

堪布：现在我们学院分了三种班：一种班闻思是重点，一种班修行是重点，还有一种班以发心作为重点。学院所有道友必须加入其中一种班。如果在学习为重点的闻思班，那修行和发心作为兼修；如果在发心班，那闻思和修行作为兼修。

城市里的人在同一时间完成所有的事有一定困难，此时，应根据自己的情况进行抉择。如果真的对众生有利，自己也能够发心，就应将发心作为重点，闻思和修行放到次要位置，这样有很大的功德。如果利益众生的发心和能力有限，就闻思或修行。

⊙ **问：**当面对违缘的时候，是以遣除的心，还是以转为道用的心——将痛苦视为加持来对待？

堪布：两种方法都可以。如果觉得违缘是上师和诸佛菩萨的加持，比如生病的时候，觉得自己是为了众生而生病，愿将所有众生的痛苦代受在自己身上，

若能这样观，就是把违缘转为道用，自己病得越严重就越对众生有利。如果不能这样观修，就通过其他方式制止或遣除违缘。

⊙ **问：**顶礼大恩上师！我代表国外的发心人员在这里祈请大恩上师长久住世，永转法轮！我们发愿：虚空界尽，众生业尽，众生烦恼尽，我们的大愿无尽，我们永远跟随大恩上师的脚步弘法利生！虽然我们远在他乡，但我们有信心把佛法传向世界的每一个角落，也希望大恩上师加持，让我们具足顺缘，能有更多道友加入共修。

堪布：大家发了这样的心非常好。2500 多年来，释迦牟尼佛的佛教思想不管相比于西方哲学、东方文化，还是其他任何知识或宗教，都可以说是最至高无上的，因为佛教既有理论依据，也可以实修实证。我们并非自赞毁他，这是很公正的评判。

我很希望世界每个角落的众生，多多少少都能得到诸佛菩萨的加持，生起利益他众的菩提心，并通达万法无我的空性智慧。如果具足这样的因缘，暂时能获得人天福报，究竟会证得圆满菩提。

希望每位道友都能像刚才这位修行人那样，发愿用自己所有的力量帮助众生，把利益众生放在第一。同时，也要为自己不堕入地狱、饿鬼、旁生，为趋入清净刹土而努力学修。

⊙ **问：**非常感谢上师！通过两三年的学习，很多道友的相续都得以改善，对上师三宝生起了无比的信心。但有些学了不久的新学员，因为对法义一知半解，我们与他们沟通时会有很多问题。比如：有些新学员对于各种法会，都想去随喜念诵，但又念不过来，此外，他们对净土、加行，闻思A、闻思B的课程都想学，但又学不过来，不报数又怕组长不高兴，因此心里生起了很大的烦恼。这该如何抉择？

堪布：每个人的能力是有限的，我们不应该强迫，应让大家自愿选择。我这边虽然开了几门课，但分得很清楚，只有一门是主修，其他都是兼修。比如，你如果主修加行，那修加行的数量一定要报上来，其他的法我们不要求报。

如果自己有时间、精力或能力，菩提学会和显密学会的课程都可以学。如果不具足这些，选择学习其中一个也可以。同样，我们这边虽然安排了几堂课，但可以只选择一种，如果有能力都可以学。

我前段时间资助了一些大学生。其中一名能力较强，他一边读专科一边读本科；另一名没有这样的能力，只能读专科。每个人的能力和时间都不相同，所以，不要有这个烦恼，但做任何事情都应该有头有尾，这个很重要。

如果这个也学，那个也学，结果可能都学不好，最后一点效果也没有。这样组长不高兴，两个学会的

管理人员也不高兴，我觉得这样没有必要。应该自己好好考虑。很多道友可能都存在这个问题。以前我跟大家再三说过，应该好好思维，哪一个对你来讲是最重要的？最重要的只有一个。

现在菩提学会虽然开设了三个组，但只以一个组作为主修。比如，前行组一周听一堂《大圆满前行》就可以，其他的课听不听都可以，我们没有要求报数。如果一周当中连一堂课的内容都没有听和修，那说自己在学法，则完全是一种说辞。

我们学院虽然课程较多，但以学院的标准来要求大家有一定困难，因此，我们对外面居士的要求是很松的。如果这样还起烦恼，那不如不学，天天上街逛公园，就没有人催你、说你了。

⊙ **问：**有一小部分学员闻思修行抓不住重点，什么法都想听，虽然有的也学了两三年，但却很难改变自心，对于取舍因果、守持戒律方面也不是很重

视。希望上师开示教诲。

堪布：我们刚来学院时也是这样。记得有一次，我一天听了六堂课。当时求法的心特别切，觉得这个法很重要，那个法也很重要，结果每天都跑来跑去，特别忙，但学得都不是很好。后来我发现，学法应该抓住一个重点，在此前提下，如果有时间再学其他法。

当然，每个人的根基不同，有些人不管做世间法，还是修学佛法，这个也可以抓一点、那个也可以抓一点，但这可能只是极少数。所以，按照统一标准制定一个制度，可能有一定的困难，你们还是根据自己的情况来学习吧。总而言之，大家修得还是很不错的，非常好！

⊙ **问：**有人想去学院请上师亲自加持，并在学院住上一年半载，令他增强信心。

堪布：我们佛学院现在人比较多，也没有宾馆（可能两三年当中修不完），很多学员来到学院之后，住处有一定的困难。所以，我们建议大家最好安住在自己的地方。实际上，现在学院所讲的法，在外面都可以听到。

此外，到学院得上师亲自加持的说法，我是不赞叹的。因为，我一生中对你们最大的加持，就是为你们讲法，提供方便让你们学法。除此之外，用其他东西给你们加持，我自己感觉没有什么利益。大家通过学习《大圆满前行》《入行论》等，使自己的相续有所转变，这就是我最大的加持。佛陀也不是用神变来度化众生，而是通过宣讲佛法让众生解脱。

再者，来学院的路途很遥远，到学院还会有高原反应。很多人的假期都在输液中度过了，输液结束，假期也结束了，最后不得不回去。专门到学院“受加持”——输几瓶液体就回去，我觉得不值得，大家自

己在家里好好学法就可以了。

⊙ **问：**我来自北欧冰岛，正在学习加行，在此向上师顶礼！

我想问两个问题：

1．在修学《大圆满前行》的过程中，如何提高自己的观修质量？

2．像我们这些国外的学员共修有一定的困难，希望通过远唤上师、祈祷莲花生大士的加持，把佛法传遍世界的每一个角落。祈请您加持让我们圆满修学善法。

堪布：第一个问题，要想提高修《大圆满前行》的质量，需要花一定的功夫。虽然藏密当中讲过一些窍诀，比如灌顶等，这也是很多大成就者和上师们的行为，但作为普通人，一定要从人身难得、寿命无常开始修，并且一定要长期下功夫。当然，在修的过程

中，自己有时觉得修得挺好，有时又觉得修得不好，会有这种情况，但总体来看，只要花一定时间和工夫，一定会有效果的。

因此，我强调长期修加行，在加行上面花一定时间特别重要。修行时间长了，久而久之，对加行的重要性就会有所认识，这样加行的理念在自相续中生起也不会有很大困难。

第二个问题，无论在国外，还是在国内，很多人修学佛法都会遇到困难。总体上，我还是提倡大家共修，共修的力量远远超过个人独修，因为一个人独修，什么时候倒下去，谁也不知道，凡夫人很容易不知不觉中退失信心，而依靠共修，会得到一种共同力量的加持。学院修加行的时候，我会和大家一起磕头、一起念诵，感觉这个力量非常强。

当然，在城市共修，可能需要花时间坐车，这对有些人来说有一定困难，但最好不要间断共修。因

为，保证传承不间断以及智慧增上需要很多因缘。我们这么多年专门搞佛教教育，最后得出的结论是，共修的力量非常大。如果实在不具足共修的因缘，就把自己的家当做佛堂，远唤上师和祈祷莲花生大士。

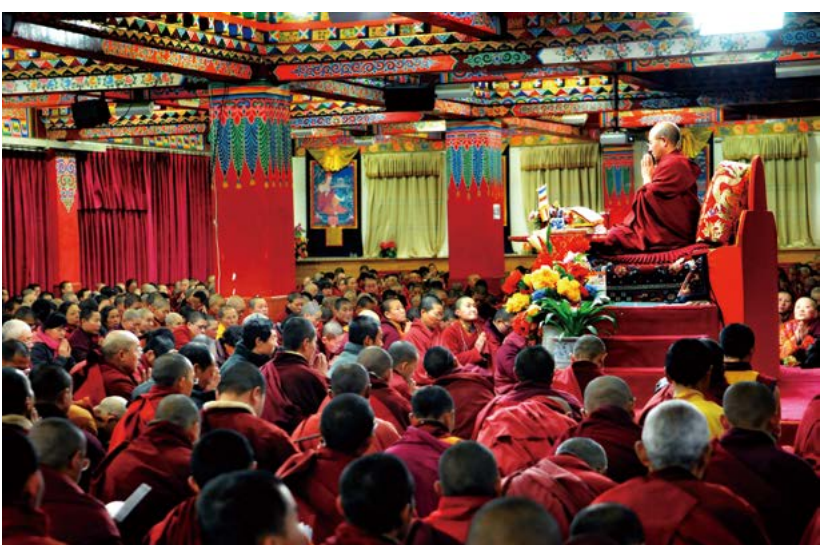
上师如意宝在 1993 年去了美国和加拿大，然后从加拿大直接乘飞机到欧洲，当时去了法国、英国、荷兰等国家。我们在法国的时候，去了《西藏生死书》的作者——索甲仁波切的道场，在那里，很多法国人把《远唤上师》唱得特别感人，他们唱莲花生大士心咒的音调也非常好听。后来我们学院唱莲花生大士心咒的时候也采用了这个音调。

我感觉欧洲和美国在祈祷莲师方面做得特别好，希望你作为一个身在冰岛的佛教徒，也能经常祈祷莲花生大士。“嗡啊吽 班匝儿格热巴玛色德吽”（堪布唱诵）。以前我们在法国唱的就是这个音调，一会儿下课的时候，大家可以一边唱莲花生大士心咒，一边

回去。

结语

今天我们就交流到这里，非常感谢各位今天来到菩提讲堂。我祈祷上师三宝，愿你们的相续中早日生起真实无伪的出离心和菩提心，利益天边无际的众生，自身早日圆满菩提证相。谢谢大家！



极乐法会的相关事宜

2009年10月25日

过一段时间学院开极乐法会，今天，我首先介绍一下有关极乐法会的事情，然后讲一下《入行论》和《现观庄严论》考试的相关事宜，最后，为大家念诵乔美仁波切《极乐愿文》和伏藏大师列绕朗巴《阿弥陀佛修法仪轨》的传承。因为时间关系，今晚就不进行答疑了。

每年从藏历 9 月 18 日开始，我们学院都会召开为期八天的极乐法会，今年法会的公历时间为 11 月 5 日至 11 月 12 日。

1．极乐法会是往生极乐的殊胜因缘

有些道友很想来学院参加极乐法会，但现在来不一定能赶得上，即使赶上了，学院也没有特别精彩的法会仪式，并且现在已进入冬季，学院天气非常寒冷，你们到这里之后，住处、生活等各方面都会有一定的困难。八天当中可能只是吸氧或输液了，我觉得这样没有必要，不如你们在当地组织共修，每个人安住在各自的地方，完成极乐法会的念诵，这样能获得与学院四众弟子同样的功德。

法王如意宝以前特别强调：每年开金刚萨埵法会，四众道友每人需念完 40 万遍金刚萨埵心咒；开极乐法会，每人要念完 30 万遍阿弥陀佛心咒；地藏法会和持明法会，也有相关的念诵要求。

对我而言，地藏法会和持明法会的念诵，基本完不成，但每年 40 万遍金刚萨埵心咒和 30 万遍阿弥陀佛心咒，即使再忙，也一定要完成。因为，不管学密宗还是学显宗的人，都对往生极乐世界有着强烈的意

愿，并且，依靠法王如意宝等许多高僧大德的殊胜传承和因缘，也会让我们对往生生起信心。希望每位佛友从现在开始，就要为自己的来世做好准备。

你们一边修加行或念佛号，一边闻思，同时还要工作、照顾家人等，可能感觉特别忙。其实，在我们学院，不管是修行班、闻思班，还是发心班的道友，每天也都忙得不可开交，但我们对极乐法会的念诵都很重视，每年都会圆满 30 万遍阿弥陀佛心咒。

我们何时离开人间，谁也无法确定。现在有这么好的机缘，与这么多僧众一起发愿往生极乐世界，积累四种往生极乐世界的因，这是多生累劫中非常难得的殊胜因缘。因此，我今天特别提醒大家，每个人最好都能为自己来世往生极乐世界创造一个殊胜的因缘。

你们现在正在学习《极乐愿文大疏》。讲记的第一册已经学完了，现在正在学习第二册。通过这一两

年的学习，我想大家应该认识到，自己临终的时候应该希求往生极乐世界。虽然有了求往生的想法，但如果没有创造一个殊胜的因缘，无缘无故或者仅凭自己的力量，或者依靠其他因缘，想要往生到极乐世界，并不是件容易的事情。

我希望诸位佛友这一次能尽量空出时间参加极乐法会。当然，如果找许许多多的借口和理由，恐怕也空不出时间。

如果各方面因缘具足，大家可以在各地的道场或中心组织开八天的极乐法会。如果难以空出八天时间全程参加，就在藏历 9 月 22 日（公历 11 月 9 日）——天降日这一天，和学院四众弟子一起同步开极乐法会，并在这一天好好发愿，尽量做一些功德。天降日非常殊胜，是释迦牟尼佛为报答母亲的恩德，到三十三天为母说法之后返回人间的日子。这一天所做的善根会无数倍地增长。

2．接受灌顶，圆满念诵

我们学院对天降日特别重视，为了纪念这个殊胜的佛教节日，每年都会开极乐法会，并且提前半个多月就开始做各项准备。

为了给各地道友提供共修的方便，极乐法会期间，我们会像开金刚萨埵法会那样，在菩提讲堂上为大家直播。学院这边前期准备工作已经就绪。虽然在户外直播，发心人员会面临天气冷、风沙大等困难，但只要对你们有点滴的利益，我们觉得这种付出都是值得的，也非常愿意发心。

法会期间，每天中午菩提讲堂会播放一堂《净土教言》，正好用八天时间播完，晚上会重播。如果有些道友白天没有时间，可以晚上看。2006 年我用八堂课讲完了《净土教言》，后来有道友整理成讲记，很多老学员已经学过。没有学过的新道友，正好利用这次机会学一下。

从 11 月 1 日开始，我们会把法王如意宝以前在极乐法会上的阿弥陀佛灌顶录像，发布在智悲佛网上。从这一天开始，道友们可以通过看法王灌顶的录像，自行接受灌顶。我的要求是：所有参加这次法会的道友，一定要先在网上听授法王如意宝的阿弥陀佛灌顶，得到此特殊的灌顶之后，再参加这次极乐法会。

各地道友聚在一起开法会的时候，应在佛台上摆放一张阿弥陀佛的唐卡或佛像，前面供一些鲜花、水、香、灯等供品，然后跟着直播一起念诵。

希望那些特别忙的道友，也能尽量完成 30 万遍阿弥陀佛心咒的念诵。有些人可能觉得学院规定太多了，一会儿念观音心咒，一会儿念莲师心咒，一会儿念金刚萨埵心咒，一会儿又念阿弥陀佛心咒，念得太多了。如果觉得念得太多了，太烦了，不念也是可以的。毕竟，宗教信仰是自由的，没有任何强迫性。

我们学院的每位道友，对于法会要念的金刚萨埵

心咒、阿弥陀佛心咒等等，都会尽量完成。有些道友因为发心，法会期间不能完成，我们就规定提前一个月开始念。大概半个月前，我就开始念诵阿弥陀佛心咒了。同样，如果城市里的道友在八天当中实在念不完，可以在 11 月 1 日到 12 月 1 日之间完成，即在一个月当中念完 30 万遍阿弥陀佛心咒。

其实，一天念一万遍不需要花很长时间，工作再忙，也应该没有太大困难。如果你们想把自己所念诵的功德回向，需要报数的话，可以通过网上或组长报上来，我们这边统计之后，会统一为大家做回向。

3．珍惜极乐法会因缘

现在因为可以网络直播，所以大家有时间就可以上网参加法会，非常方便。来过佛学院的人，可能一看到直播，就会想起学院的种种景象；没来过学院的人，在网上跟这么多僧众一起念诵，哪怕一天念一遍《普贤行愿品》、一遍乔美仁波切的《极乐愿文》，

功德也不可思议。

实际上，藏地各个地方的信众，参加极乐法会并没有你们这么容易。为了参加这八天的极乐法会，他们要在风雪当中搭帐篷、生火、做饭。虽然天气非常寒冷，但他们却非常坚强，一直愿意待在这里念诵。

有些藏族人没有八天时间，就参加一两天或三四天。同样，你们城市里的人哪怕只能参加一天法会，也是很好的。如果连一天时间也没有，就参加一上午或一下午。只要是做善事，不管时间长短都很好。不能全部参加，也不会有任何严重的后果。

我本人随着年龄越来越大，对死亡的担忧和关切也越来越多。自己哪怕只能参加一天极乐法会、跟僧众一起念一遍《普贤行愿品》、一遍《极乐愿文》，都觉得机会很难得。当然，对于不信因果的人来讲，我们这样的开示和沟通没有什么意义，但对于有正知正见的佛教徒而言，还是很重要的。

总之，我希望大家一定要珍惜开极乐法会的殊胜因缘，尤其希望每个人都能得到法王如意宝的阿弥陀佛灌顶，这个机会非常难得！为什么这么说呢？因为，法王如意宝得过佛陀的亲自授记：与他结缘的人能往生极乐世界。幸好，我们完好地保留了法王这次灌顶的录像，除此之外，法王其他的灌顶都没有完整地保留下来。

我们准备给参加这次法会的四众弟子，每人发一张法王灌顶的光盘。有些道友已经得过这个光盘，希望你们在这次极乐法会之前再看一遍。法王的前世——伏藏大师列绕朗巴开取的这个阿弥陀佛修法，我以前跟四众弟子讲过它的具体观修方法，并且做了观修视频。对于我们来说，这是往生极乐世界的殊胜因缘，大家一定要好好珍惜。

今天，如果能在我面前发愿念诵 30 万遍阿弥陀佛心咒，将是非常好的，你们也可以在自己内心当中

发愿。不管怎么样，这次念满 30 万遍阿弥陀佛心咒之后，一定会遣除很多违缘和罪障，最终往生极乐世界，这是莲花生大士无欺的真实语。如果一个月当中实在念不完，在两个月或三个月之内慢慢完成也可以。

考试事宜

1．积极参加考试

今年 11 月中旬，闻思 A 和闻思 B 两个小组要进行考试，考试内容是《入行论》和《现观庄严论》。考试的具体要求和安排，我们已经通过各种途径与道友们做过沟通。希望参加考试的道友无论从考场纪律、考试态度，还是发心力量等各方面，都能如理如法地做法供养。

以前我们提供过《入行论》的复习题答案，所

以这次没有特别安排。很多道友提出需要《现观庄严论》和《解义慧剑》的复习题答案，但从各方面考虑之后，我们不准备提供。因为从以往的考试来看，很多人都把答案原原本本地写下来，很难辨别究竟是抄的，还是自己真正背诵、发挥的。

为了提高大家的思维能力，促使每位道友发挥自己的智慧来答题，同时也为了防止作弊，这次考试与以往不同，我们不准备给大家提供确切的答案，希望你们对此理解。如果每次考题都有统一答案，虽然参加考试的人数增加了，但闻思的效果不一定很理想。

听说个别道友特别害怕考试，其实，与学院道友相比，我们对你们的要求已经放宽了很多，考试复习的内容很少，考题也不是特别难。虽然城市的在家人各种事情比较多，用于复习的时间很少，但只要安排好，应该不会有很大困难。希望大家能培养自己答题的能力，增强参加考试的勇气。

如果实在不想参加考试，我们也不强迫，毕竟考试是自愿报名的。不过，我辛辛苦苦为大家讲法，很希望你们能给我做一个法供养。参加考试的人员名单里有我认识的，也有不认识的，但不管怎么样，看到考试的人比较多时，我心里确实很欢喜。

我现在讲这些法的目的，就是为了让大家懂得显宗和密宗的教义，而要真正通达其中意义，离不开考试、辩论、复习等各方面的因缘。依靠这些因缘的聚合，佛教的教义才能在大家的相续中真正生起。所以，很希望每位道友都能积极地报名参加考试。

2．如理如法地参加考试

此外，希望各地的管理人员，不要用各种不如法的行为来应付考试。即便依此得到了一些奖，也是很不清净、很不是光荣的。反之，如果以如理如法的发心和行为考出优秀的成绩，对自己的今生来世，都非常具有意义。很多道友参加过无数次世间的考试，而

佛法方面的考试，可能只有这两年来的几次，因此，不管自己考得好，还是不好，都应该认真对待。

考试的时候，管理一定要严格。有些考场管得很好，大家都很有素养，自觉地遵守考试纪律，这样对自他都有很大的利益。但有些考场并非如此，出来的考卷答案都一样，成绩也一模一样，有些甚至连字体或错别字都一样。这样组长和下面的组员肯定都有问题。如此考试很不如法，考不考没有多大必要。

大家进行的是佛法考试，一定要注意。多年以来，在学院各科考试过程中，我从未发现有作弊的行为，因为出家人不会犯杀、盗、淫、妄四根本戒。虽然作为居士，在考试时稍微偷看一下，可能不算犯根本戒，也不会超越盗的界限，但这种行为毕竟是很不好的。

据我了解，最近有不少道友报名参加《入行论》和《现观庄严论》的考试，今天在讲堂里也有很多人

发心参加考试，这样非常好！这次没有报名参加考试的道友，可以继续学习，以后尽量参加考试。因为通过考试，可以知道自己哪些地方懂了，哪些地方还不懂。

3．积极配合管理

为了给大家修加行、净土，以及闻思经论提供各种方便，我们学院的很多道友都在日夜地发心。虽然现在学院特别冷，但他们始终没有放弃。因为我们很想知道大家的学修情况，所以会要求你们定期报数并配合一些管理。也许个别人心里产生了一点烦恼，但这是为了大家的学修，为了你们的成就，所以，我们一定要认真负责。我们从来不会因为私事给你们添麻烦。

希望各地学员能配合发心人员的管理。如果不配合，一方面，将来有些方面会对自己不利；另一方面，也破坏了缘起。如果发心人员有不如法的行为，

你们可以通过QQ、博客或其他途径向教务处反映，但对学院正常的规定和安排，最好不要讨价还价，应尽量遵守。

从最近整体的学习状况看，90%以上的道友都非常圆满，对此我非常高兴。当然，也有极少数不好的情况，但这是难免的，我也理解。

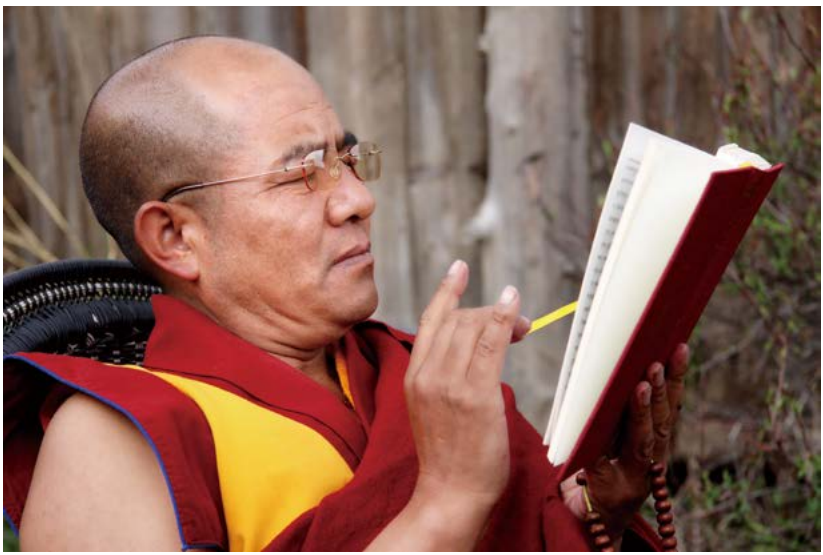
4．念诵传承

下面，我给大家念诵乔美仁波切《极乐愿文》的传承，和伏藏大师列绕朗巴《阿弥陀佛修法》的传承。时间可能稍微长一点。大家得到这些传承之后，开极乐法会时会得到更大的加持。

今天，依靠上师和诸佛菩萨的加持，我和大家有了这次沟通的因缘。希望你们都能对往生极乐世界生起信心。没有信心，就不会发愿，也不会积累资粮；不发愿、不积累资粮，是不会往生极乐世界的。对每

个人而言，发愿往生极乐世界非常重要！

下面我开始念诵传承。听传承的时候，不要说话，要专心听……



关于“生死救度”

2009年12月28日

由于今天参加交流的人比较多，除了菩提讲堂等三个讲堂以外，我们另外增加了几个讲堂。

今天，我首先给大家念《阿弥陀经》的传承，然后做一个简单的开示，因为时间关系，就不安排提问了。学院这几天一直停电，现在依靠发电机发电我才能上网与大家见面。我们这里天气很冷，听说有零下二十六七度，如果发电机出故障，中间很可能会停电，所以我先给大家念《阿弥陀经》的传承。

传授《阿弥陀经》等传承

汉地上早晚课都会念诵《阿弥陀经》，很多高僧

大德对此经也特别重视。上师如意宝 1993 年去美国之前，在喇荣山沟下面开了一个很大规模的极乐法会。在法会上，法王给我们讲了《阿弥陀经》和《无量寿经》，所以，我有这部经很清净的传承。

不管学习或念修什么经论，得到传承很重要。今天，我先给大家念诵《阿弥陀经》的传承，之后，念一下《临终关怀仪轨》里的一些咒语和《放生仪轨》里的几个佛号和咒语。

念传承的过程中，希望讲堂里所有的道友不要说话，认认真真地听，听到声音就得到了传承。念诵大概需要十分钟左右，大家坚持一下。

首先念诵《阿弥陀经》……接着是《临终关怀仪轨》和《放生仪轨》里药师七佛的名号……八大菩萨名号的传承……再给大家念一些咒语……最后是《极乐愿文》……

传授皈依

今天有些道友想要皈依，下面我就为你们传授皈依。已经皈依过的可以在三宝面前再次皈依。大家首先观想释迦牟尼佛在自己的面前，然后合掌并在心里发愿：从现在开始，我进入佛门、皈依三宝，今后哪怕遇到生命危险，也永远不舍弃释迦牟尼佛为主的十方三世诸佛，永远不舍弃佛陀所宣说的与解脱有关的法门，并要随学佛陀的僧众。

佛、法、僧就是我们所说的三宝。我不要求你们皈依我，皈依人与皈依三宝相比，大家应该皈依三宝，这样没有任何危险。皈依非常重要，已经皈依过的，今天再次皈依会使相续中的善根越来越增上；没有皈依过的，今天皈依之后，你就真正变成了佛教徒。

下面我给大家念诵皈依戒。你们听完之后，相续

当中就会得到皈依三宝的戒。这相当于心里发了一种皈依的誓言，就像世间人入了党就成为党员一样，我们皈依之后，就入了佛教成为佛教徒。

（堪布用藏语念皈依戒）

今天皈依的道友，男众法名统一叫“圆慧”，女众法名统一叫“圆悲”。以前已经皈依并得过法名的，不用改原来的法名。

规范放生和往生仪轨

最近，我编了一本《生死救度》的书，主要讲放生和临终关怀。

近些年来，全国各地很多佛教徒都在放生，但有些人放生的方法和使用的仪轨不太规范。经过再三思量，我写了一个简单的放生仪轨。过段时间，仪轨和配套光盘会发到道友们手里。如果你们原先有非常好

的传统或放生仪轨，可以继续沿用；如果没有，最好用我们现在的“放生仪轨甘露妙药”来放生。

我同时也写了一个“助念往生仪轨”，因为看到汉地很多老人去世以后，没有人为他们超度和念诵，这是非常可怜的。希望学会道友们能尽量念诵这个仪轨为亡者助念。过年之前，这本书就会发到你们手里。

我们学院安排了嗓子好的道友，用统一的音调来念诵，并制作了视频和音频。希望大家念诵这个仪轨时，也能统一音调，就像不管到汉地哪座寺院，早晚课的念诵音调都是统一的。以后，这个助念仪轨在弘扬佛法方面，应该会起到很大的作用。

免费超度事宜

后天晚上，我们学院准备做一个免费的超度仪

式。大家可以通过各种方式，把需要超度的人员名单传到弘法部或智悲佛网的管理人员手里，我们这边可以念诵回向。如果有些地方的亡者名单太多了，当地居士可以组织起来，一起念诵一遍往生仪轨，然后把名单烧掉，同时，可以烧一些饼干之类的食品。

各个地方包括菩提讲堂的有些道友，以前自己的父亲、母亲、爷爷、奶奶等亲人去世的时候，可能连一句佛号也没有为他们念。最近，我们这边来了很多消息，也许有些是真正的亡人托梦，也许有些只是分别念的迷乱显现。但不管怎样，很多亡人虽然已经去世多年，但从未得过任何超度和念诵，这是非常可怜的。所以，这次学院举办一次免费的超度，各地道友最好也能一起念诵“助念往生仪轨”。

我们超度的对象，不仅有自己以前的亲朋好友，还有所有因战争、饥饿、灾难等原因而死亡的可怜人；不但要超度人类，也要超度动物等，比如，屠宰

场每天被杀的无量无边旁生也需要超度。众生非常可怜，很多死后连一遍观音心咒的加持都得不到。希望菩提学会为主的道友们，能好好地念一遍助念往生仪轨，超度这些亡灵。

后天，大家可以选一个适当的时间集中念诵。如果不能集中念诵，可以从网上下载往生仪轨，自己念一遍。往生仪轨里全部是诸佛菩萨的名号、佛经和咒语，念诵的功德非常大，不但对亡人有帮助，活人听了也会得到很大利益。

法王纪念法会的相关事宜

今年 12 月 31 日（藏历 11 月 15 日），是法王如意宝圆寂六周年纪念日。从 12 月 30 日开始，我们学院要召开七天法会，法会期间主要念诵金刚萨埵心咒、法王如意宝的上师瑜伽、上师供，以及《普贤行愿品》。

你们作为在家居士，连开七天法可能有一定困难，但如果因缘具足，在 12 月 31 日，即法王如意宝圆寂的那一天，不管大范围还是小范围，最好能在一起共修上师瑜伽，念上师供、金刚萨埵心咒等。在座的很多道友都有缘见过上师如意宝，有些虽然没有见过，但一直在接受法王的法和传承，得到了很多佛法方面的利益。可以说，你们每个人的心相续中，都有法王如意宝直接或间接的加持和智慧。

法王如意宝圆寂以后，我们无法用财物等方式报答上师的恩德，而共修上师瑜伽，让上师的智慧与自己的分别念融入一体，是忆念上师恩德的一种很好方式，这也是证悟的最佳途径。《自生自显续》云：上师在世时应以三喜供养，即法供养、财供养和承侍供养，上师圆寂后应开纪念法会供养。比如，宗喀巴大师圆寂之后，格鲁派所有的寺院，每年都会在大师圆寂的日子召开大型法会。

总之，为了报答上师的恩德，为了自相续真正强行获得上师的无上加持，使之永远与佛法相应，依靠如此殊胜的因缘，大家一定要共同祈祷上师如意宝，这非常有必要！

这次法会我们本想全程直播，但一方面，学院这边天气特别冷，另一方面，也不知道外面是否有很多人参加。所以，我们只在 12 月 31 日这一天，通过音频和视频的方式为大家直播。希望道友们能在上师如意宝的圆寂日，认认真真地念诵和祈祷，这对自相续的证悟是一种不可思议的缘起。这种缘起，有修行境界的人很容易了知，而没有修行境界的人，不一定能通达其中的密意。

这一天，大家如果能聚在一起开法会，当然是最好的。共修之前，需要在释迦牟尼佛像、法王如意宝像，或者自己的根本上师像前，做不同程度的供养，比如供花、供灯等做五供。当天最好能吃素、放生或

者守戒，做一个特别的功德。

尤其是法王如意宝的很多亲传弟子，见过上师面、听过上师法、在上师面前亲自得过加持的道友，我想无论如何，12 月 31 日这一天一定要忆念上师、观想上师、念诵祈祷，这样做非常重要。否则，我们就成了不孝弟子了。续部中说：如果上师圆寂以后，没有如理如法地开纪念法会，有很大的过失。

法王纪念法会期间，各地道友一定要断恶行善。哪怕放一条生命，也算报答上师的恩德。上师如意宝虽然已经往生极乐世界，但他有无缘的大悲和智慧，会在极乐世界中时时刻刻、昼夜六时观照我们，对我们的所言所行、所作所为全部了如指掌，就像盲人面前有眼目的人一样。我们作为法王的直传弟子，或与上师有间接法缘的弟子，一定要虔诚祈祷。法王的很多授记中都说：谁与他结缘，都可以往生极乐世界。因此，即使没有见过上师的人，通过这次法会，也会

与上师结上殊胜的因缘，最终往生极乐世界。

学修事宜

1．如理如法地学习

现在学会很多道友正在学习般若，还有一些学习《入菩萨行论》、《大圆满前行》或《极乐愿文大疏》。百分之八九十的人学得非常不错，希望道友们一定要抓住机会好好闻思修行。

今天，很多东北的道友亲自来学院，请我到他们那里转法轮。我对他们说：“我正在通过光盘、网络为大家转法轮，亲自去东北其实不一定能转得了法轮，因为现在各地管理有诸多不便，这么多人聚在一起学习不一定能实现。我想，以现在这样如理如法的途径传法，对你们应该是最有帮助的。”

但这样传法也来之不易，学院里有上百名发心

人员、山下也有相当一部分技术、管理人员，大家通过各方面的共同努力，才为道友们创造了这样的学习方便。我们这里冬天非常冷，各方面条件比较欠缺，山下的发心道友也有各种各样的事，但他们都在坚持着，我个人也依靠这个多病的身体一直维持着，每天讲课不断。

希望我们菩提学会的道友，能把自己的精力和时间主要放在闻思修行上面，不要整天迎请这个上师或那个上师，搞各种各样的仪式，这些都是次要的。包括对亡者的助念、对儿童的关爱等我们强调的九个爱心项目，也应在闻思修行的基础上，根据实际情况来操作，千万不能影响学习。

最近，有些学员根据自己的分别念来操作，所作所为不是很如法。我们毕竟是学佛团体，一定要按照各项要求来行持。如果个别学员实在达不到要求，年底最好能自动退出。我们这么多学员，要满足大家的

法本、光盘等各方面的需求，不是那么容易的事情。希望各地的学员和负责人都能按照要求如理如法地行持。

今年二月份过年，以前过年我们都没有放假，但这次根据大家的情况和各组的要求，决定放大约一周时间的假，但第二学期的课程要在二月底之前全部学完。

2．学习《弟子规》

第三学期我们安排净土班和加行班学习《弟子规》。可能有些人觉得《弟子规》是儒家经典，不愿学；有些人觉得自己早就精通《弟子规》了，不想学。当然，如果你们已经非常精通这些国学知识，我也不勉强，但我们学院这么多大学生、知识分子、佛学学士、堪布、堪姆，都用两三个月时间认真学了《弟子规》。我虽然从小就皈依佛门学习佛法，但今年自学《弟子规》之后，觉得里面还是有很多值得学

的知识，因此才决定为大家传讲。

《弟子规》虽然是世间的论典，但佛教徒也可以学习。我们五明佛学院，除了学习内明佛教以外，还会学习工巧明、因明、医明等，从来没有规定只能学内明佛学。所以，个别人的有些说法，是不懂佛教造成的。上师如意宝以前给我们讲佛法的同时，也会讲一些诗学和教如何做人的世间论典。所以，学习一些儒家典籍，是非常有必要的。

并且，这次我是按照佛教与世间相结合的方式传讲《弟子规》。我个人认为，不学这些道理很可惜。即使你的佛法境界很高，学一下《弟子规》也不会障碍你的修行。去年大家学《入行论》的时候，中间也穿插学了《二规教言论》，这也是一部讲如何做人的藏传佛教论典，它是喇荣佛学院的正式课程。

学习如何做人非常重要。对于不必学《弟子规》的说法，我是不太赞叹的。

3．学习《中观庄严论》

对于学般若的道友，第一学期我们安排学习《现观庄严论》的略义和总义，第二学期学习《般若摄颂》第一册，现在第三学期，安排大家学习《中观庄严论》。

为什么中间穿插学习《中观庄严论》呢？因为，般若的隐义要靠《现观庄严论》来解释，而显义一定要用中观法门来解说。如果通达了《中观庄严论》，就可以完全通达唯识宗、中观宗，以及弥勒菩萨和龙猛菩萨的究竟观点。很多人学习空性，都不懂得唯识和中观之间的差别，因此，安排大家交替而学，先学《中观庄严论》，之后学《般若摄颂》，然后再学《中观庄严论》。

我们学院的很多法师，通过学习《中观庄严论》，已经完全明白了大乘佛教的教义。不过，里面的内容相当难，学的时候不能囫囵吞枣，如果像看小

说一样，是不可能学懂的。

这次，相当一部分道友花了很大功夫，制作出了该论的光盘和法本。希望各组能选出一名成绩和智慧比较不错的道友做辅导员，带领大家反复学习。否则，对中观的有些教义不一定能完全明白。《中观庄严论》是学院闻思班的主要课程，希望大家能认真对待。

我们会以网络课的方式，为大家播放《中观庄严论》，希望有缘者提前在网上学一遍，然后再学一遍正式课程。我以前学《中观庄严论》的时候，也是听了好几遍才明白。记得我刚来学院时，在法王如意宝面前得的第一部法就是《中观庄严论》。

有智慧的道友一定要学习这部论，它确实特别重要。学完之后，就会真正明白中观和佛教的殊胜性。学院很多道友都发愿背诵、讲考《中观庄严论》。有些道友甚至在两三年当中，一直学习这部法。希望

一些年轻人，尤其智慧比较不错的道友，先在网上把《中观庄严论》全部学完。

《中观庄严论》是我很早以前讲的课，当时有些语气和表达方式比较差，并且录音设备等条件不是很齐全，再加上当时学院正在搞整顿，事情特别多，所以讲得不是很广，自己感觉特别不满意。但那天很多道友要求再学一遍，我感觉里面一些主要内容，以前上师如意宝再三传过，自己也再三学过，所以，大体上应该没有什么问题。

不管怎么样，如果有意乐，最好认真学一遍《中观庄严论》。如果不愿听我的讲法录音，可以看一遍我翻译的《中观庄严论释》，这样一定会从中获益。

希望大家能生起学法的意乐，只要有时间，就尽量多学法。有些人认为这是我该学的，那是我不该学的。其实，我在佛学院研究佛法二十多年了，对你们思想有害或者对解脱有障碍的法，我绝对不会传，只

会提供那些对你们今生人格完善、来世解脱有很大利益的经论典籍。希望大家能珍惜这样的因缘。

4．遵守学会纪律

希望学会各地的负责人、组长不要以个人的分别念随便组织活动，影响学员的闻思修行，这是不合理的。前一段时间，我给大家写过一封信《树立佛幢 千秋万代》，里面说：即使我们个别人离开世间了，我们学佛的团体也不能解散。各地十人以上的小组，应配上副组长，这样即使在组长去世、不发心，或者生邪见等情况下，组里的人也有继续学习的机会。

现如今，人心很不稳定，但也有相当一部分道友特别精进。前一段时间，我去了上海、太原、五台山、成都等几个地方，大多数佛友每个周六和周日的白天都在学法，我认识的一些佛友，每天晚上吃完饭后就开始做作业，这样特别好，很让人感动。我们现在学法的机缘非常短暂，就像云间的太阳一样，希望

大家一定要珍惜。

此外，对提供道场的道友，我也非常随喜。大家现在有闻思修行的方便，并不是一个人创造出来的。依靠我一个人的能力，不一定能把法义传到你们的耳边，这需要各方面的协作，有些道友提供道场，有些道友提供组织管理……总之，方方面面的因缘具足，才能促成大家的闻思修行。

这一因缘来之不易，希望学会的道友不要搞一些非法、对闻思修没有帮助的活动，包括化缘、募款、做各种宣传等，这些都不合理。我们学会并非以找钱为目的，也不是为了搞一些形式，而是一定要把闻思修行放在第一。在此基础上，如果有时间和精力，可以帮助一些老年人、病人、可怜的孩童等。

每位道友应从自身做起，认真遵守学会的规章制度，不做对自他学法有任何不好影响的事。如果实在不能遵守，可以自行退出，但千万不要破坏我们的集

体，否则，自己的今生来世都会承受很严重的果报。

现在，很多人都在全力以赴地维护我们的学会。今天我接见了很多来自东北、南方和其他地方的居士，感受到他们的发心特别真切。我们非常需要这样的发心，末法时代，每个人只愿为自己做事，只想着自己发财、出名，但这并没有多大意义。《大乘经庄严论》中云：哪怕让一个众生的相续生起一刹那的善念，我们在多生累劫中应该付出，不要厌倦，这就是菩萨的精神。虽然我们现在还是凡夫人，但这种菩萨精神也要努力具足。

5．珍惜学修机缘

总的来讲，现在大家闻思修各方面都很不错。最近，闻思班道友的考试成绩已经出来了。我们这里一百多位法师忙了好多天才批完这些卷子。每份试卷大概要经过十六位法师审核，也即以流水审阅的方式批改，所以非常公正。过段时间会宣布结果，30 分以

下算不合格。我们不仅要批改试卷，还要为大家准备很多奖品，好多道友都累得不行了。

总体上看，闻思A和闻思B的考试成绩很不错。我从试卷中能看出，大家都有努力，对法义理解得也不错，这样我们也会很有动力。我身体不好的时候，很想闭关好好清修，但看到你们很多人都有学法的意乐，并且，以后是否有这样的学习机会很难说，所以一直坚持下来。希望道友们都能努力学法，每次看到你们的考卷，我就增加了很多动力。

当然，我也不会像要求学院道友一样要求大家。学院最近正在期末考试，很多道友这几年背了好几部论。我昨天采访了一两位成绩较好的道友，他们说这几年背过《俱舍论》《定解宝灯论》《中观庄严论》《中观四百论》《中论》《大圆满心性休息》《入菩萨行论》《现观庄严论》《事师五十颂》，以及《佛子行》《三戒论》等大概十几部论典的颂词。有些道友还背

了《大圆满前行》《大圆满心性休息大车疏》的所有长行文。

与这些道友比起来，城市里的人每天那么忙很难做到，这我也能理解，但你们每天该学的论典一定要学，这一点非常重要！现在依靠各种科技方法，你们这么容易就能学到如此殊胜的佛法，这也是来自上师三宝的加持，希望大家一定要珍惜。

过一段时间，我们会发给大家学会的念诵仪轨。它主要是法王如意宝在世时的课前课后念诵仪轨。道友们可以用汉文或藏文来念，念诵的音调和方法应和学院一样。我们这边专门找法师录制了光盘，大约年后会把配套法本发给大家。为什么要这样念呢？因为法王如意宝具有无与伦比的智慧，光是他念诵的音调也有不可思议的加持力，圣者的金刚语跟凡夫的表达方法有很大差别。

希望大家不要觉得这个光盘和书随随便便就可

以做出来，实际上，每次出新资料的背后，都有很多人的艰辛劳动和付出。我这样说好像在抱怨一样，其实并非如此，只是希望你们能珍惜这些资料，这也是尊重发心人员的付出。当然，我们也一定会珍惜你们每一个人的善根，如果大家没有信心和意乐，彼此不一定能结成这样的善缘。弘扬佛法，需要依靠众生的善根、诸佛菩萨的加持，以及弘法者和学法者的清净意乐。三缘具足时，弘扬佛法和利益众生没有任何困难。

新年祝福

今天本想安排大家提问，但冬天各地都比较冷，你们下课后还要回去。如果回去太晚了，家人可能要“调查”你，如果你说去听佛法了，他们会不会不高兴也不好说。

刚才，三个菩提讲堂以及转播经堂的道友，给我

发了很多信息，能看出你们很虔诚，非常感谢！我也通过转播发给大家一个祝愿：

愿你们的相续当中早日生起真正的菩提心，让我们有能力度化众生，令自相续中的烦恼和痛苦早日息灭，自相续圆满获得佛菩萨的一切大悲和智慧。希望你们的善根蒸蒸日上。

人身非常难得，每个人的身体就像水泡一样，很快就会破灭。当你离开世间时，除了祈祷上师三宝、念诵诸佛名号、依靠自己的善根以外，谁都无法救度你。我看到你们很多人都珍惜这个机缘，实际上，也应该珍惜这样的机缘。

希望大家一方面，一定要好好祈祷上师三宝，另一方面，最好经常用“助念往生仪轨”为亡者助念，也可以在佛教殊胜日，为以前过世的亲朋好友念诵祈福。今天我还给大家念了《阿弥陀经》的传承，每天念一遍也很好。我们该做的事情非常多，只是自己的

时间有限、精力有限，寿命又非常短暂。此时，一定要精进，不要懈怠。

最后，让我们共同发愿往生极乐世界，谢谢大家！

新年，只想和你谈谈温暖的事

——除夕开示

2010年2月14日

今天是大年三十，一个特殊而重要的传统节日。我在这样的日子作开示，或许会给一些人带来不便，因为大家对这一天特别重视，有很多事情要忙。不过我看到，除了学院常住的四众道友，外面依然有许多道友通过网络，参与我们的新年聚会。

首先，非常感谢在座、在线的四众佛友。在弘法利生的过程当中，大家一起为利益众生发了非常广大的心。这一点，对大乘修行人来讲，是非常难得的机会，也是极其殊胜的机缘。

一年多来，不同岗位上都有发心人员在默默奉献

自己的一切，甚至有些我连名字都不知道，面孔也不熟悉。在这个世界上，有千千万万的人在背后支持我们，尤其在闻思修行等很多方面，给我们提供了应有的方便。所有这些默默付出的道友，我发自内心地感谢你们。

在这样一个社会环境中，生活充满了压力和忙碌，大家能抛弃自己的一切，为了众生，为了佛法，为了别人的闻思修行，不惜一切地努力付出，这不一件容易的事情。而我们在座的道友，待在这样寒冷的高原，过着这样艰苦的生活，依然在努力地闻思修行。你们的精神，非常值得赞叹。

“年”是怎么来的

按照世间传统，人们对过年特别重视。这一点，我们十分理解。不过，从佛教的某个角度看，人们在过年的时候，会造下很多恶业。比如今天，我们这么

多佛教徒集聚在网络上、经堂里共同行持善法，而与此同时，外面许多人的所作所为却与因果相违逆。

今天，很多人共同造下了不计其数的十不善业。残杀无数的生命，以满足自己的口欲；打麻将、玩棋牌、放鞭炮等，种种行为都是散乱的因。当然，过年的种种活动，是一种传统，也是一种习俗，我们以佛教的眼光一律排斥，也不现实。在世间，过年要吃最好的美味佳肴，要穿最漂亮的衣服，还要将自己的住处弄得干干净净。

我看过一个文献，说古时候有一种叫“年”的吃人野兽。它有一个特点，在 365 天的最后一天，它会下山，吃掉很多人。那一天，人们非常害怕，会聚在一起互相保护。因为“年”害怕红色的东西和嘈杂的声音，特别是光，人们就做一些红灯笼挂在房子外面，写一些红对联贴在门口，放鞭炮发出很大的声音，通宵点灯，把里里外外照亮。这样，“年”就不

敢接近人了。第二天，人们没有死都很高兴，他们平安度过了年关，然后互相拜年，报平安。

当然，每个地方过年的传统都不一样。有些传统跟我们佛教比较接近。例如，匈牙利在新年期间从不吃禽肉。他们认为如果吃了飞禽的肉，幸福就会飞走。对此，我曾开玩笑说：“吃了飞禽的肉，幸福会飞走，那吃了走兽的肉，幸福会跑掉吗？”

在我们藏地，除夕也很重要。这一天大家通常都会行持善法，不能造一点罪业。从初一开始，人们就特别注意自己的行为，尽量有一个好的缘起。因为大家都觉得第一天做什么，今年就会做什么。比如我初一在闭关，可能这一整年都会闭关，行持善法；如果初一造了恶业，可能一整年都会造。有这样一种传统观念。

当年，弘一大师在新年贺词中说：所谓新年，就是改过自新。摆脱过去的不好，迎接未来的好，这种

说法有点类似于英国的传统。据说英国人过春节的时候，要开后门和前门。打开后门让所有旧的坏的东西出去，打开前门迎接新的财富、好运等。

我的新年六大愿

不管怎么样，所谓的过年，应该是总结和计划的日子：总结过去的一年，计划未来的一年。所以关于“年”，应该打两个问号。第一个问号：我在过去的一年行持了什么善法？第二个问号：未来的一年我打算做什么？

经堂里的道友，去年大多数都在行持善法，比如念阿弥陀佛心咒、放生、做慈善，等等。还算不错。如果我们没有学佛，跟世间恶行同流合污，恐怕这一年会过得很糟糕。如今，依靠善知识的加持，自己往昔的佛缘成熟，各方面的善缘都具足，我们对自己这一年的总结还比较不错。

那么下一年有什么样的安排和打算呢？我自己今天也想了一下，然后在几个方面发了愿。如果没有遇到死亡或者其他一些世间的违缘，我明年还会一如既往地讲经说法，哪怕所有人都走了，只剩下一个人，我还是会尽量圆满传授。传授佛法不是那么容易的事，有时候会有许许多多的违缘。但不管怎么样，我还是会努力克服和坚持。

希望我们在座的道友，在新的一年当中听受佛法不断传承，自己应该这样发愿。如果连一个传承都不圆满，怎么追随以前的高僧大德们的足迹？有时应该想一想，以前的高僧大德经历过什么样的苦行求法？

我前两天听一位老堪布的开示音频，非常感动。古代那些高僧大德，哪怕只求四句佛法，或一部论典的传承，都非常不容易。不管是吃的方面，还是穿的方面，都要经历很多苦行。现在，无论山上的道友，还是大城市里的道友，生活资具太容易得到，佛法也

太容易得到，所以许许多多的人都不知道珍惜。

所以，我第一个新年愿望是：自己发愿圆满传授佛法，也希望道友们圆满地接受传承。

第二个发愿：在新的一年，至少翻译一两本书。虽然时间很紧，但我们这一代如果错过了机会，以后很多佛法的传承，尤其是对现在一些专用名词的理解，可能都会断层。所以我在这方面可能有必要做一些事情。现在翻译个别论典的因缘如果成熟，希望能够圆满。

第三发愿：希望做一些慈善方面的事情，比如说建学校，建养老院，建居士林等。这方面要继续不断地发心。

第四个发愿：希望在建造经堂方面多做一些事情。比如说建造学院的觉姆大经堂，居士林大经堂今年也想重新建造。

第五个发愿：希望为世界与人类的和平、自由献出一份微薄之力。我个人虽然很渺小，但也发愿做一点小小的贡献。以前在这方面我好像没有提过。

在世间上，家庭内部会有很多不平等的待遇；群体内部也有很多不平等的待遇；民族与民族之间，国家与国家之间，也时常处于互相恐吓、互相威胁和互相吞并的状态。全世界大多数人都沉陷在这样的痛苦当中。

我这个想法，以前因为各方面的因素，很多人不是特别清楚。佛教里面讲，男女是平等的，人类也是平等的，因为一切众生具有如来藏德性。可是在生活当中，我们却看到许许多多不平等的状况。

我昨天听到一个人说，他想学习佛法，可是家人一致反对，不让学。他只要一学佛法，就把他所有的光盘和书本烧毁。实际上，他的家人是在践踏一个人的自由和人权。在这个社会当中，我们有时候真的得

不到应有的平等。

大家应该清楚西方国家的一些历史。以前在美国，白人和黑人之间的争斗特别厉害，特别残酷。白人把黑人当作畜生一样对待，有时候甚至把奴隶一船一船地倒在海里……是这样的一种状态。

南非总统曼德拉曾说过：“我反对白人统治，也反对黑人统治。我珍视民主和自由社会的理想，在这样的社会里，人人和睦相处，机会均等。我希望为这个理想而生，并实现这个理想。但如果需要的话，我准备为这个理想献出生命。”虽然他的理想是一种世间信念，但也值得我们去分析和观察。

从现在开始，为所有的人、所有的种族，如果范围再广大一点，为所有的众生获得平等的权利，应该成为我们每个人认真观察或者思维的事情。

第六个愿望：如果有时间，要好好修行。明天

是神变月的开始，我会闭关修行一段时间。虽然修得很惭愧，但还是要好好地修。人生特别短暂，现在不修，以后不一定还有机会了。

安逸平淡算不上圆满

我也希望大家好好利用时间，该修行的修行，该发愿的发愿，不要太脆弱、太懒惰，生活得太放逸了。世间上非常成功的人，都愿意勤奋，不愿意懈怠。作为大乘修行人，我们更不能放逸地生活。

美国罗斯福在他著名的演讲《勤奋生活论》中说：“我不打算宣讲安逸论，我要宣讲勤奋生活论，也就是操劳、勤勉、努力和奋斗的一生。我要说，安逸平淡者的一生算不上圆满，只有不畏艰险劳苦的人们，才能最终获得辉煌。”

人不能懈怠散漫，浑浑噩噩地过日子，应该为

自己的人生目标奋斗。作为一个修行人，不可能没有自己的目标。一年当中，至少也要实现几个愿望。该修行的要修行，该背诵的要背诵，该利益众生做慈善的，也要认认真真去完成。有很多事情摆在我们的眼前。

我希望明年年底的时候，每一个人都能写一篇简短的文章，总结自己这一年为众生、为佛法、为调伏烦恼而做的各种尝试。

今天也是一个非常殊胜的因缘，大家集聚在这个讲堂共同发愿。这一点很重要。尤其明天开始就是神变月，佛经和论典里都讲，在神变月不论造善业还是造恶业，增长的倍数都相当大。

我们学院为期 15 天的持明法会，也是从明天开始。持明法会念诵的是九本尊心咒、大自在祈祷文，功德非常殊胜。学院的四众弟子应该尽量参加，多多地念诵。

外面城市里的人，虽然不能直接参与——因为天气寒冷，不能给大家做现场直播，但我希望大家在神变月当中，应该做一些佛教徒该做的事情，比如独自放生、吃素、参禅，或共同集聚念诵护法、行持善法等。

路漫漫其修远兮

大家今天聚在这里，我没什么新年礼物发给大家。刚才有一个寺院的小和尚——原来在我们学院里面待过，他给我打电话：“堪布啊，我今天特别高兴！”我说：“为什么高兴？”他说：“今天我们寺院给每个出家人发了1000元钱，而且午饭有11个菜！大家都特别开心！”

我们这里有没有11个菜？你们过年一般是吃饺子吧？中午一个在企业里工作的人说：“今年我做得不错，领导很高兴，年终奖发了1万块钱！”他也非常

开心。

我们作为修行人，在钱财上不一定有很多收获，但在修行上确实需要有所收获。现在世间人认为，社会要发展，经济一定要搞上去，把发展的目光全部盯在经济上。这个人有没有房子，这个人有没有轿车，这个人一年的收入有多少……都是这样来判断的。

我认为，社会的发展不仅仅体现在物质上，还在体现在精神上，而且精神上的发展更为重要。如果精神上没有佛法的世界观和慈悲观，外在的物质再充足再富裕，也是身外之物，恐怕依然满足不了人们内心的需求，根本上达不到幸福的目的。

我们通过修学佛法，会有一颗宁静的心，或秉持一种知足少欲的理念，生活虽然过得平淡，但内心是非常满足的。在学院也好，在其他寺院也好，虽然没有各种世间待遇，但是大家心里都特别欢快，过得相当舒适。

因此在新的一年，我们每个人都应该发愿。有些人给我讲，他们每年神变月都会放生。尤其是东北某个学佛群体，一直坚持神变月大放生，到今年已经 13 年了。我非常随喜他们的功德。

我们学大乘佛教的信徒，对众生的慈悲心是首要之法。记得在佛陀《大集法门经》里面说过：“身亦行慈，语亦行慈，意亦行慈。”身语意三门都应该行持慈悲观，这才是我们真正的善法。

可是，每到过年的时候，一想到无数的众生被人们吃掉，我心里真的会有种悲痛。尤其是南方沿海一带，情况更为严重。你们想一想，过一次年，要吃掉多少众生？要做多少喝酒赌博等不如法行为？这是每个人值得深思的。

今天我没有什么准备，也没有要给大家特别交代的事。我们修行的道路是漫长的，并不是立竿见影，一天两天就出效果，而是逐渐将烦恼转为道用。世间

的教育事业，都是“十年树木，百年树人”。“路漫漫其修远兮”，不是那么容易的。

但是我们依然要奋斗，要有一种坚强的意志和坚强的毅力。在浊世的今天，违缘重重，如果没有坚强的毅力，不可能在违缘面前长久站立。作为一个修行人，不要总是认为：“我遇事这么倒霉！我修行这么失败！我烦恼这么粗重！老天对我这么不公平！”不应该怨天尤人，要从内心至诚地祈祷上师三宝。

要认识到，这是诸佛菩萨不可思议的加持，所有违缘都是诸佛菩萨和空行护法让我消业的手段。应该有一种大乘信念或清净观：“不管遇到什么，快乐或痛苦，都是上师三宝的加持。”如果能够这样，可以获得更多的快乐。

我自己有一种浅见：人生没什么不公平的，一切都可以转为道用。

给大家的祝福

今天给大家发的东西多吧？别人发的是 1000 元，我们每个人发了 10 到 20 元的东西——等会儿吃啊。

该讲的基本上都讲了。因为今天是过年，外面的道友比较忙。在座的修行人可能没有什么。等一会儿念完《普贤行愿品》以后，大家就各自回去。今天有没有电，大家在月光下看书也可以。

我碰到一个老修行人，他说以前求学的时候，晚上看书没有电，就拿一支藏香，把香点燃，用香头的微光一行行地背书。后来香用完了，就去山上割一种草——藏语叫堪巴，类似于芦苇，那种草燃得比较慢，可以用很长时间。他每次割一大堆草放在屋里，一根一根地点。

他说，一根草慢慢地燃，他就慢慢地看。那种长行的藏文书，点一根草可以读一行。一根燃完以后，

再点一根，又读一行。每晚都有很大一堆草放在身边。早年的时候，他基本就是这样学习的。

现在城市里的学习条件，包括跟我们山上的，跟过去的人比较起来，确实有很大改善。但我们要学习他们的精神。否则，现在的世界令人眼花缭乱，我都不敢在山下待很长时间，如果待太久，会消磨自己的心智。外面的种种诱惑，直接冲击我们的感官，让人变得神志不清，慢慢就被引入歧途了。

总之，在新的一年里，大家应该奋发努力。

今天我通过短信，给大家发了一条新年贺词：“祝愿你在新的一年当中，诸恶莫作，诸善奉行；证悟心性，利益众生。也祝愿你在神变月行持吃素、放生、参禅等一切善法，功德无量，福慧增上！”

也祈愿在座的各位道友：修行圆满，境界增上，尽量用自己的一分力量，帮助身边的人！我们身边有

许许多多可怜的人和动物，的确需要我们的帮助。大家不要把所谓的善法挂在口头上，而应落实到实际行动当中去。如果有这样的心，我们每个人都能做一些事情。

最后，我希望大家能够发愿，在新年中哪怕做一件利益众生的事情。前段时间，我看了一位教授的演讲。他说：“一天要做一件实事，一个月要做一件新事，一年要做一件大事，一辈子要做一件有意义的事。”我们每个人，能不能在弘扬佛法和利益众生方面也发这样的愿呢？

作为修行人，不是每天能吃到饭就可以，能穿到衣服就可以。我遇到过一个七八十岁的老人，他说：“我在有生之年，每一年都要做一件弘法利生的大事。”他的规划能不能实现不好说，但他的发愿如此宏大，值得随喜。

最后，祝愿大家修行增上，福慧增上，早日证悟

心的本性，吉祥如意！

下面，我们吃一点过年的东西。先念供养偈颂：

无上本师即佛法，

无上救护即法宝，

无上引导即僧宝，

恭敬供养三皈处。

网络上的人，没办法准备食物，好多都下线了。经堂里的你们，慢慢吃，我给大家念一下大自在祈祷文和九本尊心咒的传承。但不要吃得太多。前一段时间我建学校，有群领导天天找我们一起吃饭。后来那个领导说，他连续三天吃素，不舒服，拉肚子了。

（大家享用美食，堪布念传承）

原本还有半小时的提问时间，但今天是过年，大家比较忙，鞭炮声也比较大，所以不耽误你们了。接下来，共同念《普贤行愿品》作回向。

从明天开始，希望每个人在神变月里，特别精进地行持善法，一年中不断地行持善法。这方面，大家应该有所准备，有所发愿。

痛苦与快乐在一念之间

2010年3月28日

今天晚上，我们又在虚空中欢聚一堂，法喜充满。这是过完年的第一次聚会，记得上一次是在去年的大年三十。

我们今天的相聚，是为了离苦得乐。一是自己离苦得乐，二是众生离苦得乐。大乘佛法最根本的目标，就是让众生获得佛果，永远享受快乐。在座大多数是学习大乘佛法的，应该观察一下心，看自己是不是真正的大乘佛子？今天你来这里听课，如果是为了利益众生，可以算是真正的大乘佛教徒；如果只是为了自己不生病、多发财、更开心，那你学的不是大乘佛法。

哪怕只有一毫米的进步

今天在座的道友，有些已学佛好多年，不要说佛教的基本法要，就连深奥的五部大论也非常精通，是真正的大修行人，而有些才刚刚进入佛门，连最基本的佛教名词都不懂。所以，我今天要讲出让所有人都满意的道理，有一定困难。本来，每个人的兴趣和根基就不相同，众口难调，更何况我面对的是参差不齐的一群听众。作为讲者，我不一定能让你们所有人都满意。

我跟各位一样，身体是由骨肉组成，智慧也不是很高。可是，今天为什么有这么多人来听我的课呢？因为我学佛的时间比较长，在利益他众的菩提心方面学过一些经论。大家对我的信任，唯一来自于对佛法真理的渴求。这样的真理，不论是谁的相续中拥有，都可以成为大家共同求学的对境。在座的佛友，都希望自己能真正明白佛教的教义，同时尽量修持大慈大

悲的菩提心。这样的话，大家以后都可以成为共同学习的对境。

现场的有些佛友，我们已经接触了多年，有一些则和我们素不相识。你们住在不同的地方，人生又这么短暂，除了在网络和光盘上听听课，我们以后有没有机会相见，很不好说。

但我觉得这个并不重要。我这个肉身，你们见到也没有什么用。我见到你们的肉身，也不一定有什么用。最关键的是什么呢？我口里说出的法，都是古代印度、藏地和汉地高僧大德或大成就者的教言。我这个人虽然很低劣，但我给你们传讲的教言，意义非常深刻。这些教言，不论是我，还是你，只要去学习，对今生来世都有无穷的利益。如果你们认真学习这些教言，我们的这次聚会也是有意义的。

为了听今天的课，大家都很辛苦。有些道友下午三四点就开始占位子，然后一直等到现在。大家对听

课还是很有意乐的。我们求法的心越强烈，越有紧迫感，诸佛菩萨和上师的加持融入自己的心就越容易，越迅速，这是一个必然规律。如果我们对求法抱着无所谓的态度，漠不关心，得到的加持也就一般般。我看得出来，大家很努力，很认真，很珍惜这样的学习机会。这种精神非常可贵。

等会儿我给大家做一个简单的皈依，念一些简单的传承。作为修行人，要特别重视法融入心。面对生老病死的时候，我们的财产、名声、地位都用不上，唯有佛法能生生世世跟随。

大城市的人有很多生活的压力、工作的不便、修行的违缘障碍等，这些是正常现象。从高僧大德的传记看，从未感受过任何违缘和障碍、顺顺利利就获得成就的修行人，几乎没有。我等本师释迦牟尼佛在因地时，显现上也遇到过非常多的障碍。所以，希望在座的道友们不要害怕违缘。

大家学习佛法要持之以恒。如果长期不间断地学习，哪怕每天只有一毫米的进步，最后也会滴水成海，相续发生很大的转变。如果得过且过，两三天修行，两三天懈怠，修行肯定不会有很好的结果。所以，我们要时时刻刻观察自己的心。生活再困难、再劳累，每天也必须在佛法上充充电。

我认识一个法师，每晚睡觉前都要看半小时的佛教书籍。还有一个居士，发愿每天完成一部分咒语和课诵，并且看半小时的法本。学佛不是一年两年的事，而是一辈子乃至生生世世的事。只要长期坚持，我们的修行一定会成功。

不要因嫉妒心障碍别人

目前，大家在修行和管理方面遇到了一些困难。不管学院还是各个地方，学佛小组都有一些违缘。其实这些没有什么，任何宗教团体或个人聚会，都会受

到相关部门的监督和检查。面对这种情况我们不能退缩。

学佛是非常合理的。释迦牟尼佛的教法是世界上公认的四大宗教之一。如今学基督教的、学道教、儒教的，都有很多人。我们学的是一种古老的智慧，任何人都没有权利阻止。在世间，几百个人可以聚在一起唱歌，聚在一起跳舞，聚在一起聊天喝茶。大家都是在行持自己的爱好，属于合理的行为，并不犯法，政府相关政策也是开许的。

有些佛教徒非常胆小。我不管到哪里，如果有相关部门来过问，我都觉得是正常的。不管是中国，还是美国，所有国家对某些集团和组织都会有这样的管理。我们信仰佛教是合理合法的，也是自由的。宪法也规定，任何人都不能强迫别人不信教，否则是犯法的。

佛友们在修行过程中，不要稍微遇到一点事就特

别紧张，特别害怕。没必要的。如今在大城市里，行持非法的人有多少？做坏事都没有受到惩罚，佛教徒为社会、为国家、为人民、为所有众生而学佛，用自己的身口意去帮助他们，更不应该受到惩罚。如果受到惩罚，这些人应该扪心自问：这样做合不合理？

个别地方有这种情况：有些人曾在学佛小组里担任组长或负责人，后来退出了，就到相关部门去举报。他们用自己的行为障碍别人学修佛法，造下的恶业确实可怕。所有的过失，需要他一个人独自承担。你不学佛是可以的，这是你的自由，但千万不要造舍法罪。《净土教言》说过，舍法罪跟五无间罪没有什么差别，这种人即生根本不会有往生极乐世界的机会。

有些人嫉妒心很强，在这个团体中待不下去，就到另一个团体去，然后想尽一切办法用世间手段加害我们。他们虽然有这种行为，但对学习大乘佛教的人

而言，哪怕别人用刀子砍杀自己，也要修安忍。这是佛教的宗旨。可是，有些人学佛只停留在口头上、形象上，法根本没有融入心。

这种行为叫做业际颠倒，特别可怕。业际颠倒者以前都是好好学佛的，他们修行佛法，承认前世后世，承许三宝有加持、四谛有功德，后来却产生了邪见、无恶不作，最终造下弥天大罪。在座的道友一定要注意。

作为佛教徒，诽谤上师或者毁坏法本，给金刚道友的修行制造障碍，罪业非常大。这些人不如不学佛。不学佛的话，最多一直在轮回中，不一定会堕入金刚地狱。可如果因为学佛，造下弥天大罪，不仅要堕入三恶趣，还要堕入金刚地狱。他们因为不懂罪业和果报，什么都无所谓，但在因果面前，有些事并不像自己想得那么简单。

因此，大家在修学过程中，应该尽量提醒自己，

不要有嫉妒心，不要造下极重的罪业。对我们来讲，损失不会很大，最多一个组暂时不能学习，法本有些毁坏。但对你们自己和所涉及的众生来说，罪业却极其可怕。

希望道友们时常互相提醒，即使不能成为一个名副其实的佛教徒，也不要变成特别可怕的罪人。这么难得的一个人身，没有必要用来造这样的罪业。

感恩发心人员的默默付出

很多发心人员一直默默无闻地付出，相当辛苦，我从内心感激你们。因为有了你们的支持和帮助，大家才有了今天这样共同闻思修行的机会。我本人身体不好，事情也比较多，再加上各种各样的因素，如果没有大家的发心，单单靠我自己，不管怎么努力，共同学修的事情也绝对不能成办。

在座的人，除了我以外，大家都很辛苦。不仅是在学院，在网络上，讲堂上，在其他各个地方，都有很多发心人员在默默付出，而且这么多年一直坚持。有了你们，才有了我们共同学习的场所和机缘。

所以，我们应该把自己学修的功德回向给他们。我每天念完经以后，也会把善根回向给以发心道友为主的所有众生。

在发心过程中，发心人员不但没有得到什么利益，有些时候还要挨骂、挨说。我们对发心的要求比较高，如果达不到要求，就会受批评。没有这样的要求，大家的共同学修就没办法坚持下去。所以，我们这里的发心人员有很多压力。

希望大家不要诽谤、攻击以组长为代表的所有管理人员，也不要以世间的私人感情拉帮结派，互相敌对。大乘佛教徒心里想的事情，应该只有一件：弘扬佛法，让大家都得到佛法的利益。人们认为得到钱财

才是最大的利益，其实得到佛法的利益，远远超过金钱所能带给我们的。大家只要好好学习佛法，今生就能得到很多收获。

在学习的过程中，大家一定要团结和合，和睦相处。各个地方的负责人，不管是大组长、中组长，还是小组长，和大家商量工作时，不要让自己的私人观点和想法占了上峰。在我们学院里，有 7 个理事，如果大家观点不一致，会按照民主的程序，以人数多的观点为主。法王在世的时候就是这样，以大多数人的意见为准。投票的一般是 7 个人、9 个人或 11 个人。

有些组长开会的时候，经常扯来扯去，让大家不高兴。这样没有必要。我们在一起，是为了佛法，为了众生。除了这两个目的以外，我个人没有任何想法。只要能把佛教的真理传递到众生的心里，哪怕只能暂时给到一个人、帮助到一个人，我们也要全力以赴。在我们的共同努力下，会有多少人接触和接受佛

教的真理，并从中受益？这是我们应该经常思考的问题，也是我们唯一的目标。

今天这里的很多人，相互之间根本不认识，包括我在内——我不认识你们，你们也不认识我。但是，我们却有一个共同的目标，那就是得到佛法的真理。为了众生和佛法，管理人员一定要断除自私自利的心。

大家都清楚地知道，我们最可怕的敌人有两个。一个是自私自利，凡事以自我为中心。这个敌人无始以来害过我们无数次。不管做什么事，只要为了自己就不是很好，我们一定把重心转移到利益他众方面去。

另一个敌人是实有的执著。世间的一切本来根本不存在，如幻如梦，虚无缥缈，我们却全部执为实有，在漫长的轮回中一直受苦，备受煎熬，没有解脱的机会。

有智慧的人，一定要学习佛法。自私自利，通过学习《入行论》等大乘经论，可以斩断。而实有的执著，则可通过学习《中观庄严论》《中论》等空性法门来断除。

这些课程，我们都给大家安排了。同时，也安排了相关的辅导法师。他们会给大家讲净土、前行、《般若摄颂》等。学院的法师每天都上好几堂课，特别忙。但是，只要对大家有帮助，哪怕只有五六个人，也会尽量给大家开课。

我们这里不像大城市，每天有很多闲聊。在学院，大家从早到晚一直忙着。发心人员的办公室，甚至在星期天，人也是满满的。大家忙的目的，就是为了与我们有缘的众生，哪怕得到一点一滴的佛法利益。这就是我们这个团队的目标，除此之外，再没有别的什么了。我们没有想过依靠你们得到财富和名声，也没有想过来世转生天界或极乐世界去独自享

乐。依靠上师如意宝的摄持，大多数道友都有利益众生的意乐。

这样的机会非常难得

今天的网络交流，大家来自天南海北，有些地方网速不错，有些地方可能不好。有时跟你们的网卡有关系，有时跟我们这里的网络有关系。不管怎么样，大家都非常有信心。以后只要有时间，我们尽量在网上共同学习。世间人利用网络来聊天、玩游戏，没有什么大的利益。我们以学习佛法为中心，为解脱为目标，具有非常重要的意义。而且这样的学习机缘，在短短的人生中非常难得。

希望大家坚持学习佛法，闻思修行不是一两年的事。我到佛学院已经二十多年了，仍然觉得闻思修行不够。好多好多书都没看，好多修行和咒语还没完成。在短暂的人生中，为了解脱要做的事有很多，而

时间却不够多。

你们在城市里，不要说长期地学习，甚至今晚能空出时间来，事先也需要很多准备。大家必须在面对很多问题之后，才能听到这一堂课。在这种情况下，大家肯定需要努力。如果不努力，学佛不可能有理想的结果。其实任何一种成效，都不是随便得到的，都需要付出。

学习佛法，一定要有坚强的意志和永恒的毅力，不能让暂时的外缘把学佛的机缘断掉。有了坚定的意志，我们的修行一定会圆满成功，一切邪魔和违缘都害不到你。大家今天一定要发下笃誓：“从今生乃至生生世世，我在修法过程当中，一定不怕违缘，不怕苦难！”有这样一种精神力量，对我们而言特别重要。只要精神有支柱，顺缘会自然而然地集聚。

同时，我们不能忘记利益众生。每天早上起来都要想：我今天的行为一定要以菩提心摄持，要帮助众

生。晚上睡觉的时候要想：但愿我今天的行为能让众生得到快乐。最好再念一个简单的回向偈进行摄持。要时时刻刻提起正知正念，发愿依靠三宝的加持帮助众生。

今天，表面上是我在网上给大家开示。其实我跟大家一模一样，相续中也有烦恼，身体也是一个臭皮囊，从头到脚没有一个让人生起欢喜的地方。唯一和你们有所不同的是，我依止过如真佛一般的上师，在上师面前得到了真正的佛法教育。这种教育，不管什么样的人得到，都能得到一些利益。以上给大家分享的，算是我给大家的礼物，也是我给大家的法供养。

从世俗来讲，我们生生世世都要利益无边的众生；从胜义的角度，则要依靠中观推理来抉择一切万法为空性，摧毁实有的执著。如果达到了这种境界，我们就是真正的修行人，也是上等修行人。中等修行人和下等修行人，尽量不要给自他学佛造违缘，不要

造恶业，并尽量行持善法，比如放生、吃素、念诵，周末方便时去寺院拜一拜，在生活中尽量孝顺父母，等等。

现在，大家正在学习《弟子规》。我要求每个人学完后进行自我检讨。作为佛教徒，应该经常观察自己在尊敬老人、爱护朋友等方面做得怎么样。现在很多修行人喜欢夸大事实，自我标榜，自我炫耀。真正的修行人应该摒除自我，在不同的场合揭露自己的过失，而不是到处夸耀自己的功德。

最近云南干旱严重，学院僧众在不断念经，祈祷莲华生大士和度母降下雨水，现在可能好一点了。希望各地道友也经常祈祷莲华生大士。莲华生大士的加持不可思议，如果诚心祈祷，地水火风的一切灾害，甚至我们自身的魔障、违缘，都可以遣除。我们先一起念一遍七句祈祷文，再念一些莲师心咒。

我一会儿在网络上给大家皈依，法名统一取为

“圆悲”。重名不要紧，很多佛陀也是重名的，燃灯佛就有好几尊。世间人也有很多重名的。灌顶的时候，上师们也经常给弟子取同一个名字。

或许有人问：“通过网络能得到皈依吗？”我想是可以的。听说有个出家人给病人念经加持，病人的亲戚告诉他，一定要靠近病人，不能离得太远，不然病人得不到加持。出家人回答说：“三宝的加持是不可思议的。念经的时候，中阴身都能得到利益，何况是眼前的病人？”他说得很对。

我们念佛、传法的功德，对整个世界乃至其他世界的众生都会有利，甚至地狱众生也能得到利益，何况网上的众生还能同步听到声音、看到视频了？依靠不可思议的缘起力，大家应该能够得到加持。只要有皈依或者听传承的诚心，就可以。

（堪布先念《金刚萨埵修法·如意宝珠》的传承，然后为大家作皈依，之后念莲师心咒、紫玛护法祈祷文、黄财神心

咒、文殊心咒、《窍诀宝藏论》《愿海精髓》等传承）

最后，感谢我们有这样一个共同聚会的机会，感谢大家抽空来到菩提讲堂。有了你们的因缘，我才能给大家传受佛法。但愿我传的法对每个人的心相续都有利益，能为你们断除轮回的种子。虽然我人很不好，但我口传的这些法，都是诸佛菩萨的金刚语，对大家应该是有利的。这一点，我有百分之百的信心。

现 场 互 动

接下来是网络提问环节。因为听的人比较多，请尽量抓紧时间。如果有问题，用简单的语言直接了当地提出来，不要加很多的祝愿词、祈祷文、长久住世之类的祝福。很多道友下了课，还要坐车、赶路。听说有些是从很远的地方坐车到城里去上网的，待会儿回去还要花一定的时间。所以，你们简单地提问，我简单地回答。

⊙ **问 1：**我们虽然在网上学习了佛法，但对前生后世还没有生起定解。祈请您开一个这方面的课程。

堪布：对我们的人生来讲，承许前生后世非常关键，非常重要。对前生后世的描述，台湾、汉地和其他国家的学者智者写得比较多。这方面可能确实需要

研究。

我以前翻译过学院慈诚罗珠堪布写的《前生后世论》，里面列举了很多公案，并将现代科学与佛教以对比的方式进行阐述，非常详细，非常甚深。你们先把这一部论认真地学一遍，再看还有哪些地方存在疑惑，自己不承认前生后世的理由是什么，专家学者们承许前生后世的理由有哪些。

其实，按照佛教和科学界的观点，前生后世存在的理由应该是很充分的。网上应该有《前生后世论》。我相信你们学了以后，很多道理都会明白的。

问 2：我自己看过书，但效果不是很好。

堪布：你有看过《前生后世论》吗？

问 3：有啊。

堪布：那没办法了。

问 4：还是有很多疑惑。

堪布：有疑惑很正常，继续学习。

⊙ **问：**如果工作对修行不利，该怎么办？

堪布：有些工作的确不利于修行，比如杀生或者干非法的事。这些工作与修行完全是相违的，应该尽量改行。如果各方面因缘成熟，最好找一个对自己修行有帮助的工作。

也有一些工作，虽然对修行没有帮助，但也不会有直接的危害。如果不是特别不利于修行，就可以不换。因为换工作对大家而言，不是一件简单的事，中间有些过程很难适应，必定会给学习和修行造成障碍。

不管到哪个单位，工作上的忙碌和操心都是很难免的。自己要懂得把握。如果对修行有直接的危

害，而且危害程度相当严重，最好换一个工作。如果危害不是很大，就要多方面考虑。作为修行人，如果能随时把握自己的身心，也许工作会是促成你修行的顺缘。

⊙ **问：**早上念金刚七句和莲师心咒，是默念、出声念，还是金刚持念？

堪布：都可以。

⊙ **问：**犯了密乘戒的人，念经、供护法、用转经轮能不能忏悔？

堪布：《三戒论》等相关论典中讲过，忏悔有很多方式。方便的时候，最好可以看一下。不过，密乘戒有一些特别的限制和要求，比如超过了规定时间还没有忏悔，必定会堕金刚地狱，即生肯定没办法成就。

犯了戒当然可以忏悔，罪业没有什么功德，能够忏净算是它的一个功德。但如果犯了严重的密乘戒，不一定忏得净。你可以忏悔，用转经轮、念护法也可以。

⊙ **问：**身边有一些人愿意皈依，但做不到完全断杀、吃素。应该劝他先皈依，再慢慢断除杀生呢，还是做到了不杀生以后再皈依？

堪布：最好让他先皈依。皈依以后，再慢慢了解佛陀的功德，经常祈祷佛陀，逐渐断除杀生，最后成为一个真正的佛教徒。在某些佛经当中，也有佛教徒边杀生，边念咒语的。

不管怎么样，心中有佛对每个人来讲非常重要。即使造恶业，也是皈依了佛的人，将来必定有解脱的机会。不管什么身份的人，先做皈依都是最好的。

⊙ **问：**我以前得过腰间盘突出，不能久坐，偶

尔趴着听一下课，如法吗？

堪布：佛陀对此有开许，如果病得非常严重，躺着或靠着听法也是可以的，没有过失。不过，身体好的人，应该以如理如法的威仪听受佛法。

⊙ **问：**我学《现观庄严论》和《量理宝藏论》很费劲，只听了几节课，不太懂，所以没听圆满。这样可以吗？

堪布：我觉得，你应该不是全部听不懂，而是个别内容听不懂。但不管懂不懂，听任何一部法，最好都能圆满传承。如果中断了，有些法在未来不一定听得到。即生创造了好的缘起，以后生生世世都会遇到佛法，不会中断。所以我们要求传承一定要圆满。

法王如意宝在世时，对弟子们的要求很严格，不管什么法，都一定要听圆满。如果中间实在听不完，也要到另一个人那里去接传承。比如你的《量理宝藏

论》因为某些原因听不完，要专门请一个有传承的人给你念一遍颂词，算是补上一个缘起。所以，大家学《入行论》也好，其他法也好，最好能善始善终，不要半途而废。

⊙ **问：**可以送朋友烟或酒吗？

堪布：抽烟和喝酒有过失，最好不要送。不管对自己还是他人，烟酒都有一定的危害。如果不得不送，自己要念金刚萨埵好好忏悔。

⊙ **问 1：**我是医院的护士，医院所有的器械都要送到我这儿来消毒，包括一些堕胎的工具。我这属不属于杀生呢？

堪布：这应该不是直接杀生，因为你上班的时候并没有想“我要做这个杀生工作”。但你做的事和杀生有关，间接会有一些过失，所以应该经常忏悔。这还是很重要的。你在哪里当护士？

问 2：我在内蒙一个医院。

堪布：你当护士的时候，对病人的态度怎么样？我以前在医院里遇到的护士，有些态度特别好，有些态度不太好。你态度要好一点啊，病人很可怜的。

问 3：我记住了。您放心吧，上师！

堪布：从明天开始要改变行为。

问 4：嗯！

⊙ **问：**我们学过的法本，可不可以结缘给别人？受过灌顶的人，可不可以向父母和祖先顶礼？

堪布：学过的法本可以结缘给别人。但我这 20 年当中学过的法本，就像自己的生命一样珍惜，全部保存着，舍不得给别人，最多借一下。

受过灌顶的人，可以向自己的父母和祖先顶礼。

⊙ **问：**往污水里放生如法吗？有些人认为可以，说这些旁生吃过了甘露丸，哪怕马上死去也会解脱。

堪布：放生之前，要看所放的这些众生是家养的，还是野生的。要为它们找好适合生存的环境后，才可以放。虽然甘露丸对它们有帮助，但我们还是应该尽量保证它们的生命能延续下去。

⊙ **问：**看了一些破戒者下地狱的公案，感到很害怕。僧团中如果有破戒者，我们又没有能力观察，如果供养僧团的时候，与这些破戒者结了缘，会不会一同下地狱？

还有，随身携带的《般若摄颂》，人离世后如何处理？

堪布：佛陀在佛经里说，供养僧众的功德相当大，但并没有说供养前要先观察僧众，把戒律清净的

人挑出来供养。虽然僧众不一定全部戒律清净，但作为在家人，以清净心进行供养，应该是有功德的，不会有过失。

另外，不管是《般若摄颂》还是《系解脱》之类的加持品，佩戴者离世以后，可以拿到一个清净的地方，比如山顶上、森林中，或者跟尸体一起火葬也可以。

⊙ **问 1：**上师，您好！我没想到自己能被抽中！

堪布：你是哪里的？

问 2：我在冰岛。

堪布：你们国家怎么样啊？

问 3：还行，就是物价上涨比较快。

堪布：你们那里佛法怎么样？

问 4：一直没有人宣扬佛法。以前有泰国的僧人来过。我曾经发愿，希望这里能有佛法传播，但自己能力有限。

堪布：你身边有没有信佛的人？

问 5：我接触过身边的人。冰岛本地人有一部分对佛法很感兴趣，但是他们有语言的障碍，很多人都说冰岛话，不过能听懂英文。上师，能不能从咱们学院得到一点帮助，得到一些佛法方面的英文资料，发给我身边的这些人？冰岛人对于佛法很感兴趣，但是没有人给他们宣传。其实这里的环境非常好，非常适合修行。

堪布：有没有寺院呢？

问 6：没有。有一个泰国人发心建了一个白塔。在山上，我去看过。因为北欧这边人比较少，而冰岛的人更少。

堪布：有没有放生呢？

问 7：冰岛没有卖活物的，但很多人都以捕鱼为生。大西洋的渔产非常丰富，鱼也非常大。跟他们说捕鱼是杀生，他们不在乎。我现在在学冰岛话，也尽量用英语跟他们讲因果轮回、关爱老人等观念。

冰岛本地人有信仰自然的传统，也接受和尊重佛法的理念。这儿的书店有一些介绍佛教的英文书，但内容很少。专门介绍因果轮回、前生后世的英文或者冰岛语的佛法书几乎为零。但是冰岛人很感兴趣，有些人经常来问我这方面的事。希望得到大恩上师的加持，看看能不能帮到他们。

堪布：你旁边有没有一些学佛的道友呢？

问 8：中国人特别少。要是发展学会，可能需要从中国人开始，先组织那么几个人。但我接触了一下，觉得比较难。如果能把身边的外国人发动起来，让他

们从因果轮回的理念开始学习，会比较好。他们相信灵魂存在，对灵魂的事情非常感兴趣，不少老人还能看到灵魂。很多冰岛人去印度找答案，希望从印度学点儿东西。我觉得，要是能把部分人组织起来修行，会很好。这个地方非常安静，非常安全。

堪布：可以可以，很好很好。

⊙ **问：**我刚开始学佛，脑子里不时会产生一些恶分别念，虽然发生后就立即忏悔，平时也努力克制自己，但这种情况还是时有发生。这是否属于破密乘戒？通过念诵金刚萨埵心咒 10 万遍是否可以清除？任何罪业是否都能通过金刚萨埵修法来清净？

堪布：对上师不应该产生恶念，因为上师对每一个学佛或修道的人来讲，唯一只有帮助。上师过去没有害过你，今生也没有害过你，将来也不会害你。当然，对上师生起信心需要前世今世各方面的因缘，如果因缘不具足，是生不起信心的。所以，即使你现在

生不起信心，也情有可原。

但如果不生信心，反而生起恶念，就非常不合理了。从道理上讲，也说不过去。世间的学生对能干或有智慧的老师，也不应该产生恶念。同样，一个学佛的人，应该尽量把上师看成——就像佛经里讲的一样，把上师看成佛菩萨或德高望重的人。这是很重要的。

那是不是我们心里产生一个恶念就破誓言了呢？也不是。每一个誓言都有自己的界限，具体情况可以看一下密乘的戒律。

生了恶念，能念金刚萨埵 10 万遍忏悔，当然很好。按照《三调伏续》里的观点，念金刚萨埵可以清净破誓言的罪。这个罪业是在心里产生的，所以念金刚萨埵心咒应该可以忏悔清净。

任何一个罪业，念金刚萨埵是不是都能清净呢？金刚萨埵在因地时发过愿：“将来受持我名号、念诵

我心咒的人，如果不能清净他的罪障，愿我自己不要成佛。”后来金刚萨埵誓愿成熟，已经成佛。以他往昔的发愿力，不管什么人，不管什么罪业，依靠修金刚萨埵进行忏悔，相续中的罪业都可以清净。

结语：让修行伴随一生

现在离金刚萨埵法会还有一个多月，但前段时间个别法友一直要我念金刚萨埵心咒的传承。今天也算是开了一个小小的金刚萨埵法会，从念金刚萨埵的传承开始，以回答金刚萨埵的问题结束。

我们每个人造的罪业都非常多，希望大家多念金刚萨埵心咒。我自己天天都会念金刚萨埵心咒，一有时间就拼命地忏悔。在座的道友，以前可能杀生特别严重。不论是吃饭，还是在世间做事，都跟杀生等恶业有关。所以应该尽量念金刚萨埵心咒，忏悔自己的一切罪障。我们的佛性一直被业障所遮蔽，而这些罪

业一旦清净，自己的恶分别念就可以遣除，诸佛菩萨的很多境界也会自然现前。

今天新闻说，山西煤矿有120多人被困。希望大家一起祈求诸佛菩萨，加持他们早日脱险，获得自在。如果有人失去了生命，愿他们早日获得解脱。大家应该这样发愿回向，我回去也为他们念念经。

你们回去以后，要多观想无常。人生那么短暂，世间很多东西在临死时都用不上。看看自己这个水泡般的身体，还能在世上支撑多久。如果有了修行境界，遇到什么样的违缘和痛苦都可以转为道用。如果没有修行，死的时候该怎么办？要经常观察自己，也观察他人。

非常感谢今晚来菩提讲堂的所有道友，希望你们每天过得开心。祝大家晚上做一个美梦，明早起来多观想佛陀，多观想众生，好好地修行，让修行伴随自己的一生！

直视灾难的无常

2010年4月25日

今天，我们再次聚会在菩提讲堂，进行佛法交流。前段时间，学院的部分法师和出家人，去青海玉树地震灾区赈灾。在这个过程当中，学院汉族的四众弟子和各地的爱心人士也发菩提心，为灾区做了许多事情，非常有意义。

我本人虽然能力有限、智慧有限，但不管怎么样，也和学院出家人一起到了灾区现场，亲眼目睹并切身感受了灾难中众生的种种痛苦。我们救援队在玉树待了 7 天，因为受灾的面积比较大，受灾的人也比较多，我们的力量显得比较微弱。

好在不仅仅是我们学院，各个地方的寺院也去了

一些出家人。很多在家人也在现场支援。爱心人士们都汇聚在一起，尽量解救灾民的痛苦。这一点，很多佛友通过不同的渠道应该有所了解。

关于地震的思考

我们每一个人，一定要趁活着的时候努力行持善法，不能放逸懈怠。真正遇到灾难或离开人世的时候，财产、地位、名声都带不走，全部得留在人间，只有自己的灵魂随着善业和恶业前往后世。那个时候唯一的救护者，就是我们修持的善法。对我们生生世世都有帮助的，也唯一只有善法。

现在藏地很多地方都在下大雪，学院这边的网速很慢，视频很难传上来，只有音频。而且声音也断断续续的，大家不一定听得特别清楚。最近天气不太正常，希望大家理解一下。

玉树地震给我们开示了无常的真相。现在这个世界，各种灾难频频发生，一会儿旱灾，一会儿冰雹，一会儿地震，一会儿海啸，一会儿火山爆发……有佛法基础和佛法见解的人，面对死亡应该会很坦然，除此之外，其他人可能有点难。

这次地震，灾区很多人有佛教的无常观和生死观，所以面对生死的态度非常淡定。现场很多心理咨询医生、专家教授和新闻记者都认为，玉树地震的大多数幸存者，跟以前汶川地震的幸存者，情绪不太一样。玉树的幸存者都觉得，这次地震是他们的共业所致，是无常的一种表现。有些家属看到这么多出家人给自己遇难的亲人念经超度，心里也比较舒服。

我们应该明白，世界以后还会出现各种各样的灾难，一切都是无常的，一切都是生不带来、死不带走的。这样的观念，在如今这个时代非常需要。

这次玉树地震，许多人已经离开世间，许多人正

在感受无边的痛苦。以学会为主的很多道友，应该多为他们念诵观音心咒和金刚萨埵心咒。学院要求大家在 49 天当中，每天都为他们念经超度。各个地方的学员，你们如果能为他们念诵往生仪轨，哪怕一天念一遍，或一个礼拜念一遍，也可以。在这次玉树地震中，还有前年的汶川地震中，以及各地发生的种种灾难中死去的众生非常可怜。我们应该从内心至诚地祈祷诸佛菩萨，加持他们不再流转生死轮回。

今天我要说的第一事，就是希望大家用佛法来帮助玉树灾区的民众。在人力、财力方面，前一段时间，我们按照世间的规律，呼吁大家发心，已经以非常合理的方式，尽心尽力在各方面做了一些慈善，可以说尽量满足了大家的要求。

现在剩下的，就是用佛法来帮助他们，这非常重要。从今天开始，我们学院会不断为他们念经超度，希望你们也为这次地震遇难者为主的三世父母，为这

些可怜的众生，开一些超度和祈福的法会。这是我今天网络开示的第一个希望。

我们在灾区看到了很多特别可怜的孤儿和老人，还有很多无家可归的人。各种各样的情况，大家通过网络等途径应该也清楚，我在这里不广说。

六字真言的功德和利益

下面我简单讲一下观音心咒的利益和功德，然后给大家念诵四臂观音的仪轨和传承。对这次地震中的遇难者，大家为什么要一心地修观音法门呢？我以前讲过观音菩萨六字真言的功德，你们如果有时间，最好看一下讲记，这里只给大家稍作提醒。

关于六字真言无量无边的功德，就连诸佛菩萨也

很难说尽。《佛说大乘庄严宝王经》[1]和《宝篋经》[2]，都详细叙述了六字真言的功德。如果有时间，希望大家从网上下载来看一看。无垢光尊者在《如意宝藏

1 《佛说大乘庄严宝王经》云：“善男子，大地之尘可尽数，一诵六字大明咒之福德聚不可胜数；大海之水滴可尽数，一诵六字大明咒之福德聚不可胜数。善男子，譬如一长宽各一百由旬、高五百由旬之房内，装满芝麻，于其门口，有一长生不死之人，每一百劫取出一粒，乃至芝麻取尽之时间内，欲算数一诵六字大明咒之福德聚而不能尽。善男子，四大部洲中，所有青稞、豌豆、小麦等粮食之颗粒可数尽，一诵六字大明咒之福德聚不可胜数。善男子，犹如赡部洲中，恒河等十一大河及其附属之五百小河，昼夜不息流入大海，一诵六字大明咒之福德聚亦如是而增上。如是大河中之水滴可尽数，一诵六字大明咒之福聚德不能胜数。善男子，世间之马、象等牲畜，獐子等山兽，狮子、老虎、兔子等动物，所有兽类之毛虽可尽数，一诵六字明咒之福德聚不能胜数。善男子，比如一高九万九千由旬，宽一百万零四千由旬，长一千万由旬之金刚铁山，于其山边有一长生不死之人，用嘎息嘎之布，每一百劫磨此山一次，乃至山尽之时间内，一诵六字大明咒之福德聚不能胜数。善男子，譬如一深八万四千由旬，广如铁围山所围大小之大海，大小如头发百分之一之水滴可尽数，一诵六字大明咒之福德聚不可胜数。善男子，譬如一息卡树园中之树叶可一一尽数，一诵六字大明咒之福德聚不可胜数。善男子，譬如四大洲中所有之男、女、童男、童女皆为七地菩萨，其福德不及一诵六字大明咒之福德聚。善男子，于一年之十二月中或有闰月之十三个月中，不分昼夜之雨滴可尽数，一诵六字大明咒之福德聚不可胜数。无须再多说，于我及如我善逝，数至一千万，于一劫中，以妙衣等供养之功德，此与六字大明咒之福德聚亦不能比，况以供养我独自之功德乎？”

2 《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、鸠槃茶、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，则能具足清净之无量慈心、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。即使仅以手触此明咒，亦将成为最后有菩萨。若男若女，若童男若童女，若鸟若兽等即使仅见此明咒，亦将成为最后有菩萨。”

论》当中也专门讲了六字真言的功德。藏地非常著名的《玛尼全集》[3]里也讲过。

总而言之，我们经常念的“嗡嘛呢叭咪吽舍”，其实就是闻解脱。死者如果听到这个声音，就不会堕入恶趣。我们活着的人念观音心咒，则能遣除一切灾难，获得长寿健康，一切所愿都能实现，等等，有很多不可思议的功德。

在我们藏地，很多人，尤其是上了四五十岁的，基本都会一心一意地念观音心咒。以前汉地也有这种传统，“家家阿弥陀，户户观世音”。尤其在唐朝，

3 《玛尼全集》：藏地第一个伏藏品，一切经续的总集。其云：“若持诵六字大明咒，可以回遮并寂灭世间邪魔之损害。嗡字，能回遮并寂灭天魔之损害；嘛字，能回遮并寂灭鬼女之损害；呢字，能回遮并寂灭邪王之损害；叭字，能回遮并寂灭土地神之损害；咪字，能回遮并寂灭魔与死魔之损害；吽字，能回遮并寂灭鸠槃荼与罗睺之损害。若持诵六字大明咒，能消除四百零四种疾病；嗡字，能消除四大共同引发之疾病；嘛字，能消除热病；呢字，能消除风病；叭字，能消除涎病；咪字，能消除寒病；吽字，能消除胆病；如是能遣除一切疾病。……如是若持诵六字大明咒王，则能将二障及其习气寂灭于法界，并现前本来怙主自成五身大金刚持普贤观自在之果位，乃至轮回未空之间，于三界内化身而恒常、周遍、任运度化众生，嗡字，任运获得法身；嘛字，任运获得报身；呢字，任运获得化身，叭字，任运获得体性身；咪字，任运获得现前菩提身；吽字，任运获得不变金刚身。”

几乎每家每户都信观音菩萨。有些称为观音娘娘，有些称为观音老母。观音菩萨的加持不可思议，观音菩萨的功德难以描述。因此，我们一定要多念观世音心咒。

最近学院为了遣除自他的一切违缘，让亡者生者都得到无边的利益，大家共同发愿，每人念 20 万遍观音心咒。你们能不能念诵，根据情况来定。即使不能念那么多，最少每天也应该念一点点。以前我讲观音心咒的功德时，学院和菩提学会的很多道友都发愿念一亿遍、一千万遍、一百万遍，不知道你们念了多少。

总而言之，六字真言的功德不可思议，大家要尽量多念。下面我给大家念一下四臂观音的仪轨。

（堪布念四臂观音仪轨的传承）

好，下面我们共同念诵观音心咒“嗡嘛呢叭咪吽

舍”……

给学会道友的几点建议

1．发心要持之以恒

我们的发心人员应该珍惜机会和时间，不要认为发心是一件很烦恼、很痛苦的事。其实任何一件事情，做起来都不是那么快乐、那么容易的。但我们所做的事情，唯一是利益众生，除了以佛法来利益众生外，没有其他的目标。这是一件非常有意义的事情。可是，有些道友在发心过程中，遇到一点点困难和问题，就认为解决不了，马上退失信心，或生出各种说法和想法。这些都是不合理的。

我个人的话，既要给大家传授佛法，又要翻译经论，还要管理学院，每一件事情都要投入很多精力。

但只要对大家有利，只要我还有一口气，就会尽心尽力地去做。

我希望下面的发心人员，也能有一种持之以恒的心，不要因为一点小事就马上退失信心。以前，我们有些发心人员从岗位上退失后，连最基本的学员都做不成，最后变成一个法油子，彻底离开了团体，迷失了真正的解脱之路，非常可怜。

各个组的组长和道友，在学习佛法方面都应该勇敢坚强，精进努力。如果没有这样的勇气，在这个末法时代，学佛会非常困难。法王如意宝建立这个学院和各个地方道场，我觉得太不容易了。

现在有些地方很好，大家都很争气，各方面都没有嫉妒心，对什么事都有欢喜心。有些地方却不太好，因为一些小小的事情，就互相生嫉妒心，不听负责人的，以自我为主，甚至拉帮结派。这样的行为，对我们弘扬佛法非常不利。

在我们佛学院，今年谁是负责人，谁是管家，大家都会服从他，所有人对他都恭恭敬敬的，因为他代表着僧团，代表着三宝。如果我们对他不恭敬，故意给他制造一些违缘，过失会非常大。

有些地方的佛教基础和因果观念特别差，完全把佛教团体看成是一个世间的团体。在世间，一个领导上来以后，下面总会有人专门跟他作对。佛教徒完全没有必要这样做，因为佛教的宗旨是没有任何条件地利益众生，没有任何条件地付出。这样一种宗教，在这个世界有没有第二个？你们可以睁开慧眼仔细寻找一下。

我想，我们的管理人员不要怕烦恼，下面的道友要尽心尽力地配合。这一点很重要。现在这个世界，是一个合作的世界，谁的合作能力强一点，谁的适应能力强一点，谁就有光明的前途。和任何人打交道都不能适应的人，最终会趋入黑暗之中。

我在这里提醒各地的管理人员，利益众生和为三宝做事情，是千百万劫都难以值遇的，一定要珍惜。任何一个人，最好不要针对管理人员制造违缘。如果制造违缘，影响大家学习佛法，毁坏大家的善根，这个果报你在今生是还不起的，而且生生世世一定会在地狱里感受无量痛苦。这是非常可怕的。希望大家做一个正知正念的人，随时观察自己的三门。这是我强调的第一件事。

2．合法而低调地学佛

大家都是合理合法地学习佛法，合理合法地学习国学，这些不是什么违法的行为。可是有极个别的道友，被相关部门稍微问一问，就添枝加叶地吓唬别人。这样没有任何必要。

其实，现在任何团体学习佛法，都不违背国家的政策和法律。学习《弟子规》也一样。在汉地，规定

不能学习《弟子规》、不能学习中国传统文化，这样的政策我觉得不会有。只不过，因为现在有些形势比较复杂，相关部门需要了解一些情况，这也是理所当然的。

我们没有什么不可告人的目的，也没有什么危害国家和人们利益的行为。这样的事，我本人也不敢做。我还想好好生存在这个世界上，所以一直很小心，只讲真正的国学和纯粹的佛法。

因此，大家没有必要特别害怕，也没有必要去特别宣传。在保持低调的前提下，共同学习以《弟子规》为主的传统文化，以及佛学和其他一些宗教的道理，是没有任何问题的。

有些道友光是学了个《弟子规》，更没有必要害怕。上师如意宝和其他高僧大德在文化大革命的时候，遇到艰难困苦时，表现出了怎样的信心、坚强和勇气，大家从他们的传记中可以了知到。

学佛时遇到一点点困难，就把所有事情全部退掉，我觉得没有必要。当然，大家绝对不能做任何违法乱纪的事情，比如通过不合法的手段募款，讲一些有害于人们和国家的内容，这些都是很危险的。如果你违背了国家的法律法规，恐怕谁也没办法帮你，也不可能帮到你。

除此之外，我觉得只要学习纯粹的佛教，不会有任何违缘。只要没有违背国家的政策法规，就没有必要胆战心惊。我们学习和传讲佛法，尤其是讲国学知识，是合情合理的。我个人是这样的观点，而且在任何人面前，我都可以大胆宣扬这样的观点。你们在这方面可能也需要理性思考。

3．辅导不能随心所欲

作为辅导员，自己学习和辅导别人都很重要。自己首先要认真学习，把所学的内容弄懂。在这个基础

上，别人有不懂的地方，你才可以给别人传讲。极个别辅导员很好，我们讲什么、怎样讲，他都会尽量按照这个精神和思路去辅导大家。

不过，我也听说个别地方的辅导员特别离谱。他们给别人辅导的时候，有些居然说不需要闻思，有些还说不需要修行。以前上师如意宝在世的时候，也经常批评一些辅导员。为什么呢？因为他们根本不懂法本所讲的道理，只用自己的分别念胡言乱语一通，这样会误导别人的。希望我们有些辅导不要太过分，也不要太离谱。

作为辅导员，一定要对道友负责。比如你要辅导《般若摄颂》，自己至少应该先听几遍，然后根据法本上的教证和公案，按照我们的总体要求去给大家辅导。自己想什么就讲什么，随便乱说，是对别人极不负责的行为。我听说有些人已经完全依靠自己的“智慧”来宣讲般若和前行了。这些人可能还没有达到这

样的境界吧？如果长期这样带别人，后果是非常不乐观的。

我们以后会调查，如果你的辅导方式太离谱，就不要讲了。如果你的真正目的是以辅导为借口，宣传某某上师，宣传某某教派，那更没有必要了。大家在学会当中，应该进行纯粹的闻思修行，没必要宣传或批评任何人。希望我们的辅导员在合情合理的范围内给大家做辅导，一定不能增加太多分别念。如果你自己实在没有能力，我们也不勉强。

我听个别道友说，他们小组在探讨的时候，如果某个道友的发言和佛教的教义无关或相违，大家都会提醒他。这种方法很好，大家相互提醒，就不会偏得太远。

4．立誓竭力维护佛法

希望大家都能主动维护佛法。我前两天讲了护持正法的功德。就像《涅槃经》中觉德和有德的公案一样[4]，为了维护佛法，即使彼此发生争斗，也会成为功德。护法的有德国王和觉德比丘死后都往生到阿閦佛的佛国，最后变成迦叶佛和我等大师释迦牟尼佛。希望大家也有维护佛法的勇气和责任感。

如果有人在佛教团体或金刚道友之间搞破坏，我们一定要对事不对人，勇敢地站出来维护。大家应该

4 《大般涅槃经·金刚身品第二》云："善男子。过去之世。无量无边。阿僧祇劫。于此拘尸那城。有佛出世。号欢喜增益如来、应供、正遍知、明行足、善逝、世间解、无上士、调御丈夫、天人师、佛世尊。尔时世界。广博严净。丰乐安隐。人民炽盛。无有饥渴。如安乐国。诸菩萨等。彼佛世尊。住世无量。化众生已。然后乃于娑罗双树。入般涅槃。佛涅槃后。正法住世。无量亿岁。余四十年佛法未灭。尔时有一持戒比丘。名曰觉德。多有徒众。眷属围绕。能师子吼。颂宣广说。九部经典。制诸比丘。不得畜养奴婢、牛羊非法之物。尔时多有破戒比丘。闻作是说。皆生恶心。执持刀杖。逼是法师。
是时国王。名曰有德。闻是事已为护法故。即便往至说法者所。与是破戒。诸恶比丘。极共战斗。令说法者。得免危害。王于尔时。身被刀剑。箭槊之疮。体无完处。如芥子许。尔时。觉德寻赞王言。善哉善哉。王今真是。护正法者。当来之世。此身当为。无量法器。王于是时。得闻法已。心大欢喜。寻即命终。生阿閦佛国。而为彼佛作。第一弟子。其王将从。人民眷属。有战斗者。有随喜者。一切不退。菩提之心。命终悉生。阿閦佛国。觉德比丘。却后寿终。亦得往生。阿閦佛国。而为彼佛。作声闻众中。第二弟子。若有正法。欲灭尽时。应当如是。受持拥护。迦叶。尔时王者则我身是。说法比丘。迦叶佛是。"

认识到，任何一个人，只要对佛教和我们学习佛法搞破坏，就是在破坏大家的利益。辅导员也好，负责人也好，都要重视这个问题。

现在的佛教团体有一定的复杂性，这其实很正常。有人在的地方，就会存在复杂，因为人本身就是复杂的综合体。所以，这样的问题是很难避免的，而且必定会长期存在。不仅仅是我们佛教内部，其他任何宗教、任何党派当中，也都存在复杂性、矛盾性和严重性。我们不要觉得很奇怪。

各位在弘扬佛法的过程当中，肯定会有一些违缘，有一些困难，但只要立下了坚定的誓愿，所有违缘都不会成为我们弘扬佛法和利益众生的障碍，不会真正起到阻拦的作用。

5．儿童节的活动要有意义

再过一个多月，就是六一儿童节了。我以前也讲过，在这个时候，希望大家尽量多开展一些有益于孩子身心健康的表演或活动，比如放生、背国学典籍、孝顺父母等。提早在这方面做些准备，还是有必要的。虽然还有一个多月，但这段时间有没有 UC 开示也不知道，我最近在学院特别忙。

6．扪心自问：为众生做了多少？

为了佛法和众生，我们自己再累，再困难，再痛苦，也不能停下前进的步伐，一定要再再地勇敢，再再地认真，去面对一切。我本人虽然不具足上师的条件——不要说上师，连个合格弟子的法相都不具足，这并不是谦虚，不管是修行，还是境界，或是为人处世、待人接物，我在很多方面都非常差劲，但是为了佛法，自己应该可以付出一切。

不过，想是这样想，真正遇到事情的时候，要付

出自己的一切恐怕还是很困难的。作为凡夫人，始终都是为了维护自己，不一定真正能利益众生，利他也许只是口头上的决心而已。但不管怎么样，我现在有这个决心，为了佛法，可以奉献自己的生命。

在座的各位道友，为了维护全世界和全人类的利益，我们一定要勇敢点，坚强点。只要是对众生有利益、有帮助的事情，我们都应该尽心尽力去做，不要顾及个人得失，瞻前顾后："我会不会出现违缘？我会不会遇到麻烦？"作为一个大乘修行人，有这样的想法和行为，我觉得不是很合理。

这次玉树地震，一些幸存下来的病人被送往汉地治疗。因此，我安排了一些熟悉的佛友去帮助和安慰他们。他们有什么困难，我们也会想办法帮忙解决。

前一段时间，我们帮助的对境主要是孤寡老人和孤儿，以及特别可怜、无依无怙的一些人。以后的话，只要各方面的因缘具足，包括需要入学读书的孩

子，和其他一些需要帮助的人，我们也会提供相应的条件。最近我也联系到了部分孤儿，有些已带到我的学校了，有些还没有带过来。我们会逐渐想办法，为他们的人生创造一点条件。

总而言之，我们作为大乘佛教徒，不管是从哪方面来看，需要做的事情都是非常多的。可是我们有些道友，却天天想着自己的事情。扪心自问：从前一次UC开示到现在，你为众生做了多少事情？又为自己做了多少事情？每个人都可以打打算盘，看看结果是什么。

我们口头上说发菩提心，天天都在念发心仪轨，天天都说皈依佛、皈依法、皈依僧，实际上呢，真正为众生做了多少事情？希望在座的道友，包括我自己在内，都好好地问问自己，给自己打一个分数。

7．佛法如意宝，千万别扔海里

你们很多人学佛应该不错，但最关键的问题是，不管是修加行也好，学净土也好，学般若也好，学其他法师的课程也好，都一定要精进。学习佛法不是一天两天的事，在这个过程当中，不要出现一点违缘就找借口退了。从学佛团体中退出，其他的倒没什么，但对你个人来讲，也许是今生乃至生生世世最大的损失。

在学习的时候，也许你觉得漫长，也许你觉得劳累，也许你觉得难懂，这一系列的困难，我们都能够理解。但是，很多人学得太浅了，连佛教的基本知识都还不懂，如果中途夭折，真的非常可惜。

像我们的话，学佛时间比较长，算是有一些经验，但是我们还想学，还想不断地给自己充电。而你们有些人，以前学的本来就不多，现在好不容易有了这样的机会，千万不要放弃。一旦放弃了，你去拼命积累财产，这些东西再多也没有意义，最后离开这个

世界时，还是两手空空。

这次地震中的遇难者，一辈子辛苦积累的财产，都在灾难中毁于一旦，一点东西都带不走，甚至连自己的肉身也带不走，只有神识孤独地离开。看到这样的场景，我们都觉得，人类现在辛辛苦苦经营的事情有什么用呢？同时也深深地感到，自己的三门一定不要违背因果，一定要尽量行持善法。这一点，大家一定要记在心里，哪怕每天念一点咒语，念一些佛经，看一些法本，也是很好的。

像《大圆满前行》《入菩萨行论》，都是一生中非常重要的论典。一个有信心的人，应该认认真真读诵几遍。如果每年都读一遍，对你的相续和行为，一定是有帮助的。并不是只有几百个人、几千个人从中得到了利益，在人类历史上，有无数人依靠这些智慧之宝解脱了轮回痛苦，获得了解脱果位。

如今，很多道友依靠三宝不可思议的加持，遇

到了这么殊胜的佛法，真的非常幸运。因此最好不要抛弃。如意宝得到手，是很不容易的。但一些愚痴的人，却随随便便拿如意宝去换一些假宝，或者随意扔到海里面。这在有智慧的人看来，是非常愚昧的行为。

我们现在利用网络跟大家交流一些佛法，但网络使用的技术还不成熟，再加上外在的天气等原因，很多时候效果不是很理想。今天我们这里视频也没有，声音也不是特别清楚，我却在这里耽误大家的时间，可能耽误了很多道友的事情。

今天本来是星期天，大家应该好好地休息。可是，你们却愿意到这里来听我啰嗦，我对此表示感谢。今天的开示不要说利益很多人，哪怕对几个人的心相续有一点点帮助，我也愿意付出。我没有其他任何能力，唯一在佛法上花的时间比较长，有些经验可以跟大家分享，也许对你们今生和来世有一点点

帮助。

大概就说这么多。下面大家有什么问题，可以在网上提出来。

现 场 互 动

⊙ **问：**目前很多人患各种心理疾病，您有什么看法？

堪布：刚才我也讲了，佛法对人的心理健康应该能起到很大作用。前段时间我遇到一名《中国新闻》的记者。他说，虽然他不学佛，但这个世间的婚姻问题、情感问题和各种灾难，普通人难以面对，而学过大乘佛法的人，尤其是学过唯识和中观的人却不一样，他们遇到多少挫折和困难，也有勇气面对。在他们的概念里，一切万法都是空性的，现在的痛苦，实际上也了不可得。总之，这位记者认为，运用中观的空性理论或万法唯心造的唯识道理，世间很多问题都可以迎刃而解。

这是从一个不信佛的记者口中说出的话，但他说的确实是事实。要想心理疾病逐渐愈合、彻底康复，可能要从大乘佛教中“万法唯心”或者“万法皆空”的道理中去找解药。

⊙ **问：**您对目前网上流传的2012世界末日有什么看法？

堪布：关于世界末日的说法，我觉得不一定是真的。宣传世界末日的这些人，可能怀有各种目的。玛雅文化关于世界末日的预言，以及其他一些著名的预言，我也看过，但觉得这个世界并不会像他们所宣传的那样。

很多人看了电影《2012》以后，心里都有一种恐慌。这样的恐慌，其实是由虚幻的表演引发出来的。这个世界的成住坏空，从佛教的历算和世间的历算两方面进行推算，都不可能有他们说的那种世界末日。

我们佛教徒并不担心 2012 年人类会毁灭，因为在任何可靠的经论当中，都没有这样的授记。而且他们所提出来的那些末日理由，我们完全可以站在佛教的角度加以否定。

只不过，现在是末法时代，火灾、水灾、地震等四大的灾难比较多。原因是现在科技发达，人们肆无忌惮地摧毁其它众生的生命，造业非常严重。现在人们所造的杀业，是以往任何一个世纪都没办法比的。历史上没有哪一个时代，能造下这么严重的罪业。所以，以后这个世界应该会发生一系列灾难，至于毁灭，我认为不可能有。他们所谓的玛雅预言，理由并不充分。事情没那么简单。

⊙ **问 1：**在日常生活中怎样修持菩提心，才能在自相续中生起定解？

堪布：在日常生活当中，怎么样才能生起菩提

心，以菩提心摄持而做事呢？首先，我们应该学习《入菩萨行论》。大多数人在学了《入行论》以后，都会生起真正的菩提心。一旦有了菩提心，我们的所作所为都是为了利益众生，不会有自己的空间和时间。即使有，成分也不是很大。

如果真想利益众生，或以菩提心摄持日常生活的方方面面，一定要把《入菩萨行论》学圆满，学精通。同时，每天要以《入菩萨行论》的理念来提醒自己。这样以后，一定会对众生和自己有非常大的利益。

问 2：在家居士如果在佛学院闻思修行过，回到本地弘扬佛法，是否可以收弟子、收供养？遇到这样的情况，该怎样取舍？

堪布：一般来讲，作为在家人，收弟子和收供养不是那么容易的。当然，如果有特殊的境界，上师

们也认可，自己不是为了搞名声，完全是为佛法而付出，那收弟子、收供养也不会有太大问题。

事实上，的确有个别的在家人，对佛法做出了相当大的贡献。但这个界限很难判断，我们一定要有智慧，否则很容易上当。只要有智慧，经过慢慢观察，他的行为和发心应该可以看得出来。

有些人并不是为了佛法，内心也没有佛法的境界，只不过打着佛教或上师三宝的名义，宣传自己，并接受一些供养。这种人最好不要接近，更不要亲近，不要依止。

⊙ **问：**跟一个师父学习佛法以后，我在修法上获得了一点定解。后来又遇到了一个上师，让我依止他，并说是我的根本上师。该怎么样取舍？

堪布：这个要根据情况来决定。

⊙ **问 1：**自空派和他空派什么意思？

堪布：在中观当中，自空和他空是比较重要的概念。所谓的自空，是指万法自己的本体都是空性的。所谓的他空，按照释迦牟尼佛第三转法轮的教义来讲，如来藏的本体是不空的，以其他的暂时障碍而空，因为是以其他法来空，所以叫做他空。

在佛教内部，有自空和他空两种观点。对于自空的观点，我们宁玛巴和格鲁派宣说得比较细致，而他空的观点，主要见于藏传佛教的觉囊派中。

问 2：世俗和名言有什么区别？

堪布：名言和世俗，实际上就是世间法的意思。从世间法的角度来讲，万法是存在的，从名言或世俗的角度来讲也是如此。但从胜义的角度来讲，万法则不存在。这是二谛当中的一个概念。

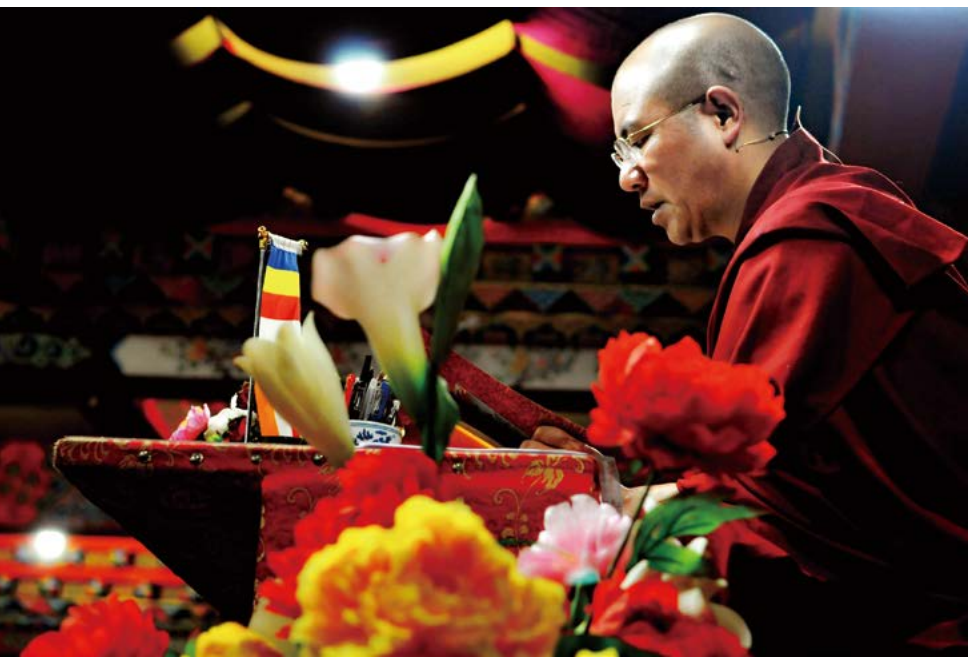
结语：多听课，多看书

今天因为看不到视频，互相效果可能不太好。尽管这样，大家毕竟是为了佛法而交流，至少是为了求得解脱，跟世间贪嗔痴的聊天不同，还是很有意义的。

我们不管做什么事情，只要以出离心和菩提心摄持，就会有很大的功德。今天是星期天，本来每个人应该好好地休息，但你们把这个时间用来学习佛法，我觉得很了不起——我也很了不起。（众笑）

今天下大雪，这里网络效果不好。不过也没事，下次再来。希望你们多看一些光盘，多听一些佛教课程，多读一些佛法书籍，这样的话，很多困惑都会迎刃而解。

今晚就共同学习到这里，让我们把善根回向给所有的众生！



关于金刚萨埵法会的开示

2010年5月16日

今天咱们又集聚在菩提讲堂，共同交流。这次主要给大家介绍金刚萨埵的修法，并念诵金刚萨埵法会的仪轨传承，同时就忏悔的问题和大家探讨一下。大概这么几层内容，差不多一个小时就能完成。

就地安住，参加网络同步法会

首先给网上的各位佛友说一下，学院最近要开金刚萨埵法会。学院的常规法会一共有四个：第一个是持明法会，在释迦牟尼佛降伏外道六本师的神变月举办；第二个是金刚萨埵法会，在五月份，从释迦牟尼佛涅槃和成道的吉日开始举办；第三个是普贤云供法

会，在七八月份开，从释迦牟尼佛初转法轮日开始；第四个是极乐法会，从 9 月 22 日开始，这一天是释迦牟尼佛为报母恩去天界为母亲说法后，从天上降临人间的日子。这些法会，都是上师如意宝住世时规定的。上师如意宝圆寂后，我们四众弟子每年都会继续举办这四个法会。

现在要开的是金刚萨埵法会，主要通过念金刚萨埵心咒，忏除自相续的所有罪业。虽然很多人想来参加这个法会，但学院从各方面考虑后决定，大家还是在本地参加共修。如果来的人太多，一方面学院不方便管理，另一方面也担心大家在路上出事。现在康定和马尔康都在修路，路上的状况很不好。

我们从来没有邀请过任何个人或者团体来参加法会，如果你偏要来，路上万一出了事，我们不会负责任的。学院的负责人都认为，现在学院的规模比较大，应该想尽一切办法，让它不再扩大。尽管这

样，我们还是希望每一位有善缘的人，都得到佛法的利益。

城市里面的个别佛友，恐怕想来也来不成。现在到处在修路，光是花在路上的时间就要 1 到 3 天，回去还要花这么多时间。而且很多人在单位和家庭的事情也比较多，根本空不出时间来现场参加法会。

还有一部分佛友，曾经在佛学院待过很长时间，后来因为各种原因离开了。有的因为毕业而返回自己的家乡；有的因为身体不好，需要去别的地方疗养；有的因为弘法利生的需要，要到各个地方去讲经说法。这些老佛友或老菩萨，如今都在外面听受我们的讲法，而且很有兴趣。

为了大家能得到佛法的利益，我们前一段时间商量后决定，这次金刚萨埵法会将在网络上给大家直播。

现在是一个网络时代，也是一个信息时代。有些博客或网站的流量甚至达到了几百万、几千万人。有些人依靠网络，为自己的今生来世做了很多有意义的事情。有些人却成天陶醉在网络当中，浪费光阴，消耗生命。还有一些人，整天在网络上诈骗、偷盗，做各种非法活动，最后把自己送进监狱。

我们生存在这个世界上，一定要分清楚哪些事该做，哪些不该做。对自己身心健康有益的事，一定要多多地行持。而那些违法乱纪的、对自己身心和前途不利的事情，千万不要做。总之，凡是对自他不利的事，都不值得我们去做，否则不是智者的选择。

可是，你们看现在的一些博客上，每天有多少人在浏览、闲聊？甚至有极个别的人，整天说些乱七八糟的无稽之谈——用我们佛教的术语来讲，这就是绮语，说的语言要么让人生贪心，要么让人生嗔心，除此之外，不要说对生生世世，即便是对今生的人生有

意义的事，也不能成办一点一滴。所以，我非常希望网上的佛友能杜绝这些行为，如理如法地行持善法，这一点特别重要。

法会安排和诵咒要求

这次金刚萨埵法会从 5 月 21 号开始，连开八天，每天的法会是从早上 7 点到下午 7 点。大家如果各方面因缘具足，可以通过网络，在自己的寺院里面，或在自己的佛教中心，或在自己的家里，和学院同步开这个忏悔法会。人多也可以，人少也可以。上网也可以，不上网也可以。每个人学法都是自由的，不管以怎样的途径来学，我们都很赞叹。

我想，虽然个别道友来学院开法会有一定困难——即使到了学院，恐怕也会因为高山反应，不能好好参加，但如果你在家里完成了法会要求念诵的 40 万遍金刚萨埵心咒，功德也是一样的。学过《俱舍

论》或大乘论典的人都知道，不管你在什么地方，只要和大家共同发愿，为一个共同的目标而努力，所得到的善根完全是等同的。

最近听说外面有很多出家人，会在自己的寺院开八天法会。我们藏地有些居士，也会在本地的居士林开。如果抽不出八天时间，开两三天也可以。

我们藏历的初八，也就是公历 5 月 21 号，是一个非常重要的释迦牟尼佛节日。学院对这一天特别地重视。有些人如果实在没有时间，那么在四月初八那一天，能不能尽量想办法念念金刚萨埵心咒？

前不久我们给相关的佛友说过，如果工作繁忙，八天内念完 40 万遍金刚萨埵心咒有一定困难，那么从 5 月 14 号开始，一直到 8 月 13 号之间，3 个月内完成 40 万遍也可以。工作再忙，3 个月应该没有问题。

我们这里的发心人员，包括我自己在内，都特别

忙。从前一段时间开始，我每天晚上和白天都念一点儿，现在都念完几万遍了。我相信大家在规定的时间中能够完成 40 万遍。如果实在不能完成，念 10 万遍也可以。

希望我们的学佛小组，不管是学净土的，还是学前行的，5 月 24 号到 31 号这一个礼拜都放假，把主要精力放在修学金刚萨埵上。最近学院各个班、各个法师，都在全力以赴地观修金刚萨埵。

修持金刚萨埵的功德

今天网上的大多数人是虔诚的佛教徒，也有一些不是佛教徒，是以好奇心专门来听受我们演讲的。不管怎么样，但愿每个听者都在相续当中种下善根。

接下来给大家介绍一下修行金刚萨埵法门的功德。不管是无始以来，还是即生当中，我们大家都造

了许许多多的恶业。先不说别的，光是这一年的发心或学习，大家也造下了很多恶业。

有些人和道友不团结，经常出现各种各样的矛盾，经常给别人制造一些违缘。比如，居士与居士之间不和，居士与出家人之间不和，出家人与出家人之间不和，还有居士与非佛教徒之间不和，等等。

有些人对严厉的对境进行毁谤，或者经常用各种方式说欺诳之语。比如，我们要求把念诵的数字报上来，自己却经常虚报，以妄语欺骗僧众和上师。

有些人本来是虔诚的佛教徒，却经常因为自己私人的利益，耽误我们弘法利生的很多事情，比如毁坏别人听经说法的机会，甚至耽误好多人学习佛法的机会。

有些人则在无意当中诽谤上师，诽谤道友，说三宝的过失。光是从我们管理层得知的消息来看，大家

都造下了很多罪业，应该好好忏悔。

昨前天我在课堂上也讲了，法王如意宝以前说过，我们每年一定要念 40 万遍金刚萨埵心咒来忏悔自己相续中的罪业。凡夫人一年会造无数罪业，如果没有尽快忏悔掉，它会越来越增上，越来越加重，以致最后自己的相续不能完全得以清净。

即使从所有的法门来看，金刚萨埵修法也是非常重要的。

如果你们在有些修法上不太懂，可以去看《大圆满前行》，里面讲得很详细。以前我们也讲过金刚萨埵的一些修法，讲课的资料通过网络和书本都可以看到。大家提前熟悉具体的修法，法会那几天就好好地修行，清净自相续的罪障。

我们有些人希望很快获得开悟，可罪障如果没有清净，开悟恐怕有一定困难。佛陀在经典里说，所谓

的罪障没有什么功德，它唯一的功德，就是通过忏悔可以清净。

四种对治力及观想方法

忏悔的时候，一定要尽量具足四种对治力。关于四对治力，我讲过很多很多次，今天在座和网上绝大多数佛友都应该明白。如果有个别人不明白，我再简单地说两句。

第一个是所依对治力。就是忏悔时依靠的金刚萨埵照片或佛像，或者自己在心里观想的金刚萨埵或三十五佛，或者愿菩提心和行菩提心，等等。我们需要依靠这些不共的对境来忏悔自相续当中的罪业。

第二个厌患对治力。对自己不管是无始以来，还是即生当中所造的罪业，都特别地后悔，就像一个人吃了毒药，特别地伤心。对自己以前所造的罪业，我

们一定要有清晰的认识，认识到自己的严重过错，这就是厌患对治力。

第三个是返回对治力。你要下定决心，从此之后纵然遇到生命危险，也不会再造这样的罪业。自己发下永不造罪的坚定誓言，就叫做返回对治力。

第四个是现行对治力。就是我们观想在自己的头顶或者面前有一尊金刚萨埵，在他面前真诚地忏悔罪业，尽力念诵金刚萨埵心咒。

观想的方法其实很多。可以按照上师如意宝的单身修法来观想，也可以按照麦彭仁波切的双身修法来观想。《大圆满前行》当中也有双身的修法。如果你对密法的了解比较深，就按照《大圆满前行》和麦彭仁波切的仪轨来修持。如果你是初学者，就把金刚萨埵观在自己的前面，把自己观作业力深重的凡夫，一心一意地祈祷金刚萨埵，最后金刚萨埵的三处发光融入自己的身体，自己相续中以贪嗔痴为主的所有烦恼

和罪障全部得以清净。

个别人以前没有学修过太多的佛法和仪轨，会有各种各样的疑惑。我想，如果你实在观想不起来，那就一心一意地念咒语。你大概地观想一下，自己面前有一尊金刚萨埵，只要你祈祷金刚萨埵，真诚地念诵他的心咒，自己的罪障都会清净无余。

为什么能这样呢？金刚萨埵在因地发过愿，他说：“任何一个罪业深重的众生，提起我的名字，念诵我的咒语，如果不能清净他所有的罪业，愿我不要成佛。必须能够罪业他的清净，我才可以成佛。”后来他的愿力已经成熟，并且示现成佛。所以，我们现在无论以什么方式祈祷金刚萨埵，都是非常殊胜的。

关于金刚萨埵的功德，《寂猛调伏续》中这样讲的：念 10 万遍金刚萨埵心咒的人，即使破了誓言也能清净。法王以前也讲过：续部里面说念 10 万，但末法时代需要乘以 4，我们念 40 万遍一定能清净罪业。

各位有些受过戒，有些没有受过戒，但不管怎么样，你杀生、偷盗、邪淫、妄语，以及在世间饮酒、抽烟等，都造了无数的罪障。这些罪障，如果现在不把它忏悔清净，以后不一定还有这样的机会。

大家都知道，现在这个世界灾难频频，一会儿出现地震，一会儿出现空难，一会儿出现水灾，一会儿出现干旱。每天你在电视、报纸、网络上，都可以看到四大灾难的各种新闻。在这样的灾难面前，人命是非常脆弱的。当我们离开世间的时候，除了相续中的善业和罪业以外，任何财产、名誉等身外之物都带不走。所以，趁自己活着的时候，认真忏悔罪业非常非常重要。因此，大家一定要好好地忏悔。

我说话好像有点急，你们听起来累，我自己讲起来也累。我不能太激动。因为想到忏悔罪障很重要，所以一口气说了很多很多。刚才事情比较多，我一直忙着，来不及准备，本来不知道该给大家讲什么。到

了这里，想起过几天要开金刚萨埵法会，这对每个人都很重要，虽然前一段时间已经在 UC 上开示过，但今晚如果再做一个开示，也许有些人会重新发愿念金刚萨埵心咒，这样也很好。

今晚发愿念 40 万遍金刚萨埵心咒的人，在网络上把名字给我们发过来，或者下课后你们自己给他们报，到时候我们一起回向。可能有些人发愿念 40 万遍，有些人念 10 万遍，实在不行 1 万遍也可以。你今晚来到这里，听了我的开示，如果连 1 万遍都不能念，那我觉得你除了特意调查我之外，可能没有其他任何意义了。总之，希望大家多念，最低最低也要念 1 万遍。当然，如果你是上等根基，发愿一年当中念 100 万，那就更加殊胜了。

从中寻找真正的快乐

过一段时间开法会的时候，大家一定要好好地修

行。我这一生，在纸上写书也好，在网上开示也好，保存在光盘里的讲经说法也好，都是为了把佛法传递给大家，帮助大家好好地闻思修行。除了这个以外，我今生和来世没有其他任何目的。现在世间的一些邪教，为了实现自己的目标，有出来传法的，有做很多事情的，但我可以请三宝作证，除了让大家得到佛法真正的教义，我没有其他目的。

为什么要让大家得到佛法的教义呢？因为，佛法对当前时代来讲非常重要。世界上的每个众生，上至国家总统、超级富豪，下至仆人乞丐、蚂蚁蚯蚓，都想获得快乐。虽然所有众生都希求快乐，快乐的定义和标准也各不相同，大人物有大人物的高要求，小人物有小人物的低要求，但事实上，很多众生都达不到自己的目标，都过得非常痛苦。

在这么多痛苦的众生中，如果你得到了佛教的精华教义，就会无勤当中得到快乐。一个贪心特别重

的人，花 100 万买一辆轿车，也不一定得到真正的快乐，因为之后他的要求可能会越来越高。其实，要得到真正的快乐，根本不需要花 100 万。只要从佛法中得到真正的调心方法，不花一分钱，就会快乐无比。而且这种快乐，远远超过物质带给我们的暂时快乐。

我觉得，当前社会特别需要佛教的引导，不同层次的人都需要学习佛法，懂得一些调心的方法。因为唯有从内心入手，才能得到真正的快乐。否则的话，人的欲望无穷无尽，光靠外在的资源和物质，根本满足不了不断膨胀的需求和欲望。

今天我们相约在空中，互相学习和交流，既是一种因缘，也是非常好的机会。过两天开法会，我们还可以在空中继续集聚，你哪怕在网上只参加一天也可以。现在科技发达，不同地方的人，可以在同一时间行持同一个善法。从佛教的角度来讲，这也是诸佛菩萨的功德和加持。

诸佛菩萨的功德和加持不可思议。以前佛陀说法的时候，成千上万世界中的无数众生在同一个时间都能听到。佛教的《华严经》《白莲花经》《大方广如来不思议境界经》等很多经典，专门讲述了佛陀诸多功德和加持的威力。现在这个科技时代也一样。一个人说法，在无数世界有无数的人可以听到。一个地方开法会，无数的人在不同的刹土也可以同步进行。我想，我们既然有共同的发愿和共同的行为，那么最后获得共同的功德也是决定的。

大家以后上网，不要像有些人一样，一直聊天，聊的全是乱七八糟的内容，没有一点意义和价值。与其这样浪费生命，不如以一颗清净心念念咒语，这对自他都有利。

圆满发心与闻思

在座有很多佛友，为了佛教的事业，为了自他的

修行，发心特别大。我们现在学习净土和前行，的确需要很大的发心才能圆满。对我而言也一样，给大家讲净土和前行，也是人生的一大工程。

我讲经说法到现在已经 20 多年了。这些年我讲的经典和论典，有些人圆满地听受了，有些只听了一部分，有些完全没有机会听。从 1985 年到现在，我除了偶尔陪法王如意宝出国等特殊原因外，基本没有中断过讲经说法。而且我讲任何一部法，只要开了头，中间就不会半途而废。无论在哪位上师面前求法，我都是善始善终，全部圆满。

所以，希望正在学习的你们，也千万不要中途放弃。尤其是一些负责人，不管你负责的是哪方面发心工作，为了利益众生和弘扬佛法，都不要以各种借口或烦恼而退失。为众生和佛法做事，是非常光荣、非常伟大的，如果半途而废，实在太可惜。

从前辈大德的传记中可以了知，为了弘扬佛法

和利益众生，很多大德献出了自己宝贵的生命。我虽然不一定有这样的勇气，但也不会因为自己的一点小事而耽误佛法和众生的大事。今天在座的各位发心人员，在利益众生的时候，应该多想想高僧大德和诸佛菩萨的事迹。

人要有一种坚强和勇气。所谓的坚强和勇气，并不意味着我们要像社会上某些人那样，去和政府、某些团体或部门进行战斗，而是说，我们需在大悲心的驱使下，心甘情愿去做对人类乃至对所有众生有意义的事情。在这个世界上，不管是人还是其他众生，只要对他们有利，我们都愿意去做。

在做的过程当中，肯定会受到一些不公平的对待，比如他人的诽谤或误解。这些都是难免的。释迦牟尼佛在因地发心时，也经常有人诽谤，有人不满，有人不高兴。但我们是为了佛教，为了一切众生，并不是为自己，所以遭受一些困难和违缘也是值得的。

对整个国家也好，对普通民众也好，我们都要有一颗善良的心。这一点很重要。如果我们的心不善良，表面上做再多的善事，功德也不大。相反，如果我们的心很善良，那做的任何一件事，都会直接或间接成为弘法利生之因。

我今天没有太多准备，心里想到什么，就脱口而出。也许个别道理有一些价值，也许一点价值都没有。不管怎么样，希望能对大家有一些利益。

为利一切众生而皈依

前不久有些道友想要皈依，当时由于时间关系没有皈依成。下面我就给大家作皈依。以前已经皈依过的，今天不用重新皈依。无论你以前皈依的是哪一位上师、哪一位活佛、哪一位和尚，都可以。皈依的人不是很重要，重要的是皈依三宝。只要是在三宝面前，只要你具有皈依三宝的戒体，谁为你做皈依都

可以。

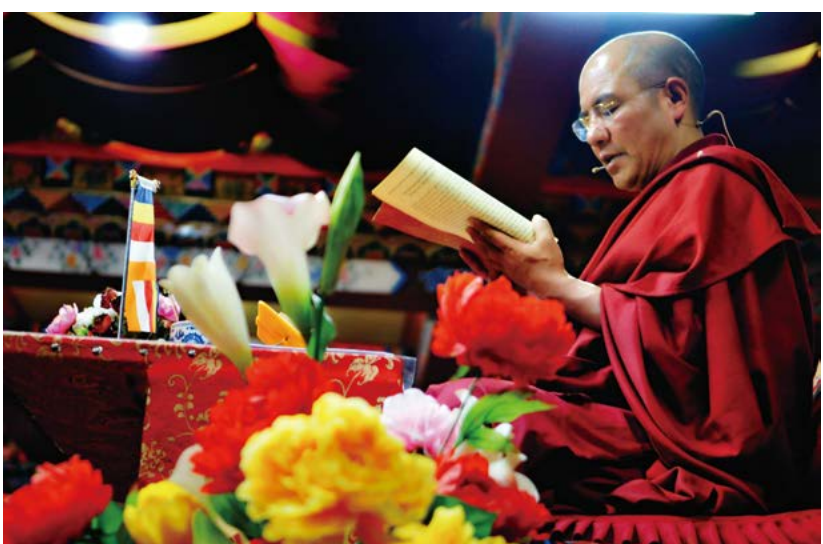
今天所有皈依的人，心里要这样想：从今天开始，我皈依佛宝、法宝和僧宝。也就是皈依释迦牟尼佛等所有佛陀，这是皈依佛宝；皈依释迦牟尼佛及印、藏、汉三地高僧大德所传授的解脱法门，这是皈依法宝；皈依十方的大乘僧众，包括以文殊菩萨、普贤菩萨等八大菩萨为主的所有得地圣者，也要皈依小乘僧众，以及凡是穿着袈裟的所有出家人，包括比丘沙弥在内，这是皈依僧宝。大家要有这样的决心。

那么我们为了什么而皈依呢？不为自己今生的平安快乐，也不为来世的人天福报，而是为天下无边的一切众生获得暂时和究竟的快乐，这样的皈依是上等皈依。为了自己得到解脱，获得阿罗汉的圣者果位，这是中等的皈依。自己身体不好，没有名声，希望通过皈依得到健康、名声和财富，这是下等的皈依。

你们每个人都有权力选择皈依的目的，无论是哪

一种皈依，都可以。但最好是为了利益天下一切众生而皈依，这个非常重要，功德也特别大。以前皈依的时候，如果没有这样发心，今天也可以想：我为一切众生暂时和究竟的利乐而皈依。自己在心里默默地发愿，我给大家传诵皈依三宝的偈颂。

（堪布念皈依偈，为大家作皈依）



今天皈依的道友，法名都叫圆航。新皈依的人最好在网上把名字报上来，我们要看一下今天有多少

人皈依。给大家取同一个法名是可以的，十方世界当中，很多佛陀的名号也一样。前一段时间我做过两次皈依，取的法名分别是圆智和圆悲。这次也有一个殊胜的缘起。

下面我给大家念这次法会念诵的金刚萨埵仪轨。上次念的是法王如意宝的金刚萨埵仪轨，今天是念麦彭仁波切的仪轨传承。

（堪布念金刚萨埵仪轨、度母心咒、莲师心咒、观音心咒等传承）

地方不同，功德相同

今天的开示基本上圆满了。这次主要是让大家好好念修金刚萨埵心咒。刚才说了，我们在不同的地方共同发愿、共同观修，所得的功德是一样的。

我们学院开法会，每天都念4遍《普贤行愿

品》。如果你们跟学院同步，每天跟着法会前后的念诵就可以了，中午会休息 2 个小时。到时候我们把念诵仪轨公布到网上，大家可以直接下载。现在很多人为了自己的一点利益，就要付出无数金钱，而我们为了自他真正的快乐，花些时间和精力还是很有必要的。

学院的很多大法师，开金刚萨埵法会时都舍不得下山，想好好忏悔自己的罪业。因为每一年念 40 万遍金刚萨埵心咒，自相续基本上能得以清净。我们应该有这个把握。你们大多数人都发愿往生极乐世界，如果相续中的罪障没有清净，根本往生不了。

从各方面观察，念修金刚萨埵特别特别重要。因此，我今天反复劝告大家，一定要好好地念金刚萨埵心咒。

虽然今天开示的时间很短，但参加的人还是比较多，也可以。现在世间人每天在网上闲聊很长时间，

做很多没有意义的事，像我们这样的共同学习，真的很值得随喜。

学院有这么多僧人，这次法会每个人一定会完成 40 万遍，而且不需要 3 个月，大多数会在 8 天内完成。这样的话，他们念诵的功德和我们念诵的功德加在一起，每个人起码能得到好几亿遍的功德。这一点，在座的人应该清楚。这不是一件小事，而是非常重大的事情。

因此大家一定要尽量参与。不要因为工作特别忙或其他原因放弃。即使工作再忙，也应该抽出一定的时间，每天念点金刚萨埵心咒。这样的话，40 万或 10 万遍一定可以完成。

我大概就讲这么多。还有十几分钟时间，看大家有什么问题，在网上提出来我们相互学习。

现 场 互 动

⊙ **问：**我来自辽宁葫芦岛。我在菩提讲堂听了很多传承，比如《开显解脱道》《阿弥陀佛修法》，还有一些护法仪轨的传承。这些法，是不是只要听了传承就必须天天修？如果没有修，有没有过失？

堪布：以前得过的这些法都很珍贵，如果时间等各方面条件允许，自己应该精进修持。如果实在没有时间，只修个别的法也不会有过失。

⊙ **问：**我们这里有些道友，是中途参加前行班的，磕头的进度与大部分学员比，差了很多。五加行磕头的 10 万数量，有没有时间上的要求？如果必须一年完成，我感觉那些道友有点追不上。

堪布：前行的磕大头，最好跟上其他道友。我们

现在讲皈依，还有一段时间才结束，从现在开始不断地磕，讲不共加行的时候应该跟得上。

⊙ **问：**我们辽宁葫芦岛的道友，迫切地祈请上师来我们这里传法，并祈请上师长久住世，让更多有情品尝到佛法的甘露妙味！

堪布：好好好，今天就来！（笑）

⊙ **问 1：**最初的那一念无明，是如何从如来藏中产生的？是有因生还是无因生？这和《道德经》中所说的“道生一，一生二，二生三，三生万物”是一回事吗？

堪布：按照中观胜义空性的观点，月称论师说“万法空性生”，空性中是可以产生万法的。但这种产生和《道德经》所讲的“道生一，一生二，二生三”，有很大的差别。《道德经》说的这种空性，没有触及佛教最究竟的离戏空性。

要想懂得万法的真正实相，最起码先要学习中观三部论，也就是《中观根本慧论》《入中论》《中观四百论》。然后再学习一些般若方面的经典。这样以后，你对空性法门会产生定解。接下来，还要学《宝性论》《梵网经》以及《如来藏经》，这些经论主要宣说了如来藏的光明部分。学完以上经论，你就能得到佛教关于光明和空性的教义，并知道佛教的智慧非常超越。

问 2：有人说佛道不分家，这种说法对吗？

堪布：在汉地的历史上，道教和佛教之间发生过各种情况，比如在唐朝和明朝，有些皇帝受到道教的影响，致使佛教的寺院被毁等。虽然从社会和谐的角度来讲，所有宗教也好，所有人也好，都应该和睦相处。但在观点方面，按照汉地的历史和道教的教义，道教可以称为佛教以外的教派。

⊙ **问：**修金刚萨埵如意宝珠的仪轨，观想法和忏悔放到哪个部分呢？是在观想圣尊那里吗？

堪布：你可以一边念仪轨，一边观想。念金刚萨埵心咒的时候，可以按照《大圆满前行》里讲的那样，有时候观想金刚萨埵，有时候观想自己无始以来所造的罪业。这样轮番地观想也可以。

⊙ **问：**在持咒的时候，尤其在持得比较多、比较清净的时候，违缘会特别重，这是什么原因？

堪布：所谓“道高一尺，魔高一丈”，我们在修行过程当中，不管是持咒也好，做善事也好，显现上肯定会有一些违缘和障碍。这个时候应该坚强地面对，不能退缩。

⊙ **问：**佛教是不是最科学的？如果是科学的，有什么证据？

堪布：这个问题比较简单。到目前为止，世界上无数科学家所研究和探索的学科，对人类社会虽然暂时有突破性的利益和帮助，但无论从哪一个层面来观察，不管是物质层面还是精神层面，也不管是宏观世界还是微观世界，佛教都是最究竟的。

这并不是佛教徒自我赞叹。大家都知道，牛顿的物理学也好，爱因斯坦的相对论也好，天文地理的各大学说也好，所有这些都可以在佛教的理论当中找到。

其实很多人都应该学习佛法。只有学习佛法，才可以精通世间万物的真理。大家应该也知道，现在的科学发展已经出现了种种问题[5]。为什么会这样呢？

5 当前，人类面临的生态环境破坏、大量物种消失、气候逐渐恶化等问题，都与科学技术有直接关系。未来如何呢？英国宇宙学家马丁·里曾在他的《最后的世纪》一书中预言，未来200年地球将面临迫在眉睫的十大灾难：粒子实验可以吞噬地球、机器人接管世界、纳米机器人危机、生化武器危害、超级火山爆发、地震引发世界经济危机、小行星撞毁地球概率增大、地球温室效应导致人类热死、战争和核武器、不可抗力。其中与科学技术有直接关系的就占了6项。

因为科学发展有一定的局限性，当它发展到某个阶段时，就没办法再发展下去了。比如当代科学深入研究外在的资源，但不管怎么研究，到最后整个地球的资源也满足不了人类的欲望。到那个时候，科学再发达，人们也始终得不到快乐。

所以，这个时代，除了科学，我们还需要爱心、悲心和知足少欲。在这个基础上，再去掌握对全球有利的科学，渐渐地，人们应该可以得到快乐与和平。

⊙ **问：**我们念金刚萨埵心咒不会观想，这样念40万遍能净除罪障吗？

堪布：会的。即使我们的观想能力再差，也可以观想金刚萨埵的样子，他的照片可以从网上下载。把照片放在自己的前面，然后想：金刚萨埵是非常殊胜的东方佛，在他面前忏悔，我无始以来的罪业全部可以清净。一边怀着特别恭敬和虔诚的心，一边对自己

所造罪业产生极大的厌恶心，在这样的心态当中念完40万遍，肯定能清净罪障。

⊙ **问：**可不可以一边做饭，一边念咒？

堪布：可以。虽然念诵时最好把所有琐事都放下，但如果自己各方面的因缘不具足，坐车、做饭时都可以念咒语。我们藏地很多修行人，有的一边放牛，一边念咒；有的一边走路，一边念咒。这种现象非常多。

如果你以闭关的方式念，最好是禁语，尽量不要说话。如果实在做不到，做其他事情的同时念咒，也有无量的功德。

⊙ **问：**作为学习大乘佛法的人，怎样在忏悔时缘于自他猛力忏悔，从而消除自他的罪业垢染，遣除修行路上的种种违缘？

堪布：这要与菩提心修法相结合。刚开始要发菩提心：“我今天修金刚萨埵心咒，不是为了自己的解脱，而是为了众生离苦得乐，究竟成佛。”中间在修行的过程中，把金刚萨埵观在前方虚空中，怨恨的敌人和六道众生观在自己的前边，就像修皈依的观想一样。然后金刚萨埵的身体发光，自他众生的所有罪障全部得以清净。修法结束时，把善根回向给三界轮回的一切众生。

这样以三殊胜摄持，是利益自他一切众生的殊胜修法。

⊙ **问：**放生的时候，有一部分生命在路途中死了，这个因果怎么解释？我们应该怎么做？

堪布：一般来讲，放生是为了让这些众生得到解脱，生命不再受到任何威胁。可是，因为个别众生的业力现前，有时候也没有办法。比如有些人把众生放

到山里，最后它们缺水而死。有些人把人工养殖的直接放到野外，最后也活不下去。也有一些众生，在放生的路途当中死去。

我们以后放生，要尽量考虑各方面因素，最好让它们今生不再遭遇生命危害。但在无意当中，有些众生死了，这不会有大的过失，因为我们本意是想放生，并没有杀它们的意乐。不过，因果非常甚深，虽然大的过患没有，但也许会有一些小的过失，这个通过忏悔可以清净。

结语：感谢每一个发心人员

今天的提问就到这里。不管在网络上还是各个地方，都有很多发心人员在无私奉献。我非常感谢你们。你们长期这样发心，甚至有些从《入行论》开始到现在，一直在发心，的确很不容易。

我遇到过很多发心人员。有些人刚开始有三分钟热情，激动得不得了，但慢慢地，心态就变了。而有些人因为佛法的加持已融入心，怎么也不会离开这个圈子。有些人却因为前世的业力和即生的违缘，最后不了了之，甚至直接撒手而去。

所以，今天特别感谢各位发心人员，包括学院的部分发心人员。我自己每天都忙来忙去，如果没有众多发心人员的付出，我一个人根本没办法给你们转播。你们在不同的地方，做着不同的发心工作，有时候连一点休息时间都没有。基督教认为，星期天是上帝让人类休息的日子，但即便在这一天，你们也往往没有时间休息。

当然，我也没有休息。今天下午本来比较累，想好好地休息一下。后来突然想起，今天有网络开示，不能休息，于是又从山下爬到山顶。我们的网络在最高的山顶上，我一路上要爬很长时间，才能到这个地

方。但是我想，下面很多道友的工作也不是那么容易的——这个我有经验，大家都很辛苦。

不管在网络上还是在现场，很多道友都在为弘扬佛法和利益众生发大心。在这个过程当中，我们不能伤害众生，更不能做违法乱纪的事。每个人都有学习佛法和修行的自由，大家也不用担心，不要顾虑这个，顾虑那个。除了个别人的家庭和单位有些不便，在这个开放的世界，学习有利的知识没什么不可以。而这样的学修和交流，对有些人来讲非常重要。这一辈子，其他东西恐怕很难与之相提并论。

因为时间关系，今天的开示就到这里。很多佛友非常辛苦，下午一直帮别人排队，在各个讲堂给大家安排位置。外面的道友上网也不太容易，有些去网吧；有些在寺院里；有些在自己家；有些在家不方便，只能去朋友家；有些朋友的态度好一点，有些朋友的态度不太好，晚饭都不给吃；有些已经吃过晚

饭，有些还没有吃——我刚才也只吃了一碗稀饭。感觉还可以。

下面，把自他的一切善根进行回向。《三十五佛忏悔文》里说，过去的善根可以回向，现在的善根可以回向，未来的善根也可以回向。因此，金刚萨埵法会虽然还没开，40 万遍金刚萨埵心咒还没念完，但这些未来的善根，今晚也可以一起回向。

非常感谢，祝大家一切吉祥、顺利！

为什么学佛

2010年5月22日

今天借此题目，简单讲一下佛教的基本道理。

一、什么是佛

作为一名佛教徒，对于佛陀的伟大，佛陀的智慧、大悲、救度众生的能力，都是必须要知道的。如果不了知佛陀的不共特点，反将其与外道、名人、天神、仙人等相提并论，那说明你还不认识佛陀的本来面目。因此，身为一个佛弟子，首先务必要了解自己所皈依的对境——佛陀。

从世间的角度来讲，佛陀这一伟大人物，在人类

历史上确实出现过。关于他的出世年代，藏地、汉地乃至全世界的智者，所持的观点各有不同。仅仅在藏地，格鲁派的克珠杰、萨迦派的萨迦班智达、宁玛派的全知麦彭仁波切，及其他教派的诸位大德，由于所根据的历算不一样，故推出来的结果有很大差别。而从世界范围来讲，小乘各派与大乘佛教之间，对此也有极大的争议。

鉴于此，1950 年“世界佛教徒友谊会”在斯里兰卡召开了第一次会议，会上决定：佛陀的出世年代虽说法各异，但为了证明这段历史，也为了便于大多数众生接受，统一规定佛陀降生于公元前 623 年，圆寂于公元前 543 年，并以此为标准制定了佛历。按照这个来推算，今年（2010 年）是佛历 2554 年。

在过去那段时间里，佛陀尽管曾以人的形象出现于世，但他并不单单是印度王子这么简单，在往昔的无量劫中，他行持布施、持戒、安忍、精进、禅定、

智慧等六度万行的行迹无法衡量，这一点，看过《释迦牟尼佛广传》的人都很清楚。不过，今天我们暂且不提这些，只是看一下在这个世间上，佛陀是如何示现的？

在汉地，据史料记载：佛陀于周昭王 24 年降生，周穆王 53 年入灭。而佛教正式传入中国，则是在六百多年后的汉明帝时期。佛教既然如此殊胜，为什么这么晚才传到中国呢？公元 67 年，摄摩腾和竺法兰驮经书来到洛阳，汉明帝在为他们建造白马寺后，也问了同样一个问题。摄摩腾尊者回答说：“其实在佛法传入中国之前，佛陀早已派遣三位菩萨先来中国，结合此方众生的根基意乐作善巧度化，为将来佛法正式传播、弘扬奠定了基础。这三位大菩萨就是：迦叶菩萨化现的老子，儒童菩萨化现的孔子，光净菩萨化现的颜回。[6]”

6 《佛祖统纪》云：“清净法行经云：月光菩萨彼称颜回（别引法行经本称光净菩萨），光净菩萨彼称孔子（别本称儒童菩萨），迦叶菩萨彼称老子（别本云：迦叶应生震旦示号老子，设无外之教以治国，假神仙之术以治身）。

此外，永明延寿大师在《万善同归集》中也引用教证说[7]：佛陀曾派两位圣者前往汉土行化，一是迦叶菩萨化现的老子，一是儒童菩萨化现的孔子。这样看来，佛法尚未传入中国前，孔子和老子的思想应该是源于佛陀的加持。

那么，佛教的这些时间，在藏地又是如何对应的呢？大家都知道，藏地最初的国王是天赤七王，虽然关于天赤七王的年代，历来说法不尽相同，但根据可靠的《藏族通史·吉祥宝瓶》描述，这一时代始于公元前 825 年，结束于公元前 545 年，正好包括了佛陀降生至涅槃的时间。

不过也有史料说：“释迦牟尼佛出世时，藏地是

此止观辅行二处之证也。又据藏本冢墓因缘经云：阎浮界内有振旦国，我遣三圣在中，化导人民慈哀礼义具足（本文）。是知此土圣贤前后施化，皆我佛之所使，然而昧者不足以知，览此二经可不增信善哉。”《佛祖统纪》，宋志磐（号大石）撰，天台一家之正史，收于《大正藏》第四十九册。

7 《万善同归集》云：“起世界经云：佛言，我遣二圣往震旦行化，一者老子，是迦叶菩萨；二者孔子，是儒童菩萨。明知自古及今，但有利益于人间者，皆是密化菩萨。”

一片汪洋大海，佛经中授记：这个海慢慢干涸后，红面人类才会在此繁衍生息。所以，佛陀降生时，藏地还没有人类。”但是对照历史来看，这种说法恐怕有一定的密意。因为藏地苯教的创始人辛饶米沃且，有说与佛陀同时代出世，也有说早于佛陀一千年出世，不管是哪种说法，都表明佛陀在世时，藏地已经有了人类。

当然，对于这些历史，我们不是考古学家，故没必要去刨根究底。之所以给大家介绍这些，也是因为作为佛教徒，这些基本常识应该要明白。不然，一旦有人问起：“释迦牟尼佛在藏地是什么王朝出现的？汉地是什么王朝出现的？”好多人一问三不知，只能硬着头皮说：“反正就是来过人间……”具体时间却说不清楚，这是值得惭愧的。

佛陀在印度的迦毗罗卫国降生后，按照《宝性

论》的观点[8]，在共同所化众生面前，主要示现了十二相：一、降天；二、入胎；三、诞生；四、长大精通工巧学；五、持王位，喜享妃眷；六、出家；七、六年苦行；八、入于金刚座；九、降伏魔众；十、大彻大悟；十一、转大法轮；十二、示现涅槃。这样的佛陀，是众生真正的导师。

那么，“佛陀”是什么意思呢？它在梵语中发音是“布达”，汉语译作“佛陀”，藏语称为“桑杰”，是正觉者之义。所谓正觉者，“正”是纠正一切罪障，“觉”是觉悟一切智慧。其中，觉又有自觉、觉他两层含义，“自觉”是自身已彻底通达宇宙万物的真相；“觉他”则是依靠这种智慧宣说佛法，令无量无边的众生脱离苦海。

因此，在这个世间上，唯有佛陀，才能从根本上

8 《宝性论》云：“天界出生圣白幢，从于兜率天宫降，入于母胎及降生，善巧通达工巧处，王妃眷属中嬉乐，出家修习诸苦行，往诣菩提道场中，降伏一切诸魔军，圆满菩提转法轮，趋入大般涅槃界。”

拔除所有众生的痛苦。这并非因为我们是佛教徒，就拼命赞叹自己的本师，以此吸引更多的人加入佛教。其实佛教的精神是开放的，众生选择信仰是自由的，不像个别宗教那样通过武力等迫人入教。甚至佛教中还规定：“无信心者勿说法。”对没有信心的人，都不能给他宣说佛法，只有具缘者才可以度化。

在一切人天中，佛陀是唯一的导师。《华严经》云：“唯除等正觉，最胜尊导师，一切天人中，无可归依者。”所以，要想获得暂时与究竟的安乐，唯一应皈依释迦牟尼佛，只有这样，无始以来的罪业、痛苦、烦恼才能一一遣除。所以，我们有幸值遇佛法、皈依佛陀，确实福报相当殊胜。

关于佛陀是否存在，曾经也有这样一则故事：一次，某国王故意刁难一位比丘：“你跟佛陀又不是同一时代，也没有见过佛陀，怎么知道有没有佛陀这个人呢？”

比丘反问道：“大王，您的王位是谁传给您的？”

国王答言：“我父亲传给我的。”

“您父亲的王位是谁传给他？”

“是我的祖父。”

比丘继续问：“这样一代一代往上追溯，您是否相信您的国家有一位开国君主？”

国王回答：“当然相信！”

“您见过他吗？”

“没有见过。”

“没有见过怎能相信呢？”

“我们的开国君主制定了典章、制度、律法，这些都有历史记载。所以，虽然我没见过他，但是，我

相信他一定存在。”

比丘微笑着说：“同样，我相信佛陀确有其人，也是因为佛教中有佛、法、僧，有经、律、论等《大藏经》，有佛陀所制定的戒律和历史事迹，所以佛陀绝不是虚构的人物，这个道理与你们有开国君主是相同的。”

国王听了以后，心服口服。

现在世间也有很多人，由于以前“文革”的影响，根本不相信佛陀存在。我们作为佛教徒，为了遣除人们的这种怀疑，一定要多看相关的历史资料，和佛陀所宣说的可靠经典，以了知佛陀在众生面前如何示现。

实际上，佛陀来人间也是有迹可循的。如果你去朝拜印度圣地，就会见到佛陀降生的蓝毗尼花园，六年苦行的尼连禅河，证悟成佛的金刚座之菩提树，

弘扬显宗教法的鹿野苑、灵鹫山、广严城等，宣讲密宗《时轮金刚》的南方米积塔，示现涅槃的拘尸那伽之双娑罗树……这些遗迹至今仍保留着。由此足以证明，在 2500 多年前，伟大的佛陀曾来到这个人间，为无量众生转了三转法轮，开示了密宗的不共教言，同时也留下了大量的文字典籍。就拿藏文《大藏经》来说，现在虽有各个不同版本[9]，但公认的有 103 函。而在汉地，佛陀的教言也都完整无损地留存于世。面对这些事实，假如你还不承认佛陀的存在，那就有点说不过去了。

二、什么是佛法

1．不学佛的过失

如果我们没有学佛，来世间只是追求权力、地

9　德格印经院是 103 函；《大藏经》对勘局是 108 函。

位、财产、感情、家庭，人生几十年很快就过了。假如人死如灯灭那还好，但关键是事实并非如此，我们的心识还要随业力在轮回中不断流转，这一点依靠教证、理证完全可以成立。既然来世是无疑存在的，大家若对它的苦乐不加关心，就实在太愚痴了。《诸法集要经》中云：“愚人无正智，如盲处黑暗。”愚痴的人没有正确的智慧，就像盲人处于黑暗中一样，根本不懂取舍因果。以至于大多数人造了太多不善业，死后只有堕入恶趣，感受难忍的痛苦。诚如《四百论》所言：“由于诸人类，多持不善品，以是诸异生，多堕于恶趣。”《大般泥洹经》亦云：“愚夫邪见，向恶趣门。”

其实，佛法所讲的宇宙人生之真相，最主要的目的是引导我们“离苦、得乐”。快乐分暂时和究竟两种，暂时的快乐只是有吃有穿、身体健康、心里舒服，而究竟的快乐，才能断除轮回的一切痛苦。人们要想获得这种快乐，就要明了“苦、集、灭、道”四

谛——认识痛苦，寻找苦因，以道谛断除苦因，现前灭谛智慧。它涵摄了佛法的所有教义，只有通过这样修行，才能遣除轮回的各种黑暗。

因此，我们首先要懂得，若没有学习佛法，就不会有真实的快乐。《华严经》也说：“世界若无佛，及众贤圣人，彼诸群生类，无有一切乐。”

2．学佛的利益

那么，学了佛又有什么好处呢？并不像世间人所认为的，只是为了治病、算命、打卦、搞些仪式。要知道，佛法的根本教义，是“诸恶莫作，诸善奉行，自净其意”，这一点特别重要，每个人务必要清楚。

在唐朝，大文豪白居易曾去拜访鸟窠道林禅师。他问：“什么是佛法大意？”

禅师回答：“诸恶莫作，诸善奉行。”

白居易听了十分失望：大名鼎鼎的鸟窠禅师，怎么会如此平常，毫无玄妙高超之处？于是不悦地说：“这是三岁小孩也知道的道理。”

禅师说：“三岁小孩虽晓得，八十老翁行不得。”

可见，“诸恶莫作，诸善奉行”这句话，谁都会说，但每个人若扪心自问：自己是不是能真正做到？大多数人可能都非常惭愧。所以，学佛不能只停在口头上，而一定要落到实处。

不过从另一个角度来看，今生有缘能遇到佛法，确实是十分幸运的。佛教的不共殊胜之处，并不是我们赞叹自己，而是古往今来无数智者共同认可的，也是世界许多宗教一致承认的。尤其是前不久我在课堂上也讲过，2009 年 7 月，国际联合宗教会在日内瓦召开了会议，200 名宗教领袖通过投票表决，一致认为佛教是“世界上最好的宗教”，并授予了“最佳宗

教世界奖”。对于这一结果，穆斯林、天主教、犹太教的代表都纷纷表示：佛教得此殊荣并不稀奇，因为在过去的历史中，从未以佛教名义发生过任何一场战争，且佛教全是以慈悲为怀的理念，帮助天下一切众生。当时参会的佛教代表，虽然只占极少数，但得票数与呼声却是最高的。

既然佛教如此殊胜，关于它的未来发展，我们也应该有所考虑。现在有些人认为，佛陀的教法就够学了，世间的学说和知识不必去了解；另一部分人则觉得，佛教的原始教理不太重要，应该将佛教人间化。其实这都是堕入一种极端。对于佛教的未来，我们应在完整具足佛教见修行果等理论和实修的同时，与时俱进，跟上社会的发展步伐，将二者有机地融合起来，这样才能使佛教得到更好的弘扬。

其实，佛教的了不起，不是我们夸夸其谈，的确是“如人饮水，冷暖自知”。在座的道友也可以想一

想，如果你没遇到佛教，现在可能会有许多痛苦，而正是有了佛法的引导，你生理、心理、生活上的暂时痛苦才得以解除，并依靠这一因缘，最终在生死苦海中才有出头之日。因此，大家一定要明白学佛的重要性。学佛所能带给我们的，除了快乐，没有别的。在茫茫无边的轮回中，它是唯一的解脱津梁，故智者理应选择佛法。《别译杂阿含经》云："唯有入佛法……是则归依处。"

尤其是现如今，天灾人祸频频出现，世间灾难此起彼伏，在这种环境下，我们虽不排斥其他宗教的作用，但佛教的精神是最管用的。我今天听到一则消息，说是印度一架飞机降落时冲出跑道，至少造成 160 人死亡。还有前几天的玉树地震，死了好几千人，汶川地震也死了 55000 多人，海地地震死了二三十万人（另说是五十万人），印尼海啸死了近 30 万人……这些人都与我们骨肉相连，然而一旦发生自然灾害，他们的生命瞬间就会失去。这些无常的道理，

佛陀早就告诉过我们，同时也告诫人们要取舍因果，否则，如果再这样下去，恐怕将来的痛苦还会越来越多。

总而言之，今天讲了两个问题：认识佛陀和认识佛法。以上只是简单介绍了一下，希望大家对此有所了解！

怎么样学佛

2010年5月24日

前面从两方面阐述了什么是佛、什么是法。尤其是佛法，指释迦牟尼佛的八万四千法门，它可摄于九乘法门、三乘法门，或者分为显宗、密宗法要。这样的佛法，大家一定要认识，不然，有些人趋入显宗而不了解密宗，就认为密宗的法不殊胜、不究竟，对此产生各种诽谤，这是非常不合理的。我们对任何一个事物，不了解之前绝不能轻易诽谤，否则，且不论佛教的因果如何可怕，单单是世间伦理也说不过去。英国文学家莎士比亚就讲过：“千万不可妄自评论你所不知道的道理，否则，你可能会用生命的代价，来补偿你所犯过的错误。”

佛法包括显宗和密宗，只有将这二者圆融无违地修学，学佛才会很全面。不然，你只学习密宗，却不了解显宗；或者，只喜欢显宗，而排斥密宗；又或，只接受显宗的小乘法门，对大乘教法一概否定，这样的学佛都不完美。因此，你如果自称为一个佛教徒，就要圆满地修学佛法。就好比学习世间的知识，读完小学、中学之后，只有再读上去，才算是学业完整。所以，我们一定要全面地了解佛教。

假如你想诋毁某个法门，至少也应先亲自研究一番，看它的教义是否不合理。倘若真是如此，到时再诽谤也不迟。打个比方说，你看我钱包里有些东西，但根本没翻过，就断言“钱包里的钱全是假的”，这让别人怎么相信？如果你说“我是听别人讲的”，或者“我估计是假的”，那就极为愚蠢可笑了。同样的道理，不论是藏传佛教、北传佛教、南传佛教，大家不要在不了解的情况下随意诋毁，否则，除了有很大过失以外，只能说明你不认识佛教。

那什么是佛教呢？昨天也讲了，佛教的教义归纳起来，是“诸恶莫作，诸善奉行”，在此基础上再“自净其意”，这就是所谓的佛教。以前我给很多有缘道友发过一张释迦佛的唐卡，下面就附有这个偈颂。此偈虽然看似简单，但涵盖了佛教的全部教义，所以，你们千万不要觉得它很好懂而轻忽了。

今天我们继续讲，这样的佛法怎么样修学。此问题从三方面来阐述：一、依止善知识；二、发菩提心；三、次第闻思修行。这三个内容，可以说是修学佛法的三个要诀。

一、依止善知识

大家要明白，学佛必须依止一位具有智慧、悲心、经验丰富的善知识，否则，依靠自力想通达佛教的教义相当困难。世间人接触不了知的领域，尚且需要一个引路人，如学知识要找老师，治病要找医生，

开车要找司机……那我们修学佛法时，善知识更是必不可少了。《法华经》也说：“善知识者是大因缘，所谓化导令得见佛，发阿耨多罗三藐三菩提心。”

当然，在依止善知识之前，首先务必要观察，要寻找一位有德行的人。如果你特别着急，刚听到某人的名字，刚刚见到他，就认定他是善知识，马上特别激动地去依止，这样会比较草率。《事师五十颂释》中讲过，依止上师之前，师徒间要互相观察六年或十二年。以前元帝忽必烈依止八思巴为上师时，就很有智慧，他观察六年后对上师说：“我观察您六年了，现在确信您是一位具德上师，请收我为徒吧！”八思巴回答：“你观察了我六年，我也要观察你六年。”

可见，若要了解一位善知识，并不是一天两天就够了，必须要经过长期观察。而且，你在观察善知识时，不能以神通强、长相好、口才棒、财富多、威望高、名气大为衡量标准，关键要看他能否引导众生

断恶行善。《大般涅槃经》中云：“善知识者，能教众生远离十恶，修行十善。以是义故，名善知识。”若具足这个法相，这样的善知识就可以依止。可是有些人并非如此，遇到一个上师就随便依止，过两天看他有许多过失，又开始极力诽谤，这种行为非常不合理。不过，这就是末法时代的标志。

有人或许认为：“依止善知识是多此一举，我自学佛经就可以了。”这种想法不正确。佛法不可能以自力来通达，自古以来的佛教历史上，没有一个人能以自力证悟。佛陀在《华严经》中亦云：“譬如暗中宝，无灯不可见，佛法无人说，虽慧莫能了。”譬如漆黑暗室中的宝物，没有灯光则无法照见，同样，佛法中的甚深教义，若没有具证善知识的开示，纵然你才华横溢、智慧超群，也不可能通达，更无法趋入解脱正道。因此，有些人不要以为自己很有智慧、很了不起，你若想修学真正的佛法，必须要依止一位善知识。

在我的一生中，最幸运的有两件事：一是遇到了佛法；二是依止了法王如意宝等很多具修证的善知识。钱财、名声等虚幻不实的东西，自己虽然也得过很多，但这些都没什么意义，最有意义的就是这两者。所以，大家在修行过程中，千万不能舍弃善知识。《大宝积经》说过：“能舍恶知识，亲近善知识，菩提道增长，犹月渐圆满。”只有亲近善知识、远离恶知识，我们相续中的菩提心、大悲心、信心、智慧，才会如初一到十五的上弦月般，越来越增上、越来越圆满。因此，道友们有机会依止善知识时，一定要好好珍惜！

二、发菩提心

学习佛法最根本的就是发心。所谓发心，其实就是制定目标，比如你想前往拉萨，方向和目的地一定不能弄错。佛法就像个超级市场，内容十分丰富、

应有尽有，无论你是要发财、要治病、要解脱，在里面都可以得到，而每个人最后所得的之所以不同，就是因为各自的目标不一样。我们作为大乘行人，学佛时一定要利益众生，千万不能困于自利的发心。只要你把方向搞对了，有了大乘的发心，那么成就一定很快。

大乘的发菩提心，其实不仅为藏传佛教所重视，汉传佛教也有许多这方面的教言。如印光大师言：“菩提心者，自利利他之心也。此心一发，如器受电，其力甚大，而且迅速；其消业障，增福慧，非平常福德善根之所能比喻也。”省庵大师在《劝发菩提心文》中也说：“言多善，则莫若发广大心……发大心，超过修行历劫。”

所以，以自利心修学佛法，即使有成就也不大，而只有发心为利益一切众生成佛，这种力量才不可思议。如今学佛的人有很多，但以利他心摄持的却很

少，正因为他们最初的发心错了，以致最后的果也不圆满。就好比你只想呆在成都，不想前往拉萨，这种发心就把你限制在那儿了。因此，我们现在虽然是凡夫人，难免有自私自利，但只要有一个广大的誓愿，力量自然也就大了。

如同台湾的证严法师，虽然看起来瘦瘦的，似乎只是个普通的比丘尼，你在路上碰到了都不一定跟她打招呼。但因为她的发心极为广大，所以力量非同小可。看到“慈济”在全球的事业，当初很多人问她靠什么力量，她回答说：“愿大力就大。”可见，心的力量的确不可思议，《华严经》也说：“欲得一切佛，明净智慧灯，应建弘誓愿，速发菩提心。”要想获得一切佛的智慧，就要先建立宏大的誓愿，速速发起度化无边众生的菩提心。

昨天有个人跟我说：“我要建立一个慈善机构，一定要利益众生！”我试探她说：“这个还是很难吧，

不是那么容易吧？”但她的誓言很坚定，我见后也暗自高兴。我们做利益众生的事情，就要有这样的心力，不能遇到一点点挫折就畏缩，发愿力也变得越来越小，像分子、原子、原子核、夸克……最后就没有了。其实只要你心够坚强，任何困难、痛苦都可以转变。有句格言说得好：“只要心能转变，世间就可以变得美好。”因此，只要心能承受一切，就没有面对不了的事。即使你这辈子做不成，那就下辈子；下辈子还不行，再下一辈子……就像佛陀在因地时多生累劫利益众生一样，只要有不退的誓愿，最终一定能呈现出宏大的事业。

有些人可能是接受过外道或小乘的原因吧，一直发不起大心来，甚至听到大乘广大的发心和行为，就有点害怕、担心、犹豫、困惑。实际上，这种心态是可以改变的，只要你经常串习利益众生的念头，这些就慢慢可以消失。其实不管你修哪一个法门，利他心都特别重要。现在有些学净土宗的人，认为自己往

生就可以，其他众生都不管。如果你有这种想法，那绝对无法往生。且不说藏传“往生四因”中必须要有菩提心，就连汉传的弘一大师也说过：“唯求自利的人，不能往生。”因此，求往生者一定要发菩提心。如果你能放下自私自利，一心一意帮助别人，劝人念佛、行善，即使自己积累的善根不多，来世也很容易往生。

宋朝的王龙舒居士在《龙舒净土文》中，就讲过这样一则公案：唐朝有个人叫房翥，有一天忽然死去，神识到了阴曹地府。阎罗王接见他时说：“你一辈子行持的善法不是很多，但因曾劝一位老人念佛，这个老人现已往生。以此功德，你也可以往生。”房翥说：“我发愿要念一万遍《金刚经》和朝五台山，这两个愿没有完成，现在还不想往生。”阎罗王说：“诵经、朝山固然是好事，但总不如早日往生好。”房翥没有回答，阎罗王只好放他回到人间。（如果是我，肯定高兴坏了，马上选择往生。）由此可见，劝人念佛

往生的功德非常大。

此文还引用《劝修西方偈》说[10]：“若能劝两人念佛行善，超过自己精进的功德；劝十人行善，有无量的福德；劝千百人行善，是真正的菩萨；劝万余人行善，此人即是阿弥陀佛。”现在有些人号召力很强，动员别人做善事一呼百应，大家都纷纷行动，这也是诸佛菩萨的加持入于心，诸佛菩萨之事业可以展开的一个标志。既然利他心有如此的功德，大家就应共同发愿行持善法，有机缘的时候，一定要度化众生。

我希望在座的道友，从今天开始，应该发愿：“为利益一切众生，我要示现成佛！”不然，你学佛几十年，全都是为了自利，临死时还在贪执自己，修行绝对不会成功。而有了利他心就完全不同了，纵然你没有为自己做很多事，修行自然而然也会成就。所以，大家一定要为利益众生而发愿。

10 《劝修西方偈》云：“能劝二人修，比自己精进；劝至十余人，福德已无量；如劝百与千，名为真菩萨；又能过万数，即是阿弥陀。”

此外，你们在实际行动中，能不能至少劝一个人行持善法？我想在座的每一个人，能力虽然千差万别，有些人只要振臂一呼，当下应者云集；而有些人即使磨破嘴皮，说上一百遍，连最亲的父母、孩子、亲友也无动于衷。但不管怎么样，只要你发心不退，在这一辈子中，至少劝一个人皈依佛门应该没问题。

总而言之，修行要用利他的菩提心来摄持，这一点非常关键。否则，即使你依止了善知识，但如果发心不对，每天都是为自利而奋斗，修行的力量恐怕也不强。

三、次第闻思修行

修学佛法必须要有次第，而这个次第，就是闻、思、修。上师如意宝在《忠言心之明点》中也讲得很清楚，闻思修是佛教的根本，如果没有它，人与佛法就很难融合，所以大家对此不能轻视。

1．听闻正法

我们这些具无明烦恼的轮回众生，对于跟贪嗔痴相关的事，生来就有意乐，串习这些也很容易，而出世间的解脱法门，则很难依靠自力掌握，此时就必须依止一位上师，在上师那里听受佛法，令心逐渐得以调整。否则，我们相续中的智慧日光，被无始以来乌云般的浓厚习气所覆盖，很难自然而然现前。

关于闻法的功德，《正法念处经》第六十一卷中讲得比较多，如云：“以闻法故，心得调伏。”所以闻法能够调伏自心，而从没闻过佛法的人，不管是说话、做事，都会与贪嗔痴比较相应，无法趋入出世间解脱。因此，我们首先听闻正法非常重要，作为智者，乃至命终之前，也要听受佛法。《正法念处经》云：“是故智者，乃至失命，常应听法。”萨迦班智达也说：“即使明早要死亡，亦应学习诸知识，今生虽不成智者，来世如自取储存。”

有些道友闻法的意乐很强，只要是真正的佛法，就会通过光盘来听受，其实这跟在善知识面前听受一样，甚至比这个还方便。试想，假如你找一位上师亲自听法，戒律中说要依止十二年，这对城市里的人来说比较困难。而且就算你有这个条件，能始终陪在上师身边，上师也不可能天天给你传法。然而，听光盘就不一样了，你想听课的话，随时都可以听。依靠这种方便科技，如果你能听十年课，实际上跟依止上师十年没什么差别。

为什么呢？因为你依止上师，并不是依止上师的身体，也不是依止上师的心，而是依止上师所传的法。毕竟我们末法时代的众生，没有米拉日巴尊者那样的根基，只靠一种表示就成就了。所以对一般人而言，听法非常重要，它可以让我们通达佛法、不造恶业、舍弃无义之事，乃至获得涅槃。如《大宝积经》云：“多闻解了法，多闻不造恶，多闻舍无义，多闻得涅槃。”

2．如理思维

对于所听闻的法义，不能只停留在书本上，而要反反复复去思考。否则，我们无始以来的习气根深蒂固，仅仅只听一两句佛法，不可能那么容易对治它。有些人说：“我学佛已经七八个月了，为什么还有分别、执著、妄想？”其实不要说七八个月，就算七八年也不一定奏效，修行应该是有生之年，如果你没有这样坚持不懈，依靠不断如理思维来调心，习气则不可能被断除。

在藏传佛教中，如理思维的最好方法就是辩论，大家通过互相提问、答疑、探讨，就可以遣除相续中的怀疑。《大宝积经》中曾说过：“不如理思维，愚痴无解脱……若如理思维，息广大烦恼。”可见，如理思维还是相当重要的，没有它就无法脱离愚痴，有了它则可以息灭广大烦恼。

大家若要如理思维，就应从人身难得、寿命无常、轮回过患、因果不虚、皈依三宝、菩提心之利益……一层一层上去，若能如此，最后定可安住于禅宗的明心见性、大圆满的觉空无二、中观的离戏空性等境界中。所以，一心一意思维很重要，否则，你听完一堂课后，什么都不想就倒下呼呼大睡，这样肯定收获不大。反之，你若能好好回想今天讲了什么，对每个道理慢慢去思维、消化，不但会对自相续有利，而且功德也非常大，《佛说宝雨经》云："如理思维故，即为供养一切如来。"因此，大家听闻以后，一定要如理思维。

3．如实修行

1）修行之理

假如你依止上师后，仅仅是听了佛法、稍作思

维，却从来没有修行过，那也不能断除烦恼。就像饭是要自己吃的，如果光是看别人吃，或听别人吃饭的声音，根本不可能填饱肚子一样。不过现在很多人不懂这一点，尤其是学术界的人，只对理论研究很有兴趣，成天探讨公元多少年发生什么，这个人跟那个人的时代如何如何……可是对佛经中所讲的人身难得、寿命无常、轮回痛苦、万法皆空等甚深道理，从来没有思维过，更没有修行过，这样的话，这些内容就无法与自相续融为一体。

佛陀在《华严经》中也说过：就像穷人日夜在数富人的珍宝，自己却身无分文[11]；良医知道如何开药方，但自己有了病，不吃药也治不了[12]；聋子弹奏悦耳动听的乐曲，但自己根本听不到[13]……同样，我们理论上再精通、嘴巴上讲得再漂亮，但内在没有修

11 《华严经》云：“譬如贫穷人，日夜数他宝，自无半钱分，多闻亦如是。”

12 《华严经》云：“譬如有良医，具知诸方药，自疾不能救，多闻亦如是。”

13 《华严经》云：“譬如聋聩人，善奏诸音声，悦彼不自闻，多闻亦如是。”

证的话，还是解决不了实际问题。到了最后，“靠山山会倒，靠河河会干”，什么都靠不住。即使你天天求上师加持，但自己不修行的话，烦恼种子也很难断除。

所以，广闻和实修比起来，实修更为重要。我们每个人都会面临死亡，当那一刻到来之时，唯有平时修持的善法才有用，名声、地位、财富等世人羡慕的对境都无济于事，只能全部留在人间。我们如今既然有缘相聚，互相信任，我常常考虑对你们最有利的是什么？众生的业力各不相同，死时都是各奔东西，谁也帮不上谁，我现在唯一能做的，就是劝大家行持善法，这远远超过给你们金银财宝。

因此，我内心非常希望大家：从现在开始，抓住机遇学习佛法，不要天天忙于世间琐事。现在很多人都是在用“生命”赚钱，但你的生命又能维持多久？大家不妨想一想。你以分别念计划的有些事，不要

说这一辈子，可能千百世也做不完。故而，世间的很多事情，我们只能选择一部分重要的、非做不可的去做，尤其是家庭、社会的一些责任，有些人必须要承担，而至于其他的，就应该有所取舍。

所以，我不会劝所有的人都出家。其实我若多讲些出家的功德，等一会儿下课后，可能会有好几十人跑来剃度。但我并不这么强调，因为出家需要认真观察，绝非一时的冲动。如果你因缘具足，到山里出家也未尝不可，但若暂时没有这种因缘，那也应以在家的身份，安排好自己的修行。对每个人来说，尽管各自的工作压力、生活情况不相同，但肯定都有一分自己的空间，若能从中抽出一点，把它用于修行方面，这对你的死亡和来世才真正有意义。

在佛陀时代，曾有两个比丘，一个听闻佛法后就去实修，结果证得阿罗汉果；而另一个只注重闻思，不重视修行，一直在字面上耽著，时间久了，他成了

有名的三藏法师，座下有五百名弟子。

有一次，三藏法师想用些难题难住那位阿罗汉，从而抬高自己的身份，当众羞辱他不懂佛法。佛陀了知他的用心后，不忍他如此造业，便前往二比丘住的地方，一再赞叹那位阿罗汉的功德。当时，三藏法师的弟子们很不平，议论佛陀为何赞叹那个什么都不懂的长老，却对熟读经典的三藏法师不赞一词。

佛陀知道他们的心思后，便开示道：“在我的教法中，你们的法师犹如被雇来看管牛的人，而这位阿罗汉长老，犹如独自拥有牛的主人一般。”弟子们闻后恍然大悟，原来只说不修是不行的。

通过这个公案可以了知，修行才是最重要的。只是口头上夸夸其谈的学者，最多不过像仆人一样，自己没有任何东西。所以，我们作为修行人，应该成为法的主人。

2）修行之方便

在修行过程中，显宗、密宗的法门特别多，但最契合我们，对直断烦恼、往生净土最有帮助的，应该是净土宗、禅宗、密宗。在修持这些法门时，我们一定要有方便方法，若以殊胜窍诀来摄持，便可如《华严经》所言：“以一方便，入一切佛法。”

以前有位弟子向赵州禅师求法：“我非常困惑，请您给我指点开悟之道。”禅师问他：“你米粥喝了吗？”他说：“喝了。”“那就去洗碗吧。”听到这句话，弟子当下开悟了。所以，弟子的信心与上师的方便法聚合时，稍稍一句话，也可以让人明心见性。

还有一个弟子问百丈禅师：“您能教我如何修行吗？”禅师回答：“饿了，就吃饭；累了，就休息，不需要文字和语言。”弟子依此慢慢思维修行，结果就开悟了。

不光禅宗有这种开悟的方便，密宗也有一些特殊的行为。例如，第四世多竹钦在 12 岁时，上师命令他喝酒。他刚开始不敢喝，后来想到上师跟佛没什么差别，就一口气把酒喝了，以此瞬间证悟了心性。

还有一个猎人叫达吉，他经常牵着国王的猎狗在森林里打猎，猎杀了难以计数的鹿子、獐子等野兽。他自认为是打猎高手，常在钦则益西多吉面前夸耀，尊者也饶有兴趣地听着。有一次他猎杀了一只鹿，又来到尊者面前炫耀。尊者见状，脱下鞋子，抓住他的胸口，用鞋在他脸上狠狠地扇了五下。当时他就昏厥在地，醒过来之后，上师的一切证悟已完全融入其心，他成了一名具证的大成就者。

这样的事例，不是一种传说，而是真真实实发生过的。所以，有了以智慧摄持的方便，开悟并不是那么困难。《法王经》中说：“若有慧者，则方便解；若无慧者，则方便缚。”如果是有智慧的人，一

些窍诀可令其马上解脱，比如上师跟他说“吃饭、走路”，甚至把鞋脱下来重重打一下，他当下就开悟了。但对没有智慧的人而言，方便就会成为束缚，不要说用鞋子打，就算上师给他传密法中最殊胜的窍诀，他也会对上师生邪见诽谤，最终让自己堕入地狱。所以，窍诀还是要靠智慧来掌握，这一点相当重要。

以前藏传佛教中有个人，一直恳求上师给他讲最甚深的窍诀。后来上师跟他说：“我也会死！你也会死！”——假如是有邪见的人听了，肯定不屑一顾：“这个我早就懂，算什么窍诀？”但那个弟子对此真的生起了信心，想到自己总有一天会死亡，于是精进修持善法，最后已经开悟了。

可见，开悟说起来似乎也并不难，但我们作为普通修行人，有生之年还是要闻思修行，只有这样，才不会浪费自己的一生。不然，倘若你舍弃了善法，

今生也就白过了，如经云：“若人舍善法，今生则虚过。”现在你们这么多人行持善法，我见后发自内心地高兴，这比什么都让人开心。大家若能一直如此，就不会天天杀生、造恶业，前途必定是光明的。很多人学佛后有深刻的体会：“我遇到佛法真幸运！不然，这一辈子在无明、烦恼、业力的束缚下，恐怕还要造无数的业，最终招致无边痛苦，太可怕了！”所以，大家有缘依止善知识修学佛法时，一定要学会珍惜。

总之，在学佛的过程中，各位一定要先认识佛陀，并了解佛法到底是什么；然后这样的佛法要靠上师开示，自己同时要发菩提心、闻思修行。只有依照这种途径，修学才会稳固有序地向前迈步。否则，随便打乱这种次第，修什么法都不会成功。

我本人而言，虽不是什么智者或大成就者，但依止上师的时间，比大家稍微长一点。就像一个开车的司机，时间久了的话，技术应该会不错——不过我的

时间虽长，技术也不一定就好。但不管怎么样，在我这一生中，年轻时有福报依止上师，对佛法有特别大的信心，对佛教的教理也有坚定不移的正见，若把这些与大家分享，对社会也好、个人也好，应该只有利益，不会有任何害处。假如你们通过学佛，有了健康的身心，在生活中遇到什么都能快快乐乐、心平气和地面对，这就是幸福，这就是美好！

什么是密宗

2010年5月26日

今天我们简单介绍一些密宗的道理。

疑惑一：密宗为何要保密？

众所周知，密宗的见解、修行、行为、果位，有甚深、秘密之意，不能随便公之于众。之所以如此，续部中说，并不是因为密宗有不可告人的过失，而是因为它特别珍贵、稀罕，许多人对此无法接受。

就像你所拥有的最昂贵之物，如金子饰品或一大笔钱财，不可能在大众场合中到处炫耀，生怕别人不知道，而一定会小心翼翼地藏起来，以免被人偷走、

抢走、骗走。同样，密宗由于对我们自己极为珍贵，对别人有时也不一定有利，故应采取保密的态度，这样所得的利益和加持才是无上的。因此，学习密法的人，自古以来保持隐秘的态度，原因也在这里。

疑惑二：为何学密的人越来越多？

现在许多人对密宗的信心相当不错，这一点是有原因的。像法王如意宝、贝诺法王、敦珠法王等，这些公认的大成就者都讲过：末法时代，密法对众生的调伏或者加持极为迅猛。诚如噶托度达所言：“五浊黑暗越深之时，莲师加持之月越明。”也就是说，时代越趋末法，众生烦恼越强烈，密法的加持就越炽盛。因此，越来越多的人对密宗生起信心，也是一种大势所趋。

当然，学密宗的人多了，其他教派的上师、佛友可能有各种非议，有些是以嫉妒心引起不满，从而随

意诽谤；有些是担心自己的教派受到损害……但不管怎么样，众生的善根因缘成熟时，密宗开始兴盛，令无数人获得成就，这是谁都无法阻挡的，想阻挡也阻挡不了。所以，学密法的人日益增多时，大家不要制造违缘，就像在显宗中，真正的释迦牟尼佛教法被弘扬时，任何一个有善根的人，都不会故意去阻挡，密宗兴盛于世也是同样的道理。

疑惑三：密宗是专搞神通的喇嘛教吗？

不了解密宗的人，常认为密宗是专讲神通、神变或气功的法门，只是藏地喇嘛修持的教派，甚至还有资料说，密宗又名“喇嘛教”。这些说法都不合理。

第一，把密宗视为搞神通的教派，这是非常可笑的事。我们都知道，密续的内容博大精深，不单单是讲些咒语或仪轨，以开发神通。稍有这方面常识的人都明白，密宗并非如一般人想象得那么简单。

第二，说密宗是喇嘛教也不正确。“喇嘛”有无上、出家人、上师的意思，把这套在密宗的头上，显然名称不相合。比如，“喇嘛”若取出家人之义的话，密宗就成出家人的圣教了，这显而易见不合理，因为学密者不一定都是出家人，在家居士中也有。

疑惑四：密宗是藏传佛教独有的吗？

还有人认为，密宗为藏地所独有，其他地方都没有。这也是孤陋寡闻的表现。

其实，密宗不仅在藏地有，汉地也有。据《中国百科全书》记载，玄奘、义净等高僧都传译过密法，后世称之为“杂密”。后来善无畏、不空等弘传纯粹密教，并正式形成宗派，史称“纯密”。这些都是汉地的密宗。公元 8 世纪，日本的空海法师来唐学法，从惠果法师那里接受密法后，回国创立真言宗，这叫做“东密”。（这段历史也有不同说法。）

由此可见，密宗并不仅仅存在于藏地。像印度最初兴盛的密宗，根本不叫“藏密”；汉地原有的密宗，也不叫“藏密”。所以说，若认为密宗是藏传佛教独有的，这是没有详细了解所导致。

疑惑五：学密宗有何必要？

现在人学密宗是很好的事。为什么呢？因为如今的汉地就像 90 年代的西方国家，人们特别忙碌，根本没时间修行，除了修学密宗简单的修法和仪轨以外，很难系统闻思显宗的五部大论。在藏地，按照格鲁派的传统，从显宗基础开始，直至完整地学完佛法，需要将近 24 到 25 年的时间。（其实也不仅是佛教，世间的学业，从幼儿园到大学本科毕业，基本也要十几到二十几年。）但现在看来，这样长期修学佛法，对末法众生来讲不现实。因此，我们很需要殊胜的密法，如果没有密法的窍诀、灌顶、理论，仅仅依靠显宗的教理和仪

轨，要度化有缘众生有一定的困难。

当然，我们也不能一口咬定，说“现在的众生全是密宗根基”。实际上，也有相当一部分人根本不需要密宗，只靠显宗的净土宗、禅宗，便可往生净土或明心见性。像对一些有信心的老年人而言，即使没有精通佛教理论，只是一心一意念阿弥陀佛圣号，照样也可以获得往生。但对分别念较重的知识分子来说，这种方法就不太实用了。因为他们在自己邪慧的驱使下，会造各种各样的罪业，此时就必须用藏传的中观、因明、俱舍等法门来调伏他们的分别念。

而禅宗，虽然从历代《高僧传》来看，的确相当殊胜。但现在学禅的人有个误区：一不注意的话，很容易堕于断见，什么善事都不做，刚开始就住于如如不动的状态中。相比之下，密宗就不会这样，除了极个别的利根者、顿悟者以外，一般来讲，修密宗的人都要从加行开始，直至正行认识光明之间，有一步一

步的次第，这是比较保险的，不会有任何危险性。

鉴于以上原因，如今学密宗的人越来越多。据一些资料统计，西方国家的佛教徒中，学藏传佛教的占百分之五六十，学南传、北传佛教的各占百分之二十多。现在汉地虽然没有真实统计过，但大概估计的话，每年学藏传佛教的人，比起学其他教派和法门的，增长速度要快得多。

既然学密宗的人日益增多，我今天就想提一个建议：希望你们要先懂得密宗的历史、教义、仪轨，甚至一些简单的咒语，并在此基础上，再作深入了解。这一点很重要！现在有些人认为，能念观音心咒就是密咒大师了；或者看了些《西藏王臣史》《白史》《红史》，就自认为已经懂得密法了；或者只学一两位上师的传承、修法仪轨、简单论典，就觉得足够了。其实不是这样的。你若想了解密宗的真相，就应该从历史、修法等方方面面学习，只有如此，你才会知道，

密宗原来有一套非常完整的体系，并非只是一个念咒语的简单法门。而且，密宗的很多道理，在显宗中根本没有提及。我们学显宗时，处处都有一些疑问，但系统学了密宗之后，就能完全解开这些谜。

就我个人而言，以前在课堂上也讲过，我在学院闻思 20 多年，时间一半用在显宗上，一半用在密宗上。至于平时的修行，主要是密宗修得比较多，因为显宗真正要修的话，缺少配套的修行仪轨和方法。比如《中观四百论》《中观根本慧论》，这些根本不知道怎么修，要修的话，也只能到密宗仪轨里去寻找。因此，我的修行主要是依靠密宗。而且，自己所得的不共感应和加持，也主要来自于密宗。我想在座的很多佛友，这方面的体会应该比较多。

为了让大家进一步认识密宗，我想这次的加行如果你们修得比较圆满，没有破坏什么缘起，也没出现各方面违缘，以后因缘成熟时，我会先从理论上传一

点密法，然后再讲些简单的窍诀。虽然我也知道自己没有讲密法的资格，不仅仅是密法，严格来讲，连讲菩提心的资格，我都没有。不过，若要等成就之后才能讲，可能我这辈子都没办法了。《华严经》中曾说，聋子弹奏乐器也可以愉悦别人，所以，既然我在很多上师面前，得过密宗的传承和教言，那把这些传给有缘众生，应该也可以利益大家。

当然，你若对密宗没信心、没兴趣，那就另当别论了；但如果对这方面有兴趣，我本人只要对你们承诺了，没有特殊情况就不会改变。常言道：“君子一言，驷马难追。”尽管我不是君子，但是，小人一言，也是四牛难追（众笑）。你们得到这些教言和窍诀后，就要长期地修行，不能在誓言不清净、见解不正当、行为不如法的人面前随意宣扬。

当今时代，密宗非常适合大多数人。以前，上师如意宝在很多地方讲《文殊大圆满》时也说过，密宗

是特别简单的法门，所谓“简单”，指这个法门将很多内容摄在一起，以一种最方便的方式让修行人来受持。就如同世人所说的“文化快餐”，可将一本厚厚的书，依靠简单的文字传达所有内容。同样，大家懂得密宗的见解和修法后，整个佛法也就一览无余、了如指掌了。所以，密宗的道理确实极为殊胜。

疑惑六：密宗的双运是否佛说？

现在很多人对密宗有些地方不理解，我们且不说密续对此是怎样阐述的，仅仅是显宗的经论中，对这些道理也讲得非常清楚，只不过他们没有好好学而已。就拿降伏、双运来说，有些人觉得无法接受，在网上也常有各种非议，但这样肆意诽谤的话，最后只能是后果自负，来世到地狱中感受痛苦。

如果密法真有过失，我们也会实事求是，不会故意隐藏。但事实上，这些过失的确没有。例如密宗承

许的“烦恼即菩提”，即烦恼在认识本面时怎么变成菩提，这在《大圆满心性休息》中讲了很多教言，你学了之后就会豁然开悟，不会有丝毫怀疑。其实这个道理，在显宗的《大集经》[14]、《大宝积经》[15]中也讲过，《中观根本慧论》亦云：“涅槃与世间，无有少分别；世间与涅槃，亦无少分别。”只不过没有像密宗那样详细地讲解而已。

那么，该怎么理解“烦恼即菩提”呢？比如我们有贪心的话，按照小乘观点，它是三毒之一，对菩提是有障碍的，永远不可能成为菩提之因。但在密宗看来，依靠认识它本体的方式，马上就可以转化成菩提。这样的教言，不仅密宗中有，显宗中也有以隐藏方式宣说的。如《前行》中星宿婆罗门的公案，本来按别解脱戒的观点，做了不净行就要堕地狱，但他以

14 《大集经》云：“若解烦恼即解菩提，如烦恼性即菩提性，是菩萨安住正念，无有一法可作分别。”

15 《大宝积经》云：“若诸经中，有所宣说：厌背生死，欣乐涅槃，名不了义。若有宣说生死涅槃二无差别，是名了义。”

菩提心摄持之后，不但没有堕入地狱，反而还积累了广大资粮。

这个公案，在《大宝积经·大乘方便会》中也有记载[16]，只是“星宿”的名字叫做树提。经中说，树提婆罗门于 42 亿年在林中常修梵行。有一天他走出森林，来到极乐城，遇到一女人对他生起贪心，非要与他共同生活。他开始时拒绝了，认为不能毁坏梵净行。但见到女人欲绝身亡的样子，他不禁心生悲悯，于是舍戒和她结成夫妻，一起生活了 12 年。12 年之

16 《大宝积经》云：“善男子，我念过去阿僧祇劫复过是数，时有梵志名曰树提，于四十二亿岁在空林中常修梵行。彼时梵志过是岁已，从林中出入极乐城，入彼城已见有一女。彼时女人见此梵志仪容端严，即起欲心寻趣梵志，以手执足即时躃地。善男子，尔时梵志告女人曰：姊何所求？女曰：我求梵志。梵志言姊：我不行欲。女曰：若不从我，我今当死。善男子，尔时树提梵志，如是思惟：此非我法亦非我时，我于四十二亿岁修净梵行，云何于今而当毁坏？彼时梵志强自顿捉得离七步，离七步已生哀愍心，如是思惟：我虽犯戒堕于恶道，我能堪忍地狱之苦，我今不忍见是女人受此苦恼，不令是人以我致死。善男子，尔时梵志又如是思惟已，还至女所以右手捉作如是言：姊起，恣汝所欲。善男子，尔时梵志，于十二年中共为家室，过十二年已寻复出家，实时还具四无量心，具已命终生梵天中。善男子，汝勿有疑，尔时梵志即我身是，彼女人者今瞿夷是。善男子，我于尔时为彼女欲暂起悲心，即得超越十百千劫生死之苦。善男子，汝如是观若余众生，由爱欲故堕于地狱，行方便菩萨由生梵天，是名菩萨摩诃萨行于方便。”

后，再次出家。这种贪欲的行为，不但没让他堕入地狱，反而“超越十百千劫生死之苦”。这个公案说明了什么？就是在特定条件下，贪心可以转为智慧，这一点，佛陀在显宗经典中也讲得很清楚。

不空法师翻译的《大乘密严经》中，也有一句与密宗双修类似的教言：“与诸明妃众，离欲常欢娱，此之观行法，萨埵之境界。”意思是，远离贪欲的人与明妃们一起享乐，这样的行为，实际上是菩萨的境界。可见，双运、降伏并不是凡夫人所能做的，藏传佛教任何一个正规寺院，都不允许直接行持双运、杀生。但在密宗的教法中，倘若你修行到了一定境界，这些行为是有开许的。如果你对此无法理解，那只能说明你的智慧跟不上，实际上，当修行人达到最高境界时，确实有这么一个方便道。

当然，也并不是人人都要行持这种道。以前米拉日巴尊者依止上师后，有一次回到自己的故乡，发现

母亲去世了，房子也倒了，他最喜欢的《大宝积经》被雨水淋得七零八落，几乎成了鸟巢。伤心之余，他把母亲的骨头作为所依，作了超度，并想把《大宝积经》供养给从前教他识字的老师。可是到了老师家，他才知道老师也已去世了，于是就把这部经供养给老师的儿子。老师的儿子对他说：“既然你是马尔巴罗扎的传承弟子，就应该学你上师那样享用明妃。不如你去弄一所房子，把你未婚妻结赛娶过来，继承你上师的宗风，这样不是很好吗？”米拉日巴尊者说：“我上师非常了不起，他有这样的境界，但我没有。大狮子跳跃的地方，小兔子自不量力跟着去跳，一定会摔死的。”

由此可知，是不是所有密宗行者都能修双运呢？绝对不是！在这个世界上，米拉日巴可以说是无人不知的大成就者，但他仍不能与马尔巴罗扎相提并论，可见，双运并非一般人可以行持。

所以，大家在不了解密宗时，千万不要对某些甚深行为生邪见。当然，我们毕竟是凡夫人，如果看见一些双运像，或听说密宗中有双修，有些人口头上不敢说，但心里却无法接受。甚至还可能大肆诽谤：“佛教不是讲断贪欲吗？如此行持的话，跟印度教性力派也没什么差别了……”这样信口开河非常可怜。如果你真的认为双修是大逆不道，那显宗经典中“与诸明妃众”这一段文字，又该怎么解释？

疑惑七：视师如佛，是否依人不依法？

有些人认为：“密宗把上师当佛一样看待，这种做法不正确。佛教要求‘依法不依人’，如果把上师当成佛，一切身口意全依赖于他，那就是‘依人不依法’了，四依法就颠倒了。”

这种想法不合理。什么是四依颠倒？什么是依人

不依法？我讲《解义慧剑》时曾分析过[17]，在此就不啰唆了。但把上师视为佛、依止上师而成就的说法，不仅是密宗或藏传佛教中有，汉地经典中也比比皆是。如《苏悉地经》[18]云：“弟子之法，视阿阇梨，犹如三宝及菩萨等。为能授与归依之处，于诸善事，而为因首。现世安乐，当来获果，为依阿阇梨故。”

《大辩邪正经》中也说：“汝若学此安心妙法，先洹归依真善知识。何以故？未知者令知亦当归依真善知识，未觉者令觉亦当归依真善知识，未悟者令悟亦当归依真善知识，未通者令通亦当归依真善知识，未证菩提者令证菩提亦当归依真善知识。”大家都知道，依止佛陀的话，佛陀能给我们带来什么？就是自己以前不了知的会了知，不通达的会通达，未证悟的会证悟。而依止善知识也是如此，所以，善知识跟佛陀没什么差别。

17 详见“不具如此慧，如盲依盲人，为名句易了，四依成颠倒”一颂。

18 《苏悉地经》《金刚顶经》《大日经》，并称为汉地唐密三大密续。

还有，《般舟三昧经》云：“当敬于师，承事供养，视当如佛。”

《无二平等最上瑜伽大教王经》云：“了知秘密真实者，此阿阇黎佛无异。”

《瑜伽大教王经》云：“所有三世诸佛，皆来诣阿阇梨所恭敬供养。何以故？此金刚阿阇梨，即是一切如来。”

以上皆为汉地经典中的教证，可见，上师确实与三世诸佛无二无别。现在很多人对汉传佛教的《大藏经》不了解，而我作为藏族人，去翻阅你们的《大藏经》时，才发现视师如佛的教证，其实在汉文经典中多之又多。如果你把这些教言全部抛弃，一味指责密宗对上师恭敬如何不合理，这样的胡言乱语，一点可信度都没有。

因此，大家在闻思过程中，一定要排除邪知邪见

者的影响。有些人学得不扎实、不稳固，听到一些似是而非的话语，就被转了：“哦，的确是这样，密宗把上师看作佛，绝对不合理！”从此之后，对上师一点都不恭敬，这样的话，你加持来源的溪流就断了，若想完全依靠自学，以研究的方式证悟心的本来面目，这是非常困难的。

要知道，密宗有很多开悟的方便，有时依靠上师或证悟者的加持，哪怕是简单的一句话、一个动作，你心的本体也会当下呈现。到了那时，不管从空性方面还是光明方面，你已经通达了万法真相，即使所有的智者聚集在你面前否定它，你也不会有丝毫动摇。这一点，对很多道友而言，可能并不会太困难。所以，大家千万不要舍弃视师如佛的见解。

当然，密宗的甚深境界，也不是所有人都能证悟的。因为密宗所讲的清净、光明，层次比较高，不要说我们，连舍利子最初也无法接受。当时他和螺髻

梵王辩论时，舍利子认为释迦牟尼佛的刹土不清净，是个具五浊烦恼的世界。但从东方刹土来的螺髻梵王说：“在我的眼中，释迦牟尼佛的刹土清净无垢，宛如自在天宫。”他们两人在争执不下时，佛陀出来说：“我的器情世界本来就是清净的，只不过舍利子没有见到而已。”

这段教言，出自汉地的《维摩诘经·佛国品》，麦彭仁波切在《大幻化网总说光明藏论》中引用过，无垢光尊者在《大幻化网续释》等中也引用过。其实，此处所讲的“万法皆为清净”“烦恼即菩提”之理，并不是每个人都能通达的。由于它的内容很甚深，刚皈依佛门的人绝不会懂，但你不能因为不懂就驳斥它，这是没有任何道理的。

实际上，如果你学过一些密宗续部，就会明白密法的不可思议。最近我在看《大藏经》，里面有一部《月明明点续》，麦彭仁波切和无垢光尊者在论著

中常引用它。我看的时候，越看越欢喜、越看越来劲，虽不敢说有所证悟，但的确获得一些不共的加持和境界。该续阐述了很多清净方面的道理，让人深刻体会到，这些在显宗中只是以隐藏方式开显的，就好比我们读小学时不明白的一些道理，读大学时从上往下再看，原来竟然这么简单——我不是说显宗是小学课程，密宗是大学课程，这一点有各种说法，暂时我们不谈。但有些问题的深浅、难易，你们也不能否认。当然，也有些人是密宗无法度化的，而若学净土法门，马上就能往生面见阿弥陀佛，这样的众生肯定有，这也是佛陀转不同法轮的原因所在。

疑惑八：密宗可以涵摄一切乘吗？

续部中常说：密宗能涵盖其他一切乘。对此观点，有些人不太同意。但宋朝法天翻译的《最上大乘金刚大教宝王经》中亦云：“彼金刚大乘即摄一切乘，

乃至过去、未来、现在亦复如是。”此经还讲了八大成就[19]、视师如佛[20]等道理，藕益大师在《阅藏知津》中也介绍过这部经。

不过，现在汉地的人特别忙碌，对佛经的闻思能力比较差。不像在藏地，每个寺院都有读《大藏经》的传统：人死的时候，会为他诵《大藏经》；自己闻思时，也常翻阅《大藏经》。所以，在一些高僧大德所造的论典里，《大藏经》中不管是密续还是显教的教证，都引用得特别多。而在汉地，我特别佩服藕益大师，他从 30 岁那年开始阅藏，费时 27 年，历经不同地方才读完《大藏经》，并撰著了《阅藏知津》，共计三十多万字。其实，你们若实在没时间看《大藏经》，读一遍《阅藏知津》也是很好。有些人一晚上不睡觉，一直躺着看小说，到早上六点钟看完了，高

19 《最上大乘金刚大教宝王经》云：“又复演说八种成就之法：所谓圣药、眼药、革屣、剑、罥索、金刚轮、金刚杵及宝瓶等成就之法。”

20 《最上大乘金刚大教宝王经》云：“汝等大众，当于彼师，常加尊重，礼拜供养同于佛想。即感一切如来常加拥护，即是见前一切如来。”

兴得不得了。然而，这些小说没什么价值，完全是凡夫人的分别念，根本不如高僧大德的教言。所以，你们有时间的话，还是应该多看看这些。

我刚才引用的《最上大乘金刚大教宝王经》的教证，意即金刚乘涵摄一切乘，过去是这样，现在是这样，未来也是这样。以前我遇到汉地一位法师，我们在文字上交流时，我故意说："密宗是最高的法门。"（当然我也有很多教证。）他给我回信说："这一句话我不承认。"我又给他去了一封电子邮件："你不承认的话，请把理由讲出来。"但他后来也没答复，是有理由不答复还是没有理由，我也不清楚。

此外，在这部经中，还提到了听密法之前要接受灌顶[21]。这些都是汉地经典中讲的，所以你们不要认为，密宗只在藏地有，只在喜马拉雅山、雅鲁藏布

21 《最上大乘金刚大教宝王经》云："尔时金刚手菩萨于众会前，偏袒右肩右膝著地，金刚合掌安自心上……世尊我今欲于如来金刚大乘法中，与彼学众求受灌顶，唯愿如来慈悲听许。"

江附近才有，除此之外，其他地方都没有。实际上，佛陀的显宗、密宗在道理上是融会贯通的，只不过在有些地区，把某种教义开显得更明显而已。就像在藏地，密宗续部就特别多，新出的藏文《大藏经》108函中（对勘局的版本），我算了一下，密续就有28函。这些密续中，很多都有配套的仪轨和讲义，再加上大德们所取的伏藏品、从清净刹土迎请的续部，这样算下来，密法的数量比整个《大藏经》还要多。

另外，据某个资料说，汉地《大藏经》中，也有四百多部密宗经典。然尽管如此，现在翻阅这些经典的人特别少，以至于许多人不理解密宗甚深的见解和行为，经常出现诽谤的现象，这是非常不合理的。

疑惑九：密宗的即生成佛是否合理？

一位法师曾在讲法时说：“密宗之所以能吸引人，因为它标榜的是即生成佛。但它一生成的佛，只

相当于小乘的阿罗汉，比大乘菩萨还差一大截，不是圆满究竟的佛。这桩事情，印光大师在《文钞》里讲得很多。”

后来，我专门为此查了《印光大师文钞》，里面确实提到了好几处密宗，但有些说密宗非常甚深，是不可思议的法门；有些说密宗跟显宗同等，不能抬高密宗，蔑视显宗，却并未说密宗的佛跟阿罗汉一样。比如，在《复周志诚居士书一》中，印祖云：“密宗现身成佛，或云即生成佛，此与禅宗见性成佛之话相同，皆称其工夫湛深之谓，不可认做真能现身成佛。须知现身成佛，唯释迦牟尼佛一人也。”所以，法师在给人讲经说法时，若要引用一些依据，务必要弄清楚它的真实意思，否则很可能会诽谤佛法。

在座的居士也看看自己，以前还没有学佛时，是否认为佛教只是迷信，觉得“那些人神神道道、奇奇怪怪的，每天在寺院里跑来跑去干啥？”也许你产

生过很多邪见，口中也说过很多诋毁的语言，这些都应该值得忏悔。对密宗的态度也是如此。汉地虽然有密宗的修法和仪轨，也曾有大德在小范围内弘扬过，甚至传播到了日本和西方，但都不像藏地这样特别兴盛。正因为对密法不认识，有些人确实也作过诽谤。比如，弘一大师在《佛法宗派大概》中说：十几年前，他对密宗还不太了解时，只看了《密宗仪轨》，就对密宗开始诽谤。但后来翻阅了《大日经疏》后，才发现密宗教义之高深，因而在诸佛菩萨面前忏悔，并把这段经历写成了文字。对我们后学者来讲，这也是一个很典型的公案。

当然，我不是为了吸引你们学密宗，就拼命打广告，说密宗如何如何殊胜。这种想法连梦中也没有过，毕竟每个众生的佛缘不同，这样做也没有必要。我之所以告诉大家这些道理，无非是想提醒你们：在不懂密宗之前，千万不能随便诽谤。就像一个人在学佛后，由于感受到了佛教的殊胜，就会告诫别人：

“千万不要诽谤佛法，佛法对你的今生来世的确有帮助。”而我也是如此，在闻思密宗这么多年后，对其见修行果有着坚定不移的信心和见解，所以很想把这些与有缘者分享。

我相信很多道友是有信心、有智慧、有悲心的，只不过以前没有环境、没有因缘，故对密宗的殊胜不太了解。尤其是藏传密宗的论典，大多数都未译成中文，过去八思巴、诺那上师、章嘉国师等大德，虽在汉地也传过密法，但藏地特别有加持的理论、窍诀及甚深修法，并没有大范围地弘扬过。因此，很多人因不了解而轻易毁谤，这也情有可原。

不过，如今 21 世纪有许多方便，大家通过各种科技手段，有机会接触很多密宗上师、密宗的理论和修法，这样一来，你们应该明白，密宗在断除烦恼、即生成就方面，的的确确相当殊胜。如果有人想诽谤密宗，就应该先好好了解一下刚才所引用的那些教证，

看看汉地《大藏经》所讲的，与密宗到底有多少矛盾之处。如果真有矛盾，你再去破斥也不迟。我今天所引用的教证，并非来自于藏传密续，而统统是源于汉地佛经。对汉地那些爱诽谤密宗的人来讲，这也不失为“以子之矛，攻子之盾”。如果你对自己的经典一无所知，就随随便便信口开河、故意造业，那实在太不应理了。

虚云老和尚在《年谱》中讲过：“密宗的确是佛法，法法相通，不应分别庭户、彼此攻击。倘若佛教各派之间互相内战，这不仅违背佛陀方便设教的本怀，而且也给他人以攻击的机会，妨碍佛教前途的发展，毁坏自己的善根。如果再这般下去，最后便是死路一条。”可见，高僧大德们在究竟意趣上是一致的，只不过有时受附近环境或周围人的影响，显现上好像对密宗有不理解的地方。但这可能也有一些密意，比如为了摄受有缘弟子，让他们不要学得太杂、太乱。所以，我们对高僧大德要观清净心。

至于其他人，如果没有太大必要，还是应该明白密宗的不共殊胜。不说别的，就拿“贪嗔痴的本体是智慧”来说，这与汉传的教言也没什么差别。关于此理，玄奘大师翻译的《大般若经·理趣分》中讲得很细致[22]，比如贪心的本体怎么清净，嗔心的本体怎么清净，痴心的本体怎么清净……汉地大德不仅将这些译成了文字，而且在他们心里，也的确感受过这些甚深道理。

当然，对密宗的观点有争议，自古以来这种现象

22 《大般若经·理趣分》云：“尔时世尊复依性净如来之相，为诸菩萨宣说般若波罗蜜多一切法平等性观自在妙智印甚深理趣清净法门。谓一切贪欲本性清净极照明故能令世间嗔恚清净，一切嗔恚本性清净极照明故能令世间愚痴清净，一切愚痴本性清净极照明故能令世间疑惑清净，一切疑惑本性清净极照明故能令世间见趣清净，一切见趣本性清净极照明故能令世间憍慢清净，一切憍慢本性清净极照明故能令世间缠结清净，一切缠结本性清净极照明故能令世间垢秽清净，一切垢秽本性清净极照明故能令世间恶法清净，一切恶法本性清净极照明故能令世间生死清净。一切生死本性清净极照明故能令世间诸法清净，以一切法本性清净极照明故能令世间有情清净，一切有情本性清净极照明故能令世间一切智清净，以一切智本性清净极照明故能令世间甚深般若波罗蜜多最胜清净。佛说如是平等智印般若理趣清净法已，告金刚手菩萨等言：若有得闻如是般若波罗蜜多清净理趣，信解受持读诵修习，虽住一切贪嗔痴等客尘烦恼垢秽聚中，而犹莲华不为一切客尘垢秽过失所染，常能修习菩萨胜行，疾证无上正等菩提。”

也不乏其数。比如，对宁玛巴的大圆满，格鲁派或其他教派的有些大德，也有显得不理解的。然而，也有些大德不但完全理解，而且还造了很多论典。例如，宗喀巴大师撰著的《大圆满妙药甘露鬘》中，记载了宗喀巴大师与其弟子之间的对话，专门讲了如何认识烦恼的本体，如何将烦恼转为道用……跟莲花生大士的《问答金鬘录》没有任何差别。

还有，格鲁派格西札嘎仁波切（《札嘎山法》的作者），他的寺院就建有“大圆满龙钦心滴禅修中心”。而且他在著作中要求：修行人第一年要修人身难得、寿命无常、因果不虚、轮回痛苦和五加行；第二年修生起次第、圆满次第为主的本尊修法，圆满本尊心咒及其观修；第三年修大圆满的不共正行，如区分有寂、本来清净、任运自成等。他规定在三年中，要把龙钦心滴从前行到最后四种光明显现之间的所有次第完成。

此外，第五世达赖喇嘛有一个大圆满引导文，叫《持明言教》，跟宁玛巴的大圆满修法一模一样；安多格西，也著有十三品的《大圆满文殊心滴》。由此可见，格鲁派许多大德对大圆满法十分推崇，甚至我们宁玛巴的有些人，也不一定这么重视。

其实，宁玛、格鲁的究竟观点没什么差别。在证悟者看来，汉地的禅宗、净土宗也好，藏地的各大教派也好，法法都是相融的，没有任何矛盾。但在没有证悟的人眼里，所有的法始终格格不入。就像人们常说，佛陀看到的全是清净相，而凡夫人看到的全是凡夫相。

总而言之，大家以后对密宗不能随便诽谤，而应该次第地闻思修行。若能如此，你在显宗里解决不了的问题，不管是理论上还是修行上，学了密宗以后，完全可以迎刃而解。

而且，密宗的许多窍诀非常简单，对我们末法众

生很适合。1993 年，法王去美国、加拿大时，看到西方人特别忙，就特意给他们传了《文殊大圆满》。法王说：“《文殊大圆满》对你们来讲很殊胜。因为你们平时那么忙，《文殊大圆满》那么少，修这个法多方便啊！”他们听了确实很欢喜。现在已经十七年过去了，据说当年的很多佛友至今仍在修这个法。

不过，修密法最好有次第性，不要遇到一个上师，就非要求《上师心滴》、求最高的法。修行要从下往上来，不能从上往下去，就像读书要从小学一年

级开始，而不能一进校门就学大学三年级的课程一样。当然，也有些上师很慈悲，可能会给你念个《上师心滴》的传承。如果你听后开悟了，我们也很随喜，只要能对众生有利，也不一定非要过特别啰唆的关。然而对大多数人来讲，开悟也不是那么容易的。所以，最好还是遵循无垢光尊者的传统，次第性地修行，这样到最后修密法时，将烦恼转为菩提也很方便！

关于地藏法会的开示

2010年7月10日

今晚我们在菩提讲堂相聚，交流的内容是关于普贤大愿。今天是藏历五月二十九，明天是三十。从后天开始，学院要开普贤云供法会。这是法王如意宝在世时规定的四大法会中的第三个。

为什么要开普贤云供法会呢？2500多年前，我等大师释迦牟尼佛于六月初四这一天，在印度鹿野苑为五比丘初转了四谛法轮。从那时起，这世上便有了佛陀的甘露妙法。在这一个月，不管你行持的是善法还是恶法，功德或罪业的增长倍数都相当高。为了纪念佛陀初转法轮的吉祥日，上师如意宝规定学院每年六月初一到初八，都要举行普贤云供法会。

普贤云供法会的念诵主要有两个，一个是地藏菩萨的圣号和咒语，一个是《普贤行愿品》。法会为期八天，学院的四众弟子每天从早上 7 点开始，一直到晚上 7 点，都要念诵这样的内容。

殊胜日当发普贤大愿

今天刚好临近法会，所以给大家做一个开示。来听的道友，一部分是学院常住的四众道友；一部分是最近才到学院来的；还有一部分对普贤云供法会有强烈的信心，但因为各种原因，这次来不成。

今天的开示，学院常住和网上的道友都能听受。希望每个人好好地考虑考虑，在这个特殊的日子里，应该发什么样的殊胜善愿。一年一度的佛陀初转法轮日，是特别殊胜的发愿日，无论你发什么殊胜善愿，必定都能实现。我等大师佛陀在有关经典中讲，其他时间所发的愿、所念的经，不如在殊胜吉日的功

德大。

上师如意宝也曾经说过：六月初四这一天，不管你在哪个地方，一定不能忘记发菩提心。我记得，法王是在某次给大家传授菩萨戒之后，要求大家每一年都这样发愿的。有些人以前不一定知道初转法轮日发愿的殊胜功德，现在知道了，希望能够好好发愿。

这次法会，大家一定要认真念诵《普贤行愿品》。《普贤行愿品》的每个偈颂有不可思议的功德，很多法师也讲过。今天你们应该简单了解《普贤行愿品》的字面意思。在殊胜的日子里，一定要念诵这部殊胜的发愿文。

诸佛菩萨无量无边的大愿，都可以包含在十万大愿中——也有十二万大愿的说法；十万大愿又可归纳在《普贤行愿品》的愿文中；《普贤行愿品》的愿文，正如上师如意宝在《愿海精髓》中所讲，又可归结为利益众生、弘扬佛法两大愿望。

大家这次发愿，不要发什么“让我获得快乐”“让我得到健康”“让我发财升官”等全部围绕自己的愿。这样的发愿，虽然依靠诸佛菩萨不可思议的加持，肯定也会满愿，但作为一个大乘行者，最根本的愿应该是度化天边无际的一切众生，让他们依靠佛法得到利益。

我们一定要以佛法来饶益众生，让他们获得真正的快乐和幸福。世间的财富、地位等，都不一定长久，无法带来真正的快乐和幸福。那真正的快乐和幸福是什么呢？斩断轮回的各种痛苦，令自他获得圆满正等觉的无上佛果。

因此，遇到这么殊胜的吉日，发愿时一定要高瞻远瞩，不能目光短浅，更不能自私自利，发一个以自己为中心的下等愿。

我们每个人，尤其是学会的各位道友，有时间开法会是最好的。如果没时间，能开两三天也很好，至

少六月初四这一天要参加。

做一个负责任的放生者

在释迦牟尼佛初转法轮日，也就是藏历六月初四，公历 7 月 15 日，听说汉地各地会举行放生。前段时间，我给大家讲过放生的种种功德——非常非常大。

你们这次放生的功德，希望回向给世界上所有的可怜众生，让他们获得快乐和幸福；凡是没有听闻过佛法的，愿他们早日得到佛法的甘霖；诸佛菩萨为利益有情而化现的十方高僧大德和善知识，愿他们长久住世，常转法轮。大家应以这样的共同目标来作回向。

在放生的那一天，希望大家提前做好各方面准备。现在放生面临着一些困难，一定要考虑周全，尽

量避免不好的后果。首先，大家买生时一定要知道，所买的这些众生，飞禽也好，鱼类也好，有没有合适的地方放。这个很关键。

前段时间，在云南和东北，有些居士心很虔诚，买的众生特别多，但没考虑到这些众生能不能在水里活，能不能在山里放，也没有分清那些飞禽是人工饲养的还是野生的，结果死了千千万万的生命。后来引起了环保部门的重视，各大新闻媒体纷纷报道，指责放生者对社会不负责任，对生命不负责任。

因此，事先一定要考察清楚，你所放的众生能不能在那个环境里生存。如果没有找到合适的地点，暂时就不要放。不一定非要在六月初四那天，可以再过一段时间。如果当天放得太多，不能保全它们的性命，可能也有一定的过失。

当然，这个过失不像杀生那么重，因为不是特意伤害它们的，而是为了救它们。在这个过程中，它们

的业力现前而导致死亡，过失不是特别大——但过失还是有。

无论这次还是以后，放生前一定要做好研究和考察。前段时间，我去北京、秦皇岛等地做了一些放生。当地居士组织得非常不错，提前做了很多准备，考虑到了很多情况，特别周到。其实，放生本就应该这样。有些佛友买完以后，随随便便就放，什么都不考虑，恐怕这有一定过失。

在这个世界上，最珍贵的是什么？就是生命。除此之外，再也没有更珍贵的了。不仅仅我们人的生命可贵，天下所有的众生，哪怕小至蚊虫蚂蚁，他们的生命也同样具有价值。因此，哪怕是救一个生命，我觉得也有非常大的意义。正因为如此，当我听说过段时间各个地方都有放生，而且放的数量也比较多，内心非常非常随喜。希望大家在实际操作的时候，考察得周全一些，考虑得细致一些。

共同发愿，功德同等

各地的学佛中心或佛教团体，如果因缘具足，在释迦牟尼佛初转法轮的那一天，应该以小组为单位，比如学《入行论》的一组，学《前行引导文》的一组，学其他论典的一组，大家共同集聚在学习的道场，在佛像、佛塔、佛经前供花供水等，然后一起发愿——先念一遍《喇荣课诵集》前面的发愿文，再念几遍《普贤行愿品》。具体念几遍，你们根据自己的情况来。

当天，学院这么多出家人，也会共诵《普贤行愿品》。你们哪怕空出一个小时也可以，聚在一起共同发愿。这是普贤云供法会的要求。即使来到学院，也是做同样的善法。

前段时间开金刚萨埵法会，凡是来参加法会的人，金刚降魔洲的四众道友在生活上给予他们一定的

照顾，同时学院也安排了灌顶和共修。听说这个消息传到了网上，说金刚萨埵法会如是殊胜，每天都可以吃花卷，吃包子，吃什么什么菜，还把所有的菜单拍下来发到网上。很多居士看到之后，纷纷前往学院。

学院每年的金刚萨埵法会，我们有时会做一些准备和安排，除此之外的其他法会就没有了。学院这么大，常住的人也不太多，如果每次法会都要给大量居士一一地安排，有一定的困难。所以，这次普贤云供法会也没有什么特别安排。来参加法会的道友，我相信你们的目的是跟僧众一起发普贤大愿，不是为了在这里照几张相，见见某某人。

来学院的道友，目的是什么，自己应该心里清楚。这八天当中，最好从早到晚念《普贤行愿品》，跟僧众一起好好发愿。发愿的内容，刚才也讲了，就是弘扬佛法和利益众生。如果实在没时间，至少也要在佛初转法轮日，跟僧众一起发愿。这次你们来到这

个寂静的地方，做了殊胜的发愿和共修，了解到远离城市的生活和闻思修状况，这一趟也不算白费。

大家一定要把目的搞清楚。你是来发愿的，尤其要跟僧众共同发愿，哪怕念一遍《普贤行愿品》也有无量的功德。我刚才看到个别居士，一来这里就开始输液吸氧。在他们下去之前，如果身体一直不行，至少也要念一遍《普贤行愿品》。就像莲花生大士所说的，“在其他地方修一百年，也不如在圣地修一日的功德大”。所以来这里发普贤大愿，对我们每个人都很重要。

没有来成、在网上听开示的道友，在各个地方都有。一方面，佛陀转法轮日是不分宗派的，哪个宗派都可以庆祝。另一方面，学院每年开这样的法会，所有四众弟子都暂时把闻思修行放下，八天里专门念诵《普贤行愿品》和地藏菩萨名号。我觉得这对大家而言，是一个特别重要的机会。无论你在哪里——今天

网上的道友有国外的，也有国内各个城市的，无论你以什么方式在听受，只要我们的心连在一起，只要我们有共同的愿力，一起念诵金刚萨埵心咒的话，得到的功德是等同的。

这次法会没有直播。因为发心人员分配不够等种种原因，不能像金刚萨埵法会那样为大家同步直播。但是我相信，大家应该都知道从初一到初八是开法会的日子。如果因缘条件具备，在这八天当中，希望大家在家里供供灯，供供水，或者闭关专修。如果因缘不具足，那就多念《普贤行愿品》。这是给大家交流的主要内容。

还有一件事要强调一下。7 月 12 号——国外有些地方应该是 11 号，也就是后天，有全日食。你们可以看看日历。在那一天做任何善事，功德是无量无边的。

用信心和智慧建立见解

我们对各地道友强调的都是闻思修行，除此之外的事情，并不会着重强调。虽然有些修行也需要佛教的仪式和行为，这些不能全部放弃，但最关键的还是闻思修行。

我希望今天在网上听开示的佛友，一定要重视佛闻思修行。如果你对佛法没有很好地了解和学习，这一生要通达佛教确实相当困难。我不管到哪里去，强调的都是这个。对其他活动，比如邀请我参加什么开光仪式之类的，我个人觉得不是很重要，都没有兴趣。

我们每一个人需要懂得佛教的教义。要懂得佛教的教义，首先要在上师那里听受，然后自己进行思维，最后不断地在相续中串习。依照这样的次第，到一定时候，大家对佛教会有重新的认识，这样的道

理在相续中也能扎下根来，成为一个名副其实的佛教徒。

今天网上听受的佛友，有相当一部分是知识分子。我本人很有意乐跟知识分子交流。前一段时间我们去北京，和清华科技园与北大哲学系的知识分子作了一些交流。我作为一名佛教徒，主要给他们讲了释迦牟尼佛的伟大智慧远远超过科学，并列举了很多理由。对于这一点，如果你们有些人不太承认或者有一些怀疑，过一段时间，我在这两所学校和其他地方的视频可以给大家转播到网上。

我们这里个别的知识分子，一定要首先遣除对佛教的误解、怀疑和错误判断，之后再建立对佛教的特别纯洁的见解，而且这种见解还要得以稳固。否则的话，现在外面的世界五花八门，蛊惑人心的东西太多了，我们纯正的信心也好，纯洁的见解也好，都很容易被外境扰乱、染污。

我相信今天上网交流的佛教徒，90% 以上是知识分子。知识分子有智慧和理性，所以任何道理和他们沟通起来，都比较容易。我们佛教本身也是关于智慧和理性的教育，如果佛教宣讲的是见不得人的知识，佛教徒们可能会很担心，不愿意出来对话，尤其不愿意面对现在的科技知识。但事实上绝不是这样。我们佛教经得起科学的考验，经得起历史的考验，也经得起每一个人修行体验的考验。

因此，每一个佛教徒，每一个知识分子，甚至一些非佛教徒，我都希望你们能站在公正的立场，擦净自己的慧眼，认认真真、详详细细去观察佛教。在这个过程当中，你会得到佛教无与伦比的智慧和大悲。

智与悲，是佛教的精华醍醐。其他任何宗教或学说，都没有如是深广的智慧和悲心。这两者，我们每一个人不可能圆满得到。如果得到了，那就已经脱离了凡夫的身心，超凡入圣，获得了圣者的果位。不

过，即使没有圆满得到，只要得到了佛教部分的教言和境界，对社会，对个人，乃至对自己的生生世世，也会有无穷的利益，会带来无限的光芒。

作为一个普通的僧人，我今天以恭敬心双手合掌，请求十方各位智者：你们一定要站在客观的立场，以自己的智慧或逻辑推理，对佛教中宏观世界和微观世界的教理，尤其是关于心的奥秘，进行剖析和分析。

佛教对于心灵奥秘的探索，其他任何科学或哲学思想，到目前为止都没能抵达。你如果得到了心的证悟，或者完全通达了心的本性，那么外在的一切风光，一切包罗万象的精彩，都可以一览无余，尽收眼底。那个时候你所得到的快乐，所得到的安宁，所得到的幸福，无法用语言来表诠。

2500 年来，人类经历了无数风风雨雨，但佛教的真理并没有随着时代的流转而毁坏，也没有被其他人

的邪见邪执所染污。它一直就像提炼过的纯金一般，在我们无明众生面前闪闪发光。

重新认识佛教，重新认识自己

今天在座的各位，一定要重新认识佛教。有些人工作繁忙，时间很紧，但作为一个学佛的人，再忙也应该看看这本书——《入菩萨行论》。这是我给大家提的一个建议。

《入菩萨行论》，我以前讲过，网上有相关资料。你如果把这本书从头到尾学一遍，人生也许会有新的改变。有些人虽然已经学过，但如果你再重新学一遍，很多事情也许会有新的调整。还有《大圆满前行》，这是藏传佛教特别珍贵的一部法，也值得大家认真学习。

这两本书，以前没有阅读过的，希望能够阅读；

已经阅读过的，希望每年或者两三年再看一遍。只有这样，你对佛教才会不断有新的认识。我们凡夫人如果没有随时充电，只靠曾经学过的一个论典，曾经听过的一部法，不一定能解决所有的问题，不一定能调伏所有的烦恼。我们应该以清净智慧来学习以《入行论》《大圆满前行》为主的佛法真理。

同时，你们如果有人智慧特别敏锐，却对佛教的空性观不太了解或持有怀疑，我建议去看龙猛菩萨的《中观根本慧论》。我们佛学院金刚降魔洲的法师们正在学习这部论，学完以后，也许你对佛教的怀疑和否定会彻底消失，并对佛陀和龙猛菩萨的智慧生起很大的信心。

今天来听开示的各位道友，无论你处于东南西北哪一方国土，我们的心可以说是连在一起的。把我们的心连在一起的纽带是什么呢？就是佛法。因为我们希求的都是佛陀的智慧，都是发了菩提大愿想利益

众生，都是通过六度万行积累两大资粮。这么多人有共同的目标，中间的行为和最后的终点也必定是一致的。

我们现在举办普贤云供法会，来学院的也好，没来学院的也好，大家都能共同发愿。要知道，是佛陀不可思议的加持力，让我们心与心相连。在佛陀和传承上师的加持下，在自己的善缘聚合时，大家应该懂得珍惜，一定要共同努力，共同发愿。只有这样，解脱才不会遥遥无期。

现在不管南方还是北方，学佛的人都相当多。尤其在四月初八或者每个月的吉日，去寺庙拜佛的人成千上万。但在大城市里，真正懂佛理的人确实不太多。

因此我再三地强调，佛教徒不能只停留在表面形式上，一定要从内心懂得佛教道理。若能如此，你会生起一种不退转的信心。有了不退转的信心，行为也

不会随外境而改变。

我经常遇到一些佛教徒，闻思一两年后，逐渐认识到以前没有系统闻思时，自己的一些行为特别可笑，特别盲目。其实，凡是系统闻思过佛法的人，应该都会有这样的感受。希望大家通过学习佛法，能重新认识自己，了解自己。这一点非常重要。

做皈依，念传承

今天的开示就到这里。很多佛友要求皈依，下面我给他们念皈依偈颂。以前已经皈依过的，今天不用皈依，如果你还想再皈依也可以。

我们皈依的对境是三宝，也就是皈依佛，皈依法，皈依僧，并不是皈依某一个人。皈依的含义是，“从现在开始，我就是佛教徒了；从现在开始，我要学习佛陀的教法；从现在开始，乃至菩提果之间，出

家的僧众也好，在家的居士也好，都是我的同行道友，都是我的伙伴和朋友。而世间的屠夫、渔夫，还有各种搞非法的人，都不是我的朋友。”

三皈依其实是一种决心。你什么时候生起了这种决心，依靠念诵偈颂，就能得到皈依戒。

下面我给今晚想皈依的人念一下皈依偈。当我念完的时候，你们在心里观想，自己已得到了皈依三宝的戒体。

（堪布念皈依偈）

有些道友还想要文殊语狮子的传承，以及简供的传承，这些我以前传过，今天再给大家念一下。

（堪布念传承）

此外，最重要的是给大家传发心仪轨。普贤云供法会每天都要念发心仪轨。以前法王如意宝每年都会在六月初四这天给大家传一遍，多年来都是这样。因

为今年的六月初四我没时间上网，所以今天提前传给大家。

今天听到发心仪轨的每个道友，至少在六月初四那天要发菩提心。我等大师释迦侔尼佛为了利益无边众生，曾经发下菩提大愿，如今我们也要为了利益众生而发誓成佛。《喇荣课诵集》中有这个发心仪轨，当天你工作再忙、事情再多，也应该空出 5 分钟来念这个发心仪轨。

（堪布传发心仪轨）

今天我们开示的内容，算是圆满了。刚才新皈依的佛教徒，法名共同取为：圆普。圆满的圆，《普贤行愿品》的普。

现 场 互 动

下面还有十几分钟，个别道友有问题的话可以提出来。最好语言简练，不要有太多的祝愿词，直截了当说问题，以免耽误时间。每个人最多提两个问题。

⊙ **问：**什么是缘起的根本定义？胜义中是否存在缘起？

堪布：缘起有两种，一个是空性的缘起，一个是显现的缘起。空性的缘起是指一切万法都是远离四边八戏的。显现的缘起就是有因必有果。“诸法因缘生，诸法因缘灭，我佛大沙门，常作如是说”，这个偈颂里所讲的，实际上包括了胜义和世俗的缘起生灭法。

⊙ **问：**我想问一下关于实有和无我的问题。

堪布：所谓的实有，不管是外面的物质，还是内心的耽著，如果你觉得这个法是实实在在存在的，就是实有的一种相。实际上，就像《中观庄严论释》里所讲的，如果在这个世界上有一个实有的法，那五颜六色或者林林总总的事物不会呈现。正因为没有实有的法，种种景色才可以在我们面前显现。

所谓的无我，就是通过中观的智慧观察，最后抉择到我和我所根本不存在，只不过是众生分别、假立的妄相。

⊙ **问：**为什么说在名言中，涅槃是非假立、非缘起之法？

堪布：这里所谓的涅槃，应该是如来藏的本来面目。按照释迦牟尼佛第三转法轮的教义来衡量，因为它是心的本来面目，本体空性，自性光明，所以并不是假立的。由于它是真正的实相，则世间因缘所造

的法，在如来藏的根本上面不成立。我们要想获得涅槃，就需要证达最原始的如来藏本体。

⊙ **问：**如何具足正知正念，守持清净的戒律？

堪布：所谓的正知正念，《入菩萨行论》中专门讲过两品。修行人要随时以正知和正念观察自相续有没有过失，同时以善心把自己的恶心断掉。

正知和正念就像哨兵，观察和守护自己屋里的正法财富。有了正知正念，所有戒律都可以守护。上师如意宝在《忠言心之明点》中也说了，守持戒律，需要正知、正念和不放逸这三种对治法。这三种对治法，可以保护心相续，让我们守持清净的别解脱戒、菩萨戒和密乘戒律。

⊙ **问：**汉传佛教解释《华严经》时，说菩萨有52个阶次，从初信菩萨开始，然后是十住、十行、十回向、十地、等觉、妙觉等。听说藏传佛教的菩萨阶

次是初地到十地。藏地的初地菩萨在52个菩萨阶次里，相当于哪一个阶次？

堪布：藏传佛教并没有单独的十地菩萨的说法。月称论师在《入中论》中对菩萨十地和佛陀无学地的介绍，是按照龙猛菩萨的观点阐释的，而龙猛菩萨所解释的，是《十地经》的密意。

汉传佛教的这些阶次，不一定非要与藏传佛教一一对应。藏传佛教所安立的十地菩萨，跟汉传佛教，跟《华严经》《大宝积经》等大乘经典没有本质区别。

⊙ **问：**弟子经常昏沉，该怎么对治？

堪布：佛陀在《正法念处经》里讲，在昏沉的时候，可以站起来走一走。或者像其他上师教言讲的那样，昏沉时可以在头上洒一些凉水。

⊙ **问：**什么是共同五加行？什么是不共五加行？

堪布：你以后学一下《大圆满前行》，就会明白共同加行和不共加行之间的差别。《大圆满前行》里讲，共同加行有人身难得、寿命无常、轮回过患、因果不虚、依止善知识等。不共加行则包括皈依、发菩提心、修金刚萨埵、供曼茶罗、上师瑜伽、往生法。

⊙ **问：**感恩上师传讲《弟子规》，让我们在教育孩子时有了一些方法。但是，孩子小时候比较好教，15 岁以上就不好管了。他现在有很多很多问题，我们的知识也不够，应该怎么做呢？

堪布：按照麦彭仁波切《君规教言论》的观点，孩子在 16 岁之前，就像耕地一样，实在不听话的话，可以狠狠地打（笑）。过了 16 岁，他的身心基本成熟了，应该以说服的教育方式让他成长。

《弟子规》对于16岁之前的孩童，可以先让他们背诵，逐渐领会其中意思，以此成为一生的财富。稍微大一点的孩子，则尽量向他们传授里面的教义。

这次推广《弟子规》，大多数佛友都学得很不错。我希望你们自己先学好，如果连人都没有做好，想成就更高的境界是没办法的。

我们在很多道场推广《弟子规》，一方面对大家的学习有利，另一方面，可以应付修行中可能出现的障碍和违缘。不管哪一个地方，都不可能不让学传统文化。而有智慧的佛教徒，通过《弟子规》可以修学佛法，并能面对很多的违缘。

⊙ **问：**您曾说，舍弃上师就会下金刚地狱。那我们以前学一种法，现在又学另一种法，这是不是舍弃上师呢？

堪布：舍弃上师要下金刚地狱，并不是我说的，

而是佛陀说的。佛陀在续部中说过，对于接受过灌顶、听过教言和窍诀，具足这三种恩德的上师，如果无缘无故地诽谤，自己一定会堕入地狱。密宗教言也说，对上师要像对自己的眼目那样来守护。

不仅是密宗这样讲，净土宗和禅宗也有同样的说法。千万不能诋毁诽谤对自己有法恩的上师，否则会堕入恶趣的。这个道理，很多宗派中应该是相同的。

但现在末法时代，很多人依止上师前，没有好好观察，依止后又轻易毁谤，这种现象比较可怕。所以，大家在依止上师前，一定要先好好观察上师，一旦依止了，遇到再大的困难，也最好不要毁谤和舍弃。

⊙ **问：**在藏地受菩萨戒，和在汉地受菩萨戒有什么区别？

堪布：我讲《入行论》和《大圆满前行》时提

过，汉地可以传菩萨戒，藏地也可以传菩萨戒。二者只是所用的仪轨不同，所讲的内容、传授的目标、得戒的情况应该没什么差别。

作为一个发菩提心的人，在传授菩萨戒也好，自己接受菩萨戒也好，发愿都很重要。如果你在得受菩萨戒的那一天，心里有特别大的决心，“从今天开始要利益无边的众生”，而且，并不是暂时做一些慈善来帮助他们，而是要让他们全部得到佛果，那是非常如法的。

所以我再次希望，以前没有发过菩提心的人，今天也好，六月初四那天也好，一定要好好发菩提心。人身很短暂，发菩提心利益无边众生，对每个人来讲特别地重要。今天有相当一部分人发了菩提心，非常好。

藏汉的菩萨戒仪轨的确有所不同——我以前也分析过，但所讲的菩提心内容和菩萨戒的戒体上没有什

么不一样。希望每个人的相续中都具足菩萨戒，利益无边无际的有情。

好，今天的开示和提问到此结束。大家把这次共修的功德回向给天边无际的一切众生，愿所有众生离苦得乐，愿佛法传遍整个世界！

解脱必备的三个窍诀

——腾龙寺开示

2010年7月20日

主持人：

索达吉堪布仁波切的生平事迹、弘法利生事业，相信在座各位都十分清楚。堪布弘法利生的法务非常繁忙，今天在百忙之中抽空来这边传法，是相当不容易的。在此，我们首先要感谢索达吉堪布！

现在许多居士都在学藏传佛教，在我认识的范围里，他们能遇上索达吉堪布、慈诚罗珠堪布，或者五明佛学院的其他堪布，这是最好的运气了。虽然藏地也有很多寺庙，每个寺庙有很多大德，他们也都非常

了不起，但由于语言的障碍，他们很难跟弟子沟通。如此一来，弟子光是天天跟着上师、听灌顶，天天为上师和寺庙服务，虽然这样也很好，可以积累福德资粮，但这大多是人天福报，甚至果报要等来世才能成熟，所以，还不算是真正的修行。

那修行要从哪里开始呢？要从闻思修开始，这是唯一的一条路。而闻思修的第一个——“闻”，就是要老师讲、学生听，这就要求至少没有语言障碍，这一点，依止索达吉堪布非常非常好。而且这几年来，堪布组织了菩提学会，在全国各地乃至世界范围内作远程教育，这个非常方便，不需要付出太多，就可以直接学习，我觉得这对大家十分有利。

在座的各位，尤其是香港佛堂的居士们，今天我特别邀请索达吉堪布到这边来，也是因为以前我去香港佛堂传法时，就是“盗用”索达吉堪布的书本。我也跟你们讲过，我的水平很差，是幼儿园的老师，但

有一点：我真的会对你们负责。我曾经说过，以后如果有机会，我会在自己所了解的范围里，把最好的老师介绍给你们。今天，也算是给大家有个交代了。

香港佛堂的人，应该有六七十位，以后希望你们跟索达吉堪布弘法利生的大团体联系上，堪布这边布置什么功课、学习什么课程，大家都应该照做。简单地说，你们的电话线要连在堪布的大网络上，这样你们学习会很方便，我也算是对你们有交代了。当然，我也不是不管你们了，而是会和你们一起，以后跟索达吉堪布学习，这是非常荣幸的一件事情！

我现在很激动，话都说不上来了。今天时间很短，但对我们很多人来说，特别是学藏传佛教的居士，确实是个最好的缘起。我是真正发自内心讲的，你们每个人也应该欢喜。下面我不再献丑了，我们一起作七支供，然后请索达吉堪布给大家开示。

尊敬的普总堪布，来自香港等地的高僧大德、善德居士：

今天是腾龙大乘讲修寺佛学院开光的日子，我们能集聚于此，确实是十分殊胜的因缘。我和普总堪布，是同一传承上师座下的金刚道友，平时一些开光仪式，我基本上没有习惯参加，但普总堪布多年以来，在汉地、藏地弘法利生的事业非常广，是真正的善知识，而且在藏地建立这样的佛学院非常不容易，所以这次由于堪布的劝说，我才有缘来到这里。

就事论事，不管是任何一个人，若能真正帮助众生、利益众生，我们都应发自内心地随喜、赞叹。因此，你们有缘遇到这样的大德，一定要尽量结上善缘。

我们本身是学习大乘佛教的，而大乘佛教的理念，就是以佛法来利益众生。在这个世间上，如果以财富、地位、名声帮助别人，这只是临时的，不能解

决生死大事，但若以讲经说法来开导众生，众生就会从苦海中永远得到解脱。所以，我们今天集聚在这里，是一个特殊的因缘，希望以此因缘，各位今后真正能踏上解脱之道。

你们每个人都有自己的生活方式，有自己的价值观和人生观，有些活得开心，有些活得痛苦，但不管是什么样的人，生存的时间都不会很长，多则几十年，少则遇到横死就一命呜呼了。因此，以一个大乘佛教徒的眼光来看，人生犹如水泡般无有实质，大家对此应好好观察。

在观察的时候，最好能与佛教相对应，因为只有在佛教中，才能得到暂时和究竟的快乐。并非因为我是佛教徒，所以就自己赞叹自己，而是在长期以来，我们通过学习、研究，对比世间的各种知识，从中发现解决人类一切痛苦的妙药，唯一就是佛法。所以，不管是哪里的高僧大德，只要不是利用别人，不是以

各种手段来引诱别人，而是以负责的态度想将佛法精神传递给有缘众生，我们都非常随喜；对于虔诚学佛的人们，我们也发自内心感到高兴。

我今天的开示，没有特别做准备，毕竟佛法浩如烟海，不可能用短短一节课就全部讲完。但正如堪布刚才所说，大家以此因缘与这个殊胜道场结上善缘后，可以在今后的日子里，逐渐了解藏传佛教的不共特点。

我们藏传佛教有唱诵，有跳金刚舞，还有建造寺院等其他善举，但最重要的是什么？就是提倡闻思修行，学习佛法。假如你没有学习佛法，那只是形象上的修行人；但若通过一定的时间听法，然后将所学的内容再再思维、再再串习，则定可对治你的烦恼和痛苦，令其很快的时间销声匿迹。此时，你所享受的快乐，是任何物质都无法带来的。如今人类发展到了 21 世纪，科学技术日新月异，物质生活也有了前所未有

的提高，但在这背后，大家内心的快乐反而日益减少了。所以，当你遇到痛苦和困难时，应当从佛陀的精神中汲取妙药，系统、认真地学习一些佛法。

尤其是现在藏传佛教非常兴盛，就像印度的那烂陀寺时代一样。当年，汉地的法显法师、玄奘法师千辛万苦去印度取经，回来后在中国广泛弘扬；藏地的许多高僧大德，也是冒着生命危险前往印度，求取高法获得了解脱。那时候的印度完全是佛教中心，而现在的藏地也是如此。在我们藏传佛教中，确确实实存在着非常珍贵的经论传承和沿袭方法。当然，我不是说汉地等其他地方不存在这些，但比较而言，我也去过很多地方，了解过许多寺院的状况，真正跟藏地比起来，在佛教传统、学习方法方面可能还稍有欠缺。鉴于此，现在东西方国家有很多人，纷纷前来藏地求法，最后也获得了心里的快乐。

对一个人而言，心里的快乐非常重要。如果缺乏

这一点，就算物质上再富裕，也不可能得到满足。尤其当大限来临时，或者卧病在床时，地位、财产、名声都派不上用场。会病、会死、会离开世间，是我们每个人都要经过的关，到那时，亲朋好友、万贯家财不会随你而去，倘若没有佛法的境界，不要说来世的解脱，死后面对中阴也会相当恐惧。

现在大城市里的人，每天都在忙忙碌碌、浑浑噩噩地过生活，可是到头来，人生几十年一晃就过，漫无目标地追求各种所需，真的非常无聊。你们这些来自大城市的人，对这种生活应该也深有体会，明白佛陀 2500 多年前说的轮回犹如火坑，确实是千真万确、真实不虚。就算你刚开始对此不太懂，但慢慢经历一些事情后，也能感受到这些金刚语的甚深内涵。

这样一来，今天在各位面前，我想顺便提几个要求：

一、出离心

修行不能只求人天福报，必须要具足出离心。什么叫出离心呢？就是指在六道轮回中，人间、天界也好，地狱、旁生也好，详细观察的话，绝不会有丝毫快乐。当然，此处的快乐，并不是指暂时有吃有穿，或遇到朋友的那种开心。佛教承许的“轮回皆苦”，也不是把世间所有快乐统统否定了，而是揭示了快乐的本质瞬息万变，对让自己快乐的对境越执著，带来的痛苦就越大。这些，只不过我们没有认真观察而已，如果真正观察了，也许你所喜欢的人，给你带来的快乐根本没有痛苦多。所以，佛陀宣说的“轮回皆苦”，是从万法无常的行苦角度讲的，若能认识到这一点，知道轮回完全是痛苦，就会渴望从中解脱，通过往生极乐或其他方式，来获得五道十地的功德。

简单说来，这就是佛教中所谓的出离心。这种出离心，刚学佛的人不一定懂，他们去寺院求神拜佛，

多是为了家庭和睦、生意兴隆、平平安安。当然这样也可以，《地藏经》中说了，依靠佛陀的加持，无论是求财富、求名声、求子女，皆能如愿以偿。但作为真正的修行人，不能把这些当作最究竟的目标。在座的各位以前对佛教的甚深理论，可能没有特别学习过，不知道出离心如此重要。假如对此不太懂，那以后需要慢慢了解一下。

二、菩提心

这种出离心必须以菩提心来摄持，否则就会沦为一种小乘佛法。在座的各位，可能都认为自己是大乘行人，但真正衡量起来，包括在这里给大家开示的我，虽说二十多年来一直学习大乘经论，可是有时候观察自己，真的特别惭愧，不要说无伪的菩提心，就连真正的利他心有没有也不好说。

大乘的菩提心，是要求我们平时的行住坐卧、起

心动念，哪怕是一点一滴，也都是为了利益天下无边的众生。这样的利他观，其他任何宗教都没有，唯一是大乘佛教的特点。

刚开始的时候，或许有人觉得这个太难修，因为且不说菩提心，就算是菩提心的基础——四无量心，也特别不容易做到。拿悲无量心来说，它是愿一切众生离开痛苦的发心。但对普通人而言，这种悲心是有限的，只能对“我”的母亲、“我”的父亲、“我”的家人、“我”的好友生起。至于与“我”无关的其他国家、其他人类，小至蚂蚁以上的众生，则很难产生“愿其远离一切痛苦”的念头，这就是悲心没有达到无量。除了悲无量心，四无量心中还有慈无量心、喜无量心、舍无量心，也都要缘一切众生。这四种无量心若没有修到位，就根本不可能生起菩提心。

现在不少人口口声声说，汉传佛教是大乘佛教，或藏传佛教是大乘佛教，自己修学的话，也就是大乘

佛教徒。话虽如此，但“法”是大乘的，“人”是不是就不好说了。你们自己的境界到底如何？如人饮水，冷暖自知。所以，大家今后务必要重视菩提心的修法。

三、无二慧

光有菩提心还不够，还要有无我的空性观。这方面，《中观根本慧论》《入中论》《四百论》讲得非常清楚，也就是在究竟的空性中，“我”不存在，万法也不存在。这样一说，听起来似乎有点玄，实际上，佛教虽然也承认世俗中“我”是如幻如梦的假象，然而详细去观察，鼻子不是“我”，耳朵不是“我”，身体不是“我”，心不是“我”……这样一一剖析下来，所谓的“我”根本找不到。

当然，这需要有一定的佛教水平，否则，刚开始学佛就说“我”不存在，有些人可能会害怕的。正

因为大乘的空性法门极其深奥，当年在印度，许多小乘佛教徒都不接受；包括现在的泰国、缅甸等小乘国家，对大乘佛教也并不是很赞同。所以，了知无我空性的殊胜之后，希望大家要好好学习。

法王如意宝以前常讲宗喀巴大师的《三主要道论》，这部论的大致内容，就是依次介绍了出离心、菩提心、无二慧，这也是我今天所讲的内容。其实，佛教中虽有不同教派，但它们在教义上并无相违，不管是汉传佛教、藏传佛教，藏传佛教中不管是格鲁派、噶举派、宁玛派，其究竟见解都是一致的、圆融的。

以上给大家讲了几个最关键的问题，刚才堪布也说了，以后有时间的话，他会给大家讲《大圆满心性休息》《入菩萨行论》等法要。这些法都非常殊胜，希望你们要系统地闻思，不然，表面上当个佛教徒、皈依了三宝，这样尽管也有功德，《譬喻经》中就有

皈依佛一声便可逃脱摩竭鱼之口的故事，但若想真正获得解脱，最重要的还是系统学习佛法，然后详细对照自己，不断地调伏内心。

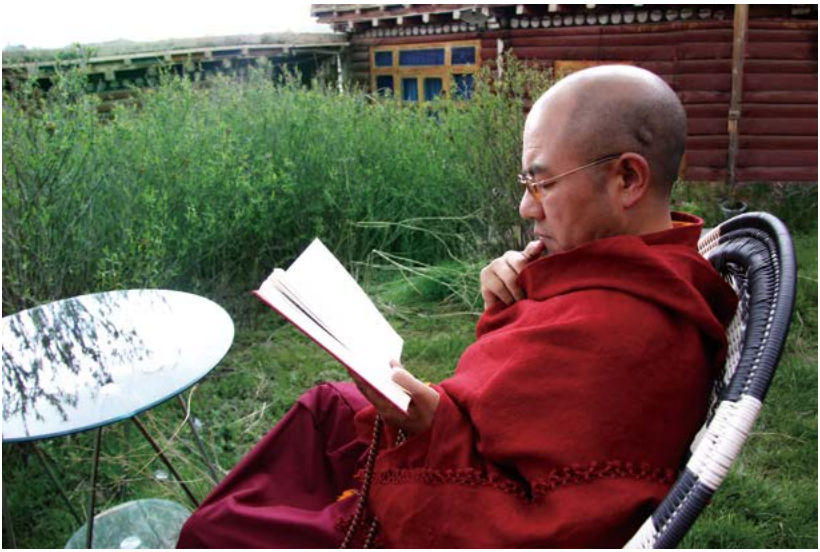
看看历史上的高僧大德，他们每天早上三四点钟就开始修行了，整个人生都是在精进、智慧、悲心中度过的。可我们凡夫俗子，大多数都是吃喝玩乐，把特别宝贵的人身浑浑噩噩就浪费了，这是非常非常可惜的！所以，你们来到这里以后，一定要好好学习、好好修行。这个道场山清水秀、鸟语花香，周围非常寂静，算得上是人间净土了，不像大城市里到处闹哄哄的，什么都令人眼花缭乱。到了这里以后，如果你有因缘，哪怕每年抽出一两个月来实修，也是非常有意义的。

我们这个人生，不是为了钱财，也不是为了地位，而是要想方设法获得解脱——不仅从暂时的痛苦中脱离，还要从轮回的镣铐里解脱。若想达到这个目

的，没有一定基础的话，恐怕非常困难。所以希望在座的各位，务必要通达以上的道理。

你们在城市里生活的人，物质方面特别优越，但从精神方面来看，确实非常非常贫乏。因此，若能在这里呆一天，也会给心里带来一种宁静。一旦自心得到了宁静，对三宝的信心、对众生的悲心会油然生起。所以，前辈大德赞叹依止寂静地方的功德，原因也在于此，你们应该好好地感受感受。

今天也是一个缘起，跟堪布和大家集聚在这里，我想什么就胡言乱语说了一通。接下来，不知堪布有没有什么开示？在座各位若有佛教方面或人生中的困惑，可以提出来互相交流，这样大家也会比较放松。不然，就我一个人喋喋不休地在这里啰唆，你们不一定有兴趣听。虽然我回答得不一定好，但借此机会可以共同学习，好不好？



主持人结语：

非常感谢索达吉堪布为我们开示！我真的很感动，感动得要流泪了，但是怕你们笑话，就只好忍住了。

我学佛的因缘是与生俱来的，我出生于一个佛教家庭，先不论自己学得好不好，但在这二三十年的时间里，到最后确实有种返璞归真的感觉。开始的时

候，八万四千法门很多，有点像在北京逛“新东方”商场，看到这个觉得好，看到那个觉得更好……但到了最后，这些全部可以涵摄在今天上师所讲的“三主要道”中，这就是八万四千法门的精髓，一个人如果要解脱，唯一就是这条路。所以，今天得到这个法，我个人觉得非常不可思议，真的很高兴、很欢喜！我想在座的同修们，应该也都是一样的！

在这里我讲一句，希望大家不要忘：你们以后如果有机会，或者尽量去创造机会，要有系统地学习佛法。刚才也说了，上师今天讲的“三主要道”，是八万四千法门的精髓，但若想通达这是八万四千法门的精髓，还是需要有一个过程。这个过程是什么呢？就是系统地学习佛法，若能这样，你最后会明白“我知道三主要道就足够了”。

我们这帮人，以前没有参加过索达吉堪布的传法，希望今天借这个最好的缘起，加入上师的弘法大

团体。我们今天只是个开始，只是去学校注册登记了，但我真的很高兴，有缘可以参加这个团体——这是我今天最想说的，也是我今天的目的！我很高兴，觉得目的达到了，对长期关心我、支持我的人也有个交代了。最后会有什么样的成绩？这还要看每个人自己，希望你们以后要好好学习。

接下来就是上师慈悲给我们一个互动的空间，大家有什么问题，可以自己请教上师。

现 场 互 动

⊙ **问：**刚才上师讲了空性的问题，我们作为居士，怎样才能更好地趋入、认识、证悟空性？

堪布：认识或证悟空性有两种途径：一是长期学习《中观四百论》《中观根本慧论》等般若方面的经论；还有一个就是通过修加行，依靠上师的窍诀，逐渐证悟大圆满的境界。

⊙ **问：**人临终的时候，如何把握自己？

堪布：人在临终时，按照显宗和密宗的观点，应该有两种方法：密宗的话，莲花生大士在中阴窍诀里有“刹那往生法”，或要有想前往清净刹土的强烈意念；显宗的话，临终时一定要心不颠倒，不能纷乱，处于念阿弥陀佛的状态中，这一点很重要！

⊙ **问：**家里有老人去世时，我们具体该怎么做才能送他往生？

堪布：具体的做法，前不久我造了个《助念往生仪轨》，专门讲了需要注意的事项。特别是此时应该请一些同修佛友，共同给亡人助念佛号。

对亡人而言，生前要依靠长期学习，深刻认识到三界轮回犹如苦海，自己很想从中出离。就像《极乐愿文》中所说[23]，如同犯人从监狱里逃出来一样，义无反顾地舍弃娑婆世界，前往极乐世界。在反反复复对比了世间的过患、解脱的功德之后，最终应生起坚定的出离心，满怀信心想前往清净刹土。

⊙ **问：**我从2004年随您学习《入行论》，生起了愿菩提心，但经常还是有自私自利的心，这该如何对治？

23 《极乐愿文》云："无解轮回海，如罪犯脱狱，愿义无反顾，趋往极乐刹。"

堪布：许多人学了《入行论》后，最初生起愿菩提心比较容易，但实际上真正观察的话，正如我刚才讲的那个简单比喻，仅仅是一个悲无量心也很难做到，菩提心就更不用说了。但即便如此，菩提心也仍要不断串习，不断去闻思《学集论》《经集论》等大乘论典，不断去了解菩提心的功德、自私自利心的危害。

你们也许没有发现，一个人只要有痛苦，不管是身体的还是心里的，全是自利心所导致，这一点你们务必要牢记！在生活中也好、感情上也好，只要你心里不舒服，就肯定跟自私自利心有关。明白这一点后，大家今后一定要学利他的菩提心。

⊙ **问：**当我们往生以后，心识是进入下一个肉身，还是到哪里去了？

堪布：要说“死了”以后，不是“往生”以后。

往生的话，一般都是到清净刹土去了。

我们死了以后，身体已经舍弃，而心会随着自己的业力，也许再生于人间，也许堕为旁生等。此时，一切都生不带来、死不带去，任何东西也带不走，唯有业力永远跟着自己的心，善业带来快乐，恶业带来痛苦。

佛教中特别关键的问题，就是善有善报、恶有恶报。这一点，唯物论者认为只是种传说，或某种宗教的教条主义，这种观点十分不合理。正如种下毒药的种子，它长出的果必定是毒，不会变成妙药；种下妙药的种子，它的果必定是妙药，不会变成毒，这就是因果的基本法则。所以，若想生生世世得到快乐，以后就一定要多做善事，这样善业才会一直跟随着自己的心，永远带来快乐。

⊙ **问：**我们在实修过程中，违缘、障碍、烦恼现前时，有时候用因果正见和空性智慧对治了，但还

是随着烦恼习气走，这怎么办呢？

堪布：那走吧，开玩笑！

我们修行还没有到位之前，虽然理论上懂得因果正见、无我空性，懂得对治嗔恨、贪心的一些窍诀，可是因为没有长期串习，在面对根深蒂固的烦恼时，用这些不一定马上就能奏效。

所以，高僧大德们始终要求：修行的时间要越长越好。若能如此，到了一定时候，即使你的烦恼现前，也像春天的微风一样力量不强，不像冬天的寒风那样凛冽刺骨。那个时候，就算烦恼和痛苦现前了，也会被智慧的光芒慢慢消除。

⊙ **问**：宗喀巴大师在《三主要道论》中说，对世间八法刹那不起羡慕心，才是生起出离心的标志。但我们作为居士，还有一些世间琐事，那我们的标准是什么？像我们在做好世间事的同时，尽量把时间用

在修行佛法上、闻思上，这样能算有出离心吗？

堪布：你问的这个，是辩论场上比较深的一个问题。确实，《三主要道论》里说，对世间一切盛事刹那羡慕心也不生，才算生起了出离心。但这是特别严格的界限，一般人很难真正做到。

不过，按照其他上师的教言，出离心也可以这样定义：比如你是监狱里的犯人，虽然监狱里的生活待遇非常好，你也许会生起欢喜心，但它始终都是监狱，认识到这一点后，你并不会贪恋暂时的快乐，而是渴望尽快离开。这样的心态，就叫做出离心。

宗喀巴大师在《三主要道论》的立意，并非指对世间产生一刹那的执著，就变成了无有出离心。而是从长远来讲，整个轮回就像监狱，对此若没有特别贪执，像华智仁波切的上师那样，对荣华富贵的一切对境，不管是美丽的、富饶的、有地位的，不生丝毫羡慕之心，这就可以称为出离心。

⊙ **问：**我们的烦恼都依从八识田，眼耳鼻舌身遇到外尘就起烦恼，若想真正获得解脱，怎样才能断除烦恼，把八识转成智慧？

堪布：唯一的办法，就是长期修学佛法的各种理论、窍诀，然后去实地修行。若能如此，极个别的利根者，依靠上师的窍诀，当下即可断除一切烦恼而开悟；有些人可以压制自己的烦恼；还有些人这辈子不行，但在相续中可以播下解脱的种子，来世直接或间接能断除烦恼。

⊙ **问：**上师再三强调要系统闻思佛法，那什么是系统闻思呢？

堪布：所谓的系统闻思，就像世人学习知识，要从幼儿园、小学、中学、高中、大学、研究生、博士生依次读上去。那么佛教也是同样，至少需要十到二十年，从初步的佛教基础学起，然后依次学习五

部大论，最后再学大幻化网、大圆满等特别高深的修法。

现在很多佛教徒，皈依以后什么都不懂，直接就求特别高的法，或对佛教理论一无所知，就到处去宣扬“我是个佛教徒”，实际上这样不太合理。世间知识既然都需要系统学习，那极为甚深的佛教就更不用说了。所以，不管你学藏传佛教还是汉传佛教，都应该花几年功夫先打好基础，再用十到十五年慢慢去学上面的法，只有这样，自称为佛教徒才算名副其实。

汉地的历史上，系统闻思方面比较欠缺，到寺院里也好、居士群体中也罢，很多人看起来非常虔诚，但真正懂得佛理的，除了极个别人以外，自古以来就很少很少。相比之下，我们藏传佛教历来对这方面很重视，就算在一个小山沟里有个小小的寺院，这小小的寺院也是个闻思的道场，也有讲经说法的法师。因此，藏传和汉传在某些地方截然不同，藏地的任何一

个寺院，都保留着系统学习佛法的传统，而汉地尽管学佛的人很多，可是真正懂佛理的却寥寥无几。所以，大家今后对系统学习一定要重视！

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 28 | 开示　《活着是一种修行》
  ——2007-2009 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