

让生命成为 一本正经

索达吉堪布·开示



开示
31

LIVING SPIRITUALLY

LIVING SPIRITEDLY

让生命成为一本正经

索达吉堪布·开示

传讲日期：2012-2013年

版本：2023年12月

目 录

002	学佛犹如垦荒
038	培养佛学人才利益社会众生
073	把修行融入生活
110	一息尚存 不忘众生
142	当代佛教徒的使命感
171	点燃菩提心灯
178	初学者不应视师如佛
204	金刚萨埵忏悔法
224	净化自相续 前行为基石
236	方寸之间 自有天地
258	如何面对绝症
280	莫舍己道 勿扰他心
302	面向未来 走向光明
320	佛教管理的科学性



学佛犹如垦荒

——2012年金刚萨埵法会开示

2012年5月27日

今天经堂里的佛友比较多，在家听收音机的，在网络 UC 讲堂 A、B、C、D 等各个房间的，也比较多。依靠诸佛菩萨和传承上师的加持，道友们的共同聚会，很开心。

我经常想：能让我们聚集一堂的，唯一是佛缘。因为我们都对佛有虔诚的信心，都想修学佛道、获得佛的果位。因此，我们应该感恩佛陀，感恩所有的佛菩萨和上师、善知识。

我是刚刚赶过来的，还没有吃晚饭。很多道友肯定也没吃。我和慈诚罗珠堪布为了学校的事情，今天

出去了一下。路上时间比较紧，本来比较担心，还好赶上了。听说今天的人比较多，如果没赶上，让大家一直等着，不太好。好在诸佛菩萨加持，赶上了。

学院和各个城市，都有一些新学佛的人，今天算是一个开学典礼。缘起还不错。如果是一个学校的开学典礼，有这些人也满足了。

明天的灌顶

今天要说几个事情。第一个，诸位居士和个别出家人，来一次学院非常不容易。大家心里一定要清楚，来到这里的唯一目的，就是开金刚萨埵法会，好好地忏悔罪业。

明天大概 10 点钟，门措上师为大家灌顶，地点在喇荣宾馆后面的山坡上。灌顶的时候，希望大家不要挤在前面。不然的话，到时候你想换一个坐式，或者

想出去一下，都不太方便。人总是喜欢挤在前面，到最后弄得很累。

那个山坡比较大，自己稍微放松一点，坐在后面，会好一点。因为人比较多，传加持品的时候，会比较挤、比较慢。反正大家能听到上师的声音，能得到加持品就可以。如果你们有收音机，就带上。有些人没有，可以和有收音机的道友坐在远一点的地方，一起听。

明天的灌顶有四种。第一种叫宝瓶灌顶，得到以后就获得了诸佛菩萨的身加持。第二种叫秘密灌顶，获得诸佛菩萨的语加持，第三种叫智慧灌顶，获得诸佛菩萨的意加持。我们的身、口、意获得诸佛菩萨的加持后，可以修持密法的生起次第和圆满次第。最后一种用水晶来灌。得到了这个灌顶，只要修完了五十万加行，最高的无上大圆满法都可以修持。这叫诸佛菩萨身口意无二金刚智慧灌顶。

明天上师念诵的时候，我虽然在现场翻译，但有时候不一定赶得上。大家要注意观想自己获得了金刚萨埵身、口、意和智慧的所有灌顶。这样的观想和意乐非常关键。如果当场什么都没有想，不一定能得到灌顶。

明天的灌顶，是针对在学院的道友，不会对外直播。以后有机会，网上的道友可以在其他上师面前得受这个灌顶。

把一粒种子放进土里，一定要多浇水，它才会慢慢地发芽、长大、成熟。灌顶所起到的，就是类似的作用。关于这些，密法中有详细的解说。

不管是藏族、汉族，都有很多人特别喜欢灌顶。问他为什么喜欢，他也说不清楚，反正就喜欢得灌顶。明天灌顶的时候，对身体不太好或年纪比较大的道友，希望年轻的居士好好关照一下。这次你们来学院，虽然是夏天，但色达的天气还是比较冷。有些人

可能还有高反、感冒等情况。如果有这些不适，得完灌顶也可以回去，在家好好念 40 万遍金刚萨埵心咒。

这次，因为各方面因缘没有赶到现场的人，比如网上听课的道友，我特别希望你们能念金刚萨埵心咒 40 万遍。有关的续部讲，即使造了杀父亲、杀母亲等非常严重的五无间罪，念 40 万遍金刚萨埵心咒，也能得以清净。这对我们非常重要，因此我今天再次提醒大家，一定要尽量念诵 40 万遍。

这个月包含了释迦牟尼佛成道日、涅槃日等殊胜日，是一个非常特殊的月份。你们既然到了学院，就应该好好地念金刚萨埵心咒。

另外，我一会儿在网上做完开示后，现场新来的道友留一下，我还有事情要说。其他的道友可以先行离开。

你们从很远的地方来到学院，想见我，想供养

我，心情我都理解。但是，我下面说的话，希望你们好好听：

不要给我任何的供养，包括钱。别人托你们带来的、这样那样的东西，你们自己想办法处理。我前两天刚把很多钱供养学院，如果又中转你们的供养，有点困难。以后，学院准备开几次教学交流会，以及建立医疗等方面的基金会。你们以后有钱，可以直接打在学院基金会卡上。

我只是一个普普通通的出家人，如果收的供养太多，就成了业障。我们藏族有一种业障的说法，意思是一个人接受的供养太多，他的业障很深重，寿命也很短。有这种说法。今天你们人比较多，所以我很担心。（众笑）

我今天第一个要交代的，就是不接受任何供养，希望你们好好地配合。如果你们想供养三宝，或做其他善事，以后有的是机会。

另外，因为人多，我这次没办法给大家摸顶、加持等。但明天门措上师有专门的灌顶。得了门措上师的灌顶，也就不需要我的摸顶和加持了。我自己的相续中，对大家如果有一点加持，那就是讲课。

以前，我讲过很多课程，包括《入菩萨行论》《大圆满前行》等，这里好多道友都听过。听了这些课以后，如果你的人生稍微有一些转变，就是诸佛菩萨的加持，也可以算是我一生的心血。以后，你们如果对我有一些好感或信心，就多听一听佛法课——我们会提供这方面的光盘和书籍。这些，都是我们在佛法方面的纯粹交流。这样的交流，让我心里很舒服。以上是我提前对大家说的。

为求法而苦行

不管你们来自什么地方，这次到学院都非常不容易。这里的住处、交通、卫生条件等，与大城市相

比，都非常差。不过我刚来的时候，条件更差。

二十多年前，我第一次来开法会，山谷里还没有通路。白天，我们坐在色达的路边，晚上住在草地上。第二天，每个人背着自己开法会吃的糌粑，一个挨一个，走在小小的山路上。我第一次来的时候，是这样的状况。

我们当时从炉霍，早上大概7点钟出发，到这里已经是晚上8点左右。那个时候，从炉霍到色达的路特别不好，一会儿陷到这个坑里，一会儿又陷到那个坑里。我们是坐一辆货车上来的。

我刚才在路边看到很多小车，都是你们自己开过来的。也有些人是坐班车或中巴车过来的。不管怎样，与大城市比起来，我们这里的条件还是非常差的。

希望来学院的道友，能把这次的经历，当作为

法苦行的一次人生体验。唐玄奘取经的时候，经历了怎样的苦行和磨难？和他经受的苦行相比，大家现在吃的苦，实在不算什么。不管怎么样，现在已接近夏天，大家不会冻死，也不会饿死。只要不发生这两件事情，就算是幸运的。

如果身体不好，男众、女众都有医院，医务人员都是 24 小时值班。前几年开金刚萨埵法会，学院的汉族出家人还要为大家做饭，累得实在不行。前两天，我们再三商量后决定，今年居士自己想办法，解决吃饭问题。我们出家人本来就不多，天天做饭，来的人又这么多，实在困难。住的方面，今年除了个别的经堂腾出来，给大家当住处以外，其他也没有办法。

这七天，你们如果有时间，就好好地开金刚萨埵法会，好好地念金刚萨埵心咒。如果没有时间，明天灌完顶就可以回去了。

总而言之，我们每个人都一定有各种各样的业

力和障碍，最好的对治方法就是修金刚萨埵法门。所以，这次机会非常难得，大家应该以一颗特别难得的心，好好修法。以上，我是给上山开法会的道友讲的。

有了佛法，怎样都行

下面这一段话，主要给网络上刚刚学佛的道友讲的，希望你们认真地听。我说的话不算多，但对你们来讲很重要。



近几年来，大家都在认认真真地学习佛法。通过这样的学习，很多人的的确确有了很大的转变。你们也知道，现在皈依的人比较多，但真正学佛的人并不太多。

现场道友最好把手机关掉，或者调成静音，不然会影响大家。

我们这里有好多人，在背后默默无闻地发心，为大家的学习提供各种各样的条件和方便。刚开始学习的人，首先要有正确的认识：大家在这个平台上唯一的目的，就是好好地学习佛法。

这个过程中，我们会有一些要求，包括参加共修、好好闻思等，而且每次的修量都要上报。城市里的人，如果没有压力，可能谁都不会好好学。我也是这样，如果没有压力，不一定天天讲课。为了给自己增加压力和动力，我经常强迫性地给自己安排一些课程。

我们想了很多办法，只在你们的承受范围内，做了一些规定。凡是大家承受不了的课程压力，都没有安排。毕竟，你们不像出家人，学佛的环境比较单纯，各位有生活压力、家庭压力和工作压力，生活节奏又特别快，光是活着已经很不容易了（众笑）。真的，一个人能活到 20 岁，很不容易；能活到 30 岁，也不容易。在各种压力下，一直强撑着没有倒下，确实不容易。

近十年来，我们结合教学和管理经验，给大家安排了一些课程。大家如果能利用空余时间，学习学习佛法，对自己的生活会非常有利。

我们对大家的学习，可以说是日思夜想，整天考虑的都是：有什么样的办法，能让你们在城市里，家庭、工作不受影响，还能过得更快乐、更幸福，同时利用短暂的人生，把学习佛法抓起来？

说实在的，人生非常短暂，十年过得非常快。离

开人世的时候，所有的财产、名声、地位，包括你自己的身体，都根本没办法带走。而真正的善法，对我们每个众生来讲，是生生世世极为珍贵的。

我自己经常在想：生活在大城市里的人，有那么多，但他们的心里却是空虚的。如果他们相续中有一点佛法的信仰和智慧，对他们自己暂时和究竟的利益，都远远超过金钱和财富。

很多人拥有世间的荣华富贵，但这并不算什么，真正拥有佛法的智慧，才是最重要的。刚才在路上，我和慈诚罗珠堪布也很直白地讲：有了佛法，生活快乐也可以，痛苦也可以；顺利也可以，不顺利也可以，无论发生什么事情，心里都看得破，都有一种依靠和归宿。而没有信仰，或者即使有一点信仰，但不懂佛法的人，的确很可怜。这一点，并不是因为自己是佛教徒，才如何如何“自赞毁他”，不是这样的。

什么才是真正的幸福？有钱不一定幸福，有感情不一定幸福，有世间至高无上的名声，等等，也不一定幸福，因为这些都不究竟。但是，如果你通过真正的闻思修行，得到了佛法带来的快乐，那确实非常有价值。

如此有价值的知识，我们希望让更多的人拥有。因为学佛不是名相上皈依一下就可以，名相上得个法就可以，不是这样的。而要在实际行动中，一点一点去闻思，去实修，比如人身怎么难得，寿命怎么无常，轮回怎样痛苦，因果怎样不虚，我们应当怎样依止善知识，怎样皈依、发菩提心，等等。这些问题，每一个都非常重要，但却有很多人不懂。

近几年来，依靠三宝的加持，大家在城里也有学习佛法的机会。但我觉得，这并不是一件特别容易的事，以后还有没有机会，真的很难说。

在汉传佛教的历史上，有哪个时期，能同时有这

么多人，真正深入地认识佛教？唐朝的人口虽然没有现在多，但受当时皇帝的影响，信仰佛教的比例非常高，至少有百分之七八十。这么多人信仰佛教，但真正学习佛法、懂得佛教正理的，有多少？你们可以翻开历史看看。

可以这么说，大家今天的学习机会千载难逢。所以，我特别希望每个人都好好地学习。为此，我们建立了佛学小组，每个人自愿参加。只要想学，都可以进来。

多一分坦然，多一分坚忍

佛学小组既不参与政治，也不参与经济，唯一的目的是闻思修佛法。也希望大家不要把很多事情，比如各种各样的佛教仪式等，混在学习里面，否则，真正的学习会受影响。

有一次，我在汉地放生。很多居士都借此机会，宣传自己的上师，到处发放上师们的照片。我给他们讲：最好不要这样，放生就应该单纯地放生，学习就应该好好地学习。除此之外，像化缘之类的各种各样的事情，最好不要夹在里面。否则，有关部门一定会关注，我们真正的学习会受影响。

如果我们不搞这么多事，只是自己认认真真地学佛，国家的相关政策是完全允许的，宪法也是完全允许的。今天信仰这个宗教，明天信仰那个宗教，除了共产党员以外，也是谁都可以的。所以，在合法的范围内，谁都可以信仰佛教，学哪个宗派也都可以。

如果每个人有佛教的慈悲观，对国家发展也好，对社会稳定也好，对各方面都有非常积极的作用。

像我们佛学院——有些道友以前没有来过，来了后可能会比较惊讶，这么多小小的房子，几千个人居住在这里，太壮观了！外面是很壮观，但内在的理念

可能更壮观。是什么呢？清静戒律、闻思修行、利益众生。这是上师如意宝给学院制定的校训。

我们先要有清静的戒律，不管是居士，还是出家人，不守持清静的戒律，就没办法做任何善事。在清静戒律的基础上，我们要好好地闻思修行佛法。最后，当自己有了一点点成果，得到了一点利益，就应该尽量地帮助身边的人，好好地利益众生。除此之外，学院所有的人，都没有其他的事要做。汉地各个地方的学佛小组，也永远如此，除了这三点，再没有别的了。

现在个别佛学小组的人，比较紧张，害怕会不会被政府发现了？我经常给他们说：“政府发现了是好事，坦白地说明情况就好。我的发心很清静，你们的发心也不违背法律。我们都没有干坏事，不要有太多顾虑。”

还有些人担心自己的家庭。对此，我们也理解。

但是，这样那样的顾虑太多，也没有必要。如果你对佛法生不起信心，那另当别论。除此之外，不要想太多，只管系统地学习佛法就好。

现在，很多佛教徒的言行都不规范，只是名相上的佛教徒。对佛教的道理，比如《大圆满前行》里讲的皈依、发菩提心，都不懂，只会说一些佛法名词。至于更高深的法义，像中观、因明、俱舍等五部大论，以及密宗续部的道理等，就更不用说了。

我们佛教徒现在最需要的是什么呢？提高自己的佛教知识水平。但这不是一天两天的事。见一个上师，做一次供养，请他给你加持一下，本来也很好，如果没有上师们的加持和摄受，我们不一定能和佛法结上善缘。很多上师是用这种善巧方便，令大家有修法的机缘。但最关键的是自己要系统地学习，如果你没有懂得佛法，上师再慈悲，你的理解也是有限的。

现在，有些寺院已经商业化，一些佛教团体变得自私自利，喜欢盲目崇拜。佛教徒的整体水平一直提不上去，佛法没有人了知，没有人弘扬，这是我非常担心的事情。

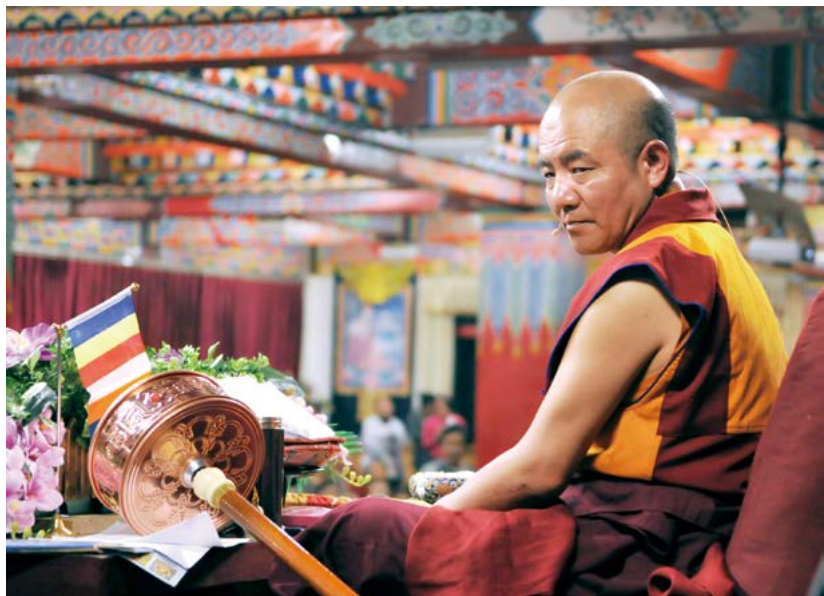
所以，我希望新班的道友，至少有六年以上的学习打算。六年当中，基本上一个礼拜学一到两次，一个月学四到八次，特殊情况可以请假。学习佛法不是一天、两天的事情。十年育树，百年育人。如果你不遵守规定，肯定学不出来。

我院子里有一棵树。我天天观察，看它是不是长大了。但过了十年，才发现它长得不错。佛法人才的培养，短期肯定也没办法，至少需要六年。我们六年读完小学，也还没有完成九年的义务教育。佛教的知识更为深奥和广大，如果连短短的六年时间都没有，确实学不好。

学佛就像垦荒

已经学了很长时间的人，等修完加行，就可以毕业了。以后的课程比较自由，学也可以，不学也可以。如果你们修完加行，还有兴趣继续深入，那我可以继续给大家讲课。到时候可以通过直播，听一些密法。我心里有这样的打算。对没有修加行的人，我肯定不会传密法的。

当然，如果其他上师给你们搞特殊、开绿灯，让你们找别的捷径，我也没什么可说的。但是，一般来讲，按照传承上师们的要求，谁都没有资格开许不修加行就直接听密法。如果是世间的人，你多给一点钱，可能会得到自己想要的东西。但修学密法，至少要圆满五十万加行，才有资格，也才会成功。如果加行不圆满，即使得到了密法的传承，对你的相续也不一定有很大的利益。



我听说，一些老佛友学了一段时间，感觉比较累，想着什么时候毕业。其实，你们想什么时候毕业，都可以，都很容易。我每次都讲那么多，也比较辛苦。但对希望继续学习的人，我只要还有一口气，就会继续努力，坚持讲下去。

新加入的道友，一定要按照辅导员和负责人的要求，认真去做。最初的几步路，最好不要偏，否则不可能一直学下去。

刚开始学佛，有时候会激动、冲动。但也许过一段时间，热情就没有了。以前，我们给大家发过两本基础教材，第一本还没有学完，就有一半的人退失。

今年我们有一个计划：以后退失的人，最好把新法本还给我们。我们在背后做法本，花了很多的心血。你们拿到一本书，自己感觉很容易，实际上却并没有那么容易。我们这里有很多道友，为了做法本，为了满足大家的需要，付出了很多，特别辛苦，没有一定的发心根本做不到的。因此，希望新加入的道友，认认真真的对待手中的每一本书。

为了保证大家的学习，我们制定了一些制度，大家不要厌烦管理上的条条款款。所谓的制度，是为了让学佛的组织进一步规范，非常有必要。如果一个组织没有制度，就像大街上没有交通规则，没有红绿灯，那就乱套了，每个人都寸步难行。所以，世界上的每个组织都需要规范。

希望负责人不要对这些制度生厌烦心。有制度，说明大家的行为有约束，有保障。世间的父母养孩子，也会约束他们的言行，这个不行、那个不行。给孩子制定的规矩多一些、严一些，最后他们才能长大成人。

我们规定这个不行、那个不行，并不是嫉妒心太强，也不是有自私心。我毕竟也学了接近 30 年的大乘佛法，对人与人之间沟通和交往的基本理念，还是非常清楚的。我在这个山沟里面，专门研究大乘佛教的理念和精神，多少懂一些做人要宽容的基本道理。

既然这样，为什么还对你们有那么多的学习要求和规定，时间、方式、范围等都包括其中？因为，如果没有这样的规定，一味地随顺你们原来的心态，你们将永远放逸，永远不会进步。很多人不学佛的时候，整天都在造恶业，整天都在放逸、散漫，基本没有正知正念。这么放荡不羁的一群人，要入于正道，

不制定一些纪律肯定是不行的。

就像一片荒野，要开垦出来，变成一块良田，里面的杂草必须全部拔除，否则不会长出粮食。而我们要拔除烦恼的杂草，让这颗心变成出生功德的良田，一定要有各方面的规定和措施。

其实，我们的管理人员每天都很累。他们并不愿意得罪你们，不愿意成天追着你们，“这个不行、那个不行”“这里要那样、那里要这样”。

前一段时间，我安排了几个法师，去各个地方考察。发现下面的负责人，有的特别配合我们的管理，有的则不一定。各位毕竟是在家人，来自家庭的压力特别大。但有些地方的负责人，扛着各种各样的压力，帮我们管理，我们一起弘法利生，确实很不容易。我听到一些感人的故事，心里觉得很惭愧。自己虽然坐在法座上，但却连一个居士的发心力都不如，真的太惭愧了。而有些负责人的心态有问题，始终觉

得这个麻烦、那个也麻烦，什么都没办法接受。这种情况不太好。

我希望新来的道友不要厌烦管理制度。对你们来讲，有这些制度是好事。或许你现在不一定懂，再过十年，当你真正懂得了佛教的道理，回顾自己这几年走过的路，感受会和今天完全不同。很多老道友，刚开始什么也不懂，甚至反对制度，觉得没有意义，有各种各样的情况。现在回顾这几年学到的知识和法义，心里才完全明白。

我也是这样。刚来学院的时候，很多东西都不懂。现在一想，虽然自己没有很高的境界，但对佛教确实有了深刻的认识，心里特别感恩法王如意宝和当时的管家。

今天我着重强调的是，以后大家在纪律方面，一定要尽量配合管理人员。

皈依三宝，不是皈依个人

今天也有一些道友要皈依。以前在其他上师跟前皈依过的，不用重新皈依。而且，所谓的皈依，并不是皈依我个人，而是皈依三宝。我为你们念皈依三宝的偈颂，只是皈依的见证人。你今天在三宝面前皈依了，以后如果不承认，我这个见证人会出来说：“我知道你什么时候皈依的，不能随便、轻易地退。”我会这样说的。所以，我算是见证人，不是皈依的对境。

你们即使想皈依我，我好像也没有资格。但有也好，没有也好，我皈依的是三宝，你们皈依的也是三宝。我们共同发愿，按照大乘佛教的理念来传讲和闻思，是非常合理的。

印度真正的传承，并不是皈依某某上师，这个很重要。现在有些道友认为，这个是我的上师，那个是

你的上师，为了上师，什么样的宣传都敢做。今天新加入的个别人，进来的目的不是学习佛法，而是为自己的上师拉人。去年就有这种情况。过一段时间，肯定有人对大家说：我的上师如何如何好，你可不可以到我们这边来？

作为佛教徒，我对这种行为不是很赞叹。我们都是皈依三宝的人，都是佛的弟子，而不是你上师的弟子、我上师的弟子。我们学院有那么多人，大家共同感恩的，是十方的诸佛菩萨、高僧大德。如果非要分“我是这个上师的，你是那个上师的”，那我们学院有几千个人，每个人都选一个上师，把这些上师拉来拉去，上师们的衣服恐怕都要扯烂了。

所以我觉得，这样做的人都是不懂道理的。说实在的，我们从来不会抢其他上师的弟子，也不会从别人那里偷东西。不管是人也好，东西也好，我们都不需要抢，也不需要偷。希望大家虔诚地皈依三宝，这

个很重要。

如果你和某某上师有缘，帮助他弘法利生当然是可以的，但做事情要有智慧。现在有很多弟子，对上师的事业不但起不了好作用，反而损害上师的声望。你可能是好心，但如果行为不如法，做事跟佛法南辕北辙，反而对上师和佛教不利。



我们应该真诚地共同弘扬佛法。分什么“你的弟子、我的弟子”“你的上师、我的上师”，没有任何

必要。我们都是佛教徒。

这方面，你们可以看看基督教是怎么做的。所有的基督教徒都信仰上帝，不像我们佛教徒，这儿一群、那儿一群，这一群反对那一群，那一群反对这一群。无论放生还是学习，这种现象以前非常严重。这几年稍微好一点，但在有些居士团体中依然存在。

有些居士，加入学会根本不是为了学习佛法，而是专门来搞是非的，每天都在宣传个人，这样不是很好。真正的佛教不需要打广告。实际上，无论哪一个上师、哪一个教派，都有真正的佛法，大家应该不分你我，相互护持。我们希望通过正确的方式，引导大家步入正道。

大家皈依的时候，一定要有皈依三宝的虔诚心，到处拉人，并不是佛教徒该做的事情。我们共修小组的学习，任何一个上师的弟子都可以加入。只不过，我们以前说过，如果人太多，不好取舍。依止哪个上

师，是你们个人的事情，我们这边一律以闻思修行为主，不负责帮你们辨别“这个是真上师，那个是假上师”。至于其他的事情，比如集体做火供等，我们也不允许用学会平台去组织。

学习小组是我一手建立起来的，能走到今天，特别不容易。说实在，你今天能在这里学习，看起来很容易，实际上没那么简单。我如果没有一定的发心力，你们待在城市，不可能有这样的学习机会。办学不是那么容易的事。如果不信，你自己可以办来看看。

今天在座的，有些已经皈依过，但再皈依一次也不要紧。就像我们每天都念发心仪轨一样，今天念了皈依仪轨，明天还可以再念一次。以前皈依过的人，可以再次观想：我以前皈依，是为了治病，为了健康，为了长寿，为了快乐，而今天的皈依，我不能再这样发心。

皈依可以分三种层次。上等的皈依是为了利益众生。如果你愿意为了利益无边的众生而皈依三宝，心里就这样想。如果没有达到这种境界，那就为自己皈依。暂时不考虑众生，希望自己先从轮回获得解脱，这是中等的皈依。最下等的发心，是为自己今生得到健康平安而皈依。没有其他的念想，只想自己这辈子快快乐乐，是不是皈依呢？也是皈依。

不管你们有什么样的皈依心态，都是可以的，毕竟每个众生的根基不同。如果你有一颗自私自利的心，却强迫你放弃自己、利益众生，暂时可能有点困难。不过大家最好为众生而皈依，无垢光尊者也是这样讲的。

大家坐着就可以，不用动。本来你们身体就不好，到这里又有高山反应，个个都在打哈欠。我以前高山反应时，会睡个两三天。但你们今晚可能睡不着，非常痛苦。大家的精神还是非常可嘉的。

在我们学院——上师如意宝的道场，有这么多僧众；在虚空中、网络上，也有很多的道友。现场和网络上的道友，现在都要这么想：今天，我在大小乘所有的僧众面前皈依，在释迦牟尼佛、阿弥陀佛等所有的佛陀面前皈依，在释迦牟尼佛为主的佛陀留下来的所有法宝面前皈依，三宝是我终生的皈依处。

下面，我念一遍皈依偈，你们重复一遍。我用藏文来念，意思是皈依上师、皈依佛、皈依法、皈依僧，一共四皈依。

（堪布传皈依）

今天人比较多。如果需要办皈依证，到时候登记一下。我们尽量在年底之前，想办法给大家寄过来。

法会要念的《金刚萨埵修法仪轨》，也给大家念一个传承。

（堪布念诵传承）

必须勇敢

念金刚萨埵心咒的时候，如果有生起次第、圆满次第的境界，可以按照麦彭仁波切的《金刚萨埵修法仪轨》进行观想。大多数人，则可按上师如意宝的《金刚萨埵修法·如意宝珠》所讲的，先皈依和发心，然后在自己的前面观想金刚萨埵佛尊，依靠四种对治力，忏悔自己无始以来所造的罪业。这个观想比较容易，我想这也是上师如意宝特意造这个仪轨的原因。如果以上两种观想都不会，可以参照《大圆满前行》里面的金刚萨埵修法。如果这个也不会，那就只在前面观想一尊金刚萨埵，然后在他面前忏悔无始以来所造的一切罪业，以猛烈的忏悔心念 40 万遍心咒。

法会期间，从早上 7 点到晚上 7 点，学院要求大家除了吃饭、休息以外，必须止语不说话，尽量不要在外面走来走去。你们很多人开法会的时候，天天买东西，到处乱跑，这样没有必要。可以坐在自己的

家里，通过收音机参加，也可去经堂。明天上午先灌顶，法会从后天正式开始。

这次的 UC 开示就这样吧。希望 UC 讲堂和在座的道友，好好地共同学习佛法。自己稍微有一点能力的时候，则尽量地帮助众生、度化众生。在这个过程中，可能会面临生活的压力、家人的阻碍，或者单位的不理解等。这是正常现象，一定要勇敢。

学习佛法必须勇敢。如果不勇敢，无论你学什么法，稍微遇到一点违缘，就会被摧毁。每个人都会遇到阻挠，但不要害怕。我们一心一意学习佛法，这是合理合法的。

我最终的目的是，你们每个人的心相续中，都能得到佛教的智慧和悲心。而当你们真正拥有这些的时候，一定要帮助身边的人。这一点特别重要。

另外，今天是 5 月 27 日，6 月 3 日我这边有课。

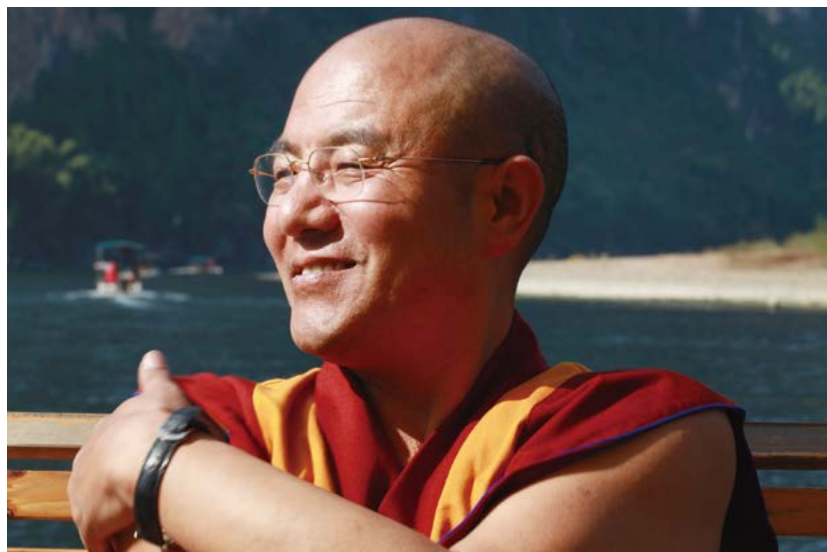
具体讲什么，还没定，可能是《佛子行》。到时给大家念个传承，再简单讲一下。还是在这个经堂里面。6月3日晚上8点钟，没有皈依的做个皈依，然后给大家念《佛子行》的传承，再简单做一些讲解。在这之前，应该没有其他安排。

刚才我说过了，我不接受供养。我刚才念了传承，你们也得到了法，这是我给你的加持。学会的道友，包括6月份新班的道友，都留下来，我们有一些管理方面的话要说。还没有加入，但这次发愿参加的，也可以留下来。但你们回去以后一定要学习。不要现在填了表，过一段时间给你打无数电话，你都无踪无影，那就不太合理了。

很多道友来了以后，就开始有高山反应，肯定比较难受。早点回去休息。其他的道友可以慢慢离开了。

以前有法名的，法名不用改。这次皈依的

法名是，在自己名字的最后一个字前，加上一个“圆”字。



培养佛学人才 利益社会众生

2012年9月1日

今天，在 UC 讲堂跟大家做一次佛法交流。

众所周知，21 世纪网络极其发达，每个人都可以畅游网络，追求自己的喜好。就我个人而言，作为一名佛教徒，我很喜欢学习佛教方面的知识，也喜欢跟有缘人交流佛法——通过当面讲课、网络交流、著书立说等方式，跟大家结上善缘。

今天，我除了跟大家交流佛法，还会给大家念《二十一度母赞》《大自在祈祷文》的传承，并为现场道友的佛像、佛珠等做加持和开光，最后再做一个简单的皈依。

因佛缘相聚

我们在此共聚一堂，是一种因缘聚合，更是一种佛缘和合。大家不管抱着什么样的目的，到这里来都和佛有缘。佛经教典中说，如果没有这样的因缘，像本师释迦牟尼佛、宝髻佛、阿弥陀佛等名号，是不可能听到的。

无论如何，在今天的讲堂，有一部分人对佛教有虔诚的信心，是名副其实的佛教徒；有一部分对佛教有点好奇，想要探寻一下，佛教到底是什么；还有一部分人，认为佛教所说的也许是谬论，想要找机会驳斥；剩下的一部分，没有什么真实的目的，只是随波逐流来看看。诸如此类，现场的人有各种心态。

但不管怎么样，在座各位都想探寻世界万物的真相，都对积累智慧和寻求真理有一定的爱好和兴趣。

十年树木，百年树人

那天，个别佛教徒希望我给大家讲一讲，如何培养佛教人才的问题。其实，大家都知道培养人才有多么不容易。所谓“十年树木，百年树人”，佛教的人才并不是我今天讲一堂课，就能培养出来的。

学习世间任何一门专业，只听一两节课，能不能培养出人才？有一定的困难。佛教比世间任何一门学问，都更深、更广，培养人才的难度就更不必说了。

我相信，在座各位至少有小学以上文凭。否则，依靠网络来听今天的现场直播，可能有一定的困难。

我小的时候，小学是五年制，现在是六年制。也就是说，我们光是读个小学，也需要五六年。再加上初中、高中、大学、研究生、博士、博士后，一路读下来，起码也要10到20年。这是培养一个世间人才所需的时间。而佛教人才的培养，最少也

要这么长的时间。按照藏传佛教培养人才的规矩和传统，从佛教的基础知识，到学完密宗的最高教义，至少需要 25 到 30 年。

所以说，并非像有些人想的那样，今天听了一节课，自己就成了真正的佛教人才。

时代在呼唤

在如今这个时代，佛教人才对整个社会、整个国家，乃至对整个人类的生存和发展，都有着举足轻重的作用。

我是一个佛教徒，如果从我在学校研究佛法算起，到现在已经有 30 多年时间了。在这 30 多年里，我不敢说夜不倒单、日夜精进，但也花了大量时间，翻阅了佛教的显宗、密宗，小乘、大乘，藏传、南传和汉传佛教的许多经典和论典。在这个过程中，我感

到特别荣幸、特别欢喜。

如今这个时代，纷乱浮躁。东方也好，西方也罢，包括欧美的许多国家，随着科学越来越发达，物质生活越来越丰富，人们的心也变得越来越烦躁，智慧越来越倒退，自杀率也越来越飙升。我说这些，并不是抱怨社会，而是描述一种社会现象。

遍观现在的整个世界，人们都很需要宗教，尤其需要佛教。为什么这么讲？因为佛教提倡彻底的博爱，不只对人类，乃至对一切生命，都有一颗慈悲、包容和开放的心。所以不管什么身份的人，如果懂得一些佛教的道理，自己的身心、生活和工作都会得到巨大的力量。

希望今天在座的知识分子，能重点关注佛教的教育理念，不要满足于表面的佛教仪式。现在很多佛教徒，到寺院里烧烧香、拜拜佛、做做供养、做点简单的佛事，就认为自己成了佛教徒。甚至有些人将皈依

证时时刻刻带在身上，就自认为是佛教徒。

当然，这些也算佛教徒的某种象征，可以有这样的行为。但佛教最主要的意义，在于它是一种非常圆融的教育。作为一个佛教徒，无论是出家人还是在家人，都应该长期地学习佛教的教义。用佛教的专用名词来讲，就叫闻思修行。

什么是闻思修行呢？自己先从老师或者上师那里听闻教义，然后再慢慢去思维、研究、观察。而且，所闻思的教义不能停留在口头上，还要用自己的实际行动，去切实地串习和践行。这样的过程，就叫作闻思修行。当今社会的佛教徒，特别需要系统而深入的闻思修行。

我经常在想，东方和西方的社会，比如阿拉伯国家和欧美国家，人们的综合素质有很大的差别——这个不用我评论，你们自己去世界上不同的国家看看，就会知道。有些国家的民众，综合素质非常高，

觉悟非常高，民风非常淳朴，会自觉遵守社会的秩序和治安，不需要每次都动用法律或高压政策来管控、压制。

同理，不同背景下成长的佛教徒，综合素质也有很大的差别。藏传佛教一些寺院的出家人，从小就受到大乘佛教的教育，一直在严格的教学制度下成长，所以综合素质稍微高一点。

另外一些地方的佛教徒，综合素质的确有待提高。现在这个时代，在家人看得多、听得多，各种诱惑也特别多，能静下来好好闻思修佛法的佛教徒，不是很多。

因此，我们需要通过不同的途径，经常给大家传递佛陀的教义。就我个人而言，这是自己有生之年不可推卸的责任。

我作为一个佛教徒，活在这个世界上，想凭一

己之力改变很多人的命运、改变很多社会乱象，确实无能为力。虽然对社会做不了什么伟大的壮举，但至少，自己懂得一些佛教道理，哪怕身边只有一个人，我也愿意传授。

有些人可能会怀疑，我传授佛法的目的，是不是为了自己得到名声、财富等？有各种想法。其实读书的时候，在潜心研究佛法之前，我对名声都看得很淡——佛教常说，名声是虚假的空谷声。我对财富也一样，从来没有像现在一些人那样，以佛教为借口，做敛财的事。

说实话，出家人的生活非常简单，如果没有做对社会有意义的事情，钱财根本没有办法用上。我经常在想，现在佛教内部有个别行为不如法的人，或者世间一些奸商、贪官，虽然控制了很多的资源、钱财，但却没有对社会做有意义的事情，非常可怕，也非常悲哀。



我个人的想法是，只要因缘具足，自己就会跟藏汉等各民族的佛教爱好者一起，共同交流——交换意见、交流心得，共同学习、共同探讨。并在这个过程中，好好培养佛教人才。但这不是一天两天、一年两年的时间，需要坚持不懈的长期努力。

佛法比警察管用

按照大乘佛教的教义，佛教徒应该担负起利益天下一切众生的责任。为了让天下所有的众生得到幸福和安康，我们可以付出自己的身体，付出自己的生命，乃至付出自己一切的一切。大乘佛教的教育和精神的确是这样的。

对于这一点，有些佛教徒做得不错，有些佛教徒不但做不到，反而利用佛教，扰乱社会秩序，伤害众生生命。尤其杀害众生的行为，是佛教最为呵斥和反对的。因此，作为佛教徒，我们一定要行持善法。

在行持善法的过程中，首先应该懂得自我约束，即所谓的自律。没有自律，行持善法根本无从谈起。佛陀在《增一阿含经》中讲：“诸恶莫作，诸善奉行，自净其意，是诸佛教。”不要做坏事，而要做善事，最终调伏自己的心，这才是佛教真正的教义。

不要经常抱怨社会，不要经常发脾气，不要经常因为一些鸡毛蒜皮的小事，跟家人吵架，跟亲朋好友吵架，搞得鸡犬不宁。如果家庭不安宁，社会就不安宁；社会不安宁，国家就不安宁；国家不安宁，世界就不安宁；世界不安宁，地球上的所有生命，包括人类自己，都会遭到威胁和损害。所以，大家应该从面对自己开始、面对家庭开始，学会运用佛教的智慧和包容。

我看到，很多家庭在学佛之前，丈夫和妻子关系不好，经常发生争斗，每天都吵吵闹闹，家庭成了小小的战场，孩子没有安全感，周围的人也觉得他们过

得特别糟糕。

自从他们学了佛、懂得了因缘的道理，情况就有了很大的改善。比如，就算家人跟自己关系冷淡，也不会强求对方对自己好；即使和家人的观点出现分歧，也会互相包容和理解。

因为，佛教讲前世后世、因果轮回，也许在前世，家人是欧洲人，我是东方人，现在一起组建家庭，两个人的生活习惯、兴趣爱好、行为方式等存在差异，是理所当然的事，出现矛盾冲突也在所难免。因此，当对方的所想、所说、所做不符合自己的心意时，不会要求对方必须按自己的想法来。“我有我的思路，他有他的想法”，虽然都是家庭的一分子，但彼此的观念存在差异，应该彼此尊重，相互理解。

所以我想，如果从家庭、从小小的社会群体开始，逐渐推广学佛，比雇佣很多警察来维护社会秩序，效果可能好得多。因为给治安人员提供大量的工

资，支出比较多，对社会资源是一种消耗。而佛教讲“自净其意”，只要人们的心得到了调伏，懂得调整心态，对什么事情都想得开，什么时候都快乐，社会的正能量一定会足足的。

人不学习，与旁生何异

因此，大家在不同的城市、寺院或佛教的小团体中学习佛法，我觉得很有必要。

当今时代，通过网络平台，利用各种科技手段，全世界的很多知识，我们都可以学习。这样一个开放的环境，这样一个国际化的趋势，谁也控制不了，也不需要控制，越控制越没有意义。

特别希望有更多的佛教徒，学习对自己、对亲朋好友、对社会群体都有意义的相关知识。否则，每天沉迷于网络上各种各样的贪嗔痴中，沉迷在不利于身心健康的各种资讯中，给自他都带来损害。

我总觉得，应该通过网络，学习一些能提升道德水准的思想，比如学习中国传统的儒教和道教，学习西方柏拉图、亚里士多德等人的哲学，学习佛教、基督教等东西方的宗教，等等。这些思想、学说和宗教，对世道人心都非常有帮助，值得我们学习。

可是，现在的很多年轻人喜欢什么呢？喜欢金钱和地位，希求各种各样的社会目标。虽然随着年龄的增长，随着社会和家庭的需要，大家难免要在这方面投入精力，不能一概排斥，但不管怎么样，我认为人一生最重要的是学习知识。如果不学知识，每天除了吃喝玩乐，再没有其他可想、可做的事，那人类就跟旁生没多大差别了。

非为惜财，缘惜福

现在大城市里，食物浪费非常严重。那些食物，如果是自己吃喝了，受用了，也无可厚非。但城里一

些年轻人，特别喜欢讲排场。请客吃饭，本来花 100 块钱就够了，但为了面子，可能要花 1000 块钱。多出的 900 块钱食物，全部剩在餐桌上，白白地浪费。这样有什么必要？大家扪心自问。

还有很多人，特别喜欢昂贵的名牌。其实，不管你花多少钱买名牌衣服，穿了，对自己的身体也不一定真的好。自己如果只穿普通的衣服，省下买名牌衣服的钱，捐给偏僻地区那些读不起书、看不起病、生活拮据的穷苦人，那该有多好！

一个富裕的人，一件衣服可能花几万，甚至花十几万、几十万。如果能把这些钱，用在非洲国家，可以帮助很多很多的人。大家都清楚，现在那些国家闹饥荒已经闹成什么样了。其实在任何一个地方，都有很多贫穷的人需要帮助。

过多的浪费，是对整个人类资源的破坏。不仅如此，城里那些喜欢穿名牌、讲排场、过度消费的人，

消耗的也都是自己的福报。即生浪费的资源如果太多、太过分，来世一定会变成非常贫穷的人。因果的规律就是如此，谁也没有办法推翻。



在西方许多国家，或者其他一些文明的国度，人们都非常注意节约。现在很多餐馆都提供自助餐，能吃多少，就拿多少，这样很好。其实很多城市里的人，包括一些政府官员和商人，还是很节约的，除了基本的吃穿以外，他们也会把多余的资源留给他人。

人生很短，只有几十年。有些人很有福报，独霸很多财富和资源，不仅这一辈子吃不完，下一辈子也吃不完，甚至子子孙孙都吃不完、用不完。这其实非常不合理。我们来到这个地球，是独自一人，最后离开的时候，也只有一个人。你活着坐拥权力，独霸资源，但一不回馈社会，二不支援穷人，等这一期生命结束，等待自己的将是什么呢？也许变成人，也许就变成动物。有时候，人类真的很愚痴！

现在很多人，对身边的人基本上漠不关心。大家都认为，成功就是有权力、有地位、有财富，实际上，衡量成功的真正标准，应该是看对社会做了多少贡献。

我发现，有些人刚刚得到一份工作、进入一家企业时，会拼命地帮助别人。但一段时间以后，原来的爱心就消失无余了，开始往自己的家庭、往自己的身上，拼命地堆积财富。

所以，我今天在这里呼吁，大家一定要树立正确的财富观，尽量节约，不要浪费。过多的浪费，既不利于个人的发展，也不利于社会的发展。现在的多数浪费，一个是在餐桌上，一个是在无用的名牌上。这两个方面，佛教徒以后都要注意。

但是，佛教徒也没有必要为了节省，穿得特别破烂，既不梳头，也不洗脸，把自己搞得蓬头垢面、面黄肌瘦的。佛教的生活观要走中道，不用过于奢侈，也不用过于苦行。

中道，是现代社会很需要的一个发展理念，也是现代人很需要的一个生活观念。现在很多人太穷了，连基本的生活保障都没有；有的人又太富了，奢侈浪费，一个晚上的消费，偏僻地方的人一年都花不完。所以在惜福方面，大家一定要重视。

学佛需要系统训练

今天的话题是培养佛教人才。早在 30 年前，法王如意宝就给学院制定了一个非常合理的学习架构：法王如意宝讲完一部法之后，先是法师给大家引导，再是辅导员辅导。

所谓的辅导员，是法师挑选出来的、有资格给别人辅导功课的佼佼者。但外面有些辅导员，自己本身学得特别差，只不过世间口才比较好，经常在居士群体中讲得天花乱坠。实际上，他讲的内容非常离谱，根本不符合佛教的教义。这样的辅导员，是不具备辅导资格的。

所以，相关的寺院和佛教团体、组织，希望以后也像佛学院一样，系统地学习佛教的教理。

其实，学习任何一门宗教，跟随任何一个派别，都要有系统的训练方式。我们在学校里学习，老师也

要先讲课，之后给大家布置作业，过一段时间，再通过期中、期末考试等，检验学生的学习效果。

最近，佛学院也给四众弟子安排了一次考试。有些人学得特别不错，考得很好。过一段时间，我们准备给这些人发奖。也有一部分人，学得不是很理想。但不管怎么样，参加考试是对自己的鞭策和鼓励，非常好。所以，我花了大量的时间，参加了所有的讲考和批卷。

不要只做名相上的佛教徒

很多佛教徒都不是从小就信佛，而是长大后才遇到佛法的，所以需要进一步学习。在你十几岁、二十几岁或三十几岁时，因为家庭或工作出现变故，到一座寺院去，遇到了一位上师，觉得这个胖胖的仁波切与自己特别有缘，或者遇到一些与自己很有善缘的佛教徒，由于诸如此类的因缘，才慢慢开始学佛——但

只是了解一点粗浅的佛理，并没有系统地学。

我特别希望，所有的道友都不要只做名相上的佛教徒，不要认为在某某上师那里皈依过，得过皈依证，就是真正的佛教徒了，然后以此为足。自己是不是真正的佛教徒，最重要的是看心中有没有教法和证法。

藏传佛教的五部大论，寺院的僧人们每学一部，都要花好几年。虽然很多人没有这个时间，但一些有智慧的知识分子，比如教师、大学生等，最好多多地学习俱舍、因明、现观、中观和戒律。这些论典学完之后，对世界万事万物的真相，会非常容易明白。

显宗学完以后，就可以进一步学习密宗。现在很多学密宗的人，以为只要得过灌顶，就可以称为密宗的修行人。从某种意义上讲，得灌顶可以说迈进了密宗的门槛，但还不能算真正的密宗修行人。

辅导员的戒定慧

一位老师，在接受正规的师范教育之前，能否从师范学校毕业呢？很困难。同样的道理，佛教的辅导员如果没有经过正规学习，给别人辅导佛法也有一定的困难。所以，各个地方的寺院和佛教团体，都需要培养一批对佛教真正有造诣、戒定慧三学都比较出色的人才。

什么是戒定慧呢？

所谓的“戒”，是指基本的行为要达到要求。作为在家的佛学辅导员，至少三皈五戒要守得好，行为无有欺惑或偏袒，有比较高的素质和修养。

所谓的“定”，作为辅导员，至少要修习禅定，内心安宁，而不是飘荡不定，游手好闲，或者做一些非法的行为，最后将自己卷入监狱。如果做了危害国家和人民的事情，那就谈不上禅定。

所谓的“慧”，即是要掌握世间和出世间的种种知识。世间智慧方面，怎么样做人，怎么样做事，都要认真学习。而且，还不能违背当地的政策、法律和基本的行为规范，否则根本没有办法做下去。出世间智慧方面，至少要对佛教的教理有所了悟。如果对佛教的教理一无所知，又怎么能辅导别人呢？

现阶段，我们佛教徒的水平还远远不够，所以我经常呼吁佛教团体要培养人才。但真正的人才，不是一天两天就能培养出来的。希望大家通过网络、光盘和书籍等，长期地坚持学习。现在国内外的很多高僧大德，包括一些大学教授，对宗教的研究水平都蛮高的。在这个信息时代，只要有兴趣，你在网络上听任何一个教授的课，都没有问题。

希望大家不要做对家庭和社会毫无意义的乱七八糟的事，而应该以开放的心态，多接触一些对社会、对自身有利的知识和思想。

欲望的坑，用佛法可以填满

我一个人的能力毕竟有限。我自己常常想，如果这个世界有更多的知识分子，懂得佛教真正的理念，那就能利益更多的人。

在我去过的学校里，有些教授和老师自己通过各种方法，深入地学习，已经真正懂得佛教等宗教的教义。他们带的学生也不同寻常，素质都特别高。

如果老师的佛教素养不错，那他带出来的学生，一定会对社会有用。但现在很多老师，只给学生讲知识和技能，不讲怎样做人。所以，我们的社会需要更多有爱心、具足善良品格的老师。否则，学校培养出来的全是自私自利或者破坏公共秩序的人，必定会导致社会问题不断地出现。

佛学院的人虽然比较多，但大家都守持戒律，认真地闻思修行，从来不做违法乱纪的事情。这是因

为，法王如意宝从一开始就是这样要求大家的。

我们在学院，除了学修佛法、研究佛法、学习藏传文化以外，从来不做其他的无义之事，也从来不以佛教的名义到处化缘，损害自他。佛学院培养出来的人才，无论走到哪里，都对社会、对人类有一定的贡献。这一点，无论在汉地、藏地，还是其他的地方，大家都是有目共睹的。

我并不是在这个场合自赞毁他。我从来不喜欢评价其他的人和事，只喜欢一个人默默地学习佛法、研究佛法，一生的志向和责任也致力于此。除此之外，我对其他事情都兴味索然。我之所以跟大家再三强调以后应该怎样学习佛法，是因为佛法的正理确实能给很多人的身心带来巨大的利益。

你们当中，有些人已经学佛多年，有些人却从来没学过，今天才刚刚听到。不管怎么样，你可以来试一试，也可以去看一看：21 世纪，为什么有这么多人

在学佛？

现代人很聪明，如果对身心没有一点意义，大家是不会学佛的。既然有那么多人学，说明佛法对我们的人生和生活肯定有意义。

当前的社会，确实非常需要佛法的教育。现在人们的欲望普遍比较大，内心的坑怎么也填不满。如果有了佛教的理念，大家会更多地关注社会，关心需要帮助的人，自己经常会有安全感，不会时时恐慌、处处担忧、常常伤感。

很多人来到这个世界，不管是有地位、没有地位，有钱财、没有钱财，都有不同程度的痛苦和担忧。而学了佛以后，有了无常观和随缘的心态，情况会改善很多。

一个真正的佛教徒，他的内心虽然怀着美好的希望，但同时也会作最坏的打算。他随时都会提醒自

己：明年的此时，自己可能已经不在人世，甚至明天就可能死去，所以无论发生任何事情，都是可以接受的。

确实如此。我们谁都不能百分之百地保证，今天听课的所有人明天不会死。如果明天不会死，后天也不会死，照这样推下去，全世界的人永远都不会死。佛教的理念，并不是让大家一直处于盲目乐观当中，而是一再地教导我们，对人生无可避免的灾难和违缘，应该早做准备。

学佛没有副作用

以后，佛教方面的人才要怎样培养？各个地方的佛教人士都应该好好地想一想。对我个人而言，坚持通过网络跟有缘人沟通交流，已经接近十年。大家有什么想法和建议，可以积极地提出来。对大家分享的真理和知识，我非常愿意学习。

学习佛法非常重要。如今，大家有这么好的机会，在一起共同学习，非常难得。以后还能不能这样，很难说。我们的身体，只是四大组成的。今天很健康，可以跟大家一起共同学佛，但再过两年，还会不会这么健康呢？谁也不敢保证。我们的心，也随着因缘而不断地改变。今天我想好好地学佛，明年还想不想学呢？不一定。也许再过五六年，回头一看，自己当初那么想学佛，后来却没有很好地坚持。

佛教讲人身难得、佛法难遇，所以在座的各位，一定要抓住机遇，好好地学习。这对个人、对家庭、对整个社会，我敢百分之百保证，不会有任何的负面作用。因为学佛，自己变得不健康、不快乐，这是绝不可能的。

只不过，社会上有些人对佛法的教义不太了解，由此生出各种担忧。其实，越是偏僻的地方，对佛教的教义越不理解。东西方一些思想开放的开明人士，

对佛教是完全认可的。

我特别希望，在座的每个人都好好学习佛法。同时，各个寺院、佛学院、居士林、学会、小组、中心等佛学团体，都应该努力培养佛教人才。任何一个国家，如果觉得教育重要，就一定会培养人才。十几二十年前，有些国家重视建筑，有些国家重视科研，有些国家重视教育。多年以后，重视教育的这些国家，都成为全世界拥有最大人才资源的国家。所以，任何一个宗教、任何一个民族，如果想真正利益社会，培养人才是非常重要的。

我今天很想讲培养人才的重要性，但刚才可能没有说到核心。现在佛教徒的综合水平，确实不算特别高，还有待进步，有待提升。有智慧的人应该知道，佛教人才的培养，需要依靠大家共同的力量，并不是我在这里要求大家怎样做。

对这个问题，我们也应该以包容的心态来对待。

现在的世界已经变成地球村，东西方的国家、全世界的人类，都在互相学习，互相沟通。所以，不要有太多的担忧、顾虑和恐惧。

人与人之间，应该有一种团结和合的气氛；面对未来，我们应该有与时俱进的发展理念。这样，人类的整体素养会有提升的机会。相反，我们如果总是紧张、恐惧和自我束缚，不仅个人得不到轻松、开放的心态，世界也会处于紧张不安的状态。

开光、传承与皈依

今天我就讲这么多。前两天，我刚在学院给大家讲了《二十一度母赞》。不知道今天的 UC 讲堂有多少人。有多少算多少吧，不需要很多，多了反而麻烦。我现在喜欢人少一点，做事踏实一点、低调一点。下面，我给大家念《二十一度母赞》的传承。



今晚，还有一些人想让我给加持品开光。以前的高僧大德，都是通过意念来开光，道理跟现在的无线电话、无线电波一样。佛经里讲的咒语力量，也跟现在的电波或者无线通信的原理相同。下面，我念一些咒语，也就是按照佛教传统的仪轨，给大家的加持品做开光和加持，然后再念《二十一度母赞》的传承。

（堪布开光，念《二十一度母赞》传承）

有人可能得过这个传承。没关系，这个传承得的越多越好。除了前世业力深重的人，不管是谁，只

要经常祈祷二十一度母，不管有什么希求，都能如愿以偿。

还要念一个《大自在祈祷文》的传承。这个祈祷文是麦彭仁波切一百多年前造的，能令身心获得自在，也能弘扬佛法、利益众生，所以又可以叫“世界和平祈祷文”。我最近也在提倡大家念诵。

前一段时间，我在五台山发愿，一年半之内念一万遍。如果你们发愿和我一起念，也是很好的，念汉文或藏文都可以。如果不愿意发愿，我也不勉强。

下面给大家念一下传承。传承的来源是上师如意宝，我在老人家面前得过很多次。

（堪布念《大自在祈祷文》传承）

这个《大自在祈请文》，如果用藏文印在红色绸缎上，做成经旗，挂在山上、房顶，乃至任何一个地方，都会令一切顺利。以后你们如果有兴趣，也可以

把它做成转经轮，比如风力转经轮、水力转经轮、火力转经轮，或手摇转经轮等。

这个祈祷文，我们佛学院的传承弟子都会念。希望以后有更多地方的佛教徒、非佛教徒参与进来。非佛教徒念了可能更灵验，不信你们念一万遍试试。

这次开示大概用了一个小时。今天是星期六，大家可能都累了。我在 UC 上做开示，只是自己单方面讲，没有互动，很多人可能都在打瞌睡。

我面前有少数的观众，他们有的在闭目思维，有的不但闭目，还打哈欠，甚至打呼噜。我面前极少数的人都有这种情况，离我千山万水的城市里的人，更可能这样。不过，这样的行为在所难免，也很可爱。

（众笑）

希望大家通过各种方法好好学习，不断地充实自己。身口意尽量做到合理合法、如理如法。不要整

天做一些没有意义的事，不要整天说一些没有意义的话，不要整天动一些没有意义的分别念。若能做到这一点，对自己、对他人，乃至对整个社会，都是有利益的。

本来，今天晚上还安排了答疑。但我刚才讲的内容比较多，占用了一些时间。最后再给大家做一个皈依，今晚就算结束。

下面，我给大家念三遍皈依偈，然后大家会得到皈依三宝的戒体。这是全知无垢光尊者等前辈高僧大德的传统，也是法王如意宝的传统。

（堪布传皈依戒）

以前皈依过、取过法名的人，不用重新取名。第一次皈依的人，法名统一取为“圆怀”。息增怀诛四大事业，其中一种叫怀业，以这样的缘起而取名。

今天开示的内容，老道友不一定有新鲜感。不管

怎么样，作为开示者，我今天的心态和想法，就是强调现在特别需要佛教人才。另外，《大自在祈祷文》能摄受很多的有缘众生，我希望通过它，给全世界带来快乐和和平，减少地水火风的各种灾难以及疾病、战争等不安全因素，让全世界的人都获得今生来世的快乐和幸福！



把修行融入生活

2012年11月6日

今天，我身体不太好，本来不准备讲，但后来又想：今天这场聚会，通知已经发出好长时间，一直拖着不讲，不太好。

今天是天降日，是释迦牟尼佛为了报答母恩，到三十三天为母亲说法，最后返回人间的日子。这样的吉祥日极为难得，其间做任何善事，功德都会千百万倍地增上。

最近，我外出讲课比较累，昨天和今天又一直住院。光是今天，就输了五六瓶液，所以现在跟大家讲话，气力有点不足。但不管怎么样，还是跟大家简单交流一下。

我没得什么严重的病，只是身体偶尔不好。凡夫众生有时候心情不好，有时候身体不好，有时候工作不好，有时候遇到里里外外的各种违缘。只要想真正地修行，就会有一定的障碍，这是非常正常的事。

我刚刚上网看了一下，智悲讲堂的每个房间，人都是满满的。按理来讲，这么多人的聚会，我讲话之前，应该有主持人出来做一些简单的开场白。我去外面的学校，做一场面对几百人的演讲，一般都有主持人出来，先把整个会场的气氛调动起来。虽然我讲得不好，但因为气氛调动得好，所以大家还是听得津津有味。今天人比较多，没有主持人，我说话又奄奄一息，大家可能没什么感觉。

你们大多数住在大城市，所做的善行、所积的善根，和真正的修行人相比，还是比较微弱。但今晚的这一两个小时，我们大家如果一起发愿、一起回向，就没有浪费，就是有意义的。

面对幼儿，不忍放手

对于大家的修行，我有很多话想说。即使是表面上的弘法利生，我也希望大家能够参与进来。

我个人的无常什么时候到来，很不好说。我在重病期间，心里经常想：如果我离开了世间，学会的道友会不会继续学下去？如果能继续学习，又能坚持多久？确实有这样的疑虑。至于其他方面，都没有想过。

现在，学会的道友就像幼儿，有的刚会走路，有的刚刚能爬，还有的连爬都不会——刚入门的道友就是这种状态。如果再坚持几年，大家的修行稳定了，以后修行就可以自理了。

我一直很关心大家的学修。有时候，我不光是身体不好，心情也不太好。原因是什么呢？我下面有相当多的人，非常辛苦，可以说除了吃饭、睡觉，时间

基本上都用在大家的学习和管理上。其实，我们作为出家人，自己修法就可以，不需要考虑其他的事情，也没有必要参与别人的很多事。

但在这样的末法时代，很多人连基本的佛理都不懂，非常可怜。如果能让他们获得点滴的利益，我们哪怕付出再多，身心再累，都是值得的。为此，我在学院发动了很多的人，他们也都不顾一切地发心。

然而，下面有些地方的学员比较争气，有些地方的却很不争气，所作所为都让人生厌烦心。对我来说，如果下面的人不配合，我个人也没有多大的能力。

现在我们修学佛法、弘扬佛法，顺缘非常少，违缘特别多。如果没有大的发心，在如今这样的五浊恶世，要让佛法深入人心，不是那么容易。

有些人认为，这很容易，谁都可以成办。实际

上，如果没有前世的因缘，即生没有护法神及众人的护佑和支援，心里虽然想把很多人发动起来，共同学修佛法，但实际操作时却不一定能做到。

我自己的生命什么时候结束，我从来没有考虑过，什么时候死都无所谓。但我很希望学会这个团体，能继续地发展下去。

很多人学佛以后，先不说生生世世的解脱利益，仅仅就现实生活而言，他们也拥有了一点“刹车的能力”。而从来没有学过佛的人，当生活、工作和家庭遇到事情时，不一定有面对的勇气。我遇到的很多人，都曾经感慨地说，自己如果没有学佛，如今还在不在这个世界都很难说。

所以，我们现在的学习、管理，虽然比较辛苦，比较累，但还是很值。

多一点压力，别混日子

我现在有两种想法。其中一种是：目前学会的学习和管理，已经不错了，慢慢地结束，最后打个句号就可以。大家能学习就学习，不能学习就随缘，什么时候结束都行。但有时候又想：在末法时代，还是要尽自己的一口气，多发动一些人，好好弘扬佛法。

前一段时间，我在学院发动了一部分发心人员，组建教研组。整个过程，我和发心人员都特别辛苦，他们还经常熬夜。光是开会，都开了好多次，制定文件更是反反复复地商量。最后，终于开设了菩提研讨班。

我这次先去东北，再去南方，华南、华东的很多地方都去了。在大多数城市，很多佛教徒都有一定的上进心，主动参加我们的研讨班，随时接受我们的辅导。从整体上看，研讨班的效果还不错。但是，也有

一些地区让人很失望。所以，我要求某些地区的负责人，今天也来听我的讲话。

研讨班成立以后，我们对各地小组辅导人员的水平，基本上可以摸清。以前，有些人说起来是辅导员，但他到底在下面讲些什么，我们根本不知道。现在通过抽考，我们发现有些人给别人辅导之前，根本没有看光盘，根本没有听传承，根本没有看法本，自己加了很多很多的分别念，在那里随便讲。实际上，不仅是辅导员，很多人都有这样的毛病。

前几天，法师在网络上给大家讲解了怎样做辅导员、怎样讲考的重要内容。辅导别人的时候，围绕颂词和原文需要讲多少，自己可以发挥多少，都讲得很清楚。这些重要的方法，希望各个地方的辅导人员好好掌握。

菩提研讨班的资料 and 文件，各方面都很不错。希望研讨班的道友好好学习，随时做好讲考的准备。我

听说，个别法师会在晚上睡觉的时间打电话抽考。很多人睡得正香，一点准备都没有，糊里糊涂地爬起来讲，最后法师打分很低。

大家在学习上，最好给自己一些压力。不然，在学会“混”了很长时间，最后却什么都没有学到。昨天有一个学员非常积极，虽然刚刚加入学会，有点不好意思，但为了给自己增加压力，还是决定参加研讨班的学习。

我希望，今年各个地方都认真地抓一抓学习。尤其是菩提研讨班，更要好好抓，每个人都要随时做好讲考的准备。

热情一点，别应付

现在，教务处经常下发文件，但这并不是没事找事。如果没有这些文件，学会以后就没办法管理。

在世间，一个有十几、二十几人的小单位，也会有一系列的文件和规定。我们有这么多佛教徒，要统一管理，没有相应的文件和制度，是很难操作的。

但很多地方的发心人员，对教务处的文件，并没有认真执行，有的甚至连看都不看，也许觉得我们说得太多，写得太多，没有意义。如果三言两语就能把各项管理制度阐述清楚，我肯定愿意这样做，但实际上很困难。

学会从开始到现在，走的一直是这样的管理路线。必要的时候，我会给大家写公开信，或者做一些相关的开示。有些地区对我很尊重，我说的每一句话、做的每一件事情，都非常认真地对待。但有些地区热情不高——我不说大家心里也有数，对我们的发心人员基本上都是应付，对我们发出的文件也不认真执行。

我们给大家发的文件，可能是比较多。有时候，

我也想尽量减少，但是没办法。现在外面的人很多，有各种各样的事要做。这么多人，如果没有管理，光给大家取个名字，而不对大家负责任，肯定是不行的。

实际上，我们也可以取一些响亮的名称，而不给大家学习压力。但如果没有压力，你们不一定有大的进步。

今天晚上，我有很多抱怨，原因很多，各种各样的。很多发心人员的心态和行为，看多了确实让人生厌离心。我有时想，大家对学会的发心，是不是都觉得累了？如果大家都累了，我一个人再怎么声嘶力竭地叫喊，也不一定起作用。反正，我该做的事，已经做了一部分，剩下的就随缘而转吧。我确实有这样的想法。



来菩提功德会吧，很宽松

考虑到学会的要求比较高，有些人做不到，我们现在开始建立菩提功德会。只要在一年之内，能学习一两本书，或者做一些善事，就可以参加我们的功德会。功德会的管理比较宽松，一年给我们汇报一次做善事的情况，或交一份读书报告，就可以。到时候，我们会给会员发一份加持品。

目前，我们已经给大家发了菩提功德会的通知。但是，很多人的积极性好像不是太高。不过也没什么。我刚开始建立学会的时候，心理预期是 20 个人，现在已经远远超过这个数。实际上，只要有 20 个人积极修行，我也心满意足。

占着位置，就得做事

我特别希望，对平时的学修管理，发心人员能尽

心尽力。但现在的情况是，一些老的发心人员已经麻木，而新的发心人员又还接不上班。本来，在新学员里面，有一部分既有智慧，又有发心意乐，各方面的能力也都具足。但一些老的发心人员，自己占着发心的位置，却没有发心的热情；对新来的发心人员，也缺乏特别的关心和培养。所以，新加入的发心人员很难有机会发挥作用。

我有一种感觉，学会有很多人不太负责任。我想，老发心人员如果实在累了，可以退出。没必要占着位置不做事，最后让这么大的佛教团体慢慢消亡。

作为发了大乘菩提心，尤其是学过《入菩萨行论》等大乘论典的人，应该好好地考虑一下：在弘法利生方面，自己要不要做一些力所能及的事情？

有些道友，到现在已经发了三四年、五六年的心，但行为和发心依然一如既往，非常积极。有的人呢，发心一点儿也不积极，总是找各种各样的借口，

反复地推脱。最后，自己的发心不成功，学员的学习也耽误了，当地的管理工作抓不起来，学会也发展不起来。

其实，学会有相当一部分学员是愿意学习的。他们有这样的意乐和因缘。但是，因为管理人员没有把学会的事当作自己的事，没有起到真正的作用，这些学员想学也学不好。

说实在的，学会办起来以后，各个地方的人都不同程度地获得了利益。但与学院道友的闻思修行相比，与学院道友的学习进度和所获利益相比，城里的人还是很散乱，并没有取得令我满意的效果。

另外，据教研组法师的观察，很多地方的学修进度跟学会规定完全不同。有些地方过于快，还没有到规定的时间，就已经学完了。有些地方又过于慢，规定的时间已经到了，他们还有一两本书没学。

因为各地管理人员的执行方式不同，所以各个地方的学习情况和管理效率也有很大的差异。就拿共修的时间来说，有些地方一个月共修一次，有些地方一个礼拜共修三天。表面看起来，大家都是人，实际行为却很不相同。甚至有极个别的发心人员，管理的时候凭自己的想象，凭自己的操控，在下面害了很多。

我今天直言不讳地跟大家讲这些。本来，我不管是文字上的公开信也好，语言上的网络开示也好，都跟大家说得很清楚。但是东南西北的很多地方，都有很多管理人员——不是一两个人，在凭自己的想象做事，对教务处的法师经常有各种各样的误报，而没有汇报实际情况。

对各地辅导员的行为，教务处原来只有一个法师了解情况。现在不是一个法师，而是有好几位法师在参与调查，所以管理上的漏洞很容易发现。以后再想

隐瞒，可能没办法了。

以上这些情况，都是我最近身体不好的原因之一，也是我心情不好的原因之一。

分文不收，却全力付出

最近我看了各地的学习进度、学习状况和管理方式，很多地方都不是很乐观，只有极个别的地方比较认真。但即使认真，也不像我们以前在学院那样。我刚到学院的时候，闻思修行都不是这样的。

现在很多大城市的人，可能烦恼比较重，业力比较深，各方面的违缘相当多。虽然有种种因缘聚合，但我们学佛的能力却如此薄弱，修行的进度也如此缓慢，利益众生的事业也如此困难。

不管怎样，今天我拖着生病的身体，给大家做开示，希望各个地方的管理能够有所改变。大家要好好

配合教务处的工作，愿意学习的人要继续努力。不要认为，这些事情都是我们的，却每天都要求你们做，不要这样。大家应该主动配合管理，各方面都好好地行持。

如果各方面因缘实在不具足，任何一个地方的人想退，都是自由的。我没有收你们一分钱，也没有要求你们做任何一件事。

前一段时间，我去了一所大学。他们办的 MBA 函授课，两年要收二十多万。我想，这样一种世间学问，可能没有这么高的学习价值吧？而我们提供的，是出世间的真理，却一分钱不收——我们在这方面没有任何需要，还付出那么多的人力物力。如果你们不懂珍惜，真的很遗憾。

为了大家的学习，我需要在外面、在学院内部，组织上百人来发心。这不是一件容易的事。也许很多人认为简单，但如果让你来，你不一定撑得起。

希望发心人员之间，互相转告我今天的 UC 开示内容。大家想好好发心，那就好好发心；如果不愿意发心，那就明确地写一封辞职报告。大家如果想好好学习，那就好好地学，认认真真地学，按照我的要求去做；如果不愿意学，那就退出。你们报名时，我又没有扣你们的身份证。你们想退就退，很容易的。

我们所做的一切，都是为了你们好好学习，所以互相理解、互相配合好一点。否则，很多人可能会想：他是不是在利用学会搞名声？这是不可能的事，我在这方面看得很淡。

今天，很多负责管理的发心人员都在现场。希望你们最近开个会，从两个方面进行落实：第一个是学习方面，大家应该怎么进步；第二个是管理方面，应该怎样配合教务处的的工作。最近，教务处给大家发了通知和要求，各地执行得怎么样，你们扪心自问。

另外，作为管理者，我对大家是怎么付出的，你

们对下面的学员又是怎么付出的，大家也应该互相了解一下，并观察一下自己的心态。

30万遍的法会念修

今天是“天降日”，一个特殊的日子，我们佛教徒要好好珍惜。不过，我嘴上这样说，但却做得很不够。从早上起来，我就想好好发愿、好好念经，可是直到现在，既没有调整心态，也没有调整身体。在这里给大家开示，我其实是很不够格的。上直播之前，我观察自己的心，觉得像我这样的人，管理这么多人，跟大家宣说佛法，真的很惭愧。

今天大家聚集在这里，我说太多不开心的话，也没有必要。在这个世间，已经有许许多多的不满、伤心、痛苦和烦恼，这是轮回的本性。

整体而言，我对大家的发心和修行状况，还是有所了知的。在学院，很多道友顶着寒冷的天气，已经

念完 30 万遍阿弥陀佛心咒。外面的很多人，要在短短的
时间内，念完 30 万遍心咒，有一定的困难。所以，
这次我们没有明确规定时间。

希望你们根据自己的生活、工作等实际情况，尽
己所能，尽快完成。每年以这个法会为因缘，大家共
同发愿，念 30 万遍阿弥陀佛心咒，功德非常大。关于
法王如意宝的很多授记中都说，凡是与法王结缘的有
情，都能往生极乐世界。

我们什么时候离开人世，非常难说。现在有这样的
因缘共修极乐法门，对每个人而言，都特别珍贵。
所以，我今天第一个希望是，大家以后在学院开四大
法会时，都能参加共修。如果不能全部参加，最容易
观修的两个法会，也就是金刚萨埵法会和极乐法会，
应该是可以参加的。对大城市里的人来说，每年念 40
万遍金刚萨埵心咒，和 30 万遍阿弥陀佛心咒，并不是
太难。



修行，不必单独安排时间

我还希望，大家能把修行和生活融合起来。以前，藏地一位大德这样说过：“千万不要单独安排时间修行。你如果试图这样，不一定成功。”现在有个别人认为，我现在要工作，要养家，没有时间修行，等我把家人安排妥当，从单位退休以后，再来说修行的事。如果一直这样等下去，最后不一定成功。

为什么呢？因为真到那个时候，你不一定有修行的意乐；即使你有修行的意乐，家人也不一定让你修；即使家人让你修，你的身体也不一定配合。

所以，修行不能等，现在就要修——学会在生活中修行。藏地很多佛教徒，都有这样的习惯。他们走路也好，吃饭也好，睡觉也好，平时的言谈举止也好，只要有空，就会修行。要么念咒语，要么观修，要么看书，把修行融入生活。

大家不要给修行限定时间——计划退休以后再修行，设想放假以后再闭关。我的希望是，大家的修行不要离开生活，生活也不要离开修行。如果能够这样，不管是在家里，在单位，还是在其他任何一个场合，你都可以随时修行。

现在汉地的学员，还是很轻松的。一个礼拜聚会共修一次，也许半天，也许一天。很多居士除了这一次共修，平时生活中根本不拿念珠。作为一个佛教徒，不念咒语，不看书，也不观想，跟不学佛的人一模一样，真的非常可笑。

藏地的修行人绝对不会这样。藏地虔诚的佛教徒，平时手里都拿着念珠。早上一起来，就会念咒、磕头，做很多善行。走在路上，也会念咒、观修、思维法义等。

现在汉地佛教徒普遍的状况，就是修行不能融入生活，这非常不好。实际上，在工作和生活当中，除

了特别忙的时候外，很多时间都是可以用的。

这一次，我特意观察了个别六年前就加入学会的人，感觉自己讲了那么多法，都好像没有意义。他们学了六年，却基本上没什么进步。从他们的行为上，根本看不出修行人的相。平时不念咒语，早上也不念课诵，也从来不磕头。上班就是上班，生活就是生活。只是在星期六那天，跟蜻蜓点水一样，到共修道场去看一看，聊一聊。这样的“修行”，根本算不上什么修行。

我的希望是什么？大家既然加入了学会，就要努力改变自己。在这里所有的学习，都是为了改变自己。如果做不到这一点，那就只是种个善根而已。

当然，藏地也不是所有人都在修行。现在，有好多藏地的年轻人，不但不学佛，而且诽谤佛教。这样的人，正变得越来越多。但藏地的在家人和出家人，也确实有一部分人格相当稳重，修行也相当好——随

时随地都在修行，不需要单独安排时间。

我希望，听了今天的开示，大家都能学会在生活中修行。不要把生活和修行分开，把修行当作生活的点缀，跟看节目一样。你星期天去娱乐场所听歌星唱歌、看明星跳舞，听了就听了，看了就看了，最后都成过眼云烟，对生活没有任何影响。

现在汉地学佛的人，很多都是这样。在学会里“混”了六年，却没有任何进步。所谓的学佛，只是一个虚名，只是种些善根而已。

以后，我们应该跟不信佛、不修行的人区别开来。如果我们跟这些人一模一样，每天的生活除了吃喝玩乐，除了散乱，除了生贪嗔痴，丝毫没有提升和改善，学佛只不过是获得一些善根。

我说这些的原因，是因为最近看到个别人的行为，不是我所希望的。以前很多人给我汇报，“我已

经学了六年了”“我已经成了终身学员”……这让我心里有一种满足感：哦，他们已经学了六年，肯定都很不错。

可实际上，他们所谓的学了六年，还不如一个真正学佛的人学六个月。学院的有些道友，认认真真地学六个月，就已经完全改变。

最近，我在外面也遇到一些曾经在学院待过的出家人。他们年轻的时候来到学院，但却没有好好地闻思修，如今非常后悔，非常伤心。我想，菩提学会的有些道友，现在如果没有抓住机缘，没有把修行和生活结合起来，没有改变自己的相续，以后也可能比较后悔。

今天是天降日，有这么多人聚集在这里。大家应该好好地观一观内心，看自己有没有一点改变。每个人都应该好好地扪心自问。

今天，我提了两件事情。第一件是管理和学习，希望引起相关人员的重视。如果你们自己不想改变，我再怎么呐喊，也只是个人无力的呻吟。第二件是把修行融于生活。这可以算是我在今年天降日的重要讲话。

共同的念诵和观修

在这个特别的日子，让大家认真地打坐观修，可能有一定的困难。但不管怎么样，这么好的日子，我们还是应该象征性地观修一下。

首先，我们要在诸佛菩萨面前，发自内心地忏悔无始以来所造的罪业：以非常惭愧、非常内疚的心，一起念金刚萨埵心咒。

大家都修过金刚萨埵，如果能全部按仪轨观想，那是最好的。如果不能，就把释迦牟尼佛观在自己前

面，然后在佛前祈祷，加持自己无始以来所造的诸多罪业，全部得以清净。一边这样观想，一边念金刚萨埵心咒。

（堪布带大家共诵金刚萨埵心咒）

念完金刚萨埵心咒以后，自己的心就安住在无生空性当中。在金刚萨埵的所有修法中，这是最高的、无有任何执著的大空性忏悔法。

安住的时候，自己如果有中观的境界，就安住在远离四边八戏的中观境界中；如果有大圆满境界，就安住在大圆满的觉性中；如果什么境界都没有，就安住在所观的金刚萨埵与能观的自己、能忏悔与所忏悔，一切的一切，全部远离戏论的意念当中。这样安住有很大的功德。

下面，大家共同安住一分钟左右……

听说，现在学院有好几万人在参加极乐法会。

城市里的很多人，可能都没有这个时间。为了和大家结个善缘，也为了大家能在这么殊胜的节日里，获得跟学院众多僧众一起发愿的功德，下面我给大家念诵《极乐愿文》的传承。乔美仁波切的《极乐愿文》有点长，所以我念麦彭仁波切的《极乐愿文》，这个比较短。

（堪布念诵传承）

麦彭仁波切的《极乐愿文》，在《喇荣课诵集》里面有。这个很短很短，你们最好作为自己的课诵，每天念诵，每天发愿。仪轨里说：“当专一明观无量光佛法像、日诵圣号七遍等。”每天念七遍藏文的阿弥陀佛圣号，之后再念后面的愿文。学院极乐法会念的是乔美仁波切的《极乐愿文》，很长，你们念诵有一定的困难。

我们想往生极乐世界，就应该和极乐法会结上善缘。所以，大家以后要尽量念麦彭仁波切的《极乐愿

文》。

刚才，我还念了法王如意宝在印度金刚座造的《愿海精髓》的传承。这也算我们跟极乐法会结了缘。

接下来，大家一起在心里观想：“当我离开世间的时候，依靠阿弥陀佛和法王如意宝的加持，一定要往生极乐世界！”如果自己没有信愿，极乐世界再殊胜，我们也没办法往生。

去年，我们刚刚讲完《净土五经》。我想，凡是学过《净土五经》的人，都应该知道怎么发愿。

这次法会，学院有那么多人念了30万遍阿弥陀佛心咒。他们中的大多数，肯定能往生。我们也应该以他们的善根为缘，发愿死后一定要往生极乐世界——跟他们一起往生。就像世间一个大的团体要前往某个地方，有因缘的人会跟他们一起去一样。



下面，我们一边这样观想，一边念阿弥陀佛心咒……

我们作为大乘佛子，要生生世世弘法利生，最好的方法就是多念诵《大自在祈祷文》。就全世界来讲，法王如意宝弘法利生的威力是非常大的。这里的很多道友，直接或间接都是法王如意宝的法子。就像父亲有什么特长，儿子也会有相同的特长一样，大家如果在天降日，发愿生生世世利益众生，自己将来弘法利生的能力和事业，自然会得到法王如意宝的加持。

在这样的殊胜日，发愿自己的身体如何健康、生活如何美满，当然也可以。但最主要的，还是要发愿生生世世弘法利生。这样的话，自己会自然而然地得到快乐。

所以，今天我们要念三遍《大自在祈祷文》。念的时候大家要观想：“依靠我自己的愿力和诸佛菩

萨的威力，我即生乃至生生世世，一定要用佛法饶益众生！”如果我们真能发这样的大心，在未来的几十年，应该能把佛法广弘到世界的各个角落。

下面，大家一边这样观想，一边念《大自在祈祷文》……

我的微博两岁了

还有一件重要的事。你们可能没有发现，我的微博已经到了过两岁生日的时候了。刚开通微博时，我想：依靠小小的微博，人们不一定得到什么利益。但现在看来，城市里特别忙碌的个别人，还是得到了一点点好处。对此，我感到比较欣慰。

我的微博是两年前的今天，也就是前年的天降日开设的。当时，很少有佛教徒开微博。我抱着一种试探的心态，后来发现效果还不错。除了特殊情况以

外，我基本上每天都会发一次微博。但今天我发了两次，不知道你们看了没有。

有时候，时间过得特别快。我自己开微博，不知不觉就已经两年了。今天，应该给我的微博送一个生日蛋糕，唱一首生日快乐歌。

一百天内，至少放一次生

前一段时间，我们通知各地举行“智慧百日放生活动”。今天，我再次呼吁大家参加百日放生。国内国外，菩提学会和菩提功德会的所有道友，除了老年人和小孩以外，100天之内至少参加一次放生，这是我最低的要求。我不要求你们连续100天，天天都放生。在这100天之内，无论你们放多少次生，我们都随喜功德。在当地放就可以，不要把钱寄到学院。

过一段时间，我可能会让下面的发心人员统计数

量。如果你在 100 天当中，99 天都做自己的事情，却连一次放生都没参加，我觉得不太好。你只要参加一次，所有人 100 天内放生的功德，你都能全部得到。

如果当地没有放生团体，你可以在自己方便的时候，买几条鱼、几只鸟，给它们念一些佛号，然后放掉。这样也算圆满。

念诵的音调，不能搞创新

以后，学会的道友在放生和共修的时候，前后念诵一定要按照学会课诵的发音来念。这是以前法王如意宝的念诵音调，非常有加持。对其他团体，我没有权力这样要求，但我们学会的道友，一定要按规定来。包括课前课后在内的所有仪轨，你们如果用藏文念诵，就一定要按照学院的藏文音调来念，各个地方不要自己搞创新，造出一些新的音调来。如果实在不会藏文念诵，我们以前编过一个汉文念诵的音调，用

那个念诵也可以。

我这次出去，发现很多地方的放生仪轨，都已经按学会的规定改过来了，这是很好的。以后，我们佛教的很多行为，如果都能统一起来，会产生一定的力量。

刚才，我的心情不太好。但我前面坐着的几个人，态度还不错，我的心情突然又变好了，病好像也没那么严重了。

共修《普贤行愿品》

接下来是最后一个环节，大家要准备好汉文的《普贤行愿品》。很多人可能连一遍《普贤行愿品》也没有完整地念诵过。今天是天降日，所以我把大家召集起来，共同念一遍《普贤行愿品》。

我去年刚讲完《普贤行愿品》，听说现在很多

地方都已经学完了，大家应该懂得如何观想。如果实在不会观想，那就总的观想一下：我发愿生生世世弘扬佛法、利益众生，与此同时，自己也能身体健康、心情快乐。如果能将所有的发愿，融入《普贤行愿品》，我们的愿力必定会实现。

下面大家观想，在本师释迦牟尼佛为主的十方诸佛菩萨面前，自己以清净心发愿，将自己所做的一切善根，回向给天边无际的一切众生，愿自他都能往生极乐世界。一边这样发愿，一边用汉语念诵《普贤行愿品》……

一息尚存 不忘众生

——2012年第二届预科班开学典礼

2012年12月1日

今天是12月1日，是我们2012年第二届预科新班的开学典礼。非常感谢大家抽出时间，参加我们的网络聚会。原本打算以视频的方式，在法音频道给大家做开示，但因为色达地区网络中断，只能改用音频。今天除了现场开示，我还会传授皈依戒，并念诵几个传承。

既来之 则安之

在座的大多数人，今年都刚刚加入学会，在正

规、系统地学习我们的相关课程。我希望新班的每一位道友，都能通过学习，明白佛法的甚深含义。这是我个人的一点想法和期望。

学会创建这么长时间，加入的每一个人，可以说都有不同程度的收获和提升。从简历上看，在座诸位的文化水平和综合素质都非常不错。我相信，你们每个人都是经过深思熟虑以后，才选择了学会这个团体的。既然你们的加入，是有原因、有目的、有思想、有打算的，就应该更进一步，努力适应我们的管理制度和学修课程。

很多人以前学过佛，也有些没学过。但不管怎么样，大家对佛理的了解，对修行的认识，都不一定很深。既然加入了学佛小组，你们的生活方式和生活习惯都要有所改变。如果还像以前一样，没有节制地在世间散乱，就和学佛的初衷不太符合了。

我首先想告诉大家的是，既然已经来到这里，就

不要轻易地退失，至少学三年以上。世间人也讲，“既来之，则安之”。我们这里的课程很多，有三年的、五年的、六年的、八年的、十年的。有相当多的佛教徒，在这里有规律、有次第、有系统地认真学习。他们的心态，与刚加入时相比，已经有了非常大的变化，甚至可以说是天壤之别。

我相信，在这里学习几年以后，你们的佛教素养、思想境界等，一定会有所提高。虽然我个人的能力有限，但我所讲的法，我们共同学习的内容，都是前辈高僧大德和诸佛菩萨的教言。这些教言极其珍贵，绝对是有价值的。

总之，大家都是有智慧的人。既然已经报名参加，就不要在一两个月或一两年之后退失，也不要自由散漫、不服从管理，这样没有任何必要。这是我今天讲的第一层意思。

人生开学的第一天

第二层意思，大家既然加入了学佛的团体，就一定要珍惜学习的机缘。

大家在世界的任何一个学府上学，都需要上课、考试，服从学校的管理。只有这样，才能完成自己的学业。我相信在座的人，都读过小学、中学或大学，甚至取得了硕士或博士学位。但学习佛法，很多人都是第一次。所以，今天才真正是你们人生开学的第一天。

前几天，我们这里有一个毕业于北京大学的出家人，因为才出家一年多，他自认为是小学一年级的学生。从世间学问的角度，他是北大的毕业生，很了不起。但从佛教的层面而言，也可以说是小学一年级的学生。

所以，不管你在世间有多么了不起，现在开始学

佛了，就要遣除从前的一切傲慢心，放下从前的一切嫉妒心，断除从前的一切嗔恨心，放下诸如此类的各种染污、烦恼和不清净的心态，以虔诚、恭敬、欢喜或随喜的心态，接受我们的课程。

我不是自夸，这么多年来，无论是为大家提供学习资料，还是为大家制定管理架构，我个人和发心团队的服务都做得不错。

今天，你们虽然不能通过视频看到现场，但我这边的主要法师和管理人员都全部到场了。前一段时间，为了你们的小组，为了你们的考试，为了你们的管理，大家经过多次的商量和探讨，做了各方面的准备。包括今天，也开了一天的会。也许你们觉得今天的聚会很简单，可实际上，现场有很多人在背后默默地付出。

我这么说，并不是抱怨我们的付出，或索取你们的感激。只希望各位知道，我们不是像普通的气功组

织或民间的传销团伙那样，而是按照真正的高等学府的学习方式、正规的佛学院的推广理念，向大家推广佛教慈悲和智慧的真理。大家既然来到了这个平台，就应该一步一步地，适应它的课程设置和管理方式。

从今天开始，我们每周给大家提供的课程，你们每年需要跟大家一起学习的课时，都希望各位按时完成。在此过程中，各个小组都有管理人员，他们在组织学习、统计学修情况等的时候，希望大家能够配合。

有个别的人，从来没有上过真正的佛教课，从来没有受过这样的管理和约束。现在突然被要求这样、被要求那样，可能会质疑：佛教徒怎么还需要管理？从而否定甚至推翻我们的管理架构。与其这样，不如最开始就不要参与。

也有些人，抱着试探的心态，来这里找感觉。只听一两天的课，就期望有明显的感觉，否则就不听

了。这种想法有点幼稚。学习世间的任何一门知识，都不可能一蹴而就，更何况是出世间的佛法？

比如，你读小学的课程，光是听一两节课，能不能就小学毕业？不可能。你学习大学的课程，能不能先读两三天找找感觉，如果没有感觉，大学四年就不读了？也不可能。因为蜻蜓点水般的试探，永远不可能把你变成有智慧的人。这样的道理，大家可以用推理了知。

不论学佛，还是学习其他知识，都需要长期坚持。要有耐心和忘我的精神，才能真正有所收获。否则浅尝辄止，只听一两天，只听一两个月，只听一两年，没有很大的意义。

在座的各位，有些从来没有皈依过，有些皈依多年，却从来没有系统性、次第性地学过佛法。所以，新班的辅导员和负责人，最好就学会的学习模式、课程安排等内容，提前做一个培训。学会的管理制度不

同于其他团体，希望大家认认真真地学习。



路遥知马力，日久见人心

在座的各位，无论是以前从来没有皈依的，还是曾在其他上师面前学过很长时间的，到这里都要接受统一的管理。我们虽然不排斥任何一位上师，但是，如果没有按照学会的课程来学习，没有按照学会的管理来做事，我们也是不允许的。

我们有一个原则：即使是我个人，或是学院公认

的大德，也不要学会中搞宣传。因此，新班的道友不要故意在学会发放资料，宣传自己的根本上师，或是想尽一切办法，为自己的上师拉人。这是我们的规定，希望大家不要把个人的情绪和想法，加在管理人员的身上。

学会是大家闻思修行的平台。除了闻思修行，其他的事情我们都不重视。不要在学会发各种各样的宣传品，更不要利用学会搞经济，给上师们化缘。我个人也好，学院也好，都从来没在学会化缘一分钱。

我们这么多人，日日夜夜地操劳，付出这么多时间和心血，但从来没有想过，依靠你们获得名声、财富和地位等；也从来没有想过，依靠你们获得任何一种经济或政治的非法目的。

退一万步讲，即使我个人需要名声，你们恐怕也无法让我的名声有什么提升。至于其他的，就更不用说了。依靠你们得到点什么，我根本就没有这样的

想法。

那我的目的是什么呢？我身边所有发心人员的目的又是什么呢？召集大家共同学习，通过管理监督大家、提醒大家，让大家的学习一步步提升，最终学好佛法知识。这是我们共同的目的，也是我们唯一的目的。

现在，很多佛教徒不懂佛理，这是佛教团体最大的缺失。我们希望能在这方面做一点事情。并不是对你们说好话，诱导你们进来，然后过一段时间，就安排你们做这件事情、做那件事情。

在座各位心里要清楚，不是我们需要你们所学到的知识，而是你们需要学好佛法知识，利益自己。所以，对学会的所有管理，一定要好好配合，不要把学习当成是我们的事情。如果实在不愿学习，也要守规矩，不要搞破坏。对规规矩矩的人，我们即使再辛苦，也会想尽一切办法，提供各种学习方便。

如果你不但不好好学习，还怀着各种各样的目的，做各种各样的事，“路遥知马力，日久见人心”，总有一天会暴露的。现在这个时代，有智慧的人这么多，了解信息的渠道也这么多，任何人的任何行为，都不可能长期隐瞒。

总之，学会没有任何经济目的、政治目的或其他非法目的。希望大家合理合法、如理如法地对待这个团体。既然已经加入，就不要怀有其他的目的，不要利用学会。当然，我们也不会利用你们为我们做事。

有些人，因为在世间具足很高的地位、富有的身家和庄严的相貌等诸多优势，不愿意服从管理，加入学会跟没有加入一样，行为没有任何约束。这样的人，希望你们不要加入，我们不愿意录取。

我说这些话，你们不一定喜欢听。因为不论是当面也好，背后也罢，如果被赞叹，被歌功颂德，我们

心里会非常舒服、非常欢喜。相反，如果有人不但不赞叹自己的功德，反而击中自己的要害、刺入自己的心脏、撕裂自己的伤口，我们便感觉刺痛，甚至自我辩护。

总之，多培养一个人，我们所付出的时间和资源，都会多增加一分压力。今天是开学的第一天，跟大家开门见山地讲清学会的管理和教学原则。

快乐和幸福的源泉

2012年第二届预科班刚刚组建，总负责人和各地的辅导员都很辛苦。我在这里，要特别感谢所有的发心人员，特别感谢给大家提供道场、为大家创造顺缘的所有大德、信士和善男善女。

任何一个国家、任何一个民众，都希望过得快快乐乐、幸福美满。现在的很多媒体记者，经常采访人

们：你的生活幸福吗？其实，如果内心不安宁，外在的物质再富足，也不一定有幸福感。

而学习佛法，的确能给我们带来幸福。学会有成千上万的人，通过学习佛法，减少了压力、痛苦和烦恼，增长了安宁、快乐和幸福。学习佛法的人，随时都有一种安全感、舒适感和欢喜感。这是世间任何财产和地位，都无法给予我们的。

所以说，大家共同学习佛法，大到对整个世界和国家，小到对家庭和个人，都是非常有必要的。

只要一息尚存，就要帮助众生

这里所有的发心人员，为了新班的成立，都付出了很多的精力、财力和时间。而大家的学习也很精进，虽然家庭和工作的事情特别多，但却抽出时间，上网来听受我的开示。对此，我非常感恩。



我用什么方式，来表达自己的感恩之心呢？我发愿，从现在开始，哪怕只有一点一滴的力量，只要一息尚存，就要尽量帮助众生。大家如果愿意，也可以和我一道发愿。

今天是“世界艾滋病日”。我们在这个特殊的日子，举行开学典礼。

也许有人会想：“在世界艾滋病日举行开学典礼，是不是不太好？”这其实是很好的。为什么呢？因为国际社会认为，在今天这个日子，世界上有许许多多需要帮助的人。我也希望通过今天的互动，帮他们解决更多的问题。

世界上，每天都有成千上万的人得艾滋病，非常可怜。由于没有防范的意识和措施，少数民族居住的一些偏僻地区，现在艾滋病传播得非常厉害。

今天，我在微博上发了愿，也跟藏传佛教的个别

大德一起发了愿：自己虽然做不了什么大事，但从今以后，在我力所能及的范围内，不管看见众生得什么样的病，不管众生得的病有多么严重，都要尽量地利益他们。

在国际上，也有许多宗教人士、慈善人士和众多明星发了这样的心：尽量帮助这些可怜的人。

我们的预科班开学，也在这样一个特殊的日子。希望我们每个人，通过学习《入菩萨行论》，学习《大圆满前行》，学习其他一些教言，都能有一定的收获。

人格稳重，持之以恒

在学习的过程中，大家要有长期坚持的耐心和毅力。我现在看到，很多佛教徒最缺少的就是稳重。今天想这样，明天想那样；今天依止这个上师，明天依

止那个上师；今天学这个法门，明天学那个法门。像这样辗转变换，人格不稳重，不要说学习佛法甚深的教言，就连成就一分世间的事业，也相当困难。

所以，我今天要郑重地提醒大家，既然你选择了这门课，至少这几年要安定下来，认认真真地学习。这是最最关键的问题。

大家都知道，要在世间的高等学校学习一门课程，需要花很多钱。我去过上海、北京的一些高校。在有些学校，只是学两年的函授课程，也要交二三十万的学费。花这么多的钱，一年只培训半个来月或二十几天。结束之后，得到的只是一个证书。除此之外，什么都没有。但是，为了完成这样的学业，却有成千上万的人去报名。

学会不收大家一分钱，我们却想尽办法，为大家提供一切所需。我并不是因为需要你们，所以在这里打广告，不是这样的。对各位，我有一句肺腑之言要

讲：学习佛法，真的能带来世出世间的利益和今生来世的快乐，如果不学，的确有点遗憾。

一般来说，我们的态度越开放，大家越不愿意进来；我们越保密，越不让大家学，大家却越想进来。人都有这样的习气和习惯。

我今天的讲话，没有提前做准备。我想，也不需要做什么准备，因为我们的心的坦坦荡荡的，学会的目的也是显而易见的。

日积月累，必有所成

具体而言，你们需要怎么做呢？很轻松，每周只需要学习一两堂课，每月完成五六堂、七八堂课的学习就可以。我们不会安排你们无法承受的课业，所有的课程内容、管理方法和学习方式，都是为大城市的人专门设计的。如果你们足够自律，经过日积月累，

渐渐地，一定会有所收获。

因此，你们进来以后，没有必要说是道非。只要认认真真地学习，认认真真地听从管理，最后一定会学到知识。毕业的时候，你们也不用给我们多少钱，学到的知识也不用交给我们。作为一个佛教徒，你所收获的，是今生来世对佛教的教理和修行有所认识、有所了悟，这是你们的成就，也是我们的心愿。我们不会扣下百分之多少，也不需要拿你们的“股份”。

你们在学会所做的一切，都是为了你们自己。所以最好不要调皮，不要经常给负责人和管理人员添麻烦。包括打考勤、报学修，都应该按时完成。

实际上，对懂规矩的人、有水平的人、综合素质较高的人，我们管理起来是非常轻松的。而那些特别散乱的人、贪嗔痴极其严重的人、不懂人规和法规的人，连世间普通学校的纪律也难以忍受，不一定适应我们的学修管理。

大家的心态很重要。千万不要把学习当作生活之余的事情——做也可以，不做也可以，学也可以，不学也可以。

今天，我给管理人员开会时也说了：一般来讲，我们做任何事情，学习也好，管理也好，心态都非常重要。如果连学习的兴趣都没有，连承受管理的能力都没有，那暂时来讲，是不可能学有所成的。对这样的人，我们没有必要付出太多。

我在这里，当着所有学员和管理人员的面，把想说的都说了，也说得比较严，希望你们每个人心中都有点数。以后，相关的管理人员和法师，还要定期或不定期地继续给大家讲解。

希望从今天开始，每个人都能认认真真地学习佛法。现在，很多佛教徒对佛教的认识非常欠缺。我说这样的话，并不是在诽谤。当你们认真学习两三年、五六年以后，再回忆我今天说的这句话，才会明白其

中的密意。

传授皈依与传承

在座的人，如果以前皈依过三宝，不用重新皈依。如果你想再次皈依，也不是不可以。但今天的皈依，主要是针对没有皈依过的人。

皈依的时候，大家要想：今天，我要皈依佛陀，皈依佛法，皈依十方僧众。从此以后，我就成了真正的佛教徒。

皈依的目的有三种：最上等的皈依，是为了利益一切众生；中等的皈依，是为了自己从轮回中获得解脱；最下等的皈依，是希求自己今生的健康、快乐、圆满。不管你发哪一种心，都可以。

下面，我给大家念诵皈依三宝的偈颂。这是诸佛菩萨传下来的金刚语。



（堪布传授皈依）

虽然我们看不到彼此的面容，但在同一个时间，我有授的心，你们有得的心，仍然可以得到戒体。

皈依的法名，第一个字是“圆”，后面是自己名字里的一个字。比如，你名叫“光明泰”，你如果特别喜欢“光”字，就叫“圆光”；你喜欢“明”的话，就叫“圆明”；你要是喜欢“泰”，那就叫“圆泰”。

今天的法名，一方面有我的一分——我提供了一个“圆”字，你们自己也有选择的自由。大家都是“圆”字辈。以前有法名的，不用重新取。没有法名的，就依照这种方式取一个。

皈依以后，应该守什么样的皈依戒呢？大家下来要多看《大圆满前行引导文》的皈依部分，里面专门讲了怎样守皈依戒。我今天在这里不广说。

下面，我给大家念《怀业祈祷文》，又叫《大自

在祈祷文》的传承。这个祈祷文的加持力非常大，能令我们的身心获得自在，有许多的功德。

这里还有前行班的道友。他们在一边学习《大圆满前行》，一边修加行。《大圆满前行》的加持和功德非常大，我以前在上师如意宝面前得过很多次。尤其是麦彭仁波切的《开显解脱道》，上师在很多地方都传过，我在上师面前也得过很多次。

以前，我也通过电话，得过国内外很多大德的传承。我今天通过音频念传承，大家也同样可以圆满得到。

下面，我用藏文念诵《开显解脱道》的传承。需要四五分钟，请大家耐心听受。

（堪布念诵传承）

发自内心的欢喜

刚才，我给大家做了入班必要以及如何配合管理的开示。最后，我还想简单强调一些事。

在座的大多数人，都是新生，都是刚开始学习佛法、皈依佛门的。你们中的一些人，也愿意长期学习佛法。虽然我待在寒冷的藏地高原——现在的气温是零下二十多度，你们待在繁华的现代城市，但我们都有一个共同的心愿：人身非常难得，寿命极其无常，既然已经获得了人身，就应该利用短暂的人生，认真地学修佛法。

不管什么年龄的人，到一定的时候，都会独自离开世间。我们今天拥有的一切，身体也好，财富也好，临终之时什么都带不走，只有我们的心识，会不断地流转来世。

在可怕的轮回中，唯一对我们有用的是什么呢？

佛法。这方面，无论是理论体系，还是个人体悟，我都有很多话可以说。但是今天因为时间关系，暂且不多说。

总而言之，我希望在座的各位能真正认识到，学习佛法，不但是为自己解脱，而且还要度化众生，帮助众生解脱。除此之外，我们的人生也没有其他的事情了。

我个人经常东奔西跑，形象上给别人讲经说法已经接近 30 年。应该说，我有一种相似的发心，唯一希望大家认清轮回的恐怖，认识人生的真理，了悟解脱的快乐。你们学习佛法的目的，也应该是这样的。

今天在座的各位非常荣幸，因为有了学习佛法的新的开端。对此，我发自内心地欢喜。

做勇敢而无私的佛教徒

大概在 2005 年和 2006 年，我都给大家讲过，要

组织一个学习佛法的小组。当时的目标不高，哪怕只有十几人、二十几人，我也心满意足。因为自己的能力有限，也因为佛法的深奥难懂，所以不能要求全世界的人都学佛，也不能要求一个城市的好几百万人都学佛。实际上，要让很多人接受佛法，并获得真正的利益，基本上不太现实。

随着各方面的因缘成熟，以及各地发心人员的愿力和能力，如今，我们已经拥有一群特别善良、有思想、有文化的佛教徒。

从个人的角度来讲，我对你们的加入非常欢迎。为什么呢？因为你们将从中得到人生的真理。虽然我这个讲者非常普通，但我所学的知识 and 所讲的佛法，都是藏传佛教极其珍贵、极具价值的真理。我们的共同学习，对大家的生活和修行都会有所帮助。这一点，不仅前面有那么多人的经验和体会可以证明，而且以我讲经说法这么多年的人生经验来看，佛法对众

生确实是完全有利的，绝对不会有半点损害。

不过，你们在学佛的过程中，可能会遭遇家人的不理解、工作的不方便和生活的不顺利等困难，甚至自己的身体和精神都会面临很大的压力。俗话说“道高一尺，魔高一丈”，你越来越精进的时候，魔王波旬对你制造的违缘可能会越来越多，你在家庭和工作上需要面对的问题也许会越来越繁杂。

但是，藏传佛教和汉传佛教历代的高僧大德和众多虔诚的佛教徒，都顽强地排除了一切万难，取得了最后的胜利，世出世间都获得了超胜的境界。

你们可以想一想，为什么这里的发心人员和管理人员愿意给大家提供道场？这并不是一件容易的事，需要排除家人的阻碍，破除自己对金钱的吝啬等。作为一个凡夫人，如果没有一定的租金，不要说长期给大家提供道场，哪怕只提供一月、一日，也是不容易的。

但是，为什么有这么多人愿意为我们提供道场、提供许许多多的学习方便？因为他们有爱心，有利他的菩提心。同时也说明，佛教的利他心，对人类乃至对整个世界的群生，都有不可估量的价值和利益。

我们这里有许多许多的有识之士，和非常了不起的善知识。他们给我们提供了丰富的资源和便利的条件。对此，我们每一个人都应该珍惜。

我们给大家提供学习的条件，时间不一定很长，也许只有三五年。你们学习佛法的因缘成熟之时，一定要当机立断，立即发心去做。否则一旦错过，这样的机缘百千万劫也不一定遇得到。

我们这边的发心人员，今天一天都没有休息，个别发心人员甚至一整天都没吃上饭，脸色特别苍白。尽管这样，我们还是愿意做大家的仆人，为大家服务。也希望各位能配合我们的管理。

我们这样做的目的，就是想让你们学到真正的佛法，比如人身难得、寿命无常、轮回痛苦、因果不虚、依止善知识、皈依、发心、忏悔等《大圆满前行》中非常关键的基本要义。此外，还有《入菩萨行论》中讲到的，发菩提心的功德，怎样受菩萨戒，怎样保持正知正念，如何利益众生、行持六度万行等诸如此类的甚深道理。将来从学会毕业之后，如果你们愿意，还会安排你们加入禅修班，学习密宗，或者进一步学习中观、因明、俱舍等五部大论。

学院现在有相当多的年轻人，有些在学五部大论，有些在研究密宗，有些专门为大家发心、利益众生等。他们要么精进闻思，要么利益众生，不会整天说别人的是非长短，不会以自私自利的心，做各种对自他都没有利益的无聊之事。他们的身口意非常清净，所做的事情非常有意义。

人需要有压力，有了压力才有动力，才会对弘法

利生作出巨大的贡献。

各个地方的学习小组，需要在学修安排、学习方法等方面，对新学员做一些培训。新学员对闻法轨理还不太懂，以后想要如理如法地听课，一定先要如理如法地接受培训。不要自欺欺人，只是在表面上走过场，这样对大家都没有意义。

今天，我们 2012 年第二届预科班的开学典礼，我既是主持人，又是主讲者，给大家简要地讲了一些话。从早上到现在，我今天一直在外面，参加各种各样的会议，所以没有备课。但是没关系，也许没备课我会讲得更好，备了课反而讲得不好。不过以后的课，我还是会提前备好。

不管怎么样，我们今天聚集的目的，就是“学习佛法、利益众生”这几个字。非常感谢大家参与我们今晚的共同探讨和交流，谢谢！



当代佛教徒的使命感

——2013年元旦开示

2013年1月1日

今天是 2013 年的第一天，在这个辞旧迎新的吉祥快乐的日子，我们通过网络，跟道友们在法音频道以及 UC 讲堂中聚会。我目前在杭州，身边有些佛教徒，还有学院的部分出家人和学员。我平时对自己的行踪比较保密，但今天因为特殊缘起，我要透露一下现在的行踪。

之前有人传言 2012 年是世界末日，从某种角度来说，2012 年也确实是“世界末日”，因为它已经永远离开了，昨天之前的所有快乐、痛苦，一切的一切都变成了一场梦，从此之后，再也不会与它相遇。

这是一个特别明显的生命无常的提示。年轻人老了一岁，老年人朝更老又迈进了一步。按照世间习俗，今天亲朋好友互相祝福新年快乐，但用出世间的语言描述时，这是在提醒我们：一切都是无常的，离死亡又近了一年。也许世人会觉得这种思想比较悲观，但正是因为懂得了无常，所以我们更珍惜当下，其实这是更为积极的生活理念。

今天，我按照世间习俗祝福大家元旦快乐。同时，作为佛教徒，愿大家在新的一年里，修行一定要有所成就。世人更为关心身体健康、生活快乐、家庭和睦、事业有成等，不管怎样，我们要经常祈祷上师三宝加持，让每一个生命都能心想事成。

祈祷莲师 遣除违缘

今天是一个特别好的机缘。作为一名佛教徒，我一早起来就到佛堂祈祷莲花生大士，因为按照藏地很

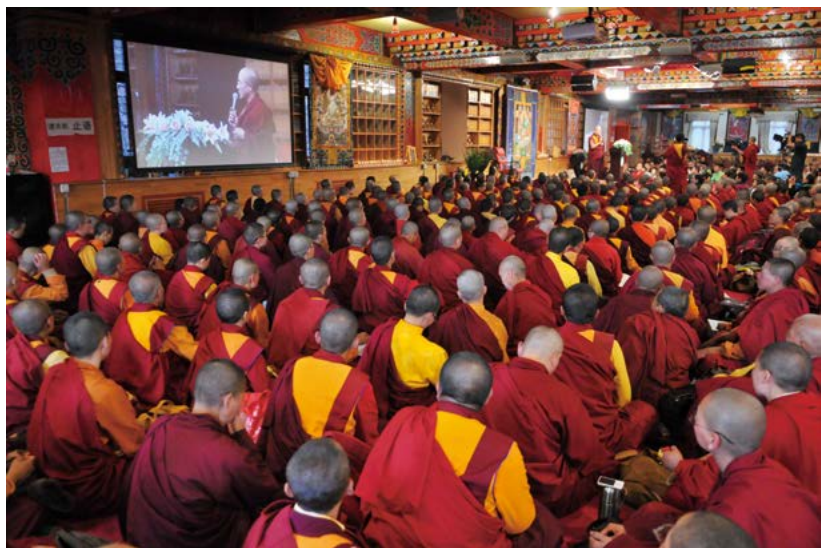
多高僧大德的传统，想在新的一年里遣除修行和生活中的一切违缘、障碍，成办一切所愿，祈祷莲花生大士最有效，也最有力。

因此，我今天在微博也说，要念 100 遍以上的莲师心咒。其实 100 遍应该不够，最少也是 300 遍，1000 遍以上最好，但世间人特别忙碌，而且看我微博的人大多数都不学佛，有些虽然信佛教，但也并不是特别认真地修学。无论如何，种下一个善根、遣除自身违缘也非常重要。

一、让佛法深入人心

今天是一年 365 天的开始。当然，按照汉地或藏地的传统，春节才算是真正过年，但世界上大多数人们都以公历新年作为一年的开始。新年第一天还没有结束，每一个人要在内心发善愿。

其实发愿很重要。我刚才在回忆，7年前（2006年）的元月一号，我同样在杭州，也发过一个愿，做了一期《新年访谈录》。当时我发愿：从现在开始，通过网络、现代科学技术，我要尽量地将佛法的殊胜道理传播给有缘者。后来以发愿力，以及诸佛菩萨和护法神的加持力，在这几年当中，可以说取得了前所未有的成功。



今天，我也在这里与大家共同发愿：依靠更先进的方式将佛法传播到全球，愿每一位与大乘佛教有缘

的众生，心灵得到滋润，获得真正解脱的利益。

1. 细水长流 坚持不懈

希望无论是在网络上还是在现场，以及通过其他各种途径获得这些信息的人，从今天开始，每个人首先要发愿：我要行持善法、利益众生，同时坚持不断修学佛法。

也可以归纳为四个字——细水长流。

刚开始不要过于勇猛精进。很多刚学佛的人太积极了，废寝忘食，不眠不休，后面实在没有力气了，又慢慢放松下来，甚至半途而废。这种现象比较多。其实即使最初你跑得不是特别快，如果不断地走、不断地努力，一直不放弃，到一定的时候也会有所成就。

所以，希望所有佛教徒要长期坚持。想要在一

两年或三四年中获得成就，确实有困难。一般世间的工作和事业也需要等到十年八年以后才有收获，而出世间的佛法，想在非常短暂的时间得到超越的心灵感应，有一定困难。因此，你们如果有智慧，且各方面因缘具足，应该从五部大论开始，系统、次第地修学显宗、密宗法要。

现在很多人坚持不下去，发心人员是这样，修学佛法的人也是这样，学着学着、修着修着，两三年以后，或者两三门课以后，或者依止一两位上师以后，又开始换口味。好多人的心态不稳定，最后导致自己的修学不圆满。

一生中最好不要换很多法门，也不要换很多上师、道场。如果你像阿底峡尊者那样真正具有清淨心，拜访十方大德也是可以的，但这样的人在末法时代特别难见。因此，抓住一个法门后，一定要坚持走一段时间，至少也是走十年、二十年，这样必定会有

所受益。

所以，我给大家的第一个建议是：应该细水长流，不要让佛法的修学成为生命中一个短暂的因缘。现在极个别道友分不清是非，学习佛法以后，在人际关系方面遇到一点点违缘，或者修法中遇到一个细小的障碍，就将很长时间学来的所有境界和法门全部抛弃，然后在别的地方重新开始，这样并不能真正成功。与你自己有缘的、能长期修学的道场非常难得，不要轻易舍弃。

2. 高瞻远瞩 共同担当

我要说的第二件事，佛教徒要高瞻远瞩。现在很多佛教徒都是自己埋头苦干、自己苦修，并没有用非常远大的目光来看世界、看所有众生。我身边其他的宗教徒站得更高、看得更远，尤其是他们中的很多人，有一种使命感和责任感，一直想着帮助所有的人，特别是世间各种无助的人。



其实，我们佛教的教义不仅能帮助世界上所有的人类，甚至包括旁生、饿鬼、地狱之类的一切众生都可以救度，可以度化，可是现代佛教徒在这方面的意识比较薄弱。不管是藏传佛教徒，还是汉传佛教徒，有些人只管自己的修行、只管自己的家庭，而在利益众生、帮助他人的问题上，缺乏长远的考虑。

还有些人以一种相似的“慈悲心”，什么事情都不管。佛教经常受到各个媒体的轻视，而其他很多宗教徒，媒体并不会因为他们一个小小的过失，马上在各个场合曝光。

为什么我们佛教徒这么好欺负？其实是因为在有些场合当中，佛教徒太不负责任，互相不团结，没有共同的凝聚力，没有对整个佛教负责的使命感和责任感。从世间层面来讲，一个团体、一个组织，如果在社会上过于脆弱，或者内部不团结的时候，不仅会受到外部的歧视，同时也会受到其他各方面的践踏或

摧毁。

正因为这样，我看到许多事情并不是很乐观。从现在开始，希望大家合理合法地共同学习、共同努力、分清是非。大乘佛教徒一方面要慈悲为怀，以慈悲心来对待一切众生，但也要分场合，并不是遇到任何事情，所有的错误都属于佛教，所有的正面都不属于佛教，这是不可能的。佛教徒要团结起来，在必要的时候维护佛教的利益。

因此，从宏观层面看，佛教徒需要做的事情相当多。希望每一个佛教徒不要只想着自己小小的快乐，只想着自己内心的渴望。当然，我们自身的修行和修证也是不可缺少的。我看到很多道友，以真正佛教的传统、佛教的教义进行修持，从中获得无比的利益和成就，这样的人也相当多。

如果佛教想要在世间获得大家认可，最根本的，佛教徒不能做任何违背国家利益、人民利益的事，否

则，无论是长期弘扬佛法，还是自身修行，都无法成功。但也不能过于“慈悲”，或过于没有信心，这样会错失很多机缘。

3. 跟上时代 广弘佛法

第三件事情，我最近经常去一些大城市，深深感到佛教的教义完全可以顺应任何时代。科学家爱因斯坦也说过：“在当今世界上，任何宗教如果有可以和现代科学共依共存的，那就是佛教。”他认为在所有宗教中，我们佛教的教义完全不落后于科学。

对于佛教的教法和证法，我们没有必要都与科学家的理念相吻合。但现在这个时代，百分之八九十的人都信仰科学。我本人是否信仰科学呢？确实也对个别科学理念非常认同，这不得不承认。那么，是用科学来证明佛教，还是用佛教来证明科学呢？我觉得是相辅相成。既然相辅相成，佛教就一定要跟上世界，

这就是我想提出的四个字：跟上时代。

从佛教的教理和本质上讲，任何一个再先进、再快速发展的科学理念，都无法对它有丝毫摧毁或动摇。但是，佛教的发展前景与我们继承佛法、继承佛教的在家人和出家人自身的信念，以及对佛教真理掌握的程度有一定的关系。

如果佛教所有的教育都按照传统方式来做，在时代的道路上，我们没有把佛法传递到文人的心里，没有传递到有智慧的知识分子群体当中，那么，很有可能在 21 世纪末，佛教会因为无法跟上时代而被历史淘汰出局。到那时，佛教就成了极个别老年人，或是在寂静深山里极少数修行人的一种表面行为。这样一来，虽然佛法是极其珍贵的真理，可这种真理没有人了解，于是，它会跟不上历史前进的车轮，它会掉队，它会被扔在路边，有这种可能性。

因此，作为佛教徒，我们是佛教的继承人，用

世间的语言来讲，也是佛教的建设者，对此，我们每一个人都有责任！有哪些责任呢？主要有两个责任：第一个责任，通过佛教的修行断除自己的障碍，增上自己的智慧，即自我完善；第二个责任，在自己略有成就时，要将所了解的佛法的教理传递给下一代，同时，不要让它被现代文化践踏，不要让它被现在世间的各种理论所淘汰。

所以，我们每一个人，作为佛教的继承人，要懂得将佛教的道理与现在世间的理念相结合。如果不会把佛教的理念同现代生活相结合，不会用现代的语言来表达的话，就无法让佛法深入人心。还有，现在人类使用的各种产品、科技化的机器日新月异，一代一代变化更新特别快，在这样的时候，如果我们一直故步自封，不去了解最新科技，佛法的传播形式将会跟不上时代。

那么，想令佛法融入人们的内心，要通过什么方

式呢？现在世界上的其他宗教中，很多对自己的宗教特别负责任的人，在每个时代都会找最优秀、最出名的明星合作，拍摄与自己宗教题材相关的电影。目的是什么呢？他们想通过明星的表演，将现代人们的生活方式与他们的宗教思想相结合，将其宗教教理推广并传递给世人。



其实无论是 20 世纪还是 21 世纪，人们都特别推崇明星，在这样的时代背景下，如果佛教徒认为这种形式太开放了、不合理，进入一种保守的、不理世事

的状态中，也许到最后所有人都去信仰其他宗教，或者人们内心已经被非任何宗教的另一种文化所占据。那时，佛教思想再想进入人们的内心，恐怕已经没有这个空间了。

可我们很多佛教徒还在沉睡当中，还在迷梦当中，根本没有觉察到，这个世界每天都在发生着翻天覆地的变化。

我们想到没有？我们看到没有？我们身边的人在如何关注时代、如何关注现代社会？作为佛教徒，并非要找很多人来填补或壮大我们的队伍，而是应该想到：这么好的教义，如果没有人了解，这样下去会怎么样？

在这样非常关键的历史时刻，我们需要思考，该以怎样的方式将佛法与人们的生活相结合，令佛法深入人心？我们佛教徒，尤其是大乘佛教徒，哪怕你只是昨天或今天才皈依，都有这个责任，都有这个

义务。

我平时在与人交谈或是自己独自思维时，都有一种危机感。我们佛教的教法不可能被外道的各种运动来摧毁，在人类漫长的历史长河中都没有被毁灭，我想现在也不会。2012 已经过去了，2013 应该没有什么大的危机。但现在最令人担忧的，就是我们佛教徒自己不珍惜，大家都不关心佛法的弘扬，这样一来，它会逐渐远离人们的视线，远离人们的注意力，到时，我们想把它捡回来也有一定的困难。

今天是一个特殊的日子，我说这些也许是杞人忧天，不会那么严重，但这也是该长期关注的一个焦点。

作为佛教徒，我们一定要团结起来，是不是团结起来破坏其他团体呢？绝对不是！我们要将慈悲与智慧的精神弘扬给全人类，这对世界上的所有生命而言都是不可缺少的精神良药，这种良药一旦消失、灭

尽，对全人类将是一大损失。今天在座的各位一定要重视。

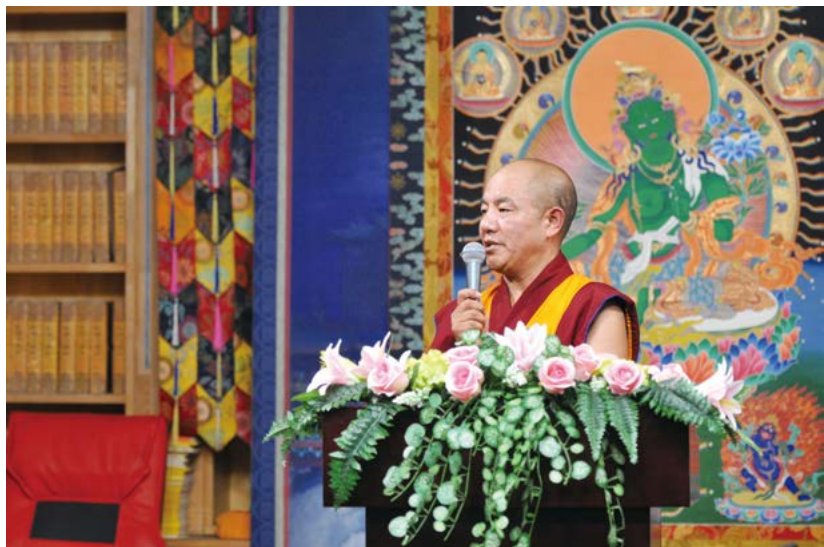
刚才我讲了三个方面：细水长流，主要涉及自身的修行；高瞻远瞩，是从维护我们佛教团体的利益，以及佛教徒应该发起广大菩提心的层面来讲的；跟上时代，也就是要考虑通过什么样的方法、途径广弘佛法，不要让全人类、全世界失去真理的明灯。

二、不可替代的佛教传承

今天是非常好的吉日，按照网络上的通知，要给大家念诵《圣八吉祥颂》《大自在祈祷文》的传承，还有开光、皈依。

《圣八吉祥颂》是麦彭仁波切用吉祥如来、吉祥菩萨、吉祥天尊这些名号写的，任何人念诵都会得到真正的吉祥。平时大家在手机上、微博上说

“新年吉祥、新年吉祥”，我今天也跟很多人说“新年吉祥”，但以一般凡夫人的语言说100遍“新年吉祥”，也不如念一遍《圣八吉祥颂》祈祷文的功德大。



另外，从今年开始，不管你是佛教徒还是非佛教徒，都要尽量念诵《大自在祈祷文》。我认为《大自在祈祷文》也可以叫《世界和平文》——世界和平的发愿文，不论是想获得个人身心健康等世间成就，还是弘法利生等出世间成就，都要多多念诵《大自在祈

祷文》，这非常有必要。

1. 以菩提心 皈依三宝

很多人以前都皈依过，但有些人之前可能是一种迷迷糊糊的皈依，并没有特别观想。藏传佛教是皈依四宝，皈依佛、皈依法、皈依僧、皈依一切三宝的总集——上师。不论皈依四宝还是皈依三宝，我皈依的目的是希求自己健康还是为一切众生而皈依？我有没有真正生起大乘皈依的心？这是我们在新年开始的第一天，应该扪心自问的。

皈依的发心分为上等皈依、中等皈依、下等皈依、极下等皈依四种。最下等的皈依是希求获得健康、快乐，或是发财、升官等，为自己得到现世的某种利益而皈依，这是最下等的皈依；下等皈依，就是希望自己能从三恶趣获得解脱，不要堕入地狱、饿鬼、旁生，一定要转生人道或天道；中等的皈依，是只愿

自己从轮回中获得解脱，就像“我要获得阿罗汉果位”，不管其他众生；最上等皈依是什么呢？就是为了利益一切众生而皈依。

今天要这样观想：虽然我还是凡夫，但我皈依的目的就是为了利益天下无边的一切众生。有些人虽然皈依三宝很多年，但还没有生起大乘菩提心，也从来没有做过与菩提心相关的大乘皈依，今晚，我们非常有必要在菩提心的摄持下重新皈依。

我现在给你们传皈依戒，大家要在利他的心态中皈依，要想：在 2013 新年的第一天，我真正发起菩提心，要为利益一切众生而皈依三宝！一边这样观想，一边跟我重复皈依偈。

（堪布传授皈依）

我们已经皈依了三宝。今天网络上的、学院的道友，以及其他任何角落所有听受的人，每一个人有必

要观察自己的心，包括我自己在内。虽然我经常给别人讲课，但讲课的同时反观自己，有时觉得大乘菩提心离我非常遥远，有时又觉得有一点相似的菩提心。但无论如何，还是要不断地发心，否则，很容易在漫长的菩提路上退失。

因此，今天大家共同再次祈祷三宝，让我们的相续中真正生起利他的、以菩提心摄持的皈依三宝的戒体，这样以后，哪怕是吃饭、睡觉等散乱之时都有功德。就像把钱存入银行，利息特别高的时候，你的生活就不需要特别操劳。同样的道理，如果以发菩提心而皈依，即使你每天的修量不是很高，有时行为也不一定特别如法，但因为你的基础已经相当牢固，不仅是这一辈子，乃至下一辈子、生生世世直至菩提果之间，你的菩提心不会退。菩提心没有退失的缘故，你的功德、增上的善根也不会退，这对每位修学者非常重要。



最近学院在举办忆念上师如意宝圆寂九周年的法会，虽然我因为各种因缘没有参加的福报，但我在每天早上起来后都想到，我的心相续有一丝一毫的善根就是来自上师。如果上师当年没有讲菩提心的重要性，我不一定有出家的机会；即使有出家的机缘，我可能根本无法意识到菩提心的珍贵……想到这些，感恩之心就油然而生。

2. 心系解脱 珍惜因缘

在座的人，对世间的财富、地位等不一定特别重视，那么，对出世间的解脱是否重视呢？大家一定要想一想！

我最近遇到了一位在世间非常成功的人，他告诉我，他目前在读某商学院的 MBA，在两年中读完 MBA 的课程，学费是 53 万元人民币。每年学习两个月左右，而且学习时所有的交通费、住宿费，全部自理，

文凭拿到手需要 70 万人民币左右。我当时想，这个文凭在世间虽然能起到一定的作用，可是我们学习佛教、学习古代大德们的教言，从某种层面来讲，得到的价值远远超过他们多少倍！

现在学佛的机缘非常值得珍惜，这种机缘对每个人来讲不会很长，这一点大家一定要意识到。一旦这样共同学习的机会不复存在的时候，在短暂的时间内所学到的知识对你来讲也是非常重要的收获，与道友们一起学习的这段经历将是人生中一段最为难忘的美好时光。所以，希望大家在学习的过程中一定要倍加珍惜、格外重视。比如你考上了一所非常好的大学，应该会很重视大学四年的光阴，那么，你现在接受的是超越世间的教育，更不能用另一种心态随意敷衍糊弄，否则，这就是你福报的问题了。

所以，我今天以比较明确的态度给大家讲一下现在学佛的重要性。我看到一些老学员已经麻木了，

认为：这种送上门来的学习佛法的机会谁都会有，应该不是很重要吧？愚笨的人不会认识黄金的价值，机会一旦失去的时候才会明白。当你身边的一些人真正已经获得了精神的超越、心灵的快乐时，你可能在旁边很羡慕，但是也没有办法，你已经与机会擦肩而过了。

因此，我今天提醒大家，不要将学习佛法与学世间一般的知识相提并论，这是心态上的错误。刚才主持人也说了，大家遇到这样的机缘，可以说是千载难逢，千百万劫当中都非常难遇。这并不是我们蓄意地赞叹，对我自己来讲，即使我的生命到了终点，我也会认为这是非常难得的机缘。

我昨天听说了杭州去年（2012年）发生的一件事：一位司机驾驶着客车正行驶在高速公路上时，一块突如其来的铁片飞过，将挡风玻璃砸烂，砸中他的身体。在这个关键时刻，他强忍着剧痛，用尽全身力

气，将车在路边停稳，保护了车上二十多位乘客的生命。在生命的紧急关头，他没有想到自己，而是想到乘客。按常理来讲，没有超常的毅力根本做不到。这件事在当时被各大媒体争相报道，大家都认为这位司机非常了不起，令人敬佩。

作为大乘佛教徒，你即使没有遇到这样的死亡，在活着的时候，无论是利益众生、自我解脱，还是学习佛法，都应该有一种满腔热血的精神，但现在个别人的这种精神慢慢淡化了，这是我不太愿意看到的。

希望道友珍惜这样难得的机遇。我今天说的是“学习佛法的机遇很难得”，而非“我说的话很珍贵”“我这个人很了不起，你们看到我很难得”，不是这个意思，这样的想法一刹那也没有过。见到我没有什么难得，但是听到这些佛教的教言很好。

昨天我跟一位科学家探讨，他说：通过科学证明，人类所获取的信息 70% 来源于听觉，30% 左右来

源于视觉等其他渠道。同样，我们佛教的真理 70% 是从听觉而来，刚好“闻思修行”里面有个“闻”字，佛法的学习要通过听闻。现在成立研讨班的时候，大家才知道，原来我学得并不好，法师们抽到我讲考的时候才明白，光是自己一个人看看书还是远远不够的。所以，很多人有必要更加精勤听闻、精勤学习。

与此同时，佛教团体如果要在世间长期存在下去的话，大家要共同合作、规范管理。我们现在是 21 世纪，不像 19 世纪或者 5 世纪一样，现在是人类理念趋向于规范化的时代。我刚才说千万不要被时代淘汰，原因也跟我们的管理有关系。

所以，希望大家不要想只是自己解脱就可以了，自己闻思修行就可以了……这些都是不成熟的想法。我们可以借鉴现在西方一些企业家管理企业的理念，将其用于佛教在家和出家团体的管理上，把爱与慈悲的理念传递给有缘众生，这对世界和平、对社会稳

定、对整个人类的幸福都有非常大的帮助。



3. 共同回向 往生极乐

今天既是新的一年开始，同时是学院开法会纪念法王如意宝的特殊日子，大家共同念三遍《大自在祈祷文》，然后用汉语念《普贤行愿品》来做今晚的回向。

我们要发愿：在新的一年里，要将智慧与慈悲的佛法传递给世界上的所有众生，并将此善根与上师

如意宝的善根合为一体，让人们今生获得一切自在安康，来世往生极乐世界。所以，念《普贤行愿品》时，大家要发愿往生极乐世界。

点燃菩提心灯

——不间断闻思修

2013年2月2日

今天与大家简单交流几句。首先，无论任何人都应该有一个人生规划，这很重要。

学会从2月4日到2月17日，放假两个星期。大家在新的一年里，修学上要有一个新的计划和安排。网络上和现场的道友，以及今天没能参加的道友们，不要让自己暇满难得的人身空过。时间过得非常快，希望大家一定要珍惜时间，行持善法。

很多佛教徒这几年以来确实比较不错，在闻思修行上有些突破。以前相当多的佛教徒对佛教的教理一窍不通，修行方面非常盲目、非常迷信，现在很大一

部分人在闻思修行各方面进步明显。

也有个别道友不按照学会的要求，该闻思的不闻思，经常东奔西跑。今天来一个人，不经观察就随便通知很多人前往拜访，真正需要学习的道理不好好学，到最后一无所得时又诽谤这个、诽谤那个，毁坏自他。我不诽谤任何高僧大德，也不排斥任何人，但是，我们学会有学会的要求，希望大家能遵守。能按时完成修学课程的人可以在学会学习，如果任何一个人想利用学会，或者以学会为平台做各种非法行为，我也不愿意。所以，大家既然加入了学会，就应该按照学会的要求和规定，如理如法地学习。这非常重要！

新的一年，我唯一的希望：大家一定要好好地闻思修行，每天不要间断学习，无论到哪里，不要忘记自己是一个佛教徒。个别的非佛教徒，我也特别希望大家行持善法，非佛教徒也不能做坏事，否则今生来

世确实有一定的报应，非常可怕。

已临近春节，喇荣山沟里仍然如同往常一样寂静。以前我们从来不知何时过年，现在虽是信息时代，但也只是知道，没有其他任何仪式。过段时间开持明法会，大家唯有修持善法。但城市里的人不同，希望过年期间，你们千万不要杀生，不要点杀。

重视传承 发菩提心

今天念诵《入菩萨行论》的传承。不管任何法，传承非常重要。汉传佛教极个别佛教徒到目前为止对传承还不是很重视。其实真正的传承比灌顶还重要，为什么呢？因为传承者只要以前在任何有传承的人面前听闻过，那么此法的传承就能接得上来；而灌顶，有很多自身和他身条件上的限制，若这些因缘和条件不具足，即使你在别人面前听灌顶，也不一定能够得到真正的戒体。所以我个人对传承非常重视。

《入菩萨行论》的传承，前段时间在汉地的时候我就想给大家念，后来想到可能我们学院有一部分人也没有得到过传承，而且当时学院的网络也不太好，如果在汉地念，学院里的很多道友得不到。所以，我今天在学院通过网络为大家念诵《入菩萨行论》的传承。



一般而言，在听传承期间，最好不要走来走去，如实在感觉困乏，开许看书，或默默念咒语，除此之外，听传承的时候不能说话，也不能做其他事情。

特别希望在座的每一个人，将《入菩萨行论》当作自己一辈子最主要的学修法门。无论你是什么身份的人，若想要成为真正的大乘佛教徒，最好系统学习一遍《入菩萨行论》。很多人学习《入菩萨行论》以后完全变成了真正的佛教徒。我以前讲过一遍，有200多堂课，从头到尾看视频可能有一定的困难，即使你没有这么长的时间，简单看一遍《入菩萨行论》的讲义也非常重要。

一旦相续中有了菩提心，修显宗、密宗的任何法都非常容易。即使你没有真实的菩提心，但有一种与菩提心比较相似或接近的心态，修行也一定会成功；反之，如果所作所为与菩提心背道而驰，修再高再深的法，恐怕也没有很大意义。

我还没有出家之前，有一次放牦牛时，偶然从一个人那里得到了有关人无我和法无我的只言片语，当时非常欢喜，后来慢慢知道这是来自《入菩萨行

论》。所以，应该说很早很早以前，我就对这个法门有非常大的信心。

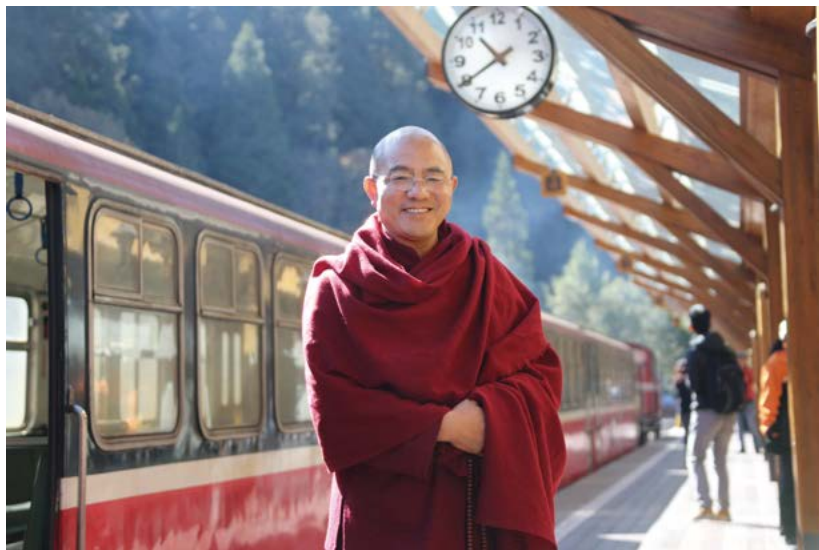
法本不离身

如果道友们得受了《入菩萨行论》《般若摄颂》《金刚经》《心经》等法的传承，希望这些法本最好有生之年都能随身携带。

我看到有些道友，不管是居士还是出家人，出门时乱七八糟的东西背得比较重，但唯独没有什么法本。其实那些东西有也可以，没有也可以，当你离开世间的时候，不一定能从外在的物质上获得什么力量，但菩提心的力量将生生世世跟随我们，我们要相信，利他心有不可思议的加持力！

今天给大家念传承的这本书是我特意借来的，是华智仁波切一辈子带在身上的《入菩萨行论》法本，

有一种无形的加持力量。但愿凡是听到的、看到的众生都能得到加持，早日生起真实无伪的菩提心。



初学者不应视师如佛

2013年5月5日

利用这个时间，简单讲一讲初学者如何依止上师。

依止上师的道理，在无垢光尊者《大圆满心性休息·第五品》、《如意宝藏论·第八品》、智悲光尊者的《功德藏》、宗喀巴大师的《菩提道次第广论》、《事师五十颂》以及《大圆满前行》等众多论典中，讲得都比较详细，并且主要是结合密宗的不共见解，宣说了上师跟佛陀无二无别。

而这些论典也全都教诫：依止了上师以后，一定要如理如法、依教奉行，如果违背了上师教言，就会直堕金刚地狱……如此教言，可谓比比皆是。

那是不是这样呢？确实是！一位真正的善知识，就像《华严经》里讲的：他的密意如大海般难以测度；他的智慧如虚空般广阔无边；他的悲心犹如江河源源不断……所以，有正知正念的人，一定要虔诚依止。

但现在的问题是，在汉地为主的许多地方，大家依止上师的过程中，许多事情冒了出来。今天就是针对这些，跟大家谈一谈：作为初学者，一开始不应该“视师如佛”。

一、初学者要先视师为“人”

为什么这么讲呢？要知道，其实上师在我们佛教中的角色，可以说是一个代言人。

谁的代言人呢？释迦牟尼佛曾对阿难说：“阿难莫哀伤，阿难莫哭泣，我于未来时，化为善知识，利

益汝等众。”可见，上师是佛的化现；既然是佛的化现，也就是佛的代言人。那对这位代言人，我们要不要观察呢？要观察。相关的论典中都说：刚开始结上善缘时，你一定要多方面地观察上师。

不过遗憾的是，现在大多数人基本是不观察的。对此我也有所了解，有人一遇到上师就特别冲动，他似乎很信赖一种特殊的缘分，就像世人所谓的“一见钟情”。

“一见钟情”，以这种方式能不能找到好的上师呢？不排除这个可能性。但依靠这样的冲动，是不是就能视师如佛了呢？很难讲。所以对我们而言，最主要的，就是要清楚自己是一个普通人。

印度有八十位大成就者，像他们那样的根基、精进和信心，我们有吗？不一定。像米拉日巴、常啼菩萨那样的经历，我们做得到吗？可能也不行。所以，既然我们都是普通人，那在最初依止上师时，就

不要急着视师如“佛”，最好先把上师看作是一个“人”。

在你视师为“人”的过程中，顺理成章，就可以观察他了。

现实生活中我常发现，很多人刚开始就把上师看作佛，以为这就是视师如佛：“上师您是佛，您太了不起了……”如果你遇到的上师，确实也有着佛一般的境界，那你就恭维对了；否则，如果他连一般上师的资格都没有，那你就弄错了。

弟子们弄错了不要紧，但很可能把这位上师宠坏了，渐渐地让他生起增上慢：本来没得神通，认为已得神通了；没得阿罗汉果，也认为得阿罗汉果了……到了那时候，自己的过失看不到，别人的功德也看不到了。

可能上师刚开始也是有正知正见的，但弟子们太

愚痴了，“上师您就是菩萨、您就是佛”，当面也说、背后也说，三门供养、恭敬承事……这样一来，说得多了以后，最后他也真的认为自己是佛了。

既然是佛的话，那行为上也不用刻意约束了，而就是在这个时候，这样的上师和他的弟子们，很可能会做出一些对佛教、对自己都不负责任的事情，以致最终伤害了自己、殃及了他人，对今世不利，对来世也不利。

因此我建议：作为初学者，你一上来可以先视师为“人”，进而观察上师。佛教里专门讲“观察上师”是有原因的，因为这个“观察”非常重要。

但最重要的，往往被忽视了。因为来不及，很多人一听到有人传法，来不及观察，马上去听；一听到有人灌顶，来不及观察，马上去受……其实大可不必这么着急，因为我们学习佛法，尤其是结上师徒之缘，毕竟是一件大事。

就像在世间，你要找个老师学习工巧，那至少得看看这个老师他懂不懂工巧；你要学习英语，也要看看老师是什么学校毕业的，英文底子怎么样；要是谈恋爱，总得看看对方的家庭、背景、人格……

那天我遇到一个人，他说正准备与人合作一个项目。为了这次合作，他想摸摸底，所以专程从美国飞到中国，已经来过两次了。来的目的，一方面要当面跟这个合作者聊聊天，看对方到底是个什么样的人；一方面，他也私下里问了很多，从不同途径了解了许多情况，最后基本弄清楚了：这个人的性格很好，实力等各个方面也都不错。于是决定，半年以后正式签合同，做一个十几年的合作项目。

当时我听了，就想：我们依止上师，比一个世间合作要重要、长远得多，按理说更要谨慎，为什么许多人不观察啊？

一个上师来了，你供养他可以，他是出家身份，

供养了有功德；你跟他说说话也可以，彼此了解了了解；但要在佛法上结缘、成为师徒，那就像世间的两个人合作签合同一样，就像两个人要成家办结婚证一样，做这么大的事情之前，为什么不多观察观察？

假如一位汉地上师要来藏地传法，那这些想听法的藏族人，就应该先到汉地去了解一下，这位上师是哪一个寺院的？是方丈、大和尚，还是小沙弥？亲自到他的寺院里去了解一下，是有必要的。同样，当一位藏地上师到汉地弘法时，你要得他的法，也有必要亲自去一趟藏地。一边看看藏地的风光，一边到他的寺院了解一下这个人，看他到底有没有上师的资格……

我之所以说这些，不是对哪一位上师不满，心里没有一点这种想法，只不过，在依止上师的方法上面，本身就是这样要求的。

而一旦你依止了上师，真正在佛法上结了因缘，

能不能说过失呢？最好不要。智悲光尊者讲过：在你依止上师以后，即使发现了他的过患，也最好不说。如果你说出去，甚至诽谤他，那对你自己就构成了很大的罪业。

这就像签合同，合同签完了，你要是违约，即使你有理由——“刚开始我没看好、我不了解……”，但对方没变而你变了的话，那还是你的过失。

所以，初学者在依止上师之前，一定要先观察，要懂得视师为“人”，而不要急着视师如“佛”。



二、“视师如佛”是渐渐形成的境界

其实，把上师视为佛，不是一般经典都讲的，而是在无上瑜伽里才有。那里在修上师瑜伽——观想自己与上师的密意无二无别时，才要求把上师观作佛。但在你那样修持的时候，不仅要把上师观为佛，就是世间的一切众生，也都要观为佛。

《大圆满前行》里讲了两种发心：一种是广大意乐菩提心之发心，一种是清静心之发心¹。在观修清净发心时，就要求将上师观为莲花生大士，金刚道友观为二十五大弟子为主的清净眷属；或者将上师观为阿弥陀佛，道友们都观为菩萨……那时候，你的确要把上师观为佛，上师身口意的一切功德、加持，也观想融入自己的三门。

不过，这种上师瑜伽的修法是比较深的，一般要

¹ 即广大方便秘密真言之发心。

渐次修持才能真实成就。

在你还不了解上师、信心未到量之前，一上来就视师如“佛”，到最后说不定就视师如“魔”了——“这个上师把我的钱骗了”“他在感情上有问题”“他的行为如何如何”……

造成这种不良后果，一方面上师有责任，可能他并没有如理如法去引导，如果他真是用佛法在引导弟子，弟子不会变成这样，或者说，上师的行为本身的确存在问题。而另一方面，弟子在观清净心方面，或许也是有问题的。

有人说：“那不管怎样，我只要观清净心就可以了。”能观起来当然最好，但实际上，如果上师的行为非常不如法，你要完全观清净心，也是很难的。

这件事以前我也想过。我想：“上师如意宝实在太了不起了，在世界上，我对他的信心是最大

的。但是，如果他在显现上也有不如法的地方，那我还能不能观起清净心来呢？”我经常这么问自己，也反复观察了很多。确实，上师的行为太好了，不然，像我这样的人，是很难观清净心的。

所以，虽然我们强调清净心，但要观清净心，还是要有一定的根基。对一个爱生邪见的人来讲，就算上师没有任何过失，他还是会觉得上师的所作所为全是颠倒的，就像提婆达多看佛陀一样。而有清净心的人，就像《前行》里的那个老母，始终把“狗牙”当成“佛牙”，并依靠它成就了佛果。

如果你真像后者一样，对任何人都能观清净心，那不用问，无论是什么样的上师，都可以作为一种佛缘。但如果不是的话，那还是要先了解一下，这个上师到底有什么功德？

智悲光尊者说过：在世间层面上，还是要分上师的功德和弟子的功德，而且，按照佛经的意趣，上

师的功德一定要超过弟子，否则，就很难相应了。比如，如果我是一个资粮道的修行人，那我的上师，至少应该是加行道的；如果我是加行道的，上师就应该是见道以上的菩萨……以此类推。

那这么说来，“视师如佛”是不是就不成立了呢？尊者说：其实二者并不相违。为什么呢？因为“视师如佛”是从最终的密意融入无二无别这一层面上讲的。

所以，在我们祈祷时，你把上师观作和佛一模一样，这是对的。但在你平常学习、依止的过程中，尤其是对一个初学者来讲，最好先把上师当作一个非常善良的人来看待。

这样慢慢地，当你依止上师十年八年，被他的言行举止深刻影响，从而越依止越有信心，乃至最终得了密宗灌顶，并对上师的所有教授深信不疑：“这样的教言，除了上师谁也说不出来，上师的确与佛陀

无别……”那时候，你对上师会产生真正的信心，也就是真正相应了，而师徒的密意从此成了一味。

所以，“视师如佛”的观点的确是有，而且是佛教中非常重要的见解。尤其是在藏地历代祖师，像无垢光尊者、智悲光尊者、麦彭仁波切等他们的教言中，将上师赞叹为佛的词句特别多。但是，这种赞叹对真正的上师来讲，过去的也好、现在的也好，都不会生傲慢心，对师徒之间也不会构成任何危害。

可现在的问题是，在大城市里已经有许许多多对佛教不利的“上师”出现了。这些人，就我经常听到的来看，不要说上师，是不是一个一般的佛教徒都很难讲，行为非常不如法，信心、出离心都不一定有。他们只是弄几张照片宣传一下，或者打着慈善的名义，到了一个地方，过段时间财富也多了，弟子也多了。

但弟子多了有什么呢？无垢光尊者在《如意宝藏

论》中说：没有福报的弟子们，经常遇到没有智慧的上师。

所以，初学者在选择上师时，一定要谨慎观察。否则，遇上了别有用心的人，你想离开他也不行，不离开又学不到东西，最终把自己的精力、财力全都耗尽了，这不是很失败吗？

三、不是所有上师都是佛

那有人就疑惑了：“在藏传佛教中，不是说上师全部是佛吗？”

绝对不是！如果是的话，那佛教也就不合理了。佛在经中说：“比丘，你们对我的话也要再三观察，就像锤炼纯金一样，再三观察之后，当你觉得有道理时才可以接受，千万不要因为恭敬我而接受。”

你看，佛都可以观察，更何况其他的人了！

其实，佛教中所谓的上师，也相当于世间的老师，只不过，这位老师所传授的法非常珍贵，一方面源自佛陀，一方面的确是世出世间的真理，正因为如此，你可以说上师跟佛是一样的。

而究竟来说，就像刚才所讲的，不要说上师，一切众生皆具如来德相，也就是说，一切众生都是佛。从这个层面而言，上师是佛、你也是佛，讲起来就成了佛依止佛，那说视师如佛，有什么不合理的？

所以，讲视师如佛也好，讲观察上师也好，理解它的不同层面是很重要的。

否则，一讲视师如佛，便将世间的规律全部打破，这样偏执一端，就不是佛教的本意了。而从另一方面讲，也不要对谁都生邪见，这样不好。《涅槃经》里是讲过末法时代有许多邪师，但你不见得能看清楚，所以也不必讲许多过失，这也是保护自己的一种方法。



那到底应该找什么样的上师呢？应该找具有功德的上师。

当然，在末法时代，所有功德都圆满的上师是很难找的，因此《妙臂请问经》里说：显宗、密宗要求的一切法相悉皆具足的上师，非常罕见，若是找不到这样的上师，那么这些法相的一半、四分之一乃至八分之一具足，也可以作为依止对境。比如，如果某个续部讲了十六种功德，那只要某位上师具有八分之一相应的功德，就可以依止。

而《集密意续》里又说：如果上师在出世间法上功德超胜，即使世间功德稍有逊色，比如脾气不太好等，也还是可以依止。

为什么呢？因为我们求的不是世间法，如果是世间法，那上师长得难看、世间功德不圆满，你不想依止也就罢了，但我们依止上师求的不是世间法，不是世间的某种功德，而是要求出世间的功德。而在出世

间功德中，我们最希求的，也是上师的大悲和智慧。

所以，归根结底，上师的法相就是：以证悟解脱自己，以悲心饶益他众。

这两者是最重要的！任何一位上师，他自己一定要有佛教所讲的一些证悟，如果一点都没有，那要摄受弟子，就成了以盲导盲。有些前辈大德甚至将这种邪师比作“疯狂者”，由“疯狂者”带路，那你只有堕入悬崖了，不可能进入快乐的绿洲。所以，自我的证悟很重要。

第二个是悲心，悲心就体现在利益众生上面。这次我去乔治城大学，他们说：“你们藏传佛教很多上师的传播能力非常强。”其实他们指的就是悲心。

本来这次我出去，不是特意要讲藏传佛教，但他们全都这么要求。后来我的题目都用完了，我说：“又要讲藏传佛教，又要讲藏传佛教，可不可以讲个其他

的呢？”他们说：“不行不行，你是藏传佛教的，我们想了解藏传佛教，所以你必须讲！”被逼无奈，这一路下来，我的所有题目都和藏传佛教相关。

后来我也问他们：“你们这么热爱藏传佛教，那你们对藏传佛教的上师们有什么看法？”

其中有一位教授，很了不起，他说：“藏地的上师们有些相当有智慧，能与科学家对话，在西方各界引起了超级轰动；有些上师虽然没有这么超胜的智慧，但是他们都有利他心，不管在任何场合里，他唯一就是想帮助你，这在其他佛教徒中是少见的，这就是一个非常明显的对比。”

确实，西方有好多上师，有些只是教弟子们唱莲花生大士心咒——“嗡啊吽 班匝_儿格热巴玛色德吽”，弟子们其他的不懂，但唱得特别好；有些只讲会供，天天会供、天天会供；有些就讲实修，前行、正行什么都修……可谓“八仙过海、各显神通”，每

个上师都在尽量施展自己不共的功德。

而这位教授所认同的，就是他们的利他心。我相信，在汉地也有很多这样的上师，他们不一定都精通显密教法，但不管是以什么样的途径，只要是真心引导众生，都值得我们赞叹。

当然，鱼龙混杂的现象也有。因为某些上师特别不如法的行为，对佛法、对个人都造成了损害，甚至让弟子们也对佛教产生了邪见……但在这些时候，弟子们也要反省自己。我常听有人说“这个上师不好”“那个上师不好”，但总说别人不好的人，一般来讲，自己也有非常多的过失。

否则，一个人格贤善的人，他明明知道别人的不好，也不一定会说。比如，这个人是我的老师，老师有些过失是正常的，但是我不宣扬老师的过失。如果我去宣扬，那我是老师带出来的，老师不好，间接来讲我也肯定不会好。所以，作弟子的也要经常反省

自己。

总之，“视师如佛”是在观察、观察后依止、依止后，渐渐培养起来的一种高级、超越的信心。当你有了这样的信心，上师在你面前确实就是佛了，那时候不论他说什么，你都要依教奉行。而在此之前，你只要按照佛经的教言，把具有一定功德并且正在利益他众、利益你的上师，当作真正的善知识就可以了。

对于这样的上师，千万不要诽谤！尤其是你已经依止了他，依止以后，即使生不起“他是佛”的信念，也应该把他当作一个最好的老师、最大的恩人。毕竟，他给予你的，确实是别人不曾给予的。

四、依师以后就不要退转

所以，在依止上师以后，你就不应该退转了，因为上师是一切加持的来源。

有“视师如佛”境界的修行人，像米拉日巴尊者、阿底峡尊者，他们在虔诚依止上师之后，都获得了殊胜成就。离我们最近的就是上师如意宝，他在晚年期间，随时随地一提到自己恩师的名号，就止不住泪流满面。

熟悉上师的人都会记得，上师在不同场合中常说：“我的金刚上师跟佛陀无二无别，我在依止他的过程中，没有产生过任何邪见，最后上师的智慧也完全融入了我的心田。”

前辈大德们这种“视师如佛”的境界，我们能不能做到呢？一般来讲是很难的。尤其是初学者，本来这时候是要以观察为主的，但个别人的“视师如佛”，可能对上师、对个人，都带来了不太好的结果。再说，佛教中也没说“凡是你依止的都是佛陀”，并没有这么讲，只不过我们的闻思修太少了。

所以，我们一定要重视闻思修。当你闻思修到了

一定的时候，才会明白佛教中依止上师的方法，以及最终获得上师密意的界限。明白了以后，只修上师瑜伽也的确是可以成就的，但那是一种最高的修行和境界，我们还需要一个过程。

其实就眼下来讲，不说视师如佛，凡是你依止过的上师能尽量不说过失，已经很不错了。

说过失是不好的。你说过失的话，也许是对方真有过失，也许是你自己的过失，你的心不清净，或者开始就没观察好。就像一个人不会买东西，买的时候觉得是个好产品，但买回去一看是个次品。说过失也是一样，有时候是别人的问题，有时候是自己的问题。

所以，在依止上师的问题上，希望大家首先如理如法地观察、抉择，抉择好了、依止好了，再加上自己有一分勇猛精进，多多少少会获得成就。

退一步讲，即使你刚开始没有观察好，已经依止了某位上师，那也不必后悔。因为不管怎么样，他只要说一些佛法，这个佛法对你多多少少是有利的，不会有害。但以后依止的时候，一定要注意！

当然，在上师方面，我希望上师们最好是以佛法饶益众生，不要把佛法当作发财的工具。如果谁这样做的话，就是对佛法不负责任。这是我经常讲的，也不得不说的。不仅是对他人，对我自己也是一样，该说的就说出来，这样对佛法是有利的。

而作为依止上师的弟子们，你自己也要擦亮眼睛，要系统地了解一些佛教的道理，否则，抓住只言片语就用，甚至不分场合、不分析具体情况过度地去使用，那对个人也好，对某些群体也好，很可能会导致一些无法想象的后果。

总之，我讲了这么多，就是希望大家开头的时候好好观察，而依止了以后，就不要退转。尤其是那

些对我们有法恩的上师，所有弘扬如来教法的高僧大德，我们要特别地恭敬他们，如果不是他们传播佛法，我们从哪里获得出世间的功德？

你们不管出家人还是在家居士，现在学习佛法，的确是有一种非常好的机缘。什么机缘呢？就是通过当今许多大德的传播，佛教中最甚深的理论和修法，都提供给大家了；而且，许许多多的人也真正从佛法中找到了自己的人生方向，找到了一条再也不会入歧途、永不退转之路。

能找到这么一条路，其实不是一个简单的过程，而只要继续走下去的话，前程也确实是光明的。因此，希望大家在依止上师的过程中，在修行佛法的过程中，千万不要退下去，也不要摇摇摆摆——今天依止这个、修这个法，明天依止那个、修那个法，这样的人心特别乱，最终也得不到什么结果。

我觉得西方人有一种性格很好，只要他选择完

了，就不会轻易改变，这一点很重要！如果你不断地改、不停地变，本来已经学到了佛法，但最终却一无所获，不是很可惜吗？

希望大家对这些道理再三思维！



金刚萨埵忏悔法

2013年5月18日

今天跟大家简单讲一下忏悔法门。无论学修任何宗派，忏悔法门的确非常重要。

一、忏悔的重要性

1. 前世今生 恶业累累

为什么要修金刚萨埵法呢？我们每个人，不管是什么身份，从无始以来直到现在，身口意三门造的罪业罄竹难书：身体造的恶业——杀生、偷盗、邪淫；语言造的恶业——妄语、恶语、绮语、离间语；意

业——心里经常生贪心、嗔心、痴心等；受了别解脱戒后没有好好守持；依靠菩萨戒仪轨发了菩提心，但没有按菩萨戒的要求去做，经常舍弃众生；已经接受了灌顶，但由于对密宗的戒律一窍不通，导致密乘誓言不清净……

即生中有些罪业也许已经想不起来了，比如孩提时杀生；印象比较深刻的部分罪业可能想得起来——有些女众堕胎，男众杀害众生，或者欺骗别人等特别明显的过失。每当回忆起这些经历时，自己也觉得很愧疚，但因为当时不懂因果，烦恼深重，再加上其他各种压力，不得不这样做，最后内心非常痛苦、伤心。

现在城市里，尤其是沿海地区经常点杀活鱼、活虾，故意践踏其他众生的生命……杀害一个众生的果报也极为可怕，更何况我们以前造了这么多恶业。

我们不知道死亡什么时候来临，如果没有忏悔清

净，这些罪业一定会等着你，因果绝对不会耗尽，不会凭空消失。所以，我们没有任何理由不需要忏悔。

另外，前世的业、再前世的业、再再前世的业……根本想不起来，这些恶业一直没有忏悔，仍然储存在阿赖耶上。一旦因缘积聚时，必定会感受痛苦。为什么有些病人再怎么吃药、再怎么治疗、再怎么做佛事、再怎么做功德都好不了？完全可以断定：这是前世或今生的业。

有人说：我今生做好事，为什么还会经历诸多不幸？如果人只有一世，你的疑惑确实难以解释，但我们已经轮回了无数次。即生你是一个善良的人，没有造过大的罪业，但不一定前世也很善良，再前世、再往前推的十几世、二十世、一百世、五百世，你都能断定自己是一个很善良的、没有造过任何罪业的人吗？我们谁都无法断定。

还有人说：我为什么要念金刚萨埵呀？我又没

有造什么罪业，我很清淨、我很善良呀……其实这特别荒唐！如果你真正是佛菩萨应世，那肯定不会造恶业，而作为一个凡夫人来到这个娑婆世界，我们的身口意在无数次的生死流转中，肯定造了无量无边的罪业。

所以，在座的人，首先不要认为自己很清淨，一定要懂得为什么必须忏悔。你们每一个人扪心自问：从小到大，不说前世的前世造了多少业，我们即生所造的业，如果没来得及忏悔清淨就离开人间，以后有没有解脱的机会？

尤其汉地跟藏地不同，藏族人在全民信佛的大环境下，从小就信奉因果。我经常发愿：以后不要转生到不信因果的边地。否则，根据当时当地的教育、家庭和生活环境，造下诸多罪业之后，可能人到中年才知道原来不信佛教之前造了那么多罪业，有些是已经到了晚年七八十岁的时候才醒悟过来。这样非常

可怕。

2. 诚信因果 净障集资

无垢光尊者在《大圆满心性休息》中讲过：无论是出家人还是在家人，得菩提果之前，集资净障不可缺少。

我们千万不能说一些特别大的空话：一切万法都是空性的，一切都应无有执著，忏悔也是一种执著相……这样特别可怕！那吃饭也是空性的，如果不吃饭可能忍不住吧？如果你觉得是空性的，那你不要执著，中午不要吃饭试一试，等到了两点钟的时候，你可能忍不住，感觉上就不是空性了。

万法是不是空性？是空性，但我们没有达到这个境界之前，光口头上这样说起不到作用，罪业一定会成熟的，善业也一定会成熟的。

所以，大家一定要深刻地认识到，忏悔并不是要别人监督你，而是自己一定要有一种非常深刻的后悔心，真正对以前所造的罪业进行反省，觉得我不懂因果道理之前太可怕了！太愚痴了！如果有这样的心态，通过念诵 40 万遍金刚萨埵心咒，一定能忏悔清净。

有些人想得很简单：“上师呀！千万不要让我堕恶趣呀！我一切的一切全部都交付您、依赖您、依止您、皈依您、委托您，我一切都靠您了！”上师也说：“嗯嗯，好好，没问题！没问题！”其实不一定。比如一个犯了重罪的人，对一个熟悉的领导说：“领导呀，虽然我做了很多坏事，但请您一定不要让我进监狱。”领导回答：“没问题！没问题！”结果领导自己进了监狱也很难说。

因果是很可怕的。《百业经》中讲了各种情况，有些弟子在地狱里，上师也在地狱里。就像世间人说

“法律面前人人平等”，在业果面前同样也是人人平等。所以，关键是要诚信因果，同时要发自内心地自我反省。



我也经常想，如果在一年中没有念完 40 万遍金刚萨埵心咒就死了，很害怕相续中尚未清净的罪障会影响自己的解脱与来世；每年念完金刚萨埵心咒 40 万遍后，就好像有了一种安全感。

3. 伏藏法门 特殊加持

以前藏地的高僧大德，像宗喀巴大师等也非常提倡修金刚萨埵修法，但最注重此法的就是上师如意宝。上师如意宝用智慧的双日照见我们众生相续中无边的罪行，然后特别开取了金刚萨埵伏藏法门。我翻译了法王 1995 年在青海开取的金刚萨埵伏藏法，莲花生大士一千多年前就在伏藏的后文中讲了，此法与汉地众生有非常殊胜的因缘。上师开取此伏藏法门时学院人不是很多，但法王说：“未来汉地将会有无数佛教徒因此得到利益。”当时将此授记在学院的南山立成文字。

我最近受美国科罗拉多大学邀请，讲了关于伏藏方面——意伏藏、地伏藏等各种伏藏的道理。汉族弟子对伏藏法门缺乏研究，而美国人对伏藏法特别有信心，20 年前就有很多美国人研究伏藏。对当今世界来讲，伏藏是一种非常新鲜、具有活力、有特殊加持的法门。所以，我们哪怕能稍作念诵，功德也不可思议。

这次法会用的是麦彭仁波切意伏藏的仪轨，学院在会供、上师圆寂纪念日时，念修的是上师如意宝的《金刚萨埵仪轨》，平时用的是法王如意宝以前造的那个短短的仪轨，这些你们都可以念。

4. 终身修持 忏悔法门

希望各位以后把金刚萨埵法门作为自己终生修持的法。为什么呢？因为如果相续被特别大的罪障所覆盖，修法也修不起来。法王在《忠言心之明点》中讲过，我们的心相当于一面明亮的镜子，如果镜面被厚厚的尘埃所遮障，那镜子中根本显现不出任何影像；当我们用忏悔的白布，将所有尘垢全部擦掉后，镜面就会重新变得澄净，影像自然而然会呈现出来。

每个人身语意三门所造的罪业不可胜数，所以，忏悔在修行的过程中非常重要。以前智悲光尊者和华智仁波切的传承弟子经常念 100 万遍百字明。那天有

个别汉族佛友在我面前发愿念 100 万遍百字明，我发自内心很随喜。这次开金刚萨埵法会时，不要只是以一种好奇心来参加，也不要认为这是别人的法会，与我无关。

特别希望参加这次法会的，包括在网络上共修的所有人，通过修持金刚萨埵法门都能有所转变——原来你的相续是不清淨的、有染污性的，但通过修行忏悔法门，你的相续在临死之前真正能得以清淨。若能如此，无论什么身份，得人身是有意义的，遇到忏悔法门是有意义的。如果只是形象上、表面上的修法，对清淨自相续并无太大作用。所以，最关键的是，每个人是否实质性地进行了忏悔。

我们金刚降魔洲作为此次法会的主办单位，很多出家人非常辛苦，个别法师和接待人员好几夜都没有好好休息，一直在为法会服务。虽然我们做得不是很理想，但大家都努力在做。目的是什么呢？就是很希

望大家实质性地、发自内心地忏悔，希望各位的相续得以清净。

生命太短暂了，世界上每一分钟就有两个人因为交通事故死亡，除此之外，每天因为癌症而死的人有多少？因为自杀而死的人又有多少？当然，正常死亡的人数更多。所以，我们的生命相当脆弱。当你到了生命的最后阶段，可能会想：我这辈子做了很多不好的事情，现在只有下地狱感受痛苦了。到时医院给你的家人下一个病危通知，有些表面上抢救一下，故意让你的生命再延续一阵，这样医院就可以多挣点钱。在这种死也死不了，活也活不了的状态中，你就需要多感受一段时间的痛苦。

在这样可怕的社会，谁都有可能会经历此类恐怖的现象。这时，如果自己修行稍微有点境界、有些把握，生命虽然是无常的，谁也无法避免，但我们在有生之年，通过自身的修行，在面对死亡时，确实跟一

般浑浑噩噩、迷茫的人不同。这一点，希望每个人应该有所准备。

我昨前天遇到一个藏地的老乡，他的工作是替某单位守门的门卫。他说每月只有四五百块钱的工资，但是每年能念 100 万阿弥陀佛名号、100 万金刚萨埵心咒，已经接近 20 年了，从未间断，因为害怕无常会突然降临，想在此之前多积资净障。我说，我要赶快念完 40 万遍金刚萨埵心咒。他说：“40 万遍很简单，没有什么。”

我平时看到很多汉地的佛教徒，有些地方确实跟藏地佛教徒不同。藏地佛教徒，包括居士，不管在任何地方，手里都拿着念珠和转经轮；汉地不学佛的暂且不谈，但学佛已经十几年、二十几年的人，也从来不拿念珠，即使拿念珠也从来都不念。很多道友有时是心力不够，有时是散乱太多。

希望作为佛教徒，应该随时拿着念珠。个别人，

比如大学老师，可能在某些环境中不一定方便，除此之外，如果没有什么特殊情况，要养成随时拿念珠的习惯。原来法王如意宝也讲过，拿着念珠说明你还是在念咒语，这样很好。前辈的这些大德们，在念咒语方面有很大的成就，大家一定要随学。

以上讲到了忏悔的重要性，接下来为大家略说忏悔的方式。

二、忏悔的方式

1. 观想金刚萨埵

修忏悔法时，最好是将金刚萨埵作为本尊。麦彭仁波切讲过，金刚萨埵实际上就是时轮金刚、喜金刚等一切本尊，是大幻化网的本尊，是忿怒和寂静所有本尊的总集；过去、现在、未来诸佛，过去、现在、

未来的所有上师、本尊，都可以观想成金刚萨埵。我们经常说金刚萨埵是百部主尊，什么叫“百部主尊”呢？按照观想的对境来分，像时轮金刚、药师佛、不动佛……全部结合起来，可以观想为金刚萨埵，他代表十方诸佛菩萨、十方空行护法众。



详细的观修方法，《大圆满前行》等已经讲得很清楚，但初学者如果不是特别明白，那就在自己前方的虚空中或头顶上观想一尊金刚萨埵即可。如果有密宗等净无二的境界，可以观想双运像的金刚萨埵本

尊；但如果没有清淨心或不具足密宗的甚深见解，就观想单身像的金刚萨埵。或者把金刚萨埵佛像放在前面，边念“嗡班匝_儿萨埵吽”边忏悔自己无始以来所造的罪业。忏悔完毕，接近回向时，观想金刚萨埵的身体放光，降下甘露，自己无始以来所造的所有罪业全部得以清淨。

如是在金刚萨埵面前，以一种极其虔诚的心进行忏悔。我从今天很多人念诵时的表情上看，他们真的在发自内心地忏悔。这并不是在别人面前故意显示一种什么形象。如果我们的自性罪业清淨、障碍清淨的话，智慧会增长，悲心也会增长，修行、背诵、学习经论等都很容易。

因此，这次喇荣圣地这么多僧众、信众，还有这么多菩萨，一起共同实修非常有功德。在网络上共修的道友们，虽然无法来到现场，但我们的心连在一起，意愿也连在一起。佛陀在《文殊刹土功德庄严

经》中说：何人有如何的善愿，那么所发之愿必定会实现。所以，我们共同发愿一定会实现的。

2. 四种对治力

在修金刚萨埵时，经常讲四种对治力：以金刚萨埵作为忏悔的所依对境，具足愿行菩提心，即是所依对治力；要认识自己的罪业，并对这些罪业产生后悔之心，即是厌患对治力；发愿从即日起尽量不再造恶（当然有个别罪业，比如不说妄语，爱说妄语的人立即完全断掉有一定困难，但我发愿以后尽量不做这样的罪业），是返回对治力；依靠念诵金刚萨埵心咒或百字明忏悔罪业，是现行对治力。以四对治力进行忏悔，罪业一定会清净。

在念诵咒语时，具有清晰观想的能力当然最好，如果实在没有观想的能力也不用痛苦，即使仅仅念诵咒语也有无量无边的功德。有些人跟我讲：“我观想

能力太差了，什么都观不起来。不好的事情我观得特别清楚，观怨恨的敌人时，他的长相、他所做的坏事在脑海中特别清晰地浮现，但是观金刚萨埵观不出来……”

三、念修金刚萨埵的功德

麦彭仁波切讲过念修金刚萨埵的功德，他引用一些教证说²：如果念 10 万遍金刚萨埵心咒，即使破密宗根本戒的罪业也能得以遣除。毁坏密宗根本戒是所有罪业当中最可怕的，破了以后很难恢复。原来法王说，续部中说念 10 万遍就能清净，但现在末法时代，要再乘以 4 倍，也就是念诵 40 万遍一定会清净。很多藏传佛教的大德也说，根据续部，念诵 10 万遍能够清净。以前我刚出家时，一位老出家人处理一件事情的

2 《金刚手续》云：“如能如理念诵十万遍心咒，则可清净毁坏根本誓言重罪。”

时候说：“相关续部说，如果念 10 万遍，即使犯了密乘根本戒也一定会得以清净，更何况是 40 万遍。”这件事后来我印象很深。

所以，即使造的罪业比较多，但依靠念金刚萨埵心咒确实有清净的机会。法王如意宝在 1997 年说，以后学院和我们所有传承弟子，一定要通过念修 40 万遍金刚萨埵心咒来忏悔自相续的罪业，而且最好是每年做一次这样的佛事。从此之后，每年负责举办金刚萨埵法会的重要任务就交给了喇荣佛学院的汉族弟众。

学院的常住，基本上法会期间都完成不了 40 万遍金刚萨埵心咒，我也是其中之一吧——本来我可以跟其他喇嘛一样，自己好好参加法会，但我们这里开法会要涉及很多人的住处、饮食等方方面面。我也不断地在批评管理人员，说这个管家处理得不行，那个法师安排得不行……他们现在很多人都不接我的电话了。所以我们常住开金刚萨埵法会的时候，很多人不

但不能忏悔罪业，还可能造了很多业，经常生嗔恨心等。但无论如何，人身很难得，来到这个世界遇到忏悔法门，有忏悔的机会，确实很幸运。现在有些人赚了几百万就觉得自己很成功、很幸运，但这到底成了罪业还是善业也不好说。



我确实这样认为，能值遇此忏悔法门，都是非常有机缘的，希望参加法会的人要珍惜时间。我前面也讲了，这个月是萨嘎月，释迦牟尼佛降生、成道、涅槃都汇集在本月。在萨嘎月做任何一件善事，功德增

长的倍数相当高。所以，在萨嘎月，要把所有的琐事都处理好，全力以赴地念修金刚萨埵。

净化自相续 前行为基石

2013年5月24日

此次金刚萨埵法会，无论是通过网络还是在经堂现场参与共修，大家相续中的罪业确实清净了很多。希望各位回到城市后，在工作和家庭中，也尽量不要以烦恼造作罪业。当然，说起来很简单，但当你遇到贪嗔痴的对境时，确实相当诱人，很难控制。

但是，我们要有希求解脱的心，每个人都应想：人身那么难得，而且好不容易遇到了殊胜的大乘佛法，自相续也已清净，在这么好的机缘下，如果没能继续保持，今天好好忏悔，明天又开始不断地造严重的罪业，非常可惜。

当然，由于每个人前世的善缘和业力不同，有些

人今生做善事、修行善法很费劲，有些人稍微点一下就可以。

不要仅仅做形象上的佛教徒

我在不同场合再三讲过，我们佛教团体的整体素质并不高。不能仅仅做一个形象上的佛教徒。作为一名佛教徒，你在一个月当中听了多少堂课？看了多少本书？希望我们还要不断学习，巩固自己的佛法知识，提升自己的佛教水平，这在当前来讲很重要。

国内外的很多人跟我说，在所有居士学佛的团体中，如今最有系统性的、最有完整次第的就是我们菩提学会。也许只是赞叹之语。不过，放眼整个世界，我们的学习方式也确实有一定的系统性。但菩提学会以后会减少和控制新学员的报名人数，真正参加的人，要从理论上完全明白佛教的基本道理，修行上每个人要尽量圆满五十万加行，而且终生很认真地

修行。

我们并非追求人多，人多了以后有些事情很复杂，管理起来也有困难。所以，以前参加了的，如果想退也可以，但我今天清楚地声明一点：学会从制度上会一年比一年更严格，将来想要加入学会可能比较难，但出去很容易，因为我们也没跟任何人签合同。

目的是什么呢？我希望学院传承的人不要只做形象上的佛教徒。虽然烧香拜佛、做善事功德很大，但这在当前来讲并不足够，应该既要有一定的佛学知识，又要有一定的修行。希望佛教徒一定要提升自己的佛教理论和实际修持。

我今天郑重提出：希望大家不要仅仅满足于办个皈依证，不要只做形象上的佛教徒。很多人认为办了皈依证就成了佛教徒，对皈依证、取法名很重视。其实皈依证不是很重要，这些有也可以，没有也可以。记得《毗奈耶经》中说过，皈依不一定要取法名，心

里皈依就可以了。最根本的是什么呢？就是要懂得佛教基本的因果观念、前世后世、对经书的恭敬等。我这次发现部分居士的佛教水平很不错，而有些居士连基本的道理都不懂，对经书、转经轮一点都不在乎，在经书上跳来跳去，很可怕——也许是刚刚皈依佛门。

好好学习《大圆满前行》

如果想要真正成为一名佛教徒，我给大家推荐一本书——《大圆满前行》。在本书中，关于人身难得、寿命无常、业因果，还有怎样发心、怎样皈依、怎样忏悔、怎样修往生法等，今生来世所有的法都非常完整地讲了。这本书老学员都知道，有的人每年都看一两遍，但很多新来的居士都不知道。刚接触佛法的、刚皈依的人要多看。

初学佛法的人要学《大圆满前行》，有些已经学

了七八十年的、从小修行的老和尚，活到 100 岁左右还在学修《前行》的内容。我学习佛法这么多年，真正要想修行的时候，归根结底就落在《大圆满前行》上。所以，老佛教徒也不能轻视。“《前行》我看过了，我已经有了”，光是有了还不行，虽然你有法本，但法本中的法义，你自相续不一定有，一旦遇到问题的時候，法本就是法本，你就是你，法本里面的内容你无法用上。所以，以前看过的人要再三看；没有看过的、没有学习过的人，要慢慢不断学习。

经常有人跟我说：“你可不可以给我写一个教言？”我最多写个“佛”字，但这也不能称为教言。如果你真的想听我的教言，《大圆满前行》中有甚深的道理，以及我写的书《苦才是人生》，虽说其中的内容浅显易懂，但也是凭我的智慧和能力很认真地写的，这就是教言。希望这些书能让更多有缘者看到。

这次很多人都得了金刚萨埵四级灌顶，确实很

好，以后如果五十万加行修完了，有些密宗的包括大圆满的书，你自己学一学、看一看也可以。只得过这次的灌顶，五十万加行没有修可不可以看呢？看是可以看，但一般来讲，传承上师的智慧不一定能融入你的心。现在很多人不修加行就把大圆满正行部分拿来看，看也看不懂。自相续没有净化之前，基础没有打好之前，再怎么看也看不懂。所以，如果想看大圆满的书，最好先好好修加行。

我今天给大家讲的内容都包括在这三句话中：不断发愿；认真、系统地学习；如果实在没有时间，好好学一学《大圆满前行》。这也是我自己多年以来学习的经验。

现场互动

◎ 问：请问有没有一些空行母的传记？还有门措上师，她很伟大，我也很想看她的传记，这样就可以了解得更多。

堪布：空行母的传记很多，有空行母益西措嘉的传记、曼达拉瓦的传记、玛吉拉准的传记，还有西琼堪卓玛的传记，国外也有一些英文版的空行母传记。

在美国哈佛大学时，我有一次去听一堂课，他们当时正在讲益西措嘉空行母的传记，这是以前一位伏藏大师取出来的伏藏，他们用来给博士生和硕士生上课。其中有些情节，是益西措嘉空行母在莲花生大士面前获得了《空行心滴》的法要。当时那位老师给学生们讲，益西措嘉空行母有一次被世间一些坏人强

奸，但这不但没有损坏她的名声，反而变成了助缘，而且她的信心也没有毁坏，没有产生任何嗔恨心。

后来各个国家的学生讨论时说，有一个人在尼泊尔也遭遇到了类似事情，但因此对生活失去了信心，之后对整个世间特别反感。

学生在课堂上针对这件事情提问：为什么一般世人很难以承受的事情，没有变成益西措嘉空行母的违缘？老师回答说：因为益西措嘉空行母修习大乘佛法，而像这么严重的违缘，依靠大乘佛法可以转为道用，不会变成她修行和生活中的障碍。然后他们共同认为，藏传佛教确实很伟大。

这节课我印象很深刻。表面上看好像是女人的故事，实际上在讲修行人跟世人的生活态度完全不同，不同之处就是佛法的作用。我们同样在生活，但修行人在他的生活领域有其不共的诀窍。

门措上师有传记，但不是很广，应该有汉文，也有藏文。我想以后肯定会有比较广的传记。



◎ 问：佛教说：“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教。”请问“自净其意”是什么意思？
“自净其意”的次第如何？

堪布：“诸恶莫作”是不要造作任何恶业，属于小乘道的内容，小乘道着重强调不能造恶业；“众善奉行”是讲大乘，大乘不但不造恶业，而且还要广

行善法，利益众生；“自净其意”，藏文中就是调伏自己的心，怎样调伏呢？就是认识自心的本性，可以对应大乘中的密宗。密乘在不造恶业、行持善法的同时，通过窍诀真正认识自己的心，将烦恼转为道用，也就是“烦恼即菩提”，那时你的心就能得到真正的净化。

这四句实际上已经包含了显宗、密宗所有内容，这就是佛教的要义。

◎ 问：我想问一下发愿与回向的区别？

堪布：发愿是这件善事还没有做，自己发誓愿将来要做；回向就是将已造善业的功德，赐给其他众生。我们念《普贤行愿品》时，既可以发愿我将来如何利益众生，又可以将已经产生的善根全部回向或布施给众生。所以，一个是过去，一个是未来——发愿是对应未来要做的善根，回向是对应过去已有的善

根。当然，回向中也有以三世善根作回向，但一般来讲是指过去的善根。



◎ 问：谢谢大恩上师，我是来自石家庄的您的弟子。我不是为自己提问题，有一位您的老弟子，他曾在 1998 年时背着干粮来学院求学，现在年纪大了，腿走不了路，他让我转告上师：法王和您的法他没有荒废，传承没有断。他想请上师为他开示几句。

堪布：请转告他：第一，要经常祈祷法王如意

宝；第二，所得到的法一辈子不能放弃，因为法很难得，得到之后放弃的话太可惜了；第三，要精进地修行，人生很无常，何时死亡谁都确定不了，所以，在临死之前不要做后悔的事。

方寸之间 自有天地

——2013年第一届新班开学典礼开示

2013年6月8日

在这个吉祥的日子，学会迎来了2013年第一届新班的开学典礼。在新班初始学习的阶段，我们以直播的方式在网络上跟所有道友交流几个问题。

一、认真思考

此次新班的道友都是自愿、自发前来，我们并未邀请或强迫任何人来参加学习。报名之前，给大家预留了一定的时间反复思考，因此，各位做出这个决定，应该是经过深思熟虑的。既如此，大家对学习的

计划、内容，包括为大家授课的老师——我本人，应该都有了些许了解。在 21 世纪的今天，作为知识分子群体中的一员，对于个人要选择什么样的人生道路，一定会有明确而清晰的认识，不可能非常盲目。

所以，我再次重申，这次参加学习的所有道友，完全是以一种自由、自愿的形式加入的。

希望在座的道友，可以通过实际的体验，思考下以这样的方式学习佛法是否对你各方面有所帮助与提升。作为一个有学识的人，参加过一两次学习之后，相信你会有明确的感受。体验过后，如果你觉得对你有帮助，或者认为这样的群体、组织不适合你，又或者觉得并不完全符合招生时所讲的，那么，你可以自行决定是否要继续下去。当然，希望你们慎重考虑后再做决定。最好不要退转。

二、珍惜机缘

我本人对汉地的出家人、在家人传授佛法已接近三十年，很愿意将多年来的经验、体会，与大家分享。此次大家能参加学会的学习，机会非常难得，难得的原因有二：

原因之一，现在缺乏信仰的世间人，往往非常苦恼、困惑、痛苦，但通过佛法的学习，许多人确实在自己的生活中拥有了满足感、幸福感和成就感。在如今的社会，能获得系统学习佛法和令心灵得以提升的机遇非常难得，很不容易！

原因之二，我们的学习完全免费。城市里学习各种知识，动辄需要几百、几千元的费用。我不能说世间没有完全免费的学习，但恐怕很难找得到，而学会是完全免费为大家打开了学习知识的方便之门。

所以，希望今天参加新班的所有道友都能珍惜这

样难得的学习机会。如果你把它当成世间的聚会，或者觉得它只是一个普通的团体，就不会珍惜；没有珍惜，你就不会坚持；没有坚持，这在你的人生历程中将是一个缺憾！

学习机会难得，这一点大家一定要牢记在心！

三、闻思修行

城市里热爱学习的道友，可以通过免费的网络授课视频，在家中进行学习；也可去现场与道友共同学习、分享，一个星期集中一两次，或一个月集中三四次。如此，可以更好地学习和掌握佛法深奥的意义。

你们也许会有疑问：学会到底是一个怎样的团体或组织呢？准确地讲，学会的宗旨和目标是闻思修行——我们听受佛法，不断思考佛法的道理；思考后尽力修持；修持后尽量饶益众生。

在座的各位要再三考虑，如果真正想学习佛法、修习佛法、利益众生，你可以加入学会。我们这里不提倡天天只做会供、放生、迎请某某上师，或者只举办一些简单的佛事和法会，这些与学会的宗旨相违背；我们同样不允许每天只是化缘、建寺院、造佛像等以经济为目标的传销和广告活动，更不允许有其他政治目的的非法组织存在。有些人为了各自的企图参加学习，擅自对自己的上师和各种活动进行广告宣传，这些都是不允许的！新班学员要注意。

无论你信仰藏传佛教还是汉传佛教，只要愿意学习，我们都不排斥；只要对佛陀有虔诚的信心，愿意学习并研究佛法，不诽谤佛法和其他宗教人士，我们都予以接受；任何上师或传承，我们都不干涉，对自己的上师有信心、进行私人供养，都是允许的。但学会有学会的要求和宗旨，任何人不能以学会的名义，对任何个人进行宣传，包括我自己在内。我们的目的是希望每个人认真、有次第、有系统地学习佛法，除

了学习佛法、修行佛法和饶益有情以外，任何以个人目的为出发点的不合法、不守法的行为，都是不被允许的。

所以，加入学会的学员一定要人格好，如果人格不好或者连世间善良的人品都没有，这样的人我们不需要；对上师和佛法没有信心的人，我们也不需要；学会有各种管理规定，虽然不是特别严格，但作为一个组织，一定有其基本的管理规范，不能遵守的人，我们也不需要。

你们要非常清静、虔诚，心地宽容，对人和事不要特别计较，不能稍微遇到一点事情，就产生各种矛盾。更不能利用自己的上师和传承制造教派矛盾。随着学会人员数量的增多，会给管理的各方面增加难度，我们需要的是认真学习和修行的学员，学好之后，将来帮助身边的人、帮助所有众生，这才是真正有意义的群体。

以上内容，本来由法师和管理人员给大家介绍就可以了，大家一定要明白，为什么新班开学时我要亲自讲解。因为前几年很多新班的学员，来这里的目的不是学习佛法，而是专门来进行不正当的传销和宣传推广，搞非法活动，这一切在学会都不允许！

我们不排除任何教派、任何传承，现在学会也有藏传佛教中萨迦派、格鲁派、觉囊派等其他教派的弟子，同时也有汉地的净土宗、禅宗等宗派的弟子。出家人、居士都可以参加，有些人不愿表露自己的身份，以其他名字和身份参加也可以。

只要不搞政治、不搞经济，不违背佛教的相关戒律，不违背国家法律、法规以及相关政策，任何人都有宗教信仰自由。

所以，我们在这里明确地告诉大家，学会的宗旨主要是闻思修行，作为佛教徒，除了闻思修行、饶益有情之外，我们没有其他目的。这一点，学会的管理

人员会进行监督，如果谁没有遵守学习秩序，有其他非法目的或私人目的，学会有权请他离开。

学会的规章制度是为了让你顺利、安全地将佛法学习圆满，并不是让你依靠学会来组织非法活动的，我们有能力创造这个平台，当然也有责任维护这个平台的和谐发展。我和所有的管理人员，完全有权制止任何不符合学会要求的非法活动。

四、团结和合

早先在汉地是没有菩提学会和金刚中心的。1990年，我从印度回国，途经香港时，在香港看到有很多白玉中心，我觉得汉地也应该成立菩提学会和金刚中心。就这样，汉地的菩提学会和金刚中心在1991年成立了。之后，我又走访了美国和英国，他们同样有各种学习显宗和密宗的佛教团体，我认为应该在国外建立一个佛教道场，于是，第一个喇荣显密中心1993年在美国建立。



菩提学会从 1991 年创办开始到现在，经历了 20 多年漫长的发展历程，就像一个企业一样，是成熟而有经验的。在此期间，我们遭遇过各种情况——不仅有来自佛教徒对我们的各种质疑，还有些政府官员和地方领导觉得我们是非法组织等，曾经有过很多误解。当然，在发展过程中也遇到了各种机遇，才有了如今学会的发展壮大。

因此，希望道友们在以后的学习过程中，应该运用智慧，遣除各种违缘和障碍。我们从来都不会违背释迦牟尼佛的教理，如果相违背，你们佛教徒会看得到；如果违背了国家的法律法规，政府和所有人都会看到。所以，我们在任何时候都能光明正大地学习佛法。

在佛教的教义上，我们很希望：凡是加入学会的人，都要懂得因果和佛理。有些已经皈依了十年八年的人，到目前为止也没有明白皈依三宝的根本理念；

有些人受了菩萨戒很多年，但还是不明白发心的功德和不发心的过失、舍弃众生的过患等，这非常可惜。

现在有些小组人员比较多，十到二十个人；有些小组的人相对少一些，三四个或五六个。在学习过程中，大家一定要团结和合！刚刚加入的新班道友要与老班的佛教徒融洽相处。你们以前在各行各业工作，从来没有在一起学习过佛法，有些人以独立个体出现的时候人格很好，但进入团体之后，自身不好的行为和习惯就会全部暴露出来，这时一定要团结。

学会的发心人员，会按学会的各种规定，要求大家去执行，希望大家要理解、配合。我们这里学员众多，发心人员的工作量很大，发心人员中也有很多出家人和老居士，他们为了你们的学习和成长，也为了你们能逐渐增上对佛教的信心，把自己的修行、休息时间全部贡献出来，只为服务大家。而有些人没有感恩之心，不懂得恭敬，还用一些过分的言语中伤

他们。

学会为什么要规范管理？因为团体需要有秩序地进行运转，学员需要拥有更好的学习环境和学习氛围。所以，大家一定要理解和配合。当城市的交通秩序出现混乱时，需要交警在现场及时管理和疏导，如果车辆不听从指挥、任意行驶，容易造成交通事故，会给大家带来很大的麻烦。学会各地管理员的重要性也是如此。所以，不要对他们的工作充满敌意或排斥，如果你这样做了，就同不懂遵守交通规则的人一样。希望大家能够支持、配合管理员的工作。

学会有一定的规章制度，还有闻思修行的次序、安排，这些并非为了约束你、控制你。我和每一位管理人员都不会把自己当成领导，限制你的自由。我们不会控制任何人，也从来不会让学员专门服务于我。我们在这里给大家传授佛法，完全是一种付出，创造方便让大家更好地学习。

与此同时，你们要在思想上提前做好准备：准备融入新的群体，准备接受新的生活。加入学会后，家庭、工作方面的时间调整以及生活习惯的改变，你是否有能力面对？如果没有面对问题的能力和智慧，恐怕很难坚持下去。

所以，一定要把这些问题提前考虑清楚。我们完全是一种教育平台，你要有耐心，要有学习的意乐。国家现在提倡共建和谐社会，而和谐需要从我们个人做起，从内心做起。通过佛法的学习能提升内在的幸福感，相信很多道友都深有体会。新参加学习小组的道友们，慢慢也会了解到，自己学习佛法对促进社会和谐方面将起到什么作用。

五、持之以恒

学习佛法不是一天两天的事情，它是一个漫长的历程。如果确实真心实意想学习佛法，那么，你要有

长期坚持学习的打算，不要半途而废，一定要持之以恒。以前，有些新班的学员稀里糊涂地来参加学习，过了两天就没有了忍耐之心，觉得学习佛法很辛苦，就轻易放弃了。通过这种现象，可以看出其人格缺陷和稳重之心的缺失。缺少稳重心的人，既无法学习博大精深的佛法，也无法完成世间最基本的工作。所以，希望大家拥有持之以恒的心态，不要因为某些方面的不如意就放弃学习。

如果佛教知识按我们现在读书一样分阶段学习，达到初级的像小学级别的水平需要五六年时间；达到中等水平再需要五六年；达到较高水平还需要五六年。专门学习十几年、二十年，也不一定能达到很高的水平。我本人从出家到现在已接近三十年，还是很专注地在学习。虽然我不是特别聪明，也不是特别笨，但佛教知识浩如烟海，越学越深。

建议各位从现在开始，为自己制定 10 年或 8 年

的学习规划。我们目前的学习方法和学习压力都很适中，一个月 30 天，只有 4 天用来学习，这 4 天也并非 24 小时都用在学习上，你可以选择一个上午或一个下午，甚至是在一个下午当中的一两个小时內，就可以完成学习。如果按照佛学院出家人的课程和要求进行专业佛教知识的学习，这是很难做到的，因为你毕竟需要在社会上生存，需要在忙忙碌碌的城市中生活。所以，学会的要求不是很高，这几年中，不需要每天 24 小时不间断地学，只要每个月空出一点时间学习就行。如果你不愿在一个月中抽出几个小时共同学习，那么，就错失了集体学习和共享佛法的机会。

有些性格比较孤僻的学员，当他们进入这个群体后，会显得格格不入，这时有些人会选择自学。但是，很多自学的人最终都半途而废了，没有坚持下去，这点很可惜！因此，我们需要群体的学习方式。

我本人在给大家传授一部论典时，我们彼此之间

都有一种压力，大家会监督我的传法进度，我需要把智慧更好地融会贯通，传递给大家。所以，我要强调群体学习的重要性。希望大家一定要持之以恒，不要半途而废，珍惜你们学习佛法的第一个缘起。如果学习佛法的初始缘起遭到破坏，也许就很难再有好的缘起出现了。

今天这里的每位学员，你可以通过这两天的观察和学习，做出选择和判断。如果通过智慧反复思考，深思熟虑过后，觉得这个群体的水平与你个人的水平相比太低，或者“你们都是菩萨，我是凡夫，凡夫不跟菩萨学习”，或者觉得辛苦劳累等等，因为各种真实或相似的理由退出学习，都是可以的。

以前学习过一些佛法的学员，加入学会之后，也会涉及闻法方式的学习——要发菩提心，发菩提心的时候要将天下无边的众生观想为自己的父母；要发清净的心，观清净心时，密宗的方式是把上师观成佛，

道友观成菩萨。遇到这种情况，个别智慧狭隘的道友就会选择退出学习。如果曾经真正深入学习过佛法，就会心胸开阔地面对这些。

大家在开始学习的时候，一定要有一颗包容的心。如果没有包容的心，会因为某些问题的干扰，结束在学会的学习，之后永远也没有这样的机会，同样是很可惜的。所以，我们在学习的过程中遇到困惑，可以暂时放到一边，或者与其他道友进行探讨，过段时间就会明白和接受。希望大家不要因为自以为是的一些观点和情绪，就永远退出学习佛法的舞台。这可能是你的损失。

在即将要开始学习之前，辅导员和新班的负责人，一定要多给新学员们介绍学会的相关规章制度，多分享在学习过程中面对困难时的心得，多传授佛教教义中的包容心。

这次新班的学员无论是从文化素质上，还是从

个人的修养等各方面看，都非常不错，而且大多数都是年轻人。从根本上讲，我非常欢迎你们进入虚空的花园：一切诸法是如梦如幻的，要在如梦如幻的学习中，获得如梦如幻的果位。这是什么意思，听懂了没有？

六、发心利他

学会的发展需要大家持续不断地共同发心，所以，特别希望每个人都能发挥自己的智慧和力量，为佛教做出些许贡献。虽然做不了大的贡献，但也应该发挥一些微小的作用。在认真学习的同时，每个人应该担负起一些责任。有些学员如果有做辅导员的潜力，那么自己先学习一段时间，至少要一两年，如果什么都不懂也没有办法辅导；有些人如果有管理能力，希望你们当组长或者学习委员，哪怕当一个统计人员也很好。如果谁都不愿意做发心工作，那我们这

个佛教团体以后不一定真正拥有广弘佛法的力量。

所以，我们现在很需要培养人才。培养什么样的人呢？一是对上师三宝有信心的人，如果没有信心，满腹邪见，其相续不会有任何功德。二是通达佛教教理的同时，也具有世间法的智慧，假如不懂佛教的教理，就称不上是一个佛教徒，这个团体也就无法称为佛教的团体；同时也需要具备一定的世间智慧，因为我们毕竟生存在世间。三是需要有应对各种问题的能力，无论是弘扬佛法，还是自己面对一些问题时，不要表现得特别脆弱。有些人非常脆弱，本来想参加学习，但被家人说了一顿，或者遇到小小的违缘，就萌生退意，再也不敢来了。

我出家时也遇到了很多违缘，但我当时的心态很坚定。有些老师阻止我出家，有些亲戚也阻止我出家，甚至家人也说，如果你在当地寺院，可以给你提供日常生活所需资具；如果你去佛学院那么远的地

方，就不会给你送任何口粮。后来，我依靠自己的智慧应对，坚持了自己的想法，直到现在。因此，希望你们在学习的过程中，假如遇到一些违缘和困难，要坚强！要有信心！

很多人都可以实现自己的理想和目标，我们为什么不能？每个人的家庭和生活处境都不相同，有些人学佛很顺利，家里也支持；有些人家里不支持，朋友不支持，单位也不支持。但我们做的事情对自他都非常有意义，问心无愧，所以，在处理有些问题时，要有智慧。

对上师三宝也要有虔诚的信心，因为上师三宝的加持不可思议，经常祈祷，修行一定会顺利的。我们学的是大乘佛法，如果修行稍微有所成就，一定可以利益无边无际的众生，而利益众生是我们最终的目标。



结语

今天给大家讲了六个问题，希望你们再三思考。虽然讲得不是很好，也没有一些好的修证、境界，但我的心是清净的，是为了大家顺利完成佛教的学业。如同学生刚进入大学校门时，校长或老师也会把学校的相关要求、教育方针给大家解释清楚，如果按照这样去做，就能完成学业；反之，也许无法毕业。

每一个人在学习佛法方面要把自己当作小学一年

级的学生，如果我们有一颗谦虚的心，所能接受的知识就会越来越多。因此，你们要听从其他管理人员和辅导人员的安排，使自己逐渐成熟，直到将来有管理的能力、有辅导的能力，那时我们的思想就可以与别人分享和交流。在这之前，大家应很虔诚、很谦卑地把自己当成一个普通学生，这样学习是能成功的。

我身边有很多发心人员非常辛苦，希望你们好好配合他们。你们应该知道，这样的学习实际上都是为了自己，在这种心态下大家共同努力，一定是对自己有利的。同时，我们现在处于末法黑暗的时期，希望能把佛教的明灯传播到世界的各个角落。

非常感谢大家！大家共同回向。

如何面对绝症

2013年8月8日

今天我们交流的主题是：如果即生中得了绝症，
该怎样面对？

我想从佛教徒的角度，来跟大家交流这个问题。
每一个人来到这个世界，迟早都会离开，只是时间
长短而已，自己在这方面有没有做好准备？应该想
一想。

癌症非常可怕，当有些人得知自己患癌症的消息
时，就觉得人生没有希望了，当下昏厥。我认识某人
8年了，他从来不敢去医院体检，因为担心万一被检
查出癌症后，自己无法面对。这是什么心态呢？我们
知道，现在艾滋病已成为“超级癌症”“世纪杀手”，

而癌症如今已成为“第一杀手”。据世界卫生组织统计，世界上每年有 800 万人因癌症而死亡。在 2012 年，中国因癌症死亡的人数高达 270 万人，每一分钟就有 6 个人因癌症死亡！这些数据触目惊心。

很多人好像觉得自己永远都不会死，从来没有想过自己死亡的因缘会是什么，一旦得到患癌症的消息时，就深感绝望。我认识的一些出家人和在家人有不少人是因癌症而死，有藏族人，也有汉族人；有年轻人，也有老年人。

那么，假设我去医院检查，被告知得了癌症时，将会如何面对？虽然这个话题不是很吉祥，但每个人还是需要对不吉祥的事有所准备。如果没有受过这方面的心理培训，确实非常困难。

癌症的致病因缘与发现历史

按照中医的说法，致癌的因缘有几种：一是作息

颠倒。本来应该白天工作、晚上休息，但如果晚上长期加班、熬夜，是致癌的一种因。

二是饮食不规律。正常情况下应一日三餐，饮食有度，但现在的年轻人，饮食缺乏规律。藏地因胃癌、食管癌而死的人特别多，原因也出在饮食上——原本应在晚饭两三个小时后再入眠，但我们藏地有个不太好的习惯，下午6点左右有一顿非正式的晚餐，到晚上9点多钟时，再吃正式的晚饭。我也经常跟他们讲，其实这种习惯很不好，吃完晚饭马上睡觉会增加肠胃负担，导致无法消化。还有个别藏族同胞用餐时不注意个人卫生，不洗手就揉糌粑。

此外，按照西医的观点，现在很多食物中含有添加剂和防腐剂，这也是致癌的因。

有些人认为，癌症是最近这几年新发现的一种疾病，但从历史上看，癌症并非现代社会才诞生的疾病。在一些传统文献中记载，汉武帝时期就有人得胃

癌，当时癌症属于“疡病”；到宋朝、清朝时，人们对它的病因有了进一步的发现和认识。

藏医当中的《月王药诊》，是公元8世纪出现于藏地的一部非常出名的藏医著作，其中就讲述了人体解剖学。前段时间，我去了青海一所藏、西、中医相结合的红十字医院，那里有很多藏地以前关于解剖学以及原始的医学典故和理论知识。看后发现，藏医确实具有悠久的历史。按照藏医的观点，其实癌症早已被发现。

西医发现癌症的历史是：公元前400年左右，被尊为“西方医学之父”的希波克拉底，在他的医学著作中提出——癌症是最具危险性的疾病，肿瘤分为“无害性”肿瘤和“危险性”肿瘤，也就是现在人们所说的良性肿瘤与恶性肿瘤，恶性肿瘤即癌症。

因此，回顾历史可以知道，癌症并非最近才被人发现，而是一种历史久远的难以治疗的疾病。

调整心态很重要

如今社会得癌症的人越来越多，在已死亡人数中，约五分之一是因癌症而死，也就是说，每 5 个离世的人当中，就有 1 个是癌症患者。我们首先要知道，这种疾病一旦在自己身上，或是在身边人的身上被发现的时候，有一个良好的心态很重要。

对于癌症，西医有西医的治疗方式，比如开刀、化疗。所谓的化疗，就是通过化学药物摧毁、杀灭体内的恶性肿瘤细胞；西医还有放疗的方法，就是通过放射线照射到肿瘤处，消灭肿瘤。西医的治疗方法副作用很强，但很多人遇到这种病的时候，不得不接受这种治疗。少数人通过西医的吃药、化疗等，病情也能得以控制和稳定。但有些医院特别黑暗，明明知道病人根本没有希望，还是不断地对他进行化疗。这个时代很多人漠视生命，而对钱财特别重视，这相当可怕。当然，也有许多医德很好的医生关心病人、为病

人着想，这样的人自古以来也相当多。我们判断任何一件事情的时候，要一分为二地分析和对待。

中医是通过调整饮食、心态，以阴阳五行相调和的方法进行治疗。听说现在还有一种“原始点疗法”，他们说癌症一点都不可怕，对有些病也有一定的效果。

还有就是不得不承认的佛教的调心方法，这是一种心理科学。在西方国家的有些医院和学校里，一直在尝试着心理疗法，但在俄罗斯、中国等国家不是特别受重视，相当可惜。我们以后不但要通过观察身体的神经、脉络、气脉等来治疗疾病，更重要的是调整心态。

我以前也讲过，有两个人去医院，一个人是普通感冒，一个人是癌症。医生把两个人的检查结果混淆了，癌症患者被告知只是感冒，而感冒患者却得到了患癌症的检查报告，结果得感冒的人因恐惧而死，得

癌症的人觉得自己并无大碍，没有心理负担，后来他的癌症竟然奇迹般地好了。这是一个真实的故事，所以心态非常关键。

有学者也曾说过，成功的医生不仅要治病，更要疗心。以前有个老年人去医院看病，医生发现她已经到了癌症晚期，就跟她说，你回去吧，不需要住院。老太太认为自己没有什么病，就非常高兴地出院回家了。结果两年之后，她不但没有死，而且身体非常好。医生也很惊讶，问明原因以后，知道是她的心态起了作用。所以，心态的调整、心理的作用相当重要。

万一我们得了这种疾病，有两种可能：一种可能是，不管你是否调整心态，身体如何做各方面的治疗，都没有希望；还有一种可能，如果心态很好，疾病有可能慢慢不药而愈。

按照佛法来讲，麦彭仁波切有一个将疾病转为道

用的窍诀：麦彭仁波切的大弟子——第三世多智钦仁波切有一个将痛苦和快乐转为道用的方法。这两个窍诀我以前都看过，在自己的实际生活中也用过，帮助非常大。

当你的人生遇到了难以逾越的鸿沟时，无论是否有信仰，都应知道怎样面对。英国前首相丘吉尔曾说过：“遇到苦难时，如果能战胜苦难，它就是你的财富；如果苦难战胜了你，它就是你的耻辱。”修行人也是如此，有些修行人在生活中遭遇痛苦时，完全能以修行来应对；有些人因为遇到种种违缘和困难而退失道心，这种现象也相当多。

佛教中六种对治绝症的修法

如果不幸得了绝症，佛教中有几种对治的方法：

1. 一心一意地皈依、祈祷。如果我得了这种

病，那就想：无始以来在轮回中，生生世世遇到过各种病魔、违缘、障碍，除了三宝，如今我在世间无有任何依处，祈祷上师三宝给予我加持与保护，如果对自己和他人有利，让我生病也可以，让我死亡也可以。这是一个特别好的修法。

2. 修慈悲心。如果得了肺结核、肝癌或包虫病等可怕的疾病，内心特别绝望、痛苦时，要想到世界上还有许多众生也同样痛苦，进而对他们生起慈悲心。



《入菩萨行论》中讲过，苦害具有诸多功德：

一是让我们对轮回产生厌离心。平时生活平平安安、快快乐乐的人，无法体会轮回的痛苦，当真正在感情上、身体上或心理上受到极大刺激和折磨时，才完全明白，这个世界上还有像自己这样特别绝望的人。我遇到过一个脚不方便的人，他在医院治好，每次看到跛足者就深有体会，觉得这是最大的痛苦。有些人可能先天性眼睛不好、耳朵不好，或者肺不好、肝不好，经常有一种痛苦和恐惧感，这种痛苦能引发对其他众生苦受的了解，所以这也是生起出离心的因。

二是遣除傲慢。本来这个人特别傲慢，目中无人，但得了病，遭受了生活上的痛苦、违缘之后，心就特别调柔，不会傲慢。

三是对其他众生生起悲愍之心。如果没有感受任何痛苦，可能从来不会理解身边的人，一旦感受病痛之后，才会理解他人。

综上所述，痛苦可以帮助我们修习慈悲心，这是第二种方式。

3. 忏悔。当真正得了这种疾病时，心里要想：也许此病是我离开世界的唯一因，也许我还有希望，但无论如何，这是我前世的业。

其实现在的中医和西医并不了解真正的病因，有些说是一种遗传，有些说是外在的饮食等，有各种判断方法。按照藏医和佛教来讲，即生实在无法救治的那些绝症，其根本因与前世密不可分，当然也并非与今生的因缘毫不相干。“此有故彼有，此生故彼生，此无故彼无，此灭故彼灭”，也就是佛陀讲的因缘。今天你的快乐、痛苦，其实都有因有缘的。

所以，得了这种疾病的时候，一定要有一种忏悔心：我即生痛苦的来源，应该是前世杀害众生等恶业，如果我即将离开人世，那么，死之前我在上师三宝面前一心一意好好忏悔所有的罪业。按照《毗奈耶

经》中的观点，在临死前以猛烈忏悔心的力量和三宝的加持，一定会忏净一切罪障。有些人忏悔、忏悔、忏悔……最后病就不治而愈了。

4. 自他交换。要想到世界上有无数众生也如我这般痛苦，愿所有众生的痛苦都由我来承受，将我所有的快乐、福德和财富都赐给他们。前辈很多大德都会如是修持。当我们一心一意这样观修时，身体很有可能会迅速康复。

这不是传说。梭巴仁波切有位中国弟子得了绝症，他特别伤心地向上师求助。经上师介绍，印度的朗塔仁波切对其传授了自他交换的菩提心修法。他偶尔修一下，后来去医院复查时，疾病竟然消失了。上师问他是否修持了很长时间，他说每天大概修4分钟左右——只有4分钟！

我所了解的一些汉藏道友也是，发现患了绝症后，就修持自他交换：无论自己最后是死是活，我现

在这个色身所有的快乐都赐予众生，众生所有的痛苦都由我来承受。当然，这种心态有一定境界的人才能做到，否则可能会害怕。但这是一个非常好的方法。

5. 改变理念。在我们原有的观念中，疾病很恐怖，死亡很恐怖，对于癌症，如果以前没有训练过，大家都很害怕。但在藏传佛教的有些窍诀中讲，遇到最害怕、最痛苦的事情，你不要认为它可怕而产生畏惧。

在我学生时代的很多电影中，日本是中国的敌人，然后我们每次玩耍时，一个孩子扮成日本人，另一个扮成中国人，对日本人又打又杀……修行人也应该这样：我最害怕的是什么呢？就是死亡！就是得绝症！那么，在还没有患任何疾病时，要默默地想：一旦我得了这种病，该怎么办？一旦死亡来临，我要怎样面对？在修行过程中，反反复复这样去训练。就像一个士兵，在还没有上战场之前的训练中，对各种应

付敌人的方法都了如指掌，一旦敌人真正来临时，所有以前训练过的动作和技巧都可以用上，那时跟从来没有训练过的人完全不相同。

人的身体要训练，心理更要训练。因此，转变理念非常重要。真正的修行人不会认为死亡是件特别恐怖的事情。藏地一些七八十岁的老年人，他们一点都不害怕死亡，觉得我一辈子修行，死亡只是换一个客栈而已，我原来住在这里，下辈子就住到那里。但没有任何信仰、没有任何修炼的人，无论是领导、科学家、文学家……在面对死亡时都特别害怕。并不是他不能面对，而是没有这个机缘，没有这种训练的机会。

《西藏生死书》中写过，敦珠法王在 1976 年遇到一位病人，她特别伤心绝望：“我要死了，很快就要死了！”敦珠仁波切对她说：“不仅是你要死亡，我也已经被判了死刑，我也在等死，只不过迟早而

己。”这句话说得很对，我们在座的人都已经被判了死刑。何时执行呢？可能有些人是20年以后，有些是2年，有些是3年，有些可能是10年、8年……在座的各位，绝大多数是20岁以上，如果活到100岁的话，在80年之内我们每个人都会死亡的。所以，实际上我们都在等死。这样改变观念之后，就觉得其实并不仅仅是我，所有人都会面对同样的问题。

因此，作为修行人，对疾病和死亡应提前有些心理准备。为什么现在有些佛教徒死时特别安详、快乐，而一些世间的智者，对人类社会很有贡献的人，死的时候反而特别伤心、绝望、痛苦、大声哀嚎？与观念有一定的关系。

6. 念佛。念佛也相当重要。如果真的得了这种病，其他大量的佛教理论，都不一定要研究。我认识的一些出家人和居士，有在10年前、5年前或3年前发现得了癌症的，当时有些人觉得没有希望了，我跟

他讲，一是要念 40 万遍金刚萨埵心咒忏悔，然后多念阿弥陀佛的心咒或名号。后来通过一心一意念佛、一心一意求解脱，确实完全好了。

这种实例相当多。东林寺的大安法师也讲过，他在 10 年前遇到过一位癌症病患，由于信仰佛教，得癌症后就开始一心精进念佛，一段时间以后在他的显现中见到阿弥陀佛对他进行加持，后来病就好了。10 年后大安法师去那座寺庙打佛七，发现他还健在，非常奇妙。所以，这并不是传说，不是神话故事。

以这种非常奇妙的方式调整心态之后，很有可能癌细胞不会扩散、不会转移，病情完全好转；即使没有很快康复，也是在安详的状态中离开的。我刚才讲到的医学家希波克拉底，在他的医学书中也说，癌症的调整方法是“避免治疗、自然恢复”，也就是说，通过调整心态后可能会自然康复。

因此，虽然我不敢说佛教决定有治癌的方法，但

跟其他治疗方法比较起来，大乘佛法确实有其不共的作用。

观修无常

修行人也好，非修行人也好，很有可能迟早会遇到一些无常，到那时，每个人心中有没有做好准备？以前我们藏地有位上师，在他的传承弟子中，很多人有一定的修行和境界，在死亡之际都用微笑来面对，并不会特别痛苦和烦恼。所以，希望大家好好修习死亡无常。

按照藏传佛教的传统，修死亡无常时，最好在寂静处——寂静的山谷、寂静的房子里一心一意观修，这很重要。如果不是寂静的地方，刚开始时很难进入这种境界。在寂静处修了一段时间，心的力量更为强大以后，在嘈杂的环境中也可以修。如果没有修行，光是口头上说也起不到作用。我虽然口头上讲“病转

为道用、痛苦转为道用”，但如果你没有修的话，面对死亡也无能为力。

先从理论上了解，然后在实际行动中次第修持，直至真正生起无常的观念：本来一切万法就是无常的，我的身体与疾病也同样是无常的。《维摩诘经》云：“病不离身，身不离病。”意思是，人只要有了身体，肯定会有疾病。每个人生病时都特别痛苦、害怕，如果早就明白肉体很容易得疾病的道理，就会觉得这是正常现象。

有了一定的修行以后，心力会更加强大，一旦发现有病的时候，就不会产生十分强烈的恐惧感。现代医学和藏传佛教都说，心态对身体的正常运行起到非常大的作用，如果心态非常狂乱、恐怖，那身体的风脉明点都会被整体性扰乱，疾病会更加严重；如果心态很平静、很坦然，虽然身体上有些疾病，但是通过心态的调整，慢慢会好转。

所以，有一定临床经验的医生，本来病人的检查结果很不妙，他会说：“不错、不错，我跟你的家人沟通，你回去吃中药，慢慢调养。”如果西医说回去吃中药，你们要注意（众笑）。藏地也是，很多医生会善意地对癌症病人说：“没事，没什么大问题，回去吃藏药就可以了。”比较聪明的病人就很害怕：“是不是我得了什么大病？”

无论如何，如果心态受过一定的训练，面对疾病时会完全不同。

癌症带来的思考

其实，莲花生大士早就说过，末法时代各种疾病蔓延得非常快，像艾滋病、癌症……大多数是众生的业力病。

在现今时代，很多化学物、病菌等，通过各种方

式进入人体。美国有位专家说，现在很多人得癌症的主要原因是吃鱼，因为鱼身体的里里外外有很多癌细胞，鱼吃得越来越多的话，鱼身上的癌细胞进入人体内的概率就会增大。还有研究发现，很多动物都会得癌症，可能在吃肉的同时，动物身上的癌细胞就直接进入了人体。素食者相对好一点。有种说法，素食者是碱性体质，防癌的免疫力特别强；肉食者的身体是酸性体质，防癌的能力相对较弱，再加上动物身上的疾病会通过饮食进入体内。

我们觉得汶川地震、玉树地震、雅安地震很可怕，在地震中失去生命的有六万多、两千多和两百多，但这给人类带来的并不是最具毁灭性的恐惧。像艾滋病、癌症等绝症每年夺走多少人的生命？我想医学界，包括联合国、世界卫生组织的数据是不会骗人的，因此，作为修行人也好，世间人也好，每个人都要关心这件事情。

首先最好在饮食上、在平时的生活上有规律，同时尽量少吃、不吃肉食。可能你觉得肉很好吃，但按佛教因果观来讲，我今天吃众生的肉，明天就会以疾病的方式反噬到自己身上，自己也可能因疾病而死亡。即使你不相信这样的道理，也要想想如果自己得了这种疾病，要用什么样的心态来面对。

现在世间很多人，每天都忙着挣钱、忙着竞争、忙着打扮，这些在短暂的人生中，如同彩虹一样虚幻，真正去寻找的时候，不但得不到，反而让自己非常痛苦。对于人生中有可能遇到的苦难，每个人心里要有所准备，若能如此，也许你会成为生命的英雄。



莫舍己道 勿扰他心

2013年10月9日

这个时代给人们一种危机感和强大的压力，许多人在压力下喘不过气来，极其痛苦。而两千五百多年前，本师释迦牟尼佛给大家留下来的非常珍贵的教言，正好成为人们心灵的妙药，这种心灵妙药由历代传承大师们通过口传一直传到现在。

尤其是佛法兴盛的藏地，毫不夸张地说，如今已经像当年的印度。这不是我作为一个藏族修行人才极力赞叹，如今东西方最顶尖的学者、修行人、成就者，他们都异口同声地赞叹着。我们用智慧去分析这种赞叹的时候，也毫无反驳的理由。

在座的各位，虽获得了暇满人身，然而人生短

暂，在这短暂的因缘中，遇到了大乘佛法，遇到了这样殊胜的窍诀、教言，确确实实非常难得，但很多人不知晓其珍贵的价值，这样可能与它擦肩而过，甚至背道而驰。

在座的无论是在家人还是出家人，都一定要珍惜现在的机缘，你心灵的状态、身体的状态，以及现在各方面的因缘瞬息万变，可能很短的时间就会改变。因此，大家要有一种危机感或紧迫感，要知道当前的因缘极为殊胜，来之不易。

一、法王如意宝的临终开示

今天想跟大家宣讲的内容，是法王如意宝当年示现圆寂之前，留给大家最后的教言。

前段时间我在讲课时，曾引用释迦牟尼佛说过的偈颂：“诸行无常，是生灭法，生灭灭已，寂灭为

乐。”此偈功德和加持非常大，后来国内外的道友们以各种文字书写下来，贴在包括办公室在内的各种场所。对我们修行人而言，若是哪怕一个偈颂、一句话，令自己的人生有了重大改变，这便可以称为修行。

时常在我耳边响起的法王如意宝最后的声音，就是今天要讲的八个字。这八个字在藏文中有不同的解读，但以我的理解，翻译成汉语就是：“莫舍己道，勿扰他心。”如何翻译这八个字，我考虑了很久，有些人说是不要舍弃自己的决心，有些说是不要舍弃本分，有些人说是不要舍弃自己的行为，但可能“道”字最合适——“莫舍己道”，就是不要舍弃自己的道，不要舍弃自己的道心，或是道德；“勿扰他心”，就是不要扰乱他人的心。

首先我简单讲一下，法王如意宝示现圆寂前宣说这八个字的背景与经过。法王圆寂的时间，是公历

2004年1月7日上午。丹增活佛在法王如意宝圆寂后，采访了法王身边的一些人，记录了法王示现圆寂前后的具体状况。

法王如意宝在他圆寂之前的四年，第一年讲《百业经》，第二年讲《入菩萨行论》，第三年讲《大幻化网·光明藏论》，第四年讲《上师心滴》。这四年法王一直在说：“这是我最后留给大家的四大教言，也可以说是四部大法。”

作为弟子，在我的观察中，这四部法讲完后，法王如意宝就像一位随时准备离开的客人，之后的教言中经常流露出不会久住于世的打算。2002年到2003年间，法王又讲了《贤愚经》《大圆满前行引导文》，以及麦彭仁波切的《辩中边论释》《辨法法性论释》。之后开始讲麦彭仁波切的《宝性论释》，刚讲不久，法王的妹妹阿里美珠示现圆寂。

后来学院开极乐法会，法王在藏历九月二十二日

天降日那天，来居士林给大家灌了顶——法王“阿弥陀佛灌顶”的视频，我给大家提供过，网上也有。你们没有跟法王结过缘的人，应该通过网络接受这个灌顶，缘起不可思议。

灌完顶后，法王给大众的开示主要有三点：

第一是往生极乐世界的重要性。那次四面八方来的人特别多，出家人也有上万人，法王让大家一定要共同发愿往生极乐世界，如果念 100 万遍阿弥陀佛圣号（藏文）的话，一定会往生极乐世界，不要有任何怀疑。

第二，希望大家尽可能守持戒律。出家人有比丘戒、比丘尼戒和沙弥戒、沙弥尼戒等；居士有多分戒和一分戒，哪怕其他不能守的话，至少应守持一条不杀生戒。现在藏地杀牦牛的现象越来越多了，非常可怕，希望以后尽量不要杀生。法王还说，曾经做过一个梦，梦中托噶如意宝讲了放生的功德和必要，所

以，自己发愿今后多放生并且去各地宣讲杀生的过失，希望大家以后一定要在守持一分以上清净戒律的同时，用慈悲心来维护每一个众生。

后来佛学院在戒杀、放生方面起到了非常大的作用，很多堪布、活佛致力于这些工作。

第三，法王讲到：“也许这次是我们最后一次相逢，但愿不是，以后还有明年的持明法会、金刚萨埵法会。有些人说我能活 60 岁，有些说 95 岁，有些说 70 多岁。但不管别人说什么，我的身体，自己非常清楚，我不会活很长时间，有没有一头老山羊那样长的寿命也很难说。”

法王说，即使他不在人间，也会经常加持我们所有众生，尤其是会时时刻刻加持我们本传承的求法者。

此后，法王继续讲觉囊朵洛瓦的《宝性论释》。

到了藏历十月十五日，法王说：“这次身体不太好，按我自己的想法，不愿出去看病，即使给 100 万，我都不想去。但去或不去，我还是随顺你们，由学院来决定。如果大家觉得有必要去，我也同意。”学院的相关负责人再三商量后，祈求上师下去看病，于是上师去成都做了心脏搭桥手术。



法王在成都看病期间，要求学院修金刚橛。记得当时法王说，他在尼泊尔取的金刚橛伏藏法，从来没有毁坏过缘起，具有特殊加持，而且法主是像顶果钦

哲仁波切那样非常重要的世界级大师们。所以，此法对修行人遣除违缘有特别殊胜的缘起，要求学院进行大修。

法王开取伏藏时，当时有索顿喇嘛、热巴医生和我三个人在场，应该有比较殊胜的传承，所以法王让我们三个做主法上师，带领大家修法——藏地任何一个大修都需要有人主法。我们再三商量，不敢在僧众面前这样出现，但不坐在上面也不行——法王可能有些特殊密意和缘起。最后，我们三个人在大经堂的程控室里修了三天。

修完的那一天是藏历十一月六日，法王打电话让全学院的人集中，要讲一些教言。刚开始，法王给大家讲了要清净戒律、闻思修行、利益他众等，然后问我们三个在不在？程控室的人说我们三个都在，法王显得比较高兴，说：“这样很好，此法很殊胜，有特殊缘起。”

最后总结时，法王说：“莫舍己道，勿扰他心。”法王稍微解释了一下：“以后不要舍弃自己的道，也不要扰乱他人的心，无论你们依止我多少年，这就是我最终的教言。”当他这样讲的时候，我心里有种特殊的感觉：“这句话的意义好深哦，法王不会圆寂吧？”我产生了这种分别念，但又觉得不可能，平时法王也经常有类似的教言。

这八个字是法王于藏历十一月初六（公历 2003 年 12 月 28 日）宣讲的。藏历十一月十五日，法王示现圆寂，往生极乐世界。

老人家一辈子讲经说法，最后给大家留下来的就是这八个字。现在藏地不管哪所学校，都用藏文写着这八个大字，这是法王一生中留给大家最深、最妙、最有加持力的一句话。

这句话怎么解释呢？

二、甚深内涵

1. 总义涵盖小乘道和大乘道

如果从总义上解释，“莫舍己道”实际上是讲别解脱道。别解脱道行者主要就是守持清净的戒律，维护自己的道，并且不会舍弃。虽然他没有广大利益众生的心，但一定会入于一条非常珍贵的道，持续修持，直至获得解脱。

后一句讲大乘道，“勿扰他心”。“扰”字有扰乱、损害的意思，如果说重一点，就是杀害、伤害；如果用简单的意思来解释，就是不要扰乱别人的心。相对自我的解脱而言，大乘道更为重视不伤害众生、不扰乱他人的心。按菩萨乘的观点，所有众生都当过自己的父母，哪怕以斜眼视众生，在菩萨戒中也是严格遮止的。所以，第二句讲的是大乘见修行果的所有要诀。

2. 从各个角度剖析“莫舍己道”

从字面上解释，“莫舍己道”里面的“道”，与藏文相对应有多种含义——有本质、本分的意思，也有道德的意思，即不要舍弃自己的本分，不要舍弃自己的本质，不要舍弃自己的道德，不要舍弃自己的修道。总之，就是不要舍弃自己的道。

“道”也可以是一种思想体系，比如孔孟之道，这时，“道”指的是一种宗教或者文化，它的思想载体称为“道”。作为佛教徒，佛陀的见修行果就是道，这种思想和道德不能舍弃。

如果把“道”解释为道德，那么“道”有合理性的含义，“君子爱财，取之有道”，它是一种合理的道德，即不要舍弃自己合理的道心、合理的行为。

“道”也有方向、道路的意思，还有规律的意思。比如《易经》中说：“一阴一阳之谓道。”意思

就是，阴阳是一种规律，是一种大道，这种道最好不要舍弃，如果舍弃了，则人不像人，鬼不像鬼。

从世间法的角度来说，也可以把“道”解释为我们的民族文化，包括语言文字和传统文化。现在很多藏族人，把自己固有的民族传统文化和修行完全舍弃，一直学习汉族人；而汉族人把本有的传统文化和道德规范基本上也舍弃了，转而开始学习西方文化。

我经常看到现在的年轻人头发染得红红黄黄，有些学者故意把头发染成白色，装作很成熟。甚至一些年轻人故意穿破破烂烂的衣服，把膝盖露出来。古代因为物资很缺乏，所以衣服上有很多窟窿，现在的人却认为这样很时髦。

很多藏族年轻人也这样，我前段时间去学校时，让他们不要穿那些破烂的衣服。外面有些居士供养的衣服他们都不喜欢穿，却很喜欢穿这种破衣服。现在很多年轻人看起来特别可怜，在修行、文化、道德方

面，基本上已经失去了原有的传统。有些学生根本不像学生，按我们四川人的说法是“二流子”——原来我们在读书的时候，经常在街上看到那种人。这些都是已经舍弃了自己的道。所以法王的这句教言，确实有很多深意。

去年有一次，我去四川省藏文学校，有些老师要求我讲一堂课，我当时没有做任何准备，就想起了法王的这两句教言，不用说一堂课，就是三四堂课都可以讲。因为，那所学校虽然比较不错，但我也看到很多学生都舍弃了自己的道。

还有些父母也舍弃了自己的道。现在很多父母根本不想养孩子，不关心孩子学知识，而是整天闹离婚，搞很多非法的行为。这是作为父母舍弃了自己的道。

修行人也有修行人的道。出家人的道是什么？就是守持戒律，穿出家人的衣服……现在有些出家人

不像出家人，在家人不像在家人，上半身穿出家的衣服，下半身穿在家的衣服；有些上半身穿在家的衣服，下半身穿出家的衣服。头发也长长的，不伦不类。这就是作为出家人舍弃了自己的道。

佛教有佛教的修道，道教有道教的修道，但很多修道的人舍弃自己的道，不好好修行，整天为了名声、利养、钱财而奔波，这样非常可怕。

不管是在家人、出家人，还是老年人、年轻人，什么样的人最好都不要舍弃自己的道——自己的本分、自己的规矩、自己的行为、自己的道德、自己的修行……

所以，此教言确实非常殊胜，它的藏文现已被包括国外大德在内的很多人当作人生信条，希望你们在这一堂课之后，将它作为自己的书签，指引自己今后的人生。



3. 从菩提心的角度，剖析“勿扰他心”

现在社会确实很需要“不舍弃”，除了不舍弃自己的道，我们还要利益别人。如果讲得高一点，它完全是菩提心，这是大乘佛教真正的精髓。

因为菩提心不害任何众生，无论外在的言行，还是内心的作意，都要饶益有情，而不能损害有情。所以，在菩萨道中，我们应尽心尽力利益他人。哪怕用眼睛看人的时候，也不要用怒视、斜视或者不屑一顾的眼神；与人交谈时，不要说伤人的语言。

有些人出口伤人，基本上说出一句好话，而且说别人过失时用很多成语，很有口才，很有天赋，可能当初“父母工厂”造他的时候，嘴巴造成了说恶语的嘴。当然，凡夫人说话时不可能完全不伤害、不扰乱别人，但如果以利他心说别人的过失，比如老师因特别爱自己的学生、父母因爱自己的孩子，责备一

两句，可能当时令他心里有些不满，但这不算真正的扰乱。

任何人都最好不要扰乱别人的心。如果一生中能做到这点，确实是“阿弥陀佛”了。

“勿扰他心”，这里的“他”，不仅仅指的是人类，而是包括动物在内的所有众生。一个真正的修行人，尽量不扰乱、不损害任何与我们共同生存在同一个地球上的众生，它们同样有感受，它们的生命同样珍贵，因此我们最好也不要扰乱它们的心。

生命平等，任何人都没有权力践踏其他众生珍贵的生命。只要有人类存在，自他平等这样的真理，其价值永远不会消失，利他心永远珍贵。除非在非常不道德、非常黑暗的社会，害人被当作是一种高妙的手段，或者杀害其他众生被认为是勇敢的行为，但这是不道德的，不符合人类的规范，这是极少数内心迷乱者颠倒的心态。

慈悲心在人类所有的心态中是最高尚的，具有无与伦比的价值。在 21 世纪的今天，人们逐渐发现，对人类也好，对地球上其他所有的生物也好，害他的心实际上很不好，而饶益别人的心、帮助别人的心在世间弥足珍贵。

4. 修行路上的“方向盘”

法王临终的这八个字，对我们学院所有人来说，相当于一个“方向盘”，每个人以后都要尽量往“不舍弃自己的道，不扰乱他人的心”这个方向靠拢。我们学院整体的修行方向也是如此。

现在世间很多新文化、新思想、新潮流此起彼伏，不断涌现，在这时，我们都要想起：十年前法王如意宝给我们留下了一个教言——不要舍弃自己的道。学院是以闻思修行、讲经说法为中心的一个庞大的僧团，在这里，古老思想和佛教文化，以及现代

知识互相结合，法王在世时的传统是不能舍弃的。

在各种社会冲突频发的时代，我们都应谨记法王临终时给予我们的教言——无论在任何时候，对任何众生都不能有任何伤害的心，不能有任何扰乱的心。比如两个人因烦恼现起而发生冲突时，就要想到：法王以前讲过，我作为一个出家人，一方面无论是着装、说话、行为，尽量不要舍弃自己的道；另一方面尽量不要有害众生的心。

现在有很多害众生的行为，比如藏地有杀牛、杀人的行为，汉地也是。今天上午有一则新闻，一个年轻人杀了8岁的孩子；前段时间两个年轻人因为感情闹矛盾，女方要求分手，男方心生怨恨，刺了女方17刀，然后自杀。这种现象，以前汉地比较少见，但这几年经常发生。美国最近也出现这种新闻。现在世界上各个国家都有用武器来杀害别人的现象。

作为一个出家人，如果完全舍弃了自己的道，

就会害别人、扰乱别人的心。因此我经常跟发心人员说，发心时要尽量使用温和的语言。现在个别发心人，可能修行不好、素质不够，说话时动辄刺伤他人的心。当然，有些是无意中让人起烦恼，但有些人说话害人，行为也害人，这样算不算一个出家人，算不算一个修行人？

世间任何一个人，如果始终都有害别人的心，自己迟早会吃亏的。谁也无法逃脱善有善报、恶有恶报的因果规律，自己种下的一颗种子，在因缘具足的情况下，它一定会生果，最后自己不可避免会感受或苦或乐的果报。

三、保护珍贵人类文化

从世间文化来讲，汉族有汉族的文化，蒙古族有蒙古族的文化，羌族有羌族的文化……希望今天在座的每一个人，无论是出家人还是在家人，藏族学生还

是汉族学生，任何身份的人都不要舍弃自己的文化。在如今的时代潮流中，我们藏族很多人舍弃了自己的传统，这一点非常令人痛心。

现在，全世界的人都将目光投向藏地雪域高原，藏地的蓝天白云很美，但更美的是，在蓝天白云和绿草江河的中间，有一种古老神秘的、以佛教文化为主的深奥思想，这种思想，如今很多人都在挖掘，而我们本民族的许多年轻人不仅没有感受到，甚至以各种方式诋毁、诽谤。自己不去学习，就不知道它的价值、它的深奥、它的美味，当你没有品尝到它的甘露妙味时，就可能会抛弃。而法王的这句话已经明确指明：不要放弃自己的道。

现在很多年轻人根本不会说藏语，非常可惜。我前段时间去国外时，采访了很多教授：“你会不会说自己本民族的语言？现在世界上很多语言文字，有些已经完全消失了，有些正在消失。有些非常有价值，

但因为我们后人不重视它，便消失了。你们有什么看法？”

我想，现在这个时代的人，一辈子不能只为了一点钱而忙忙碌碌，这不是人该有的样子。除了自己的衣食住行，我们还要考虑到：有这么多珍贵的文化宝藏正在我们手里消失，这样一来，无论你是谁民族的人，是不是成了历史的罪人？这点值得大家关心。



面向未来 走向光明

2013年10月20日

今天跟大家探讨的话题是“面向未来，走向光明”。今年学会的很多学员即将毕业，那之后是不是就永远不用学习了？其实不是。我特意安排今晚的时间，针对此问题与大家共同交流。

誓言坚定 继续闻思修行

大家顶着家庭的压力、工作的压力，忍着身体的病痛等，来到这里学习很不容易，非常辛苦，但我想，各位以后还应该继续不断地闻思修行。

今天想给大家提一些建议，教务处会根据这些建

议的内容形成文字发给大家，希望大家认真思考，不要很草率地决定。我发现有人刚开始发愿很难，但一旦真正发了愿之后再也不会改变，一直非常坚定。《二规教言论》当中也讲了，誓言坚定非常重要，希望道友们都能做到誓言坚定。

汉地各个地方的佛教徒，在茫茫人海中，在各种世间学说云集的当今时代，你们邂逅并信仰藏传佛教，获得了系统学习佛法的机会，这对各位来讲十分难得，就像是在漆黑一片的夜晚出现的闪电一样，非常短暂且来之不易。但如果学习佛法没有任何计划，没有任何安排，仅仅依靠自学的话，末法时代的众生烦恼非常深重，根本无法完成。

所以我在接近七年前，给大家推行了一个共同学习的方式。在此过程中，有些人无论遇到什么困难和违缘都没有阻碍自己的道心与决心，一直在坚持学习，直至今天，学修仍然非常圆满。

今后，你是继续走这一条路，还是走另一条路？
选择权在你自己手里。

今年我们在整体思路上有转变，有一个三年或五年的计划。但我的寿命能不能那么长？很难说。我的修行是不是五年当中不会变呢？也很难说。不过，上师如意宝曾经说过，在修行上一定要有计划，而世间法最好不要有什么计划，否则，死时可能会留下很多遗憾。但不管我在也好，不在也好，有些密法教言这几年一直保存着，等你们修完加行真正进入密法班的时候，可以给各位分享。

今天没有转班的毕业典礼，但实际上也算是一次特别的开学典礼。这段时间，我们留了一个过渡期，希望学习预科班课程的道友，要继续好好学习，一两天、三四天学不了什么。现在很多人觉得看微博就可以了，其实微博只有 140 个字，根本提供不了很多知识。佛法浩如烟海，不可能仅仅依靠微博、博客就能

通达。作为佛教徒，只有真正系统学习过，才知道到底什么是学佛。

提供平台 满足各类需求

在系统学习方面，我们经过了很多次的讨论和思考，然后提供给大家一个比较宽松的空间：

一部分人可以从预科班开始学习，一部分人继续学加行，你的五十万加行从质量上、数量上还不够，离密乘的正行班有一定的距离，还要不断修加行。我们宁玛巴很多高僧大德，像如来芽尊者、华智仁波切……他们一辈子修过很多次加行。

一部分人已经学了这么长时间，现在该离开了，可以跟我说拜拜了。你已经“熬”了这么多年，现在终于毕业，也很不容易。你现在想自由地放松放松，做个流浪者，我们也不反对。但是，在你流浪的过程

中，一定要依止正知正念。

一部分年纪比较大、闻思实在有困难的人，可以进入念佛堂。虽然没有像其他闻思班那样严格地管理，但我们也会时常护持你们。

还有一部分人，现在加行也修完了，如果自己各方面的条件都不错，希望你们进入密法班。密法班是学习《大圆满三休息》《中阴窍诀》，还有《大幻化网》……我觉得，真正想学密法的话，如果不通达《大幻化网·光明藏论》，真的非常可惜。现在汉地学密的人比较多，但真正懂得誓言的人非常少，这是值得我们思考的。

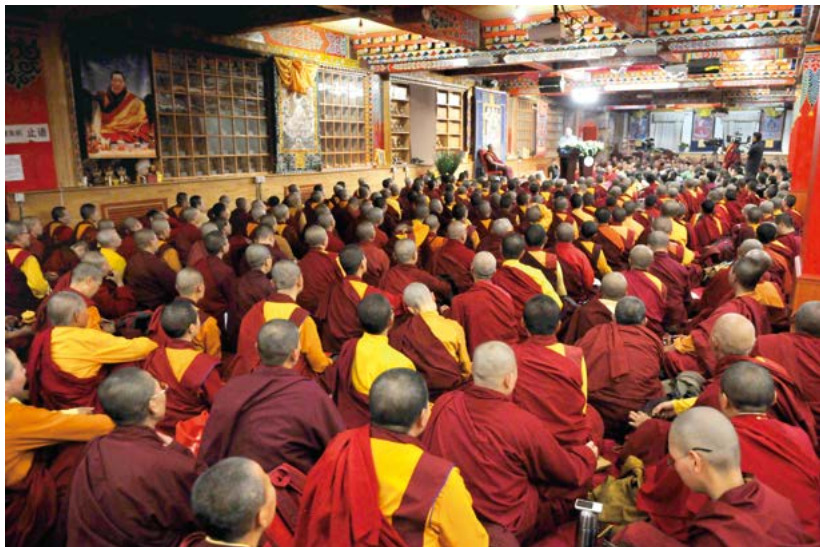
有些人对密宗实在生不起信心，但认为藏传佛教的五部大论确实对自己开启智慧、修行、研究等各方面很有帮助，那就给你们开设五论班，学中观、因明、般若、戒律、俱舍。

从来没有学习过的，我们也给你提供一个机会，明年或后年可以一起学习。如果你实在没有学习的意乐，只是想参与我们的活动，那就加入菩提功德会。

珍惜因缘 继续共同学习

今年年底开始，学会以前的闻思修行在一些方式、方法上，会略微有所改变，这种改变，对你们来讲也许是有必要的，原则上希望你们不要退下来。也许再过几年，我们大家因为因缘已尽都不得不退。任何一个因缘不可能长期不变。我来到佛学院的时候，也想生生世世不离师，但后来上师如意宝突然悄然离开……到那时，即使我们愿意闻法也没有办法。就像无垢光尊者在《窍诀宝藏论》里面所讲到的那样，一切现象都没有恒常性和稳固性。

因此，大家共同学习几年，也许对你非常有意义。当然，这由你自己选择。



你们每一个人来到这里之后，我们都在很认真地对待。我身边好多发心人员日日夜夜操劳，因为长期熬夜给大家提供各方面的方便，现在他们有的身体不好，有的眼睛不好，有的经常感冒……这也是一种付出。你们认为每天获得这种加持是很随意的，其实这非常不容易。老班里面有些发心人员也特别积极，自己一切的一切都在为他人付出，使得自己没有修完加行。而有些人没有修完加行，可能是因为自己比较懒

情。但不管怎样，希望你们不要放弃。

我们学习《入菩萨行论》等经论，主要目的是什么呢？一方面净化自心，另一方面就是要利益众生。有利益众生的机会时，一定要珍惜。

在现今社会，我建立这样的平台让大家共同学习，对我来讲也很有困难。现在很多上师也有不同的学会、中心、寺院，我们都完全支持、完全赞叹，但是我们学会里面的发心人员不要拉帮结派。不管是藏传佛教、汉传佛教，甚至其他的宗教，所有的宗教徒和非宗教徒，大家一定要有一种互相尊重、互相学习、互相理解、互相团结、和睦相处、和蔼、和合的气氛，这样我们的学习才会成功。

有些发心人员非常积极，但有些发心人员并不是很真诚，他来这里的目的不是来发心，而是专门来拉人，这也没有必要。如果你真的要拉一部分人到某某上师那里，你告诉我，我给你一部分人也可以，但你

要承诺——以后你一定要护持他们。如果你让他们的解脱有保障，不管是到其他上师或其他道友那里都可以；如果这个上师真的能够保护他们，让他们好好学习佛法，那我们也非常随喜，没有任何嫉妒心。可是很多人想在这里真正学习，但你不让他们学习，用各种花言巧语把他们拉走，拉到那边去了又不管，把他们扔在那里，没有人保护，他的解脱慧命从此就断送了。我不需要你们为我个人做任何事情，但是我非常关心你们每个人的解脱。

无论任何上师，如果能多建一些佛教中心，是非常好的，现在世界上有 70 亿人，但佛教徒那么少，所以，如果有更多人加入，我们不会排斥。但是，佛教徒与佛教徒互相之间争来争去、搞各种宣传、诽谤、经常在上师与上师之间挑拨离间，这些都没有任何必要。我们学会不分教派，无论汉传佛教、藏传佛教、南传佛教，只要是想认真学习解脱法都可以。甚至他并非虔诚的佛教徒，但还是有做善事的意乐，我们在

功德会也给他提供了一个平台。

希望发心人员以后也应该很认真地对待这些原则。我们学会走过风风雨雨的路，总体来讲，我自认为是很成功的，如果今天之后学会不复存在的话，我也没有任何怨言和后悔。

但如果以后还有因缘，我觉得佛教徒非常需要系统学习、系统闻思，尤其是密法不可思议的加持对我们来讲非常需要。不过，密法并不是任何人想听就听，我的要求非常严格，必须修完加行。虽然有些上师连灌顶都不需要，让你直接听密法，这能不能得到利益呢？也许他们是成就者，有这个办法，但对我来讲没有办法。我把原则给大家讲清楚。

认真对待 闻思善始善终

我们把文字发给大家之后，希望你们很认真地

考虑自己的将来，这相当于是一个孩子要读书，是去美国、英国，还是在清华、北大，自己要很认真地选择，父母也要认真地考虑。

这么多人当中，有些对密法有信心，有些对显宗有信心，有些对某某上师、某某大德、某某格西有不同的信心，这些都值得赞叹，但最重要的是，大家都要非常认真地闻思修行。确实现在很多佛教徒没有认真闻思修行，他们的行为已经变成了一种形象。

我特别希望，今年大家进入密法班之后以实修为主，到时也要给大家讲实修的课程。前面五年以闻思为主，后面五年以实修为主，这样你的人生大概有十年的闻思修行，这应该是一个很美好的历程。

要求大家这样共同学习，我唯一的目的，是希望你们懂得佛教的教义，在此基础上还要实际修持。所以，我们从今天开始是一个转变，以前主要是闻思为主，以后是以密法的修行为主；以前以显宗和加行

为主，以后以密宗的正行修持为主。特别愿意实修的人，希望你们加入密法班；如果你们既想参加密法的实修，又想同时学五部大论的话，我们也特别开许，你可以兼学五部大论。

其实五部大论确实很重要，尤其是你们以前读过大学，水平比较高的人。有些人虽然没有读过大学，但特别聪明。今天在座的部分人，非常聪明、有才智，希望你们在短暂的人生中，还是要学一学五部大论。如果你学了五部大论，又学了密宗，那应该会变成一个很好的佛教徒。

我在这里苦口婆心、再三再四地说，主要目的是希望你们学习佛法能善始善终，不要闻思一两年就间断了、放弃了。希望你们还是系统地学习，只有通过系统地闻思修行，才能成为真正名副其实的佛教徒。

我本人也曾经在上师如意宝面前依止了那么多年，想在晚年的时候把这些道理尽量地传给别人，这

是我一生中最主要的愿望。当然，要实现愿望，不是一天两天的事情。佛教的教育不像世间一个简单的厨师培训，或者简单的演讲训练，一个月或一个礼拜就可以，我们佛教的学习，至少也要十年八年。我们佛学院的学制要 15 年才能毕业。五明佛学院男众教务科规定的学制原来是 6 年，后来提高到 12 年。现在我们佛学院藏族男众的学制是多少呢？15 年。

所以，你们前面学了四五年，后面再学四五年的话，整个显宗和密宗加起来的学制只有 10 年，10 年对于一个佛教徒来讲，应该不算很久。世间的九年义务教育，再加上高中三年，专科或本科四年，研究生两三年，再加上博士、博士后，这样的话，获得世间的博士文凭要多少年？所以，学习佛法时你们不要认为：“我还要念？再学 5 年，那我都老了。我还是退了吧！”这种想法确实很幼稚。我们喇荣佛学院基本的学制是 15 年，15 年算是中学毕业。



几点希望

今晚在座的人都是对佛教有爱好、有信心的人，有些不是学会的，但我也特别希望你们好好学习佛法，因为现在人们生活中各种压力相当大，而佛教对我们的人生、生命带来一种非常好的力量，所以很多佛教徒不管面对任何逆境或顺境时，都能泰然处之。佛教在当今时代确实实非常重要。

因此我的第一个希望，各位对佛教要有一个正面的了解。我去过很多学校，学校里的师生们对藏传佛教有一定的学习和兴趣，我也特别希望你们多了解一下藏传佛教，这非常好。藏地虽然在经济等方面比较落后，但人心淳朴、善良，而且这里保留着非常传统的藏文化。

刚才有人跟我说，这么多年以来，佛学院在法王如意宝的加持和摄受下，培养了很多人才，我也确

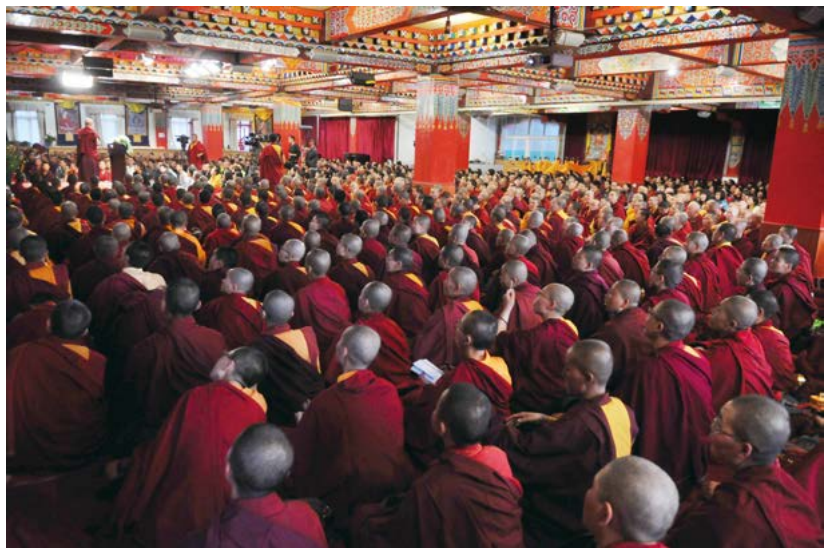
确实是这样认为。我们佛学院没有其他事情，就是培养人才。学院的所有经堂都是教室，除了做教室以外没有其他的用途。前段时间，有位印度来的格西说：

“你们佛学院所有的这些经堂都是教室啊？”我说：

“是。我们这里不管是觉姆经堂还是喇嘛经堂，除了做教室以外没有其他的用途。”所以，我们的目的是什么呢？就是教育——佛教的教育！今晚网络上的人很多，我特别希望大家对佛教不要光有一个爱好，还要去了解、去修行，修行之后自相续当中的烦恼会减少。这是我提的第一个希望。

第二个希望，现在是末法时代，很多人的修行经常出一些违缘，这个人身的“机器”经常出故障，这时，你要多祈祷度母和莲花生大士，同时自己的行为也要注意。法王如意宝接近圆寂时，给我们讲过两句教言：“莫舍己道，勿扰他心。”这是我们学院所有人的修行原则，希望各位也不要舍弃自己的道——自己的道德、自己的行为、自己的善良、自己的人

格，同时尽量不要杀害众生，不要伤害众生，包括吃饭的时候，不要点杀。我看到有些饭店里面，动物活生生被吃下去，很可怕。一方面吃动物的肉会给身体带来疾病，另一方面，我们短暂的快乐建立在其他众生付出生命的基础上，非常不合理。这点大家一定要注意。



其实，从健康的角度来讲，最好不要吃肉。有一位叫叶曼的女士，在她 10 岁那年，母亲带她去饭馆，当她看到杀羊的惨状后，就发愿不再吃肉，开始吃

素。她吃素已经 90 年了，今年刚好 100 岁，她的气色很好，在各地演讲时思路都很清晰。所以从健康的角度来讲，不要经常吃肉、点杀，那样对你自身不利。

我们每一个人要有慈悲心，否则，你的笑容实际上是罗刹的化身，不一定很庄严。如果你有慈悲心，即使表面上显现忿怒相，实际上也给他人带来快乐和美好。所以，希望每个人应该铭记佛教所讲的慈悲心。



佛教管理的科学性

——江西云鹏大酒店 开示

2013年11月2日

主持人：

非常感谢大家牺牲周末的时间，来与我们共同探讨佛教的管理思想。

为什么要选择这个主题呢？众所周知，任何企业想做成百年老店并不容易，而佛教已在人类历史上存在了两千多年。那么，佛教为何有如此顽强的生命力？在管理方面有什么科学性呢？恭请索达吉堪布为我们开示——

今天下午跟各位老师、同学们，以及企业家们，

一起探讨佛教管理思想科学性的话题。我作为一名出家人，不如成功的企业家们有先进的管理方法，但从佛教的角度有些理论上的了解，在此与大家分享、共同交流。

佛教来到这个世界已经两千五百多年，在这两千多年的时间当中，人类的历史、思想等方方面面有着翻天覆地的变化。在两千多年后的今天，去回顾、探索佛教中的思想时，我仍然感到很惊讶——无论是天文学、地理学，还是管理学，都能从佛法中找到非常惊人的发现。这些佛法智慧完全可以与时俱进，不仅与现代文明的部分理念十分吻合，而且对当今社会具有非常重要的意义。

佛教僧团有非常完整的管理体系，早在两千多年前的僧团管理，就可以算得上是一种组织管理。在历史上，包括在汉地的孔孟思想中，真正的组织管理、组织架构，几乎是看不到的，但在佛教当中可以看

到。僧团管理特别相应现代人的理念，《阿含经》中的“六和敬”，在汉传佛教和藏传佛教也经常引用，现在可称为“六合管理”，这种管理理念对现代社会而言有一定的借鉴性。

一、两千多年前的管理智慧

1. 身和同住。在任何一个组织中，与大家共处时要和合，不要互相起摩擦。有些人时常跟这个人碰撞、跟那个人冲突，似乎“一山不能容二虎”，在任何单位与他人的合作能力都很差，因此无法在任何一个组织安心工作。所以，身体不论处于何种环境，都要随顺他人、和合共住。

2. 口和无诤。很多冲突、矛盾都是由语言造成的，所以，在一个团体中，口不能说粗语、恶语，也不能说狡诈或欺骗之语，要说真实语，说话要和蔼、温和。

3. 意和同悦。在团体中要有一种欢悦心、慈悲心、善良心，自己的欢喜心要与人共享，不能为了自己开心而让别人痛苦，或者因自己的某种行为，让所有人忧愁、烦恼、伤心，这不合理。要尽量让周围的人获得快乐。我们佛教不仅提倡自己幸福，还要让别人幸福；不仅是今生幸福，还要来世幸福，生生世世幸福。如果我们对别人慈悲、慈爱，那别人对你自然也是同样的态度。

4. 戒和同修。不管什么身份的人，都需要一种戒律，没有戒律就没有道德规范。为什么现在很多人对家庭没有安全感？夫妻之间互相不信任？因为没有“戒”的约束。我们藏地很多在家男女都受五戒，受五戒后彼此都非常放心，从来不会怀疑。不像现在城市里很多人，手机都要监视，藏地有些人将手机称为“家庭吵架机器”，手机成了吵架的主因。如果有戒律的约束，这在修行、做人方面是最好的助缘。在现代社会团体中，可以将“戒”理解为需要共同遵守的

规矩。

5. 见和同解。在一个组织、一个集体中，必须要有共同的见解。比如要学管理的话，大家都对管理学有兴趣；如果是学佛的话，对学佛有共同的爱好。否则，在一个部门中，你是学佛的，我是反对佛教的，在思想上经常互相冲突，这样很痛苦。有些部门同事之间因为没有共同的见解，经常争斗。

不仅是一个组织需要共同见解，家庭也需要有共同的见解，有些家人没有共同的思想，经常为了一点小事吵架，非常痛苦。按照佛教的说法，夫妻是由前世各种好与不好的因缘交织而组建成了一个家庭，佛教的《善生经》中讲到，家庭成员之间需要相互忍让。听说有些人在吵架的时候很想把对方掐死。人生嗔恨心时，觉得“我为什么这么倒霉，碰到这样的人”，其实也并不完全是对方的错，自己也有错误。自己对别人不忍让，那别人对自己也不会忍让，所以

在家庭中经常有各种战争，有冷战、有热战。当然，这方面我也没有经验，但是很多人说起来的时候栩栩如生，说者把自己最真实、最隐秘的心态用语言来表达的时候，听者好像也进入了这个世界一样。

6. 利和同均。在一个组织架构下的人们，由大家的共同努力获得的利益应该共同分享、共同分配。

两千多年前的人类组织，从身体、语言、心理、见解、行为、收入分配等各方面有这样细致的分析，在当前来讲也有值得借鉴的地方。

佛教中还有羯磨仪式，它象征着民主。在对一件事情进行判断、抉择时，如果意见不统一，或者没有主要的决策者，那就要少数服从多数。很多人认为，民主是从美国等西方国家传过来的，其实也不是，东方文化早就有民主的说法。

总之，佛教这种管理方法，我们可以借鉴其科

学性。

二、最高级的管理

最好的管理方法，其实是心的管理。印度有位非常有名的佛教论师，叫做寂天菩萨，他曾经讲过：“调伏此一心，一切皆驯服。”也就是说，如果能将心管理好，一切都可以圆满成功；反之，如果自己的心管不好，恐怕什么都管不好。人的身体主要是依靠心来支配，如果心能调伏的话，那一切都能调伏。这是很早以前的一句教言，现在的我们也很需要。

日本的稻盛和夫，不知道你们是否了解他的思想？我看过他的一些书，从世间角度来讲，他管理两家世界 500 强的企业，很了不起。当时日本的一家航空公司在面临倒闭时请他出山，他接手后不久便跻身世界 500 强。他的管理方法就是管心。他是一个非常虔诚的佛教徒。他认为，其他人在管理时，主要是通

过制度进行约束，通过技术和知识来协助管理，但他觉得，更可行、更关键的是心灵管理。

心灵相当于花园，心灵管理如同园丁照料花园，平时要看看里面有没有杂草，如果有，就要把它拔掉。同样，这颗心真正想让它得利的话，需要经常观心。世间任何企业、学校，只要是一个组织和机构，对自心的教育和对自心的探索都很重要。

制度化有没有必要呢？有必要，但完全依靠制度化或者奖惩措施，除此之外没有任何人心的教育，这样的企业恐怕不会长久。我发现有很多集团和企业，将佛教中《般若心经》《金刚经》等个别典籍的思想，作为自己的企业文化，这样有非常殊胜的加持力。

如果长期注重自心的管理，也许虽然你身在红尘，但是自己的心到一定时候已经调伏得很好；如果自心调伏得很好，即使环境恶劣，也不会有很大的危害。

我以前看过国外发生的一个故事。有一对双胞胎兄弟，在两天之内相继登上报纸。哥哥上报的原因，因为他是参议员，为国家做出了贡献；弟弟是因为犯了杀人罪，被判处无期徒刑。新闻记者采访这两个人时，哥哥说：“我父亲好赌，回家后常常醉酒打人，在这种环境下，我只能靠自己奋斗努力。”

记者采访被关在监狱里的弟弟时，他说：“我父亲好赌，回家后常常醉酒打人，在这样的环境下，难道我不会受影响吗？”

人心想要朝好的方向发展，确实需要好的环境，能在恶劣的环境中自强的人，毕竟是少数。这个案例中，在同样的家庭长大，当参议员的哥哥依靠自己的努力而成功，而弟弟却因此而沦落。可见，如何管理自己的心很重要。

三、言教不如身教

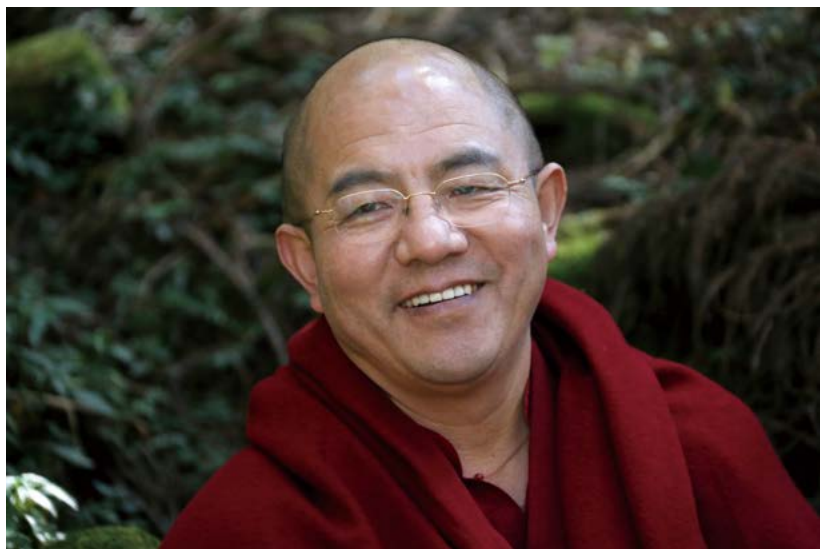
管理者自己能够以身作则，这很重要。现在有些人口头上说得非常好听，实际上做的时候比较差，这样的管理效果就不是很好。

按照现在一些观点，有两个我：一个自我，一个真我。真我是利他心，经常为他人着想的我，叫真我；自私自利的丑恶心叫自我。真我和自我发生冲突的时候，还是要尽量把他人放在首位。

现在社会很多不文明、不道德、不善良的行为，就是源于自我，源于自私自利之心。用大乘佛教所讲的菩提心、利他心，来摄持真我，的确非常重要。

当然，这种修行需要长期努力。今天在座的各位里面可能有些佛教徒，佛教徒要有恒常的信心。这次我来江西之后，遇到一些在 20 年前就见过面的大学教授，那时他们是佛教徒，现在还是不断在学习，

这非常好。很多人喜新厌旧，今天遇到一个新文化很开心，马上接受，过段时间马上抛弃，对家人、对事业，为了追求新鲜感，不断在换，我觉得不是很好。这里人的思想很平稳、很踏实，这非常重要。



四、佛教徒的修行次第

现在部分佛教徒可能仅仅停留在一个简单的层面，只是皈依了，但很多年没有进步，比较遗憾。所

以特别希望佛教徒应该认真修学一些系统的佛理，比如宗喀巴大师讲过的出离心、菩提心、无二慧，这确实是解脱的要点。

1. 出离心

如果没有生起真正的出离心，无法从三界轮回获得解脱。想生出离心，要先对三界轮回的本质完全明了，然后看到世间一切万事万物是无常的，是痛苦的，是无我的。在这个时候，虽然不得不随顺世间，该做的事情还是要尽力去做，但内心知道这并不是最究竟的实相，要寻找最究竟的安乐。这时你相续中才算是生起了真实的出离心。

2. 菩提心

如果光有一个出离心，没有大乘菩提心，所作所

为就会只为了自我。按照大乘佛教来讲，利益一切众生的菩提心非常重要。如果没有菩提心，就没有度化众生的动力。你相续中要有无条件利益众生的心，这从世间的角度来讲，是非常纯真、珍贵的利他心；从佛教来讲，没有菩提心，则不成为大乘佛教徒。如果是像一些南传佛教徒那样希求自我解脱，不重视菩提心也可以。而汉地很多人自认为是大乘佛教徒，那你观察一下自相续有没有菩提心。

3. 无二慧

有了菩提心够不够呢？还不够，最根本的就是要证悟一切万法的真相，具有无我的智慧。世间的智慧，是对事物的表象、分类、作用等各方面的了解；佛教中的智慧，并非停留在浅层，而是观察其本体。比如，我们分析这个杯子的时候，佛教承不承认杯子的现象存在呢？现象肯定是存在的，如果不承认现

象，那就已经完全诽谤世间的一切法了，佛教的观念不会如此粗浅。

很多人经常说：你们佛教说“万法皆空”，如果万法皆空，那我看到的这些事物是怎么存在的？其实佛教根本没有说，现相当中眼耳鼻舌身的五根面前所有的法不存在；物理学家也没有说“这个瓶子表面上看起来全是分子、夸克”，而是说表面上看它是一个完整的瓶子，但对它进行剖析、进行分解时，它就变成了一种能量场。我们佛教再进一步观察更细微的法，这个时候，就不得不承认万法皆空。

万法皆空是不是实相呢？确实是实相。你和我，以及我们所居住的任何环境，这些如果用最细微的智慧来剖析的时候，只不过是人的一种错乱的感觉。我们经常说“这是瓶子、这是茶杯”，其实茶杯的概念是我们创造的。那这是不是茶杯呢？是茶杯，但“茶杯”只不过是一个名称。那什么是真正的茶杯呢？在

它的上、中、下、内、外，一直去观察，最后会发现，所谓的“茶杯”只是世俗中的假名安立。

同样的道理，每个人认为“我”存在，认为“我”就是自己的身体。如果身体真是“我”的话，那么晚上做梦时身体睡在这里，还有另外一个“我”在别处漂泊？现在通过催眠回忆前世，人在不同维度有不同的自我意识，那到底“我”在哪里？或者对当下的“我”，我的手、我的脚、我的头……全部一一分析的时候，哪个才是我呢？佛教的观点认为：并没有真正的“我”，这只是轮回众生的一种错觉，将组合在一起的假象执为真实存在的“我”。

所以，佛教的这些理论观察方法，对现代人也很重要。你们有些人可能认为，佛教认为我不存在的话，“我今天在这里修学，我今天在这里奋斗”，这是谁在做呢？

现相中假立的我是存在的，就像汽车、茶杯是存

在的；实相中、本质中我是不存在的。这方面的分析跟现在的物理学不会有冲突，他们也认为宏观层面的粗法概念存在，但实际上物质、空间、时间都是一种错觉。爱因斯坦也是这样认为的。

在佛教中确实会找到很多以前在学校里、在课本里找不到的深奥的知识。当你真正得到的时候，如人饮水，冷暖自知。

我在九几年时，特意到江西朝拜禅宗、净土宗的祖庭。在汉传佛教当中，江西这片地域跟佛教非常有缘，有很多禅宗、净土宗的高僧大德都驻锡于此。所以我想，这片土地上的人们，也许与佛法有着不解之缘。因此，特别希望在短暂的人生中，你们能或多或少得到一部分佛教的窍诀、甚深的教言，并对人生如梦的道理有所认识。

刚才讲到，若人生是空，那是谁解脱、是谁流转轮回呢？在迷乱的现相中有流转、有轮回、有痛苦，

而在实相中虽然不存在，包括我们今天所做的一切全都不存在，但当我们没有证悟这种境界之前还是存在——地狱的痛苦存在，天堂的享乐也存在，当你最后真正通达心的本性时，完全获得解脱，这就是永恒的安乐。



刚才有些教授也在说，现在很多人自认为的快乐并非真正的快乐，只是“快感”，一瞬间就消失了。我们应当追求永恒的快乐，这是人类最美好的前程。

结语

今天特别感谢举办此次讲座的因缘创造者——这里的很多教授等，特别感谢大家！希望通过这样的共同交流与学习，让每个人的心灵得到提升，生起利他之心。若能如此，这个世界会变得越来越美好，谢谢！

现场互动

◎ 问：我在学《入行论》，有些教言讲到修安忍，在管理的时候，世间法和出世间法肯定会有冲突，俗话说“慈不掌兵”，想请问一下堪布，作为大乘修行人，怎样有效管理好团队？

堪布：现在很多人学习佛法之后，认为修行跟世间法有冲突，好像世间法当中没有冲突一样，实际上也不是。在工作中、家庭中，思想的冲突、观念的冲突非常多。在这个时候，大乘佛教中讲的修安忍有没有必要呢？要修。但是修的过程中，要跟管理理念结合起来，用自己的智慧、善巧方便寻找真正的利他方式。

比如，佛教里说老师为了教育好学生，也可以相

应地给予惩罚，而惩罚的动机、发心就是要利益他、帮助他，并没有说所有的老师任由学生调皮捣蛋，老师要这样修安忍，没有这么讲。

所以，作为管理者，如果并非为了自己的利益，而是为了整个集体的利益，在有些时候，该说的要说、该做的要做，但不能从根本上伤害别人，因为伤害他人跟佛教教义相违，与世间的道德也相违。如果没有这种行为，在利他心的前提下，该管理的必须要管理。

我的原则是如此，佛教的管理方法也是如此。我们在佛学院，管理规则先知会大家，如果谁不遵守，或者该具足的条件不具足，那么学院的管家可以根据规定开除这个人。那这是不是不够人性化或违背慈悲心呢？并不是。佛陀在《毗奈耶经》中讲过，不符合僧团共住条件的人就可以摈除。同样，在一个企业，首先要让大家知晓企业的管理理念，如果有些人实在

不遵守，我们也有权让他离开。所以在利他心的摄持下，该执行的要执行，这也是佛教允许的。

⊙ 问：作为初学者，应该如何闻思、如何修行？修学次第是怎样的？

堪布：佛学院的修行次第分两种：如果你的佛教见解没有任何问题，就先修基本的内加行，然后学习戒律、俱舍、因明、中观、般若；如果对修行还存在很多疑惑、邪见，那你可能不适合马上修行，可以先学习佛教中因明、中观等理论，通过辩论遣除疑惑，进而才能知道如何修行。

所以，修行次第根据人的根基不同，有不同的阶段。

⊙ 问：佛教一直强调“万法皆空”，但佛教又经常说“万法皆空，因果不空”，该怎么理解？

堪布：这个问题我以前也解释过。实际上，佛教的经典中并没有说过“万法皆空，因果不空”，因为因果也是一种法，万法当中也包括了因果。只是后来的个别大德经常讲“万法皆空，因果不空”，这是为了强调因果在世俗谛中的重要性。

万法皆空是说，释迦牟尼佛第二转法轮中讲到，从色法乃至一切智智之间的万法全是空性，根本没有不空的东西。所以从本质上或是从第二转法轮来讲，就是万法皆空，包括因果也是空的。那因果在什么场合不空呢？在一转法轮的场合，也就是说，在世俗的显现中因果不空，万法也不空。

那有些人说“因果不虚”是什么意思呢？在迷乱显现中，善有善报，恶有恶报。我们种下的种子，没有特殊遭遇的话，一定会开花结果。所以，对个别大师的说法要用其他方式解释。

◎ **问：**有没有可能通过因果的关系，让某人做

的好事在这一世就尽快显现出好的结果？

堪布：佛教讲的报应，有些是现世报，有些是来世报，有些是再过很长很长时间以后才有报应，除了特殊情况之外很难提前。

比如有些农民刚把种子种下去，就要求没过夜便马上得到丰厚的收成，恐怕这是很难实现的。但如果遇到了特别殊胜的对境，比如三宝，不管是造善还是造恶，即生也有成熟的可能性，这种案例在佛教里相当多。

◎ **问：**我是从事素食经营的。我有一个愿望——把素食推广到全国更多地方，希望您给我一个指引。另外，如何处理好经营企业与自身贪心的问题？

堪布：第一个问题，我特别希望更多人在不同城市提倡素食，众生的生命非常可贵，因此，有善心的

人，一定要知道素食的重要性。不要让我们的快乐建立在其它生命的痛苦上，其它众生付出生命的代价，只为我们的舌尖得到一时的快乐，这不合理。

而且，世间很多人的健康确实是依素食而来，不健康是自己吃出来的。因此，从自身的健康来讲，素食也很重要。为什么美国前总统奥巴马、克林顿都吃素，爱因斯坦、爱迪生等科学家也偏爱素食？这种现象值得深思。有些人觉得吃素营养不够，其实营养应该够的。大家经常吃牛肉和猪肉，而猪和牛也吃素，它们吃得那么胖，所以我们吃素是没有问题的。

第二个问题，关于企业发展跟自己的贪心之间的关系，我的建议是，不能让欲望过于膨胀，要根据自己的规划、原则适当追求。在印度的佛教故事当中，佛陀在世时也允许信徒经商，而且经商所获得的利润的安排，在《阿含经》以及其他经典中都有明确说明。所以，你也可以根据自己的情况来调节。

◎ 问：我是做企业的。我想问一个比较实际的问题：现在中国社会的很多行业都有些潜规则，做企业的如果离开了潜规则，将会对企业带来一些后滞性的影响，阻碍企业的发展。您是怎么看待这个问题的？

堪布：企业有远大的理想和可持续发展的计划很重要。所谓的潜规则，有不同的分析方法，如果是违背社会道德和伦理道德的潜规则，即使你是为了企业，也尽量不要参与。

学习佛法的人可不可以做生意？完全可以。佛陀时代，很多人也是靠农业、牧业、商业等方式生存的。但是，这应该以良心、善心、利他心为前提。

当然，要想完全不造任何恶业，现在的社会做不到，以前也做不到，做任何事情，多多少少都会有些罪业。但有些罪业是轻罪，通过忏悔可以清净。因此，在做企业的过程中，应以智慧进行抉择。

◎ 问：我是一名藏族学生。我们从小就在外面读书，很少接触到佛教文化，不能按照藏族原本的方式生活，各种传统消失了很多。请问，怎样在物质生活特别丰富、诱惑特别多的城市中，保持自己的传统？

堪布：你提的问题代表了很多孩子的心声。其实现在藏地有很多这样的年轻人，虽然生在信仰佛教的藏族家庭中，但后来随家人搬迁到汉地生活，小学、中学、大学都在汉地读书，提起藏文化、藏传佛教时，很多人一窍不通。

如今很多汉地的知识分子，经常前往西藏、四川、云南、青海等地，他们去的目的，有一部分是喜欢藏地的风光——蓝天、白云、草原等，但也有相当一部分，是被藏传佛教和藏文化的魅力所吸引。从1987年到现在，无数汉族人前往我们佛学院求学，在藏地修行10年、20年，这正是因为藏传佛教有一种

不可思议的加持力。

我们藏地的很多学生、老师，因为环境的变迁，不一定了解藏族本有的文化，但你们还是需要学习，这很重要。藏族人口本来就少，大概五六百万，是汉地一个城镇的人数。我经常跟藏族人说：“你们如果没有好好保护自己的藏文化，到一定的时候这些就会消失，这对全世界来说是一大损失。很可惜！”

现在很多藏族学生不会说藏语，也不会写藏文，这样的现象在大城市中非常多。所以，特别希望你们好好学习藏语。同时，大家都有责任关心和学习藏文化，这非常重要。

◎ 问：在寝室看一些佛教相关的书，同学们都认为这是迷信，请问该怎么办？

堪布：这也是我现在担忧的。我去很多汉地的大学，大学生和老师们对藏传佛教都有一定的了解，反

而我们藏族一些大学生对本民族的传统文化和藏传佛教一无所知。有一批人不仅不承认，还认为这是前进道路上的障碍。

迷信的定义是什么？梁启超说，佛教是智信，不是迷信。他认为如果中国有一个国教，最好是佛教，就像唐朝一样。其实元朝和明朝时，佛教基本上也是国教。

关于这个问题，我以前在《佛教科学论》中分析过，希望你跟同学、朋友多讲一下。那么多科学家都相信佛教，难道他们都是迷信吗？所以，有些问题你自己也要学习，然后去跟他们辩论。辩论之后，我相信你一定会赢的。

○○ 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 29 | 开示

《学佛是一门技术活》

——2009-2010 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 30 | 开示

《平凡中的不平凡》

——2010-2012 年开示合集

▶ 索达吉堪布全集 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