

## 编者的话

《三主要道》是宗喀巴大师为其弟子擦廓·阿旺扎巴（语自在称）而写的教诫。宗喀巴大师（1357—1419）诞生于青海省湟中县鲁沙尔镇，即今塔尔寺所在地。大师本名洛桑扎巴，汉译为善慧名称。在西藏被尊称为第二法王，其开创了格鲁宗风，即俗称之“黄教”。

其圣教心要是三藏四续十二部佛法之精华，显密无违，含摄三乘士夫，为凡夫至一切种智间速疾圆融之必行之道，故名为菩提道次第。此道次第之核心有三，即出离心、菩提心和性空正见。《三主要道》仅为短短的十四个偈颂，却将整个佛法浓缩于内。帕绷喀大师曾说：“‘三主要道’在相续中没生起来，是无法靠咒道一生成佛的”。

《三主要道》在西藏流传达几个世纪，曾有诸高僧大德多次开示，为诸多大成就者所必修。蒙佛光慈照汉地有情，第四世夏坝仁波切于上海、黑龙江省大庆市、辽宁省葫芦岛市先后三次完整开示此《三主要道》。仁波切引经据典，语风幽默，以显白易懂的方式将佛陀教法无误开演。并殷重嘱托众弟子于此《三主要道》专心谛听、恒时思维、精进实修，因其必能引导我等众生趋入佛地，真实无谬。

夏坝仁波切，法名格勒克珠·降白降措，于藏历第十六饶迥土猴年（公历1968年）农历八月十五日降生于四川省甘孜州理塘县夏坝觉悟村。1974年于帕绷喀大师和康萨仁波切的弟子赤勒绕央大师门下剃度出家。1985年被认定为第三世夏坝活佛阿旺洛桑登贞应巴的转世，按照惯例进入色拉寺麦扎仓学习五部大论等。后又曾到拉萨三大寺、扎什伦布寺、塔尔寺、拉卜楞寺等地学法。曾先后拜第十世班禅大师、色拉寺住持阿旺提秋仁波切、下密院住持果琐仁波切、上密院住持登贞喜绕仁波切、永嘉仁波切、意西旺秋仁波切等三十多位藏传佛教大德为师，系统学习了五部大论、四部密续等显密经典，以及因明、声明等大小五明，得到了格鲁派显密教法的清净传承。

2002年7月被沈阳市宗教局聘为沈阳北塔护国寺住持。于此为始，夏坝仁波切先后为汉地信众讲授了第四世班禅大师所造之《菩提道次第安乐道》、第五世班禅大师所造《趣入一切种智速疾道》、央尖嘎伟洛卓大师所著《基位三身安立明炬论》、南喀贝大师所著《修心日光论》、龙树菩萨所著《亲友书》，《心经》、《无量寿经》等等诸多佛教经典，以及《甚深道上师供养仪轨·乐空无别》、《药师佛如意成导论》、《金刚手三本尊合一修法导论》、《金刚萨埵修法导论》、《白文殊修法导论》、《黄文殊修法导论》、《喜足天上师供养修法导论》等等诸多实修仪轨导论。为信众传授了金刚手三本尊合一灌顶、药师佛灌顶、无量寿佛灌顶、宗喀巴持寿灌顶、文殊密修灌顶、白度母如意轮灌顶、四臂观音灌顶、千手千眼观音灌顶、绿度母无上瑜伽部灌顶等等诸多事部、行部、瑜珈部、无上瑜珈部的本尊灌顶。

夏坝仁波切以讲、辩、著多种方式弘法利生，发表了多篇佛教哲学论文，重新校订了诸多藏译汉的仪轨及导论，同时仁波切以其慈悲智慧之心，为了利益更多汉地有情，在极其繁忙的事务中抽出大量时间进行翻译工作。本书收录了仁波切最新翻译的一篇译作，——《欲求解脱勇士之心宝》。

夏坝仁波切戒律清净，以饶益众生为己任，为广汉地信众详细讲授格鲁派显密教法，将传承清净不断的藏传佛教广植于汉地信众之相续，使释迦牟尼佛的教法于二十一世纪的今天继续弘扬。

顶严项饰勇识愿  
礼赞宗喀语无闲  
夏禹黄炎历千年  
坝高洪涌何畏难  
仁心妙智除冥暗  
波天碧海心自远  
切切雷音圣教宣  
佛展笑颜亦赞叹

# 三主要道颂

宗喀巴大师 造

仁钦曲扎 译

敬礼诸至尊上师！

一切佛经心要义，是诸菩萨所赞道，  
有缘求解脱津梁，我今随力而宣说。  
于三有乐不贪著，为暇满义而精进，  
志依胜者所喜道，诸有缘者净意听。  
无出离心无息灭，希求有海乐果法，  
由贪有乐缚众生，故先寻求出离心。  
暇满难得寿无常，串习能除此生欲，  
业果不虚轮回苦，勤思消除后世贪。  
修已于轮回盛事，不生刹那之希望，  
昼夜唯求解脱心，起时是生出离心。  
若无菩提心摄持，出离不成无上觉，  
圆满安乐之因故，智者应发菩提心。  
四瀑流冲难阻止，业力绳索紧密系，  
投入我执铁笼中，无明黑暗笼罩之，  
无边有中生又生，三苦逼迫常无断，  
诸母情状与处境，思已发起殊胜心。  
不具通达真理慧，虽修出离菩提心，

不能断除有根故，应勤通达缘起法。  
能见轮涅一切法，从因生果皆不虚，  
且能破诸所执境，彼入佛陀所喜道。  
现相缘起不虚妄，离执空性二了解，  
何时见为相违者，尚未通达佛密意。  
不复轮替而同时，甫见不欺缘起已，  
普灭实执所执境，彼时见观察圆满。  
又由现相除有边，及由空性除无边，  
若知空性现因果，不为边执见所夺。  
如是三主道诸要，子能如实通达时，  
当依静处起精进，速疾成办究竟愿。

此为多闻比丘洛桑扎巴，为擦廓·阿旺扎巴所作之教诫。

# 目 录

开篇导言	7
甲一、序分，分三	9
乙一、顶礼	9
乙二、立誓造论	12
乙三、劝请谛听	15
甲二、正分，分三	16
乙一、出离心，分三	16
丙一、为何生起出离心	16
丙二、如何生起出离心，分三	17
丁一、灭除对今生的贪欲	17
丁二、灭除对后世的贪欲	18
丁三、如何做，分二	23
戊一、总思业果，分四	24
己一、业决定义	24
己二、业增长义	26
己三、未造业不遇	28
己四、已造业不失	28
戊二、别思因果，分二	33
己一、十业道	33
己二、彼之果报	37

丙三、出离心生起之量·····	39
乙二、菩提心，分二·····	39
丙一、为何要生起菩提心·····	39
丙二、如何生起菩提心·····	41
乙三、性空正见，分二·····	43
丙一、为什么要树立正见·····	43
丙二、性空正见生起之理，分三·····	45
丁一、何谓性空正见，分二·····	45
戊一、正见生起的情况·····	45
戊二、尚未了达正见的情况·····	46
丁二、性空正见生起之量·····	47
丁三、正见殊胜之处·····	47
甲三、结分，分二·····	48
乙一、劝修·····	48
乙二、作品圆满·····	49
开示部分·····	51
1、仁波切关于四种人的开示·····	51
2、仁波切对摄集善法的开示·····	53
3、仁波切关于往生净土的开示·····	54
回向·····	58
附录	
欲求解脱勇士之心宝·····	60

# 开篇导言

今天，我们讲《三主要道颂》的导论。我们在前面已经讲了许多纠正动机的内容，为了节省时间，我们不再讲纠正动机的部分。但请大家以非常清净的动机来谛听佛法，念想：我要为利一切有情父母众生而寻求无上正等觉佛陀果位，为此，我要认真闻、思“三主要道”。这一点非常重要。

一般所说的“道”，是指道路，也就是如何到达目的地的一种途径。然而在这个地方却是用来表明，我们从凡夫地到达佛陀果位的方法。“三主要”是指：出离心、菩提心、性空正见。无论显宗、还是密宗，不经过发出离心、菩提心、通达性空正见，就无法到达佛陀果位。佛所说的八万四千法门，归根结底讲的就是这三个主要之道。通达佛陀果位之道有很多，具体的比如六度、四摄、十二因缘、四圣谛、八正道等等。再如所谓资粮道、加行道、见道、修道、无修道等声闻、缘觉的五道，与大乘的资粮位、加行位、见道位、修道位、无学位（藏地称之为五道）等等，实际上都是修行的次第和修行之道。总而言之，最主要的就是三个：出离心、菩提心与性空正见。故而称为“三主要道”。如《菩提道次第广论》那么大的一部书，其中所有的内容集中起来也就是出离心、菩提心和性空正见，就这三个内容。因为《三主要道颂》所言乃“三主要道”最核心的内容，故称此颂为“根本颂”。

此“三主要道”系来自于文殊菩萨，是文殊菩萨直接传授于宗喀巴大师的。从显现的角度来说，宗喀巴大师初学之时是看不见文殊菩萨的。那时虽然他已学识很深，佛教知识非常丰富，但是仍有一些难题解决不了。当时有一位乌玛巴大师，由于他前世所修福报的原因，七、八岁时即能现见文殊菩萨。后来受了文殊菩萨的灌顶，专门修持文殊法之后，他见文殊菩萨就像我们见师父一样，随时可以向文殊菩萨请示任何问题。此时宗喀巴大师就通过乌玛巴大师向文殊菩萨请示问题。

曾有这样一段故事：一次宗喀巴大师问文殊菩萨很多问题，但由于乌玛巴大师的学问不如宗喀巴大师深，因此有些问题，文殊菩萨回答时，乌玛巴大师听不懂，他就对文殊菩萨说：

“您所说的这些内容，我听不懂怎么办？”

文殊菩萨说：“我怎么说的，你就怎么把它写下来，然后直接跟宗喀巴大师说就行了，他能听懂的。”

所以有很多非常深奥的佛法道理，乌玛巴大师虽然听不懂，但他记下来之后告诉宗喀巴大师，宗喀巴大师马上就能明白。但是对于甚深法的最深奥的道理，当时宗喀巴大师仍未通达。为此宗喀巴大师就跟乌玛巴大师说：

“你问问文殊菩萨，我听不懂怎么办？”

文殊菩萨回答说：“你现在听不懂不要紧，你把我所说的内容记下来，然后放下当前的一切，去苦心修行，到你修至福德、智慧资粮具足，业障基本消除之时，你自然会明白的。”

那时候的宗喀巴大师，仅比丘弟子就有五百多位，已经是非常有名的大德，但宗喀巴大师还是听从文殊菩萨的教言，把所有的事情放下来，只带了身边最优秀的八个弟子，到西藏的南部山区去苦修。

在此期间，他磕了三百五十多万长头，在整个一块石头的上面磨出了深深的印痕，现在仍清晰可见！他边念《三十五佛忏悔文》边磕长头，直至现见了三十五佛。他把一块石头当作曼扎盘供曼扎，将自己的胳膊从腕部到肘部全都磨成了硬茧，就象牛角一样。打坐修行时，把整部《华严经》的内容作为所缘境来修。从古至今，能够把整部《华严经》的内容作为所缘境来观修的，唯有宗喀巴大师！他把《华严经》的每一段作为所缘境依次观修，直至生起《华严经》中所说的觉受为止，最终了达了万法体性皆空，断除了一切无明，达到了“心无挂碍、无有恐怖、远离颠倒梦想”的境界，真正断除了轮回的根源。此后，宗喀巴大师就能够亲自现见文殊菩萨，一旦遇到难题，就直接请问文殊菩萨，并得到圆满的回答。

在有关宗喀巴大师事迹的文献中，现在还可以看到有关当时宗喀巴大师与文殊菩萨问答内容的记载，其中明确地记载了“三主要道”就是文殊菩萨直接传授于宗喀巴大师的。后来，宗喀巴大师用了较长时间专门写了非常殊胜的修学佛法的论著——《菩提道次第广论》。但是，后面的“止观”部分他当时没有详尽地写，只写到“六波罗蜜”和“四摄”为止就结束了，相当于现在的《菩提道次第广论》的一半。后来他问文殊菩萨：

“我写的如何？”



文殊菩萨说：“不就是我给你讲的‘三主要道’吗？还有什么别的内容吗？”

宗喀巴大师对文殊菩萨说：“是您教授的‘三主要道’。但是，我是把阿底峡尊者的《菩提道灯论》作为母本，以您的‘三主要道’为生命，以印度诸多高僧大德的教授及佛经的核心内容为框架，依当下众生的根基所著的。我考虑到，现在能够了达‘万法体性皆空’者甚少，所以没有写‘禅定波罗蜜’和‘智慧波罗蜜’的内容。”

文殊菩萨回答说：“事虽如此，但你的弟子中也会有了达‘万法体性皆空’者，因此虽不会有广大饶益，但会有甚深饶益的意义，所以你还是把后面的‘止观章’写下来吧。”

宗喀巴大师听从文殊菩萨的教示，就把“奢摩他”和“毗钵舍那”部分完整地写了下来。

这就是今天的《菩提道次第广论》。因此可以说，《菩提道次第广论》其实就是“三主要道”进一步完善而详尽的解说。

“三主要道”导论分序分、正分、结分三个部分。

甲一、序分，分三：

乙一、顶礼；

乙二、立誓造论；

乙三、劝请谛听。

乙一、顶礼

“敬礼诸至尊上师！”

就是顶礼一切至尊上师的意思。为什么要顶礼？因为过去印度的高僧大德在写佛教的任何论著之前，首先一定要顶礼一切诸佛菩萨，尤其是文殊菩萨，祈祷在著论过程中，消除一切违缘，具得一切顺缘，著述圆满。其中“至尊”是指文殊菩萨，“上师”是指文殊菩萨化现的一切传承上师、法缘上师、根本上师等一切上师。也可以说“至尊上师”是指“以文殊菩萨为主的一切上师”。因为其一，宗喀巴大师亲自在文殊菩萨本尊面前接受了很多教授，所以文殊菩萨也是他的师

父；其二，自己的师父和文殊菩萨无二无别，有这样两层意思。

谈到传承上师，有必要讲一下“三主要道”的传承情况。从佛祖释迦牟尼佛到宗喀巴大师，直到我这儿为止，从未间断的法脉是怎么来的呢？从佛祖那里有两个法脉传下来：一是广行派，二是深见派。

广行派是释迦牟尼佛传给弥勒菩萨，弥勒菩萨传给无著菩萨。大概在 1500 年前，无著菩萨为了得到大乘佛法，在（印度）鸡足山下，修了 12 年弥勒菩萨的法。当时龙树菩萨已经圆寂几百年了，此间佛法遭受了三次破坏。无著菩萨的母亲是一个非常虔诚的婆罗门居士，她在佛前发愿说：我乃女流之辈，弘扬如来大乘佛法的困难太大太多，但我若能生子，一定让他弘扬如来正法，祈请佛加持。后来她果真就生了无著菩萨。而无著菩萨从小的时候就没有父亲。

一天，他问母亲：“我父营何业？”（印度的规矩是，父亲是木匠的话，孩子也要作木匠；父亲是商人的话，孩子也要经商。）

母亲说：“你不是为了继承父业而生的，是为了弘扬大乘佛法而生的。你到那烂陀去，出家为僧，弘扬如来正法。”

他铭记在心，践履母命，由于其精进修学，很快通达了当时非常重要的佛教经典。之后，他感到佛法如此衰微，实在不行。他为了得到殊胜的法脉传承，专修弥勒菩萨的法。在鸡足山下修了三年，一点儿动静都没有，他觉得修不下去了，就想下山。途中遇到一个老翁正在磨铁杵，就问：

“您这是在干什么？”

答曰：“磨针！”

“偌大之铁，想磨成针，岂有此理？”

这个弥勒菩萨所化的老翁就对无著菩萨说：“若有精进心，搬山也能办，何怕磨此针？”

无著菩萨深受触动，“看来我这个出家的修行者连这个老翁都不如，还是回去好好修吧！”

回去后，下定决心又修了三年，可连个好梦都没有，还得下山。路过一个比较险要的地方的时候，坐在那里休息一会儿，发现一滴一滴的水滴到石头上，把石头冲出了一个一个小坑。

“水冲石头都能出坑，相比之下，我的精进心不是太差了吗？”

于是又回去修了三年，还是没有什么动静，终于忍不住又回来了。归途中见一山洞，内有鸟巢，雕鸟飞进飞出，将洞口的石头都磨光了。“唉呀，鸟的羽毛都能把石头磨光了，我的精进心连鸟都不如！”他又回去修了三年。

就这样总共修了十二年，仍是修无所成。“这次说什么也得下山了，不管遇到什么情况，决不回头！”他一边这么想着一边向山外走。途经一个小村庄时，发现一条母狗趴在地上，下半身已是腐烂生蛆、惨不忍睹。无著菩萨看到后，随即生起了极强烈的慈悲心，想把蛆虫取出来，又担心伤着它们，于是他就以法杖为抵押，选了一把好刀回来，从自己身上割下一块肉，打算用舌头将蛆虫舔吸出来放在肉上。可当他闭上眼睛去舔吸的时候，却什么也没有碰着，睁开眼睛一看，哪有什么母狗，唯有庄严无比的弥勒菩萨站在眼前！十二年苦苦所求，一旦现前，本该高兴才对，可他不但不高兴，反而一肚子的委屈：

“菩萨以慈悲为本，可为何迟至今天您才现身见我呢？”

弥勒菩萨说：“并非我不见你，而是你的业障太重无缘得见啊！其实你一开始求法时，我就一直在你身旁。”

“那为何现在又看见了昵？”

“那是因为你方才见到母狗，激发了强烈的慈悲心，并由此消除了业障，方能得见于我。”此时无著菩萨激动万分。

同时又想，“这个村庄多年来为我提供食物，我何不把菩萨请到村里去，让所有的村民拜一拜呢？”为此，他请菩萨坐到他的肩上。

菩萨说：“没用，他们是看不见我的。”

虽然如此，无著菩萨还是坚持那样做。

村民们看到无著菩萨到处喊叫“快来拜见弥勒菩萨呀！”纷纷问他：“弥勒菩萨何在？”

他说：“这不就坐在我的肩上吗？”

可是谁也看着不着。大家就议论说：“唉呀，太可怜啦，多年苦修，你看他都发疯了！”

现在也有人这么说！哈哈……。

最后总算有一个非常有缘的人，看见了弥勒菩萨先前所化现的那只母狗的一条狗腿，他当下就生起了非常殊胜的证悟。之后无著菩萨抓住弥勒菩萨的袈裟被

带到兜率天，就在吃一顿饭的时间内，也就是我们的五十年当中，弥勒菩萨为他传授了弥勒五论，即《现观庄严论》、《大乘庄严经论》、《究竟一乘宝性论》、《辨中边论》和《辨法法性论》。这是插叙一段无著菩萨见弥勒菩萨的故事。

弥勒菩萨传授于无著菩萨以后，无著菩萨传予世亲菩萨。以下顺次为：圣者解脱军、尊者解脱军、最胜军、调伏军、清净军（唐朝的玄奘法师的师父就是清净军。玄奘法师从印度回到长安以后弘扬唯识宗法门，天下诸多慈恩寺，包括沈阳的慈恩寺，都是唯识宗的。所谓慈恩寺就是西安慈恩寺的分寺，故而称为慈恩寺）、寂护大师、狮子贤、大孤萨黎、小孤萨黎、金洲菩萨、阿底峡尊者。这就是广行派。

深见派是从释迦牟尼佛传授于文殊菩萨，文殊菩萨在 2100 多年前传授于龙树菩萨，以下顺次为提婆菩萨、佛护论师、月称菩萨、大杜鹃、小杜鹃、阿瓦都谛巴大师、金洲菩萨，这样传下来的就是深见派。

这两个传承从金洲菩萨传授于阿底峡尊者，阿底峡尊者传授到宗喀巴大师之间有三个传承：一个是从仲敦巴大师传博多瓦、霞惹瓦、伽喀瓦……却季桑波，至宗喀巴大师为止为噶当教典派；一个是仲敦巴大师传授于贡巴瓦大师、内鄂苏巴……从这里传下来，最后到虚空幢（南喀坚赞）那里，再传授于宗喀巴大师，这叫作噶当道次第派；还有一个传承就是仲敦巴传授于懂哦瓦、一代一代传到虚空幢，再传于宗喀巴大师，这就是噶当教授派。从宗喀巴大师开始将此传承分为班禅系列的传承与达赖系列的传承。这部分传承因为时间的原因就不讲了。至于我所得到的传承有这么几个：一个是持莲花上师传授于我，第二个是我刚学佛法时的师父叫做赤列绕央大师传授于我，再一个就是果索仁波切传授于我，还有永嘉仁波切也传授给我了，还有几个师父，其实这些皆根源于墀江仁波切乃至帕邦喀大师。这就是法脉传承。

严格地说，传承有近传与远传之别。远传即如上述，是从释迦牟尼佛……到宗喀巴大师；而近传则是释迦牟尼佛传文殊菩萨，由文殊菩萨直接传授给宗喀巴大师的。

## 乙二、立誓造论

“一切佛经心要义，是诸菩萨所赞道，  
有缘求解脱津梁，我今随力而宣说。”

“一切佛经心要义”是出离心，“诸佛菩萨所赞道”是菩提心，“有缘求解脱津梁”是了达万法体性皆空的性空正见。

何谓出离心？从世间到达出世间的彼岸——涅槃的果位，这就是“出”；“离”即离开六道轮回的世间。这种强烈希望离开俗世，到达涅槃果位彼岸的任运、无造作之心，即称之为出离心。

何谓菩提心？“菩提”是梵音，汉语翻译成菩提，就是了达或者通达的意思。而最通达者就是佛，故可称佛的果位为菩提。为了解救一切有情父母众生，而寻求佛陀果位之心就是菩提心。正如弥勒菩萨在《现观庄严论》中所说：

“发心为利他，求正等菩提。”为了利益一切有情父母众生，而寻求佛陀果位，那就是菩提心。

何谓性空正见？龙树菩萨说“因缘所生法，我说即是空”。凡是因缘所生的法，它的体性或自性是没有的，因为不是独立的、自在的，故而称之为性空。

汉地南北朝时，鸠摩罗什有一个弟子叫僧肇，僧肇法师写了一部《肇论》，其中有一篇叫《不真空论》。为什么叫《不真空论》呢？因为我们所看到的、听到的、尝到的、闻到的、接触到的、了知到的一切，虽然看起来就像真实的一样，但若真的去寻根求源之时，却又找不到一个真实存在的东西，都是如梦如幻的。

比如说我——夏坝活佛，你们在那里指着我说：“这就是夏坝活佛。”可仔细想想看，哪里是我呢？我的手是不是夏坝活佛？不是。鼻子是不是夏坝活佛？不是。我的肉是不是夏坝活佛？不是。骨头是不是夏坝活佛？不是。五脏六腑是不是夏坝活佛？不是。可除了这些之外，究竟谁是夏坝活佛呢？有人会说：“你的心才是夏坝活佛。”这么说的话那就麻烦了，你从来就没有见过我的心，怎么能认出夏坝活佛来呢？其实你们看到的夏坝活佛，只是我的肉体的部分，而肉体当中没有一处是夏坝活佛。如此说来，真正的夏坝活佛，和你们所看到的夏坝活佛就有天壤之别。再者，说心是夏坝活佛也不对呀，夏坝活佛欢喜之时的那个心，和发怒之时的那个心，肯定是完全不一样的两种心，究竟是喜心是夏坝活佛呢，

还是怒心是夏坝活佛呢？都不是！其实夏坝活佛的心，也是因缘和合、刹那不停地变化的。如果昨天夏坝活佛的心是夏坝活佛的话，今天的夏坝活佛的心自然就不是夏坝活佛了，为什么呢？昨天夏坝活佛的心已经灭了，今天夏坝活佛的心又新生了，如果两个都是的话，就变成两个夏坝活佛了；如果上午、下午都是的话，那就有四个夏坝活佛了；如果按小时划分，所见都是的话，那就变成很多很多的夏坝活佛啦！这样一来，心不是夏坝活佛，身体也不是夏坝活佛，那么除了心和身之外，何来夏坝活佛呢？当人们未做深刻观察的时候，因缘和合的如梦境或影子般的一个聚合体，被安立了一个假名，人们就称他为夏坝活佛。认真探究的结果，实际上，夏坝活佛也是诸多因缘和合而成的，因而是无自性的、性空的。同样，你们自己也是这样的！凡是因缘所聚的，都不是真实的。既然不是真实的，那就是虚假的。既然是虚假的，那就是假名安立的。既然是假名安立的，那就是如梦如幻的。既然是如梦如幻的，那就是体性皆空的。了知这样的道理，就叫性空正见。

我先解释一下什么是佛？唐朝以前的时候，不念“佛陀”，而念“普陀”或“布达”，后来发生了音变。所谓佛陀，简单地说是“觉悟者”，实际上是指，从迷惘的梦幻中觉醒过来，悟出万事万物的真面目者。“布达”的梵文本义有两个：一个是消除之义，即已经消除了一切烦恼障和所知障；一个是增长广大之义，即如同莲花盛开一样，一切慈悲和智慧不断增长广大。佛所说之法，后结集为三藏十二部，统称为“佛经”，其核心关要之所在，即“解脱轮回”之义。

第二句“是诸菩萨所赞道”，诸佛菩萨所赞扬的真正的对象是菩提心。因为即便你有了出离心，若没有菩提心，是不可能得到无上佛陀果位的。因此一切如来得到佛果位的方法除了生起菩提心之外，别无他法。故说一切菩萨所赞道就是菩提心。

“有缘求解脱津梁”，是说即便有了菩提心，如果没有破除我执和法执，没有了达万法如梦如幻、体性皆空的话，仍无法断除我们内心的无明。由此必然会产生贪欲和嗔恨，只要有贪欲和嗔恨，我们就会有痛苦、忧愁、烦恼，因此断除一切痛苦、脱离轮回苦海、有缘求得解脱、到达佛陀果位的唯一的渡船或桥梁，就是了达万法体性皆空的正确的见解。

“我今随力而宣说”，这是宗喀巴大师说：“现在我就尽自己的能力对你宣

说。”说给谁听呢？宗喀巴大师早期有八大弟子，其中有一个叫擦廓·阿旺扎巴，是一个高官子弟，非常聪慧，修行佛法非常精进，他是宗喀巴大师早期的弟子。后来他回到家乡（即现在四川省阿坝地区的马尔康），自己建了寺庙，也剃度了许多僧人，很快形成了比较大的规模。当时，他给宗喀巴大师写了一封信，请求宗喀巴大师把佛法实修最核心的内容，通过书信的方式教授给他。宗喀巴大师就根据文殊菩萨的教授，把这个写下来，寄给了阿旺扎巴大师。虽然当时宗喀巴大师只是为了回应阿旺扎巴大师所请才写了这个教授的，但是后来这短短的一页纸，居然变成了整个格鲁巴乃至整个藏、蒙等藏传佛教地区修学的最核心的内容。凡是格鲁巴的，凡是学宗喀巴大师教法的，无人不知此“三主要道”。它虽然只有几行字，但若详细地讲，其内容每天讲六个小时，也得讲三年。所以说这是一部非常重要的经典。唯有文殊菩萨的化身——宗喀巴大师的才智，方能以如此简洁的语言来表达如此深刻、圆满的道理。像这样言简意赅的教授，唯有《般若心经》可与之媲美！

### 乙三、劝请谛听

“于三有乐不贪著，为暇满义而精进，  
志依胜者所喜道，诸有缘者净意听。”

“三有”是指生有、中有、死有，或者欲有、色有、无色有。这段话是说，对天和人世间的一切痛苦根源的三有之乐不要贪著，而要充分利用此八暇十圆满的难得之身，一心依止诸佛菩萨唯一欢喜、赞叹之道，终生精进修行善法，力求解脱。与此有缘之人，请你们净心摄意，认真听讲。

所谓“净意”，是要求听者断除“三过”、具备“六德”。“三过”是以“倒”、“染”、“漏”三种容器为喻。其一，容器如若倒着放，再好的东西也装不进去；同样，听者若不全神贯注认真听讲的话，即便坐在道场里边也是听不清楚的。其二，如果容器中有毒或者有污染，再好的东西吃下去也会闹肚子；同样，听者若动机不纯，不是虔诚受教，而是以研究对方、捞取资本或者傲慢之心来听的话，

那就非但不会受益，反而会造罪障。其三，容器若是漏的，有窟窿，那么往里倒多少好东西，也必将漏尽无疑；同样，再好的法，法会上也认真听了，但就是记不住，那也不会对你起任何作用，因此要每天念诵，反复串习，这非常重要！所谓“六德”是指听者所应具备的六种心，即视自己为病人，视上师为医生，视佛法为良药，视听法为治病，视消除烦恼和业障为康复，视如来为正士，愿佛法常住世间，以此六德来思维非常重要。为什么要把自己想成是病人呢？我们确实有病，有贪病、嗔恨病、愚昧病、自私病、我慢病、执着病、狂热病、嫉妒病、顽固病、疑心病等等，这一切病的根源就是无明病。自己是病人，师父是医生，因为他用佛法的妙药来对治你的病。因为佛法可以清除你内心的贪嗔痴等病患，令你得到身心的安乐，故而说它是良药。认真谛听就是吃药。不认真谛听，即便再好的佛法，对你也不起作用。谛听即闻，闻而思，思而修，内心的贪心、嗔恨心、愚昧心、傲慢心、嫉妒心、疑心、自私心等有所减少之时，就是你的健康在逐渐恢复的时候。这就是劝说谛听“三主要道”。

甲二、正分，分三：

乙一、出离心；

乙二、菩提心；

乙三、性空正见。

乙一、出离心，分三：

ii 丙一、为何生起出离心；

丙二、如何生起出离心；

丙三、出离心生起之量。

丙一、为何生起出离心

“无出离心无息灭，希求有海乐果法，

由贪有乐缚众生，故先寻求出离心。”



如果没有出离六道轮回的“因心”，就不会有息灭“希求有海”快“乐”之“果法”。所谓“有海乐果法”就是世间法。比如说，现在多数人烧香拜佛所求的是发财、祛病、消灾免难，求的是名声、地位、权力、钱财等等，很少有人会求脱离轮回，更难得有人会为利一切众生而要证得无上佛陀果位。之所以我们求佛、求法、求僧的效果不明显，加持力很小，原因就在于我们心量太小，常以个人今生非常小的利益而求，因而我们的善根很难变成为非常广大的善根，由此导致效果不明显。更可怕的是，修学佛法本来是了生脱死的大作为，理应为自他双利发挥大效用，而如今却变成人们谋求世间荣华富贵等小果的手段，岂不是太可惜了？！所以说没有出离心，就没有办法息灭我们对“有海”轮回之乐的那种希求心，因而就摆脱不了魔鬼当中最核心的魔鬼——贪心的束缚，任由贪心的魔鬼把我们永远束缚在轮回的“水车”上，生死无间，脱苦无由！

这种状况就象一个圆形的石头从山顶往下滚一样，根本没有定数，或许掉到坑里，或许掉到沟里，或许被更硬的石头碰得粉碎！其实我们的后果比那石头更可怕，或许堕入地狱、饿鬼、畜生，或许生在阿修罗、或者天界、人间，即便生在善道，福报享尽也难免下堕。总之是求出无期。而要脱离轮回苦海的最基本的前提，就是必须生起出离心。

## 丙二、如何生起出离心，分三：

丁一、灭除对今生的贪欲；

丁二、灭除对后世的贪欲；

丁三、如何做。

丁一、灭除对今生的贪欲

**“暇满难得寿无常，串习能除此生欲，”**

首先要修暇满人身难得。过去乾隆皇帝的国师——章嘉国师讲法的时候，说

暇满人身如何难得，有人不理解，说：“这位大德肯定没有去过我们汉地，如果去过，就会明白，人太多了，根本不难得。”是的，现在我们中国有十三亿人口，全世界有六十多亿人口，不能说少。可你知道吗，夏天一棵树上的虫子，就可能超过整个大庆市的人口数！再如一个家庭里边顶多就是三、五个人，可家家户户有多少个蟑螂啊！还有苍蝇、蚊子、蚂蚁等等未算在内。由此可知，人与畜生道的众生数是没法相比的。更别说畜生与饿鬼相比，饿鬼众更多；饿鬼与地狱相比，地狱众更多。可见人的数量是微乎其微的。

那么，在这极少的人类之中，是否都是暇满人身呢？非也。六十多亿人中，信仰佛教的估计不超过八亿，而这其中多半是半信半疑，烧烧香、拜拜佛而已。真正懂得佛法的能有一亿吗？没有，我估计一百万都算多说。而这其中能够依止善知识直接听闻如来正法者，那就更少啦！所以说暇满人身确实很难得。因而，我们不要把有限的暇满人身的宝贵资源，浪费在世间的荣华富贵、名声、地位等上面，一定要抽出部分时间为来世做些准备，为长远利益做好打算，这才是真正重要而且非常必要的。要知道，人死后唯一有用的就是我们所修的善法，其它的权力也好，名声也好，地位也好，再大也没用。千军万马你带不走一人，金山银山你带不走一分，就连我们自己的肉体你都带不走，唯有我们孤独的心，不得不随着自己所造的善恶之业而独闯来世。即如此，我们为什么不利用此十分难得又珍贵无比的人身准备准备未来呢？因此，要尽快断除对现世的贪欲，一心想着如何使来世离苦得乐，这非常重要！这是第一步。

## 丁二、灭除对后世的贪欲

**“业果不虚轮回苦，勤思消除后世贪。”**

当你对此生的名声、地位、权力等看得较淡，非常急于准备来世的时候，你还要断除对后世的贪欲，即对来世得到人天福乐的那种贪欲。那么，是不是不求今生，今生就会痛苦？不求来世，来世就会痛苦呢？绝对不会。因为你之所求不是放弃了今生与来世，而是寻求更远更大的目标。当你寻求来世的时候，今生所需的福乐自然会到来；当你彻底断除对来世的贪著，而寻求圆满涅槃果位的时候，

来世的人天福乐自然包含在内，不必另外而求。

九百八十多年前，阿底峡尊者在西藏的时候，西藏的大弟子仲敦巴问尊者说：“现有诸多修行者求今生之福乐，他们能得到什么结果？”阿底峡尊者说：“得果如是！”也就是他能得到今生的福乐。又问他：“来世能得到什么？”尊者说：“地狱、饿鬼、畜生！”这就是告诉我们，如果只为今生而修福德，来世很可能会堕入地狱、饿鬼、畜生的境地，因为我们之所作是恶多善少。如果我们谋求来世，今生的利益自然得来；如果我们谋求涅槃果位，来世的利益也自然会得到。所以要彻底断除对后世的贪著。

怎么断除？“业果不虚”，“轮回”皆“苦”之理要多修学。很多人对因果有误解，这些人可简单归类为二种：一种是不相信因果，甚至否定因果的虚无主义者；另一种是急功近利的实用主义者。实用主义者对因果的看法犹如做生意，我给你十块钱，你马上就得给我十块钱的东西，一时见不到东西就不高兴，“哪里有什么因果！”他那么想。虚无主义者则认为，“好人不长寿，坏人活千年”，不相信“善有善果，恶有恶报”。这都是邪见。对此我正在写一部关于因果的书，其中对善、恶因果的问题做了比较详细的、容易接受的、比较合理的解释。我希望这部讲释能够解决当前学佛者和修佛者所遇到的种种难题。至于轮回皆苦的问题，我在《为什么学佛》的碟子里、《法雨清流》的书里面都讲过，你们可以详细地看看，以便通过这些方式逐步断除对世出、世间的贪著。

龙树菩萨说：

**“先修增上生，后生决定善。**

**增上生即乐，定善谓解脱。”**

意思是说，我们修学佛法，应该一步一步按次第学修。因为我们心的变化是有规律的。比如，如果你打算把两个相互怨恨极深的敌人变成为知心朋友的话，绝对无法让他们直接从敌对的位置上变成为朋友，那是不可能的。而应当首先寻找他们之所以变成敌人的原因，然后消除误解，化解仇恨，直到相互理解，产生好感之后，才可能进一步变成知心朋友。人与人之间的变化规律一般是这样的，

人心态的变化规律也是这样的。

**“暇满难得寿无常，串习能除此生欲，  
业果不虚轮回苦，勤思消除后世贪。”**

这是下士道和中士道的核心内容。我们现在极其迷恋今生，贪图于今生的荣华富贵、名声、地位、权力等等，这种欲望几乎可以胜过一切，有时候甚至会胜过对自己生命的爱惜。那么，在这种情况下，想直接产生对世间和轮回的厌烦之心，明了其真相，脱离轮回苦，是非常困难的事情，这要有一个转折。其实我们今生的欲望、来世的欲望、脱离轮回苦海的愿望、为利众生愿成佛的愿望之间的关系，就是站得越来越高，看得越来越远，因而愿心越来越大，这样一个变化的过程。比如有些人，开工资以后，天天像过年一样，几天之内就把一、两千块钱花光了，其余大半月的时间，就只好这儿吃一点、那儿蹭一点，那时他就苦喽！同样，很多人就是为了今天的利益而出卖明天；为了今年的利益而出卖明年；为了上半生的利益而出卖下半生；为了今生的利益而出卖来世；为了来世的利益而出卖根本的利益；或者为了一己之私利，而放弃一切天下苍生的利益，都是一个道理。

我在身边看到过很多这样的人。同样，我们实际上比他们也好不了多少。咱们都是信仰佛教者，就应该高瞻远瞩，可是有多少人想过来世？有多少人想过死的时候怎么办？很少！其实我们明明知道绝对逃不过死亡的，明明知道人生中最大的灾难莫过于死亡，也明明知道，在我们的未来中，最不可预料者就是死亡与死后之处境，但是，我们仍然对它采取回避、逃避或者默然置之的态度。对于死魔你可以不想它，问题是你不想要它，难道它就不来了吗？不会的，或早或晚你必须面对它。有人说：“明年就要高考了，现在还到处玩儿，不读书，太愚昧了，不知道为自己的前途着想。”但是谁又敢保证，死亡不会在考试之前到来呢？对此，你做好准备了吗？所以，对任何一个必须面对的东西，都要大胆地、认真地面对它，而不要回避它、逃避它。逃避是没用的，怎么逃避，它也会到来。而且死亡这个东西很不讲道理，它从来不排队，有的生下来就死，有的二、三十岁就死，有的四、五十岁就死，有的七老八十、一百多岁还不死！

最近我一回到家乡，就感到非常寂寞。为什么？我身边的很多人已经没有了，包括我的那些师父们。我的老师、舅舅，连我的父亲都没有了。甚至跟我同龄的很多人也不见了（我才37岁），还有比我小的、从小跟我一起长大的很多人，现在都不见了。之所以我没死，是佛菩萨的保佑，可这时会有明显的危机感，好像在暗示你说：“你要准备走了，你要做好自己的准备啦！”

所以我觉得人有时候很聪明，有时候却很愚昧。为什么对人人都感到最可怕又最无知的问题不闻不问，甚至采取逃避的态度，反而对那些细小的眼前利益却拼命不放？人有时候小气到了极点，甚至为几十块钱而杀人；有的时候又大意到了极点，甚至连死的问题都不考虑！要知道，死的时候，失去的岂止是几十块钱！你所拥有的全部，包括自己的身体都不得不放弃，更何况是身外之物呢？对此他却毫不在乎！我觉得这就是很愚昧的地方。我们应该好好地反思反思，要计较的话，应计较大事。为什么偏要计较小事？我们到底应何去、何从？

诸位居士，人身极其难得，又非常宝贵。生命如朝露，随时可干涸，在尚未干涸的短暂的日子里，如何做好应付死亡的准备，这才是我们真正急需做的事情。我讲此法的唯一目的，就是让你们明白，什么是大事，什么是小事；什么是长远利益，什么是眼前利益；什么叫目光远大，什么叫目光短浅；什么叫为了现在出卖未来，什么叫为了未来不惜一切代价地去努力。这就是我给你们讲经说法的核心目的。只要明白了这些道理，你们就知道该做什么了。

很多人不理解，学佛为什么还要有次第？天天念阿弥陀佛不就得了吗？干嘛要那么复杂？有这种想法的人，他是没有认真思索。要知道，光是念一个佛号度日子是不够的，首先要学会掌握我们自己心的这种特殊的变化规律，然后才能想办法令心改变。

几天前我从沈阳飞往大庆的时候，飞机里碰到一位沈阳市沈河区的先生，他是中国石油公司的一个官员，到大庆来开会。他看我的衣服非常好奇，就问我：“你是不是学佛的？”

我说：“是。”

“那你是不是和尚？”

我说：“是呀。”

然后他就向我问起很多稀奇古怪的问题，最后问我：“你们和尚是干什么的？”

我说：“和尚要做两件事。”

“哪两件事？”

我说：“第一做修改，第二做弥补。”

“修改和弥补？”他说，“怎么没听说过呢？”接着他又问：“修改什么？”

我说：“修改心。”

“心干嘛要修改呢？”

我说：“我这个心毛病太多、太大。你看，贪心、嗔恨心、愚昧心、自私、傲慢、执着、狂热、嫉妒、顽固、疑心，这些毛病如果不改，会带来很多很多的烦恼、痛苦、忧愁、难受，所以我必须把它改掉！”

他说：“那你弥补什么？”

我说：“我的心漏洞太多，必须得补一补。”

“有什么漏洞？”

我说：“我明显看到，我的心里面慈悲不够、智慧不够、德能不够、信仰不够、广闻不够、守戒不够、清净不够、惭愧不够，我要弥补这些东西，得好好地补一补。”

“原来是这样！”他说：“人家都说和尚是普度众生的，你怎么只改自己？”

我说：“我没说只改自己，我说要修改‘心’；我说的‘心’，既是我的心，也是你的心，也是所有人的心。”

他就哈哈大笑，说：“你肯定学过哲学。”这时他的兴趣来了，跟我要网址。他说：“一定要看看你的书，看来你的书肯定有趣。”

其实，我们学佛就是做两件事：一个修改，一个弥补。因此，既然要修改，你总不能全部一下子做，要一个一个地来。同样的道理，人们现在只顾眼前的利益，从来不在乎来世如何，那么就要让他明白人身难得，明白死亡无常，明白来世的去处。由此，我们首先就要把贪求眼前利益之心，修改到不但寻求今生的利益，更要寻求来世的利益上去，这就是修改。这就是“断除此生欲”。

但是，只求来世人天福乐就够了吗？不够！因为来世你还可能碰到坏人，学做许多坏事，因此还会继续堕落。若要做到从根本上脱离轮回之苦，永享安乐，就要继续修改。而不能只求来世的利益，还要彻底地从轮回的苦海中脱离出来，得到解脱的涅槃果位，那才是永久安乐的果位。

### 丁三、如何做，分二

至于如何做，重要的就是要纠正动机，不能光为自己所求了，因为天下所有的众生没有一个不可怜，没有一个不需要快乐，没有一个喜欢痛苦。他们都曾经无数次地做过我们的父亲和母亲，因为我们的前世是无数的。既然如此，我们不但要考虑自己脱离轮回苦、得到永久安乐，更要令天下所有的众生脱离一切苦，具得一切安乐，故而我们就要修菩提心，要寻求具有最圆满的智慧、慈悲、德能的佛陀果位。这就跟其它宗教有一个很大的区别：基督教、天主教或者伊斯兰教的信徒，他永远没办法做上帝，永远没办法做安拉，他永远只能是安拉或者上帝的子民。而我们佛教徒，只要自己肯努力、有出息，就可以做佛。什么是佛？具有最圆满的智慧、慈悲、德能者，那就是佛；断除一切缺点和漏洞者，那就是佛。归根结底，刚才我所说的修改和弥补两项工作做好了，那就是佛。所以我们要发菩提心。

这三个内容，必须要前面的生起之后，后面的才能生起，否则直接修后面的，那是不可能生起的。就像你没读过小学、初中、高中、大学就想直接读研究生，那连门儿都没有，根本不行。这就是我所说的断除今生的贪念，欲求来世之念；再断除来世的贪念，欲求解脱。

有人说，你又让我心里面想来世得到人天福乐，又要我断除来世寻求人天福乐，那不是矛盾吗？不矛盾，因为它所处的阶段不一样。你看，一个医生看到病人病情很严重，首先，他会用泄法治这个病；病好后，发现他的身体很弱，尤其是营养不足，那么就会要他多吃高营养的东西；待其康复后，若营养过剩，可能导至其它疾病的时候，医生又会告诉他：千万别吃高营养的东西，要多吃青菜粗食。虽然是同一个医生对同一个病人，一会儿是泄，一会儿是补，一会儿说要增加营养，一会儿又说要控制营养，但这并不矛盾，这是由病人不同阶段的身体状况所决定的，是辨证施治的科学态度的体现。

同样，我们首先放弃对今生荣华富贵的贪求，把目标放在来世得到人天福乐上，这是第一步；而后不但要考虑来世得到人天福乐，而且要寻求彻底脱离轮回苦，获得永久快乐，这是第二步；而后再向前跨出一大步，即不仅仅为了自己的利益，而要为了天下一切父母众生的利益，去攀登佛陀果位，这是第三步。如此一步一步地向上走，修行境界才能不断提高。人的修行境界不一样，站的高度就

不一样；站的高度不一样，看到的问题就不一样；看到的问题不一样，处理问题的方式就不一样；处理的方式不一样，达到的效果就不一样。这就是我们为什么要不断地修正、弥补自己的原因所在。

下面说说业果的问题。分为二个部分：

戊一、总思业果；

戊二、别思业果。

戊一、总思业果，分四：

己一、业决定义；

己二、业增长义；

己三、未造业不遇；

己四、已造业不失。

己一、业决定义

何谓“业决定”之理？就是说，你造了善业绝对不会因为这个善业而得到苦报，一定会得到乐报；你所造的是恶业，绝对不会因这个恶业得到快乐或者安乐报，只会得到苦报，那是决定的。包括我们今生当中，哪怕是走路不小心摔一跤，或者不小心头撞在墙上这么小小的痛苦，其根源都是作恶的结果。包括我们今天开心大笑，这么一点点的快乐，都是来自修善所得。修善而得苦报，绝对不会有。同样，作恶而得乐报，也绝对不会有。这就叫“业决定”。正如俗语所说：“种瓜得瓜，种豆得豆”，种瓜而得豆者，未曾有也。所以，种瓜唯有得瓜，种豆唯有得豆，作恶唯有苦报，作善唯有乐受。

由于不了解或者不真信这个道理，现在有很多人伦理道德观念扭曲，在教育孩子时甚至说：“孩子，别太善良了，善良要吃亏的！”有些父母担心地说：“我的孩子什么都好，就是太善良了，怕他吃亏呀。”把吃亏的原因归咎于善良，真



是天大的谬论！这是绝对不会的。那为什么我们看到有些人很善良却常常吃亏呢？那是我们忽略了一个很重要的问题，即把老实人和善良人混为一谈了。其实，没做坏事的人，并不一定是善良人。有些心术不正的人，因其既无德又无才，所以即便他天天想做坏事，也做不成什么大坏事。但这并不等于他是好人、是善良人。由其恶心常存，他必将得到苦报。作恶修善的关键在于起心动念。也有老实的人会吃亏，但那不是因为他善良，而是因为他缺乏智慧，缺乏才能，只有德而没有才。所以，不要把吃亏的原因归罪为善良，而要归结为愚昧、无知。这叫业决定。

总之修善者，有初善、中善、后善；作恶者，有初恶、中恶、后恶。何谓初善、中善、后善？当你想做好事的时候，善念一起，首先是自己非常快乐。比如说我个人的感受，当初（2001年）在非常困难的情况下，我决定建造4000米周长的理塘长青春科尔寺的围墙塔，总数近千个塔和4000米的围墙。塔高2.5米，墙体高度平均5米。当初我下这个决心的时候，手里一分钱也没有，因为我已连续四年赞助法相院160多个和尚的吃、住、穿、用，最后要换届的时候，还剩下44万块钱，留给他们作保障。一方面是手中没有一分钱，一方面是工程需要上千万，怎么办！当时我想，我是副县长，家乡又有很多的信众，这样劳务费可以大大减少，另外在很多方面政府也可以帮我，算下来大约占费用的三分之二。剩下的三分之一，如能找到一个居士赞助一座塔，围墙就能延长4米，找到10个赞助就能延长40米；只要阎王爷不叫我马上死，大不了10年、20年，总会建成这个围墙塔的！当时我也没有多少弟子，无非天津有100多个居士，北京有几个，成都有几个，深圳有几个，沈阳有几十个弟子。在这种情况下，我去了一趟北京、天津，找到了180个塔的赞助！这时我就增强信心了，蛮轻松愉快的。这就是中善。后来继续努力，只用了两年，就把所有塔的赞助找到了，三年内就把所有的围墙和塔全部建完了，这时心里别提多高兴啦！直至现在，我每次回到理塘的时候，不想别的，就想去看看围墙塔，看着它心里就舒服。现在每当我谈起此事的时候都很开心。这就是后善。人一生当中，最值得开心和荣耀的，就是做好事、善事；最感到羞愧，最感到耻辱，最感到不可告人的，那就是做坏事、恶事。要是做坏事，刚想做的时候，心里就很恐惧，很不舒服；做的过程中更害怕、更难受；做完之后，生怕别人发现，时时提心吊胆，甚至别人一提起相关的事就

心惊肉跳。这就是初恶、中恶、后恶。我想每个人大概都是这样。所以说，行善而得苦果者未曾有也，故称业决定。

## 己二、业增长义

无论作恶还是修善，其业力增长得都很快。例如：曾有一位活佛福报很大，天天都有从四面八方来的信众，以牛、马及各种金银珠宝等物向活佛做供养。活佛的侍者见到后就起了贪心，想：“活佛天天有那么多的收入，我若能得到活佛一天的收入就满足了。”活佛有神通，知道侍者的心中所想，这天就对侍者说：“我明天的所有收入都归你，怎么样？”侍者当然高兴，虽然嘴上说不要，但实际上他心里很想要。他高兴得觉都睡不着，当晚就做准备，他要事先准备好明天放置牛、马和金银珠宝的地方。他天天侍候活佛，知道一天能有多少供养。可第二天等啊等啊……就是没人来。等到下午的时候，才有一个老头拿了一块干牛皮来供养。他怎么也想不通，每天都有那么多的供养，今天为什么只有一块干牛皮？于是他就问活佛：“为什么我就那么倒霉，一天只得一块干牛皮呢？”

活佛说：“你赚了。”

他问：“我赚什么了？”

活佛说：“我观察过你的前世，你在很多世当中，只做过一个鞋底布施。如今一个鞋底变成了一块牛皮，你还知足吗？”

有些做大生意的人最了解这种情况，在某些场合，你无意中得罪了某个领导，过若干时间后，在你想干某个大项目的时候，他马上就会给你设障碍，让你干不成。这就是一次小小的疏忽，无意中得罪人所导致的严重后果。有时候也会这样，当你同某一个人初次见面，虽然互不相识，但你却非常热情地主动打招呼，向他问好，使他很高兴，岂不知此人原来是个大权在握者。等你要办一件大事的时候，并没有抱多大希望去找他，但却顺顺利利地解决了问题。本来你善意对人时并没有多想什么，结果却赢来意想不到的大利益。这就是业的增长力。小小的善业，能赢来大的利益；小小的恶业，同样也能招至严重的后果。这正如古语所云：“莫以善小而不为，莫以恶小而为之。”

有一次在飞机上，我遇到一个年轻人，问我善恶因果。我就跟他讲了一些相关的道理。最后他要求我说：“你能不能让我看到因果？”我知道他的意思是什么，因为他认为佛教很神秘，也听说过神通变化之事，就想让我变化出一个因果来。但是，如果因果能变化的话，那就不是因果了。善有善报，恶有恶报，这是业果决定，怎么能变化出来呢？

但是，当时我对他说：“可以。”

他问：“真的可以吗？”

我说：“真的可以，我马上就可以让你看到。”

“好，那你快让我看一看吧！”他很高兴地说。

这时我就问他：“我问你，你讨厌我吗？”

他说：“不讨厌。”

我问：“为什么？”

“你这么讲礼貌，又那么有学问，对我又那么友好，我喜欢你还来不及，怎么会讨厌呢？”

“你知道这是为什么吗？”

他说：“不知道。”

“这叫善有善果，我让你看到了吧！你看，我以善心来对你，虽然我无求于你，但当我以善良的心来对你的时候，你不但不烦我，而且喜欢我，这就是我得到的善果。”

接着，我又对他说：“如果我傲慢无礼，以瞧不起人的眼光来看你，跟你说一些很难听的话，你会怎么想？”

他说：“那我肯定会讨厌你。”

我说：“是啊，你会讨厌我，也会瞧不起我，虽然只是几个小时的时间，但是你我都将很不愉快，不是吗？”

他说：“是。”

“这就是恶有恶报。”

有很多人，无论到哪里去，他总会遇上不愉快的事，不是他打别人，就是被别人打。你问他的时候，他满嘴都是道理，说这个人怎么不好，怎么欺负人，怎么坏，所以我就教训他等等。可是，他遇到那么多的坏人，我们为什么遇不上？

很简单，我们常用善良之心去面对他人的时候，你想打架也找不到地方，因为没有人讨厌你，没有人欺负你，怎么会打架呢？他为什么到处遇到这种事呢？首先是他的心态不好，对别人的态度极其恶劣，人家一看此人相貌不善，心里就不舒坦。其次，如果再话不投机，必然要发生冲撞，甚至打起来。这就是业增长。原本小小的事情也会造成大的后果，如同小小的火种，可以烧毁整个山林。

### 己三、未造业不遇

若不造善恶二因，绝不会领受乐苦二果。

只要你没有做恶事或者善事，就绝对不会得到任何一个苦或乐的果报。任何一个果报，都是由善或恶的业力所生。如果你没有造任何业的话，就不会得到任何果报。就像农夫若不向田里播种的话，就不会有任何收获，因为没有种子，是不会结果的。同样，如果你没有造业，就不会得到任何一个果报。

### 己四、已造业不失

所造之业，只要没有受到损坏，必将受果，哪怕是万年也会受。业果报应可分三种：一种叫现世报，一种叫来世报，一种叫他世报。

你上半生所做的事情，下半生得到结果，那叫现世报；今年做的事，明年得到结果，那也是现世报。我们可以看到很多的现世报。比如说，现在退休了，在家里安安稳稳地坐着，每月拿退休金，那就是现世报。为什么？因为你上半生做的事情的积累，下半生看到了结果。你一个月工作，月底的时候发工资，也是现世报。因为努力了一个月的工作，有了回报了。同样，我们现在得到的一切快乐，是过去和现在所造的业力的结果。现世报当中比较明显的，比如说上半生作恶多端，下半生灾难很多，一个又一个的灾难和苦恼，那就是现世报当中的苦苦。又比如说你小时候、年轻的时候，不孝敬父母、打父母、或者辱骂父母、不赡养父母。老了以后，你的孩子开始虐待你，这就是现世报。由于你今生杀生太多，你最后得短命果报，三、四十岁就死掉了，也是现世报。这种现世报报得快，但效应小。

来世报是什么呢？你这辈子做的事，这辈子没有得到结果，下一辈子才得到。这种报往往效应很大，无论是恶的果报，还是善的果报。因为你造这个业，业增长的空间已经很长，所以说这种业力不断增长，会变得很大很大。我们往往认为，我之所以现在活得这么幸福美满，并非前世积善的结果，但实际上前世积善所起的作用起码占 50%。比如，有的人一生下来就是帝王将相之子，或是富贵人家的子弟。有的人一生下来就是平民百姓或是穷人家的孩子。当然了，以后有没有出息，最终取决于个人努力的结果。但是，其前提条件毕竟不同，前者一句话就能达到的事情，后者恐怕要努力二、三十年才能办到，况且往往要付出沉重的代价。这从表面上看似乎命运很不公平，但实际上并非如此，因为这都是我们前世自己所造的福报。

但是前世代替不了今生，今生所做如何，方能决定你未来的结果。比如刚才所说的，穷人家的孩子不如富家子弟的条件优越，但是他不断努力，谦虚谨慎，积极进取，往往今生就能造福。而富家子弟由于先天条件优越，不思进取，反而容易堕落。前世与今生的果报是这样，今生与来世的果报又何尝不是如此？米拉日巴大师曾经说过这样的话：“我们的前世真有出息！他挣来了我们的人身。可是今生的你，千万千万不要把未来推到悬崖上！”说得很有道理！

那么，所造之业是不是今生不报，来世一定报？不一定。有的来世不报，来世的来世也不报，可能要等到几万年、几亿年之后才报。为什么？因为所作之业虽然是内因，但若仅有内因，不具外缘仍难显发，唯有因缘会遇之时，才会发生结果，这就叫因缘和合。就像一朵花，什么样的种子决定开什么样的花，但是光有种子也是开不了花的，因为它还需要土壤、水分、阳光、肥料等等，样样不可缺少。只有因缘会聚之后，种子才会发芽、开花、结果。同样，在我们的习性当中，潜伏着无数前世所造的贪、嗔、痴等等的业力。虽然如此，如果我们现前不具备引发恶果之缘的话，即便业力再大，也不会遭受果报。比如，我们曾造过杀生之业，按道理今生肯定要被他人所杀。但是，今生你有幸遇上了佛法，通过修善积德，变得非常和蔼可亲，此时谁还会害你？你遭受他人伤害的可能性已经降到最低了，被杀的机会不大了，所以，即便你前世造了业，今生也不大可能得到报应。你完全断了杀生，就把受报的环境给破坏了，因缘不具就结不了果。

再比如说，你前世造了一些你今生要饱受牢狱之灾的恶业，但今生你发心，

既不抢也不偷，也不用卑鄙的手段谋取不良资财，只做善事，不做恶事，不违犯法律，那么你的环境已经不适合爆发这个结果了，所以说今生就可以逃得过去了。如果你前世造下了妻离子散、家庭破坏的恶业，本应受报，但是由于你今生遇见了佛法，皈依了佛门，严格遵守断邪淫的戒律，夫妻和合，相互宽容，恩爱团结，并且勤修忏悔，那么，家毁人散的可能性就降到极点了，即便你前世造下了这种恶因，今生仍可能形不成恶果。假如你前世造下了欺骗他人的罪业，理应受报，但你今生从不妄语、恶口、两舌等等，这就大大降低了被他人欺骗的可能性。前世你可能造下了破财损命的业障，但是今生第一你不喝酒，更不要酒疯，第二不吸毒，那么你破财损命的可能性就已经降到最低。由此可见，佛门之所以制五戒，就是用来保护你，让你免受恶报，这就是清净遵守五戒的效用。

我是比丘，要守二百五十三条戒。曾经有人问我：“你守那么多的戒律，受那么多的苦干什么！难道你不难受吗？”如果把戒律当作自我捆绑一样的束缚的话，那当然很难受了，可能比蹲监狱还难受，因为行动太不自由了。按照西方人的说法，那就是剥夺了人身的权利。可是，当你把它当作庄严自我所必需的时候，不但不难受，而且显得很完美。

因此我说：“对我来讲，戒律比金刚钻石还要尊贵千万倍！”

我说：“你看我是活佛，我无论到哪里去，都有那么多的人尊敬我，信仰我，对我那么好。而且有那么多人发自内心的爱护我，为我的健康、为我的一切担心的人成千上万，如同爱护自己的生命一样爱护我，为什么？因为我有二百五十三条戒律的庄严。你这个金刚钻石能值几个亿，可招来的是什么？并不是关注你本人，而是盯上了你的珠宝，一不小心，为珠宝而丧命是极有可能的。或者就是嫉妒你，嗔恨你，希望你的这个东西为他人所用，总而言之，珠宝带给你的多为烦恼。可是戒律对我的装饰，却是强盗抢不走、窃贼偷不走、骗子也骗不走的庄严，因而是最完美、最轻松的。”你看藏装有那么多的装饰，一个人身上九十多万、一百多万，把金、银、珠宝、珊瑚弄得满身都是，动都动不了。炎热的天气里自受苦果，满面汗水，还自我感觉良好。你看我，不用带，不用装，也不用挂，戒律之美随身自带，何苦之有！我是如此，你们也是如此。凡是守戒律的人，都是行为美的人，是庄严的人，是值得尊敬的人。

曾经有一个不信教的人对我说：“以后找商业伙伴的时候，我尽可能找信仰

佛教的人。”

我说：“为什么呢？”

“他们骗人的可能性很低很低。而什么都不信的人是最可怕的。”

前几天还有人说：“这人间最可怕的就是什么都不信的人，因为对他真是无药可救。”

确实是这样。只要你有信仰，就有戒律；有戒律，就有约束；有约束，就不会干那么多的坏事，知道自己该做什么、不该做什么。所以说，戒律就是自我完善最好的庄严。谁能拥有清净的戒律，谁就是庄严者，谁就是尊贵者，谁就是完美者。

在沈阳，众口一词都说法轮寺的僧人好，不是别的，就是他们戒律清净，举止庄严，用戒律来相互制约，更重于自我约束。很多居士们也是这样。这世界上有钱的人多了，有地位的人多了，可是，唯有守持戒律之后，才会变成一个可信的、可交的、可敬的人！

一般地说，我们每个人所作的恶业都不少，若不想得到苦报的话，从此以后就要严格遵守五戒十善，尽量断除一切恶业。若想彻底根除恶业，那就必须忏悔。怎么忏悔？是不是基督教、天主教所谓的“赎罪”那样，求上帝饶恕你？非也！这世上没什么上帝，也不需要向谁赎罪，而是自己忏悔。忏悔需要具足四力：

## 第一、依止力

首先要有忏悔的对象，最好是自己的师父。把自己所作的一切业障，在师父面前忏悔，效果是最好的。每当开法会，念经的时候，在师父面前，对自己现在的、从前的，所做的一切罪障及其后果，生起非常大的恐惧心、厌烦心、后悔心，来进行忏悔。

也可在佛像前忏悔，一般晚上最好，因为你一天的事忙完了，现在该总结了。但要把佛像当作真佛，要相信佛无时无刻不在，只要你虔诚地跪在佛像面前，双手合掌，挚诚忏悔，佛就一定会作你忏悔的见证人。这叫所依力。

## 第二、破坏力

即破除所做一切恶行及其习气之力。比如，每天晚上做课时，你都要对自己全天的身、语、意三业做个总评，想一想，我今天早上起来之后，第一个起的是贪心？还是嗔恨心？还是愚昧心？还是自私？还是我慢？还是执着？还是嫉妒？还是顽固？还是疑心？是什么要查准。然后再观察我第一句话说的是什么？以后又说了什么？其中哪些是不好的、哪些是好的，要分别清楚。然后再回忆一下今天都做了些什么？做了多少坏事，多少好事？哪些是利益众生的？哪些是恼害众生的？然后再总结昨天的事、前天的事、月内的事、乃至年内的事等等，都把它挖出来。然后再深入的想一想若不改正，将会引发什么样的严重后果，并使内心产生非常强烈的内疚与改悔之意。对此有人可能会奇怪：“过去的事已经过去了，你还提它干什么？”要知道，事情本身并不可怕，但做事的过程中在我们的意识里所留下的习气才是最可怕的！我们之所以经常“秋后算帐”，就是要把这些不良习气彻底抹掉。这就等于毁掉了可能发生恶果的种子，故而称之为破坏力。

## 第三、遮止力

当你察觉自己的所为恶多善少，心中感到特别愧疚、特别害怕之时，要双手合掌跪在佛前，内心中至诚发誓：“从此以后，我决不再做这样的恶劣可卑之事……。”要不只一次地发誓，发得越重越好。因为人有很多的恶劣习气，常处于潜伏状态，轻描淡写地忏悔几次肯定是起不了多大作用的，以后一看到贪欲或者嗔恚的对象，马上又会不由自主地生起贪、嗔之心。如能经常发重誓，就会在心中留下深刻的印象，再遇到这种情况时，你就会想到：“我曾在佛面前发过誓，不能这么做！”这样就有了自我约束力，可以大大地遮止恶事、恶念的发生。

## 第四、对治力

对治力，即发露罪业，至诚忏悔之力。所谓发露就是自己在佛菩萨或者大众面前，



把自己所作之罪及后果，一个一个地说出来。因为宣说出来与只在心中默想，所产生的力量是不一样的，这样忏悔的效果可成倍增加。在忏悔十三僧残之罪或者其它犯戒之事的时候，不但要在僧众面前自己说出来，说：“我犯了某某错，请诸位原谅我！并帮我消除我的业障吧！”若犯了十三僧残等大罪的时候，还要“拨位”，即让他从原来较前的位置，搬到最后的位置去坐。一段时间后，经大家讨论通过，方可换回原位。按道理或者从实效角度来说，每个人都应当这么做。但是，考虑到我们中国人的传统观念，一般恐怕接受不了，所以为了照顾你们，可以先念诵《三十五佛忏悔文》或者马鸣菩萨的《总忏悔文》，念诵忏悔。然后在没有别人的情况下，关上门，在佛菩萨面前逐一忏悔。免得别人知道后增加烦恼。

## 戊二、别思因果，分二：

### 己一、十业道；

### 己二、彼之果报。

### 己一、十业道

首先，讲一讲什么是十业道。业有多种，概括地说就是三个：一个叫善业，一个叫不善业，一个叫不动业。从业果的角度来说，不动业可包含在善业当中，因此又可粗分为善、恶二业。造业者有三，即身、口、心。无论干坏事，还是做好事，做者只有此三个，要么是身体所做，要么是口中所说，要么是心中所想。又叫身、口、意三业。但是，身体和嘴巴是无辜的，真正的支配者是心。就像拿斧头砍人一样，虽然是斧头砍的人不假，然而谁都知道斧头是无辜的，是凶手拿着斧头砍的别人。那么，既然归根结底在于一心，为什么释迦牟尼佛说身、口、意三业，并说要守护三门？其实，身、口之所造者，叫思已业；而心之所想者，叫思业。就身、口而言，其本身是不分善恶的，如同工具而已。但是，心想之后，就有一个“心所”，或者说是一个心的支分，自始至终支配并跟随身、口之所做。比如我“想”喝茶，那只是我的意业。是“想”了之后，才让手伸出去，将茶端过来，放到嘴边之后，再喝下去，这一系列的行为，都是心的另一个支分，按照意业的指令具体完成的。由此可知，思业和思已业两个都属于心。但是，一个是

付诸行动，一个仅仅是提出设想。因此，才有了身、口、意三业的进一步细分。

凡夫纯属是为了一己之私而杀害他人，此为造罪。而菩萨决不会无故杀人，在更多人的生命面临危胁之时，虽杀一人，而解众危，此时唯有菩萨才能挺身而出，做无畏之施。此举非但不是造罪，而是实为造福。反之，此时若不做为，恰恰是犯了菩萨根本戒。所以说，动机不同，造业殊异，一般人很难理解。《上师供》中说到“为欲利益一一有情故，住于无间狱火经劫海”，当菩萨修成了精进波罗蜜的时候，为了一个众生的利益，在地狱中忍受苦恼十万、百万劫之久，也心甘情愿，毫无犹豫，而且是欢欢喜喜。像这样的菩萨，怎么会无故杀人？

密宗里有很多护法，看起来是很恐怖的忿怒相，为什么？因为有些妖魔鬼怪，就是不听话，跟他讲道理是没用的，那就只有先吓唬吓唬他，实在不行再终止他的生命，将其神识强行迁往极乐世界。所以三怙主（大势至菩萨、文殊菩萨、观音菩萨）中的大势至菩萨也就是金刚手菩萨，是很凶猛的样子，就是为了调服魔军。其实魔军也是众生，也是我们的父母，是有恩德者，菩萨怎么忍心消灭他？其实这是为了不让他造更多的恶业，既毁了自己，也害了他人。所以说菩萨和凡夫是不一样的。汉地寺庙里一般都有四大天王，凶猛地守门卫户，其实他们也是菩萨，他们的愤怒和我们凡夫的嗔恨是两码事，与慈眉善目的菩萨相比，不过是不同的显现而已。

虽然有无数的业，但是，可以将其归类为三部分，即身三、口四、意三，共十业。因其有善、恶之别，故分别称之为十善业或者十恶业。龙树菩萨在《宝鬘论》中讲：

“不杀断偷盗，不作诸邪行，  
断妄言两舌，恶语无义语。  
无贪心嗔心，悉断诸邪见，  
此谓十善道，反此即十恶。”

身体的第一个恶业就是杀生，断除杀生就是第一个善业；第二个恶业即偷盗，从此不再偷盗就是第二个善业；第三个恶业即邪淫，从此断除（在家人断除邪淫，出家人断除一切淫行）就是第三个善业。这是有关身体的三恶业、三善业。

口业有四：一是妄言，即说谎话，主要是指“未得谓得，未证谓证”，装神

弄鬼，欺骗众生。其实未来之事，除了佛菩萨或者真正有神通的人之外，无法了知。但是，过去的事，尤其是当下的事，是比较容易了解的。

因为人的面孔，就像电视的屏幕一样，能够显现出你当下的状况。同样一个人，当他是总统的女婿的时候，和当他变成监牢里的囚犯的时候，其面孔长相虽然没变，但若细看的话，他的气色肯定是不同的。因为人的气色受其心情所左右，心情不一样，透射出来的气色就不同。因此，根据不同的面孔，你可以断定，这个人脾气不太好；这个人很贪财；这个人很愚昧；这个人很聪明；或者这个人很慈悲；这个人有雄心大志等等，一看就能看得出来。通过面相，既可以看出他当下怎么样，也可以判断出他以后往哪个方向走。大多数人，只要你跟他聊几句话，马上就能知道他的人生观、价值观，以及他对人、对事的态度等等，因此即可判断出此人将来可能会有什么样的发展，可能会遇到什么样的麻烦。有人就据此编造一些神乎其神的東西混入其中，真假难辨，就变成了有一定准确率的妄言。

第二是两舌，即挑拨离间，当甲说乙，当乙说甲，使人与人之间发生矛盾。

第三是恶语，即说话难听，出口伤人，让人不愉快，伤害他人的自尊心。

第四是绮语，即无意义语，大家在一起说一些容易让人生起贪、嗔、痴之心的无聊话题，这叫无义语。

所以妄言、两舌、恶语、绮语这四个是口里一定不能说的四恶业。反之，要学会：第一，要说实话、真话；第二，要学会说有益于团结的话；第三，说话态度要好，让人容易接受；第四，不要说对己、对他都没有实际意义，却容易使人生起贪、嗔、痴的话。这样就变成了口的四善业。

有人说：“我这人就是这么直，我想到什么就说什么。”他还以为这是自己的优点，其实错了。你为什么对人家不直言赞美，反要直言伤人呢？难道此人没有一点儿优点吗？绝对不可能！因为你只观察别人的缺点，而没有实事求是地观察别人的优点，所以你看到的对方就都是缺点，故而你的直言只有恶口，而没有赞扬，这很不好。你可以说直言，但是这种直言最好不是让他人感到难受的直言，而是让他人高兴的直言。比如说，你明明知道这个和尚学问不怎么样，你却跟他说“你学问渊博”，那当然是妄言了。可这个和尚学问虽然不怎么样，可是他的品德很好，那么你就可以不提学问的事，而直言：“你这个人品德非常好，很宽容。”这也是实事求是的话，对方听了也会很高兴，对双方都有利。之所以你只

看见他的学问不好，却看不见人家的品德好，说明你有片面性的毛病，应该改。

一般地说，你看别人的缺点越多，说明你自己的缺点越多，反之亦然。当你经常用挑剔别人缺点的眼光来看人的时候，你的缺点将会越来越多；反之，当你常用随喜别人优点之心来观察别人的时候，你的优点也将会越来越多。所以，对自己要多观察缺点，对别人则要多观察优点，而非反之。比如说，佛菩萨怎能不知道谁有缺点？但他们从不会去挑剔这个，埋怨那个，只会用很多的善巧、方便来引导每一个人弃恶向善。这才是智者之所为。

意业有三：贪心、嗔心与邪见。此处所指的贪心并非一般的贪，主要是指内心深处生起夺他人所爱的这种贪心。此处所说的嗔心，跟一般的嗔恨心也不太一样，主要是指念想伤害他人之心。所谓邪见就是不相信因果，不相信前世和来世，不相信上师、三宝。

所说的十恶当中，其余的什么恶都好对治，唯有一个最可怕的、几乎无药可救的就是邪见。人一旦起了邪见之后，基本上是无药可救了，除非他自己放弃邪见。因为一旦产生了邪见之后，你给他讲多么正确、多么深刻的道理也没用，他什么都听不进去。除此邪见之外，多么恶劣的人都好改变。

比如，我有一个弟子，曾经是一个大坏人，打架、吸毒等什么坏事都干。一般来说，堕落到这种程度，几乎是无可救药的了。可我为什么有信心救他？因为我发现这个人有一个好处，对上师、对佛宝、法宝、僧宝深信不疑。另外，此人虽然由于周围环境的原因学坏了，但其心中仍有良知和正义感，他还能分清谁害我、谁爱我。所以我就运用多种方式教育他：或者用让他难以忍受的语言刺激他；或者用温暖的语言安慰他、引导他；或者用激将法来激发他；终于使他变得自觉无地自容，痛哭失声！他真的改了，现在非常不错。如果他在堕落的基础上，再持邪见的话，那我半点儿办法也没有了。之所以我能救得了他，让他变成好人，因为他还没有灭掉良知，能听得进去好话、真话。开始给他讲道理的时候他就哭，将自己的头碰到地上，狠狠地哭，我就感觉，这个人还是有救的，果然真的有救了。

事实又一次告诉我，最可怕的是邪见。诸位居士们，千万不要产生邪见，不然的话，这世上就没有什么东西可救了。释迦牟尼佛如此大慈、大悲、大智慧，也没有救得了提婆达多、善星比丘等等，就是因为他们有邪见。

## 己二、彼之果报

现在讲黑白业的果报。先讲十恶的果报。

“杀生短寿报”：无论是杀人，还是杀其它动物，凡是杀生者，都会短寿。今生如此，来世会更短。

“逼恼遭多损”：你伤害他人的利益了，老是逼恼他人，你就会常常遇到他人所逼、万般无奈的苦恼。

“偷盗财匱乏”：用卑鄙的手段获取不应得到的财富，你越这么做，就会越穷。很多人之所以能够毫不费力地得到许多财富，那是他前世所作的布施的功德。很多人之所以一生当中拼命努力却仍感匱乏，就是因为他前世过于吝啬，或者偷、抢所致。

“邪行境多怨”：如果你邪淫的话，连自己的孩子与妻子或丈夫都会变成敌人。会有很多敌人，会经常遇到问题。很多家庭发生不幸之事，多半是由其前世多犯邪行所致。

“妄语遭诽谤”：装神弄鬼、妄言惑众者，必会多遭毁谤。

“两舌亲眷离”：经常对他人进行挑拨离间的人，自己很难找到忠诚的朋友，甚至自己最亲的人，也会离弃而去。

“恶口闻不悦”：你若伤害他人的自尊心，他人岂肯善罢甘休？他可能会用更难听的语言来回敬你，你说他像猪，他肯定要说你像狗，那就麻烦了。寂天菩萨说：“人人都希望得到快乐，但由于其方法失当，故亲手毁掉了自己的快乐之因；人人都不想遇到苦恼，但由于其不懂脱离苦恼的方法，反而招来了更多的苦恼。”为了显示自己厉害而多犯恶口，结果使自己变得更差、更糟糕，人见人厌，经常招致“闻不悦”，即经常听到很多难听的话。

“绮语他不信”：经常海阔天空、废话连篇的人，到头来谁也不会相信他的话，这叫“他不信”。

“贪心害所求”：只要你贪欲大，常夺他人之所爱，那么必将招致他人夺你所爱，愈贪愈失，倍增烦恼。

“嗔心受惊怖”：你若心生嗔恨，伤害他人，别人一定会变本加厉地奉还于你，十年、二十年都不会忘记。故而你会常受惊恐，遭受更大的伤害。

“邪见恶见报”：邪见者，必将遭受无可救药的恶见之报。

“饮酒心智乱”：酗酒者必然心智混乱，行为失控，该说不该说的、该做不该做的，全都搞得一塌糊涂，伤身坑人，醒后悔之莫及！

“不施故贫乏”：舍不得作供养，舍不得作布施，舍不得付出的人，他未来的前途只有一个，只会越来越穷，今生乃至来世都不会富有。

“邪命遭他诳”：邪命，即用谄媚奉承等方式谋取私利，骗人钱财。你这么骗别人，别人也会以同样的方式骗你。

“骄恣种下劣”：所谓骄恣，就是仗恃自己种族高贵、位高权显、博学多才、美丽庄严、年富力强、财大气粗等等，而骄傲自恣，盛气凌人。人一旦生起了骄恣之心，他的发展就已经到达山顶了。这就意味着，下一步无论你往东南西北哪一个方向走，只有一个可能，就是下坡，决不会再提高。所以人一定要把自己的心放在低处，不要生起慢心、骄态，否则将变成种性下劣，人人都瞧不起，人人都厌烦的人。

“嫉妒少威德”：一般嫉妒心强的人，越嫉妒别人，他自己的威望就会越来越下降，故说少威德。

“嗔恶形色丑”：经常发脾气，经常愤怒的人，其形貌将会变得越来越丑。如果你想形貌美丽，青春常驻，就千万不要生气。一般人不知道美与丑的根源何在，其实美与丑的根源就在自己内心，而绝对不在于肤色，更不在于型态。如果你内心中没有贪心、嗔心、痴心，没有自私、我慢、执着、狂热、嫉妒、顽固、疑心，而充满了慈悲心、智慧心、德能心、宽容心、包容心、喜悦心，那你这个人，无论是什么样的肤色、什么样的外形、多大的年纪，或者哪怕是残疾人等等，都会讨大家的喜欢。为什么？因为与你接触没有那么多的烦恼，反而会增加乐趣。而爱发脾气的人，一看就能看出来，决不会像心态好的人那样慈眉善目，和蔼可亲。有些人之所以一生下来就特别丑，就是他前世的嗔恨心太重所致。

“不问智故痴”：有些人就是放不下架子，不懂装懂，从不去问有智慧的人。

你越不请教他人，就会越愚昧。今天我能给你们讲个三言两语，就是因为我从小比较喜欢问师父，久而久之，智慧渐增，如果不是经常请问师父，我哪能知道这么多的道理。所以说你们想增长智慧，就得问，一有空就问，那才能智慧大增。因此说“不问智故痴”。

### 丙三、出离心生起之量

“修已于轮回盛事，不生刹那之希望，  
昼夜唯求解脱心，起时是生出离心。”

通过这种方式来修，即对轮回的一切盛事，包括荣华、富贵、名声、地位、权力等一切世间享乐，没有一点点点的欲求，没有一点点点的贪心，没有一点点点的希望之念，“昼夜唯求解脱心”，无论睡觉的时候，还是吃饭的时候，无论白天还是晚上，心里只是想着，“我怎么样才能尽快脱离这个火坑一般的轮回之狱呢？”如果心里能够任运生起此种强烈欲望的时候，那时候才可以说，你已经生起出离心了。

这就是“三主要道”当中的第一步“出离心”。对此出离心的内容，我讲得实在太少太少了。一般说打五折，那就是最低的了，可我已经打成一折了，可能一折都没有。如果完整讲的话，出离心要讲一至三周。这次我只能是方向性地点一点，等以后因缘具足的时候，再详细地讲吧。

### 乙二、菩提心，分二：

丙一、为何要生起菩提心；

丙二、如何生起菩提心。

丙一、为何要生起菩提心

《华严经》中说：

“若能发起菩提心 则能勤修佛功德  
若能勤修佛功德 则得生在如来家  
若得生在如来家 则善修行巧方便  
若善修行巧方便 则得信乐心清净  
若得信乐心清净 则得增上最胜心  
若得增上最胜心 则常修习波罗蜜”

“若能发起菩提心，则能勤修佛功德。”这句话，平平常常的一句话，内容可不一般。是说，如果真正能够生起菩提心的话，那么佛现在拥有多大的功德，将来你就可以达到多大的功德，也就是说你将会成为佛的。反过来说，如果你没有修成菩提心的话，那你就没有成佛的可能。因此，菩提心就是证得佛陀果位的最核心的因。

“若能勤修佛功德，则得生在如来家”，就是说，若能勤修佛的功德，就会变成佛子，也就是变成菩萨了。声闻、缘觉也是佛的弟子，怎么不叫佛子呢？这就像国王儿子众多，但太子只有一个；佛的弟子虽然很多，但是将来继承如来家业、堪成佛之果位者唯有菩萨。

“若得生在如来家，则善修行巧方便”。如果你发心成了佛子，则一切善巧方便的修行你都会修，布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧六波罗蜜与“四摄”等等，你就都会修。方便就是方法，得到佛果位的方法，你都会做。

“若善修行巧方便，则得信乐心清净”，如果你修一切方便善巧的菩萨行道，就能够生起真正的信乐，对佛法的精进心或者信乐心，皆清净而坚定。

“若得深心妙清净，则得增上最胜心”，由于你对证得佛的果位的信念非常强烈，对佛的功德和佛利益众生的广大悲心，生起极大的信乐和清净之心的缘故，你速速证得佛陀果位的这种增上心就将越来越强大。

“若得增上最胜心，则常修习波罗蜜”。由于你速证佛陀果位的信念日益坚固，所生起的殊胜增上心越来越强的缘故，你必然会主动、经常、精进地修行波罗蜜。所谓“波罗蜜”就是到达彼岸的方便，断除轮回的方便，破除一切我执和



法执的方便，万法自性皆空的智慧，亦即到达彼岸之法。这就是为什么要发菩提心的第一个原因。

第二个原因是

**“若无菩提心摄持，出离不成无上觉，  
圆满安乐之因故，智者应发菩提心。”**

如果没有菩提心所摄持的话，也就是若没有生起菩提心的话，即便你有了真正的出离心，也不会得到佛的果位。因为出离心最大的作用，只是让你清净学佛，脱离苦海，证得涅槃，但并不一定是佛陀的果位。比如声闻、缘觉的阿罗汉果位也叫涅槃，但这距成佛尚差十万八千里。唯有发了菩提心之后，才可能继而成佛。也就是说，不仅仅要有出离心，更具有决定意义的是要发菩提心。因此智者皆重视修习“发菩提心”，即为了解救一切众生，而要以最快的速度证得佛陀果位。这就是为什么要生起菩提心的原因。

## 丙二、如何生起菩提心

**“四瀑流冲难阻止，业力绳索紧密系，  
投入我执铁笼中，无明黑暗笼罩之，  
无边有中生又生，三苦逼迫常无断，  
诸母情状与处境，思已发起殊胜心。”**

咱们先讲最后两句话——“诸母情状与处境，思已发起殊胜心”，然后再说前面的。“诸母情状”“思已”，即先想想我们母亲的状况及其处境如何悲惨。所谓“诸母”，即天下所有的众生，包括我们周围的苍蝇、蚊子，包括你家中的蟑螂、蚊虫在内都曾是咱们的母亲。为什么？因为生命无始，轮回不断，在无始迄今的轮回过程中，每一个生命都可能做过我们无数次的父亲和母亲，给过我们无数次的恩德。或曰：“这都是过去的事了，怎么能与现世的母亲相提并论。”非也！

母亲岂有先后之别？只要做过我们的母亲者，那就都是一样的母亲。此理即如，今天的恩人是恩人，昨天的恩人也是恩人，因为今天的恩人就是由昨天过来的。因此怎能说，今天的母亲是母亲，昨天的母亲就不是母亲呢？所以说，每一个众生都曾是我们的母亲。

那“诸母”的状况和处境为什么那么悲惨呢？这就回到源头了：“四瀑流冲难阻止”。所谓瀑流，就是高山悬崖之上川流不息下泻之水，因其比平地水流湍急，故称瀑流。这些如母众生所遭受的就是难以阻止的生、老、病、死的四种瀑流。有“生”必有“老”，其间难免“病”，最终必得“死”。这就是瀑流。

另外还有一种“爱、有、无明和见”的四大瀑流。“爱”乃贪爱之爱，包括嗔、贪两个部分。贪欲是爱，嗔恨也是爱。由于贪欲之爱，就特别希望得到自己想得到的东西，越求不得就越贪欲，贪欲越盛就越着急，由此，忧愁、难受、烦恼、痛苦等接踵而至。一旦得手，又非常害怕失去，由此，担心、恐惧、烦恼、痛苦等又会不期而遇。这就是爱。“有”即前世所造之业与当世所生之“爱”与“取”相结合，变为再“生”之因。一有此因，必遭诸苦。“无明”就是不明白万事万物的真相，不明白“我”的真相，不明白一切万法如梦如幻，如水中月、镜中影。由于不明白“我”乃是于因缘和合之上的假名安立，是丝毫没有自性的、非自在与独立的、如梦如幻的假相，却把它当真了，而为此假“我”争名、争权、争色、争财，为此而永沉轮回，受苦无尽。主导此一切的罪魁祸首就是无明，它才是真正的魔鬼。很多人怕鬼，其实最大的鬼就是我们内心中的愚昧与无明！内鬼若除，自然就会明白，外在的所谓的鬼都是如梦如幻、虚假不实的，没什么可怕的。唯有我们内心中的无明愚痴，才是魔中之魔，鬼中之鬼，才是毁害我们一切安乐的敌人之中的敌首！“见”主要指邪见，刚才说过，在这儿就不多说了。

这样的四大瀑流，不给我们丝毫的休息、安生的机会，让我们受尽了苦难，把我们冲到六道轮回无穷无尽的苦海当中，毫无自由。这就是我们的母亲——所有众生——遭受的苦难。这是现状。

“诸母”的处境是，“业力绳索紧密系”。就是说，我们过去无数世以来，由于无明的缘故而造的福德业、非福德业和不动业等世间的业力，把我们紧紧地捆绑在六道轮回当中，就像把我们紧紧地捆在一个水车上面，不得不跟着水车转一样，业力牵引着我们在六道轮回中无处不转。这就是“诸母”的处境，非常可怜。

如果捆绑她们的真是绳子那倒好办了，问题是在绳子的内外还有两层虽然无形但却难以剪断的绳索，这就是“人我执”与“法我执”这两种执着。就像《金刚经》所说的“我相、人相、众生相、寿者相”等等，所有的着相和执着把我们关在无形的笼子里，走不出去。这就是“诸母”的处境。在此笼中，三苦交逼，难得稍安。三苦中，行苦为本，即由于善恶业力所推，不得不在从世间顶到十八层地狱为止的六道当中轮回不止。在生死轮转的过程中，人们自以为乐的一切假乐最后都会变成痛苦，这就是坏苦。比如站久了认为坐着快乐，坐久了觉得站着快乐，这就是坏苦。而人人所知之苦——生、老、病、死、爱别离、怨憎会、求不得、有漏蕴聚苦等等，这就是苦苦。

见“诸母”之惨状，怎能不决心解救？但现在我等连自己都解救不了，遑论他人？！唯有诸佛，因其神通广大，智慧、慈悲、德能无穷无尽，可于刹那间变幻出成千上万的化身，在不同的众生面前显现不同的善知识相，来引导众生修学佛法，离苦得乐。为此我们首先就要尽快证得佛陀果位。这就是“三主要道”当中的第二步——发菩提心。

### 乙三、性空正见，分二：

丙一、为什么要树立正见；

丙二、性空正见生起之理。

性空正见也可以称之为“正见”或“清净见”。从两个方面讲：第一、为什么要树立正见？第二、性空正见之理。

丙一、为什么要树立正见

“不具通达真理慧，虽修出离菩提心，  
不能断除有根故，应勤通达缘起法。”

就是说，如果你没有通达真理的智慧，不能认清万事万物的本来面目的话，即便你有了前面所说的菩提心和出离心，你仍然难脱轮回。因为，只要你没有通达万法体性皆空之理，你就无法根除无明。只要有无明在，你必会执着“我”、“法”，把“我”和一切万事万物当真。由此必然会起贪、嗔之心，并引起其它的烦恼心。这就必然要造业——福德、非福德、不动三业，并将这些业力的种子保留在意识田中，因而“爱”、“取”渐起，必成后“有”；“有”则必“生”，再成“名色”；胎中发育，产生“六处”——眼、耳、鼻、舌、身、意；“六处”渐成，眼可见色、耳能闻声、鼻可嗅香、舌可尝味、身可感触、意可成思，即“触”；“触”生三“受”——苦、乐、舍“受”；贪、嗔必起，由此生“爱”；“爱”则“取”；“取”而成“有”；“有”则必“生”；“生”则必“老”，间或生病，老、病必“死”；忧、悲、苦、恼充满其间。这就是如环无端的十二因缘。

只要你没有根除无明，就不得出离，永无宁日。《般若心经》中“无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽”，一段讲的就是十二因缘的顺转、逆转及其体性皆空之理。从“无明”到“老死”为顺转；从“无无明”到“无老死尽”为逆转。

如上所述即为顺转。佛菩萨通过逆转，彻断无明根源，由此而得涅槃。当我们了了了从“无明”起到“老死”止的十二因缘，了知它是如梦如幻，如水中月、镜中影，因而毫无贪、嗔之心的时候，就再也不会轮转了。所以说，“依般若波罗蜜多故，心无挂碍，无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。”“般若波罗蜜多”就是智慧的彼岸，也就是通过修行真理的智慧，才能到达智慧的彼岸。

关于“我执”，月称菩萨在《入中论》中说：

“最初说我而执我，次言我所则著法，

如水车转无自在，缘生兴悲我敬礼。”

意思是说，首先把“我”当真了，因此认为这就是“我”，好的“我”全要，坏的“我”全不要，因此对“好的”贪、对“坏的”嗔，引生诸多烦恼，由此也造下了许多业障，最终招致生死轮回。把“我”当真之后，继而会把一切万事万物也当真，对“我的”得和失过于执着，这就好像是前面比喻的自己把自己绑在水车上一样。

丙二、性空正见生起之理，分三：

丁一、何谓性空正见；

丁二、性空正见生起之量；

丁三、正见殊胜之处。

丁一、何谓性空正见，分二：

戊一、正见生起的情况；

戊二、尚未了达正见的情况。

一是如果你了达“现相缘起”与“体性皆空”二者无二无别，那么你就了达了诸如来所欢喜的道理，即“佛陀所喜道”；二是，如果你仍将“现相缘起”与“体性皆空”作分别执持者，那就是还没有了达诸如来所欢喜之道。

戊一、正见生起的情况

“能见轮涅一切法，从因生果皆不虚，  
且能破诸所执境，彼入佛陀所喜道。”

我们无论对轮回也好，涅槃也好，如果把所有的一切万事万物，也就是万法，从现相的角度上认识到有因必有果，有果必有因的道理，也就是从现相的角度上认识到因果不虚的道理；同时从体性上或本质上，能破除其真实性、自在性、独立性，将其看成是如梦如幻，从而把现相的因果与本质的体空两个视为无二无别。因为现相的因果不虚，所以本质是体性皆空的；因为是体性的皆空，所以现相缘起不虚。当这两个融为一体的时候，你就得到了诸佛菩萨所欢喜的正道，也就得到了真正的道。了知这一点非常重要！

## 戊二、尚未了达正见的情况

“现相缘起不虚妄，离执空性二了解，  
何时见为相违者，尚未通达佛密意。”

龙树菩萨说：为什么一切因缘所生的法是空？正因为是因缘所生的，所以才是空的。要是不空的话，是真的话，那就不应该是因缘所生，而应该是独立的、有自性的和自在的。

正如我们所知的一样。比如这个如果真是杯子，那么即便咱们不给它取名字叫杯子，从它那里也应该可以找到一个是杯子的东西。那你把它拆成一块一块的，把颜色也去掉，这一块一块的东西都不是杯子，那么，还有杯子吗？没有。也就是说，严格地来讲，这个杯子是由许多不是杯子的东西集中起来的事物，人们给它安立个假名叫杯子，其实它的组成，就是“不是杯子”的组合。

再比如说，夏坝活佛就是“不是夏坝活佛”的组合，然后给他强加了一个假名之后，就变成夏坝活佛了。同样你们每一个人也都是这样。因为人当然不是水了，水去掉；也不是火，火去掉；也不是风，风去掉；也不是土，土也去掉；也不是空，空也去掉；也不是识，识也去掉，除此之外，还何有人哉？没有了。所以说，一切事物，你称它为“某某”是可以的，但你进一步观察的时候，根本就找不到这个事物，都是假的、虚的。

这就跟一个企业很相似，本来没有这个企业之前，谁都不会认为我就是某某企业的董事长，这就是我的企业，那就是我的员工，员工也不会有类似于认为我就是会计，我就是秘书等等的心念。当几个人在白纸上写了几个黑字，然后拿到另一个人群当中去，那个人群的某个人如果这样写上了什么字，就会变成什么什么公司了；如果那样写也可能变成不是了，就这么简单。原有的房子、原有的人、原有的纸和墨，就在白纸上写了几个黑字，就变成什么什么公司了，你们各自变成什么董事长、总经理、秘书，而自己对这个董事长或者秘书毫不怀疑地认为自己就是。但是，如果有一天破产了，原有的房子和人都依然如故，只不过在这白纸上增加了几个黑字，就破产了，从此，他又丢失了原来“我认为我是

董事长”的这种心。其实明明知道这都是假的，比如市长、省长、主席啊，哪能生来就是主席啊？他是主席，就是白纸上面的黑字变成了主席，变成了省长、市长，同样又是白纸上面的黑字也可以把他变成为不是。其实都是假的、虚的，只不过暂时取这么个名字而已，可是我们却把它当真了。如果当真了，我们就有苦恼了；如果我们不当真的话，我们就不会起贪心、不会起嗔心，所以我们就不会有苦恼。如果将“现相的缘起”与“体性的皆空”割裂开理解的时候，就还没有得到佛陀所欢喜之道。

当你仍然认为现相缘起的因果不虚与其本质的体性皆空这两者之间还是矛盾的时候，你就还没有了达佛所欢喜的秘密之道。

## 丁二、性空正见生起之量

“不复轮替而同时，甫见不欺缘起已，  
普灭实执所执境，彼时见观察圆满。”

就是说，什么时候你不需要轮替地先想缘起后想性空，而是当你发现事物是由因缘所生的时候，同时心里面一下子就能够生起事物体性的实质其实全部毫无真实感，当你将事物视为如梦如幻，彻底消除了对所缘境的执着之时，你的正知见（即清净见）的观察就已经圆满了。

## 丁三、正见殊胜之处（或者特点）

“又由现相除有边，及由空性除无边，  
若知空性现因果，不为边执见所夺。”

这是指中观应成派最高境界的思想。因为包括中观自续派与唯识宗等其它任

何一个宗派在内，都达不到这个境界。一般来说，中观自续派等认为，由现相能除掉无边；而由性空能除掉有边。而中观应成派则认为，现相能够除掉有边；而性空能够除掉无边。

什么是有边、无边？即边见，也就是偏见的意见，是偏于两边之见，而非中正之见。

那么“有边见”是什么？认为万事万物都是实有的、实在的这种见别，包括“我”和“法”都认为是实在的这种见，就是“有边见”。

那么什么是“无边见”？即认为一切万事万物本身本来是没有的，前世、后世也没有，三宝也没有，因果也没有，一切万事万物都没有，执持一切皆为虚无者，就叫“无边见”。

那么如何才能够既有显相，又能破除“有边”呢？关键在于要把“现相的缘起”与“体性的皆空”视为无二无别。当你看到任何一个因缘和合而生的事物的时候，把原来那种当真、当成实有的执着消除掉，没有把对方（所缘境）当成任何一个执着的边执的时候，由于你看到了因缘故，就一下子了达了它的体性皆空。所以说，显现出来的，就不认为是实有的，那就是由于“现相的缘起”变成为不是实有的主要理由，所以说“现相除有边”。

什么是“由空性除无边”呢？当你发现一切万事万物体性皆空的时候，同时知道，因为是因缘和合而成的，所以才是自性空。因此一旦了达事物的体性是空的时候，就会想起其理由就是缘起故，所以就自然断除了没有因果、因果是假的、虚的这种“无边见”，也就是“无”的边见。因为这样能了知“现相的缘起”与“体性皆空”之间即是因果的关系，就不会再被边见的执着夺走你的正见，故而你才算是立了正见，也就是了达了“清净见”。

### 甲三、结分，分二：

乙一、劝修；

乙二、作品圆满。

乙一、劝修



“如是三主道诸要，子能如实通达时，  
当依静处起精进，速疾成办究竟愿。”

宗喀巴大师说：“对前面所说的菩提心、出离心和正见（或者叫清净见）这三个最主要之道的内容，法子你（指宗喀巴大师的弟子，擦廓长官，阿旺扎巴）等如果真正通达的话，就应该找一个比较安静的地方，精进修行，尽快成就究竟之愿。

## 乙二、作品圆满

“此为多闻比丘洛桑扎巴，为擦廓·阿旺扎巴所作之教诫”，是宗喀巴大师为其弟子擦廓·阿旺扎巴所作的教诫。

《三主要道颂》已经圆满地讲完了。

如果想详细了知“性空正见”的话，《菩提道次第广论》的一半是止观章，其中最多的就是“毗钵舍那”性空正见。因此你们可以认真地去学习。今天我只是指个方向而已，让你们了解一下什么叫性空正见（清净见、正见），什么叫菩提心，什么叫出离心。你们了解了之后，最好天天念诵《三主要道》，一定要天天念诵！因为《三主要道》非常重要，而且念诵当中，由于你听过导论，所以会有所感悟。当你了解了什么是出离心，什么是菩提心，什么是性空正见的时候，也就走上了学佛的第一步，学会了基本的佛学知识，以后我再讲法的时候，你就会有比较丰富的经验。其实我不只是今天和昨天下午专门讲了佛教的知识，这几天我在灌顶的过程当中，字里行间讲了许多佛教的基本知识，让你们建立起基本的正法思想，这样你们就会明白，什么是正法，什么是不正确的，该怎么修等等。

我们这三天的佛事，讲经说法的事业圆满成功，诸位居士们也辛苦了。我看到有些居士，真是很难受，因为不曾盘腿坐过那么长时间，所以说那真是叫坐立不安啊。但是不管怎么样，我发现一件事情，让我很高兴，我看到了你们很喜欢听，这就很好。对佛法产生喜悦心，那是殊胜的因缘。只要对佛法有喜悦之心，就会逐渐了达很多佛法，明白很多知识，就会认真地去学，那么就一定会变成为

非常优秀的居士。所以说，我最怕的并不是你们现在的学问不够，而是怕你们干脆没有兴趣。如果你们对佛法没有兴趣的话，那么即使佛祖释迦牟尼来到面前，也毫无办法。所以一定要记住，无论什么时候，都要保持对佛法非常强烈的欲望和希求！听佛法的时候，就像得到了无价之宝的甘露丸一样，一个字、一个字牢牢地记在心间，回家以后，反反复复地思考，反复纠正自己的动念。千万不要把这个当成开会。

讲法和开会是截然不同的。开会在某种程度上是一种形式，不会太认真，只要差不多就行。可是听佛法，要做的是以后必须依教奉行，也就是以在上师面前听到的法作为以后修法的指南针。这几天讲的法，就是你们以后的人生当中需要做什么，不应该做什么的指南针。一个无边无际的大海里，没有指南针是绝对不行的，即便你这个船再先进，一旦失去了指南针，失去了导航系统的话，你这个船就会不知道去向，就会迷惑，你根本就不会到达目的地。同样，如果没有善知识来讲经说法，没有把讲经说法的内容作为自己修行的指南针，而是他讲他的，我修我的，那你永远也得不到任何成就。所以请记住，之所以佛陀讲这么多的教授，实际上就是起一个指南针的作用，为我们引导方向，令你们得到精确的方向。所以我们有一个共同的目标，那就是达到目的地：我为了你们到达这个目的地而给你们讲说，而你们为了达到这个目的地而认真地谛听。

（注：此文为夏坝仁波切在大庆、葫芦岛、上海等地三次讲授《三主要道颂》的汇集稿。）

# 开示部分

## 1、 仁波切关于四种人的开示

龙树菩萨曾说：“今明后方明，今暗后还暗，或今明后暗，或今暗后明”意思是人的未来有四种类型：从光明到光明的；从光明到黑暗的；从黑暗到黑暗的；从黑暗到光明的。

什么是从黑暗到黑暗？此即所谓“无德无才”之辈。因为他们没有品德，没有修养，没有善良的慈悲的心，所以无德；因为没有智慧，不知道如何取舍自己的行为、言语、想法，内心充满了贪婪、嗔恨、愚痴，由此他们是无才的。这种人深信自己是善良之辈，是受委屈者，把自己所有失败的原因归结为社会、国家、民族，乃至当下的形势，而不从自身上找原因，因此他今生苦、来世苦、世世苦。这种人当下黑暗，未来黑暗，即龙树菩萨在《亲友书》里边所说的“今暗后亦暗”。

第二种“今明后亦暗”。这种人他们可以为了今天而出卖明天的利益，为了今年可以出卖明年的利益，为了今世可以放弃出卖来世的利益，为了来世也可以出卖根本的脱离苦海的利益，为了自己而出卖天下一切苍生的利益……这种人即“有才而无德”之辈。有才无德的人，往往让人怀疑“善有善报，恶有恶报”的真实性。为什么呢？你看那么多的坏人，他活得很好啊，而我从来没做过坏事，可我的生活还是一团糟。难道真是这样吗？不！他们往往只看到事物的一部分，从来都不看完整的事物的变化。就好像盲人摸象一样，只摸到局部，不可能摸到全部。同样的道理我们对那些有才无德的人，往往只看到了当下成功的一面，没有看到未来最终的结局，因而常常使人们误认为做坏事可能不会有恶果。那些作恶多端却照样得到更多利益的人，就像一个人把所有的家产全卖光了，然后到高档的消费场所去享受一样，他只不过是把自己的未来出卖掉了以后，把这部分拿出来，当下去享受而已。他怎么出卖掉了未来呢？因为他出卖掉了一切善根、一切福报，造了许多的恶业，不惜伤天害理，不惜作恶多端。可是，你一旦不顾万事万物因果业报的规律，那么你的福报一定会失去得非常非常的快速。

我曾经说过：有才而无德者，如同把杯子往空中使劲扔，力气大的，可能扔十几米乃至几十米；力气小的，只能扔三米、二米。同样，智慧小的人，他可能只享福三年、二年；智慧很大但德性很差的人，他可能享福十年、二十年乃至上半生。什么时候受到果报取决于他智慧的大与小，如同把杯子扔上去的时候，就决定了几件事：不管你力气有多大，扔得有多高，最终杯子一定会掉下来；同样一个人不择手段，作恶多端，决定了他终究会得到报应。第二，你扔得越高，掉下来的时间就越长，扔得低的，掉得要快。这如同智慧大的人，受到恶报的时间会往后推；智慧小的话，受到的恶报应来得很快。第三，扔得越高摧残得也越严重。

当一个人通过不正当的手段促成了某件大事，得到的恶报就越严重。举个例子，你到街上偷十块、八块、几百块钱，被警察抓住了，关你一两天，打你一顿，也就没事了，来得快，去得也快。但是，你通过高明的手段，获得几个亿，坑害了很多的人，乃至一个民族或国家的利益，一时半会儿，不会受到报应。为什么？因为你有关系网络，你有周密的计划和安排，十年八年也未必受到报应。可是一旦受到报应的时候，不只你自己，跟你有关的所有的人，脑袋都要保不住了。天下没有一个人，通过作恶多端的不正当的手段获取不可告人的利益后，不把自己的前途葬送的。这就是二千一百年前龙树菩萨所说的“今明后亦暗”。

另一种人，“今暗后亦明”者。比如有德而无才者。这种人没有足够的才华和智慧，当下的生活平平淡淡，但他们往往属于乐观主义者，他对社会充满了信心，对所有的人充满了友好，对天下苍生充满了爱心。这种人虽然没有才智，但他们有德行，修行非常好。所以他是药到病除者，因此“今暗”现在很苦，“后亦明”未来很好，以后有光明的前景。

最后一种是“今明后亦明”，即德才兼备。此种人为数不多，但都是真正的成功者。由于他有足够的才能和德性，眼下会很好，以后也会很好。对他而言，现在和未来的一切利益都能够具得圆满，今生和来世都能达到圆满，来世和彻底解脱苦海也能得到圆满，自己的利益和天下一切苍生的利益皆得圆满。“今明”就是现前寻求人天福乐之心，“后亦明”可以把它理解为彻底脱离轮回苦海，到达永久安乐果位。

“无才无德者”与“无才有德者”之间有一个相同的地方：两个都是老实人，

都是不能做大事的人，没有能力做大事的人，都是没有智慧的人；而他们又有些不同的地方：第一、前者，无德无才，他不是不想做坏事，而是没有能力去做；后者，有德无才，他从来不想做坏事，内心非常善良，非常慈悲。第二、前者，总是把失败的原因归于社会、国家的黑暗，认为“我之所以失败，不是因为我之过错，而是外在环境所致”；后者，把失败的原因总结在自己的身上，“我之所以失败，是我的智慧不够大，我的贪心、嗔心、痴心很重”，这就是无才无德者和无才有德者之间的差别。

而“无才无德者”和“有才无德者”之间也有相同和相异的地方。相同的地方是：第一、两种人内心都是极其黑暗的，深信不疑地相信这个世界是弱肉强食的“只要我不吃，我就会被吃”的这种观念，他们有共同的想法，共同的世界观；第二、他们把自己快乐的理由或方法建立在别人的痛苦之上；第三、当遭受失败的时候，两种人都会把它总结为他人的原因和外在的环境，从不会把责任担在自己身上。

无才无德和有才无德之间的差别在于：前者，由于他没有智慧，故没有能力去做大事；后者，因为他的聪明，能成功地做成大事，可惜他用的手段最终给自己带来灾难性的后果，最终是自残自灭的。

我们自己要做出抉择，做哪种人，走哪一条路。命运掌握到自己的手里，我在此时，说起这件事的缘起，就是龙树菩萨在《中观宝鬘论》中说的“先修增上生，后生决定善，增上生即乐，定善谓解脱。”他说，首先要为来世得到人天之福乐，而生起增上生的心，继而生起决定善的心，也就是脱离轮回到达永久安乐的决定善的心。

## 2、仁波切对摄集善法的开示

龙树菩萨在《宝鬘论》中说：

“离酒清净命，不损恭敬施，  
慈心供所敬，如是即善法。”

第一要“离酒”，不能喝酒。如果不是特别严重的事，迫不得已的话，千万别喝酒。因为一旦喝过之后，就像神经病一样，你就会说出不该说的话，会做不该做的事，会想不该想的事，因此就要离酒。

第二“清净命”。一定要具有非常良好的品格，千万不要学会以谄媚人、奉承人的方式来获取自己的利益。有时候人都是很糟糕的，老是跟别人说好听话，谄媚、奉承等等，以五邪行的方式来获取自己的利益。但是，往往你越这样的时候，你得到的就越少。所以说，不要这样做，要学会清净命。“命”就是生活的意思，要学会很清净的生活方式。

“不损”，就是不要损害他人的利益。

“恭敬施”。对上面，要学会恭敬；对下面的人，要学会爱护；对周围的人，要学会相融。上敬、下慈、周围柔，一定要这样去做。人有很多毛病，有的人，只能容下下面的人，上面的他就容不下；有的人，他只能容下周围的人，上面人他就容不下；有的只能容下上面的人，下面的人和周围的人容不下。你看，有的人专门搞拍马屁，奉承、谄媚，这种人对下面的人极其的虐待，对上面的人简直是天天赞扬；有的人习惯性的对周围的人特别融洽，非常讲义气；有的人对下面的人特别好，对周围的人相互还是很嫉妒，对上面的人更加容不下。学佛者对上要学会尽孝道，要学会忠诚，要学会恭敬；和周围的人要学会宽容，要学会包容，要学会讲义气；对下面的要学会爱护，要学会善待。这就是龙树菩萨这里边所说的恭敬。

“施”，就是对上也要给他供奉；对周围的人，也要跟他让利，或者让他得到利益；对下面的人进行布施，这是必须的，这三个都要做到。只要你的动机不是不良的，这都绝对不是什么坏事。

“慈心供所敬”，以慈悲的心来供养所敬之处。

“如是即善法”，这就是善法。

### 3、仁波切关于往生净土的开示

我给你们说两件事。第一，无论是修汉传净土宗还是修藏传佛教，如果没有出离心、菩提心和性空正见，是绝对不可以的。因为没有出离心，就放不下轮回

当中荣华富贵的贪念，也就无法往生极乐佛国。

去年四月份的时候，我专门讲过《无量寿经》，你们应该看看这个讲义，从中可以比较清楚的了解什么是净土法门。不瞒你们说，我也在修净土，也是修净土法门的弟子，那我是不是藏传佛教呢？是彻彻底底的藏传佛教！因为藏传佛教既不能缺密法，也不能缺显法。尤其是格鲁巴，最注重的就是“如来的一切佛法完整的继承”，不可以丢这个、落那个。特别是《无量寿经》、《观无量寿经》和《阿弥陀经》当中一再提到，对生死轮回产生厌离心，而一心欲求西方极乐佛国的重要性，这里面所说的厌离之心，就是今天我讲的出离心，没有出离心你是到达不了西方极乐佛国的。

首先你愿不愿意去净土。在藏地的净土法门当中，有一个殊胜的方法，叫阿弥陀颇瓦法，汉地净土宗好像没有这个，但是藏地有。这是一种强迫把你送往西方极乐佛国的修行方法。在你临终前最好自己打坐，如果你不能打坐的话就躺着，然后通过意念把自己的心强迫送往西方极乐佛国的一种方法。当然了，如果你因意外事故而死，疼痛难忍，那就很难做到，但是如果比较安祥的死亡的话，就能做到，而且会有非常良好的效果。

我曾经专门讲过颇瓦法，现在网上还有，你们可以看看。

我说过三个内容：要想到达西方极乐佛国，第一，要舍得走；第二，有资格走；第三，有能力走。具备了这三点，到达西方极乐佛国是没问题的。

首先，什么叫舍得走？就是不留恋妻儿老小，不贪著世间的荣华富贵，不贪著于任何一个六道轮回当中的福乐，彻底地看透了轮回的苦难，生起任运的觉受。如何才能做到？按照《菩提道次第·速道》的实修法，即能做到，而且是最好的。当然其它方法也能达到，但是要以最快的速度和最完整的方法来修，那就是依《菩提道次第·速道》的实修法来修，因为它非常系统，效果也最好。如果你舍不得走的话，即使阿弥陀佛到你眼前，你却想“我的儿女还没安排好呢，我家里还有事呢”等等，心一起贪念，那就一点点指望也没有了。所以舍得走，就是出离心。

第二，有资格走。发了菩提心，你就有资格走。《观无量寿经》和《无量寿经》里面都讲到了三辈人：到达西方极乐佛国的下辈人、中人和上人。三人当中都有一个条件——发菩提心。如果没有生起菩提心，到达西方极乐佛国无望矣！

这不是我说的，而是释迦牟尼佛在《无量寿经》里面说的，如果你修净土却不相信《无量寿经》，那还算修净土宗吗？我是深信不疑，而且不会断章取义，就把它看清楚，然后理解清楚。有人会想“不对呀，那里面还说了‘以十念称阿弥陀佛，到达西方极乐佛国’，我就念十遍，一口气念十遍阿弥陀佛不就能到达西方极乐佛国吗？”之所以有这种想法，是因为他从来不去理解这几句话的意思。你们把“念”当作“诵”来解释，当然会有这种想法。事实上，“念”是心里想的，“诵”是嘴里说的，是不一样的。你把“念”字拆开，上面一个今，下面一个心字，怎么可以当成“诵”呢？念诵，是心念口诵。十念是十种念想，是《无量寿经》和《大宝积经》中所说的。因为《无量寿经》就是《大宝积经》里面的第十七卷和十八卷——“无量寿如来会”。《大宝积经》的第九十二卷里有《发胜志乐会富楼那品第八》，里面讲得很清楚何为十念：大慈心、大悲心等总共十个。里面展开说的就是，具有此十念而口诵阿弥陀佛者，必能到达西方极乐佛国。为此，我还翻看过藏文的《无量寿经》，里面干脆就没用“念”这个字，用的是“十种心”，直接说“以十种心称阿弥陀佛”。后来我又去查唐朝高僧大德的解释，说这“十念”有两种意思：一个是显义，一个是隐义。他说显义者，念十次也；隐义者，以十种心而念阿弥陀佛佛号。看来西藏的高僧大德和汉地高僧大德解释的一模一样，都是依据《大宝积经》第九十二卷的内容来解释的。我又考虑了一下文字本身，“以十念称阿弥陀佛”，“称”就是诵，说出来。如果你愿意相信释迦牟尼佛的话，相信阿弥陀佛的话，那你就必须相信《无量寿经》，就得发菩提心。

简单的说发菩提心，是为了利益众生而寻求佛陀果位；详细的来说，是把《无量寿经》里面的四十八愿集中起来，但这个内容很深很广，如果是大修行者或大智慧者，可能可以做到。对你们来说，最好是按《菩提道次第·速道》的修法来修，因为它已经给你编好了生起菩提心的最完整的方法。这就是“有资格走”。

第三，有能力走。光有资格走不行，到达西方极乐佛国需要非常广大的福报。《阿弥陀经》里有一句话：一心不乱，若一日、若二日、若三日、若七日念阿弥陀佛佛号者，到达西方极乐佛国，一点都没有错，问题是人们只喜欢这句话，前面“不可以少善根福德因缘得生彼国”这句话扔掉了。既然你要积功累德，那就要造福报，通过布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧等等，把福德资粮和智慧资粮攒够。佛教绝对不相信有“无因之果”，所有的结果都是由因而起的，即如



是，怎么可能平白无故的到达西方极乐佛国，那不成了无因之果吗？所以要造福报，修六波罗蜜。宗喀巴大师是文殊菩萨的化身，是大智慧者，所著的《菩提道次第广论》，涵盖所有佛法的实修内容。由于他的恩德，藏地有许多高僧大德后来真正修成了出离心、菩提心、性空正见，甚至即身成佛的有很多很多。其实，仅仅修这些还不够，你必须达到“一心不乱”。它不是你们理解的就只是认认真真的念，不胡思乱想，就念阿弥陀佛。“一心不乱”中的“一心”是佛教里面的一个名词，就是禅定，就是“一心三摩地”；“不乱”，是不被掉举、沉没和摇动所染之意。

你们要按照菩提道次第的实修内容来修，必将生生世世当中不脱离善知识的教授，必将生生世世当中得到八暇十圆满的人身，必将生生世世当中能够在如来正法中闻思修，如果运气好，还很可能在生前发菩提心。我相信在座的活个十年、八年还是没有问题，你的时间足够可以生起菩提心了，因为你们已经退休了，也不用工作了，现在就一心一意的修，到时就稳稳当当的像媳妇回娘家一样，可以直接到西方极乐佛国。

## 回 向

现在我们回向，请大家双手合掌。

这几天我讲了许多如来正法，你们也谛听了如来正法，受了灌顶等等，所以说功德非常广大。我们一定要好好的回向，我们以今天讲佛法、闻听佛法的一切功德为主，将我们无数世来所修来的一切功德集中起来做一回向。

回向于六道轮回当中的一切有情父母众生。愿一切有情父母众生，消除一切痛苦及痛苦因；特别是地狱当中的众生，愿消除一切冷热之苦；愿饿鬼道当中的一切众生，消除一切内障、外障、饮食障等等的饥饿难忍之苦；愿一切畜生当中的众生，断除一切相互残杀，打、杀、用、饮食等等的一切的苦恼，特别是缺乏智慧的苦恼。愿他们早日投生为八暇十圆满的人身，遇见如来正法，由具德的善知识所摄受，具有精进修法的精进心，经过如来显密合一殊胜无比的教法的实修，速速证得无上正等正觉佛陀果位。愿人间当中的一切众生，消除一切生老病死、爱离别、求不得、怨憎会及有漏蕴、无常等等的苦恼；愿阿修罗道众生消除一切嫉妒心及其相互残杀等一切苦恼；愿天界众生消除神仙堕落等一切苦恼，愿他们早日遇见如来正法，特别是愿他们早日转世得到八暇十圆满的人身，愿速速证得无上正等觉佛陀果位。

回向我们如来正法：回向如来正法永住世间，弘扬广大，普度一切有情父母众生；回向执持如来经律论三藏教法和戒定慧三学证法的一切高僧大德，愿他们贵体安康，法轮常转，永住世间，断除一切弘扬佛法的魔障；回向十方一切执持如来正法和教法的一切僧团，愿十方一切僧团团结和睦，精进闻思修、戒定慧三学等一切教证二法，愿如来正法弘遍世间。

再者回向这个世界。愿世界和平幸福美满；回向咱们国家，愿国家繁荣兴盛，国泰民安；回向咱们东北特别是大庆的所有的众生，愿他们从此消除一切疾病灾难痛苦障碍等等，具得一切顺缘，福禄寿财，智慧、慈悲、德能等功德圆满，风调雨顺，五谷丰登，万事如意；回向咱们这个道场当中，闻听佛法的人以及非人等一切闻听佛法的所有众生，愿这些众生生生世世中永不远离八暇十圆满的人身，永不远离具德的善知识的摄受，永不远离如来无比殊胜的显密合一的教法，

永不远离对经律论三藏的闻思，和戒定慧三学正修的精进修行，愿他们速速证得无上正等觉的佛陀果位。

我所祈祷的一切内容，由于一切诸上师的加持，一切本尊的恩赐，一切诸佛及菩萨的大慈大悲的摄受和加持，一切缘觉声闻罗汉及明王明妃、诸护法神及四大天王等一切诸僧众的加持、护持和护拥，万法体性皆空的缘起力及咱们师徒一心一意虔诚祈愿的力量集中起来，愿我们所祈祷的每一个内容，心想事成，功德圆满！

## 欲求解脱勇士之心宝

——阿底峡尊者将返印度前，授予拉喇嘛菩提光之教授

南无古汝贝！

阿底峡尊者入藏，先后于阿里停留两年，为以拉喇嘛菩提光为主的众弟子讲授了很多教诫，在即将返回印度时，菩提光复又请求教授，阿底峡尊者说：“铭记往昔之教授，足矣！”然由再再祈请故，尊者赐予如下教授：

奇哉智高 慧广明辨 诸位善友前  
才疏慧劣 者我予以 劝诚实不当  
挚爱正士 再再劝请 难拂汝等意  
凡庸智浅 我为善友 至诚如是说  
诸友未证 菩提之间 需师恒依止  
未证本性 尚需多闻 应听师教授  
仅明法义 不成正觉 知己如理修  
扰心之处 宜应远离 恒住增善地  
未证坚固 喧杂易染 当隐幽静处  
远离生恼 恶友恒依 善士铭于心  
世事繁碌 永无穷尽 速弃坦然住  
昼夜恒时 回向诸善 常常观自心  
虽具窍诀 不修何益 谨遵师教行  
诚敬修行 毋需多时 速疾证妙果  
诚修正法 衣食随至 此乃当然理

诸友耽欲 如饮咸水 无厌应知足  
当责骄恣 慢心而作 调柔清静行  
世间喧杂 妄称为福 立断此法障  
利养魔索 犹如路石 绊脚应清除  
称赞美誉 欺骗无实 弃之如唾涕  
  
此生富乐 亲友须臾 消散应割舍  
今生短暂 来世悠悠 路粮应早备  
死时无奈 一切必舍 种种莫挂怀  
于诸弱者 当生悲悯 切勿作轻辱  
于众敌友 并诸辖属 远离偏执贪  
不嫉有德 倍加恭敬 虔心取其德  
勿寻他短 返观已过 弃之如坏血  
不矜己长 恒念他德 敬众自如仆  
一切众生 视为父母 如子生慈心  
常以笑容 念起慈爱 无忿如实言  
无关语滥 易生错乱 谨慎言适当  
无义事多 有碍行善 应舍非法事  
若非要务 莫要勤作 所行劳无义  
非由欲得 未来随业 舒缓即为乐  
嗟乎正士 所耻行同 死殁应正住  
今生苦乐 昔日业引 切莫怨他人

一切安乐 由师加被 励力报其恩  
自心未调 焉能调人 先从自调起  
无有神通 何能熟他 精进修三昧  
所积资财 死时定舍 为财莫积恶  
受用如贷 终无实义 立行殊胜施  
端严今生 利乐后世 恒守清净戒  
浊世多患 慎勿生嗔 当披忍辱铠  
懈怠力故 尚滞凡庸 当燃精进火  
散乱道中 耗尽此生 当即修禅定  
邪见障故 未见本性 谛察清净义  
诸友生死 淖中无有 乐处登彼岸  
如法励修 上师教授 枯竭众苦流  
非是虚谈 至诚所言 理应铭于心  
依此行则 自他安乐 我亦生欢喜  
愚夫者我 至诚之言 务请君谛听

此阿底峡尊者为菩提光所作之教授，夏历丙戌年腊月初八日，西元 2007 年 1 月 26 日星期五，佛陀成道日，世称第四世夏坝者于北京译竟，吉祥圆满！