

第五课

《如何做一个标准居士》学修笔记

本材料由慧灯禅修班（北京地区）师兄发心整理，分享的目的是方便学员掌握学习重点，明确学修思路。本笔记属内部学修资料笔记，仅供参考、勿作随意传播，以免以盲导盲、以成违缘。

每课笔记一般分为六部分：

一、法义概述：本期法义及提要

二、学修思考：以提纲和问题的形式对学修进行引导

三、学修检验：班级共修和复习时引导学员自我检验

四、难点提示：本期法义中一些难点的说明与引导

五、参考资料：为辅助本节法义理解，摘录上师关于本节内容的补充论述

六、原文引导：根据学修引导诸段对照

感恩慈师！感恩三宝！感恩同行善友！

一、法义概述

如何做一个标准的居士是最基础、最简单的知识。一个具格的居士需要具备三个方面的条件，即居士的见解、修法和行为，每个方面分别有上、中、下三种。前六个见、修、行，我们一定要去做，至于后三个，以后自己去闻思修。

二、学修思考

1 引言：课程宣讲的必要性和内容

1.1 课程宣讲的必要性

- (1) 期待进步和收获
- (2) 实际的需要
- (3) 次第修行的需要
- (4) 策励修行的缘故

1.2 课程宣讲的内容

- (1) 何为居士——接近、亲近善法，预备阿罗汉（小乘）
- (2) 预备阿罗汉需要具备的条件——居士的见解、修法、行为

2 居士的见解

2.1 最低的见解

(1) 最低的见解的内容与重要性

- ① 内容：最低层次的见解，就是需要有世间的正见：深信轮回、深信因果。
- ② 重要性：任何人具有这样的世间正见，则此人于千世中不堕恶趣。

(2) 深信轮回

- ① 佛教在轮回方面已形成一套完整的学说
- ② 佛教对死亡的认识：有别于医学标准，意识依靠意形身继续并一齐投生
- ③ 前世特征转移到后世的例子，说明在前世与后世两个肉身之间，依靠意身这个灵魂的载体，可以把前世的很多信息带到后世。
- ④ 藏地、西方的案例以及佛学与科学的比较，说明只有佛的轮回学说、宇宙观或者世界观，才真正是跨世纪的思想。

参考文献：

- 1 慈师.中阴开示（摘自慧灯之光三《中阴的诀窍》）
- 2 《六中阴根本颂》（莲花生大士撰著并伏藏，伏藏师噶玛朗巴开取，慈诚罗珠恭译）
- 3 慈师.什么是金刚身？（摘自慧灯之光七《对初学者的教诲》）

(3) 深信因果

- ① 一般人不能通过直接观察去了解因果，因为因果中间有可能会间隔很长很长的时间。
- ② 要证明轮回、因果的存在，首先（最终）就得依靠佛的语言。因明最核心的核心，就是证明佛说的话是可靠的。佛真正说的了义之法，即使到现在都找不出任何瑕疵。
- ③ 也可以侧面地去了解因果，兼顾事物的近因和远因。但相信因果的主要依据在于佛是证悟者。我们要借助逻辑与推理方式，解放思想，相信佛的话，相信因果存在。

参考文献：

- 4 索师.因明开示（节选自《<量理宝藏论>讲记》）
- 5 慈师.了义和不了义（节选自慧灯之光九《了义与不了义》）

(4) 总结摄义

- ① 我们对佛法的信任是由智慧产生的信心（佛法跟其他宗教最大的差别）。
- ② 预备阿罗汉的条件（见、修、行上全方位地与众不同）、最低的见解标准（认知上有些不同，深信因果、深信轮回）。
- ③ 佛法见解与修法、行为的关系（解脱道的眼与脚）。

2.2 中等的见解

- (1) 中等的居士见解就是中观的空性。
- (2) 空性见解的含义
 - ① “见解”不是指一个模糊的观念，而必须要坚定不移、深信不疑。
 - ② 要分清楚空性的见解和证悟空性、空性的智慧
- (3) 中等见解的重要性

2.3 上等的见解

- (1) 上等的见解就是光明如来藏和密宗的见解（因缺乏基础，暂时不讲）
- (2) 密宗的见解是居士最高的境界，最高的见解（策励实际修行）

2.4 居士的见解总结摄义

- (1) 三等见解的区分依据（三转法轮的核心内容）
- (2) 我们不是靠外表，而是靠内心——内在的修行、智慧等等来当居士。
- (3) 修行、做世间法也好，全都是精神在推动。精神是非常非常重要的。

3 居士的修法

3.1 戒律

- (1) 居士的修法从守戒开始。守戒是最关键的。
- (2) 如果没有戒，就不算真正的居士。
- (3) 戒律是控制一些人的疯狂行为的手段，是修行人必不可少的第一步。

参考文献：

6 慈师.居士五戒的开示（节选自慧灯之光三《居士五戒》）

3.2 四个外加行

- (1) 修行首先要修四加行，这是最关键的。

(2) 我们喜欢听“不需要修四加行”的话，但真的这么认为就糟糕了。

(3) 四加行修好以后，出离心就有了，有了出离心我们才会往回走。

参考文献：

7 索师·初学者与无执著（摘自《<定解宝灯论>讲记》）

3.3 五个内加行

(1) 四个外加行修完以后，就要修五个内加行。

(2) 先修或只修五内加行不是很好。

(3) 先修外加行再修内加行，符合佛陀转法轮的次第。两个一定要修。

3.4 念佛

(1) 在修加行的同时，念佛也很关键。

(2) 所有的居士都要念佛，自己不需要念佛是错误的想法。

(3) 念佛是一定要念的，修加行更是当务之急。

3.5 修法的重要性

(1) 下等与中等的修法

① 下等的修法是修四个外加行培养出离心。

② 中等的修法，是大乘显宗的修法，也就是修菩提心，并在此基础上修无我空性。

(2) 对我们来说，最关键的是出离心的修法

① 有了出离心行善修行才能成为解脱之因。

② 通过思考流转轮回的原因和生存的意义生起出离心。

③ 通过人身难得、死亡无常等外加行等下等修法生起出离心。

(3) 中等的修法就是菩提心和空性

① 菩提心的最具体的修法和重要性（永久的、终极的保险）

② 菩提心和空性见是佛教的精华，二者的有机结合称为“智慧双运”

③ 勉励我们朝菩提心、智慧双运的方向努力。

(4) 策励修行

① 正确认识密宗大圆满、大手印，策励能真正体会中观的空性。

② 端正认知和价值观的偏差，珍惜时间、坚定意志，开始修行、必有结果。

③ 此生是唯一的机会、主要是自己去掌握、死亡必定轮回必然，修行至要。

3.6 上等的修法

- (1) 上等的修法及其基础
- (2) 上师很少赞叹大圆满是为了大家用功夫修加行
- (3) 获得大圆满的“难”与“易”
- (4) 实实在在地修好加行，修好以后再去修上等的修法

4 居士的行为

4.1 下等的行为

- (1) 最下等、最基础的行为是在受居士五戒的基础上，尽量地断恶行善。
- (2) 在最下等的行为当中，重视两个问题。
 - ① 一定要吃素，一定要改变自己的饮食习惯。
 - a 藏传佛教密宗“吃肉”的原因
 - b 不可能吃“长素”的过渡方法
 - c 坚持汉地的大乘佛法吃素的良好传统
 - ② 学佛是要学佛的行为，不是学金刚道友或其他人（依法不依人）。
 - a 常见的问题：对上师产生了负面看法，甚至有不好的态度；因个别人不如法的行为而感到非常失望，以至于不学佛了。
 - b 任何一个普通人都无法代表佛教，判断是非的准则是依法不依人。
 - c 一定要按照密宗的要求去观察、去行持，否则便是错在我们自己。

参考文献：

8 慈师. 素食的意义（节选自慧灯之光一《素食的意义》）

9 慈师. 受戒行善的殊胜日（摘自慧灯之光三《受戒行善的殊胜日》）

10 慈师. 依法不依人的开示（节选自慧灯之光六《四依法》）

4.2 中等的行为

- (1) 中等的行为在菩提心的基础上，尽量地利益众生（六度万行）。
- (2) 利益众生是有过程、有次第的，随分随力尽己所能地去做。
- (3) 从内心深处真真切切地发起利益众生的心，才是大乘佛法。
- (4) 下等的行为和中等的行为，都是我们力所能及的范畴。

4.3 上等的行为

(1) 上等的行为就是密宗的行为，以利益众生为基础，方法、范围、力量有别于显宗。

(2) 密宗行为主要建立在生起次第、圆满次第的基础上。

(3) 现在最重要的是出离心、菩提心和空性的修法。

参考资料：

11 慈师。证悟如来藏的本体大空性的真伪(摘自慧灯之光—《浅谈“如来藏”》)

5 总结

(1) 当下可以掌握下等和中等的六个见、修、行；上等的见、修、行，可以暂时放在后面慢慢地修。

(2) 依止上师、听闻大圆满的条件和要求

(3) 总结如何做一个标准的居士

三、学修检验

1 对于居士的下、中、上的标准是否掌握？

2 自己是否是一个标准的居士，目前处于什么位置？

3 对照居士的标准，自己应当着手的努力之处有哪些方面？

4 上师所言的不如法的见解、修法、行为上，自己是否存在？

5 对于基础的修法，自己是否生起足够的重视？

四、难点提示

本期法义内容丰富、生动具体且现实指导性极强，应合理安排学习进度，认真闻思并努力落实到心行上。

下等和中等的标准是学习的重点，也是我们一定要去做到的。意形身、持戒、吃素、智悲双运、依法不依人是本节难点，对于因明、中观了解为主。

同时，本期法义引入了一些殊胜经论，现整理如下，可以参阅了解，但重点在于把握引述经论的目的。

对照部分	引述经论	目的
下等的见解	《释量论》《量理宝藏论》	证明佛说的话是可靠的
中等的见解	《中论》《入中论》《心经》 《人无我的修法》《法无我的修法》	中观空性
居士的修法	《定解宝灯论》	散乱不可能有什么进步， 放松不会有什么结果
居士的修法	《慧灯之光》	菩提心的具体修法
下等的行为	《普贤上师言教》	十善、十不善

1 《释量论》——

因明的开端，是从印度陈那论师肇始；之后不久，这些正法就传到了法称论师的手中。为了准确解释陈那论师的观点，法称论师造了七部因明论典。此《因明七论》有三个根本论和四个支分论。三个根本的论典即《释量论》、《定量论》、《理滴论》；四个支分论典即《因滴论》、《关系论》、《悟他论》、《诤理论》。以上因明七论，完全阐释了陈那论师的所有究竟观点。《释量论》在因明七论当中，是最为关键的。（节选自索师《<量理宝藏论>讲记》）

2 《量理宝藏论》——

《量理宝藏论》，是萨迦班智达根嘎嘉村所造。本论的作者在藏传佛教当中是非常著名的，他是人们公认的雪域三大文殊之一。三大文殊的第一位就是萨迦班智达根嘎嘉村；第二位是格鲁派的宗喀巴大师；第三位是宁玛派的全知无垢光尊者。五部大论因明中《量理宝藏论》的篇幅虽然不是特别大，但对藏传佛教来讲，它是一部具有重大意义与代表性的巨著。如果我们精通了《量理宝藏论》的内容，那么对因明的道理就不会有任何迷惑。（节选自索师《<量理宝藏论>讲记》）

3 《中论》——

即《中观根本慧论》，龙猛菩萨所造诠释二转般若法轮要义的甚深论典。所谓“根本”有两个意思：一是所有中观论典的根本；二是龙猛菩萨所著《中观六论》的根本。

“中观”也叫般若、智慧、善逝等，是指远离一切戏论、平等无二的境界。中观分能诠句中观和所诠义中观。能诠句中观是指经论等文字中观，它分为经中观和论中观。经中观指佛陀二转法轮所宣讲的《般若经》等经典。论中观指中观

论师所造的《中观六论》、《中观四百论》、《入中论》、《般若灯论释》等论典。所诠义中观有基道果的分类：基中观或基般若是指诸法现空双运的本基；道中观或道般若是指为了通达果中观所必须经过的方便、智慧双运之道；果中观或果般若是指色身、法身双运的真实般若。有的论师认为道般若包括资粮道、加行道，而有的论师认为只有见道、修道才是道般若。“慧”即智慧，指菩萨入根本慧定的智慧和佛陀的智慧。“论”有对治和救护的作用。对治指对治相续中的烦恼与分别；救护指从三恶趣乃至六道轮回中得到救护，或从一切戏论中得到救护，从而获得殊胜解脱。（节选自索师《<中论>讲记》）

4 《入中论》——

《入中论》的作者月称论师，为文殊菩萨之身化身，龙树菩萨之殊胜意子，并得意传加持，曾亲得圣尊摄受。印藏诸派高僧公推《入中论》圆满无误地开显了《中论》的究竟密意。

本论摄集经教正理的精要宣说了诸法本来无生的大空性之般若教义。印度、雪域各大宗派皆视般若正见为无上至宝，并将《中论》、《中观四百论》、《入中论》作为必须闻思修证的三部论典，尤其《入中论》是藏地最受推崇的五部大论之一。金刚上师法王如意宝晋美彭措云：“因为大般若空性的正见是大小乘显密一切佛法的基础，藏传佛教各派的究竟观点均于此上安立，由此而建立了佛教各派互不相违且是圆融无碍的观点。”（节选自益西彭措堪布《入中论日光疏》）

5 《心经》——

短短的《心经》实际上浓缩了所有的佛法精髓。为什么这么说呢？

佛陀成道以后，在四十多年的时间内三转法轮，为众生宣讲了八万四千法门。其中的初转法轮，佛陀阐演了苦、集、灭、道四谛法门；二转法轮，佛陀开示了般若空性法门；三转法轮，佛陀开演了光明如来藏本体。在三转法轮的所有佛法当中，最深奥、最重要的，是二转法轮的内容。为什么说它最重要呢？因为二转法轮揭示了一切万法的真相，是三界众生走向解脱的必经之路。所有二转法轮的内容结集起来，就是一系列的《般若经》。

大家都知道，《般若经》包括广中略三种般若。其中的广般若，有十万颂。藏文的长版《大般若经》，都有厚厚的十二函；中般若，有二万五千颂；略般若，则有八千颂。所有《般若经》的精义，都包含在《摄集经》当中，如果将《摄集

经》的经义加以浓缩，则就是《心经》。由此可知，佛法的精髓、心脏与核心，就是《般若波罗蜜多心经》。换言之，《心经》所说的内容，足可统摄八万四千法门，它是佛教大乘教典中，文字最短少，论理最深奥微妙的经典，实可谓“芥子纳须弥”。

正因为它是整个佛法的精华，所以会受到历代后学者们的极端重视。（摘自索师《〈般若波罗蜜多心经〉讲记》）

6 《定解宝灯论》——

堪布根霍尔(麦彭尊之主要弟子)等著有本论的讲义，且在每个讲义后都说，此是麦彭仁波切七岁时造的。麦彭仁波切在他五十七岁时也曾说过：“我在很小的时候，坐在一个座垫上，写了此论。但在年龄大了之后，看此论时，虽然在词句上有点不同说法，但在内容上没有什么矛盾，其意义还是很殊胜的。”就这样到他年老的时候，一直是没有改动过。有些讲义说他在七岁时一边玩耍，一边作此论，当时喇嘛滚波达吉拉为他写字记录。

上师晋美彭措法王曾讲过：“现在整个显密窍诀，麦彭仁波切归类于此论，不论是学显教者，还是学密教者，不管从哪方面闻思修，这部《定解宝灯论》一定要学好。如果没有学好本论，很多地方的怀疑是不可能遣除的。”

首先讲题目“定解宝灯论”，以前译为“信念”“确知”，但看很多资料中的“定解”比较恰当。“定”的意思是，先以闻思修的方式来抉择、确定，“解”是知道之义，通过闻思修，以教证，理证的方法来抉择甚深之义和广行之义，然后自己通达了它的真义，或证悟了它的本性实相，这样就叫做“定解”。所以“定”有决定之义，“解”是了知之义，即决定了知。不论佛法之世俗中法，还是胜义中甚深之法，都已决定了知了。这也可以称为“正见”。“宝灯”，指水晶或金银之灯，能除黑暗，以此比喻定解之灯，能消除烦恼、所知一切痴暗之障。此论以义喻方式取名。“论”在藏文中无此字，“论”是在世间之中能作救度或遣除烦恼之功能，若无此功能，不称为“论”。以上释名竟。（节选自索师《〈定解宝灯论〉讲记》）

五、参考资料

1 慈师·中阴开示（摘自慧灯之光三《中阴的诀窍》）

《俱舍论》认为，前后世之间的过程是中阴，这与我们通常的认定相同，但在密宗的中阴法门里，生老病死的过程都称为中阴。从投胎出生到这一世临终前的中阴阶段，称为生中阴。在临终的时候，我们都已经走过了，这个阶段的中阴要到下一世才会再重复，所以我们暂时没有办法去管他。但未曾经过的三种中阴，却是我们必须掌握的。将来还要面对的中阴有三种：临终中阴，法性中阴，轮回中阴或有中阴。如果在这三个中阴当中都没有获得解脱，就得经过更多的中阴，也就是要再投胎、出生。

三种中阴的定义如下：如果生了致命的大病，则是从发病开始，逐渐走向死亡，直到死后法性中阴出现之前的过程，就是临终中阴；在临终中阴之后，开始看到强光、听到嘈杂的声音、出现很多愤怒本尊等景象的过程，就是法性中阴；从投胎前寻找身体以及开始投胎的过程，就是有中阴，或说轮回中阴（受生中阴）。在这三种中阴期间，都有获得解脱的机会。

2 《六中阴根本颂》（莲花生大士撰著并伏藏，伏藏师噶玛朗巴开取，慈诚罗珠恭译）

呜呼！此生中阴现前时，寿命无常断懒惰，
趋入不懈闻思修，现心转道现三身，仅获此番人身时，绝非悠闲散漫时。
呜呼！梦之中阴现前时，不作放逸愚躺卧，
无散正念性中住，依梦修炼幻光明，莫若旁生酣痴眠，应当梦明融合修。
呜呼！禅定中阴现前时，断除懒散迷乱众，
无散无执离边住，当获稳固二生圆，弃离琐事专修时，勿受烦恼迷乱牵。
呜呼！临死中阴现前时，于一切法断贪执，
忆念窍诀无散住。自明迁往无生界，临离有为血肉身，了知无常幻化性。
呜呼！法性中阴现前时，于诸现象断畏惧，
认识诸现皆自境，当知悉为中阴相，将遇重大关要时，莫畏自现寂怒众。
呜呼！有之中阴现前时，心存专注之期望，
精勤衔接余善业，阻止胎门忆回遮，乃需真诚净见际，观佛父母断嫉妒。
忽视死亡拖延者，频忙此生无义事，此生空返极荒谬。真正急需乃正法，
此时此刻何不修？成就上师如此言，师教若未存自心，岂非自欺自己者？

祈愿至尊三宝救度中阴之剧苦！

此《中阴闻解脱根本颂》于轮回未空之际永无止尽。

3 慈师.什么是金刚身？（摘自慧灯之光七《对初学者的教诲》）

如今我们的生活条件越来越优越，但我们自身却没有升级，不但没有升级，还一年比一年衰老，一年比一年接近死亡。人体气脉明点的结构、能量，都一年不如一年。

比如说，我们现在的身体，会时常遭到病魔、衰老与死亡的侵袭。一旦死亡，当我们的意识离开肉体以后，身体在几个小时内就会腐烂变质，最后我们的身体就会在地球上消失、毁灭。但通过密宗的一些修法，就可以把我们的身体转变为金刚身。

什么是金刚身呢？

金刚是不变化、不摧毁、不分离、不虚幻等等的意思。

对身体而言，金刚身是佛智的载体，就像我们的肉体是意识等等的载体一样。

从精神的角度而言，我们现在的精神非常不自由、不自在。外界的所有东西一直在扰乱它的平静，一旦遇到外境，内心就会产生各种各样的影响。

释迦牟尼佛发现，在凡夫的肉体和精神当中，可以提取佛的智慧，可以体验到佛的金刚身。通过修行，就能体验到佛陀永久不变的智慧。

4 索师.因明开示（节选自《<量理宝藏论>讲记》）

一个人如果没有懂得因明，没有懂得中观，那他对佛教的信心就不会很稳固，很容易退转。我有时候这样想：如今自己相续当中的信心和正见既来自于上师，也来自于这些因明、中观等殊胜论典，而这些论典又都是上师所传，所以非常非常感谢我们的大恩上师法王如意宝。

对现在的佛教来讲，我觉得因明是非常必要的。为什么呢？因为大多数人的分别念是如此的糟糕、混乱，如果没有好好地学习殊胜的因明正理，就会对佛教、佛陀产生怀疑，对整个世间的轮回、因果、前世后世等等一切正理都产生怀疑，在这种疑网当中，自己始终没有办法解脱出来；反之，如果因明学得越来越深入，自相续当中的分别念就会越来越少，那时再学习大圆满，学习密宗精要，在你的

相续当中才会产生一定的效果。否则，一边各种邪思分别念不断地涌现，一边又要修一些非常高深的法门，我觉得能不能获得成就也很难说。当然，对个别人而言，用因明能否调化也不好说；但大多数的人，我感觉必须要学习因明。

学习因明时应该这样：对佛教的道理产生怀疑时，我们应面对面、直言不讳地互相提问、互相辩论。在此过程中，分别念、邪见、误解会逐渐瓦解，乃至全部消失，最后自己相续中存留下来的，全部是纯洁清净的智慧。所以，希望在座的每一个人，把自己的精力、时间用在学习因明上。当然，我们这是第一次听，有些人不一定能听得懂，如果第一次不懂，就听第二次、第三次……这样反反复复地听闻、学习，总有一天会懂的。学知识没什么害羞的，提问题也没什么可耻的，因此大家一定要认真地学习。这是在宣讲《量理宝藏论》的开端，对大家提的一个希望，也是这次宣讲因明的一个必要。

5 慈师.了义和不了义（节选自慧灯之光九《了义与不了义》）

“了”字有两方面的含义：第一，是很清楚、很明白的意思；第二，是全面了解、毫无保留的意思。“义”，就是佛经的内容。

有些佛经或论典虽然讲了自然本智，但只讲了一部分，没有讲得很彻底。比如第二转法轮所讲的中观见或《般若经》，虽然描述了一切法的本质，从空性的角度而言，讲得非常透彻、非常清楚，没有任何保留。但从光明、佛性、如来藏的角度来讲，却没有讲完，而有所保留。即使很多密续中所讲的佛性、如来藏、自然本智也不是很清楚，所以这些经论或密续的内容，都是不了义的。

第三转法轮的经典中，就把所有的内容都讲完了。无论空性还是光明，都给予了完整、透彻的阐述，没有任何保留。密宗的时轮金刚、大圆满就讲得更加透彻。这些佛经或续部的内容，无论是显宗或密宗，都叫做了义。

小乘佛教不会出现了义和不了义的说法，因为小乘佛教只承认第一转法轮的四圣谛，他们认为这就是佛陀唯一的终极思想。除了四圣谛，不会有更高的法。

而大乘佛教却有了义与不了义的说法，因为众生的根基不一，佛传法的方式也不一样，所以就出现了了义和不了义的说法。

以三个标准，可以判断出了义和不了义：

第一，用意：佛讲的同一句话，除了字面的意思和内容以外，还有其他的用

意；

第二，目的（必要）：佛所说的有些话从字面上看虽然不符合事实，但他这样说是为目的、有必要的。当然，广义上讲，所有的佛经都有目的，但不了义的法，却有着特殊的目的。

第三，以理妨害：是有理论或逻辑的妨害。以上两个不是最关键的，最关键的，叫做以理妨害。比如说，佛所讲的一个观点，却存在着其他非常具说服力的逻辑可以予以推翻。因为这个逻辑或理论对佛的这个观点有妨害或损坏，可以证明这个观点是不究竟、不符合事实的，故称为以理妨害。

具备以上三个条件的，叫做不了义法。

如果没有了义和不了义的区别方法，佛经相互之间若发生冲突、矛盾，我们就无法判定世界到底是真还是假。所以，这一判断标准，就像一把开启佛经宝库的金钥匙，让我们能一眼区分出浩如烟海之千经万论的究竟密意。

6 慈师.居士五戒的开示（节选自慧灯之光三《居士五戒》）

戒律包括居士戒、沙弥戒、比丘戒等等。其中的居士五戒，是佛陀对佛教徒的起码要求。

居士五戒属于别解脱戒。为什么称为“别解脱戒”呢？所谓别解脱，也即别别永久解脱或分别永久解脱的意思。分别解脱的内涵虽然有多种，但最主要的，就是谁受持该戒，谁就会得到永久解脱的意思。

是否所有人所受持的杀盗淫妄酒五戒都称为别解脱戒呢？并非如此。杀盗淫妄酒五戒可分为三个层次——世间的五戒、小乘的五戒以及大乘的五戒，共计十五条戒。区别三个层次的依据，就是以前所讲的三个差别。

请大家回头反观一下，自己在受持居士戒的时候，究竟抱着什么样的目的。如果发现自己当时并不具备出离心，则从受戒之日起直至今天，我们心中所有的戒体，就并不是佛教所说的戒定慧三者之一的戒，而只能算是一种与外道相同的世间之戒。

怎样才能使其变为别解脱戒呢？是否需要重新受戒呢？不需要。要改变目前的现状，使以前的所有戒体变为别解脱戒，只需从现在开始培养出离心。在生起出离心的当下，我们以前所受的戒体立即就可以成为别解脱戒。

因为，所谓的戒律、智慧、禅定，都是指某人心中的功德，这些东西是互相影响、相辅相成的。在生起出离心以后，出离心就会对原有的戒体起作用，既不需要舍弃以前的戒体，也不需要重新受戒，自身所有的戒体自然而然地就可以成为别解脱戒。

如果我们还能更上一层楼，在生起出离心的前提下，进一步培植起无伪的菩提心，则以前所受的戒体就可以成为大乘菩萨的别解脱戒。

受持居士五戒的机会并非俯拾可得，如果有这样的机会，大家还是应当珍惜。现在普遍存在着自称已经皈依，却没有受持皈依戒；自称是居士，却没有受持居士戒的现象，这是很可惜的。如果没有受持任何戒律，就算不上是佛教徒。

因为，所谓的四众弟子，包括比丘、比丘尼、居士（优婆塞）和女居士（优婆夷）。只有在皈依的基础上，受持相应的戒律，才能成为这四种人。如果不具备任何一条戒体，就不能自称为佛教徒。所以，受戒是十分重要的，大家一定要加以重视。

如何受戒呢？沙弥戒与比丘戒是无法对其中的戒条进行选择的，除非不受戒，否则就必须受持全戒。也就是说，如果要受比丘戒，就必须受持所有的二百五十三条戒，其他的比丘尼戒、沙弥戒与沙弥尼戒也是一样。

但居士戒却并非如此，它与菩萨戒一样，都可以根据自己的情况进行选择。因此，在受居士戒之前，就可以先对各个戒条的要求详细地了解一番，然后根据自己的情况进行选择，能受持几条就受持几条。

但有一点需要注意的是，酒戒是别无选择的。如果不受持酒戒，其他的戒就不能成为完整的戒。戒除杀盗淫妄，都必须建立在戒酒的基础之上，如果不能戒除饮酒，其他的恶业都有可能因此而引发，所以不能成为完整的戒体。

酒戒之外的其他四条戒虽然好像没有选择的先后规定，想受持其中的任何几条戒都可以，但最好能受持不杀生的戒律。首先，因为杀生的恶业最为严重；其次，作为一个佛教徒，我们也不应该残酷无情地杀害生命；另外，在经书当中也说过，不杀生戒是所有戒律中最重要的一条戒。

受持戒体的程序是：首先，在正式受戒之前，应当发菩提心，至少也必须要出离心；其次，在受戒的同时，也必须受皈依戒，因为所有的戒律，都必须建立在皈依戒的基础上；第三个程序，才是正式受戒。

有人也许会怀疑：在我们念诵了三遍仪轨之后，善知识就会告诉我们已经得戒，但我们所得到的戒体究竟是什么？在哪里呢？

一切有部认为：我们所受的戒体，是一种称为“无表色”的物质，这种物质，就像防洪水的堤坝一样。这种说法是不正确的，真正的戒体，就是发誓从现在起直至离开人世为止（尽形寿），绝不违背自己所受戒条的决心。但仅仅有决心，还不能成其为戒体，只有在自己有了决心，并参加了受戒仪式之后，才能具备戒体。

如果有朝一日自己舍弃了当初的决心，并作出犯戒的行为，原有的戒体就不复存在了。由此可见，是否具备戒体并不神秘，只需抚躬返视，观察一下自己的相续便心知肚明。

7 索师·初学者与无执著（摘自《<定解宝灯论>讲记》）

若因此说无执著 或有愚者劝告言 初皆不执应放松

如果因在这里说离四戏论之无执著，或其他经论中所说离八边之无执著，那么有些愚笨的人就给别人劝告说，最初学佛时，一切都是不应执的，作善作恶皆不好，这都是让分别念生起故，这个分别念应放松下来，就会证悟大圆满、明心见性等，放松下来是最好的修行方法。麦彭仁波切指出这是一种过失，对初学者来说，此不应理。

诸众庸俗极松故 常漂三界轮回中 仍然不必再劝勉

三界轮回的一切众生，由于庸俗的分别心，如：贪嗔痴等极放松的缘故，无始以来从未对治，也没有以善知识之窍诀来对治，放松得太过分了，于是经常漂泊在三界轮回之中，受着无量的痛苦折磨。但你却还要对他们劝告说，应放松下来，安静下来，你不必再如是鼓励他们。他们已经漂泊在三界中很长时间了，虽然他们得到了一个人身，有些学佛的缘分，但他们刚刚学佛，你却劝告他们什么也不要执著，不要让分别念生起就可以。若这样的话，你是害了他们，不要以借大圆满、大手印的方法使他们再堕于轮回苦海中。

8 慈师·素食的意义（节选自慧灯之光一《素食的意义》）

什么是三净肉？这里的三净是指：第一、没有亲眼看到为我而杀；第二、没

有听到我信任的人说这是专门为我而杀的；第三、自己没有怀疑这是专门为我而杀的。比如：市场上的肉是为了提供给所有吃肉的人，不是专门为我杀的，所以是三净肉。又如，到藏族人家里作客，他们会特意宰杀绵羊款待客人；汉族人就专门爱为客人杀鸡、鱼、兔等，这些都不是三净肉。

如果能够终生吃素是最好的。暂时作不到，能坚持多久就坚持多久，一年、二年、三年……如果实在做不到，就在一年中的神变月（藏历 1 月 1 日—15 日）、藏历四月（藏历四月初八是释迦牟尼佛的誕生日）、藏历六月（藏历 6 月 4 日是释迦牟尼佛转法轮的日子）和藏历九月（藏历的 9 月 22 日是释迦牟尼佛天降的节日）这四个月内吃素。如果连这一点也做不到，那么也可以在每月的初十、十五、二十九、三十这四天不吃肉。一定要发愿，“我现在因为种种原因不能吃长素，但我在这四天（或四个月）里不吃肉，以此四天（或四个月）吃素的功德，愿我以后生生世世不再吃肉！”。

根据我们现在的能力和条件，就应当吃素。但我们吃素不能象其他不学佛的人那样，只是考虑自己的健康，没有考虑来世，没有考虑慈悲。我们吃素时，一定要发愿不再吃肉，时间长短由自己定，越长越好，不发愿就不能成为善事。还要这样发愿：我们现在吃素，以此功德愿我们以后生生世世不要吃肉。如果我作了动物，也要作一个草食动物，不要作肉食动物。这样即使下一世堕落为旁生，也不会吃肉，既不会伤害他人，也不会伤害自己。

汉地从古至今，大多数出家人都吃素，对此，我们也非常地随喜和赞叹。所以，汉地学密的居士和出家人应该继续吃素，这是很好的。

9 慈师·受戒行善的殊胜日（摘自慧灯之光三《受戒行善的殊胜日》）

藏历是根据密续《时轮金刚》中所说的星象规律与天文历算法推算出来的结论。千百年来事实证明，无论是藏历的日食、月食日，以及每月望日与晦日的确定，其精确度都不同程度地高于其他历算方式所得出的结果。

因此，如果想在殊胜日行持各种善法，最好能依照藏历来执行。

每个月都有一些殊胜的日子：初八、初十、十五、二十五、三十等等。而在一年中又有四个月有极其殊胜的节日：藏历正月上弦的初一至十五为神变节；藏历 四月初七 为释迦牟尼佛诞辰日，四月十五日为释迦牟尼佛的成道日与涅槃日。

因此，该月就汇集了三个节日；藏历的六月初四，为释迦牟尼佛初转法轮日，六月十五日又为佛陀入胎日。因此，该月又汇集了两个节日；而藏历的九月二十二日，又为释迦牟尼佛天降日。因为认定方式的不同，而使这些节日的具体时间会有少许差别，但其中最可靠的，就是以上结果。

据经书记载：在普通殊胜日行持善法也有极大功德，尤其是在四大节日中行持念咒、顶礼、供养、为僧众供斋、持戒、修持慈悲心与菩提心等任一善法，其功德都会呈十亿倍地增长。也就是说，仅仅念诵一遍咒语，就能得到念诵十亿遍的功德，其他所有善法也可依此类推。

因此，请大家千万不要错过这些大好时机。能够尽己所能地在这些节日中食素、戒杀、放生等等，是十分重要的。

有一点需要说明的是，在藏历中，时常会有缺日或者闰日的现象，这是由月球在轨道上运行速度的快慢所导致的，自有其存在的道理与必要；否则，就会出现十五的时候月亮不圆，或者初一的时候反而月光皎洁的情况。

守戒的时候如果遇到缺日，则可以将守戒日提前一天。比如说，如果某月没有三十，则可以在二十九日守戒；如果遇到闰日，则只需守持第一天即可。比如说，如果某月有两个三十，则只需在第一个三十日守戒。

10 慈师. 依法不依人的开示（节选自慧灯之光六《四依法》）

四依法与闻思修有着密切的关系：听闻佛法的时候，要“依法不依人”；思维佛法的时候，要“依义不依语”和“依了义经典，不依不了义经典”；修行的时候，则应当“依智不依识”。也即是说，修行的时候，不能修分别念，而应当修智慧。

概括而言，依法不依人有两种不同的内容，一个是佛经上讲的内容，另一个是论典中比较强调的内容。

1)、从释迦牟尼佛的经典来看，“法”指的是法性——诸法的本性=空性+光明；“人”是指从凡夫到佛陀之间的所有人，包括声闻、缘觉阿罗汉，登地以上的菩萨以及佛陀。

……综上所述，一切万法，包括佛的化身在内，都是内心的显现，都属于世俗谛，随时都会变化，是无常、如幻如梦、千变万化的东西。唯一可靠的，就是

从佛到普通众生之间所有众生的心的本性——如来藏空性。除此之外的其余诸法，都是业的显现。恶的业力显现出地狱、旁生等等；善的业力显现出天人、菩萨、净土、刹土等等。

2) 本来经典和论典就没有矛盾。经典强调的法性如来藏光明，论典中也承认。但论典所指的法不仅是如来藏空性，还包括教法和证法。教法指所有的经典和论典；证法是指戒定慧。在论典强调的依法不依人，也即学习和研究佛法的时候要相信、依靠正法或真理，而不能依靠人的名声、地位、势力的大小等等。要观察此人所说的话是否符合佛法的内容，是否符合事实，符合就可以相信；如果发现其言谈与佛法有所不符，则无论对方再有名声、再怎么样也不能盲目听随。

在一般情况下，如果上师的要求与佛法发生冲突，自己也不能确定上师是卓越的成就者，或具有不造作的菩提心者，则应该按照佛经的标准，根据佛的教诲去做。

如果上师是名副其实的成就者，则即使他的要求与佛经在表面上有所违背，我们还是应该按照上师的要求去做。因为真正的修行人或成就者永远不会说出真正违背佛语的话，即使表面上有冲突，其结果也绝不可能有冲突，所以，这种做法也是依法。

11 慈师。证悟如来藏的本体大空性的真伪(摘自慧灯之光一《浅谈“如来藏”》)

我们的思维其实是很简单的，“有”、“无”、“非有”、“非无”这四点，可以涵盖所有的思维。将这四点完全打破以后，我们还能说出什么呢？再没有别的观点了，这就叫“证悟空性”。

对此也曾有过理解出错的公案：以前禅宗的摩诃衍法师来西藏弘扬禅宗，曾在西藏引起极大的争论。并不是藏地不接受禅宗的法，禅宗的法其实是非常好的法，但依照西藏历史的记载，摩诃衍讲禅宗的法时出了一些问题。当然，这仅仅是西藏和印度人的观点，当时汉传佛教的描述与此大相径庭，我们暂时不去论述谁是谁非，只根据西藏历史的记录描绘他所提出的观点。

他说：无论“有”、“无”、“善”、“恶”都不要想，“非善”“非恶”也不要想，一切都放下，放下以后就解脱了。若不能放下而去行善造业，就会在轮回中流转。

因为取舍善恶是下等根基人的修法，而上等根基的人则应全部放下，什么都不想。这种道理从表面上看是没有问题的，但是他要求暂时放不下的也非得要放下，这是不对的。说放下就放下是不可能的，没有那么轻而易举的事。放下需要某种有力的方法才能实现，没有方法是不可能放下的，所以说只讲放下不讲究方法是不对的。

摩诃衍所说的“放下”、“不要想”，如果真是仅仅不思而没有悟性的话，那其实还是在想，想的什么呢？想的就是“不要想”。心里想着“不能思维”，其实内心还是在思维。这样做只不过在方法上有所不同而已，却都不能得到解脱，因此，这种观点是不对的。汉地寺庙现在的修行人，如果修的是真正的禅宗，那十分了不起；如果修的是不思的观点，那就十分危险。

打破、推翻原有观点从而证悟空性是中观的见解，而仅仅不思的观点不是中观的见解。这二者从言词语气上不易鉴别。中观的观点，是观察“有”、“无”、“生”、“住”、“灭”等等，当观察到一定程度后，才能深深体会到原来“有”、“无”等等都是我们自己的一种佛经上称之为“增上安立”的东西。

“增上安立”就是指把根本不存在的东西当作“有”而不当作“无”等等。然而现在事实却根本不是我们以前所想象的那样，我们原来所想是一回事，但是现在证悟之所见又是另外一回事，此二者之间有天地之别！概念都不一样。这种“深深的体会”叫“初前期证悟”，可以称之为“证悟了”“开悟了”。但开悟是分层次的，并非指成佛。证悟就是开悟，但开悟不一定指成佛。

大小乘的四禅八定，可以修到鼻孔没有呼吸，还可以修到很长时间心里都没有念头，坐着非常舒服，但是，这样的修行也与解脱没有任何关系！解脱是指用智慧去拔除轮回的根，这才叫解脱。当所有的“有”“无”念头都真正地消失后，剩下的就是“如来藏”。禅宗里这叫“本来面目”，也可以称之为“大光明”、“大平等”、“大圆满”、“自然智慧”等等。这才是真实的“不思”和“不想”，辨别这二者之间的差别极为重要。

六、原文引导

如何做一个标准居士

1 引言：课程宣讲的必要性和内容

1.1 课程宣讲的重要性

(1) 有所进步和收获的缘故

讲法和听法的目的，都是为了让大家都有一点进步和收获。如果没有收获的话，讲再多也没有用，因此，此处我还是讲一个最基础、最简单的知识——如何作一个标准的居士。

(2) 实际的需要

你们也许认为：“喔！这个很简单，我都作了七、八年、十几年的居士了，这有什么好讲的？”但是，虽然当了七、八年、十几年的居士，究竟是不是标准的居士，这就不好说了。所以，讲讲“如何当居士”、“如何培养出离心”还是有一定的必要。

(3) 次第修行的缘故

也许很多人会有点失望：“唉！又讲出离心，我都听腻了，没有什么值得听的。”但我认为：对我们这种人来说，出离心比任何修法都重要，菩提心就更不用说了。虽然空性的修法、大圆满的修法很重要，但任何事情都有一个过程，若按照它的程序去作，则会有所成就。如果程序、次第乱了套，就不会有什么结果。同样的，佛法的修法也不能乱了套，所以，我们有必要继续巩固基础，更何况有些人甚至连基础都没有打好。基础都没有打好的话，就更不存在什么巩固不巩固的问题了，所以，我们还是有必要反反复复地讲出离心。

(4) 策励修行的缘故

难道反复地讲就会有出离心了吗？不是。讲了以后还是要去修。等大家基本上有了出离心和菩提心以后，才可以讲其他的法。有没有出离心和菩提心，不是由其他人去判断，就是由我们自己去判断。

1.2 课程宣讲的内容

下面转入正题，讲一讲关于居士的问题。

(1) 何为居士

梵文的居士一词，读作“*āṣṭhī*”。中文翻译为“邬波塞迦”或“优婆塞”，二者实际上是一样的。“邬波塞迦”是什么意思呢？“邬波”就是亲近、接近，或者恭敬的意思；“塞迦”的意思是善业、善法、善。翻译为中文，就是亲近事。

本来“事”的意思很广，包括事业、事务等等，但此处是指善法、善事。居士的意思，就是接近、亲近善法。善法究竟是什么呢？从小乘的观点来看，是指阿罗汉。居士就是亲近阿罗汉——还没有成为阿罗汉，是预备的阿罗汉。但我们有没有预备，那还得看看够不够标准，够不够资格。如果是一个具格的居士，那就可称为预备阿罗汉。

(2) 预备阿罗汉需要具备的条件

预备阿罗汉需要具备什么样的条件呢？

我们就从三个方面简单地谈一谈：第一个是居士的见解；第二个是居士的修法；第三个是居士的行为。有了见解、修法、行为之后，自然就有了果。小乘的果就是阿罗汉；大乘的果就是成佛。此处我们不讲果，只是简单地讲讲居士的见解、修法和行为。

一、居士的见解

居士的见解可分为三个层次。

(一) 最低的见解

(1) 最低的见解的内容与重要性

最低层次的见解，就是需要有世间的正见。世间正见有两点：第一、深信轮回。即深信轮回、前生、后世都是存在的；第二、深信因果。这两个叫做世间的正见。从见解的方面来说，这两个就是标准居士的最低见解。如果具备了这两个世间正见，就可以说我们在见解方面已经达到了最低层次的标准。

虽然这是最低层次的见解，但佛也说了：任何人具有这样的世间正见，则此人于千世中不堕恶趣。千世是什么概念呢？现在就是我们的第一世，然后第二世、第三世……一直乃至千世。这是佛亲口说的，所以很重要，它是我们整个修行见解的基础。

1、深信轮回

① 佛教在轮回方面已形成一套完整的学说

生命轮回是佛教其中的一个极为特殊的课题，虽然其他宗教也曾提到，但都不及佛教那么完整。在轮回方面，佛教已形成一套完整的学说，所以，在居士的标准见解中，第一个就是深信轮回。关于这方面我不多讲，虽然我们以前并没有

专题性地讲过轮回，但世间也有很多有关前世今生方面的书籍，你们可以参考。下面就简单地谈一下轮回。

② 佛教对死亡的认识：有别于医学标准，意识依靠意形身继续并一齐投生

首先我们谈谈，人死了以后是什么样的状况？从外表上看，人死了就是一具尸体，没有呼吸、没有心跳，所以，医学上判断死亡的标准，就是心脏不跳动，没有脉搏，没有呼吸。但从佛教的观点来看，这些只是最初步的死亡阶段，还不是真正的死亡。人活着的时候，可以感觉到他的呼吸、心跳。死亡开始的时候，首先消失的就是这些，但实际上他还没有死亡，有些人在心跳停止了以后，还可以继续活两天、三天、四天。以医学的观点来看，在大脑细胞死亡以后，人就没有办法再活了，但这个说法已经被推翻了。被谁推翻的呢？并不是经由辩论推翻的，而是被一些现实的、活生生的东西推翻的。

什么东西具有这么大的说服力呢？就是让自然界或者让事实说话，这是最具说服力的。因为很多人“死”了以后，经过两、三天又苏醒了，虽然医学上界定的所有死亡标准都具备了，但“亡者”还是复活了。现在这种情形到处都有，其实佛经上面早就记载了，包括显宗、密宗都描述过这种情形。

在世俗人的心目中，死亡是一件很简单的事。其实不然，人死了以后还要经过很多很复杂的过程，我曾经简单地讲过一个“中阴的诀窍”，再进一步讲的话，就是密宗的“中阴解脱”，这个我们暂时不讲。我想让大家知道的，就是在人死了以后，他的意识还会继续下去。

在没有身体支撑的情况下，人的精神或者意识永远都不可能独立。即使在中阴的时候，都有一个意形身——就像作梦时候的身体一样。

人死了以后，肉体 and 意识就分开了，那个时候，在亡者的肉体上立即就分出一个身体，一个非常透明的身体——意形身。它是意识的载体，众生在中阴漂泊直到投生之间，一直依靠这个身体。投生的时候，不论投生为畜生还是人，意身和意识二者都会一齐前往，所以，前世的很多信息就会带到后世去。

③ 前世特征移转到后世的例子，说明在前世与后世两个肉身之间，依靠意身这个灵魂的载体，可以把前世的很多信息带到后世。

现在这种情形到处都有，最近我也看见过几个例子，这是千真万确的事实。如果没有证据，我们也不会说，我们绝不可能瞎编一个故事来骗众生。佛教徒是

最客观、最实事求是的。包括佛所说的话，如果不符合现实，文殊菩萨、无著菩萨等论师都会加以解释，说明这不是佛的真正的意思。当然，佛不可能有错误，这些不了义的话都是度化众生的一种权巧之说。既然佛的话都要这样解释，我们就更不可能无中生有，瞎编乱造一个故事来欺骗众生。

一次，在某县城附近，有一个判了死刑准备枪毙的犯人，正押往刑场的路上，不料刑车发生故障而不得不停了下来。

当时，附近一所寺院的活佛和一个女人正好路过，看到了这个死刑犯——他被绑在车上，旁边还有很多士兵。那个人看了看他们两个，然后笑一笑。

不久，这个女人怀孕了，几个月后生下一个小孩。小孩一生下来，脑后无缘无故就有一个伤疤，别人一用手指去碰，小孩就会痛得大哭。当这个小孩长到二、三岁刚刚会说话的时候，他就说出那个死刑犯的名字，并说自己就是那个人。他自幼就非常怕警察。现在这个小孩长大了，他的后脑勺已经没有伤疤，但这一块头发却是白色的，到现在都是这样。对于前世的很多事情，他都记得清清楚楚。

前世特征转移到后世的例子，在国外也有很多。国外出现这种情况时，很多人就会到警察局去查前世那个人的档案——被枪毙时子弹射击到哪个部位等等，这些全部有记录。核对以后，一个个都被证实了。

前世枪毙时身上留下的伤口，为什么会转移到后世的身上去呢？关于这个问题，全世界只有佛法才能够解释清楚，其他无论是宗教也好，哲学也好，科学更不行，没有一个学说能够说得清楚。大家都知道，研究一个课题，要花很多的人力、物力、财力，所以必须要有个交代，否则不敢去作这个实验。很多的科学、哲学在面临这个问题的时候，都只能搁置一边不管。因为很多研究者知道说不清楚、解释不清楚，一定会失败，所以他们不敢追究下去。

佛教怎么解释这种现象呢？很简单。现世肉体上面的特殊标记，是通过前世死的时候出现的意形身这个载体，而把很多前世的信息带到下一世的。比如说，我们用无线电话的时候，发话人说的话是一段声波，声波可以转换成电磁波，电磁波可以传到对方的手机里，又再把它转成声波。接听者听的时候，发话者讲的所有讯号全部听得一清二楚。这是谁传过来的呢？在发话者与接听者中间，有一个肉眼看不见，实际上却存在的东西，是它在传递这些声音。

意身不是血肉之躯，而是意识的产物，就像幻觉一样。虽然现在我们看到的这个身体是最粗大的，但是，通过密宗的一些修法，可以让这个身体变成跟意身差不多的身体。这种身体不会生病、没有死亡……这就是密宗里面讲的金刚身。

我认为：用一些现代科学发现来解释这些现象，可以解释得比较清楚。比如说，我们现在眼睛看得到的光和物体是很粗大的。当这些光降到一定水平，或物体划分为细小的微尘时，就成了不可见光或不可见的微粒，但实际上它是存在的。在这个宇宙当中，存在着很多不可见的东西，只是以前的人没有发现而已。

我们的身体也是这样——我们现在的身体没有经过加工，是一个很粗糙的东西，有衰老、病痛、死亡……但是，一旦通过修法，这个身体也可以降到不可见的地步。这个问题暂时不讲，此处我们要讲的，是中阴的身体。在前世与后世两个肉身之间，依靠意身这个灵魂的载体，可以把前世的很多信息带到后世，所以，前世身体上的很多东西都会在后世的身上出现。

④ 藏地、西方的案例以及佛学与科学的比较，说明只有佛的轮回学说、宇宙观或者世界观，才真正是跨世纪的思想。

最近我又看到另外一个例子：在某寺院附近有一个孩子，一生下来他的肺、气管就有问题，呼吸的时候，气管里发出呼呼的声音，属于先天性的肺病。他今年才四岁，在他刚会说话的时候，他就说出一个人的名字，并说自己就是那个人。同时，小孩非常清楚地记得那个人生前的很多生活细节。

那个人是怎么死的呢？他得了肺炎，就在医院里面死的。前世那个人得肺炎而亡，后世这个小孩又有先天性的肺病，两者之间到底有什么关联？无因无缘是绝不可能的。任何一个事物都有因有缘，无因无缘的巧合是最束手无策的解释。说不通的时候只能说：这是巧合，这是偶然的现象，没有什么关联。但这些并非巧合，都有一些因缘，只是我们没有看到而已。

这些情况的发生也不是局限于藏地，如果仅仅发生在藏地，那就会说：喔！藏族全民信佛，这些事肯定是捏造出来的。事实并非如此。如今，连西方都有很多诸如此类的案例。现在我们不是凡事都效法西方吗？再加上现今是个信息爆炸的时代，每个人都能很轻易地得知全世界的讯息。我们不能像以前那样，很轻率地用一句话就全盘否定——这是迷信、骗人的。事实上，现在这些问题的确令很多科学家感到头痛不已。

最近我看了一本名为《走进真实》的中文书，策划者召集了全世界五十五位一流的科学家、哲学家、基因学家等等进行广泛的研讨，并作了一个系列电视报导。其中就提到了很多目前比较先进的概念，但讲得不是很清楚。有很多科学家都对以前的很多说法表示怀疑，因为这类的例子、数据太多了，而且全是活生生的事例。科学讲的不就是数据嘛！数据不仅仅来源于实验室，在人们生活的周遭，处处充斥着数据。像前述的这些实例不也是数据吗？我们理应把这些也纳入研究的范围。

以前我也说过，通过很多数据，现在我们愈发感觉到：佛的轮回学说、宇宙观或者世界观，才真正是跨世纪的思想，它一直都遥遥领先于科学之前，从未曾落后过。我在这里讲，基本上大家都认同，但这不是仅仅让佛教徒承认的，包括有良知的非佛教徒，也应当承认这一点。

当然，承认不承认是主观的、个人的问题，最重要的，是客观的证据。既然国内外都有很多类似的例子，我们总不能都用一句“巧合”来搪塞吧？哪有这样的巧合——后世的小孩不但身体上有特殊的标记，而且清清楚楚地记得前世那个人的很多其他人根本不可能知道的生活细节。在全世界所有的学说、逻辑当中，只有佛能够用生命轮回的理论来解释这些现象，所以，作为居士，首先要相信生命轮回，这是居士的最低见解之一。

2、深信因果

① 一般人不能通过直接观察去了解因果，因为因果中间有可能会间隔很长很长的时间。

佛告诉我们：普通人最好不要去观察因果，因为普通人观察因果不一定能得到正确的答案，并会对因果产生怀疑从而导致痛苦。包括有神通的人，都只能看见一部分因果。有些外道也有神通，虽然他们的神通有局限，不像佛那样广大、全面，但他们也有一些神通。这些外道通过有限的神通观察到：一个一生当中都行善的人，死后却堕入恶趣——地狱、饿鬼、旁生道。他们由此推知，因果是不存在的，如果因果存在，一生都在行善的人，死后就不会堕恶趣，所以，他们就生起邪见，认为因果不存在。有一部佛经专门讲外道的这些错误。他们究竟犯了什么错误呢？

以前我们就讲过：因果不是今天作，明天就成熟；或者是这一生把种子播下去，下一世就成熟。因果中间有可能会间隔很长很长的时间，即使有神通的人，也只能知道一个片段，而不能完全了知因果。如果通过其他的方法来观察，就更加困难了。一般人只能间接地了解因果，想要直接去了解的话，除非是有很深广的神通。

② 要证明轮回、因果的存在，首先（最终）就得依靠佛的语言。因明最关键的核​​心，就是证明佛说的话是可靠的。佛真正说的了义之法，即使到现在都找不出任何瑕疵。

如此说来，我们是不是没有办法证明轮回、因果的存在了？办法是有的。比如说，科学家要研究一个很细微的粒子，他首先需要有一个电子显微镜之类的仪器，光靠眼睛是没有办法的。同样，法称菩萨在因明的《释量论》中就讲到：在观察因果的时候，由于我们的眼睛看不到，耳朵听不见因果的存在，所以，我们首先就得依靠佛的语言。但佛可不可靠呢？佛说的会不会有什么漏洞呢？因此，我们首先要证实佛说的绝不可能有错误。具体的证明过程，在《释量论》、《量理宝藏论》里面都有。

因明里面讲了很多很多推理的方法，但最关键的核​​心，就是要证明佛说的话是可靠的。如果我们佛教徒都认为：喔！佛说了算，佛说了不需要观察的话，那就没有必要读那么厚的一本书了。

因明里面没有信仰的成分，就是针对一个完全不相信佛的人（当然在文化层次上肯定要有一定的水平），面对面、实事求是地讨论若干问题。因明里面的“因”，就是指证据或者数据。因明就讲因和数据，不讲信仰。通过一步步的推导，最后证实——佛说的不会有问​​题，不会有错误。只不过在有些时候，针对某一类众​​生的想法，佛也会说一些适应他们的话，这是由闻法者千差万别的文化背景、思想状况等等所导致的，是度化众​​生的一种方法。佛自己也说：你们不能认为经书里面的内容百分之百都是正确的，有些不符合现实，是我故意这样讲的。

除此之外，佛真正说的了义之法，即使到现在都找不出任何瑕疵。多数现代人认为，在二十一世纪，科学等各方面的进步和成就，已经很了不起了。但是直到今天，我们有没有发现佛说的话里有任何一个错误？没有。佛的人生观、世界观等等，一直都走在科学的前端。科学和佛法相比，反而有一定的距离，至今仍

远远落后于佛教。这不是我在信口开河，只要是公正的地方，无论任何一个场合，面对科学家也好、哲学家也好，我都敢说这种话。

③ 也可以侧面地去了解因果，兼顾事物的近因和远因。但相信因果的主要依据在于佛是证悟者。我们要借助逻辑与推理方式，解放思想，相信佛的话，相信因果存在。

虽然了解因果的最终方法是这样，但我们也可以侧面地去了解因果，比如说，同样聪明的两个人去做同样的事情，有同样的条件、同样的关系，但结果一个人成功，另外一个人不成功，这是什么原因造成的呢？很多人会说是巧合，但是不是巧合呢？佛说：任何一个事物的因，都有近因和远因。远因发生在久远的时空，近因则发生在当下。

比如说，我们今天生病了，这个病的来源有可能是一万年前或者几千年前的某种原因，这个叫做远因，我们看不见；近因则是现在我们不讲究卫生，或者是饮食失当等种种客观原因导致的。远因和近因的结合，导致我们的生病。现代人往往只看近因，而忽略了远因，所以很多事情都解释不清楚，仅仅从物质方面解释，就有很多事情现在没有办法证明。随着科学的日趋发达，以前很多学者的理论，比如我们熟知的牛顿的很多理论都已经被推翻了。由于科技不断地跃进，不少的学说都无法逃脱被超越、被推翻的命运，但为什么千百年来独有佛的学说屹立不动呢？

因为佛是证悟者，已经攀上智慧的圆满顶峰，由制高点往下俯瞰、往下解释这些事情，所以佛法就不需要什么改革，也不会有什么革命性的新发现，佛法永远不会随着时间的推移而被淘汰。科学等世间学说确实有这种需要，因为它是由低处往上走，从无到有、越来越好，一直都是往上发展的。第二个相信因果的主要依据就在于此。

除了佛的语言以外，是不是根本没有办法证明因果的存在呢？也不是。还是有的，但最主要的是，佛告诉我们，一个凡夫去观察因果存不存在，他最后是得不到结论的。比如说，在没有任何仪器——电子显微镜等等的情况下，想看看原子以下的粒子，比如说质子、中子、夸克等等到底存不存在，我们的眼睛能找到答案吗？不可能的，反而，如果我们过度地相信自己的眼睛，我们会认为：喔！我的眼睛看不见，哪有什么质子、中子？哪有什么微粒的运动？物体是静止的，

我明明看到它是不动的。哪有什么运动的电子？这样就当然地否定了微粒及其运动的存在。西方哲学在二千多年当中一直有这种观点，后来慢慢有了电子显微镜等等，利用这些科学仪器就可以看到事实的真相，所以很多人才相信了。当科学知识和常识发生冲突以后，科学必须通过仪器与研究成果把常识推翻，之后才能建立一个比较理想的见解。

同样的，我们需要的不是仪器，而是逻辑与推理方式。因为现代人非常傲慢——过度地相信自己的眼睛、鼻子等器官和仪器。眼睛传给自己的任何一个信息，都无条件地相信。眼睛说是白色，就认为是白色；眼睛说是红色，就认为是红色。问题就出在这个上面，这种思想把我们束缚了。我们一直都认为：我的眼睛看得见的才有，看不见的就没有，就是神话故事。如此一来，我们的思想就得不到解放。

佛法也要用“解放思想”这个词，谁要被解放呢？凡夫要被解放。因为凡夫过度地相信自己的眼睛、耳朵，所以看不到世界的真面目，看不到时空的真面目。现在我们要推翻的，就是自己的眼、耳、鼻、舌的见解，以及所有世俗间的见解。因为今天我们在讲最低层次的因果，所以没有必要讲这么深。现阶段，我们就是要相信佛的话，相信因果是存在的。不能凡事都轻率地归结：这个是巧合，那个也是巧合。反正自己说不清楚的，都是巧合。这样一味地固执己见，就根本看不到事实的真相。

任何一个事物都有近因和远因，比如说，这个手表的近因，是手表制造厂工匠的手艺，但它最终还是要回归到我们的意识，只有意识的习气爆发的时候，才会出现手表，这就是远因。但我们只能看见它的近因。至于远因，谁肯承认这个手表是从我们的心里产生的呢？只要一提到这个话，大家就认为是唯心主义。其实不是唯心主义，理由我以前讲过了，今天就不再重复。

(4) 总结摄义

① 我们对佛法的信任是由智慧产生的信心（佛法跟其他宗教最大的差别）。

佛法跟基督教等其他宗教最大的差别，就是在任何一个问题上都要有强有力的、实实在在的证据或者数据，有了以后才可以接受，否则就不接受，所以，中国的有些老一辈学者曾经说过，我们对佛法的信任不是迷信，而是智信。说得很好——不是迷信是智信，由智慧产生的信心。

但基督教却不是这样，从它有史以来，没有一个人能够真正证明上帝的存在，但基督教还是要求信徒必须无条件地相信。虽然爱因斯坦、费曼等世界著名的科学家都说了：科学没有办法推翻上帝的存在。但仅仅科学不能推翻就能成立了吗？不是。你自己应该提出一个证据来说服人，人们才能相信；仅仅是科学不能推翻，就可以承认了吗？当然不可能。这就是佛教与基督教不一样的地方。

② 阿罗汉的预备的条件（见、修、行上全方位地与众不同）、最低的见解标准（认知上有些不同，深信因果、深信轮回）。

很多人觉得：平日念念佛，在观音菩萨的圣诞日、佛的圣诞日，背着一个罗汉包到庙里去烧烧香，手上戴一串佛珠，这就是居士了。实际上不是这样。难道背一个黄色的罗汉包，手上戴一串念珠就是阿罗汉的预备了吗？当然不是啦！要想变成阿罗汉的预备，就得从见解、修行、行为上全方位地与众不同。所谓与众不同，当然不是说我们已经是佛菩萨，而是说要跟一般的凡夫有所不同，至少在认知上有些不同，这才可以说是接近善事。这是居士最低最低的见解标准，再没有办法低了；再低的话，就没有什么见解了。

我们具不具备这些最低的见解呢？在任何时候，我们都要问自己：第一个、我有没有深信因果；第二个、我有没有深信轮回。如果没有，就没有居士的见解了。

③ 佛法见解与修法、行为的关系（解脱道的眼与脚）。

佛说：见解就像人的眼睛；修法和行为就像人的脚。先用眼睛看，然后脚跟着走。如果眼睛看不见，那往哪里走呢？怎么样走解脱道呢？解脱道在哪里我们都看不见，就像盲人一样，那怎么走路呢？所以，没有见解一切都免谈。如果连最低的限度都达不到的话，就根本不是居士，至于修法就更谈不上。

佛法不像世间的知识，世间的知识不一定用得上。比如说，如果我们在大学里读一个专业，以后再改行的话，说不定整套知识都用不着了。佛法不是这样，学到的就要去用，如果不用，学了也没有价值，等于没有学。我们讲佛法，就是要讲修行、见解上面的体会。如果要谈有没有进步，也要从实际的体会、实际的经验上去观察，这是很重要的。

（二）中等的见解

（1）中等的居士见解就是中观的空性。

中等的见解是什么？中等的见解就是中观的空性。不是证悟中观的空性，证悟当然更了不起。此处不是指证悟，而是指能够了解、理解中观空性。比如《中论》、《入中论》等中观论著中讲到的空性、无我，或者没有那么广的，诸如我以前讲过的麦彭仁波切的《人无我的修法》、《法无我的修法》，还有《心经》等比较简略的空性。如果有空性的见解，就是中等的居士见解。

(2) 空性见解的含义

① “见解”不是指一个模糊的观念，而必须要坚定不移、深信不疑。

所有的佛教术语，都有严格的意义。按照严格的梵文意义来解释，“见解”不是指一个模糊的观念，而必须要坚定不移、深信不疑。比如说，对无常有坚定不移的认识，认为每一个事物都是无常，绝对是无常，没有一个例外。有这样坚定不移的信念，才叫做见解。其他的概念都不叫见解，而只是一个概念。

总结一下刚才的内容，就是说：我们对轮回有没有坚定不移的认识？对因果有没有坚定不移的认识？如果有的话，那我们至少具备了最低层的居士见解。如果不但具备这一点，而且在此基础上对人无我、法无我、空性也有坚定不移的认识。虽然还没有真正证悟，但深信不疑，认为任何一个物质都是空性的，这是不容置疑的。有这样坚定不移的认识，就是空性的见解，也是中等的居士见解。

② 要分清楚空性的见解和证悟空性、空性的智慧

证悟和见解有什么差别呢？佛教认为：坐禅时候体会到的感觉，一般不叫见解，而叫做证悟或者智慧——无我的智慧、空性的智慧；从禅定中出来以后，平时在日常生活当中也有这个观念或认识——毫无疑问，一定是空性，一定是无常，这一般不叫智慧，以智慧和见解来区分的话，就叫做见解。

证悟和见解我们都需要，如果不信因果，又怎么会信因果不虚呢？如果不信轮回，连轮回自身都站不住脚了，还谈什么下一世、轮回痛苦等等呢？都没必要了。所以，人身难得、死亡无常、轮回过患等等，都建立在此二者的基础上。

中观的证悟和见解也是这样。如果能在坐禅的时候深深地体会到空性，就叫做证悟。

“体会到”是什么意思呢？比如说，头疼的时候，这个疼是什么样自己能亲身感觉到，这不是书本上写的——因为什么神经、什么细胞出了什么问题，有什么样的反应，就称为疼——现在不需要书就完全能感受到痛，这就不叫见解，而

叫证悟。从这个状态当中出来以后，在我们的心里还会留下一个非常深刻的印象：虽然我现在没有刚才的体会，但是，在我坐禅的时候，深深地体会到一切法都是空性，所以，现在我看到的这些东西就是空性。有这样坚定不移的信心，就叫做空性的见解。空性的见解与空性的智慧，这两个要分清楚。

(3) 中等见解的重要性

中等的居士见解，就需要有这样的境界。大家有没有？自己去观察。如果中等的见解没有，下等的见解也没有，从佛法、修行上来说，就等于没有眼睛；如果有下等的见解，虽然目前还没有空性的见解，那就还没有完全失明，我们的眼睛至少能看见一点东西，虽然不是看得很清楚，但是能看见一点点。

(三) 上等的见解

(1) 上等的见解就是光明如来藏和密宗的见解（因缺乏基础，暂时不讲）

上等的居士见解是什么呢？就是光明如来藏和密宗的见解。密宗的见解我们暂时不讲。密法认为：一定要有基础才可以听密法；没有基础，听了也没有用。所以此处就不讲了，以后再说。

(2) 密宗的见解是居士最高的境界，最高的见解（策励实际修行）

其实，我以前讲过的那些空性修法，我认为就是密宗的观点、密宗的境界，至少是密宗境界的一部分。你们一定认为密宗有什么与众不同的东西，一直要求我讲密宗，如果真的有一天我讲密宗的话，到时候有可能你们会失望的。你们会发现原来也没有什么别的东西，以前讲的那些就是密宗，只是改了一个名字而已，其他没有什么不同。只是你们自己不相信，没有修；如果修的话，这个证悟就是密宗的证悟。如果有密宗的观点或见解的话，这就是居士最高的境界，最高的见解。

(三) 居士的见解总结摄义

(1) 三等见解的区分依据（三转法轮的核心内容）

没有一本书里分过什么居士的下等见解、中等见解、上等见解，上、中、下是我分的。我为什么这样分呢？我是根据佛的一转法轮、二转法轮、三转法轮的核心内容来分的。

一转法轮基本上讲的是轮回、因果等等，如果你们有这种见解，就是低层次的见解；二转法轮主要讲的是无我、空性，如果你们有无我、空性的见解，就是

中等的见解；当然，密宗是所有佛法里面最高的境界，证悟了密宗，再也没有更高的境界了。

(2) 我们不是靠外表，而是靠内心——内在的修行、智慧等等来当居士。

居士的这三种见解大家有没有？你们一定要反省一下。如果没有，那以后到底要不要当居士？想当的话，要怎么样当？凭什么来当？这很重要。我们不是靠外表，而是靠内心——内在的修行、智慧等等来当居士。在外表上，我认为你们还是要和普通人一样，不要脱离“群众”。你们都要上班，单位上的同事怎么样，你们就怎么样。除了一些原则性的问题不能跟他们同流合污以外，其他方面尽量顺应大众，这样别人可能会开心一点。如果整天背一个黄包包，拿一串念珠，拒人千里之外的样子，只会让别人避之唯恐不及，我们没有必要这样，在内在、精神上与众不同就够了。

(3) 修行、做世间法也好，全都是精神在推动。精神是非常非常重要的。

以前很多人认为，精神是不值得考虑的，物质才是实实在在的，精神没有什么研究价值，从而忽略了精神。其实并非如此，在量子物理当中，精神占了很重要的地位。你们翻一翻量子物理的书籍，看看德国物理学家海森堡怎么说的。我上个月见到一个美国博士，是在大学教佛学的。他说：当我怎么讲都讲不通唯识宗的时候，我就跟学生说：“就是海森堡说的观点”。海森堡的说法比较接近于唯识宗，但唯识宗并不等同于海森堡的观点。

科学家们已经认同，越进入微观世界，精神就越有地位。现在谁再像以前那样说“精神算什么，它只是大脑的产物”之类的话，就已经不可能再占据什么统治地位了，所以，精神是最关键的。打个比方说，一部电脑要做一件事情，全靠软件程序；同样，一个人要做一件事情，不论修行也好，做世间法也好，全都是精神在推动。如果没有精神，人不就死了吗？所以，精神是非常非常重要的。

以上是居士的三个见解。

二、居士的修法

(一) 戒律

(1) 居士的修法从守戒开始。守戒是最关键的。

居士的修法，是从守戒开始的。守戒也是一种修行，而且是最关键的。

我碰到过很多的居士，虽然已经皈了依，他们也自以为当了好多年的居士，但居士五戒还没有受，这是不合理的。要当居士，就要有戒律，这是最关键的。

(2) 如果没有戒，就不算真正的居士。

比如说，要在墙壁上画画，墙壁是最关键的，没有墙壁就根本没有办法画画。同样，戒律是所有修行、智慧的基础。虽然戒律有很多的层次，但我们不能连一个戒律都没有，只要有一些自己能够持守的戒律就可以了，不是说你们统统都要守出家戒。如果没有戒，就不算真正的居士，所以要守戒。

(3) 戒律是控制一些人的疯狂行为的手段，是修行人必不可少的第一步。

很多人一听守戒，就觉得非常害怕：唉呀！一守戒很多事情就不能做了，好可怕！其实并不是这样。大家都知道，每个国家都有法律，法律实际上也像戒律一样，是控制一些人的疯狂行为的手段。但却没有人说国家不应该有法律，有了法律以后就不自在、不自由了，这个太可怕了！大家都认为法律是需要的，没有法律的话，这个社会就乱套了。比如说，如果没有交通规则，在人口拥挤、车水马龙的大街上就会交通拥堵甚至发生交通事故；因为有了规则，我们才可以比较顺利地上路。戒律也是一样，对一个修行人来说，守戒是必不可少的第一步。

(二) 四个外加行

(1) 修行首先要修四加行，这是最关键的。

修行首先要修什么呢？就是修四加行。这是最关键的。

你们知不知道波音 747 飞机有四个发动机，每个发动机有八万公斤的推动力，总共是有三十二万公斤的推动力，有了这么大的推动力，它才可以承载那么多东西。如果一个发动机不行了，三十二万就减少了八万；两个发动机出了问题，就只有十六万公斤的推动力；如果三个发动机不行了，而飞机又在青藏高原上空飞行的话，飞机就有可能撞到山上。你们好好想想，如果飞机在地面上没有这四个发动机是什么状况？肯定飞不起来；如果在空中四个发动机同时没有了是什么状况？飞机一定会坠落下来的。同样，倘若没有四个加行，就没有推动力了。推动力把我们推到什么地方？就是推到解脱道上面，所以，我们一定要修四加行。

(2) 我们喜欢听“不需要修四加行”的话，但真的这么认为就糟糕了。

现在有些地方的某些人在传授佛法的时候，居然给一些居士说：你们的根器非常好，不需要修四加行。居士们都不知道，听了很高兴，于是到处宣传：“我是利根，根本不需要修四加行。我的上师说了，我有可能前世已经修了，所以现在不需要修了。”反之，如果有人给他们说：“你一定要修加行，不能不修”这样的话，大家都不高兴。

为什么会有人这样说呢？因为你们喜欢听这种话，所以他们自然会迎合你们说这种话；如果你们都不喜欢听奉承之语，自然就没有人会对你说。大家都担心说出去的话会令对方不高兴，如果我说“你是利根，你不需要修加行。”会令你不开心的话，我肯定不敢说了。

当然，如果对方说的“可以不修加行”之类的话对你没有什么影响，那也没关系；但若你也真的这么认为：“我已经很不错了，不需要修加行了。”那就糟糕了！

你们可不可能不需要修四加行呢？不可能的，一定要修加行。

(3) 四加行修好以后，出离心就有了，有了出离心我们才会往回走。

前几天我碰到一个人，他说他在一个地方闭关了六个月。我问他修了什么？他说他的上师对他说：“不需要修出离心，不需要发菩提心，你在鱼市场看到那些鱼时，就念念经，给它们洒点甘露水就可以了，这就是菩提心。出离心、菩提心不需要修，你只需要放松、看心就行了。”我不禁惋惜地对他说：“你在山上的六个月全部浪费了，没有任何意义！”当然，话也不能这样说，他那六个月也不是做别的事情，还是在修法嘛，至少他认为是在修法，所以肯定不是纯粹浪费。但我为了打击这种说法，所以才这样说，但若说不是浪费也很难。在六个月当中完全放松，麦彭仁波切在《定解宝灯论》里面也说了：我们从无始以来到今天都在放松——想说什么就说什么，想做什么就做什么，什么都不加规范，所以今天什么收获都没有。那样散乱，就不可能有什么进步，再这样放松下去会有什么结果呢？你们自己看看麦彭仁波切的《定解宝灯论》，说得非常清楚。所以，四加行是第一个必须要做的功课。四加行修好以后，出离心就有了。前几天我也说过，三千大千世界的所有凡夫都往前走，但是，一旦有了出离心，就有了一百八十度的转变。到那个时候，我们就会往回走。不修四加行，我们就不可能回头。

(三) 五个内加行

(1) 四个外加行修完以后，就要修五个内加行。

四个外加行修完以后，就要修五个内加行。

(2) 先修或只修五内加行不是很好。

很多人在修加行的时候，先不修外加行，而先修内加行。为什么先修内加行呢？因为内加行当中有很多计数，要完成一定的数量。很多密宗上师在传法之前，会先问你有没有修完五个内加行，如果说修完了就可以传；一般不会有人问你有没有修外加行，所以有些人就把四加行丢了，只修五加行。这样的修法不是很好，以后大家无论是刚开始修加行也好，或者是重新修也好，还是先修四个外加行。

(3) 先修外加行再修内加行，符合佛陀转法轮的次第。两个一定要修。

释迦牟尼佛转法轮的次第也是这样：第一转法轮的核心思想，就是人身难得、死亡无常等等，只是在此基础上加了无我的修法，其他就没有了，所以，我们修的时候，第一个就要修外加行。外加行修完了以后就修内加行。做一个居士，特别是学藏传佛教的居士，这两个是一定要修的。如果实在是年纪太大、体力不支的话，像顶礼这样的修法可以不修，而用其他修法来代替。

(四) 念佛

(1) 在修加行的同时，念佛也很关键。

在修加行的同时，念佛也很关键。

(2) 所有的居士都要念佛，自己不需要念佛是错误的想法。

所有的居士都要念佛，不要说居士，连高僧大德都念佛。

有些人认为：念佛是那些没有文化的老太太、老头子的事情，有知识、有文化的年轻人怎么可以去念佛？我们应该修更高档的法。这是错误的想法。

(3) 念佛是一定要念的，修加行更是当务之急。

念佛是一定要念的，谁也不能放弃；同时要修四个外加行和五个内加行，这两个修完了以后，就可以修空性、修密宗，但这是以后的事情，修加行才是我们的当务之急。

(五) 修法的重要性

(1) 下等与中等的修法

① 下等的修法是修四个外加行培养出离心。

培养出离心修四个外加行，这是下等的修法。下等的意思，是最基础的意思，并不是说出离心是很下等的、不值得修的。出离心是我们走向解脱的第一步，是最基础的修法。

② 中等的修法，是大乘显宗的修法，也就是修菩提心，并在此基础上修无我空性。

出离心修完后，中等的修法，是大乘显宗的修法，也就是修菩提心，并在此基础上修无我空性。这个修法为什么是中等的修法呢？因为，这个修法还没有涉及到最上等的修法，比如像密宗的生起次第、圆满次第、大圆满、大手印等修法，所以这个修法也不是最高的；又因为这个修法比小乘的无我修法、出离心的修法要高一层，所以属于中等的修法。

(2) 对我们来说，最关键的是出离心的修法

① 有了出离心行善修行才能成为解脱之因。

对我们来说，最关键的还是出离心的修法。没有出离心，修什么样的法都不能成为解脱之因。如果我们有了出离心，行善、念咒、放生之类的善事或者修行才会成为解脱之因。

② 通过思考流转轮回的原因和生存的意义生起出离心。

上次我们也谈到过，为什么我们要流转轮回，这个问题我们一定要思考；我们为什么活着，这个问题也要去思考，这两个是很重要的，但很多人都拿不出答案。

很多人都想知道，我们为什么是人，不是牛，不是马，牛马为什么是牛马而不是人；很多人也想知道，我们为什么活着？生存的方式和生存的意义到底是什么，但除了佛法以外，没有一个人能真正地找到这个答案。

这两个问题虽然只是一个常识，但这两个常识对我们的修行却有着直接的关系，所以要思维这些内容。思维之后就会知道，我们流转轮回的原因不是别的，既不是像基督教所说的是上帝的安排，也不是无因无缘，那是什么呢？就是我们的贪心——贪欲的心，它让我们流转于轮回当中，这是第一个问题的答案。

第二个问题的答案，生存的意义是什么？生存的意义只有求解脱，解决生、老、病、死的问题，自利利他，除了这些以外，其他任何一个事物都不值得成为生存的意义。

这样思维好以后，就会生起出离心，这个修法是下等的基础修法。虽然是下等的修法，对我们目前而言，却是最重要的修法。我们很多人不一定有出离心，虽然自己认为有出离心，但实际上有没有很难说。如果没有出离心，就不可能走上解脱道。

③ 通过人身难得、死亡无常等外加行等下等修法生起出离心。

下等修法——人身难得、死亡无常等外加行修完后，就会生起出离心。

(3) 中等的修法就是菩提心和空性

出离心生起后，中等的修法就是菩提心和空性。

菩提心的具体修法，我曾经讲过很多次，很多人都有《慧灯之光》，以前没有听过的可以看书，所有菩提心修法当中最具体的修法就是那些修法。

① 菩提心的最具体的修法和重要性（永久的、终极的保险）

以前提到过，我们现在预防很多问题的方法是什么呢？就是买养老保险、医疗保险等很多保险。买这些保险的目的，就是预防万一遇到了什么问题而提前作出的准备。但是，有些更需要保险的问题，我们却没有保险。

大家认真思考一下，我们所作所为的一切，就是为了生存——短短十几年、几十年的生存。但十年、二十年过去后，在我们死了以后，我们的生命相续还会存在，那时我们会没有任何准备和保险。

这个时候最需要的真正的保险是什么呢？就是菩提心。菩提心是我们永久的、终极的保险。为了整个生命轮回，为了保证我们的安全，我们需要买一个这样的保险。这个保险不是拿钱去买，而是要用慈悲心去修，有慈心、悲心才可以修菩提心。很多大乘经典里面说，一旦有了菩提心，并且没有舍弃这个菩提心或者菩萨戒，此人永远也不会堕入恶趣，这是肯定的，所以菩提心很重要。

菩提心的重要性我讲得比较多，大家基本上知道这些道理，但只是知道而已，实际上有没有菩提心很难说。即使有，但够不够标准也很难说。

② 菩提心和空性见是佛教的精华，二者的有机结合称为“智慧双运”

如果没有菩提心，或者只有一个造作的菩提心，没有标准的菩提心，就缺少了最关键的保险。我们现在买的所有保险，都是暂时性的，在这样的情况下死亡，因为没有任何可靠的保险，没有任何的准备，我们的投生就会非常危险，所以，仅仅从自己的利益来说，在这方面都一定要有准备。这个准备首先就是菩提心，

然后在此基础上修空性和无我。菩提心也叫做大悲心，空性见也叫做智慧，菩提心和空性见是佛教的精华，二者的有机结合称为“智悲双运”。

一个凡夫如何修智悲双运呢？我曾经也讲过，在没有修空性的时候，先修慈悲心、四无量心；通过四无量心的修法，生起世俗菩提心；世俗菩提心发起来以后，就去受菩萨戒，这样心相续中就有了菩萨戒与菩提心，智悲的“悲”就具足了；然后是证悟空性——进入空性状态时，不会有明显的慈悲心，因为对我们这种初入道的修行者来说，慈悲心毕竟是一种思维，一种分别念，而空性状态是不允许有分别念的。

没有分别念的空性和有分别念的菩提心怎么双运呢？在没有修空性之前发过菩提心，受过菩萨戒，而且这个菩提心和菩萨戒一直都存在，在此基础上再证悟空性，就是智悲双运。因为，虽然在进入空性状态的时候没有明显的分别念，但由于之前已经具备菩提心、菩萨戒了，现在这个菩提心和菩萨戒依然存在，此时心相续当中既有菩提心和菩萨戒，也有证悟空性的智慧，意识的一半是菩提心，另外一半是空性，这就叫做智悲双运。一个凡夫的智悲双运就是这样。

③ 勉励我们朝菩提心、智悲双运的方向努力。

如果能达到这一点，就是中等的修法。我们现在有没有这种境界？每个人都要好好想一想。当然，如果你们问我：你有没有呢？很惭愧！我现在还没有，但正在朝这个方面努力。虽然现在还没有，但至少在往这个方向走，至少心里有这样的需求，有这样的希望。你们现在有没有？如果没有的话，那有没有往这个方向走呢？如果没有往这方向走的话，你们想想会是什么情况。

(4) 策励修行

① 正确认识密宗大圆满、大手印，策励能真正体会中观的空性。

你们天天吵着要讲密宗，讲大圆满。我为什么不讲？我不讲是为了对你们负责。我虽然没有证悟密宗、大圆满，但嘴巴上讲还是没有问题的，但这样的讲法不会有什么效果，不会有什么实际的作用。你们如果不好好珍惜、不好好修行或者不好好护持密乘戒的话，反而会有一些害处，而且弊大于利。所以，我先不讲很高深的密宗修法。以前很多的高僧大德，真正实修开悟的人说过，佛经上也提到过：如果真正能够体会中观的空性，其实也就是密宗大圆满或大手印的部分见解，就已经很不错了。

② 端正认知和价值观的偏出，珍惜时间、坚定意志，开始修行、必有结果。

你们总是说太忙了，没有时间修出离心、菩提心与空性的修法，这就是在认知上出了问题，我们的价值观有问题。因为在大家心中的天平上，金钱的分量还是比解脱的分量重，两者权衡的结果，还是选择了挣钱，所以没有时间修行；如果在我们的心目中解脱的地位高于金钱的话，我们就不会说没有时间修出离心、菩提心之类的话了。

在家人当然有很多事情要处理，肯定没有出家人那么清闲，但是，如果意志坚定的话，还是可以抽出时间。我知道，很多居士还是比较努力的，只要肯努力就好，修行不一定那么快就有什么结果，我们也不需要急着要结果。只要往修行这个方向努力，就肯定会有结果的。

以前我也给你们讲过这个故事：华智仁波切的一个弟子在山里闭关了九年，就是专修菩提心。在九年的过程当中，一直住在山里，不跟外界接触，专修菩提心。可想而知，他们有那么好的根基、那么好的环境、那么好的上师，还得修那么长的时间才有菩提心的话，我们绝不可能一、两年就修出什么结果来，但是，只要能往这个方向走，已经有了起步的话，那也很不错，最关键的就是有没有开始修。

③ 此生是唯一的机会、主要是自己去掌握、死亡必定轮回必然，修行至要。

我们一定要清楚，此生是我们唯一的机会，这个机会一旦错过了，以后什么时候能够再有这样的机会，一万年？十万年？或者百万年？谁都不知道。

你们经常说：我去问了空行母，空行母跟我说什么什么；我去问了瑜伽士，瑜伽士跟我说什么什么。我也不否定空行母和瑜伽士的神通，但轮回的问题不是空行母和瑜伽士能够彻底了解的，唯有佛才知道轮回是什么样、因果是什么样，这个人的前因是什么样、后果是什么样。其他人就算知道，也只是一个局部，所以我认为没有必要去问谁，主要是自己去掌握。掌握什么呢？唯一的就菩提心。

如果真正有一个不造作的菩提心的话，我敢保证，从此以后这个人绝不可能堕落，至少不可能堕落地狱、饿鬼、畜生三恶道。这样就只需要考虑怎么样去度化众生，为了众生我要做什么事情，而不需要考虑我以后会怎么样，我会不会堕地狱、会不会投生为饿鬼等等。

很多人买了养老保险、医疗保险，甚至连一部车子每年都要保险，但为什么我们不为自己的来世保险呢？生病了如果没有保险的话，也不是不能解决的问题；再说我们也不一定有机会老，即使老了，到时候也不一定会过得很苦，这些都不是太大的问题，但有一点可以肯定，那就是我们肯定会死，死了以后肯定有轮回，到时候我们肯定没有什么保险，这三个都是可以肯定的。所以，我们应该好好思维一下该不该修菩提心、空性，这是相当重要的。

我相信居士们都相当虔诚，大家对上师、对佛法充满了信心，信心非常充足，甚至有点偏高了，所以，如果肯修的话，有这样的信心再加上一定的努力，就肯定可以修出来。无论是出离心也好、菩提心也好、空性的见解也好，都是修出来的，绝不是从天而降，自然而然就冒出来的，所以修行非常重要。这是中等的修法。

（六）上等的修法

（1）上等的修法及其基础

上等的修法，就是密宗生起次第、圆满次第、大圆满等修法。不过，无论是生起次第，还是圆满次第，全部都建立在出离心、菩提心和显宗空性的基础上。没有这些基础是没有办法修成的，所以我们也不用太着急。如果你们自己觉得出离心、菩提心都修得差不多了，显宗的空性也修得差不多了，自己现在已经是修密宗的时候了，那我当然也不排斥大圆满的修法，能够修大圆满非常好。

（2）上师很少赞叹大圆满是为了大家用功夫修加行

但是，在这几年当中，你们有没有听过我非常赞叹大圆满，或者是说我们一定要修大圆满？我想你们很少听我说这样的话，我现在也想不起来有没有说过这种话，即使说也顶多是一、两句。为什么我不说？是不是不重要？当然不是，大圆满肯定重要，但如果我一开始的时候就说：“大圆满才是至高无上的、最有用的，其他的法都不如大圆满。”你们哪还有功夫修加行，大家都忙着去修大圆满了！

（3）获得大圆满的“难”与“易”

不过，现在从哪里能得到真正的大圆满就很难说了。以前法王在世的时候，讲了一整套的大圆满理论、大圆满修法，现在公开讲大圆满的，就只有几个地方的一些老上师，但因为这些老上师们年纪太大了，所以现在也不怎么讲了，只是

让下面的一些弟子讲。虽然我相信在西藏的山里面，还是有很多不知名但修行境界非常高的人，但我们不知道这些人在哪里，就算知道，他们也未必肯传给我们，所以，现在要获得一个真正的大圆满，的确有很大的难度。不过，我认为这不是很重要。如果出离心、菩提心的基础非常稳固，然后在此基础上，能把我以前讲的中观修法修得比较不错的话，离大圆满也不是很远的距离；但若这些基础修法还没有修的话，那就很难了。

(4) 实实在在地修好加行，修好以后再去修上等的修法

现在却有一些很恶劣的现象，很多居士正在修加行的时候，却有人告诉他们：你不需要修加行，你是上等根基，在前世的时候已经修了加行，现在不需要修了。这样令很多以前发心修加行的人都不修了。简直荒唐之至！

你们想想，五加行是修什么呢？五加行里最关键的就是皈依、发菩提心，然后就是修金刚萨埵，遣除我们的业障。作为凡夫，如果想不修这一系列的修法而获得成就，那是不可能的事。因此，你们还是要一步一个脚印地做，实实在在地修。

这些都是我特别要提出来说的，为什么要说呢？因为，这涉及到每个人的修行和解脱，所以我必须要说。如果每个人真的不需要修加行，也照样可以成就，那我也不会勉强。

虽然我现在没有讲上等的修法，但我们还是要知道：我现在修的是中等的修法，在此之上，还有一个更高的修法，等我把中等修法修好以后再去修。目前只要有这样的发心就可以了。

三、居士的行为

(一) 下等的行为

(1) 最下等、最基础的行为是在受居士五戒的基础上，尽量地断恶行善。

居士的行为也可以分上、中、下三个层次。最下等、最基础的行为是什么呢？首先是受居士五戒，如果不能五戒全受，就在其中选择受一条戒、两条戒、三条戒或四条戒都可以。在受戒的基础上，尽量地断恶行善。十善、十不善我们都知道，《普贤上师言教》里面讲得非常清楚。这是最基础、最下等的行为。

(2) 在最下等的行为当中，重视两个问题。

在最下等的行为当中，还有两个问题我们要谈一谈：

① 一定要吃素，一定要改变自己的饮食习惯。

a 藏传佛教密宗“吃肉”的原因

第一个是吃素的问题。部分居士也许还没有吃素，如果是这样，就一定要吃素，一定要改变自己的饮食习惯。现在个别的居士，尤其是一些学藏传佛教的居士看到藏传寺院的出家人或上师在吃肉，就认为密宗是允许吃肉的，吃肉没有问题。就这样，很多以前吃素的后来就不吃素了，但这是错误的观点。

我以前也讲过，藏地的僧众吃肉并不是密宗开许吃肉，那是在没有办法的情况下不得已而为之的。因为藏地很多地方气候条件恶劣，不出产水果、蔬菜，加之交通不便，所以很多修行人只好选择三净肉，但他们也只吃三净肉，不吃其他的肉。

随着交通条件的日益改善，目前我们也在在这方面做了一些改善，部分有条件的地方逐渐逐渐有很多人开始带头吃素了。不过在有些极为偏僻的地方，直到现在吃素还是很不方便，既没有水果，也没有蔬菜，尤其是有些牧区，吃素可能还需要一段时间。不可能所有的人马上都能吃素，但这是环境因素所致而非密宗的意思，也不是其他的原因，我相信以后这个问题慢慢会改变的。

然而，生活在汉地的学藏传佛教的居士一定要吃素，现在汉地有这么好的条件，连不学佛的人都吃素，佛教徒怎能不吃素呢？所以，如果你们还没有开始吃素，从明天开始，一定要吃素！除非有非常非常大的困难，实在是没有办法，我想应该不会有这样的困难吧！如果有，比如威胁到你的身家性命了，那是另外一回事。

b 不可能吃“长素”的过渡方法

我到很多藏地的乡下去时，也动员当地的牧民们吃素。怎样吃素呢？他们不可能吃“长素”，但每个月的十五、三十，或者是一年当中的佛诞日、成道日等佛教的四大节日，或者一年中这四个节日所在的四个月，或者这四个月当中的半个月不吃肉。你们想想，那些条件、环境非常差的地方尚且如此，你们更没有理由不吃素！

c 坚持汉地的大乘佛法吃素的良好传统

汉地的大乘佛法在吃素方面，就有非常好的传统，从梁武帝的时候就已经开始了。在这方面，藏传佛教因为环境的因素做得没有那么好；南传佛教因为要

托钵化缘的关系，也做得没有那么好。南传佛教的僧侣不是自己做饭，而是每天挨家挨户地托钵化缘，因为这些化缘的施主不一定是居士，他们当中有吃素的也有不吃素的，所以吃纯素有一定的困难，在这方面他们也不如汉传佛教。只有汉地的大乘佛教把吃素的传统保留得非常好，所以我们现在要继续维持。学藏传佛教，要学好的一面，不要学不足的一面。当然这不能归咎于佛教，而是人的因素，因为人在这样的环境当中做不到，但我们所处的环境已经很优越了，所以没有理由仿效他们的吃肉行为。

② 学佛是要学佛的行为，不是学金刚道友或其他人（依法不依人）。

第二个问题，是上师、弟子与金刚道友之间的问题。

a 常见的问题：对上师产生了负面看法，甚至有不好的态度；因个别人不如法的行为而感到非常失望，以至于不学佛了。

我现在经常遇到这类情况。比如说，有些居士刚刚接触某个上师的时候，认为这个上师很不错，然后就依止并接受了一些灌顶和密法，后来因为种种原因，对上师产生了负面的看法，甚至有不好的态度，师徒之间产生了矛盾，然后都很担心有没有犯密乘戒等等。很多人来问这方面的问题。

这个问题我以前在“金刚上师与灌顶”这个专题中讲过，相信多数人也看了这篇文章，但看一次不一定能记住，所以，这方面我们一定不可掉以轻心。

还有一个更严重的问题是，我遇到过一些以前学佛学得比较虔诚的人，过去一直认为自己的上师或道友是非常非常好的，后来因为看见个别人的不正当行为，就感到非常失望，以至于不学佛了。

b 任何一个普通人都无法代表佛教，判断是非的准则是依法不依人。

有关这些问题，该如何取舍呢？首先我要说明的是，没有一个普通人的整个行为，能够代表佛法，这一点我们一定要承认。如果非要有谁来代表佛法的话，我想：观音菩萨可以代表佛教的慈悲；文殊菩萨可以代表佛教的智慧，除此之外，任何一个普通人都无法代表佛教，所以你们不能这样以偏概全。如果因为个别人的行为不好，就归咎于佛教或者藏传佛教，然后不学佛了，就是一个极大的错误！

释迦牟尼佛是全知，他早就考虑到这个问题，所以很早以前就告诉我们，判断是非的准则，是依法不依人。如果你发现佛法有什么问题，你可以说我原本以为佛法是很好的，但是，我在佛法中发现了问题，所以不学佛了。如果是这样的

话，你是有道理的，你可以不学佛；但是，如果你是因为某个上师的行为或者金刚道友的行为不好，便因此不学佛了，这就不合理。

c 一定要按照密宗的要求去观察、去行持，否则便是错在我们自己。

上师、金刚道友的行为，是他们个人的行为，并不能代表佛法，也不能代表藏传佛教，这一点我们一定要划分清楚。要学佛，可以自己好好学，不去管别人的是是非非。以后你们也不要轻易地把自称是上师、活佛的人看成佛，像法王如意宝这样的上师我们当成佛是完全无误的，是合理的，但一般不是很了解的那些活佛、上师、堪布，我们既不能随随便便当成佛，也不能看到一点过失就毁谤。如果你觉得有必要依止，就按照密宗的要求，在接触的过程当中慢慢去观察。密宗本身有明确的规定：依止一个上师一定要观察十二年，密宗里面讲了很多上师的标准，依照这些标准，在十二年的时间当中仔细观察，如果这些标准都具备的话，才可以依止。依止之后，就不能再产生什么邪见，一旦产生邪见，自己的修行就无法获得长足的进步。

当然，我以前依止法王如意宝的时候，没有经过十二年的观察，你们可能也没有观察十二年。对法王如意宝这样的上师不观察是没有问题的，这是我们的运气很好、福报很好，因为我们遇到了一个不可多得的好上师。不过，是不是每个人都有这么好的运气，就有点不好说了，所以，我们认为：依止上师之前一定要观察；如果没有依止的必要，我们也不观察别人的过失，别人有过失或有功德，在短期当中不一定观察得出来，就算能够观察出来，对我们的修行也没有什么帮助。

学佛是要学佛的行为，不是学金刚道友或其他人。上师或金刚道友不好是他们的过失，不是佛法的过失。这一切错就错在我们自己——以前我们没有按照密宗的要求去观察；现在又违背密宗的要求去毁谤，这样可能永远都修不成密法，只能修修出离心、菩提心等修法，所以，大家在这个问题上一定要特别小心。

（二）中等的行为

（1）中等的行为在菩提心的基础上，尽量地利益众生（六度万行）。

中等的行为是什么呢？中等的行为是利益众生。在菩提心的基础上，尽量地利益众生。虽然大乘佛教利益众生有各种各样的方法，但归纳起来一共有六种，

也就是六波罗蜜多。六波罗蜜多，就涵盖了所有大乘佛法利益众生的方法。除此之外，平时在日常生活当中，凡是我们认为利益众生的行为，都要尽量去做。

(2) 利益众生是有过程、有次第的，随分随力尽己所能地去做。

现在很多居士经常问到：虽然自己在发菩提心，但在实际的日常生活中处理一些问题的时候，又做不到自轻他重等等，那该怎么办？其实，佛也没有要求我们今天发了菩提心，明天就一定要去做这些事情，这些都是有过程、有次第的，可以做到的尽量去做，做不到的就暂时放在后面。

比如说肉体的布施，也即把自己身上的肉割下来布施给众生的行为，这是菩萨最高的一种布施，但是佛告诉我们，在没有证悟之前不允许做这样的布施。为什么呢？因为没有证悟之前这么做的话，还是有痛苦的；如果有痛苦，则布施之后会后悔的。我们现在还没有这种能力，所以佛告诉我们先不要布施自己的身体。先易后难，能做到的先做，做不到的可以放在后面。我们虽然发了菩提心，但是在日常生活当中遇到很多问题的時候，不能用菩提心来处理，这是很正常的。因为我们的修行还不到位，不过，我们可以尝试着逐渐逐渐去做；等我们的修行到位的时候，就不存在这样的问题了。

当初释迦牟尼佛也发心：等所有的众生度完以后我才成就。释迦牟尼佛早就成就了，但众生度完了吗？没有。佛是不是违背了自己的发心呢？当然不是。佛和菩萨会发很多不会成功、不会实现的愿，他们为什么要这样发心呢？这就说明他们的伟大——“明知其不可为而为之”，这恰恰说明了佛菩萨度化众生的勇气，而非佛菩萨的过失。

我的意思就是说，佛也没有办法度完所有的众生，把所有利益众生的事情都做完，我们就更不用说了，但在这些利益众生的事情当中，也有很多现在我们肯定能做到的事情，所以，我们就应该尽己所能地利益众生。

(3) 从内心深处真真切切地发起利益众生的心，才是大乘佛法。

利益众生不是外表上摆个样子给别人看，而是要从内心深处真真切切地发起利益众生的心。在清静的心之上，能做多少就做多少。比如说我们去放生，在外表上看，放生本来是一个利益众生的行为，但是，如果我们为了自己的健康、长寿去放生的话，表面上是利益众生的行为，骨子里还是为了自己。同理，在任

何一个问题上，修大圆满也好、修大手印等任何一个修法也好，如果核心是自己的利益，就不叫大乘佛法。有关这一点以前讲了很多，现在不再讲了。

(4) 下等的行为和中等的行为，都是我们力所能及的范畴。

下等的行为和中等的行为，都是我们力所能及的范畴。

(三) 上等的行为

(1) 上等的行为就是密宗的行为，以利益众生为基础，方法、范围、力量有别于显宗。

上等的行为是什么呢？是密宗的行为。密宗的行为是不可思议的，你们可以看一些藏传佛教的高僧大德、成就者们的传记，从中可以知其一二。虽然密宗的行为很不可思议，但所有的行为都建立在利益众生的基础上。不论从外表上看来是怎样的，却从来没有离开过利益众生的前提，只是在方法、范围、力量方面有别于显宗而已。通过这些不可思议的方法，同样能把众生引导到解脱道上面。

(2) 密宗行为主要建立在生起次第、圆满次第的基础上。

这些行为主要建立在生起次第、圆满次第的基础上，我们现在根本没有生起次第、圆满次第的基础，连什么叫做生起次第、圆满次第都不知道；虽然我们自认为知道什么是大圆满，实际上并不知道，我不知道，你们更不知道。

你们也许会想：大圆满怎么不知道，就是心里面一切都放下，什么都不想、放松，这不就是大圆满吗？这个不是大圆满，以前和尚摩诃衍到西藏传了这样的法，结果闹出很大的矛盾，到现在一千多年了，这个问题都没有消失。

(3) 现在最重要的是出离心、菩提心和空性的修法。

真正的大圆满不是这样，不过，大圆满是怎么样，现在还不是很重要。以后你们的出离心、菩提心修好了，可以去听大圆满。

但是，以前我讲的那些空性修法你们可以修，在修菩提心的同时，就修那些空性修法。这也可以说是密宗大圆满的一种前期修法。这些空性如果修得比较好的话，说不定到时候离密宗也就只有一点点的距离了，当然，这个要观待自己的努力精进。

这里我没有告诉你们具体的密宗行为，只说了上等的密宗行为很了不起。因为这些现在我们做不到，所以现在也不说。

四、总结

(1) 当下可以掌握下等和中等的六个见、修、行；上等的见、修、行，可以暂时放在后面慢慢地修。

总结而言，见解有上、中、下三种，修行有上、中、下三种，行为也有上、中、下三种，总共是九种。上等的见解我们没有；上等的修法至少目前我们还不能修；上等的行为都是密宗的，我们都做不到。不过这也没问题，这并不表明我们永远都做不到，只是目前做不到而已。但下等与中等的见解我们可以有，下等与中等的修法我们可以修，下等与中等的行为我们也可以做，九个见、修、行当中的前六个，我们当下就可以掌握，至于上等的见、修、行，可以暂时放在后面慢慢地修。

(2) 依止上师、听闻大圆满的条件和要求

现在藏地还是有一些老一辈的修行非常不错的上师，他们住世的时间也已经不多了，你们当中可能也有以前在法王的座下没有听过大圆满的人，所以，如果你们现在能够找到非常可靠的，真正有资格传密法、传大圆满的上师，也可以提前听一听，也可以提前了解了解，不然以后你们也许会后悔的——在西藏还有那么好的真正的修行人的时候，自己没有去听，现在要听的时候全都圆寂了，这也是很严重的问题。但现在就正式去修这些法，我想还早了一点，我们还是要先修加行，这是很重要的。

不过，这样的上师不是到处都有，一旦依止了这样的上师以后，无论遇到什么样的问题，都不能有任何邪见，密宗的要求就是这样。如果产生了邪见，第一个，就是在密乘戒上会出现问题；第二个，自己的修行也不会增长。密宗的修法，特别是大圆满的修行进步，全都要靠上师的加持，上师的加持又要靠自己的信心，当我们的信心被破坏的时候，修行就不会有进步，所以密宗就有这样严格的要求。事先你们一定要观察，不观察就盲目地依止，说不定会出现更大的问题，到时候就不好办了。

(3) 总结如何做一个标准的居士

我这次要讲的就是，前六个见、修、行，我们一定要去做；至于后三个，以后自己去闻思修。

如果具备前三个见、修、行，就是下等的标准居士；如果具备中间的三个见、修、行，就是中等的标准居士；如果具备后三个见、修、行，就是上等的标准居士。