教授取舍之道讲记

（未定稿）

法王如意宝 造

益西彭措堪布 译讲

这一次我们学习大恩上师法王如意宝给丹增活佛写的《教授取舍之道》。当时活佛很年轻，正值法王率僧众朝礼文殊刹土——五台圣境期间，活佛从红原赶到五台山依止法王。应他的祈请，法王就说出了这篇教言。

“教授”就是上师对弟子传授取舍的要点。“取舍之道”是指示一生修行应当走怎样的道路，哪些不如理的、不正确的、无实义的，或者有偏差的，就要在自身上舍掉；哪些如理的、正确的、具实义的、适合自身因缘或者时代状况的，就应当在自身上执取。这样一生的修行就会避免误入歧途，避免走错道、偏道、无意义的道、无效率的道等等。这就是“教授取舍之道”非常深的内涵。

全文分三：一、祈请文殊；二、正明取舍；三、总结要义。

一、祈请文殊

为了顺利地开启明辨取舍的智慧，首先祈请代表根本智的文殊圣尊加被，由此趣入安乐吉祥的正道。

诸佛一父童子相，但念亦除三有暗，

红黄文殊持剑者，祈散于汝吉祥花。

这一颂有事、理两分解释。从事相上看，文殊菩萨过去已经成佛，是龙种尊王如来，未来也将在北方宝积世界成佛，现今示现为大菩萨的形相。他是诸佛智慧总集的体性，是出生诸佛的唯一父亲。这位菩萨示现为童子相，以他的夙愿力，仅仅在心中忆念，就能遣除一切三有黑暗。因此向这位显现红黄身色、执持宝剑的圣尊祈祷加被，赐予各种功德的吉祥。

从甚深的理体上解释，文殊就是妙吉祥，指的是本有的智慧。任何佛都是从本智中出生，从金刚般若智慧中出生，它是诸佛的根源、出生处。诸佛无非认识了本有的智光而成佛，因此称文殊菩萨为“诸佛一父”。

示现为童子相，是指它并非因缘所生的有为法的智慧。因为凡是有为法，都是刹那灭的自性。既是因缘所生，也就是缘聚一现而已，必然就落在衰损坏灭当中。然而本性的智慧是妙明真心，从本以来，没有任何生灭增减等相，而是万古长青。一切时处就是这一个永无变异、永远年轻的智慧，它时时都在起着妙用，所以叫“童子相”。也就是指永无衰老，恒时起灵明妙用。临济禅师说：“有位无位真人，时时在众人面门处放光，六道神光欠少什么？” 这位无位真人就是童子。“六道神光”指从眼等六个门放六道神光，起见、闻等六种妙用。如果你认识它，只要一经忆念这位童子，就能遣除三有的黑暗。也就当即觉知到，所谓的欲有、色有、

无色有的这些世间界，就只是虚妄分别的体性。一旦知道了这位诸佛一父的童子就在你心中，而且明记不忘，那就会遣除三有的黑暗。法王的金刚句有甚深的密意。跟禅宗说的“知有是众妙之门”是一味的。知道什么“有”呢？就是这个本有，这个妙明真心、无位真人就是本具的智慧。一切时处都是这个智慧的妙用。你只要认得它，三有的黑暗立即就会被遣除。它没有生死，没有增减，没有任何方所，没有任何戏论可得。正由于它永葆青春、常住不变，所以称它为“童子”。我们知道自己本心的文殊童子，能够时时明知不忘，处处都是它，就决定会从迷惑中走出。

过去有麻谷等五位开悟的大德一起结伴参方。当时天气很热，口干舌燥，看到一位婆婆在卖茶，就请求婆婆给他们每人一杯茶解渴。婆婆说：“你们当中有神通的人就可以喝。”这几位大德是诚实的人，他们面面相觑，虽然已经是初开悟的人，但是神通还没有显发，所以都不敢喝。老婆婆就说：“你们这群呆鸟，看老婆子给你们施展神通！”然后端起茶杯咕噜咕噜一饮而尽。这时五位大德才恍然大悟，原来日用无不是神通。这是观音菩萨示现为老婆婆来考验这些大德。庞居士说：“神通并妙用，运水与搬柴。”这也是指示我们时时神通妙用，都是文殊童子在起用，能识得它，就会破三有黑暗，就会时时遍散吉祥花。

世尊成道的时候说：“奇哉，奇哉！一切众生皆有如来

智慧德相，唯以妄想执著不能证得。若离妄想执著，自然智、无师智、一切智自能现前。”关键是要这个“知”，这个“知”就是众妙之门。如果不知，就落在幻影当中，不断地迷惑。所以，时时要认得本来人。

很多人都不清楚这事就在面前，它从来没有失去过，也没有任何断、续的相。佛在《楞严经》里指示波斯匿王，也是在这点上：外在的身体当然是有为法、虚假的法，随着日迁月移，会渐渐地衰老，然而你见恒河的性有没有衰老呢？波斯匿王马上就悟到了，说这个是常住的真心，是从来没变化过的，童年时见恒河的性和现在老年见恒河的性完全一样，这上面并没有任何变异、衰老。这就说出了我们的智慧本性是一位没有任何变异的童子，它就是诸佛的根源，显了它就叫成佛，所以是“诸佛一父”。这是一路涅槃门，叫做“一”。这也就是说本有这妙吉祥的智慧，人人本自成佛。因为这种觉悟，就会出生诸佛，出生一切佛的妙用。

这里用“但念”二字，实际已经开示了大道的根本。“念”是明记不忘的意思。只要明记不忘这无位真人、这智慧童子，就不会处在迷惑当中。这里有深义，就是当智慧起用的时候，你要记得这是本性的智慧，而不要迷失在幻相里，忘记了文殊童子。能这样记住，就不住在假相上，也就能除掉三有的黑暗（暗是指无明，也可以指一切三有所摄的惑、业、苦，这都是虚假的迷梦法，叫黑暗）。

所谓的无明，就是指我们不知道现前的一切都是本性在显相起用，却执著有真正的法。以这一念无明的妄动，就陷在黑暗当中了。也就是我们会认为在本性之外实有这个法、那个法，也就是沉迷在欲有、色有或无色有当中。

其中，落在欲界的人天善趣以及三恶趣，就是堕在欲有当中。根本上就是把显现的色、声、香、味、触五欲的幻影执为实法，由此一颗心就向外追逐求取、与人竞争、生起各种贪、嗔、嫉妒、傲慢等，就陷落在这欲界的黑暗中了。在此之上，虽然暂时止息了贪欲，但在定中还执著有色，他不知道这也只是自心变现的一个妄相。在无色有之中，连色的显现也没有，但仍然计执无色有为实法。像这样，众生都是因为没有证得本有的文殊童子，在现起这些的时候，没记得这个根源，反而妄执心外有实有的法，之后起惑、造业，而陷落在黑暗中的。所以这里上师开示“但念文殊”，就是只要你回光返照，不忘这本心的文殊，这么一念，就能遣除三有的黑暗。

这样的文殊是红黄持剑者，表示圆满断证的功德。“红黄”所表征的就是内在有无量恒河沙数的性功德法。也就是所谓的四身、五智、十力、四无畏、十八不共法等所摄的无量性德。这个自然智，它是体、相、用不二的，本来就只是它，不可能有分开的各种他体的东西。这就是“何期自性，本来具足”。而从名言上又可以分二、分四、分五，或者分

多少都可以，也因此有所谓的二智、四智、五智乃至无量智的建立。

分为二智，也就是尽所有智和如所有智；分为四智，也就是成所作智、妙观察智、平等性智和大圆镜智；分为五智，也就是在四智的基础上再加法界体性智；说无量智，无非就是权、实二智。彻证本性叫做实智，然后就是权智，指应一切机缘，以智慧光明起无量无边的妙用。这都是文殊智慧现的庄严相、起的无边妙用，这就叫“红黄文殊”。

我们之所以不能还归本性而得天真受用，就是因为不认识这个本有的智慧宝藏。很多人都以为，智慧只是一个因缘制造的分别心。所以，只要问别人：“你知不知道吃喝拉撒睡都是智慧？”很多人就不理解，认为这些怎么能是智慧呢？他以为世间的世智辩聪，像能够高谈阔论、妙笔生花、搞搞发明创造、作出种种研究等才叫智慧，岂不知一切处都是智慧！若是离开了智慧，那就死了。就像六祖在《坛经》里所说的：心王一旦离开了（这里的心王指本智），那你就是一具死尸，还能起什么作用？所以，我们能言、能行、能动、能做，全部都是本智在起作用。就是一个智慧，没有别的。

这样智慧显出的庄严相就是红黄文殊。“持剑”就是指这般若智光能斩尽一切戏论，脱离一切迷惑网。这是智慧极其明利的作用，它能破一切，而不为一切所破。这把金刚王

宝剑无比锋利，无论什么样的迷惑、颠倒都能破掉。一旦你识得了本性，就不再住在任何妄想上了。一切虚妄的情执、分别，都会被破掉。从此之后，任何地方都骗不过你。根本就不会落在任何的戏论、执著里面。自从识得文殊后，这就是不二的智慧，还有什么戏论可得呢？一切处都是平等的，都是本来清净的，都是大安乐受用，哪里还会有妄执戏论呢？

如此就祈求本心的文殊雨散吉祥花。“花”代表心花开放，“吉祥”代表圆满具足万德，“散”代表在日常生活中一切起灵明妙用。如此就会日吉祥、夜吉祥，日日时时都很吉祥。在我们的生活中，就会遍散吉祥的妙花。也就是当我们能够时时知道，也就时时都是遍满吉祥了。

就像这道禅偈所说：“夹岸桃花风雨后，马蹄何处避残红？”一场风雨之后，两岸都铺满了飘落的桃花瓣。当骏马在岸边奔驰的时候，脚下哪里能避开残红呢？同样，无论我们做什么、见什么，没有一个地方能出于这个本性之外，这是无处隔断、无时远离的。你想避也避不开，可怜“百姓日用而不知”，就落在迷惑颠倒里了。现在“祈散于汝吉祥花”，这是既请文殊加被，也请我们自心的文殊让它醒过来，让我们看清楚处处都是本性放光，生活完全成了吉祥，一切都是自性的妙用，任何处都吉祥、都自在安乐。

所以，我们一切的心念、言语、行为、穿衣、吃饭等等，

无不是本性的妙用。“佛性天真事，谁云别有师？穿衣吃饭处，聲欬掉臂时”，也就是说这是天真之事，是本有的智慧，它没有任何衰减，时时处处都在显露，一切时都在起用。所以，它叫童子，没有任何生灭、断续的相。这是不是忽然间它就灭了，等会儿又是另外一个东西呢？不是的，这里没有什么生灭！它是常住的、无生无灭的。你只要一忆念，回头就是。这样的话，就叫做“散汝吉祥花”，就会一切时一切处吉祥。“吉祥”是具德的意思，这是本具的妙德，不用去外面找。

所谓的“吉祥花”配合本论来说，就是指有了文殊的拣择智慧，就能够完全了知如何取舍的正道。也就是自性的文殊智慧光一现的时候，就能够知道什么是苦、什么是乐、什么有实义、什么无实义、怎么到达安乐宝洲、把握自心等等，一切自然会清晰地明见。这就是智慧能够无误地拣择到缘起的正道，能见到心上的缘起如何运作，这样就开启了明辨取舍的智慧。

一方面是祈求文殊本尊加被，但我们心中出现明辨取舍之道的智慧；另一方面也是指我们本性的文殊觉醒了，自己会明辨一切缘起法则。

这篇简短的教言告诉了我们首先要明辨苦乐的真相，然后恒时依止出离心，以及明辨世出世法功德的根源是善心，所以要恒时唯一依止这内心的庄严。

进一步还要知道，增上生和决定胜的欢喜洲是要通过慧眼和戒足并运来到达。因此，任何时候都要智慧和持戒双行。

之后又说到，人生的大义在于依止具德上师和他的教授，应该抛舍一切世间无意义的事，从这牢笼里脱出来，效仿常啼菩萨、善财童子依止上师的传记，让自己永远具有修持佛法的自在，再一心依止上师和上师所传的教授。

浊世寿短、病多，各种违缘障碍非常多，这个时候要走一条最简要、最径捷的路。如果像过去的人那样想要穷尽教理网的边际，那是十分困难的。所以，要唯一依止要诀来修持。

最后就说到，任何时候行为的准则是依止念和正知，毫不放逸地管制好自心，而且无论什么情况下，都要自己作自己的善知识来行持具义的事。

以上简要论述了整篇“教授取舍之道”所宣讲的法义，下面进一步分段解释：

二、正明取舍

暇满难得寿短促，业果无欺轮回苦，

数思维于世圆满，更无希慕依出离。

这是教导第一个取舍——舍世间圆满，依止出离心。

我们都会问：世间的圆满应不应该追求？应该以什么态度来对待？这里的教导是，唯一要依止对世间圆满没有任何希慕的出离心。这很明确地告诉我们，修道第一个就是要有

出离心，时时处处都要出离。

这要看到我们生命的走向有根本的错误。如何错误呢？对世间的种种圆满一直有很重的希慕之心。这是指我们内心对这世间充满了各种幻想、期待、追求，也因此我们的心对于世间的名利享受一向非常贪爱，又以这种爱驱使我们发出种种行动，从而集成了生死轮回的业力。

现在怎么使心态和行为调整过来呢？就是要透过数数思维，对世间的一切圆满都彻底看清这只是苦的自性。就像一旦清楚了黄连是苦的之后，就再没有想品尝它的兴趣，因为心里非常清楚吃它就只有饱尝苦味，得不到任何甜味。以这种彻底地断定就让我们死心，不会还幻想在里面获取一点甜味，这就是心里“更无希慕依出离”。

我们是因为一直没有彻底地认定这世间的一切都是苦，有漏法都是苦性、苦法，才导致我们的意乐和行为出现一次又一次的偏差。结果就只有反复地陷在苦当中，卷入苦海的漩涡。如果看不透有漏皆苦，那还会不断地误以为世间有乐而有意识地希求它，结果就又会掉入苦海里。如果按照这个方向不断地去追乐，结果追到的一定全部只能是苦。这都是因我们的心没有辨别清楚苦乐的自性，或者说对苦集十分愚昧而造成的。如果在这上没抉择清楚的话，就一定会一再陷入苦中无法脱离。

这里上师已经决定地告诉我们，世间唯苦无乐，必须要

有彻底的厌离和出离。而我们怎么才能生起这个心呢？那就要透过数数地思维衡量。这上的取舍是非常断定的，就是对世间圆满丝毫希慕的心都不能有，唯一要依止出离心，这就完全为我们给出了这一生行为的方向。

释迦佛当年做悉达多太子的时候，经过四门看到了老病死，马上就觉悟到，轮回肯定是以苦作结局。因此，对于无论现前多好的荣华富贵，他都没有任何兴趣。这是因为智者有极其长远的眼光，看到了一切事的最终结局是什么，就会断然做出决定。但对愚者来说，只要眼前显现一点世间圆满，就会把自己完全迷失在里面。一颗痴心就只想在这温柔乡里、富贵场中尽情享受，哪里会提前想到这本是苦乐相连、乐极生悲的事呢？

世人最易迷失的地方就是这些眼前的世间圆满。因为它极具欺诳性，诈现的是一种安乐的美景，让人看不清真相。它会表现出似乎人生必须要有这样的追求，要实现这样的价值和意义，所以人们会主动地为自己的人生做出各种计划，追求各自的理想和目标，将一生都付诸其中。这一切都是由于没看清真相而导致的。

这种执世间有乐的心，致使根本不可能发起彻底的出离心。因为在认识上根本是错的，这就绝不可能死心，一定还妄想在世间得到想要的安乐；或者认为现在只是因缘还不具足，等具足的时候就一定能得到安乐；或者幻想以后可能有

很好的生活，有很多真实的安乐，虽然过去没得到，现在也没有，但将来一定有希望得到。多数人表面不说，心里并没有真正相信。他们自有一套理由：时代是在不断变化中，遇到的人、事、物都不尽相同，未来的事还没发生，怎么能这样让我们彻底绝望呢？完全彻底地没有安乐，并不那么断定吧。心里还存有这样的侥幸。

不要说整个世间的圆满，就连一点点好的享受，比如有一道好菜，放在嘴巴里嚼的时候，觉得很好吃，就想多吃几块，这就叫“希慕”，就是对于面前美餐的希慕。或者听说今天有什么大片、球赛，哪里有好玩的，马上就动心，这也是一种希慕。对于男女的情爱、耀眼的名誉财富，更是非常希慕。心里发痒、没得到的时候，总有一种憧憬，一种幻想，认为得到了该有多好啊！有了这样的希求心，就会使你迫不急待地付出行动。就像狗看到了骨头那样，马上就冲过去了。这样我们的心就会完全入在五尘当中，如此就深陷在轮回里了。

如果我们对于苦集有很精确的抉择，就会知道的确叫做“人心唯危”。我们的错乱、冲突太多了，如果没有经过反复地思维，看不清它的真相，就会导致行为一次又一次地迷失。假使在某一个阶段里受环境的保护，因为没有什么诱惑，或者有师长的教诫，这样你还能够比较平稳。但是一旦远离的时候，因为心里没有正见的摄持，一到这个诱惑的境界里，

就会迷惑不清，紧接着导致一次又一次的错乱。之后，彻底地深陷轮回中无法自拔。

所以，真正对于苦集有认识的人，他就能切实地看到世间五欲就像毒蛇一样，整个世间就是一个罗刹洲。如果不警醒的话，马上就会被它吞噬掉，如此就能做到一心如救头燃，寻求解脱出离。

但是，现在的关键就是希慕之心我们止息不了。为什么上师在这里特别强调呢？因为当前我们人类大多数都处在红尘世间，很少有人能到与世隔绝的山洞去隐修。充斥在我们周围的，都是各种令人心醉的名利享受（世间圆满就是指这些，由于它表现出非常美满、幸福的相，就让人特别羡慕向往）。在这些上，一般人是不容易看清楚的，好比有人送了你一栋非常豪华的花园别墅，那里面的舒适享受哪里会让人觉得是苦海呢？一般人都会深深地迷恋在其中，连离开都不愿意，更何况失去？这样的话，怎么可能发起出离的道心呢？

但是，这个教言里的要求是任何世间（欲界、色界、无色界）的圆满，都要看清楚它只是苦性苦法，最终的结局是导致极其漫长的轮回。数数思维是个手段，要思维的内容是四种前行（暇满难得、寿命无常、轮回过患、因果不虚），思维后的结果是对任何世间的圆满，都不再有丝毫的希慕之心，心里断定地唯一依止出离。

我们以前说过，思维到量之后，轮回中的任何事情摆在面前，你都能立即认识到这是苦性的、剧毒性的，这是轮回。一提到它，就有一种特别厌患的心。什么是厌患呢？就如同厌患剧毒那样，心里特别清楚只要吃了它，就会受到全身被毒化、腐蚀的剧苦，吃了它就全完了，这样一触到就害怕，一点都不敢沾，这叫“厌患”。又好比如果我们发高烧三天不退，就会觉得陷在病魔的缠绕中；如果一百天不退，那简直无法忍受，会觉得这苦太漫长；如果连续很多年都处在高烧当中，那自然会非常非常厌患了。如果病因是吃了一种不适当的饮食，就会对这种食物生起强烈的厌患心，以后无论什么时候看到它，都不会生起任何想吃的心，这样的心态就叫“厌患”。

“患”是什么呢？就是这里面存在的隐患、导致极多极重的后患。就像刚才说的，因为吃了一点不合适的东西，结果导致一百天生病，在这一百天里会不断出现各种症状，让人感受强烈的病苦，这就叫做“患”。所以厌患的意思就是，对任何世间圆满的美食，都能清楚地了解只要食用它，就一定发生连续不断的苦患，于是就害怕了，再也没有希慕的心了。

就像难陀起初特别迷恋他的妻子，简直到了如胶似漆，片刻都不能离开的地步。后来佛逼迫他出家，他很不情愿，出了家还开小差，溜回来跟他的妻子相会。后来佛就把他带

到天上，他看到天女比她妻子美貌千百倍，和天女相比，妻子简直丑得像母猴，他就对妻子再不留恋了，一心想着升天，这还是在贪爱轮回。佛又把他带到地狱里看，油锅就是给他未来堕落准备的，只要天福一享尽，就立即会掉到地狱的油锅里受苦。这时他看清了升天享乐的后患，就再不希慕天界的果位了。所以人的眼光就是太短，只能看到眼前的一幕，根本不明白目前正坐在轮回的列车上，快速地驶向恶趣的深渊。因为无知，所以才无畏，一点儿都不恐慌。我们还坐在这辆轮回列车里，品尝着世间法的美酒，相当陶醉，压根不知道往后的处境是什么。

所以所谓的厌患，就是一定要用智慧认识到追求世间快乐的结局，贪著世间乐就会引来非常重、非常多的连续不断的生死苦和恶趣苦。如果能对这一点了解地非常深刻、非常透彻、非常清楚，那一定会有厌患的心态，在自己眼里，这世间的种种圆满的确就是一盘盘含着剧毒的美餐，就不敢再下筷子吃了，一点儿羡慕的心也没有。

这不是强迫人去接受这个道理。有人说“宗教扭曲人性”，人性本来需要爱情、事业、享受，宗教偏偏要禁锢人性。以常人的眼光看来，认为人生在世不享乐，难道要去受苦吗？认为这种想法是对的，过去的样子简直是傻瓜，现在终于想开了，人活在世上，就应该对自己好一点，该享乐就享乐，想干什么就干什么，想玩什么就玩什么。岂不知这只

是一种愚昧，是丝毫不懂轮回过患的表现，根本不能说明这种想法就是对的。

怎么才能使心对世间圆满不生希慕之心呢？关键就是看到它的过患。要具体地了解：这里哪怕贪一点点会有多少次烈火焚身，多少次死去活来，多少次连绵不断的大苦，我们要思维的就是轮回的过患。彻底想透了，就再也不会有希慕心了。

重点就是修四种厌世心。通过这四项心的训练，就可以把以前沉浸在世间享乐里不断追求、向往的心彻底转变过来。以前不厌世，对这个世界充满了欲望，所有的心思都在上面。所以，不但没有半点要出离的想法，反而巴不得赶紧挤进世间圆满的行列里。一定要赶快跟紧，不然就来不及了，没机会了，一定要趁着有限的人生，全力追求一切能追求到的享乐和成功，是这样一种心态。而这完全跟解脱道相违，这是取舍上犯的一个最大的错误，它使得解脱道的命根彻底断绝，整个解脱、成佛的机缘都没有了。而且积累的是无量无数再度轮回的因缘，继续成为轮回的老众生。

现在上师这样教我们第一个最重要的取舍之道，我们就要开始认真考虑，我该怎么转变方向。如果我一点反应都没有，那我还像个修道的人吗？所以首先自己下来要重新审视一下人生，要重新做全盘的考虑和计划。佛法是教我们怎样回到理智的状态。我们从小已经熏染了各种各样错谬、混乱

的知见，这些东西落在心里，已经把心搞乱了，观念上已经非常混乱，完全是一种迷惑的状态。过了很多年，就熏成了这样一种坚固的知解和观念。这使得我们发生各种盲动，怎么也没办法整理自己的心，一心趣入解脱道。即使你想要修行，即使有善知识指导怎么修行，但处在这样的心态中，也非常困难，没有办法修起来。因为心里一大堆的问题没有处理完，这个心就不调顺。就像清毒工作一样，必须把思想里的毒素全部一层层清掉，清得干干净净，心就整理过来了，就开始调伏、调顺了。

这个清理工作要长期进行，因为受的污染已经非常严重了。现在是一个非常艰难的时代。一方面来说，因为这个时代的共业，使人的生存负担太重，各方面受到的困扰、心绪上的焦躁、狂乱非常大。而且它使得你在年轻时候，比如25 岁之前，受到的各种染污刺激非常大，这些对知见都有影响。

本来这个前行应该加大修习的量，才有可能解决问题。我常常开玩笑说，现在不是修前行，而是修前行的前行。为什么呢？因为连世间伦理的道都不顺，如此一来，就使得这个问题更为严重。为什么呢？因为人必须重新全盘地考虑人生方向的问题。

所谓的“依出离”，就是说在人生方向上，反复地抉择之后，已经断定了，那么方向就开始转变。没有断定之前，

就确定不了。而且，虽然现在能够稍微熏习一点佛法，但这种力量跟过去所熏的观念相比非常微弱。一旦有事情来，多半是过去的观念左右自己的思维和行动。这是换汤不换药，尽管自己表面上学佛了，但心里面的东西并没有换掉。

这个观念好比是一个软件系统，软件里的程序指令都没有更换，发生各种操作还是按原程序进行。虽然外在换了一层贴着“佛教修行者”标签的包装纸，但实际上里面的观念程序依然完全是世间的程序。不但没有更换，而且还在不断地接受各种错乱的信息。因为世间的观念会不断地推陈出新，其实每一个都是颠倒的观念。无非是推出一个世间圆满，然后建立子虚乌有的意义，说这里面有什么安乐、有什么速效、有什么利益，引得人们去求取它，每一次它都得推出一个。如果我们没有断定的话，每一次一推出来，马上就会去求取。所以说，这个人其实没变过，他只不过是外面表层上会说一点佛教的话，但是根子里并没有丝毫的改变。所以，数数思维刻不容缓。

但是，现在的人很不喜欢修前行。在他们的观念里，前行已经成了一个趣向正行的障碍，要尽快解决它。但这样一来，根器根本没有成熟，是很难成就的。所以，这种情况只是暂时的一点热情、冲动。等到过了几年就没有劲头了，一遇到什么世间的事，马上就爆了、飞了。如果心没有经过前行的洗练，没有得到稳固，里面的根子上没有转好，那么之

后一系列的问题就全出现了。

四种前行看起来似乎很简单，但其实并不容易。真正要在心里扎根的话，非常困难。过去的人可能很快就生起这种善根了，但是现在的人有可能十年、二十年都没有什么相，可见中毒之深。而一旦中毒，心就变得不再敏感。现在的关键问题不是在你会重复、会考试，因为你从小上过学，这一套已经经过几十年的训练了，所以你很会应付。问题是，要在心中出现一点与法相应的感受，这就非常困难了。

这又是什么问题呢？说归说，心态归心态。心态因为几十年受到了很深的毒化。就像人的身体一样，如果在一个染污的环境里熏多了，它就非常不敏感。但如果是很清净的身体，到了染污的环境里，马上就会有感觉，这就是久而不知其臭、其毒。熏得重了之后，心就开始僵化。对错乱的、邪恶的事，就会表现出一种非常快的冲动，非常快的邪慧的运转，也会出现一些邪的心情，但是对正的就非常麻木。

现在不要说出世的心，就连世间的忠、孝、仁、义等的善心，都很难生起来，又怎么能发得出一心向道的大善根的心呢？或者说一心为菩提、一心为众生的心呢？非常困难！连这样的心都没有，又怎么能成道呢？凭着整天追求世间五欲，谈论世间的事情不亦乐乎，天天沉迷其中，又怎么可能入道呢？进到佛教里只不过是逛一逛超市，在对世间的享乐有点腻了之后，把佛教也当成一种新鲜的再享乐、再换感觉。

这样怎么可能趣入解脱道、菩提道的修行呢？这是根本不可能的事！因此这里上师教导要“数数思维”，光是简单地来两次，是肯定不行的！

世法佛法诸功德，究竟心要即善心，
无此无望他功德，此心庄严恒执持。

“生起善心”这是根本。有了善心，我们所做的一切就有功德；没有生起善心，那就都是虚假的。所以，善心就是究竟的心要。从外往里找的话，到底生功德的心要是什么？显然不是我们的肉体，不在于你的姿势，你脸上做什么表情，口里说什么，这些都是假的。但是我们今天的人却在这上面大作文章。

我们看到这世间的人，常常觉得他们很可怜，天天都必须要做假的表情，这是他们的职业要求。如果透过外在的微笑去看他们的内心，没有一颗善心的话，强装出微笑待人并没有什么真正的功德。不要做假相，喜欢戴着面具生活啊！就像去芭蕉里找，是怎么也找不到东西的，只是一个虚假的壳子而已。

现在各种服务行业的人，都是笑容满面，非常恭敬、小心地来伺候你，然而他们的目的并不是真正为你好，而是要尽量掏空你口袋里的钱，温柔和善地待人不过是他们获取利益的手段。所以，这叫做假表情，虽然能够获得一些钱财，

却丝毫也不会得到什么利益、功德。

功德既不在于我们身体的动作，脸上虚假的表情，也不是外在喜欢搞很多名堂，做很多外在的样子。做很多活动、宣传、渲染等等，恰恰都是这个时代丧失精华的表现。这些实际上是绮语的变相，是一种虚诳心态的表现。因为整个世界表现出来的就是在做假样子欺骗别人。所以，按照这种风气变化下去，就不会产生任何世法和出世法的功德。

这个道理非常明显，但是很多人不清楚。究竟的心就是那颗善心，而不是在于口头上多么会花言巧语。所以，孔子在《论语》里说:“巧言令色，鲜矣仁。”意思是能说很漂亮的话，做出种种很恭敬、谦柔、客气等虚假的表态，这就是少有仁心。其实并没有真正仁慈的心。孔孟之道就是强调“仁”，强调的就是心。有了这个，才能够成就圣贤之道。

在世法里面，确实也需要孝、悌、忠、信、礼、义、廉、耻的善心。有了这颗善心，才能够诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下。世法的功德都源于善心，除了这个之外就没有别的了。翻开《禅林宝训》，第一篇就是说这件事。真正的美在于我们的心灵。

古人都知道“德润身，富润屋”，但今天都反过来了，全部是大肆张扬，显耀自身，都是穿金戴银，西装革履、香车美人、豪宅华服等等，这些都是摆摆虚假的样子。现在都是强调技巧，从来不会说善心，这有什么用呢？一颗善良之

心没了， 人性就真正泯灭了，就会堕为兽性。一定要在善心当中，才会有圣贤之道，才能够成就一切世法和出世法的功德。没有这个，一切其他的功德都绝不可能出生，因为根子上没有善心了。

所以，“善”是一切世法和佛法庄严大厦的支柱、根本。只有以善，才能达成自性的庄严圣殿。善就是我们行为的哲学，它就是天地伦理的道，它就是无尽大悲事业的根源，它也就是我们的本心（良心）。当我们没有被埋没，没有被这种虚诳的习性左右的时候，自然会有善的流露。

所以，上师这里说善心就是究竟的心要。从任何世法、出世法上看，凡是能够建功立业，做出一番不朽的业绩，名垂千史，永为世人所爱戴的人，无非是以一颗善心才感动世界的，也无非以一颗善心才成就菩提的。所以，世尊往昔在因地多少世以来，都是为了众生不惜牺牲自己的生命，就是要完成无上菩提的大业。这个世间一切所谓的正义事业，一切所谓的利益、安乐，都是从善心中出生的。除此之外，再也不会有另外一种根源了。

所以，我们探究一个人的庄严的时候，标准唯一是看他是否具有善心。就像前面所说的，“德润身，富润屋”。我们要用自己善心的妙德来庄严自身的圣殿。除此之外，再也没有一种能庄严了。把这个善心推广出来，菩萨其实是以万行来庄严佛果的，以万行来庄严净土、庄严心地的。除了这个

善心，没有别的能庄严。

在任何情况下，我们唯一要执持这样一个内心的庄严，除此之外，再也没有别的庄严。如果你只是从外在去粉饰，无论打扮得多么妖娆美丽，显现得多么冠冕堂皇，然而内心却像蛇一般恶毒，像狐狸一般狡诈，或像猪一般蒙昧无知，或像虎狼一样凶残，或是自私自利、骄慢、谄诳的心理，这又有什么庄严呢？所有的因果律都根源于自心，绝不会依照你外在的表现而作评判的。所以在任何情况下，凡是明白因果的人，他会恒时执持这样一个庄严。哪怕头颅可断，这个善心是决不可丧失的，他不会改变。因为他知道，这是一切的根源。一旦这个丧失了，就必定会陷入到恶趣的。

所以，我们应该怎么走一条向上的路，怎么来升华自己，从人类的五伦八德一直要到达佛的五智四悲。这样一条往上的路，唯一由善心来支撑。善心一旦泯灭了，那就完全没有了人性，决定是堕落的，是不可能再得到人身的。就像世间叫做善趣的原因，也是由善而来的。所谓善趣就是善人的世界，不会是恶人的世界。任何一个心地已经损坏的人，是没有资格再待在善趣世界里的，必然会自作孽而不可活。所有的恶心都是衰损的根源，所有的沉沦、堕落、自我毁灭，殃及家、国、世界，造成各种患难的根源，就是恶心。

对于一个家庭来说，家和万事兴，如果有善心，就可以看到这个家是好的。小到一个家庭，怎么来出现功德的相？

就在于有没有善心。譬如说一个做媳妇的人，不在于她外表如何，就在于她的善心。如果她有善心，决定有好报。大家可以翻遍《感应录》、《善人传》和《善女人传》，决定是这个道理，只是自己没有去看而已。如果你能一则一则地看下去，没有一个不是因为善而得好报的。所以， 任何虚假的伪善不必要有，真实的善心是最可贵的。

我们在《了凡四训》里也看到，一个贵妇人从前她是一个贫女，来到寺院里，因为想做功德，所以真心地捐出了仅有的两文钱。后来她做了妃子，再来到寺院里时，因为自己的身份高了而很傲慢。虽然她能够供养千金，但是住持和尚并不出来为她祈福，因为她不再有原来那两文钱的虔诚心了。这就表明，功德并不是由外相的事来论定。

所以，我们每一个人，无论是在家里或在工作单位，在世法或出世法里，唯一应该有的就是善心。如果没有善心，即使再有什么好的表现，最后也肯定是失败。如果有善心，即使看起来并不起眼，而且也不会有意地显示自己，看起来十分朴素，也没有要张扬的意思，默默无闻行善的话，天理是不会亏待的。

刚才讲的这个例子，一个人在任何时处，都是善心来起作用的。我们自身都能敏感得感觉到，一个有善心的人，我们就喜欢跟他待在一起，他所在之处会给地方带来美好、带来吉祥。一个人有善心，他就有磁力，能吸引人，谁都愿意

待在他身边。谁愿意待在心肠不好的人身边呢？所以，我们内在最重要的就是要有一颗菩萨心肠。没有这个的话，就是人面兽心。

不论自他，任何人处在善心当中，顿时就会出现吉祥。无论他的身心、环境、待人接物，任何时处，你都会发现他表现出功德的相。这个功德就是说内在具有善心，就会超过外面的恒沙珍宝的表面布施。有善心的话，就是这个世界的庄严，家里有一个人有善心，那么这个家就有财富。而并不是看他的家拥有多少财产，也不是说他家的房子有多好。这个世界上有多少亿万富豪，他们的心灵是空虚的呢？表面上是人住在别墅里，实际上却是一头野兽住在豪宅中，有什么意思呢？如果一辆法拉利跑车在路上奔驰，而驾驶舱却坐着一头野兽，又能有什么庄严可谈呢？所以，根本不是外在，任何处有善心，就是圣殿、就是庄严。

这个世界一切的功德，写的都是善人的事迹，而且唯一是内在善心的事迹，根本不是表面的冠冕堂皇，也不是口头上的仁义道德，一切都在于心。所以说，“心善地道亦贤善，心恶地道亦恶劣”，一切都依赖于自心。心一坏了，就是根本坏了。在这样一个心里面，怎么也不可能开出功德的花，结出功德的果。所以，古人重德行、重虔诚，就是心积了善，善在增长的时候，必然就会感受到自身的福、禄、寿在增长，而且周边的环境也自然表现出不一样的磁场。这份善不但能

够施恩于其他人，而且能够恩惠万物万法。善就是正面的光辉，只要有善心，随时随地都是功德，任何时处都成为真正的庄严，成为真正的大义。所以，我们要唯一地依止善心，任何时处就是要坚持这颗善心，一切的修行全是要摄到这一个善心上来。

一定要知道，这里上师已经决定地告诉我们“无此无望他功德”，这是非常决定的口气。如果没有了这个善心，就不要期望他能有什么功德。我们盼着一个人有美好的前程，然而如果心不善的话，他绝对没有什么前途。尽管暂时看起来聪明伶俐，或者显现一段福报，但最终并不会长出功德的花果。

判断一个国家，只要看君王，他的心一旦不善，国家就决定要毁灭。翻阅历朝历代的兴衰史，只要帝王的心是好的，就决定得好报，而且历史必然会记得他的功绩。相反，如果心地不好，虽然或许能暂时显赫一时，但最后终归臭名昭著。再看一个人，即使他看起来再怎么聪明，但如果实际上并没有善心，也绝对不会有什么前途。

在佛法里去看，如果没有善心，那就绝对不会有成就。相反，尽管表面上看起来并不那么聪明，但是善根很淳厚，就决定会成就。阿底峡尊者最重视这一点。有一次尊者手痛，他就把手放在仲敦巴尊者的怀里，说：“请你给我加持一下，因为你有一颗善心。”尊者一直强调心地善良。而且每当尊

者见到人，问安时就会问:“你今天生善心了吗？”在任何时处，都是强调心地要善良。

从佛法的业果来衡量，我们要知道，一切的业都根源于意乐。意乐善，一切的行为、果报都会变成善。当下可以体会一下，比如说我当下起了一个善心，之后身心是什么状况？散发出来的气氛是什么样子？处在善心里时，别人的感受如何？自己做事业如何？等等。所以，只要当下是一颗善心，放下自私自利，唯一要为佛法、为众生、为他人着想。只要起这一念，就叫做实义。只要善心启发出来了，一切就都自然往善的方面去了；如果善心被蒙蔽了，一切就都变得恶劣，效果非常不好。

所以，我们时时刻刻要秉持的就是这个内心的庄严。我们的心一旦变坏了，马上就要改正，不能够堕在恶心里。因为那是一切祸患的根源。如果我们的心一直按恶的习性发展，将来就会变成像虎、狼、毒蛇或者恶趣众生那般的境地，因为一切都是唯心所变的。

过去有个妃子，她是不祥之人，一碰到什么东西，那个东西就变得不好。为什么呢？因为她的心不好。心不好，到哪里都会出事。给自身、给团体、给家庭、给社会都会带来不吉祥，带来后患。人最根本的就是这个心。

现在我们做任何事，一定要知道，如果自己的心坏了，那就没有什么庄严可言。无论再怎么会打扮，喷多少法国香

水，用多少高级化妆品化妆，都真正庄严不了的。《聊斋》里用“画皮”来表示。一个鬼画了一张美丽的脸皮，但里面毕竟是鬼。这样的话，他所变出来的肯定是各种灾难和苦厄，我们应该警醒。这个心一坏了，那就完了。在这个社会上有很多人堕落了，然而都是从心坏了开始。任何一个家庭挑起的斗争、矛盾、社会中的事件、国家中的隐患，都是从一个人的坏心开始的。

这个世界总是在正义与邪恶的两极对立当中，而我们的心，在从凡夫没有升到圣位之前，始终都是“人天交战”，那么这个时候，唯一就要秉持善心的庄严。这里上师决定地告诉我们取舍之道，凡是外在的一切伪善都要舍掉，一切损人利己的心全部要舍掉，任何时处都要秉持一颗善心。

明白这一颂，然后推而广之，不断地充实它，拓展它，升华它，那你必然就能成圣成贤了。所以，我们的道路就是善的道路，除此之外没有外在的道。

每个人都是社会人，每天都要和家人、同事等很多人接触，无论何时何处都一定要秉持一颗善良的心，对人和颜悦色，说柔和、亲切、温暖人心的语言，去关怀人、利益人，而不要有损害人的心。无论再迟钝的人，只要你有损害人的心，对方也能感觉得到。不要说人，即使连一只鸟遇到杀气很重的人，也会赶紧飞走。有善心的人，以他善心的感化，连凶猛的动物在他身边也会很温驯。因为动物感觉他非常安

全，非常得加持，很喜欢待在这个善人身边。而一起恶心的时候，那种杀伤的电波就已经传出去了。众生一见到，就觉得可怕，吓得赶紧逃走。

所以，我们每一个人都要做一个温暖的太阳，温暖这个世界，让我们的热力散发出去，我们要用慈光来波及周围，让任何人跟你接触都觉得很好。你的心里跟任何人接触都要是这样的想法：但愿你和我接触能得到利益，唯一就是希望你好。只要有这样的心，你做任何事都会有功德。就是不做事，仅仅坐在这里也有功德。任何地方只要你存在，就好比冬天寒冷屋子里的钢炉一样，人人都喜欢靠近，因为有温暖。或者你一出现的时候，就会带来祥瑞之光，人人都喜欢在这个祥光里，得受你的加持。你有善心，就能福泽万类，这是事实。

其实，我们跟这个世界是息息相关的。你的一念善心一出来，它就能滋润万物。过去的人都知道，仁慈是生生不息之本，它是天地长养万物的根源，就像阳光、雨露。一切菩萨事业的展开，都是基于他善心的升华。如果连起码的善心的基础都没有，那是绝对无法行持大乘道的，因为大乘道已经把这个善心升华到极致了。

也因此，在菩提心的教法里总会说它是善心之王。这就是从一个善心而起，并把它拓展开来了，它就成菩提心了。而且，这也是行者乃至成佛之间建立无量度生的悲愿，然后

建立国土、实现愿海的根源。浩瀚如海的无量菩萨行，都是由一个善心来支撑的。

我们人生在世，要想一想生命的真义。尤其当我们知道自身是佛时就更加明白了，我们要做具有佛格的人。既然是佛，就要做合乎佛格的事。那佛是万德庄严，能够利益安乐无数世界，能够给予众生究竟的安稳快乐，而且能够施展出无量无数的妙方便，就是以同体的慈悲心，视众生为自己，就像我们的左手帮右手那样，没有觉得那是我之外的人。也不必要加任何分别，直接本性中就是要帮一切众生还归佛道。

如果你懂《大学》的话，就会了解“大学之道在明明德，在亲民，在止于至善”所讲的道理。“明明德”是明见自己的本性，“亲民”就是会自然地惠及万物，“止于至善”就是让一切众生都彻底觉悟成佛为止。这样，就是善心已经升华到一个圆满的境地了。从这里就可以看到，我们的向上之路，其实就是善心的升华。任何处都要知道，要执持这个善心庄严，它就是根本的庄严，它才是真实的庄严。所以，《维摩诘经》上说：“心净故佛土净，直心是菩萨净土，深心是菩萨净土……”无非说这个善心才是庄严的本源。

为什么说净土会出现万德庄严呢？它无非是这颗善心到了极致的流露。为什么天界就比人类好呢？那是因为由于过去世修集的善业深厚，所以以善业的力量，就出现了更加

宽广、优越、胜妙的各种天界果德的相，根源就是来源于善。而四圣法界更加超越有漏善趣，而这个也是更加纯净的善所得的。因为它已经有空性智慧的摄持，使它远离我执的垢染而出现的圣法界。

《金刚经》里说菩萨“远离我相、人相、众生相、寿者相，修一切善法，得阿耨多罗三藐三菩提”，可见只要用一个离相的智慧来行一切善法，就能得无上菩提。所以这样才知道，任何的功德绝对离不开善。

所谓的“般若为母、方便为父”，“方便”表达的就是善心，没有这个善心成不了佛，善根薄了也不行。

按照这样解释，就是像宗喀巴大师所说的“心善地道亦贤善，心恶地道亦恶劣，一切依赖于自心，故应精勤修善心”。

八字心法——行己、推己、尽己、信己

所谓的善行，我们要从最基本的谈起，这也是最切实的。有了这样一个基础，学什么道就都会成就。那么我们就从《论语》圣人教人的八个字说起，所谓的行己、推己、尽己、信己。

（一）行己

“行己”，就是说我们要有耻，要有惭愧。凡是我们做不到的、行不出来的，都要看到是自己的问题。为什么做不到呢？肯定是我自己的德行不够。任何家庭、事业、待人处事的问题，凡是走不通的，都要反求自己，不能怨天尤人。

不能去怪别人、怪社会，把责任推到别人身上，而是归在自身上，我要在自身上努力改过自新。凡是行有不顺，或者不遂心愿的，都要归在自身上找缺点，要纠正自己的过失。这就是我们做人的准则。

（二）推己

“推己”就是“恕”道。“己所不欲，勿施于人”“己欲立而立人”。就是我们要有推己及人的心，凡是我不想要的，就不要加在别人身上，不要把自己的快乐建立在别人的痛苦上。

懂了“推己”这两个字，你就知道怎么行善了。这两个字可以用在你生活、工作、待人接物等方方面面，无论是对亲人、对朋友、对任何一个人、对任何一件事，都能用得上，只要你真有这份心。路就在脚下，就在当下，关键是你要成为一名行者。比如对于自己身边的任何人，都要想“这是不好的事，这是麻烦，我不能加在别人身上”。宁可自己多吃亏，也要把好处让给别人，要把好的奉献给别人，把坏的留给自己。这样来做，就随顺了菩萨道。推广开来，所谓的自轻他重的修法也就从这里开始做起。朗日塘巴尊者的《修心八颂》也是讲利益都给别人，失败归于自己，这叫做自他相换。这种行为的哲理，就在于确认了一切利乐的源泉就是他爱执，一切衰损的根源就是我爱执。这么想通了以后，心就要常常行持“恕”道，这样就时时体贴人、关爱人，也就在

培植自己的善根，无量的功德就从这里产生，你会因此变成有德行的人。

这样的“恕”道无非是两个方面，凡是我不想要的，就不能加给别人；凡是我想要的，也应该给别人。凡是伤害人的事、欺负人的事，或者把很多不好的东西扔给别人的事，都要杜绝。什么事都要凭良心来做。人都有良心，从这个“良心”你自然会想，我自己都不愿意受这个苦，怎么能让别人受这个苦呢？我自己不想要的，就不能给别人。然后我喜欢的，别人也喜欢，那我就应当给别人。既然我喜欢、他也喜欢，为什么不给他呢？如果你有这份善心，就会待人如己了。你一定成为真正有福德的人！

那么这个善心怎么来启发呢？只要我们把心的动机转变一下，就会知道自己怎么做了。原先我们一直把这个五蕴的虚假的身认为是自己，所以，自己对自己多好啊！样样事都想让它得利益、得享受，好东西都想给它。现在换过来想一想，我喜欢这个，人家也喜欢这个。小到一个梨、一个苹果，都要想到：我很喜欢吃，他也喜欢吃，我应该让给他吃。像这样一点点来培养善心。

这都是最简单的、近在眼前的事，现在就能做的事。真正来说，你就应该从这里开始修善心。做熟了，你自然会推广、会扩充，以至于任何世间的利益、出世间的功德都能推让于人，从这里就会出现菩萨行，才会有念念为众生着想、

任何功德利益都布施给众生的善心。

“己欲立而立人”，就是说先要自己建立起来，要做成一个堂堂正正的人，然后要做成世间和出世间的圣贤，最终要做成佛。所谓的立人，就是指我们自己有这样的心，我对于这天下的每一个众生都愿意一心地把他给立起来、扶植起来、培养起来。这就是“恕”道“推己”的精神。懂了“推己”这两个字，就要在一切处运用它。也就是把对待自己的这份心推到对待任何人上面去，然后扩充它，那就是菩萨道了。这个“己立立人”到了大乘佛道里，指的就是要把一切众生都安立在无上佛果为止。这样你会知道，这是如何把人道的善扩充成佛道的善。

一切世间法和出世间法的功德也都源于这个“推己”。这是真实的善心。今天能开始真正地修“推己”的善心，一旦你在这上面从根本上建立了，就建立了做人的根本。然后就知道在家怎么对待父母兄妹，就不会整天争吵了。好比两兄弟，哥哥要这个财产，弟弟也要，哥哥就想：宁可自己少一点，也要多给弟弟一点，这就是一个最近的推己。

诸如此类的事每个人都常常会遇到，那么你会怎么对待呢？如果你有推己的精神，那大家就觉得你是个亲人，你真是事事为别人着想，真心对别人好，谁都能感觉到。再推广开来，你才会知道大乘菩萨是怎样的一种心，是如何对待众生的，他在事事物物上是如何做的，你就会懂。

现在很多人为什么修不了大乘法呢？因为没有人道的基础，所以在这些方面表现得非常生疏、不熟悉。从小没经过良好的培养和练习，使得我们的心一直在自私自利的方面串习得过深过重。现在，我们要检讨自己是什么样的心，往往不是推己，而成了推人。凡是麻烦的事、不好的东西都推给他人，一味地索取，凡是好的东西都要归我所有，这就不是善心。所以，首先要从这里改起。现在不要好高骛远，你能够改一分，就会有一分进步。

做人的根本就在于这份善心。有了这个善心，无论在家庭、在社会、在哪里，你这个“人”就都能立得起来。如果你自己能够立起来，就能够立人，把别人给立起来、带动起来。所有世法的功德都要从这里运转，更何况佛法是要担负救度全法界众生的重任，那是要何等坚固的菩提心！

（三）尽己

“尽己”，就是永远只尽自己的责任。心态上没有起起伏伏的波动。不是要观待对我好就多做一点，对我不好就少做一点，什么事只问自己该不该做，自己的本份里要不要做，而不问其他。

要知道，因果是建立在自心上的，凡是我们应该做的，就尽力做好，这叫“尽己”。无论何时、何地、做任何事，都是要尽自己的心，而不问其他。尽了心就不亏欠，尽了心就心安理得，尽了心就完成人格，在任何时处都问心无愧。

这样就一定修得了佛法，因为你的内心是充实的、是坦然的、是纯善的，在因果、天理、良心各个方面都不亏欠。有这样圆满的德，就能修好佛法。

确实，人的一生如果不做亏心的事，不做占便宜的事，那一生自然会活得心安理得，连鬼神也敬重你。其实人生最大的快乐就是内心没有亏欠。

在任何时处，都要有一个“尽己”的善心。这个“尽己”就在于对心有一个真正的认识，只问自心的耕耘。因果律是决定的，有因就决定有果，所以义所当为，都不会计较，都会去做。这就是深信因果的义理之心。它不是世间人的功利心，即使别人对我不好，我还是要尽心。我们为人谋、为人办事的时候，都是秉着忠诚，这上不能有丝毫缺损。如果人的心没有忠诚，就没有任何实义可言。佛法讲“直心是道场”。心一旦谄曲、虚伪了，就什么好的东西也没有了。心一旦忠诚了，也就是说内在有忠诚之气，那么这个人就一定能站起来，他一定是往上走的。反过来，如果用的是虚伪、狡诈、不诚实的心，那这个人一定会往下堕落。一定要认识到这一点，在任何时处都不能丧失忠诚，丧失忠诚就会沦为禽兽。

而且要“人不知而不愠”，就是说别人不了解我，我也不发牢骚，没什么怨尤，因为修行是自己的事，做什么也是自己的事，任何毁誉都不问，就只是切实地在自心上做好。真能体会到这一点，就真正把握到心要了。这个心要就是“尽

己”。如果这样去走，就决定是在增上生的善道上，是一条越做越往上升华的正道。也因此越行越宽广，越做越安乐，越来越坚实。而没有这样的尽己之心，什么事都敷衍了事，浮沉变动，一点不可靠，常常是当面一套背后一套，为人为事不是秉着忠诚之心，而是取巧、贪便宜，忽略责任、义务，那这样都会亏了自己的心。人的良心亏了，就很难积聚善气，这样连人天善趣都很难保住，哪里能成道、成佛呢？所以，世法、佛法的功德都要在善心之上才能建立起来。

如果我们懂得了“尽己”，那么我们就又有了一颗善心。别人都会觉得这个人是好人，什么事都是那么忠心尽责，不管别人怎么看，他都会尽心尽力地做好。不问什么荣誉、讥毁，什么都不顾，认定了这是义所当为的事，就决定会尽心做好。

（四）信己

“信己”，是由深信因果而来的善心，指自己坚信果由因得来，现在只要因上行得正，果就决定得到。有了这个信心，就会坚持道德，遇到任何事也动摇不了你的心念。而现在很多世间人因为没有信己之心，所以就表现得随波逐流，没有固定的操守，这样怎么修得了圣道呢？

我们看世尊因地的菩萨行，由于他相信这一点，所以能够一次又一次地舍生取义，留下了多少可歌可泣的故事！一般人只看眼前的功利，谁愿意去做？连拔一根毛都不愿意，

说是为了别人的利益而舍生，那就更不可能去做了。然而世尊为什么能够做得出来呢？因为他相信成就道德就是生命的大义。如果坚信这一点，就会不顾一切地行持正道。

顺行和逆行的法则

我们也要知道顺行和逆行的法则。对于自己要常常自责，常常要以诚待人。什么叫“顺行”呢？所谓“责己理，顺人情”，这样做就是顺行。凡事都是用理来责备自己，哪一点做得对，哪一点做得不对，严格地检查反省，毫不留情。而对别人，就要顺别人的心。怎么才能顺别人的心，体贴、关怀、照顾别人呢？就是一心为他着想，这样来做，就顺天理、顺人心了，一切因果的道就全顺利地转起来，心态也顺、行为也顺，人和人的心就通起来，里里外外都通起来。这就是“顺行”。这里大家要好好地悟明这个伦理的道，对自己的修身、齐家、待人、办事都会起直接的利益，而且这些都会转成修道的顺缘，对你的修行绝对有好处。现在你照这样试验，肯定有效果。

而反过来，“责人理，顺己情”，就是“倒行”。也就是责备别人时用显微镜去看，你这儿不对、那儿不对，这样一来，天下就没一个好人了。无论到哪里，你都只会批评别人，对待自己则无限地宽容，无论有多少过错都视而不见，无论怎么样都觉得没有问题。这就是“倒行”。到哪里都行不通的，因为原则上已经出了大问题。平常不会做人，就处处有

障碍，处处不和，这都是要深入反省的地方。

对待自己要严格，对待别人要宽容。如果不懂这个道理，哪里会有什么善心的内涵呢？全部都是在维护自己、责备别人，无论走到哪里，和任何人相处都矛盾重重。到任何地方，都是看人不顺眼、看事不顺眼，全是不好的。这样肯定就颠倒了。

打个比方你就很清楚。譬如有一个老人到了你面前，什么叫善心呢？如果天天用显微镜看他：这个老腐朽，从头到脚、从里到外这不好那不好！这样还有孝道可言吗？他是老人嘛，自然是身心都衰老了，记忆力又不行，说话吞吞吐吐，行动非常不便。但我们不能指责他说：你的身体不健康，心理又这么古怪；你怎么这么啰嗦、这么烦；你这个老家伙留在世上是多余的，不如早死算了；你看你的脸像个什么样子；看看你连衣服都穿不好，身上又脏又臭！你这样对待一个老人，你会有善心吗？你是在造罪啊！

我们要反过来想，老人有什么苦，尽量顺着他的心。他年老了，要体贴他，他哪里需要帮助就去帮助。要顺人的情，什么叫人的情？人都是想离苦得乐，他有哪些苦，你帮他去承担，帮他来解忧、来离苦；他想得乐，你想办法让他心情愉快，这就叫做孝顺。

这样一位老人，可能是我们的父亲、母亲、爷爷、奶奶，况且我们也要“老吾老以及人之老”，如何对待自己家的老

人，也应该如何对待其他的老人。对于任何一个老人，只要出现在你的世界里，都应该尽孝心去体贴关怀。无论是给他洗脚剃头，还是软言相慰，都是为了让他感到舒心。或者，从方方面面给他世间和出世间的安乐，这样一心去做，就是“顺行”。

举了这个例子，其他举一反三都是这样。对人不要那么苛刻，整天看别人这里不对那里不对，天天觉得这个不好那个不好，这样就没有善心了。你要看自己对别人是否体贴、关怀，人家心上有什么苦闷，有什么需要，你有没有尽量顺他的心来满足他，这是行菩萨道。懂了这个道理，什么孝、悌、忠、信就都懂了。

对自己要常常责备，越自责越好。六祖在《坛经》里说：“若真修道人，不见世间过。若见他人非，自非却相左。”说的就是这个道理。真正的修道人，唯一只见自己的过失，不看别人的过失。如果看别人的过失，自己的心已经有问题了！对别人是体贴、爱护的心，一切处要有宽恕别人的心。“严以律己，宽以待人”，就是这个意思。如果你能这样行持，一直按照顺行去走，一定能做得成圣贤。过去的人都是这样做成了孝子、忠臣，做成了贤妻良母，做成了世间圣贤。然后再把善心推及一切众生，那就会做成菩萨、做成佛。一切圣人都是这样做成的，没有一个例外。

有了做人的基础，善心修得好，那很快就能进入大乘菩

萨道。这个时候再修自他平等、自他相换、自轻他重，很快就能修得起来，因为自他平等、自他相换无非是这个“恕”道的发挥。你懂得中国文化，就知道自他平等就是“恕”道。我有怎样的愿望，别人也是一样。推己及人，就叫“恕”道，就叫自他平等，就叫自他相换，就是这样。从这条路走上去，一定会走到圣贤的地位。

倒行的话，确实连人也做不成。因为人当中，比如说忠、孝、仁、义，哪一个字上都得要这样做，不然行不出来。那都是倒行逆施，违背真理的法则，所以只能是越做越坏。一般人搞不清楚，为什么人的心会越来越坏？到哪里去都跟别人合不来！就是因为他的心不好。相反，人做得好，到哪里去跟人都合得来，人家都喜欢他，都觉得他很重要，他如果在的话，这件事会好办，他来了人们就会觉得安慰，能够得到很多利益。这样的人到哪里去，都会产生功德。

我们如果能把刚才说的八个字记住，而且在自身上做出来，那么善心的基本内涵就已经有了。然后把这个扩充开来，就能直接入大乘菩萨道了。所以，这次你能记得这八个字，就有非常大的利益。就是所谓的行己、推己、尽己、信己。

这个工夫非常简易，你一听就懂。并不是说有谁听不懂，或者说要多少文化。只要你真正去做，就一定会有远大的前程。

这样就已经把握了究竟的心要——这颗善心。你能够一

直把握住这一点，就得到了它的心要！然后这样去行持，不必要说读过多少书，上过多少研究院，即使到头发白了，也只做成一个老学者。而你是个行者，无论在哪一个行业里，都能做出圣贤来。

这不在于你懂得多少知识，而在于你能不能恒时执持这样一个庄严。没有这一点，其他什么功德也不会有；有了这一点，终究会成就远大的前程。而且因为行持这个，修持佛法决定会成就。古德说“有真儒才有真佛”，就是这个道理。佛门的高僧必定出自世间的忠孝之士。有这样一个善心，然后再接上佛法，修任何法门都决定能获得成就。

智慧如目戒乃足，欲至增上定胜洲，
离则独无行方便，常时并运此二分。

这又是一个极重大的取舍之道。上师如意宝教导我们：凡是有智无戒或有戒无智的情况都应该舍掉。而要取的是一生当中任何时刻，都要“智戒两分联合并运”。平常我们讲到的见行不能脱离、解行要相应、智慧和方便双运等等，也是同一种道理，不同的表述。

智慧也就是正见，它就像眼睛一样指导我们的方向。如果没有智慧的指导，单凭其他行持是没办法到达目的地的。戒如双足，失坏了戒足，则连人天善趣也走不到，就像一个没腿的人那样，无论怎样美好的境地都无法达到。所以，这

两样缺一不可。

这就譬喻我们要到达一个非常喜乐的宝洲，需要两个条件：一、要有眼睛，能看清前进的道路；二、要有双脚，能实际前进。而且两者要并运，不能脱离。假使只有眼睛没有脚，光是能看到远方的目的地，却一步也无法前进。就像有些人只有一点慧，没有实行，就只流于口头空谈，只会夸夸其谈一些“高深”理论。如果两眼失明看不见路，只有两只脚，就会落于盲修瞎练。因为自己看不见方向、道路，只是凭着一股劲，那就只能是盲目地行动了。有些人注重持戒，但没有智慧，就大乘来说，从唯识见以上，什么见也没有开，那是根本没办法做到持戒圆满的。

所以，根本不知道路线怎么走，单凭一种盲目的行动怎么可能到达最终的目的地呢？没有智慧的指导，一切就会完全落于无意义了。每一步的前进，必然是眼睛看清了道路，然后指挥着双脚，脚踏实地向前走。同样，任何时候也都要并运智戒这两分，或者见行两分。“见”其实是智慧的体性。“行”就是要有律仪。按照见的指导，把自己的行为规范在法的道路里。别解脱的律仪就是以出离心摄持，以无我慧为中心，以离三界为目的，规范行人身语意的行为。它全部都统摄成解脱的因，由此就入于解脱道。因为缘起律，它是一种定律、铁律，如果你深入认识了缘起，就会有持戒的动力和规范；如果你充分地了解业感缘起，就会自然地把身心纳

入到十善业道，进一步还要了解四谛、十二缘起，才能持好别解脱戒。

再往上，大乘的所有律仪，一定要在大乘见的指导、摄持下才可能行持。所以，起码要有唯识以上的见。一旦了解唯识，就会知道成佛是决定可以的，一切都可以在自心上来修、来感。有了这样的正见，就会知道在自己的身心上应该怎样运转，怎样在自心上转成成佛的因。这时候心心念念都要由世俗菩提心来摄持，之后就可以把过去的种子全部变掉。而甚深见派的修行一定要有中观见，没有中观见是绝对不懂行持的。

所以说到大乘的修行，单以显教来说，在这上一个是阿赖耶缘起，一个是真如缘起。这两个缘起一旦透入了，身心行为都会自然纳入到律仪的规范当中。任何律仪都是源于缘起正见而发起的。从缘起的定律就出现行为上的律令，出现戒的威严。身心自然就随顺缘起而持戒了。

要深入密宗的持戒或行为，就要深入地认识法界缘起，认识七大缘起。不懂法界就不行了。中观见以上是肯定需要的，在这之上还有法身见、大圆满见，没有见解根本不知道在哪个要点上持？为什么要这样持？什么是随顺、什么是违背？就完全跟瞎子一样，一点都不明确，这样怎么可能修证到呢？

所以，要想到达增上生和决定胜的喜乐洲，走每一步都

离不开智慧和持戒两分。喜乐洲就是以增上生和决定胜这二者来统摄一切安乐的境地。我们都想离苦得乐，都想达到这种成就、这个果位。然而，如果没有并运智戒两分，那就没办法达到。好比车要有两轮才能前进，鸟要有双翼同时并运，才能展翅高飞。“运”就是运行、运作。智和戒要同时运作起来，不能偏于一端，不然就不会成就。所以要记住：“离则独无行方便，常时并运此二分”。

“离则独无行方便”，就是说如果这两分彼此脱离，单个是没有行道的方法的。前面已经举例了，走路的时候，脚脱离了眼睛，就是盲动，而且一不小心就走到坑里去了。而眼睛脱离了脚，光是用眼睛看，却一步也无法前进。很多人常常是说食数宝，他说得来有这种美味、那种妙食，或者说那是好殊胜的宝山啊，里面有多少种奇珍异宝，他是只会数宝而已，自己没半点受用的份。那为什么呢？因为他光有一种智慧，喜欢谈论，好像也比较了解。但是，由于没有持戒的双脚，所以最终就成了只会说食数宝。就只是空口徒说，几十年也不会有任何进步，最终只沦为一个评论家而已。

因此这里说智和戒两分如果互相脱离了，以单独的一分，绝对不会有行到果地的可能性，没有这种方便的。所以，通过这个例子，稍微一观察就知道，这两个绝对不能脱离。一旦脱离就没有办法修成。

戒是行动，智是认识。行动不能脱离认识，不然就会误

入岐途，或者走上一些偏的、邪的、反的、不如理的道，那是必然的结果。你看到哪个盲人，仅仅只有他自己，就能够走到目的地呢？绝对不可能，很多盲人都要依靠一个明眼人带路。否则连前路的方向都看不清楚，只能寸步难行，尽管想走，也走不到。

又有谁看过哪个没脚的人，能够自己顺利走到目的地呢？他光是能看地图，自己也清楚，首先往东走多少里，再拐弯往西走，再如何、如何，他谈得来。但能走得到吗？由于没有脚，怎么能走得到呢？连前进一步都很艰难，更不要说顺利到达目的地了。

如果脚和眼配合，那就没有问题了。每走一步，眼睛都在发出指令："往左"，然后脚就开始往左。脚往左走到那里的时候，眼睛做指挥官，它又说"向前直走"。这就是正见，它在发号施令。而且还在调整，那边有车避开一点。或者现在有点险情，暂时休息一下，看看情况，我们好像有点问题、有点偏差，要及时调整不能误入歧途。这就是正见时时纠正的作用，它能避免我们误入险途。而且正见在这个过程中也在判断：这里到了什么地方了？好像已经到了第一站，检验一下是不是这一站？看看旁边有没有相应的设施、景观？它去调整、观察、考量，我现在修证到了何种地位？这些都要有正见。

不然的话，根本就看不清，没有证果还自以为证果了。

但是有正见的人，心眼明亮，从来不会迷茫，不会误失方向。这相当重要！

刚才我们只是用一个人走路来说，如果在大海里就更加能体会得到，一定要有一个把握方向的指挥，另外还要有一个行进的动力。在辽阔无边的大海里，要想行进到远方，中间如果缺失了其中任何一个方面，那就非常危险。这两个方面是时时都不能离的，如果船舵出现了问题，就只能是在海面上漫无目的地航行；如果动力装置不再运作，就只能在茫茫无际的海面上随风飘荡，这样都不但不能顺利达到彼岸，而且还有可能葬身大海。中间出现什么故障的时候，也一定要指挥来调整。不然的话，航船就会沉下去。

如此就能体会到无论任何处，这个正见都相当重要，它就是指挥官。一切所谓的判定、评审、衡量、决定都要由它来完成，该怎么样做？如何取舍？有没有对？怎么调整？这些全部要靠它。

没有智慧就不行了，处处不能没有智慧。但同时的话也要有实行，不去实行也没办法成就。所以，这个金刚句很深，一定要记住这两句：离则独无行方便，常时并运此二分。

“常时”就是说在修证的路途当中，恒常都要并运智戒两分，并运就是同时运行起来，它们是要联合的。就像我们走路的时候，眼睛和双脚时时都在并运一样。

其实你做任何事情都有这两个东西，没这两个东西就不

行了。即使是世间法上要做个什么，也是一定要这两者并行的。比如说炒菜，眼和手要同时并行，眼不是仅仅代表这个肉眼，而是代表我们的心灵，代表智慧，能够见得到，能够作出反应，炒菜的时候是一定要用眼睛看的。手则代表实行，怎么切菜？怎么配料？工序是什么？多放一点油，少放一点盐。第一步怎么做？第二步怎么做？现在有一点焦了，马上怎么调整？菜要炒到什么成色的时候出锅等等。

俗话说："心灵手巧"，代表这个人就很不错了。心灵表示智慧，手巧表示行动。又说："眼高手低"。那是什么意思呢？眼高，就是看起来说得很高、很妙。好像他比别人看得深、看得远。但是，动起手来就完了。为什么呢？因为他整天只顾谈论，懒于实行。我现在给你贯通一下就多说一点。

王阳明说"知行合一"，也是这个道理。"知"就表"智"，"行"就表"戒"。知行是要合一的，不能只停留于口头的谈论，必须要实行，把它践行出来。其次，这两分会互相促进。越是行得来，持戒持得好，智慧就越增长。同样，智慧越高深，对行为的把握也就越精微。有些人搞不清楚，就落到一种偏差的相上，自己入于歧途尚且不自知。譬如说，真正对于空性越明了，对业果就越深信，也因此对业果的把握就越微细。所以莲师说：见解要像虚空一样高，取舍要像面粉一样细。上师的金刚句其实也就是这个指示。

所以我们一切时，都要知道智和戒要并运，这样就平衡

了。没有持戒的力量来支持的话，是不会发起无漏智慧的。因为你的身心没有统摄在这上进行实际的转换，没有躬行实践，那么你的身心状况是始终不能提升的。

也就是说，见一旦知道了一件事情，马上就要在行动上体现出来，而不只是停留在一种认识上。比如说，我懂了业感缘起，这时候已经知道了善恶业是怎么运作的，同时就要持戒，把自己的身心纳入到律仪当中。这时候身口意严密地按照正见的指挥，一直正确不误、不折不扣地来断恶行善。身口意上哪些是恶？有哪些方面的果报？都一一地摈除掉，非常精严地持戒。有哪些是善？努力地把它们一一践行起来。这就是见摄了行，而在行上体现出来，这就叫实证实行。

如果仅仅只是口头上谈论，无论谈得多好，都只是学者而不是行者。你可以把业感缘起谈得非常圆满，没有丝毫的漏洞，但身心行为上并没有去实行，就没有持戒的精神。这样的话，法就不可能纳入到你的身上去实证。也因此，要到达善趣的乐洲就不可能了。

不用说佛法的事，我们看《感应篇》里说，真正要得一个世间神仙的果位，也必须得累积三千功行。三千功行，就是说你已经懂了《感应篇》，知道了“祸福无门，唯人自招”。懂得了这个道理，这就表示在见上面已经睁开了眼睛，清楚了后那就要实行，一件一件功行切实地去行持。

佛法是更高的，远远高出世间。真正不共的佛法，起码

你要得到从轮回中解脱，佛法的要求是超越其他的。这样的话，这两分就更不可少了。刚才说了，正见的根本点是要有缘起的见，在缘起上分的。再进一步的话，就是四谛、十二缘起。真正了解了，完全知道生死的缘起，是怎么样由集感苦的，而且知道解脱的缘起，是怎么样由道证灭的。这时候，十二缘起正见的眼睛一开了，就知道该怎么走，这是确实的。之后，根本不是世间善道的层面，出离心生起来的时候，完全以脱离三界为目的。也因此他的行为、意乐、心念方方面面都已经不一样了。但是，仅仅空谈理论，没有纳入到别解脱律仪的规范当中就不行了。像赵括那样仅仅是纸上谈兵，根本无法战胜敌人，修行人光是口中谈论解脱道该如何走却不实行，也是不可能到达解脱安乐处的。所以，一个中心点就是出离意乐，它是作为支撑一切戒行的根本。

而真实的出离心，则来自于你对苦谛的正见，对四谛、十二缘起的正见。之后，你一切身口意的行为，持戒的要点就是不要沾染三界业果的因缘，要从中脱离，之后你就能非常认真地持别解脱戒了。能这样去持戒，就说明你的行为已经入了解脱道，然后，就能够走到决定胜的解脱宝洲。

之后，必须要有更深的大乘见，起码要懂阿赖耶缘起和真如缘起。这个时候你会确立成佛的志愿，会发愿普度众生。有这样一个誓愿力摄持，才进入了菩萨律仪。菩萨三种律仪：摄律仪戒、摄善法戒和饶益有情戒。完全以菩提心摄持，最

后要断一切恶、行一切善、度一切众生。这是菩萨的誓愿，任何处都不能失去的。

这时候，你才进入更庄严的菩萨行。以这个决定会走到成佛的宝洲，三世诸佛都是受持菩萨戒而成佛的。金刚乘就更不用说了，就本宗来说，起码要有大等净的见解，能够完全信受等净无二。之后，一切行为就纳入到这上面，这样才有速疾成佛的道。之后，在正见的摄持下，自身完全抉择清楚了，就会善加如理地持守金刚乘的律仪，然后你就会到达佛果。

这样我们就明白这两者是不能脱离的，在闻思修的进程中，首先为什么不能缺少闻思呢？就是先要透过闻思来在自心上开出正见。否则的话，就没办法纳入实行。停留在一种口头谈论、辩论、理论，这是远远不够的，那样只会变成一个学者。得了正见以后就要开始持戒、实行。正见是我们已经了解了这个缘起，知道了这个路线。持戒，就表示我们贯彻在自己一切身口意的行为上，按照律仪行持。

这样的话，佛法才能够完全贯彻在自心上。这个行道不是走什么外在的路，而是唯一先在自心上开出正见，之后要在自身上受取三乘律仪，并且以见行联合的方式来走。这就是大恩大德的上师给我们指明了一生修行的路。这一颂要好好记住。

（这个话题展开来，包括了菩提道一切的修行要点。在

见和行两分当中，以下再着重讲解“正见是修行的眼目”这个要点。戒的方面内涵太广，留待以后，有时间、有因缘再作专题论述。）

正见是修行的眼目

修行的任务，就是让无明系统的十二因缘完全改变路线，使它成为一个明行系统。前者是以我执无明作为轮回业感的自性，后者是以明行为首。就是你要从流转走向还灭，这必须从第一个环节开始转变，之后一环一环也就反方向走了。

我们修行的目的就是解脱和成佛。如何达到呢？这就要以修行为起点，修行又是以明行为首。之所以流入轮回就是一个无明，不认识诸法的真相，也因此起了各种各样颠倒的造业，而熏成了业识。之后，因因果果辗转不断。

你要从这里反转过来，就必须在最初的点上把无明转成明。之后随顺正见，在正见的指导下转变行为。往后的一系列，都是从轮回中还灭，趣向解脱、成佛。所以修行以明行为首要。

这个明行不是立即就能得到的，首先必须在闻慧、思慧上努力而得到一个结晶品，这就是所谓的正见。也就是真实见到了诸法的体性，从此不再愚昧。

过去把世俗中的法，看成是常、乐、有我等等，这些都是颠倒。也因此起各种妄执，由此起惑造业、流转生死。现

在要反转过来，就是要转过去的颠倒见。

闻思就是从认识上下手，闻思要达到一个成果，要努力得到一个结晶品。初步只是做准备工作，不一定得到结晶品。经过几十次的努力，最终心中就会结晶，这时就叫得了定解。就是说，对于诸法的体性，得到了确定的认识，心里没有了疑惑。这可以叫做一种正见，是见到了诸法的真相。当然这只是属于闻思层次上的认识。

这事不难也不易。你不要以为它容易，因为这根本不是普通泛泛学佛、道听途说，没有心领神会的人所能得到的，所以说不易。你不是非常认真，你不是下一番苦功，不是把这个教法文句，听闻之后受持在心里，然后运用思维反复地抉择，也不可能得到。

但是会很难吗？也不难。只要你努力，决定会实现。这不是说只有佛菩萨再来才能得到，而是我们这样地地道道的凡夫，经过一番努力也就可以得到的。

闻思的事情主要是对凡夫说的，所以也不是比登天还难，久经艰难困苦、皓首穷经、百劫修炼才能得到。只要你花上多年功夫，就会逐渐取得各个层面的正见。但我说的多年功夫，是实际做功夫，不是花拳绣腿。这必须经一番勤苦，坚持不懈，不然就得不到这个结晶品。浅浅地认识一点，得少为足，而放弃了长期的努力，它也不可能由一次次的加深、确定而结晶成正见的。

一旦得了正见，你的修行一面能够转变无明系统的法，一面能够领起一条相续不断的明行道的法，也就是步入了一条新道路。以正见为中心，它就能领导你的身口意转入解脱道和菩提道的修行。这样在见解上已经发生根本性的转变，过去的邪见已经一扫而尽，真正从你心中排出去了。但对今天的人来说，这个工作还是较难，因为我们现在受熏、受染污的情况非常严重。

其实很多人从来不检查自己的内心深处，有多少还是从前的见解在起作用。之所以排不出去，就是你在闻思上不得力，正见的力量没有起来。或者严格来说，其实还没有真正开发出正见。也因此内在的见解系统并没有变过，行为上也就不会改变。即使口头上谈得有多高深玄妙，可是一落在实际的心态、行为上，却发现没有多少转变，这证明只是一种口头的说法，甚至只是鹦鹉学舌，要么就只是一种很肤浅的记忆、重复，而内心深处的见解系统并没有真正瓦解掉。

那么，怎么来瓦解它呢？只有你引入清净的教法，然后不断对治自己心中各种坚固见解的习气。我们内心有很多根深蒂固的见解，很多人还不认识。其实在世间的思想里面串习了很久，自己心里很多都是科学论、享乐论、自我主义的见解。口里说的那两句佛法是很表面的，内心深处的东西却很坚固。但是人往往没有自知之明。这样的话，根本没有实行见解的转变，也因此连修行的起点都没踏上去。

修行的起点就是，你一旦得了正见，它就开始转了，因为引领一切行为的见解已经变掉了。因此就会转掉过去无明系统的法，也就是过去你的思想整个一套，就开始变了。然后你走向一条新的修行之路。它就能领起一条相续不断明行道的法。此后，随顺着正见，不断趣向解脱和成佛。

所以这样一种自性，它就是道。一个修行的自性，它的根本处，就是定解或者正见。

常常见到初业者没有一个正见，作为他一切佛事的中心思想。所以一碰到什么事情，马上就退堕下来。或者只是一种日常很肤浅、泛泛的修行。把修行当成另案办理。好像今天大多数时间，都要忙我日常生活、工作、各种的世俗事情，到了最后来一个另案办理，就是在半小时、一小时里面，像例行公事一样完成任务。他的修行没有贯彻到一切时处，就是因为没有正见。

这样就成了百分之九十五以上的时间，全部都在世俗的心态、行为里面。然后偶尔记得说，我今天还有一个任务要完成，这就是另案办理。要做一些佛事活动，做完拉倒，而其他一切家庭、社会的活动，还是完全按照世俗的见解来实行。这种人根本没得到修行的自性。也就是说，他根本没有掌握修行的内涵。纵然一百年按照老套路来做，他的修行终究不会成一个片段，也就没有希望完成菩提大道。

所以正见极其重要，这又要求闻思必须到量。现在很多

人只达到百分之十或者二十、三十，必须再加三倍、五倍的功夫才行。因为检查的时候，根本就没有好好去做。所以很多年过来，没发现在见解上发生过根本性的变化。这上面没有转变，行为怎么可能变得了呢?

所以没办法纳入到日常生活一切处，指引着心和道相应，就因为没有强大的正见的摄持力量。如果你有强大的正见，就能够控制住心，能够领得起你的心，时时处处按照正见的指导来行持。也因此很多人修行只是成了一小片，而且流于形式。日常大多数时间，是随着过去根深蒂固的见解在运转，这样就很可怕了。实际的情况成了还是念念不断地随着不正的知见在运转。这样能有多少修行? 又能期望什么? 并不能把一套无明系统的东西，说成是菩提道的修行。

两者一比较的话，一个力量极其微弱，没多少内涵，另一个是念念不断、非常强猛地起惑造业，而且不断地在加深。这里要十分警觉：如果有这样的情况，那就要切实地反省自身，努力开出正见来。

有了正见，才在转识成智的正道上，有一个主脑来推动、来检查、来考验、来完成。也就是，以正见作为总指挥，一旦有了它，就像开车有了司机，又像军队有了将领，它能指挥这一切往正规的轨道上走。并且由它来推动这一切修行，来检查一切修行，来考验一切修行，来完成一切修行。

如果没有这个正见，结局就很明显了，每个人都是受着

宿生业力的支配。无明系统无非是八种识，我们去检查的话，第六意识的思虑、第七识的执持、前五识的计度分别，都是随着宿世主要的习气来行持，很少有不被轮回的业流所漂动，所以终究没有转识成智的希望。

现在在意识领域里，因为我们熏习圣法的闻思慧，要另外培养出一个新种子的正见。虽然在当前的凡夫位，还不能立即转识成智，但已经有一种不落凡响的特质，它就具有移花接木的妙用。

也就是说，把佛菩萨的真实教授、清净正法，接在我们的心上，然后它会焕发出一片新机。我们过去随着老根子，不断地发芽、生枝、开花、结果，枝枝蔓蔓一大串全是轮回系统的法，非常可怕。所以，现在要把真实教授纳入你心中，然后通过闻思，在里面不断地研磨，从中提炼出结晶品，就是所谓的定解或正见。有了这个之后，就能起到移花接木的效果。从此，心中就有了新的种性。它会把过去那些腐败的枝叶花果清除掉，从而焕发出新的生机。这就是生命开始在转换。我们叫它“法身慧命”。

你不经过这番转换，虽然披着光鲜的外衣，但内心还是过去那一套系统，这样的话，终究是自欺欺人。无论口里说得怎么样，里面还是那一套，最终不解脱、不成佛能怪谁呢？所以现在就应当明确这件事。

一旦引生了正见，它指挥一切心所是极有力量的。然后

它就代替了八识田里各种不同的宿生习气综合凑成的见分的职务。

所谓的见分，也是因缘生的，过去生以来有各种染污习气，它们综合拼凑成了一个见分。现在一举拿下这个贼头子，取而代之。从此之后，正见居于统治地位。之后，就转成明行系统的见分了。

粗略地说，比方小乘八正道的正见，这是基础的正见。也就是说，它能够分别善恶业果，能知道什么是烦恼的因，而且能够取对治这个烦恼的道。这种正见引起来了，就会步入修行。然后，指挥着他的一切思维、语言、业行、生活等方方面面。其他的正思维、正语、正业、正命、正精进、正念、正定，都是以正见为根本。换句话说，有了正见这个根本，就使得你的一切思维、语言、业行、谋生、精进、念力、禅定，全部转到如理的方向，不会入于邪道，不会入恶趣的道或生死的道，而这些全部依靠正见来掌控。

没有正见的话，怎么管得住呢？各个方面都会偏入到各种世间的道、恶趣的道。即使你说一些冠冕堂皇的话，但内在完全是世间的心，念念耽著五欲、耽著享受，或者自私自利。这整个系统完全是生死轮回的系统。

所以说，见不正的话，其他七个都不正。见一旦正了，其他七个都随之而正。所以，正见是我们内心的指挥官。

更细的说，抉择法理上的法性、法相，或者辨明证量的

深浅和真伪，或者涅槃当中属于有余、无余、无住哪一种等等，怎么认定这些方面呢？无不是以正见为根本，没有正见就分不清这些。

进一层来说，正见一旦起来，就能扫除一切邪见。就像人正气足的时候，邪气就没办法侵入。正见一旦坚固起来，相反的邪见就会被摧毁掉，再也起不了作用。如果正见不坚固，有意无意就会在这些不正见里面运转，然后就被它驱使着造作各种不正的业行。

在正见里，关键的一个是无我见，这个一起来就能排除身见，不会入外道。身见就是萨迦耶见，外道多数是执著身见，他就执著这个身体、这个五蕴，想在这上面求得长生、无病、轻安等等，然后修外道的定功，但终究不能超越自我，所以不得解脱。因为他执著有个“我”，没看清是无我，所以是背道而驰。尽管修定功，也只是压伏烦恼，根本不能解脱。

至于一些崇拜火、祭祀水、学习各种鸡狗的行为、行持各种邪戒或者涂灰等的戒禁取见，正见行者根本不会去做。其他的邪见、见取见、边见等等，都要以正见作为修行的自性来加以除灭。

在十根本烦恼里面，前五个叫五钝使，后五个叫五利使。后五个是见烦恼，它是很利的。它一起来，以它的力量就会使各种贪嗔痴等的烦恼发起。所以，这五个不正见是修行的

大障碍。你一旦起了正见，这五个不正见就根本起不了作用。

再说，有正见能发起真实的菩提心，正见是发菩提心的主要动力。具备了正见，你就知道众生和我是同体的，就不会去讲什么亲仇、亲疏，都一律用菩提心周遍地贯通。如果你不明白众生与我是同体，那么对仇人不太容易以慈悲心对待。胜解上深一层，越往深处走就越容易。一旦知道众生与自己同体，面前的这个仇人只是个表面现象，这样发同体悲心就很容易。

而且具备正见之后，知道一切众生曾经都做过我的父母，都是有恩有缘，在这个正理上建立，一定能发起菩提心，不是只口里念念菩提心偈而已。

而且以正见为修行自性，容易发起大悲心。具有正见的人就知道轮回不虚，业果唯苦，四谛是无欺的真理。这几个一旦懂了，就很容易发出离心，不带丝毫勉强的。只要你心里真正认可了这些，用闻思慧通透了这一切义理，一一都体认到它的自性，那么你的出离心一经修习就容易生起。

然后真正发起有情缘悲、法缘悲，也是因为你有正见。见到众生都在轮回大苦海里上下漂转，就会发起生缘悲。知道众生实际没有我，在现相当中，只不过是惑业苦的一种流转相，这时就很容易跟法缘悲相应。进一步认识到，一切的人和法都不可得，也容易相应无缘悲。这一切都要在正见上才能纳入修行，没有正见，光是徒口诵文句是不行的。

至于无缘悲，尤其需要中观正见，才能生起胜义大悲。同体大悲，就是同这法性、空性的体，而这个体如果没有正见，是不容易了解的。

少为父母所自在，壮为上司所自在，
老为儿孙所自在，愚无自在甚苦恼，
是以常当具自在，如同善财常啼传，
希慕依师及教授，恒依无怯之勇毅。

这一段是教导我们要恒时希求依止师长和教授，舍弃一切世间琐事，一心求法。

为什么要这样做呢？首先看愚人是什么状况，他完全被种种非法的因缘所困，导致一生都落在苦恼里，这就是在道路的抉择上出现了错误。作为一个人，首先他需要发起求法的心，这样才能摆脱世间的因缘，然后把身心全部纳入菩提道里，成就大义。不然的话，肯定是被宿世的业力所牵，毫无自在。这里面是要通过愿力来排除一些障碍。

一般的俗人都是这样空过一生。少小的时候被父母所自在，就是一切都跟随父母转。自己在没成年、无法独立的时候，都要依靠父母。一般来说，自身没有修法的因缘，完全是一种受限制的情况。今天来看，在成年之前要读十多年的书，都是在学习世间的知识、语言、技艺，混杂很多错乱的知见。所以，在这一段时间里完全没有修法的自在，几乎都

落在非法当中。

等长大成年，步入社会，人人都要求职谋生，就被领导、老板所自在，很多时间都浪费了。这是不得已的事，因为你既然已经落在世俗的因缘里，要成家立业、养子女，这时候人就像牛马一样，每天都是随着业力的牵引而劳于奔波，正如俗话所说的“人在江湖，身不由己”。这样的话，多少光阴都在这当中虚度了。自己想修法没有自在，一直都被上面的人左右，必须得完成这些工作。

不知不觉很快就年老了，膝下有了儿孙，又被儿孙所自在。整天为儿女操心，带儿又带孙，为他们做牛马，时间匆匆流逝，很快一生就完了。

所以，愚人一旦陷在这世间的业网里，就根本没有自在。被各种琐事缠绕，有一波又一波的因缘，使你一再陷入到尘世的迷网中。

以这个原因，首先我们要恒时具有修法的自在，也就是每个人要有一种至心求法的愿力，这样你才能排除万难，才能获得修法的身心的自在。所以，上师教导我们常常要有修法的自在。这样的话，我们依靠这如意宝般的所依身，就能一心地用它来成就佛法。这是最重要的。

也因此，就应该效仿善财童子和常啼菩萨，一心地希求依止善知识以及善知识所传的极珍贵的教授。在这个过程中，要恒依无怯弱的坚勇之心，没有退缩、退怯，而是坚固

勇决。在这期间也要不畏惧求法的艰难和身心上的劳累困苦。总之，就是其他什么都不想，就是一心求法，一心执持宝贵的佛法，如法地精修，这样才不枉费一世人身。

浊时命促疾病多，种种恶缘风遍吹，
难穷教理网边际，当以诀要调自心。

这又是一个非常重要的取舍。这里要取的就是要用诀来调自心。原因就是前三句说的，由于现在已经到了一个五浊炽盛的时代，人的寿命非常短促，疾病又很多，各种内外的恶缘像狂风一样到处肆虐地吹，处处都碰得到。在这种情况下，你要想完全、彻底地穷尽教理网的边际，这是很困难的。因为考虑到时间短、身体差，各种恶缘的风都会干扰，在这种情况下，关键就是要用窍诀的要点来调伏自己的心。这就是关键了。

为什么要这样呢？这都是根据时代的状况而做的决定，没有千篇一律、固定性的做法。关键就要看当时是什么条件，才来决定走一条什么样的路。因为就现在我们的观察来说，也确实如此。

大家可以算算，比如说平均能活到七十岁，那么前面去掉三十年（幼年无法修行，少年、青年要为了生存而打拼，普遍来说，人到了三十岁就可以完全自立了），后面再去掉十年（年老体弱，诸根衰退，生活尚且不能自理，更何况好好修行），剩下的中间三十年，又去掉睡眠、吃饭、各种应

酬、交往等等琐事，余下的时间不超过两三年，在这当中又会受到各种干扰。就目前自身来衡量，比如说自我检察：自己在三年当中到底有多少进步？这时候你就发现修法的时间很少，而且波动性很大。比如说我只有一百块钱，我该怎么用？你就要有个打算，要用在一个非常有效率的地方，这才合理。

同样，我们在现实很短暂的一段时期里，肯定处在各种恶缘业风的吹荡当中，会时时受到自身的业力、外界共业的感染以及各种活动、言论、人事交往等的干扰。人在没遇到境缘的时候，认为面前一帆风顺，什么障碍都没有，但其实在每个人身上都具体出现了非常多的事。

既然如此，在人生这段极为有限的修法时间里，应该如何来运用呢？那就是要用“诀要”。也就是说，在修道的过程中，我们首先要把根本的几大要诀把握住，之后就要调伏自心，一心在心上去走。如果你要走“穷尽教理网边际”的路，那是非常困难的。因为所知法无量无边，即使很有耐心和毅力一步一步地读下去，也很难达到边际。但如果把握住了几大要点，就马上用在自心上实修，时时处处不离开它，那一定能在身心上深入修行、甚至透脱。一旦得了根本就不怕了，就有力量了。再开后得智，所谓的“智慧如海”也并不困难。

把握了要点之后，要直接在心上走，时时用这个要点。

这是什么原因呢？因为要点简短、简要、好把握、好实行，一拿来就能用得上，不是很多。如果太多了，你心里根本就没办法把握。学到的很多，但是用的时候，肯定只有几大要点放在自己心上用。贵在它简要、有效，而且容易实行。通过这个方式，即使在浊世里面，你也能修行成就。

太多了行不通，对今天的修行人来说不适合，因为他非常繁忙，每天没有多少时间。而且由于因缘牵引的力量很大，所以你的心一下子就溜了，你会把不住。如果有了要点，你就会一直抓住这个要点，在心上去修，就容易见效，不会散漫无归。

所以，这里法王的教导就是用诀要来调自心，不要在外面炫耀佛法的知识。外道的知识也是无量无边的，世间五花八门的科学也不断推陈出新，都是人的分别念想出来的（有的完全是错的，有的相对而言有一些合理处，但跟求解脱关系不大。而且对初修的人来说，把心思多用在这上面，也是舍本逐末）。内道里面有各种各样的辩论，很多都是宗派之间的辩论。实际上，对你自身的修行来说，并没有太大关系。

知识非常多，但我们的精力非常有限，现在你看起来好像无限长远，等到过了四十，就会觉得自己日薄西山了，盛年已过，要赶紧收拾包袱做回家的打算了。人生很短暂，并不像我们想像的那样长。我们的想像力非常丰富，觉得未来无限长远。但现实的状况就像法王讲的这三句话：“浊世命

促疾病多，种种恶缘风遍吹，难穷教理网边际……”因此需要的是什么呢？就是以诀要调伏自心。闻思慧要取得几个关键点，取到了之后，就要用在自己心上来调伏自心，不然这个法就没有效果。而诀要则是简要的、有效的、能切实用在身心上的，要修持这样的窍诀。

三、总结要义

总之行道随作何，念与正知谨制心，

常为自心之善师，一切所作当具义。

总体来说，所谓的取舍之道，当然有无量无边，行者应当举一反十，甚至更多。上面上师是交待了几个重要的问题。而具体碰到事情如何处理呢？就用这一颂做出总的指点。

总而言之，你在行道的过程中，无论做什么，需要的是念、正知、不放逸这三个善心所来制伏自心。然后，常常当自己的老师，一切所作都让它具有实义。

这一颂就是总的开示取舍之道。如果你能把这一颂谨记在心，它就能时时刻刻指导你在任何行为里都善加把握，都是在取实义、取心要。

就好比虽然我们开始讲了一下开车的要则，最后就要说无论你走哪一条路，无论你在哪一条路上开，你都一定要用正念、正知、不放逸三个心好好地调控好车的方向。总而言之，无论在什么情况下，你要当自己的老师，自己要会判断、抉择。这个时候，反正一切所作你都要走正路，都要让它具

义，不要让它落在无义、邪义等当中。这就是总的宣说，懂了这一条之后，就要处处去运用，无论是生活，还是修行各方面都会碰到各种事情，这时候要做的就是贯彻这四句教言。

为什么这样说呢？因为一切行为的依据就是你的心，所以取舍之道就在心上，要把握住心。一切路都是心在走，一切业都是心在造，一切果也都是心在感，所以唯一就是要治理好自心。

怎么来治理呢？就是通常说的三个善心所：一、念，二、正知，三、不放逸。念，就是明记，时时记得正法的要求；正知，就是能够恒时觉察到自己身口意所作所为的状况（你的身体在干什么，口里在说什么，心里在想什么，要觉知到当下业行的状况），心里清清楚楚地觉知到，这就叫正知；不放逸，就是不让自己的心放任、逸荡在五欲的尘境里，像野马一样毫无管束，就是心直接能够控制住心，不让它荡逸在非法的境里。这三个一起来，心就会被管制得很好。

首先要起念心所，心里能够很清醒地记得法的要求，能明记不忘，在什么时处这样做才是如法的，那样做是非法的，对各种学处心里都记得清清楚楚。其次就是正知心所，直接看到自己身口意的状况，一点不迷糊。这样的话，你的身心有哪点不对头，马上就能调整。再次就是用不放逸的缰绳拴住你的心，不让它越轨。这样的话，你的心就调伏好了。

这就好比一个司机首先是正念，就是心里记得住交通规则、开车的方法；其次就是正知，他知道自己目前驾驶的状况；再次是不放逸，他在开车的过程中，不能开小差，心不能荡逸在别的地方。这样的话，他就管住了心。

“常为自心之善师，一切所作当具义”是总的结束语，“常”就是一切时处，自己做自己很好的老师，也就是自己当时就清楚自己应该怎么做。任何事情都是你的心在做，因此你要当你心的老师来指挥它。你的心是需要用智慧来调控的，须按般若来摄持。如果你没有当自己心的好老师，那心就会像狂野的孩子一样，它会胡作非为。需要你用智慧来摄持它，有了智慧，心的妙用就起来了，它就知道方方面面该怎么才能把事情做好。

所以，我们心里是两方面，有的时候忽然一念就陷入无明，也有的时候有智慧觉照，这就是迷和觉的两种状态，也就是须要修的地方。假如我们的心成了无明的奴仆，那它就会做得一塌糊涂。而如果这时自心的觉照起来了，那就会像六祖说的“弟子内心常生智慧”那样，也就是他心里智慧的光出来了，他能够知道怎么来处理、怎么来完成、怎么来做，心里有一个智慧，这就叫“自心的善师”。这个智慧一起来了，你自己的心就会知道，你自己的智慧充当老师，就直接用你的心不断去完成利人利己的各种事业。所以，心如果没有用好，它就是生死的贼子；心用好了，它就成了完成一切

事业的妙用。

在这样做了自心的善师以后，“**一切所作当具义**”。那么无论你做什么、说什么、想什么，都要让它具义，就是要让它有真实的义利。什么叫善行？就是做对别人、对自己有真实利益的事。这叫“一切所作当具义”。这一句话就把取舍的要点讲完了。任何时处你看到这样做是有义利的，就可以去做；相反，有损害的，就不能去做。或者这样做是顺因果律的，顺天理、顺良心的，就可以去做；而如果是违背因果律的，是违逆天理、良心的，就不能去做。

所以“具义”，就是指你只要顺了缘起的法则，就会产生现前和究竟的种种义利。我们去做，就是妙智慧在启用。这样做的话，都是好的，都是增上的、有意义的，那就应该去做。如果是违背因果律的，完全是导致各种过患、苦恼、引生出各种恶趣、生死果报的、损害自他的，那就绝对不做。

所以，这里要依靠的就是内在简择的智慧，时时在行为的当头上把关。由它来指挥你的心，这个心它是一个幻用，由这个心发挥出来，它就表现出身口意业，要完成一种事业。在根子上，就是要常做自心的善师，要有般若。般若慧光一起，就起了心的妙用。然后驱使着身口意，在世法出世法中圆融无碍，能够把它做得非常好。这样的话，你的所作所为就都有很妙的义利，你就是一个已经得到取舍之道心要的人了。

这样发展开来，在这一生当中，你会遇到无数事情，都是需要通过这些要点来完成的。就像孔子说的“举一隅而反三”，不“反三”就不是可教之材。因为没办法把这个“三”完全给你说完，要点知道了，自己能够在一切处运用，你就越来越能把握取舍之道了。

聪慧求脱丹增师，劝请如是而撰述，翁随童至歌舞场，自疲成他耻笑因。然而学子初相识，为满其愿久相处，五台圣境净刹中，胡乱人口胡乱言！

这是法王写的后跋，以交待写本文的缘起和动机。

大意是：聪慧的、希求解脱的丹增嘉措，他劝请我按照这样来撰述。我这个老翁就随着这个孩子来到歌舞场，唱歌、跳舞，把自己搞得很疲劳，也成了别人耻笑的因。因为这是初相识的学子，为了满足他的心愿，而且为了往后长久地相处，我也就在五台圣境清净刹土里，从一个胡乱人的口中说出以上这番胡乱的言语。当然，这是上师幽默的话，其实整篇教言是从法王智慧中任运显出，极为珍贵。我们应当视为珍宝，一心执持。

阿旺罗珠聪美撰。