

无垢觉性明点

法王如意宝晋美彭措

作为一个人，对于自己的前途一定要进行思索，为了使自己的将来美满幸福，现在已经得到人身过后，每个人都应该做有益于自己即生和未来的事情。趁现在佛法的光明还未隐没之前，我们应抓紧时间修持善法而不要去造恶业，这就是对自己的人生最有利的东西。大家应断除懒散放逸而精进修持，来世往生极乐世界。

如果大家具足条件，就应该出家。请不要以为在家人穿的衣服好看，而出家人穿的衣服不好看。人身真是很难得，而今生能穿上出家人衣服的机会是更为稀有难得。我相信我的话会起到一定作用，有的人可能马上就醒悟过来，穿上出家人的衣服了。有些人刚穿僧装时可能不太习惯，但过了一段时间就会适应的。我这里的意思是当我们得到人身的时候一定要修持善法。

在佛法里，有两个要点非常重要必不可少。第一，清净的见解是世间安乐的因，尤其是需要具有相信因果的正见，如果没有这个见解，那就得不到善趣的安乐。第二，无垢的信心是今生和来世一切圆满的根本，即对自己的根本上师为主的三宝具有一个坚定不移永不退转的信心。

作为相信因果的人，对自己以前曾造过的众多恶业，会感到非常恐惧害怕，由此想在诸佛菩萨面前诚心发露忏悔，并发愿从此以后纵遇命难也绝对不再造恶业。而对因果不信任的这种人，不管是自己将来堕地狱还是享受人天的安乐，他都不会去考虑。但无论是谁，要是真正堕入地狱去感受痛苦，当这种悲惨的果报成熟时，不害怕的人却是一个也找不到。

信心和见解的重要之处，佛陀已经告诉过我们，若具足这二者，那就一定不会堕入恶趣，并且世间和出世间的一切功德皆可依此而生长。因此，信心和正见是我们最究竟的朋友，除此以外，其他的比如财产和亲朋好友都是过眼云烟，并非永久可靠的依赖处，这些在我们赶赴中阴时一点都带不走。

我们的寿命就像闪电一样，没有任何可靠。当然对于老年人就不用提了，他们继续存活在世的时间肯定不会太长久，因为我们今生当中的一切，都是现量

所见，很明显皆是无常。作为一个老人心里也比较容易有这种体悟，可是你们有些年轻人也不要以为自己的未来还很遥远，一个人的寿命确实非常短暂。

浊世人的寿命，就像是黎明时的星星一样，转眼即逝，那么每当我们一想到这些事情时，自己怎么不会生起强烈的厌离之心呢？一想到自己寿命的短促，一切诸法都是这样的无常，就一定会生起厌烦心。

我们的身体，是自己最珍贵的，它也是与生俱来，但不管我们怎样精心呵护，总有一天也是要舍弃这个身体。既然如此，那更何况说是自己的亲朋好友呢？因此我们要断除一切不可靠的世间法，应该为了后世而精进修持真正对自己有利益的佛法。

在我们拥有财富时应该知足，不要贪得无厌，并且要慷慨布施。一般有吃有穿，比如自己有五十斤酥油，那其中四十五斤自己食用，另五斤应该供养僧众或三宝，否则就算家财万贯也永无匮乏，这样就不太好。地位比较高时，不要有傲慢心，应该尽量饶益有情，比如在我们学院，有些人人格贤善，佛法方面的知识也很渊博，这样人人都会尊重他，戒定慧三学比较圆满的人，他的地位自然而然会升高。那么当自己的地位稍微提高一点时，也不要因此而滋生傲慢心，应当尽心尽力地平等对待众生。

有些年轻人在长相、才华、财富等各方面比较圆满的时候，自己也不要骄傲。虽然你与某几个人相比还过得去，但你若跟其他的优秀人物比较则可能会相形见绌。我们老人脸上的皱纹就像山上的小路一样弯弯曲曲，牙齿也在一颗颗地脱落，但这些年轻人在不久的将来也要变成我们这样年迈体衰，到那时你们自己的心里也会懊丧不已。因此在自己年轻的时候，就要经常怀有一颗谦虚朴实的心，这样会使自己的今生和来世都得到安乐。

富贵无常就像空中的乌云，高者无常犹如山上的云雾。老年人都会有类似经验，在我的一生当中，也曾看到以前有些地位高显的人，后来坠落到了很可怜的地步。富裕的人变为贫穷，穷人变成了富人，在这个大地上变化真是大，就像山上的云雾和天空的乌云一样，因此当自己具足财产时，就应该上供下施。

青春无常，犹如秋天的鲜花，如是一个人执著自己的青春韶华，则是自欺欺人，必将使自己蒙受连绵不断的痛苦。名声无异空谷回声，如别人在容貌、才华、智慧等方面赞叹你时，这也没有任何意义，就像是空谷回声一样。备受恭敬也如梦中的享受，当人人对我们恭敬的时候，这犹如在梦中对我们恭敬一样，没有任何实有。

在我们临死时，这些名声、财富、地位丝毫不能携带，它们必须全部遗留在人间，而自己却不得不离开此世。因此对于名声、财富和地位等世间法，最好不要有特别强烈坚固的执著，若是越来越执著，就会给自己带来难忍痛苦。对于修持佛法的四众弟子来说，在自己有吃有穿时，就应该知道满足，不要想追求更多的财富。有些人欲求虽多，但若没有前世积累的福报，也是不会满愿的。

虽然自己对这些名声、财产等非常执著，但总有一天不会再拥有它们，这是自然的规律，我们应明了此理，如是就不会生起强烈的难舍难分般的贪执。否则，我们若不通达诸法的实相和无常的本性，就会使自己经常处于各种烦恼痛苦中不能自拔。

我们这里现在有数千僧众，将来总有一天会各奔前程，如果大家一起共同发愿，将来肯定会往生极乐世界，并且阿弥陀佛也会安慰、加持我们，使我们获得幸福快乐，除此之外的一些非法的所作所为都没有任何意义。

对轮回诸法的本性，我们必须要有个清楚的认识。即每一个众生死亡之后都是跟随着自己的业力而去，因此真正从因果方面来讲，那些可怜的乞丐和拥有崇高威望地位的国王（如现在世界上声名显赫的联合国秘书长安南），他们死后的地位在中阴法王面前是平等的。因此我们不应为贪执今生的安乐而造众多的恶业。

就像现在我们每一个人都想离苦得乐，以后不论自己转生何处变成何等样的众生，也都是同样愿意获得安乐。因此为了以后获得长期安乐，在今生短暂的时间里，趁现在选择的权利仍掌握在自己手中的时候，我们应该修持正法。

麦彭仁波切在其他的教言中也讲过：今生是因地，来世是果地，因此为何现在不造善业？就像农民种庄稼一样，既然想在秋天得到收获，那在春天为何不播种耕耘灌溉水田呢？既然每一个众生都必须要跟随着自己的业力，那现在就一定要造善业。

我们以前也是再三地讲过，现在造一个小小的善业，将来也可以获得无量的安乐。比如每日念一遍《普贤行愿品》，虽然花的时间很短，但依靠此功德，将来也是能断除恶趣的根本，并获得无量胜妙的安乐。又比如佛经中讲，为了闻受佛法，哪怕是听到海螺的声音，都不会堕入三恶趣，更何况说是亲自听闻佛法的功德呢？因此我们作为修行人不要以为这些事情微不足道，现在就应该在尽快的时间内多做一些有意义的善法。

我们不应贪执犹如闪电般的此生安乐，否则到自己衰老时就会后悔没有修持善法。以上师的言教去依教奉行，将来就会获得安乐；若我们现在没有精进修持，就跟疯狂的人没有多大的差别，这真是非常遗憾。

我们的心居住在身体之中，就像一只小鸟暂停在一棵大树上面一样，时间是非常短暂。那么趁现在心识的小鸟和身体这棵大树正聚合在一起的时候，希望大家要珍惜此难得的因缘和机会，不要懈怠懒散，而应精进修持。

作为我们老年人，头发正在一根根地被风霜染白，牙齿也在一颗颗地松动脱落，走路时身体也不能挺直，这说明小鸟马上就要离开大树了，因为征兆已经来临了，若现在还以为自己要住很长时间，这就是不可能的事情。你们年轻人，小鸟和树聚合的时间可能稍微长一点，但这也不一定，比如有些人身体虚弱、经常生病，这也可能是此生将逝去的一个前兆。

一切皆会无常毁灭，而真正常有的呢，就是往生极乐世界。除此之外，世界上所有暂时的安乐都会逝去，比如帝释天和遍入天，他们的地位、财产和安乐也皆是无常，就像西下的夕阳。

我想大家只要精进修持，极有可能会往生极乐世界，即使不能往生，至少也不能堕入三恶趣。若自己真正是堕入到了三恶趣里面去受苦，那么无论你是谁

身份的人，到时都是会后悔的。尤其在我们死后，不管自己用何种口才和能力都不能诱骗威胁阎罗中阴法王，因此我们对现在修持佛法的机会千万不能错过。

你们有些小僧人，不要以为自己今生会变成高僧大德，这一点也是难以预料的。假如真正有前世的因缘和三宝本尊的加持，也具足智慧和清净的戒律，那可能会对众生做出贡献，否则没有前世的因缘，也不一定成功。如果没有弘法利生的广大能力，但能经常闻思和精进修持，那我想这也不会虚度人生。

你们有些人，也不要以为自己是闻思者，只要戒律清净，那其他什么修行都不需要了。所谓的戒律清净，如果我们严格依照教典和律典来衡量，那也是并不容易做到的一件事，因此希望大家不要生起骄傲之心，应该以卑下谦虚的态度来闻思修行。并且依靠上师的教言向解脱的涅槃城一步步不断地攀登，这样对今生和来世都有切实的意义。

对我来说，在一生中所修持的就是无上大圆满，在临终时最主要的修法就是往生极乐世界，除此之外没有其他修法，麦彭仁波切和我都是这样。我作为一个父亲，你们四众弟子作为法弟子法儿子，也应该学习和跟随我的足迹。

我现在已经是上了 68 岁的老人了，按照萨迦法王的授记，说我能活到 74 岁，如果真是如此，那还有五、六年的时间，但我估计可能活不了那么久。总之，不管寿命有多长，我在一生当中最主要的修持就是大圆满和往生极乐世界。

以前我们一家三个人也是共同发愿过往生极乐世界，现在我就准备在大幻化网坛城上的阿弥陀佛像前，供养一个价值非常昂贵的金刚钻石的装饰品，等一会请你们管理坛城的负责人到我这里来取走。这个装饰品是广西一位居士供养我的，现在我就把它供养给阿弥陀佛，愿我和我所有的眷属将来能共同往生极乐世界，这也是我们共同的期盼，以我这个微薄的供养，现在大家就一起来念阿弥陀佛的名号，我们一起共同发愿往生极乐世界。

八万四千法门可以集聚在无上大圆满阿底瑜伽中，而阿底瑜伽所有的要点，又可以包括在自然本智当中。所谓的自然本智，就是依靠上师的教言认识自心的本体光明，这就是无二智慧，也就是文殊菩萨。

我们经常讲，所有的诸佛菩萨都可以涵摄在一个本尊当中，那么此本尊，也可以包括在自己的心当中。当我们认识到自心本面的时候，这就是大圆满，也是自己的本尊。但此心就像是一个蹦跳淘气的猴子一样，经常受着各种环境的影响，因此我们修行的首要任务就是观察自己的心，到寂静的地方作精进修持。

我们首先应当观修一切皆属于无常法。在《俱舍论》中讲这个器世界有六十四种次第的毁灭方式，在《如意宝藏论》中对此虽有一些不同的说法，但总的意思都指出劫末时地水火风将毁灭器世界，然后有情世界中所摄的一切众生也会随之死亡，整个世界上不存在一个不死的生命，比如《亲友书》当中讲梵天也会堕地狱，所以世间上所有的快乐也像是闪电一样无常。

一切诸法皆无常，以前的诸法是如此，以后的诸法也同样不例外。就我来讲，我以前所有的亲眷好友都是无常的，再过十年，回顾一下我们这个学院的历史，整个喇荣地带又会变成什么样的情景呢？这也难以预料。如果我们遇到一些大的违缘，比如患上某类极其危险的传染病，那在今天就死去也极有可能。

平时我们应该观想自他的身体像水泡一样，是无常的本性，就如早晨的鲜花立即就会枯萎凋谢，人身也会很快衰老和死亡。我们的心不应跟随世间上的美妙事物，对女人不要贪执，应把自她的身体都观想为尸陀林的那些腐烂尸体而修不净观。

我们每一次作会供或举行密宗的大法会时，以密宗的仪轨和传承，按理应该有男众和女众一起共修，这样根据无垢光尊者和麦彭仁波切的观点，易迅速获得成就。以公知仁波切的观点，也是在短时间内能积累大量资粮等有各种功德。

我们每一次的修法，也非常需要有真正的持明男女，虽然我们目前没有具足这种条件，但也需要男女众在一起共修以为表示，这样修持密宗也是很好的方便。在每年元月我们开持明法会，若是男女众分开，那就算不上是一个真正的持明法会，因此我要求大家共同在大经堂里面开法会。智慧和方便如果脱离，那我们以后开法会传讲佛法等很多事情也不太方便，但是如果大家没有自觉遵守纪律，那可能也不得不分开。

世上有许许多多的出众男女，他们就像天上的星星、月亮和太阳的差别一样，一个赛过一个，那我们为什么要贪执其中一个人呢？实在不应该生起贪心。世间人所欣赏的这些端庄美丽，也是分别念的一种假立，真正的庄严就是释迦牟尼佛的身像。

即使某人以散乱心看见墙上的佛像，他将来也会逐渐得到解脱，这是佛的金刚语。以嗔恨心或扰乱心来看佛像，虽然此人暂时会堕入恶趣，但实际因为他已经与佛陀结上了缘分，那这个人最终渐渐也会证得佛果。因此希望大家对佛像应该生起信心，在《亲友书》中讲，有智慧的人对木制的佛像也生起恭敬心。

在本学院的大幻化网坛城的上上下下，都有无数的佛像和经书，以及系解脱和菩提树等众多的功德所依物，因此大家以信心和恭敬心转绕坛城会有无比的功德。释迦牟尼佛当年曾亲自开示道：现在对我供养，与将来对我的舍利作供养，二者没有任何差别。观想具足相好的佛像，对即生和来世都有重大的意义，当然具有智慧的人应该观想和修持佛陀的智慧身，这样的功德更为殊胜。

比如有些贪心强盛的人，当他看见一个美女时，就希望得到她，于是美女的笑靥就时时刻刻在他的心中浮现，此愚人就这样白天晚上不断地想着这个美女。同样的道理，若对诸佛菩萨生起“贪心”也是一个正道，我们也应以如此大的信心来观想佛菩萨。上面比喻的意思是说，对自己的本尊或根本上师，我们应时时刻刻地观想，就像那个愚笨的人时刻思念美女一样。

一切三世诸佛的智慧身是文殊师利菩萨，还有三世诸佛的代表和总集莲花生大士，我们就把莲花生大士、文殊菩萨和上师无二无别的形象再三地观想。如果能坚持经常这样观想，他们就乃至菩提果之间都不会离开我们，并且用大悲心时时都在加持，为我们带来一切利乐的悉地。

不论祈祷哪一位圣尊，都会增长智慧。尤其是想得到加持就对上师祈祷，想获得悉地就向本尊祈祷，要成就事业就对护法神祈祷，要遣除违缘就向空行母祈祷，望大家经常如是作祈祷。

人们在轮回中头出头没，产生又死亡，就像是水中冒出的气泡一样，类似这样的身体在往昔和将来也都是有无数个，我们对此就不应贪执。愚笨贪心大的人不知道这种道理，舍弃涅槃而欣求这些无常的世间法，结果就会使自己堕入肮脏的烂泥坑当中不能自拔。

一切有为法就像是闪电一样刹那无常，我们不能去希求它们，否则始终不会有一个结局。全知无垢光尊者说：“世间上的琐事，若我们去希求它就没有一个完结的时候，但当我们何时把它放下，它就已经了结了。”从无始以来，我们在这些世间法方面就花费了许多的时间，而且也是徒劳无益，因此我们现在应该使自己的心获得休息。

有些富裕的人财富圆满，但对自己的奴仆却是丝毫也不愿意布施，这类人真是可怜。那些富裕的人，若有机会见到天人美满的生活，再回过头来看自己的财产受用，那就会像见到腐烂的尸体，再也不会会有浓厚的兴趣了。有些高僧大德和长官，财富如泉涌，地位也是高高在上，但对这些财富和地位也不应该贪执。

其实世间这种有漏的财富，许多品格极其卑劣的人也能得到，因此我们在稍微拥有财富的时候，千万不能有傲慢心。以前，多闻天子把自己宝库里面最好的衣服穿上，然后到贡嘎天子那里去，结果发现，贡嘎天子的财富已经远远地超过了他，此后多闻天子的傲慢就没有了。这是托嘎如意宝所讲的一个故事，既然多闻天子的财富也不值得骄傲，那我们世间上的财富又怎会可靠呢？

我们应该观察内心的无常，并以如幻如梦来对待一切诸法，这样就能现前如梦如幻的觉受，于是对世间法就不会有太强烈的执著，就像看见电视荧屏上显现的这些影像一样，慢慢地自己的执著心自然会消尽。有时候我们可以观想所有世间上的人，对他们断除贪嗔之心，都以一颗平等心来对待，这样世间法和佛法的功德自然而然会具足。

全知麦彭仁波切在其他教言中讲过：“自己广闻多智，就不会生起贪心和傲慢之心。”若我们有深广的智慧，也知道整个世界的真理，而世界的真理对无边的众生也是有极大的饶益，如此用自己智慧的灯光就能遣除世间愚昧的黑暗。

广闻多学的人是整个世间的庄严，而孤陋寡闻的愚人犹如井底之蛙，这种人经常以贪嗔痴嫉妒傲慢心来遮挡住自己内心的光明，他们根本不会拥有世间和佛法的功德。

当具有广闻智慧光芒的月亮在佛法的天空中冉冉升起时，就会遣除愚人心中的二障黑暗，在清净智慧的月光照耀下，一切暂时和究竟安乐的青莲花也会自然盛开，这时青莲花的笑容就会在世间上美丽绽放。

很多人对这个不清净、具有生老病死痛苦的身体，也是经常地清洗和刻意打扮，既然我们对无常的身体都是这样费心尽力地去爱护，那对于生生世世都不能离开自己的这个心，为什么不去以各种功德来庄严它呢？既然我们对身体如是地重视，对心为什么不重视呢？所以我们一定要精进地去行持善法。

我们一般人的智慧，就像三十日的月亮一样是看不见的，为此我们应通过不断的努力，来使自己的智慧像初一至十五上弦的月亮一样，光芒越来越增盛。

要烧尽世间的茂密森林，就需要有广大智慧的火，同样要渡过深广的佛法大海，也必须依靠广大智慧的船。这里的意思是，既然作世间法也需要智慧和精进，那何况如大海般广大的佛法为什么不需要广大的智慧和精勤呢？

在世界上有两种好人，一是在寂静的地方享受甘露妙法，也就是在佛法方面修行非常好的人，还有一种就是具有功德普受众人恭敬的人。佛说这两种人都非常值得世间上人们的尊重，他们在佛教里也是受到了赞叹。若一个人同时具足两种功德则比较完美，但只具足其中一种功德也是值得称赞和随喜。或者是在寂静处修持，或者是在人群中饶益众生，这就是上等人，两种功德中任何一种都没有的就是指愚人。

就像到了宝洲见到如意宝时，人们会想：“这样的宝贝在别的地方肯定找不到，我们应该拿一些回去，把它们带到别的地方去。”同理，当我们已经遇到了善知识，这就是真正得到了珍宝，这个珍宝也就是善妙的佛法，为此我们应该精进修持，我们也应该把这样的珍宝拿到来世去。在其他的教言中也说过：“当我们转生在南赡部洲时，为什么不好好地积累资粮、修持善法？”

时间转瞬即逝，人的一生非常短暂，在这短暂的人生当中所有的事情里，我们最为重视的应该是佛法。就像天鹅善于在水乳溶汁中吸取牛奶精华一样，我们应该抛弃一切世间的琐事，去行持佛法。乃至现在美妙的月亮还没有被死亡的罗睺罗吞食之前，它应该发出清凉的光辉。同样，我们还没有被生老病死的痛苦强烈折磨之前，应该精进地修持。我们应对自己生起悲心，改正以前的不良行为，并行持善法。

世间上的凡夫，上至金轮王，下至乞丐，全都为了世间的利益而被烦恼所捆绑，他们真实观察的寂静慧眼已被蒙蔽，他们都因贪执今世而摧毁了自己的今生和来世。现在我们通过观察，了知自己的过失之后，明白以前自己已经欺骗了自己，自己曾已迷糊过。

外境的影响和引诱非常强烈而又充满生活的各个层面，但外境无有任何可靠，华智仁波切曾说：“始终不欺唯三宝。”除了三宝以外，国王和大臣等世间上这些体面的人物，他们也会经常以花言巧语来欺骗诱惑人们，真正遇到违缘的时候，他们也不会为你着想。不要说六道轮回的痛苦，就连世间上一般小小的违缘，他们也不会帮助你。

以前在文化大革命期间，有些人也跟着造**派打骂自己的父亲，既然世间上看起来最可信赖的父子之间也是会互相欺骗和斗争，那世间上还有什么可靠的呢？真正在遇到重大事情的关键时刻，唯有不欺者就是三宝。

世间上的一切万物都不可靠，唯有闻受佛法之后到寂静的山林里去修持，这样可以获得安乐。律藏中讲：“具多闻者往森林，以此将获胜安乐。”首要条件是必须多闻，否则独自到寂静的山林中危险又易着魔。在律藏中也有如是要求：有些老年人可以到寂静的地方。不然年轻人去闭关，明年他就可能已经还俗或做其他世间法去了，堕落极为容易，所以希望你们年轻人千万不要想到寂静的地方或是山林中去闭关啊！

世间的贪欲经常让人们沉溺在轮回的泥坑当中，为此我们应该通过闻思来吸取佛法里的智慧甘露，以此甘露来维持自己的生活，这样在寂静的地方，虽然没

有亲朋好友，也没有太多财产，但在破烂的衣服当中也是可以享受三界的一切安乐。

就像寒冬腊月过后，就要开春了，那么我们知道自己一生中阴霾的冬天全部过去了，修持正法的阳光——明媚的春天就要开始了。这里比喻的另一层意思也是指，那些修行比较好的人，在一生中行持善法，那当他离开人间后，来世必然会得到安乐，对此自己有一定的把握，于是在他的心中有无比的欢喜心，比如现在冬天最为寒冷的时期基本上已经结束，马上就要开春了一样。

就像孔雀一听到雷声，心里自然会生起雀跃般的喜悦。同样，一生中清净戒律、广闻多学、行持善法的这些人在快接近死亡的时候，他会越来越欢乐。像宝剑林和火坑那样的轮回就要远离了，马上就要往生到极乐世界，之后就可以饶益无边的众生，他的心里当然会生起欢喜心。

有些人在命终前强烈贪著亲朋好友，但真正的修行人在临死是不会被任何世间法所牵缚，他是在无贪无恋、和平安详、带着无比喜悦的心情中去世的。有些业力深重的人在临死的时候异常恐惧，为此米拉日巴尊者也是讲过：“临死的恶人是对我们开示三世因果的善知识！”因此，我们修持善法的人在心里应该生起无限的欢喜心，这在临终时非常关要。

本学院开金刚娱乐法会的时候，也有上了七、八十岁的这些老人，他们玩得真开心，这就是因为他们一生当中修持正法，到老年的时候，心里就有如此的欢乐。我们现在在座的大多数老年人的心情也是无比的舒畅和欢快，这快乐的原因就是因为他们快要接近死亡了，为什么在临死之时他们会生起欢喜心呢？因为就要往生极乐世界了！越来越接近往生极乐世界的人，他的心里肯定会欢快雀跃。

自己在寂静的地方，依靠佛法来享受知足少欲的生活，这是何等的快乐啊！哪怕是帝释天也没办法赐予你这样的安乐，萨迦班智达在《格言宝藏论》中讲：最殊胜的安乐就是知足少欲。锦衣玉食、家财万贯的人不一定会快乐，只要心相续中具有知足少欲的智慧，纵然住在简陋的房子里，但实际上这样的生活是安宁和自在快乐的。

在末法浊世，人们有许多不愿意却又不得不承受的痛苦，而且烦恼和分别念也非常粗重，难以安忍。比如年轻人对治贪心比较困难，老年人对治嗔心则非易事，我们老年人和年轻人皆要奋勇作战的则是愚痴的烦恼。在这种时候，一般的对治方法也不能起到良好的效果，比如显宗的各种修法就不一定能立竿见影。但是我们如果彻底通达了一切诸法等净无二的本性，也就是有法和法性本来清净的这种殊胜道理，并持续不断地修持，同时念诵甚深的密咒，这样就会将我们所有的五毒烦恼和痛苦等违缘，不管它们是大是小，全都变成智慧和大乐的因。我们应当在这样的大圆满境界中将一切显现转为道用。

在修行过程中遇到违缘，或者心比较脆弱的时候，也应该再三地精进。我想，修生起次第和圆满次第是有点困难，但大圆满并非如此，因此包括我在内，大家都应该发一个勇猛精进的心。在这个末法时代，要对烦恼作战，没有勇敢和精进的力量，也不可能战胜它们。

在末法时代各种违缘和痛苦非常兴盛繁多，对此我们可以通过修持本尊和咒语来转为道用，这样虽然烦恼越来越重，但只要认识到它的本性，那就像是火上浇油一样，你的智慧会越来越增上。依靠坚定的信心来念诵咒语和修持本尊，定能够烧尽无始以来所积累的罪障和习气，并无欺现前成就。

即使末法时代的烦恼和违缘再严重，只要我们有信心，那诸佛菩萨的事业就不可能被任何事物所阻碍。我相信通过诸佛菩萨的加持，自己的众多违缘也能遣除。比如我们这次祈祷观世音菩萨，就已有许多的征兆，表明遣除了内外密的一系列违缘和障碍。

有些人若是修不来大圆满、大手印或是生起次第、圆满次第，那至少对三宝也应有一个坚定不移的信心。我们心里应该观想：自己仅有的依靠就是三宝，然后不但是我一个人，乃至与我结缘的所有世界的一切众生，将来也都是依靠三宝您往生极乐世界。这样发愿和祈祷，三宝是根本不会欺惑我们的，一切违缘也会转为道用。

若一个人没有精进修持，则始终不会实现自己的愿望。比如我们没有修持净土法门，哪怕佛陀的愿力再广大，也不可能往生极乐世界。同样，我们对痛苦也

不应该害怕畏惧，它实际上是轮回的一种特性，我们应该勇敢地面对它，要以不惧一切苦恼的精神来对治自己的烦恼和痛苦。

在古代，国王的四大军队非常英勇善战，就可以把敌军彻底消灭，反之战胜对方也不可能。同样，自己整天睡觉懈怠放逸，也难以胜过烦恼的敌军。因此，当我们身患疾病、内心苦恼等显现各种违缘和痛苦的时候，就不能畏惧和脆弱，我们应该发起勇猛的精进来降伏违缘的敌军，如此总有一天我们必将取得彻底的胜利。在赞佛词中常把佛尊称为“胜者”，所谓的胜者，就是胜过四大魔军和一切烦恼的圣者。

所有的烦恼和痛苦都是如幻如梦的敌军，我们应当依靠勇猛精进的智慧火来战胜它们，最后我们的美名和胜利的悠扬歌声将传遍三界。

我们今生遇到形形色色的痛苦都是由种种的因缘聚合而产生，但其中最根本的原因就是自己前世所造的业。一般人并不明了这一点，反而到外境去寻找原因，认为是别人给自己带来了痛苦，但这种想法因不符合事情的真相而显得十分愚昧。

比如工匠为我制作的一些物品，虽然也是由各种因缘而产生，但主要是我让工巧师去做的，根本原因在我本人。同样，世间上的一切痛苦也是因自己而引起，因此每当我们遭遇到痛苦，也应该明白自己的过错，而不应怨天尤人。以前所造的任何业，以后一定会亲自去承受其果报，如是可知，别人若来杀害我，那一定是以前我曾杀害过他，敌人也是受业力牵引，没有任何自由。

又比如在天界有着种种奇妙无比的庄严物，根据《时轮金刚》和《俱舍论》的描述，天人美妙的环境和极乐世界大体相似。在《俱舍论》中讲，天人有四大花园，中间是水池，花园的外面是铁围山。在天上无比富丽堂皇的宫殿中，轻歌曼舞着美丽的天女。事实上，天女的美貌和老妇的丑陋，她们之间的差别也是因各别不同的业力所致。

贪欲者会对貌美天女生起贪心，而面对丑陋的老妇，贪欲心再强的人也不会对之起贪心。除贪求美色外，在世间上的人，有些还想拥有名闻、财产以及朋友等等，虽然有众多愿望，但他们可能反而无法达成，而有些人不贪求这些，却可

能会自然涌现。因此，一切法都是因缘所产生，在这个世间上的一切显现都是自己以前所造善恶业的成熟。为此，我们应对因果法生起坚定的信心。

从此之后，我们就应修持善法，以期获得暂时和究竟的善果。修持正法的人越衰老，越接近死亡的时候，自己心里会有无比的欢乐。否则相比之下，身体上的痛苦倒不算什么，心里更加痛苦。所以，我希望四众弟子一定要精进修持，一定要参加闻思修行。即便在千百万劫之中供养诸佛菩萨，也比不上在一刹那间听闻佛法的功德大。

僧众所做的善法，也希望大家都能结上善缘，这样就像大海里落一滴水一样，自己的善根永远不会枯竭。比如现在我们每天供三千盏灯、三千食子和三千杯水，如果你不是以吝啬心，如此即使自己条件有限，但只要在这里面结上了一个小小的善缘，实际上其功德也是不可思议。

《大圆满心性休息》中讲：不管上师修胜义谛还是世俗谛的善法，弟子都应尽量与此事结上善缘，如此就可以获得与上师同等的功德，并且将来上师成佛的时候，自己就会成为他的上首弟子。因此我们不管开任何一个法会，只要参加一定有莫大的功德和利益，相反自己心里若是不太乐意参加，这样就不太好。

如果前世造有善业，那自己今生不管有何愿望和希求，都会如意成就。但此时你就不要以为是自己各方面的能力超乎常人，你不能这么想，这实际上是因为前世的善业成熟而现前的。为此，我们平时就应精进地忏悔罪业、积累资粮，对三宝要起恭敬心，经常念诵本尊的心咒，要发善心、修佛法。所谓的佛法，可包括在教法和证法之中。三宝则包括有各种的佛像、善法、经书和僧众等，对此我们在心里都要生起虔诚的恭敬心，这样在三宝面前哪怕每天仅供一朵花、一支香，将来也会感受无量的安乐。

如今经济和科学技术比较发达，从好的方面来讲，也为我们闻思修行提供了极大的便利。比如通过电讯传播工具，我现在座在自己的屋里一边传讲佛法，学院里所有的人也同时都能清晰听受。又如我们现在大经堂里作供养物的塑料花，有五彩缤纷的颜色，基本上和山上的野花没有任何差别。

我们现在每天都作三千盏供灯，若没有人造酥油，供这么多的灯也比较困难。以前托嘎如意宝在一生中对供灯和作经旗特别重视，但当时要找供灯的酥油需要去许多地方，然后找到了一百多驮酥油，那时也只能用牦牛驮回来，交通等各方面的条件都比较差。记得托嘎如意宝每天要供五百盏灯，按照当时的社会条件来讲，供这么多的灯确实不容易，但这也是我上师的一个发心。现在科学比较发达，我们做灯就比较方便了。但若不能好好地加以运用，科学发达，造起恶业来也是极容易和更为猛厉。以造善业的果报，我们的所愿则全部能圆满成功。

据说有人具有高尚的智慧，对佛经和论典也非常精通，难道你不知道轮回的过患和涅槃的功德吗？人身非常难得，寿命无常犹如闪电，业力如身影一样跟随自己，你难道不知道轮回的痛苦吗？

轮回就是痛苦的大海，这都是自己所造的果报，有些愚笨的众生，难道不知道是因为自己的业力现前而漂流于轮回当中吗？所有的烦恼、愚痴、祸害的根本就是自己的心，除此之外，在这个世界上再没有其他的祸害根本了。

对于从无始以来就沉溺在轮回当中的这些父母众生，我们也应该以虔信之心来祈祷三宝，祈望以三宝的加持力来利益他们。但我们的心犹如鸡毛随风飘动一样，并不稳定可靠，因此我们应使自心获得轻安，使它安住于本性之上。若自心是这样的散乱不定，无法安住，那我们怎么能度化众生呢？

水上的涟漪没有边际，空中的微风无有住处，自己的分别念也是没有断灭的时候。这里意思是说，我们的心经常分别散乱，它一刹那也不静止，因此现在我们观察自心的时候了，应该了知心的本性而安住其上。

若是修筑有坚固的水堤，那即使是再凶猛的洪水，也是可以轻松抵挡。同样的道理，如果我们经常以正知正念来堵住自己的分别念，那对于这头狂野难调心之大象，总有一天也是会被完全驯服的。如《入菩萨行·护正知品》中讲：“若以正念索，紧拴心狂象，怖畏尽消除，福善悉获至。”

为了使自己的修行有长足的进步，我们在平时就不能攀缘太多。如果身体在做各种各样的世间杂务，口里也言说许多的闲言碎语，然后在心里面也是生非法

的分别念，这样就会对我们的修行带来极大的违缘和扰乱。尤其贪嗔等烦恼分别念的铁钩已经把我们的心的钩上了，那各种修行就无法再继续下去。所以我们必须要把这些妄想分别念断掉，应当护持自己明觉的心。

我们必须依靠自己才能调伏自己的心，因此从现在开始，我们应该舍弃无意义的事情，应该思维具有无量功德能调伏自心的佛法。虽然我们通过闻法、思维法义，也知道了一些修行的道理，但因为恶习难改，要真正修行还是具有一定的障碍，所以在还未得到一定的境界之前，自己应该不断地努力精进。

假如我们现在依靠上师的窍诀，真正精进地去修持，哪怕是仅修一个月，那在自心的调伏方面也会得到明显的受用。虽然大家明明知道这个道理，但却没有去精进，有人反而怨天尤人，像这样的一种修行就是绝对不会成功的。

本来有许许多多的修行机会，但愚人却经常找一些借口延误，这样就把自己绝好的修行缘分全都断绝了。自己不想修行的人，若对他的言行作详细的观察，其矛盾荒谬之处往往变成别人耻笑之处了。

有些人经过多年的精进修持，但其内心却没有得到明显的转变和进步，那这种所谓“修持”实际上就没有太大的意义。虽然身体居住在清净的地方修持，但内心却整天都在分别烦恼当中虚度时光，如此分别烦恼贼就已经将其善法全都偷走了。

那些难以调伏极端恶劣的心念，就像一个恶妻，和她在一起生活始终就没有快乐的机会，天天都在痛苦深渊之中。因此，像这样散乱的心和恶分别念，我们最好现在开始就不要依止，应把它们彻底舍弃，否则我们始终不会拥有快乐。

就像秋天摘取成熟的果实一样，哪怕是修持一刹那的本尊、等持或念诵咒语都会得到利益。因此，对于闻思修这些能对今生和来世带来无穷利乐的事情，我们从现在开始就应该精进地去修持。既获得暇满人身，然后又遇到了殊胜的窍诀，并且依止寂静的地方，大家拥有如此缘分，其意义确实如拥有了如意宝藏那样非同寻常般珍贵。为此对于尤其是观本尊、念咒语、修持大圆满等这些极富意义的事情，我们应该不间断地进行修持。

那些徒劳而于己无益的世间俗事和各种各样的分别念，就像是瘟疫病魔般蔓延，为了断除这些病魔，趁现在还有稍许自由的时候，我们就应该抓紧时间去寻求对治它们的甘露妙药，应该依止寂静的地方去寻求心的寂止。

有些人今天做非法的事情，明天也是做非法的事情，整天都在浑浑噩噩或在散乱当中，虽然他住在寂静的地方，但却没有任何实义。为此我们应一天比一天精进，所想所作的事情全都是修持佛法，若不如是精进，那我们的修行就像是寻求阳焰水，始终不会得到一个结果。

若有因缘，具有智慧眼的三根本护法神，以他们的慈悲心就不会舍弃我们。有些人天天都在修持，但却始终得不到验相的原因，并不是三宝和三根本没有加持，而主要是因为自己的业力深重，或是精进不够。有些人从未精进，但在口头上却不离大话和空话，常打各种妄语，如此即便修持多年，也无有任何真实意义。

对于共同与不共同的二大悉地等所有功德，在现在末法时代欲想在短时间内成就虽是不太可能，但缘起的真理是不会虚假和欺骗我们的，只要我们不断地精进修持，依靠无欺的缘起力，我们就一定会得到某种相应的功德和利益，就一定能得到一些暖相，这一点没有任何困难。

当然即生获得普贤王如来的果位无疑是有点困难，但只要我们精进修持，获得一些验相并不困难。比如这次开持明法会，在上万僧众一起共修的时候，我相信只要大家认真观想、精进念诵，这样自己即生和来世的一切所欲全都会吉祥，不会出任何违缘，人和非人也会对你恭敬。我想，获得这些验相根本就不是很难。

有些得到部分语自在的仙人，当他们用咒语诅咒别人的时候，也是会成功。既然获得了有漏功德的这些仙人，所说的咒语也不虚耗，那么佛陀所宣讲的咒语为什么会欺骗众生呢？哪怕水中燃火都有可能，但佛陀却根本不会欺骗我们。

就像一般的咒语也具备各种能力，那佛陀所说的咒语确实更具有无上的功德。佛陀宣说的各种显密咒语，都是从其智慧境界中所显露，具有甚深无漏的加持。

同样，如来的教言也具有无上的功德，并不像凡夫人或一般仙人所造的论典那样低劣。

比如我们在念诵观音菩萨的咒语时，如果能一心一意地念诵祈祷，那即使遇到再大的违缘也是会消除的。若在自己念诵时，没有进行认真地观想，也不具足信心，这种念诵虽然也有功德，但却不能立刻获得验相。

因已具足，果必定会产生，本尊的心咒根本不会不灵验。虽然我们每次法会的修法仪轨并不复杂，但自己若连一点效应都没有得到的话，实际上就是观想不成熟或是念诵不够精进，说明自己的心处于散乱之中。甚至有人在法会期间，连规定的咒语数量也不能完成，这就只能是怪自己，而并不是本尊没有赐给加持。因此，每次开法会时，希望大家应依靠强烈的信心，精进地去念诵。

当一个人头发变白的时候，脸上的笑容也就越来越少，心里的痛苦也是日趋增多。阎罗卒正在一步步地逼近老年人，就像是我们所期盼迎请的客人一样。既然你现在已接近死亡，自己的眼耳鼻舌等根识的作用也正一日一日地衰败，这时你还要贪著一些外境的妙欲，那又有何意义呢？因此，现在是应该精进地修持无死禅定甘露的时候了，这是对自己今生和来世都有重大意义的事情。

若是不能观修生圆次第，那你就对三宝起信心，对众生发大悲心，对因果要进行思维，这样一切修法也就都可以包括在这里面。若是对自己的上师实在无法生起信心，那对释迦牟尼佛和阿弥陀佛为什么生不起信心？你应该经常祈祷他们，愿一切众生离苦得乐，这样三宝的加持就根本不会欺骗你。大悲心和信心是一切诸法的根本，希望大家修持本尊时也应具足这二者，实际上修持任何一法，都不应离开大悲心和信心。

我们要想在短暂的一生中成佛，那就要修持大圆满阿底约嘎的智慧。在对上师具足信心和对众生怀有悲心的基础上来修持，证悟阿底约嘎的智慧并不困难，大家对此不应犹豫。这里讲了，阿底约嘎的智慧也必须依靠闻思修习才会产生，如果没有闻思的智慧只是一味地修行，那就根本证悟不了大圆满。

那大家可能会想：“是不是闻思究竟的人才可以修行呢？”实际情况并不一定如此，续部中讲：“如果自己人格非常稳重，虽然没有广大的智慧，但具有强烈的信心，也可以证悟。”所以或者是闻思究竟的人，或者必须具有清净的信心，这样就可以得到阿底约嘎的智慧，获得不共同的成就。

以前大手印和大圆满的修行者，大多数是依靠信心而成就。如噶举派的米拉日巴，就是依靠自己的信心，对上师的话依教奉行，后来获得了不共同的成就。有信心，成就轻而易举，反之对自己的根本上师没有任何信心，这样即使对其他上师生起了信心，那结果是因为舍弃了前面的上师，自己永远也不会得到成就。

无则不生是因的特点，聚合不退是果的特点，只要因具足，相应的果就不会退转，一定会是生起来。依“苦、集、灭、道”四谛的规律来修持正法，这就是佛陀和佛陀传承弟子们的正道。在世间的旷野上有着众多可怜的众生，没有人去救度他们，那我们应该依靠佛陀的金刚语，愿这些众生获得殊胜的甘露妙法而趋向解脱。

释迦牟尼佛说过：“我给你们已经开示了解脱道，但能否得到解脱却是依靠你们自己。”所以佛陀主要是依靠金刚语即教言来度化众生，而并不是依靠他的身体或其他的方便。非常荣幸的是，佛的教言在这个人间现在保存下来了，为此我们应该精进地去修持。我们把一生浪费得已经差不多了，从现在开始，我们就不要再浪费人生，而应该发奋图强，作一个精进修法人生的新开端。

散乱的心，会引导我们堕入三恶趣，为此我们应以正知正念来时刻审视自己的心。懈怠与精进互为对立，如果我们精进，则自主能力较强，否则散乱的作用较大。因此，从今日开始，我们应该与放逸懒惰决一死战，要以正知正念降伏一切散乱，而不应该让它们胜过自己。

暂时应使自己的心安静下来，以后再逐渐将分别念断尽。分别念经常危害着我们，就像怨恨的敌人一样。但那些外境上怨恨的敌人，比如杀害我父亲的敌人，只是暂时性的，他最多只能危害我们有限的次数，而此分别念在生生世世中都对我们作过数不胜数的伤害。

现在既已了知分别念是我们的头号怨敌，若仍还恭敬地依止它，那是否还有比自己更愚蠢的人呢？我们如果还有少许智慧，现在就应该认真地反省思维了，如果还有一点自主的能力，现在就应该修行了，不要停留在口头上而应该在自己的实际行动中去修持。

所谓的修行，必须体现在我们实际的行动之中。哪怕是仅有四句偈子的佛语，若能有效地对治内心的烦恼，那实际上你已经真正成了一个大修行者。否则，只是在外表显露一些修行的功德，然后在口头上也自夸已经修行了许多年，如此生起傲慢，就与真正的修行不知已相隔几里许。为此，我们应观察自己的心，经常以自己的心为自己作见证。

世间的功德众多，就像花园中的鲜花一样数不胜数，欲得诸多功德，先学人规教言。以前松赞干布国王曾建立十六条人规法，麦彭仁波切对这方面也非常重视，也为此作过不少的人规教言。

在所有的人规中，最主要的是自心一定要善良。心若不善，即使能说会道也不一定是个好人，眷属众多也不一定是好人，再凶猛勇敢也不一定是一个好人。例如，别人给了我们青稞和牛肉等，有些人说这就是好人，但我们不承认这种人一定就是好人。对上、中、下各种人都观修清净心，都是以一片好心好意来对待，这就是真正的好人，也可以说是真正的善良人。

如此功德的花园中，我这个小蜜蜂已经把重要教言花精作了采集。因为慈悲那些可怜的众生，我就把它赐给了你们。就像水融入大海一样，希望上面所讲述的一切善行的教言精华也融入于你们的心间，愿你们的心得到甘露的滋润，然后将自己心中智慧明月的光芒照遍一切世界，给众生带来无尽的快乐。