



清流禅话

# 行愿菩提 定解自在

要想，佛法难遭遇啊！

我们依据菩提心的内容和类别，把它分为两类三种。一类是世俗菩提心，一类叫胜义菩提心。世俗菩提心又分成愿菩提心、行菩提心两种。

首先我们来看什么是世俗菩提心里面的愿菩提心。在《菩提道次第广论》里解释说：“为利一切诸有情故，愿当成佛，出其希求，是名愿心。”就是说，我为了利益一切众生，所以发愿成佛，最初产生了希求的愿望，就叫做愿菩提心。在《广论》里面又解释说：“仅见利他，必须成佛，引起欲得成佛之心，尤非满足。”这里面是讲了自利和利他的辩证关系。就是说，我们为了利益众生，必须成佛——够不够呢？不够，因为我们忘记了自己，因为，“基于自利，亦见成佛必不可少而以欲得。”就是说，只是把这个拿来自利的话呢，也必须成佛才能圆满，在这种情况下，我们为了自利利他，都必须发菩提心，所以叫做愿菩提心。

我们有的人把发菩提心讲得太容易了，流于庸俗。本来这是一个很尊贵的词语。今天，我们在寺院里面常常听到的话就是，“哎呀，这个居士，真是发心哪，昨天又拿了1000元钱来供养。”你看，拿钱就是发心。“哎呀！师兄啊，这个地还没有扫。你去发一下心，把这个地扫一下。”这个话听起来，对研究过菩提心的人来说，往往觉得哭笑不得。为什么呢？扫地、洗碗、布施供养，这只是有漏的人天善法，跟誓度六道众生成佛的菩提心愿实在差距太远太远。这就是把发心弄得太过简单化、庸俗化。

另一种误区是又把发心弄得太难了。刚才我讲舍利弗的故事，马上就有人说，法师你讲的这个事情，舍利弗成佛如此之难，我等凡夫成佛机率能有几何？以我们所学的佛法在此世间能做个如法的好人吗？你看，我就知道，这个故事果然要把很多人吓退回去。没错，是难。但是，注意，菩提心是有层次和次第的，也就是说所发的菩提心，有不同的高低品类的分别。

我们所讲的第二类胜义菩提心是必须在证得空性后，和空性相契合而升起这个菩提心。在这时，所谓善业都能三轮体空，不着于相，这时的发心是证得空性的菩萨们才能做到的。

虽然如此，但我们凡夫却可以从最基本的愿菩提心入手。愿菩提心是什么呢，就是

我刚才所说的为利众生愿成佛的那个心，这个心愿升起来了，你就在念念之中升起了菩提心。难不难呢？很容易啊！

大家读禅宗的公案，庞公、庞婆、庞蕴就讲修道的难和容易，三个人的答案都不同。唉，菩提心是难是易呢？既难又易。最简单的方面，也很容易，只要我在那里想：哎呀，众生太苦了，我也很苦；众生很苦恼，我也很苦恼；我想度众生，我也想度我自己。怎么办呢？法师说了，只有成佛才行。好！我为了度众生，我也为了度自己我愿意成佛。行了，恭喜各位，你已经是菩萨了，因为这个时候你的菩提心升起来了。按经典所说，你已入菩萨位，称为名字位的相似菩萨，就是“好像是菩萨”。

这里有一个故事：过去有个老和尚，是争得阿罗汉果位的，一位罗汉圣人。他收了一个小徒弟。俩人行脚，在路上走。小徒弟挑着担子，衣钵都在里面，一边走一边打妄想：“我师父虽然是阿罗汉，但我听人讲，大乘菩萨需要成佛才行，我觉得不应该像我师父这样做一个自了阿罗汉，不行，我应该行菩萨行。”他就在那里边走边打妄想。他师父呢就对他讲：“徒弟啊过来，把你身上的担子给我挑。”他也不知道，挑了很久嘛，师父愿意挑那么多好啊，就给师父挑。走在路上小和尚又打妄想了：“哎呀，师父也讲菩萨道很难行啊，好像还要布施头、骨髓。我这个身体刀割一下、针刺一下都很痛啊，要把我的头拿去布施，哎呀，这个太难做到了吧！”这时师父就对他讲：“徒弟，过来，把担子挑上。”他想，师父大概背累了，继续挑。挑啊挑，他又在想，“这个难行是难行啊，但是佛法修学要精进啊，那我不能因为这么一点小困难就退缩了，这有点不好哦，我觉得还是应该精进修行才对。”师父又说：“来来来，把担子再给我。”小和尚就很奇怪：“哎，这是怎么回事啊？平时我就这么挑着担子走得挺好的，今天你干吗一会挑过来一会挑过去呢？”师父就告诉他讲：“你啊，刚才打的妄想我都明白，我都知道了。”阿罗汉能与他心通。他说，“当你心中想：我想成佛的时候，你已经是菩萨了，而我呢，只不过是阿罗汉，从身份的种姓尊贵来说，你比我尊贵。我不能让一位菩萨给我一位二乘人挑担子，这个受不起，所以这个担子应该我挑。但是你后来又打妄想退了菩提心，那我是阿罗汉，你是一个凡夫，你又是我的小

徒弟，你不挑这个担子谁挑啊！所以这个担子又归你挑。但后来你又发起心来了，还是想修菩萨行，好了这个担子又归我来挑。所以我们就这样不停地倒来倒去，倒来倒去。”这故事说明什么：发心容易，退心也容易。要坚固这个菩提心很难，但是，我们常常地发愿，发起这个愿菩提心，哪怕时间很短，哪怕持续的时间只有几秒钟、半分钟、一分钟，这时候升起的功德也无比广大。

在《菩提道次第广论》里面，讲了一个非常动人的比喻。它说，世界上最宝贵的宝石就是金刚钻，一颗金刚钻打磨得再碎再小，它也是一颗金刚钻，绝不是一颗小石子。那就是说，我发了菩提心，尽管还没有具足一切功德，甚至还远没有修行好，但是我的身份以普通的凡夫提升到菩萨的境界了，我也像那颗小小的碎钻那么尊贵，如果我不发心，我永远就是一颗小石子。所以，我们不能因为菩提道路的久远和发心成佛艰难而退失了这颗心，那就失去了大的意义。

不过，刚才讲的那个愿菩提心，还非常脆弱，我们要注意，在菩提心升起的问题上，它也需要一些外缘来辅助。我们有闻、思、修三慧，闻所得慧，思所得慧，修所得慧。在这里面，闻所得慧最容易，但是又最不坚固。“听闻经教”就是我们所讲的愿菩提心里。大家暂时发起的菩提心就是闻菩提心，非常脆弱，极容易退失，只有经过久久的思维获得定解才行。这里要注意一个词，“定解”，就是坚定不移的确信，对佛法的认识坚定不移，不为外界的境界所转动。定解升起来后，就不再依靠名言、经教的听闻，甚至不需要作意，一看到苦难的众生，就会在心里由衷地升起要救度他的强烈意愿，这就叫做思所生菩提心。等你获得思所生菩提心时，才算发起世俗菩提心了。所以容易发起的菩提心很容易失去。我们有很多办法来检验自己，其中一个，我觉得最好的办法，就是看看自己具不具备悲心，心是不是在学佛法中间变得越来越柔软，是不是容易被一些人或事情所感动。我们听到一些消息以后心中是什么感受，这时非常容易验证一个人的修行境界。看看自己是用什么心念在对待这些，我们在随喜什么？我们在厌恶什么？我们不妨在起心动念处，观照一下自己，这就是最好考验我们功夫的时候。



## 宗萨法王

发菩提心是一件非常难的事情，同时发菩提心又是一件非常容易的事情。菩萨道是一个极其久远的时间，可以说旷远、无边无际。我们常讲，修行三大阿僧祇劫而成佛。三大阿僧祇劫的概念对我们凡夫来说，是天文数字都无法来衡量的，在这样的过程中，一般的人是发不起菩提心，有的人是发起来了，但容易退失。

在《大智度论》里记载着，舍利弗尊者当年修学菩萨道的故事。舍利弗尊者，他现的是声闻相，他是佛的二圣弟子。他虽不是菩萨，但是过去也发过菩提心。他发菩提心修习以后，有一个天人来试探他，就在路上拦住他，对他说：医生告诉我，说我得了一种病必须要用人的眼睛来做药才能治好。你能不能把你的眼睛挖出来施舍给我呢？舍利弗尊者就把自己的左眼挖下来，双手送给这个天人了。天人接

过来却说：你是怎么搞的，不先问清楚就挖眼睛。医生说左眼没用，非要右眼才可以用的！舍利弗又把右眼挖出来呈给对方。这个人接过右眼睛，拿到鼻子下闻了一闻，然后一下子扔到地上，还狠狠地用脚一踏，说道：你这个和尚，发心布施成就众生，结果怎么把你的这么臭的眼睛布施给我呢！这怎么能做药呢？就这样反倒把舍利弗给责骂了一顿。舍利弗经历了这件事情后，灰心丧气啊，感觉到菩萨道太难行了！就这样舍利弗退了菩提心。所以，结果就是，到释迦出世的时候，他只能以声闻身得度，当然最后佛还是给他授记了，但是离成佛还很远啊。如果当年他要是经过了这番考验，心不退的话，也许很早就已经成佛了。

今天学习了菩提心的教法，就要知道这真的不是很容易听到的教授，也不是很多人都来劝大家真实地把菩提心生起来，为我们的成佛种下这个种子的。所以，大家真的是

# 出离

## 宗萨钦哲仁波切

如果你出离了所有的执着，那么你就会变得非常自由，没有任何事情可以激怒你或伤害你。

在佛教里，出离有很多种含义和解释，我遇到的很多人都把佛教的出离理解为远离人世，就像悉达多太子曾经做过的那样，不过这种解释容易把尚未准备好的人吓跑，佛陀并不打算剃光每个追随者的脑袋。

对于生活在城市里，喝桶装水，每天坐地铁上下班的人来说，悉达多的出离在多数时候只能是一种遥远的梦想。他们可能并没有太多的选择余地。

如果你想修行佛法的话，你可能只能在这样的环境里修，在地铁里，在公司里，在上班的路上，在晚饭之后。但你同样可以出离，要知道，出离心并不只有一种表现形式。

如果你想知道自己是否具有出离心，可以以这种方法检验：在过去对你很重要的一件事，现在是否对你一点都不重要，过去可以轻易激怒你的事，现在你是否毫不在乎。如果是的话，那么你就从这里出离了。

你需要出离的东西很多，并不只是不抽烟不喝酒或不打牌，那只是开始。所谓出离，就是不再执着过去执着的事物。当你不再执着一事物或一种习惯，它就失去了指挥摆布你的能力。你也就获得了自由。

从这个意义上来说，你必须出离所有的

事物，才能获得彻底的自由，我这里所说的所有的事物当然不止是那些看得见摸得着的东西，也包括很多细微的东西。

例如，如果你看到一个观点，这个观点令你不舒服，那么说明你执着于一个相反的观点。这个观点奴役着你，所以你会不舒服。这样的事情也应该出离。不管这个相反的观点正确与否，或是谁说的，如果你可以让你不舒服，那你已经被攻陷，你都应该从那里出离。

应该指出的是，佛教所有的观点都是为了破除另一些观点而出现，但它不应该成为你的新主人。你也许经常会变得很生气，那是因为你的生活里总是出现与你所预期的相反的东西。

例如，你请的临时工可能让你非常不舒服，仅仅是因为她擦桌子的方式与你不同，你很不喜欢她那种看上去非常笨拙的擦法。甚至有时候你在街上看见一些打扮夸张、把头发染成绿色的人也会生气。那是因为你执着于古老的审美观。

要摆脱这种不爽的心态，有两种方法，一种是你改变心态，不再执着于每个人必须按照你的方式去做事的想法。还有一个就是换一个擦桌子的方式和你所期待的一样的临时工。很显然，前者是一劳永逸的方法，佛教用的就是这种方法。后者只能暂时解决问题，你可能必须不断地更换临时工，这也是很多人不断更换老公老婆的原因。

你可能花了很多时间找到一个用和你一样的方式去擦桌子的临时工，但你很快会

发现，她上厕所的时候居然忘了冲马桶。因此，试图以改变外在的世界来追求完美是徒劳无功的。永远会有你意想不到的事情出现，把毫无准备的你激怒。

你有多少执着，就有多少痛苦，要摆脱痛苦，你必须从所有的执着里出离。当你生气的时候，你应该看一下自己的心，为什么会生气？是否因为出现了与你期待正相反的东西。你的期待，就是你所执着的東西。

佛陀不会被任何事情激怒，因为他出离了所有的执着。而你可能会因为任何事情生气，你可能因为公共汽车开得太慢而生气；可能因为找不到所需要的东西而生气；甚至可能因为你想让生气的人不生气

而生气。这说明你非常脆弱，很容易被激怒。在经过一段时间的修行之后，你可能还是未能了悟空性，也不知道金刚经在说什么。

但你还是和过去有所不同，过去你是个追求完美的人，而现在你已经可以容许很多不完美的事在自己的生活中出现。例如，你可以吃一道比较咸的菜而不去抱怨。

所谓完美主义者，也就是说，你希望所有的事情都要达到你所希望的样子，你希望住在墙壁是天蓝色的屋子里，如果不是，你就会睡不着觉。你不喝桶装水之外的任何水，你希望用自己喜欢的杯子喝茶，希望茶的味道不要太浓也不要太淡。

做一个完美主义者的坏处就是，你会经

常痛苦，因为这个世界上多数事情都不会轻易俯首听命，它们不会事事顺着你。

要让他们达到你所希望的样子，你必须花很多时间。很多人试图创造完美的世界，不过他们最终都被证明失败了。事实上，只要把你的心稍作调整，一切都会很完美。

你之所以看到的是一个不完美的世界，是因为你有各种执着和不切实际的期待，如果你可以从这里出离，你会变得非常强大。

你不再坚持必须住在有蓝色墙壁的屋子里；

不再坚持必须喝桶装水；

不再坚持必须用自己喜欢的杯子喝水；

不再坚持茶的味道必须不浓不淡……

