**解脱的利益**

 通过修外加行，我们可以了解到轮回的痛苦。既然轮回是痛苦的，谁也不愿意在其中流转，必然会有解脱的愿望，所以，宣讲解脱利益就有很大的必要。

一、当下的解脱

 佛和一地菩萨的解脱目前我们无法体会到，能感受到的就是当下得解脱，解决一烦恼，就收获一份解脱，我们不停的积累当下得解脱，终有一天我们也能得到菩萨和佛的解脱。

正真解脱的不是我们的身体、肉体，也不是语言，而是要解脱我们的意识即我们的内心，其他的自然就解脱了。我们的心被愚昧、无知和自私控制住了，被捆绑了之后产生烦恼从而造业，我们的内心不自在、不自由，无法发挥它的潜能。当下我们无法全部消灭愚昧和自私，但当我们对某人某事的执着通过打坐，通过四前行的修行，发现自己不在害怕失去，不会为此苦恼，对希望拥有的东西不再那么渴望得到等等，引发的种种烦恼不再那么强烈，这就是当下的解脱，我们的内心已经不被某人某事牵绊，再也不会影响到自己的家庭、工作，我们的心变得平静、轻松，更加的自由自在。

二、中途的解脱

 通过精进的修行，不断积累福慧二资粮，达到一地菩萨的境界时，就已经摆脱了烦恼的干扰，无惧生死，放下了自私，獲得了幸福。

《大乘经庄严论》中讲：观法如知幻，观生如入苑，若成若不成，惑苦皆无怖。

三、终极的解脱

即是到达了佛的果位，断证圆满，任运自如、无勤的度无边无际的众生。

**《大圆满前行引导问》**

丁一、解脱之定义

所谓的解脱就是指脱离轮回这个大苦海，获得声闻、缘觉、圆满菩提其中任意一种果位。

丁二（解脱之分类）分二：一、能获解脱果位之因；二、三菩提之果

戊一、能获解脱果位之因

从人身难得开始，以四种厌世心的修法调顺自相续，然后再从一切圣道的基石皈依开始，直到圣道正行完全圆满之间，每一个修法都有各自的功德，前面已经讲述了，后面还要讲，这就是解脱之因。

戊二、三菩提之果

 无论获得声闻、缘觉、圆满菩提三者中任何一种果位，都是寂静清凉的，因为已经脱离了轮回痛苦的狭道，我真是喜不自禁。尤其是如今我们遇到了大乘佛法，理所应当唯一希求圆满菩提，精进奉行十善、修四无量、六度、四静虑、四无色、二止观 等一切法门，并以加行发心、正行无缘、后行回向三殊胜摄持而实地修行。

**《前行广释》**

1. 解脱之定义

所谓的解脱，是指脱离轮回这个大苦海，依靠《三主要道论》所讲的出离心、菩提心、无二慧，断除自相续的一切烦恼，远离三界的一切痛苦，最终获得声闻、缘觉、圆满菩提其中任意一种果位。

当然，世间人对“解脱”也有不同的定义。例如他们认为，从监狱释放出来是种解脱，从疾病缠绕中得以康复是种解脱，摆脱困境获得自由也是种解脱。然而，这些解脱只是相似的，唯有根除了一切烦恼种子、一切痛苦之因，才能称为真正的解脱。这一点，我们要发自内心有种向往之心，否则，就不是真正的修行人了。

对于《前行》的这些内容，大家务必要先从文字上明白，然后再对意义不断去思维、串习。否则，只是把所学的理论留在书本上，当翻开书或听上师宣讲时，自己好像有一种感觉，而一离开这种环境，心态马上恢复到往常一样，那就没有多大意义了。

前行也好、其他法门也好，大德所讲的每个教言，其实都可以滋润我们相续，都有不可思议的加持和利益。然而，由于众生的根机不一样，所得的收获也不相同：有些人依靠这些书本和教言，自相续的烦恼完全可以遣除；而有些人长年累月都在闻思，可真正要与烦恼进行搏斗时，由于缺乏正知正念，始终不能大获全胜。

所以，大家在学习的时候，哪怕每天只听一节课，也要有一节课的收获。比如前面刚讲了“因果不虚”，讲完了以后，在没有别人的劝导下，你应该自觉地总结一下：因果不虚大体上讲了什么内容？里面的公案和教言对我有什么帮助？我以前是什么样的心态？以后要趋向什么样的道路？……作为智者，理应方方面面地反观自己，这对修行来讲不可缺少。

总之，在这里，我们首先要知道何为解脱。现在有些佛教徒，口口声声说希求解脱，但他们有没有去寻找解脱之路呢？这恐怕要打个大大的问号。

二（解脱之分类）分二：一、能获解脱果位之因；二、三菩提之果

**一、能获解脱果位之因**

从“人身难得”开始，以四种厌世心的修法先调顺相续；然后，再修持“皈依”、“发心”、“修金刚萨埵”、“供曼茶罗”等，直到圣道正行完全圆满之间，每个修法都有各自的功德，这就是解脱之因。

其实，四种厌世心的修法――人身难得、寿命无常、轮回过患、因果不虚，是一切修行的基础，以此可生起真实无伪的出离心。倘若你没有打好这个基础，其他修法根本没办法进行，即使修了最高的大圆满、大手印、大威德、大中观，和禅宗、净土宗的甚深法门，也将会统统成为今世之因。

今世之因与来世之因有非常大的差别。所以，在有经验的上师看来，要想弟子修有所成，首先必须以共同四加行看破今世，不然，修法肯定不会稳固，修行境界也不会长久。然后在此基础上，再去了解并修持每一个不共加行。若能做到这一点，那解脱之因就具足了。

《前行》这本书从头到尾的内容，实际上就是完整无缺地阐述了解脱之因。若能明白这里所讲的断恶行善之路，远离一切恶业，欢喜行持一切善法，那现世中会享受快乐，来世必定会得到解脱。诚如《正法念处经》所云：“若人远离众恶业，喜行善法心爱乐，此人现世常安乐，必得涅槃解脱果。”

因此，大家一定要知道修加行的重要性。这一点，我在前面也详详细细介绍过，相信很多人会比较重视，否则修行无法成功。然而，也有不少人不愿修共同四加行，反而对气功、瑜伽，以及观明点、观佛像、观文字感兴趣。其实这些修法并不难，但你若要变成个修行人，对人身难得、寿命无常等生不起定解的话，修什么都不会太长久。因此，大家一定要再再努力，要明白解脱之因！

**二、三菩提之果**

 无论获得声闻、缘觉、圆满菩提三者中任何一种果位，都是寂静清凉的，因为已脱离了轮回痛苦的狭道。尤其是如今我们遇到了大乘佛法和善知识，理所应当唯一希求圆满菩提，精进奉行十善，修四无量、六度、四静虑、四无色、二止观等一切法门。并且在实修的时候，先要发起菩提心，然后一心专注、不被违缘所转，最后为利益一切众生作回向来摄持。

就像一个人不论做任何事情，有了前因，才会有后果。同样，在座的人都是希求解脱者，若能具备前面所讲的解脱之因，最后肯定会获得解脱之果。为了达到这样的目标，我们首先要从出离心修起，明白轮回中一切感受是痛苦的，一切万法是无常的，无我寂灭才是永恒的安乐。

唐朝的义净法师，就曾译过一部特别短的经典，名叫《佛为海龙王说法印经》，经中记载：一次佛陀在龙宫，为1250位比丘和众多菩萨宣讲佛法。当时龙王问：“有没有一法简单易行，却能涵盖一切？”佛陀说：“有四殊胜法，若能受持读诵、深解其意，则与读诵八万四千法藏的功德无异。四殊胜法是什么呢？诸行无常，一切皆苦，诸法无我，寂灭为乐。”

这即是我们平时常说的“四法印”。你们若没时间读很厚的经典，那每天念一遍这个偈颂，我觉得应该没有问题，佛陀说这就是八万四千法门的精要。若能把这四句偈放在课诵里，经常读一读、想一想：“万法都是无常的，一切感受皆为痛苦，若能通达无我的境界，便可获得寂灭为乐的涅槃。”这是相当有必要的。

实际上，“寂灭为乐”就是解脱之果，这也是三界众生的究竟目标。我们行持的一切善法若以菩提心摄持，最终即可获得这种殊胜果位。因此，大家千万不要搞错目标了，否则，修行再精进也是徒劳无益！

**《前行廣釋輔導》**

**所谓的解脱就是指脱离轮回这个大苦海，获得声闻、缘觉、圆满菩提其中任意一种果位。**

什么是解脱呢？解脱就是脱离轮回苦海。

轮回到底是怎么回事？不外乎苦因和苦果。苦因就是整个轮回，不管善趣还是恶趣，都是苦的果，都是痛苦的状态。如果说善趣恶趣都是痛苦，那么在第四品中讲到的善业和恶业，就是苦因。

如果我们只是修有漏的善法，善业也是苦因。有时我们把世间的善业误认为是解脱道，觉得我是佛弟子，在修解脱。但是我们修这个善法的时候，是以什么心态来摄持的，这个太重要了，不是可有可无的，而是一个关键性的因素。修善法本身还不是关键因素，修善法的心才是。到底以什么样的意乐来修善法是很重要的，它是前导，是核心。如果用出离心来修善法，就成为解脱道。如果用菩提心来修善法，就成为大乘道。如果以空性来摄持，就成为极速相应于实相的清净道。但是如果以世间八法或者为了战胜别人来修，那就不是解脱道。

苦因苦果就讲到了轮回，这里面是个因果关系，而且因果关系的循环还没办法自动停止。不是说这个机器运转一百年了，磨损得也差不多了。某一天嘎嘣一声，一个螺丝断了，机器就停了。轮回因果的运转不会这样，它永远在保养，在生产新的机器，不会自动停止。所以必须要修解脱道，要强力地加入因素去干预、引导它，或者知道它的本性，这时候才可以停止，否则没办法。这个我们一定要知道的。我们任其发展，然后就自动解脱了，某天一觉醒来就成菩萨了——这是不可能的，没有因绝对没有果。为获得解脱果必须要修解脱道，才能够达成。

然后就是获得声闻、缘觉和圆满菩提的三菩提果位。菩提就是觉悟的意思。声闻菩提、缘觉菩提和圆满佛菩提，叫三菩提。声闻菩提中也带了一个佛字，其实三者都有一个佛字。有时候我们说佛陀就是菩提的意思，所以声闻菩提，缘觉菩提和佛菩提，都是有佛的。无上圆满正等正觉，就是佛菩提了，其他的叫声闻菩提或者缘觉菩提。不管哪一种菩提都是解脱，只不过这里分两种：暂时的和究竟的解脱。暂时的解脱就是声闻和缘觉。为什么是暂时的呢？因为它相当于到达彼岸前，中间休息的一个海岛。声闻解脱以戒律为行为，以无我空性为见解的核心，通过这样的观修，证悟了人无我，去掉了人我执、烦恼障之后，可断尽三界烦恼，不会再在三界中投生，这就是声闻和缘觉菩提。

声闻、缘觉获得的都是罗汉果，但是二者之间有一点差别。声闻菩提和缘觉菩提比较起来，缘觉阿罗汉的证悟要深一点，他证悟的法无我空性要稍微多一点，积累资粮的时间要更长，要100个劫，可以证悟缘觉阿罗汉。利根者三世就可以证悟声闻阿罗汉。按照显宗来讲，无上正等正觉，最快也要三无数劫。不是说越往后越笨，花这么多时间，而且修法殊胜，只能说明一个问题：它的果是更大更殊胜的。世间中也一样，你要承办一个小果，不需要很多因素，随随便便就成就了。你要做顿饭给自己吃，那就很简单。一点点米，一点点菜，自己就吃饱了。但是要办一个千人的大宴席，必须要提前很多天做准备，场地、采购，很多因素都需要考虑，时间肯定就要长了。因素多了，时间就长，他所能承办的场面也不一样。他的果和一个人一两碟小菜在吃，完全不一样了。

大菩提果、佛果，为什么要三无数劫，为什么不是三生或者一百劫呢？因为他的果很圆满、很大。这么大的果，短短时间根本准备不出来。准备千人宴席只给你半天时间，可能就会说谁有能力谁接，我是接不了，半天时间搞不出来。佛菩提为什么需要这么长时间呢？因为太多因素需要圆满了，而这些因素短短的时间中的确做不到。所以就时间很长，慢慢让我们去调伏自己的内心，慢慢去圆满这些功德。这样的话时间就长。所以圆满菩提的果位特别殊胜，而缘觉菩提是中根者，他的证悟比声闻菩提要圆满一些，要多一些，所以叫中佛。

管是声闻罗汉果，缘觉罗汉果，还是圆满菩提，任何一种都是寂静清凉的。声闻缘觉已经包含有学无学了，这里主要讲无学道，声闻无学道，缘觉无学道和圆满菩提无学道。解脱道中的声闻罗汉之前的有学道也是圣者，但是我们这个地方是以究竟解脱为主。在小乘道中的究竟解脱就是阿罗汉，不是说已经究竟了，到这里小乘道就没办法走下去了，必须要换轨道才能继续，不换就到此为止。怎么换？就是开始放光、发菩提心了，开始进入大乘。进入大乘再走到底，就到了佛菩提。大乘道佛弟子不需要换，只要把这个道走到底就可以了，但是小乘道走到底还不行，不换就再也走不下去，所以必须要把心态调整到大乘的心态。这也不是随便想调就调的，有一定的麻烦，因为在声闻道中，所有串习的因和资粮已经形成了一种定性。要从自我解脱的心态调整到利他，是很大的一个挑战，所以花的时间比较长。这是解脱的定义。

**能获解脱果位之因**：

既然要获得解脱果，那必须要知道解脱的因，也就是所修的圣道。这里概括讲解脱果位的因。

**从人身难得开始**

**首先从四加行中的人身难得开始，然后是寿命无常**

**以四种厌世心的修法调顺自相续**

通过四厌世心的修法调整自相续，因为以前自己过度耽著于世间八法。

如果没有出离心，也许这个有情在这一世当人的时候，烦恼、执著少一点，但只是暂时现象而已。只不过是在这一世中，可能追求的不是大鱼大肉，是山里面寂静的隐居生活，是比较清高典雅的生活方式。从显现上可能会有高雅与否的差别，但本质上没什么差别，只不过把那些隐藏起来而已。这一世中，你可能喜欢这种生活方式，但是因为内心的习气没有调伏的缘故，以后还会从头再来。

通过调伏自相续，从内心知道所有轮回中的起心动念，只要没有以出离心摄持，不管是什么样的身份，产生什么样的心（如前所述，你这高雅的心喜欢艺术，古琴、古筝、书法，或别的看起来典雅的事情），其实都是相应于轮回道的。和其它的比较起来可能高雅一点，但是跟解脱道比较起来还是轮回道。

所以整个轮回中的思想和行为，在修解脱道时必须要知道，这一切没有用，这对解脱来讲没有什么意义。真正地把在轮回中耽著的、无论典雅还是不典雅的，全部要处理出来，这就是调伏自相续，就是第一步。

修行从某些侧面来说一定是翻天覆地的变化，因为整个轮回的思想、行为都要颠覆。为什么又说佛法要融入生活呢？这个不矛盾。虽然我们说见解和行为上要彻底和轮回说再见，不能够方方面面和轮回相应，但现在毕竟是在轮回中，有些事情还脱不开必须要做，但是做的时候，要以佛法来引导。其实还是缓步地以轮回做素材，来颠覆轮回中的习气和思想。并不是说不颠覆了，其实还是颠覆的，解脱道的原理和轮回是完全没办法相应的。

**然后再从一切圣道的基石皈依开始**

**调顺自相续，开始不共加行。**

所有圣道的基础就是皈依，一定要皈依。通过对三宝生起信心然后发誓，只有这样，自己才会永远以佛陀为导师，以正法为调伏相续之道，以修法的僧众作为修道的伴侣。有了这些条件才可以修下面殊胜的法，所以一切圣道的基石一定是皈依。

**直到圣道正行完全圆满之间**

圣道正行是最高的，大圆满中的彻却、托嘎等。从皈依乃至于殊胜的正法大圆满之间。

**每一个修法都有各自的功德**

每个修法都有各自的利益和功德。四加行有其功德和利益，皈依、发心、百字明、供曼扎也都有各自的功德，密法也有很超胜的功德。

**前面已经讲述了，后面还要讲，这就是解脱之因**

前面是四加行，后面是皈依、发心乃至破瓦，如果修完后得到灌顶，还可以修殊胜的大圆满。这些都是解脱之因。

一定要知道因果之间的必然联系，如是因如是果。如果要获得解脱果，必须在因上重视。不管是四厌世心还是皈依发心，都要认真修，一定是为了调伏自己的烦恼或者获得解脱道去修，因为只有以这样的心态才是认真的修行。

当然，这种标准也不是刚开始进学会学法就马上能够达到的。也许要经过若干年才认识到这个重要性，再经过若干年才相应，法中所讲的意义才真正融到自己相续中去。但这很多的若干年值得吗？当然值得。有时我们觉得这么多时间就有点不耐烦了，该花的时间必须要花，这不是不想花就可以绕过去的。你想绕到前面去，但可能没有近道可以绕。

上师诸佛不可能保留一个近道不说，故意让你去绕，绕得差不多了再回来磕头求他，他觉得现在差不多了再告诉你，不会这样的。如果你是这个根机他就直接告诉你了，但如果你不是，他就告诉你不能这样做。为什么？因为他悲心早就圆满了，不可能明明有解脱道不讲。只能说明你还没到那个程度，提前告诉你了对你没有利益。

给你大圆满也学不了，“这是什么？里面讲的是啥意思？请上师讲一下吧。”上师给你讲也不懂。讲空性，不懂，空性不懂讲中观，中观也搞不懂讲前行，又回来从《前行》、《入行论》开始讲，慢慢讲一点慢慢懂一点，最后就真的懂了大圆满的修行。所以这个时间是没办法省的。我们应该有这个心，一定要坚信这一点，不要想有什么近道可以绕。

让自己的心成为法器是修行者的素质，如果要成为真正的修行者这一点必须认同，而且要发自内心地认同。就像企业文化要发自内心认同才可以融入一样。佛法也必须发自内心认同。

如果不认同，自己觉得应该这样、那样，问题就在于我们所觉得的这些东西都是我们轮回的经验，没有一个是和解脱道真实相应的。今生世间学习的知识也没有可以参照的，以前轮回流转中这么多经验哪个可以参照？一个都没有。解脱道最怕“我觉得、我认为怎么样”。后面的依止善知识，就讲舍弃自己的自在，要依师而转。为什么？依教奉行，要舍弃自己的想法和自在。“我认为怎么样，我认为那样”，这是修行佛法的大忌。

不是要让你服服帖帖，而是在修道中自己的想法没一个是可靠的，我们认为对的东西最后发现都是错的。上师告诉我们的，我们很多时候不愿意做，为什么？因为和自己的想法不相应。轮回的事情哪一个是和解脱道相应的呢？肯定没有。如果在轮回中若干分别念有一个和解脱道相应，那肯定早就解脱了。上师告诉我们的，往往就是我们习气所在的地方。所以有时依教奉行很困难，这个阻力来自于自己的习气，来自内心中轮回的分别念。

依止上师中最关键的一点就是依教奉行，舍弃自己的自在，依靠上师的教言而转。这就是捷径，但很难做到。因为我们内心自以为是的分别念太强大了，所以教言是这样讲，但真正做到很困难。即便像米勒日巴尊者那样的法器，他也是偷偷地搞了一些小动作去求法，自以为是对的，但在上师那里一概行不通。必须经过这关，这是没办法的。

即便是尊者，在显现上也是有一点点违背的。说明什么问题？这不太容易。简不简单？简单，但的确不好做。就那么简单的八个字“舍自自在，依师而转”，做起来太难了。但不管难不难，我们首先要知道这个原理，慢慢去做。失败不要紧，失败后再爬起来。每次失败都是一种进步，不管忏悔多少次，反正应该做的就做，直至达到那种标准。这是很关键的，必须了解这就是解脱的因。

三菩提之果：

**无论获得声闻、缘觉、圆满菩提三者中任何一种果位，都是寂静清凉的，因为已经脱离了轮回痛苦的狭道，我真是喜不自禁**

无论是获得了声闻、缘觉或者圆满佛菩提三者中任何一个果位都是寂静清凉的。寂静清凉的意思是没有集谛：没有我执、烦恼，没有投生轮回的业。也没有苦果：三善趣三恶趣的痛苦都没有。它的因没有了，果也没有了，所以这种灭谛的状态是寂静清凉的，这叫解脱。

“真是喜不自禁”什么意思？想想都高兴。这里不是我们获得后喜不自禁的意思，而是作为即将踏入解脱道的人来讲，想一想这个寂静清凉的果位，的确很高兴，因为终于有了一个彻底解决问题之道。

我们无始轮回中每一生每一世都在想办法解决问题，但没有哪一世的方案真正是对的。这一世找到了一个彻底解决问题的方法，它的果就是寂静清凉。

在世间中，我们变成蚂蚁了，不是还在奋斗吗？不是在找解决问题之道吗？天人也在找方法，地狱有情也在挣扎，巴不得马上出去，看到一个缝隙就想赶快跑，也在想办法解决问题。人道也一样在解决问题，没有工作找工作，没有什么就想解决的方法，托关系也好，作弊也好，都是在想办法。但哪一个方法是彻底解决问题了？一个都没有。

这么长的轮回，时间长到没法衡量。可以说每一世都在努力，但这么多的努力全部白费了，而现在找到一个不用白费的。

也许是三个无数劫。有时觉得下一世往生极乐世界都太长了，要这辈子马上证悟。想想轮回的时间太长了，如果下一世或者三无数劫能解决问题，也太幸运了。看起来很长，但如果把前期的轮回加起来，三个无数劫投在这么长的轮回中，根本看不到影子。就像把一滴水投到大海中什么都找不到一样。所以，这个时间看起来长，其实不长。

学三年、四年、五年就觉得：这么长时间啊？我们应该想一想，这一点都不长，而且这个时间一定可以花，为什么？彻底解决问题的方法就在这儿，其它没有。如果错过，想要用世间的方法解决问题，就像以前的经验一样注定要失败，没有成功的时候。现在已经找到了就应该高兴。为什么这里讲喜不自禁？因为的确找到一个彻底解决问题的方法，这当然应该高兴欢喜。

也不能高兴但啥都不动，这不是真高兴。真高兴是既然这么好，一定要马上去做，想办法圆满它的因缘，一定要具足它的资粮。这是真高兴，而不是假高兴。假高兴是随喜你们，但内心一点都不随喜。真正的随喜是依功德产生欢喜心，自己有能力也一定要去做。如果对解脱道真欢喜，肯定对它的种种修法有高度兴趣，自动精进，没有人拿鞭子天天抽打。

“真是喜不自禁”，因为的确对于在轮回中漂的时间太长的人来讲，已经没办法忍受了。

整个解脱道讲了三层解脱，后面讲菩提心的时候我们要知道，对于我们而言，还不应该满足于自我解脱。应该满足于在解脱道中最殊胜的大乘解脱道，这才是我们应该追求的。

**尤其是如今我们遇到了大乘佛法，理所应当唯一希求圆满菩提，精进奉行十善、修四无量、六度、四静虑、四无色、二止观等一切法门，并以加行发心、正行无缘、后行回向三殊胜摄持而实地修行。**

前面讲了总的解脱道。尤其是如今我们大乘种姓的人遇到了大乘佛法。所以有时候我们也不用过于自卑，这没有用。为什么呢？当我们过于自卑的时候要想一想，大乘法是很难遇到的，整个佛法也很难遇到，尤其是现在已经成了大乘种姓。虽然我很差但是我能接受菩提心、空性，想要成佛，这特别不容易。

比如随随便便你在外面抓几个人，他知道大乘、学大乘吗？根本不学。有时整个大商场中没有一个能发菩提心的人，一个城市中也找不到几个发菩提心的人。

真正遇到了大乘佛法，我们要欢喜，自己不是很差的人，如果真的那么差根本不可能遇到佛法、发起菩提心。只不过对自己的期望有点高，所以当我们修不动的时候就有点沮丧。这也应该有一点点，完全没有的话也说不过去，但是不要太过份。太过于自卑、沮丧让自己停止修行，这不是佛陀愿意看到的，应该行于中道。

当我们飘飘然时应该想想自己的烦恼，当我们过于沮丧时要想想自己的如来藏、大乘种姓、解脱道。你应该高兴你现在已经在做了。太过于傲慢时应该想方设法让自己的心低一点，把自己的心调整到比较平常的状态，这对我们修行长期来讲是有必要性的。

所以应该“唯一希求圆满菩提”，要发菩提心、坚持自己的菩提心，在菩提心的摄持下“精进奉行十善”。十善是世间乘还是佛乘不在于法本身，而在于心。如果以菩提心摄持奉行十善，它就是大乘的因、成佛的因。然后修四无量、慈悲喜舍，后面在讲“发菩提心品”还要讲到。还要修持六度、四静虑（四静虑就是四禅）、四无色定。小乘、大乘都修，关键是以什么心态来修，要发菩提心来修四禅、四无色定、二止观（寂止和上观合称叫二止观）等所有的一切法门。

“加行发心、正行无缘、后行回向三殊胜摄持实地修行”，这就讲到三菩提的果，尤其强调我们应该发菩提心，不要以世间的心、恶心、小乘的心来修持善法，应该以菩提心来修持。

同样的善法，因为心的不同，善根的大小、深浅马上就出来了。同样在磕头，有时我们也碰到很多世间人、比我们境界还高的人在寺院里磕头，朝圣地的时候也一起顶礼。但因为磕头的人内心中见解不一样，所以一个头磕下去功德的大小马上就分出来了。我们看不到，但是佛菩萨一眼就看出来了，哪些功德大、哪些功德中等、哪些功德小。同样的时间、动作，但是功德不一样。为什么？发心和见解是最主要的。

外在的行为好做，五加行的数量相对来讲容易圆满。上师也说了，五加行容易，四加行、四种厌世心不好修。为什么五加行容易？并不是真实意义上的容易，把十万个头磕完、念十万遍皈依相对来讲是容易的，但是内心中要生起真实的瑕满难得等境界是不太容易的。

这种见解是决定我们的修行质量、成就速度快慢的一个主要因素。这个见解一旦生起来，它的速度自然提升了。

所以为什么反复讲、再再讲、讲课的时候也在讲，就是因为大恩上师所提倡的是最核心的东西，就是让我们多闻思，然后一定要见解稳固。该生的菩提心一定要生起来。为什么？因为有了这些主要的条件、因素，再去修法时就完全不一样了，质量的提升、功德迅速地圆满，就指望殊胜的见解和菩提心等等来摄持。

所以无论花多长时间，即便一辈子修菩提心都值得，因为它真的太重要了，它是大乘的灵魂，就像一个人的命根一样。如果大乘道没有菩提心，那大乘的所有修行都是一具尸体一样的。看起来像模像样的，但实际上早就没有气息了。有些死相比较好，看起来坐那很端正，就像活着一样，实际上已经死了、没有生命了。

比如这个人很像菩萨，其实他只是很像而已，根本不是菩萨，为什么？他没有灵魂、菩提心。没有灵魂你再修什么法都没用，不成大乘道。有没有功德？有。有没有利益？有。但是不是大乘？绝对不是。这不是修了多少，也不是看着像不像，而是内心中有没有菩提心来摄持。如果有了菩提心，虽然看着不像也是。虽然怎么看怎么不像菩萨，看着像不像那是看者的事，反正我自己内心中生起菩提心了。因此，看起来像不一定是，看起来不像不一定不是，关键问题在于内心中到底有没有菩提心摄持。

没有菩提心的菩萨是找不到的。所以我们一定要想方设法引生出大乘的精华、灵魂——菩提心。