

前面从本体、差别、功德三个方面认识了佛宝的内涵，这里再进一步讲一下密教上师佛归于佛宝的涵义。

纽西龙多尊者为了说明密教上师佛归于佛宝、不出其外，在前面解释四身的时候，特别涉入了密宗的内涵。比如，五部报身佛以及五圆满的内涵，归在报身佛宝当中；其次，莲师在六道示现六格热，或者上师善知识为受生变化身，这些内涵摄在化身佛宝里；再者，法身佛五圆满、化身佛五圆满，都全摄在四身或者三身的体系当中而不出其外，不能认为这些是脱离佛宝的另一种内容。

其次，诸如本师三身不二、莲师三身不二的内涵，都要从前面讲到的佛宝四身五智这个内涵去认识。也就是，四身中，本体身和法身是就佛自分上安立的，受用身和变化身是就他分清净和不净所化分上现起的色身而安立的，实际正是佛陀大智慧身空寂法界和灵明智慧不二的本来实相，这是佛宝本身的状况。那么，以大悲和愿力应着法界圣凡群机，自然会现出色身来。如果所化清净，就现殊胜的色身，叫做“受用身”，如果所化不清净，就现差一等的色身，叫做“变化身”。而这样的三身本来就是不二的，它并不是分开成三个不融的部分，而是本自圆融不二。从这里了解之后，就会知道，诸如四身不二、三身不二的涵义。同样，认识莲师三身不二、上师三身不二，通过这些就能够认识到。

再者，特别就上师瑜伽的修法而言，总体上是按照龙钦宁体的前行修法，直接归到一个莲花生上师上，就自身有缘的圆具德相的上师而言，他实际就是与莲师无二的。这样认识上师本性的时候，诸如他的权义和实义不二，他不是这样有漏的五蕴身、有为法的生灭心，而本身就是法身佛，或者说就是本体身与法身不二，或者说就是这样的空寂法界与灵明智慧不二，这些方面推到究竟上，都要从佛宝的层面上来认识。再者，从因缘的层面来说，他会应着我们的根性状况而出现各种的表现，这样就要放在受生变化身上面来领会，实际上这样的受生变化身就是那个本体身或者智慧身，不是两种。

再就上师德等诸佛、恩胜诸佛的方面来说：

从三身不二来看，其实一切佛都是一样的，佛佛道同，所显发的法身二十一部功德全部都是这样的，没有高下之别，这样就要知道，功德完全平等。假使是圆具德相的上师，属于真佛再来的应化身，而这样映现的月影，其实就是天上月亮的一种力量的反应。这样就能够会通，所谓的“功德等同一切诸佛”，所谓的“是法平等，无有高下”，都是这么一个圆明湛寂的本性彻底地显发，再也没有别的东西。

从恩胜诸佛来说，实际上，眼前的上师就是真佛应我们的因缘化现出的一种相。由于只有在这个因缘上，才能够最

切近地接通，因此，在一切现出的变化身的佛里面，就以这尊与我们在因缘上最切近、最重要，而且最能产生效果。我们就是依着这样的变化身佛，才开始在解脱和成佛的道上走。由于他具有最切近的法恩，因此说，他的恩德超胜一切诸佛。

再者，随着自身修行的程度越来越提升，对于上师的认识也会越来越圆满。诸如常说的，假使业不清净，心前显现的上师是一种平庸相；业逐渐清净的时候，会感觉他是一个菩萨相；或者再进一步示现，是一个殊胜的化身相；再进一步，自身如果能够证悟的话，会见到上师是一个受用身佛，就像益西措嘉空行母达到很高深的修行境界时，见到莲师不可思议的处处都有的相那样；再进一步彻证到本性的时候，会发现上师是法身佛，这也是基于上师是真实佛宝、本身三身不二的缘故。

就像这样，要会通密教上师佛的内涵就是归在佛宝当中的。

**二、法宝 分三：（一）本体；（二）差别；（三）功德。**

**（一）本体**

烦恼障、所知障、习气障三障的已断者以及能断的方便，是正法的体性。所谓的“断”，说的是声闻、缘觉、菩萨三者断除烦恼的殊胜灭谛以及能断烦恼的道谛。

烦恼障、所知障、习气障称为“三障”，这些就是病，是我们自从一念无明妄动沦落生死流转后，发展出来的三类大病，通常也说“二障”，因为习气障可以摄在所知障当中。当这些大病完全解决了，就叫“灭谛”，能解决的方便就叫“道谛”，正法的本体就是灭谛和道谛。

文中后面一句说的“烦恼”，不是单指烦恼障，应作广义理解。行出世间三乘之道的有无闻、缘觉、菩萨三类行者，他们的相续中如果已经断掉了烦恼，出现了殊胜灭谛，这就是法宝的体性；再者，他们相续中出现了能断烦恼的道谛，这也是法宝的体性。

当然，三乘菩提在道谛和灭谛上有相应的差别。

具体来说，灭谛就是以修三乘菩提某种道作为因，依靠这样的道因的力量，在某层面的真如上已经毕竟不生烦恼，到了截断生死因果之流的地位，常作微妙的体性，它是修行人最殊胜的所求所证。由于道有圆不圆满的差别，比如，声闻缘觉只有圆证了人无我的空慧，没有全证法无我，因此他在断障方面只能尽断烦恼障，不能尽断所知障；而菩萨有圆证法无我的空慧，他能尽断三种障碍，像这样就可以决定，灭谛有暂时和究竟的差别。暂时是指息灭粗品生死之苦的小乘涅槃，究竟是指息灭一切最细的变易生死的无住大涅槃。

道谛方面，又要知道为何要修习道以及道的内涵如何。

首先，为何要修道呢？这是由于按照这样的道，就能知苦、能断集、能证灭，有这样的殊胜作用，因此要修习圣道。它的内容按主次来分的话，主或者上首就是了达无我的空慧，次或者助伴就是布施等前五度或者一切相应的修行道品。依上进阶次第来分，就有资粮道、加行道、见道、修道、无学道。

首先说资粮道的内涵。先要成为法器，由“三具”出现四个修道素质而成为现证和得解脱的法器。“三具”就是具善、具慧和具戒。具慧，就是有闻思修三慧，而成为得菩提之因；具善，就是指三慧以外还有其他的善行，比如要有深厚的福德资粮；具戒，就是要具足凡夫戒。由此可以出现四种修道品质，也就是密护根门、饮食知量、惜寤瑜伽、正知而住。一、密护根门，平时能很严密地守护眼耳等根门，不会随意地流浪在染污境中，有很好的自律能力；二、饮食知量，饭食不过多、不过少，恰好合适；三、惜寤瑜伽，就是初夜分、后夜分不睡等，非常勤奋精进修习四念住的瑜伽；四、正知而住，平常很好地保持正知。有了这些修道素质，就成了可以现证、可以得解脱的法器，由此入于资粮道的修行。在下资粮道阶段，修习的是四念住；当已经极度地上进，就提升到了中资粮道，这时会出现以四正断为自性的精进；再提升到上资粮道，会出现以四神足为自性的三摩地。

其次，加行道的内涵。资粮道讲到的法义在这时候辗转增上，由于他精进的力量，得到了诸种顺抉择分的善根，具体就是指暖、顶、忍、世第一法位。“暖”，就是真谛方面获得了明得定和相应慧，那么见道的智慧像火一样，而这时候是得到了火前相的暖那样的智慧状况，因此叫“暖”位。“顶”，就是在真谛方面进一步获得了明增定和相应慧，这在善根会被违品动摇的阶段可以说达到了顶峰，就像登山至顶那样，这叫顶位。暖位、顶位会出现对于清净能作主宰的信、勤、念、定、慧五根。“忍”，就是随顺真谛忍，到此地位已经契合了一分真谛，获得随心定和相应慧，虽然是凡夫，但以义共相方式已经很好地通达了法性。“世第一法”，就是在真谛方面已得到无间定和相应慧，这是见道之前的无间阶段，所以叫“已经临近见道了”“达到了临界点”，这在世间法里面成为第一，因为接着就出现了见道圣谛或出世间境界的缘故。忍和世第一法两位当中，五根不会再被违品所凌夺，这时已经成就了五力。这四位当中，当得到顶位以后，就永远不会出现以邪见断善根的情况；得到忍位以后，就不会再堕落恶趣。

见道，是世第一法位末尾依靠无缘等持和相应慧现量照见法性真谛，生起智忍十六刹那智慧。依大乘来说，当得到初地极喜地时，如实照见圆满二无我的法界，见道位有现见

法性真谛的择法智慧为上首的七觉支的体性。

修道，指得到见道后修习更上面的瑜伽。按照小乘的轨道，包括共同和不共两种道。按照大乘，在修道位继续修习，渐次断除各种品类的修所断，登入第二无垢地、第三发光地乃至第十法云地。住于圣道时，由于已经现见了法性真谛、正见充满相续等，由此出生八圣道的内涵。

无学道，指断尽了一切所断而获得这个乘的最高果位。按照小乘来说，就是断尽三界烦恼及其种子，得阿罗汉果；按大乘来说，就是指到达佛地，断尽一切障碍的种子和习气，证得究竟大断的灭谛，完全显发了真如本体身，获得一切种智佛果。

五道具体的内容，可以说是三十七菩提分法，也就是在资粮道中有四念住、四正断和四神足，在加行道暖顶二位有五根，忍位和世第一法位有五力，见道有七菩提分，修道有八圣道分，这些就是道谛的具体内容。无论声缘、菩萨、密咒哪一乘，都是以三十七菩提分法来归纳整个道谛的内容，只不过在见谛方便等方面有所不同。

### 三十七菩提分法

这是道谛的具体内涵，它是三十七种随顺菩提方面的法，分为七个部分，下面都从所缘、本体、修习、果四个方面来介绍。

## 一、四念住

即身念住、受念住、心念住、法念住。

### (一) 所缘

所缘即是身、受、心、法。为什么选择这四个点呢？因为身是粗重的主因，受是爱的所依，心是缘我的所依，法是执著染净等的所依，为了在这四方面不愚痴，就着重在这四个点上观修它的真相，通过如理地观缘身、受、心、法四方面的真相，能趣入四谛。

### (二) 本体

本体是念相应慧。虽然取名为念住，实际四念住的体是观慧，它是跟正念相应的观慧，也就是以观慧如理地观照身、受、心、法这四个的真相。

### (三) 修习

以身念住为例，就是以一切色蕴，包括自己的身体、外在的五根所对的色声香味触和其他生命体的身体为所缘境，在观法上，声闻观苦、空、无常、无我苦谛四行相，菩萨观这所有的色蕴名言中如幻，胜义中远离一切边、离绝戏论。住在这样的观行中，不散在别的地方，不断地串习。其他受、心、法方面也应当这样了解。

### (四) 果

断除颠倒后，见真谛之义。

以上四念住是下资粮道行者心中的正法。

## 二、四正断

即不善法未生者令不生、已生者令断除，善法未生者令生起、已生者令不退。

### (一) 所缘

有四个方面：违品不善法的生和未生的情况，对治品善法的生和未生的情况。

意思就是检查自身心，在不善的违品方面，我有哪些生了，针对它要作处理；有哪些没有生，也需要遮止不生。在对治品的善法方面也要反观自身，这些方面生了还是没生？如果生了应当如何？没有生应当如何？这是观察的所缘。

### (二) 本体

即精进。四正断也名四正勤，其实它是一种精进善心所发动起来的修行。

### (三) 修习

指生起欲乐后，由发起精进等的途径，使得这样的断恶修善辗转不断地增长进步。

意思就是，要起一个大的志气：我现在要修行佛道，我一定要一天比一天进步！在恶的方面，要努力地使没有生的不生，已经生的断除；在善的方面，没生的要想办法发起，已经生的不退失还要增长。就像这样，通过一种向上的志气

起了精进等的途径，这样就一天比一天进步、一天比一天变好。

#### （四）果

使违品断除，使对治品增长。

以上四正断是中资粮道行者心中的正法。

#### 三、四神足

指欲神足、勤神足、心神足、观神足。

##### （一）所缘

即修办三摩地的事务。这里道关注的地方，就是怎么来修办等持的各项事务。

##### （二）本体

即等持。具体来说有四种：欲等持，就是欲求心住所缘的恭敬加行，依此触证心一境性；勤等持，指它的持续加行，依此而证得心一境性；心等持，依仗往昔串习，真正成了于善所缘心一境性；观等持，指修办等持的简择慧。也就是说，以前由别人开示了等持修法的教言，依靠遵循它而简择法，证得心一境性。得到等持的时候，继续依靠这个相应慧，心里了知怎样如法舍离等持的过失、怎样如法修办等持的功德，依靠这四个因修办，从而转为心一境性，这就是等持或三摩地。

这里四种神足就是四种等持，只不过是就它发生的因来

立名的。因有四种，就是欲、勤、心、观。

所谓“欲等持”，就是先有一个非常大的希求心，想要心住于所缘而得定。这个时候，他心里发生一种非常敬重的加行，以加行的力量修成了心一境性，也就是发生了心住一境的等持。

“勤等持”，就是指修定的持续加行。依靠持续性地用功的力量，证到了心一境性，也就是得定了，心能住于一境而不散动。

“心等持”，这是由过去的串习力，比如前世曾修过，一上来要安住的时候，心自然就能住、能得定。

“观等持”，就是在修定的时候他的慧力很大。比如，以前由某师父给他讲过怎么修定，这些教言他记在心上，而且有一个智慧能很明确地了达，在他修定的时候就遵循这个法则，很好地简择法。也就是他慧的抉择力非常强，凡是等持的违品、过失上都会舍离，等持的功德上都能修积，由因缘和合就证得了心一境性而得定。

像这样，在上资粮道的时候有这样四种因的情况。当然，行者自身的情况不同，有的是从欲入手而得定的，有的是从观慧入手而得定的，总之，在上资粮道就出现了得定的功德。

### （三）修习

依靠八断行辗转不断地增上修习这些等持方面。

所谓“八断行”，就是要舍掉五种过失的八种修行，等持就是由这个八断行作为因而得以出生的。

“五种过失”，指懈怠、忘教言、昏沉掉举、不行对治、过度行对治。这些是如何障碍等持的呢？先是由懈怠和忘失修办等持的教言，障碍等持的加行；其次，由向内沉没和向外发散落入掉举，障碍等持的正行；又由出现昏沉、掉举、不行对治、依靠对治已经止息了还过度对治，障碍等持的增长。

意思是，等持在加行、正行的方面有五种过失成为它的障碍。先是懈怠提不起劲头以及忘掉了怎么修，这会障碍进入如理的等持加行。其次，在正行入定的时候，假使心往内沉没了，不能很明了地住于所缘，这会障碍等持的正行。再者，心往外发散、乱动，这是掉举状态，它也障碍心住一缘。此外，在等持的增长上，在对治的方面存在没有提起和过度两种情况：已经昏沉掉举的时候，没有行对治，就落入到不良状态，障碍等持增长；其次，以对治已经止息掉了昏沉掉举，这个时候应该放下了，但如果还继续作对治的话，也障碍等持增长。

这五种过失如何舍离呢？就是由八断行来舍离。八断行，就是以信、欲、勤、安四者断除懈怠，以念对治忘教言，由正知和思对治沉掉以及不行对治，由平等舍对治过度行对

治。

这个修道的内容，就是先要知道信、欲、勤、安是串连发生的情况。也就是，信为欲依，由信会发生欲或希求心；由欲会发生勤，也就是住在欲乐上就起了精勤；由勤会发生轻安，这样透过信、欲、勤、安的串连发生，到了轻安的时候就断掉了懈怠。其次，由正念力，也就是忆念修定的所缘不忘记，断掉忘教言。再者，正知和思两个的作用，正知是保持觉察力，当沉掉一出来的时候它就知道了；然后由思，它有役使的力量，能够现起沉掉的对治行，所以这两个可以断掉沉掉和不行对治。如果对治成功了，昏沉掉举的状态已经没有了的时候，依靠平等舍当下就放掉，不再做什么，这个时候让心平等而流，它可以断除过度行对治的障碍。

四神足的修行就是依靠这样的八断行，使得在修定的时候能辗转增上地串习，不断地提高。

#### （四）果

依等持的力量，凡是希求证得的佛法诸事，都会得以圆满，也就是所欲事成。

行者想求得佛法各个方面的成功，比如想得神通、开智慧，或者想证得佛法的各种境界等，那它的关键是要靠定力。有等持的力量，就像一个人有了很好的工具能成办事务那样，依靠三摩地的力量，可以使得所希求的佛法之事都得以

成办。

以上四神足是上资粮道行者心中的正法。

#### 四、五根

即信根、勤根、念根、定根、慧根。

##### (一) 所缘

即四谛。五根修行的所缘处就是苦集灭道四圣谛。

##### (二) 本体

信等五法各自的体性。

具体来说，信心是于真实处深忍的体性，精进就是勇悍修善的体性，念就是明记不忘的体性，定就是心住一境的体性，慧就是简择的体性。

##### (三) 修习

指对于四谛深忍而信的状态、勇悍的精进状态、不忘的状态、心专注的状态、简择的状态，就依着这些状况修习。

在加行道暖顶二位要修行五根。也就是，对于苦集灭道四圣谛得了深忍信，处在非常信任的状况当中，这个状况一直要让它延续，不断地修习。其次，对于善所缘有一种勇悍欢喜的精进状态，这个精进状态保持住，不断修习，或者对于四谛有一种非常欢喜的精进状态，这个精进状态让它保持、延续、不断地修习。再者，对于四谛处在明记不忘的状态，这个要修习。还有，心专注于四谛所缘的状况，一直延

续，或者说心处在简择四谛的智慧状况，就要串习这样的智慧心。像这样就是在修行五根。

#### （四）果

由此成办速能证得四谛的暖相等等。

上述五根是加行道暖、顶二阶位行者心中的正法。

#### 五、五力

即信力、勤力、念力、定力、慧力。

五力与五根的差别，就是这五种善心已经达到了违品没法凌夺的地步，就像两个人摔跤，已经不会被对方摔倒而能压倒对方，就是已经出现强力状态了。

其他所缘、本体、修习、果等方面，都跟五根一样。

以上五力是加行道忍、世第一法二阶位行者心中的正法。

#### 六、七觉支

即念觉支、择法觉支、精进觉支、喜觉支、轻安觉支、定觉支、舍觉支。

##### （一）所缘

真实品四圣谛。这里不同于以往只是义共相缘四谛，此时在见道位已出现现见真谛本身。

##### （二）本体

念等七支，就是明记不忘的念、勇悍作善的精进等本身

的体性。

七支可以归纳为五支：

念是安住支，由过去数数串习的正念，此时生起了现见真谛，这时就从以往无知而没有胜过的状态达到能胜过了，就像轮宝那样，也就是轮宝所在之处能摧灭敌方，取得胜利。

择法是自性支，现见真谛的智慧体性，破灭一切相，就像大象宝踏断违品那样。这时有简择法的智慧，明了现见了真谛，从而破灭了一切相。从前没有现见真谛的时候，起各种妄想而执著，现在现见空性，使得一切相消失了。就像大象宝有一个胜伏的力量，它能够踏断违品，同样，智慧有一个大的力量，能破除无明妄执。

精进是出离支，自身已出离到了或行到了所证的神通领域上面，就像骏马宝能够到达所欲之处那样，这时已经到了神通能无碍明知各种法的境界上去了。他像骏马一样有了能力，想到哪里就可以到哪里，在见道以后，就能开启天眼、天耳、宿命、他心等神通，也就是由这样的精进觉知，发生无漏的道通。

喜是利益支，增长现见真谛的法光的欢喜周遍身心，就像摩尼宝的光明遍满空间那样。见道出现利益身心的大喜乐，当时开悟见了真谛，这样的法的光明增长会出现大欢喜，充满了全身心，好比轮王摩尼宝的光明遍满整个空间那样。

轻安、定、舍三支是无烦恼支，其中轻安是无烦恼住处支，定是无烦恼所依支，舍是无烦恼本体支。具体来说，由于身心轻安的快乐得了堪能性，就成了无染心的住处，好比玉女宝给予接触的快乐那样，这时做什么都很堪能，这就是一种无染心的住处，这种快乐使得不会再起什么烦恼了。处在定当中，使得烦恼不生，心住一境，所以它是无烦恼的所依支。而且，由此所想的一切事都得以圆满，这就好像典藏臣宝，能随欲出生想要的财物那样。舍就是无烦恼的本体支，也就是远离贪嗔等的体性状况当中，自己想什么时候安住圣者住处，就能那样安住，所以就像将军宝能随意指挥军队，让它行进、安住、后退那样。

像这样，已达到了见道成为圣者的时候，他就成了转轮王那样，拥有了像轮王国政七宝那样的七觉支的圆满。

### （三）修习

每一支都有四方面，即苦寂灭、集离贪、灭安住、道转变，实际上，就是由了悟而安住四谛法性的途径，辗转增上地修习。

这里说明了，修习七觉支就是了悟了四谛法行，住在上面不离开，以这个途径就在辗转增上地修习妙道。这上面就有四谛上相应的内涵，也就是处在这样的真谛法性当中，就是住于灭，这时他就会离贪、会灭苦，而且这样不断修进的

时候，他会不断地进步，这就是在道上不断地前进、不断地转化。

#### （四）果

断除见所断。

以上七觉支是见道圣者心中的正法。此时开始出现真正的能断，见道以前只是随顺品，也就是成为获得见道之前的积集资粮和加功用行。

#### 七、八圣道支

即正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念、正定八种圣道。

##### （一）所缘

所缘是真实品四谛。自从见道亲见了真谛后，到了修道位，都是以真实品圣谛为所缘。

##### （二）本体

本体是八支本身。

具体而言，见是决断支，也就是按照法性真谛如何而如实决断的支分。

正思惟是令解支。按照自己所了悟的开示给别人，心中起分别要发起这样的语言，以此能让对方解了。

正语、正业、正命三支是令他起信支。分别来说，以清净语为别人开示法，由此让人们深信这位圣者的见是清净

的。正业方面，已经做到舍离一切杀生等恶行，这样就使别人对这位一切业清净者发生信任，深信他是持戒清净者。再者，已远离一切邪命而获得正命，使人信任这是清净正命者，也就是他的生活很清净。

正精进、正念、正定是净障支。正精进净化烦恼障，正念净化随烦恼障，正定净化获得自在等殊胜功德的障碍。

八圣道还可以归纳在三学中，正见、正思惟是慧学，正语、正业、正命是戒学，正念、正定、正精进是定学。

### （三）修习

如同七觉支里所说的那样。所谓的修没有别的内涵，就是了悟了万法的真谛，之后让它现起，时时觉照不离，像这样使得道逐渐地增进。

### （四）果

起决断等作用。意思是，就像前面所讲的那样，正见发生决断的作用，正思惟起使众生解了法义的作用，正语、正业、正命使众生生起信心，正精进、正念、正定断除自身的障碍，就像这样，能出现圆满的自他二利。

以上八圣道支是修道圣者心中的正法，总的是从不共的方面来说的，实际上到后后位时，前前位心中的正法都以增上的方式具有。

以上介绍了三十七菩提分法，这样经过三十七菩提分的

修行，最终达到无学地，圆满佛果，这时现前无住大涅槃灭谛的内涵。佛陀心中的正法，就是前面佛宝所说的一切内容。

三十七菩提分就像大道，是一切三乘圣者共通所行之处，只不过它们在所缘、作意、证得等方面有所差别。就大小乘的差别来说，比如大乘菩萨的所缘非常广大，超过小乘；作意方面，在胜义上远离二边，依无分别智入法性定，这样不同于小乘只是按分别来作意无常、苦、空、无我等行相；证得方面，大乘证得无住大涅槃佛果，远胜小乘。

### 思考题

- 1.法宝的体是什么？
- 2.解释五道、三十七菩提分的具体内涵。