修悲心有四项，自利方面发起愿、欲、誓三心，他利方面要祈求上师三宝加被自己完成救度众生的事业。也就是在自利修悲心方面，最后已经发起了立誓承担的心：由我来拔济一切母有情的苦果苦因，为此向具有救拔能力的上师三宝祈求。

在祈求的时候，要观想自己和一切母有情在一起，代母有情向上师三宝祈求，边念边缘想：

**上师佛乃众生怙，**

**精勤于救众生义，**

**大力能除众怖者，**

**我等今起恒皈依。**

（出自《入行论》第二品）

首先作皈依。想到皈依境上师如来是一切众生的依怙主，恒时精勤于救拔众生的事业，而且具有能够除遣一切生死怖畏的大力量，为此，我以及所有沉溺在生死中的母有情，从现在起一心皈依上师佛。

**呜呼大悲三宝尊，**

**如来您具救护力，**

**今祈加持我等众，**

**顿脱六道生死苦。**

（出自《宁玛宁体法行仪轨》）

“呜呼”是一种悲求，这也是想到自己和一切的母有情正处在极其危难的地步，无力自拔，所以一心祈求具有大悲的三宝尊：如来您具有无上的救护力量，现在祈求加持我和一切母有情，不隔第二刹那，顿时就能解脱六道生死的苦难。

**勇士您具大悲力，**

**宿生余业已猛起，**

**切莫空舍勿懈怠，**

**大悲佛心今当照，**

**拔我等出生死泥，**

**速引三身胜果位。**

（出自《寂静忿怒之界忏言自解脱》）

接着进一步祈求：在拔苦上具有勇猛力量的如来，您具有大悲的力量，我以及母有情由于宿生余留的业力已经猛利地现起，如果再不救度，我们就要堕落，所以，一切具大悲的如来，切莫在此时空过舍置我们，也不要懈怠，而应当当即就以大悲看着我和一切诸母有情，把我们从生死泥潭中拔济出来，迅速引到三身的殊胜果位。

这时有一种急切求救的心，不忍心母有情长期陷溺在生死苦海里，所以悲求具有一切种智的如来，您具有无碍救度的悲力，现在就要观照我们处在生死泥潭中的苦状，以大悲力把母有情都拔济出来，迅速引到本具三身殊胜的佛果位。这就是一心为一切母亲祈求三宝当下证知，上师佛顿时加被，以此来完成救度众生的心愿。因此我们修悲心的时候，不仅仅是发起了自身荷担拔济一切有情的誓愿，而且，想到上师佛具有无上的救度力量，因此特别急切地一时间要救度一切母有情。要这样来修悲心。

**以上是第一分以悲心缘有情。**

这以上就是第一分以悲心缘有情。

接着要修智这一分，发展出智的德相来。前面由悲发展出了心力，立誓由我来做，而智是最甚深、完备的考虑，它以简择为性，一起用就会为有情考虑。那么，母亲离开了苦因苦果后，我要把他安置在什么地位呢？这就要用智慧抉择：这个圆满吗，有过患吗？那个圆满吗，有过患吗？最后断定：我要把一切母亲放在一个最圆满、无以复加的地位。

这样以智慧决断以后，悲的走向就正确无误了；如果没有智，单有个悲，他心里还是不定，还是模糊，有时还会犯错误，所以一定要智悲双运。菩提心在世俗上有两分德相，缺一不可。悲是善心的力量，智是抉择的力量。光有善心没有抉择力，往往会以慈悲出祸患等。比如一位母亲，有悲但没有智，结果在帮助孩子的过程中会犯错误，会把他安置在不好的地方。而父亲深谋远虑，非常理智，他能看到怎么培养对孩子最好。让他经商吗？这不好没什么大义。让他博取世间名利吗？这也没什么大义。他会这样一层层考虑的。

就像这样，智慧会一路一路地在缘起上观察，是让他现世得福乐吗？这不究竟。让他来世得福乐吗？那还是衰损，一直在苦里转。这就没救到我的母亲，没有把他安置在安乐之地。是不是让他得小乘阿罗汉果，寂灭轮回苦因苦果的地位？这也不行。虽然脱离了生死海，但没有完全显发他的佛性，达到圆满究竟的地步。这样的话，我作为人子还没有尽到孝心，没有达成把母亲安置在无上之地的义务。一旦以智慧抉择认定以后，它的德相就出来了，以后每一次祈愿都会完全断定。

智、悲两分德相一启发出来，他的菩提心愿就决定完成。这时由于决断的力量和完整彻底的心力发出来了，又是这样明了地断定，所以他就能坚固地执持，甚至尽未来际都不会改变。这样的话，第一个发心殊胜就有了保障，它是从内在真正修出来的，而不只是外面简单地模仿。

以下就要发展“智缘菩提”这一分德相，我们看看龙多上师是怎么做指示的：

**思维现在脱离苦因、苦果二者后，需要安置在何位，要作抉择。善趣者，老母曾经许多次得过梵天、帝释天等的果位，然未超越苦及无常故，是三有轮回之边。因此，不必要安置在其上。寂灭声缘果位者，虽从轮回的一切苦中远离，就像治愈痘疮（天花）的人一般不复退转，然而，佛子菩萨地和出有坏佛果的功德什么也没有故，如果安置在其上，是寂灭涅槃之边，因此，也不必要安置在其上。这样就思维：只安置于不住二边之圆满正等觉佛的果位。**

自己心里首先要做一个考虑，静下心来：这是对我有深恩厚德的母亲，我当然应当给他最好的关怀、抉择。我的母亲现在脱离了苦因苦果后，要把他安置在哪里呢？

我应当很周全地考虑。善趣嘛，母亲累世以来很多次得到过梵天、帝释天等的果位，但并没有超越苦和无常的缘故，是三有轮回的边。也就是说，轮回里虽然转到了上层境界，但是一想，它的根没有断过，一直是无我而执著我，苦的根就断不了。宿世的引业一旦穷尽依然落空，还会由我执的力量不断地起惑造业，又造出新的苦因来，所以并没有超越苦。只有消除了苦因才超越了苦。

其次，三有人天等的果，是不是常保无虞的呢？不是的，这也只是因缘力暂时一现的假相，等到因缘一消散，没了维持的力量，重新会翻堕下来，所以天界没有超出坏苦和行苦。粗分来说，一期的福业耗尽就显现出衰亡的苦了。当初天界的欲乐全都会退失掉，比如欲界天最后五衰相现，变得惨不忍睹。一方面有衰败的苦，一方面有下堕的苦，加起来超过地狱的苦，是这么可怜。等到福业一消尽，那时像梦醒一样，重新落到极惨重的苦海里，所以天界不久长，最终一场空。

如果生在色界、无色界天，也是一直在迁流当中，定力一丧失，还是翻落到下界里。所以这些并不是常恒不变的果位。

这样考虑后想：如果我把老母安置在三有的安乐当中，这就没有超越苦和无常，而是住在三有轮回的边。也就是他还是在三有边上，没有脱开过轮回，所以不能安置在这里。

接着要思维：是不是把诸母有情安置在寂灭声缘果位呢？相比安置于人天位而言这更殊胜，已经从轮回一切苦里面脱离了，就像痘疮治愈的人那样，不再退回去，这就得到了永久的安乐。前面安置在人天位并不究竟，只是比过去好一些。他的状况就好比受着连续不断的毒疮的苦，里面含有各种毒细胞，而给予人天安乐，就好比采取很多维护措施，使毒疮不至于发作得太厉害。譬如不断地用冷水敷会舒服一些，保持相对的平静，但这根本没解决问题。等到冷触一离开，一遇到热马上又会发出剧烈的苦，因为里面苦因完全存在，没解除苦因就会不断地遇缘发作，这就导致苦没有解决。所以人天位只不过暂时缓解苦受，出现乐的假相。因此，我不能把老母有情安置在三有轮回边，因为还是处在轮转相续的苦的状态，即使暂时没发作。这时苦因一直潜伏，是苦的自性，而且终将遇缘出现坏苦、苦苦。所以说到，轮回的果位没有超越苦。而且是无常的，因缘和合时似乎出现一点乐受，但转眼间就消失，重新跌入苦中。像这样根本不是永久至乐，没有到达止息一切苦的寂静之地。这样考虑以后，我不能把老母有情安置在人天果的圣位里，还是住在三有轮回边的缘故。

那么，是不是要把他安置在寂灭声缘果位呢？这比前面好，以让母有情生起空慧的缘故，能够断除苦的根源——人我执。以断苦因的缘故就不再发生苦，如同疮内毒细胞般的烦恼种子，以证得空慧的缘故都会消灭掉。这就出现了一灭永灭，永不再生的真实寂静果位，这是真实的安乐，一旦达成就不再退转。这就超越了分段生死的行苦性或者三有的苦轮，到达了毕竟决定胜的地步，永不退还，这样看起来是真实的乐。但是，仅仅把母有情安置在寂灭声缘果位，也不算尽了报恩心。因为这还不是无上果位，这样的心还不彻底，不能称为广大的意乐。

因此要进一步考虑：虽然寂灭了轮回的一切苦，但由于他住在涅槃空的一边上，有住著的缘故，或者一直处在沉空执寂地位的时候，没有出现大乘道果的如海功德。就福德分而言，小乘声缘果只得如牛脚印里的水量那么大的福德，而大乘菩萨的福德犹如大海般广大。就智慧分而言，小乘证得的空仅仅像芥子里的空量那样，而大乘菩萨证得的二无我空就好像太虚空一样。就福慧两分所摄的功德比较而言，小乘证果的功德是微小的。这样的话，难道只应当把诸母有情安置在声缘果位就算数吗？当然不算。这时候要想到，就功德财富而言，声缘果较菩萨和佛果而言仍然非常贫乏。他没有到达佛性开显乃至彻底开显的大乘自受用大乐之地，因此我没有尽到人子的职责。如果我只是把诸母有情安置在声缘果位，那就让他住在寂灭的涅槃边了。住在小乘空境当中不能起大用，不能显发无量功德，这是不够的，所以我也不能仅仅把母有情安置在声缘果位。

这样很周到地分析抉择以后，自己心里思维：我要把遍虚空界的诸母有情，唯一安立在不住三有和寂灭两边的圆满正等觉佛的果位。这就是透过智慧，能够抉择为母有情求果的量在什么上面。这以后就知道，我不仅要拔济一切诸母有情身上一切从粗至细的苦，而且要把她安置在不住轮涅二边的圆满正等觉佛位，这两分合起来就是真正利他的广大意乐。

**在此等后一分上，将出生上、中、下三品心力。也就是心想“我变成什么就变成什么，先要成办一切有情的义利”是为上品心力；心想“我不走在前、众生不放在后，成办自他同时成佛”是为中品心力；心想“就像断臂母之子被水冲走一般，现在我无能力故，真有能力者是导师佛出有坏，所以我先要成办佛陀果位”即是下品心力。**

其次要看到，后一分要把有情都安置在佛果的思维或者分别里面，会出现上、中、下三品心力。既然我要把有情安立在佛果上，我也要成佛，那么我和有情之间谁先成佛呢？这在自己发心的力度上会有所差别。

如果根本不考虑自己，先要成办有情的利益，这就属于上品心力。他的利他心发到根本不存在为我着想的程度。也就是自己考虑：我现在已经决定，要把一切诸母有情全部安立在佛果上，而我也要成佛，那么谁成佛的事更重要呢？就想到：因为他是我的母亲，所以同样要取果的时候，应当先让母亲得果，不考虑自己，这就叫做上品心力，能够完全放下自己。就像一个孝子，母亲要得这个利益，自己也要得这个利益，在面对谁先谁后的问题时，他会非常干脆：先让母亲得，我变成什么就变成什么，根本不考虑了。如果时时提着一个我，我要在前面，最少也要同时，这样有过分顾虑自己，心力就受到了障碍。只有根本不考虑自己，全不顾己，一专为母，才叫做上品心力。

上品心力就如同大孝子的心，根本不考虑自己。譬如在住宅的问题上，到底母亲住好的还是我住好的？我也想住好的，母亲也想住好的。他就会想：我住什么都没所谓，一定要把好的住宅让给母亲。或者在成办任何一种乐的时候，我也想得，母亲也想得，那么谁在先谁在后呢？我就根本不考虑自己，一心为母亲考虑，让她首先得到。这时由于没有为我的心，心力就能够全分地发出来，这就叫做上品心力。或者看到母亲受苦的时候，是不是还要考虑我的一分，还要保留一点呢？是不是我还要成办一点利益，再去成办他的呢？这说明心还有所保留。现在根本不考虑自己，反正要成办母亲的事，我就不管自己了，哪怕落到最后我也不管。

由于没有为己的心，一心为母亲着想，所以他的心力发得最大，也因此他会更快速地开发自心，有所保留就受约束了。这也是《普贤行愿》讲恒顺众生时所说的那样，把自己放到最低，把一切有情看成父母、师长，乃至阿罗汉、如来，一心作利益，他是以有情为重，不是以自己为重。是否是上品心力，就从考虑自己程度多少来决定。如果全然不顾己，他的心力就能全部发出来。就像我们帮一个人，如果有所保留，那么发出的力量也只是一分，或者还是很勉强。当你不再考虑自己，力量就能全部发出来了。就像母亲照顾孩子的时候毫不考虑自己，不会想跟孩子争。面对利益时能够发出百分之百的心，放下自己，全部利益孩子。如果能像这样不管自己，先成办有情的利益，就叫做上品心力。

其次是想：我不走在前面，也不把众生放在后面，我要跟众生同时到达佛地，这叫中品心力。比如在一般人身上可以看到，有一种人把东西全部给别人，不考虑自己，这是上品的利他心。有一种人既考虑到自己，又照顾到他人，一起往前走，同时到达。自己不想占先，也不想让别人落后，大家一起到达。这叫中品心力。

最后一种对自己更有一些顾虑。他想：就像孩子被水冲走时，断臂母亲的想：我的手臂断了，救不了孩子，同样，我没有能力，真正有能力的是导师佛出有坏，到了佛薄伽梵的地位，才有真实救度众生的能力，所以我先要成办佛的果位。这是下品心力。

**尔后，以证德解脱自相续，以悲心救度其他一切有情，演说解脱之道，及成办众生之利广大等同虚空量，相续长乃至轮回未空之间，如同十方三世的诸佛菩萨、前辈持明者如何修行般，我亦如是修行。此即后一分——以智慧缘正等菩提。此智慧是成办他利之智慧。**

像这样发了安立有情于佛位的心以后，就要进一步考虑：这以后我就开始真正行大乘的道，要把握住证和悲两分。证是自身证得一切戒定慧的功德，从而解脱自相续；悲是自己有能力时，救度其他一切有情。如何救度呢？就是要给他演说证得法性、寂灭一切虚妄分别的解脱之道。如是发起普贤行愿。就空间而言，在尽法界量无量无数的世界里，成办无数有情现前和究竟的利益，所作的事业量像虚空界那般广大无尽。就时间而言，相续长到轮回空尽为止。也就是乃至虚空界尽、众生界尽，我愿无尽等等。

应当如是考虑：我已经立了誓愿，要把一切诸母有情安置在佛位，往后应当怎样长期相续不断地修行？这就有证和悲两分的考虑，以及成办有情利益上周遍、无尽等的考虑。接着在修行时，完全随学十方三世一切诸佛菩萨和前辈持明者，追踪他们的脚印，这就是普贤愿里的恒顺众生和常学诸佛愿。这就是以智慧缘正等菩提的德相，也就是一种特殊的分别。这个分别完全是在考虑怎么成办利他，把有情安置在果位。

前面悲一分的考虑，是我怎样把一切诸母有情身上的苦全部拔除掉。有了悲，念念就会感觉母有情非常可怜，一心要拔济母亲的苦。而且已经立誓由我来拔济。而智的一分是想到，拔济以后把他安置在什么果位，也相当于与慈和合的一分。以智慧抉择以后，需要给她什么样的究竟乐。这里发展出的德相是，一心要把有情安置在佛位。这两分和合起来就出现了具相的菩提心。这个一出现就形成了心中的誓愿，每一次修证时都不会忘记，一切处都会提起这个等起，不然就违背本愿了。

这是经过广大深细的抉择以后做出的判定。在智慧认识了大义以后，在心中建立了誓愿，以后每一次作任何法行前，都要有意识地提起这个大愿来。它一起来，就驱使着心投入到实现大乘宏愿的路径上。一开始就要起动这个心，把自心唯一纳入这个轨道里，不跑到别的地方去，因为已经认识到它是无上大义的道路。这样，我们在取得定解后，修第一个发心殊胜就会开始真正相应了。

**如是先对自己今世之母发起，其次是父，其次是同胞兄弟姊妹，其次亲爱朋友，其次父系亲属，其次母系亲属，其次当地的所有人，其次逐渐扩大，到接近下座时，观修遍虚空界的一切有情。如果没有次第观修，则会导致作知识的习性发展得无量无边，因此次第观修极为重要。**

这是强调我们在修的时候应当次第进行，原则就是以上所说的。具体是自己心上不断地操练，通过一次次地如理修心，而发起相应具德相的心。为了把自心真正锤炼成，一起来就能够缘广大无际的众生界，发起最大的心力要把他们全部安置在佛果的特殊心念，我们需要逐步地修习，集成这样广大的量。

首先要对今世的母亲开始发起：我发誓做拔济母亲苦难的事，而且我要把她安置在无上的佛果。也就是对这一世的母亲，按照前面这样不断地考虑：她是我的母亲，对我有怎样的世间恩、佛法恩。我应当要报恩。报恩时就要看到母亲是如何具苦乏乐，我应当怎么来做。之后通过愿欲誓三关联的修心，而且祈祷上师三宝，一定要起一种拔济她身上一切苦难的心。起了以后，我要考虑除了苦以后把她安置在哪里。这要透过对于三有边和涅槃边的审视，看到一者根本没有超出苦轮，另一者虽然出了轮回苦，但并未到达圆满，最后考虑一定要把这位母亲安置在不住二边的圆满正等觉佛果。考虑后想，我以后一定要这样做，先要取得内证，然后以悲心的力用来救度她，给她演说解脱之道。尽未来际为她成办利益。诸如此类，我们对着一位母亲修出这样具智悲两分德相的善心。

其次对父亲也是这样修，如法炮制。再接着对于我的同胞兄弟姊妹也这样修，接着对于特别好的朋友这样修。然后是父系的亲属，接着是母系的亲属。这样心在逐渐地扩大。由于已经纯熟，缘什么都能很快这样起心。等到一个个起好了以后，再对于当地所有人都这样修。修了以后你对他们的意乐根本不一样，你会有一个心怀当地所有人的愿，跟以前只求一己私利完全不同，这就从狭小的自私心态里走出来了。接着我们要逐渐扩大，发展到对一个城市的人、一个省的人、一个国家的人、整个地球上的人，乃至三千大千世界的众生，以至无数佛国土中的众生，最终扩展到尽虚空界里的所有众生。

最后下座之前，应当做一个总结修。也就是观修：遍虚空界里的所有有情都是我的母亲，都有很大恩德，我都要报恩，由我来承担，我立誓拔济他们身上一切苦因苦果。而且我以智慧为他们考虑，一定把他们安置在不住三有涅槃两边无上的正等觉佛果。这样发誓以后，就出了具两分德相的广大菩提心的意乐。

这样的心在内在凝结坚固时就不会转掉，以后它就有力量摄持我们，在每一次闻法修法等前都出这样的等起。这样它就摄着我们的心不断地趣入到大乘佛道里，任修什么法都成了大乘法，做任何善根都成了成佛的资粮，这才是真正的大乘道。

如果没有这样依次第观修，上面一通道理不必要多长时间就完全能够重复，说起来头头是道，每一点都可以讲述，考试也可以得一百分。但这一类没有修心的知识化的东西，会使我们偏离德行。他不管修心，只要第六意识和种种记忆分析功能比较强大的话，很快就能重复，很容易就成为专家、教授。外面可以讲得冠冕堂皇，而内心连下士的意乐都没有，仍然是一个非常贪婪、追逐世俗名利的恶劣相续。如果任由这种习气繁衍，就会发展到无量无边。

这是当代人一个最严重的问题。这是个知识化的时代，人们每天都接受非常多的信息，在这个时代里要生存、竞争，必须快速接受知识，很快记忆、重复、组织、编辑等等，所以他学知识是非常快的。而每一次只是停留在我知道、我理解、我能重复、我表达流畅、我能讲演等的程度。这样的话，你每次都会重复进行，导致你做知识的习气发展到无量无边，而内心的德相丝毫没有。

不仅如此，还会产生非常多的负面结果。没有知识的时候感觉自己低，有知识的时候感觉自己不错，知识做得更高、更细，口头表达能力、记忆能力、表述能力、分析能力更强大的时候，慢心也就随之水涨船高。而且是一种知行分离的路线，知跑得越来越远，行却丝毫不发展，这就成了畸形人。最后谈起来头头是道，做起来一无是处。这是在修道上最容易出现偏差的地方，因此次第观修特别重要。