

嘱托



慈诚罗珠堪布

著



中国社会科学出版社

嘱托



慈诚罗珠堪布

著

中国社会科学出版社

图书在版编目(CIP)数据

嘱托 / 慈诚罗珠堪布著. —北京: 中国社会科学出版社,

2016. 5

ISBN 978 - 7 - 5161 - 8159 - 1

I. ①嘱… II. ①慈… III. ①佛教 - 研究 IV. ①B948

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 094857 号

出 版 人 赵剑英
责任编辑 任 明
责任校对 邓雨婷
责任印制 何 艳

出 版 **中国社会科学出版社**
社 址 北京鼓楼西大街甲 158 号
邮 编 100720
网 址 <http://www.csspw.cn>
发 行 部 010 - 84083685
门 市 部 010 - 84029450
经 销 新华书店及其他书店

印刷装订 北京市兴怀印刷厂
版 次 2016 年 5 月第 1 版
印 次 2016 年 5 月第 1 次印刷

开 本 710 × 1000 1/16
印 张 12.75
插 页 2
字 数 112 千字
定 价 38.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书, 如有质量问题请与本社营销中心联系调换
电话: 010 - 84083683
版权所有 侵权必究

目录

上 篇 不可不知的四法印

第一章 四法印的见解与修法（一） /3

一 宣讲四法印的必要/3

二 四法印的见解/8

第二章 四法印的见解与修法（二） /19

有漏皆苦/19

第三章 四法印的见解与修法（三） /34

诸法无我/34

第四章 四法印的见解与修法（四） /54

诸法无我（下） /54

涅槃寂静/78

第五章 四法印的修法与见解（五） /80

空性的修法/87

第六章 四法印的见解与修法（六） /103

第七章 四法印的见解与修法（七） /126

诸行无常的修法/128

有漏皆苦的修法/135

无我的修法/138

下 篇 四依法

总述/145

- 一 四依法的内容/145
- 二 四依法的顺序/145
- 三 四依法与闻思修的关系/146

第一章 依法不依人/148

第二章 依义不依语/160

- 一 何为依义不依语/160
- 二 依义不依语的分别/160
- 三 为何要依义不依语/164
- 四 密宗特殊的依义不依语/166
- 五 何时抵达依义不依语的真实境界/167

第三章 依了义经，不依不了义经/170

- 一 界定了义与不了义的标准/170
- 二 宣说不了义法的因由/174
- 三 世俗与胜义的终极答案/178
- 四 依了义不依不了义经的结果/179

第四章 依智不依识/183

- 一 何谓识与智/183
- 二 识和智的区分方式/184
- 三 区分“识”与“智”的要点/185
- 四 误区——认“识”为“智”/190

- 五 依智不依识的意义/191
- 六 依智不依识的具体修行次第/192
- 七 为什么要依智不依识/194
- 八 结尾/195

上 篇

不可不知的四法印

第一章 四法印的见解与修法（一）

一 宣讲四法印的必要

三法印与四法印其实是一回事，因为四法印中的最后一个法印，是修持前三个法印的结果，真正的修法，已经包含在前面的三法印当中。前三个法印是因，第四个法印是果，修好前面的三法印，就能到达第四个法印的境界。

任何一种修法都是一样，在修法之前，必须首先了解该修法的见解，在对见解心知肚明以后，才能正式开始修持该法。如果没有正知正见的引导，修法就会成为盲目的修法；当然，倘若仅仅具备正知正见，却缺乏进一步的修持，修法也就起不到作用。所以，正知正见与修法是相辅相成、缺一不可的。只有二者的有机结合，才能够断除烦恼，获得解脱。因此，在讲解三法印的修法之前，我们也必须知道三法印的见解。

那么，三法印的概念究竟从何而来呢？据佛经记载：在释迦牟尼佛即将示现圆寂的时候，有弟子曾询问释迦牟尼佛：佛陀圆寂以后，如果有外道或者其他人前来讲法，并宣称其所讲内容就是佛法，我们应当怎样去区分其真假正伪呢？佛陀回答说：在我圆寂之后，无论任何一种法门，或者任何一个人所说的内容，如果能具备以下三个条件，亦即三个法印，就是正法；如果不但不具备三个法印，而且与三个法印背道而驰，就不是真正的佛法。由此可见，三法印是辨别正法与非法佛教与伪佛教的界限。要认定什么是佛法，就需要以这三个法印来印证或者辨认。

什么叫作法印呢？所谓“法”，是佛法的“法”；所谓“印”，是手印、印章的“印”，亦即不变的意思。也就是说，三法印是佛教永不改变的正知正见，所以称之为“法印”。当然，这只是从显宗的角度而言的；另外一个意思是，所谓“印”，就好比国王的印章，一旦盖在国王发布的文件或圣旨上面，便具有一种特殊的能力——可以证明这就是国王的吩咐、命令，任何人都不可违抗、更改。同样，如果具备三法印，就是佛法；一旦违背了三法印，就不是佛法。

究竟有哪四个法印呢？

第一个，是诸行无常；第二个，是有漏皆苦；第三个，是诸法无我；第四个，是涅槃寂静。

我们为什么要修持这四个或者三个法印呢？因为，众生流转轮回的主要因素有三种：第一是与无常相违的常执；第二是与痛苦相反的乐执；第三是与无我相抵触的我执。有了这三种执，就会造作善恶之业。造了善业，就流转于人天等善趣；造了恶业，就投生于地狱等恶趣，始终无法超越轮回而获得解脱。

脱离轮回获取解脱的原因，并不在于外面，而是来自我们自身。所谓自身，并非指自己的身体，而是指思想或者精神。通过推翻三种执着，才能解决精神的束缚；如果不断除或者毁坏这三种执，就永世不得解脱。

如何推翻这些执呢？烧香、拜佛、磕头能不能达到目的呢？不能！神通、神变等能否将其推翻呢？也不能！唯一能推翻三种执的法，就是智慧。为什么唯有智慧才能将其推翻呢？因为这三种执，归根结底都是无明、无知、愚蠢的表现。就像要驱散黑暗，只有用与黑暗相反的光明来完成一样，针对愚蠢无知，其他的方法或者手段也不会有用，只能采用与其相反的智慧来遣除。此处所说的智慧，是精通无常、痛苦以及无我的智慧。换言之，虽然无常、痛苦等的修法看似简单，却是我们解脱的必经之路，所以一定要修。依靠这三种智慧，就能推翻轮回的三种根源，这样就没有理由不解脱。

三法印不但是释迦牟尼佛的观点，也是十方三世诸佛共同的观点。任何一位佛陀出世转法轮，都会讲到三

法印。也可以说，十方三世诸佛所讲的法，都离不开三法印；无论诸佛前前后后从任何一个侧面所宣讲的一切法，其根本的精华，就是三法印。甚至包括密宗，虽然在密宗的不共见解中，会讲到空性和光明，但同时密宗肯定也会讲到无常、痛苦等。

综上所述，无论显宗密宗，都不能背离三法印，三法印是一切佛法的精髓。这就是今天宣讲三法印的原因。

至于其他的大圆满、大手印等修法，目前讲了也没有用，因为要越过出离心、菩提心等基础修法，去修上一层次的修法，终将一无所获，所以没有必要在这里讲。如果你们想在字面上、理论上去了解这些修法，可以通过其他途径去听闻或者看书。我讲解的目的，是为了让你们切实地去修行，能够有收效、有进步，所以不会讲那些暂时对你们没用，或者使你们收获甚微的法。

人身是很难得的，既然获得了人身，我们就应当珍惜这次机会。虽然修行难度很大，但也要迎难而上，因为只有通过修行，才是摆脱轮回的唯一机会。

有人会认为，我们还会在轮回当中经历很多次生生死死，又怎么能说是唯一的机会呢？

当然，虽然连大街上的标语中都会说：“生命仅一次！”而实际情况却并非如此。作为业障深重的众生，我们还会在轮回中得到无数次的生命，但如果不修行，在这次生命结束之后就只会堕落。大家都知道，一旦往下

堕落，即使是三恶趣中最好的旁生道，其间的众生也仅不能修行，甚至连佛的圣号、佛的经咒也一无所知。再往下的饿鬼与地狱众生，就更没有修行的机会了。因此，我们即使再忙碌、再艰难，也要抓紧时间，不能忽视修行，一旦错过了这次大好时机，再想重新获得人身，就几乎不可能了。

具体的基础修法，在以前的开示与下面的内容中已经讲得十分完整，大家可以按照次第进行修持。如果认真真地修了，却没有太大的收效，这不能埋怨大家；但如果根本没有修，就太令人惋惜了。

下面转入正题，开始讲四法印的修法。

不管任何修法，都包括见解和修法两部分，二者是不能分开的。其中见解就像我们走路时的眼睛，而修法则像迈步。只有眼睛先看清道路以后，才可以往前迈步；但如果只是看路，却不往前走，就永远也达不到目的地。同样，在修法之前，也应当精通该修法的理论，但理论只是书面上的知识，除了真正的开悟以外，只要是通过人的语言或者思维所获得的知识——无论听法，还是自己看书、思维，都属于理论知识的范围。如果不将用于修行，对断除我们的烦恼不会有太大的帮助，所以，修行是不可缺少的。在树立起正知正见之后，就要开始修行。听经闻法、学佛修行的结果，就是断除烦恼，获得解脱，不但自己获得解脱，而且还要帮助他众获得解脱。

见解和修法二者是不可偏废的，我们这次先讲四法印的见解，然后再讲具体的修法。

二 四法印的见解

（一）诸行无常

什么是“行”呢？佛教认为，无论是物质、精神还是物质与精神的运动过程，所有因缘而生、有因有果的法，就称为有为法，也叫作“行”。“诸行无常”的意思就是，所有物质与精神的世界，所有依靠因缘而起的法，都是无常的。

无常可分为外无常与内无常。所谓“内”与“外”的概念是：有生命的众生，就是“内”，即有情世间；没有生命的山河大地，就是“外”，即器世间。其中每一种无常，又可分为相续的无常与刹那的无常。

1. 外无常

相续的无常：是指宏观的无常，亦即从宏观角度能够观察到的无常。比如：《俱舍论》中所提到的三千大千世界的成、住、坏、空四个阶段；世间人所能看到的一年中的四季迁变，每个月中月亮的上弦下弦、盈亏增减，每天二十四小时的白天黑夜、日起日落等，都属于相续的无常。虽然这些道理很容易理解，也不会有人否认这些无常的存在，但由于没有观修这些无常，因而在很多

人的心中都存在着两种常执：先天的俱生常执与后天的遍计常执。

其中前者，是包括畜生在内的每一个众生都有的常执。例如，在一栋楼房建好之后，直至这栋楼房毁灭之前，我们会认为这栋楼是常住不灭、无有变化的。即使有一些变化，也只是外表的变化，而不会发生本质的改变。诸如此类没有经过教证理证加工的执，就是先天的常执。

要消灭先天的常执，就需要修相续的无常。因为很多不好的念头、烦恼以及造业的根源等，都来源于相续的常执。比如，当我们认为一辆汽车在到手之后，直至其报废之前，都是常住不灭、始终有用的，就会对汽车生起贪心，继而不择手段地通过各种渠道，甚至不惜采取偷盗、抢劫乃至欺骗的手段，来达到拥有汽车的目的，这样就造作了杀生、妄语等恶业。烦恼、造业等所有一系列问题的源泉，就是对汽车的执；而执汽车的原因，就是常执。如果不能消除常执，就不能解决以上的诸多问题。

但是，就像一个生病的人，即使床头摆放着医学的书籍，他也知道用某一个方剂，吃什么药，或者采取针灸理疗等某种方法，就能医治自己的疾病，但他却拒不接受治疗，这些治疗手段也不会生效一样，虽然我们每个人都知道相续的无常，但仅仅知道并没有用，如果没

有实际的修行，这些常执仍然会始终保存得完好无缺。

日常生活中对我们影响最大的，就是相续的常执，它极其粗大，能让我们毫无理智地产生各类烦恼、造作种种恶业。

刹那的无常：相续无常的基础，即是刹那无常。刹那无常的含义是指，每一个有为法在诞生的那一刹那，立即就会消失，有为法的生灭是位于同时的。

虽然从宏观的角度而言，物质在诞生以后，还会留驻一段时间，然后才毁灭，生灭不可能同时，但如果从微观世界的层面进行深入细致的思维，就会发现生灭只会是同时的。

我们可以想象，假设把时间分到小得不能再分的层次，在这个短暂的时段中，还有可能再分出生的阶段与灭的阶段吗？不可能。因为，倘若可以划分为两个阶段，那么这个刹那就可以再分，而不是不可分。在这个不能细分的无分刹那中，如果只存在生而没有灭，就成了无穷无尽地生，常住的永恒不灭；如果此时只有灭，那这个灭又是什么东西毁灭呢？是物质、精神，还是物质与精神之外的某个东西呢？我们都知道，除了物质和精神之外，并不存在什么其他可以超离于物质与精神的法。在这个不可分的刹那当中，生灭只可能是位于同时。世间的一切万物，都是在产生的同时就当即毁灭，其生灭是同时存在的，这就是刹那的无常。

通过刹那无常，可以让我们明白什么道理呢？

比如说，当我们看着这堵墙壁时，以前会认为它就是一动不动、绝对静止的东西；如今则可以领会到，这堵墙壁每时每刻都在生灭。下一刹那的墙壁，早已不是前一刹那的墙壁了。

早在两千多年前，释迦牟尼佛就将上述道理告诉了我们，现代物理迄今也承认，在千分之一秒或者万分之一秒的时间内，极其微小的粒子都在不停地生灭。释迦牟尼佛所讲的，比现代物理的研究结果还要深入、还要细致，因为无分刹那的概念，是远比千分之一秒或者万分之一秒更小的时间单位，是我们的思维几乎无法捉摸的一个概念。在这样的短暂时分，生灭都细微到了无从认知的地步。

我们一般认为，所有的物质都有生、住、灭三个阶段，但在这个特定的微观世界当中，就根本无法感觉到生与灭，根本不存在什么生或者灭。生就是灭，灭就是生。

这些与我们惯有的常识相反的观念说明，所谓的生、住、灭，完全是一种错误的概念。佛教中称之为“刹那的生灭”，如果用现代科学的名词来表述，就是“微观世界中的运动”。

虽然我们的肉眼无法触及这些概念，但依靠我们的意识去体会、观修到一定程度的时候，我们的意识就会