《前行》第002课-答疑全集

**目录**

1. [**名颂解释**](#_名颂解释)
2. [**日修闭关要诀**](#_日修闭关要诀)
3. [**其余疑问**](#_其余疑问)

## 名颂解释

问：“凡与如来芽尊者直接或间接结上善缘的众生……他针对众生不同的根基、意乐、界性，能施以不同的调化……”其中，界性是什么含义？

**答：界，有的时候有基础、种子、因、根基的意思，界性，某种角度可以理解为种性、根基。**（正见C1）

问：前行第2课的“他针对众生不同的根基、意乐、界性，”其中界性的含义？

**答：根基、种子、因、基础。**（正见C1）

问：四瓣莲花——分别指什么，比喻什么？界性，是什么意思？

**答：观想带有四个花瓣的莲花就可以。界性可以理解为，根基、种性。**（正见C1）

问：上师在讲记中讲到：“我曾经读过蒋扬钦哲旺波尊者的传记，里面说让一辈子听法有七百多函”。对于这个“函”字的概念是怎么样的？

**答：是一种单位，大概是很厚的一册。**

问：可以理解为“一部论典”的意思吗？7百多函，就是7百多部论典的意思。

**答：不是这个意思。函，是一种传统藏文纸质经典的组合单位，有比较固定的大小格式，或者说标准。而“论典”本身，有很多，有些大的论典可以有上千页，小的论典可能只有几个颂词，如果是短小的论典，“一函”当中可以装成百上千部。要知道，藏文大藏经的“甘珠尔（其中佛陀所说的教法的总集）”，总共是一百多函。**（正见C1）

问：在前行广释第二课，“本论归纳起来分为三部分：共同前行、不共前行、往生法……最后，是正行无上密法的捷径——三种往生法。全文共有这几层内容。”中的三种往生法是哪三种？

**答：个人理解，有些时候可以对应法身往生法、报身往生法、化身往生法。后面会提到。**（正见C1）

问：前行、正行、后行在不同的情况下或不同的角度下分别代表什么意思？比如，加行广释第2课中，上师仁波切讲了观修时应具备前行、正行、后行；《大圆满前行》中所讲的“前行”和以后要学的“正行”是什么意思，一位师兄分享说从成就的角度讲“后行”指的是已成就佛果。我有些疑惑。

**答：预备阶段正式阶段收尾阶段。比如考试：前行就是前往考场、准备文具纸张，正行就是答卷，后行就是交卷、整理物、离开考场。**（正见C1）

问：《前行》第二课当中提到全知无垢光尊者和智悲光尊者，在法师辅导时，说的是遍知尊者，遍知和全知有什么区别？还请法师开示。

**答：是一个意思。普遍和完全意思是差不多的**（正见C1）

## 日修闭关要诀

问：我们观修的时候可以分段，五分钟一次，在第二次的时候是否要重新念皈依？

**答：在分开修的时候，假如说是5分钟一次，中间不需要重新再皈依、发心、回向，反正是在一座当中嘛，我们只是中间休息一下。**（生西法师）

问：我们起床之后要磕三个头，不用先洗脸可以吗？这样是不是不恭敬？

**答：起床之后马上顶礼，即便没有洗脸也不要紧，即使你的头发很乱也不要紧，都可以顶礼，反正是用恭敬心去顶礼，也没有必须说要在什么情况下。这个方面没什么不可以的。有的时候，有些修行者一起床，在床上就开始顶礼的也有。有些时候下来在佛堂里顶礼，也是有的。像这样的话，应该是没有什么大的问题。**（生西法师）

问：打坐时我比较喜欢闭着眼睛，如果看鼻尖就不能静下来，怎么办？

答：这是要适应的。刚开始如果实在是睁着眼睛修不了，稍微闭着眼睛修也可以，但还是要逐渐习惯的。从标准的毗卢七法来讲，也不是要求完全闭眼的，而是要看鼻尖的。你没有天眼，闭着眼睛把鼻尖看到是不可能的事情。尤其是在很多密宗的修法当中，需要把眼睛睁开，要平视，有时要看到上面等等。后期的修法当中都要求睁眼。所以，如果能从现在逐渐习惯，慢慢把眼睛睁开，这是一个很好的训练。（生西法师）

问：毗卢七法中双眼可以闭吗？因为现在用眼过度，工作学习都离不开电脑，平时看书也要用眼，观修也要看视频等。

答：有些大德说闭也好，不闭也好，都可以。按照毗卢七法的要求是微闭，不完全闭着，就睁开一点点，不刻意去看什么东西。在不是毗卢七法的一些修法当中，要求必须完全睁开，比如宁玛派的一些传承要求眼睛睁开，有时是平视前面一尺的地方，有时是往虚空看。如果实在是一个阶段想闭也可以闭，但到后期时很多修法是要求睁眼的，如果现在没有习惯，到时候也是需要重新习惯，所以如果能够不闭或者微闭是最好的。（生西法师）

问：排垢气时金刚拳压在腿根的力度多大为好？

**答：不用太使劲压，稍微有一点点用力就行了，不用使劲地把它压住，放在上面稍微一点点力就可以。**（生西法师）

问：晨起修法前排垢气，做上师瑜伽，然后再修法。中午在修法时做上师瑜伽前还需要排垢气吗？每个修法前都需要排垢气吗？

**答：如果时间不够，早上排一次就可以了。其实每一次修法之前，最好都把前面的准备工作做一次，对我们修行来讲是比较好的。最好每一次修行之前都排一次垢气。**（生西法师）

问：顶礼法师！排浊气时有的人是吸呼三次，有的是吸一次分三次排，到底是哪一种更如法？请法师开示！阿弥陀佛！

**答：吸一次排一次，每次排到底。**（正见C1）

问：排九次垢气问题。一呼一吸算一次，还是吸一下呼三下算三次？

**答：一呼一吸算一次。**（正见C1）

问：学习“日修闭关要诀”后，才知道是一醒来观想后念百字明。观想后坐起来念诵吧？

**答：对。**（正见C1）

问：孩子还在床上睡，能不能在他面前念诵？记得这样说法：不能在躺着的人面前念诵经咒。

**答：可以。**（正见C1）

问：起床后磕三个头，需要观想对境吗？就在卧室磕吗？

**答：可以在前方观想皈依境。可以在卧室里。**（正见C1）

问：在《日闭关修行要诀》中讲前行要做到前行、正行、后行三部分。前行中必须具足三个要点：身要、语要、心要。这是每天早上起来要做的吗？做完三要后在顶礼或者打坐？那么下午或者晚上打坐或者顶礼的时候还需要做这三要吗？

**答：尽量都具足三要。**（正见C1）

问：弟子狮子卧时，手附在耳边，不压住耳朵，盖住了半边脸，下身姿势如法师所言，醒来后，肩膀连接手臂的上半部分及右肋被压住的地方会疼痛，问题出现在哪里？

**答：不知道是不是枕头和床垫的原因，可以调节一下。**（正见C1）

问：日常闭关修法里面提到排九次垢气。弟子的疑惑在于：垢气排出后去了哪里？是否会导致染污其它众生的相续呢？因为基础课程修自他交换是要吸入众生的染污，所以不知该如何取舍。

**答：观想排除垢气之后，可以观想其消失于法界当中。**（正见C1）

问：《日修闭关要诀》日间正式修行，前行中的心要分：1、发心；2、祈祷。现在观修前都要先修《上师瑜伽速赐加持》，在《上师瑜伽速赐加持》中也有发心，在《日修闭关要诀》前行中还需不需要专门发心。另外，祈祷是在修完《上师瑜伽速赐加持》，后师已成五光之明点……这个时候祈祷上师加持，让佛法融入我的心。还是在《日修闭关要诀》身要、语要后，马上祈祷。祈祷后，再修《上师瑜伽速赐加持》。感恩法师！

**答：都可以。**（正见C1）

问：加行第二课日修闭关要诀中（晨起修行）里醒来之后念21遍百字明，请问要按三殊胜要求，前面加发心、后面加回向吗？

**答：可以。**（正见C1）

问：弟子正在学加行第二课，上师讲到毎晩修法结束睡觉前要撤去供品，请问指五供中香、花、水、灯、食中的那些？平时我花、灯不撤，食品要吃的时候取一些，其余还留在供台上，不知是否如法？

**答：有些供品可以长期供着，平时经常撤换的主要是灯水**（正见C1）

问：加行第一册法本里九节佛风的三股金刚印和网上的不一样，究竟是食指直立还是中指直立？

**答：按照法本里的内容来做就可以。也可能有不同的方式方法，而你可以按照法本去行持。**（正见C1）

问：法本有金刚拳和三股金刚印的图画，二个手势差别挺大；而上师传承视频中，由金刚拳伸出食指就成为三股金刚印，好像就这一点区别。请问法师，弟子们如何遵从？

**答：个人理解都是可以的。**（正见C1）

问：观修时能否坐在卧室的床上？

**答：可以。**（正见C1）

问：按照《前行》日修闭关要诀，早上起来观修前念诵21遍百字明时，特别容易昏沉，请问：如何对治？感恩法师！

**答：可以去洗个冷水脸，或者去走动走动，睁开眼睛稍向上看等等。**（正见C1）

问：在修平时之瑜伽时，讲义中说，白天将上师观在头顶，晚上观在心间，末学有一座是早晨5-6点钟的观修，天还没亮，这算白天还是晚上？

**答：个人比较倾向于理解为白天。可能这两种方式都是可以观修的。**（正见C1）

问：上师在《日修闭关要诀》中提到上师瑜伽可以当前行也可以当正行来修行，如果当前行来修的话祈祷完之后，观想上师化光融入自身安住一会，然后修人身难得？还是等人身难得也修完，最后才观想上师化光融入自身安住一会？

**答：都可以**（正见C1）

问：请问法师日修闭关和上师瑜伽的衔接，按我的理解做了一个修法顺序，也是自己理解上师的课程，不知道有没有错，请法师指点，想使自己和师兄们都能正确地学修。感恩法师！

**答：若是观修前的祈祷上师，不一定需要边念偈颂边磕头（若是属于上师瑜伽与磕头合修时，可以这样边念边磕头），可以按上师瑜伽仪轨次第修后再开始自己的观修便可以。**（正见C1）

问：晚睡修行中“观想上师化光融入自己心间的四瓣莲花”，“四瓣莲花”如何观想？

**答：就是四瓣莲花。**（正见B3）

问：四瓣莲花在《上师心滴》、《空行心滴》中有介绍，不知法师能否解释一下？

**答：首先，莲花的方向有别的说法，我个人还没有听说过，所以不知是对是错，无法回答。另外，密法中提到的四瓣莲花，一方面我没有资格和大家交流，一方面是密法也不适合在这个场合交流，也无法回答。非常报歉。**

**再提醒一下，属于加行观修方面的内容，如果上师没有详细说，就不需要太过细致的去观，把加行的基础打好最主要。**（正见B3）

## 其余疑问

问：《前行广释》第2课最后一段不理解，“学习佛法的过程中，祈祷本传上师尤为重要，一旦上师的加持融入你心，闻思修什么法、办什么事都比较容易，不然，做很多事情难如登天。因此大家经常祈祷传承上师，愿他们的大悲、智慧和利益众生的不共能力，全部融入自己相续。”这里的本传上师和传承上师一直没有弄明白。

**答：本传上师的“本”是根本上师的缩写、略称，“传”是传承上师，本传上师包括了根本上师和传承上师。有时候讲传承上师，有时候讲根本上师，有时候说本传上师。根本上师也是传承上师之一。传承上师，是从普贤王如来一直到根本上师之间都可以叫传承上师。在传承上师中，可以再分别根本上师和传承上师。**（生西法师）

问：法师今天讲的颂词“随机调化事业无边者”，弟子想问一下这个随机调化。法师刚才讲了有很多（种）根器，弟子想问，平常的时候如何观察自己的根器，以及以怎么样的智慧能够观察他人的根器？

**答：一般来讲，如果我们没有一定的智慧，要观察自己的根器属于哪种根器，也不能真正完全确定的。但是，你如果对解脱道有兴趣的话，就属于可以修解脱道的根器；如果对菩提心或大乘教义很欢喜接受的话，总的来讲属于大乘的根器；对密法很有兴趣，对密法的法义能够理解，也不生邪见，说明是密法的根器，大概来讲是这样的。观察别人就比较困难，有的时候只有去试探，讲一些法看他对解脱道有没有兴趣，看他对无常能不能理解，看他对无我能不能理解，看他对解脱、看破轮回能不能理解，如果他能理解就说明他能够接受，说明他是个根器。如果再讲菩提心慈悲心的观念、法无我空性等，看他能不能够接受，如果能接受说明他可以进入大乘。大概可以这样观察，其他很深的判断对我们就很困难。**（生西法师）

问：怎么去了解梦境，善的梦境是哪些，恶的梦境是哪些？

**答：第二个问题，怎么观察梦境的善恶？恶的话，比如在梦境中杀害众生，而且杀害众生的时候还带着强烈的嗔恨心或贪欲心，这对解脱道来讲都属于恶梦、不好的梦。（这里的）恶梦，当然并不是指世间当中被人追杀怎么样的恶梦，当然这个也算是恶梦。但是，我们这里的善梦恶梦主要都和修行有关，如果能够相应修行，比如说对上师生信心，梦中看到有情被伤害的时候能够产生大悲心，遇到紧急情况的时候不忘祈祷上师三宝，或者遇到生命危险的时候，我要想现在既然要死，我一定发愿往生极乐世界、念佛求往生等，这些都属于善梦，是和修行有关的。反之，恶梦是和修行无关，乃至于我们在梦中做一些和修行违背的事情，都叫做不好的梦、恶梦。大概可以从这方面来做判断。**（生西法师）

问：顶礼师父！在我观修的时候，上师化光灌顶时，有时我观不成自己本身，只能很多时候就观想在前方有一个像我的形状以后，上师在上面。这样观修如理吗？

**答：这样观想时最好是观想自己。如果你观想的前面的这个与自己无二无别也可以。但是我们在观想上师坐在菩提（座）上给我们灌顶的时候，最好还是观想自己，就是上师坐在我现在身体的上面给我做加持、灌顶，这样可能得加持方面更加直接一点。也不会认为这是在给前面我幻化出来的“我”加持灌顶，而和现在的我没啥关系，有可能出现这样的问题。所以我们直接观想自己的头顶上有上师给自己做加持，这样比较好一点。**（生西法师）

问：今天早上刚刚上完课没有做到及时回向，回向有什么时间规定吗？

**答：回向时间最好是在善法做完之后马上回向。比如今天放生，按理来说，放生之后应该马上回向。如果我们在放生的时候，念放生仪轨，里面有普贤行愿品等，这里是有回向的。如果我们还要单独回向，就在做完之后，及时把这个善根做回向。如果当时忘记了，或者时间来不及了，那什么时候想来了，什么时候作回向。若白天没有时间，则晚上睡觉之前要做个回向。所以最好能及时回向，如果实在不行，就在能够想起来的时候尽快回向。**（生西法师）

问：前行第二课辅导：“大恩根本上师前敬礼”，华智仁波切说这是他的大恩根本上师。一方面是他依止如来芽尊者听了很多正法，一方面他最初证悟心性是如来芽尊者让他证悟的。后来还有一次证悟就是在多钦哲仁波切面前，智悲光尊者的另外一个化身。大恩上师也翻译了一个多钦哲的传记（《钦则益西多吉密传》）。他另外一次更深的证悟是通过多钦哲仁波切，第一次证悟显现上就是在如来芽尊者面前。根本上师是不是只能有一位呢？那不一定。比如华智仁波切，让他证悟心性的，显现上第一位就是如来芽尊者，这是他的根本上师，第二位是多钦哲仁波切，也是让他证悟心性的上师。他的证悟显现上有两次或好几次，从这个角度来讲可以有多位根本上师。有些时候对这个上师信心也大，对那个上师信心也大，这样也可以有多位根本上师。是不是证悟也要分层次？为何会有两次证悟的显现？

**答：1，根本上师这个词语有多种定义，比较严格的定义是直接让自己证悟心性的上师（通常来说此种根本上师只有一位，许多时候也不一定是主观认定的，而是通过事实建立的），如果自己还没有证悟空性就还谈不上；另一种定义是给自己传授密法的上师；还有一种定义是自己最有信心、缘分的上师。许多情况下，一位修行人可以有多位根本上师。**

**2，证悟当然有层次的，有很多不同的层次，比如菩萨也有一地到十地的区别，功德在增上，如果成佛了，佛与佛的功德是无二的，没有高低。**（正见C1）

问：光明大圆满的灌顶是灌顶当中最高的吗？

**答：大圆满是佛法之巅。**（正见C1）

问：具有三恩德的上师是否很少？

**答：要看是什么修行人，有的修行人依止过的上师数量比较多，有些修行人依止过的上师数量比较少。**（正见C1）

问：灌顶的上师只灌顶不传法？

**答：传授灌顶本身就是一种传法。**（正见C1）

问：前天听法师加行辅导，大圆满龙钦宁提是空行宁提和布玛宁提的合集，是莲师的意伏藏在智悲光尊者心中的显现。那么，前行引导文是不是也是莲师的意伏藏的一部分，包含在龙钦宁提里面，还是说仅仅是趋入龙钦宁提的前行法，是如来芽尊者的智慧结晶？不是莲师直接传下来的法？

**答：个人理解，通常来说，《龙钦宁提》是吉美林巴尊者的意伏藏。而《前行引导文》的作者是华智仁波切，是不同的作者，华智仁波切的上师如来芽尊者是吉美林巴尊者的弟子。虽然可以说究竟本体无二，但显现层面作者是不同的。**（正见C1）

问：共同前行的内容是人身难得、寿命无常、因果不虚、轮回过患、解脱利益、依止上师，但我们平时学习的时候，只有前面四种，这里的区别在哪里呢？感恩法师！

**答：在许多情况下，人身难得、寿命无常、因果不虚、轮回过患在讲出离心的时候专门强调。**（正见C1）

问：《前行广释》第二课说：“这部论典不是华智仁波切随随便便臆造的，而是他按照根本上师如来芽尊者的传授，一字不漏记录下来的。”“我在论中未掺杂自己分别念所造的文字。”又说：“华智仁波切再三听闻之后，得到相当稳固的定解，遂将自己的觉受和窍诀如实落在文字上，这即是《大圆满前行》的由来。”看了这几段文字，末学就有了疑惑，前面说没有加自己的分别念文字，后面说根据自己的觉受和窍诀如实落在文字上，这个应该怎样圆融，请指点。

**答：华智仁波切是大成就者，恒时安住在无分别智慧当中，其觉受、窍决也不是分别念的范畴，而是与其上师的智慧、密意无二的境界。**（正见C1）

还可参考：

生西法师《前行》辅导笔录第2课：**【**

**显而易懂义深极稀有，无等上师无谬之口传，**

**依照自心定解此宣说，愿师本尊加持我相续。**

**……**

**“无谬之口传”是指没有错误的，都是上师亲口宣讲的教言。**

**“依照自心定解此宣说”，一方面有上师的无谬口传，另一方面是依靠自己的心对法义完全产生了定解，完全理解了上师所讲的法要，把上师所讲的通过自己的文笔做归纳、编辑。如果自己不懂的话，比如编辑法本的时候，自己对法义都不懂，有时他会拿不准，到底文字落下去应该落到哪个方面？有时文字一变，它的意义就变了。为什么此处要自心定解呢？就是对上师讲的意义完全搞清楚了：就是这个意思。有了定解之后，再落成文字。像大恩上师或者华智仁波切的上师，讲法讲了以后，要写成论典落成文字的话，他们讲的意思到底落在什么地方，必须要很清楚。】**

问：《前行》是华智仁波切按照如来芽尊者的传授，一字不漏地记录下来的。另外一个地方，又说，华智仁波切在上师面前再三听闻后，得到相当稳固的定解，遂将自己的觉受和窍诀如实落在文字上。这两处的区别又在哪里呢？感恩法师！

答：**个人理解，从某些方面讲，一方面华智仁波切的心与如来芽尊者完全相应，完全通过如来芽尊者的密意。另一方面在示现上也在如来芽尊者面前做过多次听闻。总而言之，两位尊者无二无别。**（正见C1）

问：就如堪布讲记里面所开示那样：“华智仁波切通过传承上师的论典、根本上师的教言、依自己的智慧给后人留下了如意宝般的《普贤上师言教》。”其实除了对根本上师教言一字不漏的记录外，还有传承上师的论典（无垢光尊者的《大圆满心性休息》和智悲光尊者的《功德藏》）和自己的智慧也写入了这本论典，请问师父这样理解对吗？

**答：大致可以这样理解，全知麦彭仁波切曾经讲过他的著作当中文殊菩萨没有开许过的内容一个字都没有。同理，华智仁波切的著作，与如来芽尊者密意不一致的内容一个字也没有。**（正见C1）

问：大圆满前行引导文是华智仁波切按照如来芽尊者的教授，一字不漏记录下来的，所有内容都是其根本上师的无谬口传，是没有加入自己的见解的，但后面又说，本文的内容，是华智仁波切再三听闻后，得到相当稳固的定解，将自己的觉受和窍决如实落在文字上，A这两种说法是否矛盾，或者说是否可以这样理解：华智仁波切在记录大圆满前行时，是一字不漏的，没有掺杂自己的观念，但是并不排除他根据本论闻思修形成定解或有觉受后再进行文字的记录，比如普通人也可以进行同样简单的记录，但是是没有形成定解和觉受的，故普通人的记录是没有加持力的？B在这里道友们讨论时，有道友认为：华智仁波切的这种做法给后人做了很好的榜样，对于佛学的闻思修一定要严谨，不能掺杂自己的分别念，但有的道友又说：在学习佛法的过程中，目前我们都是凡夫，又必须要通过文字的表述来进行闻思修，而每个人都会用自己的分别念来理解上师的金刚语，因为我们的智慧没开，特别是我们在讨论的时候，会发现对同样的一句话，每个人的理解都不同，首先这种讨论时的言论会不会有过失？（如果是过失很大的话，那讨论的时候大家都不敢开口说话了，怕说错了造口业），还有前面的两种观点，哪个是正确的？

**答：没有矛盾。在《前行引导文》当中提到：【如此上述的一切内容不是以词藻华丽、文法精湛为主，而是完全遵照至尊上师的亲口教授记录的，并尽量避免掺杂自己的言词，唯以通俗易懂、利益内心为主而撰写。】**（正见C1）

问：请教法师前行广释第二课的问题，对于根本上师的问题，我们组有几个问题，A根本上师的界定是观待自己来说的吗？是否是对自己修行帮助最大的上师B根本上师是否是自己信心最大，以让自己明心见性来作为界定的标准？C根本上师是否对某个弟子来说，具有唯一性？

**答：根本上师有不同角度的定义。比较严格的角度是直接让你证悟的上师，通常是唯一的。另一种根本上师是对自己法恩最大、自己信心最大等等来安立的。还有一种根本上师指的是传授密法的上师（包括灌顶，传窍诀，讲解密法等），可以有很多位。**

**而关于“根本上师”这个词语也有可能有其他定义，要看具体场合所诠释的含义。**（正见C1）