《普贤行愿品》长行文第9课笔录



## 诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

## 离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

发了菩提心之后，下面继续学习《普贤行愿品》。

# 第十愿王——普皆回向

### 【复次善男子，言普皆回向者：】

前面已经讲了九个愿王，今天开始讲第十个普皆回向。以普遍或者无余的方式回转趣向于菩提道、众生，或者实际处。前面我们也讲了，回向的意思就是回转和趣向，即现在我们所修持的一切善根都要回转于一切众生、菩提和实际。那么回向于真实际、度众生和菩提道的差别是什么？我们回向于众生、菩提道，如果真正执著有实有众生可度，有实有的菩提可得就不是真实际。虽然度众生，但是没有众生可度；虽然成佛，但是没有佛可成，就是真实际。因为本来就是这样的缘故，所以回向三处有这种差别，这是普皆回向的意思。

普皆回向的必要性是什么呢？讲记中也提到过，就是为了让善根增长广大，或者按照我们以前学习的回向作用来看，回向可以使善根不空耗，怎样体会回向的作用不空耗呢？如果不回向、邪回向几乎就把善根空耗了。如果不回向，果不一定成熟，果报就会空耗；如果做了一个善法回向自己转成魔害众生等就是邪回向，善根已经空耗了。

从大乘普贤行愿的角度来讲，我们怎么令善根不空耗呢？虽然自己做了回向，但只是把善根回向于人天善趣，从某种层次上来讲，善根就是一种空耗。把善根回向于二乘的果位仍然是一种空耗，这样回向之后自己可以获得人天善趣，或者自我解脱，为什么此处说回向于二处是一种空耗的回向呢？因为按照大乘的相续来讲，这种善根本来可以作为成佛的资粮，但是你没有成佛，最终只是成就了人天善果或者二乘果位，这不是空耗是什么呢？从这方面来讲就是空耗。为了使善根不空耗，必须要回向成佛、利益一切众生，只有回向于实际处才是真实的回向。

我们在回向的时候，不回向不行，邪回向也不行，没有按照大乘的回向来做也是不圆满的。我们学习《普贤行愿品》的目的就是为了懂得怎样回向。什么才是真正善巧的回向方式呢？我们应该按照三轮体空的方式回向，主要是相合于回向实际，然后是以菩提心摄持的回向，菩提心中包含两个成分，一个是利益众生，一个是成就佛果。如果按照菩提心回向，可以回向众生，也可以回向佛道，三方面都可以如是的了解，我们这样回向很有必要。

佛陀在经典中讲，如果把微小的善根以如理如实的方式回向，乃至于自己成佛之前，这个善根也绝对不会空耗，从这方面讲到了回向的巨大利益。有时我们虽然做了很大的善根，但是最后却没有得到很大的果，这就是没有回向、邪回向或者错误回向。如果我们做了一个微小的善根，能够按照文殊普贤或者普贤愿王回向，这个微小的善根乃至自己成佛之前都不会空耗，可以再再成熟，能够度化众生、成就佛果、圆满普贤愿王，这就是一个善巧方便。

菩萨行的善巧方便体现在很多地方，也确实是非常特别的地方。很小的善根能成为成佛的果，这是菩萨行的广大方便。小乘行者或者世间人虽然做了很大善根，但是最后得到的果却很小，就是因为没有善巧方便摄受，所以学完之后我们的相续应该有所改变。以前可能是再再的回向人天善果、自己解脱，没有回向利益众生，以后必须按照普贤行愿的方式来回向。如果真正能把善根回向众生、菩提和实际，自己根本没有吃亏，回向之后善根会越来越增上，一切自利法在成就他利之时同样可以承办。

如果仅仅回向人天善果，只能成熟人天善果，最后的解脱果、佛果都成熟不了；如果你将这个善根回向于解脱果，只能成就解脱果，殊胜的佛果成熟不了；如果能够将善根回向于菩提果，人天善趣、自我解脱、成就佛果、度化众生都可以在一个善巧回向中圆满。如果没有善巧回向，只能成就一方面，因此我们应该从这方面再再地考虑。

### 【从初礼拜，乃至随顺，所有功德，皆悉回向尽法界虚空界一切众生。】

所回向的善根是什么？就是从最初的礼敬诸佛到第九大愿恒顺众生为止，以上所有的善根全部回向于尽虚空遍法界的一切众生。虽然按照现在我们小脑袋里的概念，没办法知道一切众生到底是指什么，但是我们按照普贤行愿力和信解力信解一切众生如是存在着，然后我的一切善根通过普贤行愿力或者信解力能够真正地让一切众生获得，这不是只把善根扔出去了，对方有没有得到，我们根本不管，这也不是很圆满。我们真正回向的时候，按照这些殊胜方便，把自己的善根全部回向给一切众生，让一切众生相续中都获得我这次所做的善根，就是一种比较圆满的作意和观想。

“从初礼拜，乃至随顺”，此处只有九种修法，其中有没有不包含的修法呢？普贤愿王归摄的九种或者十种展开来讲就是无量无边的大愿，无量无边的修法全部包含在内。从初礼拜乃至回向指的是所有善根和功德，不单单是狭义上的礼拜乃至随顺众生。因为从礼敬诸佛到随顺众生一切菩萨的修行功德全部包含在内，所以这里就是讲回向一切功德的意思。

注释中说所有回向都有发愿的成分，以前我们也讲过有时发愿就是回向，回向也是发愿。我们做一个善法之前会说愿我得到什么，比如愿自己成佛，最后回向也说愿以此善根令我能够成佛，就是这样观想作意的，发愿和回向二者互相涵摄。如果要区别，善法没有做之前叫发愿，做完了叫回向，二者是这样的关系，都有一种发愿的成分在里面。回向中有愿众生离苦得乐等等，经文中也这样提到了。

### 【愿令众生常得安乐，无诸病苦。】

这次我所修的功德，或者在很多修法仪轨后面都说此善为主三世善，即以这个善根为主的三世一切善根，也有这种说法。不管是这次善根，或者是以这个善根为主的三世一切善根，反正我的善根要回向给众生。回向给众生干什么呢？“愿令众生常得安乐，无诸病苦”。首先愿一切众生恒常获得安乐，无论是身体的安乐，还是心的安乐，众生的身心都能处于安乐的状态中，或者获得暂时的增上生安乐，还有究竟的决定胜安乐。我们平时回向也是愿众生暂时离苦得乐、究竟成佛，里面也有常得安乐的成分。在轮回中也是常得安乐，经常生于人天善趣，身心没有痛苦，处于安乐的状态。

在这个过程中，“无诸病苦”，一切的病苦都不存在。不管是因苦，还是果苦都不存在。尤其是众生有病苦时，他的身心都不自在、非常苦楚，愿我的善根能够令一切众生获得安乐，没有一点的病苦，这也是回向的方式。

### 【欲行恶法，皆悉不成。所修善业，皆速成就。】

我把修法的善根回向于一切众生，愿一切众生想要行持恶法的时候都不能成办。有些回向文说以这个善根愿我以后做恶法不能成就，此处是缘一切众生想要作恶法不具备因缘，无法成就。为什么要这样回向呢？因为恶法就是以后感受痛苦和轮回的近取因。如果你做了恶法，无有自在最终必定会受痛苦，而且今后行持善法时，自性方面就会产生一个障道的因缘。现在我们行持恶法，好像没有感受到什么痛苦。一方面以后绝对会感受痛苦，一方面恶心恶行就是障道，也就是说我们想要修法时，内心会莫名其妙地冒出一两个恶念，或者恶念不能扭转长期与自己的相续共存。这方面来自于真正的恶因，即内心的恶因积累的业障。因此愿一切众生欲行恶法皆悉不成，全部不能成就，自己要诚心诚意地这样回向。

我们回向的时候，虽然不一定马上看到效果，回向之后众生仍然还在成熟恶业的因缘，但是也不能就此灰心。我们的心量这么小，仅仅回向一两次，不可能马上成就，不管怎么样，这样的回向最后肯定会成熟。当我们有了能力，或者愿力成熟的时候，自己接触或者所化的众生要行持恶法的时候，通过我们的加持力或者回向，就不会成熟恶业的因缘。

众生造恶业时，恶业的因缘非常容易具备。首先烦恼是现成的，不需要造作，烦恼心自然具备，然后唆使你造恶业的恶友也有很多，还有恶业的因缘也是具备的，这些方面一和合恶业一下子就成熟了，很容易承办，而善业不是如此。因为善心难以发起，善友难以获得，善缘难以找到，所以要成就一个善业很难。不管怎么样要把我的善根回向给一切众生，让他们在造恶业时一切因缘不具备，从究竟来讲恶业始终不能成办。

“所修善业，皆速成就”，反方面回向一切众生修持善法，或者自己趣入善业之后，没有任何障碍，所修的一切善法在最快的速度中成就。为什么我们要这样回向呢？善业就是以后的人天安乐、获得涅槃的近取因，也会成为我们修法的助缘。从恶业和善业各自的功用来讲，恶业成熟痛苦，也会障道，善业成熟安乐，在我们修法时可以成就顺缘。

我们有时看到一些道友心很自在，不仅持戒、闻思很自在，修法也是心能够堪能，这是他善根深厚的缘故，修行的时候能够具备很多顺缘。因为具备顺缘没有违缘的缘故，所以他的善业很容易成就。有谁不愿意自己的修法之路一帆风顺呢？作为大乘修行者，把自己的善根回向给一切众生，愿一切众生修持善业没有丝毫的障碍，能够在很快的速度中成就，自己也是诚心诚意地观想、回向。

这样回向有什么作用呢？

### 【关闭一切诸恶趣门，开示人天涅槃正路。】

因为前面众生欲行恶法皆悉不成的缘故，依靠这种因缘，自己既可以把前面的愿合在一起，也可以单独发愿，然后是“关闭一切诸恶趣门”，恶趣的门关闭之后，一切众生都无法进入恶趣。如果一切众生止息了恶业，通过我的回向最后都不会堕入恶趣，这是菩萨欢喜的事情。

因为所修善业皆速成就的缘故，“开示人天涅槃正路”。通过修持人天善法，暂时获得人天的果报，究竟获得涅槃的果报，这是通过修持善法开示人天涅槃正路的方式。注释中讲到，一般众生或者初学者虽然趣入了佛法，因为固有的习气，所以见到众生修持善法会不高兴，修持恶法就会幸灾乐祸，这是颠倒作意。现在我们要完全扭转自己的心态，因为有时出于嫉妒心、嗔心等烦恼的缘故，看到众生修法得到安乐、善根等等，自己会感到不高兴。而因为考虑到众生恶业暴露会恶名流布的缘故，自己出于恶分别，所以见到众生造恶业，不但不阻止有时还会幸灾乐祸，也会去创造一些因缘，这是完全不正确的作意，必须要彻底地扭转。

### 【若诸众生，因其积集诸恶业故，所感一切极重苦果，我皆代受。令彼众生，悉得解脱，究竟成就无上菩提。】

这一段经文主要是讲自他相换的修法，或者回向。如果有众生因为自己的恶业而感受到了极重的苦果，一切的苦果我都代受。自己要观想现在已经有很多众生处于恶趣，即便转生于天道的众生有些正在交战，有些处于天人五衰，或者死堕，反正一切众生正在感受着很多极重的苦果。在他们感受极重苦果的时候，愿我的善根成熟，能够将一切众生的痛苦悉皆代受。这方面体现出了菩萨的修法，回向中也是体现出了自他相换。

自他相换也是修菩提心的一个非常殊胜的窍诀，如果我们要修持菩提心必须修持自他相换的核心。众生流转的根本就是我执，修持自他相换是泯灭我执的窍诀，以前我们也是在自他相换，就是把别人的安乐拿来我用，我的痛苦去让别人受，这是一种颠倒的自他相换，也是一种坚固我执的方便。现在我们修自他相换必须要颠倒而修，我不是想要安乐，不想痛苦吗？通过修菩提心的缘故，一切众生的痛苦我来代受，现在我的安乐善根不要成熟在我的相续，而是成熟在一切众生的相续，这是一种打破我执的殊胜方便。

如果我们在修持自他相换的时候，抓住这个精要去修行，就会知道这是在对治我们的我执，自己平时想要离苦得乐的执著、不顾及众生的想法修持自他相换就可以全部泯灭。如果把自他相换展开来讲，有三层修法，首先是自他平等，然后是自他相换，最后是自轻他重，三个修法是次第修持的。

首先修持自他平等，我想得到安乐，一切众生的想法和我一样，都想得到的安乐；我不想受痛苦，一切众生也不想感受痛苦。长时间修持自他平等之后，就有了自他相换的基础，否则自他相换就会修得非常勉强，有了一点真实的感觉之后，马上就会停止不再修了，这就是没有自他平等的基础。如果真正修好了自他平等的基础，因为自己和他人一模一样的缘故，所以众生不想受的痛苦就让我来受。虽然众生都想感受安乐，但是他们没有安乐的因，我就把自己安乐的因和果给他们，这就是修持自他相换。

修成自他相换之后，才能真正地修持自轻他重，完全轻视自己重视别人才可以真正的修持，这种作意本身就是拔除自私自利的根本修法。修持自他相换能够获得无量无边的福德，也会很快地泯灭执著，获得上路的机会，如果真正上了路，生起了菩提心，自己修法的速度也会加倍增长。

从这方面观察，如果想要成佛，不修持菩提心是不行的；如果要修菩提心，不知道菩提心的因是不行的。我们修持菩提心，不是修持七重因果教授，就是修持自他平等、自他交换、自轻他重，除了两套修法没有其他的教授可言，我们就是通过这方面进行观想和修持。

总之我们想要生起菩提心，就要打击内心的我执。如果内心当中有我执，自己和别人的安乐都没办法获得；如果真正泯灭了我执，自己和众生的安乐都可以获得，从这方面来讲，我们就会知道自己为什么要代受一切众生的苦果。真正知道了修法的动机和精要之后，我们就要慢慢地通过打坐去体会，当内心真实地体会到自他相换修法的精要，在修持自他平等或者自轻他重时，都不会有任何的勉强。

经文中讲了，“所感一切极重苦果，我皆代受”。如果再稍微讲一讲，我们要代受的是不是众生的苦果呢？不是的。除了代受众生的苦果之外，我们还要代受众生的苦因。因为众生在六道轮回中正在感受各种各样的痛苦，有些是身苦，有些是心苦，还有众生正在受苦的时候，有没有停止造作以后受苦的因呢？没有停止。如果他们的内心仍然有苦因，深重的恶业还是无法解脱。这些苦果苦因都由自己代受，就是通过施受法、呼气吸气的方式来代受的。吸气时观想把一切众生的所有恶业和痛苦通过黑气的方式吸进自己的身体中，呼气时把自己所造的闻思修行、对于上师的信心、守持清净戒律、空性正见、证悟觉受等等一切的善根，还有我现在暇满人身的安乐，通过呼气全部交给众生，就像穿衣服一样给众生穿上。

我们在每一次呼吸时都可以修持自他相换，这是一个比较容易缘，也不容易昏沉的修法。我们吸气的时候把众生的恶业吸入自己心中，呼气的时候把自己的善根和安乐给众生，在一呼一吸之间就可以得到很大的功德，成就菩提之路的正因，这里讲到了一切的恶因恶果全部由自己代受。虽然现在自己不一定真正能够代受，但是也要为自己以后能够代受做一个加行。一方面自己代受别人的痛苦是一种泯灭我执的方式，一方面也是为了以后能够真正代受做一个前方便，这方面我们要知道。

比如初地菩萨布施自己的头目手足的前方便是什么呢？就是在布施头目手足之前，再再修行布施头目手足的前加行，像布施蔬菜、财物、衣服等身外之物，随着这些修法的圆满，最后可以真实布施身体。我们在真正代受众生痛苦之前，必须要在内心接受这个事实，要为我们泯灭我执做一个加行。

我们现在再再地修持自他相换，自己的心力会越来越成熟，越来越深厚，现在我们的心力很脆弱，听到自他相换的时候根本不敢修持。经过一步步修持之后，自己的心智开始成熟、稳定，在自己真正愿意代受众生痛苦的时候，就会毫不犹豫的代受。一方面我们对于佛陀因地布施自己身体代受众生的痛苦非常羡慕，一方面如果我们现在不修持前方便，以后仍然没有办法接受代受别人痛苦的事实。

“令彼众生，悉得解脱，究竟成就无上菩提”，一切众生没有了苦因苦果之后，就会获得解脱，或者因为我的善根和安乐通过施受法给予众生，愿一切众生无勤地获得安乐，所以究竟成就无上菩提，让一切众生最终成佛。以上讲完了菩萨回向的精要，或者在讲回向时讲到了发愿，也讲到了怎样发愿代受众生的恶因和恶果，将自己的善因和善果给众生。

没有学习佛法之前，我们对于资具、受用、名誉非常重视。学佛以后，会对自己的善根非常执著，认为自己好不容易进入了佛门，修持了一两个善根，还要无条件给众生。这时会对自己的善根非常执著。我们修行的时候，对自己的资具等世间八法不能过于执著，另外对于自私自利之心摄受下自我解脱的善根也不能过于执著，把自己的善根回向给众生仍然是打破我执的方便。

堪布也讲过，我们通过回向把自己所有的善根、功德、安乐给了别人，自己会不会因此而空无呢？这是不可能的。做一次彻底的交换，善根会成倍的增长，第二次这样修行又会成倍的增长。因为对境是无量无边的众生，作意是愿一切众生离苦得乐，离苦是离开苦因苦果，得乐是愿他们得到善因善果。从这方面观察，对境是无量无边的，给予的资具也是暂时和究竟的安乐。如果真正能够这样回向、发愿和修行自己的心智越来越成熟，福德越来越增长，业障越来越消减，最后很快就会成佛，这是菩萨行的方便。

### 【菩萨如是所修回向，虚空界尽，众生界尽，众生业尽，众生烦恼尽，我此回向无有穷尽。念念相续，无有间断。身语意业，无有疲厌。】

乃至于虚空界尽、众生界尽、众生业尽、众生烦恼尽，菩萨所修的回向也是没有穷尽的，一直这样普作回向。

“念念相续，无有间断”，就是在每一念相续当中没有间断地回向，有时是回向善根。如果修持菩萨行、自他相换也可以回向，就这样念念相续无有间断。自己的身语意业也是无有疲厌，一直发起猛厉的心做回向。因为回向的时候，如果心量过于狭隘，自己的善根就会有所保留，没办法作彻底地回向，从这方面观察，必须要通达菩萨行的精华和普贤行愿的愿相，然后才会知道怎样去回向，以及为什么要做回向等等，这样我们每次回向的时候，都会诚心诚意地将自己此次所获得的一切善根没有任何条件地回向一切众生，愿一切众生都能获得无上菩提的安乐。

每天我们都有很多次回向的机会，如果不了知善巧回向，这次的善根也许就不圆满、空耗了；如果能够把这个修法牢牢记在心中，回向的时候，第一个念头就是我这个善根无条件回向给一切众生，愿一切众生能够成佛，否则只是说我这个善根回向给一切众生，不知道回向给一切众生干什么，实际上回向一切众生的愿相就不圆满了。如果把我的善根回向给一切众生，愿他们离苦得乐、究竟成佛，就是比较圆满的回向。我们以后的观想作意，回向应该比较圆满，一方面是为了利益众生，一方面也是为了一切众生能够究竟成佛。

下面开始讲这个利益。

### 【善男子，是为菩萨摩诃萨十种大愿，具足圆满。】

普贤菩萨告诉我们，以上讲完了菩萨摩诃萨的十种大愿，大菩萨十种圆满的大愿具足圆满了。

### 【若诸菩萨，于此大愿，随顺趣入，则能成熟一切众生，则能随顺阿耨多罗三藐三菩提，则能成满普贤菩萨诸行愿海。】

如果有菩萨对于十大愿王，首先能够听闻接受，在生起定解之后“随顺趣入”，如果真正能够随顺趣入修行，最终能够成熟一切众生。因为愿王中讲到并不是要令自己怎样获得安乐，主要是为了打破我执而为了一切众生所作的殊胜回向，最终自己的愿力成熟之后，真实能够利益一切众生，成熟一切众生的相续。

“则能随顺阿耨多罗三藐三菩提”，这个愿望一方面可以随顺阿耨多罗三藐三菩提，一方面令众生能够随佛果，自己也能随顺佛果。“则能成满普贤菩萨诸行愿海”，“成满”是成熟圆满，或者成就圆满普贤菩萨一切行愿海。成熟之后于十方三世当中的一切地方，都能对一切众生作彻底的饶益，最终如果菩萨能够对一切众生做饶益，亲手将众生安置在佛地，对菩萨来讲是就最兴奋不过的事情。菩萨最初因为不堪忍受众生痛苦的缘故而发愿度化众生，最后真正能够将众生安置在解脱地，内心的欢喜是没办法宣讲的，所以最终还是为了度化众生发愿回向的。

### 【是故善男子，汝于此义，应如是知。】

善男子对于这种利益或者最终含义应该如实的了解，知道了利益之后，自己也会诚心诚意地投入到修行十大愿王的行列中，这是很关键的。

今天这节课就讲到这里。

## 所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

## 托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

## 杰嘎纳齐瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

## 哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度如海诸有情