

《入菩萨行论》讲记

寂天菩萨 造论

济群法师 讲述

第十品 · 回向

第五十八课至第六十课





【五十八课】

《入行论》立足于菩提心教法，践行菩萨道，包含了大乘佛法的完整修行。全论共分十品，从开始的赞叹菩提心利益，到如何发菩提心、行菩萨行，及最后的回向，蕴含了修行的初中后三个阶段。发心是初，菩萨行是中，回向是后。大乘一切修行都蕴含着初善、中善、后善三部分，这是确保行者不偏离菩提道的保障。菩萨道是成佛之路，我们从发心开始，以帮助众生觉醒为目标。然后通过六度等菩萨行，将发心落到实处。回向意味着时时提醒自己——我要走向觉醒，以利益众生、帮助众生离苦得乐作为尽未来际的目标。这不是空话，不是口号，而是在面对每个众生时，生起真切的利他心，决不忘失初心。

认识到回向的重要性，就要把这一修行贯彻到每个当下。从如何发菩提心、受持愿菩提心，到修习布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧，每一部分都是菩萨道的重要组成，每个项目都要回向。我们最常念的回向文是“愿以此功德，普及

于一切，我等与众生，皆共成佛道”。这就是大乘回向，是立足于大乘精神，将所修一切功德导向菩萨道。

除了总的回向，还要有针对性地向六道众生。“回向品”中，首先是把功德回向地狱、饿鬼、畜生三恶道众生，然后是人道、天道的众生。面对一切众生都能真诚地生起慈悲心和利他愿，希望他们离苦得乐，走上觉醒之道。除了六道众生，还要把功德回向给声闻、缘觉、菩萨，希望他们早日成就解脱，圆满利他事业。总之，“回向品”是对修行功德的一一落实，不仅对修行意义重大，也对我们改变心行非常重要。

什么是回向？用现代的话说，就是把我们的财富指向某个目标，比如赚了很多钱，是用来买房子、买汽车或是干什么。作为学佛人，我们发菩提心，修习六度万行，积累种种成佛资粮，怎么使用这些功德？凡夫都有强烈的我执——这个功德是我的，是为了我有更多的福报，更好的修行条件，或是为了我将来成佛。总之，处处以自我为中心，不管世间的事业，还是出世间的修行，考虑的只是我，所做一切都是为我服务。

如果处处为自己着想，即使做的是布施等善行，成就的还是凡夫心。佛法修行的核心是破除我执，任何事都不例外。我经常说，学佛是要完成生命中心的转变，从以自我为中心，转向以三宝为中心，以众生为中心。回向就是帮助我们完成

中心的转变——所有修行都不是为了我，而是为了一切众生。当我们这样回向时，就是在完成无我的修行，慈悲的修行，没有我，只有众生。

另一方面，我们虽然说要发菩提心，行菩萨行，可因为无始以来的我执，对众生其实是没感觉的。当我们面对现实中一个个具体的众生时，内心往往封闭而坚硬，不能真正将他们和自己视为一体，心生悲悯。回向就是把发菩提心的愿望和菩萨行的内容，落实到每一个众生。通常，我们对众生多少会有一些负面情绪，这是生起慈悲心和菩提心的障碍。回向可以帮助我们改变心态，通过对众生痛苦的观察和思考，对他们从理解、同情、接纳，到主动帮助，最后是无条件的帮助。如果不通过具体实践，我们虽然学了很多大乘经典，喊着发菩提心的口号，往往只是说法而已，所以回向对修习菩萨道非常重要。本品共 58 个偈颂，这不仅是寂天菩萨的回向，也是每个菩萨道行者应该效仿的。我们看寂天菩萨是如何将修行功德一一回向，落到实处的。

一、总回向

1. 造此《入行论》，所生诸福善，
回愿诸众生，悉入菩萨行！

“造此《入行论》，所生诸福善。”寂天菩萨造《入行论》，全面开显了大乘慈悲济世的精神。我觉得，本论对于汉传佛教弘扬大乘精神具有重要作用，功德无量无边，给他自己 and 世界都带来巨大的利益。当然这是寂天菩萨的回向，对我们来说，可以改为“学此《入行论》”。我们学习、弘扬本论，修习种种善法，由此成就的一切福报、功德和利益，究竟用它来做什么？

“回愿诸众生，悉入菩萨行。”寂天菩萨造《入行论》，目的是引领众生走上菩萨道，所以回向也蕴含造论的初衷。我们修学本论，同样要把由此成就的功德利益回向众生，希望他们都能走上菩萨道。

尤其对汉传佛教徒来说，这个问题尤其重要。我们学习大乘经论，了解大乘的见地、理论、思想，是否意味着在学做菩萨呢？其实未必。如果不能充分意识到菩提心的意义，没有真正发起菩提心，就会缺少积极利他的慈悲精神。长久以来，我们的修学更多是以空性见为重点，没有对菩提心引起重视。《入行论》通篇围绕菩提心，从赞叹菩提心功德，到如何生起菩提心、实践菩提心，次第深入，对修学具有重要的指导作用，可以让我们充分认识菩提心的价值，进而落实到心行。

菩提心是大乘佛法的核心，也是区别于声闻乘的不共所

在。只有真切发起菩提心，才是走上菩提道的标志。否则，不论学多少大乘经论，都不能算是入大乘门，能把这部论学透，发心专弘本论，不论对个人修行还是弘扬佛法，都有不同寻常的作用，意义重大。我长期从事弘法，很清楚个人修行最缺乏的是什么，佛教界最薄弱的是什么，所以这个建议是很中肯的。

二、别回向

别回向，是如何把回向指向具体目标，其中又有总别之分。对修行来说，愿望越具体，越容易引起共鸣。否则就容易流于泛泛，虽然那么说着，但所缘目标太大，说得很空洞，没感觉。

（一）回向他利

1. 总愿离苦得乐

2. 周遍诸方所，身心病苦者，

愿彼因吾福，得乐如大海！

3. 愿彼尽轮回，终不失安乐！

愿彼皆获得，菩萨相续乐！

我们首先把修行功德回向法界众生，希望他们离苦得乐，

这是人类乃至一切众生的共同希求。可以说，众生的生存目标就是摆脱痛苦，获得幸福。我们看寂天菩萨怎么回向。

“周遍诸方所，身心病苦者。”周遍是东西南北、十方上下，诸方所是一切地方。众生不幸福的原因，无非是身病和心病。一方面是身体疾病带来的痛苦，一方面是贪嗔痴心病带来的烦恼，如果身心不健康，我们就别想幸福。寂天菩萨为法界所有被身心病苦折磨的众生带去祝福。

“愿彼因吾福，得乐如大海！”希望众生因为我的修行功德和福报，远离身心病苦，得到大海般深广的幸福和快乐。这个回向不只是寂天菩萨的，包括每个践行菩萨道的人，都应该这样回向。我们所修的一切功德，原来是为了自己过得幸福，现在接受了大乘教法，发起菩提心，意味着要把自己的一切奉献给众生，不仅是把所修功德奉献给众生，甚至要全身心地为众生活着。

“愿彼尽轮回，终不失安乐！”究竟是得到什么快乐呢？世间有各种快乐，包括健康和不健康的，暂时和永久的，究竟和不究竟的。世人只看到眼前的快乐，但寂天菩萨希望众生得到现实和究竟的快乐。这两句是说现实的快乐，菩萨希望众生身处轮回时，始终不失去短暂的世间之乐。比如能生到善道，摆脱种种不幸和痛苦，拥有健康、美貌、感情、眷

属、朋友，拥有良好的生活条件，总之，一切都很好。

“愿彼皆获得，菩萨相续乐！”菩萨不仅希望众生得到轮回中的短暂快乐，更希望他们走上菩提道，通过修行获得菩萨的相续乐，那就是涅槃、解脱、觉醒的快乐，以及在利益众生过程中，由慈悲心产生的快乐。菩萨道所说的离苦得乐，是让众生解除烦恼，彻底离苦，走上觉醒之道，这样才能得到究竟的快乐。否则，世间任何快乐终归是短暂的。

前面讲到总的回向。希望将我们的修行功德回向众生，愿一切众生离苦得乐。接着是别愿，对具体众生一一回向。《入行论》中，回向范围包括三恶道、人天乘到声闻、缘觉、菩萨。回向不是一个抽象、笼统的愿望，而要面对具体的所缘。只有对他们真正生起慈悲，才会发自内心地希望——我要为他好，要为改善他的生命做些什么。也就是说，需要面向具体对象一一观修。如果不做这样的观修，结果往往是说一套做一套。因为说起来比较容易，说多了就以为自己做到了，其实做起来并没有那么简单。在这一部分，寂天菩萨就是引导我们具体落实。

2. 别愿除恶趣苦

首先，需要把我们发菩提心、行菩萨行的功德，回向给

地狱众生，愿他们消除痛苦。这部分内容分为两点，一是以自己的修行功德回向地狱众生，二是祈求佛菩萨加持，为地狱众生解除痛苦。

(1) 愿除地狱苦

第一，自然除

4. 愿诸世间界，所有诸地狱，
彼中众有情，悉获极乐喜！
5. 愿彼寒狱暖！亦愿菩萨云，
飘降无边水，清凉炙热苦！
6. 愿彼剑叶林，悉成美乐园！
铁刺树枝干，咸长如意枝！
7. 愿狱成乐园，饰以鸱鹅雁、
悦音美飞禽、芬芳大莲池！
8. 愿煨成宝聚，烧铁成晶地！
怖畏众合山，成佛无量宫！
9. 岩浆石兵器，悉成散花雨！
刀兵相砍杀，化为互投花！
10. 陷溺似火燃，无极大河众，
皮肉熔蚀尽，骨露水仙白。
愿彼因吾福，得获妙色身，
闲浴天池中，天女共悠游！

第一，希望以我们修行积集的福德，消除地狱一切众生的痛苦。

“愿诸世间界，所有诸地狱。”诸世间界就是三界，不只是我们这个小世界，还有中千世界、大千世界。三千大千世界才是一位佛陀的教化范围，而在十方世界，还有无量无边的三千大千世界。其中不仅有净土，还有地狱，最极端的是八热和八寒地狱。在八热地狱中，有复活狱、黑绳狱、众合狱、号叫狱、大号叫狱、烧热狱、极烧热狱、无间狱，烈火熊熊燃烧，销铜熔铁，众生被烧灼之苦所折磨。八寒地狱中，有具疱狱、疱裂狱、紧牙狱、阿啾啾狱、呼呼地狱、裂如青莲花地狱、裂如红莲花地狱、裂如大红莲花地狱，其特点是极致的冰冻，众生被冻得皮开肉绽。此外还有近边地狱等，都是代表种种痛苦的折磨。我们看战争电影中，有人被抓去审讯时，那种刑罚就像地狱一般，当然惨烈程度还远不及地狱。在当下的人间，也有不少人在遭受身心痛苦的折磨，生不如死。

“彼中众有情，悉获极乐喜！”我们了解到地狱众生的痛苦，通过观想感同身受，唤起内在的同情、怜悯、慈悲之心，希望把所修功德回向给他们。这个偈颂是对地狱众生总的回向，希望地狱变成天堂，身处其间的众生能摆脱痛苦，获得极乐世界般的快乐。下面是具体的回向。

“愿彼寒狱暖。” 我们希望在寒冰中受冻的地狱众生能得到温暖。在八寒地狱中，众生身处冰天雪地，冻到身上长出巨大的冻疮，然后像莲花般裂开。当我们设身处地体会那种痛苦，哪怕能感受到万分之一，都会对他们生起真切的同情，发自内心地希望，能以修行功德改变他们的现状，使他们得到温暖，也愿意为改变他们的命运作出努力。

“亦愿菩萨云，飘降无边水，清凉炙热苦！” 我们希望十方菩萨以他们积集的广大福德，化作清凉的甘露，飘洒而下，熄灭八热地狱的熊熊烈火，让那些被煎、被烤、被烧的苦难众生得到清凉。地狱火是由众生的业力感得，一般的水浇不灭，所以要祈请菩萨，以他们的福德资粮降下甘露。如果我们体会到众生在八热地狱遭受的痛苦，怎么忍心旁观？就会发自内心地希望，以自己所修的功德去帮助他们改变命运。

“愿彼剑叶林，悉成美乐园！铁刺树枝干，咸长如意枝！” 无间地狱四边各有四个地狱，一是塘煨坑，其中是烧得极热的草木灰，看去似乎没什么，但踏进去立刻把皮肉烧烂了。二是尸粪坑，其中长了各种各样的虫，人只要落下去，全身的肉就被虫吃了。三是利刃园，地上插着利刃，人走进去就会体无完肤。四是剑叶林，树叶长得像剑一样，只要一碰上，剑叶就会插到人身上。众生从无间地狱逃出之后，四处逃散，

又进入这些地狱，被狠狠折磨一番。我们想到这样惨绝人寰的地狱处境，感受到地狱众生的无尽痛苦，就会生起真切的同情和慈悲之心，希望以修行功德回向给他们，帮助他们转变处境。希望剑叶林能变成赏心悦目的花园，而那些长满利刺的铁树都变成如意树，让众生在美妙的园林中安享快乐。

“愿狱成乐园，饰以鸥鹅雁、悦音美飞禽、芬芳大莲池！”在阿鼻地狱和近边地狱中，有恐怖的吃人鸟兽，给地狱众生带来折磨。我们观想他们的悲惨处境，生起深深的同情，希望地狱变成乐园，在美丽的奇花异草中，点缀着珍稀的鸥鸟、天鹅、鸿雁，发出美妙动听的音声，还有芳香四溢的大莲花池。

寂天菩萨的描写很有诗意，但我们看了可能会想：这到底现实不现实？地狱是不是通过回向就能改变？我们有没有能力改变？其实这里的关键在于，通过相应观想，可以使我们对地狱众生生起真切的慈悲，改变对他们的不良心态。现实中，我们对犯罪者往往冷酷无情，看到他们受惩罚时，会有一种痛快，甚至是幸灾乐祸的心理，觉得这些人总算受到惩罚了，罪有应得，根本不值得同情。从修行来说，这是一种不良心态。寂天菩萨的引导，可以使我们克服对犯罪者的不良心态，对他们培养慈悲心。当我们真切地把所修功德回向给他们，发愿改变他们的处境，希望帮助他们走向觉醒，

首先可以改变自己的心，然后把这种愿望传递给众生。如果更多人都有这样的愿望，世界一定是可以改变的。

“愿煨成宝聚，烧铁成晶地！”我们观想地狱众生正在火热的塘煨坑受苦，真切希望以自己的修行功德，帮助他们转变恶劣处境，让充满炭灰的塘煨坑变成珍宝盆。八热地狱中，众生在滚烫的铁板上被烧被烤。想到这样的痛苦，我们要生起同情和慈悲，希望把修行功德回向给他们，让滚烫的铁板变成清凉的水晶地。

“怖畏众合山，成佛无量宫！”众合地狱众生所受的苦，是当他们走到山沟时，两座山会合起来，把他们夹成肉泥肉饼。我们观想这样的惨状，生起悲悯心，希望众合山转变成诸佛菩萨的庄严宫殿。

“岩浆石兵器，悉成散花雨！”在复活地狱中，到处往下掉落岩浆、火石、刀剑，地狱众生被砸得伤痕累累，死去活来。当我们想到地狱众生在这种处境下受苦受难，真切希望能帮助他们，发愿把修行功德回向给他们，让岩浆、火石、刀剑化为缤纷的花雨。

“刀兵相砍杀，化为互投花！”地狱众生不仅要遭受环境和刑具的折磨，彼此也会互相伤害。因为他们嗔心很重，就会用刀剑互相砍杀，苦上加苦。看到这种情况，我们要生起

同情和慈悲，希望以修行功德回向给他们，让相互砍杀的刀剑，变成互相投掷的花朵。

“陷溺似火燃，无极大河众，皮肉熔蚀尽，骨露水仙白。”接着是描写陷溺在无极大河的有情，其中有滚烫的熔浆，狱卒不断用叉子把罪人扔到河中，使其皮肉分家，熔蚀殆尽，全身只剩下水仙般惨白的骨头。想到这样惨不忍睹的景象，我们要生起同情和慈悲，希望把修行功德回向给他们，帮助他们改变命运。

“愿彼因吾福，得获妙色身，闲浴天池中，天女共悠游！”希望地狱众生因为我的修行功德和福报，得到天人那样美妙的色身，沐浴在天池中，和天女一起悠游，享受天人般的快乐。

在学佛之前，我们会觉得地狱众生和自己毫无关系，对他们没有任何感觉。现在我们要发起菩提心，就要通过观修，对众生的痛苦感同身受，由此生起同情和慈悲，想尽办法地帮助他们改变处境。真正具备这样的愿望，才是有效的回向，而不只是一个说法。这点非常重要。

第二，因菩萨而除

第二，祈请菩萨加持，为地狱众生解除痛苦。在修行过程中，我们常常感到自己力量不足，所以要祈请诸佛菩萨，以他们的慈悲和智慧帮助三恶道众生。这里祈请了金刚手菩

萨、观音菩萨、文殊菩萨、普贤菩萨，乃至无量无边的菩萨。希望通过这些菩萨的加持，令地狱众生摆脱痛苦，唤起内心觉醒、慈悲等良性潜质，这样才能究竟离苦得乐。否则的话，外在加持的作用是有限的。

11. 云何狱中隼、卒鹜顿生惧？

谁有此妙力，除暗生欢喜？

思已望空际，喜见金刚手。

愿以此欣喜，远罪随密迹！

12. 愿狱有情见，香水拌花雨，

自天迅飘降，熄灭炽狱火！

安乐意喜足，心思何因缘？

思时望空际，喜见圣观音！

13. 愿狱众有情，欢呼见文殊：

友朋速来此！吾上有文殊，五髻光灿灿，

已生菩提心，力能灭诸苦，

引乐护众生，令畏尽消除，谁愿舍彼去？

14. 彼居悦意宫，天女齐歌颂，

着冠百天神，齐礼莲足前，

花雨淋髻顶，悲泪润慈目。

15. 复愿狱有情，以吾善根力，

悉见普贤等，无碍菩萨云，

飘降芬芳雨，清凉复安乐。

见已彼等众，由衷生欢喜！

“云何狱中隼、卒鹫顿生惧，谁有此妙力，除暗生欢喜？”
这个描写看似文学化，其中蕴含着菩萨的巨大悲心，也蕴含着慈悲修行的重要内容。让地狱众生感到惊讶的是：为什么狱卒和鹰鹫等恶鸟突然恐慌起来？谁有这样的神妙力量，能消除地狱的黑暗，使狱卒、刑具不起作用，让受苦有情充满欢喜？谁的力量能让地狱产生这些改变？

“思已望空际，喜见金刚手，愿以此欣喜，远罪随密迹！”
当他们这样想的时候，抬头望向空中，看到金刚手菩萨金光闪闪地屹立在虚空。因为他的威神力，使地狱从黑暗变得光明。这是论主寂天菩萨祈请金刚手菩萨加持，令地狱众生当下离苦。同时也希望这些受苦有情对菩萨生起欣喜和虔诚之心，远离罪业，常随菩萨修行，改变未来命运。

“愿狱有情见，香水拌花雨，自天迅飘降，熄灭炽狱火！”
我们也要祈请观音菩萨帮助地狱众生改变处境，离苦得乐。观音菩萨对众生充满慈悲，手持甘露杨枝，救苦救难。我们祈请观音菩萨在地狱洒下甘露，希望众生看到的不是刀剑、石头、岩浆，而是香水拌着花雨，从天而降，熄灭八热地狱的火焰。

“安乐意喜足，心思何因缘？思时望空际，喜见圣观音！”
香水花雨从天上飘下，让地狱众生充满欢喜，同时也感到惊

讶：怎么世界突然变了？怎么从地狱变成了天堂？当大家望向天上时，发现观音菩萨正站在空中，往地狱遍洒甘露。我们祈请菩萨慈悲加持，前提是对地狱众生有着真切的同情和慈悲，才会至诚恳切地祈请，而不是有口无心，也不是口号式地敷衍了事。当我们这样祈请时，就在完成慈悲心的修行。

“愿狱众有情，欢呼见文殊：友朋速来此！吾上有文殊，五髻光灿灿，已生菩提心。”文殊菩萨代表智慧的圆满成就。我们真切祈请文殊菩萨，以他的智慧力为地狱众生消除痛苦，希望地狱有情能兴高采烈地见到文殊菩萨，招呼朋友一起拜见文殊菩萨，让受苦有情有机会亲近菩萨。文殊菩萨头上的五髻金光灿灿，是早已经圆满菩提心的大菩萨，对众生充满悲心。四大菩萨虽有不同偏重，如大悲观音、大智文殊、大行普贤、大愿地藏，但他们都具有悲智两种基本品质，否则就不能称为菩萨。

“力能灭诸苦，引乐护众生，令畏尽消除，谁愿舍彼去？”文殊菩萨有大智慧、大慈悲，有能力引导众生消除痛苦，带领众生从迷惑走向觉醒，消除一切怖畏，究竟安乐。像这样的菩萨，所有众生都想亲近，谁愿意舍他而去呢？我们祈请菩萨加持，不仅帮助地狱众生解决眼前痛苦，还要帮助他们究竟离苦，走上觉醒之道，得到涅槃安乐。

“彼居悦意宫，天女齐歌颂，着冠百天神，齐礼莲足前，花雨淋髻顶，悲泪润慈目。”这是对文殊菩萨的进一步描述。文殊菩萨代表着智慧的成就，是空宗和般若思想的本尊，所以中观系统特别推崇文殊菩萨。菩萨坐在赏心悦目的宫殿中，众多天人和天女正在齐声赞颂菩萨的功德，还有数百位戴着华冠的天帝在礼敬菩萨。菩萨所在的宫殿花雨缤纷，纷纷洒落在菩萨头顶的发髻上。在菩萨的眼中，饱含对众生无限慈悲的泪水。

“复愿狱有情，以吾善根力，悉见普贤等，无碍菩萨云，飘降芬芳雨，清凉复安乐。见已彼等众，由衷生欢喜！”我们以修行功德回向地狱众生，希望他们因为我的修行善根，见到普贤等诸大菩萨。我们还要祈请普贤、地藏等诸大菩萨加持，以他们无碍的能力在天空布满祥云，飘降甘露法雨，为地狱众生消除热恼，令他们身心清凉，充满安乐。希望见到这些菩萨的地狱有情，都能由衷地生起欢喜心。

我们这里祈请了金刚手菩萨、观音菩萨、文殊菩萨、普贤菩萨，他们是十方三世诸大菩萨的代表。我们看到地狱众生受苦，希望帮助他们离苦得乐，以至诚心祈请菩萨加持，改变他们的痛苦现状。这种祈请本身就是慈悲心的修行。



【五十九课】

回向是对菩提心的检验。我们是否愿意把一切修行功德回向众生，是否愿意帮助众生解除痛苦？只有真正生起菩提心，我们才会主动把拥有的一切奉献给众生，为众生服务。从另一方面，它也包含对菩提心的落实和提醒。虽然我们已发起菩提心，但力量非常薄弱，所以每做一件善行都需要强化愿心，时时想着——我愿把所做一切回向众生，愿意尽未来际，为了众生离苦得乐而努力。不仅让众生远离现世痛苦，得到现世快乐，同时也让他们究竟离苦，究竟快乐。

是否具备这样的愿望，代表我们在菩萨道修行上达到什么程度。如果仅仅把发心作为平常念诵的内容，很容易流于说法，只是那么说着，却没有落实到行动中。所以寂天菩萨在“回向品”中把这些内容具象化，把它落实到每一种心行，每一个当下，乃至每一个众生身上，对所有众生都能具足菩提心，愿意为他们的离苦得乐付出一切。

(2) 愿除鬼畜苦

通过对地狱道痛苦的思维，我们对地狱众生起了同情心，这点非常重要。只有对他们的痛苦感同身受，我们才愿意把一切修行功德回向给他们，希望帮助他们改善当下的痛苦状况。接着，还要把功德回向给旁生道、饿鬼道众生。

16. 愿彼诸旁生，免遭强食畏！

复愿饿鬼获，北俱卢人乐！

17. 愿圣观世音，手出甘露乳，

饱足饿鬼众，永浴恒清凉！

“愿彼诸旁生，免遭强食畏！”我们要把修行功德回向给旁生道的众生，希望帮助他们摆脱旁生的痛苦，免遭被吞食的怖畏。旁生就是动物，都有弱肉强食之苦。虽说达尔文的“物竞天择，适者生存”未必是真理，但自然界确实存在这种现象。此外，不少人认为动物天生就是给人吃的。我们到菜市场、屠宰场去看看，实在是惨不忍睹。事实上，每个动物都和我们一样，也具有独立的生命，也有爱恨情仇，也会贪生怕死。我们通过换位思考，就会对动物的痛苦生起深深的同情心和同理心——如果你是它，会有什么感觉？当我们没有同理心时，可能没有任何感觉，也难以生起慈悲心。所以

慈悲心需要换位思考，需要感同身受，这样才会真心希望把修行功德回向给它们，为改善它们的生存条件而努力。

“复愿饿鬼获，北俱卢人乐！”接着把功德回向给饿鬼。他们永远处在饥饿的状态，承受饥饿的煎熬，却什么也吃不下去。我们思维这样的痛苦，体会他们的感受，从而生起同理心，真诚希望将修行功德回向给他们，帮助他们改变处境，希望他们获得北俱卢洲众生那样的快乐。在北俱卢洲，人寿能达到一千岁，衣食无忧，没有任何灾难。

“愿圣观世音，手出甘露乳，饱足饿鬼众，永浴恒清凉！”在回向地狱众生的部分讲到，如果感到自己力量有限，可以祈求十方诸佛菩萨加持。对饿鬼也是同样，我们祈求观音菩萨加持，愿观音菩萨手上能洒出甘露乳，让饿鬼得以饱足。饿鬼因为业力所致，咽喉像针一般细小，或是得到任何食物都会变成火，即使有食物也无法下咽。在这种情况下，只有菩萨甘露乳的强大威力，才能使他们远离热恼，身心永远清凉。

对三恶道众生的回向，重点是如何摆脱三恶道痛苦，不仅是暂时摆脱痛苦，还要究竟摆脱痛苦，否则他们就会继续造业，最终还是落入恶道。所以我们要把功德回向三恶道众生，希望他们走上觉醒之道。佛法的核心目标是离苦得乐，可以说，和众生的核心目标是相同的。怎样才能究竟远离痛

苦，得到快乐？必须走出迷惑泥潭，走上觉醒之道。我们弘扬佛法，目的也在于此。

3. 回向人天善趣

三恶道众生似乎和我们隔了一层，人天道，尤其人道众生离我们就更近了，所以这部分也是“回向品”的重点。其中包含现世乐和究竟乐，分为四点，一是帮助他们摆脱痛苦，二是帮助他们得到人间圆满的快乐，三是帮助他们发菩提心，走上生命觉醒之道，四是让社会变成净土。

(1) 愿离众苦

- 18. 愿盲见形色，聋者常闻声！
如彼摩耶女，孕妇产无碍！
- 19. 愿裸获衣裳，饥者得足食，
渴者得净水、妙味诸甘饮！
- 20. 愿贫得财富，苦者享安乐！
愿彼绝望者，振奋意永固！
- 21. 愿诸病有情，速脱疾病苦！
亦愿众生疾，毕竟永不生！
- 22. 愿畏无所惧，缚者得解脱！
弱者力强壮，心思互饶益！

23. 愿诸营商贾，处处皆安乐！

所求一切利，无劳悉成办！

24. 愿诸航行者，成办意所愿，

安抵河海岸，亲友共欢聚！

25. 愿迷荒郊者，幸遇诸商旅，

无有盗虎惧，无倦顺利行！

26. 愿天慈守护，无路险难处，

老弱无怙者，愚痴颠狂徒！

我们要看到众生的种种痛苦，对他们生起慈悲心，愿意把修行功德回向给他们，努力改变他们的不良处境。

“愿盲见形色，聋者常闻声！”世间有各种痛苦。我们看看医院中，多少人因为身体或心灵的疾病，备受折磨。我们看到那些盲者，想象如果自己眼睛瞎了，什么都看不到，将会多么痛苦，从而对他们生起同情心，希望他们能重见光明。我们看到那些聋者，想象如果自己耳朵聋了，什么都听不到，将会多么难受，从而对他们生起同情心，希望他们有机会能听到一切。

“如彼摩耶女，孕妇产无碍！”在过去，妇女生孩子的风险很高，不少人生着生着就难产死了。我们想到这些痛苦，对她们生起同情心，希望把修行功德回向给她们，希望所有孕妇生产时没有任何障碍，就像佛母摩耶天女一样。

“愿裸获衣裳，饥者得足食，渴者得净水、妙味诸甘饮！”
再看看那些贫穷的地方，人们物质匮乏，饥寒交迫。我们真切希望，那些穷得衣不蔽体的人能穿上新衣，忍饥挨饿的人有充足的饮食，干旱缺水地区的人能得到清洁的用水，喝到美味的饮品。现在还有很多地方极度贫困，我们可以通过报道或实际走访去了解这些现象，切身感受这些痛苦之后，才能对他们生起同情心，希望把修行功德回向给他们，努力为他们改善环境。

“愿贫得财富，苦者享安乐！”我们希望那些贫苦的人不仅有吃有喝，还能得到丰饶的财富，解除身心痛苦和物质匮乏，生活安乐。当然有些人虽然贫穷，但安贫乐道，也能过得很好。但对大多数人来说，贫困确实会让人苦不堪言。我们要通过对他们处境和心态的观察，生起同情心，把功德回向给他们，希望他们改变生活处境。

“愿彼绝望者，振奋意永固！”现在有不少人得了抑郁症，一蹶不振，或是事业、感情受到打击后感觉绝望，觉得活着一一点意义都没有。对于这些失去信心、走投无路的绝望者，我们要对他们心生同情，把功德回向给他们，希望他们对生活重拾信心，并为改善他们的生存状态而努力。

“愿诸病有情，速脱疾病苦！”现在很多医院人满为患，

我们要去体会患者和家属的痛苦，生起同情心，希望他们尽快摆脱病苦。包括身边的病者，也包括世上所有病者，都愿意把功德回向给他们，尽己所能地帮助他们，使他们身心健康地活着。

“亦愿众生疾，毕竟永不生！”我们衷心希望，众生所有的疾病再也不会发生，愿他们身体健康，不受病苦折磨。

“愿畏无所惧，缚者得解脱！”前面所说是偏向生理、身体的疾病，这里是偏向心理的疾病。很多人为什么过得不开心？就是有心理疾病，身心饱受折磨。比如有些人非常胆怯，总是缺乏安全感，希望这些人不再恐惧。缚者有不同含义，可以理解为被捆绑的人，也可以理解为贪嗔痴构成的束缚。不论哪种情况，都希望他们得到解脱，自由自在。

“弱者力强壮，心思互饶益！”弱者也是同样，可以理解为体质虚弱的人，也可以理解为内心怯懦的人，希望他们身体健壮，内心强大。同时希望大家都能心存善意，互爱互助。现代人有种种心理问题，恐惧、焦虑、没有安全感，我们要体会这些人的痛苦，生起同情心，发自内心地把功德回向给他们，希望他们改善这种状态，愿意为帮助他们而努力。

“愿诸营商贾，处处皆安乐！所求一切利，无劳悉成办！”商贾就是做生意的人。过去做生意往往要去远方贸易，途中

会遇到各种不测。今天的商场虽然没有那些危险，但竞争激烈，做生意不仅劳心劳力，还要承担亏损、破产的风险。我们需要体会他们的痛苦，把功德回向给他们，希望他们处处安乐，走到哪里都能顺利、吉祥、平安，不必太辛苦就能得到利益，心想事成。

“愿诸航行者，成办意所愿，安抵河海岸，亲友共欢聚！”过去做贸易往往需要海上航行，在科技不发达的年代，航行风险很大，一是可能因为天灾而翻船，一是可能因为海盗等人祸而遭难。陆路同样困难重重，比如走丝绸之路要经过沙漠等险恶地段，除了自然灾害，还有野兽横行，盗匪出入。一旦遇到危险，不仅赚不到钱，很可能丢了性命。所以我们要对这样处境的人生起同情，把修行功德回向给他们，希望他们顺利成办要做的事，平安归来，和亲友欢聚。

“愿迷荒郊者，幸遇诸商旅，无有盗虎惧，无倦顺利行！”过去没有全球定位系统，如果走在沙漠等险恶地区时不幸迷路会怎样？肯定觉得恐慌，而且有生命危险。我们要对他们生起同情心，把功德回向给他们，希望他们能遇到商队而获救。同时不要被狮子、虎狼等野兽伤害，在旅途中一路顺利，身心都不感到疲倦。

“愿天慈守护，无路险难处，老弱无怙者，愚痴颠狂徒！”

愿仁慈的天神、天龙八部，能以慈悲之心，保护那些走在无路荒野及险处的人，或是老弱没有依靠的人，还有愚痴、颠狂的人。对于世间的可怜众生，我们愿意把自己的功德回向给他们，同时希望善神对他们心生慈悲，帮助他们摆脱困境，远离痛苦。

总之，回向对象包括所有众生，如贫穷的人、有身心疾病的人、做生意的人，等等。前提是对他们生起慈悲心和同情心，这样才会真心帮助他们，把功德回向给他们，努力为改变他们的生存状态做些什么。我们能不能真诚回向，既是检验慈悲心和菩提心，同时也在修习慈悲心和菩提心，将此落到实处。佛经说，菩萨看到每个众生就像独生子女一样。具备这样的认知，我们一定会真心希望把功德回向给众生。否则的话，所谓的回向很容易流于说法。这是我们需要共同努力的。

（2）愿得人间圆满

希望世人远离种种痛苦后，寂天菩萨接着讲述“愿得人间圆满”。这还是离不开慈悲心。只有真正生起慈悲，才会希望身边人乃至所有众生得到快乐，这一愿望才会真切而有力量。就像父母希望儿女快乐，这种愿望是发自内心的，特别

强大。而对那些和自己无关的人，很多人会觉得，他的好坏和我有什么关系？他的死活和我有什么关系？如果没有慈悲，我们很难设身处地去关爱众生，也不会把修行功德回向给他们，更不会为此付出努力。能够生起这样的愿望，付出这样的努力，必须有一份真切的慈悲之心。

27. 愿脱无暇难，具信慈爱慧，

食用悉富饶，时时忆宿命！

28. 受用愿无尽，犹如虚空藏！

无诤亦无害，自在享天年！

29. 愿卑寒微士，容光悉焕发！

苦行憔悴者，健朗形庄严！

30. 愿世娇弱女，悉成男子汉！

寒门晋显贵，慢者转谦逊！

31. 愿诸有情众，因吾诸福德，

悉断一切恶，常乐福善行！

“愿脱无暇难，具信慈爱慧。”无暇即八无暇，分别是盲聋喑哑、生在佛前佛后、三恶道等。我们认识到无暇人身的痛苦，有暇人身的价值，祈愿所有众生都能得到圆满有暇之身。同时愿意把我们的功德回向给众生，希望他们断除一切恶业，具备健康的信仰，以及慈悲、智慧等良好品德和精神财富。

“食用悉富饶，时时忆宿命！”我们希望众生具足物质财富，衣食无忧，进而了解生命因果，知道自己曾因不善行导致人生苦果，又因善行感得良好结果。忆宿命的重点，在于对因果深信不疑。只有看清因果，我们才能正确选择心行，知道做什么才能给生命带来究竟利益。这些是圆满人身应该具备的，我们发心帮助众生得到这些条件。

“受用愿无尽，犹如虚空藏！”这里讲的还是物质条件。愿一切众生的衣食受用源源不断，就像修成虚空藏三昧一样，取之不尽，用之不竭，永远不存在匮乏和困难。

“无诤亦无害，自在享天年！”我们希望众生在世间有和谐的人际关系。世人因为贪嗔痴，不断制造斗争和伤害，小到家庭，大到国家，人与人的冲突、对立、摩擦、纠纷甚至战争层出不穷，带来无尽的痛苦。我们看到这些过患，愿意把修行功德回向众生，希望世间永远不要有斗争、伤害和残杀，同时也愿意为世界和平及人与人的和谐相处付出努力，愿意帮助社会改善环境，让每个人自在地安享天年。

“愿卑寒微士，容光悉焕发！”卑有外卑和内卑。有的人只是身份卑下，如果有平常心，也算不了什么，但很多人因此感到自卑，活得很不自信。此外，还有些人因为生活贫寒，内心压抑而痛苦。我们看到这些状况，愿意把修行功德回向

给这些因身份卑微、生活困难而充满自卑的人，希望他们容光焕发，神采飞扬，改变因外在条件导致的自卑心理，充满自信。

“苦行憔悴者，健朗形庄严！”印度有很多苦行僧，因为长期被苦行折磨，身体枯槁，面容憔悴。我们要对他们的生命状态心生同情，希望把功德回向给他们，让他们身心安乐，具有庄严健康的外在形象。

“愿世娇弱女，悉成男子汉！”现代社会男女平等，但在古代，女众地位相对低下。尤其是印度，男尊女卑的观念更严重，很多女性因为身份受到轻视和不公正待遇。比如女孩结婚要有很多嫁妆，否则就会受虐待，甚至被烧死。想到这些现象，我们要对她们的处境生起同情，希望把功德回向给她们，为改变她们的处境做点什么。同时也祝愿娇弱的女子能成为男子汉。这里所说的男子汉，代表独立、自主、强大的内心。具备这些心理素质，就能减少对男性的依赖，减少人生的痛苦。

“寒门晋显贵，慢者转谦逊！”过去的寒门学子可以通过读书科考，入仕为官，获得显贵的地位和身份。我们愿意把功德回向给他们，希望他们心想事成，改变贫寒的生活状态。同时，希望那些内心傲慢的人变得谦逊。傲慢者往往令人讨

厌，交不到朋友。我们要理解并同情他们的处境，生起慈悲心，愿意把功德回向给他们，帮助他们改善心态，具备谦逊的品行。

“愿诸有情众，因吾诸福德，悉断一切恶，常乐福善行！”这个偈颂是总的回向。我们希望有情离苦得乐，不仅要把自己的修行功德回向给他们，还要祈求佛菩萨加持。但这些都是外在力量，想要究竟离苦得乐，得靠每个人自己。所以我们祝愿一切众生，因为我的修行福德受到感化，从此止恶行善。只有改变自身行为，断除一切恶行，修习一切善行，才不会产生痛苦，进而获得快乐，这才是离苦得乐最究竟的方式。

我们知道，地狱、饿鬼、畜生三恶道的痛苦，还有人道中的盲者、聋者、哑者、贫困者、身心疾病者，所有痛苦都和不善行有关。只有去除一切恶行，才能斩断痛苦之源。同时，只有修善才能具足良好品行，获得种种福报。总之，不论改变生活环境还是生命品质，都必须止恶行善。所以我们真切希望众生止恶行善，并且愿意帮助他们止息恶行，修习善行，愿他们远离不幸，成就圆满人身，包括身心健康和财富自由。

(3) 愿入正道

32. 愿不舍觉心，委身菩提行，
诸佛恒提携，断尽诸魔业！

愿入正道，就是希望一切众生都能走上觉醒之道，成就究竟的利益和安乐。

“愿不舍觉心，委身菩提行。”觉心，即菩提心。我们了解到，菩提心是生命中最有价值的心，代表人生最大的价值，能使我们究竟解除轮回中的一切痛苦，成就一切安乐，给无量众生带去利益。当我们认识到菩提心的价值后，愿意把一切修行功德回向众生，希望他们永不舍弃菩提心，而且全身心地投入菩萨道修行。不仅是回向功德，同时也愿意为此付出努力，通过弘扬佛法引导众生走向觉醒。

“诸佛恒提携，断尽诸魔业！”同时祈求十方诸佛菩萨加持，能时时护念初发心菩萨，让他们顺利走在菩提道上，断尽种种魔障，包括内魔和外魔，最终圆满菩萨道修行，令自己乃至一切众生得到究竟的利益安乐。

(4) 愿成净土

33. 愿诸有情众，万寿永无疆！

安乐度时日，不闻死殁名！
34. 愿于诸方所，遍长如意林，
充满佛佛子，所宣妙法音！
35. 普愿十方地，无砾无荆棘，
平坦如舒掌，柔软似琉璃！
36. 愿诸菩萨众，安住闻法眷，
各以妙功德，庄严佛道场！
37. 愿诸有情众，相续恒听闻，
鸟树虚空明，所出妙法音！
38. 愿彼常值佛，以及诸佛子，
并以无边云，献供众生师！
39. 愿天降时雨，五谷悉丰收！
仁王如法行，世事皆兴隆！
40. 愿药具速效，咒语咸灵验！
空行罗刹等，悉具慈悲心！
41. 愿众无苦痛，无病未造罪！
无惧不遭轻，毕竟无不乐！

“愿诸有情众，万寿永无疆！”众生都希望健康长寿，也恐惧疾病和死亡，所以我们希望所有众生都能健康长寿，愿意把修行功德回向给他们，并且愿意为此付出努力，愿众生长命百岁，终享天年。

“安乐度时日，不闻死殁名！”我们不仅希望众生长寿，

而且希望他们平安快乐地度过一天又一天，一年又一年，不会因为听到死神之名而恐惧。

“愿于诸方所，遍长如意林。”方所就是东西南北、四维上下。我们要祝愿的不是一个世界，而是无量世界。如意林，可以想象成生态良好、环境优美的园林，而且要什么就有什么。人生活在这样的地方，大自然生长的果实和蔬菜就够吃了，根本不需要劳动。我们希望所有世界能遍长如意林，众生生活在这样的环境中，无忧无虑。现代社会追求物质财富，是以破坏生态环境为代价的。虽然物质极大丰富，环境却日益恶化，空气和水源被严重污染，食物也越来越没营养。这样拥有的财富，其实是得不偿失的。

“充满佛佛子，所宣妙法音！”除了良好的生态环境，还要有良好的文化氛围，两者都很重要。有了生态环境，我们才能身体健康；有了文化氛围，人们才能找到心灵归宿。就像西园寺有这么好的园林，还有良好的教育、修学和弘法环境，是非常难得的。我们希望十方世界充满诸佛菩萨及追随他们的弟子，他们都在传播觉醒文化，引领人们走向觉醒，实现生命的最大价值。具备良好生态和觉醒文化，才是最理想的世界。我们看到如此美好的蓝图，真心希望众生都能拥有这样的环境。我们愿意把功德回向给他们，同时也愿意为

创造这样的社会而努力。

“普愿十方地，无砾无荆棘，平坦如舒掌，柔软似琉璃！”我们希望众生生活的环境中，大地广阔平坦，铺满草坪，没有硌脚的砂砾和扎人的荆棘，就像摊开的手掌那么平坦，又像琉璃那么光滑柔和。

“愿诸菩萨众，安住闻法眷，各以妙功德，庄严佛道场！”同时希望世上所有的菩萨众，还有正在听闻佛法的声闻众，不管出家众还是在家众，都以自己的能力和功德庄严世界，使世界充满正法和觉醒文化的氛围，每个众生都能沐浴在法雨中。我们已经看到觉醒的意义，所以希望众生能生活在传播正法的世界。

“愿诸有情众，相续恒听闻，鸟树虚空明，所出妙法音！”我们也希望十方世界的众生，能不断听到法音，从鸟鸣到林间的风，乃至虚空中，一切的一切都在散布佛法的觉醒之音。

“愿彼常值佛，以及诸佛子，并以无边云，献供众生师！”我们祝愿一切众生能时常遇到诸佛和菩萨众，希望他们对三宝具足信心，做种种供养，供品多得就像无边的云彩，以此敬献给一切众生的导师——佛陀。

以上这些偈颂描述了理想世界的状态。十方净土都是佛菩萨的愿力所成，像阿弥陀佛、东方药师琉璃光如来，以

及观音、普贤等诸佛菩萨都曾在因地发愿，如阿弥陀佛的四十八愿，药师如来的十二大愿。他们通过创立净土来接引众生，让众生得到良好的生存和修行环境。我们学佛就是要向佛菩萨学习，以佛菩萨为榜样，有理想，有愿力，我们也可以成就净土。以上这些都可以作为理想范本：比如有什么样的自然环境，人们会过什么样的日子，有什么样的教育环境，身心是什么状态。有了理想和愿望之后，就要将修行功德回向于此，转化成创造这个净土的力量，同时将此作为自己尽未来际的目标，为实现这样的理想和愿望不断努力，帮助众生走上觉醒之道，离苦得乐。

“愿天降时雨，五谷悉丰收！仁王如法行，世事皆兴隆！”这还是属于建设理想社会的愿望。我们希望世间风调雨顺，五谷丰收，同时希望有包容的社会环境。古人认为有贤明的君主出现，就会国泰民安，令百姓安居乐业。现代重视民主、自由、法治，有了制度保障，社会才能安定和谐。我们了解到生态和制度对于人类幸福的重要性，发愿把我们的功德回向社会，希望众生拥有良好的生态环境和社会制度。

“愿药具速效，咒语咸灵验！空行罗刹等，悉具慈悲心！”我们希望所有药物能有效治疗各种疾病，所有消灾、祈福、消业障的咒语都能灵验，各种善神、罗刹乃至猛兽都能富有

爱心，充满慈悲。这些是对美好世界的期待，我们也愿意为实现这样的理想而努力。

“愿众无苦痛，无病未造罪！无惧不遭轻，毕竟无不乐！”同时希望众生身心健康，没有丝毫痛苦，也没有任何犯罪行为，受到良好的道德教化，具备高尚的生命素质，每个人都能远离恐惧。现代人往往没有安全感，活得很不踏实。我们希望每个人都有安全感，没有任何担忧、恐惧，同时不会遭到他人轻视，大家都能互相尊重，和睦相处，究竟离苦得乐。

这些都是对世界的良好祝愿。能否生起这份愿心，愿意为改变世界而努力，前提是对众生具足慈悲心，发起菩提心，这样才会把众生的利益看作自己的最高利益，真切地祝福众生，帮助众生摆脱痛苦，获得快乐。所以这些回向中蕴含着慈悲心的修行，同时也可以检验：慈悲心有没有生起？有没有力量？对这些回向的文字，我们不要轻飘飘地念过去，而要随文入观，每念一个偈颂，都把它变成发自内心的愿望，这样才是有效的回向，同时会成为菩提心的最好修行。



【六十课】

4. 愿满出世利益

这一部分是把修行功德回向给出家众。僧团是佛法在世间流传的载体，出家众能否如法修学，直接关系到正法的传承。同时，如法僧团也是民众信仰的依归、心灵的家园。有清净的僧团，有德才兼备的出家人，不仅是佛教之福，也是社会之福，民众之福，所以我们要把修行功德回向给出家众。相关内容共 6 个偈颂。

- 42. 愿诸伽蓝寺，读诵以兴盛！
僧伽常和合，僧事悉成办！
- 43. 愿欲学比丘，悉住阿兰若！
断诸散乱已，轻安堪修善！
- 44. 愿尼得利养，断净远诸害！
如是众僧尼，戒圆无缺憾！
- 45. 犯者愿生悔，时时忏罪业！
寿尽生善趣，不复失禁戒！

46. 愿智受尊崇，化缘皆得足！

心续悉清净，令誉遍诸方！

47. 愿离恶趣苦，以及诸艰困，

复以胜天身，迅速成正觉！

“愿诸伽蓝寺，读诵以兴盛！”我们了解到道场清净和合对僧人及社会大众的重要性，所以把功德回向给僧团和僧人，希望所有僧团能形成闻思修的氛围，具备教化社会的职能。佛教是一种教育，寺院就是修学场所。僧团重视闻思，僧人重视修学，寺院才能发挥内修外弘的职能，有效继承和传播佛法。僧人通过修学和实证，一方面可以提升自己，一方面可以通过弘法教化社会大众，引领人们从迷惑走向觉醒。

“僧伽常和合，僧事悉成办！”僧有清净和合的内涵。我们希望僧团能依戒律管理，依戒律而住，成就六和的僧团，从利益均衡、制度平等、思想统一，到身口意三业都能保有清净，和合无诤。这种具有教育功能且和合的僧团，既是出家人安心办道的保障，也是佛法健康发展的保障。尤其是在僧团存在种种不如法现象的今天，我们不仅要做这样的回向，同时要为僧团的清净和合，以及实现教育、弘法的职能不懈努力，使它成为我们尽未来际的修行愿望——祈愿出家人在僧团如法成长，令社会大众由此受益。

“愿欲学比丘，悉住阿兰若！”我们把修学菩提心、菩萨行的一切功德，回向给所有修学戒定慧、走上解脱道的比丘，希望他们找到良好、清净的修学环境。阿兰若代表寂静处，即远离喧嚣、无人干扰的地方，可以安心修学。

“断诸散乱已，轻安堪修善！”为什么我们在修行上感到无力？就是因为散乱，因为情绪和不良串习在作用。对于修学戒定慧的比丘们，我们通过所修功德真诚回向，愿他们有良好的环境，具足修行顺缘，远离浮躁、混乱的情绪和妄念，身心轻安，有能力修习一切善法，最终圆满解脱道和菩萨道修行。同时，我们也愿意为他们具足这些条件而努力。

以上是对比丘的回向，接着是对尼众的回向。在古代印度社会，尼众地位较低。即使在今天的中国大陆，基本还是男众主导僧团，话语权也在男众手中，尼众较少受到关注，生活和修行条件相对艰苦。我们看到这些情况，真心希望以所修功德回向她们。

“愿尼得利养，断诤远诸害！”希望尼众得到丰足的利养，衣食无忧。断诤，即断除人我是非。尼众通常在小庙住着，视野不开阔，心量也不容易打开，难免有些是是非非，希望她们都能摆脱世间纷争，远离身心伤害，过着清净和谐，同时又不受任何伤害的生活，安心修道。

“如是众僧尼，戒圆无缺憾！”我们希望所有僧尼都能具足圆满的戒行。一方面是通过如法受戒得到戒体，尤其是现在，传戒往往形式大于内容，令很多受戒者感到困扰，不知自己是否得戒；一方面是在受戒后如法持戒，保有清净戒体。我们以修行功德回向僧尼，祝愿他们能戒行圆满，没有任何担心和缺憾。

“犯者愿生悔，时时忏罪业！”有些人对自己犯戒没有觉察，就会反复违犯，成为串习，结果罪行累累。我们希望他们能觉察到自身行为的不如法，生起忏悔心，及时忏已还净。也有些人犯戒后想要忏悔，而僧团中的忏悔属于作法忏，需要相应数量的比丘，通过一定程序，才能让所犯罪行得以清净。人非圣贤，孰能无过，犯戒是难免的，关键是如法忏悔，恢复清净的戒体和身心。如果犯戒后得不到忏悔机会，就会形成心病，成为内心负担。对这些现象，我们要心生同情和慈悲，希望把修行功德回向给他们，愿他们都能如法忏悔，保有清净的戒体和身心。

“寿尽生善趣，不复失禁戒！”我们真切希望，他们忏悔后永不再犯，并在命终时得生善趣，依法修行，不再失去清净的戒体和身心。

“愿智受尊崇，化缘皆得足！”我们希望僧团中有德有学、

有修有证的长老、和尚、阿阇黎，能受到广泛尊重。这是代表僧团的价值取向，非常重要。过去的社会，人们尊重的是道德高尚、智慧深广的智者，而现代社会追捧的是有钱、有权、有名的人。在僧团中，过去尊重的是德和腊，德是道德和智慧，腊是代表你在僧团的资历，而现在主导僧团的往往是地位和权力，这种价值取向是不利于佛教发展的。我们认识到有智有德者对僧团的重要性，希望他们能受到尊重，化缘时能得到丰厚的利养，衣食无忧。

“身心悉清净，令誉遍诸方！”愿他们的身心完全清净，美名传遍十方，受到教界、社会的广泛尊重和推崇。如果整个教界和社会都能尊崇这样的人，是代表价值取向的改变，对众生意义重大。

“愿离恶趣苦，以及诸艰困。”同时我们也希望，那些犯戒的僧人未来不会堕落三恶道。前面讲到犯戒必须忏悔，否则就可能堕落受苦。想到他们会遭受三恶道和罪报的折磨，我们心生悲悯，希望把功德回向给他们，使他们免受这样的不幸。

“复以胜天身，迅速成正觉！”胜天身，就是胜过天道的暇满人身。我们希望每个人都能得到暇满人身，这样才有机会走上觉醒之道，成就无上正觉。

以上是对出家众的回向。我们是出家人，对僧团现状更

能感同身受。即便是在家众，只要是佛弟子，都会对僧团有一份情感和期待，希望僧团清净和合，这是正法住世的保障。但当今僧团有太多不如法现象，让我们脸上无光，同时也在社会造成不良影响，干扰到出家人的生活和修行，更影响佛法在世间的传播。所以我们希望把修习菩提心的一切功德回向僧团，令僧团改变现状。同时我们也要不懈努力，共同造就清净如法的僧团，这样佛教才有希望，正法在世间的传播才有希望。

5. 总结

48. 愿诸有情众，殷勤供诸佛，
依佛无边福，恒常获安乐！

最后是对以上回向的总结。

“愿诸有情众，殷勤供诸佛，依佛无边福，恒常获安乐！”前面说到六道众生，包括三恶道、人天乘的众生，以及僧团的出家众。我们希望一切有情都能对佛菩萨生起亲近、依止之心，殷勤供养诸佛，依靠诸佛的无边福德，使身心恒常安乐。

6. 回向出世圣者

49. 菩萨愿如意，成办众生利！
有情愿悉得，怙主慈护念！

50. 独觉声闻众，愿获涅槃乐！

出世圣者，指声闻、独觉和菩萨。我们不仅要把功德回向给六道众生，同时也要回向给三乘圣贤，所有众生和圣贤都是我们回向的对象。我们天天在念“愿以此功德，普及于一切”，但说起“一切”时，好像只是概念。通过“回向品”的学习，寂天菩萨清楚地告诉我们，具体怎么落实“普及于一切”：如何把功德回向给三恶道众生，如何回向给人天乘众生，如何回向给出家众。接着，讲述如何把修行功德回向给三乘圣贤。

“菩萨愿如意，成办众生利！”首先回向给菩萨，从初发心菩萨到地上菩萨，所有菩萨都是我们回向的对象。菩萨的愿望是成办众生利益，就像以上的所有回向，都是帮助众生离苦得乐。因为慈悲就是与乐拔苦，一方面是帮助众生解脱痛苦，包括地狱、饿鬼、畜生及生而为人种种痛苦，如物质匮乏、自然灾害造成的外在痛苦，病痛、烦恼带来的内在痛苦。一方面是帮助众生得到快乐，包括轮回中的短暂快乐，以及解脱觉醒的究竟安乐。我们希望菩萨能顺利成办利他事业，所有善愿皆能成就。

“有情愿悉得，怙主慈护念！”同时祝愿有情都能得到怙主佛菩萨的慈悲护念。因为佛菩萨出现于世，才有佛法在世

间的流传，这是众生的希望所在。我们发愿将修行功德回向给他们，就像普贤十大行愿中的“请佛住世，请转法轮”，希望佛菩萨长久住世，常转法轮，以智慧利益众生，同时也希望所有众生都能得到佛菩萨的加持。我们不仅要功德回向，还要为此做种种努力，参与弘法事业，让世界有更多正能量。

“独觉声闻众，愿获涅槃乐！”独觉是观因缘法而得道，慧根特别利，即使在无佛出世时，也能通过花开花落体认无常，证悟涅槃。声闻则是听闻佛陀说四谛、十二因缘悟道的行者。我们祝愿这些圣者能通过修行，迅速获得涅槃之乐。这是我们对出世圣者的回向。

（二）回向自利

回向这一部分，包括回向他利和回向自利。回向他利即前面所说的，希望我们的修行功德给一切人带去利益。回向自利，则是希望给自己的未来带去利益。《入行论》中，回向自利的最终目的，还是为了回向他利。也就是说，成就自己是为了更好地成就他人。那么，寂天菩萨对自己的未来有什么期待和要求？这一部分有7个偈颂。

51. 未登极喜前，愿蒙文殊恩，
常忆己宿命，出家恒为僧！

52. 愿吾菲饮食，维生充体能！
世世愿恒得圆满寂静处！
53. 何世欲瞻礼，或欲问法义，
愿我无碍障，面见文殊尊！
54. 为于十方际，成办有情利，
吾行愿得如文殊圆满行！
55. 乃至有虚空，以及众生住，
愿吾住世间，尽除众生苦！
56. 众生诸苦痛，愿悉报吾身！
愿因菩萨德，众生享安乐！
57. 愿除苦良药，一切安乐源——
教法得护持，长久住世间！

“未登极喜前，愿蒙文殊恩，常忆已宿命，出家恒为僧！”

极喜，即初地极喜地，是真正见道的开始。在证悟初地之前，我们希望时时得到文殊菩萨的加持，生生世世都能了解过去生的经历，牢记自己在修行路上所做的承诺，恒不忘失菩提心。这个承诺就是发愿生生世世出家为僧，走上觉醒道路，以弘扬佛法、荷担如来家业作为尽未来际的使命和责任。这是寂天菩萨对自己的期望和要求，我们也应将此作为对自己的期望和要求，希望未来得到佛陀及文殊、观音等十方诸佛菩萨的加持，出家修行，在菩提道上永不退转。即使在家居士，也可以想着自己走在菩提道上。

“愿吾菲饮食，维生充体能！”出家人在物质上不需要有太多要求，否则反会为物所累。所以出家后只要有粗茶淡饭，维持体能即可。但也不要缺衣少食，否则就难以维持色身，因为我们毕竟还要借假修真，要靠这个身体来修行。如果为维生耗费太多精力和时间，就会影响修行。

“世世愿恒得圆满寂静处！”虽然我们对物质条件没要求，但对修行环境是有要求的。我们希望未来的生生世世，都能具备清净无扰的理想修行环境。此外，还要有善知识引领，有良好的道风和学风，这些远比物质条件更重要。如果光有物质条件，却没有学法氛围，出家有什么意义呢？难道是来过日子吗？寂天菩萨有这样的愿望，我们同样希望在未来生具备良好的修行环境，这是走上菩提道的重要保障。

“何世欲瞻礼，或欲问法义，愿我无障碍，面见文殊尊！”看来寂天菩萨是以文殊菩萨为本尊，所以他希望无论在哪一世，想要瞻礼文殊菩萨或是向菩萨请教法义时，都能没有障碍地随时见到。我们看《大唐西域记》中，当时印度有很多大德想见弥勒菩萨，随时就能在定中见到。我们也要生起这样的愿心，希望时常亲近文殊菩萨，引导自己闻思法义、开显智慧。

“为于十方际，成办有情利，吾行愿得如文殊圆满行！”本尊就是以某位佛菩萨作为自己的依归，同时以他作为修学

楷模，以他的愿望为愿望，以他的观修法门为实践指南。寂天菩萨希望时常面见文殊菩萨，以此为本尊，一方面身心皈投，一方面向菩萨学习。为了在十方世界成办一切有情的利益，寂天菩萨希望，自己的行和愿都能以文殊菩萨为榜样，像菩萨那样修行，圆满菩萨那样的智慧和慈悲。

“乃至有虚空，以及众生住，愿吾住世间，尽除众生苦！”这个愿很大，有点像普贤菩萨的“虚空界尽，众生界尽，众生业尽，众生烦恼尽，我此愿望无有穷尽”。寂天菩萨要向文殊菩萨学习，我们也要向文殊菩萨学习，向观音菩萨、普贤菩萨乃至诸大菩萨学习，以这些菩萨的愿望为愿望。只要还有虚空存在，只要众生没有彻底摆脱轮回，我愿意永远在世间，为众生解除痛苦。诸大菩萨以尽未来际度化一切众生作为自己的使命，利生事业无有穷尽。

“众生诸苦痛，愿悉报吾身！愿因菩萨德，众生享安乐！”众生所有的痛苦、果报和罪业，菩萨都愿意承担，而且心甘情愿地去做。这就必须对众生生起无限慈悲，否则是难以做到的，想都不敢想。我们学习菩萨行，也要效仿这样的心行，一方面愿意承受众生的无边痛苦，一方面希望自己成就菩萨那样的能力和功德，给众生带去快乐，包括现实的快乐和究竟的快乐，发愿尽未来际地，为众生离苦得乐而努力！这是

寂天菩萨的愿望，也是我们学习《入行论》，修菩提心、行菩萨行的学子应该具备的愿望。

“愿除苦良药，一切安乐源——教法得护持，长久住世间！”什么是究竟解除人生痛苦的良药？什么是给我们带来究竟安乐的源头？就是佛法。我们认识到佛法的意义，希望众生有机会接触、信仰、学习、实践、护持、传播佛法，希望正法在世间流传广布，菩提心教法长久住世。因为菩提心教法是觉醒的文化，是众生离苦得乐的希望所在。我们要这样回向，更要为续佛慧命而努力。

三、念恩礼敬

“回向品”已至尾声，最后是“念恩礼敬”，寂天菩萨对他的修学、成长以及能够造《入行论》，再次表达感恩和礼敬。

58. 礼敬文殊尊，恩生吾善心；亦礼善知识，恩长吾三学。

在成长过程中，我们能走上菩萨道，是十方诸佛菩萨的加持。有佛陀出世，才有教法在世间的流传。还有成就我们出家、修学的种种因缘，尤其是教导佛法的师长。因为这些师长，我们才能听闻佛法，走上菩提道。我们要对这些善缘生起深深的感恩心，使善缘得以延续。如果没有感恩心，不懂得珍惜并培植福德，善缘可能很快就会结束。

“礼敬文殊尊，恩生吾善心。”寂天菩萨为我们做了示范。他觉得自己的成长离不开文殊菩萨，所以首先要礼敬文殊菩萨。因为菩萨的教导、加持、激励和慈悲恩德，使自己能生起菩提心，走上菩提道。

“亦礼善知识，恩长吾三学。”同时也礼敬自己修行、成长道路上的善知识。因为他们的慈悲加持和指导，才能使自己成就戒、定、慧三学。

《入行论》的最后，是以感恩的偈颂作为结尾。现在我们大家一起来诵读“回向品”，作为我们学习这部论的回向。

整部《入行论》共 900 多个偈颂，每一品都贯穿着修行引导，我们要经常读诵，随文入观，最好背下来，这样才能时时忆念思维，与之相应。比如念“回向品”，我们可能只是把它当作经文在念。当然，念诵多少也能起到静心的效果，但对菩提心的修行来说是不够的。关键要领会偈颂内容，每念一句，都当作发自内心的愿望。比如回向给三恶道众生，希望地狱众生、饿鬼、畜生远离痛苦，不只是在念，更是在内心宣誓，在对他们作出承诺。不断这样观修，就能把“回向品”的内容变成自身心行，真切希望众生离苦得乐。这就意味着我们已生起愿菩提心，而不再是一个说法。如果我们能为实现这个愿望而努力，就意味着我们不是停留在愿菩提

心，而是进入行菩提心，乃至胜义菩提心。那样的念诵，才是真正修习菩提心。

修行是“舍凡夫心，发菩提心”的过程，我们想从凡夫成为佛菩萨，关键在于改变心行——从以自我为中心，转为以众生为中心，建立无我利他的人生观。如果观念和心态没有调整，现实中就不可能真正对众生发菩提心、行菩萨行，最多只是随缘地做一做，不会当作自己不可推卸的责任，当作尽未来际的责任。

《入行论》共分十品，每一品立足于不同定位，有次第地构成菩提心的完整修行。在学习过程中，我们要了解每一品在修行中的侧重点。前三品是“菩提心利益品、忏悔罪业品、受持菩提心品”，引导我们了解菩提心的功德、利益和重要性。然后通过修七支供和大乘皈依，为生起菩提心营造良好的心灵氛围。进而受持愿菩提心，对十方三宝和一切众生宣誓，把这一愿心确定下来，使自己安住在菩提心愿望中，守护不失。

接着是“不放逸品、护正知品、安忍品”，重点在于消除凡夫心的障碍，避免自己回到原有轨道。“不放逸品”是让心时刻安住于菩提心，避免陷入凡夫心。“护正知品”是守护正知正念，这里重点指菩萨的三聚净戒，即摄律仪戒、摄善法戒和饶益有情戒。安住摄律仪戒，是止息一切恶行；安住摄善法

戒，是广泛修习一切善行；安住饶益有情戒，是在一切时中以利益众生为重，并落实为行动。“安忍品”是教导我们如何战胜嗔恨，这是菩萨道修行的天敌。因为嗔恨，使我们不能广泛接纳众生，对众生漠不关心，甚至形成对立。安忍就是对治嗔恨，对众生培养广泛的同情，以开放的心接纳众生。这三品是消除发心的障缘，保证已生起的菩提心不会失去。

然后是“精进品、静虑品、智慧品”。其中，“精进品”是提醒我们不懈努力，进一步增强菩提心。“静虑品”是通过自他相换的思维，让菩提心快速成长。“智慧品”则是引导我们以无自性的智慧观修，摆脱迷惑，体认空性，从世俗菩提心升级到胜义菩提心。这三品关系到菩提心的坚固和增长。最后是回向，使菩提心得以圆满。

整个大乘佛法中，有关菩提心的教法汗牛充栋，比比皆是。但《入行论》的殊胜在于，围绕菩提心，建构完整的菩萨道修行，对于弘扬大乘佛法、彰显大乘精神至关重要。学修本论，在课堂上听一听是远远不够的，可能似懂非懂就过去了。最高意义上的懂是什么？是让本论所说的内容，转化为自己的生命品质。达到这个程度，才意味着把论典彻底学好，你也成为菩萨了，不再是一般的凡夫。

大家接下来还要反复听讲课音像，三遍、五遍、八遍、十

遍、二十遍地听，直到准确、透彻地理解法义，领会每一品对修行的作用，毫无保留地接受，并且把它变成自己的观念，学会用这种观念看待问题，指导言行。比如“精进品”的修行，需要对治懈怠。“护正知品”的修行，是让心安住于三聚净戒。“安忍品”的修行，需要通过观修摆脱嗔恨。“静虑品”的修行，是通过观修摆脱对五欲六尘的贪著，以及由此形成的散乱，安住于菩提心。“智慧品”的修行，需要摆脱无明产生的自性见，建立无自性的认识，以无自性的观念看世界，并引导自己作空性观修。总之，每一部分的学习都要落到实处。

三级修学模式中有四句话，即“树立正见，认清真相，摆脱错误，重复正确”。我们要摆脱错误观念及凡夫心行，接受正确观念，以这样的观念看待并解决问题，完成心行改变。但改变不是一蹴而就的，需要不断重复，重复百遍、千遍。在此过程中，必须反反复复地听闻法义，如理思维。现在的课程都有音像资料，这是现代科技带来的方便，我们要善加利用。不要听完课就以为学过了，现在不过是结个缘而已，未来还需要继续巩固，在心地下功夫。如果大家能花几年时间，按我所说的方法修学本论，发心并致力于对本论的弘扬，不仅自己受用，对众生的意义也难以估量，那样才能功德圆满。