《入菩薩行論四》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯

2004/11/21

第一品講到菩提心的功德，透過了解菩提心的功德，我們要去思惟菩提心能夠帶給我們什麼利益。菩提心能夠為我們去除種種痛苦，也可以消滅掉痛苦的因以及所有罪障，菩提心也可以帶給我們種種安樂，也可以使我們去成辦安樂的因。所以，我們應該把菩提心視為如同大珍寶、如意寶一般，沒有比菩提心更能帶給我們利益的。所以，沒有任何的心能夠勝於菩提心，沒有任何一個善能夠勝過菩提心所能帶給我們的功德，菩提心是最為殊勝者。從第一品使我們對這一點了解之後，我們就會生起想要受持菩提心的這種心，然後就進入第二品。

請看二十七頁（癸一、供養所為）：

「為應受持如是妙寶心」

這裡的「如是」在藏文裡就是「彼」,「彼」就是指第一品當中的菩提心，這裡就將菩提心說成是像如意寶一般的心。第一品講到菩提心就像如意寶一樣，它的功德是非常非常多的，這些功德在第一品中都有講到。

發起世俗菩提心之前，必須要先生起增上意樂，在增上意樂之前，要生起大悲心，大悲心之前要先生起慈心，可以透過兩種方式來生起慈心，一個是透過寂天菩薩所說的自他相換的方式，另一個是透過金洲大師所傳的七重因果的方式。以七重因果來說，以知母、念恩、報恩三者為因生起慈心，接著生起大悲心，再生起增上意樂，乃至生起世俗菩提心。也可以透過寂天菩薩自他相換的方式，再生起慈心，之後再生起大悲心，從而生起清淨的增上意樂，再生起世俗的菩提心。

在修持的時候，你可以從金洲大師所傳的七重因果的知母、念恩、報恩，之後更進一步去思惟寂天菩薩的自他相換，因為自他相換的思惟是屬於一種秘密的口訣，不廣傳的。所以在《入行論》提到知母、念恩、報恩之後，應該更進一步去學這些秘密的要訣，因為這是更深入的，去思惟了寂天菩薩的自他相換之後，你再進入慈心、大悲心、增上意樂然後世俗發心。

七重因果、自他相換的修持方式，乃至於到發心，大家都應該很熟悉了，為了讓大家更明白，所以用問答的方式來問你們。

設問一：第一個：我們是為了一切有情而必須證得圓滿菩提，是不是這

個樣子？第二個：是否為了一切有情而下定決心我一定要證得圓滿菩提？第一個就是說，為了一切有情，我“需要”得到圓滿菩提；第二個是說，為了一切有情下定決心， 我“務必要”證得到圓滿菩提。是哪一個？

自答；是第二個。

設問二：四聖諦裡面，我們修苦諦的時候，有沒有感受到整個輪迴苦的情況？應該是有的吧！那時候算不算是出離心？我們修苦諦時，心裡會有一個感受，而修滅諦時，心中會知道解脫、了解解脫、對解脫很有興趣，喜歡成就解脫，這兩個（感受）有沒有什麼差別呢？（聽不懂？！）

修苦諦時，我們心裡會很期待，很想出離六道輪迴，這種感受算不算是出離心呢？若答是，就錯了，這不算是出離心。在修苦諦的時候，我們就會一直去思考整個六道輪迴是那麼苦，在這種非常強烈的思惟之中，我們心裡會很想脫離這個輪迴，此時我們的要求是脫離輪迴，所要求的對象是不是解脫？

自答；是解脫，不是輪迴。

設問三：在滅諦修行的時候，有什麼樣的感受？有沒有很想成就阿羅漢？有嘛！那個阿羅漢跟剛剛第一個問題修苦諦時候的解脫是不是一樣？那個解脫跟滅諦的解脫就一樣嘛！那它們有沒有什麼差別？滅諦的時候，這種很想解脫的解脫，很想獲得阿羅漢，或者成就解脫的果位，這個跟第一個修苦諦時候要求的對象有什麼差別？他們有什麼差別？是不是兩個都是解脫？是嘛！那有什麼樣差別？那個差別是在對象上面的差別或是自己念頭上的差別呢？念頭上的差別怎麼分類呢？

中間有人提問：……

回答：道地的時候還沒有行動，修道地的時候是要行動的對象才認識、才清楚而已。

譯者提問：是不是在苦諦的時候，是想獲得解脫，但還沒有獲得解脫，是不是還在因位？到滅諦的時候……

回答：滅諦修行是…我們還沒有進入資糧道之前，四聖諦都要修，修四聖諦的感受一直強、一直強，才會有正確的出離心產生，才開始算是進入資糧道。剛剛講滅諦是果的部分，成就阿羅漢的時候，才算是修滅諦。

這就是「我需要」跟「我一定要」的區別，一個是我要但是沒有辦法做，像這種的。滅諦的時候是自己有信心「我有辦法做」，自己很清楚有辦法做到。苦諦的時候只是一個期待、願望，雖然想要做，卻是沒有辦法做。到了集諦就慢慢清楚了，有沒有辦法做到。清楚了之後心裡知道：「我有辦

法，我要做！」這種決定就是滅諦的時候。

要把這樣的邏輯用在佛陀的果位上面，「我需要做但是沒有辦法做」，那是什麼時後要生的（心）？啊？（學員答：…）也不是！以慈心、悲心、增上意樂、菩提心這四個次第來說，剛剛講的「我需要成佛，但是沒有辦法做」的階段，是在增上意樂和菩提心的中間。增上意樂是我要做，我沒有辦法，但是成佛的話，才有能力。我有沒有能力成佛，還要考慮嘛！所以這增上意樂和菩提心的中間，還要生出來那種「我需要成佛」，就相當於四聖諦中修苦諦的情況。修苦諦時的目標是「我需要解脫」，這種想法、要改變的念頭一直要有，還要修集諦；修菩提心時也是要先生起「我需要成佛」這種的想法。然後還要在這中間集諦和滅諦也要加上去這樣的修法。

我們修苦諦的時候「需要解脫」這種的念頭會出來，然後這中間要還再加上去修集諦，然後修滅諦。修滅諦的時候才會出現「我要解脫，我要去修解脫的方法」的念頭。就像這樣的修行方法，也要把它用在增上意樂和菩提心中間，我們也要了解。

學員問：……

回答：對，經典中並沒有特別講這中間有什麼樣次第，沒有什麼名相，但是還是要修。

學員問：……

回答：對，那樣的次第。

增上意樂是我要幫忙眾生，這是我的責任，這種時候算是增上意樂，雖然這個事情是我要做的，但是，自己還沒有能力做到，要等到成佛才有能力。所以，心裡想著「我需要成佛」，這是第二個嘛！至於有沒有辦法、有沒有能力成佛，還要考慮。在考慮這一點的時候，就要看自己心上面的煩惱障、所知障有沒有辦法斷除，同時心上也要生起空正見，要了解自己心上空正見的力量有多大，是否有辦法一直增加；另一方面，它相反的煩惱障和所知障有沒有辦法整個消除掉，這些要一直去思惟。慢慢地，自己空正見的能力增加，會感覺到「以後一定有成佛的能力」，會產生這樣的信心。這樣的信心出來之的時後，才會感覺到「我是有能力成佛的」，這樣子之後，心裡才會慢慢的產生「我想成佛」、「我要成佛」，才會下定決心「我一定要成佛」，這才開始算是願菩提心。所以這中間，四聖諦也要了解，把它用到這上面。

翻譯者：我們現在學《廣論》，從下士道、中士道到上士道，四諦、十二緣起都要學，這和《現觀莊嚴論》的整個次第是否相同呢？《現觀莊嚴論》也是成佛的次第，對不對？

回答：《現觀莊嚴論》主要是八個事…

再問：八事不要去管它，是說《現觀莊嚴論》修行的次第，跟《廣論》的次第？

回答：次第是一樣的。《廣論》裡沒有講資糧道修什麼、加行道修什麼、見道修什麼，都沒有的。只有講下士道、中士道和菩提心而已，心中已經生起菩提心的那個時候，算是《現觀莊嚴論》最前面的三品。《現觀莊嚴論》總共有八品，前三品算是修菩提心最總集的修學對象，一個是要特別成佛的，一個是要修菩薩行的，一個是幫助眾生的，總集來說這三個就是他修的對象。對於這三者要清楚了解的話，就在前三品，然後一步一步資糧道、加行道修什麼，就是下面的四品（四個加行），最後的結果就是第八品果位法身。

翻譯者：我們從下士道、中士道學到上士道之後，就進入資糧道的下品，從那時才真正進入《現觀莊嚴論》最下面開始起修嗎？

仁波切回答：是的。所以，學《廣論》等於是《現觀莊嚴論》的前行。

菩提心，我們說為了一切有情，我們「欲得」圓滿菩提，不但如此，而且還必須「證得」圓滿菩提，以這個圓滿菩提為我們所要得到的對象。所以，在菩提心的時候，並不是只有「我們必須要得到圓滿菩提」而已，必須還要有很強烈的一點，就是還要有「我一定要去得到圓滿菩提」的心。

剛才講到：修苦諦時去思惟整個生死輪迴，所生起來的是不是出離心呢？不是。出離心是欲脫離整個生死輪迴的心，你必須生起想要脫離生死輪迴的慾望，將脫離輪迴立為我們所欲得之對境。

生起菩提心也是如此，不是只有需要得到而已，我們還要有想要得到圓滿菩提的思惟，它的根本可以追溯到大悲心，大悲心就是利他之思，這也要看所生起來的利他之思的力量大小。

說到利他之思，有些人心裡會有不平衡的狀態，他會有無法容忍別人變得好的心態，這就是一種競爭、嫉妒的心態，這會是一種壓力。一個真正生起利他之思的人，一定會很願意別人比自己好，當他真心去讚美人家時，沒有這種競爭、嫉妒的心態，也就沒有這些壓力。

我們知道，其他的有情非常的多，數量上有千萬億之多，而「我」則只有一個而已，你如果總是拿一個（我）來對抗那麼多的有情，來跟他們競爭、比賽的話，那你的心永遠都會很苦、很亂。如果把心態調整過來，相反的，其他有情既然這麼多，那我就不會跟他們競爭、比賽了。我就把他們視為很重要，重視他們更勝於我，那這時後所講出來的話或做的事就

沒有競爭的味道了。

有情既然是無量無邊，所以我們就不要對這些有情有競爭、比較的心態，也不要有跟他們疏離、遙遠的心態，也不要有無法堪忍他變好的心態。如果能反過來對每一位眾生生起一顆良善的心，因為有情無量無邊，如果我們對每一眾生都生起善的心、善的思惟，我們的快樂也是一樣會變得無量無邊的。

菩提心既然這麼重要，而我們要去持守菩提心並不是那麼容易的一件事，我們要做很多的準備工作，才有可能去持守菩提心。也就是必須要做很多集資淨罪的工作，就好像有一個國王要來，下面的人就必須忙著張羅很多的準備功夫。我們既然要把菩提心迎請入住我們的心中，也要做很多集資淨罪的準備工作。

接著看科判，**「戊二、發二菩提心已學菩薩行之法 分二：己一、受持菩提心之法，己二、學波羅密多行之法。」**這邊就進入到第二品，就是懺悔品的部分，這二品主要講的就是要做禮敬、供養、皈依及依著四力對治法來懺悔罪障，到了第三品就可以正式受菩薩戒了。要受菩薩戒之前，也要集聚資糧，發隨喜心，然後再依著儀軌來正式受戒。

第二品開始就講到首先要做供養，供養的對境，請看文（戊二…癸一、供養所為）：

「為應受持如是妙寶心，於諸如來正法菩薩心，
殊勝三寶清淨無垢染，功德大海勝妙供品陳。」

也就是向諸善士、如來、正法以及菩薩，尤其是向殊勝三寶來做供養。三寶裡面包括僧寶，僧寶也包括聲聞、獨覺眾的僧寶，但這邊特別指出是菩薩-佛子，有特別指出這一點，因為我們現在是在學發菩提心的階段，所以要特別向佛子-向菩薩來獻供養。這樣獻供養是為了能夠受持如是的妙寶心-這樣子的菩提心。

首先講到要供養，用無主物來供養，就這麼一大段的根本頌（癸二…丑一、供物）：

「盡其所有妙花並嘉果，盡其所有良藥百味俱，
盡其所有希世諸珍奇，盡其所有悅意妙香水，
如是乃至妙寶七金山，園林寂靜景物宜人地，
嘉樹奇花絢爛色莊嚴，繁柯美實茂密枝葉垂，
天龍世間俱生和合香，如意寶樹七珍飾林苑，

自然香稻不由耕稼生，種種莊嚴堪為供養具，

明湖清沼灼灼發芙蕖，鳧雁和鳴妙音有哀雅。」

這一大段很容易了解，不需要太做解釋，也就是去取那些非常清淨自然長出的無主之物，用這些來供養，像現在清淨有機的這些東西來供養。當我們外出的時候，如果到一個風景幽雅、清淨的地方，我們可以緣著那個地方的景物，口中念誦供養咒，供養咒就是剛剛唸的咒，然後唸「嗡啊吽」、「嗡啊吽」，思惟著把它供養出去。如果看到風景幽雅的地方，你不可以想：「啊！我如果在這裡住該多好！」

〔當我們到這種好地方的時候，要把這些所緣念到的美好事物供養給諸佛菩薩，這才是主要該做的。我們這樣供養的原因是什麼？是為了要利益一切眾生。我們可以代表一切眾生，替他們來做供養，我們如果以一個人來代表所有眾生供養的話，等於所有眾生也有供養。〕**仁波切更正說：**我講的是對像的那個菩薩，好像各個菩薩，每一個菩薩祂可以代表無量無邊的眾生，因為他們就一直做為了眾生的事情。所以我們供養的對象，表面上看起來是只有一個菩薩，比如說，我們前面供養了一個菩薩，但是卻代表了我們供養了無量無邊的眾生。**仁波切又說：**（代表所有眾生來獻供養 vs 供養了一個菩薩，但是卻代表了我們供養了無量無邊的眾生）那就兩種都可以（成立）。所以我們在供養的時候，菩薩前面我們供養的話，自然會得到，就這個樣子。那自己供養的時候，可以想我是代表無量無邊的眾生來獻供，我帶領著眾生一起供養，這樣的觀想也可以。當我們誦經、持咒時，隨時要這樣想著旁邊都有眾生。

當我們在獻供養給對境時，要想著是為了利益一切眾生而獻供養，不可以想著對他們供養是希望他們來救度我或是讓我好一點。只有想著自己去獻供的話，那是不可以的。

我們皈依上師、皈依佛、皈依法、皈依僧，甚至發起菩提心、持咒或者來修護輪等等，做這些事時，應該是為了一切眾生而做。可是，往往我們都不是這樣，我們往往都是為了我愛執在做，為了我愛執來皈依上師、皈依佛、皈依法、皈依僧，為了我愛執來生起菩提心、求證圓滿菩提，為了我愛執來持咒、為了我愛執來修護輪、觀十大明王，請他們來去除所有障礙而不要傷害到我愛執。要改變這樣的想法雖然很困難，但是，只要慢慢的調整還是可以修得好的。

當要陳設供品供養的時候，可是手中卻沒有很多供品可以實際來供養時，就可以像以下所說的來供養（丑二、如何供養）：

「遍虛空界廣博無邊際，所有一切無主執持物，

慧心攝取善巧而獻陳，殊勝士夫能仁諸佛子，

清淨功德生處大悲心，願祈愍念於我垂納受。」

以這種方式來獻供養。這裡說的「清淨功德生處大悲心，願祈愍念於我垂納受」，就是最殊勝的供養境之清淨功德的出生之處，就是大悲心。也就是指最殊勝的供養境就是佛、菩薩。如果供養一尊佛或菩薩的話，就等於是供養一切眾生。在這個階段，我們是為了要能夠受持菩提心的緣故，所以需要積聚廣大無邊的資糧。為了利益一切眾生的緣故，所以要受持菩提心，因此必須獻供養，獻供養最殊勝的對境就是清淨功德的出生處。

我們所供養的這些無主之物，它們雖然是沒有主人，可是也不是屬於我們自己的。所以在要供養的時候，可以用你的意、用你的心去緣念這些東西，然後將它們供養給你心意中殊勝的供養對境，而不需要實際將它們採集起來供養，不需要。所以這邊說如果你真的一無所有、非常貧困的話，要如何供養？請看文（丑三、供無主物之因）：

「今我福德不具極困貧，別餘供具資財悉非有，

依怙惟為他義作殷勤，饒益我故神力祈受享。」

我為了要發起菩提心，就必須要積聚無量無邊的功德，可是，我現在沒有很多的財力，沒有很多東西可以供養，非常的貧困，只能用心去緣念這些無主之物來供養，也請你們能接受我的供養。

問題：請問仁波切，如果是有主物，例如見到路邊水果攤的水果，是否也可以供養?

回答：仁波切說用意去緣取來供養是可以的，這可能牽涉到唯識宗的觀念，比如仁波切手中拿的念珠只有一串，可是，你們每一個人心中都會有一個“所了相”的念珠存在，就是在你們心中都會現起一串念珠存在，不是義共相，是所了知的念珠，你就用你心中現起的的那一串念珠來供養。我們並不是實際拿人家的東西來供養，而是取自己內心悅意所緣到的部分來供養，這並不是偷盜別人的東西來供養。是他自己業做出來的，水果還在啊！是自己習氣做出來的，看到的是自己的部分，不是算那個東西，是習氣結果的部分，看到的部分作供養，這是自己的啊！這不是偷偷拿。自己習氣的部分就可以拿吧！警察抓的話，就說這是我的習氣，哈！哈！哈！習氣的部分還是有，沒有的話就沒辦法看到，比如說一些眾生，這裡有水，但是他們沒有看到水，所以習氣有關係。…對，業力也是很重的習氣。

供養的時候，如果我們真的是一無所有，就可以用這種方式來供養，但只要還有能力去準備供品的話，就應該要實際去準備供品。有一些人就用這個當理由，從來都不買一樣供品來供養，所供的供品也不知道擺了多久都不換的，他就偏偏用這個理由，用觀想的方式去緣無主物或者有主物來供養，這樣子是不可以的。如果你自己能力還及的話，至少要買個真的東西來供養，所以這裡才講，他為什麼不能實際的用這些實質的供物來供養，是因為「今我福德不具極困貧」的緣故，才用這種方式供養。

這邊就講到，如果我們真的沒有什麼東西可以供養，一無所有，至少還有這個身軀，我們對這個身軀還有權力在，應該用這個身軀來供養。供養時也不是為了我們個人而已，而是為了一切眾生，不可以被我愛執所驅使，而是要將自己的身軀供養給諸佛菩薩，所以這邊才說自身供。（子二、自身供）：

「我於一切諸佛佛子前，盡我身心無餘至誠獻，
祈諸殊勝勇識咸攝受，至心願為諸尊作臣民，
我由諸尊咸作攝持故，饒益有情不怖生死輪，
往昔眾罪清淨得超脫，別餘罪垢此後不再生。」

這裡是虔誠的供養自己的身體，並不是今天供養當你的佣人，但明天有一些自己的事情要做，好像明天是當我愛執的佣人，今天可以當你的佣人，明天就收回來，這樣是不行的，他是虔誠的做供養。

當我們出去的時候，緣念這些外在的無主物來供養時，也可以使我們的我愛執轉趨薄弱、變小。可是比起獻出我們的身軀，可以更使得我愛執更為縮小。因為身軀是我們絕對必要的，一定需要這個身軀的，外在的物質、無主物等等，卻不見得是我們絕對必要的，如果能為了一切有情的緣故，而將此身軀獻給諸佛菩薩的話，那我愛執的降低程度可能會更大一點。

接著講到心力變現的供養，這裡講到獻沐浴等等，剛剛所說的無主物、身軀的供養，這些東西我們的眼睛還可以見得到，可是，到這邊的時候，要去迎請諸佛菩薩過來，然後要生起宮殿、澡堂來獻沐浴等等，這些我們無法親眼見到，諸佛菩薩來了，我們也無法親眼見到。所以，這邊就進入用意變的方式，用你的心意變化出來的供養，其中又分為有上供和無上供。

首先講到浴具的部分（子三…卯一、浴室）：

「浴殿香薰旃檀氣芬馥，水晶布地晃耀色晶瑩，
眾寶軒楹輝煌悅人意，珍珠華蓋垂覆燦光明。」

這裡講到澡堂、浴室。（卯一、獻浴）

「於諸如來及諸如來子，奉獻眾多充盈妙寶瓶，
善盛悅意妙香甘露水，妙歌天樂無量浴具陳。」

這邊就講到獻浴的部分。事實上，我們如果對諸佛菩薩獻浴的話，可以為我們淨化很多的罪惡、罪障。如果你去灑掃寺院，或者說佛龕的話，都可以為我們淨化很多的罪障、煩惱障，尤其可以淨化很多不淨的顯現，不乾淨的這些顯現，顯現出來各種不乾淨。我們會看到很多東西有不清淨的景象顯現出來，它最主要是來自我們的煩惱障和所知障，因此，有時候會覺得非常污穢、非常髒。這一點可以看出，我們內在不清淨，外在也會顯出不清淨。所以透過沐浴的供養，可以淨化掉我們內在的不清淨，也可以淨化我們的罪障。

尤其在我們每天洗澡的時候，也可以做這樣的觀想。在洗澡時，可以觀想自己是最重要的上師，或者觀想自己是宗喀巴大師，將洗澡觀想成在獻浴，獻給自己的上師或宗喀巴大師。用這樣的觀想方式來洗澡，也有淨化罪障等等的功德。

獻浴完之後，就要開始為這些聖眾擦拭身軀，請看文，（卯三、拭身）

「無比天衣清潔離垢染，妙香沾灑塗拭如來身。」

擦拭完之後就是獻上衣裳（寅二、天衣）：

「次復於諸聖身敬奉獻，芬馥天衣妙色善染成，並及種種輕柔妙天衣。」

再來獻上種種裝飾品（寅二、莊嚴）：

「百千種類殊勝莊嚴等，奉獻莊嚴大行普賢王，聖妙吉祥觀世音自在。」

再來是獻上塗香（寅四、塗抹）：

「香氣芬騰遍滿三千界，以諸妙香塗抹如來身，
如煉純金磨瑩露光彩，威光赫奕瞻仰諸能仁。」

再來是獻上花鬘或花朵，主要是掛在他們的脖子上，或是將花散在他們座位的四周（寅五、花鬘）：

「於諸能仁自在勝供境，曼陀羅花妙蓮優鉢羅，
種種端嚴美妙悅人意，芬芳妙花環鬘作供陳。」

再來是獻上鼻子聞的熏香（寅六、熏香）：

「次復奉獻奢意殊妙香，遍滿虛空涌聚妙香雲。」

再來是獻上種種肴饌，也就是種種的美食的意思（寅七、餚饌）：

「餚饌羹湯善調具百味，種種天廚妙善悉進呈。」

再來是獻上燈明（寅八、燈明）：

「次復奉獻眾寶燈明炬，金色蓮花環鬘次第陳。」

再來為了能請他們多住幾天，接著是獻上無量宮，（寅九、無量宮）：

「淨地無塵妙香善塗瑩，悅意雜花遍佈極芳馨，
無量宮殿妙香聞讚詠，珍寶莊嚴垂履色晶瑩，
遍滿虛空無量莊嚴具，悉皆奉獻大悲自性身。」

然後還要在宮殿頂獻上寶傘、華蓋（寅十、傘蓋）：

「眾寶莊嚴傘蓋純金柄，輪圍種種莊嚴可眾心，
妙相端嚴見者咸愛樂，常時擎持奉上諸能仁。」

除此之外，還要獻上種種奏樂讓祂們很高興（寅十一、音樂）：

「復以別餘供雲聚，並諸悅耳和雅音，解除有情諸苦痛，如雲普覆處處聞。」

我們剛才主要是供佛的聖身，那還有供養佛語。佛語的代表就是這些佛典、佛塔等等，也可以供養雕塑的佛像。在這邊供養的時候，不是像先前沐浴的方式，而是用散花的方式來獻供養，這邊就講到（寅十二、供品恒時不斷之加持）：

「於諸正法勝妙寶，塔寺伽藍妙相嚴，普雨眾寶妙花雨，恒時不斷願降霖。」

也就是要恒時不斷的來獻供養，願祂們都能夠接受到，去享用到我們的供養。

剛剛供的就是屬於有上供的部分，也就是透過實質的陳設，或者說由你的心意所化現出來的，看你的能力如何，你就化現出來做種種的供養，這些都是盡我們的所能來做的供養。還有很多是我們不能做到的供養，我們現在所做的供養之外，還有其它更上的供養存在，所以才稱我們現在所做的供養稱為有上供，也就是在這個上頭還有更殊勝的供養在，那就稱為無上供。這邊就舉了文殊師利菩薩及普賢菩薩，祂們所做的供養都是無上供，非常的廣大無邊、力量非常大的供養，像這樣的無上供養，我也要像祂們一樣來做這種無上供的供養。所以這邊就說（丑二、無上供）：

「云何文殊師利等，於諸如來修供養，如來依怙佛子前，我今供養亦如是。」

也就是我也要效法他們的方法來做無上供。自己能夠觀想的要好好的、深細的去觀想，如果自己沒有辦法觀想的話，就像最後說的一樣，「文殊

菩薩！普賢菩薩！你們怎樣觀想的供養，我就按照這樣子去供養。」迴向的時候也是一樣。

我們所獻上的有上供及無上供，也就是將我們自己的身軀，或者說自己周遭前後左右的這些物質來獻上種種的供養。有時候我們在獻這些供養的時候，都還會有這個我，還會以這個我為主，我需要什麼、什麼，所以我來獻供養，我們有時候會這個樣子，那在這個時候，我們就要改過來，這個我要把它放下來，就是為了要供養一切諸佛菩薩的緣故，所以我來獻這個有上供，獻這個無上供，就是這樣。**仁波切補充：**我講的是比如說，我們前面的那些供養，它有包括看到的東西，或者是自己的身體，整個都已經供養了嘛，那些事我們一看到，一跟它們接觸的時候，我們常常的念頭是：這是我的，或這是我要，就這種念頭常常會出現的。所以我們常常接觸自己的身體，或者是旁邊的那些東西，都一直捨棄掉、一直捨棄掉，為了眾生，為了佛菩薩，這樣子一直供養的話，我們那種的念頭就會慢慢的減少，為自己的念頭會減少。〔有的時候我自己想練習一下，就講一些國語。哈！哈！〕

獻沐浴、獻供養等，是藏系的傳統，這是獻給諸佛菩薩的。藏人有時候會供給上師毛巾、肥皂、牙膏、牙刷等等（以下這句是仁波切問在座學員，有關於漢系獻供的情況）。這邊八月份的齋僧，有時候也一樣會供養這些東西。

在獻完供養之後，接著就要獻上頂禮及讚頌，請看文（壬二…癸一、語讚）：

「我於一切功德海，普以韻音支分海，贊揚悅耳妙音雲，一切如來定普聞。」

在這邊我們要去緣念諸佛菩薩們無量無邊的功德，之後以我們的身軀實際的向他們來做頂禮，以我們的口實際的向他們來做讚頌。所以說：「**於諸悲智等功德大海，我以讚揚無邊功德之韻音支分大海而為讚詠。**」在這時候就可以思惟：「**想一一身出無量首，一一首出無量舌，而為讚歎。**」觀想每一個身軀化出無量無邊的頭，以身體來頂禮，以口來做讚嘆。「**又於諸聖眾，我雖未作讚揚妙音時，亦定有無量妙音雲隨時隨處出生想。**」此時還要觀想我們禮敬的對境，或讚頌的對境，祂們也是無量無邊的，用這樣子來做頂禮、來做讚嘆。

（癸二…子一、禮三寶）：

「三世如來一切佛，並諸妙法賢聖僧，盡其所有剎塵身，我今恭敬而頂禮。」

（子二、禮發菩提心所依）：

「**於諸菩提心所依，及諸塔廟我頂禮。**」

這邊就講到，我們要禮敬的對境就是佛法僧三寶，佛法僧三寶就涵蓋我們一切要禮敬的對境，其中的僧寶涵蓋有聲聞、獨覺和菩薩。這個階段因為要受持菩提心的緣故，所以要特別向菩薩這個僧寶來頂禮，除了向祂頂禮，也向我們所要學的這些法藏來做頂禮，也向實修這些法藏的補特伽羅（尤其是菩薩）來向他頂禮，也向發起菩提心的出生處（勝義上的代表就是指佛塔）頂禮。所以這邊就講到我們向塔廟來做頂禮，或向佛像來做頂禮。

（子三、禮和尚阿闍黎等）：

「**於諸和尚阿闍黎，持淨戒者我頂禮。**」

我們如果受別解脫戒的話，就要向剛出家時傳戒的的堪布及阿闍黎頂禮，受沙彌戒或比丘戒也都有這些師長，所以，在受別解脫戒的過程，會有很多的堪布、阿闍黎這些師長，那我們都要向他們來做頂禮。所以偈頌說「於諸和尚阿闍黎，持淨戒者我頂禮。」我們今天講述至此。