



## 随喜的重要



图片来源：喜马拉雅艺术资源

亲爱的朋友，

一如往常，我希望以此讯息问候大家平安、健康与快乐。今天的莲师日，我想与大家分享《般若八千颂》第六品〈随喜回向品〉中的一段话，开示了随喜的重要性：

弥勒菩萨摩訶萨对须菩提言：“须菩提尊者，与对众生行布施、持戒、禅定之福德相比，菩萨摩訶萨回向随喜善行之福德，无量胜之。此为最胜、最上、最大、最妙。此为无上，无等，无等等。”

正如弥勒菩萨在此教导的，回向随喜他人善行所获得之福德是最无上之回向。因此，为了获得无上的福德资粮，更重要的，为了对治自身的执着与嫉妒，我们应该真诚地为一切众生所做的善行感到随喜—无论是以身、语、意何种形式表达，其中尤其要随喜菩萨、阿罗汉的行谊及诸佛的证悟行为。内心想着这些善行是多么伟大、多么美妙，并将此随喜福德回向，这就是最好的回向。

这种回向之所以被赞誉为无上之回向，是因为它未受意毒所染污。如今我们的情况是，虽然亚洲人普遍非常关心累积福德资粮，西方人却将之视为宗教信仰。事实上，福德跟宗教一点关系都没有，所谓的“福德”是指任何不受负面心理因素引发或影响的身、语、意行为。因此，凡是对心有益的就是福德或善德。这就是为什么在《般若八千颂》第六品中，在释迦牟尼佛的加持下，弥勒菩萨以问答形式开示了随喜的重要性。

就我个人而言，我可以看见每当我随喜他人善行时，我的傲慢、悲观情绪减少了，更重要的是，我的嫉妒也减少了。因此，请随喜他人，如此一来你将获得丰硕的福德。如果你能每天花一两分钟随喜他人，渐渐地你将能看见自己的悲观情绪减少了，

积极、乐观情绪增加了。你将变得不再那么以自我为中心，你也会变得更加谦恭。最后，透过这种方式来累积无上福德，你的执着、傲慢与嫉妒都会减少。因此，请每天花一些时间随喜他人的一切善行。

传送我所有的爱与祈愿，  
一切吉祥。



帕秋仁波切