

入行论精华贴目录

入行论精华贴目录.....	1
第一品 菩提心利益.....	5
1. 愿菩提心和行菩提心的区别是什么?	5
2. 如果出离心没生起的情况下, 世俗菩提心能生起吗?	5
3. 有了菩提心还会去追求世间的福报(下士道)和自我的涅槃快乐(中士道)吗?.....	5
4. 发菩提心得到的世间福报和未发菩提心做善事得到的福报相同吗?	6
5. 不是说因果不空吗? 为什么生起菩提心大的罪业能压伏, 小的罪业能完全根除?.....	6
6.问:“佛于多劫深思维”和通常所说的起心动念有怎样的不同之处呢?	6
7.为什么《入行论》属于经藏的范畴? 三藏的划分标准是什么?	7
8.对法怎么理解?	7
9.为什么属于慧学所摄?	7
10. “大乘菩萨的修法窍诀”为什么属于定学所摄呢?	8
11. 为何说“声闻和缘觉的来源是佛陀, 佛陀的来源是菩萨”?	8
12. 法王说“相续中如果具有菩提心, 就根本不会堕入恶趣”, 一定吗?	9
13.禅修、实修与观修是否可以划等号?	11
14.阿罗汉有没有菩提心?	11
15. 成佛必须身根全部具足, 原因是身体如有缺损会影响气脉明点, 此种观点是否正确?	13
16.释迦牟尼佛在因地时, 布施儿女妻子。这是否合理, 是否有为了成就自己的佛果而牺牲别人的过失?	13
17. 如果一个人被切除了肾藏, 是否属于六根不具的范畴?.....	15
第二品 忏悔罪业.....	16
1.凡夫人易犯的八种罪: 第三条和第四条的区别是什么?	16
2.如何解释:“地上或天中, 有生而不死, 是事汝岂见, 谓闻诚可疑。”?	16
3.、对于供养时的非理要求该如何处理:.....	16
第三品 受持菩提心.....	18
1. 凡夫人能否发愿转生旁生利益众生?	18
2. 请教: 在世间随喜中, 当对方获得财富等利益时对其果进行随喜。假设这些财富的获得并不如法, 会不会因此而产生随喜恶业的过失?	18
3. 供灯的细节.....	19
4. 菩提心与菩萨戒之间的关系.....	19
5. 缘觉所证悟的部分法无我具体是指什么?	20
第四品 不放逸.....	21
1.烦恼的根本是萨迦耶见还是非理作意?	21
2. 如何理解“所谓的心, 则是非无情的明清之法”	22
3. “《释量论》第二品....., 心的近取因是心”。“心的近取因是心”应如何理解?	22
4. “《佛教科学论》.....,心, 永远也不会灭”。应如何理心从哪里开始?	23
第五品 正知正念.....	25
2. 《入行论》第 66 课德山禅师公案的理解?	25

3.什么是“分别”？“明”与“分别”有何不同？	26
4.第 65 课讲到：作为比丘不能自杀，否则有杀害天尊的过失。这应怎样来理解？	26
5.“我慢”和“我执”的区别?.....	27
6.为了利他而妄语，犯了妄语戒吗？	28
7.第 49 课提到的“不相应行法”如何理解？	29
第六品安忍.....	31
1. 自身也是引起嗔恨的因与戒律中诋毁五蕴有矛盾吗？	31
2. 在生活或工作中碰到矛盾时该如何以理智来解决忍辱的问提？	31
3.“胜论外道承认有一种常我，具有五种特点”请问这种“常我”的五种特点是什么？“主物”和“常我”是一个意思吗？	32
4. 人的第八识阿赖耶识（就是令人往复轮于回不断投胎的那一识）最初来源何处（最初的缘起是什么）？最终寂灭于何处(寂灭的缘起是什么)？	33
5.如果面对一个唠唠叨叨的你又要不被他所乱，该怎么办？	33
6.该如何理解外道所谓的三德必须还具有三德？	34
7.《入行论》第 75 课提到常有则不生，应如何遣除常有能生的分别念？	34
8.《入行论大疏》中，将菩萨分为四种,具体该如何理解？	37
9.阿赖耶识是不是我们的心呢？	40
第七品精进.....	42
第八品静虑.....	43
第九品智慧.....	44
1. 那地道之间的差别依靠什么来安立呢？是依靠入定来安立差别吗？	44
2. 大恩上师讲解：中观应成派所遮破的自证，是唯识宗承认的“实有”自证，名言中“现而不实”的自证，没有任何教证理证的妨害。为什么“实有”就不能自证？	45
3.分析全身不得我，可众生往往认为这个四肢、头颅等组成的身体是“我”，又如何勘破呢？	46
5.智慧品-万法如梦如幻的讨论.....	51
6. 智慧品科判图.....	53
7. “若复究空智，应成无穷过”应如何推理？	53
8.为何“大乘认为报身是常有不变的法”？	54
9.地狱-vs-木头，天-vs-人，不同类的东西，都没分别吗？	54
10. 为什么说我们找不到“从无实法转变为有实法”的时间呢？	54
11.既然胜义非心境，不可思议，显然，亦非语言所能表达，我们所说的胜义是什么？	56
12.有人想：这样的真胜义谛行相是无有可见的，那诸佛如何见彼性呢？	57
13. 怎样如理思维：智慧品的人无我、法无我与修极乐净土的关系?.....	57
14. 如何以二谛来理解如来藏？	58
15. 极乐世界也非实?.....	59
16. "此由他分别，彼非自世俗。后决定则有，非故无世俗。"该如何理解？	60
17.四谛十六行相具体如何解释？	60
18."大乘与小乘在发心、教授等五个方面截然不同"具体指哪几个方面？	62
19. 如何理解如来藏是空性、我们的证悟也是空性？	62
20.能不能比较一下瑜伽现量和净见量两个概念？	63
第十品回向.....	64

实修相关.....	65
1.我修学格鲁派,在听受<<入菩萨行论>>时,修皈依仪轨时,我应该观想我的根本上师吗? 另外,菩提心的修法,我可以按照我的上师授于的仪轨来修吗?	65
2.我听慈诚罗珠堪布的五加行录音能得到传承吗? 能依此修持吗?	65
3. 念佛时,念金刚萨朵时,杂念多怎么办? 如何达到一心不乱呢?.....	65
4. 我想恭请索达吉堪布为上师!我该怎么做?.....	65
5. 末学发觉近日修持较坏, 心不是很清静, 有点堕落的感觉。请问上师该怎么办?	66
6. 如何以看待理、作用理、证成理、法尔理来证成上师就是佛?	66
7. 关于佛堂清洁问题?.....	68
8. 读《无著菩萨传》的疑惑: 如何理解大菩萨的自我教诫?	69
9.如何圆融看待上师的种种示现?	72
10. 资加二道修行人的相续如何? 登地圣者的相续如何? 到底应该如何理解大菩萨的自我教诫? ...	73
11. 空无边处的众生感觉虚空周遍的。对于他们来说为什么没有显现呢, 是空性吗? 具体应如何分析呢?	74
12. 怎么确定自己本尊?.....	74
13.如何培养利他之心?	74
14. 用什么方法能够克服怕人的毛病.....	79
15. 献新杯的食物和茶怎么处理?.....	80
16. 请问: 中断吃素是否属于业际颠倒? 家人不同意吃长素该怎么办?	82
17. 共修怕发言说错有过失怎么办?	84
名相术语.....	86
1. 见“性”成佛的“性”字如何理解?	86
2. “现基”和“基现”如何解释?	86
3. “观待”和“违品”如何解释?	86
4. 请问: 什么叫“相续”“心相续”?	86
5. 胜义空:	87
6. 请问什么是“了义与不了义”?	87
7.什么是依止上师时的三欢喜?	87
8. 空行:	87
9.什么是妙观察智?.....	89
10. 如何理解无常和空性?	89
11. 有漏(有漏修道、有漏业):.....	90
12.异熟果报:.....	90
13.有为法:.....	91
14.地界:.....	91
15.入行论第一品至第四品术语汇集:	91
随笔.....	92
伟大的母亲.....	92
关于菩提心和大小乘的问题.....	93
智慧宝剑(法王晋美彭措传讲, 索达吉堪布译)-智慧品的浓缩.....	95
顶果钦哲法王一精髓开示.....	100

[入行论笔记]我们为什么要精进?	102
[入行论笔记]修行人最大的敌人是喜欢睡懒觉.....	105
感动与惭愧, 转贴一位师兄的文章.....	109
致大恩上师索达吉堪布.....	111
七十老人初学《入行论》	116
《入行论》学习体会精华答题节选.....	118
《入行论》学习体会精华答题节选 (1)	118
《入行论》学习体会精华答题节选 (2)	120
《入行论》学习体会精华答题节选 (3)	122
《入行论》学习体会精华答题节选 (4)	123
《入行论》学习体会精华答题节选 (5)	125
《入行论》学习体会精华答题节选 (6)	126
《入行论》学习体会精华答题节选 (7)	127
《入行论》学习体会精华答题节选 (8)	128
《入行论》学习体会精华答题节选 (9)	130
《入行论》学习体会精华答题节选 (10)	131
《入行论》学习体会精华答题节选 (11)	133
《入行论》学习体会精华答题节选 (12)	137
《入行论》学习体会精华答题节选 (13)	139
《入行论》学习体会精华答题节选 (14)	140
《入行论》学习体会精华答题节选 (15)	141
《入行论》学习体会精华答题节选 (16)	142

第一品菩提心利益

1. 愿菩提心和行菩提心的区别是什么？

辅导员 A:

愿菩提心: 仅仅是心里发愿为利益一切众生，愿成就佛果。好比想去拉萨，只是心动还没有行动。

行菩提心: 在愿菩提心的基础上修持六度万行。好比不但心动，而且行动，已经上路了。

二者的关系: 具备行菩提心一定已经具备了愿菩提心，反过来，有愿菩提心，不一定有行菩提心。

在具体行菩提行时候，不一定心里要一直想着我要去拉萨，去拉萨，然后每走一步都得这么念叨着，只要你最初的发心没有退失，没有动过我再也不去拉萨的念头，这样，就会一直在初发心的推动向朝拉萨方向前进。这个例子说明了：行菩提心是在愿菩提心摄持下的一种行为。既是发心也是行为。

帖子来源: [url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=425.msg2028#msg2028]Re: 愿菩提心和行菩提心的区别是什么? [/url]

2. 如果出离心没生起的情况下，世俗菩提心能生起吗？

辅导员 A:

没有出离心，不可能生起世俗菩提心，因为世俗菩提心的定义是“为利有情愿成佛”，堪布曾举一例：众人掉入淤泥之地，一人见众生挣扎呼叫，欲出泥坑而不能，极其悲惨可怜，急欲救众生出离。虽然欲救众生出离他自己得先离泥沼，他的发心，是欲众生离苦，究竟离苦是成就佛果。这就是世俗菩提心。

如果没有出离心，则尚未看破人生无常，诸受是苦，贪恋尘世受用，声名，亲情等种种不实之物，为获得此等追逐驰求，惶惶不可终日，自己尚不欲离苦，怎么能发起为一切有情都能离苦得乐而成就佛果的宏愿呢？

[URL=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=444.msg2196#msg2196]帖子来源: Re: 请问辅导员老师[/URL]

3. 有了菩提心还会去追求世间的福报(下士道)和自我的涅槃快乐(中士道)吗？

辅导员 A:

生起“为利众生愿成佛”的菩提心不可能去追求世间的福报和自我的涅槃快乐。因为下士道和中士道是为“自我”，而且没有欲成佛的誓愿。

帖子来源: [URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=444.msg2135#msg2135>]请问辅导员老师 [URL]

4. 发菩提心得到的世间福报和未发菩提心做善事得到的福报相同吗?

辅导员 A:

不发菩提心所得的世间快乐如颂云:“其余善行如芭蕉, 果实枯已终枯槁, 菩提心树恒生果, 非仅不尽反增茂。”

罗汉没有发菩提心, 所得的清静安乐并不究竟, 罗汉获得无余涅槃时, 进入小乘的共同灭尽定, 一万劫之后, 佛陀心间发光, 加持他们出定, 告诉他们, 他们所获得的涅槃并非究竟无余涅槃。他们出定的第二刹那往生刹土, 发菩提心, 转入大乘。

帖子来源: [URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=444.msg2135#msg2135>]帖子来源: 请问辅导员老师 [URL]

5. 不是说因果不空吗? 为什么生起菩提心大的罪业能压伏, 小的罪业能完全根除?

辅导员 A:

因果不空不是指因果在胜义中实有存在, 而是指名言中因缘具足, 果法就会产生。这样的名言缘起显现无欺存在。生起菩提心是因, 压伏重大恶业、灭除小的罪业是果, 一旦因具足, 果法就会无欺产生。这就是因果不空的道理。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=970.msg4525#msg4525>]帖子来源: Re: 请教第 8 课 [URL]

6.问: “佛于多劫深思维”和通常所说的起心动念有怎样的不同之处呢?

辅导员 A:

“佛于多劫深思维”包括了佛在因地的时候, 从此角度也可以说有起心动念。如果是位于佛地的时候, 上师仁波切曾经开示, 就菩萨自身而言, 出定位安住于无我空性, 无有动摇, 但与此同时, 为了利益众生, 在他人前, 可以讲经说法、比量推理等, 此二并不相违。

佛地时出入定无违, 中所谓的“深思维”应该是属于佛陀的智慧, 是一种无分别智慧。而凡夫的起心动念属于分别念的范畴。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=970.msg4525#msg4525>]帖子来源: Re: 请教第 8 课

[/URL]

7.为什么《入行论》属于经藏的范畴？三藏的划分标准是什么？

辅导员 A:

无著菩萨在《入行论善说海》中说：“由于此论属于**经藏的范畴**，因而按照国王规定的顶礼方式，在一切佛菩萨前顶礼膜拜，这是译师所作的顶礼。”

《入行论讲记》云：“宣说定学的佛语放入经藏中，宣说戒学的出现在律藏中，宣说慧学的不违对法论。”《入行论》的作者是**寂天菩萨**，故其论应非佛语，为什么称其为经藏呢？

上师仁波切曾说：“**论典也分经、律、论三藏，有论藏的经藏。**”

《入行论广释》云：“（《入行论》）是寂天论师**摄集经藏中有关大乘菩萨的修法窍诀而成。**”故属论藏的**经藏**，无著菩萨将此论归在经藏中。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=9048.msg42699#msg42699>]帖子来源: Re: 请问法师: 《入行论》为什么属于经藏的范畴? [/URL]

8.对法怎么理解？

辅导员 A:

《俱舍论讲记》云：

在《经庄严论》中，“**对**”有四种意思——现前、再三、威严、了达，此处是指**现前之义**，即一切万法的法相、性质、类别全部可以一一现前，并详细说明其本体。“**法**”的含义非常广，世亲菩萨将其归纳为“法者所知道，涅槃及意境，福寿及教典，未来决定规”十种含义，这里是指“**所知**”，即一切万法或学问……对法藏即论藏。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=9048.msg42714#msg42714>]帖子来源: Re: 请问法师: 《入行论》为什么属于经藏的范畴? [/URL]

9.为什么属于慧学所摄？

辅导员 A:

1.从对法的定义而言

如上所述：对法“即一切万法的法相、性质、类别全部可以一一现前，并详细说明其本体。”

如《入行论讲记》所云：“凡属论藏所摄，前面加‘顶礼文殊菩萨’，只有文殊菩萨具有细微深妙的智慧，可以清晰辨明万法之差别……”

2.从对法的分类而言

《俱舍论》云：“净慧随行为对法，为得彼之诸慧论，对法之义纳此中，或此所依故为藏。”

对法有胜义对法和世俗对法。

此二种对法的含义即指“见道、修道和无学道的智慧及其随行分所属的五蕴或四蕴，即称为胜义对法。”

“为了获得胜义对法，自己趋入胜义对法的道路，在此过程中所产生的俱生智和闻思修三慧的一切有漏智慧称之为世俗对法。（《俱舍论讲记》）”

故对法为慧学所摄。

[URL=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=9048.msg42714#msg42714]帖子来源: Re: 请问法师: 《入行论》为什么属于经藏的范畴? [/URL]

10.“大乘菩萨的修法窍诀”为什么属于定学所摄呢？

辅导员 A:

《入行论广释》中说：“（《入行论》）是寂天论师摄集经藏中有关大乘菩萨的修法窍诀而成。”而“经藏中有关大乘菩萨的修法窍诀”属于“定学”，因为经藏诠定学之故。

[URL=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=9048.msg42750#msg42750]帖子来源: Re: 请问法师: 《入行论》为什么属于经藏的范畴? [/URL]

11.为何说“声闻和缘觉的来源是佛陀，佛陀的来源是菩萨”？

问：为何说“声闻和缘觉的来源是佛陀，佛陀的来源是菩萨”

辅导员 A:

上师仁波切此语源自月称菩萨的《入中论》：

“声闻中佛能王生，诸佛复从菩萨生，大悲心与无二慧，菩提心是佛子因。”

一、为什么说声闻中佛从能王（佛陀）产生？

由于诸佛出世，无倒宣说缘起，二乘种姓对于佛所说的法听闻、思维，精勤修习，就能随他们自己的信乐得到声闻或缘觉的果位。

有人想，声闻是闻佛说法而证果的，独觉是自己证果的。独觉种姓听闻佛说缘起法，善巧通达了缘起真义，

虽然当时没有即生证取独觉涅槃，但因为他先前具有修习佛说缘起法的修力，在后世决定会得涅槃。

所以，无论是声闻缘觉，都要由佛说法才能出生。

二、菩萨也可以安立声闻的名字。

为什么叫声闻？从他人处听闻，修行证得声闻菩提果，并令他人听闻这样的法。“闻”有从他闻和令他闻之义。故对于菩萨也可安立声闻的名字，因为菩萨也是从诸佛处听闻了无上菩提之道，而且为求法者宣说。《法华经》云：“我等今者成声闻，闻佛演说胜菩提，复为他说菩提声，是故我等同声闻。”狭义来说，只有中士道种姓者才称声闻。

三、为什么说诸佛从菩萨中出生？

有人怀疑，应该是菩萨从诸佛说法而生，菩萨叫做佛子，就是从佛产生。说菩萨从诸佛生，没有错，但在有必要的情况下，也可以说诸佛从菩萨中产生，此说通过理证和教证可以成立。理证有两种根据：

- 1、从分位差别上可以成立。因为佛是菩萨的果，也就是如来是十地菩萨的相续转依而成的，所以佛是从菩萨产生。此为成佛之近取因。
- 2、从劝令发心上也可以成立。因为诸佛因地是由菩萨劝令发菩提心修行后成佛的，如释迦牟尼佛和其余的诸佛是在文殊菩萨劝说下发菩提心而后修行成佛的。此为成佛之俱有缘。

所以，“菩萨从诸佛生”，“诸佛从菩萨”生这两种说法都可以成立。

根据（《入中论颂讲义》）解释。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=11179.msg56228#msg56228>]帖子来源：Re: 请问师兄：“声闻和缘觉的来源是佛陀”如何理解[URL]

12.法王说“相续中如果具有菩提心，就根本不会堕入恶趣”，一定吗？

辅导员 A:

一定的，“菩提心”应该确定是无伪的世俗菩提心。

按照诸大论典，获得忍位时，不会再堕入恶趣。

全知麦彭仁波切在《现观庄严论注释》中也说：“忍位的本体：在诸谛方面具有与趋入及随顺胜解相应的等持与智慧，因堪忍无生之义，故称为忍位。在获得忍位之后，就不会再堕入恶趣。”

《现观庄严论注释》又说：“一般说来，利根者在资粮道以后，就不会再误入歧途，所以在此阶段（资粮道），也存在普通的不退转者……”

而钝根者“因对甚深般若波罗蜜多等产生畏惧的资粮道钝根修持外境的加行，是**通过长久的艰辛劳累[劬劳]精勤，从而生起证悟的**（《现观庄严论注释》）”。

《走向解脱菩萨戒品》说：“尤其是因失坏菩萨戒犯根本罪的过患更大。往昔发菩提心受菩萨戒时，曾迎请上师及诸佛菩萨作证，并发下誓愿，**若失坏菩萨戒犯根本罪，将堕落三恶趣，并转入无间大地狱中感受长劫痛苦**。《集学论》云：‘彼等根本堕落罪，为大地狱众生因。’”

又，慈诚罗珠堪布在《素食的意义》中说：“**五道中的加行道和资粮道，虽然都是凡夫道，但也有很大的功德。资粮道有上、中、下三种分别。且不论中和下，就是修上资粮道的人，也有可能作畜生。因为他有可能犯菩萨和密乘根本戒，因果不虚，那么他肯定就要堕落到三恶道。**”

以上教证，可以安立，从显宗的角度，凡夫菩萨在资粮道位尚有误入歧途的退转的可能，**有菩提心刹那退失犯菩萨戒的根本戒而堕恶趣的情况存在。**

本问的命题是“相续中如果具有菩提心，就根本不会堕入恶趣”。在具有无伪菩提心的情况下，破根本戒堕恶趣的情况难以成立。故本问的立论是完全成立的。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=11249.msg56705#msg56705>]帖子来源：Re: “相续中如果具有菩提心，就根本不会堕入恶趣”，一定吗？ [URL]

Wxpdfr:

上师慈诚罗珠堪布《三主要道论讲记》中说：

那么，究竟具有什么条件，才算是菩提心呢？第一个，要有对一切众生的慈悲心。所谓“慈心”，就是一心一意地希望每一个众生不但今生能获得幸福，而且在乃至菩提间的所有轮回当中，都能获得永久的幸福快乐。这不是口头上的宣言，而是发自骨子里面的真情实感；所谓“悲心”，就是从心灵深处真诚地希望每一个众生在乃至菩提间的所有生命轮回当中，不遭遇任何痛苦，远离一切痛苦。慈悲心的对象，不仅仅是自己的亲友，也包括自己的仇敌；不是指一个村落、一个国家，或者仅仅是人类，而是包括六道众生在内的所有生命。如果对他们都能一视同仁，做到像平时我们祝愿自己能永远幸福快乐，永不遭遇痛苦那样迫切的程度，就可以算是真正的慈悲心。

对每一个众生生起平等的慈悲心，是菩提心的第一个条件。

第二个条件，就是要为了一切众生而发誓成佛。

在《菩提心略修法》中说：

现在，我们要反观自心，看看自己与菩提心有没有距离，有多远的距离。若是相距甚远，就一定要精进；

若是近在咫尺，就应该更加努力精进，因为这样做就可以很快走上大乘资粮道。虽然走上大乘资粮道的人也有可能退转，也无法避免永远不堕恶趣（如果这种人犯了菩萨戒，或造了比较严重的罪业，也会堕入恶趣），但是，这种人即便在恶趣中，也会度化众生。

比如说，若此人转生为畜生，他就会以畜生的身份去利益身边的众生。又如，平时在六道轮回当中最希望死而又不能死的，就是地狱有情。但是，在佛的传记中记载着，佛在堕地狱时也有过利益众生的决心，而且这个利益众生的念头一经生起，他便立即死去，并往生天界，学佛成道。其他走上大乘资粮道的人也是这样。

在《经庄严论》里讲，有菩提心的人，即或造了堕地狱的业，也不可能在近期内堕落，此业在很久以后才会成熟；堕入地狱后，他所能感受到的痛苦也很轻微，历时很短，不同于其他的地狱众生；在感受这些痛苦的同时，他也从未舍弃过利益众生的决心；而且此念一出，他就象从梦中苏醒过来一样，地狱苦报便会立即结束。所以，菩提心是很重要的。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=11249.msg56721#msg56721>]帖子来源：Re: “相续中如果具有菩提心，就根本不会堕入恶趣”，一定吗？ [URL]

13.禅修、实修与观修是否可以划等号？

辅导员 A:

观修是观察修，所谓实修，应还包括安住修。《新月释》中阐述空性的修行方法，即观察修、观察修与安住修轮番，最后，安住修。

禅修也可以包括在观察修和安住修中。

《新月释》云：“以分别心修行从而证得法界之过程如第四问题中所述，可以分为伺察修，伺察与安住轮番修，安住修三个步骤而最后现量认识法界。”

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=11639.msg59344#msg59344>]帖子来源：Re: 禅修、实修与观修什么关系？ [URL]

14.阿罗汉有没有菩提心？

辅导员 A:

为什么说阿罗汉没有菩提心？

菩提心的法相是“缘佛果的智慧和缘众生”。

缘佛果——

按传承上师们窍诀性的讲解：世俗菩提心和空性慧是同时生起的，换句话说，相续中有多少空性慧，就有多少菩提心。反之亦然。阿罗汉证悟人无我，决定有相应于证悟人无我空性智慧的“菩提心”。

但是，阿罗汉不具有证悟法无我的大乘菩萨的空性智慧，也不具有佛陀的遍智，而世俗菩提心有二十二个比喻，分别对应从资粮道到十地菩萨的境界，在每一地道中，相应于不同地道的智慧，有不同层次的世俗菩提心。从空性慧而言，而阿罗汉的菩提心尚无法对应资粮道的凡夫菩萨的菩提心，故无法归入或对应二十二种比喻中的任何一个。原因是，资粮道的凡夫菩萨具有闻思修二无我的总相妙慧，而阿罗汉没有。所以，从缘佛果的智慧的智慧的分析，获得佛果的智慧是二无我的智慧，而阿罗汉不具备。

缘众生——

小乘以无伪出离心为入小乘资粮道标志，声闻以强烈的出离三界之心寻求灰身泯智的果位，不愿在三界以三大阿僧祇劫行持六度万行，积累二种资粮。修持声闻阿罗汉的果位最少三世就可以获得，在获得罗汉果位后，会于一万劫中入于灭尽定。没有“决定众生的解脱事业由我来承担”的决定心。而大乘资粮道的凡夫菩萨是从发起无伪的菩提心为入道标志，经过一大阿僧祇劫积累二种资粮，菩提心由生起到增上到坚固，阿罗汉不具备。

为什么说阿罗汉有菩提心？

缘佛果——

阿罗汉虽然不具有资粮道菩萨闻思修二无我的妙慧，但现证了人无我空性的自相，已澈见佛陀的一分法身，如传承上师所说，空性和菩提心是同时的，虽然没有相应于二无我妙慧的菩提心，但有相应于证悟人无我空性智慧的“菩提心”，**准确地说，叫做声缘的大悲心。**此悲心绝对超胜于我等未生起无伪菩提心的众生。但是，相应于急于离苦得乐的声闻根基的众生，不强调菩提心，强调出离心。

缘众生——

悲心对境：《日光疏》云：“声缘阿罗汉虽知我与众生皆无实体或本不存在，但众生由执五蕴的相续与积聚为常法而感受痛苦，缘此生起悲心者属于缘法悲心。全知麦彭仁波切称其为普通悲心。凡夫著相的悲心与罗汉的普通悲心于苦苦、行苦、变苦之中，唯于感受苦苦的众生方能产生，对感受行苦、变苦、无记、有漏安乐的众生便不能生起，因此非为平等大悲心。”

悲心时间：“虽然声缘阿罗汉对众生具有悲心，但在获得无余涅槃时灰身泯智，其悲心亦就自然灭尽，故非为常有大悲。”

悲心的程度：“譬如独子往赴疆场与敌作战，其母虽在家中焦虑不堪、老泪纵横，但未能亲临疆场为子作利益之事；其父于心不但焦虑不堪，且身奋勇，不顾一切地冲向疆场，猛力救护儿子，使其脱离险境平安而归。前者喻如声缘阿罗汉的悲心，后者喻如大乘菩萨的大悲心行。”

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=13938.msg74906#msg74906>]Re: 关于大小乘菩提心的疑问[URL]

15. 成佛必须身根全部具足，原因是身体如有缺损会影响气脉明点，此种观点是否正确？

辅导员 A:

不正确。气脉明点的修法属于圆满次第，大圆满不用修气脉明点，可以获得无余虹身成就。

全知麦彭仁波切在一部密宗论著《八教海》中 说：

修圆满次第气脉明点的目的是为了刹那刹那不停变动的分别心迅速地安住下来。因为在世俗中气往外散时，分别心也随之外散，如果气融入了中脉，则分别心也 内收，消失在法身智慧中。正因为大圆满中才直接指出法身智慧不在外境，而在众生心间，故圆满次第不象生起次第那样注重外境的本尊，而是以内金刚身为修行的方便。依圆满次第，风部分融入中脉即获得部分的证悟，全部融入后即获究竟的证悟。

如果修大圆满，直接安住于心的本性时，则不需那些使气入中脉的有功用方便，而气可以自然 入于中脉。不仅如此，有漏的身体也都融入了虚空，而成就毫无障碍的虚空身。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15472.msg85865#msg85865>]帖子来源: 有道友认为成佛必须身根全部具足，原因是身体如有缺损会影响气脉明点，因此不能成佛。此种观点是否正确？ [URL]

16. 释迦牟尼佛在因地时，布施儿女妻子。这是否合理，是否有为了成就自己的佛果而牺牲别人的过失？

辅导员 A:

这个问题可以从几个方面去理解：

1. 大乘的一切修行归结为断除我执。

《入行论》中说：“舍尽则脱苦，吾心成涅槃，死时既须舍，何若生尽舍”。大乘的一切修行都归结为断除我执，我执包括人我执和法我执，而人我执引发的烦恼障是障碍我们从三界中获得解脱的因，它包括了我和我所的执着，我们对妻子儿女的执着就是我所执。我们的所有痛苦，灾难，一切的不幸都是由我执产生，它是我们唯一的敌人。布施度“依舍心究竟圆满”。

2. 何者应舍何者不应舍？

宗大师在《菩提道次第广论》中对应舍不应舍之物做了解释，“论中说：如果由布施此物能让对方暂时远离恶趣之因，引生乐受，究竟也有利益，即能令他断恶或将他立于善处，或者暂时虽然不能引生安乐，但究竟能产生利益，这二种情况下，菩萨都应当对他布施。如果由布施此物，暂时会产生逼恼，往后也没有义利，或者暂时能为他引生安乐，但将来对他有损害，则都不应对他布施。

因此，菩萨并非丝毫不加以鉴别，就将一切内外施物都布施众生。菩萨应以‘能否究竟利益众生’为标准，对种种内外布施物安立应施和不应施的差别。《菩提道次第广论讲记》”

3. 妻子儿女是否属于应舍之范畴？

应舍不应舍又从内物和外物两个方面分析。内物中，就时间方面不应舍的道理，宗大师说：“如施肉等，此虽将身已施有情，然于非时，惟应遮止不令现行。若不尔者，能使菩萨厌诸有情，由此失坏菩提心种，故即失坏极大果聚。”妻子儿女虽属于外物，但从时间方面不应舍的道理同于此理。对凡夫言，其俱生我和我所的执着根深蒂固，悲心尚未达到清净的阶段，若非时布施妻子儿女，如同非时施身肉，会产生极大后悔，并厌离有情，失坏菩提心种。

不舍外物的道理也分了五个方面来宣说，其中“就施物门不应施舍”中宗大师说：“若自父母，有虫饮食，妻子奴等未正晓谕，虽正晓谕若不信解。”

“就所施无方面不应舍的情况，譬如：自己的父母，有虫的饮食不应施舍；或者妻子儿女、奴仆等如果未善普加开导，让他们了解，或者虽已正言开导但他们不信解，也不应施舍。《菩提道次第广论讲记》（益西堪布讲解）”

4. 能施所施及求施者，均为菩萨愿力示现，并以此功德瞬间圆满无数劫资粮。

《白莲花论》中义成王子按《中观宝鬘论》中所说，乃为最后有菩萨，《白莲花论》中，义成王子欲布施其妻时，“义成妻子听罢顿时倒地痛哭，义成便善言劝解道：‘你勿哭泣，难道你已忘记我们前世发愿之经历？你过去于燃灯佛出世时所发誓愿尚能忆否……’曼德听完此番话后，自然以清净心回忆起过去发愿经历，她立即随喜，并希望王子发愿圆满。”

又，释迦牟尼佛因地时发下五百大愿后，“山上天女帝巴歌喜嘎则说：‘愿我生生世世能为你妻，并最终蒙你赐予得无上菩提之授记。’……有一贫者名为能畏则于海尘婆罗门前说道：‘大婆罗门，我亦欲为你修行之同伴。无数劫后你得菩提果时，愿我能成为你之亲友。愿我能经常到你面前乞讨，乞讨卧具、垫子、衣服、大象、城市、房屋、大城市，以及你之儿女、血肉、身、首等等，愿我能成为你行布施波罗蜜多之对境，亦为其余五度之对境。你如是在行菩提道过程中，愿我永为你行六波罗蜜之对境。你得菩提时，愿我能于你教法下得声闻果位，并能守持八万法蕴，且能对人宣说。愿我最终能蒙你赐予得无上菩提之授记。’”

从以上引文中我们可以了知，向大菩萨索取妻子儿女之人，大菩萨所布施之妻子儿女，以及菩萨之布施，能使能施所施及求施者瞬间圆满无数劫的资粮。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15472.msg85884#msg85884>]帖子来源: 释迦牟尼佛在因地时, 布施儿女妻子。这是否合理? [/URL]

17.如果一个人被切除了肾藏, 是否属于六根不具的范畴?

辅导员 A:

肾脏或其他内脏均非身根, 故切除肾脏不属于六根不具的范畴。

《俱舍论》颂词是根据有部宗和随教经部安立的。因为他们认为眼根就像胡麻花, 有颜色、形状, 它遍于整个眼珠, 由它可见外面的色法; 耳根如同卓嘎树的树疥疤一样在耳朵的里面, 能听到外界的声音, 也是色法; 鼻根就像两根平行的铜针分布于两个鼻孔内, 通过它能享受外界的气味; 舌根位于舌头的中间部位, 是如同半月形的色法, 依此可品尝各种味道; 身根好像鸡身体的皮肤一样, 它遍满整个身体, 依靠它才产生触觉。所以, 有部宗和随教经部认为根是整个身体里面专门执著外境的一种色法。

眼珠不是眼根, 它属于身体的一部分, 是眼根的来源, 人们可以见到的鼻子、耳朵等仅是身体的一部分, 可以将它们称为身依, 但不是鼻根、耳根等。同样, 内脏也不是身根。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15472.msg87136#msg87136>]帖子来源: Re: 入菩萨行论 5-7 课的问题[/URL]

第二品忏悔罪业

1.凡夫人易犯的八种罪：第三条和第四条的区别是什么？

辅导员 A:

第三条是从根基的角度来讲，此众生根基还未成熟，就让他转小入大。

第四条是从谤法的角度来讲，“令他亦持此”，是指令他人也持有这种邪见（即指认为小乘法不能断除贪等烦恼的邪见）

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=966.msg4434#msg4434>]Re: 平凡人易犯的八种罪：第三条和第四条的区别是什么？ [URL]

2.如何解释：“地上或天中，有生而不死，是事汝岂见，谓闻诚可疑。”？

觉梦人道友:

大地上或天道中，有生而不死的事情吗？你可曾亲见过此事？如果自己没有亲见过，而是听闻过，那么这个传闻的确切可靠性必定可疑，必不足信，（因为自古以来就不曾发生过这样的事情，有生必有灭，无生无灭。）

金刚永持:

世间的任何生命，有生必然有死。从善趣天界以下，有生而不死的事情可谓见所未见、**闻所未闻**，**人们也绝不会有“到底死还是不死”这种模棱两可的怀疑。**

[url=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=17491.0>]帖子来源：第2册，27课颂词解释？谢谢您……[/url]

3.、对于供养时的非理要求该如何处理：

辅导员 A:

如果是非理要求，您不必答应。

如果您自始至终没有发心，答应只是碍于情面，而且现在也百般不愿，您不必勉强供养，供养也没有功德。

上师曾经说，如果您供养一百元，有悭吝心，则不要供养，如果供养五十元，还是不舍得，也不要供养，如果您毫无悭吝心，愿意供养十元，您就供养十元。以悭吝心供养，心中不愿，懊悔，还不如不供养。

这里，绝非指您有悭吝心，而是在您不愿意这么做时，绝不要勉强自己。

这就是为什么上师非常反感有些人化缘，引起别人邪见之故。

帖子来源: [URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7304.msg32409#msg32409>]Re: 供养[URL]

第三品受持菩提心

1. 凡夫人能否发愿转生旁生利益众生？

辅导员 A:

《中观庄严论释》云：“住于不清净七地的诸位菩萨主要是以善巧方便、悲心、愿力而受生，住于清净地的诸大菩萨则以自在的智慧而示现投生等”。

《经观庄严论》：凡夫资粮道和加行道，小乘一来，预流果依业和烦恼转生；一地到二地依愿力，悲心，三地到七地依等持，三清净地依自在力，佛地依不可思议的力量。

从以上的教证看，**凡夫很难依愿力转生，而是依业和烦恼**。此业包括转生人天善趣的有漏善业。

《中观宝鬘论释》：“首先宣说增上生之因十六法，关于十六法，下文中有明示。（听闻者）如理如实修持之后，才该讲解获得决定胜之道的所缘空性等法门。原因何在呢？因为**需要连续得到增上生的果报方可渐渐达到决定胜的果位。**”

所以，我们要发愿往生净土，在获得成就之前，连续获得增上生的果报，究竟获得决定胜的果位。

并且也可以发愿，愿我成为菩萨后化身无数，转生于六道，到任何一个有缘的众生身边……

作为异生凡夫，即使转生为猪狗，也无法利益众生。

帖子来源：[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7335.msg32548#msg32548>]Re: 一个发愿的问题～！[URL]

2. 请教：在世间随喜中，当对方获得财富等利益时对其果进行随喜。假设这些财富的获得并不如法，会不会因此而产生随喜恶业的过失？

Feingray:

这取决于您随喜的心态。

如果您是由于看到对方所感受的安乐，由此而生起由于自己感受安乐一般的随喜之心，就不会获得其罪业。

如果您看到对方造作恶业而产生“就应该这样做”的随喜之心，则同等获得其罪业。

热心:

表面看有些财富获得的手法是不如法，比如：偷盗。但其实这并不是财富获得的因，真正的因是此人过去

行持善法而获得的福报，如果不是因为这个福报，就如同煮沙不能成饭一样，无论如何不会获得财富。师兄随喜的是对方的福报，而不是对方不如法的行为。因此不会有随喜恶业的过失。

帖子来源：[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7496.0]请教：有关随喜[/url]

3.供灯的细节

辅导员 A:

1.如果可能，尽量供油灯。如果没有条件，也可以供其他灯。末学请示上师：“如果在医院等地，不方便供灯，在亡者身边放台灯等，是否可以？”“可以”。上师说。

2.仪轨是供佛用的，在这样的场合，供灯主要是为亡者获得四种光明。挂佛像，念佛机念佛都是帮助亡者的方便，如果您为亡者对佛供灯，可以念供灯仪轨。

3.如果不能在医院为亡人供灯，可按照 1，在亡人头头顶上放莲花灯，或者，您说的台灯等，并在家中替亡人供灯。

帖子来源：[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7994.0]请问大德：供灯的细节[/url]

4.菩提心与菩萨戒之间的关系

问：

1. 发菩提心时，就已然受了菩萨戒吗？
2. 发心而无戒的后果是什么？
3. 受菩萨戒的作用是什么？

辅导员 A:

1、 否，发菩提心是进入大乘小资粮道的标志。菩提心是菩萨戒的基础，但受菩萨戒需要依菩萨戒的仪轨，在阿阇梨或佛像前受。

《走向解脱-菩萨戒》云：“在传戒时，传戒上师与受戒弟子都必须具有菩提心。”

往昔罗札格西问阿底峡尊者：“若无菩提心，能否得受菩萨戒？”尊者回答说：“无菩提心而受菩萨戒只在藏地有，别处没有！”尊者的本意是无菩提心不能授受菩萨戒。

2、 有一天觉醒而受戒。

[URL=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=13583.msg72359#msg72359]帖子来源：Re: 请问：菩提心与菩萨戒之间的关系[/URL]

热心:

3. <亲友书>云：“戒如动静之大地，一切功德之根本。”《入行论讲记》中云：“那波瓦尊者说：愿菩提心是发心，行菩提心是菩萨戒，并且认为此论宣说了愿行二心次第或同时的两种受戒方法。慧源尊者等也认为愿菩提心是发心，行菩提心是菩萨戒，观点虽然极多，但如果对此略作分析，则愿菩提心不依靠仪轨而起起不会成为菩萨戒这种情况的确是有的。然而，从仪轨中生起也不相违，如果依靠仪轨乃至菩提果之间具足断除一切所断之心，那么也就成了菩萨戒。此论中云：“获得断之心，说为戒律度。”行菩提心绝对是菩萨戒所摄，愿行菩提心次第或同时受均可以，因为经论中这两种方法都出现过，并且无有妨害。”

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=13583.msg72379#msg72379>]帖子来源：Re: 请问：菩提心与菩萨戒之间的关系[URL]

5. 缘觉所证悟的部分法无我具体是指什么？

金刚永持：

缘觉证悟的部分法无我是指将无分微尘证悟为空性。但是他还没有将无分刹那证悟为空性，故所证尚不圆满。

辅导员 A：

《新月释》云：“在暂时所分出的三乘中，声缘罗汉证悟了圆满的人无我及部分的法无我（其中声闻罗汉证悟了五蕴是粗相的假立，但对细相的无分微尘和刹那分别心仍执为实有，缘觉罗汉则通过对十二因缘的观察，对细相的无分微尘也遣除了实执，只剩下对细相中的刹那分别心的执著，这是他们之间的差别）；”

[url=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=16863.0>]帖子来源：请教——[/url]

第四品不放逸

1.烦恼的根本是萨迦耶见还是非理作意？

问：入行论讲记，第3册，第46课，大恩上师如是开示：“通过智慧观察，了知烦恼的根本是非理作意，一旦从根本上断除了烦恼，它就不可能有重新产生的机会了。”烦恼的根本不是萨迦耶见吗？

辅导员 A:

上师仁波切曾经说：我的话虽然没有引用教理，但是如果考证的话，教证理证都包含在其中。（大意）

业和烦恼由非理作意产生有出处：

1、弥勒菩萨在《宝性论》中说：

“如是一切蕴界处，住于业及烦恼中，此等行业及烦恼，住于非理作意中。

此等非理作意者，住于心之清净中，心之自性诸法者，不住彼等诸法中。”

益西大堪布解释此颂云：“蕴界处没有独立的自性，它是依业和烦恼而住的，业和烦恼恒时依非理作意而安住，非理作意安住于清净的心中。”这里“依于……住”指“以……为所依而产生”。

2、《俱舍论讲记》云：“由于具足未以对治断除睡眠、产生烦恼的对境以及非理作意三种条件，随之便产生了烦恼。”

也有论典中宣说业和烦恼由萨迦耶见生：

《日光疏》：梵语“萨迦耶”义为遍计与俱生我见、坏聚见、有见等……即于五蕴妄执有我，或认为存在常恒不灭的作者、不可思议的神我等，以此为缘而生我执，由我执等无明习气造诸业恼，则于生死轮回流转不息。

《宝鬘论》云：“如果有我执无明存在，那么由它所牵便会积累流转轮回的引业。有业就会再度投生三有。可见，轮回的根本就是萨迦耶见。”

那么萨迦耶见和非理作意有什么区别？

萨迦耶见——无著菩萨在《瑜伽师地论》中云：“萨迦耶见分有两种，即俱生我执与遍计我执。前者即凡夫异生甚至飞禽走兽等一切众生与生俱来的我执。后者即了知、学修外道宗派后，心相续中生起的异常我执，并于边执见亦如是分有两种等。”

非理作意——“所谓非理作意，就是不合乎真实义的作意。五取蕴本是多体、不净、无常、苦性、无我，但凡夫却因无明力而对多体作意为一、对不净作意为净、对苦作意为乐、对无我作意为我，这就叫非理作意，是三有轮回的根源。《正法妙音》”

《中论》：“因为业和烦恼的源泉，就是这些分别念，烦恼就是由可爱、可憎以及颠倒非理作意的分别念而产生的，所以其本体不存在。非理作意的分别念，来自于无始以来对能知与所知、能诠与所诠、瓶子与犍槌、男人与女人、可得与不可得等等诸法的耽执戏论之串习。针对实执的戏论，可以用彻见此等外境为空性的智慧进行破除。”

个人理解，萨迦耶见乃人我执，也是“不合乎真实义的作意”，是第六意识将五蕴的聚合执着为我和我所，但非理作意的范围似乎大些，包括了法我执。

[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12886.0]帖子来源：烦恼的根本是萨迦耶见还是非理作意？[/url]

2. 如何理解“所谓的心，则是非无情的明清之法”

辅导员 A:

非无情则是有情，所谓有情指含灵，含识，即有心识，故非无情四大；明清则是心识所具有的体相。

《解义慧剑》中说：“心识与外面的车辆、墙壁以及柱子、瓶子等法完全不相同，这些法是无情法，没有明知的本体，而心识可以不依靠、不观待其他任何外缘对自己的本体了了分明，它具有明知自己的体相。这种明知体相就像眼识知道外境色法一样，心内观的时候可不观待任何法而自明自知，这就是所谓的自证。因此自证并不是一种其他法，而是自知本体识。《量理宝藏论》也这样讲过，所谓自证其实是自明自知的一种识。”

又《成佛之道-直指心性》（顶果钦仁波切）说：空时法身的实性，是绝对身，但不是简单的虚无，它本身就具有遍知的能力，这就是“明”或俱身法身的“觉”，法身非因缘所造，它是心的原始本性。

在以上的两段引文中，前者说了识所具有的世俗本性，自明自知的“明”。

后者说的是明空双运的法身智慧，当识转依成智时，此“明”指一种遍知的能力。

[URL=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=14462.msg78277#msg78277]帖子来源：Re: 求教：《入行论》第 59 课的几个问题[/URL]

3. “《释量论》第二品……，心的近取因是心”。“心的近取因是心”应如何理解？

路过人:

论中下面就近取因和俱有缘注解：

近取因对事物的本体起作用，俱有缘对事物的差别法起作用。比如青稞依靠种子、阳光水土而产生，种子即为近取因，阳光水土是俱有缘。

如果按照这个来理解是否应该解释为：

“心的近取因是心”就是说只有心才可以对心的本体起作用，而非我们的五蕴构成的身体或其他色法。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=14462.msg78275#msg78275>]Re: 求教: 《入行论》第 59 课的几个问题[URL]

4.“《佛教科学论》……,心, 永远也不会灭”。应如何理心从哪里开始?

辅导员 A:

《法海集》云：“我们意识续流是无始的，意识随着意识的续流一直联结下去，追溯上去没有第一个意识存在，可知今世之前必定有个意识，那个意识也可以表示是我们的前世，所以前世意识是无始以来的。为何意识续流是无有间断？他是无始以来的原因呢？**如果有第一个意识存在，由何而来？是由同类因或异类因？**”

《释量论》说：**没有意识性质的因，决不能成为心法**，色法决不会成为心法，否则桌子也可以变成心法，这是第一点。假使**心法是无因而生，与正理相违**，没有任何因缘突然来个心法，这是不合理的，**所以没有第一个心法。因此，心法是无始的**，续流也是无始以来的。”

如果心识有一个开端，则轮回有始。那么，第一个心识从何而来？

1. **如果心识有因，只能从它的前一刹那的明清的心识的同类因中产生**，不可能从无情法中产生，否则，石头也能产生心识。

比如一百世前，我们是旁生道的众生，如果那一世是我们轮回的初始，那我们在母胎中的第一刹那的心识从哪里来？从它的前一刹那，中阴身的最后一刹那而来，中有第一刹那又以它的前生的最后一刹那的心识为近取因，这就是《法海集》中所说的“意识随着意识的续流一直联结下去。”

2. **如果心识无因，则成为无因生**。无因生则成一切法恒时从一切法生，与现量和正理相违。

“中观师说：如果承许诸法无因而自然生，**应成诸法恒时产生，不需要观待时节因缘的缘故**。比如，人们现量见阿摩罗果等要观待时节因缘才会成熟，是暂时一种现象，但是，按照你们的说法，阿摩罗果等应恒时有，不观待时节因缘故。同样，以内法来说，乌鸦也应当生起孔雀的羽毛，应成孔雀，而且在一切时中，乃至在胎位，都应该产生鸚鵡的羽毛，无因而自然产生的缘故。《入中论颂讲义》”

异类因和无因都不能产生心识，心识只能从同类的明清的因中产生，所以，轮回无始。

以上通过教证与理证抉择轮回无始，可以令我们对前生后世的存在产生定解。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=14462.msg78277#msg78277>]帖子来源: Re: 求教: 《入行论》第 59 课的几个问题[URL]

第五品正知正念

1. 第五品理解示意图



[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8624.msg39949#msg39949>]帖子来源：第五品理解示意图[URL]

2. 《入行论》第 66 课德山禅师公案的理解？

问：上师在《入行论》第 66 课引用了一个公案。“以前有位德山禅师，祖籍四川，他对《金刚经》的信心很大，立誓要广弘这部经典。后来，听说《金刚经》在南方弘扬得不错，于是他特意到那里去。路途当中，有一次他肚子饿了，看到有个妇女在卖点心，就拿出钱来准备买。妇女见他背了一筐书，便问：“你背的是什么书？”他回答说：“这里有《金刚经》。”妇女就说：“那好，我问你一个问题。若答得上来，点心免费送你吃；若答不上来，点心不卖，你到别处去买吧。《金刚经》里说：过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。你要点心的话，点的是哪一个心？”德山禅师左思右想了半天，也答不上来，只好饿着肚子继续赶路。他来到龙潭禅师的家里后，二人心心相印，谈话很投机，一直聊到晚上。天黑以后，龙潭禅师问：“你怎么还不回去？”德山禅师出去一瞧，说：“外面漆黑一片，我看不见路。”龙潭禅师就给他点一根蜡烛，德山禅师伸手来接时，龙潭禅师马上用一口气把蜡烛吹灭，德山禅师当下开悟。”

这个公案中德山禅师遇到的老妇人所问他的问题“你要点心的话，点的是哪一个心”，和他到龙潭禅师那里最后开悟。这之间有什么关系吗？

辅导员 A:

此为个人对此公案的理解，仅供参考：

禅宗直指心性，既然三时之心不可得，点的哪个心，即将对方逼到险仄之处：没有三时之外的心，你要点的那个心在何处？

因为禅师长久参心，故在此无路可走之时，要劈出一条路来。此“点的哪一个心”萦绕于心，虽于龙潭禅师心心相应，此话头暂搁一边，实际未忘，还是在寻找出路。

龙潭禅师了知其情，点着蜡烛之时，显现万物，又忽然吹灭。当此之时，因事发突然，禅师不及分别，愕然之际，前念已灭，后念未生，禅师回光返照自心，彼心不是象木石一样无知觉，蜡烛亮时，它看得清清楚楚，蜡烛暗时，它看到黑暗。它象镜子朗照，在我们六根门头放光，此为心之妙用，或曰彼之明分；千差万别的影相，都是心之所显，这一切影相都不在我们心上存在，此为心之空分。

亮时或暗时，见有及见无，有无均非心，此心唯明知。

禅师刹那参破“所点之心”虽无有丝毫形相，胡来胡现，汉来汉现，三时皆无，说似一物即不中。又是变现一切的主体，具足妙用和遍知的能力。此即心之明空双运的本性。

此为禅师之证悟，但不是偶然参此话头的结果，乃经久观心之结果，由此话头之契机，最后得悟。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=14829.msg81124#msg81124>]帖子来源: Re: 《入行论》第 66 课的一个问题[/URL]

3.什么是“分别”？“明”与“分别”有何不同？

辅导员 A:

分别应指识的作用之一，通常指第六识所具有的分别作用。而“明”指的是识所具有的明觉的本性，它周遍八识，或者说，只要是识，就是明知。我们看到，听到，嗅到都是识的明知的本体的作用，分别也是如此。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=14829.msg81882#msg81882>]Re: 《入行论》第 66 课的一个问题[/URL]

4.第 65 课讲到：作为比丘不能自杀，否则有杀害天尊的过失。这应怎样来理解？

辅导员 A:

诸多续典中宣说了世俗之身体乃是佛之坛城。坛城乃佛菩萨所居之处。《明界续》云：“……一切脉界乃勇士，空行佛父佛母刹，此身真正佛坛城。身体即如来坛城……”

故，若非时以破瓦法往生或自杀都有杀害身中天尊的过失。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=14828.msg81943#msg81943>]Re: 《入行论》第 65 课的一个问题[/URL]

5.“我慢”和“我执”的区别？

问：《入行论》第 57 课中，大恩上师在广说 27 种非法心态中解释“傲慢”，其中给“我慢”的定义为：将本来不是我的五蕴执著为我。

这个定义似乎和“我执”（益西上师《抉择 2 无我讲记》：所谓我执，不是缘他相续，而是缘自己这个五蕴认为是我的识（落在识上））的定义十分相似，不知如何区别两者，各自侧重点又是什么呢？

无中生有：

个人以为：可以理解成是在‘我执’上的加强，而这个烦恼加强却是加强在了五蕴上。

‘慢’作为六根本烦恼之一，又分为七种：傲慢、过慢、慢过慢、卑慢、我慢、增上慢及邪慢。

“其中我慢，与前四种不一样，与别人无关，它才是真正的根本烦恼。此慢很严重，很多烦恼从此而生。此慢是于自最胜五蕴依身，计我我所自恃高举。此即是我们五蕴的身心中执着我、我所，然后自我提高，就叫我慢。前四种慢是与别人比较后所产生的，我慢却不需要，比如投生无色界的众生，都是独处的定境中，没有其他众生和他在一起，此我慢依然存在，执着自己是最殊胜的，认为其所拥有的东西是最好的。”

---广超法师《大乘百法明门论讲记》---

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15029.msg82544#msg82544>]帖子来源:Re: 祈请法师慈悲开示《入行论》57 课的问题[/URL]

辅导员 A:

上师仁波切的解释完全和《宝鬘论释》一致，《宝鬘论释》中我慢的定义是：

“**所谓之近取，五蕴本空性，愚昧执为我，彼即称我慢。**（龙树菩萨）

（四）一切过失的根源有漏的“近取蕴”也就是色等五蕴本性为空性，但由于对此等实相愚昧不知而执著为我，这就是称为我慢。”

二者的区别和侧重如“宣说慢”（《宝鬘论释》）云：“十五、慢：由坏聚见所生的我慢即是傲慢，再者，高低作为缘由的慢心行相也有七种，应当对这些详细分析而说明。”

所谓坏聚见即我见，萨迦耶见，执着五蕴为我和我所。故，可知慢由我执而生。慢的七种分类是由所缘的对境的高低而产生相应的慢的形相而分的。我慢是其中一种。

个人理解，“我慢”属于“慢”中的一种分类，符合“慢”的定义：由我执而生。在这里，可直接做

“我执”解。

以上意见供参考。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15029.msg82666#msg82666>]帖子来源: Re: 祈请法师慈悲开示《入行论》57 课的问题[/URL]

6.为了利他而妄语，犯了妄语戒吗？

辅导员 A:

全知无垢光尊者的《大圆满心性休息大车疏》关于身语七种不善业的开许的开示：

“在观察成为他利、了知能够利他以及不障自己的善法此三增上品后，对于大菩萨开许七种不善业。

若问：那么在什么情况下对此七种不善业有开许呢？

对此作答：杀生之开许处：诸如大悲商主见到手持短矛的在家人（短矛黑人）为一己私欲而企图杀害许多人，为令他从无边的轮回中获得解脱而杀生；

不与取之开许处：诸如有些人虽然富裕却以悭吝之心不作布施，在遭受饥荒生死攸关的危急时刻，为了使贫富二者同时得利而从富人处盗取财物施舍赈济贫困之人；

邪淫之开许处：诸如婆罗门乐星童子为了避免她人因贪恋自己而死去，于是与其作不净行；

妄语之开许处：诸如为救度必定遭杀的众生而说妄语；

离间语之开许处：诸如为了制止某人受到恶友欺骗，将被引入恶趣而说离间语将二者分开；

绮语之开许处：诸如为了使解除苦恼者的痛苦而讲说各种传说故事、滑稽可笑的绮语；

恶语之开许处：诸如为制止某些人定是造罪的恶行而说恶语。在此等情况下身语的七种不善业可予以开许，因为这些不善业实际上是善业的缘故。

意的三种不善业何时何地永不开许，因为这三者唯成不善业。”

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=16683.msg94785#msg94785>]帖子来源: Re: 为了利他而妄语，犯了妄语戒吗？[/URL]

辅导员 A:

就五戒而言，妄语最有其特殊的指向。《慧灯之光》“居士五戒”中说：“所谓特定的妄语，就是谎称自己具备在欲界之内，也就是我们所生活的地球之内的普通人所不可能具备的，类似于自己可以看到天堂、地狱、前世、未来等等的功能，以及神通之类的超凡功德。一般日常生活中的妄语，不在犯戒界线之内，因此，妄语

戒是比较容易守持的。当然，如果将日常生活中的妄语也纳入持戒的范畴，妄语戒就很难守持了。”

个人理解，您说的情况，还是要根据发心和语境具体分析。

[URL=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=16683.msg94788#msg94788]帖子来源: Re: 为了利他而妄语，犯了妄语戒吗? [/URL]

7.第 49 课提到的“不相应行法”如何理解？

问：不相应行法：非如心王、心所之无形，亦不如色法之有形，与这三法皆不相应，而是宇宙万有变化的幻象，故名不相应行法，共有二十四法。

问题一、心王，心所二者究竟是怎么分的，（只是笼统觉得心王是静态的显现，心所是动态的起心动念，心王是普通人说的客观，心所是主观，感觉内心对这两个概念还是含混的……）大小乘对此的观点是怎样的？

圆亚：

《辨中边论释·日光鬘》：

心王与眷属心所的差别如何分辨呢？从唯能了知所境总相的角度称为心王或识，从唯能了知其差别法度的角度则称为心所。就心王而言，可分八识，其中第一阿赖耶识名为缘识或藏识，因为它是其余七识之基；第二由阿赖耶识所生的七识通称受识，因为七者都是领受各自对境的自性。心所也分为：受者，受用苦、乐、舍三者；想者，取境分齐之相；此外的心所——思、胜解等诸相应行者，具有能推动诸识趣向所缘境的作用，例如从缘所缘境心识动摇并趣入的角度安立为思心所，或者从安住的角度安立为定心所等。如是以受、想、相应行三者所摄的一切都称为心所。

问题二、心王无形如何理解？

比如，眼睛看到杯子，这是我的眼识，那么是心王，则杯子确有形，这个形是凡夫的错觉。是这么解释心王无形吗？

圆亚：

《辨中边论释·日光鬘》：“从唯能了知所境总相的角度称为心王或识，。就心王而言，可分八识“，《量理宝藏论》讲记：“识之法相即明知”，从上面可以得知，心王也称为识，识的法相即明知，明知本身不是有形的外境。从小乘经部的角度来说，眼睛看到杯子，杯子是有自相的外境，而眼识是无形的心识。从大乘唯识宗来说，万法唯心，在名言实像里，外境和心王都是无形的。

问题三、眼识和色法如何区分……

圆亚：

色法是所知的对境（外境），眼识是能知的心识。

《量理宝藏论》讲记：

境之法相识所知，

首先讲外境的法相，即外境是什么；然后讲了知外境的识，即有境是什么，以什么样的有境了知什么样的外境等等。

。。。。

对 众生来讲，安立对境，有些是以眼识、耳识、鼻识等五根识而安立的，有些是以意识而安立的；有些是以错乱识而安立的，有些是以正确识而安立的，所以对境必须 通过识来安立。

《圣般若波罗蜜多心经》：

所谓“识”，指六种识聚或八种识聚。包括眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识，有些论师还加上了末那识和阿赖耶识，这样一共为八识。

眼 睛能看见色相，是眼识的作用；耳朵能听到声音，是耳识的作用；其他鼻、舌、身、意四根对香、味、触、法四尘所生的识，就是鼻、舌、身、意四识

[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=17514.0]帖子来源：第四册，P35，注释。关于心王、心所、心不相应行的解释，请教善知识……[/url]

第六品安忍

1. 自身也是引起嗔恨的因与戒律中诋毁五蕴有矛盾吗？

辅导员 A:

没有相违。

世间之人认为刹那无常的五蕴为常有，认为作为痛苦所依的大苦蕴的五蕴为安乐，认为五蕴假合之我为实有之“我”，认为由三十六种不清静之物组成的身体是清静的，佛陀在宣说四谛十六种行相时，宣说了苦谛的“无常，苦，空，无我”四种行相来对治世人颠倒的“常乐我净”的邪见。所以第 78 课中宣说“身体十分可悲”等是为了让我们对轮回生起强烈的出离心，因为我执中最重要的是身执。如果没有出离心，不可能从轮回中获得解脱。

而一个人如果已经具足了出离心、大悲菩提心，受持戒律，行持善法，则如《中观四百论》中所说：“虽见身如怨，然应保护身，具戒久存活，能作大福德。”

帖子来源：[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=2085.msg9850#msg9850>]Re: 自身也是引起嗔恨的因与戒律中诋毁五蕴有矛盾吗？（78 课）[URL]

2. 在生活或工作中碰到矛盾时该如何以理智来解决忍辱的问提？

辅导员 A:

您的问题很关键。如您所说，忍辱不是碰到问题一味地退让，问题总要解决的。

创巴仁波切在《自由的迷思》中谈到了六波罗蜜多，它们分别在菩萨的一地至六地中获得圆满。其中第三地是安忍度圆满。以下的一些内容可能对您有帮助。

“第三地的安忍波罗蜜多，特别关系到菩萨之不汲汲于成佛而发愿救度众生的观念；**安忍也表示放手一搏的英雄主义……安忍不是指能够承受痛苦，任人恣意对你施虐的意思。**菩萨会打倒虐待他的人以保卫自己——任何心智健全的人都会如此做。事实上，菩萨的反击只会更有力，因为他不会凭冲动或轻率出手。**菩萨有惊人的力量，因为任何事都不会撼动他，他的行动镇静，审慎而坚持到底；他不感受到威胁，因为他与别人当中留有空间，但绝不掉以轻心；他勘察整个环境以找出需要对治的事物——在无人管辖之地，忍耐与适度的谨慎均属必要。**

习惯上所认为的忍耐是非常和气地等待，不发脾气，压制你的急躁不安……（菩萨）非常有效率，因为他的行动是直接而安忍的，任什么都不能使他转移目标或吓退他；他不会像惯常般地抱怨，**但他会指出组织上的缺失或工作人员的不力，他们并非对他们个人有所抱怨，而是就事论事指出他们有待改进之处。**这听起来应该是企业人员可采用的好策略，不过，除非一个人决心奉行佛法的正道，否则很难有这般的安忍。”

遍知上师仁波切在不久前，一位道友遇到“安忍”的难题，产生诸多疑虑时，说：“有的道友遇到问题，究竟是安忍还是……要看情况，有的时候，可以加持他（她）一下。总之一点：‘亏损失败自取受，利益胜利奉献他。’”

末学理解，在我们说话和行为之际，检查自己的发心尤为重要，如果发现正在贪嗔等烦恼的控制下，如《入行论》中所说，最好如树安住，暂时不要说，不要行动。如果我们以菩提心摄持，要解决应该解决的问题，就事论事，我们会无所畏惧，具有强大的力量，也不会受情绪的波动的影响。菩萨不会受到任何损害，因为菩萨没有我相。此时，安忍显现出它的惊人的力量，因为它是以大悲为因，以智慧摄持。所以，菩萨是不可思议的。

帖子来源：[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=1142.msg28352#msg28352>]Re: 堪布亲自答疑[URL]

3. “胜论外道承认有一种常我，具有五种特点”请问这种“常我”的五种特点是什么？“主物”和“常我”是一个意思吗？

Feingray:

大恩上师曾在《入行论讲记》中说过：

“...他们所谓的常我有几种特点：我是万法的作者，是无情法，是恒常不变的法，可以享用万法。”

大恩上师在《入行论广释》中提到：

“...许我为无情法的主要是胜论外道，他们认为一切所知可归纳为实质、功德、业、总体、别体、会合六种，而实质又分为我、时、尘、方、空五种常有质，与地水火风四种无常质，其中我常有遍于一切法，非意识性，为诸业作者及苦乐功德之所依等等。”

可以看出，“常我”就是胜论外道所捏造的一个东西，和“主物”差不多。

识的生起同样需要因缘聚合，比如眼识生起需要外境和眼根接触这个缘等等。

大恩上师还提到：

“如果没有外境，比如说没有某种声音、色像，那了知这种声音、色像的耳识、眼识，是无法成立的。”

所有识，包括意识，都是相对于其能够了知的对境而成立的，如果该对境不存在，也不可能成立识的存在。因此此对境就是该识的缘。

帖子来源：[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=6275.msg28831#msg28831>]Re: 今天在听《入行论》，没听明白，恳请赐教！[URL]

4.人的第八识阿赖耶识(就是令人往复轮于回不断投胎的那一识)最初来源何处(最初的缘起是什么)? 最终寂灭于何处(寂灭的缘起是什么)?

Feingray:

不知道您的这个问题是不是想找所谓的“第一因”。

如果想找“第一因”，那是找不到的，因为这个因又必须是由其他因产生的。

这个问题可以暂时通过一个比喻来理解：比如梦中的人，你说他的祖先是誰呢？

八识本身也不是实有存在的，因此和梦中的人一样的。所谓的缘起是幻化的缘起。

但是从另一个角度讲，每一刹那的识，也可以说都是由无明所生。最初的因就是无明。

帖子来源: [URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=6275.msg28843#msg28843>]Re: 今天在听《入行论》，没听明白，恳请赐教! [/URL]

5.如果面对一个唠唠叨叨的你又要不被他所乱，该怎么办？

Feingray:

其实我们并不是被别人所乱，而是被自己的内心所乱。因为我们执著于对方的话语上面，因此被其所乱。

试想如果在我们旁边放一个收音机，里面唠唠叨叨着同样的内容，而自己拿着一本有趣的小说在看，会怎么样呢，我们会根本听不到收音机的声音，说什么都不知道。更不用说受其影响了。

经中说要视别人的毁谤赞誉为“空谷回声”。其实一切都确实是这样的，详细的分析和窍诀在《入行论 安忍品》中有详细的讲述。建议师兄听一听。

当然，说起来容易，做起来难啊。我在这里讲道理，其实自己面对的时候还不知道怎么样呢。

不过话又说回来，知道道理以后和不知道道理之前比，还是有很大差距的。

帖子来源: [URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=6275.msg28911#msg28911>]Re: 今天在听《入行论》，没听明白，恳请赐教! [/URL]

6. 该如何理解外道所谓的三德必须还具有三德？

1) 问：对于喜具有三德，是否是外道没有这样承认，但是我们以理观察，外道所谓的三德必须还具有三德，为什么呢？有人说数论外道许主物构成万法，喜当然是属于万法中的一个，当然也有三德了，这样理解可以吗？

辅导员 A:

末学也这样理解。

按全知麦彭仁波切《中观庄严论释》云：“……数论师所许一切对境具有三德自性这一点……”

数论师承认一切对境具足三德自性，则喜忧暗三德也应包括在“一切对境”中。因为若不具足这三种自性，就远离了主物的本体。

2) 问：但是我觉得数论外道的二十三谛里面没有喜，忧，暗这三个独立的法，主物造作的只是二十三谛，应该不包括喜忧暗吧。或者说因为喜能构成主物，而主物上面有喜忧暗三德，整体上有这些，那么构成整体的支分的喜也必须要有这三德，不然的话就无法组成主物，就像身与心上面都没有“我”，所以无法组成一个“我”出来？不知如何理解这个问题，请法师开示！

辅导员 A:

数论外道把一切所知归摄为二十五谛，除了神我，主物，就是主物所变异的二十三谛。三德不是神我，而是主物及二十三法均具有的三种自性，或三种功德，它本身如果不具足三德，则既异于神我，也异于主物，异于二十三谛法，不能包括在二十五谛中。这样，数论外道的教义应当重写，比如一切所知法归摄为二十八谛中。

帖子来源：[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=6756.msg31802#msg31802>]Re: 关于数论外道的主物[URL]

7. 《入行论》第 75 课提到常有则不生，应如何遣除常有能生的分别念？

问：胜论外道和数论外道认为，诸法有一个常有的造作者，嗔恨心均由它而产生。如果常有能生，那产生的部分是什么？自体还是他体？是常有还是不常？

Feingray:

如果所产生部分是自体，则已成不常，因为自体发生变化了的缘故。

一般对方不会这么承许，他们认为产生的是其他的法。而作者自己没有任何变化。

实际上对方就是不知道一旦产生了其他的法，则自体已经发生了变化。为什么呢？

比如 A 在第一刹那存在，第二刹那产生了 B，如果第二刹那的 A 还是第一刹那的 A 的话，则 B 必须和 A 没有任何关系。

因为第一刹那的 A 没有一个和 B 有因果关系这个特点，而第二刹那的 A 已经有了一个和 B 有因果关系的特点，这是不同的。

如果对方说：这个不同是在 B 上，和 A 没有关系，A 还是没有任何变化。那么所谓的关系是否是单方面成立的呢？

对方说，关系是无实法，只是我们自己安立的一个反体。实际上并不存在实有的关系。

对了，正因为这样，因此其实关系是 AB 二者本体上的反体，如果不承认 AB 本体上有改变，则二者的关系就完全无法成立了。因为 A 没有任何变化，现在关系本身又是无实法，不存在，那这个关系就完全不能成立了。但是实际上有因果关系和没有因果关系并不一样，这个不一样如何体现出来的呢？

如果说 B 单方面改变就可以了，不需要管 A 什么事，那就成了 B 自生了，为何要把 A 扯进来说是 A 生了 B 呢？

因此，只要产生了他法，自体必须改变。因此就不常了。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15589.msg86580#msg86580>]帖子来源: Re: 《入行论》第 75 课提到常有则不生，应如何遣除常有能生的分别念？ [URL]

辅导员 A:

常有能生，产生的部分如果是自体，则是《入中论》中所破的自生，自体已有，再生，为无义生；不观待因缘（常法），则可无穷生，并有因果一体，因果同时等过失；

产生部分如果是他体，则是他生，这里的他生，不是因缘所生之法的他生，是自性实有的他生。则有光明中产生黑暗，一切产生一切的过失。《日光疏》云：“如果认为他生应理者，火焰亦应产生黑暗、宝瓶应生柱子等有众多过失，皆为他体之故。”

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15589.msg86591#msg86591>]帖子来源: Re: 《入行论》第 75 课提到常有则不生，应如何遣除常有能生的分别念？ [URL]

辅导员 A:

借用《四百论》中破常法为能生因的方法破：

1、观待果而安立因，故非常

所谓的能生因，必然要观待所生果才可成立，《中论》云：“因不生果者，则无有因相。”如果没有所生果，怎能凭空安立能生因的名字呢？比如说父亲与儿子，必须相互观待才可成立，观待自己所生果的儿子，能生因的自己才可名之为父亲，若无子则不可能有父。既然是相互观待才可成立存在，则因不能成立为常恒实有法。

2、因要有生果的功用，才能生果，故非常。

某法要作为他法的生因，即因和果之间，必须要具备能饶益所饶益的关系，因是能饶益、生起果的法，果是因所饶益的对象，**因要饶益果，必须要有作业变化，有变化才有生果的功用**。比如说青稞种子，它要产生苗芽，自身必须要发生变化运动，然后其芽胚才有可能生长出苗芽，如果种子本身没有作业变动功能，它就不能成为苗芽的种因。

3、不待因缘，则成无因生。

以常法为因，等于承认诸法是自然造化不待因缘。某法若不观待因缘，自然地生住变异，即是无因生。

4、果无常则因果非一相续。

如果常法之因所生之果为无常，因果性相迥然不同，这无疑是极不合理的立论。俗话说：“种瓜得瓜，种豆得豆”、“龙生龙，凤生凤”等，因与果之间必定会存在同类相续，这是世人共许也可现见的一种规律，任何一对因与果之间也必然会如此。两个法性相完全不同，不属于同类相续，此二法如果许为因果关系，这在世间从来就未曾有过，谁人也未曾见过。

5、果若常则非因生

如果常法之因所生之果为常有，果如果需要因，依靠因缘所生，则非常法。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15589.msg86593#msg86593>]帖子来源: Re: 《入行论》第 75 课提到常有则不生，应如何遣除常有能生的分别念? [URL]

Feingray:

《入行论广释》中解释道：

虽然数论外道主张有所谓的“主物”，而且也施设了所谓的“我”，但是“主”和“我”都不会自主地去作意“我将要生起某种法”而产生诸法。

意思是说，纵然暂时承认有所谓的主物，也依靠这个主物假立了一个所谓的“我”，但是这个主我自己不会故意去思维（不故思）：我将要生起某某法，因此某某法就生起了。

因为常有的主物不可能有思维，否则就无常了，前面没有思维，现在思维了，这显然是无常的。因此常我只能没有任何思维，因此常我无法主动（故意）思维我要生起某法而生起该法，因此即使常我存在也是没有任何自主的，因此也不应对其生嗔恨心。

而实际上，常我是不可能产生任何东西的。这一点前面的帖子已经论述。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15589.msg87431#msg87431>]帖子来源: Re: 《入行论》第 75 课提到常有则不生, 应如何遣除常有能生的分别念? [URL]

8. 《入行论大疏》中, 将菩萨分为四种, 具体该如何理解?

问: 《入行论》讲记, 第六品“安忍”品, #79 课:

“堪布根霍在《入行论大疏》中, 将菩萨分为四种: 既能饶益自己, 也能饶益他众; 只能饶益他众, 不能饶益自己; 只能饶益自己, 不能饶益他众; 自他均不能饶益。”

请问: 第二种——“只能饶益他众, 不能饶益自己”是什么情况, 能否举例说明?

慈云:

个人理解“只能饶益他众, 不能饶益自己”是从暂时表象上来说的, 更究竟的来说, 饶益他众肯定能饶益自己, 因为因果无欺。

从字面上理解, 可能这个例子属于这种情况: 大恩上师在《亲友书》第四课里讲过能乐的公案, 就是佛在世时, 一个叫能乐的人杀害了自己的母亲, 后来因畏罪, 出家修道。但佛知道了以后说杀母者不得出家, 就把他赶出来。后来他跑到一个很远的地方, 仍然穿出家衣, 并且给人传法, 有的人甚至因他的传法证得阿罗汉, 但他自己没有证果, 死后还是堕了无间地狱。但弹指般的时间就解脱升天, 然后来到佛前闻法证预流果。

这个例子里, 从暂时来讲, 他能让他人证圣果, 但自己当时仍然是生死凡夫。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15084.msg82941#msg82941>]帖子来源: Re: 请教《入行论》#79 课课文中的问题[URL]

辅导员 A:

堪布根霍的这段话可以对应《大圆满前行》中仲敦巴格西的话来理解

“对于自相续没有任何验相及证悟的初学者来说, 以正法饶益众生也不会有什么收益, 他们的加持犹如倾倒空器一般, 从中不会得到任何加持, 他们的窍诀就像没有经过按压的酒糟酿出的薄酒一样没有任何纯酿的滋味; (——这一段所说可以对应‘只能饶益自己, 不能饶益他众’) ”

就算是获得了暖相而尚未稳固的胜解行修行人也不能行利益众生之事, 他们的加持犹如倾倒满瓶一样, 使别人满满充盈, 自己却变成空空如也, 他们的窍诀如同将火炬传递给别人一般, 使他人光明通亮, 自己却成为漆黑一片; (——对应‘只能饶益他众, 不能饶益自己’)

只有得地的菩萨才能真正成办利益众生之事，他们的加持犹如妙瓶的成就，既能成熟他众，也不会使自己空空荡荡而始终满满当当，他们的窍诀就像酥油主灯一样，既能点亮其他油灯，也不会使自己有所障蔽。（——‘既能饶益自己，也能饶益他众’）”

个人理解，以上教言是从自相续证法饶益众生的角度来说，强调的是真正成办饶益众生之事只有登地以后。

至尊上师仁波切强调利益众生，从各个方面，尽我们一己之力，包括放生、儿童德育、为人讲经说法等。做过辅导员的人都知道，看上去是为他人辅导，但自己得到的利益最大，因为有机会、压力、责任而详细准备，思维法义，又因为法布施而积累智慧资粮。

故，貌似利益他人，其实是利益自己。因果不虚的缘故；离开了众生，资粮也不能圆满。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15084.msg82965#msg82965>]帖子来源：Re: 请教《入行论》#79 课课文中的问题[/URL]

Feingray:

个人理解：

说凡夫人不能利益到众生，主要是指，凡夫人是由业力驱使而造作种种行为，并没有依靠菩提心智慧的力量，因此，仅仅充当一个录音机的作用一样。而实际上，如果没有这个录音机，人们还可以买另外一个录音机。

就好比我们花钱去旅店，旅店的服务人员，从世俗的层面上来说，也确实为我们做出了服务，应该感激，但是他们并没有“真正”的利益我们，因为如果这个服务员不干了，酒店会让另一个来，因为我们花钱了，就肯定能够得到相应的服务。

同样，凡夫人利益众生就好像服务员一样，造作的一切，并不能改变众生的命运，就好比我们这样的凡夫人，给别人讲正法，但是其实这完全是由于对方自己的福报所致，如果我不讲，其他人也会为他讲，他自己的福报够了，就肯定能得到相应的法。

而没有任何定解和境界的人来说，为他人传法的过程中，自己也没有得到什么收益，因为相续中没有菩提心的缘故。反倒由于种种散乱而损害自己的修行，这就是第一种人，对自他都没有什么好处，只是表面上看起来有好处而已。

有的人可能想：这个可不一定，如果不是我，换了别人，这事情不可能做的这么好。其实这种我执非常严重的想法，正好说明，如果换了另一个人，一定会做的好得多，因为自己境界实在太差的缘故。

但是，我们自己虽然没有什么境界，如果参与高僧大德的弘法利生的事业中，则依靠他们的威力，自己

可以从中积累无量的资粮，就好比像我们这样许多凡夫境界的发心人员一样。这就是辅导员师父补充的一种人，只能利益自己而不能利益他人。

而如果自己有了一定的境界，则可以根据众生的根基主动的做相应的度化，这是后众生才能得到真正的利益。

比如酒店的服务员，在规定的业务之外，能够主动的给我们提供额外的帮助，这个时候，这个服务员就不同于其他服务员，是真正的利益到了我们，我们就应该倍加感激。因为如果没有他，我们则无法获得这些利益。

这就是后两种人。但是，如果自己的境界不稳固的时候，则会在利益众生的过程中因为散乱而丧失自己的境界，最后烦恼又恢复出来，而令自己不能获得利益。因为自己境界不稳固，发心不完全清净，其实所谓的利益众生也是偶尔间的，还没有等到这个功德成熟，自己的烦恼已经把自己击败，进而恢复了自私自利之心，因此会得到不好的结果。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15084.msg83360#msg83360>]帖子来源：Re: 请教《入行论》#79 课课文中的问题[URL]

请问：是否就是堪布根霍在《入行论大疏》中，将菩萨分为四种的第 3 种：只能饶益自己，不能饶益他众？这里是观待得地的菩萨真正成办利益众生之事，而说“貌似利益他人，其实是利益自己”吗？

辅导员 A:

末学说此语“貌似利益他人，其实是利益自己”是欲圆融上师仁波切鼓励我等未入道和已入胜解行地的行者应该发菩提心利益众生与仲敦巴格西所说“就算是获得了暖相而尚未稳固的胜解行修行人也不能行利益众生之事”的话。

种墩巴格西是从对众生的究竟的利益的角度，从强调自己尚无修行，切勿着急利益众生的角度言，我等未脱离生死之海的众生自尚未度，何能度人？

上师仁波切是从对众生暂时利益的角度说。暂时而言，以我等宣说因果，菩提心，空性正见，众生可以戒杀放生、上供下施，趣入佛门，并趋入闻思修；依靠此暂时利益，众生究竟能证悟空性并获得佛果。但我们没有能力直接令众生获得究竟的利益。

反过来，我们让众生获得暂时的利益，就是自己获得利益，利他乃利自，我们依靠众生累积了两种资粮，才可能获得究竟的利益。所以，得地菩萨能饶益他人也能饶益自己，其实胜解行地的菩萨也是，但是是相似的，是暂时的饶益，不是究竟彻底的饶益。

种墩巴格西之语“只能饶益他众，不能饶益自己”是否可以理解显现上如是，或者，从比较上而言，对自己的饶益很小——仅是暂时利益，积累资粮，非究竟利益，自未修行，不能依此证悟，故称不能饶益。

问：那么，我们现量感受到，通过辅导员师父的辅导，辅导员师兄的辅导，乃至与同行道友一起共修，身心相续得到净化，对上师三宝的信心不断增上，内在的出离心，菩提心也在成长，对闻思修的意乐增强.....这些难道不是来自于辅导员师父,辅导员师兄，乃至同行道友的饶益吗？

这与您解释的第一，第二种情况如何圆融理解？

辅导员 A:

关于验相，《新月释》云：

“真正的验相是产生了殊胜的大悲心，对因果产生正知正见，对上师产生真实的信心。”

也许有些人有相似的验相——相似的悲心、因果的见解和相似的信心，这样，对众生会有相似的饶益。而种墩巴格西是从比较严格的意义上宣说。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15084.msg83428#msg83428>]帖子来源：Re: 请教《入行论》#79 课课文中的问题[/URL]

9.阿赖耶识是不是我们的心呢？

问：“心不是实有的，心犹如虚空，根本就不存在”。如果我们所造的业会在阿赖耶识上留下记号，那么这个阿赖耶识是不是我们的心呢？

金刚永持:

通过胜义理论来观察,心犹如虚空一样不可得,无实有自性。阿赖耶识仅仅是名言中的一种假名安立,实际上是一种虚妄心,其只有转依以后才会现前如来藏的妙明真心。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15166.msg83573#msg83573>]帖子来源：Re: 请教《入行论》79 课疑问[/URL]

辅导员 A:

分开二谛是理解这样的问题的关键。

诸法有实相和现相，实相为佛菩萨入定时所见，现相为佛菩萨出定及我等所见。

前者假名为胜义，后者假名为世俗。

佛经和上师如意宝所述之心的空性，从胜义的角度说的，“业会在阿赖耶识上留下记号”，是从世俗谛的

角度言。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15166.msg83582#msg83582>]帖子来源: Re: 请教《入行论》79 课疑问[URL]

第七品精进

第八品静虑

1. 静虑品科判理解示意图

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8758.msg40781#msg40781>]帖子来源：静虑品科判理解示意图[URL]

第九品智慧

1. 那地道之间的差别依靠什么来安立呢？是依靠入定来安立差别吗？

Feingray:

以下是一个旧贴中辅导员师父就菩萨入定智慧的一个开示：

Re: 关于菩萨入定和出定时候的所知障习气与种子以何方式以及如何显隐

另外菩萨是否有尽所如所智慧，其与佛陀的两种智慧相比，是否都略逊，如黑夜视物和白日视物的区别，还是其包含空性的如所有智和佛陀无二无别，其尽所有智有区别呢？

按全知麦彭仁波切在《辩中边论注释》上讲：所证的法界自体没有不同的分类（是一个法界），能证的有境诸十地阶段的入定中则有越来越见清净的差别。”那么能否说一地到佛地的如所有智是一个呢？《入中论》，《辩中辩论注释》等大德的论典中没有用这样的语言，昨天，末学就这个问题问上师，上师说：“不好说”。但上师还是强调：‘从证悟法界的层面是一样的，从智慧的层面不同。’”

一地菩萨既然从证悟法界的层面与佛相同，已圆满见法无我空性，为什么其智慧分显露的层面不同？

法王如意宝常常比喻说：“从一公里远的地方见到一个人（所证的二无我是一个），是大概的形象，渐渐走近只离三步握手问好时，对脸部五官等形象都见得一清二楚，这也就是见道，修道直到无学道的过程。”

《定解宝灯论新月释》说：“既然大乘见道已圆满见了法无我空性，见到了究竟的法界本性，为何还不能一下子证悟圆明的法界呢？详细观察即知见道位所见法界本性，不是从远离俱生二障之俱生种子与习气的断德角度（唯有佛地远离俱生二障种子与习气）而言，而是菩萨入定时遣除二障遍计种子（一地尽遣除了遍计的种子）现证本来清净的法界本性角度而言（菩萨因为没有圆满方便资粮，不可能常在定中，在出定时由于垢障便无法见到法界本性）。”

也就是说，从断德的角度，一地至十地的菩萨由于尚未全部远离俱生二障的种子和习气，虽已见到法界，但随着其断除二障的俱生种子与习气，“在其所见的法界的明分上却有愈加增上、明显的差别。《定解宝灯论讲记》（大恩上师）”

另外,菩萨出定的 "单空" 与 "单空"之间 ,也有区别. 每一地由于二障种子的越来越清净, 其所见之显现也越来越清静, 需要用来对治的空执也越来越细微.

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7999.0>]帖子来源：無實有,單空,真正的空性的關係
[/URL]

2. 大恩上师讲解：中观应成派所遮破的自证，是唯识宗承认的“实有”自证，名言中“现而不实”的自证，没有任何教证理证的妨害。为什么“实有”就不能自证？

Feingray:

我们这么考察：

"实有自证，即实有的心了知实有的自心" 这件事又是谁来"了知"的呢？

如果谁也不知道，那么自证就无法成立了。

如果是这个心自己知道，即“自证的自证”。这是不可能的，因为心的自证还没有成立，又说自证的自证能了知这一切，就像一个精神病人说自己病好了，为什么？因为他自己证明他自己好了，这根本不合理。

而且，由于“自证的心”是“自证的自证的心”的因，而现在又说他们是一体的，这就像说自己是自己的父亲一样不合理。

那么就只能是另一个心来了知这个心了。

而这也并不合理，因为这样的话另一个心又由谁来了知呢？又需要下一个，又需要下一个，这样就无限循环了，永远没有一个了知的时候。

比如说“心1”如何成立？因为“心2”了知它，“心2”又如何成立呢？“心3”，“心3”如何成立？.....

有人说，何必要这么推？这是必须的，就好比去精神病院，一个病人A说：我没病，问他为什么，他说病人B可以证明，那如何证明病人B说话没有问题呢？病人C证明.....如果一直用自己都有问题的病人来证明病人，肯定永远不能成立。

另外也可以通过观察能“了知的心识”和“被了知的心识”是同时还是不同时。

如果不同时，无法了知，因为前一个心识已经灭了，后一个心识才产生，如何能了知？就像说您见过自己的前世一样可笑。

如果同时，则更加不能了知，因为“所被了知的心”是“能了知的心”产生的因缘，如果是汝宗所承认的实有的因缘聚合，则只能是因缘存在以后下一刹那才能产生果。如果说因果同时产生，则象父亲和儿子同时出生一样不合理。

但是如果心识不实有，自证不实有，则像梦里水也能燃烧出火一样，以幻化的形式存在则非常合理。

金刚永持:

实际上梦的显现虽然迷乱，但并非可以不观待因缘；同样，世俗法虽然是无而现，但缘起性空、性空缘起，因果在名言中也是无杂乱的显现。但真正以胜义理论来观察，则一切万法都是离戏的大空性。

“而实际上，现而不实的自证是能成立的，比如“人有自知之明”，但以证明“实有”自证不能成立的同等理进行分析时，与“现而不实的自证能成立”的事实又相矛盾了，怎么解决这个疑惑呢？”现而不实的自证仅仅是分别心的一种假立，没有实有的本体，故此不会存在破“实有自证”的过失。

Feingray:

因果规律就是因为无实有，所以才能显现。

虽然我们现在看起来有某些固定的规律，不可改变，但是这些规律也是我们执着出来的，而不是实有的。

如果您了解计算机，就比较好打比喻了。

电子游戏中，有一些规则，比如走路的时候前面有堵墙就不能穿过去。这个和现实生活比较象，我们就执著这是合理的。但是作为程序来说，电子游戏里并没有真正的墙，也不存在实有的规则，一切都是虚拟的。

因此只要游戏开发人改一下规则，碰到墙也可以穿过去，甚至可以改一下规则，碰到墙就会生孩子，虽然看起来多么荒谬，但是和碰到墙就不能继续走一模一样，是一个虚拟的规则，并不需要去证明或者关心这个规则是不是“合理”，但是却能够存在。

因此不是说无实有的就不能有因果规律，而是说即使这些规律详细考察不合理，也能够存在，由于我们这么执着地缘故。

帖子来源：[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8129.0]请问辅导老师：为什么“实有”就不能自证？[/url]

3.分析全身不得我，可众生往往认为这个四肢、头颅等组成的身体是“我”，又如何勘破呢？

圆定:

我们也遇到过同样问题，下面来自《慧灯之光》- 无我的修法（慈诚罗珠堪布）

.....

（二）观察人我的推理方法

该如何观察“人我”呢？我们依据的，是龙树菩萨的《中论》和月称菩萨的《入中论》。龙树菩萨通过五种逻辑，来抉择以上观点是错误的。月称菩萨在此基础上，又添加了另外两种推理方法，总共有七种推理方法。这七种推理的方法，在中观里叫做七相“木车因”。之所以称作“木车”，是因为古代只有牛马拉的木车，没有现代的汽车、火车。为何以木车做比喻呢？因为它的构造和我们人是相似的。木车也像汽车一样，是由很多配件组成的。同样，我们的色身也是由皮肤、骨骼、肌肉、液体等等“配件”组成的。所以，包括机械唯物主义也说，人就象一部机器一样。虽然他们不了解人的精神层面，但仅就肉体的某些部分而言，他们说的也没有错。“因”是逻辑、道理的意思。七相木车因，即七种木车的道理。因为我们现在对汽车最了解，说七相“汽车因”才是最合适的。从汽车的比喻，我们就可以看清楚“我”到底是什么。（因为很多人对五蕴的内涵不了解，故这里只讲精神和肉体。）

首先，观察“我”是精神、肉体，还是它们的“综合体”。很多人会说，“我”是精神和肉体的“综合体”。此刻，当我们反观时会发现，如果只承认肉体是“我”，就会有很多问题，是不对的；如果承认肉体不是“我”、只有精神是“我”也不对，因为我们在头疼的时候，会说“我疼”。所以，很多人承许它们的“综合体”是“我”。

再进一步观察，什么叫作“综合体”呢？能不能在汽车上找到一个汽车的“综合体”呢？实际上，把所有的汽车零件组装起来放在一边，就是所谓的“综合体”。但是，在“综合体”存在的同时，除了这些配件以外，谁能找出一个“综合体”呢？找不出来。组装后的每一个配件与它们在组装前分散时一模一样，一个不多，一个不少，把这些配件一一拆下后，在每一个配件上都找不到一个“综合体”。所以，所谓的“综合体”，就是一种错误的观点，它是引人误入迷途的根源。

这其中有个时间的关系。例如我们可以对一辆车增加或减少。减少：我们可以将我们的头发剪掉，那看看还是不是我？如果是，那刚才有头发的不是我。如果还不行，那我拔掉三颗大牙，拔后看看还是不是我？如果是，那刚才有牙的不是我。还不行的话，那我就卸掉一条胳膊，看还是不是我。如果是，那刚才有胳膊的不是我。增加：我戴个帽子，看是不是我。是我，那没带帽子的应当不是我；戴眼镜，....；吃了饭，...。替换：如果我不得不移植个人工心脏，那还是不是我。是的，那有肉团心脏的不是我。.....总之，分析来分析去，“我”是一种错觉。（可以继续观察自己的心念是否是我？前念、后念都不断在变化。以及入定以后的出现的种种境界，也不应当是。）这样可以一直破，一直到“若实无实法，悉不住心前；彼时无余相，无缘最寂灭。”也像上师讲的：用两个引火木棍，相互摩擦产生火种，最后一一切都燃尽了。如果如法不断仔细观察最后会“二谛圆融，三昧等持”，远离一切能所，得到无可言思的大空性。但最重要的是次第、方法及各种因缘，最保险、最快的“当依靠具德上师教言，精进修行”

帖子来源：[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7527.msg33663#msg33663>]Re: 求助——关于抉择无我中的一个问题!!!! [URL]

热心：

以车为例。“车”是组合体，一个单独的车本体并不存在。组合体为什么不能作为一个实有体呢？如果真有一个车的本体，那么车和零件的关系要么是一体，要么是他体。如果是一体，则有多少零件，就有多少个车，如果是他体，则在所有的零件之外的安立车的存在，也无法成立。如果车都还未成立，车的部分也无从说起。

再举个简单例子，没车门你还说是车的话，那么没有发动机呢？没有底盘呢？如果底盘拿走了，还是不是车？如果你说是，没有底盘的车，恐怕谁也不承认吧？如果你说不是，那车的实有体这时候去哪里了？岂不是跟着底盘在一起了？那么这时候的底盘就变成了车，也恐怕谁也不承认吧？

龙树菩萨的五相推理，月称菩萨的七相推理，又是否成立呢？这些推理就是利用分别念对外境实有执著的习气来推理，从而导致无法安立的矛盾，继而认知到分别念是迷乱的，实执是不合理的。如果站在将车安立为分别念的迷乱显现的立宗上，去推翻这些推理，那岂不是正中下怀？如果对方如此发太过，那么我必会合掌赞许道：没错！车唯一是分别念执著的总相而已。呵呵！

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7527.msg33721#msg33721>]帖子来源：Re: 求助——关于抉择无我中的一个问题!!!! [URL]

圆中：

另外，现在主要破的是对车产生的实有。例如车门不存在时，现在你的车和以前你的车发生了变化，那你到底所说的车是那个？或哪部分？如果你还说是车，那可以一直分，例如：将车窗拿掉，将座椅拿掉，将车的闸拿掉。那你还说这是车吗？如果是那继续分，分到你说不不是为止？那剩下的应该是了吧？最后可能会省下最主要的零件（例如：发动机，轮子），如果你说现在就是我的车了。那你称许的是主要零件组成车，但如果将零件分开，那他就不是一辆车了。那你的观点最后应得出：车是在一定因缘下，显现出来的，不是真实存在，是我们的一种观念而已。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7527.msg33730#msg33730>]Re: 求助——关于抉择无我中的一个问题!!!! [URL]

金刚永持：

因缘所生的法，既然是暂时的显现和存在，就成立它的本体为空性。如果是一个实有的法，它的本体就不可能产生变化，不可能一时显现，一时不显现；只会以前是 什么样，经过亿万年还是老样子。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7527.msg33766#msg33766>]帖子来源 Re: 求助——关于抉择无我中的一个问题!!!! [URL]

热心：

五相推理在《中论》中，七相推理在《入中论》中，七相推理包括了五相推理，即：“如车不许异支分，亦非不异非有支，不依支分非支依，非唯积聚复非形。”你说“拆散以后还是原来的车，本体没变”，其实不然，组合的方式和形状已经不相同，功能也不相同，您能驾驶一堆零件上路吗？不能吧？拆散以后，分别念中认为是一堆车的零件，还认为是车的，恐怕是比较少见。

外境唯是自心的显现，如同梦境，水月，阳焰等一样，虽然现而无自性的。具体的推理可以查阅中观或唯识方面的论典，例如：《辨法法性论》《入行论智慧品》。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7527.msg33785#msg33785>]帖子来源: Re: 求助——关于抉择无我中的一个问题!!!! [URL]

Feingray:

前面的师兄都分析得很好。我还是再从另外一个角度直接破这个问题吧。

您的问题是: 每个支分不是我, 也不存在我, 但是这些支分合起来就是我了。

大恩上师仁波切曾说过(大概意思, 原文一时找不到了): “就像几个人都没有一点钱, 合在一起说就可以买得起一个东西了这是不应理的。”就是说, 支分上没有我, 合在一起就多生出来一个我, 就是不可能的。

我们用逻辑来破。

你的这个“我”存在的时候, 包不包含支分呢?

您提到: 头发、大牙、胳膊, 都只是我的一部分, 一个部件。

那么由此“我”应该是包含支分的。也就是说, 我包含了“我的脑袋”。

您说, 拆开看的时候, 脑袋、胳膊等等都不包含“我”, 然后把它们放在一起, 这时候就出来一个“我”。

那么, 组装之前的那个“脑袋”还在不在呢? 肯定在。

而又多出来一个了一个“我”, 这个“我”又包含了一个“我的脑袋”, 这样应该出来两个脑袋。

因为您的“我”是个实有的东西嘛, 那么他的出生, 必然也包含了他的支分的出生。

比如我说这长出来一棵树, 那么这棵树的叶子也是随之新长出来的。

因此说这个“我”, 或者“整体”是不可能产生的, 这个“我”只是一个虚拟的总相, 所谓的总相就是我们脑海里想出来的, 实际上没有的东西。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7527.msg33798#msg33798>]帖子来源: Re: 求助——关于抉择无我中的一个问题!!!! [URL]

辅导员 A:

如果您承许这个“我”是名言假立的“我”, 并非中观所破。我们说人无我, 法无我的“我”意为自性, 也说不依仗他缘的法, 我们要遮破的是众生相续中执着的“这个整体”上有一个实有的我。

我们是否认为这个整体上的我是假立的呢? 不是。我们无始以来执着我的身体就是我, 我的乐受, 我的苦受, 我的思想, 我的感情, 我的起心动念, 它们都是我, 但我们从来没有思维一下, 这个假合体上的我实际上不存在。为什么不存在? 因为它是假合体。

如同镜中影像，它需要观待境外的色法、光线、镜子等因缘，因缘聚合之际，影像在镜中显现，如果影像本来存在，具有独立自主的实有自性，则不需要借助任何条件来产生。所以，在影像显现的当下，它没有一个实有的本体，它的显现是架构在镜子、光线、镜外的色法的聚合之上，它的显现，不会束缚我们，执着影像实有，才会束缚我们。

补特伽罗也是依五蕴聚合的一个“整体”假立的，“我”的显现建筑在我的色身，我的感受，我的思想，我的感情和我的起心动念的聚合之上，如果补特伽罗有一个实有的本性，则不需要借助任何因缘、条件和部分的组合，而是独立自主，亘古长存。

这就是龙树菩萨在《宝鬘论》中说：“犹如依明镜，虽显自面影，然彼真实性，少许亦非有。如是依诸蕴，我执成所缘，犹如自面影，真性中毫无。”

您说：“末学愚钝：因缘所生法，也是一种暂时的显现和存在呀，为什么就是空的呢？”

就是因为它们是因缘所生法，如上所说，显现的当下是空相，幻相，假相。如果不是，一个条件缺失时，比如光线，它（影像）为什么不能再持续到下一个刹那？

为什么“这种分析方法我始终觉得遮破不了‘我’”？

因为我们无始以来执着这个整体是一个实有的我，如此时间长流中，仅仅用一两年时间，从文字上了解什么是无我，尚未长期听闻中观论典并深入思维，乃至串修，怎么可能接受“我”不存在呢？这个实有的我怎么肯善罢甘休！

帖子来源：[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7527.msg33804#msg33804>]Re: 求助——关于抉择无我中的一个问题!!!! [URL]

辅导员 A:

这就是《金刚经》中所破的一合相，也就说把一个积聚的假法执着为一个实有，一体的法。

《金刚经》中说：“若世界实有者，即是一合相。”

大恩上师在《金刚经开示录》中说：“[一合相]：是指对总体相状的一种执著。比如瓶子本来是由微尘组成，但人们有一个总体的概念，于是把这些微尘的聚合称为“瓶子”；五蕴中本来没有我，但众生也因为有了合一相，就把五蕴的聚合执为“我”。同样，器世界本来也是由微尘组成，但人们却把没有实体的法聚合成一种相状，进而对其产生实执，这就是一合相。”

“佛陀在经中常说一合相不存在，如五蕴的聚合、时间的相续等全部是假法，并非实有。但在名言当中，暂且可称为一合相。”

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7527.msg33805#msg33805>]帖子来源: Re: 求助——关于抉择无我中的一个问题!!!! [URL]

5.智慧品-万法如梦如幻的讨论

热心:

梦喻揭示了世俗万法虽显现而无实质的真相。由于在实际中无有却心识前有显现，所以成立为迷乱，这种迷乱的根本在于虚妄分别上。因此属于世俗谛。世俗谛中分真世俗和假世俗，真世俗中又分无患六根前成立的世俗（观现世量）和瑜伽现量（净见量）成立的两种。虽有显现但了知并无实质，属于瑜伽现量的范畴，比一般凡夫的世俗要高明得多，尽管如此，仍然属于世俗谛。

从对“万法如梦如幻”产生定解入手，是证悟胜义谛的方便。

“万法不存在实有自性”抉择的是空性，实际无自性而抉择为不存在，所以并非迷乱，因此是胜义谛。当然其中如果分得更细一些，还可以分相似胜义和真实胜义，这里是属于相似胜义，也可以说是单空，是趋入真实胜义的方便法。真实的胜义是离四边八戏，一点戏论都是没有的，有也不是，无也不是，二者也不是，非二者也不是，一切法是远离所有的语言，分别，妄想执著的对境，什么都不存在但也并不是不存在。

Feingray:

如梦如幻是抉择世俗谛的比喻。

由于梦幻一方面存在带二取的显现，另一方面这些显现又没有任何实质。因此梦幻的比喻是抉择世俗中所呈现出来的显现的本质为幻化这个情况。此时还有一个显现，也有一个显现的空性（单空）。

而胜义则远离四边八戏，因此远离“显现”，也远离“显现的空性”。

1) "世人见实法，分别为真实，而非如幻化，故净瑜伽师。"

以上是净辨世俗谛里现而无实质的真相？

此颂所属科判是：“遣除世俗之争论”。由此可见，这里是抉择世俗谛之真相。

由于在二取没有完全消失的后得境界

2) 第 1 5 3 课里: "从轮回到涅槃之间万法，虽然在胜义中现而无自性，如梦幻一般，但在未经观察的世俗中却是存在的。"以上好像以如梦如幻一般来比喻胜义谛？

我的理解此处的胜义谛是指相似胜义，也就是单空的胜义，而非真实的胜义。上师之所以用胜义一词，是相对于“未经观察的世俗”而言的。是为了强调不要执着于“单空（相似胜义）”而落入断绝名言的断见。

3) 第 1 5 6 课里: "你们中观宗认为众生在胜义中自性清静, 名言中现而无自性"

以上好像以现而无自性来比喻世俗谛? 是否如果只说万法不存在实有自性而没说到“显现”那就是相似胜义?

相反, 如果说到“显现”, 说到“无自性”, 就是相似胜义。其实也就是世俗谛。

真实胜义谛是远离“显现”、“显现的无自性”这些边的。

4) 可以给一两个(真世俗中又分无患六根前成立的世俗(观现世量))的例子吗?

相对有眼病的人, 常人看到的外境是无患六根前成立的真世俗。

相对于常人, 瑜伽士看到的外境皆为佛菩萨, 则是瑜伽现量(净见量)成立的真世俗。

热心:

1. 世间人将显现执为实有, 认为是“有而现”。而瑜伽士了知是无实而现, 即“无而现”。此处属于世俗谛方面的争论。

2. 此处也属于世俗谛的争论。此处的“在胜义中现而无自性”的意思是以“胜义智慧来观察的世俗, 其显现无自性(不存在)的”。对应后文“未经观察的世俗”的显现是存在的。这里的胜义是相似胜义。

3. 此处仍属于世俗谛的争论。

4. 此处仍属于世俗谛的争论。这里是说从自性涅槃的角度, 众生与佛无别。从离垢涅槃的角度, 众生仍需经历如梦如幻的修行才能成佛。按照二转法轮的观点, 谈到显现, 就是世俗谛。按照三转法轮的观点实相和现相一致, 就是胜义谛。这在 13 页处对二谛安立的方法处有宣说。相似胜义是只单单抉择了空性, 否定实有, 仍然是凡夫分别念中的境界。而真实胜义是圣者无分别智中的境界。

一切正常人所见所闻都是“观现世量”, 它具有不欺惑的特征。比如说你面前的电脑和桌子等等。而喝醉了的人看到天空有两个月亮, 这就是假世俗。正常凡夫眼里的桌子是稳定的存在, 看不到它是刹那无常的。但瑜伽士就可以看到它是刹那无常, 瑜伽士的境界就是瑜伽现量。

5) 相似胜义谛=单空的胜义

严格来讲是=世俗谛, 但是接近真实胜义谛?

相似胜义, 顾名思义, 相对于真实而言是相似, 相对于世俗而言是胜义。每个术语有它安立的角度和必要, 如果互相之间要用等号来划定, 也许不一定完全对得上。

6) "万法不存在实有自性" =相似胜义谛, 严格来讲是世俗谛?

“万法不存在实有自性”是破除对万法的实有执著(破有边), 而“远离四边八戏”则是破有、无、俱有、俱非这四边。

7) 可以说“万法如梦如幻”=相似胜义谛吗?

不可以。“万法如梦如幻”是世俗谛。

[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8261.0]帖子来源：智慧品-万法如梦如幻[/url]

6. 智慧品科判图

[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8026.0]智慧品科判图[/url]

7. “若复究空智，应成无穷过”应如何推理？

热心：

应该是和“若谓识了知，故说灯能明。自心本自明，由何识知耶？”的推理方式类似。既然诸法是空性，那么抉择出诸法空性的空性慧本身是不是空性？如果是，那么空性慧是空性这件事情，又是如何分析出来的？如果是另一个空性慧分析出来的，则这另一个空性慧又是不是空性呢？又由如何来分析呢？如此推下去就会有无穷的过失。

Feingray:

颂词

“以析空性慧，究彼空性时，若复究空智，应成无穷过。”

若许为对方观点，则是由于对方执著空性慧实有，因此有此迷惑，认为这是我方的过失。

若许为自方观点，则是指明：如果空性慧实有，则有此过失。

圆亚 (newcomer):

我也在 178 课里看到了相似的推理。

如芽从种生，因芽知有种，
由境所生识，何不知有境？
由彼异芽识，虽知有芽种，
然心了境时，凭何知有识？

前一偈是对方的提问，后一偈是我们回答。对方辩解道：“心与境二者之所以成立为实有，其实并不是由于观待关系，而是由于因果关系。就像苗芽生于种子一样，心识是从外境中产生的。依种子而生苗芽，依外境而生心识，这个因果规律是明摆着的，因此，可从存在的心识推知外境真实存在。”

破曰：这两者是不相同的。苗芽从种子而生，我们可以通过现量、比量了知，而心识从外境而生，这个由谁来了知呢？假如说由心识来了知，此处的心识是尚待观察之量，未知数无法作为能立的根据。而且，如果心识由另外的心识证知，则难以避免无穷无边的过失；如果心识由自身证知，前面已经破过了，自证于胜义中不成立，它只在名言中存在。而名言中的自证，对方根本不承认，如果承认的话，现在也不会有这么多辩论了。

阿弥陀佛!

[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8337.0]帖子来源：智慧品- 若复究空智，应成无穷过
[/url]

8.为何“大乘认为报身是常有不变的法”?

辅导员 A:

弥勒菩萨的《大乘庄严经论》中说：’自性无间断，三佛俱恒常。”

《大乘庄严经论释》（益西堪布著）解释说：“所谓一切善逝身恒常，其义有三：

一．自性常住：法身自性无有生灭，故是自性常住。

二．无间常住：报身一切时不间断传法，故为无间常住。

三．相续常住：即虽于某处不显现，然同时显现于他处，以此等方式，乃至众生事业尽，化身恒时不断显现，故为相续常住。

另，再请参阅 <http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=6250.msg28841#msg28841>

[URL=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8350.msg38375#msg38375]帖子来源：Re: 请教辅导
法师：第一百六十三节课，大小乘观点[/URL]

9.地狱-vs-木头，天-vs-人，不同类的东西，都没分别吗？

辅导员 A:

在究竟胜义中，是。如虚空是大平等性的，诸法也是大平等性。

总统与犯人，天和人，无论同类不同类，从显现上二者平等，如同镜中影像，是因缘聚合之后的显现。

总统与犯人，天和人，无论同类不同类，在空性上二者平等，如影像显现的当下里里外外了不可得。

[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8417.0]帖子来源：智慧品:胜义中[/url]

10.为什么说我们找不到“从无实法转变为有实法”的时间呢？

问：在第 185 课中，课本 182 页，寂天菩萨在“由果建立空性”的推理过程中，破斥了“无实法不能转变为有实法”，其中一种推理方法说“无时若无有，何时方成有，于有未生时，是犹未离无，倘若未离无，则无生有时。”我不能明白为什么这么推理就能最后成立我们找不到“从无实法转变为有实法”的时间呢？

辅导员 A:

首先，这里的“无”和“有”都是自性成立的有无，而不是名言假立的有无，观待众生的观现世量来说，名言中假立的有可以转变为无，无可以产生有。

自性成立的法则不观待他缘，不依仗任何一个条件。月称菩萨《四百论释》中云：“所谓我者，谓诸法体性，不依仗他……‘我’即是不观待他而有独立堪忍的自性。”

一个自性成立的法不可能受到任何因缘条件的影响而改变它的独立堪忍的本性。如果它会受他缘影响而改变固有的自性，如种子受到温度气候泥土等因缘的影响，会发芽，改变种子的本性，则种子不能成立为一个自性存在的法。

有实法和无实法也是如此，既然有无二者具有实有自性，则不可能改变自性而变成他法。无不是有，有不是无，无不能变有，有不能变无。所以，如果无需要变成有，则需要舍弃无的自性，既然无的自性无法舍弃，则何时何地也没有变成有的时机。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8798.msg41071#msg41071>]帖子来源：Re: 第九品中一个疑惑，请辅导员开示[/URL]

Feingray:

这里的关键就是“无不能变有”。中论第一品对此有详细的分析。

为什么呢？因为这个东西还没有，依靠什么来“作用”到它而让他生出来呢？它根本不可能知道自己该生出来了。

比如演戏，如果一个演员在后台，到了该出场的时候，有人一说：“出场！”，他听到了马上出来。

可是如果这个演员压根不在后台，没有一个这样的演员，你说“出场！”，谁会出来呢？

又比如说当种子、阳光、养分等因缘聚合以后，要生出一个苗芽来。

因缘都聚在一起了，都一致同意苗芽需要生出来，可是如何通知它呢？

苗芽还没有呢。通知谁去？

有人说，为何要“作用”到果呢？反正因缘一具足，果就冒出来。没必要“作用”他呀。

那么岂不是说“因缘聚合”对“果的产生”没有作用？

没有作用那么因缘和果的产生还有什么关系呢？

不就成了“无因生”了吗？无因生的过失就更多的。比如会导致儿子在父亲之前产生，导致就不停的产生等等。

有人说：这是一种“决定性”。因缘一具足，果就“决定”出来。这是由规律决定的。

可是绕来绕去，这个“决定”还是需要让“果”知道才行啊。

你们一堆人开会，做了一个关于石女儿的决定。要他明天上街买菜，他能去吗？

而引出来所谓的“规律”这个第三者也起不到作用，因为它同样无法作用到现在还是“不存在”的果。

因此说“于有未生时，是犹未离无，倘若未离无，则无生有时”。

这个果还是一个“没有”的东西，这个“没有”的特性决定了它无论如何也不能变成“有”。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8798.msg41072#msg41072>]帖子来源：Re: 第九品中一个疑惑，请辅导员开示[/URL]

11.既然胜义非心境，不可思议，显然，亦非语言所能表达，我们所说的胜义是什么？

辅导员 A:

圣者无分别智慧前所见的胜义法界是自相，如我们的无分别根识前现量见到的瓶子。而我们分别心前所浮现及语言所表示的胜义均为总相的概念，如我们心前浮现瓶子的形象及口中所说的瓶子。

圣者的无分别智慧泯灭了能取的心识和所取的对境，难道无分别智慧前尚有一个“胜义”的对境吗？

这个问题从两个方面来辨别：

a.名言方面：在名言中以圣者根本慧为能境，法界为所境。可以说法界是所知，是无二取智慧的所境，也就是：我们并不破在名言中假立说“胜义是智慧的所境。”

b.胜义方面：并无能取的无二慧和所取的法界。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8671.msg40519#msg40519>]帖子来源：Re: 什么是胜义？胜义境界存在吗？[/URL]

12.有人想：这样的真胜义谛行相是无有可见的，那诸佛如何见彼性呢？

辅导员 A:

答：所谓诸佛见真胜义谛的“见”字，实际是把“无可见”说为“见”，在名言中从否定方面安立此“见”，实际上是没有任何可见法。

《入二谛经》云：“天子，若胜义中真胜义谛是身语意行境性者，则彼不入真胜义谛数，成世俗谛性。天子，然胜义中真胜义谛，超出一切言说，无有差别，不生，不灭，离于能说所说，能知所知……”

胜义谛不是言说的境，也不是分别的境，所以无法直接显示，因此，佛陀常常以听者能够领会的比喻等来说明它的体性。宣说佛陀第二转般若法门精义的佛经经典的能诠句所诠义称为文字般若。般若四种，除文字般若外，尚有基般若、道般若和果般若，通过文字般若阐述基的法相，经过五道十地的修行，而后可以安住在果般若中。如手指月，然手非月，没有手，也无法告诉有缘弟子月在哪里。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8671.msg40522#msg40522>]帖子来源：Re: 什么是胜义？胜义境界存在吗？[/URL]

13.怎样如理思维：智慧品的人无我、法无我与修极乐净土的关系？

圆中:

般若空性法门是佛法的核心，是解脱的根本。如《入行论》云：“般若经中说，无慧无菩提”；《般若摄颂》中也说：“谁求声闻独觉果，乃至法王如来果，皆依般若法忍得，离此恒时不可得。”意思是，依靠无二慧才能获得出世的圣果，没有无二慧则永远不可能从世间解脱。因此肯定的说，到极乐世界也是继续学习这个空性法门。

极乐世界是阿弥陀佛上师的度生慈悲大方便法门，有着凡夫声闻缘觉甚至菩萨也不能完全了知的殊胜。我们现在学习和思维人无我、法无我越多，越能铲除相续的烦恼和疑惑，同时也会积累下不可思议的福慧资粮，对极乐世界的信心也会越增上。这样信愿行会具足，往生会非常容易，如果能通过上师的指引如法修行，在此生中证悟的话，到极乐世界的品位也会更高。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8630.msg39993#msg39993>]帖子来源：Re: 怎样如理思维：智慧品的人无我、法无我与修极乐净土的关系[/URL]

辅导员 A:

大恩上师仁波切曾为弟子讲解过华智仁波切所著的《见、修、行的修法--证悟者的心要宝藏》。此著顶果钦哲法王也曾经讲解，即为《证悟者的心要宝藏》。

在这部心要宝藏中，讲述了安住在不同的见解中，持颂六字大明咒。

如以菩提心摄持，“大悲为利众生诵嘛呢。”

安住在一切音声均为咒语的见解中，念诵六字大明咒：“一切音声无异观世音；声空不二如咒诵嘛呢。”

以四力圆满的方式颂持：“自心发露忏悔诸罪愆，圆满四力持诵嘛呢咒。”

安住在明空双运的定解中念诵六字大明咒：“自心明空不二即法身，放下无饰本然自性明。无为独当一切所作法；安住裸然明空诵嘛呢。”

对“一个常常思维人无我、法无我的行者也可以这样如理思维诸佛菩萨的净土，并在持诵阿弥陀佛法号时，安住在二我空的见解中持诵。

“二谛并非两个分离的个体，像牛的两只角般，它们只是本性的‘显’相和‘空’相而已。先对这个见有了知识上的了缺后，再开展对显空不二的直接体悟和信心。了悟二谛的不可分，是一种甚深的体悟，完全超越任何的知识概念，这就是离戏瑜伽。安住在此见上，持诵六字大明咒。《证悟者的心要宝藏》”

末学觉得这个方法非常好，一切时分可以念诵名号或咒语，有时，可以观想阿弥陀佛或本尊身相；有时，可以按中观胜义理证抉择见解；有时候可以安住在见解中持诵；不仅与修极乐刹土无违，反而在一句名号中，“明观福田、发菩提心、积累资粮、发愿回向”四因均可具足，而且因为串习空性等见解，也为此生获得某种程度的证悟，往生净土奠定基础。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8630.msg40013#msg40013>]帖子来源：Re: 怎样如理思维：智慧品的人无我、法无我与修极乐净土的关系[URL]

14.如何以二谛来理解如来藏？

Feingray:

以二谛来理解如来藏，分两种方式。

全知麦彭仁波切在《中观庄严颂释》中根据第二、三转法轮的了义经论，总结出了两种不同的二谛：

一、“现空二谛”。现是世俗谛，包括不清净法和胜义谛中的如来藏光明；空是胜义谛，它应用于第二转般若法轮的经典以及中观论典，依现空二谛能很准确地理解自空无遮见。

二、“实相、现相二谛”。以他空为主讲二谛时，实相、现相相同的能知、所知是胜义谛，实相和现相不相同的能知（八识）、所知（色、声、香、味、触、法）是世俗谛。这里的胜义谛是清静了业障的佛、菩萨的智慧（能知），以及这种智慧所了达的融于一味、一体的实相与现相（所知），也就是不空的如来藏大光明具有真实、圆成、实有、堪忍、了义、不变自性等特征；这里的世俗谛是菩萨出定时与凡夫的分别念（能知）以及在这种分别念前形成的互为异体的实相与现相（所知），也就是相对于胜义大光明（自），应了达为空性的不清净显现（他）——这种不清净显现包含了凡夫不清净的能知、所知与菩萨出定时暂时清静及清静刹土等所知，具有假立、遍计、非实有、空性、非了义、幻变等特征。

由上可知，在现空二谛中，如来藏的光明分属于世俗谛，由于此时着重抉择万法空性而破实执，故而也没有承许如来藏光明分不空、常有。

而三转法轮则着重抉择圣者所见之光明，此时如来藏属于胜义谛。由于并非凡夫所执着之“无”，故称为“实有”。由于不是凡夫所执着之“无常”，故起名为“常”。此常为“大常”，并非二转法轮所破之“常”。

由此看来，世俗谛中并没有承许过如来藏为常。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=9556.msg45890#msg45890>]Re: 如何以二谛来理解如来藏? [URL]

15.极乐世界也非实?

问：堪布在第9册智慧品的第127页里讲到,万法在抉择究竟空性时,有与无都是没有的,甚至包括解脱,如来,极乐世界也非实.我该如何正确理解这样的空性思想啊?

辅导员 A:

按照第二转法轮二谛的安立方法：显现为世俗，胜义为空性，极乐世界乃至如来藏的光明分的显现均为世俗谛，是空性。

《新月释》云：“基道果所摄一切诸法的显现必定全部为空性，空性也必定全部周遍于显现法上……无论是圣者智慧前的如来藏大光明之清净显现，还是众生心识前的不清净显现，必定都是大空性的。”

按照第三转法轮二谛的安立方法：世俗谛“包含了凡夫不清净的能知、所知与菩萨出定时暂时清净的能知及清净刹土等所知，具有假立、遍计、非实有、空性、非了义、幻变等特征。”

上师仁波切在《定解宝灯论讲记》云：“大幻化网分了义、不了义两种，其中不了义形象的大幻化网是指诸佛菩萨之相、清净刹土等，比如极乐世界及其庄严形象等，无论显宗密宗均承许其为不了义天尊相。

一般清净天尊仅是暂时于众生面前如此显现而已，究竟实相来讲，有没有一个有眼有鼻、手持钵盂的阿弥陀佛呢？可以说根本不存在。而所谓的无量殿是不是如同人们所见金碧辉煌、琉璃严饰的殊妙宝殿呢？暂时于净见量前可以显示此种形象，但诸如此类于密宗均称之为不了义大幻化网，于此不了义大幻化网中，如极乐世界般的器世界、阿弥陀佛及其眷属一样的有情世界均可如理如实地显现。而了义大幻化网中说自心本来即是大光明、大清净的，这才是最究竟了义的大幻化网的殊胜境界。”

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12066.msg61990#msg61990>]帖子来源: Re: 极乐世界也非实?[URL]

16."此由他分别，彼非自世俗。后决定则有，非故无世俗。"该如何理解？

Feingray:

大恩上师的《入行论广释》中说：

世俗若因他，有情岂涅槃？
此由他分别，彼非自世俗。
后决定则有，非故无世俗。

世俗如果是看待众生迷乱分别而有，那么有情怎能证得寂灭之涅槃呢？恒时不灭的此等世俗显现，皆是由其他众生的分别戏论而显现，并非涅槃者自现之世俗。如果世俗诸法自性成立，那么灭尽二取成熟涅槃之后，亦决定会有看待自己之世俗，然而非如是，故灭尽分别戏论者无有自世俗，可得涅槃也。

.....

关于“后决定则有，非故无世俗（也有译为：否则无世俗）”一句，各注疏中解释各异，争论也较大，如威月论师在注疏中释为：“因为此有故彼有的缘起力，诸瑜伽士在出根本定后，仍会显现并确认他人的分别，故瑜伽行者出定后决定会有世俗，否则一切世俗法都应无有.....。”智作慧论师释为“后决定则有”为“后来认定的法，如果是有，那时就有所谓的世俗，如果是无，那时就没有世俗了，如青色的虚空花即无此种因缘可言.....。从不生不灭的法界中，仍会有异样的诸法缘生缘灭，如同幻化一样。”等等，各论师见仁见智，对此各有不同见解。诸位应仔细思维，如果对实相深义生起了坚定信解，并全面闻思了修持般若的道次第，方可圆融各种不同的释义。

个人觉得，大恩上师仁波切自己的解释比较易懂。意思是说：（后）涅槃后（决定）再来判断决定，如果还有（则有）那么就可以承认世俗自性存在，（非故）然而不是这样，即涅槃后发现没有真实的世俗，所以（无世俗）世俗不是自性存在。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15557.msg86336#msg86336>]帖子来源：Re: 求“后决定则有，非故无世俗”字面意思[/URL]

17.四谛十六行相具体如何解释？

辅导员 A:

四谛十六行相在全知麦彭仁波切的《现观庄严论释》中有讲解：

在四谛十六行相中，苦谛（的行相包括）：

（一）由于为因缘而生，所以是无常；

- (二) 由于被业与烦恼所控制，所以是痛苦；
- (三) 由于以他我而空，所以是空性；
- (四) 由于自体之我不成立，所以是无我。

因为经书中认为后二者应当算为一个，所以才会说“空性之相乃无我”，“彼等之相为寂灭”。

集谛（的行相包括）：

- (一) 如同爱染之病的因相；
- (二) 如同疮痛的集相；
- (三) 如同毒箭的，能产生剧烈痛苦的（生相）；
- (四) 如同罪恶并成为后有[来世轮回]之等无间缘的（缘相）。

另外，苦谛与集谛的共同七相则包括：

- (一) 遭受还击的逼切；
- (二) 相续败坏的有法；
- (三) 不住的变动；
- (四) 刹那的速灭；
- (五) 因为是今生来世遭遇伤害之处，所以可畏；
- (六) 因为非人之侵害有机可乘，所以染病；
- (七) 因为是四大紊乱等等的损害处，所以为死相。

灭谛（的行相包括）：

- (一) 痛苦灭尽的无我（净相）；
- (二) 烦恼熄灭的（灭相）；
- (三) 功德圆满的妙相；
- (四) 远离不净等等的离相。

其中出离于所断（的离相，又包括了空、无相、无愿）三解脱以及无行四相，（所以一共为七相）。

道谛（的行相包括）：

- (一) 涅槃之道相；
- (二) 作为烦恼种子对治之如相；
- (三) 现证内心实相之行相；
- (四) 能永息痛苦的出相。

这样一来，（四谛之相就包括了）经中所说的苦谛、集谛分别与共同的十五相，加上灭谛的七相，以及道谛的四相，**一共为二十六相**。这与《俱舍论》中所说的十六行相之间，除了分别与汇集的程度不同以外，**实际意义是完全一致的**。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=16712.msg94958#msg94958>]帖子来源：Re: 请教 162 课疑问[/URL]

18."大乘与小乘在发心、教授等五个方面截然不同"具体指哪几个方面？

Feingray:

如《大乘庄严经论》言：

声闻乘与大乘有五种相违。一发心异。二教授异。三方便异。四住持异。五时节异。声闻乘若发心若教授若勤方便。皆为自得涅槃故。住持亦少。福智聚小故。时节亦少。乃至三生得解脱故。大乘不尔。发心教授勤方便。皆为利他故。住持亦多。福智聚大故。时节亦多。经三大阿僧祇劫故。如是一切相违。是故不应以小乘行而得大乘果。

[URL=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=16711.msg94969#msg94969]帖子来源：Re: 请教 163 课疑问[URL]

19.如何理解如来藏是空性、我们的证悟也是空性？

辅导员 A:

如果有一法不空，则有一不依仗他法的自性之法在法界的实相中真实成立了。此非内道的观点，而是外道的观点。

《中观庄严论释》云：“从色法到一切智智（如来的智慧）之间平等一味（空性），那么就能确信万法之中再无有比这更重要的一个所知了。”此为第二转法轮所说的精髓意义。

月称菩萨《入中论》中宣说了大乘的十六空和二十空，其中有“空空”，即空性亦无实有体性。经云：“云何空空，空谓一切法空，此空复由空空，是名空空。

又“胜义空”如经云：“云何胜义空，胜义谓涅槃，当知此中涅槃由涅槃空。”

“无为空”：经云：“云何无为空，无为谓无生、无灭、无住、无异，当知此中无为由无为空。”故，无有一法不空。

有人一定疑惑，不是说如来藏常有吗？如何是空？如来藏之有，非凡夫分别心识前不依仗他缘的自性之有，是超越了观现世量的净见量的对境，是超越了常与无常的大无为法。如果我们说如来藏自性有，或自性无（空），则有堕落常边或断边的过失。

有关如来藏是否空性，见旧帖讨论

http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php/topic_16018.msg89635.html#msg89635

[URL=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=16288.msg91740#msg91740]帖子来源：Re: 如何理

解：如来藏的心性本体是幻化的。[URL]

20.能不能比较一下瑜伽现量和净见量两个概念？

辅导员 A:

菩萨入定位的光明分可由净见量见，可能有人疑问：上师仁波切在《解义慧剑讲记》中说净见量是后得如所有智的本体啊。个人理解，净见量是名言量，衡量的是显现分，非观现世量的显现，而是深隐的清静部分，有出定与入定两种。**入定之净见量所见是最清静究竟的显现：光明分的显现。**

全知麦彭仁波切在《解义慧剑》中，净见量的因，是圣者根本慧定，其本体是广大的智慧，其果是“具尽所智果”。但这里，只是**侧重在圣者出定位的广大智慧。正如第二转侧重抉择了离戏分，并非否定了光明分。**

大恩上师在《定解宝灯论》中说：“**真正佛陀之净见量即一切万法的究竟实相。**”

益西堪布在《如来藏大纲狮吼论》中也说：**如来藏大光明依靠净见量来抉择。**

这里，我们可以看出净见量在两个阶位的不同的作用：

在佛及圣者入定位，其抉择的是如来藏的大光明，也是《定解宝灯论讲记》中所说的大圆满本基；在圣者出定位，其所见是大圆满本基所变现的基现：清静刹土男女本尊，或不清净的六道的显现中深隐的部分。

益西堪布在讲解《如来藏大纲狮吼论》时解释全知麦彭仁波切时说：“在净见量前，如来藏虽然可以成立为实有，但净见量只是从光明分衡量……”

通过以上引文可了知，**净见量可以衡量圣者个别自证境之如来藏。**

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=16288.msg91745#msg91745>]帖子来源：Re: 如何理解：如来藏的心性本体是幻化的。[URL]

第十品回向

实修相关

1.我修学格鲁派,在听受<<入菩萨行论>>时,修皈依仪轨时,我应该观想我的根本上师吗? 另外,菩提心的修法,我可以按照我的上师授于的仪轨来修吗?

辅导员 A:

当然可以! 这次学习《入菩萨行论》不用执着于不同宗派、汉藏传等等, 因为菩提心是一切佛法的基础, 各宗派虽然在菩提心和皈依的修行仪轨、修法次第 上略有不同, 但密义和最终的目标并不相违。都是为了让学人在相续中生起一颗真实的珍宝菩提心。

[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=408.0]帖子来源: 请问辅导员 [/url]

2.我听慈诚罗珠堪布的五加行录音能得到传承吗? 能依此修持吗?

辅导员 A:

一般来说, 仅听录音是很难得到传承的, 除非上师特别开许。

[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums /index.php?topic=186.msg2030#msg2030]帖子来源: 我听慈诚罗珠堪布的五加行录音能得到传承吗? 能依此修持吗? [/url]

3.念佛时,念金刚萨垛时,杂念多怎么办? 如何达到一心不乱呢?

辅导员 A:

一心不乱的境界很难一下子做到。

发现了杂念比什么也没发现好, 好比白天听不到时钟走的声音, 但是你从来发觉不了, 到了晚上夜深人静时, 反而听的很清楚。白天没听到不代表钟没走, 听到了也不代表钟晚上才走。

一发现就把心再重新拉回到口念的咒语, 意观想的菩萨身相上来。如此屡屡串习, 最终要能持之以恒。具体的方法, 可以参考金刚萨垛的修法仪轨。

帖子来源: [url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=430.msg2132#msg2132]Re: 请问辅导员 [/url]

4.我想恭请索达吉堪布为上师!我该怎么做?

辅导员 A:

如果你对上师有信心, 应依止上师闻思佛法。[依止上师意味着依教奉行](#), 你可以在网上仔细阅读上师的信,

上师对学习的要求，按照上师出的题目认真做题，参加讨论。每天祈祷上师，观想上师，修上师瑜伽，无论念修哪位本尊的心咒，都观想上师与本尊无二无别。深信何时何地你祈祷观上师之时，上师都与你同在。阅读上师的各种书籍，反复领会，深信上师如佛，所说无有任何错谬，有很深的密意。按照上师的教言来规范指导自己的行为。

你欲成就佛果是为了一切众生的究竟解脱，你和上师的关系不是私人的关系。上师曾经说过，“**我没有任何私人的弟子**”。上师对一切众生平等慈悲，除了为了弟子的暂时和究竟的解脱，别无其他。无论远近，你只要祈祷上师，观一切显现均为上师的加持，以依教奉行来供养上师。对你的一切，上师无所不知。如有机会，亲近上师，随学上师的一言一行。以身口意三门供养，发愿生生世世跟随上师。

帖子来源: [URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=530.msg2858#msg2858>]Re: 恭请辅导员答疑[URL]

5.末学发觉近日修持较坏，心不是很清静，有点堕落的感觉。请问上师该怎么办？

辅导员 A:

身处好的状态时——身无疲倦、精进不眠、信心、悲心、空性见越来越增上，不为之欢喜；

身处不好的状态——懈怠长眠、贪嗔痴炽盛、邪见分别、不为之沮丧；

所有这些信心，悲心，烦恼分别，无不是因缘聚合之后的幻象，依靠阿赖耶上的善恶种子，对境，如理或非理作意而生，刹那刹那不住，如水月在天月、江河等因缘具足之时偶现，又在乌云飘过之时隐没，何来真实的本性。

显现心不清静，堕落之时，了知诸行无常，无我而安忍，保持心的宁静，做应该做的事。

帖子来源: [URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7486.msg33329#msg33329>]Re: 有这样一个问题，也许初学者也有同感[URL]

6.如何以观待理、作用理、证成理、法尔理来证成上师就是佛？

金刚永持:

寅二、以理成立分四：一、以观待理成立 二、以作用理成立 三、以证成理成立 四、以法尔理成立
卯一、以观待理成立

比喻:

观待我来说，所谓医生是以能为我治病来安立的，即：谁能为我治病，即使无医生之名，实际也是我的医生；若不能治病，纵然有名声，也不是我的医生。换言之，观待病人来说，医生唯一是由能否治病来安立的。

思惟：

观待无始以来一直被烦恼逼迫的我来说，某人是否是佛陀，唯一是从能否赐予我对治烦恼的妙法而安立。依止他若能获得对治烦恼的妙法，则是依止了真佛；否则，不论他身份如何、作何种仪式，终究不属于具相善知识。所以，佛陀唯一是以能赐予对治烦恼病的法药而安立的，因为：唯一是从能开示断除烦恼的方便的角度，安立佛为皈依处。对我本人来说，怙主佛陀决定是大恩上师，因为只有观待上师所传的深广妙法，才能获得解脱，因此上师是导师、是怙主。

卯二、以作用理成立

若某法具有烧煮等火的作用，就能成立此法是火。同样，谁能行持佛陀的事业，便可成立为佛陀。现在，以善知识行持如来事业，便可成立他们是佛。

为何说善知识所作的是佛业呢？因为佛业是对众生宣说解脱正道，而善知识唯一行持此等事业。

卯三、以证成理成立分三：一、果因 二、自性因 三、不可得因

辰一、果因

果因：从果的角度推证上师为佛。

《释量论》云：“彼方便生因，不现彼难宣。”自己若未证悟，必定无法为他人圆满宣说。如今善知识以自力无颠倒地宣说了圆满的菩提道，说明其相续中具有一切种智。因为只有具备证悟的功德，才能真正为他人宣说菩提道。《不可思议经》也说：“何人随行如来之故，宣说正法，彼等身中安住有如来智慧。”

所以，由“果”——能无倒宣说圆满菩提道，而成立其人必已圆满菩提道；若能圆满通达甚深的菩提道，必然通达更浅的内外诸明。由此成立彼具如来智慧。

辰二、自性因

自性因：以自性为根据成立上师为佛。

相好庄严的佛陀和显现平凡的善知识只有外相上的差异，其实他们的心完全安住于法性，无二一味。以自性一味为因，能成立上师为佛。

比如，一个演员上午扮演国王，下午扮演乞丐，虽然外相有很大的差别，但其实是同一人的游舞。如《能断金刚经》云：“应知佛法性，是导师法身。”诸佛是法性的自性，上师也是如此，应当这样观想。

以上排除外相的差别，由实际之中佛与善知识自性无别，成立善知识为佛。

辰三、不可得因

不可得因：以迷乱心识前所显现的过失不可得，成立上师为佛。

譬如，眼翳者眼前显现的毛发，唯一是不可得的假法。因为如果毛发真实存在，则翳障清净之后，毛发应更加明显，然而事实上，眼翳病好了毛发也随之消失，因此毛发是不可得的假法。

同样，我们心前显现的上师过失，也只是一种不可得的假法。若上师的过失真实存在，则心垢清净之后，这些过失应更加明显；然而心垢清净之后，便不再显现上师任何的过失。因此，心前显现上师的过失，唯是由于自心不清净所致，实际上师的本体上并无过失。法称论师说：“可得的没有得到，说明实际中没有。”

按上师自身真正的境界来说，上师身口意的坛城中，没有毫许过失，以此可以肯定上师是佛，因为断尽过失者唯一是佛陀之故。

卯四、以法尔理成立分四：一、当幻化相应的能调伏身 二、当应机而幻化 三、当以能利益而幻化 四、当以周遍而幻化

“法”是法性，“尔”是如此。依于法性而如是成立，称为法尔道理。由此道理也可成立上师与佛无二，是不可思议的导师。

以下从四个方面抉择：是佛就必定如此，而上师也正是如此，因此上师为佛。

辰一、当幻化相应的能调伏身

诸佛利生的总规是：能以国王身调伏的，就现国王身；能以大臣身调伏的，就现大臣身。如是示现种种相应根

机能够调伏所化的身相。

所以，应当思惟：对于以平凡身才能调伏的我来说，诸佛无疑是在我面前示现了平凡的身相。

辰二、当应机而幻化

自己有何种面容，就会在明镜中显现同样的影像。同理，自己有何种机缘，就会在法身大乐的自界中，显现完全相应的色身影像，这是法性的规律。

所以，应当思惟：与我机缘相应的某尊佛的色身必定会出现，若去寻找，则除了心前显现的上师之外，没有其他色身，这必定是诸佛为了调伏我而示现的色身，因此上师真实是佛。

辰三、当以能利益而幻化

大乘了义经中说：每一位众生的心前都平等无缺地安住了十方诸佛。因此，在我心前也应有十方诸佛安住。经中还说：此非泥塑木雕之佛，而是以能对众生行持利乐事业的方式而安住。

由此教证可知，我们心前安住的佛陀，正是现前利益自己的善知识。所以，应当思惟：在我心前以妙法利益我的善知识，正是诸佛的化现，因为实际利益我的就是他们。

辰四、当以周遍而幻化分二：一、三世周遍而幻化 二、遍一切处而幻化

巳一、三世周遍而幻化

从“不过时而幻化”和“相续不断幻化”两个方面来说明。

《大乘庄严经论》云：“利益众生事，随时不过时，不忘我顶礼。”总的来说，若所化众生听法的因缘成熟，佛陀必定不会错过传法的时机，法尔如是之故。就个人而言，自己堪能闻法时，诸佛必会应时说法，而如今为自己说法者，除了上师别无他人，因此成立上师为佛。

所谓相续不断而幻化，即诸佛除了恒时利益众生之外，别无他业。如今，诸佛也同样在行持利生事业，而且幻变无量能调伏的身相，通过说法来利益所化。

因此，应当思惟：现在我具有听法的缘份，诸佛必定以说法来饶益我，而利益我的就是眼前的善知识。所以，为我说法的善知识正是诸佛的化现。

巳二、遍一切处而幻化

此如大乘经所说：“虚空所在，佛身无不周遍。”既然佛身无不周遍，自然也周遍我处。应想：遍在我处的佛陀是谁呢？由自己的因缘所显现的佛陀，无疑是无倒宣说解脱正道的上师。

再三思惟便知，上师的确是佛陀化现为善知识的身相，来度化障重福薄的我。若深知此理，就能做到依教奉行。诸佛的殊胜传承，总集在上师的法体中，若能从上师的金刚法体中获得不可思议的加持，自然就能获得不可思议的成就。因为对境是不可思议的金刚上师，若对他起信并祈祷、观想、赞叹、随学，则生生世世一切境界自然都会显现为法身大乐之境；所以，须认真思惟、再三串习并依此信解而行，才是合格的金刚弟子。诸佛菩萨都会同声赞叹，这是真正具缘的金刚弟子。

总结法尔道理：

诸佛周遍一切时空而幻化，在不清净众生的因缘成熟时，法尔将显现传法利他的平凡身相。因此，凡夫因缘成熟时心前所现的传法善知识，必定是诸佛的化现。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8479.msg39470#msg39470>]帖子来源：Re: 三欢喜
[URL]

7.关于佛堂清洁问题?

辅导员 A:

1. 佛堂里供有佛塔、佛像，清洁时候，是用干净的干布还是可以用湿毛巾擦拭？还是用毛刷先掸去呢？

答：干布湿布都可以，干净的布就好。

2. 其次，清洁时候用的水，自来水可以么？还是需要用泡有藏红花之类加持过的水呢？有人告诉我，要用哈达做擦拭工具。

答：清洁用的水，普通的自来水就可以。哈达一般是丝绸类质地，用作擦拭恐怕不吸水。学院这里也没有用哈达擦拭的风俗，哈达一般用来装饰佛像，上师像，供养上师。

3. 清洁佛像有没有什么讲究呢？一次用湿毛巾擦拭到佛像面部的时候，总觉得自己不太恭敬。

答：用干净湿布擦拭佛像应该可以。

4. 哈达用一年了，脏了怎么洗？有人说到新年要换新的，对么？那旧哈达怎么处理？

答：哈达可以洗，洗后可以继续用，越久越有加持力。不需要很多讲究。

5. 佛像精雕细刻之处，总会垢藏一些不好清洁的灰尘。有什么诀窍清洁更干净么？

答：准备一把专门清洁佛像的小软刷，拂去浮尘，还可在吉祥日用一新盘或盆，以藏红花水，香水为佛沐浴，以清洁软布轻轻擦洗。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8027.msg36646#msg36646>]帖子来源：Re: 关于佛堂清洁问题[/URL]

8. 读《无著菩萨传》的疑惑：如何理解大菩萨的自我教诫？

问：“无著菩萨传”在传记接近结尾时，有这样一段话，末学不甚理解。

“虽说尊者的修证已达超凡入圣之境，但他时刻都不忘观察自己的迷乱心行。他曾自我教诫道：“你这个人不具备丝毫智慧、修证境界与贤善人格等功德，你自以为了不起，实则自己的过失已如山王般大，只不过唯独你本人视而不见罢了，但你却对别人哪怕微尘般的所谓过失也明察秋毫。表面上整天把利益他人挂在嘴边，内心却充满自私自利之意。外表装作一个修行人，实际上每天只知修行生活琐事而已。”

无著菩萨无疑已经是圣者，这里，大菩萨肯定不是表面谦虚，但是圣者的相续为何是这样？

Feingray:

这里应该从两方面来看。

一方面，圣者七财中有两个就是知惭和有愧。

因此圣者永远不会对自己满足，而是恒时对自己的所做所为觉得不够好。其实这一段话中没有任何一个地方需要理解为“有烦恼”：

你这个人不具备丝毫智慧、修证境界与贤善人格等功德

对于圣者来说，从来都觉得不够好，因此无论他们多么有智慧，有修证，人格多么完美，他们也不会觉得满足，因此还是会如此谴责自己。因为他们觉得还能够做的更好。

你自以为了不起，实则自己的过失已如山王般大，只不过唯独你本人视而不见罢了，但你却对别人哪怕微尘般的所谓过失也明察秋毫。

过失不一定是烦恼，而是尊者自己对自己极其苛刻的要求下相对而言的，比如有的上师会因为没有能救度某一个众生而自责，视为自己的过失。圣者需要观察弟子过失，对比之下尊者觉得自己只知道观察他人过失。

表面上整天把利益他人挂在嘴边，内心却充满自私自利之意。外表装作一个修行人，实际上每天只知修行生活琐事而已。

“内心却充满自私自利之意”“只是修行生活琐事”，虽然这些其实在我们看来，已经是无法想象的简单化了，是绝对必须的，而且这些所作所为也无不是在利益众生，可是圣者还是会觉得没有能够更多更好的关注众生，这些事情还是和自己挂钩。

因此其实尊者所说的，根本不可能是我们理解的烦恼，完全是圣者自己对自己的更高要求而已。

这是从显现的角度来理解的。

而另一个方面，圣者虽然显现上无有止境的追求更好的利益众生，但是却完全了知这一切解释幻化，不会真正的执着。但是为了教化众生，因此示现凡夫身体的化身，显现凡夫能够理解的境界，实际上他们一直安住于远离一切戏论的法界中从不动摇，对这一切对错优劣等戏论，根本不会真的执着的。

其实对这个问题的理解，涉及到对上师等一切圣者的示现的理解。一方面，即使在名言显现中，圣者也不可能有我们那样的烦恼。第二，圣者的所有显现都是为了度化众生。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12103.msg62282#msg62282>]帖子来源: Re: 读<无著菩萨传> (藏族无著菩萨)，有一处不懂，请辅导员师父和师兄们谈谈你们的理解[URL]

辅导员 A:

一、圣者相续中决无凡夫相续中的贪嗔痴慢疑等自相烦恼。见:

<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=11472.msg58414#msg58414>

二、凡夫在圣者身上看到的贪嗔痴，正是自身缺陷的反射。

《心传录》云：“世俗弟子的心目中，见到的上师也是普通人，这是自己的灵心被无明覆盖所致。”

又云：“从自身业习厚重的程度来说，上师在自己的眼中未出现更低劣的猪狗或毛驴相而现出人相，这已是够荣幸的了。”

三、圣者只是示现，有诸种密义。

《心传录》云：“佛经中说，佛化现什么，就完全像什么，若化现猪狗，就会像猪狗，食用不洁之物。所以，佛菩萨为了度我们，化现普通人相，定会像普通人。”

《大圆满传承的源流——蓝宝石》无垢光尊者的传记中：“大师又问：今年身体会有障碍吗？空行母说：对佛陀的化身而言，哪里会有什么障碍！只不过是考验被调伏者罢了。”

辅导员 A:

如果道友们留意，上师仁波切在讲经说法时经常有这样的显现，说自己的某些感受，某些想法，某些情况，听上去完全和我们一样，是不是上师仁波切真的是这样呢？有我们一样的烦恼、困境和苦恼？

如果有，上师可能失眠。上师仁波切有一天曾说：他晚上翻来覆去睡不着，想着怎样才能利益一位弟子。

而这位弟子可能正在某种幻觉的状态中，在走向歧途的路途中，把上师对他的利益认作自己根基深厚，福智超人的象征呢。

如果有，上师可能悔恨。有一天，上师曾说：他后悔早期传了很多大圆满法，但发现，对众生并没有什么利益。这些得到大圆满密法的弟子后来的情况并不像他想象的那样。所以，他现在不愿意传密法。

如果有，上师可能不够慈悲。有一天，一位八十岁的年老僧人行走艰难，颤颤巍巍，在道友的搀扶下，好不容易来到上师座边，向上师供养一千元钱，遭到上师呵斥：“退下！退下！”当时，在场的弟子非常迷惑。这位年老的僧人后来无疾而终，上师说：“她走得很好。”

如《了义炬》中所说：“当他呵责你的时候，你要想：‘他正在摧毁我的恶业！’当他打你的时候，你要想：‘他正在赶走阻碍我精神进步的魔鬼……如果他对你似乎不高心或不关心，你要想这是消除你残余业障的惩罚。’”

如果有，上师可能偏听偏信。有的弟子说，上师听信了某个管家某个法师的片面之词，批评了我，不再信任我重用我。显现上，上师可能在听取了某个法师的汇报后做出了某项决定，似乎完全听信了那位法师的一面之词。此时，由于业力现前，我们忘了《金刚账续》中说：“本是金刚心，现相教师身。为利乐众生，化作平常人。”

如上师仁波切在讲解《心性休息》时说：

“世间人说为什么阿秋喇嘛都在生病？这种说法极为愚痴。生病不是烦恼。上师会示现我和我所执等，上师说话，坐车，有人认为和我没有差别。但是你搞错了，他的行为和境界和你有很大差别。你看不见的地方，

有很大差别。相同的这一点是随顺世间，如果不像一般人那样，没办法度化众生。他如果没有密义，没有特殊的地方，他就不是上师。”

9.如何圆融看待上师的种种示现？

辅导员 A:

一、上师的贤劣功过等皆取决于众生的心相续

《屠夫真言讲义》云：“上师的贤劣功过等皆取决于众生的心相续，而非存在于上师的清净三门中。由于对上师的看待主要取决于弟子的信心。初入佛门时根器的不同其实就是信心强弱的不同所致，诸烦恼的殊胜对治力即是信心。修行的见解逐渐进展的标志在于信心逐渐增长，证悟究竟果法的标准也在于信心获得圆满。”

二、佛菩萨示现生死老病的一种特殊的必要

《新月释》云：“全知麦彭仁波切圆寂前对弟子们说：“（自己）这十几年来来的心脏病等已消去了众生的许多障碍”。

学院一位大管家出门出了车祸，据说，因为他受伤，挽救了几位觉姆的生命，那几位觉姆不小心染污了一座神山，本来会因恼怒的山神而丧命。

末学曾引用益西上师讲解《宝性论》时说的一段话：“菩萨为了让众生离苦得乐，以自他相换的方式来给众生消业障，通过他甚深的愿力的加持，以他生老病死的痛苦来减轻众生的痛苦，有非常不可思议的功德。这是菩萨示现生死老病的一种特殊的必要。”

上师佛菩萨示现的任何相都唯一出于利益众生的目的。华智仁波切云：“利他事业乃上师。”但被无明遮障的众生却以为上师如同我们凡夫。正应了华智仁波切所说：“众生心故唯一师，同呈种种上师相。”

三、对上师生起信心和邪见，也取决于弟子之因缘——业力

“月亮时圆时缺，乃多种因缘所致。对上师生起信心和邪见，也取决于弟子之因缘——业力。业力清净者之因缘就是呈现极乐世界、密严刹土等净相。”上师佛菩萨之大悲愿力和众生福德因缘的结合，有了上师佛菩萨在娑婆世界的示现。但随着众生业力的深浅，见上师为法身佛、化身佛、天人、人、旁生或恶鬼……

四、现身的善因，依然依凭所调众生的相续

佛陀虽然周遍十方，无有分别，远离能所二取，无“我欲利益某人”之三轮，但现身的善因，依然依凭所调众生的相续。全知在《现观庄严论释》中云：

“佛陀现身之善因，若能依凭所调化者相续之成熟而成立，则能于尔时、彼处，以宣说妙法等方式，来饶

益彼等所化补特伽罗。在那个时候，佛陀之身像即能于彼处，在彼等所化者面前如实显现并作饶益；倘若不具备上述条件，（佛陀之身像）就不可能显现。”故与上述诸语无有相违。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12103.msg62375#msg62375>]帖子来源: Re: 读<无著菩萨传>（藏族无著菩萨），有一处不懂，请辅导员师父和师兄们谈谈您的理解[URL]

10. 资加二道修行人的相续如何？登地圣者的相续如何？到底应该如何理解大菩萨的自我教诫？

辅导员 A:

资粮道:

资粮道行者有堕落也有烦恼。由于见解力量很弱，若不长期护持就很容易被强大的三毒烦恼所转以以至于堕落。因此，喇嘛仁波切常说：“稍知修法的人要把身心稳定下来精进修持。因为此时的见解犹如石块上面烧着的小柴火，一阵猛风刮过来，不仅把火吹灭，连柴都会被刮跑。”

加行道:

加行道的见解称为喻光明，无堕落但有烦恼。这种见解属于定解或觉受，虽然含有微细的烦恼，但其力量远较资粮道强大。保任此定解，在临终解脱之际，经过若干禅定夜的安住使见解完全成熟后即获成就……是故具加行道见解后不会再堕落。

见道:

见道指证得初地之真实义光明。阿琼堪布在《自传》中说：“处于这种境界中，不再生起任何分别念。如果从中回到世俗粗大的心态时，则觉得一切显现都变得如梦幻般无有实体，除了偶尔会产生少许执着心之外，几乎没有了分别执着的念头。我一次推断，在那些得地圣者菩萨们的心相续中，不会存在持续不断的执着心，但也并非根本不生执着心，这是我个人对此问题的看法。”

若从表象上看，有时登地的成就者在出定时可能也会显现一些烦恼，但其力量极弱，与凡夫的实执之念及自相烦恼并不相同。譬如一根搁在地上的草绳被烧掉后，看似草绳实已化为灰烬。

以上观点引自《屠夫真言讲义》

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12103.msg62385#msg62385>]帖子来源: Re: 读<无著菩萨传>（藏族无著菩萨），有一处不懂，请辅导员师父和师兄们谈谈您的理解[URL]

11.空无边处的众生感觉虚空周遍的。对于他们来说为什么没有显现呢，是空性吗？具体应如何分析呢？

辅导员 A:

《俱舍论讲记》云：“空无边处是指厌离形色之身，观想一切皆为虚空，然后加行入于空无边处定，后来即转生此处……”故可了知，空无边处所现之虚空，乃为一种禅定境界，依靠观一切为虚空，可现虚空。此空仅是一无所有之空，并非空性之空义。

《新月释》云：“譬如所谓的‘一切无’，通过修学中观所见到的‘一切无’，与偏堕于断边的无色界所信受的‘一切无’这两者之间，虽然语句相同，意义却有天壤之别。

前者是远离四边八戏的空性，本来就无有存在，后者却连一边也没有远离，仍在轮回。由于理解的不同，产生了善证的无念与邪见的无念，以及属于断边的一切无及远离四边的一切无，字词上虽相同，但意义截然对立，究其根源，是理解的差别所致。而正确理解诸法的本质意义必须通过闻思，可见闻思佛法是非常必要的。”

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12065.msg62101#msg62101>]帖子来源: Re: 关于现空双运及其他问题[URL]

12.怎么确定自己本尊？

辅导员 A:

《佛教问答录》云：“所谓与本尊是否最‘有缘’，最‘相应’应该分开来看。有缘与否有宿缘来决定；而相应本尊是与自己的敬信心，精进修持分不开的。如果不是宿世作过修行人，就谈不上什么有自己宿世有缘的本尊；如果确实宿世作过修行人，要修自己宿世修行过的本尊，这要请真正具足德相、有相当证量的金刚上师来抉择。”

“虽然不同的本尊法门各自都有很大的功德，但就目前而言，众生普遍不知道因果的取舍，对佛法缺乏诚挚的信心以及出离心、菩提心，修本尊法门亦很难相应，这些都是因为五浊众生被业障黑暗覆蔽的缘故。（同上）”

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12014.msg61593#msg61593>]帖子来源: Re: 怎么确定自己本尊?[URL]

13.如何培养利他之心？

Namoshangshisanbao:

我们无始劫以来，不断增上串习我爱执，此根本烦恼大病已经折磨得我们病入膏肓。要治愈此重病，我们要有坚韧不拔的勇气毅力去挑战自我；要有对上师三宝极为虔诚的信心持续祈求加持；要依止殊胜的教法甘露，作为我们修心的指南。

<菩提道次第广论>云：应常亲近开示此法大善知识，常与如是修心伴侣共同居住，观阅显示此法经论，勤修此因，积集资粮，净此障碍。

1) 应常亲近开示此法大善知识：

我等无比深恩的至尊大恩上师仁波切，给我们开示了佛法八万四千法门的精华---菩提心教授。无论是给我们传讲<入行论>，<现观庄严论>，<大圆满前行>，<因明>，还是在菩提讲堂的开示.....只要是大恩上师的课，无不给我们宣讲菩提心的功德，再再让我们放下自己，舍弃自己的利益，为他人无私奉献。在大恩上师一次又一次的深情慈悲的呼唤下，我们沉睡已久的大乘种姓开始苏醒！对于这样无比恩德的大恩上师，我们应该发愿，从今直至菩提间，永不舍离，永远依止上师闻思修行，按照他老人家的教导，去实践无私利他。

2) 常与如是修心伴侣共同居住：

生活工作学习修行中，要经常亲近喜欢修习菩提心，喜欢行持舍己利他善行的道友。这样的殊胜善友，在当今的时代，不容易寻觅到，怎么办？我们要不离开我们共修小组的善友，经常参加共修，经常来这个殊胜的论坛，和辅导员师父，和见行相同的道友，一起切磋探讨大乘佛法。这样，自己的利他心，菩提心，会逐渐增强。

3) 观阅显示此法经论：

以菩提心的教授为中心，长期闻思大乘经论。大乘经论处处都开示菩提心的功德，自利的过患，利他的功德和有利他心，菩提心的修法。在佛陀和传承上师金刚语的加持下，我们长期，殷重，精进地实修，一定可以生起真实无伪的利他菩提心！

比如<入行论>第八品中关于舍自爱他的一些教授：

" 首当勤观修，自他本平等。避苦求乐同，护他如护自己。 "

" 吾应除他苦，他苦如自苦，吾当利乐他，有情如吾身。
自与他双方，求乐既相同，自他何差殊？何故求独乐？
自与他双方，恶苦既相同，自他何差殊？何故唯自护？ "

" 如亲精卵聚，本非吾自身，串习故执取，精卵聚为我。
如是于他身，何不执为我？自身换他身，是故亦无难，
自身过患多，他身功德广，知己当修习，爱他弃我执。 "

.....

还有<菩提道次第广论><大圆满前行引导文>等论典，详细叙述了七重因果 的菩提心的修法：修平等舍，修知母，念恩，报恩，修习利他的慈心，悲心，增上意乐，以及最终相续生起菩提心。

<修心七要>，<入行论>，<大圆满前行引导文>详细阐释了自他平等，自他相换，自轻他重的菩提心的修法。

4) 积集资粮，净此障碍：

每日坚持不懈地作七支供；从自己每月的收入中，固定出一部分，上供养上师，供养僧众，下布施贫苦的人，以及尽己所能放生，作无畏布施.....都是在积集 资粮；依照四对治力，精进念诵金刚萨多心咒，忏悔无始以来的一切罪业；以至诚恳切的心，将所有善根以善贤行愿印持回向。

资粮增上了，罪业 净除了，我们相续中本有的利他心，菩提心的光芒也会显露出来。

5) 以挚诚的恭敬心，再再祈祷上师三宝加持自己摧灭我爱执的魔王。

6) 挑战自我，挑战自私心：

慈诚罗珠堪布在<菩萨的见修行果>中如是开示：

要生起无伪的菩提心并非易事，可是，一旦缺少这些根本，一切修行都不能成功。因此，无论发菩提心如何艰难，我们 也要向这方面努力，要挑战自我，挑战自私心。坚持不懈地与它作斗争。如果肯下功夫，我们最终必定会胜利。

如同运动员获得好成绩要经过训练一样，菩提心是否具备，是与锻炼与否密切相关的，而不是不可改变的。我们如果不 从现在开始锻炼发菩提心，将永远是自私自利的人，永远不能成为大乘修行人。

以上，是末学的一些思考。末学在这方面，也是作 得很差的。

但是奋斗的目标已经明确：从今直至菩提果之间，生生世世修持愿行菩提心，修持利他心，利他行。一定要生起爱彼愈己的菩提心！

祈请上师三宝加持！愿与所有师兄们共勉！

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12853.msg67359#msg67359>]帖子来源：Re: 如何培养利他之心? [/URL]

Namoshangshisanbao:

自他相换的修行分二：

- 一、 思惟一切过患归于一“我爱执”
- 二、 思惟一切利益归于一“他爱执”

真正要堪能修持自他相换，关键是摧伏我爱执，发起他爱执。而要做到这一点，关键是思惟我爱执的过患和他爱执的利益。所以，先要在两方面努力：一、思惟一切过患归于一；二、思惟一切利益归于一。

思惟一切过患归于一“我爱执”

上士道中，把一切痛苦、障碍、衰损，都归咎于我爱执。相比下、中士道的提法，这更深入、更切中要害。例如，受人毁谤时，思考造成痛苦的来源：未入道者认为是他人造成的，在外境上树立敌人，要进行报复；入道者都是持无害行，进入下士道，会认识这是过去毁谤他的等流果，应归咎于自己所造恶业；进入中士道，会认识这是过去起烦恼的果报，应归咎于自己的烦恼；现在修上士道，认为一切苦因苦果都是以我爱执造成的。真正的敌人，就是盘踞在心中的我爱执。

一、从现世思惟我爱执的过患

今生显现的任何不吉祥，都来源于我爱执。譬如：他人用刀砍杀我，要想这不是他的过错，而是我过去以我爱执伤害他的结果；他人破坏我的眷属，也不是他的错，是我以我爱执破他眷属的结果；今生贫穷，不能责怪外境，唯一是我以我爱执不布施而贫穷的；今生多病，也要想到这是我爱执造成的。总之，今生一切的过患都来自我爱执，这是真正损害我、让我不得安乐的敌人。所以，唯一要对我爱执生嗔，不应嗔他人。

二、人类所有的苦难都来自我爱执

进一步思惟：世界上发生的战争，团体间的竞争，人与人的冲突，都是以我爱执所引起的。由于过分爱惜自方，在得不到满足时，必然树对方为敌人，彼此争斗。一切灾荒、贫穷、疾病、家庭破裂、思想的争论、宗派的对立敌视，也无不是由我爱执所引发的。没有谁让人们斗争，是我爱执让人们斗争的；没有谁侵夺人们的健康、福报、寿命，是我爱执让人们失去健康、福报和寿命。所以，三界最大的魔王，就是人们心头的我爱执。

三、一切六道苦难来自我爱执

比如，地狱众生长劫身陷刀山火海，这深重漫长的苦难，唯一是我爱执制造的；饿鬼终日饥渴不得受用，也是由我爱执吝啬不舍导致的。旁生、人、天、阿修罗中，任何不悦意的果报，都是以我爱执产生的。没有我爱执，不会感受微尘许的苦难。

四、自他三世苦患来自我爱执

先观察自己，无始至今，所遭受的三苦、八苦、六道无量诸苦，一一要归咎于我爱执。如果还不遣除，任其驻留心中，未来还会不断制造痛苦。所以，只有彻底摧灭这潜藏在内心的大怨家，才能一雪长劫被伤害、愚弄的深仇大恨。

与自己相同，十方无量世界中，所有凡夫众生过去、现在的苦难都是由我爱执造成的，若不摧灭我爱执，未来还会不断引生痛苦。所以，要发心帮助众生摧灭这个大魔王。

五、二乘的过患来自我爱执

声闻、缘觉不能远离寂灭衰损，不能断除无明习气地、无漏业、意生身、不思議死、所知障，不能显现三身、四智、净土，都是我爱执的过患。以我爱执，不能为利有情而发菩提心，由此不能入大乘之门、成办大菩提果。

通过上述思惟，即知：个人群体的衰损、三世的衰损、三界六道的衰损、世出世间的衰损，完全归咎于一个我爱执。

在遭遇任何衰损时，应想这是我爱执的错，不是他人的错。我们之所以在漫长的轮回中受苦，就是因为不认识“我爱执”的过患，还一直护持它。现在了知万祸之根是我爱执，就应尽力摧灭这一痛苦之源，从而一劳永逸。因此，在众多修心的法门中，都要求至心祈祷上师三宝：自己能够摧灭我爱执这个魔王。

思惟一切利益归于一“他爱执”

以上每一条都可以从反面思惟他爱执的利益。

时间上，不论过去、现在的利益，还是未来生生世世的利益；体性上，不论世间有漏的利益，还是出世间无漏的利益；总别上，不论各种分类的利益，还是总体的利益，不论个人的利益，还是家庭、社会、国家的利益；阶段上，不论初发菩提心，还是中间修持六度，最终成佛，这一切都归功于他爱执。

正是因为爱惜众生：才会想救护他们，也才让我们长寿；才会想解除众生的饥寒而布施衣食，也才让我们富裕。如是一一详细思惟，才知道真正能给予自己无限利益的最大亲人，就是“他爱执”。

有位大德曾以生意来比喻利他，商人做生意总是想获取利润，但不一定都能获利，这要观待自己怎么做。如果拿黄金换石头，以马换猴子，也是做生意，但不仅不会获得利润，反而会亏本。

凡夫人也是为了获利才做生意，自以为精明，其实并不聪明。虽然无始以来总想利益自己，认为利益自己可以得到快乐，结果不但没有得到真正的利益，反而将自己抛入了苦海。如果真想获得自利，为什么不去利他呢？利他可以圆满自利，这才是百分之百的获利。

总之，真正想修学大乘的人，应励力修持这一精髓，努力观修我爱执的过患与他爱执的胜利，并且持之以恒，直至自己能真正行持自他相换。

《入行论》说：“尽世所有乐，悉从利他生，尽世所有苦，皆从自利起。此何须繁说，凡愚作自利，能仁行利他，观此二差别。”佛因为消除了“我爱执”、取修“他爱执”而成佛，欲证佛果者，理应投入修持这一究竟之法。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12853.msg67361#msg67361>]Re: 如何培养利他之心? [/URL]

辅导员 A:

上师仁波切在讲解《前行》时说：修行和文学研究完全不同，文学研究只要知道这个层面就可以了，修行是要把文字内容翻过来，在自己内心中去寻找，以前我有没有犯过这个错误，我如果犯过，怎样去忏悔，以后我会不会犯这个错误，如果犯，我怎样制止它？这就是修行人。

很多大德大成就者有这样的控制能力，我们这样的始终在轮回中流转的凡夫人始终就是随波逐流，随着外境而转，随着自己的分别念而转，从来没有这样的要求过自己。就是看到一本很好的书，一两天有点改变，很快就恢复到以前的状态，跟以前一样，无恶不作，上师不可能永远拿着棍棒护着你。

我们能生起痛改的心已经困难，能坚持闻思并将闻思的法修行更是难之又难。如上师所说，我们凡夫人始终是随波逐流，随业力和习气之波，缺乏心力。

上师仁波切要求在学习《入行论》时，每天至少观修半小时菩提心，您可以依靠《大圆满前行》中修菩提心的次第或《修心七要耳传略释》的修行菩提心的引导长年坚持修行。也可参考以下观修文本：

<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=10722.0>

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12853.msg67372#msg67372>]帖子来源: Re: 如何培养利他之心? [/URL]

14.用什么方法能够克服怕人的毛病

问：我这个人很自悲，所以不愿意接触人，但是现在在共修小组学习，每天要发言，我觉得有压力，想退出来，但是离开小组，自己学习又有一定的困难。我想请问老师，用什么方法能够克服怕人的毛病那。

顶礼文殊勇士-圆颖:

师兄您好

首先，人是会变的，你不会一直都怕发言的

回顾整个短短的人生历程，我就看见身边的人，个性，爱好，一直都在变

发言不发言也是一个习惯，比如我一个同学，他本来很腼腆，后来工作了当领导了。总得和下属开会，现在很能讲啊，还有一个同学也很害羞，但工作职业是老师，现在也很能说。

先和你们的组长说说情况，会理解您的。然后自己再慢慢调整

然后再祈祷上师三宝吧，上师三宝会加持您，让您变得自信，语自在。与您共勉，阿弥陀佛

辅导员 A:

我们没有一个坚固不变的本性，所有的只是显现。认识到心的真理，心就对我们失去了控制的力量。

自卑来自于一种强迫的症状，我们接受了自己的心理暗示，认同了自心的评判，这是一种非理性，非客观，摧残我们潜能，耗费我们暇满人身的状态，是无明，一定要战胜这种心理。

首先，环顾世间，我们对所有具足财富圆满、智慧过人、种姓高贵、眷属圆满等善趣七德的人们深深地随喜，这都是他们往昔积累善因所获得的果报，无垢光尊者的发愿文中就有：“愿我乃至生生世世中，获得圆满七德之善趣”。我们此生无论是何等状态，都要尽自己的努力积累福德和智慧资粮，按照无垢光尊者的发愿文和《普贤行愿品》等发愿文回向。

其次，通过观修《大圆满前行》中暇满难得，寿命无常等，了知诸法无常幻变，从而唯独寻求解脱之道。如果发言令我们特别困窘痛苦，看穿那颗困窘痛苦的心。除了非理作意，相续中由我执产生的烦恼的种子和身边的对境的聚合而后产生的一种刹那的心态，并无其他。与道友相处，是因缘和合，道友和我都是各种因缘聚合之后的显现，道友和我的每一刹那的心也是因缘和合的显现，这就是为什么我们的心念是空性，依靠因缘之故。不同的因缘显现不同的心：信心、悲心、贪心、嗔心、自卑的心、狂傲的心，如果它们本有坚实的，可以依靠的本性，为什么忽而消失无踪？

心的显现虽然不受控制，但“不怕念起，只怕觉迟”。最主要的，是要意识到我们的心的状态，不是跟随它，而是认识它的现而无自性，做该做的事要。将自卑或自满的奴役我们的心不断地牵引到法义的观修和思维上。这是我们暇满人身的唯一的意义所在。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=13304.msg70276#msg70276>]帖子来源：Re: 老师
[URL]

15.献新杯的食物和茶怎么处理？

问：上师在 180 课里讲到,我们至少每天早上要用献新杯供我们平时喝的茶和食物,请法师开示,是供在佛堂吗?供到什么时候收供呢?

供完的茶和食物怎么处理?

如果没有条件,上师说吃饭前,念偈颂就可以,如果是荤食也可以念吗?

念完自己就可以马上食用了吗?

如果食物已经装在我们用过的碗里,还可以分装到献新杯里去 供养三宝吗?

辅导员 A:

是供在佛堂。

可在吃饭前供，吃完饭后撤下。

供完后下施，一般布施在高处或清静的地方。

没有条件，可念偈颂。荤食不可上供，也不可念偈颂供。

念完后最好拿一点下施，观想其无量无边，念观音心咒，施在某处。而后自己可食用碗中的食物。

不可。首先用献新杯盛饭菜，而后用自己碗盛饭菜。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12133.msg86323#msg86323>]帖子来源: Re: 献新杯的食物和茶怎么处理?[/URL]

Feingray:

1、祈求偈颂的内容，需不需要传承，哪里可得上师口传？

大恩上师在《入行论》的180课传了一个供养偈：

念诵的偈子是：

无上本师即佛宝，无上救护即法宝，无上引导即僧宝，供养皈处三宝尊。

用藏语来说，就是：

敦巴拉美桑吉仁波切，秀巴拉美丹秋仁波切，珍巴拉美根登仁波切，嘉内滚秋森拉秋巴波日。

或者用喇荣课诵中的两个供养仪轨也可以。

2、下施的对境是谁，包括哪些众生？“施在某处”，若是家里的话，施完了又该如何处理食物？

对境可以包括饿鬼，旁生等，自己可以观想，如果有能力甚至可以观想食物化为无量美好的东西，布施给法界一切众生。

施完了倒掉。

3、供佛的食品可不可以观想佛赐给自他然后享用？

大恩上师说过，考虑到汉地处理供品不方便，也可以这么做。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12133.msg86420#msg86420>]帖子来源: Re: 献新杯的食物和茶怎么处理?[URL]

16.请问：中断吃素是否属于业际颠倒？家人不同意吃长素该怎么办？

Feingray:

大恩上师在《吃肉的过患》中说：

当然，对有些居士而言，家里的人都吃荤，自己单独开“素食馆”，可能有一定困难。本来你的学佛就遭到里里外外的谴责和蔑视，现在吃饭又与众不同，他们就更不满意了。但不管怎么样，你还是要尽可能保持自己清净，假如每天都随他们吃肉喝酒，这个过患是无穷的。

大恩上师在《开启修心的门扉》中说：

比如顺从他人，护人家情面，认为我如是做别人可能不高兴，怕受到别人的谴责，失毁良心，对不起家里人的恩德等，思前想后，从世俗的角度讲存在很多执著，但这些执著理当断除。

可以说，吃素的人刚开始大部分都碰到了与您一样的境遇，如果因为这就不吃素，觉得这是堕入极端的话，那么出家人就都已经算“疯子”了。

世间人从来都这样，大恩上师在《入行论讲记》中说：

有些居士也是这样，刚学佛的信心很强，但因为家人朋友一直反对，在随顺他们的路途中，自己也是倒下去了，永远站不起来了。这就是凡愚的威力和加持力。如果我们没有注意，周围的“恶势力”非常强，人毕竟受环境的影响，也受别人语言的影响，这是凡夫人共有的一个特点。

我们如果对他们没有言听计从，依然我行我素地做善事，他们就非常不高兴，觉得对他的语言漠不关心，便开始生嗔恨心，很可能毁谤三宝、摧毁佛像、做很多不如法的行为，以此恶业所感召，来世必定堕入恶趣。

那么办法是什么呢？

大恩上师说：

想要获得快乐的话，应该远离这些凡夫人。佛陀在经典中说：“恒时不见凡愚，乃为真实安乐。”这个教言非常殊胜，只有恒时不见那些凡愚，才能获得真正的快乐。当然，所谓“不见”，按照无垢光尊者的教言，并不是说不度化他们，而是因缘不成熟时，不要经常跟这些人接触。……当然，在家人到寺院里去，终生与出家人共同生活，或者终生闭关，这样的机会不一定有，但即便在大城市里，也应该远离凡愚，这一点必须要做到。

您也看到了，当您没有回家的时候，一切都平安，一旦回去了，问题就出现了。

您就平时他们问的时候就打马虎眼，随口答应就可以了，该做什么还继续做什么。回家那几天就挺着，转移话题。

大家都是那么过来的，我妈甚至为此哭过。但是现在我妈也一样对佛法开始感兴趣了。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15524.msg86096#msg86096>]帖子来源：Re: 请问：中断吃素是否属于业际颠倒？家人不同意吃长素该怎么办？[/URL]

辅导员 A:

1. 中断吃素是不是属于业际颠倒？

是。

《前行广释》云：所谓“失义者”，指业际颠倒的人，本来自己很有良知、很有正所见，后来遇到恶知识，与无正知正见的人同流合污，以致毁坏戒律、毁坏闻思，一切善法功德消失殆尽。这种人同样也是放逸所致，因为整天耽著没有意义的事情，最后导致了这种后果。

如果您中断吃素，则毁坏了您的誓愿（“在八关斋戒时发愿今后不再吃肉”）导致您的吃素的这一“善法功德消失殆尽”，而且还有未来世发愿中途夭折，善法功德不能坚持，难以成功等等流果。吃素只是您家人反对的一个内容，如果您继续听从家人，则会具足上面所说的业际颠倒的全部内容。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15524.msg86098#msg86098>]帖子来源：Re: 请问：中断吃素是否属于业际颠倒？家人不同意吃长素该怎么办？[/URL]

"2. 关于吃素这个问题我该怎么做？

3. 百千万劫才能值遇佛法，我每周参加的闻思课程我不想中断，我该如何是好？

4. 我想这些肯定是我自己做得太不好了，我的举动是不是已经堕入两边了，我该怎么做呢？"

辅导员 A:

继续吃素并且闻思修佛法。

一、修行这件事上，父母的话也不应该听。

《扎嘎山法宝鬘论》云：“《亲友书》、《四百论》中都说：所造的恶业唯一会成熟在自己身上，所谓的亲戚朋友根本没有利益，反而是有害的。修行人并非不讲人格，照顾父母当然非常重要，但在修行和出家这件事上，即使父母的话也不应该听。”

二、万事开头难。

上师仁波切在《扎嘎山法宝鬘论》中说：“我原来出家的时候，伯父对我说：‘你如果出家，我一辈子不跟你说话。’但后来他也跟我说话了。一般万事开头难，大家的意志应该坚定，留在父母和亲友身边只是造恶

业而已，不要随顺他们。”

三、利益亲友之道不是唯命是从，是修持菩提道。

《扎嘎山法宝鬘论》：“如果自己对亲友的话唯命是从，想以此利益他们，结果非但无利反而铸成大错，危害严重。所以说，为了贪图现世利益的亲朋好友们，自己必须精进修持无上的菩提道。”

四、善知识才是最至高 无上的亲友。

《扎嘎山法宝鬘论》：“依止善知识才是真正的有福报，他才是最好的亲友……如果依止法友上师善知识以及同修道友，不必说能成办后世的广大利益，就是当下 身体也不需要经历磨难，心里也不需要承受负担，心情愉快，怡然自得而住，幸福圆满无与伦比。”

五、城市修行成功率低。

“札嘎仁波切再三强调这一点，其实通过自身经验也可以了知，如果在城市里面，就像一个孩童根本无法与庞大军队对抗一样，种种妙欲以及亲友的诱惑力非常强，而我们的善根和修行力量如是的薄弱，不能说城市中修行成就的一个也没有，但成功率实在太低了。”

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=15524.msg86102#msg86102>]帖子来源：Re: 请问：中断吃素是否属于业际颠倒？家人不同意吃长素该怎么办？ [URL]

17. 共修怕发言说错有过失怎么办？

问：最近我们参加共修，组织各位师兄讨论学习入行论，有的师兄发言很积极踊跃，而部分师兄怕讨论时候说错，有过失，而一直不敢发言，应如何开导？

金刚永持：

在讨论时并非自己有意说错，而是理解不到位，这样说错并没有多大过失。同时，如果自己永远不敢说，怎么能够知道哪些说对了、哪些说错了呢？生起如理辨别诸法的智慧则根本不可能的。

路过人：

正因为有疑问，会说错，才让我们共修讨论，以其遣除疑虑和错误。再者我们在讨论中又没有说我所说的一定是正确的，大家都要听从我的等等念头。观察我们的发心：只是为了更好的理解法义，遣除邪知邪见，更好的自利利他。这样的发心何错之有呢？

要不都不会说错了，那就不需要讨论了，还讨论什么 啊？直接去说法度众生就好啦~~~

其实说错并不要紧，但是不能固执错误不肯改正为关键处。

热心:

如果要完全不说错，那么只有遍知佛陀能够做得到了。我们不是遍知，所以必定有所不知，也就难免有错。而且如果内心中理解的错误，如果不通过发言讨论暴露出来，那么什么时候才能够得以解决呀？所以一定要多发言，多用自己的语言发言。照着书读当然不会错，但是真理解了没有，谁也不知道。

当然，对于一些比较甚深的法，我们可能会错得比较厉害，所以我们地方上的闻思 A 小组一般都在回向之后，共同念诵百字明或者金刚萨埵心咒。如果师兄们有这方面的顾虑，也可以参考这种做法。

Ly00126:

共修之后，修百字明忏悔。

因果之事，甚深微妙，如果什么都不怕，那有点太过自信，但如果因噎废食就会停滞不前。共修讨论是必须的，而事后忏悔也是必要的。

连法王如意宝都担心早年的辩论过失而修忏悔，更何况我们了。

辅导员 A:

曾经，有人问上师仁波切，辅导员在辅导过程中说错了，是否有过失？上师仁波切说：“**没有很大过失，因为他不是故意的。**”

参加讨论也是如此。如果我们担心说错，则在没有成佛之前，因为智慧尚未究竟，这种可能始终存在，我们是不是不能参加共修、研讨、辩经了？也不能说话？

要把握的是一个度，道听途说，没有理论根据纯属分别念的话不要随意传播；不要说神通；不要说他人过失。如果心中有各种疑惑，可以在共修时提出讨论，对自己的某种见解切勿固执。以存疑、开放、圆融的方式抉择了义的观点为善。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=17588.msg101384#msg101384>]帖子来源: Re: 共修怕发言说错有过失怎么办? [/URL]

名相术语

1. 见“性”成佛的“性”字如何理解？

辅导员 A:

此“性”显宗称如来藏光明，密宗大圆满称大圆满本基，或称心的光明，是万法的现基，清净及不清净的一切法都是从现基中显现的基现。

我们所说的证悟了心的本性通常指见道，虽然见性，烦恼障和所知障的俱生种子和习气尚需要经过二至十地的修道来断除。然密乘有即生成佛之说，显宗见道之后有“七日成佛”之说，离成佛究竟还有多远并无一个实有的时间体。

帖子来源: [url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=273.msg2190#msg2190]Re: 后学请教: 什么是“自性”? [/url]

2. “现基”和“基现”如何解释？

现基: 产生万法的基础，显现的本基，如微尘是组成色法之基。

基现: 从现基从产生的万法的显现。我们的分别心也是从现基中变现的法，故是基现。

帖子来源: [url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=273.msg2199#msg2199]Re: 后学请教: 什么是“自性”? [/url]

3. “观待”和“违品”如何解释？

观待: 比如大与小，东与西之间是观待的关系，两者必须相互依赖对方而成立，不可能独立存在。

违品: 比如智慧的违品是无明，光明和黑暗，火与水等等 都是，两者的关系是一法存在时，另一法不可能同时存在。

帖子来源: [URL=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=522.msg2457#msg2457]Re: 请教“观待”、“违品”是什么意思[/URL]

4. 请问：什么叫“相续”“心相续”？

心相续: 因为前后刹那的心识是同类，并且极为相似，故将有情心识前后刹那综合起来的假立一体称为“心相续”。

相续: 相续的范围要大，包括了情世界与无情世界，有情世界的相续就是指心相续，无情世界的相续比如流淌的河水、瓶子、柱子，其实是刹那生灭的自性，但因为前后刹那具连贯性，持续不断，故人们将由刹那聚合而成的假立的事物认为是一个真实的整体。为了表示其除了刹那刹那的相续外，别无他法，故称“相续”。

帖子来源: [URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=85.msg2283#msg2283>]Re: 请问: 什么叫“相续”“心相续”? [URL]

5. 胜义空:

胜义空: 如经云: “云何胜义空, 胜义谓涅槃, 当知此中涅槃由涅槃空。”

“由于小乘有部派的声闻行者耽著涅槃自性实有, 依于此见而修, 决定会成为一切智智之障, 故为遣除彼诸执著, 导入究竟涅槃的正道, 免其蹉跎岁月, 能够速证大菩提果, 所以彻知胜义者佛陀, 如实地宣说了胜义亦自性本空, 以愍念众生的大悲心演示离一切戏论的甚深义理。(益西上师讲解)”

帖子来源: [URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7999.msg36769#msg36769>]Re: 無實有,單空,真正的空性的關係[URL]

6. 请问什么是“了义与不了义”?

辅导员 A:

月称菩萨在《入中论》中说: “如是了知教规已, 凡经所说非真义, 应知不了而解释, 说空性者是了义。”

此颂是说, 凡有契经所说唯识自体而未明显宣说缘起性空的真实义, 应知皆以不了义而解释, 凡是明确宣说诸法空性者, 即是了义经论。

这是按照第二转法轮的经典与抉择此经旨的中观论典之现空二谛来分析了义与不了义的差别。

帖子来源: [URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=7588.msg34069#msg34069>]Re: 请问什么是“了义与不了义”? [URL]

7. 什么是依止上师时的三欢喜?

问: 在依止善知识时要以恭敬心、视师如佛的信心及三欢喜来依止。请问三欢喜是哪三种欢喜?

Feingray:

依靠财物供养、承事供养、修法供养三种方式来令上师欢喜。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=8479.msg39105#msg39105>]帖子来源: Re: 三欢喜 [URL]

8. 空行:

辅导员 A:

一、空行的分类：

空行母中也有法界空行母和各种人、非人的空行母。

空行母有许多分类，比如说法身和报身或世间和出世间的众多空行母，护法神中也有世出世间的护法神。

华智仁波切这样说过：一切本尊是观音菩萨，一切空行是度母。同样的道理，我们应该要知道自己的本尊是一切本尊的总体。

二、空行和护法加持的根本：

1.持密乘戒清净

对一切的根本——密乘的戒律也必须要守持清净，这样护法神也会如影随形般经常跟随保护自己。

2.具有大悲心、大智慧和大信心

大悲心、大智慧和大信心，希望大家不要忘记这三个要点。如果具足此三功德，所有的空行母和三根本也会对此人生起欢喜心。就像鲜花招引蜜蜂一样，具足这三种功德的人，十方三世的空行母和护法神也会自然地围绕并加持他。

3.精进修持大圆满

同样，如果我们精进修持大圆满的自然本智，所有的分别念和痛苦就会自然消于法界，这时本尊和空行母在白天和晚上都会不间断地显现。

三、上师、本尊、空行和护法加持的区别

一切**加持的赐予者**是自己的根本上师，所有**悉地的来源**则是本尊，各种**事业的根本**就是空行和护法神，一切一切的根本是守持密乘的戒律。

希望大家时时刻刻祈祷自己的根本上师，也应修持自己的本尊，念诵本尊的心咒。尤其是承办一切事业，空行母很重要，遣除违缘方面则护法神很重要，所以对空行和护法最好经常供养一些整洁清净的供品，否则只是口头上念诵祈祷，就起不到什么作用。

以上摘自《窍诀宝藏海》

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=10694.msg56077#msg56077>]帖子来源：Re: 关于《空行》[URL]

9.什么是妙观察智？

热心：

在网上查的：

《心地观经·二》：“妙观察智转分别识得此智慧，能观诸法自相共相，于众会前说诸妙法，能令释生得不退转，以是名为妙观察智。”大意是说，所谓妙观察智，是由“分别识”转化而来的智慧。这种智慧能够分别事物（诸法）的自相（法相不同）和共相（法性相同），由此而在法会上为众生宣说妙法，使其在修持上不退转，因此而叫妙观察智。

这里的妙观察智，应该可以理解为符合事实真相的观察智慧。

辅导员 A：

妙观察智的体相：

恒时无碍通达一切所知之法的自相和共相的智慧。此智慧犹如大宝藏，是无量总持、三昧的来源。

妙观察智的作用：

一、恒时于一切如来眷属之坛城中，显示外在的种种欲妙财富，即净土宝地、如意妙树、甘露普流、庄严无量宫、无漏色声香触云聚等一切圆满财富；

二、显示内在法财，即无倒真实传授一切深广法的自相与共相，普降能断一切眷属海众相续中疑惑的大乘正法大雨。

摘引《大乘庄严经论释》

[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=11871.0]帖子来源：什么是妙观察智?[/url]

10.如何理解无常和空性？

问：胜义谛的空性,是对世俗谛中万法显现的事物的本体而言,空性是说显现的万法,剖析他们的本体不实有,是无常的在进行变化,所以万法都是空性的,因为它不常有.这样理解对吗?

辅导员 A：

一、无常和空性是两对不同的概念。无常属于世俗谛，空性属于胜义谛。《四法印讲记》云：

在四法印中包含了所有有关轮回和涅槃的真理，其中，“诸行无常，有漏皆苦”是属于世俗方面的问题，凡是由因缘造作的法，必然是刹那灭的体性，叫做诸行无常。而在有为法当中，一切和烦恼相杂的有漏法，都是苦的体性，叫做有漏皆苦。此外就是胜义方面，苦和苦因无余寂灭的涅槃寂静，以及诸法远离戏论的无我大

空性。这四个法印用今天的话来说，就是四大宇宙真理。

无常是建立在诸有为法成立的基础上，抉择有为法的世俗本性。而空性是抉择诸法的胜义本性。抉择此二者的理证是不同的。空性的意义并非是因为事物是无常，在进行变化的，所以是空，而是事物存在的当下就没有自性。

二、无常和空性的关系：无常是趣入空性的所依。《四法印讲记》云：

按大乘不共的观点来讲，这一刹那的显现是空基（空的对象或者具有空性的事物），是在它上面抉择当下离戏的空性，所以称它为依处。没有它，在哪里谈缘起性空呢？真正的缘起性空，缘起就在当下这一刹那由因缘造作的法上面，当下空就在这上面安立，所以，如果在名言谛中没有达到诸行无常——细无常的认识，那就没有办法安立缘起性空，在哪里谈“现即是空”呢？离开当下一念，再找不到其它依处。

生灭于一刹那同体，尚是无常境界，非空性境界，空性境界中无有生灭。生灭为缘起，此一刹那生灭显现的同时无本体为性空。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12107.msg62307#msg62307>]帖子来源：Re: 空性可以这样来理解吗?[URL]

11.有漏（有漏修道、有漏业）：

Feingray:

漏就是烦恼的别名。

大恩上师在《俱舍讲记》中说：

有漏法，即有为法通过所缘或相应的方式连续不断地增长一切有漏的烦恼....无漏法虽有所缘，但却不会增长....有三轮执著的法是有漏法；三轮体空，无有执著的法叫无漏法。

有漏修道：修道是指二地到十地末尾之间的过程，有漏修道是指菩萨出定后得位的部分，因为还有细微执着的缘故，因此是有漏。

有漏业：有三轮执著而造作的业。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=12202.msg62900#msg62900>]帖子来源：Re: 请教各位善知识《入行论》中名词解释和几个问题，谢谢[URL]

12.异熟果报：

果分为异熟果，等流果，增上果，士用果等。其中异熟果是指异时、异地、异类而成熟的果报。比如杀生

而感后世堕地狱受苦。

13.有为法:

大恩上师在《俱舍讲记》中说：有为法，梵语“桑智达”，“桑”指聚集，“智”是所作，也即一切有为法是因缘所作的，无常的；藏语中，“有为法”的“有”是聚集之义，“为”是造，有为法即聚集而造的法。虚空、抉择灭、非抉择灭不是因缘聚集所成，故称作无为法。

14.地界:

（第一册 15 课 361 页：发心从“地界”角度来分，有凡夫信解行发心。。。）

是指“位于五道十地的界限”。也就是说某一种发心所处的界限是从某一地道到某一地道之间。

15.入行论第一品至第四品术语汇集:

[url=http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=11361.0]帖子来源：与同修道友共享——《入行论》第一品——佛教术语（增加第二品 8 月 1 日更新）[/url]

随笔

伟大的母亲

年轻时，曾经听一位农村老人讲述了一个黄鼠狼脱皮哺子的故事让我深深地感动：

60年代初国家灾荒的那段困难时期，很多人因饥饿而死。他们一家人经常找不到吃的，好在他会用夹子抓动物，偶而也会夹到狐狸、黄鼠狼什么的。

一天清晨，他去收夹子，突然看见夹到一只黄鼠狼，内心大喜,因为黄鼠狼的皮毛很值钱,当他拿起来一看大吃一惊，手里只是一张黄鼠狼的皮，黄鼠狼脱皮而逃了。他想，没有皮的黄鼠狼肯定痛死在不远的地方。于是，他沿着血迹一步一步地寻去，在河边的沟里发现黄鼠狼藏身的地洞，挖开一看，哇!!! 他被眼前的情景一下子惊呆了，一窝还未睁眼睛的小黄鼠狼，正趴在脱了皮而且已经僵硬了的母黄鼠狼身上，不断地吸着奶头。

他惊呆了,许久许久…… 内心感到忏悔，感动的流下了眼泪，不停地说着：对不起，对不起…… 然后，他把那张皮盖在母黄鼠狼身上，含悲而去。

从此，这位老农发愿：“就算饿死再也不下夹子捕兽了”。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=930.msg4263#msg4263>]帖子来源：伟大的母亲(供养给正在修菩提心的师兄们) [/URL]

关于菩提心和大小乘的问题

转一段，也不能解决大家的疑惑？

以下转自宗萨仁波切讲的《入中论》：

现在我要谈到三种悲心。第三个集中，也是归敬，但是 当我讲这个归敬的时候，要讲三种悲心。三种悲心，并不是悲心有三类，而是悲心的对象有三类，这是一个很重要的东西。第一种是生缘悲，就是你的悲心的对象是 众生。第二种是对与法。第三种是无分别的悲心。头两种悲心叫做共的悲心。第一种悲心是生缘悲，也就是以众生为缘的悲心，是和印度教是一样的。所以你不要说 自己身为一个大乘，我对众生都有慈悲，很了不得，到处吹嘘，你要知道对众生有悲心，印度教也是这样的。第二种悲心还是共的，就是共通的悲心。第二种悲心， 印度教没有了，和谁共呢？和声闻缘觉共，声闻缘觉也有这一种。所以我们听到很多说声闻缘觉多么自私，什么事都为自己。不是，声闻缘觉有很大的悲心。第三种 悲心是只有菩萨有的，这是不共的悲心。

.....

第一种悲心的对象，包括所有的众生，甚至包括正在修声闻和缘觉这两个，但 是还没有证得的这些，也包括在第一种生缘悲。

第二种的悲心，法缘悲，包括对所有的现象都有悲心，包括众生，同时还包括修声闻缘觉这两个 道，但是还没有证得，同时还包括已经证得声闻缘觉这两道的，还有更多的。而第二种的悲心，甚至包括十地菩萨在座下的时候的状态，就是座下的十地菩萨，所有 的菩萨，就是十地到初地，所有的在座下的菩萨，也是包括在第二种悲心里面，这是非常广大的一种悲心，这并不是表示人家有头疼你很同情他，同时这也包括了最 高地的菩萨，比如十地菩萨，不是他在座上，他座下的时间也包括在里面，包括了很多的东西。

.....

第三种悲心的对 象，当然包括前面所讲的，一直在十地菩萨在坐下的时间，第三种悲心除了这些之外，甚至包括十地的菩萨，已经下一秒钟要成佛，现在正在座上，这种菩萨也包括 在第三种悲心的对象里面。

.....

呵呵。

看看自己是大乘还是小乘吧。（我自己在大 汗.....）

另：

大家一定认为南传佛教是小乘，其实不一定的，如果一个南传佛教的弟子具备了大乘菩提心，那就是大乘。否 则，就是小乘。不能因为南传佛教的弟子有大乘菩提心，就说小乘有大乘菩提心。

呵呵。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=4668.msg22016#msg22016>]帖子来源：关于菩提心和大小乘的问题[URL]

智慧宝剑(法王晋美彭措传讲, 索达吉堪布译)-智慧品的浓缩

智慧宝剑

法王晋美彭措 传讲 索达吉堪布 口译

通过佛陀的教言,我们知道四魔其中的一个是天魔,包括魔王波旬及其眷属。所谓的魔王波旬实际上就是众生无明迷乱的本性,他每天躲在愚痴的阴暗角落里,为了阻碍人们成就佛果获得殊胜的解脱,而不断向皈依释迦牟尼佛的弟子们以及其他众生射去五支箭——嗔心、贪心、吝啬、傲慢和嫉妒,这也可以称为愚痴魔王波旬的五种幻变。为了断除这些魔众每日对我们所造的伤害,最为殊胜的对治方法就是证悟一切诸法的本性,这就是我们所说的文殊智慧宝剑。

我们每一个人,即便身处梦中都想得到安乐,而不愿遭受痛苦,但事实上世间并没有一个人能够令我们远离痛苦。在这个纷繁复杂的世界里,既有安享无边快乐的众生,也有感受剧烈痛苦的众生,但产生这些痛苦和快乐的原因何在呢?难道这是随我们意愿所变化的吗?答案显然是否定的,因为无论是谁也不愿去遭受痛苦。从世间八法的利养方面来说,我们可以这样断定:世间上的绝大多数人都愿意拥有财富。但是如果自己前世没有积累资粮,那就不可能得到今世的利益,即使非常渴望而且拚命去追求,实际上也往往事与愿违。

地狱、饿鬼、旁生三恶趣所感受的痛苦无量无边,但这些痛苦的始作俑者根本不可能存在。如果真的存在一个痛苦的造作者,那我们对生起嗔恨心也是合情合理的,但我们往外去寻找这些令众生痛苦的原因,必定是徒劳无获。

真正使我们遭受这无尽痛苦的是大魔王波旬,他狡猾地躲藏在我们视线背后,也就是阴险地隐藏在我们自己的心中,所以我们不能轻易地发现其踪迹,他和我们非常贴近,但我们却熟视无睹。

这个魔王有各种神通幻变,只要他的箭射进众生身体里,众生就会受到难忍的痛苦。正因为这个魔王藏在我们心中,所以他经常很方便地损害着我们,对人和其他所有众生都作极大的摧残,在他的蹂躏之下,我们就像奴仆一样,失去了自由。

实际上,三界轮回的众生都在不断遭受魔王的各种伤害,令人可悲的是,大多数众生根本就不知道魔王波旬正在捉弄自己,时刻给我们造成极大的伤害。无始以来众生都不明了这一点,所以世界上真正能摧毁魔众的人寥若晨星。

这个魔王躲在我们心灵最深处,经常向我们发射的五种箭也叫做花箭,之所以称为花箭,是因为此箭从表面上看去很美丽,一旦射中我们的心时,就会特别痛苦。所以魔王这五种箭或者说是魔王幻变出来的五种魔,我们都要加以摧毁。

能把我们扔到很低贱地步的这种魔叫我慢魔;不管是男人还是女人,或者是外面的色声香味触等美妙事物,如果我们对之生起贪心,相续就会受到束缚,这叫贪心魔;吝啬将我们引入三恶趣,这是吝啬魔;可将自己和别人的相续全部摧毁的魔,就叫嗔心魔,这在《入行论》的安忍品中有详述;对别人生起一种竞争心,希望别人不要得到名声财富等,嘴上也经常说别人的是非和过失,实际上就是一种嫉妒,这种人始终不会有一个美好的前景,这叫做嫉妒魔。

无始以来,上面这些魔众时时刻刻在损害我们,令我们饱受无量痛苦。他们确实确实给众生带来了巨大的痛苦,难道我们还不知道这个道理吗?假如我们明白上述道理,那么一刹那也不愿与这些烦恼大敌共处。

实际上,愚痴魔是以上五种魔的根本,但我们若睁开智慧的双眼,就可以完全消除愚痴魔带来的无明黑暗。下面我们先用智慧宝剑把魔王的五种幻术全部斩断,这时愚痴的大魔王再也站不起来,也就无力反抗了,然后在他自己的床上,痛快地把他摧毁无余。无论显宗还是密宗,如果我们能真正证悟自心的本性,那所有的魔众也就会自然消灭。

按《俱舍论》的观点,产生烦恼的三种因缘是接近对境、未断除的习气及非理作意。有了这三种因缘,贪

等很多烦恼自然而然就会生长起来。下面我们对能贪的补特伽罗和所贪的外境进行透彻观察，就会知道这全是因为缘起而显现。通过智慧来观察，烦恼的本性本不存在，这时烦恼自然而然就会灭尽。

不管是外面的有情法还是无情法，我们都不应该生起贪著。为什么呢？因为外面一切能让我们生贪心的事物，都可观察它的本体，即先从粗法分析成为细法，再由细法抉择为无分微尘，这样外境就没有什么值得贪执的了，它们就像是水泡一样没有任何实在意义。

上面我们用智慧来观察，贪心的对境本来不存在，然后再往内观察自己的心。用智慧来分析内心的意识体时，它们也同样不存在，甚至运用五种神通也找不到贪心，为什么呢？当我们没有仔细观察时，好像自己的心真实存在，但是认真去剖析，就会发现它是刹那性的，然后再对这刹那性的前前后后作更进一步的分析，就会发现自己的心犹如虚空，了不可得。

如果以中观宗和唯识宗的理论来观察，自心是空性离根的；如果用大手印和大圆满的方法，以上师的加持而了知身心的本性犹如虚空，远离戏论，所以麦彭仁波切在《定解宝灯论》中也讲：“尔时如视前虚空，自心正在动念时，亦为空性之定解，必须深深而生起。”

既然所贪的外境不存在，能贪的心也没有，那怎能生起贪心呢！然后我们从能贪补特伽罗的角度来进行观察，他是有实还是无实？若是有实，贪执外境不可能；若是无实，生贪心也是不可能的事情。

因此在没有观察时，贪心好像是客观存在，但当你某个人生起猛烈贪恋的时候，如果是在一个具有证悟智慧的人面前，虽然表面看来是生起贪心，但观察贪心的本性却是纤毫不存，就像幻化变现的人一样。

如果贪心等烦恼不存在，那它的住处没有，其来源和去处也没有，能境和所境全部是刹那、无常的本性。在内道声闻乘，他们承许第一刹那生，到第二刹那就已经灭尽了，但是我们大中观、大圆满则认为每一个法在其产生时即已灭尽。

因此，又有谁会对犹如闪电的无常法生起贪心呢？实在是没有生起贪心的理由。以上简单地观察了贪心，然后对其他如吝啬等烦恼，也可依此类推。

上面所讲的能境和所境，也就是说一切法在究竟上都不存在，这样自他怎么会存在呢？这也不存在，是空性！当然我们对空性也不能贪执，因为无实的空性也并非“我”，无实就像虚空与石女的孩子，我们对这个无实法又怎能生贪心呢？

有实和无实所摄的一切万法都是空性，这即可称为无我，无我可分人无我和法无我。印度的中观大德月称菩萨说：首先我们为无明所染而执著自己，这就是人我执，有了人我后，对外境就自然产生了我所执，这就称为法我。当然内道各种宗派对我执和我所执的解释方法迥然而异。

总之，要达到断除这两个我执的目的，我们必须依靠殊胜的智慧。在用胜义理论观察时，我们所见闻的一切犹如虚空，没有丝毫所缘，但是凡夫由于妄想分别念而遭受许多无意义的痛苦。麦彭仁波切在另一个窍诀论中说：“分别念就像是虚空中的云雾，如果你自然安住，它是无利无害的，一旦我们去分别执著，那对我们则是百害而无一利。”

所以九乘之巅大圆满所要断除的就是这个能作破立的分别念，而没有破立的这种分别念则不是大圆满的所断。我们在修行无上大圆满时，应以各种殊胜的方法将心自然安住于无缘及无分别念之中，这样一切外境就像云雾消于虚空，自然融入法界当中。

本来一切诸法是没有的，为什么我们仍在贪执这些法呢？这确实非常令人遗憾。我们本来认为外面的色法等是一种客观事实，但实际上并不存在，为此也就没有理由对这些无实有的法产生贪心。

虽然贪、嗔、痴之中贪心的范围比较广大，但人们通常所提到的贪心是指狭义范围内的贪心，即男人与女人彼此之间的贪爱。

当我们真正作观察的时候，身体是非常污秽不净的，根本没有任何一部分值得贪恋。无论男人还是女人的身体，都是由三十六种不净物组成，如各种脓血、粪尿和骨肉等等，此外，我们的身体内还寄居着成千上万只小虫，我们到底贪著的是身体的哪一个部分呢？

若从世俗谛的角度来说，确实无法找到可以贪恋的事物，如果从胜义谛来讲，能贪和所贪全部都像虚空一样，也就不存在所谓的可贪了，所以我们怎么会生起贪心呢？如果真实存在值得贪恋的地方，我们应该能非常明确地把它指出来。

贪心严重的众生，总是不由自主地堕入三恶道，去承受无量痛苦的蹂躏。虽然在这个世界上存在许多悦意美好的事物，但若去执著追求，那就会使我们长久地沉沦于轮回中不能自拔，所以我们一定要舍弃所有能生起贪心的外境。

这并非说明我们已经无法生起贪心，而是说我们应该从定解上对它有比较清楚的认识，仅舍弃贪心是不行的，我们还有必要认识它的本性。

其次讲吝啬。有些人甚至连自己也舍不得享用财物，对别人就更不会布施，但这种人在临死的时候，吝啬会对其修行和解脱产生巨大的障碍，甚至转生到饿鬼当中去，即使转生为人，那也必然恒常感受贫穷的痛苦，所以我们必须励力断除吝啬心。

其次阐述观修慈悲心。在无始无终的历史长河中，曾经当过我父母的这些众生，在以前作母亲时，先是含辛茹苦地让我住在胎中，生下我以后，这些母亲又尽自己最大的慈愍心来哺育和抚养着我，并且将自己所拥有最珍贵的财物等全部赐予我。

这些对我恩重如山的母亲们因业力现前，或者说以自己前世的各种因缘，现在已经变成了怨敌。如果这些无始以来慈爱的母亲具有能力，她们肯定不愿舍弃自己的骨肉亲人。遗憾的是，她们并不具足这种能力，所以一直漂泊于六道轮回之中。

根据教证与理证可以得出这样一个结论：在十方世界中所有的众生，以前都曾当过自己的母亲。这些母亲都愿意享受安乐和远离痛苦，但不幸的是，现在这些母亲失去了快乐，真是非常可怜！虽然她们以前曾经长时间精心哺育过我，但后来已经互相失散了，如今母子重逢，而她们已经完全把我遗忘了，根本不知道我以前曾当过她们的儿子。

而我们依靠佛经论典，知道这些众生以前曾当过自己的母亲，所以当这些母亲损害我们的时候，我们不应该对她们抱怨。这些母亲们的心就像已经疯狂了一样，因为得了嗔恨的病，一方面她已不认识我，一方面她还用各种方法加害于我。她们既然已遭受如此严重的病，我也是非常地可怜她们！

这些无有依怙的母亲，长时漂泊于难忍痛苦的三界轮回大海当中，那么当他们伤害自己的时候，只要是具有一点点智慧的人，谁又能不以慈悲心来孝养她们呢？我们应该对她们慈爱而不应该生起嗔恨心。

总之，我们对任何众生非但不生起嗔恨心，而且应如母亲对待亲生儿子那样观修慈悲心。比如有一位仁慈母亲的儿子已生疯狂病，那不管儿子的行为是多么地粗暴与不尽人意，而母亲对他都是非常地慈悲爱护。同理，世间上的众生虽然对我加以损害，我不但对他们不生嗔恨心，而且内心也要发愿让这些众生心中的疯狂病早日得到康复，应如此祈求上师三宝加持，并愿他们早日脱离苦海！

其次讲嫉妒心。我们作为发了大乘菩提心的人，本来众生的财富和地位应该由我来给予，但他们现在以本身的福德力获得了名闻利养的时候，那我又怎么能对他们生起嫉妒心呢？比如作为儿子本来需要父母的关怀与照顾，但现在儿子依靠自己的能力获得了大量财富，父母对儿子也就不应该生起嫉妒心和不满之心。因此当其他众生在财富、声誉、权势等方面比较圆满的时候，我们实在不该对他们生起嫉妒心，否则就表明自己已经着魔了。

我们之中有些人的嫉妒心特别强烈，在别人获得名声和利益的时候，内心就会特别痛苦难受，就像别人夺走了自己的福报，而实际上别人所拥有的名声、地位和财富，并非是从我身上抢走的。因为如果别人没有财富，我也无法得到，如果他已经功成名就，那我仍旧还是得不到。

比如在我们五明佛学院，三、四百个堪布活佛彼此之间并没有嫉妒心，大家还互相赞叹功德，如此作为个人也会相应得到一些名声——无论是住在这里，还是到了别的地方，都无疑会得到的。但如果是一个小寺院的一个小堪布，那么寺院当中对他也不会很尊重，假如背井离乡，周围的人们根本就不会认识他。所以在我们五

明佛学院，如果只有一个堪布而别无其他的堪布，那你也不会得到任何名声，但实际上即使有这么多堪布，也同样可以得到名声。

但有嫉妒心的人，如某些“高僧大德”认为别人的声誉如日中天，就会对自己名声造成妨碍，好像自己的名声会逐渐隐没；或者以为别人名誉扫地或销声匿迹，自己便会名声鹊起，但这些都是痴心妄想。其实，即使全世界所有的众生都得到圆满的功德，那对个人名声也不会造成丝毫损害，相反，若全世界的所有众生都饥寒交迫，穷困潦倒，那自己也不可能得到任何名声，由此我们没有必要生起嫉妒心，而应该对别人的福报生起欢喜心，这就是随喜心。

傲慢也如此，所谓傲慢就是对自己的学问和财富等方面生起一种满足之心，并且在自己的身语行为中表现出来的一种恶行。

实际上自己所拥有的财富、地位、才华等一切，都是以前自己做善事的一种果报，如果自己耽著于此而夜郎自大，那么这将摧毁所有的善果，而且自相续中再也不会出生功德，所以有傲慢心的这种人真是可怜，我们应该对他们生起悲愍之心。

有傲慢心之人自认为智慧出类拔萃，或者以为自己的才华可傲视群雄，只要我们认真去观察比较之后就会明了，或许他连毫毛许的功德都不具足。在一个时期内和某个特定的小区内，你可能确有过人之处，但这并不值得恃才傲物，因为无论从智慧、才华或长相等各方面，在这个世间上都有无数的人千百万倍地超胜于你。即便自己具备某些在凡夫中无人能及的功德，但在圣者当中肯定是有超过他的，并且自己这种所谓的功德也并非永存，它也是因缘聚集而生的一种刹那法，具有无常性。

比如当年我在石渠求学的时候，其中有大有知识秋吉堪布和班泽堪布。对于秋吉堪布，虽然不太了解，但当时我以为在智慧方面已超胜于他；至于班泽堪布，他曾在我面前听受了包括五部大论等许多佛法。但如今看来，这两位堪布的功德和学问都非常不可思议，我觉得他们不管是从清净戒律方面还是智慧成就方面都已远胜于我。

如秋吉堪布，终其一生都在修持甚深法要，他在临圆寂前还在为弟子们传授佛法，他是以闻思修行圆满了自己的一生。至于班泽堪布，以前曾听说他的人格和智慧都是非常好，后来我以为他已经老了，可能糊涂了，但两年前我和他相遇时，发现他没有点滴的傲慢心，做任何事情都非常认真，而且他的人格也很贤善，在那一刻，我想真正的修行人就应该像他那样。所以我自以为年轻时的智慧已超越他们，但时至晚年，他们的智慧却已经远远地把我甩到后面去了。

因此所谓的功德也是暂时的，我们不应该对此生起傲慢。比如现在一些持戒清净的人，日后遇到违缘时，是否还能无垢持戒就很难说了。还有一些人现在具有高深的智慧、贤良的人格或是利益众生的一些善行，比如暂时在对十几个人传授佛法等等，但这些人也不太可靠，日后也是不一定能长期保持下去。

从我当年在石渠求学的情况来看，当时在至尊上师托嘎如意宝的身旁，确实有如天上繁星那么多的智者和守持净戒的人，如今有不少人已经墮落到了极为卑劣的地步。反而当时有些戒律不是很清净、智慧比较浅薄的人，现在却成了非常了不起的高僧大德。回顾这些历史可以看出，即使自己的相续中产生了暂时的智慧和清净的戒律等功德，这些也并不是恒常不变的，我们不应该以此轻视他人。

如鲜花的香味可以熏染任何物质一样，无论是谁都可以得到同等的功德。既然贪嗔痴的烦恼可以染污我们的相续，那么智慧和清净戒律等功德我们同样也可以得到。故所谓的功德和过失都是暂时性的。

别人心相续中隐含的功德，我们没有证得他心通，也就不一定能现量见到。比如有些人的言行举止都不太如法，虽然我们在管理纪律时不得不严加处理，但实际上他们的相续中说不定正具足如海一样广大的功德，对他们也不应生起邪见，所以我们对任何人都不能轻视与傲慢。如果我们内心相续有傲慢等烦恼的过失，那生生世世就只有沉沦在轮回的大海和痛苦的波涛之中，无有出期。

我们有漏的智慧和功德中掺杂着许许多多的烦恼，就像是污秽的粪便混和着妙药，自己对此有何可满意的呢？一方面自己或许具有一点点功德，但当我们观察自相续时，贪嗔痴五毒烦恼就像乌云密布的虚空，自心甚

至连安住一刹那也特别困难。想一想你在念经持咒的时候，自己的心能否远离散乱。可能有时生起贪心，有时生起恭敬心，有时生起无记心。故当自己稍微具有功德时，千万不要滋生傲慢之心。

一些具有无比殊胜功德、远离一切过患的高僧大德，像释迦牟尼佛和观世音菩萨，他们对所有众生都是一视同仁、慈悲地对待。仲敦巴尊者曾说过：“在这个世界上，我是最卑劣的人。”尊者对凡是穿着僧衣的人，都是恭敬地作顶礼、合掌、脱帽等，像仲敦巴这样的高僧大德尚且对僧人如此恭敬，那我们凡夫又凭何道理对别人不恭敬呢？以前阿底峡尊者说：“自己若有学问，就会特别谦虚地对待别人。”既然我们有多如尘垢般的过患，又有什么道理生起傲慢心呢？这也正是别人所讥笑之处。

如果在自相续当中有稍许功德时，就生起傲慢之心，则相续中有高比须弥、深如大海般的贪嗔痴等过失，那自己为什么不生惭愧之心呢？如果相续中已经没有一丝一毫的傲慢心，那是非常了不起，那时你应该生起傲慢；但如果在自己相续中有很大的傲慢心，那整个世界上哪里还有一个比你更卑劣的人呢？作为五蕴聚合的无明业障深重的凡夫，是一个有着种种过患的人，自己为何还要生起傲慢！

自认为具有不共的功德，其实每天都是受到魔王五种幻现的邪加持，故千万不要认为自己有骄人的功德，应该学会谦虚。恭敬别人就应该像调驯过的骏马一样，对每一个众生都应该好好地恭敬。而作为良驹，不管是什么人，都可以让他骑在自己身上，恭敬地为别人做事情。

在胜义中，一切诸法犹如虚空，没有任何贪嗔烦恼，在世俗中，一切诸法也是如幻如梦。这样，我们以大圆满的窍诀来调伏自己的相续十分殊胜，即在胜义之中，一切诸法修持为无实有性，自己的所见所闻全已变成大空性；本来一切诸法就是空性，但就在空性当中，具足因缘的时候，整个轮回还是可以显现，所以在名言之中应该以幻化八喻来对待一切诸法。

这就是大圆满和大中观的观点，中观应成派在名言中讲幻化八喻，但在中观自续派来说，如幻如梦则已经属于胜义谛。这就是文殊菩萨大悲心所显现的智慧宝剑，通过运用这把智慧宝剑，我们就能断除我执烦恼，进而所有的无明愚痴全都能摧毁。

如果已经断除一切无明愚痴，就像三个脚的架子，其中断掉了一个脚，则其他两个将无法支撑，从而天魔蕴魔等四种魔全部都能摧毁。真正能摧毁这四种魔的就像是雪山的狮子，能威慑镇伏所有的野兽。一旦我们的相续中生起智慧宝剑，那就犹如雪山的狮子，所有的外道野兽都无法危害我们。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=6769.msg31766#msg31766>]帖子来源：智慧宝剑 (法王晋美彭措 传讲, 索达吉堪布 译)- 智慧品的浓缩[URL]

顶果钦哲法王一精髓开示

自我与他人

我们希望自己快乐，所以我们应该也祝福别人获的快乐；我们希望自己远离痛苦，所以我们也应该祈愿众生都能免於痛苦。我们应该如是思惟：「愿一切有情众生具乐及乐因，愿一切有情众生离苦及苦因，愿一切有情众生不离无苦之妙乐，愿一切有情众生远离亲疏爱憎，常住大平等舍。」

当我们快乐的时候，感到心满意足；其他人不快乐，不是我们的问题，当我们不关心的时候，我们只想尽快除掉任何让我不快乐不顺眼的东西，根本不记得也不在乎其他人可能也很不快乐，相反的，我们应该希望他人和自己一样快乐，设身处地感受他人的痛苦。

用充满慈悲的心对待一切有情众生，就是圆满成就诸佛菩萨大愿的最佳方式，即使我们无法给予任何人外在有形的援助，我们应时时修持慈悲，直到慈悲永住於心，不退失为止。

当我们修行，并在修道之路上有所精进时，我们必须记住，所有的努力都是为了利益他人，保持谦卑，谨记你的所有努力与广大无边的菩萨行相较，都显而轻而易举、正如父母深爱子女一般。我们绝不能认为自己已经为别人做了很多，或已经足够。即使我们最後该所有众生证悟成佛，我们也只能这么想：我们的愿望已圆满成就，绝不能有一丝想要获得回报，利益自身的念头。

超越我执，全心全意为他人奉献，即是菩萨行的精髓。行菩萨行取决于心，而非显露於外的行动。真正的慷慨是没有执著，真正的戒律是没有贪欲，真正的忍辱是没有瞋恨。菩萨之所以能够舍弃自身的一切，就是因为他们已经完全超越了内在的贫乏，可以无条件地去实现满足他人的愿望与需要。

菩萨心 智慧心

不要忘记上师，时时向他祈求。不要随顺妄念，时时观照自心。不要忘记死亡，时时谨守戒律。不要忘记有情，时时回向功德。

佛陀的教义，目的是要我们主宰个人的心。假如你主宰了心，你也能主宰身与语，你及他人的苦难就能结束。但是，你若让心充满了消极的妄念，那么无论你做了多完美的善行，或者你说了许多良善的话语，你还是远离正途。

主宰心是要全然恒久不变的注意你所有的想法及行为，一次又一次反覆检查你的心。一旦消极的妄念升起，就用适当的矫正法来治疗。而当积极的正念升起，就将功德回向给所有有情众生来强化它，并祈愿他们能证悟到最後的觉知（成就佛果）。即使在日常活动中或心神烦乱时，都能从惯常的沉静洞察中保持明净的觉醒，那你终将持有这智慧心的体认。所以，随时警觉是解决轮回之苦最基本的良方。

戒律的实践，将引导你到达不论你是否在实践期都能保持这觉醒的境界，这就是教导的重点。没有持守戒律，无论你记颂多少仪轨或咒语、或做几千次大礼拜、乃至几千次绕塔，只要你的心是散乱的，就不能帮

助你去除心中紊乱的思绪，不要忘记这是最具决定性的基础。

就像所有的事物，总是残酷地渐渐接近 其最终的归宿，你的生命亦是如此，像一只燃烧的油灯，很快就会用完。你若以为你能先把工作完成，等退休以后再来持守戒律，你有这种想法就太不理智了。你认为你能活那么久吗？死亡不也同样降临在年轻人及老年人身上？因此，无论你做什么，都不要忘记死亡，并让你的心专注在戒律上。

人们总是说：「禅修，禅修！」但是，除非你对空性的概念以建立坚固透澈的了解，否则你做的「禅修重点」是什么？不能认知心的空性，就是造成堕入轮回的根源。当心不受念头影响，当下即唤醒纯然的醒觉，这无碍清明的空性就会逐渐被体认。

贪欲、嗔恨、无知、疑忌、傲慢（即贪、嗔、痴、疑、慢），这五毒常控制了我们的心的。例如，我们看到仇恨将人们推向自相残杀，而国家相互开战。一旦我们不能控制我们的情绪，它们就会支配我们。但是，如果我们静下心来分析它，并探究它的本质，它们将会消失无踪，就像巨大的暴风中的云那般不能掌握，从暴风的外面来看是壮阔美丽，但仔细去透析它，却是无法感触及掌握的。而其实，这些只有在我们赋予它们重要性和力量时，它们才有重要性和力量。假如，以宽容代替狂野的念头，我们将能去除它们，而用此种方式来对治，解脱就随时在握了。

隆冬时，寒冷使湖水及河流结冻，水变的如此坚硬，可以承载人兽和车辆。当春天来临时，土壤和湖水都渐渐暖和，也渐渐地解冻。这时，有什么可以留下来？坚硬的冰块？水是柔软的流动，而冰是坚硬锐利的，没有人会说它们是相同的；可是也没有人能说它们是不同的。因为，冰是水凝固而成，而水是冰溶解而成的。

我们对外界的认知也是相同的道理，去依附各种现象的实体，去忍受各式的折磨，好感或恶感、喜悦或痛苦、获得或失去、隆盛或衰落、赞美或责备，都会在心中凝滞成一块坚石，我们必须注入自由的活水来溶解这意念的坚冰。

[URL=<http://www.bodhiinstitute.org/forums/index.php?topic=2418.0>]帖子来源：顶果钦哲法王一精髓开示[/URL]

[入行论笔记]我们为什么要精进？

教证：

《慧海请问经》中言：“菩萨若能发起精 进……，即于阿耨多罗三藐三菩提不为难得。何以故？慧海，由精进故乃得菩提，若懈怠者于佛菩提远中复远。”

月称论师说：“功德皆随精 进行，福慧二种资粮因。”

弥勒菩萨在《经庄严论》中明确地宣说：“一切善法资粮中，精进最为殊胜。如果有了精进，便可圆满世出世间的 一切功德。”

《摄集经》中也说：“精进不灭百法德，获得无边佛慧藏。”

《大圆满前行》：“是否能够获得佛果唯 一依赖于这一精进，我们一定要勤奋努力实行这三种精进。一个人虽然具有上等的智慧，但如果仅有下等的精进，那么他只能成为一个下等修行人；尽管只有下等的 智慧，但如果具备上等的精进，也必定会成为一名上等修行人；如果毫无精进，那么尽管具有其他功德也无济于事。如全知无畏洲说：‘无精进之士，具智财权力， 皆不能救彼，犹如一商主，有舟无船桨。’因此，我们不管在何时何地，一定要做到饮食适量、睡眠适度、孜孜不倦、持之以恒、不紧不松地精进修行，就像挽弓射 箭一般。不然，只是空闲性、偶尔性地修法是不会有成就的。”

持明无畏洲尊者：“越趋近死亡越精进修持善法，这是修行人未被违缘所 转的标志。”

《华严经》：“善男子，汝应于自己作病人想，于法作妙药想，于善知识作名医想，于精进修持作医病想。”“若欲求灭除，无 量诸过患，应当一切时，勇猛大精进。”

《宝积经》云：“勤求不懈，如救头燃。”

《佛藏经》中说：“当勤精进，如 救头燃。”

华智仁波切：“当如美女救头燃，或如懦夫迅速抖落怀中毒蛇一样，立即精进修法，不要一拖再拖了。”

博 朵瓦格西说过：“未成佛之前，我们要持久地精进、勇猛地精进、不断地精进。”

大恩上师索达吉堪布仁波切《入行论讲记》云：“无上大圆 满中强调：上等精进者，即生成就；中等精进者，中阴成就；下等精进者，来世成就。”

大恩上师索达吉堪布仁波切在《定解宝灯论讲记》中 说：“真正的魔，就是闻思不精进，对上师和佛法经常生邪见，而身体生病，心情不好或者生活上的种种违缘根本不是魔，世间的一切法都是有为的，有为法遇到外 缘时必定会出现迁变以致毁灭，对此没有必要执着。”

大恩上师索达吉堪布仁波切《佛子行讲记》中说：“《入行论》也讲过：‘精进证菩 提，若无风不动，

无勤福不生。’没有精进的话，根本得不到菩提圣果，就像没有风的吹动，万物不会动摇一样，世出世间的一切善根功德，全部依靠精进而产生，月称论师在《入中论》里也说：‘功德皆随精进行。’利根和钝根在界性中是有的，但是通过精进和不精进，成功与失败也有差别。假如没有精进，一切功德和智慧都无法获得，佛陀在《正法念住经》中云：‘诸惑一根源，即是懈怠也，何有一懈怠，彼无一切法。’任何人如果非常懈怠，到了九十点钟还像猪八戒一样呼呼大睡，那他的闻思修行也好、禅定也好，是没办法增上的。”

大恩上师索达吉堪布仁波切《入行论讲记》：“《现观庄严论》云：‘不耽著不疲，周遍摄持道。’里面讲了三种精进，对治上面的三种懒惰。不耽著精进，断除耽著劣事懒惰；不疲厌精进，断除同恶懒惰；诸道摄持精进，断除自轻凌懒惰。”

公案：

1、阿底峡尊者曾经每天都精进调和土粉做泥塔小像，众眷属想要替他做，尊者说：“你们在说什么，难道我所吃的食物，你们也替我吃吗？”——《大圆满前行引导文》

2、金厄瓦格西一辈子都没有睡觉，他一想到人身难得，根本睡不着，最后他念了九亿不动佛的心咒。——《入行论讲记》

3、一旦有了精进心，短暂的时间内也能证果，历史上不乏这样的例子：佛灭度后一百年，印度阿育王个性凶残好杀，设“人间地狱”，陈列各种杀人刑具，命刽子手滥杀无辜，凡误入者必死无赦。当时有一名为海比丘，遥见此地楼房高广，外表富丽堂皇，以为是富豪之家，进入化缘，被刽子手所擒，欲行死刑。为海比丘并不怕死，只恨出家多年道业未成，就此断送性命实在不值，因求缓刑一个月，以便精进办道。刽子手不肯，仅答应宽限七日。

由于时间有限，为海比丘废寝忘食，精进修行，但到了最后一天，仍未开悟。傍晚，人间地狱处决一名妇女，为海比丘亲见行刑，顿感人命无常，四大无我，而入空观，终证阿罗汉果。

处决妇女后，刽子手将为海比丘抛入大锅中，加薪烧煮。但火焰熄灭，长出一朵莲花，为海比丘端坐花中。刽子手急报阿育王，阿育王赶赴刑场后，被为海比丘威德摄伏，求哀忏悔，即毁人间地狱。自此，阿育王敬信三宝，广造塔寺，大兴佛教，成为佛教的护法功臣。——《入行论讲记》

体会：

(1) 发起精进之必要：

第一：如不能发起精进，就必然被红尘琐事无明烦恼缠绕陷于散乱，修行成一句空话，只会离上师、正法越来越远，直至彻底恢复凡夫的面貌，重过与凡愚无二的生活。佛陀在《正法念住经》中云：“诸惑一根源，即是懈怠也，何有一懈怠，彼无一切法。”

第二：如不精进，身不精进持戒布施顶礼供养，心不精进修习忍辱、禅定、智慧波罗蜜多，口不精进随喜、发愿、回向、祈祷三宝，则必定不能积集福慧二资粮，无法圆满一切世出世间的功德。

第三：如不精进，一切功德和智慧都无法获得，所学的法，有如注入漏器、毒器，必然不能改变心相续，至多在阿赖耶识种下善法的种子、解脱的善根，仍然不能出离轮回。自己不能出离轮回，度众生更是无望。何时发起精进，何时方能真正于菩提道不退转。

(2) 精进是贯穿一生的修习

精进并不是一两天，也不是一两个月、一两年，而是乃至成佛之间，精进心永远不能退。大恩上师在《定解宝灯论讲记》中说：“真正的魔，就是闻思不精进，对上师和佛法经常生邪见，而身体生病，心情不好或者生活上的种种违缘根本不是魔，世间的一切法都是有为的，有为法遇到外缘时必定会出现迁变以致毁灭，对此没有必要执着。”

如不精进，就必然为烦恼违缘所转，堕入懒惰。而违缘于越精进者越大，世间皆是无常法，烦恼违缘时时处处都可能存在，如不能以正知正念摄持，法融入于相续，则随时可能为违缘所转，懈怠放逸不可收拾。何时重新发起精进，何时入于正道。所以，精进不是一天两天，而是身口意三门一生的修习。精进也不是在闲暇时方拾起法本听课，而是时时处处随念三宝，思维法义观照自心。

(3) 精进是为了成为众生的医王

《华严经》：“善男子，汝应于自己作病人想，于法作妙药想，于善知识作名医想，于精进修持作医病想。”

如果我没有先治好自已的病，如何能有力量立于此娑婆世界五浊恶世弘扬佛法利益众生？

如果我没有先成为医王，如何能在未来成为众生的善知识，医好众生的无明之病？

先医病而后令自己成为医王，都唯一依赖善知识的诊治、教授。

如果我不听善知识开示处方，如何知道自己的病症结在何处？当依何药治疗？如何能够先令自己痊愈？

如果我不听善知识教授，如何知道医病的窍诀？如果我不知道医病的窍诀，怎会成为医王？如果我没有成为医王，对众生的病唯有束手无策，忍看众生受百零八种苦。既不能给众生暂时之安乐，更不能将众生安置于佛果，令其得究竟解脱自在。

如是，如是，善知识是我的名医，法是我的妙药，一天也不能缺少此妙药，远离此名医，唯有发起勇猛精进闻思修行。因为，吾乃佛狮子，吾乃荷担如来家业的佛子。

[帖子来源：\[入行论笔记\]我们为什么要精进？](#)

[入行论笔记]修行人最大的敌人是喜欢睡懒觉

第一〇一讲 音频 MP3 / 配套文本 (32'50" 15.0M) 视频 WMV (119.5M)

**故应除疲厌，驾驭觉心驹，
从乐趋胜乐，智者谁退怯？**

前面已经讲了，菩提心能净除罪障、积累资粮，胜过一切声闻缘觉之道。所以在修学菩提的过程中，应当遣除一切疲厌，早上最好三点钟起来（众笑）[1]。修学菩提道的人不像世间人，世间人有吃有穿就可以，生活的意义就是吃喝玩乐，最多做一点今生的事情，为他人的范围非常狭窄。我们是完全不同的，就像两个人的责任不同一样，一个人只管几个人，一个人管无数个人，那么管无数个人的压力是很大的，所以早上要很早起来，断除一切疲劳。然后“驾驭觉心驹”，觉心指菩提心，应当骑着菩提心的骏马，从安乐之处驶向安乐之处，对此，了知功过的智者谁会懈怠退怯呢？

[1] 从下一节课开始，上师早上一般要三点钟起来备课。

**勤利生助缘，信解坚喜舍，
畏苦思利益，能生希求力。**

增进精进利益众生，必须要具足四种助缘（也叫四种力），即信解、坚毅、欢喜和放舍。这四种助缘依靠什么而产生的呢？全部依靠希求力[1]。希求力的根本是什么呢？就是畏惧轮回的痛苦，思维解脱的利益。

打个比方说，国王为了降伏敌对势力，要依赖强大的四种军队。当今世界上的任何国家，都要强化军事力量，否则很容易被外国吞并。不过，现在有没有四种军队呢？空军、海军、陆军，再加上红军是吧（众笑）？如果放弃了军事权，想增上力量、制服敌人根本没办法，因此国家主席往往是军委主席，原因也在这里。

同样，我们要铲除三大懒惰之敌军，也必须靠四种坚强的助缘。作为一个修行人，最大的敌人不是这个国家、那个国家，也不是这个金刚道友、那个金刚道友，而是喜欢睡懒觉，早上不起来。那么通过什么军队来战胜呢？就是信解力、坚毅力、欢喜力和放舍力。

**故断彼违品，以欲坚喜舍，
实行控制力，勤取增精进。**

因此，为了断除精进的违品——三种懒惰，应该运用希求、坚毅、欢喜、放舍四助缘，再加上实行力和控制力，努力断除懈怠增上精进。

什么叫实行力呢？通过正知正念来取舍，然后在实际行动中去行持。而所谓的控制力，是依靠自己的智慧进行分析，令身心获得调柔自在。前面的四种助缘，再加上实行力和控制力，通过这六种力，断除我们相续中的懒惰懈怠。

有些人经常抱怨：“我特别特别爱睡觉，怎么办哪？”我是找不到别的药，你就以这六种力来治疗吧。过段时间，

早上五点钟起 来上课，你们第一天、第二天应该可以，但用不了多久就会：“我今天又睡过头了，闹钟没有叫我，隔壁的人也没有喊我，所以就断了传承，有没有什么办法能制止 呢？”别的办法倒是没有，但这里讲的六种力，应该能够帮得上忙。

第九七讲 音频 MP3 / 配套文本 (37'56" 17.3M) 视频 WMV (139.0M)

依此人身筏，能渡大苦海，
此筏难复得，愚者勿贪眠。

佛陀时代有一位比丘，每天吃饱就睡，平日不肯用功，对听闻佛法也没兴趣。每当别人在修行时，他一个人在房中蒙头大睡，怎么叫都叫不醒。有一天中午他化缘回来，回到僧房倒头大睡，一直睡到第二天。次日佛陀为大众说法，大家都来了，唯独少了那个比丘。佛陀问为什么他没有来，一个弟子起身回答：“他从昨天中午睡到现在，我们怎么叫都叫不醒。”佛陀知道他只剩下七天的寿命了，若在昏睡中死去，是得不到善终的，于是带着阿难前往他的僧房。

推开房门，只听见雷鸣般的鼾声，那位比丘依然蜷在床上，睡得正香。阿难先叫了几声，可是比丘毫无反应，后来佛陀用手指轻轻摇了摇他，熟睡的比丘马上醒来。佛陀告诉他只剩下七天的寿命了，比丘大吃一惊，不知所措。

佛陀说：“不仅仅是今世，你好几世前出家做比丘时，也是只知道吃和睡，从来不思 维法义。因为没有积累过任何福德，命终后依次投生为米虫、蚌、田螺、树干中的蠹虫，各五万年。相同的是，这四种生命都喜欢睡觉。（我们经常放的螺蛳，可能 也是贪睡者的转世。）经历二十万年后，你今生才投胎为人，没想到又像以前一样贪吃贪睡，为什么你总睡不够呢？”比丘羞愧难当，诚心向佛陀表示忏悔。因为他 的善根不错，再加上佛陀的殊胜加持，他当即获得了圣果。

要知道，人身非常难得，一旦失去了，什么时候再得也很难说。这一点并不是传说，也 不是一种教条主义，大家应对此深信不疑。我自己非常明白：“现在的这个人身，以后能不能再得到？一点把握也没有。尤其是信仰佛教、修持大乘佛法的人身，的 的确确非常难得。”有些人经常说：“我身体不好、心情不好，早一点离开人间多好啊！”其实一点都不好。离开人间以后，你有没有把握再得人身？六道轮回中， 人身是最好的，如果有了人身如意宝，暂时可获得善趣的安乐，究竟也能得到无上圆满正等觉的果位。倘若转生为其他众生，不说地狱和饿鬼的众生，即便是变成了 天人，也没有这样的福报。

因此，大家有了如此殊胜的善缘时，理当精进行持善法，不要整天都是睡懒觉。有些人总觉得没睡觉的话，力气不够、 营养不足，所以睡觉是一生中的头等大事。这只是一种借口而已。金厄瓦格西一辈子都没有睡觉，他一想到人身难得，根本睡不着，最后他念了九亿不动佛的心咒。 可是我们很多人，一想到人身难得，反而睡得更香，这说明修行一点也不好！

第九五讲 音频 MP3 / 配套文本 (45'51" 20.9M) 视频 WMV (167.6M)

贪图懒乐味，习卧嗜睡眠，
不厌轮回苦，频生强懈怠。

二、“习卧嗜睡眠”：假如身体姿势不端正，要么靠着、要么躺着，气脉会不通畅，进而引起身心昏沉，这样之后，懒惰自然而然会生起。

其实，我们的睡眠是可以断除的，否则对修行有障碍。修行人应该学会调整睡眠，纵然无法完全断除，尽量减少也是可以的。倘若保持坐姿端正，则不需要睡得那么多。《大师在喜马拉雅山》一书中，有位九十六岁的瑜伽圣女，她从不躺下睡觉，而是彻夜静坐。作者问：“您为什么不用睡觉？”她回答道：“喜欢瑜伽三昧的人，为什么要睡得像猪一样？”

三、“不厌轮回苦”：对轮回没有厌离心，对轮回的苦好像没有感觉，所以就睡得特别香。太阳都已经出来了，但把窗户关得黑黑的，还在那里蒙头大睡。这种人从来不观想轮回痛苦，如果观想一下，肯定会睡不着的。修行好的人，之所以睡眠非常少，就是对轮回痛苦、人身难得等道理深信不疑，因此他不贪爱睡眠，并不是他失眠了。

去年我去深圳弘法寺时，本老（本焕老和尚）刚满一百岁，听他的侍者说，老和尚每天早上三四点钟必须起床。我们寺院也有位老堪布，今年八十二岁，他不管在别人家、还是自己家，清晨四点必须起床念经，从不间断。这些老修行人不管是八十岁、一百岁，一生中已经用了那么多时间修积善法，但是仍想到人身很难得，临走前应该为来世多准备资粮，于是还在精进用功。可是我们有些人，刚学佛没几天，修行也特别差劲，却想继续睡下去。这些老年人如果四点钟就起来，年轻人不管从哪方面来看，就算两点钟起不来，也不能迟于五点钟。但事实上呢，有些人七八点钟还在被窝里，起来时也是一边打哈欠，一边睡眠惺忪、迷迷糊糊。

这些人为什么精进不起来呢？就因为对佛法没有信心，对轮回的苦没有厌离心。按照《大疏》中解释：“由于不厌离轮回的痛苦，从而沉湎于懒惰的快乐享受中，并由此贪爱睡眠。”若能像高僧大德那样生起真实无伪的出离心，很多人一定会精进的，不会整天都懒惰，也不会睡得那么香。

第一〇六讲 音频 MP3 / 配套文本 (40'36" 18.5M) 视频 WMV (151.1M)

**怯懦舍精进，岂能除福贫？
自信复力行，障大也无碍。**

意志坚强对修行人来讲必不可少，如果懦弱胆怯，做任何事情都觉得无法胜任，自己对自己有一种蔑视，以此将丧失信心和精进，又怎么能遣除福德的贫乏呢？（或解释为：怎么能灭除积累福慧二资的欠缺呢？）

心的作用相当大，现代心理学家一致认为，成办任何一件事情时，关键要靠内心的力量，如果缺乏自信力，任何目标都难有成功的希望。因此大家在做事时，首先要有一种自信力，千万不要自我轻毁，否则在这种心态下，什么事情也办不成。

世间上很多人在能力方面是相等的，但有些人因为有信心、有勇气，所以事业非常成功。同样，在修持佛法的过程中，如果也有坚不可摧的毅力，必定会克服懈怠懒散，精进努力，如此一来，魔王波旬为主的大违缘都不能影响，小小的烦恼过患就更不用说了。《大密方便经》云：“修成密咒之人，纵遇五种困缚，也无有丝毫损害；同样，具足善巧方便与大悲空性藏之菩萨，障碍再大也于道心无害。”

上师如意宝在讲本颂时也说：“我们每个人应该想：今生我遇到了大乘佛法 and 善知识，同时又有修行的缘分，为什么我不能成就？为什么我不能度化众生？自己应该有种不共的勇气，在这种心态下，白天不休、晚上不眠，持之以恒地精进修学，才能有成就的机会。”当然，上师并不是要我们白天一点也不休息，晚上一点也不睡觉，而是说白天不要散乱懈怠，即使难免的话，也要尽量缩短时间，晚上不要贪图睡眠，人生本来短暂，如果一半都处于迷迷糊糊的状态中，那不是太可惜了吗？

很多道友总借口说晚上睡不够的话，自己精力不足，工作没有效率。其实这是一种习惯，对欲界众生来讲，一下子断掉睡眠是比较困难，但如果想精进的话，也不会有太大问题。现在有些道友睡得非常厉害，一般人睡五个小时，他往往要睡十个小时。近段时间来，我们改为早上五点钟上课，我一般是三点钟就起来，然后相似地看一点书、念一点经，本来每天5:55要修菩提心，但是我白天没时间，只有早上稍微修一修。有一次我八点钟下完课后，给个别道友打电话，没想到他还在睡，一问之下，他晚上睡得比我早（他十点钟睡的，我当天十点半睡的），我睡了四个半小时，他已经睡了十个小时。

我并不是说自己睡眠少，非常精进，但这样睡也太不象话了。我当时问他：“已经十个小时了，你还这样睡，有没有意义啊？”他回答说：“我工作实在没有效率，一定要多睡会儿才行。”这种人的睡眠真是非常可怕，人生本来没有多少年，一半全部睡过去了，哪有时间修学佛法啊？当然，每个人的生理状况不同，你睡得充足倒是可以，但这种习惯对今生来世都不利。很多教言书中说：“睡得越多，痴心越重，睡眠烦恼越厉害，这是永无止尽的。”现在有些世间人对睡眠非常重视，白天除一两个小时外，可以一直睡大觉。我们千万不要变成这种人，而应该像佛陀所讲的那样，把晚上的时间分成几份，其中一部分需要休息，其余时间要精进用功。

我们现在不能精进的两大违缘是什么？一是白天散乱，没完没了地做些无聊的事情；二是晚上睡眠过多，经常超出常人的标准线。尤其是大城市里的年轻人，常说自己学佛没有时间，其实早上或白天抽一点时间，一年应该可以空出好几个月。古人说：“时间就是生命。”如果随便浪费时间，则相当于毁坏了生命。

当然，精进应该有一种方法。有些人精进的时候，早上两点钟就起来了，但坚持不了两三天，就永远地倒下去，再也爬起不来了。这样不太好。大家应该根据自己的身体状况，适当地安排睡眠时间，尽量多抽出时间进行修行，若能做到这一点，任何病魔违缘也无法侵害。我们都能体会到，一个人如果比较精进，心力比较强，那么人和非人的任何障碍，也难以妨害阻碍他。但如果内心很脆弱，路上堵车、下雪路滑、天气炎热等小违缘，也能使他的修行毁于一旦。

[帖子来源：\[入行论笔记\]修行人最大的敌人是喜欢睡懒觉](#)

感动与惭愧，转贴一位师兄的文章

今天，收到了辗转邮寄过来的索达吉堪布的金刚结和一张小卡片。

寂寞的心，不要再迷惑

流浪的人，不要再漂泊

快快从可怕凄凉的轮回旷野

回归到美丽温馨的菩提家园

愿法喜伴随着您生命的每一刻！

索达吉敬书于喇荣

祝佛友吉祥圆满！

看到堪布亲笔书写给入行论每一个学员的教言，心里顿时一片汪洋的感动。

每一张卡片，都是堪布亲笔写下的祝福，每一个金刚结，都是堪布殷殷切切的期望。

不好好的学习教言，怎么对得起堪布!!!

想起在学院的日子，每天堪布讲完课，都已经是半夜十一点以后，学员走了，堪布还要和弘法组交待其他工作，还要有人等着拜见加持。

很多次讲课，听音频的师兄知道，很多没有经过剪接的音频，经常有堪布咳嗽 难受得讲不下去的时候，在视频中全被处理了，有几次视频中，堪布的一只手始终没有动，那是因为深夜里堪布一边讲课，一边在挂着吊瓶！

就算只有一千的学员，堪布一张张的写下这些话需要多少的时间？何况学员远远不止这个数量！

心里浮现出堪布一张张去写卡片的情景，忍不住马上给学院的法师打电话，只为了心里泛滥的感动。

堪布太辛苦了!!!

堪布说，作为一个修行人，没有自己的事情，没有自己的时间，没有自己的生活。

我们伟大的堪布阿!!! 我们要怎样，才能报答上师的恩情??

顶礼大恩上师索达吉堪布!!!

愿堪布长久住世，法体安康，常转法轮!!!

[帖子来源：感动与惭愧，转贴一位师兄的文章](#)

致大恩上师索达吉堪布

致大恩上师索达吉堪布

-----《入行论·善说海》学习心得（弟子元元）

顶礼诸佛菩萨！

顶礼法王如意宝！

顶礼大恩上师索达吉堪布！

2008年的冬季是令我难忘的，这一年我在浩瀚无垠的佛海中收获了属于自己的那捧水。11月23日我和哈尔滨学会同一天结束了《入行论·善说海》的学习，虽然《入行论》只是灿若繁星的大乘经典中的一颗星，但这颗星是那么的绚烂璀璨，她给我这世俗的凡夫带来了胜似朝阳般的冉冉光辉！

此时此刻，看着窗外那冬日片片飘落的雪花，我的回忆之门悄然打开。。

12岁时，由于冥冥之中的指引，在家里无一人是佛教徒的情况下，就娇扰着父亲给我请回了一尊观音圣像，并不懂诸多供奉仪轨的我承蒙着诸佛菩萨的慈悲而成为一个名义上的佛教徒。所谓名义上是因为我连佛像请回家是要经过开光才能供奉都不晓得，更不用说最基本的居士戒和其他的规矩了。少年无忌，看着圣像只会偶尔的上香磕头，父母亲只当是哄我开心，并没在意这个缘起给我以后人生所带来的一切。

然而，由于汉地的北方真正懂得佛教知识的人少，我的父母、亲属、朋友和周围的人都不信佛，佛教环境不比沿海城市，更是与佛法兴盛的藏地有着天壤之别。虽12岁有了自认为好的缘起，但由于福报浅薄，罪业深重，我在这以后近20年里虽然表面上虔诚拜佛、上香、诵经等等，但遗憾的是没有遇到大乘助伴，更没有遇到善知识的引导，进而也就更谈不上如理如法的闻思修了，对佛教的理解上也有偏颇之处。光阴似箭，岁月如梭，转瞬间我从一个懵懂的女孩变成一个成年女人。这最宝贵的近20年青春却在世间八法中浑浑噩噩的浪费掉了！作为成长在一个普通的知识分子家庭中的我，在世俗普通人眼里，还算是幸运的，顺利上学，靠自己的努力如愿的参加工作，而后受聘港资公司离开家乡继续从事管理工作，正由于所谓世俗的这份幸运与顺利却给我带来如今无比的懊悔和惭愧。离家工作的7年间给我带来了视野的开阔，世俗阅历的增长，国内外大都市的华灯璀璨、八街九陌、奢施享乐耳熏目染的充斥着我的灵魂，满足了自我价值被社会肯定的同时，也让我不由自主的沾染上了很多陋习。日渐膨胀的虚荣心给我带来了内心傲慢、焦躁、自命不凡、不屑一顾的性格。其中有几乎5年左右时间里我外在所行的一切完全与佛教徒的行为标准南辕北辙、大相径庭。那时的我就是贪嗔痴烦恼魔军的俘虏！完全沉浸在世间八法中，追逐着行业内职业生涯所谓的成功与认可、不知不觉中被繁杂的人际关系及工作压力缠绕着，一度吸着进口女士香烟、品味着高档的红酒、常常参加朋友的聚会、穿梭于频频的应酬中、享受着周围员工的奉承、领导的关戴、周旋在异性暧昧的目光中、把辛苦打工的薪水用在虚华的外表上，喷洒上千元的香水、涂抹千元一瓶的化妆品、穿几千元的名牌服装、脚踏高档的摩登鞋、偶尔在KTV、酒吧、迪厅里渲泄着内心深处的茫然与困惑，并无羞愧的认为这就是白领阶层品味人生的时尚生活。。。。。

长绳系日是愚痴者的妄想，浪费时间的代价是让你想悔改时却永远找不回那失去的光阴！佛经中说：“生

命在呼吸之间”。当我突然有一天觉醒时却已逝去了那豆蔻年华，自己已成为三十开外的女人了。而结束这种肆无忌惮、毫无实义的混沌生活并能让我看破认识它的本质，却是因为上师三宝的悲悯让我幸遇善知识、幸逢闻思大乘论典。尤其是《入行论·善说海》她是真正洗涤我心灵的源泉，她给了我新的生命，她所给予我的人生启迪犹如母乳般甘甜纯美，似山泉般绵绵流长。如果说小时候《张海迪的故事》、《钢铁是怎样炼成的》在少年时教会了我们在世俗中建立正确的人生价值观，树立了坚强不屈的性格、如果说卡耐基、拿破仑·希尔在成年后教会我们社会人际关系的交往哲学，那今天指引我们大乘佛子所行的正法之路、带领我们走出轮回苦海的舵手就是如意宝般的《入行论》！

无知使人愚昧、无明使我们沉溺于轮回。一部《入行论》让我终于找到了心灵的归宿，解读了久久困扰我内心深处的那份对人生的迷茫与困惑。她就是温暖的港湾送给我这漂泊在生死轮回中疲惫的孤儿一个温暖的怀抱。她让我从无知到了知佛法的缘起性空、博大精深；她让我认识到一切的烦恼魔军都来自于我执；她让我了知醒梦时一切都是如梦如幻，毫无实义；她让我了知佛法的真谛是利一切众生离苦得乐，获得究竟解脱；她指导我作为一个如来种姓的弟子应如何发愿行菩提心；她教给了我忏悔罪业的方法、也告诉我如何在平日行持六度万行；她教导我在人生的道路上面对各种诱惑时如何做取舍；她提醒我时时刻刻都要反观自心，谨慎因果；她让我深深领悟着佛法的奥妙与不可思议的加持力。她所有的教言让我深深认识到以前的生活是那么的不可回首，一切的世间享乐与虚华浮躁看起来是那么的可悲可怜。

学习过程中大恩上师慈悲的谆谆教导、符合现实社会各种现象的教证很多都是我耳闻目睹，甚至亲身经历的，就像走进了我的心一样层层为我解答着对佛法的诸多疑惑，也让我深刻认识了以前自己丑陋的嘴脸、可恶的行径。我对往事的那份懊悔与羞愧是无法用语言表达的。。。

伴随着《入行论》不断的深入学习，我改变了自己以往的生活方式，我戒了烟、忌了酒、不上网看八卦新闻、不玩网络消遣游戏、不接打无聊电话、不去酒吧迪厅、不上KTV、不整日参加应酬聚会、不闲逛商场购物。。。；心态上也慢慢的不再喜欢与他人攀比、不再追逐虚华、不再自以为是的高谈阔论、不再喜欢喧闹嘈杂、不再自命不凡的愤世嫉俗、不再任性刻薄。。。我辞了职放弃了工作，回归了故里，寻找着那份失去了很久的沉寂与安宁，我融入了佛法带给我的身心愉悦中。一切的变化就在那沉浸佛法的过程中慢慢的发生着。周围人感觉无法理解的同时也都用诧异的目光揣测着我，他们认为在这样竞争激烈的生存环境中放弃已有的白领生活而回家过计划花钱的日子是我的头脑出了问题；正是风华正茂之时却学老太太们呆在家里拜佛诵经真是胸无大志；以往那么喜欢热闹并夸夸其谈的中心人物现在却安静的让人窒息；往昔在高档商场里经常购物闲逛乐此不疲的人现在却对流行服饰毫无雅兴真是另类孤僻；还有人认为我着了魔，甚至有的朋友说些冷嘲热讽的言辞。。。

每每听到这些话语时我会很欣然的接受并能回之微笑。心里常想到上师开示说的那样别人可能无法理解你的行径，或许认为你精神出了问题，就像那个国王的故事，但你要坚持你正确的选择，因为不是任何人都有这个缘分。其实这完全要感谢闻思给我带来的感悟，我从内心深处觉得无常的可怕，我经常提醒自己：“不知道下一分钟你是否还能呼吸，也不知道你是否还能看到明天的朝阳升起，刹那刹那中你都在死亡，阎罗狱卒的眼睛在盯着你，你没有可放松的机会，因为你已浪费了太多的时间，你必须竭尽全力的奔跑否则轮回的网罟会套牢你，即使你现在还存留着太多贪嗔痴的习气、即便你背负着沉重的业障重裹，但你一定要坚定信念在正法的光明大道上走下去，无论前方是否布满了荆棘。”

所有的对佛法坚定的信念和自身发生的变化都依于在闻思中不断让我感受到的那种佛法无与伦比的真

理和奥妙，以及上师三宝不可思议的加持力。比如对吸烟这一陋习的遏制，是当我听到上师讲授《吸烟的过患》时，我方知原来吸烟从佛法讲有那么多的罪恶，因为在几年前我刚入密宗时的不久有个道友曾送我半只说是西藏成就者赐予的香烟，有病时可以吸的（现仍保存不知如何处理），我当时误以为吸烟是不犯戒条的。闻思上师慈悲开示后才知晓一只烟就足够让我这凡夫进地狱的，更何况我每天要吸半盒香烟的人。在听闻的那个刹那，正如上师的开示，只要你祈祷莲师的当下就可以得到加持庇护断除此恶习，于是我按大恩上师的教言，当下起誓发愿永不吸烟，如再吸烟嘴巴烂掉，结果真的就在那一瞬间上师三宝加持融入我的心间，自那时起我没再吸烟，更莫名其妙的厌恶有烟的环境。

在关键时刻，闻思佛法得知如何取舍的道理也让我受益匪浅。记得在期中考试前不久，一个曾时常帮助的比丘尼，她在四川白玉县某佛学院实修，出于对我的好意，她想介绍我嫁给一个活佛（她说那活佛想娶汉地女子为妻），她也和我说：“像你这样的根基不用闻思只要实修就可以，如果嫁给活佛就可以马上成就，生活上不用担心，一切都会很好，再为佛法以后的弘扬生个小活佛，功德也是无量的。”这番话如果是在我没有闻思前，或许我听了会心花怒放、沾沾自喜不知所措的难以抉择，可当时已经加入了闻思横列的我虽然学的非常不好，但我始终坚信上师三宝无可言思的慈悲加持常伴左右，依稀能忆的上师教言回荡在我耳畔。那时心里想就我这样罪业深重、生活混沌的人怎么能是即刻证悟之人，又谈何根基上乘哪？！虽然她是完全的为我着想，也或许我真的错过了一次走捷径就能成就的慈悲恩典，更或许辜负了这位比丘尼善意的期望，但我还是自知之明的告诫自己这种“恩赐”不属于我这种人，攀缘只会增长贪心并无他益。我知道自己只是个刚迈进佛法殿堂的边缘人物，登不上大雅之堂，还无法接受这个对他人来说或许是天赐的良机。于是我毫不犹豫的婉言谢绝了，虽然她很遗憾，但那确实是我内心真实想法。不过毕竟没有遇到过这种情形，在我这凡夫人的心里对一个出家人的断然拒绝是否合理、是否犯了戒律我还是心有余悸。后来，在去哈尔滨参加考试时顺便问了闻思修比较好的一对夫妻道友，他们更深的给我阐述了一些道理，使我更加从内心深切感到闻思修的重要和大恩上师不可思议的加持力。

学佛的路途上总会遇到问题，当面临考验时，你会更加深深体会学习正知正念带给你的利益。记得还有一件事让我记忆犹新。由于北方的历史遗留问题，周围我认识的人很多都很信奉“仙”“神”等，常常爱找他们算命看事，我的同学和朋友中也有民间说的“出马”之人。我有个直系亲属非常信，为此浪费了很多钱财，一次从吉林来一个所谓道行高的“女仙”被请到家给全家人看命，正好我也在，攀谈中知道她也信佛，如今却不远千里来到长春是要认一个道士为师，看到她当时所谓“大仙”附体手舞足蹈、摇头晃脑、烟雾缭绕的情形，并为此自己感到很自豪的样子，我也不便多言，只是心里默默为之惋惜。晚些时她的道士师傅也来了，看到我后，不知是何缘故非要收我为弟子，正由于闻思使我从理论上懂得了大乘道与外道的区别，也正是由于闻思让我了解了外道有漏神通等这些世间人认为很神秘的技能产生的来源，帮助了我遇到眼前的情况能相对理性的看待。道士酒肉不忌，交谈中大谈自己降妖除魔的功力，炫耀自己如何杀旁生给人治病的“功德”，我当时听着心中为那些被杀动物感到无比的悲痛，也为眼前的这个道士感到由衷的悲哀。之后他几次电话打来让我拜他为师，我都断然予以拒绝，那位亲属后告之说当时的那个“女仙”也学密宗的，我听后更是心里为她感到难过。我想她可能只是拥有了一个密宗徒的名义却从未深入的学习，或许她连密宗弟子的最基本戒律都毫不知晓，否则绝对不会已入密却再拜一个外道为师。此事也更加让我再一次体会到闻思在我们学佛人的道路上不可或缺的重要性。如果我当时没有闻思，或许听到道士那云里雾里的言辞也像那“女仙”一样就这样跟随而去，走上了一个断了大乘慧根的不归路还可能全然不知。我心里万分感激能得到上师三宝的垂念闻思大乘论典，恩赐我遇到正真的善知识，否则学佛路上的诱惑没准也让我如她一样误入歧途。

正所谓人生百味，如戏如梦，每个人都在人生的舞台上扮演着不同的角色，修习路途上遇到的情况也各

有差异，其中的经历与感悟没有办法用语言一一阐述。但无论怎样，我坚信只要按着大乘佛法的教理行事，按着上师的教言谨慎取舍，保持正知正念，总会有进步的。

我不能和根基上乘的道友们比，直至心性成佛的奇迹不属于我这种人。我深知自己的愚笨，上师的教言告诉我们好高骛远，妄想即刻证悟对于末法年代的我们是不现实的，只有一步一个脚印的走，这样修习的成果自己才能感觉踏实。佛法不是只闻思就够了，更要将闻思的道理融于实际修行中，佛法是用来调服自相续的，并不是只让我们看着满桌的佳肴想象其味道的，是让我们亲自尝食的。同样夸夸其谈佛理的结果并不能代表自己心相续有了调柔，闻思是为了让我们懂得道理后去实修，是让我们将其佛法妙药融于日常实际的行、住、坐、卧中。我记得法王如意宝也在教言中说：“戒律是学佛的根本，闻思修是学佛的基础，弘法利生是学佛的目的。”只有深刻认识并如法随行才是大乘的种姓。

我随喜那些福报具足的富商居士们可以布施巨财做种种善事，我现在虽然做不到但我自己从不杀一只蚂蚁含生的小动物开始；虽然我没有大量的钱财可以放生，但我按上师开示的方法去超市、菜市场时可以在那些肉制品、海鲜品的专柜前念佛号、念咒语；我随喜那位默声勤恳的大施主发心帮助那些失学儿童建立希望小学、救济大量的贫困家庭，虽然我现在无法做到但我可以在上师的慈悲感召下把买高档化妆品、服饰的钱省下来为学院尽点微薄之力；虽然我生活的都市比不上山里的阿兰若，但我向往的同时可以试着按上师的指导创造一个相对安静的修行环境；虽然我现在没有福报能像那些身穿红色袈裟的出家师傅们天天亲眼目睹成就者们的圣容，但我可以通过网络光碟看到、听到尊者的教言；我随喜出家僧尼们可以整日沉浸在闻思修的快乐海洋中，虽然我现在因缘还没具足不能前往圣地，但我尽量时时处处遇到烦恼时以佛法调服自己的心相续；虽然我所处的地方比不上藏区浓厚的学佛环境能让修行人不用担忧的大声唱着六字真言，但我可以在外出行走时按上师的教言心里默默的为脚下无意中可能损害的众生念诵四皈依；虽然我还时时处处被烦恼的魔军纠缠，不能像山里的修行人夜不倒单，但我按上师所说“狮子卧”睡法试着锻炼自己，当然往往第二天早上醒来发现自己仍是仰面朝天，但我还会继续努力；虽然昏睡的魔障时常来打搅我，可我在敬佩学院的修行者们三更起床开始闻思修习的同时，尽量按上师要求早上4—5点起来开始修习；虽然我的生活环境只有我一个人吃素，父母亲会因我的菜品单调而担忧我的身体时时的唠叨、朋友们也因我吃素的习惯在偶尔聚餐时没法点菜、不能对酒当歌而懊恼，但我还是坚持按大乘最基本的戒律要求自己；虽然由于我的业障深重无法产生智慧，甚至无法像其他道友那样能很快背下颂词、通达法意，但我可以时常忏悔、尽量努力做到每天花上7、8个小时来闻思修学；虽然辞职后生活会很拮据，月薪上万的聘请又一次让我婉言谢绝，朋友们也误解我桀骜不驯、不可理喻，但我还是不后悔错过的所谓“机遇”。熊掌和鱼兼得的奇迹不是我这种定力差的愚笨凡夫能消受的，好不容易下定了决心给自己一份可以享受佛法妙音的时间，我怕忙碌的工作和俗事的烦乱让我无法静下心来修习；虽然由于颠倒迷乱让我们沉溺在水月般虚妄不实的轮回中，但能够在善知识的悲悯指引下有机会闻思修习大乘佛法，有希望认识自身本来面目，我由衷的感激更是倍加珍惜。

我记得一个哲人曾说过：“一个人一生用心专注做一件事总会成功的。”上师也告诫我们尚未成就之前，不应放弃精进闻思修行。现在我被三毒损恼还不能达到大乘教言对一个修行者的要求，但我心里告诉自己：“佛法甘露已经在上师三宝的慈悲垂念下让我们足不出户就有幸感受到她曼妙的沐浴，难道我连抬手打开窗的机会都不能给自己吗？！诸佛菩萨化身的善知识们已经把美妙甘甜的佛法蜜汁送到我们的口边，难道自己认可忍受饥饿也不能动动嘴唇吗？！做任何事一曝十寒是肯定不能成就的，只有白首穷经才能有收获。与其坐在这如“月称父”般呆滞木讷的奢望等待奇迹出现，还不如扎扎实实从点点滴滴做起，哪怕一年只迈出了一小步也有望缩短和目标的距离。”我只有不断的祈祷但愿我这种对佛法的热忱能在上师三宝的加持下不断的延续下去。

总而言之，《入行论》赐予我的太多太多，能在有生之年拜读参学已是一大幸事，世间纵有再多的绚丽言辞也无法完全形容出一个弟子的感恩之情，如果说点点笔墨能让我稍示情怀那我想说：“当我幸遇佛法并受到修持时，我深切感恩上师三宝的加持与垂念；当喇荣沟正法的号角传遍世界各地信徒的心田时，我深切感恩法王如意宝慈悲妙慧为四众开办显密道场；当佛法曼妙的甘露如涌泉般响于我的耳畔时，我深切感恩悲悯的大恩上师如春蚕般为众生无私付出的心血；当我能在温暖舒适的家中通过网络接收上师开示时，我深切感恩大恩上师不辞疲倦的慈悲摄受；当冬日的严寒无法阻挡法师们无私奉献为我们做辅导时，我深切感恩她们忍受着冰天雪窖、寒风瑟瑟为我们不遗余力所付出的艰辛；当我在喧嚷都市里毫不费力的就能得到精美的法本、光碟、种种佛法资料时我深切感恩那些为我们晨兴夜寐、夜以继日辛勤劳作却默默无闻的发心人员和道友助伴。。”在这里，再多的话语说起来都会显得那么平淡无味，再多情感表达的言辞都会显得苍白无力，我只有在诸佛菩萨圣像前默默祈祷、默默祝愿、默默立下永恒誓言。

此时窗外的雪停了，阳光拨开了云雾普照着大地，又一个春天即将来临。。。。。

完成于（2009年1月10日）法王圆寂纪念日

[帖子来源：致大恩上师索达吉堪布](#)

七十老人初学《入行论》

顶礼诸佛菩萨！顶礼本师释迦牟尼佛！
顶礼文殊智慧勇士！
顶礼传承大恩上师！
顶礼索达吉堪布！

是您给我带来了如意宝——《入菩萨论》让我尝到了菩提之甘露，获得了如此暇满的人生，感恩！感恩！！真的十分感谢!!!

虽然我已年愈十，也亲近了佛法许多年。但今天我才真正地懂得什么是学佛，怎样才能学好佛。学佛就是首先要发菩提心，学佛不只是为了自己求佛菩萨保佑，净化自己，求自身庄严。学佛就是要为度化一切众生，为利他，求正等菩提，获得无上圆满的正觉果位。学佛必须懂得揭示自己的灵魂，改正一切恶习，为利益他人，从新做人。

佛说，无始以来到今生，我们都造了很多的业，如口服恶毒药，必须忏悔罪业，才能获得解脱，才不会堕入恶趣。这了求得解脱，受持菩提心很重要。从此对三宝坚信不疑，祈请一切佛菩萨，金刚上师垂念，从而在自相续生起坚固的菩提心。为了生生世世永不离菩提心，就得严格地要求自己进行修持，尤其是在自相续中对治自己的烦恼，千万不可放逸。在日常生活中，点点滴滴垂念佛菩萨。学他的品德，智慧、悲心要求自己，杜绝贪、嗔、痴、食、睡五毒，虚心学习，不断地净化自己。

近三个月的《入行论》学习，真的让我懂得了很多道理，学到了很多从前不曾听说的知识，帮助我解决了许多难题，在此要学也学不完。

原来瞎修盲修了许多年，只知道“诸恶莫作，众善奉行”，可就不懂得从理论上认识提高自己，不懂得发菩提心，一切的一切都得利益众生，除掉我执，原来只说要修空、净，可怎样才能做到真正的空净？却一概无知。只是哀叹，老了，想修也来不及了！今天我知道了，原来只要发了菩提心，就可以保你生生世世离苦得乐，利益众生，这真是皆大欢喜。

现在我虽已老弱，可精神豪爽，自从接触到《入行论》以来，从精神到身体都有了大改观。每天我早晨4:30起床，做完了早课，6:00准时修持《金刚萨埵修法仪轨》，念诵半个小时以上。白天看光碟、读书、写作业。我彻底改掉了喜欢看电视的习惯，看杂志的毛病，一心只读佛书。故此，增上了善根，与家人、朋友关系更和藹、融洽，无事不出门，少了许多烦恼。

更让我庆幸的是，我不仅精神面貌改观了许多，身体健康也有了大的发展。每天身轻气爽，无有痛苦。而且我还觉得自己变智慧了。很长时间我没有握笔了。因为眼光头昏，懒的动脑，今天我提笔竟然写了这么多，但手脚笨拙多了，没有力变。思维不清晰，肯定词不达意，可这才是我的真实写照，请各位老师能谅解。

最后我要感谢堪布，我非常喜欢他讲课，他是我的好老师，如果我不死，我一定要天天听他上课，还想亲眼见见他。

祝他幸福长寿，福禄双全！（请转告）

（江苏一学生）

[帖子来源：七十老人初学《入行论》](#)

《入行论》学习体会精华答题节选

《入行论》学习体会精华答题节选（1）

（圆航 深圳）

我虽从小随母亲皈依佛，但由于没有深入闻思，对佛法的认识流于表面，甚为肤浅。一方面因为佛教书籍浩如烟海，内容博大精深，而我缺乏指导，不知从何看起；另一方面，作为在家居士，放逸散漫，没有集体的督促，学习起来总是三天打渔，两天晒网，无法坚持。

2006年，索达吉堪布组织居士学习《入行论》，解决了我的两大问题：一、堪布帮我们挑选论典，制定学习计划，使我能够系统而学；二、集体的学习起到严格监督的作用，每周集中讨论交流提问，使我不敢放松，提前在家听光盘，并完成后面的思考题。

就这样，通过两年多的学习，我不仅完成了《入行论》201课的传承，对大乘佛法有了坚定的信心和热切的渴仰，从思想上彻底改变了原有的自我为中心的邪知邪见，树立起一个佛教徒应有的人生观，同时确立了自己的人生目标——爱他弃我执，所以，入行论是引领我趣入正道的一盏明灯！

在一开始学习时，上师就讲过，入行论是集汇集论、次第论、实修论和解隐论于一身的殊胜论典，而我自己也觉得，我从这四方面获益很大。

入行论是一部汇集论。它是根据《学集论》的内容而成，而《学集论》又是从105部佛经中摘抄而成。在学习《入行论》的同时，我翻阅了《学集论》，看了以后，我非常震撼。原来《入行论》中的每一个颂词都是寂天菩萨从众多佛经中提炼出来的，每个颂词背后都有大量教证作支撑，这也是一开始寂天菩萨说的“此论未宣昔所无”。大菩萨们深知末法众生寿命有限、智慧有限，为了让后人只学一个论典就通达大乘全部教义，寂天菩萨将大乘经论的所有精华汇集一处而撰著了《入行论》。每每想到这里，我总是被感动得双眼湿润了，从中让我体会到寂天菩萨利生深切的心和严谨的治学态度。寂天菩萨及诸传承上师用自己的实际行为完美地诠释了《入行论》的精神，也开启了我对菩提心的信心及渴求；

《入行论》是次第论。以前自己学习佛法时，没有按照一定的次第，见解混乱，碰到很多问题自己无法解释，对佛教一直没法形成系统，整体的认识多年来未能真正入道。而《入行论》将佛法中关于菩提心的教言严格按照道次第进行编排，先是前三品讲发心的广大利益，集资净障的殊胜窍诀等引导我们的内心对菩提心产生强烈的意乐，让未生者生起了菩提心，接着四到十品按照布施、持戒等六度的次第依次引导我们在实际生活中如何修学行持并使菩提心不断地稳固并增长。每品的开头都有承上启下句，充分体现了寂天菩萨思维紧密严谨，通过环环相扣的思路来渐次引导，成熟我们的相续，让我们顺利地掌握趣入菩萨行的窍诀，也把佛法灵活善巧应机施教的特点发挥得淋漓尽致！就从这点，也让我对佛教的智慧产生很大的信心，这种信心跟我以前只知道学佛就是烧香上庙有着天壤之别！

《入行论》是实修论。学习本论之前，我一直认为所谓实修就是闭关，或者禅坐，或是修学走到一定境界的人才能做的，初学者不宜实修等等，在见解上也一直将闻思修世出世间法截然割裂开，无法圆融，待人处事偏执。学习《入行论》的过程中，索达吉堪布的讲解和师兄们的辅导将我这些错误或不圆满的见解全部纠

正过来。

原来，对初学者而言，最好的实修就是思维修，而《入行论》就是一部着重培养我们思维修的殊胜论典。通过朗读、背诵《入行论》颂词并反复思维其中义理，就能让我们逐渐摒弃邪见而相应于寂天菩萨的正思维。精思入微，这种培养我们正思维的修法正是止息妄念、开启智慧最好的实修方法。而且将听闻的佛法反复思维、抉择，直至这些法义融入自己相续，这一过程将闻思修有机地结合起来，闻中有思，思中有修，修的体验又促进我们听闻的希求，三者相辅相成，缺一不可。这彻底颠覆我以前对禅修的错误观念，并找到一个切实可行的修行方法。想到这里，我对寂天菩萨、索达吉堪布还有辅导的同修心存无尽的感激！

此外，当我们把《入行论》的到了运用到实际生活中，这也是一种实修。这一过程，让我明白了大乘道的修行就是在利益众生中消融我执。“所有世间乐，悉从利他生；一切世间苦，咸由自利成。”这一坚定的信解让我改变了以前以自我为中心，自私自利的狭小心量。决心在实际行动中，给予他人更多的关爱，凡事要先为他人考虑，将心比心，修持自他相续。这样串习一段时间后，我的心胸宽广了，生活也比以前快乐了。而这些转变都是得益于《入行论》。如“第六品”，菩萨用巧妙幽默的比喻（“譬如屋着火，燃及他屋时，理当速遗弃，助火蔓延草”），尖锐的理证（“诸佛为有情，尚且不惜身，愚痴我何故，骄傲不待众？”）和殷切的教诲，还有“第八品”的自他相换的修法等，教导我们如何止息嗔念，调伏相续；再者，本论用了相当的篇幅，从不同侧面，不同角度让我们思维死亡无常，暇满难得等内容，每每忆起这些颂词，就会有一种刻不容缓的急迫感涌上心头，使我不敢懈怠。如“第七品”“他尚勤俗务，我怎悠闲住”一想到世间人仅为生计都能付出如此艰辛的劳动，起早贪黑地勤作，那更何况我们是为了自他解脱大事，又有什么理由不精进呢？所以，现在我的瞎眼时间也比以前减少了。本来这样的教言还有很多很多，以上只是拾取几例说明，在我看来，这论中每一个教言都弥足珍贵，足以改变我们的一生！

《入行论》是解隐论。般若智慧是佛教的精华，《入行论》中每一品都闪耀着智慧的光芒，而“第九品-智慧品”更是着重阐述了智慧的本体、分类、修持方法等，开显佛陀二转法轮的甚深密义。在没有学习《入行论》前，我一直对般若空性有点望而生畏，但这次堪布以浅显易懂的语言深入浅出地讲解了空性的内容，并避开了各大教派之间的许多辩论，直接抉择中观应成派远离四边八戏的大空性法义，令我系统掌握了空性法门的教理。也了解了佛教四宗的不同见解，增强了我对空性智慧的兴趣和信心。彻底明白了让我们生生世世流转轮回的根源是烦恼障和所知障，而根除它们最好的方法就是修习空性法门。在实际生活修持四念住时，我也发现用空性教言对治烦恼很殊胜，它比其他方法来得更直接，更猛利！

总而言之，《入行论》是一部能使顽者廉，弱者立的旷世巨著！**在此结笔之际，我也诚心发愿，将穷尽毕生精力学习此论直至相续中产生真实无伪的菩提心，同时，也愿未来清新的《入行论》的黄花能在每一个众生的心间绽放！**

帖子来源：[1.《入行论》学习体会精华答题节选（1）](#)

《入行论》学习体会精华答题节选（2）

（莉莲 宁波）

学习《入行论》这么长时间，我的行为、心态、意愿等方面都发生了很大的变化。

以前，我自认为是个善良正直、严于律己，宽于待人的好人。但平时从未把人与动物视为平等。认为，人是万物之灵，高于一切，杀生、吃肉是正常的事。虽有时听到动物被宰割时的尖叫，也动点恻隐之心，但从未从心里去关心过他们的死活。在待人处世方面，表面上谦和，但骨子里高傲、冷漠，从不与一般群众主动谈话，我执极深，万事只要得理，非要与人争个明白。以前只从学校接受过唯物主义的教育，从未接触过因果空性等佛学的理论。

自皈依佛门后，虽看了点佛教书籍，因不系统，东一头，西一头，整天盲修瞎练，不知如何是好。

很快参加了《入行论》、《广论》的学习，通过系统学习，明白了佛法包括世规和佛规。自己以前只是个世规遵守得较为好一些的愚痴凡夫，以佛规来对照自己，不讲无始以来所造的恶业，但就今世，自己已造下了令人惊恐不已的恶业！若不遇到佛法，肯定趋向恶趣！无明遮障了我的智慧，颠倒分别，我真正感到自己的不净、可恶。

随着课程的深入，上师的传承渐渐融入了相续。在上师三宝不断加持下，我渐渐觉得自己的大乘种姓在苏醒。上师所讲授的大乘佛法的教证理证如甘露雨一般，洒在我干涸的心田上，滋润了快要枯死的心苗，这是一个新的天地，欣喜之余，我拼命地汲取。

我边听边思维，把佛法的道理通过上师的方便窍诀和自己的日常生活处人接物联系起来。不会跟别人争执不休了，即便是别人误解了，亦能忍下来而不辩驳。我老伴不信佛，刚强难化，坚决反对我学佛。开始，我跟他争个昏天黑地，且要一两个星期、甚至一个月不理不睬，冷淡度日。现在我明白不能与他争执，以免他犯下谤佛的恶业。他的错，实际上是自己的错，是自己的恶业和执着感召。今天有这样的结果，我不怨他，反而可怜他的愚昧，我为自己、为他忏悔。心结解形，我很快就平静，很快如平时般地与他相处，这是以前没有的事。修安忍，决非懦弱，却需要极大的勇气。面对自己以前没发现的缺点、毛病，通过他的嘴暴露出来，若自己改正了，就前进一步，我倒应该感谢他。若争执不休，嗔恚会烧毁善根，自他两不利，整整修好安忍，处于低位，既能打开心量，又能保护自他利益，因此是一种大肚，是一种慈悲。

课程不断地深入，通过观寿命无常、轮回过患、四无量心、慈心、大悲心、出离心、自他平等、自他交换等，对众生的看法有了根本的转变，我不再夜郎自大了。任何一个众生，无始劫以来都做过自己的母亲，现在他们因愚昧而受苦，它们和人一样，都在乎自己的生命，只是无力保护自己，只好任人宰割。临死前的惨叫是怨恨，亦是呼救，我为自己以前的观念而羞愧、悔恨，以前我没法走进菜市场，没法面对那些可怜的众生，现已养成习惯，一进菜场，就会不由自主地念观音心咒。虽然我现在没有能力超度他们，但真心希望这些可怜的众生再也不要堕入恶趣，能暂时得到人天福报，最终成就正果。

在观修金刚萨埵心咒，以四对治力深深忏悔自己的杀生过患时，眼前出现了被我用开水烫死的蚂蚁，它变得有三四寸长，四脚朝天，在痛苦抖动中死去。我心痛起来，双手合十，痛苦地哭起来，泣不成声，牙齿打

颤，身体痉挛，口不能言，心里只会说：“对不起对不起”。后来，卫生间有一只大头蚂蚁在我手上咬了一口，虽手肿得如发面馒头，但我一边骂自己，一边用纸把它抱起来，为它念四皈依，从窗口放走了他，后来，卫生间的蚂蚁奇迹般地没有了。

只有佛法能救自己！无常随时会来，只有在有生之年，把握住当下，精进认真，深入地闻思修行，减弱并断除我执，生起并增上菩提心，处处为众生着想，不断忏悔，不仅为自己，要为法界众生忏尽业障，把所有善根统统回向菩提，希望自己的父母众生早日离苦得乐，早日解脱。

佛法博大精深、理性，我从先前的不理解、偏颇到现在能清晰地认知佛法，佛法改变了我的生命。虽然今世佛缘结得很迟而深感遗憾，但庆幸的是在我退休后，还是遇到了佛法。我会倍加珍惜这令我重写自己后半生历史的如意宝。现在社会风气日下，灾难战争频繁，若能学习修习佛法，以世规、佛规严格要求自己，以殊胜菩提心来利他，那社会就会安定，世界就会和平，灾难就会减少，人们的一切会和谐，娑婆就能成净土。

帖子来源：[2.《入行论》学习体会精华答题节选（2）](#)

《入行论》学习体会精华答题选（3）

（青美卓玛 浙江）

学习《入行论》这么长时间，我在很多方面改变了。

首先，我在发心和发愿上有了改变。过去信佛是无知的、迷信的，在诸佛菩萨前祈祷全家平安、身体健康。现在则首先祈祷世界永远和平、众生离苦得乐，终成佛道，并把念诸佛菩萨名号、心咒、课诵、放生功德回向给一切众生。

其次，在不杀生方面的变化。过去误认为猪、牛、羊、鸡鸭鱼肉可以吃，根本不知道犯杀生罪。自从学习《入行论》后，我已戒杀吃素，并劝亲友也不要杀生。因家住农村，在白留地上种了些青菜。过去经常在菜地上施农药，杀死很多生命，现在明白了因果报应，不敢施农药。今年夏末秋初，播了三次青菜籽，前两次的青菜都布施给了青虫，第三次刚被青虫吃，别人帮我施农药，才有青菜吃。过去误认为蚊子苍蝇是害虫，可以消灭。现在为它们皈依三宝，念观音心咒回向给它们。夏天晚上，蚊子很多，影响了儿子，他给我买来液体灭蚊灯放在屋内，门外蚊子不会飞进来。

最后，在心理方面有些改变。

一、经受了婚姻破裂的打击。2001年6月20日，曾经真正相爱的丈夫逼我离婚，我想不明白，又气又恨想一死了之，每天以泪洗面，承受了很大打击。现在我有幸学习了佛法，懂得了业因果的道理，这是我前世欠他的，心理平衡，把坏事变成好事。现在我可以一心一意学习佛法。过去恨他变心，现在觉得他很可怜，我想以后有机会一定要度他。

二、经受了老年丧子的痛苦。2003年8月30日，信佛、孝顺、善良的大儿子患肝癌离我而去。当时真的是痛不欲生。刚从离婚的阴霾中走出，我为了痛失36岁的儿子不知流了多少泪。又不知我前世造了什么罪，2006年6月中旬，二儿子又患肝癌，要不是学习了佛法，我能承受得了这么大的打击？不是受不了过份的痛苦而死去，就是会精神失常。我深刻认识到了是佛法救了我，是诸佛菩萨，是上师们，是好心的师兄救了我们母子。

二儿子现在身体已恢复健康，上全日班。现在我不再流泪，流泪只会哭坏双眼，只有诸佛、菩萨、各位上师才是我们众生的救星。我一定要好好学习佛法，尽自己的能力把自己的亲身经历告诉有缘众生，劝他们也学习佛法，以报佛恩。

帖子来源：[3.《入行论》学习体会精华答题选（3）](#)

《入行论》学习体会精华答题节选（4）

（广东 土登曲准）

看到这个题目，我真不知从何写起，真的感触很深。

我今年 50 多岁了，从小受的是世间的教育，母亲是基督徒，父亲是共产党员。在我从小的印象中，佛教是迷信、落后的东西。我在世间的这所学校中学习一切世法和知识，读了大学，成了一名医师。我一直在尽力恪守医德和父亲的教言来行医。但是在我的病人中，有很多医学和当今科学无法解释的现象，我感到非常困惑和迷茫。我也接触过基督教、天主教，也被人动员过加入基督教，我也为基督徒所作的大量的慈爱工作而感动。但是，从中，我总感觉不到内心真正需要的东西。这些所谓的慈爱的工作都是表面的，缺乏内心深层真正的触动。那时，我不知这个内心深层能触动我的东西在哪里？但我很清楚地知道，基督徒、天主教等等，这些并不是我要的。

也许是因缘吧，我是从学习《入行论》后，开始对佛教有了深刻的认识。随着学习的深入，我聆听索达吉堪布的传承，按照《入行论》的要求一步一步去做，内心不断地充满了求法之喜。一进这个门，就欲罢不能。我佛学基础差，小组里很多师兄都已学佛多年，他们经常鼓励我，看不懂的地方我就查阅资料。我感到佛法要我生生世世去求，三宝是我生生世世的皈依。

感谢佛菩萨的加持，感谢诸位上师的加持，感谢本尊空性护法的加持，我感到自己和学习《入行论》之前换了一个人。周围的人都说我变了很多。我明白了佛法才是一切安乐的因，是摆脱轮回的解脱的根本。佛法不仅仅是一种理论，他超越了医学、科学等世间的一切学说。平原上的人不可能知道攀越到山顶后看到风景的感觉，只有真正趣入了佛法，才能体会和证悟到它的善妙。依靠佛法的威力，才能遣除心中的一切疑惑、怖畏和痛苦。

在佛法中，我厌倦了名闻地位和钱财，我尽量去帮助我身边的人和病人。在治病救人时，不忘看时机因缘，尽量以佛法影响他们。不管是已经痊愈还是无法痊愈的，都在他们心中播下佛法的种子。已经有不少病人皈依了三宝，我由衷地感到欢喜，更坚定了信念。

过去，当心情郁闷，我喜爱逛街，乱买东西。现在，我的心情不再散乱。随着《入行论》的学习深入，我现在心平气和，对逛街购物已经没有兴趣。呵呵，舍不得乱用钱了，而是把钱用来供养三宝，布施和放生了。

学习《入行论》后，我推掉了所有的吃喝，尽可能地不去参加各种会议和外出开会，把时间用来学习《入行论》。闻思修的时间都不够啊。工作至今，衔头不少，我准备辞去所有无意义的头衔，避免占用修行佛法的时间，修习佛法才是今生的首要！我也尽可能影响同事们，向他们说明佛法的意义。自己做好，以实际行动影响他们，以善巧的方法引导他们。

佛法就好比深山里的宝藏山洞，进去后会发现这个洞里有取之不尽的宝藏；佛法好像深海，可以在里面遨游、锻炼自己，佛法的好处说不完啊。

学习《入行论》，我感到首先要有正知正念，要生起信解。我看了《白莲花论》、《百业经》、《因果的奥秘》

等书，从对因果半信半疑到现在坚信因果真实不虚。“菩萨畏因，凡夫畏果”，我尽量小心翼翼地守护身口意三门。过去认为自己做人正直是应当的，现在按《二规》中做人的准则来做，按《入行论》来修持大悲心，调伏内心。过去自己脾气急躁，眼睛里容不了沙子，现在用善巧的方式来处理问题。

凡事在于“心”！做任何事情都要以利益众生为目标，绝不可自私自利。学习了《入行论》，我才知道世界上有一颗最宝贵的心——菩提心。虽然暂时我还不能恒常以菩提心摄持自己的心，但我发愿：生生世世以菩提心来利益众生，愿众生都能成就圆满的佛果！我现在无论出行，还是做事，都会常常思维菩提心，并以此来修习自己的身口意三门。

学习《智慧品》后，对唯识和中观有了初步的了解，懂得了更多更深的佛法道理。我真正感到佛陀不可思议！佛法不可思议！上师不可思议！

学习《入行论》已经结束了，但我会一直反反复复地学习《入行论》，以此闻思修，最后达到开悟。

最后，愿以此善根和学习《入行论》的功德回向给一切众生，愿他们离苦得乐，获得真正解脱！

帖子来源：[4.《入行论》学习体会精华答题节选（4）](#)

《入行论》学习体会精华答题节选（5）

（江苏 金桂英）

2006年，慈悲的佛陀悲悯我辈，再次示现为凡夫相——大恩上师索达吉堪布，广传《入行论》，把我们从轮回的苦海中引领出来。

我们学习佛法，就是要学习佛菩萨如何对待众生，我们也照着做。学佛之后，接触最多的是家人、亲友、其次就是金刚道友。对不学佛的家人亲友，自己强制性的，刻意地告诉自己：他们是自己的善知识，是佛，是上师，他们所表现出的一切，不论好坏，都是在成就自己的六度万行，因为有了他们，自己才要发心，修菩提心。没有他们，又如何修“自他平等”、“自轻他重”呢？从他们身上，我体悟到：自己是一切痛苦的来源，他人是一切功德的来源。学佛的目的，除了自度，更重要的是度他。

家人与自己最有缘，所以必须要以自己的高尚行为，自觉，无私的奉献精神来感化他们。平时，最好的饭菜，衣服等让给他人，苦脏累等别人不要的，留给自己。对在家居士而言，家庭是自己闻法修行的主要道场，自己要用清净心来营造这个坛城。释迦牟尼佛时代，马胜比丘以他殊胜的威仪慑服了外道舍利子，成为佛陀的十大弟子。学佛人，外在形象行为如理如法很重要。身教重于言教。我只能用我的言行为家人表法，说法，感化他们。

家人由开始的反对到沉默，再到不反对，到支持、赞许。认为学佛人的脾气比不学佛人的脾气好，从而，默默之中，为自己闻思佛法提供了许多方便，这都是佛法加持！

在与同修道友相处中，尽量做到：把别人放在最高处，把自己放在最低处，共修时，提醒自己不说与学习讨论的内容无关的话题，取人之长，补己之短。通过共修，断除懒惰，懈怠，把道友作为自己闻法修行精进的助缘，人生难得，佛法难闻，今生不像此生度，更待何时度此生？！

《入行论》太殊妙了！是人生旅途的指南针，是患者的医生，权威的处方，是人生苦乐兴衰成败转为道用的绝招，是引领五浊恶世的众生脱离苦海，获得解脱成就佛果的窍诀，是断除贪嗔痴慢疑的灵丹妙药，有了你，我们一定能解脱，一定能成佛！

帖子来源：[5.《入行论》学习体会精华答题节选（5）](#)

《入行论》学习体会精华答题选（6）

（湛江 许乔峰）

学习《入行论》，收获无法一一列举，与前相比，对佛法更深入认识，择要概括几点：

一、明白了修学大乘佛法的关要是生起真实 无伪的菩提心，并切实身体力行。

以前自己比较偏向空性智慧方面的学习，觉得空性智慧是最重要的，是证悟实相的关键，但学了《入行论》后，我从一个比喻理解了菩提心、智慧和佛果的关系：

佛果从菩提心和智慧所生，菩提心为父，智慧为母，是否成为真正的大乘种姓，关键是是否有真实的愿菩提心和行菩提心，而菩提心又以大悲为根本，回想起来，以前对大悲心的修习实在是太少太少。

二、懂得了二谛法。

通过学习理解世俗谛和胜义谛，遣除了一直以来心中的众多疑惑。对“既然无我，因果如何安立”之类的问题，在学习了世俗谛和胜义谛之后迎刃而解，不再有疑惑。感觉二谛的抉择对理解诸佛与上师的密义非常有帮助。明白了见解越高，行为越如法的道理，正是“高高山顶立，深深海底行。”

三、修学佛法要依次第而行，不可好高骛远。

《入行论》十品的次序实际也是修学佛法的次第。从了知轮回痛苦，发出离心到知母念恩生起大悲心菩提心，到菩萨的六度万行，同时要以胜观的智慧摄持整个六度万行，最后把所有的功德利益回向众生。如此才能成就佛果。整个修学过程，心是关键。每一个次第都要从心里屡屡串习，形成坚固定解，并落实到行动上，如此才有解脱的希望。而自利最重要的窍诀是利他。正是“诸苦由求自乐生，圆满正觉利他成。”切不可表面上有一些空慧，心地与行为上却没有善法。

帖子来源：[6.《入行论》学习体会精华答题选（6）](#)

《入行论》学习体会精华答题节选（7）

（丹增宗巴 济南）

弟子出生于五十年代，在生死轮回的苦海里挣扎了一世又一世，一直未觉悟。到了这世，弟子仍旧执迷不悟，在沉重的烦恼业力支配下，为了名利不停地争斗——从车间工人到基层管理人员，然后到副厂长、厂长、副总经理、总经理、党支部书记，佛菩萨一直呼唤着我这个迷途的孩子：“回来吧！回来吧！”但我已经完全偏离了人生正常的轨道，直到有一天，医院给我判了死刑——癌症，我才幡然醒悟，皈依了上师三宝。

我皈依上师三宝，只是为了自己的病和身体，是自私自利的心态。我愚痴地认为佛教只是调整身心，改变厄运的方法，从未系统地闻思过。虽东学西看，抄写经书，诵经持咒，但始终也没有理出一个清晰的轮廓。

通过学习《入行论》，我更加清晰地全面地认识了佛教。佛教是将利益众生放在首位，是无我的境界，般若空性是佛法的核心，见解脱的根本。经过两年多的学习，我在大乘甚深正见方面取得了一点点进步，这让我感觉比得到万两黄金更有意义，更有价值，它使我相续中意乐和行为都有很大的改变。

我深深体会到：把时间浪费在引发贪嗔痴烦恼、增长毒素的习气上，不但没有任何利益，而且是在无意义地损坏自己。以前我经常上网，玩游戏、看电视、打电话，散乱的习气根深蒂固，因业障深重，前年泰山般舟道场行一日一夜般舟行时，我几度昏晕，头撞到门上，墙上……

通过学习，我已经知道如何正确地取舍，也下定决心要断除一切散乱的因素，真正向着远离生死轮回的方向跨上一步。

帖子来源：[7.《入行论》学习体会精华答题节选（7）](#)

《入行论》学习体会精华答题节选（8）

（圆吉 深圳明心斋）

顶礼大恩上师！顶礼诸佛菩萨！

感恩佛菩萨造论，感恩恩师翻译、传讲，感恩能令自己听闻、坚持学习《入行论》的一切因缘！（录制、印刷、流通、网络制作、学习场所、同行道友乃至得到暇满人生的一切助缘！）

仅仅忆念能够听闻到此论的无量善缘，心中已生起无限感恩，这正是因为学修本论踏踏实实地获得了很多受用！“暇满人生极难得……见此觉心最饶益”！在稍纵即逝的暇满中，菩提心最为殊胜！这是学习《入行论》之前没有认识到的。2004年第一次到学院时，内心一直惦记的唯有自己和自己的家人，没有为众生着想的真心。

初学《入行论》时，虽然从理论上了解到菩提心的殊胜，但能在心中生起菩提心还真得靠平时的真功夫。当时，每每读到一段颂词，我都感动到哽咽：“命绝诸苦痛，唯吾一人受，魔使来执时，亲朋有何益？唯福能救护，然我未曾修。”这段颂词十方形象地描绘出凡夫临终时深深地痛苦与无助，世间有太多众生根本毫无时间精进修行，不解生命的真谛生命的意义！我虽然偶尔因颂词的加持生起相似的菩提心，但一段时间后，又懈怠了。实在是业力深重。万幸的是通过串习，现在已有相当的进步，不再是糊糊涂涂混日子的人了。但无始的恶习又令自心进进退退。

因各种因缘聚合，我未能跟随菩提小组坚持学习《入行论》，这是令我深感懊悔的事情。当再次回到菩提小组时，已然发现坚持学修本论的同修们从

内到外发生了明显的变化，这令我对《入行论》对大恩上师更加敬佩。

学到《智慧品》时，十分欢喜。我特别喜欢颂词里一破到底的诸多教言，虽然对于辩论还未能掌握，但学到中观宗以二谛宣说“现而无自性”、“无生”、“四念处”等道理时，觉得实在妙不可言！对佛陀生起不共的信心。对“若实无实法，悉不住心前，彼时无余相，无缘最寂灭。”一颂十分珍爱。小组讨论时，我也经常讲些对无生空性的体会，闻受空性法门的欢喜常常流露于言表，不时还会沾沾自喜。岂不知傲慢的山上留不住功德的水！巨大的教训正在悄悄地等待着我……

一日，有人在大庭广众对我不屑一顾地作了一番奚落，我顿时被嗔恚的怒火占据，虽有正知正念的卫士令我最终没有爆发，但不悦意已明显显刻在脸上。记得当时的心中也十分想运用所学的教言立即对治，令心平静调柔下来。教言像过电影般从心前经过，但当时心中的嗔恚如决堤的陡山之水，势不可挡。我明明知道自己将一切执为实有了，但巨大的不悦意稳稳地压在心头，根本不想挪地方。后来我思索，决不是教言不殊胜，而是自己平时只耽着在理论上的听闻和夸夸其谈了，在思维上还未串习深刻，更何况用于修行上了。一旦对境现前，仍是倍感无力，仍然将一切都执为实有了。通过这次教训，我深深感到闻思修缺一不可。

学习《入行论》后，实在有太多太多的改变：比如，不再对亲友产生强烈的贪执，不再经常沉溺于世间琐事：电视、网络、吃饭聚餐、卡拉OK、逛街压马路都少到几乎没有，既省时间，又省钱。学习本论期间终于如愿以偿地戒荤茹素。不断发现到自身的种种不足，并在本论学到对治的方法，有的不足之处，已经圆满改正，有的不足之处正在进行改正，有的不足之处以短暂的修行未必能立即根除，但我已清清楚楚地知道了问题的所

在，相信在三宝及本论的加持下，加上自己的精进，一定能圆满修正。

短短几页纸无法抒怀我的转变及感恩，对上师的感恩不会停留在文字语言上。愿能够得知菩提心的珍贵，也能够行持六度万行，发菩提心利乐有情！

“愿今得果成宝王，还度如是恒沙众，将此身心奉尘刹，是则名为报佛恩。伏请世尊为证明，五浊恶世誓先入，如一众生未成佛，终不于此取泥洹。”

帖子来源：[8.《入行论》学习体会精华答题节选（8）](#)

《入行论》学习体会精华答题节选（9）

初学《入行论》，当了知菩提心的功德利益之后，恍惚如梦初醒，使我不禁对以前的痛苦做了深刻的反思。认识到一切痛苦皆业，源于自私自利之心，痛定思痛，我在行为上试着做了一百八十度的转弯。当我真的放下自我，试着以真诚心关心别人，利益别人，以感恩心去包容别人时，别人的幸福快乐也以反作用力的形式，无欺作用到了自己身上。身心获得了前所未有的祥和，快乐。这种体验使我树立了自己是一切过失的来源，他人是一切功德的来源的信心，也使我坚定地发起了世俗菩提心。

以愿导行，在行持的过程中，由于自己的烦恼习气深重，也遇到一定的问题。如在学法时，遇到打错的电话，对来电者生起嗔心；遇到有人需要帮忙时，虽去了，却表现出不易察觉的厌烦心。反观自心，到底是愿众生成佛还是愿自己成佛呢？这难道不是生起菩提心的障碍吗？在放生的过程中，对即将遭杀的生灵生起悲悯时，对高举屠刀的屠夫生起厌烦心。这难道不是与缘一切众生的菩提心相违吗？如此分别产生的烦恼，不正是应该以正知正念的利剑斩断的吗？了知这些，深入学习《入行论》的教言，首先守持戒律，断除恶业，观察自己身口意三门，并对对境缘修安忍，以勇猛的精进数数修持静虑，令世俗菩提心得到一些增长。

《入行论》含摄了大乘菩萨的修道，每一品都一味的殊胜，但最让我产生法喜的还是“智慧品”。

记得在学修过程中，心相续也曾经历过暗流，如在和同参道友大谈特谈空性时，虽没有争执，却表现出不易觉察的傲慢，仔细反观，这种缘于我执的傲慢连般若空性的边都没沾上，真是惭愧得无地自容。一切痛苦的产生来源于罪业，而罪业的产生来源于我执。对治我执的最好良药就是空性，而胜义菩提心的产生来之于空性的证悟。真正有度化众生的能力也源于证悟空性，获得无分别智的转依。仲敦巴尊者说：“证悟空性与大悲心的产生是同时的，而断除罪业也是同时的。”

在大恩上师的慈悲摄受下，在众多法师的辛勤付出中，我得以圆满地学完了《入行论》，心相续一改过去的自私心。初学佛时，回向善根都是以自己为主，现在知道了把善根回向无边的众生。我的生命因为有了菩提心，从此才变得有了意义！

帖子来源：[9.《入行论》学习体会精华答题节选（9）](#)

《入行论》学习体会精华答题节选（10）

（山东潍坊 圆明）

两年来，利用业余时间圆满了《入行论》，也贯穿了加行的修持，回头看看两年前的自己，诸多的差异顿时浮现在心里，思想和行为已在不知不觉中有了很大的变化。

首先谈一下内心思想的变化：

一、人生目标定位的变化：

两年前，带着从学院回来的余热，给自己重新规划了目标，将原准备退休以后才开始修行的想法变为工作之余即开始修持加行，等工作圆满退休之后再真正认真专注地修持，精力的侧重也在工作和世间法方面。如今的我，已将修行作为自己最重要的事情去做了。每当因出差等无法做完规定的课程时，心里的烦恼显而易见。

二、内心的烦恼少了很多：

对一个在物欲横流中生活的凡夫的我，各种引生烦恼的缘层出不穷，地位的变化，钱多钱少的刺激，天天干扰我这颗脆弱的心。此时，想起《入行论》里无常的教言，无我空性的道理，慢慢就会平息很多。特别是非常痛苦的时候，面对看似无法逾越的困难的时候，我也是被“逼”拿起空性的智慧宝剑勇敢地与烦恼斗争。

三、同情心强烈很多：

我是一个标准的硬汉，也有亲人称之为冷血，可现在无法忍受一些动物屠杀场面，主动放生的次数越来越多，每月放生花费钱所带来的心痛也慢慢消失。每次放生，内心的欣喜油然而生，自己也发愿有能力时能救度怨敌。

四、对三宝的信心不断增上，分别念减少

以前对个别上师有信心，但也不是特别强烈，对不同的上师分别心特别强。跟随堪布闻思《入行论》两年多，对学院的大堪布，活佛上师们的信心越来越强，心里也确是这样想，这些上师们是真正的佛菩萨，是照亮末法时代污浊黑暗的明灯，是我们无偏的指路者，依止他们的教言，跟随他们的脚步，相信有一天，我们也能举起智慧的宝剑，斩断自己的无明，进而照亮众生心中的愚痴黑暗，真正实践菩萨的六度万行。

五、对佛法有了一点定解，生起了坚定的信心

通过闻思，自己以前读《定解宝灯论》的模糊处明晰了很多，对佛说的究竟的现空无别的法界本来面目有了坚固的信心，心里也对佛宣说的最高境界的真理产生了稳定的信心，从而也使我对三宝的信心更强了。现在心里的感觉就是无论任何学说摆在我面前，我都不会理会他们，而是坚定地，毫不犹豫地选择佛所说，即佛学。

其次是为行为方面的改变：

一、对戒律的行持有了新的看法

不再像以前那样觉得没有什么，而是精心呵护自己所受戒律，也对守持更多的戒律有了欢喜心。

二、是与同事朋友等相处时

多了一些体谅，多了一些忍让，考虑对方明显多了，也容易原谅别人，即使有不愉快，嗔恨心也会很快平息。

三、在平常的言行举止中

平常开始按《入行论》的要求去做，虽然不能做很多，但一直在尽力，说话，行为都尽量不去伤害别的众生。与人谈话时，尽量让对方接触佛法，不管是旅途中，还是日常生活中，也不管是能让他念句佛号还是接受佛法的道理。

四、每天给自己规定了一定的必修课程。

我已经坚持下来了，但愿我的变化能让上师高兴，哪怕是一个开心的微笑。

帖子来源：[10.《入行论》学习体会精华答题节选（10）](#)

《入行论》学习体会精华答题选（11）

（辽宁 慧海）

顶礼大恩上师！

提起笔上师讲法的音容笑貌，跃然面前，眼睛又有些潮湿了，这里，我们由衷的说一声：大恩上师您辛苦了，随喜您为我们所做的一切功德，我们也特别感谢和随喜学会所有的菩萨们，你们也辛苦了。感谢上师，感谢学会的工作人员们为我们送来的如意妙宝，《入行论》讲记，让我们的自相续注入了法身慧命。

两年多的时间，七百多个日日夜夜，我们时常感觉到上师为我们挑灯夜诵，奋笔疾书的模样，上师为我们呕心沥血，一次次殷切的教诲如慈父般，我们感觉到了上师的加持与慈爱。

春来了，在我们的心田上，正在长出青青的禾苗，那是上师亲手播种子的啊。这青禾在上师的法雨甘露哺育下，一天天长大。必将长成菩提大树，结出大圆满的果实来。

初学佛时，我们什么都不懂，如盲人摸路，找不到方向，荒废了许多大好时光。是《入行论》讲记伴随着上师的智慧之光，启开了我们心灵的大门，使我们真正的认识了佛法，觉悟了人生，从而驶上了趋向解脱的快车道。从此我们的人生变得有意义了，恶的种子不断的消失、灭尽，善的种子不断的生根、发芽、成长。烦恼也一点点减轻，智慧也在一点点增加。世间法少了，佛陀的种智串习了我们的自相续。

《入行论》讲记从皈依的学处，发心功德，如何依止善知识到如何集资忏罪，如何断过生德等戒定慧三学法要，逐一完善了我们的修学次第，使我们明了了万行六度，慈、悲、喜、舍的心法行持，智慧品更是让我们初尝了空性和光明的大般若空慧法味。

是《入行论》讲记，让我们细细体味了人生难得，佛法难闻，生命无常，轮回痛苦，因果无欺的了义法尔。回想一下，我从小所依恋的父母双亲，慈爱的爷爷、奶奶等长辈们一个一个的离去，而每次离别，无论是活着的还是将要死去的人都充满了恐惧和痛苦。我年轻时的种种幻想一个一个破灭，想留住亲人，想留住年轻，想事业辉煌，结果一个一个的变坏，一个一个的腐朽。有这样的一个故事让我深有感触：

有一个小女孩，生了很严重的病，住进了医院，她问医生，我会死吗？医生告诉她你看窗外那棵树，只要是绿色的，叶子不落，你就不会死去。于是那小女孩每天去看绿树叶子。绿树在春风的吹拂下越发显得葱绿，而小女孩的病也似乎好起来，她特别的高兴，幻想着未来的种种美好。秋天来了，那绿树一点一点变黄，叶子也开始一片一片落下，小女孩的心也一天紧似一天，病也开始加重了，她想起了医生的话。但她依旧还是去看树叶，她希望这树能从新绿起来，她的生命就有希望了，可是无情的秋风在吹落了最后的一片叶子的时候，小女孩就死了。人们渴望生命久长，渴望生命里有许多梦想，可又有谁能阻止生命的花开花落呢。

女儿给我讲已故女作家张爱玲小说里的一个故事：河的此岸站一个小女孩，河的彼岸站着一个老太婆，那个老太婆对对岸的小女孩说“孩子，不要过来了，这是一条艰辛沧桑的河，她除了给你痛苦以外，你将一无所获，我就是从这条河刚刚过来的”。那小女孩说：“我还没尝试过呢，我一定要淌过这条河”。那老太婆叹息着无奈的摇摇头。这个小女孩也如是的趟过这条人生的河流，倏然也变成了老太婆。河的对岸又出现了一个小女孩，

这个老太婆重复着从前那个老太婆的话，那个小女孩重复着从前的那个小女孩的话。

听了这个故事，我对女儿说：你不要演故事里的那个小女孩的故事，快点放下，看破它，利用得来不易的人身了脱生死，可女儿说：“我还没享受人生的呢，是好是坏总要经历啊。”我没办法，只好等她慢慢觉悟吧。

人执取五蕴，生烦恼，有爱重生娑婆，所以才生生死死，轮回不息。三有众生，苦逼身，却乐此不疲，是众不觉。是《入行论》讲记一期期法要，惊醒了我的迷梦，让我明白了人生无实，诸法无常，苦空无我等四谛法。我常常为自己浪费的时间而悔恨不已，也为自己无明愚痴所造的那些罪业而懊恼。上师讲解的每一节课都像下一场清凉的云雨一样洗涤我的心垢，让我生起了强烈的出离心和解脱的愿望。

从前，我是一个不甘寂寞的人。爱玩，讲享乐，讲名闻利养，热衷世间八法，由于职业的关系社会活动特别的多，因此造了诸多的十不善业。进入佛门以后，特别是学习《入行论》后，对轮回的过患，业果无欺产生了深深的定解，就特别的恐惧。决定不能再浪费宝贵的人身了，要利用余生好好集资忏罪。为了拴住自己的心，我从烦恼的家乡退出来，从此，朋友聚会、打麻将等场所再也找不到我。一开始有点不适应，打坐念经的时候心像狂象乱窜，分别念特别多，好长时间才慢慢适应。

现在我两点一线，上班、回家，利用一定的时间闻、思、修。每当节假日，是兄弟姐妹团聚的时候，他们喝酒、吃肉、打麻将总是拽着我，我就躲起来，打电话不接，独自一人在家修斋戒或闻思，他们说我没有人情味，信得太执着了。我知道人世间的大多欢乐是建立在它众痛苦之上的，盘中餐不知要残杀多少条生命，推杯换盏间不知要酿造多少十不善业，这一点我特别清醒，决不恒顺，他们说素食可怜，不能享受人间美味，活着没意思，可他们哪里知道我内心的清凉啊。

我常这样鞭策自己：在我的周围不需要门庭若市，只需好好完善自己，语言不要太多，只需要好好守护自己的心，我为你所做的不需要你知道，但我要承担你的痛苦，不要刻意坐禅，没有烦恼，自性清净就是禅乐，不需要到身外找上师，上师就是你自己。

学佛的目的是要调烦恼，破我执，破实有，烦恼来的时候要看闻修的证量如何。女儿大学毕业没考上研究生，特别沮丧，我的一个亲属特别有钱，说要出资供养我女儿出国留学，女儿特别的高兴，我当时想这可能是佛力加持的吧，可女儿在家里有精心准备了一年的英语复习和出国前考试后，这个亲属又反悔了，女儿这一年花了很多钱学习英语也错过了很多的就业机会，当时女儿哭了一宿，说这不是坑人吗，这哪里是亲属啊，我当时也挺生气的，按我以往的性格非找这个亲属说道不可，可我还是忍下来了，觉得这是因果，更是无常，就把这事压下来了。

还有一回，我家的玻璃连续三次被砸，刚换好就被砸，大石头扔进屋里特别叫人生气，房门的钥匙眼连续几天被堵，害得我们进不去屋，我丈夫是一家单位的工会干部，管发放困难补助，他说可能是他单位的一个职工干的，这个人出名的地赖，如果对那个人不满意就砸玻璃堵门眼，他们单位的一个领导就是被连续砸玻璃被迫搬家的，我在检察院工作，找几个警察传讯他，拘留他几天很容易，可我没这么做。我让我丈夫找他先谈谈，当我丈夫找到他后，他不打自招的说“你发困难补助为什么没有我，此地无银三百两啊，后来我跟那个人通了一次电话，我说：如果你有困难，我们家可以帮助你，也没提砸玻璃的事，后来我们家里的玻璃再也没被砸过，门也没被堵过，他见到我丈夫特别不好意思，说要和我丈夫做好朋友。

前不久，因为误会，几个佛友对我破口大骂，当时我真的没生烦恼，这一切的显现都是检验我闻思修的证量，那几天我特别课诵了佛子行讲记，发现用自他相换、安忍和空性对治烦恼很管用。我想起了《善提道次》广论第五册里的几句话，慈心是安乐源，能源源不断的出生上妙喜乐，慈心是无能胜，水不能淹、火不能烧、毒不能害、怨敌不能害，慈心是阳光，能融化自私的坚冰，给世间带来温暖，慈心是宽广的胸怀能怀抱一切……

还有《快乐之歌》等教言我特别的喜欢，并把她融入生活。春节前，我单位的领导还有当地的政法部门领导找我谈话，说国家干部不允许有宗教信仰，尤其不让我学藏传佛教(因为我去过藏地)，说如果继续下去会处理我，甚至会威胁我的工作，当时我丝毫没有动摇，我想人生任何一个重要的抉择没有比解脱更重要的了。人生如梦，何必实执，我在日记中写道：在挫折中坚定信解，在烦恼中修正菩提，无我是菩提之因，放下是开悟之源泉。无欲则刚，无求是道，放下自在。这是上师的的言教带给我的深深信解。

大家都说我变了，变得寂寞调柔了，现在单位的同事、朋友、亲友、我的家人也慢慢的理解了我。原来高傲的我，现在看看谁都比自己清净，看看谁都可亲，内心生起了一切众生我父母的慈爱之心，并生起愿一切有情悉获解脱的强烈愿望。在观修三恶趣苦时常常泪流不止，记得在修加行的时候几乎是流着眼泪修完的，不知为什么现在的眼泪特别多，有时看到畜生和幼小的生命自己会俯下身来为它们做三皈依和念解脱的咒子，愿它们获得解脱。

我每天都会做一些祈祷，早晨起来的时候心想，愿今天所有出世间和世间的善愿都能圆满。我力争把快乐和法音带给每一位有缘无缘的人。无论他信不信佛我都会把微笑和温暖带给他们。

早上上班的时候，我走在大道上，迎向一轮东升的太阳，心想，愿这太阳的光芒照亮每一个角落，不再有黑暗。下雨了，我把她观想成佛菩萨赐予的甘露，希望能清洗所有众生的心垢。下雪了，我把她观想成金刚萨朵佛尊柔手撒下的洁白的雪花，能清净所有的情器世界，当看到美丽的风景、盛开的鲜花时，我把她供养给十方诸佛，烦恼来的时候，我把她变成菩提的音符来享唱……

有一次，我去菜市场，看到熙熙攘攘的人群，我心生感激，这些父母有情，男男女女、老老少少，不都是承办我们的资粮田吗，眼里出现了悦意相，当时自言自语到：自性的觉悟是根本，上师的加持不可思议，打开心智，慈眼视一切，自身所有都是妙用，人生在转智中，日子充满了感激，眼目所及感觉随处可见光明刹土。离一切相安往无缘，不就是光明和空性的本体吗。

我知道，我还有很多的无明烦恼、贪、嗔、痴、慢，但随着闻、思、修的深入和上师的加持，我相信会越来越少，直至寂灭。

我心里有儿女情长，家庭、亲友、有诸多众生相，我相，法相，但我相信会越来越少，直至无有。

我心里有爱，但这爱会越来越广、越来越大，我相信这爱会漫无边际无时无刻。

不经意中乱七八糟的写了这么多，算是戏论吧，但两年多的闻、思、修确实有很多心得、很多感激的话要对上师说，但我知道修行不是写文章，不是言语上的表达，要真正的把法义溶入自相续，要体心行智，把往昔错误的想法和看法修正过来，破除我执，法执，断所知、所执，心法相应，断过生德，才是闻、思、修的主要目的。

我把学习《入行论》讲记的心得与心愿串成了礼赞的诗行供养给上师，虽然笔拙，那是弟子用心和泪写成，请上师慈悲纳收、教正。

祝上师法体安康长久驻世！

祝学会的菩萨们吉祥安康！

祝学会的学员们福慧双增资粮圆满速证菩提！

帖子来源：[11.《入行论》学习体会精华答题节选（11）](#)

《入行论》学习体会精华答题选（12）

（四川 圆魏）

尊敬的索达吉上师仁波切：

您好！早就萌生了给大恩上师法供养的想法，但碍于自己学习的懈怠，以及闻、思、修慧的极度匮乏，羞于启齿而长时间闲置了这样的想法。再度提笔是在听了4月12日上师开示后。两年多的《入行论》学习，无论就我个人还是道友而言，值得思考的太多太多。尤为重要的是，我们懂得了生命的真谛和人生的意义，并踏上了新的人生旅程。

这是一个追求金钱、追求享乐的年代，物欲尖锐的哨声在我们耳边无休无止地喧响，令我们惶恐、迷茫、无所适从、烦恼重重。整个世俗世界从来没有这么物欲化，这么缺乏爱与善。时刻渴望从物欲的鼎沸与喧嚣中逃离的我们，非常幸运地值遇了大恩上师，为在轮回苦海中挣扎的我们传讲大乘佛法，佛法的清凉甘露荡涤着我们累世的冤愆，也洗洁着我们污迹斑斑的心灵，滋养着我们的善根，“润物细无声”地重塑着我们的人生观、价值观、生命观，潜移默化地改造着我们日常的生活方式、行为举止。两年多的闻思修学，每一位道友都有着或多或少的可喜变化，有的甚至是脱胎换骨的变化。

首先是人生观的变化。从对世俗人生的耽著热爱到轮回是苦的基本认识再到斩断轮回的出离升起；从对世间八法的欢喜执著到对闻道悟道的一心向往；从对“我”及“我所”的无比珍惜到为“众生”离苦得乐的菩提追求。正是大恩上师的善说赋予了我们人生全新的意义。每念及此，我们对明灯般的上师充满了无尽的感恩！上师以极大的悲悯和广博的爱摄受世界各地的学员，觉说正法改变我们的心相续，直到有情众生从轮回中彻底解脱。

其次是心态的变化。长时间以来，我们在轮回中漂泊沉浮，执着于我们的家庭、工作、事业，日复一日在我们的衣食住行中奔波忙碌，而无暇顾及许多陷于困境中的痛苦众生，麻木不仁地过着“我”的狭隘生活。但通过两年多的闻法，我们被遮蔽已久的大乘种姓似乎渐渐苏醒了，有了些许的利他心，常为在世界上所看到的那 么多痛苦而可怜的众生而流泪，也为对此的无能为力感到愧疚。于是，我们不再抱怨没有时间，没有精力学习佛法，亦不再以“忙”为借口，为自己的懒惰和放逸辩护，而是努力行动起来，远离愤闹，远离恶友，克服内、外散乱，放下世间八法。尽量减少吃、喝、玩、乐的时间，增加闻、思、修行的时间，尽心尽力持戒放生、慷慨布施、精讲修行，修持安忍……，尽量以大乘佛子的行为严格规范并要求自己，在内心培育对待万物的悲悯之心及敬畏之情。经过两年多正法的薰习，领受了上师慈悲的教导，现在的我们对人世没有了牢骚，对际遇无常、社会不公没有了抱怨，对金钱名利没有了耽著。有的只是随遇而安的单纯、平和，无尽的感恩。

最后，心态的变化自然引发了生活及行为方式的变化。我的日常工作、生活部分地融入了对善法的行持。每天晨起，供水、灯、香，发愿，礼拜，诵读《喇荣课颂集》中的供养仪轨、普贤行愿品、怀业祈祷文、文殊礼赞，愿海精髓、三十五佛忏悔文，释尊仪轨等等；中午一边做家务一边持诵大悲咒；下午5:00左右磕大头，观修四无量心、菩提心；6:00左右供养护法；晚上闻法，并一边转转经轮一边持诵观音心咒或金刚萨埵心咒或陀罗尼咒；在持戒方面，长期受持四个居士戒。每逢初八、十五、三十及佛菩萨殊胜日便受持八关斋戒。大概每天行持善法的时间集中起来大约5个小时左右。这样的行持也感染了家人，我母亲和姐也尽最大努力戒杀放生，发愿有生之年每天持诵大悲咒。

经过这样不懈地行持善法，我在平常工作、生活中行事方式有了很大的变化。我能相对客观平静地看待生命中的繁华与失意、宠辱与毁赞，尽量用正知正念去看待生活中的人与事。

去年的 5.12 汶川大地震留给了每个有情最惨痛的记忆，身临其境的四川人更是刻骨铭心。我们平生第一次如此真切地遭遇死亡，也尤为深切地感受到人生无常，世事难料。天崩地摇的那一刻，恐惧深深地袭击了正在 10 楼的我，但也就在几秒钟后，我很自然地想到了上师，想到了寻求三宝的加持。于是，我跪在地上，微闭双眼，一心一意虔诚祈祷，大声念诵“南无大慈大悲救苦救难观世音菩萨”，正是在这样的念诵中，我很快战胜了恐惧，也躲过了一劫。因此，我时时刻刻感念诸佛菩萨的加持、上师的加持。

而在对待“怨敌”上也基本没有了嗔恨。也是在去年，我遭受了一次最严厉的公开批评。措词之尖刻令人目眩。要在未闻法之前，碰上这般“天大”的事，我可能会一蹶不振，甚至彻底崩溃。但是在听闻了上师传讲大乘佛法后，我唯一做的就是不让自己在“中箭”之后倒下，而是忍着痛拔除“箭”，努力站起来，含笑看着射手，深深地鞠一躬，然后躲到一个无人知晓的地方安忍，伤愈后再继续前行。值得庆幸的是，其间我没有对“怨敌”产生一念的嗔恨，也没有丝毫的恼怒。诚然，第一念有痛苦相伴，第二念便认为这是一个极佳的修安忍的机会。上师在传讲《佛子行》时，教导我们“将损害转为道用”的教言对我影响很大，“有者百般中伤吾，恶名纵遍三千界，然我深怀慈爱心，赞其功德佛子行”，“何人大庭广众中，揭露吾过出恶语，于彼亦做上师想，恭敬顶礼佛子行。”若能按上师教言行事，一切损害如梦幻泡影，立刻化为乌有，烦恼也不复存在。我现在才真正领悟到上师要求我们背诵《佛子行》的深意，也更加深切地领受了上师的大爱。“观一切有情，自他无别，同体大悲”。

当下，第一期的《入行论》的学习虽然结束了，但并不意味着我们闻思修行的结束。对我们家居士而言，修行不是一蹴而就的事，甚至不是一生一世的事，应该是生生世世的事。所幸的是，天已明，路还长，“吾将上下而求索”。

再次感念上师三宝加持，感谢大恩上师将我们微弱的心灯点燃，一同照亮世界，利益慈母有情。

恭祝上师仁波切：

法体安康、正法久住、长久住世、转大法轮。

帖子来源：[12.《入行论》学习体会精华答题节选（12）](#)

《入行论》学习体会精华答题节选（13）

(绵阳市 乌金无垢)

通过《入行论》的学习，我从内心认识到闻思佛法的重要性，若不闻思佛法，学佛的人像瞎子一样，一天糊里糊涂地做事，不明学佛求解脱的方向。虽然做很多善法，却不是解脱的因。口称自己学的是大乘法、密法，其实根本谈不上大乘法，连小乘法也谈不上。自认为在集资，其实做的事没有很大功德，因为我们根本不懂发心、回向，甚至连出离心都没有生起。

虽然朝了不少神山大庙，没有发心，这等于登山运动员无别；

拜见了不少高僧大德，没有生起信心和恭敬心，也等于同采访人员无异；

放了不少生，但没有很好地念经咒，发心回向，对自己和众生没有多大的意义。

在做善法的同时，处处炫耀，有时在生嗔心，所作善法早已消失无踪了。

通过闻思大恩上师传讲的《入行论》，知道做一切善法都不能离开菩提心，并要及时回向，以空性智慧修人无我法无我，这样才是一个真正学习大乘法求解脱的修行人。

帖子来源：[13.《入行论》学习体会精华答题节选（13）](#)

《入行论》学习体会精华答题选（14）

（朱蕾嫣 浙江）

通过近3年《入行论》的学习，使我从糊糊涂涂混日子，到明明白白过日子，对大乘法义有了深入的认识，更重要的是内心生起了慈悲心和菩提心。

一. 学佛使我的人生价值观发生的深刻的改变，未学佛前，我把健康、地位财富作为我人生追求的目标，每天都是身体健康、职位、发财、欲望无止境，好像一座座大山压着我，喘不过气来，累啊！通过闻思修、求智慧，观空性，猛然发现，我一生苦苦追求都是虚幻不实的东西，白白浪费一大截生命，还造了很多恶业，真是可怜，学佛中，我闻到了从未闻过的教理教证，好似初生婴儿获得新生，明白了人生的目标达到了涅槃而脱离轮回，人生的价值就是希望众生获得暂时利益和究竟利益。

二. 学佛断除自我，自私自利心生起利他菩提心，明白学佛是利益无边无际的众生，愿众生都能得到佛果。在学习前，我虽皈依佛门，但只把佛当作精神寄托，以为信佛，就会得到菩萨保佑，想的念的都是世间法，摸不到佛教的真理。是善知识大恩上师慈悲引导，依止善知识懂得就要利益众生，明白了佛法的真谛，我就自己的言行改变，从自己的身边做起，观众生都曾做过我的父母，众生就是我的父母，用利他心对待众生。

同办公室的同事，脾气很差，工作中无辜跟我吵架，以前我跟她对吵，还被她气得胃痛。学佛后，使我明白了，我跟她共事10多年，我们无始劫以来有怨业在，我就把她当作我的父母，不跟她计较，并尽力帮助她，从内心感激她给我做对境。不仅对她一点也不生气，还常给她讲佛法。在诸佛菩萨的加持下，她不但成了我工作的帮手，而且对佛法也生起了信心。这件小事证明了菩提心的威力，现在她脾气好了，我的胃病也好了。感谢上师的慈悲！

三. 通过闻思修习，自相续中也生起一些空性的见解，执着心也淡了，特别是学习智慧品，虽然到目前为之，我还不能通达其甚深含义，但有时候所有的烦恼和执着都消失了，心里特别平静，可是我的业障很重，有时候一遇到东西，就会产生实执心，引发贪嗔心上来。这确实不是一朝一夕能改变的。需要长期串习，我会用正知正念调整自己的相续，净化自心，人生难得，正法难遇，不论碰到任何难行都不舍弃，唯一勉励自己上进。

我在佛法中的点滴收获，都是大恩上师给的，真诚感恩上师，并发愿：“只要我有一口气，会尽最大努力利益众生。”

帖子来源：[14.《入行论》学习体会精华答题选（14）](#)

《入行论》学习体会精华答题节选（15）

（东北 王秀云）

我以一颗感恩的心，学完了《入行论》。大乘佛法的精神就像大地那样可以包容一切，世间任何宗教也比不上大乘佛法利他忘我的精神。今生能值遇佛法并能认真修持佛法的人都是有大福报的人，在发菩提心利益众生方面，索达吉堪布以实际行动方面为我们树立了光辉的榜样。

索达吉堪布的智慧、才华和人格的魅力，令我十分赞叹和感动！索达吉堪布不仅建立了几所智慧学校、养老院，使无数愚痴孩子有机会上学读书，有了知识和智慧，造福于人类；而且，在汉地广传《入行论》，令千万人获得再生，改变了我们未来的生生世世。榜样的力量是无穷的，索达吉堪布永远激励着我们为了利益无边无际的众生而努力修持佛法，贡献余力。

生命无常，我们应珍惜现在有这样依止上师，听闻佛法的宝贵时光，把上师当作真正的如意宝，好好珍惜他，虔诚地信任他，他能为你安排好一切，给你一切。

我深深地体会到，上师的慈悲像太阳，时刻温暖着弟子，普照着弟子。上师的胸怀像大海，无论怎样愚痴颠倒，罪孽深重，他都一样接纳你，包容你，他像一个园丁，在你心中播下解脱的种子，慢慢地把你培养成佛。他能舍弃自己的一切，包括生命，却永远不会舍弃弟子。你过去现在未来拥有的所有的幸福与快乐，全部都来自于他的加持和恩赐，有了他，才能永远脱离轮回苦海，才能获得究竟的幸福和安乐。

对上师的恩德，哪怕千万次地献上生命，哪怕是千万次地粉身碎骨，也无法报答他生生世世的救度之恩！我发愿：今后要如理如法老老实实认认真真地修持，把自己的身口意全部供养给上师，不夹杂一丝一毫自己的知见，最后达到与上师无二无别的境界……

《入行论》就像大海里的一盏明灯，是索达吉堪布用生命的火花点燃的，这盏明灯永远照亮了大乘佛子们前进的方向，指引着大乘佛子们永往直前。

祈愿索达吉堪布长久住世常转法轮！

帖子来源：[15.《入行论》学习体会精华答题节选（15）](#)

《入行论》学习体会精华答题节选（16）

（成都 圆殊）

感恩大仁波切索达吉堪布，没有他老人家以这种方式传讲《入行论》，像我这样还没有福报到学院听法的人不可能在现在能够听闻到这么殊胜的论典。大仁波切的 恩德超过泰山，深过海洋。现在就学习《入行论》做一个简单的总结，也是给大仁波切的一个汇报。

第一件事在学习《入行论》自他交换时，自己由于无始以来对轮回的串习，心里非常恐惧，根本不敢去实修，但随着《入行论》的学习的深入，自己不断思维，诸 佛菩萨加持，在 07 年底我乘飞机回家时，飞机上一个小孩身体不适，哭个不停，我心里突然生起一个念头，愿我能代其受苦！从此，我修自他相换没有任何障碍了。反而体会到这个窍诀的无比殊胜。

第二件事是 08 年 5 月 12 日地震和其后一次较强的余震中，我和道友都在七楼上念佛不止。当时自己是如此镇定，心一点也不慌，在地震中一直诵念佛号。后来 回想起来，这是因为学习了《入行论》的力量，是大善知识的引导，法能融入于心。诸佛菩萨的加持真的不可思议！

第三件事是 08 年全球的经济危机，我加入了失业大军。因为学习了《入行论》，我在接到通知的瞬间体会到的是世事无常。没有恐惧、没有担心、没有怨、没有 恨、只有感恩。感恩公司给了我十一年工作机会，给了我宽松的工作环境，工作做完后可以住在办公室学习佛法。

学习《入行论》后，对佛法的信心更坚固了，深刻地认识到佛法并不是简单地去寺庙烧烧香，拜拜佛，它是众生获得快乐的唯一源泉，佛陀才是众生的衲主。佛法 的智慧远远超过世间一切学说。只有弘扬佛法，才能提高人们的素质和社会的道德风尚，建立真正的和谐社会。

帖子来源：[16.《入行论》学习体会精华答题节选（16）](#)