

佛法基础 36 - 20210119 (校对稿)

阿弥陀佛，尊敬所有的法友们，大家上午好。

今天我们就是时间比较少，好，没问题，我就先讲，你们有空的时候慢慢听就好了。上次我们在基础佛法群当中已经讲到的部分就是，比如说，七因果口诀当中，知母、念恩、报恩、慈心、悲心，或者增上意乐大悲心，再来就是菩提心，这个叫做阿底峡尊者传下来的一种修菩提心、修菩提心的一个方式。

那再来，就是我们发自内心去修思想这些的内容的时候，它带来给你一种什么样的结果？其实我们这样的一定要好好去谈一谈，为什么呢？你修行的成果不正确的时候，那你修行的方式也是偏了，会偏。这样的话，得到的结果就是没有那么好，所以呢，大家就是一定要好好的去理解，这样比较好的。

之前我们一开始谈到的阿底峡尊者为什么告诉我们说：我们一定要知道所有有情、一切有情都是曾经当过你的父母亲、你的父母亲。如果他当你父母亲的当下，尤其是母亲的当下，他牺牲了自己一切，还是去照顾你。所以，当世对你的恩德是你没办法言语来形容的，就是**不生病，(02:07)**不是，那个没办法……对，就是一个……对，他对我们的每一个众生、对我们的恩德是不胜枚举的，确实非常多的。这样的话，我们就是一个正常人的话，应该是报答才对了，对。

所以呢，再来就是我们念恩，众生对我的恩德铭记在心里。那这样的一个不断地去思维的时候，其实它带来给你无数的好处的，对。比如说我之前也讲过了，实际上来讲，所有一切众生有没有曾经当过你的母亲是另外一回事，但是我们内心、发自内心安立、发自内心去如此这样的去思维的时候，他带来给你一种非常大的、极大的好处嘛。那所以对自己有好处，应该大概这样去思维、这样去思维才对嘛，对。

比如说我举个例子来讲，在我们现实生活当中，我们的思想当中有三等人：第一

个是你觉得我最爱的人；第二，普通的人；第三，讨厌的人。我们这个是、三个人是谁捏造出来的？其实我们一般人不会去、详细的去研究，你就不知道从小就是这个、受这个环境的影响，我们不好的就是容易学的来的、学来的，这样的情况下，我们就是自自然就心里形成了这样的习气的时候，那看到某些人的时候特别喜欢，看到某些人的时候特别讨厌，那看到了某种人的时候还、心里没有什么任何的、任何的感触等等这样子。

这样的话，我们修行人是怎么去改变自己的思想？这种的、你的思想对或者错，这是我们一定要观察吧？其实这种的自己拥有这样的感受肯定有你的看法、你的见解，上面一定有这样一个思想导致所产生的一种感受嘛。那个时候我们去观察，对不对？比如说我们最喜欢的、最爱的话，就不用贪心没有他（04：52）。先我们谈的就是陌生的人，他平常就是遇到任何困难有、我们也无所谓的感觉那种的人，还有有一些人就是一看到就是看不顺眼、不舒服等等。

好，对，那我们接下来就是去观察吧。比如说：“我为什么某些人一看到的时候引起了我的烦恼？我觉得就是有点感、感到就是有点不安、焦虑、不舒服，他带来给你无数的恐惧；有些人看到的时候心里不舒服，我讨厌他、看不起他、嘲笑他等等，这些对境都有了。我为什么会常常出现了这样的问题呢？这个是我个人的问题，或者是你所看到的讨厌的这个、那个人的问题？”所以呢这个中间我们就是一定要小心的、详细的去观察一下。

为什么这么说呢？修行就是我们一定要先日常生活当中，之前也是我跟大家讲过了，对自己的家人也好，对自己的身旁的人也好，或者邻居也得从他们开始修行，这个是一个最正确的嘛。我们平常自己身旁的人所看到的、熟悉的人不修，那就是你出来摸不着头绪的、那种的陌生的人对他修是做的有点可笑的，你不知道的吧？这个叫做流于形式了，你修行的方式绝对是错的。

我另外一个角度就是跟大家讲一下，比如说我们平常比较喜欢讲无我、空性啊、大圆满、大手印啊，知道吗？无上瑜伽续的圆满次第啊、生起次第啊、本尊法，

所以讲了一大堆嘛，连这个基本的、在基础上的这些的都是认不出的话，认不出来的话，做不到的话，那怎么可能这些都是能、就是能修呢？不可能的，没办法的。所以呢你就是、你就是变成为今生有点流于形式者，这是对自己来讲真的是不好的。对，就是这个。

所以呢，我们就是以道理来判断谁说的错，谁讲的、想的对，就是这样子才可以嘛。如果我们、对我们来讲理不清、道不明的时候，肯定会自己有问题嘛。但是一般人、自己认错的人就是真的很少的，这也是我们一般人的、凡夫的一个问题嘛。

好，我们道理上来讲，你讨厌的那个人，你什么时候讨厌呢？其实他从生下来就是你讨厌的对境吗？他丑陋也好，或者你想象当中的、你所看到的那样，他这个丑陋、丑陋的一面是他从他方面、从他方面、一生下来从它方面成立了这样的一个对境吗？这个问题充满了过患者，他从他方面成立了一个这样的人吗？其实不是，这是我们自己个人的思想的问题，从自己内心去安利的问题，这是你懂不懂道理？不懂的话一定要思维一下。

我为什么这么说呢？如果你把它设定为真实的他，就是从他方面成立了一个讨厌、丑陋等等这样的一个设定的话，那就是、这是个人的问题嘛，没有理由说你就讨厌他，没有资格嘲笑他。但是我们就是明知故犯，明明就不对的，但是我们就是明知故犯嘛，这个业障多重？我们好好的去思维一下。

那嘴巴讲的就是“为利众生愿成佛，我要修大悲心，我要修菩提心。”那我们没办法远离亲疏、爱憎、分别的话，那你怎么能够修大悲心、菩提心呢？不可能的，没办法的，就是这个实话的话大概就这样子。说实话就是这样子，但是有一点酸，有一点就是不想听的，知道吗？所以我们平常讲，逆言或者是逆耳，所以讽刺或者他一番话就、就是刺激到自己心脏的话，这番话是对你而言是一个身教，就是这个，知道的话大概就这个。

好，那这样的话，比如说道理、以道理上来讲的话，其实如果你想象的、如所看到的那样、这样子，它是一个丑陋或者是一个不好的、讨厌的对境的话，那谁看也是一样的啊。其实不是你不喜欢他，还是喜欢他的人多得多的，那么这个时候问题在谁的？

当然是我们自己的啊，你自己看错了，你自己安立的方式不对了。那这样的话，我们就是反省自己、检讨自己。佛教主要的就是、开始教导当中提到的就是反省自己、检讨自己，都不会出现了说让人家反省、让人家检讨，几乎都没有了，都是我们自己反省、自己检讨。

其实，这个过去的祖师大德他们看得一清二楚嘛，他们知道我们的问题在哪里，我们的思想上、我们的见解、看法都有问题的，所以呢，我们就是每一个人利用佛法的正确的看法、智慧、见解、哲学、逻辑来改善，改邪归正。没有的话重新来过，如果没有的话，那就没办法的。其实我们就变成为就是——修行就是嘴唇上的修行嘛，发自内心没有去修行，原因是什么？你心里面没有具备如此这样的——一个正确的见解和智慧嘛。

好，那就是我之前也讲过了，这个是一个现实的问题。比如说，我们修行者，在人群当中也好，其实我们显现出这样的——一个来的时候，我们如何去克服？如何去告诉自己？他的道理懂，你就是现实生活当中，尤其是你去人群当中的时候，你出现了有些人是看的顺眼，有些人看不顺眼，有些人呢就是吸引了你的执着，有些人吸引了你的仇恨等等，都有。

那个时候我们就是反思一下：“这都是我自己安立的角度、思想的角度不同，所以呢呈现出来的一个对境，其实，把这些的友情、友情都是曾经当过我的母亲，这些所有的都是对我来讲非常重要的，我尽量去帮他们的忙，我一定要去报答他们。如果没有这种的能力，我也不会去诋毁他们，我绝对不会伤害任何众生。”拥有这样的心态不断的串习的时候，久而久之之后，你已经习惯了，以后就是你的眼前不会出现了这样的——一个三等的人，都是一样的、平等的。

你看到谁、跟谁一起、跟谁交流、打交道都是一样的感受的时候，那你看，你自己得到了多少的好处？你所住何处、所向何方都是一个好的、善的。不然的话，你得罪的人越来越多的时候，你的去的范围就是越来越狭窄的，这个就是一个形容词来表达。你去哪里心里不自在，一个人群当中的话，你就是心里就还是有、就是你长存就是一种恐惧的心所，他们就是背后说什么？说了些什么？批评或者什么？我们就是一直心里就不自在嘛。

这些都是我们自己招来的，平时我们讲的“自掘坟墓、自寻死路”，其实这些都是一个比喻。其实我们实际上来讲，我们凡夫的做法几乎都是、大多数都是趋向于如此这样的一个领域当中，没有错的，这些都是我们自己思想去改变就可以改变的。同样的，对自己的家人、对自己的身旁的人、对自己邻居的人、认识的人，这些都是把它转换成同样的自己的亲人、亲朋好友一般的、这样的去看待他嘛，这样的话自己就会方便多了，自己就是非常舒服的。这是你不应该需要的吗？这是我们每一个人都需要的嘛。

怎么去成办？大概就是佛菩萨赐予我们的方式来去成办，他们教我怎么去思维？一定要依照他们所说的去思维，才能够达到就自己所求事情的一个目的，这是大家都一定要好好去思维一下。

同样的道理，比如说，我们为什么佛菩萨告诉我们说一定要修大慈大悲？你对众生有大慈大悲的话，那你的、你的心里就没有敌人了，你的心里就没有讨厌的人了。对，那个时候我们不要去想说“别人对我怎么样？这个事不归于我管的，我们就想管也管不了了。”其他的众生对你的看法、对你的想法是你就、谁也无法控制的，你能控制的就是自己的情绪嘛、自己的思想。当然说我们是一个想要实修、实践的人，那实修、实践应该大概就这样子去实修、实践的。对，我刚才前面讲的就是这个嘛。

我们之前讲的就是一个修大悲心的时候，大悲心就是一个愿一切众（16：26）

看一切众生恨不得离苦得乐之心就是叫做一个大悲心嘛。那真正的你心里得到了一个大悲心的时候，其实天下没有敌人的，没有，确实没有的，对你而言是没有敌人的，没有讨厌的人，都是悦意的对境。那个时候你发自内心产生了一种恨不得离苦得乐之心，就很容易的嘛。那这样的的时候，它就是越来越强、越来越增加的、增长的时候，你就“由我来承担，为一切众生我就是、由我来承担一切众生的利益也好，帮助也好，”这个心就来了。

这样的心来的时候，我们就肯定会去观察嘛：“我现在虽然想的，但是我能不能圆满利他之心、利他众生、那个利益他人、一切众生？”那个时候你观察的时候，就观察到：现在是“泥菩萨过江，自身难保”，自己轮回其中的一个受苦受难者，我自己没有、现在没有这种的能力，唯一的具备的有能力者是谁？就是佛。这种看到的时候，你就是为了利益一切众生，就是一切众生的利益、目的去争取佛果这个心就来了，那这个叫做一个为一切众生希求大菩提之心，希求佛果之心，这个叫做大悲心嘛、菩提心嘛。

希求大菩提之心叫做一个菩提心，一开始修大悲菩提心的时候，其实我们造作的菩提心，造作不造作的差别是什么？造作就是我们发自内心，对，透由自己努力奋斗去发出来的一种菩提心的话，这个是有一个造作的菩提心。你修这种的造作菩提心的话，他必须要依赖努力奋斗，或者是我们就是一定要某些程度上来讲有点付出很多的能力因素嘛，所以这个叫做一个造作的菩提心。如果你没有改变、没有改进、没有那个刻意的去改善、没有刻意的去发起精进的话啊，其实这个菩提心也是没办法自然就现起了，这个当下的菩提心叫做一个造作的菩提心。

你每天都不知道、每天都就是不断的串习、不断的学习嘛，不断的学习、不断的串习的话，他越串习越好，这是都一样的。对，外在的、我们跑步的挑战也好，内在的思想上的不断反复、重复的去思维一下，这两个都是一个串习的。同样的道理，那越串习就是越好的。对，这样的的时候，总有一天造作的菩提心变成不造作菩提心的同时，同时进入菩萨道了。

入菩萨道的时候，那就是你变成为菩萨了，自己变成为菩萨了，自己相续具有的所有的大悲心、菩提心、空正见、无我见、或者智慧这些都是变成为菩萨资粮道。对，一开始入菩萨道的时候，开始入菩萨资粮道，你从此之后你变成为菩萨了，而且你是一个变成为人天礼敬的对象，就是这个。你就是变成菩萨的时候，那一开始菩萨资粮道者。

那菩萨资粮道者有分三段——菩萨资粮道下品、菩萨资粮道中品、菩萨资粮道上品，分、就可以分三段嘛，三段的菩萨，三品的菩萨。这个为什么这样的分呢？其实我跟你们讲，我们未入道之前，当然是我们要入菩萨道需要多少的福慧二资粮的、资粮足够的一个因素？你需要多少，就累积多少的时候就能入菩萨资粮道嘛。那一样的，菩萨资粮道下品的时候，他还是就是有加强，福慧二资粮的加强再来转移到菩萨中品，资粮道中品。

那中品跟上品之间也有、一定有福慧二资粮的大小的差别，多少的差别。所以是这样的原因，就是在入菩萨道之后，下品的阶段能转入中品，所以呢，尽量去、偶尔就有的时候入定、修禅。有的时候后得的、那个出定之后还是有布施、持戒、忍辱等等这样的不断的修，所以呢，加强了福德资粮。

当然是到了菩萨的时候，你大概知道“我具备了什么样的福慧二资粮才能我就是改变成菩萨资粮道中品”的时候，那就是、反正就是这个阶段就是他修行的一个过程，所以呢第一、第二、第三这三个阶段，除了这个没有什么特别的。它当然是一个三等、三种菩萨资粮道者的话，他肯定有向后来讲的话，相比较起来一定有智慧呀、福慧二资粮各方面一定有大小的差别。

菩萨资粮道三品者、三品的话，他们就是已经入菩萨道了，他们就是为了得到什么？暂时为了得到什么？就是他们想：“应该是我努力付出，想尽一切办法就是我们转移到大乘资粮、大乘的那个菩萨加行道”。那加行道得到的话，那就是累积福慧二资粮也是更增加的，几倍增加的，还有就是速度也比较快的，那这样的话，他就容易得到了菩萨、登地菩萨的见、那个登地菩萨的一个果位。

这样的情况下，他就为了得到菩萨的加行道，短暂的就是、当然是渐渐的话，他就主要的目的是为了得到佛果而去学习的、修行的，但是暂时的想法他也知道一定要踏踏实实，“千里之起，始于足下。”他也知道，所以一步一步地上去，不可能跳过去的。这样的情况下，他现在比较就是需要的、迫切的、迫切的就是、迫切的就是什么呢？现在一定要累积福慧二资粮。这样的、不断地去修福、智慧资粮的时候，一定要修空正见、那个通达空性的智慧。方便的时候，福德资粮的时候去修大悲心、菩提心、慈心、还有等等，布施、持戒、忍辱等等这样的就是修的时候，他增加了他的福德资粮。智慧也、这样的就是智慧有差不多累积到的福德资粮足够的。还有就是智慧方面的话，虽然资粮道的当下已经有了缘空性的止观双运的三摩地，缘空性的三摩地有了，但是没有、还没有得到缘空性的止观双运的三摩地，那就一直努力，资粮道的当下偶尔就入定当中修，所以为了为了得到缘空性的止观双运的三摩地而去修的。

那再来，就是资粮道上上品的时候，他就感受到了：“我就是入根本定的话，入了根本定的话，这个定当中我肯定会得到了缘空性的止观双运的三摩地。”自己有预感的时候，那开始就入定了。开始入定的那一刻他是一个入定者，是一个菩萨资粮道上品、上品者，上上品嘛，上品。那上品他入定当中没有出定的情况下，他同一坐的这个根本定当中，他转移到加行道了，他就是可以得到了加行道的。

那菩萨加行道的里头（26：00）得到的主要的原因是什么？他缘空性的止观双运的三摩地已经得到了，得到了缘空性的止观双运的三摩地的时候，与此同时它转移到菩萨的加行道。一开始得到菩萨加行道的时候，这个加行道叫做菩萨加行道暖加行道，暖加行道，“暖”是什么？温暖的暖。

那加行道有就是四个部（26：32）：加行道——暖加行，温暖的暖；忍加行，安忍的忍，忍加行；顶加行，顶就是顶级的顶，头顶的顶，顶加行；第四个世第一法加行。那就菩萨的加行道有分四种，暖、顶、忍、世第一法四加行。这个四加行是为什么谁的（27：06）加行呢？他是一个初地或者登地菩萨果位的一

个前行、加行，所以呢称它为就是加行。

它的定义是义现观，主要的义现观的意思、“义”是什么？“义”就是、“义”、这个“义”就是、主要的就是一个空性，“义现观”的意思什么呢？那个时候，加行道的当下才能得到缘空性的止观双运的三摩地的开头的道，所以呢称它为“义现观”。

那加行道分类四种：暖、顶、忍、世第一法四种，再来，加行道转移到的话，上道的话就是得到了见道了，得到菩萨见道的时候才可以算是登地菩萨。那从这里开始算是还是有十地菩萨，初地到十地。

好，这是我们将来还是有陆陆续续给大家介绍，今天我们谈的就是说：入菩萨资粮道再来转移到加行道，加行道有四个阶段，今天我们就上课的部分就到此为止。

谢谢大家。