



世界真佛宗宗務委員會 教育處 真佛法學堂
馬來西亞真佛宗密教總會 大德佛學院 聯辦



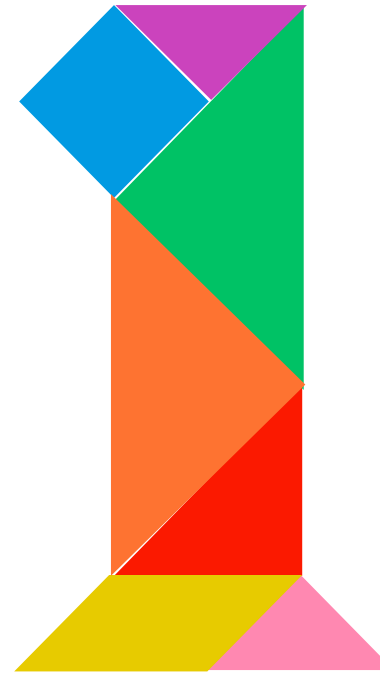
修行入門

「千江有水千江月」

第三課



我們曾經學過：

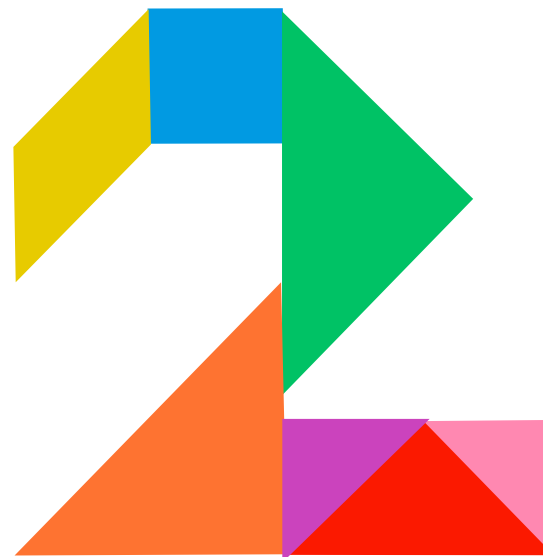


顯教三皈依





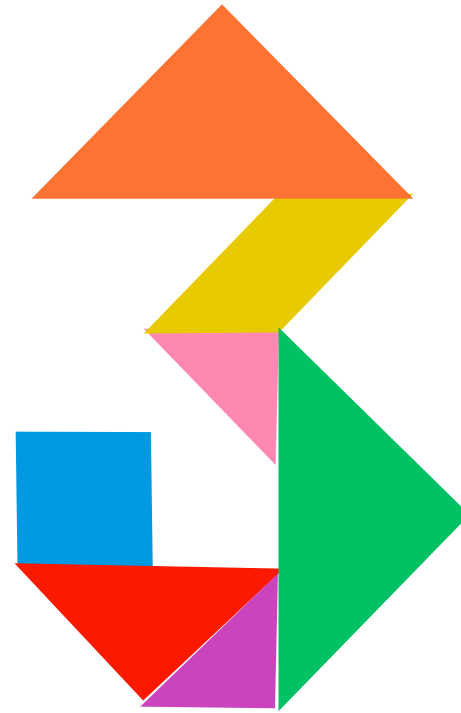
我們曾經學過：



密教四皈依



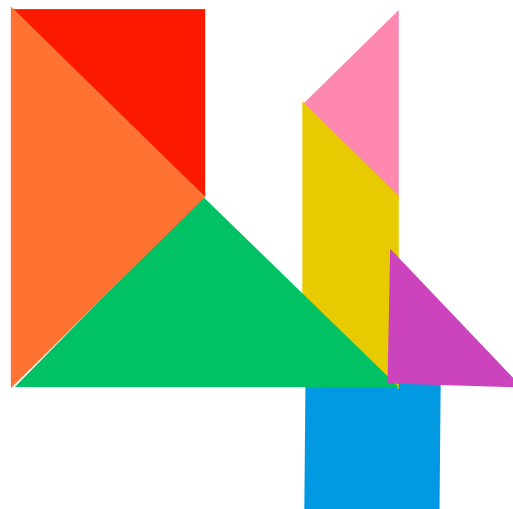
我們曾經學過：



四無量心

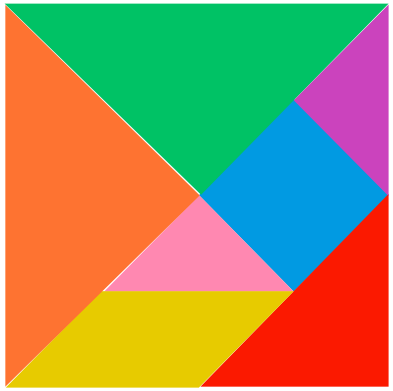


我們曾經學過：



菩提心





今天我們就用三個問題來溫故：

第一，我的皈依，是百分之幾？

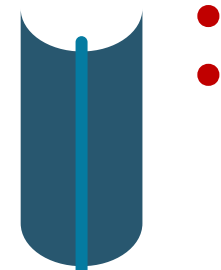
第二，我的慈悲，是情緒，還是力量？

第三，我的菩提心，是願望，還是行動？





課堂目標 OBJECTIVES

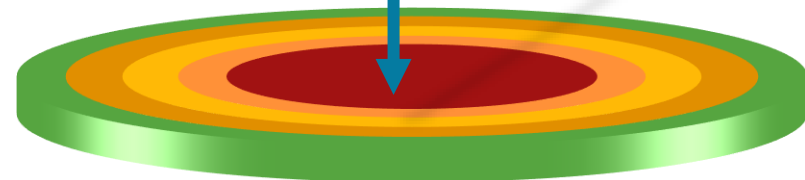


0

了解皈依的意義

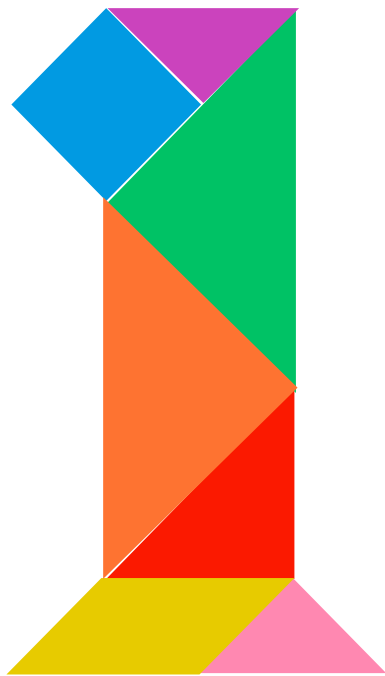
0

了解菩提心的
理論與實踐



密教四皈依





顯教三皈依與密教四皈依



顯教三皈依與密教四皈依

一般佛教（顯教）講：

- 皈依佛
- 皈依法
- 皈依僧



顯教三皈依與密教四皈依

但在密教，多了一項：

- 南摩古魯貝 —— 皈依金剛上師



為什麼密教把「金剛上師」 放在第一位



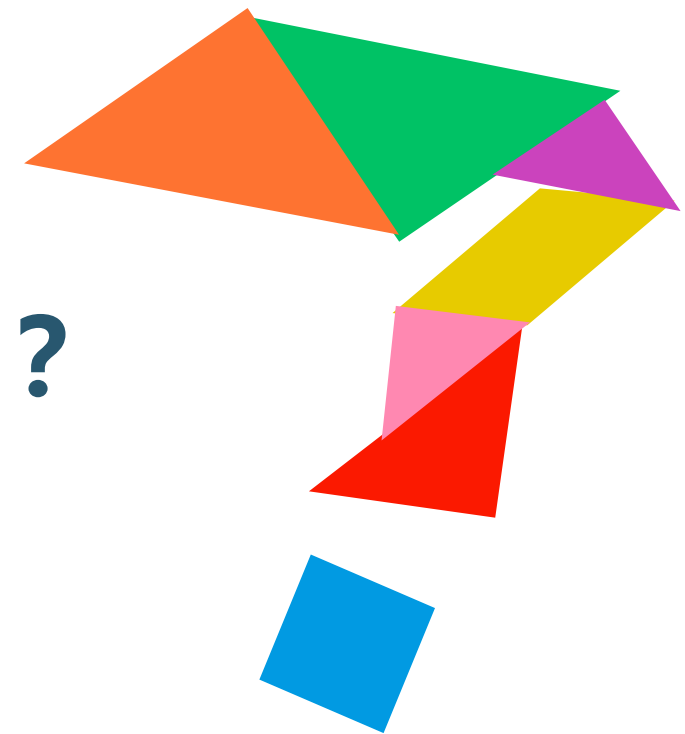
因為——
佛、法、僧，
是由根本上師傅給我們的。



蓮生活佛開示：

弟子觀察上師三年，上師觀察弟子三年。

為什麼要 觀察三年？



上師觀察弟子三年
因為要看——
是不是「**破法器**」。



- 檢視自己的心態。
- 聽法時是帶著先入為主的偏見
還是左耳進右耳出？



皈依有三個意義

皈依有三個意義



依止

Reliance



恭敬

Respectfulness



順從

Obedience



依止

Reliance

不是：

- 50%相信
- 10%相信
- 開心時相信，不開心時懷疑。



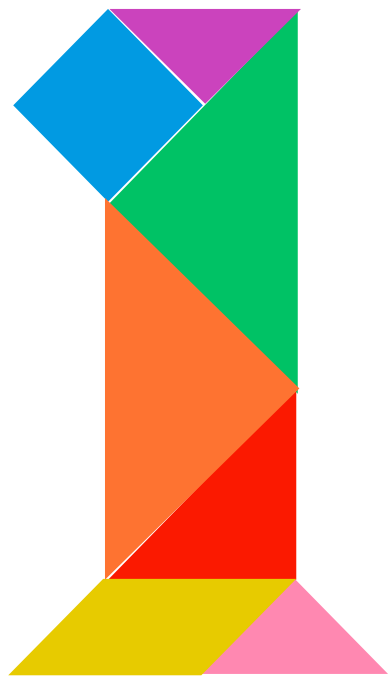
依止

Reliance

依 — 依靠
止 — 完全



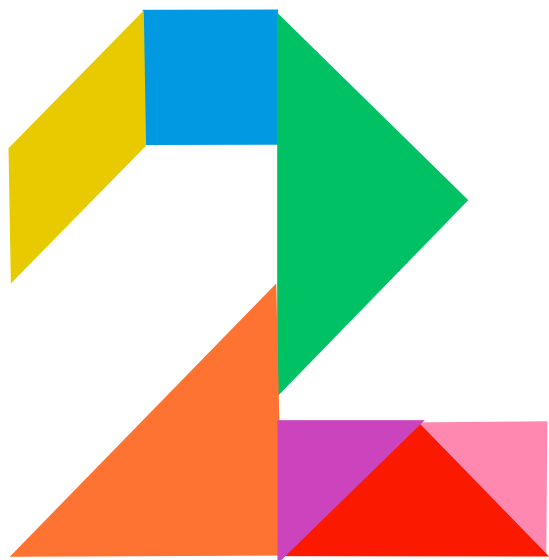
如何做到真正的依止？



信——建立清淨信心



如何做到真正的依止？



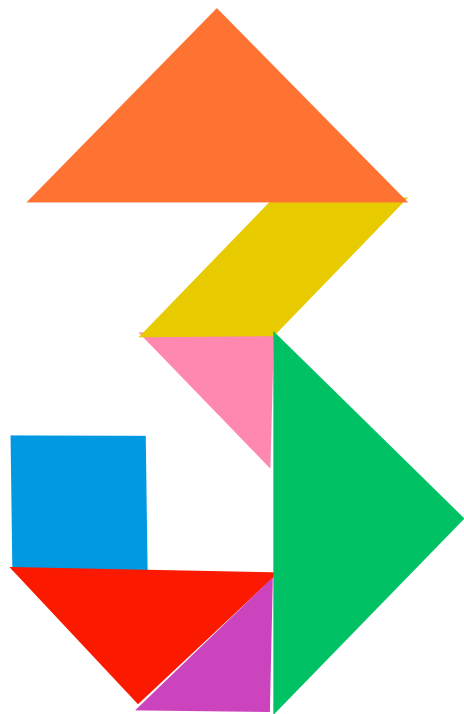
念



常修上師相應法



如何做到真正的依止？



觀——視師如佛



如何做到真正的依止？



行 —— 依教奉行



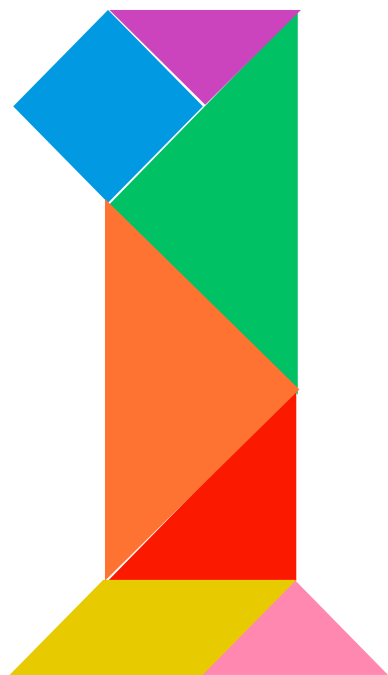
恭敬

Respectfulness

身口意供養



如何做到真正的身口意供養？

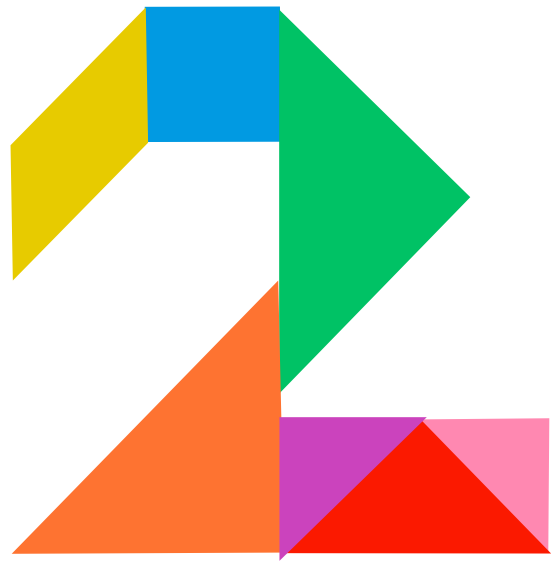


身

—— 身體供根本上師差遣、
願意為法做事



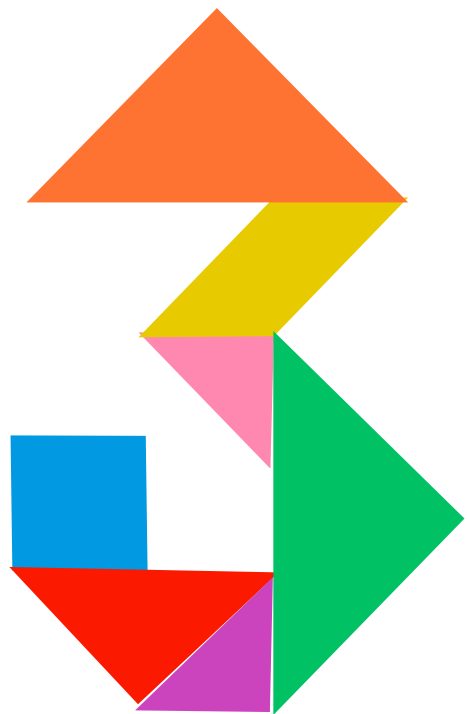
如何做到真正的身口意供養？



——讚揚根本上師、
不造口業



如何做到真正的身口意供養？



意——一心恭敬根本上師、
心中無懷疑、無誹謗



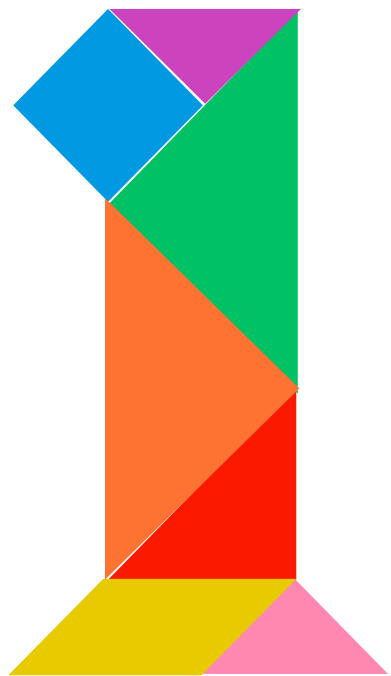
順從

Obedience

根本上師所教導的修行方法
和聽從其差遣，
依法如實去做。



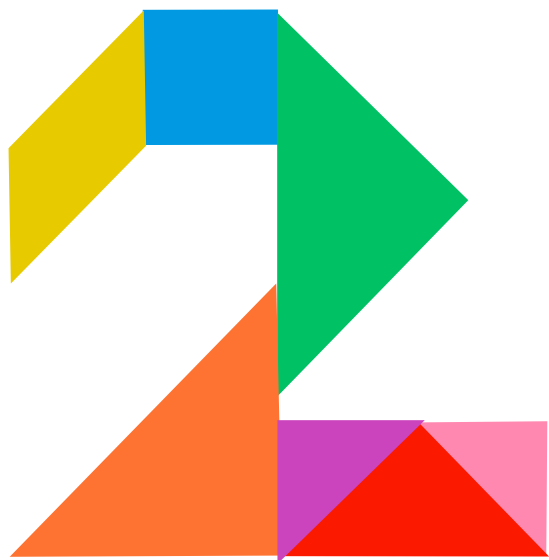
如何做到真正的順從根本上師？



不以個人習氣抗拒



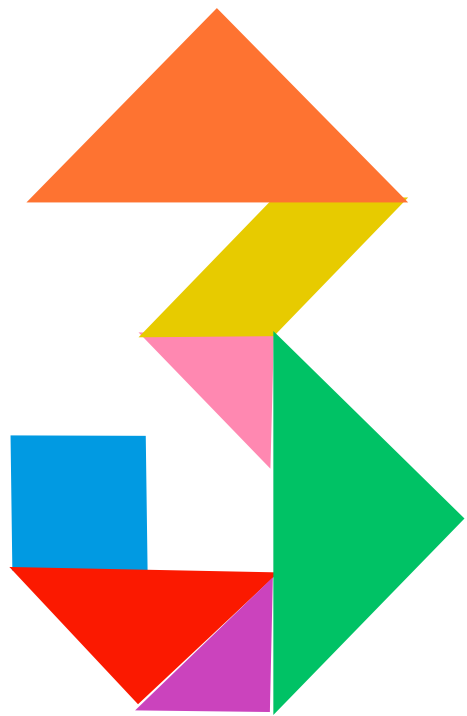
如何做到真正的順從根本上師？



不以分別心挑選



如何做到真正的順從根本上師？



不以我見反駁



蓮生活佛強調，密教的加持力來自於這三點：



依止

Reliance



恭敬

Respectfulness



順從

Obedience





了解菩提心的理論與實踐



了解菩提心的理論與實踐

四無量心



了解菩提心的理論與實踐

五種菩提心



四無量心

皈依，是門。

四無量心和發菩提心，是進門後的心量。



四無量心

四無量心的 **核心** —— 從 **小我** 到 **大我**。



入修四無量心

蓮生活佛說：

“人人有煩惱，是因為人人為「我」。
我們修行人最難破的，是「我」。”



“慈，就是給人快樂”

- 真正的「慈」，是一種主動的力量。
- 修行入手法：練習「予樂」



“悲，就是解除人家痛苦”

- 別人的痛苦就像刺在肉裡的針，我們的「悲心」就是那個幫他拔針的鉗子。
- 修行入手法：易位思考



“喜，就是歡歡喜喜盡力去做”

- 修行不是苦瓜臉！
- 修行入手法：隨喜功德



“舍，就是平等給予”

- 可以把自己的時間、生命、金錢，全部施捨。
- 「舍」有兩層意義。第一是「布施」；第二是「放下」
- 修行入手法：捨棄執著





五種菩提心



五種菩提心

這是從「心量廣大」走向「真正覺悟」的次第。



五種菩提心

行菩提心

2

願菩提心

1

勝義菩提心

3

三摩地菩提心

4

明點菩提心

5



五種菩提心

The Five Bodhicittas

然後真的開始走:行

2

1 先發願要上山:願

1

3 走到忘了自己在走:勝義

3

走到與山合一:三摩地

4

5 最後將整個人化成光:明點

5



願菩提心

- 發最大無上的願。
- 這個願，無盡無期的。
- 發的願愈大，將來得的成就就越大。



願菩提心

- 蓮生活佛發願「生生世世要度眾生」。
- 真正發大願的佛菩薩，經常在娑婆世界隨應而化的。
- 用真如、開悟來度化眾生，才是真正的願菩提心。



行菩提心

- 發了願，就要去實踐。
- 蓮生活佛講【毅力】。
- 每天修法。每天寫作。每天開示說法。



勝義菩提心

- 所願的，所行的，均歸於虛空的。
- 「三輪體空」——
無施者，無受者，無施之物。
- 盡力而為，自然而然而。心裡空蕩蕩。



勝義菩提心

- 做了，就當作沒做。
- 你發了願，也去做了。但——
- 不執著、不求名、不求利、不求回報。



三摩地菩提心

- 在定中行願。
- 定於一，精神專注，
化為空性，跟所有佛，完全融合為一。



三摩地菩提心

- 例子：蓮生活佛化身如夢、
觀音千處祈求千處現。
- 當進入深定：願、行、慈悲會自然流動。



明點菩提心

- 這是密教很深的部分- 光明顯現。
- 當修行次第到某個程度，內在會出現光明。
- 密教講：
 - 子光 —— 你修出來的光
 - 母光 —— 宇宙的大光
 - 果光 —— 二者合一



五種菩提心

菩提心層次	修行實踐重點	蓮生活佛的開示精華
1. 願菩提心	發出最宏大的願望。	像師尊發願「生生世世粉身碎骨度眾生」。
2. 行菩提心	持續不斷的行動。	像師尊寫了200多本書，每天修法，這就是毅力。
3. 勝義菩提心	做了就忘了，歸於空性。	「所謂功德，即非功德」。不要糾結獎狀和名號。
4. 三摩地菩提心	在禪定中顯發。	達到「千處祈求千處現」的境界，身化萬千度眾生。
5. 明點菩提心	內法實修。	通過氣、脈、明點的轉化，讓「子光」融入「母光」。





總結

CONCLUSION

總結

CONCLUSION

皈依，是定方向。
四無量心，是擴心量。
五種菩提心，是走向覺悟。



總結

CONCLUSION

或更簡單：
先把自己交給根本上師，
再把自己交給眾生，
最後把自己交給覺悟。



總結

CONCLUSION

發菩提心把一切最後融為一體：

- 願
- 行
- 空
- 定
- 光





謝謝聆聽

Thank You

蓮花翰鴻助教 合十

