



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」

第二課





修行入门·第二课

生命观 与 修行之道



你有没有
想过？

人为什么会**痛苦**？

修行到底在**修什么**？

学佛是不是**只是求平安、求财**？



这一课

要了解什么？

- 建立正确的生命观
- 了解什么是真正的修行
- 不走偏、不迷信、不盲修



师尊曾开示

修行是「修自己的心」

不是做给别人看

不是求神通感应

是回归本性

修到最后，是“光明显现”



为什么很多人
修不到?

心不正

动机不纯

执着感应

贪求利益



三乘的差別



小乘：自度

大乘：度人

密乘：即身成佛



什么是 生命观？

我是谁？

我从哪里来？

我死后去哪里？

我活着的意义是什么？



佛教的核心：

四圣谛



苦

(人生的真相)

生、老、病、死

爱别离、怨憎会、求不得

五蕴炽盛



苦

哪里来？



贪 (想要)

嗔 (不满)

痴 (无明)



可以不苦吗？

可以
佛陀已经证得“解脱”



什么是修行？

修行是：

- ✓ 改变自己的心
- ✓ 去除烦恼
- ✓ 觉悟本性

修行不是：

- ✗ 拜多一点
- ✗ 求神问事
- ✗ 做形式



莲生活佛曾说



修行是“修心”

修到最后是“光明本性显现”

虹光大成就是结果，不是目标



正见

正思维

正语

正业

正命

正精进

正念

正定

八正道



正见

正思维

正语

正业

正命

正精进

正念

正定

八正道



最重要：

正见

什么是正见？
看事情如实

错误的见：

- ✘ 求发财才修
- ✘ 求感应才修
- ✘ 怕报应才修



什么是修行之道？



真正修行

是面对自己的烦恼



什么才是 真正的行者？

一个真正修行的人：

- 不炫耀
- 不执着
- 不比较
- 默默修



一个修行人
应该

不执着
结果

不比较

不求
神奇

重在
日常修心



什么是修行之道？



生不是开始

死不是结束

是**轮回的一段**



为什么要修行？



不再轮回受苦

找回本性

得到真正的自在



为什么要修行？

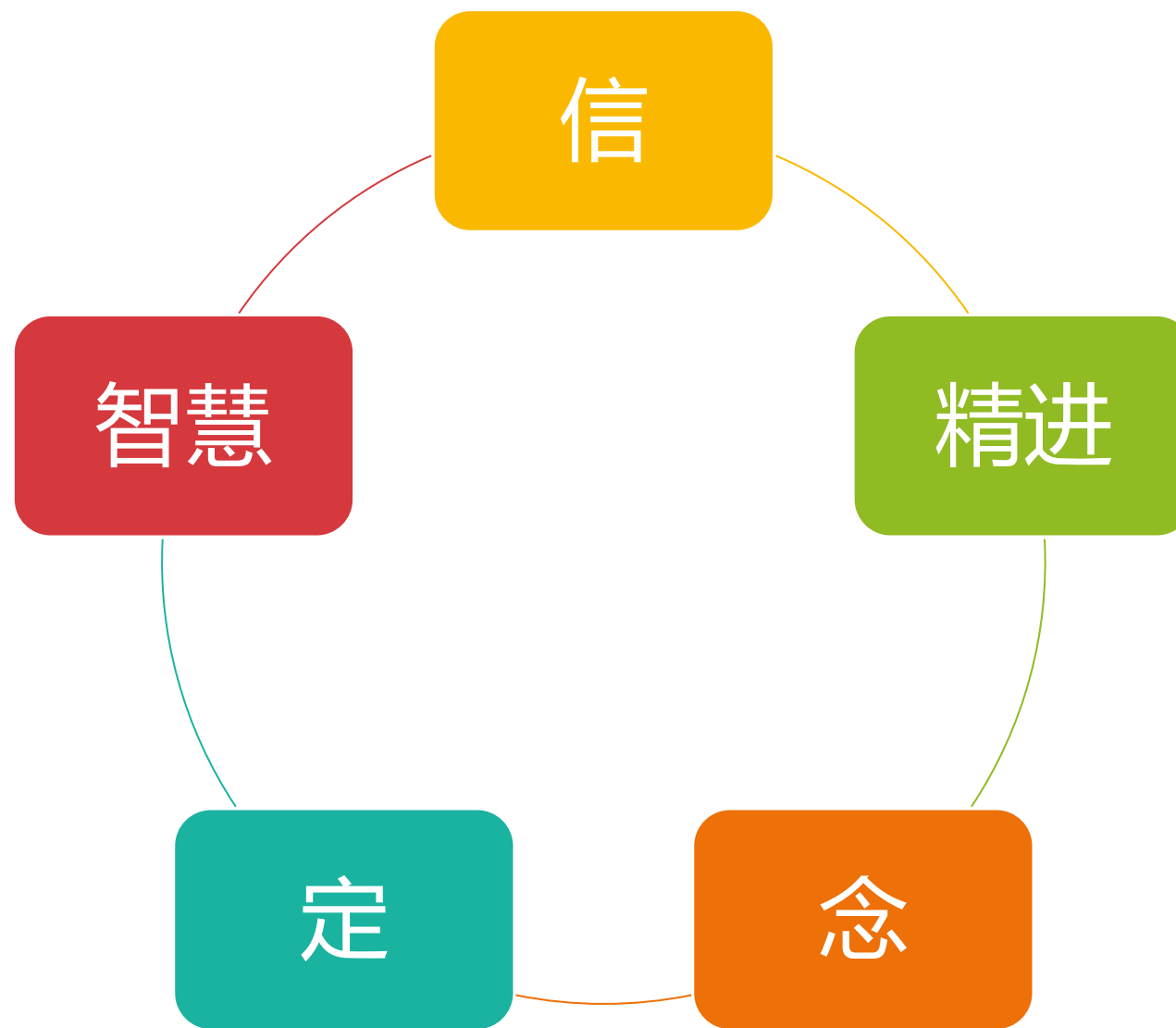
回归光明本性
达到解脱

虹光大成就就是
修行的结果





修行的五难





修行的五难





信的重要

信根本上师

信法

信自己能修

没有信，很难走下去



闻、思、修

三者缺一不可

闻：听法
思：理解
修：实践



只闻不修

半信半疑

只求感应

很多人
卡在哪里？

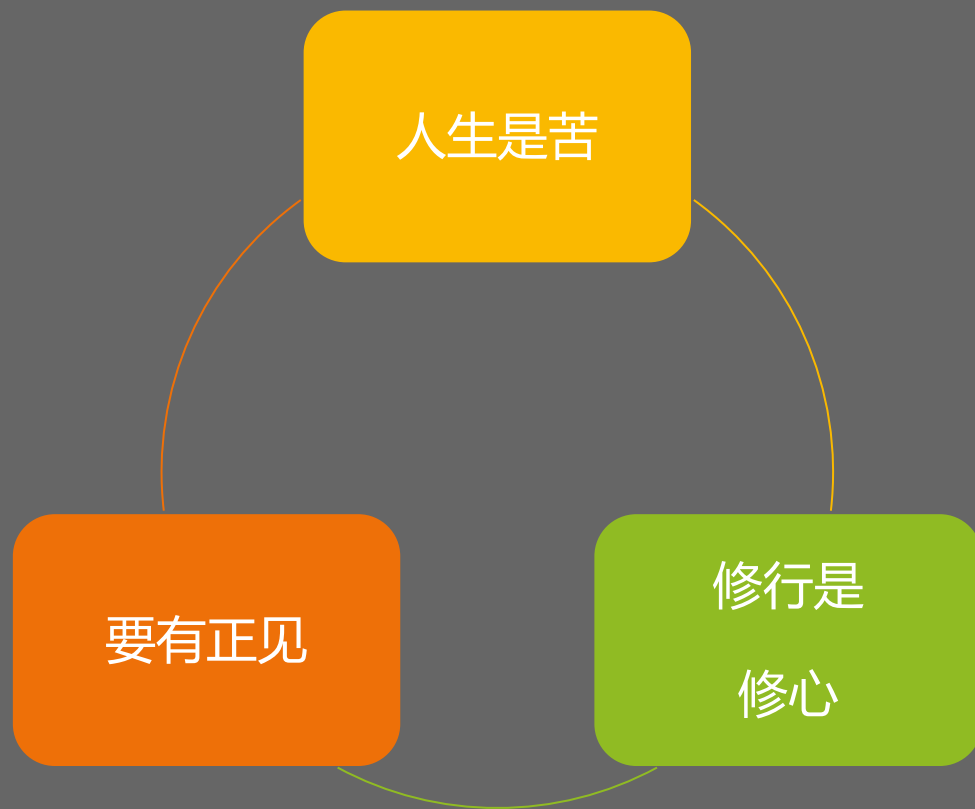


真正的修行 从哪里开始？

从日常生活

从情绪

从起心动念



很多人
卡在哪里？



一个修行者要记得

**成就不是追求来的
而是修行成熟后的自然结果**



谢谢聆听

莲花翰泽助教 合十

幸福圆满

