

20190723 如俊法師大課 全廣 II 134, 135 講複習

<https://www.blisswisdom.org/teachings/dailylamrim2/3050-130134>

<https://www.blisswisdom.org/teachings/dailylamrim2/3051-130135>

讚頌「曾記否」

<https://www.youtube.com/watch?v=qW6z3iT03eQ>

曾記否 那一顆心 從遠古走來
帶著他的慈悲 穿越到現代
曾記否 那一顆心 溫熱著你 溫熱著我
曾記否 那個聲音 呼喚著你 呼喚著我
曾記否 那一雙眼 洞悉著你 也洞悉著我
曾記否 多少春秋 他帶著我們走
無論苦樂 無論圓缺 風裡雨裡 他走在前頭
曾記否 他的淚 震撼著你 震撼著我
曾記否 他的笑 燦爛著你 燦爛著我

法師前行提策

* 曾記否影片中有師父帶著大家包餃子的一幕。以前在鳳山寺的地下室，會放很多圓桌，過年時會圍很多法師和沙彌，師父有體力時會到每一桌跟著大家包餃子，而包得最好的都是師父。師父說厲害的包水餃師傅，一按就可以包好。之後看到上師的父親也真是一樣，而且可以用兩手包

* 師父包餃子時，會每桌示範。而且在每桌會講同一句話，有很

深的用意

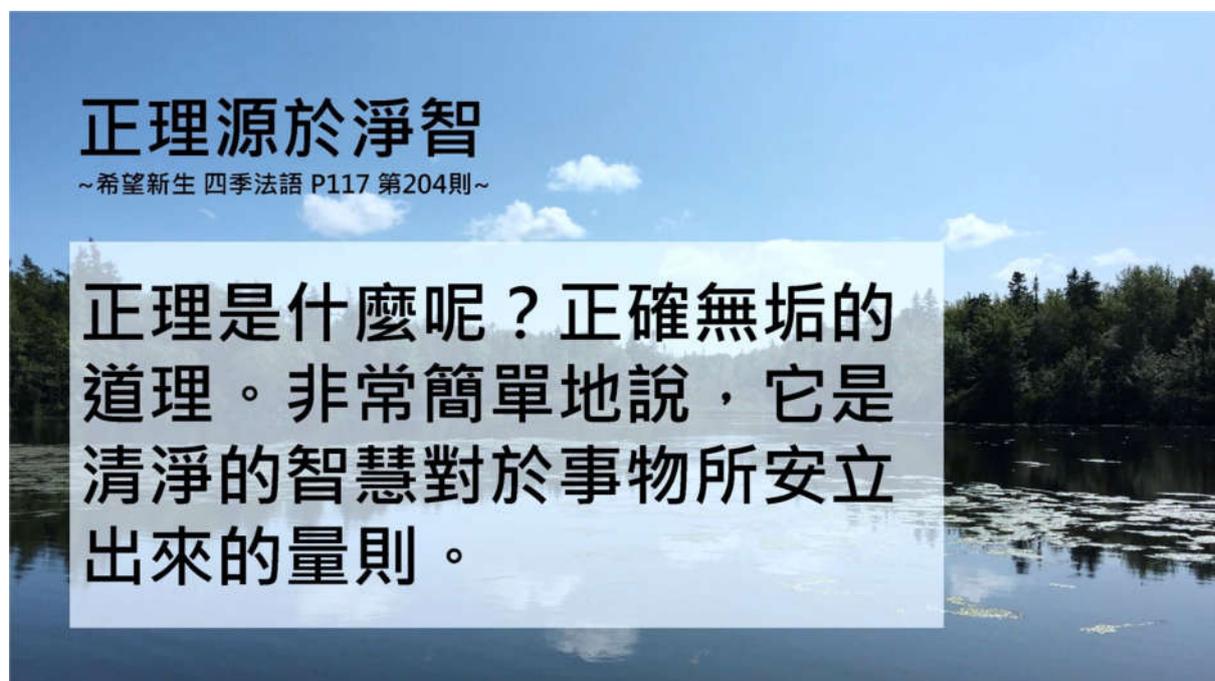
- * 師父說「任何事都有訣竅，掌握了就不難」每年都講一樣的話
- * 我們學習廣論、宗大師教法，也可以算是修行人，應該稍微會有這種認識。
- * 修行人要就煩惱現行進行調伏，但煩惱並不好對付，對付了一個，很多又像海嘯冒出來，一連串不好對付
- * 佛陀的訣竅是空性，證悟空性，所有的煩惱可以滅除，因為煩惱來自同一個根源，也就是無明、我執。佛陀說斷除煩惱有訣竅，如大樹從根砍斷，就是空性
- * 上師的師長大阿克，拉卜楞寺聞思學院院長，稱為「法台」。大阿克 70 幾歲，弟子小阿克 60 幾歲時，第一次正式教上師、法師現觀莊嚴論。
- * 菩薩道的修行人，在全廣 137 講中也提到，希求成佛者，分成利根、鈍根二者。大阿克說利根者對空性先產生定解，由於一切法無自性，因此心也無自性，心本性不是煩惱，和煩惱分離
- * 由於可以和煩惱究竟分離，因此自他有情都可以成佛。所以為利有情願成佛是可以做到的。
- * 至於鈍根者，沒有對空性產生決定解，有此內外障礙，自他的心和煩惱不分離，因此發心容易退，成佛較慢
- * 對此，有一個喻。利根者就像很會做生意的人，對穩賺不賠的生意，會把全部家當壓下去
- * 修行有訣竅，宗大師教法特色，是培養我們成為利根者
- * 學廣論、五大論，抉擇空正見、空性，成為利根修行人，快速成佛，這是訣竅所在。
- * 學習教理，不是現證空性，是有定解。如果先現證空性，容易走上小乘，回小向大，走上成佛比較慢的路

* 對空性理解，不能深，也不能淺，要恰當好處，並且依止善知識

* 師父幫大家種很深的種子，因為訣竅是很重要的。學習廣論，是訣竅的大學。如聽人家講話，也有訣竅

希望新生 第 204 則「正理源於淨智」

正理是什麼呢？正確無垢的道理。非常簡單地說，它是清淨的智慧對於事物所安立出來的量則。



* 朗忍巴 Lanrim 尊者，是百年內的廣論成就者，著有道次第心傳錄。尊者說抄寫自己上師言教功德，比抄寫大藏經功德高。因為上師是十方諸佛總聚體。「[供養上師一毛孔，勝供三世一切佛](#)」

* 這是從教理成立的結論

* **正理是什麼呢？**正確無垢的道理。》非常簡單地說，它是清淨的智慧對於事物所安立出來的量則。

量是不欺誑的心識。正確的心識，沒有被騙，沒有被矇蔽，對境界觀察也是正確的

- * 正確心識所緣也叫量，對事物認識正確，可以判斷事物標準
- * 佛菩薩正理，用清淨智慧安立
- * 學清淨正理的好處。有一個瀕死經驗者叫白克雷，他在倫敦的公園摸鐵欄杆，結果看到一百多年前公園景象，因為帶有一百多年前業力
- * 上師加持物，是佛菩薩、修行者，加持著這物品
- * 佛菩薩的修行道理，從清淨的正理出來，也是業力加持
- * **學習廣論理路如何變好？**要聽上師師父理路，其嚴謹的理路，也是加持物
- * 早期有位同學，到僧團做義工，覺得自己理路不好，想要加強理路。法師建議他唸福智之聲，消化師父的理路，把理路研究清楚，如此理路可以進步。半年後，這位同學就發現不一樣
- * 佛菩薩正理，有清淨智慧業力的加持
- * 每周堅持學習兩個全廣進度，會有很大的好處

心之勇士 第 204 則「佛陀愛子之心」

佛菩薩一定不會忽略任何一個可以利益我的瞬間，因為他的心就是等著這一刻，要把最完美、最美好的一切，趕快給予我這個獨一愛子，讓我從此變得幸福。

這是所有的佛陀，從初發心到最後成正等覺永遠不變的熱切願望！

佛陀愛子之心

~希望新生2 心之勇士 P110 第204則~

佛菩薩一定不會忽略任何一個可以利益我的瞬間，因為他的心就是等著這一刻，要把最完美、最美好的一切，趕快給予我這個獨一愛子，讓我從此變得幸福。
這是所有的佛陀，從初發心到最後成正等覺永遠不變的熱切願望！

- * 廣論中提到佛陀業功德 P102「業功德者。謂身語意業，由其任運無間二相，而正饒益一切有情。此復由於所化之別，堪引化者，能仁無不令其所化會遇圓滿，遠離衰損，定作一切所應作事。」
- * 佛陀身語意業可以不間斷饒益所有有情，對善根成熟者，佛陀救渡眾生，使其可以得到最圓滿的結果，其為一切有情，做一切該做的事
- * 為何一切境界都可以觀功念恩？因為佛陀法身遍一切處，任運無間饒益有情，不會忽略任何一刻，任運地饒益我，不論順、逆境，因此必然有功可觀，有恩可念
- * 自己要提昇或抱怨？在一切境界中。
- * 要能體會這一則法語，因為佛陀心意如此，但為何我感覺不到？因為自己的業力

* 多年前僧團有位同學，不太想出家，法師想幫他。這位同學早上、午餐出現，再來就看不到人影。法師盯著他一起去洗碗，一轉眼人又不見了。法師又找他，遠遠在牆角。法師要去找他，中褂又被釘子鉤到

* 法師想找到他，想幫他，但這位同學感覺得到嗎？感覺不到》因為自己的業力

* 觀功念恩的練習很重要，因為有佛陀法身的加持

* **學大師教法，要有一個習慣，把內容反覆熟練，並且收攝成扼要，這是很重要的習慣。**早年師父的開示，法師會幫師父整理。如果師父給法師三天時間，法師會用兩天祈求，幫助法師看到中心，之後法師再把理念整理出來。通常這樣整理師父會覺得可以

* 其後上師要提升法師，上師問法師對師父理路的體會如何？法師說應該還可以。上師問法師真的理解師父的想法？上師覺得不是。上師指點法師，覺得法師「聽太少，想太多」。學習時，要緊貼原文，反覆聽、反覆想，如此，中心會出現

* 一開始中心要聽出來並不容易，但要設有目標，想學到什麼程度

134 講 QA

Q：三主要的證得

A：

* 文殊師利菩薩給宗大師的教授。文殊菩薩是一切諸佛之師

- * **三主要道：出離心、菩提心、空正見。** 凡夫到成佛的三個要領
- * 宗大師有見到文殊菩薩，見到時很謹慎，先問師長，師長承許，再用學習的經典請教文殊菩薩，確定是否符合教理。不能隨便承許。宗大師抉擇很謹慎
- * **出離心：出離輪迴。輪迴本質是苦，如同囚犯要離開牢獄**
- * **菩提心：要繼續為利眾生願成佛，把眾生解脫當成自己責任**
- * **空正見：無自性**
- * 「凡是存在的，上面都有空性，對吧？都有個無自性的道理。但是無自性的真理、真諦，在凡夫的眼、耳、鼻、舌、身、意上，在境界上能夠顯示出來、能夠洞悉到嗎？是很難的，對不對？比量上證得也是不太容易的。 [04'28"]」
- * 佛陀講一切法無自性，即為空正見
- * 無自性，這個境界看來實在，在不是境界他方成立。是我業力感得。如水人看是水，天人看是甘露，餓鬼看是膿血
- * 我們看到就會覺得是水，但本質不是水。無自性，不同的業，會起不同的作用，如天人起的是甘露業。不同的業起不同的作用，成立杯子裡的水無自性，沒有本質。否則任何人看到都要一樣
- * 不是從境界成立，是自己業力感得
- * 聽無自性覺得懂，但看到盆栽會覺得無自性？其實是實實在在在哪？沒法顯示無自性，我們只看到局部
- * 不是實在在那裡，但也不是不存在
- * 有盆景和沒盆景仍有差，其有作用，真實不虛
- * 不是真實存在，和不存在不是同義
- * 要發起出離心，救眾生出輪迴，會覺得有無自性？凡夫不會覺得如此，因和佛陀看到的不同

Q：對境要生起正念，和三主要道的證得有何不同？

A：

- * 正念，在廣論修習軌理 P51LL2 「念者，謂聞思修，諸善法義，所成正念」
- * 正念，心很穩定的緣著，覺察力是正知
- * 火光穩定是正念，亮度是正知，正念越強，正知越強。反之亦同
- * 緣到法，就是正念，最後會涵到包含三主要道
- * 要先緣起正念，緣到法，其內涵越來越豐富

Q：自己不知道自己不知道。反過來說，自己有不同角色，在什麼境界下會覺得自己知道？如能生起正念，是否面對境界比較不會犯錯？

A：

- * 要覺察自己瞎子摸象
- * 要如何給人提醒？如何觀察自己是對的？
- * 學佛的人，雖還沒成佛，局部觀察有價值、正確？
- * 用三種清淨觀察幫助我們確定
- * 現量：直接用感官偵測到，感受到也探索到，就正常人
- * 比量：感官探索不到，但可用正確推理（如山後有煙，可以推理山後有火）
- * 信許比量（聖言量）：對學佛者最重要。因為瞎子摸象，大都我們並不了解。要相信有正確經驗的人，相信他的經驗，如無限生命，從現量、比量推不來。佛陀有全面完整認識，因此經驗範圍外，感官、推理都無法達成，透過有全面完整經驗者，佛陀，我承許它存在

- * 一件事的取捨，要用**三種清淨觀察**
- * **現量**：如太陽從西邊出來，沒有清淨依據
- * **比量**：肥胖的提婆達多，白天吃很少，推論晚上吃很多
- * **比量**：一個人越來越肥，白天、晚上都沒吃，違反比量，沒有根據
- * **信許比量**：有人說沒有無限生命，佛陀說有，我相信佛陀
- * 用清淨根據，觀察局部仍有價值
- * 瞎子摸象為何是最好指示？因為這是我們修行問題的根源，可以用佛法歸納出來
- * **今勤瑜伽多寡聞，廣聞不擅於修要，觀視佛語多片眼，復乏理辯教義力**，都因為瞎子摸象
- * **今勤瑜伽多寡聞**：想修行，不想聽，不想了解道理。表示自己理解的局部，卻以為是全部，這是瞎子摸象
- * **廣聞不擅於修要**：不了解業果、無自性。境界不是從他方成立，不是本來就不好，是業力所感。業果是佛所講的真諦。境界不好，要改變自己，如沒有業果見，只想改變外境，如此方向錯誤，不了解業果，也是瞎子摸象。沒看到全面的真相，執著自己看到全部，沒辦法修要
- * **觀視佛語多片眼**：瞎子摸象，如讀佛經，只抓到自己懂的，就以為是全部
- * **復乏理辯教義力**：以為自己了解的已是全部，不想多討論，這是瞎子摸象
- * 修行問題、煩惱、痛苦，都源於瞎子摸象，把局部當全部
- * 這一個病根，是佛陀對我們最好的指示

Q：看不到事情的根本，和世間說要有自信，要如何判斷、區別？

A :

- * 要用三種清淨觀察
- * 要找到最有力的靠山，才会有自信
- * 按照佛菩薩的觀察，可以有自信
- * 從自己莫名其妙地有自信，不可靠

Q：但自己的自信不是來自現量？要如何抉擇？

A :

- * 一般世間覺得我感覺到，但不會覺得是現量
- * 現量如何抉擇，佛陀有抉擇
- * 如有人說雪山是藍色，不能說現量
- * 「是名言識所共許」一般正常人也感受到，而且正常人不會質疑

Q：有人打我，旁邊看到，是否是現量？

A :

- * 他打你是現量
- * 杯子感受到是現量
- * 我的心對杯子成量，但覺得杯子有自性不成量
- * 你打我，存在。但不是你打我就直接成立
- * 我的心感到你打我是對的，但覺得是你打我，和我的業感無關，你自主決定打我，不成量
- * 成量和不成量

Q：打我的存在和打我的人是否有自性是兩件事？

A :

- * 打我有發生
- * 但是有自性的人打我，不成量

135 講 QA

Q：我不知道自己不懂 (I don' t know what I don' t know) ，辯論時自己會有習氣，用對用錯會差很多。如果對境錯誤，回想淨智營每天要講十個讚美，辯論時看到自己不懂，自己緣在不懂上。有時想要即學即修，供養師長。

A：

- * 習氣用對用錯差很多，怎麼看？
- * 師父說沖穀子、抬槓子，勁從哪裡來？歡喜心從哪裡來？為何越來越起勁？
- * 「這裡邊講了一下我們的習慣，或者說我們的習氣。一個人討論一個問題，和兩個人討論問題，說：「抬槓子」和「沖穀子」對吧？這個師父在《備覽》裡還有一大段在講。說：「抬起槓子、沖起穀子，越沖越起勁，越抬越起勁。」這個「勁」是什麼啊？歡喜心對不對？和力道，就提起來了。一旦把我們生命裡對某一部分跟別人討論問題那個力道提起來，用在佛法上的時候，能夠善巧地利用這個特長的話，那麼可能就不會「復乏理辯教義力」，就不會缺乏這個特點。 [04'23"]」
- * 歡喜心源自瞎子摸象子的習氣，執著大象就是如此。執著於自己局部認知的習氣
- * 上師常想如何把一個人最難改的習氣，變成他修行最大的動力。透過辯論是一個方式
- * 祖師陳那、法稱，也是運用人的習氣，幫助我們修行
- * 如年輕人喜歡唱歌，運用習氣，讓他們修行，透過讚頌

Q：辯論時，兩方處於瞎子摸象，也用三種清淨觀察，有沒有輕重之分？

A：

- * 辯論時，最後信許比量力量最大
- * 討論超過感官、經驗範圍，只能依憑信許比量
- * 對佛陀了解有沒有出入，跟其他佛陀說法有沒有矛盾，如果有矛盾就不是對的
- * 辯論會有勝負、高下，真正的作用，是要深入佛菩薩教理，更進一步發現自己心裡的無明
- * 攝類學第一題「是顏色是不是都是紅色」？我們的現行，就是是顏色都是紅色，用局部代表全部，有人傷害我，全部都是負面；有人前半生不好，就覺得一輩子都不好，也是「是顏色都是紅色」
- * 有人感受發現是錯的，不會受感受擺佈。清晰照見，不會被影響，修行就要學這個
- * 永遠不要忘記宗大師在辯論當下現證空性，其中有止、有觀，不能散亂、昏沈
- * 高量修行人，看似辯論，但同時在修止觀
- * 發現自己的無明
- * 對瞬息萬變的境，用辯論的學習才能快速對應

Q：陳那、法稱菩薩

A：

- * 用辯論來修行由二位菩薩整理而成
- * 著作釋量論「因明」，[因明的意涵就是指明了原因，而這些量學的論典](#)

* **研究正確的心態 》量學**

* 建立最完整就是兩位菩薩

* 法稱菩薩用論解釋「釋量論」

* 一般人不知辯論是拿來修行，宗大師再次發揚光大

* 辯論時，持戒，可知應取應捨，和修行相關；挖掘自己無明、見解，並予以破斥

* **宗大師讀釋量論信淚長流，因為成佛次第都在其中**

* 因明的意涵就是指明了原因：我們用一個因成立，這個因品質好不好，就是因明學

* 因明學用三種清淨觀察檢查原因

* **修行方法、內涵，透過因明檢擇，不能盲修瞎練**

* 法師遇過佛洛伊德的權威，也學習廣論。法師請教精神分析的核心，其回答人的心裡都有病。那沒有病的狀態是？「知道自己有病」，法師覺得怪怪的，沒有解釋病為何

* 沒有發現內心問題出來哪，發現錯又推翻，並無法解決問題

* **因明，抉擇的取捨，理由是否經得起檢查**

* 我們常用的解決方法，並沒有簡擇，而盲修瞎練

* **多門札倉：現證空性者，一般覺得境界從自方成立，現證者，可以理解並非如此，境界並非自方成立，可以直接穿牆而出**

* 宗大師拿黑石頭，按下去變成軟的，現在還在

* 上師師長用石頭磨青稞，用腳踩在石磨上出現腳印

* 現證空性者得以如此，此為多門札倉

* 師父在夢裡可以修空性。夢裡看到大船可以對穿而過，一般人只能在清醒時修空性