

20211026 如俊法師大課 全廣 II 第 364, 365 講

廣海明月 0364 體會《釋量論》的精采

<https://www.amrtf.org/zh-hant/clear-moonlight-great-ocean-0364/>

廣海明月 0365 學精緻思想，過華美人生

<https://www.amrtf.org/zh-hant/clear-moonlight-great-ocean-0365/>

讚頌：「花開月圓」

<https://www.youtube.com/watch?v=nP2RtILELYI>

法師前行引導

心之勇士 299 則「對治習氣須耐苦」

對治習氣須耐苦

每一個習氣的對治，都需要我們花下耐心，要捨得讓自己吃苦，不然是改不了的。師父說：「一生一世到底能動得了自己的煩惱習氣多少？能動一動都是很了不起的修行人。」

出處 | 《希望·新生》心之勇士 299



每一個習氣的對治，都需要我們花下耐心，要捨得讓自己吃苦，

不然是改不了的。師父說：「一生一世到底能動得了自己的煩惱習氣多少？能動一動都是很了不起的修行人。」

* 習氣的作用影響很大

* 有對白人夫婦，收養一位街頭兒童，其後發現一個問題。只要有人在小朋友周圍兩三公尺舉起手，小孩就會抱著頭蹲下來，因為小朋友從小在街頭遊盪，被打太多

* 小孩習氣很明顯，這對夫婦如拿個東西、或者想擁抱他，小孩馬上抱著頭蹲下來

* 夫婦花了很多年的時間後，丟東西給他，小孩才會接；抱他小朋友才不會抱著頭蹲下來

* 習氣難以覺察

* 佛法從無限生命的角度，讓我們理解惡業的養成影響深遠，而小朋友生命開頭幾年的養成即有如此狀況。何況我們習氣是多生多劫，這煩惱習氣累積之深遠。

* **煩惱習氣來自我執，我愛執，根源是自性執，在五蘊上安立有一個有自性的我**

* 如果沒有覺察，對治，淨化 《死生輪迴的因

* 如被淨化，不用經輪迴痛苦

* 輪迴被自性執推動，一再串習，越來越強，輪迴因越來越深重

* 因嚴重之處，修行人對治習氣很重要

* 輪迴習氣過患，對治即其勝利

* 養成善妙修行習氣 《善淨之業的造作》樂果越來越大

* 稍學廣論，發現自己煩惱習氣很多，對治不完；或者對治其一，其他習氣更粗猛。這些都會發生

* 按照道次第學習有好處。道次第的特徵：把輪迴數不清的八

萬四千煩惱，從最核心、我們能力所及處開始對治

- * 如依止善知識，師父說信心的作用
- * 信心很強 (信位菩薩)，作用在：還沒真的學會煩惱觀察、證得對治前，因信得過善知識，作師所喜，可以停下來
- * 如夫婦學廣論多年，想吵時，如果師父在面前，敢吵嗎？不敢
- * 為何不敢吵？因為學了瞋心的對治？不是，是信得過師父，不想師父傷心，就停下來
- * 道次第把關鍵、眼前可以跨過去的，用道次第，是最快的修行道路
- * 一生一世可以動習氣多少？動一點都很了不起
- * 如果動一點是核心，都有絕大價值，有絕大影響
- * 修信念恩，依止法的修為是，幫助對治煩惱習氣的武器
- * 學習空性，是斬斷一切煩惱的利斧，如大樹上煩惱都被斷除。進一步結合菩提心、菩薩行，斷除乾淨而成佛
- * 為何不先學空性？要有前面的道次基礎
- * 「對治習氣須耐苦」，雖辛苦，但比沒遇到傳承師長、教法，辛苦少太多，並且，能換的價值多太多



聽法啟發抉擇慧

法音入耳，抉擇取捨的美玉瓏瑤之聲，充遍身心。耽著感受、昧於取捨的愚癡濃霧，漸散漸去，我們輕輕騰躍，脫離現行煩惱的泥潭，飛翔於清晰喜樂的抉擇之天空下，目及遼遠，審慎當下。

出處 | 《希望·新生》四季法語 299

法音入耳，抉擇取捨的美玉瓏瑤之聲，充遍身心。耽著感受、昧於取捨的愚癡濃霧，漸散漸去，我們輕輕騰躍，脫離現行煩惱的泥潭，飛翔於清晰喜樂的抉擇之天空下，目及遼遠，審慎當下。

- * 聽聞軌理、思惟聞法勝利的章節，上師講很多，為什麼？
- * 同學回饋：融入生活化？量身定做的下腳一步？做好聽聞軌理？
- * 對上師講的認真聽，因為上師聽聞軌理很厲害，師父很讚歎
- * 師父跟上師關鍵性見面後，回來跟法師強調甲三聽聞軌理的重要，聽聞軌理包含在依師軌理、依止法內
- * 上師對師父的法立即領納、立即證得，講到那，證到哪
- * 對上師聽法的回饋，師父很開心，也有回饋，兩位聖者討論越研討越來越深、很開心
- * 師父有一次說跟上師討論法義會樂此不疲，師父有一個疑問，師父想一再討論會不會更深入？會無窮盡的深入？

- * 師父之後說如此研討的深入會無窮盡，因為
- * 般若經「**盡不盡不可得**」》無自性
- * 如補處菩薩，即下一剎那要成佛的菩薩，對無自性理解有窮盡
- * 因為除了佛外，其他菩薩，不論位階，尚未成佛者，對空性的理解都有侷限 》內心如現證勝義諦，無法現證世俗諦，反之亦然
- * 如手中有一支筆，世俗諦顯現是一支筆，顯現並可以寫字。勝義諦則是筆上有空性。佛陀以下聖者，現證筆之上空性，無法現證筆的世俗諦。如現在現證筆，用手、眼睛等世俗諦，別無法現證筆之上的空性
- * 用理智知道筆之上有空性亦同時證得世俗緣起，只有佛做得到 》只有佛對世俗諦、勝義諦理解無有窮盡
- * 上師對聽聞軌理的感受、教導，我們認真學，會得很大加持
- * 靠聽，可以完成多生多劫的修行
- * 如叩鐘記「**妙湛總持不動尊 首楞嚴王世希有 銷我億劫顛倒想 不歷僧祇獲法身**」
- * 相應所化機，要消一億劫的顛倒想，不用一阿僧祇劫 》透過依止法
- * 「**法音入耳，抉擇取捨**」法與取捨，真正的法，是內心的取捨。內心對境時，這一念的取捨，和師長所教相應
- * **法定義：煩惱的正對治 》向內調伏，對治煩惱，消除苦因，種樂因**
- * 「**耽著感受、昧於取捨**」》不要用感受衡量一切，用正法衡量感受，否則就是「**愚癡濃霧**」
- * 受支 》愛取 》流轉次第

- * 用清晰智慧，用師長教誡抉擇
- * 「**我們輕輕騰躍，脫離現行煩惱的泥潭，飛翔於清晰喜樂的抉擇之天空下，目及遼遠，審慎當下。**」聽法得加持，身心不粗重。從不覺察的現行煩惱脫離
- * 看到無限生命什麼該做？什麼不該做？當下會很審慎
- * 不審慎，當下老毛病就出來了
- * 有次上師散步，上師看到一棵樹，有茂盛綠葉？上師問想到什麼？
- * 法師想到華嚴淨行品的「**見樹葉茂 當願眾生 以定解脫 而為蔭映**」
- * 「**若見華開 當願眾生 神通等法 如華開敷**」
- * 上師說陽光下樹葉是翠綠色的，到了傍晚則是墨綠色，而晚上就是黑色，這是**緣起**的現象
- * 上師說如果一直執著葉子本來有自性，是翠綠的，這是不觀待因緣，當天色漸暗，如執著翠綠，就是毀滅的開始，這可以運用在很多方面
- * 如年華老去時，頭髮白、體力、記憶力不如以往，此時如要執著跟年輕人一樣體力充沛，即會形成痛苦
- * 跟上師學廣論，師父常說，老了、氣力不夠，因為老了，所以要努力。如果不努力、來生怎麼辦？現在努力，來生不同凡響
- * 六度中每一度的攝彼等義都強調，要以大地菩薩的願境為目標，能學多少，對所學要修歡慰；對學不到的要懺悔
- * 如果因為學不來而不學，來生更難；反之，如果現在能突破一點，來生可以趨入圓滿菩薩行
- * 堅持努力，來生小小投資，來生的收穫會很大

- * 狀況不好時修行，比狀況好時修行，福報大很多，這是時大因緣
- * 從老病死珍惜暇滿，緣念無常非常重要，如此才能不耽著現世
- * 不念無常，耽著現世，會把修行往後擺
- * 年紀大時，看看周圍，可以策勵自己修行
- * 從緣起有變化，發現要如何修行，不要有自性執，要「聽法啟發抉擇慧眼」

* **要養成背書的習慣**

- * 如願法師也多年推動背書
- * 有人跟老師說幾十年沒背，背書很痛苦。如願法師說，**是沒背書讓你痛苦，是幾十年沒背書的習氣讓你痛苦**
- * 憶師恩法會上阿吉居士，按進度背誦奢摩他
- * **不論入行論、淨行品、廣論、止觀等，都可以背，對治不背書的習氣**
- * 背了忘，再背，對背書養成習慣、歡喜心
- * 專注背書，可能產生禪定的快樂

* **日照十方冬季送暖**

- * 向日農場因疫情參觀人數減少，收入也減少，日照十方除了增加農場收入，也想關懷需要照顧的弱勢族群

廣海明月 364、365 講

上師講 364、365 的目的，是希望我們對釋量論的殊勝、功德產生好樂、希求，想要學釋量論，想得到精緻思想

Q1：「就是用世間的理則，說明世間的錯誤，說明成立佛法的正確。」可以舉一些例子？

A：

- * 「真正精采的地方，他就是把這個世間的理則，這個學問，透過這個佛法，然後把它變成功佛法當中最主要的一門學問，就是用世間的理則，說明世間的錯誤，說明成立佛法的正確。」
- * 世間的理則，世間共同承許的邏輯理路
- * 如 $A > B, B > C$ ，則 $A > C$
- * 說明世間的錯誤，說明成立佛法的正確（內心的問題），舉個例子
- * 以前，有位學廣論的老同學 A，在上師面前跟上師抱怨另一位同學 B。說很討厭他，因為他跟師父學這麼久，一點改變都沒有。上師微笑地回答「你也跟師父學了很久，可是你的內心對他的看法，也是一點改變都沒有」
- * 同學：自己沒改變，用這個心去看別人，自己沒變，去批評
- * 我是 A，對方是 B，成立 B 很討厭，因為 B 跟師父學很久但沒改變
- * 我跟上師講的，其實是自己的多年看法也沒改變
- * 自己學了很久也沒改變，是不是要先討厭自己？
- * 這就是「用世間的理則，說明世間的錯誤，說明成立佛法的正確。」

- * 僧團中有用辯論學經典。辯論學習時，天下第一題「**是顏色一定是紅色的**」一般人會覺得奇怪，怎麼可能！
- * 有人辯論這題，懶得辯。為何要學這一題？有什麼好辯？
- * 關鍵在，如，有人一直減肥失敗，到四十歲，就覺得這生註定不能成功；有人創業，打拼沒成功，也可能覺得，這一生可能無法創業成功
- * 同學：看他的毅力
- * 一般人常現起上述的想法。而修行人要對治煩惱，但前面常失敗。尤其，如果沒有好的老師，沒有好的方法，會常敗。如此前半生沒長進，會灰心、氣餒，覺得修行沒可能長進，以為前半生失敗，後半生就不用想了
- * 從前半生，在後半生還沒過前就下結論，這是「以偏蓋全」
- * 只要是顏色就是紅色，以偏蓋全
- * 實際面對境界時強烈感受現起，就是以偏蓋全，是顏色就是紅色
- * 這也是用「用世間的理則，說明世間的錯誤，說明成立佛法的正確。」
- * 364 講「在這一箇 सर्वत्र (事例)、在大家都共識的一件事上，看看論式會推導出什麼東西；而我們沿著這樣去推導的話，看我們能出現什麼？就是**由可見推不可見**，對不對？」
- * 論式：用因成立結論「因為。。。所以。。」
- * 由可見推不可見 》從世間承許，由可見推不可見
- * 不學佛，生命中有太多未知的事，如死亡
- * 用無限生命來看時尤其是，把視野放到法界、宇宙
- * **大乘佛法的重點是，沒有全面完整認識，問題不可能解決**
- * 如果承許的話，求全面完整認識很重要。現在沒有的話，要

找有全面完整認識的人

- * 找得到，按其引導、依其抉擇而有全面完整認識的效果
- * 進一步再學，直到全面完整認識我有
- * 這個人是否有全面完整認識？檢查法則在「說法、主張，在邏輯、事實上不相違」
- * 如說太陽從西方出來就是和事實相違
- * 2, 3000 年來的檢查，人類歷史經驗中只有佛陀通過考驗
- * 生命未知，要有正確抉擇。要信佛，跟佛陀學，由可見，推不可見；由邏輯理路，從可見推不可見
- * 為何佛陀通過考驗？事實上看沒有錯，但「未知」無法核對
- * 檢查另一重點是要注意，在邏輯上不相違是難點
- * 所有主張中，只有佛陀主張「無自性」，才能做到在邏輯上檢查不相違，其他主張，都是有自性或部份有自性
- * 這是錯誤承許，在嚴密邏輯辯論上會被找到漏洞
- * 面對生命未知的部份如何正確抉擇？用什麼方法？
- * 找全面完整認識的人，通過下限考驗，才相信這全面完整認識人，相信未知的部份。這是由可見推不可見

Q2：「能夠把我們短短的一生」，我們的一生前面加了個「短短的」，短短的一生，接著「昇華到絕高的一個層面」，就是用這麼短的生命的時光，達到了這麼高的一個精緻的程度！」對精緻思想還是模糊，可以具體說明？一定要精緻？要信達雅？

A：

- * 就精緻的思想，類似的例子，如跟好朋友，很有默契，有共同經歷。碰到狀況時，互看就知道該做什麼，或稍講什麼，就勾起過往經驗，知道要做什麼，這類似精緻思想

* 「這個論是難學的，但是你學會了以後，就可以把我們這個思想，變得也這麼非常精緻。以最簡單的方法能夠提起、含攝很多乃至於深細的內容，這樣才能夠把我們短短的一生，昇華到絕高的一個層面。」

* 用最簡單的方法，提起、含攝很多乃至於深細的內容 》不浪費，有效率，短短的一生，昇華到絕高的一個層面

* 跟好朋友的例子，眼神交換是很簡單的方法，可以提起、含攝很多乃至於深細的內容，類似精緻思想

* 但真正精緻思想，不是這麼簡單

* 一個動作，一兩個字，可以提起、含攝很多乃至於深細的內容

* 廣論的教法，代表佛陀完整圓滿、傳承

* 1 千多年前，由阿底峽尊者帶到藏地。剛開始，藏地條件不夠。身為印度最高成就者的阿底峽尊者，由印度各教派共推為教主，修證功德超群。漢地的禪淨密律等八宗，很難彼此會共推同一大德

* 尊者入藏傳最高、最深的法，因為兩位心子，總敦巴尊者祈請應傳業果；菩提光王也說藏人條件不夠，請尊者普傳皈依、業果的基礎的法

* 尊者入藏，雖然不是沒傳最深，但只傳少數人。尊者普傳下士皈依、業果。把基礎建立好，三百年後出現宗喀巴大師，把顯密教法最高峰建立

* 尊者入藏三四百年後，藏人才把條件齊備

* 師父、上師在漢地，圓滿教法建立，把根基打好，用不到三十年

* 師父用的方法是居士廣論研討、文教、德育、有機無農藥，

去里仁買東西，門檻很低

* 用這樣的方法，把藏人三百年走的路走完，從沒有變成有。這是最簡單的方法，提起、含攝很多乃至於深細的內容，是師父精緻思想任遇的流露

* 2004 年師父圓寂時，團體很不穩定。而宗大師圓滿教法，要依止教證具足的師長。由於師父、上師是核心，當師父圓寂，核心力量示現圓寂，這是很大的衝擊

* 師父圓寂前幾年找到上師，很保密地教導上師

* 師父圓寂後，上師跟核心出家人、在家人開會，討論如何穩定團體？

* 上師跟核心出家人、在家人說，在漢地建立教法，讓眾生得益，沒有人心胸、遠見能跟師父相比

* 上師說請大家認真聽師父廣論的開示，師父的加持都在廣論裡

* 當時大家不大認識上師，上師說認真聽錄音帶，請問大家會作何反應？我們其實沒有聽懂

* 怎麼穩定出家人？聽師父錄音帶怎麼穩定團體？不免有點懷疑

* 之後，有一年的時間，在家、出家各顯神通想穩定團體，但不是認真聽師父錄音帶

* 師父圓寂後的三大法會（皈依、朝禮、祈願）參加人數直線下降，上師碰到核心人士，再次強調要好好聽師父錄音帶

* 2005 年解夏後，上師再次提醒，並請法師回去幫僧團上課，要法師好好上師父錄音帶，緊貼原文，前後連貫、脈落，認真聽師父錄音帶

* 此效果是，經過一兩個月，大家生起前所未有的感受，聽到

以前沒聽到的，而且跟自己生命息息相關

* 皈依法會時，辦好幾場，有一個重頭戲，是座談會，由法師跟大家分享學習師父廣論錄音帶的心得，參加的同學都很感動

* 2005 年皈依法會，報到率節節上升，最後超過百分之百，僧團從此穩定，在家人也由此穩定

* 認真聽師父錄音帶，用最簡單方法提起、含攝很多乃至於深細的內容 》精緻思想

* 釋量論很難，要辯論、思考。這麼難學，師父 用一句話交待清楚「就是用世間的理則，說明世間的錯誤，說明成立佛法的正確」這也是用「最簡單方法提起、含攝很多乃至於深細的內容」是師父學精緻思想的展現

* P 島有個小小的森森，上師到森林散步

* 上師做一個公益活動。因為焚風容易引發森林大火，主要是森林裡的樹木，靠近地面的樹枝會有枯枝，連在樹上，對森林大火是最危險的威脅

* 因此有個常識是，要觀察樹幹旁枯枝，進行修剪，避免森林大火

* 當時，上師隨分隨力修剪枯枝。有一次，上師聞了枯枝切口，非常清香幽遠，沁人心脾。法師也聞了一下，覺得味道很特別，跟上師說這個香氣很提神

* 上師剪了十公分給法師，法師很高興

* 之後，傍晚左右法師回想，廣論提到依止法，如何依師？講視師如佛

* 有傳承師長，確定其功德並決定依止時，要把師長看成佛，才能得加持

* 法師想到視師如佛，不能凡庸作意。想到上師把有香味的樹

枝給我，只是要提神？不是吧！

* 法師認真思惟後，想到如檀香，沈香，是戒香的表法，是譬喻持戒的人有戒香的功德 《持戒的功德

* 戒香在上師、師父身上都有，法師想上師是希望我持戒

* 因此對此不敢輕忽以待，把枯枝殷重供起來

* 接下來幾天，法師要提持正念、正知時，持戒的心念，比以前更強

* **這枯枝不是只有好聞，而是上師賜與清淨持戒的加持**

* 法師之後跟上師表達自己的想法，並表示自己這幾天持戒特別容易且強大

* 上師說「對，給你的時候，我是有這樣想」

* 這也是用很簡單的方法（有香氣的枯枝）提起、含攝很多乃至於深細的內容

* 「**靜靜地讀師父這一段的解釋，去感受那種華美，真的是在心中引起華美的感覺，那是思想向未知的高空飛翔的自由，就像仰望星空，手上捧著星星，頭上頂戴著，心裡承載著，在星際間飛翔的華美和自由！師父把這種嚮往，送進了我們的心中，讓我想要披荊斬棘、突破一切困難去得到《釋量論》的學習機會、得到《釋量論》的精髓，因為它像無形的思想雙翼，可以讓我們的此生飛翔到最高的高度，最高的高度——超越老死！湛藍的空性的天空令眾生怖畏，但如果我們學會了真理，就可以自由地遨翔了！誰不想要呢？**」

* **學習釋量論，養成精緻思想**

* 以上舉的這些例子，會不會稍稍體會上師最後一段在說什麼？

* 雖然尚不知釋量論，會不會比較想要學習釋量論？希求想要學？