



温哥华慧灯禅修2020

皈依一

慧灯禅修课

「六和敬」是佛陀制定的佛教僧团的生活原则，也就是让彼此能够和乐相处的观念。

一、身和同住：在行为上，不侵犯人，就是相处的和乐。僧团大众，同作佛事，必须做到身业清净，讲求和谐快乐，彼此互相帮助、尊重、包容；遇有疾病，相互照顾，平等共居，和合共住。

二、口和无诤：在言语上，和谐无诤，就是语言的亲切。僧团大众，共同信佛、赞法、敬僧，必须做到语业清净，说话恳切，言语柔和，和平共处。

三、意和同悦：在精神上，志同道合，就是心意的开展。僧团大众，同一信心，共同追求佛法真理，必须做到意业清净。日常生活中，不违不犯，不比较人我得失，不计较是非利害，心意的和悦才是当下的净土。

四、戒和同修：在法制上，人人平等，就是法制的平等。僧团大众受持戒法，进退有节，仪礼有据，行住坐卧之中，威仪庄严。

五、见和同解：在思想上，建立共识，就是思想的统一。僧团大众对于出世圣道，能如理通达，舍去分别执著，彼此见解一致，达成共识，此乃共同成就之前提。

六、利和同均：经济上，均衡分配，就是经济的均衡。僧团大众，不论是经济上的财利，或知识上的法利，大家受用均等。

慧灯禅修课 (复习)

一、金刚上师 (一)、为什么要择师:

为了众生的事业，才是正确路，也才是我们要走的菩提之路。这样的路怎么走，我们需要个具格的人引导，才能顺利地走上菩提道。放下自己的事，是无始我们从未做过、想过，甚至边做梦都很少梦到的，而利益自己，是我们生生世世习惯了的。今天佛要求我们把无始以来一直做惯的放下，去接受一个从未想到的事物，该有多难！这肯定要有善知识给予帮助才能办到。所以选择金刚上师和善知识特别重要。

二)、如何择师:

- 1.做大乘上师的条件 第一、有无造作的菩提心；第二、精通显密教理，特别精通我们所需要的、正式修法上的智慧。
- 2.做金刚上师的条件第一，三戒（别解脱戒、菩萨戒、密乘戒）一定要清净。第二要广闻佛法。第三要有大悲心。第四要精通显密仪轨。第五要有文证悟。第六要懂得四摄法。

慧灯禅修课

3.做小乘上师的条件

第一要戒律清净。第二要精通戒律。第三要非常关照他的学法弟子。第四要精通显密仪轨。第五要有文证悟。第六要懂得四摄法。

二、灌顶：

1.是否得到灌顶要考虑的三个因素 第一、灌顶的人是否具备金刚上师的条件；

第二、受灌顶者是否有接受灌顶的资格；第三、金刚上师灌顶的方法是否正确。做大乘上师的条件

2.什么是灌顶

灌顶就是授密乘戒，受灌顶就是受密乘戒，去受灌顶前要看自己能否做到戒律的要求，如果目前能够

做到就去接受灌顶，如果做不到就不能去受，否则灌顶后会犯戒。

慧灯禅修课

3.灌顶所要具备的条件

只有具备了六种因缘-----二因四缘，才能够得到灌顶。

二因：相应因。指人体的气脉明点，六根具足之人都有。

俱有因。指灌顶用的法器，如宝瓶、佛像、甘露等。

四缘

因缘。修密乘的金刚弟子所要具备的条件。对密乘有坚定不移的信心，且在灌顶的现场，能够听

到金刚上师讲的话、念的仪轨，需要观想的能够观想。**增上缘。**这是金刚上师要具备的。**所缘缘。**金刚上师也是标准的金刚上师，我们自己也有信心，且所用法器也很圆满，是加持过的但是还需要具备一个缘。灌顶中，上师会让我们做很多观想，如果不观想这些，就不具备所缘缘。**无间缘。**指灌顶的次第不能颠倒。

上面的二因四缘其中缺少哪一个都得不到灌顶。

灌顶后还有一个重要的事就是护持密乘戒。

慧灯禅修课

没有菩提心的任何一个善 从大乘佛教来讲什么都不是。

没有菩提心的基础，在大乘佛法来讲，他根本不属于大乘佛的法，根本也谈不上积累福报。

所以我们一定要发菩提心。

接下来讲五加行。

慧灯禅修课

三个前行

大圆满有三个前行：一是共同前行，即四前行，也叫四加行；二是不共的前行，即五加行；三是特殊前行，修大圆满正行之前有一个特殊的前行，这个前行离大圆满的正行已经是非常接近了。

这三个前行若有一个没有做好就难以证悟。

每一个修法都要扎实到位！

每一个加行修的扎实到位就容易证悟。

没有修加行的佛教徒他们的皈依只是为了生活和工作。

慧灯禅修课

皈依的必要

皈依的核心就是投靠，就是投靠和投奔。因为观察轮回的痛苦，思考了因果不虚，通过这些思维，我们就发现了轮回是非常的痛苦，虽然不否定有一些暂时的幸福和快乐，但不多，整体上讲轮回是痛苦的。然后轮回是痛苦，那我们怎么样从这个轮回当中走出去，这个靠我们自己的力量是没有办法的。靠我们自己的力量，我要走出去，是根本没有办法。然后不靠我们的力量，那靠谁？

投靠佛法僧。

慧灯禅修课

皈依最重要的是什么？**对三宝的信心！坚定不移的信心！非常重要。**

皈依的定义

皈依就是皈投、投奔、投靠佛法僧三宝。从世俗世界的角度来讲，要投靠某一个人，要投奔某一个人，那这样子的话，前提的条件是绝对地相信这个人，才可以投奔、投靠，否则的话就是没有用的。同样的，我们皈依三宝，也是投靠三宝，皈投三宝，投奔三宝，那它的前提的条件，也就是我们坚定不移地相信三宝，相信三宝才可以做标准的投靠和投奔。如果我们还没有得到对三宝的这种信任、信心，那这样子的话怎么投靠，没有办法投靠，连对三宝的信任都还没有建立起来，那这样子的话怎么去投靠呢？没办法投靠的。这样子的投靠是自欺欺人，没有任何意义。所以我们这个皈依的前提的条件，就是绝对地，或者坚定不移地相信佛法僧，这是最最最基本的条件。没有这个信任，那就是没办法皈依，**所以信心非常重要。（信心来自于闻思修，最上等等信心来自于自己修行的体悟）**

慧灯禅修课

信心的建立：

信心就是来自于闻思修。最好的，最坚定不移的，最上等的信心，就是来自于修行。

我们按照佛的教导去打坐修行时，我们亲身体悟到佛讲的这些内容，亲身体会到这些境界的时候，就得到一个坚定不移的信心，然后这种信心在一般的情况下非常不容易动摇。另外来自于闻和思，从闻所得的信心和从思所得的信心，也是可以的，但是没有修所得的信心那么稳定。闻所得的，就是我们听到了佛法僧。佛是遍知，佛是知道怎么样解脱，然后佛不会欺骗人等等，我们听到了这些以后，就相信了。但是如果听到另外一个，不同的声音的话，那有可能这个时候会产生动摇。然后思——思考，就是比闻所得的信心更加好一点，更加的不容易动摇，但是如果遇到了另外的一个思考方式，那这样的话也会有动摇的。因为我们是初学者，所以就任何一个东西（比如皈依、出离心、菩提心），目前还不是很标准，不够标准的原因，就是因为我们是初学者。因为初学者的任何东西，都不是很标准的，闻思修等等都还没有达到一个很高的境界。但是没有问题，我们就是从现在这个基础上，一直都往这个方面去努力学习、修行，这样子的话，那我们可以得到坚定不移的信心，这是没有问题的。另外，信心又分迷信和智信。盲目的相信是迷信；通过闻思的观察而相信是智信，比如学习因明。

慧灯禅修课

盲目的相信就是迷信，（分两种）

如果遇到了可靠人，结果是好的。（对境是三宝，很虔诚的相信也是可以的）

如果遇到不可靠的人，结果会非常的不好，会上当受骗，迷信是有风险的。

我们学佛最好要智信，要通过智慧去观察。这样对我们自己的信心的成长有帮助。（观察方法：因明逻辑的观察）

消除邪念的方法：（两种）

我们从小听到了对佛法及其他宗教的负面消息，所以深入闻思很重要。

其他的干扰：莲花生大师的修法，（心咒）会让我们的路会比较顺利。

慧灯禅修课

皈依依赖的条件（四种信心）我们作为一个修行人来说，这一生当中我们必须要做的是，首先最最最，最基本的是对三宝的这种信任、信心。如果我们对三宝半信半疑，那么就没有办法修行，修行也没有动力，所以这个必须要看清楚，必须要说清楚，到底有没有，到底可不可以相信，这个必须要观察，非常的重要。

信心又分为四种：

一是清净信：仅仅是因为看到听到上师三宝，没有别的，然后一下子世俗的所有不清净的东西、心里的所有烦恼全部消失了，心里特别激动，特别开心，就是特别有这个亲切感，有一种温暖，这叫作清净信。莲花生大师说过这个信心就像是小孩子看到母亲一样，除了这种信任以外还有一种情感。（创巴仁波切与弟子的故事）

二是欲乐信：认为佛法很殊胜、对诸佛菩萨高僧大德善法的羡慕，下定决心我一定要去这么做，这个想法就是一个追逐的心，我也想去这样做，相信他们做的是对的！叫作欲乐信。

三是胜解信：胜解的意思就是坚定不移地，特别特别地相信。如：对四圣谛完全相信正确无误！

四是不退转信：一辈子不退转，就是遇到任何的问题，遇到任何的事情这个信心是不退转的。绝对的不退转是一地菩萨以上。（我们反复通过闻思修获得的信心相对来是也是不容易退转的）

慧灯禅修课

修行是没有快捷的路，我们的根基不允许我们走快捷的路

首先我们要好好问自己观察自己的信心怎么样？如果还是半信半疑，先不谈出离心，菩提心，大圆满先去建立对佛法信心，这是最最最重要，特别特别的重要！

信心的重要性

这四个信心非常重要，所以我们要学佛的话，首先要考虑这些最基础的，最基本的这些东西做好了没有，这些条件我们具不具备，如果还不具备的话，那就是先去把这些条件，就是在这些问题上下功夫，还不要忙去修更高的法。所以先去建立对佛法的信心，这是最最最重要了，特别的特别的重要。然后我们对三宝的信心，然后还有就是对我们，尤其是像大圆满，最后的时候我们对大圆满的法，然后就是对上师，对法的这种信心，这个时候这四个信心都必须要有。有了这些信心，然后就是可以比较轻松地可以得到一些像开悟之类的成就。

慧灯禅修课

开悟是必须要靠上师三宝的加持，然后加持要靠什么？靠我们的信心。这三个是因果关系，开悟要靠加持，那加持就是要靠我们自己的信心。

修行最后的时候，要证悟的时候，这些深奥的东西不可说。那么这个时候，言语不能表达，当我们走到这个阶段的时候，就是要靠信心和加持。主要是靠加持和我们的之前的忏悔，还有积累的福报，这个时候要靠这些，把我们推到一个新阶段，把我们推到证悟境界当中。

闻思文字是可以消除错误的观点，不对的一部分否定以后，实相是没有语言可以表述的，这个时候正确的到底是什么呢？语言说不出来，只能说光明，空性。

这个时候需要几个力量，自己的积累福报的力量（金刚萨埵和供曼荼罗，上师的加持（上师瑜伽）都是建立在信心的基础上。最后证悟到时候再闻再听都没有办法证悟，讲的人也没有办法讲出来，我们听什么呢？这个时候就靠加持和信心。

先是必须有这样的一个信心，有了这个信心以后然后我们进一步修皈依的法。

1. 什么是皈依？

2. 皈依的重要性？

3. 详谈信心！

4. 为什么信心那么重要？

5. 如何建立不易退转的信心？

6. 分享一下您对上师三宝信心的那一个时刻，来增加我们彼此对上师三宝的信心！

思考讨论



皈依的核心

1：观想这些时候都不是重点，观想是这个修法里面的一部分而已，那皈依的最重点最核心的部分是什么？我们修这个皈依的时候最好能够观想得非常清楚，但是实在是观想得不是很清楚的话，那也不是太大的问题我们就心里想我的面前就有这个佛菩萨，就这么去想虽然观想不是很清楚但也它的皈依的核心的。

2：核心就是投靠就是投靠和投奔，（因为观察轮回的痛苦，思考了因果不虚，通过这些思维，我们就发现了轮回是非常的痛苦，虽然不否定有一些暂时的幸福和快乐，但不多，整体上讲轮回是痛苦的。然后轮回是痛苦，那我们怎么样从这个轮回当中走出去，这个靠我们自己的力量是没有办法的。靠我们自己的力量，我要走出去，是根本是没有办法。然后不靠我们的力量，那靠谁？投靠佛法僧。）

为什么要皈依佛法僧

1.世俗的各种各样的鬼神，有神通广大的这样子的鬼和神，都有的在这个世间大部分都是属于这个六道轮回当中的饿鬼道，他们有神通 有神变 这样子，但是他们也不知道怎么样可以从轮回当中解脱，所以他们自己也在这个轮回当中，他们自己也没有还没有解脱，他们也是很迷茫他们也根本不知道，所以他根本就没有办法给我们指这个解脱的路。

2.有些人投靠山投靠日月，有些人把太阳当作神 把月亮当作神，把某一座山当作神，然后把某一棵树当作神，然后去投靠投奔，就认为这些都是神，投靠它们它们能够救度，然后就是佛就告诉我们：皈依这些都是没有用的。那这些为什么是神山，神水，神湖呢？就是因为这个里面有居住一些我们看不见的非人。而且这个“神”不知道是哪一种神？（世间上有很多神）。如果是佛菩萨那这样子的话，那这个湖或者这个树跟普通有点不一样，但是主要这个功德就来自于佛和菩萨，而不是自于这些山水日月。所以不要投靠这些。

我们要投靠佛法僧！

佛到底是什么呢？

佛就实际上就是佛的智慧和慈悲，实际上就这两个叫作佛！（佛把我们的人的智慧，通过闻思修行的锻炼，最后就是达到了至高无上的境界，这个是佛的智慧。另外一个就是我们现在包括动物猛兽都有的这个慈悲，非常局限性非常自私的这个慈悲，通过大乘佛教的闻思的训练，最后就是训练到无限的这种慈悲，那这就是佛的境界。真正的佛就是他的内在的境界就是佛，就这两个智慧和慈悲就这两个是佛。那我们就是要投靠智慧投靠这个无缘的大悲，投靠大悲心投靠智慧，智慧和慈悲才能够挽救我们，帮助我们。山，水，月亮，太阳以及宇宙各种神奇的现象都不能帮我们解脱，唯一让我们能解脱的就是智慧和慈悲。）

《宝性论》当中讲得非常清楚了，什么叫作佛 究竟的佛？最真实的佛就是法性法身佛的法身，佛的法身不是一个人，山，水，就是无缘的慈悲和智慧的结合体。实际上就是我们自己的心的本性，那这个就是佛这叫作佛。我们观想像莲花生大师，佛菩萨，这个时候实际上我们不是投靠这个外在的莲花生大师的形象，也不是投靠大乘佛教和小乘佛教的这个僧众的形像。我们投奔的是他们的内在的智慧和慈悲。

智慧和慈悲是法它们既是佛又是法，慈悲大悲心和智慧结合了以后，双运了以后就叫作无缘大悲无缘大悲就是没有执著的慈悲心。所以我们就是要投奔这个智慧。

为什么要投奔这个没有执着的慈悲心呢？

我们刚刚讲完了这个《佛说稻秆经》，里面我们发现了轮回的源头就是无明，十二缘起当中有两对因果，第一对因果的源头就是无明，第二对这个因果的源头就是自私，那么所以这个第一对因果的因，要消灭无明这个因的话就需要智慧；有了大悲心尤其是有了无缘的大悲可以断除我们自私的欲望，这样子以后它就可以断掉第二个因果。它能够它们能够挽救我们，所以要投奔。投奔智慧投奔慈悲就这两个，这两个实际上这两个就是三宝。佛教讲的三宝就是这两个。

慧灯禅修课

法是什么呢？

法修到底就是佛，法是修行时候的道，比如佛教五道，资粮道，加行道，见道……这个当中到究竟了以后就变成了佛，这个道实际就是法，所以法就是佛，佛就是法。实际上他们就是慈悲和智慧。

我们从轮回走出去就需要这两个，一个我们第一个需要智慧，智慧就让我们从轮回当中走出去，然后从轮回当中走出去了以后我们还不够还，要从小乘佛教里面也要走出去，所以我们需要大悲心。

比如说像阿罗汉，他也是从轮回当中走出去了但是他没有突破另外一个就是寂静，他自己解脱了以后不度众生。

这个就是佛教讲的两个边：世俗人所有的众生是走到这个轮回的这个边，然后所有的小乘佛教的阿罗汉就走到了涅槃 这也是一个极端。然后大乘佛教大乘佛教它不堕两边，就要走中心的路 中立的路，既不堕轮回又不堕涅槃。

那这个我们用什么东西让我们既不堕轮回又不堕涅槃呢？证悟空性的智慧证悟无我的智慧和大悲心，就是超越轮回不脱离轮回。

慧灯禅修课

什么是僧呢？

智慧和慈悲就是，换另外一个这个词汇讲的话，那这两个就叫作佛法僧。佛和法就是慈悲和智慧把慈悲智慧。达到了最高境界的时候就是佛，还没有达到最高境界的时候叫作法，然后去修，去用，去学修这两个的人叫作僧。

所以投靠的核心是慈悲与智慧。

佛的智慧和佛的慈悲心以人的形象出现，这样子以后我们能够看得到找到一个投靠的地方，如果佛他不以人的形象出现他以他自己的方式存在的话，我们永远都不知道有一个这样子的存在，所以我们也没有办法投靠投奔。

比如说密法里面讲：人间的导师就是释迦牟尼佛，然后六道轮回各有各的导师。

实际上佛的这个形象，佛的身体是佛性如来藏的形象，他不管是以什么样的形式出现（动物，人，建筑.....）本质都是佛的智慧，佛的智慧就变成了不同的这个形象而已。所以佛既是佛的身体，既是是这个智慧的形象，同时也是大悲的这个形象。所以我们投奔佛的时候，实际上就是投奔了这个智慧，要这样理解。

慧灯禅修课

那我们皈依的时候就是要下决心，我们从现在起，我一定要得到佛的这个智慧。

三个信心都是非常重要，这个信心就是实际上就是皈依的基础，我也要达到佛这样子的境界，非常非常重要的这样子才叫作皈依。

念皈依的偈颂：

我们念这个《开显解脱道》，这个里面的这个皈依偈念十万遍，是一百五十个小时是够了的。皈依的偈颂念完了，但到底有没有皈依，这个是另外一回事，我要投奔佛投奔法投奔投靠这个僧，但实际上真的投靠了吗？如果没有投靠了只是说说而已，那这就是撒谎就撒了十万遍谎。那这个到底有功德还是有罪过还说不清楚。所以这个必须要先是我们内心当中要有这个坚定不移的投奔投靠这个心下定决心。然后必须要知道，为什么要投靠为什么要投奔，这个道理必须要明白，然后投靠什么投奔什么这个必须要清楚。

- 1.什么是佛, 法, 僧?
- 2.为什么我们要投靠佛法僧?
- 3.皈依的核心?
- 4.如何念诵与观修?
- 5.分享自己心得!

思考讨论



本次共修圓滿！
感恩隨喜大家！

