忏悔开始监督节制自己，加持开始努力修正自己，摄受开始奉献自己。

@兜率慧冰 早就让学 为什么不学呢

一字一句地学呀

反复要求的

@普明 理解正确，但要去落实

顶礼上师！弥勒尊佛！弟子理解求和受是互相呼应关系。我们在上师三宝面前求忏悔，就应当“开始监督节制自己”，才能忏悔清净；我们在上师三宝面前求加持，就应当“开始努力修正自己”，才能获得加持增上；我们在上师三宝面前求摄受，就应当“开始奉献自己”，奉行三欢喜，把身心交给上师，才能真正得到上师的摄受调教。不知道弟子理解是否正确，祈请上师慈悲开示！

@清心 “1、问讯礼拜上师。明了自己的发心，以惭愧感恩、求忏悔、求加持、求摄受之心，虔诚顶礼上师，并做种种敬行。注意，进场与离场皆以礼敬尊者为先为要。”

学习法要里都包含了，不用他求。

@定然 是的，。处处动好心，说好话、做好事。

@智福 先解通原文再说

解脱虽然离分别，然未度之前需修善行力

“轮回虽为所弃法，然不净除轮回因，

不能超出轮回际，故当首先除罪恶。

涅槃即为所取法，彼因善法若不修，

不能取证涅槃位，是故初当取善法。”

《屠夫真言》

@智福 在解通每一句每一段之后深入该句该段。

@智福 不是