智云

顶礼上师！弥勒尊佛！弟子理解的“依师”是依止上师学佛修行。依照上师的开示，教证和理证理解教言。不知弟子理解的是否正确？祈请上师慈悲指正！感恩上师！[玫瑰][咖啡]

依师这里是依止的意思，皈依的意思，就是要依止上师的身、口、意三密、三金刚。全面瑜伽相应依止这就叫依师的意思，这个我执指的是什么呢，首先指的就是人我执，也就是说在你的意识深处总是有一个自我这个概念存在，这就叫人我执；然后像这种对自己的自我观点，见解等等，这个叫法我执，说的是这个。那也就是人我执作为我这个主体，他的执着有个法我执；我这个主体觉知所对的对境就是所，就是对所的一个执着，所以说于所的执着称为人我执和法我执，这样理解也是可以的。一般来说人我执是第一部比较粗浅的执着，凡夫俗子人人都是，都把自己的色、受、想、行、识五蕴的聚合，以为有个我。或者有人认为这个会思考的是不是就是我呀，这个我这个身体里面的这个人就是不是我，反正我执是很重很重的，其实是不存在这个我的，这是一种无明。说这种状态是中阴状态，中间是被荫蔽的啊，是不觉醒的状态，所以人我执是粗顿的，然后再细分下去，细更细的就是法我执，很执着于自我的见解，我们平常认为这个这个就这样就那样，这就叫法我执。

那我们的修行呢，可以说从出离心、菩提心出发，那么所修的一切善法可以说都是为了破除人我执和法我执所用。那么为什么说上师瑜伽是最直截了当的最上层的法，这个不言而喻，因为上师瑜伽刚对治我执我爱，修的就是这个。所以说能够入上师瑜伽道的人，他就像比如说我们从我们自己的地方到北京去啊，到天安门去，他直接做飞机，到和这个骑着自行车和绕的远路走那是完全不一样的，那就直取菩提，所以这是修上师瑜伽。那上师瑜伽是万法子总集，难值难遇，所以称为大缘满。有时候称为无上禅、究竟了义念佛禅乘，不管怎么说他说的都是一个道理，就是已经进入到这种最高般若层次的修行，走直径的修行，一旦于此生信心那就是无上妙道，我们现在上师所传的主要就是这个法，所以不管你怎么看，你说他是无上密宗也好，无上禅也好，无上念佛究竟乘也好，都一样，我们平常最强调的三种修行法门，也是我经常说的上午念佛，下午内观，晚上修密瑜伽。那这个里面就包含着这些。

他都是说专门针对的现代人这种根器而设立的三大法门，这个法门是我们经常要受持的修行方法，所以如果能够好好受持能深入下去啊，那么明心见性，见性开悟都是措手可得。因为道很直接，所以涵摄到其他的法门，我通俗的讲一句很简单你这个法如果坚定不移地修。那么你到了临终这一天，比如说你要往生净土，就是要达到往生净土的效果，那么一转念就到了，也就说你临终的时刻能入这个见解，能入这个禅定，你转念就是往生净土，丝毫都不违背。那法门知道怎么修行，戒定慧走进去，那么你不管是修念佛还是修内观还是修其他瑜伽密宗的法都念念相应，步步趋佛地，有这样一种特征；所以我们叫大家反复的学习《入门教言》其实就是为了让大家明白这些道理，但是，根据目前大家各地方所反映出来的学习的情况来讲，情况不是很理想，层次相当之低，就是有些同修压根儿就没有开始入门的学习，这是他不知道在哪边转。那其中的我执我见那多了多了去了，自己搞一套，不知道是什么东西，挺可怜的。

从生至死名自然中阴，

从醒到睡名睡梦中阴，

从入定到出定叫禅定中阴，

从临死到死亡名临终中阴，

从死亡到开始转生叫某某中阴，

从开始转生到出生叫转生中阴，

此六中阴皆有解脱可能。

偶尔记起了也不在当下，不在做梦的当下醒过来而且事后的回忆，根本不是那么一回事。

为什么叫中阴呢，中就是中间，在这个过程，比如说人从出生到死亡这个过程叫中，那为什么叫阴，就是说无明的、黑暗的、阴蔽的，是不能觉醒的。所以叫中阴。那我前面讲的六种中阴，比如我们这个在瑜珈密乘里面非常详细的辨别的六种中阴，那就我们修行人的话，就是要在中阴中醒过来，觉醒过来，什么叫中阴觉醒过来，比如说睡梦中。睡梦中应当他的决心，过程有这样一个过程，他首先应该是梦中之梦，在梦中而觉知到他是做梦。然后他能够怎么转换这个梦境。比如说你在梦中醒来啊，然后你梦到一头牛，你心念一转它就可以随意变化，因为成都一朵莲花。就是具备这种禅定的功能，那就说到后面就是说他梦觉醒以后就是睡梦状态啊，睡梦状态觉醒过来。你就禅定，达到更深入地觉知以后，我们可以称他为梦光明。因为梦是黑暗的，没有光明啊，这个光明就是我们的觉性，就是通过我们的修行是能够做到的，我们平常业力非常沉重，在梦中都糊里糊涂，甚至很少记得做梦的事情。

这个修念佛、修内观、修瑜伽密法，修到一定的程度是可以到达这个状态，所以要跟着上师好好的学修。像你们这样连入门都不肯啊，离十万何止八千里。

道中观 果中观

行道中的中观

果地中的中观

梵文中，Madhyamaka，是形容词madhya（中、中间）加上最高级词尾ma，所形成的单字，意思是最中，或至中。龙树在《中观论》中，以至中（Madhyamaka）来形容释迦牟尼所说的中道，远离生灭、断常、一异、来出等二边，又称八不中道。以观察中道，作为修持禅定与智慧的方法，即是中观。

观，又译为毗婆舍那，为观察、思维之意。观的本体为智慧，以般若慧观察一切法，了解一切法皆是因缘生，皆是假名而成，皆是空。了解一切法无自性，了解世俗谛，因此远离颠倒戏论，得知正确真实的因缘法，因此而得正见，证入胜义谛，即称为中观。由中观而得致涅槃。

@兜率慧冰 你上面看不懂?

临睡中阴，睡眠中阴和临终中阴。基本上他原理都相似，那也就是我们平常只要在自然中阴，梦中阴和禅定中阴中下工夫，然后再掌握到这个临终中阴的窍诀，死亡中阴怎么处理的情况下，掌握了一座瑜伽，那么到死亡现前的时候完全可以通过祈祷上师，想起上师这个教的法，那完全是可以解脱的。

我们跟着上师学会修行是为了什么？还不就是为了能够现世活着能够得到安乐，未来世能够就说可以得到解脱，那以后会更好就能够得到解惑，这是我们学佛修行的一个目标，那也就对我们修行人来讲的话，当这世结束我们的生命，将去向他方的时候，这个时候是个很宝贵的一个解脱的机会，所以对于真正有修行的人有皈依的人来说，这个一般世俗人认为是恐怖的一件事情，但是对他来讲，这跟过一个最盛大的节日一样的快乐。是不是啊，那是俗人他这个不信仰佛教。修行的人他在平常过节的时候很快乐，比如说昨天他们说七夕节，他们说是中国现代的情人节，他很快乐可是他真的很快乐吗，那他有钱了就快乐吗，有了情人也不见得就快乐多久，那这完全不一样，对一个真正修行的来讲，死亡的那一天，就是他这一生修行的成果最终得到检验，也就是生命完成他的旅程走向一个光明世界的一个开始，所以对他来讲是很高兴的一件事儿啊，那这个没有修行的人，不懂得修行的，他哪里懂得这个呢。 那这辈子跟着上师修行，它最大的意义就在于生，在就面对临终的这一天他感觉很高兴，很开心，他感觉终于到到我回家的时刻，很高兴，期待已久。然后她到临终的时候他不管发生什么他虽然说身体已经起不来了，嘴巴说不出话来了，这些因为人临终，四大崩溃，五根断绝，意识融入虚空啊。但是他的神识却相当清醒，不管怎么说他一直记得他的上师，上师教他修的法。他随时随地的就安住在平常所修的法当中。那么这个死亡对他来说呢，这简直就像过节一样，实在值得庆祝，就如同那个庄子所说的一样，他这个看到亲人死她很高兴，手舞足蹈。所以那我们说人死都要哭的，那不孝的人才会笑，可是庄子说，这是值得高兴的一件事情啊，生命结束了，这是很值得高兴的。所以说，大家都体会到这是一种什么样的境界，那么达到这样的境界，这就是我这一生中最大的意义，因为人生最大的意义是能修行啊，但是明白这样的人很少，很少，很少，所以要看他是有这个善根。有这个福德，他才可能走到这一步，那现在什么都具足了，上师也有了。上师也有法缘，有就差自己了，自己都没有信心，没有精尽投入的话，那还是没有缘分。