（提纲）C:\Users\72985\AppData\Roaming\Tencent\QQ\Temp\NG67TZFE073LM[_2E]FSD0Z.png入门窍诀【此教材限于内众受学不宜流通】  
一、关于方法  
1、教言学习交流方法  
2、修行学习交流方法  
附：共修主持方法  
二、关于言教  
1、关于学习的三则教言：  
（1）学什么  
（2）如何学  
（3）为何学  
2、关于修行的五则教言：  
（1）《修行之根本乃依师调心》  
（2）《法门的根本乃祈祷上师》  
（3）《祈师的基础乃亲近上师》  
（4）《亲师的关键乃理将俗反》  
（5）《俗反的动力乃正道发心》  
三、关于结语  
一切佛法纳于皈依中

（全文）C:\Users\72985\AppData\Roaming\Tencent\QQ\Temp\NG67TZFE073LM[_2E]FSD0Z.png入门窍诀【此教材限于内众受学不宜流通】（2018-12-1初稿、20190801修订、20191201再订稿）  
  
【对象】  
欲皈依和已拜师然尚需养正的正信内众弟子  
【适机】  
从学习了解完《皈依法要》后至得依师教授修习内观等瑜伽禅法前。  
【本文】  
一、关于方法  
1、教言学习：此教言学习乃传授实修法门之必要前行，需仔细研究方能掌握。有条件者除了加入上师学习群组外，还可以集体学习交流的方式辅助，必要的共修交流则更易开展如法的內众共修。可先通读教言的全文，有个初略了解，然后将内容分段研究，最后再综合起来进行归纳总结式深读。通读时可借助百度等工具帮助理解词义（注意法义上这㘹工具仅供参考，不可据实，应以上师开示为准）。为了彻底、完整地理解教言，必须对照上下文、左右对照，还需触类旁通、刨根究底，最终以获上师印许为准。等学通读懂教言后，再由此举一反三、广大闻思，所谓学无止境乃至无学。交流时可以采用一方提出观点，依教理二证矛以解析，另一方则同样予以评判、解析，甚至展开辩论的方式。初学者参加交流学习固有其利益，可以相互激励和启迪，但前提是参与交流者应是皆能奉行皈依戒的内众弟子，若参杂疑邪外众，则反而染污清净，有百害而无一利，故此方式必得讲究“一师一法一条心”的共修前提，否则应遮止。  
2、教法研究：教法研究是指对导师日常教导与修法如何在生活中落实进行仔细研究、辨别和验证。有条件者可以三五成组地开展修行研讨，亦是初学者自我闻思修行的有效补充，前提与教言学习一样，对象须是内众清净，否则依师修行的许多邪见邪行非但没被及时制止、纠正，反而可能造成邪染。研讨应适时适机（与根机相对照），如处此入门教言学习阶段者，重点应在于研讨该如何正确依止上师修行，在生活中方方面面应表现为何等，目前而言就是在正式依师修法、登堂入室前应如何入门、养正。修行的前提是为如何依师做必要的学习，故清信内众做交流时，应对照上师相关教言和指示，把个人理解或尚未掌握的关于怎么皈依修行的问题提出来与大家一起研究和探讨，就是要将自己近期跟上师学习和修行的疑难说岀来，和清净内众弟子在一起研究讨论下怎么才符合上师的教法，看看哪不对、哪不够、哪不如法、哪里需要改进、该怎么调整等等。修行就在生活中，所以这样的研讨很有益处。研讨提出素材时应考虑防护讥嫌的原则，对同修尤其对上师的相关的必须隐私的信息与教法应注意遮止，不应随意评说。研讨时切莫做无谓争论，同修间要正直无私友善，但为自他能正确依止上师修行而如法辨义，避免陷入人我是非、人身评价、你长我短的无益纷争去。须知，学无止境，依师修行深微而又具体，应精进努力、不忘初心，尤其要及时回复，“报告、请示、请教”于上师以释疑解惑并获得指导，否则空过一生。  
附：共修主持方法  
共修时有坏皈依者在场，会导致共修方向偏离、共修受染污或无效，故没有如法主持的共修意义为零甚至有害，此为瑜伽内修的通用戒律。故参与的内众弟子皆应重视乃至学会主持，这样才好有效配合主持和有能力去主持弘法，毕竟如法的共修，同时也是结缘度众的庄严。主持的作用就是调节共修的氛围和引导有效的共修。主持者要备好课，准备好相关资料及其它所需，预估好时间和可能遇到的困难，做好预案。共修起时，所有人应先自觉向上礼敬，归位后合掌祈祷，然后由主持人带领做发心。主持人调整下现场的布局结构、个人的占位姿势等。接着做开场白、说明流程、交待注意事项。主持要讲究效率、把握节奏，明确、准确地引导和调控学习的方向和焦点，在有限的时间、范围里尽量努力地去发掘、挖掘大家交流的质量和深度、广度。共修结束后主持人应协同副职助手会同管理员及时、简要地进行总结和安排必要的后续事宜。注意，脱离上师的学习或研讨应慎行。

二、关于学习  
1、学什么  
例一、  
A.某甲问：  
弟子平日里学习《皈依法要》这部教言时，该怎么做？是每天读多少遍，若有理解到什么，立马请问上师理解的对不对，还是不管怎么样，先每天读个多少遍？  
B.师答：  
学习这部教言是为了掌握皈依所有法要，怎么做本身就是皈依的行为，是需要学习的过程，不是简单的动作操练该怎么做就可以，应尽一切手段学习，学习如何皈依。要学会皈依，需要依师学习、对照教言联系生活反复理解、遵循学佛必须与师相应的原理，并非自我思考琢磨有问题才问对错的过程。学通这部教言才能如法地去行持皈依，而学习行为本身也是皈依的过程，皈依增上学习。每次学习，都要有明确的目标，要了解范围和作用，方式方法还要到位，这都得先决于导师的指导和开示，未可自行其事，这也是入门者忌讳。学习的目的是树立正见、学会修行、融入生活，这就需要长期依止上师听闻和修证佛法，反复地验证、求证，绝不是简单地囫囵吞枣、自以为是，这也是自宗实修派的传统和一大特点。

2、如何学  
如何学本身也是需要学习和不断修正和进步的一个过程，关键在于“领受“（求请或听闻）、“受持”和“回复”这三个递进与循环的环节的落实和运用，缺少一个环节要求或某个环节不相应即不名为学习。学习应循序渐进，不可攀高求快，注意，在没有通达指定的内容前，不必攀求之外的、更深的教言。课外阅读应谨慎，若有必要，最多视为辅助和拓展，不应喧宾夺主、干扰学修秩序。在现场有两人或两人以上清净内众而无外众主导下才可开展学习交流，交流时应视对象而有差异，不合时宜的要避免、回遮。共修应遵循“一师一法一条心”的原则，若杂染、不对机则共修有害。三人及三人以上至少需一名主持。在主持人引导下，围绕通晓全篇之下，在平常有自学、之前有学习的前提下，可随机提取某点研究消解扫盲，亦可主持人控制着逐句逐段地“啃”、“过关”。可一人陈述并解析后其他人再对等地介入研判或补充，这是不错的一种方式。

总之，学习是个从领受开始的过程，不通过受持和回复，便没有结果，得不到验证与印证，是正是邪、到位与不到位，天晓得！

3、为何学  
某甲问：弟子追求世间八法的俗心换不掉，不能完全转变这颗心，一会儿皈依，一会儿又不皈依。怎么办？求请上师开示。  
师答：“换”掉俗心，即是皈依；追寻俗心，就叫破皈依、造业。既如此，那就更需要学习发起皈依心、出离心、菩提心并进行发心煅炼了。皈依心若坚定，世俗心与魔心便不得便，不离上师三宝，出离有望、菩提有基；出离心坚定，不离佛法，世间无以诱惑、动摇，魔不能扰；菩提心坚定，不离菩萨行，逢苦不忧、遇乐随缘，魔力不能摧伏。故发心至为重要，此道心与俗心对立，非此即彼，有此无彼。为道而求，不可为俗而来。来上师这不追求解脱却追求世间八法的其实都是魔弟子，何以故？由忘失菩提心冒充佛弟子故。《华严经》云忘失菩提心所修一切善法皆为魔业，你在乎的是你自己的“称讥毁誉苦乐得失”此世间八法，不是基于皈依心的出离和菩提心的行为，把非佛视为佛，这不就是魔业吗？你学佛是为了什么？皈依心若支持在自我求世俗八法之上，而不为出离和志在菩提，那就会越努力越成魔。魔强法弱，这也是末法之特征呀!所以，必须明确自己为什么来学佛并坚定之。一旦发现自己已是颠倒，当迅速忓悔改正之。有了以上正确发心和行为，再学习此入门窍诀，方具实义，反之则流于戏论与魔业。