

对初学者的教诲（二）

第二、心的本性

详加观察无基根，
有如阳焰本性空，
空而现乎现而空。

#心的本性是空性



观察心性最好的方法

- * #修五加行，修上师瑜伽，最后观想上师融入自心；
- * #将上师、佛菩萨观想在自己面前，并祈请上师三宝加持自己能证悟空性，找到心的本性。让心静下来。

*

然后思维

- * 所有事物都在不断地生生灭灭，舍去前一个状态，重新变成另一个状态。
- * #过去心不可得
- * #现在心不可得
- * #未来心不可得



科学与佛法的关系

- * #科学证据来证明佛法的空性
- * #佛法可以借助现代科学让现代人更好的理解佛教理论。

*



(二) 修行

- * 1、修行的具体方法

- * 自心原状自然住

- * 证悟空性的智慧与心平静下来相结合，就是最理想的修法。

* 2、修行的结果

* 若修稳固见心性

* #有了很好的信心，可以初步了解空性

* #信心非常强烈，就有可能突然顿悟

* ^_^两个问题要注意：

* 1、没有证悟非常渴望，一旦证悟就松懈下来。

* 2、以为证悟就是成佛。

(三) 行为

- * 积累证悟的两因素：

- * 1、增强信心

- * 于师强信得加持

- * 加强对上师的信心，经常修上师瑜伽

- * 2、积资净障

- * 积资净障生悟心

- * 还要修曼荼罗、放生，积累资粮，修金刚萨垛忏悔罪障。

- * 故当精勤而修持

思考题

- * 1、心的本性是什么？请举例说明。
- * 2、观察心性最好的方法有哪些？
- * 3、怎样理解过去心不可得？
- * 4、你怎样理解现代科学与佛法的关系？
- * 5、什么是修行最理想的修法？
- * 6、修行的结果有哪一种可能？会出现哪些问题？并请给出解决方法。
- * 7、修行就只是安静下来就可以吗？静心与证悟空性有怎样的关系？
- * 8、积累证悟的两个因素是什么？