

对初学者的教诲

《麦彭仁波切对初学者的教诲》

一) 特点:

#是一个实际的修法

#任何人都可以修

二) 适应人群:

初学者: 刚刚学佛, 还没有修证的人

非初学者: 不依靠任何药物等外在力量, 仅仅通过自己的修证就能解毒的人



一、前行

(一) 轮回无义

轮回诸事无实义，无常浮动如电戏

麦彭仁波切告诉我们：任何世间的名利都没有意义，像闪电一样无常，像戏剧一样无实。

释迦摩尼佛认为：世间的名利等等都不值得那么投入，我们应重新建立生存目标和人生目标

- 为什么我们不能摆脱名利的诱惑，有如此观念呢？
- 这与我们的教育和成长环境有很大关系
- 老师，同事，家人，朋友给我们灌输的观念就是：
- 挣很多钱，发展事业，让自己成为社会红人，别人羡慕，自己得意。

物质的丰富给我们更多幸福吗？

- 然而事实并非如此，体现在以下两方面：
- 1) 身体没有升级，逐渐衰老，接近死亡。而不是金刚身。
- 2) 精神非常不自由，不自在
- 佛说：外在的物质，只能作为生存条件而不是生存的目标。

(二) 寿命无常

- 何时死亡无定日，必死缩短长计议。
- #人的生命非常短暂，所以不要作过度长远的打算
- #死亡并不是所有的结束和终点，而是生命的转折点
- #佛陀认为要把下一世，再下一世的生命旅途纳入计划，现世生活要少欲知足

●

如何理解少欲知足

- 即不用太穷苦，也不要太奢侈，不走极端，就是理想生活
- #首先，不过分奢侈浪费对本人修行解脱有帮助，对社会也是奉献
- #其次，不刻意节俭，强行去过太苦的生活。
- 佛认为只要没有贪欲心，以前世福报的因缘，过好一些的生活没有问题。

- 学佛的几点体会：
- #佛法才是能全面地解释世界和人生的学说。
- #释迦摩尼佛已经抵达了人类智慧的巅峰。
- #佛陀所倡导的生活方式才是真正理想标准的生活方式
-

- 两个错误观点：
- 一）有人认为：佛教是迷信、是教条
- 没有证据的信口雌黄，世间人只提升身外之物
- 二）有人认为：佛教很消极
- 佛教徒有度化一切众生的崇高目标，有轮回未空永无止境的长远规划
- 世俗人不过追求一世功名而已

二 正行

- （一）见解
- 1、寻找见解的最佳方法
- 第一、依靠上师的诀窍
- 修持上师之教言
- 要用有限的生命走上通往轮回出口的安全之路
- 第二、依靠静处
- 静处抉择心本性
- 因为第一推动力就是我们的心，心是万物的创造者，控制者和毁灭者
-

2、何为见解

- 心的状态有两个层面：
- 第一、心的现象
- 心如闪电似风云，思维一切众念杂。
- #心的现象有如电，如风，如云三个比喻。
-

- 思考题

- 1、麦彭仁波切的教诲有什么特点，适应那些人学习？
- 2、为什么说轮回没有意义呢？
- 3、世间人为什么摆脱不了名利的诱惑呢？通过佛法学习如何看待这些世间的名利？
- 4、物质生活越来越好我们为什么并没有感到幸福与自由？
- 5、在佛教中如何看待死亡，如何做人生的规划？
- 6、如何理解少欲知足？
- 7、为什么说释迦摩尼佛所倡导的是最佳的生活方式？
- 8、你认为佛教消极吗？
- 9、寻找见解的最佳方式？
- 10、为什么说心的现象如电，如风又如云？