

20210307 掌中解脫第 1 堂摘要

(未經師長確認，僅供參考)

菩提道次第課程-《掌中解脫》

康薩仁波切教授

授課日期: 2021.3.7 (第 1 堂課) 課程摘要

【摘要】

- 以「道次第」來說，有非常多釋本是在解釋「道次第」，這次最主要是以解釋「道次第」的《掌中解脫》做為我們主要的課程。
- 講到「道次第」，首先我們要了解，也就是「道次第」是如何產生的？以及它的體性為何？佛陀最初說法時，並沒有提到在實修的時候，第一步應該要怎麼做，第二步要怎麼做，在次第的部分並沒有明說，佛陀所提到的部分是我們要去實踐的部分。
- 所謂「道次第」就是修習「道」。如何修習「道」？其次第為何？第一步為何？第二步為何？這就是「道次第」。「道次第」是告訴我們首先要怎麼修，第二步要怎麼修，按照次第的排列來告訴我們，如是次第的排列。最先這樣做道的次第排列的人是誰呢？是阿底峽尊者。當阿底峽尊者講了「道次第」以後，接下來有宗大師著的《廣論》來作解釋，在這之後就有《掌中解脫》這本書來解釋《廣論》。
- 學習道次第有三種學習的方式
 1. 經驗引導：上師將自己修行的經驗教予弟子，讓弟子也產生如是的覺受。
 2. 講解引導：像學校學習學問一樣，以解釋的部分來做引導。
 3. 直接引導、明晰引導：將道次第扼要的部分做講解。
- 此次「道次第」的教授是以「經驗引導」方式教授，必須讓我們在的內心當中生起覺受或感受，一旦沒有生起覺受或感受的話，還是必須要繼續學習，所以有可能我們一輩子都在學習「道次第」。
- 「道次第」是阿底峽尊者所講解。佛法的來源，這個是非常重要的，是透由佛陀所說了以後，經由班智達這些成就者來做抉擇的這一些，就是真正的佛法，就是正法。如果你們認為只是跟著一個西藏的上師就是在學習藏傳佛教，這個觀念是錯誤的，你們現在學「道次第」並不是說你們在學習西藏的佛法，「道次第」不是西藏的佛法，是佛的法。所以世界上的佛法只有一種—也就是佛的法。

- 道次第的特點—兩點殊勝
 1. 「道次第」是真正的佛法、也就是質量好的佛法。
 2. 簡單易懂扼要。

- 阿底峽尊者造了《菩提道燈論》之後，宗喀巴大師也造了《廣論》，阿底峽尊者跟宗喀巴大師，他們的年代差的非常的久遠，宗喀巴大師「道次第」的傳承是來自於文殊菩薩。因為宗喀巴大師可以親見文殊菩薩的關係，因此文殊菩薩便把「道次第」實修的內容全部授與宗喀巴大師。在阿底峽尊者的時候，有三個不同的「道次第」傳承，但是到了宗喀巴大師的時候，便將這三個傳承合為一個傳承。因此宗喀巴大師把阿底峽尊者的時代的三個「道次第」的傳承合而為一，宗喀巴大師的「道次第」傳承是來自於文殊菩薩，文殊菩薩親自傳授「道次第」實修的部分給宗喀巴大師。宗喀巴大師著作了《廣論》，《廣論》是來自於「道次第」，「道次第」也就是阿底峽尊者所開示的，阿底峽尊者所開示的這一些是來自於佛。因此沒有所謂西藏的佛法，這一些都是佛的法。

- 阿底峽尊者的那時候，「道次第」傳承分為三派，也就是噶當三派。為什麼會有這三個不同的傳承？是對於「道次第」的講說，講解不同的關係，所以會有三個不同的傳承—「噶當教典派」、「噶當教授派」、「噶當道次第派」。但是傳到宗喀巴大師的時候，宗喀巴大師把這三派的傳承合為一派且著作了《廣論》。而《廣論》的注釋本—解釋本也就是現在我們所要閱讀的《掌中解脫》。

- 為什麼要實修「道次第」？
 1. 改變自己內心—也就是要去減弱或者是斷除我們的內心的分別妄念以及惡念。
 2. 利益他人。

【功課】

1. 正行：閱讀《掌中解脫》裡的第一天及第二天的教授。
2. 前行：每次閱讀前先緣念自身是煩惱熾盛的病人，這本書可以讓我減低煩惱、脫離輪迴痛苦、趣向解脫的一本書，它就像藥一樣。
3. 結行：閱讀後合上這本書時要發願迴向：為了眾生離苦得樂，我們能經常得聞佛法。

【康薩仁波切的叮嚀】

■ 閱讀《掌中解脫》前緣念：

在閱讀《掌中解脫》的時候，要有它的閱讀方式，不要像閱讀一般書的方式來做閱讀。首先就是在閱讀《掌中解脫》之前，你內心要先思惟緣念《掌中解脫》這本書是可以讓我脫離痛苦、把我帶向解脫的一本書。所以心中要先緣念這本書是可以帶領我們脫離輪迴、帶領我們趨往解脫、可以讓煩惱減少的一本書，就好像藥一樣，用這一種方式思惟緣念了以後，再去讀這一本書的話，你所感受、所閱讀的也會有所不同。

■ 闔上書的發願迴向：

當我們闔上這本書的時候，我們要發願迴向，也就是為了眾生都能夠離苦得樂、希望我之後能夠常常聽聞佛法得聞佛法。

■ 所謂的修行是什麼：

所謂修行就是你的思維方式要有不同，這才是修行，當你的思維不同，你的身、語、行為才會有所改變。那現在的修行人就是身語有變，但內心沒有變。如果你學的法越多，但引發更多的分別妄念，那你就要小心。如果你越學佛，你內心的妄念越多，就表示你的佛法沒有入心。