

道前基础总结

修学方法

略示修法

加行

皈依发心是学佛修行的依赖和方向，起点以三宝为中心才能成就无上菩提，所以是加行的重点
皈依发心是佛法修行之本，贯穿学佛修行的全过程，所以应以《皈依共修仪轨》为每天的定课

正行

八步骤三种禅修更细地开显了观察修安住修的内涵，是止观具体操作方法
将八步骤三种禅修带到自修共修中，完成观念和心态改变，属座上修范畴

结行

普皆回向

末修中间

守护根门，正知而行，于食知量，惜寤瑜伽

通过八步骤三种禅修获得的观念和心态，运用到生活中，就是座下修

破斥二种妄见

闻思修是佛法修行的常规次第，如理思惟是其中的关键环节
强调止而忽略观，重视观而淡化止，在修行上都是不完整的

有分别的观察修和无分别的安住修
缺一不可

道前基础

1. 闻法轨则

修学意乐

内容：《道次第论》修学意义，本论作者及传承、本论殊胜

心行：对本论生起希求听闻之心

闻法规则

内容：思惟闻法之胜利，于法及说法者生起承事，闻法轨则：除三种过、依六种想

离三过：每一次闻法时检查自己，是否以虔诚与清净之心专心听闻佛法

依六想：观修我是生死轮回中的三毒重病患者，以渴求与珍惜之心闻法

2. 依止法

选择善知识

内容：所依善知识之相，能依弟子之相

认知：善知识重要性、大乘善知识十德、弟子应具备的素质

心行：忆念导师施設书院的悲智功德，对导师生起珍惜之心

修习依止法

内容 意乐依止（净信为本、念恩生敬），加行依止（内外财供、身口给侍、依教奉行）

依止的胜利、不依止的过患、总明其义

心行：对师长生起依止之心，并将恭敬依止力转化为精进修学和帮助众生走向觉醒的动力

3. 以有暇身劝受心要

暇满人身的重大意义

内容：暇满、义大、难得

心行：通过思惟暇满人身重大意义以及难得易失，迫切求受心要

三士道的建立

内容：三士道的建立，道次第引导之相，三士道建立原理

认知 一种发心是菩提心，两大利益是权时与究竟利益，三类设教是三士道

下中士道修学内容是发起出离心和真实无伪菩提心的动力，也是共道

心行：为实现暇满人身的重大意义，发心按本论所建构的成佛之道精进修学