

一、布施学处

1. 布施自性

①定义：施舍的善心，同时表现在身语业上

②布施圆满标准

- A. 彻底摧毁自己对一切物质的贪著心
- B. 对一切众生都能生起愿意施舍的心

2. 布施差别

身份角度：提倡在家众侧重于财施，出家众侧重于法施

法的角度

- ①法布施：为众生开示佛法和世间健康的知识技能，并引导对方受持学处
- ②无畏施：给与众生安全感，为之消除恐惧
- ③财布施：以财帮助他人

3. 身心生起之法

- ①慳贪过患：令贪著与烦恼不断增长，造不善行，最终堕落三恶道
- ②布施功德：通过布施能以无常虚幻的色身成就生命最高尚的品质
- ③生起之法：身、受用、善根作为所缘境，乐意把一切都布施众生

二、持戒学处

1. 戒之自性

①定义：对损害有情的行为生起厌离的心理力量

②持戒圆满标准：防非止恶的心理力量达到极致

2. 戒之差别

①摄律仪戒：从发起角度，是指断除并远离十种不善业

具别解脱戒身份的菩萨行者：别解脱戒 + 菩萨律仪戒

不堪受别解脱戒的菩萨行者：以菩萨层面律仪戒为主

菩萨律仪戒：制身心；尽未来际

对比 声闻的别解脱戒：制身；尽形寿

②摄善法戒：成就善法的戒律，内容主要是指六度

③饶益有情戒：依戒律规范，如理如法地帮助众生

3. 身心生起之法

- ①坏戒过患：在中士道已详细说明。不仅不能自利，利他更谈不上
- ②持戒功德：成就智慧，庄严人格，戒香遍十方，得受恭敬与供养
- ③生起之法：以律仪戒为本，对所受的三聚净戒培养修学防护之心

三、忍辱学处

1. 忍辱自性

①定义：耐他损害及自生苦而能安受，心正直住，于法善思胜解

②忍辱圆满标准：无瞋成为内心主导力量

2. 忍辱差别

①耐怨害忍：不在意其他有情的所有损害

②安受苦忍：忍受身体与环境产生的痛苦

③谛察法忍：能够不带着偏见去接受佛法

3. 身心生起之法

①忍辱功德：今生无多怨敌，亲友不离，有多喜乐；临终无悔；死后生天

②不忍过患 A. 非现世过患：摧坏善根，积聚极苦异熟

B. 现世的过患：令心不安乐，能坏亲友情

③生起之法

- A. 耐怨害忍：怨敌不能自主，被烦恼支配，故应理解同情；修忍能消业
- B. 安受苦忍：吃苦能消苦；有劝解脱、除慢、止恶修善、生悲悯等功德
- C. 谛察法忍：彻底改变固有观念、生活方式，对佛法生起坚定不移信解

广说菩萨行

四、精进学处

1. 精进自性：对于修习善法和利益众生，心生勇悍，然后产生三业行为

2. 精进差别

- ①攬甲精进：为解除众生痛苦，持之以恒地勇往直前
- ②摄善法精进：对于修习六度，勇猛精进，勇悍而为
- ③饶益有情精进：凡是对众生有利的事都勇猛地去做

3. 身心生起之法

- ①精进胜利：如果符合因果法则、具足善巧方便，精进能成就一切善法
- ②懈怠过患：没能力成就善法、自利利他，懈怠是长养一切烦恼的根本
- ③生起之法

- 对治违缘
 - A. 能修善法而不行：思惟暇满义大难得、死无常恶趣苦
 - B. 怯弱菩萨道难行：只要立愿与精进就能自在度化众生
- 创造顺缘
 - A. 胜解力：深信业果才能于取舍善恶时生起行善的动力
 - B. 坚固力：对经过智慧审视过的行为能够坚持，不盲从
 - C. 欢喜力：烦恼的解除与真理的体验，令修行充满乐趣
 - D. 止息力：修行要讲究质量，松紧有度，避免身心劳顿

五、静虑学处

1. 静虑自性：心安住善所缘，达到心一境性

2. 静虑差别

从自性区分

- ①世间禅定：如四禅八定
- ②出世间禅定：以空性为所缘的禅定

从品类区分

- ①专门修止：有所止、无所止
- ②专门修观：观察修、观想修、观照修
- ③止观双运

作用差别

- ①令身心安住：获得身心安乐的受用
- ②现证功德：成就声闻人所具的功德
- ③饶益有情：专心安住于饶益有情中

3. 身心生起之法：于止观章详述

六、智慧学处

1. 智慧自性：能对一切法进行判断的作用，包含对五明的善巧

2. 智慧差别

- ①通达胜义：通达空性的智慧
- ②通达世俗：通达五明的智慧
- ③通达有情义利：通达利益众生的智慧

3. 身心生起之法

- ①智慧功德：是成就一切功德的根本。五度如盲，般若如导
 - A. 布施：彻底通达无我，布施无丝毫我慢、怯弱、分别
 - B. 持戒：看到三有和涅槃的衰损，为利他而能持戒清净
 - C. 忍辱：能以智慧观照众生伤害及恶劣环境，令心调伏
 - D. 精进：知道精进的正确方法，善用其心，令事半功倍
 - E. 禅定：般若的明觉作用生起，才有能力安住于空性定
 - F. 般若：善巧调和显现相违之事，不舍法性而随顺世俗
- ②无慧过患：离开般若，布施等五度乃至闻思的见无法清净
- ③生起之法：闻思修

七、学行四摄以利他

摄受众生的四种方法

- ①布施：广结善缘，令众生欢喜
- ②爱语：开示大乘菩萨道的修行
- ③利行：能够引导众生实践佛法
- ④同事：以身作则并带领众生修

如何修习六度四摄

- 定中修
 - 止观轮番修
 - ①止和观
 - ②精进
 - ③谛察法忍
- 座下修
 - 智慧观照
 - ①前三度及部分定慧
 - ②精进
 - ③耐怨害忍和安受苦忍