

依怙主夏札法王對佛法修行者的忠告

請弟子們注意聽我的開示，並好好的審視、觀察自心。

人身難得 —— 能得人身很不容易，但得人身卻沒有修行，往後就再也沒有機會了。因此你們要有追求佛法的精神，不應把時間浪費在無意義的睡覺、嬉戲等上面，應善用我們的身、語、意三門行善業，並找一個安靜的地方實修。一輩子辛辛苦苦都為吃、住等忙碌，我們應深思這些是生不帶來、死不帶去；更應反思每天為自己所吃的美食、好酒，隔天卻都變成不幹淨的排泄物，想到這裏..... 心中更明白，實在不需為了延續自身的生命而每天拼命享用美食，只要中等、營養也就夠了！

如果我們無法時刻記著生命無常的道理而即刻去實修以得究竟成就，而只每天無謂的浪費光陰，並只告訴自己以後再去做，那麼對佛法的修行終歸是一個空想而已。需知，死魔無處不在，時刻都可能取走我們的性命，而我們卻一點也無法反抗，屆時躲也躲不掉，就算後悔當初沒有好好修行也已太晚！

再者，六道衆生本無實質的快樂，當我們聽聞三惡道衆生所受的各種苦即已覺害怕，如這些惡業形成的痛苦果報，加臨自身..... 我們又如何能忍受？三善道的快樂又如美食內加了毒藥，現在看起來似乎有一點快樂，但就長期而言又是造成墮落失敗的原因。痛苦與快樂本是心理的一種感受而已，不是真實的，其實是一種「因果的定律」並無其它的東西存在。于此所說，我們更應知道如何去取捨！

我們應依止一位真正合格的金剛上師學習法門，這比到處去聽聞許多佛法來得重要；應斷掉對金剛上師及其口傳一切法門的懷疑，心裏確定的跟著上師的指導方法如實修行，盡可能去找一處安靜的地方，並真正的徹悟修行的意義，心中並應捨掉去調伏敵人、幫助親友生活、事業等等的念頭。若此等念頭無法捨棄的話，是非常可悲的。

當我們心裏無法少欲知足，放不下對世間的物質等種種欲望，並且無所不要的念頭，那只會使得我們造成比一般凡夫還要低劣的情況，自己每日一座的佛法修行也都無法完成。需知，不在佛法上精進修行，你將會變成一個不如法的修行者，這就要非常注意了。

身為一個修行者，我們的心應掛在什麼都不要的念頭上！若然又對世間法不生反感，又想要快快樂樂、舒舒服服的修行，如此的念頭是得不到佛法的佛緣；遠不

如在茅屋裏減少事情、努力精進於佛法的修行，內心會因此少了妄想。這樣的修行者，佛緣自然聚足！

經過年年月月的長久閉關，沒有更大的進步卻自以為有長久閉關的功勞；當別人給讚頌時升起傲慢之心；別人對你溫柔言語時升起高興；別人對你批評時升起生氣、忿怒；平常忙著找金剛師兄弟的錯誤；這些都是你沒有反省、觀察自己的心。自己不穩定的心會引起朋友、師兄弟之間的衝突，也就破犯了「三昧耶戒」，所以你們要謹守正念、好好守護它！

不放逸自己的心，謹慎小心堅定去修行；不論在安靜或吵鬧之處，任何地方最重要的是：調伏自己的五毒，除「世間八風」之外沒有任何敵人。用去除、改變、道用、自觀本性，依自己的程度來選擇適當的修行方法。內心對治得法的人，就如同一個非常勇敢的人，手無寸鐵打贏一場勝仗！

在修持佛法之經部、及續部時，最重要的是發廣大利他的「願菩提心」及「行菩提心」，這是大乘佛法的根本。如果你有真正的發菩提心去修行，那也就足夠了！沒有的話，那是無法修行圓滿的。

這是走在於蓮花林秘密地、大圓滿普賢法輪僻靜處之貧窮老人

生紀多傑 (依怙主夏札法王) 所寫