

# 恭讀《老實修行 愧行者嘎堵自述》 心得報告

恭讀了「老實修行」之後，深深感覺到學佛修行的道路上，成就的關鍵在於利他的大悲菩提心，時時都能為他人著想，一步一步的在生活上提昇自己的道德品質，三業相應於師父並能受得起考驗，正知正見於心且能謙卑平等對人。這些有時內心也會想著好像很難，因為我執凡情二十法的關係，放不下也不容易克服，但經過恭讀「老實修行」之後，師父很清楚易懂的自述了真心且恭敬學佛修行的心路歷程，我比較能理解而契入修行的真實面，自己也慢慢的能經由聞法，升起正思惟，生活上一步步執行，發現錯誤了就反省、懺悔而改過，並也從中能感到修行的快樂，放下了心中的石頭與執著，反而是一片海闊天空。

恭讀師父在成長過程中，努力工作積極生活到參加國際扶輪組織為社會上做出回饋與貢獻，而了解真正實質上的利他，是要讓自己在煩惱無明中解脫，影響眾生從根本修行上做改變，因果業力才能有所轉換，善業先築壁，惡業才慢慢遠離。

在初行學佛時的態度與方法上，書中師父開示了「觀心性 正行為」，如何以最簡單的方式將修行融入日常生活當中變成習慣，開啓和諧快樂福報增長的道路，我覺得這是每一個想要真正受用無窮的學佛行人都能做得到的事，也是應該做的事，因為一定能在自己身上感到佛法真實不虛的力量。

在為何要恭敬的聞聽 第三世多杰羌佛 法音之開示上，談到了初行學佛時，一個佛弟子怎麼讓自己從會漏掉加持的竹編鉢變成一個真正能承載如來法水的法鉢而得真實不虛的受用。

另外一般初行學佛時比較容易搞混的「修行」與「修法」如何融合生起受用，則用了電視機來做譬喻。在師父深入淺出的老實修行自述當中

種種不同的親身案例，對我最大的幫助是修行改變自己習性邁向成就的過程中，有實際的示範指南可以參考，這樣結合聞受 第三世多杰羌佛 的法音進步才會快而且確實，因為真心信佛修行一定是受用無窮的，書中的聖蹟境界就是在老實修行當中一步一腳印的呈現，書後的工巧明畫作也真實體現真心學佛而能開啓智慧的世間成就。

在「考驗」這一章節中，師父用自己當例子，如何在恭敬中求得佛法，怎麼以真正純淨無瑕的身口意來相應四寶，而獲得相應成就的受用。面對 佛陀師爺 每一次大小不同的考驗，經過迴光返照與我執的破除，而有了相應的聖境加持，給了我很大的感動與激勵，祈望自己真切的如同師父一樣，跟著師父修行的足跡一個腳印一個腳印清楚的踏出去，利益眾生，獲得真正的受用。

這就是弟子初行學佛的修行實務導覽，我想用我現在開始腳踏實地的修行，一步步達到純淨身口意的相應來回報與供養我的師父嘎堵仁波且，弟子感恩您與 十方一切諸佛菩薩、護法的照護和加持，也迴向一切有情眾生，祈望大家都能聞正法，同向解脫之路。

佛弟子 施偉哲 2010/2/27