

# 聞法心得

至誠頂禮最偉大的 佛陀師爺—頂聖如來多杰羌佛三世雲高益西諾布。

因為仁波且父親的關係，我有幸可以接觸到百千萬劫難遭遇的真正佛法，除了在日常生活中提醒自己要按照『三世多杰羌佛傳的修行法』來如實修行之外，恭聞 佛陀師爺的法音開示更是我個人在學佛修行的過程中所絕對不能缺少的。

還記得第一次聞法是在美國，由於時間有限，我在兩天之內將『美國行』聞完，雖然有一些聽不懂或者是聽不清楚的地方，但是在順利圓滿之後，還是覺得獲益良多。從二〇〇四年開始，我每個星期會聞一到兩課法，說來也實在慚愧，足足花了幾年的時間才將所有法音差不多聞完一次。在這幾年聞法的過程中，我曾經遇到一些狀況和問題，但是隨著聞法的累積和知見的充實，問題也慢慢減少了，在此有一些心得和大家分享。

有了在美國馬拉松式的聞法經驗後，如果時間允許的話，我一次不會聽聞太多課法音，以免記性普通的我，不容易記住如此珍貴難逢的佛法。因此，我習慣在聞完一課法之後，利用一點時間在心中整理一下，再一次回想一下內容，這樣對於加深印象和記憶會很有幫助。此外，為了能夠更專心，我習慣全程閉上眼睛，一旦感到昏沉，我就馬上把眼睛張開，因為佛陀師爺的法意講求完整性，是絕對不能斷章取義的，再說，聞法打瞌睡也是不恭敬的行為。如果你和我一樣是初學者，一開始多少會有一些名詞聽不清楚或是沒有聽過，這時候學習 佛陀師爺和 帕母老人家的論著是個好方法，聞法和學習論著同時進行，隨著知見的累積和佛學程度的提升，原本不清楚的地方就能逐漸了解了。

在知識爆炸、事事講求效率的今天，有些人認為去買幾本佛書回來研究，在艱澀難懂或遇到問題的時候，上網查查或是去圖書館找找資料，這樣就可以學習到真正的佛法。我的經驗告訴我，這樣做只會浪費時間，就像沒有施打過預防針的小朋友，把自己完全暴露在末法時期的邪見病

毒中，這非但不是條捷徑，反而是一條遙遙不歸路。 佛陀老人家的法音開示深入淺出，除了字字句句圓融無礙之外，更能把一些不容易解釋的佛法，不失本意地讓大家都能聽得懂，讓大家都能得到真正的受用，這也才是一條通往解脫的學佛大道。

正法的寶藏就在法音內，等著大家來領受和學習，想學佛修行的同學趕快透過聞法，一步一腳印，扎實地建立起正確的知見吧！因為，唯有正知正見，才能讓自己不受邪見污染地修練成良胚，並以此為基礎，透過精進修行修法，使自己能了生脫死，進而自覺覺他，利益一切眾生。希望我的經驗可以給大家一點幫助，若有人因此受惠，願將功德回相一切眾生，願眾生皆能離苦得樂，阿彌陀佛！

佛弟子 運宏