

七因果修法

如何发起菩提心

方法：七因果、自他相换

七因果修法简介

- 七因果次第：知母、念恩、报恩、修慈、修悲、增上意乐、发菩提心
- 七个心理步骤具有层层递进的因果关系，按此心理引导能引发菩提心
- 修七因果前，先要培养大悲心和平等心两种生命素质，发心才能到位

由认识七因果建立原理的合理性
对按此修法发起菩提心生起信心

一、大悲为大乘根本

大悲在菩萨道修行的重要

- 初重要：大悲心是引发菩提心的最初动力，是菩萨修行的前导
- 中重要：不断修习大悲、壮大大悲心的力量才能保持初心不退
- 后重要：成佛是成就大悲品质，尽虚空界利益有情乃大悲之力

大悲是修习七因果的核心

- 从知母至慈心以成其因：悲心达到什么程度完全取决于对众生的珍爱程度
修知母、念恩、报恩，能成就对众生悦意的慈心
- 从增上意乐及发心以成其果：对利益众生具有承担精神是菩萨与声闻发心的不共之处
成佛才有能力更好地利益众生，对成佛生起强烈希求心

舍世间心、修菩提心是佛法心要
菩提心修行的核心内容是大悲心

二、于有情修平等心

为什么先修平等心

改变贪嗔引发的好恶之心才能生起真正的慈悲心、菩提心

本论所说的修平等心是自己要对一切众生没有贪嗔的心理

怎样修平等心

- 去除障碍
 - 于众生消除分别：一切众生都希望离苦得乐，不应于众生分别爱憎
 - 于仇怨灭除嗔恨：从无始来于生死中，任何有情不曾百次作我亲眷
 - 于亲友灭除贪爱：无尽轮回中，我与众生彼此有过互相仇杀的经历
- 观修次第：中庸、亲友、仇怨、一切有情

思惟亲仇不定，化解贪嗔之心

道次第与菩提心

- 下、中士道：生起真实无伪菩提心的重要基础
- 菩提心的重要：充分认识菩提心胜利，经常忆念就会成为修行动力
- 上士道
 - 正式修菩提心
 - 心行基础
 - 七支供：打开心量，获得良好心灵环境
 - 慈悲心：从五个方面考查慈悲心的程度
 - 正修菩提心：两个修心方法引发，受菩提心戒确认
 - 圆满菩提心：通过菩萨行和止观完成菩提心的修行

整个道次第是菩提心的修行

三、七因果修法

于一切有情修悦意之相

- 1. 知母
 - 轮回无始故，一切众生为我母
 - 佛经证明：佛陀以宿命通看到

消除与众生隔阂，心生亲切感
- 2. 念恩
 - 救护一切损害，成办一切利乐
 - 艰辛哺育，求获资具背负罪苦

对众生母亲生起感恩心并安住
- 3. 报恩
 - 弃舍诸母于苦海，是极大羞耻
 - 引导如母有情学佛是真正报恩

对众生生起责无旁贷的报恩心

培养对众生好感是慈悲的心理基础

知母、念恩、报恩、修慈、修悲分别
按照亲、中、怨，一切众生依次而修

正修此心

- 4. 修慈
 - 所缘对象：不具备快乐的众生
 - 心理特征：想着怎样使众生得乐；希望众生得乐；为众生造创各种得乐因缘
 - 修习方法：反复思惟众生所遭受的痛苦，尤其是三苦中的苦苦
- 5. 修悲
 - 所缘对象：在苦苦、坏苦、行苦三苦中，具有任何一类痛苦的有情
 - 心理特征：希望众生解除痛苦，并创造各种条件帮助他们从痛苦中脱身而出
 - 修习方法：思惟如母有情堕落在三有苦海，正饱受种种烦恼、生死和轮回之苦
- 6. 修增上意乐：修慈悲后，对于众生母亲离苦得乐之重任，生起舍我其谁的担当之心
- 7. 修求菩提之心：唯有成佛才能究竟帮助众生离苦得乐，并向往三宝功德而希求成佛

发心特征：发心为利他，希正等菩提