KHENPO'S DIAMOND

堪布的钻石

带着智慧去生活

LIVING WITH WISDOM

OFFERED BY KHENPO SODARGYE

索达吉堪布编译

第一卷 | 2018

每天送你一颗钻石

堪布的钻石带着智慧去生活

索达吉堪布 编译 | 第一卷 | 2018

目　　录

序　　2

一　月　　3

二　月　　12

三　月　　21

四　月　　31

五　月　　40

六　月　　49

七　月　　58

八　月　　67

九　月　　76

十　月　　85

十一月　　95

十二月　　104

跋　　113

序

从今年 1 月 1 日开始，我准备每天发一条藏文微博，内容是摘自不同经论的佛法教言，非常具有加持力。这些教言，前辈大德十分重视，尤其是我的上师们倒背如流、经常引用，我自己也曾背诵过。

我将此翻译成汉语，与你分享。你若能背诵词句、依文修持，应该会有极大利益。

索达吉

2018 年 2 月 9 日

001

2018年1月1日

莫舍己道、勿扰他心。

——法王晋美彭措

002

2018年1月3日(1)

行善积德，离苦得乐。
具足福德，所愿皆遂，
摧毁魔众，速得菩提。

——《方广游戏经》

003

2018年1月3日(2)

我宁可失坏供养、恭敬、身体、资具，以及其他善根，
也绝不能有损利他心。

——寂天菩萨

004

2018年1月4日

自己所需诸论典，每日之中记一句，
如同蜂蜜及蚁窝，不久即将成智者。

——《萨迦格言》

005

2018年1月5日

对外道典籍越深究，对怙主（佛陀）您就越坚信。

——《殊胜赞》

006

2018年1月6日

对于殊胜教言，先要去看，再去思考并生起定解，
之后去如理行持。

——全知麦彭仁波切

007

2018年1月7日

了悟诸法如幻的圣者，在恶趣中流转投生，也像入于花园
一样快乐，纵遇兴盛、衰败，也不会被烦恼染污。

——《大乘经庄严论》

008

2018年1月8日

过去心不可得
未来心不可得
现在心不可得

——《金刚经》

009

2018年1月9日

信为前行如生母，能护功德令增上。

——《宝灯经》

010

2018年1月15日(1)

唉玛火，

皈依总集措嘉空行母，无比强烈之信而祈祷，

遣除内外密之诸违缘，一切所愿成就求加持。

——《卫萨空行母自传》

011

2018年1月15日(2)

诸法不自生，亦不从他生，

不共不无因，是故知无生。

——《中论》

012

2018年1月16日(1)

应当了知，我涅槃后，若有人听闻甚深大乘典籍，

并对其生信，未来千百万劫不堕恶趣。

——《大涅槃经》

013

2018 年 1 月 16 日 (2)

具有智慧的菩萨，对一切众生的爱，
远远超过凡夫人对自己、妻子、儿女、亲友的爱。

——《大乘经庄严论》

014

2018 年 1 月 17 日 (1)

只是多闻却未实修，自心不会有多大改变，
犹如水中浸泡百年的石头，自性始终是干燥的。

——《水木格言》

015

2018 年 1 月 17 日 (2)

富翁在愚夫中也有，英雄在动物中也有，但能说真理的人，
在此世上却极罕见。

——龙猛菩萨

016

2018 年 1 月 18 日

老天虽然降下大雨，但种子坏了，也不可能发芽。诸佛尽
管出现于世，但无缘之人也得不到善妙的解脱。

——弥勒菩萨

017

2018年1月19日(1)

调伏一个众生令其发菩提心，
其功德远远超过修造这世上最高的珍宝塔。

——《四百论》

018

2018年1月19日(2)

谁具世间正见，千世不堕恶趣。

——龙猛菩萨

019

2018年1月20日(1)

要舍弃散乱愦闹。若实在不能舍弃，则去与贤者交往，
这是最好的“药”。

——麦彭仁波切

020

2018年1月20日(2)

世间万法纵然难以全部了知，略知一点也会得到大利。
江河虽然无法全部饮光，喝上几口也可以解渴。

——贡塘丹毕准美

021

2018年1月21日

人有好坏不同，功德、过失都藏在心中，
不管嘴上怎么说，了解他还是要看行为。

——《君规教言论》

022

2018年1月22日

富人有富人的哭泣，穷人有穷人的哀嚎，
人人都背着痛苦包袱，轮回之中难觅快乐。

——根登群佩

023

2018年1月23日

若观上师与本尊无二无别，以强烈的信心、虔诚的恭敬心
由衷祈祷，所做一切必定如愿以偿。

——章嘉国师《利他甘露精要》

024

2018年1月24日

死缘极众多，生缘极稀少，彼亦成死缘。

——圣天论师

025

2018 年 1 月 25 日

诸弟子对修法切莫拖延，应以大精进来修行，
遇法如百日一餐极难得。

——莲花生大士

026

2018 年 1 月 26 日

无人山谷岩洞中，恒具出离厌世心，
上师乃为三世佛，强烈坚信永不离。

——米拉日巴尊者

027

2018 年 1 月 27 日

吾生终归尽，死期必降临。

——《入行论》

028

2018 年 1 月 28 日

该保密的事情，除了自己谁都不要说，
否则密友传密友，秘密就会遍天下。

——麦彭仁波切

029

2018 年 1 月 29 日

从孩提到耄耋，自己的心变化过很多次，这一点凭经验观察即可清楚。因此，当下的心念又有什么可信度？

——根登群佩

030

2018 年 1 月 30 日

一嗔能摧毁，千劫所积聚，
施供善逝等，一切诸福善。

——《入行论》

031

2018 年 1 月 31 日

阿吙！
十方诸佛佛子知，悲视颠倒因果者。
大恩本传众师知，悲视颠倒因果者。
殊胜本尊观音知，悲视颠倒因果者。

——班玛敦德

二月

032

2018年2月1日

宣说甚深微妙法，倘若于此未生信，
亦不随意作诋毁，当念法性不思议。

——佛经

033

2018年2月2日

愿我生生世世中，不食父母众血肉，
愿以悲尊佛加持，永不贪爱诸肉食。

——夏嘎巴

034

2018年2月3日

小智于此法，不可悉通达，
若净智慧目，则可趋入彼。

——《华严经》

035

2018年2月4日

佛子依胜勤，成熟有情众，
为他一善心，久劫亦不厌。

——《大乘经庄严论》

036

2018年2月5日

白天修观世音菩萨，为众生念六字真言，报恩六道父母众；
晚上修莲花生大士，为自己念莲师心咒，浊世众生得救护。

——《莲师略传》

037

2018年2月6日

圣者已断除，死病与老苦，
依业烦恼生，彼无故彼无。

——《宝性论》

038

2018年2月7日

自己的身体，用尖刺触碰都难以忍受；
他众的身体，用兵刃砍割令其丧生，又怎能忍心呢？

——龙猛菩萨

039

2018年2月8日

典籍教言以及记录等，虽聚种种所需深义书，
若无修持临死书无利，当观心性即是吾忠告。

——全知龙钦巴

040

2018年2月9日

愿以善果悉清净，食众生肉诸罪障，亦得面见千佛陀。

——班玛敦德

041

2018年2月10日

假使大海离开波浪，佛陀的慈悲也不会离开众生。

——《毗奈耶经》

042

2018年2月11日

具足大方便，烦恼菩提支，
轮回寂法性，如来不可思。

——《摄大乘论》

043

2018年2月12日

何人造罪恶，此为不吉祥，
初中后皆厄，圣者所呵斥。

——《正法念处经》

044

2018 年 2 月 13 日

虽非圣者然而于，父母病人说法者，
最后有者之菩萨，供养功德无有量。

——《俱舍论》

045

2018 年 2 月 14 日

依缘则不生，彼生无自性，
依缘彼空性，悟空不放逸。

——《无热恼请问经》

046

2018 年 2 月 15 日

虽此大地满恶人，然自当持高尚行，
如是行持则自己，自然功德圆满成。

——麦彭仁波切

047

2018 年 2 月 16 日

瞿昙大圣主，怜愍说正法，
悉断一切见，我今稽首礼。

——《中论》

048

2018年2月17日

于相续假法，恶见谓真常，
积集假法中，邪执言实有。

——圣天论师

049

2018年2月18日

法王如意宝的前世——伏藏大师列绕朗巴，
授记自己转世的七种标志：

降魔金刚之化身，出生年不变，鸡年降生；
出生地不变，为秋及迥内；
父族不变，名班玛德瓦；
母名不变，即耶衣措姆；
身不变，掌具空行坛城；
语不变，庄严如海三藏；
心不变，认识法身本面。

050

2018年2月19日

了知功与过，此为智者相；
不知功与过，则是愚者行。

——《正法念处经》

051

2018 年 2 月 20 日

纵无利他力，恒有利他心，
何人有此心，彼亦谓利他。

——《菩提心释》

052

2018 年 2 月 21 日

孩童时受玩具游戏所惑，年轻时受贪嗔对境所惑，
年老时受身心衰败所惑，一生始终被放逸迷惑。

——麦彭仁波切

053

2018 年 2 月 22 日

动念大无明，能堕轮回海，
若住无念定，无垢如虚空。

——佛经

054

2018 年 2 月 23 日

慈等痴无违，故非尽除过。

——法称论师

055

2018 年 2 月 24 日

执着于相的凡夫俗子，在此世间界，
将“无”妄执“有”而行。

——《智慧庄严经》

056

2018 年 2 月 25 日

我舍弃其他本师，而皈依佛陀您，为什么呢？
因为您没有过失，只有功德。

——《殊胜赞》

057

2018 年 2 月 26 日

内外我我所，若尽灭无有，
诸取即为灭，取灭则生灭。

——《中论》

058

2018 年 2 月 27 日

不变之法界，智者通达彼，
凡愚则迷惑，心净可了悟。

——《大宝积经》

059

2018 年 2 月 28 日

善说佛法时，恶者谓非理，
无信生疑惑，多劫成疯癫。

——《梵施王所问经》

三月

060

2018年3月1日

若有不空法，则应有空法。
实无不空法，何得有空法？

——龙猛菩萨

061

2018年3月2日

自由是快乐的，没有自由是痛苦的，
互相损害的业缘，是难以超离的。

——《毗奈耶经》

062

2018年3月3日

不因赞称而高兴，不因辱骂而忧伤，
善持自之功德者，此乃正士之法相。

——《格言宝藏论》

063

2018年3月4日

信劣界极劣，劣伴普围绕，
正说深广法，无信成立此。

——《大乘经庄严论》

064

2018年3月5日

犹如空中之鸟迹，无法观见无法言，
如是善逝佛子地，以意心境无法知。

——《华严经》

065

2018年3月6日

无上导师之圣教，有幸值遇源师恩，
此善回向无余众，承蒙正师摄受因。

——《缘起赞》

066

2018年3月7日

与人和谐相处是很好，但若所做都模仿别人，
这是没头脑的行为。
精通多种语言是很好，但若忘记自己的母语，
这是很羞耻的行为。

——《教言宝鬘论》

067

2018年3月8日

得如是暇已，我若不修善，
无余欺过此，亦无过此愚。

——《入行论》

068

2018年3月9日

世间心所画，心者不见心，
善业或恶业，皆由心所造。

——《宝云经》

069

2018年3月10日

谁遇难时能忆念我，我即能遣除一切灾难，
这是我往昔发愿的结果。

——观音菩萨

070

2018年3月11日

哪怕对最爱的孩子、最亲的朋友，也不能说出自己的秘密。
因为当他们极度欢喜或非常生气时，心里的秘密就会泄露。

——《教言宝鬘论》

071

2018 年 3 月 12 日

对大高官善于溜须拍马，对富贵者善于谄媚取宠，总之，
在飞黄腾达者面前演戏的无愧之人，如今可谓比比皆是。

——根登群佩

072

2018 年 3 月 13 日

若无有净者，由何而有贪，
若无有不净，由何而有恚？

——《中论》

073

2018 年 3 月 14 日

贪着今生不是修行人，贪着轮回不是出离心，
贪着自利不是菩提心，心有执着不是正知见。

——萨迦扎巴加参

074

2018 年 3 月 15 日

无见堕恶趣，有见趋善趣，
如实知真义，不依二解脱。

——《中观宝鬘论》

075

2018年3月16日

若不知此心，奥秘法中尊，
求乐或避苦，无义终漂泊。

——寂天菩萨

076

2018年3月17日

通达轮回与涅槃一切法如幻、如水月，现而无实，
并对此进行修持，则可根除百恶之患。

——《善说宝鬘论》

077

2018年3月18日

众人中要观察自己的语言，独处时要观察自己的心。

——阿底峡尊者

078

2018年3月19日

快乐不如受痛苦，快乐令五毒炽盛，
痛苦令罪业消弥，痛苦乃上师恩赐。

——华智仁波切

079

2018年3月20日

何者昔日极放逸，尔后行为倍谨慎，
如月离云极绚丽，难陀指鬘见乐同。

——《亲友书》

080

2018年3月21日

国王趋入死亡时，受用亲友不随身，
士夫无论至何处，业如身影紧随后。

——《教王经》

081

2018年3月22日

或由年龄未成熟，或是孤陋寡闻者，
自己往昔所做事，亦有众多自所笑。

——麦彭仁波切

082

2018年3月23日

无常定有损，有损则非乐，
故说凡无常，一切皆是苦。

——《四百论》

083

2018年3月24日

对心不利的法，只是口头的法，不是真正的法。
如果心没有改变，闭关百年也徒劳无益。

——华智仁波切

084

2018年3月25日

辨别细微理性之智慧，诸论转为教言之修行，
精通言辞诀窍之辩才，于此世间乃为三珍宝。

——宗喀巴大师

085

2018年3月26日

乃至有虚空，以及众生住，
愿吾住世间，尽除众生苦。

——《入行论》

086

2018年3月27日

出现恶语时，应该修安忍；
具足财富时，应该做布施；
身康体健时，应该转绕礼拜；
精力旺盛时，应该精进修行。

——夏嘎巴尊者

087

2018年3月28日

正法者，初善、中善、后善。义妙、文巧。
纯一、圆满、清净、鲜白。

——佛经

088

2018年3月29日

性空缘起法，中观道一体，
无比善说者，佛前我顶礼。

——《回诤论》

089

2018年3月30日

吾为护身舍财产，为护生命舍身财，为护正法可舍弃，
财产身体与生命。

——《教王经》

090

2018年3月31日

相烟即知火，鸳鸯以显水，
复相知诸性，菩萨大名称。

——《佛说大乘十法经》

月

091

2018年4月1日

善知识法相，略说当了知，
知足悲具戒，有除烦恼慧，
彼等若教诲，汝应知恭敬。

——龙猛菩萨

092

2018年4月2日

纵然造小恶，来世大恐怖，
并生诸祸患，犹如毒入腹。

——《因缘品》

093

2018年4月3日

勿忘上师，时时祈请。
勿随妄想，善观自心。
勿忘死亡，坚持佛法。
勿忘众生，慈心回向。

——顶果钦哲法王

094

2018年4月4日

以有空义故，一切法得成；
若无空义者，一切则不成。

——《中论》

095

2018年4月5日

不可思世间，纵经烈火焚，
虚空不可坏，本智亦如是。

——《华严经》

096

2018年4月6日

众因缘生法，我说即是空，
亦为是假名，亦是中道义。

——龙猛菩萨

097

2018年4月7日

如同能烧火，无所烧则无，
如是见薪焚，空性火亦灭。

——《密严庄严经》

098

2018年4月8日

未曾有一法，不从因缘生。
是故一切法，无不是空者。

——《中论》

099

2018年4月9日

佛非水洗众生罪，亦非手拔有情苦，
非将已德移于余，唯为说法令解脱。

——佛经

100

2018年4月10日

讽诵灯镜印，火晶种酸声，
令蕴结生者，不迁智者知。

——龙猛菩萨

101

2018年4月11日

定有则著常，定无则著断。
是故有智者，不应著有无。

——《中论》

102

2018年4月12日

眼耳鼻非量，舌身意亦非，
若诸根为量，圣道复益谁？

——《三摩地王经》

103

2018年4月13日

诸智者、比丘，对于我的教言，应像冶炼、锻造、打磨黄金一样，通过观察而接受，不应以恭敬而遵从。

——《时轮金刚略续》

104

2018年4月14日

言行恒时随顺友，秉性正直心善良，
若欲长久利己者，暂时利他乃窍诀。

——法王晋美彭措

105

2018年4月15日

无可言思般若度，不生不灭虚空体，
各别自证智行境，三世佛母我敬礼。

——《罗睺罗般若赞》

106

2018年4月16日

火可令变凉，风可令系缚，
日月可令坠，业力不可惑。

——《正法念处经》

107

2018年4月17日

若不依俗谛，不得第一义。
不得第一义，则不得涅槃。

——龙猛菩萨

108

2018年4月18日

目净修广如青莲，心净已度诸禅定，
久积净业称无量，导众以寂故稽首。

——《维摩诘经》

109

2018年4月19日

皈依三宝者，远离诸恐怖。

——《大般涅槃经》

110

2018年4月20日

即便见闻地狱图，忆念读诵或造形，
亦能生起怖畏心，何况真受异熟果。

——《亲友书》

111

2018年4月21日

皈依诸佛者，乃为真居士，
始终不皈依，其余天尊众。

——《涅槃经》

112

2018年4月22日

死神不足信，不待罪净否，
无论病未病，寿暂不可恃。

——寂天菩萨

113

2018年4月23日

何人千劫中，造作极重罪，
若以猛忏悔，彼等皆清净。

——《胜光明经》

114

2018 年 4 月 24 日

分析何实法，某法无一性，
何法一非有，彼亦无多体。

——《中观庄严论》

115

2018 年 4 月 25 日

恐惧未出时，应怀畏惧心，
一旦恐惧现，不惧而接受。

——马斯绕嘉大师

116

2018 年 4 月 26 日

若为养父，不可杀母；
为弘自教，不可坏他。

——至尊根噶卓确

117

2018 年 4 月 27 日

白天杀梵志，并造无间罪，
若遇此教言，无疑得解脱。

——金刚持如来

118

2018 年 4 月 28 日

若证虚空般觉性，遗忘之事极鲜少。

——麦彭仁波切

119

2018 年 4 月 29 日

虽为人天身，意则法性佛，
彼恒利众生，不勤而乐住。

——《普作续》

120

2018 年 4 月 30 日

大乘遮食肉，否则堕恶趣。

——萨迦班智达

五月

121

2018年5月1日

此等诸有情，不生亦不灭，
若析此众生，如梦如芭蕉。

——龙猛菩萨

122

2018年5月2日

通达一切佛法不相违，一切教典显现为窍诀，
轻易获取如来秘密意，由从大患深渊中救护。

——宗喀巴大师

123

2018年5月3日

意罪自性恶，非理色非理，
疑法何须说，等舍善无过。

——《经庄严论》

124

2018年5月4日

自迷痴狂徒，呜呼满天下。

——寂天菩萨

125

2018 年 5 月 5 日

知此诸法空性理，一切业果依缘起，
稀有又此极稀有，稀奇又此极稀奇。

——龙猛菩萨

126

2018 年 5 月 6 日

此中犹如已觉位，乃至未觉三皆有，
如已觉后三非有，痴睡尽后亦如是。

——月称论师

127

2018 年 5 月 7 日

皈依之福德，若其具色相，
遍满虚空界，彼将胜虚空。

——《无垢经》

128

2018 年 5 月 8 日

心为明明清清，有则一无所有，现则轮涅诸乘。

——莲花生大士

129

2018年5月9日

佛之妙法有二种，教法证法之体性，
持教法者唯讲经，持证法者唯修行。

——世亲论师

130

2018年5月10日

志念力坚固，常勤求智慧，
说种种妙法，其心无所畏。

——《法华经》（鸠摩罗什译）

131

2018年5月11日

恶人之语如毒树，触于何处断一节。

——莲花生大士

132

2018年5月12日

若欲趋善趣，当修习正见，
邪见者行善，其果亦难忍。

——龙猛菩萨

133

2018年5月13日

虽造微小罪，来世受痛苦，
虽积微小福，来世得安乐。

——《因缘品》

134

2018年5月14日

何人一心为佛法，无有散乱意宣说，
相合获得解脱道，当如佛语作顶戴。

——《宝性论》

135

2018年5月15日

本师世目今已闭，堪作证者多入灭，
未见真谛放肆者，以邪分别乱佛教。

——世亲论师

136

2018年5月16日

不要分别勿思维，不要改造自然住，
不改无生之宝藏，三世诸佛之足迹。

——龙猛菩萨

137

2018 年 5 月 17 日

犹如具慧者，极慈诸有情，
众生于自妻，子亲非如是。

——《经庄严论》

138

2018 年 5 月 18 日

妙相庄严之佛像，无论行住与坐卧，
何人观想彼佛陀，佛于彼前恒安住。

——《三摩地王经》

139

2018 年 5 月 19 日

众生意乐不思议，佛陀游舞不思议，
虽与自宗不相同，不可诋毁而舍弃，
发愿一朝能通达。

——《胜乐金刚续》

140

2018 年 5 月 20 日

本来无生之法性，若已通达其意义，
于沉轮回淤泥众，自然生起大悲心。

——龙猛菩萨

141

2018 年 5 月 21 日

慈等与我不相违，因非能断轮回根。
无我与我相违故，现见无我彼即除。

——《量理宝藏论》

142

2018 年 5 月 22 日

每日三时施，三百罐饮食，
不及须臾间，修慈一分福。

——《中观宝鬘论》

143

2018 年 5 月 23 日

不生亦不灭，不常亦不断，
不一亦不异，不来亦不去。
能说是因缘，善灭诸戏论，
我稽首礼佛，诸说中第一。

——《中论》

144

2018年5月24日

看似令人快乐的世间美满，得到后会有各自的痛苦，如梦般的短暂快乐结束后，总有让你厌烦的因缘出现。

——根登群佩

145

2018年5月25日

麦彭上师加持入心间，根桑上师教传无二得，
晋美上师窍诀融于意，祈祷嘉扬智比罗珠尊。

——德巴堪布祈祷文

146

2018年5月26日

志念力坚固，常勤求智慧，
说种种妙法，其心无所畏。

——《法华经》

147

2018年5月27日

当下内观观自心，观心不见即空性，
见性彼中自放松，别无余大手印法。

——乔美仁波切

148

2018年5月28日

佛能灭有无，于化迦旃延，
经中之所说，离有亦离无。

——龙猛菩萨

149

2018年5月29日

色如聚沫，受如浮泡，
想如野马，行如芭蕉，
识为幻法，最胜所说。

——《阿含经》

150

2018年5月30日

三世一切佛，甚深广大法，
摄为善心行，有缘者当修。

——法王晋美彭措

151

2018年5月31日

修时一切皆不修，目视虚空则即可。

——第一世敦珠法王

六月

152

2018 年 6 月 1 日

不知正法者，凡愚生死长。

——佛经

153

2018 年 6 月 2 日

所现与前相同，解脱迥然有异。

——华智仁波切

154

2018 年 6 月 3 日

仅是宗派术语义，纵经百年勤思维，
若无宿修成熟因，具大智慧极精进，
然却不能通达也。

——《定解宝灯论》

155

2018 年 6 月 4 日

于见不见事，现量及比量，
一切理无害，此乃无欺惑。

——《释量论》

156

2018年6月5日

积护耗尽苦，应知财多祸，
贪金涣散人，脱苦遥无期。

——寂天菩萨

157

2018年6月6日

无教言不应修行……精进不松懈。

——《戒律根本论》

158

2018年6月7日

愿我直接与间接，利乐敬献诸慈母，
老母有情诸苦厄，自己默默而承受。

——格西朗日塘巴

159

2018年6月8日

以所知幻化十喻，汝应了知轮涅法。

——噶玛林巴

160

2018年6月9日

非有亦非无，非俱非非俱，
远离四边者，许为中观道。

——圣天论师

161

2018年6月10日

如聋奏音乐，悦彼不自闻，
于法不修行，多闻亦如是。

——《华严经》

162

2018年6月11日

念师乃为究竟之皈依，利他乃为发心之本体，
正念乃为显密之修法，其余众多形象皆放弃。

——持明晋美朗巴

163

2018年6月12日

断除诸恶趣，明示善趣道，
能趋无老死，顶礼菩提心。

——《弥勒发愿品》

164

2018 年 6 月 13 日

转绕佛塔者，远离于八难，
获得人与天，寿命悉长远。

——《右绕佛塔功德经》

165

2018 年 6 月 14 日

彩画作佛像，百福庄严相，
自作若使人，皆已成佛道。

——《法华经》

166

2018 年 6 月 15 日

若人散乱心，入于塔庙中，
一称南无佛，皆已成佛道。

——《法华经》

167

2018 年 6 月 16 日

乃至童子戏，聚沙为佛塔，
如是诸人等，皆已成佛道。

——《法华经》

168

2018 年 6 月 17 日

若于佛所说，深事以生疑，
可依无相空，而生决定信。

——《四百论》

169

2018 年 6 月 18 日

所取所舍性，及方便决定，
要义无欺故，可比度其余。

——《释量论》

170

2018 年 6 月 19 日

妄念大无明，能堕轮回海。

——陈那论师

171

2018 年 6 月 20 日

若于佛所说，深事以生疑，
可依无相空，而生决定信。

——《四百论》

172

2018 年 6 月 21 日

所取所舍性，及方便决定，
要义无欺故，可比度其余。

——《释量论》

173

2018 年 6 月 22 日

心善地道亦贤善，心恶地道亦恶劣，
一切依赖于自心，故应精勤修善心。

——宗喀巴大师

174

2018 年 6 月 23 日

对上者如帽子般顶戴，对下者如护刃般爱惜，
对中者如耕牛般相处，凡做何事莫太过自我。

——仲敦巴尊者

175

2018 年 6 月 24 日

智者闻逆言，饮之如良药。

——《智慧树》

176

2018年6月25日

愚者生怖畏，智者生欢喜，
中者开智慧，彼语皆利之。

——《一百五十赞》

177

2018年6月26日

如支分积聚，故称之为车，
如是依诸蕴，俗谛名众生。

——佛经

178

2018年6月27日

圣士观察自过失，劣者观察他过失，
孔雀观察自身体，鸱鸮给人起恶兆。

——萨迦班智达

179

2018年6月28日

吾应除他苦，他苦如自苦，
吾当利乐他，有情如吾身。

——寂天菩萨

180

2018年6月29日

众生本来佛，然以客尘遮，除彼乃真佛。

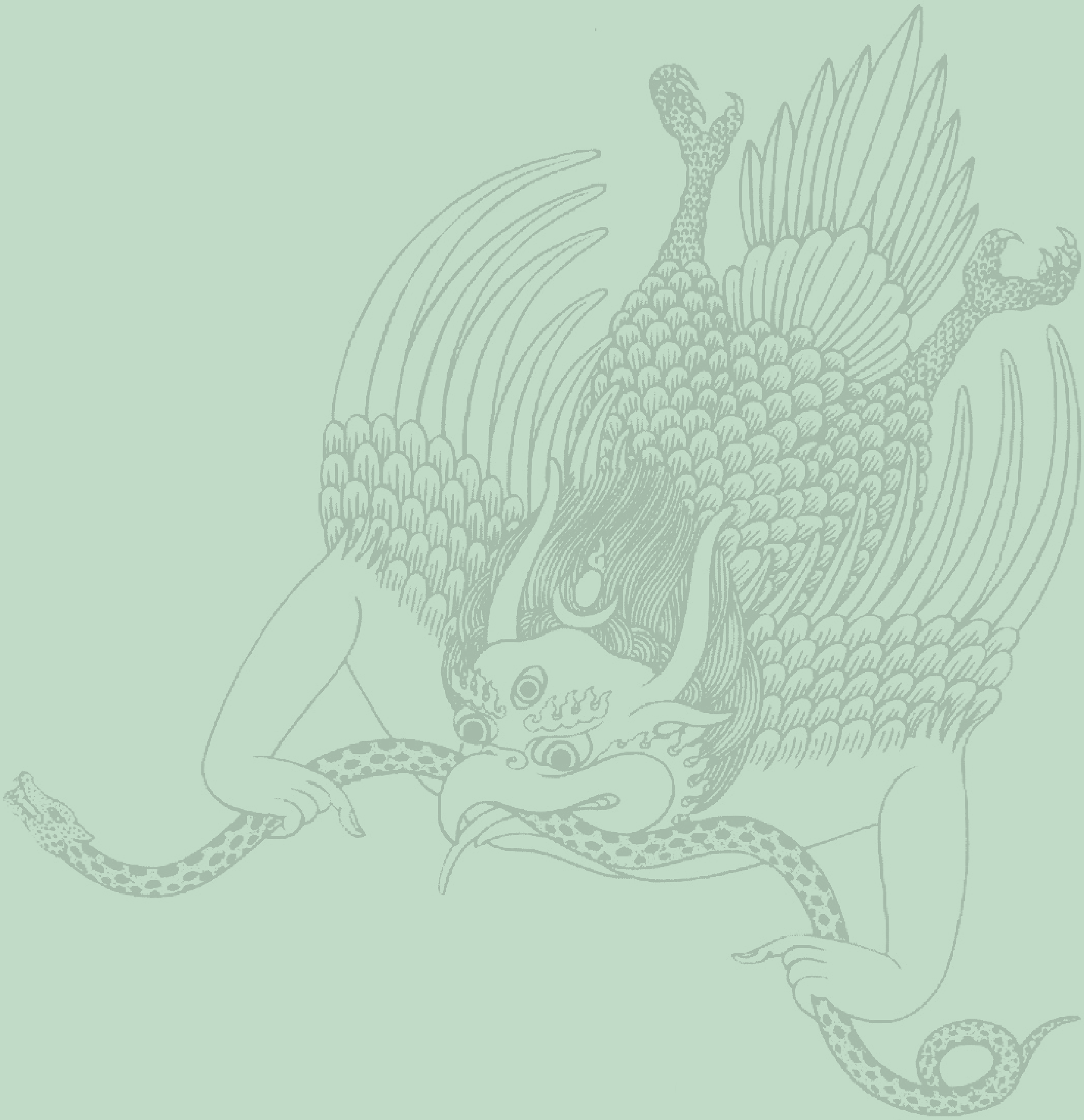
——《喜金刚续》

181

2018年6月30日

犹如空中之鸟迹，极难观见无法言，
如是善逝佛子地，以意心境无法知。

——《华严经》



t

月

182

2018年7月1日

是事虽为难，发愿行慈悲，
渐次具诸地，智者所能及。

——《华严经》

183

2018年7月2日

以此之善根，回向诸众生，
愿积福慧资，终得法色身。

——《六十正理论》

184

2018年7月3日

无精打采不学者，纵过百年无上进，
若欲获得智者位，则当刻苦勤奋学。

——全知麦彭仁波切

185

2018年7月4日

无有根本福德，积财无法除贫，
树干离开湿润，树枝浇水何用？

——贡塘丹毕准美

186

2018年7月5日

今士寡闻智慧浅，偏堕嫉妒慢心高，
是故实难成利他，为自心修善说著。

——全知麦彭仁波切

187

2018年7月6日

犹如明镜中，显现无自性，
影像之呈现，诸法如是知。

——《父子相会经》

188

2018年7月7日

如净虚空月，影现于清池，
非月形入水，诸法亦复然。

——《月灯三昧经》

189

2018年7月8日

金粪等同圣者前，供四洲富有何用？
受持彼心铭刻法，必定满足其意愿。

——全知麦彭仁波切

190

2018年7月9日

菩萨唯持一法，彼即为大悲心。

——佛经

191

2018年7月10日

口诵六字真言，心怀良善之念，
身行礼拜转绕，手转玛尼经轮。

——夏噶措智让珠

192

2018年7月11日

是故以此缘起理，能破一切恶见网。

——月称论师

193

2018年7月12日

若有少立宗，则我有彼过。
我无承认故，我乃唯无过。

——龙猛菩萨

194

2018年7月13日

如身中身根，痴遍一切住，
故一切烦恼，由痴断随断。

——《四百论》

195

2018年7月14日

得胜增长怨，负则益忧苦，
不诤胜负者，其乐最第一。

——《杂宝藏经》

196

2018年7月15日

外现鬼神之扰变，内现身体之病痛，
密现自心之苦乐，皆于无执中安住。

——第一世敦珠法王

197

2018年7月16日

诸位出家者，功德无有量。
精勤持戒者，胜在家菩萨。

——《经庄严论》

198

2018年7月17日

纵诸在家者，指甲上耕田，
我之出家众，生活无贫穷。

——佛经

199

2018年7月18日

慈悲说爱语，坚稳与伸手，
决定解密意，此等具慧相。

——弥勒菩萨

200

2018年7月19日

童年学知识，冬季养奶牛，
春季播种子，此三成熟因。

——龙猛菩萨

201

2018年7月20日

万法若有一成实，诸所知成永不现，
万法无一成实故，无边所知了分明。

——《中观庄严论释》

202

2018年7月21日

三有无常如秋云，众生生死等观戏，
众生寿行如空电，犹崖瀑布速疾行。

——《方广游戏经》

203

2018年7月22日

但愿我在辗转投生的生生世世中，就连其他有情的一根毛孔
也不损害，一心一意利益他们。

——华智仁波切

204

2018年7月23日

口食父肉打其母，怀抱杀己之怨仇，
妻子啃食丈夫骨，轮回之法诚稀有。

——嘎达亚那尊者

205

2018年7月24日

若没有经常皈依祈祷三宝，虽然暂时对佛法有信心，但人们
没有主见，外境善于蛊惑人心，加之分别念很容易被诱惑，
因此很快会退失善心。

——华智仁波切

206

2018年7月25日

如玛拉雅树林中，漂落普通一节木，
枝叶浸润旃檀香，依止何人即随彼。

——智悲光尊者

207

2018年7月26日

纵然学论典，若不行持之，
如手持灯炬，盲人不见路。

——《智慧树》

208

2018年7月27日

正士常人同做事，彼二报恩却不同，
于田撒下同种子，长出庄稼不相同。

——大班智达根噶嘉村

209

2018年7月28日

慧见烦恼诸过患，皆从萨迦耶见生，
由了知我是彼境，故瑜伽师先破我。

——《入中论》

210

2018年7月29日

为断妄分别，说空性甘露，
若人耽执空，汝亦应舍弃。

——圣天论师

211

2018年7月30日

犹如诸士夫，见水或闻水，
不除干渴苦，不修法亦然。

——《华严经》

212

2018年7月31日

危难喜庆时，心散亦应安，
经说行施时，可舍微细戒。

——寂天菩萨

八

月

213

2018年8月1日

以自身为例，切莫害他众，
令众欢喜外，别无余正法。

——佛经

214

2018年8月2日

不懂佛教而弘扬佛法的所谓“持教大德”,当今时代比比皆是，
从根本上毁坏利乐源泉的佛法如意宝，他们是最厉害的。

——华智仁波切

215

2018年8月3日

世间一切现象，你若看懂了，它就是修行的好书，
若看不懂，那只能将千经万论堆满自己书房。

——贡唐仓尊者

216

2018年8月4日

胜者为意苦，劣者从身生，
即由此二苦，日日坏世间。

——《四百论》

217

2018年8月5日

对妙欲心生散乱者，苦行或讽诵等行善皆无果。

——佛经

218

2018年8月6日

细究此世人，谁将辞此世？
孰生孰当生？谁为亲与友？
如我当受持，一切如虚空？

——寂天菩萨

219

2018年8月7日

若于父母金刚师，十地菩萨及佛陀，
积累善或不善业，佛说今生能成熟。

——《乔美山法》

220

2018年8月8日

若以色见我，以音声求我，
是人行邪道，不能见如来。

——《金刚经》

221

2018 年 8 月 9 日

今诩阿底之大象，称动念聚菩提心，
迷茫黑暗之境界，远离自性大圆义。
妙力力现尚不知，菩提心体何需言？

——龙钦巴尊者

222

2018 年 8 月 10 日

显现不缚执著缚，断除执著那若巴。

——帝洛巴尊者

223

2018 年 8 月 11 日

见法如虚空，仍信业果报，
稀奇真稀奇，稀有真稀有。

——圣天论师

224

2018 年 8 月 12 日

宁玛老人言若真，身口意中意为主，
修行正法心为要，其余善行岂有用？

——华智仁波切

225

2018 年 8 月 13 日

何者尽毁一切暗，引众脱离轮回泥，
顶礼如理说法佛。

——《俱舍论》

226

2018 年 8 月 14 日

敬礼于具足，除灭分别网，
甚深广大身，遍放普贤光。

——《释量论》

227

2018 年 8 月 15 日

由于诸人类，多持不善品，
以是诸异生，多堕于恶趣。

——《四百论》

228

2018 年 8 月 16 日

定有则著常，定无则著断。
是故有智者，不应著有无。

——《中论》

229

2018年8月17日

于此无所破，所立亦毫无，
真实见真性，见真性解脱。

——弥勒菩萨

230

2018年8月18日

圣教大宝未普及，虽遍迁灭于是方，
愿由大悲动我意，光显如是利乐藏。

——《菩提道次第广论》

231

2018年8月19日

纵然愚者不随我，我绝不随愚者行，
此乃智者第一誓，纵遇命难也守护。

——根登群佩

232

2018年8月20日

先遮遣非福，中应遣除我，
后遮一切见，知此为智者。

——《四百论》

233

2018年8月21日

若于真如确信定解，心中流露十万法藏。

——佛经

234

2018年8月22日

诸烦恼之根，即是为懈怠，
何人具懈怠，彼无诸善法。

——《正法念处经》

235

2018年8月23日

沙屋倾颓时，愚童哀极泣，
若我伤失誉，岂非似愚童？

——《入行论》

236

2018年8月24日

有时怨敌转为亲，亲爱如是亦为怨，
如是一类为中庸，即诸中庸复为怨。
如是亦复为亲爱，具慧了知终莫贪，
于亲当止爱分别，于心善法安乐住。

——《妙臂请问经》

237

2018年8月25日

不变觉性菩提中，现无断得轮涅相，
无能所取瑜伽士，无而显现奇可笑！

——龙钦巴尊者

238

2018年8月26日

一切诸法如善逝，一切凡愚执相状，行持世间本无法。

——《圣宝篋经》

239

2018年8月27日

来世比今生重要，正法比世法重要，
利他比利己重要，此乃教言铭记心。

——协钦嘉察班玛南嘉

240

2018年8月28日

达索贡玛之白岩，大鸟飞翔翅膀抖，
小鸟飞翔心胆颤，我米拉今此飞翔，
心里无有毫无惧。弟子若赏观此景，
野马母子有何看？

——米拉日巴尊者

241

2018 年 8 月 29 日

不忍微小火星贪爱之身体，何能堪忍燃烧地狱之铁地？

——麦彭仁波切

242

2018 年 8 月 30 日

逸然解脱瑜伽如日出，即是法身显现诶玛吙。

——大瑜伽士德阁班札

243

2018 年 8 月 31 日

山间静修大行者，及作供养之施主，
彼二具有成佛缘，缘起精华即回向。

——米拉日巴尊者

九月

244

2018年9月1日

慧为见不见，一切功德本，
为办此二故，应当摄受慧。

——龙猛菩萨

245

2018年9月2日

且观万法之实相，此等显现纤毫未改真稀有，
无论思维苦或乐，实则无有改变哈哈。

——《宝积续》

246

2018年9月3日

谛听梵天王，祈祷诸佛尊，福德极超胜。

——佛经

247

2018年9月4日

不难方便多，是为利根故，极胜秘密乘。

——《三相灯论》

248

2018年9月5日

证没证悟实相，以远没远离耽著便可知晓。

——大持明者格玛燃匝

249

2018年9月6日

芝麻皮许之执著，亦永唯生痛苦已。

——萨绕哈巴《道情歌集》

250

2018年9月7日

对所有佛教教派，要懂得互不相违；
对所有持教大德，要无偏观清净心。

——法王如意宝

251

2018年9月8日

诸佛不思议，正法不思议，
圣僧不思议，于此生诚信，
果报不思议。

——《无死鼓声陀罗尼经》

252

2018年9月9日

理解如补丁，很快凋落；
觉受如云雾，很快消散；
证悟如山王，恒常不动。

——古大德

253

2018年9月10日

犹如乌云暗夜中，刹那闪电极明亮，
如是因佛威德力，世人暂萌修福意。

——寂天菩萨

254

2018年9月11日

安住无边底，生死大海中，
贪等极暴恶，大鲸嚼其身，
今当归依谁。

——陈那论师

255

2018年9月12日

乃至自己之内心，尚未获得稳固前，
易受外境诱惑故，当喜安住静林间。

——《大圆满心性休息》

256

2018年9月13日

比如聋乐师，能令他众乐，
然自听不见，不修法亦然。

——《华严经》

257

2018年9月14日

河中大海上，具船之舟子，
能度载他众，然自葬其中，
不修法亦然。

——《华严经》

258

2018年9月15日

比如糖甜味，说不能感受，咀嚼可品味。
如是空性味，说不能感受，以修可品味。

——《华严经》

259

2018年9月16日

若佛法衰败，修行人堪怜，
祈请慈悲佛，再三祈祷我。
外守净律仪，内修菩提心，
密获秘成就。

——大堪布静命菩萨

260

2018年9月17日

观察诸蕴皆空性，犹如芭蕉无实质；
具诸殊胜之空性，并非如是之自性。

——《文殊欲见略说经》

261

2018年9月18日

外境悉非有，心变种种相，
似身受用处，故我说唯心。

——《楞伽经》

262

2018 年 9 月 19 日

见心即菩提，心乃五趣众，
苦乐诸法相，除心无少许。

——龙猛菩萨《赞金刚心》

263

2018 年 9 月 20 日

如对蔑戾车，余言不能摄，
世间未通达，不能摄世间。

——圣天论师

264

2018 年 9 月 21 日

后心与余心，结续有何违？

——《释量论》

265

2018 年 9 月 22 日

纵演千百劫，佛智无有边，
如是持正法，彼福亦无量。

——《虚空藏请问经》

266

2018年9月23日

持戒具德静命尊，禁行成就莲花生，
明智自在莲花戒，此为浊世第二佛。

——萨迦班智达

267

2018年9月24日

若住他人处，仰他人鼻息，
如何受轻蔑，不语最适宜。

——怙主龙猛菩萨

268

2018年9月25日

苏醒无明眠，增智故名佛。

——月称论师

269

2018年9月26日

柳树爱上了小鸟，小鸟对柳树倾心。
只要情投意合，鹞鹰也无隙可乘。

——持明仓央嘉措

270

2018年9月27日

寻思论典的黑暗所遮蔽的心眼，当下已经开启。
以此获得之福德，祈愿众生得到现见真如的慧眼。

——月称论师《四百论广释》

271

2018年9月28日

如来出世间，为世除痴冥，
如是世间灯，希有难可见。

——《华严经》

272

2018年9月29日

极其愚痴者，忘失终将死，
欲造种种事，当知魔所惑。

——龙猛阿阇梨

273

2018年9月30日

菩萨由意乐，若善若不善，
一切成妙善，以意自在故。

——《四百论》

十月

274

2018年10月1日

若无灌顶无成就，如同榨沙不出油。
若于未得灌顶者，何人傲慢传续典，
师徒二者命终时，纵得悉地堕地狱。

——《大手印明点》

275

2018年10月2日

于众饶益心，或如草丝柔，
或如火炽盛，或如山傲然，
或如军猛厉。

——龙猛菩萨

276

2018年10月3日

君主虽善眷恶，彼前亦难依止，
毒蛇所缠旃檀，谁会依于其前。

——《水木格言》

277

2018年10月4日

无论享乐受痛苦，智者深思有促进，
纵然百见苦与乐，无心愚者无收益。

——麦彭仁波切

278

2018年10月5日

毒与药之苗芽，结果毫无错乱，
善与不善之业，不会生出他果。

——贡塘丹毕准美尊者

279

2018年10月6日

虽有见他人眼目，若观自己时需镜，
倘若不内观自心，难以现见自过失。

——《君规教言论》

280

2018年10月7日

为于十方际，成办有情利，
吾行愿得如，文殊圆满行。

——寂天菩萨

281

2018年10月8日

洁白的仙鹤啊，请把你的翅膀借给我，
我不会飞到很远的地方，我到理塘转转就回来。

——《仓央嘉措道歌》

282

2018年10月9日

凡愚贪恋色，中者离贪欲，
胜者已了悟，色等性解脱。

——龙猛菩萨

283

2018年10月10日

信心智慧善根皆低劣，无缘趣入正法诸有情，
以我善巧方便事业力，摄受彼等行持诸善法。

——萨迦扎巴嘉村

284

2018年10月11日

如来藏遍诸有情，
于此无有非法器，
此等众生皆成佛。

——《三摩地王经》

285

2018 年 10 月 12 日

非由他说俱生智，何处亦不可获得，
唯有上师方便示，依自福德而了悟。

——《喜金刚》

286

2018 年 10 月 13 日

众生意乐异，所缘本尊异，
心宝解脱外，无修余本尊。

——龙猛菩萨《赞金刚心》

287

2018 年 10 月 14 日

身住大智慧，远离诸分别，
遍诸事物者，住身非身生。

——《喜金刚》

288

2018 年 10 月 15 日

守戒具足闻思慧，极为精勤而修行。

——世亲论师

289

2018 年 10 月 16 日

上师的好坏，由弟子的言行而推知。

——贡智云登加措

290

2018 年 10 月 17 日

傲慢者无满足之时，嫉妒者无欢喜之时，
贪欲者无餍足之时，嗔恨者无和睦之时，
吝啬者无具财之时，愚痴者无成事之时，
心乱者无快乐之时。

——华智仁波切

291

2018 年 10 月 18 日

信心开启诸法之门，亦令自心堪能。

——《方广游戏经》

292

2018 年 10 月 19 日

于上长官数数已交税，交税无止随缘而放弃；
于下仆人数数已赏赐，赏赐无止随缘而放弃；
于中亲友数数已呵护，呵护无止随缘而放弃；
于己怨敌数数已争斗，争斗无止随缘而放弃；
于己良田数数已种植，种植无止抛舍成荒地；
于己屋室数数已居住，居住无止徒步入空山；
于己食物数数已享用，享用无止就此修苦行；
于己衣裳数数已穿着，穿着无止赤身而远去。
当机立断迅速修佛法，当机立断迅速修死道，
我此誓言诸佛请垂念，我此承诺自心为见证。

——《莲苑歌舞》

293

2018 年 10 月 20 日

烦恼弱则痛苦消，烦恼灭则痛苦尽，
若欲断除诸苦根，摧毁惑敌极微妙。

——华智仁波切

294

2018 年 10 月 21 日

若未令师喜，若未获灌顶，
于此听闻等，无果而坏己。

——续部

295

2018 年 10 月 22 日

自为自怙主，余者岂可怙？
自成自怙主，解脱一切苦。

——佛经

296

2018 年 10 月 23 日

天王亦难享，知足闲居欢。

——寂天菩萨

297

2018 年 10 月 24 日

佛说一切财产中，知足乃为最殊胜，
是故应当常知足，知足无财真富翁。

——龙猛菩萨

298

2018 年 10 月 25 日

暂时的出离，是魔王之幻变，难道不知道它毫无意义吗？
偶尔的信心，是心态之变换，难道不知道它并不长久吗？

——《莲苑歌舞》

299

2018 年 10 月 26 日

纵降金钱雨，世人无满足，
财具患无义，智者皆通达。

——佛经

300

2018 年 10 月 27 日

若众多男女，强壮亦殁亡，
何能保此人，尚幼能定活？
一类胎中死，或是临产时，
又有始能爬，亦有能行走，
有老有幼稚，亦有中年人，
渐次当趣没，犹如堕熟果。

——《法集要颂经》

301

2018 年 10 月 28 日

有时观察自现之顺缘，了知自现觉受现助伴；
有时观察有害之逆缘，即是断除迷执大要点。

——全知龙钦巴

302

2018 年 10 月 29 日

加持是由心而产生，要多祈祷上师本尊。

——印度帕丹巴尊者

303

2018 年 10 月 30 日

很多事情并不是不该发生，不是不该病的病了、不该死的死了、不该倒霉的倒霉了，而是该病的病了、该死的死了。生老病死的痛苦，不是不该发生的突然发生了。若不想生老病死，就要根除“生”。要根除“生”，就要断除烦恼。所以，要与烦恼作战。

——博多瓦格西

304

2018 年 10 月 31 日

多数自己享乐者，关心他人极稀少，
犹如入于他心中，明知实情乃智者。

——《君规教言论》

十一月

305

2018 年 11 月 1 日

若行世间法，生天不遥远；
若攀人天梯，解脱近在前。

——龙猛菩萨

306

2018 年 11 月 2 日

对治烦恼敌，救护恶趣众，
救治称论典，余宗无此二。

——世亲论师

307

2018 年 11 月 3 日

伴随长子文殊尊，云游种种诸世界，
必将亲睹极欢喜，以及忧伤之游戏。

——法王如意宝《暗示道歌》

308

2018 年 11 月 4 日

若年轻时打好佛法基础，年迈时修行则很容易。
若懂得一切佛法要义，所作则成为修行正法。

——《经验老人漫谈》

309

2018年11月5日

您之一切事业中，语之事业最殊胜，
语之最即缘起故，智者依此随念佛。

——宗喀巴大师

310

2018年11月6日

年老闻思年轻修行法，难以成办弘法利生事。

——华智仁波切

311

2018年11月7日

讲说之中缘起说，妙慧之中缘起慧，
犹如世间之君王，超胜绝伦唯您知。

——《缘起赞》

312

2018年11月8日

缘起法是佛陀宣说的所有法藏中，最甚深、最珍贵之法。
若见到缘起法，就会以智慧的形相见到佛陀。

——龙猛菩萨

313

2018年11月9日

吾等男女有缘众，身堡聚诸护法神，
语得不变谛实力，心现见法身本面，
与您无别求加持。

——法王晋美彭措

314

2018年11月10日

上日见多人，下日有不见，
下日多见者，上日有不见。

——《法集要颂经》

315

2018年11月11日

佛陀不涅槃，佛法不隐没，
为调无明众，示现生灭相。

——《幻化网续》

316

2018年11月12日

由达诸法空，生悲众生流，
无边巧便行，是胜出离行。

——马鸣菩萨《修世俗菩提心论》

317

2018 年 11 月 13 日

军兵等为同一事，一切人均如作者。

——《俱舍论》

318

2018 年 11 月 14 日

本传上师加持入心间，诸天本尊摄受得悉地，
空行护法如影而随形，成办一切所欲增吉祥。

——古大德

319

2018 年 11 月 15 日

去于何处快乐因，见于何人善知识，
住于何处快乐乡，此乃三宝之加持。

——堪布德巴仁波切

320

2018 年 11 月 16 日

祈祷皈依三宝外碉堡，正知正念谨慎内碉堡，
修持通彻觉性密碉堡，具三碉堡魔众不可害。

——法王晋美彭措

321

2018 年 11 月 17 日

一旦胸怀极宽广，接受好坏诸事时，
方能位列正人中，是故广见极为要。

——全知麦彭仁波切

322

2018 年 11 月 18 日

先前无量人已逝，如今人间多数众，
百年之内定死亡，未来一切亦复然。

——《大圆满心性休息》

323

2018 年 11 月 19 日

为示讲法时，击鼓敲犍椎，
闻声获解脱，何况去听闻？

——《犍椎经》

324

2018 年 11 月 20 日

何人敬三门，顶礼如来身，
福德若有形，世间不可容。

——《幻化网续》

325

2018 年 11 月 21 日

前后藏之四翼地，舍了义寻不了义，请寻了义惹琼巴；
多康六冈之地域，不喜智者喜愚者，请依智者惹琼巴。

——米拉日巴赐予惹琼巴的遗言

326

2018 年 11 月 22 日

若人山顶坠落，不欲亦会下堕，
恩师赐予传承，不欲亦得解脱。

——龙猛菩萨

327

2018 年 11 月 23 日

现在须畏死，如此临终则无惧。
我等与此相反，现在无畏死，至临终时，用手抓胸。

——噶玛瓦尊者

328

2018 年 11 月 24 日

具有坚信得加持，若离疑心成所愿。

——邬金莲师

329

2018 年 11 月 25 日

水滴落入大海中，海未干涸其不尽，
回向菩提善亦然，未获菩提其不尽。

——《慧海请问经》

330

2018 年 11 月 26 日

无信如朝北山洞，大悲日光无法入。

——莲花生大士

331

2018 年 11 月 27 日

若不信之人，不生诸白法，
犹如烧种子，不生根芽等。

——《大宝积经》

332

2018 年 11 月 28 日

遇到几位具有法相和传承证悟的上师后，若能对其以一心一意、身心交付的心来祈祷，以此信心、恭敬的因缘，上师的证悟会融入弟子相续，令其证悟无言自性大圆满的实相。

——全知智悲光尊者

333

2018 年 11 月 29 日

不祈祷上师者，欲得无分别智，
如朝北洞待日，彼难与师相应。

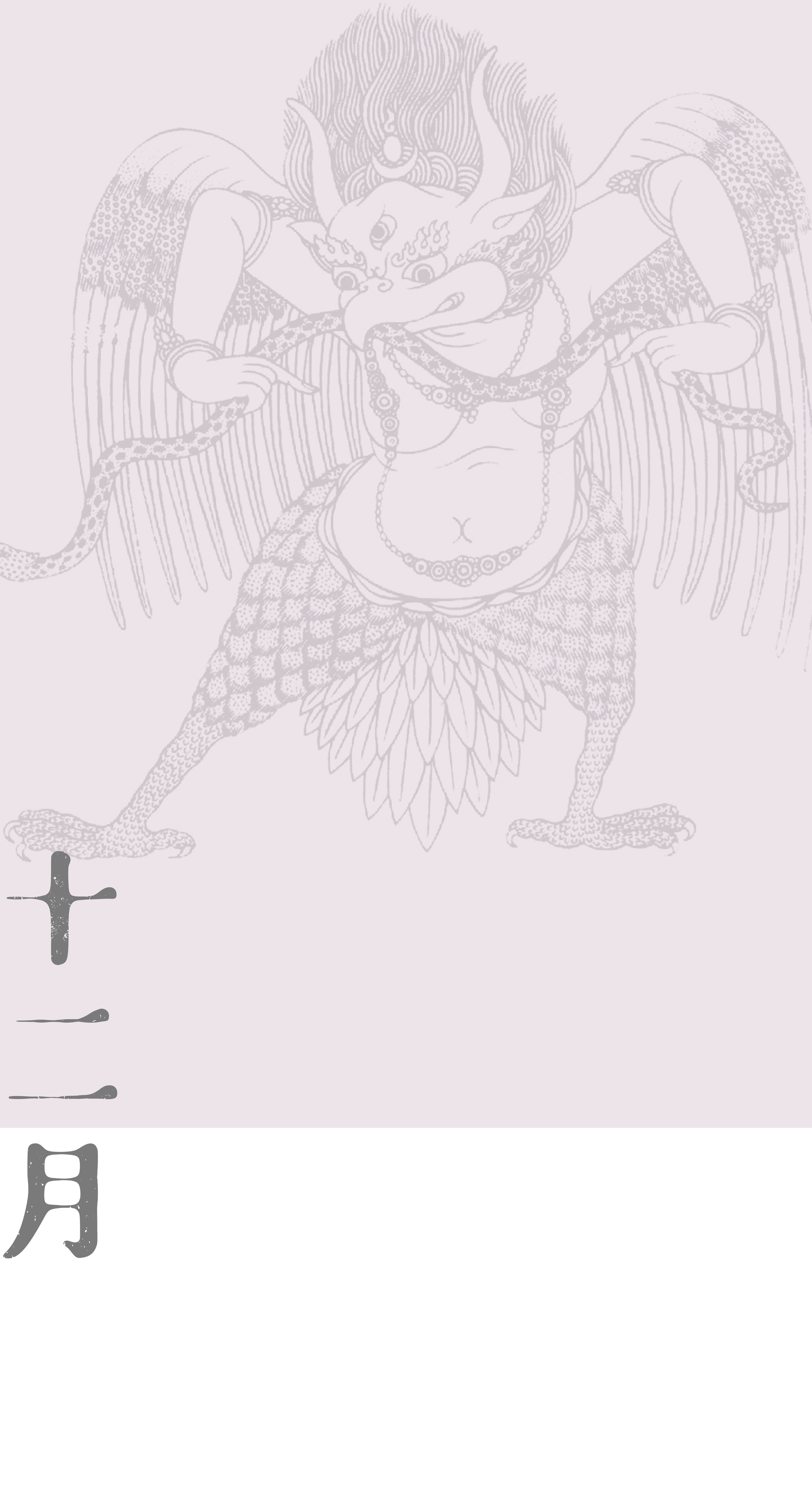
——米拉日巴尊者

334

2018 年 11 月 30 日

日日杀梵志，及造五无间，
若遇此教言，无疑得解脱。

——金刚持如来



335

2018 年 12 月 1 日

皆不分别无所思，莫改自性悠然住，
无改无生珍宝藏，三世诸佛之遗迹。

——《无生宝藏》

336

2018 年 12 月 2 日

若实无实法，悉不住心前，
彼时无余相，无缘最寂灭。

——《入行论》

337

2018 年 12 月 3 日

为得善趣戒重要，为离烦恼修重要。

——世亲论师

338

2018 年 12 月 4 日

吾初畏死赴山中，数数观修死无定，
已获无死本坚地，此时远离死畏惧。

——米拉日巴尊者

339

2018年12月5日

由善业中生诸乐，见多无边佛刹土，
不善业中生痛苦，感受炽燃恶趣处。

——《大宝积经》

340

2018年12月6日

造作积业永不无，轮回成熟黑白果。

——《三摩地王经》

341

2018年12月7日

三界诸快乐，皆由三宝生，
若欲快乐者，恒时供三宝。

——《地藏十轮经》

342

2018年12月8日

明日与后世，不知何先至，
不为明日勤，精进于后世。

——佛经

343

2018 年 12 月 9 日

有情谁人皈依佛，俱胝魔众不能害，
纵破戒律心散乱，彼亦定能趋涅槃。

——《日藏经》

344

2018 年 12 月 10 日

心、意、识皆远离，等持之处亦不舍，
此乃一切如来不可思议之密意。

——《大宝积经》

345

2018 年 12 月 11 日

若众生闻此《庄严宝王经》，则能于西方极乐世界中
莲花化生，在如来正等觉阿弥陀佛前听闻正法。

——《大乘庄严宝王经》

346

2018 年 12 月 12 日

远离大悲入空性，依彼不得殊胜道，
倘若唯一修大悲，住此轮回不解脱。

——吉祥萨绕哈巴

347

2018 年 12 月 13 日

何人俱胝恒河沙劫，修持不定诸禅定，
不如受一偈传承，彼之功德更超胜。

——佛经

348

2018 年 12 月 14 日

何行皆莫起邪见，印度多数自在者，
现贱屠夫恶人相，乃至极其低劣身。

——《功德藏》

349

2018 年 12 月 15 日

如不净堆之上师，所化蛆眷多亦弃，
引信士入歧恶道，欲解脱者永莫依。

——《大圆满心性休息》

350

2018 年 12 月 16 日

十方诸佛与菩萨，亲住于我前虚空，
此外宣说解脱道，我心无动诸朋友。

——任达瓦大师

351

2018 年 12 月 17 日

彼至佛法末期时，禅定为贪嗔所扰，欲妙财魔频招手。

——《噶单父法录》

352

2018 年 12 月 18 日

如来之名号，世间极罕见，
人身极难得，出家亦为难，
如是出家众，净戒更为难。

——《别解脱经》

353

2018 年 12 月 19 日

无有此彼指定处，汝等何为我居何？
遗迹今无此何为？哈哈稀有真可笑！

——全知龙钦巴

354

2018年12月20日

我所作游戏，凡愚真疲惫。

——大成就者萨绕哈巴

355

2018年12月21日

有者戒律为快乐，有者戒律痛苦因，
具足戒律胜安乐，毁坏戒律乃痛苦。

——《教诫比丘经》

356

2018年12月22日

呜呼诸法皆无常，生而毁灭之自性，
生之当下即为灭，是故寂灭得安乐。

——《无常经》

357

2018年12月23日

此戒律乃胜安乐，此戒律乃解脱道，
此戒律乃功德田，此戒律乃成佛因，
此戒律乃最殊胜，故当护持如眼目，
纵遇命难不舍戒，若舍则为极愚痴。

——《教诫比丘经》

358

2018 年 12 月 24 日

奇哉未择似欢喜，此种显现无实质，
然而显现似存在，此法甚深劣难见。

——《修行利刃轮》

359

2018 年 12 月 25 日

故于诸空法，何有得与失？
谁人恭敬我？谁复轻蔑我？
苦乐由何生？何足忧与喜？

——寂天菩萨

360

2018 年 12 月 26 日

若我有少宗，则我有彼过，
我无立宗故，唯我为无过。

——《回诤论》

361

2018 年 12 月 27 日

心生分别之时直视要，已得定解之时安住要，
修行安住无修是为要，修习无散即是吾忠告。

——全知龙钦绕降

362

2018 年 12 月 28 日

愿我生生世世中，上师本尊予摄受，
自在如海三学德，弘法利生任运成。

——法王晋美彭措

363

2018 年 12 月 29 日

深寂离戏光明无为法，犹如甘露此法我已得，
纵为谁说亦不能了知，是故默然安住于林间。

——《广大游舞经》

364

2018 年 12 月 30 日

思维所思皆远离，无思安住如婴孩。
专心精勤师教言，无疑生起俱生智。

——大成就者萨绕哈

365

2018 年 12 月 31 日

此善愿诸众，积累福慧资，
福慧资所生，获得二身果。

——《六十正理论》

跋

在这一年当中，我每天都发一条佛典偈颂，并翻译成汉文提供给大家，从未间断。不知道你看了吗？

索达吉

2018 年 12 月 31 日

封面美术 汪帝豪

本作品仅作非商业用途。
不得为商业利益或个人金钱报酬之目的而使用或翻印本作品。