

大悲心能量



成佛大作戰：小修行者的菩提心養成指南

從「心態整平」到「跳坑救人」的心智升級攻略

開始修心任務

為什麼我們的「好心」總是有極限？ 凡夫的預設心理狀態：嚴重的「分黨」偏見

凡夫偏見診斷雷達圖



Little Practitioner:
System Glitch Detected



系統提示：如果內心存在這種「分黨」設定，
你的慈悲心將永遠是「VIP限定」的狹隘同情。

基礎工程：剷平內心的「親疏敵我」地雷 修習「捨心」是引發廣大慈悲的絕對依據

✓ 遮止分黨 ✓
100%



核心法則：「於諸有情令心平等」。如果不先解除分類設定，對於非親非故的「無黨類」「無黨類」有情，大腦將永遠無法生起一絲慈悲。平息貪瞋是第一道通關密碼。

套用最強濾鏡：「所有人都是我的獨生子」
生起悲心的前提，是看見對方的「悅意可愛」



必須將所有人的形象轉化為「極親愛」的悅意相，才能徹底消除冷漠。

記憶喚醒術：找回無始劫來的親情連結 獲取「悅意慈」濾鏡的三階段心智轉化流程

步驟一：知母

無限輪迴中，每個眾生
都曾當過我的母親。

步驟二：念恩

憶念她們無私照料、
餵食與保護的辛勞。

步驟三：報恩

湧現強烈想要回報無
盡恩情的熱血動能。

成功解鎖：
【悅意慈】狀態



愛與悲的雙核共鳴：拔苦與樂

建立在「悅意相」之上的兩股強大動能

拔苦悲



圖示：藍色護盾

見其受苦，強烈不忍，
願其遠離痛苦。



與樂慈



圖示：溫暖陽光

基於親愛，強烈期盼，
願其獲得安樂。



如果沒有前面的「捨心」與「悅意相」，這兩顆核心將會因為「黨類分別」而挑對象發光，變得極不穩定。

系統警告：光有「同情心」是不夠的！

岸邊的旁觀者：聲聞與獨覺的極限



希望大家都能
離苦得樂...

- 慈悲無量：具備美好的祝願
- 實際行動力：缺乏親自下場的決心

這種心態很美好，但「聲聞」和「獨覺」也具備這種「願望」。僅僅想著有情如何得樂離苦，只是一種同情，缺乏親自跳下去救援的強勝心力！

湧現強烈想要回報無盡恩情的熱血動能。

真：
狀態

覺醒時刻：從「祝你幸福」到「包在我身上」 菩薩獨有的強勝心力：增上意樂



✘ 非僅思惟

拒絕只停留在「希望眾生得救」的祈禱與旁觀。

✓ 自荷重擔

生起「自至誠荷負一切有情與樂拔苦之重擔」的絕對決心。親自扛起責任！

這是大乘菩薩與一般修行者在心智架構上最核心的差異。

行動力大對決：誰會跳入糞坑？

海慧問經的終極隱喻：生死不淨坑中的獨子

聲聞/獨覺

菩薩/增上意樂



同情，但無力承擔。
(號哭憂嘆，不敢跳下)



極度愛顧，親自跳坑！
(全無嘔吐，奮不顧身)



三界生死不淨坑



想救所有人，但我現在只是個「菜鳥」？

認清現實的殘酷與阿羅漢能力的局限



能力盤點矩陣

現狀能力

連圓滿利益「一個有情」的能力都不具備。

二乘羅漢

只能救「少數人」，且僅能給予「解脫」（脫離危險），無法引導至最完美的境界（一切種智）。

眾生需求

無邊有情需要的是「現前」（眼前的安樂）與「究竟」（最終成佛）的雙重利益。

➡ **結論：這是一個龐大的供需缺口。只有誰能滿足這個需求？** ⬅

終極決心：「為了拯救大家，我必須成為最強！」

從增上意樂到「菩提心」的誕生



菩提心推導邏輯



菩提心不是為己求榮耀的野心，而是被「救人需求」逼出來的最高級別責任感。

沒有它就無法破關：「大悲心」的超級引擎

貫穿成佛始終的根本動力（月稱論師之喻）

植物生長三階段圖

初如種子（發心之因）



引發菩提心的起點，
看見眾生受苦的不忍。

中如雨澤（修行推力）



提供源源不絕的推力，讓菩薩忍受
萬苦不放棄，生起跳坑的增上意樂。

後如成熟（佛果受用）



成佛後不躲回舒適圈，
持續長出果實利益眾生。

「一切佛法根本唯是大悲...如命根若在，餘根亦在。」



滿級後的選擇：不退休的超級英雄

小乘寂滅涅槃 vs. 大乘無住大涅槃

涅槃路徑對比矩陣

小乘涅槃



獲得解脫 ➡ 住於「寂滅」。
任務完成，進入永恆休息。

無住大涅槃



圓滿佛果 ➡ 受大悲心牽引 ➡ 「盡虛空際安住世間」。
永遠不退休，持續活躍救人。

諸佛獲得果位時，因為大悲心的威力，絕不會如小乘般住於寂靜，而是永無止盡地利益眾生。



小修行者的菩提樹：七因果修習全圖解

嚴密且極具科學性的心智升級系統

菩提樹結構全景圖



準備好開始你的修心任務了嗎？

一切偉大的覺醒，都從日常的「平息偏見」開始

遊戲通關秘訣：

1. 菩提心不是遙遠的神話，而是一套嚴密的心智邏輯。
2. 沒有平等的「捨心」，所有的慈悲都會淪為偏見。



打怪升級的第一步，
今天就先從整平我們
對身邊『討厭的人』
與『無感路人』的偏
偏見開始吧！

[PRESS START TO BEGIN EQUANIMITY TRAINING]