

## 明心寶典

有個中年男子來到佛寺，向觀音菩薩祈求：「菩薩，我結過三次婚，又離了三次婚，每任妻子都怪我不了解她。您能不能讓我明白：女人不講話時，心裡究竟在想些什麼？當她們說『不要』的時候，其實，內心真正想要的是什麼？」

您是否也有相同的困擾？搞不懂身邊人的心，也搞不懂自己的心。這顆心千變萬化，如何搞懂它呢？

在佛法裡，有一部論對人類心理現象的剖析很細膩，能幫助我們覺察身心狀況，覺知明了心念的動向，幫助我們破除執著，轉化煩惱，擁有平穩、自在的身心，進而擁有快樂和諧的人際關係與安樂的生活。

這部論，就叫《大乘百法明門論》，又被稱為「佛教心理學入門書」。

在唯識的典籍中，《大乘百法明門論》常被視為唯識的入門書，能建立初學者對唯識基本的認識。



