84

**入行論 -- 安忍品 -- 第84天**

入行論繼續安忍品的內容。先講的是於苦先修安忍的心，然後就是於心生定，把心融入到法和定當中，後面就是持續的這種修行。

或因己不瞋，以刺自戮傷，或為得婦心，憂傷復絕食，

這裡意思是說，很多這種憤怒者就是身不由己，好多被情緒擺佈的人本身都是身不由己，所以種種身不由己的狀況出現的時候，這是很常見的，有些人被心智被一些習性所染，就是前一段時間聽說有一個孩子看一個遊戲裡面，跳樓以後不死的那種的一些遊戲，然後真正從高樓上面跳下去，就類似的，人的心智本身是如此，會受各種各樣的一些影響。

然後在這裡面，其實講到，有時候會有人不小心，純粹不是故意的，但是不小心在勞動當中、或是切菜、或是做家務種種的時候受傷，會有這些尖的、這些刺啊、刀啊這些戳傷自己，有些時候這種就是在不小心傷到這，就是沒有什麼特別，就是大部份人會修安忍嗎？沒有什麼特別的對境，頂多是埋怨自己。

另外一些時候。是為了追求女色，或是女的追求男色這些，然後還有就是其他的一些自己心理的這種失誤，這些，如果這個得不到，被其他人得到，種種這樣的時候，或是得到以後又分開，或是失去這些情況發生的時候很憂傷，或者有時候甚至就是茶不思飯不想這樣，有這種痛苦，然後乃至於發展到比較嚴重的時候，就是我們講的

縱崖或自縊，吞服毒害食，妄以自虐行，於己作損傷。

所以就是有一些，由於種種的這些壓力，一些想不通的事情，把這些事情當作太真實，對生命，對其他、對自己是不是有益或者是有害，這些都顧不上考慮，然後就去自殺啊，這種事情是有些懸崖、上吊、然後有些呢就是縱身跳下懸崖，有些有其他的方式，就是自殺，包括服毒。有些自虐的方式，不是沒有嗎，就是壓力大的人和其他的有些亂吃食物、購買東西，狂購物的這樣的一種方式，有些就是吃一些有毒的，長期對身體和神經有傷害的，包括就是狂賭啊，吸毒啊，或是有很多心事比較重的時候就吸煙啊、喝酒啊，乃至於踱步啊，就是整夜整夜也睡不著，或者是使勁吃食物這些情況。就是以種種的自虐的一些方式來做傷害，就是傷害自己的身體，有些就是用刀割的也有，用戳的也有，使勁上面畫不同的圖案作為發洩，某一些或者是東西，這種的也有，當然，這些有一些是興趣愛好，有一些就是心中有種種的，就是身上畫某些他相信的鬼魂，有一些畫某一種的戰爭啊、鬥爭啊那些神啊，有這類的一些作法。

所以，從這些上面可以看，從心念帶來的這種就是直觀的肉體上面，心念帶來的，當然言語上面也是如此，有些人自言自語啊，這些在很多城市裡面可以看到，都也見過這樣，就是有些人上下班的時候就是，這個在大城市可能都比較普遍，就是自己傻笑啊、開始自說自話啊、有些一直摳指甲、有些一直咬指尖，這些狀況有些指尖爛了一層又一層，這樣的人也見過，所以後面講到說

自惜性命者，因惑尚自盡，況於他人身，絲毫不傷損。

它是一個問的，就是說，心念這一些錯誤的投射，一般人來講，百般呵護的身體、生命都不珍惜，都會因為這種煩惱，把這種愛轉成恨，然後安樂的心轉化成這種恐懼和不安，然後遭遇到如此根本性的傷害，不懂得護自己的命、護自己的身，煩惱的這種力量如此的強大，這樣的一個狀況，被煩惱駕馭的心你覺得會不害其他的人嗎？不傷害其他的人嗎？其他人的身體? 那當然會傷害。

所以不要輕視某一種煩惱的力量，煩惱起來的時候，錯誤投射，然後使之瘋狂，整個輪迴本身是一種煩惱的這種投射，所以在這裡面也有善念為重的智慧，為究竟成就之前，還在輪迴道當中這種情況，但是這也有比較負面的，毒性，就是破壞性比較強的投射，下三道這種，會越深，越重。越深，所以對於有這些情緒和各種問題，就是

故於害我者，心應懷慈愍，慈悲縱不起，生瞋亦非當。

所以對於其他的人，以後從此知道了，有人跟你挑戰，就是挑釁戲弄，有些人就是競爭、嫉妒、毀謗這樣的時候呢，對於害我的人，內心應該懷仁慈之心，就是佛菩薩講的，敵視自己的人是我獨自一樣，去憐憫，所以即使生不起這種慈悲心，作為凡夫還是會有這種以牙還牙啊、以眼還眼的心，但是對於作為修道的人，即使不生這種大悲心的話，也不要產生凡夫式的這種以牙還牙、以眼還眼的這種心，瞋恨的心，瞋恨本身並不能終結瞋恨，而是會進一步結這種瞋恨的因緣。

我們對別人可以理解，至少。人有多種多樣，乃至於非理性的程度都可以下地獄，這些呢，不要跟著下去，對其他造業的人有一種悲憫心，現在有一些可能不可一世，你覺得他太過分了、太誇張了、太驕慢和不可一世種種的作法，不論是有錢人，不論是脾氣大的人，英雄主義的人，或者是有權利的人，或者是種種，他們其實也很可憐，這些不久於世的每一個人來講，未來的前程就是在自己的，在即刻短暫的一生當中，可能會嚴重的墮落，所以心裡就是這樣去想，然後稍稍安住一下，

11：10。。11：33

從個人的經驗，從近處開始修，慢慢慢慢就是，乃至於提到世界上各種痛苦甚至憤怒，到在自己的身體上放炸藥，再來炸人那種狀況，這些也是一種無明加上夙怨、瞋恨這些。

12：01。。13：35

修行當中不要害怕對別人示弱，但是對自己的煩惱不要示弱就可以。

不然有些時候顛倒就，那怕是一個蟲子、雞啊、狗啊，都是這樣子，對同類這一類的就強硬、爭一口氣啊，那種不甘心啊種種，那這樣以後糾結不斷，或不能調伏自己的心。

對眾生要仁慈要柔和，然後對於煩惱本身不要妥協，這樣子就好。

不然平時如果向煩惱妥協，對眾生強硬的話，或者一直都有一種習氣，就是說我最厲害、我最棒，一直有這種觀念的話，這些說明心沒有柔和。

所以，有些人認為，你需要認可，社會的認可，他人的認可，自己的認可，所以暗讚自己，希望聽到他其人的稱讚，這些就是沒有太瞭解這種現象，本質如幻以及調伏心這種，怎麼講，就是說，沒有瞭解我們本質上面的這種佛性、如來藏，這些才是真正真正每一個人能夠成就圓滿的基礎，所以其他的世上的這種名譽啊、讚嘆啊，功名祿利種種的，其實都是非常微不足道。所以，從這上面就去學習，怎麼去出離這種。

16：10。。22：05

所以慢慢慢慢的，修安忍的這個工夫，就是說曾經自己，哪一些場景、哪一些事故、哪一些觀念會引起你極大的不安，比如說有些人就是有種姓概念的人，如果一個人種姓上面，這個人種姓低的話他就非常受不了；有些人可能就是說，某些人說你弱的時候，你可能受不了；至於，有些人說你這個人沒有學問還是怎麼樣，有些人就非常的痛苦，不喜歡；有些人可能是害怕貧窮，說貧窮的時候就受不了；有些人長相上面如果有人說你怎麼怎麼樣，又會非常非常受不了。所以那怕是點點滴滴這樣，如果做一些類比，做一些這樣子。

後來，自己觀察自己，說那一些，有些是各別的語言文化習慣，其實沒有哪一個是這個內容，而是大家拒絕的習慣，就變成這樣子。所以，慢慢習慣於接受這些，把心放得更寬，原來某一些句子上面，每次都在那個上面很痛苦或是摔跤這樣，慢慢慢慢的就放下，放開。然後某人在說這些話，並沒有引起你的這種憤怒的心。有些人說你不是，否定，這個樣子的時候沒有引起這種對別人瞋恨的心，而是願意用開放的心去傾聽，如果有些人像這裡面講的一樣，痛苦發生的時候，你所求不得的時候，阻止所欲的時候，種種於這樣習慣於順其自然，順著因緣走而不要去勉強，那這樣子的話，種種的這種情緒所左右的，因此而甚至出亂子的這種機會就少。

所以我們今天晚上，如果諸位昨天剛好時間上我沒太留意，外出，有幾位居士給我發信息打電話，這時候我已經在外面，但是同樣的時間，今天晚上九點，如果你們有空的話，有一個淨宗學會，他們拍的一個電影，我可以通過 ZOOM 給大家放一下，但是先生習性比較惡，但是太太始終修安忍，這麼一個故事。所以如果諸位有時間的話，大概一個小時二十分鐘左右，你們是中午嗎？這邊是晚上，就是你們中午的十二點鐘我們就放，如果有時間的話可以聽一下看一下，我們今天最後唸誦一下菩薩戒軌，祈請十方一切諸有壞，。。。。。。。。。。。

28：21

你們要這樣想，就是未生的惡不要讓它生起，已生的惡要讓它斷除，要讓相反的這種善念不斷的增長，就是已生的、未生的惡不要讓他生，已生的消減，斷滅，斬斷的這種意思，所以功德增長的這種相反的這種功德增長的方式來發這樣的願。。。。。時間正好差不多，吉祥如意，札西德勒！