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，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，

祈请十方一切出有坏正等觉 及十地菩萨摩诃萨众 及诸位大金刚持上师垂念我

乃至菩提果

皈依诸如来

  正法菩萨众

如是亦皈依  (三遍)

   如昔诸善逝， 先发菩提心 ，

 复此循序住 ，菩萨诸学处，

  如是为利生 ，我发菩提心  ，

复于诸学处， 次第勤修学  (三遍)

今生吾获福 善得此人身  复生佛家族 今成如来子  尔后吾当为 宜乎佛族业  慎莫染污此 无垢尊贵种  犹如目盲人 废聚获至宝  生此菩提心 如是我何幸  今于怙主前 筵众为上宾  宴飨成佛乐 普愿皆欢喜

   菩提心妙宝 未生者当生  已生勿退失 辗转益增长  愿不舍觉心 委身菩提行  诸佛恒提携 断尽诸魔业  愿菩萨如意 成办众生利  愿有情悉得 怙主慈护念  愿众生得乐 诸恶趣永尽  愿登地菩萨 彼愿皆成就

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。。。吉祥如意，札西德勒！