85

安忍品 85 央瑞上師

設若害他人，乃愚自本性，嗔彼則非理，如嗔燒性火。

這裡就是說產生這些傷害的行為，傷害他人，這個本身是愚痴的本性，就是如此。 所以，因為愚痴無明，然後產生執著實有、執著自我種種的實有的執著，因此呢就陷在裡面，最簡單直接的例子就是夢境一樣。

因為沒有了解到自己做夢，所以對夢中顯現的一切都當作真實， 然後開始一場夢的遊戲。 最後就是夢裡面所有場景的故事，不論多荒唐， 並為執著實有的心以及迷失在其中以後，就沒有能力避免傷害，沒有能力變成出離於加害的行為。

有時候我們在夢裡做的是負面的角色，有時是受害的角色，有時候因為某種理由害怕以後也在傷害其他眾生。 類似的，既然傷害的行為、傷害他人是因為無明的原因，那我們嗔恨這些傷害我們的人， 因為他們是受了無明的驅使， 沒有什麼道理，一般來講就是正量(意思是他有沒有理，這裡是非理，非量)。這是什麼原因呢？像火燒到你的時候， 你不能怪火是燙的。 火燙的燒熱的本性和火是一回事，所以你應該遠離火，如果即使讓火燒在你身上，手放在火裡面，又怪火的這種燙傷的力量，使你的手燒焦， 那這樣的時候其實沒有任何道理。

所以，類似的，人會起煩惱可以理解，因為受無明的掌控。所以，如果真正要生氣的話， 要找原因的，就找眾生無明的這種原因， 而不能說個別眾生。相對的世界上你找目前這種理由，但根本上是這個問題，道理在這個點上。 所以說，人會自殺， 做傷害別人的事， 也是因為無明，所以不能假設他沒有無明，沒有傷害的行為。 所以這都是个無明的產物。

若過是偶發，有情性仁賢，則嗔亦非理，如嗔煙蔽空

既然我們說無明是一種暫時的遮障， 究竟來說一切眾生皆具佛性，眾生會成就佛果，因為每一個眾生都有這種潛在的能力。所以說，生氣煩惱這些過錯是暫時的。有情眾生的本性就是人之初性本善，人之本性善慧，所以，嗔恨這些眾生也不可理喻。 就像一個健康的人生病的狀態一樣，不能嗔恨生病的人，而是要幫助他解決病患。對於做夢的人，夢裡受苦的話， 方法就是要讓做夢的人醒過來，而不是怪罪他為什麼做惡夢。 所以，這裡就像天空當中，偶起煙雲成霧起的遮障，不能怪天空為什麼有煙霧。 煙雲是暫時的， 會離開的。所以，出現的時候如果有天氣不好，我們其實不會那麼生氣，其實。 類似的，有人暫時不開心，我們不用那麼敵視人。

棍杖所傷人，不應嗔使者，彼復嗔使故，理應憎其嗔。

這是很有名的一個句子。

說一個人用棍杖，受害的人傷害是由別人用棍子或工具打的。但是，我們不應該生這個工具的氣。我們一般人，動物也一樣，有時後，打用棍子，用棍子打狗的話， 狗有時候會咬這個棍子。有時候它很聰明， 它會覺得背後其實是人在做。 它會直接去咬人， 不咬棍子。 所以，以前有個著名的例子，就是說人扔石頭，有些狗不追的， 但有些狗是追著石頭跑的。然後，獅子很聰明，它看到扔石頭的人， 而不會管石頭去哪裡，所以，它會襲擊這個人。

所以，更聰明徹底的，從本質來講， 這個扔石頭的人是被情緒所困的。 尤其對人的傷害，他是被他的無明的情緒暫時的遮蔽，被煩惱的心所指使、驅使。所以說，我們看到嗔恨的人的時候，其實並沒有嗔恨這個人，說把這個人從肉體上把他的名字形象都轉為負面化。而是看到的是他自己也是身不由己，這個人也是以某些妄念做錯誤投射而受到傷害的人，自己和他人今生和來世處當中可能處於這種不幸的狀態。 所以說， 我們不應該嗔恨棍子和人的關係一樣， 人和情緒的關係也是以此類推。所以對他們不應該產生嗔恨心， 應該產生慈悲心。

我昔於有情，曾作如是害，既曾傷有情，理應受此損。

敵器於我身，二皆致苦因，雙出器與身，於誰該當嗔。

所以，從因緣果報的角度來講， 我們也不應該去嗔恨其他的眾生。

因為，每個人流轉輪迴的眾生都受到五毒三毒的束縛，曾經自己也傷害過其他的眾生，自己也有基本的貪瞋癡的這些驕慢嫉妒，慾望、懷疑種種一些情緒。只是在不同的世間，不同的道，不同的轉世，或者是流轉期間有所不同，。在這一生當中，前、中、後的某些階段的這種情緒也不同，哪怕一年當中，可能在某些修行和不修行階段，順境、逆境當中也有差別。 一整天的時間裡也一樣，遇到的人和事，因此起各種情緒的變化。

所以說，曾經可能傷害過的眾生， 他如果沒有被懺悔懺盡，還會有業和因果的鎖鏈影響。所以，把別人對你不好的那些，一想這個人，他如果是當下造業的話，所作所為並不能代表這個人。 這個人是好是不好，是行善業是行惡業， 憤怒負面狀，他也是受無明指使的加害於即將未來受苦的人。 自己受苦的時候， 從另外一個角度來講，即便有這些原因，但是，另外一個原因就像看到因緣果報真實不虛。曾經可能自己做過種種不善的行為，然後這些不善的行為做了都已經忘了， 但是，這些場景、這些習氣還在，孽緣的糾結還在，宿怨，這樣再一次以不同的面目，相似的業報產生，果報顯現的時候， 我們並不認得當初是什麼原因造下的。 所以，在這個時候知道， 像看佛經中講的很多公案、故事，以及本身它這個道理在裡面。甚至在短暫當中，日有所思，夜有所夢一樣。 過去有所做，當然自己有所受，以這種的方式來開解自己的心，了解。。。，而調伏自己的心， 不再造作新的業障。

接下來15分鐘，在菩提心的教法上，尤其對治起嗔恨道理上面做思維和安住。

13.22

做思維的時候， 可以這樣想： 是不是這個道理? 自己去做分析，然後，你覺得覺得道理是的話， 就生起一種信心；如果你覺得有所懷疑、有所不是的話，是不是有哪些方面有不認同的一些看法， 可以在這上面做進一步的分析。

調伏嗔恨的心是不是有更好、更多的方法。 除此之外，如果以隱逆的方式來做，人有時候心就是這樣子，如果有引導式的開示， 總會有負面、反面的想法，那有的時候那你就反問，自己的方法是不是更好， 是不是更接近真實。 如果不是的話， 返回來融入到主流的聖者修行的智慧道上。所以，人對自己親自分析檢視，這個上面很重要。 佛陀講：“比丘與智者，當善觀我語，如煉截磨金，信受非唯敬。” 經過一定的觀察分析以後，然後心比較踏實， 做出的行為也比較穩重。

安住。。。

20：19

如果說我們從無明的角度， 看一個人， 看一個生氣傷害你的對境是從愚痴的角度來講，可以理解愚痴而產生其他的煩惱，從這個角度去看。 就像小孩子做幼稚的事情， 父母不會怪罪，哪怕他們做很多無理的要求。 該睡的時候不睡覺，地上打滾，因為小孩子無知， 父母多數都比較寬容耐心。 類似的，因心智不成熟而導致的狀況。

如果是從智的角度，從人性的根本智的角度來講，也是一時半會的這種聰明一時、糊塗也一時，可能，有偶爾一些糊塗的時候，本質他是一個很好的人，但是也有時候發脾氣， 從這個角度可以理解是一個暫時的遮障。

從智和愚的兩種角度來講， 可以理解暫時嗔恨的時候， 應該有個你看，回應的、理解的方式。 然後，就是能夠彼此之間， 從人和人的行為以及人的情緒三個層次去看所有背後的層層原因。 行為和人分開，人和他的煩惱有所區分。 這樣子，我們不會把所有的行為，因為不喜歡他的行為、不喜歡他的某些想法、做法，然後就會傷害這個人， 這種是很常見的。

歷史上，一般世俗當中， 你不喜歡他的一些想法做法， 你就消滅這個人。這樣的一些做法是非常野蠻的一種狀態。 比較好的就是可以辯論，可以有不一樣的想法， 但是這個人作為一個人， 他還是一個希望離苦得樂的人。所以，把人和行為分開，行為可以被？？ ，但是這這個人還是可以被尊重。然後，這個人的背後是因為他有煩惱的所控制， 如果他做負面的事，是因為被煩惱控制的原因，作為人，他肉體本身上面沒有什麼問題。 只要去良性的溝通，或者給予足夠的知識和教育之類，就改變很多。

所以，共同對治協助， 就像生病一樣，幫助他，療癒某一些疾病。逐漸地，讓他自身療癒，這種。最後一個講到，就是自己何嘗不是這樣的一種狀態? 也是受過無明的控制、傷害過其他人。 所以，從這四個角度 ，每次每次，偈誦的話，一個是記一些科判， 有些是記它的要點，然後串連起來就容易記得住。

24：00

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)

26:13

白天晚上憎恨某一些人，捨棄某一些慈悲心，這時候要重新收復，用自己的決心。

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 展转益增长 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

此福已得一切智，伏一切過患敵，生老病死猶波濤，願度有海諸有情

諸位，每週每週的內容可以再聽一下週三的課，希望菩提心的願、行能駐留在自己內心當中。尤其是聞思多的這種人，菩薩入行是一種行為上面，日常生活，真正真正能夠實踐，用得上法義，所以，入行是修和行的一些法，所以非常正規。扎西德勒!