86

安忍品86

敵器與我身，二皆致苦因，雙出器與身，於誰該當瞋？

當然，這種有沒有道理呢，當然有它的道理，寂天菩薩肯定不會講沒有道理的話，但是一般人想起來，這麼會這麼考慮呢? 也有人會這樣想。但是，這考慮的原因是什麼? 以前， 民間有這種說的，兩個吵架，各自覺得各自對的話，如果有這樣想的話，各自從各自的角度覺得自己是沒錯的，那這樣子的時候，總會埋怨對方。

但是，如果和解的第一步，他想到，其實沒有我的話，這件事情也不會發生，所以，一個巴掌拍不響一樣，所以，遇到一些過失，一些害，遇到一些問題的時候，思維自己的過失是解決的出路，常常，從相對的角度來說。所以，從這個角度說，哪怕是有人用鞭子抽你，或者用木棒打你，或者用什麼其他的，這個時候想到說，哦，這個武器，別人用的這個東西和我的身體，兩種都是痛苦的因緣。但是，我一般會對讓我受傷的人，或者看到打我的鞭子非常不歡喜，很討厭。到底你應該嗔恨自己身體的有漏的缺失，就像眼睛看不見東西的時候，應該怪東西還是怪自己的眼睛?

也會想，因為不是每一個眾生都是一樣的。比如說，從大的範圍來講，有很多業力輕的眾生，沒有粗大的身體，他們不侷限於粗大的身體，甚至沒有什麼生病的這種，就是天道的某一些眾生的話，當然，在最終死期來臨的時候，這時候有種種的障礙以外，平時沒有這種的像人所經歷的有些衰老的身體的肌肉蛻變，衰老的過程，或者年歲不一樣，中間有很多死亡的原因。這人的世界，不像北俱盧洲的世界，人壽是限定的，大家沒有長相上的很大差別，沒有中間經歷特別大的差異性，這來做比較的話，我們目前在南赡部洲的人和動物的痛苦。。從這些角度來說，如果我們一直怪罪於外緣的這種的習性，自己的身體和身外之物也從這個角度去看，像我們剛才說的一樣。有些說，懷疑一切，何不懷疑自己怎麼還沒有證悟，還有無明，何不懷疑自己的非理性，何不懷疑自己的魯莽，何不懷疑自己的這種過失，這樣，類似。何不觀照說，自己有這種情緒是因為肉身有這種的侷限。所以，一旦發生這方面負面因緣的時候，因為肉身的疼痛，或者，有人鄙視我的相貌，我馬上會生氣，其實，這些，一方面是別人虛妄的投射，另一方面是自己的這種投射。

身似人形瘡，輕觸苦不堪，盲目我愛執，遭損誰當瞋？

這是像佛法中說的薩迦耶見，就是把身體執為我。人的身體像一個人體形大的創傷。輕輕碰觸就會感到不堪。由於沒有智慧，盲目愛取執著它，那麼現在，遭受創傷時該承受。這是對身體的一種錯誤的認知。說，你在哪一種程度上面定義我這個字? 我大，可以大到宇宙世界，就是我的世界，我的人生，從時間： 出生到死亡都是我，或者生生世世的輪迴當中，每一個形式的相續都是我。這樣講，如果有些人說，這是我的國家，我的地球，我的家鄉，或者是這是我的什麼，這樣的，但是，具體來講，那個家鄉是你的嗎? 不可能，國家是你的嗎? 也不可能的，哪怕你做了皇帝其實也不是你的。每個人有自己的生活，土地草木無情，它們不知道誰是誰，人的名字它們都沒有辦法去認知。

所以，暫時共同約定的東西，也是隨著時間變遷，流逝、破碎的東西。所以，類似的，身體上面的薩迦耶見，身體執為我，不了解身體的這種暫時性，中陰，死亡，哪怕在不同的階段的時候，身體和你的關係，在某一種粗大的上面，是有身心的結合，但是，時間上面，常，過去的這個身體是你的? 也不是。我不是過去式，未來式? 這個也不可能，在這個世界中，細微的心，本身來講，身心的這種關聯，心識本身，你得到這個身體是跟業的因緣相關，這樣之後，牽扯很複雜的這種關係。甚至有些人會從這個角度，身體是父母所賜，其實也不是我，沒有他們的精血的種種養育，肚子裡面的懷孕這樣子，哪裡有你的肉身? 從肉身本身去分析，就像五蘊皆空一樣，你也找不到一個獨立的我，但是，如果沒有去從十二因緣，緣起這樣去觀察的話，好像，暫時，從某一種程度，你可以說是我的居所一樣，就是一時的居所。暫時的這樣，但是，從更徹底的角度去分析的時候，中觀當中，比如說物，外器的顯現，包括我，這樣去分析，最後也很難找到一個東西，甚至變成一個不離四邊八戲這樣的一個見解以外，很難指出一個獨立、恆常，或者是常有、自主，這種的東西，所以，基於這個，身體所引發的暫時的感受，到底應該怎麼去說跟你的關係，就像有人說，身體本身要離開，不是你，那心識是你吧?

心識，六識的這個層面，前五識又跟身體這些功能性的有關聯，在身體中。夢中有夢生身，意識本身有意生身，這個到底夢生身的身體，中陰的意生，這個還可以有像有身體一樣的某一種的投射，那這些算什麼? 所以，沒有粗大的，就是色、法本身是相依或者是不二，它總會有這些呈現。然後，

愚夫不欲苦，偏作諸苦因，既由己過害，豈能憎於人？

凡夫雖然不想受苦，但是造作很多痛苦的因，這個上面，主要是對因果取捨上面肯定不了解。有些時候，直接切果，我要這個，我要那個的時候，造作痛苦的因，從心態上面，或者手段上面，方法上面。然後，沒有從止息惡因，創造善因這些方面去考慮，而是直接奔向結果，在這個過程中，太魯莽，太草率，有時候，是沒有智慧導致的惡因，就是種下惡因，然後成熟惡果。

譬如說，你今生很執著，那你來世這些都不顧，那這樣子，就會為了今生造很多的業，甚至來世墮地獄的異熟的這些業。將來，時間一年一年，一個期，一個時代這樣到來，到來以後，最後，有些業在今生現前，現報，有些在未來世報，這樣子，往昔的業力感受產生苦果。真正產生苦果時，又沒有法的力量、修行的力量去懺悔，那只有承受果報。承受果報的時候，其實任何時候都不想要這種苦果，但是因為，眼前利益和長遠安樂的取捨上面有失誤，這些原因，本身如果你覺得生活中的很多遭遇都是別人給我帶來的痛苦，如果這樣子的話，如果再觀察說，自己業力當中，十善十惡當中的一些取捨，就像我們說，如果你殺過很多生的話，相應的果報就是多病，短壽。如果你幫助很多眾生，保護他們健康，使他們長壽的話，放生這些，那你就長壽、健康。如果你做佈施的話，那你就遠離匱乏，種種不足，但是盜取這樣子，又會面臨很多貧窮，被盜，被搶，被害的這些。所以，類似的，其他以此類推，包括最根本的就是貪嗔、邪見這些。

所以說，離害心，有慈悲心的話，將來的因緣也是比較多的慈悲的，其他人善待你的因緣，受到貴人相助什麼的這種故事，很多的，主要是這種的因緣，善待仁慈其他的人。如果害其他眾生，這樣子，自己無緣無故，在某一世當中，今世中，有些人覺得我為什麼遭到這麼不公正的對待，這樣的誰都沒有遇到，我遇到了。這跟過去曾經傷害，暫時有時忘了，有些人就像欠了債一樣，也會忘記，生生世世的各種業債，你當然記不得了，但是，這些裡面是沒有錯亂的。意思說，所有現前的發生，自作自受，他作不受，因緣果報，絲毫不爽。

因緣果報是相續中、內心心靈現象中的自然規律，外在現象中，自然界當中的自然規律都沒有離開因果這個範圍裡面。所以說，就見解，正見也一樣，邪見也一樣，過去的習氣，簡單歸類的話，串習的行為和心態的這種果報。有些是串習，從量變到質變到一定程度的時候，就是大的等級的往下墮，或者是往更細微的層次上面轉變，異熟，這種的現象，有些是數量上的不斷積累，現在暫時造業的時候，因為有過去造的福，不會馬上顯現，到某一種程度的時候，就是像斷裂一樣，下墮的。受盡，有些是福德受盡，沒有再積累，也會開始往下墮，種種的這些，意思是不要怪罪於特定的人，而要自己想，其實是自己一切所作所為所產生的後果。所以，從這個角度來說，要經常護自心，觀照自己的心比什麼都重要。修行即修心。

譬如地獄卒，乃諸劍葉林，既由己業生，於誰該當瞋？

進一步，它是一個層層遞進的關係: 從身外的一切苦，到身體苦，再到業力，然後是業力所投射的其他的境，再來墮落三惡趣裡面，尤其是講到劍葉林、屎糞泥、塘煨坑，之類近邊地獄的部分。所以說這些，受到這些種種的恐怖啊，就像做惡夢一樣，做惡夢是誰的錯? 是自己的心投射還不夠清淨，業力不夠清淨，有些是小循環，有些是大循環的，所以，從這個角度來說，一切都是心所作。

入行論之前講的，地獄裡面的種種，有些是比較形象化的，可以讓人聽得懂，能夠感受的方式來講的，所以是有鋸子，有鍋，這些。其實不需要什麼鍋，只要有重力的地方，它感受那個重力，有摩擦的地方，他去感受摩擦地方的東西。心裡感受，其實不一定需要真正的物質，基於某一種的業力的投射能力，你做夢的時候，你不需要真正被擠壓，你會感受到擠壓。你不需要真正的人物，你自己可以創造一些你所投射的人物來傷害你，或者跟他鬥爭。類似的，了義不了義裡，有很多這種方式來擾亂修行，了解這些現象背後的東西，就像做夢的時候，裡面是有人物，是有故事。所以，類似的，你也不能說地獄不存在，怎麼樣，就像你做夢的時候，夢境裡面的人物這些是不存在，但是，對夢者來說就是存在的，類似的。所以，根本上面來講，沒有人把我們拋向地獄，也沒有人讓我們受盡這些磨難，沒有一個人有能力把你扔到那種環境下，如果你不造作的話，其實根本上來說，敵人再害是一世，自己害自己是生生世世的這個角度，去看說不埋怨別人。不埋怨別人就是當自己受苦的時候，思自己的過失，拯救自己，再來拯救其他眾生的一個方式。

安住

25.37

菩提心增長的部分靠日常的積累，僅僅念誦，早晚念誦，或者光光會念誦，也不能起決定性的作用，看日常作行中，慢慢不斷提升。

菩提心妙寶。。。。回向偈

大家睡前念21邊百字明，懺悔，回向，獅子臥。

入行論裡面曾經學過的，千萬不要聽一下，放棄。像以前藏地傳統的有些格西這樣講: 變成格西有時候也不見得真正真正的法入心。法入知，就是知識，沒有入心的這種狀態的話，它的作用有限，所以，入心，入行，這兩個最主要，尤其，入行論的教導裡，很多實踐法，把很多高深的法，結合日常的這種方式的修行。所以，獅子臥睡開始有一些不習慣，如果身體又特別狀況，自己看。如果可以調整，睡的方向，頭朝北，面朝西，然後獅子臥睡。睡前，觀想，回向，帶著善念，帶著慈悲，安住在光明空性的種種的修法中。如果，醒來也是一樣，發大願，發心，不要在生活的具體的人我是非當中埋沒自己，迷亂在這個裡面，根本徹底證無上智慧，以及利益一切有情這些上面發心發願，去做一天的事情。