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的差别有点近似。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

菩萨戒轨

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

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。

。。迴向

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。