88

安忍品 88 央瑞上師

先繼續昨天的這一部分。 昨天說如果有這方面的善業、惡業，是觀照自己的發心、意樂或者動機，而不是對方給你製造痛苦。然後， 你如果發心清淨的話，你會淨除業障。 但別人並不會因為你淨除了業障你的發心而受益。 相反的也是如此。 如果別人有這種不清淨的心傷害了你， 但是結果上你雖然得到饒益，但是他因為不清淨的心而繼續墮落。我們不希望如此。 今天這個內容上說：

若以怨報怨， 則敵不護罪， 吾行將退失， 難行亦毀損。

如果我們不以這種安忍的心去修，而是去以怨報怨， 以牙還牙，什麼都是這種鬥爭的心，相信鬥爭， 這樣子的話，一般來講， 鬥爭的結果就是業障。 從今生到來世，由自己到對方，都會陷入更加不良的這種局面當中。 所以自己不修行則以，你願意下墮， 誰也攔不住你。 但是如果想修行的話，這種修行也會退失。

“罪惡莫過嗔，難行莫過忍。” “難行”這種忍的修行也會遭到毀損，就是因為自己這種錯誤的投射和觀念。 所以，以怨報怨，以牙還牙，或者是相信軍事戰略、謀慮，各種三十六計裡面的有些方法， 都是一種要把對方最後至於死地的這種心。 如果以這種方式去做， 最終退失修行， 毀損安忍的功德，然後罪業增長。 所以在佛法當中不提倡。不相信，你如果有這方面的疑惑，覺得某一些事情需要用世俗的心去鬥爭的話，如果你心向，性和相這兩個又差別。 本質上你有極大的菩提心這樣的話，這些就很難說，懷攝呀，這種的，或者是息、增、懷、誅的成就者的一些作為。尤其懷業、誅業，尤其這種方面的。其他的息、增比較差不多，能力的差別而已。本身方向，境界上面，如果修息業的話，任何人都可以修。

之後的這幾個偈頌主要是說，其實遭到苦到底你應不應該怪罪對方都不好說，因為這裡有你自己的身心和身心錯誤的投射，別人也害不到你。 這上面應該忍，尤其是忍難以忍受的。 不是說「阻止我所欲，或者是強行我不欲」，就是別人給我我不想要的，或者阻止我想要的，這時我會生氣，這裡面包括世間八法當中的這一切，受不了別人言語當中歧視、蔑視、譏毀我和我所關心的人，讚嘆我不喜歡的人，這些是容易有情緒的點。 在這裡面，其實應該忍的某種機會。為什麼忍，道理在這邊：

心意無形體，誰亦不能毀， 若心報此身， 定遭諸苦損。

如果身體它自己，其實你離開心，就單單講身體的話， 身體的五臟六腑五肢這些，它不會生氣的， 它們沒有這種的能力去獨立的去思考，你的指頭它不會獨立的思考一樣。

意識，要找的時候從身體上找不到任何意識。 這是為什麼現在那麼多手術可以換假肢，換甚至心臟、肝臟， 五臟六腑很多東西都可以，皮膚骨頭，什麼鋼架這些結構。意思是說，心意本身又不是一個有形體的東西，這樣無形的東西誰能把它真正的摧毀？ 只能摧毀有形的東西。

但是，如果心執著於這個身體，然後以此把它定向我，這種觀念很深入、很強，這是很自然的，那這樣才會受這些苦。 這個就是，如有人罵我的身體，這樣子就非常不開心。如果有人說你胖啊，你就不開心。 有些人說，這個世界上有種種生活方式，種種需求，心態和處世方式， 種種的業不同，但是業力的軌跡不同， 所以他能夠多元的。所有的人，他也能接受別人也能接受自己；有些人既不接受自己又不接受別人； 有些人只接受自己不接受別人，自己再不好，你都也看不到的，別人有一點不好就看得很清楚； 也有些人看別人都是好，自己是一無是處。那些心態都有問題。 正常一點的話，你心寬一點，把自己和別人都看成比較正常的狀態， 都是在可以理解、可以接受的範圍裡面。

我們今天的重點是說， 身心本身，身體是一個暫時的器具， 一個依所，一個用具，一種的器皿一樣，裡面承載著暫時的業識、心識。 就是杯子和茶水一樣，如果有些人不喜歡茶水的味道， 就喜歡砸爛杯子一樣，就這種的心態，對別人也是這樣子。 所以說，如果從這邊能夠理解說身體是暫借，它會生病，它會衰，會死亡這樣子。 在這個過程當中， 你不可能不接受死亡、不接受衰老、不接受生病，其實很難。類似的，別人如果有什麼對自己的身體或者責難啊，不喜歡啊，這樣子， 其實根本上也無害，這本身就是一個暫時的、外面的一個法。所以，後面的偈頌中說：

輕蔑語粗鄙，口出惡言辭， 於身既無害，心汝何故嗔？

如果別人對你的身體，原因是執著身心，說一些難聽的話，心裡鄙視，這種粗口惡言的方式，對身體，如剛才我們講的，它自己不會獨立的去思維，它也沒有什麼高興不高興。所以，心又是無形的，跟身體其實根本上面沒有什麼關係，那心為什麼還是會很嗔恨呢？

如果有棵樹長在外面，別人說這棵樹不好看，其實你沒有那麼在乎。 那如果有些人說你的衣服不好看，這樹皮不好看和這個衣服不好看，那你肯定還是又這種不一樣的心態，但是根本上面其實都差不多。 一個人說這個房舍不好看，其實就是這樣。但是，你住進去， 別人再說這個房舍不好看的時候，好像自己就不開心。 就身體也是這樣子， 你住在不同的身體裡面，生生世世當中，暫時在年輕的時候，衰老的時候，各個階段又有差別。所以，以前講年輕時候有人讚，年老的時候有人嫌，這些都是比較正常，或者說可以理解為種種無明的投射。別人，如果他自己是這樣去投射他的身心的話， 他也會以這種方式去指責，想別人。 但是，如果你超越了這個層次，其實你不會受到任何傷害。 所以，後面的偈頌說：

謂他不喜我， 然彼於現後， 不能毀損我， 何故厭譏毀？

如果說他人不喜歡我的這種概念，然後，因為這種的厭惡的心，這樣子，現在和今後會造作某一種負面的業。 所以，如果說今生來世這方面都不能真正對你有所損毀傷害，其實，如果別人不喜歡，只是他自己會因此造某種的業，但是對你來講，如果你不自己去掉在這些陷阱裡面的話，其實你不會受到這個言語的真正的傷害。這個言語， 別人說的這一句，就像空谷中的回聲，就像你聽過的無數的音聲一樣，其中的一個音聲，這個音聲可以解讀成我執的某一種，就是落於我執，以及實有執，對身體的執著，種種錯誤的投射以外，就是他本身並不能害到你的現在以及來生來世。但是，如果你跟它的這種錯誤的投射，你也用相同的錯誤的投射來相應的時候，會造業。所以，既然不能毀損你的話，為何不喜歡別人說你不好呢？ 所以，簡單來說，別人說你，或言語當中說難聽的話，如果你不在意的話其實他不會傷到你。

所以，我們在這個上面稍稍安住一下。 可能諸位每一個人生活在這個世界上，多少有時候可能在意自己的身體，年紀，相貌；有時候很在意別人怎麼想、怎麼看這些。 出於慈悲心的話那還好，但是如果出於這種愛我執的心，我執、我愛的那種狀態的話，就是以後換一種的方式，換一種理解，然後進而可以自在談笑風生。 有些人自己說自己的年齡無所謂， 一笑而過。 有些人怕別人說老，但是有些人說自己老根本沒有什麼問題，就類似的， 稍稍安住一下。

14：33 安住

15：07

其實都是一些習性。 如果氛圍不好的話，或者氛圍本身，大家都這樣想，大家都傾向於這樣、這樣理解的話，社會，本身世俗就是這個樣子，容易帶進去。 所以，世俗的這種隨大流，逆水行舟一樣，有一點困難的，開始。但是，你如果有信心， 有定力的話，你就自在。

安住到20：45

所以，我們說有些時候需要隨順這個社會，隨順其他的人，這個隨順是有見解的一種隨順，不是完全隨大流的這種的心。 但是，如果你以佛法的方式， 別人不了解你這樣講， 你如果講的不清楚的話，那別人可能會誤解。 所以，有時候覺得有些修行的人與世俗社會格格不入，這樣子， 與生活環境，好像大家一起沒有共同的語言，共同的這種理解， 這樣子有時可能會帶來一些困擾。 從另外一個角度來說，當別人談及某一些共同性的文化概念的體驗，以及這種認知下的溝通的時候，你可以做一些隨順啊， 嘻笑啊，這些，當中開玩笑。 但是說，根本上面自己要有自己的見解心力。所以，當然這個例子也許這不是一個好的例子，就像剛才說的茶水和茶杯的關係。 如果有些人說不喜歡這個茶杯，其實暫時用這個茶杯沒有關係， 而且茶水和茶杯根本沒有什麼關係。 茶杯別人不喜歡， 不代表茶不好。 或者是說，茶不會認為茶杯是它自己的一部分。 茶是茶， 茶杯是茶杯。 如果茶水把茶杯當成自我的一部分， 這樣子就有點怪嘛， 從外在上面。 可是人的心和身體其實是這樣的。 心也沒有什麼特定的這種狀態， 有時候這樣， 有時候那樣。 所以以前佛陀講， 來的人和去的人已經不是一個人一樣。 見解和行為在不同的業的力量下， 善業惡業的力量下， 不斷的改變。

佛法講到禪定的功德，安住在智慧上的功德，佛法最主要的就是定慧方面的修持。所以，如果自己有能力，在做這方面的修行，這是最上乘的佛弟子的修道。

修一定的歡喜心，繼續念。。。

今生吾獲福。。

所以，釋量輪裡面，法稱論師講的，心的自性光明。常常記得這個，這就是眾生皆具佛性，自己也是如此，所以，充滿歡喜的狀態來修行。證悟就是清淨客塵，就是透過現象看本質一樣，本質是佛，透過凡夫表層的塵土，來看佛的這種本性。凡夫心的這種投射，稍稍藉由修行，就像寶石一樣，經過加工，它就還原寶石的本性。所以，以法喜的心去修行。