92

第六品安忍品裡面，基本上是說對於自己很難忍受的部分修安忍，這個教法，對我們在完整的佛法當中怎麼去修安忍，給了這方面的一個清楚的指導。我們剛才說，修清淨的時候，當我覺得那個人絕對是不清淨的，有這樣的想法的時候，那個人就是最好的修清淨的對境，就是壓死駱駝最後一根稻草一樣，需要在這個當中有所突破的那個對境。所以，一切緣生法，一切心顯現的相，當中，有一些是比較有挑戰的，這些應該是天亮之前的黑暗一樣。要是意識不到的時候，還會卡在那邊，總是一直出不來。

（以上文字未有在此段录音中）

或由愚損人，或因痴還瞋，此中孰無過？孰為有過者？

因為有這種愚痴，傷害的一方，然後有被害的人，同樣由於無明的原因，對加害者，施害者再生起嗔恨的心。這兩個裡面都有過錯。「此中孰無過？」這兩者之間，看起來有先有後，一般的世間的有這種，看他的回應的程度，這樣來算的。回應的程度的意思是說，傷害加害的人是做了一些不好的事情，但是如果你反應過度的話，自己又變成加害者。一般法律上面也有這種個情況，有些人做了哪怕是人身的威脅，但是，如果你過度防禦的話，也會導致一種罪，說過失殺人，就是正當防衛，防衛過當，這種，類似的，這種分寸在憤怒的人身上很難把握的，但是，有訓練話，世間的事情也一樣，如果你是遭到襲擊，你的反抗的方式，如果對方沒有反抗的能力，或者別人已經在逃亡當中，背對著你，但你還是去打他，去怎麼樣的話，就變成加害者，儘管之前你遭受了某一些傷害，世間是這樣子。但是修行上來講，施害者，加害者，這兩者和被害以後，因為種種憤怒，去反抗，這兩種都變成過失的因緣產生的兩種力量。所以說，哪一個人應該受到譴責呢? 當然是兩個人都會有受到譴責。但是，如果你出於一種純粹的保護，主要是心態上面，(如果你有很大的敵意、仇恨，這樣就更大的傷害)，由心來決定。憤怒本身是心有敵意，你很憤怒，但是沒有敵意，這種其實很少。應該說有一些，在動機上面，善意的憤怒還是會有的。就像有些人很擔心，但是變成一種憤怒的姿勢，但是很多是那種對他人想傷害的那種的憤怒，不是要保護的那種憤怒，生氣的方式。

所以，從具體的事項上來講也是一樣，如果你，我們之前講的，哪怕是拆毀寺廟，燒毀經卷，打傷僧眾，這樣子，也一樣，如果我們是沒有悲心的情況下，盡量不要去行這種事情。曾經也有很多拆毀寺廟的事情，很多，僧人們裡面多是安心的去聞思，哪怕是旁邊再怎麼樣，拆寺廟這樣子，但是他們還是看書，打坐，基本上不跟他們有太多的任何交涉。曾經有一些個別寺廟出現一些僧眾要強行阻止，進而事態進一步擴展，本來是預期的，或者說這種害是有限的，但是僧人的某一種激烈的言詞，或者是某一些個別的動作，變成受到更嚴厲的懲罰。所以，類似的，本身世界上的很多衝突都是這樣子，你一下，我一下，再你一下，我一下，最後就慢慢慢慢變成比較難以控制的，很多戰爭也是，開始用比較輕型的武器，再後來就用最惡毒的東西，武器。

後面這個是說，我們任何人之間的言語這些，爭論那，這些一樣，不能夠不依不饒，很興奮，去要打人、要罵人這種，這是犯業障的狀態，所以，盡量平息自己的心很重要。

因何昔造業，於今受他害？一切既依業，憑何瞋於彼？

所以說，過去造下嗔恨眾生的這些業，行為，因為嗔恨產生的行為惡業，導致現在，生生世世報仇，再一次循環往復、來來去去的傷害，沒有停止。有點像鼓的兩邊，這邊敲一下，那邊敲一下，可能展現的方式、程度也是多種多樣。但整體上面有業的這種狀態，習性就變成了這種習性，然後，遭遇又變成了這種的遭遇，在這種習性和遭遇裡面，又會造新的業。就像教育上面有惡性循環。如果你在一個暴力的社區，你的孩子這些都變得傾向於暴力，然後，他們製造暴力又會影響其他的這些人捲進來這些暴力的事件中，變成加害與受害者。所以，一切都是業和因緣，過去自己也造這種的業，後來也產生這些果報，所以，最好的選擇就是安忍。為什麼只是說嗔恨一種的? 而且，像很多文明的社會裡面都在說，某一些人造這種惡業，他們不會想到過去世，至少他們會說這是社會的原因，社會有責任。某一些人做極端的事情，傷害，自殺或者他殺，這樣的時候，有時候學校開槍，在美國，這時，常常要反省社會暴力的宣傳，仇恨的宣傳，還有不當的照顧，沒有照顧好。對於這些因素上，沒有去好好去關心，所以，社會有責任。這個地方的，市的話，市長，或者負擔社會民生安樂的這些部門，他們也有責任。不能說那個人是壞人，其他的好像都沒有問題一樣。所以，從因緣上來講，類似的，過去造成的傷害，那現在再經歷其他人的傷害。所以，我們內心以整體的因緣上面去關照的話，沒有那麼去恨某一個特定的人。像我們之前說的一樣，應該說，大家共同的敵人是煩惱，或者是嗔恨這種，沒有被教育好，就像有很多傳染的疾病一樣，有時候，傳染源沒有杜絕的話，傳染開始的時候會比較麻煩。所以，其中一種業的清淨和健康一樣，就是說身體的健康，心理的健康，身體的衛生，心理的衛生一樣。這些，對於前因後果上缺少某一種的認知和教育的狀況下，你可以簡單的，怪罪於外境，怪罪於某一個人，怪罪於什麼，但是，本質上，這一些發生的時候都有因緣。

如是體解已，以慈互善待。故吾當一心，勤行諸福善。

如果對以上的加害者或者施害者，其實他們都有某一種的愚痴，被害的人再去反攻，這樣子，如果你利用善巧和慈悲去化解的話，那也可以，還有一些保護性的防守也可以，或者出於大悲心降伏對方也可以，但是如果沒有這些，因為嗔恨對嗔恨，怨怨相報，以牙還牙這樣子的話，那兩種人都有過失。

還有一個就是，過去、現在，今生、他世，過去世，這些的業緣當中，看起來現在好像是受害者，但是真正這是正在建立的一個新的業障嗎? 或者已經是在報償過去業果的做法? 這些不好判斷。如果是新造業的話，那就是造業一方的一個責任，但是，如果是過去的業的一種余業未竟，然後產生的果報，那這些，就像欠的債一樣，要還的時候，我們只看到了還的部分，沒有看到欠的這個部分，一樣。根本上來講，我們共同來降伏負面的、破壞行的情緒、錯誤的認知，減少造業，減少未來的痛苦，所以，以此，最好的做法是深深體悟到這些真諦以後，對他人產生真正的慈悲心，保護的心，一種善待的心，要安忍種種難以安忍的嗔，嗔的這種對境，嗔的這種狀態。所以，一心去謀福祉，勤行諸福善，像受菩薩戒的時候，一輩子永不退轉的心，永不放棄的心，不放棄眾生，不退失菩提心的方式來利他。

譬如屋著火，燃及他屋時，理當速移棄，助火蔓延草。

像過去看到很多，像森林火災，或者屋子也好，一個屋著火了，或者一個地方著火了，一個小的地方，哪怕是幾寸的地方，甚至一個火星，可以蔓延。所以，做法是什麼，現在滅火也一樣，用隔離的方式，順著風勢來放火，提前燒一部分，或者挖溝，把很多樹木推倒後，然把它推一邊，然後中間行成一個溝帶，這些做法，尤其是滅大火。如果房屋也一樣，有些時候，他們刻意讓某一些房屋，如果火太大就到燒這裡為止，再也不能往前燒，有其他的一種保護的做法。尤其，如果是房屋和房屋之間有很多藤條、樹木、花草的話，先把那些剪開。

這隔離滅火的做法可以用來對治嗔恨，修安忍心的做法。當有某一些因緣產生的時候，可以經由某一種因緣的觀察，過去宿業，欠下的業債，這個角度來降伏自己的心；有時候用這種萬法無實的空性的教法，以空性的教法讓自己了解，能夠安住在自己的境界當中；有時候就如樹安住，什麼都不做，沒有特別的境界，但是下了很大的決心，閉住自己的嘴，安住自己的身體。按耐住自己的身心，這樣的一個做法。然後，也許1秒，2秒，5秒，一分鐘，這樣過去後，那個反應、脾氣又不一樣，所以，隔一天，脾氣已經50%都沒有了，用這些。然後，有時候，也有想起來自己曾經發的願，和像菩薩道當中說的，「自他三世善根及受用，」當自己受用受到傷害，自己的所謂的面子呀，自我受到某一種的衝擊，這樣的時候，觀察自己，其實是犯自己的那種我執、我愛的障礙，其實跟他人也沒有太大的關係。主要是一句話引起的煩惱，「一個饅頭引發的血案」一樣的，這種的，其實很多問題就是自己身上的過失。所以，用這些方式來稍稍隔離這種往負面的思維一直想的這種習慣，所以，稍稍做一些隔離，這樣做的話，你會變得比較理智，會變得比較清醒。

過去有一個故事，說有一個拉薩的人，做生意失敗，然後有點家庭不順，破敗，想要去自殺，去拉薩旁邊有一條河，叫快樂河，幸福河。他到河邊以後，想要跳進去去，又有沒有太多勇氣，他想了一下，別人說以酒壯膽，又回去買了一瓶酒，然後，喝了，喝得比較猛，就有點暈了，先休息了一會，睡著了。睡著後一起來的時候，好像心情好了很多，然後就拎著空瓶子又回去了。所以，類似的，本來很激烈的情緒，想要自殺，或者怎麼樣，能夠想到安忍的功德，嗔恨的過失，而且有嗔恨的對境的種種的這些因緣，以及對方也是被其他的煩惱所控制，所以，無形無相的身心其實根本沒有什麼處所需要生氣和不滿意，就是種種的對於因緣投射的一種執著，所以，就是這個部分，稍稍安住一下。

26:20

發願，本來發願要度一切眾生，現在，經常發願，說對於對你最不好，最難以忍受的人，或者是有一些這樣的群體，發願去徹底幫助他們，利益他們，以此為重中之重，因為這是難點嘛，去修。所以，平時，最有成見，最有想法，最討厭的，其實觀察他們本質上面，沒有這種的你所認為的自性，那種負面東西，究竟而言。相對來講，這個對你呈現變成了對你自己修行的最大的障礙，所以，這方面稍稍超越自我的話，那就已經是很大的功德。這個也是卡的地方，難的地方，不太容易，不心甘情願的地方，但是實際上是最需要的地方。

(念誦)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

此福已得一切智，摧伏一切過患敵，生老病死猶波濤，願度有海諸有情。