98

安忍品 98 央瑞上師

在這個里面，世間受損，不見得真正受損。世間我們認為一般的世俗上面的人認同的受損，不見得是真正在受損。 得益的，也不見得真正在得益，也要觀三世的因果和自己這種起心動念，願力下所作所為。 有些暫時有益，但是長期有害的。有些看起來暫時是有害的，所以很多人不願意， 但是沒有發現它長期是有益的。 就是這樣子。

在過去可能很多時候有不同的社會，有些地方說教育無用論。 很多人覺得你浪費那個生命，還不如讓小孩子去幹活，每天都能看到他幹活的成績。 你讓他坐在那個地方看書啊，這些都是懶人偷懶的做法。 或者說，你多知道到一點，沒知道一點， 都會幹那個活，沒有什麼太大用。 但是事實上不是這樣。 一個人的內心精神的富足，精神上的安樂，或者是哪怕是世俗的知識技能需要一種累積，需要一種的遇到機會有這個能力抓住這個機會的這種能力。 所以教育當然是。。類似的。 有些時候世俗當中，暫時好像都是一些付出，但是最後長期來講是好的。 有些暫時好像有所得，但是長期就把自己給慢慢毀壞了的這種的做法。

現在我們講到的就是說，如果你的名聲，世間的這種作為上面有所損失的時候應該修安忍，然後看到這個名節 。。，過去很多的痛苦都是由種種太過分的重視。 如果你說要適度的要了解對錯帶來的這種名上面的改變，別人對你的批評，這個上面當然有所留意這些狀況。 有些時候是德，在世俗當中， 這些上面有很多。 過去有些地方認為男人在家不用幹任何活，不幫忙的話這是一種德。 或者說以有些說女子無材才是德，之類的。 這些很多的在特定的環境下，這些概念就是慢慢可以了解，是一些錯誤的投射， 錯誤的做法。

所以，我們在這個裡面講到的是說， 人太注重這方面的讚譽，榮譽，美譽這些，其實是一種暫時有利，但是長期甚至有害的東西。這個在輪迴當中本身是如此。 昨天偈頌裡講到榮譽並不能增長你的福德，使你長壽，使你更加的健康，增加體能一樣，身心安樂。身體的安樂，美譽是別人說一聲，做不到。 後面是進一步：

若吾識損益，讚譽有何利？ 若唯圖稱心，應依飾與酒。

然後如果我們知道什麼是帶來利益， 什麼是帶來這種損害，得失，饒益與得失， 饒益與損害的這些時候， 仔細的考慮就會發現，讚譽，這種是別人帶來的某種讚譽，有什麼真正的用？ 本身讚譽都是世間八法的一部分，也是屬於世俗的這些一部分的這種追求。那這樣子呢， 比較實在的還不如說， 你身上做一些衣飾的妝點，吃好、喝好、穿好、住好、用好， 這類的裝飾可能還比較實在。意思說，如果你眼睛看到顏色， 耳朵聽到聲音， 身體觸到，鼻香舌味道，這些上面的一種所得，或者這些還比有一個讚譽的聲音其實更來得實際，好像對某一種情況來講。 後面這個：

若僅為虛名，失財復喪命，譽詞何所為？ 死時誰得樂？

上面就是說，你如果仔細想的話， 很多讚譽就是。。。如果你吃一頓飯的話可以管飽也許四五個小時，五六個小時這樣子。 然後身上穿衣飾的話， 買一些質量好一點的，你甚至可以穿好幾年。 如果很講究的有些人，可以幾個月換掉所有的，就是整套整套的衣服之類。 如果你可以穿很知名的這些品牌的衣服，比較好的質量的話，也許甚至有些用的你可以穿幾年，甚至更多。那衣服還是很好用的，感覺上面。 飲品啊那些，可以滋養身體。 從某一種程度上面，吃好的食物，當然你吃壞的、有毒的東西，肯定會傷害身體， 它有一定的效用。 其他的也是類似。

但是讚譽的詞，就是別人對你說的某一種詞，其實是瞬間的。 也許你高興半個小時，這樣子， 本質上就是一種空谷當中的回音一樣，之後就是一種心態。 當然，有些時候人的心態會很關注這個， 這個心態很重要一樣。 但是，如果這些讚譽，尤其是空洞的一些讚譽，如果你太當一回事的話， 本身人會死，人會病，人會老，在這些時候人會變。 讚譽你的人也會死去。 也許今天是讚譽，第二天是詆毀。面前讚譽，背後詆毀，什麼樣的事情都會發生這個世間。所以暗中諷刺。以前，有些人自己很高興的在笑，但是那個讚美你的人他在另外一種方式來偷笑，說其實我是在諷刺他， 或者說把他架到上面，給他戴高帽子然後種種的，人的心很複雜。或者是讚譽的時候，你要保護這個讚譽， 把它壘的很高，像城牆一樣， 你會害怕這個倒下去，哪裡有裂縫你要修補啊，及時的要攻關啊，很多，這些很費勁。其實有什麼讚譽的時候。

這個上面說，“若僅為虛名，失財復喪命，” 有時候為打造某一種名聲， 不惜赤裸身體、放下人格尊嚴，世間的這種，或者說用很多的財富花在這上面，希望得到更多的名利財色之類。 在這當中以至於為了名、節、譽，以前，如果指控一個人說他的名譽不好的話，很多人甚至都可以自殺，為了一句話。 錯怪一些人，就跳樓、自殺、上吊，什麼的這種都有，還是時有耳聞。 所以說，如果過分注重世俗的名譽、名節、榮譽，它不過是講到的，做夢當中夢到一些比較開心的事情，但是夢醒了的時候，其實跟真的是一樣的。所以死的時候，這些讚譽之詞，人的記憶，群體上面，如果是利他的事情真正做到了呢，這些是有功德； 另外，僅僅是一種讚美的話很快會消解。 受讚的人本身來講，有什麼真真正正對妳有實質的意義？ 是不是讚美就，如果是溢美之詞就更不用提，如果是真真正正有所針對性的讚美這樣，但是只是讚美， 靠它沒有辦法獲得任何東西，沒有辦法獲得解脫。如果別人讚美你有出離心，你真的能夠升起出離心嗎？ 僅僅是讚美是沒辦法的。 如果你升起來了，不讚美，你已經升起來了，也沒關係。所以，其他人包括菩提心，空性的見解也是如此。 所以說從修道當中以及世俗當中，這些各個層次來講，其實過分重視讚美之詞，這些上面沒有那麼有必要。 整體上面，人是一種相互依賴的一種心態。所以說得到一種正面的回應當然是好事不是壞事情，但是不要過分的執著這種好事情。

然後，後面的這個就是，所以說，如果有些毀壞你的名聲啊，就這類的話，其實不足於讓你去憂喜，憂傷啊，或者是很喜悅。得到的時候很喜悅，失去的時候憂傷。 讚美的時候很快樂，批評的時候很憂傷。 這些就是

沙屋傾頹時， 愚童哀極泣，若我傷失譽，豈非似愚童？

聲讚無心故，稱譽何足樂？ 若謂他喜我，彼讚是喜因？

所以說，像海邊，這個小孩子弄沙堆的城堡房屋這些，然後等海水把沙屋弄倒了，散的時候，小孩子會極度的悲傷，或者是覺得很可惜，哭泣。

執著名也是這樣， 一種的幻化。尤其一些名譽，最後因此多或少，増或減，可能現在有些人很注重這種名聲，在很認同這些名聲的裡面來講，覺得很了不起。 但是，如跨行跨業一樣，稍稍出了這個領域以後，這些名都沒有任何重要性。根本上面是一種自己的一些真實的品質為主。

以前有一個人說，打高爾夫球的某一個人，全世界的人都知道他，很多媒體上面這麼說。 然後，其實這個是他們的全世界，肯定不是其他人的全世界。 只要你不是那麼關心這種打高爾夫球的，以外的領域的人， 肯定很多人對這些人都完全沒有概念。 但是即便有這些，沙屋壘起來的時候，沙子本身不容易壘起來麼，然後，倒的時候很容易的。 名聲也是這樣子。 很多年或者是一輩子好不容易壘起來的一個東西，一旦有一個大的障礙的時候就會全部都倒塌。 乃至於千人踩、萬人罵那種的，很多這種故事麼。娛樂界也有，政治界也有，經濟界也有，哪裡都有。 所以，這些上面呢，意思是如果自己過分重視的話，會帶來一些意想不到的損傷。

所以說，這後面的這句說， 讚譽本身是很多時候的人云亦云。只要有風，然後就可以起一個浪，只要有一種風，而且這個風是人為製造的。所以，這樣子會起一些風浪，然後短暫的，這個風浪不會一直在高處， 它也會下去的。而且，甚至都是無心的。 很多時候傳播資訊，就是人家看一下，眼球的注意力的一個差別。 注意力不在了， 這些名聲也不在了。 所以說，為這些無意識的這種無常的這些名譽呢，有什麼特別值得苦苦的追尋啊，這種深深的重視啊。為什麼自己的苦樂要依於這種無常以及無心的東西呢？

後面的這個部份：

“喜樂屬於彼”（ 如果有些讓我們這個偈頌應該念完。。。）

如果一個人不喜歡你他怎麼會讚美你呢？ 人有這種的心態。 所以，意思是說， 是，如果對方真的，有很多人是有這個在無常當中暫時的歡喜心，所以我們也因此， 他的這種讚美是來自於他的這種歡喜心， 對我的這種歡喜，那我很快樂。 但是，這個意思是說，他的安樂和喜歡是屬於他的一種功德。 以前不是民間也有這種說法， 別人禮貌也許不是因為你的這種功德，或者你有多優秀，而是別人本身是那種素質比較好，或者他有他的功德，所以對別人，對看起來甚至有種邪心這種的人，他們也有一種溫和禮貌以及優雅的方式來對待，所以，功德屬於這個人，類似的。 我們稍稍安住一下，在這個上面。。。

18:00-22:58

然後我們就念一下菩薩的戒軌。

這當中，基本上不要執著於這種讚譽的聲音，但是，這不代表我們不在乎讚譽的聲音就可以亂做事情。 我們基本上也是做對的事情，盡量，然後不要在乎其他人的各種的說啊，這樣那樣的。 讚美或者是詆毀都不重要， 只要自己事情上面努力去做好，做對的事情，如法行持，如法作為，這些上面。

然後我們最後念一下儀軌，自己好好發心。 如果發了心，想一想，就這樣子，不一定需要念。大體上面，內容上面，念是一種幫助，能夠進一步安住在，或者說念想這一部分的內容。 如果你已經心裡面如此的話，念不念都可以。 沒有的話，或者是有，可以結合著念，那就更好。

祈請十方一切出有壞，正等覺及十地菩薩摩訶薩眾及諸位大金剛持上師垂念我:

「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，复次循序住，菩萨诸学处，如是为利生，我发菩提心，復於诸学处，次第勤修学」(三遍)

發願的時候，發心的時候。 以前回向的時候，如果不知道怎麼回向的時候，諸佛菩薩，我有百分之百的這種信任，他們已經究竟解脫以及成就圓滿， 像佛、菩薩解脫，或是正在圓熟佛的果位當中，這樣子。 就是，他們的一切所作所為都是如實的，成就了他們最後的果， 所以我們就依止。 比較好的，自己能夠了解，自己到底在回向什麼最好。

發心的時候用“如昔诸善逝，先发菩提心，然後，复次循序住，菩萨诸学处，如是为利生，然後呢，我发菩提心，復於诸学处，次第勤修学” 如同他們一樣，去發心、利眾生，去成就正覺果位。但是，具體的內容還是自己要學，「入行論」的整個內容要好好的去精進。後面的，歡喜心，法喜很重要。

「今生我获福，善得此人身，复生佛家族，今成如来子，而后吾当为，宜乎佛祖业，慎莫染污此，無垢尊贵種，犹如目盲人，废聚获至宝，生此菩提心，如是我何幸，今於怙主前，筵眾為上賓，宴饗成佛樂，普願皆歡喜，菩提心妙寶, 未生者当是，已生勿退失，辗转亦增长，愿不舍覺心，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。」

28:14

未來如果有機會的話，我們畫一個唐卡。 這個唐卡，以前有部分的內容就是一個大德做了一個佈局，就是藏傳的這個應該怎麼去放整體的。

因為有些人， 像我自己的話，有寧瑪的傳承，噶舉的傳承也有少許，然後有這個薩伽的一些傳承，也有格魯的傳承。 格魯和寧瑪最多，其他的兩個傳承比較少。 但是這些，有這些呢可以有一種對於聖尊的這種觀想上面的怎麼去做，當然只要用皈依境或者這一類的上師瑜伽的這種對境都可以。

但是有些發菩提心，廣大的心願的時候，可以，這種，佛法本身包括佛八大菩薩，十六羅漢， 這種大成就者，就是古代印度的；然後，包括像學者派、學問派的，見行派的，像瑜伽士的傳承，這兩個都畫在唐卡裡面。 乃至於主要的，比如像汉地的菩提達摩，傳播禪宗的， 某些非常重要的這些法脈傳承的人物。如果我們將來有這些發願，某一些接觸的情況下，變成一個大家發心觀想的共同禮敬的一個對境。

看一下什麼樣的設計可能比較好。

在成都那邊有噶止的一個畫派，他們畫的畫像特別好。 如果有機會的話，可以做一個大一點的，然後再來把它複製成比較小的那種。 我們以後看一看，就這樣子。

此福已得一切智

摧伏一切过患敌

生老病死犹波涛

愿度有海诸有情