20190530

央瑞上師 入行論 複習 20190530

諸佛正法賢聖三寶尊，從今直至菩提永皈依，我以所修施等諸資糧，為利有情故願大覺成 (三遍)

稍稍安住在皈依和發菩提心上面。

我們繼續「入行論」的第六品「安忍品」的內容。我們不占太多時間，主要還是在我們主體的內容，上一個星期偈頌的內容。

因為有時候，我們大體上面提一下過去講的幾品的一些內容。如果諸位有時間的話，可以多看書以及多聽，唱誦，念誦。看書上面偈誦的意思，記得比較熟了後可以直接聽，唱誦和念誦這一類的都可以。 這樣就是整體上面有一個觀照，具體的內容上面也有一種把握。

入行論的第一品裡面，尤其強調指出菩提心的利樂、利益，修習菩提心，具有菩提心，生起菩提心，這樣能夠圓滿「睱滿難得」真正的、真實的意義。 所以，宿世、生生世世沒有成辦的事情，在這一生當中能夠呈現。就像烏雲密佈的黑夜當中剎那間起了一道明亮的閃電， 所以承諸佛的威德，我們世人在輪迴當中戰勝惡道，像盲龜在三千大千世界的海當中，百年來浮出水面，吸一口氣，在吸氣的那一刻正好碰到木枙套在脖子上一樣，我們在輪迴漂泊中，在無始以來的流浪當中， 突然有一次得到一次人生，在這個人生當中又遇到了佛法。這就有點像是值遇百年一餐，修行的緣分極其殊勝難得，對這個一定要確認。因為有的人學佛的時候還是有一種很隨意的心，或者認為這個學佛的因緣應該是唾手可得，或者是將來還有大把大把的機會等著我去修行，等著我去唸誦修習，有這方面的一種的心，其實不是。

如同黑夜的烏雲中突然出現閃電一樣，在這個時刻，光亮剎那間照見了你自己的位置，照亮了你要去的前行的方向。 所以，萌生這種修行的意識、意圖就變得非常的重要。不然我們被各種各樣散亂的習氣，迷亂的遮障包圍得密不透風，為了很多看起來對自己很重要，實際上，從究竟層面上來講完全是迷亂的因的這種事情，我們的心為了這種事情而迷失，而且無窮無盡的迷失其中，就是這樣子。

所以說，修行的時候，首先一個就是暸解到說要改善自己的這個心。就好比說你要航行，坐船去別的地方，這條路上或許漫長，或許快速，不管你是坐車、坐船或者是坐馬車要去一個地方的時候，基本上首先要去檢查自己車子的問題，看看車子輪胎怎麼樣；如果是船的話，船身怎麼樣啊，有沒有刮到需要修補的地方啊，需要清理的地方。如果是一次長途旅行，都需要有準備，人都會想有沒有油啊，有沒有處理好健康，這些基本的的狀況。

類似的。 在修行的時候，第一步就是要有這種的懺悔的心。所以在諸佛面前自己有這種禮敬諸佛，心生懺悔的心，上供等，就是身心都用於修行的一種心。 比如說，尤其在藏傳佛教裡面講到某某弟子身口意的一些供養啊， 就是像密勒日巴和瑪爾巴的傳記當中，諸位也看到，瑪爾巴有一個弟子把他的家產在上師面前供養了，最後有隻老山羊沒有帶，覺得那是個瘸子，而且又老，就沒有帶。到了瑪爾巴跟前，瑪爾巴就問說你全部的東西都在這裡供養上師了嗎? 他肯定是灌道神通，就說，你還有一個東西好像沒有供養完。弟子說，那個就是一個老的、瘸的山羊。然後瑪爾巴說，那你既然要發心圓滿的話，把那個羊也帶過來。然後，他就又回去拿羊。那個傳記應該有這種供養。 這裡呢，瑪爾巴並不是對世間的財物有所執著，但是，一個人做一些事情的時候，就像我們發願說，自他三世善根及受用去佈施有情這樣，在這個修行的道路上，利他的道路上發比較徹底的一種的心的時候，其實從某一種程度上面，徹底佈施自己的財物的行為也是一定心力素質的考驗，或者具有象徵性的意義。

所以，在這裡大概就是說，如果真實的供養做不到的時候，先以觀想的方式，以種種我們講的一般的這種的供養，觀想，或者是水、水、花、香、燈、塗、果、樂，象徵的這種意思去做供養。然後，其他的，當然有身語意這類的。

這之後是懺悔。因為，生命本身的過程中，發露懺悔的機會也是非常的難得。因為人不容易看到自己的過失，再一個來講，有過失不一定願意改，又不知道如何去改。所以會持續地造作一樣，以前的老問題還是會一再地出現。所以，過去的見解上面，行為上面要得到根本的改善的話，一定就是先回顧過去，就像我們做世俗事情的時候，也會有回顧過去，總結經驗，然後再來計劃未來一樣，這是一個日常有效的一個做法。 為了達成某些任務，前景，願景的話就是這樣做的。

所以一樣，任何人的身語意的過失當中，尤其是在精神道路修行、實踐本身上面，就是對三寶、上師以及其他的法友，這些當中，往昔犯的過失現在就不能再犯，一切都有一種在佛前、在三寶前、上師前懺悔，然後放下某一種的因為愚痴而造做的罪業。不然的話，你以這樣的罪業死去，再一次的輪迴，這樣的話，這些習氣還是會有影響的，這些幻境會持續在人的人生當中，所造做的一切都會是未來的再一次糾結，再一次陷入同樣的一些困難，或者由此帶來的異熟的不同面相的，但是是由一樣的問題所產生的不同局面，因此導致的一些苦。所以，從這之後呢，就比較有認識到菩提心的重要性，對障礙菩提心生起的上面做深深的懺悔，然後在這個基礎上完整的受持菩提心。這個基本上我們每天都在念。

受持完菩提心以後是不是就大功告成了呢？我已經受了戒了，就再也不用管了呢？以前有些人總是說，我已經受了居士五戒，受了菩薩戒，密乘戒。好像那個儀式是最主要的，那個名頭或者是，甚至一個證件上面寫不一樣的名字，這些變成很重要，或者換衣服、剃頭這些。當然這些也重要，但是更重要的是平時當中的恆常不放逸：記得你所發的誓願，記得如何去堅持菩薩道的修學。能夠避免自己下墮，也能夠避免損他，能夠利益其他眾生，然後快速成就地道的功德。從這些上面來講，我們應該時常的想起自己所受的戒的內容。所以，斷煩惱最有用的本身是菩提心。真實的經驗當中如何去斷煩惱，這個就是內心當中要始終保持一種不放逸的狀態。不放逸的這個狀態要靠結合正知正念來攝持，這樣心會比較有力量。所以說可以滅除這種的煩惱，用菩提心斷煩惱。這個意思就是說，不放逸的意思是說，如果你做某一些事情，雖然是不好，但是習慣了，做慣了就一直會持續。在這些上面呢，尤其是對其他眾生的身心有造成傷害的，造成巨大傷害的某些事情，在這些上面要生起饒益的心，習性上面要不斷的去改變。內心當中有的煩惱，不要讓它一直駐留在你的心中傷害你。 如果是一般外緣上面傷害的話，人都會有各種防害的方法，躲避的方法，或者是對治的這些方法。而這些外在的因緣其實是次要的，外在的因緣好，有幫助的話也只有一定程度的幫助，破壞的話，也是一定程度上，它不會那麼大。但是，自己的內心如果沒能看管好，或沒有能夠牽引到一個正確的方向的話，那個傷害得就比較深。如果下墮的話，那時間就比較長。所以從這個角度來講，什麼樣的方式讓自己不放逸呢？最好的方式就是正知正念的方式，在身語意當中，在行持六度當中，保持一種正知正念。這個基本上是我們之前的一些內容。

之後就是「安忍品」的這個部分。我們上一次已經重複，如果每一次都花時間重複的話可能就不好，我們今天就在今天的主題上面，安忍品大家應該比較熟了，這個稍微長一點。我們已經重複過很多次安忍品的大體的一些內容。這個要每天每天經常自己去看，然後記得。

所以，點點滴滴當中的完成的修行，積累起來就變成一個大的改變。本身學習任何法門的時候都會有這種的狀況，先開始一點一滴，然後，最後放在一起就凸顯出來哪些是重點，哪些是必須要做到的。因為心的品質的改善也是循序漸進，點滴之間積累的一件事情。以前經典裡面「法句經」中講到說，「莫輕小惡，以為無殃，水滴雖微，漸盈大器，凡罪充滿，從小積成；莫輕小善，以為無福，水滴雖微，漸盈大器，凡福充滿，從纖纖積」。這個的確是如此。 修行當中，對每一句教言要有恭敬心。如果佛法法本上面寫的，我們都看過很多法本，或者是說類似聽過了以後就沒有那種熱情，沒有一種敬心，沒有恭敬心的話，這種的情況其實是一種不太好的狀況。一定是要在任何時候，哪怕是聽聞此句，看到這一法本的時候都要經常頂戴，恭敬。法本裡面有諸佛的精要，諸佛開示佛法的精要，是佛加倍度眾的一種方式，當直接接觸佛法核心的經集要，精要的內容時，應恆常頂禮，供養，就是香供啊之類的。所以，在藏地，其他很多地方都有藏經閣，或者是自己家裡有這個，有觀想皈依境的時候，也有「後支安奉眾經卷」，皈依境的如意樹五支上面，其中一支上供的是法本。所以，我們看到一些句子的時候，好像親自聽到佛語一樣，始終發自內心的非常的歡喜，就像聽到大菩薩親自教法的這種聲音，以這種的心來聽就很重要。

今天的內容。大體上面說這個內容，當然菩提心最大的敵人，本質上是無明、我執、我愛，種種的對於事物所謂存在的方式上有誤解， 所以這些上面是根本的， 但是，用一般的話來講，就是嗔恨心，就是嗔恨心是安忍的對峙一樣，整體的菩提心上需要對治的主要是自我、自私的心，由自私心而生起來的嗔恨心比較濃。所以說在這個過程當中就轉化自私，變得利他。從這種角度去看，讓自己和其他眾生藉由相互交往的當中修習安忍的方式，以及種種的方式來轉化自私。

就是原先看待現象的角度，原先是怎麼去看得失損益，然而在學習佛法以後，尤其學「入行論」菩提心的教法以後，你從完整的角度去看，又看到另一面。就像小孩子和成年人看同樣一件事情，可能有不一樣的感官直觀的經驗和思考的模式，一般來講是這種。所以，大菩薩們，他們的見解能夠指出這些現象的本質。所以，我們在學習修行的當中可以因此調伏自己的心，運用這種的教法來改善、提升。佛法的這種修行的模式比較多，但這是循序漸進的最重要的一個模式。

所以說，貪瞋癡這些當中呢，貪婪和嗔恨的心就是衍生其他的，包括嫉妒啊，驕傲啊這種種的心。然後中間也會出現很多的疑惑啊，某一些疑惑也是來自於貪瞋的力量。那這樣子呢，當遭遇一些所謂的逆境，譬如不善的人，不善的事情，或者是不欲求的事情，不欲求的這種人、物的一些造做，這樣的時候心應該怎麼去看?

所以從這個里面思維。詆毀呢，根本上面不足於讓人去過分的憂和喜。如果你能夠轉為道用，當然可以把他觀做一種非常珍貴的因緣，甚至產生歡喜的心。很多修行的人的經驗裡面就是這樣子，回過頭來看的時候，對於真真正正決心修行的人來講，順境和逆境相比，逆境更加能夠促使其修行的提高，福慧的資糧能更加快速增長，獲得進步。那對於一般的其他人來講的話，那很多人祈禱佛法的最重要的原因就是不要有任何的問題，不要出現任何擾亂的問題，不要出現一絲一毫的不如意的事情，一切都要順。這種祈求順境的人還是很多的。 但也有很多大菩薩發願前往最惡劣的地方，在惡劣的這種環境裡度化眾生。他們有這種的發願是因為真真正正能夠了解菩提心的本意，也是如實誠信的如此發願。所以，關於讚美和詆毀這些不足於喜憂的裡面，像之前舉的例子，像小孩子堆起來的沙屋，遭到沖刷倒閉了以後哭泣，哀嚎啊之類的。類似的，很在乎於名譽得失的人，就像小孩子一樣，內心當中很容易受到其他現象的擺布，心裡很脆弱，太重視外境、外緣，以至於稍稍有些不如意的時候，像小孩子一樣，內心不歡喜。

然後，這個上面就講了，這個聲音的本身，就是讚嘆也好，詆毀也好，這些根本沒有什麼值得我們過分在意的事情。譬如說，你現在是在意，但是已經過去的這種在意或不在意所產生的心或留下來的習氣會影響到你現在的品質，影響到你現在的思考方式，這些都會受到過去的影響。但是這些具體的狀況在那個事件當中，你可能都想不起來那時有誰，當時是什麼原因不開心，好多事情都忘了。但因為當時生過這些氣，憤怒過，所以這些憤怒的習氣還是會傳下來，而整個事件中的好多事情可能都被你忘記了，類似的。所以，受到他人的讚美，對於自己， 我讀一下原文好了:

95 受讚或他喜，於我有何益？ 喜樂屬於彼，少分吾不得。

96 他樂故我樂，於眾應如是， 他喜而讚敵，何故我不樂？

97 故我受讚時，心若生歡喜，此喜亦非當， 唯是愚童行。

所以，當你受到某個人的讚美的時候，如果他真正是誠心的讚美，不是諷刺的那種狀態，這個讚美的喜樂屬於這個人。我記得以前經常在網上有人在傳這個說，別人尊敬你是因為他們的素質、素養不錯，而且思考比較正面，他們有這方面的善意。所以不要以為他是對你的一種純粹的認可。當然是一種認可，但最主要是這個人的心態說明了他的見解。因為，可能任何的好事情，被一個心情不好的人，心態不好的人完全可以被理解成非常負面的。 所以，本質上面，是對方讚美的人和喜悅的人，他的一種的善舉。所以「喜樂屬於彼」。這一個。

如果說，對其他所有的眾生的讚美都有一種歡喜的心，這個可能就是說，我們應該隨喜一切安樂，善，善行。就像我們以前講到的，說應該跨越所有的界線，比如我們這個世界上人吧，就這個世界上面有一百九十多個國家，加上不同的地區，差不多有兩百多一點，就是這類，那就是說，在其他的社會、其他的國家這樣，發達或者有某一種的好處，在這個上面，我覺得是說看你主要是了解到什麼程度，主要是，只要你了解到這些事物是比較有助、有利于大家而且也是從某一種程度上是一種正的、善的，這樣子的話，那就好好的去隨喜。

當然某一些的成功或者失敗是對人帶來痛苦的，哪怕是暫時的痛苦或者是暫時的失敗，或者成功，這種的例子很多，但是，如果他做了不好，就是方向上面這個人做的不好的話，你內心當中肯定是要有一種慈悲心，這個比什麼都重要。這樣子的話，當他做好的時候，你會有誠心的一種歡喜心。 這裡面主要是說，其他人歡喜的時候，我歡喜的話，哪怕是你不喜歡的敵人受到其他人的讚美的時候，那你也應該去歡喜，為什麼不歡喜呢? 就是有這種的意思。如果說過去假定的一個敵人是存在的，那如果有人讚美祂，肯定他也是真正做的好，那我們就誠心的需要有一種歡喜的心。當然，在這裡面是一個問號，說為何不樂？你把他假定成敵人，然後他做的事情都被否定。有一種說法就是：於此相反，他欲求的東西你不欲求，他認可的東西你不認可，只是純粹是為了敵對而敵對的話就沒有意義。 所以，根本上面當然沒有真正的敵人這是最好的，但是如果有任何所謂的敵人的話，那就把他轉為修道的這個善因，修道的方便。

所以說，當其他人讚美我，受到這種讚嘆的時候，內心當中還是生歡喜，一般的人都是這樣子，有微不足道的歡喜心， 只要是正面的、肯定的，大家都有一種比較歡喜的狀態。但這個裡面就是，在受到讚嘆和毀譽上面，不要有搖擺很大的憂喜的一種狀態。作為凡夫肯定多少會一種喜歡被讚美，喜歡被認可，不喜歡被批評和否定的這樣一種心態。但是，從仔細的角度，你看你自己和看別人是不一樣的。如果有一些人呢，比如他自己讚美自己，他說我那個做得好，我這個做得好，我品質很好，我是一個怎麼樣好的一個人。他這樣去說的時候，有些人聽起來的時候會覺得如果他不這樣說的話反而更好，人有這種的心。 但是這些人的心裡面，他也有自我肯定的一種欲求，所以可能就是沒有等別人說，自己先說出來這類的一些狀況。所以，看其他外在現象的時候就有這些。對於心裡比較脆弱的人，我們可以理解，不是去詆毀或者是對這些人有一種排斥或者這個意思，不是這意思，是說需要理解，他們內心當中還是不夠強大，所以才會變成需要那種微不足道的一些讚嘆，這些讓他們覺得很重要，對於看起來不是那麼重要的一些言語當中的不敬，這些發生的時候，他們就會很痛苦。 這說明他們的內心就像孩子一樣。 很多孩子，在大人看起來，他們的心態，有些做法就是一直忽上忽下，一會兒高興一會兒不高興，這種比較累。當然小孩子可能不覺得累，就因為他們心情在那邊。就是為什麼俗言當中說: 小孩好像就不夠成熟啊，畢竟是小孩，大人會笑嘛。 他們如果很生氣不定， 但是有很多人還是內心覺得還是小孩子的這種無理，譬如大人有些時候也會這樣說， 說你這是小孩子氣。他說明這一種的問題在。

下面的這個偈頌，說，不僅是如此，如果當你開始能做到就是不太在乎，不太在乎讚嘆或者是損毀聲譽的種種狀況，這樣也很好，對別人有時對你的批評這些都看得淡一點，你只是關心事情本身，就是盡量把事情做好，那對於其他人怎麼去看這些上面不要太在意，就是能夠理解有人會不滿意。 以前有一種說法，這就是一個身心歷練的一個過程，你聽多了，其實慢慢慢慢就適應了，其實也沒什麼，就像傷疤一樣，開始的時候，皮膚很嫩、很弱的時候，那一點點傷都覺得很痛，後來皮膚變得粗燥，比較強壯的時候，那些就都是雞毛蒜皮，不算什麼。所以，這是第一個部分。 然後進而就是說，對於另外一層的修行來說，讥毀啊，或者剛才講到的這種毀譽啊這些上面來講反而是一種難得的機緣。所以這個裡面講到：

98 讚譽令心散，損壞厭離心，令妒有德者，復毀圓滿事。

99 以是若有人，欲損吾聲譽，豈非救護我，免墮諸惡趣。

100 吾唯求解脫，無須利敬縛，於解束縛者，何故反生嗔？

101 如我欲趣苦，然蒙佛加被，閉門不放行，雲何反嗔彼？

這就是我們剛才講到的，於真正願意修行的人來講，逆境反而是催生修行成熟的最佳的緣分。這個是教育上很大的一個問題。過去，有很多人認為孩子是需要鼓勵的，做了一點點就一直跟他說，好啊，太棒了，你是最好的，你是怎麼怎麼樣，這一種的理念。這樣的一些教育下，長大成年以後，如果你去到其他的世界、其他的國度，如果在某一些大家都認同這個教育的方式的環境裡，可能會有一定的環境上面的相配合，但是在其他有些地方，就不一定如此。如果你在一個特定的老闆手下工作，老闆的脾氣非但不讚美你，以至他會有比較打擊性的語言，這樣子的時候，這些人因為從小心裡面都是習慣一種受肯定、被寵愛，好像不能面對真實，就是一直處在一種，怎麼講呢，很難勘受負面的逆境，缺少一種由負面而帶來的一種增上的能力。所以說， 如果你在小孩子成長的過程當中讓他們知道，其實做得還不夠好的時候，就會有人真實的跟你說，現在還做得不夠好，應該再改善，然後，除了聽到一些善意的鼓勵以外，他願意聽一些對於他的水平，他所做出的事情這個上面的一種比較客觀的評價，從不同的人的角度看起來，肯定會有一種整體看來是趨於比較理性的一種判斷。那樣的話，剛開始，這對他而言不見得是那麼開心的一件事情，當聽到稍稍有所否定，譬如說說你現在做得不夠好，這樣子，這也是讓他在更大作為上面改善的一種好方法。所以，一種自我醉迷，周邊人相互讚美這樣，這個對一些特定的人可能也有他的必要，類似於抱團取暖一樣的那種的做法，可能有他一定的用意，意義， 然而更有力量的一種做法就是，像前面講到修菩提心的時候，講菩提心的重要性，第二個就是懺悔。

一般的人說我不願意像給自己開刀一樣去做這種懺悔啊，集資淨障啊，這樣子，反而是說我要成就好的東西，然後得到好的東西，給予什麼，有這種的想法。所以，在開始的時候有這種的懺悔，那個心是在真真正正的進步，就像從根上面有刮骨治療一樣，有不好的東西敢於歸咎與自己，畢竟，修行佛法，深層的這種修行就是跟修心有關係，在佛法當中，知慚有愧是一種功德，可以改正自己的過失。

所以，在麥彭仁波切的「二規教言論」等中都會講到，最佳的品質裡面就有自我評估的品質。自己可以審時度勢，能夠自我反省，能夠向內尋找，以及這些方面的一些更加成熟的樹立功德的方式。不然的話，有時，人沒有那種的善惡取捨，沒有基本的是非觀念，那今生做的事情也可以蒙蔽自己的心，以至於醉迷自己的神智、心智，最後發現那些做法的背後就是一顆自我、自私、我執、我愛的心，由於包裹的習氣太強，所以還是不能夠徹底的從根上面去改善，而只是一種表面上的裝飾一樣。所以說根本上面的一種改變非常重要。

下面這個裡面說，如果經常被人讚美，這樣子，心當然覺得滿意，讚美了你都滿意了，那認為我是最好的狀態，就不思求取更高、更深、更好的境界，就有這種心。 於是，心會墮， 會散， 然後就障礙厭離心。因為在沒有碰到什麼太大的逆境的話，很多人整個就沒有出離心，但是，最後被動的出離，在人生的生、老、病、死發生的這樣的時候也很難接受。因為在成長的過程當中，習慣了不斷的擁有，覺得還有千年、萬年等著他去享福，過人生，有這樣的心。某一天，發現愛別離苦，求不得苦，不欲臨苦，怨憎會苦，生老病死之苦，這些一波接一波的，海浪一樣襲捲過來的時候，心裡面還沒有準備好。 在這個短暫的光陰當中，在你得到嘉獎，得到各種肯定的時候，會對跟自己相似的人產生嫉妒的心，所以嫉妒有德者，毀害二資糧積累的機緣。

所以，在這樣的狀況下，如果有人毀害聲譽，就有點像是一種修行的考驗一樣，那不是在幫助自己嗎? 因為世間的這些名利財色的得失，其實都是非常短暫光陰當中的事，不用把它看成永恆，因而去造做積累負面的業障，所以說，這不是在幫助我避免墮入惡趣嗎？ 並在驚醒我嗎? 讓我在修行的道路上對什麼是重要的，什麼是不重要的這些上面有所反思嗎？

所以，如果自己不求解脫、也不想利他，那你就像順勢派一樣，不管過去世，也不管未來世，就只管現世當中的吃喝玩樂。 對那這樣子的人，完整的入行論的內容，法義你肯定得不到。但如果你是一個求解脫的，而且將解脫作為超過世俗欲求和安樂的更大的目標，對於以解脫為目標的人，以利他為目標的這樣的人來講的話，世間暫時的這種境啊、利啊這些都不重要。其他的人過來對他造成損害的時候，這是更好的一種訓練修行的時刻，是在幫助你解除對於八法執著的束縛。意思說，當受到這麼大的恩德，對方在幫助你轉化的時候，你反而對他生起嗔恨的心？舉個很明顯的一個例子的話，比如街上有衝突的兩個人正在吵架或者準備大打出手，這時，如果一個很有力量的人來勸解、勸架，把兩人拆開，避免衝突和因此造成的很嚴重的傷害。這樣子，可能雙方在冷靜下來以後，會覺得目前沒有不測的後果發生，沒有產生很嚴重的問題，這時應該很感謝這個勸架的人。 所以，當時因為礙於面子，就是不認輸而發怒，種種的原因，但若是不小心做出很傷害的行為，這是非常恐怖的。所以，以前不是也戒毒所啊，後來，當他們戒毒成功的話，他們很感謝幫助他們解決這個問題的人。類似的，在奔向輪迴這個苦難的深淵的時候，以前用監獄、鐵屋來比喻輪迴，就你往那個方向使勁走的時候，有人就關門，把門擋住，不讓你往裡面走，這個是蒙佛，受佛的加持下出現這些因緣，剛好不讓你去完成這種痛苦的事情，不去做使自己長期受苦的這種因緣，那這樣子呢，我們應該產生感恩的心。

現實生活當中真的很多人是這樣子，意思說，他本來其實不太管修行，也不太重視學習佛法，但有一些是心靈上面出了一些事情，有時是親人去世了，有時是自己受傷了，住進醫院了，或者是其他的車禍，也有很多人突然就開始想到生命如此脆弱，人的這種生滅真的是像水泡一樣，像露珠一樣，其實各種因緣稍微再深一點，再稍微走遠一點，可能這個人就不在了。那這樣子的話，內心當中會想到我要尋找生命的意義，所以應該去了解因緣果報，應該多了解前後世，我為什麼不關心呢？這是很重要啊，是你在完結這次生命以後要繼續旅行的方向，那為什麼不關心呢？有些人就簡單的說，來世可能不存在，那到底存在不存在? 我需要多學習啊，多問啊，多了解啊。對暫時沒有定論的人，至少你要好好的去努力，去多學習，這個很重要。所以，這是一部分。

有些人會想說，從有機會啊這種的層面，如果我心態上面沒有準備好，如果我生氣，那這樣子的話是不是說其他人對我是有害的，或者說我本來想要修這種福德，修善行，那其他人阻礙我去修行，阻礙我做正面的事情，這個是不是其他人起了一種負面的作用，是一種破壞性的，所以我應該有理由去恨呢，去討厭別人呢？ 這個上面說，修最勝的福德莫過於安忍，就是前面講到的「罪惡莫過嗔，難行莫勝忍」這種的。 所以說：

102 謂敵能障福，嗔敵亦非當。難行莫勝忍，雲何不忍耶？

103 若我因己過，不堪忍敵害，豈非徒自障，習忍福德因？

因為自己的煩惱嗔恨的心粗重，習氣濃重，所以就不願意忍受。就不要說敵人很嚴重的傷害，哪怕是就是別人的一個眼神，一個自己的一些誤解，心裡面就會把它往負面的方向去想，都會把它變成有模有樣的，有鼻子有臉的。這樣子豈不是自己給自己製造障礙嗎？自己破壞了修習安忍，積累福德的這種殊勝的因緣，助緣嗎?

所以敵人的這種的概念其實是最佳的一個助緣，而你有什麼樣的心，最後就得到什麼樣的果。或者說你就是你自己的心的投射的結果。所以，善惡都如影隨行，就是自己的投射就像你自己的影子和你的身體走的一樣。所以，福德和苦難，安樂和痛苦，福德和這種的業障，這些都是隨著心而產生的。就像有些人會這樣想，那至少對方要負一半的責任，我負一半的責任。 這種是二元世界當中的這種投射，當還不知道業是怎麼投射的時候，人會這樣想。所以，有些人總會挑一些問題，法友這個的。佛法當中說，要珍惜佛法，珍惜法友，珍惜這種因緣教法、佛法上師，這樣，那他總會想更多的理由說這個不好， 那個不好，或是這個我不滿意，那個我不滿意。他總覺得外面的對境有責任。但事實上面，就像你做夢一樣，輪迴的這個大夢當中，當你自己醒了以後，你投射的一切都是跟你直接最有緣的，你是最主要的負責人。所以佛也講了，說，佛要幫助你的時候也只能以引導的方式，導師這種的方式來讓你步入解脫。至於解脫完全要依賴於自己。為什麼呢？就是因為這一切都是你的投射。如果這完全是外緣的話，佛肯定會說這一切投射由神來負責任，或者說由其他的人，其他的這些讓你產生這些投射的其他的力量來負責。一神教裡面會這樣，說，這一切都是神的創造，神的安排。那這樣子，你可以怪罪於神，說為什麼對我不公啊，這類的。但是，這因為是你的業和習氣的直接相關的投射，所以這樣子呢，如果你向外尋找答案，向外找理由，這樣子就是在世俗範圍裡面的事情。如果你真真正正更多一層的了解世俗諦本身的話，那可以了解到說，這個最主要的責任者唯有自己。對你自己的業和投射，來到此世間，這一些當中，就像我們剛才舉的這個例子一樣。做一場夢，無論是夢境裡面有人幫你，有人害你，這一切到最後你要對這場夢負責，因為那是你的夢。所以曾經有個鬼的故事麼，說有鬼在壓身，然後很恐怖，百般掙脫都掙脫不了，最後急中生智問鬼說 “我有什麼辦法擺脫你的束縛”，鬼說，“我不知道，那是你的夢，我怎麼知道？” 所以，這是一個很重要的一個點。經過一種漫長的這種痛苦以後，有些人可能還是很難了解的。根本上面，一方面是說對一個修行者而言沒有真正的所謂的敵人；另外一個，如果暫時有這種負面、逆境當中的一種顯現的話，那是說所謂的敵不是障礙福德的因緣。所以，就是這個後面講到的這個部分，這個後面再舉了兩個例子：

104 無害忍不生，怨敵生忍福，既為修福因，雲何謂障福？

105 應時來乞者，非行布施障，授戒諸方丈，亦非障出家。

如果說我們有敵人出現時令自己不開心或擔憂的觀念，那在這個思維的局限當中，你會覺得敵方是比較負面的。但是你再進一步去思考，說人生本身是個實驗場，一個修行的過程，一個只有你趣向於哪裡的一個方向，你留不住任何東西。所以在這個趣向解脫或者墮落輪迴的上面，我們以前說的從白業走向解脫，從黑業走向解脫，或者從白業走向黑業，或者從黑業走向黑業的這種做法，離解脫到底是遠和近，和目標是不是以解脫為道，這個都只有看自己。對於真真正正想要解脫的人來講，真真正正的安忍的功德來自於這種修習忍的過程，這也是最好的懺悔，最好的積累資糧，懺悔業障的方式。提前用修行的方式把過去積累的業緣遣除。 再一個，就是解除因為現在的造做而創造未來痛苦的這個因。所以，在現在，安忍的功夫是懺悔過去的業障，增加未來的福德。所以說，怨敵出現的時候是給你鑰匙，給你轉變的機會，所以是直接修福田的助因，那為什麼把他稱做是障礙呢？為什麼認為是福德損耗的因呢？其實不是，只要你了解這一層的內容，就去用。這個後面兩個例子很顯然講的就是這個部分。

真的也是如此。 有很多人一輩子儲蓄某一種的東西，最後他都不知道這些東西要給誰。給這個也不放心，給那個也不放心，或者說就隨便給任何一個人，各種各樣的都有。像美國，我以前也聽說過有一些人。

如果你有一些能力，你想要去施展你這個能力去幫助別人，比如說有很多義工，他們去幫助的地方並不是去很享受的地方，他們要做很多事，但是他們很歡喜，因為他們心裡面已經準備好花這些時間精力去專門做利他的事情。有些人在非洲，有些在亞洲，有些在美洲，反正到哪裡都有。有些人在一些疾病流行甚至會給自己帶來傳染威脅的地方，他們去的人很有熱情。曾經在歐洲我也碰到過這樣一些人，他們參與聯合國的一個項目，基本上，在多少年中全部都是奉獻在這方面的事業上。對這些人來講，他要幫助的對境的存在並不是他們的障礙，反而是幫助他們更具有一種的勇氣，有一種的愛心把自己的生命奉獻於這些事情上面。類似的，這兩個例子也是如此。

在那些人，他們的眼睛裡，他們不會討厭環境不好的地方，這個世界上存在各種各樣的環境，他們也不會討厭有傳染病的人，因為他們覺得這些是可以經由他們的努力來改善的。但是，如果你沒有幫助他們的心的時候，就什麼都可能會很討厭。 見了貧窮的人心中也非常不如意，不歡喜，然後，當然見到生病的人就更不歡喜，覺得是越遠離越好，馬上就轉身，有些生病的人受到各種的歧視這種的事也很多。所以，這後面進一步講了，不但所謂的敵人不障礙你福德的積累，相反，就是因為他們的出現是你積累安忍，積累福因的最好的方式，最好的因緣。

106 世間乞者眾，忍緣敵害稀。若不外植怨，必無為害者。

107 故敵極難得，如寶現貧舍，能助菩提行，故當喜自敵。

108 敵我共成忍，故此安忍果，首當奉獻彼，因敵是忍緣。

109 謂無助忍相，故敵非應供，則亦不應供，正法修善因。

110 謂敵思為害，故彼非應供，若如醫利我，雲何修安忍，

111 既依極嗔心，乃堪修堅忍？ 故敵是忍因，應供如正法。

這裡面就具體講了為什麼敵方是修習安忍的助因。說世間乞丐眾多，但忍緣稀少。如果你不害別人，就生起來一些怨害因緣，這其實不容易。過去生你可能有傷害別人，所以這一生你想不通為什麼他要傷害你，但這是過去的因緣產生的，這種會有。但當沒有任何外在的因緣，忍緣就比較少，所以要珍惜這種忍緣。當然，你不需要刻意的去招喚或者是製造忍緣，這樣的話你也會給別人帶來身心的障礙。但他人主動的給你提供忍緣，變成了對峙的、對立的心態的話，那就去好好的珍惜來調伏自己的心，讓別人也得到某一種的解脫。所以不要給人製造更多的擾亂，無辜的陷害。所以，這裡用了這種特別優美的詞，像貧窮的人得到了發財的機會一樣。因為敵人如此難得，遇到了，就像貧窮人得到了極大的發財的機會，就覺得很珍惜，這樣子，因為你能夠修菩提心。安忍本身是六度之一，佈施，持戒，這些功德也在安忍的功德裡面。意思是說， 當有人傷害你， 你還是以如法的方式來回向他，有些時候，甚至別人用傲慢的心，用比較歧視這種的方式對你，這樣的時候，你還是抱持平穩的心，或者是還是非常溫暖和友善的心去回應。這樣子能夠幫助修持菩提心，所以你應該很歡喜遇到這樣的對境。尤其是說，你修行安忍的功德，對於今生來世以及直至成佛解脫當中都是一種助緣、助因，所以說，這些都是因為對方，敵方的存在所以才會造成這種成就安忍的因緣。所以說，修安忍獲得任何果的話首先應該回向、奉獻給忍緣，就是這個敵方。

如果你有下面的兩種思考，一個是說，他不是為了讓我修安忍才對我這樣啊，他甚至是想害我才這樣子，我就不把他作為我的恭敬供養，或者是回向度化的對象，那這樣想的時候， 你不是發菩提心，早就發了一切眾生都要度的願，就是眾生無邊誓願度這種的心，為此呢，法門無量誓願學，煩惱無盡誓願斷，然後佛道無上誓願成，就這種的發心以外，那如果你覺得對方沒有這個意圖，或者是意圖是相反的，因為這個原因所以我不應該尊敬他們，不應該回向和共同的這種成就的發心， 這樣子呢，就是說，你用了這個法本， 修一些法本，很正規的法本裡面有解脫道的知識，一樣， 法本它本身沒有直接地說我要利益這個人或者那個人的主觀的一種心態。所以，他並不是因為讓你修忍辱才這樣做，並沒有這樣的發心，但不代表他不重要。

就有些時候，比如說你在聽法的時候， 因為在很多佛學小組裡面，有一些輔導員啊，有一些是自己的父母親信佛或者孩子信佛，兄弟姐妹們中某一些人信佛，相互說的時候就 說: “啊，我學的比你還多，你不用給我說這個”，或者是有些人有這種的心態。其他的，有些說 “那法師他自己也這樣、那樣” 。這個像之前講的一樣，如果有人願意從內心當中願意分享佛法， 那這樣子，就是有也要一種恭敬的心。我們說善知識這樣的時候，有一些可能是稱不上善知識，有一些可以稱的上善知識。如果他能圓滿佛法的教法和正法兩種是最好的，就是在經驗上面他也有空証見的經驗，是証悟者。但有一些人並沒有空證的經驗，而他有善良的意圖，有慈悲心，所以就是跟別人分享，這樣的時候， 這個也要珍惜。因為至少他裡面有教法的成分。

所以，在這個里面能夠理清很多東西。在平時的社會當中處世的時候， 我們不能只是想說一切都要圓滿的， 像佛陀一樣，不然的話，其他的我都不聽，或者說其他的我不買帳。前幾年在北京那些地方，據有些居士人說，那邊已經有二寶什麼弟子，說僧寶已經不要。 這個肯定是一種不了解佛法的很淺的想法。如果你學習三寶的深層意思，內、外、密以及種種的顯密的見解，那肯定他們這種所謂的「僧寶不要」這些都是一種很不了解的一種表現。所以說，如果要好好的去修一個很堅忍的、忍辱的心，成就比較大的忍辱的功德的時候，最重要的其實就是具有擾亂你的心的這種地方，甚至有嗔恨心，甚至嗔恨心極重的這種的人。依於這種的經驗，這種的調伏，整個止息，自己能夠調伏，然後能夠勘忍修行，安忍。那這樣子就是把他當做如法教一樣，很重要。

所以「故敵是忍因」，是安忍修行的這種助因。我應該在經驗當中的法一樣， 不是紙上的， 是經驗當中修行的。有時候你念儀軌是一個經驗，有些是直接用文字來啟發的，還有一些經驗是實際生活當中有人啟發的，他沒有說我是一部經或者我是一個儀軌，但是，這個剛好是最好的挑戰。這是為什麼在大乘的密乘修行裡面，他們有些時候去墳場啊，去有鬼的地方，怎麼樣的，一個是利益他眾，也是增上自己的體認，對修行的了悟。這樣的話，現象都變成了修行的對境，自己的投射都變成自己進而自解脫的道路。所以後面這個是，眾生和佛的平等的幾句偈頌， 最後幾個。今天就把它一起說完。

112 本師牟尼說：生佛勝福田。常敬生佛者，圓滿達彼岸。

113 成佛所依緣，有情等諸佛。敬佛不敬眾，豈有此教言？

114 非說智德等，由用故雲等，有情助成佛，故說生佛等。

所以說，釋迦摩尼佛說眾生和佛都是福田，是成就殊勝果位的這種福田。所以說，要成就佛果，一半靠佛的恩澤、加持， 一半靠眾生的福緣、恩緣，恩田，悲田，在這個上面，最終成就圓滿的佛果。在成佛所依的因緣上，有情的這種恩非常的大。

所以成佛上面， 比如說修佈施的話， 如果你沒有佈施的對境，要怎麼修佈施呀？ 佈施是一點點， 但是佈施的果報會非常的大。你給某一個人一萬塊，或者是一千塊，一百塊，這個對他來講重要也不重要，這些錢可以花完很快，這類的，就是一時的、一生的幫助。但是你藉由這些行繼而產生的功德，就是我們所說的這種增上、異熟、等流這種種的果， 如果你發心正的時候，普遍回向這樣呢， 這個善根乃至於一直到成佛之間會不斷積累，這個果層層遞進。相比較你的付出是一小點，但是獲得的果很大。

類似的，安忍就是一時而已，一時間對某一個人，在某一個場景下的一種暫時的，就像烏雲遮蔽一樣，下了一場雨。 在那個時候，如果你能夠用正面的發心，能夠調伏安忍，在正知正念下，於不捨菩提心的方式來去做的話，那有極大的恩德， 成就極大的這種善果。所以，這樣子的話，哪有敬佛不敬眾生的道理呢？哪有這樣子的理由呢？這樣的教言呢？從來沒有。佛陀的教法當中發菩提心的時候說是為利益為一切眾生，沒有說不管一切眾生，沒有這樣的。

所以後面的就是“成佛所依緣，有情等諸佛”，然後最後一個就說，“非說智德等，由用故雲等” 。

這個上面的等，說佛和眾生是平等的，這個意思也要講清楚。並不是說他們成就上面、果位上面是一樣，而是說對修行道用上面來講有一樣的助緣，就是成佛一半靠眾生恩澤的因緣，一半靠聖尊、佛的加倍，這種的恩。 智慧上面來講， 當然，佛已經圓滿成就這種四身五智，四身五智我們上次講皈依的時候已經說了， 然後說二十一類的無漏的法，就是我們在學習是要成羅漢勝果，菩薩的這種果，以及佛果的時候講到這個， 就是三十七菩提分，三十七品的分，或者是講到已經圓滿了這種四無量，六度或者是八解脫，然後，禪定的功夫也是一樣的，能夠等持安住在這九等的境界當中，八勝處，或者是說十便處，就是沒有污染，有願力和佛陀的這種智慧。從佛陀的成就當中也有這種，比如說，五眼六通，這些當然就圓圓滿滿。最高的就是佛眼嘛，佛成就的時候；法眼的時候應該是見道的這種程度；慧眼，是次第見道以後的菩提道；天眼的時候，就是還沒有見道當中。「通」這種的一般在天人的世間當中都有，除了灭淨定的這種以外，其他的六通都應該有天眼、天耳、他心、宿命通，這些。所以，還有身、緣、心、智的四種的清淨，種種的自在，然後說十力，十力裡面也是說知道處與非處，知道業報，過去的這種細微的業報，有佛的境界下知道的，也有菩薩的境界下知道的。所以，十力上面也有菩薩的十力，以及佛的十力，這些不同的。所以，知道其他人的這種根性，善根、慧根之類的。以此類推，也就是十力、四無畏。包括如法的去講法，境界上面，自己所成就的和為了讓別人成就圓滿，不會出於顧及世間的面子或妥協，好像是一種類似於正知正確式的講佛法呀，而是要講到別人痛點，別人缺點、難點，對別人有益處，你知道，要幫助他人的時候就需要講出來。現在很多講法時候，都是一些像用雪糕不斷地甜別人的嘴，譬如怎麼去找幸福啊，這種的書，可能也有它善巧的地方，但是有些是說要直接像竅訣式的，是直接戳到要害，擊到要害一樣，粉碎種種的我執，佛法不能變成加強我執的工具。

所以說，利他的時候就是有四無畏，「說道障無畏」，「說盡苦道無畏」，然後十八不共。 以前好像我們也提過所有的這些十八不共的內容: 包括身語意這些當中，沒有過失，可以勇斷細微的執著習氣，一切種智的成就，從這些上面來比較的話，那佛和眾生是有差別的。

但是，對於修行者集資淨障，以及積累福慧二資糧，這些上面來講， 有它的不共的因緣產生。眾生你每天都能夠見到，能夠接觸到，在這個當中實踐六度、十善的話，這是最好的對境。佛菩薩他們是聖者。像前面說，如果所有人都是像醫生照顧病人一樣的話，像你向誰去修安忍呢？在這麼慈愛、利樂的這種方向上你是沒有什麼安忍可修的。所以說，他有特定的不共的這種對境，所以變成資糧田，修行的這種助緣。

我們今天到這裡，扎西德勒！

此福已得一切智

催伏一切過患敵

生老病死猶波濤

願度有海諸有情