20190606

安忍品 總複習20190606 央瑞上師

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）

我們稍稍安住在皈依和菩提心上。

聞思和修的過程如果能同步最好。不然聞思修就完全拆開: 聽聞的時候不思維；或者說聞思以後就放棄修行；或者是想要修行，但是沒有任何聞思，這些都有點困難。 如果沒有聽聞到好的理論，然後去胡思亂想， 有時候也比較困難。所以，聞思修這幾個就要合起來，盡量時時刻刻同自身的經驗高度結合，或者結合個人的認知，來轉化。這個變得非常的重要，這是一種竅訣式的實修一樣。在聞思的同時，盡量，不用快，有些時候，人也有這種的心理麼， 就是說，那我應該達到得標準是什麼呢？標準，當然有一些驗相上面、聽聞上面的標準。但最主要的標準是你自己的心，你現在做什麼? 這個標準在哪裡， 你自己需要看。

我們說， 聞思的時候有各種的，比如說五種清淨圓滿的發心啊，利他的菩提心啊，應該是最好就是這樣的。但是，另外一個來講，如果這顆心沒有生起來的話，比如說五種清淨，五種圓滿這種的心沒有生起來的話，你不能假裝說「我當它已經有了」，這樣也不可能的。你需要好好的去觀察自己的心處在什麼樣的狀況，心是用在什麼樣的方向上面。如果平時，在你不注意的時候，心思可能沒有用在正道上面， 在想一些細微的心事，思慮的時候都在思慮一些沒有太有必要的，或者是觀察種種的過失，或者是思維用在恐懼、憤怒當中，這種的話， 你修負面的力量比修正面的力量可能都大。

所以，時間要花在善念上面。 如果你有很多感情的話， 用在某一種利他的，寬容的這些上面，這樣的能力都可以用。像有些人用心思捉摸很多事，捉摸的時候，如果他沒有去捉摸這個心的本身的話， 慢慢慢慢，他會捉摸進去，直到出現一些大的障礙的時候才發現這顆心本身誤用了， 然後，有些時候也可能造成自己和別人無法彌補的過失。所以，平時觀察自己的起心動念也好，要阻止某一種習慣性的，破壞性的思維，或者說不要老去想那些只能給你身心帶來障礙和傷害的做法。這樣的話，你就自然而然的，自己的心思會提醒自己，心思用在哪裡了。這是為什麼八正道裡面講見解思維的部分講要正思維，正見，正定，從這種上面去提醒自己。包括皈依、發菩提心的時候也一樣，了解了內、外、密皈依的以後，剛好映照，這是正念嗎? 就是能夠把理論想得起來，同時觀照當下，你到底是在思維這個理論嗎？還是真真正正生起這種理論當中的某一些品質? 要往這個方面去努力。沒有生起來最高的標準的話， 那也要往那個方向，次第的拾級而上，慢慢的去努力。

我們差不多今天早上就要結束「入行論」的第六品，「安忍品」。 我們整體簡單說一下，就是以安忍來轉化這個嗔恨的心。安忍各種各樣的情境。你有千萬個理由可以去做各種的反應，也有千萬種的面目，就像八萬四千種的煩惱一樣， 各種各樣的。你有時候看它，這不是宗教的領域、不是信仰的領域， 我這個是經濟的問題， 我這個是愚痴，我這個是政治問題，那個是什麼價值觀，各種各樣，你可以用很多名詞，而這些都包括在安忍的範圍裡面。只要是有關於心的，只要引起你的惱怒，引起你的不安，引起報復、嗔恨的心，那這些理由，不管是如何千變萬化的種種原因，這些都包括在安忍的範圍裡面。

如果你把修心本身放在一種隨時可以關閉，隨時可以掐滅的狀態，好像晚上睡覺， 白天醒過來工作一樣，這樣的話那不是修行，這就是在找另外一種的娛樂，或者是就像有興趣愛好一樣， 把它當作一個興趣愛好，就是有空的時候去玩一玩，這樣其實不是修行。修行的話，就像我們以前說的一樣，你就是要把自己所有的人生，按照這樣去實踐， 這是你人生的道路，要這樣子去了解。不然，如果你還有二心，三心，四心，五心這樣的話，就像在一個社會當中，人可以有多種面孔，多重樣子，修行人也這樣的話，估計會最終變成一種自己騙自己的做法。根本上面，這種不是真真正正修行者應該做的事情。所以，佛的功德裡面， 其中一個是說，他可以如實的見到一切法。 所以，一樣的，如果你還是有多重面具這種， 這遠遠不是修行的這個方向。

這裡面的意思是說無論如何都要修安忍。現在，人和人有多種的接觸。過去的時候，人的交際可能是在小的範圍裡面， 比如奉行三綱五常這些的環境裡面， 也許你長期面對的是一些固定的人，以此為對境來修安忍， 譬如做一些合理的事情，不要亂了規矩，依照家訓這些。這很多是為了大家和諧相處的一種做法， 有它的必要。而現在的社會變化很大，這些變得不怎麼合適了，因為現在的社會人們有更廣大的空間和接觸的因緣。

當然，你可以在一個很豪華繁華的城市裡面離群索居。 你也可以在網絡上同別人有八面玲瓏的交際，但是自己很孤獨，這些也是會有的。然而，從另一個層面來講，你可以一下子在幾分鐘裡面就可以聚集上萬的人，這在以前是不可思議的一件事，但現在網絡可以辦得到。網路上一下子見到的各種事物也多， 也比較雜。 甚至現在婚姻的對象很多都是從網絡上開始結交的，這個也是一種渠道，當然無可厚非。交朋友、認識人，甚至專業領域的很多發展，很多都是通過網路這樣子。所以，意思是說這個社會是多種的、多元的、 混雜的、具諍的世界，有很多言語口舌當中的爭論，利益場上的爭論。過去的時候， 個人的財團或者小生意要跨很大的地域去發展，這些其實很難的。而現在社會裡面，只要在家裡動一動手指，某一種程度上，人們就可以放眼世界，耳聽八方一樣。在這樣的時候，就更需要如何修心的一些方法。以前我們聽說過很多統計資料上面的一些資訊，說，現在的疾病其中大很多是一種心理疾病，有多的種類：沮喪、憂鬱，壓力轉成各種暴怒，憤怒，各種傷害的行為，自閉症，輕生，種種的這些方面。很多是因為沒有正確的疏導，見解上面沒有好的引導，這樣的情況下，他不知道如何作為，如何去判斷功過是非，不知如何取捨，這些方面會出現比較大的挑戰。有些覺得生命沒有意義，有些覺得應該不擇手段，沒有善惡是非，要充分的去做事，有這些觀念。這些是我們順便提到的。

所以在這個時候，說到對於讓我們痛苦的人要怎麼樣去修安忍， 然後，如果我們受到了某一種的詆毀和侮辱，這樣的時候要怎麼去修安忍。所以，首先了解不安忍的過失和安忍的功德，從今生和來世的層面。當然，佛弟子肯定會對生命的這種延續有了解的，但還有具體的一些內容要了解，譬如在你的親友受到傷害的時候， 應該是以怎樣的心態和作為去保持你的心，不要添亂，不要去製造更多的問題? 還有，就是對於怨敵的某一種看法，到底他是不是一個怨敵? 怨敵是怎麼形成的？從你的內在到其他人的作為之間，到底誰在做真正的主導，是誰的力量驅動了最後結果? 然後，當你自己的親友朋友作害的話， 你適合的做法應該是什麼? 世間上面的所謂害，這些的，到底應該怎麼去看?

所以在這個裡面， 要完整的，比較全新的認識到情緒的運作及其後果。我們認為是所謂很敵對的東西，也有它的價值，就像所有的植物本質上面都有某一種的藥性，可以做某種藥用， 有藥用的價值一樣，所有的情緒本質上面都有可能變成成就的助緣。從這個上面，主要是從修行的整體的角度去看。佛法的修行本身是無害心，緣起見， 應該有更廣泛的人去了解這些，包括什麼是修行安忍的功德以及如何修安忍? 安忍到底在哪裡? 為什麼要修安忍呢？不修和修的差別在哪裡？功過在哪裡？這樣去徹底的分析以後，我覺得這對很多人而言，它的利益一定會比世間發財啊什麼的不知道要好多少倍。因為人的精神意志，內心的品質應該才是幸福和痛苦的最主要的關鍵，也是自己打造什麼樣人生的一些主要的因緣。

在這個學習的過程當中，可以有學問派的這種講法， 就是把科判講得非常細，結構體現得很準確， 但是這樣往往會過分注重於它的架構，就像研究一部機器一樣，比如說研究車子，你好好去研究他的的結構，它的輪子、發動機，各個層次的部件，它這樣運轉的妙力在哪裡，一直在研究這個機械原理，最後卻忘了去開車，忘了去用它來達成具體的事情。類似的，佛學中也有很多原理，當然要了解這個原理，然而了解原理後能夠結合有效的修行才是圓滿。在學佛中，如果你不是運用這種法的話，就像我們上次講過得，智力的層面一些認知是增加了，但以大悲的心去實踐，以及在能力的層面上去運用，以此來產生有意義的推進，像利他的事情， 在這些上面會差很多。

所以我們走的是一種中間的方式，不是以學問派、偏理論的方式來刻意的咬文嚼字，類似於比較各種學派的觀點的這種的方式，而是以稍偏向以生活和修行為主導的，因為這樣的學習方式是最貼近於運用的，在用的時候就能比較自如。最終來講，佛法的所學是為了學以致用，世俗的學問也是如此。 如果變成「高學低能」，這樣就不好。

那我們就從今天的內容逐漸開始：

「安忍品」裡面，之前我們講到嗔恨的原因：一個是阻止自己想要的事物，或其他人產生了阻止自己欲求一些東西的心，或者是給你製造一種不喜歡的東西，這兩種。 依此類推，對你的親戚也是如此，若有人對他們不利的話，你也會很生氣。然而，對你不喜歡的人， 當有人祝福他，讚嘆他，你也就不歡喜，憎恨的基本的方向就有這些，要具體講的話，這裡面比較廣泛，種類太多，產生的情緒上的差別也很多。有這種的不滿意、敵意的心，競爭的心，有從恐懼、不安的心轉化成某種惱羞成怒的心，種種的，都很複雜。 但是，如果仔細看就都是心裡的一些情緒的障礙， 認知上的障礙，或這種障礙的呈現。

我們在生活當中，眾生有各種呈現。當我們說要愛眾生，要減少他們的痛苦，去利樂他們的時候，有些人心裡面會思考說，我為什麼要利益眾生啊？這裡面就是講到: 你成就佛和菩薩的果位需要助緣，需要眾生和佛共同的勝境，需要福田和這種恩田或悲田，需要這兩種的對境來完成一個修行。之所以眾生能成佛，肯定有他的很重要的一個道理在。 如果眾生是那樣的不應該被愛，應該被拋棄，佛是那樣地應該被尊重，如果是這樣的話，應該沒有眾生可以成佛才對，就像這兩個之間建立不起來連繫一樣。其實，眾生是未來能成佛的，是未來的佛， 佛在過去生也是眾生。所以，從這個道理上來進一步了解，就應尊敬、恭敬眾生。

過去、現在的這些佛之所以成佛，是他們過去也利樂了無量的眾生，對眾生發菩提心，行利他的事，增上證悟，圓滿利他的事業。 他們過去是這樣， 那我們是不是要這樣呢？ 也是一樣，也要緣眾生才能夠好好去修行。若不依賴任何眾生，對聖者廣大的功德沒有恭敬心，對眾生的痛苦沒有同情心，這樣的話，沒有什麼真正的取捨、修道和廣大的悲心。如果沒有緣法的悲心，那麼緣眾生的悲心也不可能生起來，所以也不可能有後面的成就證悟，也不可能成就任運自生的大悲心。

要成立恭敬眾生的因，就是懂得為什麼要恭敬眾生，要將過去的這樣那樣的一些迷亂的思考方式斷除。 然後，講到佛和眾生有很多同質，就是說眾生皆具佛性，當然，眾生同具足圓滿功德的佛是有差別的。這部分我們之前講到過。不然人會有爭論，說把眾生說得那麼重要的話， 那眾生和佛的差別在哪裡？眾生不是迷亂的，有煩惱痛苦，會淪落下墮嗎？ 所以在這個上面，之前我們澄清過這部分的內容，這裡也提到這個部分的內容。

115應供慈心者，因彼珍貴故，敬佛福德廣，亦因佛尊貴。

116助修成佛故，應許生佛等。然生非等佛，無邊功德海。

117唯佛功德齊，於具少分者，雖供三界物，猶嫌不得足。

118有情具功德，能生勝佛法，唯因此德符，即應供有情。

這裡，大體上面說，要以慈悲心來供養有情，利益有情，因為有情是我們修行的悲田。我們緣此而生起廣大的菩提心，緣此而走出我執、我愛的種種煩惱，逐漸擺脫被自我和自我執著完全困住的這顆心。然後，也願意進一步的從認知上了解法無我，無我空性的這種的智慧。 尤其是法無我的教法和智慧，這跟未來成就色身的圓滿來度化其他眾生相關。所以，圓滿呈現不僅僅是寂滅的狀態，還有以報身和化身的方式來利他，這是圓滿二資糧，自利利他，成就二利。 所以菩提的事業上，世俗也一樣，這些修行是一脈相承，都是相關的。

眾生能夠幫助並促成成佛的因緣，從這點上講， 眾生和佛是相等同或是相似的，尤其當強調這方面恩德的時候，生佛相等。對我們修行人來講，眾生和佛都有一樣的恩德。但這並不是說他們的功德完全一樣，這個我們上次說到過，「十力」、「四無畏」這個部分，跟這些也有關係。

在修行過程當中，修資糧這些，講到二資糧以及三十七道品的這種四念住：「身、受、心、法」；四正斷，就是「未生惡法令不生，已生惡法令斷滅，未生的善法令生起，已生善法令增長」；還有四神足，以及五根、五力、七覺支、八正道這一部分，就是三十七菩提分這個部分。

除此之外，像我們上一次說到的四種清淨，十種自在，十力，十遍處，八種解脫，這些以外，佛的特別的功德裡也會講到說「無護」。 「無護」的意思是說，佛的身語意已經成就圓滿，從細微這些上面沒有任何需要隱瞞的過失。 所以，釋迦牟尼佛在大眾面前沒有什麼要特別要防護，警戒的，這種。然後，佛時時住在一種？??的層面。 意思說，當很熱情的弟子，修行比較好的弟子， 或者是新見面的一些人當中，有些人會有恭敬心去聽受佛法，佛對此並沒有貪愛之心，沒有對個別的貪著。 然後，對於一些人在他面前顯現出種種的不敬， 不願意， 這樣的時候，佛也沒有對他們生嗔怒之心。 佛不會因為有人願意聽或不願意聽而墮入貪瞋的情緒之中。 世俗當中的有些人是這樣，當別人認同我的觀點的時候，心中就覺得挺好，當他人反對我的觀點，很多人當下就不愉快或者是嗔惱之類的。尤其是如果有些人還耿耿於懷的話，那就更不好。

講到佛的念無失，在利行、利他的事業當中，佛講法的時候有定期和長期的。定期的，就像海潮一樣，比如說結夏安居，就在那個時段做結夏安居。 在藏地很多寺廟，過去有春、夏、秋、冬這些法會，就是定時的。除此以外，就是長期的，佛的利他事業延綿不絕，法音不斷。這裡，最主要是說，佛已經斷除了從粗大到細微的煩惱以及煩惱的種子，這些都已經是永久性的、究竟的斷除了，佛有這個上面的功德。佛能晝夜六時中恆時觀照其他的眾生，為承辦他利，有大悲心，能如實的見到一切法，這個就是我們平時說的如所有智，盡所有智。總的來說，眾生和佛是不是一點差別都沒有？當然，從成就的果上面是有差別的，但是眾生能夠做到這樣的果，最主要是這個部分。

在這裡有特別美妙的一些句子，說，佛陀具有圓滿的斷證功德，如果有人能具足佛的少分功德， 不是說要具足佛所有的功德，而僅僅只是少分的功德，那就算對他供三界所有的美好事物都嫌少，都不能相稱，意思是都好像微不足道。

世間界我們認為一切的美好， 譬如認為這個重要，那個重要，這個喜歡，那個喜歡，可能每個人喜歡不一樣，有些人喜歡耳環、戒指這類的，有些喜歡車馬象，現在沒有很多人喜歡馬，也不經常接觸，比如說豪華的車子，住宅，或者是其他的一些，自己認為非常重要的東西。有些人有自己開發的五星級酒店，以前我認識的一些人，他們在海南島，香港某一些地方，有人做的這種開發，他們就覺得很了不起的，那裡很大的莊園，裡面有各種各樣的度假設施。記得最早接觸的是三亞的寺廟，南山寺，寺廟旁邊有個文化園區，後來建108米高觀世音菩薩像，裡面有一個舍利子是我們認識的一個法師的，當時送舍利子的時候我們有很多人一起去的。類似的，有些人就覺得要這些外在的設施很重要。對有些人來講可能執著特別的衣服、包，有些人喜歡某一種的山河大地。如果說擁有一個國度的話， 人就就覺得很大。頌詞裡面講到三界，就是色界、欲界、無色界。其實同天人的福報比較的話，那地上的這些福報都是有漏，很局限，雖然天人的福報也是有漏，但是跟我們相比的話，根據佛經的描述是不可思議的這種， 對我們來講天人的福報還是非常的超勝。人間的最了不起的國王或者是等同福報這些人同最下等的天人比，就像乞丐遇到另外一個國王一樣的，就是這種的差別。但在這裡說，如果具有佛的少分的功德的人，對他供三界的美好事物都顯得微不足道。

因此，今生不論好壞其實都很短暫，應該好好去做利他的事情。哪怕是走人天佛教，這樣子的人也應該以佛法的修行來持續獲得人生，生在有佛法的地方，獲得持續修行佛法的機緣，這應該是最佳的選擇。 去世間其他的道，哪怕讓你升天享受，最後也是破敗，也是繼續會墮落。

所以在這裡面，「有情具功德，能生勝佛法」，有情都能引伸佛法的功德，每一位有情是我們成就佛的圓滿功德的恩田，悲田，或者說修行的對境，以有情為對境。 所以，當他們出現的時候，正好能順勢調伏我們自己負面的習氣和障礙。因此，他們完全值得供養，最殊勝的真實?也是一樣。如果他們具有某一些大悲智慧，這樣的話，也是最莊嚴、最美妙的對境。

後面的這個主要是說，通過恭敬眾生來報佛恩，這個部分。有些時候，我們本身不知道信什麼，但佛是遍知者，不誑語者，諦實語者，所以佛陀是可以信賴的。 這裡，佛講到你應該去恭敬眾生。

這個偈頌，我念一下，後面也有講到一些應當恭敬眾生的理由：

119無偽眾生親，諸佛唯利生。除令有情喜，何足報佛恩？

120利生方足報，捨身入獄佛，故我雖受害，亦當行眾善。

121諸佛為有情，尚且不惜身，愚痴驕慢我，何不侍眾生？

122眾樂佛歡喜，眾苦佛傷悲，悅眾佛愉悅，犯眾亦傷佛。

123遍身著火者，與欲樂不生，若傷諸有情，雲何悅諸佛？

這裡面就是報佛恩，以及相信佛所以恭敬眾生這個部分。

在我們在學習發菩提心，慈悲心這樣的訓練之時，都教導說: 一切眾生皆為母親，老母有情眾生，以這種的發心的一種方式，這也的確是如此。諸佛是眾生最可依靠，最應該依靠的，也是最值得相信的，諸佛菩薩就具足如此無緣的大悲心。佛的示現唯一目的是為了利益眾生。那如果諸佛是這樣去利益眾生的話，我們作為佛的追隨者，佛的弟子還有什麼第二條路可以選擇呢？佛對我們個人來講有如此的大恩，讓我們能夠在調伏心、調伏煩惱、調伏種種的無明愚痴、調伏貪瞋癡這些上面，獲得暫時稍許的一些轉化，以及根本徹底轉化，佛對我們在這上面的恩德，我們難以報答，這種恩德不是用一種謝或是什麼言語就足以回報的。那這樣子的話，我們還有什麼其他的方法報恩呢？ 最好的報恩的方式就是利益眾生。

再想一想過去，佛為了利益眾生，捨身飼虎，割肉喂鷹。 而且我們上次也提到，不只是這一個例子，佛在一處就給予過上千次的頭顱，就在現在的瓦拉納西，鹿野苑那邊，就在這一個地方，佛有上千次為了別人而捨過頭顱，其他地方也是。大地和宇宙這麼廣大的世間界，有很多佛的化身，佛的利益眾生。過去在菩薩道的因地上面，在悲願圓滿的上面，佛做過這麼多。講到說在某一處的眾生，他生死的眼淚如大海一樣多，生死當中的屍體如果積累起來的話，比須彌山還高。 所以在漫長的輪迴中，眾生一直在輪迴，佛在成就之前，這個當中做過很多偉大的事蹟。 所以，我們雖然是在現在的生活當中，在這個人道的世界在裡面還是比較安全的，尤其在在某一些環境裡面，但如果在這個安全的範圍裡面，有些人在言語行為上面給我們帶來一些傷害啊，讓我們受騙啊之類的話，就不應該去產生非常大的嗔恨心，然後放不下，心懷惡毒的心念。想想，其實這算得了什麼呢， 在生生世世當中，眾生在無明中相互“害來害去”是一種很常見的現象。 所以，要修安忍以及不要阻礙自己修善，廣修善行。生活當中出現障礙是自己過去業果的報應，在修行登地之前，會有各種各樣細微和粗大的甚至是極大的這些果報還沒有受盡。 這時，無論出現什麼都不要讓它變成你修法的障礙，變成發願、行菩提心的障礙。若能如此，受到傷害就不再是一個障礙， 而是變成了增上緣。 這個後面就是講懺悔自己的不淨過失。

所以，諸佛為了有情眾生，不惜自己的一切種種，在菩薩道上，在利益眾生當中，完全無欺的利益眾生，諸佛過去就是如此來成就的。然而，在菩薩因地的層面上，在還沒有最高的成就的時候，當時肯定就像普通的人一樣，是會有疼痛，會有恐懼的，這些肯定會有的，但他們因大悲心能克勝這種種的痛苦。 以前講到，肉體上面被動物咬或者受到傷害的時候， 有些肯定是有痛苦的， 但菩薩不辭這些痛苦，來替眾生代業、背業，或者說為了不想讓眾生下墮，而且看到眾生將來能夠成就佛的方向上面，就不捨犧牲一切的方式來成就眾生。這是諸佛、智者、成就者的方向。那追隨佛陀的我們，在能夠做的很有限的情況下，為什麼還是保持很愚昧的一些做法？就是同佛菩薩的道路背道而馳，完全不行菩薩和佛的道路呢？為何還是如此的我执深重，我慢深重呢? 我們應該學習佛菩薩的這種利他的心，利他的行為，去做敬奉眾生，敬侍眾生的事情。

後面講到說，如果一個人身上完全著火，然後要讓他來享受眼、耳、鼻、舌、身的這種快樂，他肯定是享受不到的。 類似的，我們如果試圖通過其他的方式來成就佛果，譬如不依眾生，不對眾生發菩提心，讓諸佛歡喜，這就像有些做官的人，就是你不一定需要完全關心民情，而只要把上面的人討好就可以了，那有種的觀念的話，這是錯誤的。 所以應該真真正正的發菩提心。 這個後面就講到，如果過去有做得不對的地方，就要懺悔。 一切過失的轉變就是在於懺悔上面，懺悔給自己多了好些路的選擇。然後，從內在的心態到行為上面，不會在同樣一個過失上面再去犯，去摔很多同樣的跤，所以，從這上面講懺悔特別重要。

124因昔害眾生，令佛心傷懷，眾罪我今悔，祈佛盡寬恕！

125為今如來喜，止害利世間，任他踐吾頂，寧死悅世主。

這裡就是在佛前求懺悔。如果有曾對眾生做得不好的時候，這樣子，當然懺悔就是最好的一種方式。過去生生世世當中，自己可能也有用某一種方式來害過很多的生命，直接的傷害肯定也是會有的，間接的也會有很多，尤其是刻意的，或耍心計去傷害眾生，那肯定是最不好的。這樣子呢，即便你能用心思騙得過自己的話，你也肯定騙不過佛，因為佛是遍知的， 眾生的起心動念佛隨時都完全了知。 所以，不管你發露或不發露，眾罪在佛的面前，佛都知道，菩薩也都知道。 但是你發露呢， 就是你給自己進步的一種開始，所以要祈請佛的寬恕。 然後，希望改變未來，以後讓如來生歡喜心。主要是菩薩也關心修行者，修行者做為眾生，菩薩也像關心其他眾生一樣，如實的關心修行者，以平等的愛和慈悲來關心你。所以，最好的方式是就是不要害自己， 不要害別人，止害，利益世間，能幫助別人從這種痛苦傷害中走出來，從輪迴循環當中走出來。 這時，如果有人踐踏我的頭顱，或者即便面臨死亡的威脅的話，也不會違背佛的教言，不會讓佛失望或不悅。當然，佛根本上面沒有憤怒，像之前我們講到佛的功德一樣。但是，講到佛是遍知的這種意思呢，這是給我們自己的一個映照，對自己行為的映照，用一種完美的佛來作為自己修行的志向和加持，來庇佑自己修行的道路。 後面這一個：

126大悲諸佛尊，視眾猶如己，生佛既同體，何不敬眾生？

這個在之前也有差不多的句子。就是「成佛所依緣，有情等諸佛。 敬佛不敬眾，豈有此言教?」就這兩個句子。前面一個是真實宣說這個道理，這裡面就是佛把眾生做為自己的同體的大悲，慈悲其他的眾生有這種的大悲心，佛是這樣子，那我們一樣，為什麼我們不去以無緣大慈、同體大悲的方式去慈悲眾生呢？

然後後面這個句子，說：

127悅眾令佛喜，能成自利益，能除世間苦，故應常安忍。

眾生歡喜佛歡喜，「悅眾令佛喜」。 整個修行當中，如果能夠自利利他，就好像你是在幫助眾生，想要去利益他人，最後發現自己在這個過程當中反而真正成就了。 「眾生無盡誓願度」，但在你發這種無量心，在這樣子的時候，最後眾生還沒有度尽，當然根本上面眾生無盡，但是因為發這樣的願，反而能快速成就圓滿。 當然，我們不能提前用這種換算的方式去想這個，還是要真真正正的誠心利益眾生，不然的話， 就像我們說的一樣，以各種各樣的這種套路，各種各樣的小聰明來為我所用，為我所取的話，最後，自己的智慧剛剛好夠害自己。我們不是講那種的，那樣的話，最基本的真誠心就沒有了，或許大家覺得真誠的心不重要， 其實起心動念當中這個真誠的心最主要。 沒有這個的話， 其他都不可能成為有真正的體驗，有真正體驗上面大的轉化和快速的徹悟空性。

後面這個做的比喻，說利益眾生能夠自利利他，成就自他二利圓滿。如果只是看這輩子，有很多人就是因為過去沒有修行過安忍，沒有這種的緣分，這一輩子還是會遇到很多各種各樣的障礙，就譬如有各種各樣的人無緣無故不喜歡自己，誹謗自己。 但是從現在開始，你好好去修這種安忍的心。遇到一些可能超過了你能承受範圍的對境的話，你可以用一種安全的方式躲避，這種。 但在心態上面要有， 哪怕是遭遇到生命的傷害，我始終要保持慈悲心。不能想成，如果是挑戰我的尊嚴、財資或者生命， 那我佛法也不要了，那這樣子的話，有這種的心，那也沒辦法。 所以，生生世世當中會有種種錯綜複雜的可能的因緣， 在這一刻要鐵定一顆心，就是說，無論遇到什麼樣的狀況，我始終保持慈悲心。 在具體的方法上面，為了好好珍惜這個瑕滿人生，珍惜佛法的修行的因緣，你可以有暫時的作法， 就像嬰兒不能吃固體的食物一樣，修行可以循序漸進的去做。隨著他身強力壯的時候，就可以吃堅硬的食物，並消化這些食物， 一樣的，在這個過程當中，當只有一點點很微弱燈光的時候， 你需要知道怎麼去護它，然後它慢慢會壯大，那時候，風再大的時候就變成讓火更旺的力量， 而不會吹滅火本身。所以這個要從這個角度去看。 基本上可能就是這個內容。

在這個裡面講到這種比喻， 這個比喻比較直接，我們之前也講過，容易了解的一個內容。但其實很重要， 要記在心裡面。說：

128譬如大王臣，雖傷眾多人，謀深慮遠者，力堪不報復。

129因敵力非單，王勢即彼援。故敵力雖弱，不應輕忽彼。

130悲佛與獄卒，吾敵眾依怙，故如民侍君，普令有情喜。

131暴君縱生嗔，不能令墮獄，然犯諸有情，定遭地獄害。

132如是王雖喜，不能令成佛，然悅諸眾生，終成無上覺。

這個整體的內容上面，就是講到說業和因緣當中，其實本質上面是自己的造作。下面這的例子很容易讓人理解。因為我們的社會是講現實的這種比較多， 講此生的比較多，講當下的這種得失呀、臉面啊、各種地位錢財的很多。 意思就是說眼光很多就在很侷限的一些生活的範圍裡面。所以，用這裡面的一些例子來做比喻，可能更容易理解。用比喻告訴我們要怎麼去長期增長善業，並了解其功過，這些上面。

當看到有一些昆蟲螻蟻，我們噴一下藥，去殺一下，去掃一下地，像這樣平時無意當中殺的那些生命，都可以唸經。 開車的時候， 可能一趟車開出去會殺死很多小生命，小含生之類的。 那燒火做飯，很多方面都會有無意的殺生。 但這些不在我們講的這種殺業裡面。 我們講的殺業主要是具足四個條件為主的這些， 還有一些，雖然不具足所有的條件的， 但是最起碼有想殺的這個動機，從這些上面講。 這些眾生看起來勢單力薄，你輕輕一揮手，很多小生命就死了， 但是他的背後是自己的善惡業。如果保護眾生而善增上，佛就生歡喜，大悲的佛很關心這些眾生，所以眾生背後有佛。眾生的背後還有獄卒，做得不好會有業力的懲罰。

相當於現實生活當中，如果有遇到很麻煩的人，但是他的背後是王法，背後是一整套的機制，所以你一個人很難抗衡任何一個機制。 像法院一樣， 判刑的時候一刀切下來一樣，要罰款，要處置懲罰， 甚至監禁，甚至判刑，這些上面，單獨的勢力是很難擋的。當然有各別的人因為財富很多，權利很複雜，這樣他可以做一些抵擋，但是這也是今生今世，暫時的抵擋。長期來講， 他這個業是躲不住的。所以，一切都因為是因緣的造作。雖然因果上面有一些是可以暫時緩解，有隔世、有來世再報的，但是根本上面，如果你要消業的話， 需要從內心當中去懺罪，以懺罪來幫助消解罪業，這要靠集資淨障的修行。不然，靠世間法去擋的話，是很暫時的， 非常暫時的， 甚至有時候一些做法還會起反作用。

所以，根本上面還是需要了解因緣果報的整體機制。 不然的話，以兵來將擋，水來土掩這樣的一些短暫的方法，不會有任何長期的好結果。 能夠了解業和因果， 能懂得因果的人，都已經走上了開始開化的道路。希望有自利利他能力的時候，九開始步入有潛在這種的自利利他能力的這個方向。

最後的就是講到說，如果我們最終去利益眾生，我們能夠成就無上的正等正覺。 世間的王不高興，他不能夠真正的讓你墮三惡趣，他高興，也不能讓你成佛，但只有眾生可以。你如果對眾生善加慈悲，關照關愛，有利他的心，尤其是能讓他們增上智慧和慈悲， 並且讓他們了解怎麼去調伏我執，我所執，在這些上面努力，像這樣子最後能成就正覺。

最後總結式的， 總結整個安忍品的解釋，結論安忍的功德：

133雲何猶不見，取悅有情果：來生成正覺，今世享榮耀。

134生生修忍得，貌美無病障，譽雅命久長，樂等轉輪王。

這裡面講到說應該真實的去看到利益眾生的果報。利益眾生有什麼樣安樂的果呢？就是今生今世享受安樂榮耀，未來世成就正覺。倘若能結合殊勝的因緣，有時今生今世也可以成就圓滿。 這裡是講到利他有情，令眾生歡喜這個部分的功德。

然後，生生世世修安忍的這個果報，一個是說，相貌莊嚴美妙。貌美這個可能是很多人很喜歡的。有人去韓國做手術啊，買很多貴重的化妝品。 貌美更好的一種方式可能是修心。如果你修心，相貌也會變得莊嚴。都說「眼睛是心靈的窗戶」有這種說法麼，應該是相貌是心靈的窗戶，因為是相由心生，所以應該這麼說。我們所說的氣質很多可能是心態帶來的神色，譬如我們所說的修寂止，心若寂靜，神情也會安泰。雖然人可以做很多的手術來對容貌做改善，但如果很生氣的時候， 人都是沒有什麼好看的。你有沒有見過任何一個人，非常暴怒生氣的同時還是很好看的？這種人很少的。 如果有人這麼認為，這可能是出於一種偏執的心，此外，只要是正常的人都會覺得生氣的面容是挺可怕的。

然後，講到安忍的果是沒有病障。如果你能利他，包括救護生命，包括放生，你自己會長壽健康，這種善行都有這些的功德。 越幫助其他的眾生，你的內心越是安樂自在，來世獲得長壽的果報，獲得美妙的色身，身心皆沒有障礙。

如果別人詆毀你， 你不去詆毀別人，你不在別人面前用惡語謾罵，或攻擊，在背後也不去做這種的話，在未來的生命當中，你自然而然會有好的聲譽，不求自得的這種的，獲得別人的尊敬啊， 信任啊，或是好的名聲，這類的。

然後是「樂等轉輪王」。在輪迴的世界裡面，如果大家做過仔細的一些了解，就知道轉輪王的不可思議的功德，他統御的各種疆域都很廣泛的。像我們以前說的， 轉輪王的這些功德，即便就是第四等的轉輪王的話， 他所能駕馭的這種世界和領域，一般的輪迴當中，地球上的人是完全無法比擬的。這有點像以前舉過的一個例子， 說螢火蟲的光芒同太陽的光相比較的話， 螢火蟲不會認為自己的光很強一樣，類似的。所以這個基本上就是一個完整的內容。

隨喜大家能夠學完「安忍品」，然後，這一輩子發願，發心繼續在安忍的上面，發不退轉修持的這種心，始終保持菩提心。 安忍心是菩提心的一部分的修持，所以這個上面多做努力。

最後我們做一個回向：此福已得一切智，摧毀一切過患敵，生老病死猶波濤，願度有海諸有情。

今天到這裡。