入菩薩行論

寂天菩薩　造論

雪歌仁波切　講授

目　錄

第一品　菩提心利益..... 1
第二品　懺悔業障..... 30
第三品　受持菩提心..... 70
第四品　不放逸..... 95
第五品　護正知..... 119
第六品　安忍..... 197
第七品　精進..... 286
第八品　靜慮..... 334
第九品　智慧..... 464
第十品　迴向..... 771

《入菩薩行論一》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2004/10/31

寂天菩薩寫了《入行論》、《集經論》及《集學論》，這三部論可說是佛陀所傳經典精髓中的精髓，尤其《入行論》是講自他相換的修持方法，也有講到如何發菩提心及如何學菩薩行，學習《入行論》對我們有非常大的利益。《入行論》是寂天菩薩在那爛陀佛學院講的，一講了《入行論》之後，在那爛陀佛學院所有的學子都感到無比的慚愧。

寂天菩薩的傳記，在此不再解說，寂天菩薩一生中的事行，可以說是一個非常隱密的淨行行者。《入行論》的內容闡述的可以說是一切修行法當中頂端的最頂端。當中也有各種不同的釋論來詮釋《入行論》，在這邊我們就引用甲曹杰所寫的註解來作解說。宗喀巴大師是文殊菩薩的化身，克主杰是金剛手菩薩、就是大勢至菩薩的化身，那甲曹杰則是觀世音菩薩的化身。甲曹杰就像觀世音菩薩一樣，他的心非常柔軟，心量非常廣大，而且是一個智者，具有賢能且又非常高上的修持，可以說是一位不可思議的上師，他寫了這一部《入行論》的註解，我們就引用他的註解來講解。仁波切說他曾經有兩次從尊者達賴喇嘛之處得到《入行論》的講解。

我們先看禮讚文，**「極尊正士諸具大悲心者足下恭敬頂禮」**，「極尊正士」光是這四個字就已經指出下、中、上三士夫道了，極就是指下士道，尊是中士道，正士是上士道。這邊作者就向能夠如實闡釋出下、中、上圓滿三道的上師們來向他頂禮。

「誰之智慧盡除諸罪相好功德熾然四身輪超法界際，
大悲流露六十支分韻音無垢光明普照無邊諸眾生。」

這邊兩句就講到，佛陀證得四身之後，祂主要的目的就是要令一切眾生能夠脫離生死輪迴，祂是用宣說法音的方式，用具有六十支音的法音的方式，令眾生來脫離生死輪迴的。

「任運成辦恒常無間善能破除無邊眾生愚癡諸黑暗」

也就是世尊是祂以六十法音來令眾生脫離輪迴，而不是以水來洗眾生罪，也不是以手來除眾生苦，也不是以祂的自證移於眾生的身上，並非是這個樣子。因為凡夫都是被愚癡、黑暗所蒙蔽，因為凡夫心相續當中都有

著妄分別心，所以在做任何事之前，一定會先以自己的妄分別心來思惟，或者說來決定要做什麼事，做什麼行為。

「於諸能仁自在上師大士聖妙吉祥足前我今恭敬禮」

至於世尊能仁自在上師大士，他們已經無這些妄分別心了，完全都已經破除了所有這些妄分別了，所以他們可以真正的向眾生闡釋出如實之理，就是真實之理了。所以在這邊向著能仁、就是世尊，以及向上師，這邊指宗喀巴大師來做頂禮。

以上是禮讚文，下面是作者的立誓撰著，就是下決心來寫這一部論所許下的誓言。

「為已一切生中備諮詢，亦為利他與我同類機，
遵依正士智者之所許，入菩薩行論釋今當作，
自見取執絹網所繫縛，謂言欲證小乘菩提果，
不須證入甚深真如性，願捨諸顛倒說而諦聽。」

這裡主要講到的是《入菩薩行論》第九品，第九品的內容主要就是在勸請特殊的補特伽羅必須要證得空性，如果沒有證得空性，就不能脫離生死輪迴，更不用說想要證得小乘的羅漢果了，行者必須要先破除（內心）所耽著的對境才可以。所以，在這裡要好好的善諦聽，所應該聽的內容在《入行論》當中都說得很清楚。

「我佛能仁自在，初於殊勝菩提發心，中於眾多無數大劫，修行施等波羅密多，圓滿二種資糧，最後現證圓滿大覺，三轉法輪，初於四聖諦三轉十二行宣說，」因為三次轉四諦，所以一共有十二次。**「有具聲聞種姓相續成熟者唯說四諦，便能悟入緣生離戲論邊際，如龍樹菩薩之論及月稱論師《六十正理論釋》，於小乘諸經中，亦曾多次正說細分無我也。」**對於欲求劣乘菩提果的種姓者，佛陀在初轉法輪時就為他們宣說空性－細分無我。

「次說廣中略三種經，廣明補特伽羅及法無我，轉第二法輪。」在第二法輪的時候，講到廣、中、略三個佛母經（般若經），裡面就闡釋了「補特伽羅及法無我」等二種無我。**「次說具廣大方便分之不退轉輪，轉第三法輪。」**第三法輪主要是轉方便分的法輪。

「於此三轉輪中，總釋一切契經密意，別者圓滿顯釋大乘經藏密意，於一切契經皆是一具大乘種姓者成佛道之支分，及云何修行之理，廣加抉擇，入正法行者，是此論之所明也。」這裡已經進入《入行論》的本文，《入行論》的第九品主要是向這些特殊的補特伽羅宣來說空性，配合初轉四諦法輪當中空性的密意而講的，在第一品則主要是講方便分的部分，配合第三法輪而講，第二到第八品則是配合第二法輪的隱義和第三法輪的顯義來講。

「本論作者，聖者寂天論師，於一切契經密意已能圓滿通達，自他互換具大悲心，不唯自利是視，一向唯求為他利樂，特由修行無上瑜伽極無戲論之門，於大乘道已獲圓滿。」這裡提到「無上瑜伽部極無戲論」，一般在修行分為有戲論之行、無戲論之行和極無戲論之行三種。要證得金剛持的果位，就必須要透過修持無上瑜伽部極無戲論之行，才能夠證得。就像寂天菩薩的修行一樣，他雖然有透過無上瑜伽部的密咒法來修，可是從外表上，根本就是毫無蹤跡可尋，完全看不出來他是一個有在修行密法的行者，人家都叫他三想行者，他只會吃、吃完就睡、睡完就拉。事實上，寂天菩薩他是位完全不落任何形跡的一個密行者，是真正行於大乘道的行者。

「其所造《入菩薩行論》分四；甲一、釋題，　甲二、皈敬，　甲三、正義，　甲四、結義　今初 梵語有四種，此是桑支達語也。此論題名菩提，藏語降曲。薩埵藏語生巴。雜雅藏語覺巴。阿瓦打〔日阿〕藏語〔覺／勿〕巴。」這整個就是入菩薩行的意思。降曲生巴就是菩提薩埵，「降」就是淨化掉我們身語所有的一切過患種類，那也淨化掉我們心相續當中的妄分別心、我執等等的行為。淨化之處是在我們的心上淨化，我們的心被淨化之後，就變成非常清明，就可以了知一切所知，因此就得到了你所要得到的一切功德。「曲」就是已經得到、到達的意思。就好像我們在《菩提道次第》課前的禮讚文也講到「千萬圓滿善德所成身」，就是由眾多的圓滿善功德所構成的一個身軀。在成辦了這個身軀之後，是為了無量無邊的有情之故，為了利益一切有情，我們一開始就必須要發心，發心之後必須要積聚廣大無邊的功德，也就是要圓滿一切功德，因此就要依於菩提心才能達成。所以，這一切都是由大悲心而得的，由大悲心可以成辦一切的善品，成辦一切善品之後，唯一要做的就是利益眾生。就好像《入行論》的回向文講到「乃至有虛空，以及眾生住，願吾住世間，盡除眾生苦。」乃至虛空還在，我願意永遠留在這個世間利益一切眾生，所以發出這種勇氣十足

心的人，我們就稱他為薩埵，也就是勇士，像英雄一樣。我們所學的這一部論稱為《入菩薩行論》，也就是我們要進入這麼勇敢的菩提薩埵的行持當中。

為了防止在寫論著時會有增或減的緣故，所以，一開始會提到這一部論的量，也就是它內容的多寡，比如說它有三百個偈頌，所以就固定在三百個偈頌裡面要講完。每一個偈都是由四句所構成的，每一句都有七個字，所以，每一個偈都有二十八個字，一共有三百偈。

「頂禮一切諸佛菩薩」，這一句是譯師所寫的，因為寂天菩薩的《入菩薩行論》本身是梵語，後來由西藏的譯師翻為藏文，翻譯的譯師希望沒有錯誤，所以就寫了這個譯敬詞。當時從梵文翻成藏文，西藏的藏王就為這些譯師訂下一個規定，如果所翻譯的是屬於經藏，就必須禮敬諸佛菩薩，如果所翻譯的是屬於論藏，就必要禮敬文殊妙吉祥，如果所翻譯的是律藏，就必須禮敬一切遍智。所以，我們要知道一部論是講什麼內容，從一開始的譯敬文就可以看出來。

「甲二、譯文皈敬　明所屬之品類也。復為息滅譯事之障難。當知本論雖總釋全藏密意，主要唯正釋經藏也，卷數易知。」

「甲三、正釋論義分二　乙一、特釋大乘道次第之所作　乙二、正釋道次第　初復分三　丙一、皈敬　丙二、誓說　丙三、謙言樂欲造論之因 初復分三 丁一所為義 丁二迴向義 丁三文詞義」

「丁初所為義者 由稱揚殊勝皈境功德而修皈依，能令自身證正士果，息滅造論障難，究竟得決定勝，亦令餘所化者隨順趣入妙善資糧悉皆成辦也。」這裡是作者說明他必須要作禮讚的原因，「所為義」就是必要如此做的意思。**「丁二總攝義者，言三寶及應敬禮者，顯亦禮其餘也。」**這是簡單說明。**「丁三文詞義者」**，就是廣為解說。

「善逝具足法身及佛子，一切應禮敬處敬禮已。」善逝就是指佛，「**蘇嗄達言，有斷證二解。**」梵文稱為蘇嗄達，它有兩個解釋方式，一個是就斷德而言，一個是就證德而言。斷德而言有三種解釋，證德而言也有三種解釋。

第一個解釋**「斷德圓滿之功德者，如人向善，煩惱障盡斷，端嚴而逝，故曰善逝；」**一個人美或不美不在於他的外表，而在他的心是否有很多煩

惱，如果煩惱很多的話，人家就不喜歡，那就不美了。如果煩惱很少的話，大家都喜歡，當然就是美了。這裡比喻，煩惱障斷盡、端嚴而逝，就稱為善逝。

第二個解釋是**「如疫病善淨治已，不隨煩惱自在復隨輪迴，故曰善逝；」**我們生病時會受苦，在輪迴中也會受苦，如果疾病治療痊癒了，以後就不會再受苦了。在輪迴當中受苦，如果將煩惱斷盡的話，證得阿羅漢果，就不會再墮入輪迴中受苦了。第一個解釋只是將煩惱斷除，並沒有將煩惱的根完全斬除，而第二個善逝的解釋就有將輪迴的根完全斬除，所以，第二個解釋又比第一個解釋高一層。

第三個解釋是**「又如瓶善充盈，不染汙無明盡斷故，無餘而逝，故曰善逝。」**比如一個瓶子裡面已經注滿了水或其它東西，完全沒有空間可以裝其它東西了。意即在僅僅得到小乘阿羅漢果之的時後，心中仍然有如瓶不滿之處，因為他仍然還有畏懼在，即所知障未斷除。如果將煩惱障和所知障完全斷盡的話，就可以說是完全斷盡無餘了，也就是如瓶完全注滿了，如果這樣完全斷盡無餘而逝，就稱為善逝。所有該證的功德悉數圓滿，全部獲得，就稱為第三種善逝。

就字面上來解釋的話，**「善謂妙善等，逝者達彼自性也。」**善就是指一切皆好，全部圓滿，全部證得。逝就是達彼性，也就是你已經達到它原來的本質、或者說自性了。

「彼三者，如其次第顯勝出外道離欲，預流、一來等，及小乘阿羅漢也。」外道所證得離欲的境界，僅僅是斷除粗品煩惱而已，因為外道仍然承許有我執的關係，所以他們所達到離欲的境界遠遠不如善逝的境界。「如其次第」也就是達到善逝的次第，顯然勝出外道離欲的境界，那也遠勝於小乘的預流、一來、不來等等這些境界，所以從小乘見道到阿羅漢之間的這些次第，都遠勝於他們，所以這邊才說善逝遠勝於預流、一來、不來（不還）及小乘阿羅漢果等，也就是祂已經斷除了從預流到阿羅漢之間的所應斷。

更正重說，善逝有三種，第一種善逝是-具足斷除從預流到不還之間前三果煩惱的功德，第二種善逝是-阿羅漢果，第三種善逝是-佛陀斷除煩惱的方法。就功德分而言，佛陀當然也具足了第一和第二個善逝的功德，他們斷除煩惱的方法，當然佛陀也都具足，第三者是無餘而逝的善逝，佛當然也具足了。

這裡講到「如其次第顯勝出外道離欲，預流、一來等，及小乘阿羅漢也」，表示善逝的解釋方式有這三種，這三種是遠勝於外道離欲的境界，也遠勝於預流、一來、不來等，也遠勝於小乘阿羅漢果。

「**若就證得圓滿而言：**」剛剛講的是斷德圓滿的部分，現在要講證德圓滿的部分，在斷德圓滿之後的斷德者，他一定會有斷之後的證德，此證德也可以用三種方式來詮釋。第一個是**「聖智現證二種無我真如，」**一個是**「智堅固，」**一個是**「無餘知，」**（有這三種的證德）**「是為善逝。」**這樣就稱為善逝。**「此亦如其次第勝出三種補特伽羅，以上明贊佛寶。界自性清淨離諸垢染之法身，是為法寶。」**法是可以改造或改變內心之方法，我們的心本來是清淨的，可是，沾染了一些垢染，法則是可以將我們心這些垢染淨除，可以來改造我們的心。將這些垢染淨化掉，我們就可以獲得離垢的法身，所以這邊說「界自性清淨離諸垢染之法身，是為法寶」。

「彼依何而有，謂依善逝。善逝法身先後二名亦攝二種色身。」善逝法身先後的二名可以攝為兩種色身，我們知道佛有五身，這裡把祂攝為色身。也就是在一個補特伽羅的身上有善逝法身，這邊的善逝法身就涵蓋這二個色身。如果說善逝法身五身，這樣子的話，那就是把它分開了，如果分開的話，法身就代表當祂還在菩薩道時候，祂心相續當中的滅道，當然也涵蓋了這一位善逝在菩薩道因位時的道諦，就是在因位的時候心相續中有道諦和滅諦，法身就代表菩薩在因位時候的道、滅二諦。**「法身亦表菩薩滅道，故佛寶及大乘法寶悉是皈敬境。」**佛寶（善逝）以及大乘法寶都是我們皈依禮敬的對境。

仁波切說：我想一想好像我們這樣的解釋，不行！完全講不完，哈哈！要好多年，不行！那我們直接就偈頌來解釋比較快，那就這樣子做吧！（仁波切還是會用這一本講解，直接跟著偈頌來解說。）

「善逝具足法身及佛子，一切應禮敬處敬禮已。」也就是向所有堪被禮敬之處來敬禮，如果就出家眾而言，就是你的上師、親教師或根本上師，這些也都是你應該要禮敬的對境。

接著就是立誓講說的部分，（丙二、誓說分四： 丁一、辨所詮）

「如來勝子律儀趣入處，遵依經教總攝當宣說。」

這裡邊的如來勝子就是指菩薩而言，律儀就是指修行的總結，就是總結起菩薩一切修行的條件、趣入處。不是我自己臆造出來而說的，而是謹遵世尊的經教來說的，也不是很廣說，而是非常簡潔而且容易了解的方式，總攝起來來宣說的。

第三個是**丁三、斷妨難**，（是甲曹杰在他所寫的科判裡面講到「丁一、辨所詮， 丁二、顯離臆造過， 丁三、斷妨難， 丁四、明所為等」）。這裡的斷妨難，有人會說：「你所說的這些內容，在佛陀的契經裡面已經都講過了，又何必再說呢？」這裡就說明，雖然已經講過了，可是，我是做很簡潔的、很清楚、容易了解的方式來說，所以，沒有重覆的過患。

接下來是寂天菩薩自己很謙虛的說法（丙三、謙言欲樂造論之因 分三 丁一、謙言非正為他義而作　廣論P.54-L6）：

「昔所未聞此中既未述，韻音善巧亦非我所能，
故我亦非意樂為利他，唯為自心練修造斯論。」

他講到說，往昔我所未聽聞過的，就是佛陀祂沒有講過的，在這部論當中我也不會去講，也就是我不會自己新創設出一個修行的道次第出來。「韻音善巧亦非我所能」，我也不擅長於這些詩詞，很優美的詞句，「故我亦非意樂為利他，唯為自心練修造斯論」，我寫這部論，主要是目的是為了我個人要修行而已，並沒有刻意要去利益他人，也希望藉由這部論對我個人的修行、證悟有所利益。

（P.9 丁二、欲樂造論之因）

「為修善法我心淨信力，因作斯論萬一能增長。」

希望造了這一部論能夠讓善增長，對我的修行有所幫助。

（丁三、明亦為利他同類之機）

「與我根機相等餘有情，由見斯論或能成義利。」

希望與我程度差不多的其他有情，希望他們看到這一部論之後也能得到利益。

接下來就進入《入菩薩行論》正說論文的部分，此處也是勸請我們要在

有暇身上來取心要，主要是勸我們來實修《入行論》當中所說的這些內容。早上講的《略論》也有講到這個階段，就是勸以有暇身來取心要的部分。

（乙二、正釋道次第 分二： 丙一、勸於暇滿取心要）

「暇滿此身獲得甚艱難，士夫義利即今能成辦，
若於此時不勤作饒益，後時此事何從得圓滿。」

既然如此勸請我們來取心要，我們就應該要接受他的勸說，應該要善用暇滿人身，盡量去行一切善行。對我們而言，要將一個善行做得圓滿，必須要有圓滿的加行、正行及結行。可是，往往是很困難的，有時候加行、正行很圓滿，可是結行沒有做好，或許會因為我們一發瞋恚而將所有善根摧壞掉，可能會這個樣子。現在我們既然已經獲得暇滿人身，就要盡量利用此暇滿人身來行諸種善行，同時也要盡量做得圓滿，否則萬一被瞋恚將我們的善根摧壞的話，來世也很難再次獲得暇滿人身。現在既然已經獲得，就應該善加利用。

（P.11 庚一、教應止惡修善　廣論P.98+8）

「猶如長夜黑暗陰雲覆，剎那電閃萬象暫顯明，
如是以佛神力加持故，世人福慧萬一須臾生。」

（癸一、摧滅大罪　廣論P.98-5，208+2）

「如是常以微弱之善根，極難對抗罪障大勢力，
是時若無圓滿菩提心，餘善威力何能遮彼罪。」

我們要去思惟前世、後世、此世是如何的因緣，佛陀能降臨這個世間是非常稀有的，能在佛陀出世時，能夠親自值遇到佛陀也是非常稀少的，又可以值遇佛陀所傳的教法更是稀少。那些能夠實修佛陀教法而積聚善根的也非常稀少的，即使積聚了善根，這些善根也是非常的薄弱無力的，可以說這個樣子。相反的，我們所造的罪障力量卻是非常的大，而且是恆常無間斷的在造這些罪障，這些罪障的勢力太大，我們很難以將它遮除掉。

再來講到劫，可以分為成、住、壞、空等四種劫，我們現在所處的是住劫的階段，在住劫階段有千佛來到世間，也只有在住劫的階段千佛會來到世間。不會在成劫、壞劫、空劫等階段來。所以在四個劫當中只有四分之一的時間才會有佛出世，而在這四分之一的時間有佛出世的比例可能只有

百分之一一樣，非常的稀少。「如是常以微弱之善根」以我們所積聚非常微弱的善根，很難以跟這些罪惡的大勢力來對抗。

對我們而言，我們的善是這麼薄弱，惡卻非常熾盛，而且是持續不斷、恆常的這麼熾盛。比如我們要做個課誦，心卻無法專注，做功課或修法時，往往都懷著「我要做得比別人好」的心態，雜染著我愛執來修法。比如說在念六字大明咒，或行布施，或做任何的學習，所做的有時候變成與法不相應，非法而行了，也就是所做唯為此世而行，因為沾染了強烈的我執、執實的心在，所修之法就變成不清淨了，反成為助長罪惡的大幫手。由此可知，我們的善是多麼薄弱，所造的惡卻像須彌山一樣大，像大海一樣的廣。到底要如何來對抗這麼大的惡呢？如果沒有大力量是無法對抗的，必須要倚靠大的善業才行，而最大的善業莫過於菩提心。所以，我們唯有以菩提心做為我們的靠山，才能將此重大的罪惡滅除。因此，此處「是時若無圓滿菩提心，餘善威力何能遮彼罪」。就指出我們必須要學習菩提心的原因。菩提心可以滅罪，而罪就是傷害他人之罪業，我們要如何將這些傷害他人的罪業滅除掉呢？必須有非常大勢力的利他心，才能將這個罪的習氣滅除。

說到傷害他人，可能是傷害他人的身軀，也可能是傷害他人的性命，或是違傷害他人的順緣。利益他人也是一樣，我們可以利益他人的身軀、性命或順緣。利益他人也並非只有一世而已，應該要生生世世的利益他人，心中想著「我要生生世世來利益他人」，如此就能將我們先前積造曾經傷害過他人身軀、性命或順緣的罪惡淨化掉，甚至心中想要傷害他人的思已業的罪惡也可淨化掉。菩提心是一種非常究竟猛利的利他之施，這種猛利的利他之施可以很自然的將先前的罪惡淨化。

將來我們會感受的痛苦的覺受，都源自於我們過去曾經傷害過他人，如果不希望將來感受這些苦，就只有以菩提心將它滅除。一位心懷有強烈的利他心者，他的心量一定是非常寬廣的，在此人懷有利他心的當時當刻，他的心中就會無比的快樂，當下就得到快樂，也同時關閉了痛苦的門。

我們要滅除苦，就是要滅除我愛執，我們現在無法滅除苦，原因是我們被我愛執所繫縛的關係。我們會為了此世的安樂，原因就是我們都被我愛執所繫縛的關係，也就是只為了此世而忙碌。甚至見到他人的功德、財富、名聲勝於我時，因為我愛執的關係，我才會忌妒。一位有強烈我愛執的人，

他的心中永遠不會有滿足的時刻，唯有菩提心可以將它滅除，也唯有菩提心可以將引生痛苦的門關閉。

仁波切說大家應該都可以把《入行論》背起來，總共只有兩卷，三百個偈頌，每天背一個，不到一年就背好了，不要像周利槃陀伽，背一個忘一個，哈哈！我們這地方也太小，沒地方可以掃地，哈哈！今天講倒這裡。

《入菩薩行論二》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯

2004/11/07

上次講到第十一頁「如是常以為若之善根」的偈頌，"仁波切說這裡有一點重要，還要再提一下。《廣論》分兩個科判，一個是「於有暇身勸取心要」，另一個就是「如何取心要之法」。《入行論》也有相似的這兩個科判，就是「勸於暇滿身取心要」及「如何取心要之法」。《入行論》論首第九頁的偈頌就講到，利用這個偈頌來激發我們，讓我們生起想要趣入這一部論當中取心要的心。

《入行論》從第九頁的「乙二、正釋道次第」開始正說論文，分十個品依次宣說，品與品之間，甲曹杰大師就用科判的方式將其銜接起來，從科判上面，我們可以看出它是怎麼銜接的。接下來念一下科判，第八頁**「乙二、正釋道次第分二　丙一、勸於暇滿取心要　丙二、如何取心要之法 」「丙二、如何取心要之法分二　丁一、總科　丁二、別釋 」　「丁二、別釋分二　戊一、思惟修菩提心之功德利益　戊二、發二菩提心已學菩薩行之法　初中分二　己一、釋論文　己二、出品名　初中分二　庚一、教應止惡修善　庚二、思惟菩提心功德利益 」**

請看第十頁，如何取心要法分為兩個，丁一、總科，**「此論圓滿開顯上士修心之支分，先於中下士道修心已，次發起殊勝菩提心，學施等六波羅蜜，乃至成佛道之次第。此中初發殊勝菩提心，須於彼功德善思惟已，意樂猛利，倍復增進。故於初品明中下士修心，釋彼之支分。」**所以，下中士是上士的支分，在《廣論》中也講得非常清楚。《入行論》也一樣，在論首也將其次第講得非常清楚，一開始要生起菩提心之前，一定要先去思惟菩提心的利益，在思惟利益之後，還要去淨化你的所有罪障，要生起皈依的心，那就是要先去學下士和中士之道，先對治你的煩惱，先斷除你的罪惡。直接來對治煩惱和斷除罪惡，這就進入第二品皈依和懺悔的部分。在第一品時要先思惟菩提心的利益，才會想要生起菩提心，而要生起菩提心，就要先懺悔罪障。所以，先去思惟菩提心的利益，是非常重要的，也就是我們先要依著下士和中士道，先去淨化我們的罪惡，先生起強烈的皈依心才可以。懺悔和皈依屬於第二品，第三品是講到我們要發起願心和行心這兩個菩提心，第四品是勸請我們不要放逸，第五品是要去學菩提心的

學處，遵守這些學處，第六、第七品就依次進入到整個的菩薩六度萬行，修行的次第。

就好像我們早上《略論》裡講到的科判一樣，在我們生起菩提心之前，要先思惟菩提心的利益，同時也要先以圓滿菩提為我們的目標，訂定目標之後，再開始學下、中士道，進而再去發起菩提心。這裡面的科判也是一樣的次第，最初要發起殊勝的菩提心，必須要在菩提心的功德上先善加思惟，然後生起猛利菩提心的意樂，倍復增進。菩提心的功德在初品中就會講到，初品中明白闡釋到中下士道的修心，是上士道生起菩提心修行之前的支分，之後再更進一步去行皈依、懺悔罪障，這就進入第二品。所以第一品主要是要引發我們很強烈的想要生起菩提心的心，所以才宣說菩提心的利益。

在初品的時候，激發我們想要生起菩提心，生起菩提心之前，必須要先淨化罪障，積聚生起菩提心的順緣。所以，必須要思惟下、中士道的法要，在下、中士道當中學習如何淨化所有罪障，讓自己成為發起菩提心的法器。第二品主要是講淨化罪障，去除發菩提心的違緣，同時積聚發起菩提心的順緣，除此之外，還講到積聚順緣，以用獻供的方式，獻供可以分為外供、內供、有上供、無上供等等的供養，在第二品中會講到。

到了第三品，就正式受戒，要受戒之前，也必須要積聚受戒的順緣。所以第二品中也有一分是講到積聚順緣、資糧的部分，在第三品的時候，也有講到積聚順緣、資糧的部分，積聚資糧之後，才能夠受圓滿的這兩個戒。

請看第十頁，**「次以慈悲為根本發起菩提心，如迎轉輪聖王須先洒掃殿宇，懺除罪障違緣，積集資糧順緣，而受持菩提心，故先說第二品，後說第三品，發心已學菩薩行，諸善不失壞之支分，須依不放逸，故說第四品。修行六波羅蜜之法，明於以下諸品。此中以正念正知守護之門而學律儀之理，於第五品中廣明。次於以下四品**（第六品到第十品），**依次明忍辱，精進，禪定，般若諸學之理。於第十品中，修以報身諸善根施他之心，廣作殊勝回向，故布施學處之理，於第十品中廣明，亦於受持菩提心等品宣說。佛果位之相於第九品宣說。」**從第五品到第十品是講菩薩的六度行，菩薩的一切行攝於六度當中。我們這樣子學了之後，佛果位到底是如何呢？在第九品中就有講到。

請看文（庚一、教應止惡修善）：

「猶如長夜黑暗陰雲覆，剎那電閃萬象暫顯明，
如是以佛神力加持故，世人福慧萬一須臾生。

（庚二…癸一、催滅大罪）：

「如是常以微弱之善根，極難對抗罪障大勢力，
是時若無圓滿菩提心，餘善威力何能遮彼罪。」

佛陀出世是非常稀有難得的，又能夠修學佛出世所傳的法，就更為稀有了，倘又能一向持善，那又更為稀有了。因為我們經常被惡業的大勢力恒時的壓榨著，所以很難去對抗罪惡的大勢力。現在我們是處於值遇佛法的時代，我們可以去行善、斷惡；如果不行善、斷惡的話，那豈不是太笨了嗎？不要讓自己的心充滿了煩惱，也不要讓自己的身、語也唯行煩惱行而已。我們現在處於值遇佛法的時刻，千萬不要浪費時間。從這個偈頌可以看到，是在鼓勵我們要把握時光。

如果我們要去對抗這些大勢力的話，怎麼去對抗它？唯有菩提心而已，因為我們的心當中，所想的只有煩惱想而已，所做的也就成為煩惱的僕人一樣，所做的唯行煩惱行而已。從無始以來我們一直處於被大勢力的煩惱所控制的狀態之下，煩惱的大勢力是不可思議的，我們很難跟它對抗，而我們所行之善又是那麼微弱，要怎麼去對抗它？萬一我們真正要去面對這些罪障、這些煩惱的時候，要怎麼去對抗呢？唯有菩提心而已，只有菩提心才能跟這些大勢力的煩惱、罪障正面衝突，只有仰賴菩提心才能對抗它，沒有其它的方法。

說到發起菩提心善的力量有多大，因為發起菩提心是為了利益如同虛空般的一切有情，才會去發起菩提心。剎那間發起菩提心，善的力量已經是不可記數、不可思議的。如果要將剎那發起菩提心的這些功德來計算的話，連虛空也無法容納得下。所以，剎那間發起菩提心的功德是不可思議的、不可計數的。

舉例來說明菩提心如何在剎那之間摧毀我們所造做的所有罪障，仁波切以許師兄來做比喻，如果他（指仁波切）透過身語的行為對你（指許師兄）造了一些惡業，那要如何淨化對你所造的惡業呢？他就要在你身上發起菩提心，為了你的緣故而發起菩提心、求證佛果，這樣剎那發起菩提心，就可以淨化這個罪障了。

剎那發起菩提心是如何能淨化對許師兄生命、身體的傷害所造的這些罪惡呢？比如說去傷害許師兄的生命或者是身體等等，也僅僅是此世的傷害而已。可是發起菩提心，為了利益他的緣故，求證圓滿菩提的這種菩提心，並不是為了他的此世而已，也不是為了的來世而已，而是為了他從無始以來的生生世世，從自己內心深處發起一顆善良的心，要去利益他的心，因而求證菩提的心。所以這個力量的大小就差很多了，一個是此世的，一個是無生生世世的。

傷害了許師兄之後，仁波切說在他的心中會有傷害的習氣在，可是，透過他發起很強烈的善心、菩提心，比如說在許師兄身上，因為貪的緣故，就造了這些傷害，種下了這個習氣，必須要透過很強烈、猛力的善心、菩提心來將它淨化。那只要發起這個心，心中這些惡的習氣就自然會消散掉。

所以才說「餘善威力何能遮彼罪」，除了圓滿的菩提心之外，沒有其它善的勢力能夠遮除這些罪惡的。所以如果真是要淨化我們的罪障的話，唯有用菩提心才能將它淨化。我們會造惡，主要是先有傷害他人的思惟還有透過這個思為之後所造的這些業，要將這些傷害他人的思惟，還有由思惟而發起造做的這些惡業淨化，唯一的、最好的淨化方法就是菩提心。

所以說菩提心是最上等的除罪的方法，我們所說的罪惡，在因位而言，就是指傷害他人的思惟，就果的時候，就是透過身語的行為去造作惡業，結果就是我們未來將會感受這個苦報。所謂的罪惡，它的本性是苦的，因為它會引生自苦以及他苦，唯一除苦最好的方法就是菩提心。

菩提心如何去除痛苦呢？發起菩提心是為了利益其他一切有情，一旦生起這種心，那心中就沒有我愛執了。我們知道，我愛執從無始以來一直帶給我們痛苦，它不但帶給自己痛苦，也帶給其他眾生痛苦。我愛執會使我們無法得到所要得到的安樂，而且會一直會讓我們生起我的想法是如何、我的見解如何，任何時刻都會有這種很強的執著在。因為這個樣子，所以我們就變成好像什麼事都不合意，自然就得不到我們所要得的安樂，然而圓滿菩提心卻可以帶給我們一切安樂。

請看十二頁（癸二、能成勝樂　廣論 P.237-1）：

「於多劫中恒時作護念，諸能仁主觀見此利益，
無量士夫多資糧所成，勝樂由斯不難安隱得。」

圓滿菩提可以很容易的帶給我們一切我們所想要得到的安樂與資糧。世尊（能仁主或說能仁王）他在生生世世當中不斷深入的去思惟，要如何才能真正來利益眾生，到最後祂就得到一個結論，就是唯有在自己的心相續當中生起菩提心，才能夠真正的利益到一切眾生，沒有比菩提心能帶來更大利益的了。我們知道能夠了知一切所知（法）的唯有佛而已，佛又在祂的生生世世當中觀察，觀察到唯一能夠利益一切眾生的的方法就是菩提心，除此之外，沒有比這個更殊勝的了。

像這樣的菩提心，佛陀已經觀見到了，佛陀見到最殊勝、最上等、最圓滿而能帶來永恆安樂的就只有菩提心而已。對我們而言，只有菩提心才能夠對所有眾生帶來最大的安樂。就如西藏人說：「菩提心一生起，快樂的日子就開始了。」如果我們生起菩提心的話，自然我愛執也就不會有，隨時隨地看到有情的時候，都生起一種好樂、勇悍的心，想要去利益眾生，當然就不會有負面情緒嫉妒、競爭等等。

剛剛看到的偈頌是「無量士夫多資糧所成，勝樂由斯不難安隱得」，甲曹杰大師的解釋是「由轉安樂趣安樂，心若了知何怯弱。」意思是說如果我們生起菩提心之後，我們只會越來越快樂，根本就不會有放逸、懶惰、怯弱這些的心產生。

請看文（癸三、隨欲能成）：

「百千生死苦痛欲摧壞，有情憂惱不安欲遣除，
眾多百千妙樂欲受享，菩提心體常應不捨離。」

講到這個偈頌，第一個「百千生死苦痛欲摧壞」是講到中士道的目標，如果我們有發起菩提心的話，就可以用菩提心攝持而修中士道，我們知道中士道的行者有斷惑的能力，可是如果有發起菩提心，用菩提心攝持來修中士道的法門的時候，會比中士道的行者在斷惑時的力量更大，而且更迅速、更為深入。這個斷惑的力量是中士道的行者所無法比擬的。「百千生死苦痛欲摧壞」就是講到，如果你要脫離生死輪迴的話，就是要修中士道，這一句就是指出中士道的目標所在。「有情憂惱不安欲遣除」就指出上士道的目標，就是想要救度眾生離苦得樂。「眾多百千妙樂欲受想」就講出下士道所追求的目標，也就是想要得到增上生。倚著菩提心，你可以成辦下士道、中士道以及上士道的目標，那也可以說你的一切願望都可以依此菩提心而成辦。所以「菩提心體常應不捨離」，指我們在任何時候都不應

捨棄菩提心。這個偈頌整個的意思，就是不論你的目標是擺在下士道、中士道或上士道，任何一個目標、任何的願望都可以用菩提心來成辦。

再來講到（壬二、得殊勝名義　廣論P.68-3、P.200+1）：

「若發菩提心者剎那間，生死囹圄堅牢苦逼身，
即名一切如來殊勝子，世間天人悉皆應恭敬。」

如果在我們心相續當中發起菩提心，在發起的那一剎那，即使我們仍然隨著業惑還繫縛在生死輪迴當中，可是已經可以被稱為一切如來的殊勝子了，也就是諸佛菩薩都會感到非常高興而稱你為子，也可以成為世間一切天人等有情悉應恭敬的對境。

這本書裡面都列有科判，我們最好對這些科判，有一些肯定的了解，那對我們會有很大的幫助，比較重要的根本頌文，如果能把它記起來，那對我們會有很大的幫助。

以上是講到菩提心的利益，下面就是用比喻的方式來講菩提心的利益，「壬三、舉喻分六」，事實上只有五個比喻。「癸一、由劣轉勝喻」，就是這一個偈頌：

「如丹點金轉成殊勝相，將此不淨之身能轉成，
希有無價大寶如來身，是故於菩提心應堅持。」

這邊講到「如丹點金」就好像把鐵轉變成黃金，就是要用冶金劑點在鐵上面，它就可以轉成黃金了。菩提心就具有冶金劑的效益在。雖然我們現在是由母胎出生，所獲得的申是業惑所成之身，可是我們卻有成佛的潛能在，只要我們能夠去善用菩提心，就能將我們的業惑之身，像冶金劑將鐵轉成金一樣，所以這邊才說，可以將不淨之身轉成希有無價大寶的如來身。

這裡為何要舉比喻來說呢？主要是為了讓我們聽了會有一點覺受。就比如當我們講到可以用冶金劑將鐵轉成金，那我們就會想：「我們就可以讓所有的鐵都變成金。」在我們的心中會有一種感覺產生。同樣的，菩提心也是如此，用轉鐵成金的比喻來說明菩提心的利益，讓我們心中也會產生一些覺受，對我們的心會有幫助。

如果我們能夠善用菩提心的效力，就能得到不可思議的結果。就比如說用菩提心來攝持而去行每一個善行，不管是行布施或是念六字大明咒，

只要是用菩提心來攝持，僅僅一個小小善行所積聚的功德，也是天地所無法容納的，所以我們要知道，菩提心的效力就有這麼的大。

這個偈頌的比喻就稱為由劣轉勝的比喻，比如有一個東西本來是很卑劣，沒有什麼價值的，卻轉成一個非常有價值、殊勝的東西。同樣的，假如我們用菩提心來攝持，所做的任何小善都會變成大善，發起菩提心會使凡夫身轉成圓滿佛身。

「癸二、難得珍貴喻」，請看文：

「眾生唯一導師無量慧，善巧普觀見為極珍奇，
五趣眾生欲求出離者，大寶菩提妙心應堅持。」

這裡用了一個比喻，就好像古代一個在地方當官的人，他知道百姓的所需是什麼，就帶領大眾出海去，經年累月的在海中行駛，到達一個寶洲去取回能夠滿一切眾生願的一顆如意寶，這如意寶也不是有很多顆，只有一顆而已。將這一顆如意寶取回他的家鄉之後，百姓所想要的一切願望，這個如意寶都能使他們滿足願望。菩提心就像如意寶一樣，它可以滿足一切眾生的願望，眾生最究竟、最好的的願望就是得到圓滿的菩提，所以，菩提心可以滿足一切眾生的願望。菩提心是非常難得、可貴的，萬一生起如同如意寶的菩提心，是價值非凡的，所以才用這個比喻說明它是非常難得、珍貴的。佛就像商主一樣，佛為了利益眾生，給眾生最好的就是菩提心，它滿足所有眾生的一切願。

接著是「癸三、與果無盡增長喻」(廣論 P.200+4)，請看十四頁（廣論 P.68-3200+1)：

「一切餘善不久如芭蕉，一次生果凋謝不再生，
菩提妙心嘉樹常茂密，與果恒時無盡展轉增。」

一旦我們得到像如意寶一般的菩提心之後，依著這個菩提心，可以成辦我們所有一切的願望。菩提心成辦我們的願望就像給予果實一般，那麼給了果實之後，它是否就會殆盡了呢？並不會殆盡，所以才說「菩提妙心嘉樹常茂密，與果恒時無盡展轉增」，將菩提心比喻成一棵如意樹，它是經常茂盛，給予果實也是永遠不會殆盡，而且會輾轉增長。「一切餘善不久如芭蕉，一次生果凋謝不再生」，其它的善則比喻成芭蕉數一樣，生了一次果實之後它就凋謝了。芭蕉樹幹如果一直由外往裡面剝，永遠都只有皮而沒有肉，剝到最裡面就沒有東西了。

菩提心是在我們的內心生起來的，就是在我們在心中生起想要利益眾生、證得圓滿菩提的心，也就是在我們心上面已經種下了習氣。就像第十品有講到「乃至有虛空，以及眾生住，願吾住世間，盡除眾生苦。」，我願永遠住在輪迴當中來利益一切眾生。他所給的時間表是「乃至有虛空」，我們利益眾生的心也會永遠持續不斷的，所發起來的要求證圓滿菩提及利益眾生的心，也會放在我們這個持續不斷的心上面。它的時間可以說是永恆的，菩提心所帶來的善也會永遠存在。

就好像我們要去台北，想要去台北的這個思惟一直都在我們心上，我們要證得圓滿菩提的這個思惟，也會一直持續在我們心上，直到虛空盡為止。發菩提心的善念，只要想成辦的人一但生起思惟，這個想法就會一直留在他的心上。這個想法會像習氣一樣，在心中一直不斷持續下去。只要我們一直保持菩提心，菩提心保持多久，我們所造的善也會持續那麼久。發起菩提心的這個善的心，會引生其它善的心所，同時也會引生我們去做很多身語的善行。所以這個善會持續不斷，而且會輾轉增長。

接著是「癸四、能救大怖畏喻」：

「如作極惡難容諸重罪，須依有力勇者脫諸怖，
若於誰人歸投即蒙救，諸謹畏者於彼何不歸。」

這裡是用這個比喻說菩提心能夠救度大怖畏、大恐怖。這些造作重罪者必須要依著大勇士，方能脫離罪惡的恐怖。如果有一個對像，我們去投靠祂之後，就可以獲得拯救的話，那我們何不去投靠呢？發起菩提心能夠讓我們脫離惡趣的大恐怖，我們這些不放逸者，「諸謹畏者」就是指這些不放逸者，也就是這些畏懼惡業而歡喜善行的人、有力的大勇士，何以不去投靠菩提心呢？即使你造了投生惡趣的罪業，必須要墮到地獄當中，可是，因為發起了菩提心的關係，可能在第一個剎那墮入地獄，而在第二個剎那就回來善趣了。

我們如果有造作過一些大罪惡，比如五無間罪，或是現代很多人有墮胎的行為，這些都是很重的罪。你只要在心相續當中發起菩提心的話，菩提心的力量，足以讓我們脫離掉這些重罪。所以只要有一個大力之士是我們可以投靠的，那我們何以不去投靠呢？

菩提心可以讓我們脫離這些罪惡，它並不需要我們經過長期努力才能脫離，而是在剎那之間就能讓我們脫離。所以，註解說「一切惡趣怖畏於

須臾頃即解脫故」。菩提心就是生起利他之思，它能讓我們生生世世得到究竟的安樂，可以讓我們登上佛果的境地。另外，菩提心還可以在很短暫的時間，就是須臾間之內，讓我們從種種罪惡的恐怖當中解脫出來。

接著是「癸五、罪障無餘摧毀喻」(廣論 P.200+2)，請看十四頁：

「菩提妙心猶如劫盡火，剎那能焚諸罪盡無餘」，

有一種業稱為定業，就是一定會感受異熟果報的業，你跑不掉的業。比如你造了五無間罪，就是造了不可改變的定業，一定要去感受這個罪報。可是在很多大乘的經典都講到，如果用圓滿的四力懺悔法門來懺罪的話，那你的異熟果會變小，不止這樣，還不需要去感受罪惡的果報。因此這裡面才說「諸大乘即說由四力完全懺悔，定業異熟亦能清淨，復說為定業者，謂若不修對治品類，決定受報，眾多教理所成故」，也就是如果你不依四力對治法來將它淨化掉，一定會感受果報，因為你這是定業，必須要受報的。

接著是「癸六、依教顯其功德」：

「是故發心功德量無邊，慈氏依怙廣為善財說」

這邊甲曹杰大師引了《密嚴經》。《密嚴經》就是《華嚴經》，裡面所說的，將菩提心比喻成種子、田地、寶瓶、戈矛等等，有許多的比喻，大家可以參看《華嚴經》，裡面有許多的比喻。這裡只講到五種。總之，就是為了要說明發起菩提心的功德是無量無邊的。

以上所說是講到菩提心的功德，接著講到菩提心的差別，請看十五頁，「辛二辨菩提心性相分二，壬一、體性之差別」，體性之差別可以分為兩種，請看文：

「總攝而言菩提心，應知有二種差別，謂即發起菩提願，及與趣入菩提行。」

意思就是指願心和行心。除了我們用這樣來說菩提心，另外在《現觀莊嚴論》裡面也有講到將菩提心用比喻的方式，講二十二種發心，有的用比喻的方式來講，有的用相應的方式來講，有的用相順法(隨順法)來講。比如將初發心比喻成像大地一樣；而我們心中所生起來想要得到的欲樂的心就是相應；從大地可以長出莊稼就是相順法。這二十二種發心的基礎，就是從像大地一般的初發心開始，慢慢建築上去。

《入菩薩行論三》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯 2004/11/14

上次講到「庚二、思惟菩提心功德利益 分四：辛一、釋菩提心功德利益，辛二、辨菩提心相， 辛三、由彼出生此等功德利益之因， 辛四、讚修菩提心者 」其中「辛一、釋菩提心功德利益」已經講過了，今天開始講「辛二辨菩提心相」。這四個科判已經總攝了這一部論的簡略意義。

在辛一講到菩提心的的功德利益時，並沒有分別講願菩提心或行菩提心的功德利益，而是總的來說它的利益。下面就會分別的來講願心的利益是什麼，行心的利益是什麼。我們唸一下根本頌，這樣會幫我們回顧一下裡面的意義：(從 11 頁開始)

「如是常以微弱之善根，極難對抗罪障大勢力，
是時若無圓滿菩提心，餘善威力何能遮彼罪。」

「於多劫中恒時作護念，諸能仁主觀見此利益，
無量士夫多資糧所成，勝樂由斯不難安隱得。」

「百千生死苦痛欲摧壞，有情憂惱不安欲遣除，
眾多百千妙樂欲受享，菩提心體常應不捨離。」

「若發菩提心者剎那間，生死囹圄堅牢苦逼身，
即名一切如來殊勝子，世間天人悉皆應恭敬。」

「如丹點金轉成殊勝相，將此不淨之身能轉成，
希有無價大寶如來身，是故於菩提心應堅持。」

「眾生唯一導師無量慧，善巧普觀見為極珍奇，
五趣眾生欲求出離者，大寶菩提妙心應堅持。」

「一切餘善不久如芭蕉，一次生果凋謝不再生，
菩提妙心嘉樹常茂密，與果恒時無盡展轉增。」

「如作極惡難容諸重罪，須依有力勇者脫諸怖，
若於誰人歸投即蒙救，諸謹畏者於彼何不歸。」

「菩提妙心猶如劫盡火，剎那能焚諸罪盡無餘，
是故發心功德量無邊，慈氏依怙廣為善財說。」

「總攝而言菩提心，應知有二種差別，謂即發起菩提願，及與趣入菩提行。」

剛才我們唸的偈頌，菩提心的利益既然是無量無邊的話，那麼，菩提心到底是什麼呢？簡單而言，菩提心可以分為兩種，也就是願心和行心。它們的次第性，要先生起願心，後來才生起行心。也就是先生起欲得圓滿菩提的心，之後為了得到這個圓滿的菩提心，應該要去修持，為了能夠修持的緣故，所以要發起行心。願心也就是欲得圓滿菩提的心，生起了欲得圓滿菩提的心，你不止只有這個心而已，你還想開始來行持、開始來修持，來真正獲得圓滿菩提，你也會生起這個心。乃至於你還沒有實際的去行持要證得圓滿菩提心之前，你所發的心都屬於願心而已。一但你開始了要來行持，決定要來證得圓滿菩提，這種心發起了之後，那你就生起了行心。兩者都是心，可是他有一個界限在。

佛陀成佛之後，在他的心相續當中是不是還有菩提心呢？回答是必須有的。如果沒有的話，那祂就沒有行心的戒，也就無法傳給其他菩薩行心的戒了，因為要傳行心的戒給其他人，自己必須要具足行心的戒才可以，所以佛成佛之後也必須要有。那麼，佛在成佛以後是否還有欲求圓滿菩提的心呢？答案也是有的，祂的心相續當中還有這個菩提心攝持，祂是唯有為了利益一切有情的緣故，所以祂必須具有欲求圓滿菩提的心。仁波切比喻就好像他有這一串念珠，他有了這一串念珠呢，所以必須要念六字大明咒，來唸咒、來持咒等等，意思是相同的。所以，佛陀祂具有欲求圓滿菩提的心，並不是祂為得圓滿菩提而必須證得圓滿菩提，不是這個意思，而是祂為了一切有情之故，所以祂必須具有這個心。

願心和行心可以說成欲行和趣行，也就是想要去和開始去的意思。比如我們要去印度，在我們還沒有出發之前，我們就有想要去印度的心了，而在我們出發之後還是有這個心。所以，想要去的心，在這兩個過程中都有。因此才說（壬二、譬釋差別 廣論 P.224+2）：

「如人欲行與趣行，差別如何易了知，如其次第願行別，智者當之亦如是。」

願心和行心的差別，我們應該可以了解。再來（壬三 癸一、願菩提心功德）：

「願菩提心雖亦能，於生死中與大果，然不如行菩提心，出生福德恒無盡。」

欲行和趣行，也就是願心和行心，這兩者的功德是有差別的，什麼差別呢？願菩提心可以在生死當中給予大的果報，可是所給的這樣大的果報持續的時間不如行菩提心，所以說「然不如行菩提心，出生福德恒無盡。」也就是行菩提心所出生的功德是常流不息、持續不斷的。

願心和行心的功德差別是這樣子的，當發起行心之後，行者的心已經

有所改變，他已經開始趣捨棄我愛執了，所做的行為自然就會去遮止唯求自利，都是唯求利他，身語所做以及思惟全部都是唯有利他而已。他心中所想的都是以利他為主，而不是以自利為主了。他的所作所為也都是以利他為主，而不以自利為主。他是為了一切有情而求證圓滿菩提，這一點是絕對肯定的，同時他也許下諾言唯有這樣做而已。所以用他許下諾言的這一股力量，之後不論他是在睡覺或是放逸，任何時刻，這個行心所帶來的功德都是無量無邊的，是不會間斷的，因為這個行者心中唯有利他而已。

我們說行菩提心能出生的功德是恒久無盡的，那麼，它有什麼特別的功德呢？請看文（癸二、行菩提心功德）：

「普為無邊有情界，悉皆解脫安隱故，發心堅固無退轉，何時真發如是心，即當從於彼時起，縱令倚臥行放逸，福德勢力流無盡，量等虛空遍出生。」

這就是行心特別的功德。行菩提心有這樣的特別功德，那麼，它是出自哪裡呢？用什麼來成立呢？下面這一偈（辛三 壬一、教立）：

「此有經文可為證，出於妙臂請問經，為利小心有情故，如來歡喜親宣說。」

也就是為了那一些，就是聲聞、獨覺當中的不定種性者而言。有一些聲聞、獨覺眾是種性決定的，另有一些是種性不決定的，就是不定種性者，他們也不決定是聲聞、獨覺的種性，可是他們卻是喜歡聲聞、獨覺乘，這一類的不定種性者可以將他們引回大乘門當中。也就是對那些劣乘種性者，這邊「小心有情」指的就是劣乘的不定種性者，可以將他們引回大乘來，所以佛在《妙臂請問經》裡面，為了那些聲聞、獨覺的不定種性者，就講了很多菩提心的功德。

前面我們剛剛唸的，是總的來稱揚願心和行心的功德利益，主要還是在願心的功德上，那特別講到行心的功德，就是「普為無邊有情界」到「量等虛空遍出生」，這一段是特別講到行心的功德。

剛才從十一頁「如是常以微弱之善根」這邊開始，到十五頁「及與趣入菩提行」，這整個都是在講菩提心的功德，先講到願心的功德，再講到行心的功德，為什麼呢？因為一個行者剛開始發心時，一定要先發起願心。所以，要先讓他認知願心的功德在那邊，他才會發起願心。先講願心的功德，再講到心的功德，所以它也是有次第性的。像我們現在，任然還處於發了願心和行心之後，還是屬於菩薩位者，他必須為了一切無量無邊的有情而去求證圓滿佛果，並不是為了一位有情而已，而是為了無量無邊的有情。他為了要去除無量無邊有情的痛苦，不僅是解除一位有情的痛苦而已。所以，他所緣的是非常廣的，也因為這個樣子，他能夠滿一切眾生願、除一切眾生苦，因所以而積聚的功德也是無量無邊的。請看偈頌（壬二...子一、

成辦安樂作用無邊故功德大 廣論 P.208+3），：

「若人但略一思惟，欲為有情除首疾，亦為具足饒益想，所有福德亦無量，況為別別眾有情，各欲為除無量苦，無量功德各成辦，其為福德何待言？」

講到利益他人的菩提心的修持，並不是人人皆能具有的，比如說父親、母親、仙人或梵行師長，有一些不見得就有菩提心的。所以看偈頌就講到（子二、是故別無利益之心更勝於此）：

「縱令若父或若母，執有如斯饒益心，諸天仙人梵行者，寧有何人心似此？」

像他們這些人，怎麼可能會有像這樣要發起要利他的菩提心的行者，這樣的修持心呢？縱然這些父母、天神、仙人、梵行者或者說一些師長，他們雖然有想要利益其他人的心，可是，他們總不如一位發起菩提心者的心量那麼廣。

用我們自己來作比喻就知道了，我們要去利益有情的這種思惟，即使是父母、天神或一些似道的這些老師，闡示道路的這些老師，他們雖然也有要利益他人的心，可是，總是達不到要利益眾他人的菩提心這種程度。所以這邊才說（子三、餘諸有情即為己利亦未曾起如是利益之心 廣論 P.69-4）：

「彼諸有情於往昔，為自利故如是心，夢中尚未暫夢見，此利他心從何生？」

原因在這邊。這裡講到這些父母、天神、仙人等等，在他們的心中如果沒有自利的心，那麼，他們怎麼可能會發起利他的心呢？他們連作夢都沒有夢到要自利的話，怎麼可能做到利他的心呢？就像我們白天工作如果做不好，晚上或許夢到把事情做好了，那會很高興。他們連自利自在夢中都不會夢到的話，怎麼可能有利他的心呢？更何況是菩提心呢？菩提心是唯為利他的，唯有利他心而已。剛剛舉的這些例子，他們自利心尚無，怎麼可能夢中還要夢到利他的心呢？這是不可能的事。

請看文（子四、結讚 廣論 P.207+5）：

「反是絕不求自利，唯為利益諸有情，殊勝菩提心妙寶，空前希有始誕生。」

世人最愛的就只有他自己而已，以自己為最愛憐的、最愛惜的，如果一個行者反過來，他最愛的不是他自己，而是去利益眾生，去愛執其他有情的話，那他心中所生起的這一顆殊勝的無上菩提心，豈不是一件空前希有而難能可貴的事嗎？

這種利益他人的菩提心的思惟是非常深細廣泛的，深細到任何人連想都想不到的程度，它的對境又是無量無邊的有情，絕非一、兩個有情而已。

所以，利益他人的菩提心是非常深細且非常廣大的，它的利益就像前面所說的是無量無邊的。除苦者是它，除罪障者也是這一顆心，為我們帶來無量無邊的善根功德還是它。它的功德連虛空都難以容納，它還可以為我們去除五無間罪。造無間罪必須墮到地獄受苦，這種極沈重的罪，也只有菩提心能為我們去除。

當我們發起願心的時候，就可以得到上述的功德，可是，它不見得就會持續下去。但是，如果你發起行心的話，上述所說的願心功德和行心功德就會不斷持續、增長下去，為什麼呢？因為當你發起行心之後，你會實際的去利益眾生，實際的去除眾生的痛苦，實際的給予眾生安樂，就是會實際去行動的意思。在願心的階段，你有發願而已，還沒有實際去做利益眾生的行動。行心就不一樣了，你就實際去做利益眾生的行動了，帶給眾生安樂，去除眾生的痛苦。所以，行心就像如意寶一樣，可以去除一切眾生苦，滿足眾生一切所願，帶給眾生所有一切安樂。所以，行心的功德是任誰都無法測量出來的。所以下面這個偈頌就講到（癸二...子一、正說）：

「一切有情喜樂因，有情諸苦普療藥，菩提妙心福云何，於彼以何量可測？」

一位真正心中具有菩提心者，我們只要跟他在一起，看他一眼，馬上就能得到無比的快樂，因為我們可以從他慈悲的眼神中得到無邊的快樂。相反的，如果是一個我愛執很重的人，你只要看他一眼，就會帶來無比的痛苦，更不用說跟他講話，那就會更難過了。

菩提心帶給我們所有的安樂，真的是言不可盡的，一個實際具有菩提心的行者，即使沒有實際付諸行動去利益眾生，從他的外表、威儀，已經足以帶給我們很多學習悲憫心的學處了，已經有很多地方值得我們學習了，更不用說他實際去做的事了。所以，菩提心就像是如意寶一樣，它可以帶給一切我們所需、一切我們所想要得到的安樂。

真正要發起菩提心，說實在是非常困難的。我們可以去思惟菩提心能帶來的功德、利益，雖然此世我們還不見得能夠生起真正的菩提心，至少也要對菩提心生起歡喜心，這就是要在我們心田中種下菩提心的種子。

行心可以帶給我們無量無邊的功德、利益，是無法比擬的、無法比較的，即使願心也是如此，願心雖僅止於發願的階段，也一樣可以帶來無量無邊的功德。請看文（子二、理成）：

「僅唯發起饒益心，猶勝供養諸如來，況於無餘眾有情，勤作利益安樂事。」

也就是僅僅發起饒益友情的願心而已，那他的功德就猶勝供養諸如來了，更何況發起行心，實際去做利益無量無邊有情的這些安樂事，那功德更是不用說了。接下來是斷疑的部分，有人提出疑問說：「願心和行心的目

標都是為了令一切有情具足安樂，去除痛苦，都是這個樣子，對不對？那這個任就提出問題，說所謂的苦或者樂，苦的覺受和或者樂的覺受，有情到底需要什麼，只有有情他自己知道而已，那這個發起菩提心的行者，怎麼知道他需要什麼呢？發起菩提心能夠真正帶給他們所需的安樂及去除他們的苦嗎？他能夠做到這一點嗎？」

大部分的有情心中雖然不願意遭受痛苦，可是，卻偏偏去造作痛苦的因，雖然希望得到安樂，卻偏偏又將能夠得到安樂的因像敵人一樣的摧滅掉。請看文（子三、斷疑）：

「心欲捨離諸苦痛，現於諸苦轉趣近，雖欲安樂而愚昧，摧壞己樂如仇人。」

「若人匱乏安樂具，具足眾多痛苦事，誰以諸樂令滿足，復為斷除諸苦痛？」

這些有情的樂少苦多，可是，他們苦多卻偏偏去造作會引生痛苦的事情，他們樂少偏偏去造作無法獲得安樂的事。有情就是這個樣子，所以才會匱乏安樂，才會具足眾多的痛苦。誰能夠以諸樂令滿足？復為斷除諸苦痛呢？請看文（廣論 P.207+6）：

「愚痴暗昧能遣除，如此善心何能匹，如斯善友何可得，如斯福德何能及。」

像菩提心這樣的善心，能夠為我們去除愚痴昏昧，有什麼能夠比得上呢？「如斯善友何可得」像這麼好的一個幫手，在哪裡才能夠得到呢？「如斯福德何能及？」像這樣子菩提心所能夠帶來的安樂因及功德，又有什麼能夠比得上呢？

接著我們就從從十五頁的「總攝而言菩提心」唸到二十頁「如斯福德何能及」，這邊主要是講到菩提心可以分為兩類、菩提心的差別、願菩提心的功德及行菩提心的功德，從這裡我們可以了解到，所以我們一起唸：

「總攝而言菩提心，應知有二種差別，謂即發起菩提願，及與趣入菩提行。」

「如人欲行興趣行，差別如何易了知，如其次第願行別，智者當之亦如是。」

「願菩提心雖亦能，於生死中與大果，然不如行菩提心，出生福德恒無盡。」

「普為無邊有情界，悉皆解脫安隱故，發心堅固無退轉，何時真發如是心，即當從於彼時起，縱令倚臥行放逸，福德勢力流無盡，量等虛空遍出生。」

「此有經文可為證，出於妙臂請問經，為利小心有情故，如來歡喜親宣說。」

「若人但略一思惟，欲為有情除首疾，亦為具足饒益想，所有福德亦無量，況為別別眾有情，各欲為除無量苦，無量功德各成辦，其為福德何待言？」

「縱令若父或若母，孰有如斯饒益心，諸天仙人梵行者，寧有何人心似此？」

「彼諸有情於往昔，為自利故如是心，夢中尚未暫夢見，此利他心從何生？」

「反是絕不求自利，唯為利益諸有情，殊勝菩提心妙寶，空前希有始誕生。」

「一切有情喜樂因，有情諸苦普療藥，菩提妙心福云何，於彼以何量可測？」

「僅唯發起饒益心，猶勝供養諸如來，況於無餘眾有情，勤作利益安樂事？」

「心欲捨離諸苦痛，現於諸苦轉趣近，雖欲安樂而愚昧，摧壞己樂如仇人。」

「若人匱乏安樂具，具足眾多痛苦事，誰以諸樂令滿足，復為斷除諸苦痛？」

「愚痴暗昧能遣除，如此善心何能匹，如斯善友何可得，如斯福德何能及？」

下面就是讚嘆心相續當中具有菩提心的行者，

「辛四、讚修菩提心者分三，壬一大悲引發為不請友故應讚揚」：

「或為受恩作酬報，彼亦尚應獲稱揚，況為眾生不請友，菩提薩埵何待言？」

就我們而言，他人需要什麼，我們尚且不曉得，而且我們有時候想要去幫助他人，也不見得能夠使得上力。可是，菩薩卻能了解我們一切的所需，了解我們一切的心意，他們能夠從旁來幫助到我們所需要的一切。像一般世間的人，我們如果請別人做某一件事，都會給予酬勞，在他真的來幫忙的時候，我們還要加以褒揚一番，讓他心生歡喜來幫我們做這件事。所以這邊才說「或為受恩作酬報，彼亦尚應獲稱揚」，就是那些受雇於我們來做事的人，我們尚且要去褒揚他，讓他好好的作事。更何況那些菩薩了知我們一切所需，能夠了知我們一切心意，而且不需要我們提出請求，甚至我們想都沒有想到要請他來幫忙，他就主動來幫忙了，那是不是我們更應該要去讚揚這一類的菩薩了，所以說「況為眾生不請友，菩提薩埵何待言？」。

再來請看文（壬二、略作利益尚應稱歎成辦一切利樂彌應讚揚）：

「於少有情作摶食，剎那施與一餔醁，輕心嗟來半日施，世人敬讚猶稱善，況於無邊諸有情，無上菩提大安樂，隨心所欲悉圓滿，恒時施與何待言。」

世間的大善人、大施主，他如果來作一日的布施，或是作一個月一次或半年一次的布施，給予眾生飲食，世間人一定都非常的稱讚他是一個大善人。也有一些大施主在給眾生的時候，並不是用很恭敬的態度，他們可能會自以為是，自認為一個大施主、大財主，所以他會用一種很藐視、很輕

忽的態度來布施這些食物出去，他用這種態度，世人都還會讚嘆他們是一個大善人，所以看這一句「於少有情作摶食，剎那施與一餔醓」，剎那就是某個很少的時間內，不是很長時，一餔醓就是一點點的食物，或是「輕心嗟來半日施」他以很輕蔑的這種心給半日之施，世人尚且稱他為大善人。「況於無邊諸有情」何況菩薩在利益眾生的時候，並不只是為一位有情，而是為了無量無邊的有情。祂所給予眾生的也不是半日之施，也不是一摶之食，而是給予眾生無上菩提的大安樂、佛果的大安樂，而且是滿足一切眾生的一切所欲，而不是滿足眾生暫時的需要而已。利益眾生的時間又是恒時的，而不是一段短暫的時間，乃至輪迴未空之前祂都要這樣做。「恒時施與何待言」這樣的菩薩、發起菩提心者，更是值得我們去讚嘆祂為大善人。

請看文（壬三...癸一、餘菩薩不應少毀謗之因　廣論 P.135+1）：

「如是佛子大施主，若誰於彼起惡心，佛言隨其心念數，當墮泥犁爾許劫。」

那些已經具足願心、行心的利益功德者，也就是祂已經具足了願心和行心利益功德的這些菩薩，我們又可稱他們為佛子或大施主，如果我們對於他對我們的大恩無所知而隨著煩惱轉，生起惡心來對待這位菩薩，將會隨著我們所生起的瞋恚心有多少剎那，就會墮到地獄有多少劫。所以，我們應該思惟這些佛子、這些菩薩是如何來利益我們，應該生起感念牠對我們恩澤的心。如果不感念他們的恩澤，反而生起不恭敬、瞋恚的心，那我們的不恭敬、瞋恚心有多少剎那數，就會墮到地獄裡多少劫。

在註解中就有引經文來證明剛剛的說法，請看文：

「《最極寂靜決定神變經》云：『妙吉祥，若時菩薩，於菩薩所，發起瞋心，發起慢心，其時即彼自言我將經劫住於地獄，應當慎之。』」接著又引另外一部經，**「《信力發起手印經》云：『縱令焚燬恒河沙數所有塔廟，不如於大乘勝解行地菩薩起一念損惱之心，其罪猶大無數倍。』」**也就是即使你摧毀掉像恒河沙數那麼多的塔廟，那個罪惡也不及你對於一位住於大乘勝解行地的菩薩發起一念損害的心。

請看文，**「蓋諸佛由菩薩生，損佛之因，故為重罪之尤，眾多經論，皆作如是說也。」**講到如果對菩薩生起瞋恚心或是損惱菩薩的心，就等於是去損害了佛的近取因，因為菩薩是佛的近取因，佛是由菩薩而來的，如果你去損惱菩薩的話，就等於是去損惱成佛的心因了，你去謗撥菩薩也是一樣，等於你去謗撥佛的因了，這樣會使得你離佛越來越遠，你成佛的日子會拉得非常的遙遠，本來三大阿僧祇劫可以成佛的，現在不曉得要經過多少阿僧祇劫，都倍數增長的無法成佛。那你去破壞這些塔廟的話，並不會造成損佛的因。

剛才是說對菩薩生起瞋惡心所造的惡業有多重。相反的，如果你對菩薩生起淨信心，所得的功德也是無數倍的倍數增長。請看文（癸二、應修信心之因）：

「若誰於彼生淨信，其果如前信轉增。」

我們造善或造惡，同樣都是對著這個菩薩，對境是一樣的，為什麼說對菩薩造善的功德會比造惡更大呢？因為你造善時的心是正的，而不是顛倒的，有很多的正理、很多的量可以成立起這一點。當你造惡時，你的心是顛倒的，雖然這個惡是有它的力量，可是，因為心顛倒的關係，勢力就小很多了。就像證空性慧、證得無我的心及起我執的心，同樣都是這個心，可是，證得無我的心對於我們利益的力量，就遠勝於我執的心對我們傷害的力量。所以，我們必須對菩薩生起歡喜、恭敬、信仰的心，因為我們見到祂心相續當中菩提心的功德。如果我們能夠對菩薩生起歡喜、恭敬、信仰的心的話，也為我們自己締造了無量無邊的功德。所以，我們要對菩提心的功德有所認知，像前面所說的願心和行心。之後我們才能對已經生起菩提心的菩薩生起歡喜和恭敬的心，如此一來，我們也會生起想要獲得菩提心功德的心，所以要對這些菩薩生起清淨相。

我們要如何去遮止對菩薩生起不信、惡心、輕視或瞋恚的心呢？我們要對於其他有情不要輕易的隨我們的妄念去判斷他就是怎樣的人，因為實際上我們並不知道他是怎樣的人。因此，我們要對其他有情修清淨相。如果我們沒有正確了解的正量可以了去解他人是如何的話，可能我們就會隨著自己的妄念而轉，而會越來越嚴重。所以，我們心中如果沒有未緣到因（未緣到的真因、未理解真正的原因）的話，就無法去判斷何者為是、何者為非。如果我們還沒有辦法緣念到那個真正的原因，就沒辦法肯定他就是怎樣的人。

如果我們自己不了解別人，還在一直用不正確的理由，說這個人怎樣、那個人怎樣，一直加上很多的猜測，無明、煩惱一直加上去，一直會生氣，或對他不清淨，如果這個對象是菩薩的話，那就很糟糕了，就會產生前面所說的危險。未緣到因在那裡有特別的解釋，所以，我們要特別小心，不可以隨便去評判下決定這個人是怎樣、那個人是怎樣。

我們如果無法去判斷對方到底如何的話，最好能保持一份恭敬、清淨的心來對待對方。所以對於菩薩這個對境，不管我們是生起淨信的對境，或是生起瞋恚的對境，同樣都是對著這個菩薩。這個菩薩可以說任何時刻，祂都永遠不會生起一絲絲傷害我們的心或是瞋恚我們的心，再怎麼小傷害我們的心在祂身上找不到，祂無時無刻只有利益我們的心而已。即使我們再怎麼去惡待他、傷害他，祂永遠都不會有想要傷害我們的心。不管我們

怎麼去傷害他，等於是增長他的修行而已，祂的修行會越來越好。對於菩薩來說，我們如果惡待祂，祂不會特別離我們很遠，我們如果善待祂，祂也不會特別對親近我們，祂對每一個眾生都是一樣的。

請看文（癸三、結成應頂禮皈依　廣論 P.207+7）：

「於諸佛子極珍重，罪垢不生善自增，誰具勝義妙寶心，於彼之身當敬禮，縱損彼者猶沾樂，安樂生處我皈依。」

對於唯行利他的菩薩，因為祂無時無刻都是在利益他人，「縱損彼者猶沾樂」即使去傷害祂，祂還是會帶給我們安樂。對於這樣一個安樂的出生處，我頂禮、我皈依。對於這樣的菩薩，我們如果去傷害祂，只有增長祂的修行而已，祂都不會反過來報復我們、傷害我們，反而會更利益我們。

《入菩薩行論》的第一品〈讚菩提心功德品〉到此講解完畢。這裡從不同角度來講菩提心的功德，我們去念誦它是非常好的，也會積聚功德的。

《入菩薩行論四》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯

2004/11/21

第一品講到菩提心的功德，透過了解菩提心的功德，我們要去思惟菩提心能夠帶給我們什麼利益。菩提心能夠為我們去除種種痛苦，也可以消滅掉痛苦的因以及所有罪障，菩提心也可以帶給我們種種安樂，也可以使我們去成辦安樂的因。所以，我們應該把菩提心視為如同大珍寶、如意寶一般，沒有比菩提心更能帶給我們利益的。所以，沒有任何的心能夠勝於菩提心，沒有任何一個善能夠勝過菩提心所能帶給我們的功德，菩提心是最為殊勝者。從第一品使我們對這一點了解之後，我們就會生起想要受持菩提心的這種心，然後就進入第二品。

請看二十七頁（癸一、供養所為）：

「為應受持如是妙寶心」

這裡的「如是」在藏文裡就是「彼」,「彼」就是指第一品當中的菩提心，這裡就將菩提心說成是像如意寶一般的心。第一品講到菩提心就像如意寶一樣，它的功德是非常非常多的，這些功德在第一品中都有講到。

發起世俗菩提心之前，必須要先生起增上意樂，在增上意樂之前，要生起大悲心，大悲心之前要先生起慈心，可以透過兩種方式來生起慈心，一個是透過寂天菩薩所說的自他相換的方式，另一個是透過金洲大師所傳的七重因果的方式。以七重因果來說，以知母、念恩、報恩三者為因生起慈心，接著生起大悲心，再生起增上意樂，乃至生起世俗菩提心。也可以透過寂天菩薩自他相換的方式，再生起慈心，之後再生起大悲心，從而生起清淨的增上意樂，再生起世俗的菩提心。

在修持的時候，你可以從金洲大師所傳的七重因果的知母、念恩、報恩，之後更進一步去思惟寂天菩薩的自他相換，因為自他相換的思惟是屬於一種秘密的口訣，不廣傳的。所以在《入行論》提到知母、念恩、報恩之後，應該更進一步去學這些秘密的要訣，因為這是更深入的，去思惟了寂天菩薩的自他相換之後，你再進入慈心、大悲心、增上意樂然後世俗發心。

七重因果、自他相換的修持方式，乃至於到發心，大家都應該很熟悉了，為了讓大家更明白，所以用問答的方式來問你們。

設問一：第一個：我們是為了一切有情而必須證得圓滿菩提，是不是這

個樣子？第二個：是否為了一切有情而下定決心我一定要證得圓滿菩提？第一個就是說，為了一切有情，我“需要”得到圓滿菩提；第二個是說，為了一切有情下定決心， 我“務必要”證得到圓滿菩提。是哪一個？

自答；是第二個。

設問二：四聖諦裡面，我們修苦諦的時候，有沒有感受到整個輪迴苦的情況？應該是有的吧！那時候算不算是出離心？我們修苦諦時，心裡會有一個感受，而修滅諦時，心中會知道解脫、了解解脫、對解脫很有興趣，喜歡成就解脫，這兩個（感受）有沒有什麼差別呢？（聽不懂？！）

修苦諦時，我們心裡會很期待，很想出離六道輪迴，這種感受算不算是出離心呢？若答是，就錯了，這不算是出離心。在修苦諦的時候，我們就會一直去思考整個六道輪迴是那麼苦，在這種非常強烈的思惟之中，我們心裡會很想脫離這個輪迴，此時我們的要求是脫離輪迴，所要求的對象是不是解脫？

自答；是解脫，不是輪迴。

設問三：在滅諦修行的時候，有什麼樣的感受？有沒有很想成就阿羅漢？有嘛！那個阿羅漢跟剛剛第一個問題修苦諦時候的解脫是不是一樣？那個解脫跟滅諦的解脫就一樣嘛！那它們有沒有什麼差別？滅諦的時候，這種很想解脫的解脫，很想獲得阿羅漢，或者成就解脫的果位，這個跟第一個修苦諦時候要求的對象有什麼差別？他們有什麼差別？是不是兩個都是解脫？是嘛！那有什麼樣差別？那個差別是在對象上面的差別或是自己念頭上的差別呢？念頭上的差別怎麼分類呢？

中間有人提問：……

回答：道地的時候還沒有行動，修道地的時候是要行動的對象才認識、才清楚而已。

譯者提問：是不是在苦諦的時候，是想獲得解脫，但還沒有獲得解脫，是不是還在因位？到滅諦的時候……

回答：滅諦修行是…我們還沒有進入資糧道之前，四聖諦都要修，修四聖諦的感受一直強、一直強，才會有正確的出離心產生，才開始算是進入資糧道。剛剛講滅諦是果的部分，成就阿羅漢的時候，才算是修滅諦。

這就是「我需要」跟「我一定要」的區別，一個是我要但是沒有辦法做，像這種的。滅諦的時候是自己有信心「我有辦法做」，自己很清楚有辦法做到。苦諦的時候只是一個期待、願望，雖然想要做，卻是沒有辦法做。到了集諦就慢慢清楚了，有沒有辦法做到。清楚了之後心裡知道：「我有辦

法，我要做！」這種決定就是滅諦的時候。

要把這樣的邏輯用在佛陀的果位上面，「我需要做但是沒有辦法做」，那是什麼時後要生的（心）？啊？（學員答：…）也不是！以慈心、悲心、增上意樂、菩提心這四個次第來說，剛剛講的「我需要成佛，但是沒有辦法做」的階段，是在增上意樂和菩提心的中間。增上意樂是我要做，我沒有辦法，但是成佛的話，才有能力。我有沒有能力成佛，還要考慮嘛！所以這增上意樂和菩提心的中間，還要生出來那種「我需要成佛」，就相當於四聖諦中修苦諦的情況。修苦諦時的目標是「我需要解脫」，這種想法、要改變的念頭一直要有，還要修集諦；修菩提心時也是要先生起「我需要成佛」這種的想法。然後還要在這中間集諦和滅諦也要加上去這樣的修法。

我們修苦諦的時候「需要解脫」這種的念頭會出來，然後這中間要還再加上去修集諦，然後修滅諦。修滅諦的時候才會出現「我要解脫，我要去修解脫的方法」的念頭。就像這樣的修行方法，也要把它用在增上意樂和菩提心中間，我們也要了解。

學員問：……

回答：對，經典中並沒有特別講這中間有什麼樣次第，沒有什麼名相，但是還是要修。

學員問：……

回答：對，那樣的次第。

增上意樂是我要幫忙眾生，這是我的責任，這種時候算是增上意樂，雖然這個事情是我要做的，但是，自己還沒有能力做到，要等到成佛才有能力。所以，心裡想著「我需要成佛」，這是第二個嘛！至於有沒有辦法、有沒有能力成佛，還要考慮。在考慮這一點的時候，就要看自己心上面的煩惱障、所知障有沒有辦法斷除，同時心上也要生起空正見，要了解自己心上空正見的力量有多大，是否有辦法一直增加；另一方面，它相反的煩惱障和所知障有沒有辦法整個消除掉，這些要一直去思惟。慢慢地，自己空正見的能力增加，會感覺到「以後一定有成佛的能力」，會產生這樣的信心。這樣的信心出來之的時後，才會感覺到「我是有能力成佛的」，這樣子之後，心裡才會慢慢的產生「我想成佛」、「我要成佛」，才會下定決心「我一定要成佛」，這才開始算是願菩提心。所以這中間，四聖諦也要了解，把它用到這上面。

翻譯者：我們現在學《廣論》，從下士道、中士道到上士道，四諦、十二緣起都要學，這和《現觀莊嚴論》的整個次第是否相同呢？《現觀莊嚴論》也是成佛的次第，對不對？

回答：《現觀莊嚴論》主要是八個事…

再問：八事不要去管它，是說《現觀莊嚴論》修行的次第，跟《廣論》的次第？

回答：次第是一樣的。《廣論》裡沒有講資糧道修什麼、加行道修什麼、見道修什麼，都沒有的。只有講下士道、中士道和菩提心而已，心中已經生起菩提心的那個時候，算是《現觀莊嚴論》最前面的三品。《現觀莊嚴論》總共有八品，前三品算是修菩提心最總集的修學對象，一個是要特別成佛的，一個是要修菩薩行的，一個是幫助眾生的，總集來說這三個就是他修的對象。對於這三者要清楚了解的話，就在前三品，然後一步一步資糧道、加行道修什麼，就是下面的四品（四個加行），最後的結果就是第八品果位法身。

翻譯者：我們從下士道、中士道學到上士道之後，就進入資糧道的下品，從那時才真正進入《現觀莊嚴論》最下面開始起修嗎？

仁波切回答：是的。所以，學《廣論》等於是《現觀莊嚴論》的前行。

菩提心，我們說為了一切有情，我們「欲得」圓滿菩提，不但如此，而且還必須「證得」圓滿菩提，以這個圓滿菩提為我們所要得到的對象。所以，在菩提心的時候，並不是只有「我們必須要得到圓滿菩提」而已，必須還要有很強烈的一點，就是還要有「我一定要去得到圓滿菩提」的心。

剛才講到：修苦諦時去思惟整個生死輪迴，所生起來的是不是出離心呢？不是。出離心是欲脫離整個生死輪迴的心，你必須生起想要脫離生死輪迴的慾望，將脫離輪迴立為我們所欲得之對境。

生起菩提心也是如此，不是只有需要得到而已，我們還要有想要得到圓滿菩提的思惟，它的根本可以追溯到大悲心，大悲心就是利他之思，這也要看所生起來的利他之思的力量大小。

說到利他之思，有些人心裡會有不平衡的狀態，他會有無法容忍別人變得好的心態，這就是一種競爭、嫉妒的心態，這會是一種壓力。一個真正生起利他之思的人，一定會很願意別人比自己好，當他真心去讚美人家時，沒有這種競爭、嫉妒的心態，也就沒有這些壓力。

我們知道，其他的有情非常的多，數量上有千萬億之多，而「我」則只有一個而已，你如果總是拿一個（我）來對抗那麼多的有情，來跟他們競爭、比賽的話，那你的心永遠都會很苦、很亂。如果把心態調整過來，相反的，其他有情既然這麼多，那我就不會跟他們競爭、比賽了。我就把他們視為很重要，重視他們更勝於我，那這時後所講出來的話或做的事就

沒有競爭的味道了。

有情既然是無量無邊，所以我們就不要對這些有情有競爭、比較的心態，也不要有跟他們疏離、遙遠的心態，也不要有無法堪忍他變好的心態。如果能反過來對每一位眾生生起一顆良善的心，因為有情無量無邊，如果我們對每一眾生都生起善的心、善的思惟，我們的快樂也是一樣會變得無量無邊的。

菩提心既然這麼重要，而我們要去持守菩提心並不是那麼容易的一件事，我們要做很多的準備工作，才有可能去持守菩提心。也就是必須要做很多集資淨罪的工作，就好像有一個國王要來，下面的人就必須忙著張羅很多的準備功夫。我們既然要把菩提心迎請入住我們的心中，也要做很多集資淨罪的準備工作。

接著看科判，**「戊二、發二菩提心已學菩薩行之法 分二：己一、受持菩提心之法，己二、學波羅密多行之法。」**這邊就進入到第二品，就是懺悔品的部分，這二品主要講的就是要做禮敬、供養、皈依及依著四力對治法來懺悔罪障，到了第三品就可以正式受菩薩戒了。要受菩薩戒之前，也要集聚資糧，發隨喜心，然後再依著儀軌來正式受戒。

第二品開始就講到首先要做供養，供養的對境，請看文（戊二…癸一、供養所為）：

「為應受持如是妙寶心，於諸如來正法菩薩心，
殊勝三寶清淨無垢染，功德大海勝妙供品陳。」

也就是向諸善士、如來、正法以及菩薩，尤其是向殊勝三寶來做供養。三寶裡面包括僧寶，僧寶也包括聲聞、獨覺眾的僧寶，但這邊特別指出是菩薩-佛子，有特別指出這一點，因為我們現在是在學發菩提心的階段，所以要特別向佛子-向菩薩來獻供養。這樣獻供養是為了能夠受持如是的妙寶心-這樣子的菩提心。

首先講到要供養，用無主物來供養，就這麼一大段的根本頌（癸二…丑一、供物）：

「盡其所有妙花並嘉果，盡其所有良藥百味俱，
盡其所有希世諸珍奇，盡其所有悅意妙香水，
如是乃至妙寶七金山，園林寂靜景物宜人地，
嘉樹奇花絢爛色莊嚴，繁柯美實茂密枝葉垂，
天龍世間俱生和合香，如意寶樹七珍飾林苑，

自然香稻不由耕稼生，種種莊嚴堪為供養具，

明湖清沼灼灼發芙蕖，鳧雁和鳴妙音有哀雅。」

這一大段很容易了解，不需要太做解釋，也就是去取那些非常清淨自然長出的無主之物，用這些來供養，像現在清淨有機的這些東西來供養。當我們外出的時候，如果到一個風景幽雅、清淨的地方，我們可以緣著那個地方的景物，口中念誦供養咒，供養咒就是剛剛唸的咒，然後唸「嗡啊吽」、「嗡啊吽」，思惟著把它供養出去。如果看到風景幽雅的地方，你不可以想：「啊！我如果在這裡住該多好！」

〔當我們到這種好地方的時候，要把這些所緣念到的美好事物供養給諸佛菩薩，這才是主要該做的。我們這樣供養的原因是什麼？是為了要利益一切眾生。我們可以代表一切眾生，替他們來做供養，我們如果以一個人來代表所有眾生供養的話，等於所有眾生也有供養。〕**仁波切更正說：**我講的是對像的那個菩薩，好像各個菩薩，每一個菩薩祂可以代表無量無邊的眾生，因為他們就一直做為了眾生的事情。所以我們供養的對象，表面上看起來是只有一個菩薩，比如說，我們前面供養了一個菩薩，但是卻代表了我們供養了無量無邊的眾生。**仁波切又說：**（代表所有眾生來獻供養 vs 供養了一個菩薩，但是卻代表了我們供養了無量無邊的眾生）那就兩種都可以（成立）。所以我們在供養的時候，菩薩前面我們供養的話，自然會得到，就這個樣子。那自己供養的時候，可以想我是代表無量無邊的眾生來獻供，我帶領著眾生一起供養，這樣的觀想也可以。當我們誦經、持咒時，隨時要這樣想著旁邊都有眾生。

當我們在獻供養給對境時，要想著是為了利益一切眾生而獻供養，不可以想著對他們供養是希望他們來救度我或是讓我好一點。只有想著自己去獻供的話，那是不可以的。

我們皈依上師、皈依佛、皈依法、皈依僧，甚至發起菩提心、持咒或者來修護輪等等，做這些事時，應該是為了一切眾生而做。可是，往往我們都不是這樣，我們往往都是為了我愛執在做，為了我愛執來皈依上師、皈依佛、皈依法、皈依僧，為了我愛執來生起菩提心、求證圓滿菩提，為了我愛執來持咒、為了我愛執來修護輪、觀十大明王，請他們來去除所有障礙而不要傷害到我愛執。要改變這樣的想法雖然很困難，但是，只要慢慢的調整還是可以修得好的。

當要陳設供品供養的時候，可是手中卻沒有很多供品可以實際來供養時，就可以像以下所說的來供養（丑二、如何供養）：

「遍虛空界廣博無邊際，所有一切無主執持物，

慧心攝取善巧而獻陳，殊勝士夫能仁諸佛子，

清淨功德生處大悲心，願祈愍念於我垂納受。」

以這種方式來獻供養。這裡說的「清淨功德生處大悲心，願祈愍念於我垂納受」，就是最殊勝的供養境之清淨功德的出生之處，就是大悲心。也就是指最殊勝的供養境就是佛、菩薩。如果供養一尊佛或菩薩的話，就等於是供養一切眾生。在這個階段，我們是為了要能夠受持菩提心的緣故，所以需要積聚廣大無邊的資糧。為了利益一切眾生的緣故，所以要受持菩提心，因此必須獻供養，獻供養最殊勝的對境就是清淨功德的出生處。

我們所供養的這些無主之物，它們雖然是沒有主人，可是也不是屬於我們自己的。所以在要供養的時候，可以用你的意、用你的心去緣念這些東西，然後將它們供養給你心意中殊勝的供養對境，而不需要實際將它們採集起來供養，不需要。所以這邊說如果你真的一無所有、非常貧困的話，要如何供養？請看文（丑三、供無主物之因）：

「今我福德不具極困貧，別餘供具資財悉非有，

依怙惟為他義作殷勤，饒益我故神力祈受享。」

我為了要發起菩提心，就必須要積聚無量無邊的功德，可是，我現在沒有很多的財力，沒有很多東西可以供養，非常的貧困，只能用心去緣念這些無主之物來供養，也請你們能接受我的供養。

問題：請問仁波切，如果是有主物，例如見到路邊水果攤的水果，是否也可以供養?

回答：仁波切說用意去緣取來供養是可以的，這可能牽涉到唯識宗的觀念，比如仁波切手中拿的念珠只有一串，可是，你們每一個人心中都會有一個“所了相”的念珠存在，就是在你們心中都會現起一串念珠存在，不是義共相，是所了知的念珠，你就用你心中現起的的那一串念珠來供養。我們並不是實際拿人家的東西來供養，而是取自己內心悅意所緣到的部分來供養，這並不是偷盜別人的東西來供養。是他自己業做出來的，水果還在啊！是自己習氣做出來的，看到的是自己的部分，不是算那個東西，是習氣結果的部分，看到的部分作供養，這是自己的啊！這不是偷偷拿。自己習氣的部分就可以拿吧！警察抓的話，就說這是我的習氣，哈！哈！哈！習氣的部分還是有，沒有的話就沒辦法看到，比如說一些眾生，這裡有水，但是他們沒有看到水，所以習氣有關係。…對，業力也是很重的習氣。

供養的時候，如果我們真的是一無所有，就可以用這種方式來供養，但只要還有能力去準備供品的話，就應該要實際去準備供品。有一些人就用這個當理由，從來都不買一樣供品來供養，所供的供品也不知道擺了多久都不換的，他就偏偏用這個理由，用觀想的方式去緣無主物或者有主物來供養，這樣子是不可以的。如果你自己能力還及的話，至少要買個真的東西來供養，所以這裡才講，他為什麼不能實際的用這些實質的供物來供養，是因為「今我福德不具極困貧」的緣故，才用這種方式供養。

這邊就講到，如果我們真的沒有什麼東西可以供養，一無所有，至少還有這個身軀，我們對這個身軀還有權力在，應該用這個身軀來供養。供養時也不是為了我們個人而已，而是為了一切眾生，不可以被我愛執所驅使，而是要將自己的身軀供養給諸佛菩薩，所以這邊才說自身供。（子二、自身供）：

「我於一切諸佛佛子前，盡我身心無餘至誠獻，
祈諸殊勝勇識咸攝受，至心願為諸尊作臣民，
我由諸尊咸作攝持故，饒益有情不怖生死輪，
往昔眾罪清淨得超脫，別餘罪垢此後不再生。」

這裡是虔誠的供養自己的身體，並不是今天供養當你的佣人，但明天有一些自己的事情要做，好像明天是當我愛執的佣人，今天可以當你的佣人，明天就收回來，這樣是不行的，他是虔誠的做供養。

當我們出去的時候，緣念這些外在的無主物來供養時，也可以使我們的我愛執轉趨薄弱、變小。可是比起獻出我們的身軀，可以更使得我愛執更為縮小。因為身軀是我們絕對必要的，一定需要這個身軀的，外在的物質、無主物等等，卻不見得是我們絕對必要的，如果能為了一切有情的緣故，而將此身軀獻給諸佛菩薩的話，那我愛執的降低程度可能會更大一點。

接著講到心力變現的供養，這裡講到獻沐浴等等，剛剛所說的無主物、身軀的供養，這些東西我們的眼睛還可以見得到，可是，到這邊的時候，要去迎請諸佛菩薩過來，然後要生起宮殿、澡堂來獻沐浴等等，這些我們無法親眼見到，諸佛菩薩來了，我們也無法親眼見到。所以，這邊就進入用意變的方式，用你的心意變化出來的供養，其中又分為有上供和無上供。

首先講到浴具的部分（子三…卯一、浴室）：

「浴殿香薰旃檀氣芬馥，水晶布地晃耀色晶瑩，
眾寶軒楹輝煌悅人意，珍珠華蓋垂覆燦光明。」

這裡講到澡堂、浴室。（卯一、獻浴）

「於諸如來及諸如來子，奉獻眾多充盈妙寶瓶，
善盛悅意妙香甘露水，妙歌天樂無量浴具陳。」

這邊就講到獻浴的部分。事實上，我們如果對諸佛菩薩獻浴的話，可以為我們淨化很多的罪惡、罪障。如果你去灑掃寺院，或者說佛龕的話，都可以為我們淨化很多的罪障、煩惱障，尤其可以淨化很多不淨的顯現，不乾淨的這些顯現，顯現出來各種不乾淨。我們會看到很多東西有不清淨的景象顯現出來，它最主要是來自我們的煩惱障和所知障，因此，有時候會覺得非常污穢、非常髒。這一點可以看出，我們內在不清淨，外在也會顯出不清淨。所以透過沐浴的供養，可以淨化掉我們內在的不清淨，也可以淨化我們的罪障。

尤其在我們每天洗澡的時候，也可以做這樣的觀想。在洗澡時，可以觀想自己是最重要的上師，或者觀想自己是宗喀巴大師，將洗澡觀想成在獻浴，獻給自己的上師或宗喀巴大師。用這樣的觀想方式來洗澡，也有淨化罪障等等的功德。

獻浴完之後，就要開始為這些聖眾擦拭身軀，請看文，（卯三、拭身）

「無比天衣清潔離垢染，妙香沾灑塗拭如來身。」

擦拭完之後就是獻上衣裳（寅二、天衣）：

「次復於諸聖身敬奉獻，芬馥天衣妙色善染成，並及種種輕柔妙天衣。」

再來獻上種種裝飾品（寅二、莊嚴）：

「百千種類殊勝莊嚴等，奉獻莊嚴大行普賢王，聖妙吉祥觀世音自在。」

再來是獻上塗香（寅四、塗抹）：

「香氣芬騰遍滿三千界，以諸妙香塗抹如來身，
如煉純金磨瑩露光彩，威光赫奕瞻仰諸能仁。」

再來是獻上花鬘或花朵，主要是掛在他們的脖子上，或是將花散在他們座位的四周（寅五、花鬘）：

「於諸能仁自在勝供境，曼陀羅花妙蓮優缽羅，
種種端嚴美妙悅人意，芬芳妙花環鬘作供陳。」

再來是獻上鼻子聞的熏香（寅六、熏香）：

「次復奉獻奢意殊妙香，遍滿虛空涌聚妙香雲。」

再來是獻上種種肴饌，也就是種種的美食的意思（寅七、餚饌）：

「餚饌羹湯善調具百味，種種天廚妙善悉進呈。」

再來是獻上燈明（寅八、燈明）：

「次復奉獻眾寶燈明炬，金色蓮花環鬘次第陳。」

再來為了能請他們多住幾天，接著是獻上無量宮，（寅九、無量宮）：

「淨地無塵妙香善塗瑩，悅意雜花遍佈極芳馨，
無量宮殿妙香聞讚詠，珍寶莊嚴垂履色晶瑩，
遍滿虛空無量莊嚴具，悉皆奉獻大悲自性身。」

然後還要在宮殿頂獻上寶傘、華蓋（寅十、傘蓋）：

「眾寶莊嚴傘蓋純金柄，輪圍種種莊嚴可眾心，
妙相端嚴見者咸愛樂，常時擎持奉上諸能仁。」

除此之外，還要獻上種種奏樂讓祂們很高興（寅十一、音樂）：

「復以別餘供雲聚，並諸悅耳和雅音，解除有情諸苦痛，如雲普覆處處聞。」

我們剛才主要是供佛的聖身，那還有供養佛語。佛語的代表就是這些佛典、佛塔等等，也可以供養雕塑的佛像。在這邊供養的時候，不是像先前沐浴的方式，而是用散花的方式來獻供養，這邊就講到（寅十二、供品恒時不斷之加持）：

「於諸正法勝妙寶，塔寺伽藍妙相嚴，普雨眾寶妙花雨，恒時不斷願降霖。」

也就是要恒時不斷的來獻供養，願祂們都能夠接受到，去享用到我們的供養。

剛剛供的就是屬於有上供的部分，也就是透過實質的陳設，或者說由你的心意所化現出來的，看你的能力如何，你就化現出來做種種的供養，這些都是盡我們的所能來做的供養。還有很多是我們不能做到的供養，我們現在所做的供養之外，還有其它更上的供養存在，所以才稱我們現在所做的供養稱為有上供，也就是在這個上頭還有更殊勝的供養在，那就稱為無上供。這邊就舉了文殊師利菩薩及普賢菩薩，祂們所做的供養都是無上供，非常的廣大無邊、力量非常大的供養，像這樣的無上供養，我也要像祂們一樣來做這種無上供的供養。所以這邊就說（丑二、無上供）：

「云何文殊師利等，於諸如來修供養，如來依怙佛子前，我今供養亦如是。」

也就是我也要效法他們的方法來做無上供。自己能夠觀想的要好好的、深細的去觀想，如果自己沒有辦法觀想的話，就像最後說的一樣，「文殊

菩薩！普賢菩薩！你們怎樣觀想的供養，我就按照這樣子去供養。」迴向的時候也是一樣。

我們所獻上的有上供及無上供，也就是將我們自己的身軀，或者說自己周遭前後左右的這些物質來獻上種種的供養。有時候我們在獻這些供養的時候，都還會有這個我，還會以這個我為主，我需要什麼、什麼，所以我來獻供養，我們有時候會這個樣子，那在這個時候，我們就要改過來，這個我要把它放下來，就是為了要供養一切諸佛菩薩的緣故，所以我來獻這個有上供，獻這個無上供，就是這樣。**仁波切補充：**我講的是比如說，我們前面的那些供養，它有包括看到的東西，或者是自己的身體，整個都已經供養了嘛，那些事我們一看到，一跟它們接觸的時候，我們常常的念頭是：這是我的，或這是我要，就這種念頭常常會出現的。所以我們常常接觸自己的身體，或者是旁邊的那些東西，都一直捨棄掉、一直捨棄掉，為了眾生，為了佛菩薩，這樣子一直供養的話，我們那種的念頭就會慢慢的減少，為自己的念頭會減少。〔有的時候我自己想練習一下，就講一些國語。哈！哈！〕

獻沐浴、獻供養等，是藏系的傳統，這是獻給諸佛菩薩的。藏人有時候會供給上師毛巾、肥皂、牙膏、牙刷等等（以下這句是仁波切問在座學員，有關於漢系獻供的情況）。這邊八月份的齋僧，有時候也一樣會供養這些東西。

在獻完供養之後，接著就要獻上頂禮及讚頌，請看文（壬二…癸一、語讚）：

「我於一切功德海，普以韻音支分海，贊揚悅耳妙音雲，一切如來定普聞。」

在這邊我們要去緣念諸佛菩薩們無量無邊的功德，之後以我們的身軀實際的向他們來做頂禮，以我們的口實際的向他們來做讚頌。所以說：「**於諸悲智等功德大海，我以讚揚無邊功德之韻音支分大海而為讚詠。**」在這時候就可以思惟：「**想一一身出無量首，一一首出無量舌，而為讚歎。**」觀想每一個身軀化出無量無邊的頭，以身體來頂禮，以口來做讚嘆。「**又於諸聖眾，我雖未作讚揚妙音時，亦定有無量妙音雲隨時隨處出生想。**」此時還要觀想我們禮敬的對境，或讚頌的對境，祂們也是無量無邊的，用這樣子來做頂禮、來做讚嘆。

（癸二…子一、禮三寶）：

「三世如來一切佛，並諸妙法賢聖僧，盡其所有剎塵身，我今恭敬而頂禮。」

（子二、禮發菩提心所依）：

「**於諸菩提心所依，及諸塔廟我頂禮。**」

這邊就講到，我們要禮敬的對境就是佛法僧三寶，佛法僧三寶就涵蓋我們一切要禮敬的對境，其中的僧寶涵蓋有聲聞、獨覺和菩薩。這個階段因為要受持菩提心的緣故，所以要特別向菩薩這個僧寶來頂禮，除了向祂頂禮，也向我們所要學的這些法藏來做頂禮，也向實修這些法藏的補特伽羅（尤其是菩薩）來向他頂禮，也向發起菩提心的出生處（勝義上的代表就是指佛塔）頂禮。所以這邊就講到我們向塔廟來做頂禮，或向佛像來做頂禮。

（子三、禮和尚阿闍黎等）：

「**於諸和尚阿闍黎，持淨戒者我頂禮。**」

我們如果受別解脫戒的話，就要向剛出家時傳戒的的堪布及阿闍黎頂禮，受沙彌戒或比丘戒也都有這些師長，所以，在受別解脫戒的過程，會有很多的堪布、阿闍黎這些師長，那我們都要向他們來做頂禮。所以偈頌說「於諸和尚阿闍黎，持淨戒者我頂禮。」我們今天講述至此。

《入菩薩行論五》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯

2004/11/28

先前講到供養、頂禮、皈依及懺悔四個主題，其中的供養、頂禮已經講完了，再來應該進入皈依的部分。為什麼要作這四個加行呢？原因就在於二十七頁（癸一、供養所為）講到的「為應受持如是妙寶心」而做的。

皈依，請看三十四頁（壬三、皈依）：

「乃至未證菩提間，於諸如來我皈依。於諸正法菩薩僧，我今皈依亦如是。」

要發起像珍寶一般的菩提心，不是一件很容易的事，我們必須要有廣大的福德為靠山才可以，否則如果沒有廣大福德為靠山的話，菩提心是很難思議得到的，我們想都想不到的。我們為什麼要去做供養、頂禮、皈依、懺悔，為什麼要去做這些是呢？也就是我們要去做集資淨罪的工作，這裡講的供養、頂禮、皈依、懺悔，這只是一個代表而已。

第二品主要講的是懺悔，懺悔之前我們必須要先做供養、頂禮、皈依等等，我們要捨棄貪著的心而去利用一切我們可以利用的事物。自己對皈依境要從內心深處生起極恭敬的心，身體要有很恭敬的態度，心裡則是很堅固、虔誠的信仰心來求皈依。在懺悔之前，先做供養、頂禮、皈依之後，當我們做頂禮的時候，要思惟自己身處在皈依境面前，要用非常恭敬的態度，心要非常專注的去緣念皈依境，心中要想著「您是我唯一的投靠之處，我深心的向您求庇護」，要發出這種心才稱為皈依。

依境就是指佛法僧這三者，我們要去了解如何來做皈依，也就是如何來皈依佛，如何來皈依法，如何來皈依僧，如何來向他們求庇護，也就是如何來向佛求庇護，如何來向法求庇護，如何來向僧求庇護。我們在做皈依的時候，要從內心深處深深的生起一心投靠的心，要想：「除了你們之外，我沒有其他的投靠之處。」除了佛之外，我沒有其他的投靠之處，沒有任何的導師是勝於佛寶的，沒有任何真正的依止處是勝於法的，沒有任何其他的助伴是勝於僧寶的，要發起這種心。

要皈依三寶不是那麼容易的事，就像《現觀莊嚴論》裡面次第的建立而言，它是先講二諦以及四諦的建立，要讓我們先去善為了解二諦和四諦的建立，了解之後才知道所謂的法，對法有深刻的了解之後，才會對究竟的佛生起信心，也才會對於修行的助伴－僧寶－生起信心。如果能夠對二諦和四諦的建立有深刻的了解，才能稱為對三寶有所了解，否則只有嘴巴

說皈依佛、皈依法、皈依僧，那也只不過僅止於言詞而已，是不是生起真正的皈依，那還值得討論的。

我們如果要去了解何謂皈依，就必須要透過學習這些論著和法本，才能了解它裡面真正的意義，這樣子心中才會生起真正的皈依。上次講到皈依有八種利益，我們如果在心相續當中已經生起了具量皈依的話，那皈依的功德可以說隨手可得。

對皈依的部分，可能我們就不廣說了，因為先前有說過了。在我們心中要以皈依為基礎，然後再進一步的來做懺悔，懺悔要依著四力對治法來懺悔。請看三十五頁的科判，「癸一、摧壞徧行力，癸二、依止力，癸三、對治徧行力，癸四、遮止罪業力。」

第一是摧壞徧行力（第二是依止力），也就是生起去追悔的心，追悔往昔所造過的罪惡，要思惟自己是處於皈依境的面前，生起懊悔自己過去所造罪惡，這些皈依境就是我們的依止之處，所以這個就是依止力。接著就是對治遍行力，也就是直接用對治法去對治，可以修空性，或者念佛名號或者來念誦百字明咒等等，這些直接來對治罪惡的法門。比如說你如果貪欲很強，你就直接去修不淨觀，或者瞋恚很強，就去修慈心等等，這就是第三個力。第四是遮止罪業力，就是去防範罪惡再返回，也就是下定決心爾後不再犯的這股力量。

接著就正式進入懺悔的部分，請看文（癸一…丑一、顯明了知懺罪之境）：

「普於十方善安住，圓滿正覺諸菩薩，具足大悲諸聖前，合掌至心而啟請。」

要再思惟自己處在懺悔的對境跟前，向他們很真誠的來做啟請，請他們能夠鑒知我、垂念我。

請看文（丑二、由時因種類等門總懺所造罪）：

「從於無始生死來，或於今生或他世，無知自作諸罪愆，或復教他令作罪，愚癡擾亂所勝故，或見他作而隨喜，所作罪愆悉觀見，依怙尊前至心懺。」

從無始生死以來，無論此世或他世或其他的生生世世當中，我曾經造過種種惡業，這些惡業是因為無知的關係而去造作的，或者是明知故犯，不只是自己做，甚至還叫別人做這些罪惡。因為愚矇於善惡的取捨，而去造了這些罪惡。或是看到別人造作這些罪惡時，心生隨喜之心，仁波切說或許我們也會對自己的罪惡發起隨喜之心。請祂們都能垂鑒到我所造作的罪惡，在所有皈依境的面前，從內心深處發起最真誠的懺悔心，而且是發露而不覆藏。

在我們發露懺悔的時候，最主要的，還是要思惟罪惡會帶來的果報，在實際做懺悔的工作時，還要去憶念起以前所做過的罪惡。比如何時做過這些罪惡，在做的時候，加行的階段是生起怎樣惡的意樂，正行時又是如何去造作這個惡業，結行是否有發起隨喜、歡喜的心。所以在未作、正作以及作已這三個階段，都要清清楚楚的想起來。然後在自我發露懺悔的時候，最好能夠舉出一、兩個你曾經造作過的罪惡，就是想起以前曾經造作過的罪惡。如果只是念百字明或念經，而不去想起曾經做過的某一個罪惡，沒有正對治哪一個罪惡來做懺悔的話，這樣子的力量就不會那麼的強。所以，我們真正在做懺悔的時候，從小時候開始，能夠回想起多少罪惡，就盡量去回想起。

我們在懺悔的時候，一定要先去想這些罪惡帶來的這些異熟果報，甚至要去想它們所帶來的等流果、增上果等等這些。比如說等流果，要去想領受等流果、造作等流果會是什麼，要去想異熟果。否則當你想到某一件過去所造過的罪惡，有可能你又再一次發起瞋恚了，或是說再一次的生起嫉妒心、生起貪欲心，你有可能又會去隨喜你所造的罪惡，那煩惱就會越來越嚴重了。所以我們要去想異熟果、等流果、增上果。

我們要盡量的去回想起在什麼時間造做過或如何造做過這些罪惡，那是有原因的。再來講到我們會去造作罪惡的對境，由於對境的差別，我們所造作的罪惡就會有大小的差別。造作罪惡的對境有三寶、父母、師長等等，我們可能會對三寶生起邪見，對於父母或師長等會生起瞋恚、蔑視等等，所以當我們在懺悔的時候，應該要特別舉出自己曾經造過的什麼樣的罪惡及是什麼樣的對境。

寺院裡面有糾察師是管規矩的，糾察師往往是做一年或兩年就會輪替，比如明天他要卸任了，今天早上起來，做早課的時候，大眾都會念三十五佛懺，在念的時候，這些糾察師及他的助手就要站起來，對著所有僧眾頂禮。因為你跌倒在地，就要從地上再爬起來。同樣的意思，我們是如何生起煩惱、如何造作罪惡、如何對他人生起瞋恚，就要依著那個對境做懺悔，才能夠把自己的罪惡淨化。這些糾察師在他的任內時，因為必須去管所有僧眾的戒律、規矩，往往就會去指責僧眾不可以這樣、不可以那樣，因為好言相勸，他不見得會聽，所以有時候就會用罵的方式。如果他們心中沒有煩惱的話還好，如果有煩惱的話，因他的對境是僧眾，所以他往往也是會有罪惡，故糾察師在卸任的時候，就要對著所有僧眾來做懺悔。

龍樹菩薩在一個祈願文裡面就講到一句：「我不要投胎出生去當僧伽工作者」，也就是「拜託不要讓我生為糾察師」。堪布-住持大部分是管理一般的事務，比較不會像糾察師那麼的嚴厲。糾察師是鉅細靡遺的，他會去每個房間裡面看，房間裡有什麼東西，枕頭下面放什麼東西，每一個小地方

都會觀察，若有違犯的就會打罵。有的糾察師也完全是不想管的，因為他們想的是龍樹菩薩說過的這一句話，不太想管的話，這樣子寺院就會很亂。

以前雪歌寺有一個笑話，有一個和尚，在他以前沒有當糾察的時候，經常講故事給大家聽，糾察來的話，他們就會一哄而散。有一次他被選為糾察，糾察手中要拿一個很重、很長的木棍，要打人的模樣，在寺廟裡到處繞繞。有一次當他這樣繞的時候，有另外一群人正在講故事，當他快要繞到那邊的時候，他們就全部都散開了。他也沒有想到自己是糾察，也跟著跑了，跑到房間外面時，因為手中的木棍太長，卡住了就進不去，此時才想到他自己是糾察。

在我們懺悔的時候，就要先思惟我們要懺悔的對境，在他的面前來做懺悔，這個偈頌就是（丑三、懺於殊勝境所造有力之罪）：

「我於殊勝三寶前，父母師長諸尊重，由煩惱門諸所作，身語意之一切罪。」

我們要去思惟作惡的對境，我是依著什麼境來造作罪惡的，還要再去想起來，我在什麼時候做的，是如何做的，還要去想這些，接著還要再去思惟造作罪惡的這些果報。下面一個偈頌（丑四、思惟不樂之果追悔求懺）：

「眾多過患集我身，極惡重罪難倖免，盡其所有諸罪愆，諸導師前求懺悔。」

在這個時候你就要去思惟那些果報有什麼，然後去求懺悔。這邊說重罪，重罪指的就是極為沈重的大罪惡。

要心生懺悔，要從內心深處生起懊悔的心，想想我們造作罪惡時的意樂及加行，我們是什麼時候造的，如何造的，造的次數有多少，造作罪惡的對境又是哪些，那會引生哪些罪惡果報，先要去想這一些。還要去想：我如果帶罪而死，我的罪惡還沒有淨化以前就死了的話，那豈不是很糟糕嗎？所以我們很有危險性，會帶罪而死的危險性，因為死時不定。所以說（子二、怖畏帶罪而死而修追悔皈依）：

「我今罪垢未淨治，或遇災橫先時死，故欲解脫諸罪愆，定須速疾求皈救。
王倏死忽難保信，已作未作不相待，有病無病悉齊等，命如朝露何可賴。」

這邊也講到，這死主他不會等我們的，他不會看我們這一世的工作是否已經做完，，這一世的目標是否已經達成，不會這樣子等你。那也不是有病才會死，因為有一些人很健康，沒有病就死了，所以，死時無定。

我們還要去想：我們造作這些罪惡，它有意義嗎？甚至我們造作這些罪惡時或許會生起隨喜心，那這樣做有意義嗎？我們努力的去做這些事，說實在，是沒有意義的，因為根本就帶不到來世。這一世再怎麼努力去賺錢、去從商、去騙人、去殺人，或是這一世求得多好的名聲、學術等等，

都是一樣，死亡時都沒有一樣是帶得走的。為了這些而去造作罪惡，有意義嗎？全無意義可言。

再來（子三…丑一、追悔不知親眷身財等不可保信為彼造罪　廣論P.75+7）：

「悉當棄捨終離散，我於此理昧無知，分別親及非親故，造作種種諸罪業。所謂非親畢竟無，所謂親愛亦非有，乃至我身性尚空，如是別餘何所有？」

（丑二、死時僅成憶念境之喻）：

「宛如夢境之所經，景物斑斑曾親歷，彼彼皆成憶念境，逝者如斯不可見。」

這邊講到，我們對於自己親近的一方會去貪愛，對於非親的怨敵會去貶伐、會去排斥，可是你造作了這些種種罪業，唯一能帶走的就是它的果報而已，帶走這些罪業的果報而已。這些跟你親或非親的，你一樣也帶不走。這邊說「非親畢竟無，親愛亦非有」，自己和他人終將成空，唯一能帶走的就是自己所造作這些罪業或功德而已，那這些東西別人也不會為你帶走。我們在生前還可以看到的這些親或非親，及功名、財富等等，等我們死後，也只不過成為憶念之境而已，就像夢境一樣。一個人死後就只留下一個名字讓人追念而已，其它沒有一樣能帶走的，就像是夢境一樣。

仁波切補充：我們在做事情的時候，都好像希望自己的親戚要贏而別人要輸，主要是這兩個，一定是自己要好，此時有一個相反的對象，好像是我要贏給他們看，好像它們要低一點，我要高一點，我們做事情都是這個方向一直走。那這個方向我們做的，有的是為了賺錢，有的是為了名譽，有的是為了財富。那我們得到名譽或財富，自己一直努力的作，也沒有辦法帶到來世，我的親戚我一直努力為了他們做，他們也沒有辦法幫忙帶這個東西（到來世）。我們的敵人，比如說他們沒有賺到錢，比較窮，或是名聲也不好，財力也不好，我都一直努力的讓他們輸，那些輸的東西，他們也沒有辦法帶到來世。我的親戚，他們也沒有辦法帶這輩子那些好的。為什麼呢？他們都要走，我們的敵人也要走，我們的親戚也要走，我也要走，就這個意思。我剛剛講的是：我也會走，我走了之後，那些名字，那些財，他們也沒有辦法帶，他們也會走。我的敵人輸的那些東西，他們也沒有辦法帶，那我還沒有死之前，也常常會看到一些敵人也有死，我旁邊的人，我的親戚也有死，但是死了之後，他們有帶什麼？看一看他們有帶什麼？他們就只有帶著業。所以下面講，那種的業是跟我有關，我做的是我的方便，我為了他們所做的那些惡業給我留下來，他們是走了，他們自己業的部分他們帶走，那跟我有關的那些業給我留下來。

（丑三、追悔如是現見不可保信任為彼等造罪）：

「或復即於清醒時，眾多怨親悉亡逝，為彼所造眾罪業，極重難忍現在前。」

我們希望自己親近的能夠得勝，而希望怨敵能遭到挫敗，那所造的這些誰也帶不走，留下來給我們自己的只有這些罪業而已。所以，造作這些罪業根本沒有一點意義。

我們為什麼會做這些？因為無知的關係，我們不知會死的關係，所以我們會去造作這些，偈頌就說（丑四…寅一、總）：

「空言年命倏爾盡，無常之理未證如，愚癡貪欲瞋恚力，作諸眾罪難數計。」

自己為他人所造作的這些罪業，事實上是很可怕的，因為在死亡時，這些罪業是自己帶走的，沒有人能幫你帶走。而且，這些罪業也不會憑空消失。

（寅二、別　卯一、怖畏生命唯減無增決定必死恐帶罪而死　廣論 P.78-2）：

「無間晝夜如逝水，年命消竭不暫留，空乞延年何可得，人生安得長不朽。」

也就是沒有人能幫你帶走這些罪惡。

（卯二…辰一、罪若未淨命斷之苦親友等不能救）：

「當我輾轉困床褥，縱多親友相環守，畢竟臨終命斷時，死苦唯吾一人受，墮死落王使者手，親知何補友何能？」

（辰二懼未作福）：

「時唯福業堪依怙，奈余片善亦未修。」

死亡的時候，即使親朋友好圍在你的周邊，可是沒有一個人能幫你的忙，還是你自己一個人獨自要走，還是你自己獨自要受苦，這些罪惡還是你一個人獨自帶走，並沒有一個人能夠幫助你。

請看文（辰三、憂悔逼惱）：

「哀余昔時由放逸，如斯怖畏非所謀，乃為無常現生事，造作眾多諸罪垢。」

造作這些罪惡的話，死亡的時候會產生很大的恐懼，因為我們死亡的時候，心的依止之處是我們曾造作過的這些福業，如果都沒有造作過（福業）的話，可以說你那個時就沒有福報可以帶著走，面對死亡時就會非常害怕。所以，我們現在應該要盡量去回想起自己曾經造作過哪些罪惡，然後加以懺悔。否則當你死亡要斷氣的時候，你心越來越昏、越來越不清楚，那個時候就快沒氣、沒命了。仁波切補充：我講的是快要死的時候，就特別會恐懼，因為我們也沒有消除那些罪業，所以一定會很恐懼，快要死的時候，

可能會心慌掉，不是真正的慌掉，像慌掉一樣，很恐懼。我們學佛沒有修的話，就會像這樣子，明明知道而沒有去做，所以會這樣。剛剛講的是，我們為什麼會恐懼？沒有消除掉那些罪業。這個是我們現在要想：我的那些罪業沒有消除掉的話，我以後就會這樣子，所以我們現在要想，我的那些罪業趕快把它們消除掉，不然的話，以後就會變成這個樣子。這是一個懺悔的方法。

再來用比喻，請看文來說（卯三、生大怖罪之故）：

「罪人斷肢赴刑場，牽引之時猶惶惶，況人吻燥眼根壞，宿業轉變見異物，死王使者面猙獰，形像現前來攫捕，極大怖畏病苦纏，衰損難堪何待言。」

在臨命終時，你會看到種種這些景象，此時又想到自己所造的罪惡，就會產生極大的懊悔心。

死亡的時候會生起很大的恐懼心，這種很大的畏懼生起來，這邊就講到（卯四、後時苦逼之理　廣論 P.98+1）：

「哀呼誰能為救護，令我脫此大怖畏，瞠目倉皇睛肉露，四方狂顧求皈救。若見四顧無可歸，嗒然自失心頹喪，若時無處可皈投，我於爾時當奈何。」

在死亡的時候，當你生起很大的怖畏，這種恐懼的時候，你心中會很希望能夠有一個寄託之處、救護之處，所以就會四方到處去尋找，可是尋找了半天，還是無法找到可以給你寄望之處。雖然我們現在還沒有到死亡的階段，可是，現在就應該想：：那個時候應該怎麼辦？到了那個時候，我們一點辦法都沒有，什麼事都不能做，現在我們來做還不遲，所以，我們現在可以做懺悔。到這邊就是追悔力的部分，我們來唸一次（從 34 頁到 41 頁）：

乃至未證菩提間，於諸如來我皈依。於諸正法菩薩僧，我今皈依亦如是。

普於十方善安住，圓滿正覺諸菩薩，具足大悲諸聖前，合掌至心而啟請。

從於無始生死來，或於今生或他世，無知自作諸罪愆，或復教他令作罪，

愚癡擾亂所勝故，或見他作而隨喜，所作罪愆悉觀見，依怙尊前至心懺。

我於殊勝三寶前，父母師長諸尊重，由煩惱門諸所作，身語意之一切罪。

眾多過患集我身，極惡重罪難倖免，盡其所有諸罪愆，諸導師前求懺悔。

我今罪垢未淨治，或遇災橫先時死，故欲解脫諸罪愆，定須速疾求皈救。

死王倏忽難保信，已作未作不相待，有病無病悉齊等，命如朝露何可賴。

悉當棄捨終離散，我於此理昧無知，分別親及非親故，造作種種諸罪業。
所謂非親畢竟無，所謂親愛亦非有，乃至我身性尚空，如是別餘何所有？
宛如夢境之所經，景物斑斑曾親歷，彼彼皆成憶念境，逝者如斯不可見。
或復即於清醒時，眾多怨親悉亡逝，為彼所造眾罪業，極重難忍現在前。
空言年命倏爾盡，無常之理未證如，愚癡貪欲瞋恚力，作諸眾罪難數計。
無間晝夜如逝水，年命消竭不暫留，空乞延年何可得，人生安得長不朽？
當我輾轉困床褥，縱多親友相環守，畢竟臨終命斷時，死苦唯吾一人受。
墮死落王使者手，親知何補友何能？時唯福業堪依怙，奈余片善亦未修。
哀余昔時由放逸，如斯怖畏非所謀，乃為無常現生事，造作眾多諸罪垢。
罪人斷肢赴刑場，牽引之時猶惶惶，況人吻燥眼根壞，宿業轉變見異物，
死王使者面猙獰，形像現前來攫捕，極大怖畏病苦纏，衰損難堪何待言。
哀呼誰能為救護，令我脫此大怖畏，瞠目倉皇睛肉露，四方狂顧求皈救。
若見四顧無可歸，嗒然自失心頹喪，若時無處可皈投，我於爾時當奈何。

這裡就講到追悔力，就是我們要對自己所造作的罪惡生起追悔的心，追悔力也就是四力對治法的根本所在，所以才先說追悔力的部分。我們還要對於因果之間的關係要深入的了解，我們如果了解因果之間的關係，當我們見到因的時候，就會想到果，當我們見到果的時候，就會想到因。譬如，當我們遇到痛苦、困難時，會想到先前可能曾經造作過某個惡業的因，才會感受到這個果。用這樣子來思惟，對防止我們再造惡會有很大的幫助。所以深入去了解因果之間的關係，對我們而言是很重要的。

我們可以在自己的身上來做這樣的思惟，就是你可以在因上來思惟果，也可以在果上來思惟因。如果能夠做到這一點，當我們見到別人遇到困境時，馬上會了解這是他造某個業成熟的果報，從這一點又可以去想到它的因，我們要去想他為什麼會感受到這個果報的因。我們去思惟它的因，對自己也會有幫助，思惟他人所感受到的困境、果報，有可能我們也會遭受到，因為這些因我們通通都造過了，只是果還沒有成熟而已，等到成熟之後，有可能我們全部都會感受到這些果報。所以這種在因上思惟果，在果上思惟因，這種思惟對我們有很大幫助的。這樣才會慢慢的替別人想，否則看到別人的苦也不去理會，自以為這些苦永遠不會落到我們身上，好像很有距離的感覺。如果常常去思考因和果的關係，看到人家苦的時候，就

會去想到它的因，同時會想到我也已經造過了這樣的因，我也會受到這樣的苦，慢慢就會替別人著想。否則的話，我們會以為那個苦只是本來就存在那裡的，而不會去考慮它的因。

如果我們對因果之間的關係沒有很深入去了解的話，當我們看到別人的困境時，就會覺得沒有什麼，他本來就是這樣的，或是看到他人很窮苦時，也會覺得不在乎，或是認為本來就是這樣的。

問題：死亡時能帶走的只有功德或罪業，那麼，代替別人懺悔有用嗎？比如子女代替父母懺悔，能消除父母的罪業嗎？

回答：這是無法消除掉的。剛剛講的四力懺悔，都是要自己做的。

問題：迴向有幫助嗎？

回答：善行可能有百分之三十的幫助，有這樣子講。

所以，我們要好好去做追悔的工作，接下來就是皈依，也就是依止力的部分，這裡提到我們要以諸佛菩薩為我們皈依的對境，諸佛菩薩在一切時處都在觀照著一切，我們在諸佛菩薩的跟前來作懺悔有一個好處，就是可以防止我們以後再造這些罪惡，因為我們已經在祂們面前發露懺悔了，如果再造罪惡的話，那豈不是在祂的面前抬不起頭，不好意思，對不起諸佛菩薩。所以我們應該要了解皈依境是無時無刻遍照一切、了知一切的。

請看文（癸二…子一、從今時起依止皈依三寶 廣論 P.98+2）：

「是故有情依怙尊，為護眾生勤精進，大力能除諸怖畏，即於現前應皈依」這是皈依佛的部分。

「佛心證入微妙法，能除生死諸恐怖」這是皈依法。

「菩提薩埵賢聖僧，正應皈依亦如是」這是皈依僧。

接著看（子二、依止具足願力菩薩）：

「眾怖所逼極驚惶，我今皈命普賢王，復於文殊妙吉祥，自以此身為供獻，大悲心行無動轉，觀音自在依怙前，疾痛哀號聲慘切，懇求於我施救護，聖者虛空藏菩薩，地藏菩薩諸聖眾，一切大悲依怙前，至心呼籲求皈救，死王使者最獰惡，見之恐怖四散逃，誰具威德能如是，持金剛手我皈依。」

這裡面講到普賢菩薩、文殊菩薩、觀世音菩薩、虛空藏菩薩、地藏菩薩和金剛手菩薩，這些大菩薩之所以會成為大菩薩，就是因為他們倚著他們的願力配合起菩提心而成為大菩薩，我們要向這些大菩薩來呼救。

最主要我們需懺悔的就是我們去違犯了菩提心的這些罪障，而且也要懺悔因我愛執而生起煩惱所造的這些罪障，要在他們的面前來發露懺悔。發露懺悔之後，還要求皈依，接下來就是求皈依的詞句（子三、皈依之後如教修行）：

「昔違諸尊教敕言，今見現前大怖畏，即今皈投諸聖前，願乞速除諸恐怖。」

一般來說，到這四句的時候經常要唸三次。到此為止是皈依。依止力的部分唸一下：

是故有情依怙尊，為護眾生勤精進，大力能除諸怖畏，即於現前應皈依。

佛心證入微妙法，能除生死諸恐怖，菩提薩埵賢聖僧，正應皈依亦如是。

眾怖所逼極驚惶，我今皈命普賢王，復於文殊妙吉祥，自以此身為供獻。

大悲心行無動轉，觀音自在依怙前，疾痛哀號聲慘切，懇求於我施救護。

聖者虛空藏菩薩，地藏菩薩諸聖眾，一切大悲依怙前，至心呼籲求皈救。

死王使者最獰惡，見之恐怖四散逃，誰具威德能如是，持金剛手我皈依。

昔違諸尊教敕言，今見現前大怖畏，即今皈投諸聖前，願乞速除諸恐怖。

昔違諸尊教敕言，今見現前大怖畏，即今皈投諸聖前，願乞速除諸恐怖。

昔違諸尊教敕言，今見現前大怖畏，即今皈投諸聖前，願乞速除諸恐怖。

這邊就講到，，們是不是只要追悔就可以了呢？不可以，還不夠！我們還要去做與這些罪惡相反的的這些善行，所以我們要依對治力，接著就進入對治遍行力的部分（癸三…寅一、法喻安立　廣論 P.17+8）：

「尋常病惱之所怖，猶當謹畏奉醫言，況復欲貪諸過患，百千重病常相逼。」

比如生病的時候，一定會想要快點好起來，快點脫離這些疾病，就必須乖乖聽醫生的話，醫生教你怎麼吃，就怎麼吃，教你怎麼喝，就怎麼喝，教你怎麼做，就怎麼做，要聽醫生的話，這樣子才對病情有幫助，才能好起來。這於像這種尋常的小病，我們尚且需如此，更何況我們從無始以來的這些煩惱重病，更是應該要依著世尊的教誨來對治。

請看文（寅二、三毒之病過患重大療彼之藥珍貴）：

「即其一端亦已勝，盡陷閻浮所有人，若求他藥療諸病，遍訪十方終不得。

（寅三、應依聖教妙藥修行）：

「惟大醫王一切智，聖教拔苦盡無餘，若不依教而修行，是大愚癡可訶處。」

我們現在所染的煩惱病非常的嚴重，這個嚴重的煩惱病會因為小小的一個剎那，就導致我們墮入地獄當裡面去。如果我們對一位菩薩剎那間生起瞋恚的話，都足以讓我們墮到地獄裡面去，那更何況三界當中所有這些有情，我們如果對這些有情生起瞋恚，更不用說絕對會墮到地獄裡面去。對一位菩薩尚且如此，對所有這些有情更不用說，我們足以到地獄裡面去了。所以我們要依著能痊癒我們這些煩惱病的藥，來醫好我們貪瞋癡的這些疾病，只要有能醫好的藥，我們就應該去依止它，不要說生病了，不聽醫生的話，不吃藥，那能夠療治我們貪瞋癡煩惱病的這些佛的教言，我們不聽，我們不去依教奉行。

下面就用一個比喻來說（丑二、已險地喻明應淨罪）：

「若遇尋常小坑坎，猶須謹畏毋輕翫，況臨長劫生死淵，一墮千尋何可忽。」

一般的小坑洞，我們都要很小心，不要掉到那去裡面，一掉下去我們身體就會受傷。更何況整個生死輪迴就像深淵一樣，我們如果掉下去的話，可能生生世世都會在那個深淵裡面爬不出來，在輪迴裡面爬不出來，所以「一墮千尋」對這個生死的深淵，輪迴的深淵，我們怎麼可去把它忽視掉？

請看文（子二…丑一、從今即應勵力依止罪之對治）：

「謂爾許時可不死，坦然安住不應理，我身決定歸壞滅，死亡無時旦夕爾。」

如果有什麼好方法可以醫治這個疾病的話，我們就應該去醫，有什麼好方法可以從無邊的生死深淵當中救度出來的話，那我們就應該去依這個好的方法。不要一直在想「我今天不會死」，所以我今天可以很輕鬆的繼續待下去，坦然安住，不可以這樣子想。因為我們會一直念頭裡面想「我不會死」，「我今天不會死」，你每一天都說「我今天不會死」，好像就似乎變成我就不會死了。那這種「我今天不會死」的念頭是一種顛倒識，顛倒的想法，偏偏「今天會死」它是絕定會到的，這「今天會死」它一定會到的，不是今天不會死。所以我們要從無邊生死的深淵跳脫出來的話，我們要去吃佛陀所開的藥。

（丑二、更無理由可不怖苦故於修道不應懈怠），：

「誰能於我施無畏，決定於死得解脫，若無決能解救者，云何坦然安樂住。」

所以我們不應該沒有一點的恐懼而坦然而住，我們應該要想「我今天會死」，趕快去追悔你所造的這些罪惡。這種不畏懼，當我們心中想「我今天不會死」，然後對死亡沒有害怕，安然而住的時候，你應該要自我反問自己誰讓我能夠有這樣子的可以安然而住呢？誰讓我可以呢？我夠資格這樣子坦然而住嗎？應該要這樣子自我反問。所以這一句說「誰能與我施無畏？」有誰呢可以給我無所畏的坦然而住呢？「決定於死得解脫」我們必定會死的，不要想「我今天不會死」不可以這個樣子。我們真的可以這樣坦然而住，會不害怕、無所畏懼坦然然而住呢？絕對不可能這樣子的，所以當你想到這一句「誰能於我施無畏」想到這一句的時候，你心中可能就會產生一點怕怕的感覺了。「若無決能解救者，云何坦然安樂住？」如果真的沒有能解救我從恐怖中脫離的人，那我又怎麼有資格這樣坦然安樂而住呢？因為死亡一定會來，所以我們不可以這樣坦然而住。到此為止是對治遍行力，也就是現行對治力。那我們來唸一次：

尋常病惱之所怖，猶當謹畏奉醫言，況復欲貪諸過患，百千重病常相逼。即其一端亦已勝，盡陷閻浮所有人，若求他藥療諸病，遍訪十方終不得。惟大醫王一切智，聖教拔苦盡無餘，若不依教而修行，是大愚癡可訶處。若遇尋常小坑坎，猶須謹畏毋輕翫，況臨長劫生死淵，一墮千尋何可忽？謂爾許時可不死，坦然安住不應理，我身決定歸壞滅，死亡無時旦夕爾。誰能於我施無畏，決定於死得解脫，若無決能解救者，云何坦然安樂住？

我們說的對治法有唸誦經典、頂禮、造佛像、唸百字明、修空性、唸佛號、持咒等等，雖然說這是對治法，可是在我們內心當中，我們要生起很猛勵的要依止這些正對治法來對治那些罪惡才可以，從內心深處生起很強烈的這種感覺。入行論裡面特別強調，如果我們能依著這對治法來做的話，那是非常有意義可帶來很大的利益而且是重要的。

問題：請問仁波切，為什麼依著《現觀莊嚴論》如果了解到二諦跟四諦的話，才可以真正的對三寶的了解？那我們不知道二諦跟四諦有什麼功德，為什麼對二諦跟四諦的了解，就可以真正的了解到三寶？

回答：我們如果對四聖諦了解的話，就會認出來法是什麼，我們皈依的對象那個法寶是什麼，會知道。那法寶了解了之後，慢慢心中會知道，滅諦跟道諦它一直進步的話，一定也會出現無量功德圓滿的果位，我們也會了解，佛陀應該會有這種的圓滿果位。修珍貴的滅諦跟道諦的法，為了成佛一直修、一直修，這種修行的人，我們對他也會出現信心。

主要是講修四聖諦，我們真正要得到的是滅諦和道諦，而苦諦和集諦是我們要消除掉的。滅諦跟道諦是針對苦諦跟集諦，所以這兩個是真的法，我們皈依對象的法真正是滅諦跟道諦，所以這裡才會了解法是什麼。滅諦

跟道諦要了解的話，一定要先了解苦諦跟集諦；苦諦跟集諦不了解的話，就沒有辦法了解滅諦跟道諦。

苦、集、滅、道這四個因果的關係我們可從二諦來解釋。二諦是世俗諦跟勝義諦，世俗諦是因果的關係，緣起的關係。那緣起關係後面的意義是沒有存在，它的涵義全都是緣起，所以沒有存在的一個東西，沒有存在的意思，就是空性的意思。任何一個人，沒有自性存在的，都是靠緣起。所以勝義諦解釋的話，先要解釋世俗諦。輪迴裡面的世俗諦解釋的話，苦諦跟集諦；脫離輪迴的世俗諦的解釋的話，就是是滅諦跟道諦。

所以四聖諦，輪迴裡面的世俗諦緣起的關係是苦諦跟集諦；脫離輪迴緣起上面解釋的話是滅諦跟道諦。所以世俗諦是緣起，是輪迴裡面緣起的情況，脫離輪迴上面緣起的情況，這兩個就世俗諦的。那世俗諦它一直解釋、一直解釋，很細的緣起的關係、很細的講的話，就靠空性。它粗的緣起上講時不算空性，緣起上很細的一直解釋時，越細的話就越靠近空性。所以世俗諦一直解釋它有幫助到空性勝義諦，所以對四聖諦的世俗諦了解越深，慢慢對空性會越了解。

二諦跟四諦越清楚，對法上的信心會越強；對法上信心越強對佛的信心會越強，這法跟佛的關係，如法修行的那個人的信心也會生出來。所以皈依三寶的歸依心，《現觀莊嚴論》裡面講的次第，大概二諦跟四諦就這樣子講。意思是二諦跟四諦越了解清楚，對三寶會越了解。

問題：我們在做四力懺悔，第一個追悔力的時候，說我們現在就要想如果我沒有做懺悔的話，那麼我在死亡的時候，我會後悔，這個是對學佛的人，他知道我會後悔，那如果一個沒有學佛的人，它也沒有產生這種後悔的話，那他們的結果又是怎麼不一樣？

回答：不學佛的話，來世投胎的報，來世投胎哪裡，他也會有一些印像，會出現恐懼的感覺，也會。不是真正的看到，他會有印像，好像來世投胎到很恐懼的一個地方，快要死的時候，一些很恐懼的印像就會出現。但是也不一定，有的他投胎也不是那麼不好，他投胎是平平的，沒有那麼恐懼的，他不是學佛也會這樣子。

問題：是說有沒有後悔這一件事情，對他們的結果影響會怎麼樣？

回答：學佛跟不學佛，一般我們來說學佛的話，他可以說也恐懼，但是這輩子上面不會執著心還在，比較不會。那不學佛的話，這輩子上面的一定會恐懼，或者是執著心、捨不得的心會很強，這上面還是有差別，他們不會很快的慚愧，那種像學佛的慚愧心他們不會，他們也沒有想我有造什麼樣的業、投胎到哪裡，這種恐懼他們不會。但是這輩子上面的執著心來

說，學佛的他們本身心裡已經很熟了，來世我一定會走（去），我的心識還是在。那另外他們呢，他們沒有想到我的心識還會走，或者是這種也有一個安心的部分，那些他們都沒有，他們（認為）是一離開就斷掉了，就什麼都沒有了，這種恐懼很強。

《入菩薩行論六》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯

2004/12/05

在菩提道次第日常修行簡軌第二十六頁《菩提道次第攝頌》中講到：「修持聖道眾相具足身，未得之前道業難有成，應學彼之一切具足因，罪墮污垢所染此三門。尤以淨除業障為切要，恒使具足四力而依止。」

《道次第》裡面開示了很多的善巧方便，說這些修持的道，主要是講到如果你是一位想要修持上士道（大乘道），圓具顯密無錯謬教法這條道的行者，若沒有一個具相的身，也就是沒有一個順緣具足的身依，就很難以在這一條道上生起體悟、證悟，要進展是比較困難的。所以說「修持聖道眾相具足身，未得之前道業難有成」。所以，我們要依止具足能夠成就我們這條道的證悟的這些因，最重要就是要淨化身語意三門的染垢，因為我們現在這個凡夫的身軀是很粗重的一個身軀，往往在行善時很快就會覺得疲憊，心也是如此，在做善行時，常常會覺得使不上力，就是因為我們的三門被這些罪墮所沾染了的關係，在這一條道上的證悟就沒辦法進展。所以，我們尤其要以淨除業障為切要，要以四力對治法來做懺悔，這是很重要的。要讓我們的身語意三門能夠得以清淨，這樣我們的身軀能夠具足這些順緣。

我們應該依著四力對治法來懺悔。寂天菩薩在第二品〈懺悔品〉中講到他自己也是透過四力對治法來懺悔。我們也可以透過念誦來了解裡面的意思，依此來懺悔。

四力對治法當中，我們已經講過前三個，也就是依止力、追悔力和現行對治力。第四十三頁講到對治遍行力，意思也就是說我們要實際以對治法來對治我們的罪業，這些對治法也不是只要知道就好了，而是要很殷重的去依著這些對治法，所謂的殷重對治法，也就是我們要非常殷重的去實修這些對治法，用這些對治法來對治。這個依止，就像我們要去依止善知識等等，要實際去做，就像瞋恚的正對治就是慈心，除此之外，我們要去思惟瞋恚的過患，還要實際去對治瞋恚，如果你造了瞋恚，有了罪過，就要實際去對治這些罪過。那就透過稱佛名號、頂禮等等這些淨化的工作，也就是要實際去做，這是很重要的，只有知道並不是重點，實際去做才是重點。

《入行論》就講到對治遍行力，從四十三頁「尋常病惱之所怖」到四十五頁「云何坦然安樂住」之間，都是在講現行對治力，我們可以依文來做唸誦，唸誦時也不是只要知道這些詞句的意思而已，而是要實際去實修。在《廣論》和《略論》當中，宗喀巴大師也講了相同的話。他說：我們聽

聞佛法、了解佛法，並不是為了要求得知識而已，而是為了要實修。也就是在聽聞、了解之後，要依自己的能力所及，實際去實修我們所懂得的佛法，這才是重點。

在這裡面你們或許可能會覺得奇怪，寂天菩薩為什麼沒有直接講到有哪些對治法，事實上他是會說到的，可是，這裡的重點是要讓我們知道，在你了解對治法之後，就要去實修它。如果了解了對治法而不去實修，那才是最惡劣的，我們對這一點要很小心。寂天菩薩寫到的這一個階段，是鼓勵我們要去實修的意思。我們大概都會知道對治法有哪些，只是我們不做而已，所以，他在這裡鼓勵我們要去實修、實際去做。當我們知道了而不想做的時候，就唸一唸寂天菩薩鼓勵我們的詞句，自己會得到鼓勵。

接著要講遮止罪業力，也就是我們自己要自我許諾不再犯先前所造過的罪業，這樣就可以將罪惡之流將它截斷。我們看第一個偈頌（癸四、遮止罪業力…寅一、受用等不可保信不應貪著）：

「昔所受用皆壞滅，所存於我今何有？而我於彼起貪著，違越上師教示言。」

這裡就講到我們心中要如何對先前所造過的罪業生起追悔心，就講到這一點，我們要去思惟「昔所受用皆壞滅」我們以前因為貪著的關係，所以去造作種種罪業，去享受了這些罪業之後，如今「所存於我今何有？」剩下的給我是什麼？什麼也沒有留下來，以前所做的這些，對我而言都沒有什麼意義，那我為什麼要為了貪著而去違越上師、佛對我的教言呢？這一句是要我們生起追悔、懊悔的心。

請看文（寅二、於親眷不應貪著）：

「今我身命尚存時，乃至親友皆遠離，獨行煢煢迷所往，從於不善眾苦生。」

在我們還活著的時候，思惟以前為了自己本身或是為了親友而造作過種種罪業，這些完全都是因為貪愛而的關係，所以造作的種種罪業，也因為貪愛的關係，我們會去區分這是我的、我家、我的親人、我的中心。我和我所等等，所有一切都圍繞在「我」上面，好像我是最重要的，我變成最重要，所以把他人擺在一邊，因此就會分自和他，就對親己這一方產生貪愛，不親己的一方產生瞋恚，於是就產生親疏貪瞋之別，也因為這樣子而去造作罪業。以前由貪發起而造作的一切罪業全部都是錯的，錯在我們都是執這一切為常。當我們死亡的時候，我們是獨自一個人去面對死亡，既然如此，以前又何必為了這些親或非親而去造作那些業呢？

我們看甲曹杰這一本註解，在根本頌前面都有一個科判，在根本頌的後面還有他的註解，仁波切說他在解釋時，除了書上的註解之外，有時還會做另外的解說，我們如果能夠多了解是很好的。仁波切說：我們學習辯經

時，一個經典可以用二十幾種不同的解釋方法，那就是很厲害的。它的意思是，佛法是很多的角度都可以用的。所以我們在學習時，要去看很多的尊者他們所寫的論典，我們就看，根本經典是一個，他解釋的時候，我們要看很多解釋它的論典，我們看了之後，誰是比較正確的，或者是看的當中，我們也可以學習到，它有那麼多的方法可以解釋一部經典，就這樣子我們看了很多的論典之後，自己也會慢慢的打開智慧，自己還會有另外一個自己的解釋，這算是好的，會越解釋越棒的。

在法王出生地青海有很多很大的寺廟，也有師父對於經典的通達比三大寺還厲害的，他們沒有去過三大寺，他們本身都是在自己的寺裡學的，這樣的寺廟很多。其中一個寺廟叫做容波衮切，是很有名的，那個寺廟當中也有人到三大寺去學習，得到了拉然巴格西後，就回到自己的寺廟。容波衮切寺裡有一位老和尚，以前也去過三大寺，另外還有一個比較年輕的，也到三大寺學了十七年，得到拉然巴格西後，就回去自己的寺廟。那個時候這位老和尚就問這位年輕的拉然巴格西：「《現觀莊嚴論》最前面禮敬的四句，你能夠有幾種解釋？」他說會四種不一樣的解釋。老和尚就說：「那你拉然巴的程度還不夠，還沒有那麼通達。」以前一些很通達的師父們都能夠用很多的角度去解釋。所以，大家在看甲曹杰所解釋的論典時，不可以綁住一個解釋，認為一定只能按照他解釋的意義，這種不可以的，我們一定要很多的角度可以用的。可以想想看：如果是我的話，我會怎麼想？感受上面就有學一點，當然也要如法，合乎邏輯的，否則就不對了，反而越解釋就會越亂、越糟糕。

這兩個偈頌主要的意思是講，我們先前所造過的罪業全無意義，現在對自己所造過的這些罪業生起無比追悔、懊悔的心。又講到我們去造作這些罪業是源自於什麼原因？原來是源自於我們貪愛己方而瞋恚他方之故，我們顛倒而行，我們執無常為常的關係，所以我們去造作這些罪業，現在對自己所造過的這些罪業生起無比的懊悔心而求懺悔。

請看文（丑二、日夜勤修脫罪之道　廣論P.142+3）：

「任何親友及非親，誰能定令脫彼苦，我心夙夜常不寧，恒念此理無暫捨。」

我們在造作罪業的時候，一個是透過我們的心思，透過我們的意門所造作的罪業，另一個是透過我們的身語所造作的罪業，現在對這兩者所造作的罪業，通通發起懺悔心。透過意所造作的罪業就是思業，另外身語所造作的罪業就是思已業，所以一個是思業，一個是思已業（想了之後造作的業）。可以說我們身語意三門的業，就攝於這兩個當中。我們既然透過身語意三門造作了思業和思已業，將來一定會感受它們所帶來的痛苦，不知道什麼時候才能脫離，所以說「我心夙夜常不寧」，因為不善業一定會引

生惡果的。由意所造作的不善業，一定會感受什麼？將來的領受等流以及造作等流，還會感受增上果。所以，此處對自己所造作的罪業產生無比懺悔、懊悔的心，而生起想要解脫將來感受這些苦果的心，這樣生起來的心要日以繼夜不間斷的生起來。

我們說從不善業會生起苦的果報，當我們在思惟業果道理的時候，我們應該要先思惟善業的業果道理，還是要先思惟不善業的業果道理？應該要先思惟不善業的業果道理。噶當巴的格西曾經講過：「當我們要實修佛法的時候，要從業果開始著手來實修，而且是要從黑業果的道理來思惟、實修。」做不到的時候，從哪裡開始？先把自己弄乾淨了，先思惟遮止黑業（惡業），才能去修白業（善業）。剛剛提到《菩提道次第攝頌》講到凡夫的四力對治，和這裡是一樣的道理。

（密續）像金剛灌頂等等往往都沒有講其背後的危險，都是一直講它的好處，大家就跟著一直跑，那就完蛋了。這個戒沒有守會有什麼果報，那個戒沒有守會有什麼果報，都沒有提到，那就很危險了。所以先了解清楚它哪個地方有危險，就比較安全。《百業經》和《百緣經》都要常常去看。

我們要去追悔自己透過身語所造過的罪業，這些身語的罪業根源是我們的意，也就是源自於我們惡的等起、惡的意樂，所以，我們要對自己身語所造作過的這些罪業生起懊悔心，對於引生身語罪業的根源（惡的意樂）也要生起懊悔心，所以，以這個作為有法，我們要對所有這些罪業，將來將會引生苦的果報，這一點生起很猛利的懊悔心。懊悔的對象不是只有果的部分、只有一個部分，它是包括整個根本的因、後來的因以及由因生出來的果。整個因與果都是懊悔的對象，這樣的懊悔是要很強烈的。我們懊悔並沒有到這樣的程度，只是輕輕的一聲「對不起」而已，完全沒有想到它的因根本在哪裡，以及它的果在哪裡會出現，這樣的懊悔是不夠強烈的。所以懊悔的對象是整個，從根本的因開始到果，很完整的。

接著請看（子二…丑一、所懺之事）：

「我由無知愚昧故，造作眾多自性罪，及彼俱有諸罪業，凡其所作一切罪。」

我們所追悔的對境是這些罪業，這些罪業並不是我們明知故作的，而是因為我們無知的關係，而去造作。我們如果知道哪個惡業會產生哪個大的惡果的話，就一定不會去做的嘛！可是，偏偏我們卻因為無知的關係而去造作。就好像我們對一件事情的量要生起來之前，首先要先生起伺察識，再生起比量，然後生起再決識，最後才能確定，生起那個量。所以如果我們明明知道這個惡業做下去會感生什麼樣子的大苦果的話，就絕對不會去做的。現在原因出在我們無知的關係，而去造作了自性罪的惡業。這裡的「俱有」應該翻為遮（制）罪，遮（制）罪就是由佛、上師、僧團所制訂

的規定，如果違犯了這個規定，就沾染了這些罪業，如果沒有違犯的話，那就沒有，所以這種罪這就稱為遮（制）罪。一般的罪業分為這兩類，一個是自性罪，不需要去規定，只要犯了就是有罪，另一個是要加以規範的，也就是遮（制）罪。我們現在就是因為無知的關係，所以去造作了遮制罪和自性罪，「凡其所作一切罪」就包括了這兩種罪。

在伺察識之前，一定已經先生起了信心。伺察識的時候，快要到比量了，比量之前先伺察識，伺察識之前，心已經相信了。比如說他相信了“有法聲音是無常，所作性故”（就這樣子的一個論式）。這個人已經有信心，聲音是無常這個上面信心已經夠了，他有信心，他相信，但是伺察識跟比量還沒有。比如說他很想了解無常，他相信了，但是還不確定是無常，那個“有法聲音是無常”還沒有那麼確定。心裡有相信它是無常，聲音確實是無常，但是還沒有生出來這樣的證量。

比如說我們有沒有了解聲音是無常？沒有，我們還沒有了解聲音是無常（這人家會笑我們，哈！哈！哈！），如果我們已經了解的話，就不會像現在這樣了，無常不是那麼簡單的。所以了解它的程度是這樣子，比如說金剛杵，你們一看到會不會想到它是金剛杵？會想。你們會不會一看到就想到它是無常？不會。對！這就是不了解。這是因為大家執常的心還很重，這個要把它破掉，才算是了解無常。如果你們了解聲音是無常的話，只要一聽到聲音，就會想到它是無常，我們都不會。比如說有的時候，聲音很難了解是無常，錄音帶裡面聲音也可以一直放很久；有的時候人了圓寂了，他的名字還在。

剛剛講的，那個時候他有信心知道那是無常，但是，他還不了解聲音是無常，他的心中還沒有生起「聲音是無常」的伺察心。我們是什麼時候了解呢，要等到比量出來，才開始算是了解。以因果業報來說，什麼時候能生起比量的心，就算是了解因果業報。如果因果業報了解的話，當然就不可能不相信因果業報了。我們的情況，因果業報有沒有了解？完全沒有了解。我們好像對因果業報的伺察心還沒有到，甚至連信心的程度都還沒有到。信心的程度到了，一上去就是伺察心，在上去就比量，因為我們不了解或者是不相信因果業報，所以，就一直去造作惡業。

請看文（丑二、懺罪之法）：

「今對依怙聖目前，合掌思惟諸苦怖，數數皈命恭敬禮，一切諸罪皆懺悔。」

當我們要做懺悔的時候，應該要在如理遵循業果道理的聖者之前來做懺悔，因為我們自己本身對業果的建立、業果的道理有所錯誤，所以我們也不可以在對業果道理有錯誤的人之前求懺悔，一定要在如理遵守、無錯謬

者之前求懺悔。在求懺悔的時候，自己要去思惟業果的道理外，還要發起猛利的追悔心及生起害怕、畏懼苦果的恐懼心，數數來求皈命恭敬禮。

請看文（子三、啟請導師誓願遮止罪業）：

「懇祈一切大導師，許我發露懺諸罪，此是不善不應為，從今我誓不再造。」

我們要在導師，就是引導者、救渡者之前，祈請他們能夠攝受我們（垂攝受之意）這些對業果的道理有所錯謬者，沒有遵循祂們的教言，何者該為，何者不該為，在祂們面前發露懺悔所造作的罪業，現在要隨著祂們的教言而行，祈請能夠得到祂們的攝受，祂們的教言所教導的哪一種不善是不該做的，我們從此以後都不再造。

這對我們而言，說實在是有點困難，就是今天我們用四力對治法來發露懺悔自己所造作的罪惡。可是明天，我們自自然然又去造作這些罪惡，然後心裡又覺得好像是有點欺瞞了這些懺悔的對境，然後又再懺悔說我不做了，後天卻自自然然又去做。雖然我們都是這個樣子，就是說不造了，可是卻一再的再犯。雖然是這個樣子，可是你的心不可以就因此而退縮。有時候我們會自己給自己找一個藉口，會說：（就是四力懺悔的最後一個）「我爾後不再造，我會盡力去做到這一點。」這樣也是不應該的，我們的心力應該要非常堅強，心想我雖然明天不見得會做，可是有可能有在幾個月或幾年後會再犯的這種現象。雖然會有這種現象，可是，要下定很強的決心：「我未來絕對不再做！」雖然還是會犯，可是，你還是要講：「我絕對不要再犯！」就像一個小孩在很兇的媽媽面前一樣，媽媽一打他，他就說：「我以後不會再做了！」雖然以後還是會做，媽媽當時還是會很開心稱讚小孩很乖。這樣對消除障礙還是會有幫助，慢慢力量就會增加，慢慢就會有改變，而不是在第一次就有改變了，這不可能。

大家也可以想：「我們生生世世都做過四力對治，也有做過惡業，都斷斷續續的做，我們看不到而已。」上輩子、下輩子我們看不到而已，一定都有做的，下輩子一定會做，它是看不到而已，所以不用怕這輩子會再犯怎麼辦，而產生退卻之心，第四個遮止力的心不可以退縮，它是一個消除障礙的方法，它也有這樣的好處，我們的心力越強，它（罪業）會消除掉，下次會不會再犯這沒有關係，我們下輩子一定會做啊！（哈！哈！哈！）無論我們的遮止力是多麼強，下輩子一定會做的，這是無始以來的習氣，一定會做的。所以這輩子我們看得到原因而已，看到了，這輩子知道了，所以好像很不好意思，就產生了退縮的心。這是現前看得到或看不到的差別而已，我們不可以因此產生退縮的心。但是，也不可以有此毛病，好像明天做也沒有關係。

我們要圓具四力對治法來做懺悔，這就是第二品〈懺悔品〉，在這第二品裡面，就講到有禮拜、供養、懺悔等等。我們現在從今天講的地方開始唸下來（45 頁）：

昔所受用皆壞滅，所存於我今何有？而我於彼起貪著，違越上師教示言。

今我身命尚存時，乃至親友皆遠離，獨行煢煢迷所往，從於不善眾苦生。

任何親友及非親，誰能定令脫彼苦，我心夙夜常不寧，恒念此理無暫捨。

我由無知愚昧故，造作眾多自性罪，及彼俱有諸罪業，凡其所作一切罪。

今對依怙聖目前，合掌思惟諸苦怖，數數皈命恭敬禮，一切諸罪皆懺悔。

懇祈一切大導師，許我發露懺諸罪，此是不善不應為，從今我誓不再造。

問題：仁波切上個星期說過，在懺悔的時候，最好將以前所造惡業的對象、時間、地點都要講得越詳細越好，可是，我們如果只知道造了一個惡業，不記得詳細的細節了，應該要怎麼辦呢？我們迴向時，可以學諸佛菩薩的迴向方式來迴向，這裡可不可以以這種方式套用呢？

回答：應該也是可以的，但是不可以懶惰，好像我不用想，就用諸佛菩薩的。主要是我們業上面的懊悔心，想得越細，懊悔心就會越強，也可以說懊悔心的對象整個都想得清清楚楚，消除的力量也就會越強。

大家有時參加八關齋戒，能將第一品、第二品、第三品這樣念下來的話，那是很好的，因為在八關齋戒主要是一天裡面，要常常提醒自己持守菩提心，同時也是在佛菩薩面前提醒自己的菩薩戒。第一品、第二品、第三品裡面講的就是菩薩戒的部分，可以照著這三品來念，很多三大寺的修行者都是每天念唸一次這三品的。法王常常在傳菩薩戒的時候，最圓滿、最大型的傳菩薩戒的法時，也是要唸入行論的第一品、第二品和第三品，大概要唸兩次，比較短的時候就唸〈普賢行願品〉的七支供養。

在我們做懺悔、禮拜、供養等等來積聚資糧之後，進一步就可以受菩薩戒，所以必須要具足這些資糧，也就是要具足受菩薩戒的這些順緣。在你積聚資糧的整個過程，以隨喜為最容易的，也是最快的、最好的積聚資糧的方式。所以第四品開始就講（庚二…子一、隨喜增上生因果之善）：

「一切有情惡趣苦，能令解脫諸善根，令受苦者安樂住，我心欣悅常隨喜。」

這一個隨喜，然後再來（子二、隨喜唯解脫因果之善）：

「成菩提因積諸善，我心於彼亦隨喜，有情脫離生死苦，決定解脫我隨喜。」

這邊是隨喜解脫的因，也隨喜增上生的因，也隨喜增上生的果報，也就是我們的身依及在身依上所感受的一切安樂，我們也加以隨喜。當我們先前做懺悔的時候，要去懺悔罪業的因和罪業的果，隨喜的時候也是一樣，要去隨喜善業的因和善業的果。你如果只有隨喜因的話，那就不圓滿，只有隨喜果的話，也是不圓滿的。

再來講到我們可以去隨喜增上生的果，也就是這個行善的人身。如果所隨喜的對象是在家眾的話，我們可以隨喜他有一個美好的家庭，或是隨喜他的家人都非常的和樂，或隨喜他們是一個很富裕的家庭，可以做這樣的隨喜。可是，有時候我們要很小心，因為你去隨喜這些財或者這些色法時，很容易會和貪混著在一起。如果我們不懂得隨喜而落入貪那一方面去的話，可能會對於我們世間所說的人身很快樂這一點也變成得不到。

一般世間，我們會說這個家庭很快樂，世間的也有一個好處嘛！我們不用說跟佛法有關係的，一般世間它也有一個快樂，它真正的那個快樂不是從貪心做出來的，真正的快樂是從心平的、隨喜的中間得到的。貪的部分一直增加，不快樂的事情就常常會出現。我們不知道隨喜，把隨喜變成貪心的話，從佛法的角度看，整個隨喜都是放入貪心的部分，放了之後，不會走佛法的方向，不走這個方向的話，它是一個過失，所以我們就變成得不到一般世間的快樂。

一般世間的快樂，我們學佛的人也可以接受的，也可以得到的，我們不需要越學越苦，好像越學越跟一般的人無法相處，哪我們也可以相處啊。因為，他們真正的快樂都是從隨喜、心平中間才有快樂的，貪心增加了一點點就有問題了，就心不平那些就出現。所以這個中間，隨喜的部分我們也可以得到，這個中間，我們可以跟他們相處，我們可以把他們拉出來學佛。所以我們不可以隨喜都放在貪心的部分，也不可以貪心的部分放在隨喜上面，這樣子放的話也不對的。

問題：…

回答：隨喜的對象？隨喜跟貪心有差別、有分別。那個分別我們不清楚，所以我們心裡有隨喜出現的時候，自己會覺得：「這是貪心，不可以生起來。」就把它壓掉。那有的時候貪心的部分起來了，也不知道它是貪心，把它認為是隨喜，這樣是不對的。也聽不懂？

譯者問：仁波切的意思是不是說…

仁波切：可以解釋好幾種哦！哈！哈！哈！（開玩笑。）

譯者問：仁波切的意思是不是說，世界上的人，他們一切的快樂，我們是要去隨喜他們快樂這一點的就好了，可是不要沾染貪欲的這種欣愛，去看待他們的快樂，對不對？

仁波切：不是！不是！他們的快樂從哪裡來？他們的快樂從隨喜心出來的，他們的快樂不是從貪心出來的，我們要分辨他們的快樂從哪裡來，他們接觸世間的東西時，他們的快樂從哪裡來？他們的快樂不是貪心出來的。

譯者問：他們的快樂是從過去世善業的果報，所以他們現在享受快樂嘛！對不對？

仁波切：這是當然，對的。

譯者問：那我們去隨喜他這一點就好了？我們不要生起貪欲的心去看待他們的快樂，對不對？不要用者種心態…

仁波切：對！對！對！不過我講的是，他們心中快樂的部分，我們也可以生出來像這樣子的一個快樂，但是我們貪的那些部分，我們不可以生出來。

譯者問：世界上的人，他們如果說心中很快樂，我們也可以像他們那樣的心中很快樂？

仁波切：對！對！對！

譯者問：可是我們心中很快樂是不沾染的這一點，對不對？

仁波切：我講的是，真正他們的快樂是他們隨喜一些東西上面，一些財物、名聲等，隨喜的那個部分給他們快樂的，不是他們貪心給他們快樂的。貪心的話，就會產生苦，所以他們的心，我們也要分類，我們也是一樣。他們遇到世間吃的、喝的、穿的等等外境時，他們也會有快樂，那個部分我們也可以感受到。就是當我們看到他們感受到快樂的時候，我們也可以感受到他們的快樂。但是，我們自己要把隨喜和貪分清楚。所以，一個是他們感受到快樂，我們也可以感受到快樂；一個是我們看到他們快樂時，我們可以隨喜。

台北有一個師姐，她的同事當中有一群是學佛的，其他則不是學佛的，他們的老闆就跟他們說：「那一群人怪怪的。」這樣是不對的。可能那一群學佛的人，對那些沒有學佛的人，就有要遠離他們一點的態度，分別得很厲害。我們不可以分別眾生，就隨喜上面我們看一看的時候，剛剛《入菩薩行論》這裡就講出來，講到三善道因的部分和果的部分都要隨喜，就這個意思。那我們是“要投胎在三善道”在因的部分就一直隨喜，而對果的部分卻不理不睬，這樣也是不對的，所以整個因跟果都要隨喜。

這裡講到「成菩提因積諸善，我心於彼亦隨喜」，我們要去隨喜這些積聚菩提的因，就是對於小乘的聲聞、獨覺等還處於有學位的行者所積造的這些善因，我們要去隨喜他們能成就小乘菩提或成就解脫果位的這些善因，我們要加以隨喜，另外「有情脫離生死苦，決定解脫我隨喜。」還要去隨喜有情脫離生死苦而決定解脫的善。

聲聞和獨覺眾去懺悔罪障、積聚資糧、學習這整條道，都是為了他的一己之私而做的，當我們去隨喜聲聞、獨覺眾所積聚的善根時，不可以為了我們的一己之私而做隨喜，而是為了一切有情能夠從整個生死輪迴中解脫而去隨喜，所以這有一點差別。仁波切更正補充：不是！聲聞跟獨覺在資糧道、加行道、見道、修道當中是屬於因的部分，無學道就是解脫（果的部分）。在資糧道、加行道、見道、修道這四個階段的時候，他們所修的都是我愛執，主要的是他們的我愛執就這樣生出來，動機是自愛執的修行，他們也有想要自己解脫、出離輪迴的心。我們屬於「自己」（自愛執）的那個部分，我們不用隨喜；而想要輪迴出離的心，我們可以去隨喜的。我們隨喜的心是一個，但是隨喜的時候，這個部分跟剛剛說的一樣，我們在隨喜一般世間法時，貪的部分就不隨喜，出離的部分則是我們可以接受的。這裡也是一樣，緣覺和聲聞修行的善根，因為他們有出離心才會這樣做，所以出離心所造作出來的整個因果是我們可以隨喜的，而「自己」（自愛執）的那個部分卻是我們不要的。

譯者問：您說世界上的人，他們快樂的這一點我們來隨喜。可是他們的快樂可能是因為貪的關係，所以有那些快樂，對不對？他貪的那一點我們不要去隨喜，就像說聲聞為了他個人求解脫，解脫那一點我們隨喜，他為了個人這一點我們不要隨喜，是不是這樣？

仁波切：對！

問題：最近卻覺得隨喜很難修，以前覺得隨喜是最好修的，後來我發現以前隨喜的事，都是事不關己的，所以我說：好隨喜哦！好隨喜哦！好像就很好修，諸佛菩薩的功德等等我都可以隨喜。可是，如果今天對方做的事情是跟我有關係的，可能是我執著的東西，他們得到了，而我沒有得到，我覺得我生起的是嫉妒心，而不是隨喜心，沒有辦法去隨喜。有時看到人家日子過得很好、很有錢，可能產生的是羨慕的心，而不是隨喜心。就是貪心、隨喜心很難去區分，那我在想說，我想我們最容易生起的很可能是羨慕的心、貪心、嫉妒心，那有沒有什麼方法，既然我們最容易生起的是這樣子的不好的心，那在這個基礎上面，要如何把它們轉成隨喜呢？

回答：我們隨喜的對象可以是任何一個有情。一切有情都跟我一樣想要離苦得樂，一點點差別也沒有。為什麼會把「我」看得那麼重要呢？都是

想要離苦得樂的緣故，想要做得到，這個念頭就一直很強。對方的有情也想要離苦得樂，這和我是一模一樣的，我們都平等的，我需要、他也需要。在替他人想之前，要先常常去思考自己和他人平等的想法。不管是吃的、穿的或喝的東西上面，都可以常常這樣去思考。比如說我坐在法座上，希望宗可師以後也跟我一樣在法座上要傳法，不可以只想著：「我永遠在法座上，他永遠在下面。」這不可以呀！像這樣子看到每一個眾生時，都可以想著：「我所需要的，他也需要。我需要多麼好，他也需要多麼好。」要常常這樣去想。比如說我有一個好東西時，心裡要想到有許多眾生得不到這樣的東西，如果他們能得到的話，那是多麼的好。常常這樣去想，替他人著想的想法就會慢慢增加。比如說我們覺得自己很精進、開開心心的在學佛，別人有這樣子的話有多麼的好，這樣子的話，替他人著想的心就會慢慢增加。如果覺得我們很棒，外面的人都就完全沒有什麼學到，他們跟我們中間好像很有距離的樣子，他們永遠不可能像我們一樣，就是跟他們有距離的想法增加的話，就不對的。學佛、穿的、或者是用的，我學的、我修的好像都沒有替他人想，自己就增加了跟他人的距離，好像不理他人的樣子，這樣的想法一直增加的話，我們學佛的方向就不對了。

所以替他人著想的想法，離苦得樂的心是平等的，這要常常想。我們得到的樂，是因為隨喜的緣故，他也是平等，所以他得到這個樂，是他很需要的，慢慢的心裡也會想，他得到的時候，心裡就會想，哦，這很棒，這是一定要，現在得到了，哦那麼好，就這第二個心裡就慢慢會接受。比如說，聲聞、緣覺修行那麼好，隨喜的時候，他們修行這麼好，是他們需要的，他們做的那麼好，就是他們想離苦得樂的，該做的都做到了，這很棒，就隨喜。好像不可以「這是我要的」，這不是隨喜的，好像貪心就放在這上面，他們修行那麼好，這上面我就生貪心出來，「這是我要的」，這時候好像就不是隨喜，它有一點點增加自己的貪心。

佛陀上面也可以有貪心，滅諦、道諦上面也可以有貪心，貪心其實在哪裡都會出現的。我們去看隨喜的對象，有情離苦得樂的心永遠在、從無始以來就一直存在的，好像那種感受是很可惡的、不斷的，完全不停的。有情都需要離苦得樂，這是我們要了解的，這樣慢慢就會有正確的隨喜的心。就隨喜和貪心來說，在隨喜的時候，我們看它的因從哪裡來，所得到的是什麼果，能這樣想的話，應該就不會有貪心了。貪心生出來的時候，會覺得那個對象是心永遠在的，這樣子的一個誤會。貪心是不正確的想法，貪心生出來的時候，那個對象的好處是自己獨立存在的、實在的，貪心的想法是這個樣子。所以我們對貪心跟隨喜分別的話，我們隨喜的心是它的因從哪裡來，它得什麼果，就這樣子想的話，應該不會有貪心。

問題：我看到以後，現量所生起的是羨慕、嫉妒、貪心，我可不可以在察覺到羨慕、嫉妒、貪心之後，再慢慢去思考得到這個果報的因和果，然後再慢慢將它轉為隨喜呢？

回答：可以這樣慢慢修的。

問題：剛剛提到隨喜有兩種狀況，他人可以領受的快樂，我也可以領受，那這一分是在隨喜的時候？

回答：是。

問題：那這個隨喜，是說我也可以有這一分快樂，是在隨喜自己的部分嗎？是不是？

回答：對。

問題：後面那一個說，他人的快樂我也可以去隨喜，是看到他人好的地方去隨喜，所以是隨喜他人的部分嗎？

回答：對的。

問題：所以它是分成兩份，一份是隨喜自己，一份是隨喜它人的？是這樣嗎？

回答：沒有！沒有！我剛剛講的沒有這樣的分類，剛剛我講的，法炬師她想法講出來的時候，我講的好像不是這樣子，我講的是一般的世間人，他們心裡感受到什樣的快樂，我們心裡也可以生出來，感受同樣的快樂，我們也可以接受這種的快樂，快樂的部分囉。他們的快樂的部分，主要是他們心裡隨喜一些好的東西，這個部分只是給他們快樂而已；貪心的部分不是給他們快樂。所以，我們也可以像他們一樣，有這樣的快樂感受，這是一個部分。那我們看到他們得到快樂時，也可以去隨喜，隨喜他們的快樂一定有它的善因，現在就得到這樣的快樂，所以我們可以隨喜，這是另一個部分。這跟剛剛他們講的不一樣。

問題：昨天去放生的時候，漁夫捕到很多魚，因此他們很快樂，那這樣子的話，我們要隨喜的是他的哪一分呢？在這一方面，他等於是一種殺生，這是第一點。第二點，可能有一些同事做了對學校的小朋友有很多幫助的事情，我們很隨喜他，可是，他在做這些件事情的背後，很明顯的表現出來，是希望得到別人的讚賞。你去給他隨喜「你好棒哦！」然後他就「對啊！我就是這樣，很厲害！」那我們要怎麼去隨喜他呢？怎麼取捨呢？

回答：第一個我聽不清楚，你講的是？

學員：漁夫去捕魚，捕到很多魚，收穫很多，他會很開心，我們要隨喜他這個嗎？這樣不是在殺生嗎？那在做壞事欸！

回答：對！他們覺得是一定會抓到那些魚嘛！我們下面放生的時候，他們上面一直叫好，他們覺得是，我們走的話，好像五分鐘以後，他們可以抓那些魚，所以他們一直叫，心裡是開心的叫。我們不可以說開心就永遠是正確的，不是這樣子說的。我剛剛說的是一般看到好的東西，在這個上面生起的快樂，那個部分我們是可以分類，我們可以接受的。好像有開心，都是我們可以接受的，這樣不是。有的開心整個都是剛剛講的，就好像他們覺得是可以抓那些魚，這種開心我們永遠不能隨喜的。隨喜是他該得到的正確的快樂，才是我們應該去隨喜的；他不該得到的，我們就不用去隨喜。

第二個問題，學校的老師照顧小朋友，照顧了之後，人家讚嘆他，他就傲慢了，傲慢的當中就開心，是不是？

學員：會變成他是為了博得別人的讚美而做的。

回答：那個上面我們要不要隨喜，是不是這樣子？他幫助到學生，在學生的部分就得到了該要的，這一方面是我們可以隨喜的。那個人的做法來說，他好像做的都是不對的，他的動機不對，他做的時候，我今天早上講的，不是替他人的做法，他外表好像是替他人做的，真正的是為了自己。這裡也可以分類：1. 幫助到別人的部分，2. 為了自己的名聲去幫別人的部分。幫別人的部分，我們可以隨喜，為了自己名聲的部分，可以刪掉。應該我們幾乎也是會有這樣的想法吧！我們一般人的想法，看到這樣子的時候，哦，他幫助到，隨喜啊！很好啊！那為了自己的時候，我們馬上會遠一點了，這應該也可以分類。

問題：那個老師的動機如果不純的話，我們可以去隨喜他幫助別人的心，到底是要在他面前誇讚他的隨喜，還是內心所生起隨喜心呢？

回答：主要是內心，外面我們開口講出來的隨喜，有的時候是騙人，自己心裡就看一看，開口講出來的時候，看自己心識方向轉到哪裡。我去年至美國時，他們一些人就說：「哦！你那麼莊嚴囉，你怎麼樣。」好像就這樣子互相讚嘆，我覺得有一點點可能騙人，哈！哈！哈！可能真正的隨喜也有，這樣子也可以說嘛！真正隨喜當中，該說的啊！這是該說的。對他也很好，對自己也可以說是隨喜動機所做出來的，隨喜的心講出來，當然它是一個善行，它不是一個惡行、惡業。有的時候隨喜的心不講出來，講出來不好意思。講出來我會比他矮一點？這樣子想就自己不對。一個真正好的東西，或者是有一個功德，就馬上說：「你這部分很棒哦！」這樣子可以說。

《入菩薩行論七》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯
2005/01/09

我們為了能夠行持菩薩行，就需要先受持菩提心，要受持菩提心之前，必須要先了解菩提心有什麼利益，對菩提心生起歡喜和好樂之心，在第一品就講到菩提心的利益。為了能夠真正受持菩提心戒的緣故，我們必須透過以集資淨罪和七支供養文的方式，先淨化自己的罪障、積聚資糧之後，再來受菩提心戒。七支供養文當中的禮敬支、供養支、懺悔支，在第二品中闡明，其它的隨喜、請轉法輪、請常住世以及迴向，就在第三品的時候講述。

我們由七支供養來集資淨罪，當我們要積聚資糧的時候，必須要有一個皈依的對境。這個對境如果是佛的化身，我們就可以請求祂來轉法輪，能夠常住（或不住涅槃）。如果我們祈求的對境是以佛的報身來做的話，那就不需要請佛轉動法輪或請佛常住於世，因為報身佛是乃至輪迴未空之前，都一直不斷的在轉法輪，一直不斷常住於世間的，所以不需要特別的來祈請。

當我們要用七支供養來積聚資糧時，對境如果是報身佛的話，像剛才所說的，就不需要請祂轉動法輪或是常住於世（不入涅槃），不需要這樣子。可是我們說要用七支來積聚資糧，那缺了這兩支，我們就用皈依還有發心這兩支來補足，而成為七支供養文。如果是用報身佛做為我們皈依的對境，那可能是屬於密乘當中的本尊，因為密乘裡面有本尊報身佛的形象。如果就波羅密多乘而言，就是我們一般所說的七支，顯教的這七支供養文，主要是針對這些共通的所化機而言，也是針對世間的一般弟子而言。所以，在顯教裡面的對境是以佛的化身為主。如果對境是化身為主，那唸七支供養文的時候，裡面就涵蓋了請轉法輪支和請常住世支。

七支供養文可以說是我們做任何善行正行之前的前行（或稱為加行），我們可以透過七支供養文來積聚資糧，也就是要做任何一個善行的前行之前所要做的。這裡面就有禮拜、供養、懺悔、隨喜、請轉法輪、請不住涅槃、迴向。在下士道當中，就配合起修下士道的所需，也可以運用上七支供養文。在下士道的時候，就獻上禮拜、供養、懺悔、隨喜、請轉法輪、請不住涅槃、迴向等等這些。所以，就依著你所修的那一道，分別配合起七支供養文來做，對這一點我們應該要知道。

比如說你在修下士道的時候，要做七支供養當中的懺悔，要懺悔什麼？就懺悔那一些會讓我們墮入三惡趣的罪業；隨喜就要隨喜那些將來可以讓

我們獲得增上生的善業；請轉法輪就是請佛開示無錯謬的、來世能讓我們獲得增上生的法。

同樣的，七支供養當中的前兩支，也就是禮敬支和供養支，當你在獻上這兩支時，比如說你獻上禮敬支時，禮敬的對境（所皈依的對境），這個對境主要是以能夠協助我們成辦將來獲得增上生果報的對境，我們向他來做頂禮。我們以佛而言，佛當然具有能力可以賜給我們將來獲得增上生，或者說祂有能力可以賜給我們布施、持戒等等。可是，當我們在做比如說禮敬的對境時，我們要特別把對境設定說，他也能夠給予我們某種能力的這一個對境。

我們在做某一個善行的正行之前，我們所做的前行如果能夠跟正行有接上關連的話，那在做正行的時候，覺受會比較容易生起來。所以我們才說你可以配合下士道、中士道和上士道來獻上七支供養文。但是，所謂配合不是只有文字上說說而已，而是說我們自己要先了解自己的煩惱到底是什麼，自己的惡業到底是什麼，自己的習性到底是什麼，自己要先知道之後，才能夠用對治法來對治自己的煩惱、惡業，也才能夠配合七支供養真正去做集資淨罪的事。

一般說來，要做懺悔時，你必須要先自我了知自己有哪些煩惱、有哪些罪障以及自己有哪些由罪引生的苦處。必須要先自己了解之後，才能針對自己的過錯來做懺悔。隨喜也是一樣，必須要先去解自己的目標是擺在哪個地方，然後才加以隨喜。如果你的目標是擺在下士道，來世求增上生，所以你就去隨喜來世能夠獲得增上生的這些善業。不論你所隨喜的對象是未入道的行者所做的善業，或者說隨喜那些已入道的聲聞、獨覺、菩薩所做的善業，反正你的目標擺在你所要求的目的上，然後再加以隨喜那個能夠成辦你目標的善業。

從《入行論》裡面，我們可以了解到，光是禮敬就可以分為兩種，一個是一般的禮敬，就是禮敬三寶。另一個是特別的禮敬，也就是去禮敬菩薩，也就是禮敬修菩提行的這些行者、這些菩薩。

在第二品裡面就開始講七支供養，第一支是禮敬支，第二品裡面的禮敬支是特別去禮敬這些菩薩，意思也就是我們遵循著、隨順著這些菩薩的修行方式，來獻上七支供養。為什麼我們要這樣子做？比如說我們在修下士道時，可以依著自己所修的道來獻上七支供養。現在如果是在修下士道，當我們要做禮敬的時候，禮敬的對象有一個是一般的三寶，有一個是菩薩，在《入行論》第二品是指菩薩，如果你在修下士道時，所希望的是獲得增上生，所以你所設定的禮敬的對境是有利於你獲得增上生的對境，我們來向他獻上頂禮，這種善行是有助於我們將來獲得增上生的善行，所以我們

所立的對境，就立這個皈依的對境、這禮敬的對境是有助於我們來修獲得增上生的善行的對境，我們是要這樣立的。如果是修中士道或上士道時，也是一樣，就看你本來的目標是擺在什麼地方，然後所立的、所設定的皈依境就是有利於獲得我們目標的善行的皈依境。

上次講到第五十一頁，也就是我們要去發起隨喜，一般的隨喜，你可以去隨喜下士道、中士道或上士道等等的隨喜，依著這三類的所化機可以做不同的隨喜，在這邊主要的是要來隨喜菩薩。隨喜可以分為因位的隨喜和果位的隨喜。這邊的主題**「子三、隨喜無上菩提因果」**，因位的隨喜就是我們去隨喜這些佛子（菩薩），隨喜十地的功德。我們通常都是很喜歡佛，因為我們見到佛的功德，所以對佛的功德就非常歡喜，在這邊也要見到佛子還有十地菩薩他們的功德，然後發起這種隨喜的心，也就是隨喜無上菩提因的隨喜心，隨喜菩提心，隨喜菩薩行。所以這裡面就講到：

「諸救護尊證菩提，諸菩薩地皆隨喜」

這邊也就是去隨喜佛及隨喜因地的菩薩地。然後：

「令諸有情得安樂，發心妙善廣大海，於諸有情作饒益，我心欣悅常隨喜。」

剛才說到隨喜可以分為下士、中士和上士道的隨喜，也就是隨喜下士道的增上生，隨喜中士道的解脫，隨喜上士道的遍智。增上生、解脫和遍智可以說是下、中、上等三士道所應證的目標，所以我們要對於三士道所應證的目標心生歡喜、生隨喜的心，當我們要實際去修證時，也要有一個導師來向我們開示如何來證得我們這三個的目標，所以我們要請佛為一切眾生的緣故轉動法輪。進入這個偈頌（癸二、請轉法輪）：

「普於十方一切佛，合掌至心作祈請，為諸有情除苦闇，請燃妙法光明炬。」

請佛轉法輪，也不是祂轉一次或轉兩次法輪，就可以讓我們這些無明的有情都能夠登上地道，這是很困難的。所以，我們就要請佛乃至我們的無明未去除之前請祂常住無數劫不入涅槃，所以就進入請不入涅槃（癸二、請不涅槃）：

「諸佛若許入涅槃，合掌至心作祈請，勿盲一切眾生目，願住世間無數劫。」

祈請勿入涅槃、勿般涅槃這一支，尤其可以對自己的上師來做祈請，有時候我們會舉行上師的長壽法會，法會裡面也有獻上七支供養的部分，在進入勿入涅槃這一支的時候，有特別祈請上師常住於世的，這種請上師能夠延壽的、常住於世的。當然這種上師長壽法會也有不同的法本，比如說你可以依著上師供養法，或者其它的法本來做上師的長壽法會。請上師常住於世，為上師舉辦長壽法會，事實上是有利於自己的壽命。

我們如果有造了等流的因，就會去感受等流的果，我們如果為上師求長壽，那同樣的，就對我們的壽命會有利益。我們為上師做長壽法會，可以用放生或者用種種的方式來做延壽法，在所有當中，要以請師常住於世最有力量的。你如果說自己希望壽命很長的話，那可能就要多為上師做長壽法會了，請上師不般涅槃。所以當我們在為上師做長壽法會時，一方面也可以為自己淨化掉壽命的障礙。

再來講到迴向支，也就是將你先前透過六支所積聚的善根，讓這些善根能夠廣大、增長、更深入而且源源不斷，所以來做迴向。有一些人會懷疑：「我把所有善根都迴向掉了，豈不是就沒有善根了嗎？」不會的，不會那樣。

我們將善根迴向，是會讓我們的善根增長廣大的，尤其是為了等同虛空般的所有有情義利的緣故，來作迴向的話，那我們的善根一定會廣大增長的。就像第一品有講到「如丹點金轉成殊勝相，將此不淨之身能轉成，」就好像是冶金劑，只要這麼一點，即使是鐵，也會馬上變成金一樣。這邊也就是說，妳種下的善雖然是小小的，可是你若加以迴向，為了所有一切無量無邊的有情來作迴向的話，你所種下的小小善根也會增長廣大。

請看文（癸四...子一、總迴向）：

「如是所修一切行，我今所積諸善根，以彼迴向諸有情，悉令解除一切苦。」

這是就迴向給一般的有情而言，另外也可以來做特別的迴向，可以迴向給身體比如說有冷熱之苦的有情，也可以迴向給不得飲食這些飢渴的有情，也可以迴向給沒有生活資具的有情。下面說（子二、迴向病者）：

「有情諸病所逼惱，乃至盡其病愈時，願我為醫或為藥，或為侍疾看病人。」
這就是迴向給身體有這些冷熱諸病苦的病人。

請看文（子三、迴向除飢渴）

「若遇凶年飢饉劫，願我化身供飲食，降澍食飲如甘霖，普為有情除飢渴。」
這就是迴向給那些不得吃、不得喝的飢渴的有情。

請看文（子四、迴向隨欲出生之因）

「有情貧困乏資財，願我成為無盡藏，隨心所欲諸資具，莫不現前咸備陳。」
也就是特別迴向給那些缺乏生活資具的有情。

當我們迴向給一般的有情，或是特別迴向給那些我們所見到的或所知道的這些有疾病的有情，或者說有飢渴的有情，或者說缺乏生活資具的有情時，我們要實際去做，不是說只是講很崇高的理想而已。

我們知道，菩薩行主要是修六度：施、戒、忍、勤、定、慧這六度。在這邊先講到布施的修行，在我們還沒有受菩提心戒之前，先配合起布施的修行來講。我們是為了一切有情之故來受菩提心（戒）的嘛！在接受菩提心戒之前，必須要生起很強烈的心願，這樣子悲心才能發得比較大一點，你才能生起真正的悲心，也才會真正的得到所受的菩薩心戒。在這邊就是要先配合起布施，然後再來受菩提心戒，先將這兩者建立起關係。

菩薩所要修的六度，在這一部《入行論》裡面，在第九品的時候是講到智慧度，在第八品講到禪定，第七品講到精進，第六品講到忍辱，第四、第五品是講持戒。所以好像沒有哪一品特別講到布施的修行。在我們還沒有受持菩提心戒之前，我們先配合起布施來講，所以這一部論的次序就是先講布施的修行，再講受持菩提心的部分。前面講迴向時，是為了一切其他有情的緣故來作迴向，以這樣迴向的話，那所積聚的善根就會廣為增長。同樣的，當你為了其他有情的緣故來做布施的行持的話，也一樣會廣為增長。所以在迴向的時候，你僅僅是、唯有為了一切有情來做迴向，那行布施的時候也是一樣，你是唯有為了一切有情來行布施。

到此為止就將七支供養講完了，在七支供養的過程，我們會積聚很多的資糧，在我們的心相續當中就等於是由這七支供養積聚了眾多的順緣，依著這個積聚眾多順緣的心力，我們再進入正行當中，正行就是要發起菩提心、受持菩提心戒。那你要受持菩提心戒之前，一定要先發起悲心，發起悲心就是發起這種利他之思，利他的思惟，你要實際去執行它，那就是行布施之行，這就是要先配合起布施來說的原故在這裡。

癸五...丑一、捨之法（廣論 265-3）

如是我身及受用，乃至三時諸善根，為成有情利益故，悉能施捨無顧惜。

對我們個人而言，最有益處的就是這個身軀，最能夠讓我們運用的就是我們所擁有的受用、財富，在生生世世當中能夠帶來帶去的就是我們所積造的善根。我們要將所有的身體、受用、財富，還有自己三時所積造的善根，全部毫無吝惜的布施給一切有情。

為什麼我們應該要布施給這些有情呢？因為從無始以來到現在，我們可能在生生世世當中，都可能會去運用過、去享用過我們擁有過的這些身軀、財富、受用，可是，在每一生世當中，我們可能用完了之後，就把它捨下了，然後邁向來世去。從無始以來到現在，一直都是這樣，自己所獲得的財富、受用、身軀，一直沒有為我們帶來真正的利益。為什麼？因為我們只為我們個人的緣故，所以都一直沒有帶來任何利益，一直處在用完了就放下、用完了就放下、就捨下，然後又到來世的狀態，一直處在這種狀態，沒有得到真正的利益。如果我們能夠為一切有情來做的話，那豈不

就會變成有意義嗎？所以這邊才說（丑二...寅一、於一切捨離貪著而得涅槃　廣論 P.264+5）：

「一切能施得涅槃，為證涅槃始修行，」

（寅二、有情為布施殊勝福田故應於彼施捨）

「總攝一切布施中，施諸有情最為勝。」

我們這樣想了之後，就應該要布施出自己的身體，布施出自己的財富、受用。自己下定決心布施出去之後，不要到了明天、後天，因為哪一個人又對你怎樣，你就馬上對他生氣了，或是你會說：他說我怎樣，他在利用我。這樣就生氣，這是不應該的，因為你先前已經承諾把自己的一切都布施給眾生了，眾生要怎麼用，怎麼去對待你，那是他們的自由，對不對？所以，不管眾生怎樣對我們，我們都不應該生起瞋恚的心。因此，這邊才說（丑三...寅一、今後於自身捨主宰之心）：

「我於一切有情前，此身已施自恣請，若殺若罵若捶楚，隨其所樂常順承。」

自己甘願已經布施出去了，也就是隨他所愛，愛怎麼做都可以。

下面說（寅二、廣釋其義）：

「若於我身施詰難，或復以為調笑具，今我此身已施竟，於此何得復爭論？」

我們不要以為自己的身軀比他人還殊勝，不要這樣子認為。你先前已經將自己的身、心、財富、受用，已經布施給一切有情了，現在不管有情要怎麼去使用這個身軀，怎麼去利用我們，我們都不應該有任何的異議。

雖然我們將身、心、財富、受用，已經都布施給一切眾生，但也不可以讓眾生使用在不當之處。我們自己要去觀察他是怎麼來使用的，到底是往有利益的方向還是無利益的方向來用，我們自己要去觀察，所以說（寅三、用於應作之事）：

「若於彼人無損害，唯命是聽悉順從。」

我們將自己的身、心、受用、善根，已經都布施給一切眾生，隨著眾生如他們所想的來使用，我們還要去觀察是不是會得到現前以及究竟的利益，我們還要去觀察。我們之所以將自己的身、受用以及善根布施給眾生，主要是用這一點來協助我們迅速證得菩提果報的緣故，而不是說把自己布施出去讓眾生把我們像世間一般的僕人一樣來使喚，不是那個意思。如果是菩薩的話，當他將自己所有一切布施出去的時候，主要目的是要讓自己的心相續能迅速生起地和道的證悟的緣故，所以才將這些布施出去，而不是將自己布施出去，讓有情使喚我們就好像使喚世間的僕人一樣。

菩薩將自己布施給有情，任有情隨他所喜來使用，主要目的是為了要證得圓滿菩提之故，而不是讓有情像一般的看護或僕人一樣的來使喚，因為這樣並不能增長我們心中的地道或是迅速證得果位。

請看文（子二...丑一、願唯為利他之心）：

「願於何時緣我身，勿作些微無義事。」

你將自己的身、受用以及所有的善根，發願為利益一切有情而布施了，那心中要想：「願我這樣做不會浪費掉，不會枉費我這樣的布施。」心中要有這樣的想法。同時也發願：「願我這樣來做布施，能夠迅速的生起很強烈利他的思惟，而且迅速的生起大悲心，迅速的能夠在心相續當中生起地和道的證悟。」你如果能這樣來做的話，那你所布施出去的身、受用和善根等等，就不會浪費掉了。

然後說（丑二、願為意樂不虛之因）：

「願任何人緣我身，或生瞋惱或生信，即彼常時能轉變，為彼成辦眾事因。」

你將自己的身、受用和善根全部都布施給一切眾生，願一切眾生，只要是緣念到我的，都能成辦他所要成辦的所有事，也就是我所布施出去的這一切，都能夠成為真正眾生的利益。

請看文（丑三、願為加行不虛之因）：

「若人於我作譏毀，或復於我作損惱，乃至施以罵辱言，願悉轉成菩提因。」

你將自己的身軀、受用及善根全部布施給一切眾生，願在任何一個時刻當中，就要願一切有情只要緣念到我，都能獲得利益，不論有情對我是如何來做譏毀、損惱或辱罵等等，願他們所受的這一切，都能夠轉成為他們成辦菩提的因。

前面說到，將我們自己的身體及善根布施給眾生，任眾生去使用，並沒有提到「我願意成為眾生的什麼什麼」沒有這樣子的意思在，下面講的就有這樣的意思在了。

如果眾生需要一個倚靠之處，我願意成為他的倚靠之處；如果眾生需要有人來做他的嚮導，我願意成為他的嚮導；如果眾生需要一艘船或一座橋樑，我也願意成為他所要渡的船或者說成為他所要過的橋樑。甚至有情如果需要一個比較大的洲渚，我也願意成為他所要住的的洲渚；如果在沒有燈具、沒有燈明的國家或地方，我願意成為那個地方的燈具，讓他們能夠照明。像這次南亞海嘯，許多難民都沒有房舍可以住，我們也發願成為他們能夠居住的房舍。或是有情需要一些傭人來為他做事，我也願意成為他的傭人來做事，這是從我們自己這一方面發願來做的。或者說我願意成

為一個摩尼寶，能夠帶來種種珠寶的，或者說寶瓶；或者說成為持明成就的阿伽藥，就是能夠去除種種疾病的良藥；或者說能滿足一切所願的如意樹。我們都可以發願自己成為眾生所需要用的這些物質、這些東西。

所以這些偈頌說（子三...丑一、願己悉為他人一切急需之具）：

「諸無依怙我為依，諸入道者我為導，諸欲渡者為舟楫，或為巨舸或橋樑，求洲渚者為洲渚，求燈炬者為燈炬，求舍宅者為舍宅，有情欲役使我者，願為僕使供驅走，如意牟尼妙寶瓶，持明成就阿伽藥，隨欲出生如意樹，眾生所欲悉能成。」

這就是自己發願：「只要眾生需要什麼東西，我就願意成為他所需要的那樣東西。」

我們如果將先前所發的願再擴大的話，就會願自己成為像大地一般，像虛空一般。如果成為像大地一般，眾生可以在大地上播種、蓋房子等等。像虛空一般，眾生就可以在這個虛空當中做種種活動，如果沒有虛空的話，我們就沒有辦法活動嘛！所以這邊說（丑二、願時分及作用廣大）：

「願如地等四大種，亦如虛空常無盡，有情種類多無量，悉能為彼俱有因。」

從這些菩薩所發的願，我們知道生為一個菩薩實在是不容易的一件事，因為他們的願是這麼的大，甚至大到連我們的心都難以想像的程度。雖然我們沒有辦法做到那樣的程度，可是，我們也要發起一股毅力、一股勇氣去發起像他們這樣的願，因為我們的心是隨著串習而走的、隨著習性而走的，我們只要加以串習，也能像真正的菩薩那樣。

再來就看時間（丑三、願時分及境界無間）：

「如是盡於虛空際，一切種類有情界，乃至未證涅槃間，願我為其俱有因。」

我們知道虛空是常法，就是恒住的常法，它是無邊際的，而且無時際的（無時間邊際的），也沒有大小的邊際。所以說虛空它是常的，是無邊際的，一切有情也是一樣，是恒住在虛空裡面的，有情的數量又是無量無邊的，（有）各種種類的有情，所以才說只要有虛空在就會有有情在，那有有情在也就會有虛空在，同樣的意思。所以我們在發願的時候「乃至未證菩提間，願我為其俱有因」，你把自己的心量擴展到願自己能夠盡虛空際饒益這些有情界。

剛才說虛空何處在，何處就會有有情，那到底誰能夠去救度等同虛空般的這些有情呢？就我們現在而言，根本沒有這種能力，唯有佛才有這樣的能力，唯有證得佛果之後才有這個能力。我們知道，有情何處有，佛的遍

智就會觀照到何處，就表示佛的身就會抵達何處。既然有情是無量無邊的，而且時間是無邊際的，這麼多無量無邊的有情，我們要發起很強烈的勇氣，才能真正去做利益有情的這些修持。這樣的思惟之後，我們就要生起很大的心力去受持菩提心。

也就是說，只有佛才有這個能力，那我們既然要成為像佛一樣，就要學習佛在有學位時是如何修學這些菩薩學處而成就的，我們也要效法他那樣，學習種種學處來獲得成就。這就是前面及下面幾句的意思（壬二、正行）：

「如其往昔諸如來，從於生起菩提心，菩提薩埵諸學處，如其次第善安住。」

這應該是很好了解的。

前面這四句偈的意思是：如同過去，就是往昔，諸如來、諸善士是如何來發起菩提心，如何學來習菩薩學處的，我也同樣的要效法他們，要如何來發起菩提心以及如何安住在菩薩的學處裡面來修持。這是我們先生起要效法他們的心，下面說：如同這樣子，我要效法諸佛菩薩，是為了一切有情的緣故，所以現在我也要為了一切有情的緣故，我願發起菩提心。然後：

「如是為利有情故，願我亦發菩提心，如其所學諸學處，亦如次第能修學。」

我願像他們一樣發起菩提心，「願我亦發菩提心」就是受願心的戒。「如其所學諸學處，亦如次第能修學」就是受行心的戒。我們發願能夠像諸佛菩薩一樣，為利益眾生而發起菩提心，也願能夠效法他們去學習這些學處。願我們也能夠這樣子來修持、來學習這些學處，這就是受行心的戒，所以在這四個偈頌裡面，就同時受了願心和行心。

我們發起願心和行心，這樣的心量是非常廣大無邊的，而且也是極為善良的心。已經立下誓言要為一切有情來做這一切的行持，已經生起這種善的思惟，這種很強烈的勇氣，就應該要自我鼓勵一下，要對自己的心這樣講話：「你已經受了兩個菩提心戒了，你已經是非常好了，我已經跟你成為好朋友了。從現在開始，你這一生不會虛度了，而且會過得非常有意義、有價值。你已經成為佛子了，就好像國王會把政權交給王子一樣，這邊的國王是比喻佛，王子則是比喻發心的菩薩，你現在已經足以接掌法政了，所以，你應該要好好的來修學，因為你已經成為佛子、如來子了。」所以在這邊就是自我在講話。請看文（壬三…丑一、讚揚此心修喜）：

「具足如是慧心者，已發無上菩提心，為令起行並增長，如是妙心當讚揚。
今我此生不虛度，今我善來人中生，今我生於如來家，成為如來親長子。」

接著我們還要對自己的心講話：「你既然已經成為如來子、佛子了，就應該要效法以前的如來，祂們怎麼做的，如何修學佛子行的，就應該要照著去做。」所以下面說（丑二、既得此心修不放逸）：

「無論如何我自今，當勤荷負此家業，勿令所行有玷污，於此無垢尊貴種。」

也就是自己要告訴自己，應該要照著如來家族怎麼來遵行，你就照那樣子遵循來做做。

請看文（丑三、得此難得之心故修歡喜　廣論P.234-8）：

「如人偶於糞埽中，無心拾得希世珍，如是依於誰之力，菩提妙心我能生。」

從無始輪迴以來到現在為止，我們都未曾發起過像這樣子的菩提心，現在能夠發起這樣的菩提心，我們應該心中感到極為高興、極為歡喜。就好像一個盲人一樣，在一堆垃圾堆裡面找到很大一顆的鑽石，他一定高興到不敢相信有這樣的事發生。我們生生世世在輪迴當中，都一直在貪、瞋，或者說痛苦的果報當中，或者說在我愛執、妄念當中打滾，可以說我們是貪、瞋、痛苦、我愛執、妄念所出生者。現在竟然能夠發起如是珍貴的菩提心，真的是難以相信的，因為我們往往自己的我愛執已經很強烈，再加上別人的我愛執，別人的我愛執好像會成為我們增長自己我愛執的一個很大的助力，我們往往都會這個樣子，所以要生起絲毫去為他想、饒益他人的心，簡直是不可能的事。現在偶而發起利益他人的菩提心，簡直就像盲人在垃圾堆裡麵撿到大鑽石一樣，這是非常難得的，所以要感到無比高興。

我們既然已經發起了這麼殊勝，簡直不可能發起來的菩提心，就應該要來讚嘆一下菩提心的功德。這邊講到所發起的菩提心，可以使我們得到究竟所要證得的義利，可以使我們邁入解脫道，能夠在剎那之間摧毀死主（就是閻魔王）。一個發起菩提心的菩薩，這心力、增上意樂是非常的強，所以一旦發起菩提心的這個菩薩，祂可以在剎那之間為一切眾生摧毀死主，菩提心就有這麼多、這麼好的功德。所以我們看（子二…寅一、降伏眾生之死王）：

「能為眾生摧死王，此是不死妙甘露」

你所發起的菩提心，它有這麼大的利益。

而且（寅二、降伏貧困）：**「能為眾生降困窮，此是無盡大寶藏。」**也就是能為眾生去除掉所有窮困。

而且（寅三、病患）：**「能為眾生療諸疾，此是殊勝阿伽陀。」**這是一帖殊勝的妙藥，可以為眾生去除所有的疾病。

（寅四、總降伏生死苦）：**「眾生跋涉三有途，此是止息濃蔭樹。」**眾生漂流在三有當中，它是眾生的憩息之處。

（寅五、特降伏惡趣苦）：**「拔眾生出惡趣苦，此是越渡總津梁。」**如同可以為眾生拔度所有惡趣苦之津梁一般。

菩提心有這麼大的利益，任何一個補特伽羅只要發起菩提心，剎那間就可以摧滅閻魔死主，而且可以在剎那之間去除所有窮困，剎那間積聚廣大無邊的福德資糧，剎那間可以遮除掉三惡趣的種種痛苦。

一旦發起菩提心，一方面可以廣大無邊的利益一切眾生，另一方面可以在剎那間摧毀死主、窮困，而且可以積聚無盡的福德，還可以去除三惡趣的種種苦。

上一次仁波切回去色拉寺，還有兩個師姐跟著去，法王（尊者）傳法完的最後一天，本來有一個長壽灌頂法會，尊者就說不用長壽灌頂，改為傳菩薩戒。那這就跟這邊的意思就相符合了。你如果發起了菩提心，受菩薩戒，你的心是非常廣大的、非常寬闊的，你的心就不會那麼的狹隘了，也不會有我愛執。你如果沒有我愛執的心的話，那你的氣血一切都會非常的順暢，身體也就會非常建康，而且，你也很輕易就能積聚廣大無邊的福德。因為你積聚廣大無邊的福德，身體氣血運行非常的順暢，所以一定會長壽無病的。所以，尊者才說真正的長壽法就是菩提心。這邊說「能為眾生療諸疾，此是殊勝阿伽陀」，這是最好的長壽妙藥。

菩提心除了上述的利益之外，還可以為我們去除一切痛苦的因，也就是煩惱障和所知障。所以下面說（丑二…寅一、除煩惱障）：

「煩惱熱逼眾生心，此是除熱清涼月。」這是去除煩惱障。

（寅二、除所知障）：

「眾生無知昏霧塞　此是破暗皎日輪。」也就是可以去除所知障。

總之，能夠成辦究竟安樂的就是這個微妙法，而微妙法的核心醍醐就是菩提心，所以，才說（丑三…寅一、能成辦一切利益　廣論 207+7）：

「攪正法乳成酥酪　此是醍醐無上味」，就是指這個菩提心。

同時指這個菩提心，也可以為輪迴當中的輪迴者，成辦他所希求的一切安樂（寅二、能成辦一切安樂）：

「為有情侶馳驅生死道，欲求受用資具安樂因，
此是隨身資斧勝安樂，能令滿足有情勝友心。」

這就是剛才說的，能夠為輪迴當中的一切輪迴者成辦所有一切安樂的意思。

再來講到（癸二、令他生喜）：

「我今現對一切依怙前，唱言願為一切眾生侶，
乃至成佛中間不少離，天及非天聞者皆歡喜。」

也就是我們自己在十方諸佛菩薩前許下諾言：「我願從現在開始恒時的給予眾生一切利益、一切安樂，給的時間是乃至我還沒有證悟成佛之前，我都願意為眾生來成辦一切的增上生、解脫，就是為了眾生的一切利益來承事一切眾生。」

後面一句是「天及非天聞者皆歡喜」，因為我們在受菩提心戒的時候，在我們的前後左右可能會有一些天神或非天，它們會一起來聽聞，在這個時候，我們就對那些來協助我們修法的天或者非天等一起聽聞者，跟他們說：「我現在已經為一切眾生發起菩提心，我願意為一切眾生來做一切事，那你們這些來協助我修法的這些天或非天眾，請你們也心生歡喜。」

《入菩薩行論八》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯

2005/01/16

第三品講完了，我們一起來唸一遍，唸完之後就進入第四品：

一切有情惡趣苦，能令解脫諸善根，令受苦者安樂住，我心欣悅常隨喜。
成菩提因積諸善，我心於彼亦隨喜，有情脫離生死苦，決定解脫我隨喜。
諸救護尊證菩提，諸菩薩地皆隨喜，令諸有情得安樂，發心妙善廣大海，
於諸有情作饒益，我心欣悅常隨喜。
普於十方一切佛，合掌至心作祈請，為諸有情除苦闇，請燃妙法光明炬。
諸佛若許入涅槃，合掌至心作祈請，勿盲一切眾生目，願住世間無數劫。
如是所修一切行，我今所積諸善根，以彼迴向諸有情，悉令解除一切苦。
有情諸病所逼惱，乃至盡其病愈時，願我為醫或為藥，或為侍疾看病人。
若遇凶年飢饉劫，願我化身供飲食，降澍食飲如甘霖，普為有情除飢渴。
有情貧困乏資財，願我成為無盡藏，隨心所欲諸資具，莫不現前咸備陳。
如是我身及受用，乃至三時諸善根，為成有情義利故，悉能施捨無顧惜。
一切能施得涅槃，為證涅槃始修行，總攝一切布施中，施諸有情最為勝。
我於一切有情前，此身已施自恣請，若殺若罵若捶楚，隨其所樂常順承。
若於我身施詰難，或復以為調笑具，今我此身已施竟，於此何得復爭論？
若於彼人無損害，唯命是聽悉順從。願於何時緣我身，勿作些微無義事。
願任何人緣我身，或生瞋惱或生信，即彼常時能轉變，為彼成辦眾事因。
若人於我作譏毀，或復於我作損惱，乃至施以罵辱言，願悉轉成菩提因。
諸無依怙我為依，諸入道者我為導，諸欲渡者為舟楫，或為巨舸或橋樑，
求洲渚者為洲渚，求燈炬者為燈炬，求舍宅者為舍宅，有情欲役使我者，
願為僕使供驅走，如意牟尼妙寶瓶，持明成就阿伽藥，隨欲出生如意樹，
眾生所欲悉能成。
願如地等四大種，亦如虛空常無盡，有情種類多無量，悉能為彼俱有因。
如是盡於虛空際，一切種類有情界，乃至未證涅槃間，願我為其俱有因。

下面兩個八句，都要唸三遍：

1. 如是為利有情故，願我亦發菩提心，如其所學諸學處，亦如次第能修學。
   如其往昔諸如來，從於生起菩提心，菩提薩埵諸學處，如其次第善安住。

2. 具足如是慧心者，已發無上菩提心，為令起行並增長，如是妙心當讚揚。
   今我此生不虛度，今我善來人中生，今我生於如來家，成為如來親長子。

（回復唸一遍）：

無論如何我自今，當勤荷負此家業，勿令所行有玷污，於此無垢尊貴種。
如人偶於糞埽中，無心拾得希世珍，如是依於誰之力，菩提妙心我能生。
能為眾生摧死王，此是不死妙甘露，能為眾生除困窮，此是無盡大寶藏。
能為眾生療諸疾，此是殊勝阿伽陀。眾生跋涉三有途，此是止息濃蔭樹。
拔眾生出惡趣苦，此是越渡總津梁。煩惱熱逼眾生心，此是除熱清涼月。
眾生無知昏霧塞，此是破暗皎日輪，攪正法乳成酥酪，此是醍醐無上味。
為有情侶馳驅生死道，欲求受用資具安樂因，
此是隨身資斧勝安樂，能令滿足有情勝友心。
我今現對一切依怙前，唱言願為一切眾生侶，
乃至成佛中間不少離，天及非天聞者皆歡喜。

我們唸下面這邊（p.62）：

「**入菩薩行論廣解佛子津梁釋受持菩提心品第三竟。**」

藏文裡面我們唸的時候（出品名）就一起唸，這個也是入菩薩行論裡面的。你們家裏有時間的話，就第一品開始唸到這裡。

我們已經很簡略的講完第三品，在受持菩薩戒之後，就應該行菩薩行。為了學習菩薩行之故，我們的心必須要依於不放逸，如何來依不放逸？就是再第四品裡面要講的。第五品主要是講到戒度的修行，第六品講到忍辱度的修行，第七品講到精進度的修行，第八品講到禪定度（靜慮）的修行，第九品講到（慧）智度的修行。從第五品到第九品之間，就講了六度當中的五度，那其中的第一度（布施度），就在第三品當中受戒之前就講到布施度的修持。為什麼要先講布施度呢？最主要是我們在受戒之前，必須讓悲心廣為增長，這種利益他人之心廣為增長，實際去利益他人的善巧方便就是透過布施，所以先讓我們生起很強烈的悲心（利他之心），然後行布施，之後再受戒，所以這布施度（第一度）就在第三品受戒之前先講。

至於這六度，在《經莊嚴論》裡面有講到：「依於前者生起後者。」所以可以看出這六度之間有勝劣之別、有粗細之別，因為有這種差別的關係，所以六度的次序有這樣的不同。講到布施，意思也就是給予、給出去、惠施。如果沒有布施的心、要給予的心，那你說想要去受戒或說出家，事實上是很困難的，因為你沒有辦法從心所繫念當中脫離出去。尤其是菩薩的學處，我們知道菩薩的學處主要是來行利他行，要行利他行，你必須要知道先將自己給出、先捨下自己，這樣你才能夠實際去施行利他行。因為你在施行利他行的時候，一定要先放下自己，然後以他人為主。你要受菩

薩戒也是一樣，必須要先捨下自己，為了利益其他有情的緣故才去受菩薩戒，所以要受戒之前，你必須要先有那種捨下自己、放下自己的心，就是要有先施與出去的心，這就是為什麼先說布施度在受戒之前的緣故。

有人也認為受菩薩戒就可以積聚很多的福報，或者說可以得到什麼，事實上，他這樣的思惟是一個徵兆，就是他沒有得到菩薩戒戒體的一個徵兆。因為受菩薩戒是為了利他，如果有這個「我、我、我」，就想著「我」可以得到什麼，「我」可以積聚很多福報等，光想著自己「我」的話，那就表示沒有得到菩薩戒的戒體。

在受菩薩戒之前，必須要從內心深處由衷的生起很強烈的利他的思惟，而且心量要非常的大、非常寬闊才可以，而且這種利他的心要是一種極為善良的心才可以。如果只有想著：「我今天受了菩薩戒，就可以得到很大的福報。」或者想著自己可以獲得什麼的話，那就表示你根本沒有得到菩薩戒的戒體。所以，要受菩薩戒之前，一定要先生起很強烈的利他心，捨己利他的心要非常的強烈，才能得到戒體。

比如我們受八關齋戒（八關齋戒是一晝夜的戒），你如果心裡面的思惟：「我為了要承事所有如老母般的一切有情而來受這個戒」，那這種的思惟是正確的；或者說你思惟：「我為了成辦一切如老母般的有情的利益，所以來受這個戒。」這都還是正確的。如果只想著：「我受了八關齋戒，可以得到很大的福報，可以得到什麼」的話，這就是不正確的思惟。八關齋戒是一晝夜，就是從現在受戒起，到明天太陽升起之前，這個戒體都還會存在的。

我們這邊所受的戒並不是八關齋戒，而是菩薩戒，它的期限就不是一晝夜，是乃至未成佛之前這個戒都一直要維持，期限是那麼長。所以，要受菩薩戒，要生起非常強烈的心力才可以。受了戒之後，你的心也要依於不放逸行來做，受菩薩戒並不是只有受受戒而已，你還要依著所許諾的這些誓言而行。所以要受戒之前，應該要先了解菩薩戒它有什麼利益。就像五十九頁這邊所講的（子二…丑一能除有情苦）：

「能為眾生摧死王，此是不死妙甘露，能為眾生降困窮，能為眾生療諸疾，此是殊勝阿伽陀。」

所受的菩薩戒，他可以成為眾生摧死王，而且這是一個不死的妙甘露，能為眾生降伏、去除窮困，而且也能療眾生的疾病，是殊勝的妙藥，這裡面就講到很多它的殊勝之處。還有，它的利益呢，在第一品裡面就講了很

多，等於說第一品整個都是在講菩提心有什麼利益。

請看第六十五頁（己二…壬一、總明修不放逸之理）：

「如是如來最勝子，已發堅固菩提心，復應恒時無動搖，勵力無違諸學處。」

我們既然已經受了菩薩戒，就應該要恒時無動搖的、持續不斷的努力，要如我們所許諾的實際的去實修，而且無有任何的違越這些菩薩學處，依於不放逸努力的守護。這一句可以說是「總明修不放逸之理」，就是將前面的意義把它攝集起來，約略的講。

我們受了這兩個戒，就是願心菩薩戒以及行心菩薩戒。願心的戒是屬於我們的心，是一種心戒，那行心就是屬於要去實際行持的。願心就是你的心要恒守菩薩戒，也就是恒守你的諾言的意思，然後行心就是你實際要付諸行動，去行這些菩薩的學處。為了讓我們所發起來的願心和行心，這兩個菩提心讓它不退轉而且能夠輾轉增長的緣故，就要依不放逸行，不放逸行又可以分為兩個。就像賈曹傑所分下來的科判，「壬二、廣釋分二，癸一、於菩提心修不放逸，癸二、於學處不放逸行。」

再來就講到菩提心不可輕言放棄（子一、菩提心不可棄捨之理）：

「若率爾作本無心，或雖觀察未詳辨，是事雖已誓願為，容當再思慎作止。」

如對於一些小事，我們在還沒有觀察它的利弊之前，尚可把它捨棄或者說繼續做，對小事我們尚可這樣子。可是對於菩提心，我們就不可這個樣子，不可以輕易的將它棄捨掉，因為這個菩提心是十方諸佛菩薩祂們在生生世世當中，經過多次的去觀察、去深思謀慮之後，發覺到這是唯一最能夠利益眾生的就是菩提心。既然諸佛菩薩已經做這樣子的觀察，而且又傳給我們這麼珍貴的菩提心，我們已經受了，就不可以認為它是一種小事，把它輕易的棄捨掉，不可以這個樣子。而且加上我們又在十方諸佛菩薩面前已經許諾了，我們要去持守菩提心、持守菩薩戒的話，更不可以輕易的將它輕捨掉。所以說：

「若經諸佛及佛子，以大般若所觀察，自心亦已屢研尋，此中尚復何猶豫？」

「自心亦已屢研尋」我們自己也經過很多的思考，「此中尚復何猶豫」在這裡面你還要再猶豫什麼？你根本不可隨便的輕捨掉。如果是一般很平凡的一些小事，一些沒有意義的事，我們做不做那還倒無所謂。可是如果某一件大事，叫我們做的是對我們恩澤最大的父母親的話，而且這件大事

是經過我們多方的去考慮、去考量之後，我們發覺這件事對我們是最有利益的、幫助最大的話，而且我們又自己許諾要去做，那像這樣子的一件事，就不可以輕言捨棄的。菩提心就像十二頁說的「於多劫中恒時作護念，諸能仁主觀見此利益。」也就是這菩提心是在多劫裡面，諸如來、諸能仁祂們去審查、去看了之後，發現只有菩提心是對我們最有利益的，等於說這皈依境來賜給我們菩提心戒，我們自己也是經過多方考慮之後，下定決心要來受菩提心戒。既然如此，我們就不可以輕言捨棄，我們應該要視這一個所受的菩提心勝於任何一件事，也就是沒有任何事可以勝於此了。就好像我們剛才說的，你要做某一件很重要的工作，那叫你做這件事的，是對你恩澤最大的父母，而且要去做這件事，也有經過多方考慮之後，才下定決心許諾要去做這件事，也就不可以輕言捨棄。

下面請看文（子二…寅一、入惡趣之因）：

「若已如是發誓言，而於其事不成辦，則為欺誑諸有情，我當墮落生何趣？」

對於這麼一件重要的事，而且我們自己也許諾要去做，可是卻不遵守自己的諾言，輕言的捨棄，那就等於去欺誑所有一切眾生，因為已經輕言捨棄了利益眾生的事，將來你會到哪邊去？善趣和惡趣之間，只能去惡趣而已。

請看文（寅二、引證例知　廣論 238-6）：

「經云若心欲布施，微少下劣尋常物，其人布施不果行，後當墮入餓鬼中。今於無上菩提果，至心思惟作施助，欺誑一切諸眾生，欲生善趣何可得？」

剛才說，我們如果去欺騙所有一切眾生的話，那我們將來一定到惡趣，有什麼理由呢？就比如說我們如果答應某一個人，要給他一件很平常的東西，就比如說給他一個餅乾、一個零食的話，那你已經答應要給他，而又沒有給它的話，都可以因為這樣子的惡業導致你將來投生到餓鬼去裡面。更何況你現在已經在十方諸佛之前許諾了，你要給予眾生無上佛果的東西，而且你要給的對象，也不是某一個人而已，而是無量無邊的老母有情，那你現在已經自己許下諾言要給了，可是你卻不去做這件事，已經違犯了你自己的誓言，那無庸置疑的，你一定會到地獄裡面去。

或許有人會想：「菩提心到底是怎樣的呢？怎麼會有那麼多問題呢？好像很麻煩的樣子！」那可能是我們沒有如理的去思惟、沒有很深入的去了解，才會有這些問題的出現。事實上，你如果能夠用很深細的智慧、清楚

的頭腦好好去思惟、去想的話，那你就可以了解到，事實上這些菩薩的學處，我們是可以做得到的，我們可以非常廣泛的去行持這些菩薩學處的。你必須要依於不放逸行才能夠做得到，而且要用你的智慧好好的去深入、去了解，才有可能做得到。否則就像我們現在這樣，也不加以深入的去了解，也這樣懵懵懂懂的，沒有去搞清楚是怎麼一回事，我們就會覺得好像受菩薩戒、菩提心，怎麼這麼多的問題、這麼麻煩，我們或許會這樣子。可是你如果真的有依不放逸，然後很深入的去了解，用你的智慧去加以分析的話，就可以察覺到它有如此的利益，那這些菩薩學處我們都可以做得到的，這樣子我們就可以如我們所許下的諾言，如理的來實踐，而且我們的也可以很清淨的來行持。

從這些詞句上，我們如果就這樣看過，而不加以深入的去了解，就會覺得菩提心的修持為什麼這麼的麻煩，我們會有這種感覺。可是我們如果換一個角度來想的話，我們能深入去了解的話，就會覺得原來菩薩的行持是這麼的深奧，可以用很多的正理來成立起的，這麼深奧的修持，不是那麼麻煩的一件事。你如果善加思惟的話，就可以非常深入而且非常廣泛的去行持這菩薩行。你如果不善加以思惟，會覺得這些學處很簡單，如果這樣想的話，就表示你不能很深入的去行持這菩薩行。這些菩薩眾，事實上祂們所有的行持，我們都是無法了知的，很難以了知祂們的行持，從這一點也可以了解到，所有這些真正的菩薩，祂們都是依不放逸行在行持的。

有人就提出疑問：舍利弗也曾經捨過菩提心，他為什麼沒有到地獄去反而證得羅漢果呢？業果之理是怎麼一回事呢？這邊就講到（寅三、斷相違過）：

「或有棄捨菩提心，能成聲聞解脫者，業果之理不思議，唯一切智能了知。」

這裡就是特別指舍利弗而言，「業果之理不思議，唯一切智能了知」就是講到業果的道理，這邊雖然說到舍利弗，可是業果的道理它是極為深細的，我們根本沒辦法就我們所了解的業果道理去作思惟，我們不能用我們所理解的業果道理去套在舍利弗的例子上來作思惟，因為我們沒辦法去了解到那麼深細的這一點，所以「業果之理不思議，唯一切智能了知。」唯遍智能夠了知這一點而已。

如果就一般業果道理而言，舍利弗的例子好像是我們很難以思議（想像）的的一件事，因為就一般而言，你捨棄菩提心一定會墮入惡趣裡面去的，就像寂天菩薩在前面說：「若已如是發誓言，而於其事不成辦，則為欺誑諸

有情，我當墮落生何趣？」就是一定會墮入惡趣裡面去，寂天菩薩在這邊講，又加上一般的業果道理而言，他也一定必須墮入惡趣裡面去。可是，舍利弗的例子卻是一個很特殊的例子。因為業果的道理是非常深細的，不能就我們所了知的層面來評斷他是不是會墮入到惡趣裡面去，所以說業果之理不可思議。

從這裡我們可以肯定一點，不要許下太多的諾言（哈！哈！哈！），你可以去多發起善心，可是不要許下太多的諾言（哈！哈！哈！）。所以你可以先學習一顆善良的心，學了之後，最後你再來作某一些許諾，再來許下某一些諾言，這樣子的話你就不容易吃虧了（哈！哈！哈！）。如果你不先學習，一下子就許了很多諾言，那以後必定會吃虧的。

仁波切：這好像我自己一樣（哈！哈！哈！）。

發願是可以的，發願和許諾言是不太一樣的，因為發願是願心的階段，許下諾言就是受戒、行心的階段，所以願心和行心還是不一樣的。…沒有錯，比如說你受行心的戒也涵蓋有願心，那是一定的。這邊所說的捨棄菩提心，就是連願心也都捨了。你捨了菩薩戒，也捨了菩提心，願心和行心通通都捨了。

如果當個好人，隨便的去答應人家，到處去答應的話，到最後人家就不相信你了。仁波切說：善良的心便會變成人家不相信（變成不守信用的人）。人家如果叫你做什麼，你都說好好好，如果到處當好人，什麼都好好好，結果沒有一件做到，就是好心會使得一個人變成不可靠（哈！哈！哈！）。仁波切說：所以在這裡，答應的話就會變成有問題，發菩提心是可以的，而受戒就要很小心了，灌頂、密咒戒還更深、更不用說了（那些真正有沒有受到也很難說，哈！哈！哈！）。

問題：關於表面在受戒，如果對菩提心不是很了解就去受戒，這樣算不算呢？

回答：在你要去受菩薩戒之前，必須要先對菩薩戒有一些了解，受戒之後才能真正得到（戒體）。否則的話，你是一知半解去受的，表示你對整個所要求的目標（圓滿菩提、佛果）都搞不清楚，那你在受戒的時候，當然就不會生起「我必須要成佛」的心，或者說「我要怎麼去證得佛果」，這種思惟你可能自己都搞不清楚，那你去受戒，說實在也不見得就能夠得到戒體，只是去受而已。就是說要受菩薩戒之前，必須要先對菩提心有所了解，而且對所要受的菩薩戒也要有所了解，而且要生起我要得到菩薩戒的心，

欲得之心、想要去得到之心也要有。所以對這些要先了解之後去受戒，你才能得到真正的戒體。如果是一知半解去受戒，雖然你以為自己有受到戒體，實際上並沒有。

應該是你一定要好好的了解整個的菩提心、菩薩戒等等，然後生起欲得之心才去受戒，然後又許下誓言「從此以後我絕不捨棄菩提心」，這樣的受戒才能真正得到菩薩戒。如果在一知半解的狀態之下去受菩薩戒的話，那可以說是沒有得到。

這邊講到，你如果就這樣捨棄了菩提心的話，不但會墮到惡趣裡面，你還去造作了傷害眾生的罪業。反過來，你受了戒之後，如你的許諾好好的去守持菩提心、菩薩戒的話，等於你去做了利益眾生的事，反過來是這樣。

再來講到（丑二…寅一、失壞菩提心成重罪故能壞利他）：

「菩提薩埵諸墮中，退菩提心為最重，若有違犯如是行，是壞一切眾生利。」

在眾多的罪墮當中，以退失菩提心，也就是捨棄菩提心為最重的，這個罪業遠勝於別解脫戒當中的他勝罪。比丘有四條他勝罪，比丘尼則有八條他勝罪，你如果犯了他勝罪，等於你已經不是出家眾了，已經不是比丘或比丘尼了。所以，這算是非常重的罪業，可是，你如果退失了菩提心的話，比犯了他勝罪的罪業還更重。

為什麼我們會去犯退失菩提心的這個根本墮呢？可以從舍利弗的故事可以看出來，舍利弗開始的時候是一位發心的菩薩，後來因為遇到魔障，就退失了菩提心，所以墮到小乘，在聲聞乘當中成就羅漢果。他遇到什麼魔障呢？那時候他發起菩提心的時候，他還是聲聞菩薩，要行菩薩行，就有魔示現出來向他乞討右手，他就把右手砍下來給他，後來再跟他乞討左手，因為他的右手已經砍斷了，就沒有辦法砍他自己的左手，他就把自己的左手這樣給他，魔就說：「你這樣給我是很不恭敬的行為，我不要你的手。」舍利弗就覺得：「我要給你，你卻嫌我不恭敬而不要，我連一個人的利益都無法成辦，更不可能成辦無量無邊有情的利益。」因此，他就退失了菩提心，而墮到小乘裡面去。

講到退失菩提心，如果我們連成辦一個人的利益都無法達成，因此讓我們的心退縮了、退失了，好像你的心量本來是很大的，突然之間變小了這種退縮，這樣子就很容易退墮到小乘裡面去了。所以我們受戒之後，當我們要去成辦左右（旁邊）的人的利益時，如果沒有辦法做到，或者說沒有

那種心力去做的時候，我們的心有時候會變得好像比較退縮的狀態，那就要小心可能會退失菩提心，有那危險性。

問題：舍利弗在退失菩提心之後可以變成小乘，是不是因為他已經是見道位以上的菩薩之故呢？如果是沒有證空性的一般人，他如果退失菩提心的話，是否可能變成連內道都不是？

回答：應該不會變成連內道都不是，因為他的出離心還在。仁波切：他不會喜歡煩惱吧！

問題：只要是已經發起菩提心的，不管是見道位以前或以後的菩薩，都不可能再從內道變成外道了嗎？

回答：如果是已登聖位，就是已經得到見道位以上的菩薩，他是不可能再退失菩提心的，在資糧道小品的大乘的菩薩才有可能會退失菩提心，中品以上資糧道的菩薩是不可能退失菩提心的。小品資糧道菩薩即使退失菩提心，可是在他的心相續當中，還是有厭患輪迴、不喜歡煩惱的出離心在，所以他退失菩提心只是他利益眾生、利他的的心變小了、縮小了，他可能就墮入聲聞乘去了，然後就入於聲聞乘的資糧道。

所以說如果退失菩提心，那就等於你造作了傷害有情的罪業，而且你也犯了根本墮的重大罪惡。如果我們去協助一位已經受菩薩戒的補特伽羅捨棄他的菩提心，我們所獲得的罪惡也跟他一樣是非常重的。

我們看（寅二、若障他菩薩善法罪亦同等當墮惡趣）：

「若人但於剎那間，障礙菩薩作福德，即為壞諸有情利，應受惡趣無邊苦。」

剛才說的，你去協助菩薩退失菩提心或是障礙菩薩做福德的話，等於去壞了有情的義利，那你就會感受到這些相同的惡業，會墮入無邊的惡趣當中。這邊說的「無邊」意思也就是你墮入惡趣，再來還是在惡趣，再來還是在惡趣，你一直在惡趣當中流轉不息，意思就是這個樣子。這麼樣的重罪是怎麼來的呢？請看文（寅三、明其因相）：

「壞一有情安樂事，尚於自身致衰損，況壞遍滿虛空界，有情義利何待言？」

原因就在這裡。所以當我們去受戒的時候，一定要很小心，不要在不加思惟的的狀況之下冒然跑去受戒。另一點也要很小心，如果對方有菩薩戒的話，那我們在行事的時候就要小心，不要有去助長他退失菩提心的行為，我們如果助長他退失菩提心的行為，我們也是會墮到惡趣裡面去。對方的

證量怎樣我們不知道，我們無法去量知他到底程度怎麼樣，可是就我們自己而言，我們知道，我們可以自我約束。

問題：可不可以請仁波切舉例說明什麼是退失菩提心？什麼狀況之下會變成去助長別人退失菩提心？很有可能我們傻傻的就去做這件事了。

回答：那要看對方有沒有這個菩薩戒（哈！哈！哈！）。

仁波切說他解釋一下什麼叫做別解脫的他勝罪，比丘有四個他勝罪，就是：殺、盜、妄還有非梵行（不是邪淫，是非梵行）。要解釋比丘的四個他勝罪，剛才說的殺、盜、妄還有非梵行，所有的這些非梵行呢，對方不管是比丘也好，或是比丘戒也好，對方如果是比丘，那跟他在一起的是女眾，比丘尼的話，那跟她一起是男眾。就女眾方面，她有三個地方，就是口，還有陰道，還有肛門。男方的話，他的下體、生殖器官，去碰觸到女方的口、陰道、還有肛門的話，就構成非梵行了，所以對方不管是比丘或是比丘戒，反正男女雙方有這樣子接觸的話就是構成非梵行。

再來講到殺生，這邊的殺生並不是指殺一般的畜牲，而是指殺人。

偷盜，就看那個國家的法律是怎麼樣，因為沒有牽涉到物質的價值是很高的或者很低的，沒有牽涉到這個問題，而是牽涉到這個國家的法律，這個國家如果制定你偷什麼東西，超過什麼量，會構成小偷行為的話，你如果去做了，就是構成偷盜的行為，所以要看國家的法律是怎麼制定的。

再來妄語，妄語也不是一般我們說欺騙人家那個樣子，而是讓人家對於善惡的取捨的決定，你去欺騙他，讓他搞亂、搞混了，要怎麼去做這些善惡的取捨。就比如說，你沒有修行，卻欺騙人家說你有修行，這樣子人家就搞不清楚，到底應該怎麼取善，怎麼捨惡，就搞不清楚了。簡單而言，妄語就是妄說上人法，也就是自己沒有修行而說自己有修行的這種妄語。

有一些寺院裡面，他們有他們的規定，說你如果是一個比丘、一個出家眾的話，去殺了貓、狗的話，那會構成他勝罪。可是在毗奈耶（戒經）裡面，沒有這樣的規定。

仁波切中文講述：在四川有一個寺廟（叫賽修寺？），那個寺廟以前可以跟三大寺比賽的，他們那邊很厲害，學辯經上面啦，經典啦，都很厲害，格魯派的，那個寺廟以前發生過，他們寺廟裡面一些喇嘛不小心就殺到貓、狗，因為他們那邊幾乎都是吃肉嘛，他們比較窮，住的地方放一些肉，貓來就吃掉了、狗來就吃掉了，就生氣，就打他們，不小心就打死掉了，這

種有時候會發生，那這樣子發生的時候，有些出家眾經典也比較懂（那些糾察），也是就還俗的（叫打死貓狗的還俗），他們從以前規定出來，殺盜眾生的話，就算是還俗了。有一些經典比較通的老師，他們說：我們的糾察，我們的住持，不懂戒律，所以就讓他們還俗，有這樣子講。因為戒律裡面沒有這樣子的規定，四個（重罪）裡面沒有殺動物，沒有算。殺動物也有另外一個算法，它不是四個裡面就這種很重的。（按：是下罪）

問題：剛剛講的就是別解脫戒？

回答：是別解脫戒。

問題：菩薩戒裡面的別解脫戒是這樣子，四個。那為什麼叫他勝？藏文是怎麼翻，為什麼叫他勝？

回答：比丘在比丘戒上可以獲得某個什麼的，如果他去犯了這些罪的話，他可能就失去了他可以獲得的、可以證得的，就等於是他敗了，敗訴的意思，就敗了嘛！也就是被他方所勝，所以就用這樣來取這個名字。被他方所勝，被這個罪所剩過的意思。事實上你如果去犯了其它的墮罪，或者說…（諸惡？），（因為那些詞是比丘戒的專有詞，我沒有研究，所以不會翻）。所以一個叫墮罪，一個叫勝什麼罪（忘記了），意思也就是說，除了他勝罪之外，你去染犯其它的罪，比丘其它的戒律你去染犯了，還不會破掉你的比丘戒，你都還是出家眾的身份。你如果犯了他勝罪，就完了！因為這個「量」（所影響的層面）並不是只有一個人，是無量無邊的有情，所以那個罪惡是非常的重。至於比丘和比丘尼的戒律，是不可以對在家眾講的，如果要講的話，可能你們要出家了，（哈！哈！哈！）提醒一下。

你如果捨棄了菩提心的話，一定會墮入惡趣裡面，那你可以再受戒，你捨棄了菩薩戒，可以再受戒。為什麼可以再受戒？因為你先前受菩薩戒的習氣還有，因為習氣的關係，所以你還有這個業再去受戒。可是，可能你又會去捨棄，然後又會去違犯，所以就變成怎麼樣呢？你受戒你就到善趣，然後你捨棄你就到惡趣，然後又善趣，又惡趣，又善趣，又惡趣，所以你就在善趣和惡趣裡面一直在輪流，輪流著不停。這就好像說你今年受戒之後，你又捨棄了，然後明年再去受戒，然後又捨棄了。所以今年你受戒，你上去，然後捨棄，又下去，然後明年受戒又上來，你在這裡面就一直流轉個不停，兩個一直在輪流，好像善惡趣在輪替，你就永遠沒有出離的時候，而且要登地非常的困難，這等於是一種障礙，登上菩薩地會有困難，所以這邊才說障礙登地（丑三、障礙登地）：

「如是由斯罪墮力，復依菩提心威力，輾轉升沉生死輪，登菩薩地常為礙。」

這個菩薩戒，你可以今年受了、今年捨了；然後明年再去受、又捨了。或者說今年之內，你可以捨了又受、捨了又受，意思也就是菩薩戒你可以多次的去受。可是別解脫戒就不行了，一生就只有一次而已。為什麼別解脫戒你只能受一次？因為別解脫戒是為你個人利益而受的，而不是為他人利益而受的。如果是為他人利益而受的這個戒，你可以多次去受，你可以許下很多的諾言，可以。可是別解脫戒是你為了個人利益，所以你只能許一次諾言。

現在我們講的菩提心主要是願心的部份，你如果受了願心的話，就應該好好的去守護它，不要輕言放棄；你在未受之前，也不要輕言的去受持。未受之前，不要輕言的去受這個戒；那你一但受了，就不要輕言放棄，心也不要退縮。

補特伽羅的藏文叫做「康薩」，意思也就是說上生下死者，就好像是水滿、水漏的意思，就字面上的意思是這樣，「薩」是漏，漏掉的意思，「康」是滿的意思，「滿漏」。

仁波切：我們不管佛、不管眾生，都是會生就會死，生就會時間過去，這種。

剛才講的就是「康薩」字面上的意思，「康」就是滿，「薩」就是漏，如果就它真正的意思而言，就是「心識依附處」，你的心識、心的續流依附之處。不論是一隻螞蟻，小到是一隻螞蟻，牠也有牠的心識依附在上面，然後天人啦，或者是佛啦都一樣，他有心識依附在上面，它真的意思是這樣。

問題：…（未使用麥克風）

仁波切：有情都是補特伽羅，那佛也是補特伽羅。

回答：有情一定是補特伽羅，那佛也是補特伽羅，佛是補特伽羅，但不是有情。事實上同意詞有四個，一個是士夫，一個是補特伽羅，一個是我，一個是自己。

問題：出家眾還俗以後可不可以再出家一次？

回答：有兩種傳承，西藏那邊的傳承只有一次而已。

問題：（翻譯師使用藏文）

仁波切：都一樣的。

《入菩薩行論九》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯

2005/01/23

我們可以透過願心和行心，由這兩個心來受持珍貴的菩提心戒，我們現在講到第四品〈不放逸品〉，你可以由意樂的願心來依止不放逸行，也可以由趣入菩薩行的實修方式來依止不放逸行。上次已經將由意樂依止不放逸行講過了，接著就從趣入實修的學處來依止不放逸行。

我們如果許諾了要來行持行心的話，也就是來守持行心戒，那就表示你已經許諾了要來受菩薩戒、許諾了要來遵守菩薩戒了。如果只有在發願的階段，就還不是真正的受菩薩戒，行心的部分才稱為真正的受菩薩戒。並不是只有受戒而已，你還要去學習菩薩的學處，也就是在受持行心之後，你就要來學習菩薩的學處，那受菩薩的學處，你必須要去遵守，不不要去染犯十八根本墮，剛才仁波切唸的，就是我們一般的六座瑜伽裡面的一段菩薩戒文，講到十八根本墮的戒文。

你如果違犯了別解脫戒的話，可能受傷害的只有你一個人而已，可是你如果犯了菩薩戒十八根本墮當中的任何一條，就等於是你破了你自己對眾生的許諾。你所犯下的墮罪是非常沈重的，只有掉到三惡趣而已，而且是越來越糟糕。

我們這樣思惟之後，就應該要如我們所許諾的誓言，遵循著來做，遵守自己的誓言來行菩薩行。如果不這樣子的話，那你可能就違犯了自己所許諾的，為一切眾生求證佛果的願望。也有人以為沒有關係，我是偶而犯了墮罪，只要再去重受就好了，圓滿菩提（還好）我可以慢慢去證，這樣子的想法是錯誤的。為什麼說這樣子的想法是錯誤的？因為我們以前也曾經受過菩薩戒，也又曾經犯過墮罪，就是因為以前我們有這樣子的許諾，然後也違犯自己的誓言，現在又這個樣子許諾，然後又違犯自己的誓言，那這樣子的想法是錯誤的。我們不要像有一些西藏人的口頭禪說：「還好啦！還可以啦！」認為這樣犯了再受、犯了再受，慢慢來證佛果是還好、還可以的狀態。

仁波切：我講的是，心不要去串習「還好」，不要當「還好」的朋友。

有些人受戒之後，當自己跟戒條的遮制有相違犯、去染犯的時候，他們往往都會自己認為：「我還有做一些善行，我還有做一些功課，至少我跟別人不太一樣。」自認為自己還好。像這樣子的情形，我們不可以自己以為還好，這實在是不好的，因為我們從無始以來，無數的生生世世當中，

我們已經有很多這種類似的狀況發生過了，所以不要自己認為還好。

仁波切：不要自己認為是可以。

如果這種情形，是真的還好、還可以的話，那我們應該早就成佛了。從古至今，我們一直處在這種狀態當中，就表示這種狀況並不是我們認為的「還可以」的狀態。

可能現在我們還會認為「還好、狀況還可以」，因為未來還有很多佛，會來到這個世間，為了一切眾生而來到這個世間，可能那個時候我還會遇到佛、遇到法，或許我那時候就可以成佛了。可是這樣子，應該也是一種錯誤的想法。為什麼呢？因為從無始以來，有眾多的佛已經出世了、來到這個世間了，如果不是處於這種狀態的話，我們可能早就已經成佛了。現在處於這種狀態，自己希望成佛，卻又沒有辦法成佛，原因就出在於自己的過失、自己的這些罪障所蒙蔽。出在自己過失的話，那連佛也難以救度，所以就像這邊所說的（癸二…丑一、慎止惡）：

「是故如其所發願，我應敬慎期必成，若不從今奮精勤，愈趨愈下轉沉弱。」

（丑二、為菩薩之所漠視）

「往昔為利諸有情，無數如來出於世，我由眾罪所障復，未得親承如來教。」
「我今壞戒仍如此，數數如初難值遇，惡趣逼惱並繫縛，備遭割截屠戮苦。」

如果我們不如理的來遵守所受的這些遮制、這些戒，仍然放逸的話，可能我們將來會是偶而上升到善趣，偶而又下沈到惡趣，就會在善趣和惡趣之間浮浮沈沈，會這個樣子。又看看這一世自己的所作所為，沒有如理來遵守這些遮制，來世就必定會入三惡趣當中。又有可能我們過去受戒的習氣又會甦醒過來，又會讓我們投生到善趣裡面。如果這種狀態繼續下去，可能就會再跟以前一樣，在善趣和惡趣之間浮浮沈沈。

我們有時候會認為自己所修的法還可以，我現在這樣做也還好，事實上，我們現在所修的法，可以說多數都是我們前世造的業，現在感得的果報，等於是在感受等流果，事實上，我們新造的根本就沒有。

仁波切：新造的話，就自己這輩子會努力的，好像比較難做的，那個時候就自己能力增加，就做出來的話，這個算是新的一個因。那以前念佛，這輩子的等流果就感得也是比較喜歡念佛，這種是以前的一個因所感出來的而已，它不是真正的一個新的能力，好像要堅固的，要提高的，我們修行的提升要增加，要提高的，不是這個能力，它是以前的就順順利利，以前做的等流果就感出來而已。

問題：如果上輩子是念佛，這輩子也念佛，是以前的因，現在的果。可

是他這輩子念佛，但是有再去學像說空性、出離心等等，然後繼續唸佛的話，這樣還是以前的等流果嗎？

仁波切回答：這輩子學出離心、菩提心、空正見，那些也不一定是我們這輩子新學的，它也可以說前輩子就學過了，它的等流果，這輩子感出來的時候，就會順順利利的，比較不需要那麼用功，好像自自然然的就會走這個方向，這種感覺是以前做的因感出來的果。這個時候，我們不可以特別好像自己慢心、我慢，自己不可以好像很高興：「哦！我做得很好！我有進步！」這個不是代表進步，進步是自己比較難通過的時候，能夠通過去，就算是有進步了。

問題：我們現在學《因明》覺得很困難，是不是…？

回答：對，那時候要通過。哈！哈！哈！

仁波切：我們的心裡常常想：「我修行很好」，或者是「我修行還可以」，自己隨喜，好像很高興，這個時候可不可以高興，是看那個是自自然然的，或者是真正努力的通過一個難關，那個時候就算是有進步，新的一個做出來。

現在如果是等流的果報而一切看起來很順，我們不需要覺得很高興，要值得高興的是什麼？就是要讓你能突破艱難關卡的時候，你能突破的話，那才要值得高興。就比如說我們要修忍辱行，有時候會遇到真的很難修的時候，可是我們就提起自己的心力衝過去，無論如何忍下來的話，這才值得我們高興的。

仁波切說：他好像想要講什麼，一時又想不起來，這代表老了。哈！哈！哈！

我們這種自以為還好的心態，事實上是主要障礙我們進步的一種心態，我們以前是這個樣子，現在又是這個樣子，來世一定會墮入到惡趣裡面。一旦墮入到惡趣的話，那就很難以再出頭了，更難以獲得像現在所獲得的暇滿人身，所以這邊說（丑三…寅一、若退失菩提心則難得四緣具足之暇滿）：

「既值如來出世間，更得人身具信心，堪修善法如今者，實為稀有難多得。」

一旦我們掉落到三惡趣、一旦我們下沈之後，真的是很難以再上升回來的，現在所獲得的暇滿人身是非常難得的，而且容易壞滅的，如同空中的閃電一樣，一閃而逝，很難再獲得。所以我們現在即使擁有幾分鐘的時間，也要利用這珍貴的幾分鐘來擷取心要，所以這邊才說（寅二、縱得暇滿亦速失壞故應勵力）：

「雖如此日身無病，飲食支身暫未死，年命剎那難保信，色身須臾如泡影。」

暇滿人身是如此的稀有、義大、難得，我們就要這樣作意思惟，而且要配合起菩薩行來實修。有些人會認為：「你不是在這邊講，主要是在修菩提心的部分，怎麼又講到暇滿義大、難得的這個主題呢？」事實上，一位修菩提心者，他在實修菩薩行的過程，也要配合暇滿人身難得、義大的思惟一起共修的。

我們現在所獲得的暇滿人身，應該要好好的珍惜，而且，要好好利用這個珍貴的人身來取心要。如果沒有，就讓這樣子虛度過的話，那可能你的來世墮到三惡趣裡面，如果一旦墮入三惡趣的話，那可能就是玩了，你就沒有機會再上升了，你要行菩薩行也甚為艱難了，所以這邊才說（丑四…寅一、生惡趣時無暇修善　廣論 P.67+3　97-1）：

「以我如今所行為，再得人身尚難必，若時不能得人身，無緣修善唯作惡。」

為什麼墮到惡趣就無法再去行善呢？因為在惡趣裡面的有情，他們的心相續就是愚蠢，因為愚蠢的關係，所以他們只會一直持續的去造惡而已，要再上升回來就很困難了，所以這邊才說（寅二、若生善趣時不勤勵力在惡趣中昧於取捨　廣論 P.67-6　97-1）：

「若時有緣能行善，而我不作諸善業，惡趣眾苦所昏蒙，爾時我何能為力？」

如果投生在惡趣當中，會因為愚蒙於善惡的取捨，所以根本就不曉得什麼叫做「行善可以得善果，造惡可以得惡果」，完全不了解，所以在這種愚蒙的狀態之下，就唯造惡業而已。就比如這個畜生，畜生的左右所圍繞的就是畜生而已。比如說魚，跟它再一起為伴的就只有魚類而已，因此，在惡趣當中就是一直造惡，一直不斷的在惡的循環當中，甚至連善趣的名字也聽不到。請看第七十一頁（寅三、惡趣極難解脫　廣論 P.63-5）：

「若時眾善不修行，唯積眾罪多無量，縱經百千俱胝劫，善趣之名亦不聞。」

佛陀曾經在經中親口講過人身是多麼的難得，他用了一個比喻，就像一隻盲龜，百年才浮出水面一次，當牠浮出來時，要正好碰到牛軛當中的孔洞，這個機率是多麼稀少啊！請看文（丑五、暇滿難得之故　廣論 P.63-5）：

「以此之故世尊言，幸得人身極稀有，如大海中盲龜項，幾希能值浮木孔。」

以前西藏有一位上師講到人身難得時，在座有一位弟子曾經去過中國大陸，他就說：「這個上師他沒有去過中國大陸，才會說人身是多麼難得，你去中國大陸看看，人多得像螞蟻一樣，到處都是。」他覺得人身並不是那麼難得，這樣子的想法是錯誤的。你看我們的地球，三分之二是水，三

分之一是陸地，水中的眾生遠遠的勝於陸地上的眾生，它的數量多得不可計數。即使在陸地上這些的眾生，比如說有人、有畜生道的這些眾生，你看畜生的眾生又遠多於人的數量。就比如說在森林裡的小小一個地方、小小一塊地上，你光是要去數那些蟲、那一類，就數不完，就非常的多了。更何況我們這個人身，人身上也住了很多很多的細菌、很多的蟲。所以算一算，人真的是非常的稀少了。我們這樣子算一算，事實上在這世界上搞不好人的數量佔不到百分之一，這樣子想了之後，我們就會覺得生為人真的是非常的稀少、非常的難得。所以我們現在所獲得的這一個能夠修持佛法、凝聚順緣的人身是非常的難能可貴，更何況是具足八閒暇、十圓滿的人身更是稀有難能可貴。

到此為止，就是在勸請我們不可以去犯戒，不可以去犯十八個菩薩的根本墮。我們應該如何是好呢？也就是你不可以去染犯菩薩的這些根本墮，你要如理的來守持菩薩戒，如理的來學習菩薩行。如果我們來學習菩薩行，那會怎麼樣呢？會淨化我們這些重大的罪惡。就像十一頁〈讚菩提心功德品〉講到：「如是常以微弱之善根，極難對抗罪障大勢力，是時若無圓滿菩提心，餘善威力何能遮彼罪？」（第一品第六頌）也就是你只有透過去受持菩提心，去學菩薩的行持，你可以透過這個力量來遮止掉這些重大的罪惡（這些罪惡的大勢力才能將它遮止掉）。所以說，從生生世世直到現在為止，我們所積造的這些罪障都足以讓我們墮入惡趣，那所積造的這些罪障有多少呢？多如一座大的須彌山一樣，有那麼多的罪障。要如何將這些力量這麼大、這麼多的罪障將它淨化呢？只有依止菩提心，菩提心才有大能力在剎那之間將所有的罪障淨化掉。我們現在是處於善業極薄弱，而且非常少的狀況，罪障又非常的強勢，非常多的狀態，我們要怎麼跟這些罪障來對抗呢？只有依著菩提心而已，只有靠菩提心而已，只有發起菩提心，受菩薩戒，如理的來行菩薩行才有可能。請看文（子二…丑一、由先積有無邊之罪應勵力斷除　廣論 P.63-4）：

「於一剎那作罪惡，當墮無間經長劫，無始輪迴積眾罪，不生善趣何待言？」

我們如果違犯了菩薩戒、違犯了菩薩行的話，可能會導致我們墮入到三惡趣裡面。那墮入到三惡趣，我們也不見得就會墮入這種無邊的三惡趣裡面，意思也就是說不是墮入三惡趣裡面，就永無休止的就不會再上升回來，並不見得會是這個樣子。因為我們知道這業和果，你的惡業會感惡果，那惡果感完之後，你還會再回來。就是這個業結束了，再另外一個業的果你還要去感，所以並不是說你墮入無邊的惡趣就一直在那裡面，不見得是這個樣子。可是，你也不要太自以為：「我還會再回來善趣。」也不要以為我還會再回來這個樣子。因為從無始至今我們一直在造惡，我們在輪迴中所造的這些惡，事實上可以讓我們在惡趣裡面打滾的非常久。一旦你墮入

惡趣當裡面，因為惡趣眾生愚蒙的關係，所以你會持續的再造惡，就會再墮入惡趣裡面去。所以，也不要認為還會再回來，事實上有可能你就一直處在那裡面，所以說（丑二、僅唯一次受惡趣苦，苦盡而惡趣不盡之理　廣論 P.63-2）：

「非唯僅受此罪已，便從惡趣得解脫，即於正受此罪時，又復廣造諸餘罪。」

就像剛才第十一頁說的「如是常以微弱之善根，極難對抗罪障大勢力」，這邊的「常」字應該連結起後面這一句來講的，也就是我們所造的這些善根都非常微弱的、非常薄弱的，可是，我們所造的這些大罪障呢，是經常的在造，從無始以來我們經常的在造這些重大的罪業，那造了這些重大的罪業，感受的惡果讓我們墮入三惡趣，那在三惡道當中又再造新的惡業的因，又會再去感受惡業的果，所以有可能就導致我們不斷的在惡趣裡面流轉不息。

這邊講來講去呢，意思就是間接指出我們應該要好好的善用菩提心，因為只有菩提心能夠跟這些大罪障來作對抗而已。這邊說（丑三…寅一、得暇滿不勤修善是為自欺　廣論 P.61-3）：

「獲得如是有暇身，我今若不修善法，誑惑自欺無逾此，愚蒙過此亦無有。」

我們現在得到這個能夠學習菩薩行、發菩提心的機會，應該要感到很高興才對，我們要善用這些機緣，也要善用菩提心，來對抗我們這些重大的罪業，來關閉墮入惡趣的門（利用這個菩提心來關閉）。所以，菩提心事實上是對我們有很大好處的，我們可以利用菩提心很輕易的去積聚廣大無邊的福德，也可以利用菩提心在剎那間淨化掉眾多的罪障。就像十四頁說的「菩提妙心猶如劫盡火，剎那能焚諸罪盡無餘」，就是菩提心是非常好用的，可以在剎那之間焚燒掉所有這些重大的罪惡，就像劫盡的火一般。我們現在既然獲得了這個暇滿人身，而且又有發菩提心的機緣，就應該要好好善用，不可以虛度過。

既然菩提心有這麼大的能量，我們又受了菩薩戒的話，就應該要起精進，不要虛度過。如果你就放任、懈怠或者拖延而不努力去修的話，可能當死亡臨頭的時候，你就會生起很大的懊悔，懊悔自己沒有好好的來修菩薩行，懊悔自己沒有好好的來做菩薩的懺墮的懺悔，在那個時候你懊悔的心就會非常的強烈，在心中會非常的憂惱、憂悔，所以這邊才說（寅二、現生當受苦　廣論 P.61-2）：

「若我即達如是理，由愚癡故行怯弱，逮其臨欲命終時，必當心生大憂悔。」

「若我即達如是理，」已經了解這個道理了，「由愚癡故行怯弱，」怯弱、或者說懈怠、或者說拖延的話，「逮其臨欲命終時，」當臨命終時，「必

當心生大憂悔。」

當我們生起想要修法的心，又實際去修時，要生起大精進，不可以拖延說：「我明後天，或者之後再來修。」如果是這樣拖延的話，那可能到臨命終時就會心生大憂悔－大憂惱還有悔恨之心。就像鞏湯蔣悲秧（鞏湯：是地名，蔣悲秧：就是文殊。是一位上師的名號）說：「我們心中只有想著：『我明天要開始起修、明天要開始起修』，可是，可能呢，在明天還沒有到之前，今天這個死亡就會先來了。」那個意思。經典裡面也有講到：「明天和後世何者先來不一定。」明天和後世哪一個會先到呢，不一定。那我們的錯誤錯在哪裡？我們會努力於此世而不努力於來世，這是我們很大的一個錯誤。我們會做很多的計畫，說我下個月要做什麼，或明年要做什麼，我們會有這些年度計畫，或每一月的這些計畫，有時會想：「我把這些計畫先完成之後，再來清淨的修法」，這種想法是一個心鬼，稱它為「鬼」，也就是它障礙我們修法就像鬼一樣來，這樣子拖延的想法就像心鬼一樣，這種想法是不可以的，我們應該要從現在開始先作準備，也就是現在開始起修，不可以生起懈怠、拖延的心。

仁波切：沒有辦法做得到的話，最起碼這樣的想法就提醒一下，也是滿有幫助的。

菩提心的利益以及趣入菩薩行來修持，對我們而言，都具有很大的意義，我們應該要了解這一點，不要去拖延，說明、後天再來修，這種無常的思惟你可以配合到下士道的修持、配合到下士道的修持甚至配合到上士道的修持當中來作思惟。在這邊的這個階段，我們可以配合起，來學習菩提心、學習菩薩行的這種大乘的修持，等於這個無常可以激發我們發起精進來學習菩提心、學習菩薩行。

來禪思無常對我們而言，你可以運用到各種時機，各個時候加以配合起來修。我們說念死無常，就是生起念死無常的心，主要就是讓我們對死亡生起恐懼的這種心、害怕的這種心。那這種害怕死亡的心，也不是說你害怕死亡的時候呢，失去你的財富，或者失去你的親友，或者說你所有的這身軀相遠離了，這種害怕也不是。而是害怕什麼呢？就是害怕未修法之前而死，你還沒有真正去修學佛法，就這樣子死了，要對這個死亡生起害怕。所以，在下士道的時候，我們思惟三惡趣的痛苦，思惟無常可以讓我們激發起欲求增上生的心。

仁波切：念死無常可以配合下士道，也可以配合中士道，也可以配合修菩提心、受菩薩戒那種。我沒有好好修道，我會對這上面的一種恐懼，這種的念死無常。比如說下士道的修行，我還沒有修好就會死，這種的恐懼。中士道的修行，還沒有修好自己就死掉的話，好像很害怕，心裡就很

捨不得的這種。那菩提心跟菩薩行，還沒有修好之前就死的話，就好像心難過、捨不得。這種就是我們的念死無常。 所以我們修的法力越高，念死無常量越強。比如說，菩提心是那麼的珍貴，我們現在遇到這樣子珍貴的一個法，那我們遇到的法越珍貴，我們在還沒有修之前就死的話，就會越捨不得，念死無常的心就會越強。所以，修無常的力量，上士夫他們修的時候，比中士夫、下士夫他們修的更強。上士夫、中士夫、下士夫，他們念死無常的能力就差很多。所以，這裡就是上士夫他們念死無常的方法。

請看文（寅三、後世當為惡趣之苦所逼 廣論 P.61-2）：（燔炙：ㄈㄢˊㄓˋ）

「地獄烈火難堪忍，若於我身久燔炙，熾然難忍憂悔火，定當熱惱逼我心。」

我們應該要生起怎麼樣念死無常的心？就是不要讓死亡時生起憂悔苦，死後又要遭遇到惡趣的苦，我們要生起這種不要懊悔、不要憂悔的這種心。所以在我們還沒有死亡之前，應該要生起這些的想法、這些的念頭，不要在死亡前生起憂悔心，死後又要遭受惡趣苦的憂悔心。

仁波切：不是！不是！我們現在還沒有到快要死的時間，現在還沒有死，但是我們現在要想：「快要死的時候，一定會有這樣子的情況，死了之後，一定會有這種情況。」想了之後，自己在修行上面就應該要增加、要增強。

我們並不是只有在思惟裡面想著：「那我死亡時會遇到怎麼樣、怎麼樣？我死了之後會怎樣、怎麼樣？」並不是只有這樣想而已，而是要激發自己，現在馬上要即刻起修的這種實修的心，要馬上激發起來，然後順便說（寅四…卯一、虛度暇滿復牽墮地獄等同無心　廣論 P.61-1 P.61+1）：

「極難幸遇有利地，何幸我今忽遭逢，我身若尚具慧心，後復牽纏入地獄，豈非咒術迷我心，今我於此無知覺？」

就是說你雖然知道，如果自己不認真的、努力即刻起修，那將來會遇到什麼苦，可是，卻又任由這個事實去造成，那豈不是就像自己的心被這些咒術所迷亂了嗎？豈不是變成那個樣子嗎？如果真的是變這個樣子，那豈不是我們自己是一個沒有頭腦的人、沒有心的人嗎？是不是這樣子？就是明明知道會變這樣，然後又任由事實去造成，那豈不是像一個沒有心的人一樣？

（卯二、當思愚昧之因　廣論 P. 62+1）：

「不知何物令愚蒙，究竟我心有何物？」

我會變成這個樣子，到底是什麼來造成的呢？是誰讓我們來造成的呢？你可以自己往內去尋找看看，到底是何物，或者說何者讓我們變成這樣的

愚蒙。所以，我們應該要除了在皈依和業果的道理上來自我提升、自我鼓勵，應該努力修之外，在菩薩的行持上也是應該要這樣子。就如第七十二頁所說：「獲得如是有暇身，我今若不修善法，誑惑自欺無逾此，愚蒙過此亦無有。」自己提起這個心力，自我鼓勵，應該要在這個有暇身上，除了在業果和皈依上的這些建立，我們要去了解、去修持之外，菩提心、菩薩行我們也應該要努力。

仁波切：「獲得如是有暇身，」現在這邊呢，「獲得如是有暇身，」就特別跟修菩薩行配合，我們修菩薩行的話，就像這樣子也可以想。那我們沒有修菩薩行，我們修皈依跟因果業報，就這個上面的話，這些主題就換成修皈依跟修因果業報上面。我們遇到那麼珍貴的皈依跟因果業報的法，如果在還沒有修之前就死的話，就什麼什麼，這些我們都要跟皈依及因果業報上面的修行配合起來。

到底是誰造成我們會這樣子？或者說誰會令我們這樣子，好像是如痴如狂的狀況呢？就是瞋等這些煩惱，所以這邊說（子三…卯一、令我不能自主　廣論 P.172+8）：

「瞋恚貪欲諸怨敵，並無手足能動轉，亦非善巧具雄力，云何役我如僕使？」

瞋等這些煩惱，它是這樣子的來唆使我們、使用我們，就像在使用僕人一般。瞋恚等這些煩惱，它也不是有手有腳，它也不是拿著武器來逼迫我們，那也不是用各種方法來利誘我們，它根本就沒有作這種威脅利誘這些的動作。可是，我們偏偏卻像僕人一樣任它使用、任它驅使這樣子。等於說他講什麼，我們是百分之百的聽命於它、服從於它。它叫我們往上就往上，往下我們就往下，往東就往東，往西就往西，可以說我們就是煩惱的弟子。

煩惱他到底是怎樣的呢？它是（卯二、造無量苦　廣論 P.172-5）：

「泰然安住我心中，恣意於我作侵損，於彼含忍不憤發，所忍非處堪訶遣。」

也就是這個煩惱，它是安然的住在我們的心中，那我們自己又對於這個煩惱，可以說是百分之百的支持它，對這個煩惱好像是非常的偏愛，任由它愛怎麼做就怎麼做，怎麼驅使我們就怎麼驅使。雖然我們是百分之百的支持這個煩惱，可是，它卻任意的、恣意的對我來做種種損害的行為，並不是只有在此世而已，而且來世也會傷害我們，讓我們墮入到惡趣裡面。我們可以說是、等於是不去對抗這個煩惱，反而去忍辱這個煩惱，這樣子的做法是錯誤的，因為你所忍辱之處是非處，這是我們不應該忍辱的地方，而我們卻去忍辱，這是所忍非處的意思，是堪訶責。

問題：剛剛仁波切說，惡道的眾生是一直造惡，我們說如果要當人至少

也要守戒，照這樣講的話，惡道眾生在輪迴當中如何再成為人呢？

回答：他們在惡趣的時候，以前人身時所做的習氣還在、那些業的習氣還在，業的習氣上面，牠們就有一些因緣聽佛法、聽一些經典的聲音，或是繞一些佛塔、繞塔，或者是用愛心保護一些眾生（相互保護），就這樣子小小的善業也有，那些善業去幫助以前的習氣就會成熟，成熟就會感報投胎為人身。守戒，是以前的守戒，以前比如說不殺的戒、沒有殺眾生的戒，這種的一些好的善業，也是滿多的，他的這些習氣就會慢慢的會成熟，成熟後就會投胎人身

守戒並不一定要透過一個儀軌，自自然然的我們去幫助、保護一個生命，就算是修戒了。看保護多少，殺多少，這個量也要看。另外，戒的上面，我們不可以殺、不盜、不淫…，那些都會有影響的，這裡多少，那裏多少，它都會影響。但是我們起碼也是都有做很多，這邊也有做，那邊也有做，量，我們看一看（在量的方面也是很重要的）。

問題：我們上一世如果是畜生道，下一世要成為人，在最後一生那個畜生道的時候，牠善業習氣要非常強，才有辦法在下一生投生為人嗎？

回答：這個不一定，不是一定要強，但是要有牠的善業，會幫助到成熟以前業的習氣。那以前業的習氣，幾乎都是在人身上面才會做到的。但是，完全一定要人身上面才能做到守戒，這個不是啊！動物也可以做的，有些動物很有愛心去保護其它生命的話，牠們也是守戒。

對！那個戒不一定是佛教說的儀軌。

《入菩薩行論十》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯 2005/02/06

上次講到第七十四頁，主要是講我們應該要勤於來斷除這些煩惱，子三、勤斷惑，下又分為三個科判，「丑一、思惟煩惱過患，丑二、於斷煩惱之難行不應疲厭（也就是行艱難行），丑三、於勤斷能斷之性修歡喜心（也就是對斷除煩惱這件事來修歡喜之心）。初中分三，寅一、思惟煩惱害己之理，寅二、不應於煩惱修忍，寅三、為摧煩惱奮起心力。初中分四，卯一、令我不能自主，卯二、造無量苦，卯三、為害之時無盡，卯四、不可為煩惱助伴之理。」雖然說分了這麼多科判，可是總歸，這些都是屬於煩惱的過患，我們要去思惟煩惱的過患，思惟煩惱它是如何傷害我們的，然後對於煩惱不應該修忍辱，而且要努力提起心力來摧毀煩惱。

其中的「卯一、令我不能自主」，也就是這個煩惱會使得我們無法自主，隨之而轉，而去造作種種的罪業，這以前講過了。上次講到「卯二、造無量苦」，也就是這煩惱可以使我們造無量的業而感受無量的苦報，煩惱它安住在我們的心當中，而且是任意的為非作歹，任意的傷害我們，不但傷害我們的心，而且傷害到我們的來世，更傷害到來世的來世、無邊的來世。「於彼含忍不憤發」，如果還去忍耐煩惱的恣意亂行的話，就表示你「所忍非處堪訶譴」，我們上一次講到這裡。

勤斷煩惱是屬於第 68 頁的大主題：「癸二、學處不放逸行分三，子一、慎止惡，子二、勤修善，子三、勤斷惑。」我們現在是到「子三、勤斷惑」的地方。我們剛才說的，68 頁的子一、子二、子三，這三個科判是屬於（癸二）學處不放逸行，如果再詳細區分出來，慎止惡可以歸於戒增上學。勤修善可以歸於定增上學；勤修善也就是你的心勤於行一切善，所以可以把它歸於定增上學。勤斷惑就歸類到慧增上學。也就是我們不是只有造善而已，而且是造善之後要直接的跟煩惱來對抗，所以說，這三個也等於是菩薩的三個學處。

我們要去跟煩惱來做對抗，那要怎麼去對抗煩惱？你必須先去了解煩惱會帶來什樣的過患，從這邊這一句，我們就可以看到，煩惱它可以恣意的於我作侵害，也就是這個煩惱，它是生生世世都會給我們帶來傷害的，我們看這個「我」，這個煩惱無論是在前世對我們做傷害、此世也對我們做傷害，在來世我們要去的這個「我」、要去到來世的這個「我」，它也會做種種的傷害。所以可以說，這個「我」是遍諸生世，那這個煩惱也會遍諸生世當中，來做種種的傷害。這煩惱還會使得我們來世有可能墮入到地獄裡面去，在三惡趣當中受苦。所以，對於這個煩惱，它泰然安住在我心中，

它恣意的於我做種種的傷害，所以，於此我們應該要去思惟它的過患。

下面我們看（廣論 P.172-5）：

若時諸天及非天，悉皆群起為我敵，彼終不能牽挽我，令入無間烈火中。
彼煩惱敵具大力，能一剎那拋擲我，須彌一觸成灰燼，猛烈無間巨焰中。

即使這些外在很有威勢力的天或非天全部都與我為敵，可是他們終究無法將我投入無間地獄的烈火當中，可是，這個煩惱卻可以在一剎那間拋擲我於無間地獄當中。即使你用盾牌（可以擋兵器的盾牌）或是種種你用防護的武器，甚至你將須彌山搬來，也無法阻擋住煩惱。意思也就是說煩惱它有非常強的能力，任誰都無法阻擋住的。

外在的這些敵人無論他有多強，都無法與煩惱來相比較的，外在敵人他不論怎麼做傷害，都沒辦法像煩惱對我們所造的傷害那麼的大。所以，煩惱是最惡劣、最邪惡的怨敵，我們甚至無法用任何比喻來形容煩惱有多可惡。所以我們要生起要與煩惱來相對抗的這種心。

講到外在的這些敵人，他根本連造作一次傷害我們使得我們來世墮入惡趣的能力也都沒有辦法。也就是連一次他也沒有辦法讓我們墮入到惡趣，可是這個煩惱卻是可以，煩惱從無始以來，甚至到將來它都有這個能力，讓我們不斷的投入到惡趣裡面，它能夠造作這種無始無終的傷害，就所以看下面這邊，卯三、危害之時無盡　（廣論 P.172-4）：

「我之所有煩惱敵，長時相逼無終始，世間所有諸怨仇，未有如斯長相守。」

外在的這些怨敵也好，或者說外在的這些龍，或者說外在的魔、鬼等等，這一些都沒有辦法來改變我們的業，他們沒有辦法去影響我們來世要去哪個地方。雖然這些外在的魔、鬼，會讓我們感到害怕，可是，他們根本就沒有那個能力可以去主導我們來世要到哪個地方去，他沒辦法主導我們這一點。會影響我們來世到哪邊去、會主導我們來世到哪邊去的，就是我們內心相續當中的煩惱。那外在的這些怨敵、龍、魔鬼等等，這一些呢，他們根本連一毛髮許的能力，來影響我們來世要到哪邊去的能力都沒有，沒有一點點絲毫的能力。

如果說要害怕的話，應該要去害怕自己心相續當中的業和煩惱，這才值得我們害怕，外在的這一些都不值得我們害怕。我們要擔心的，就要擔心自己是不是來世是能夠得到一個好的人身，要擔心的是這一點，而不需要去擔心外在的這些。有一些人，比如說到了屍陀林，就是到墳場，到那邊的時候，他們有一些人會擔心，那裡面的妖魔鬼怪是不是會把我們帶到來世去，事實上根本就會、不可能。真正會主導我們、會帶我們、牽引我們到來世去的，是我們心相續當中的業和煩惱而已。所以，應該要害怕的

是要害怕自己的業和煩惱。

有一些人有錯誤的觀念，他以為向外在的這些龍、神、魔、鬼，向他們來做祈請，希望給我帶來一個好的來世，這是錯誤的。你真正要祈求的對象是要祈求自心相續當中的善，自己好好的去造善業。

剛才講的，煩惱它傷害我們的時間，就是這樣子無始無終的來做傷害，再來講，不可以與煩惱為助伴、為友之理(卯四、不可與煩惱為助伴之理　廣論 P.172-3)：

「若能隨順及承事，他人悉為作利樂，諸煩惱敵徒順承，後仍苦厄相逼惱。」

這些外在的怨敵，你如果談和，或者說你歸順於他的話，他就不會再來傷害你了。可是，煩惱不是，你越跟它談和，越歸順於它的話，它對你的傷害越大，所以，不與它為助伴。

再來講到「不應於煩惱修忍」，也就是不應該去忍受煩惱。這邊就講到，煩惱可以對我們的心做損惱，也可以對我們的身做損惱。所以，這邊的科判是（寅二、不應於煩惱修忍）「卯一、思惟於心能作損惱，卯二、思惟於身能作損惱」。如果這個煩惱恆時相續，也就是它持續的安住在我們的心當中的話，那可能持續的來做傷害、對我們持續來做傷害，那我們要去感受苦果，我們會在這裡面不斷的去流轉，終將不能脫離整個生死輪迴。仁波切說在《寶鬘論》和《釋量論》裡面都有提到相類似的這些詞。然後我們看：

「如是恒時相續為怨敵，損惱大聚唯一增長因，
若於我心不動常堅住，何能歡喜不畏生死輪？」

「若於我心不動常堅住」，就讓我們了解到，如果煩惱安住在我們心中的話，那會使得當我們要修法的時候，心想：「我要來修法，我要斷除這些煩惱，我希望來生獲得好的身軀，獲得好的來世，希望獲得安樂。」當你這樣子想的時候，你已經掉入到煩惱裡面去了，因為一個「我、我、我」啊！對不對？雖然說我要修法，我要來斷煩惱，我希望來世怎樣怎樣，事實上已經落入煩惱當中了。甚至你要來修煩惱的正對治「空性」的時候，你也會想著：「我正在禪修空性。」那你也是落入我執當中，也就等於你落入到煩惱當中。所以可以說，心中如果有煩惱堅住在裡面的話，你任何時刻所做都會落入它的圈套裡面。

如果煩惱安住在我們的心相續當中，它將會帶給我們眾多的這些苦。所以說如果我們心中仍然有著「我、我」的想法，那你會怎麼樣？因為有這個「我」這個想法的關係，你會去想辦法滿足「我」的一切所需。認為「我」是很重要的，凡是來傷害到這個「我」的，都與我為敵，那你的心

中就持續不斷的生起這些煩惱。就像早上《略論》裡面講的，你如果沒有愛盡樂的話，將無法獲得究竟的解脫樂。只要有這個愛還在的話，你就會有煩惱，你就會有這些苦。

如果心中有煩惱的話，當我們看到這個對境、看到任何東西時，你心中就會想著：「呃！我要那個東西。」就會想著：「我要什麼！我要什麼！」好像會變成一種心病，看到外在這些東西的時候，你一顆心就這樣子好像要去得到它，這就是一種心病。或者說心中如果有煩惱的話，那你一定想要去聽一些好聽的話。或者說心中有煩惱，看到別人有好處的時候，你也想要去得到這些好處，對不對？那心中有煩惱，看到所有不好的東西，你都想說我不要，對不對？意思也就是你這個心病就永遠沒辦法醫治，經常就有這個心病在，只要你心中有煩惱的話。

如果你這個煩惱的心病更惡化的話，可能你會生起強烈的貪心，甚至會做去偷竊別人東西的行為。就物質上而言，會去做實際偷竊的行為；如果不是物質上的，可能你就會做出不可思議的這些惡業，就比如說你會發起瞋恚，之後去做傷害他人的這些行為出來。這些心病就是源自於煩惱，煩惱也就是因為我們有這種貪愛自己、愛執自己的心，這種我執、這種愛執自己的心。所以有這個愛的話，你就有這個煩惱在。我們說這個煩惱，煩惱呢，煩惱的意思也就是你的心是愚蒙、你的心是憂苦的，所以它會造作自己以及他人的不快樂。這種煩惱使得我們去造作的惡業果報當成熟的時候，可能就會使我們落入無間獄當中了，煩惱會帶來這個。下面就是，卯二、思惟於身能作損惱：

「此是生死堅牢巡邏者，亦是地獄等處行刑手，
若住我心貪著纏網中，何由令我身心得安樂？」

以上就是讓我們要了解到，煩惱對我們的身和心所做的損害，下面就是要提起摧毀煩惱的心力。這邊就講到說（寅三、為摧煩惱奮起心力）：

「乃至此敵未見決定降伏時，一切時中我當不捨勤精進。」

既然我們了解到，煩惱會給我們帶來這麼多的損害，我們不降服煩惱，那豈不是太傻了嗎？所以應該要不捨棄勤精進將它降服掉。

「若人稍作損惱尚且發憤怒，我慢盛者未降斯敵勿安眠。」

我們如果被一般世俗的人罵了一句，心中一定會很不快樂，一定在想非要回他一句不可，還沒有回他這一句之前，心都喀嚓喀嚓很難安，都會這個樣子阿。所以說「若人稍作損惱」我們就會發起憤怒來想辦法要去回他一句，可是，這個「我慢盛者未降」煩惱這麼熾盛，你沒有去降服它，那豈能安眠呢？

所以尚未降服煩惱之前，我們應該不捨精進、不捨不放逸（應該要起精進的意思），否則你將會就像在水裡面被煮一樣，有內外受敵的意思，好像是被煩惱把你煮熟的意思（內外都受敵，被煩惱所煎熬、煎煮的意思）。要降服煩惱沒有那麼容易的，要很辛苦跟它對抗的，所以要起艱難行。

下面我們就看（丑二…）「寅一、能伏煩惱披甲精進於彼難行不應疲厭」，這邊就舉了一個例子：

「不殺自死世間眾苦煩惱敵，對壘交鋒奮力克敵欲致果，
縱為鋒鏃中傷創鉅痛亦深，所求大欲未成猶不甘退卻。」

也就是講到世人當他與敵人在交戰時，即使把敵人殺了，說實在，那個也沒有什麼了不起，它本來就會死了嘛！遲早會死的，只不過是讓他早一點死而已。可是，世人卻以為把敵人殺了，他就是英雄，自以為自己是英雄。這根本就沒有什麼了不起，你只不過是讓他早一點死而已。可是這些世人，當他跟敵人在交戰時，沒有把敵人消滅之前，他會不顧一切的、不顧自己被敵人的刀、劍所傷，就是不退卻、不服輸，他一定要把敵人殺死，就有這種自認為是英雄的行為，事實上這個不是英雄的行為。這是比喻。再來下面講：

「況為長時一切眾苦因，唯一自性怨仇欲摧伏，
縱令能生百千諸苦痛，應須勇毅不卻何待言。」

世間的人，他很努力於降服外在敵人這些無意義的事，那根本就不能稱為英雄的行為，真正要對抗的是煩惱，煩惱的本性、自性就是來傷害我們的，外在敵人的自性、本性並不是我們的敵人，而是我們去立他為敵人的，更何況這些外在的敵人，他傷害我們的，只是傷害此世的身軀而已，他無法傷害到我們的來世，可是這煩惱，它不但本性、自性是能傷害我們的傷害者，而且，它也不需要我們去立它為敵人，它本來就是我們的敵人了，它傷害我們的時間又是無始無終生生世世的。所以，我們要努力的不是去降服外在的敵人，應該要努力的去降服煩惱，才能夠稱為英雄。不是要對這些怨敵的傷害生起不忍的心而跟他對抗才稱為英雄，是去對抗煩惱而不退卻，這才能夠稱為英雄。

如果要降服煩惱的話，必須要依艱難行，也就是要依於苦行。但是，我們可以看到很多這些實修者、這些行者，他們離人群而入狗群去修種種的苦行，受種種艱難行的痛苦，主要目的是為了降服煩惱。一般的世人所要降服的是外在的敵人，所以，他們會去跟敵人來作戰。

仁波切舉了一個例子，說有一些西藏人，笨笨的會去比賽，看誰比較有勇氣，他們會彼此拿一枝長長的劍，在眾人的觀看之下彼此互砍，他砍

他一刀，他才砍他一刀，要比看誰比較有勇氣。有勇氣的人，是怎麼看出來他有勇氣呢？前面有很多刀疤的，表示他有勇氣。沒有刀疤的，一定被砍的時候會逃走，那他的頭後面就有刀疤，所以看到頭背後有刀疤的，就表示他沒有勇氣。

世上的人要去征服敵人的時候，他都可以做這樣的苦行了，更何況我們要去降服煩惱、降服真正的敵人呢？世人在跟敵人作戰時，身上受了傷，可是他心卻是很高興的，這些傷痕，他們把它視為是身上的一種莊嚴、一種莊飾品，他身上的這些傷痕，就是他的勇氣的象徵。所以仁波切說，他們會在眾人的面前去展示他身上的這些莊嚴，它好像很漂亮。事實上並不是這個樣子，那一些離人群入狗群在實修的，真正與煩惱在做對抗的人，他們所行的苦行，才是真正的莊嚴。心不退卻與煩惱作戰，才是真正的莊嚴才對。

離人群入狗群的意思，也就是他捨離了世間八法，為什麼？為了要與煩惱來做對抗的緣故，所以他捨離了世間八法。他在世人的眼裡面，會覺得他是一個行為怪異的人，因為他吃，也是有得吃沒得吃的，然後也居無定所，就像我們現在的流浪漢一樣。

仁波切：就像我們說的沒有人情，我們對他好，他對我們不好。好像兩年前吧，雪歌寺那邊有一位法師，大概六十幾歲，他就像我剛剛講的這樣的狀況。大家都知道他修行非常好，(但）他睡在哪裡都不知道，有的時候他在房間裡面。他沒有穿鞋子，冬天再怎麼樣（冷）還是這樣子。看到人完全不會打招呼，都不理會別人。他來的時候，我們就不用理他，跟他講話比較直接，口氣比較不好：「好！坐！吃吧！」就這樣子的話，他就乖乖的會在。那對他好一點，站起來就會走，一點都不給面子。他就一直斷掉貪愛這個世界的「名字」等等，所以他的作法都這樣子。冬天很冷很冷，整個都是雪，他也會跑去山洞，(山洞裡面有）像熊的動物，碰到人的話，是會吃人的，只有大陸那邊有，你們知到嗎？牠的臉、嘴巴比較像猩猩，但不是猩猩(人猿？)，身體像熊一樣很高大、很有力。有的西藏人碰到牠，被牠在身上一抓，整個皮都拉掉了，孔武有力；牠會吃人，也會吃老鼠。他就沒有問題，有些牧人跟著牦牛、羊，走在路上時，會看到那個法師和那些像熊的動物一起走，也會在那些動物住的地方睡覺。

那個法師在前年圓寂了，這樣子就像離人群入狗群，就是斷除對整個世界的愛，真正修行很厲害的時候就是這樣子，像密勒日巴尊，就這種。完全跟人緣都沒有了，他走到哪裡就是他家，四處為家，好像大地是我家。哈！哈！哈！…哈！哈！

那個法師，我們也不知道他是到什麼地位，我的老師跟我 1992 年去的

時候，他就常常來我的老師跟我們住的房間，來的時候他會拿一些水果或酥油，就來我的老師前面，就放著，就看一下，就就走了。哈！哈！哈！

我們寺廟裡面常常修大普明毗盧遮那佛的除障的法會，做的時候是從早上三、四點開始，到下午的三、四點，就一直修。他也會來參加，一來參加，就一直完全不動。出家人會休息一下，上廁所或是喝茶，他從早上三點就一直坐著，到下午三、四點，完全不會動，就一直坐在那裡。有的時候他完全不會參加，就跑到山上去，(大家）都不知道他去哪裡。也好像完全沒有感覺他有什麼親戚，這種就是離開世間的八法。

所以來對抗煩惱的苦行才是我們真正的莊嚴，那去對抗非真正敵人的苦行不能稱之為莊嚴。剛才講的就是降服自己心相續當中的煩惱而行的苦行，可以成為我們真正的莊嚴，就是七十八頁這個偈頌（寅二…卯一、難行為自利圓滿之因故應安忍　廣論 P.201-4)：

「為無義事遭敵曾負傷，猶如嚴身之具常矜炫，
為成大義而奮正精勤，縱受諸苦於我何足恤？」

如果是為利他而行苦行，我們就應該來修安忍（卯二、難行為他利圓滿之因故應安忍)：

「若漁若獵或復事農田，僅為自身溫飽支身命，
祁寒暍暑逼惱猶堪忍，利眾生故何苦不能堪？」(祁：ㄑㄧˊ，暍：ㄏㄜˋ）

當這菩薩要來對抗煩惱的時候，為了等同虛空般的有情來行苦行，安置一切有情於安樂的時候，他必須要去行種種艱難的苦行，在這種狀況之下，必須要去修安忍。

下面（卯三、先發誓願當令成就之理)：

「十方虛空盡邊際，有情煩惱誓願斷，既發是願而自身，不能解脫諸煩惱。
於己忖度不自量，所言安得非欺妄，是故常應勤精進，摧諸煩惱毋退縮。」

這菩薩他許下諾言，要令所有有情斷除煩惱，令所有有情脫離整個生死輪迴，他許下這樣子的諾言。可是，當他在實修的時候，卻是以先斷除自己的煩惱、先脫離整個生死輪迴為他主要的實修。那這樣子做是否有錯呢？並沒有錯誤的，因為你自己呢，自未調伏煩惱，你何能言調伏他人的煩惱？因為你自己都不曉得如何調伏煩惱之法的話，那你又怎麼能夠去令其他有情調伏煩惱呢？你如果自己都無法調伏煩惱，而要去調伏他人的煩惱，那豈非是欺妄？「非欺妄」就是豈非欺妄，你豈不是在欺騙人家嗎？

再來我們就講下面（寅三…卯一、應勤煩惱之對治　廣論 P.198-1)：

「我於此事應貪著，懷恨不捨而遣除，雖如是具煩惱相，能斷煩惱非所斷。」

我們要去調伏自己的煩惱，要直接與煩惱來作戰，就應該對煩惱生起懷恨的心，沒有把它消滅之前，你絕不捨棄的這種心要生起來。懷恨這個煩惱從無始輪迴以來，至今呢，它一直在傷害我的這件事，對煩惱起了這種懷恨的心。雖然如是生起具煩惱相的心，可是，它並不是我們所應該要斷除的煩惱。雖然對煩惱起了這種懷恨的心，要將它消滅掉，可是，這個不是煩惱，這個不是我們的所應斷。

我們心中下了這個清淨的決定，要與煩惱來作對抗，那是不是會與我們所應該要行的菩薩行相違背呢？不會違背的。我們心中要對煩惱生起懷恨的心，那這個是不是煩惱呢？是不是我們的所應斷呢？也不是。所以當你在實修的時候，在跟煩惱作戰的時候，你會經過這些心路過程，這邊就一一的做解答了。

再來講到在對抗煩惱的時候，我們應該要提起怎樣的心力呢？就說（卯二、任於何時悉應勉力勿隨煩惱自在而轉　廣論 P.199+1）：

「刀鋸鼎鑊加我身，雖斷吾頭亦易事，終不應於煩惱敵，甘心俯首而歸順。」

也就是在跟煩惱對抗的時候，你一定要下定決心說：「我一定要贏過煩惱，我絕對不敗給煩惱，或者不輸給煩惱，我要跟它對抗，即使被火燒、即使被斷頭，寧可這樣，絕不輸給煩惱。」來跟煩惱對抗的時候，要提起像這樣的心力。因為你想到煩惱會帶給你的傷害事實上是遠勝於被火燒、被斷頭這些的傷害，所以說「終不應於煩惱敵，甘心俯首而歸順」。

在跟煩惱對抗的時候，我們要生起永不服輸的心，寧可被燒、寧可被殺，也不輸給、不降服這個煩惱。可是一般的人，比如說朋友喝酒，往往我們就會跟他們混成一堆一起喝酒。像我們在對付煩惱的時候，要下的決心就是說，朋友喝酒，我絕不跟他喝酒，不服輸，你寧可被殺，也不掉入這個煩惱當裡面，要下這種的決心、毅力。

當我們在做懺悔的時候，也可以把這一句套上來用。做懺悔時，要用四種對治力來做懺悔，就是依止力、追悔力、現行對治力及防惡再犯力，尤其是最後面的防惡再犯力的時候，你下定決心爾後不再犯，就可以套上這一句：「即使要被刀鋸、鼎鑊加諸於我身，或斷我頭，我終不再造這些惡業。」你可以把這一句套上去用，這樣子你要懺悔、要斷除惡業的決心就比較強一點。

下面就是「丑三、於勤斷能斷之性修歡喜心」，講到（寅一、自相續之煩惱根本拔除已彼無安住所依　廣論 P.199+4），

「世間怨敵被驅雖出境，還於他國潛伏收殘餘，
養精蓄銳捲土復重來，煩惱怨敵其相不如是。」

要對於能夠斷除煩惱的這件事，心生起這種好樂之心、歡喜的心，以及生起勇氣來將它斷除。這邊講到，世間的怨敵，如果你將它驅趕出去，離開這個地方之後，他可能還會到其它的地方去，從這邊逃離了，它會到其它的地方，然後在其它的地方養精蓄銳，力量增強之後，它可能還會再回來。像我們這世界上，你會看到在作戰的國家就是這個樣子，你跟這個國家作戰，作戰完了之後，可能又有另外一個國家又跟你為敵，然後你又會跟它作戰。或者說你這個敵人，你把他消滅了，或者把他趕走了，他可能逃到其它地方，後來他可能又會回來跟你作戰，世間就是這個樣子。可是，煩惱就不是這樣，煩惱這個怨敵，你如果從心相續當中將它根除掉、從根斬除掉之後，它就不會再返回來了，也就是它可以完全被消滅掉，我們能夠將它完全消滅掉。

再來講到這個煩惱，它是顛倒的、它是不可靠的、它是虛假的，所以，我們可以正量的慧將它去除掉，以這個慧為我們靠山將這個煩惱，將它去除掉、消滅掉，所以這邊說（寅二、從顛倒因生故若依精禁閉能斷除　廣論 P.199+5）：

「煩惱以識煩惱慧眼斷，從何心中遣除更何往，
住於何處還來為我害，唯是自心怯弱乏精勤。」

就比如說，如果我執和證無我慧兩個要來對抗的話，那一定是證無我慧會贏的，一定是它贏的。因為煩惱，它是虛假的、不可靠的，所以一定是證無我慧會贏的。一旦我們將煩惱從心中根除掉的話，它就沒有去處了。因為它的安住之處是在我們的識、在我們的心中，如果從心中都把它斬除掉，它就沒有地方可去了，當然它就不會再回來。所以，我們必須要發起精進的心，不要有心怯弱，心怯弱就好像心沒有那種勇氣。不要有怯弱之心，發起精進的心，跟煩惱來做對抗。

再來講到煩惱，煩惱被我們從心中將它根除之後，是不是會入住於我們的心性（心的自性）當中呢？是不會的。所謂的入住在我們的心性當中，也就是它會不會是藏在我們心的底部、內心深處，會不會藏在那裡面呢？是不會的。如果它真的會潛在我們心性當中的話，那表示它是諦實存在的，表示它是這個樣子，它不需要依於眾多的增上緣、所緣緣、等無間緣這些因緣而存在，那表示這一點。事實上並不是這個樣子，它一旦被我們從根將它斬除之後，它就不再會住於我們的心性當中，甚至不會住於形成煩惱的這些因或緣當中，所以這邊說（寅三、根本拔除已彼決無餘處更可依止故應斷除）：

「是諸煩惱不住於境不住於根不住中，此外亦復不住他處依於何處損有情？
彼如幻故心離怖畏正知不倒勤精進，為無義事地獄等苦何能侵損及我身？」

再來講到煩惱，這個煩惱呢，事實上它並不是諦實存在的，它是如幻如化的，就像魔術師，他依於木石然後加上咒語，幻化出魔術的馬出來，那所幻化出來的馬，事實上是沒有什麼作用的、沒有什麼能力的。煩惱也是一樣，它並不是諦實存在的，它是依於眾多因緣而生起來，就像是魔術一樣。「彼如幻故」因為它像幻化一般，所以我們對這些煩惱不需要心生畏懼，就是「心離怖畏」，「正知不倒勤精進」也就是正確的去了解之後，無顛倒的起精進來斷除煩惱。

「為無義事地獄等苦何能侵損及我身？」也就是為了這些為了這些煩惱無意義之事，而去感受地獄等苦，那豈不是很傻嗎？事實上，為了這些無意義事，而使得我們自己的身軀受到侵擾，我們怎麼可以任由它這樣子來做侵損？因為這個煩惱，它根本就是一種顛倒識，事實上，煩惱所做的一切都不是真實的，都不是諦實存在的，我們就不應該為煩惱、為這些無意義事而去受到傷害。所以我們應該起這種好樂的心，很歡喜可以完全將煩惱斷除，對這一點要心生歡喜的意思。

到此為止，已將「癸二、於學處不放逸行」所分下來的三個科判，就是「子一、慎止惡　子二、勤修善　子三、勤斷惑」這三個將它講完，接著就進入到「壬三、攝義」，這是「辛一、釋論文」當中分下來的，這邊就講到：

「如其宣說應修諸學處，如是思惟應當勤奮修。」

如上所宣說的，我們應該要努力的來學習菩薩的諸種學處。應該思惟，然後勤奮修，如果你不勤奮修的話，就好像：

「不聽醫言而欲求醫治，其疾能療古今所未有。」

我們應該對於佛所宣說的種種學處，努力的精勤來修持，如果不遵佛言而修持，那你焉能斷除這些煩惱呢？就好像是不聽醫言，你焉能治療你的疾病？

到此為止，就將第四不放逸品講完，那我們就把它唸一次：

如是如來最勝子，已發堅固菩提心，復應恒時無動搖，勵力無違諸學處。
若率爾作本無心，或雖觀察未詳辨，是事雖已誓願為，容當再思慎作止。
若經諸佛及佛子，以大般若所觀察，自心亦已屢研尋，此中尚復何猶豫？
若已如是發誓言，而於其事不成辦，則為欺誑諸有情，我當墮落生何趣？
經云若心欲布施，微少下劣尋常物，其人布施不果行，後當墮入餓鬼中。
今於無上菩提果，至心思惟作施助，欺誑一切諸眾生，欲生善趣何可得？
或有棄捨菩提心，能成聲聞解脫者，業果之理不思議，唯一切智能了知。

菩提薩埵諸墮中，退菩提心為最重，若有違犯如是行，是壞一切眾生利。
若人但於剎那間，障礙菩薩作福德，即為壞諸有情利，應受惡趣無邊苦。
壞一有情安樂事，尚於自身致衰損，況壞遍滿虛空界，有情義利何待言？
如是由斯罪墮力，復依菩提心威力，輾轉升沉生死輪，登菩薩地常為礙。
是故如其所發願，我應敬慎期必成，若不從今奮精勤，愈趨愈下轉沉弱。
往昔為利諸有情，無數如來出於世，我由眾罪所障復，未得親承如來教。
我今壞戒仍如此，數數如初難值遇，惡趣逼惱並繫縛，備遭割截屠戮苦。
既值如來出世間，更得人身具信心，堪修善法如今者，實為稀有難多得。
雖如此日身無病，飲食支身暫未死，年命剎那難保信，色身須臾如泡影。
以我如今所行為，再得人身尚難必，若時不能得人身，無緣修善唯作惡。
若時有緣能行善，而我不作諸善業，惡趣眾苦所昏蒙，爾時我何能為力？
若時眾善不修行，唯積眾罪多無量，縱經百千俱胝劫，善趣之名亦不聞。
以此之故世尊言，幸得人身極稀有，如大海中盲龜項，幾希能值浮木孔？
於一剎那作罪惡，當墮無間經長劫，無始輪迴積眾罪，不生善趣何待言？
非唯僅受此罪已，便從惡趣得解脫，即於正受此罪時，又復廣造諸餘罪。
獲得如是有暇身，我今若不修善法，誑惑自欺無逾此，愚蒙過此亦無有。
若我即達如是理，由愚癡故行怯弱，逮其臨欲命終時，必當心生大憂悔。
地獄烈火難堪忍，若於我身久燔炙，熾然難忍憂悔火，定當熱惱逼我心。
極難幸遇有利地，何幸我今忽遭逢，我身若尚具慧心，後復牽纏入地獄，
豈非咒術迷我心，今我於此無知覺？不知何物令愚蒙，究竟我心有何物？
瞋恚貪欲諸怨敵，並無手足能動轉，亦非善巧具雄力，云何役我如僕使？
泰然安住我心中，恣意於我作侵損，於彼含忍不憤發，所忍非處堪訶遣。
若時諸天及非天，悉皆群起為我敵，彼終不能牽挽我，令入無間烈火中。
彼煩惱敵具大力，能一剎那拋擲我，須彌一觸成灰燼，猛烈無間巨焰中。
我之所有煩惱敵，長時相逼無終始，世間所有諸怨仇，未有如斯長相守。
若能隨順及承事，他人悉為作利樂，諸煩惱敵徒順承，後仍苦厄相逼惱。
如是恒時相續為怨敵，損惱大聚唯一增長因，
若於我心不動常堅住，何能歡喜不畏生死輪？
此是生死堅牢巡邏者，亦是地獄等處行刑手，
若住我心貪著纏網中，何由令我身心得安樂？

乃至此敵未見決定降伏時，一切時中我當不捨勤精進。
若人稍作損惱尚且發憤怒，我慢盛者未降斯敵勿安眠。
不殺自死世間眾苦煩惱敵，對壘交鋒奮力克敵欲致果，
縱為鋒鏃中傷創鉅痛亦深，所求大欲未成猶不甘退卻。
況為長時一切眾苦因，唯一自性怨仇欲摧伏，
縱令能生百千諸苦痛，應須勇毅不卻何待言。
為無義事遭敵曾負傷，猶如嚴身之具常矜炫，
為成大義而奮正精勤，縱受諸苦於我何足恤？
若漁若獵或復事農田，僅為自身溫飽支身命，
祁寒暍暑逼惱猶堪忍，利眾生故何苦不能堪？
十方虛空盡邊際，有情煩惱誓願斷，既發是願而自身，不能解脫諸煩惱。
於己忖度不自量，所言安得非欺妄，是故常應勤精進，摧諸煩惱毋退縮。
我於此事應貪著，懷恨不捨而遣除，雖如是具煩惱相，能斷煩惱非所斷。
刀鋸鼎鑊加我身，雖斷吾頭亦易事，終不應於煩惱敵，甘心俯首而歸順。
世間怨敵被驅雖出境，還於他國潛伏收殘餘，
養精蓄銳捲土復重來，煩惱怨敵其相不如是。
煩惱以識煩惱慧眼斷，從何心中遣除更何往，
住於何處還來為我害，唯是自心怯弱乏精勤。
是諸煩惱不住於境不住於根不住中，此外亦復不住他處依於何處損有情？
彼如幻故心離怖畏正知不倒勤精進，為無義事地獄等苦何能侵損及我身？
如其宣說應修諸學處，如是思惟應當勤奮修。
不聽醫言而欲求醫治，其疾能療古今所未有。

入菩薩行論廣解佛子津梁釋不放逸品第四竟

問題：剛剛仁波切說到，煩惱就像是幻師幻化成的東西那個譬喻，煩惱如幻的譬喻，我們在講如幻的的時候，仁波切有講一個例子，說譬如就像幻師幻化成的東西，煩惱就像這樣子。可是因為這樣子的話，因為我聽過，有人就跟我講，說因為煩惱就像幻化出來的一樣，所以呢，我們就不要去想這個煩惱就好了，因為它就是所變化出來的，它是假的。所以，如果覺得自己有煩惱，那個是錯誤的，因為你就是不要去想就好了。可是這樣子講起來，好像並不是如幻的意思，那如幻的話，是不是應該說從煩惱它本

身是怎麼生起的角度，還有它的本性是什麼，這種角度去想的話，才能想出它如幻的意思？

回答：是的。

仁波切：會長今天跟我說，我生日的時間，這裡學員想要念一些會長壽的、會平安還是什麼，就為了長壽，唸長壽的佛的咒語，或者是白度母的咒語，就這樣子唸的話，老師會不會比較長壽一點，哈！哈！有的寺廟他們的老師，比如說法王，他生日的時候，我們特別做他的長壽法會。我們這裡沒有長壽法會的儀軌，但是，如果持長壽佛咒語的話，應該有幫助到，意義的角度來說就一樣的。

為了上師的長壽，這種（長壽法會）也可以說為了自己，比如說為了我的上師，我做一個長壽法會，或者是長壽佛的咒語唸一唸，回向給他，就這樣子的話，也可以說自己長壽上面做了最大的功德，對自己是最大的幫助。道次第裡面就常常講：對上師或其他的佛做供養等，那些都會比較殊勝的。就一樣，念長壽佛的咒語，或者是為了長壽的那些善根，為了上師做的話，這個功德一定會比一般唸的還更殊勝。那這個更殊勝，得到的是誰？就是自己有得到的。可以說團體一起做的時候，也有它的功力，這個中心會長久，或者是老師也會長壽，在這個方面也有關係。主要是自己上面，有很大的幫助，按照經典上面的理論是這樣的。我們在長壽法會的時候，法王也有提出來，確實是這樣子。

我唸，你們就跟著我唸，先唸長壽佛的咒語，然後唸尊勝佛母的咒語，然後唸白度母的咒語，你們跟著我唸囉：

嗡 拿摩 把嘎瓦迭 阿八砸咪打 阿紆賈那 頌把昵 基搭滇作 攘砸亞 搭嘎打嘎婭 阿砸哈迭 桑亞桑 捕搭訝 迭亞榻 嗡 布涅布涅 瑪哈布涅 阿巴砸咪打 布涅 阿巴砸咪打 賈那 桑把 卓八沏弟 嗡 薩啦哇桑 嘎剌 八哩須大達媽耋 嘎嘎剌 娑吧哇 比須迭 瑪哈剌呀 巴利 瓦哩也 梭哈（這是長壽佛的長咒）

短咒的話：**嗡 阿媽惹嚷 幾溫迭 梭哈**

然後尊勝佛母的咒語：

嗡 種梭哈 嗡 阿咪打 阿唷唷達迭 梭哈

然後唸白度母咒語：

嗡 大咧 都大咧 都咧 麻媽啊唷 晡涅賈那 晡登古魯 梭哈

然後唸法王的咒語，就傳一下：

嗡 呵 古魯 邊砸達剌 勉諸悉哩 瓦庚大 蘇嗎帝 賈那 下撒剌 達拉剌 桑姆大 悉地 把大 悉地 彝彝

你們十七號的時候，長壽佛的咒語跟法王的咒語一起唸就可以了。你們也可以想…，比如現在我的來說，主要就是法王，我真正的上師已經圓了，真正上師的意思怎麼說？根本的。對我幫助最大的上師已經圓寂了，那下面就是法王，所以我現在就法王的咒語。那你們可以想，上師都是同義，為了整個上師長壽，就唸法王的咒語。

還有就是我們過年的時候念心經，明天早上除障（法會）念心經，心經我以前有傳過，沒有口傳？沒有嗎？那藏文我唸一下：**（注：可見聽錄音的重要性，手抄搞僅僅是幫助習之助力。）**

……嗡 牟尼 牟尼　瑪哈牟尼也　梭哈

我後面唸的是釋迦牟尼佛的咒語。我們過年的時候，也有一些護法的儀軌也會唸，現在想（傳）護法三尊（的咒語）：上士道的護法是馬哈嘎那，中士道的護法是財寶天王（你們說的多聞天王），下士道的護法是閻羅法王，然後吉祥天女，吉祥天女是現在很多黃教的，比如說法王就一直修吉祥天女的護法。這四個咒語我就唸一下，你們跟著我唸：（各唸三遍）

閻羅法王：**嗡 嘎啦如巴 哄呸**

多聞天王：**嗡 貝 蝦喇嗎籟冶 梭哈**

馬哈嘎那：**嗡 匾乍 馬哈嘎那 沁且乍 比練 比奈雅嘎 哄哄 呸呸 梭哈**

吉祥天女：**匡曩摩 匡曩摩 匡匡曩摩 吞匡 喀喇 拿篋抹 曩摩 阿迦打賈 吞匡 汝嚕汝嚕 哄 匡 哄　哄　匡　哄**

《入菩薩行論十一》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯

2005/2/20

我們依於第四品當中所說的不放逸，主要就是指不要浪費我們的時間，心中要生起想要去行善行的心，這就是第四品〈不放逸品〉主要講到的。再來講到，我們既然依於不放逸，就應該要來學所有的學處。要學學處，你必須要將護自己的心（就是保護你自己的心），要護心的方法又可以分為正知和正念，既然要依著正知正念來護心，我們就要來學習第五品〈守護正知品〉。

既然我們要來學這些學處，學習學處的時候，就必須具足智慧和方便，這兩分要具足，也要依著次第來學習。如何依著次第來學習呢？也就是像這裡面所說的，看第八十五頁的第二段，就引了《毗盧現淨經》，**「毗盧現淨經云：『秘密主一切智智，從悲心根本生，從菩提心因生，是依方便而到彼岸。』」**這邊所說的，也就是我們必須要來學習所有學處的次第。下面又引了《經莊嚴論》，**「如《經莊嚴論》說，攝於六度，觀待增上生，觀待二利成就。利他一切種圓滿成就，攝一切大乘，依一切種道或方便增上，觀待三學，六度之數決定。」**這邊主要是講到也要來學習三學和六度。

這裡講到，依於布施還有持戒，我們可以獲得人身，而且又可以受用圓滿，沒有窮困。依於忍辱度，我們可以獲得賢善的人身－我們的五根俱全。也就是依於布施、持戒、忍辱，我們可以得到增上生。依於精進和禪定（靜慮），我們可以得到決定勝。

我們要怎麼來成辦自利以及利他？就是要透過這六度來成辦自利和利他：透過布施還有忍辱，我們可以去達到利他，持戒可以說是一個利他的根本，我們首先要停止去傷害他人，就是在持戒，停止傷害他人之上更進一步的來修忍辱、布施來行利他。至於六度當中的精進度，它主要呢，就涵蓋有你可以成辦自利和利他。至於靜慮還有智慧，這兩度主要是成辦自利。所以《經莊嚴論》才說：「利他一切種圓滿成就，攝一切大乘，依一切種道或方便增上，觀待三學，六度之數決定。」所以從這我們可以看得出來，你要去學習六度好像有三種次第的樣子，就像《經莊嚴論》（這裡面沒有引），《經莊嚴論》在其它的詞句裡面就有講到：「依於前者生起後者，依於劣者生起勝者（，依於粗者生起細者）依於粗者而生起細者。」在六度當中，前前者好像是比較劣的，後後者好像是比較殊勝的；然後說依於粗的而生起細的，就是在六度當中，前面的布施、持戒是屬於比較粗的，然後到後面的靜慮還有智慧度是屬於比較細的，所以看起來好像有這

三個次第，就是有前後、勝劣以及粗細的次第。所以要學習六度，我們必須要從布施度慢慢再往上學，學到靜慮還有智慧度。

第四品和第五品，應該是屬於六度當中的持戒度。我們要來持戒的話，也就是我們要來守持戒的話，必須要護心，要來守護自己的心，你如果守護自己的心，遠離種種的惡行的話，那等於守護一切了。那要守護你的心，就必須要來學習這個三增上學。

接著我們看八十六頁的科判，這邊就講到「壬一、釋論文， 初中分二，癸一、廣釋修行之理，癸二、結歸應須實修非唯空言。初中分四，子一、守護學處之方便為守護心，子二、守護心之方便為守護正念知，子三、以正念知守護心學行之理，子四、學處完全圓滿之支分。初中分三，丑一、由守護心即能守護一切，丑二、明其故，丑三、勵力守護其心。初中分三，寅一、總明應守護心，寅二、失壞心之罪過，寅三、守護心之利益功德。今初。」接著講到偈頌：

「諸欲守護學處者，首須謹畏護其心，若於自心不防護，必不能護其學處。」

所以，我們如果要護心的話，就必須要學習三增上學。

再來就講到「失壞心之罪過」，如果我們不守護自己的心，可能這個心就成為我們將來投生無間地獄的因，這個心也會變成出生一切煩惱之處、一切過患之處。

這邊就做一個比喻（寅二、失壞心之罪過）：

「由於放縱心象故，能作無間大損惱，雖有狂象未調馴，所作損害猶遜此。」

「由於放縱心象故」把心比喻成大象一樣，「能作無間大損惱，雖有狂象未調馴，所作損害猶遜此。」我們剛才將心比喻成大象，心象跟外在的大象兩者比較起來，是我們心的這一頭大象比較可怕，外在的大象不論牠造怎麼樣子大的傷害，牠終究無法讓我們墮入到地獄裡面去，可是我們心的這頭大象呢，如果生起煩惱或生起瞋恚的話，由於它力量很強的關係，就會導致我們墮入地獄裡面去，所以才說它很可怕。

相反的，如果我們去守護心的話，有什麼功德呢？就講到（寅三…卯一、總明）：

「若人常持正念繩，繫自心象不暫捨，一切怖畏悉不生，一切眾善在掌握。」

我們要以正念來約束自己的心，我們要去憶念起自己曾經許諾過的戒律、誓言，還有依著經典裡面所說的何者該做及何者不該做，由生起這樣子的正念來約束自己的心，不要放任自己的心象、自己心的這頭大象，不要讓它狂亂、不要讓它發狂，這樣子就不會導致我們投生到地獄裡面去，

那也等於你這一切的怖畏悉不生（都不會生起來），眾善也當在握。

再來是透過比喻來詮釋（卯一、廣釋）：（銛：ㄒㄧㄢ 利也）

「虎狼獅象爪牙銛，蚖蛇怨敵心懷毒，泥犁守者面猙獰，魔女空行夜叉等。
但能繫執於此心，彼等悉皆受拘繫，但能調伏於此心，彼等悉皆受調伏。」

會對我們造成傷害的，有人或者野獸等等，甚至地獄的獄卒或羅剎、妖魔等等，都會來傷害我們。可是，如果能夠調伏我們的心、守護我們的心，他們終將不能造成任何的傷害。所以這邊才說「但能調伏於此心，彼等悉皆受調伏」。

這邊是用比喻來解說，所以從這邊我們可以了解到兩點：一個就是，如果這些其他的人或者野獸，他們自我調伏自己心的話，我們就不會受到傷害，他們也不會去傷害別人。另外一個就是，如果我們自我調伏自己心的話，他們就無法來傷害到我們。所以有兩種了解。

所以說，如果守護你的心，等於是守護一切，這就是丑一的科判：「丑一、由守護心即能守護一切」，因為守護你的心，你就可以遮止掉來世投生到地獄的因，而且，也可以遮止掉此世不會受到其它的傷害。所以，我們一定要下定決心一定要來守護自己的心。

接著「丑二、明其故」就是更進一步來說明它的原因，「分二 ，寅一、過失依心轉起，寅二、功德依心轉起。」也就是你來世甚至你所有的一切過患都觀待於你現在的心，所以，我們必須要去守護自己的心。

仁波切：這個好像跟我們在『攝類學』的前遍跟後遍有一點點像，有的時候我們從心的角度看（因的角度），我們保護心的話，會有什麼什麼好處；有的時候我們就看（果的角度），好處有什麼什麼，那些功德都從保護心而來的，有的時候先從它的果上面看，就一直看一直看，心裡很有興趣得時候，哦！那些都靠保護心，就生起要守護心。

有的時候從心的角度看，所以剛剛講的，好像從心的角度看，要守護心的話就很好，沒有守護心的話有什麼過患。剛剛講的角度是從心上面講的；這裡講的是從結果，從果上面講出來，這些我們也會學得到。有的時候，我們自己調心是從果的角度去看，就抓那個因；有的時候從因的角度，就看（果），是這樣子。

（卯一、引經）

「是故世尊正宣示，謂言一切諸怖畏，一切痛苦不可量，皆由此心而出生。」

所有的一切痛苦及恐怖，甚至中陰恐怖的情形，冷熱的地獄，餓鬼道的飢渴，或者畜生道的種種痛苦，不論是身的痛苦或者是心的種種恐怖，

這無量無邊內外所有一切的煎熬，沒有一個是外在的造作者，完全都是我們的自心。就如同佛在《寶雲經》裡面講到：「心自在故，則一切法皆自在」。

再來釋理，就是用這些道理來解釋（卯二、釋理）：

「有情地獄諸刀劍，誰為主宰而製作？熱鐵地基誰鑄造？
眾多女鬼從何出？如是一切出生因，佛說皆由造罪心。」

這些地獄裡面的所有情形，到底是由誰來造成的呢？或者說熱地獄的熱地基是誰來鑄造？甚至這些眾多的女鬼是從何而出？一切都是從我們的心出來的，我們用這種理由來成立。比如說，這個房子裡面如果只有仁波切在，出了一個聲音，有聲音產生的話，那一定只有仁波切而已，沒有其他的人嘛。聲音從哪裡來？只有他嘛！如果是這樣子的話。用這個比喻，就說所有地獄裡面的刀劍、熱地基等等，這些都是由誰而造的？由我們的心而造的，除了心之外沒有其它的造作者。

仁波切：這是安立理由的一個方法，有的時候安立就是這樣子用，不是一定要安立另外一個東西。他決定是我們的心，為什麼沒有其它？這種也是一個安立（安立理由的方法）。這裡是誰做出來的？就是誰做的？它的意思也是一種安立。這裡有三個安立（安立能立的因）：

「有情地獄諸刀劍，誰為主宰而製作？」是第一個，「熱鐵地基誰鑄造？」是第二個，「眾多女鬼從何出？」是第三個。有這三個安立的理由。這裡說「皆由造罪心」，是因為無其它造罪者之故。前面三個是能立的因，而造罪心則是所立。這裡講的「女鬼」應該是眾多火焰，這裡的翻譯有錯。如果硬寫成女鬼或女人的話，可能會被批評佛教輕視女性。

再來講到（卯三、攝義）：

「是故於此三界中，可怖無過於心者」

雖然地獄當中的種種痛苦都是值得我們去害怕的，可是我們應該要了解它的因，這些因就是來自於我們的自心，因為我們現在的心，已經圓俱了將來投生到地獄裡面受那些苦的因，已經圓俱這些因了。所以，真正應該要害怕的，就是害怕自己不去守護的這一顆心。

剛才是就過患的這一點來做思惟，再來是就功德的這一點來做思惟。講到六度，我們要來廣修六度，也不是觀待於你外在的所作所為才成為廣修六度，那完全要觀待於你內在的所作所為。所以，六度的功德能不能圓滿，完全是觀待於你內在的所作所為。

比如說布施，這邊就講到（寅二…辰一、非必悉免有情匱乏布施波羅

蜜多方為圓滿　廣論 P .263+6)：

「若須盡救眾生貧，方名布施波羅蜜，現前今尚有貧人，諸佛云何到彼岸？」

布施度的圓滿，也不是觀待於你外在的布施行為有沒有圓滿，不是觀待於在這邊。如果說是要觀待於外在的這些布施行為圓滿的話，那現在我們還可以看得到，還有很多、眾多的乞丐、貧者，那往昔的佛又怎麼去圓滿祂們的布施度呢？

所以，布施波羅密能不能圓滿，完全是看我們的內心，我們內心如果生起非常猛利強烈的願意給予的心，那才能夠稱為圓滿了布施度。這種願意給、願意施予的心，是你願意將你所使用的財富等等這些物質施予，然後又願意將你所積聚的這些功德、這些善根給予。不是說只有財富而已，而且還要將這個善根給予這種圓具了想要給予、想要布施的這種心，才能夠圓滿你的布施度，只有靠此而已，並不是靠你去除外在窮人的貧困才能夠圓滿你的布施度。所以這邊才說（辰二、由修捨心施到彼岸　廣論 P .263+7)：

「一切所有及其果，盡施於人捨心生，說名布施波羅蜜，是故彼唯心體性。」

你要圓滿布施波羅密，完全就要看你的心。西藏人說我們的心，它小小的，好像可以抓在手裡面。雖然這麼小的一顆心，小到可以抓在手裡面，可是它卻可以蘊含廣大的布施波羅密。

再來講持戒度，就讓我們了解到，所有的六度，每一度都不是觀待於外在的圓滿，而是觀待於我們內在的圓滿，才能圓滿各度。講到持戒度，持戒度也是依心轉起，也非要觀待無所殺之有情，而戒波羅密方為圓滿：（卯二…辰一、非要待無所殺之有情戒波羅蜜多方為圓滿　廣論 P.281-5)：

「盡驅魚鳥至何方，令彼悉免遭殺害。」

持戒度就是你要去約束自己身語的行為，不要去造作傷害他人的惡行。所以，持戒度要圓滿，也不是觀待於所有世界上的有情都不被傷害、不被殺害，持戒才算圓滿，而是觀待於你自己的心有沒有調伏，有沒有傷害他們的心，完全觀待於你這一顆心有沒有圓滿，觀待我們自己的意樂有沒有斷捨掉去傷害他人的心。

（辰二、由修斷離心戒度成圓滿　廣論 P.281- 5)：

「由其成就斷離心，說名持戒波羅蜜。」

就剛才說的，再來講忍辱波羅密：(卯三…辰一、法　廣論 P.281+3)：

「悖逆有情等虛空，何能一一皆折伏，但能摧自忿恚心，一切怨敵皆調伏。」

如果受到他人的傷害，我們不要生起瞋恚的心，這就是修忍辱。剛才講到持戒，持戒波羅密是你自己去約束自己不要去傷害他人，那忍辱不是，是他人來傷害我們的時候，我們自己不會生起反而想要去報復或者是去傷害的心，我們要忍受下來的這種心。所以，忍辱波羅密圓不圓滿，也不是觀待於他人傷不傷害我們，而是觀待於你自己內心有沒有生起不瞋的心。這種忍辱的心、不瞋恚的心，這種意樂如果圓滿的話，那你忍辱波羅密就能夠圓滿，所以這邊才說：（辰二、喻　廣論P.281+4）：

「欲持廣皮覆大地，爾許皮革何可得？但敷皮革襯富羅，大地無處不普覆。」

這是用比喻來詮釋，如果大地佈滿了荊刺，而我們要等待所有荊刺都被剷平之後我們才不會受到傷害，才去圓滿所謂的忍辱度的話，那是不可能的。唯一的方式就是你在腳上穿上厚厚的皮革，也就是在你的內心穿上忍辱的皮革，那就不在乎他人的傷害了。所以，忍辱度圓不圓滿，是不觀待於外在有沒有剷平他人的傷害。

我們會聽到有一些人說：「我到哪個中心，會覺得好像不太適合，然後又到哪個中心去，我也覺得那邊也不太適合。」這個就可以看得出來，他自己個人就是稜稜角角的關係，所以到哪邊都不適合。你如果把自己這些稜稜角角，把它削平了，你到哪邊都會很順。

剛才是比喻，用腳上穿皮革就可以剷平所有外在的荊刺，用這個為比喻。再來是法喻，就是意義和比喻做結合來講：（辰三、法喻合　廣論P.281+5）：

「如是外境一切法，非我力能可遮止，但須遮止於自心，何須更復遮餘法？」

用前面這個比喻，我們可以了解到，事實上，所有一切的所知，你不需要全部都去學，因為外在太多的知識了，不需要全部都去學，你只要把你的心弄乾淨，先淨化你的心之後，你就自然可以了知一切所知，甚至遍智也是這樣來的。眼睛也是一樣，你不需要把外面都打掃的很乾淨，才指望看得清楚，你只要把眼睛治療好，沒有毛病，就可以很清楚的看到外面。

再來講精進度也是一樣，精進度也是要觀待於我們的心：（卯四、精進依心轉起）：

「一念淨心所生果，能生梵淨諸天等，唯由身語所起行，得果微劣不如是。」

你若起了精進，來修禪定－「初禪等處」，這禪定的話，那你可能將來就會投生到梵天這些地方去。說“起精進”是起心的精進，而不是單指透過身語的精進就能夠圓滿精進度，不是那個意思。所以這邊才說：**「若**

不依有力之心，與身語俱之心所得果，味著微劣喜受，不能如是生於初禪等處，故唯依有力之心隨轉也。」

我們來修“初禪等至”，修這個等至，力量會增長，修等至的力量增長會得到初禪、二禪、三禪、四禪的境界，所以看我你的力量小中大、力量的大小，可以得到不同的禪天。初禪、二禪、三禪各有三凡夫處（凡夫天），在第四禪天的時候，有三個凡夫處之外，還有五個聖者處，就是五個聖者所安住之處（按：五淨居天）。現在講到初禪，你要登上初禪的這三處（三天），只要你透過努力修禪定，禪定增長的力量又可分小、中、大，就可以使你登上初禪的第一、第二第三天。

【＊按：初禪分梵眾天、梵輔天、大梵天。二禪分少光天、無量光天、光音天。三禪分少淨天、無量淨天、遍淨天。四禪分無雲天、福生天、廣果天（無想天在其中）；（五淨居天）：無煩天、無熱天、善見天、善現天、色就竟天。】

我們說，能夠投生到梵、淨天（按：從梵眾天直至淨居天），可以說是很大的改變，梵天的處所完全跟我們不一樣，那你要怎麼成辦能夠投生到梵、淨天那個地方去，不是靠我們的身語，而是靠我們的心才能夠成辦的，我們的心只要發起精進，就是可以透過我們的心來成辦投生到梵、淨天去的，我們的心是有這個能力的，我們的心如果發起精進的話，那果報是會有很大不同的。精進是要在哪邊來安立它呢？在我們心上來安立的，由我們的心來成辦精進的波羅密。

在這世界上所看到的人，不論他們多麼的努力透過身語去創造環境，把這個環境打掃的多好、用得多好，比如房子，蓋得無論有多漂亮，花園的花種得有多漂亮，甚至房內也用金、琉璃等等去裝潢，總之無法跟梵（眾）天－初禪天的境界來相比較，沒辦法比較。那你要成辦初禪天的這種境界，靠內心，我們的內心是有那種的能力在，只要透過精進的話。所以真正的精進，是我們的內心，靠我們的內心，從我們內心發起來的這個力量、這個能力。

再來（卯五、靜慮依心轉起　廣論P.156+3　342-2）：

「佛言縱於長時中，念誦勤修諸苦行，心於餘境而馳散，雖持明咒終無益。」

講到靜慮，一般我們都以為，你身體就端坐在那邊，好好的坐得很端正，然後你口中就持著咒語，透過這種苦行，就樣的苦行叫做在修禪定。事實上，這還有待觀察，你所修的苦行是不是真正成為靜慮、真正成為禪定，還有待觀察。所以，並不是說你嘴巴不說話，然後持個咒，你身體不到外面去，你固定待在某一個地方，這樣長時間的做就稱為靜慮、就稱為

禪定，並不是這個樣子，靜慮完全觀待於你的心。

再來講到「卯五、般若依心轉起」，也就是你這個慧，也是觀待於你的心，這邊的慧特別是指證空慧而言。

「若人於此勝法要，心之秘密不了知，欲求安樂除諸苦，唐勞漂流無義淵。」

如果我們沒有具足證空慧的話，那我們所具足的智慧不能稱為真正的智慧，如果具足了證空慧的話，你所具足的慧才稱為真正的慧。即使你有其它的智慧，而且你一副好像很有智慧的樣子，可是也不算具足真正的智慧。

就像昨天所舉的例子，如果要破除執對境為由它自己方面存在的執實，要靠我們的智慧，這樣子你才能夠破除這種繫縛，就是斷除這種繫縛，如果能夠將它破除，具有這種智慧的話，那我們心的力量就能夠展現出來。

仁波切：破除執對境為由它自己方面存在的這種執實，我們需要空正見，空正見會斷除這種執實，才會打開智慧，心的力量才能夠展現出來。

所以我們說證空慧，你如果證得了空性，你就有智慧，你沒有證得空性，就沒有智慧。

你要去圓滿六度的功德，完全由我們的心才能夠圓滿，也就是要觀待我們的心，才能夠圓滿六度的功德。那你要去除所有這些痛苦、所有這些恐懼、所有這些過患，也是要靠我們的心才能夠將它去除。所以，不論你所要獲得的功德或者說你所要去除的這些過患、這些過失，完全觀待你的心，所以我們要努力於守護自己的心。

（丑三…寅一、總明）：

「是故我今於此心，應善執持善防護，若除防心真懺悔，別餘懺法多何益？」

「若除防心真懺悔，別餘懺法多何益？」這裡翻“懺悔”就不對了，應該改為禁行或禁戒，也就是改為：**「若除防心真禁行**（禁行是一種修行），**別餘禁行多何益？」**禁行或者是禁戒，比如閉關，有什麼規矩，要怎麼打坐，那些都是禁行。禁行也有一點苦行的意思。

如石法師翻的是：『除此護心戒，何勞戒其餘？』這邊的戒，就是禁行或禁戒的意思。

這邊並不是指說你就不需要去做課誦了，不是那個意思，而是說你如果不將護你自己的心，就等於不需要去做這些課誦，因為沒有用嘛。

仁波切：印度的瓦拉那西大學有一位滿有名的老師，他叫已歇塔皆，現在大概七十幾歲了，他寫了《辨了不了義》的解釋，非常厚的一本書，

他寫了很多的論典，就一直寫。以前我的老師在那邊當老師的時候，他們就是在一起。我的老師說那個老師修行滿好的，但是，他完全不會作功課，沒有唸誦什麼，就這種的人。（而是）一直照顧自己的心，就像《入行論》裡面這個行者一樣，他通常就是一直觀察自己的心，沒有什麼功課的。他一直反對做功課這種，哈！哈！。他也一直聽收音機哦，印度廣播電台就一直聽，他也是看是輪迴或是世界的問題，他心地很廣，講話時就一直觀察自己的心，聽廣播電台也是一樣，不會被環境干擾到，他就看那些是怎麼樣一回事，就看、就會跟別人講，以後在講經時就會講這些事情。法王也是跟他很親近，他寫的那本書－《辨了不了義》的解釋，滿有名的，現代來說流傳最廣的就是那本書。他的個性就像這樣子，完全不作功課的。所以很多修行者，他們也有各個的一些不同的方法。

我們來做這些唸誦、課誦等等，主要是來改變我們的心，你如果做了這些課誦，心沒有改變的話，那你的課誦所做為何？所以一邊做，做的時候（一邊思惟）它內涵的意思，心裡一直要想一想，慢慢（改變我們的心）。

再來就講到防護心的方法（寅二…卯一、防心之法）：

「如於取暖群居處，應須謹畏護創傷，如是居於惡人群，亦應常護自心瘡。」

比如說，當我們跟他人相處的時候，或者說我們與他人講話的時候，要特別的來將護我們自己的心。就比如說我們身上有一個瘡、有一個傷口，那你身上有了這個傷口，碰到一定會很痛，偏偏又跟你相處的這個人，他如果是一個好動兒，一直動來動去，你如果不小心被他碰到了，那一定會很痛。所以，在這種環境之下，你一定要好好的保護你自己的傷口。所以這邊才說：**「與掉舉不慎之眾共住，常謹畏慎護其瘡」**。

如果你身上有一個小的傷口，你不去保護的話，可能就會因為被碰觸而感到痛苦。你如果不去保護你的心，任由你的心所做的話，可能將來你就會投生到地獄裡面去。因為你不保護你的心，會投生到地獄以面去，甚至投生到熱地獄裡面去，所以說（卯一、應須防護之理）：

「若畏身瘡輕微苦，尚須謹慎而將護，眾合山壓諸怖畏，如是心瘡能不護？」

如果我們能夠這樣子來做串習，來將護我們自己的心，那到最後會怎樣？即使你遇到那些讓你一見到馬上心不舒服，讓你起瞋的對象；或者說，你見到那些非常貌美的美女，讓你起貪的對象，在這個時候，你因為串習前面將護心的關係，你的心就有所改變，你就不會隨之而轉了，你就不會被煩惱所轉，你的心就會變成很堅固，所以這邊才說（卯三、防護之功德）：

「若能安住如是行，任處惡人眾會中，或復居於婦女內，堅勤護戒無壞失。」

這邊「惡人眾會中」就是會讓生起瞋恚的惡人，「或復居於婦女內」或者是你處在會讓你起貪的美女當中，「堅勤護戒無壞失」在這個時候，你的心就不會隨之而轉，心會變成非常的堅定、堅固。

以上就是我們去將護心的功德利益，這就可以遮止掉我們生起的貪還有瞋。所以，我們應該要勵力於這樣子的修行。

再來說（卯四、為護心故誓存正知）：

「寧失利養及恭敬，乃至身命亦可捨，亦甯失壞餘善法，唯此勝心勿失壞。」

外在的衣、食或者可以養活我們生命的事物，甚至身語的善業等等，這些我們都尚可捨之，唯有這個心我們不可以輕捨。

問題：仁波切在一開始的時候有講到布施、持戒和忍辱，這些是利他，靜慮跟智慧部分是屬於自利，可是，我們現在聽的部分，講的都是由自心方面的圓滿，那這個分類跟一開始的分類有什麼不一樣？我們現在講的，應該是以自利的部分為主，可是一開頭的時候，仁波切講的是利他，然後後面二度是屬於自利的部份，那在《略論》上以六度的角度來談的話，都是以自利的角度為出發，我不曉得剛剛開始仁波切講的分法是什麼樣方式的分法？

回答：一般而言，如果是照著《菩提道次第》的論著裡面，都會講到四攝法主要是利他的，對不對？那現在六度呢，都是自利的的方面。你如果用這種角度來講的話，那就會很明顯的看出，四攝就是利他，六度是自利。可是，並不是說四攝一定要在六度之外，並不是那個意思，四攝也可以歸納入六度裡面。所以變成，你如果單就六度來作區分的話，六度也可以區分成自利和利他這兩個部分。所以，這裡雖然說布施、忍辱是利他，可是，也並不是說它們沒有含有自利的成分，所以當你在做這種歸類、區分的時候，並不是它很死板的。

問題：因為今天剛上課的時候，仁波切不是有分，自利跟利他以六度以來分嘛！那現在好像上到這一些內容來講，它是以自利的，就是以內心圓滿的角度去說的，那這樣子的話，我們現在談的這個部份，就有包含自利跟利他嗎？是有包含兩個嗎？

回答：可能解釋的角度不同的關係。就比如說悲心，有一些是站在利他的角度在說的，也可以站在自利（自己自利的功德）的角度來說的。所以，自利和利他兩者都有可能存在。

仁波切：剛剛前面講的是《經莊嚴論》裡面的講法。甲曹杰的科判是

以《現觀莊嚴論》來說明為什麼六波羅蜜只有六個，他一直講，前面的科判就是六度的次第他要解釋出來。次第上面講的時候，他就提出來《現觀莊嚴論》裡面講的什麼什麼…，為什麼需要六度，然後六度的次第為什麼這樣子排，那是按照《現觀莊嚴論》講的內容提出來而已。

問題：所以剛開始仁波切有講到布施、持戒可以得人身，那也只有在《現觀莊嚴論》還是《經莊嚴論》？

仁波切：《經莊嚴論》裡面講的，布施、持戒然後忍辱，這三個會圓滿一個人身。

問題：這不是增上生嗎？這一個人身是屬於暇滿人身的部份嗎？

仁波切：她講對了，她講的就是暇滿人身，我們持戒很好的話，（可以獲得）暇滿難得的人身，那這上面還需要八因三緣，（再加上）忍辱和布施，這三個一起的話，就會獲得八因三緣這種的暇滿難得人身，這是為了現前的果位（一個是究竟的果位嘛！），現前增上生。

問題：剛剛仁波切講到，西藏人說小小的心可以握在手上，那是指我們心臟的部分還是另外有所指？

仁波切：心臟！

問題：我們器官的那個心臟嗎？

仁波切：對！對！我們一般人的想法，好像心是在這（胸腔）裡。我們會說：你的心是很小的。我們一般人，心是很小，就給他笑一下，他也會慢慢接受啊。怎麼說，人家生氣，那這種心是馬上可以改變的，所以，「心是很小」也有這樣的說法。但是，它裡面圓滿六波羅度的力量也可以裝得下，它裡面都在。所以，好像看起來很小，但是它裡面也可以裝得下很多東西。

問題：請問仁波切，我很笨的問題，什麼是造作菩提心、願菩提心、行菩提心、世俗菩提心、勝義菩提心？這幾個菩提心在修行上是否有它的次第？什麼程度的時候才是達到這幾個菩提心？謝謝！

回答：如果在你心中生起為了利益一切有情而欲求圓滿菩提的心，就稱為造作菩提心。這種欲利益一切有情，欲求圓滿菩提的這個心，如果你是很任運的生起來，不需要經過一番的作做、造作，任運生起來的話，就稱為菩提心。

在你造作的階段，就不能稱為是真正的菩提心，所以我們才稱為它是造作的。這樣子的意樂，就是想要利益一切有情求證圓滿菩提的這個意樂、這個心，如果不配合起你實際的行為、行持，就稱為願心。如果你用

這種意樂去受菩薩戒，受了菩薩戒之後，你的所做所為又不違犯菩薩戒，也就是你的菩薩戒沒有退轉，那你依著這個意樂，配合起好的行持，這個心就稱為行心。那即使你有受菩薩戒，那你也有先前的意樂，那你也有在行菩薩行，可是，你這個菩薩戒有退轉的話，那你所行的這菩薩行呢，你在行菩薩行這個時候的心，不能稱為是行心，因為你的菩薩戒已經退轉了嘛，所以只能是屬於願心的範圍而已。

仁波切：所以，願心的範圍不一定是離開行持，這不一定。行菩提心的「行」是怎麼樣的行？是要受菩薩戒，（而且）菩薩戒一點都沒有退轉，在很清淨的當中修行－行持，那種的菩提心，才稱行菩提心。所以，行菩提心的「行」不是一般的行，要受菩薩戒沒有退轉，（而且在）清淨當中的行持，才算是行菩提心的行。

所以，願菩提心先還是行菩提心先？一定是先有願菩提心，然後才能受行菩提心。可是，有時候我們會行了菩提心之後，又退到願菩提心。然後又進入行菩提心，又退回到願菩提心。

也可以說，我們打坐的時候，（緣）空性上面我們打坐，這個時候有沒有菩提心呢？這時候我們心裡有沒有菩提心？我們會說這個時候有菩提心，但是，它沒有現起，它有菩提心。那種菩提心，永遠不會是行菩提心，行菩提心的話，一定是需要現起的，好像行持當中，行者跟菩提心一起的，菩提心現起，然後也有做行持，所以這種一起才稱行菩提心。

在空性上面打坐的時候，這上面有沒有菩提心？有菩提心，那種菩提心是什麼？那種菩提心永遠都是願菩提心。願菩提心它也會變行菩提心哦！比如說見道，見道以上的話，菩薩戒完全不會退的。資糧道跟加行道的話，就不一定。從中品資糧道（開始）不會破菩薩戒，但是會退，退跟破不一樣，見道以上完全不會退。

空性的根本定當中，有沒有菩提心？有菩提心。有沒有行菩提心？行菩提心沒有。比如說見道的修行者，他們在空性上面打坐的時候，他們的行菩提心就變成願菩提心；那他們下座，出來修行的時候，他們的菩提心就變成行菩提心。所以行菩提心跟願菩提心會變，有時候會變行菩提心，有時候會變願菩提心，等到成佛的時候，就只有行菩提心，沒有願菩提心，即使在根本定當中也是如此。

一般在經論裡面所說的菩提心，大部分都是指世俗菩提心，勝義菩提心也就是指證空慧，在現證空慧的心當中，它已經不再以圓滿菩提為它的對境，它是以空性為它的對境。所以，我們也會說勝義菩提心不是菩提心，（菩提心一定是世俗菩提心，）它為了成佛所以才稱菩提心，就這樣子而已，它不是真正的菩提心。它真正的是為了成佛，勝義菩提心才會斷除煩

惱嘛，所以給它一個名子就叫菩提心。我們不會稱它菩提心，勝義菩提心不是菩提心。

問題：請問仁波切，好像我們現在的程度，應該都是只有起造作的菩提心、只能生起造作的菩提心。那比如說，我們每次上課都會唸皈依發心：「以我布施等福德，為利眾生願成佛」，那我也也很用心的在這邊想「為利眾生願成佛」。那像這種造作的菩提心，它有沒有像〈讚菩提心功德〉裡面講的菩提心功德真是不可思議，那這造作的菩提心，它有沒有少許的功德或者力量？

仁波切：現在那個造作菩提心，也要考慮我們有沒有？哈！哈！…造作菩提很難囉。我們先要認識佛、了解佛是很難的，那造作菩提心的話，它已經認識佛了、已經了解佛了。造作菩提很難，好像相似的造菩提心吧！功德當然有的，但是也有差別的。

問題：我記得仁波切以前有講過，想要發願往生極樂世界，至少要有造作的菩提心，那我們不是更沒望了？

仁波切：造作菩提很難囉，因為菩提心的情況是一樣，但是它（造作菩提心）要努力的做才會生起，差別是在這裡，所以造作菩提心很難。

《入菩薩行論十二》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2005/4/10

我們知道寂天菩薩自己非常深入的去實修菩提心、自他相換，可以說是日以繼夜的在實修，為了讓我們這些後來的行者能夠跟他一樣很深入去實修菩提心和自他相換，他就寫了這一部《入行論》，最主要的目的是要讓我們能夠跟他一模一樣的來實修。現在我們已經講到第五品〈守護正知品〉，也就是守護我們應該遵守的學處，最主要也是講到我們要學習守護我們個人身語意三門的行為。

第五品前面科判講到我們應該要守護我們的學處，主要是指三增上學，學習三增上學主要也是為了要守護我們自己的心，而要守護我們的心，就必須要利用正知和正念。好像我們本來有一顆心，而要用另外一顆心去保護它一樣。因為我們身語的行為都來自於意樂的發起，要守護這個心，就一定要去觀自己的心，要觀自己的意和心就必須要有正知，在還沒有生起正知之前，還必須要先知道如何觀察自己的心及如何守護自己的心，我們必須先知道何者是好的及何者是壞的，而且在了解之後，你還不可以忘記，這就是要有正念。先生起正念之後，才能用正知去觀察我們的意。

請看第八十六頁的科判，「**子一、守護學處之方便為守護心，子二、守護心之方便為守護正念知**」，以正念和正知來守護我們的身語意三門。第一個偈頌是（子二、護心方便護正念知　分二：丑一、總明）：

諸欲守護學處者，首須謹畏護其心，
若於自心不防護，必不能護其學處。

我們要觀察我們的心，好像是用另外一個心來觀察我們的心一般，而所用的另外一個心就是正念和正知。正念要先，之後才是正知。因為正知是用來察覺我們身語意三門到底是趣向何方，而正念則是了知我們的心安置於善品上的方法而且不忘失。所以，要先用正念，然後再用正知。

這邊講到要先生起正念，也就是我們要先了解我們的心是如何安置在所緣境上，了解之後不忘記，這就是正念。譬如，我們去隨喜他人所造的善，他人所造的善是我們的善所緣境。當我們看到他人受苦時，會心生悲愍，等於他人受苦的情況變成我們的善所緣境。相反的，當我們看到別人善的一面時，有時會生起隨喜的心，有時卻會生起嫉妒的心。若生起隨喜的心，他人的好處會變成我們的善所緣境，而生起嫉妒心時，他人的好處

則不見得會變成我們的善所緣境。見到他人受苦時也是如此，看到他人受苦時，有時我們反而更貶低了他們，他的受苦就不是我們的善所緣境了，如果見到他人受苦而心生悲愍，那就會成為善的所緣境了。

無論是怎樣的境界，比如遇到讓我們生起貪欲的對境時，我們如果去看這個讓我們生貪的對境是無常、無我、苦的，心中所生起來的就是一種善心，這個對境就會成為我們的善所緣。了解我們的心是如何安置在善所緣之後，就不要忘記它，這個「不要忘記」的心就是正念。

我們的心在面對各種對境時，有些對境會讓我們生起不善的心，也會讓我們生起煩惱，這種會使我們生起不善及煩惱品的，都不是我們的善所緣，與之相反的就是我們的善所緣。讓我們懂得利用對境來轉換我們的心變成善或轉換對境變成善所緣的這一個心就是正知。如果我們具足正念和正知的話，就一定能將我們的心守護得很好。

接著要講到不正知的過患，請看第九十四頁，「**丑二、別釋 分二：寅一、不正知之過患**」，如果沒有具足正知的話，可能做起事來就會力道不夠。請看文（卯一、離正念知一切所作悉下劣無力）：

世人若為病所纏，於諸事業無能力，
如是愚昧所纏心，於諸事業亦無力。

這個人如果必須去做耕種等等農事，或者必須去做其他的工作，如果他身體染病的話，做起事來的力道一定不夠，沒有力氣去做。同樣的，如果我們的心被煩惱所擾，當我們的心要緣念在善的所緣境時，力量也會變得很小。因為我們的心已經被煩惱所擾亂了，而且已經錯亂了，所以，做善業根本就沒有力量。這裡的「諸事業」指的就是這些善業，而不是指惡業，如果是一個被煩惱所擾的心，那做起惡業就非常有力了。

就好像我們在閉關的時候，都會有一個目標，希望透過閉關成就一個本尊法或生起某種證悟。在這個目標訂定之後，就要實際去禪修，在做的時候，要先了解心是如何安置在自己所定的目標的善所緣上，先要知道它的規則可以先透過儀軌或解說，先去了解所要成就的規則是什麼。如果照著如理去做的話，可能很迅速就能成就，否則的話，可能身在關中而心在關外。要先去了解這些規則，之後在實修的時候，也不可以忘記之前所了解的這些規則，也就是必須先有正念，之後真正在做的時候，就去觀你自己的心有沒有好好的安置在善所緣上，這才有正知。否則的話，如果身在關中而心在關外，不管再怎麼修，證悟都永遠生不起來，本尊也就不可能

成就了。

《道次第》一開頭講到依止善知識軌理，就講到體性如何、所緣如何、數量如何、次第如何，我們一定要先有所了解，而且是要圓圓滿滿的悉數、無錯誤的了解。也就是要先去了解善所緣是什麼，然後不要忘記善所緣。實際在做的時候，要用正知去偵察自己的心是否有安住在善所緣上。所以，宗喀巴大師才說：「前說者應該要配合到下面所說者來實用。」前面所說的規矩，應該拿到後面繼續再使用。所以，我們在實修的時候，在正念之上還要再加上一個正知來作偵察的工作，讓我們的心不管在修任何法都不放逸，如此一來，你想要成就本尊法可以成就，你想要得到任何證悟也都可以得到。

在古代人心渙散的情形可能沒有那麼嚴重，所以，有些人在修奢摩他（止）時，幾個月的時間就可以成就，修本尊的閉關法也可以成就本尊法。可是，到我們這個時代，就沒有辦法了，一方面心沒有具足正念，而且又沒有用正知去觀察自己的心，所以，現在的閉關等於都是去計數而已。

這邊講到，如果我們沒有正知的話，除了「於諸事業無能力」之外，我們的慧也會衰退。請看文（卯二、般若不能清淨）：

若時心不具正知，雖有聞思修等善，
宛如罅漏瓶中水，空勞汲引難貯積。

我們雖然有了不忘記的正念，如果沒有正知來補強的話，這個正念可能就會衰退，先前已經獲得的慧一樣會衰退。如果有正知來輔助的話，正念就會增長，如此一來，慧也會增長。如果我們希望智慧增長，就應該要善為使用正知來輔助它。

請看文（卯三、律儀不能清淨）：

縱具多聞及淨信，常時奮勉勤精進，
由不正知之過患，終為罪墮所染污。

如果我們沒有具足正知的話，我們所具足的律儀就不清淨，也就是戒無法守得很清淨，律儀就是用來約束自己，要自我反省自己是落入善業或不善業當中。如果具足正知的話，就會自我反省自己是否遵守曾經許諾過的種種誓言，也會反省是否有違犯，或者心是否落入不善品當中，或者心是否趣入善品當中，會去自我反省，自我會偵察到。如果沒有正知的話，我們可能就不知道自己是否有違犯自己的誓言，也會因此而慢慢染患種種

的罪墮。

請看文（卯四、失壞先所積之善法）：

不正知如諸竊盜，隨於壞失正念起，
雖勤積集諸福德，如被盜劫趨惡趣。

如果我們沒有正知的話，不但律儀無法清淨，而且，正念將會失壞，智慧也將會衰退，同時心就會生起種種煩惱，就會忘記善所緣，本來是一個好人，可能因此就漸漸變成一個不好的人，先前所造過的種種福德也會漸漸失壞，而變成一個無福之人。

請看文（卯五、障未作善法成就）：

如斯煩惱劫賊群，常時乘隙伺人便，
遇隙乘機劫善根，能壞一切善趣命。

如果沒有具足正知，可能先前的善將會失壞，未來也不會再新造種種的善，因為煩惱會非常強盛之故。這裡將煩惱比喻成竊賊、強盜一樣，它會伺機來搶奪我們造善的機會，同時也會壞了我們將來得到善趣的慧命。

如果沒有正知的話，我們的損失將會非常大，所以，應該要生起正知，在生起正知之前，必須要先生起正念。請看文（寅二、守護正知之方便為守護正念 分二：卯一、總明）：

故須常以正念力，護意根門無暫捨，
若稍縱念急攝心，正念惡趣諸損惱。

我們既然要先生起正念，而且也必須要先生起正念，只有心中生起正念，才能夠不忘記先前種種善的所緣，如果心中生起正念，就應該要去守護所生起的正念，而不要讓它丟掉。可是，我們有時候並不在意，並不會特別去守護我們所生起來的正念，而會將所該緣念的善所緣品不經意的擺在一邊。如果發現自己的心是這樣放縱正念的話，就應該要趕緊攝心，馬上把心收攝回來，去思惟三惡趣的痛苦，由心生害怕三惡趣種種痛苦的緣故，將正念再提攜回來。

我們內在所生起來正念正知的這個師長，我們應該跟它永不相離，時時刻刻都應該跟它們在一起，因為內在的這個師長對我們的心會有最大的利益、幫助。至於外在的師長，我們偶而會在他們的座前聽聞佛法，以獲得利益。如果希望心相續迅速的生起種種的證悟，或是希望修行能夠更上

一層，就不可以離開內在的師長，即不可離開正念和正知。

如果在心相續當中生起正念和正知，我們就一定能生起所要獲得的體悟，當我們希望獲得念死無常的了悟，或是希望獲得暇滿人身的了悟，只要有正念和正知，就一定可以獲得。除了不忘記善所緣之外，還要具足正知來偵察我們的心。要使用正念和正知之前，應該先知道它的體性如何、次第如何、數量如何，然後再去利用正念不忘記善所緣。當生起不忘記的正念時，我們要好好的把持住，不要讓正念丟掉了。除了把持住不忘的正念之外，還要利用正知去偵察自己的心，如果發現心已經沒有那麼專注於善所緣時，就要用相反的方式來作思惟。比如當無法生起念死無常的心時，心安住於善所緣的力量已經衰退了，我們就要馬上想：「如果沒有思惟念死無常，會有什麼過患？如果墮入三惡趣，又有什麼過患？如果隨著我執轉，又會有什麼過患？」也就是用正知來偵察出心的走向之後，馬上用相反的對治品把心拉回來。請看文（卯二、別釋 分三：辰一、外緣依止善知識）：

或從師長或善友，或復依心親教師，
具足善根能畏敬，正念無難自生起。

接著講到生起正念的方法，有兩種方法，一個是依於外緣，一個是依於自己的內緣。以外緣來說，比如與師長或善友同行，此時就不容易忘記善所緣。另一個是依於內緣，也就是自己要生起慚和愧的心。有很多讓我們生起正念的方法，比如閱讀密勒日巴尊者或宗喀巴大師的傳記，或是閱讀許多行者如何修行的典故及傳記，或是到某一位很好的出家眾之前，了解他是如何用功修行的，這些都可以提起我們的正念，也都可以讓我們的心不會忘記所緣。尤其在與人相處的時候，自然就會很小心自己的言語、舉止，那時就會比較具有慚和愧的心，這也會提起我們的正念。

舉例來說，上次仁波切去達隆沙拉時，那邊有很多閉關房，仁波切就去拜訪閉關者，去的時候，仁波切就自我提醒：「我也需要這樣子做，要把我的心放在善所緣上。」

註解中有講到：「**知慚識愧，由懼他訶厭故。**」怕他人訶厭是一種害怕的心，事實上，還可以把這種害怕的心配合到畏懼三惡趣的苦等等。

剛才講的是外緣的部分，接著講內緣，也就是如理作意的部分。請看文（辰二、內緣如理作意）：

諸佛如來及菩薩，常時具足無礙眼，
我身恒時正安住，諸佛菩薩聖目前，
如是思惟具慚恥，恭敬怖畏如是思。

就是要經常思惟自己是處在諸佛菩薩的跟前，自己的所作所為是諸佛菩薩經常都觀見得到的。如果我們沒有認定自己是真的在諸佛菩薩的面前，即使身處在佛像的面前，也可能會懷疑這個佛像裡面不知道是否真的有佛住在裡面，這就是因為我們沒有對這個佛像作真實想。如果我們這樣子想的話，自然對於諸佛菩薩常在的信心就會生起來，也就不會在諸佛菩薩面前胡作非為了，便會生起慚愧羞恥的心，也就會提起正念了，這就有利於激勵我們將心安住於善所緣上。

一般而言，我們在修四力對治法時，第一個力就是依止力，依著依止力來作懺悔時，我們要觀想懺悔、皈依的對境，對自己所要皈依的對境生起強烈的信心，相信他有能力庇護我們，此時要思惟「**諸佛如來及菩薩，常時具足無礙眼**」，要思惟他們是毫無障礙的能隨時隨地觀照到我們，在他們的跟前，我們要自我許諾：「從此以後不再造惡了，而且要守護自己的心，讓自己的心趨於善。」能這樣做的話，我們所用的依止力就發揮它的效用了。否則，即使說用依止力來作懺悔，僅僅是說謊騙人而已。

在我們生起正念之後，就會生起正知，如何由正念生起正知呢？先前所說的生起正念是依於外緣和內緣而生起的，依於內緣就是要如理作意。生起正念之後就要生起正知，請看文（辰三、由正念生正知之理 分二：巳一、生正念之理）：

如是亦能數數生，正念隨念於諸佛。」生起正念是要隨念於佛，要生起正念一定要不斷的去作意思惟，正念的念就是不忘記的意思，要不斷的作意思惟才能夠做到不忘記。「**正念隨念於諸佛**」當中的諸佛就涵蓋著法和僧，不斷的去隨念他們，提起正念，也就是要去緣念善所緣。

我們要以哪一點作為我們所要緣念的善所緣呢？這裡特別講到要去緣念佛法僧的功德，其中任一個都可以。事實上，善品的所緣是非常廣泛的，所有這些善所緣也都可以約攝為佛法僧的功德。就像我們說皈依，皈依的範圍是非常廣的，可以說一切修行都可以歸入到皈依當中，皈依就涵蓋了下士、中士及上士的所有一切修行，也涵蓋了顯和密的修行，全部都可以約攝在皈依裡面。所以，皈依的範圍是非常廣的。善所緣品也是非常廣，我們可以把它約攝於佛法僧三者的功德當中。

請看文（巳二、由彼生正知之理）：

若為守護意根門，其時正念能安住，
爾時正知即現前，縱或暫失能復生。

我們如果有了正念，就要好好利用正念來對治煩惱，而在對治煩惱的時候，還需要正知的協助，正知可以協助我們對治煩惱。如果沒有正知的話，本來已經生起來的修證，將很難以增長，甚至就衰退掉了。這些衰退掉的修證，想要將它回復，就必須要靠正知，此時就要再回頭把正知抓回來，才能將流失掉的修證再取回來。對我們而言，努力去提起正念和正知是很重要的。

以上就是讓我們了解，如果不生起正念和正知會有什麼過患，也讓我們了解生起正念和正知的方法。正念和正知是我們必定要具足的。如果想要將三增上學中戒學學好的話，正念和正知絕對是不可或缺的，更不用說定學和慧學了，要在定學或慧學上提昇證悟，也一定離不開正念和正知。比如修奢摩他，當成辦奢摩他的時候，就已經圓具了正念和正知的功德了。因為在修奢摩他的整個過程，都要使用到正念和正知，更何況是進一步修毗缽舍那時。

請看第九十七頁的科判，「**子三、以正念知守護心學行之理 分三， 丑一、學律義戒之理， 丑二、學攝善法戒之理，丑三、學饒益有情戒之理。初中分二，寅一、於三門串習勵力，寅二、守護勿失。 初中分三，卯一、觀察身語串習，卯二、觀察意串習，卯三、釋應止應作分齊。初中分四，辰一、身有所作先觀其意樂，辰二、屬於瞻視等之所學，辰三、配合別餘威義，辰四、觀察止住串習。今初。**」

這裡說到要用正念正知來守護戒增上學，或許有人會覺得：「在三增上學當中，戒增上學是屬於層次比較低的，因此，這裡的正念正知也應該是屬於層次比較低的。」但是不應該這樣想，我們要防止來世墮入惡趣當中，就要依著戒增上學才有可能。而且，如果在修學戒增上學時使用正念正知，就可以遮止粗品的煩惱，等於戒增上學是遮止粗品煩惱的一種修行。因為粗品煩惱是使我們受粗重痛苦的一個主要原因，到了定增上學和慧增上學，則是遮止屬於所生起來的細品煩惱。所以，現在很重要的是先遮止粗品煩惱，先去除掉粗品的痛苦，也就是不墮入三惡趣當中。對我們而言，細品煩惱帶給我們的苦不是那麼的粗重，我們感覺不出來，也不會有投胎地獄道等等的結果。

請看「(辰一、身有所作先觀其意樂)：

初以如是正知心，若知此事有過失，
爾時即應捨所作，寂然而住如株杌。

卯一講到觀察身語，也就是把身語放在一起談，在觀察自己的身語之前，應該要先觀察我們的意，由我們的意樂發起會顯現出身語的行為。就我們現在的程度，都不會先去觀察意樂，所以，我們的身語行為就會隨著心中生起的煩惱而轉，就好像瘋子一樣，這就是因為沒有正知的關係，才會隨它而轉。如果有正念正知，此時就會去觀察，比如在與他人互視時，或對他人口出任何言語時，就會提起正念正知來自我約束。對我們而言，現在只是開始在學使用正念正知的階段而已。如果遇到一些會引生出有過失之事時，我們應該馬上用正念正知來告訴自己不可以隨著心中的煩惱而現出身語的行為。那要怎麼做呢？「**寂然而住如株杌**」，好像一棵乾枯死掉的枯木一般，呆呆的坐在那裡，一點感覺都沒有。平常人常常是來不及觀察就講出來了。

接著講到「**辰二、屬於瞻視等之所學**」，瞻視就是眼睛去看，也就是非禮勿視的意思，一些沒有意義的就不要去看，因為我們透過眼睛的注視，就會隨著對境的形狀、顏色等等，而生起好壞的分別，因而生起貪瞋等煩惱。要如何對治而使這些煩惱不要生起呢？也就是當我們注視對境的時候，要思惟：「它是無常的，它是苦的，它僅僅是輪迴當中的某個法而已。」用這樣的思惟，讓我們的心先緣念在善的所緣上，要先學習什麼叫做善所緣，比如先緣念佛像、經典，對這些先生起信心，先學習這些善所緣之後，再見到外在的人事物時，心中所生起來的就是這些善所緣，而不會隨著惡而轉了。

眼睛對我們有很大的恩澤，因此，我們就應該讓它造一些善業，要讓它去看一些佛像、經典。同樣的，我們的身體也對我們有很大的恩惠，所以，我們要好好使用我們的身體。

仁波切有一位上師，已經七十幾歲了，他叫做根亞旺，他就常常告訴學生們：「你的眼光不要亂看。」這裡講到可以看的距離就差不多是「一中軛許」，軛就是牛軛，古代耕田時是兩隻牛犁田，中間有一根木頭，就是牛軛，我們的眼光應注視的範圍就差不多是那樣的寬度而已，不可以隨便亂看，這是站在毗奈耶的觀點上說的。

剛才講的就是第九十八頁的第一個偈頌（巳一、總明眼瞻視之諸行）：

見之無義唯散亂，我終不應觀此境，
常時如是應思惟，目不他瞬正瞻視。

如果這樣做的話，萬一眼睛疲勞時怎麼辦呢？請看下一偈頌（巳二、

疲勞時應如何）：

若為暫息疲勞故，偶一放目瞻諸方。

這裡的瞻諸方並不是叫我們的眼睛四處張望，而是眼睛往天空望，放鬆一下而已。

如果自己的徒弟來到你的視線範圍之內，若不需要他們的恭敬，就可以馬上把眼睛轉開，不需要去看到他們恭敬的樣子。可是，如果遇到熟識的人，可不要裝成沒看到，一副很有修行的樣子。應該要舒顏和善的去跟他握握手，問候他一下。請看文（巳三、他補特伽羅來前時當如何）：

若見有人來目前，舒顏平視讚善來，
諦察道途怖畏故，亦應數數觀四方。

如果我們在荒郊野外或森林裡面，此時就不需要那麼拘謹，應該要四處張望有沒有野獸，因此，此時就應該要放眼觀四方。

如果一直往某個視線範圍看，累了之後，就可以稍微往後面看看。請看文（巳四、憩息之時當如何）：

憩息之時應回顧，審諦觀察於後方，
前後審視諦觀已，或當前進或退行。

因為一直往前看也會累，就可以往後面看看，休息一下。如果來到懸崖斷壁時，就不可以這麼拘謹了，還是要好好的前後左右觀察地形，以免有掉下去的危險。

辰三、配合別餘威儀：

如是一切時處中，知所當為而後行。

在任何時刻當中，我們的所作所為都應該與法相隨順，如果是與法不相隨順的，就不要做。

辰四、觀察止住諸行。」當我們沒有在行走的時候，坐著的時候也可以觀察。請看文：

是否身應如是住，當於事先預思惟，
今我此身如何住，復應時時勤觀察。

觀察姿勢是否端正。

以上是就身語方面來做觀察，身體的坐姿也會關係到我們的心穩不穩定，因為坐姿正不正會影響到體內的脈直不直，而脈直不直又會牽涉到氣的運行是否順暢，而氣順不順暢又會影響心是否能夠很寧靜、平穩。所以，最好是用毗盧八支坐法。

有人說外在的威儀不重要，最重要的是內在的心思。事實上，如果外在的威儀都不能很謹慎照顧的話，要照顧到內在的心思會更困難。在達隆沙拉有一個閉關者，他的閉關房蓋得很好，往他關房的階梯都做得非常好，而要去其他閉關房的階梯路就非常不好，不是泥巴就是石頭路。仁波切到了那裡，他說他的階梯是自己做的，仁波切就問他為什麼要做那麼好的階梯，他回答說：「眼睛能見的次第都不能做好，而眼睛見不到的次第要做好，那就難以相信了。」仁波切講到三個名詞，一個是眼見(顯現)的，也就是目可見的，一個是略為隱蔽的，另一個則是極為隱蔽的。

一般而言，對我們這些初機者，很容易落入外在的事物上，只會去著重外在身體的行住坐臥，甚至環境上很多讓我們生起煩惱的事。比如我們的東西太多，或是我們所處的環境，都有可能會助長我們生起煩惱，所以，我們初機者對外在的人事物要非常小心。有人說外在不重要而以內在為主，說這種話的人如果不去遵守一些該遵守的規矩的話，可能就會胡作非為了，所以要很小心。

請看第九十九頁，**卯二、觀察意串習 分二， 辰一、繫心善所緣境， 辰二、觀察於善法能否專注一心。今初：**

心如狂象未調馴，正法於心如大柱，
云何繫心令不逸，如是常時應練修。」

我們的心要拴繫在善所緣上，不要讓心像精神錯亂的瘋子一樣隨著煩惱一直轉，否則就像這裡的比喻一樣，心就會像一頭狂象一樣到處亂走，這就是我們沒有用正念正知將心拴繫在善所緣上之故。因此，要以正念正知將我們的心拴繫在善所緣上，故說「**正法於心如大柱**」。

請看文，**辰二、觀察於善法能否專注一心：**

若人勤修三摩地，終勿剎那縱放心，
今我此心何所行，應當如是勤觀察。

我們要把心安置在善所緣上，而且是要非常專注的安置在善所緣上，善所緣並不是只有在我們的心中現起而已，而是更進一步要讓心緊緊的拴

繫在善所緣上。如果修三摩地（禪定）的話，當然就要全心的放在善所緣上。可是，這裡所謂的全心放在善所緣上，並不是像修奢摩他那樣心緣在上面一點都不動搖。而特別是講心要拴繫在各種善所緣上，而不是像奢摩他只有一個而已。

藏文的三摩地意思跟我們修奢摩他的止是不太一樣的，修三摩地主要的意思就是要讓心不渙散到其他的事物上，心要內住在善所緣上。我們的心是否能內住在善所緣上，要經由心所示現出來的身語行為並透過正念正知去觀察，用這種方式來修行。要收攝我們的身語意三門於善品上，不要讓身語意三門落到造惡的惡品上。當我們在念誦這些偈頌時，也應該要回想起寂天菩薩非常殷重的諄諄教誨。

《入菩薩行論十三》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2005/4/17

就像上次說的，我們要以正知如理偵察我們身語意三門所的有舉止動作。在要生起正知之前，則要先生起正念，之後再將正念和正知兩者結合起來，來守護我們身語意三門。

當師長在解釋正念和正知時，會用很多不同的比喻，有時說正知如同繩子一般，有時則說正念就像繩子一般。可是，在一般的論著當中，會說正念就像繩子一般，而正知是做偵察工作者，會將外逸出去的心勾攝回來。在修的過程當中，將正念和正知兩個結合起來一起修。

又有一種比喻是抓小偷，去抓小偷的是正知，抓回來之後，要關在監牢裡面，用繩子綁起來，這就是正念。所以，正知的工作就是要去偵察心有沒有渙散出去，一旦渙散出去，就要馬上把它勾攝回來。

在修的過程要將正念和正知兩個結合起來，也就是把正念拴繫在善的所緣品上，或是說綁在善的所緣品上。而在這之前要先知道如何安立善所緣品，然後才能把你的念頭拴繫在善所緣上。如果念頭有所動搖時，就要馬上用正知察覺到，而且要馬上把它收攝回來，再馬上安立在善所緣品上。要馬上做到這一點是有點困難的，所以，我們可以先讓心處於平等捨的狀態，也就是處於無記的狀態，讓心處於休息、放鬆的狀態中。並不是馬上就把心拴繫在善所緣上，而是先讓心得到一個休息。

有些修行人打坐時強調要放輕鬆，而沒有特別強調要把念頭拴繫在哪一個對境上，這樣也有一點好處，因為我們的心一向都是妄念紛飛的，而在修禪的過程中，有機會讓心休息，如果心能休息、放鬆，則氣的運轉也會比較平順，氣同時也會跟著休息，血也一樣會流動得很順暢，身體自然就會比較好。如果講到修禪、觀氣及觀身體的狀況，這些修持方法並不是把念頭拴繫在善所緣上，而只是讓身心放鬆、休息而已。

就我們而言，現在馬上將妄念完全停止是不可能的。因為我們從古來就一直串習妄念紛飛的狀態，所以，很自然的就會妄念紛飛。既然我們要減低妄念，就要先認知什麼是妄念，可以透過禪修的整個過程去觀妄念到底生起多少次數，而且在妄念生起時，心就已經渙散出去了，所以，一生起就要馬上把它抓回來，不斷用這種方式去做，心就會越來越平靜，心也會得到休息了。所以，先要去認知妄念是什麼，自己要察覺有妄念時心的

覺受是什麼及無妄念時心的覺受是什麼，就可以察覺出兩者之間的區別了。

上次講到《菩提道次第攝頌》或《功德本頌》時有講到奢摩他。要成就奢摩他，就要先去成就些許的住分，從這裡開始來成就奢摩他，因為以前講過，這裡就不提了。

我們要善用正念和正知，用正念把我們的心拴繫在善所緣品上，雖然現在做起來不是很容易的一件事，可是，可以先讓我們的心處在平等捨的狀態，之後再慢慢讓心安置在善所緣品上，也就是要加以串習。因此，要以正念和正知來觀察我們的身語意三門的所有一切行為。而在觀察的過程當中，有時應該要用正念，有時則不見得要用，這一方面也要加以瞭解，有時就是放任，不需要太過於造作，而有時卻要如理如法的去做。就像第一百頁的偈頌所說（卯三、釋應止應作分齊）：

怖畏大施會等俱，若力不能許聽便，
是故佛言行布施，應當捨置於律儀。

當我們在做布施的時候，有時會跟戒律有所相違，這個布施如果是很重要的布施，此時就可以暫時將此律儀放置在平等捨的狀態。

如果我們要去做很重要的事，而此事可能會傷害到我們的性命，或是要去上供三寶，積聚很大的大資糧，或是要去利益眾生，具此三大意義的重要之事，我們要去做的時候，有時會跟我們所守持的戒有所違犯，此時就可以暫時捨下你所應該要遵守的律儀，在經典當中有這樣的開許。如果是就別解脫戒而言，其中的他勝罪是連有生命危險時也不可以捨的，至於其他的惡作、墮罪、僧殘等等如果跟剛剛說的三大意義的事相違時，為了利益眾生的緣故，是有所開許的，這是根據**《無盡慧請問經》所說的：「如是布施之時，持戒所攝法應當暫捨。」**也就是此時可以暫時捨下這些比較微細的律儀。

剛剛說過，當我們在做很重要的布施時，可以暫捨微細的戒。有的人就提出疑問：「在六度當中，持戒豈不是高於布施嗎？為什麼可以將它暫捨呢？」接下去就是回答，請看文：

思應先作當從事，此外更不思餘法，
即於此事繫其心，唯求成辦於此事。

遇到這種很重要的利益眾生的時刻，這些微細的戒是可以暫捨的，就是為了「唯求成辦於此事」的緣故，因為持守這些微細的戒是難以圓滿去利益到眾生的，也難以圓滿的積聚所有的資糧，這些微細的戒力量並沒有

那麼大，因此，就暫時把它捨下。請看文：

如是所作皆善妙，並修餘法非所能，
不正知之隨煩惱，如是能令不增長。

如果能這樣依次的去修持，輕重次序毫無紊亂，所做的皆是善妙。如果輕重次序都搞不清楚的話，所做就無法皆善妙了。在二十隨煩惱其中的一個是不正知，也就是不知道要如何如理去做觀察，如果能這樣如理如法去做的話，不正知的隨煩惱都不會增長。

我們在修下士道的法類時，就是要以下士道所說的為主來做，有時候我們會不以該修的來修，而往上跳到菩薩萬行當中，因為沒有照著次第來做，反而可能會傷害到我們下士道所應該修持的法類，這樣就無法「**所作皆善妙**」了。如果沒有按照修行的次序來做，可能不正知的隨煩惱就會生起來了。倘若能夠如理如法的按照次序來做，就像《道次第廣論》所說的次序一個一個來修，所作的一切就都會成為善妙。

所以，我們要時時的用正念和正知來檢查身語意三門的所作所為，佛陀也有開許在特殊狀況時可以暫捨一些微細的律儀。接著是講到守護勿失，請看第一〇一頁科判，「**寅二、守護勿失分二，卯一、身之所學守護勿失，卯二、心之所學守護勿失。初中分三，辰一、勿隨散亂自在，辰二、斷無義行，辰三、作所作時觀察發起意樂。今初。**」第一個偈頌是：

戲笑談論有多門，稀有奇觀亦多種，
若時趣入此等事，於彼貪著應斷離。

對於那些無意義的言談，或是看戲劇，或是眼睛亂看、耳朵亂聽等等身語行為，這些都會讓我們的心渙散到貪欲眾多的對境當中，應該要全部斷除。

有時候為了利益眾生，有必要去做一些事，在做的時候，內心也不應該生起貪著的心，應該要將貪著心斷除掉。有時難免為了他人利益而必須外出，或是處於眾人的聚會當中，或是到餐廳去，在外出時，可能會遇到很多人，也會遇到很多不同的情形，此時要在內心斷除耽著那些生貪的對境。並不是只要發願就不會生起貪了。而是像早上所說的，當面對著對境的時候，應該要斷除對此對境生起它是無因生的、它是常的、它是諦實存在的等等想法，能夠這樣，我們就不會生起貪欲的心，如果沒有將這些斷除，就會對這個對境產生貪著的心。

仁波切說大家都應該去配一副眼鏡來戴，這一副眼鏡就是業果的眼鏡、無常的眼鏡、無諦實存在的眼鏡，通通都戴上來之後，再去看看所面對的對境。

我們要經常去觀自己生起煩惱的因緣到底是什麼，有時我們在跟自己的煩惱對抗的當下，比如我們看到他人違常的行為，不悅的感覺會生出來。我們看到他跟煩惱為伍，會讓我們覺得心中感到很不舒服，此時又要進一步思惟：「這一個人雖然希望獲得安樂，可是，他一直無法獲得安樂的滿足。他不希望遭遇到痛苦，可是，他卻一直無法跳脫痛苦。」他的情形跟我們自己的情形是一模一樣的，此時就會生起悲憫心來看待他，恨不得他能夠飛天鑽地而遠離所有他不想要的痛苦。當心生悲憫時，即使看到他人不好的行為時，也不會心生不悅了。

我們修行人是要不斷的在對抗煩惱，因此，當我們看到別人陷於煩惱當中的一些行為，就會心生不悅，可能也會生氣。他們這樣的動作是不是因為他們過得太快樂了呢？並不是。他們的心裡還是一直有需求，不滿足於現在的快樂，因為他們一點都不想受苦，為了達成這個目標，他們就一直找尋方法，可惜所找尋的方法不對。想要追求快樂是大家都一樣的，你我如此，佛菩薩也是如此，當下是一模一樣的，但是，沒有人得到滿足，佛菩薩也沒有滿足。如果以這個角度來看，就像我們自己生病時，如果看到別人也生病，就會覺得他一定是很痛苦。現在我對離苦得樂的希求很強，他的希求也很強，所以，他也像我一樣的可憐，就是像這樣的看法，我們就不會生起不悅的心態。

當看到別人希求安樂而不願意痛苦，卻又沒辦法做到時，我們可以取他的經驗為自己的經驗，這樣就會產生不同的覺受，就會產生更強的悲心，也會更強烈的替他著想。

剛才所說的，就是我們眼睛看的、耳朵聽的或嘴巴講的無意義的行為應該先要斷除，接著講到身體相關的無意義的行為也應該要斷除。請看文（辰二、斷無義行）：

無故掘地斷生草，或復占相觀星宿，
應念如來制學處，即時恐懼而棄捨。

沒有什麼意義的去挖地、拔草。「占相觀星宿」在藏文中是在地上畫圖案，這應該是他們一種算命的方式，要花很長的時間，這是很浪費時間的。如果是比丘的話，每天早上起來要念誦一些祈請文，主要是講到對一些無

意義的眼視、耳聞、口說應該要斷除，如果是有意義的話，就請世尊給予開許。如果去做這些無意義的除草、曆算的話，可能就會妨礙到修行的時間，應該要將它斷除。這個偈頌主要是針對比丘或比丘尼說的。如果是一般的在家眾，雖然沒有說不能做這些事務，可是也可以自己想想看，這些無意義的身體行為應該要適時的停止。

接著講到我們自我觀察自己所發起的意樂、動機是很重要的，我們身語的行為都是由於意的發起而造作的，因此，要去觀察自己的起心動念，如果是錯誤的，就應該要馬上停止。

《入行論》（精進品第 40 頌）第一八一頁講到一個偈頌：

一切善法之根本，是勝信心能仁說，
彼之根本復依於，恒修業果觀異熟。

意思就是：我們身語的任何一個善行，不管是大或小，所做的這個善行是能成為好的或壞的行為，完全觀待意樂來決定，而意樂又是觀待於自己所訂定下來的目標。因為身語所發出的行為一定有一個目的，才會這樣去做，所以，意樂要觀待於目標而定。而目標能否成為好的目標，完全觀待於所發起的意樂，意樂如果不好的話，目標自然也會變成不好的。一切善的根本就是觀待於意樂，所以，我們要去思維它的異熟果。

我們修學佛法的次第也是一樣越修越高，可是，要把目標訂在來世能夠利益我們解脫整個生死輪迴，而且要能夠利益一切的眾生。如果把目標訂在這上面的話，我們的一切言談行為都會成為有意義、有利益的，而把一個好的目標訂定出來，完全關鍵於自己的意樂。先審查自己的意樂，如果意樂正確，而且目標訂定正確的話，就應該要堅毅而行，持續做下去。請看文（辰三、所作作時觀察發起意樂 分三：巳一、總明）：

若於何時欲動身，或於何時欲發語，
先應審觀於自心，具足正理堅毅行。

在身語還沒有去做任何動作之前，我們要先觀察自己的起心動念，我們現在要做到這一點不是那麼容易的，因為我們並沒有去串習它。因此，有時心隨著煩惱，就從嘴巴講出話來了，身語的行為就表現出來了，這一點我們要非常小心，不論是我們的眼睛在看什麼東西，或是嘴巴說什麼話，或是身體做出什麼行為，都應該要先小心一點，在這之前還有一個我們自己去觀察自心的空間，在還沒有任何動作之前，都要自己先自我觀察一下。

當然做起來沒有那麼容易，可是，我們慢慢去串習，就可以做到了。

請看第一〇二頁（已二、別釋 分五：午一、欲生煩惱時當如何）：

若時自心具貪著，或復欲起瞋恚意，
應當靜止如槁木，勿動其身勿發語。

有時我們會自我察覺到心中生起貪欲、瞋恚、我慢或嫉妒，此時應當馬上停止去做任何身體的行為或說任何的話，要像一棵枯木一般呆呆的坐著，身體不要動，也不要講話。如果生氣時，那就開始數息吧！

我們如果察覺自己有這些貪瞋等等的傾向時，就不要有身語的任何動作，因為只要做出任何一個動作，就是造業了。有人會說：「講出來還較舒服一點！」這就錯了。事實上，如果太過於心直口快的話，可能就很容易造業了。又有人說：「心直口快總比拐灣抹角傷害別人要好吧！」事實上，如果是心生貪瞋等煩惱時，最好不要心直口快。

當生貪瞋的時候，因為心已經生起貪和瞋了，此時就不要有任何動作，這樣可以使生起來的貪瞋轉弱。如果能夠更進一步透過對論著裡面所說的貪瞋的過失加以思維的話，心中所生起來的貪瞋煩惱就不會久住在心中，而會很快的消散掉，這樣也可以成為貪瞋煩惱的一種對治法。事實上，如果要正對治貪瞋煩惱的話，就必須要去禪修無常、業果、無我、無諦實存在等等。

接著講到我們自己所處的四周環境，人和人之間發生一些事時應該要如何。請看文（午二、掉舉等時當如何）：

或由掉舉或戲笑，或具我慢或醉傲，
或復由於激惱心，或復研磨思欺誑，

或時自讚或阿諛，或復毀他與譏謗，
或作輕侮或鬥爭，爾時應如槁木住。

在我們所處的環境當中，人與人之間有時會有掉舉、相互戲笑，或有一些人自恃有功德或學識而有傲慢的心，或是自恃自己身體健壯而生起驕慢的心，或去揭發別人的隱私而激怒他人，這裡的研磨者就是欺騙人而把人弄得團團轉的，或者是自我稱讚而去貶低他人，或是阿諛承事，或是詆毀他人或是侮辱他人，及相互鬥爭等等的行為。如果我們發覺自己有這些傾向時，就應該馬上採取對治法，要像槁木一般的如如不動。

寂天菩薩給我們的這些訓示，主要就是希望我們的心不要有這些傾向及造作，所以，我們也應該要這樣做。在密續裡面有一種防止我們的妄分別心增長的方式，也就是大聲的去發出「呸」的聲音，這樣就會把前面的妄念突然斷掉，它的用意是如此。這邊並不是說你要去喊「呸」，而只是一個比喻而已，就是斷然阻止掉我們所生起來的妄念。

寂天菩薩訓示我們要這樣做，也就是要我們去思維：「如果三門隨著煩惱而轉的話，會有什麼過患呢？」萬一有這些行為要發生的話，就必須馬上將它制止掉，此時要馬上讓心變成空蕩蕩的，就像一個屍體或一棵枯木一般，呆然而住。我們的心要作惡是非常簡單的，可是，要把心引向善的是很困難的，在這種狀態之下，心最好就是停止不動，就像電腦當機的的狀態一樣。

請看文（午三、於利養恭敬當如何）：

欲求名利與恭敬，或復貪求徒眷眾，
或求於己心順承，爾時應如槁木住。

有時我們會生起求自利的心，想要獲得財富、利養、恭敬、名聲等等，或是希望有很多人來承事自己，顯得自己是個大人物的樣子。當發現自己有這種求自利的心時，就應該要馬上制止，因為這種求自利心跟菩薩行是相違背的，此時就應如槁木住。在發生這些狀況時，才要如槁木住，如果沒有發生的話，那是不需要的。但是，如果真正發生的時候，我們可以做到如槁木住嗎？

請看第一〇三頁（午四、思惟自他利時當如何）：

利眾生事欲輕棄，渴欲追求唯自利，
若時作意欲發言，爾時應如槁木住。

當我們想輕捨利益眾生的事，或是想一心去追求自利，或是為了自利而想要去發言時，此時就應該要如槁木住。

請看文（午五、欲生瞋忿怯弱時當如何）：

不忍懈怠而怖畏，如是無慚及誑妄，
貪著自黨心生起，爾時應如槁木住。

這裡的「不忍」就是生起無法容忍的瞋恚，也就是很強烈的瞋恚，或是生起懈怠、怖畏時，無慚就是你沒有去約束你自己身語的狂妄行為，誑

妄就是去做一些無意義的胡言亂語，貪著自黨就是貪著與自己親近的人，此時就應該如槁木住。

請看文（已三、攝義）：

如是恒應自觀心，若具煩惱勤無義，
應如勇士具大力，對治克服堅執持。

當心被這些煩惱覆蔽時，我們所作的身語行為都會變成無意義的行為，此時應該馬上自我察覺，而且要馬上依著對治法來做，也就是要做到心如槁木住。以上就是由粗品煩惱所引伸的身語行為應如何制止的部分。

寂天菩薩在此處一直講到我們應該要如槁木住，意思就是讓我們自己去想一想，如果我們的心隨著煩惱而走的話，可能會感受到無量無邊的痛苦，所以，當煩惱生起來的時候，我們的心要如槁木住。因此，他才會在好多個地方都要求我們要如槁木住，原因就在於此。如槁木住就是無念而住的意思，如果能做到這樣的話，煩惱只是暫時的佔據我們的心，而在心性上並沒有煩惱，因為粗的煩惱是無法入於我們心的本性的。

剛才說如槁木住，我們也瞭解我們的心只是暫時被煩惱所佔據，而我們的心性是不會被煩惱侵入的，既然如此，就表示我們有跟煩惱分離的時候。這裡的如槁木住就是不但要無念而住，而且還要把識放在心的本性及與煩惱分開之後的空間裡面。

因為煩惱佔據在我們的心上，而剛才說與煩惱分離，這就好像是煩惱本性無煩惱。再用另一種解釋的方式，我們的心識本來是清淨的，凡是心識都應該是清淨的，絕不可能有一些清淨而另一些是染汙的。而煩惱也是識，所以，煩惱的本性也是清淨的，只是煩惱暫時的工動作被取名為煩惱而已。所以，正確的說法應該是煩惱的本性無煩惱。

煩惱的本性當然是沒有煩惱，我們如果去認知煩惱，就可以瞭解煩惱事實上是不堅固的，它是在騙我們的。在我們這樣思惟之後，就不會去追隨煩惱，便可以將煩惱拋棄，也可以讓我們瞭解煩惱及煩惱的本性終將自行消散掉，煩惱的本性終將被消滅掉。

我們知道了煩惱是在欺騙我們，之後就不會隨著煩惱而轉，瞭解煩惱也等於知道煩惱的所在之處是不堅固的，因此，煩惱就不能再繼續欺騙我們了，而我們的心力會越來越增強，自然與煩惱相反的心就會生起來了，也就有能力跟煩惱正面對抗，此時便能將煩惱拋棄了。但是，這樣的拋棄

並不是永遠的將煩惱斷除，只是暫時壓抑住煩惱的現行而已，只有等到生起證空慧之後，才有可能完全將煩惱滅盡。

煩惱本身是無常的、不堅固的，所以，我們不要去追隨它，那麼，它自然就會消散掉。《入行論》一開始有一句話說：「煩惱由誰來滅呢？煩惱由俱慧者來滅除。」

《入菩薩行論十四》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2005/4/24

我們上次講到身語意三門，身語業的造作或是身語業表現在外在的行為，當它們呈現出來時，會有同行的煩惱（同時現行的煩惱），這個煩惱就是我們應該要滅除的。就像《俱舍論》所說的，可以分為思業和思已業，思已業就是當我們在造作身語業時同時生起來的，而思業則是指之前所發起來的動機。

思業就是我們心的思惟，最初我們生起貪的意樂，之後再透過貪的意樂而由身語表現出貪的行為。瞋也是如此，先有瞋的意樂生起來，然後再透過身語而表現出行為，力道的大小是有一點差別的。每一個煩惱的意業和身語業之間也可以說是粗和細的差別，意業時可以說是比較細及比較輕的，身語業就是比較粗及重的。

請看第一〇三頁，「**卯二、心之所學守護勿失 分三， 辰一、別以對治守護，辰二、共通對治，辰三、修對治加行之理。今初。**」

我們的意千萬不要被煩惱所雜染，這裡講到三種對治方法來守護我們的心，第一個是各別加以對治，第二個是共通對治，第三個是直接去修對治的加行法。當我們還處於意樂的階段時，也就是處於思惟而還沒有身語的造作之前，此時我們可能因為疑或邪知而造作出身語的行為，要遮止疑和邪知的意樂，就必須要非常堅持去相信三寶，對三寶所傳的學處要生起相信的信，以及對三寶生起欲求信及清淨信，一般說來，要對三寶生起這三種信。請看文：

極深勝解殊勝信，堅毅恭敬謙下心，
知慚識愧具怖畏，寂靜勤求悅眾心。

這裡講到我們要如何去對治煩惱，首先說到我們要經常去做對治的加行，而且是要恭敬的去做，心必然就會具足功德，否則，心就很容易被煩惱所侵入、沾染。這裡的「堅毅」就是經常、持續、堅決的做下去，「恭敬謙下」就是非常謙卑的去做，而且還要「知慚識愧」，也就是要懂得慚和愧，「具怖畏」就是去思惟三惡趣的種種情形而心生畏懼，「寂靜」就是指調伏，也就是我們的五根，不論是嘴巴講話或眼睛注視各種事物時，都要顯得非常寂靜、調柔，因為我們的身語如果很粗暴的話，就會變成很不調柔。我

們的識生起來是依於根，眼識依著眼根而生起，根如果放鬆、調柔的話，識自然也就會很調伏、寂靜，如此一來，你的身語自然就不會很粗暴，而是會很調柔。這些都是讓我們不容易生起煩惱的方法。接著是「勤求悅眾心」，如果你以其他有情為主的話，就不容易生起這些煩惱，如果是以自己為主的話，可能就很容易生起這些煩惱了。這裡講的幾個都是讓我們不生起煩惱的方便。請看文：

若遇愚人作相違，於所欲求無厭患，
煩惱使彼生此心，如是思惟悲愍彼。

當我們要去做利益無量無邊有情的事情時，往往會遇到一些困難，因為對方有情會有強烈的我愛執在，再加上我們自己也有一些我愛執，兩個我愛執相遇，就會產生不和諧的地方。遇到這種情形時，我們就應該去思惟這完全都是因為煩惱的緣故，而不可以去責怪對方而心生厭惡，反而要對對方生起悲愍的心，而不可以捨棄他。雖然我們利益他人時會遇到這些困境，可是，應該要為對方著想，對他們更生悲愍心。

我們有時會隨著心意而生起不同的煩惱，所以，我們要一一加以對治，這就是前面說的「別以對治守護」，也就是各別的以對治法來對治所生起來的煩惱。下面就講到共通的對治法，請看文（辰二、共通對治）：

於諸無罪善事中，不損於己利有情，
猶如幻化無自性，應常堅持如是心。

「於諸無罪」就是沒有自性諸罪，罪有自性罪和遮制罪兩種。自性罪就是它的體性本身就是罪惡的，這就是指所有的惡業而言，所有惡業都是屬於自性罪。遮制罪則有兩類，一個是佛所制訂下來的規定，另一個則是自己許諾要去遵守的遮制，如果沒有這些遮制的話，那就一定全部都是善的事了。「於諸無罪善事中，不損於己利有情」，沒有這些罪當然都是善的，當然也就都不會損害到自己，也不會損害到其他的有情。除此之外，還要去了解空性慧，「猶如幻化無自性」，要了解所有利己利他之善事都是無自性的，我們的心以通達空性的般若來攝持，如此一來，「**作事如幻化，常持其心令無驕慢**」，就可以經常堅持如是一顆心，用證空性的慧或是通達空性般若的心來攝持，去行自他皆得利的種種事。

請看下面的小字，「常持其心令無驕慢」，我們知道慢可以分成很多種，這裡可能特別是指執實而言。也就是我們的心要依著通達空性的般若來攝持，這樣心就不容易被煩惱侵擾了。因為通達空性的般若（證空慧）是我

愛執的正對治，這個心不會有執實。也就更不可能會有依於執實而生起來的貪瞋癡慢疑，甚至競爭的心也不會生起，可以說通達空性的般若是一切煩惱品的正對治。

在煩惱當中，我們以貪瞋二者為例，對治貪要修不淨觀，對治瞋要修慈心，可是貪的對治法（不淨觀）無法成為瞋的對治法，瞋的對治法也無法成為貪的對治法，而證空慧（通達空性的般若）則可以成為這兩個共通的對治法。

那麼，應該如何做呢？以貪來說，我們要利用禪修空性來遮止掉貪，如果光要遮止貪的話，可以觀修不淨觀，在觀修不淨觀的時候，主要是在對境上來修的。我們之所以會生起貪，是因為我們會對所面對的對境增益、虛構了它的悅意相，以及去虛構它的自性是常的、堅固不壞的。而在修不淨觀的時候，我們也是在對境上來修，去思惟這個對境是無常的、醜陋的、不悅意的。這種修持方式全部都是在對境上修的，所以，能對治的力量也僅僅這樣而已。而修空性就不是這樣了，修空性不但是在對境上來修，也在有境上來修，在修空性時，我們會在境及有境上去追尋它是否有它的自性，當我們去探究它究竟的自性時，會發現無毫髮許自性可得。因此，我們可以獲得境和有境是不堅固的、不是常的這樣的定解。這樣來禪修的力量是會變成非常大的，不但可以套用於遮止貪，也可以套用於遮止瞋方面，可以成為兩者同時的對治法。

要遮止瞋也是一樣，也是在對境上來修慈，利用在對境上尋找可以讓我們生起慈愍心的這一點，透過這樣來遮止我們所生起的瞋，都僅僅是在對境上而已，而在有境上則沒辦法特別去修慈。可是，當我們在修證空慧時，就不是僅僅在對境上而已，對境和有境兩者都併修。所以，在遮止煩惱這一點上，用證空慧來遮止和僅僅各自的對治法來做的話，兩者的力道差別就很大了。

我們之所以會生起貪，就是因為見到對境，因為這個對境是我們所想要得到的事物，因此就會生起貪。當我們遇到不想要的事物時，就會生起瞋。當我們生起貪時，會生起很強烈想要去佔為己有的心，生起這個思惟者是有境，也就是遇到貪的對境的值遇者。生起瞋的時候也是一樣，當有境遇到不想要的對境時，就會生起想要與這個對境相分離的念頭，本來是親近的，現在想要跟它遠離，本來是遠離的，則想要跟它斷得連一點點關係都沒有。這些貪和瞋是從有境生起來的，因為這個有境（值遇到對境的我）被認為是永恆存在的、常的，因此，當值遇到想要得到的對境時，就

會生起強烈的貪著心，而在遇到不喜歡的對境時，則想辦法要跟它分離、將它拋棄，貪和瞋就是這樣來的。

問題：剛剛說到不淨觀和慈悲觀都只是在境上修，可是，我們在觀想不淨時，心裡會對所觀的境生起不淨的感覺，那是在心上有境的部分觀想起來的，為什麼只說它是在境上修而沒有觀待到有境這一部份呢？是因為他沒有針對心的不淨去觀想而這樣說的嗎？

回答：在修不淨觀的時候，就只有針對對境在修，等於是在對境上觀察它的不悅意的種種形象，而不在這個生貪者的心上來觀察他不淨的部分，因此，才說是在對境上修。我們知道生貪時會有兩個，一個是生貪者，另一個則是起貪的對境，在修不淨觀的時候，是在起貪境上偵察，而不在起貪者方面來觀察。因為我們在對境上作觀察時，就是透過起貪者的思維，他之所以會起貪，就是因為在對境上錯誤思維的關係，因此，是在這個對境上的思維來尋找，而不是在起貪者本身來尋找。

問題：如果我們去尋找自己內心貪瞋等不淨的想法，那就已經不算是不淨觀了嗎？

回答：如果生起貪，那就一定有一個境，有時境是自己的感受，這就沒有辦法修不淨，不淨觀沒有辦法斷整個貪心，我們是說在一個對境上有一個人就要修不淨觀。

問題：那麼，在受用上面的貪一定要用無我的空正見來對治才可以嗎？

回答：這種不會稱為不淨，這種貪心也可以稱為苦諦的一類，有的部分是苦諦，有的部分是集諦，我們要一直去看它不好的地方在哪裡，那個部分就比較像不淨觀，可是，我們還是不會稱為不淨觀的修行，不淨觀的修行只有對境是一個人的。無論如何，在對境上面一直觀察不好的在哪裡，這種只能降下我們的貪心而已，而無法對治瞋心，修空性則是兩個都能對治，在對治的能力上有很大的差別。因為我們貪心一生起，我們的心百分之八、九十是自己起貪的心，而百分之十幾則是對境的部分，主要的是「我」是很重要的，然後還需要好的對境。所以，我們的心整個都是靠我執，如果我們能斷我執的話，整個貪就一點都沒有了，為什麼需要貪的理由就一點都沒有了，整個貪心的根本就會斷掉了。所以，修空性和不淨觀有很大的差別。

當我們遇到我們所貪欲的事物時，我們就要去思維：「我為什麼會對它

起貪呢？我為什麼會需要它呢？」經過這樣的觀察之後，就會發現所生起的貪心是從哪邊來的，這個需要悅意事物的需要者是從哪邊來的，觀察後就會發現是從「我」來的，因為我們會以「我」為最重要的，然後我們再進一步去尋找這麼重要的我找得到嗎？怎麼找都找不到。在這樣想了之後，你就可以將生貪心的我或需要這件事物的需要者完全根除掉了，此時這個需要者已經不見了。

我們如果修證空慧，就可以將我執滅除，當然也可以將煩惱滅除。請問修證空慧可以將我愛執滅除嗎？（此時學員許師姐回答：空性慧可斷我執，就可斷我愛執。蔡師兄則回答：我愛執是我執的習氣所使，空性慧無法斷我愛執。）剛才說我愛執是我執的習氣，意思是我愛執是依於我執而生起來的，還是我愛執就是我執的習氣呢？

問題：我執是對自己本身的，而我愛執則是對自己本身以外所累積的，這種我愛執的習氣一定要用愛他執才有辦法對治，而我執是自己本身的，所以就不用到對其他的境，這裡的境是對人事物而言，所累積下來的是我愛執。也就是我愛執有對自己本身也有對外面，而我執則只有對自己的內心而已。我所持的理由，以我執是一種煩惱障來說，我愛執是一種所知障。

仁波切：我所問的是你講的是我執的習氣還是從我執的習氣上所生出來的一個東西？

問題：在我的想法上，內心很細微的那一分是我所不懂的，但是，在外面來看是兩種事情，我執是我執，我愛執是我愛執，是不是真正由我執引起的習氣或它本身是另外一個東西，這是我不太清楚的。

仁波切：那麼，我問你另外一個問題，如果我愛執是我執的習氣的話，那麼是利他心是他人上面執著的習氣嗎？我愛執是我上面一個執著心的習氣。剛剛就是一種辯經的方式。

問題：對，利他心是利他的習氣。現在要照著仁波切說的話來回答。

仁波切：當我們看到他人時，就馬上會生起他人上面的執著心，他人上面的執著心一增加，利他心也會增加嗎？那就不需要修行了。所以，並不是這樣，因此，我愛執不可以說是我執的習氣。

問題：何謂煩惱障和所知障？

仁波切：障有三種：煩惱障、所知障、下等障（下劣的）。因此，我愛

執不可以稱為所知障，而是屬於下等障。劣等障就是指無法承擔起利益他人的障礙，因為無法承擔起利益他人，所以，心是很薄弱、卑劣的，因而稱為劣等障。

問題：這樣講來，我們又回到剛剛的問題，空性能夠破我執和我愛執，那麼，我們修菩提心要做什麼呢？

仁波切：闡釋空性的經典唯有大乘經典，絕無小乘的經典，為什麼呢？

問題：我真正的問題是阿羅漢也是證得空性，應該是把我執和我愛執都全部去掉了，怎麼會說阿羅漢只有斷煩惱障而沒有斷所知障呢？

回答：剛才仁波切之所以要問這些問題，是要讓你們更能釐清觀念。以證空性來說，大、小乘都有證空性，而利用無邊正理門來證空性的只有大乘而已，意思就是你必須要有菩提心來作助伴，才能利用無邊正理門來證得空性，用這樣來證空性，力量是非常大的，只有大乘才有可能，也只有大乘的經典裡面才有講到無邊正理的法門。因此，利用無邊正理的法門來證空性，就只有大乘而已。那麼，為什麼只有大乘經典當中才有宣說呢？因為小乘所化機的慧力無法容納無邊正理門。證空慧也要以菩提心為助力、助伴，世俗諦的廣大道可以成為甚深道的助力，彼此相互輔助，這樣彼此的力道就會變得很強。

證空性慧的力量為什麼會變成那麼大呢？因為自己和其他的有情都是相互依賴的，自利和他利也是相互依賴的，你要去了解它們之間相互依賴的關係，就必須要透過非常深細的無邊正理法門才能得知。只有你去做深入的了解之後，才能使我愛執消滅掉，也才能使愛他執的力量增長，也可以使我們迅速的積聚資糧。

如果我們只有證得空性而已，那是無法將我愛執滅除掉的，執愛他人也不可能增長。那麼，要如何將我愛執滅除而使愛他執增長呢？也就是要先很深入的去了解自他相互之間依賴的道理，而要很深入了解，就只有透過深細的無邊正理法門才能了解，經過你深入的了解、修持，當你生起修證、體驗時，自自然然就會捨棄自利而生起強烈的利他心。無邊正理法門的空正見有辦法消除我愛執，這也是空正見。

為什麼阿羅漢只能斷煩惱障而不能斷所知障呢？證空慧可以滅除我執和我愛執，如果要斷除所知障的話，就必須對無量無邊的所知完全了知，而要了解無量無邊的所知，就必須要具足無量無邊的能力，而要具足無量

無邊的能力，就必須積聚無量無邊的資糧，而要積聚無量無邊的資糧，就必須要觀照到無量無邊的有情，而要觀照到無量無邊的有情，你就必須要有大悲心，而且還要生起無邊智之後，才能對有情生起大悲心。簡短回答就是這樣。

問題：何謂「無邊正理法門」？

回答：譬如，我現在是當一個人，如果我心裡有生起利益你們幾個人的心的話，當你們有一些感受時，我跟你們有同樣感受的能力會增加，我會變成四十幾個人的能力，這種智慧就已經增長了。但是，我現在只是一個人，我的我愛執很強，我的智慧不能看得很廣，就只會去看我需要什麼及我不要什麼，這就會有分別。當我一生起大悲心，每一個人的需求是什麼，我都能清清楚楚的想到，這種能力會增加，因此，也可以說智慧也會增長。

另一方面，自跟他中間的關係很清楚，自己是一個個體，他人則是無量無邊的，以這樣無邊的角度去看，也是一個緣起的關係，必須有大悲心才能想得到這樣的關係，而能想到這種緣起時，才能產生從緣起生出來的空正見，這個空正見的量也是無邊的。這樣的空正見，小乘是完全沒有(機會)的，完全沒有能力的，所謂的無邊空正見是這樣的。

我們要證空性，也要透過無邊正理門，廣、中、略三《般若經》裡面直接所闡釋的內容就是空性，這是針對《三般若經》特殊的所化機而開示的，所以是唯大乘的經典，裡面所闡釋的空性可以說是證空性的無邊正理法門，小乘行者的慧力無法了解裡面所說的內容。

問題：剛剛講的無邊正理門跟我們平常講的以菩提心攝持的空正見意思一樣嗎？

回答：雖然說無邊正理法門就像你所說的菩提心攝持的空性正見，可是，你要了解菩提心如何來攝持空性正見，攝持的方式要很清楚的了解。我們可能認為菩提心和空性正見都在一起，以為這樣就叫攝持，這樣的理解就是錯誤的。依著證空慧可以滅除我執、我愛執及煩惱等。

剛才說的就是共通的對治，共通的對治法就是證空慧，我們了解了證空慧是共通的對治法，就不應該虛度時光，應該要馬上用對治加行法來處理。這就像《道次第論》的科判說的「勸以有暇身取心要」，所以，我們要在那裡面思惟，要利用具足暇滿身軀的時候去取得心要。請看一〇四頁（辰

三、修對治加行之理）：

得此殊勝有暇身，須經長劫熟思惟，
應當堅持如是心，令不動搖如須彌。

問題：剛剛仁波切講到菩提心攝持的空正見，有說到攝持的方法不可以理解錯誤，那麼，要怎樣理解才是正確的呢？

回答：前面講過大悲心、菩提心是怎樣成為空正見的助伴，大家要有這樣的理解。

問題：所講的是要有次第的生起菩提心，對不對呢？就像《廣論》要先有大悲心，再慢慢的由七因果或自他換去了解，而去生起菩提心，而不能沒有次第的就以為自己發了菩提心。對於剛剛所說的內涵聽不太懂。

剛剛講的，我們心裡有大悲心的話，才會去想自跟他之間有什麼關係，這樣想的話，才會生起那上面緣起的慧，生起了這種緣起慧之後，才會生起無邊正理門的空性，這就是菩提心攝持空正見的解釋。你剛剛講的是道次第的問題，道次第又不一樣了，我們真正了解空性是在還沒有生起菩提心之前就已經生起了，菩提心之後也有空性，是否有用菩提心來攝持空性，其中的差異也是很大的。有菩提心攝持的話，它會變成無邊正理門，而攝持的方式就是剛剛前面講的這些。

這裡說的「得此殊勝有暇身」就是我們所獲得的八閒暇十圓滿的人身，之所以非常殊勝，是因為它具有意義之故。既然已經得到八閒暇十圓滿具有意義的人身，我們就必須經過長時間數數加以思惟，數數思惟就是要讓我們心中生起對於八閒暇十圓滿的覺受。你可以就八閒暇當中的每一個去思惟，一個一個加以思惟，以及十圓滿一個一個加以思惟，讓你心中生起這種覺受。如果你這樣做的話，就不會浪費一點時間了，就會生起精進之心，「應當堅持如是心」，而且要讓這種精進心不動搖如須彌山一般。

戒總共有三種：攝律儀戒、攝善法戒及饒益有情戒。以上是律儀戒的部分，律儀戒主要是要求我們要戒護自己的身語意三門，而不要造作身語意三門的惡行。律儀就涵蓋了比丘、沙彌及在家眾的別解脫戒、菩薩戒和密咒戒，這些戒的區分是在於戒的所依處，也就是在補特伽羅上區分的。你是戒的所依處，如果受了沙彌戒，那你就是沙彌，如果受了菩薩戒，就成為菩薩。

接著講攝善法戒和饒益有情戒，攝善法戒是成辦自利的，讓自己能夠積聚資糧、淨化罪障，而饒益有情戒主要是利他的，律儀戒主要是要去約束自己的身語意三門，而不要去造作惡行，因此，要去遵守別解脫戒、菩薩戒和密咒戒，而遮止我們身語意三門去造作惡行的遮止者就是這些律儀。

我們經常都會說「我、我、我」，在我的背後當然就有我愛執，除此之外，還有一個特別的就是這個依於身軀（此世此身）所生起來的我，我們會認為這個我是非常重要的。如果能夠將貪執於此身的執著去除掉的話，就等於除掉修法的一個阻礙。

我們會生起貪愛這個身軀的心，也會在這個身軀上生起「我」的強烈思惟。因為生起這種強烈的貪愛心，所以，貪著此世身軀的我執就會很強烈的生起來，也就會去貪愛此世的蘊體而生起我執。如果去思惟此世的身軀它是不堅固的、不淨的，就等於除掉阻礙我們修法的阻礙者。了解這一點之後，再看下面的內容，你就不會奇怪為什麼內容中講了身軀有一大堆的過失。

仁波切以他自己為比喻，他叫做雪歌仁波切，如果有人拿著他的相片，指責他是怎樣怎樣的，他就開始生氣，為什麼他會生氣呢？因為這張相片的人就是他這一世身軀的樣子，他是依於這個身軀而生起強烈的我執，有強烈的執他為實的心。因此，當有人拿著他的相片指責時，他的心中就會很生氣。生氣的表現就表示他心中有很強烈的我執存在。這種我執是這世的五蘊為主而生出來的我執，如果那個身體不是我的話，不管他們罵相片裡什麼話，我都無所謂。

請看第一〇五頁（丑二、學善法戒之理 分二）（寅一、斷除身執去不學戒之因 分五：卯一、於身不應貪著之喻）：

烏鳶貪食死屍肉，互相攫奪與鬥爭，
死時汝心不知憂，今何為身起諍競？

我們所重視的是這個身軀，而且又在這個身軀上安立我，而生起在這個身軀上的我執。如果一個人死了之後，會被鳥鷹等爭奪搶食，我們看了會覺得很噁心。如果我們自己的身軀也那樣子的話，日後那個被分屍的身軀等於是現在這個身軀的延續，這就是在告誡我們，如果日後那樣子看起來很噁心的話，又何必對你現在的身軀生起貪執呢？應該也要生起相同的噁心感啊！請看文：

執持此身為我所，何為防護勞汝心。

在這個身軀上思惟為我，既然死後的身軀是這個樣子，是我們所不喜歡的。那麼，為什麼你現在還要去喜歡這個身軀呢？意思就是我們現在不可以去貪著這個身軀，應該要示現在所有身軀都是非常污穢的。請看文：

心與此身既別異，身之所屬心何涉。

死了之後，身心分開了，身體怎樣又與心何干呢？

剛才是對身修不淨觀，接著是對心修不淨觀。請看文（卯二、修觀身不淨）：

問愚癡心爾何故，不於木像而執持，
此不淨聚朽機輪，勤加防護有何益。

因為我們都會認為我是非常重要的，所以，心中對我的依止之處（身軀）就一直視為是最好的，因而生起強烈貪圖此世安樂之心。不只如此，還會生起強烈追求個人利益的心，自然心中就不會想起佛法，心不念法，心生種種煩惱，這完全都是因為我們視這個身軀為最好及計這個我為最重要的關係。如果認為這個身軀最好的，這種想法是錯誤的，因為還有比我們這個身軀更好的。外在有很多木雕的像都雕得很漂亮，比這個身軀還漂亮，為什麼我們不去執持他，而去執持這個不漂亮的身軀呢？

講這些最主要是要破除我們認為我是最重要的這種思惟，同時也要破除我們認為這個身軀是最好的這種思惟，而不是說我們這個血肉之軀是多麼的不好，並不是這個意思。目的是要破除我們認為我及身軀為最好的這種思惟。

藏文的不淨觀有兩種，前面所講的不淨觀對象是外面的，而這裡的不淨觀，我們四聖諦當中的苦諦相反的有四個，是這樣的意思，這是自己五蘊上面的一個想法。

問題：我們是否可以說：一般的空性是只能斷我執而不能斷我愛執，最勝的空性就可以斷掉我執和我愛執。

回答：我們最主要講的是大悲心和菩提心所攝持的空性，這是要了解的，差別在此處。大家以後學《五道十地論》時，就會比較清楚哪一道的空性能力是如何的。

問題：剛剛仁波切問我們的題目是不是這個意思呢？最勝空性就是無邊正理門的空性可以斷除我執和我愛執呢？仁波切問的意思是這樣嗎？

回答：也不可以說是最勝的，我們一進去大乘資糧道裡面，就都已經具備了這些，空正見的能力是還要一直學好幾百劫的，所以也不可以說是最勝的。

問題：仁波切剛剛問我愛執是不是從我執生出來的習氣，那麼，我愛執和我執要怎樣區分才是正確的呢？

回答：我執是沒有牽涉到是否能成辦自利之事，我執是不去觀待他者而可以獨立存在的，而我愛執則非如此，我執可以助長我愛執，我愛執卻無法助長我執。另外，可以說伴隨我執出來的我愛執也會給它幫助，會助長我執，可是，單純的一個我愛執則不會幫助我執。

問題：請問我執和我愛執有沒有一個總別的涵蓋面？

回答：你如果要講哪一個能夠週遍，那是沒辦法這樣講的，因為它們是各自分開的。另一方面來說，我愛執一直到七地才能斷，而我執則不一定需要修學大乘，小乘的無學道就能夠斷除我執。以大乘來說，我執也是要到七地才能斷掉。

問題：剛剛講到遮制罪有兩種，一種是佛制訂的，一種是我們自己去許諾的。我們自己許諾的是否有怎樣範圍之內的許諾呢？還是跟朋友約定一件事情就算是一個許諾呢？

回答：這應該是屬於小小的，應該不是屬於戒的，比如在上司前面答應要做什麼事。

問題：那麼是要在上師、師長或三寶之前許的諾言才算嗎？

回答：在佛菩薩面前講的，我們才會稱為遮制罪。

問題：剛剛講到三種戒，講到律儀戒的時候，有提到比丘、沙彌戒、在家戒、菩薩戒，菩薩戒不是屬於饒益有情戒嗎？

回答：菩薩戒是三種都有。別解脫戒、菩薩戒和密乘戒都算是第一類的律儀戒，第二類和第三類只是稱為戒而已，事實上不是真正的戒。也有人稱第一類是別解脫戒，而菩薩戒和密乘戒則是上面的第二和第三類，自己的部分是第二類，關於別人的部分則是第三類。菩薩戒和密乘戒是大乘的，整個大乘可以分類為自利法身和利他色身，自利法身的部分就是第二類的戒，利他色身的部分就算是第三類，也有這樣分類的方式。

問題：剛才講到自己許諾的部分，我記得在講到《攝頌》時，翻譯老

師有講過發誓和發願是不一樣的，如果是在佛菩薩面前的誓言，可能旁邊就必須有一個上師才算，如果只是自己在佛堂跟佛菩薩發誓要如何做，這樣好像不是真正的誓言，有這樣的區別嗎？

回答：是的，真正守的戒是一定要有一個活的人在前面。

《入菩薩行論十五》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2005/5/8

講到第五品〈守護正知品〉，也就是要以正念和正知來守護我們的學處，菩薩的學處有三個：攝律儀戒、攝善法戒、饒益有情戒。現在應該講饒益有情戒，主要是要去除一些逆緣，其中則是以斷除貪愛這個身軀為主，同時也要斷除強烈貪著此世的心。這裡分成三個思惟方式，第一個是於此身軀不應該起貪著，因為這個身軀是沒有意義的；第二個就是要觀這個身軀並非是清淨的，而是要觀這個身軀是不淨的；第三點則是要思惟這個身軀是不堅實的、沒有核心要義的。

我們的煩惱非常多，看到外在的種種事物，尤其是看到可以拿來使用的東西，這些東西如果是好的，比如樣式很好、顏色很好或材質很好，我們見了之後就會心生煩惱。生起的煩惱有兩類，一個是生起強烈的貪，另一個則是生起強烈的瞋。強烈的貪就是看到好東西就很想去獲得，強烈的瞋就是看到不好的東西就心生排斥。此時就要去觀察想得到好東西跟不想得到不好東西的人是誰？這就是我們此世一直稱呼的「我」，因為「我」的關係，就有很多是我要的，也有很多是我不要的，原因都出在這個「我」。

這一世的我是依於五蘊，尤其是在色蘊（身軀）上安立一個我，因此，我們會生起很強烈的執著「這就是我」。那麼，要如何將它滅除呢？也就是要不斷在身軀上思惟這個身是無常的、不淨的、沒有心要可取的，透過這樣的思惟，才能將這個強烈執著的我降低。另外，有時我們在學佛時，也是以這種心為主。比如想到達到身體完全不會生病、氣脈都通的境界，這主要也是貪這個身體、貪著此世。

我們應該要去遮止這種貪著於我的思惟，否則，不管這世是修法的人或不是修法的人，都是沒有什麼意義的。只要有對此世的執著心，就變得不是佛法了，也不是修法、修行了。而這個人本身也不是修行者。

我們應該要如何思惟呢？也就是要生起不貪著此世身軀的思惟，用這種方式來作思惟，如此一來，就可以遮止這些違逆品。阿底峽尊者有一位弟子，他不斷的在繞塔，常常問阿底峽尊者：「我是不是修行？」他說：「不是。」因為他心裡是求這世的目標，所以，不管是做怎樣的行為，都不算修行。阿底峽尊者說：「你要把心裡的這個執著心斷掉，你的心裡要思考無常，才可以算是修行。」寂天菩薩也是一直在對治我們此世的執著心。

請看第一〇六頁（卯三、身不堅實想 分二：辰一、於身分分剖析而觀毫無堅實法可保信者）：

先從皮膚次第觀，以自慧心而分析，
血肉骨瑣聯絡中，般若利刃今剖割。

當我們在自我觀察這個身軀時，有時會自己認為這個身軀很好，就會生起貪著這個身軀的心。如果用我們的心去剖開這個身軀，會看到我們所貪著的身軀裡面也不過就是肉、骨、髓而已，並沒有什麼心要可取，這樣就可以遮止貪著的心。請看文：

乃至骨骼悉分散，從頭至足當觀察，
此中有何堅實法，自身於此應熟觀。

透過這樣從頭到尾去觀察，會發現根本沒有什麼可以貪著的。

我們了解到身軀是這樣的，就知道它根本沒有心要，那又何必去起貪呢？我們之所以會起貪，就是從自己的身軀上先起貪，再來是貪著他人的身軀，再去貪著身軀所要使用的東西。

我們就是要去破除對這個造作者的貪著心，比如在修空性時，修空性主要是在我們個人的身上和心上來修。先前講到修不淨觀、不悅意觀或無常觀等等，都好像是在造作者的身上來修的。以修空性來說，所有的法上面都有空性，那麼，我們在打坐修行的時候，應該用什麼空性比較好呢？

比如見道、修道時有一個對治煩惱斷除我執，因此，有很多禪宗就一直修止觀雙運，此時我們以什麼作為對境的空性呢？自己的心上面的空性是最有用的、最主要的。我們剛剛一直講：如果把造作者上面的貪著心斷掉的話，對境上面的心就不可能會生起。同樣的，在修空性的時候，以對境上面的執著心和自己心上面的執著心兩者來說，如果能把自己心上面的執著心斷掉的話，對境上面的執著心也就會斷掉。

我們的心在看到對境時是怎樣出現執著心的？我們不需要靠心去稱它一個名字，對境自己就獨立出現在心上面，心和對境的這種關係，在所有一切法上面都是一樣看法。

當我們的心在一個法上生起執實的心時，此時的對境好像不是我們的心去安立的，而是由它自己方面而成立存在的。我們的心和對境兩者之間，心不必去觀待對境，對境也不需要去觀待我們的心。

我們的心是依於對境而成立（存在）的，對境也是依於我們的心而成立（存在）的，真正的情形就是這個樣子。所以，我們不需要在每一個對境（諸法）上修它的空性，只要在心上修空性就好了。就像先前所說，我們的心依於對境存在，對境也依於我們的心存在，因此，只要在心上修空性，我們所修的空性就可以遍及到所有一切對境的空性。

在諸法上就是這樣，諸法是由我們的心所安立的，也就是諸法依於我們的心，而我們的心也依於諸法，因此，我們就不需要在每一個諸法的對境上都去思惟它的空性，只要在心上思惟就可以了，也就是在造作者心上思惟空性就可以了。

什麼東西都有一個執著心生起的時候，跟我們的心有關係，它不是靠心，它是自己獨立的。當我們看到每一個法的時候，並不是我們給它一個安立的想法，而是在每一個法執著的心生起時，執著心的根斷掉的話，其他的執著心都沒有辦法生起。所以，每一個法的執著心生起時，它的根並不需要依靠我們的心給它一個安立才出現，從這樣的角度，執著心才會生起。如果把這個想法斷除的話，執著心就沒有辦法生起。

我們以三輪體空為例來說明，當我們的執著心生起的時候，先有我，然後我的對境，接著是這中間的事情（行為），最主要的還是那個造作者。

問題：從小我的爸爸就很嚴肅，所以，每當我看到嚴肅的人，就覺得心裡很怕受到傷害，因此就會避而遠之，害怕被別人傷害的心理就是一種我執吧？事實上，好像也沒有一個真實的我會被傷害到，而只是自己心裡的一種想法，應該就是源於愛護自己的心，也就是貪愛自己吧！

回答：有很多種情況，一個是看到嚴肅的人就想離開，有時是因為對方很兇，有的時候是那個人很直。以很兇的角度來看，那個人是不好，另一個角度來看，那個人是好的，比如那個人是修行很好、很有成就的，我們看到他也會害怕，會覺得敬畏。有的人是因為很兇，常常會罵人，一直傷害人。

對方有這兩種情況，而當自己在看他的時候，也有兩種情況，有時候錯認為他修行很好，或是其實他不兇而自己認為他很兇。對方有兩個角度，自己認為的角度也有兩個。以自己想離開的角度來說，當然我們平常講的離苦得樂心，就是要保護自己。在不對的上面保護也有，在對的上面保護也有，兩種情況都有。在不對的上面保護，就是我作錯事情，自己知道自己的心理或行為有什麼問題，而不想讓對方知道，把自己不對的地方覆蓋

起來，自己保護自己。另一個就是自己沒有這種覆蓋錯誤的想法，但是，我也是自己保護自己，有可能是貪心的部分，而貪心的部分就是不對的，他貪自己的名字為主而去保護自己。另一種保護是正確的，就是他沒有這種貪心，他的目標是要成就佛，想要修行很好，他就會從這方面去保護，而其他不好的就不要了。我們從修行的角度看，想從這種保護的心離開，這就是對的。

之前有一個人問仁波切：「我很嚴肅，大家都怕我。」仁波切說：「嚴肅有兩種情況，一種是不管怎樣就是嚴肅，他不尊重別人的想法，在大乘修行來講，這是有問題的。另一種是心裡想幫助別人，這樣的嚴肅是對的。」

問題：您剛剛講的是我們心上有執實的部分，我們以斷除執實的方法去修空性，是這樣嗎？

回答：對啊！

問題：可是，我們不是要修空性之後才能斷除執實嗎？那麼，為什麼是先斷掉執實再去修空性呢？這裡聽不太懂。

回答：我們的心在因某一個對境上面生起執實心的時候，此時我們會覺得對境好像不是我們的心去安立的，此時我們要了解對境是依於我們的心、我們的心是依於對境而存在的，這時就在我們的心上修空性。後面講到在見道和修道時心中應該要修的空性，就是指剛剛說的在心上修空性，而不是在對境上修空性這一點。

問題：這裡是說看到對境上的執實，去了解對境其實也是依於我們的心而起的，依著這樣的了解去修空性。我聽到的意思是：我們要先了解我們對對境的這一份執實，然後才有辦法去修空性。應該只是了解而不是斷除吧！因為我剛剛聽到的好像是斷除。

回答：不是斷除。

請看第一〇六頁（辰二、於無堅實法不應貪著）：

如是雖已勤尋求，不見其中有堅實，
汝當何故堅貪著，於此軀骸勤守護。

我們在自己身上去觀察我們的身軀、血肉、胃腸等等，一一加以分析，到最後根本找不到一個堅實的東西（核心要義）。既然找不到，我們又何以要去貪著它呢？

請看文（卯四、於身不應貪著之理）：

汝既不能食不淨，汝亦不能飲膿血，
不能吸吮諸臟腑，此身於汝有何益，

唯為狐狸及鴟梟，供食啖故護此身。

在我們還沒有死亡之前，我們來觀這個身軀，事實上是沒有什麼核心要義可以取的，死後就更不用說的，只是變成禿鷹、狐狸等等的食物而已。

作這些觀修，主要是要來遮止我們對這個身軀貪著的心，而且最主要是要讓我們這個身軀停止去作非法的事物，讓我們的身軀於法上而行。在我們還可以掌握這個身軀的時候，就要好好掌握這個身軀，讓它行於法上。等到這個身軀沒有用的時候，那就把它丟了。

當閻魔死王把我們帶走的時候，這個身軀一點也沒有用，就是該丟的時候了。請看文（卯五、身速壞故應以修善 分四：辰一、速當死滅之身應以修善）：

如是圓滿有暇身，唯應倚彼成盛業，

汝當防護雖勤劬，死王於汝無悲愍，
奪取投之鳥獸食，其時於汝復何有。」

我們會在這個身軀上生起貪著的心，因此，就會去造作種種惡業。如果這樣的話，這個身軀對我們根本就沒有一點點幫助，沒有利益可言。如果這樣的話，我們又何必供應這個身軀好的食物和好的衣服呢？就像世間的僕人一樣，僕人如果沒有好好工作的話，我們就不需要給他食物或衣服。同樣的，這個身軀如果不乖乖聽我們的話去做好事，我們又何必供應它好的食物和衣服，應該把它丟了。請看文（辰二、喻明不應貪著守護毫不作事）：

若雇僕使不聽命，不應報酬與雇值，
此身受雇復他往，何用辛勤與衣食。

請看文（辰三、既與雇值應令成辦所欲求之事 ）：

於彼已酬傭雇資，今須令作我家事，
於彼若無利可圖，何苦一切皆施予。

我們給這個身軀好的衣服和食物，就應該叫它去做有利於我們的事，

如果它所做的是無利於我的事，那就不要給它。甚至在給的時候也要很小心的給，不要給了之後讓它生起傷害我們的心，也就是不要因為給它這些衣食而讓我們生起貪著的心。

我們的心應該如何在「身」上思惟呢？我們應該要想：這個身軀就像船隻一樣，能讓我們渡越大海到達佛土的彼岸，這個身軀只不過是我們要渡過佛土時心暫時棲身之地而已。

我們如果希望來世具足暇滿人身，就要好好利用現在所獲得的這個人身於法上，利用這個人身來修法及趣向未來的佛土。如果心裡僅僅想著來世獲得暇滿人身，這僅僅是輪迴的因而已，這樣的思惟只是下士道的思惟罷了。

《入行論》是就我們這世的身體上面講的，我們不但在這世的身體上面應這樣想，對來世的暇滿人身的目標也要持這樣的看法。我們現在算是一直修下士道的想法，目標是來世要得到暇滿人身，我們的目標是要這樣安立，我們的確是要暇滿的人身。但是，我們要的是怎樣的暇滿人身呢？暇滿人身的用意在哪裡呢？來世的暇滿人身就像這個船一樣，為了要成佛，我這個暇滿人身要一直去修菩提心，我要得到的是這樣的暇滿人身。所以，我們要把暇滿人身認清楚，否則，我們不共下士道（正下士道）的想法會生起，這是不對的。正下士道也有來世要求暇滿人身的想法，也一樣希望來世有暇滿人身，但是，我們在認暇滿人身的時候，心要轉一下，我們身體裡面的心就要一直修菩提心，這都是為了成佛，這樣的暇滿人身就是正確的。

如果我們能利用這個人身來成就佛果、利益眾生，這個人身就會變成很重要，就像是如意珠一般。請看第一〇八頁（辰四、應安立如船之心成辦一切有情義利）：

於身建立如船想，若往若來所依托，
為成有情義利故，此身重若如意珠。

我們要把這個身軀變成像如意珠一樣。我們若用最正確的方式去使用它，它就會給我們很多利益，因此，它就會像如意寶一樣。如果我們不會用它的話，它就一直給我們痛苦、煩惱，像是毒物一般。

這個身軀如果好好為我們做事的話，我們就要給它禮物，而且要好好褒獎它。如果它不好好做事的話，一年之內不要給它新衣服穿。

請看文（寅二、於修善應善巧 分三）（卯一、庸常細行悉應莊嚴 分三：辰一、遇他人時當如何）：

如是自身得自在，常時悅豫含笑顏，
顰眉蹙額若見時，是為親友正直語。

我們應該善用這個身軀於修善方面，這也是一個菩薩行，我們身為一個大乘的補特伽羅，修行時就要善用這個身軀。當遇到他人的時候，應該以和言笑容面對他人，言談之間也要非常正直，不要有欺誑的行為，同時言談和行為也要非常體貼對方，同時也要懷有慈心、悲心，尤其不可以講出傷害他人的言語，因為佛教的見是緣起見，而行則是無害行。所以，身為一個大乘的補特伽羅，不可以作出傷害他人的行為，也不可以講出傷害他人的言語。總之，要善用這個身軀於一切善行之上。

達賴喇嘛尊者經常在外頭與信眾接觸，任何人看到他的時候，他經常都是笑臉迎人，這樣的笑容比較具有親和力容易親近他人。尊者說他出去都是笑臉，可是，有一些人卻是擺一個臭臉給他看。尊者說：「我們要自己先笑，否則，別人怎麼會對我們笑呢？」這是我們修行人的思惟，我們對別人展現笑臉，對我們並不會有傷害。如果我們笑臉迎人的話，對方看了也會報以微笑，此時，他的心中就有一分喜悅的心產生，那也是一種善。尊者之所以會笑臉迎人，並不是特別發生什麼好笑的事才這樣，主要是希望自己的笑臉迎人讓他人也心生歡喜。雖然尊者這樣笑臉迎人，可是，有一些人不了解，反而是瞪大了眼睛看著尊者為什麼會這樣笑。

有一些人很不在意別人，不會去體貼別人，他的行為就會很粗暴，放東西時就是「砰」的一聲，作任何動作都很粗暴，比較不會為他人著想。不會體貼別人或不會為別人著想的人，就是這個樣子。講話也不管會不會吵到別人，東西也不管會不會壞掉，就到處亂丟。我們在行為上慢慢去修改，就會一直增長，慢慢會照顧別人，能為他人著想。

西藏人有時候自己不知道真正的修行是什麼。因此，有時候會做污染環境的事，往往會有一些傷害眾生的事情產生，而且越來越糟糕，比如喝可樂製造一大堆的罐子、塑膠袋，這些傷害眾生也是滿嚴重的。他們早上起來的時候，就會說：「為了無量無邊的眾生要如何如何。」一直念四無量心。而真正的行為上，都是四無量心的相反，反而給眾生的都是苦，這些作法是錯誤的，應該要改進。

請看第一〇八頁（辰二、舉置器物時當如何）：

慎勿投擲床座等，輕率粗浮令有聲。

（辰三、隨智慧行成諸所作）：

若啟戶時勿粗猛，恒時懂畏悅他意。

猶如水鳥貓狸賊，躡足潛行勿有聲，
欲成所求大義利，佛言恒應如是行。

我們絕對不可以做會傷害他人的行為。我們的行為必須要非常調柔、寂靜。這裡就比喻為如同水鳥、貓、狸或賊一般，他們的行為都是無聲無響的。也就是如果我們能約束我們自己的行為，我們的心也會變得非常調柔、寂靜。

我們身體的行為如果很粗暴的話，就會助長心的粗暴，也會助長我們煩惱的熾盛。相反的，如果我們身體的行為非常寂靜、調柔，心也會變得寂靜、調柔，煩惱自然就會減低了。

請看第一〇九頁（卯二、與他為伴應善巧無罪 分五：辰一、作饒益語應如何）：

於他善巧而勸請，未請而作饒益語，
歡喜恭敬頂戴持，謙下恒求居學地。

如果有人好心相勸我們應該做的時候，我們應該去感念他對我們勸誡的恩澤，應該要聽他的勸誡，而不要生起慢心或競爭心等等。

就像弟子可以在師長的座下得到師長的教誨或利益一樣，當他人好心來規勸的時候，我們如果沒有傲慢的心，而能夠很謙卑的去聽他的規勸，自然也就可以得到利益。

曾經有一位噶當巴的善知識（敦巴或是奔恭迦），他是一位噶當巴很著名的大學智者。有一次他經過一個地方，剛好看到一個在家眾在講經說法，他就把頭上的帽子取下來，很注意的聽他說法。他有很多徒弟就覺得很奇怪，他就說：「不急！不急！他已經快要講到一句能夠利益到我的話了！」

西藏每一年都會有很多短短的法會，念六字大明咒或八關齋戒等等，在這些法會當中，有的在家居士也會上台說法，他們有時候也會亂解釋，也會有不正確的解釋。剛剛說的那位大學智者跟這種在家居士比起來，是天與地的差別，但是，他就把自己的帽子拿下來，而且一直專心的聽。他的

弟子們都嚇了一跳，就問他，他回答：「等一下！對我有幫助的一句快要講出來了！」

如果能這樣做的話，對我們個人當然是有利益的。這必須建築在無慢心的狀態之下，如果有慢心的話，這樣做就沒有利益。如果無慢心的話，即使這個講經者不是真正的上師，而只是一個在家居士，因為無慢心去聽他說法，我們也會得到一些利益。如果有慢心的話，即使講經說法的是一個大學智者，你也得不到一點利益。因為有了慢心，就會覺得「我的想法是最正確的」，這樣的慢心就會是很大的障礙，就會覆蓋住而完全聽不進去了。我們應該要經常的「謙下恒求居學地」，也就是非常謙卑，讓自己處於學徒的地位。

請看文（辰二、於作諦實語者應如何）：

於諸一切善言詞，應悉讚揚稱善說。

對於這些善言，我們應該要去回應、回答，以感恩的心去稱揚他。

請看文（辰三、於作福德者應如何）：

若見他人作福事，當善稱揚生歡喜。

當我們看到別人做任何善事時，應該要心生歡喜，口出讚揚的言詞。可是，我們有時候會口出讚揚的言詞而心不生歡喜，而且還生起嫉妒、競爭的心。

說實在的，要真的做到心生歡喜而口出讚揚的言詞，這是不容易做到的，因為我們的心相續當中如果沒有對其他有情真正生起悲心或慈心的話，是很難做到這一點的。有時我們看到別人做某一件事，我們會覺得：「我也可以做得到。」生起這種思惟的時候，就會覺得：「不需要他來做，我來做就可以了。」比如達賴喇嘛尊者在講《道次第》的時候，或是在傳《時輪金剛》的法會時，如果有人心想：「我也可以做得到啊！」意思就是：「尊者！你可以不用做了，我就可以做了。」即使他在嘴巴上也是說「你做得很好」，這種讚揚是假的，不是真心的讚揚。所以，當我們看到別人做任何善行的時候，我們要從內心深處去覺得「他真的是做得非常好」，從內心生起歡喜去讚揚他，很虛假的讚揚是錯誤的。如果看到別人真的非常好的時候，我們自己內心應該生起「願我也能夠像他那麼好」的願望。

法王在傳《菩提道次第廣論》或《時輪金剛》的時候，可能會有一個大護法，整個法會都是他負責的。我們現在是很窮，假如有一點點可以負責這個職務時，就會生起：「應該這個位置是我要做的，他不要做。」這種比賽的心態。最後他已經接了那個位置，而我們沒有做到，我們心裡不會隨喜，反而有時會生起很大的瞋心。好一點的不會瞋心，但是會生起貪念，「很想這個位置是我要的，他的福報都是我要的。」現在他已經做了這個福報，「哦！這個機會被他拿走了，這個可以做那麼大福報的事應該是由我來做的。」我們幾乎都是這種想法，而不會真正的隨喜。真正的隨喜是：「他那麼棒！我也希望像他一樣！」但是，很多人的隨喜是口中說很好，而在「口說很好」的後面，卻是「這整個都是我要的」，這就不是隨喜，而是一種貪取的心。

我們在讚美對方的時候，有時候會有一點點奉承阿諛，這不是真正的讚美。在他面前只要講一次就好了，如果一直講就會變成阿諛奉承了，而在他不在場的時候，可以多多去讚美。這是要看情況的，如果快要有阿諛奉承出現時，就不要再講了。

請看第一一〇頁（辰四、讚他功德時應如何）：

讚他功德勿面諛，聞讚他善當隨許，
若聞人稱自功德，唯應知為功德事。

如果要去讚揚他人的功德時，可以當面來讚揚他。如果覺得會造成阿諛奉承或拍馬屁的情形，那就不需要繼續在他面前講了，只要在其他人面前讚揚他就好了。如果聽到別人在讚揚他的善行時，你也要一起去讚揚他，生起隨喜。如果聽到別人在讚揚自己的功德，就要先觀察自己是否具足他所說的這些功德，如果自己確實具足了這些功德，就想「是有這個功德」就好了，不要生起驕慢的心。

問題：第一〇八頁的「顰眉蹙額若見時，是為親友正直語」，這兩句可否再解釋一遍。

回答：我們的身語行為，不要被煩惱帶走，所以要控制自己的身語，要隨順著善業而行。顰眉就是皺著眉頭生氣的樣子，蹙額就是板著臉，很嚴肅的樣子。這裡就是說顰眉蹙額都要放下，不可以這樣做。要放下自己的顰眉蹙額，然後去協助他人，很正直的與他人交談。

問題：皈依體在什麼時候可以得到呢？如果是啞巴的話，可以得到皈依體嗎？

回答：如果要得到皈依的戒體，你一定要在一個皈依的對境之前去求得，由他傳下皈依的傳承給你，一定要在某個人之前許下誓言，說你要皈依。而在皈依的時候，都是要念三次，到了最後一次，心中要生起很堅決「我已經得到皈依」的心，這樣就能得到皈依的戒體。而要得到皈依的戒體，並不一定要用嘴巴念，最主要的是心裡要下很大的決心，所以，啞巴也可以得到。

問題：皈依體是不是屬於色法？

回答：不是，它是心法。

問題：《略論》第六十四頁的第一行講到的是不管在什麼情況之下都不捨棄三寶，為什麼宗大師在第二行又說：「行趣何方，便當皈依何方之佛，此學處出自何經，未見其所據也。」這裡講的意趣到底是什麼呢？可否舉例說明。

回答：西藏以前是苯教，所以，民間的思想都會受到苯教的影響。苯教有一個曆算法，認為不同的人到不同的方位去，可能會給你帶來好運。他們就會說：「你如果要到哪一個方向去，就先對那個方向的神禮拜以尋求保護。」可能是受這種苯教思想的影響，就把它引用到佛教中來，因此，有人就會說：「你如果要到哪一個方位去，就要先對那個方位的三寶作皈依。」如此講來，三寶豈不是就有東方三寶、西方三寶、南方三寶、北方三寶之分了嗎？雖然我們可以說東方有三寶、南方有三寶等等，可是，說到那個地方去就要皈依那邊的三寶，把這個說法拿來皈依的學處裡面說，這是找不到根據的。

《入菩薩行論十六》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2005/5/22

請看第五品守護正知品，**丑二、學攝善法戒之理(分二)**中的**寅二、於修善應善巧 分三，**卯一已講完，**卯二、與他為伴應善巧 分五**的**辰五、隨喜他善之功德**(第 110 頁第 9 行)

一切精進悉隨喜，重價難購極珍罕，
由是隨喜功德故，現當歡喜受大樂。

對他人的一切安樂我們應隨喜，因隨喜是稀有珍貴的，即使高價也難以買得到，對他人所做的功德及所有一切安樂應毫無妒嫉的生起歡喜心。毫無妒嫉是不要背地裡心生妒嫉而表面歡喜，意即背地不要有絲毫妒嫉，要真正的生起歡喜心。

為何應心生歡喜？理由前已提過，「**一**切精進悉隨喜」，對於諸佛菩薩所做的應心生歡喜。因為諸佛菩薩的所做所為，皆為利一切有情令生歡喜之故。這種發心及行為，有極高難購的價值。當我們見到他人起精進且具足圓滿功德時，不要心生不悅或妒嫉，應該感到無比歡喜。對於他方諸佛菩薩或見他人做功德時應如此，對自己的善行也應心生歡喜。

現生於我無衰損，後世亦得多安樂，
若不隨喜現生苦，後世還成眾苦因。

對自已或他人所作的善行，能心生歡喜毫無嫉妒，不僅現世安樂，連來世也可得安樂，因這份歡喜心是重金難買。反之，當面對他人所作的善，若心不生歡喜，生嫉妒，內心馬上不寧靜、不快樂，此世會苦，來世也一樣會感受苦。

見到功德時不可心生嫉妒，可以由二方面講，其一看到諸佛菩薩、他人的功德，其二看到自己造功德時。亦即不論見到他人或自己的功德時，都不可心生嫉妒。一般而言，我們皆會在諸佛菩薩面前做頂禮、供養、祈請，可是看到旁邊四周的有情稍微有功德時，會心生嫉妒，心生不快樂，這是不可以的。我們在諸佛菩薩面前所做的頂禮、祈請，對諸佛菩薩不會產生嫉妒心，何以要對其他有情眾生產生嫉妒心？如此做則不但此世不會樂，來世也不會樂。

以上是與他人為伴的五種善巧。**卯三、於三門作業應善巧**，對於自己

的身、語、意三門，所作所為應該善巧。**辰一、語時如何**，與他人交談時應如何做？

至誠發心義聯屬，文義顯明令歡喜，
遠離貪瞋善說詞，軟語及時應當說。

當跟人家交談時，應發自內心真誠的與他人交談，或站在他人的立場上著想。倘若不能為他人著想，則無法利益他人，「至誠發心」是至誠與人交談。「義聯屬」是所說之話應前後有關連性，「文義顯明令歡喜」是講話要清清楚楚，內容、言辭要簡潔、明瞭，使對方能聽懂、馬上了解，適合對方，讓他心生歡喜。談話過程要順著對方的意思做適當的表達，暗地裏不可以有不良動機。遠離貪瞋，心中不可有不好的動機。「善說詞軟語」所用言詞必須適當、恰當。「及時應當說」是講話的多寡應不多不少，時間也要適合得宜，談話不可過長或過短。

要確實做到上面所說是蠻困難的，因為我們內心本來就有貪、瞋、痴。且與人談話時往往會自我抬高，貶低他人一點。假使非出自真心，或看對方臉色而交談，便是虛情假意。如果真正能做到像經論所教授的，那麼我們所說出的「語」一定唯有善業，這是菩薩的行持。

辰二、視時如何：

目睹一切有情時，思惟我當來成佛，
唯依彼等為因緣，舒顏平視慈祥目。

眼睛四下張望時應如何做？眼睛張望一切有情時，要思惟我是依於有情才能證悟成佛。從無始生死以來到現在，所有的一切安樂皆依於有情而獲得，將來要證得佛果位或解脫，也是依於有情才能獲得。我們要以念恩的心去注視有情。要思惟依於一切有情，將來才能證得佛果或獲得解脫，依於一切有情將來才能獲得一切的安樂。如此深細的思惟之後，才去注視一切有情。否則，若未加以深細思惟，會因沒有修行而去假裝有修行的樣子，即是欺騙其他有情。若未從內心深處去思惟，依於有情才能獲得安樂，依於有情才能成佛的道理，我們會變成很虛假，沒有修行而假裝有修行。若深入思惟，當你觀待有情時，會從內心深處以正直、坦白的態度以很慈祥的眼光注視。若虛假或外相表現非常好，心中卻一直想是否能從他人處得到什麼利益，就是在欺騙他人。

用慈悲的眼光注視有情，是菩薩的行持。現在雖難以馬上做到，至少

應站在個人希冀得安樂，不想要痛苦的立場，用同理心來推及到其他眾生。因為我們都希望獲得安樂，要最好、最快樂的，一點點都不喜歡遭遇到苦，其他的有情也一樣，至少我們也要站在相同處境上來注視有情。

所有有情的所作所為不外乎追求安樂，不要痛苦，以種種方式尋找可以得到安樂離開痛苦，此與我們相同。因為有情為了獲得安樂避免痛苦，以各自的身語行為表現，如吃的方式、穿衣的方式、動作、講話的方式或各自的想法等，不外乎是尋求安樂，離開痛苦的方法。我們最起碼要以這種心境、觀點來注視其他的有情，此是修持知母念恩之前的「平等捨」。

若無法以慈悲的眼神注視有情，至少也須以平等捨的方式注視有情，如此可以制止煩惱。在目光尚未接觸有情前，心應先準備好，否則當眼睛接觸到有情時，已經來不及了。可能會因為心裡還沒準備好，當目光接觸到其他有情時，看到對方順我意則生貪，不順我意則生瞋。

接著講「身語意」三門應如何做？身語意應當唯做善事、善業。

辰三、唯作有關善業之事 分三 巳一、應於殊勝福田布施：

恆常現行貪著起，或復由其對治心，
於諸功德及恩田，苦惱悲田成大善。

行善時要持續精進的去做，不只持續精進去行且要現行。現行是要從內心真誠去做、猛力去做，力量要很強烈，由身語意三門力量持續、猛力的去做。為何特別強調猛力？因或許可能會持續，但可能力量很薄弱，力道不夠。要猛力、力道夠做善行，且發現心中生起煩惱時，馬上用對治法對治煩惱心。行善之首是布施，此為菩薩行第一步。布施要有對境，這裡提到三個殊勝對境：(1)功德田：即三寶，(2)恩田：指父母恩澤田，(3)苦惱悲田：指貧困的對境。對其行布施，如此所作所為即成為大善行。

善業須由自己親自實踐，不是別人代勞，或教別人做。由自己親自去做善業，是很重要的。透過學習佛法知道如何實踐善業，也要懂得如何善巧行善業。同時對實踐善業有一股信心，生起後由自己親自去做。

巳二、於諸善業以自力成辦：

善巧止作具淨信，我應常修諸善業，
一切善行不待他，勇毅精進自擔荷。

行一切善行，非假手他人，非觀待他人來做善行，是自己親自去做。

自己要先知道如何做善行，對所做善行要有信心，也要自己親自去實修。譬如做布施、持戒、忍辱等等。要讓布施圓滿，首先要了解用什麼動機，此需透過學習。布施的對境，應如何對殊勝對境做布施，也需透過學習才能了解。真正實修時，要如何做？也須了解然後才實際做得到。最後對自己所做的善根，要思惟三輪體空之理，如何思惟要了解，也要善巧。若具足這些，所做即是圓滿的布施。

譬如：一個知道三寶功德跟一個不知道三寶功德的人，二個同時禮拜，累積的功德是不一樣的，一個是很殊勝，一個則是功德很小。瞭解三寶功德須靠自己從中體會，他人無法替代。若瞭解三寶功德而做布施，是屬殊勝的布施。還有布施時的動機如何？出離心、菩提心，也一樣是發自個人的內心，別人無法替代，這些全要靠自己思惟、觀察和實修。佛陀曾在經典中提過，自己是自己的怙主，自己是自己的怨敵，意即要變成好或變成壞，完全看自己。「我已示解脫道」世尊說我已向你們開示如何解脫的道路。能否解脫？全觀待你自己，掌握在自已手中。

「善巧止作具淨信」，去行善業，要懂得如何善巧，同時要付諸行動，「我應常修諸善業」，且所作善業不觀待他人，非仰賴他人代做，要由自己承擔、負荷。自己造作的善業，令其不斷輾轉增上，譬如布施之善令其不斷輾轉增上，將有利於持戒，若令持戒輾轉增長，有利於忍辱，故下下者令其不斷輾轉增長，有利於上上者的修持。

巳三、令善法輾轉殊勝觀察需要而行：

布施等等波羅密，輾轉向上趣殊勝，
勿為細行傷大節，志在利他大義利。

偶而會同一時間進行二、三種善行，如這邊在齋戒想參加，那邊在禪修也想參加，或那邊有什麼也想做；或布施的同時，也要持戒、忍辱等等，有時出現二、三件善行一起進行時，此刻千萬不可因細行而傷大節，同時進行而須抉擇時，不可為細小而傷大節，要站在利他之上考慮，在自利和利他兩種情況中，應捨棄自利，以利他為主。「勿為細行傷大節」所謂細行、大節是如何判定？以是否能利他為標準。以利他為主，能利他則為大節。

以上是攝善法戒的內涵，講到如何以身語意三門行種種善行，如何精進的方法。當實踐善行時，非別人代作或仰賴假手他人，須自己親自行動。行持時不以低層目標為己足，應讓所作所為能往上不斷增長。做時要捨棄利益較小的，取利益較大，以利他為主。以上是攝善法戒，接著講饒益有

情戒。

問題：若要抉擇之事皆是利他，應如何抉擇？

回答：有很多方面要考量。一、利他人數的多寡，二、利益的大小。對他們所做的利益大小，在不同的立場上做考量。

問題：若利益一群人，但只是現時安樂；而利益一個人是究竟決定勝的利益，要如何抉擇？

回答：抉擇時應抉擇究竟，即使是一個人，也應抉擇究竟的利益。例如，國王要布施身體，百姓會受遭殃，無人帶領而暫時受到傷害。以國王而言，可圓滿布施度。在此觀點上，國王應布施身體。往昔世尊因地行有很多的故事，當國王時布施肉、身體，為了圓滿布施度，身旁有幾千人受影響。

丑三、學饒益有情戒之理 分三 **寅一、承許利他**，以利他為主而行的菩薩行為：

如是知已為利他，應當恒時住勤勇，
具大悲心遠見者，諸制止事亦開許。

當我們行利他時，利他的種類有無量無邊。即使在小乘的戒經《毘奈耶經》規定不可以做的，很多不可以做的戒條，在利他的大前提之下，是可以被開許的。因為小乘的《毘奈耶經》主要以自利，能夠獲得解脫為主，因此制定種種遮止惡行的規定，《毘奈耶經》的律條大部都為自利，可是在「利他」的大前提之下，是可以開許的。

為了要利益其他的有情，須要攝受其他的有情，讓有情來到我們的周遭，才能真正利益到他，所以要行菩薩行中的四攝法—布施、愛語、利行、同事，首先則由布施來攝受有情。

寅二、自離罪染攝受他行 分二，**卯一、財攝受** 分三，
辰一、衣食施不施之差別：

飲食適量足支身，三衣以外悉分施，
顛倒墮落無依怙，同住禁戒悉應分。

當我們面對顛倒墮落的有情（「顛倒墮落」指惡趣的有情，尤其是特別指也會來聽法的龍類、餓鬼類，他們都會來聽法。），對無依靠的病者或同住在修行的貧困僧眾，若我們有適當的衣食皆應布施給他們，跟他們分享。

「飲食適量足支身」我們有時會有飲食的過患，過與不及都會有過失。不要在飲食上有任何的過患，對飲食不要沾染上太多、太少、太好、太壞的執著。若無這些過患而適量取用食物，便可將多餘的錢拿來布施，或將多餘的衣服布施。以前的出家眾大部份只有三衣搭身，沒有多的，一件主衣、一件法衣、一件下裙而已。現在的僧眾大部分都有很多套。如果我們對衣食能夠節儉的使用則地球上的資源，不會過度耗竭，環境也不會被污染。

菩薩要行四攝法首先是行布施。上下密院的師父在用午餐前會先取少許食物放在旁邊表布施之意，晚上也會做下施的煙供。現在沒有常常做，有時會依以前的習俗一、二天過過這種紀念性質的傳統生活。以前是在大殿坐著睡，早上約凌晨兩點半、三點醒來，一起來便馬上做大禮拜開始誦經。以前沒有特別睡的地方，因斗篷式的僧衣裡面很溫暖，所以可坐著睡。吃的也在大殿。現在幾乎沒有這種生活方式了，一方面是印度太熱不適合，一方面是現代人太安逸，不習慣這種睡姿。

色拉寺會過這種紀念性質的傳統生活，很多寺院也會做。什麼時候做？不一定，由糾察、堪布(住持)決定。下密院做時會用缽盛主食簸巴，早午晚都吃，大大的木碗盛奶茶。未吃前將一些食物放旁邊供養，晚上也做煙供，目的是他們（指無色身有情）來，講經來渡化他們。

辰二、為細故不應傷身當布施時不可僅為小事而布施自己的身軀。

正法修行所依身，為他瑣屑不應損，
如是若能善將護，有情意樂速圓滿。

若能好好保護身軀，利用此身修學佛法利益更大。因為如果不知保護自己的身軀，輕率為了小事而布施身軀，則會傷害到修行，傷害到壽命。第 108 頁（第 70 頌)「**於身建立如船想，若往若來所依托，為成有情義利故，此身重若如意珠。**」對身軀要了解，心是我們的安立之處。身體猶如船、筏，沒有身軀無法成就佛果。雖身軀猶如船，但依著船才能渡到彼岸去，所以要將護身軀。因此我們不可以輕易布施身軀，也不可以輕易傷害到自己的身軀。隨喜林師姊上一次布施骨髓，對身體而言應該是沒有什麼大影響，這樣是最好的，一方面善業可圓滿，另一方面對方也可受益。所以行布施，若沒有很小心，有時會因為自已一份好心去布施，卻傷害了身軀，而對方不見得有獲得利益。所以行布施要很小心。因為要保護這個身軀，將來才能行大善。

辰三、施身之時及因：

悲心意樂不清淨，不應輕易而施身，
任於此生或他世，捨身當為大義因。

身體時不可輕易做布施，若沒有清淨的悲心和意樂，不可以隨意布施身軀。有些人一開始想要布施身軀，初有清淨的動機，但真正要布施時，又擔心是否會引生毛病或疾病之類的，這樣意樂就不清淨了。

「悲心意樂不清淨，不應輕易而施身」如果自己衡量，在布施身軀及圓滿布施度上比較其價值時，若覺布施身軀價值較高者，則可捨，否則不要隨意、太衝動去做。「任於此生或他世，捨身當為大義因」若要捨身不論此生或來世，要布施身軀時應該為成就大利益而做。第 114 頁**如《集學處論》引經廣說，非時捨身是魔業故。**有時未達到真正可以布施身軀時，因為魔障關係，讓我們誤以為到了捨身階段而輕捨身軀，可能會傷害到自己的修行。我們以財物布施攝受有情，讓有情來到我們的跟前之後，就要進一步用法施來攝受他。

卯二、法攝受 分三，**辰一、聽者身威儀不具不應說法：**

於不敬者不說法，若無病患衣纏頸，
擎持蓋杖及刀劍，覆頭人等皆不宜。

以法來攝受，當要用法施來攝受他人時，首先聞法的人應具有適當的威儀。對不恭敬者不說法，對沒有疾病而用布纏頸者或手上拿刀劍利器者也不可以說法，有事沒事用衣服將頭蓋起來，或戴著面罩也不應對他說法。若師長有開許時則可以。如尊者在印度傳法時，天氣非常熱，尊者說聽法者可以撐傘或以頭巾蓋頭頂，以遮燄烈熾熱的陽光，有開許就可以。既然要說法，說法師要觀對方的根機是如何。

辰二、觀機意樂差別：

於劣慧說深廣法，無男子共教女人，
於大小乘諸法要，等應恭敬悉修行。

對劣慧者、根機不適當者不可對他講深廣之法，或單一的女性在無男眾陪伴下，也不可單獨為她傳法。對於大、小乘的諸法要，都應該要恭敬。當在傳法時不可刻意去講到大、小乘那個好，那個壞的區分。總之，要讓他們能很恭敬的領受。

無男子共的「共」是在一起，「教女人」指教一個女人。說法者是一位男性，受教者是一位女性的時候不可以說法。指何種情況呢？在人跡罕至的偏僻地方，獨男獨女的傳法是不可以。若可以聽到人聲或有人走動的地方，則可以。如果這位來受法者，我們要布施法施的對象，能非常恭敬領受所傳的法時，且是大乘器皿者，不應只對他講小乘的法。若一直對他講小乘法，可能會將他帶入小乘當中。

辰三、於樂大乘者不應說小法：

若已轉為大乘器，說小乘法非所宜，
一切戒行無棄捨，勿以經咒惑他人。

如果對方是一位謹守小乘戒律，制止惡行的人，不應該和他說不要守小乘的戒，而入大乘門到經、咒二道當中學習，可以快速積聚廣大資糧、迅速成就的言論，不可讓他捨棄小乘的戒。若如此做，等於是用經咒來迷惑他。不可以跟他解釋很多的經咒，用經咒來迷惑他，讓他捨棄本來的修持。要攝受有情並非只用說說法的方式來攝受，自己本身也要透過身語的威儀來攝受有情，將有情引入正道當中。

寅三、隨護有情行離罪染行 分二，**卯一、廣說** 分三，
辰一、防止身失威儀令他不信：

凡棄楊枝及涕唾，應擇背人隱蔽處，
大小便行做淨水，棄近人處所應訶。

食時勿含飯盈口，嚼飯作聲張口食。

既然要攝受其他的有情，自己的行為舉止也應注意。例如擤鼻涕、或上大小便、或吃飯時不可含一大口飯菜跟人講話，對自己的威儀要小心。因為可透過身體的威儀去攝受到其他的有情，所以自己要小心。

在阿底峽尊者傳記裡提到，有一次，尊者阿底峽見到某人弄髒了法本，馬上發出「啊！啊！」的驚嘆聲，以阻止那人的行為。因為尊者這個動作，那個人就成為尊者的弟子，尊者用這樣的方式來攝受他。

所以要引導攝受其他有情眾生，不單是坐在法座上用嘴巴講講法就可以了，而是要透過自身的威儀，吃飯的樣子、走路的樣子、說話的樣子，都可以攝受眾生。

舒足蹲踞非威儀，二手交摩亦不應。

「舒足蹲踞」指腳伸展、蹲在那裡皆是不適宜的儀態。「二手交摩」指二手叉在胸前，這種儀態也不適合。這些儀態會讓人看起來，猶如心中放逸之人，慢心很高、煩惱很多的人。

騎乘床榻等坐處，不應與他婦女共，
能令世人不信事，知應防止勿令見。

凡是不會讓有情生信心、喜歡心的事都不要去做，所做皆應讓有情生起虔信的心、歡喜的心才好。下一偈是若有人請問道路應如何走時，應用什麼威儀來指示道路。

辰二、指示道路等時應如何：

若欲於他作指示，勿用左手而指麾，
當具恭敬舉右手，指示道途亦應爾。

當人家問路時，不可以用左手指著路說：「路是這樣走！那樣走！」不可這樣做。因為用左手是不恭敬的，要用右手。昔舍利子遇魔考，魔來要右手。舍利子砍下右手，當然用左手拿右手給魔。魔一看，你用左手拿右手給我是非常不禮貌，所以不肯接受。當下舍利子覺得有情怎麼這麼難度，所以悲心退卻，而掉入小乘道。這是一個典故。

不可輕躁猛搖手，不可粗莽出高聲，
輕動其手微彈指，否則不順威儀行。

不可有事沒事時手亂動，除非手真的不舒服會痛才動一動。指示道路時不可大聲告之，指路示意時以右手輕輕彈指示意。若有事沒事時亂搖手、擺動手臂，或出高聲，表示心中有強烈煩惱的徵兆且屬貪欲的行為。

辰三、睡時威儀應如何：

應如世尊涅槃時，向所欲處獅子臥，
正知速疾思早起，最初定應如是行。

睡覺時的威儀應如何做？睡時應如佛示現涅槃時的獅子臥，即右脅而臥，將右手枕在右臉下方。除此之外，以正念正知對三寶很強的虔信、清淨的心入眠，或憶念佛身上的光芒。若如此睡，整個睡眠會非常輕盈、心非常清明而不會變混濁。睡前若憶念佛光，不會睡的太沈。也可以想一想隨喜三寶功德，念死無常的心很強的當下，比較不易沉睡，容易清醒。

卯二、攝義：

菩提薩埵之所行，經論所言雖無量，
淨治其心之所行，此是定須修行事。

菩薩的行持，雖然經論裡講得很多，最重要是以淨化自己的行為為主。當中所說如何行持，皆應做到。

《入菩薩行論十七》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2005/08/28

寂天菩薩根據自己本身的修證而講了《入菩薩行論》，這是談到一位菩薩如何趣入菩薩行的一部論，我們現在已講到第五品快結束的部份。在此根本科判，主要開示守護心的方法，是守護趣入菩薩行—身、語、意三門的所作所為的因、根源「心」。用什麼來守護？用正知。這就是第五品守護正知品所講的內容。

正念和正知是非常重要的，在這裡有一句：「若除防心真禁行，別餘禁行多何益」，禁行是指修行，寂天菩薩說行者除了守護心的禁行之外，不需要其餘眾多的禁行。所以我們修行也只有守護心而已，沒有其餘的修行了，而守護心的最佳方法是什麼呢？是正念及正知二者。生起正念及正知的次第是先生起正念，後生起正知。

正念是對修行的方法、次序、需要做什麼等加以了解、不忘記。先作了解，了解後才能憶念起，若不先了解，就沒有所謂的憶念起，所以，要先對修行之處如理如實的了解。了解並不忘記的心就稱為「正念」。了解後，對於此和此是該做的，一再回想起，就是用「正念」的繩子，將心綁在修行上，「以正念繩栓繫住」，正念就像我們修行的約束者。

例如在一座中，要從依止善知識、暇滿義大難得…依次禪修下士道的話，最初時，自己心理要先準備好，先了解所要修的內容，以正念提醒自己「禪思此後，接著要禪思此」，正修時，就依照著先前所想的而做，作這樣持續把持者是誰？是正念。

例如要唸一串「嗡瑪尼悲美吽」(六字大明咒)，開始時心中起個念頭—我要唸誦「嗡瑪尼悲美吽」，然後就開始唸誦，唸誦時一句接一句，是因為先前的念力—「我要唸誦嗡瑪尼悲美吽」的動力推動著使我們持續唸誦下去，推動著我們持續唸誦的是誰呢？是正念。若沒有正念，我們可能每唸誦一遍「嗡瑪尼悲美吽」，便要再想一次，因為唸誦完就忘記了，所以「正念」能使我們持續在未唸誦完 108 遍前，一直持續下去。沒有正念的話，可能唸完一遍「嗡瑪尼悲美吽」就忘了，還要再想一次，但因為我們有正念：「我要唸 108 遍」，才不須要再重新想，在還沒唸完 108 遍之前會一直持續下去。

同樣的，例如從依止善知識開始，一直思惟到下士道的最後，預計用一或兩、三個小時的時間來思惟；思惟前要先清楚了解裡面的內容，然後

提醒自己「我要利用一個或兩、三個小時的時間來思惟」。推動我們從一開始持續到最後的力量就是正知。生起的「我要利用一或兩、三個小時來觀修整個下士道」的念力就會推動我們從頭到尾依次的思惟下去。

在這整個思惟的過程當中，檢查有沒有按照計畫正確做思惟者就是「正知」。譬如早上起來預計自己在這一天的修行，推動一天計劃的是正念。例如提醒自己：我今天不要生氣，要修菩提心、出離心，早上要修幾次，下午要修幾次，用正念做這些計劃；在實踐過程中，是否正確、實而行的檢查者就是「正知」。

因此，正念和正知對我們身、語、意三門的修行有這樣的幫助。若以正念和正知作輔助，如何使學處圓滿呢？要圓滿菩薩學處的話，必須使菩薩學處不染罪垢；若先前已染犯密咒根本墮要將之淨化，現在染犯的根本墮要即刻加以懺悔。

請看第 117 頁（子四、學處完全圓滿之方便 分二）（丑一、廣說 分四：寅一、能令學處清淨之因）

日夜六時各三次，應須讀誦三聚戒，
依於三寶菩提心，罪墮殘餘令消滅。

菩薩如此作懺悔，我們亦應如是作。就顯教而言，懺悔時可念誦《三聚經》主要內容是「三十五佛懺」，持誦三十五佛名號，依著殊勝田過去的願力，可將眾多罪障懺淨，有這樣的益處。從「日夜六時各三次」可看出懺悔是非常的重要。不論任何時刻，只要一造罪，就馬上懺悔。早上造罪早上懺；中午造罪中午懺，晚上造罪晚上懺，夜晚造罪夜晚懺，任何時中，只要一造罪，就馬上懺悔，讓罪惡不生起。

如果早上造了罪惡應該馬上加以懺悔，若放置不管，罪惡將增長廣大；所以造了罪惡，應該馬上懺悔，馬上懺悔的話可阻止罪惡增長廣大，因為業會增長廣大，馬上懺悔是很重要的。如果自我規定每天分六個時段做懺悔的話，時間一到，自然就會做懺悔。否則有時候造了罪惡卻不會想到要馬上懺悔，但若我規定一天分六個時段做懺悔，時間一到，自然就會做懺悔，這就是規定一日六時做懺悔的原因。

《三聚經》是懺悔罪障、積聚福德、無盡增長善業的方法，故稱為「三聚」，所以應要唸誦。海濤法師的道場印有精美的三十五佛懺法本，除了釋尊之外，很清楚地說明每一尊佛可淨除那些罪障，這樣可使我們唸誦佛號

時，也知道該尊佛可淨除多少罪障，所以有時間的話，唸唸佛號是很好的，三十五尊佛，若每尊各唸 100 次，大約一個半小時或一個小時就可唸完，沒時間的話，至少各唸七次。最好每天唸「三十五佛懺」，每尊佛號至少唸七次。以前宗喀巴大師就在沃喀卻林非常認真的唸誦三十五佛佛號並作大禮拜。

寅二、講學處之體。學處的基礎建立在什麼之上？學處若是染垢應想辦法使之淨化，而所學的學處基礎是建立在身、語、意三門之行為上。身、語、意三門必須要隨順菩薩的學處而行。

寅二、學處之體：

不論為自或為他，任何時處何作行，
如經所言諸學處，於彼時處當勤學。

不論是為了自利或利他，為任何者而作時，都要透過三門而作，所以要觀察是否與菩薩學處相符，若不相隨順（相符）就不該做，要隨順菩薩學處而作。菩薩的學處要怎麼透過三門行持？要以菩提心攝持而行菩薩學處。菩薩的三門所作，若以菩提心攝持，將會是非常廣大無邊，如果所作之事是廣大無邊的話，那將沒有任何一個行持是菩薩不該作的了，因為菩薩要利益的有情無量無邊的緣故，所以要行廣大的菩薩行。

當然有時在行持菩薩行時會有不信之處，但不可因為個人的不信而不去學習，菩薩的目標是利益無量無邊的有情，所以切勿不信。

佛子未學之學處，任於何處亦無有，
如是住戒善巧者，有何福德不能生。

為了積聚福德應該學習無邊之事，因此切勿不信。例如以前的典故，那洛巴晉見帝洛巴時，看到帝洛巴在吃魚。當一位菩薩以菩提心攝持而做出來的行為，是我們不可臆測、不可揣測的。所以，沒有任何一個學處是菩薩不該學的菩薩行。

寅三、所為 分二，卯一、善根迴向一切有情義利

或於現行或加行，唯利有情不為餘，
唯為益處有情故，一切迴向菩提因

學習菩薩行的行者，三門的行為應盡力隨順菩薩學處，也不可不想學而輕捨任何一個行持，應該學習的有無量無邊學處。廣泛學習後，為什麼

要迴向呢？是為了利益一切有情故，迴向於菩提。

卯二、於大乘善知識及學處，終不捨離。

常時依止善知識，大乘法義善巧者，
安住最勝菩薩戒，寧失身命不捨離。

在此實修時，根本可溯到依止善知識軌理。如菩提道次第論說的二大科判：一、依止善知識為道之根本，二、依止已如何行持。一者是依止之根本、一者是修行之道。身為菩薩行菩薩行時，要經常以依止善知識為根本而行菩薩行。因此才說：「常時依止善知識，大乘法義善巧者，安住最勝菩薩戒，寧失身命不捨離。」，依止善知識和學習這兩點寧失身命亦不捨離。

依止善知識之後，要依照善知識所教的菩薩學處如理遵守、奉行，在為了如理學習善知識所教的菩薩學處，過程可依著經或論做學習，依著經論學習依止善知識軌理和菩薩道。

寅四、從何聞思 分二， 卯一、依經學

如密嚴經能害喻，依師之理當修學，
此外別餘如來教，讀誦諸經可了知。

諸經示菩薩學處，是故應當勤誦經，
特於虛空藏戒經，最初受戒當先誦。

這是指要依著經典作學習。菩薩根本墮的戒條是引自《虛空藏經》，這是佛陀的八大弟子中的虛空藏菩薩，向佛陀請示經典，所以稱為《虛空藏經》。有時當某人心胸狹隘、想不開時，可以念誦《虛空藏經》，對他會有一點幫助，此是就修法角度而言。有人占卜時會說某某需要念《虛空藏經》，表示那時候那人的心想不開了。西藏的一些仁波切口授中，會說虛空藏菩薩的心像虛空般，所以念他的經，我們會比較想的開。

這裡提到寂天菩薩所寫的《集學論》。卯二、依論學

何故常時當學行，於彼論中多宣說，
集諸菩薩學處論，定須再再勤瀏覽。

又復若樂總略者，當觀諸經集論文，
聖者龍樹所作論，卷二定須勤閱讀。

若廣泛的學習角度說的，可以參閱《虛空藏經》或寂天菩薩所寫的《入

行論》、《集學論》；若不能如此，簡略學習論著的話，則「又復若樂總略者，當觀諸經集論文，聖者龍樹所作論，卷二定須勤閱讀。」，可以參閱龍樹菩薩所寫的《經集論》和寂天菩薩所寫的《集學論》，這二部論裡引用很多經典，並扼要的提到經典的意義，但因為這二部是兩位菩薩所寫的，所以是屬於論著；雖然屬於論著，但其中含有經典的意義。所以，至少應該參閱這些經論，若廣學則應參閱《虛空藏經》、《入行論》、《集學論》等。提到菩薩學處的經典有：《華嚴經》、《寶雲經》、《地藏經》、《虛空藏經》、《正法念住經》、《法華經》、《如來藏經》；論著有：《集學論》、《入行論》、《菩薩地》、《經莊嚴論》、《寶性論》、《現觀莊嚴論》等。

丑二、攝結

若於其中未遮止，是所聽許可行事，
為護世間眾生心，見為學處應修行。

總之，若於經論當中沒有遮止（禁止）的，菩薩都應該要做；若有遮止的，譬如根本墮、惡作等等這些絕對不可以做。若做了，將就會危害到菩提心，使得菩提心未生將不生起，已生起者將退轉；所以除了有遮止的，不可以做之外，該作的有非常多。

「為護世間眾生心，見為學處應修行。」，若未遮止的，而且不會危害到菩提心的，為了保護世間有情心的緣故，菩薩應該盡量隨順世間而做，雖然可能會有不隨順世間的行持，但仍應盡量隨順世間而行，菩薩應該學行的行持有無量無邊，因此有時難免會有與世間不符的情形，但仍應盡量隨順世間而行。下面又講到正念、正知：

癸二、結歸應須實修非唯空言，分二，子一、於學處悉應以正念正知守護

於自身心應隨時，數數審觀毋放任，
總攝而言唯此法，是護正知之行相。

對於上述所說的，加以了解並且不忘記就是正念，前面說到應該參閱經論及如理學習學處等，了解並且不忘記就稱為正念，而有沒有照著正念而做，是由正知作偵查的。「於自身心應隨時，數數審觀毋放任」，學習了經論後，應該審觀身語意三門是否如理實行，是用正知作偵察。

子二、實行之義

此事實踐須躬行，唯誦文詞有何益，
豈有徒誦醫方文，便能療癒諸病者。

心不僅以正念、正知守護，也應該盡己所能的實踐，若不實踐而只是作意思惟而已，就像只讀藥方一樣，病是不會好的。是沒有什麼益處的，要真正的實踐，「此事實踐須躬行，唯誦文詞有何益，豈有徒誦醫方文，便能療癒諸病者。」。

所以主要用正念和正知來守護心。但若僅僅知道用正念和正知來守護心，而沒有真正的實踐，是沒什麼益處的；用正念和正知守護心雖然很重要，但更應該要真正的實踐。雖然我在這裡一直對你們說說說，你們一直聽聽聽，若不去實踐，就如讀藥方般，病是不會療癒的，所以應該要實踐。「此事實踐須躬行，唯誦文詞有何益」只有聽一聽，寫一寫，若不作思惟、不加實修的話是沒有用的，所以寫些格言提醒自己去實踐，偶而唸些實修的言辭提醒自己要實修，是很好的。比較有力的句子，有時背一背、唸一唸一定有加持，只把東西放頭上是沒有什麼加持的，這些唸一唸，一定有加持。

以上是菩薩以正念及正知來守護自心，加以實踐，學習學處是第五品的主要內容，到此已經講畢。到此若沒有問題的話，就進入第六品忍辱品。

菩薩行的基礎是建立在悲心及菩提心之上，悲心及菩提心是利他心。瞋恚正好相反，是傷害他人的心，所以瞋恚可稱為煩惱當中最惡毒的，而能對抗最惡毒的瞋恚者是忍辱，因此菩薩修行忍辱，是很重要的。

庚三、學餘四波羅蜜之理 分四，辛一、學忍辱之理 分二，壬一、釋論文 分二，癸一、修對治 分二，子一、思惟瞋之過患 分三，丑一、不見之過患 分二，寅一、瞋能斷善根。

學習忍辱之理當中，要思惟瞋恚的過患，瞋恚會摧壞善根，所以要思惟瞋恚的過患。

百千劫中所積集，布施妙供供如來，
所有一切諸善行，一念瞋心能摧毀。

這裡講到百千劫，一劫時間就夠長了，一劫當中有千佛出世，如現在是賢劫，將會有千佛出世，目前才四尊佛出世而已，所以一劫是非常長的。不僅如此，一劫又可分為四個時期或四個時段：世間形成的階段、世間續住的階段、世間毀滅的階段及世間呈現空洞的階段。佛會在住劫的階段出

世，住劫階段當中又分為人壽遞增、人壽遞減的階段，佛是在人壽遞減的階段才會來到世間，所以在四個階段中的住劫階段的一半期間才有千佛出世，就是一劫分為四分，在其中一分的二分之一時千佛才會出世，因此，一劫的時間實在是非常非常的長。

所以，瞋恚破壞善根的方式實在非常可怕。我們發起善良的心一直造善業、積聚善根，可是一旦瞋恚生起時，強烈的傷害他人的心，欲將他完全消滅的心，力量是非常的強；造善業時，例如給些小錢，或幫幫忙這類的事，從來沒有生起過要捨命幫他的心，從來沒有生起過為了利他捨棄自己的勇氣；可是當瞋恚生起時，為了自利卻會生起捨棄他人的勇氣。

在瞋他人時，瞋的心態怎麼樣？幫助他人時心態怎麼樣？當幫助他人時出的力可能是百分之一，一點點而已，為了他人捨棄自己是不可能的，有時甚至是為了己私才幫助他人，幾乎都是如此。但瞋時，為了自己可以捨棄一切，以前一直行持的善業，當一生起瞋心時就可以捨掉，瞋心的重量好像是好幾噸，而善業這邊則沒有幾兩，當一生起瞋，善根就掉了，這就是「百千劫中所積集，布施妙供供如來，所有一切諸善行，一念瞋心能摧毀」的意思。

寅二、了知忍與瞋之功過應勤修忍

重罪無如瞋恚罪，難行無如忍辱行，
是故於此應殷勤，以多方便修忍辱。

沒有任何的罪惡像瞋恚的罪惡那麼大，因此沒有任何的艱難行能像消滅瞋恚的忍辱行這麼難修的。瞋恚生起時才需要修忍辱，沒有瞋恚時不需要修忍辱。但瞋恚生起後要修忍辱是很困難的；因此務必要修忍辱，絕不讓瞋恚生起，要用各種方法讓瞋恚永遠不生起，要透過種種對治法，將瞋恚對治掉。對治的方法是什麼呢？就是修忍辱。

若有能對抗瞋恚的修行，該修行自然是最好的；因為沒有比瞋恚帶來的傷害更大者，因此能對抗瞋恚的修行是對我們幫助最大的，那是什麼呢？是忍辱。所以我們要透過種種的方法努力修忍辱。

下面再講到瞋恚的過患。

丑二、現見之過患 分二，寅一、由瞋恚故身心無安樂

若懷瞋恚逼惱心，心不寂靜不平等，
不生歡喜及安樂，寢臥不安難入寐。

瞋恚的過患，事實上我們是可親眼看到的，可從自己的經驗上了解到，當瞋恚生起的那一刻，心就馬上不快樂，馬上生起苦的覺受，心中的寧靜被攪亂，心不安寧、不寂靜，「心不寂靜不平等」；心的寧靜被攪亂，身體自然不舒服、心不快樂，甚至睡覺也不安眠。這些都是我們可親眼見到的。

瞋恚也是引生疾病的門檻、門徑，因為瞋恚生起時，氣、血都會不順暢。當一個人生氣、起瞋恚時，整個身體馬上像氣球漲起來一樣，該呼不呼，該吸不吸，氣就不順，氣不順暢，血的運行就不順暢，這些都是瞋恚帶來的過患。那麼親友會如何呢？

寅二、失壞親友。

利養恭敬施恩惠，縱令其人相親附，
若使其人懷恚心，能令變叛相殺害，
由瞋親知生憎厭，施恩攝受不相親。

有強烈瞋恚的人，不但自己不快樂，連周遭的親人、甚至支付薪資的僕人，在他起瞋恚的時間裡都不喜歡他，甚至有招來被殺的危險性。例如主人雖然支付薪資給僕人，但他若經常起瞋恚，可能會導致被害的開端。有時某人雖然很幫忙別人，但他的脾氣很不好，會使人沒辦法與他親近，也有些師長雖然學問很好、很會教學，可是脾氣實在很不好，所以大家都不敢接近這位師長。

丑三、總明過患

總之人若有瞋心，終不能得安樂住，
由瞋恚魔於其中，便能興起諸苦惱。」

總之，瞋恚發起時，不但自己不快樂，連左右的人都不快樂，甚至「便能興起諸苦惱。」指不僅此世不快樂，也會引生來世的種種痛苦、苦惱。簡單而言瞋恚的過患即此。

子二、思惟忍之功德

若人謹慎伏瞋心，現生後世皆安樂。

這是忍辱的功德。如果修持忍辱，不但此世、後世都能獲得安樂。所謂「修忍辱」，不是指當被人傷害時，內心起了很大的瞋恚心；雖然身語意的外表行為表現為非常寂靜，但是心裡怒火中燒的話，就不叫修忍辱。修忍辱是被人傷害時，心中沒有一點點的怒氣，而能安然接受，心中的寧靜

不被他人所干擾，且心中對傷害者生起慈心和悲心，這才叫修忍辱。

《入中論》講到瞋恚的過患時說：「使色不美引非善，辨理非理慧被奪，不忍令速墮惡趣」，瞋恚會使人變醜，起瞋恚時沒有人會喜歡那張臉的，瞋恚會使那個人變醜，且不入正士行列中，不被列為是好人，瞋恚起時即刻失去智慧，如電腦當機，不會思惟。頭腦當掉失去智慧，來世將墮入惡趣。

若經常發起瞋恚的人，並不是發起瞋恚的當下變得很難看而已，在這一世會變得越來越難看，不講來世，光說此世就會如此，來世會更醜陋。起瞋恚時，他會把別人都看成壞人，別人也會把他看為壞人，對不對？所以彼此看來都不順眼，所以就造了來世感生醜陋相的業。醜相主要是別人看了不舒服，人家看了有沒有喜歡？主要是這樣的意思。

相反的，一位修忍辱的人，因為心中有忍辱，有慈待他人，喜歡他人的心，這樣的心會使他的行為展現出是慈待他人，歡喜他人，當然人人見到他時都會喜歡他、親近他，如果持續多年修行，到老時，人家只要一見到他，就會心生歡喜，會變成人見人愛的人，這樣他的來世必感得妙色莊嚴。這樣的人他的智慧也會增長，因為他一直想著要幫助他人、慈待他人，所以他會自然的一直想著幫助他人的各種方法，這樣智慧自然會增長，也可說他會用很多的角度看事情。

譬如我對每個人都懷著要慈待你們的心，當然會站在你們的立場或角度來想。藏文是說，會站到你們的椅子上去，中文是站在你們的立場想，這樣智慧就會增長。來世不但會獲得妙色，而且一定會得到善趣身，不墮入惡趣中，以上為《入中論》所述。

那麼，瞋恚到底是如何生起的？生起的次序是如何？會生起瞋恚，首先是遇到不悅意（不高興）、不順己意的對境（對象），這不悅意的對境並不是僅指敵人，自己的父母、子女都有可能是不悅意的對境，在他們身上可能有不順己意的情形，這就是「不悅意」的對境。第二是增益、虛構不悅意的對境，生起非理作意的分別心；心中生起非理作意的分別心，依之心中生起苦受，依著心中的苦受，心起錯亂，這就是瞋恚。心中所生的苦受有多大，所生起的瞋恚就有多大。這樣的苦受，是依於所增益的不悅意境而來，增益虛構的力量有多大，心中的苦受就有多大。要去除這樣的苦受，就要針對不悅意境上的增益點著手，因為對不悅意對境的增益，會使我們生起非理作意的分別心因而產生苦受，要遮除非理作意的分別心，該怎麼做？就是將不悅意的看為悅意的；盡力將不悅意的感覺變小降低，就是停止對

不悅意境上的增益，將它看成悅意的，這樣心中的苦受就會沒有、不會那麼強，如此由苦受產生的瞋恚也會沒有。

放下對不悅意境上的增益點，雖然仍有不悅意在，但只有此我們並不會起瞋恚，是在增益點上才會起瞋恚，所以只要遮除掉在不悅意境上的增益點，瞋恚就會自然消除。或者將不悅意看成悅意的也可消除瞋恚，因此，在兩種滅除瞋恚的方法中，根本方法是遮除增益。一者是直接將不悅意的視為悅意，瞋恚就會消滅掉；另一者是將增益點、虛構不悅意的這點將它滅除，也可遮止掉瞋恚。

當遇到不悅意境時，為何會起瞋？如果追溯到瞋恚的因，就是瞋恚者執自己為實有、視自己為最重要；遇到不悅意境的補特伽羅本身執己為實有、視己為最重要的緣故，因此遇到不悅意境時，就生起瞋恚；如果不認為自己是最重要的話，即使遇到任何的不悅意境，也不會起瞋恚。所以追溯瞋恚的因，根本要追究到我執。如果沒有「我」的念頭在，心將如枯木、鐵一樣，因為枯木、鐵沒有「我」的念頭在，不論怎樣對待它，它都不會起瞋，同樣的，一旦沒有「我」的念頭在，不論遇到任何不悅意的對境，都不會起瞋，所以只要還有「我」的念頭在，遇到不悅意境就會起瞋恚。所以根本要追究到我執。《入行論》說依苦受而生起瞋恚。

癸二、遮安住之障 分二，子一、遮止瞋恚之因 分四，丑一、因之體性及過患

作所不欲遮所欲，瞋恚由斯二者生，
心不愉悅如飲食，長養瞋心應摧伏。

心不愉悅的苦受有多強，瞋恚就有多強。就像是瞋恚吃了苦受食而生起。所以應將苦受滅除掉，只要有苦受在，就會起瞋恚。

要將苦受滅除的話：丑二、誓於遮止瞋恚之方便致力

是故我應於此敵，毀其糧秣令無餘，
唯除如是為我害，此敵更無他事業。

是故我應搗毀此敵的糧食，應將瞋恚的食物除掉。「唯除如是為我害，此敵更無他事業」，因為沒有像瞋恚帶來如是傷害者，瞋恚除了給我們造成傷害之外，並不能做其他的事。既然要將瞋恚滅除，就應將瞋恚的因去除，而使瞋恚增強的因、食物是什麼呢？就是苦受，所以不要讓苦受生起，如言「毀其糧秣令無餘，唯除如是為我害，此敵更無他事業」。

為什麼要去除苦受？因為心中生起苦受的話，自己將會不快樂；生起苦受並不會得到自利，它只會使我起瞋恚，失壞善根而已。

丑三、正明遮止方便 分二，寅一、不應心生不悅

我今任為何因緣，不應動亂歡喜心，
不樂所求仍不得，且令諸善皆失壞。

生起苦受的話，自己將會不快樂；為什麼讓自己不快樂呢？不快樂並不會得到我的所求，「不樂所求仍不得」。不但不會達到自己的義利，又會引生瞋恚，將心相續中歷經多劫累積的善根摧毀掉。所以不論遇到任何惡劣的情況，都應該欣然接受，絕不要不高興。不高興的話，那只會擾亂自己的心而已，所以還是高興比較好。不高興並不能避免掉惡劣的情況。

釋論所說的「苦」，有時是指外境苦，有時是指內心苦的感受。瞋恚的因是自己內心的苦受。內心會產生苦受主要是遇到不好的外境，所以應該讓自己的心保持快樂，心中不要生苦受。釋論所說的「苦」，有時是指外境苦，有時是指內在的苦受，而瞋恚的因是內在心相續中的苦受。

寅二、明其故

若求補救猶可及，此時何用不樂為，
若於此事無補救，為之憂惱有何益。

遇到外境上的苦時，如果我們的心生起苦受的話，如果還可補救就該補救，又何必不高興，「若求補救猶可及，此時何用不樂為」；如果心生苦受對境可被改變的話，則可心生痛苦。但是「若於此事無補救，為之憂惱有何益」，即使心生痛苦，對境也不會改變、不會變好的話，那又何必讓自己的心生痛苦呢？心生痛苦是沒有意義的，「為之憂惱有何益」，義指不要不快樂。

生起瞋恚的對境，若就《入中論》而言，「最初說我而執我，次言我所則著法」，首先起我想，然後對於我喜歡的事，如貪愛的對境生起貪著心，之後對於傷害「我所貪愛境」的對境起瞋恚。所以是先生起貪，後起瞋。因此所說的「瞋恚境」，主要是指遇到傷害「我所貪愛境」的對境，內心生起苦受，依之生起瞋恚。所以要先肯定瞋恚境呢？還是貪愛境？要先肯定貪欲的對境。之後才肯定瞋恚的對境。瞋恚的對境有哪些呢？

丑四、於生瞋恚之因應勵力審觀斷除 分三，寅一、總明生瞋恚境差別

眾苦逼惱輕蔑行，逆耳惡名粗惡語，
不欲施我及所親，豈能禁敵不出此

「我及我所親」的「我所親」是指我的親人、朋友、兄弟、父母等等。如果對我或我所親者作傷害、輕蔑，或講逆耳的粗惡語等，這些就是敵人，就是起瞋恚的對境。

今天上到此，可以發問。

問題：仁波切剛講滅除瞋心的方法有兩種時，第一種是將不悅意的對境視為悅意；第二個是將增益的不悅意滅除時，增益的是否分成本來只有自性的部份，跟本來沒有自性的想成錯誤的？指我執的部份或我們看錯、想錯的部份也都算在內，是否滅除的方法會不一樣？

回答：阿羅漢滅除瞋心的方法與菩薩滅除瞋心的方法不一樣。菩薩是將不悅意的對境能夠視成悅意的對境，阿羅漢不需要這個方法，他們是超過不悅意的情形，將增益斷掉，阿羅漢有的也會從我們的角度是不悅意，從他們的角度是悅意的也有，但菩薩是整個有很多悅意，用慈悲心的理論轉化成悅意，這個部份是只有菩薩做的。阿羅漢真正要滅掉的是增益，這是它真的因，這個增益要滅掉，菩薩是整個將不悅意改為悅意，自然就消掉，真正的因是增益，苦受真的因就是增益。

問題：剛仁波切講另外一個例子時，如乾枯的木頭或鐵沒有心，那部份應屬滅瞋方法當中的那一種？

回答：這是講因果的時候，生起瞋一定有我執才會生起瞋。

問題：所以一開始時，就要把自己變成像木頭或鐵那樣子？

回答：如果沒有我執，自然不會生起瞋恚，比喻沒有我執的是什麼東西？如枯木或鐵，當然沒有我執，因為他們不會有認為我是最重要的想法。

《入菩薩行論十八》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯 2005/09/04

遇到苦時，我們會生起忍辱。忍辱可分為三種：①安受眾苦忍②諦察法忍③耐他怨害忍。一般遇到苦時都會生起無法忍受的心，如果無法忍受，就會生起瞋恚。反之能忍受接納下來，就是修持忍辱。而修持忍辱，即是滅掉生起瞋恚之門，也就是將生起瞋恚的門掩蔽，所以說修忍辱可以滅瞋。

如果真的生起瞋恚的話，就很難將它滅除。所以要在瞋恚還未生起之前先做好準備。先從小小的瞋恚開始練習，真的發起大瞋恚時是很難將瞋恚壓伏住，因為在那個時候心已錯亂。也就是我們還沒有生起瞋恚時，要學這些思考，慢慢的，當生小小的瞋恚時，試試看能不能滅除。慢慢有了這種經驗，就比較不容易大的生氣。否則真正生氣冒火時，《入行論》就離我們很遠了，完全沒有辦法思考這些。

當凡夫要依著對治法來對治煩惱時，最重要的是要遠離能生起煩惱的對境。要將對境從能生起煩惱的心上去斷除掉，因為生起煩惱時，心就被煩惱所搖動。(心要離開境，不是境要離開)。

遠離生起煩惱的對境，對凡夫而言是很重要的，尤其可以透過修出入息的方法。一般禪坐之前，應先修出入息，先將煩惱妄念滅除，才能入修，所以用數息的方式來修，有助於我們遠離煩惱。

數息的時候①對心本身離開煩惱的對境有幫助，②我們平常說氣與心識互相有關係，走的時候一起走，做時一起做，做跟走好像時間是一起的，所以數息時，心一直專心跟著呼吸。因此，我們的呼吸一定要慢，慢呼、慢吸，呼氣、吸氣時都要慢。當然我們的氣若慢，心也會跟著慢。煩惱的心本身很粗猛，好像不會平平穩穩的，往往超過速度，不該走時很快走，不該想時，就會想。

數息時，心自然也會慢一點。經典說數息是自自然然的呼吸，可是要自自然然的呼吸也不是那麼容易。對我們來說，呼吸幾乎都不是處於自自然然的狀態之下，而都是被煩惱帶著走的。因此，當我們的眼識只要一見到貪心的對境，就會好奇，好像比較敏感，較大的貪心時，氣就會震盪一下。瞋心也一樣。貪和瞋，每天 24 小時都是小小、常常的、一直一直不斷的生起。

仔細觀察，也有影響我們的氣，我們的氣完全沒有自自然然的，不該呼的就呼；不該吸的也會吸，所以我們的呼吸比較粗。 所以經典說的“數息”，應比平時自然的呼吸還要慢一點，這樣就有一點靠近自自然然的呼吸了。(氣慢時，心也會跟著慢)。

這是美國一種心靈課程的說法。做十次很深的呼吸後，慢慢的呼，又慢慢的吸。若很生氣的時候，只要慢個十次，生氣，就會降下來，此與佛法講的用意是一樣的。所以生氣時不一定要禪修，在車裡、或在任何情況下，都可以馬上做這種深呼吸。仁波切說，我們須趁著還沒有瞋恚生起之時先做這些思惟，等瞋恚到來時，才能夠有所應變。

看第 126 頁，寅二、於所作不樂者遮止瞋恚 分三，卯一、遮於己作惡者起瞋 分二，辰一、生苦者應忍 分三，己一、安受眾苦忍分五

午一，思惟有漏皆苦

安樂之因偶一生，苦因極多數無量。

午二，思惟習苦之功德

無苦出離心不生，故心當生堅定解，

為遮苦行好角鬥，燒身斷肢諸苦受，
為無義事尚能忍，為求解脫復何恨。

我們處在痛苦輪迴當中，在輪迴裡苦多樂少，如果我們能對苦思惟比較多，多靠近、多親近一點的話，就比較能夠接受，思惟把苦當朋友有的好處，覺得它對我有什麼幫助，內心就不會那麼苦。

我們應如何親近苦？如何思惟苦的功德？「無苦出離心不生，故心當生堅定解」。沒有苦，出離心不會生起；悲心也不會生起。如同像皈依一般，若是沒有畏懼的恐懼心，就不會生起皈依心。修下士、中士及上士道都一樣，沒有苦就沒辦法修了。

依著苦，我們可以去做全部的修行，所以對苦不需要害怕，應對苦生起堅定的了解。如果全部的修行都要仰賴於苦。就如同皈依、出離心、菩提心，要生起這些都必須要仰賴苦的幫助的話。

那對於那些沒有辦法幫助我們趨向解脫、遍智的苦行，如外道的苦行，一天、兩天、或三四天的斷食，或在自己肢體上做種種苦行的外道修行。他們都能夠忍受那些沒有意義的苦行。那我們遇到苦時，苦可幫助我們修

行，我們又何以不能忍？

如果我們沒有遭遇過什麼苦，沒有苦的經驗，對別人的苦就不會有感同身受的覺受生起。我們在這世界上，能彼此相互幫助、相互利益的行為，就是建立在自己曾有苦的經驗上。苦具有這些利益，我們若加以思惟，則有利於修行；否則，就只是感到苦而已。初遇苦，是很難習慣這些所遇到的苦狀。

午三、思惟熟習自不難 分二，未一、廣說 分四，申一、久習自成順易

難事久習轉為易，世間何事不如此，

故於小事當練修，令於大事能堪忍。

申二，以喻成（接著舉例說明）

不見蛇蟲蚊蚋苦，或為飢渴等苦逼，
或生疥癩身搔癢，諸無義苦久亦安。

對這些小苦加以習慣，並串習它，將來遇到大苦時，就能忍下來。接著講所應該要忍受的對境。

申三、所忍之境

若遇寒熱風雨侵，疾病拘囚及捶打，
不應嗟吁以為苦，若以為苦害轉增。

會讓我們生起苦的對境，如，不該冷時冷，不該熱時熱，不應吹風時吹風，不應下雨時下雨，或疾病、或人和人之間的糾紛，拘囚、捶打等等這些苦。如果無法忍受，反會讓這些苦，對自己的傷害轉增、變強。如果能忍下來，苦的傷害就會轉的變小。

這些對境能忍受下來，對自己是有利的。這些苦若是站在安受苦忍的角度而言，它們可以激勵我們生起出離心，一定會想要出離這些苦；若站在諦察法忍的角度看所有的這些苦，輪迴本來就是法爾如此；站在耐怨害忍的角度來看，對所遭受到的這些苦，就不要再一直想了，因為不斷的在那上面反覆，而陷在裡面，對自己沒有一點的幫助。

遇到瞋恚的對境時不應該起瞋，理應修忍辱，這樣可以讓修忍辱的力量能夠增強，慢慢也可以習慣於遇到的對境。

申四，熟習則生忍力之喻

或人見自身血出，臨敵無卻倍勇毅，
或人見他身出血，驚惶顛倒身仆地，

彼由心性或堅毅，或復怯弱而差別。

一個人的勇氣差別何在？仁波切舉例說明，古代的戰爭，都是拿著刀劍在作戰，有一些很勇敢的勇士，即使自己被砍，甚至腸子都流到外面，他還是可以用一隻手提著腸子，另一隻手拿著劍繼續跟人家戰爭，那麼樣的勇敢，可是有一些人只要看到別人出一點點血，就嚇得連看都不敢看，為什麼會有這樣大的不同呢？是個人的心和想法不同的關係。所以遇到苦的時候，我們可以去轉念。

仁波切說，也不是要我們像那樣，提著腸，拿著劍去跟人家作戰，那樣做是很傻的。而是要我們遇到逆境、苦境時，應該有那麼強的心力，這只是比喻而已。

未二、攝義

是故雖負致命傷，應不以其苦為害，
諸有智者受苦時，不令心體受昏擾。

當遇到這些情況時，心的寧靜不應受到情況干擾，要保持寧靜，讓自己的心力更堅強，用此更增長的力量，來計劃我該做什麼，準備讓心力更強，面對苦時，我要怎麼處理？苦從何處來？怎麼把它斷掉？信心還要更增長。遇到苦，心裡增長出離心，準備怎樣離開苦。當瞋恚來傷害我們時，應保持心的寧靜，不被瞋恚所擾亂，用智慧好好的計劃如何來駕馭瞋恚。

午四、勉力斷煩惱之功德

與諸煩惱作戰鬥，臨陣之時傷害多，

雖有極苦斷命傷，瞋等怨敵終降伏，
是為勇士稱勝者，否則唯殲自死敵。

戰勝瞋恚，將瞋恚降伏，才稱為勇士。譬如有甲乙兩人爭吵，乙無法忍受將甲殺了，可以稱他是很有勇氣的人嗎？不能。為什麼？因為甲遲早都會死，所以你將他殺了，不能稱為勇士。真正的勇士是當遇到情況來時，能戰勝逆境，心的不被擾亂。如果說有一具屍體躺在那裡，而有一個人拿一把劍去刺屍體，可以說那個人是勇士嗎？不可以。

這邊才說，和煩惱作戰時，當然有很多傷害，但心的寧靜不可以被擾

亂，「雖有極苦斷命傷，瞋等怨敵終降伏」，如果僅僅是戰勝敵人，不能稱為英雄，真正的行者，是要戰勝煩惱，才能稱為英雄或勇士。

煩惱怨敵，是我們要去戰勝的。這邊的詞句，對我們有很大的利益。當我們面對煩惱時，跟煩惱對抗時，這詞句幫助我們，讓心能夠轉變，能生很大的轉變。

「怨敵」是貪瞋上用的字。他是我的敵人，如果我跟他真正作戰的話，我要贏！這是形容貪瞋的用字。對我們來說，用那些字形容貪瞋，比較有力。有時用這些句型，對我們比較會改變，比較會心動，因此心會轉變。跟煩惱對抗時，也可以說煩惱是我的敵人，是我們大家的敵人，不只這輩子，生生世世也都是我們大家的敵人，但是這裏也有一點點瞋心，是煩惱上面的瞋心，對煩惱產生的瞋心。

問題：對煩惱的瞋心是不是善的？

回答：前面《入行論》也有問答，你們忘了嗎？一般這種心是瞋心。「馬舵」不包括(意指，它不是煩惱)。

第四品中文第 79 頁(藏文第 130 頁)「**能斷煩惱非所斷**」，能斷的藏文「炯傑」之意是(煩惱的征服者)，不算是煩惱，「**我於此事應貪著，懷恨不捨而遣除，雖如是具煩惱相，能斷煩惱非所斷**」，遣除的藏文「於傑」之意是打針、對抗(與煩惱交戰)，不算是煩惱範圍裡面。

藏文，能斷煩惱，並不屬於煩惱之意。能斷除煩惱表面上看起來是起瞋恚，好像是煩惱，可是它並不是真的煩惱，不在煩惱範圍裡面，所以這種的瞋心可以生起，接著看苦的功德及苦的利益是什麼。

午五、廣說習苦之苦德：

次應於苦觀功德，由厭患故除憍慢，
於輪迴者起悲心，於罪羞慚樂善法。

從觀苦思惟苦的利益，可以讓我們除掉憍慢的心，對他人會生起利益的悲心。

【仁波切補充：「慢如高山，法水不入」。高山沒有水，草當然不會長出來，我慢，便生不起功德。對自己來說，完全不會往上走，完全不會學到一些東西，當受苦時，慢就會降下來，相反的就會往上走；對別人來說，

若自己完全沒有受過苦，對別人也不會慈悲和關心。如果自己受過苦，就會對別人關心。所以受苦，不但對自己好，對別人也好；不只這輩子，下輩子也是。當這輩子受苦，就會儘量減少惡業，增長善根，「於罪羞慚樂善法」，自然不會去做惡並樂於善法。】

一般當我們遇到苦時，一定會生起不願意受苦的心，這種不願意受苦的心，就是想要離開痛苦的心，這一點對我們會有很大的幫助。以自己的經驗推及到他人，看到他人受苦時，我們也會見到他人不欲受苦的心。這就是推己及人的意思。所以當看到別人受苦時，要想著，我如果是他的話，我又怎麼能夠受得了那種苦？如果能這樣，就比較容易去為他人著想，要是沒有這樣的感覺，則他是他，我是我，他受他的苦，我是我，就不會有為他人著想的心。

他人與自己之間的關係是很重要的，自己是依於他人而存活的，所以他人是很重要的，我們要感念他人的恩惠，這也是念恩生起悲心的方法，思惟他人對我們的恩惠非常大，甚至我們要獲得解脫、遍智、佛果都要依於他人才能獲得。

悲心，是我們想到別人的苦之前，先要了解受苦的眾生對我們有什麼幫助？我們跟他有什麼關係？這些都是要懂的，這很重要。如果不清楚，他是他，我是我。我受我的苦，他受苦是是他的事，就不會有悲心。以上是安受苦忍部份，接著看諦察法忍。

巳二、諦察法忍分二：午一、廣說分三：未一、瞋及有瞋者皆依因緣不由自主分二：申一、瞋及具瞋之補特伽羅不由自主分三：酉一、不應瞋有煩惱之人之理

於諸大苦出生處，膽等病原不瞋恨，
何故瞋於諸有情，彼亦緣逼不自主。

遇到對境時，有時候會讓我們起瞋；有時不會。譬如，四大不調的疾病，像膽病…等。我們不會對自己的疾病起瞋恚，可是對於他人的傷害，卻會起瞋。這就是要站在法的角度觀察，為什麼對自己的膽病等這些不起瞋，而對他人的傷害起瞋？回答說：生病、身體四大不調，並不是四大它自己想要生病，就生病。有人懷疑，生病是四大不調，但四大不是要讓身體生病，我們才生病的；反之，別人則不是，別人是因為生起想要傷害的心，才來傷害我們，因為有這種想法，以下如此回答：

譬如吾人遭病苦，雖非所欲病自起，

如是彼雖非所欲，亦由逼迫生煩惱。

別人來傷害，也是因為被煩惱逼迫的關係，才不由自主的來造做傷害。

酉二，瞋非隨欲樂而生

雖未思惟彼應瞋，世人率爾生瞋恚，
雖未思惟彼應生，如是瞋心自生起。

他雖然不想生瞋恚，卻生起；雖然不想生煩惱，但煩惱也因之而起。這並不能夠自主的，不是他自動要起瞋，也不是他自動要起煩惱的。他雖不想生瞋恚，可是卻生起來了，生瞋恚是不快樂的，沒有人想要不快樂。對方也是一樣，他不想生起瞋恚，不要不快樂，卻生起來了，他是在不由自主的狀況下，生起瞋恚，因此，對方也是我們起悲心的對境。

酉三，諸惡悉由瞋出自無主宰

所有一切諸罪失，惡行種類多無量，
悉從眾緣力所生，非能主宰得自在』。

他人起瞋恚，是在眾多因緣之下生起的，是不由自主的。也因為是在眾多因緣聚合之下才生起，所以我們無法指出，是那一點讓他生起來。如果可以指得出來，那就表示它是實有的。仁波切補充說：【不是的，以上是說當起瞋心時，我們會覺得他是主動的、實有的、自主的，來傷害我。就因為認定他是主動的、實有的、自主的，我們還因此更生氣，所以我們不可以認為它是存在、實有的。若覺存在、實有的念頭很強，我們會更加倍生氣。所以我們要想他是透過眾多因緣聚集而產生的，並不是實有的，這就會幫助我們不會那麼強烈的生氣】。

當我們生起很強烈的瞋恚時，對於來造作傷害的他方，會認為他是實有的，好像他具有一切的能力，來傷害的能力，好像不需要觀待於其他因緣而來造作傷害。

這時，我們可以去思惟依緣而生起的意義，很猛力、強烈的瞋恚就不會生起來了，可是，當我們在思惟這些是因緣聚集才造作傷害，卻會在思惟這些因緣聚合的這點上更加生氣，這就是思考上有問題了。所以在思惟因緣聚合時，要思惟因緣是依於他，依於這些因緣，依於他者的這些因緣聚合才能造成傷害的，可是有時候我們在思惟時，就會去想說這個因、這個緣他是實有的，每一個都是實有的，越思惟好像實有越來越多、越聚越

多，那我們所起的瞋恚會越大。

思惟因緣的聚合，也就是思惟它是依於其他者才造作，而不是思惟因緣本身就具有這些能力，若如此想，就會執他為實有，因緣是實有的，好像堆積很多實有在一起。

當我們在思惟起瞋恚的對境時，在思惟時要去思惟他是由眾多因緣所聚合，用這種方式去分析。如果說光是要把這些讓我們起瞋恚的對境，完全將他丟掉，完全不去想他是很困難的，既然我們會去想他，就要利用會去想他的這一點去剖析，進入到起瞋恚的對境裡去剖析、分析之後，瞋恚就自然可以息滅掉。

在《緣起讚》的藏文，所敘述的因緣，對我們凡夫而言，會生起執著心；對中觀行者來說，會生起緣起智慧或空正見。凡夫生起執著心的那種情況，對行者來說，卻都轉成幫助到空正見。凡夫會一直思考他為什麼會傷害我啊？其結果都是生起瞋心，但，一位行者，卻是會滅掉瞋心的。

申二，彼等之因緣亦不由自主

彼諸緣等亦未嘗，思惟此苦當生起，
彼所生者亦無心，思惟我今當生起。

因緣也是一樣。它本身也是不由自主，只是依於他者而暫時聚集在一起，所以我們執為實有的對境，其實是沒有的。

現在講到諦察法忍。站在法上觀察，到底對境是實有？還是非實有？於此乃是針對破外道的角度。因為外道是主張不觀待因緣的，所以他們主張有所謂的我、神我－能夠自主的神我。

請看第 132 頁，未二、破能自主之因分三：申一、破數論之我及神我有自在分二：酉一、破神我自在生起不安

所謂神我何所許，安立我名是何物，
彼亦非由作是想，謂我當生始出生，

若不生者彼非有，彼時許生是何物？

這裡講到《數論派》的主張，有所謂的神我(總主)，他們認為這是輪迴的根本，他會起種種的變化，二十五種的變化，如四大、六入等等這些，感受或值遇這些變化的就是補特伽羅，或稱士夫或稱我，他們認為補特伽羅非因也非果。由這個「神我」起種種變化，他們認為說「神我」是因不

是果，這「補特伽羅」他會值遇在輪迴當中這些種種的結果，這樣的主張是不應理的。

最後二句『若不生者彼非有，彼時許生是何物』可了解果要出生，必須要由因而來的。所謂的出生是前無今有，先前沒有，現在有了，才會生出來。若如他們所說的「神我」是因、是常，有不應該會出生。既然是常，就不該有所謂的生或滅之類的現像，也不該時而有，時而無，因此，果必定從因而出生。因如果是常的話，怎麼可能會出生，常是不會出生的，這一句是在破數論派的主張。

「總主非補特伽羅」，好像有一點無明的意思。無明是整個輪迴的根本，怎麼會有那麼多眾生在輪迴裡面一直輪，說他的因是「神我」(總主)。所以佛教在辯經時，總主他不會生果，他本身是不是所作性？他們認為「神我」他不是所作性，他永遠是常，他造作出來的是所作性，辯他時因是什麼？因是「神我」(總主)。佛教辯的時候因是常的話，就永遠在，他的果也是要永遠在，因永遠在，一定是果永遠在，為什麼？果的時候，有時會有，有時會沒有。果有時生，有時不生的話，他的因一定是須要所作性，此是辯論的方法。今天講到此，有問題可以提問。

問題：早上仁波切在講解苦諦和集諦時說，了解苦諦之後會生起出離心；了解集諦後，也會生起強烈出離心，有此二種心，但是真正的滅諦是要有方法。不管集諦或苦諦，都是想生出離心，為何到了思惟集諦時，滅諦就會有方法去斷除集諦所生起出離煩惱、斷除煩惱的方法？

回答：思惟集諦，才能觀察到苦諦的因。之後還有一段路要學，能不能斷除這些因，這是學滅諦的階段，學滅諦時就是能不能斷除這些集諦。

問題：不管了解苦諦或集諦，都知道這是須要斷除的，但沒有方法，如此還是沒有解決問難的問題。問難是說，苦諦生起之後有想要脫離，集諦也是一樣，有想要求脫的心，可是都還沒到滅諦的階段，還是沒回答到為何是集諦接下來才是滅諦的問題？

回答：有回答。因為苦諦之後一定要觀察他的因，否則，怎麼斷除苦也沒有辦法，所以一定先要觀察因，才有機會知道能不能斷除，才有機會了解滅諦的方法。修滅諦時下決心，我要走離苦解脫的路，我要達成這個目標。

前面所說的苦諦和集諦，是沒有這種勇氣去做這件事，只是很想要而

已！比如說我很想去美國，只是想而已，現在有能力去了，自己很清楚有能力，所以很勇敢的去準備，因為很清楚自己是可以到那邊，想去看美國是怎樣子，想看一看、聽一聽，或去西藏，或印度，也都只是很想去而已。現在我們談時輪金剛灌頂，講很多，很殊勝，哦！很想去，這都是苦諦和集諦的情況，「離開這，要去那」的一個需求，但是能不能請假？這些都需要考慮。若可以請假，才可能到那邊。機票價格多少？有了錢，所以下決心，我要做。這種想法就不一樣。

問題：了解苦諦之後就有想脫離輪迴的心，這樣想脫離輪迴的心是不是滅諦？

回答：想，不是滅諦。想的對境－想脫離輪迴，「脫離輪迴」是滅諦。但是學滅諦、或修滅諦、思惟滅諦，就不一樣。思惟滅諦是能不能做到這個事情。

問題：仁波切在解釋輪迴流轉的道理時，講說有二個意思，一是指投生處，一是在投生過程不斷在人啊！或天啊！地獄這樣投生過程，論著當中，所謂流轉的意思是這二個都是？還是只有其中那一個？

回答：略論中是講第二種。把連接的投生過程稱輪迴，沒有講整個身體就是輪迴，善界投生的地方不是稱輪迴，它是這邊到那邊的階段，或串起來的稱輪迴，不斷的一直相續著稱輪迴。有的經典會稱相續他本身是輪迴，整個世界也是輪迴，我們的身體也是輪迴，也有這樣的稱法。

問題：有三個問題請問仁波切：①來這裡學了一年多，覺得好像都是在讀書，學佛法的目的，應是為了要實踐在生活裡，不知道應如何做？②有什麼方法可以幫助自己看清楚自己？③最近有一個想法，就是想幫助我的人，因而產生煩惱，我自己也想助人，但，也因此產生煩惱。可能，能力及各方面不足。我們想要發起大乘的心，想幫助別人，可是能力不夠，又很容易生起煩惱，此時如何幫助自己，也幫助別人？

回答：自己要修這是很重要。這裡一直在教怎麼修，也一直在教其內涵的解釋，這些是可以拿來用在自己生活上面的，可是在實際上是沒有辦法個別的針對，你的工作怎麼樣？他的工作怎麼樣？因為我們的課是總集的課，這個課跟他自己配合，有時候是要自己跟老師問，這個課今天我怎麼配合？在我的工作上怎麼配合？仁波切就無法在大眾中，針對每一個人的工作如何銜接，而作配合性的詳解。

還有一個比較大的問題是個人的想法不一樣，有人覺得這樣學也是修；有人覺得這樣學有打開智慧，看到很遠的一個路，心裡就越來越勇敢、穩定，好像這種幫助很大的感覺；有人會覺得沒有實修而感到不如預期，也有這種；本來很多人的個性、根器不同，所以很多人的想法會不一樣，這是正常的一個問題。在那裡問題會出來，本身我們人有不一樣的想法，這是不是很重要？當然他問的是很重要，我們實際上要幫助到自己的調心、行為要改、對周圍的人也會幫助到，這是最重要的一個事情。

仁波切建議：大家有問題時，個別的問題，就跟一些老師，或仁波切也可以解釋一下，佛法上面我們怎樣調心，或怎樣有幫助這些。有時是理論是對的，可是本身還沒辦法做到這個階段，這階段我們會說資糧不夠，所以理論都清清楚楚，還是完全做不到，就很有距離，所以此時就要累積資糧是很重要的，才會感覺到那些都能用。

問題：有什麼方法可以幫助自己看清楚自己？

回答：自己那裡有錯誤要看清。就學佛的人來說，不要先看別人，要看自己。從這個角度，一定可觀察自己的內心，所以應該看得到自己的部份比較多。當觀察別人時，會看到別人不好的地方，我們不應不理他，或不屑他，要關心他。看到別人的不是處，就關心他們，反之，若一直不理會，就好像看不起他們，這是不對的。在別人身上找問題，這也是不好，對別人，我們應儘量找他的好處，看到不好的時候，用他的好處，幫他處理不好的部份。

問題：最近有一個想法：就是想幫助我的人，因此而產生煩惱；我自己想幫助人，也因此而產生煩惱，可能是因為能力或其他方面不足。想發起大乘心，想幫助別人，可是能力不夠，又很容易生起煩惱，此時如何幫助自己，也幫助別人？

回答：要是別人真的用心想幫助我們的話，他們也不致會生起煩惱的。我們也一樣，對別人用心幫助，應該不會有那麼多煩惱。若沒有百分之百的用心，只想當好人，想要得到多一點福報，這些都是執著的心，這樣就可能會生起煩惱，這是根本的。

幫助別人是看自己的內心。正確的話，用心也有不同程度。菩薩的用心和我們的用心就不一樣，可知我們用心的程度，自己要清楚，可以乾乾淨淨的用心，這個用心就有幫助了。雖然不像菩薩有那麼大能力的用心，當自己要用心時又受不了，所以不要輕易就答應的念頭。這是自己講了一

個謊話，別人對我們的信心也不見了，我們看到他也不好意思，只是生起煩惱而已。」

了解自己有沒有能力做到，要講清楚，可以做到怎樣情形，「若有機會，我可以做到那樣，但不確定，是不一定哦！」跟他講明，「這個，我一定會幫助，那個，就不一定，所以不要那麼依賴我。」

問題：可以講實例嗎？因為工作的關係，有一位小朋友從一年級開始每天都哭著找我，要打電話給奶奶，要回家。剛開始，有幫他，跟他講了許多話，但後來發覺，越幫就越來找我，每天都說要打電話回家。現在已經二年級了，每次看到我就一直哭，哭得淅瀝嘩啦，不想上學，說肚子痛要打電話回家，已經對我在精神上造成負面的影響。

另一位家長，因小孩大小便失禁，每天都要來健康中心換尿布，每次大人、小孩彼此都很痛苦，媽媽在換尿布時都會打小孩，過程中都會鬧一些情緒。剛開始，試著要幫助他，前幾次還好，後來，就越來越受不了，不知道怎麼辦？這個境，一直存在，會一直遇到這種境。可以幫助時就幫助，不可以幫助時，就離開，不知道要怎麼辦？遇到這些學生，會想幫助他，這可能是他的業吧！想幫助他，有的可以讓他有一些效果，有一些當然也有種下種子，可是效果很不彰。那我想說還是能夠的話，希望可以幫助他們。

回答：可以看得出來，這個幫忙是用心的。但是用心的程度要注意。沒有能力或做不到，也要觀察，好像車子沒有辦法開得很快，有時卡一下比較好，好像煞車煞一下比較好，他本身沒有辦法開一百二，只能開九十，就慢下來。

問題：上午的略論，提到學皈依。當在思考時，提到在共下士道是現在的目的，而非究竟的目的，如何在實際做時，除依思考以外，如何將修上士跟中士融入在同一座法裡，不是在皈依的話，思考業果起畏懼心的同時，也不是為了要求下士道來生的善生，怎樣做才可以同時融進去，而不是只為先修一個下士道，不曉得要怎麼做才正確？(上午上共下士道時，談下士道求來生的增上生，修增上生時是現世、暫時的，不是究竟目的。可是如果要學，真正在做的時候，要怎樣把究竟的目的放在裡面，而不是只做這一段，而究竟的動機沒有放進去，怎麼做才可以做到？)

回答：思惟來世投胎暇滿的人身，為了什麼？不要把它放在最究竟的位子。若是得到了，我還要做什麼？這樣的看法，來世的人身要看他是為

了要什麼？為了要生起菩提心，一直要往上走就是成佛，為了要修行。

譬如思惟修皈依，雖可獲得下士道增上生、人天果報，但這些都只是將來要得到最究竟、最終目標解脫佛果的過程而已，用此來思惟，即是將究竟目標擺進下士道來。下士道暫時目標是增上生(人天增上生)，想說要獲得增上生是為了達到最究竟目標的緣故，所以我要獲得增上生，就是把最究竟的目標放在裡面來了。

《入菩薩行論十九》

雪歌仁波切講授　法炬法師翻譯　2005/09/25

現在講第六品〈忍辱品〉，這一品主要開示如何遮止瞋恚。如同內文所說，沒有任何一種罪會大於瞋恚，也沒有任何一種苦行，比忍辱更難、更不容易達成。若再思惟，也沒有任何一種心念會比瞋恚，那麼澈底摧毀善根和善行，也沒有任何一種心念，像瞋恚會那麼嚴重破壞我們的快樂。第六品就是講瞋恚的正對治。

（第二偈）**「重罪無如瞋恚罪，難行無如忍辱行。」**瞋心是最重的罪。這裡的重罪可分兩個角度看，（一）若從內涵上來看，瞋最會傷害、「斷掉」到我們的善根，這是瞋所造成最厲害、最厲害的一面。所謂的「斷掉」，就是斷除了所有的一切快樂的因。（二）若從表相上來看， 因瞋所種下的因，將會讓後世帶來相當程度的痛苦，這是很強的力量

要滅掉瞋恚就要學忍辱。忍辱分三種①安受苦忍②諦察法忍③耐怨害忍。現在講解「諦察法忍」。上次，講到破除外道"數論派"，所主張的「我」。

為何要思惟我？到底有沒有我的「我」呢？當發起瞋恚心時，"我執"是非常強烈的。因為有強烈的瞋恚心，所以內心的我執也很熾盛，所以對我執就可以容易察覺認識到。只要強烈的瞋恚心一起，此時的我，完全不需要觀待別人，也不需要依賴他人。有時瞋心一起，講完話後回到家經過思惟、反省，才深感懊悔。隔天再見到這個人時，會感到不好意思。因為前一天生起瞋恚時，一點都不乎別人，不管別人怎樣，等出了房門才發覺情況不是自己所想像的，深覺得對不起別人。

除了以上所說，生起強烈的瞋恚時，可以很容易認知到「我」之外，另一種是當我們非常恐懼時，也很容易認知到「我」，所以有所謂修「施身法」的法門。修「施身法」有斬或斷的用意。修持這種法門的有兩種目的。其一，將自己的身軀從頭到腳全部佈施給他人；其二，透過修行認識「我執」，進而認識我「我愛執」。修「施身法」就是要斬斷我執和我愛執。通常我們一般人都很珍惜自己的身軀，若肯將此身佈施出去，是一種斬斷我愛執的方法。事實上，真正要認識「我執」並不一定要到墳墓堆裡頭去。

剛剛講的「施身法」，突然想到要認識我執的方法是到墳墓去修的」。最主要目的是要斷除我執和我愛執這兩種執著，在墳場修行，對斷此二執都有用，在那種地方比較容易認識我執，透過這種修行比較有機會斷除我執，在

那邊也可以生起佈施心斷除我愛執。

對於我愛執的表達方式，藏文與漢文有很大的差別。比如：補特伽羅我執或法我執是兩種我執。若不說補特伽羅我執或法我執，一般的「我執」就是薩迦耶見我執，此我執有多種區分。

藏文所認定的薩迦耶見我執，是我跟他的我；我、你、他的我這種執著心。而補特伽羅我執和法我執的我執並不是我和他的我，這裡的我是自己本身成立起來的。只要見到補特伽羅，都認為所有的補特伽羅都是獨立存在的，同樣的，當看見了法，也認為所有的法都是獨立存在的。因此我們就將「自己本身獨立存在」的認知稱為「我執」。認為自己本身可以獨立存在的是我執，補特伽羅我執和法我執的我，就是自己本身獨立存在的意思，而不是我跟他的我。

為什麼還要稱我呢？這裡的「我」，自己可稱自己是我，他也可以稱自己是我，這表示一切法都可以是自己本身獨立存在的意思。這個我是我們自己，他們自己，這一點與藏文就有很大的差別。

藏文所表示的文字是不一樣的，很清楚分別兩個我的不同。(仁波切以藏語分別發音兩字的不同)但中文所表達的文字是一樣的，我執我跟他的我、補特伽羅我執和法我執的我都是同一個我字，所以會搞亂意思。

我執與我愛執的差別在那裡？在中文裡，我執的很多用法是不一樣的。而我愛執是另一件事，這兩者之我在與不在也不相同。

我愛執的「我」，是在的意思；我執的「我」，是不在的意思。我愛執的我，它是世俗的，像是一種東西，它確實是有的。它是對的不能說它是不對的，但它愛的對象只是我而已，並沒有其他人，所以，我愛執的我，是名言上的我。「我執」的我，是不在的，是不存在的。

問題：這意思是，平常我們講的名言上的我，就是我愛執的我嗎？

回答：我們什麼都有。我執的我也有在裡面。我愛執的我也在裡面。(只要一想起我，則我執與我愛執都會在裡面)

問題：：仁波切剛才談到的人我的我執，我們有另一種名詞，稱人我，指的是別人和我自己。這個名辭與薩迦耶見是否相通？

回答：用「人」這個字來表示是不對的，這是不對的。因為補特伽羅的執著心和對境的執著心及有境的一個執著心。現在講的有境是補特伽羅，補

特伽羅，指所有一切有性命的、有感受的，連佛也在內。佛呀，眾生呀，人呀，動物，不僅有情，也涵蓋佛，所以用補特伽羅比較正確。如果用人我執的話，執的對境只是人而已。

薩迦耶見，是我和他之間的我，是一個補特伽羅的我執。所有薩迦耶見是補特伽羅我執，但補特伽羅我執就不一定是薩迦耶見。因為我們會在在他人身上產生執著心，常會在意那個人是什麼樣子，一直在當中生氣，此時在他人身上的補特伽羅我執會一直生氣，這就不是薩迦耶見，是補特伽羅我執。

若依人我執去學習，只不過學到其中一部份而已，只瞭解一部份的補特伽羅我執，無法瞭解全部的補特伽羅我執，所以用補特伽羅我執比較正確。當發起強烈的瞋恚時，我執是很強烈的，所以在這個時候，是很容易認知到我執的。就如同，煩惱生起時也一樣。凡是生起的每一個煩惱皆有我執在。

「身根遍全身，癡遍諸煩惱」。癡固然可遍煩惱，但並非所有的煩惱都可週遍其餘的煩惱。癡可以週遍所有的煩惱，也就是所有的煩惱幾乎都有癡的存在。這時癡心比較強，癡的執著心較強，是否有其他煩惱的執著心呢？還是有的只是心力較弱一些。

癡如同煩惱的生命，只要將這生命(癡)去掉，那麼所有的煩惱都可滅除。四百頌說，因此只要滅掉癡，一切煩惱皆可滅。同樣的，起強烈瞋恚時，也會現起強烈的我執，只要將我執滅掉的話，瞋恚自然就滅了。

因瞋恚而現起我執的我與外道所說的「我」類似。外道的宗派主張，「我」，是對的，正確的，是實有的。有時我們也會有相同的看法，相同的執著。外道這些理由對我們來說也很好用，因為透由此可以認識我執，比較明確知道我執是什麼樣子。所以外道並不是外面的而是跟我們的煩惱一起的。

就外道而言，他們所認為的「神我」或「總主」是因，同時也會安立一個我，認為這個我是常的，是恆常不變的。有時我們也認為這個我，來自前世，也會往後世去，並有苦受和樂受。若不從「業」的角度思惟這件事的話，都會認為有一個造作者，即好像是外道所謂的「總主」。實際上，真正的造作者是業，但是，又無法用很具体的事實或某種現象去解釋或描述業的存在，總認為有一個造作者。

可能我們也會認為業是沒辦法改的，業是存在的，是改不了的這種觀念，這是錯誤的。只是我們不像外道稱它是「總主」而已，但我們所認識的

業就像總主一樣，就如，心裡認為這是沒辦法改的，這好像從天空掉下一件東西，是我們所不能改變的，是動不了的。像「總主」只有祂有能力給我們一切。

我們所認得的業是果報，是可以改變的，從這個角度思惟比較不會偏，要是一直揭限於業是不能改的觀念，很明顯的，就落入外道所謂的總主，由祂主宰，操控一切。我們認為業是否有總主，就會有總主的能力，這是數論派的說法，我們也常跟他們有一樣的想法。

如同剛剛所說，若起瞋恚，就會認為我是常的，是不變的。若再碰到苦或樂，也都認為這些情況的發生是很莫名、很意外的從天而降，像這類想法，常會錯亂了我們的心思。實際上並不是如此 一切皆是因緣而來，因緣本身也是依因緣而來，自已與他人也是因緣而來，相互依賴而而成。

如此思惟，瞋恚自然可平息。這種思惟方式就像把瞋恚的命脈取掉一樣，因為去掉了我執的關係。

前面主要是在破除外道所謂總主的我，再來談到如果我們起瞋恚時，都會執我為實有不可改變的，應該可以自在的去受用這個對境才對，不論是好是壞，都會恆常安住其中不致有所改變，也不須依待其他因緣而不可改變，可是事實上並非如此，偶而也會不受用這個對境的時候。

我若是常，若是存在的話，就應該永遠在，永遠會遇上這種情況，但碰上這情況只是偶而一次罷了，就是表示自有其因緣之故，是由因緣而出來的。但當我們偶而碰上這麼一次時，就會生氣這是存在的念頭，這是實有的想法。

（酉二、破能了知之士夫自在於境受用）

於境恆時馳散故，彼當不能得涅槃。

就是說能了知境的我，如果是常是實有的話，那就應該常時於境馳散，而沒有於境不執取的時候。以上是所說是破數論派之宗見，現在要破的是勝論派。勝論派也是主張有一個我，這個我就不是數論派的我，(是總主)。他們主張這個我是一個自在的我，好像是造作者。

（申二、破勝論有自在之我 分三，酉一、常則不應生果）

彼我若許是常法，見無作用如虛空。

就是要破除勝論派所主張的造作者、我。如果造作者-我，是常的話，

應是無所作為像虛空般，因為虛空不可能產生任何果報的。應是無所作為的。外道所認定的造作者-「我」，是常、不變、恆住、永住的，但遇到不同的緣仍然是有變化的。現在我們就是要破除這種論點。

如文（酉二、不應待緣）：

縱遇一切諸外緣，終無轉變何所作，

正作之時亦如前，能作於彼何所作。

如果這個我是常，照說是遇到任何因緣永遠都不改變，不遇到因緣也不會改變，若照你們觀點來看，既然是常，但在遇上因緣時就改變了，不遇因緣時就不變，這樣，豈不是跟原有主張「我是恆永不變」的道理，互相違背互相矛盾？若是常的話應該是遇到因緣也不會變的。

另云，「我」的体性不變，一遇緣就能夠給予他人利益。這也是我們要破的。如文（酉三、與緣無繫屬）：

謂此是彼能作者，此中何法相聯屬。

這個我的体性**如果**不變，那麼遇上其他因緣，也就不可能給他人利益。不應該是碰到某種因緣就給予利益，沒碰上因緣就不給利益，如此說來，給予利益這件事與我又有什麼關係呢？應該是沒關係才對。

上面所講的最主要是要破除數論派和勝論派的主張。從中可以瞭解，「我」的体性是無常的，它的依止處(因)也是無常，一切皆是無常。所有一切無不是依於他者，彼此間都是互相依賴的，一切如幻化、如魔術，有如，依於木、石、咒可變化成馬的幻化魔術一般，這一切也都是依於其他因緣而生。

若能如是思惟，則當瞋恚心再起之時，即會明白，生起瞋恚的人及所瞋恚的對境實在是不由自己方面存在的，全要觀待他人。以如幻如化的角度思惟，就不致於發瞋恚心，如文所說(申三、知一切眾生皆如幻化不應瞋恚　廣論)：

如是悉由他自在，非由己力能主宰，

於諸一切如幻法，如是知已無瞋恚。

前面所說，既然起瞋者及被瞋的對象這一切都是因緣聚合，如幻如化一般，既是如幻化，因此就有人提出問題，如文（未三、觀現前及輾轉之因不應瞋恨）：

若爾以誰遮遮誰， 今為遮止亦非理。

既是一切如幻化，自己也是如幻化般，那麼我們修忍辱豈不是一點也沒意義嗎？

下一偈是回答語（未三、遮止瞋之所為）：

依此能斷諸苦流，是所許故理無違。

雖然自他修忍辱都是如幻如化，但也是真的，即使是幻化，我們也可以從中修，可以斷除苦流，這是真的也是應該做的，是合理的。

(譯者：仁波切提出這個的這個問題，因有人發出疑問(上文)，一切既是如幻化，修忍辱豈不也是如幻化，一點也沒意義嗎？仁波切認爲這是一個好問題)。

有時我們都說惡業應該要斷，惡業是需要斷除的；煩惱也要斷除，有煩惱是錯的，有煩惱就是有我執，我執是錯的，這種執著需斷除。在講這些話的背後好似有一個觀察者，這個觀察者是「我」，這個執著心會越來越強，背後說要斷惡業斷煩惱的這個觀察者力量好似越來越強，有時也會說斷除煩惱就會有善業，所以就會生起貪著善業的心，貪這種善心，越說斷煩惱會有善業，因此我們生起更強的貪著心，這是我們不容易發覺的錯誤的想法。

(譯者：因此仁波切才說會上面說提的是很好的問題因那個人已經察覺到有現在所說的問題)

我們並沒有將所認知的執著心全抓穩，跑掉了其中一部份，只有抓到另一部份，觀察自己遮止我執的心跑掉了，如果沒抓住這種心，就像只要有一個癌細胞，就會傳遍全身。同樣的，若沒抓穩這個心 只要一散發出去就完了，怎麼抓都沒用的。像体內的病毒是厲害的，只要身体一有它，就會漫延到全身。

（午二、攝義）：

是故不論怨與親，若見行於非理事，

謂由如是因緣生，如是思惟獲安樂。

此處的「怨」，是怨敵；「親」，是親屬或朋友。當受到親友的傷害時，生起的瞋恚心會更強更大。在這階段我們要修諦察法忍，所以應該透過思惟無我，滅除瞋恚。

透過思惟無我，那麼我們的心就不受干擾，也不致發起瞋恚。視一切如

幻化、無毫髮許的自我是由自己方面存在的。若在這個時候，不管親或怨對我們所作的非理傷害時，可思惟一切都是因緣而生，若以這樣思惟，那麼心就會安忍下來，不會發起瞋恚。這就是，如是思惟獲安樂的意思。

這一切皆是因緣而起，並不是由對方造作傷害，也不是對方可以自由作主的，一切都是不由自主的，都是因緣聚合造作的。為什麼說對方造作傷害是不由自主？因為對方也需要一切圓滿快樂他也不想苦，但現在他並未獲得圓滿的安樂，為什麼？因為他無法自主的關係；他之所以無法自主，是因為一切依因緣而生，此因緣又是依因緣而生，雖然他想要有圓滿的安樂，但因不由自主，以致無法獲得想要的圓滿的安樂，因為不由自主的關係所以所造作的傷害也是不由自主的。

想獲得的安樂，都不由自主的得不到，所以造作傷害也是不由自主的，也是因緣關係才造作傷害的。如同下文所說：

若自所求悉成就，痛苦是何人所欲，

於諸有情任何時，悉應不生諸苦事。

就是說對方如果可以自主的話應該會獲得圓滿的安樂，同樣的，他方一切有情如果都能自主，那麼有情就可獲得安樂也不會有任何苦了。

上面所講的諦察法忍，主要思惟角度是無我。此處的「耐怨害忍」，以藏文對解釋是，不要思惟別人對我們的傷害。不管他人如何傷害我們，都不要去想而甘心忍受下來，反而要思惟他是多麼的可憐，所以才會造作傷害！

藏文的解釋，有不應該一直想別人傷害我這件事。他本身是可憐的。「不應該想很多，因為他是可憐的，原諒他吧！」這是藏文的含意。中文的「耐怨害忍」跟這意思就不太一樣了。可是當中的耐，也可解釋要怎麼耐！可認為對方是有一點可憐，藏文的意思是，我們不應該想很多，理由是他是可憐的。這些有情，雖然也想獲得安樂但不知正確方法。

如文（巳三、耐他怨害忍 分三： 午一、悲心方便作意 分三 ：未一、有情以無知之故自作損害）：

有情有時偶不慎，輒以尖扦自戮傷，

或為欲求財色等，思慕徬徨而絕食。

有人因現瞋恚，會以刺傷自己或尖刀割傷自己而流血，以表達自己的意思。有人為了得到財富、色(指女人)女人或權勢等等會造作某些動作甚至會

跳懸崖，來表達意思，這些都是因為不曉得正確方法，所表達出來的錯誤方式。

因為他找不到方法，找不到路，他是那麼可憐呀！有情眾生最愛的應是自己，那麼會在自己身上做出傷害自己，甚至殺自己，這就表示他對自己問題的解決已找不到出路，找不到方法，才會做出這樣的行為。會有這種行為，是代表他很可憐，找不出方法，眾生是可憐的，因為找不到解決問題的方法。

若人被詛或投岩，或服毒物諸不宜，

以如是等非福行，而於自身作損害。

因為有情不知正確方法，才會做出像投岩、服毒等等這些自我傷害的行為，他們平常最珍愛的是自己的身体，可是卻做出傷害自己的行為，所以有情是很可憐的。

這裡的可憐是指一直找不到方法。一直找不到方法一直無法找出對策是很可憐的。最愛的對境是自己，都可以殺傷了，為什麼會殺自己？只因找不到方法。有那麼多人都找不到方法，找不到路，這是可憐的。眾生一直找不到出離問題的方法，可知眾生當下是無明的，就是可憐這個。一般的有情若為煩惱所困時，常會因為自己的無知，而連自己平時最珍愛的身體都會傷害，更遑論是其他的有情，所以說（未二、無知故自身亦能殺害損惱他人不足為奇　）：

若為煩惱自在時，不恤殺自所愛身，

若時彼等於他身，　何能顧恤不損腦。

當他人想要彰顯自己的崇高的情況下，可能因不知正確方法而做出傷害自己的事甚至自殺。他都有可能對自己做這樣的行為，那麼，怎不可能對我做出批判和藐視的行為，那是有可能發生的。再以他的立場看，他的批評和毀謗，對我們應該沒有關係，不要在意，他連自己都傷害了，對我們只不過是一點言語上的傷害又有什麼關係呢？

他一直找不到獲得圓滿的快樂之道，也因為找不到讓出離心情不好的方法。找不出方法是可憐的，而這種可憐有多重？嚴重到殺自己的程度。這麼可憐的當下，並沒有殺我們只不過罵我們幾句批評我們而已像這樣的對境有什麼不能忍的道理？

若別人直接批評我們，還無所謂，但往往在談論別人的壞處時都不是直

接說出來的，而是透過背後繞一大圈。所以當我們聽到時，總是從背後的第三者口中輾轉得知，聽了之後就很生氣，如果可用上面所說的思惟方式來想，就不會生氣了。

（未三、是故於彼應起悲心）：

如是煩惱生起時，能殺自身無顧恤，
於彼從未生大悲，但生煩惱何其愚。

對他，我們未曾生起悲心，現在又因此對他生起煩惱，何其愚癡？

（午二、遮止瞋恚之因 分三，未一、若是凡夫本性則不應瞋）：

若於他人做損惱，凡愚自性本如是，
於彼生瞋不應理，如瞋於火燃燒性。

他做了什麼事？他做了不應做的壞事？有時我們會以這種想法看對方，因此而起瞋恚。這裡就是要告訴我們如何遮止這種不應該生的瞋恚。因為他是愚癡的，所以做了這件事，既然知道他是愚癡，我們就不該起瞋恚。你若對他起瞋，就好像手被火燙傷時，去瞋恚燙傷你的這一把火一樣，是多麼笨的想法。

讓我們生起瞋恚的對境是有情，有情所造作的傷害中，有可能是偶而起瞋才造作的，也有可能不起瞋而造作的。起不起瞋的情況，可分短暫性的和永遠的。起瞋只是短暫的、暫時性的。不起瞋應是永遠的，像天空。照說，天空應該是無煙的，偶而有一縷煙飄上去，若要起瞋，不應該對天空生瞋，應對煙起瞋才對。

（未二、若以偶然過失而作損惱亦不應瞋　）文曰：

若彼有情性決定，偶然生起此過失。

他即使偶而有對我們造作傷害的過失，「於彼亦不應生瞋」我們也不應對他起瞋，「如瞋虛空聚煙雲」剛剛所說的是一種想法，這裡說的又是另一種想法，是從另一角度思惟。剛剛的說法，他的本性若是如此，也不該生氣。我們往往不從眾生原來的本性去分析事情，只淺顯的由眾生的偶發事件中去鑽那些因煩惱而表現於外在的種種行為和推敲當中所現出的煩惱相。

透過這種思惟，將可讓我們視，眾生「本性」與眾生所生出的「煩惱」

是兩回事。這樣就不會對眾生原有的本性生氣，要生氣的應該是煩惱，是眾生的煩惱。眾生本身是會有煩惱，我們為何要生氣？眾生本就具有煩惱的，我們要以此角度看，眾生所發生煩惱是短期的，是偶發的，而他的本性則並非如此。

眾生本凡夫，本性具有煩惱，所以不該起瞋恚。另一角度看，眾生所造作的傷害是短暫的，並非恆時對你造作傷害，像這樣短暫的傷害是不該對他起瞋恚的。上面所說都是告訴我們，生瞋恚的因是什麼。

下文：(未三、觀現前及輾轉之因不應瞋恨)：

於杖等事起瞋恚，若瞋於彼投杖者，

彼亦由於瞋恚逼，二者之中應責瞋。

這幾句是容易瞭解的。我們因造作者的造作傷害而起瞋，是不應理的，此造作者也是因瞋恚才會造作傷害，那麼我們要對誰起瞋呢？應該對他的瞋恚起瞋才對。

透過轉念，有兩種方法可以讓我們去掉瞋恚，第一種：有情的本性，乃非自主性傷害。有情的本性並非如我們想像的想傷害我們，思惟本性非如此的因，去掉即將發起的瞋恚。第二種：思惟有情是我們悲憫的對境，所以不應該對他們起瞋恚。透過這兩種角度思惟息除瞋恚。

《入菩薩行論二十》

雪歌仁波切講授 法炬法師翻譯 94/10/16

仁波切教大眾於迎請時，唱頌密集瑪。

《入菩薩行論》是一部有關入菩薩修行的大論。其中忍辱度的著墨最多。因為我們有眾多煩惱，在眾多煩惱中就會有瞋恚，正面對抗瞋恚的就是忍辱，所以此論特別強調忍辱度這一品。

忍辱品主要分為要去修三種忍：①安受苦忍②諦察法忍③耐怨害忍。目前講到第三種耐怨害忍，此忍分兩種(1)遮止瞋恚之因(2)遇不欲之事當思己過，用此思惟方式來修忍辱。

藏文將《入行論》分為大和小。第十品迴向品是小入行論，第一品到第九品是大入行論。入菩薩行較完整的，應是《大入行論》。此論為何會忍辱佔的比例最多？眾多煩惱中，需要對治的也很多，要對治的煩惱中主要的是瞋恨心，瞋恨心是最障礙修菩薩行，所以要修忍辱的用意在此。

早上我們講到需思惟輪迴當中的苦逼迫的情形，讓我們生起厭離的出離心；此處入行論告訴我們要依於苦來修安忍，也就是對苦我們要歡喜的來接受，不可生起不要接受苦的心，這兩者看似相違。廣論及略論的中士道都提及，我們應該要知苦；入行論告訴我們，遇苦心不可慌亂。這兩點一個是知苦，一個是心不可以慌亂，這兩者並不相違。

在他人如何傷害我這一點，不斷作意思惟的話，那只會徒增內心的瞋恚，心會越來越往壞的方面去想。在耐怨害忍之時就要反過來，也是一樣作意思惟，可是思惟的角度轉過來，以心轉念。耐怨害忍，「耐怨害」就是你可以修忍辱、忍得下來；如果「不耐怨害」的話就是瞋恚，瞋恚就越會發起來。同樣是思惟作意，一個是消滅瞋恚；一個是增長瞋恚。此處講「耐怨害」，上次曾講「有情有時偶不慎」，由思惟、找出瞋恚的因，然後將它消滅、遮止掉。今天講的是思惟自己的過失而將瞋恚遮止掉。

（午三、遇不欲之事當思己過 分二， 未一、正義 分五，申一、他人損我當思己過 ）：

由我昔於諸有情，曾作如斯損害事，
故應有情受害者，於我如是作損惱。

別人的傷害都是源自於自己過去業的的關係。因為有前面的「業」為

因，所以現在遭受他人的傷害。由現在遭受他人傷害這一點可以推知：以前曾造作傷害別人的因。別人來造作傷害的事，是自己造的因，因不是別人所造的；是自己曾經造過這個因，所以現在別人才來造作傷害。

剛才的偈頌是說：自己前生的業，引生現在受他人的傷害。下面一個偈頌，講到此世被他人用兵杖、器械所傷害。引生痛苦的因除了他人用器械來傷害之外，我們自己的身軀也是引生痛苦的因。如果沒有這個身軀就不會有這些苦了。就像早上說的：我們現在所擁有的有漏五蘊身軀是會引生生、老、病、死的，那這些因是誰造的？是我們自己造的，不是他人所造的。所以若要生起瞋恚的話應該瞋此兩者。不是只瞋他人，也要瞋自己才對，只瞋他人是錯誤的。

（申二、苦因是身執過患 ）偈頌說：

由他兵杖及我身，二者共為生苦因，
若由他杖我身出，二者之中何所瞋？

人身苦聚如瘡疤，偶一觸之痛難忍，
貪愛愚盲自取之，於彼損惱當咎誰？

我們因為對這身軀有強烈愛執心及強烈的「我」這個念頭，認為我是非常重要的，所以只要別人稍加傷害馬上會生起強烈的瞋恚心，這就在於有強烈的「愛執」及「我執」之故，因此他人對我稍造作傷害，馬上會生起如火般的瞋恚心。

（申三、前身貪著苦因之過患 ）：

愚夫於苦非所欲，而於苦因常貪慕，
咎由自取受其害，何能瞋恚責他人？

過去我們歡喜去造作會引生痛苦因的這些工作，那現受這些苦果的時候，又何以不喜呢？往昔喜歡這些苦因的話，現在這些苦果也應當要歡喜啊！

譬如地獄諸邏卒，亦如刀山劍葉林，
皆由自業之所生，當於何人生瞋恨？

現在我們若造作惡業的話，將來就會投生到地獄裡面去。投生到地獄裡面去就沒什麼可瞋的，因為是你造了惡業。同理，你以前造做苦因，現在感苦果，有什麼可瞋恚的？有什麼不喜呢？

（申四、以自業故為他苦因不應瞋彼）：

由我先業所招感，遇諸有情為我害，
彼若因此墮地獄，豈非由我令顛墜？

這些來傷害我們的人，他是在造惡業啊！他如此造作惡業，實際上是為我們淨化惡業，所以他是很可憐的。他為了要淨化我的罪障，所以他來造惡業；也就是他為了要淨化我的罪障，而造了苦因，這樣的人我們不應該反而去瞋恚他、去傷害他。

（申五、以自業故為他苦因不應瞋彼 廣論 293+7）：

由依彼等修忍辱，令我眾罪得祛除，
由我彼等墮地獄，長劫沉淪受諸苦，

是我於彼作損害，彼等咸皆饒益我，
云何作是顛倒行，於彼悖忤生瞋恚？

那些來造作傷害的傷害者，當他來造作傷害時我們如果能忍辱下來的話，就可淨化自己先前的惡業，也就是先前的惡業可以消失殆盡。對方來造作傷害時，卻造作長劫墮落地獄的這些業。對於他來幫我們淨化過去所造惡業的這一點，何以要對他生瞋恚？反而要感謝他，對他說謝謝才對啊！

現在講到斷諍的部分，未二、斷諍 分三 申一、遮他不應能於我做饒益：

若我意樂有功德，何能墮於地獄中？

上文說到，當別人傷害我時，還須對他道謝，這不是很奇怪嗎？有人提出兩點辯論：①如果他來造作傷害等於是淨化我們的罪的話，我們應該跟他說謝謝！我們跟他道謝等於他不是在做壞事，他等於是在做善事、造善業啊！他做善事應不墮地獄啊，那他云何會墮地獄？②如果我現在這樣做，會助長他將來引生新的苦因的話，那麼我自己是否是一個造做罪惡者？我若是一個造作罪惡者，我是否會墮入地獄？

先討論第二題，回答是：「若我於己善防護 於彼有何福可生」如果我的所作所為是助長他將來引生苦的因，那是否我就是造惡者？是否將來會墮地獄？此處的回答：我的所作所為沒有瞋、反而有利他的心，如此就不會助長他去造作惡業，自己將來就不會墮入地獄裡面。

第一個問題：他人來造作傷害，我們跟他道謝，變成他是造善業嗎？

剛才念的（申二、釋難我不應能於他作損惱）：

若我於己善防護，於彼有何福可生？

若自己是以善良的心來思惟，善的果報是自己得，不是他人所得。因為果報的好壞觀待於造作者的意樂，果報與善根功德是由自己所得，他不可能會得到此功德，他若想得此功德，他的心要善良。

（申三、破於饒益顛倒行）

若以損害為酬答，即於彼不能防護，
我之善行即失壞，且亦壞我忍辱行。

有人問：當我被別人傷害時，可思惟他是在利益我、淨化我；那當我傷害別人時，是否我們也是在利益他人呢？有人會這樣想：他來傷害我時，我要想說他是在利益我，那我們應該馬上就要回報、去利益他才對啊？此處回答：這樣想是錯誤的。因為你若馬上這樣做的話，等於你未守好自己的內心，也就是未將慈悲心防護好，這麼一來將會失壞你的菩薩行、所修的苦行也會失壞。

這部入行論所舉的理由非常好，並非告訴我們傻傻的這樣忍就可以，此論透過我們的思惟用各種理由去修持，絕不是傻傻的修而已。

前面所談的三種忍①安受苦忍②諦察法忍③耐怨害忍，皆指個人遭他人傷害如何修忍辱，也是指他人傷害我們的身軀如何修忍辱的修行方法。下面講述另一種傷害，如他人來輕蔑、藐視、責罵等名譽上的損害該如何修忍辱行？

（辰二、於作輕蔑者應忍 分四：己一、輕罵等於己無損 ）

心非色質無形體，誰有何處能損壞，
若於色身起貪著，此身始為眾苦侵

或說輕蔑粗惡言，或作譏誹不悅耳，
於汝身肢無損害，汝心何用瞋於彼？

我們的「心」是心識，不是色法，是無形体的，沒有任何人能使我們的心變大、變小、變好、變壞。當他人來作輕蔑、批評的傷害時，我們的心也不會變大、也不會變小。「心」本身是無形体的、無質礙的，「心」不是有形体的東西，有形體的東西才會受到質礙。別人口出輕蔑的言辭，這些言辭也無法傷心，因為心是無質礙的。

要是「心」像身体一樣是色法、有質礙的話，那麼可能會碰到什麼東西。但「心」不是啊！所以他人輕蔑的言辭無法傷害到我們的心，甚至別人輕蔑的言辭也傷不到「身」，因為言語也是無形体的，也無法傷害到身啊！所以這樣思惟，我們為何要起瞋呢？沒必要啊！

這裡主要是講：我們被害到的對象是「身」和「心」。心是抓不到、看不到的，既不能剖開也不能切割，更不會變大或變小，是無法抓到的實体，因為它不是色法，所以完全沒辦法害到它，能受到傷害的是「身體」。

現在能作者是「語」，也就是「粗惡語」、聲音的部分；能害到(所作者)的就是我們的身體。「身体」與「語」相較之下，我們的身体比較強，所以對方講什麼都不怕！「語」既傷不了心，也沒辦法傷到身體。

（已二、為瞋所纏之補特伽羅，我不應瞋彼。）：

他人對我心不喜，或於今生或他世，
若彼不能吞食我，我心何用不樂為？

對方對我起瞋心時，他的內心是不快樂的。他心不快樂也不會傷害我的今世或來世，那我的心又何以不樂呢？不理他、不管他想什麼，這裡有這個意思，他人對我起瞋恚，他心不快樂，我們何必跟著他不快樂？

當人家批評我們時，是無法傷害到我的心和身體，所以就不必管，就不用生氣的意思。

「無法傷到我的身心」，可以思惟他的言語和批評的聲音，可是，我們仍會想：真正的是他的心，他的內心一直想傷害我、恨我，我不喜歡的。我們還會看他的心，看他的心之時，他的心也是沒辦法害到我的身體、今生和來世他都沒辦法傷害我。所以我可以接受你的不高興，因為你傷不了我，所以我歡迎、歡喜的接受！就是此意(哄堂大笑)。如果我們在這樣心態下大笑的話，他一定會笑！(有人會更生氣喔？我們都沒有生氣啊！氣就氣不了啊！生氣就沒有意思！)

上次仁波切去達隆沙拉，雪歌寺的六、七位喇嘛去聽法王的四家註，其中一位喇嘛說：「每次到達隆沙拉時，內心的瞋恨心和貪心都會降下來，菩提心和出離心會一直升上來。」旁邊另一位喇嘛，不動聲色的靜靜的聽。直到晚上就寢時刻，等燈關了就用力打他還問他說：「你生氣嗎？」前一位喇嘛就一直說不會起瞋恨心…等等，另一位喇嘛就去試試看，就打他看他會不會生氣？被打的喇嘛表面雖沒有生氣，但心裏就很難說囉！

（巳三、於障己利得者不應瞋 分五，午一、所得速壞故不應瞋於比為障者 ）：

若由障我之所求，故我於彼心不悅，
所求必捨終歸盡，瞋心諸罪恆堅住。

此問題是，他人若對我說出輕蔑言詞，勢必影響別人，導致別人將來輕視我，間接的障礙到別人對我的利養恭敬，這種情形我們是否也要起瞋？

回答：「所求必捨終歸盡 瞋心諸罪恆堅住」。你所求的利養恭敬終將速即失壞的，但瞋心所造的罪惡就恆住下來了，那就更糟糕啊！此處就說：「瞋心諸罪恆堅住」。一切所求、利養恭敬終將會不見，所以我們不應該對別人的輕蔑等而生起瞋恚。為了心不生起瞋恚之故，我們的心寧可捨棄追求這些利養。

（午二、遮邪命得利）

我寧今日捨壽命，不願長生邪命活，
如我縱能長壽住，死時痛股亦猶是。

如果為了追求、獲得利養而這樣做的話，自己本身所得的利養將會成為邪命的。享用因邪命而得來的利養對自己沒有任何利益，也會傷害自己的修行。如果是一位行者的話，無法成為真正的行者。享用這些邪命而得來的利養雖可得長壽，但這種長壽是無義的，到死亡時將會引來猛厲痛苦。臨終時刻，也會生起貪著利養的痛苦的心；另外，也會生起自己沒有好好修行的痛苦的心。

這些利養、享受只有這一世而已，這一世是很短暫的。這一世享用這些利養，到死亡之時僅僅留下一個名字而已，譬如說：自己曾經享用過什麼、什麼…這些名字而已啊！那享用這些利養，只有使得自己的福報迅速消失殆盡、自己的煩惱增長而已啊！所以享受這些利養，對自己的損害是很大的。

用比喻來說（午三、喻明不應貪利 ）

夢中受樂經百年，夢覺之時何所有，
餘人夢受須臾樂，夢覺之時亦猶是

。於斯二人久暫樂，覺時同一難再得，
人壽長短雖不同，死時均等亦如是

（午四、不應貪之理　廣論 297+3）

縱能獲得諸所求，復於長時受安樂，
終如被劫寸縷無，命終獨往唯空手。

這一世很努力追求利養，死亡時卻一樣也帶不走。唯一能帶走的只有自己所修的善行、忍辱、慈心、悲心和菩提心，這些修行才能夠帶走。這一世你若自視很高、貶低別人、追求利養，臨死沒有任何一點幫助。最後一句是最好的寫照：「命終獨往唯空手」

（午五、破應求利　）

若謂求利為支身，消除罪業作福德，
若為求利生瞋恚，寧不折福生罪愆，

我為此事而活命，即令其事成失壞，
唯作惡事邪命生，如此生存亦何益？

此處有人提出一個問題：我的利養可以用來活命，而且可以用這些利養來做懺悔、供養本尊、上師…累積這些福報，若是這樣的話，那是否可去求得這些利養？回答是可以的，若為法是可以的，但若為得到利養而失去修行，這樣做就不可以。

剛才問題的回答就是：「寧不折福生罪愆。我為此事而活命」，如果是為了要活命、為了法、為了積聚福報是可以去得到這些利養；但為了利起瞋恚是會折福而生罪衍的，所以應該是為了法的緣故求利養活命的。

「唯作惡事邪命生， 如此生存亦何益？」如果只為了得這些利養而做邪命惡事，那麼所求的利養又有何意義呢？那是無任何意義的。我們常會做出的錯誤行為。我們會說：為了佛法必須做這樣必須做那樣，結果反將主要的佛法退居其次。

因為要宣揚佛法，須有一個中心、中心裡的資產、設備…。一直惦記著要這個東西，為了這個東西、為了錢，就亂了內心，就去想很多不一樣的方法。為了這個東西，就連學佛法的心也亂了，法就會有問題不是嗎？我們是為學習佛法要用這些，不是為了這些東西，反而將佛法去掉了就是不對的。我們常常會想錯，我們主要的目標是什麼？其他的皆是助伴嘛！為了助伴影響主要目標，這是本末倒置的錯誤做法，是不對的。但，我們常會遇到的問題。

（巳四、他人於我不敬不應瞋 分二 午一、若因道吾惡名能壞信心故瞋，則於道他惡名者亦應瞋 ）

若謂為壞有情信，對彼惡言生瞋惱，
若於他人播惡名，爾時汝何不生瞋？

為了利養即使別人對我有輕蔑，我也不應生瞋這已經講過了。如果他人對我做輕蔑，障礙他人對我生信心，因而生瞋的話，這樣也是不應該的道理何在？如果有人說其他師長或僧眾的壞話時，相同的，也會障礙另一人對師長或僧眾的信心，此時你又何以不生瞋？

在那麼多人當中，他就批評我、不屑我。為何對他生氣？若我心裡的原因是會傷到那些人對我心裡面的信心。本來他們心裡面的信心是一種善根，因為傷到善根所以我生氣。若是如此，當別人批評你時，我也要生氣，為什麼呢？因為別人對他信心的善根傷到了。但實際上別人批評你時，我並不生氣。所以對我批評時，也不應該生氣。

（午二、若能忍於他不信，則以煩惱為緣而於不信己者亦應忍）

若對他人心不信，於不信者能安忍，
依煩惱生出惡言，汝心何故不能忍？

前面所說：如果他人來傷害我們身體、傷害我們的心、名譽、他人口出惡言…，我們要如何修忍辱的方法。接下來講到：如果他人傷害到我們的親友、師長或善知識，我們該如何遮止瞋恚的忍辱法。

此處說明他人來對自己的親友做傷害之時，我們如何修忍辱行。這裡面就沒有包括安受苦忍，因為安受苦忍是自己遭受苦而能甘心接受的忍辱。此處是講別人傷害到自己的親友，所以無安受苦忍這一條，只有諦察法忍及耐怨害忍。

（卯二、遮瞋於己親友作惡者 分二：辰一、以諦察法忍遮止 分二：巳一、於損壞佛像等者不應瞋之理）

若於塔像及正法，或作誹謗或毀損，
我仍不應生瞋惱，佛等無人能損故。

從師長身上可追溯到佛，傷害師長等同傷害佛一樣。對於佛像、佛典或佛塔等與法相關的聖物，或以火燒或以輕蔑行為去毀壞這些聖物的那些人，我們也不應起瞋心，因為他們的所做所為是傷不了佛、佛法及佛塔的。

佛也是我們的傳承上師。從我們的上師的上師的上師…如此一直往上追溯，不難發現根本上師是佛。比如說上次阿富汗那邊將佛像爆炸、毀壞掉了，那時我們一定會生氣嘛！所以就要如此思惟。因為佛是不會被傷害的，再怎麼做也只是他們自己造惡業而已，我們不用生氣。

（巳二、於損害親友等者亦應如是忍）

若於師友及親知，作侵損者亦如是，
依前述理而觀察，見從緣生息瞋恚。

所謂的「師」可包含①為自己說法的老師②協助我們的師長。「友」指法友，「親知」指自己的親人、親友。上述的這些人之所以被傷害即表示過去也曾造過這樣子的業的關係，所以他現在就會感受這樣的果報，因此沒必要對這些造作傷害的人起瞋恚。佛亦如是，佛早已成佛，任何人都傷不到他了。去造作傷害佛塔、佛像、佛殿的話，事實上是造作者自己的惡業。如果我們修依止善知識，以修密續的角度，我們一直觀想善知識是佛的話，如此思惟，則任何侵損對上師就根本傷害不到。

（辰二、以耐他怨害忍遮止 分四：己一、不應唯瞋有心者）

於有情作損害者，有心無心有二類，
何唯簡擇瞋有心，故於損惱當安忍。

造作傷害者可分兩類①有心的②無心的，如刀、劍等是屬於無心的。那我們如何簡擇去瞋恚「有心的」而不瞋恚「無心的」呢？要瞋的話應該是兩者都要瞋啊！何以只選有心的有情來瞋呢？這樣去思惟之後，就應該要遮止瞋恚修安忍。

下面亦說明不應起瞋道理（己二、不應瞋之理 ）：

一人愚昧作損惱，一人愚昧生瞋恚，
如無過失何待言，若有過失當咎誰？

有些人由於對業果不瞭解，愚蒙於業果關係而造作傷害；也有些人對起瞋恚的過患不瞭解因而起瞋，這兩者如果都無過失可言的話，那麼我們該歸咎於誰呢？這裡最主要是要我們去思惟沒有起瞋恚的理由。例如：我們造作了殺生惡業，因為對業果道理愚蒙、不了解的關係，所以去造做惡業；別人對我們造作傷害，是因為對方沒有思惟起瞋恚的過患而造作傷害。這樣思惟的話，我們是愚蒙於業果而造作惡業；他則是愚蒙於瞋恚的過患

而造作傷害，這兩者都錯了。這二者都錯了、很難以去區分，若要起瞋照理說兩者都應起瞋才對啊！也就是說兩者都須去對治皆不應起瞋。

（巳三、思惟己過）

所有能作損害業，昔時何故而造成，
一切唯依業力轉，我於此事何必瞋？

不論自己或他人，全都是隨業而轉而造作的，既然一切都隨業力轉的話，那又何以對這些損害的事起瞋恚呢？

如是知已任何時，悉皆相對起慈心，
我當如是自奮勉，於諸福業勤造修。

不論自己或他人皆應相互幫忙協助，為了淨化惡業之故，彼此間也要相互用慈心相待，努力積集福業。平日與我們有接觸的人，彼此間是最有關係的。我們的業和他們是有特別關係的，這表示彼此間有許多共業，除了有我的業、也有許多他人的業。我們生生世世若要增上，也應該清除周圍那些眾生的惡業。不好的業不讓它增長，就要一直把它清掉。所以彼此間用慈悲心對待，去除彼此間的惡業，努力累積一些善的資糧。這段是講這意思。仁波切說入行論是蠻好瞭解的，只是不好修而已。應該沒有問題，因為我們的問題寂天菩薩都幫我們問完了啊！

問題：有朋友在職場上只要認為不能發揮所長，或工作不能如願，就另謀他職，就這樣不斷換工作，不斷換職業，這樣是否會有不好的結果？若依仁波切所講授的，要努力去除人與人間之惡緣，上面情形是否有相違？我們要如何思惟？

回答：寂天菩薩講的要看自己的心，自己內心與對方相關的部分狀態如何？所謂「共業」，並不是這邊沒有、那邊沒有、只有中間一部份是連接的，不是此意。「業」是在心上面的，我心上面的一個業，此業跟我有關係而已。「能不能」或「要不要」消除此業，是屬於我個人的事。若要去除這業，那麼我們對別人上面起的，比如說：瞋恨心，那就自己一直調心，把瞋心消除。想要害他的不善念頭、造作出來的習氣把它消除掉，這就是共業，共業就是這個意思！

在一個團體或剛才所說的公司中，都會有造作善及惡的業。共業中如何消除自己所造作的那一部份，還是要靠自己的心。在公司中我如果存有

害他人之心，這就是不好的共業。反之我一直存有幫助他人的心，不存害人之心，這就是好的共業。因為我本就沒有想到害人的念頭。

在公司裏因為我沒辦法活下去，仍然不可有害人心，只要安安靜靜的離開就好了。因為是我自己無法再繼續的留在公司的，所以平靜的離開、另找出路。如果以充滿瞋恨心離開，這是最不好的心態，也是造了不好的共業。

問題：以前曾和別人吵過架，應該懺悔嗎？應以何種心態與對方見面互動？

回答：先把那時候的煩惱認出來，它從哪裡生起？比如說：我自己想法上面的執著心，我對他人上面不尊敬、不理他，這種心態都是不對的。能思惟的話：空性！思惟執著心的對境不存在。也可以思惟對他上面的悲心生起，這些可消除原有的惡業， 不一定要見面但要用這種心去觀待。

問題：仁波切說過，「隨喜」是積福德資糧最快的方法。不明白隨喜為何有這麼大的功德，旁邊的人那麼辛苦做事，我只是一聲「隨喜」，難道所得的功德就跟他一樣？

回答：「隨喜」不是嘴巴說說而已。真正的「隨喜」是真的心裡很想做，我也想能夠做到像他這樣子。這是一種動力很強的心，這種隨喜一定會有這樣的功德！

為什麼呢？功德不是以外在事情的多寡來看待。善根及功德的多少，非取決於外在事相的多寡，應看內在善良的心動力多強烈？如果用心隨喜則心力很強，心力很強就可以得到如同自己去作的功德。

問題：這麼聽來好像是隨喜比自己親自去做還好？

回答：若我自己不要作而隨喜，那是不對的。真正的隨喜是我很想做、願意做的心。

問題：那他為什麼不就去做？

回答：他有做或沒做是另外一回事，心裡有沒有這種隨喜？若有，這種功德就得到了。若心想我不要做！我隨喜！那是不對的，這不是真正的「隨喜」。

問題：從造惡業的角度看。我並沒有親自造惡，只在心裏想，這樣是否也會有跟他一樣的惡業？

回答：一樣的。「隨喜」的意思有我要跟隨、像你一樣的心。隨喜功德也有大小不同，並不是全部一樣。隨喜程度很高的隨喜與實際有做，何者功德大？當然實際上有作功德大。隨喜時功德像他一樣，功德像他一樣的意思是，比如說：我念一部般若經，有念般若經的功德；他這個隨喜，也是有念般若經的功德，但念般若經的功德大小就有差別。「一樣」是指都是念般若經的功德，但功德大小有差別，不是所得功德相同的意思！

《入菩薩行論二十一》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯 2005/10/23

現在主要講的是「遮止起瞋」，照科判而言，有三點：1.自己被別人傷害遮止起瞋。2.親人或曾經幫助過自己的善友被傷害遮止起瞋。3.怨敵被別人善待時遮止起瞋。在此「自己被別人傷害」時遮止瞋恚所修的忍辱有安受苦忍。但「親人或曾經幫助過自己的人被傷害、怨敵被別人善待」所修的忍辱沒有安受苦忍。

卯二、遮瞋於己親友作惡者，分二：辰一、以諦察法忍遮止、辰二、以耐他願害忍遮止。其中，辰一、以諦察法忍遮止，先前已講過，現在講到**辰二、以耐怨害忍遮止**，所區分的「**巳四、思惟忍辱之功德**」。

「耐怨害忍」就是遮止被傷害時起瞋恚。為遮止一直想（集良巴）的瞋恚，應當修持全不想（集米良巴）的忍辱。「一直想」的瞋恚是指由各種角度思惟被傷害的情形而起的瞋恚。能遮止者就是「全不想」的忍辱。起瞋恚時是由各種角度思惟而起瞋，同樣的遮止時也要透過各種角度思惟將它遮止，就是「全不想」的忍辱，因而有時可透過思惟忍辱的功德遮止掉瞋恚。

用比喻來講，修忍辱的話，善根不會失壞；若不修忍辱，起瞋時善根必失壞。當別人對自己的親友或師長，以瞋心輕蔑或傷害時，如果對他起瞋，就像他把他的瞋恚給了我一樣。這裡舉了比喻：「譬如房舍著火燃，旋見延燒及鄰宅」，就像將這間起火的茅屋的火，拿到到另一間茅屋使之起火；當別人起瞋時，他心中的善根已被燒掉，我如果跟著起瞋的話，就像把他心中的火拿來燒掉自己心中的善根一樣！不可如此。

就如第六品在開始時說：「百千劫中所積集，布施妙供供如來，所有一切諸善法，一念瞋心能摧毀。」，歷經千劫以來，佈施所聚集的福德資糧，一瞋能將它全部燒光，但若修忍辱就不會燒掉善根，這就是修忍辱的功德。這裡兩個偈頌說（午一、應為令己善根不壞故勵力）：

譬如房舍著火燃，旋見延燒及鄰宅，
蔓草柴薪易燃物，應悉曳出速拋棄。

如是於誰心貪著，即為瞋火所延燒，

為瞋焚燒福德林，須臾即棄勿暫留。

配合比喻而思惟是有幫助的：如果我起瞋恚的話，會將千劫累積的福德資糧全部燒光光，這樣想時，就不會起瞋恚。思惟忍辱功德時要這樣想。

第二偈說什麼呢？如果不反瞋回去，會不會吃虧？我的親友、父母或師長被輕蔑、傷害時，若不反瞋回去是不是會吃虧？回答是：應該要接受、要吃虧。如果不想吃虧而起瞋的話，會吃更大的虧，傷害會更大；所以現在的小傷害應該欣然接受。這裡又舉了比喻說（午二、應為遮地獄等苦因而受輕苦 分二，未一、喻）：

當死囚徒若可逃，僅斷肢體豈不善，
若由人中受輕苦，免地獄苦何不為？

在此世未死前，雖然多少會遭遇到自己的親友等被輕蔑、傷害的痛苦，但若不忍受下來，起瞋的話，將會遭受比此更大的苦，將會墮入地獄；現在如果忍受下來，將不須墮入地獄受苦。例如，「當死囚徒若可逃，僅斷肢體豈不善」，就像被判死刑的囚犯，有人告訴他：「只要斬斷一隻手就可免一死」他一定會說：「好！好！砍吧！」

這裡說的「遮除」，到底要遮除掉什麼呢？是自己心續中的瞋恚，否則會墮入地獄。心中若已起瞋了，嘴巴又不反駁回去的話，那早就吃虧了。是不該起瞋的，但若心中已起瞋，嘴巴又不反駁回去，那豈不完了嗎！意思是應該遮止瞋恚。「若由人中受輕苦，免地獄苦何不為」，遇到別人輕蔑、傷害自己的親友等的痛苦時，應該要欣然接受、忍耐下來，不要起瞋恚，遮止瞋恚等於是遮止地獄。否則起了瞋心，又不反駁回去的話，那豈不是吃虧又吃虧了嗎？不要受苦的話，就要遮止瞋恚。意思就是這裡的偈頌（未二、法）：

今於如是輕微苦，我尚瞋厭難安忍，
瞋恚為入地獄因，於彼云何不遮止。

有人傷害的親友、師長的小苦，如果能忍受下來的話，將成為自己心相續的忍辱修行，也成為圓滿菩提的因，也成為饒益自他有情的修行。既然能成為修行的話，現在對於對方的傷害不起瞋、欣然忍受，更是應該的。所以對於傷害我的親友等的小苦，欣然忍受下來會比較好。因為忍受下來的話，將可成辦自他二利。若不接受的話，自己在

往昔的生世中，曾經為了個人欲求的緣故，起愛、起煩惱、起瞋等，業已墮入地獄多達幾千萬次，已經欣然接受地獄苦了；現在為了圓滿菩提的緣故，稍微欣然的忍受下來，不行嗎？現在的苦只是小苦而已，為了煩惱都能忍受地獄苦了，現在為了圓滿菩提，小小的苦又有什麼不能忍的！

（午三、應於能成大義知難行歡喜 分二，未一、應悔往昔虛度多生於自他利一無所成）：

為求諸欲百千劫，曾經地獄焚燒苦，
而於自利及他利，徒受諸苦無所成。

些微損惱不足言，能令大義皆成辦，
為除有情損惱故，唯應欣然忍諸苦。

前偈的四句是說：曾經為了無義之事，甘願接受眾多地獄苦了，曾為投生地獄造做過眾多惡業了，卻未曾成辦過任何者的義利，沒有成辦過自己的義利、也沒有成辦過別人的義利、也未成辦圓滿菩提，在沒有成辦過任何義利之下，造了惡業、入了地獄、甘願接受眾多的地獄苦了，卻未曾成辦過任何者的義利。這是第一偈講的意思。

後偈的四句是說：如果現在只要感受些微的小苦，就能成辦圓滿菩提的話，就應該欣然接受、高興的接受。

但是當別人輕蔑、傷害的親友、師長時，甚至直接傷害他們的身軀、做各種傷害行為時，我們都會起瞋；更何況自己越喜歡的親友、師長受傷害時，我們生起的瞋恚會越大。自己越喜歡的人被傷害時，會越對造傷害者越起瞋恚。在這時候就應該做這樣的思惟。

到此已講完忍辱的功德。透過忍辱的功德，就要對付瞋恚心。

《入行論》裡所說的修忍辱法，說實在的，實修時是很難做到的，因為起瞋恚時，會熱血沸騰，心整個錯亂掉，無法思考，要在那種時候冷靜下來，思惟《入行論》裡所說的忍辱功德來遮止瞋恚是很困難的。因此，要在事前，先做練習，思惟假設碰到這種情況時，要如何如何應對。因為起瞋恚後，就沒輒了。趁著還沒起瞋前，要先作這樣的練習。如果能這樣練習的話，即使起瞋，時間也會縮短。慢慢的，將能在起瞋後的第二、第三剎那間，馬上作如此的思惟，使瞋恚即刻平息下來。當能力增強後，遇到起瞋的情況時就能馬上準備好對治法。

所以對方那個罵的人，以修行的角度來說，他是修忍辱的老師；從不修行的角度來說，他是起瞋恨心的老師。他就不斷的瞋恨、我就更瞋恨。剛剛講就像他把一把火帶過來，要怎樣燒？他就會教我們！一個是壞的老師，一個是好的老師。

我們從無始以來一直隨著煩惱轉，一下子要用這種方法來修持是很困難的。看到別人起瞋恚時，好像他在教我如何起瞋恚；看到他起我愛執時，好像他在教我如何起我愛執；看到對方起我愛執時，似乎我也馬上準備好要起我愛執一般；好像彼此互相教學學習煩惱；對方起瞋時就像在教我要如何起瞋恚；看到他起我愛執時，好像他在教我如何起我愛執。一般而言，無始以來我們早就有煩惱了，又在左右的人的煩惱中轉，彼此的煩惱相輔相成的成長著。所以思惟忍辱功德時，自己方面的煩惱自己遮止，利用別人的煩惱轉成自己的修行助伴，之前是別人的煩惱會導致自己生起煩惱，現在按照《入行論》而言，是自我做改變，利用別人的煩惱轉成自己不起煩惱和修行的助力，所以《入行論》真是善巧，全是教導我們修行的方法。

相反的，我們若以慈心對待對方，對方也會以慈心來對待。我們若以瞋恚對待對方，對方也會以瞋恚對待，搞不好會以更大的瞋恚來對待；煩惱方面既然如此，修行就要與法相應，自己以慈心對待別人，左右的人也會以慈心來相待。因此，要先在自己心中生起慈悲心、生起去除瞋恚的心，之後，將別人的傷害轉為自己的修行助力，這就像把自己心中的慈心教導別人般。可以的話就應該這樣作。

卯三、遮瞋於己怨敵作利益者。若有人對自己的敵人好，例如讚揚他、利養他等時，應遮止對他起瞋。其中分為幾個科判，**分三：辰一、遮於怨敵讚揚者不忍，辰二、遮於彼安樂不忍，辰三、遮於彼利養不忍。**

辰一、遮於怨敵讚揚者不忍。例如，有人以言辭讚揚、稱讚怨敵，或對他好時，我們會因為無法忍受他比自己崇高而起瞋，要遮止此瞋恚。辰二、遮於彼安樂不忍。遮止無法忍受怨敵的身樂、心樂或身心樂的瞋恚。辰三、遮於彼利養不忍。遮止無法忍受別人對怨敵做利敬供養的瞋恚。

辰一、遮於怨敵讚揚者不忍 分二，巳一、是自安樂因應當歡喜：

讚揚怨敵具功德，彼若歡喜得安樂，

我心何不隨讚揚，亦能令我心歡喜。

如是我心隨喜樂，能生安樂亦無罪，
諸有德者所讚許，亦是攝他殊勝法。

最初四句就像是問到：你何以不高興？別人讚美我不喜歡的怨敵時，你為何不高興？別人作稱讚，是因為他高興才作讚美的。這裡的「別人」有兩者，一者是怨敵，一者是稱讚者。當稱讚者作稱讚時，他是高高興興的稱讚；我對他而言是「別人」，怨敵也是「別人」，我對怨敵而言也一樣是「別人」；既然都一樣是「別人」，為何對這方的「別人」高興，對另一方的「別人」不高興呢？這是第一偈的問題。

比如說我跟法炬師：妳是我的敵人，他就一直讚歎妳，他讚歎妳時我就不想聽，聽到之時就瞋恨心生起。那你讚歎法炬師時，法炬師就你的角度是不是也是「他」，那我就你的角度也是「別人」；那我也是另外一個人，法炬師也是另外一個人，那為什麼另外一個人會高興，我是不高興呢？

對境是一個好處，一個功德。妳有好學問或修行，有什麼好處…，這是一樣的一些好處，他看到時就歡喜，我看到時不歡喜。但是他也不是你，我也不是你，那他怎麼會高興？我為什麼不會高興？「他」是一樣的，不是你啊！。此處所談的他，不是我、你、他的他；這個「他」是「我跟別人」的他。不是我、你、他「第三個人」的「他」，是我跟別人「另一個人」的「他」。寂天菩薩寫的滿有意思，這為什麼？這個也不是對境的人，那他怎麼會高興？我怎麼可能會不高興？

後四句（第二偈）是回答。對方高興的話，你也應該高興。你應該高興的理由是什麼呢？「如是我心隨喜樂，能生安樂亦無罪，諸有德者所讚許，亦是攝他殊勝法。」，你若高興的話，未來你將獲得無上安樂的因、是無上的善業。現在若對別人的功德起歡喜心，那將是自己未來獲得相似功德的因，例如對於對方的財富、功德修歡喜心的話，等於自己也積聚了相似的福德，這是未來自己得到無上安樂的因、是無上的善業，這樣的善業是諸佛菩薩所讚嘆的。除此，若是一位學習無上菩提行者，攝受別人的無上方便也是此。所以講別人的功德，是與人親近、使他高興的方法，也是收服人心的無上方便，如云：「亦是攝他殊勝法」。

當有人稱讚我不喜歡的人時，當然要這樣；就一般來說，有人被

讚美時，就應當要高興。說實在的，起歡喜心利益很大，聰明的人就該如此做；但是我們自以為聰明，遇到這種情形時馬上會說：「不是，不是這樣的…」，作其他的解釋，好像作其他解釋才是聰明，不作其他解釋是笨的，實際上並非如此，雖不作其他解釋，但心裡修歡喜心，那才是聰明。

通常只要一聽到有人在讚歎別人時，內心是沒有歡喜心的，而且自以為聰明的去做另一種不同的解釋，心中不歡喜去解釋不樂的原因，因為他自作聰明。例如，有人在讚歎某位仁波切或某中心，他們是多麼的依照佛法的角度做善行，或做了與佛法相應的善根，聽到或看到這情形，馬上用另一種見解反駁：我比他懂得更多、比他厲害、比他更聰明。再三解釋，不斷解釋：「你的想法不太對的，我的看法才是正確的。」不斷解釋說明自己的見解，這就是沒有歡喜心，好像不說這些話，就覺得自己很笨，所以要一直解釋才會顯示自己的聰明。真正來說這才是很笨的人。

如云：「亦是攝他殊勝法」，真是如此，如果希望自己被別人喜歡、或想攝受別人的話，就應該對別人的功德等，真心的、高興的給予讚歎，別人一定會被攝受，所以「亦是攝他殊勝法」是真的。也可說是接受的想法，也可以說跟比較親近、比較相應。我講的話他們會聽，我的想法他們會接受。

「攝受」不一定要是老師的身份，只要是我說的話，大家想聽或能夠接受都是「攝受」。所以心裡真的是乾乾淨淨的隨喜、歡喜他的一些好處。若只是嘴巴講一講，當然他是人，他會知道這是騙人的，還更生氣。發自內心真心的歡喜，他自然會知道，他慢慢的就會親近，我講的話他就會接受，我的想法他都會接受。那我本身就對他不喜歡，如同我教他：你不要歡喜我。我不歡喜他，當然他就不喜歡我。那不歡喜我，那完全不會攝受，就不會跟親近。

當見到別人讚歎怨敵時，心中會生起一股不願意的感覺。心中生起不願的感覺時，就已造業了，造業後我們心相續的功德將會失壞。不論是「能見或不見」的功德都將會失壞，「此世、來世」的功德將會失壞。為什麼？我們不喜歡的對境，例如敵人的功德、名譽、財富及一切圓滿順緣，對這些我們心中不高興的話，就是製造了自己未來不要功德、名譽、財富及一切圓滿順緣的因，因為對於別人擁有的這些功德、名譽、財富等，我們心中不高興，而且希望他沒有、希望他失

去的緣故，果報是未來自己將沒有功德、名譽、財富等這些。這就是（巳二、是他安樂之因不應不樂分二，午一、不欲他安樂亦壞自安樂）：

若謂他獲如是樂，汝不欲彼安樂者，
傭工雇值不酬故，見與不見利俱失。

「傭工雇值不酬故」指能見之功德。所以「見」的果報，好像有一點點是以理論的角度講的。譬如，別人喜歡敵人的優點或好處之時，我不喜歡別人這種喜歡的心。敵人因為別人讚歎他而很高興，我沒辦法接受他那麼高興。這種個性慢慢會越來越嚴重，嚴重到要他自己是最快樂的，別人快樂時，心裡會想：「他怎麼可以比我快樂！他不該比我快樂，我才是最快樂的」。特別是地位和身份比我低的那些僕人，他們比我快樂的話，心裡會想：「他在我的下面，怎麼可以比我快樂」，這樣將不會給傭人酬勞了，因為給傭人酬勞，是為了使他高興的緣故，傭人高興的話就會幫忙作事；但若怕傭人高興，將會不願意給酬勞。這是可見到的個性變壞的情形，見不到的是來世的福報退失。這種個性就會變成不尊重別人、不照顧別人的個性。如果變成這種個性的話，照顧別人像是多給幾百塊或幾千塊讓他們高興、買衣服給他們…，一般比較善良的人都懂會這樣照顧別人。而這種個性的人慢慢的會變得幾乎不做這種照顧別人的善行， 漸漸地他會不理會別人高不高興，慢慢地跟他接近的人愈來愈少。跟他接近的人也愈來愈少，這就是「見」（此世）的果報。

這裡說的「現世果報」和平常所談的「現世果報」有所不同。平常殺眾生，年老身体多病是「現世報」；這裡講的「現世果報」是內心的想法影響到你的個性，然後也影響到周圍。「現世的果報」好像是我心裡無法接受，比如說：我討厭的那個人，他心裡的高興我無法接受。從這裡慢慢…慢慢…的心就會受影響，最後面現世就會看出來他周圍的人都不會想照顧他。這是「現世果報」。

問題：當朋友在讚歎我的敵人，我同時對朋友、敵人都不高興，這樣的現世果報都是一樣嗎？

仁波切答：對來世果報來說當然就不一樣；就剛剛的理論來說是一樣的現世果報。而現世果報不一定照這樣子，像是殺生，這世就生病啊…，也會有這種果報的。

別人讚歎敵人，即表示敵人有某些功德，別人才讚歎他。在這情形下，心中會生起一個想法希望敵人沒有這個功德、沒有被讚歎的功

德；另一方會對讚歎的人想說：他為什麼會喜歡敵人？自己也會對這個讚歎的人生起不歡喜的心。

當別人讚歎敵人時，我們心中會起三種反應：

1. 希望敵人沒有這樣的功德。
2. 敵人聽到讚美時，敵人會高興，我們心中會覺得高興、不高興。
3. 別人聽到敵人的功德時，別人會高興，但我們心中無法接受。

別人讚歎敵人時，我們除了有上述三種反應外，最重要的一點是，別人讚歎敵人時敵人高興，別人喜歡敵人，這是我們起瞋的主要關鍵，在這點上，我們會起強烈的瞋恚。一般這三點都會使我們起瞋，但對於別人喜歡敵人、相信敵人的功德、親近敵人，更會使我們起瞋。不可起瞋，應該接受，原因是：別人讚歎我時，我喜歡他心中喜歡我的快樂；別人讚歎敵人時，我不喜歡他心中喜歡他的快樂，這兩者是相矛盾的。如言（午二、故應欲他安樂）：

別人讚我功德時，若許為他安樂事，
何故讚他功德時，不許我心得安樂。

他讚嘆我時，我喜歡他心裡喜歡我的心，但他讚歎你（敵人）時，我不喜歡他心裡喜歡你的心，不能接受。兩個都是他心裡的歡喜心，一個歡喜心我可以接受，一個歡喜心我不可以接受，他不是我是另外一個人，所以他心中的喜歡若是我真正接受的話，他什麼時後喜歡我都要接受。如果有時接受、有時不接受，就矛盾了、是不對的。他的歡喜心，我任何時刻都該接受，不管針對我或針對別人，甚或針對敵人都要接受的意思。以上所說道理，是對別人讚歎時，應該持有的心態。

同樣的，讚歎都發自別人，現在被讚歎的人不是我，是你，你接受了，你也高興了，我也要高興。因為，此我也不是你，我就好像敵人之外的另一個人，敵人之外的那個人可以接受，這個人為什麼不能接受？豈不奇怪？有問題了。照理說都應該接受的。看自己，「我」就放在那裡，來看「你」為何不接受？真的是這樣子啊！另外一個第四個人來的話，他就會覺得我有問題啊！所以另外一個人來觀察的話，那就：喔！你是不對的。這裡好像自己觀察自己的樣子，自己、敵人、別人，觀察這三個。反觀自己與別人的關係。

寂天菩薩是最好的、心不散亂的，那心不散亂就變成自己好像放在另外一個嘛！以旁觀者的角度去看，太厲害了！

辰二、遮於彼安樂不忍

我們既已發起菩提心，希望一切有情都獲得安樂，這範圍很大，是量等虛空的如母眾生，乃至輪迴未空前希望他們安住安樂中，這個範圍是非常廣的；可是就現實面而言，面對敵人時，見到他有一點點安樂時，我們心裡就不舒服，這就是矛盾。所以如偈云：

欲求一切有情樂，菩提妙心既生起，
有情若自得安樂，何故由斯生瞋恚。

「欲求一切有情樂」指大悲心，依於大悲心，生起菩提心已，「菩提妙心既生起」既發菩提心，當各有情獲得安樂時，我們應該馬上為他高興，不該生氣。如前所說的，別人讚嘆、喜歡我的敵人時，敵人會高興，作讚嘆的別人心裡也高興，雙方都高興，那麼我為何不高興、起瞋呢？「何故由斯生瞋恚」捫心自問：有情自得安樂，我何故生瞋？

發菩提心的量要非常大，要遍及整個虛空界的一切有情，才稱為發菩提心，而不是只為了面前某些人而已。有時菩提心所稱的盡虛空的有情和我們實際面對的有情兩者間似乎有些落差，我們應該將兩者稍微結合一下。這是平常會出現的問題，為什麼呢？菩提心是為了要利益量等虛空無邊的眾生而發出的力量，只為了少數人的力量是不足以成為菩提心的。菩提心的範圍是盡虛空界的無邊眾生，非常的廣；但是菩提心太廣了，和我們實際面對的眾生之間，有時是會有落差的。那麼菩提心要不要廣？要，一定要廣，不廣的話，將不足以成為成佛的因。成佛的因要具備利益無邊無量眾生的心，隨之而做的善行，其善根才是成佛的因，這樣的心才是菩提心。

心是要這麼廣，但我們還是坐在這裡啊！一定會遇到一些眾生嘛！所以有時在遇到的這些眾生上和修菩提心之間要常連接，連接時要想這個也是所利益的眾生之一，要這樣連接。不能誤會說只為利益這個怨敵才生起菩提心，這就錯了；菩提心的量應該是很廣大的。

辰三、遮於彼得利養不忍 分三

利養指吃、喝、穿等外在物質之類。當我們不喜歡的怨敵得到圓滿物質利養時，我們應該高興，為什麼呢？如偈云：

（巳一、作己之所欲成就想 分三，午一、有情自得利養應當歡喜）

發願欲令諸有情，成佛堪受三界供，
僅見微劣利養時，何故於彼興熱惱。

見到敵人得到微劣利養時，心不高興，是錯誤的。為什麼？因為我們若要成為三界供養處、成佛的話，必須依賴有情才可成就佛果，有情能給我們佛果，現在有情自己得到些許的利養，我們為何不高興？有情能給我佛果，而我卻對有情得到些許的財物、供養不高興的話，那是錯誤的。

（午二、喻）

自應贍者自贍養，自行施予大勤劬，
若從親有能自活，何反瞋怒不欣喜。

因為有有情在，所以我們才能行布施、持戒，修持忍辱、慈心、悲心、菩提心、成就佛果，因此才說「有情能給我們」，如果沒有有情，我們將一無所有。所以在有情上修行才能成佛，沒有有情將無法成佛，這就是說「佛果是有情給的」的原因。如果有情可給我們無上佛果的話，現在有情自己努力得到些許利養時，我們卻不高興，這是錯誤的。

這是比喻，照道理說，我們應該養育有情才對，因為有情能給我們圓滿菩提和一切功德，所以養育有情是我們的責任，這是就菩薩的修行而言的；現在我們不須要撫養他們，他們可以自己養活自己，而我們卻不高興起瞋，豈不是很奇怪嗎？應該高興才對，若不高興，那就是我們的錯，「自應贍者自贍養，自行施予大勤劬，若從親有能自活，何反瞋怒不欣喜」。

如果你不想讓有情得到些許的利養，那可以肯定你根本不想安置有情於佛果，那麼怎麼會有菩提心呢？你的菩提心去那裡了？

（午三、於彼不欲即壞菩提心）

此猶不許眾生得，是誰許彼得菩提，
若瞋別人圓滿事，云何能有菩提心。

若瞋恚有情得到利養圓滿事，那怎麼會有菩提心呢？這表示沒有菩提心了。所以，我們受了菩薩戒，這種念頭一生起菩提心就不見了，寂天菩薩說：「你的菩提心去那裡了？」如果心中有菩提心的話，就不

可以這樣子。當怨敵得到利養、圓滿事時，這件事實在是我們該做的，現在不須要做了，他們自己做得好好的，我們應該歡喜，要想：「我的工作已做了，我不必做，他已做了。」不該不高興才對。

（己二、作非所不欲想　分三，午一、不應嫉他得利）

若從他家有所獲，其物或在施主家，
一切悉非汝所有，施與不施汝何涉。

別人得到利養時，我們不該起嫉妒，「汝何涉」指為何嫉妒呢？原因是怨敵從施主(功德主)處得到利養的東西本不屬於我的，不論怨敵有沒有得到，我都沒有的話，怨敵得到，我為何不高興？那又與我何關。「其物或在施主家，一切悉非汝所有，」我又何以不喜生嫉妒呢？

寂天菩薩是住在那瀾陀佛寺的僧人，所以談到功德主、施主的事。你們並不是僧眾，因此不要以這個角度看。其實，這些施主的「物品」，本來就是地球上的東西，不管怨敵有沒有得到這些東西，我本來就沒有這些東西，這樣的話，這些東西到了怨敵那邊，我有何不喜？

（午二、不應捨己功德）

或由福德或信心，何故棄捨自功德，
獲得功德不執持，請問何不自瞋恨。

瞋恚別人得到利養，是因為嫉妒的關係，為何會嫉妒？因為自己也想得到，在得不到之下，才會起瞋。在此必須遮止瞋恚，要想「自己洗得到的東西是屬於地球上的東西，不論他有沒有得到，我一樣是沒有」，為何起瞋？自己必須得到的是布施、持戒、忍辱…等功德，不是物質、東西。如果想在將來得到物質東西的話，現在就應該好好修持布施、持戒、忍辱…等修行，因為這些利養源自於福德因，「或由福德或信心，何故棄捨自功德」如果瞋恚別人得到利養，自己想得的話就要好好修持能得的因，將來必定會得到利養。

可是你卻將它丟棄，「何故棄捨自功德，獲得功德不執持，請問何不自瞋恨」，不得利養的主要因是瞋恚，瞋恚會將利養消滅掉，所以你的執著是錯了。好好修持的話，將來必定會得到。

這樣看來，若要起瞋恚，應是要瞋自己而不是瞋別人才對！這裡談的「自我瞋恚」並非真正的瞋恚心。好像將煩惱視為敵人，將它視

為敵人不是煩惱。「自我瞋恚」此瞋恚非真正瞋恚。思惟自己隨著煩惱、瞋恚轉，是很不好的，因此自我瞋恚，這樣的瞋恚，並非真正的瞋恚。在此雖看似瞋恚心，其實並非真的瞋恚心，要對真正的瞋恚心起瞋恨。這意義和前面第四品(p.97)卯一 「我於此事應貪著，懷恨不捨而遣除，雖如是具煩惱相，能斷煩惱非所斷」是一樣意思。要對治的是煩惱，但此雖看似煩惱，實際上並不是煩惱，它是能斷煩惱的，所以叫「非所斷」。為斷除煩惱必須恆不退捨，與之作戰。這樣想著要和煩惱作戰的意樂並不是煩惱，雖看似煩惱，實際是能斷煩惱。我們應該對煩惱起瞋恨。

問題：若以殺豬為業謀生，雖可從中得到生活上的幫助，但我仍認為這不是好的行業，應如何看待？

回答：殺業不好，靠此生活不對，你的想法沒錯。不是所有的高興都要接受，若有的高興接受的話，也是惡業啊！現在是對付瞋恨心這種的的高興。

《入菩薩行論二十二》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2005/10/30

我們在下士道修行的時候，我們必需要得到一個善趣的人身，那要斷除惡業，所要斷除的惡業當中，是以瞋恚為我們最主要要斷的，因為在惡業當中，這瞋恚等於是最不好的、最壞的，即使是你要生起菩提心也是一樣，來破壞我們生起菩提心者呢，就是這個瞋恚，這瞋恚可以說是煩惱當中最惡劣的一者，那不論是你要暫時之間，遮止、防止自己墮落三惡趣也好，或者說你要發起菩提心也好，要遮止掉瞋恚呢，可以說是最主要的，可以說，是從下士道到發菩提心之間，這之間我們要滅掉的這些煩惱當中，以瞋恚為我們很主要的一個工作，因為瞋恚可以說是煩惱當中最壞的，所以為什麼寂天菩薩在《入行論》裡面，就透過種種的這些道理來做思惟，來滅掉瞋恚。

讓我們起瞋的，如果把它像寂天菩薩這樣子把它歸類起來可以分成三點，一個就是當我受到怨敵、他人的傷害的時候，那另外就是自己的親人受到傷害的時候，或自己的師長、自己的父母、自己的友人受到傷害的時候，我們都會起瞋，這是一個。另外，有人來讚嘆我們的敵人的時候，或者說有人來對我們不喜歡的對象做利敬供養的時候，我們也會起瞋恚，那另外就是怨敵的心歡喜的時候，我們也會生起很難以容忍他有那麼高興的時候，那這也是會起瞋恚。

如果就科判而言，就是「**辰一、遮於怨敵讚揚者不忍，辰二、遮於彼安樂不忍，辰三、遮於彼利養不忍**」。就是有人來對怨敵讚揚，我們要遮止無法容忍的心，還有另外一個就是，怨敵他得到安樂，我們也要遮止無法忍受他得到安樂的心，另外就是有人來對怨敵做利養恭敬的時候，我們要遮止無法容忍他受到利養恭敬的心。所以上一次是講到，中文是 149 頁，第二個偈頌這裡。

在這當中，就用非常多無量無邊的證理、理由來遮破瞋恚。一般我們在打坐禪修的時候，是不是就可以將瞋恚遮止掉呢？不會的。你必須在禪修的時候透過思惟，透過思惟像寂天菩薩這樣子，去從很多的角度，舉出很多的理由，這樣子思惟之後，才能夠遮止掉瞋恚。

如果真正要起瞋的話，應該是要對自己起瞋而不是對別人來起瞋，別人得到這些利養，我們也不應該起瞋，因為他先前有造過這個業，得到這

個利養，得到這個福業，他有做過，所以他現在得到這個利養，那我們自己沒有得到，因為我們自己沒有造這個業，那應該要起瞋的應該要對自己起瞋，起瞋自己沒有造這個業，就如同偈頌云：

（午三、應憂己罪不應嫉他善）

汝於自先所作罪，不惟怙過無優悔，
轉於他作福德事，妄冀齊驅作爭競。

所以不可以對他人福報的成熟這一點來起瞋，因為這樣子起瞋就是對他人的善業起瞋，這樣子起瞋是很傻的。

他人得到這些利養，是因為他過去福報的關係，那如果你起瞋恚的話，那等於是去瞋恚他以前所做的善業，因為得到利養的福報，這是造了善業，那等於你去瞋恚這個善業，那這樣子會使得自己，好像是障礙到自己將來能得到福報的業。

所以到這邊為止，應該就是將「**辰三、遮於彼利養不忍**」這一點講完，那也就是說，如果怨敵他得到任何的利養的話，我們如果心中無法忍受而生起瞋恚的話這樣子是錯誤的，應該要生瞋恚的對象應該是自己才對。

寂天菩薩的這種運用這些邏輯的這種方法，我們是做不到，我們沒辦法，因為我們的心都隨著這些煩惱在走，所以我們的心無法對自己做旁觀，所以我們沒辦法做到像這樣子運用這些證理來對治這些煩惱。

仁波切：世親菩薩寫的《俱舍論》第五品最前面剛開始的那一個偈頌，**『有之根本即隨眠，六種即貪如是瞋，慢無明見以及疑，彼六貪分說七種』。**（隨眠諸有本，此差別有六，謂貪瞋亦慢，無明見及疑。）

世親菩薩又有說到我們生起煩惱主要有三個因，第一個就是未斷隨眠，第二個是靠近這個環境，遇到這個環境，起煩惱的環境，第三個就非理作意。剛才說生起煩惱就這三個因嘛！如果能夠斷除這個煩惱的話，那我們一定能得到阿羅漢果，可是問題是我們還沒有辦法將它斷除。那第二個因就是靠近這個環境，那第三個就非理作意，我們能做到的就是不要靠近那個環境，遠離那個環境，還有不要去非理作意，不要去想，不要去非理作意，就好像《菩提道次第廣論》裡面，前面的在道前基礎那邊有講到說，在下座，也就是在未修中間的時候，我們要守護六根門，還有飲食知量。守護根門就是不該看的不要去看，不該聽的不要去聽，這就是守護根門。我們現在很難像寂天菩薩這樣子，可以透過很多的邏輯、理由，來將

煩惱斷除，可是至少我們可以做得到二個，就是不要靠近那種環境，不要去非理作意。

對我們現在而言，遠離那種環境是最重要，因為在道次第裡面有講到：凡夫以斷除產生煩惱的環境為主要的。那到這邊為止，就是我們已經講了有三種遮止起瞋恚的，這起瞋恚剛才有說，一個就他人來傷害我們自己，一個是他人來傷害我們的親友，一個是他人來對我們不歡喜的怨敵來做讚嘆利養，這些都會讓我們生起無法堪忍的這種心，因而會生起瞋恚，那如何來遮止，這個前面已經講過了，下面我們就開始講：「**寅三、於障所樂欲者遮止瞋恚**」

中文 126 頁，我們開始念一下：我們先分類三個嘛！對自己上面，人家罵，這個時候就會生氣，對我們的親戚朋友上面，對我們的老師親戚上面，人家罵、傷害的時候就一段，然後對敵人上面好的話又心不喜歡，不高興，那這個怎麼對治，我們先把它分開一下。

126 頁最下面一個科判，(寅二)那邊分為「**卯一、遮於己作惡者起瞋，卯二、遮瞋於己親友作惡者起瞋，卯三、遮於己怨敵作利益者起瞋**」

126 頁寅二所分下來的卯一、卯二、卯三，這三個科判，卯一的科判它的偈頌就是從 142 頁這裡，然後第二個從 143 到 146 頁，卯三這個科判從 146 頁到 149 頁。

我們在 126 頁最後一個偈頌：「**眾苦逼惱輕蔑行，逆耳惡名粗惡語，不欲施我及所親，豈能禁敵不出此**」這一句可以說，下面我們不是有分卯一卯二卯三嗎？這一句就闡釋出這三個科判的總義。我們現在從 126 頁最後一個偈頌開始念（忍辱品第 11 偈）：

眾苦逼惱輕蔑行，逆耳惡名粗惡語，不欲施我及所親，豈能禁敵不出此？
安樂之因偶一生，苦因極多數無量，無苦出離心不生，故心當生堅定解。
為遮苦行好角鬥，燒身斷肢諸苦受，為無義事尚能忍，為求解脫復何恨？
難事久習轉為易，世間何事不如此，故於小事當練修，令於大事能堪忍。
不見蛇蟲蚊蚋苦，或為飢渴等苦逼，或生疥癩身搔癢，諸無義苦久亦安。
若遇寒熱風雨侵，疾病拘囚及捶打，不應嗟吁以為苦，若以為苦害轉增。
或人見自身出血，臨敵無卻倍勇毅，或人見他身出血，驚惶顛倒身仆地，
彼由心性或堅毅，或復怯弱而差別。是故雖負致命傷，應不以其苦為害，
諸有智者受苦時，不令心體受昏擾。與諸煩惱作戰鬥，臨陣之時傷害多，
雖有極苦斷命傷，瞋等怨敵終降伏，是為勇士稱勝者，否則惟殲自死敵。

次應於苦觀功德，由厭患故除驕慢，於輪迴者起悲心，於罪羞慚樂善法。
於諸大苦出生處，膽等病原不瞋恨，何故瞋於諸有情，獨亦緣逼不自主。
譬如吾人遭病苦，雖非所欲病自起，如是彼雖非所欲，亦由逼迫生煩惱。
雖未思惟彼應瞋，世人率爾生瞋恚，雖未思惟彼應生，如是瞋心自生起。
所有一切諸罪失，惡行種類多無量，悉從罪緣力所生，非能主宰得自在。
彼諸緣等亦未嘗，思惟此苦當生起，彼所生者亦無心，思惟我今當生起，
所謂神我何所許，安立我名是何物？彼亦非由作是想，謂我當生始出生，
若不生者彼非有，彼時許生是何物？於境恒時馳散故，彼當不能得涅槃。
彼我若許是常法，見無作用如虛空。縱遇一切諸外緣，終無轉變何所作，
正作之時亦如前，能作於彼何所作？謂此是彼能作者，此中何法相聯屬。
如是悉由他自在，非由己力能主宰，於諸一切如幻法，如是知已無瞋恚。
若爾以誰遮遮誰，今為遮止亦非理，依此能斷諸苦流，是所許故理無違。
是故不論怨與親，若見行於非理事，謂由如是因緣生，如是思惟獲安樂。
若自所求悉成就，痛苦是何人所欲，於諸有情任何時，悉應不生諸苦事。
有情有時偶不慎，輒以尖扞自戳傷，或為欲求財色等，思慕傍徨而絕食。
若人被詛或投岩，或服毒物諸不宜，以如是等非福行，而於自身作損害。
若為煩惱自在時，不恤殺自所愛身，若時彼等於他身，何能顧恤不損惱。
如是煩惱生起時，能殺自身無顧恤，於彼從未生大悲，但生煩惱何其愚？
若於他人作損惱，凡愚自性本如是，於彼生瞋不應理，如瞋於火燃燒性。
若彼有情性決定，偶然生起此過失，於彼亦不應生瞋，如瞋虛空聚煙雲。
於杖等事起瞋恚，若瞋於彼投杖者，彼亦由於瞋恚逼，二者之中應責瞋。
由我昔於諸有情，曾作如是損害事，故應有情受害者，於我如是作損惱。
由他兵杖及我身，二者共為生苦因，若由他杖我身出，二者之中何所瞋？
人身苦聚如瘡皰，偶一觸之痛難忍，貪愛愚盲自取之，於彼損惱當咎誰？
愚夫於苦非所欲，而於苦因常貪慕，咎由自取受其害，何能瞋恚責他人？
譬如地獄諸邏卒，亦如刀山劍葉林，皆由自業之所生，當於何人生瞋恨？
由我先業所招感，逼諸有情為我害，彼若因此墮地獄，得非由我令顛墜。
由依彼等修忍辱，令我眾罪得祛除，由我彼等墮地獄，長劫沉輪受諸苦，
是我於彼作損害，彼等咸皆饒益我，云何作是顛倒行，於彼悖忤生瞋恚。
若我意樂有功德，何能墮於地獄中？若我於己善防護，於彼有何福可生。
若以損害為酬答，即於彼不能防護，我之善行即失壞，且亦壞我忍辱行。
心非色質無形體，誰由何處能損壞，若於色身起貪著，此身始為眾苦侵。
或說輕蔑粗惡言，或作譏誹不悅耳，於汝身肢無損害，汝心何用瞋於彼？
他人對我心不喜，或於今身或他世，若彼不能吞食我，我心何用不樂為？
若由障我之所求，故我於彼心不悅，所求必捨終歸盡，瞋心諸罪恒堅住。

我寧今日捨壽命，不願長生邪命活，如我縱能長壽住，死時痛苦亦猶是。
夢中愛樂經百年，夢覺之時何所有？餘人夢受須臾樂，夢覺之時亦猶是。
於斯二人久暫樂，覺時同一難再得，人壽長短雖不同，死時均等亦如是。
縱能獲得諸所求，復於長時受安樂，終如被劫寸縷無，命終獨往唯空手。
若謂求利為支身，消除罪業作福德，若為求利生瞋恚，寧不折福生罪愆。
我為此事而活命，即令其事成失壞，唯作惡事邪命生，如此生存亦何益？
若謂為壞有情信，對彼惡言生瞋惱，若於他人播惡名，爾時汝何不生瞋？
若對他人心不信，於不信者能安忍，依煩惱生出惡言，汝心何故不能忍？

為什麼那麼多呢？為什麼這邊這麼多詞句呢？因為當別人來傷害我們自己的時候，我們所發起來的瞋恚會最大，對我們的親友作傷害的時候，發起來的瞋恚還小一點點，對怨敵禮敬恭養所發出來的瞋恚更小一點點，那因為別人來傷害我們自己的時候，我們所發起來的瞋恚會最大的關係，所以要這麼多的詞句才能將它遮止掉。

接著我們念「**卯二、遮瞋於己親友作惡者**」，就從 143 到 146 這邊。

若於塔像及正法，或作誹謗或毀損，我仍不應生瞋惱，佛等無人能損故。
若於師友及親知，作侵損者亦如是，依前述理而觀察，見從緣生息瞋恚。
於有情作損害者，有心無心有二類，何唯簡擇瞋有心，故於損惱當安忍。
一人愚昧作損惱，一人愚昧生瞋恚，若無過失何待言，若有過失當咎誰？
所有能作損害業，昔時何故而造成，一切唯依業力轉，我於此事何必瞋？
如是知已任何時，悉皆相對起慈心，我當如是自奮勉，於諸福業勤造修。
譬如房舍著火燃，旋見延燒及鄰宅，蔓草柴薪易燃物，應速曳出速拋棄。
如是於誰心貪著，即為瞋火所延燒，為慎焚燒福德林，須臾即棄勿暫留。
當死囚徒若可逃，僅斷肢體豈不善，若由人中受輕苦，免地獄苦何不為？
今於如是輕微苦，我尚瞋厭難安忍，瞋恚為入地獄因，於彼云何不遮止？
為求諸欲百千劫，曾經地獄焚燒苦，而於自利及他利，徒受諸苦無所成。
些微損惱不足言，能令大義皆成辦，為除有情煩惱故，唯應欣然忍諸苦。

接著唸「**卯三、遮瞋於己怨敵作利者**」：

讚揚怨敵具功德，彼若歡喜得安樂，我心何不隨讚揚，亦能令我心歡喜。
如是我心隨喜樂，能生安樂亦無罪，諸有德者所讚許，亦是攝他殊勝法。
若謂他獲如是樂，汝不欲彼安樂者，佣工雇值不酬故，見與不見利俱失。
他人讚我功德時，若許為他安樂事，何故讚他功德時，不許我心得安樂。
欲求一切有情樂，菩提妙心既生起，有情若自得安樂，何故由斯生瞋恚？

發願欲令諸有情，成佛堪受三界供，僅見微劣利養時，何故於彼與熱惱？
自應贍者自贍養，自行施予大勤劬，若從親友能自活，何反瞋怒不欣喜？
此猶不許眾生得，是誰許彼得菩提，若瞋他人圓滿事，云何能有菩提心。
若從他家有所獲，其物或在施主家，一切悉非汝所有，施與不施汝何涉？
或由福德或信心，何故棄捨自功德，獲得功德不執持，請問何不自瞋恨？
汝於自先所作罪，不惟怙過無憂悔，轉於他作福德事，妄冀齊驅作爭競。

我們這樣念的時候是不是有想起仁波切以前做的解釋，還是都忘了，我們剛剛念過的科判中，賈曹杰在寫這些科判的時候真得是太厲害了，我們剛才念的這個**「眾苦逼惱輕蔑行，逆耳惡名粗惡語，不欲施我及所親，豈能禁敵不出此？」**這一偈頌是下面這三個科判的總釋，總的一種開示，那如果對這裡面的內容沒有很深刻的理解的話，那你根本沒有辦法去分出這樣子的科判，把它分出說第一個是在遮於自己作惡的人起瞋恚，第二是遮於自己親友作惡者起瞋恚，第三是遮於自己怨敵作利益者起瞋恚，你根本就沒有辦法分出來，甚至連這裡面在講什麼，你也自己會糊里糊塗，不知道裡面在講什麼，像賈曹杰這樣子真得是在很厲害。

講到這瞋恚，會起瞋恚有剛剛這三個因嘛！一個是別人來傷害我們自己，一個是別人去傷害到我們的親友、師長，另一個是別人去善待我們的敵人的時候，是這三個因會讓我們起瞋恚，那當講到起瞋恚是生起煩惱，那我們可以說這三個當中所生起來的根本，生起煩惱的根本所在處是自己，那就像《入中論》裡面有先講到：首先起我想，之後執我所。就會這樣子，那也就是你先生起我想，之後就會去對於自己貪愛、親愛、親近的這些親友，就會認為他們是「我的親友」，進而對「我的親友」起貪著，然後對我不喜歡的，我的敵人，這些敵人是我要遠遠把它拋棄的，我的親人是要親近的，所以這根本，我們都說「我的」，「我的什麼什麼」，所以那根本就追朔到「我」，所以追朔到自己、我執，煩惱當中的這個我執。

仁波切：一般而言，在遇到對境的當下，那與生俱來的執著心就自然而然的現起，緊接著就會在三種對境上，分別出三種很明顯不同的感受，首先會生起「我」很重要的一種執著，因此執著之故，凡是對「我」有利益的就生起貪心，而對「我」有傷害的則生起瞋心，其次是對「我的親戚朋友」有幫助的會引發貪心，而對他們有傷害的則會引發瞋心，再其次是對「我的敵人」有傷害的會產生貪心，而對他讚美利養的則產生瞋心。以上三種的瞋恚之心，主要是以針對自己上面的瞋心是最強的，如果對於「我」的瞋恚心能夠降下的話，那後面二種瞋恚心—對於「我的親戚」有傷害而

引發的瞋恚心及對於「我的敵人」讚美利養所產生的瞋恚心，也都能夠跟著降下來。然而寂天菩薩所講的這些內涵，不但可以用來幫助我們降下第一種的瞋恚心，也可以幫我們降下後面的二種瞋恚心。

「寅三、於障所樂欲者遮止瞋恚　分二」，這裡面講的你會看到四個角色，一個是我們自己，我們修忍辱的自己，一個是我們不喜歡的怨敵，另外一個，來傷害怨敵的那個人，造作傷害怨敵的那個人，那另外一個，阻止造作傷害的這個人，阻止那一個來傷害怨敵的那個人，所以有四個角色。對我們而言，怨敵是我們不喜歡的，所以他被傷害是我們最喜歡的，我們喜歡他被傷害嘛！那有一個人來阻止傷害怨敵的那個人的話，那我們就會對他起瞋恚。

那這邊首先我們講到於怨敵不樂於己無益，也就是說我們剛才所講的有四個角色嘛！比如說甲乙丙丁來區分的話，先講到說我們心中所喜愛的、所歡喜的就是怨敵被傷害，一個人來阻礙那一個傷害怨敵的人的話，那我們心中會不高興，那在這邊就是要去思惟，我們根本沒有任何的理由去對怨敵被傷害感到歡喜，我們要去做這樣子的思惟，因為怨敵被傷害的話，對我們而言根本沒有關聯，他有沒有被傷害，對我們自己而言根本沒有關聯，也就是說，這個怨敵沒有人去送食物給他吃，他肚子餓了，他肚子餓，是不是我們肚子就會飽，他沒有東西吃，是不是我們肚子會飽，我們肚子也不會飽啊！對不對，所以他肚子餓我們也不應該覺得高興。那怨敵沒有得到利養，被人家阻止而沒有得到利養的話，我們也沒有理由可以高興啊！

如果我們歡喜這怨敵被傷害的話，心中的這個希望他被傷害的話，這個希望是不是真能夠傷害到他呢？不能傷害到他啊！所以這邊，剛才解釋（卯一、障於怨敵作損惱不應不忍 分二，辰一、怨敵不樂於己無益）：

若令怨敵心不樂，於汝心中有何安？

（辰二、對怨敵起害心於彼無損）

僅由汝心希願力，亦不成彼損害因。

他現在講的：「僅由汝心希願力，亦不成彼損害因。」如果真的像我們心中的願望，這個怨敵真的被傷害了，願望成真了，既使是這樣子的話，你也不可以高興，因為你既使再怎麼高興的話，怨敵所受的苦也不會增加，這邊就說

（辰三、適成自害 分二，巳一、怨敵受害不應歡喜）

縱令由汝心希求，能使他苦汝何樂？

像剛才說的，照我們的希望，願望成真，怨敵他被傷害了，那你心中再怎麼歡喜的話，他所受的苦也不會增加，可是你因為你心中一直有那個希望，一直希望他被傷害，那他被傷害了，你心中又很歡喜，那這個果報是誰要去受？自己要去受，等於吃虧的人是自己。所以這一句說（巳二、若執為可喜便成自身重大苦因）：

若為滿足快意故，為害之烈孰過此。

就是傷害的就是自己，吃虧最大的人就是自己，不是對方。如果我們心生歡喜的話，那這個惡業就是我們吃虧嘛！那我們心中生起的惡業，就是對怨敵不歡喜、瞋恚的惡業呢！就好像是：

煩惱漁夫投鈎鈎，鋒銳難堪大痛苦，
執我投於心獄鑊，定為鬼卒相烹煮。

就好像你自己生起瞋恚了，好像把自己掛在魚鈎上，我們在釣魚的時候，就是把那個小蟲鈎在魚鈎上，然後把它拋到水中去釣魚嘛！那現在變成自己心生煩惱了，把自己掛在魚鈎上，然後把自己拋到地獄裡面的大銅鍋裡面被煮。

你真正去傷害到對方的力量，對方受到傷害的程度是非常微小的，可是自我傷害卻是無盡的，這邊說煩惱漁夫就是指我們生起來的瞋恚，那投鈎鈎就是由瞋恚發起而造的惡業，那自己發起瞋恚，然後把自己投到地獄裡面去了。

這邊就將瞋恚比喻為漁夫，那我們所造的業就像魚鈎，只要被惡業的鈎鈎到的話，是永遠無法被掙脫的，你一定會被投到地獄裡面去，而且會在地獄裡面經劫累劫在那裡受苦，所以算算，吃虧最大的人是自己，那怨敵受到傷害只有一點點而已，受到傷害最大的還是自己。

仁波切：一點點都沒有。

「**卯二、障己於己黨類作饒益不應不忍 分二**」，那這邊也就是講到說，我們心中都希望敵人所得到的都是最壞的，那自己都要最好的，如果別人來障礙我們得到最好的，我們就會對這個阻礙的人生起瞋恚，那這邊將自己還有自己的親友放在一起講，就是如果對自己還有自己的親友造作障礙

的話，那就會起瞋恚，這裡面就分為，就是來障礙自己得到讚嘆、名聞者，不應該對他起瞋，那要去思惟這一些他人的讚嘆或是名聞，事實上是無用的，因為得到這些讚嘆名聞，你的福報也不會變大，反而會因為生起慢心而變小，所以如果你以為別人來讚嘆就可以達到自己的自利的，那這種的想法是很傻的。這邊說（辰一、於世法為障者不應瞋 分二）（巳一、於障己讚歎名聞者不應瞋 分四：午一、僅讚歎名聞無用）：

讚揚美譽相阿諛，不能增福不延壽，
不增色力不癒疾，亦不能令身安樂，

若能辨別自義利，此中於我何有益。

如果他人來讚揚跟自己有關係的師長、親友，我們都會很高興，可是如果有人來傷害批評的時候，我們就會起瞋恚，在這邊就要遮止瞋恚，如果他人來讚揚的話，給予好的名聲、名聞的話，我們也不應該心中感到高興。那有的人會認為說，聽到好的讚美的聲音我心裡會很高興，這是我需要的啊！那這邊就是要遮止掉你去貪愛這種讚美、這種名聲、他人的讚揚。如果你真得需要你的心高興的話，倒不如去依於歌舞、醇酒或女人，這邊偈頌說（午二、不應為求快意）：

若但為求快意故，不如嚴飾耽美酒。

你只要求快樂的話，不如打扮漂亮或者耽著在美女跟酒裡面。

有的人認為說，那如果去得到這些人家的讚美的話，那心會很高興，其它的人要獲得這些名譽的話，他可能要用一些錢或用生命去搏取，在這邊就是說，我得到人家的讚美，我也不需要去花錢，或用生命去爭取，那只要這樣聽到人家讚美我就感到很高興就好了，有人會認為這樣，認為得到人家的讚美，得到這些名譽是很有價值的，他認為是這個樣子，所以他心裡會很高興。那這邊就是要遮止去貪著這些名譽，就是說這些名譽也不是色法，有形體的，你得到這些名譽你的肚子也不會飽，你聽到人家給你讚美的話你的病也不會好，這些讚美、名譽，就像空谷迴音一樣是虛名，你死的時候也帶不走，那這一世你也不能靠這些名聲來吃得飽，所以，去貪著那個有什麼利益，沒有什麼利益啊！這邊說（午三、為執彼為所求即是顛倒 分二，未一、唯讚歎無用）：

為求名譽失資財，乃至喪身亦不惜，
語言文字有何用，死後虛名為誰悅。

我們要去思惟這些名聞、讚美的詞句，這些詞句是語文文字，那如果你聽到這些好的語文文字就可以感到滿足的話，那倒不如拿個錄音機，對著它錄下來，錄了很多讚美的聲音，你就一天到晚聽它，看看肚子會不會飽，再怎麼聽肚子也不會飽，因為那只是虛空當中我們耳朵聽得到的聲音而已，它是無心的，無形體的，也非色體，也非色法，等於是虛無的東西，那何以值得你的貪念呢？

仁波切：這個搞不好就一直被人家騙了。

我們說這一些好的名聲是無心要可言的，無心要可取的，如果為了要得到好的名聲而沒有得到，因此心感到非常的憂苦憂惱的話，就像這邊舉的例子一樣，就好像七、八歲的小孩玩家家酒的時候，不是喜歡去堆沙堡嗎？如果這個房子倒了的話就會在那邊哭，那大人看起來就會覺得他們做一些沒有意義的事很好笑，沒有什麼意思，所以，我們如果貪著那些名聲的話，就有點類似那樣子。這邊說（未二、憂彼失壞等如愚童）：

聚沙為屋若摧倒，令諸童稚號啕哭，
若失讚譽與名聞，我心惱喪亦同彼。

這些名聲是不值得我們去歡喜的，如果有一個什麼東西可以真正讓我們的心感到歡喜的話，那我們就應該要去喜歡它，或者說可以讓他人的心感到歡喜的話，那或許我們還可以去喜歡這件事。可是比如說，他來喜歡我，我們就可以去喜歡他，因為他有心啊！可是這個聲音沒有心啊！發出來的聲音讓我們高興，我們去喜歡那沒有心的，這豈不是很傻嗎？所以這邊說（午四、是顛倒之故 分二，未一、讚己不應貪著歡喜）：

若樂其聲聲非心，於我無有讚揚意。

我們說聲音是無心的，所以我們不應該去貪著這些名聲，可是這邊就有人講到說，可是來講出這種好聽的聲音的這個講的人，他有喜歡我的心，所以他才來讚揚，因此我喜歡他，喜歡他所說出來的這個聲音，如果是這個樣子的話，這邊就回答說，他人心中有喜歡我的這一個歡喜的心，他心中的歡喜也不是你心中的歡喜，他心中的歡喜也轉移不到你這裡來，他心中的歡喜你也得不到，那是他的啊！在他的心上你也得不到，所以這邊說：

若稱我能令他喜，計此以為歡喜因，

或讚他人或讚我，令他歡喜我何益，
彼心歡喜或安樂，非我行境不知故。

這邊因為它中文翻成「**不知故**」，所以我們就不知道了，就很難了解，可能是解釋這邊，仁波切的解釋是說，如果是藏文「謝米多」就是連一點點我們都得不到意思，他心的歡喜或安樂並非我的所行境，所以不得故，一點點也得不到的意思。

仁波切：「不知道故？」那就寫錯了，可能「下點波下撒謝」，「下點波下撒謝」就不對了，「下撒謝」才對，「下撒謝」是一部份，這是他自己心上面的一個心所，這個快樂，是讚嘆的那個人心上面的一個心所，所以這個心所，我們沒辦法從那裡取過來一點點。

仁波切：他人來讚揚我，是因為在他人的心上面有一個樂受的關係，如果依於這樣子的緣故你要歡喜的話，那應該在所有他人的心上面一生起樂受的話，你就要歡喜才對，這當然包括你對於在敵人上面，人家所給予他的讚嘆、利養，你也要歡喜，因為這也是他人心上面的樂受呀！因為那個樂受沒有辦法取過來的這一點是一樣嘛！也就是當別人讚嘆我的時候，我明知道他心上面的樂受沒有辦法取過來，但是還是很歡喜，如果連這樣子你還是可以歡喜的話，那理論上你應該對每一個眾生心中生起一個樂受的時候，你也都要歡喜才對，但是我們那些理論卻都進不去，因為我們不是旁觀者。我們在《菩提道次第略論》裡面，弟子形象有三個嘛！第一個是什麼？「質直」，因為我們沒有質直心，所以還是沒有辦法聽得進去。（按：「質直」在《菩提道次第廣論》中，法遵法師翻譯為「正住」，不能有成見之意。）

剛才講的就是這邊的偈頌（未二、若如是歡喜即是所求於一切人悉應歡喜 分二，申一、正說）：

若由彼樂故我樂，應於世人皆如是，
云何餘人心喜樂，便能令我心不安。

如果他人的心喜樂，那我也應該樂才對呀！

如果以為這些讚揚、這些名聲是有心要的，因而生起歡喜的話，那這樣子的行為就像愚夫、像傻瓜、像小孩一樣，這邊說（申二、喜人讚己唯是愚夫行）：

若唯思彼讚揚我，便令我心生歡喜，
如是此亦不應理，唯是愚夫行徑爾。

這些名聲、讚揚，事實上只會增加我執、增加我慢、增加煩惱而已，

可以說無絲毫的利益可言，甚至還可以減少我們的福報，沒有絲毫的利益可言。

如果有人來障礙我們得到讚揚名聲的話，我們應該要去利益他，應該要去饒益他，不應該去傷害他。別人的讚揚事實上是來傷害我的，那別人來障礙我們得到這些讚揚名聲的話，事實上他是在利益我們。

仁波切：這些都是修行的一個角度看的而已哦！你們不可以就「哦！這個讚嘆是在傷害我」不可以這樣子想，這些是我們要對治瞋恨心，或者是對治自己的煩惱，我不可以生起煩惱，那這些讚嘆讓我生起煩惱的時候，我就不要接受這些生起煩惱的東西，不要接受，這種的一個看法而已，不是讚嘆是不好的意思。當然讚嘆也是以前要有福德，要有資糧，以前世做的一些善根，這一世才會得到果報。

這邊就會講到名聞、讚揚等不好的原因，因為當名聞讚揚來的時候，被人家讚揚，聽到好的名聲的時候，會使得一個人他本來心是很平靜的，會使得這個人的心好像變成不平靜了，心就往上變得好像很高昂，好像要飛走了，而且有一個壞處，這些讚揚、這些聲音就會去破壞他厭離輪迴的心，而且會使得他去嫉妒他人的功德。總之，名聞、讚揚會傷害到自己，也會傷害到他人，因為我們會認為說：他是怎麼樣，他是如何如何，那我又是如何如何，有時候我們會這樣子，那好像在這個之間，好像就變成有一段距離了，因為這些讚揚、這些名聲，而使得自他好們分離了，所以會傷害到自他。（巳二、作饒益想 分二，午一、貪著讚歎名聞能生一切罪）

讚揚令我心馳散，亦能壞失厭離心，
於他有德生嫉妒，亦能壞諸圓滿事。

仁波切：我們聽到人家讚嘆的時候，我們的心馬上就不平靜，進而產生一種興奮，甚至有一種飄飄然，好像有一點要飛上去的感覺，而且馬上覺得自己很了不起，我都是很對的，我很棒的，於是自己那裡有錯誤，自己都不覺得。其實我們自己在輪迴裡面有沒有錯誤？當然有，但是自己卻完全看不到自己那裡有錯，就因為看不到錯誤，所以不可能會有出離心，為什麼呢？因為出離心乃是我自己輪迴裡面，一定要是針對我現在的情形是不對的，而決定要怎麼改變的這種心，並且能夠很快地離開我現在的這個情形，這種是出離心。當有人讚嘆的時候會覺得我自己做的都是棒的，所以不覺得我在那裡有錯誤。比如說，自己就看不到自己的貪心，自己的瞋恨心，自己對別人上面，我們身語意造作出來的錯誤，都看不到，若看

不到的話，當然不會生起我要斷除那些，我要改變這些，完全不會有這種心，那我們就不會恐懼我的行為、我的想法都是錯誤的，這種的恐懼的心也就當然不會生起，所以這裡講的「厭離」是不會生起的，如果沒有「厭離」的話，是不可能會有想要改變的心，沒有想要改變的話，不可能會修行，我們修行，修的意思是改變嘛！所以他就不想改變，因為他覺得都是對的，所以當人家讚嘆我的聲音一聽到，就會有那種問題。還有，讚嘆的時候，自己覺得，哦！我是一個有名聲而且是到一個程度以上的人，這時我們會看，他是比我高還是比我低啊！當我覺得他是比我高一點的時候，心裡就有一點不舒服。如果人家沒有讚嘆，那我們倒沒有什麼，問題是只要人家一讚嘆的時候，就會生起我跟他比一比的心，之後慢慢會有嫉妒心、比較的心。就在這種比較的心當下，不但為導致自己去傷害他人，而且是很敢害他人，為什麼呢？因為自己跟別人常常這樣子比較嘛！比較的時候，心裡的我愛執很強，或者很自私的人，對他人就可以捨棄掉，可以傷害到這種心。連一個人跟別人中間，或者是跟團體中間，或者是一個家裡，大大小小的團體，也是有這種一樣的，所以後面就是什麼樣子呢，後面就會能夠可以互相傷害的這種事情就會愈來愈多，所以那些讚嘆對自己也不會改善，對自己來說完全不會進步，那完全不會進步當下，就慢慢能夠可以想，我跟他比較的心，是會導致自己去傷害別人，所以是這些讚嘆沒有什麼好處的意思。讚嘆的時候，真正的讚嘆的時候，不是讚嘆到我，而是增長了我執，讚嘆到我執。

問題：請問仁波切，在早上略論的時候有提到說，阿修羅、非天不能登上見道位，那是不是他有資糧道跟加行道？

回答：有的，有資糧道跟加行道。

問題：如果要得到見道的話，一定要在人道嗎？還是說其它道、欲界都可以？那如果欲界都可以，那為什麼阿修羅道不行？

回答：欲界都可以的意思是，欲界裡面只有人跟天這二個才可以。

問題：正中士跟共中士的皈依跟律儀有什麼不一樣？除了發心以外還有什麼不一樣嗎？

回答：我們不會說修行的當時，有什麼不一樣的，只是目標放的時候不一樣，這樣子而已。

問題：在講三苦的時候，有講思惟的次第是苦苦、壞苦跟行苦，那在

斷的時候也是一樣嗎？還是有另外的次第？

回答：斷的時候沒有固定的，比如說一個阿羅漢，在色界、無色界成就阿羅漢的果位的話，就先斷除苦苦了，在欲界成就阿羅漢的話，三個就同時斷除。

問題：請問仁波切，仁波切剛剛又提到《菩提道次第略論》裡面的弟子要具足三德「質直、具慧、求法義」那那個質直一般我們在解釋的時候好像會說是不落黨類嘛！那可是仁波切在禮拜二的時候，廣論精要研討的時候，有解釋到無分別心、心不散亂，剛剛仁波切在講《入行論》的時候又引到這裡的時候，那我們就發現，仁波切你的質直的定義跟我們一般在《菩提道次第廣論》上面我們認為只是說「不落黨類」，那個黨就是什麼國民黨啊、民進黨的，就是你不要去區別說這是我的中心、你的中心，那個黨是這個意思，那我覺得仁波切的定義好像比較廣一點，就是心不散亂，然後無分別心，是這樣子的定義嗎？

回答：對，這個很廣，質直、正直是很廣，因為它就看在什麼地方，我們正直是當國民黨啊當什麼，這時候，它就放另外一個位置，正直的位置我們放的時候就另外一個，那我在什麼什麼團體、什麼什麼中心，就放另外一個，所以質直是很廣。心不散亂、無分別心，這些都在質直裡面，質直可以說很廣，看它是什麼位置，比如說這個紙上面正直，那就它要這裡嘛！那這裡，它就要放在這裡，所以看的位置，我們放的位置不一樣，正直它就會不一樣。所以正直平常我們講的時候，經論裡面有的時候就不分教派啊，也會這樣子，那有的時候心不散亂也會這樣子解釋。心不散亂，心散亂的意思，有一點被煩惱帶走了，那心就另外一個想法，心自己的一個想法，那我們心被煩惱帶走的話，煩惱控制的話，那心就一個自己的感受，自己的一個喜歡，我喜歡，我不喜歡，也是心就亂了，也是沒有正直的能力，所以心散亂的時候我們也會說沒有正直，所以正直也不是要別的另外。比如說我跟釋迦牟尼佛，我是釋迦牟尼佛的弟子，那我就一直釋迦牟尼佛講什麼我要相信，這個就沒有正直了，這樣子想的話就沒有正直了，沒有質直了。那我不管釋迦牟尼佛的弟子或不是弟子，這跟我沒有關係，我要觀察是要觀察，那我要看真的一個位置，就看釋迦牟尼佛講的是什麼樣，比如說龍樹菩薩，他正直的力量很強，正直是對的，所以他能夠可以分的，釋迦牟尼佛講的這個是對的，這個是不對的，那我們一般人沒有這種正直啊！只要釋迦牟尼佛，都是對的，也會這種…。對對對，釋迦牟尼佛了義跟不了義，就這個角度講，但是釋迦牟尼佛講的那個是，內涵裡面，

不是究竟的，藏文的那個直接翻的話，我們是講錯、沒有錯，就這樣想，這是藏文的一個句型，所以這裡用這樣的句就不對的。所以了義、不了義，那了義、不了義可以判斷的，要有正直啊！沒有正直的話，我們會覺得釋迦牟尼佛講的都是了義，會有這種想法，那有正直、質直，才可以判斷的，也才有具慧的機會。有正直也不一定是有智慧啊！所以有正直的話，才能夠可能會生起智慧，所以剛剛講的是可能會生起具慧的機會，這是正直嘛！正住。也可以說，釋迦牟尼佛本身，他來這個世間，他剛開始學，一定是婆羅門教的東西嘛！所以他有正住，就能夠可以判斷，沒有正住，不可能判斷，也可以說，釋迦牟尼佛比他老師還要厲害。獅子賢菩薩他比一些他的老師還更厲害的，為什麼？他有正住的力量，正住，還有具慧，所以才會比他們的上師還更厲害。那你們也是一樣，你們要比我還更厲害的話，你們要有正住跟具慧，這一半是開玩笑的一半是真的。沒有正住的話，就如同眼睛戴了另外一個顏色的眼鏡了，他看了就不正確，所以一定先要有乾乾淨淨的，沒有什麼戴的，乾乾淨淨的一個正住的力量。這個是一步一步增長的，好像這個上面有正住，那個上面沒有正住，有很多主題嘛，我們教佛法的時候裡面有很多的主題，有一些主題上面，正住具慧什麼都生起了，一些主題上面，還沒有生起正住，那些都不是，哦！我什麼都先要正住，不可能的那些都一起生起的。

《入菩薩行論二十三》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2005/11/06

上一次主要講到寅三、於障所樂欲者遮止瞋恚分二：「**卯一、障於怨敵作損惱不應不忍**」「**卯二、障己於己黨作饒益不應不忍**」，這當中又講到「**辰一、怨敵不樂於己無益　辰二、對怨敵起害心於彼無損　辰三、適成自害**」。上一次講到中文是到一百五十三頁「亦能壞諸圓滿事」，仁波切說我們唸一下偈頌，我們從一百四十九頁最下面這個偈頌唸到一百五十三頁倒數第二個偈頌這裡。

汝於自先所作罪　不惟怙過無憂悔
轉於他作福德事　妄冀齊驅作爭競

若令怨敵心不樂　於汝心中有何安
僅由汝心希願力　亦不成彼損害因

縱令由汝心希求　能使他苦汝何樂
若為滿足快意故　為害之烈孰過此

煩惱漁夫投釣鉤　鋒銳難堪大痛苦
執我投於心獄鑊　定為鬼卒相烹煮

讚揚美譽相阿諛　不能增福不延壽
不增色力不癒疾　亦不能令身安樂

若能辨別自義利　此中於我何有益
若但為求快意故　不如嚴飾耽美酒

為求名譽失資財　乃至喪身亦不惜
語言文字有何用　死後虛名為誰悅

聚沙為屋若摧倒　令諸童稚號啕哭
若失讚譽與名聞　我心惱喪亦同彼

若樂其聲聲非心　於我無有讚揚意
若稱我能令他喜　計此以為歡喜因

或讚他人或讚我　令他歡喜我何益
彼心歡喜或安樂　非我行境不得故

若由彼樂故我樂　應於世人皆如是
云何餘人心喜樂　便能令我心不安

若唯思彼讚揚我　便令我心生歡喜
如是此亦不應理　唯是愚夫行徑爾

讚揚令我心馳散　亦能壞失厭離心
於他有德生嫉妒　亦能壞諸圓滿事

這邊講到讚揚、美譽雖然可以動搖我們的心，使我們的心與修行的這些善行馳散掉、渙散掉，同時這些讚揚、美譽也可以壞我們的出離心，使我們的厭離心失壞，等於是使我們的善因失壞掉；對於他人又因美譽與讚揚的關係，你對於有德行的這些「他人」會生起嫉妒心，生起嫉妒心就是會去傷害他人，這樣也等於是失壞掉自己的圓滿事，所以讚揚和美譽可以說是損害自己與損害他人的一個因。

(仁波切說)厭離心是善因，就像皈依一樣，皈依有二個因，其一為畏懼的心，此畏懼的心愈大，則對三寶所生起的信心就愈大，由此所生起的皈依才是真正的皈依。厭離心像在自己身語意三門上面的看法，對自己上面認為很不對，這種心越強越會往上走，看到自己上面的過失、想厭離這個過失，這個越強才越會往上走、增長，這種心就是厭離心，厭離自己的過失這種心是最重要的，沒有這樣心的話，那就完全不會往上走，對於三寶祈求的心也不會那麼強，就自己覺得我是對的，我是了不起，今天早上講的憍慢心、我慢心就是這樣子，這個很重要的。

剛剛這裡講人家讚美，對本身的善行會傷害到，而且對善行的因也會傷害到。如果自己以為自己很好的話，當聽到讚美的時候，尤其是聽到在讚美別人的時候，你心裡面就會覺得：「我比他好啊，怎麼讚美他？要看看怎麼讚美我！」這樣子；然後，因為自己會認為自己比他好，所以如果別人讚美他比較好，你就會有嫉妒心生起來。

(仁波切說)如果完全沒有讚美的話，心裡就會覺得「我是很低」，不會什麼希求，不會什麼追求；當人家開始讚美一點點之後，我就開始注意到自己，對於自己要有一個好名聲的希求心就會越來越強，那就開始會有嫉妒心了。

所以，讚揚、美譽可說是我們的善行、善因的破壞者，現在有人來阻礙人家來讚揚我們，阻礙我們應該所獲的讚揚，事實上他是為我們關閉惡

趣門的關閉者，而且他阻止了我們去造不善業，因為人家來讚揚，我們就會生嫉妒、造惡業等等，而現在他來破壞我們的讚揚，等於是阻止我們去造惡業，阻止我們墮入惡趣，他來為我們關掉惡趣的門，所以說（未二、障彼即障惡趣）：

是故若人恆趣求，破壞我之名聞等，
豈非恆時防護我，免令墮於惡趣中。

破壞我們的名譽者他不止為我們關閉了惡趣門，他也是協助我們脫離三有的協助者，之所以會繫縛在輪迴當中，最主要是歡喜輪迴中的一切圓滿事，輪迴當中的名聞利養，貪著於名聲、財富(等)輪迴當中的這些事物，在貪著當中最糟糕的是貪著於這些名聞、讚揚的聲音，貪著於他人來讚揚的話，你越貪著你會越被緊緊繫縛在三有輪迴當中，就會變成怎樣？沒有聽到別人讚揚聲音的話，他就會不舒服。現在有一個人來協助我們，讓我們能脫離三有、為我們解縛的話，協助我們脫離三有，這個協助者又怎麼可以對他起瞋呢？所以這邊就講到「為求解脫利益故，我不應為名利縛」--我是追求解脫者，所以我不應該被這些名聞利養所繫縛。「若人為我解纏結」若有人為我解掉這個纏結的話，「云何對彼生瞋恚」。

這邊說破壞我名譽的人就好像佛一樣來做加持，為什麼呢？因為他助我來脫離輪迴啊，輪迴的因就是貪著於輪迴的圓滿也就是這些名譽利養，這個人來破壞我的名譽豈不是協助我脫離輪迴？而且，我們都不願遭受任何的苦，不要遭受苦就要斷除苦因，現在有個人來協助我們斷除這個苦因，為我們關閉痛苦的門，那我們豈不是應該高興？就像是我現在已經要進到這一道苦門了，惡趣的苦門，現在他把我們拉回來，從門口拉回來，我們豈應該對他起瞋？不應該啊！我們應該視他如同佛、如同善知識一般，所以這邊說「我將陷入苦趣中 猶如諸佛作加持 閉惡趣門不聽入 云何於彼生瞋恚」。

(仁波切說)這個「苦門」的意思是「苦的因」，苦的因現在這裡講的是什麼呢？就是名譽上貪著的心。

這裡是說，我們要這樣思惟：這一個來破壞名譽、名聲者是協助我們脫離三有，協助我們脫離三有的因，要這樣子思惟。意思是，當聽到別人讚揚不應當心生貪著讚揚的心，聽到別人指責批評的時候，我們如果能夠用這樣子來思維的話，我們就不會生起瞋恚的心，因為他來破壞我們的名譽就等於是在保護我，免於我們墮於惡趣當中，所以前三偈頌說（午一、

貪著讚歎名聞能生一切罪）：

讚揚令我心馳散，亦能壞失厭離心 ，
於他有德生嫉妒 ，亦能壞諸圓滿事。

（未二、障彼即障惡趣）：

是故若人恆趣求，破壞我之名聞等，
豈非恆時防護我，免令墮於惡趣中。

（午二、能脫生死不能瞋彼 分二，未一、障名等即是令解脫生死故不應瞋）

為求解脫義利故，我不應為名利縛，
若人為我解纏結，云何對彼生瞋恚？

（未二、即是閉眾苦門故不應瞋）

我將陷入苦趣中，猶如諸佛作加持，
避惡趣門不聽入，云何於彼生瞋恚？

下面是「辰二、於福德為障者不應瞋」，也就是不論是自己或是自己的友人、或有相關的人，如果在修行的時候，在積造福德的時候，如果有人來造作障礙，我們豈應該對他起瞋呢？是不是應該要對他起瞋呢？是不該的。

(仁波切說)一般而言，越想修行的人就會越有一個問題，常常在會看到別人做惡業，或者是障礙我們修行上面的時候，特別會起瞋恨心。對不想修行的人來說就比較無所謂的，他就不覺得是「障礙到」，我們知道這是障礙到我的修行上面，就生氣啊，比較不想修行的人就不會注意到這障礙到什麼什麼的，所以他們也就不會有什麼瞋恨心生起，對我们來說這很重要，我們是自己想修行，別人障礙到我們修行的時候，特別就會瞋恨心生起。所以那個時候怎麼辦？那時候我們就怎麼樣對治瞋恨心呢？

下面（辰二、於福德為障者不應瞋 分三）（巳一、於福德為障者不應瞋 分二，午一、應安住殊勝難行）：

謂彼能障礙福德，於彼生瞋亦非理，
難行無如行忍辱，今我何不修安忍？

也就是說，當我們在作善行的時候，有人來造作障礙，譬如說我們在

做布施或持戒的時候，像放生也是一種布施，我們在做放生這種布施善行的時候，有人來造作障礙，或是我們守戒的時候有人來造作障礙，那怎麼辦呢？一般的人都會起瞋，因為有人作障礙，可是在這邊就不可以，應該去行忍辱行，忍辱行是非常難行的艱難行，如果在這個當下能夠忍得下來的話，等於是我們做了一個最好的修心、最難行的艱難行，就不要管布施做得好不好、守戒守得好不好，至少在那個時候我們已經修了一個最好的忍辱行；就是因為這個忍辱行最難修，所以這邊才說「難行無如行忍辱 今我何不修安忍」。

(仁波切說)這個意思是，忍辱行是比布施還前面要做的修行，比布施和守戒還更殊勝的難行就是我有修忍辱行，這個是自己馬上就「喔，我這裡要修」前面布施、持戒有沒有修倒在其次，先要面對這個忍辱行是更為重要的。

如果不在那個時刻把它忍辱下來的話，反而起瞋恚，反瞋回去的話，在這個時候，你應該自我反問一下：「我這樣做到底是集聚福德資糧呢，還是在障礙自己的福德資糧？」因為你在人家來障礙你作布施、持戒的時候，你所做的目的又是什麼？所做的目的是集聚資糧嘛，他人來障礙的時候你起瞋、反瞋回去的話，那會使你的所作所為是集聚資糧呢還是障礙自己的福德資糧？所以這裡要自我問（午二、於此事為障是我自為福德之障）：

若唯由我之過失，於此怨敵不安忍 ，
福德之因恆現前，但由我自為障礙。

當我們去作布施、持戒的時候，好像是我們自己去找積聚福德的因，現在他人來障礙我們等於是他帶來積聚福德的因，我們不需要去找，就是這樣子，所以這邊說（巳二、非是福德之障 分二，午一、總明）：

若無怨害忍不生，若有怨害成忍福，
怨礙即是福德因，云何說彼為障礙？

他人的障礙是我們修忍辱的因，如果沒有他人障礙的話，我們是沒地方可以修忍辱，所以這邊才說：「云何說彼為障礙」。

所以說，他人的障礙並不是來傷害我們的，為什麼？因為他是帶來我們修忍辱的機會，這裡就比喻說（午二、喻成）：

時至而來求乞者，不可說為施障礙，
亦如和尚阿闍梨，不可說為出家礙。

當我們修布施的時候，有人來乞討的時候，我們可以說他的乞討是我修布施的障礙嗎？不是啊，他是來協助我們修布施啊；同樣的，當你受出家戒的時候，給予你出家戒的和尚、阿闍梨你可以說他是給出家人的障礙嗎？不是啊。

如果這個乞討的乞丐去到一個沒有心在修布施的人(沒有心要布施的人)的地方跟他乞討，或許他(布施者)可能會覺得這個人來作障礙(他來乞討是一（）種障礙)；可是這個乞討的人如果去到一個修布施的人的面前跟他乞討的話，這個布施的人會認為他是來障礙的嗎？不會，他是給他一個機會啊，他是給他一個修布施的機會而已啊；同樣的，出家也是一樣，戒也是一樣，一個完全不想遵守任何規矩的人，如果叫他什麼不能做什麼不能做，給他一堆規定，他會說你是來障礙他，可是如果一個一心想要遵守一些規定、守戒的人，他跑到傳戒的大恩德大阿闍梨那邊說：「請你傳給我什麼規定、什麼什麼戒」的話，那麼傳給他戒的人可以說是他的障礙嗎？不是啊。同樣修忍辱也是一樣。

仁波切說）所以，對於不是要修布施的人來說，一直遇到乞丐的時候，心裡會想：這個地方的人怎麼會這麼奇怪？很煩吔！一樣的，對於一個不想守規矩的人，如果有一個人一直對他說：「這裡不可以喔！」「那裡不可以喔！」他心裡一定會覺得「幹嘛！你是在找麻煩嗎？」而不會覺得你是對他好意，當然他不覺得這是在幫助他，進而要他對你感恩那是不可能的；但如果是對於那些想要修布施、想要出家的人來說，他們本身想守戒，本身想做這個事情，對他們來說「喔！很感恩，那個老師給我一個規矩了，很感恩！」所以，同樣的，對於想要修忍辱的修行者來說，當遇到那些障礙的時候，一定要歡喜地修忍辱，因為對他來說，這是在修行上的一個幫助，不管對方是修行者或不是修行者，我們都應該提醒自己說：「我是修行者！」一定要這樣子想。

我們說來造作障礙的障礙者是我們修忍辱的因，行乞的乞者是我們修布施的因，這兩者比較之下，行乞者多於造作傷害者，所謂的行乞者不一定說要來跟你乞討錢啊什麼的，不是僅止於這樣，而是他有些拜託你、把希望寄託在你身上，要拜託你幫他做什麼什麼事，這一類也都屬於「行乞者」的範圍裏面，這裡有兩個一個是造作障礙者、一個是行乞者，這兩者比較起來，還是造作傷害者會比較少一點，它比較稀少一點。所以當我們值遇到這種讓我們修忍辱的因的時侯，就是遇到這些障礙者的時候，我們應該視為稀有、珍貴，好好把握機會來修忍辱。

（巳三、作應恭敬之境想 分二）（午一、是生功德者故應恭敬 分二）（未一、於我作大饒益 分三，申一、難得殊勝福田）

較諸世間來乞者，作損惱者猶難得，
以我若不損惱他，必無人來惱我故。

那些行乞者，來拜託我們去做什麼，就是心寄託在我們身上的這些人會比較多一點，不需要等待我們去對他做什麼事之後，他才會來拜託我們，不需要這樣子；可是這些來對我們造作傷害者，一定要有些因緣具足，什麼因緣具足？就是我們曾經造作傷害他了，他才會返回來傷害，要這樣因緣具足的是比較少的。如果我們對對方造作很多傷害，他對我們的傷害也不少。

(仁波切說)剛剛是講障礙的人與乞求的人，這兩者相對來說，乞求的人比較多，障礙的人比較少，但是障礙的人是靠剛剛這裡講的我們先要害別人，別人就會準備害我們，那我們害別人多的話，後面也會相當多。這裡講的是指修菩薩行的人，因為他們真正修行的時候很少害到別人，所以就很少別人(傷)害到他，因此對他們來說這是很珍貴的機會，但對我們來說這個機會是太多了，哈哈！

如果是修菩薩行的行者當遇到修忍辱的機會的時候，他一定會執為非常稀有、非常珍貴、非常歡喜去修忍辱行，就好像說我們一般人終身努力工作，努力從商積聚財物，有一天在他們家裡面，突然就從地下湧出一堆大鑽石，他豈不是非常的高興嗎？這邊就是說（申二、應於彼歡喜）：

如人無心未搜求，忽得家中大寶藏，
得菩提道勝伴侶，倍應於彼生歡喜。

就是指那個意思，這邊所說的「大寶藏」，如果就菩薩行的行者而言就是修持忍辱的機會像大寶藏一樣「得菩提道勝伴侶 倍應於彼生歡喜」。

遭到他人傷害的時候，我們應該要反報其恩去利益他，應該報答他的恩去利益他，那麼怎麼利益他？就是我們要生起「願他能夠先成佛」，願他比我先成佛，為什麼呢？因為他是先製造了我們修忍辱的因也就是他的傷害，他的傷害是我們修忍辱的因，他先製造修忍辱的因，我之後才修忍辱行，所以他的恩德對我很大，沒有他的傷害，我就沒有機會修忍辱行，因此要報他的恩，願他先成佛。所以這邊說（申三、於彼應作利益想）：

因彼及我起修行 ，後時成就忍辱果，

應須於彼先回向 ，彼是我修忍因故。

所以，恭敬敵人是很重要的，敬重敵人是很重要的，因為我們說有四墮門 (有四個墮落的門、學戒四犯因)，第一個是無知墮門，第二個是無敬(無恭敬)墮門，第三個是放逸墮門，第四是煩惱多的墮門。

這邊說生起墮落的對境就是這些有情，我們如果我們對這些有情生起恭敬的心，或者對法生起恭敬的心，對三寶生恭敬的心、對師長生恭敬的心，總之，恭敬心越強，煩惱就越少，等於是我們自己製造了一個環境—少生煩惱的環境。

如果我們可以恭敬、敬重敵人的話，等於是我們不會生起瞋恚，不會生起煩惱，我們可以修忍辱，恭敬敵人顯得很重要。

(仁波切說)平常我們人與人之間的相處也是一樣，(先生起)一顆恭敬的心是非常重要的，我們先不用學對他瞋恨心生起的時候怎麼辦、怎麼對治，那是沒有辦法的，在未生起瞋心之前先對於他人上面生起一顆尊敬、恭敬的心，這是我們自己做了一個環境，做了一個保護，所以煩惱也就不會生起。瞋恨心就像是一個手電筒，(本來是)要照他嘛，我們先保護它，一顆恭敬的心，對他上面一個尊敬的心，瞋恨心就沒有辦法照到他。已經恭敬他了，瞋恨心的手電筒怎麼照到他？沒有辦法照到他！也就不會對他生氣了，所以恭敬常常跟我們接觸的人，對他們一個恭敬的心很重要。我講這一段只是要表達，四墮門裡面的「不恭敬」也是很重要的，前面的四墮門不用解釋，應該以前有解釋過了...沒有嗎？現在不用吧？！現在主要是四個裡面「不恭敬」這個。

這邊說，敵人等於是這樣利益到我，我們應該要回報回去，因此作回向的時候應該回向讓他先成佛，這樣講了之後，或許有一些人起了一個疑問說：「敵人這樣來傷害，對我們修行人而言是他來利益到我們，可是敵人本身並沒有要利益我們的心啊？既然沒有利益我們的心，我們又何以把他們視同是利益我們的人？又何以要起恭敬、起感念他的恩澤，要回報他恩澤的這種心？不需要啊！」有人會提出這樣的疑問，下面就是回答（未二、不觀待功德利益之心 分三，申一、無利益心不應變非供養境）：

若無令我修忍想，謂不應供彼怨敵，
正法堪為修行因，於彼亦何須供養？

這邊的正法就是指道諦、滅諦而言，道諦、滅諦是我們修行的因，道諦和

滅諦也沒有要利益我們的心啊，我們何必對法寶起恭敬的心？不需要啊！

譬如說「皈依」，「皈依」也不會有想來利益我們的心，它也沒有想來利益我們的心啊，業果也是一樣，業果也沒有想來利益我們的心，可是我們都覺得皈依、業果利益到我們了，我們都會這樣子想啊，所以這邊結論是說，並不需要對方從他那一方面思惟要來利益我們的心，才視他對我們有恩澤，並不需要這樣，而是要站在我們這邊，如果我們這邊受到利益的話，就要把對方視為有利益者。

這邊接著有另一個人提出另外一個問題出來：「如果對方有傷害的心呢？有傷害我們的心呢？他有這種傷害的心，我們又怎麼可以把他視同是來利益我們的人？把他視同感恩的人、感恩的對境？不應該啊！」有人提這樣的問題。這邊的回答就說（申二、有損害心不應變非供養境）：

若謂彼有損害心，不應供養彼怨敵，
勤求饒益如醫師，於彼云何修忍辱？

這邊比喻像醫師，醫師看似在傷害我們，因為他會割、會開刀什麼的，看似他在傷害我們，實際上他卻是在利益我們，所以要用這種方式來做思惟。

(仁波切說)不是「看似」，他當時也想傷害我，那個醫生當時是想開(刀)啊，傷害我的身體，但是他真正實際是幫助到我；一樣地，那個人實際...他真正的是...當時看他的心的話，他想要害我，實際上(卻)幫助到我，就這個意思。這裡的理論是當時的心態跟真的實際是不一樣，這個意思，當時他的心態來說就想割，「想割」這個就是「害的心」，但是實際是幫助；同樣的，他當時的心是害我，但實際這個人(卻)幫助我。

仁波切說你們說沒有解釋過「四墮門」，這裡做簡短解釋，對你們有一點幫助吧！(仁波切說)因為我們也不想墮三惡道吧！哈哈。

第一個就是「無知墮門」，「無知」也就是不知道，即使你不知道起瞋恚的過患，即使你不知道造惡業的果報是什麼，即使你不知道，可是並不是說你不知道就不會感惡果，並不是說你不知道造惡業的果報是什麼，就代表你造惡業不會感受造惡業的果報，並不是那個意思。或者是說，你不知道瞋恚的過患，你發起瞋恚之後，瞋恚帶來的果報就不會成熟，也不是這樣。反而，由於無知的關係，造的惡業更多，起的貪瞋煩惱更多，就會變成我們說的「胡作非為」，因為無知的關係而胡作非為。

要關閉無知墮門就必須要「知」,「知」就是去了解、知道，知道對我們絕對有利益，知道是很重要的，知道的話就可以關閉墮落門，這樣子我們就可以使得煩惱不生起來，可以依著煩惱的對治法。

由知可以遮止掉無知，由知可以遮止掉很多因為無知的眾多胡作非為。

(仁波切說)「無知」跟「有知」有差，無知的話就完全不會覺得這是錯誤，就一直會、無量無邊的我們一直做；那我們了知的話，後面就不會像無知那麼恐怖、那樣無量無邊，這個我們會切掉、切斷，但是還有沒有做？也有！也是有。

再來講「無敬墮門」，無敬墮門是雖然你了知，你是「知」，可是如果沒有生起恭敬的心的話，仍然會成為一個墮門，仍然會有墮落，譬如說瞋恚，要遮止瞋恚的修行就是忍辱，要遮止貪欲的修行就是不淨觀，如果我們對於忍辱、不淨觀的修行生起恭敬的心，就等於是恭敬法，就譬如一個講經的師長，他會恭敬他使用的法本；同樣的，不只恭敬法而已，我們也應該對於在我們前後左右，給予我們教導的師長、或者是法友生起恭敬的心，以及對於協助我們修行的人也應該要生起恭敬的心；除此之外，我們更應該恭敬誰呢？恭敬佛的聖心所珍惜的有情，佛的心是佛用慈悲心珍惜一切的有情，我們對於佛所珍惜的有情應該更生恭敬的心，所以恭敬是很重要的，如果沒有恭敬的心，或者說敬重或尊重的心的話，煩惱可能就會很迅速的生起來，生得很多，因此而造了很多惡業。

對於能夠對治煩惱的法，我們應該恭敬，對於同修、道友應該要恭敬，對於教導我們的師長我們應該要恭敬，所生起來的恭敬心有多強，就可遮止多少的煩惱。

雖然恭敬不是煩惱的正對治，但也可以說是使我們不生起煩惱的一個方法，等於是說恭敬製造一個環境，尊重的心好像製造一個環境，不生起煩惱的一個環境。

如果有了知、也有恭敬，可是你的心卻不長時間去依於正知和正念，那就會形成放逸墮門，我們知道正知和正念可以遮止煩惱生起的，因為正知可以讓我們緊記住何者當為、何者不當為，正知可以偵查我們是否正確在做，如果沒有正念和正知的話，我們的心很容易隨著煩惱而轉，當心隨著煩惱轉的時候，就表示心沒有依止於正知和正念，隨煩惱轉的時候就是代表這個徵兆。

再來講到第四個墮門，就是煩惱熾盛、煩惱很多，這邊所說的煩惱指的是細品的煩惱，因為如果沒有生起粗的煩惱的話，是不會造作惡業的，先前有講三個墮落門，也有講到煩惱，這邊所說的是粗品的煩惱，現在所說的煩惱熾盛是屬於細品的煩惱。

再來解釋什麼是粗的煩惱、什麼是細的煩惱，讓我們造作惡業的這股力量是粗品的煩惱，之前是細品的煩惱，細的煩惱就譬如眼睛會看到各種不同的東西，看到的時候，就譬如看到這杯子、看到什麼東西，我們心中多多少少會生起貪著的心，這個貪的煩惱是細的。

煩惱熾盛的細品煩惱，就比如說是讓我們生起貪欲的對境，這個貪欲的對境我們不要經常去看、遇到，因為剛遇到、剛看到的時候生起的貪是細細的，可是經常遇到、經常碰在一起的話，貪欲越積越多，最後就會形成很粗的貪；瞋恚也一樣，你聽人家講什麼講什麼，剛聽的時候可能生起的瞋只是很細的、小小的而已，可是聽多的時候，可能就會起很大的瞋恚。

在講放逸的時候，要遮止放逸墮門的話，要依止於正知和正念，所以正知和正念主要是遮止粗品的煩惱，在這邊「煩惱熾盛」的煩惱指的是細品的煩惱，意思也就是說，我們不要經常去接觸，一直去接觸的話，它就會積聚，越積越多就會變成粗的。

(仁波切說)所以這兩個要分開，剛剛用正知、正念對治的煩惱是粗的煩惱，正知、正念不讓粗的煩惱生起，這個而已。後面第四個不是正知正念對治的對象，正知正念沒有辦法對治那些細的煩惱，細的煩惱是自然就會出現的，眼睛一張開就出現了，所以正知正念沒有辦法，那就盡量不要接觸那些對境。

上面講的是四墮門，所謂的「墮」是墮到哪邊？墮到惡趣！會使我們墮到惡趣的是誰？惡業！惡業是怎麼來，直接的因是積聚粗品的煩惱，所以必須透過正知正念將它遮止掉，要遮止四墮門我們就必須要採取相反的態度，去了知、要恭敬（尊重）、不放逸、不去接觸生起細品煩惱的對境。

問題：仁波切剛才說盡量不要去接觸細的煩惱的境，那麼細的煩腦要怎麼對治？您說正知正念無法對治，只能盡量不要去接觸那些境以外，還有哪些方法？

回答：細的煩惱的話，我們沒有辦法直接對治它，主要(是)心不要接觸那個對境，只有這個方法而已，沒有什麼其他的方法，也可以說祈求佛菩

薩那些都可以，但是對我們來說主要真正能夠可以對它有幫助對它最有力的是，是不要接觸那個對境，這是最有力的。

問題：仁波切，這樣聽起來我想到一個問題，修行剛開始因為沒有辦法去對治煩惱，碰到境就很容易生起很多煩惱，是不是應該躲到山上去靜修比較好，就沒有對境可以讓你煩惱，在剛開始修的時候；還是有些人說：「生活就是道場」，你就是上班、工作，藉事練心(藉事情來練你的心)，就是有這兩種說法，我不知道剛開始我們會產生很多煩惱的時候，哪一種方法會比較好？

回答：剛剛那些講的是粗的煩惱，也就是我們「平常接觸」的那些粗的煩惱，所謂「平常接觸」就是瞋恨心生起、貪心生起、跟人家發脾氣啊不禮貌啊，這些都是粗的煩惱，而這些比較粗的煩腦要生起時我們也是要、先要「離開這個對境」比較重要，所謂「離開這個對境」，也不是一定要身體離開喔，心要離開，(所謂的)心離開，剛才的「恭敬」也是屬於這個，恭敬的這種心；好像我們就就把原來的看法，轉變成另外一個看法，那就是離開了，這樣子的一個心。比如說，我對某一個人上面瞋恨心常常生起，就我剛剛講的，那個師兄是我的同修，他是我的法友、善友，對於佛菩薩來說(他)是心中最愛的對象，我這個角度來看的話，這個就是恭敬的心，這恭敬的心就會幫助到，不會馬上讓瞋恨心生起，甚至於瞋恨心就離開了，因為我們心裡這樣想的時候，瞋恨心的對境就不會出現，我們就離開瞋恨心，平常瞋恨心生起時(看他)是那麼壞的一個人，我就這樣子看嘛，當恭敬心生起的時候，因為這時的看法是從另外一個角度看，結果這時候原來對他的看法就轉變完全不一樣了，所以那個很壞的人的對境就沒有了，就離開了。這就是恭敬的，也有對他上面我就修忍辱，修忍辱是最殊勝的一個法門，我對忍辱很恭敬的時候，對瞋恨心上面，很想遠離的心就很強，所以看到他的時候，也會覺得一個就是入行論裡面講的可以修忍辱的對境，或者一個恭敬的心；剛剛，我們平常講的是粗的煩惱，粗的煩惱生起也是對境也很重要，要離開對境，就是自己要把心改變過來這個很重要。如果沒有辦法這樣子改的話，後面真的煩惱生起的時候怎麼對治，這很麻煩、這很困難，就如同剛剛講的一樣，恭敬的時候，我們就把對境離開、轉變(成)另外一個對境，我們恭敬的時候，它的對境就不是煩惱的對境，就要把煩惱的對境轉變另外一個對境，就是可以修忍辱的、可以慈悲的、可以感恩的，好像利他心的對境就生起了，所以我們煩惱生起的對境要改實在很重要，這個是離開對境的意思。如果我們沒有做離開對境的努力，而當煩惱

直接生起的時候，才開始一直努力地對治的話，我們是不會贏的，我們會輸(笑)！第一個我們要做的是，剛剛也是有次第嘛，就是恭敬修很重要，恭敬修也沒有辦法的話，那就先離開了整個那個地方(笑)，所以山上、山洞裡面去修行那些是，(要)看他修行的程度，對於像我們這些凡夫的人來說，剛開始的時候，離開這個環境對他有幫助，真正修的時候，也不是僅有離開這個問題，而是他自己的心要能夠對治煩惱，能不能夠對治煩惱有時候也要試試看，離開這個對境的時候好像很安靜，下山看一看就會生起，這不對的，這也要試試看。所以兩個都需要吧，我覺得！有時候去山上、山洞去修一修，有時候下來就試試看我修的程度到哪裡。

所以就像這樣子的理由，就是把造作傷害的人視同如醫生一樣，把他視為不是我們起瞋恚的對境，而對他生起歡喜的心，而他，造作傷害的他就像法寶一樣，因為我們依著法寶可以修行，可以獲得利益；同樣的，傷害我們的對境，他是我們修忍辱的對境，所以我們應該對他起供養恭敬的心，如同在供養法寶一樣，所以這邊說（申三、故於作忍辱所緣緣者應供養）：

故依極惡瞋害心，方能生起忍辱行，
惟此是修忍辱因，堪受供養如法寶。

我們這樣想的時候，就可以很肯定說這一個對境的的確確是我們修忍辱的因。

仁波切說）沒有真正的傷害，就好像表面、表演傷害我，這不是修忍辱的對境啊，修忍辱的對境一定是他心裡很想傷害，很想害我的，這樣子才算是忍辱的對境，所以忍辱的對境一定要是他心裡很想傷害我，所以這個是所緣緣，法寶我們就看一看，就修行，這是所緣緣，我們看法寶就能夠修行，那我們(如果)沒有辦法看到一個東西沒有辦法修行，沒有辦法看到法寶的話，沒有辦法修行，為什麼我們恭敬這個法寶？它是所緣緣，修行上的所緣緣而已，沒有什麼其他的。它對於我們上面其他有幫助嗎？沒有啊！比方說：每一次我看到入行論的時候，這部入行論也僅僅只是在這裡而已，並沒有在我的心中啊，但是它就是對我有幫助，因為我看到它對我有幫助，所以我就恭敬它，雖然他僅僅只是「所緣緣」如此而已；同樣的理由，我們修忍辱的所緣緣需要什麼？需要很想傷害我的這種「害」才是所緣緣，沒有其他的所緣緣，有其他另外一個修忍辱的所緣緣嗎？沒有，只有這個。比如說，他不是真正想傷害我，他只是一個表演，看看你修忍辱到哪裡，那些不是真正的所緣緣，那是他自己也知道自己表演的，他只

是試試看而已，他不是真正的傷害我，所以修忍辱也不會真正的修啊；要真的修忍辱是那個人真的是心中真的很想傷害我，很想傷害我是忍辱的所緣緣，忍辱的所緣緣只有這個而已，沒有其他的，好，忍辱是修行裡面最殊勝的，它的所緣緣要不要恭敬？要恭敬啊！為什麼我們恭敬法寶，所緣緣上面有幫助才有尊敬它、拜它，修忍辱的所緣緣是那個「害」，所以這個是...確實是這樣子，確實它是所緣緣，沒有其他的所緣緣的對境。

《入菩薩行論二十四》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2005/11/20

現在第六品《忍辱品》主要是講如何來修慈悲心，對眾生修慈悲心，滅除掉傷害有情的心，最主要是要遮止因瞋恚而生起傷害有情的心，要生起慈悲心去對待有情。

一般我們會生起瞋恚可分為二種方向來思惟，一個是別人造作我們所不想要的行為，別人對我們造作傷害的行為，我們會起瞋恚；另一個是當我們心中有想要得到、有所欲求，而他人來阻礙我們的欲求時，我們也會起瞋恚。在這當中我們現在講到第二個方向，當我們有欲求時，別人來阻礙時起瞋恚。

就科判而言，當有人阻礙我們所欲求時，要遮止掉起瞋恚。這當中就是別人來阻礙我們的欲求，我們會去傷害到別人，這也是我們的一種欲求，而另外一種欲求是我跟我的朋友要得到什麼，卻被別人來阻礙時是會生起瞋恚的，這時就是要遮止掉這個，這是上面所說的第二個部份。如果有人來阻礙我們自己或我們己方獲得利益時，我們會起瞋恚，這時就是要將瞋恚遮止掉。另外還有在世間法上或造作福報（福業）上，如果我們在造作福業上有人來阻礙我們，這時我們不應該起瞋恚，事實上他這樣做並不是真正阻礙我們，我們應該對這些造作障礙的障礙者生起恭敬的心，要視他如同導師、大師一樣。這是上次講到的第 157 頁科判「未三：視如大師」分二（申一、廣說）請看文：

是故如來常宣說，眾生田即諸佛田，
如是恭敬諸眾生，能令資糧速圓滿」。

「是故」是指上面一偈的原因，「故依極惡瞋害心，方能生起忍辱行，惟此是修忍辱因，堪受供養如法寶」。就是一切的功德，慈心、悲心這些功德要依於有情才能生起來的，依於有情在什麼狀況下才能生起？是依於有情示現出瞋害心時，才有機會修慈心和悲心。當我們在修忍辱時，必須有有情加害的機會，如果沒有有情的加害，就沒有機緣生起慈悲心，在有情示現阻礙、瞋害時，不要對他起瞋，應該視他如同如來一般。

仁波切說：「佛田」的意思是從眾生那邊我們心裡的悲心、菩提心會生起。菩提心是佛最主要的近取因，真正的近取因是菩提心、悲心、慈心。那些真正修的是，眾生對我們傷害的時候，就看我們悲心多強，我們的慈

心有沒有真正生起，我們的慈心、悲心真正要修的話，是眾生對我們傷害時要修的。他們沒有害我們的話，我們的慈心的程度不夠沒有機會修，而悲心也是一樣。所以，眾生變成佛的田，從那邊我們會生起成佛的因。眾生的傷害是佛的田，成佛的因從那裡生起。

所以我們要對這類的眾生要起恭敬的心，他對我們起瞋害心的時候，我們要敬諸如佛田。

仁波切說：修菩提心的人要這樣的轉念。修菩薩戒的話，別解脫戒有的好像不要守那些戒，守菩薩戒或修菩提行的時候，好像跟我們的想像不一樣，所以他們會有另外一個想法，他們應該做的有另外一個，所以我們一般比較適合別解脫戒的那種修行，而菩薩戒中有一些別解脫戒可以捨棄掉的，意思是如此。

這邊用經典來成立有情是福田是諸佛田，如果恭敬有情就能成佛，不恭敬有情就不能成佛，這就是偈曰（申二、攝義 分三，酉一、經云有情與諸佛田香等）：

是故如來常宣說，眾生田即諸佛田，
如是恭敬諸眾生，能令資糧速緣滿。

第 158 頁用理由、正理來成立，為什麼要恭敬有情才能成佛，請看文（酉二、理成 分二，戌一、由敬佛及有情均能成一切所欲）：

依諸有情及如來，能成佛法力等同」。

也就是恭敬有情才能成佛，同樣道理不恭敬有情就不能成佛。前面是用佛經典裡面所說的，還有正理成立起恭敬佛應該能恭敬有情，恭敬有情才能成佛，不恭敬有情而恭敬佛，是沒有理由這樣做的，要恭敬的話二者都要恭敬。請看文（戌二、恭敬二者均能成成佛不應有取捨）：

當敬有情如諸佛，不能如是是何理？

二者都要恭敬，佛是向我們開示佛法的，眾生是我們實修的對境，所以二者都可以使我們能成就佛果，不應該不恭敬有情，不恭敬有情是錯誤的。這邊就說有一個人就起疑問：「有情和佛是不一樣的，有情沒有功德，佛有無量無邊的功德，恭敬佛是合理的，恭敬沒有功德的有情是不合理的。」有人提這樣的問題，這邊的回答就說：「有功德的是佛，那是佛的功德；沒功德是眾生，那是眾生的事；功德有和沒有，我們通通沒有，不管功德如

何，我們通通沒有這功德，既然有情和佛對我們而言，我們如果去恭敬的話同樣可獲得利益，何以只恭敬佛？不恭敬眾生？要恭敬二者都要恭敬才對！」，站在我們的利益上而言是如此，故說（酉三、釋難 分三，戌一、釋功德不等不應同一修信難）：

非唯由意樂功德，由彼果報二均等，
依諸有情亦成佛，是故彼二相齊等。

中文文字上看不出來，照藏文意思，第三句有講一個功德，指依有情也有功德，剛才不是說有情沒有功德，這邊指依有情有功德，指什麼？依於有情我們可以獲得的功德。在第一句的時候也有講到一個功德，此功德指有情沒有功德、佛有功德，指這個功德，這個功德指不管他們有沒有功德，我們通通沒有的那個功德。

仁波切說：藏文裡面的話可能人家會誤會，因為第三句裡面有講是對眾生也有功德，不是眾生上面有功德的意思，而是從眾生那邊也會證得功德，所以我得到的功德是眾生那邊跟菩薩那邊都一樣的。對境上面他們一個是有無量無邊的功德，一個是都沒有，這是對境上面。前面講的對境上面功德，後面講的是我得到的功德，我從兩者以上所得到的功德都是相等的，所以既然從我的角度而言兩者的功德是相等的，因此對於二者皆應起恭敬。

之下說供養菩薩、佛可積聚功德，意思是說佛和菩薩祂們慈心的對境是有情，所以我們供養佛菩薩就可以積聚福報和獲得功德，因為佛和菩薩是利生的，祂們是具有慈心者，對一位具有慈心者我們去供養的話，就可積聚福德。慈心者是指從大乘資糧道到大乘無學道之間的資糧道者到無學道者而言，因為這些具有慈心者，他們所做的是利益有情，那我們去供養具慈心者的話，等於跟有情去建立起關係，那我們可積聚福德，故此說（戌二、於二者生大信心同為成佛之因故應同一修信）：

供慈心者福無量，緣境有情殊勝故，
信佛福德大無量，亦由如來境勝故，

皆是能成佛法因，故許彼二相齊等。

也就是第一點你信佛的功德的話，佛不管是過去已出世、或現在正出世的佛，信祂的功德的話可積聚福德、功德，這是佛果的特色；另外一點佛所緣念的是無量無邊的有情，我們如果相信佛的話，我們等於跟無量無

邊的有情建立起關係，我們也可積聚功德。故說既然有情和佛都是我們成佛的因，那麼我們去信仰佛和利益眾生，這二者都是成佛的因，要恭敬的話二者要一起恭敬。

此說有情來傷害我們時，我們應該對他恭敬，為什麼？因為他給了一個機會，讓我們有機會來修慈心，所以要對他倍感恭敬。因為有情來傷害我們的時候，所給予修慈心機會，等於他給了我們一個成就佛果的因的機會，即是說我們去供養三千大千世界所積聚的福德，還比它帶來的修慈心的機會—成佛的因的機會，所帶來的功德還要小。所以（戊三、供養僅具佛功德一分之有情福德亦無邊故應信）：

如來功德如大海，廣深無垠無與等，

若人於此功德聚，但能顯現一少分，
是人應受之供養，盡三界供猶嫌少。是指三千大千世界而言。

此並不是說，佛的功德和有情的功德是齊等的，並不是那個意思，而是說有情即使能夠給了我們一個小小的成佛的因，我們也應該對這一點去恭敬的意思，即使你去供養三界所積聚功德，也比不上他給的成佛的因。

仁波切說：佛的功德和眾生的功德完全不一樣，佛的功德是無量無邊，眾生可以說是沒有功德，跟佛比的話，就沒有什麼功德，但是眾生給我成佛之因的機會，修忍辱的機會，這個機會對我來說是最大的一個恩德，我為了回報這個恩德，將供養三千大千世界的功德，供養給眾生，這樣的供養也是沒有辦法回報。佛菩薩祂們這樣想才能修忍辱，對於傷害才能忍下去，我們沒有辦法這樣想，所以一次、二次就夠了，沒辦法忍下來，祂們這樣想才會修得成功的。

請看文（申二、攝義）：

於諸有情若具足，能生微妙佛法分，
僅依此分而較量，有情亦應受供養。

也就是如果有情給小小的一分能夠成佛的機緣，就如佛法般可以使我們成佛，如果有情給這麼一個成佛的機緣的話，我們就應回報他，回報他的恩澤，即使我們將供養三千大千世界所積聚的功德，也難於回報他帶來的功德，所以應該對有情起大恭敬。

另外一個理由，如果對佛起恭敬的信心的話，那也應該對有情起恭敬

的信心才對，如果對有情不能生淨信心的話，這樣子也沒辦法對佛生淨信心而去報佛的恩，故文（午二、於大師應淨信恭敬 分二）（未一、於等視有情攝如一子者應當恭敬 分二）（申一、成辦如來所欲之主要方便 分二，酉一、明是於佛知恩報恩之主要方便）：

復次於諸不請友，為作無量饒益者，
若不敬事於有情，餘事何能報恩者？

這邊的「**復次**」就是再舉出另外一個理由的意思。佛根本不需要我們去向祂特別勸請才會去做利生的事，不需要的。因為佛的勝心，本來就是大悲心，祂會以大悲心去造作無量無邊的利生的事業，不需要經過我們的勸請，去讓祂心動去利益眾生，佛的密意本來就是利益眾生。那麼如果我們要令佛歡喜，來報佛恩的話，就應該要去承辦佛的心意－利生，就是恭敬有情，只有恭敬有情、利生，才能夠去滿佛的心意，沒有其它的方法可去報佛恩，滿佛的心意了。

我們不可以去佛堂時對著佛像合掌頂禮，然後一坐下來，對著四週全部的人就批評，講這個、講那個，彼此之間都是處在自讚毀他的狀態當中，我們的所作所為佛都有在看的，這樣做佛的勝心不會歡喜的。佛的勝心怎麼樣讓祂歡喜？就是要我們對前後左右的先照顧好，這些有情我們先要對他照顧好，不可以去做這樣子的事－認為自己是對的，別人是錯的，或是希望別人比我們低，我們自己比較高一點，這樣子做不會使佛的勝心歡喜的。如果說對於周遭前後左右的人不斷去批評傷害，去貶低別人的話，因此，心中對左右在一起的人，生起瞋恚的心、嫉妒的心、我慢的心、貪欲的心等，對這些人是這樣的做，然後在佛的前面，擺水果去供養合掌頂禮，你想這樣子做，佛會高興嗎？佛隨時都在看我們所作所為，你這樣做佛的勝心不會歡喜的。

仁波切說：如果我們真的是以上述的作為來拜的時候或供養的時候，佛的眼睛可能沒有辦法看我們了，因為祂看不下去了。

佛為了要利益眾生的緣故，祂可以在生生世世當中為了利益有情而捨去自己生命，甚至甘願入無間地獄裡面受種種的苦。譬如釋迦牟尼佛，祂就是為了要恭敬眾生，為了利益眾生，所以甘願自己入無間地獄裡面受無量無邊的苦，佛尚且如此。那我們對於這些來造作傷害的人，我們實在不應該對他起瞋恚，甚至應該透過多種方式去實修，去做利益眾生的事。佛都能夠這樣做，更何況我們更要這樣去做，所以（酉二、成辦此事 分三，

戊一、忍有情損惱）：

為誰捨身甘心入地獄，饒益於彼即為報佛恩，
是故彼雖為我大損害，終不瞋恚甘心恒順承。

佛為了一切有情尚且可以捨去自己的生命入無間地獄當中，那我們今天所遭遇到大小的傷害呢？這些傷害不會使得我們捨去性命，都不會使我們入無間地獄，所以我們更應該忍辱，更應該要比佛修持更上一層來修忍辱。

仁波切說：佛比我們修行得好，還修得那麼辛辛苦苦，對眾生這麼用功努力，我們要不要修？不用說，我們要比佛更努力的修。我們太慢修了，所以要加緊腳步用功的修了！！

請看文（戊二、斷緣有情所生憍慢）：

若即如來聖主我所尊，為利有情尚不顧身命，
云何我於彼前愚無識，我慢縱傲不肯作臣民？

我們不可以面對有情的時候，起我慢貢高的傲慢的心，我們求皈依，求依怙、依靠的對境是佛，佛內心所珍惜、所珍愛、所悲憫的對象就是有情，佛甚至可以為有情捨去性命，那我們現在來恭敬佛，就應該要恭敬佛內心所珍愛的對境－就是有情，不應該對有情生起貶低的心，應該要自己捨棄傲慢的心才可以。

這邊說：愚痴很笨、不了解，不可以對佛笨笨的說，我要皈依佛、恭敬佛，對佛有信心這樣子，可是面對有情卻生起嫉妒的心、競爭的心、我慢的心、瞋恚的心等，如果這樣做，表示不了解佛的勝心是如何？佛的勝心是恭敬有情、珍愛有情，我們雖然說要去皈依佛、恭敬佛，可是我們卻愚痴到不知道佛的心意是什麼？而對有情生起這些的心。

再來是說完全不可傷害有情，不可以面對有情生起我慢心，或是說因競爭心的關係，去傷害到有情，如果去傷害到有情的話，佛的勝心絕對不會歡喜的，因為我們等於是傷害佛心所珍愛的對境，佛的心所珍愛有情的關係，這樣子的話佛的心不會歡喜的。故說（戊三、斷除損害　分二，亥一、不應作損害之理）：

若誰安樂諸佛即歡喜，誰遭損惱佛心不悅生，
有情歡喜諸佛即歡喜，損惱有情即傷如來心。

接下來講到，如果傷害有情的話，佛是不會歡喜的。請看文（亥二、若損害有情非令諸佛歡喜之道）：

若人逼身烈火所燒燃，一切妙欲不能令心安，
若人損惱有情亦如是，更無餘法可使佛歡喜。

比喻說如果有一個人他已經全身都著火了，然後你準備一餐很好吃的請他用，你想他有心情來用嗎？他不會想吃，心情也不快樂。同樣的，如果我們去傷害有情的話，等於是你將佛的心已經打亂了，然後你再去準備一個供養，「佛菩薩，請你享用。」你想佛菩薩會高興嗎？會去享用嗎？不會。

仁波切說：這是一個比喻，不是佛的心亂的意思，而是對於我們要得到佛的歡喜，或是給我們一個加持方面，一點都沒有機會，整個亂掉了的意思。不是佛的心亂掉意思，而是佛要給我的加持，這種因緣、這種機會，一點都沒有機會，把它打亂了。

問題：請問這邊一直講損惱有情、傷害有情，是什麼樣的程度才算達到傷害有情的標準？是需要實際的行為或心裡面在想，就等於是了？

回答：這裡嗎？這裡講的是要看它的秩序，前面是講心裡的，意思是如果心裡有嫉妒心、我慢心，儘量不要作出行為來，因為一個行為造作出來，若害到眾生的話，就等於害到佛的心。下面講外在－害到眾生，由於傲慢的心忍不下來而造作出行為或語言來，就害到眾生。

如果曾經造作過擾亂佛心的事，應該要發露懺悔。請看文（申二、懺昔所作令佛不歡喜之事）：

是故由我損惱諸有情，所有諸大悲者不喜事，
一切現今各各皆懺悔，所有諸罪願佛悉鑒原。

請佛能夠寬恕。在這四句當中就涵蓋四力對治法當中三力，一個依止力，一個追悔力，一個現行對治力。那現行對治力就是去感應佛恩，對佛生起信心，禮敬供養等，這四句就涵蓋有三力。菩薩主要的修持就是修慈心、慈悲心，你若對有情起瞋恚的心、傷害的心、捨去有情的心，等於違犯了慈悲心，所以就要應該加以懺悔。剛才講三力，還有一個第四個對治力，就是防護對治力，而不再犯防護力，就是下面一個偈頌（申三、後誓不再造）：

為令一切如來歡喜故，從今誓為世間作僕使，
假令眾生踐我頂上行，至死不報為令世依喜。

也就是，即使眾生用他的腳踩在我的頭頂上，我也要安然的忍受下來，絕不會再去造作任何傷害眾生的行為，是為了讓世間的依怙主歡喜的緣故。

如果你自我反省之後，發現到自己曾經對有情之間生起過瞋恚的心，或者嫉妒的心、競爭的心，以至你嘴巴講出言詞出來，由嫉妒的心、瞋恚的心講出這些言語或相互批評，曾經造作這些的話，就要發露懺悔。發露懺悔還要自己約束自己，從此以後即使眾生來踐踏我，在我頭上踐踏的話，我也不會再去傷害眾生，我願所作所為令佛歡喜。

仁波切說：如果我們常常對接觸的那些眾生有嫉妒心，主要是心裡接觸的人，或從小跟我們接觸的人，我是怎樣、他是怎樣，我跟他有所比較，有嫉妒心、有我慢心、吃醋，那當下就互相害到，這種與修菩薩行是相違的。我們要消除那種業障要懺悔，懺悔的話要用第四個防護力。如果他將他的腳踩我的頭，而我還是會恭敬他，還是會接受他，這種是很有勇氣的，這樣子防護力比較強。那防護力不單單這樣子，一般是不會那麼強，一遇到一個不好的環境，遇到一些朋友講他是怎樣…他怎樣…，馬上心裡會生起瞋恨心，而這裡的情況是說，他一直在我的頭上踩，我還是可以忍下去，我還是完全不會報復他，這樣才會防護力比較強。貪心也是一樣，先將可能性的抓出來，如果可能這樣子，我還是不會怎麼樣，我還是會一直做下去，這種的防護心，這種是可能性的，可能怎麼怎麼樣，如果可能他踩我的頭，他踩我的頭我還是會忍下去。

接下來是說我們要對有情視同佛一般恭敬，請看文（未二、結明故於有情亦應恭敬）：

大悲體性於一切眾生，修自他換成就定無疑，

如果修自他相換圓滿的話，將會視有情如同自己一般。

若見有情自性即如來，於如來身何故不恭謹？

如果你對有情具有佛性這一點沒有絲毫懷疑的話，你將會視有情如同佛一般，如果能做到這樣子的話，那一定佛勝心會歡喜，如果對於有情不恭敬的話，佛心也不會歡喜的。下面第四句「於如來身何故不恭謹」，也就是如果站在佛的心意而言的話，可以說是跟有情是一樣的，如果是站在我們能不能得佛果上而言，恭敬有情能得佛果，不恭敬有情無法證得佛果，

就站在這一點來看，我們何以不恭敬有情呢？有什麼理由不恭敬呢？

仁波切說：所以總結的來說有二個：一個是從眾生給我們的功德好處來說，讓我們修行忍辱、修行慈心、修行悲心可以成佛，從眾生的角度是這樣子；從佛的角度看的話，佛的心也是自他相換的修行已經圓滿了，所以對眾生佛的看法一定是跟他一樣的，所以我們從佛的想法那邊，對眾生也要跟佛一樣要恭敬。從眾生那邊我們得到可以修行，好像他給我們成佛機會，所以我們也要對他們恭敬，所以有二個原因，這二個是主要原因、主要理由。

下面說此事忍辱的功德，可從總明開始，請看文（子二、忍之功德 分三，丑一、總明）：

此事能令如來心歡喜，此事能令自義決定成，
此事能除世間諸苦惱，是故我應恒時如是行。

也就是講佛心所珍愛的是有情，如果我們去利益有情的話，會讓佛勝心歡喜。有情的數量是無量無邊的，我們去利益無量無邊的有情，我們可獲得無量無邊的果報，這無量無邊的果報，就可使我們去達成我們自己所要達到的目標。那些沒辦法達到無量無邊目標者，就是指聲聞、獨覺眾，他們只有達到解脫果報而已，沒辦法達到佛果，所以他們沒有成就無量無邊的果報，原因就在這裡。

「此事能令自義決定成」就是讓自己的利益，「自義」就是自己利益，自己的目標可以達成。「此事能除世間諸苦惱」因為你去珍愛有情，珍愛無量無邊有情的話，你就不會去沾染我執、我愛執的過患，即使你住在輪迴當中所受的苦也會比較少，「此事能除世間諸苦惱」即使住在輪迴當中苦也會很少，「是故我應恒時如是行」。

那就像《入行論》p.178（精進品第 30 頌）**「是故悉除疲厭心，菩提心馬為乘載，轉從安樂趨安樂，心既了知何怯為？」**乘著菩提心馬可以承辦究竟利，輪迴當中無怯弱行，你可以毫無怯弱在輪迴當中而行，如果你可以這樣做的話，佛的勝心會歡喜，在輪迴當中也不會受苦。

接著用比喻來解釋忍辱的功德（丑二、喻釋功德 分二，卯一、喻）：

喻如王臣有一人，於諸人民作損惱，
眾多人民遠見者，雖能為損不報復，

非彼王臣一人力，國王威勢為其助。

仁波切的解釋跟中文不太一樣，仁波切是說比如國王的底下有宰相以及很多大臣，宰相底下也有一批工作的人，這下面的工作人有百分之九十九的都屬於壞人，其中只有一個人比較有遠見，(這一個人)學識能夠為民著想的，可是他的地位比較低，因為他的地位比較低，等於他要使出利益百姓的力量是很小的。如果將這個好人把他立為國王的話，他就可使出這個力量來。好像跟中文不一樣，中文的意思好像是國王的這些臣子中有一個人，他會去傷害人民百姓，然後眾多百姓中有遠見為國家著想的人。「雖能為損不報復」，也就是這些百姓被那個壞人（宰相）傷害，他們不去報復，因為他們知道宰相後面有一個國王當他的靠山，所以不敢去報復。這不太一樣，和仁波切講的是相反。

仁波切說：是嗎？聽起來好像一樣。一個是國王，國王下面的一群人一直傷害人民，而國王下面(百姓中)只有一個人，他心善良且看到他能害到(知道自己有能力暫時制伏)那群人，可以害到(暫時制伏)國王下面的那群壞人，且只有他一個人可以害到(暫時制伏)，但是真正要有幫助的話，是由他自己當國王，自己當國王才會力量很強。即他那個害到是一個短期的，長時間他還是沒有辦法真正的擋住，因為這個是國王才有的力量，國王跟國王(運用)下面很多人的力量，所以真正重要的是他要當國王才有這種力量，所以現在就變成要修忍辱，沒有修忍辱，修其他菩薩行的哪一個行，都沒有什麼力量，修忍辱，整個的菩薩行都會有力量都會有影響。所以要當國王才有力量，要修忍辱才有力量。所以修忍辱是菩薩行最有力的國王，就是這個意思。

請看文（卯二、法）：

故雖輕微損惱事，寧死亦勿傷害他，
獄卒及諸大悲者，悉皆為彼援助故。

也就是說如果去傷害有情，背後會導致入地獄之因，也是違反佛的心意了，就好像前面的比喻一樣，即使底下這個好人有能力去防止這批臣民去傷害眾生，如果他真的去防止這些臣子去做傷害眾生的行為的話，他可能會傷害到國王，可能背後間接的傷害到國王。

仁波切說：這個比喻裡面就好像有二種，一個是國王的力量，就像修忍辱的力量，另外一個就是剛剛那個人，能夠直接傷害那些壞人，但是傷害了之後背後看到國王就不敢傷害，我們也是要這樣子做。我們能不能害

到眾生？可以，但是後面要墮地獄，還有佛不會歡喜，看這個後面那就不要做了，所以就可以用二種解釋，裡面那個人沒有國王的力量，當國王才有力量，就這個來說，就是修忍辱是最有力。

下面是「比喻」及「意義」結合起來講，請看文（寅二、明勝行舉喻）：

是故如民怖暴君，於諸有情當恭敬，

縱令國王赫然怒，豈能為作大災害，
如於有情不恭敬，墮於地獄所受苦，

縱於國王作恭敬，豈能施我大菩提，
如由恭敬於有情，便能令我成就者。

仁波切說這裡的「比喻」，比喻國王，然後以及真正意義，看起來是意義大於比喻。此說國王即使赫然起瞋怒，他所做道德傷害還比不上意義所要表達的意義。如果我們對有情造成傷害，會導致我們墮入地獄，無法成佛，所以能不能得到佛果、菩提，完全看自己有沒有對有情起恭敬的心去利益有情。而這個國王起瞋怒所造的傷害還無法像意義，意義對有情不恭敬墮入地獄所受苦的意義，他的意思還要大，也就是這裡面意義的意思大於比喻的意思。

仁波切說：比喻的時候，只是國王高不高興而已，或是國王生氣而已。那真正的意來說，就是佛陀就不歡喜。還有比喻就只有國王生氣這樣而已，意義裡面還會墮地獄，在比喻就沒有墮地獄道，意裡面也會墮地獄道，也會馬上不成佛的，我們修忍辱，不但可以利益眾生修慈心，我們自己也可以積聚成佛的因，比喻裡面沒有傷害到那些人，結果國王歡喜而已，這是一個世間的情況；另外一個佛法修行上面的行持。真正來說國王歡喜也有關係，現在是國王歡喜，世間的看一個比喻。

下面也是一樣講功德分為究竟果，以及現法現世果報，請看文（丑三、結明功德相數 分三，寅一、究竟果）：

當觀未來成佛果，尚由恭敬有情生。

如果被有情傷害的時候，我們反而對有情生起恭敬，慈悲心，我們將來應知而成就佛果，所以這是就究竟果而言。如果我們恭敬有情，就可以去攝受有情，有情自然就圍過來，你恭敬有情，自然就會得到有情讚嘆的聲音越來越多，就會得到（寅二、現法果）：

名聞安樂大吉祥，即生成辦何不睹？

就是如果恭敬有情你我都會得到名聞安樂大吉祥，這些都可在這世當中獲得，那汝何不見「何不睹」，你怎麼沒看到這一點呢？

再來講到距離佛果和這一世之間的來世，就是指將來異熟果報。如恭敬有情會有怎麼樣呢？就是修忍辱會有什麼果報呢？（寅三、異熟果）：

由修忍辱輪迴中，成就端嚴無病果，
名稱普聞極長壽，輪王大樂亦能成。

仁波切說：還有一個是修忍辱對智慧上也滿有幫助的，增長智慧這裡就沒有寫，我們這一生修忍辱，來世就會增長智慧。為什麼呢？由於修忍辱會讓起瞋心的對方心裡通達，因為我們修忍辱的時候，也就代表著別人心裡瞋恨我們嘛？！比如一個人他很氣我的時候，就表示他一定對我有一個欲求，那我就會原諒他，我會儘量讓他做充分的表達，所以他這個被煩惱所堵住的心路就通了，哈哈！

法炬法師說：達到他的願望？

仁波切說：對！對！不可說瞋恨心通了，而是他要的做到了，所以他心裡的路就通了。

法炬法師說：可是他瞋恚不是會墮到地獄的因嗎？那我們使他通了協助他？

仁波切說：不是這一種，從我們的角度而言這是一種修行，因為不是我們的忍辱讓他生氣的，他要生的氣早已經生了，所以他有沒有生氣與我們有沒有修忍辱這是無關連性的，問題是他生氣的這一個欲求，我們讓不讓他做，讓不讓他贏啊？！這就跟修忍辱有關係了，那我們修忍辱好像就讓他做了，在外相上看起來是讓他贏了，讓他通了，這個路讓他通了，而實際上對我們自己來說，我們的來世會感得我們的想法自自然然，一直就會通、會隨順通的這種等流果，所以《入中論》裡面講，修忍辱的話來世自自然然就會知道，這是對、這是不對，自自然然他走的路都對的，他的想法、他走的路一直會對。這個他想法會對的，是以前修忍辱的關係。為什麼修忍辱會這樣子呢？因為修忍辱的時候會讓別人路打通，一直讓別人的欲求一直通，讓他們通，來世就會自自然然我們的想法一直通、一直對的，所以修忍辱好像對智慧也有幫助。有的人他的想法跟他做的好像路都很順、都是對的，雖然它不可以說是真正的智慧，但可以說是對智慧上是

有幫助的同行助伴。

法炬法師說：那運氣比較好有幫助？

仁波切說：我們一般會說運氣吧？但真正實際來說，他都是對的這種啊，真正並沒有學經論。比如說一個人他完全沒有學什麼經論，但是他的概念想法都是自自然然對的、正確的，這是以前修忍辱的結果，這是不是智慧？也不可以說智慧，但可以說是智慧旁邊一個助伴，一個很好的助伴；可是有的人有智慧，但就是沒有這種情形，好像他想的、他走的路都是有問題的，但他有智慧，但是一直哦，都是彎來彎去、彎來彎去這種路，有智慧但他想的路不順，只要修行上面心裡一直想法不對的，就不對的，這也是與修忍辱有關係的。所以這個對我們來說很重要，我們智慧那麼強，也是一直想錯的路，一直錯的路，那就很辛苦，如果自自然然就對的，那就很棒。

《入菩薩行論二十五》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2005/11/27

在第六品講到忍辱的修行或慈心的修行，這樣的修忍辱或修慈悲心，可以說是修行的主軸。忍辱可以分為在修行過程遇到任何艱難的忍辱，以及受他人傷害時的忍辱。在這種修行當中並沒有起歡喜、好樂勇悍的這種心，為了要讓忍辱的修行更進一步，我們必須要有好樂勇悍的這種心，要有這種心就是要有精進。不論你想要獲得的是任何的果報，精進都非常的重要。在此舉例，如果要讓火能旺盛，必須用風鼓讓火燒旺。現在是用瓦斯爐，瓦斯也有風的作用在。第 169 頁

辛二、學精進之理 分二，壬一、釋論文，壬二、出品名，初中分二，癸一、勸應勤精進，癸二、云何勤精進之理，初中分二，子一、正說，子二、辨精進相，今初

如是忍辱起精進，如是精進住菩提，
猶如無風燄不起，若無精進福不生。

如果想要證得菩提果的話，精進是絕對必要的。

精進又是如何呢？ 子二、辨精進相：

精進云何善法勇。

即對於善法、善行，心中起了勇悍的心，心中起了想要去做的「思」，這是一個心所法。

在賈曹傑的註解裡，並沒有將精進區分成有幾類的精進。一般精進可分為四種精進，一是鎧甲精進，當我們要做某件事之前，我們心中起大毅力，自己下定決心：工作未完成之前，絕不放棄，一直持續做下去。就好像我們戰爭時，古代戰爭都是用刀、劍、矛，戰士的手上都會拿一個盾牌，擋刀劍的傷害。在此用例子來比喻事情、工作尚未完成，絕不放棄、堅持到底；二是加行精進，未實際去做之前，心中生起一種思惟，起了一種很大的毅力，做時思惟：這我該做。實際去做時，起我該做什麼，我要做什麼；三是不怯弱的精進，實際做時，除了心中有很強大的毅力之外，還要有勇氣且專一不渙散的去做，沒有一點氣餒的心；四是無厭足的精進，不覺滿足，不會稍微做完成一點就滿足，心覺滿足的話，可能就會懈怠下來。無厭足就是對自己所做不滿足，堅持做下去。這樣的精進就稱無厭足。

有一個「鎧甲成就」，不知道你們有沒有聽過這個名詞？這裡所說鎧甲精進，就是類似鎧甲成就，即是菩薩初入資糧道時，因為資糧道之後還有加行道、見道、修道、無學道，初入資糧道時心中起了一個很大的心力，我一定要把整個道都完成的心力。

譬如說我們進入三大寺，還沒進去之前，心裡有：我要十七年，我要二十年，我要學習，心裡有這種意樂很強，好像不怕，我心裡已有準備了。那麼長的時間，我一定能夠學習，我要學習，這種意樂的心，就是第一種鎧甲精進。為什麼鎧甲精進？他已經這樣子，已經準備了長時間，中間會很多小小問題出現，出現的話我能夠做下去這種的準備心，多長、裡面有什麼問題，我不管，我一定會撐下去，這種的準備心即鎧甲精進。然後進來了就開始學，開始學習的時候，我要做這個，還沒有真正做之前，也有一個精進的心，這是加行精進。真正做的當中，已經開始做了，做的過程也不可以心亂，我已經做了，心還想：哦！我還想做另外那個。有的時候心會想：學習是很辛苦，我學不完。這種怕怕的心，或是亂的心，那些都沒有。學習就是開開心心的學，這是第三個不怯弱精進。有時是開開心心的學，但是自己的心有「我滿足了！我夠了！我學的那麼好。」，這樣子又不是精進，不可以滿足，一直不滿足的要學，這是後面無厭足精進，所以四個精進。

同樣的我們不管是學《廣論》，或是學《略論》也好，都是一樣。一開始的時候，就決定我要來學《廣論》，我要來學《略論》，心中生起：我要來學的這種心意，這種毅力就提起來了，這就是鎧甲精進。實際去學的時候，你每天都要來，經過這樣的一番辛苦，你還是照樣的去做是加行精進。學的過程心不渙散，很專注的去學，很勇敢的去學，這是不怯弱精進。學了之後，也不會說：我已經夠了！我已經知道了。對自己的所學不會輕易的感到滿足，這是無厭足精進。

所以我們要成辦任何的大事情都是一樣，你如果在因位的時候能夠很辛苦的去做，果一定很大。如果起精進來修持，首先就要斷除精進的違逆品，就是懈怠，要將懈怠斷除掉。所以講到子一要斷除精進的相違品即違逆品。精進的相違品懈怠可以分為幾類？懈怠可以分為三種，一味貪著於享樂之事，看 170 頁寅一斷貪味怠玩之懈怠，寅二斷貪著惡事之懈怠，寅三斷於善法怯弱之懈怠。

如果說不做任何事的那種人，是處在享樂當中的那種人，另外有一類的人，是他想做可是卻做錯了，這也是一種。另外一種他沒有做錯，可是

卻會覺得自己做不來，所以好像也有次第性。那我們是很多像最前面那種一直不想做，不想學，處在享樂狀態中，不想精進。剛才說的三種懈怠是169頁的。

癸二、云何勤精進之理 分二，子一、斷精進相違品，子二、增精進對治力，初中分二， 丑一、辨相違品相，丑二、云何斷彼之理，今初

彼相違品應當說，懈怠貪著不善法，
怯弱卑下自輕蔑。

接著看 170 頁，首先講到斷除貪味怠玩之懈怠，貪著於享樂的懈怠。丑二、云何斷彼之理 分三，寅一、斷貪味怠玩之懈怠，寅二、斷貪著惡事之懈怠，寅三、斷於善法怯弱之懈怠，初中分二，卯一、觀察懈怠之因而斷之，卯二、云何斷之理，今初

怠玩貪味於逸樂，耽著倚臥恒縱恣，
於生死苦不厭患，由斯能令懈怠生。

這裡講了三種懈怠的因，一是怠玩貪味於逸樂，這裡的逸樂類似於禪定、根本定的那種禪樂，這裡指的是短暫的安樂，比如身體健康、身體舒適，心情也很好，各方面家庭也很好這種快樂，耽著於裡面的享樂，是這裡所說的怠玩貪味於逸樂，另外一個是耽著倚臥恒縱恣，喜歡躺、臥這類放縱的行為，於生死苦不厭患，是對輪迴苦不生厭患的心，認為在輪迴當中也可以住，輪迴也沒什麼不好，住在裡面(輪迴)也可以，如果有這三者就是生起懈怠。所以第一個依字面上講，是禪定的意思。若依隨順來說，猶如我們心裡沒有什麼煩惱，都很舒服，一般我們家裡沒什麼問題，也沒什麼窮，平平安安，這樣的當下我們也有一點點沒有煩惱的快樂，所以也是一種貪心快樂的時候，也是一種不精進、懈怠。一直想睡，享受睡眠的舒服，睡當然沒做什麼工作，當然想睡是第一個懈怠。剛剛享受禪定的樂，或是家裡平平安安的這種樂，享受時當然不想做事情，所以第一個懈怠也會出現。一直想睡，當然睡時沒做什麼事情，所以這也是第一種懈怠的因。他自己不覺得輪迴是苦，是大自然的事，他自己覺得是自然的，所以不須要改，這樣也不想做修行，這也是第一個懈怠的因。仁波切說三個懈怠的因，我們或許通通都有吧！

下面就是要將這三種生懈怠的因遮止掉，

卯二、云何斷之理 分二，辰一、思思惟現世過患而斷懈怠，辰二、思

惟後世苦而斷懈怠， 初中分三，巳一、喻明速為死所壞滅，巳二、自己為死所主宰不應安閑，巳三、不勤善法當為苦所逼，初中分二，午一、現見為死所毀，午二、以喻明之，今初

為煩惱力相追逐，已投生死極深坑，
旋當入於死王口，爾今云何不自知？

要遮止貪著享樂懈怠、倚臥、不厭生死，三個生懈怠的因。自我捫心自問：你已經被煩惱力所追逐，且投入生死極深坑當中，將入閻魔的口中，為何不自知？投生到來世，我們會再來生結生相續是因為由「愛、取」喚醒，所以我們會投生「有」到來世。現在我們所造作過的，可以使我們再投生來世的能引業、能滿業無量無邊，就像《三主要道》裡提到『四大暴流猛漂激，業繩緊縛難掙脫，墮入我執堅鐵網，無明大闇所蒙蔽』，四大暴流可以就因位解說，也可以就果位來解說，就因而言指欲、見、有、愛四大暴流，這四個是煩惱，『業繩緊縛難掙脫』，因有煩惱而造業，講出業了，由煩惱而造業，然後墮入我執堅固的鐵網中，我執也是煩惱，最後一句『無明大闇所蒙蔽』提到無明，這四句裡，有三句提到煩惱，一句提到業。偈頌的第一句提到煩惱，第二句提到業，第三句是業跟煩惱一直輪迴。

前世既已過，現在這一世掌握在我們的手中，如果不這樣做的話，我們死時將會毫無自主的隨著自己的業跟惑而去，根本不知道自己要到那裡？死後不知前往何處的情形，仁波切譬喻把你從月亮、或星星上丟下來般，將不知會落到那裡？我們現在造了業和煩惱，我們死時也一定隨著業和煩惱去，根本沒辦法有絲毫自主的時候，現在既然已經了解了業和煩惱是什麼，那我們就應該去改造自己的業跟煩惱，去淨化自己的業，去積聚資糧、集資淨罪，這樣就可以改造。若不去改造，就只有等死，等著進入閻魔的口中，豈不是很奇怪嗎？中士道的解脫輪迴配合無常，中士道裡的業、煩惱是什麼？煩惱跟業有何關係？為何一直在輪迴裡面？這些現在已經知道了，有什麼辦法，沒有做就一直等死的話，死時就出現業跟煩惱，一直控制我們，而不知會投胎到那裡？所以中士道的想法配合無常的修行方法，剛好對治前面三個因，這個偈頌是可以遮止前面對生死不厭患的心。

下面用比喻來說，從自己出生到現在為止，在自己的家鄉裡有多少人已經過世了，有多少人已經離開了，難道你沒有看到嗎？你沒有看到，難道你是瞎了眼睛，沒看到嗎？午二、以喻明之：

同輩次第遭誅戮，汝豈於此未現見？

若猶耽著於倚臥，如犢子與旃陀羅。

如果你還是沈迷在這種喜歡倚臥懈怠不做事的狀態之下，豈不是如小牛要被牽去宰殺，一點也不會知道，旃陀羅是屠夫之意，如同屠夫牽引小牛要去殺，小牛根本不知道要被殺。仁波切說就像我們被閻魔拉著去，我們不由自主。旃陀羅指屠夫，屠夫並不是指我們，而是指閻魔王，犢子就像我們一樣，我們被閻魔王牽著走。下面也是用喻來說。

巳二、自為死所主宰不應安閑 分四，午一、自為死主所主宰不應懈怠，午二、速疾死故應勤善法，午三、死時方捨懈已失其時，午四、所求事業未成倏爾便死故不應懈怠，今初

如見死王來屠戮，往不死城諸道絕，

云何酣臥自安閑，如牛臨死耽草秣。

譬如說屠夫牽引牛一步一步邁向屠場去，這牛一點也不知道，在走向屠場道路上有地方可以休息，他就躺下來睡覺，有草可以吃他就吃。那我們也是一樣，我們也日以繼夜不斷的奔向閻魔之處。我們若置於安閑，還可以放鬆睡覺、懈怠，豈不是跟他一樣嗎？

或許認為會死沒錯，可是不會那麼快死，我還有空閒閑暇的時候，下面二句說不可以這樣想。午二、速疾死故應勤善法：

死王倏爾飄忽至，及其未至積資糧。

不要認為自己還有很多空閒的時間可以去做其他的事，要思惟可能很快就會死。這裡主要是斷除四種懈怠當中的第一個，尤其要斷除懶惰的懈怠，要努力去資聚資糧。

既然要起精進，應馬上去做，即刻起身去做，不要等到閻魔王已經來到才努力。譬如晚上要死了，早上才努力，精進一番，那為時太晚了。

午三、死時方捨懈已失其時：

若臨時方捨懈怠，惜哉已晚徒倉皇。

要做的話，你每天該做的事就將它做好，不要將它拖延到明天再做，明天再拖延、往後再去做，每一天該做的事就將它做好。仁波切說：「天天是今天」，到了明天，也是今天，認為明天再來做。要改善的是今天能夠要

改善，今天沒有改，那明天一定是不會改，今天覺得我有做我不須要改，這習氣還是在，不用那麼努力馬上就改變我的習慣，心不用那麼急，不用那麼快，就慢慢來，今天也沒有調，明天來又一樣，明天也是今天嘛！今天沒有努力調，明天也一樣今天，後天也一樣今天。仁波切曾看過一個節目，內容有一句「天天是今天」，那時候想確實是「天天是今天」，就會一直這樣子過。

午四、所求事業未成倏爾便死故不應懈怠：

此事未作方創始，此事正作方半途，
死王倏爾至無時，悲哉休矣心頹喪。

如果認為自己還不會死，就不去做，一旦你突然死時就已經來不及了。此事就一般而言，有的人是想要計畫做什麼事，還沒做以前死王就到了。或剛開始做，死王就來了，或做到一半，死王就來了，所以不要在還沒有死之前，將自己想做之事一直拖延，因為閻魔王不會等待你將事情做完才會來的。我們必須趁閻魔王未來之前，趕快把事情做完。

此偈闡釋出閻魔死王不會等待是突然而來的，多數的人都在沒有準備之下，就要去迎接閻魔死王了，很多的人都是事情還沒開始做，閻魔王就來了，或剛開始做，或做到一半，閻魔王就來了，絕對沒有人說把事情做完在那等閻魔王來。我們修行佛法也是一樣，我們要做的是自己斟酌今天能不能做好，明天能不能做好，盡力能做多少就去做多少，讓此世過得有意義，因為死王什麼時候來，我們都不知道。

如果不這樣做，臨命終時一定會產生很大的憂悔心，你心中像火燃燒一像，生起強烈懊悔的心，甚至哭泣淚流滿面，圍在身邊的這些親友，他們也會絕望，希望已經斷絕，自己本身心願未了，即使親眷、師長、法友圍在你身邊，只能眼睜睜的被可怕的閻魔死王帶著走，遠離他們而已。巳三、不勤善法當為苦所逼 分二，午一、死時憂惱所逼，午二、今不急勤修善所求不能成辦，今初

由憂惱力所逼故，目赤臉皰淚如滴，
眷屬須臾成遠隔，死王使者像現前。

尤其在沒有修善行的狀態之下，而且自己所造做過的罪惡沒有淨化之前，閻魔死王來到時，罪惡沒淨化以前將來的果報一定是投生到三惡趣，尤其投生到地獄去，可能會投生到地獄裡去的徵兆會現前，甚至有一些人

會聽到地獄裡的聲音，心中感到極大的恐懼心，有一些臨命終的人，因為心中起極大的恐懼、恐怖的心，甚至會尿屎失禁，甚至瘋狂、精神錯亂，在那個時候如果要起精進來努力，已經為時已晚。所以想要起精進要趁現在，當下起精進。午二、今不急勤修善所求不能成辦：

思惟自罪心熱惱，聞地獄聲生怖畏，
身染不淨心迷悶，我於爾時何能為？

講臨命終時可能會遇到這些情形。到臨命終時的階段是屬這輩子，這一生也會苦的意思，我們沒有修行好的話，不用說來世，這一生就會出現這樣子的意思，接下來是來世。

接下來講來世，如果這一世沒有起精進，沒有行善斷惡的話，就好比一隻活蹦亂跳的魚將它放到熱沙中，魚不是生長在沙裡，是生長在水裡，若將它放到熱沙一定會痛苦難當、翻滾掙扎。

辰二、思惟後世苦而斷懈怠 分四，巳一、決定生苦，巳二、其苦難忍，巳三、欲求安樂不勤善法則成相違，巳四、勸勤修脫苦方便，今初

若爾此時尚怖畏，如生魚轉熱沙中，
何況由前所作罪，當受地獄難忍苦。

我們如果沒有起精進，沒有行善斷惡的話，那麼就如同魚在熱沙上的苦尚稱小，若我們一旦墮入到地獄裡的苦，簡直是無法容忍的。

剛才以魚來比喻，現在用細皮嫩肉來譬喻，皮膚很細的地方，若用熱水碰一下一定燙的很難受。地獄裡的熱遠勝於皮膚碰到熱水，若不事先起精進做好準備，造了先前的業，又不自己先做準備，要安然而住怎麼可能？

巳二、其苦難忍，

如觸熱湯皮肉裂，地獄難堪熱如是，
若人已作如是業，何故似此安然坐？

此世的苦、來世的苦會有這些，若現在不起大精進速速的去做，死王是不會等的，我們一定要速速起大精進，要想任何辦法來做，不起精進豈可安然而坐？所以賈曹傑在偈頌下面的註解寫一句「當勤精進如救頭燃」，頭上著火一定會想辦法趕快滅火，絕不可能說坐在那裡，等一下再來滅火，我們起精進的程度也要像這樣子。雖然我們希望追求獲得安樂，可是卻處在懈怠的當中，不勤於修善法，處在懈怠中，二者是相矛盾的。

巳三、欲求安樂不勤善則成相違

不勤修善希樂果，乖戾不忍苦惱多，
死王所執希天壽，哀哉眾苦所摧傷。

希望獲得安樂，因貪著於享樂而懈怠，卻自以為像天神般長壽，專行種種惡事，這一世雖有些許的安樂可享，可是來世卻要受無量無邊的苦，若這樣懈怠下去的話，雖追求安樂，將來所引的是苦，是相矛盾的。

心中雖然希望能獲得安樂，可是卻放逸懈怠，不去念死，自以為像天神般可以獲得長壽，這樣子做，當時真的是處在很可憐的狀態，嗚呼哀哉，感嘆！被自己所造的惡業所摧傷。

在這一世已獲得八閒暇十圓滿的人身，我們就應緊緊把握，好像在大海當中已經奄奄一息，在掙扎時若正好有一艘船過來，一定要趕快趁機捉船，捉住良機渡出海。巳四、勸勤修脫苦方便：

依此人身如舟航，得渡生死大苦流，
此舟後時難再得，愚夫斯時勿酣臥。

現在既然已經遇到這條船，這條船是偶而才能遇到的，一旦遇到船可以幫我們載離開海，一定會想盡辦法拜託他，帶我們離開，如果不這樣子做，這船想要再等到它來是很難得的，不見得會再來，愚蠢的人不要虛度光陰。

《廣論》、《入行論》裡也有說，如盲龜的比喻，船也是像那個一樣很難得。這船有時間，不可以浪費油，油快要沒有了，若睡一下，彎曲一下就完了，沒有辦法到目的地。或者定時器，好像船上安了一顆定時炸彈，一、二天之後就要爆炸，你要趁這一、二天之內趕快搭船，趕快離開，時間不多，不可以浪費去哪邊，去哪邊，睡一下，船就偏離航道了，時間也一定沒辦法到預定地。

剛講的是要斷貪味怠玩之懈怠，接著是要斷貪著惡事之懈怠。法可以帶給我們生生世世眾多喜樂的因，如果將法捨棄，而為了小小的享樂，被小小的享樂所蒙蔽而去追求，等於是擷取眾苦之因，因為這些小小的享樂是短暫的安樂，實際上是痛苦。寅二、斷貪著惡事之懈怠：

歡喜之因亦無數，獨捨正法殊勝喜，
好樂散亂及掉舉，是眾苦因汝何取？

若看藏文的話，仁波切在講第三句，苦的因是散亂、掉舉，散亂、掉舉會引生未來無量無邊的苦，所以散亂、掉舉是苦因，我們不可以歡喜這些苦的因。這邊說惡事，要斷除這個懈怠只有四句，一個偈頌而已，所以我們要好好了解這個偈頌。所謂的惡事即外表看起來好像是件安樂、有意義的事，實際上卻是無量痛苦的因，就稱為惡事。

這裡的惡事我們說貪瞋痴，特別是強調在貪方面、貪欲之類的，比如看戲這一類，瞋的惡事比如戰爭戰勝或打官司贏了這一類。除了看戲之外，還有這些物質的享樂，或男女交媾這一類，在世俗上看來，看似快樂有意義的一件事，究竟還是帶來無量無邊的苦，所以稱它為惡事。

我們要如何斷貪著惡事的懈怠，在惡事還沒有做之前，先在意樂上將它斷除，在看事情的角度方面，不同於一般的。看這件事要從比較遠一點的角度、最究竟的角度來看它，這件事在最究竟上面有沒有幫助？有沒有意義？若有意義就做，沒有意義則不做，若沒有意義相反還有害處就不要做、遮止。

另外一些是不好不壞的事稱無記，在意樂上加以改變，使無記的事成為究竟有利益的事，讓無記的事使它轉成善。在意樂上著手，意樂可以用下士道、中士道、或上士道的意樂，因為意樂不同，會使所做的這件事的善成為大或小，差別就會很大。最好是用菩提心來攝持，若能用菩提心來攝持，每一天所做的皆成善而不是惡業。接下來斷除於善法怯弱之懈怠，這裡的怯弱是指心灰意冷、認為自己做不到，藏文是心死掉。

寅三、斷於善法怯弱之懈怠 分三，卯一、誓致力對治怯弱，卯二、引教明云何修對治之法，卯三、勉力則能斷懈怠而成菩提，今初

無怯弱集精進軍，勤求自身得堪能，
應修自他平等觀，亦修自他易地想。

無怯弱指要起披甲精進或鎧甲精進，以加行精進去積聚二種資糧，勤求的意思是起正念和正知，讓自己的身心不隨煩惱而轉，能夠自主、有堪能性，起這種精進心遮除掉怯弱、懈怠，就應修自他平等觀及自他易地想即自他相換。這裡要讓我們提起心力，提昇自己的心力。

首先要用意樂起鎧甲精進，加行是實際去積聚二種資糧，做時講到要去修自他平等或修自他相換，所說的這些，該做什麼就要做什麼，不要去拖延，越拖延久了就會說：「我做不來，不做了。」。仁波切說：比如你答

應人家要做一件事，答應人家若馬上做完就不會拖延，你也做得來。若這也答應，那也答應，答應多了到最後就會我不管了，反正我也做不了。我自己也常常會如此，好像答應太多了，這個要看卜卦，那個也要卜卦，答應太多，事情就一直累積，好像有一個東西馬上就做完，就不會有「我不會做完」這種念頭出現，累積很多做不完就算了。

所以這裡講菩薩修行時，加行、正行該做的，都要做好，一個都不可以留下來，做好的話就不會留下來一個、二個，慢慢累積就覺得做不完，不要做就好，沒有辦法做這種能力會出現。自己覺得「這種能力我沒有辦法」，什麼時候會出現？自己沒有做好，一直累積就會慢慢出現，哦我沒有辦法做，這個我沒有能力，那個時候才出現，所以不可以累積留下來一些東西，一天一天將它做完，心裡也比較快樂，不然的話一直累積就變成心理壓力，最後還是做不完，就不要。

翻譯：這樣講，我也是一樣，要我翻譯的東西一堆。

仁波切：那你也是有這個問題。所以前面的意樂加行都剛好該做的，有時候自己該做的跟能做的也要結合，該做的跟能做的沒有結合會朝該做的上面一直走，能不能做就完全不考慮，也會出現這種懈怠，所以該做的、能做的結合在一起，比較不會有這種問題。

如果要做事時，前行時怎麼做，正行怎麼做，結尾時怎麼做，都能適時完成該做的事，就不會有這種怯弱、懈怠生起。佛也說過，像狗、動物若起精進的話，也都可以成佛，他們尚且可以如此，更何況我們，我們不應起這種怯弱的懈怠。所以佛語云（卯二、引教明云何修對治之法）：

不應怯弱作是言，我何能成大菩提？
一切如來真語者，悉皆諦實如是說，

蚊蠅虻蚋及蜂蟻，乃至任何蟲豸類，
若依之生精進力，亦得無上大菩提。

我們前行、正行該做的那些要排好要排得很清楚，能不能做很清楚要排次第，剛好要做，不會出現這種懈怠。如果沒有做好的話，還是儘量不要生起那種懈怠，為什麼？我們看那些動物也可以成佛，那我留下來一些東西，懈怠為什麼要出現，我也可以成佛，我還是遇到佛法。前面要先準備好，有所計畫，照計畫如理去就，適時完成，即使沒辦法完成也不可以心生懈怠、退心，配合前面跟這裡而結合來講。以上卯二、引教明云何修

對治之法，乃引自《妙臂請問經》所云。 看 175 頁第 2 行，謂如《妙臂請問經》所云：「復次，菩薩如是正真隨學，作是思惟：隨於獅子、虎、狼、鵰鷲、鵝、鸛、烏鴉、梟鳥、蚊、蠅、蜂、蚋一切身中，悉能成就無上菩提，況我現得人身！寧捨生命，亦應勤精進，求證無上菩提也。」《寶雲經》中，亦作如是說。

問題：精進為興起勇悍之思，這個思是心所法，此時心王是什麼？

回答：不需特別取一個名字叫什麼心王，譬如大悲心，悲心是心所，與它相應的心王不需特別取一個名字。

問題：精進如同顛倒識所遍的情形，會不會去影響心王？或如猶豫識只是一個心所？

回答：會，整個心王都會影響，整個心都會變得精進。我們會說心所比較強時，只是講它的名字，連心王有時也會用心所的名字，譬如悲心，心王跟心所，是心所裡悲心最強的，它影響整個心王跟整個心所，所以悲心跟它一起的心王，有時也會直接稱悲心。

《入菩薩行論二十六》

講授：雪歌仁波切　翻譯：法炬法師　2005/12/04

佛清楚地講到，連蚊、蚋、蠅、虻、蜂等之類，只要它們發起精進力，也可以證悟成佛。我們得到人身，有人的智慧，如果加上努力，我們的思惟和力量，將遠勝於這些有情；我們應善用人的智慧，發起菩提心。

接著說（卯三、勉力則能斷懈怠而成菩提 分四，辰一、思惟起精進力即能得菩提）：

如我生於人類中，已知利害明取捨，
若能不捨菩提行，云何不證菩提果。

這二句「已知利害明取捨，若能不捨菩提行」，是指我們除了知道佛法，還要去實修它；我們不但要知道如何做會有利益，如何做會有害處，此外，我們還要去實修菩提心，要實修不是光知道法而已，重要的是去實修它。

下面說（辰二、成就菩提之難行不及惡趣苦一分故應忍 分三，巳一、不應怖畏捨手足等難行）：

若言須捨手足等，如是難行我所畏，
我今怖畏但愚痴，不能辨別輕重爾，

曾於無數俱胝劫，經地獄苦百千返，
割截焚燒並殺戮，未能令我得菩提。

利弊既然知道了，就應行菩薩行。行菩薩行，就是把自己的手、足、頭等布施出去。如果你害怕把自己的手足頭等布施出去的話，如何行菩薩行？你不需要害怕！無始以來，我們在輪迴當中，經過了無數俱胝劫，在無數的前世與今生當中，我們遭遇割截、火燒、殺戮等等難以言喻。現在我們有機會布施自己的手足頭等，有利於自己證得菩提，我們應心生歡喜才對啊！過去我們也施捨過不少的手、足、頭，今日又何必膽怯畏懼呢？現在我們將自己的手足頭布施出去的話，有利於我們未來能獲得菩提，因此我們應該要行持，應該歡喜而行。

再說，雖然把自己的手足頭布施出去了，可是我們會因痛苦而產生害怕，為什麼會害怕呢？那是因為不了解布施可以助於我們獲得菩提。如果知道這樣的布施，真的有利於獲得菩提，那我們將會歡喜的去做。

仁波切舉了《入行論》的例子，**「是故悉除疲厭心，菩提心馬為乘載，轉從安樂趨安樂，心既了知何怯為？」**要成佛，則必須在三大阿僧祇劫不斷地累積資糧，而在長久的時間裡，要累積大資糧，處在其中我們的心會不會退？辛不辛苦？如果我們已經生起菩提心的話，遇到這種問題時，我們會堅定不移地去看佛的功德。我們一直如此地修，心也一直跟著歡喜，因為這對成佛是這麼的有幫助。為什麼能生出這種歡喜的心呢？因為我們後面有菩提心，它會看，所以就一直會歡喜，一直修行；苦的時候，表面是苦，但是它後面有菩提心的緣故，就一直會歡喜，所以它會在成佛上面去看。

比如說，剛剛布施了自己的手，接著它會去看菩提心，會看「這樣修的話，我的目標馬上會成就否？」，然後菩提心會給我們一個鼓勵，心就一直歡喜。如此修法完全不會辛苦，相反地，心會很歡喜、很快樂。所以，我們騎的菩提心這匹馬，它會帶著我們走一條路，而這條路是愈走愈快樂、愈來愈往上走的路。這是一個談到一邊修一邊快樂，一直往上帶著走的一個偈子

如果有菩提心，騎著心馬在做布施手足的時候，心不但不會害怕，反而更生歡喜。對我們來說，我們還沒有菩提心、沒有希求成佛的心；我們對於來世或許有一些希求的心。我們會念經、禮拜或是做些累積資糧的事情，去懺悔並消除一些業障。在此之間，跟別人相處時，會遇到一些衝突的問題，自己會忍耐、不去生氣。別人罵我們的時候，我們忍辱原諒了別人；表面上我們好似比較苦，但，我們要看的是希求來世的這個心，要看的是這個。當你去看的時候，心就會快樂。表面是苦，但是從果報去看的話，那就會快樂。這種快樂，依稀彷彿有一點點菩提心的樣子了。然而，真正的菩提心生起時會更快樂，因為它的目標很大，所以只要對增長菩提心有幫助的話，它就愈快樂。

修行是看果報、生歡喜心。同樣地，精進的心也要生起。例如睡覺，表面好像快樂，但是一想起它的果報，心就會恐怖。想睡覺是沒有修行的樣子，沒有修行就一直不會想去修行。死亡的時間一旦來到，那就完了。我們可以改變這種表面的快樂，我就站起來，去作功課、打坐以消除業障。這樣做表面上看似辛苦，但以希求來世的心去看的時候，歡喜的心自然會生起，這也算是生起精進的心。

布施手、足、頭所受的苦算是小苦。在輪迴當中，過去生曾經投生到地獄裡，千劫累劫一直在那裡感受到不計其數、種種不可思議的苦。投生

在餓鬼道、畜生道也是一樣，你必須經歷千劫累劫去感受無量無邊的苦。那些苦，次數非常的多，時間是非常長久的。

然而布施手足頭所受的苦，大小如何呢？可以說非常微小，而且受苦的時間也非常短，次數也少，所以才說「有限量」（巳二、不及惡趣之苦一分）：

我為修行成菩提，但受此苦有限量，
如人欲除心腹疾，令身略受針砭苦。

現在所受的苦，是有限量的。為了證得圓滿菩提果的緣故，要忍辱。

下面的偈頌，引了一個例子來說明（巳三、為治重病應忍輕苦）：

醫人須以眾手術，為不安者除病苦，
為摧眾多大苦故，輕微不適當忍受。

這是說醫生為了要醫病，會幫病人打針，或者給非常苦的藥。藥雖苦，卻能除病，良藥苦口嘛！為了證得圓滿菩提的緣故，我們去布施手足頭，布施時所受的微小苦，如果可以滅除種種大苦的話，應當要忍受。

下邊說（辰三、如醫王以輕方能治重病故應忍 分三，巳一、佛說之法是不受輕微苦即能治重病之方便）：

世間常醫固如是，無上醫王殊不爾，
但以輕和微妙法，能療無量沉疴起。

佛陀為我們開示證得圓滿佛果以及去除大痛苦的方法。世間的醫生，為除病人外在身體的病苦，他會採取猛厲的方法來去除病痛。佛陀不以猛厲的方法來醫治眾生的病，而是以柔和宣說微妙法的方式。以此方式，就可以醫治眾生無量的沉疴煩惱病。

真正修持佛法，是用心修持，而不是用身體。不是外道燃燒自己的指頭那般去修持，也不是醫生採取世間的猛厲醫治疾病的那種方法。佛陀是用什麼方法呢？佛陀用非常輕巧柔和的方式，宣說廣大的法，來醫治眾生的病。修行主要是從內心去修的，既然是內心要修的，就完全不需要靠外在的身體去吃苦、作苦行。佛陀修行的方法沒有像外道一樣燃指…，我們沒有這種的。

醫生用針治病，只能消除心外的、身體上的病痛而已。佛陀如何醫病？祂要醫治的是無始劫以來無止盡的輪迴之苦，祂要把這種苦徹底的斷掉。

事實上祂所用的方法，沒有一個會讓我們吃苦！完全不會用醫生打針的方式，不是這種的，而只要從自己的內心，轉一下就好了。

修行是從以下的角度來說，沒有那麼難，只要內心轉一下就好，完全沒有一個粗的方法，只要轉一下內心就可以了，是很柔和的一種方法。

當我們由內心看煩惱時，會發現煩惱是很可憐的，它的背後完全沒有一個正確的理由，但，悲心的背後，卻有很多，後面的力量是很強的，是很有靠山的！而煩惱就沒有這種靠山，所以它就好像很可憐。因此，面對完全沒有靠山的煩惱，我們就要對付它、跟它對抗。跟它對打，可說是很容易！這是一個角度嘛！我們也不需要準備蓋房子啦！買槍啦！買炸彈啦！什麼都不需要買，就自己內心轉一下，它就消掉了！從這個角度來說，煩惱真可憐，因為好像沒有力量可支撐它的。

有此一說：煩惱是以智慧正對治…好像第四品的樣子 p.80（不放逸品第 46 偈），「**煩惱以識煩惱慧眼斷**」就是指沒有力量的煩惱，我們可以透由對它的了解，而將它斷除。所以這裡講二次煩惱的時候，就能了解它是很可憐的。了解它是可憐的，就能滅掉它！可憐的意思是，它很容易被消滅。這個情況讓我們了解到，我們可以很容易就消掉它，因為它沒有靠山。若我們能這樣了解，就可以把它滅掉，而且是馬上滅掉它。

問題：外道有燃指供佛，內道沒有，可是經上不是也有講一些菩薩，祂會以色身，燃肉身供佛，那這二個要怎麼配合？

仁波切答：「我不知道，有這樣子的嗎？供自己身體，是不是？」

學員回答：「好像中國古代歷史中就有。」

仁波切答：「前面講到布施自己的手、頭，但那需要達到一個時間點，內心改變了，改變了之後慢慢就可以去布施。不可以馬上布施喔，時間點到了，才可以做這種事情。往往我們還沒來到這個時間點，就去佈施會讓自己吃苦，那就不對了。只要時間點到了，布施手足頭時，完全不會有苦受。為什麼會不一樣呢？那是因為內心增長了菩提心，就變成沒有這種苦啊！這個後面慢慢會講。

要施捨出自己身體的手足頭是很難行的。為了要遮除難行的覺受的關係。下面這一句（己二、遮於捨身有難行想時捨身）：

導師最初作加行，亦施菜羹糜粥等，

此時修已後漸能，雖自身肉亦易捨。

也就是說，布施初始，世尊先拿自己的菜肴、食物去布施，先串習菩提心，讓自己的菩提心慢慢增長，珍愛他人的心慢慢增長之後，自我愛惜的心也就慢慢減少。之後，才能漸漸地將自己的肉、手、足布施出去。「此時修已」修，指串習，這個時候因為你已經串習布施這種心，漸漸地，會變成很容易就將自己身肉施捨出去。

如果你是父母或長輩的話，能夠教導、培養小孩、晚輩從小就習慣去放生或者到佛堂去作供養等一些事，當小孩子長大之後，他會因為小時候串習過這些習慣，而容易去作放生、供養這些事。

如果我們慢慢串習，事情就會變得不困難。如偈頌云（己三、已修成就捨身如菜根時說捨身不難）：

若時彼人於自身，能起猶如菜羹想，
其時令施身肉等，彼於此事有何難？

首先，以自己擁有的外在物品去作布施，就從自己擁有的食物、菜…等等開始。以這些東西去布施，慢慢地串習，等到你必須施捨自己身軀的時候，你不會覺得困難。你必須串習到某種程度，才可以真正去做施捨自己身軀的行為。

我們身體有無痛苦，完全觀待於修道時是否斷除惡業。修道的次第不可以出差錯，要作布施也是一樣，不可以馬上就將身軀布施出去，這樣子做，就次第而言是錯誤的。從修道的角度看，一位善巧的布施，當他布施時，是不會擔憂的，因為他已經沒有錯誤了，所以布施的時候就不困難了。因此這邊說（辰四、此中無苦有大安樂故應歡喜 分四，巳一、於修道次第不善巧之人雖有身心不安，於善巧者無難行苦）：

由斷惡故即無苦，由善巧故即無憂，
如是能害於身者，唯顛倒見惡思惟。

也就是說，斷除惡業有利於淨化身體的痛苦，因為惡業是苦的因。仁波切舉施身法為例，修施身法，就是要將自己的身體布施出去，布施身體最主要目的即是對抗我執。「如是能害於身者」能害身者，就是補特伽羅我執。以這樣子來布施自己身軀的話，可以對抗補特伽羅我執。「唯顛倒見惡思惟」這句話的意思是，補特伽羅我及我所之貪等分別和殺等惡心之想法。以上這一偈頌是在說明菩薩由於三門罪惡悉皆斷除之故，因此能夠以無垢

清境的悲心為其意樂，所以在施身之時身無痛苦，也由於空性慧所攝持之善巧故所以再捨身之時，心亦無優，基於這個道理可知，補特伽羅我我所之貪等顛倒分別及殺等惡心，損害其身，才是真正損害菩薩之因也。

修施身法時，是將自己整個頭、手、裡面的筋肉、骨頭，一直分、一直分，分給誰、分給誰，就這樣一直布施出去，這個時候，平時執著心很強的我們，能這樣給布施出去，則這個我執的對象「我」就不見了！這種方法有助於消除我執。

另外一種，它有助於生起對眾生的慈心和悲心，因此以前殺眾生的業會漸漸消掉。剛剛講殺生的業，一個是顛倒，另外一個就是惡思惟，意思是殺眾生、不慈悲的、對眾生的瞋恨心等那種惡思惟會消掉。還有呢？加諸於身體上面的一些不善業的果報，這也會消掉。

一個往生的阿羅漢，對他本身而言是有幫助的，因為滅掉了以前所造作的業的那個五蘊身了，因此對他來說很有幫助。同理，當準備真正布施自己的身體時，可不是像剛才所說，再修施身法時用觀想來布施的是自己的身體，如果能這樣的話那麼以前的苦蘊身就滅掉了。也因為他可以很善巧的知道修行的次第，很清楚自己現在已經可以布施身體、自己的生命，到了這個階段，對他來說相當有幫助。同時，他亦可斷除、消滅我執，增長悲心，惡思惟消除，自己的苦蘊也滅掉了，對他而言，會一直歡喜，是不會受苦。

惡心會傷害我們的身軀，如果不善巧的話，是不應該作布施。所以要善巧，善巧的話就沒有這樣的憂慮。因不善巧而作布施的話，可能會導致你本來發起的悲心退轉。

（巳二、大心菩薩安住輪回無用厭倦）

若由福德令身安，由善巧故心安樂，
雖為利他處輪迴，諸大悲者何憂患？

大心菩薩若能善巧的話則在布施身軀的當下，會讓身體感到安樂。所以說大心菩薩「若由福德令身安」就像常啼菩薩即布施出自己的身體，斬斷其手足，用祂的血灑遍大地，甚至將身軀施給帝釋天。之後，常啼菩薩當然就死了，但又活了過來，身軀反而比以前的更好，所以這邊才說，祂布施身軀所獲得的福報，讓祂得到更好的身軀。因此，由福德會獲得身安。

「由善巧故心安樂」，由於善巧與空性的意義的關係，傷害了我執，破

了我執之後，心當然就安樂了。「雖為利他處輪迴，諸大悲者何憂患？」為了利益他人，布施自己的手足，即使身處輪迴之中，諸具大悲心者有何憂患呢？因為這樣子做，身心皆安樂，何患之有？即便身處輪迴，又何須憂慮？

我們之所以能這麼做，是源自於菩提心之故，因菩提心可以積聚廣大福德資糧。菩提心分為①世俗菩提心和②勝義菩提心二種。勝義菩提心，即證空慧，證空慧則可直接對治我執、破除我執。發起勝義菩提心，第二剎那即可積聚廣大福德資糧，並斷除往昔的惡業，這些全都源自於菩提心的緣故。所以這邊才說（巳三、故道之進修說善巧勝於小乘）：

此由菩提心盛力，盡能消除往昔罪，
能積福德如大海，故言勝於諸聲聞。

先前仁波切提到承許菩提心馬，就是這個偈頌（巳四、於菩薩行不應怯弱）：

是故悉除疲厭心，菩提心馬為乘載，
輕從安樂趨安樂，心既了知何怯弱？

疲厭心，指的是身疲憊、心厭煩這個心，而菩提心可以去除掉身疲憊、心厭煩，乘著菩提心馬，可以安樂再安樂。心既然了知菩提心有大利益，我們又怎會生起怯懦心呢？

菩提心能折服高漲、高舉的我慢心，然而，如果我們的心非常退怯或畏縮的話，菩提心反而能讓心力增長。因此，菩提心無論在任何時刻，對我們都有很大的利益。

仁波切說，如果我們的心處在畏縮、退縮的時候，修菩提心會有幫助，能幫助我們提起心力。因為已成佛的這些佛，全是為了眾生而發起菩提心成佛的，未來佛也同樣地為眾生發菩提心而將成佛，仁波切這邊舉例說…，那個偈頌的意思是 p. 56（受持菩提心品，第 20 頌），「**願如地等四大種，亦如虛空常無盡，有情種類多無量，悉能為彼俱有因。**」也就是希望能利用種種方法去利益所有眾生，佛的一切所作所為都是為了利益無量無邊的眾生，若我們稍做小小的修行，就生畏懼、退縮的心，這樣是不可以的！要是如此，焉能成佛？我們尤其要思惟佛的悲、智、力、無礙、無邊等不可思議的悲智力量，我們應鼓舞自己生起堅強的毅力才好。

生起我慢時，為什麼修菩提心可以將它滅除呢？因為，我們可以思惟珍愛他人的心，或者我們可以如此思惟：佛為利益眾生而如此努力，且佛

視眾生勝於祂自己。有時候，想著珍愛他人的心，可以使我們滅除我慢心。

我們現在所擁有的一切快樂，全都源自於眾生，眾生可以帶給我們佛果。菩薩的修持當中，主要的修持是忍辱心，因此可以說眾生對我們有很大的恩澤，我們所有的一切，都源自於眾生。甚至於我們的皈依處--佛呢？祂也是依於眾生才產生的啊。

修持菩提心，不但可滅除我慢心，也可滅除貪、瞋、嫉妒心等。菩提心就好像是去除百病的一帖良藥、萬靈丹！

我們最主要斷除的就是精進的違逆品--三種懈怠①斷除貪味怠玩之懈怠②斷除貪著惡事之懈怠③斷除於善法怯弱之懈怠。

接著，談到增長精進的對治力。首先，應以四種力量來增長精進（丑一、增精進順緣力 分二，寅一、由辨四力之門總明）：

為利有情集四軍，勝解勇毅及喜捨，
由思惟彼功德故，諸怖苦者生勝解，
如是斷諸相違品，勝解我慢及喜捨，
以恭謹自在轉力，增精進故應勤修。

第一句「為利有情集四軍，勝解勇毅及喜捨」，四軍即四力。四力為勝解、勇毅、喜、捨。

(一)勝解，即生起勝解心。必須生起畏懼輪迴之苦，透過思惟，才能生起勝解心而起精進。應該在還未開始修行之前，就能生起勝解心。以修菩薩行為例，還沒修菩薩行之前，首先，我們應思惟輪迴的痛苦而生起害怕的心，然後思惟精進的利益，之後才能生起勝解心。

(二)勇毅，前面已生起勝解，於還未正做之前更進一步作觀察，讓心生起非常堅固的決定，這個就是勇毅。

(三)喜，真正要做的時候，不可以像小孩子玩家家酒一樣，這邊玩一玩，那邊玩一玩，不可以這樣子。仁波切說：也不是這樣。有的人有這樣的個性，很喜歡新鮮。只要看到一本書，「喔！」一聲，這邊看看，看不到幾頁，就另外再找一本新的或是較有名的書，那本書又看了看，也沒有看完，這種個性的人，都一直喜歡找新的，這種個性叫什麼？有始無終，我們不可以！

剛剛所提過的，第一是勝解。這是還沒有開始著手，內心知到必需要

有這個，在做之前，就要先好好觀察，是做或不做？這要好好觀察，最後作決定，這樣子才會堅固，這是第二點。之後，已經開始做了，就做了一點點就放掉，以後再開始看的話，那就忘了。比如說一本書的話，那就忘了，可能他會一直看新的新的東西，所以他就忘掉了，這個就不可以！這是第三種力量，喜（有始有終）。

（四)捨，要了解什麼時候要休息。我們說休息是為了走更遠的路，所以要有這個力，若完全沒有休息也會出問題。所以休息是為了走更遠的路，這是第四個力，捨。

真正開始做的時候，需要後面這二種力，就是要一直不間斷，真正確實的做完的力；另外一個是，一直要歡喜心要生起，這是剛剛前面講的，一邊布施一邊看，它的果報有多好多好，然後歡喜心也跟著生起，如果這樣子的話，就會有第三種的力出來。如果一直做，好像就要摔倒，會累啊！所以就要休息。

前面所說的四力，勝解、勇毅、喜和捨，由這四力可以生精進，這四力是生精進的方法。這裡的「勝解」是指斷除違逆品；「我慢」不是指煩惱的「我慢」而是指作事情的自信心而言；「喜」是指勤奮無間；「捨」是指暫息無間。如果四力能自在運轉，就可以增長你的精進，故應勤修。

（寅二、廣釋 分四，卯一、勝解力）（辰一、勝解境 分三，巳一、捨惡）

自他罪惡多無量，我曾誓願悉摧毀，
是中僅唯一一罪，亦經劫海難消盡，

精勤消除罪障事，於我纖毫未見有，
無量眾苦出生處，我心於此能不裂？

見到善果報的利益，會讓我們生起勝解，因而發起精進心。同理，眼見惡果報的過患，也會讓我們生起勝解。「自他罪惡多無量，我曾誓願悉摧毀」，我們都曾經許下諾言要去摧毀眾多的惡業，因此，對於自己的誓言不可藐視之。

「是中僅唯一一罪，亦經劫海難消盡」，自己所造的無量罪業中，僅其中之一分罪業，都足以讓我們受很多的苦。以貪為例，我們不可能馬上將它滅掉，必需經過累劫的努力才能做到，所以說「是中僅唯一一罪」，即便只有一個罪，也必須經多劫、累劫才能滅除，其實還尚難以滅盡哪！

「精勤消除罪障事，於我纖毫未見有，」然而，至今我絲毫沒做任何該消滅這些罪障的工作！如果現在不滅掉這些罪過的話，未來一定會入惡趣，在地獄中感受無邊的苦。「無量眾苦出生處，我心於此能不裂？」要生起追悔的心。若想到將來投生地獄之種種恐怖的情景，心豈不破裂？

總之，我們必須看清楚這些罪惡的過患，想想自己所造的種種罪惡，至今為止，連一分也未曾消滅，將來一定會投生到無間地獄受苦，所以不能不起精進、不能不去修持而安然過日子啊！

剛才思惟的是我們的罪過，屬負面的，現在則進行正面的思惟（已二、取善）：

自他功德廣無邊，我曾誓願悉修行，
是中僅一分功德，亦須修行經劫海，

我於如是功德分，纖毫亦未修生起，
此生獲得何其難，我令無義而已矣。

自他功德廣無邊，我曾誓願悉修行」我曾許下諾言，要修持饒益自他的所有善行，因饒益自他可以積聚無量無邊的功德。「是中僅一分功德，亦須修行經劫海」，然而，即使一分功德也必須經劫累劫地修持才能獲得。「我於如是功德分，纖毫亦未修生起」，這麼多的功德，想一想，自己到現在卻連一分功德都未曾積聚啊！

就一生而言，修行的時間非常短暫。如此短暫的修行中，我們應當努力去修持能夠成佛的因，也就是去修持能成佛的功德。如果沒辦法做到，豈不慚愧？豈不羞恥？現已得八閒暇、十圓滿的人身了，若不去修行，豈不是很羞愧嗎？所以說「此生獲得何其難，我令無義而已矣。」

未來之事不可得知，故無法估計未來，深刻反省自己曾經做過的事當中，我們都會以為自己做了不少，可是真正算一算，實際上並沒有做到什麼。所以這邊說（已三、觀已作未作之相）：

我未供養諸世尊，亦未曾設大施會，
聖教所示未隨行，貧匱意樂未令滿。

怖畏者未施無畏，衰損者未施安樂，
唯於母人胎藏中，生起大痛奇苦耳。

一旦來到這個世間，一旦入了母胎，等於一開始就給母親帶來痛苦了，

之後，無論你做什麼，都只有帶給她麻煩而已。想一想，既然過去都沒做，而現在可以做，那麼我就不可不做！這種思惟會讓我們生起勝解。

（辰二、勝解果 分二，巳一、不應於法捨勝解）：

我由昔時及今日，於如來法捨勝解，
故遭困厄有如此，何可於法捨勝心？

過去雖遇佛法，可是沒有修持，結果呢？使得自己現在事事不順、遇到種種不吉祥、自己的願望無法達成，甚至家業不成，目標沒法達成，這些都是以前遇到佛法卻沒有修持的徵兆。因此，現今既然遇到佛法，就不應該捨棄法。

「何可於法捨勝心？」為什麼勝解如此重要？為什麼我們應該生起勝解心？因為勝解心是一切善法的根本，這是能仁說的！所以說（巳二、明其故）：

一切善法之根本，是勝信心能仁說。

追究勝解心的根本，它是什麼呢？就是去修持業果、觀異熟，這邊說（辰三、勝解之因 分二，巳一、明）：

彼之根本復依於，恒修業果觀異熟。

無論我們聽聞佛法也好，做任何善行也好，動機非常重要，動機就是指勝解心。我們若想得到善的果報，就應該有正確的、善的勝解心，即正確的動機。若你想獲得解脫，則你所發的勝解心即屬中等。果報可分為，遍智果報、解脫果報和來世果報。其差別，完全觀待於你的動機和勝解心。因此，一剛開始的前行會影響到你的正行，前行即指動機、勝解心的階段。

問題：剛剛仁波切一直在講勝解這個名詞，勝解是指勝解心所呢？還是指我們對於惡果的了解？因了解精進心之功德，所生起的真正的了解，是屬於那一種？是心所？是五別境當中的一個心所？勝解是哪一種？

回答：勝解之前一定要有信心。先有信心，然後才能生起勝解心。信心是屬於了解這個階段，了解的這個階段是信心，之後才有勝解的心。在這階段，就信心而言，我們不一定要以現量去了解，它也有很多的次第啊！有伺察識的了解、比量識的了解、現量識的了解等，有很多的階段。

信心也有很多種，它後面的勝解心也有很多種。例如，我學《入行論》，對未來有那些幫助？先對這個了解，才具有信心。比方說，我相信學習《入

行論》，對修心上面會有幫助，慢慢地就會生起菩提心；依著《入行論》去修行，也會很好，這是一個果報。我若相信這個果報，那麼對於現在我們的學習就會有生起一個信心，然後勝解心就產生了。我喜歡這個果報，這個是勝解心，在尚未生起勝解心之前，應該先要有一個信心，相信做了這件事情以後，一定會有什麼結果出現，像這樣的彼此之間有一個什麼的關係，就是這個信心要生起。

問題：聽起來應該是屬於，我們對一件事情了解之後生起的一種信心，那麼跟我們講五別境當中的勝解就不完全一樣？

回答：也是有一點一樣。比如說，當我認知、了解這個碗的同時，我的識裡面也有一點點喜歡它的，喜歡的階段，我的心就跟它連在一起不會錯開，喜歡的階段就算生起了。剛剛這裡講生起的力量比較強的時候就稱它勝解。以業的順序來說，那種思的順序一直在，當它的力量很強的時候，我們就稱為業，若它的能力沒那麼強，我們就不稱它為業。

《入菩薩行論二十七》

講授：雪歌仁波切　翻譯：法炬法師　2005/12/18

第七品〈精進品〉可以分為兩個主要的部分，第一個部分是要斷除精進的違逆品的對治法部分，第二個是要增長精進的順緣的對治力的部分。所要斷除的精進的違逆品可以分為三種懈怠，第一種是還沒有開始做之前的貪味怠玩的懈怠，第二種是做時要斷除貪著惡事（非法）的懈怠，第三種是真正做善法時要斷除自認為自己做不來的怯弱。這些都已經講過了，我們現在已經要進入到增長精進順緣的對治力的部分。這個部分又可以分為以四力來增長，第一個是勝解力，第二個是堅毅力，第三個是喜力，第四個是捨力。我們現在正在講第一力「勝解力」的部分。

在第一七九頁將勝解力分為四個科判，仁波切講的是三個，第一是勝解境，這是就對境而言而生起勝解，第二個是就果的方面，第三個是就因的方面來生起勝解。我們上次講到第一八一頁「勝解之因」，就「因」的這一點來加以思惟：我們只要發起精進的話，就必然可以得到精進的果報，現在要認知自己具有這個能力，偈頌就世第一八一頁的最後一句，「彼之根本復依於，恒修業果觀異熟。」

譬如我們念一串六字大明咒，將來會感得現在念六字大明咒的果報，要如何知道我們會感得這個果報呢？就從現在念的這串六字大明咒的這件事的因上來了解，念這一串具有這個能力，將來可以感果。

我們要做任何的善行也是一樣，就是透過在因上的了解在因位的時候有這個能力，我們就可以相信將來我們可以感這個善行的果報，用這種方式來生起信解心。

任何法都是一樣的，任何的善行，「彼之根本」就是依於我們去觀這個業果，「恒修業果觀異熟」，修任何法將來會得到什麼利益，透過我們在開始的時候去了解現在所做的這件事有這個能力將來可以去感這個果。現在無論我們修什麼或念什麼，將來會感什麼果呢？就是靠我們去思惟業果的道理，就是你現在造什麼因，將來會感什麼果，透過業果的道理去思惟。

《廣論》中談到業果信心是一切安樂的根本，安樂的根本即是在對於業果的信心。科判是：「一切善樂所有根本發深忍信。」我們一直看我們做這個以後會感得什麼果報，這樣一直判斷的話，我們學佛的心一直會增長，或是想修法的心一直會增長，就一直會很順。所以，我們一直去看我們做

的這個因會有怎樣的果報，一直去看的話，這是修行佛法上面最根本的一個因，或者也可以說希求想修法的心從那邊會生起，也就是會生起希求心。

甲曹杰的註解裡面講得很清楚，下一句的意思是說：對於業果的了解比思惟空性還重要，因為對業果的了解可以增長對於空性的了解。 當你對於業果、緣起上面不斷地思惟，你思惟得愈細，就愈增長對空性的了解，而對空性的了解不見得會對於業果的道理有所幫助。有一些人會認為想對空性了解很重要，而對於業果好像就不在乎，好像變成無業果，這是一種顛倒。所以，思惟業果可以說是修道的根本，可以使得我們生起想要希求修法的心，也可以使我們生起精進修持的心，可以說思惟業果是一切修道的根本。所以，這邊才說：「彼之根本復依於，恒修業果觀異熟。」

接著就是要加以思惟業果，首先思惟雜業果，再來純白業果，第三思惟黑業果。在思惟黑白相雜的雜業果，首先提到黑業這一點，請看文（巳二、釋 分三，午一、思惟雜業果）：

一切諸苦心不樂，種種怖畏何由起，
諸所欲求恒不得，皆由先業罪行生。

譬如我們出生在這個世間，我們會感到身體的不樂、心的不樂，甚至會遭遇到人、非人的傷害，或是與親友、財物相離，所有這些怖畏、不樂是從我們先前所造的罪業而來的。

接下來講到白業的部分，請看文：

由善意樂修善行，隨其生於一一處，
於彼彼處彼福德，生功德果常現前。

依於往昔所造諸善業，我們現在可以獲得好的人身。往昔所造的善業就是能引的善業，之前所造的惡業就是能引的惡業，因此，雖然生為人身，仍會感到身心的不樂、受到傷害等等。現在由於往昔善業的關係，這一世得到好的人身，而且自己身心安樂，或者是財富、上供下施這一類的，這是由善業所引的。

若作罪行欲求樂，隨其生於一一處，
於彼彼處彼罪業，現諸苦報兵杖侵。

指出我們現在欲界增上人身的情形，我們知道造惡業一定是感惡果，造善業是感樂果的，如果想要得到安樂，絕對不可能由惡業而獲得，也就

是你造惡業絕對不可能有好的來生，你身心必然會有所不樂或受到傷害，我們在欲界的人身很多都是善惡摻雜在一起。

接著來思惟純白業果，請看文（午二、思惟純白業果）：

安住廣博芬芳清涼蓮花宮，餐飲如來妙音法乳長威光，
佛光開啟蓮花化生微妙身，住如來前稱如來子善業成。

「安住廣博芬芳清涼蓮花宮」這就是指像極樂世界或兜率天、色究竟天等等淨土，這是描述在淨土那邊的情景。在淨土當中出生是在蓮花中出生的，你的身軀是意生身出生在蓮花裡面，聽聞的聲音是法音，聽聞法音就會心生證悟正念。

「餐飲如來妙音法乳長威光。」「餐飲」不是指一般我們吃的食物，而是指嚐飲佛的妙法的聲音，「長威光」就是心生證悟。

「佛光開啟蓮花化生微妙身」，一般的蓮花在日光照射的時候會開放，這邊不是指這種，而是佛的光芒照射的時候蓮花開啟，他們就會在蓮花中生微妙身，以意生身的方式出生。

「住如來前稱如來子善業成。」在這淨土當中成為如來子、佛子，這是由純白業而成就的。

會去造作黑白雜染的業是由人、龍、餓鬼，還有天、畜生（龍是屬於畜生），這些眾生會去造作黑白雜染的業。再來思惟純黑業，會造作純黑業的眾生是墮到地獄中的，能引業是黑業，所引也是黑業果，此是講墮到地獄的情形。

請看文（午三、思惟黑業果）：

閻魔獄卒盡剥皮膚無餘堪憐愍，灼熱猛火溶化烊銅熱汁挹取注其身，熾然劍戟戈矛逼切身肢分裂成百段，拋墜極其燒燃熱鐵地上眾多罪所成。

「閻魔獄卒盡剥皮膚無餘堪憐愍」，在地獄裡面沒有穿衣服，好像又被剝皮，被剝皮的情況很悲慘。「灼熱猛火溶化烊銅熱汁挹取注其身」，獄卒還會用熔化的熱銅澆灌這個沒有皮膚的身軀。「熾然劍戟戈矛逼切身肢分裂成百段」，他們的手上還會拿著武器來切割這個身軀。「拋墜極其燒燃熱鐵地上眾多罪所成」，將這個身軀放在熱鐵所作成的地上。這一切是由純黑業來引生的。

我們在造業的時候，一開始一定先處在加行的部分，也就是還沒做之

前的意樂動機，然後再進入正行，最後做完了就會有究竟的階段。如果你在究竟階段生起歡喜心、回向，代表你整個業就圓滿了，不管是造純黑業或純白業都是一樣。當我們在造善業的時候，例如造純白業的時候，我們就要乾乾淨淨的去做純白業，也就是要小心去做，做完後要生起歡喜心，能夠生起愈強烈的歡喜心愈好，這樣你的純白業就會很圓滿。

請看文（午四、攝結）：

故於善法應深信，亦應恭敬而修行。

「故」字指的是前面已提及的三種業，在思惟了前面這個之後，就應於善法、純白業深生信心，同時也應恭敬而行，恭敬的意思指的是要小心而行、謹慎而行或殷重而行的意思。

問題：「午三思惟黑業」是屬於思惟地獄道的部分，那麼，「午二思惟純白業」是指思惟天界的部分嗎？

回答：不是！主要是指淨土。

問題：「午一」是指人等五趣雜居的六道，「午二」是指投生淨土，那麼，「午二思惟純白業果」有講到「住如來前稱如來子」，剛剛仁波切說是佛子這是指菩薩嗎？

回答：不一定是菩薩，佛子指的是佛的弟子，佛的前面的弟子，不一定是菩薩，也不一定是進入道裡面，凡夫也有。

這裡，我們思惟這三種結果，一個是我們會有對業果的信心生起，一個是對善行的深信會生起，另外一個就是當我們對雜業果、純白業果、純黑業果很清楚的時候，我們造業時會特別小心，儘量要做乾乾淨淨的白業的希求心會生起。因此有二種，一是對業果的信心，希求想做善行的深信會生起，另外一種即是恭敬修行的心會生起。剛才說「故於善法應深信，亦應恭敬而修行」，一是深信，一是恭敬，完全不會讓黑業進來，所以我們前面這三業果會產生二種作用：一是深信，一是恭敬。

前面提到四力，勝解力、勇毅力等二力指的是你尚未做任何一件善行事之前就要生起來的，「喜」指的是你正做的時候，即正行之際，「捨」指的是做了之後就應該要休息。

第二力是堅毅力，即指還沒去做一件事情之前要先去做觀察，就是去觀察自己做了之後將來是否能引生自己所要獲得的果報，另外一點是你要

去觀察自己是否有能力做得到。如果觀察之後，你發覺自己有那個能力做得到，你肯定知道自己可以做得到的話，就要下定決心去做，下定決心去做就是堅毅力。比如你要學《廣論》，我們一年有 365 天，你下定決心要在 365 天之內學完廣論。你可以自我觀察有沒有這個能力在 365 天內學完，若肯定自己有這個能力，就下決心去把它做完，所生起的這個力就是堅毅力。

《廣論》裡面有一些主要的主題，在一年當中，第一個月應該從那裡下手去修行，第二個月要從哪一個部分下手去修行好，第三個月在什麼部分要下手把它修行好，這樣分一分，一年當中我一定會進步。每一月要想好要看什麼書，一天當中看什麼、思惟什麼。這樣分一分，自己會覺得好像我有能力，我有時間，我能夠做到，這樣看了之後就下決心，這種就是堅毅力。

請看文（辰一、精進堅固 分二，巳一、未從事前當善觀察）：

依於金剛幢經中，從初應修大我慢。

初於自力應觀察，是應起行或不應，
不應起行則不作，已起行者勿退捨。

你已經肯定自己可以做了，所以從一開始就要生起大我慢，這個我慢不是煩惱的我慢，而是「自認為自己有能力做到」的我慢，這種我慢是我們所需要的，應該是我們說的自信心。

請看註解，**「廣金剛幢經六回向云：『天子譬日光顯現之時，不為陰雲及山嶺不平等過失所遮，於應照之處悉皆顯現，菩薩為利他故出現於世，亦不為有情之種種過失所遮止。』」**陽光的照射不會因陰雲或山峰所遮蔽，西藏諺語云「無法以日蔽天」。同樣的，菩薩是為了利益有情、調伏有情之故才出現世間，即使有情非常惡劣，也無法遮蔽菩薩利益有情的心。因此，這邊也就是鼓勵我們要生起這種勇氣，我們要去看有情的情形，有情是被煩惱內外所煎熬的，所以，當有情來傷害我們的時候，我也不可以因為受到傷害而心生退縮，反而要生起非常大的勇氣。

「初於自力應觀察，是應起行或不應，不應起行則不作，已起行者勿退捨。」要做任何事之前，要先自我觀察自己是否有能力可以做到，觀察之後若發現自己有能力可以做得到的話，就要開始做，開始做了之後，就要從頭到尾將它做圓滿，未達究竟之前不應輕易地輕捨放棄、退捨。若觀察之後發現自己沒有那個能力去做，寧可不要做，不要明知自己沒有能力

做而又要去做，那就沒有辦法完成。所以，如果觀察自己沒有能力做的話，就不要做比較好。

如果觀察自己有能力可以做得到，就要開始去做。在觀察時，如果發現自己不能全部做的話，也不要因此而覺得既然不能全部做就乾脆不做，也不能這個樣子，應該是看自己能做幾分就做幾分。所以，我們對於這裡講的意思要清楚：「我沒有辦法做圓滿，我就不做最好。」不是這個意思。而是我自己能力能夠做到多少，對於這一點要清楚，內心決定我要做。就是我們要沒有真正下決定之前，對於能夠做到多少要清楚，不要把沒有辦法做到的混在一起，否則我們的精進心會退失。所以，這裡主要講的是精進心。

接下來，如果你觀察自己有能力可以做，而且你已經開始做了，那就不可以半途而廢或輕言放棄（巳二、既從事已棄捨之過患）：

他生仍復如是行，罪業苦根感增長，
作餘事及得果時，終無成就趣微劣。

「他生仍復如是行」，如果你已經開始做了而又半途而廢的話，那麼你可能就會因習氣的關係，來世做任何事情或任何修行都會變成這個樣子的半途而廢，修行也修不圓滿。這樣子做了的話，就是「他生仍復如是行，罪業苦根感增長」，感受惡業的果反而會增長。「作餘事及得果時，終無成就趣微劣。」因為你已經養成這樣子的習性了，所以你的個性就變成那個樣子，做什麼事都是半途而廢，這樣子做絕對會做不好的。任何事一開始沒把它做好，做做停停，果報要成熟的時間就拖得非常的遠，所獲得的果報也是非常微劣、微薄的果報。

當你正式知道自己有能力去做也正式地做了，在做的時候就要非常堅定而做、堅定而行（辰二、既創始者堅固趣入 分二，巳一、總明）：

業及煩惱作止力，於此三法修我慢。

正做的時候對三件事生起我慢（自信心）。第一個是對於你所做的事要生起自信心，第二對於煩惱，要有我可以戰勝煩惱、對抗煩惱的自信心，第三是作止力，也就是生起我有能力可以做的自信心。所以，要對這三件事生起我慢（自信心）。

問題：業是指所做的事，第二個是可以戰勝煩惱，第三個是作止力，我有能力可以去做。那麼，第一個與第三個的差別何在？

回答：第一個指的是事情，從事情的角度看，不管多大我都要去做。第三個是指自己能力上面，認清楚自己的能力的我慢心。另外一個是對治，我們要對治的煩惱上的一種任何時候我都要戰勝它的慢心。

問題：也就是說：業指的是對境，作止力指的是有境，煩惱指的是有境煩惱的對治？

回答：對！

接著看（己二、別釋 分三）「午一、事業之我慢 分三」，請看文（未一、辦事業之我慢）：

謂此是我一人事，是為事業我慢性。

當見到自己所要做的事，不管它有多大，生起我都要去做它、絕對不會假手於他人、我絕對要由一個人去做的心，生起這種自信心、慢心出來。所做的事就是利生的事，利生的對境是有情，有情是無法自我成辦自利的，要成辦有情的利益必須由我來做，要生起這樣的思惟。

世人惑縛無自在， 不能成辦自義利，
能作他利不如我，是故我應作此事。

雖然有情是無量無邊的，看到要去利益有情這件事是這麼的大，可是，心還是不生退轉、退縮，而能生出一種自信心、慢心。

你要去做利益他人的事情時，要生起事業的我慢，做的時候你也不可以自己抬高自己。雖然這邊要生起事業的我慢、自信心，你不應認為自己做得到而他人就不行，把他人貶低，不可以用這種態度去做。譬如要幫助一個病人，你不可以認為這個病人是被我所幫助的，所以我的姿態比較高，他的姿態就比較低，不可以這個樣子，而是要對我所幫助的對象舉高，我是用著去做事的自信心去幫他。

所以，慢是從事情的角度看的，不是那個人沒有學佛很可憐、我比較高、我有學佛，不是這種的慢心。這個慢心是這個事情是我要做的、這個事情是我能夠做的、這個事情不管多難我都會做到的一種慢心，並不是做事情的時候去跟他比的話，覺得我修得很好，並不是這樣子。我們做的時候，好像他是比我更高的，我們一直以很尊敬、很恭敬的角度去幫他忙，這個就是事業的慢心，我們做的時候也要清楚。

請看文（未三、他人賤役亦為擔荷之我慢）：

他若作苦操賤業，我今云何可安坐？
若由我慢不肯為，我今寧可無我慢。

當見他人正做低賤的工作時，我們不去幫忙又怎麼可以呢？如果是因為煩惱我慢的關係而不肯去做，也就是因為自認為自己很高而他人做的是很低賤的工作而不去幫他的話，「我今寧可無我慢」，那麼，我寧可沒有事業的我慢。因為我們修行主要是要來折服煩惱的我慢，如果自認為自己比較高尚而他人比較低賤，因為這樣的我慢心而不去幫助的話，寧可沒有做事時的自信心、我慢。

接著看（午二、於能力修我慢 分三）「未一、於能力無我慢之過失」：

這件事自己有能力去做，可是你卻沒有生起去做的慢心或自信心，會有什麼過失呢？請看文：

若與死蛇相遇時，勝彼如金翅鳥行。

若我對治力微劣，小墮亦當受大傷，
由怯弱故捨精勤，云何能免於困厄？

當我們與煩惱對抗的時候，若心中想著：「煩惱的力量實在太大了，我們實在很難跟它對抗。」因此就生起怯懦心而把它捨下，因為沒有生起我慢心去對抗煩惱，所以你是無法免於困厄的，就是無法從煩惱當脫離出來的。

烏鴉在印度很多，這裡講的是烏鴉，烏鴉是很怕蛇的，西藏的說法是「金翅鳥很會吃蛇」。但是，蛇死了之後，烏鴉就不怕牠的屍體了，牠就會像金翅鳥一樣的勇敢。同樣地，我們的心就像蛇的屍體一樣，因為沒有清楚自己的能力，所以心就沒有這種慢心，總是覺得我沒有辦法做，我沒有辦法對治這個煩惱。如果這樣子的話，小小的煩惱都像金翅鳥一樣，雖然它本身是烏鴉，就會像金翅鳥一樣來。意思是：我們要認清楚自己的能力，在能力上面的慢心要生起，如果沒有生起的話，我們就好像蛇的屍體一樣，連烏鴉也會來欺負我們。

如果我們怯懦的話，那是無法從煩惱當中解脫出來的，所以對於自己有能力這件事情要清楚知道，並且要生起慢心。請看文（未二、修我慢之功德）：

若已勤修生我慢，雖有大力亦難勝，

是故應以堅毅心，勤行摧壞諸罪垢。
我今若為罪墮勝，求三界尊真可笑。

我們應該生起對抗罪墮和煩惱的我慢，「我今若為罪墮勝，求三界尊真可笑。」我們都受了菩薩戒，自稱是菩薩，如果在對抗煩惱、罪墮的時候卻退縮了，那麼，勝出三界的聖者們是會取笑我們的。剛剛說三界的佛菩薩會笑，另外，我自己已經答應「我要出離三界輪迴」，而當真正面對煩惱的時候，心卻很怯懦的話，這樣是不是很好笑呢？

接著講到「未三、應安住對治之我慢」，請看文：

我於一切皆超勝，不許有人勝於我，
一切諸佛獅子兒，應當如是住我慢。

對於一切的煩惱，我都應自認為自己勝於這些煩惱，不許有任何的煩惱戰勝我。獅子兒即是指佛子，一切往昔的諸佛、佛子都是住於如此的我慢而行，我亦應如是。這裡的我慢是比較接近煩惱的慢心，但是，主要是從自己的能力的角度去看的，有點困難去區分。

剛才講的是有能力對治的慢心，接著講的是「未四、不應起煩惱之我慢」，這種慢心是自認為自己比其他有情殊勝的慢心，這是煩惱的慢心。請看文（未四、不應起煩惱之我慢 分三，申一、訶煩惱之我慢）：

有情若為我慢摧，是煩惱非大我慢，
大我慢者不隨敵，煩惱為敵所自在。

對自己的能力有信心而生起的慢心是可以摧壞煩惱，但是，自認為自己比有情殊勝的慢心則是煩惱，它是會增長煩惱的慢心，並不是前面所說的能力的我慢。「大我慢者不隨敵，煩惱為敵所自在。」「我慢」的藏文是「我贏」的意思，能力的我慢就是我戰勝了煩惱的意思，這樣的大我慢是不會隨著煩惱而轉的。可是，自認為自己比其他有情殊勝的這種我慢是隨煩惱所轉的，是為煩惱所自在的。

接著看「申二、明其過患」

若由煩惱慢起驕，我慢牽引入惡趣，
摧壞人中諸勝樂，為他豢養做奴使，

愚盲可厭體衰羸，一切處中受輕侮。

我慢是「我贏了」，但煩惱的我慢卻是「我輸了」，因為你有了煩惱的

我慢，你的異熟的果報就投生到惡趣，即使投生在人當中，你的心也絕對不會快樂，因為你隨時都會生起嫉妒的心，隨時都有心病，担心東担心西，處在眾人當中，也不為眾人所歡喜，只要有他在的地方，就會有麻煩在，因為他會去擾亂別人的和諧。因為他的我慢心之故，造成別人不曉得要把他擺在高的地方或低的地方，不知道應該如何去處置他，等於是擾亂他人的和諧。因為我慢的緣故，他將別人看得很低，所以，來世的果報就會自己變得很低，當別人的僕人。又因為我慢之故，經常會去認為別人都比較不好，他自己比較好，所以他會去指責別人說：「你怎麼那麼笨！」他來世就變得笨笨的。身體也會非常羸弱、弱小，成為一位人見不愛的人，會長得很醜陋且被他人所輕視。所以，煩惱的我慢並不是「我贏了」，而真正的是「我輸了」。

接著看「申三、應斷彼」

我慢驕矜修苦行，若彼亦稱大我慢，
是為大可悲愍處，孰有下劣過於此。

如果以煩惱的我慢去修持，即使自認為自己有在修持，事實上他只是在修煩惱的我慢而已，他是全盤皆輸了，如果是這樣子的話，再也找不到比他更下劣的人了。

所以，前面一直說能力的慢心要和煩惱的慢心區分開來，煩惱的慢心不是真正的「我贏了」，藏人講的「慢心」是「我贏了」，而煩惱的慢心永遠是「我輸了」，而不是「我贏了」，事實上是煩惱贏了。所以，煩惱的慢心就不可以稱為「我贏」。這是前面所說的，現在講的是：如果一個修行者認為自己有修能力的慢心，實際上卻是生起煩惱的慢心，這就不屬於「我贏」的階段，沒有比他更下劣的，他就變成大輸家了。所以，我們修行時自己要認清楚：如果我是這樣子的話，我就是大輸家。所以就要斷掉這樣的想法。

接著看「未五、對治品我慢之功德」，

誰人為勝我慢怨敵修我慢，
此即具大我慢普勝大勇者。
此人於我慢敵能作摧壞故，
如眾生意勝者之果速圓滿。

這裡的「誰」就是指修我慢這個人而言，他如果為了要戰勝煩惱的我

慢而去修能力的我慢的話，那就表示他就具足了大我慢普勝的大勇者，他就變成了一位大我慢者，另外一個名詞就是稱他為大勇者，大勇者就是我們說的英雄。原因是「此人於我慢敵能作摧壞故」，因此稱他是一個我慢者，另外我們還稱他為大勇者，原因是「如眾生意勝者之果速圓滿」，就是他圓滿了自利和利他，所以，他已經圓滿了佛的果位，因此稱他是一位大勇者。

藏文的「我慢」是指「我贏」，這是以傲慢的目標的角度去講的，但是，真正就字面上去解釋的話，「我贏」就不是「我贏」，意思上面「我贏」就是「我輸」的意思。中文法本將這裡翻成「我慢」，覺得有一點怪怪的，「修行人可以稱為我慢者」感覺怪怪的。

《入菩薩行論二十八》

洛桑卻佩格西講授，法炬法師翻譯，2006/01/15

剛剛我去跟大格西，梭巴格西跟他用餐，才知道我的前世也跟他是同學，我以前不知道，我就增加了「有前世，一定有」(笑)。我常常…一些老和尚他們說我前世是什麼，他們這樣子提出來的時候「確實前世是有啦」，就這樣子想(笑)，所以就一定有來世，要小心(笑)。他說八十三歲…他今天說我的前世，就是在雪歌寺那邊，雪歌寺那邊本身辯經很好，所以我的前世在雪歌寺那邊讀的時候，可以說很好吧，所以來到色拉寺的時候，色拉寺就讓他跳級，所以跳級的時候，先會跳四年級、五年級，然後在那邊待了一段時間又讓他跳，就這樣子，所以確滇仁波切與梭巴格西差太多，了，梭巴格西比較大，但是我當過確滇仁波切的同學，梭巴格西又同學，他說跟他一起待了好像也是不少年；又另外一個叫堪珠仁波切，現在應該九十二歲了，他還在，所以跟堪珠一起考格西的，所以我跟梭巴格西一段時間，然後又跳上去，又跳上去高年級，那上面就一起考格西了。所以同學好像有很多的樣子，以前那個喇嘛袞卻格西，他也…我第一次來回去的時候，我去住新加坡那邊，那個時候袞卻格西還在，他也說「同學」(笑)，他們這樣提的時候，我心裡那種「前世」上的信心就會增加，哈哈；有時候這種傳世的名字有增加對於前世的信心，會幫助，這個有好處啦，哈哈。這位格西是色拉寺裡面…按照我了解的來說，比他高年年只有一個，剛剛講的九十二歲的這位堪珠，只有他，其他應該沒有，他是第二，幾年級那種班級來說他是…前任的色拉寺堪布也是他的弟子，那個前任的堪仁波切，現任的上次我們請他嘛，另外前任的堪布是格西騰月，騰月格西，他是我在四諦那邊請過他，這裡我們沒有請他嘛？他也梭巴格西的弟子，年紀好像差不多，騰雲格西是已經八十一歲吧，也是年紀很大。

我們現在是在講入菩薩行論，我們都說我們是一位為了饒益眾生而求證佛果者，所以我們必須要像菩薩一般，像大心力的菩薩一般，要去了解菩薩的行持，就必須要了解他的學處，菩薩的學處要透過聞思，才有可能入菩薩行的學處當中，所以我們來學菩薩行論就是要效法彼行，效法菩薩他們怎麼行持菩薩行的…我們也是一樣，要用這種的效法他們的行持而修的意樂來聽聞，不要想說我要來了解菩薩行，我只是要求取知識，或者說讓自己成為一個學者，只用這種目的捨棄眾生、有情的話，就跟學菩薩行相矛盾，也是奇怪的，所以我們要用善的、好的動機來聽聞。

學習菩薩行必須經過三大阿僧祇劫來修持，所以必須要生起很強力的，很強力的精進，這很重要的，生起精進的力量要非常大，這樣才有可能經過三大阿僧祇劫來行菩薩行。第七品精進品就有講到如何生起大精進力，要行精進必須斷除三種違緣，就是三種懈怠，我們先前已經講過，要去做四種順緣，也就是「四力」，這四力上次有講到，就是「信解力」、「依止力」、「歡喜力」以及「捨棄力」，我們現在應該是講到「依止力」的部份。

講到依止力，有說要生起「慢」、我慢的慢心，一個是對於業，一個是對於能力，一個就是對於煩惱生起慢心，現在講到一百八十八頁，對煩惱修我慢的部份。也就是對於煩惱處於任何時刻當中，我們都要生起「絕對不輸給煩惱」這種心，也就是「我絕對要戰勝煩惱」的這種心，這邊就講到：（午三、對煩惱修我慢 分三，未一、應生對治煩惱力）

若居煩惱品類叢，應需多方修堅忍，
如狐兔等避獅子，勿為煩惱所中傷。

這裡就舉了例子，獅子處在狐狸群當中 獅子絕對不會有害怕的心生起來，意思是我們面對眾多煩惱也不應該心生害怕，我們更要生起戰勝煩惱這種心，生起堅毅的心。也就是面對煩惱時，我們要生起勇氣，如何讓自己生起勇氣呢？也就是你心中要有種種滅除煩惱的方便，心中要有這些，要先去學習用什麼方便才能滅除煩惱，心中如果對於滅除煩惱的方便如果沒有的話，你當然就不可能生起勇氣了，所以這裡說「應需多方修堅忍」多方也就是從各個角度，從各種方式學習滅煩惱的方法。

我們還沒有生起煩惱之前，我們練習對治煩惱的方法，對治的方法要練習，所以練習的時候如果我生起這種煩惱的話怎麼樣、那種煩惱的話怎麼樣，沒有生起之前就先…很多的環境、情況，心裡就觀想，如果是這樣子的話我怎麼面對，他已經找到無量無邊的方法，所以他無論在怎麼樣的情況下生起煩惱的時候，馬上可以對治的，他能夠可以對治。不然的話，我們安安靜靜(在)山洞裡面沒有煩惱，但是下來就開始了，所以閉關的時候，「如果我這樣子情況出現的時候，我怎麼辦？這樣子情況出現，我怎麼做？我怎麼對治這種情況？」這些已經完全準備好了就完全不用怕，那很勇敢，他就什麼情況出現都不會怕，還有勇敢的力量、勇氣。近分未至定這個裡面有很多種嘛，分七種啦、六種啦、八種啦、九種，有這樣分的次第啦，以後講吧。…(藏文)如果這樣分的話，程度，近分未至定這個就分的時候，第一個是我們達到奢摩他的時候，這是第一個；然後，隨順的毗婆舍那的時候，第二個；然後，真的得到毗婆舍那的時候，第三個；然後，

開始對治欲界的煩惱粗的時候，可以說「大」，煩惱有「大大」「大中」「大小」，這個開始的時候就是第四個；另外，就是中的、中品；這個中的已經消掉以後，就開始觀察我真的那些已經消掉了嗎？他就開始出來，或是開始心裡想起來以前貪心的對境，瞋恨心的對境特別就故意想、會不會生起這個貪心？那就看一看，他就會觀察到「還有一點點」，「還有一點點」又回去了，這個觀察也是一種，回去就開始小的、欲界的煩惱小的有三種，這個把它消掉，小品，那就算(第)七個；然後，第八個開始的時候，我們會算是「初禪」，第八個就是「初禪」。剛剛我要跟你們講的是，要觀察嘛，所以觀察是，他有沒有真的修持出來就看那些以前生起煩惱的那些對境，接觸的時候還會不會出現？接觸的時候會不會出現要觀察，接觸的時候就出現的話，那就還不對的，所以我們禪修、修行的時候，特別要各種各的角度要想，如果我是這樣子情況出現的話，我怎麼面對？這些準備好了，剛剛講的這種勇氣的力量會出現，他完全不會怕，他心裡有一個勇氣，我怎麼樣的情況出現，不會倒，我不會摔倒。

下面就講到（未一、應毫不隨彼自在而轉）：

如人猝遇大危險，第一先當護其目，
如是若遭危險時，勿隨煩惱自在轉。

也就是說有時候我們會遇到一個非常危險的情境，那種情形就是我們會生起強烈貪瞋的對境，在那種時候我們都幾乎快要輸給煩惱了，這時候你就必須自己心中要很堅定，說「我絕不投降」、「我絕不輸給煩惱」，要有很堅定的那種心，這種堅定的心就比喻成好像要保護我們的眼睛一樣；比如說戰爭的時候，我們身上受傷，身上受傷的時候你就閉著眼睛，忍下來，就先閉著眼睛。遇到會讓我們生起貪瞋危險情況的時候，關鍵時刻的時候，你心要下定決心說「我絕不投降給煩惱」。

這時候有沒有生起煩惱？有生起啦！但是我們不可以投降跟著它，我們心不可以投降它，已經生起了但是心不可以跟著它，已經生起了，生起是就心一邊有生起，但是我們心整個力量，心的整個…心就一直跟隨它，我們不可以跟隨它，心還是心裡想「怎麼樣我還是不會跟隨它」我就一直會盡量保護我自己本身真正的內心；我們心裡有兩種，可以說真正的…我們會說有用「心」做事情，跟沒有用「心」但是有做事情，有兩種，所以「用心」的意思是內心、好像中心…做，就像這樣子，所以我們這裡就是這種用心…(不服從煩惱，應該可以說吧)不可以好像就…真正內心的那個就還是躲避它，保護它，外面的那個心已經生起煩惱嘛，但是內心、中間

的那個心還是逃避它，逃避就是逃出去，現在講的是保護它，主要是保護它，心裡有生起煩惱，但心生起煩惱的時候，真正的不可以…中間的那個…我們心裡，很喜歡的跟隨，不可以這樣子，不可以很喜歡跟隨它，我們還是就…真正的我喜歡…從內心喜歡的這種心還要保護它，這個是我不可以…(如果)這個心都影響的話，那個人就糟糕了，就變成我們自己很糟糕了，所以生起煩惱，但是中心要保護它的意思。這個比喻就是，如我果們打針或外面去一些…或者是人跟人就打架的時候，我們還是(無論)身體怎麼樣，眼睛還是一直會保護，一點點出來，眼睛就一直閉著嘛，就像這樣子，不可以傷害那個眼睛，所以不可以傷害真正的中間的這個內心，不可以傷害，其他外面的那些心傷害還好啦，可以恢復啦！(笑)

所以我們要發起這種特別堅毅的決心，決不去屈服、投降於煩惱「如是若遭危險時，勿隨煩惱自在轉」，生起來這種堅毅的決心，就是（未三、應起殊勝堅固對治意樂）：

寧可焚身或斷肢，乃至斷頭亦易事，
於彼煩惱怨敵前， 終不甘心為低首。
如是一切時處中， 非如理事終不作。

也就是身體寧可被火燒、被斷肢、被斷頭，身體不管被砍截成幾段，(也)絕不投降，要生起堅毅的決心，遇到煩惱的時候，決不歸順於煩惱、絕不投降煩惱。

我們說這四種力，「信解力」也就是在還沒有真正做之前所生起來的；「依止力」也就是你將要做、剛做的時候所生起來的；「歡喜力」是你已經做了，為了讓你所做不覺得辛勞、疲累，要不斷思惟你的所作所將帶來好的果報，這個是歡喜力。

歡喜力又可分為希求異熟果，一個是不希求異熟果；如果站在不希求異熟果這一點而言，也就是在「因位」的時候，你一邊做一邊生起歡喜的心，就好像這邊說的（卯三、喜力 分三，辰一、應勵力修善不求果報）：

如童稚求嬉戲樂，不問所作為何事，
彼於耽玩深愛樂，應當歡喜無厭足。

也就是像小孩子在玩耍的時候，一邊玩它也不求什麼，他就一邊玩，可是一邊玩的過程他就一邊感到很快樂「彼於耽玩深愛樂，應當歡喜無厭足」，也就是說菩薩當他在精進於三藏的時候，在三藏做作聞思修的整個過

程，他一邊做一邊生起歡喜的心，生起無厭足、一心去做的歡喜的心。

再來就是於果報有希求果報這一點而言，也就是（辰二、於果報作意而修善）：

為求安樂作諸業， 得樂不得不可知，
若作此業定生樂，不作安樂何由生？

就像世間人種田，他們種田是很辛苦的，可是他們為什麼在種田的時候不會感到很累？因為他們想到種田將來的收成會好的緣故，想到將來他們有收成的緣故，做的時候心中就不會累了；同樣的，菩薩在行菩薩行的時候想到暫時以及究竟無量無邊的果報的緣故，所以他心中生起快樂，就不會覺得很累，所以說「若作此業定生樂，不作安樂何由生？」就是菩薩在修菩薩行的時候，如果想到暫時與究竟無邊的果報的時候，他心不生歡喜是很奇怪的，應該是會生起快樂的。

所以一般我們世間種田，種田是未來、明年會不會收成、會不會好是不一定，但是心裡有這個希望就比較不會那麼累，菩薩們的果報是一定有，不會不一定，一定會出現的，一定會出現那麼大的果報的時候，怎麼不會快樂呢？一定會快樂！一定會快樂的意思是，要生起歡喜的心。

問題:菩薩在行持的時候，一個希求果報的心，一個不希求果報的心，兩個會同時生起嗎？

回答：不可以說不希求，我們是說，從因的角度，沒有看果報，從因的角度也要生起一種快樂；看果報的角度又要生起一種歡喜的心，所以歡喜的心可以生起兩種。

問題:一種從因的角度，一種從果的角度？

回答：對。

問題:不希求是從因的角度？

回答：不希求的意思是我們就…不是「不要希求」的意思、「不可以希求」的意思，不希求的意思是他「沒有希求」而已，他沒有希求果報，他心裡沒有看果報，他只看這件事情做的時候就自然很喜歡。比如說小孩子玩的時候，這件事情開始就很喜歡了，完全沒有看未來的果報，這個當時開始做事情就喜歡了，佛菩薩也是修行的時候，當時就會一個喜歡，這是

不希求的意思，就是這個，不是「不可以希求」，一個是「要可以希求」，不是這種意思。

問題:…不是要「三輪體空」嗎？為甚麼要去想果報會怎樣？這是第一個問題；第二個問題是行善佈施的動機與你「懂得佛法」去行善佈施，差別是很多的嘛，一個只是世間的善法，只是有一個果報，是差很多的，這裡的話怎麼來看？

回答：剛剛「不希求」的意思要清楚，「不希求」跟「希求」這兩個都要修的，這裡講「不希求」的意思不是「不要希求」的意思，「不希求」的意思是那時候心就自自然然，很喜歡做這個事情，這種歡喜的心；修行的時候，自然就…本身這個事就很興趣的了，(所以)兩個都要，兩個都要生起，一個是修行的時候，本身修行這個事情上面很喜歡，他沒有看果報，他只是一個這個事情上面他很喜歡。

另一種，從果報的角度，就另外一種生起歡喜的心，這個比喻上面就比較清楚了，用這個比喻的時候，小孩子玩的時候他們有看一個目標嗎？沒有！他們就事情開始他們就快樂了，這個玩的事情開始時就快樂了，沒有未來…什麼的，都沒有什麼想，他一開始這個事情…本身這個事情很喜歡了，這個清楚的話，你的另一個問題就才會清楚，這個沒有講清楚的話，那就可能會混在一起。剛剛另外那個是， 我們佈施的時候，自己沒執著的心，菩提心或者全心全意的自他相換，這樣心當下就照顧他的話，我心裡是一直要幫他，生生世世想幫他，已經有這樣子一個心，這個心當下沒有…心裡沒有什麼特別想這個果報「我要成佛」，我沒有想！但是他心裡就是全心全意把我們心裡、我這個愛是生生世世一直重要…我們現在(自他)相換了之後，對他生生世世重要，對他的事情很重要，這樣的心當下我們佈施的話，沒有特別想果報，他只是喜歡這個事情。

比如說，我愛執的時候，不需要特別想我來世是怎麼樣，我愛執就表示我很愛我啊，就像這樣子對他，整個我愛轉過來對他上面，轉過來重視他，重視他的時候這樣子很喜歡，這是剛剛第一個，沒有、不希求就自自然然想做這個事情，這也是很正確的啦，那我們一般世間的也沒有這樣子，世間做的時候，我喜歡…我的想法很重要，沒有(從)他的心的角度看，這是我喜歡做這個事情，所以我做的，這我的想法為主，不是對他幫助的角度，所以這個就又不一樣了。

下面就看菩薩對於這些異熟的安樂生無厭足，不會厭惡的無厭足：

如嗜刀鋒所沾蜜，若於諸欲無厭足，
異熟安樂及寂靜，於彼福德有何厭？

就好像說在刀鋒上一點點甜甜的蜜，這些蒼蠅、蠅蟲為了貪著刀鋒上甜甜的蜜的緣故，不顧自己是否會被刀鋒所傷就會去舔，都無厭足；菩薩可以獲得異熟、安樂以及寂靜的安樂，對於這些五欲，輪迴當中色、聲等這些五欲，又怎麼會在乎這一些呢？他們所要追求的是更上一層的寂靜、安樂。清楚嗎？這是菩薩得到未來會得到的這個「樂」，這個圓滿的樂是很殊勝、很不可思議的；我們凡夫眾生，一點點的樂，不滿足的話，不滿足當下，一直歡喜的話…菩薩他們看到那麼殊勝、那麼無量無邊、那麼圓滿的樂，看到之後當然就更多歡喜，不可以說不滿足，不滿足這個字眼有點貪心的感覺，一直會歡喜，一直會再來，一直會歡喜地做，所以這個意思是，主要是希求看到未來的果報的話，就還更歡喜的心、更強的意思。

再來講到說，為了圓滿果報的緣故，所要更努力去修行、去完成自己的修行，更努力完成所作，而使得這種無厭足的心更加強，對自己的圓滿果報生起無厭足的心、更加強，就好像大象口渴的時候牠也會要去喝水，很熱的時候，牠也需要去喝水，也要跳到清涼池裡面去喝水，菩薩見到他圓滿的果報，他會更努力去做他所該做的事，這邊說（辰三、配釋歡喜力）：

如象夏日行當午，遇清涼池即躍入，
如是為成所作業，於彼事業應趣行。

這個就是菩薩。大象牠本身就是要水的動物嘛，要水的一個動物，但是要水也有「希求」的心，會不會強是靠牠的情況，比如說天氣太熱，口特別渴，這時候要求水的心就強，像這樣子，佛菩薩就是看到未來的果報那麼殊勝，一個佛陀的果位；看到了佛陀的果位之後，看到圓滿的時候，他這個行為、菩薩行要趕快圓滿，果報才會圓滿嘛，所以他看到果報圓滿的時候，就還更強，更想把因種圓滿，趕快種得究竟圓滿，把修行趕快修行好，因為他就剛剛講的那個大象，天氣特別熱的時候，牠趕快要…希求的心，趕快要水嘛，所以要水的心就還更強，就這個比喻。

以上是「歡喜力」，接下來是「捨力」，也就是說菩薩不可以依著他的歡喜力，因為要去圓滿他的所作，就一直做一直做，這樣子到最後可能會生起懈怠，反而會成為一種…到時候反而會生起怯弱；菩薩雖然要為了他未來的果報要努力去做，可是有時候也要給自己放假一下，這樣才能讓他的精進力持續，讓他的精進持續做下去。

我們說「捨」就是「放下」的意思，放下可分為暫時的放下休息以及你完全事情做完了的放下，這不一樣的；如果在持續精進的過程，如果產生了你無法持續精進的時候，你在這時候就要暫時放下，暫時休息，而不是說你不該休息的時候你去休息，不是個意思，而是在那種你已經無法持續精進下去的時候，你的精進已經快要退轉的時候，這個時候你就要暫時放下休息。

好像我們一直精進的話，這個精進就會變成退下去，太用功了就會造成退、造成不想做、造成…正面的來說，精進太強的緣故就會累，應該就是會累！累是怎麼樣累呢？不想做的這種累，這種就不可以說是精進，這個時候，這種精進就障礙，那麼強的精進力變成障礙，所以那種精進就要停下來，那種精進就有隨順剛剛那個…我們的精進就會「倒」，精進就會「弱」，所以這裡有一點點…他本身看起來是精進，但是他就害到…摔倒，他就幫助…心裡就會很累，不想做，這種心就生起，如果我們的精進會這樣子跟這樣子有關係的情況出現，有關係的話我們就停下來，不可以隨時都可以停下來的，我們就說這是「捨力」，那我們「捨力」的精進什麼時候要修，這個要清楚，那你們就會說「喔！我現在是『捨力』的精進」，那就常常會「捨力」的精進，哈哈！這個時間要清楚啊！

三種懈怠裡面，第一種叫什麼？不想做的這種。一個是完全不想做、一個是做但做的事情錯了、另外一種是沒有錯但是做的時候覺得自己沒有能力，有三種，第一個是完全不想做的，這是什麼懈怠？那就「完全不想做」的懈怠跟捨力的精進不要放在一起。(就好像)睡覺也有精進喔，哈哈，你們想修精進的睡覺也可以(哈哈)。

剛才的暫時捨就是（卯四、捨力　分二，辰一、暫時捨)：

若力疲極所隨逐，為易作故當暫息。

再來講「辰二、次第捨」，將它完全放下：

善攝持者善完成，轉希後後非所應。

也就是比如說我們對某件事已經了解了，你不需要再花時間去想、去學習，這樣浪費時間，也就是對於你已經做完的事，你就應該放下，然後再往前走；已經完成的事就把它捨下、放下，再往爾後該做的事再往前走。

到這邊為止，已經把四力講完了，也就是說菩薩要行菩薩行的時候，要依於這四力而行，除了依四力而行以外，還要配合正念和正知而行。

剛才我們講到要配合正念和正知，第一個就是「不放逸」，這邊「敬慎恭謹」就是不放逸而言，這邊不放逸就是「不渙散」的意思（丑二、以正念正知恭謹修行 分五，寅一、敬慎恭謹）：

猶如宿將遇敵時，臨陣交鋒兵刃接，
應避煩惱利刀鋒，對治盡殲煩惱敵。

也就是說要依著不放逸的心、不渙散的心，非常謹慎小心的讓自己處在善心的狀態中；也就是說當你面對惡業、或者煩惱的時候，跟惡業、煩惱在做正面對抗的時候，你要很謹慎小心，以不放逸的心來做。

再來講到要用正念和正知，「正念」也就是指「不忘記」，也就是你要做某件事之前，你必須先有所計畫，第一步要怎麼做、第二步要怎麼做；比如說要對抗煩惱，我們應該要如何對抗煩惱的這些方法，就不忘記這些方法，這就是正念。真正在做的時候，你的心有沒有照著你的計劃，如計畫進行，或是你的心有沒有渙散到外境去，這時候就要用「正知」去偵查、察覺，如果察覺得到就馬上將心鉤攝回來，所以像這邊說的（寅二、存正念知）：

如人臨陣墜其刀，怖為倉皇急拾取，
如是若遺正念刀，怖地獄苦急持念。

如果正念的力量退失掉的話，就好像重了毒一樣，將會被煩惱所侵入，這邊說（寅三、依念知力勿令罪有隙可乘）：

如毒箭傷身出血，罪毒速疾遍全身，
如是若得小暇隙，罪毒速疾遍人心。

就像毒進到我們血液當中，這血液很快就會遍滿我們全身一樣。

正念很重要，這個正念的意思是怎麼樣對治煩惱，或者是我以前的規劃、我這樣子情況出現的話我怎麼對治煩惱，這種一直記在、心裡一直黏在一起、記住、或者心就一直黏的方法，這種方法也可以說是「正念」，那我們這樣子一直黏，心就一直沒有這樣繫住…所以我們心就沒有這種方法跟心黏在一起，是誰黏在一起？正念讓我們黏在一起！沒有正念的話，心裡面沒有正念的緣故，煩惱就會進來，所以沒有正念就很恐怖，沒有正念就沒有一個保護，保護心的一個…這個就不在，所以煩惱隨時都可以進來，一進來又沒有擋住它，擋住的力量就沒有，擋住的力量沒有，煩惱一下子就會遍佈全…就像剛剛那個比喻一樣。：

我們要如何依止正念？就像這邊說的：

如人擎器滿盛油，膾者持劍伺其後，
溢即殺之愕然怖，持戒謹畏應如是。

就好像有人在後面拿了一把劍，某個人要倒油，如果稍微溢出一點點，他就要殺他的話，他一定會謹慎小心去倒油；菩薩也是一樣，菩薩在修菩薩行的時候也是一樣，隨時隨地依著正知正念觀自己的心，看自己的心是否有離開菩薩行，隨時用正知正念來提醒。

再來講到如果我們沒有小心謹慎地做的話，可能就會產生想睡、懶惰這些懈怠，這些懈怠就是生起煩惱的因，所以要去除這一些懶惰、懈怠的時候，就好像這邊比喻說的（寅四、罪舵發生無間即應遮止）：

如有毒蛇來懷中，急當狂駭而驚起，
睡眠懈怠若來時，亦當如是勤遮止。

就像蛇入懷中的時候，我們一定馬上站起來趕快把它抖掉一樣，同樣的，如果睡眠或者懶惰、懈怠生起來的時候，如果我們不趕快將它斷除的話，那我們就會引生懈怠這種情形。

睡、懈怠不可以說它本身是不對的，但是它會帶煩惱，所以蛇有毒嘛，不可以說蛇本身不對，蛇有帶毒，蛇有毒，蛇我們為什麼怕它，它有毒；我們這個也是一樣，想睡、懈怠那些不可以說它本身有問題，它會帶煩惱，它來的話就馬上站起來，跳起來，洗澡、頭要沖水啊！ 也可以(想)我們心裡比較歡喜的，一想到會歡喜的一些想法，就把它想一想啊。

如果發生有懈怠、睡眠的時候，我們自己應該馬上思惟它將會帶來什麼樣的過失、果報，然後要自我訶責，或者說：「我怎麼可以這樣子做！」也就是要自我敦促，同時要自我許諾爾後不要再這樣子做，所以：

一一罪墮出生時，恒應於己嚴訶責，
思惟我自今以往，無論如何不再作。

以上最主要就是講到要好好運用正念和正知，如果能夠運用正念和正知，我們的修行一定會好的；如果能夠善為運用正念和正知的話，我們將可以值遇大乘善知識，即使沒有親自值遇大乘善知識，我們也可以追隨他所宣說的法而做聞思，這邊也就是生起「即使我沒有值遇大乘善知識的話，我也要努力追隨他宣說的法而做聞思」的心，就是（寅五、於應作事應當

勵力）：

應思云何於此時，能得修行持正念，
以此為因於善士，或如理事起欲心。

所以我們的正念跟正知…要得到正念跟正知的力量，要增加正念跟正知的力量，那些要增加、要得到的話，比如說要得到正念，我們先要了解，沒有了解一個法的話，怎麼有一個正念？正念是了解了之後不會忘掉就是正念，了解了那些把它規劃下來怎麼做，這種是正念，所以我們要有正念，或者說我們要增長正念的力量、能力，一定要有老師，或者我們要聽老師的宣(說)，他所寫的那些論文我們都要看，所以這裡講的是正念跟正知很重要，正念正知很重要，當然老師很重要，因為正知要有正念，才有正知；要有正念前面要有了解，不了解不可能有正念，要了解當然要有老師，像這樣子一個次第。

以上就講了正念和正知，在正式修行的時候，我們雖然有了精進、正念、正知，可是修行要能夠自在的話必須要有輕安，所謂要有「輕安」也就是在正式修的時候，不會感到疲累（丑三、修行自在 分二，寅一、身心極調柔故於善法輕舉）：

昔人云何作善事，事事踴勤具雄力，
如是無逸念先哲，自身振奮而輕舉。

剛剛前面是「精進」、「不放逸」、「正念」、「正知」我們剛剛這樣有次第來，所以那些都要生起， 心裡生起那些，生起了之後就像歡喜醒過來精神非常好的樣子，醒過來就進入善行裡面，進入菩薩行裡面，所以這裡就講好像醒過來…第四句講…振奮，精神非常好；所以如果是這樣子的話，那慢慢就會「完全不累」…「完全不累」靠的是精進的心，精進歡喜的心一直增加的話，後面就會生起「輕安」，後面就完全不累，這個會出現。

我們做任何善事的時候，不單要有前面說的這四種力的精進，同樣的也要有不放逸、正念、正知，也要有輕安，也就是要有這種歡喜、好樂的心，對於所要做的善事要有歡喜、好樂的心，就好像早上醒過來的時候，那時候精神奕奕、非常有精神、精神奕奕那種振奮，用這種精神去做你要做的善事，而且這種心態要不斷的，數數去做。

我們心會不會累、會不會生起輕安的力量，靠我們做這個事心，我們修這樣一個心的時候，修行的時候會不會歡喜的心，歡喜的力量多強，歡

喜的力量很強的時候就完全不累，「輕安」的力量才會出現，所以我們歡喜的力量越弱的話，那就後面的「輕安」不可能會出現，為什麼呢？沒有歡喜的心的話很容易會累，當然，累的話就不可能有輕安了。歡喜的心增加的話，心(就)不累，心不累，就會身體不累，先生起心裡的輕安，然後就身體的輕安--身輕安，身輕安後面—「身輕安樂」，身輕安樂後面就「心輕安樂」，心輕安樂後面就還更歡喜，另外一種歡喜。

如果已經得到身心輕安的話，就可以做善事、善行的時候就可以非常自在了，就比喻（寅二、法喻合）：

如風飄揚去復來，於兜羅棉自在轉，
由歡喜心自在轉，成辦善事亦如是。

這邊就比喻好像是羊毛，風吹來就飄過去，吹過去就飄過去這樣子，如果身心得到輕安的話，那麼身語意三門不論所作是何、所作的時間多長，都不會覺得累，因為是「由歡喜心自在轉」的關係，所以怎麼做都不會覺得勞累。

所以，棉花它不會說：「風太大了我累了，我一直現在飄到南邊，飄到南邊了我太累了！」不會想嘛！風吹到哪裡，它隨風飄的。

所以一樣，我們得到輕安樂以後，我們的身語意就不會什麼累，我們帶到哪裡，他們就會跟著走，他們不會說：「我累了！」所以那時候就圓滿精進的力量，精進的結果是輕安，我們應該有講…奢摩他裡面應該有講，「奢摩他」裡面是先有信心、欲求、勤（精進）、輕安…在斷除五過失、勤修八斷行中的「五過失」裡面第一個是懈怠，對治懈怠有四個，四個是剛剛講的，信心、欲、精進、輕安，所以這個輕安是精進的結果，這四個有次第，信、欲、精進、輕安這四個圓滿的話，懈怠才會斷掉，所以第七品講要斷掉懈怠，要斷掉懈怠我們就要有這四個，所以現在最後面講「輕安」原因在這裡。入菩薩行論廣解佛子津梁釋明精進品第七。

問題：昨天講「緣起讚」時，翻譯不斷提到「緣起」，一切法都是緣起，可是我們知道一切法裡面有世俗諦、勝義諦也有常法及無常法，他們緣起上都是一樣的嗎？以「緣起」的角度來談的話，都一樣嗎？

回答：「緣起」這個字的意思很廣，所以「所有一切法都是緣起」這個講的是對的；又另外一種，我們用緣起當空性的理由，這種就是角度很寬的緣起，所以主要的是什麼呢？主要的是我們心所有的對境、法，我們從

內心稱它，內心稱它，它才產生的，我們內心安立它，主要是這個角度，這個是最細的，緣起比較細的；它本身怎麼產生，也是有從內心影響的，比如說前幾天我們有講「十二緣起」是粗的，比空性理由的緣起跟我們平常講的十二緣起，這兩個緣起也有關係啦，所以十二個緣起我們看一看，我們講十二緣起的時候，無明造作出來就變成後面很多環境，輪迴就會出現了，所以外面的那些環境也是跟心有關係，跟我們內心有關係，所以十二緣起我們看一看，也是有從內心安立它或者從內心造作出來對境…這個輪迴，也可以這樣子講，所以剛剛講的「比較細的緣起」，主要是講「內心安立它的才產生」，法是怎樣產生？是由內心安立它這個為主，所以一切法上面涵蓋，可以包含所有一切的法；十二緣起講的只有「無常」，它只有事物上面，沒有常法，常法上面沒有關係，你講的是這個嗎？

問題：在第二個科判裡面有談到說，讚美佛、思惟去造作了解緣起就是空性，為什麼要特別提到思惟這個部份？是指佛還沒有成佛以前的修行過程的讚美，還是特別是成佛以後宣說的時候要再造作？

回答：「思惟」這個我就有問題了，應該不可以說「思惟」，應該是可以說「同意」，有一點點同意，好像我們…或者是他認(同)這樣子…比如說，有很多宗派、導師，宗派的意思是，我很廣的講，宗派的意思是佛教、有很多宗教…我們這個世界有很多的宗派，有很多的導師，他們也會講法的本性、本質，也會講空性，但是他們不會同意空性是緣起的，所以佛本身就把這個連在一起，同意的當下就講出來。

問題：他是宣說空性與緣起是「同義」的？

回答：他「認同」，我們常常講是「主張」。有很多導師不主張這樣子，所以釋迦牟尼佛他(主張)法的本性很深的空性，我們一般用的「緣起」，意思不會分開，他就連在一起，他主張這樣子當下就講出來，所以我們讚嘆他的語言，不是讚嘆他的智慧，我們主要是他講的時候，他自己有這樣子一個主張當下講，這個很神奇，藏文字看的時候就有一點點…藏文「寫」是講「主張」，主張的意思也有一點點是…主張的意思是看「寫」的時候，看「講的時候」，不要「寫」主張「是不是他信什麼」，我們不要(這樣)講嘛，這個他「寫」、或者是他講，這個時候，他有這兩個是相同的，這兩個意思好像是「同」，相同的這種，他主張，所以主張的意思是，也是贊美他的「語」。

問題：所以第二個科判就是特別讚美佛陀「語」的功德？

回答：對對，他這樣子講是很神奇，很神奇，看那麼多的導師，那麼多宗派的導師都沒有講這樣子，所以這個講法是他主張的，就很神奇，主張這樣子當下講的時候，當然就融在一起會講嘛，好像這兩個意思就同義。

問題：還有一個問題，昨天講到第十六偈，特別在這地方講如果能夠了解緣起、空性的周徧關係的話就可以得到解脫，又加一句「可以得證阿羅漢果」為什麼這個地方要特別指「阿羅漢果」？它這個是有次第性的講法嗎？

回答：應該不要說「阿羅漢」，藏文裡面只有講「解脫」。「解脫」是什麼？佛也是解脫、阿羅漢也是解脫了，阿羅漢是可以當例子。

《入菩薩行論二十九》

洛桑卻佩格西講授，法炬法師翻譯，2006/02/12

靜慮度（止度）和智慧度可以說是六度當中最重要的，所以，在《菩提道次第論》當中就特別提出來講這二度，靜慮度可以說是共道，如果一般講勝觀而已也可以說是共道，我們就不要去談了悟對境空性的修持法，只就一般的毗缽舍那而言，它也是屬於共道。所以，在這二度當中，可以說也有具足菩薩不共的修持。

我們在修靜慮度的時候，如果是站在不共的角度而言，在修它之前必須要先具足布施、持戒、忍辱、精進和智慧等五度，如果就共的奢摩它的角度而言，那就不需要了。

我們這邊所說的靜慮度可以說是圓具了共和不共的靜慮度，在這個階段我們既然要修持靜慮度，所修的是不共的而言，在不共裡面含有共通的部分。在我們要修靜慮度之前，首先要生起精進，就像第一九七頁所說的（辛三、學共不共止所攝禪定之理 分二）（壬一、釋論文 分三）（癸一、教修禪定 分二，子一、應修止之因）：

如是精進生起已，應當心住三摩地，
人若其心極散亂，如居煩惱齒隙中，

由於身心寂靜故，種種散亂不能生。

是講到它的原因。如果我們生起精進之後的心處在散亂當中，那麼，自己發起努力精進所修的善行可能就會被散亂所吞噬。這邊說「人若其心極散亂，如居煩惱齒隙中」，就好像是居住在煩惱的牙齒縫隙當中，很快就會被吞噬掉了。如果我們的心很散亂而身又處於非常雜亂的環境當中，那就很容易渙散到貪欲當中，意思就是我們的身應該遠離喧鬧的地方，心則應該遠離妄分別心。

這邊講到的後面四句，「人若其心極散亂，如居煩惱齒隙中」主要是講到沒有禪定功夫的過失，所以，我們要去思惟沒有禪定功夫的過失，多去思惟的話，我們就會生起希求的心，「我要禪定！我不禪定不行！我一定要修持靜慮度！」

「人若其心極散亂，如居煩惱齒隙中」這兩句就指出：如果沒有禪定的話，就將會有這樣的過患。下面兩句是「由於身心寂靜故，種種散亂不

能生」，這就指出：如果有禪定的話，就會有這樣的利益。

我們不管做什麼修行都是有這樣的次第，以發菩提心來說，我們心裡要先生起「要成佛」的心，第二個則是「能成佛」的心，第三個是「我確定要走這個路」，不管是在哪一個修行當中，這三個次第都是很重要的。

以來世暇滿人身來說，先要問：我來世要不要有暇滿人身呢？再來問：我能不能做到呢？先清楚了「我有能力做到」，然後希求的心就會更增加，知道只要精進去修就一定能夠做到，然後就會一心投入。簡單來說，這三個次第是很重要的。要成佛，能成佛，到「能成佛」的時候才是發菩提心，「要成佛」的時候還沒有發菩提心，我們以前講過，「能成佛」是看到未來的佛，「要成佛」時則只有希求而已，並沒有看到，只是「我想去那裡」，至於「怎麼去」及「能不能去」還看不清楚，那時就還沒有發菩提心，真正發菩提心是很清楚「我能成佛」，我們看到了未來的佛，下定決心的發菩提心就會生起。我有能力成佛，我看到了未來的果報，後面就是行菩提心，然後就開始菩薩行。

以我們自己內心貪心的問題來說，我要不要離開這種煩惱？這是我們常常會希求的但是，對於「能不能離開煩惱」不清楚的話，「要」跟「能」之間就有距離，我們就會不想修了。此時我們就要透過修行的當下對於「能」的部分越來越清楚，然後自己投入的心就會越來越強。

我們平常說修了會有什麼功德及不修會有什麼過失，這是我們心裡要生起「要」的心，而並不是「能」的心，「要」的心生起也是有幫助，但是，如果還沒有生起「能」的心的話，我們還是會懶洋洋的，雖然是要，但是馬上會自己回答「我沒有能力」。

這一段就是講到修禪定的功過，由於指出了修禪定的功過是什麼，我們去思惟了之後，就會下定決心要去修。甲曹杰在科判裡講到應修止的原因時就講到：我們透過思惟功過而去了解到我們應當修止的原因。

既然心中已經生起很強烈的欲求禪定的心，下面就再告誡我們應該要怎麼做。請看文（子二、教斷止之相違品）：

是故應斷世間法，亦應捨離諸分別。

也就是要捨離世間法，身要遠離喧鬧之處，心要捨棄妄分別心。

既然想要斷離貪著世間的喧鬧的話，我們就必須要了解喧鬧的因到底

是在哪裡。請看文（癸二、斷止之相違品 分二）（子一、離世間憒鬧等 分二，丑一、辨世間貪著之事）：

由貪染著財利等，故於世間不能離。

也就是我們會先貪著此世的我，仁波切以他自己為例，先會去貪著雪歌仁波切，然後為了他好的緣故，所以就需要好的名聲、車子、房子、好的東西等等，更進一步則會需要他人的恭敬利養，這都是由於貪著補特伽羅這個身的緣故，因此，心就難於捨離這個世間。

我執有很多種，有一種是今生、來世、來世的來世都涵蓋在內的，也有另外一種是只有今生的想法，比如我要有房子、車子等等，這是為了什麼呢？這並不是為了來世的我，這是為了今生的我，這是執著於「今生的我」上面的執著心。「今生的我」上面的執著心完全都沒有看到未來，好像對於「有沒有來世」並不是那麼有信心，所以對於眼光很短的上面的我執是很強的，從這裡就會生起對於喧鬧的貪心。「我要房子」對於來世並沒有幫助，但是，我還是執著，我沒有看到未來，我只有看到這生而已，因為對於這上面的貪心的緣故，就會去貪著短期的需要。如果我看的是長期的話，我就不會去看房子、車子等等，雖然還是會貪未來的人身等等，但是，我貪著的是有一點意義的並不是那麼短期的、不穩定的。

所以，我執有兩種，一種是對於今生的執著心，另一種是對於來世的執著心，我們對於這一點要清楚。這裡講的是我們對於今世的我上面的貪著心，然後就生起對於房子、車子、名聲等等的貪心。因為這兩個的緣故，就會有一大堆的喧鬧生起，我們就沒辦法離開這些喧鬧，這是第三個，第三個就等於是果報。

（丑二、如何斷之 分四）（寅一、辨對治相 分二，卯一、勸應斷貪著）：

是故欲盡斷貪等，知者應當如是知。

依於這兩種貪著，就是對於內外的這兩種貪著，因此，我們很難捨離世間的喧鬧，為了要斷除世間喧鬧的緣故，應該要依於能斷除的對治法，這邊就告誡我們學智者是如何做的，我們既然也想要斷除貪等世間喧鬧，就應該要如是如是的做，下面就會闡釋出應該如何做的方法。

要滅除這兩種貪，必須要由成辦奢摩他（止）才有辦法，所以，修止是非常重要的，它不但可以滅除掉貪，也可以滅除掉渙散，如果沒有止的話，也就一定沒有觀，沒有觀就不可能斷除煩惱，如此一來，既沒有羅漢

果可證，也不可能證得佛果，也不可能入道，也不可能證得寂滅。所以，我們現在為了要斷除貪的緣故，就必須要依止「止」，這樣就可以暫時將貪壓伏住。請看文（卯二、辨能斷貪著之對治法）：

已知先須具足妙止已，始生妙觀遍伏諸煩惱，
故應最初先勤修妙止，現前成就不貪世間心。

既然我們的心要滅除內在的貪著有情及外在的貪著利養恭敬等二種貪，所以我們就需要止，要修止就需要先去觀無常。請看文（寅二、生起對治之方便 分二）（卯一、離內貪有情 分二）（辰一、貪之過患 分五，巳一、勿遇可樂事）：

若人自性是無常，現前復貪無常法，
彼於千生流轉中，欲見所愛不可得。

這邊說的內在的貪就是指貪著有情，而有情就包括我們自己，乃至其他的補特伽羅或親友都包括在內，如果這個有情本身是屬於無常而又去貪著無常法的話，可能就變成都無法去成就自己所追求的目標了，所以說「彼於千生流轉中，欲見所愛不可得」，想要追求的卻得不到。

我們生起貪，這個貪本身並不能使我們得到我們所想要得到的，以物質上而言，當我需要幾百萬的時候，幾百萬會自己跑來嗎？並不會。或是我希望我的身體能夠常在，當我生起這樣的貪的時候，我的身體會常在嗎？這是不可能的。我需要我的好友與我永遠共存，可以嗎？他也不可能永遠與我共存的。光是生起貪並不能幫助我們達到我們所要的目的。

貪到底能夠帶給我們什麼利益呢？完全是沒有的，它不但不會帶來什麼利益，反而會帶給我們痛苦。如果心中沒有貪的話，不管我們想要得到什麼東西，有沒有得到都不會讓我們感到難過。如果心中會覺得難過的話，那就表示先前有生起貪，由貪就會帶給我們痛苦。所以，當貪的心生起來的時候，就表示我們的心已經被被貪強奪去了。請看文（巳二、訶五欲誘惑）：

若不見時心不歡，不得平等安樂住。

但是，我們的希求跟貪又不一樣，這要分清楚。我們是看它的因然後看它的果報的好處而去希求的話，這是實際的。我們看實際的情況，這是好的果報，所以我要種好的因，這種希求是對的，這不是貪。貪是完全沒有看它的因的角度，好像它是獨立存在的，我們不清不楚，所以就會得不

到，得不到的話，心就會受不了。因為他沒有去思惟這個果報是要靠什麼因，對於這些都不清楚，所以就會特別心痛。希求的心是事先有仔細看，也會知道這個果報是要靠那麼多因才能達成的，所以是有可能得不到的，即使他得不到也不會怎麼難過。

問題：貪有沒有涵蓋欲求呢？

回答：我們的心所去區分的話，有的貪當時欲求也還在，欲求是一個正確的想法，貪則是另外一種心所，兩個是同時在的。所以，我們不可以說貪涵蓋欲求或欲求涵蓋貪，這是另外一種心所，兩個是不同的心所。

如果已經得到了，得到之後還會生起不滿足的心，因為貪就是一直需要、一直需要，就會一直去追求。所以，得到之後生起再要更去追求的心，這就會帶給我們痛苦，就好像一種惡性循環一樣。

已經得到了而不滿足，那就又回到前面還沒有得到時的貪著生起，你得到百就希望得到千，得到千就希望得到萬，得到萬以後又希望得到十萬。等於你得到百之後就不滿足了，還要想要得到千。請看文（巳三、得已仍不知足）：

見已仍復無厭足，如前貪愛所逼惱。

我們現在所講的貪是指貪內在的有情，對內在有情所生起來的貪比對於外在物質的貪還要更強烈，對內在有情生起的貪會使得我們緊緊繫縛在輪迴當中受種種的苦，也會障蔽了真實義，障蔽了解脫道，甚至也會毀壞掉我們所生起來的厭離輪迴的厭離心，到最後終究會被整個不滿足、無厭足的貪欲所逼惱而無法得到究竟樂。請看文（巳四、障礙解脫）：

若其貪於諸有情，能令真性遍蓋覆，
亦能損壞厭離心，終為憂苦熱惱逼。

這個貪心是我執，是對於自己上面或他人上面的貪著心，還有就是對於外境上面的貪著心，總共有這兩種。在這兩者當中，內在有情上面的貪著心比較重，這對我們有什麼損害呢？它會使我們沒有辦法了解無我，我們的我執當中還有一個更強的我執是對於此生的貪著心的我執，因此我們就沒有辦法看到實際上的無我，實際上的無我沒有辦法看到的話，就是這裡講的「能令真性遍蓋覆」，這句話的意思是這樣。因為它蓋住了，我們就沒辦法看到真實的無我。真實無我的道可以成就阿羅漢、成就解脫，但是，這個貪著心把這些都完全蓋住了。

我們有時候會聽聽法或看看書，這樣一來，外境上面的貪著心有時候會降低，但是，內在有情上面的貪著心很強。所以，有時候會生起一點點對於外境上面的出離心，但是，內在的貪著心又會讓它恢復，於是我們又會再生起對於外境上面的執著心。所以，即使對於外境上的生起一點點的出離心也不會持續很久，它馬上又會不見了。

最後我們的生命要結束的時候，就在心裡很痛的當下要離開，這就是第四句的「終為憂苦熱惱逼」，第二句和第三句是我們生命的過程，生命結束時就是第四句。

如果是這樣子的話，就等於浪費了這個具足暇滿義大比如意寶更珍貴的人身了，這一生將會無意義的過去了。請看文（巳五、虛度暇滿）：

若人如是邪思惟，能令此生無義逝。

如果不斷生起貪著內在有情的思惟，我們這一生就都無法成辦任何具有大意義的事了，終生就這樣子過了。

這邊就指出貪的過患，從「若其貪於諸有情」就是開始講生起貪會有怎樣的過患。了解了貪會引生的過患，加以思惟之後，就應該將它斷除。為了要斷除貪的緣故，我們應該要更進一步來思惟如何將它斷除。請看文（辰二、之過應捨 分二）（巳一、思惟過患 分二）（午一、廣釋 分三，未一、失壞大義且引入惡趣）：

由於無常親友故，卍字法輪亦能壞。

對於那些不堅實的親友，我們都會把他們視為非常堅實的，對於真正有利於我們的心的無我，比如說卍字，我們卻會將它滅掉。

善根相等諸愚夫，同行定趨於惡趣，
善根不等能相引，依止愚夫何所為。

我們現在也有接觸佛法，而且也有得到人身，這是我們好的善根，跟這些善根不同的就是不好的意思。

如果我們的內在、外在都跟愚夫非常的同行，也就是內在、外在都跟他非常的熟識，太過親近的話，我們自己跟那些愚夫可能就會同赴惡趣。如果與這些愚夫在一起的話，這些愚夫等於會把我們引到一個比我們現在的福報還要下等的地方去。我們現在的福報是可以遇到佛法，可以遇到師長來學習，他等於會把我們引到那些無法之處。所以，我們為什麼要跟這

一類的愚夫在一起呢？這就是「依止愚夫何所為」。

「善根不等」是指跟我們自己的善根不相同的，也就是比我們自己的善根還更差的意思。第三句的「善根相等」不是從善根的角度來講的，而是他的想法和我的想法都是煩惱互相幫助，是這樣子的「同事」的意思。

我們都會以為與我們很親近的男女親友是非常可靠的，事實上並不可靠，他們隨時隨地都會改變的，好友隨時都會變成仇人，這邊說（未二、勿近愚夫難與為侶）：

一剎那間成親友，於須臾頃復成仇，
於歡喜處生瞋怒，取悅愚夫誠難事。

說饒利語反生瞋，於我利益復遮止，
若於其言不聽從，頓起瞋心入惡趣。

「一剎那間成親友，於須臾頃復成仇。」可能只因為一句話而打斷了二、三十年的友情，好友就變成了仇人。「於歡喜處生瞋怒，取悅愚夫誠難事。」對於自己所歡喜的對象，照理說到他旁邊應該要很高興，可是，有時候卻是相反，到他旁邊反而卻起瞋怒。

「說饒利語反生瞋，於我利益復遮止。」對於自己所喜歡的對境，我們應該要跟他說好話，可是，到了他那邊，好像講不出好話，反而會對他起瞋心。事實上，我們先前所說的愚夫對我們都沒有什麼利益，我們反而會跟他們同事，跟他們會很熟。「若於其言不聽從，頓起瞋心入惡趣。」我們如果去跟對方講對他有好處的話，他聽了不爽就起瞋，然後他就會入惡趣。他對我們說規勸的話，我們聽了不高興就起瞋，我們也會入地獄。《入行論》說「若於其言不聽從，頓起瞋心入惡趣」，仁波切說他小時候背的是「若於我語不聽從，頓起瞋心入惡趣」，其實意思是一樣的。

我們一般跟朋友聚在一起，不外乎是談論他人的是非，如果所談論的內容是自己比較高興的那一方面，我們就會把它歸類到這是屬於我這一派的，如果談到自己所不喜歡的，我們就會把它歸到另外一派的，也就是他方的。就是因為談論的內容會有這樣的差別，對於那些比我們還要好的，我們就會心生嫉妒，對於比我們還低的，我們就會心生傲慢，如果是與我們差不多的，我們就會生起跟他競爭的心。甚至在與人談話之間，如果有人講了一句好聽的話，我們的心馬上就會很高興，就會生起驕慢的心，如果他人稍微講的一句比較不好聽的話，我們馬上不高興而起瞋。

（未三、依彼無益有損）：

勝者嫉妒等者諍，劣者生慢讚生驕，
逆耳之言生瞋恚。誰依愚夫能獲益，

友愚夫者因其人，自贊毀他生大罪，
樂著生死談論等，任何不善皆能生。

「勝者嫉妒等者諍，劣者生慢贊生驕，逆耳之言生瞋恚。」這是指我們與他人在一起談論是非時就會有這樣的反應。我們在跟人家講話時，心裡面有一個我的想法跟他的想法，「這」跟我的想法比較接近，「那」跟他的想法比較接近，我們馬上會在他跟我之間去區分。在區分的時候，當然對方也有高度的差別，有時候比我們高，有時候跟我們平等，有的時候就比我們低。

有我跟他時就會有貪瞋的判斷，如果是他人比我高的話，在自己上面有貪，在他上面有瞋，還有就是對於他上面的嫉妒的心。如果我跟他是平等的，在他上面也有瞋，在我們自己上面則有貪，而且還會有競爭的心。如果是比我們差的，會生起慢心，也可以說是瞋。當我們在講話的時候，就一直會有這種比較的心存在，另一方面，我們會去區分這跟我的想法比較接近或跟他的想法比較接近，也有我跟他的區分。這樣的比較跟貪瞋會生起很多的煩惱，然後就會造很多的業。

問題：在我們跟他人之間，不管他人是比我高、跟我平等或比我低，我們對自己的部分是否都會起貪？而對他人的部分是否都是起瞋？然後在這中間又分成上、中、下，對上生起嫉妒的心，對平等的生起競爭的心，對下的又起傲慢的心。是這樣嗎？

回答：對。我們一定會有比較的心，這是任何時刻都會有的。

「誰依愚夫能獲益，友愚夫者因其人，自贊毀他生大罪，樂著生死談論等，任何不善皆能生。」如果與愚夫（凡夫）同行的話，我們口中一出任何的言語，可能都會變成在談論他人的是非，等於是話一講出口就在造業了。（午二、攝義）

如是於我及於他，由此唯能成損害。

如果跟這些愚夫相處在一起的話，不外乎是增長自己的貪瞋癡，只會造成傷害而已。

像這樣的愚夫，我們應該要跟他遠離，遠離之後就要去修能利益自己及他人的法。請看文（巳二、斷彼之理）：

彼既不能利益我，我亦不能成彼義，於彼愚夫當遠避。

我們應該要跟這樣的愚夫保持距離。

我們先要去觀察：我跟他在一起的話，我會傷害到他，他也會傷害到我。如果單純是這樣子的話，我們就要遠離。但是，如果在佛法的角度有幫助的話，就不一樣了。比如我跟他講話的時候，他就講了一些是是非非，這一部分就不要去聽，這樣也是遠離。所謂的遠離並不一定是要生氣離開，生氣了就不是遠離了，而是已經開始了。遠離的意思是：我不要傷害他，他也不要傷害我。這個部分是很重要的，對於我們修行上面不要傷害，我們要以這個角度去遠離。

暫遇歡喜作恭敬，於彼不應太親密，僅如常人斯為美。

一般我們遇到他人的話，當然也都應該要微笑一下、談談話，彼此之間建立關係，在一起時彼此要心存恭敬，這樣就是造善業，可是彼此也不能太過於親密，如果彼此太親密的話，可能我心相續當中的煩惱跟他心相續當中的煩惱兩個就變成好友，兩個相互協助增長煩惱。所以這裡說「於彼不應太親密，僅如常人斯為美」，就像一般人遇到了微笑打個招呼就好了。

對於別人要關心，如果對方有問題的話，去幫助他們是應該的，但是不要去批評別人。自己內心上面對於他人的意樂利益到他人，這樣的事情是可以做的，這就是佛法的事情。我們內心的修行互相交流，互相當對方的好法友，但是內心的煩惱不要互相交流，否則就會增長煩惱。只要一談到這些事情時，就應該像看到紅燈一樣，馬上就要踩煞車。

猶如蜂採花中蜜，惟從其處取法義，
宛如從昔未相識，不相親暱住憒鬧。

也就是彼此之間的相處應該是彼此在法上相互協助上，如果會增長世間煩惱的話，那就不要相處，甚至就當作未曾相識一般。

以前在三大寺，大眾一起在大殿念經、上課，如果你今天坐在這個位置，明天就一定要坐在另外一個位置，不可以坐在同一個位置。本來這個環境是幫助大家學佛、修行的，這是自然就會有幫助的，但是，等到彼此之間很熟、很熟了，就會彼此述說自己的煩惱，本來不熟時還不好意思講

出自己的煩惱，等到熟一點就會開始講的。所以，大家彼此之間不要太熟，一直換位置就是這樣的意思。

以前的修行人彼此之間完全不會談論什麼事情，都是很精進的辯經、修行等等，走在路上也是目不斜視，好像彼此不認識的樣子，修行很好的人有這樣的習慣。在辯經的時候，他不管跟誰都會一直講，結束之後就好像彼此不認識了，有一些人會這樣。這樣對我們一定是會有幫助的，它會保護我們不受到喧鬧的障礙。

接下來就講到要斷除貪外在的名利，請看文（卯二、斷外貪名利等 分二）（辰一、有境之罪 分二 ，巳一、我慢之過患）：

我有利養及恭敬，我為眾人所歡喜，
若起如是驕慢言，死後當生大怖畏。

自認為自己受到他人的利養恭敬，而且自認為自己是為眾人所歡喜的對象，講出這種驕慢的言語等於是造了惡業，死候一定投生到惡趣中感受大恐怖。

我們本身生起驕慢心的時候就會對別人生起看不起的念頭，在這當下所造的業很多是跟墮三惡道有關係的。三惡道和三善道是高度的差別，比如我對佛菩薩，我現在就有很傲慢的心：「我要有很多弟子，很多人要尊敬我。」別人卻對我一直恭敬、供養，這樣的話就會變成我是沒有福報的，在修行的福德上面是低的。但是，我自己不尊重他人的福報，我自己是修行低的，而我卻認為我比他們高，然後就接受他們的恭敬供養，如果在這當下我還有一個傲慢的心，還覺得自己比他們高很多，在這樣的心態下所造的業，我就會墮入比這些眾生更低的道當中，這就是墮三惡道的業。所以，傲慢的心跟墮三惡道也是很有關係的。一般來說，有沒有守戒是很重要的，有時候傲慢的心也會造這種業，這裡講傲慢的心會墮三惡道的意思就在於此。

問題：有些人持戒可能會生起一種戒慢，這種慢心是否也會生起墮入三惡道的因？

回答：剛剛的理論來講也是有可能的，宗喀巴大師的《初中後善集有》，你們以前在福智好像有念，宗喀巴大師說：「願我守戒到怎樣的程度，就能生起像那樣程度的無驕慢心。」這就是越守戒越要謙虛這是很重要的。所以，宗喀巴大師特別強調這一點。我們如果生起驕慢心的話，我們所驕慢

的對象可能是菩薩，可能是比我們福報大的，那就完了。

《入菩薩行論三十》

洛桑卻佩格西講授，法炬法師翻譯，2006/02/19

我們上次講到靜慮來修禪定的障礙，就是心會渙散，心渙散到對境去，心渙散以貪的渙散為最惡劣、最不好，以心生起貪，會一再的渙散，所貪著的對象，內在是貪著的有境，外在貪著對境。以貪著有情的貪是最難斷的，也是最強烈的，把這個貪斷掉的話，比較容易成就禪定。我們說貪著於內在的有情，又可分為貪著於自己以及貪著於男女朋友，這二者以貪著於自己比較難以斷除。

貪著於自己最主要是跟我們的身軀有關係，若是生起了貪，是對自己的身心生起了貪，那這就是我們說的，比較難以斷除的貪，若把這個貪將他捨棄的話，那對於那些男女朋友，以及對於自己所擁有的財物受用等，自然會變小。

貪是有次序性的，貪著於內在有情比較深刻一點，所以我們對於恭敬利養，應該要斷除，斷除的方法下面會講到。

第八品是講到對眾生或是自己以及有情上面的貪著心。自己上面的貪著心，像我們有沒有前世，有沒有來世，我們有，但是我們還是會對這一生，產生很強的貪著心，所以這二個，如雪歌仁波切這個名字與身體，可以說是這一生希求最強的，這種的貪著心，是貪著心裡面最深的、最強的、力量最大的，很難離開的，要離開這種貪著心我們要思惟無常。思惟無常，我們的心不會被外境所牽，不會渙散，像對有情、朋友上面，像無情的名稱、財力，不會貪著心，這個無常想，心會轉過來，我來世怎麼走。最主要是我們對外面的貪著心，這個轉過來，內心才會有機會，修禪定是注重內心上面，重視的心要生起，如果內心上面，重視的心沒有生起的話，不可能生起禪定，（所以內心不重視的話，不可能會禪修）只是自己為了放鬆一點，不一定希求禪定。

如果貪著於外在、他人利養的心，會自然生起我慢的心，因為他會認為別人都對我這麼恭敬，自然會對我生起我慢的所緣境。我慢的所緣境，會變成為他人的恭敬利養，自然會去貪著那些。我們以前有提到過（卯二、斷外貪名利等 分二）（辰一、有境之罪 分二 ，巳一、我慢之過患）：

我有利養及恭敬，我為眾人所歡喜，
若起如是憍慢言，死後當生大怖畏。

當時他是一個我慢心、貪著心，我慢心的目標，是什麼？人家要供養我、人家要尊敬我、很多人要尊敬我、很多人要喜歡我，這個目標的貪著心、傲慢心，這樣的目標，實際上在他來世是完全沒有用，人家尊敬我們，沒什麼意思，人家供養我們也沒什麼幫助，人家喜歡我，對來世有什麼幫助，沒有，那些都沒什麼幫助，那這樣的心，一邊是我慢心，一邊是貪著這目標的心，我們的生命，就這樣的過去，當有一天我們要往生的時候呢？我們一直以來那麼多的時間，我們希求心當下，我們執著心很強，這一生的執著心，在我們離開的時候會捨不得，那要離開時，心念很很難過，會特別傷心，死的時候就會很恐怖。如果沒有這樣，我們沒有這樣的慢心，沒有這樣的貪著目標的話，越可以平平安安的離開，會平靜的離開。

（巳二、貪著之過患）

是故若由愚痴心，貪著種種可樂事，
彼彼總皆成虛空，唯能生起苦自性，

故諸智者不應貪，由貪能生怖畏故。

因此自欺、愚痴的心，使得我們的對境，貪著有多大，就會帶來有多大的苦，所貪著的這些對境，臨命終時，都會成為空，所以這些智者，絕不與他為伍，決不與這顆貪著的心為伍，貪只會帶來痛苦而已，只會引生恐怖而已。這我慢的對境，我慢的目標，就是他人的恭敬與利養，這些他人的恭敬利養，所有這一切都不離無常性，他的體性不離無常，終將會散離去，對於這一點，我們要生起肯定，確定的了解，因而不隨著貪而行，要去了知它的過患。

（辰二、境之罪 分二，巳一、欲境不可保信）

諸法自性散離故，當堅信解當觀察，

若能獲得多財利，亦能獲得美名聞，
盡其所有名利聚，所欲於我皆無干。

「諸法自性散離故，當堅信解當觀察」就是剛剛說的。「若能獲得多財利，亦能獲得美名聞，盡其所有名利聚，所欲於我皆無干。」有一些人還沒有得到之前，會說我對這些沒有希求，可以捨棄他，但是一旦得到以後，那貪著的心會更強烈，即使你得到了財、利、名聞，但當你死亡以後，沒有一樣可以帶著走，沒有一樣可以。

這些財、利以及在別人對我沒有那麼喜歡時，可能對這些希求，沒有那麼強，因為沒有，所以可以捨棄掉，有了之後也要小心，有了之後會更危險。所以有了之後，要「盡其所有名利聚，所欲於我皆無干」。

對於貪著可能貪著在吃的、用的上面，是這一世要用的，但名聲的貪著可不是只有這一世而已，這名聲經過百年、千年可能還會在，所以有人會對他人的讚揚很貪著，我們活著的時間，不止是我們死亡了而已，人死了但名字還在，吃的上面可能是一天一餐，用的時間就一段時間而已，但名字可能就幾百年都會在，他的影響會比較大，所以在這上面的貪著心會轉強，吃的、用的是短期，名字是很長的時間存在。

問題：這是我們一般人對治上的一些想法嗎？

回答：對。

（巳二、毀譽無所損益）

若有他人罵詈我，讚揚於我有何樂？
若有他人讚揚我，罵詈於我何不樂？

如果喜歡他人讚揚的話，就應該想一想毀謗這件事，不喜歡毀謗的話，就應該想一想讚揚的事。他人來讚揚我，只會使得我執、我慢、貪著的心更加強而已。為什麼我們不喜歡毀謗，因為我們喜歡別人讚揚，如果心中沒有喜歡讚揚，那自然就不會不喜歡毀謗。他人的讚美不會增長我們的功德，他人的毀謗也不會減少我們的功德；因為他人的讚美，只是言詞，肚子也不會飽，所以讚與毀，對我們而言也沒什麼利和害，也沒有什麼關係如 p.152（忍辱品第 93 頌），「**聚沙為屋若摧倒，令諸童稚號啕哭，若思讚譽與名聞，我心惱喪亦可彼。**」原因是 p.151「**讚揚美名譽相阿諛，不能增福不延壽，不增色力不瘥疾，亦不能令身安樂。**」如果那麼喜歡，那就把錄音帶一直聽。入行論先前講過的，他不會再提起，我們必須自己再回顧先前講過的。

到此為止，卯一、離內貪有情，卯二、斷外貪名利，已經講完了，我們要好好的去思惟。並不是只有從我們的內心不斷的去串習，去斷除內貪有情及外貪名利，也要斷除貪著憒鬧的、與人交往太過頻繁的環境，要去思惟前後左右外在環境的這種過患。

（寅三、憒鬧之過患 分二，卯一、愚夫難近不應貪著憒鬧）

有情勝解種種別，如來尚難令歡喜，
況復惡人如我者，故於世法勿貪著。

這個是喧鬧、喧嘩，環境很複雜的意思，我們有時為了要宏揚佛法，就弄了一大堆的計劃，這個計劃會變成喧鬧的環境，變成喧鬧的環境那就不好了；釋迦牟尼佛來，也沒有達到讓一切眾生滿足願望，所以我們就不用那麼希求努力，弄了一大堆，變成喧鬧環境。

問題：那這樣聽起來，很像在講出離心的部份，那這裡是大乘修行的部份，要怎麼樣思惟，才不會變成像小乘出離心的方式在做？

回答：現在主要是在講環境，這個環境也有出離心的關係，也有悲心的關係，我們要做利益眾生的事，但不需要喧鬧的環境，也就是不可以做太過的意思，有時我們要想一想，釋迦牟尼佛來是什麼樣子，我們不會比釋迦牟尼佛更厲害，所以這裡講的是釋迦牟尼佛來也沒有辦法做，我也不要做。真正利益眾生要有五個神通，他的效果非常大，如果沒有，就不要那麼努力，這是我自己講的。

不得助時既加訶，得利之時復譏毀，
有情自性難親近，云何能令生歡喜？

有情不管是使他有，也無法去滿足他，或則沒有，也沒有辦法滿足他。如果一個人一無所有的時候，別人好像會訶責他，好像他沒有福報；如果有一天他有了的話，就會說他是做生意，用不正當的手段才獲得的。所以有情不管他有或則無，都會招來訶責，所以「有情自性難親近，云何能令生歡喜？」。

眾生也會說，例如有人說一個人怎樣好、怎樣好，馬上就會有別人說他的缺點，這是很正常的，一聽到在講優點的時候，沒有一兩分鐘，就會有人說但是怎麼、怎麼，就因為怕別人比我好。

再來這邊引證，引經中所說的為證（卯二、引證）：

愚夫唯求自利故，非得自利不歡喜，
愚夫一切非親友，是諸如來所宣說。

愚夫指的是那些來障礙我們修行的人，不是指一般的人，一般的人我們是要親近的，但是那些障礙我們的人，我們要跟他遠離，不要跟他在一起。既然我們不應該去貪著內在的有情，也不應該去貪著外在的恭敬利養，

更應該要遠離這些喧鬧的環境，那應該怎麼做？依以阿蘭若，依以寧靜處來修，那助伴是誰呢？就像這裡說的（寅四、依阿蘭若之功德 分五，卯一、伴侶殊勝）：

叢林鳥獸及草木，從不能為逆耳言，
與彼同游則安樂，何時我能與為侶。

就是要與鳥獸共住、共行，因那些鳥獸不會讚揚我，也不會毀謗，好像我們可以離開世間的環境。（就是說我們要遠離世間吵鬧的環境）。

密勒日巴的證道歌，有幾個偈，對一般世間人的想法來說，父母對我們希望什麼呢？希望我是好的，是快樂的，我有什麼好處，是父母親、親戚朋友，所要要聽到的；但我的敵人，他們所要聽到的是，我有什麼不好，這是世間一般的情況。但密勒日巴尊者，他有好的，不讓親友知道，他有不好的也不讓敵人知道，他不要有對世間貪著的心，要全部斷除。證道歌裡也提到，對世間有情的貪著心，對名利都要遠離，那喧鬧的環境也要離開，最好陪伴著我的是叢林裡的鳥、草木，修行人雖說不能沒有悲心，但是為了要斷除這種貪著的心，他們有這種願望，所以與動物在一起，是跟人間遠離之意。所以我希願我在修禪定之時，與我為伍的是鳥獸、草木。

剛才是講修禪定的同伴，再來是講修禪定的地方（卯二、處所殊勝）：

石室廢祠空舍宅，或住濃蔭大樹前，
佛子何時能如是，於家無貪無顧戀。

石室指岩洞，廢祠指當寺廟廢棄了，空舍宅是指沒有人住的房子，或者是在濃蔭大樹下，可以遮雨，可在那個樹下修，也就是對家沒有顧念的地方。

無主攝持之住所，自然成就空曠地，
自在受用無貪著，何時我得居其處？

就是對住所沒有貪著，對伴侶沒有貪著，到無人烟之處、空曠之處，以大地為家，這樣很容易生起禪定哦。

剛剛講的是住所、伴侶，再來是講用來養命的東西（卯三、養命殊勝）：

一缽支身度時日，蔽體唯依糞掃衣，
此身脫然無藏護，何時住此無畏處？

也就是出去是一無所有的，只要拿著一個缽，一個湯匙，餓了就去跟

人家乞討，身體是穿著人家不要穿的糞掃衣，很簡陋、粗陋的衣服，不需刻意去遮蔽自己的身體，也沒有可以讓強盜可取的衣服、財物。

再來是講要斷除對自身的貪愛，即卯四、觀察殊勝：辰一、於身貪之對治分別觀察（卯四、觀察殊勝 分二，辰一、於身貪之對治分別觀察）：

親身無常往尸林，昔人白骨縱橫處，
我身可怖亦如是，何時心能泊然住？

去看別人的身體，想想自己死後也是跟他們一樣，死後屍體像土、石頭一樣，是沒人要的，用這樣的思惟去斷除貪愛自己的身體。再來就是要修不淨觀，斷除對我們的身體的貪愛。

我身腐朽出惡臭，貪食腥羶狐狸等，
聞之裹足不敢近，當來必有如是事。

去思惟將來身體死後會腐爛，身體的腐爛，有時會有不同顏色出現，而且會發出很惡劣的臭味，臭得連狐狸都不敢來吃。

剛剛講的是斷除貪愛自己的身軀，之前要去斷離惡友、愚夫，對那些必須與我們同行的法友，也不應對他起貪（辰二、於親友貪之對治分別觀察 分三，巳一、不應貪著親友）：

唯是此身出生時，與生俱來骨肉等，
若尚散壞各分離，餘親愛者何待言。

斷除對自己親愛的這些人，其他者，也不須對他們起貪著。再來講到那些我們出生時，未與我們同生者，死之時，也無法同死者，那些輪迴當中的親友或法友們，我們也不能夠以貪著的心與他們往來，否則會對我們修行善業造成障礙的（巳二、明其故）：

生時獨來一人生，死時亦唯一人死，
若他不能代受苦，奚為因親作障礙？

指這些我們很親近的這些人，即使我們沒有帶給他痛苦，可是他也有可能會帶來痛苦，我們的痛苦，他們也無法代受，所以對這些人，我們不需要起貪。

接下來講與我們一同修行的人，好像是跟我們搭同一條船而已，船到了就各自散去，就好像我們去印度，他只是跟我們同住一個旅館的人，終將散去，所以（巳三、等同一處一日之伴侶想）：

宛如世間行旅人，偶爾同投止宿處，
如是三有旅途中，偶爾受生同一處。

我們無量的生生世世，我們在輪迴裡是無量生，生命是無量，這一生我們遇到的人，好像在餐廳吃飯一樣，一下子就不見了，所以不可以那麼貪著。到此為止，僅僅是發願而已，願不貪著這些伴侶、處所，不貪著於身軀，只是發願的階段而已；下面講的是實際去依於阿蘭若，實際去依於阿蘭若的方法是什麼？下面會講到：我們出生之後終將必是會死，如果沒有去修禪定，死後必定會憂惱，所以要在四個人還沒有將我們的屍體抬出去之前，修禪定，依於阿蘭若思惟無常，為自己能生起修證這件事做準備（卯五、不散亂殊勝 分二，辰一、智者應依阿蘭若）：

眷屬環繞徒悲苦，應及四人尚未來，
從床榻上舁身起，當早獨往叢林間。

印度那邊是用長長的二根木頭，中間放屍體，四邊四個人抬出屍體，在還未出現無常之前，我們要生起證悟，要生起證悟之前要具足止與觀，止與觀要具足，先要修禪定，禪定要具足、要修，要有這種環境（阿蘭若），我們的修行才會成功。寂天菩薩叫我們「當早獨往叢林間」。

既然如此，依阿蘭若的功德是什麼？（辰二、依阿蘭若之功德 分二，巳一、無憂惱逼）

既無親知亦無怨，孑然一身住閑靜，
計我此身早已死，即令今死復何恨？

阿蘭若是處在一個沒有讓你生起貪瞋之處，因為沒有親，讓你生起貪，沒有怨敵，讓你生起瞋，等於是孑然一身處在寧靜之處，因為自己好像與世間切斷關係，自己好像已經死了，所以即使現在就死的話，又有什麼好遺憾的呢？所以有那個地方可以去的話，跟世間的那些人斷絕了關係，那我們死的話，他們也不會怎麼傷心，我們心裡斷絕了，修起來會很快，如果有那個地方可以去，是最好的。在這種狀況之下，也差不多已經讓我們捨離此世生起貪及種種煩惱的環境了，而且也沒有會障礙我們修行善法的人了，所以（巳二、善品不壞增長）：

任令何人住於前，不能令我生憂惱，
若修隨念如來等，無能令心散亂者，

故我一人當獨往，郁茂蔥蘢林將間。

但是我們在還沒有去之前，先要懂，不然去了沒有幾個月，也生不起證悟，所以先要懂，隨念佛及如何修行的次第，都要弄清楚，不然的話，就像西藏有一個故事，把所有的毛牛都賣了，供養出去，自己去山洞裡面修行，一年的時間想一想也沒有意義，傷心的很，生起了後悔，本來是大老闆，回來變成什麼東西都沒有。達隆沙拉那邊，也有住了幾年，住不下去就下來了，因為沒有東西，如果自己有東西，會越來越快樂，越修越往上的感覺，不會有後悔。「若修隨念如來等」這個「等」字，我們可以把整個道次第放在裡面，也就是要先去知道修禪定的方法，才能有望去生起證悟。

要到阿蘭若去修持，所處的地方，不可以離我們乞討的地方太遠，也就是離城市不可太遠，也不能水土不服的地方。（巳三、故我應依阿蘭若）

無多憂惱常安適，一切散亂皆寂靜。

是這個意思，要先切斷與他人之間的關係，這樣你的心不會散亂，就可以處在寂靜之處。

（子二、斷邪分別 分二）（丑一、於五欲修厭患 分三）（寅一、思惟受用五欲果有怖畏 分二）

下面要說的是：修的時候也要斷除妄分別的心，也就是要（卯一、勸勤修善法）：

捨置別餘邪思惟，為令此心平等住，
亦為調伏自心故，我當一心勤精進。

捨棄心中還掛念我的國家、敵人、父母，捨棄這些妄念，心中只有存著菩提心，去修禪定，來禪修主要目的是除掉煩惱，所以要勤精進。雖然在道次第論裡，有提到從依止善知識軌理起，到菩提心之間修持的方式，都要用伺察修、觀察修的方式，但這裡卻又提到用止住修、禪定的方式，所以仁波切說，在修菩提心之前，也應該止住修、伺察修二個，雙運的方式來修，因心已經不隨著煩惱轉，這種修，都可稱為止住修。止住修跟心一境性，專心緣念於，一個所緣境上，是不太一樣的。

如何來調伏煩惱呢？因為我們都是是欲界者，所以要調伏的是欲界的煩惱，那欲界的煩惱就是貪愛，所以要去思惟貪愛的過失，因貪愛不但此世無法得到利益，來世也會讓我們投生到地獄去（卯二、思惟五欲過患）：

若於今世若後世，諸欲唯能生衰損，
今生殺縛及刑刖，後世能成地獄苦。

我們生起的貪，大部份都跟身軀有關，這種貪要斷除，所以要修不淨觀，思惟貪到底什麼原因才生起來的，主要是男女之間的貪愛而生起來的，為了要得到對方的緣故，夫妻為了要共住的緣故，所以就有可能不顧自己的惡名，不顧一切的去造作惡業，他會為對方做任何事。

（寅二、思惟身體等體性不淨 分二）（卯一、觀尸林想思惟過患 分六，辰一、所貪味者無果）

匍匐男女鬼卒前，為彼再三作祈請，
或諸罪業或惡名，為彼一切非所畏。

我寧趣入恐怖中，亦寧耗損諸財物，
若於彼身能抱持，善哉我心亦歡喜，

彼唯骸骨更無他，不能自主亦非我，
何故於彼深好樂，愛著不能趣涅槃？

「匍匐男女鬼卒前」，指一般的男女，「為彼再三作祈請，或諸罪業或惡名」、「為彼一切非所畏」，為了對方都不會害怕去做到「我寧趣入恐怖中，亦寧耗損諸財物」。當心中生起煩惱時，心好像錯亂掉，如果生起煩惱的話，會不在乎導師或師長，不在乎自己的父母、朋友的看法，毫無忌諱的勇敢去做。如果自己以為得到對方，他僅也不過是尸陀林的一個白骨而已，如果去思惟他死後屍體會發臭、腐爛、白骨的樣子，生起這種不淨觀，所以「若於彼身能抱持，善哉我心亦歡喜，彼唯骸骨更無他，不能自主亦非我」。我們所喜愛的對境，是否由他能自主成為對境嗎？也不是，僅僅是虛假的而已，看似很悅意，那是我們內心去虛構對方的好。又加上我們內心我愛執很強的關係，我們虛構對方好像非常的好而生起對對方強烈的喜愛，（仁波切解釋）：不是對方本身愛自己，但假裝愛我的樣子，所以是本身假裝，我看他時也是一樣，所以貪著的那個對境，從他的角度，假裝一大堆，我的角度加上一大堆，實際上什麼都沒有。因二者都是我愛執，所以我會想從他那裡得到我想要的想法，反之也是，他也會想從我這裡得到他想要的想法，兩個人相互挖來挖去，看誰較厲害，彼此互相利用對方，所以我假裝重視對方，更重視我自己，他也是比我更重視我的樣子，實際都不是。這不是看人，是指貪心的恐怖。

問題：那其他的動物也會這樣有貪嗎？

回答：一樣（可能我們貪心比較厲害）。

問題：那到何時才會斷掉？

回答：要一直串習，慢慢的。昨天我們提到正理海，慢慢串習，會使得思惟空性的心越來越增長，而貪心也要一直串習不淨觀。

問題：不淨觀可否在自己與他人的身上思惟，及師長的身上思惟。

回答：當然。看貪心的對境就可以這樣，為了消除煩惱，可以用各種方法。

問題：如果我們受了密續的灌頂的話，要看上師就是佛啊？

回答：可是如果可以修密續就不需要那些了！比那些要修不淨觀的高很多。

《入菩薩行論三十一》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2006/03/19

修止的奢摩他是非常重要的，在還未修持奢摩他之前，必須要斷除這些逆緣，逆緣分兩方面，一方面要斷除外在憒鬧、一方面要斷除內在的妄念，斷除外在的憒鬧是遠離外境的吵雜，心中要捨棄貪著利養、恭敬和世間享樂的心，這屬比較粗品的，這是第八品禪定品所說，除了外在憒鬧的環境這一點，再來斷除內在的煩惱，止惡、斷除邪分別心，這一點更深細。

我們一起唸誦 p.197 至 208 頌文(1-37 頌)，做為我們這堂課的前行：

如是精進生起已，應當心住三摩地，人若其心極散亂，如居煩惱齒隙中，

由於身心寂靜故，種種散亂不能生。是故應斷世間法，亦應捨離諸分別。

由貪染著財利等，故於世間不能離。是故欲盡斷貪等，知者應當如是知。

已知先須具足妙止已，始生妙觀遍伏諸煩惱，
故應最初先勤修妙止，現前成就不貪世間心。

若人自性是無常，現前復貪無常法，彼於千生流轉中，欲見所愛不可得。

若不見時心不歡，不得平等安樂住。見已仍復無厭足，如前貪愛所逼惱。

若其貪於諸有情，能令真性遍蓋覆，亦能損壞厭離心，終為憂苦熱惱逼。

若人如是邪思惟，能令此生無義逝。由於無常親友故，卍字法輪亦能壞。

善根相等諸愚夫，同行定趨於惡趣，善根不等能相引，依止愚夫何所為。

一剎那間成親友，於須臾頃復成仇，於歡喜處生瞋怒，取悅愚夫誠難事。

說饒利語反生瞋，於我利益復遮止，若於其言不聽從，頓起瞋心入惡趣。

勝者嫉妒等者諍，劣者生慢讚生驕，逆耳之言生瞋恚。誰依愚夫能獲益，

友愚夫者因其人，自贊毀他生大罪，樂著生死談論等，任何不善皆能生。

如是於我及於他，由此唯能成損害。彼既不能利益我，我亦不能成彼義，

於彼愚夫當遠避。暫遇歡喜作恭敬，於彼不應太親密，僅如常人斯為美。

猶如蜂採花中蜜，惟從其處取法義，宛如從昔未相識，不相親暱住憒鬧。

我有利養及恭敬，我為眾人所歡喜，若起如是驕慢言，死後當生大怖畏。
我有利養及恭敬，我為眾人所歡喜，若起如是憍慢言，死後當生大怖畏。
是故若由愚痴心，貪著種種可樂事，彼彼總皆成虛空，唯能生起苦自性，
故諸智者不應貪，由貪能生怖畏故。諸法自性散離故，當堅信解當觀察，
若能獲得多財利，亦能獲得美名聞，盡其所有名利聚，所欲於我皆無干。
若有他人罵詈我，讚揚於我有何樂？若有他人讚揚我，罵詈於我何不樂？
有情勝解種種別，如來尚難令歡喜，況復惡人如我者，故於世法勿貪著。
不得助時既加訶，得利之時復譏毀，有情自性難親近，云何能令生歡喜？
愚夫唯求自利故，非得自利不歡喜，愚夫一切非親友，是諸如來所宣說。
叢林鳥獸及草木，從不能為逆耳言，與彼同游則安樂，何時我能與為侶。
石室廢祠空舍宅，或住濃蔭大樹前，佛子何時能如是，於家無貪無顧戀。
無主攝持之住所，自然成就空曠地，自在受用無貪著，何時我得居其處？
一缽支身度時日，蔽體唯依糞掃衣，此身脫然無藏護，何時住此無畏處？
親身無常往尸林，昔人白骨縱橫處，我身可怖亦如是，何時心能泊然住？
我身腐朽出惡臭，貪食腥羶狐狸等，聞之裹足不敢近，當來必有如是事。
唯是此身出生時，與生俱來骨肉等，若尚散壞各分離，餘親愛者何待言。
生時獨來一人生，死時亦唯一人死，若他不能代受苦，奚為因親作障礙？
宛如世間行旅人，偶爾同投止宿處，如是三有旅途中，偶爾受生同一處。
眷屬環繞徒悲苦，應及四人尚未來，從床榻上舁身起，當早獨往叢林間。
既無親知亦無怨，孑然一身住閑靜，計我此身早已死，即令今死復何恨？
任令何人住於前，不能令我生憂惱，若修隨念如來等，無能令心散亂者，
故我一人當獨往，郁茂蔥蘢林將問。無多憂惱常安適，一切散亂皆寂靜。

在 p197（第 2 頌）「**是故應斷世間法，亦當捨離諸分別**」，這裡賈曹傑將「**是故應斷世間法**」把它分為科判子一，「**捨離諸分別**」就是斷除邪分別，子一的離世間憒鬧等，到 p208 之間是屬於子一的科判。

前面的這個科判，最主要是講到我們會起貪著，貪著於外在的利養、恭敬、名聲這一些，內在是貪著有情，如果我們生起外在貪著世間名聞、利養，內在有情的話，會使我們吃虧，是沒有利益的。這裡還說：如果和這些愚夫一起同行的話，那就講話講不完，沒完沒了，非常的憒鬧，沒有必要跟他們同行，因為與他們同行會傷害到我們修”奢摩他”，是相互傷害，所以應該住與阿蘭若，住阿蘭若有何利益呢？前一個科判的好處是加行。可是這當中也述說如何遮止掉內心的貪慾，要遮止內心的貪慾，也要改變外在的環境，所以要捨棄憒鬧的環境，依於寂靜處。有一次尊者他曾經講過，他的老師也就是仁波切的上師的上師，後來成為達賴喇嘛的親教師，名號「烏滋磋尼」，一個蒙古的修行者，他的朋友也是一位修行者，他跟法王說，他的朋友以前發生過的事情，法王在大眾中講課也會提到，老師說些什麼、什麼的？因為很多人去求見，因很多人求見之故，情況很雜亂，他就在門口前寫了二行字，「不見愚者眾，心常得安樂」，這與《入行論》裡面很多句意思一樣的，「於彼愚夫當遠避，暫遇歡喜作恭敬」是嗎？p 二百當中「善根不等能相引，依止愚夫何所為」，「一剎那間成親友，於須臾頃復成仇」，真正在修行時，也不是說完全不跟他們往來，也不是那個意思，是說，防止自己生起煩惱的緣故，不要跟他們太親密，如果你遇到麻煩的人物，你就寫這二句放在你的門口上，這是寂天菩薩說的：「彼既不能利益我，我亦不能成彼義」。

在這裡面說到修奢摩他的時候，並不是一定要你身體端正的坐在那裡不動，主要是在內在加以思惟，讓心住於”阿蘭若”當中，如果發現心已在憒鬧當中，即應轉為寧靜狀態，如果我們要修奢摩他，必需內心寧靜，遠離憒鬧，所以要說明憒鬧之因，不然住一段時間，就想回來「入山一天，出山百年」，因此修奢摩他之前，心裡要建設好，不然座墊未熱已想下座。

（子二、斷邪分別 分二：丑一、於五欲修厭患，丑二、於阿蘭若修歡喜。初中分三：寅一、思惟受用五欲果有怖畏，寅二、思惟身體等體性不淨，寅三、思惟能生眾多不可愛樂事。初中分二：卯一、勸勤修善法，卯二、思惟五欲過患。）

第二科判，斷除邪分別，分二：一、要思惟五欲享樂的過患，對五欲生起厭離心，二、修奢摩他的利益，對在阿蘭若修生起歡喜心，遮止掉見身軀為淨的心。欲界者最大的過患，有著強烈的貪欲之心，所以要修不淨觀，要對對境貪著之心修不淨觀，尤其對境是女生的話，頌文（寅二、思惟身體等體性不淨 分二）（卯一、觀尸林相 思惟過患 分六…辰二、最後

不外棄於尸林）：

初時殷勤好護持，後時驚愕何如此？
先為他見或未見，恆以衣等覆其面，

汝昔迷戀貪著者，今仍如前現量轉，
鳥鳶啄去現其形，何故汝今欲逃避？

這是講印度的例子，印度女子要外出時，都要罩上一層面紗，當這位男對這位女生，產生貪愛的時候，就會很想揭開那個面紗，看看他的盧山真面目，等他被鳥鳶啄開她的現行，那你還會想去揭開她的面紗來看她的真面目嗎？你可能想要逃走不想看了。我們現在所貪著的身軀，死了以後身軀會在尸林當中，屍體會脹，會改變樣子，可是同樣是你貪著的身體啊，何以現在貪著這個，將來不貪著那個，密勒日巴就舉了一個例子，同樣是見屍體，今身上就有，就是未來所見的屍體，現在就有，見到屍體起害怕（密勒日巴尊者證道歌）。

我們要常常思惟，現在的身體是將來棺材裡要放的身體，現在的這個身體，不是離得很遠很遠，現在的這個身體，就是將來我們要看到的很恐怖的身體，現在已經在這裡了，我們要經常這樣的去思惟。如果是對方的話，有了貪欲的對境，要去思考，當我看到對境時，想到屍體，連看都無法看，非常的恐懼，雖然現在貪著的對象不是屍體，但身體與屍體連在一起的話，自然就會遮止掉這個貪著的心。下面這裡說到，貪著的對境，比如說這個女人，被其他人看到的時候，心中會生起嫉妒，無法容忍別人看她的那種心，要遮止掉這種心（辰三、於自他身不應慳貪守護）：

昔日若為他眼見，汝心慳惜極防護，
云何今為他啄食，汝心不惜不防守？

當你貪愛的對境被鳥啄食的時候，你何以心捨棄她，不在乎別人去看他呢？講的修行者本身沒有這種想法，事實上，沒有這種貪心的問題，但是我們的煩惱會隨眠，我們何時會斷除煩惱呢？就是見道，修道時才會斷除，之前修行時會將煩惱變成隨眠，煩惱還沒現起在睡覺，如果煩惱隨眠不理他，將來有機會他會現起，修行人不會讓他睡覺，要將煩惱捉出來，捉出來將他修理一番。

修行者有時候雖沒有發生對境，但是他會從各種角度自己去觀察思惟，觀察到煩惱在那裡，不然的話，煩惱就隨眠，煩惱隨眠我們會無法注

意到它們的存在，就會一直放著，當它現起時，對抗它很麻煩，所以修行時將煩惱覺醒，不是真正的生起哦，內心用一種想像的方式，如果它現起時如何如何？去對治它。

例如：我是老師，你們是學生，我有一種執著的心，如生活中，我是爸爸、媽媽，你們要聽我的話，會有上、下的執著心，如果小孩很乖，你看不到這種上、下的執著心，這就是煩惱隨眠，有一天小孩不乖反對我們的時候，我們的內心就會覺得，怎麼會這樣子？那煩惱就呈現了，來不及了。

所以修行時，將煩惱的執著捉出來治療它，以後發生問題時，就會不怕。像我自己是老師，你們是學生，執著一個上、下的心很強的話，我不知道你們的想法，但我自己很執著心，有一天當你們不聽或反對時，我會覺得「啊！怎麼一回事」，怎麼會這樣！此時我就被煩惱打倒了。所以還未發生事情時，將煩惱捉出來，對境時，要如何面對！各種角度，不可有執著心，有時會覺得修行有點無聊，為什麼修行要這樣，因我們處在煩惱隨眠當中，如果不理它，就會發生這種問題，修行不是安安靜靜，不要管那些，那不叫修行，增長對境的處理，才是修行，不是遠離塵囂，要增加對治煩惱的”免疫力”，在未生起煩惱時要做準備。

（辰四、不應施已裝飾）：

若見如斯朽肉堆，烏鳶狐狸所食噉，
何於鳥獸餚饌前，花鬘栴檀莊嚴供？

對於我們所貪著的對境，現在會去將他裝扮得很美，但他也僅僅是未來鳥獸的食物而已，就像在鳥獸的食物上去裝飾他之意，這也可以用在我們身上做思惟。我們都會害怕疆屍，但我們貪著的對境也跟疆屍一樣啊，剛剛我們是想像屍體，現在想像他好像屍體站起來的樣子，當看到對方就好像屍體已經來到這裡的樣子。我們之前已經練習了很多階段，就可以想成這個樣子，像這樣就可以完全沒有貪欲的心。在遮止掉貪欲之心，最主要是修不淨觀，當我們在思惟無常的時候，要捨棄貪著此世執實的心。

身體接近屍體，不淨觀的角度也可以修的，無常的角度也可以修的，但是修的時候有些不同，無常不是對治貪欲的心，是常法的執著心要斷除，我要準備來世的角度而言，而屍體是以恐懼、不淨的角度來修的，所以屍體也可以用不淨觀或無常的角度來修。

（辰五、應極怖畏）：

久死尸骸不動搖，故今見之猶怖畏，
全身搖曳如起屍，汝今見之何不畏？

講尸陀林的屍體，如果尸陀林動起來，我們決不會生起貪著的心。

（辰六、於衣所覆者不應貪著）：

若其覆蔽猶貪著，何不貪愛未覆者，
若於尸骸非所樂，估故抱持衣覆者？

我們會去貪著身上的種種衣服，但是屍體上也穿著種種的衣服，為何我們不去貪著，用這個比喻來告訴我們，不應貪著身體穿的各式的衣服。

剛前面配合起屍體來講，現在是配合起活著的人來講。

（卯二、配合生時現法思惟 分三）（辰一、現量不淨不應貪著 分五，巳一、於觸不應貪）：

同依於一食物，出生便溺及津唾，
此中便溺非所愛，汝於津唾何愛樂，

若其樂著唯細滑，兜羅棉枕何不貪，
謂無氣味及漏洩，欲者唯為不淨迷，

諸具欲貪下愚人，謂兜羅棉雖細滑，
不能兩兩相交會，由斯不樂兜羅棉。

這是講貪著於觸覺，很容易明白。

下面是破除對對方的清淨想（巳二、破淨想）：

若謂所貪非不淨，唯餘骨瑣筋絡纏，
血肉污泥塗其外，此物何故置懷中？

汝身自具多不淨，即被堪供汝受用，
何故於他不淨囊，貪求不淨生貪欲？

我們不應該貪著不淨、污穢對境，我們的身軀，就好像是不清淨的皮囊，西藏人的皮囊好像是牛肚的樣子，在裡面裝酥油等等的東西，我們的身軀就好像是皮囊一樣，不喜歡裝不淨的東西，又何以去喜歡別人不淨的皮囊呢？如果你不喜歡不淨的皮囊，又何以會生起貪著別人的不淨囊呢，

自己的身軀就已經不淨了，又合以去貪著別人的臭皮囊呢？

裡面的意思我們也偶而來觀修一下，如果我們的身體，有如塑膠帶一樣，一看過去只是包著骨、肉、血、筋，一看過去就只有這些，只會害怕而已，我們要生起這樣的思惟。

下面是身心別別非所貪愛之處（巳三、身心別別非所貪處）：

若謂所好為肌膚，妙著美觀為所欲，
肌膚色質本無心，汝於是中何可樂？

我們所貪愛的是對方的身軀，有時會生起貪愛對方的身軀，想要拉對方的手，碰碰對方，如果只是喜歡對方的身軀，身軀只是一團肉而已，我們何不去外面買一團肉回來。

若貪其心是何物，不可觸知不可見，
誰能觸見所未聞，無故抱持何所為。

如果說你所喜歡的是對方的心，對方的心，你又碰不到，摸不到，你碰到的只是對方的身軀而已，何以喜歡對方的碰不到摸不到的呢？雖然這樣想，但我們還是不習慣，因為我們正在生病，煩惱的病，怎麼講也聽不進去，不是有智慧的，不會用實際上的角度，實際上的角度來說，是這樣子，因心有毛病，不過不斷的串習可能會慢慢的轉過來。因為我們聽不進去，一直在串習煩惱的關係，即變成煩惱的腦筋。

剛才所說是在他人身上來觀不淨觀，現在由自己的身上來觀不淨（巳四、思惟其罪歸於自身）：

他身自性唯不淨，若不了知未為奇，
自身性亦唯不淨，若不了知深可怪。

在他人身上觀想不淨，轉到自身來作觀想，迅速即可生起不淨之心，自己要告訴自己，在他人身上來思惟不淨觀，你不了解他人身上不乾淨，沒什麼好希奇，可是自己對自己身體的不清淨不了解，才是奇怪的事，這是自我在告訴自己。自己上面的不淨觀是非常有幫助，自己不信的話，當然會對他人也不信，自己完全沒有信心，對別人也不會有這種看法，我們的心就衰弱了，自己看到自己，不喜歡自身，若沒這種看法，當然對別人也不會有這種心。一個人對自己沒有信心，會完全沒力量與能力，對任何事沒有”精神”的樣子；主要是有信心時，才會生起有精神，若沒有信心，

就會變成沒有精神能力。我們有煩惱是要有精神，煩惱才會生起，我們一般的貪心、瞋恨心，是因為有一種，我要、我能的想法的當下，比如說，我信心強時，我要什麼的心就比較強，若沒有信心，就沒有一個貪求的目標，什麼都不想做。自己上面要有信心，才會有一種貪求的目標，這有關係，貪求上面的煩惱，跟精神有關係，但不是說所有一切煩惱都跟精神有關係，剛剛說的貪欲，我們覺得很乾淨，很圓滿，貪欲這些煩惱對自己上面，要有這種，有一點自己身體上面的貪心。自己身體上面的貪心，才會有一種要什麼的衝動，比如說：我自己身體上面完全沒有一種希求，完全沒有一種貪心的話，我也不會對別人的身體有貪著心生起。自己上面的不淨觀是非常有幫助的，自己看到自己的身體完全沒有貪著心的話，對別人的身體就不可能有貪著心。所以這個也是非常有幫助的。

剛才講的對是觸的柔細產生的貪愛，下面所講的是貪著於形色，相貌（巳五、形色非可貪處）：

離雲淨日照開敷，新茁蓮房偏棄置，
未知汝貪不淨心，耽斯穢窟有何樂？

最漂亮的樣式、形色是蓮花，何以對新開放的蓮花不去貪著，而去貪著於不乾淨的穢窟。前面所說的，就是要去遮止掉貪著現前對境。

下面要說的是去遮止掉，貪著不可見的對境，就是因果的部份，以前面遮止掉貪著現前可見對境的因，成立起下面去遮止掉貪著不可見對境的果。（辰二、比量決定不可貪著 分四，巳一、是不淨生緣作不淨想）：

地面若為不淨汙，偶一觸之生厭惡，
他身不淨出生處，汝今何故欲相觸？

他身是不清淨的源頭，何以你要生起貪欲（欲相觸）。這邊就舉了不淨的東西，比如說屎、尿、嘔吐的東西，是依著身體而有的，當貪愛某個女人的時候，你一定也不會去貪愛他的屎、尿、嘔吐物、或者是他的鼻屎，這些是不會貪著的，所以要遮止掉貪著。下面講到所貪愛的女人，這個對方，她是她的父母親的精血所產生出來的，那她父母親的精血，你連摸都不想去摸，何以從精血產生的女人，會生起貪愛之心呢？就是要遮止掉。（巳二、是不淨果故作不淨想）：

若於不淨既憎嫌，從不淨田所出生，
從於不淨種子出，他身何故置懷抱？

所以就講到因果，因是不淨的，所產生的身軀果也是不淨的，彼因不淨，由彼所生身軀亦不淨。從他出來不淨的話，她也是不淨，從果報角度，就認她不淨。從不淨那邊出生，也當是不淨的。從蒼蠅大便那邊出來，我們都會覺得它是髒髒的，這是個比喻（巳三、喻明身不淨）：

從不淨生不淨蟲，於彼少蟲非所喜，
眾多不淨自性身，從不淨生何可樂？

就像仁波切剛才說的，從糞堆上飛來的蒼蠅，我們會覺得那隻蒼蠅很髒不喜歡，我們的身軀是由三十六種污穢所構成的，而從糞堆飛來的蒼蠅，僅僅是一個不淨物而已，對於我們身上有的三十六種不淨物，何以要貪著它，這三十六種，有如：血等等三十六種，在這裡不講了。

汝今非唯於自身，不淨自性不訶厭，
乃復於他不淨囊，貪求不淨生貪欲。

自己的身軀已經不淨了，看不到自己的不淨，更去貪求別人不淨的身軀呢？前面依於種種理由，成立起他身不淨的觀點，現在又依此理由成立自身不淨，所以不要貪著於自身（巳四、於自身作不淨想 分二，午一、身不淨想）：

龍腦栴檀可意香，香粳時蔬諸美食，
但令入口復吐之，地亦沾污成不淨。

比如說外在的東西，如龍腦，可以裝臟，也可以當成藥，可以吃的，或則香粳、時蔬這些物品本來是很好的，但這些東西吃到我們口裡，再將他吐出來時，就會說，吐出來是髒的，但是都不會說身體是髒的。要遮止掉自身軀吐出來這一點而言，比如說：西藏供養的東西，像吉祥飯、乾果等這些東西，我們覺得很乾淨，拿來吃一口，但是若吐出來，就會覺得很髒，東西一進去嘴裡，再吐出來就變得很髒；前面那些東西在供佛時是很乾淨，很莊嚴的，但一進入口再吐出來就很髒了，所以要承認身軀是很髒的。

（午二、若貪著彼亦應貪著尸林之身）：

現見不淨有如此，若有於此心狐疑，
當往觀於屍林中，所棄他人不淨體。

我們都會認為身軀是乾淨的，但前面講過是不乾淨，你若有疑惑的話，

應該到屍陀林去看看所遺棄的屍體。雪歌寺有個屍陀林，屍體都會在那兒切割，應該要去那兒看看，有看跟沒有看是有差別的，沒有看要思惟不乾淨的感覺，與看了以後去思惟是不一樣的，雪歌寺是天葬，所有的出家眾都要輪流，屍體不管是出家、在家人、小孩、大人都是一樣會送到雪歌寺，切屍之前會先誦經、迴向，屍體要扛著，然後要切開，一塊一塊的給禿鷹吃，所以我看過一次，他們會將屍體趴著，然後再切開，頭有腦漿，會沾粘粑，然後給禿鷹吃，當我一個一個看的時候，會去體會身軀的不淨，幾天會吃不下飯，會覺得很恐怖，但是在台灣比較不知道，感覺屍體很漂亮，實際上是怎麼樣？有的會放幾天，有的會放很久，屍體會膨脹、也會臭臭的、有屍水、氣等等。

問題：好像外國人不讓人家去看嗎？

回答：可以看。但是你們可能那幾天會無法吃飯，晚上做惡夢，今天到這裡。

同學：那我們要存錢跟仁波切去看。

仁波切：你們也可以輪流，加上一個出家眾。

《入菩薩行論三十二》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2006/03/26

現在講述《入行論》第八品〈禪定品〉，講到要斷除外在的憒鬧及斷除內在的妄念，後者就是要對於五欲享樂生起厭離的心，要如何修厭離的心呢？也就是要觀不淨觀，如果依著五欲享樂的話，將值遇那些自己所不願意的事，所以，在這裡修不淨觀是以著因的角度來修不淨觀，也有依果的角度來修不淨觀，以種種正理來修不淨觀。在修時也可以用在他人身上或自己身上來修不淨觀，現在講述的是在身己身上修不淨觀的部份。中文在第二一四頁。

上次提及在自身來觀不淨觀，透過思惟內在的污穢去了解到：即使外在看起來是清淨的，實際上也是污穢的。例如：如果在塑膠袋裡面裝一堆髒東西，因塑膠袋是透明的，你可以看得見髒東西。我們的身體也是一樣，只是包著這層皮而已，裡頭有肉、骨、經脈、腸子等等，若我們看身體有如塑膠袋一樣，可以穿透皮膚來看的話，可以看到身體裡面是污穢的聚集。

請看文（午二、若貪著彼亦應貪著尸林之身）：

現見不淨有如此，若有於此心狐疑，
當往觀於屍林中，所棄他人不淨體。

上次講到我們看到身體這麼髒，心如果有懷疑的話，要到屍林裡面去看別人所丟棄的身體。像這些塑膠袋裝滿的污穢的東西，我們看了以後就不喜歡，如果是喜歡的話，就應該到屍陀林去看那些死屍，那些死屍顏色會改變、會脹起來，假如現在喜歡這些的話，那麼也應該要喜歡那些死屍才對，如果不喜歡的話，修行時就應該修捨離貪著這個身軀，修時就應該要配合起來思惟來修。

有時候我們修行不淨觀時，如果單純只是把身體看成塑膠袋一樣，還是不能夠將貪著消除。我們會看：不僅是他如此，所有的人也是這個樣子。或者去想：雖然裡面是這樣，外表也有漂亮的。我們會生起這種想法。若將現在連接將來的屍體，體性是一，這樣會較易生起不淨觀。

若知朽壞皮裂時，能令人生大恐怖，
何故復於自他身，後時貪著生歡喜？

這邊的意思就是要成立起不淨觀之想，下面是要破除清淨之想，如果

貪執自己身及他人身為清淨會怎樣呢？就像這裡說的（辰三、破淨執 分三）（巳一、故為莊嚴不能使身淨 分二，午一、身不淨不能以栴檀等香使淨）：

身所薰染之香氣，亦唯栴檀等非餘，
何故依於餘物香，於作人身起貪著？

若彼自性本臭惡，於彼不貪何不可。

如果將身體洗一洗且塗上香的話，我們的心就會執它為清淨的，這邊就要破除貪著執它為清淨的這一點。因為身上塗香之後所產生的香味並非是身體本身的味道，而是栴檀香的味道，又何必對於不是身體本身的味道起貪呢？若是認為那是身體本身的味道的話，就應該要對身體本身的味道生起喜歡的心啊！可是，身體本身的味道是臭的，如果貪著身上的香味會造新的苦因，只有使煩惱不斷的增長，進而去造更多的苦因，所以提到「若彼自性本臭惡」，若身體本來就是惡臭的話，那「於彼不貪何不可」，那就可以不貪了。

有一些人從年輕就很喜歡在身上塗塗抹抹，等到他的年紀會愈來愈大，不可能一直都塗塗抹抹，到那時若是不能再塗塗抹抹，好像會有一種特別的苦。為什麼？因為他先前已經養成那種習慣了，貪著在那一點的心非常強烈，當我們看到他時，會覺得他很苦的樣子。若是一開始讓你的身體很自然的，不加以造作，就不會有貪著的心，也就不會很苦。

塗塗抹抹是為了變成年輕一點、漂亮一點，目標是這個的話，從年輕就保有這種習慣，會一直增長貪心，增長貪心的結果，到年紀老的時候，不管怎麼塗塗抹抹也都不能變得年輕一點、漂亮一點，因此就會更苦。因為他的貪心一直增加，當老的時候就沒有辦法面對這個苦。若我們身體本身的味道、顏色、樣貌是如何就保持那個樣子，不特別去裝飾的話，就不會有另外的這一種苦。年輕時若是一直增長貪心，而後年紀愈來愈大時，會不想看到鏡子裡的自己，塗了之後甚至會更不好看。如果保持自然的話之下，不會有貪心，就不會特別造成苦的因。剛才提到「若被自性本臭惡，於彼不貪何不可」，讓身體保持自然而不去特別塗什麼香，這樣子有何不可呢？

我們聞到香味時會對於所聞到的香味生起貪愛的心，也就是依於這個香味而生起貪愛的心，那是因為不知道這個香味是其他東西的香味，而誤以為是身體本身的香味，會笨到想要去親近它、去聞它的味道。

（午二、不相繫屬外來之香不可為貪著之因）：

世間貪著無義人，云何於彼以香塗，

是則芬芳出栴檀，於此身中何所有？
何故依於餘物香，於餘人身起貪著？

這是指世間凡夫都以為所塗上的香是身上的香，事實上，這個香並不是身體本身的香，有煩惱的是指這些凡夫而言，因為他不知道這一點都心生貪著，會使得塗的人自己增長貪著的心，也使得別人聞到味道而增加貪著的心。事實上，所聞之香並非身體本身的香，再怎麼塗也不會成為身上的味道，再怎麼樣都是其他東西的香。可是，凡夫笨到以為那是身體的香，就會去增加貪著的心，這些都無利於解脫、遍智的果報。「世間貪著無義人」就是貪著沒有意義，沒有意義就是指不會利益到解脫、遍智，如果誤以為外物的香是身體的香，就像這裡說的愚痴的人。

好像一個人塗香，原來在它上面就有一種貪心，在塗香之後，貪心就增加了，明明知道這個香不是他自己的香，聞到的當時卻不會去想這是另一種香，我們會覺得很香，好像它本身很圓滿的感覺，香本身很好，香本身的樣子、顏色都很好，好像香本身就是他的一部分的感覺，生起貪心的當時就有這種覺受。現在所說是破除淨的執著心，剛才是破不淨觀，現在是淨的執著，會覺得什麼都圓滿，連香的味道也非常香，什麼都很圓滿，從這個角度會生起對於乾淨的執著心，所以，現在是破除對於淨的執著心。

剛才講到我們對於很漂亮、清淨的身軀會生起貪著心，然後會視它為常的，好像是不會變的，下面就是要破除「視它為常」這一點，然後去修無常。（巳二、身不免可怖性）：

若時髮長爪甲深，牙齒污穢垢膩染，
人身自性本如是，袒露觀之堪怖畏，

如此刀劍傷自身，云何於彼勤剪剔？

如果所貪愛的對方的身軀是無常的話，它就會顯現出頭髮長、指甲長，會顯現出老相出來，因為它是無常的。但是，我們都會認為所貪愛的身軀是常的，所以我們就會去常加修剪，讓它不會展現出老的樣子出來。如果頭髮、指甲都不加以修剪的話，我們的身軀本來就是無常的、污垢的，因此這些通通都會顯現出老相，必然不會認為它是悅意相，就不會對它生起

貪著的心。所以，我們身體的本質就是污穢的，而我們認為它是清淨的、常的，所以就會去修剪頭髮、指甲等等。

我們的身體如果一直沒有去照顧的話，很快就會死了，這就表示身體本身太無常了，它本身根本就沒有一個常法的體性，所以，我們就一直要保護它，如果它具有常法的體性的話，我們就不需要去照顧它了，不需要讓它穿衣服，不需要給它吃飯，頭髮、指甲也不需要修剪，事實上，我們不去照顧它的話，很快就會死了，這就表示這是無常的，因此我們就要一直去保護它。在我們保護它之後，我們就會覺得它是常法。

如果我們的身軀本來就是常的，都是很好的、漂亮的，那麼，所長出來的頭髮、指甲等等就不會傷害到我們自己，那又何必去勤於修剪呢？「如此刀劍傷自身，云何於彼勤剪剔」就是指這個意思。

為了遮止我們生起貪愛，在下面又再舉了一個理由，凡夫的心中都有執實的心存在，因此就會生起貪愛己方及瞋恚他方的心，如果我們周圍的人全部都是這樣的話，彼此一定不會非常和諧的，一定會互相吵架，整個都會非常混亂。（巳三、作可厭想）：

我執愚痴力所蒙，於地顛狂頻洗濯。

這裡翻譯成「頻洗濯」可能有點問題，應該是「頻爭鬥」的意思。因為我們內心有我執，內心就會增長各式各樣的煩惱，因此我們就煩惱罪，煩惱罪了之後，整個就亂七八糟了，我們周圍的眾生就都無法和諧，越多眾生就越糟糕。所以，以眾生的內心來看的話，就沒有什麼可以貪著的對境，以眾生外面的身體來看的話，就是下面兩個偈頌。

僅見久死舊屍骸，若於尸林猶厭捨，
搖曳屍骸遍城邑，於此尸林何喜愛？

前面講到：如果我們的心是這樣子的話，我們絕對不會對這個心產生喜愛的。下面舉一個例子，就像死了很就的屍體，看到屍體我們就會厭惡尸陀林，現在我們所見的身軀就像僵屍一樣，我們又何以會去喜歡它呢？

這是我們在修定的階段要這樣子想，並不是平常就要這樣子想。修禪定時要離開污染、憒鬧，因為我們是在這樣的環境下長大的，所以，我們就會有各式各樣的貪著心，好像沒有辦法捨棄這個環境，因此就要這樣去思惟，這樣才能夠轉過來。如果平常都這樣想的話，夫妻可能也不會和諧，也可能會吵架，那就更糟糕了。所以，這裡講的是修禪定的階段，此時我

們要有這樣的心理準備，才不會產生貪心，禪定時就完全不會有罣礙。

前面說的是我們以種種理由來修不淨觀，也就是要去遮止掉清淨觀，然後去修不淨觀。「寅三」講的是：我們已經修了不淨觀，可是，如果不與我們所觀的不清淨的對境相遠離的話，就會依之再值遇到一些不想值遇的苦，也就是它會引生這些苦因。（寅三、思惟能生眾多不可愛樂事 分二，卯一、總明）：

況復如是不淨物，不酬其值不可得，
為成此事費勤劬，亦遭地獄等災害。

這一段是屬於「總明」，就是簡潔闡釋出來的意思。講到我們要在所貪著的對境上修不淨觀，修不淨觀就是要遮止掉貪著的心，如果不遮止掉的話，由於去貪著它的關係，可能就變成兩個去結婚了，為了要兩個共度一生的緣故，就要很辛苦的準備很多財物，而且不只是這樣，兩個人在一起就會生出子女，為了要養活妻子、兒女的緣故，這一世就要過得很辛苦，也會造下來世感受地獄的業。

以上是從想要出家的人的角度來講的，當然出家和不出家的差別是很大的，西藏人說出家是鼻子的這一條繩子是在自己手上，所以想去哪裡就可以去哪裡。要出家一定要有一種理由，剛剛所講的就是一個理由。

（卯二、別釋 分二）（辰一、不能得所愛樂 分四，巳一、無愛樂之時機）：

少年無力致資財，及年方長此何用，
消磨歲月積財富，老矣得之有何益？

夫妻為了兩個人很快樂的一輩子廝守在一起，就會很努力的去積聚錢財，在小的時候還沒有能力去積聚錢財，到中年很努力去積聚錢財也是很辛苦的，等到老的時候，所積聚的錢財對他又有什麼用呢？沒有意義的。

這裡字面講的意思可能要配合現在的情況調一下比較好，我們現在是為了享受快樂而要不斷去賺錢，在賺錢的當時並沒有快樂。那麼，這個快樂在什麼時候會出現呢？老的時候更沒有辦法享受，想吃也吃不下去，想玩也沒有體力。為了享受而一直很辛苦的去賺錢，但是，這個目標都不會出現。所以，小的時候沒有能力去賺錢，如果小時候可以賺錢的話，當時的身體比較建康還可以享受一下，可是當時沒有辦法工作，等到能工作的時候又沒有時間享受，要享受的時候又不能享受，因為已經老了，這樣看

來就沒有意義了。

剛剛那個偈頌並不是指多數人的情形來說的，而是以某類人為例子來說的，下面的偈頌也是以某個家庭為例子來說的，尤其是以現代人為例子來說的。請看文（巳二、疾困所苦不能享樂）：

或有貪欲下劣人，黎明而起極勤劬，
抵暮歸家身疲極，僵然而臥如死屍。

現代人很辛苦的工作賺錢，而沒有享樂的時間，終生為了賺錢都非常辛苦。

這個偈頌講的並不是普通的角度，有些在家人可能會出現這樣的情況，前面那一個偈頌調整過來講現代人所講的是比較普遍的情況。大家對於字面的意思應該很清楚，按照字面來解釋好像沒有那麼普遍的樣子，像剛剛那樣調整為現代人的角度來解釋，就變成比較符合普遍的情況。

（巳三、跋涉遠道難逢所欲）：

或由煩惱遊異域，跋涉長途受諸苦，

心欲求於諸女色，而諸女色終難遇。

有一些人為了家庭快樂的緣故而必須遠赴他方去工作，而且工作時間非常的久，這樣子的話，他的家庭也不見得就會快樂，因為他們可能終年都沒機會見面。

下面講到有一些人是被別人聘僱為下屬或僕人，請看文（巳四、為他自在能致眾多非愛樂事）：

欲求自利諸愚人，為彼彼事鬻自身，
彼不可得定無義，徒為他業風所吹。

這是以前的情況，以前有人會賣自己的生命，目的是為了要賺一點錢來得到快樂，但是，我的生命已經給他了，不管他叫我做什麼，我都要辛辛苦苦的去做，等到老了沒有力氣了，想要享受也沒有辦法享受。

接著是講有一些人為了得到快樂而去賣身，事實上，在賣了身之後，不但是自己不快樂，連自己的妻子、兒女也都不快樂，也沒有很好的地方可以住。請看文（辰二、眾多不可愛樂過失隨逐 分五，巳一、自無主宰速即捨壽）：

或有出賣自己身，他所雇佣無自在，
仍懼妻室育子時，樹下祠中無宅舍。

說實在的，我們應該為了要求長生、快樂而去賺錢，而有些人卻寧可冒著生命危險去賺錢，這樣就很笨了。

欲貪欺誑諸愚人，常稱求活故謀生，
不顧生命臨軍陣，為利甘為人役使。

這個偈頌就是告誡我們不可以為了女人、錢財而這樣做。

有些人非常貪愛某個女人，非常重視這件事，寧可為了她而去做種種的事。請看文（巳二、為他自在諸苦隨逐）：

具貪欲者或斷肢，或貫尖扞為人幢，
或被戈矛相刺擊，亦見投火焚其身。

有些人就是這樣。

也有一些人是為了錢財，他寧可去從軍或去做違犯王法的事，或是去與他人爭吵，或是為了賺錢、守護錢財而去做這些事（巳三、能障解脫唐捐暇滿）：

積聚守護散壞諸熱惱，財為無邊衰損汝應知。

這兩句主要是講到為了錢。

前面四句是為了女人，後面兩句則是為了錢財。有些人為了愛一個女人而寧可去虐待自己，也許是用自己的血寫下山盟海誓，有些人是去貪愛別人的妻子，搞外遇就跟國家的法律相違背了。有些人是為了愛某個女人而跟人家吵架，甚至為了愛某個女人而自焚，這些事情都是有的。

下面是說剛開始沒錢時會很努力拼命去賺錢，等到賺了錢之後，就要千方百計去守護這個錢，想要買股票保值，又要去擔心股票的漲跌，錢放在銀行裡利息很低，放在家裡又怕被偷，這都是為了錢財在煩惱。

諸有貪著資財散亂者，陷三有獄脫苦終無期。

於諸具足貪欲者，所欲害多而利少，
猶如俯首轅下駒，偶一嚼嚙路旁草。

生起對於錢財或女人的貪愛的話，那就永無出離三有的機會了，只有

一直生起貪愛的心。我們為什麼稱為欲界者呢？欲界的特徵就是男女會相互貪愛，其原因最主要是因為這個身軀的關係，所以，對於我們的心的最大擾亂者就是這個貪愛。至於色界和無色界者，因為他們是以禪悅為食，所以他們不需要吃食物，我們欲界者要穿衣服、吃東西，這一切都要依著財富受用而來的，這也是欲界者的一個特別的煩惱。如果可以遮止掉貪愛這個煩惱的話，可能就有很大的希望可以生起求脫心了，否則是不可能生起求脫心的，當然也就不可能解脫三有了。

這是欲界的一個特別的煩惱，欲界眾生的這種煩惱是很深的、很強烈的，所以，我們如果能夠把這兩種貪心去除的話，就比較容易生起出離心，也就比較容易可以解脫。

這裡說「於諸具足貪欲者，所欲害多而利少」，也就是指那些貪愛女人或錢財者，他們也都有前面所說的那些過患，貪著這些所帶來的還是有一點點樂，可是，就僅僅在此世而已，來世絕不可能有的。這裡說「猶如俯首轅下駒」，就是比喻為一頭馬，牠背著重擔或拉著馬車，偶而低下頭吃一口路邊的草，這只是吃一口草而已，牠事實上還是要背著重擔，這還是很苦的。

畜生如是不為奇，何可人為瑣屑事，
造諸惡業生諸苦，壞我難得暇滿身。

為了這一點點小小的利益而那麼辛苦去做事，這並不是我們身為人的目標，應該是要為來世而做。如果我們只為了一點點小小利益而那麼辛苦來做的話，這樣子連畜生也能做得到，身為人應該可以做得更好，我們具足了八閒暇十圓滿的人身，善用這個人身可以在一世當中成就佛果，如果不利用它來這樣做的話，那是很可惜的。所以，不應該為了此世的目標而做，這樣連畜生都做得到，就枉費我們得到暇滿人身了。總結就是：我們應該要去滅掉貪著錢財、女人等等的貪著心。我們不可以去貪著女人和錢財，否則就枉費我們得到八閒暇十圓滿的人身了。

（巳四、思惟過患發解脫心）：

所欲決定必壞滅，能令墮於地獄等，
非為成於大義利，長時所生疲極苦。

即使像帝釋天或轉輪聖王可以算是欲界當中最享樂的人，可是，他們也終將有壞滅的時候，此時就墮入地獄當中了。所以，這裡告訴我們不應

該為了那些無意義的、小小的快樂而生貪著的心。

若僅以其俱胝分，微苦即能成大覺，
具欲而行菩提道，苦多菩提不可成。

我們都是為了此世或財富、女人而非常辛苦的去做，可以說我們這一生當中多數都是苦，而所追求的都是小小的樂，在無始生死輪迴以來，我們似乎都是為了這些小小的樂而非常辛苦的在做，所歷經的時間等於是久遠到無法計算的，所付出的精力也一樣是無可計算的。如果我們能夠以去追求這些小小安樂的努力的千萬分之一來修具大意義的佛果的話，那麼，我們早就已經得到了，可是，我們卻未曾如此去做。

在密勒日巴的傳記或洛桑卻邊的傳記裡面，他們只用了一世的努力就可以得到佛果了，一世就好像我們剛才說的「俱胝分」，只要我們用千萬分之一的努力來做的話，就可以成就了。

只為了此世的小小安樂，我們從無始以來就一直艱苦的去努力，這一點跟我們努力於追求佛果比較起來，努力於一世的小小安樂所歷經的千辛萬苦比較大，可是，它的果報卻是非常小的。我們對於追求佛果的努力程度是非常小的，可是，事實上所能得到的佛果的果報是非常大的，這裡說「具欲而行菩提道，苦多菩提不可成」就是這樣的意思。

如果我們站在圓滿菩提這一點來看的話，從無始以來到現在，我們根本就沒有花費千萬分之一的能力來求證圓滿菩提。可是，我們卻為了一世的小小安樂而花費千萬分的能力，而所得到的果報，而所得到的果報卻是那麼小。如果我們可以用千萬分之一的能力來求證圓滿菩提的話，我們所得的果報是非常大且圓滿的圓滿菩提，這就是叫我們的心要生起這種求證圓滿菩提的心。

寂天菩薩鼓勵我們要生起求佛陀果位的心，而且也告訴我們：你們不用怕，你們已經做了很多辛苦的事，以為了追求佛陀果位所需要付出的苦的量來說，比較起來，你們已經做了千萬倍的努力了，可是你們並沒有得到什麼，現在只要取出千萬分之一的努力就可以了，只要大家用功一點的話，一定會成佛的。這就是寂天菩薩鼓勵我們要勇敢的生起求佛陀果位的心。

《入菩薩行論三十三》

講授：雪歌仁波切　翻譯：法炬法師 2006/04/02

就像早上我們說到根本六句一樣，我們應該要去思惟：從無始以來，我們飄盪在輪迴當中，無一生處未曾出生過，無一痛苦未曾經歷過，從無始以來到現在為止，輪迴從未曾自行消失過，要將輪迴滅掉，就只有靠我們自己而已，最重要的就是先關閉三惡趣的門，要如何將無始以來積聚的無量無邊的罪惡消滅掉呢？這就唯有靠菩提心，菩提心可以剎那間滅掉無量無邊的罪惡，就好像《入行論》第一品講到菩提心的時候，就有講到這樣的意義，只要一發起菩提心，剎那間就能滅掉眾多的罪惡。所以，我們可以說是為寂天菩薩的馬首是瞻，他就好像是所有在闡釋菩提心教法的主宰者。

我們的身體如果住於阿蘭若處（寂靜處），只有這樣是不足的，心中應該要去思惟喧鬧的過患，如果不斷除外在的喧鬧的話，所要希求的究竟安樂是不可能有的，而且還會去造作更多我們所不欲值遇到的痛苦的因，我們會去造作無間的痛苦的因。

這就是我們上次所講的「辰二，眾多不可愛樂過失隨逐」，在這一個科判裡面又分為五個科判，今天從第五個開始，就是「思惟貪著欲境為一切過患生源」，當中又分兩個，首先要去思惟欲的過患，也就是要去思惟輪迴圓滿、輪迴喧鬧的一切過患，如果在喧鬧的輪迴當中，我們就必須再一次去感受無量無邊的苦（比如地獄的苦），雖然現在暫時在輪迴的圓滿當中享受短暫的安樂，可是，究竟還是要感受無間的痛苦。所以，在這邊思惟的時候，就是要在因上來思惟，而且要去思惟因和果是體性一的。

請看第二二〇頁的偈頌（巳五、思惟貪著欲境為一切過患生源 分二，午一、思惟欲之過患）：

當思地獄等諸苦，利刀毒藥及猛火，
危岩及與諸怨敵，無可比喻貪欲者。

也就是說貪欲會引生這些痛苦，比世間的刀、毒、懸崖、怨敵所帶來的苦還更苦，這些比喻所說的苦都無法來形容我們將會遭受到的苦。

這裡的科判「午二、於寂靜地修歡喜」有點問題，藏文在第三五七頁第四行開始，藏文裡面並沒有分成兩個。第二〇八頁的（子二）「斷邪分別」

分為兩個科判，就是丑一和丑二，到了第二二〇頁的「巳五、思惟貪著欲境為一切過患生源」就不應該分二了，因為到此為止就已經將「丑一、於五欲修厭患」講完了，這邊應該屬於「丑二、於阿蘭若修歡喜」。

這邊說：一開始修的時候應該先去思惟五欲的過患，之後再來修歡喜阿蘭若，必須要這樣子。如果沒有先去思惟五欲過患而先去修歡喜阿蘭若的話，那麼，你到了阿蘭若處就會懷念五欲之樂，然後你的心就想要趕快出關下山去。

如果我們對五欲的過患加以禪修所生起來的觀他過患的心越強的話，到了後面的歡喜阿蘭若的心也一樣會越強，前者有多強，後者就會有多強。所以，思惟五欲過患就像是奠定一個基礎一樣，所以，我們要先斷除歡喜五欲。

接著看「丑二、於寂靜地修歡喜」，這就是和「於阿蘭若修歡喜」同樣的科判。請看文（寅一、總明）：

如是於欲生厭離，於閑靜處生歡喜。

下面就是詳細的解釋，請看文（寅二、別釋 分三，卯一、處所等圓滿殊勝）：

諍論煩惱悉空寂，住於寂靜叢林中，

可愛月光旃檀香露滌，廣大磐石適悅如華居，
萬籟蕭然微颸拂林薄，為他饒益白淨善心生。

這邊說「諍論煩惱悉空寂，住於寂靜叢林中」，如果在很多人的地方，一定會有諍論，所謂諍論就是話會非常多，不但是人多，東西也會變多，話多就生起貪心，貪心就會變成很多的東西。即使沒有跟你講很多的話，可是，也可能因為你內在的妄念的干擾，使你自己的心渙散掉。這邊是就瑜伽行者的情形來說，在阿蘭若處就沒有這些諍論，煩惱即空寂。

處在寂靜的叢林當中，「可愛月光旃檀香露滌，廣大磐石適悅如華居」，瑜伽行者住在叢林當中，他的房子就是很平坦的一塊石頭，他把它視同宮殿一般，就好像是待在非常悅意的宮殿裡面。月光就好像是他的燈光，旃檀香所飄來的清涼風吹拂著。

「萬籟蕭然微颸拂林薄，為他饒益白淨善心生」，清涼的風徐徐的吹拂過來，在這種非常寧靜而沒有任何聲音來傷害禪定的地方，也是沒有任何

惡人可以來傷害的寧靜之處，就是像在《廣論》講到奢摩他的時候，裡面有引《經莊嚴論》講到要五個資糧，其中一個是阿蘭若處，就像這裡說的這樣，就像是在一片天然美景當中，你內心中利他的心自然就會增長起來，於是，所處的懷境識內在非常清淨而外在也非常清淨，瑜伽行者都應該要歡喜像這樣的阿蘭若處。

住於阿蘭若當中到底有什麼樣的好處呢？請看文（卯二、得自在之功德）：

空屋樹下石室等，隨心所欲而安住，
遠離執持守護苦，無依無著放意行。

阿蘭若跟城市是完全不一樣的，如果在城市裡面有一間房子，然後就會需要很多東西，房子裡面需要有床或是坐的、用的東西，天氣熱的時候要有冷氣，冷的時候要有暖氣，廚房裡要煮飯也需要很多東西，洗澡的浴室也要很多東西，為了這個房子非常的費心。身為瑜伽行者就沒有這樣的罣礙了，因為他無身外之物，如果一個瑜伽行者還要為了這麼多東西去掛念的話，那就不可能去禪修了。瑜伽行者可以隨心所欲，隨意而住，隨意而行。「空屋樹下石室等，隨心所欲而安住」，他只有一個人，隨時都可以搬家，隨時都可以起身到任何地方去。不像在城市裡租房子要擔心房租的問題，沒有房子的還要擔心買房子的問題，買了以後又需要擁有很多的東西。瑜伽行者遠離執持守護，他沒有擁有很多的身外之物，他就沒有要去保有某個東西的守護苦，而且無依無著放意行，他的心中沒有罣礙任何事情，心非常的輕盈，根本就沒有任何罣礙。

再來就講到知足的功德，如果能夠依於像剛才所說的阿蘭若處的話，就會有如此的這些利益，除了住在那裡面之外，心也要知足，不會覺得這一頓飯吃得不好而在心中寄望著能夠吃一頓好飯，不會有這樣的希求，衣服也是有得穿就好了，不會去計較好壞。如果心中知足的話，那麼就會快樂了，也會有助於我們修持佛法。請看文（卯三、知足之功德）：

自在受用無貪著，不為一物所繫屬，
所有知足受用樂，雖南面王未易有。

南面王就是指人間的帝王而言。如果能夠知足的話，心中就會比身為帝王還要快樂，帝王每天要為了國事而憂惱，根本不可能像瑜伽行者這樣的快樂而住。所以，一個瑜伽行者就應該要自我勉勵在阿蘭若處知足安樂。

這裡就會讓我們想到噶當派有四個要訣，首先就是心依於法，一心投靠於法。然後就是法依於窮，不要擔心我來修持之後會變窮，窮就窮了。然後是窮依於死，死就死了，不需要再去掛念窮了之後會死。最後是死依於溝壑，根本不用擔心沒錢死後屍體要怎麼處理，根本就不需要擔心這一些，死了之後，這個身體不管丟到哪個地方都可以，任他腐爛也無所謂。

講到這邊就會讓我們想到噶當巴所說的這四依法，當我們這樣思惟的時候，所有的煩惱就都離開了，這樣想的本身就已經有非常好的修行了，如果在這當下還更努力去修行的話，那就會非常會成功。所以，它不只是前面的前行而已，在當時的幫助非常非常大。思惟阿蘭若也一樣算是我們修行的前行，但是，當時它的幫助也是非常大的，當我們這樣思惟的時候，內心跟煩惱馬上就離開了。我們常常去思惟這些的話，對我們幫助是非常大的。

前面到此為止就好像是加行，去思惟五欲的過患，去生起歡喜阿蘭若的心，之後就可以開始修了，因為已經跟這些外在的違緣離開了，而且對於阿蘭若處生起非常踴躍歡喜的心。在這兩種條件聚合之下來修的話，利益就非常大了，所以，在順緣具足及違緣遠離的狀況之下，就要開始修止，這邊的修止是修自他相換的菩提心。

我們所說的奢摩他是寂住，也就是心安住於寂靜，心安住於無煩惱妄念的寂靜當中。雖然沒有煩惱妄念，可是還有善心，所謂的寂住並不是像睡覺一般一動也不動的意思，因為我們有止觀雙運，觀是心一直在作意思惟、觀察，如果止是像睡覺一樣不動的話，那麼，這兩個要怎麼配合起來做呢？那就不可能了。

在心中的妄念寂靜之後，內心就於善所緣作觀察，妄念寧靜就是止，寂住就是止，內心於善所緣作觀察就是觀。奢摩他就是寂住，也就是心的寂靜分，去觀察內在的善所緣就稱為毗缽舍那，也就是觀。這只是取名不同而已，並不是說在修止時觀就不可以運作，並不是這樣的意思，只是取名處有所不同而已。在這兩者當中，我們要先制止掉內心的渙散，之後才能在善所緣上作觀察。

這只是取名的角度不同而已，其實奢摩他和毗缽舍那是同時有修的，一個菩薩修行者同時這兩個都有修，比如當他思惟空性的時候，同時有沒有修奢摩他跟毗缽舍那呢？兩個都有修。他有修毗缽舍那應該是比較容易看出來的，因為他當下就是一直在觀察空性，我們從哪裡判斷他思惟空性

時有修奢摩他呢？從他遮止內心渙散的角度，我們就說他有修奢摩他。但是，我們也不可以說奢摩他和毗缽舍那是体性一個，菩薩同時都有修這兩個，但是，這兩個的作用有一點不一樣，一個是遮止心渙散的，另一個則是思考使智慧增長。以這兩個來說，我們首先要把奢摩他的功夫打好，要先把遮止心渙散的基礎打好，然後再去思惟令智慧增長。

（癸三、如何修止之理 分二）（子一、修自他平等之理 分二，丑一、總明）：

依於如是種種相，思惟阿蘭若功德，
應即息滅諸分別，應當修習菩提心。

最初應當勤修習，自他不異平等捨，
所受苦樂相等故，應護眾生如愛己。

也就是首先就是要修自他相換，修自他相換是很重要的，要怎麼修呢？就是要去思惟我們所欲求的是安樂，而我們所不欲的是痛苦，而且所有其他的有情都跟我們是一模一樣的，這邊的「相等、就是這樣的意思，也就是都跟我們是一模一樣的，故「應護眾生如愛己」。

有人或許會提出這樣的疑問：別人的苦樂跟我的苦樂不一樣，我希求安樂而要去除痛苦，這是我的苦樂，別人的苦樂怎麼可能跟我想要追求的樂及去除的苦一樣呢？一定有人會生起這樣的懷疑，以下就是回答。請看文（丑二、廣釋 分四，寅一、釋修自他平等之義）：

如手足等雖有諸差別，同為一身悉皆所愛護，
如是別異眾生諸苦樂，悉欲求樂如我等無異。

有人會想到其他的有情是無量無邊的，我要對所有的有情發起這種心，心中就會有一點怕怕的。這邊說不需要怕，我們只要去思惟：我們的身軀如果細分下去，會有很多微細的支分，這隻手也是我，那隻手也是我，再分下去的話，每一個都是我，變成我就是無量無邊的。所以，這只是心的習慣問題而已，也不用去擔心有情無量無邊多到我的心容納不下去，並不需要擔心這一點。就像我們在分析我們的手足一樣，細分下去也可以細分到無量無邊的。

剛剛講的有兩個問題，第一個問題是：他是他，我是我，怎麼能夠對別人也生起如同對我自己同等的重視呢？這在「最初應當勤修習，自他不異平等捨，所受苦樂相等故，應護眾生如愛己」四句中就講出來，他也是

要離苦得樂，我也是要離苦得樂。我們找一找我們為什麼會重視自己的理由，就是因為我要離苦得樂，所以我會重視這個，就只有這個理由而已。他也要離苦得樂啊！並不是只有單單我自己要而已，那麼，我為什麼不重視他呢？比如我們看自己和別人，把自己看成別人一樣，奇怪，我為什麼在這個人上面那麼重視而在那個人上面不是那麼重視呢？兩個人都一樣是要離苦得樂啊！所以，要離苦得樂是平等的，那麼，我為什麼重視自己而不重視別人呢？應該在這上面修平等捨。

我們在看自己和看別人的時候，不要用執著心的角度去看，如果以那些事物本身該要的角度是什麼來看的話，好像都是平等的。但是，我們卻是一直看內心的他也執著、我也要執著，以這種角度來看的話，我們就沒有辦法清淨的看，看其他眾生時就馬上會看他的心的執著心，當然我們也就跟著馬上就生起執著心，所以就沒有辦法清淨的看。所以，我們看的時候不要從這個角度去看，如果從花草等等物質的角度去看的話，它們必須要具足一些東西，如果不具足的話，就會一直有各式各樣的希求心出現。如果我們用這個角度去看的話，應該都是平等的，可能就會這樣子想。

問題：平等捨的「捨」是捨掉「自己比別人重要的概念」還是捨掉「要離苦得樂的概念」呢？還是說我們跟眾生都要平等的意思呢？在知母、念恩、報恩的前面也是要平等捨，既然平等捨這麼重要，那麼，到底是要捨掉什麼呢？

回答：我們說自他平等，這是指我們自己有要離苦得樂的希求，跟他人想要離苦得樂的希求是平等的、相同的，而平等捨的「捨」就是捨掉我愛執，也就是捨掉珍愛自己這一點，用「我們都是平等的」這個理由，就是要捨掉我愛執，這就是平等捨。

我們說自他平等，在思惟這一點的時候，我們應該要置心於身外，就是好像要把我們的心跟身體分開，置心於身外來看。如果不這樣子做的話，我們的心本來的我愛執就會跟煩惱混在一起了。如果在我們思惟自己跟他人都想要離苦得樂這一點時，又能夠置心於身外來看這個身軀的話，就是將這個身軀視為如同物質一般，那就不會跟煩惱、我愛執混雜在一起了，這樣子對我們的思惟會有比較大的幫助。

前面講到「自他不異平等捨」，這是原因，我們以這個原因來思惟自己和他人是一模一樣的，我們自己想要離苦得樂，他人也一樣想要離苦得樂，這一點是一樣的、平等的。所以，這邊說自他並沒有不平等，也就是自他

是相等的，所受的苦樂是相等的，想要離苦得樂也是相等的。所以，應該要愛護眾生如同愛自己一般。

下面的偈頌用手足來作比喻，前面講到我和其他有情都一樣要離苦得樂，我們就應該要擔負起使眾生離苦得樂的責任，不可以將眾生輕捨掉。可是，又可能會擔心眾生是無量無邊的，心中就會有一點怕怕的，自己真得能夠擔負起這樣的責任嗎？這一句就是要去除這樣的質疑。

在我們的心中生起重視他人如同重視我們自己一般的時候，在實修時要使得其他有情能夠離苦得樂的時候，在做這種取捨的時候，或許我們會擔心是不是會有做錯的時候。我們會擔心：我們要去除自己的苦，不見得別人的苦就能夠去除掉，我們自己要得樂，別人也不會因此而得到樂。我們會有這樣的疑惑生起，因為我們會覺得他的樂是他的樂而不是我的樂，我的苦是我的苦而不是他的苦，他的苦是他的苦而不是我的苦，我的樂是我的樂而不是他的樂。我們會有這種懷疑的時候，下面的（寅二、釋修自他平等之法 分二，卯一、破執苦樂去取不應相同）：

既我自身所有苦，不能損惱他人身。

這一句就是要去除這種懷疑，這裡只有引了這一句出來，其實其實就涵蓋了剛才所說的意思在裡面。

剛剛是講我們對自己的重視，同樣的，在對眾生上面就變成對於眾生離苦得樂的重視，既然我已經自他換了，在真正該取捨的時候，在眾生的樂上面，我應該要一直去做，而在眾生的苦上面，我就應該要一直去消除。雖然內心是已經改為重視他人了，但是，我真正這樣做是很恰當嗎？他的樂是他的，我即使一直去做，我也得不到，他的苦也不會讓我苦，我的樂也沒辦法給他，他也不會受到我的苦。好像實際上也是各人的東西，如果我這樣做的話，雖然內心的動機已經改了，好像也還是會有一些問題的感覺。

故知但由執我故，於自所苦難安忍，

如是他人之所苦，雖未降臨加我身，
彼亦能令我生苦，執為我故不能忍。

因為先前已經將自他相換了，而在還沒有自他相換之前，如果我們還有我愛執在的話，自己所受的苦就無法安忍，而在自他相換之後，如果我們能珍愛他人像珍愛自己一般的話，自然也會對於他人所受的苦心生不

忍，因為其他的有情與我是相同的，他樂我亦樂，他苦我亦苦，雖未加臨於我身，卻因為有珍愛他人的緣故，所以，雖然是他心生苦，而我亦不忍。

這個回答的跟問題有一點不一樣，剛剛的問題是：他的樂是他的，我不會得到他的樂，他的苦也是他的，我也不會受到這個苦。現在回答的時候沒有說：他的苦我也會受到，他的樂我也會得到。回答時是說這也會影響我們自己的內心，當我們看到他人苦的時候，我們也受到影響而覺得忍不住，而在看到他人樂的時候，我也會影響到。所以，我們也會感受到苦或樂，而並不是我們得到他的樂或苦。當我看到他人樂的時候，我的內心會受到影響，當我看到他人苦的時候，我的內心也會受到影響，如此一來，百分之百就會增長我們重視他人的心，不然的話，剛剛這種問題就會卡住。我們內心會覺得我的感受好像也有關係，如果這樣想的話，我們就會越來越想做，因為這跟我的感受有關係，這樣我們才做得下去。不然的話，我們只是嘴巴講講自他相換，如果對於內心的感受沒有影響的話，那就會做不下去。所以，配合上自己的感受的話，自他相換的修行就會越來越增長，用意是在這個地方。

（卯二、釋應修相等之故 分三）（辰一、廣解 分三，巳一、安立因）下面再以理由來成立，請看文：

我應除去他人苦，是苦受故如自苦，
我應為他作饒益，是有情故如自身。

我們應該將其他有情的苦去除，因為他人的苦就如同我的苦一般，我們自己要去除自己的苦一定是不遺餘力的，如果我們將去除他人的苦認為是自己應該要負擔起的責任，對於去除他人的苦也一定會不遺餘力，在任何時中都絕對不會有終止的時刻，就像佛乃至輪迴未空前會永住於輪迴，永住於輪迴就是為了除眾生苦。同樣的，其他的有情所希望獲得的安樂，也就如同我欲安樂一般，所以，成辦他人安樂也就如同成辦自己的安樂一般，同樣的不遺餘力。

佛一直不斷的除眾生的苦，為什麼他能夠做到這樣呢？就是因為他把對於自己重視的心改過來放在對待眾生上面，所以就變成眾生的事情是他的事情，中間一點都沒有隔閡，所以，他就會不斷的去做除眾生苦的事情。我們現在就是要了解我們以後能不能做到一直不斷除眾生的苦，我們不用怕，一定會做到的，因為我們現在自己就不間斷的一直在除自己上面的苦，這是因為我們自己是很重視自己的，所以我們就會不斷的去除自己的苦，

如果我們把重視自己改為重視眾生的話，我們也跟佛一樣，以後也會不斷的除眾生的苦。幫助眾生得到快樂方面也是一樣，我們把對自己的重視改為對於眾生方面的重視，我們自己的想法跟眾生上面一點都沒有距離，就會不斷的這樣去做。

（已二、因決定 分二，午一、正顯因決定）：

若時自他二者間，欲求安樂均相等，
我與他有何差別，何故唯勤求自樂。

因為先前已經用這些理由而成立起我們應該去為他人除苦及使他人得樂，我們現在都非常重視自己，原因就在於自己很重視自己的離苦得樂，如果自他兩者在希求離苦得樂上都相同的話，我們既然能夠持續的為了一己而求離苦得樂，那麼，他人也一樣要離苦得樂，我們也應該可以持續作令他人離苦得樂的事，這一點也應該可以成立起來。

剛剛我們講的對於眾生上面為什麼能夠做到不斷的除眾生苦，理由就是我們現在對於除自己的苦上面一直都能夠做到，所以，對於不斷的除眾生苦這件事也一定能做到。這裡講用這個理由不周遍，對於自己上面雖然有，卻沒有辦法成立對眾生上面能夠做到不斷的除眾生的苦。那麼，對於自己方面為什麼能夠做到一直不斷去除自己的苦呢？原因就在於我們重視自己。那麼，我們為什麼重視自己呢？因為我們自己想離苦得樂。想要離苦得樂就是根本的因，那麼，眾生也想要離苦得樂，所以，眾生跟我們就沒有差別，在想離苦得樂方面都是平等的。所以，眾生也有離苦得樂的希求，因此，對眾生方面重視的心也可以生起。有些人會對於剛剛前面的正因有疑問，認為是不周遍的，因此，後面就成立、周遍。

若時自他二者間，不欲受苦亦均等，
我與他有何差別，何故護己捨他人？

前面講到自他都是希求安樂的，接著就講到自他都是不欲痛苦的，成立的方法跟先前所講的是一樣的。

下面又有人生起了一個疑問，請看文（午二、釋難）：

若云他身所受苦，不能損我故無關，
未來自身所受苦，今亦無損何須護？

他人的苦不會損害到我，所以，我不需要去保護他而使他不受苦。前

面寂天菩薩說：如果你心中仍然把他放在一旁的話，那麼，明天的你也不是你而是他，前世的你也不是你而是他，未來的你也不是你而是他，那麼，又樣怎麼把他放在一旁呢？這裡的意思就是說：如果說他身所受的苦不會損及到我而與我無關的話，那麼，為來自身所受的苦跟你現在的我也是無關的，那也是他。

這邊所講的邏輯，我們會有一點聽不下去，我們還是會覺得明天、後天、來世的我還是我的續，他人也還是他人的生命過程，我們還是會這樣想，這是因為我們自己修行差的關係才會這樣想。如果是真正修行很好的時候，我們本身所有一切的法都是名言安立的，所有一切自己內心的法都是想的而已。這些想的是有用還是沒有用呢？我們要從這個角度去想。我們認為這些法是永續的，以為它有一種獨立的、實有的能力，所以，我們就會分得很清楚「這是我的、這是他的」。如果從法本身是名言安立的角度來看的話，既然都是名言安立的，而我卻在這個上面比較注重一點，而在那個上面比較不注重一點。如果以名言安立角度來看的話，我的來世也是他，他的也是他，在名言安立上是沒有差別的，這樣的講法有一點點空性的邏輯在裡面。但是，我們現在並沒有達到這種修行，所以，聽的時候馬上就會有執著心生起，認為他是他、我是我，這是不一樣的。

《入菩薩行論三十四》

講授：雪歌仁波切　翻譯：法炬法師 2006/04/16

我們這裡面主要是講修持菩提心的方法，修菩提心的方法就是修自他相換的方法，在《菩提道次第論》裡面有講到阿底峽尊者總攝起三個修菩提心的方法的傳承，因為他具有這三種傳承，這三個傳承就是廣大行的傳承、深觀傳承及廣大傳承，廣大傳承就是指自他相換。先前講到《入行論》第八品的時候，甲曹杰將科判分為兩個，就是修自他平等及修自他相換，講到先修平等後修相換，先將不平等修成平等。我們一般都會捨他愛己，這就是不平等，為了讓這樣的不平等成為平等，我們就要先從這裡著手，就像射箭之前要先瞄準目標再射過去。

如果將這種不平等的思惟剷平之後，就有機會來觀察如何在他人上來生起珍愛他人的心，在自己上生起珍愛自己的心，如果沒有先將這一點剷平的話，可能連這樣的想法都不會生起，因為我們任何時候都只會想到自己而已，並不會想到別人。所以，首先要將不平的剷平，這是很重要的。

另外，我們都有一個過失，也就是我們會去執補特伽羅我，執常一自在之我，執獨立實有之我。因為我們會去執補特伽羅我，所以，我們要先問一下：「到底有沒有補特伽羅我？」雖然在經典、論著裡面說無我，或許我們會因為法上說無我就認為可能應該是無我。實際上，我們想一想，我們還是都認為有一個我，所以，如果不好好的珍愛、照顧這個我的話，似乎也講不過去。

在論著裡面都說無我，可是，外道都說有我，他們認為「沒有我」是很奇怪的，，因為我們有五蘊，而且我們的識有無邊，當然就需要有一個主人來照顧、聯繫這一些。我們會說：我肚子餓了，我的某個地方痛。這樣講來，好像我跟蘊必須要有關係，如果沒有關係的話，那麼，誰來說「肚子餓了」、「吃飽了」？肚子餓了跟吃飽了之間的關係要怎麼聯繫起來呢？如果雙方沒有一個把它聯繫起來的話，那不是很奇怪嗎？

剛剛講的是自他平等跟我們的我執應該也是非常有關係的，我們我執的對境存不存在呢？一般人也會說不存在，但是，這是因為看到書上說的或聽問到法而這樣說的，這並不是那麼容易的。我們先要想一想外道為什麼認同「我」，他們覺得我執是沒有錯的、我執的對境是存在的，如果不存在的話，他們也會講說會有什麼問題，他們也不輸我們，他們也是相當聰

明的。他們會說：「肚子餓了」接著就是「我要吃飯」，這兩個中間有什麼關係呢？他們會說：我們內心裡有各式各樣的心，先是「我餓了」的心，然後產生「我要吃」的心，吃了之後產生「我飽了」的心。如果我們的心各各散掉的話，那麼，這三個都沒有辦法連接。所以，他們說：各式各樣的心、各式各樣的蘊一定要集在一起，然後要有一個主人來照顧它們，如果沒有主人的話，怎麼會感覺到餓了、要吃了和飽了呢？這三個怎麼會有這樣的連接呢？如果沒有一個連接的地方的話，那些都會散掉，餓了、要吃跟飽了好像就完全沒有關係，那就很奇怪了。所以，應該要有一個主人把它們互相連接在一起，他們就把這個主人稱為「我」，這就是我執的對境。

他們大概有二十幾種理由，用各式各樣的理由來承認我執的對境，我們如果去用一用他們的正因的話，那麼，我們的腦筋裡也會出現「他們講的有道理」。如果沒有從他們的角度去看的話，我們會覺得我執的對境是不存在的，一旦看了他們所用的正因的話，也會覺得他們講的也是蠻有道理的，他們講的跟我們內心的想法好像也是非常接近的。所以，當然我們就覺得「我」好像是其中負責連接的，我們就有了這樣的我執，我們會覺得這樣的主人是非常重要的，認為沒有主人是不行的。在這個當下，我們就會產生我愛執，而且我愛執會一直很強，於是，自他相換的修行就完全沒有辦法修，因為我們會認為：我就是我，他就是他，怎麼能夠相換呢？於是就會聽不進去，這主要就是因為我們自己認為我執的對境是存在的，聽不進去的原因就在於此。所以，我們先要破除我執的對境，然後才可以自他平等，然後才能夠觀察注重自己跟注重他人兩者之間有什麼差別，才有這種觀察的能力產生，否則我們是沒有辦法觀察的，因為我們都是以我執的角度去看，即使一直去看也看不到我愛執跟愛他的心的差別，一點都看不出來。

前面有講到我們為什麼會生起「我」的念頭，主要是闡釋出「我」唯名言上是有的、無自性的，請看第二二二頁的偈頌，「如手足等雖有諸差別，同為一身悉皆所愛護，如是別異眾生諸苦樂，悉欲求樂如我等無異。」就像這個偈頌所說的，我們的蘊有多個，就像手足等諸種差別，可是，在我們心中還是會生起「這是我的身體」的感覺，然後在這一點上就會生起「我」的念頭。

在這當中當然還沒有很清楚明白的講出來剛才的意義，可是，間接可以讓我們了解到那個意義出來，就是讓我們了解到「我」的念頭到底是怎麼來的，這邊就是要破除掉執我是實有的、耽著境。事實上，「我」並不是

我們的耽著境，它僅僅是在名言上有而已。如果沒有生起這樣子的了解的話，豈不就跟外道一樣了嗎？

請回到第二二四頁（午二、釋難）：

若云他身所受苦，可能損我故無關，
未來自身所受苦，今亦無損何須護？

我們應該要去除掉「認為不應該去除他人苦」的妄念，不要認為他人的苦是他在受苦而我們不需要去幫他去除，應該要去除這樣的念頭。也要去除掉我的未來的苦，事實上，我們生起「我的未來的苦」這樣的念頭僅僅是我們的心安立的而已，這種「我未來的苦」事實上是無諦實存在的，如果「我」是實有獨立的話，我們可以注重「我的」這樣的執著心，但是，實際上的「我」並不是這樣的，它只是內心中一個念頭的出現，只是當下生起而已，實際上「我」並不是獨立存在的，用這種理由成立起「我們應該要去除他人的苦」。

從「無我」的角度來講是比較有道理的，我們會認為：他人的苦不會傷害到我，所以，我不需要去去除。因為我們自己上面未來的苦會傷害到我，所以，我應該要將它去除。這裡面主要的差別是我們內心沒有去想「我」只是名言安立的，既然它是名言安立的，我們就不會從獨立存在的角度很去注重，這樣的話，我們就會從「他到底有沒有真正受苦」的角度去看，而不會從「我跟他的角度」去看，我們就不會去區分這是我的苦、那是他的苦，任何的苦都是我們所要去除的。

請看第二二四頁的偈頌：

若謂我當受彼苦，是爲顛倒邪分別，
今時死者是餘身，後時生是他身故，

若時彼人於彼苦，唯彼自身當防護，
足之所作何關手，何故於彼亦防護？

我們會認為「未來我的苦是我會受的」這樣的想法是錯誤的，這是因為我執的關係才會產生的，我們會認為「我」是生生世世存在的，這是我愛執，因為有了我愛執的關係，我們就會想辦法去去除自己未來的苦。「若謂我當受彼苦，是爲顛倒邪分別」，因為有了我愛執的關係，所以，對於「自己未來會受苦」這一件事就難以安忍。他人所受的苦雖然沒有降臨在我的身上，如果沒有我愛執的話，那麼，他人之苦也會令我生苦，也能夠生起

這樣的心。

下面講到他人的苦是他人在受苦，我們好像不需要去為他人去除他的苦，這樣講起來，當我們的腳被荊刺刺到的時候，那也只是腳的痛苦，我們的手也不需要去幫它去除這個苦，講起來好像就會變成這樣，這都是因為有我執的關係。這樣講起來，如果說他人的苦是他人在受苦的話，腳的痛苦也不需要手來為它去除了。如果沒有我執的對境的當下去看的話，就可以看得出來，可是，如果我執的對境存在的話，那就沒有辦法了。

當我們這樣講的時候，可能對方會說：「你說的對！可是，我執從無始以來就已經有了，而且非常的串習了，根本就沒有辦法做什麼改變了。」可能會生起這樣的想法。

請看第二二四頁：

若云此雖不應理，由執為我故能爾，
何故不執我為他，此即應力求斷者。

如果去執我是我、他是他，這樣的執著都是因為我執生起來的關係，生起這樣的執著是不合理的，而且應該要勵力加以斷除，不應該隨之而轉。

我們常常會說我執，有我執就會有他執，以我執的角度來看他執，所以，他執也是壞的。我有我執的話，他也會有他執，這是一個邏輯。我跟他是從哪裡跑出來的？為什麼會有我跟他呢？我跟他有一點點內心中許一個東西，我跟他在內心的對境上面好像安立一個東西，好像我跟他就是從這裡跑出來的。所以，我有我執的話，他就一定有他執。當「他」這個名詞出現的時候，「他」是可以捨棄的，當「我」生起的時候，「我」是不可以捨棄的。所以，我跟他是從哪裡出現的呢？我們這樣想的時候，好像都是內心中有一種獨立的看法。但是，實際上有沒有這邊一種補特伽羅、那邊一種補特伽羅呢？有啊！我們在這上面不可以說獨立的我跟他，但是，我們在這上面把我看得很重。所以，他也有他執，這在藏文中是很清楚的，有我執就一定有他執，應該是這樣的邏輯。

問題：他執是「他的我執」或「他執」呢？

回答：不是「他的我執」，也是我認為的他執。當我在看他的時候，馬上就可以把「他」放遠一點，或是可以放遠一點的一種獨立的。比如我們講「我的仇人」，「仇人」本身是獨立的，有沒有這種想法呢？以貪心來講的話，「這是我的朋友」，好像是一種很圓滿的獨立的。所以，所有一切法

的角度，我們也有獨立的。以杯子來看的話，獨立的杯子，以漂亮來說的話，獨立的漂亮，漂亮是在他上面的一個特質，獨立的也是一個特質，現在講獨立的漂亮的時候，好像在漂亮裡面就有一個獨立的力量出現了。所以，所有的特質裡面都有獨立的，「他」也是特質，好像有獨立的他，這不是他那邊的我執。

問題：如果這樣講的話，如果說「我是補特伽羅」、「他也是補特伽羅」，在談補特伽羅的時候是沒有問題的，如果是談我跟他，就會出問題了，就變成我好像是獨立的、他也是獨立的，問題是出在「獨立」二字」上面嗎？補特伽羅本身是沒有獨立自主的。

回答：在字面上講，我跟獨立的我也要區分，他跟獨立的他也要區分，但是，我們內心裡面很難分，我們內心很難有一個獨立的我之外的另外一個我的出現，百分之九九點九九幾乎都是獨立的我，找不到那一個真正名言安立的我，很難找得到。

以前章嘉活佛也講一個空性的見解，他的〈道歌〉裡面說：我們現在要破除的執著心的對境是實有、獨立、自性，我們把一切所顯現的法都一直放著，然後以為我們要破除的不是這個，而是另外一個像兔角的東西，這樣是不對的。我們現在內心中明明白白所顯現的東西，在這裡面就已經存在了獨立的執著心了，我們在這上面要破除他的自性、他的獨立這些，可是，我們並沒有在他上面破，而是以為另外一個他上面的東西有一個叫做獨立存在的蓋子，然後就一直拿著這個蓋子沒有用，事實上，真正的獨立存在都在這裡面。他的〈道歌〉當中把我們修行上會有的矛盾都講出來，我們也是會有這樣的障礙。

我們很難將我和獨立的我分開，他跟獨立的他也很難分開，我們要怎樣才能抓到真正獨立的他，章嘉活佛在〈道歌〉裡面講的時候，我們沒有抓到我上面獨立的我，而是認為它上面的另外一個獨立而一直去破除它這是我們現在的樣子。所以，章嘉活佛說：我們要真正的抓到我執，不要把真正的我執一直放著，卻在上面放了獨立、自性等各式各樣的名義而一直去破它，這是沒有用的。我們真正的要抓到它的話，從我們現在所想的「我」的角度去想，就比較可以抓到，如果將獨立的我和我區分的話，可能會出問題。所以，我們現在只要從我現在要破除的我執的「我」的角度去想的話，那就比較容易可以抓到。

我們現在想到的他和我，裡面一定是有獨立的問題，剛剛前面說外道

說：「這是獨立的，我是存在的。」他們會說沒有「我」的話會有什麼缺點，我們內心想一想的話，沒有「我」的話好像的確會有那些缺點的出現，我們這樣想跟外道是很接近的，在接近的當下，我們能夠有一點點抓到我、我執，在這當下真的能破除我執。在接近的當下，我們不要去區分獨立的我跟我，我們現在想：我是怎麼一回事？如果是有的話，它是怎樣產生的？我跟他是怎麼產生的？我跟他是不是像外道講的有一個五蘊的主人呢？

中觀說五蘊上面的一個主人是沒有的，我們的「我」只是從內心名言安立而已，也沒有辦法抓到一個東西，只是在五蘊上面一個「我」的念頭而已，這當下就出現一個名言安立的我而已，實際上去尋求的話，並找不到這樣的一個「我」。所以，它只是假有的，只是內心裡面出現而已，我跟他都只是從內心裡跑出來而已，那麼，我們就不要去執著它，實際上，這種「我」是不存在的，既然不存在的話，我們就不要按照它的角度走。《入行論》這裡講的，我們是在我執的當下一直注重自己的。

「何故不執我為他」這一句應該是「若執自他不應理」，然後是「此即應力求斷者」，對此應該勵力去斷除。

這邊講到自他補特伽羅並不成立，對方當然就會說：我苦是我苦，他苦是他苦，我和他之間並無相關。《入行論》的回答是（巳三、釋不能修自他平等之難）：

謂是相續及聚積，如鬘軍等唯虛妄。

相續和聚積事實上是無法自主的，相續是指前後相接，聚積是依於眾多的其他者才能形成的，有了聚積才會有前後相續，可以說聚積和相續是無自主的。比如串珠和軍隊也是聚集起來才形成的，因為是聚集起來才形成的，所以，它是無法自主的。可是，在我們心中，我們都是隨著「可以自主」的念頭而走，因此就會去區分自己及他人。

這裡《入行論》講的好像還更細一點，我們有時候會說：獨立的我是沒有的，獨立的他也是沒有的，但是，這邊還是一種心的相續，是五蘊聚在一起的，那邊也有五蘊聚在一起，也是一個心的相續，還是各走各的一個位置。當我們這樣想的時候，那裡面又進來了「獨立」，獨立的續獨立的聚在一起，獨立的續獨立的聚在一起，又出來了，又再去破除。獨立的也沒有，你為什麼還要執著這邊有一個續跟聚在一起、那邊也有一個續跟聚在一起呢？所以不可以執著。

這樣子講起來，好像我們又深入一層在說了，剛才講到自己及他人都是無自主的，更深入一點就講到相續和聚集，他人也有他的相續和聚集，我也有我的相續和聚集。這樣講起來，好像是我的苦我來除，他的苦他自己去除，如果能夠將這樣的觀點破除掉的話，就會使得珍愛自己及捨棄他人的立足點沒有了。

有苦者誰畢竟無，此中誰為主宰者，
若無主宰受苦者，一切有情無差別。

」這裡是要成立起無蘊的聚集、蘊的相續的受苦者，如果沒有這樣的一個受苦者的話，那麼，又有誰是苦的主宰者呢？就變成沒有了，我愛執的心自然也就會沒有了，自他的苦自然也就變成無差別了，這就是要破除掉自他不平等的念頭。

剛才講到如果已經沒有了受苦的我或是能夠主宰受苦的我、受苦的他的話，自然也就不會有自他之別了，會有自他之別就是因為我執的關係。請看文（辰二、攝義）：

是苦受故應為除，此中何須定分別。

如果有我受苦、他受苦的主宰者的話，就會有自他的分別，如果將認為有一個主宰受苦的主宰者去除掉的話，在這當中又何須一定要作自他的分別呢？

不須爭論問何故，眾生之苦皆應滅。

不需要去問原因，自苦和他苦都是應該要去除的。

如果應該要去除「我」的苦的話，「我」是由我執而安立的，如果應該要去除我的苦，那就也應該要去除其他眾生的苦，眾生之苦皆應該要滅。請看文：

若應除苦皆應除，不除我亦如有情。

問題：如果去除我執就沒有苦樂的問題，這句話可以成立嗎？

回答：說到應該要滅除我執，這個我執又可以分為我執的現行和根本的我執兩者，我們所要滅除的我執可以分為現行的我執和根本的我執，如果是要滅除根本我執的話，那就是要從根將它斬斷，以小乘而言，能夠將我執從根斬斷的就是阿羅漢，大乘則要八地以上的菩薩才有可能。我們這邊是指修自他相換的時候，如果沒有滅除掉我執的現行的話，那就沒辦法

修自他相換，所以，這邊主要是指我執的現行而言。

問題：我的困擾在於：如果每一個補特伽羅都把我執破掉了，那就沒有任何補特伽羅會有苦受，那麼，此時我又怎麼需要為別的補特伽羅除苦呢？甚至當我執去掉的時候，我可能會更不關心其他的補特伽羅，因為我會覺得這樣你也應該沒有苦。所以，當我破除我執的時候，會不會我對眾生反而更沒有感覺呢？

回答：實際上確實是這樣，我們破除我執就沒有苦，但是，這裡講我們要破除我執的對境，等到我執的對境破除了之後，我們就可以看得到我們為什麼會注重我的離苦得樂及我們為什麼不注重他人的離苦得樂。這不是指斷除我執，而是在破除我執的對境之後，我們會有這種能力，就可以不從我執的感受角度而是可以觀察實際上為什麼要注重離苦得樂。我們不可以說破除我執的對境就沒有離苦得樂，這是不可能的，我們一定要離苦得樂，等到斷除我執之後，我們就可以斷除掉希求「我要離苦得樂」的執著心，破除掉這種「我要達到這個目標」的執著心，那就是圓滿的快樂了。但是，單純的破除我執的對境並沒有辦法斷除我執，只有破除我執的對境的話，我們還是會有我執，當然，離苦得樂的希求或在所有一切法上面的執著，心就會在耽著境上面一直執著，這樣的苦是一定在的。在我們斷除了我執之後，就比較容易看到我們內心離苦得樂是怎麼一回事，從內心的我執影響當下執著心的離苦得樂跟實際上的離苦得樂。剛剛講我有兩種，名言安立的我跟獨立的我，同樣的，我們內心裡面離苦得樂的目標上面的希求也有兩種，就是有我執影響的跟我執沒有影響的，差別就在於「我很重要」的離苦得樂的希求跟「不是我很重要」的離苦得樂的希求。實際上我有受到苦，實際上我要快樂，單純從實際上的角度對於離苦得樂的希求是正確的。如果在這上面加上「我很重要」，所以，我要斷除痛苦及得到快樂，這種受到「我很重要」的我執影響的離苦得樂及沒有受到影響的離苦得樂也是有差別的。這邊我們要學習的是沒有受到我執影響的離苦得樂的希求的角度，單純因為這是快樂所以我要，也單純因為這是痛苦我要去除，當我們看到他人的時候也是用這個理由，這個也是苦，也是要去除的，這個也是樂，也是要得到的。

問題：我可不可以作一個假設，我們現在談自他換的部分其實還不是在談破我執而只是在談我執的對境？

回答：對。

問題：剛剛講到沒有破我執之前要生起自他換的心是很難的，這句話是在講我執的境或是我執？

回答：境。

問題：我剛剛困擾的地方是：如果沒有菩提心就先去修空性的話，那就會有剛剛我說的問題出現，也就是會對眾生沒有感覺。我記得有這樣的說法，我們修大乘的人一定要先有菩提心的基礎再去修空性，否則的話，證了空性而沒有菩提心的話，可能對眾生就沒有感覺了。

回答：這裡有一點問題。《入中論》第一品就說主要有三個法要修，就是大悲心、二空和菩提心，在根本頌當中是這樣的次第，而在月稱菩薩寫的《入中論自釋》當中的次第是大悲心、菩提心和二空，二空的意思就是空性。大悲心、二空、菩提心的次第是利根的修行次第，鈍根的次第則是大悲心、菩提心、空正見的次第，幾乎菩薩都是空性在菩提心的前面修的，《入中論》的解釋是這樣解釋的。為什麼呢？菩提心是為了成佛，我的目標是為了要得到佛的果位，而且是全心全力投入於要得到佛的果位而去修行，菩提心是這樣的心。在還沒有投入之前，利根菩薩會去觀察「我有沒有能力成佛」、「真正的佛是存在或不存在」，佛存在不存在的意思是我們自己這個未來的佛有可能嗎？在這上面要先清楚，在還沒有清楚之前，他們是不會投入的。在觀察的時候，一定要先了解空性，不了解空性就不可能會知道佛是有可能的。所以，利根菩薩在前面會仔細的觀察有沒有佛，在這之後才敢發菩提心，不然的話，他們不敢發菩提心。而且不只了解空性，還要修空性一段時間，然後他自己觀察空正見的力量有多強，然後觀察他能夠對立煩惱的力量有多強，然後對於空性的不可思議力量生起信心，在這當下他才可以了解是有佛可成的。所以，以利根的次第來說，前面一定要修菩提心。但是，他現在修的空性不是全心全意投入的，在成就了佛陀果位之後發心，發菩提心了之後修六度，此時修空性才是用全力去修空性。所以，他全力去修空性是在菩提心的後面才出現的，前面修空性跟菩提心的後面修空性也有差。

剛剛師兄提出來的問題，大家要注意，我執影響的離苦得樂的希求跟沒有影響的離苦得樂的希求，現在講的是我們在離苦得樂的希求上面很注重，這裡就有我執的影響跟沒有影響之分，有沒有影響的意思是什麼呢？一個心是「我很重要所以我要離苦得樂」我執的影響意思是：我們內心裡面是「我是獨立的」當下很注重離苦得樂。在這裡面，我們有沒有注重離苦得樂呢？有注重，是單純因為它是樂而我要及它是苦而我要遠離，我們

看的時候是用這個角度去看，而不要從我執影響的這個角度去看。所以，我們先要了解我執的不存在，如果我們對於我執的對境不存在不了解的話，我們就沒有辦法從單單純純的角度去看，我們現在要看的是從單單純純清淨的角度去看，這有一點麻煩，我們對於我執的影響要清楚。

自他平等相換的修持法是從文殊菩薩傳下來的一個法門，是特別深奧的一個法門，是經過多方思慮而產生的一個法門。我們先不要講自他相換，先講自他平等，如果沒有先對無我加以了解的話，是很難做到自他平等的。

下面也是另一方的辯論，有人會說：我們不應該各自除苦，我們應該全面為一切量等虛空的有情來除苦。當這樣講的時候，有人會說：光是要除自己的苦就有很多事了，還要再除這麼多的苦，豈不是事情更多更難了嗎？

請看文（辰三、釋難 分二，巳一、思有情苦菩薩自身不隨苦自在轉）：

或問大悲多生苦，何故殷勤令生起？

我們生起大悲就要去擔負起眾生除苦的擔子，豈不是變成更重了嗎？那麼，何故要勤於生起大悲心呢？下面是回答，請看文：

菩薩思惟眾生苦，悲心何嘗令苦生？

「菩薩思惟眾生苦」，眾生就涵蓋自他了，菩薩要去除眾生自他之苦而發起悲心，所發起的這個悲心怎麼會生出更多的苦呢？因為要去除眾生自他的苦當中就包含自己了，生起悲心會使得自己的我愛執更放下，如此一來，苦就會更少了，如果每個眾生都能夠把我愛執放下的話，苦也不會增多。

如果我們現在生起利他心的話，我們的我執還在，還沒有到達自他平等，所以，當我們在利他的時候，就好像是變成在「利我的他」，這樣又變成「我」了，所以，可能利他越多就越會辛苦。現在完全破除了「我」的想法，以清淨的角度去看的話，那就沒有這種苦。一般我們眾生在遇到一個人的時候，內心馬上就會生起「我跟他」的念頭，在這種念頭的當下，我們馬上就會生起苦了，因為我們會有一點害怕他，當遇到這個的時候，我要照顧、保護這個，心裡面就會有一種恐懼的苦生起。

相反的，另外一個修行者遇到一個眾生的時候，遇到越多的眾生就破除越多的我愛執，越想到越多眾生的時候，就越能破除我的我愛執的恐懼，

越遇到眾生就越能破除這種我愛執，全心全意從「他」的角度去看，所以，我們的心就會一直放鬆、放鬆。所以，菩薩承擔起利益一切眾生時，又會快樂，自己的苦又會消除。所以，菩薩的利他並不是「利我的他」，我們是「利我的他」，所以就會越來越苦，差別就在這裡。

「菩薩思惟眾生苦，悲心何嘗令苦生？」當菩薩思惟「除他苦」時也除自苦，這就是甲曹杰間接所講出來的意思，也就是當去思惟要除他苦的時候，思惟去除每一位眾生苦的時候，我愛執的心也會越來越降低，發起這樣的悲心怎麼會引生更多的苦呢？

請看文（已二、應思苦之理）：

若以一苦為方便，即能消滅眾多苦，
諸具悲者於自他，悉皆應令生彼苦。

事實上，沒有比我愛執所引生的苦更苦的了。發起這種悲心，就是你甘願自己很勇敢的去挑起這個責任的心，我愛執會引生我們的恐懼感。這邊講到去除眾生的苦者就是菩薩一個人，菩薩一個人挑起去除眾生苦的責任，他所得到的果報是可以得到利益量等虛空眾生的樂果，如果是站在這個角度來看的話，就好像我們做生意一樣，那是值得去拼一拼的。

是故花月嚴菩薩，雖知受彼國王害，
不求免除自身苦，為盡眾生多苦故。

這裡引《三摩地王經》裡面說的，花月莊嚴菩薩明知自己若入城將會被國王所殺，也就是會有殺身之難，可是，他並不避諱自己本身將受的苦而安然的接受，因為他見到如果自己這樣做就可以去除掉眾多眾生的苦，所以，即使他的眷屬阻止他、勸阻他，他也是不聽，還是堅決的入城內去。前面講了應思苦的道理，這邊引了《三摩地王經》所說的例子來作佐證。

問題：剛剛有提到我執和我執的對境，對於它們之間的差別不太清楚，可不可以請仁波切解釋一下我執的對境指的是什麼？

回答：我執是一個有境，是內心裡面「我」上面的一種執著的心，以我執的對境來說，我們執著是在「我」上面執著，「我」上面怎麼執著呢？他想像有存在嗎？不存在。他在「我」上面的想像是錯的，他所想像的是不存在的，他所想像的東西就是我執的對境。我們常常會說「破除我執」，這個時候是指我執的對境的意思，有時候經典裡面也會講破除我執，破除我執的意思是：我執看起來好像很真的樣子，看起來好像是沒有錯的，我

們指出「你錯了」，這就變成破除我執，「你的想法是有問題的」，「你的對境是不存在的」，我們能夠這樣了解的話就是破除我執，破除我執跟斷除我執是不一樣的，破除我執是我執的對境的意思，斷除的意思是真的把我執消滅掉的意思，這是解脫才會有的。

問題：在我們聽來，破除和斷除好像很類似，不知道差別在哪裡。

回答：斷除的意思是它已經不會出現了，破除只是比如在一個東西上戳一個洞而已。

問題：剛剛仁波切說我執是有境，講到我執的對境是一種我執的想法，我愛執中的「愛」也是一個想法，那麼，我愛執就是一種我執的對境了嗎？

回答：我愛執的對境不可以說不存在，我執的對境是不存在的，我愛執本身是我執所影響的，但是，我愛執並不是我執。比如「我」本身實際上只有百分之一分，我們卻把它看得很重，把它自己獨立的成分看得大一點，這是我執，因為把它看大了一點，所以，當我在看它的時候，就會特別去注重它，就是我執會影響到我看它時會特別注重，這就是我愛執。所以，我們不可以說我愛執的對境不存在。

問題：我執是分別心的概念，當我們在修空性的時候，是先斷我執或我愛執呢？

回答：以斷來說，就是剛剛講的消滅的角度來說，菩薩會先斷我愛執，再來才是斷我執。菩薩也有利根、中根和鈍根，利根在煖位就開始斷我愛執了，中根的在見道時才斷除我愛執，鈍根是在七地才斷除我愛執，有這樣的區分。菩薩的不會退轉的力量，利根菩薩在煖位就已經決定了，中根是在見道，鈍根則是在八地決定。

問題：這是屬於我愛執的部分，我執呢？

回答：不管哪一種，我執都是在八地才會斷除。

《入菩薩行論三十五》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2006/04/23

先前講到修持自他平等的部份，接著講修持自他平等的利益（功德）。講到自他平等並不是那麼容易修的，所謂的自他平等，「自」：即是非常重視自己能夠離苦得樂，如果也能夠將這種重視轉移到他人身上來重視他人的離苦得樂，這樣才稱為平等。前面(p.221)子一、修自他平等之理時有講到「總明及廣釋」，丑一、總明：「最初應當勤修習，自他不異平等捨，所受苦樂相等故，應護眾生如愛己。」意思是說，重視自己的除苦承辦安樂，也應該重視他人的除苦成辦安樂，愛一切有情就如同愛護自己一般，盡力的去守護。

我們重視自己的離苦得樂是有過患的，因為重視自己個人的離苦得樂，將會產生強烈的執我為實有的心，要如何去除掉只重視自己的離苦得樂呢？就應該要去了解無我。要去除掉只重視自己離苦得樂的心，必須要透過無我才有可能。將重視自己離苦得樂的心去除掉，要去除的原因何在呢？（巳三、釋不能修自他平等之難）：「**謂是相續及聚積，如鬘軍等唯虛妄，有苦者誰畢竟無，此中誰為主宰者，若無主宰受苦者，一切有情無差別**」用廣說的方式來說到自他平等的修持，這幾句最主要的是說要了解無我的意義，了解無我的意義是很重要的。

無我的意義，並非可以很輕易的讓我們了解到的，「有苦者誰畢竟無，一切有情無差別」，這個詞句中就闡釋出無我的意義了，這裡面所要闡釋的文義是非常深奧的，很難從詞句的表面上去馬上了解到無我的意義的，除非我們要先對四部宗所說的意義中先去了解，因為要了解四部宗所說的無我意義之前，要先了解外道是怎麼說的。譬如外道說有我，內道說無我，一個說有我，一個說無我，二者之間為什麼會有差別，我們要先加以了解。因為要了解無我的意義，並不是沒有先了解各宗義的主張，就能夠很輕易的了解的，所以至少要先學習一下上、下部宗裡面闡釋無我的意義，即使粗略的了解至少也會有點幫助的。

了解何謂無我的意義，又譬如說，我們會說到無我，說到有苦，我們會說應該為眾生除苦，為眾生成辦安樂，我們會如是說，而又是「無我」，受苦者應該是這個「我」呀，感受安樂的也是這個我呀，可是我們都說「無我」，沒有我，所以有時候這二者會弄不清楚，銜接不起來，一個說有苦，一個說無我，這二者之間要如何銜接起來，所以我們要加以區分，要去了

解當我們講到補特伽羅的我，或講到自己的我的時候，補特伽羅、自己、我，這些是怎麼有的，講到苦、樂，是怎麼有苦，怎麼有樂，這也要加以了解，如自續派以下各宗，當他們講到我和蘊的時候，會說我是假有、蘊是實有，二者之間到底會有什麼差別，要先了解。

仁波切說：這裡是否覺得有點矛盾，有時候離苦得樂非常的注重，另一邊受到樂及苦的能受者他不存在，既然不存在，為何還要那麼注重離苦得樂，能受者不存在，所以會覺得中間無法連接。我們想一想本身的我及受蘊，是如何產生的，情況又不一樣，我不像五蘊，五蘊可以直接說這個就是受蘊，這個就是色蘊，可以馬上指認出來，而「我」到底在那裡，說是受蘊不可以，說是色蘊也不可以，但內心裡還是會出現一個我，這個我的產生與蘊的產生情況不一樣。

對於「我」與「蘊」到底是怎麼形成的，我們要知道，因為蘊我們似乎可以直指出來，但「我」是無法直指出來的，有時候我們應該想一下，到底我們時常說的「我」是否有錯，既然我們會說「我」，這個「我」到底是怎麼形成的，我們要加以去觀察，去思惟一下。如外道他會說我並非是蘊，我是蘊之外另外有的，好像「我」是可以連繫這些蘊，「我」好像是蘊的總管，可以連繫這些蘊，但我與蘊的體性是相異的，但我與蘊又可以建立起這樣的關係，譬如我們會說，我肚子餓了，我需要吃東西，我肚子飽了，在說這些詞的時候都有一個我，外道就認為這個「我」是存在的，可是「我」它並不是東西呀，「我」雖然不是東西，可是又好像在蘊之另有一個存在的，所以外道會認為這個我是實有的。自續派以下，認為我（補特伽羅）在蘊上去尋找，是尋找得到的，所以他們會說補特伽羅（我）是可以在蘊上尋找得到的，在那裡尋找到呢？在意識上尋找得到的，所以他們會主張我是自性成立的。應成派說我在蘊上尋找是尋找不到的，我好像是在蘊外有的，應成派如此說，與外道的講法有些類似。

仁波切說：比較粗略的說，應成派的看法有些接近外道，外道說我與五蘊是異體的，如果是這樣子的話，自續派以下與蘊是異體的補特伽羅我是存在的，這樣是不對的，而他們會認為補特伽羅我與蘊非常緊密的連在一起，要尋找的話，是可以找得到的，那就是第六識—意識，這是自續派以下的看法。中觀應成派看自續派以下認為尋求會找得到的話，那就變成是自性成立的，那、這就有問題了，所以中觀應成派不主張自續派以下的說法，那中觀應成派的說法是什麼呢？尋找的話是找不到的，找不到即表示，五蘊中都找不到我，所以五蘊不是我，五蘊裡面沒有我，從這個角度

看的話，就很像外道，但是外道的主張是比中觀應成派還要粗的說法，所以我們不願意跳入外道裡面，想一想如果中觀應成派掉入外道裡那就更慘了，中觀應成派的說法是什麼呢？補特伽羅我唯名言安立而已，沒有一個實有的東西存在，想想中觀應成派的想法，這個我到底是什麼東西？它是從那裡跑出來的？怎麼產生出來的？仔細思惟，中觀應成派說的很有道理「唯名言安立而已」。這種我是唯名言安立想出來的，那我們是否也可以在別的上面安立我呢？那當然可以，因為它是唯名言安立而已，我們也可以從「他」的角度想，「他」也是可以名言安立為我的，所以此處名言安立的情況清楚之後，可以從「他」人的角度，去想這個「我」似乎是比較簡單些，那這個「我」是如何由名言安立而產生呢？這個不清楚的話，那就很難從「他」人的角度去想這個「我」。

問題：請問自續派以下在五蘊上去尋找，他們認為是可以找得到的，在找得到的那一點上，稱為自相有、自性有、或自性相有，或自相有、自性有都可以呢？

回答：自續派以下他們的說法，我不是實有，但我裡面的那一點是實有，我分二種：一種是假有的我，一種是實體有的我，主要的是實體有的我，但假有的我，我們一般會認為在假有的我上面會看成實體有的我，這是不對的，但是他們會說我裡面是否有一個實體的我呢？有呀。這個部份要分清楚。現在此處所講的「我」，是站在實體有的角度來說的，而不是他們所說的「無我」的角度來說的，他們說「無我」的角度，是假有的「我」，不是實體有的「我」，在假有的我之上沒有實體有的我是「無我」。

問題：自續派在五蘊上去找是找得到的，在識蘊上認為是我，翻譯時說自性有、自性成立，有的說自相成立，找得到的部份是「相」或「性」，藏文是否一樣？

回答：自相成立與自性成立是一樣的。

仁波切現在說的要弄清楚，清楚的地方在那裡呢？

這有點複雜，當我們說自續派以下所說的補特伽羅無我，這個補特伽羅分二種：一個是假有，一個是實體有的。所說的假有的補特伽羅是依於五蘊任一，心中所生起的我，稱之為假有，這個假有他們認為是有的。另一實有的補特伽羅，他們認為是往來於前、後世的「識」，是實體有的補特伽羅，也是有的。他們所說的補特伽羅與外道的差別在那裡呢？外道所說的補特伽羅是依於蘊而安立的補特伽羅，就稱為補特伽羅，認為補特伽羅

是實體有的，這是差別點。自續派以下認為依於蘊任一個所安立的我，這個補特伽羅是假有的，而外道認為是實體有的，這是一個差別。而另一個差別是，自續派以下，他們雖然說，這個補特伽羅我是假有的，可是卻是自性成立的，這是與應成派的差別，而假有的補特伽羅是如何假有的？他們認為這個補特伽羅是安立於往來於前、後世的「識」上而有的，所以是假有的。

自續派以下說，補特伽羅是假有的，是自性相成立的，是如何以自性相成立呢？這就要追溯到它的施設處了，它的施設處即是實體有的補特伽羅。

問題：這個施設處的實體有，是指穩固的、堅固的施設處嗎？

回答：施設處是指五蘊的部份。

問題：為何說五蘊是實體有，這不是外道的主張嗎？假有的才是自續派以下的？

回答：自續派以下會說五蘊是實體有，在五蘊之上安立的我是假有，但五蘊裡面有沒有我呢？他們也會說有我，所以我有二個：一個是假有的我，一個是實體有的我。現在所說的假有的我為何是自性成立，要看他的施設處，在施設處裡有實體有的我，依於這個緣故，會說假有的我是自性成立。所以自性成立，為什麼自性成立？這跟實體有的我有關係，或者說「我」去尋找的話，是可以找得到的，所以說它是自性成立，找得到是指實體有的我，若不是尋找，只是放（安立）的話，它是假有的我，若尋找進去，可以抓得到的話，那它就是實體有的我，所以就有二個。但不可以說假有的我與實體有的我都沒有關係，假有的我有一點在實體有的我之上名言安立，有點義共相的樣子，但也不可以說是義共相。

問題：假有的我，有點是假必依實的味道，假有的一定要依靠一個實體有的來安立出來？

回答：對。

問題：假有是依於實際上有的五蘊，而成立起來的我，稱之為假有我，是有的？

回答：對。

問題：另一個我是從五蘊上一直尋找，最後是可以找得到的，所以說

它是自性有，這一點跟應成派所說是找不到，是不一樣的地方？

回答：對，但找得到是什麼找得到，是安立的這個可以找得到，但我們不可以說找得到本身是安立的我，不可以如此說，我是可以找得到，這個是我，但不可說是假有的我，但假有的我一直尋找，找得到時又不可以說是假有的我，這個我們要說，「我」要尋找的話，是可以找得到，這個是不是「我」，是「我」呀！

問題：所以四個宗派在這裡就區別出來了，譬如：有部他找的時候，說「五蘊」的聚合即是我，經部宗會說「識」才是我，到了自續派會說，只有第六識才是我，每一個宗派找的都不一樣，找到最後都認為是我，但到最後都被破掉了，最後這個假有的我，還是沒有的，但自續派以下他們還是認為這個假有是有的，所以說是自性成立的。

回答：對，但仁波切說，他沒有仔細的說自續派以下各宗派的差別，但大略的講，他們在五蘊裡面會找得到我，這是大家所共許的，但會找到什麼蘊有不同的解釋，而外道他們五蘊與我是異體的，都沒有關係的，這裡差別很大，而且二體的我是實體有，又有很大的差別，但是為什麼實體有，他們講的理由也是很有道理的。

我們所說的我，外道說五蘊之外的我，我是在五蘊之外另外有的，而內道自續派以下說五蘊之內有我，應成派說不是外道所說五蘊之外另外有我，也不是內道所說在五蘊之內有我，應成派二邊都不投靠站在中間，應成派所說的我僅僅是我們的心，假名言而安立而有的，如果這樣來了解我的話，就很容易在自己身上思惟再轉移到他人身上作思惟，譬如我們非常重視自己的離苦得樂，也就很容易轉換為他人而想，想他人的離苦得樂的這件事了。

苦、樂的形成，及五蘊、補特伽羅形成的方法，補特伽羅是假有的，蘊是實體有的，蘊上的受蘊，有苦受、樂受這些，當講到這些時，就會談到下部宗所說的，下部宗說補特伽羅、我是指不出來的，沒有辦法直接指出的，可是蘊上的苦、樂受，好像是可以直指出來的。

仁波切說：下部宗說補特伽羅是假有的，不是實體有的，五蘊是實體有的，這二者中間有差別，我們思惟會覺得他們說的有道理，「我」是內心出現的一種東西，不是實際上可找到的東西，因為我們無法說我是色蘊、我是受蘊，色蘊不是我、想蘊、行蘊、識蘊都不是我，但是內心裡面還是一直會出現我，所以我產生的情況，與五蘊產生的情況不一樣，所以下部

宗說我是假有，五蘊是實體有，好像這二者實際上產生的情況也不一樣。那應成派他們也會說，「我」如果在五蘊裡面尋求會找得到的話，我就會變成獨立的、實有的，他們會如此說，但是他們不會說，色蘊上是否可以找得到，是找得到的，若色蘊上找得到的話，色蘊會是實有嗎？不會的。補特伽羅、我，五蘊上找得到的話，那就會成為實有，這二個是不一樣的。

問題：如果在色蘊上找得到的話，那就是說實有嗎？因是實有才找得到呀，是嗎？但仁波切剛說「如果找得到的話，就不是實有」？

回答：不要用找得到，要用若五蘊裡面識蘊是我的話，就會變成我是實有的。識蘊變成識蘊的話，不會變成識蘊是實有。五蘊裡面識蘊是補特伽羅（我）嗎？不是（中觀應成派不認同）。若識蘊是補特伽羅（我）的話，有什麼過失？補特伽羅（我）就會變成實有。若識蘊是識蘊的話，識蘊是否就會變成實有，不會。

如果識蘊是補特伽羅（我）的話，補特伽羅（我）即變成實有。識蘊如果是無常的話，無常會變成實有的嗎？不會的，既然識蘊是無常的話，無常不會是實有的。那為什麼說識蘊是補特伽羅（我）的話，補特伽羅（我）會是實有的？

換一個角度來說，若識蘊是有為法的話，有為法會是實有的嗎？就像剛才所說識蘊是補特伽羅（我）的話，補特伽羅（我）是實有的嗎？同樣的方式套上去，識蘊如果是有為法的話，那有為法是實有的嗎？

問題：有為法在經部宗來說是實有的，與勝義諦同義，現在說的是那一宗派？

回答：應成派。

問題：就應成派而言，識蘊不是實有的沒錯，這個我與輪迴的我是否是一樣？是否是要繼續輪迴的我？

回答：與輪迴中的我是一樣的，應成派說我們要到來世去的這個識，有這個識的時候，就有我的想法（念頭），好像識是我所使用的，因為我們會說「我的識」，這樣說的話，可以肯定說「識不是我」，識不是補特伽羅，這是應成派的說法。

問題：這個識不是我，表示輪迴中的補特伽羅（我）與識不是同一個，但我們投生時是以什麼去投生？是以這個我去投生嗎？不會吧！

回答：識投生時，那一剎那也是有想我，在我們結生相續的時候，也會有一個我的想法，所以好像我是識的受用者，識是我所受用的，用這個理由來說識並不是補特伽羅我，如果識是補特伽羅的話，那受用者與所受用者為一樣的，有這樣的過失。

問題：我們常常說，當父精母血要結合的時候，有一個識進來了，這個生命才會開始，識是在那一剎進來的，進來之後與父精母血結合在一起，假名安立的補特伽羅又出現了，是嗎？

回答：識與補特伽羅永遠在一起，但是識不是補特伽羅，補特伽羅也不是識。如果識是我的話，那應該在我的施設處識上尋找的話，應該是可得的，我應該在識上可尋找得到的，如果這樣的話，識是有為法，照說我在有為法上也應該有所得，可是不可得。

仁波切說：這個是不一樣的，要清楚，識蘊是有為法的話，有為法不需要會變成找得到，識蘊是我的話，那我需要變成尋求找的話，要找得到，所以這二者就有差別。

如果識蘊是補特伽羅我的話，應該是可以指得出來的，因為識蘊的形成（成立）是可以直指出來的，可是補特伽羅卻是指不出來的。我們很重視自己的離苦得樂，可是「我」卻是指不出來的，重視我的離苦得樂，這一點因指不出來，所以要把它輕視掉、忽視掉，而改成是重視他人的離苦得樂，用這種的思惟模式來修自他相換。

（寅三、如是修之功德 分五，卯一、唯致力他利無有大苦）：

若能如是修相續，樂求息滅他人苦，
猶如鳧雁見蓮池，不勞驅遣自趣入。

是說為成辦自利所感的苦及為成辦利他所感的苦，二者之間是有差別的，只要我們持續的去修自他等換，要來成辦他人的離苦得樂這一點，會變得很輕易的作到，因為我們已經串習了，自他等換的修持故，當要為他人去作離苦得樂的事，會變得輕而易舉，就好像鳧雁見到池塘，很自然的降到池塘裡面，不需要經過一番努力，我們現在因為我愛執的關係，所以當要成辦利他的時候，就會倍感艱辛。所以我們心中經常的，任何時中有點苦在，如果能夠經常串習來修自他等換的話，當自他等換串習功夫夠了，去作利他的時候，自然就不會覺得很辛苦，反而利他樂會增長。

因為我們有我愛執的關係，所以我們一向努力於自己的離苦得樂，只

努力於自利的這一點上，當我們朝著自利的離苦得樂在作的時候，心中是有苦的。相反的，如果我們生起珍愛他人，去作使得他人能夠離苦得樂的時候，雖然也有苦在，可是這二者的苦相比較的話，為自利作離苦得樂這件事的時候，他的苦會大於作利他時所感得的苦，因利他所感得的苦是很小的，反而樂是會增長的。

仁波切說：這個主要是利他心的功德有些什麼，要很清楚。所以愈作愈會感覺得到很大的功德，又好像看到它的結果，作得愈多愈能看到它的結果，就會愈來愈快樂。另外一個自利，愈作愈沒有看到它的結果，愈作愈辛苦，在我愛執、我執的當下，就一直的作，無論如何努力的作，都看不出它的結果，所以就愈來愈苦，這是一個差別。另外在作的當時，在作的當下，因我愛執的關係，心裡就會非常恐懼，而利他時心是很寬廣的，在作的當下，心中完全沒有恐懼，在作的時候心中快樂，看到結果時又會快樂，所以心中就會一直想作，這二者的差別非常大。

問題：請問剛才說我是找不到的，那我在他的身上找，他也不到呀，為什麼我們要重視他人的快樂？

回答：這裡我們要清楚，我剛才講的是找得到、找不到，跟有、沒有是另外一回事，而我們現在障礙的是找得到五蘊的執著心，這個障礙著我們，所以我們要去除這個，然後這個「我」名言安立假的，這種情況很清楚的話，就很容易放下自我的我愛執，我愛執能夠放下，他愛執就較易思惟。他人的角度要思惟什麼呢？「他」也是名言假立的，但是從離苦得樂的角度看，我們不會執著我跟他，所以這跟上週說的為什麼要消除這個？這個就是苦，為什麼要得到？這個就是樂，我們不會說我的樂、我的苦，不會從我跟他的角度，我們會看這個是樂，是我要的，這個是苦，是我要消除的，所以從樂及苦的角度看，他人的樂及苦也是樂呀，也是苦呀，我為什麼不注重。要從沒有執著心的方向，實際上的情況當下走，所以說他人也是名言安立的他，我們要破除的是我執的部份，破除之後比較容易放得下我愛執。

（卯二、其樂殊勝應作他利）：

度脫一切諸有情，幾許歡喜廣大海，
於彼若尚未為足，何為欲求解脫樂？

此處是說有情的數量是無量無邊的，使得有情能脫離輪迴的樂，也是無量無邊的，因為有情是無量無邊的。一位專是尋求利他者，他令有情解

脫輪迴的樂，也一樣是無量無邊的。如果只有尋求獨自解脫輪迴的樂，這樣的樂跟這一位專是尋求利他者使一切有情解脫輪迴的樂，無量無邊的樂，相比較起來，是無法相比的。因利他者令有情解脫輪迴所獲得的安樂，他是令所有等同虛空般那麼多的有情解脫輪迴的樂，這樣的樂跟一個人獨自解脫的樂，二者之樂是無法比較的，所以說何以獨求自解脫樂。

意思也就是說，如果來修自他等換的話，將來可以獲得像這樣的有情解脫輪迴的無量無邊的樂，所以說自他等換能帶來如是的利益。修自他等換並不是只有這樣利益而已，而且可以止息掉內心的煩惱。譬如我慢，如果在修利他行時，沒有自他相換的修持話，可能在修利他行時，愈會增加我慢心，因為在想說我在幫助他什麼什麼事，我作了什麼什麼事，到最後會覺得自以為是的慢心會升高，如果在作利他行時，慢心愈增高，那表示自己未修自他等換的徵兆。所以此處說（卯三、息自憍慢）：

如是雖作利他事，不以為奇不驕舉。

若修自他等換的話，當他作利他事時，就不會生起驕舉、驕慢心。並不是只有如此而已，譬如說當在幫助他人的時候，如果沒有修自他等換的話，心中一定會有所寄望，希望有所回報，因我們心中都有我愛執的關係，所以心中會寄望他人的回報，因為協助他人作什麼事，心中會寄望他人的回報，這就是貪，貪著於將來得到什麼樣的果報。實際上在修自他等換時，心中不應該有如是的貪著，不應該要寄望於未來的異熟果，所以說（卯四、不求果報）：

唯是樂為他義利，異熟果報非所求。

修自他等換可帶來這樣的利益，我們的樂會增加，煩惱會止息掉，所以依著我愛執所作的，與珍愛他人所作的他愛執二者，所作出來的利弊是有差別的。當在修自他等換的時候，我們聽到他人不悅耳的批評的言詞時，我們就自然的不會跟著去作這種事，譬如我們經常會聽到有人在背後批評別人，在我們沒有修自他等換之前，我們可能還會添油加醋的講一些，可是如果有修自他等換的話，那當聽到別人在批評他人時，我們會為對方來著想，想著若他人聽到這些不悅耳的言詞時，心中一定會不舒服，那自然就不會去附和，也不會去添油加醋，甚至於我們還會想辦法制止掉不要再說這樣的言語，我們會生起保護他人，好像在保護自己一樣的這種心，如偈頌（卯五、是故應修自他平等）：

如於極小逆耳言，亦護自身不令受，
護他之心亦應爾，大悲心當如是修。

如果如此修持自他等換是否能生起呢？自他平等、自他相換的這種修持，是否可以生起呢？是可以的。我們心中都會想著我的身體、我的，我會有這些念頭，這些想法會生起，是因為我們去串習的關係，所以會認為這是我的身體、這是我，這樣的想法。事實上這個身軀並不是我的身軀，這個身軀是父精母血所構成的，如果能夠用自他等換，把自己跟他人的位置換過來，加以串習的話，那我們也可以在他人身上視為是我，把他人視為是我，就如同（寅四、修自他平等之心能生）：

由串習故諸凡夫，於他有情精血滴，
雖非我物謂為我，亦能視他為自身，

諸修行者於他身，何不如是執為我，
如是亦於我自身，不難安立以為他。

自他等換是否能夠生得起？是可以的。要如何修呢？要先了解如何修自他平等、自他相換的方法，知道之後就要加以串習去捨棄我愛執，加以串習去取他愛執（子二、修自他互換 分二）（丑一、總明 分二，寅一、自他互換之理）：

應觀自身多過失，於他見為功德海，
於己棄捨我執心，於他攝取當修習。

這邊也講到要捨棄我愛執，而取愛執他。

能夠修得起自他等換，修的方式（寅二、能如是串習之故）：

如何於彼手足等，許為人體之支分，
而不如是許眾生，為諸有情之支分。

此偈有點類似前面的「如手足等雖有多差別，同為一身悉皆所愛護，如是別異眾生諸苦樂，悉欲求樂如我等無異」類似。

仁波切說：如果把身體一個一個區分的話，是無量無邊的，但是我們還是可以我愛執包容下來我的、我的，什麼地方都是我的、我的、我的，可以如此思考，現在此處是說眾生是那麼多，對我的這種執著這麼樣的注重，對境如果變成無量無邊的眾生話，可以包容那麼多嗎？這是問題所在。

我們都會重視我，重視我們自己，因為我們有重視自己的關係，會認

為有情是無量無邊的，那我們要如何去重視無量無邊的有情呢？所以此處就用了以上的譬喻，如我們的手足細分下去也是無量無邊的，可是我們都不會認為很多呀，事實上細分下去真的是各各不同，可是我們的心會認為都是一樣的，都是我身體。所以說有情雖然都是無量無邊的，我們也可以把他認為是跟我沒有差別的，只要是修自他等換，就可以作到這一點。所以說，能如是串習的原因，能修自他等換的原因就在此，就好像我們的手足將它區分下去是非常的多，可是我們可以把他認為是一的，有情雖然無量無邊，我們也可以將他們認為是一樣的。

（丑二、廣釋 分三）（寅一、釋自他互換之理 分二）（卯一、廣釋 分三）（辰一、應串習愛他攝受 分四，巳一、能自他換且滅憍慢）

雖然我們都說無我，可是我們仍然還會執有我，事實上，當我們在執有我時，不需要去特別成立起我，因為不斷串習的原因，自然的就執有我。就用這個道理來說，只要加以串習自他相換的話，我們心中也可以去執有情，如此處說（巳一、能自他換且滅憍慢）：

此身本無主宰我，如是薰習起我想，
於餘有情亦練修，我想何不能生起。

只要加以串習，何以不能在其他有情身上起我想呢？此處並不是說要執其他有情為我，而是說我們可以去串習珍愛他人的這一點，他愛執的這一點。

是故雖作利他事，不為希有不自矜。

如果能珍愛他人的話，我們自心的我慢、煩惱也都可以止息掉、息滅掉，這樣的來作利他事會有這樣的利益是不足為奇的，而且也不會生起自矜，自以為是的感覺。相反的，如果去串習我愛執的話，煩惱會生起來，在心相續中的我慢、煩惱會生起，當然去作利他的事，就會變為非常的希奇了。

問題：請問仁波切，我們平常講的心相續，是否可以看成是識蘊？心相續與識蘊一樣嗎？心相續代表什麼？

回答：不一樣。我們所說的心相續，是指一位補特伽羅是同一個心相續的，可是說到相續它也不是識，它有點類似續流，就如同我們說到我時，我是補特伽羅相續的續流，可是我並不是識，相續是不相應行。

問題：識不是我，我不是識，但是識跟我又永遠在一起，是否可說識與我是體性一？

回答：是體性一。

問題：這個我是補特伽羅，心相續就是這個補特伽羅一樣相續下去，就是這個我的意思，所以剛才仁波切說，這個我與識是不一樣的，但體性是一的，而我們所說的我是指心相續的意思，而不是指識，是嗎？

回答：是的，但是還是要思惟很多，應成派他們說的非常神奇，因為在唯識來說，所有一切法唯心顯現，而我們現在所說的心，就好像是唯識所說的心是獨立的，但應成派又沒有這種心。

問題：現在感覺到比較困擾的是說，我們一開始學廣論時，都是中觀應成的知見在理解的，因宗大師造廣論就是依中觀應成的角度，所以我們學習的都是這個資訊進來的，而現在從有部、經部開始學上來，結果有很多地方覺得奇怪，覺得奇怪的地方，現在講的是心相續，心相續、天天在講心相續，但不曉得心相續怎麼去解釋它，變成有時候每一個宗派解釋的不一樣，現在會覺得自己好像是中觀應成派的，但事實上有部都還沒有開始，這是問剛才問題的動機，我們怕說識呀、我呀、心相續呀、我們要輪迴者到底是誰呀？我們死了以後會到那裡去呀？這樣才不會覺得奇怪，否則都搞不清楚。

回答：對，中觀應成派非常的難，有人會說宗喀巴大師，中觀應成派裡的主張會講一些量，其他的一些教派，認為量這個名字不可以用，因中觀應成派裡沒有量，所以用量會有問題，因為量的意思好像是會找得到一種正確的法，所以也有這樣的說法，這是非常難的。

問題：我們剛才講的「可以這麼說」是站在什麼樣的角度在說？譬如心相續就是那個我，輪迴者也就是那個我，剛才仁波切說：嗯可以這樣說，不過很複雜，是從那個角度來說，是可以這麼說？

回答：單單純純這樣說是沒有錯，可是內心裡面，心續好像一直是獨立的看法的話，那就不對了。

《入菩薩行論三十六》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2006/05/14

寂天菩薩說不論是任何的宗派或教派，都應該要來修自他等換，因修自他等換是最好的對治我愛執的修持，寂天菩薩所寫的《入行論》、《集學論》是噶當派的論典派非常重視的論典，尤其是《入行論》裡面的詞句，可以說是非常有利於我們修行的論著。《入行論》可以說是噶當論典派六部主要論著的其中一部，六部論分別是《聲聞地》、《經莊嚴論》、《入行論》、《集學論》、《本生經》、《聽聞集》（收集了很多論著在裡面）。

仁波切說：噶當論典派裡面主要是用六部論，現在所說的《入行論》即是這六部論中的一部，所以現在學的也是學習道次第論典派中的一部分。

修持自他等換，自他等換即是自他平等、自他相換的意思，等即是平等、換即是交換，即是捨棄我愛執的心，自己以及他人都希望離苦得樂，這都是一樣的。捨棄我愛執的心之後，去取他愛執，這樣子的修心就是交換。賈操傑在寫科判的時候，將自他等換的修持分為二個科判：一個是禪修自他平等，另一個是自他相換之理。講到禪修自他平等時，主要是要捨棄我愛執，要捨棄我愛執之前要先修無我的詞句。

仁波切說：所以自他相換，先要有自他平等的觀念，再來就是要交換。平等的部分主要是要破除我愛執，要破除我愛執，先要破除我執，所以了解了無我的話，比較容易破除我愛執。

修無我事實上並不那麼容易可以讓我們證得無我，無我不是那麼容易悟得的，必須要配合正知見，尤其必須要有非常特別的廣大的智慧，才有可能。至於修七重因果就比較容易，因為只要去思惟前後世的無量無邊，尤其思惟從無始以來，生生世世當中的有情，都曾經作過我們的母親，用這種方式去思惟會比較好了解。可是修自他等換必須要悟得無我的道理，必須要先了解自己和其他的有情，有非常深沉的關係存在，了解之後再緣念於其他有情，其緣念的範圍，盡量的去把它擴大，愈擴大所集聚的善就會愈多、愈圓滿。要建築在這一點上來修自他等換，也就是必須要透過去思惟很多的理由，依著無邊正理門，才能夠去悟得自他等換的道理，所以這就是為什麼自他等換的修持，會比較深入一點。

自他等換的修持法門是屬於廣大行持，是寂天菩薩親見到文殊菩薩，從文殊菩薩那邊所得到的。為什麼說自他等換是廣大行持呢？所謂的廣大

是它力量非常的強，就如我們說的加持，在我們面前虛空當中觀想皈依境三寶，然後由於三寶的威勢力的關係，所以就改變了我們自己。同樣的，廣大行也是一樣，依於廣大的威勢力來加以改變，所以我們可以作很大的改變，如果我們可以修自他等換的話，就可以即刻之間生起菩提心。

問題：請問仁波切，我剛才好像聽到要修自他相換，也要修學無我、證得無我，那無我空慧不是屬於勝義諦嗎？修自他相換是要學菩提心嗎？菩提心是屬於世俗諦的，不曉得為什麼修菩提心也要證得無我？

回答：不要有這種想法，把深見及廣行看成是兩回事，事實上這二者是互相有緊密的關係。我們會說深見是見解的，廣行是行為的。我們內心有一種道理、一種理由，理由最殊勝、最有道理的是見解、是空性慧，從空性慧這邊判斷出來，行為上面改變，行為也可以說是內心中的一種行為，真正背後是空性慧，由空性慧這邊了解很深的、很細的道理，心裡面就想很多的想法。剛才說我跟他是非常的依賴、相互依賴的，所以我以後要承辦佛陀的果位，完全靠他人，這種緣起或空性的道理，我們能很深入的了解的話，那我們後面利他的心就會生起。利他的心從深見那邊行動出來的一些東西，所以廣行的行是從很深、很細的智慧或見解那邊判斷出來，內心裡面的各種行動，這是行為，也可以說是方便。所以「見」和「行」是非常有關係的。我們會說深見與廣行，「行」說出來就是方便、菩提心、悲心這種，為什麼我們修菩提心，為什麼我們修悲心，這個最深、最細的理由，能夠講出來的話，能夠思惟的話，那就是空性。那是不是一定要有，這個不一定，比較粗的一些道理也可以用，但是後面的行為也不是那麼強、那麼殊勝，比如說如果不了解空性的話，能不能修悲心呢？也是可以修行。

廣行的「行」是一種方法、一種道，如大悲心、菩提心是廣行的道，但悲心、菩提心並不是我們內心的見解，可是我們既然要生起悲心、菩提心的話，要先知道生起的因是什麼？這個因即是要了解自他是相互依賴而存在的，需要去了解這一點，這一點就是見解。也就是說如果我們需求自他能夠得到圓滿的果報的話，那就特別需要去依於等同虛空般的有情，才能成辦圓滿的果。以此為目標，我們必須要生起能夠成辦圓滿果的心，能夠生起這個心的話，所有功德都可以圓滿，所有過失都可以去除掉，這就是為什麼說我們要去了解必須生起這樣子的心的因，這個因即是這樣的見解，如果依於這個見解，悲心及世俗菩提心都可以依次生起。

問題：加持是一種力量，如果本身沒有轉的話，也沒有得到加持，所以加持也含本身的力量在裡面，剛才仁波切說，自他都能夠有這個力量才

是加持，是嗎？

回答：寂天菩薩傳下來的傳承，在藏文裡加持裡面有二個含義：一個是對方那個的力量，另一個是從那個力量很大的改變。所以自他等換這種修持的法，他非常有能力，他可以改變很大，譬如很容易可以生起菩提心，很容易可以生起悲心，所以他改變的力量非常大，所以也可以說是加持派。至於中文裡面的加持二字，是否有這二個意思我不太清楚，好像他本身的力量，我有時候覺得他有力量，從那邊比較多的樣子，他有力量後面的改變好像不強，藏文有這二個意思要弄清楚。

問題：到底是要翻譯成廣行、廣大行或加持？

回答：由翻譯決定。（法炬師：這不是我個人的問題。）

所以這裡也也一個疑問，阿底峽尊者廣大行派是從金洲大師那裡傳來的，而金洲大師沒有中觀應成的見解，所以他講的無我，可能是由自己的角度講的，在第九品中也可能是以他自己的角度在講。阿底峽尊者是中觀應成派，他的老師是唯識的，所以從唯識的角度一定有講這個傳承，那我們不可以說金洲大師是唯識，就沒有辦法傳《入行論》，不可以如此說。無我站在唯識的角度想也是非常有幫助的，從唯識的角度想無我的話，我執也是會降下來的，中觀應成派的角度想無我的話還更有力量，所以我們剛才講唯識的見解也可以用，中觀應成派的見解也可以用，都可以將我執心降下來。

（子二）修自他相換分成二個科判：一是總明，一是廣釋。（丑一）總明又分二科判，一是修自他相換之理由，只有一個偈頌已說完；二是自他相換是可以串習的，這也有一個偈頌也已說完。至於（丑二）廣釋的部份比較詳細，最主要是說我愛執是我們所應斷的，他愛執是主要所應修的，如果以我愛執為主的話，是過患重重，如果以他愛執為主的話，可以說是一切的功德。所以在廣釋裡面就講到很多的道理，就是講到我們為什麼要去串習愛他，為什麼要去斷除我愛執，因為我們都是以無我為有我，我們的心不斷的串習在這一點上，如果將心中所串習的我，改變為他的話，在他人身上串習的話，那自然就可以修得成珍愛他人的這一點，所以修愛執他人的這一點是有很多理由可以成立的，也是我們應該修的。

（丑二、廣釋 分三）（寅一、釋自他互換之理 分二）（卯一、廣釋 分三）（辰一、應串習愛他攝受 分四，巳一、能自他換且滅憍慢）：

是故雖作利他事，不為希有不自矜。

既然要來修自他相換，就要去串習自他相換，串習自他相換的方法，必須要作到無羞、無愧的程度，也就是說要視他人如同自己一般的以他人為主，而不是以自己為主。我們說幫助他人，一則是幫助一個團體，一則是幫助很窮困的那些人。如果幫助完了之後，心中想著我曾經施惠於他人，有這種心的話，那表示珍愛他人不如珍愛自己，這個徵兆表示自己有施惠他人了。那如果我們可以在他人的身上，為他著想的話，而去作幫助他人的行為的話，幫助完了之後就不會有一種自以為是，或者說自己作了一件很希有事的感覺。

我們要發起珍愛他人的心，必須要乾乾淨淨的來修，也就是以不希求回報、不希求果報的方式來作。有時候我們生起珍愛他人的心，協助他人之後，我們往往會有希求回報的心，事實上我們對自己好時，我們都不會有希求回報的心，都不會說我幫助了自己，你要如何如何，不會這樣子。當我們去珍愛他人時、協助他人時，也應該要作到像珍愛自己、幫助自己一般不希求回報，要如此。如偈頌（巳二、勸修此法不求果報）：

如以飲饌奉自身，不希酬報索償值，

如於輕微逆耳言，亦於自身善防護，
亦應如是修大悲，思善防護諸眾生。

前面二句是譬喻，真正的意思是下面，要以這種方式來修大悲。

當見到他人在批評某個人的時候，我們應該要視同在批評自己一樣，可是一般我們都無法作到這樣子，我們見到別人在批評某個人的時候，我們還會加進去添油加醋的一起批評他。如果對於這些輕微逆耳言（是指批評），我們對於他人在批評他人時，我們能心生起去保護他人的話，就如同是在保護我們自身一樣；因為如果是真正在修自他相換，當看到別人對他人作輕微的批評時，我們應生起像在批評自己一樣，很難於容忍的心。就如大小二位古薩利，其中小的古薩利在修行時，有一次他看到有一個人拿著棍子，在打一條狗，小古薩利好像是自己被打一般的在那裡一直叫，之後他的背部就像有好像被棍子打後的淤青生起，真正菩薩的修行到某種程度時，真的會出現這樣的情況。

仁波切說：沒有記錯的話是小古薩利。

問題：是位修行者，名字叫小古薩利是嗎？

回答：藏文是「給哇僅」，在上師傳承祈請文裡面有。應該是修行到某種程度時才會有的現象，否則的話，如果經常看到有打人的事情，那豈不是被打的傷痕累累。

如果聽到別人即使是輕微逆耳言的批評他人時，也要認為是在批評自己一樣，更何況是在對別人作大傷害時，那更不用說，我們必須要去保護他。有時候朋友聚在一起，因比較熟悉，個性都了解，有時候對方會在你的面前，去批評別人很多事情，如果我們知道他的個性是如此，或許當他在我們面前批評別人的時候，一起在很高興的批評某個人時，很難說他在離開我們之後，在我們的背後或許也會批評我們。那如果說這個人即使在你的面前也不會去批評別人，那你可以放心，他在你的背後也不會去批評你，因為他是完全都不會批評別人的話，那應該是前後一致的，那如果他在你的面前批評別人，搞不好他在你的背後也會批評你。

仁波切說：如果我們完全不批評的話，時間久了，我們旁邊的人就愈安心，不論在人前人後，都不會擔心我們會去批評他人，時間久了，喜歡我們的人就會愈來愈多，我們受歡迎的程度就愈高。

此處所說不求回報、不求果報，譬如說：有一個朋友，在你的面前批評別人時，當他在批評他人時，而你去保護被他批評的人時，被批評的這個人並不知道你有保護他，也不知道他有被批評，也不知道有這件事，所以我們也不要冀望保護他，希求他來給我們任何的回報（果報），不求回報的心，要作到這個樣子，完全不求回報。

仁波切說：譬如說我們幫助過對方，見面的當下，因有幫助過他，心中難免求回報的心會生起，所以我們不求回報的那種利他心要練習；練習到何種程度，就好像那個人跟我完全沒有關係一樣，很遙遠完全看不到。但是這邊有一個人批評他，我們就保護他，告訴批評的人不要如此作，被批評的對方完全沒有看到，但是我們內心還是要一直想幫他的忙，達到這樣的程度，才可說是清淨的利他心。有時候我們幫助眾生，我們的名字完全不要出現，或者是完全不讓對方知道，這也是修行完全不求回報的利他心。

這種完全不求回報的利他，才是真正的布施，如果有冀望回報的話，就會變成有如生意往來，有人問尊者說，那我對他那麼好，都沒有回報的話，尊者就問他說那你是作生意失敗了。

仁波切說：大眾之間有人跟法王問答，其中有一人就問法王，我一直

幫助某人，但此人一直對我不好，一直不會改變，要如何面對這件事情，法王就回答說，這樣的情況你不是幫助他，你是作生意的，而且作生意失敗了。

問題：請問仁波切，如果有一個人在批評另外一個人，我們是利他的話，我們是否可以幫另外一個人講話保護他，可是這樣作時對方生氣了，怎麼辦？他會說你沒有站在我這一邊，站在另外他人的那邊。在世俗上如果我們都不講話，好像是默認了，而且也會讓對方以為我們與他是同一邊的，感情就會很好。我們頂多不講話，如果還幫對方講好話的話，就會被認為是敵人。

回答：給他講話也是騙他，應該是由業果的角度來看，自己就住嘴好了。如果批評也沒有什麼意義，就業果的角度來看，批評一定是造自己的惡業，他是不好的，一定會出現不好的，就不要講，講也不會多出來，不講也不會蓋上去，因被批評的人一定有缺點，講出去自己吃虧而已，就不要講了。應該是不講可以增加自己的優點，也累積一些善根，對他以往所結的惡緣也會消掉，批評的話又會增加惡緣，來世還更糟糕，又愈來愈不快樂，就沒有那麼大的意思了。修行到菩薩的話，就沒有這些問題，現在我們還沒有修行到那裡，所以陪他也不行，不陪他也害到他也不行，如果陪他的話也不是真正的陪他，因為還想從他那裡得到些什麼好處，所以就陪他一下，看是否會得到較多的好處，可見我們內心有非常多的各種煩惱，表面是利他，實際上內心有各種種煩惱。

問題：仁波切，今天好像第二次講到善根，要如何分辨善根、福德、因緣？這三個是否有次第？我們常說這個是培養善根，有了善根才會造善業、造善業之後才會行善行，到底善根、福德、因緣、善業、善行彼此之間如何分辨清楚？

回答：在藏文裡，善根與善沒有差別是一樣的，善業的「業」好像只是一部分，譬如：「業」是心所、是思心所，跟它一起是善心所的話，所有的心、所有的心王也都是善的。所以善與善業有不同，善業好像是指定一個東西，而善是整個一起的，心王、心所都是一起的。而業跟輪迴有關係，跟來世有關係的是善業，有漏業裡分善及惡，說善業時都會說有漏的善業，無漏的善業很少用，都會用無漏業，不會說這個是善業，因無漏業一定都是善的，所以善業、惡業都是放在有漏裡面。如果問無漏業是不是善業？是善也是業，一般我們用時善業都是指有漏裡面的善業，若較仔細的問的話，無漏業也是善業。而另外一種，佛成佛之後有沒有善呢？有善，如果

說有沒有善業或無漏業，沒有這樣的說法，業好像是我們要依靠的，而佛不需要依靠業，因佛已經完全圓滿了，有業的意思是說有這個才會有那個，這是業的關係，所以成佛了以後，因已經都圓滿了，已經得到果報了，就不再需要業了，沒有因的角度，佛成佛了以後，不會用業這個字。但是仔細問業到底是什麼，好像佛也有業的樣子，業是思心所，如果問佛有沒有思心所？有呀！但是業這個名稱，一般而言不可以用在佛的身上，為什麼呢？我們要成辦一個果報，要靠的就是業，佛是不需要的，所以就說佛沒有業。成佛也不會說善根，因為根有點需要靠它的意思，有點因的意思，所以我們要成辦這個果報，要靠它，根有這個要靠它的意思。佛有善，不可說佛有善根，說佛有善根會覺得很奇怪，佛有沒有善？有！有沒有善根？沒有善根。善根及善業都是因的部分，善根就因的部份來說分有漏、無漏的所有善業，也是善根，還不止思心所，旁邊的那些心所及心王也是善根。好像善是最廣→是善根→善業，善根、善業站在果報的角度來看，是好（善）或不好（惡）；智慧的主要果報是法身；福德的主要果報是色身。

龍樹菩薩好像在《中觀寶鬘論》中有說到：「**願以此善一切生世中，積聚福德智慧二資糧，由彼成辦二種身**（色身、法身）」。至於福德資糧與智慧資糧是有差別的，譬如說我們看佛書，然後思惟可稱之為智慧資糧，一般我們禮拜供養是福德資糧，這二種資糧我們都是要具足。

回答：我們平常會說你這個人很有善根、福德、因緣，所以你碰到了大乘師長，可以來學習正法。你真的是很有善根、福德、因緣，三個一起講，這三者是否有次第，善根是代表這位補特伽羅的那一個角度，福德是指補特伽羅的那一個角度，因緣是指那一個角度？

問題：仁波切，這讓我想到《阿彌陀佛經》裡面有一句，「**不可以少善根、福德、因緣，得生彼國**」。要投生阿彌陀佛的淨土，不可以少善根、福德、因緣。

回答七：《阿彌陀佛經》裡的善根是站在因的角度，積聚廣大的善根，福德是站在一種助力的角度來說的，因緣是站在時間成不成熟，時間是否適當的角度來看的。

仁波切說：聽起來好像是這樣的，我們會說一個人學的、修的非常好，但是生病時就會不順，我們會說他福德不夠，他善根非常強，但福德不夠。有些人的善根、福德什麼都圓滿，但是因緣還未到。佛陀到這個世間也是看時間（因緣），洽好時間佛陀就來了，時間還未到即是尚未成熟，所以也

有善根、福德圓滿，但時間未到的，也是一直卡住這裡。

我們要如何來串習利他心呢？此處以觀世音菩薩為例（巳三、利他為重）：

大悲依怙觀世音，是故亦為諸眾生，
生死怖畏遣除故，以自名號為加持。

以觀世音菩薩為譬喻，觀世音菩薩還在有學位的階段，他發了本願，將來成佛之後，凡是持他名號者，都可以淨化罪障、淨除苦因及苦果。因為有發這樣願望的關係，再加上努力的淨化罪障、積聚資糧，最後資糧圓滿了而成就了。我們現在唸六字大明咒或唸佛號，都可以得到很大的加持、淨化罪障，都是由於觀世音菩薩所發的本願而來。如果想要讓自己的名字，被他人所稱頌的時候也得到加持，也得到淨化罪障的話，就必須要透過自己不斷的去實修。以我們的身語意三門，為了利益他人而來修持，並不是說發願與我們有關係的人，持誦名號就可以獲得加持，而是連那些與我們沒有關係的人，他們若持誦名號，願他們也一樣可以獲得利益。

仁波切說：這裡是我們現在要修行的一個情況，在利他心上要如何修行呢？比前面講的二個階段還要更增加，要如何增加呢？前面說的我們本身的身、語、意，可以直接幫助利他的，這個直接幫助利他是用我們的身、語、意。現在說的不是利用我們的身、語、意直接去幫助利他，而是用我的名字，當別人聽到，別人唸到我的名字時，都可以得到幫助，這種利他的心更強。我不能直接以身、語、意利他，但他們聽到我的名字、唸到我的名字，也都能夠得到幫助，這種發心還更強。這種發心在我們心裡面先要有直接的身、語、意，百分之百的直接利他，不止現在身、語、意直接利他，身、語、意無法直接到達的地方，我的名字能夠聽到的地方、能夠唸誦的人，他們也要得到幫助，這種利他的心是更廣、更強，這是第三個階段。

這個譬喻就像觀世音菩薩，觀世音菩薩以前的發心時，是生生世世、無時無刻的想要利益他人，此種發心他還覺得不夠，認為還有無量、無邊的眾生，無法利益到，所以內心就發願，我自己無法到達的地方，只要我的名字他們聽到、唸誦到，也都多少可以幫助到，作這樣的發心。所以我們的八關齋戒，扭涅裡面有講到，唸到咒語一遍或持誦觀世音菩薩的名號的話，他的功德大過於在一切佛菩薩前面，常久的作供養的功德，在佛經裡有這樣說，所以用觀世音菩薩為譬喻的原因在此。

你們也會想這是了義或不了義，我們也很難說不相信，因為現在我們請一些喇嘛修法時，好像對我們的病也有幫助，病也會好呀，有時比較嚴重的病也會好呀。所以觀世音菩薩三大阿祇劫時間為眾生修行、修法，在幫助我們上一直修法，他要滿他的大願，所以就一直修行、修法，內心裡面有菩提心、空正見，修法的時間就三大阿僧祇劫，所以一定會有效果的。一般喇嘛修法有幫助的話，那觀世音菩薩就更不用說了。

佛菩薩他們有自己各自的發願，唸釋迦牟尼佛的佛號會清除一萬劫的惡業，也是有可能的。第七世達賴喇嘛寫的《觀音讚》裡面有講到，即使以恭敬心，依著三千大千世界中所有一切珠寶，去供養無量無邊的諸佛，所獲得的功德，與持一觀音菩薩的名號的功德是雷同的，這也是根據佛經而來的。所以我們一有時間不要浪費空過，要一直唸誦名號，不需很辛苦即可得到功德，這是非常殊勝的，所以要盡量的作。

這種珍愛他人的心是非常希有難得的，而且可獲得這麼大的利益，是否很難修呢？並不是，只要串習也是可以修成的，此說（巳四、修已能生）：

修菩提心勿畏難，由於如是修行力，
初時聞名生畏者，彼時無彼心不樂。

這是個譬喻。如前面所說我執、我愛執這些也都是由串習生起的，可是這樣的生起，是毫無理由的，相反的愛執他人也是可以透過串習生起的，而且是有理由應該要生起的，能生起來的話，力量是很大的。即然串習可以生起的話，所要串習的自他相換，就變得非常的希有難得了，因為自他相換的法，是可以究竟成辦自利，也可以究竟成辦他利的方法，這個方法是非常的深奧的，是非常祕密的法，也可以說是一切精華當中的精華。這樣去做的話，肯定可以作到的，所以必定要去修它，此說（巳五、欲脫自他苦應修自他換）：

若人欲求自及他，遠離怖畏得救護，
應修自他相換法，祕密正士之所行。

就像修心八頌一樣，修心八頌是一種自他等換，而且是非常深奧的自他等換的法，現在好像是太普遍了一點。以前修心八頌可以說是不輕易傳出去的，而且是非常祕密的、不輕傳的法，甚至他們還會覺得修心八頌傳給這些弟子，這些弟子如果程度不夠的話，心裡也難以容得下的一種法，可是現在好像太普遍了，大家都知道了。

仁波切說：現在不是從心到心，從耳朵到耳朵就好了，所以就太普遍了！

如果對那些真的能夠實修的人，他們會認為修心八頌是真的非常高層次的法，像我們只有聽聽而已，所以即使聽了也無所謂，因為我們不會去修它呀！

仁波切說：以前的人好像一接觸到一個法的時候，整個心都投入到裡面，所以就非常危險，非常危險的意思是，一些殊勝的法一遇到的話，他們投入的時候就會很辛苦，而我們現在一直講一直講，你們要投入、要投入，可是你們一直不投入，所以就沒有這個問題。

問題：剛才談到持名觀世音菩薩的名號，可以得到加持，有了義不了義的問題，那結果這個是了義還是不了義？

回答：這些都是很難說的，因不了義也無法說，所以很難說，如果了義的話，那就非常容易，如果不了義的話，就會變成觀世音菩薩修了那麼長的時間，還是沒有效果，就也非常奇怪，是不是呀！那如果有效果，那我們就一直唸就好了嘛，來世就肯定不會墮入惡道了，如果如此說也很難判斷，另外一方面，主要的業果是誰也沒有辦法確定的，業是無量無邊，現在說的持誦名號，也有種下很多的善業，但是我們以前無始以來造的惡業也滿多的，所以比較起來也很難，所以從業果方面解釋也有關係，所以就非常難以解釋。

問題：依這一點來說，早上我們上略論的時候，仁波切有說到懺悔，在《廣論》第一百四十五頁講到懺悔的對治力、四力懺悔的時候，第二個對治力裡面的第六個對治力才是持名唸誦佛，第二個是勝解空性，那是否具有空性的人，他持名唸佛的效果，跟不了解空性的人，來持名唸佛是完全不一樣的？

回答：對，當然就差非常大，因為連皈依也是，內心有懂一點空性，跟內心不懂空性差別很大，唸佛也一樣。

問題：這六個裡面，第二個勝解空性是近取因，那其他的來持誦經典，依供養持誦名號，這些都算是俱生緣嗎？

回答：對，應該是這樣子。

問題：如果對空性比較了解的人持名唸佛是有他的效果，對他而言是

了義，對一般人而言是不了解，是否有這樣的看法？

回答：也是有影響，他得到的力量比較大。譬如說，我們說一些密續裡面，我們修這個，唸什麼樣子，他有什麼結果。我們現在唸，結果不出現，而我們現在內心的菩提心、空正見也不具足，那當然在修行時沒有辦法觀想，心沒有辦法專注，按照他們的儀軌所言，效果一定很差。

修自他相換是祕密正士之所行，祕密的意思是方法，是非常深奧的，因為說到祕密就是指的內在、內心的，是非常深奧的，而且又有另外一個意思，是對那些不是根器的要保密，所以祕密有這二個意思在。

仁波切說：我們每天早上作完功課之後，若能唸誦修心八頌之後才開始工作的話，對我們比較不會出現障礙，以前沒有寫，現在加上去比較好。

《入菩薩行論三十七》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2006/06/04

不論或自或他任何人，都希望離苦得樂，可是剎那之樂我們也未曾經歷過，就是這種情形，雖然心中極欲得樂，可是未曾得過，那何時所欲得之樂，才能開始呢？從真正的捨己為他，發菩提心時才開始，當發起唯為利他求證圓滿佛果位時的當下就開始了，就像寂天菩薩《入行論》裡面所說，一旦生起菩提心，快樂即將開始。

發起了珍貴的菩提心，真正生起了為利他而捨己的心，《入行論》第三品（第 20 頌）「**願如地等四大種，亦如虛空常無盡，有情種類多無量，悉能為彼俱有因。**」就像發起珍貴的菩提心一樣，生起了如同四大一般，四大種完全不會為自利唯為他人，生起了真的菩提心之時，也就是生起唯為他人而求證得圓滿佛果位，所發起的唯為他人的菩提心，即是無毫髮許的為自己，自己就會變成如同四大種一般，去轉成圓滿菩提的體性，這就是為他人而完全捨去自己，捨去自己的身語意三門，捨棄自己的一切，在生生世世當中唯為他行。

這快樂從何時開始呢？從捨棄我愛執，從完全捨棄掉自己開始的，就像（精進品第 30 頌）「**是故希除疲厭心，菩提心馬為乘載，轉從安樂趨安樂，心既了知何怯弱？**」一旦發起了菩提心，不論作什麼事都不會覺得勞累，即使經過三大阿僧祇劫來積聚資糧，也不會感到疲厭，不僅如此，發起菩提心才能使我們迅速的圓滿資糧，安樂即從此開始，好像如日出般的從此開始。簡單而言，如果我們需要快樂，就必需要滅除掉我愛執，發起最上等、最殊勝的善心、菩提心，一旦發起菩提心，安樂就如同日出般的一切安樂即將開始，一般人如果不以自己的需求為主要訴求，或不以自己的主張為主要訴求的話，那自己不但會快樂，左右的人也會得到快樂，更何況發起最為殊勝上等的菩提心，當然可以帶來最殊勝的安樂，帶來不可思議的安樂，只要我們肯做，我們都可以作得到。

要發起菩提心，必需要先生起大悲心，要生起大悲心，必需要先生起視一切有情是悅意相的慈愛心，要生起慈愛心有二種方法，第一個要去思惟一切有情都曾經作過我們的母親，也就是透過思惟知母、念母…等發起；第二個方法是透過自他等換的方式來發起慈愛的心，透過自他等換的方法，發起慈愛的心是甚深的方法，所以「應修自他相換法，祕密正士之所**行**」，也就是透過自他相換的方法來生起慈愛的心，是屬於祕密正士之所

行，意思就是指那些劣慧者是不容易來修持這個法門的。

要生起慈愛的心，就是要透過見到他愛執的功德之後才會生起，也就是見到他愛執的功德，讓他愛執增長，觀見到我愛執的過患，將我愛執滅除掉，這樣才能生起慈愛的心，上次我們講到「祕密正士之所行」，也就是講到使得他愛執增長的部份，今天從斷除我愛執的部份。

我愛執是有過患的，可是我們是看不到的，我愛執可說是一切怖畏的因，它會導致我們去造作罪惡，就如偈頌所說（辰二、應力斷我愛執持 分二，巳一、我愛執持為一切怖畏之因）：

為所貪愛之自身，少可怖處亦生怖，
於此能生怖畏身，何不瞋之如寇仇？

就如當我們看到蛇時，會產生害怕，害怕牠來傷害我們的身軀，當一個人有很強烈的我愛執時，害怕的心會更為強烈，就好像有一些人看到一些小蟲，如小蟑螂，他就會害怕，他為什麼害怕？因他怕那些小蟲來傷害他，事實上小蟲根本就不會來傷害他，而是他可能會傷害小蟲，這就是代表他心中有很強烈的我愛執，所以對小蟲就會很害怕牠來傷害他。

我們自我反觀一下就會知道，會產生害怕的因，就是我愛執，也就是會產生害怕的背後，是害怕對方來傷害你的身軀，事實上是根本不要害怕的，可是我們有極端自我珍愛的心的關係，所以就會產生害怕，反正不管是生起何等害怕，追究原因就可以了解，是緣自於我愛執而生起的，若沒有我愛執的話，恐懼是不會生起的，所以也可以說大小的一切怖畏，都緣自於我愛執。

仁波切說：好像我們內心裡面，對未來我們要得到的、要追求的很多，在這個背後，我們內心裡面，還會有如果得不到的話，怎麼辦？有這種的恐懼，一直有得不到怎麼辦的恐懼，若更慘的話怎麼辦？我們每一個人都會有這一種恐懼的心，它的真正來源是什麼呢？就是我愛執，沒我愛執的話，這個恐懼就不見了，所以一切的擔心、恐懼，其來源即是我愛執。

不論生起何等畏懼心，都是源自於擔心受到傷害、擔心得不到、擔心願望未得償，所以心中一直擔心著，沒完沒了，無止盡的擔心，這代表著我愛執有多強，你的擔心恐懼就有多大。我愛執不但是一切怖畏之因，甚至也是使得我們欲望無止盡增長的因，因為我們會為了達到自己的欲望，會去作出捨棄他人、傷害他人的行為出來，因為愛己勝於他的關係，所以

甚至可以寧可捨棄他人的心力，寧可去造作不予取等等的行為，為了珍愛自己，所以也可以說，我愛執是一切罪行的造作者。

所以說我愛執是能造作一切罪行者（巳二、思惟能作一切罪行）：

此身常患飢渴病，為求療治具方便，
殺戮禽獸及蟲魚，伏道要人行劫掠，
乃於弒害殺父母。

到此為止因為我愛執的關係，自己的欲望會無窮盡，甚至會造作傷害他人的行為，更甚至會造作殺害殺父殺母的行為。

盜取三寶清淨財，
能成無間焚燒業，何有智者於此身，
貪愛守護作供養，不疾視之如寇仇？

即是對於我愛執這一點，從內心深處完全捨棄，而且相反的要視之如寇仇一般，因為如果愈珍愛依於蘊而安立的我的話，只有引來一切怖畏而已，也只有引來一切罪行而已，更甚至會使我們生生世世入於無間獄當中，也就是會去造作入無間獄的因，所以怎麼有智者不生捨棄此呢？也就是智者應該要生捨棄我愛執，而且要視我愛執如寇仇一般。

還有一句：

於之輕棄而訶譴。

也就是說我愛執是一切怖畏之因，而且也是一切罪行之因，它可以使得我們去造作不善業，簡單而言，一旦有我愛執的話，那就會導致於我們入於惡趣當中，即使造了能投生善趣的因，也將不得善趣，即使得到善趣，也不得圓滿菩提，也就是令不得圓滿者，即是我愛執也。

所以我們應該視我愛執如仇敵一般，完全將它斷除掉。以前噶當巴格西繃功佳格西，有一次到功德主家去修法，修法要作朵瑪，修了二、三天的法之後，所修的法就是拋食子的法，可去除一些障礙，修了二、三天的法之後，要將朵瑪（食子）給燒掉，燒食子的地方已經準備好了，可是繃功佳格西拿著食子到處找，不知道要把食子拋到什麼地方去燒，找呀找，都找不到，最後只好說，功德主在那裡，找到功德主出來，就將朵瑪（食子）丟到功德主的懷裡去，照說作朵瑪拋食子，主要的目的是要將未來一年的不順或四大不調，這些障礙將它去除掉，所以才拋食子、燒食子，那

繃功佳將食子拋到功德主的懷裡去，最主要的意思是因為功德主我愛執的關係，來修這個法，來作這個朵瑪，他最主要的目的就是要讓功德主了解到，我愛執才是真正需要燒掉的。

仁波切說：在西藏的習俗有這樣的作法，一些比較有福的家庭，就會請很大的仁波切一年修一次大的法會，自己家人親戚朋友大家一起參加，可能會三天、五天、七天各有不同，但至少三天，修法的目的是新的一年裡面要順利，不要有障礙出現，所以他們會作一個食子，丟的時候，會丟到自己障礙來源的地方，我們會算命看什麼地方不順，金、木、水、火、土，家裡什麼地方不順，在不順的地方丟食子，繃功佳格西在修法的時候，就有準備好要燒食子的地方，但繃功佳格西故意找不到燒食子的地方，找一找，就大聲說，大功德主在那裡？一找到大功德主，就將食子丟到大功德主的懷裡，大功德主覺得這個好像害到自己，大功德主的我愛執非常強，食子一丟到懷裡就非常的受不了，格西繃功佳就看到功德主的我愛執非常的強，所以家裡中最不順的地方是他的我愛執，所以當食子丟到功德主的懷裡時，功德主非常受不了，好像心都碎了，這個我愛執怎麼辦，功德主非常的喜歡自己的家庭，自己有名、有福的這種我慢、我愛執非常強，一丟朵瑪時，他覺得很丟臉，丟臉的是我愛執，所以他的我愛執就降下來了，所以修法就非常的有效果。

「不疾視之如寇仇」是說，何有智者不疾視之如寇仇呢？

（辰三、思惟自他為重之得失 分二）（巳一、自他愛執功過之相 分二）（午一、廣解 分五，未一、由施增上而行）

這邊細數我愛執及他愛執的功過，其中分五點來說：一、由施增上而行，二、由損惱增上，三、由讚譽增上，四、事業加行增上，五、利樂增上。首先說由施增上而行，布施之前先生起捨不得吝嗇的心，這就是我愛執，如果要布施，心中是想著要利他人而布施的話，這是他愛執的布施，所以針對布施而言可分為這二種（未一、由施增上而行）：

若問施己何所用，是自利心魔事業，
問受用已何以施，是利他心天人法。

當作布施有著我愛執的話，就會擔心我這個錢給了別人的話，那我日後自己要用什麼，有這樣的擔心，有這樣的話，就像偈頌裡面所說是魔的事業，是鬼的事業。相反的是自己在使用這些東西的時候，心裡想著自己在使用時，他人將沒有東西可用，如果這樣想的話，就是捨棄自己為他人

著想，甚至會在自己尚未使用之前，先為他人著想，這就是天人之法、天神之法。

（未二、由損惱增上）：

為己之故而損他，能成地獄等熱惱，（這是我愛執）
為他人故自受損，圓滿資糧無不成。（這是他愛執）

我愛執到底是如何呢？就如同前面所說，我愛執甚至可以殺戮禽獸及蟲魚等，甚至殺害父母等。如果是他愛執的話，即使他人來傷害自己的身軀，傷害自己的財富、受用，心中可以完全捨棄，完全不貪心，這就是他愛執。傷害他人是絕對不可以的，傷害自己是可以的，這是一種修心的法門。

有二件事，一害、一利，如果利大者、害小者，我們當然捨去害小者，而去作利大者，在自利和他利這二者而言，自利是小、利他是大，我們應該要取大、取利他，如第五品 p.112（83、84 偈）「**勿為細行傷大節，志在利他大義利，如是知已為利他，應當恒時住勤勇。**」如果是會傷害他人利益到自己的話，這一點應捨棄，不可以作，如果是利益到他人傷害到自己的話，那倒是可以作。

仁波切說：也是要了解大小，譬如利益他是很小，如利益他是今天給他吃飽，利益自己是我沒有給他吃得飽，對給他吃得飽上沒有幫助，但我自己有修行、唸經、打坐或者是較殊勝的事有作的話，我們要看大小，大的要學、要作，小的可以捨棄。

也不可以說完完全全都為他人而作，所以每次都要衡量一下「勿為細行傷大節」，這一點要思惟一下。

仁波切說：自己本身修行上就很長遠的路來看，對他也是有幫助的，短期來說好像沒有幫助。

（未三、由名聞增上）：

欲求自身高勝者，惡趣醜陋愚癡因，
若即以此推及他，能成善趣享用樂。

欲求自己是崇高的，受他人讚揚的話，如此作將來可能投生到六道當中的最低下處，即是惡趣，若即使得到人身，也會長的醜陋，而且愚鈍的。所以可以看到有一些人講起話來，左說右說最後都是在讚嘆自己而已，表

示自己很崇高、很殊勝，這樣子作到最後引伸的結果，就是來世將投生到六趣當中最下處、最卑劣的地方去，即使得到好的人身，也會長的非常醜陋、非常的愚鈍。相反的，若欲求他人非常高尚的話，將來反而會投生到善趣，得到一切圓滿的因。

仁波切說：所以我們讚嘆時，不要讚嘆自己，在讚嘆自己時，裡面的動機有捨棄、毀謗他人，或者說他人比我低，好像讚嘆自己的目的，是他人比我差，我比他人高，我比他人要看得起，轉過來，即是他人比我低，將他壓著，一直壓著的結果，來世我們會墮三惡道，因為我們一直貶低他人。在菩薩戒四十六惡作裡面，有時也要讚嘆自己，但是不是在我愛執的情況下讚嘆，這是對為他人上面讚嘆自己，我要幫助他人，我要帶他人走好的路，所以我讚嘆自己在修行上的學習，不是說我很棒，我學的比較好，我修的比較好，或者是我的行為比較好，我們的動機需求是我們比他人更高尚，更看重自己，如果是這樣子的話，那就不對了，就會如此處所說的，我們會墮三惡道，如果沒墮三惡道而投生三善道的話，也會非常的不莊嚴，心也會非常沒有智慧，好像笨笨的。

問題：仁波切醜陋的因不是瞋恚嗎？自己認為自己很高尚，也會變得很醜陋的因嗎？

回答：都有的，不可以說如作殺業墮地獄道，強盜就不會墮地獄道嗎？也不可以這樣說，都有關係，要看講的是那一個角度，譬如說，修忍辱，剛開始時對方生氣，因修忍辱而改成喜歡我了，變成喜歡我的果報出現時，以後很多人看到我都會非常的歡喜得這種果報，而現在這裡是說，我非常不想看他，非常想捨棄他，這裡有一點，我們心裡希求讚嘆自己的時候，對他人上面，也希望別人看不起他，別人對我及對他來說，希望別人對我比對他人更高尚，因這種希求的緣故，以後別人看我時，有看不起的這個位置，別人看不起我時，心裡會不舒服、不想看，這也是不莊嚴。

就像上次在解釋四十六惡作的時候所說的，有時候是有必要性作自讚的，除此之外就需要很小心，千萬不要作自讚毀他的行為，如果我們現在能夠去讚揚他人，他人能夠得到別人的推崇，使他人能夠得到高勝的話，未來自己也將可以投生善趣，得到殊妙的人身。

（未四、事業加行增上）由事業加行增上而言：

若為自利使命他，當受果報為奴役，

如果是依著我愛執，而使他人承事我們，來為我們所使役的話，這就是懷著捨棄他人的動機來使役他人，如果不是用這個動機，只是一般的叫他作事的話，那倒是不會，可是如果是依著我愛執的動機的話，來世將為他人所使役。就好像仁波切的侍者，仁波切的侍者是來服侍仁波切的，或許大家會認為他是仁波切的奴隸一樣，如果仁波切是以著我愛執的心，捨棄他來突顯自己是多麼的高尚的這種心態，來叫侍者作事的話，仁波切說將來百分之百自己會為他人所使役。

仁波切說：清楚嗎？所以我也要小心，我內心裡我愛執，而且就捨棄他人的部份，捨棄他的目標，捨棄他想作的，或捨棄對他有意義的事情，然後就讓他作我的事情，因我愛執，我注重我自己的目標，我自己的想法，而捨棄對他有意義的，這些捨棄之後，就會認為你應該作我的事情，如果當下是這樣的心態，而把他當侍者的話，那百分之百我來世就會變成他的侍者，可能還不止一、二世，可能還會是幾百世了。另外我如果能想他暇滿難得的人生是那麼殊勝的，他暇滿難得的人生是一定要有意義的，我努力要幫他作有意義的，從這個角度我們一起在弘法上努力，這對他有意義，對弘法上有意義，我不會想我的這個部份，我從弘法的這個部份去思惟，完全沒有從我的這個部份去想的話，那我愛執的部份就沒有影響，從這個角度一直努力去作的話，就不會感得不好的果報，而且在幫助他時，比注重自己還更注重他的意義上，如果這樣子的話，來世我還會在他的上面。

相反的：**若為他利自勞作，當受果報為人君**。

仁波切說以他為例而言，他是為了其他有情而作勞役的，譬如雪歌寺有很多僧俗眾，仁波切是秉著去承侍雪歌寺裡面的僧俗眾而作的，如果這樣子持續作下去，來世一定還是在雪歌寺僧俗眾之上。

（未五、利樂增上）由利樂增上而言：

盡其世間諸樂事，皆從求他安樂生，
世間所有諸苦事，悉由唯求自樂生。

就如先前所說的，我愛執只會帶來對自我的傷害，他愛執唯有帶來利益而已。就像世間（指輪迴）在輪迴當中一切的快樂，完全是依於利他心、行利他業而得的，如果是依著利他心而去造作利他業的話，那未來自己必定得安樂。相反的，如果以我愛執來造作損害他人、捨棄他人的話，終將自得苦，自樂將不得，所以才說我愛執是一切衰損門，他愛執是一切安樂有。

總之，是訴說不盡的，簡單而言，佛是如何成佛的？以及愚夫何以持續不斷的在輪迴當中流轉受苦？原因完全是出自於我愛執及他愛執，故說（午二、攝義）：

總之愚夫唯自利，能仁唯作他利益，
即於此二見差別，是中何煩多贅言？

（巳二、應捨我愛執持 分四，午一、未見之過患）

以致於我愛執及他愛執的差別，由下列可知：我愛執所帶來的過患可分為能見的及不能見的，不能見的過患非常的多，如它會阻礙我們成佛，阻礙我們得到解脫，就未見過患而言：

若於自樂及他苦，不能互換正修行，
豈唯正覺不能成，輪迴中亦無安樂。

就是說如果我愛執的話，不但無法成就正等佛果，而且即使在輪迴當中流轉也無安樂可言。

（午二、現見之過患）：

後世姑置且勿論，如人傭僕不作務，

主人必不酬傭值，現生利益亦不成。

我愛執現見的過患，包括心願無法完成，或者值逢種種不吉祥事。

剛才分為可見的過患及不可見的過患，二者均會帶來不吉祥，總結而言的過患（午三、總明過患）：

能成現見未見樂，圓滿安樂悉棄捨，
由於令他受苦因，愚夫受諸難忍苦。

就是說，如果是我愛執的話，我愛執將會導致可見不可見的不吉祥，讓我們遠離了圓滿的安樂，不但自己不吉祥，也會傷害到他人，如果是傷害到他人，令他人受苦的話，自己也將受苦。

午四、應捨我愛執持：

一切世間所有諸逼惱，怖畏苦痛凡諸衰損事，
悉皆從於我執而出生，此大惡魔於我有何益？

就是說我們受到他人的傷害，他人的逼惱，或心生害怕，這一切都源

自於我愛執，或者說我們值遇到的不吉祥，也是緣自於我愛執，受的苦也是緣自於我愛執，或者說受苦的當下產生極大的恐懼，這也是源自於我愛執，總之一切都可以歸咎到我愛執，也可以稱我愛執是一個大惡魔。

我愛執如同火一般，火是會燒熱的，火與熱二者是難分難捨的，是無法區分開的，只要有我愛執在，恐懼、害怕這一些，就如同火和熱一樣難分難捨的，一旦不捨棄我愛執，所有的苦終將難以捨棄，故說：

愛執自身若不捨，則不能免諸苦惱，
如人執火若不捨，終當不免被焚燒。

如果沒有捨棄珍愛自身的話，則不能免除諸苦惱，如人執火若不捨，終當不免被焚燒。

仁波切說：我愛執的過患此處分三：一、當我們遇到不吉祥、障礙，或者被他人傷害，這些有點是因的部份。二、在我們尚未遇到之前但知未來會遇到，因而心生恐懼，這個過程是恐懼的一種。三、是遇到之後非常苦，可分三個階段。譬如說：(一)我被一個人罵了，罵的時候是一種苦(果報)。(二) 罵了之後內心裡面會有些擔心，擔心自己在別人的面前名聲不好，別人會看不起我，讓我的身份地位降低的種種恐懼。(三)被罵的當下，內心非常的苦，傷害到我的心。所以有三種：(一)是遇到(二)是受到(三)是一種恐懼。《入行論》裡主要是分這三種，前面有說恐懼、擔心，因有我愛執，所以我們希求、追求不停止，而且追求愈來愈高，當追求一直升高時，當然就會恐懼、擔心愈來愈多，恐懼、擔心愈來愈多當然痛苦就會增加，若沒有斷除我愛執的話，恐懼、害怕的痛苦，就會一直增加，而我們遵求的物質、境是無止盡的，因而會很累的，一直跟著跑，是追求不完的，跑不完的，是會很辛苦的，所以心裡能滿足，斷除掉追求的心，就已經 O.K. 了。

所以《入行論》裡有說，第五品 p.91（第 13 偈)「**但敷皮革襯富羅，大地無處不普覆**」是說只要我們的心能夠很清淨的有知足，就不會不斷的去追求名利或物質，只要有得到什麼，心都能夠滿足。就如同偈頌所說，只要在腳上穿上一雙鞋子，大地無處不被鞋所覆蓋，意思就是說脫下我愛執，穿上他愛執，就如同在腳上穿上一雙皮鞋一樣。相反的，若沒有脫下我愛執，即使在這麼努力的斬除大地上的荊棘，也永遠斬除不完，只要將我愛執脫下，穿上他愛執的話，那一切都將是平坦的。

卯二、攝義 分三： 辰一、自他互換之理，辰二、換已息違悖行，辰三、不違悖行，今初：

是故為滅自災害，亦為息滅他人苦，
應捨自身為他人，亦應攝他為自體。

就如同剛才所說珍愛他人是一切安樂功德源，我愛執是一切不吉祥傷害的根源，如果能夠滅我愛執的話，不但自得利，他亦得利，一切皆吉祥，如果想要得到自利及利他，一切皆吉祥者，當要捨棄我愛執。

汝心於此應勝解，謂我隨他自在轉，
唯除利益諸有情，此外非汝所應思。

我們應該要像剛才所說的來行持，心要如何下決心呢?要思惟自己是要為著他利而行，一切所作都為饒益一切有情而行，絕不為己利而行，也就是唯行利他而已，除此之外絕不可生起我愛執。

將自己的身語意三門供養三寶，從此以後要謹遵三寶您的教誨而行，意思也就是說，在我已經下定決心捨棄自利、捨棄我愛執，所行唯行利他而已，絕不生起我愛執，要如此發心。第二品 p.29（第 8 偈）「**我於一切諸佛佛子前，盡我身心無餘至誠獻，祈諸殊勝勇識咸攝受，至心願為諸尊作臣民。**」是說將自己的身心完完全全的獻於諸佛佛子了，祈請他們能夠攝受，從此以後我將會非常的恭敬，成為您的臣民，而且遵照你的囑咐而行，也就是完全不為自己而想，完全不會依我的想法。

自己已經完全隨他自在而轉，所作唯有利益諸有情而已，絕不為自己而想。仁波切舉色拉傑寺的一位仁波切為例，他的修行就類似如此，在他的房間裡面一無所有，連要供養的供杯都沒有，只有一個缽而已，就如同《掌中解脫》裡面所說的故事，早上起來要供水時，就用他的缽乘水供養，中午要吃飯時，就跟三寶說，我要吃飯了，你的缽借我用一下，就將缽取下來然後吃飯，吃完飯後又把缽洗乾淨，再乘水再供上去，等於說將他自己的身、語、意三門及所有的一切財物都供養給三寶了，要用的時候，再跟三寶借來用。

仁波切說：在《掌中解脫》裡應該有這樣的故事，是以前在色拉寺裡的一位儒滂仁波切，他平常就這樣作，自己房間裡連八供的東西都沒有，只有自己吃飯、喝茶的木碗，這個木碗是每一位出家眾都要有的，所以他就用木碗早上供，中午要吃飯時跟佛菩薩借下來，吃飯吃完飯後，又將木

碗洗乾淨，再乘水再供上去，所以供佛累積資糧不一定要有錢、要買東西，如果是這樣的話，那密勒日巴尊者也沒有辦法成佛了，他要如何累積資糧呢？因為他沒有錢、沒有東西，所以儒滂仁波切他所有的一切東西都變成三寶的東西，他就跟三寶借，這裡我們連接的話，所有一切的身、語、意的東西都是眾生的，實際上也是呀，我們也沒有辦法帶到來生去，一直都留在這個世間給眾生用，所以不要執著。

仁波切說：我昨天從台北回來時買電話卡，打到印度及大陸的電話卡，買了六張，給格西二張，自己要用二張，給洛曲傑二張，買的時候共計八百元，給錢之後找了二百元，卡呢？沒有拿就坐車回來了，在身上找電話卡，結果找不到，想一想好像電話卡沒有拿，心裡想一想剛開始有點捨不得的樣子，從他人的角度想，拿到電話卡的他人會非常高興，從這個角度想我心裡也會歡喜，從他人的角度想，自己應該歡喜不要難過了，所以我愛執及利他心馬上可以對內心也有幫助，馬上就不會捨不得了，也會覺得是應該的，這本來就是眾生的東西，不能說這是我的、他的呀，因自身也沒有辦法帶到來生去，這是世間的東西跟錢，就在世間人之間繞來繞去。

問題：剛才講到自他相換時，為何仁波切會轉到「我於一切諸佛佛子前，盡我身心無餘至誠獻，祈諸殊勝勇識咸攝受，至心願為諸尊作臣民」，思惟理路是如何去思考到這一點上，是否可告知？

回答：對一個修行菩薩的角度來說，對眾生與對佛菩薩來說是平等的，《入行論》裡面我們可以看出來，一位修菩薩行者，對眾生是非常非常尊重的，對佛菩薩也是非常非常尊重的，對於佛上的尊重與對眾生上的尊重是平等的，沒有高下之分，從一位修菩薩行的角度來說，所以想到前面的偈頌。

問題：仁波切剛才有說到自讚，那跟隨喜是否一樣？自讚自己時要檢視我們的動機，隨喜時隨喜增長自己的善法是否一樣？

回答：「讚」不一定有我愛執，所以菩薩戒四十六惡作裡面，有時候我們也要自讚，所以在沒有我愛執的當下也有自讚，我愛執是任何時候都不可以生起的。就隨喜來說，在沒有我愛執的情形下，我們自己的好處上讚嘆的話，即是隨喜，這種隨喜跟讚嘆二者來說，隨喜本身是內心裡的東西，讚嘆是我們語言行為上的，隨喜時要小心，有時跟貪欲會混在一起，用時我們會說隨喜，但內心裡真正用的時候，會跟貪欲混在一起，那就錯了。讚嘆也是一樣，我們不可以在喜歡煩惱的當下，我愛執的當下，讚嘆的話，

是不可以作的，所以讚嘆與隨喜要區分的話，讚嘆不一定是好，而隨喜一般而言是善行。

問題：仁波切隨喜有分為善、無記、不善？

回答：對不起，剛剛講的是七支供養裡面的隨喜，這個隨喜的對境是善的，若隨喜的對境是惡的話，就不可以說他是隨喜，但是我們會說在對境惡上隨喜，在惡上的隨喜不是隨喜，就如同早上說的皈依戒不是戒一樣意思，所以隨喜的真正對境是善行上的隨喜。

問題：仁波切有的人心中是嫉妒心，可是嘴巴說的是隨喜，這樣子說出來表面上看起來，嘴巴是說隨喜是善行，但心裡卻是嫉妒心是不善，那這樣的隨喜是否會構成有善也有不善，二種業是否會混在一起？

回答：是惡業，因動機是惡、是騙人的，不是真正的善行，所以動機是不正確的，而口中唸「嗡嗎咪唄哞吽」，如果是這樣的話，我們就依輕重來判斷，這種也不是他自己真正造的，而是福田力的緣故，剛才講的隨喜也沒有所謂的福田力，就真的是煩惱的惡行而已，內心有惡念但作出來的是唸經，這就由福田力來判斷。動機上沒有惡念的話，福田力就比較強，譬如有隻豬被小狗追繞著佛塔跑，因內心裡沒有什麼煩惱，只是繞著佛塔跑，在福田力上就造了善業，在動機沒有善、惡的情況上，造的福田力也是很強的。

問題：當我們自己造下一個善行，我們不會去讚嘆我們自己，如果用讚嘆跟隨喜的話，我對我自己所造下的善行，我會用隨喜的方式去隨喜自己，這樣的隨喜心是可以的嗎？

回答：是對的，也是要的，我們有的時候要思惟暇滿難得，這是隨喜的意思，有的時候也要思惟無常，就像酸、甜、苦、辣，有時候也不能太酸，也要有點甜，內心裡太甜也不好，一直隨喜也不好，有時候也要苦一點。

《入菩薩行論三十八》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2006/06/18

為了要證得無上正等正覺圓滿佛果位的緣故，所以發起菩提心是非常的重要，菩提心就像根本一樣，為了發起菩提心，可以依著自他等換的修持法來修持，自他等換的修持法是非常甚深的，而且加持力也是非常大的，在這當中寂天菩薩是為大眾所頂戴的一位祖師，尤其是他所寫的這部《入行論》，是為大家所倚重的一部經論著，所以我們應該要生起這樣子的動機，願依著寂天菩薩所傳下來的自他等換的修持法來修持，直至能迅速的證得圓滿佛果。

上次講到實際來修持自他相換，這當中從第二二九頁「此身本無主宰我」到第二三五頁「愛執自身若不捨」，此偈頌是在作廣的解說，接著是攝義的辰一、自他相換之理，今天從第二三六頁辰二開始，辰二、辰三主要目的是講，既然要來修自他相換的話，實際在透過身語在實踐的時候，就不可以顛倒而行，也就是說不可與自他相換的修持顛倒而行，應該要隨順而行，辰二換已息違悖行，是指在交換時不可以有相違悖而行（顛倒而行），辰三不違悖行，是指如何不顛倒行。

第二三六頁「辰二、換已息違悖行」，請看偈頌：

以彼自在眼根等，成辦自義不應理，
為他義故以眼等，於彼不應違悖行。

也就是說既然是來修自他相換，修自他相換之後，自己的眼睛就好像是成為他人的東西了，也就是自己已經捨棄了我愛執，而取他愛執，以利他行為主了。自己的眼睛已經成為他人的東西了的話，那就不應該以這個眼睛來作自利的事，「成辦自義不應理」這是一個原因，「為他義故以眼等，於彼不應違悖行」，也就是我們所應作的僅僅是利他行而已，絕對不可以有絲毫的傷害其他有情的行為出來，這也是原因之一。

一般我們個人的手足眼耳，好像是用來保護自己、保護我的，而修自他相換就是要把他改變過來，要使得自己的手足眼耳等這些變成保護他人的東西、承侍他人的東西，在修自他相換時，地位就要交換。用自他相換的方式不斷的去修心，最後可以捨棄自己的身軀，完全去為他人了，利他的思惟變得非常強烈之後，當在捨身為他的時候，完全不會想到自己的身

軀，不會生起是自己身軀的念頭起來。經過長久的累積資糧之後呢，等到證悟成佛的時候，就可以非常廣泛的去利益到遍滿虛空界有情的一切利益，就可作到這一點了，也能夠圓滿所有眾生各個不同的意願，他們的一切所求，能夠達到這樣的能力，絕對不是短時間就能達成的，必須要靠著在有學位的這個階段，努力的去發起利他的心，而且去廣泛無邊際的去利益其他的一切有情，才有可能作到這一點，也就是必須要作無量無邊的累積資糧，才有可能去圓滿。等到資糧圓滿之後呢？到了成佛時，要實際去利益其他有情的時候，可以說是無一不成就。

仁波切說：我們會說，成佛的話對利益眾生上面，沒有一個不圓滿的地方。他什麼能力都圓滿的，從利益眾生的角度，這位眾生需要救生命的，或需要將疾病醫好等各種的問題，在幫助眾生的角度說，佛是否可以圓滿，我們會說佛是可以圓滿的。這個圓滿不是只對一位眾生，而是一切眾生，從佛的能力而言，沒有一個不圓滿的。這個能力是成佛時突然冒出來的嗎？不是的！是經三大阿僧祇劫這麼長時間，對各種各色的眾生，對各種各色的情況，對各種各色的問題，當中他發菩提心，一直不斷的發菩提心，一直發菩提心，自他相換的在各種的情況上作累積資糧，在很長的一段時間努力的累積資糧，累積資糧的能力愈來愈增加，後面一切的能力就都圓滿了。成佛之後，從對境眾生的根器具足的話，從佛的角度來說，因為佛的能力已經圓滿了，不論任何不同眾生的根器都可以圓滿的。所以我們以後需要如佛一樣的圓滿能力的話，在現在尚未成佛的過程中，要為處理眾生各式各樣的問題，我們要發菩提心，不只發菩提心，也要一直作累積資糧。如果這樣的話，譬如說我現在要幫助你們將病醫好，或者是幫助解決財務上的問題，為了這個我發菩提心，我常常發菩提心作一些善根，然後一直不斷的發菩提心，這個力量在我成佛之後，對眾生不論是疾病問題、財上的問題的解決才能圓滿。我在還未成佛之前，在利益眾生、處理眾生的問題上，沒有發菩提心的話，那以後成佛時就缺這個部分，在這個部分上就無法利益到眾生。所以佛在發菩提心時，是各式各樣的，而此處所說的自他相換，我們的一切行為，都是為了要利益眾生，以此發菩提心是一直要作的。所以在佛陀前世的傳記裡面，有些人用各種方式要害佛陀，如給佛陀吃毒要害佛，結果沒有辦法害到佛，佛就講在他尚未成佛時的故事，修行的過程中有些什麼，所以我現在變成怎樣子。所以每一位佛的能力，與他尚未成佛之前的修行過程，累積資糧的過程，都一定有密切的關係。為了成佛時什麼都要圓滿，所以在我們還未成佛之前，要發各式各樣的菩提心。

問題：請問仁波切，佛什麼都圓滿，可以利益眾生，就是眾生有什麼需求都可以圓滿，如眾生生病或缺錢，不是因自己的業果嗎？是業報的問題嗎？仁波切以前有講過，佛不是以水洗罪，不是用水將眾生的罪洗掉，不是用手摸一摸就可將功德給眾生嗎？主要是要依法，此處就無法連接。佛本身圓滿都很有能力，佛要如何去利益每一位眾生，去滿每一位眾生的願呢？所以就有人會說，佛經上說我讀什麼經多少遍，我的病就會好，可是為什麼沒有好，佛為什麼要這樣對我，就有這樣的問題。

回答：這是我們一般都會有這種的問題，是常常出現的，但是以前的修行者，他們見到佛，見到什麼什麼佛，他們有沒有得到加持，這是確實有的。所以這個中間我們要如何判斷呢？佛有加持眾生，譬如佛是太陽，我們眾生沒有水的話，太陽就沒有辦法映在水裡面，所以從眾生的角度也要圓滿，沒有的話也不可能出現。佛的力量沒有存在的話，以前的修行者，他們怎樣修行也不會見到佛，佛也不會給他們加持，這也是有的，二邊都需要的。所以我們現在的問題是要靠自己的根器，從自己方面，應該具足的沒有具足，缺點在這方面。而現在這裡講的，主要是自他相換之後，為什麼要那麼嚴格，自己的東西都變成眾生的樣子，所有一切我的行為，我自己要作的，這些都是為了他人，為什麼要這樣子，這個跟我們以後成佛是非常有關係的。

辰三、不違悖行，請看偈頌：

是故有情為主要，所有我身可得者，
縱使彼彼悉奪取，仍為利他饒益行。

意思是說，既然已經發起自他相換的心，那我們的一切所行，都應該與自他相換的修持相隨順而行，不應該顛倒行，不應該違悖行，不應該違逆而行。所以不論是自己的衣食等等，所有這一切都不應該為我愛執所奪，不應該屈服在我愛執之下，所行應該是唯有為一切其他有情而行而已。

前面說過既然已經修持自他相換了，就應該依著所修的自他相換，使得所發起的自他相換的心能輾轉增長；下面就要說如何讓這種心生起，以及如何來修。

寅二、自他相換意樂隨行之理，分二個科判，卯一、總明，卯二、別釋。一般而言，我們依著我愛執的心，見到他人比我們還卑劣時，就會生起慢心，見到他人比我們高、比我們好的話，就生起嫉妒心，見到他人與我們相等的時候，就會生起競爭的心。在這裡修自他相換的話，態度就要

正好反過來，好像是站在有情的角度上，為了要滅除我愛執的心的緣故，所以要來與我愛執的心，對他生起我慢、嫉妒、競爭的心。

仁波切說：這個非常好玩，我們完全不會思惟這樣子，就是一直替別人想，平常我們遇到別人時，會一直比較，馬上從自己的位子（角度）比較，現在要替別人的角度比較，從自己的角度比較，而且我們會捨棄他，有點會害他的心，當下作比較。現在從他的角度捨棄他（自己），下面講的他的是自己的意思，所以從他人的角度，這個是不好的，從他人的角度慢心要生起來，慢心要幫助消除我們自己的我愛執，嫉妒心要消除我們自己的我愛執，競爭心也要消除我們自己的我愛執，所以我們這裡要修的慢心、競爭心、嫉妒心，跟一般的嫉妒心是不一樣的，內就變成他的。

卯一、總明，請看文：

劣等有情攝為我，自身易地為他人，
依無分別心修習，嫉妒競爭及我慢。

就是說一般而言，當我們見到比我們還低劣的，我們會生起慢心，在這裡修自他相換時，就是要換過來，如果對方是沒有學識、什麼都不好的話，相形比較之下，好像自己是比較高，一般人就會生起我慢想，在修自他相換的時候，位子就換過來了，我們就變成對方，本來是我們比較高，對方比較低，現在我們與對方的角色換過來，我們就變得比較低，對方變得比較高，一般從低看到高，就會產生嫉妒心，現在就是要對自己產生嫉妒心，因為角色已經換過來了，換成變成他人了，用這種角度來對自己起嫉妒心，用這種方式來滅除我愛執。

仁波切說：用修他人的嫉妒心滅掉自己的慢心。

卯二、別釋 分四：辰一、於高勝修嫉妒之理 分二：巳一、修習之理，請看文：

彼得恭敬我獨無，我得利養不如彼，
對彼讚揚訶罵我，彼享安樂我受苦，

我今辛勤作眾務，彼唯自在安閑住，
彼於世間享盛名，而我德能不顯著。

我無功德當奈何，我等唯應修功德，
有餘勝者彼不及，有餘劣者我猶勝。

謂壞律儀及見等，煩惱使然非我力，

因為是在修自他相換，修自他相換時角色已經互換了，我已經變成他，他已經變成我了。當彼（本來的我）得恭敬，我（有情）獨無（沒有），一般而言，如果我們看到別人得到恭敬，而我沒有得到恭敬，我們心裡會生起嫉妒心，心裡面有點痛痛的嫉妒心會生起。我(有情)得利養不如彼(我)，當有情得到利養的時候我不如彼，這時也是一樣，會見到他人得到利養而我沒有，心裡也是會產生痛痛的嫉妒心生起。對彼（我）讚揚訶罵我（有情），也就是對我得到讚揚而訶罵有情，在這個狀況之下，我們也會心裡生起痛痛的嫉妒心。彼享安樂我受苦，好像是他享安樂我只有苦而已，好像他這一世都非常快樂，我這一世都一無所有、都受苦，在這種狀況之下，會生起嫉妒的心，這就是角色互換的自他相換的思惟。

仁波切說：但是我們不要誤會，這不是真正的嫉妒心，這裡要說的是，當我們遇到一位在任何情況、任何角度都比我們差，我們遇到這樣子的時候，我們心裡馬上會生起我是比他好，這就是我愛執的問題。如果我們馬上生起從他的角度，他該要有的是什麼，我遇到他時，要從他的角度去思惟，他該要有的是什麼，我們現在有這樣子，我要如何能夠給他，這是從他人的角度位子，從我這邊該要給的，這種心要生起來。好像他人沒有這樣子的話，會不會很可憐，從他人的角度跟我比的時候，一定會有一些要的東西，他跟我比的時候，他一定會缺很多東西，一定會有想要的東西，所以我們從他的位子、他的角度，他該要的是什麼，我們應該從這個角度要去作思惟的。我們內心不可以生起，我跟他比我是好很多的想法，因為這種想法好像是他人是可以捨棄的，我是我的，他是他的，這種念頭是自他相換不可以出現的念頭，自他相換馬上要從他們的角度，他該要的是什麼，他跟我比的話，他需要的是什麼，要從這個角度一直思惟，這樣子的話，自他相換的修行就一直會增加。所以這個不是真正對他的嫉妒心，但嫉妒心的目標是一樣的，嫉妒心的目標是不是他希望比我好，嫉妒心的目標是我也要跟他一樣好，沒有的話我會受不了，而不是又要對他要生起嫉妒心，否則就慘了。

請看文「彼於世間享盛名，而我德能不顯著」，如果就一般而言，我們遇到某個人，他有作戒、定、慧三增上學的修持，而且他又有廣大的去聽聞經藏，具有非常高的學識，遇到這種人的時候，我們會生起我也要像他那樣子的心。

仁波切說：譬如我們自己是修行者，戒、定、慧修的非常圓滿，三藏

的廣大聽聞學問都非常的強，在這當中，周圍的人都非常的讚嘆自己。在這樣的情況下，我們遇到另外一位，他是完全沒有修行，也沒有廣大聽聞，什麼都沒有具足，如我們出家眾，在我們出家眾當中，有很多修行好的、學問高的，也有因根器的關係，智慧有差，他自己的精進有差，所以學問修行各方面都有差，因這樣子的緣故，沒有得到任何人的讚嘆、恭敬。一位是修行非常好的，一位是非常差的，譬如我們自己是修行非常好的，聽聞也很廣博的，當我們遇到另外較差的出家眾時，呀！我是比他好那麼多，他怎麼差那麼多，如果一直這樣意念，這不是修自他相換的修行者。我們遇到他時，馬上內心裡面要生起，如果他能像我一樣這麼好、這麼有名、修行各方面都非常圓滿的話，那該會是多麼的好。要從他人的角度去想，內心裡馬上要如此想，如果這樣子的話，就是剛才所說的修嫉妒心。修嫉妒心的意思是，修他人嫉妒心的目標，我們有如此思惟，譬如：遇到一位比我修行還差的出家眾時，我內心要生起從他的位子、角度去思惟，他該要的是什麼？我要思惟他內心裡，有跟嫉妒心一樣的受不了；因為那麼多人一直讚嘆我，而他自己呢，學也學不好，修也修不成功，所以我們遇一位非常差的修行人時，他的心裡也會希求，我如果像他一樣修行的那麼好該多好，在這裡面一定有嫉妒心，所以這是嫉妒心的目標，這是我們現在要修持的嫉妒心，從他人的位子角度思惟修嫉妒心。

請看文「我無功德當奈何」，站在有情的立場，我代替有情生起這樣的思惟，我都沒有任何的功德，那我該怎麼辦呢？「我等唯應修功德」，所以我應該要努力的來修功德，我們現在是在作角色互換的角度在說的，所有的「我」都是指有情，生起代有情作這樣的思惟。「有餘勝者彼不及，有餘劣者我猶勝」，是說有一些是比我好的，也有一些是比我不好的，此處的「我」仍然指有情而言，站在有情的角度而言，有一些是比我好的，有一些是比我不好的，生起這樣的念頭時，多多少少也有一些嫉妒的念頭在。我們知道嫉妒心又可分為：有希望的嫉妒及沒有希望的嫉妒，有希望的嫉妒是說，我有希望可以成為跟他一樣的嫉妒心，另一種是嫉妒心生起，但沒有辦法達到跟他一樣的嫉妒心，是沒有希望的嫉妒心。在這邊的嫉妒心應該是要生起有希望的嫉妒心，因為有一些是比我還差的，所以要生起有希望的嫉妒心。

仁波切說：不是有一些比我差的，有希望的嫉妒心是，我有能力可以作到跟他一樣的好。不止有希望，內心還要有勇敢的心，心不可以怯懦。這是我們代替別人、替他人著想，我們替別人著想時，要有信心，心不可以怯懦，不可以怯懦的是什麼呢？比你差的還有很多，你不要那麼怯懦。

有一點慢心生起的話，哦！比你好的也很多，來滅除自己的我慢心。

請看文「**謂**壞律儀及見等，煩惱使然非我力」，也是站在有情的角度來說的，當看到有比我好的時候，我們要生起嫉妒心，為了要調伏這種心的緣故，所以要對自己說：「菩薩你呀，事實上你並不是很卑劣的，你會自覺很卑劣，對他人起嫉妒心，那是因為煩惱使然，因為煩惱使然，你才會有這種心生起。」如果將煩惱跟我們的心分離開的話，那當我們想到要以我們的心對治煩惱時，會有勇氣一點。

「巳二、修已如何成就之理」，請看文：

應須盡力救我等，自願代受諸災害，

這裡是菩薩對著自己講的，因為前面在修的時候，是代替有情對自己生起嫉妒心，在實修的時候就不需要代有情來修了，是要對自己來修了。然後就要要求自己：「為了利益其他一切有情的緣故，所以菩薩你呀，應該要來作利他行。」，這是菩薩對著自己這樣講的。「你也應該去除其他有情的痛苦呀，即使要行艱難行，也要甘受其行」，要這樣子對自己講。

若於我等不能救，何反輕蔑於我等，
彼有功德我何益，彼自有其功德耳。

也是一樣，菩薩對著自己講說：「如果你不去造作利益其他有情的行為的話，又怎麼可以去輕蔑其他有情呢？何以如此呢？不僅如此，菩薩你的功德是用來利益眾生呀，如果不用來利益眾生的話，那你又怎麼可以堪稱為一位有德者呢？」，這就是菩薩對自己的責罵。

於住惡趣毒蛇口，諸有情類無悲心，
反欲以功德驕人，後時迴向諸智者。

也是一樣菩薩對著自己責罵說：「那一些可憐的有情，他是處在非常悲慘的情形，有可能墮入三惡趣裡面，而你呢，又自稱是菩薩，可是如果你沒有悲心，而自己驕慢，自己有功德，自以為自己勝於其他有情的話，這樣子是不可以的，菩薩你呀，不可以這樣作。」

剛才所講的是屬於辰一，對於高勝修嫉妒心之理。接著看辰二，於同等者修競爭心之理。請看文（辰二、於同等者修競爭心之理 分四，巳一、利養恭境之爭）：

觀待與己相等者，云何令我勝於彼，

或於名利或恭敬，不恤鬥爭決令成。

是說當遇到一位與己相等者時，這時候要站在他的角度上來修，以他所需的思惟角度來修，對自己生起競爭的心，站在他人的角度上，對自己生起競爭的心。這裡全部是站在他人的角度上想，所以在修自他相換的時候，如果遇到與己相當的人時，如果對方得到他人的恭敬承事、利養時；比如有二個人彼此差不多一樣，一個受到供養，而另外一個沒有受到供養，一般而言，沒有受到供養的，對有受到供養的會起嫉妒心。那我們現在是站在他人的角度在想，也就是說對於他（指自己）有受到供養，現在站在別人的角度，對他來修嫉妒心，也就是對於得到恭敬、供養的這一位生起競爭的心。這是在二者功德、學識都差不多的情況下，一位有得到他人的供養，另一位沒有得到他人的恭敬利養，這時候，修自他相換的人，就應該站在沒有得到的那一位人的角度來想。

仁波切說：我們現在世界會講人權，每一個人要有人權，主要是站在自己的角度想這是平等的，我們對他有沒有人權比較不會想，我們自己有沒有人權這個非常注重。這裡是眾生平等的角度來說，他有沒有人權這個角度我們應該要想，現在這裡是以修行者來作比喻，以自他相換或菩薩行的修行者來說，他是修行者，跟他平等的修行者遇到時，我們自己內心裡馬上會比較，在那一方面我們是差不多，我們會這樣想。在相差不多時我們內心一定有我愛執，我跟他差不多，這個心也是我愛執，還有在我們遇到大眾時，大眾尊敬他，看一看尊敬他多少，尊敬我多少，這樣子的念頭出現時，就已經非常我愛執了，這個內心裡面，我要什麼的希求心，現在把這個捨棄掉，而要一直從他的角度替他想，人家有沒有尊敬他，人家有沒有供養他，就一直從他的位子角度想，至於自己有沒有受到尊敬供養完全不要想，這是我們遇到跟我們平平的時候，我們要有這樣的想法，遇到平平的時候沒有競爭心，自己沒有競爭的心，而且從他人的角度競爭的目標要有想，我們現在這裡要修競爭心，要修競爭心的意思，是要從他人的位置角度生起競爭心的時候，是他人要什麼、希求什麼、缺什麼的希求心，我們要修到這種的希求心，在內心裡面要修這個。而我們自己要什麼，內心裡希求什麼，要捨棄掉，這就是要修競爭心的意思。如果他人的角度有點缺的話，講話的人是我，我要站在他人的角度上說，他需要別人的尊敬，他需要別人的供養。「不恤鬥爭決令成」是站在他人的角度為他爭取名利，所以我們要糾正自己。

巳二、功德名聞之爭：

云何能令我功德，普遍顯揚於世間，
彼之所有諸功德，任何一人不令聞。

還是一樣站在他人的角度在想的，也就是代替他人想，這個「**我**」也是一樣指的是他人。想著說：如果站在別人的角度想時，他人的功德名聲是那麼的大，現在我應該要讓他的功德名聲，不令任何一人知道，這是站在他人的角度想的。

仁波切說：譬如二個修行者，A 修行者（指自己），B 修行者（指他人），AB 二位修行者的學問修行都是平平的，當別人在讚嘆時，有時是讚嘆 B 修行者比較多，有時候又是讚嘆 A 修行者比較多，這時 A 修行者（我們自己）內心裡競爭的心就會生起，這競爭的心就是我們內心裡的我愛執。而現在我們自己內心裡的競爭心要破除掉我愛執，我要別人對我的名聲要多高的這種希求，要把它去除掉；然後從他人的角度競爭心生起的時候，有什麼希求，目標是什麼，他的名聲要非常的廣大，我的名聲完全沒有這是最好的，人家都不知道自己的名字，這樣是最好的，應該有這樣的希求。所以我們現在從他人的希求上我們要作，如果這樣作的話，我們自己的我愛執就會破除掉，我們自己我愛執的目標就會完全沒有了，而且相違的他人的希求就一直有作，如果這樣子，對自己在自他相換的修行上，就非常有幫助。所以後面我們要作的是什麼，在大眾之間一直讚嘆他人，自己的一些好處都不要講，都把它蓋起來，希望別人都不知道這個事情，這樣作的話，就是自他相換的一位修行者。

修自他相換時，就是要令所有有情的功德善揚世間，令自己的功德不讓任何一個人知道。接著更細一點（巳三、樂善之爭）：

我之過失令覆藏，供養於我彼不爾。

「我」泛指有情，有情的任何過失我們都要將之隱藏起來，要使有情成為別人供養之處，而自己不要成為有情的供養之處，自己的過失要到處張揚。

應該要讓其他的有情成為供養處，讓大家能夠去供養有情，在修自他相換時，自己不要冀望，自己將來會成為他人的供養處，也不去冀望得到別人的供養，就好像《修心八頌》裡面的第二個偈頌「**任於誰等會聚時，思已較諸他人卑，從心深處視眾生，恆常尊他為最勝。**」。「從心深處視眾生」不是只有口頭說說，表面上的而已，而是要從自己的內心深處看待眾生，願所有的眾生在未來都能夠成為被尊敬、為最勝的。

倘遇損害當生歡喜（巳四、倘遇損害當生歡喜）：

彼遭橫逆恒拂意，我當欣然久樂觀，
彼為眾人所譏笑，亦復相與作訶厭。

「彼」指我，「我」指有情，此處是指轉惡緣為道的修持。也就是當遇到不吉祥的惡緣時，我們都應該利用這些來對抗我愛執，來傷害我愛執，這種修持是非常甚深的自他相換的修持法，這種修持法是有利於來對抗我愛執的，像這種甚深的自他相換之道，是我們應該修的。

仁波切說：他使我們不順利、不吉祥、各種違緣，別人都不喜歡，都一直批評，都看不起我們時，這些都害到誰呢？害到我愛執。也可以說他先直接傷害到我愛執的目標，而我愛執的目標是什麼呢？是我的名聲要好，我什麼都要好，因害到我愛執的目標，就害到我們的心，很注重我愛執目標的心上面也有害到，所以害到我愛執的心的話，就有幫助到修行自他相換。幫助到修行自他相換的話，可以說是修行裡面很殊勝的一個法，所以我們能夠將惡緣轉換成為道用。

阿底峽尊者說：最勝的口訣是觀自心，最勝的行持是不隨順世間行，最勝的悉地是煩惱降低，最勝的證量跡象是少欲，最勝的善知識是能揭發我們的過失，最勝的激勵是怨敵、障礙、疾病等。

仁波切說：《廣論》裡面有四個殊勝，第二個是一切聖言現為教授殊勝，這個意思是我們常常看書時，會有缺失，沒有辦法變成聖言教授，這是我們的缺點。所以我們看《廣論》、學《廣論》的話，對我們有什麼幫助呢？一切聖言都會變成教授，意思就是可以幫助度我們的煩惱。現在講的教授跟口訣是一樣的，會不會變成教授，會不會變成口訣，最殊勝的口訣是，看書時透過觀察自己的心來看書，這就會成為最殊勝的教授，所以最勝的口訣是觀察心，原因就在此，如果沒有觀察心的話，就不可能成為教授、成為口訣。最勝的行持是不順世間行，是完全不照顧自己的目標，不照顧我愛執的目標，完全破除我愛執，就世間人來看，這完全是神精病，所以最勝的行持是跟世間相違，意思在這裡。在這六個裡面比較不清楚的是最殊勝的證量跡象是少欲，這個是指真正學佛的修行者，應該有的徵兆，是沒有煩惱的代表者，其他的手印、腳印不一定是徵兆。所以最勝的徵兆是沒有欲望、沒有貪心，這個即是證量的徵兆，其他的外道有神通的，也有各種的徵兆，手印、腳印他們也會，所以這個就不一定是徵兆，因外道也會有。最勝的善知識是揭過失。最勝的激勵是怨敵、障礙、疾病。我們遇

到問題的時候才會想到法王，就是這個意思。

問題：在藏文裡有二句未翻譯出來。

回答：此二句是「**我將獲得令善得，我將受敬彼不爾**」，意思是我今善得衣食等利養，他人於我恭敬，而於彼無如是事也。在修自他換時，希望其他的有情(我)能夠得到大家的供養，受到大家的恭敬，而不希望自己(彼)得到別人的供養恭敬。

《入菩薩行論三十九》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2006/06/25

修持自他相換的修行法是具有非常大的加持力的，而且，這個法門是非常甚深的，一位補特伽羅修行自他相換生起這樣的心之後，當他與他人同在之時，應該要更進一步如何去思惟呢？一般而言，遇到比我們自己低劣的，我們就會生起慢心，遇到比我們自己高的，我們就會生起嫉妒心，遇到與我們自己相等的，我們就會生起競爭心。但是，當這一位已經生起自他相換修心的補特伽羅遇到這些情形的時候，則會反過來而行，也就是要於我愛執上加以制伏，然後於他愛執上令增長。

第二三六頁下面的偈頌是屬於總明的偈頌，請看文，「**劣等有情攝為我，自身易地為彼人，依無分別心修習，嫉妒競爭及我慢**。」如果對於總明的這一個偈頌有所了解的話，對於後面的別釋就比較容易了解了。

「劣等有情攝為我，自身易地為彼人」，就是以劣等有情作為我而以我作為他。「依無分別心修習，嫉妒競爭及我慢」，「依無分別心修習」就是毫無質疑的、非常肯定的將自己安住於他人的處境上來作思惟，就是毫不猶豫的把自己的處境交換成為他人的處境，站在他人的立場上來作思惟，用這種心對自己來修嫉妒、競爭和我慢。

仁波切說：假定有兩個人，第一個人內心中的我愛執不斷增加的話，第二個人也會增加他的我愛執，比如我比較自私的時候，他就馬上注意到他也要自私，不然他就會吃虧，所以，他就會自私。當他也自私的時候，我們自己會覺得「我受不了」，可以說真正受不了的就是我們自己的我愛執，他的我愛執就害到我的我愛執。他的我愛執那邊生起的有嫉妒心、慢心和競爭心，我們用他的競爭心、慢心和嫉妒心要來對治我愛執。

平常我們有煩惱的時候，我自己的我愛執和他自己的我愛執是非常相違的，此時我們用他人的我愛執所生出來的慢心、嫉妒心和競爭心來對治我們自己的我愛執。當我們作這種交換的時候不是短期的，也不是害怕自己敢不敢去當他人的位置，不要有這種猶豫，要全心全意交換過來，把自己當作他人的位置，以他人位置的角度生起「他需要什麼」，就一直這樣去想，然後就要一直去對治自己的我愛執。

第一句就是我們自己要當為地位很低的，一般來說，當我們遇到一個比我們差很多的人的時候，我們內心生起的煩惱是慢心，而對方則是會生

起嫉妒心。第四句的第一個是講到嫉妒，而第一句則是講自己變成地位很低的人，從他人的角度看我的話，第一個生起的是嫉妒心，所以就把嫉妒心排在第一個，然後是競爭心，最後才是慢心。

請看第二三九頁，「巳四倘遇損害當生歡喜。彼遭橫逆恒拂意，我當欣然久樂觀，彼為眾人所譏笑，亦復相與作訶厭。」這邊講到我們修自他相換，就是要自與他交換處境來作修持。一般而言，當我們看到他人的處境比我們不好的時候都會心生歡喜，那都是因為我愛執的關係，這邊在修的時候，自他的處境交換過來了，對於自己的處境變不好的時候應該要心生歡喜。

因為已經交換過來了，這裡的「彼」就是指「我愛執」而言，「彼為眾人所譏笑，亦復相與作訶厭」，好像是說自我要對自己來作譏笑，他人所訶厭，我們亦當與之一起作訶厭。

辰三、於劣者修我慢之理 分四：

這裡是講到我們應當讓我愛執永無出頭之日的意思，前面講到：我們與高者在一起的時候，我們應當對他(自己)修慢心，與低者在一起的時候，我們應該對他(自己)修嫉妒心，與相等者在一起的時候，我們應當對他修競爭心。也就是無論在任何時刻當中，都不可以讓我愛執有出頭的時候。對於他人好的事情，我們應該要生起高興，對於自己的不好也應該要生起高興，也就是用各種方式讓我愛執永無出頭之日。

巳一、修我慢之相，請看文：

彼惑迷故於我等，敢言欲與相抗衡，
慧聞色力及富貴，彼與吾曾等不等。

一般我們與比自己高的人在一起時，相形之下，我們好像很低劣，心中會有一點不舒服，心中不舒服是我愛執在不舒服。現在修自他相換於劣者修我慢的時候，我們要將自己的地位轉換，要站在高者的地位上來作思惟，此時我們看到低者要對他修我慢。

因為我們現在是要對抗煩惱，所以要站在他人的角度來想。一般我們如果遇到一位比我們高的他人，相形之下我們就會變成比較低，所以，現在是站在他人的角度上來講，我們說：「你是比我低的，你怎麼能跟我來比呢？你在各方面都比不上我，你在聽聞、智慧、形色、種姓和財富方面都不能跟我比。」因為我們現在是站在別人的角度上來想，就是要讓我們的

我愛執無地自容。

接著巳二、修我慢的功德，請看文（巳二、修之功德）：

願其如是遍稱述，自身功德若聞時，
身毛豎立生歡喜，悉皆享受大安樂。

如果對方比我們高的時候，對方的心一定會很高興，因為他會想：「我比你高！你比我低！」這邊也一樣要將角色交換過來，仁波切說，就是把自己置於他人的位置，就會看到我們自己是比他更差的，他的內心就會生起慢心，慢心的後面又會有另外一種歡喜，他自己會覺得「我很棒」，就會產生這樣的歡喜、快樂。現在我們要當他人，所以，我們自己要受他人的慢心，再來慢心後面會生起一種歡喜的樂，我們自己要享受這種他人的快樂。

這邊說「身毛豎立生歡喜」，這個歡喜是他人的歡喜，「悉皆享受大安樂」，就是自己享受他人的歡喜，「大安樂」是他人的安樂，「享受」是我自己享受他人的安樂。

「巳三、修已依受用修行之理」，請看文：

雖或彼自有利養，若為我等作事業，
於彼僅令足支身，餘皆我力應受用。

在修自他相換並不是我們心中想想而已，而是實修時要應用上的，實修時應該要如何做呢？也就是要將自己與其他的有情易地而想，也就是要交換角色而想，比如自己不管吃或喝，都應該是為他人而做。因為我們現在是角色交換，如果現在有一塊餅吃的話，好像是站在別人的角度上來做，「你現在吃這個餅，你有做我的事情，我才要給你這個餅吃。」「我的事情」指的不是真正自己的我，而是我們自己變成他人了，變成一切眾生了，「因為你有做眾生的事情，所以，你可以吃一點點，其他的都是眾生的，不可以用得超過了。」第二句是「若為我等作事業」，因為現在是易地而想，所以，「我等」就是指有情，也就是「如果為有情在做事的話」，那麼，「於彼僅令足支身，餘皆我力應受用」，這裡的「彼」就是指「我」，也就是只能給你一點點而已，其他的要收回來，而不可以給你。這等於是自己對自己在講話，「我要」的這種一直注重「我」的角度要換成他人，但是，還是在這裡有一個我，現在我們內心裡面認為自己很重要的那個「我」就變成他人，但是，這裡還是有一個東西在，所以，我們現在是對他講話，講的人

是誰呢？「我」就變成一切的眾生，意思就是我們所很注重的「我」就變成一切眾生。所以，我們以一切眾生的角度對他講話：「你有做一點點我的事情，我就給你吃一點點。」

問題：是把自己當成他人在跟自己講話嗎？

回答：也可以說把自己當成機器的樣子，或是把自己當成一個佣人，內心裡面的比較注重「我」就完全交換過來。比如一個學校裡面，你有做學校的事情就可以領學校的薪水，這裡所稱的「我」是一切眾生的一個「我」，也就是這裡的「我」就是「眾生」的意思，因為我們已經自他相換，就是已經交換了，「我」就變成「他」了。所以，我們現在是站在他人的角度來講「對自己」，對自己說：「你有做我的事情，所以，今天你可以吃，我會給你一些東西。」

問題：是「你有為我做一些事情」嗎？

回答：對，因為你有為我做一些事情，所以，我可以讓你吃飯。我們給他用的或吃的東西不要給得太多，不該給的東西就不要給他，一定是必須的東西才給他。請看第一〇七頁辰三、既與雇值應令成辦所欲之事，辰四、應安例如船之心成辦依切有情義利，「於彼已酬佣雇資，今須令作我家事，於彼若無利可圖，何苦一切皆施予。於身建立如船想，若往若來所依托，為成有情義利故，此身重名如意珠。」就像我們吃飯時有一個〈供養偈〉，其中有一句是「唯為維持此身故」，意思就是不可以吃太多，所取的量只要能夠維持這個身軀就好了，既不可太好也不可太多。這裡說到「於彼僅令足支身」，意思就是僅僅用來長養這個身軀而已，意思就是讓這個身軀能存活下去而不會傷害到這個生命。如果是為了能夠長得漂亮或形色好看的話，都是屬於貪，這就不可以了。

「巳四、思惟離如是我慢之過患」請看文：

應令彼失安閑樂，常時為我所損惱。

這邊也一樣是交換角色在想，所以要想：「應該要令他（此地的他即是我）恒時受到損惱，應該令他無任何的安閑、快樂。」

這邊講到離如是我慢之過患，就是應該去思惟離如是我慢的過失是什麼，因為生起我慢是一件很舒服的事，應該要讓我慢恒時不生起，讓我常處於不安閑的處境當中。內心要這樣想是非常困難的，我們是從他人的角度，這個人永遠要低、永遠要痛苦，這樣的願是有一點困難的。

下面是「辰四、修得之果 分四」

我們剛才說到這是對我愛執修嫉妒、我慢和競爭心的結果，這樣修了之後會有怎樣的結果呢？就會更見到我愛執的過患及愛執他的功德。

「巳一、思惟我愛執持之過患」請看文：

因此於百千生中，生死輪迴損惱我，

汝心唯欲求自利，從復經於無數劫，
以此大義有暇身，汝乃難得造諸苦。

就是在修了自他相換的修心之後，依於對我愛執修嫉妒等的修心，你思惟我愛執過患的心態就會越來越強烈，實修時就會見到我愛執的種種過患。一般而言，我們都臣服在我愛執之下，好像是我愛執的佣人一般，被他使喚而見不到他的過患。現在來修自他相換之後，就會生起珍愛他人的心，自己站在他人的角度來著想的心態也會越堅固，也會更見到我愛執的功德，而且這種見到我愛執功德的「見」會更為深入一點。

在見到珍愛他人的功德之後，到最後我們就可以見到：這樣子來修珍愛他人的話，我們到究竟是可以獲得佛果的。

「巳二、知愛他攝受功德無邊」請看文：

如是決於利他事，以勝解心力趣入，
能仁教示不虛誑，如是功德後當見。

也就是指我們要不斷去修珍愛他人，到最後就可以得到究竟佛果，事實上，要生起這樣的「見」是不容易的，必須要靠實修才能夠見到有如是的功德，只有靠理論的推理是見不到的。為什麼說要實修才能見到呢？因為實修之後才會生起那種體驗，真正生起體驗之後才會真正覺受到它所帶來的功德，

有時候我們這樣修了之後心中會生起懷疑：「這樣修了之後，到底會不會有圓滿的果報呢？」

「巳三、釋功德」請看文：

若汝昔時曾修行，作此自他相換業，
不成正覺圓滿樂，如斯之事決非有。

有時候我們長久修自他相換之後，有時候會懷疑：「為什麼我到現在還

沒有得到圓滿佛果呢？」事實上並不是不會得到圓滿的佛果，而是會的，如果不會得到圓滿佛果的話，那怎麼會有佛呢？佛是依於修自他相換而成就的，圓滿安樂的因是來自於自他相換的。所以，這樣去修並不是不會有果，有時候我們是站在比較反面的角度來想。

仁波切說，剛剛的問題是在圓滿佛陀果位上面的疑問，現在的問題是自他相換是真正可以做到的嗎？真正能把自己內心的「我」變成他人嗎？雖然我有修了很長的時間，雖然很努力在修，實際上內心的我執還是一直在那裡，「我」還是會一直跑出來。所以，還是在懷疑：真的可以做到把我當成他人嗎？

為了要去除這樣的疑惑，就以這個偈頌來回答。

「巳四、結勸應愛他」請看文：

是故如汝於他人，精血和凝成色體，
執以為我未為難，如是應修自他換。

依於他人（指父母）的精血凝結而成為這個身軀，我們認為這個身軀就是我，這是因為加以串習的關係，所以就認為由他人的東西所形成的這個身軀是我。現在修自他相換也是一樣可以，你只要加以串習的話，自己以及他人的角度也可以換得過來。

前面是在意樂上對於自己修我慢、嫉妒和競爭，下面就講到加行的時候應該怎樣，加行時也應該隨順著意樂而行，意樂和加行彼此之間不應該相違害。

我們前面這樣修意樂之後，下面就是加行時應該要做的，寅三分二，卯一分三，辰一分二，巳一正明，請看文：

於他有情修大觀，我身遇何可欲樂，
即從自身而奪取，汝應於他作饒益。

「於他有情修大觀」就是修大察的意思。這邊說「自身遇何可欲樂，即從自身而奪取」，如果看到自身所使用的東西比別人好的話，那就應該將它奪取來給予他人。我們一般都不是這樣，我們都是想把別人好的東西奪來自己用，這邊就是要反過來，好像是把好的東西從自己身上搶過去給別人。

「巳二、於己應嫉妒」，請看文：

若我欣樂他不歡，我居高勝他低劣，
我作饒益他不爾，云何於我不嫉妒？

剛才講到：在加行的時候，我們自己如果有好的東西，我們要代他人將這個從自己這邊好東西搶走給別人。在這邊也是一樣，當自己比別人高的時候，要代他人對自己生起嫉妒心。

剛才講了兩個情形，第三個是「我作饒益他不爾，云何於我不嫉妒」，比如我自己樂而他人不樂的時候，就要代他人來計較：為什麼你樂而他不樂呢？所以，總共有三個情形，第一個是自己有好的東西而他人沒有，此時就代他人來奪取，第二個是自己比較高而他人比較低的時候，此時就代他人生起嫉妒心，第三個是自己樂而他人不樂時，此時就代他人來計較。

仁波切說：這裡不是樂的意思，自己造樂的因而沒有造利他人的因，自己一直做善行都是為了自己而不是為了他。我們自己看自己，我們念經、持咒、拜佛如果是為了自己的話，那麼，我們內心當中的嫉妒心要生起：「你為什麼都只為了自己而沒有為他人？」就要生起嫉妒心。

前面所說的是在加行時應該這樣做，接著是「辰二、為利他故自甘居下劣處 分三」，「巳一、觀己過失」，請看文：

我當捨離諸安樂，他人之苦加於我，
若問誰人令如是，當觀自身之過失。

自己如果有好的東西都應該捨離而給予他人，然後將他人之苦取過來加諸於自己，這有一點像是做取捨。

在修的時候，我們是取他人的煩惱、罪業或苦果來到我們自己的身上，當你在做這樣思惟的時候，你不可想著：我現在全身充滿了他人的煩惱、罪業或苦果。我們這樣的取最主要的目的是要滅除掉我們的我愛執，所以，你所過來的這一些要放在我愛執、我執上，而不是放在自己的身上。取過來的這些要放在我愛執和我執上面，取過來之後就去思惟這兩者就被傷害到了，所以，這兩者就變小了。

仁波切說：將他人的煩惱、業和苦都取回來之後，我們就把它放在我執和我愛執上面，取回來之後，它就越來越小、越來越沒有力，越來越縮小了，因為害到它了，它是完全不喜歡，一直取回來之後，它就不見了。

問題：我愛執和我執是煩惱，取回來之後豈不是變成更多煩惱了嗎？

回答：這是不一樣的角度，這邊是我跟他分得很清楚的一種執著心，如果你一直分的話，我就給你更壞的東西，我執、我愛執就會一直受不了，然後它就會不見了。就像克毒孔雀講的一樣，當那個孔雀吃毒的時候，牠越吃會越健康。同樣的，我們越去取眾生的苦和惡業，我們的力量就會越增加。

這邊說「若問誰人令如是，當觀自身之過失」，當我們做前面說的取他人苦而捨自己樂的時候，偶而我們還是要自觀自己的過失，就像《修心八頌》的第三偈所說的：「一切威儀觀自心，微惑尋生即覺察，惑仇唯令自他損，願速呵斥令消除。」

前面做了取捨之後，接著「巳二、對有情作懺悔」請看文：

若時他人作惡事，引咎歸過於自身，
自身作業雖微細，亦當大眾披誠懺，

聞讚他時信稱揚，不嫌映奪己名聞。

前面兩句是「若時他人作惡事，引咎歸過於自身」當他人來傷害我們自己的時候，我們也應該像自己去傷害他人時所做的懺悔一樣的加以懺悔，不只是自己造惡事時應該要懺悔，在他人做惡事時，我們也應該要代之來懺悔，因為這邊說他人做惡事我們都應該歸咎於自己。

「自身作業雖微細，亦當大眾披誠懺」，自己所做的惡業雖然是非常微細，也不應該將它隱藏起來，也應該於大眾前發露懺悔，這樣是有利於淨化罪障的。「聞讚他時信稱揚，不嫌映奪己名聞」，如果聽到他人行善時，我們應該要加以讚揚，如果聽到他人在讚揚他時，我們更應該要生起隨喜的心，更加的讚揚他，即使讚揚他會蓋過自己的名聞，也是應當要做的。

由於我愛執的關係，我們一向都是自以為高，所以，在這邊我們特別要去修自我謙居於下的思惟。

「巳三、自居謙下」請看文：

我如最下僕使人，為人佣雇作諸務，

此我自性之過失，偶有功德休稱揚，
如是所有諸功德，終不應令一人知。

我們自己應該自居在最下層的僕人，我們看到有一些富有的家庭裡面有很多的佣人，佣人也有階級的，我們自己要很謙卑的好像是處在階級最

低的僕人一般，為他人來做種種事。

「此我自性之過失」，就是我們自己要認知到自己的我愛執的過失，然後對著自己來說：「你這個補特伽羅是一位很強烈的我愛執者，你根本就沒有任何功德可被稱讚，即使有一點點的功德，也不可以讓任何人知道，你的功德應該加以隱藏，不可讓任何一人知道。」如果我們有希望讓他人知道的心，我們的內心就有我愛執的生起，所以，連希望的心都不要生起，完全不讓別人知道，完全不生起這樣的希望。

下面是「辰三、結明修加行之理」請看文：

總凡私心求自利，所作一切害他事，
為利一切有情故，願彼還降臨我身。

我們現在造惡業的時候，一定會害到他人，將來所感得的果報就會害到自己，害到自己應該可以說害到我愛執，以修行的角度要去想「它是害到我愛執」，害到我愛執就利益到眾生。所以，我們要去想我們以前造的惡業是為了要利益他人，因為是要消除我愛執。

問題：可是，現在也不應該去做傷害他人的事啊！

回答：現在當然不可以做，但是，我們要把以前所造的惡業轉過來，內心要去想「為了利益眾生之故，我要去接受這個果」。但是，現在不可以一直再去造惡業。

這邊說的「所作一切害他事」，從藏文就看得出來這個詞是過去式，就是過去所做的一切傷害他人的行為，為了要利益一切有情的緣故，願一切都降臨於我。如果你不懂得做這樣的轉念的話，你吃苦之外還是吃苦，就不會得到什麼利益。但是，你如果懂得像這裡說的這樣去轉念，願所有這些吃虧的事都降臨到我愛執上而能夠利益到一切眾生，那麼，你在感受以前傷害他人的果報的同時也會得到利益，就是你在吃苦的同時還會得到利益。

當年中共入侵西藏的時候殺了很多出家眾，有很多僧眾就念著〈上師薈供〉後面的〈道次第祈請文〉裡面的一句，「是故至尊上師尊，願所有有情的罪惡成熟於我，願我的安樂全施於他人，祈請上師賜加持。」他們在念誦這一句之後，然後在心中生起菩提心，然後就被殺了。如果懂得作意思惟的話，它是在菩提心之下被殺的，如果不懂得而被殺，被殺也就只有吃虧還再吃虧。受苦都同樣是受苦的，如果可以生起為他人而受苦的心，

那麼，你所受的苦就變成有意義了。

那時應該可以有兩種方式去思惟，一邊是受苦這件事害到我們自己的我愛執，透過這個來利益一切眾生，我愛執一定要消除掉，利他的心要圓滿，以這種心態來接受槍殺。另外一種想法，這個苦可以代替一切眾生的苦，就像釋迦牟尼佛在地獄道裡面發大悲心，我們也一樣可以像這樣來修行。所以，在受苦時有兩種方式可以做自他相換的修行。

此中不應粗獷行，如負重軛勢猛烈，
當如新婦初來歸，羞慚戒慎制心住。

牛犁田時要扛起牛軛，牠的肩膀如果很有力的話，他就可以扛起牛軛去犁田，當我們思惟願所有苦降臨在我身上的時候，我們不應該想著自己的肩膀像牛一樣很有力量而可以很勇猛的將牛軛扛起來，而是應該像這裡說的「如新婦初來歸」，應該要羞慚戒慎的來約束自己的心。

仁波切說：如果我們當作牛軛一樣來取這些苦的話，這是不行的，這種心態就有一點變成我們把那些苦看成是所取的一個對境，而不是所斷的一個對境，所取的對境是像菩提心、悲心等善心一樣，這是不行的。那麼，我們要不要取呢？當然是要取，取的時候的心態是：這雖然是不好的，但是因為悲心的緣故，在願意的當下去取它，並不是真正它是一個所取的對境。我們內心非常清楚它是所斷、它是非常不好的，但是，我們的心裡面生起悲心然後去取它。前面所講的不一樣，我們修行自他相換時的取捨法，我有力量可以代替一切眾生的苦，這樣來看苦的話就有錯誤了，好像就把苦當成像悲心、菩提心一樣是所取的樣子了。

《入菩薩行論四十》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2006/12/31

就如同我們一向所作的發願，我們在發願文裡都會念到：「願菩提心未生起令生起，已生起不退轉且輾轉增長。」尊者在講《入行論》的時候，也會將這三段文字與《入行論》結合起來講。

第一段是未生起令生起，就是配合起第一品到第三品來講，在第一品時就是菩提心的意義和功德，生起對菩提心的好樂之心，第二品的前半部就是為了我們要進一步去持守菩提心的緣故，所以要透過七支供養來積聚資糧，同時我們也要捨己而修布施度，這些可以說是正式去受持菩提心的前行，到了第三品的中間就是正受菩提心的階段。

第二段是生已不退轉，這部份就配合起《入行論》第四品到第六品，第四品就是不放逸，受持菩提心不放逸，第五品是為了守持菩提心而去修持戒律，第六品是要捨棄瞋恚他人的心，也就是要修忍辱心。對菩提心傷害最大的就是對他人持續的瞋恨心，所以就要對治它。

第三段是讓已生起的菩提心輾轉增長，這是配合起《入行論》第七品到第九品來說，第七品是講到要修持精進度，所要生起的精進必須符合兩點，第一點是要持續不斷的精進，第二點是要以殷重的心來精進，也就是必須要生起非常歡喜、踴躍的敬重心來精進修持菩提心。第八品就講到自他相換，以及講到修禪定度（靜慮度），第九品則是講到智慧度的修持。

我們一般所作的菩提心的發願文也可以算是《入菩薩行論》裡面真正的內涵，所以當我們念這個偈頌時如果能夠了解裡面的意義，我們當然就可以連想到《入行論》裡面的整個意義了，「未生者令生起」是配合起第一品到第三品來思惟，「生已不退轉」是配合起第四品到第六品來思惟，「令菩提心輾轉增長」是配合起第七品到第九品來思惟，我們如果能夠這樣配合起來思惟的話，那當然是最好的。

在第八品當中就談到自他等換，修自他等換的時候就是要捨棄我愛執，最好是能夠以著證無我慧來對治我愛執，依著證無我慧、證空性慧當然可以捨棄我愛執，這是最好的。有人就問：「菩薩要發起菩提心也需要證得無我慧嗎？」回答是有兩個狀況，就利根者而言一定要證得無我慧，而鈍根者倒是未必要證得無我慧就可以發起菩提心了。

利根者必須要證無我慧的原因是什麼呢？發心必須要有兩個基本條件，第一個是為使其他的有情遠離痛苦要生起利他的意樂，第二個是為了自己證得無上佛果的意樂。這兩個條件都跟證空慧有相關連，第一個是要使其他有情遠離痛苦，那就必須要修自他等換，如果自己要證得無上佛果的話，利根者就會自我反省自己有沒有能力做到這一點，自我反省之後發現自己有能力做到這一點，因此，他就必須要著手去斷除掉煩惱障和所知障，煩惱障和所知障的根本就是無明習氣，要斷除無明習氣也必須要證得空性。所以就利根者而言，是需要證得無我慧的。

仁波切說：我們上次上課在《入行論》第八品有談到用無我慧來破除我們的我愛執，所以能夠破除我愛執有無我慧是最好的，但是我們不可以說一定是需要無我慧。為什麼呢？阿底峽尊者的自他等換和七因果的口訣都是從金洲大師那邊傳下來的，在傳下來的時候，金洲大師有無我慧嗎？他的見解釋對的嗎？不對的，但是還是可以修的。所以剛剛講的是《入行論》裡面有談到無我慧，因為寂天菩薩是應成派的，所以他的見解就比較高，就可以用無我慧來破除我愛執，可以說有無我慧是非常有利的，但是，不可以說一定需要無我慧。金洲大師引用某一部經，那一部經中說我執是眾生能成佛的因，意思就是「我是諦實有的」是對的，所以金洲大師其他的宗派就會承認這一部經如其言詞。這部經中的言詞講的是什麼呢？就是「我執是我們能成佛的因，所以我執是對的」，「我執是對的」意思就是「我是有自性的」。所以他們的見解認為「我是有自性」是對的，因為有這樣的執著心，眾生才會想「我要最好的」，也才會想「我要成佛」。如果沒有這個的話，眾生就不會有什麼感覺，也就不會想「我要最好的」，所以就不會成佛。因為眾生有我執才會想「我要成佛」，所以我執是成佛的因。用這一句來解釋所有成佛的因，眾生要好的話就要成佛，要成佛的話就要生起利他的心，所以利他的心也是用我執來生起的，這是金洲大師的講法。

剛剛講到《入行論》第八品談到用無我慧破除我愛執，從這個角度來看的話，我們可以說：有的菩薩破除我愛執的時候也有用無我慧這種菩薩是利根的菩薩。所以利根菩薩在修自他等換的時候，也有用無我慧及空正見，修自他等換是為了要生起菩提心，生起菩提心需要具足利他的心跟求自己成佛的心這兩者。所以利根菩薩要生起利他的心也需要空正見，自己想成佛的心生起也需要空正見，兩者都需要，從這兩個角度就可以看到利根菩薩都需要空正見。

第八品中最主要是講自他等換，為什麼要講自他等換呢？因為第八品

是講到三摩地，也就是禪定品，菩薩修三摩地主要是要破除由我愛執所產生的渙散，以世人而言倒是不見得要破除我愛執，因為世人甚至還認為我愛執、我執是善的，他們認為能引業的因雖然是無明，可是能引業也有一部分是善的，像聲聞、獨覺眾也有因我愛執而造作的善業。可是，第八品主要是講到我們要破除我愛執，所以菩薩在修定的時候主要是透過修三摩地來破除我愛執。

第八品可以區分為兩個大段落，第一個是要斷除修奢摩他的違逆品，第二個就講到如何修奢摩他。第一個講到如何斷除修奢摩他的違逆品時又可以分為兩個，一個是斷除外在喧鬧、雜染的渙散，第二個是斷除內在的妄分別心的渙散。講到如何修奢摩他，就是以修自他等換的方式來修奢摩他，要修自他等換又必須要先修自他平等之後才能修自他相換。

講到要先修自他平等之後才能修自他相換，可以區分為三段來說，第一個是自他相換之理，第二個是自他相換已內在的意樂應該如何隨之來修持，第三個是如何以加行來隨修之理。我們現在是講到第三個「加行隨修之理」，又可以分為兩段來說，第一段是正說加行隨修之理，第二個是自他換已修加行時心得自在。

請看第二四四頁，「卯二、自他換已修加行時運心自在 分四」，其中要先講到「辰一、遮止掉舉放逸之理」請看文：

應作即應如是住，若謂汝向作如是，
應正念知自在轉，禁制自心勿違越。

我們先前已經講到了自他相換之理，所以利他之思應取而自利之思應捨，實際你在做加行的時候，就應該傚以正念和正知來作觀察，倘若心對於自他相換的道理有所違越的話，就必須要馬上以正念知將它制止掉，也就是如果你的心已經處在掉舉、渙散的當下，你就應該馬上以正念知將它制止掉。

我們應該自己給自己一些約束，也就是自己的身語絕對不可以隨著我愛執而轉，因為自己已經作了自他相換了，現在所做的一切應該是唯為他人而行，倘若快要違犯這個原則的話，就應該要馬上自我約束，馬上制止掉這種行為。

若已自勵如是言，汝心猶未能如是，
是心為諸罪惡依，唯應於心作禁制。

如果隨著我愛執而轉的話，這個心是落入在我愛執當中，這種我愛執的心可以說是一切罪惡的依止處，也可以說是一切罪惡的根源，應該要馬上將這樣的心制止掉。

以前的噶當派祖師在修行時，他們如果今天修了一些善行的話，就會自我讚嘆鼓勵一下：「你今天做得很好！」如果今天做得不怎麼好的話，他們就會自我呵責一番，甚至不給他東西吃。

剛剛的最後一句是「唯應於心作禁制」，這就好像是在自我約束，捉著自己的我愛執對著它說：「你已經不可以再像以前一樣胡作非為了，我已經認識你了，你是一切罪惡的根源，我不可以再放任你那樣的胡作非為了，我一定要殲滅你那些胡作非為的能力。」我們當然業是要透過作意思惟才能真正捨棄我們的我愛執，將我愛執真正的滅除掉。所以如果就科判而言，就是「唯求自利之過患」，這個科判也可以說是闡釋出我愛執的過患是什麼，如果隨著我愛執而轉的話，可能就會成為一切禍害的根源。

對我們現在而言，修持下士道和中士道是很重要的，以前對於業果的道理不相信，那種不相信的心還是很強，而現在學習了業果的道理之後，當煩惱生起的時候，就不可以隨之而轉了，甚至可以對著這些煩惱說：「我現在已經有在學習佛法，我現在已經有在看那些大論著了，我已經不再相信你了。」也就是不在隨著煩惱而轉了，所以當貪瞋癡慢等煩惱生起來的時候，就應該要馬上察覺到它，而不要隨之而轉。第四品 p. 079 有講到：「刀鋸鼎鑊加我身，雖斷吾頭亦易事，終不應於煩惱故，甘心俯首而歸順。」

就像 p. 245「辰二、唯求自利之過患 分三，巳一、思惟過患已捨棄唯求自利」：

汝昔恒時摧折我，未見汝過彼一時，
我今見汝何所逃，汝之驕慢當摧盡，

為求於己利益想，是心現前應捨棄。

我們實際上也可以配合起那樣子來作思惟。

所以不應該隨著我愛執而轉，而應該要去行利他行，而且要使得利他行不斷的輾轉增長。

「巳二、用於利他」請看文：

我已賣汝於眾生，如享酪肉無厭足，

若汝偶由放逸故，不肯施於諸有情，
汝終還將汝自身，施與地獄邏守者。

這就是自己對自己講：「你不應只行自利，你如果行利他行的話，那你就不會入於地獄當中，可是，你如果行自利的話，將來將會墮入到地獄當中。」所以利他之心務必要生起。

我們應該要經常去想起我愛執的過患，也就是對我愛執要嫉恨，要經常叮嚀自己恒時永不隨我愛執而轉，也就是絕不可生起我愛執。

「巳三、結明」請看文：

由是汝往昔曾經，自捨其身長受苦，
今當追維思宿恨，汝應摧降自利心。

是故若我求歡樂，不應愛樂於自身，
若於自身欲防護，亦應防護餘有情。

如果我們個人需要安樂的話，那就不應該只愛樂於自己，如果要防護自己出於痛苦的話，也應該要去防護其他的有情出離痛苦。背面的意思就是：如果自己需要安樂的話，就應該要去珍愛他人，如果自己希望獲得安樂的話，那就應該要去使他人安樂。

到此已經講完這個科判，這個科判最主要是講到：我們應該要去思惟我愛執的過患，而不可以隨著我愛執而轉，應該要禁止掉所有與我愛執相關的工作。

既然我們應該要去行利他行，作利他行的造作者是我，既然這個造作利他行的人是我，那麼，我就變成很重要了，在這一點上又會有一點我愛執生起。就像有一些人雖然了解空性，可是，他也會對空性生起執實的心。

就像佛宣說了空性之後，會再去宣說空性空性，因為有一些人了解空性之後又會去執空性為實，所以佛才會說空性是空性，也就是空空。就像我們心中雖然生起：我要捨棄我愛執，我要為一切有情、一切法而做。但是，這個造作者好像又變得很重要了，又會在這一點上生起我愛執。所以當我們在修的時候，就必須要非常謹慎小心，不要偏入到左邊，也不要偏入到右邊，必須要保持中道而行。

行利他行的造作者實際上跟他的身軀是有相關的，這個造作者是「我」，依於因而安立「我」，所以它跟身軀有很密切的關係存在，所以就

會變成很重視這個身軀。但是，這是不對的，所以這邊說應該要觀身過。

「辰三、觀身罪失 分二，巳一、不知足之罪失 分二，午一、貪著身之過患」，請看文：

如是如是於此身，極其珍惜多方護，
如是如是無堪忍，墮於極重乖戾性。

也就是不可以生起珍愛這個身軀的心，如果生起來的話，這也會落入到我愛執裡面去，這也是一種煩惱，爾後可能會因此而引生無法堪忍的種種苦。

另一方面，當我們講到我愛執的時候，因為我們都會很重視自己的身軀，身軀最重要的就是生命，我們會很重視自己的生命、會很珍惜自己的身軀，因此，我們就會去講究如何來維護好這一個身軀，所以我們就會去講究要去吃有機的食品，也會因此在這一點上生起貪著的心，貪著的心就是生起我愛執的心，也就是會在很重視我和我的生命這一點上生起我愛執。所以最重要的就是要在這一點上破除我愛執。

這種貪愛自己的身軀、珍惜自己的身軀，認為自己的身軀是很重要的，那會導致我們的心不清淨，甚至連修法也不清淨。有時候我們都會說：「我要為了法完全捨棄一切。」實際上，我們沒有辦法真正完全捨棄，似乎還有某個東西一直在擋著使我們無法生起這樣的心。如果還有某個東西擋著的話，修持佛法也不清淨，心也會變成非常不清淨。

有一個四依法，「心依於法，法依於窮，窮依於死，死依於溝壑。」如果我們能做到這一點的話，要成佛是有希望的，問題是我們會貪愛這個身軀，非常執著這個身軀、生命，那就會很困難了。

如果我們的心一直隨著貪欲在轉的話，心中就一直會有一種苦在，因為我們會一直不滿足，會一直覺得什麼都不對勁。如果是這樣子的話，就會使得我們的愛不斷的增長，從以前的一無所要到現在什麼都有了，仍然會覺得有什麼不滿足、不對勁，這就是一直落在貪欲的狀態當中。請看文：

如是墮落者所欲，盡此世間之所有，
不能令彼得滿足，誰能滿彼之所求？

如果我們心中所有的冀望都能達成的話還好，問題是我們一直無法去滿足自己，這就是在輪迴六苦中的「無厭足之苦」。輪迴當中的一切圓滿都

是不可靠的，無論你多麼努力去追求，也永遠都沒有滿足的時候，在這種慾望之下就是法爾如此，你永遠都會得不到滿足。

仁波切說：我們不可以一直去貪求輪迴的圓滿，對於解脫、成佛方面則可以不斷的去追求，這是如法如理的。為什麼呢？因為解脫和成佛的功德確實是無價的，所以這是我們可以追求，因為這個對境本身是無價的，我們越是去學、去修的話，它就會一直增長。另一方面，以輪迴裡面的圓滿來說，我們所追求的跟它本身境的價值不一樣，我們越是去追求，反而會越吃虧。我們內心可不可以一直喜歡我們的悲心、菩提心或空正見呢？我們可以無厭足的欲求，因為它會一直增長，它本身境的自性就是這樣，我們的空正見或菩提本身越做會越增長，而且越增長會越給我們快樂。所以我們可以無上的去追求，這就不可以說貪著。我們有時候會說：「你在佛法上面不要那麼執著！」我覺得是可以執著的，因為這是如理的，佛法本身越去追求會帶給我們越多的快樂，而且它越會增長，也就是境跟我們的想法是如理的。但是，我們所貪求的境跟輪迴的圓滿越是去追求，則越會帶給我們痛苦，這就是不如理，我們的想法跟境的本身就不如理。所以我們不要有這種追求，因為這種追求是會給我們痛苦的，而且也求不到什麼。所以一個是一直追求是對的，另一個則是一直追求是不對的。

對於輪迴當中的安樂，我們永遠沒辦法滿足，如果我們對於輪迴的安樂有所冀望的話，這是錯誤的，因為這個對境（輪迴的安樂）無法滿足我們的所求，而在悲心、空性慧、解脫和遍智等等方面，即使我們有無邊際的欲求，它也可以滿足我們的欲求，因為它有如是無邊的功德。

既不能得復貪求，煩惱生起善心壞。

因為我們根本沒有能力滿足一切的貪求、欲求，如果我們生起這樣的貪求、欲求的話，心中本來有生起來的善根也會因此而壞掉，所以才說這種貪欲就像毒藥一樣，是永遠沒辦法使我們滿足的，而且它會引生煩惱，煩惱一生起來也會將我們本來心中所擁有的善根也摧滅掉。

這些貪主要是來自於我們所擁有的房子、車子，實際上去追根究底的話，貪主要是來自於我們貪愛這個身軀，因為貪愛這個身軀的關係，就希望這個身軀有好的享用。所以可以說所有其他的貪都是由貪愛這個身軀開始的，如果我們對於這個身軀無貪著的話，其他的貪欲也就自然不會隨之而生起，在任何時刻當中都會感到知足。如果心有貪欲的話，你就會像窮人一樣，永遠的去追求，永遠都沒有知足的時候。如果對於這個身軀不貪

的話，所有一切圓滿的功德安樂都會隨之而來。

所以我們不可以生起貪愛這個身軀的心，因為貪愛身軀會長養諸種貪欲，如果不去貪愛這個身軀的話，我們的心一定會過得很舒暢，心中就會安樂且知足，可以說知足是最勝財。《中觀寶鬘論》說：「知足者像富人，不知足者即使像國王一般富有，也會像窮人一般。」這個偈頌是用來解釋下面一段，「午二、應修於身離貪」，請看文：

若人一切無所求，受用圓滿無窮盡，

由貪身故長諸欲，須臾不應隨貪行，
若能不取可愛相，當境皆成上妙物。

接著講「巳二、不動之罪失」

我們會生起與這個身軀相關連的執實，因為我們會認為「與這個身體相關的我」是很重要的，比別人還重要，因此就生起我愛執，甚至還會生起「執我為實有的」。當我們生起執我為實有的我執時，有一類是認為我是不需要依靠身軀而能獨立存在的，另一類則是認為我要依於身軀而存在，前者就是我們說的「執我為常一自在的」，這就是屬於粗品的我執，而後者則是屬於細品的我執。總之，我們必須要捨棄「視身軀是極為重要的」這一點，如果我們能夠捨棄這樣的觀點的話，那是有利於破除掉我執的。

下至極微塵不動，動轉唯別依於心，
不淨色身極可怖，於彼何故執為我。

任其生前或死後，汝何用此沈輪為，
不動木石何差別，噫嘻我慢不能除。

這邊的我慢就是指現前的我慢，就是指「執我為實有的慢心」。

仁波切說：補特伽羅我執可以分為粗的和細的兩個，不管粗的或細的都跟「蘊」有一點點一起的樣子，一種是一起而不依於蘊的看法，另一種是一起而有依於蘊的看法，這還是執著心，這是細的執著（細的補特伽羅我執）。這兩個都是我跟蘊一起的看法，這樣看的時候把我執本身看得太重、太執著了，不管粗的細的都是這樣，對於蘊上面看得太重也會影響到我們對我上面看得太重，如果我們把對於色蘊上面看得太重的看法降低的話，我執也就會降低，這樣也會幫助破除我執。

苦諦的無常苦空無我的「空」的相反是常樂我淨的的「淨」，這邊一直

講色蘊這個身體是不淨，一直講它是不好的、不清淨的，然後後面就講破除我執。所以破除我執從正面看可以看得出來是空，因為它破除「清淨」的這種看法，那邊講的無我是怎樣的無我呢？就是空的無我，空的無我可以說就是粗的無我。

這裡的「不淨色身」就是要破除看身軀為淨的這一點，「於彼何故執為我」，既然我們已經破除這個身軀為淨了，何以去執它為我呢？也就是破除掉「執我和蘊體性異」這一點，因此，我們可以知道：只要依於我執就會生起強烈的我愛執，沒有我執就不會生起我愛執了。以上是配合無我來說明不可貪愛此身軀。

下面講到巳三愚昧之罪，愚癡就是無知的意思，我們修行的時候是要破除掉無知，這裡首先講到對於善惡的無知。「巳三、三愚昧之罪 分四，午一、昧於善惡」，請看文：

隨順色身教示行，唯能積集無義善，
隨彼利害起貪瞋，彼不報恩如木石。

我們雖然非常重視這個身軀，為了這個身軀一切安樂的緣故，我們就會去造一些無意義的事，比如眼睛要看好的、耳朵要聽好的、鼻子要聞好的、舌頭要嚐好的、身體要穿好的，也就是我們為了這個身軀的安樂隨之而轉，因此就積造了很多無意義的苦或善。在這些無意義的事上，我們又更進一步會生起貪或瞋，雖然為了它而生起這一些，可是，這個身軀好像並不懂得報恩，它就像是沒有生命的木石一般。如果身軀是這個樣子的話，我們又何必要為它去起貪呢？

下面的偈頌也差不多是同樣的意思，請看文：

或為我所勤將護，或為鳥鳶所食啖，
此身悉無貪與瞋，何故於彼生貪著？

雖然我們非常重視這個身軀，可是，這個身軀也不會因為我們那麼重視它而說：「我很喜歡！我很高興！」也不會對我們有所回報，它就像是木頭一樣，我們又何必要傻傻的對它那麼好呢？

實際上我們這一世會生起這麼強烈的貪欲的心就是依於這個身，我們會認為這個身就是我，實際上，這個身僅僅是我們的心識暫住的一個客棧而已，因為我們的識是從過去來到現在，而且還會往前到來世去。所以當我們要為自己著想的時候，應該為自己的究竟生生世世而著想，應該要想

著怎麼做才會有利於我們的生生世世。可是，我們都不是這樣做的，我們會認為這個身軀就是我，認為它是非常重要的，所以就會對它產生很強烈的貪欲的心，因此而生起強烈的我愛執。為了要破除這一點，就講了剛才所說的偈頌。

「午三、昧於毀譽」，請看文：

或聞訶毀生瞋恚，或聞贊譽生歡喜，
若身自亦無所知，我復為誰徒疲苦。

我們有時候會因為他人的讚譽而歡喜，事實上，他是以著這個身軀為主而去讚揚，而不是以著跟我們的身軀相關的心識去讚揚的，既然是以身軀為主而去讚揚的，這個身軀被讚揚也不會開口說「我高興」或「我不高興」，因此，我們也不需要去在乎這個身軀。可是，我們一般都會因為我愛執而非常重視這個身軀，當有人讚揚的時候，我們就會感到高興。所以我們根本就不需要為它而去勞苦。

剛才講到「我復為誰徒疲苦」，辯論時對方就會回答：午三釋難「若云於我身愛樂，是我親友應歡喜。」雖然這個身軀本身並不會歡喜，可是，住在這個身軀的我（補特伽羅）會歡喜。接著另一方又回答：「若許有情皆我身，我於彼身何不喜。」如果住在有情身體當中的我會歡喜的話，就應該要使所有一切有情身當中的我都歡喜才對，因為有情是無量無邊的，就應該要努力於使安住於有情身當中的我歡喜才對，我們又為何不去做呢？

所以我們從內心當中應該捨棄貪愛這個身軀，可是，如果是為了利益一切有情，我們應該要捨棄此身而去做利益有情的事。一般貪愛這個身軀是有過失的，可是，如果是為了利益一切有情的緣故，反而就應該要好好保護這個身軀，好好的給它食物吃，好好的保護它，因為這樣所生起來的貪應該是無過失的。

「午四、貪著於身眾惡之源為於暇滿取心要故應善防之」，請看文：

是故我應無貪著，等施此身利有情，
此身雖有多罪失，為成事業守此身。

就像我們吃飯之前的〈供養文〉所說的：「我們應該以無貪無瞋而受用。」享用這個食物並不是為了有豐腴或壯碩的身軀，也不是為了自己的膚色漂亮而去受用，受用這個食物僅僅是要維持這個身軀而已。另外，《入行論》也說：「維護這個身軀唯為利益一切有情故。」

《入行論》也講到無意義的貪瞋煩惱絕不可生起，這個身軀僅僅是從過去來世要前往來世的一個暫住的客棧而已，也是我們要前往佛果的一個暫住處而已，不可以對它起貪著。

上面講到不可以貪愛這個身軀而應該要破除我愛執，下面就講到心自在的部分。「辰四、於心自 分三，巳一、遮遣善法之障」，請看文：

故當止息凡愚行，我唯隨諸智者轉，
憶昔勝行不放逸，遮遣睡眠及昏沈。

凡愚行就是指一般凡夫的行為，不修持奢摩他也不去做任何修持的人就稱為凡夫，我們應該要停止掉這些凡夫的庸俗之行，而要隨著諸智者而轉，這裡的智者就是指諸佛菩薩，要隨著他們所給予的教授不放逸而行，不放逸的意思就是要使得我們的身語意三門具有意義而行，應該要依著不放逸的殊勝行而去執斷除掉睡眠和昏沈。

睡眠和昏沈在我們修禪定時會帶來很多的障礙，從我們坐下來之後，睡眠和昏沈就會使我們的心不自在轉，它好像會把我們的心掠奪掉。這邊只有舉出睡眠和昏沈，實際上，我們可以類推到所有一切的煩惱，所有一切違逆品都應該斷除。

就像第七品裡面談到懈怠，懈怠也可以分為好幾種，一個是貪味怠玩的懈怠，一個是貪著惡事的懈怠，一個是畏於善法之懈怠，甚至還談到貪著於睡眠安樂的懈怠，所有這一些都是應該要破除掉的，因為這些都是阻礙我們心得自在的障礙。

下面就是「巳二、於對治品發精進力」，請看文：

若我不如諸佛子，大悲日夜勤奮勉，
毅然擔荷如來業，自苦何時能畢盡。

也就是我們應該日夜二十四小時依著對治法，努力的勤精進，即使在睡眠時也能引導睡眠入於善品當中。如果不這樣做的話，我們又必須要斷除痛苦的因（煩惱），我們從無始以來就一直串習著這些煩惱，既然我們必須要斷除煩惱，如果不起精進的話，何時才能將它斷除呢？

「巳三、於善所緣專注一境平等住心」，請看文：

由是為除二障故，於邪分別制其心，
於正所緣之觀境，常時安住應修行。

為了淨除二障的緣故，我們應該要從顛倒之道（邪分別）當中回頭，正所緣就是善所緣，比如佛像、四諦、慈心、悲心、菩提心等都可以安立為善所緣，要常時的安住於善所緣的觀境中來修行。

我們說奢摩他最主要就是要止息掉渙散，止息掉煩惱、妄念等等，所以奢摩他又可以稱為寂住，並不是說你只要心一境性的專注在某一點上面就好了，你還是要去做很多的思惟，比如修毗缽舍那的階段有奢摩他，這個奢摩他是遠離了煩惱、妄念的渙散。

仁波切說：第八品是〈禪定品〉，我們會想：「在哪裡講到定的部分呢？」實際上並不是這樣，奢摩他的意思是離開擾亂的煩惱，禪定就是我們的心沒有妄想，要去除掉這些妄想的擾亂的心，這是最重要的，這樣就是禪定了，也就是奢摩他了。為什麼呢？大家應該都學過《略論》的〈毗缽舍那〉，以持空性的毗缽舍那來說，在那同時有沒有修止呢？當然有，沒有止就不會有觀。此時的止並不是心就一直定在一個境上面，毗缽舍那是一直思惟，此時的止就是他的心完全不會被妄想所擾亂，該想的就去想，而不該想的都不會出現，能去除掉不該想的部分就算是止了。止的主要重點是在這裡，因此，第八品裡面一直講到該怎麼去除應該要去除掉的，只要去除掉就是止、禪定了。對於這一部分要清楚，不然大家會以為坐著不動不想就是修禪定了，事實上不是這樣，三摩地也是一樣。有毗缽舍那的心所裡面一定有三摩地，沒有三摩地就不是毗缽舍那，但是，他的心還是一直會有想。

《入菩薩行論四十一》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/01/07

接著要開始講第九品《般若波羅蜜多品》，這一品當中全部都是講到空性的部分，空性的修持也是菩薩行當中所應該要修持的，雖然我們現在還沒有真正生起菩提心，可是對於論著當中談到空性的意義應該要加以了解，實際上，在我們一開始行皈依時最好就要去了解空性，這樣會有助於我們去承受業果的道理、滅除煩惱，甚至證得解脫、佛果都是可以達到的。如果對於空性一無所知的話，不要說是要證得解脫或佛果，甚至連法也都不容易了解。所以從一開始就要了解空性是非常重要的。

我們尚且不談菩薩行是如何，既然身為佛陀的追隨者，從一開始行皈依時最好就應該要了解空性。就好像〈緣起讚〉（第 35、36 偈）講到：「嗚呼愚蒙壞我慧，於此勝妙功德聚，雖曾長久皈依之，未知功德微少許。臨命終時日西山，生命相續未沒際，能於至尊略生信，想此信心亦善根。」我們是追隨佛而行的一個行者，我們應該要對佛生起堅定的信仰心，我們要生起很清淨的皈依的話，最開始的時候最好就要了知空性，這一點是很重要的。雖然〈般若波羅蜜多品〉裡面的內容非常艱深，可是我們也應該要盡自己的全力努力去學，在這邊仁波切會盡力為各位多作解說，希望各位也能夠多作思惟且盡力來學。

佛宣說了非常多的法蘊，完全是為了讓所化機能夠殆盡所有的煩惱障和所知障及煩惱障和所知障的種子、習氣的緣故，那麼我們就必須要知道最根本的能夠殆盡的方法，那就是證空慧。所以可以說依於證空慧有能力可以殆盡煩惱障和所知障。

有的人說佛是直接宣說的，有的人說佛是間接宣說的，佛在轉動法輪的時候，當中的所化機有一些是執我為實有的，也就是有一些是有執「諦實成立」的實執，佛轉動法輪最究竟的目的是要引導這些有實執的所化機能夠悟得「無諦實成立」這一點。可是弟子當中有很多基本上是承許業果的道理，所以佛就在他們承許業果道理的基礎上更進一步宣說他們能夠接受的「我是實有的」來講說「諦實成立」這一點，這是為了要讓他們能夠接受的緣故。比如毗婆沙宗和經部宗是承許補特伽羅是實有的、由自相成立的，所以佛是利用宣說緣起的建立來讓他們了解一切依緣而生起。雖然這樣子說，可是他們並沒有辦法依著依緣而生起的方式來破除掉執補特伽羅為諦實成立。比如唯識宗說諸法是無諦實成立的，他們最主要的是指遍

計所執的諸法是無諦實成立的，可是他們又會執依他起的法和圓成實的法是諦實成立的。雖然佛非常廣泛的說到依緣而生起的道理，可是他們卻無法去悟得佛的密意。再來佛就講到中觀宗的見解，說諸法是無諦實成立的，也是依緣而生起的，最主要也是要成立起諸法無諦實成立這一點。中觀宗分為兩類，一類是認為我們可以以量在安立處上有所得，另一類則是認為以量在安立處上是不可得的，因為有這樣不同見解的關係，所以就出現了自續派和應成派，在見解上是應成派的見解比自續派的見解更深細一點，因為佛有宣說了這麼深細的空性的見解，所以後世的龍樹菩薩就追隨佛的密意而宣說甚深的空性正見，之後寂天菩薩也隨著龍樹菩薩而行，就秉持著中觀應成派的正見而宣說《入行論》所說的這些法。

（辛四、學觀之體性般若之理 分二）（壬一、釋論文 分二）（癸一、明欲求解脫須先生起通達真如之般若 分二，子一、總義）

如是一切諸支分，能仁悉為般若說。

意思就是：佛所宣說的眾多法蘊最究竟的密意是在宣說應成派的空性正見。可是毗婆沙宗和經部宗對於這一點並不承許，因為毗婆沙宗和經部宗認為中觀應成派的這些正見並非佛說，他們甚至說大乘的法非佛說。所以他們沒辦法了解佛真正的密意所在。

仁波切說：佛教分為幾個宗派：有部、經部、唯識、中觀，中觀又分為自續和應成，這裡所講的「如是一切諸支分，能仁悉為般若說」就表示寂天菩薩是中觀應成派，從這兩句就可以看得出來，因為其他宗派沒有辦法講出這一句。為什麼其他宗派沒有辦法講出這兩句呢？這兩句的意思是「佛所講的所有的經論都是為了要修空正見」，這樣的道理是其他宗派很難講出來的。

我們看一看，佛講的也有配合有部、經部、唯識、中觀自續派和配合中觀應成派，到了中觀應成派才看得出來佛所講的主要目標是在什麼地方，自續派和唯識會覺得：「佛講的這個部分是對的，佛講的那個部分是我沒有辦法接受的。」到了中觀應成派才會知道：「一切佛所講的都是為了究竟中觀應成派的見解要修的。」

佛有時候會說「補特伽羅我執」的講法是對的，這樣的講法跟修空性上面也有關係，我們要修空性就要先修緣起的部分，緣起這一部分粗細有很多，我們最起碼要先有業果的緣起。有的宗派是沒有獨立自主的我，如果獨立自主的我不存在的話，誰會造業呢？誰會受果呢？所以沒有獨立自

主的我就沒有業果了。為了配合這種宗派的講法，佛就會講「補特伽羅我執是對的」。如果沒有這樣講的話，我們眾生就會覺得：「能造業的補特伽羅不存在，接受感出來的各種五蘊的也不存在，如果這樣的話，業果就沒有了。」為了配合他的業果的緣起，佛就講「補特伽羅我執是對的」，這是對犢子部講的，所以經的對境有外道也有內道。

再來對於緣起上面還更細的了解多一點的話，就能夠接受補特伽羅無我，但是，還沒有辦法接受法無我，這可以說是經部和其他的有部。他們覺得一講到法無我，那麼緣起的道理都不見了，所以佛又配合他們說「法我執是正確的」。所以佛所講的都是配合他的修行上面而講的。

那個時候可以說已經知道補特伽羅我執是不對的，知道補特伽羅我執是煩惱、無明而不是如理的，所以我們想的境本身不是補特伽羅我執，這樣的講法就比較細，比前面所講的獨立自主的我還更細，他就講補特伽羅無我，然後在這上面就講也解脫，也有能夠斷除輪迴的根本，這是有講補特伽羅無我而沒有講法無我的階段。

然後再進一步就講唯識，此時也有講法無我，還更細的一點的去講「一切的法是唯識的，並沒有一個獨立的外境」，在這樣講的時候，我們所認出來的無明還更細，所認出來的煩惱也更細，就不只我們有境的補特伽羅上面的執著心是無明了，連對境（法）上面也有執著心，也有一種無明。所以對唯識講出來的是比前面所講的更細的，這也是為了要修行比較細的緣起而講的。但是，緣起裡面還是有問題？有什麼樣的問題呢？沒有獨立諦實有沒有緣起，這是唯識，還是有問題。所以他們講緣起的背後也有獨立諦實有。

佛又講緣起跟諦實有是相反的，如果有緣起的話，那麼諦實有是空的，這就是中觀，已經是很高的宗派了。但是，用緣起成立諦實有空（空性）的時候又分兩個，尋求得到的是緣起，另外一個是尋求不到而只有名言安立而已，在唯安立上面講緣起，這就是非常細的緣起，所成立的諦實有空也是非常細的。所以中觀應成派可以說是最細的，這就已經到了最高的中觀應成派了。

中觀應成派才看得出來佛講的整體的目標是什麼，如果沒有到中觀應成派的話，就找不到佛所講的整體的目標，就會不清楚。所以寂天菩薩講出這兩句的時候，就表示寂天菩薩已經達到中觀應成派了。

〈緣起讚〉的第三十八個偈頌說：「盡尊一切所垂教，唯依緣起性而轉，

彼為涅槃解脫故，尊汝無不趣於寂。」上兩句正好是第二五三頁的子一總義「如是一切諸支分，能仁悉為般若說」等兩句。

子二、別義：

欲求寂滅諸苦者，是故應令般若生。

下面兩句：「彼為涅槃解脫故，尊汝無不趣於寂。」正好是第二五四頁的子二、別義：「欲求寂滅諸苦者，是故應令般若生」等兩句，這是相同的意思。

宗喀巴大師在《辨了不了義善說藏論》裡面一開始就引了經裡面的一個偈頌，「空寂靜無生，遍於一切眾生，若不解彼三，眾生流轉於輪迴。佛以悲心釋方便，故應趣入證空慧。」也就是說空、寂靜和無生三解脫門可以使得眾生出離輪迴及三惡趣的痛苦，因此，佛宣說三解脫門，佛宣說三解脫門的主要目的是要讓眾生能夠脫離這些輪迴及三惡趣的痛苦，而要脫離這些痛苦只有靠智慧而已，眾生在輪迴當中受苦，苦的根源就是無明，要去除無明唯有靠空性而已，所以我們應該要趣入空性中。

仁波切說：後面兩句的意思是：我們要進入學空性的時候，不可以用「我要了解外面的一個境」、「我要了解一個非常細的道理」 的念頭。「欲求寂滅諸苦者，是故應令般若生」，這裡面的意思是：我們內心裡面先要生起「我要離苦」，然後要認出來苦的來源是無明煩惱，那些煩惱的來源就是自己的「我」這種無明、執著心，我現在要離苦就是去除那些煩惱，那些煩惱的來源都是無明，那麼我要怎樣對治無明呢？我要修空性來對治它。為什麼要修空性的理由就在於此，而不可以有其他的意樂，否則就會變成矛頭朝向外，如果要去除這一些的話，就必須要矛頭朝向內，我們學佛的人就是要朝自己的內心，。

《入中論》講到：「煩惱的眾過患源自於內在的薩迦耶見。」也就是外在所有的苦都源自於我們內心裡面的薩迦耶見，所以我們應該要去了解薩迦耶見，所以瑜伽士（指行者而言）應該要去了知無我，透過聞思去尋找薩迦耶見。

我們要如何生起證空慧呢？必須要透過去了知二諦才能夠生起來，所謂世俗諦就是指名言上的所有法，它的究竟的自性就是勝義諦，我們對於這一點要去了解。所以我們如果要了知空性的話，那就一定要先由了知二諦開始。

（癸二、如何生起通達真如般若之方便 分三）（子一、二諦之安立 分二）（丑一、正說 分三，寅一、二諦差別）

此中許諦惟有二，謂言世俗及勝義。

我們不要以為世俗諦和勝義諦是各各不同的，不可以想說它們兩個是不相干的，實際上，像瓶子就是世俗諦的法，瓶子究竟的自性也是在瓶子上來說的，瓶子上的究竟自性就是瓶子的勝義諦。像空性也是一樣，如果是在名言上有的就稱為世俗諦，而在空性不可得的那一分就是勝義諦。

仁波切說：「空性存在」這個部分不是空性，「空性存在」這個部分就是世俗諦，「空性存在卻又尋求不到」就是空性自己的究竟本性。同樣的，「在瓶子上去尋求也尋求不到」這部分就是它自己的本性，這一部分就是瓶子上面的空性。而在空性上尋求也是找不到的，這部分就是空性上面的空性、空性上面的勝義諦。

一切法上面都有勝義諦和世俗諦兩個，所以大家不要誤解：世俗諦是很粗的的法，勝義諦則是離遠遠的另外一個很細的法。現在我們要了解空性的話，就要去了解本身所存在的這個法及它的究竟的本性，我們要把這兩個分清楚，如此一來，世俗諦和勝義諦就分清楚了，這兩個分清楚才會了解空性。

前面四句講了「我們要學空性」之後就開始講二諦，為什麼要講二諦呢？我們要了解空性的話就要能分辨出來那些存在的法是怎麼存在的及存在這個法上面的究竟本性是什麼，我們能夠把這兩個分辨出來的話，二諦就分辨出來了。

問題：這是照著中觀應成的角度來講的，如果是唯識和自續的話，他們也認為這個東西有名言安立的存在是世俗諦，去找這個東西也是找得到，他們也是講空性，唯識、自續的空性和中觀應成的空性通通叫做空性，那就變成可以找得到的這一個也是勝義諦。那麼我們能區分出所講的空性到底是中觀應成派或中觀自續派的呢？就只有在找不到或找不到這一點上而已，是不是這樣呢？他們如果沒有照著用中觀應成的角度的話，他們所學的就不叫空性了嘛！

回答：你剛剛用的詞是「找得到找不到而已」，不是「而已」，這之間的差別是很大的。自續派以下所講的「存在」或「找到」是一樣的道理，他們不會去區分「找到」跟「存在」，所以中觀應成派一看就會認為他們所

講的都是不存在的。以中觀應成派的角度來看，他們所講的都是不如理的。

在一個法上面有二諦，這是大家共同的說法，比如我們以前在學唯識的時候，他們會說「每一個法上面有三性」，所以唯識也會認同「每一個法上面有二諦」。但是，「三性」一詞只有唯識會用，中觀應成不會用這個詞。

宗喀巴大師也講過：「在我們認知所破其中一個是破得太過。」這邊說寅二、体性分二、卯一他宗：「勝義非心所行境，故言心唯是世俗。」這邊是用另外一種角度來解釋，諸法的勝義諦變成不是所知，就變成諸法不是所知，如果是這樣子的話，那就變成所破太廣了。

仁波切說：「所破太廣」在上次應該有學過，就是所破得太過份，有人說：我們要所破的境就不會放尋求得到的諦實有，他們認出來的所破的境就會變成太超過了，他們會說「任何一個法的出現就是諦實有」，所以就認為「存在就是所破境」、「出現這個法就是所破境」，所以他們就會說「所有的法都沒有了就是空性」，只要一法出現就是諦實有。「一法出現就是諦實有」就變成所破太超過了，也就是認來所破的定義的時候就是太超過了，就變成法都不存在這樣子不好。他們也會用寂天菩薩講的，怎麼用呢？這裡說「勝義非心所行境」，「勝義」不是「心所行境」，也就是他們認為「不是心所行境就是空性、就是勝義」，他們是這樣解釋寂天菩薩所講的話，他們會說勝義諦究竟的本性就是沒有一個心的所行境，只要不是心所行境就是空性、就是勝義諦，他們是這樣解釋的。

但是，宗喀巴大師說：「你們這樣講是不對的。」如果這樣講的話，成佛之後就找不到任何一個法了，而在經中說佛在成佛之後所了解的境有二諦，就是世俗諦和勝義諦，這樣子的話，成佛之後也會了解一個境。如果按照所破太超過的人的說法的話，成佛之後就連任何一個法都不見了，所以宗喀巴大師說：「你們這樣講是不對的，這樣講就跟這部經相違了。」

問題：這裡講的所行境，宗喀巴大師講的意思是不是心的所執境？然後他們解釋的是心的所緣境呢？所緣境就把它當成沒有了，那只是一個所緣，我們所要斷的不是所緣而是斷所執。

回答：所行境、所緣境、所執境都是一樣的，用詞是一樣的，但是，我們這邊不可以這樣解釋，我們這邊的解釋是什麼樣的心認出來不一樣，「非心所行境」，這時候心認出來不一樣，我們自宗講的就不一樣，但是，別人就是直接從字面上講，「勝義非心所行境」意思是「非心所行境」、「非

心所執境」、「非心所緣境」，就是說這些就是勝義，也就是法的究竟的本性，這是他們說的。

宗喀巴大師也會引《父子集會經》的一段，「如是如來悟入世俗勝義有二，所知亦唯此世俗勝義二諦而已。」宗喀巴大師就對他們說：「如果照你們的見解的話，豈不是成佛之後的一切所知就變成無了，也就是一切所知就看不到了。可是實際上還是看得到的。」

「如是如來悟入世俗勝義二諦」，也就是經過三大阿僧祇劫的修持，所修的也只有修二諦，到最後證悟成佛的時候，所證悟的也只有二諦，並沒有另外有什麼要證悟的。因此，也可以說依緣而生起因此有了世俗的慈心、大悲心等廣大道，也可以說在一法上也有了它的真實義（勝義諦）。所以三大阿僧祇劫所修的就是在修持世俗諦和勝義諦，並沒有另外有什麼好修的。

佛修世俗諦的意思是什麼呢？就是去修或思維非常廣、非常細的緣起然後他們內心就生起慈心、悲心、業果的道理、十二緣起的道理，然後可以跟一切眾生連接的十二緣起，這些都是非常廣、非常細的世俗諦。所以修世俗諦的話，內心的出離心、大悲心、慈心、菩提心就會增長，那就可以修布施度、持戒度、忍辱度、精進度。然後我們要對治我們內心所有所知障和煩惱障的來源（無明），主要是我們面對境的時候看法就錯了，我們要糾正過來，看法必須要正確。我們錯誤的看法是什麼呢？當我們一看的時候，諦實有（無明）被蓋住了，我們想要對治它的話，對於它真正的本性不可以看錯，這是要了解的，這就是最細的智慧、最殊勝的空正見，然後去修去對治它，這就是修勝義諦的意思，修勝義諦就是修空正見，然後去對治煩惱障跟所知障。

這樣修了三大阿僧祇劫之後，就會成就佛陀的果位，成就了之後不會變成另外一個不一樣的看法，也是以前三大阿僧祇劫所修的如理的二諦顯現出來而已，不可能說以前修的跟後面所成就的看法不同，前面三大阿僧祇劫修的二諦到後面就是等流果，等流果就是在世俗諦和勝義諦上面一種如理的情況，就能夠如理的看得出來。所以以前修的跟後面成就的當然有關係，這邊講的就是這個意思。

就如同《父子集會經》裡面所說的意義，我們知道任何一個法上都有二諦，因為佛可以了知所有一切，佛所了知的一切是我們可以究竟成立起來的，就可以肯定在所知上只有世俗諦和勝義諦而已，並沒有另外的。

既然說到二諦的話，「勝義非心所行境」就是勝義諦的定義，「故言心

唯是世俗」就是世俗諦的定義。上次學宗義時好像也有講到世俗諦和勝義諦的定義，講到勝義諦的定義是「以本身現證之現量證得滅二顯門所悟得的法」就是勝義諦的法，如果是「以本身現證現量所證得的由帶二顯門所悟得的法」就是世俗諦的法。所以勝義諦僅僅是以滅二顯的方式才能悟得，世俗諦是以有二顯的顯現的方式才能悟得。

世俗諦的法是本身以現證之現量由帶二顯門所悟得的法，勝義諦則是由滅二顯門所悟得的法，從這邊看得出來，世俗諦的法是屬於比較粗的，勝義諦的法是屬於比較細的。為什麼會有這樣的差別呢？我們在現證勝義諦的時候，有境（心）要全心全意的，力量全部都要集中在一起，不可以同時去想其他的法，只要一想到別的法，那就沒有辦法現證它了。世俗諦的法是比較粗的，並不是那麼深，所以當我們現證它的時候，同時也可以出現其他的法，二顯就有這樣的意思。

諦實有的顯現也可以說是二顯，唯識的能取所取二的顯現也可以說是二顯，另外，法本身一二三四這樣的顯現也可以說是二顯。所以二顯是很廣的，不管怎麼樣，在現證空性的時候，任何一個二顯都不可以出現，也就是我們的心不可以散，就是不可以有任何一個另外的念頭。

比如我現在看到杯子的時候，同時也可以看到鈴等等的東西，以這個杯子來說，二顯的同時可以現證它，現證它的有境（心）有二顯，什麼樣的二顯都有，有一二的顯現的法，有唯識所講的能取所取二的顯現也有，諦實有獨立的顯現也有。現在講的是現證空性的時候什麼都不可以有，在現證空性的時候，其他的法一出現的話，心的力量就虛弱了，就沒有辦法現證它了。能取所取二也會使心的力量虛弱，諦實有的顯現也會使心的力量虛弱，當我們顯現諦實有的時候，心的力量就被境拉走了，所以心的力量、智慧的力量就虛弱了。

所以空性是什麼呢？勝義諦是什麼呢？能現證它的有境（心）的力量要非常集中在一起，就是不可以散亂的意思。最主要的是我們要集中在一起的這種智慧的力量才能夠現證它，所以這裡智慧的力量是要最高的。我們一般的智慧都是有二顯的，有二顯的智慧是不夠的，心還是散亂的。

問題：我們有離分別的心跟分別心，如果去掉分別心之後，那就只有一個離分別，力量就會集中嗎？

回答：你好像認為只要去除掉分別心就好了，覺得好像是很簡單的感

覺，這不是那麼容易的。所有的眾生都有分別心，沒有一個眾生是沒有分別心的。你的問題應該是：現證空性的時候，心裡面有沒有分別的顯現？沒有，心本身沒有分別。但是，現證空性的那個人內心裡面會有分別心，而能現證的心（有境）是離分別心，它是現量，它是現前識。所有分別心本身都一定有諦實有的顯現，我們剛剛講現證空性的時候二顯都沒有，沒有二顯就沒有諦實有的顯現，也沒有能取所取二的顯現，也沒有其他兩、三個法一起的顯現。

問題：沒有二顯跟現證空性有什麼不一樣？

回答：現證空性是在見道就有的，現證空性的意思是此時這個補特伽羅內心也有了悟空性的現量，有證空性的現前識。現證空性的意思是這樣，並不是說這個補特伽羅連二顯等等都不存在了，也就是說現證空性的補特伽羅也還有二顯。剛剛講的「沒有二顯」的意思是：這個現證空性的心執空性的時候，這個心本身並沒有二顯，這個現證空性的現量沒有二顯，在資糧道、加行道時了解空性所有的心都有二顯。在還沒有進入到資糧道之前的凡夫已經了解空性了，他這種了悟空性的慧還沒有達到現證，所以這些了悟空性有二顯，所以就還沒有現證空性。如果現證性的話，這個二顯就不見了，「二顯不見」的意思是「心本身上面沒有二顯」，並不是說「這個人沒有二顯」。

問題：現在仁波切所講的勝義諦和世俗諦的二顯的講法是通於四部嗎？剛剛說只要我們用現量或帶二顯的顯現就是世俗諦，而滅二顯的顯現就是勝義諦，這樣的講法是通於四部嗎？

回答：只有通於唯識、中觀自續和中觀應成等三個宗派。

問題：我們在學四部宗義的時候，二顯都是用在中觀自續比較多，唯識和中觀應成很少用二顯，是不是這樣呢？剛剛學員所問的問題，我們在加行道和資糧道實的現證空性是用比量證空性的，到了見道位才是用現量證空性，是不是只有在根本定當中才是屬於無分別呢？是不是出了根本定之的後得位都是分別呢？

回答：可以這樣說。我們可以說：下座的時候他內心有現證空性的慧，但是還沒有顯現，一顯現出來就是定了。

寂天菩薩在第二五六頁也有提到世俗諦和勝義諦的定義，請看第二五

六頁第六行，「言補特伽羅及蘊所相是世俗諦者，是於現證自性之現量心前，由二現（即二顯）之門分別（即了悟）之自性也。這一段就是世俗諦的定義。接著看第二行，「故如是配合補特伽羅及蘊自性寂靜之所相勝義諦相、實證自性現量心自性不由二現之門為彼所行境者，即是彼自證現量之所知也。」這一段就是勝義諦的定義。

這邊說補特伽羅與蘊自性寂靜，這邊的「寂靜」就是或「遠離」的意思，「自性遠離所相勝義諦相」。就好像我們說聲音是無常的，我們可以舉出理由是「因為是剎那」，「補特伽羅與蘊是離自性的勝義諦相」由「滅二顯」來表達出來，就像這邊說「實證自性現量心自性不由二現之門為彼所行境」，這樣就可以說補特伽羅與蘊是離自性的勝義諦。下面說「補特伽羅與蘊是世俗諦」，我們說有法補特伽羅與蘊是世俗諦，理由是「由二顯之門而了悟之自性也」。

請看第二五五頁，「勝義非心所行境，故言心唯是世俗。」中文的「故言」是「因此」的意思，變成後面一句是用來解釋「勝義非心所行境」的理由，可是藏文並沒有這樣的意思，藏文只有說「言心唯是世俗」，這樣的講法還可以，不可以有「故」字。有的人就會解釋說：實際上這兩句是闡釋出二諦的定義，第一句是闡釋出勝義諦的定義，第二句則是世俗諦的定義，就是在第二五六頁所講的定義，就是剛剛說明過的。

問題：這兩句的意思是不是：勝義不是心所行境，因為心所行境是世俗，所以勝義不是世俗。意思是不是這樣呢？

回答：並沒有「因為」。現在是講勝義是非常細的，在現證它的時候不可以有二顯，有二顯的心能現證的對境就是世俗諦。

在第二五五頁，有人會說「勝義非心所行境」的理由是「心唯是世俗」，有人會用這樣的解釋，甲曹杰說這樣的解釋是錯誤的。「昔人或謂初句為宗，次句出因。」這裡中文只有講「昔人」，藏文則有說出地名，這就涵蓋有「支那和尚」的意思在。因為那時他們認為諸法是找不到的，因此，它不是心的所行境。以前的人的解釋是：初句是他所要成立的法，次句則是它的理由。所以這裡說「初句為宗，次句為因」。這一段的第三行說「此說全不應理」，這就是甲曹杰說以前的人這樣的解釋是不合理的，「全不應理」是「永遠不會成立」的意思，就是說這種說法是永遠都不合理的。

問題：我現在不了解的是：「勝義非心所行境」這一句話是對的嗎？還

是上部宗在破下部宗的呢？

回答：這一句話是對的，它是將勝義諦的定義講出來，第二句也是對的，它是講出世俗諦的定義，這兩個都是對的。大家要想勝義是非心所行境，勝義諦是心所行境，這裡說「非心所行境」的意思是我們的心有二顯的同時沒有辦法現證它。所以有二顯的心沒有辦法現證它，沒有二顯的心才可以現證它，「沒有二顯的心才可以現證它」的這種境才可以說是勝義諦。

問題：所以這個心是指二顯心嗎？

回答：二顯心，應該是說「心有二顯的同時沒有辦法現證它」。所以這個意思是最等高的智慧又不可以心散亂，最等高的智慧心的力量集中在一個地方，這樣才可以現證它，這種的境才可以說是勝義諦。

問題：如果這樣講的話，二顯可不可以說是能顯的心和所顯的境呢？

回答：不可以這樣講。比如唯識的二顯的執著心已經斷除掉了的一個阿羅漢，他內心裡面沒有二顯，他的諦實有的顯現就是二顯。所以諦實有的顯現也可以說是二顯。可以說諦實有的時候無關的樣子，無依賴其他的緣，「二」有這樣的意思。「二」的意思不是一定要能取、所取，是在那個法上面顯現它是諦實有，在「諦實有」裡面有「無依賴因緣」，這個裡面的「無依賴」就是「二」的意思。所以諦實有是「二」的意思。諦實有是不觀待他，「不觀待他」裡面就有「二」的意思，所以諦實有的顯現也會說二顯。

問題：以諦實有來講的話，唯識的諦實有是在「心」，能顯的心是諦實有，經部跟有部的諦實有是在境，是不是這樣呢？

回答：以中觀應成的角度看的話，其他宗派怎麼樣都是諦實有顯現的。

《入菩薩行論四十二》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/01/14

上次有講到二諦的定義和差別，二諦的差別在第二五四頁，「此中許諦惟有二，謂言世俗及勝義。」這裡就提到了勝義諦和世俗諦的差別。

（寅二、體性 分二，卯一、破它宗）

勝義非心所行境，故言心唯是世俗。

勝義諦的定義是「勝義非心所行境」，「言心乃是世俗也」是世俗諦的定義。

二諦是依於何種補特伽羅而安立的呢？請看第二五六頁，「寅三、辨能抉擇彼之補特伽羅 分二，卯一、就抉擇二諦之補特伽羅而言之差別」：

此中世間有二種，瑜伽者及庸常人。

講到「世間」在藏文裡分析起來就是「集」和「顛」，「集」的意思就是指五蘊，就是蘊，「顛」就是依止的意思，就是依於蘊的補特伽羅，所以世間也可以了解為補特伽羅。就像薩 入迦耶見又稱為壞聚見，為了讓我了解補特伽羅是依於蘊的緣故才宣說壞聚見。藏文字裡很清楚的，「集」就是「壞」的意思，「集」的意思就是指出有法這個主體，就是指出蘊出來，就表示蘊是會壞的。

中文的「世間」就是蘊的依止處，世間可以分為情世間和器世間，器世間是指由四大所形成的能壞的依止處，情世間就是依於五蘊而形成的能壞的依止處，字面上的意思是這樣。

這裡的瑜伽者是指已經了悟無自性的且已經獲得止觀雙運的三摩地者，庸常者就是指凡夫而言，他們並沒有了悟無自性，而且是認為有自性的，也就是認為自性實有的。

「瑜伽」二字在藏文是「捏揪」，「捏」是「原始」、「本來」的意思，「揪」是「安住」的意思。「捏」有「本來」的意思，表示雖然顯現是顯現為諦實成立的，可是實際的實情卻是無諦實成立的，依於止觀雙運的三摩地而安住在本來的狀態當中。如果是與瑜伽者相反的，也就是去執如其所顯的諦實成立者，這就是指庸俗的補特伽羅，也就是我們說的庸常人、凡夫。

卯二、釋心高下差別：

此中庸常世間者，瑜伽世間之所壞，
殊勝心壞瑜伽者，展轉由上遞相害。

世間可以分為瑜伽者和庸常者，庸常者並沒有住於真實義當中，瑜伽者則是住於真實義當中，雖然是住於真實義當中的瑜伽者，可是瑜伽者本身之間還是有粗細、高低的差別，上上者會威震下下者。

請看甲曹杰的註解第七行，「以二地等上上諸地轉害初地等下下諸地，轉害初地等下下諸地，威光映奪也。」也就是住於二地者是屬於上上的，他會觀見到初地者的過患，所以上上地可以威震下下地。

像唯識宗會被中觀宗所威震，唯識宗可以威震經部宗，經部宗可以威震毗婆沙宗。同樣的，瑜伽士可以威震世間的庸常者，也就是上上者可以威震下下者，可是下下者無法威震上上者。

以「害」字而言，執實和證無我慧之間到底是不是會相互危害？如果就我們來看的話，因為我們的心相續當中沒有生起證無我慧，所以我們沒辦法比較執實和證無我慧兩者之間是不是會相互危害，如果我們有生起證無我慧的話，那時才能夠看出來兩個是如何在作危害的。

如果我們有生起證無我慧的話，那時才能講說會不會被執實所危害。實際上，執實是不可能危害到證無我慧的，因為執實的力量比較小，而證無我慧的力量比較大。執實是一種顛倒的心識，而且它是欺誑的、虛假的，證無我慧正好是相反，它是與對境的實情相符合的，而且是正確的、無欺誑的，而且是正量的。執實是屬於一種愚蒙的心識，也就是有境執實的心識是對於對境的情形不了解，愚蒙就好像是被蒙蔽了，它的靠山可以說全部都是虛假的，因為它沒有任何絲毫的正理可言、可取，證無我慧正好是相反，證無我慧是有無邊的正理可以做它的靠山，所以它的力量當然就比較大了。所以執實是不可能危害到證無我慧的。「危害」的意思就是去折敗它，也就是執實不可能折敗證無我慧。

我們心中是因為還沒有生起無我慧的關係，一旦生起無我慧的話，力量將會是非常強大的，因為無我慧自己本身的力量就是非常強大的。在《釋量論》裡面舉出來安立能解脫的軌理的時候，就有講到：輪迴的根本（即執實）是可以殆盡的，因為能危害輪迴根本的能害者（即對治法）是具力的，它是很有力量的。從這一點也表達出執實是沒有力量的。

所以說執實是不能危害到證無我慧的，而證無我慧可以危害到執實，

他們兩個彼此之間並不會危害過去、危害過來，如果這兩個之間還會危害來危害去的話，那就太累了。

為什麼我們現在還沒有辦法危害到它呢？原因是我們沒有去做、沒有去修，就像我們沒有去修無常一樣。因為我們沒有去修的關係，所以我們就沒辦法去危害到執實，實際上，執實並沒有什麼正理可言，可是因為我們沒有去修的關係，所以我們就沒有辦法折敗它、危害它。業果的道理也是一樣，因為我們心中對於業果的道理沒有深信的關係，所以我們就不會去遵守、修持。這樣講起來，我們現在沒有辦法折敗執實是不是無常的過失呢？不是。我們沒有辦法遵守業果的道理，是不是業果的道理的過失呢？也不是，是我們自己沒有修的過失。

我們講了二諦，也就是世俗諦和勝義諦，世俗諦是依於世間庸常者而說的，勝義諦是依瑜伽者而說的。世俗諦當然是不如勝義諦那麼的深細，世俗諦是一般的庸常凡夫可加以思惟的，勝義諦就不是一般的補特伽羅可作思惟的，就只有那些能夠很深細的了解對境實情的瑜伽士才可以去加以思惟的，剛才所說的最主要就是要闡釋這一點。這樣講起來，這些已經得到止觀雙運的中觀宗瑜伽者是不是就會說沒有世俗諦呢？也不是那個意思。雖然世俗諦和勝義諦是有粗細之別，可是中觀宗的這些瑜伽者也不會說沒有世俗諦，因為世俗諦是一般世俗凡夫所能理解的。

仁波切說：也就是並不是說世俗諦一定需要凡夫的境，那些證空性的止觀雙修的瑜伽行者也有世俗諦，但是，如果以粗細的角度去區分世俗諦和勝義諦的話，世俗諦是非常粗的，是連我們凡夫也可以了解的一個境，勝義諦則是我們一般人沒有辦法思考、了解的，從這個角度去說世俗諦是凡夫的一個境，而勝義諦則是瑜伽修行者的一個境。世俗諦和勝義諦是粗細的緣故，所以凡夫也可以了解世俗諦，就只是這樣的意思而已。所以大家不要誤以為了悟空性的瑜伽行者沒有世俗諦，不是這樣的意思，他們當然是更了解世俗諦的。

我們講到二諦，就勝義諦而言，也就是能夠了解對境的真實情形，如果是證悟越高者，他當然就越能夠去了知對境的真實情形。以證得空性得到止觀雙運的補特伽羅而言，上上者（證悟高的）會危害下下者，到最後一定會有一位是最頂端者，他就不會被任何者所危害了，這就是已經證到了修道解脫道，已經將所知障斷到剩下最小小品者，這個能斷者就是遍智。在那個時候，這個補特伽羅的根本定和後得位是在一座之間，並不需要出定，它們的體性是一的，也可以說成佛跟法性現前是同時成就的。

仁波切說：這裡講的瑜伽修行者雖然已經了悟空性了，但是，他們也是有高低之別，高者就會看到低者是有錯的，到達最高完全沒有問題的就是解脫道，斷除最細的小小品所知障的能斷除者就是解脫道，前面的遍計無間道是對治小小品的所知障，而能斷除的則是後面的解脫道，解脫道永遠都在定裡面，但是，這個解脫道跟後得位是無二無別的，這個解脫道就是成佛，也可以說是一切遍智。所以那個時候最高的了悟空性者是完全沒有問題的，不管是誰都沒有辦法破他的看法，其他的初地、二地、三地、四地等等由上上者來看都是有問題的，到了最高的解脫道就都沒有問題，這是已經成佛了。所謂的那個時候沒有問題，意思就是他看空性是最正確的，因此，可以說是現前法性、現前空性，「現前」就是「沒有問題」的意思，對境跟想法是一模一樣的，完全都沒有問題。我們有時候會說「如來」，「如」就是「如法」的意思，所以如來就是法性現前的意思，就是如這個法的本性現前了。在成佛的時候，他的想法（有境）跟法的本性（對境）一模一樣，所以如來的意思就是已經進入了如理的法的本性，完全都沒有錯了。

問題：仁波切講的斷除細細的所知障跟如來是指十地菩薩跟成佛之間的時候嗎？

回答：斷除細細的所知障跟成佛是一模一樣的，它們是同一體性的。現在講的是初地、二地到最後就是成佛，十地就成佛了，十地的後面就是無間道，這個無間道變成解脫道的話，這個解脫道就是成佛。所以在這個解脫道是完全沒有障礙的，已經將所有的所知障、煩惱障都斷除掉了，這時才用「如來」，如來是法性現前的意思，如這個法的本性一模一樣，它已經來到這個地方了。所以這個時候才可以說法性現前，前面就還是有問題的，還沒有如法的本性來到這個位置，他的想法、看法還是有問題的。如來和善逝是有差別的，善逝是最圓滿的樂，如來是對境（法的本性）跟想法一模一樣已經來到這個位置。

剛剛講的「法性還沒有現前」就是「看法還有問題」的意思，他面對境時的看法都還是有問題的，等到完全都沒有問題就是法性現前，也可以說「如來」。這邊講的是這個人本身的想法有沒有問題，不可以說是他裡面的一個心有沒有問題。初地、二地現證空性的現量是這個看法沒有問題，但是，這個人的看法還有問題。大家對於這一點要清楚，否則會產生質疑：「初地、二地是現證空性，為什麼他們還是有問題呢？」現證是指他的現量是有現證空性，這個現證是沒有問題的，對於空性上面的看法完全沒有

問題。但是，那個人跟他的想法還是沒有到達無二無別。比如我們現在有時候修悲心，我們那時候的內心的確有悲心，但是，這個悲心跟我們這個人並沒有無二無別，我們有時候還是會生氣。同樣的，他的現量對於空性上面的看法是完全沒有錯的，所以是無錯亂的心，但是，他的人跟這個現量並沒有達到無二無別。

從「殊勝心壞瑜伽者，輾轉由上遞相害」就可以了解到至高無上者是不會被其他者所危害的，此時就是如來、法性現前的時候。

講到世俗諦就是指那些執實的補特伽羅庸俗的心所能夠了解的部分，而勝義諦就是他們沒辦法了解的了。所以那些了知勝義諦的瑜伽士就能夠去危害那些庸俗者，也就是能夠去危害那些只能了知世俗諦者。這樣講起來的話，可能下部宗就會反駁：「這樣講的話，在名言上的建立豈不是都被破壞了嗎？」

這裡舉出說實事師（有兩宗）還有唯識宗所提出來的辯論，請看第二五八頁「丑二、釋於空性不能生歡喜之難 分二、寅一、正說」：

中觀有部共許喻，於果義未觀察故。

說實事中觀宗師和是以夢境和幻術所共許的比喻為因來作諍論的，這兩句只是簡單的舉出他們的辯論，比較詳細的辯論情形在下面就會講到，下面會很廣的講到如何破除唯識宗的主張及如何破除經部宗的主張。藏文在這裡只有寫「二者」，並沒有寫出「中觀有部」的字眼。

說實事師是指毗婆沙經、經部宗和唯識宗，他們三宗是承許實有和承許無實有的，中觀宗在跟他們辯論的時候就引他們三宗所共許的比喻（魔術和夢境）作為因來回答他們的妨難。在我們要了解他怎麼回答之前，就要先知道他們的妨難是怎樣的妨難，也就是他們到底提出的是怎樣的爭辯。他們說：如果在勝義諦上真的是無自性的話，那麼，世俗諦也會變成無。如果世俗諦變成無的話，那麼，布施等經過三大阿僧祇劫集資淨罪等成佛的因就會變成無，如果成佛的因沒有了的話，就不可能會成佛了。中觀宗回答：並不會變成無，雖然說無實有，可是在名言上依然可以建立起來，就譬如像魔術一樣。這裡的第二句說「於果義未觀察故」，為了證得佛果而去修持布施等法在未觀察之下是有的，也就是布施等修行在名言上是有的　。這邊說「二者共許喻」， 就是以比喻為因，在不加以觀察、審察的這個因之下，就以他們所共許的魔術這個比喻來作回答。

就像魔術變化出來的馬，並不是說牠就是沒有的，牠在名言上可以說是有的，只是魔術變化出來的馬根本就沒有牠的體性存在。同樣的，我們為了成佛而修行的布施等雖然不是實有的，可是也不能說這些就是沒有的。

雙方辯論的原因是有的，請看文：

世間見為實有者，若於真性而觀察，
如幻而有不同此，故瑜伽者與世諍。

說實事師見到世間是實有的，比如他們說火性是燒熱的、水性是濕潤的，這在世間而言是真實的、實有的，他們就因此而以不是為是而去爭議它為有它的自性而去執持它。這樣的執實跟所舉的比喻（魔術的幻化）是不一樣的，因為這一點不同的關係，瑜伽者跟說實事師諍論的原因就在於此。

以上是很簡略的闡釋出中觀宗和說實事師之間的辯論，下面就是廣說了，「寅二、釋妨難 分三、卯一、總破經部等之說實有者」，以經部宗為主的說實有者非常多，就以經部宗為主來總破說實有者。唯識宗也有它的說實有的部分，那是屬於它的不共的部分，所以是別破，就是特別去破除唯識宗的主張。

經部宗說：如果色等諸法無實有、無自性的話，那是會被危害的，會被經典所危害，會被現前所為害。

卯一、總破經部等之說實有者 分二、辰一、破現量相違：

色等法雖現量性，名言共許非量成。

經部宗想的是：我們五根所對的五個外境是實有的，因為這五個外境是我們可以親眼看到的，因此，它們是實有的。如果它們不是實有的話，我們應該就不能親眼見到它們那麼具體的存在著。因為經部宗認為現前的顯現境跟實事是同義詞。

經部宗認為：當眼識遇到色等諸法的對境時，就此色的對境而言已經是色的本性了。中觀宗就不是這樣認為了，他們說：雖然我們的眼識遇到色的對境，可是「這個色的對境呈現為自性成立的樣子」這一點是有過失的，可是經部宗卻說這是色法的究竟本性，而且他們認為這個了解對境的心識是無錯亂的、真實的。

仁波切說：我們不要誤會「經部宗說的色法是諦實有」是跟我們的感

受沒有關係的另外一個解釋，這是不可能的，他們也是非常有智慧的，他們會用我們現在凡夫的感受，他們會配合這樣來講。所以他們會說：我們現在眼識看到的境是明明白白的，可以說是完全沒有錯的，所以是諦實有、真實的。所以他們會說「我的眼識沒有錯」。因為他們認為這是沒有錯的，當然在了解這個境的時候，這個境就是最正確的，實際的情況並沒有一個我們顯現的情況之外的另一個東西，這個眼識是完全沒有錯的，這個眼識一見到境的時候，這個境本身就是實際的、真實的。所以他們就會想：「這是諦實有的、真實的，不只是眼識，所有現量識的境都是真實的存在。」所以經部宗所講的跟我們的想法非常相應，他們就會說：「你們中觀把它解釋為沒有真實的，這是很奇怪的。我們的眼識沒有錯啊！所以我們的眼識直接看到的境的情況就是真實的。這個是沒有錯的，所以是真實存在的。你們講所有的境都是不真實的，這是很奇怪的。我們現在看到的那些一定是真實的，因為我們的現量識已經認出來了，所以就是真實的，我們的心識沒有錯，所認出來的就是真實的。」中觀說：這就是我們的眼識有問題，眼識了解的這些都是有問題的，只有現證空性的現量識是無錯亂心，其他所有的心都是錯亂心，連現證無常的心也是錯亂心，現證四聖諦也是錯亂心。所以現證空性以外的所有的心都是錯亂心，這是中觀的講法。經部宗所講的不可以說沒有道理，他們也是經過很多思考才講出來的。

經部宗說這些色等是實有的，因為他們認為這些現前的對境是真實的，所以他們認為這些對境是可以去了悟的。雖然他們認為對境的顯現是顯現為實有，可是他們認為對境的顯現跟對境的實情是相符合的，這就跟我們蠻相似的，我們也認為：對境的顯現是顯現為實有，而且實情是我們也認為它就是實有的，就像我們的眼識顯現出對境的時候是顯現為實有，而且，我們心中也認為它就是實有的。但是，實際情況並非如此，雖然它的顯現是顯現為實有的，而它的對境的實情並非是實有的，所以才說色法究竟的自性並不是量，它僅僅是就粗品的唯世俗上來說才是量而已。中觀會說眼識是不是量？是量，哪一個境才是量呢？只是在色法的世俗那一部分是量而已，而色法的究竟本性上面完全不是量。

仁波切說：這裡的主要區分是：我們的眼識自己覺得境的顯現和實情是相符的，這是眼識的感覺，實際上並不是這樣，實際上，我們的眼識在面對境的時候，它的顯現跟這個境本身的實情是不相符的。因為我們的眼識本身有這種相符的感覺，所以經部宗就說這是相符的，因此說眼識是無錯亂的。中觀宗會說是不相符的，既然不相符的話，我們的眼識沒有抓到境的究竟本性，它只是最粗的世俗那一部分的量而已。

所以這邊說：「雖然是共許的，可是它並不是量。」這就是「名言共許非量成」的意思。這邊又舉出比喻來說明，請看文：

如不淨等計為淨，是故說彼為虛妄。

以身體為例，實際上，身體並不是清淨的，可是我們卻以為它是清淨的。如果去加以細細觀察的話，就會發現它實際上不是清淨的，而我們卻以為它是清淨的，這樣是跟真正的情形不相符合的，這就是顯現跟實情不相符合。同樣的，顯現是顯現為實有，而實際上是無實有的，所以是不相符合的。

上面是去破除「被現量所違害」這一點，下面就是去破除「與聖教相違」這一點。佛在宣說四諦時並沒有說無自性這一點，他是以「有自性」為基礎再進一步去宣說四諦的。

辰二、破聖教相違 分二、巳一、引聖教明而為無常等義：

令世間人漸趨入，是故依怙說無常。

這裡的「依怙」就是指世尊，世尊在經典裡面說「有為法都是無常的」，實際上，世尊可以為世間的人直接就開示對境的究竟自性，可是他不能直接這樣去開示，因此，他就先對世間人闡釋無常，然後再闡釋苦，然後再闡釋空、無我，這樣做最主要是要讓世間人能夠逐漸的趨入到無自性當中。所以他並沒有直接去闡釋出「無自性」。

巳二、破是了義：

彼諸法非剎那性。

實際上是無實有的，可是佛並沒有直接去宣說諸法是剎那自性不成的。

仁波切說：佛在第一轉法輪時說「一切有為法都是無常」，講這些是配合有部和經部的宗義。在他講的時候，先帶出「一切的有為法都是無常」，然後帶出「不是常一自在」，然後帶出「比較粗的補特伽羅無我」，然後帶出「下部宗的細的補特伽羅無我」，然後一步步帶出唯識，然後是帶出中觀。所以在講第一轉法輪的時候，佛的目標是一定要將眾生帶到中觀的見解，第一步是帶出無常，此時佛就配合眾生的想法講「一切有為法是真實、諦實有」，然後就講那些都是無常的。

巳三、釋不相違 分五，午一、釋世俗亦不成難：

世俗亦應成相違，瑜伽世俗故無過。
觀待世間見彼性，否則世間應能壞，
女人不淨決定解。

這邊說「世俗亦應成相違」，也就是在世俗上而言，世俗就是指世間，世間都共稱有為法是常的，比如上午有的事物到下午還是有，所以他們就會認為是常的。

我們先解釋世俗，在藏文裡有不同的解釋，而且，他們也常常使用這個詞。第一個是指名言上的心，第二個是指無明心，第三個是世間共許，這邊偈頌裡的「世俗」是指「名言共許」，我們前面有講到「故說心是世俗」，這一句的「心」就是指無明而言，世俗就是指障蔽。所以藏文在用「世俗」二字的時候，就有很多不同的角度來解釋。

他們提出這樣的妨難，這邊在做回答的時候，回答說：這邊所說的世俗並不是指世間庸俗的人而言。當我們說到世俗的時候有幾個意思，一個是指庸俗的人，一個是指未證空性的瑜伽士，另一類是已證得空性而在他的心相續當中仍然有著了悟世俗對境的世俗的行者。這邊所指的世俗是世間所共稱的沒有在修行的人，對於這些沒有在修行的人而言，以他們的見為主來說色等諸法是常，這樣的講法是根據那些未修行的人來說的。如果是根據修行人來說，未證空性的瑜伽士就是後面一句說的「瑜伽世俗」。如果是就瑜伽世俗來說的話，是沒有相違的、是無過的，原因是「觀待世間見彼性」。

這邊是以世間所共稱的方式來建立起，並不是以真如的方式來建立起。「否則世間應能壞，女人不淨決定解。」比如女人實際上是不淨，可是世間卻以為女人是淨，如果不是站在世間共許的方式來建立起來的話，那麼，女人不淨就是不淨了，而不應該以她為淨。

仁波切說：這裡主要是講我們要認清楚世俗，我們共許的世間的看法也可以稱為世俗。另外一種是已經進入佛典的宗派但是還沒有了解空性，這個過程也可以說是世俗。還有另外一種是已經了解空性但是這個補特伽羅的內心中還有菩提心、大悲心和慈心等，這些也是世俗。所以世俗的心可以分成等級。

現在第一個妨難所用的世俗一般凡夫所共許的稱法，用這個角度來妨難，一般凡夫看到早上的東西到下午還在，就是這樣一種常法的看法，所以他認為這些都不是無常的。所以以世俗的角度來說，你講的「有為法都

是無常」是不對的，他就是這樣妨難。

回答時說「有為法都是無常」以世俗的角度也可以了解，它不是法的究竟的本性，但是，它還是我們可以了解的。我們自宗回答的是已經進入宗派、佛法，而且修了一段時間，了解到有為法就是無常。所以自宗所回答的世俗跟妨難的是不一樣的角度。

自宗的回答是：一切有為法是無常，我們了解的時候也不需要了解法的究竟本性，就世俗的這個角度就可以了解的。在這樣回答之後，他又妨難：「一切有為法都是無常」能夠了解的話，這就是已經真實、諦實有了。自宗又回答：這些都是從世俗的角度講的，只是世俗的角度了解而已，並不是真實的。在這樣回答之後，他還補充一種回答：世俗的了解是沒有辦法危害真實的情況的。

問題：我們在攝類學裡面講到有為法都是無常法，剛剛您講到經部宗的部分，好像有一點迷糊掉了。

回答：一切的有為法都是無常，這一點經部宗也是認同的，唯識也認同，中觀也認同。這裡講的是世俗的法了解的一個情況，它有一個階段，世俗這一部分了解的時候，它沒有辦法危害實際究竟的實情，它只是一個階段而已。

問題：這一段都是講說「在世俗當中」，中午以前的東西在中午以後還是在所以是有自性的，這是常的，這是世俗的，現在又講諸行是無常的、有為法都是無常的。前面的那個講法是經部宗的講法嗎？

回答：你前面所講的那一個是妨難的那個人講的，而自宗回答：「一切有為法是無常」是從世俗角度可以了解的。

問題：剛剛問難的那個人不是屬於經部宗的嗎？他有沒有屬於哪一個宗派呢。

回答：是屬於經部宗，但是，他們要跟中觀辯論就故意這樣說，並不是他們真正的想法。因為「世間共許」是中觀非常注重的，世間共許裡面有很多的意思，這是很複雜的。有時候是隨便我們稱「世間共許的」，有的時候講世間共許是那麼重要，這樣的世間共許的意思是：一切的法沒有諦實有，都是分別心假名安立的。所以在用「世間共許」一詞時，有時候是這樣的意思，有時候是那樣的意思，這是比較複雜的。一切的法是我們的分別心假名安立的，這也是世間共許的，但是，我們還是會把「假名安立」

看成諦實有。所以在世間共許當中，法本身不是諦實有的，但是，我們的分別心會把它看成諦實有，世間共許也有這樣的意思。所以以世間共許的角度來說，一切的法都是諦實有的，也可以這樣想。另一方面，一切的法是世間共許的，所以一切的法不是諦實有，又可以這樣講。所以在使用「世間共許」時是很複雜的。

中觀自己在用時也有他們自己的用法，他們在用的時候會從自己的見解角度來想，從下部宗看中觀應成用的世間共許，他們會覺得很複雜，所以他們會有各式各樣的講法。

下部宗會說：你們對世間共許這樣講的話，一切有為法早上也在、下午也在，這樣的世間共許跟你們的想法不相違嗎？中觀應成派回答：世間的共許一切的有為法就是無常的，這是可以了解的，能了解「一切有為法是無常」的有境還是一個世俗的心，所以這樣的了解也是世間共許的角度了解而已，並沒有真正的抓到法的本性。因為經部宗對於世間共許的意思不太了解，所以他就會亂掉，我們也一樣會亂，所以對於這幾句話的意思就無法理解。

《入菩薩行論四十三》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/01/21

〈智慧品〉最主要是用來抉擇空性的一品，抉擇空性先由抉擇二諦的建立開始，如果對於二諦的建立不了解的話，那是無法了知空性的。所以我們對於二諦的建立加以抉擇。

這裡講到要抉擇二諦時提到唯識宗與經部宗對於二諦的建立和中觀宗是不相同的，如果要捨去唯識宗及經部宗對於二諦建立的見解，就必須要先了解他們的主張的過患是什麼。所以這裡提到兩個科判，第一是斷疑，第二是斷妨難。

首先是總破經部宗的主張，這裡又分為兩個科判來說，第一個是破除與現量相違的妨難，這就是第二五八頁的「色等法雖現量性，名言共許非量成，如不淨等計為淨，是故說比為虛妄。」另一個科判是破除與聖教相違的妨難，又分為三個科判，第一和第二個科判就是「令世間人漸趨入，是故依怙說無常，彼諸法非剎那性」，第三個科判是「釋不相違」，我們上次就講到這裡。

經部宗提出妨難的時候也會引經典來佐證，他們所引的經典是第一法輪當中所說的經典，在作答辯的時候，也一樣是引經典來作答辯。經部宗問：第一法輪裡面的經典有講到「佛說諸法從色到三十七菩提分之間是自性成立的」。他們也引經典這樣說。答辯是：佛雖然在第一法輪說從色到三十七菩提分之間講到諸法是自性成立的，可是佛在中法輪時卻說「從色到遍智之間整個諸法都是無自性成立的」。因此第一法輪和第二法輪所說的是完全相反的。我們上次講〈緣起讚〉時提到從色法到遍智之間可以分為兩大類，一類屬於染污品，染污品的有五十三類，另一類是清淨品，清淨品有五十五類。屬於染污品的五十三類是從色等五蘊開始講的，清淨品的五十五類是從色法一直講到一切遍智相，這兩大類就涵蓋了從色法到遍智之間的整個諸法。所以中法輪講的就是諸法無自性的內容。佛在轉第一法輪的時候，所宣說的所化機是屬於小乘的所化機，因此不可以對他們講大乘道裡面的法，所以佛在第一法輪的時候才只有講從色到三十七菩提分之間的法而已。

因為第一法輪的所化機最主要是毗婆沙宗和經部宗，所以佛才會對他們說諸法是有自性的，所以當他們在承許二諦的建立時，他們就引了第一

法輪裡面的經典來成立起二諦也是自性成立的，他們這樣的主張正好跟中觀宗所說的「二諦是無自性成立」相反，所以他們沒辦法信服中觀宗所說的「諸法無自性」。因此他們就引了第一法輪的經典來佐證，他們說：第一法輪裡面的經典有講到一切有為法都是實事、自性成立，因此佛說無常。「令世間人漸趨入，是故依怙說無常」，所以他們就引了佛說的這一句話來說。他們說：無常就是剎那性，為什麼呢？因為是實事，實事必須要是有，他們認為實事是自性成立、是有的。所以回答時說：雖然是剎那性，可是不是你們所說的諦實成立的剎那性。

在《入行論》裡面的「令世間人漸趨入」和「彼諸法非剎那性」兩句只是回答而已，並沒有直接講出對方所提的問題。可是我們從這個回答就可以了解他們所提的問題是什麼。

第三個科判是「巳三、釋不相違」，這裡又分為五個科判，「午一、釋世俗亦不成難，午二、釋不應積集資糧難，午三、釋不應結生相續難，午四、釋不應有罪福差別難，午五、釋不應有生死涅槃各各決定差別難。」

經部宗對於中觀宗說的「諸法無諦實成立」在心中生起了一大堆的疑惑，他們認為：如果諸法無實有、無諦實成立的話，第一個是名言上的一切成立將會失壞，也就是世俗諦的法將無法建立起來，第二是經過一番辛辛苦苦的積聚資糧將無產生結果的能力，第三是將無法結生相續，如果無實有的話，所謂的從前世來此世及由此世到來世也將無法成立起，第四是行善得樂果及造惡得苦果也無法建立起來，第五個是輪涅的各各決定將無法決定，因為以輪迴順轉而言就是從因（無明）依次到果（生老死），這整個建立也將會失壞，甚至逆轉的斷除無明乃至最後證得涅槃也沒辦法建立起來。所以他們心中就產生了這一大堆的疑惑。

經部宗有這樣的疑惑，因為他們認為：如果這一切都是無實有、無諦實成立的話，那麼像輪迴涅槃、結生相續及名言上的一切建立將會失壞。他們認為：如果一切諸法實有的話，這一切就將可以成立起。或許我們也會有跟他們一樣的想法，因為我們都會覺得好像有個從前世而來到此世然後再去到後世這樣能結生相續的造作者，或者是說有一個造業的造作者存在。我們也認為造惡會得苦果、造善會得樂果，如果是實有的話，那麼這一切都可以建立起來。所以寂天菩薩在解說的時候，他一方面也敘述出經部宗的主張，另一方面也講出我們心裡面的執諦實成立的心。

說到他們的執實是如何建立起來的，他們主要是根據因果緣起上而生

起執實的心，主要的生起者就是經部宗。經部宗認為一切的實事都是實有的，雖然唯識宗也認為圓成實性、依他起性都是實有的，可是他們並不像經部宗認為所有一切勝義諦的法、世俗諦的法、所有一切實事全部都是諦實成立的，唯識宗只有認為圓成實性和依他起性是諦實成立的而已。所以經部宗最主要是依於因果緣起的道理生起認為所有一切法都是諦實成立的這種執實的心。

仁波切說：我們小時候要學的小理路，上次講到「經部宗諦實有、勝義諦、實執、無常都是同義」，要這樣不斷去背，這些的來源都是很大的經論。比如我們在《入行論》這裡，我們看一看經部宗思惟的方式，都會講到因果的緣起，用這個他們覺得一切有為法都是諦實有、諦實成立的。所以我們看一看，經部宗的諦實有、有為法、實事有、無常都是同義。所以我們這裡看得出來諦實成立、無常、有為法是同義。我們小時候只是背誦，並沒有特別說明這部論講什麼或那部論講什麼，因為小時候沒有辦法這樣思考，就只有簡單的背下來而已。

經部宗認為有為法是實有的、諦實成立的，他們認為無為法是在諦實成立的有為法上面有。當我們講到有境的時候有兩個量，都會說比量是依於現量而生起的。如果比量的所量是常，常要依於現量所量的實事才能夠成立起來，常和實事之間是有關係的，常的所依處必須要強而有力才可以，所以它是諦實成立的、實有的。這個能依者倒是不需要有那麼強的力量，它雖然可以自性不成立，可是卻是自相成立的，這是經部宗的講法。

仁波切說：比量和現量中哪一個是所依呢？現量是所依。了悟空性的比量和了悟空性的現量中哪一個是所依呢？現量不是所依，比量才是所依。我們剛剛說比量和現量中來說現量是所依，這個現量跟比量是不同的境。比量是需要靠一個正因，正因是我們現量的一個境當理由，是我們沒有辦法直接看到的法，而是用推比來了解的，這就是比量。所以在比量前面一定要先有一個現量的境，如果沒有這個現量的境就沒有一個正因，要用這個正因去推比才能了解一個其他的境。可以說一個是隱蔽法，而另一個是顯現法，我們用一個顯現法當正因，然後推比出一個隱蔽法，可以說比量的前面一定需要一個現量。所以比量的所依一定是現量。

同樣的，分別心也是先要有一個現量的顯現境，我們內心才會從這上面去判斷、分別，如果沒有一個現前的境就沒辦法去判斷。比如要先看到一本書，然後才會說它是好或不好，就會去判斷。所以要先有一個現量的境才會有一個分別的心出現。所以現量的顯現境是所依，分別心的顯現境

是能依。大家知道分別心的顯現境跟常法是同義，現量的顯現境跟無常是同義，這是以前教過的。現在講的是經部宗會說：分別心的顯現境所依的就是現量的顯現境。分別心的顯現境跟常法是同義，現量的顯現境跟無常是同義，所以常法的所依就是無常，而能依就是常法。比如虛空是常法，比如現量的境是一個景象，我們就去區分它有沒有質礙，沒有質礙的部分就是虛空，前面有一個現量的顯現境的景象，我們的分別心在這個景象上去判斷這裡沒有質礙，這個部分就是虛空。所以虛空的所依就是有一個無常，就像這一類的情況。以瓶子的反體來說，所依的就是瓶子，「我們內心裡遮止所有的非瓶子」這一部分就是瓶子的反體，將所有非瓶子遮止的部分就是常法，那部分就是瓶子的反體，它的所依是瓶子。所以先要有一個現量的顯現境，然後我們的分別心就會在它上面判斷，也就會有一個常法出現，所以常法的依止就是無常。

經部宗認為：以所依和能依來說，所依的力量比較強，這就是諦實有。能依還是有被所依障礙， 它靠這個的時候自己也有一點點力量。如果我後面沒有一個人擋住的話，我就沒有什麼力量，如果我後面有一個人擋住的話，我就有力量。同樣的，常法在依止無常的時候，它就有一點力量，它可以說是自性成立，但是並不是諦實有。常法跟無常兩個都是自性成立，但是經部宗會區分自性成立跟諦實有，所有一切法都是自性成立的，諦實有就不是了，只有無常的法才是諦實有。

經部宗說諦實有就是指實事而言，那些非實事的都是自相成立的，經部宗在這裡提了五個疑難，他們的第一個疑難是「釋世俗亦不成難」，我們從這個問難中可以了解到經部宗承許常是自相成立的，也就是他們認為自相成立、諦實成立的建立並不一定需要依於因果建立的理由才能成立起來，從第一個問難可以推知他們有這樣的主張。

仁波切說：當他們提出來第一個問題時，我們會感覺到經部宗的自性成立這一部分，他們在跟中觀辯論的時候也有用因果的緣起，也有另外一個是用假名安立，或是用假名安立的相反（就是尋求的話找得到）這一部分也有自性成立的理由。所以第一個問題提出來的時候，尋求的話找得到，不可以說都只是假名安立而已，不可以說所有一切法都是找不到的。如果說一切都是假名安立的，都是尋求之後找不到的，那麼一切的法都沒有什麼存在，他們會提出這樣的問題。在他們提出來這個問題的時候，我們會看到經部宗的想法，經部宗他們自性成立的理由也有尋求的話找得到，而並不只因果緣起的關係。有因果緣起的話一定是自性成立，尋求的話找得

到也一定是自性成立，兩個都可以成立自性有。所以這兩個都可以用來成立自性有。真正自性有的定義是尋求的話找得到，因果緣起可以當為正因，但是它和自性有並不是同義的。以經部宗來說，因果關係和諦實有是同義，並不是和自性有同義。一切的法都是自性有，無常就是諦實有，常法不是諦實有，經部宗是這樣區分的。所以我們從經部宗提出來的第一個問題可以看出：以經部宗的看法，尋求的話找得到也是自性有的一個理由。

問題：經部宗成立起自性成立的理由就是這兩個嗎？

回答：可以這樣說。但是不可以說只有這兩個，我們從現在這個問題裡面看的話，會看得到自性有的理由就是這兩個。從這五個問題中的第一個問題可以看出經部宗認為尋求的話找得到是自性有，從後面四個問題可以看出他們用因果緣起成立自性有。

中觀宗說一切諸法是唯世俗，經部宗認為：你講唯世俗的話，那麼一切諸法將失壞。因為他們認為：如果在諸法的安立處上去尋找而不可得，也就是諸法僅僅是在安立處上假名安立的話，那麼一切都將失壞。經部宗認為：如果說有為法僅僅是名言上有的話，那麼這些有為法也應該在安立處上要有所得。他們會舉出「早上有的到晚上還是有」的例子出來。

中觀宗的回答是：唯世俗有是指唯以世俗量而成立的，也就是唯於名言上而安立的，既然是唯於名言上安立的話，那就表示在它的安立處（施設處）上去尋找是不可得的，也就是找不到的。

仁波切說：對於經部宗的問題，我們也去想一想的話，也是非常相應的。這裡講一切有為法是無常，「一切有為法是無常」不是自性有，這不是有為法的自性，當我們講「一切有為法是無常」的時候，有為法本身完全沒有自性的，從唯名言的角度講有為法是無常的，真正的實際上它沒有自性，它沒有自性的意思是尋求是找不到的，而只是唯名言而已。講到「唯名言」的時候，經部宗就頭痛了，經部宗覺得：尋求找不到而且又是唯名言，這是什麼意思呢？既然是唯名言的話，有些人就會說有為法就是常法，他們這樣安立的話，也會變成常法嗎？因為它就是唯名言而已，那些人稱為常法就變成常法，這些人稱為無常又變成無常，唯名言會不會變成這樣呢？我們也就「唯名言」的意思去想一想，好像講什麼實際上就是什麼，是不是唯名言就是這樣呢？我們也會這樣想。因為唯名言去尋求的話是找不到的，如果找得到的話就是本身自性有，既然尋求的話找不到，又一直講唯名言，經部宗就會辯：一切有為法是常法嗎？世間共許就變成這

些是常法，如果世間共許稱這些是常法的話，這時候會不會變成唯名言是常法呢？他們就這樣辯，此時中觀就回答：不是，這是世俗的量成立的，尋求的話還是找不到，但是唯名言的「名言」有兩種，一個是量，一個是非量，所以世俗的心就講這裡要去區分量和非量。中觀回答說：量成立，這個很難，有境是量，但是境又找不到，這又怎麼算量呢？這裡怎麼區分量跟非量呢？因為兩個的境都是找不到的。但是中觀回答：這個境要去區分量跟非量。有為法無常就是世俗量能成立的，有為法常法也是唯名言，但是它不是世俗量成立的一個境，就這樣區分。我們想一想，好像很頭痛。

這邊說「世俗亦應成相違」，這是他們說的，回答是「瑜伽世俗故無過」，就是瑜伽者以世俗量成立起世俗的法，所以是沒有過失的。

有為法是無常，說「有為法是無常」是以世俗量成立起來的，對方或許就會問：這樣子的話，是不是就會成為有為法真正的體性呢？回答：也不是，「不可得」的這一點才是它真正的真實性。

經中講到有為法是無常，他們就會說：你這樣子講是不是會跟經中所說相違呢？回答是：不相違，因為無常並不是有為法的真實性，雖然說有為法是無常，可是無常並不是有為法的真實性。就好像我們在講苦諦的時候，我們都說諸有為法的體性是苦的，我們就會認為真的是苦的，所以我們就會認為「苦是諸法的真實性」。在第一法輪的時候就有講到：諸法是有自性的，諸法有它的體性，諸法是實有的。所以我們就會去執有為法真的是無常。剛才說無常不是有為法的真實性，那是觀待於去執「常樂我淨」的觀念而說「有為法是無常」是真的，是觀待於那個心來說有為法是無常的。

仁波切說：我們講「聖諦」的「諦」是真諦的意思，真諦的相反就是「不是實際的」、「假的」，意思是我們現在凡夫所看的都是假的，聖者才會看到真實的東西，他們看到一切有為法是無常、苦、空、無我，我們凡夫看到的是常、樂、我、淨，我們凡夫看有為法時就是這樣的看法。凡夫看的是錯的，這是假的。實際上，這些有為法上面的實性就是無常、苦、空、無我，這才是真的。所以四聖諦就是聖者的看法是真的，我們的看法是不對的、假的，我們的看法不是實際的。所以「有為法是無常」是真的，「有為法是無常」就是有為法的實性。所以第一轉法輪裡面有講到四聖諦，但是沒有講到空性。既然沒有講空性，那麼是講什麼呢？他講實性有，就是這樣講的：「有為法是無常」是有為法的實性。所以講四聖諦的時候就配合有實性、諦實有來講。經典裡有講到「有為法是無常」是有為法的實性，

這樣講的話，經部宗就會辯：「有為法是無常」是有為法的實性，因為經典裡有這樣的講法，如果不是實性的話，那就是矛盾了。中觀就回答：這是觀待世間見彼性，世間是見到有為法是常樂我淨，觀待於他們的心而言，所以說是「見到彼的真實性」。

這邊說經部宗會跟中觀宗辯論，他們說：不可以在安立處上尋找而不可得，必須要有所得。中觀宗說在諸法的安立處上尋找是不可得的，而他們說必須要有所得，所以他們是就中觀宗的「諸法無自性」的這一個見解上去爭辯。

這邊回答：僅在名言上安立為有的並不需要以名言量來成立它有，也就是不需要用名言量來成立它。就像這邊所舉的例子「否則世間應能壞，女人不淨決定解。」就是舉「女人不淨」這個比喻來說明。

問題：雖然舉了這個例子，還是不懂。「女人不淨」是說女人本來不淨而看成淨或是本來淨而看成不淨呢？為什麼要舉這個例子呢？

回答：不是這個意思。以世間共許來說，我們會說一個非常美麗的女孩子是非常淨的，它是名言的，但是它不是世俗量成立的，如果是世俗量成立的話，實際上就要有。以世間共許的角度來說她是淨的，但是她實際上是不淨的，所以共許所講的淨並不一定她實際上必須要是淨的。

他們剛剛辯的是：我們世間會說有為法是常，比如早上的那個人到下午還在，世間共許會這樣說。它是名言，但是它不是世俗量成立，所以這個「常」不是「實在」。所以名言不一定是實在的，在這上面用一個比喻來說明。

問題：名言共許的不算量，經部宗講的是我們看得到的，那就已經是量了，現量，看到了啊！世俗說早上這個人到下午還在，這個人事實上是在啊！世間就是這樣共許的。

回答：不在啊！實際上他不在，他就已經過去了，早上是早上，下午是下午，實際上是不在的。但是我們會說早上那個人到下午還在，世間共許或名言上會這樣子說。但是實際上它並不是世俗量成立的，世俗量成立來說就是無常。

問題：現在是說一個女孩子很漂亮，早上很漂亮到下午還是很漂亮啊！

回答：現在不是常法的意思，我們現在是從本身的「淨」上面來分，如果世間共許或名言的乾淨、美麗實際上存在的話，這個想法是量，如果這個想法是量的話，另一方面我們修不淨觀就修不成了，如果這個是量的話，那麼我們修不淨觀就變成不是量（非量）了，以非量跟量來說，量能害非量，非量不能害量，有這樣的區分。所以現在把本來是非量的世間共許的乾淨、美麗變成量的話，不淨觀就完全修不成功了，因為不淨觀就變成非量了，變成非量就會被量所害，就是這裡講的「世間應能壞」。

問題：這裡是中觀在回答經部宗嗎？它說「觀待世間見彼性」就是看到常樂我淨，他現在要舉出一個例子，所以就以「女人不淨」為例來講出淨跟不淨的關係，是不是呢？

回答：現在要講的是：名言不一定是尋求的話找不到，名言不一定是世俗量成立，在名言上有不一定以名言量成立起來。就好像世間都認為女人很漂亮，這是我們在名言上所安立的，可是它並不能用名言量成立起來，如果用名言量成立起來的話，她實際上是不淨的，用名言量能成立起來的就是不淨觀，如果世間共許的「女人很漂亮」是真的的話，那麼不淨觀就將修不成功了。

問題：假如我不是佛教徒，如果照剛剛的推理，我就可以說「你們這樣修不對」。這裡的邏輯推理是：如果女人不淨是真實的，那麼不淨觀就將修不成，我可以說：「對啊！就是修不成啊！」這裡的理由好像是：因為我是佛教徒，不淨觀一定要能夠成立，所以世間共許的「女人淨」這件事情事不成立的。這好像是我們自己關起門來講的話。

回答：常樂我淨是錯亂的心，相反來說就是無常、苦、空、無我。就佛教來說，無常、苦、空、無我確實是對的，確實是可以成就的，所以它的相反（常樂我淨）當然就是非量，它是錯亂心，以淨跟不淨來說，不淨才是正確的。佛法還是會講有美麗、有乾淨，但是這裡的常樂我淨的「淨」是我們的一種「淨」的想法的趣入境，它的趣入境確實是不存在的。我們的想法是百分之百甚至百分之兩百都是乾淨的，這種看法確實是不存在的。這邊講的並不是完全沒有乾淨的意思，不可以說沒有乾淨，也不可以說沒有美麗，但是我們想像的美麗、乾淨是沒有的。

我們想像的是名言，有沒有名言？有沒有世間共許？有啊！但是另外一方面的修不淨觀是實際上的，一直去修，將心裡面「非常乾淨的」、「非

常美麗的」的看法破除，我們所要打破的想法確實是非量，如果它是量的話，那麼我們就修不成了。四聖諦是可以修得成就的，這是佛教都共同的看法，所以中觀對經部宗可以這樣講，這並不是中觀在跟一個外道講話，所以就可以用這個比喻跟他辯。

總之，第一個問題是因為中觀宗說諸法無自性，而經部宗說諸法應該是要有自性的，應該要在安立處上有所得，如果有所得的話，那就表示諸法是有自性的。他為了要證成這樣的看法，就引了經典出來講。

第二個問題是：如果諸法無自性的話，豈不是都如同幻化一般了？如果諸法像幻化一般的話，實際上它就沒辦法存在了，我們那麼辛苦的去積聚資糧，豈不是一切都像幻化一般而不會結果了嗎？如果是這樣的話，那麼我們很努力去供佛或積聚資糧，豈不就吃虧了嗎？那麼你們說積聚資糧將得到果報的這一建立將不合理。回答是：不是，你所積聚的福報依然可以得到所應得的果報。

午二、釋不應積集資糧難：

如幻由佛生福德，如佛有實福亦爾。

從第二個問題到第五個問題之間，都是針對因果緣起來作答辯的。

經部宗認為：你去供佛、積聚資糧等積聚種種的福報，就等於是有一個能生果報的因，供佛是一個能生果報的因，這個因應該是實有的，應該是要自性有的。經部宗就是「自性有」這個能立法成立起一切法都應該要自性有。

這邊回答「如幻」，經部宗就會認為：我們所供的佛如幻、諸法如幻的話，那麼我們所供的豈不是幻化的嗎？我們所供的豈不是就不是佛了嗎？

我們會認為殺幻化之人並非殺人，也會連想到幻化之佛也一定是非佛，我們也會這樣認為。仁波切說：在戒律裡面說：殺幻化的人不算殺業，因為這本身就不是人，所以就沒有造殺人的業。同樣的，所供養的對境（佛）如果是幻化的話，那就變成不是佛，既然如此，不管怎麼去供養他也都不會得到功德。

他所提出辯論的主要問題是：我們供佛時會積聚資糧，積聚資糧是非常有力量的，以後能感出很多很大的果報，比如供養佛會變成供養一切的眾生，因為佛就代替一切的眾生。所以對境本身是一個境，但是當我們供

養他的時候，就變成供養一切的眾生，所以就會累積很多的資糧。如果累積很大的資糧的話，它一定有能力，這個力量是一定要存在的，這個力量一定要自性、諦實有，不然的話，就不可能會有這種能力。主要的問題就是這個。

「午三、釋不應取生難」，就是破除不應結生相續的妨難：

或問有情若如幻，死已云何得再生？

這是問題，這邊直接就提出問題，可是好像沒有直接做回答，只是間接的去回答。前面是直接有做回答，可是並沒有間接的提出問題。

經部宗心中最主要的疑點是：我們死了之後還會再去投生，投生就是再到來世去，去來世者是我們的識，這個識必須要具有不間斷的力量，雖然我們死後換了一個身軀，可是心識依然還會往來世去，所以這個心識必須是實有的。

他們認為：如果識是無實有的話，就將無法結生相續。藏文的「結生」有「介於中間」的意思，也就是介於前世和後世之間，等於是識由前世去到後世，而身軀是不會去的，所以就由識來結合起由前世到後世去。

「或問有情若如幻，死已云何得再生。」我們剛才解釋過了這兩句的意思，雖然沒有很廣泛去解釋，不過，也可以說是解答了他們所提的問題了。經部宗認為：如果有情如幻化一般的話，這些如幻化的有情將沒辦法帶到來世去。幻化就如同魔術所變化出來的馬和象，這樣的馬和象只是短暫的顯現出來，並不能像我們的心識一樣持續的往來世去。所以他們認為：如果有情像魔術一樣是幻化的話，就將無法走向來世，所以有情應該是實有的。

如其諸緣聚會時，爾時能成諸幻事。
云何長時有諦實，有情實有亦如是。

這兩句就間接的作了回答，幻化跟有情在「無實有」這一點上是一樣的，可是卻又不完全相同，因為有情是可以再結生相續去到來世的，而魔術所變化出來的馬和象是不可能去到來世的。所以就這一點是不盡相同的。「如其諸緣聚會時，爾時能成諸幻事」就是針對不盡相同的部分作間接的回答。

仁波切說：甲曹杰在註解中針對經部宗的問題又提出另一個問題來反

問他們，他說：你說由魔術變化出來的一頭是象而另一頭是馬，那麼你為什麼不說魔術所變化出來的這一頭象是那一頭馬呢？意思就是要表達：雖然魔術跟有情在「無實有」上是相同的，可是如果因緣具足的話，有情仍然會繼續的結生相續，而幻化就不行了。

甲曹杰在這邊就把同樣的問題再丟給經部宗，什麼問題呢？假定一頭是幻化的馬而另一頭是幻化的驢子，兩個都是魔術幻化的，一個是魔術的驢子，一個是魔術的馬。如果有一個人問：這頭魔術的馬為什麼不會變成魔術的驢子呢？經部宗會回答：因為前面沒有一些咒語，因緣沒有具足的關係，所以它就沒有變成魔術的驢子。同樣的，魔術的眾生跟一般的眾生都一樣是無自性的，但是一個是因緣具足就可以去來世，另一個是因緣沒有具足就沒有辦法去來世。這一部分是在第二六〇頁倒數第二行，「汝亦自許夢幻虛妄，等同說言，如幻事所依之現相，於驢子前云何不現也。」

根本頌中的「或問有情若如幻，死已云何得再生？」是一個問題，下面的「如其諸緣聚會時，爾時能成諸幻事」是在回答前面那個問題，而在甲曹杰的解釋裡面則是再提一個問題來作回答。根本頌是用「如果如幻的有情因緣具足的話，他還是可以再結生相續的」來回答前面的問題，可是甲曹杰是用問題來作回答，而不是像根本頌那樣是直接去回答的。

下面的「云何長時有諦實，有情實有亦如是」是回答，實際上並沒有把問題舉出來，問題是經部宗說：如果以時間的久暫來說的話，魔術幻化的時間很短暫，所以可以說它是無實有的。但是有情就不是這樣了，有情是長久的，因為有情必須要持續的去到來世，所以是長久的，既然是長久的話，就必須要有力量，必須是實有的才可以。下面的「云何長時有諦實，有情實有亦如是」就是回答。

《入菩薩行論四十四》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/03/04

以前寂天菩薩是非常修菩提心和空正見，他是應成派最高見解的空正見，他在菩提心的修行上面也是非常強的，可以說以前像寂天菩薩修菩提心這樣的從來沒有出現過，所以我們可以學習他寫的《入行論》，這是非常難得的。

我們已經講到第九品，學習空性不可以看成像外面學術上的研究，這樣是學不到空性的，因為我們內心有各式各樣深淺不同的煩惱，其中最根本、最細的煩惱可以說是執著心，我們要能夠破除它才能夠說是了解空性。我們執自己的內心找執著心，然後去破除它，如果是從外面研究的角度的話，永遠是達不到的。我們從宗喀巴大師的傳記看的話，宗喀巴大師學習空性時就請教龍樹菩薩怎樣學習空性、怎樣了解空性，龍樹菩薩就說：「你要好好修心，主要是要觀察自己的內心，然後去調整自己的心，然後慢慢就會了解空性。」從寂天菩薩寫的《入行論》也會看得出來，在講空性之前的第八品講的是我們至少要先將內心的貪、我愛執等煩惱清淨，第八品裡面就是一直強調這些，如果能夠把這些清淨掉的話，才會能夠學習空性，才能有一點點可以靠近空性這個主題，如果沒有的話就永遠沒有辦法碰到空性。所以空性應該是要這樣學習的。

另外，我們在學習空性的時候，內心不要覺得：這個太深了，我還沒有到達能夠學習空性的程度，它是非常遙遠的。不要有這種感覺。應該要有怎樣的感覺呢？我們平常都一直會從宗派的角度去講空性，從經部宗、唯識一直到中觀，這樣講的時候我們內心要有怎樣的感覺呢？我們的執著心不管怎麼細，都還是可以用智慧去破除它。必須要有這樣的感覺，為什麼呢？經部宗認出來的執著心可以破除它，更細的唯識所講的執著心也有一些智慧能夠破除它，比它更細的自續派所講的執著心也有能力可以破除，再比它更細的應成派所講的執著心也有能力破除。這樣越來越細，在對境上面沒有任何一個可以執著的情況，什麼都已經去掉了。所以任何一個執著心的想法都沒有辦法成立，因此，我們的內心就要有一種歡喜、希望：「如果是這樣子的話，真的是有一天會成佛的，因為所有的執著心都是沒有辦法成立的，一定有一個智慧可以破除它的，一定有一個正因可以破除它。

以我們現在來說，我們可能都還沒有辦法認出應成派所講的執著心，

我們現在可以認出的應該是經部宗以下所講的執著心，慢慢要去認出這些執著心，所認出來的執著心越來越細，不管是怎麼細的執著心也都有一個智慧可以破除它，我們要有這種感覺。如果是這樣的話，我們就不用怕不會成佛了，因為不管什麼執著心都有一個可以對治可以斷除它。所以我們不要感覺學習是很遙遠或跟我們是沒有什麼關係的，我們不要有這種感覺，這些學習要使我們心中對於成佛的渴望增加。

也可以想：比如我們有時候心裡很煩，我們覺得好像沒有辦法離開這個很煩的情況，就有一點痩受了。我們就去想一想煩的根本來源是執著心，一定有一個對治可以斷除它，所以就不用怕，煩惱一定可以離開的。很多應成派所講的那麼多的論典、理由，唯識和經部宗也講了那麼多的理由，我們如果去學習的話，一定可以將我們平常煩惱來源的執著心斷除掉，所以就不用那麼煩，可以這樣自己安慰自己。

上次講到破除經部宗的主張，經部宗提出來的那些問題，我們想一想好像也有道理，其中有一些問題也是我們自己的問題，我們有一些想法跟經部宗的想法也是非常相應的。所以經部宗提出問題的時候，我們也會覺得「好像的確是有這個問題」，會有這種感覺產生。

經部宗提出了五個問題，我們上次講到第四個問題。經部宗的第一個問題主要是說：中觀應成派說一切法都是無自性，只不過是名言安立而已。當他們講「名言安立」的時候，經部宗就頭痛了，所以就產生了很多問題出來。如果是名言安立的話，解脫可以安立輪迴，輪迴也可以安立解脫，什麼東西都可以顛倒了。經部宗就會提出像這樣的問題，這是第一個問題，我們就先去破除這種問題。

經部宗的第二個問題是：我們不斷去累積資糧，結果就會越來越好，最後就會成佛。成佛的果報是那麼圓滿，要出現那麼圓滿的一個果報的話，因本身一定要有能力，如果累積資糧這個因沒有什麼力量的話，怎麼能夠感出這種果報呢？所以累積資糧一定有它自己的自性。

經部宗的第三個問題是輪迴的問題，我們的心一直不斷在輪迴中，如果這個心沒有它自己的自性的話，怎麼會一直不斷去輪迴呢？前面這三個問題都已經破除了。

我們現在要講的是第四個問題，經部宗的第四個問題是：一切法無自性的話，善跟惡就沒辦法區別。善跟惡有區別一定是它們自己本身有一種特性，善不會感出苦的果報，惡也不會感出樂的果報，但是，它們有一種

特性，如果沒有自性的話，這些就沒有辦法區別。這是經部宗的問題。

請看第二六一頁，「午四、釋不應有罪福差別難」

這就是善惡差別的法難。經部宗在辯論時說：如果殺幻化的士夫是沒有殺生的業，因為有生起殺的心而有殺的加行，可是，因為對方是幻化的士夫就沒有殺的根本罪，也就是沒有殺的正行。所以經部宗就對應成派說：依著應成派所說的，既然所殺的士夫並不是真正的士夫，那就如同幻化的士夫一樣，殺了他也就應該沒有殺士夫的正行了。

殺實有情等有罪，若殺幻化士夫等，彼無心故罪不成。

這裡說殺幻化士夫不會造成罪惡，這裡說的幻化士夫就是指他不是真正的人，因為他沒有心，殺了他也不會構成罪惡。

於具幻化之心者，饒益生福損生罪。

這邊的「幻化」就跟前面的不一樣，這邊的幻化是指無諦實之心者。前面的殺幻化士夫，因為他沒有心，所以殺了他是沒有罪的。回答時說：如果這個無諦實之心者是有心的話，殺他就是有罪了，對他做饒益會生福德，對他做損害會生罪惡。

從《入行論》的偈頌字面上看來是看不到問題的，只有看得到答案而已，是要從間接去了解到他有這樣的問題。我們想一想的確也是有問題，在殺人的時候，所殺的對象是名言安立、假有的，我們心裡這樣一直想的話，好像會感覺到實際上這個對象是不存在的。修密續應該也會有這種味道出來，因為我們修密續的時候觀想一切是什麼樣子，慢慢的， 我們每一個人自己的心不同，所以自己的環境就不同。我們自己覺得我們大家都共同在這個房子裡面，但是，每一個人的感覺完全不一樣，我們每一個人都有不同的世界，這樣一直修的話，以後就會有一個非常清淨的世界出現。這裡講的是：不管對方是物質或一個補特伽羅，都是從我們的內心示現出來的一個世界。我們在修密續時一直觀想就會有這種感覺，慢慢的，不好的世界會一直消滅、消滅，然後自己就會出現一個非常清淨的世界，然後就永遠沒有障礙。所以可以說現在那些不好的世界有一點點是假的一個世界，它只是從內心裡面示現出來而已，實際上好像是不存在的，如果實際上不存在的話，那麼，殺了他也不會有什麼業了，因為它只是一個名言安立的假有的東西。經部宗聽一聽應成派講的之後會有這種感覺，他會覺得：如果是這樣子的話，殺業也就沒有什麼道理了，因為這個對境只不過是心

裡想出來的而實際上是不存在的，既然是不存在的，殺了他也就不會有什麼殺業了。經部宗會有這種感覺，我們也會跟他們有同樣的問題，也會認為殺業是不成立的

應該是這樣說，我們內心的執著心、煩惱、不好的念頭的習氣一直累積，然後爆出來，各式各樣的境就出現了，然後就會一直非常痛苦，好像是自己騙自己的樣子，自己先亂想了之後，就從習氣那邊爆出各式各樣的境，然後就一直痛苦一直痛苦。我們一直把心裡擾亂的煩惱清淨掉的話，不好的境就不會出現了。

顯教裡面也會講三十二相八十隨形好，比如佛的舌頭遇到一個非常不好的東西，這個東西會變成非常好吃，我們遇到則會覺得很難吃，這就是境會轉，很難說它不存在，也很難說它存在，就會一直變化，每一個心的習氣不一樣，從習氣出來的境也就不一樣。所以這個人遇到這個境的時候，這個境就變了，那個人遇到這個境的時候，它又變了。顯教也會提出這樣的講法，這裡經部宗提出來的大概就是這樣的一個問題。

下面講到有心或無心是如何出生罪與福，請看文：

咒藥等無此力故，不能生起幻化心，
從種種緣所出生，幻化亦是眾緣性。

若一因能生多法，如是之事未曾有。

這是回答，而問題則是間接的表示出來，在解釋裡可以看到，就是「等同無自性，云何所生或有心或無心」。經部宗認為：既然你們認為一切都是我們去安立的，如果僅僅是安立的話，又怎麼去區分一個有心、一個無心呢？間接就提出這樣的問題。《入行論》的根本頌在字面上只有做回答而已，「咒藥等無此力故，不能生起幻化心」，雖然我們可以依於咒語及藥幻化出士夫來，可是，咒和藥本身並沒有生起幻化心的能力存在。

「從種種緣所出生，幻化亦是眾緣性，若一因能生多法，如是之事未曾有。」如果要生出各種不同的果的話，就必須要有各種不同的因，不管是應成派所說的幻化的士夫或是真正的士夫都是幻化的，不管示現出來的是大或小，反正要產生各種不同的果就一定要有各種不同的因，絕對不可能是由一個因產生各種不同的果的。如果說由一個因可以產生出各種不同的果的話，那麼，由一個咒也應該可以產生出有心的士夫和無心的士夫。

一個咒只能生起一個示現的樣子，它本身沒有辦法生起一個性，所以

一個因只能生出來一個果而已，它只能生起表面的人的一個樣子，它沒有辦法在這上面另外生起一個心，因為一個因只能感一個果而沒有辦法感兩個果。

問題：剛剛開始時說「殺實有情等有罪，若殺幻化士夫等」，藏文裡面並沒有第一句，請問這第一句是怎麼來的呢？中文有十一句，但是，藏文只有十句，而這十句是分成兩部分，前四句是在解釋有幻心或無幻心，下面六句是在講咒語，如果是這樣的話，中文就兜不起來了。

回答：我看過很多《入行論》的版本，但是沒有看過像這樣多一句的版本。我在九歲或十歲時就已經將《入行論》背誦下來了，到現在還是沒有忘記，而且也常常去看各種版本，有些地方的詞句會順序顛倒，並沒有看過像這樣多出一句的。沒有關係，這邊的意思並沒有錯，多出一句可能累積資糧多一個。

接著看「午五、釋不應有生死涅槃各各決定差別難」，這個偈頌當中就有實際的指出問題，問題就在前面四句。請看文：

若由勝義成涅槃，由世俗故成生死，
如來亦轉生死中，修菩薩行復何益。這是問題。

這裡的「勝義成涅槃」，藏文只有「勝義涅槃」，並沒有「成」字，反正就是指勝義涅槃的意思。輪迴是無諦實成立的，輪迴的法性就是指自性涅槃和勝義涅槃，勝義涅槃就是指在勝義上是無輪迴的，也就是輪迴上的空性及輪迴上的無諦實兩者是相同的意思，就是指輪迴的法性（自性涅槃和勝義涅槃）而言。

輪迴是無諦實的，我們未來都將能成佛，這就是因為輪迴無諦實的關係，如果輪迴是諦實的話，我們就將無法成佛。「輪迴無諦實」這一點就是指輪迴的自性就是這樣，輪迴的自性既然是無諦實的，就表示它的體性可以轉變，既然可以轉變的話，我們將來就可以成佛。所以輪迴實際上的自性是無諦實的，所以才說我們是具有堪能成佛之自性。我們現在是暫時被塵埃所蒙蔽，因此而現在不能成佛，可是，一旦慢慢將這些塵埃去除掉了就可以成佛了。所以輪迴實際上的自性是無諦實、是清淨的，也可以說輪迴無諦實的清淨性是佛。在這樣講之後，或許有人會說：「如果輪迴無諦實的自性是佛的話，豈不是佛在輪迴當中流轉嗎？」

大家應該有聽過自性涅槃吧！為什麼稱自性涅槃為涅槃呢？其他教派

說的有一點像，我們的心本身就是清淨的，所以自性都是清淨的，就是涅槃了，以本性來說的話，佛的心跟我們的心就沒有什麼區別了。心本身就是清淨、涅槃，自性涅槃主要是講心上面的特性、空性。自性涅槃是空性，主要是說我們心上面的清淨就是自性涅槃，以後我們成佛的時候，我們的法身有智慧法身和自性法身兩個，自性法身也分為兩個，就是自性清淨自性法身和客塵清淨自性法身兩個，這兩個都是佛的智慧上面的一個東西，佛的智慧上面的滅諦就可以說是客塵清淨自性法身，滅諦的所依是心，以道諦和滅諦來說的話，道諦上面就有滅諦，滅諦所依的就是道諦，滅諦和道諦是從見道就已經有了，慢慢累積到了成佛時，佛的心就是道諦，佛的滅諦的所依就是道諦，在道諦上面就有滅諦，這個滅諦就是剛剛講的客塵清淨自性法身。那麼，自性清淨自性法身是什麼呢？這也是他的心上面的一個東西，就是佛的心上面的空性。為什麼稱它是自性清淨呢？在他還沒有成佛之前，他心上面的空性還是存在的，它並不是突然之間跑出來的。因為是他本來就有的，所以是自性。可以稱為自性清淨的另一個原因是：本來它就是無自性的，它本來就是無諦實有的，清淨的意思就是無諦實有，本來就是無諦實有的，所以自性清淨的意思是本來無諦實有。「佛的心無諦實有」這一部分是不是佛的心上面的空性呢？是的，這樣的特性在還沒有成佛之前也有，在還沒有成佛之前，「心上面無諦實有」這種特性是本來有的，所以佛的心上面無諦實有的部分（空性）可以說是自性清淨，為什麼是自性清淨的呢？因為本來就是清淨的，本來就是沒有一個諦實有的，這種「本來無諦實有」的特性就稱為自性清淨。

在還沒有成佛之前的心上面的空性就是剛剛講的自性涅槃，我們每一個眾生心上面都有一個空性，這個空性就是自性涅槃，以後慢慢到了我們成佛時，它也就會變成自性清淨自性法身。所以剛剛說自性涅槃主要是心上面本來就清淨的意思，因此，心上面的空性就是心上面的涅槃，本來就是清淨的，涅槃就是清淨的意思，它本來就是清淨的，但是，它還沒有變成自性法身，到成佛時才會變成自性法身，「自性清淨自性法身」的前階段「自性清淨」的部分在還沒有成佛之前就已經有了，後面的「自性法身」要到成佛時才會有。所以「自性清淨」有一個意思是「自性涅槃」，我們現在輪迴中的每一個眾生心上面都有自性涅槃。

如果要在更深細了解的話，我們心上面的空性為什麼稱為涅槃呢？為什麼它本身是清淨的呢？它不只是無諦實有的，清淨的意思是不管眾生怎樣的煩惱都沒有辦法染污到它。沒有辦法染污它的意思是：我們煩惱本身是因緣具足才會出現的，我們的心本身因緣具足就會快樂，因緣具足就會

煩惱，這些都是可以改變的，所以就沒有辦法染污它。如果那些真的都是諦實有的話，那就染污了，因為必須要因緣具足才會染污，所以說這個染污是可以改變的。「可以改變的」的這個特性就是「因緣具足」的這個特性，「因緣具足」的這個特性就是「無諦實有」的特性，所以「無諦實有」的特性就是它本身的一個特性，這是永遠無法被染污的，都一直會是它的特性，這就是自性清淨或自性涅槃的意思。

自性涅槃有一點「本來就是清淨」的意思，所以經部宗覺得這樣的解釋是沒有辦法接受的，他們為什麼沒有辦法接受呢？如果這樣講的話，自性涅槃、自性清淨都是空性，經部宗都是不接受的，因為經部宗根本就不認同空性、不認同自性涅槃、不認同自性清淨，所以中觀宗這樣解釋自性清淨和自性涅槃，經部宗一聽到就覺得這是有問題的。什麼樣的問題呢？他們會說：如果這樣講的話，「心無諦實有」的本性就是清淨的，既然它的本性是清淨的，為什麼還在講輪迴呢？這兩個就互相矛盾了，如果這樣的話，就變成佛就會輪迴了。

這裡講自性清淨和勝義涅槃，勝義涅槃就是自性涅槃的意思，這樣講的話，他們就會覺得在輪迴裡面有一個清淨。中觀會說輪迴本身有兩個特性，一個是它的勝義諦的特性，一個是它的世俗諦的特性，每一個法上面都有這兩個特性，所以輪迴上面也有勝義諦的特性和世俗諦的特性。世俗的特性我們就會說輪迴，勝義的特性我們就會說自性涅槃、自性清淨，這是中觀應成的講法。經部宗沒有辦法接受一個法上面同時有清淨和染污，他們說：如果這樣子的話，清淨和不清淨的在一起，佛就會在輪迴當中了。這是經部宗的一個問題。

這一段的解釋說：「復於世俗輪迴中以生死之流而生死，則生死涅槃同一所依。」在同樣這個輪迴的所依上而言，就勝義而言就稱為勝義涅槃，就世俗而言就稱為輪迴，因為這樣的安立，他們就提出這樣的問題：「這些菩薩為了成佛而修種種的艱難行，這樣做豈不就變成沒有意義了嗎？既然成佛之後還要再繼續輪迴，這樣修又有什麼用呢？」請看解釋，「若爾，佛亦當流轉生死，諸菩薩何用為成佛故修菩薩行，應成無義。」

為了成佛而去學習菩薩行是有意義的，有什麼樣的意義呢？在未成佛之前，我們的心相續當中雖然有自性涅槃，可是，只有自性涅槃卻尚無法成佛，必須要依於世俗才能夠成佛，既要依於世俗就必須要依於因緣，如果成佛的因緣不具足的話，那是無法成佛的，如果沒有遮除掉流轉輪迴的因緣的話，連幻化都無法遮止了。請看文，「若時諸緣流不斷，則亦不能遮

幻化。」意思就是：雖然我們心相續當中有自性涅槃，可是，仍然要依於成佛的因緣才能夠成佛。請看文，「若彼諸緣流斷時，世俗中亦無流轉。」也就是如果能夠遮止掉流轉輪迴的因緣的話，自然就可以遮止掉輪迴，自然就可以成就客塵清淨自性法身。

我們知道輪迴上面有勝義諦的特性，同時也有世俗諦的特性，世俗諦的特性慢慢轉過來就變成客塵清淨自性法身，它上面本來有的「自性清淨」的部分以後就會變成自性清淨自性法身。

問題：在第二六二頁解釋的第五行有「自性涅槃與忽然清淨之涅槃」，這邊談到一個「忽然清淨之涅槃」，這跟後面談到的「勝義涅槃」到底是不是一樣的東西呢？仁波切剛剛又提到客塵清淨法身自性，這三個東西到底一不一樣呢？

回答：忽然清淨涅槃就是客塵清淨涅槃，翻譯為「客」就是「暫時」的意思，也就是「忽然」的意思。勝義涅槃就是自性清淨，但是，自性清淨跟自性清淨自性法身又不一樣，這在剛剛講解過了。自性清淨是每一個眾生本來都有的，我們心中勝義諦的特性是自性清淨，慢慢到了成佛時，我們心上面的勝義諦的特性（空性）就會轉變成自性清淨自性法身，現在只是自性清淨，但是還沒有後面的「自性法身」。所以剛剛講的勝義涅槃在我們現在輪迴中就已經有了，但是還沒有「涅槃」，一般講的「解脫涅槃」主要是講清淨染污的涅槃，以佛的涅槃來說是客塵清淨涅槃，這是佛的涅槃。以自性涅槃來說，我們心中的空性就叫自性涅槃，這跟我們心上面的勝義諦是一樣的。

這裡會講大乘菩薩內心裡面的菩提心或空正見，都是藏文說的「獨巴」，這個字眼在藏文中是非常麻煩的，有時會翻譯成破除跟成立，攝類學裡面有成跟破，也有這樣的意思。有的時候這個字是「成就」的意思，有的時候是「努力修行」的意思，要看它使用在那個地方，意思就會不一樣。

大乘的修行者（菩薩）的內心的菩提心、空正見都是為了成就佛陀的果位，心中生起這樣就已經是正行了，這就是「獨巴」，所以這裡翻譯成「正行」也可以講得通。

這裡它所依的是法界自性，一般來說，空性跟法界自性是同一的，所以法界自性是非常廣的，這裡講的法界自性是什麼呢？當我們了解空性的時候，這個心就有空性的一個心了，這個了解空性的心的了解空性的力量為什麼會一直增長而且能夠對治煩惱呢？為什麼它有這樣的力量呢？理由

是這個心本身就是靠因緣，因為它有這個特性，所以因緣越多就成就越多。心本身有這種靠因緣的特性，也可以說緣起的特性，也可以說心上面有一個法界自性，這是無諦實有的一個自性，因為有了這個，我們越修才能夠成就越好，就是心有這個特性才會成佛，如果心沒有這個特性的話，那就不會成佛了。所以一個菩薩的心了解空性的時候，為什麼了解空性的力量會一直增長到後來成佛呢？理由就在於心上面有一種特性，就是靠緣起的一個特性，可以說是無諦實有、無自性的特性，所依是這個，然後他會成佛，沒有這個就不可能會成佛。所以菩薩修習正行最後會成佛就是靠法界自性，就是成就大乘所依之自性住種性，意思就是自性住種性是成就大乘的所依，也就是要成就大成就必須要依於自性住種性，這樣才能成就大乘。

說到大乘的資糧道、加行道、修道和見道，我們要在這整個道上不斷的進步，菩薩就是依著這樣不斷的進步，那是因為心上有必須要依於因緣的緣起的自性在，也就是有無諦實的自性存在的緣故，所以心才能夠不斷往上增長。我們的心能夠不斷往上增長的原因也是一樣，也是因為在我們心上有無諦實的自性在，也有緣起的自性在的緣故，所以我們的心才能夠不斷往上增長，也才能夠成佛。但是，我們會變壞也是因為這樣。

我們說心上的無諦實及緣起的自性，就是我們剛剛說的自性涅槃及勝義涅槃。在我們未成佛之前或成佛之後，我們心上的無諦實的自性、緣起的自性都是一樣的、不變的，它不會變大也不會變小，所以才說是自性涅槃，它不會變壞也不會變好。

因為有剛剛說的那兩個自性的關係，我們的心也可以增長成無量無邊，比如我們的悲心或慈心也可以成為無量無邊的。相反的，我們的煩惱就不可以像悲心或慈心一樣變成無量無邊的，因為它的靠山是虛假的，這些煩惱實際上跟我們的心的無諦實的自性、緣起的自性是不符合的，因為我們的心有了緣起的自性及無諦實自性的關係，所以我們的心可以增長成無量無邊。

《入菩薩行論四十五》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/03/18

在《入行論》的〈智慧品〉當中最主要是講到正見的建立，就是去了解上下宗派之間主張的差異，這裡面主要是破除劣乘當中以經部宗為主的主張以及大乘當中非宗觀宗的主張。所以在〈智慧品〉一開頭首先就是破除經部宗和唯識宗的主張，在破除了之後，接著就會提到中觀宗本身對於空性的主張。

上次已將講到破除他們在二諦上的主張，這裡就有提到經部宗對於二諦的主張，因為他們的主張跟中觀宗是不一樣的，接著就會提到唯識宗的主張，然後就會一一加以破除。當然〈智慧品〉最主要是以宣說中觀宗的主張為主，提出經部宗和唯識宗的主張是要加以破除。

這裡首先會提出唯識宗的主張，唯識宗主張依他起性及圓成實性兩者是成立的，另外，他們主張遍計所執性不是諦實成立的。中觀宗就會破除唯識宗的主張，在破除依他起性是諦實成立的這一點上，依他起性又分為境和有境，主要是要破除執有境為諦實成立這一點。因為唯識宗執有境（心識）是諦實成立的關係，因此，依之也執對境上的諸法也是諦實成立的。所以執對境上諸法諦實成立的根源就可以追溯到執有境諦實成立這一點。所以中觀宗破除唯識宗主張的依他起性諦實成立最主要是要破除在有境識）上執諦實成立。

唯識宗主張識是諦實成立的，而中觀宗主張識並不是諦實成立的，而且連諸法都不是諦實成立的。對於中觀宗這樣的主張，唯識宗當然是不承許的，因此，他們就跟中觀宗辯論，就提出了他們自己的主張。請看第二六二頁（卯二、別破唯識宗所許 分二，辰一、出彼計：）

若時無有錯亂心，誰能緣於彼幻事？

就我們而言，我們會說諸法無諦實成立，為什麼呢？因為如果諸法是由諦實成立的心識而成立起來的話，這個心識是顛倒識，顛倒識當然不是真的，這是我們的主張。

唯識宗當然沒辦法承許這一點，他們說：對境如果是由有境（顛倒識）所成立起的話，以成立起瓶子來說，如果成立起瓶子的識是執實的顛倒識的話，照說瓶子應該也是無諦實成立的。

以瓶子是無實有來說，它的原因是什麼呢？以正面的來說，我們以究竟理智（最好的心識）去加以追尋之後，會發現瓶子在實情方面並不存在，因此，瓶子是無諦實成立的。如果就反面來說的話，說瓶子是無諦實有的是因為執瓶子的這個心識是顛倒識，因為執瓶子的心識是顛倒識的關係，所以瓶子是無實有、不存在的。

對我們而言，瓶子好像是顯現為實有的，或是說我們把它見為實有的，可是，瓶子在實際上並不成立，也就是我們無法將「瓶子實有」這一點成立起來，因為顯現出瓶子實有的這個心是顛倒識的關係。因為這個心是顛倒識的關係，所以不可以成立瓶子是諦實有，另一方面可以說：所以可以成立瓶子是無諦實有。

因為中觀宗是用這樣來成立起對境是無諦實成立的，唯識宗就對中觀宗說：你就以「無諦實成立」這個因成立起瓶子無諦實成立，你說那個心是顛倒識，可是，顛倒識必須要有一個能力才能夠成立起無諦實成立，所以這個有能力的顛倒識本身是諦實成立的。

問題：唯識宗在問中觀宗時說：如果這個顛倒心本身是顛倒識的話，它看出去的就不是諦實有，因為這個心識是顛倒的，所看出去的對境就一定不是諦實有。有境是顛倒心的話，去看對境的諦實有就是不存在的，這是一個角度，以肯定的角度來說，也就是它是沒有諦實存在的，這是因為有境是顛倒的關係。前面那一句話聽清楚了，後面那一句就沒有聽清楚。

回答：現在用這個正因是中觀應成派用的，這個心是顛倒識所以不可以成立有境是諦實有，或者可以說這是顛倒識所以可以成立這是無諦實有的，這是中觀應成派說的。唯識覺得：中觀應成派一直用「這顆心是顛倒識」這個理由，一直把「執著心是顛倒識」當成正因的話，這就表示它可以成立對境是無諦實有的。所以唯識就覺得：你一直這樣用的話，這個正因本身應該要有可以成立的一個能力，如果它有這樣的能力的話，它本身需要是諦實有，也就是這個顛倒識本身需要諦實有，如果沒有諦實有的話，它就是假的，它是假的就變成沒有能力，就沒有辦法成立對境是無諦實有。這是唯識的講法，因為唯識認為：不管這個心是顛倒識或非顛倒識，任何一個心都是諦實有。他們認為：我執也是諦實有，空正見也是諦實有，任何一個心都是諦實有。

問題：我對於中觀的第二個部分還是不能夠了解，剛剛說如果心是顛倒識就不能成立諦實有，第二個是就能夠成立它是諦實無。我不能了解的

原因是：如果我已經瘋了，我就不能知道那個東西到底是不是好的，雖然我不能成立它是好的，但是，我也不能成立它是壞的，不是嗎？

回答：你講的沒有錯。現在是第三個來了，並不是有顛倒識的這個人，我們是用第三個人，他講：這個想法是錯誤的，所以這個對境是不存在的。這並不是本身顛倒的這顆心所成立的，而是第三個人成立的。我們凡人都會覺得所有一切法都是諦實有，中觀應成派會問：一切的法是諦實有嗎？或是無諦實有呢？我們針對這個問題回答「諦實有」的話，理由是「我想」，我們會把這當成是理由，中觀應成派就會說：你用這個理由沒有辦法成立，因為你這顆心是顛倒識，因為這顆心是顛倒識，所以不可以成立法是諦實有。這是中觀應成派的講法。

我們平時說一切法是諦實有空，為什麼呢？因為尋求的話找不到，我們也會用這樣的正因。這個意思是：一切的法是諦實有空，因為能觀察究竟本性的智慧一觀察它就是諦實有空的，所以它就是諦實有空的，一切的法是諦實有空，所以就可以說諦實有空就是它的本性。我們凡人的想法是顛倒識，它只是想而已，實際上不是諦實有的。但是，我們平常就會把這個當理由，它是諦實有啊！我有看到它是諦實有啊！我們凡人就會用這個理由。

中觀宗是以執實的心是顛倒識來成立起諸法是無實有，就是以這個因來成立起諸法無實有。而唯識宗也是以執實是顛倒識為因來成立起諸法是諦實有的。他們說：用執實的顛倒心為理由是沒辦法成立起諸法無實有的。因此，他們在這裡的詞句說「若實無有錯亂心」，如果沒有錯亂心的話，意思就是說如果沒有執實的顛倒識的話，則無法成立起諸法無實有，這是因為這個執實的心沒有能力的關係，所以這個對境當然就無法成立起來了。「誰能緣於比幻事」，幻化的事又如何成立起來呢？因為沒有一個能夠成立起它的心。

問題：這兩句是唯識宗的主張，他們的主張就是：如果沒有這個顛倒心的話，到底是誰在看這一個幻事（無實有的事）呢？如果有這個顛倒心就表示心是實有的，唯識宗的意思是不是這樣呢？

回答：不對。主要是說：這個顛倒識諦實有空（無諦實有）的話，那麼，它就沒有辦法當成正因來成立對境。中觀應成派是把它當成正因來成立一切法是諦實有空，主要的重點是在這個地方。這裡的「幻事」就是剛剛講的「一切的法是諦實有空」，這個部分沒有辦法成立，誰能夠成立一切

的法是諦實有空呢？誰能夠成立一切的法是像幻事呢？

接著就是答辯，也就是中觀宗就以著唯識宗所說的方式來作答辯，就好像我們用相同的理由來作答辯的意思。中觀宗說：如果對境是諦實成立的話，有境也一樣是諦實成立的，如果有境是無諦實成立的話，對境也一樣是無諦實成立的。可是，唯識宗就不這樣認為，他們說：對境可以無諦實成立，可是，有境是諦實成立的。所以中觀宗就要破除唯識宗，如果有境是無諦實成立的話，就將無法成立起對境是無諦實成立的。

問題：這整句話的意思是不是唯識宗在質問中觀宗：如果萬法都沒有自性成立的話，到底是誰看到這個無自性的呢？他是不是要表達心是實有的呢？

回答：不是。如果你這樣解釋的話，有境就變成是空正見，而這裡的有境是執著心，並不是空正見。中觀說一切萬法是諦實有空，既然萬法是諦實有空的話，那麼，執著的心也是諦實有空，既然執著的心是諦實有空的話，而執著的心是顛倒識，所以就不可以將「對境是諦實有空」當成是正因。所以有境是執著心。主要的重點是：唯識的有境一定是諦實有，所以唯識覺得中觀應成派有時候用一個有境的正因來成立諦實有空，所以唯識就抓住這個正因來辯。中觀用的正因有很多，他們有時候用的是有境的正因，比如「執著心是顛倒識」這種正因來成立萬法是諦實有空，他們就把這種正因抓出來辯，為什麼要抓出這種正因呢？因為這就是把有境當成正因，唯識覺得正因一定要有諦實有的、自性存在的，如果沒有的話，它就沒有什麼能力，也就沒有辦法成立唯識的想法。唯識在這裡辯的是：有境諦實有的話，對境也要諦實有。這是唯識最後的結論，中觀就辯論回去說：唯識說：對境是諦實有，對境是不存在，有境是存在。這個主要是指外境，這裡的外境是指跟能取所取二的一個境，中觀主張這個，唯識就不主張這個，唯識是能取所取異體空，而中觀應成是能取所取異體，這裡就有這樣的區別。中觀就跟唯識辯說：對境是假的時候，有境也要是假的。後面的兩句就是指這個部分的辯論。

這邊說「誰能緣於彼幻事」，因為唯識宗認為外境的顯現實際上是無的，它就如同幻化一樣。中觀就以下兩句來回答：(辰二、破 分二，巳一、等同戲論)：

若汝幻境無自性，爾時以何為所緣？

這裡的「幻」就是指前面的「幻事」。中觀宗回答說：如果就像你們唯

識宗說的外境的顯現實際上並沒有而如同幻事一般的話，照說你的識也應該是無諦實成立的，那麼，這個無諦實成立的心又怎麼能去緣念對境呢？因為這個對境也一樣是無諦實的。

這裡講的幻事是外境，能取所取異體的外境，像幻事一樣諦實有空的話則有境也是諦實有空，一個諦實有的有境怎麼可能會見它呢？所以沒有一個諦實有的有境。

在中觀宗這樣講完了之後，唯識宗又答辯，請看第二六三頁（巳二、破彼轉計 分二，午一、出彼轉計）：

若言別有彼自性，彼相乃是心性者。

他們說：雖然沒有外境，可是，仍然有色聲香味觸等境。」這裡的「別有」就是指心性是實質有的、實質成立的，他們認為是這樣。

在唯識宗這樣回答之後，中觀宗也就再作答辯，請看文（午二、破 分二，未一、不二之識未曾有見者）：

若時心性即幻事，誰依何法而見云？

中觀宗說：「心是無諦實成立的、是無實質有的、是如幻化一樣的，唯識宗說雖無外境而仍然有諦實成立的識，那麼，這個不觀待於外境而能安立的識又有誰能看得到呢？」這兩句簡單的來說，有境的心一定是幻事，一定是諦實有空，如果它是諦實有的話，誰能看得到諦實有的心呢？

針對這個問題，唯識宗就說：「有啊！可以見得到啊！因為有自證分啊！」所以下面就講到自證分。要破除唯識宗說「有自證分」這一點，中觀宗就提出兩點，一個是依著經教來破除，另一個是用正理來破除。下面這個偈頌就是用經教來破除，請看文（未二、破轉計之自證 分四，申一、依教破）：

依世間理佛亦言，心不能自見其心，
如其雖有利劍鋒，不能自割此亦爾。

因為唯識宗認為自證分是成立起心識是諦實成立的一個能立因，其實，經部宗也一樣是這樣認為的。所以他們認為：因為有自證分的關係，所以說心識是諦實成立的、自相成立的，因為自證分能自我見到、自我了知，因此，心識是自相成立的、自性成立的、諦實成立的。

因為唯識宗這樣說，所以這裡就舉了一個例子，就是舉了「劍終不自

割，心亦不自見」這個例子，意思就是識並不能自我了別。唯識宗聽了這樣的例子之後，應該是不合他們的意的。想一想確實是沒有道理的，一顆心自己怎麼能了解自己呢？就像經中用的比喻說一把劍自己可以切自己，這也是不可能的。所以中觀講的非常有道理，中觀說：有境要怎麼認出來呢？它必須是對對境才能認它是有境。假定這是有境，相對之下，那就是對境，相對才成立的，所以緣起成立。唯識沒有辦法解釋諦實有空，所以就一直想去找一個理由，最後就找到自證分是理由，有境的心成立的就是自證分。

因為唯識宗舉出這樣的主張，所以中觀宗就舉出比他們更厲害的理由出來講。下面就是依理來破除，分為兩個，一個是由比喻來破除，另一個是由意義來破除。首先就舉了「燈」的比喻，中觀宗說：你們唯識宗說識能夠了別對境也能夠自我了別，如果照你們所說的，燈能夠自我照明也就能夠照明對境，那麼，黑暗豈不是就能夠遮蔽光明也能自我遮蔽嗎？如果自我遮蔽的話，照理說我們就看不到黑暗了。

（申二、依裡破 分二）（酉一、破喻 分二，戌一、破燈喻）下面的偈頌前兩句是唯識宗說的，請看文：

答言此如燈炬明，亦能照明於自體。

下面兩句是中觀宗的答辯，請看文：

燈炬非是所照明，黑暗非由闇障故。

接下來就舉了「琉璃」的比喻，這邊是唯識宗所舉的比喻，他們說：一般的琉璃是透明的，你把它放置在一個地方，它就會顯現出那個地方的顏色，就如同玻璃一般是透明沒有顏色的，而沸琉璃（藍寶石）本身就是藍色的，這邊就可以看出琉璃和沸琉璃兩者是不一樣的。沸琉璃本身是藍色的，而會呈現出藍色也有兩種情況，一個是它自己本身是藍色的，另一個是因為他者的關係而呈現出藍色。白色也是這樣，一個是它本身是白色的，另一個是因為他者的關係而呈現出白色。這邊唯識宗就舉了琉璃的比喻，他們說：「就像我們的識一樣，識是可以自我了別的。」

前四句是唯識宗說的，請看文（戌二、破琉璃喻）：

如碧琉璃體自青，不待餘法自青色，
若待餘法若不待，悉能觀見亦猶是。

中觀宗破除他們就說了下面兩句，請看文：

青色非即青為因，自體不作自體故。

唯識宗說：沸琉璃的青色並非由其餘的因而產生的，所以就不應以此為喻，如果不由餘因生青色的話，照說應無青色本身。

下面就是在意義上加以破除，請看文，唯識宗說（酉二、破法）：

若謂如燈性能照，如是亦說識能知，
若謂心性自能顯，誰能了知作是語。

唯識宗說：「比如像燈一樣，燈雖然不能自照，可是，燈本身就能照明。識也是一樣，是雖不了別而能自了，如果識不能自了別的話，那有是誰能了別呢？」這裡的「誰」好像有一種可以追溯到無止境的意思存在，「這個識不能自了別的話，誰能了別它呢？」「這個識不能自了別的話，誰能了別它呢？」可以這樣一直追溯下去，好像是無止境的。

第一個心是了別，那麼，誰能了別它呢？我們先舉一個比喻，照亮的意思是很清楚的、非常明顯的意思，照亮本身是不是照亮呢？不是。照亮本身是能照亮，既然它本身是能照亮的話，它本身需不需要非常清淨呢？應該是這樣說，我要教你們的話，我自己要先清楚，如果我自己不清楚的話，我就不能教你們。就像這個意思，照亮本身能照亮的話，它自己要先有一個亮，這裡講的就是這樣的意思。

剛剛講到：我教你們的時候，我自己要清楚。所以要教人的這一個人要讓人家清楚的話，他自己就必須要先清楚，這是一定要的。同樣的，這裡講到了別，能了別對境的話，它自己也必須先清楚，這裡的意思就是這樣。「自己要清楚」是它自己清楚或是別人讓它清楚呢？有另外一個讓它清楚的。識上面有一個自證分，自證分是它自己的一部分讓它清楚的意思。現在是大家都共同的，它是能了別的話，它本身就要自我了別，那麼，是誰讓它了別的呢？有人說是自證分，這裡不說是自證分，而是它本身自我了別。這樣講的時候，既然不是講自證分，那就一定是另外一個心讓它了別的，再找下去的話，又有另外一個心讓這個心了別，可以這樣無止境的搜尋下去，這裡講的「誰」是無止境的。

前面的「若謂如燈性能照，如是亦說識能知，若謂心性自能顯」是唯識宗的主張，第四句的「誰能了知作是語」是中觀宗用來破除唯識宗這三句的。

請看文：

若時悉無能見者，若能照明若不能，
如諍石女兒美惡，徒勞詞費定無義。

如果在識的差別識上沒有什麼好談了的話，也就根本不需要在識的差別法上來諍論了，如果在識的差別法上來諍論的話，就如同去諍論石女所生的兒子的美惡一般，這只不過是傲慢所展現出來的詞句而已，完全是沒有意義的。

（申三、破立自證分之因 分二，酉一、無自證亦能生念之喻）

如果問唯識宗：「是如何自我了別的呢？」他們一定會舉出能成立的因（自證分）出來，如果再問到：「自證分是怎麼能夠自我了別的呢？」他們一定會舉出能成立的因（念、回憶），這邊就是要破除唯識宗所舉出來的能立因。

在這邊唯識宗會舉出念（回憶）為自證分的能立因，念可以分為境上的回憶及有境上的回憶。以執青色的眼識而言，在生起執青色的眼識之後，一個是可能在一、兩個月之後你會回想起你有見過青色，另一個是回想起在那個時候見過這樣子的青色。唯識宗主要是以舉出有境的念為主，比如「那個時候我見過」，這個「我」就是指有境，這個有境（我）在那個時候見過青色。

比如「我見過青色」，「我」就是指「念」，念一定是再決識，所謂再決識就是以前知道而後來想起來又再次知道，念也就是這個樣子，以前我見過，在見的時候我自我知道「我見到」，之後再想起來。比如我見過青色，在見到青色的那個時候，我自我了知我見到青色，「自我了知我見到青色」是誰見到青色呢？是眼識見到青色，「自我了知見到青色」的「自我了知」是誰呢？所以就必須有一個自證分，這樣才能自我了知我的眼識見到青色。所以唯識宗說一定要有一個自證分。

唯識宗就用這樣的理由來成立起自證分，應成派當然不承許他們這樣的主張，應成派說：即使是先前沒有自證分，到後來也可以想起來。這裡的「申三」就是「破立自證分之因」，請看文：

若問倘心不自知，云何能念過去識？

這邊的「念起過去的識」就是指有境，有境生起了回憶，這裡就問：

有境又如何生起這樣的回憶呢？因為唯識宗認為：要生起回憶的話，必須要在當時有自證分，後來才能夠回想起來，也才能夠有這樣子的回憶。

自宗就說：即使在先前沒有自證分的話，後時也能夠回想起。請看文：

與曾習境聯屬生，有念如鼠咬與毒。

寂天菩薩在這裡舉了被老鼠咬而中毒的例子，西藏有一種動物會冬眠夏醒，牠在冬天睡覺的時候被毒蛇咬，照說被毒蛇咬應該會有痛覺，可是，當時因為牠很沈睡的關係，被咬了也不知道，等到牠夏天醒過來的時候毒性才發作，牠才發現自己被咬而中毒了。

同樣的，比如執青色的眼識，當眼識去執取青色的時候，照說這個眼識對於這個對境應該會生起「青色」的覺受，如果當眼識執取青色的時候，對於對境的青色並沒有現行，而到後來這樣的覺受才現行，也就是它到後來才知道它有見過青色，到後來知道是由念（回憶）才想起來的。所以在一開始眼識執取青色的時候覺受沒有現行，也就是眼識沒有了知它有執取到青色，到後來是由念（回憶）才知道自己那時候有執取到青色。

這裡面唯識宗舉了一個比喻，裡面含有六個意義，就是喻義相應六法。人家如果叫你舉出去破除的比喻，你們應該要知道這個比喻，對於這六個意義也要知道。

剛剛仁波切說有六個喻義，算一算好像只有五個，仁波切說記得在《入行論大注》裡面好像講到六個。請看第二六六頁第六行，「此中鼠咬者，喻以取青之心領納境。」這是第一個比喻，「與被咬同時中毒者，如與所取境同時有境之領納也。」是第二個，「其時有境未嘗自領納，如被咬時未覺中毒也。」是第三個，「後憶念被咬者如憶念曾領納境也。」是第四個，「即由憶念曾習境，昔時有境雖未嘗自見，亦能憶念，如即由憶念被咬之力，先未覺中毒，亦作是憶念也。」是第五個。

這邊的比喻就是「此中鼠咬者」，也就是指某個會冬眠的動物，牠在夏天會醒過來，當牠醒過來之後，牠就會回想起牠曾經被老鼠咬，當時毒性沒有發作，醒來之後毒性就發作了。這邊的「被老鼠咬」是比喻，它的意義是執取青色的心的領納境就比喻成老鼠咬，這是第一個。「與被咬同時中毒」的意義就是「與執取境同時有的有境的領納」，這是第二個。第三個是「其時有境未嘗自領納」，比喻就是「如被咬時未覺中毒」，就好像有境執取對境的時候並沒有自我領納，也就是沒有自證分去自我領納，如果有自

證分的話，就應該可以自我領納，可是，因為沒有自證分的關係，所以那時候有境並沒有自我領納。第四個是「後憶念被咬者如憶念曾領納境也」，就像那頭動物冬眠在夏天醒過來的時候，牠想起來牠曾經被咬的情形，就好像我們去執取對境，後來再想起曾經去執取這個對境。第五個是「即由憶念曾習境，昔時有境雖未嘗自見，亦能憶念，如即由憶念被咬之力，先未覺中毒，亦作是憶念也。」後來牠想起被咬，那時候才發覺到已經有中毒了，也有想起在被咬的當時不知道中毒，到了後來毒性發作想起來的時候才知道在被咬的時候就已經中毒了。意義就是：對於已經領納過的對境，那時候雖然有領納那個對境可是不知道自己有領納那個對境，到後來想起來時才知道在那當時就已經有領納那個對境了。

寂天菩薩怎麼能夠找到這樣的比喻呢？的確是要用這樣的比喻才能讓我們知道確實有這種情況，不然我們也不會知道。不然的話，我們看到唯識這樣的成立會覺得好像很有道理。

《入菩薩行論四十六》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/03/25

《入行論》的〈智慧品〉主要是講到什麼呢？就科判而言，在第二五三頁就有提到，主要是分成兩個部分，就是釋論文和出品名，其中釋論文的部分講到三部分，第一個是明欲求解脫須先生起通達真如之般若，第二個是如何生起通達真如之般若方便，第三個是結勸勤修。這裡是講到如何生起通達真如之般若方便，這裡又分為三個科判，第一個是二諦的建立，第二個是成立僅欲證解脫亦須通達空性，第三個是廣釋成立空性之理。可以說整個〈智慧品〉裡面所談的都不外乎這三個科判，我們現在是講到「子一二諦之安立」的部分。

或許你們心裡會生起這樣的念頭：「既然我們應該要去知道二諦的建立，為何麼又會牽扯到破除經部宗和唯識宗的主張呢？」就我們要認知空性而言，我們就必須要去了解諸法的真實義，而諸法對我們而言都有著顯現與實情不符合的情形存在，尤其顯現與實情不符合會有很多的粗細差別，經部宗也說諸法的顯現與實情不相符合，唯識宗也是這樣說的，為了要破除他們的主張的緣故，所以當我們在講二諦的建立時，就會談到顯現和實情不符合的情形，因此就會去提到破除經部宗和唯識宗的主張，原因就在於此。

講到要破除經部宗和唯識宗的主張，所以就分為兩個科判，第二五八頁的「卯一」就是破除經部宗的主張，「卯二」就是別破唯識宗的主張，而「卯三」則是破計於通達空性道之中觀宗應不能生歡喜。我們已經把破經部宗的主張都講完了，所以就是已經進入到「卯二、別破唯識宗的主張」，這個部分又分為兩個主要的科判，就是第二六二頁的「辰一、出彼計」及「辰二、破」，我們現在是講到破除的部分，破除的部分當然也分為一些科判，我們現在是講到破除主張有自證分，「申一、依教破，申二、依理破，申三、破立有自證分之因，申四、破計諸安立有之法有諦實成就之所依」，我們現在是講到依理破除的部分，這個部分分為兩個科判，就是第二六四頁的「酉一、破喻」及「酉二、破法」，我們已經把破除比喻和破除意義的部分都講完了，現在是要進入到「申三、破立自證分之因」，上次講到「酉一、無自證亦能生念之喻」的部分，藏文是在第四六九頁，中文是在第二六五頁。

上次講到第二六五頁的「若問倘心不自知，云何能念過去識？與曾習

境聯屬生，有念如鼠咬與毒。」這裡最主要是破除唯識宗的主張，講到即使是無自證分亦能憶念起，所以我們對於「念是如何生起的」應該要去了解，如果不了解的話，那就沒辦法去破除唯識宗的這些主張，甚至還會落入到類似唯識宗的主張裡面去。為了了知念是如何生起的，這邊就舉了被老鼠咬的比喻，透過這個比喻會幫助我們去了解，所以我們要知道這個比喻所要表達的意思。

我們現在是講到藏文的第四六九頁，在我們要開始講的這個偈頌上面一行有一行解釋，這個解釋是中文的第二六六頁第十四行「破餘成立自證之理者」，藏文是先出現這一行解釋再插入下面的偈頌，這裡講到：有的人因為有他心通的關係就可以知道他人的心，可是卻無法知道自己的心，實際上應該知道，既能知他心就應該要知自心。

這邊說到：一般而言，當對境在我們心中出現時，我們都會將它執離，好像它是跟我們不相干的、分離的，這是因為我們有非常強烈的貪愛自己而派斥他人的心。所以當對境（他人）在我們心中現出來時，我們就會把它執為與我們是分離的狀況。如果透過禪修將對自己強烈的貪著降低，或是將瞋恚他人、排斥他人、捨棄他人的心降低的話，也就是去除掉了知他人的心的障礙之後，這樣就可以得到他心通，就可以了解他人的心了，這樣子的話，我們就可以知道他人的想法及他人心中的覺受了。

自宗就說：如果是這樣子的話，我們要了知他人的心就不需要往外去求，只要降低自己的煩惱就可以知道他人的心的話，照說我們不需要降低煩惱也應該可以知道自己的心，為什麼呢？因為我們的心不在外面，而是跟我們自己長在的照說不需要降低煩惱就可以知道自己的心了。

比如我要了解某個人的心，我要了解他的心的意思就是我要了解他的感覺，那就必須我要能夠進入他的位置，那麼，我就要先能夠離開自己的位置，我就必須要去除自己的那麼強烈的、粗的我執。另外，我平常對於對境會有一點排斥，有一點瞋的煩惱，這個也要去除，不然的話，我就沒有辦法到那個位置。所以我在禪定當中要先把那些煩惱去除，這樣我的心才能夠去到那個位置，然後我才可以看他的心。當我這樣做的時候，我的心就能夠了解他的心，如果是這樣的話，他自己的心本身就已經是在他的位置了，肯定的，他自己本來就會了解他自己的心。所以自己的心一定會了解自己的心，為什麼呢？別人的心來到我的位置會了解我的心，所以我自己一定會了解我自己的心。這是唯識的正理，他們這樣的正理看起來好像也是很有理由的。第二六五頁的根本頌：

若時具足餘諸緣，能見故自能顯了。
修成眼藥作用力，見寶藏瓶藥不見。

若時具足餘諸緣，能見故」是能立因，就是能成立起的因，所要成立起的是「自能顯了」，如果具足其他的因緣的話，就能看見他人的心，原因就在於此，這樣的話，自己也能夠自我了知。這是所成立的法。

在甲曹杰的註解中也舉了一個例子，請看第二六六頁第十六行，「譬如見遠屋者，必能見近山也。」中文是「屋」在藏文是「針」，如果遠處的針能看到的話，照說近處的山也必定能看到。這個比喻是說：那個去作禪修而已經有神通的人，他可以看到他人的心的話，照說也應該可以看到自己的心。就唯識宗而言，作禪修而有神通的人可以看到對境補特伽羅的心，也可以看到自己的心。

解釋中的「若謂由修止成就遍處等，具足別餘因緣者，能見他心等故，最近自心當現為自境，譬如見遠針者，必能見近山也。」這一大段是唯識宗的主張，下面則是中觀宗用來破除他們的。應成派說：如果你說遠處的針可見到就必可見到近處的山，那麼，如果你有修行成就了塗眼藥之後可以見到地下的寶藏，那麼又何以見不到眼藥呢？照說眼睛也自己可以看得到自己了，可是事實上卻是看不到。所以用你們的比喻是不可以成立起自證分的。

如果照唯識宗說的自證分能領略自己，根本就不需要舉出能看到遠處的針必能看到近處山的例子，只要舉出眼睛就好了，眼睛就應該可以自己見到眼睛了。所以唯識宗所用的這個比喻是不對的。所以應成派說「識應該不自見」，我們就可以用「眼睛不自見」這個比喻來說，這樣就可以破除掉唯識宗所提出的能成立有自證分的因了。

對於唯識宗所提出的能成立起有自證分的能立因，中觀宗要將它破除，唯識宗提出因為有念（回憶）所以有自證分，對於他們所提的這一點，中觀宗也將它破除掉了。另外，唯識宗也提出修禪定有神通可以知道他人的心，中觀宗在破除的時候就說「照說自己的心應該可以見得到自己的心」，用這個理由也將他們能成立起自證分的因破除掉了。將這兩個都破除了之後，唯識宗再一次提出能成立起有自證分的因，他們說：如果沒有自證分的話，就將無他證分。為了要破除唯識宗的這個主張，第二六六頁最下面就有一個科判出現，請看文，「酉二、破無自證不應知他」，「知他」就是「他證分」的意思，又分為兩個科判，「戌一、正說，戌二、破從心變起

之自體不可說為他」，我們先說「成一、正說」，這是以一個偈頌來解說。

如事見聞覺知等，非是此中之所遮，
此唯遮執實分別，由彼能成苦因故。

這邊唯識宗說：我們會講到「我看到了」、「我聽到了」、「我想起來了」，看到是由眼識去看到，聽到是由耳朵聽到，想到是由心去想到。這個看到的看見者是眼識，聽見者是耳識，想到者是意識。我們說「我知道我看到了」，因為「我知道我看到了」才會說「我看到了」，既然我知道我看到的話，就一定要有一個去了知「我知道我看到」的了知者，也就是必須要有一個能知者。如果沒有這一個能知者的話，就將沒有「我看到了」、「我聽到了」、「我想到了的這些見聞覺知了。所以必須要有一個能知者，這是唯識宗說的。唯識宗成立起這樣的觀點，我們也不能說不是，因為我們也很類似他們的觀點。

在應成派破除它的時候，他們並沒有直接去做回答，而是間接的做其他的回答。應成派說：我要破除的是自證分，可是我並不破除也並不需要破除他證分，也就是不需要去破除「了知他」這件事。為什麼呢？因為在我們的識當中有引生痛苦的識也有不引生痛苦的識，引生痛苦的識是應該要破的，不引生痛苦的識則是不應該要破的。應成派這樣的回答好像並沒有正面回答，而是做其他的回答。

應成派說：這些見聞覺知都不是引生痛苦的識，也就不是引生痛苦的因，因此就不是所應破。為什麼呢？因為這些都不是輪迴的根本，所以並不需要去破除它，所應該要破除的是執為實有的實執，執自證分的執實才是應該要破除的，「執有自證分」的這個想法就是執實。

或許大家會想：也有執他證分之識，那麼，它是否也是執實呢？不是，這不是所應破。為什麼呢？因為執有他證分的識並不是執實的心，所以就不需要將它破除，而執有自證分的心則是執實，因為根本就沒有自證分，執它為有就是執實，這是應該要破的。

所以「認為執實是輪迴根本」是應成派不共的主張，也就是應成派的特色，因為自續派、唯識宗、經部宗和毗婆沙宗都不作這樣子的承許。所以如果問：寂天菩薩是不是應成派呢？你要怎麼成立起他是應成派的理由呢？就是由這一點來了解，由寂天菩薩承許「執實是輪迴根本」這一點來說寂天菩薩是應成派。自續派會不承許執實分別是輪迴的根本，唯識宗、經部宗和毗婆沙宗也都不承許，既然寂天菩薩承許執實是輪迴根本，由此

可知他是應成派的。這裡說：「此唯遮執實分別，由彼能成苦因故。」

我們說見聞覺知都不是所應破，因為我們要去想、去聽、去看之後才會說：「這是白色，這是紅色。」這樣子講也沒有錯，因為我們的眼睛實際上是看到這些。或者我們說：「這是好聽，這不好聽。」這也沒有錯，因為我們的耳朵實際上有聽到這些。或者我們心中會想著：「這是常，這是無常。」這也是我們心裡會有的想法，這也沒有錯。所以這些都不是所應該要破除掉的。反而支那堪布說：「你不可以這樣子說，你不可以說這是白的、那是紅的，你不可以說這是好聽、那是不好聽，也不可以想這是常、那是無常。」也就是我們不可以做這一些的作意思惟，所，對他而言，見聞覺知就變成是應該要破的。而我們這邊就不是這樣，見聞覺知是本來就應該要有的，所以它不是所應破。

當在詮釋空性究竟的見解的時候，有些人會說「不可說有也不可說無」是應成派的見解，而且，他們還會引經據典來說明，他們會去引用龍樹菩薩的論著來說明，比如《迴諍論》就講到：「我無所喜者故無過。」他們會引用這一句，他們以為所引用的是應成派的見解，所以他們就主張「不管有或沒有都不可說」，他們認為不去詮釋有或無就是應成派的見解。

寂天菩薩在《入行論》這個階段所講的詞句就非常清楚講到：見聞覺知都不是所應破，而是如果去執所見的色為實有、所聽聞到的聲音為實有、心中所想的無為法等等是實有的話，那才是所應破。

甲曹杰的解釋中有一句是「諸淺識者」應該是支那和尚的一個弟子的名字，他做了這樣的主張，甲曹杰就將它破除掉，這不是寂天菩薩所提出來的，而是甲曹杰自己提出來的。他也是主張寂天菩薩的《入行論》，他也會去解釋《入行論》，但是，他這樣的解釋是錯誤的，甲曹杰大師就說：「你這樣的解釋就好像出現了第二個支那堪布。」所以這是人名。

唯識宗說：對境與心並非是執異的，也不能說它是執一的，因為對境跟識並不是一模一樣的，而且，對境是如幻一般的。請看文，「由心幻出非異法，彼二非異亦無常。」所以對境是無常。

唯識宗說：也不能說對境和心是執一，偈頌說「由心幻出非異法」，也就是對境是由心幻化的，幻化就是指對境，所以對境與有境（心）並不是執異的，可以，卻不能說它們兩個是執一的。為什麼會提到這一點呢？請看第二六三頁中間，「誰依何法而見云」。

問題：剛才講說應乘派的艦解釋耳朵聽到了就可以知道它是好的還是不好的，（以下的問題因雜音干擾而完全聽不到）

回答：好聽或不好聽可以說是存在的，但是，我們要了解好聽或不好聽都是比較的，它是相對的而不是存在的。所以我們從每個角度都要去看，並不是說「好聽」本身是獨立的，這些都是比較的。我們要想：我們會覺得好聽是因為有很多因緣具足，覺得不好聽也是因為有很多因緣。透過這樣的想法，雖然它是不好，我們也不會非常捨棄它、排斥它，我們會實際的去面對它，並不會馬上去排斥它或是心裡無法容納它。我們會這樣去看：這一切都是有因有緣的，我們應該怎麼去改變它。我們執著的心就是會認為它是獨立的好或不好，所以就會馬上去排斥它，這就不一樣了。

問題：剛才講到唯識對境跟心是非執一也非執異，剛好我昨天有看格西所解釋的宗義，他有講到唯識宗是有承許外色的，他們認為：外境和眼識是由同一個境取的習氣覺醒而顯示出來的，所以外色和眼識的體性是一。那麼，為什麼這裡說唯識承許不是一也不是異呢？

回答：這裡是剛剛講的藏文第四六三頁所講的理由，唯識本身並不是主張剛剛所講的那樣，現在這裡是一直不斷的辯論，到後面的主張又會改變，「如果你這樣講就怎樣怎樣，如果你這樣講又怎樣怎樣」。所以前面已經破除了唯識的「一」的想法。在中文的第二六三頁，以中觀應成派來說，一切的心不是獨立實有的，而都是依賴境而產生的，而境又依靠有境，有境和對境是互相依賴的，並不像唯識說的「境都是從心那邊出現的」，中觀應成派認為都是依賴的。所以中觀應成派會覺得：「唯識一直認為這個心不是依賴這個境，如果這樣的話，這個心要怎麼成立呢？」第二六三頁的意思就是這樣，中觀應成派這樣破除唯識：「如果你現在講的有境（心）不是依賴對境的話，那麼，它是怎麼成立的呢？」所以「它怎麼成立的」意思是你所講的心不依賴於境而且這個境跟心不是異的，不異的這種情況的心不存在，這裡就已經破除了。在已經破除的情況下，唯識還是繼續辯：「現在這樣我已經輸了，但是，我還是要從另外一個角度講，你怎麼來辯呢？」

（戊二、破從心變起之自體不可說為他）

由心幻生非異法，彼二非異亦無常。

實有云何非異心？非異心應非實有。
如是幻事非諦實，能見亦與所見等。

第二六七頁說「彼二非異」，也就是心和幻化的對境兩者非異，「非異」跟「不是異」是同樣的意思，因為在前面已經將它破除掉了，就是將「心和境不是異的」這一點破除掉了，所以這裡就講到「彼二非異」。

比如這個法是不是常法呢？不是。是無常法嗎？又沒有辦法說是無常。「不是常」跟「無常」的意思是一樣的，但是，我們還是會覺得有一點差別，我們心裡確定它確實不是常法，那麼，它是不是「常法」的相違（無常）呢？我們又不敢說，就有一點這種感覺。這邊講的就是這個意思，「不是異」是「非異」嗎？我們又不敢說，為什麼不敢說呢？因為前面已經破除了「非異」的部分。他們說「境和心非執異」，可是又不敢說「它不是執異」。一個是只有遮除，另一個則是成立。所以「不是常法」是遮的部分，「是無常」就是成立了，就是不一樣的角度。同樣的，這裡講的「不是執異」是遮的部分，「是非執異」就是成立了，所以他不敢講成立的部分，因為寂天菩薩在前面已經破除了。

如果應成派因為前面的理由而說對境是無常的話，那就是第二六七頁的「實有云何非異心，非異心應非實有」，因為唯識宗認為：圓成實性和依他起性的法都是常，遍計所執的法才是無常，而且，即使是無常也是諦實成立的無常。所以應成派說：如果有實事的話，那麼，你為什麼說這個諦實成立的實事不是異於心呢？如果是非異於心的話，那麼就應該是非實有的。

我們要先清楚中觀應成派的想法，中觀應成派主張外境，這是我們要清楚的，他們不會像唯識一樣說一切都是心造出來的。所以中觀應成派認為：心跟對境是百分之百的依賴於他，而自己連一點點的自性都沒有，都是依賴於他的。中觀應成派覺得：「唯識這樣講的時候，色聲香味觸都是依他起性，這些都是諦實有，如果講這些都是依他起性、諦實有的話，為什麼它不是外境呢？」一邊講不是外境，一邊又講那些都是諦實有、實事，中觀應成派覺得這裡有矛盾。所以中觀應成派就講了這裡的第一句「實有云何非異心」，既然它是實事的話，為什麼不會變成異呢？這邊是「如果是實事的話，云何不是彼」，「彼」就是指心，也就是說：如果是實事的話，云何它異於心呢？第二句藏文直譯是：如果是非異的話，那就應該無實事。也就是說：如果這些色聲香味等實事與心非執異的話，則將無實事。

問題：我覺得翻譯所講的跟文字上講的好像是剛好不一樣的東西，我從中文的文字上面看是說：這個實有的東西為什麼不能說它就是心呢？如

果不是心的話，那麼就不應該有一個實有了。我從文字看起來的感覺是這樣的意思，可是剛剛翻譯好像不是這樣的意思。

翻譯：因為藏文也不是「實有」，藏文是「實事」而已。

問題：我重新再講一次。為什麼你唯識宗說這個存在的東西不同於心呢？如果這個真的不同於心的話，那麼，這個存在的東西就不存在了。是這樣的說法嗎？

回答：如果色聲等實事（指對境）是心的話，那就將不能說有色聲香味等對境。字面上是「實事云何非異心，非異心應無實事」，將「非實有」改成「無實事」應該會比較好了解，藏文是這樣的。

應成派就是要去破唯識宗的說法，他們說：「你們唯識宗說有境識好像是自我可以成立的、自我可以存在的，而對境則沒有自我存在的能力，你們認為對境並不是在識外另外有，你們認為對境必須要依於識才能夠有。如果你們在這邊說沒有與心執異的對境而卻又說有色聲等對境的話，為什麼不可以說有境的識是依於對境而存在的呢？」這是應成派倒問回去。

簡單而言，應成派倒問回去說：「對境的色聲香味觸是百分之百依賴有境（五根識和第六識），在這上面還能夠成立色聲香味是境，雖然唯識說那些百分之百都是依賴於識，但是，它們還是境。如果可以做這樣的主張的話，那麼，你們為什麼不可以主張這些識百分之百依賴對境而在這上面也可以成立有境呢？」所以中觀應成派認為：「唯識在對境上面講的是對的，但是，有境上面講的就有一點問題了。」但是，也不可以說對境上面講的是對的，因為前面剛剛破除了，唯識一邊說色聲香味觸是實事，一邊又說這些非執異，這兩個也矛盾了。

這不只是辯論而已，中觀應成派本身就覺得有境都是百分之百依賴境的，而境也是百分之百依賴有境的，中觀應成派本身是這樣想的。境是怎麼成立的呢？百分之百是靠有境，而有境也是百分之百都是靠對境的。

「如是幻事非諦實，能見亦與所見等。」如果說對境並不在有境之外另外有的話，那麼應該說「所見也是能見」，這邊的中文和藏文好像順序相反，藏文應該是「所見亦與能見等」。

到此為止我們已經破除了唯識宗說的「如果沒有自證分將無他證分」這一點，甚至還破除了唯識宗主張說境和有境也相關的這些主張。接著就

要進入「申四」的科判，就是第二六三頁的「未二破轉計之自證」的第四個。

「申四、破計諸安立有之法有諦實成就之所依」

就是破假有法諦實成立之所依。唯識宗主張有輪迴、有涅槃，而這些假有的法都是諦實成立的。他們認為：不管是輪迴或涅槃的法，在對境本身上就是諦實成立的，因為它們好像在自己本身上就有那個能力存在，如果它們自己本身上沒有這個能力存在的話，就將無法成立起有所謂的輪迴和涅槃，在這邊應成派就要破除他們這樣的主張。就像我們在前面破除經部宗的主張時也有一些辯論存在，因為經部宗認為：如果無諦實成立的法的話，就將無法建立起輪迴和涅槃，也就是輪迴和涅槃的建立將是不合理的，應成派也將這一點破除。所以在前面破經部宗的主張時有提到這一點，這邊就是在破除唯識宗認為對境上本身要有它的能力在。

或言輪有實所依，若不爾者如虛空。

這兩句是唯識宗的主張。

若不實法依實因，云何有能生果者？

這是應成派將它破除的回答。

這邊舉輪迴為例，請看下面的註解，「輪等虛妄安立有者，各有實法為所依體，一切錯亂法有實所依故。如於株杌，錯認為人，亦有實株杌也。」以輪迴來說，輪迴就是指業、煩惱、分別心等等輪迴的因所成立的輪迴。以分別心而言，分別心所執取之處必須是諦實成立的，如果分別心所執取之處不是諦實成立的話，那將不會生起分別心。所以這裡就舉了株杌為例，株杌就是一塊圓圓的木頭，比如將這一塊圓木誤認為人，如果沒有這一塊圓木的話，就將不會誤認它為人。同樣的，輪迴也一定要有它的因，它的因就是我們所造的業和煩惱，如果業和煩惱不是諦實成立的話，也就將沒有所謂的輪迴。所以註解說：「言輪如是依於實體，否則不依實體，則如虛空成為無法。」

我們這邊是講到輪迴，輪迴的因是業和煩惱，這也是我們顛倒執取之處。他們認為：顛倒執取是之處必須是實有的、諦實成立的，如果它不是實有的話，就將不會去顛倒執取。

比如虛空是一無所有，所以我們不會去執它什麼東西，也就是我們對

虛空好像一無所執。同樣的，我們會去顛倒執取之處也必須要是實有的，如果不是實有的話，那麼，我就將無所執。

至於我們要如何去破除唯識宗剛剛所說的這些主張，就是用下面這兩句，「若不實法依實因，云何有能生果者。」藏文在第四七三頁第二行，如果沒有實事而說依於實事的話就將無作用。也就是說：如果要依於實有的實事的話，就將沒有所謂的能生果的實事，因為它以在最初的諦實有的實事就已經存在了，已經存在了而你還依著它去產生果，沒有這種事。

《入菩薩行論四十七》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/04/01

上次講到中文的第二六八頁，藏文是在第四七三頁最後面，上次已經作了一些解說。這個科判是「申四、破計諸安立有之法有諦實成就之所依」，安立有之法就是假有的法。我們到了這個階段，已經快將破除唯識宗的主張的階段講完了。假有的法就是指輪迴，輪迴的因是煩惱，煩惱的果就是輪迴的三界，唯識宗說果是依於因而有的，輪迴所依的因是煩惱，所以果必須要有一個實質的依附處，也就是它的基礎必須是實有的，如果沒有這樣一個實有的依附之處，就將不會有煩惱生起，也就不會有所謂的造業了，也就是整個輪迴就變成空了，那就不會有所謂的輪迴了。所以這裡說一切假有法都是實事的依附處。

上星期講過第二六八頁的前兩句偈頌，「或言輪有實所依，若不爾者如虛空。」這是唯識宗的主張。下面兩句是破除他的主張的回答：「若不實法依實因，云何有能生果者？」輪迴的依附之處如果是實有的話，那就應該是無輪迴的，這是回答的部分。

唯識宗說輪迴的依附處是實有的，追究起這個實有的依附處就是心，為了要破除他們所主張的「心是實有」這一點，就以下面兩句來回答：

汝二取心無助伴，應唯自知及自明。

當中觀宗破唯識宗時，他就說：就你而言，你認為有境（此心）是實有的，如果像你所說的是實有的話，那它應該要成為獨一的，面對境而生起二取的心應該就不會有了，因為唯識宗認為無外境且一切都是唯心所造的。可是中觀宗認為如果像唯識宗這樣所認為的無外境的話，那應該真的是沒有對境。因為唯識宗不承許有外境，中觀宗就對唯識宗說：如果你們唯識說的境既不是也不是心的話，那就沒有境了。

中觀宗回答：如果像唯識宗所說的沒有外境的話，豈不就變成無二顯了嗎？因為無外境就無二顯，所以有情就不會有錯亂了，如果這樣的話，有情不就自然早已成佛了嗎？

若時心離於二取，一切眾生已成佛。

「若時」就是指只剩下識而沒有境的時候。「若時」就是指成立起這個觀點的因，「一切眾生已成佛」就是指能成立起的因（能立因）。

中觀宗繼續說：並不是如此。因為有情並不是全部都已離二顯的錯亂了，既然沒有遠離二顯的錯亂，所以仍然必須要努力於證得「能所二執空」的二空。這個回答就是下面兩句：

若已知是復何須，觀於唯識有何益？

到此已經將破除唯識宗主張的部分講完了，再來就要問大家問題。

第一個問題：唯識宗首先是以什麼來與中觀宗爭辯的呢？

第二個問題：中觀宗以何種相同於唯識宗的爭辯來做回答呢？

第三個問題：這裡主要是要破除唯識宗所主張的「識」是實有的識這一點，唯識宗所主張的識有兩個，他認為有無外境之識，另外，他也認為有能成立起如此無外境之識的自證分。所以他認為有這兩種識。在這邊是以破除唯識宗認為這兩種識是實有為主，在破除的時候，為什麼舉出來都是心或自證分，理由在哪裡呢？

第四個問題：當中觀宗要破除唯識宗所主張的無外境之識時，是如何破除的？

第五個問題：當破除自證分的時候，引出哪一部經呢？

第六個問題：當以正理來破除的時候，是以哪兩種比喻將它破除的呢？這兩種比喻在這裡面有，一個是燈明，另一個是吠琉璃。

第七個問題：當應成派在破除唯識宗的自證分時，除了他自己所舉的這些正理之外，應成派也以唯識宗他自己所舉出來的能成立起自證分的正理來破除唯識宗，也就是中觀宗以唯識宗所舉出的成立起自證分的正理來破除唯識宗所主張的自證分。那是什麼理呢？

第八個問題：中觀宗對唯識宗說：你所舉出來的能成立起自證分的因就是念（回憶），如果你所舉出來的念（回憶）可以成立起來的話，那麼，這個念應該是可以成為正因才對，而實際上並不能。 為什麼呢？如果沒有自證分的話，正念還是一樣可以生起的，所以你所講的正因並不是正因，你所講的是沒有周遍的。如果是正因的話，那就必須是要周遍的。所以中觀應成派用什麼比喻沒有自證分也能夠生起正念呢？

第九個問題：當舉出這個比喻配合起意義來解說的時候有五點，這是哪五點呢？就是意喻結合起來解說是哪五點呢？

第十個問題：唯識宗又舉出另外一個成立起有自證分的一個能立因，他是舉出怎樣的因出來呢？這個問題中包含兩個問題，這是第一個。第二個是：當中觀宗要破除唯識宗所舉出來的這個能立因的時候，是用什麼方法去將它破除的？唯識宗除了上面所舉的那些能成立起自證分的能立因之外，他又另外講到有自證分是因為有他證分的緣故，所以他舉出這一個能立因出來，而中觀宗是用什麼方法將他所舉的能立因破除的呢？

第十一個問題：唯識宗認為實事是諦實成立的、實有的，所以唯識宗才主張一切假有的法（輪迴之法）的根基必須是實有的、諦實成立的。他還說：如果實事不是諦實成立的話，就將沒有假有的法，沒有輪迴。唯識宗是根據什麼來舉出這樣的理由呢？在這一點上，中觀宗是如何破除它的？

到此為止已經將破除唯識宗的主張的部分講完了。

翻譯者問：他不是主張三性嗎？為什麼《入行論》裡面沒有特別破除它呢？

回答：圓成實性主要的重點是空性是諦實有的部分，為什麼空性是諦實有呢？主要也是所依的依他起性是諦實有。為什麼所依的依他起性是諦實有呢？因為心就是諦實有的。主要的重點是在此處，所以如果破除心諦實有的話，那就整個都破除了。所以很多論典在破除唯識的時候，會去破除心是諦實有的部分，如果這部分破除的話，其他也就自然破除了。

請看第二六八頁下面科判，「卯三、遮計於通達空性道之中觀宗應無須要亦不可能 分二，辰一、出彼計」，這個科判的意思就是說不需要通達空性之道。請看文：

雖已知如幻化事，云何能遮諸煩惱，
若時於所幻化女，幻師亦能生貪等。

即使你知道這一切法是如幻的，依然無法遮除掉煩惱。他就舉了魔術師為例說明，魔術師知道所幻化出來的幻化女是幻化出來的，可是他依然會對於所幻化出來的幻化女生貪。所以通達空性之道是無助於遮除貪等煩惱的。

從這裡可以看出來這樣的意味，前面中觀宗在破除唯識宗和經部宗的時候，說他們在講道理方面是絕對不會輸的，可是只有知道這些道理對於斷除煩惱並沒有一點點的幫助。自宗的回答就是：必須要透過實修才能斷除煩惱，不去修是不能斷除的。

請看第二六九頁的科判，「辰二、答 分三，巳一、幻師生貪之理，巳二、明依修通達空性之般若，應能斷煩惱及其習氣，巳三、明斷已生圓滿果。」中觀宗用這樣來回答：只有透過修持才能斷除煩惱，如果只有知道這些道理而不修持的話，那是不能斷除的。

首先講到「巳一、幻師生貪之理」，幻師（魔術師）雖然知道幻化女不是真的女人，他也知道幻女空，可是依然會對她起貪。所以中觀宗說：悟得了諦實成立空這一點對於滅除煩惱並沒有幫助。

這邊回答是說：魔術師自己本身不需要去證得空性，也就是不需要去通達諦實成立空這一點，如果他只有知道幻女是空這一點的話，對於滅除煩惱是沒有幫助的，甚至於對煩惱的習氣也無絲毫的傷害，也就是不會傷及煩惱的習氣。請看文：

彼幻師於所知境，煩惱習氣不能斷。
由實執力見彼時，空性習氣微劣故。

如果你無法去傷及無明的話，當然就不會傷及無明的耽著境，從這一點看來，你根本就沒有悟得空性。如果沒有悟得空性的話，就表示你根本就沒有空性的習氣，「空性習氣微劣」就是指你根本就沒有空性習氣。

你要知道幻化女不是真正的女人，這也不需要去證得空性，甚至你心中也不需要有皈依，你也可以知道她不是真正的女人。所以知道幻女空跟證得空性簡直就是天壤之別，即使畜生也會知道幻女不是真正的女人。就像我們照鏡子看到鏡中的影像，我們也知道他不是真的人，可是不能以此當成證得空性的理由。一般見到幻化女很漂亮，可能就因此而對她生貪，而要破除對她生貪的話，也不需要知道她不是真的女人，更不用說未通達空性的人看到漂亮的幻化女時也一樣會生貪。

我們了解幻化的女人並不是真正的女人，這樣的了解對於不要在她上面生起貪心有沒有幫助呢？貪心有兩種：一種是認定她是真的女人而去貪著，對於這種貪心是有幫助的。另一種是已經知道她是假的，但是還是將她看成非常美的，這時還是會貪，也會生起煩惱，對於這種就沒有什麼用了。如果我們了解空性的話，這確實是會非常有幫助的，煩惱就會馬上降下來，一直修就可以斷除這些煩惱，而我們了解她不是真的女人並沒有什麼幫助。

這邊的「空性習氣微劣」，大家要知道他所要指出的是怎樣的意思，不

要以為我們已經有證得了空性且有了空性的習氣而只是現在還沒有醒過來而已。實際上，我們是有成佛的種性在，有證空性的種性在而已。可是對於這一句的解釋不可以誤認為是那個意思。

接著進入第二七〇頁第二個科判，「巳二、明依修通達空性之般若，應能斷煩惱及其習氣 分二」從這邊可以知道：不管怎麼去觀修幻女非女，都是無法斷除煩惱的。可是如果去修空性的話，只要通達空性之慧的話，必定能斷除煩惱及煩惱的習氣。

這裡又分兩個科判，「午一、總明，午二、別釋」，先看「午一、總明」：

由修空性薰習力，能斷執實之習氣。

藏文是「實事的習氣」，中文就直接翻成「執實的習氣」。

謂畢竟無而修心，無實實執後亦斷。

「畢竟無」在藏文是「虛無」的意思，就是指「連空性也無」的意思。如果你去執「無實有」為諦實成立的話，就是你去執「無諦實成立」為「諦實成立」的話，這種執實是應該要斷除的。

這邊要斷除是有次第性的，首先應該在實事上去斷除「執這些實事為諦實成立」這一點，再來要斷除在無諦實成立之上執為諦實成立這一點。

談到二十空時就是這樣，先講到內空，然後再外空，再來是內外二空，再來講空空，這也是有次第性的空。第一個要先去了解我們的心所攝的內識是空的，這是內空。再來要了解外境也是空的，再來是內外空，也就是了解內在的內識和外在的外境都是空的，再依此去斷除掉執內識和外境是空的這種執實，這就是空空。

上個禮拜的《道燈論》裡面也是講到成立法無我的正因，講完之後就是講對這些上面也要有了解空性。對於對境法上面要了解空性，而且在能了解的這個了知上面也要了解空性，如果這樣子的話，那就沒有分別。「亦了彼慧性，無分別修彼」，這樣才會變成無分別。所以我們只有在對境法上面了解空性的話，那還是有分別。所以我們在修空性的時候，我們自己本身也要了解空性。剛剛說「亦了彼慧性」，我們在自己的慧性上面也要了解它也是空，這樣才會變成無分別。所以我們修空性時可以說有兩種，對境法上面已經是有空性了，可是還存有「空性本身是諦實有」的想法。另外一個是在能修的自己上面也有這種實有的兩個障礙。如果這樣子的話，還

是沒有達到整個無分別。我們把整個分別心都去除的話，對境法上面也要了解諦實有空，還有對「諦實有空」本身也要了解諦實有空，對於能修的了知上面也要去了解它也是諦實有空。所以這些都要了解。

我們這裡也看得出來，唯識的主張會說境不是外境，並沒有存在外境。但是，沒有存在外境的這個空性是諦實有的，本身能修的有境也是諦實有的。所以這裡看得出來好像在有境上面還會執著，而在對境上面還是會執著這上面的空性是諦實有的，這兩個好像一直都沒有辦法去除。所以在修空性的時候，後面這兩個也是要去除的。

我們講完了第一個「總明」的科判，如果我們去串習證空性的慧的話，那是可以斷除煩惱和它的習氣的。

再來講「午二、別釋」，請看文：

若依何法說為無，所觀實法無所緣，
其時不實離所依，於觀慧前云何住？

這裡說「若依何法說為無，所觀實法無所緣」，「所觀實法無所緣」是能立因，前面那一句則是所立的法，這裡說的「若依何法」的「法」指的就是實事。他是以什麼來成立起實事為無實有的呢？也就是以後面這一句，如果所觀察的實事是無所緣的話，(實法就是指實事)，那麼實事將為無實有。

下面是「其時不實離所依」，前面的「所觀實法無所緣」是因，以這個因成立起前面的實事是無實有的，「其時」就是「彼時」，這個時候可以說實事已經是無實有的，此時它就已經離所依了，也就是實事遠離了諦實實有的這個所依了，變成無實有的意思。

這樣講可能大家不清楚，用一個比喻來說明，有法五蘊，諦實有空。我們用究竟的智慧觀察它的話，就看不到它是諦實有的，所以我們用這樣的比喻：有法是五蘊，它是諦實有空。為什麼呢？並不是用我們現在這樣的智慧，而是一個最聰明的人用究竟的智慧觀察它、研究它的話，那就不會找到它是諦實有的。所以它是諦實有空。

這樣成立了以後，我們透過這個正因了解了之後，我們所了解的智慧已經了解空性了，在這個領悟空性的時候，這個空性慧當中有沒有一個諦實有呢？比如現在簡單說「五蘊是諦實有空」，這樣的智慧顯現當中有沒有諦實有呢？並沒有，因為他了解五蘊是諦實有空，所以它的顯現當中會不會出現一個諦實有呢？這裡有一個問題，他的顯現當中出現的是「五蘊是

諦實有空」這一部分，這個智慧會判斷五蘊是諦實有空，此時在五蘊上面沒有執著了，而在諦實有空上面會不會執著呢？現在的問題就在這裡。如果這樣問的話，你們怎麼回答呢？《入行論》在這裡講的是沒有執著這個諦實有。為什麼沒有諦實有呢？如果有諦實有的話，對於這個智慧來說，「五蘊是諦實有空」本身就是諦實有，這樣的話，所依的五蘊就必須是諦實有。那麼，對他來說所依的五蘊是諦實有嗎？並不是，既然他已經了解所依的五蘊是諦實有空，所依是五蘊，能依是諦實有空，所以諦實有空這一部分對他來說並沒有諦實有，因為如果這個是諦實有的話，那麼，所依的五蘊也要有諦實有。所以所依的五蘊對他來說並沒有諦實有，所以能依的五蘊上面的諦實有空也不是諦實有。這裡說「離所依」意思就是：對他來說，所依的五蘊沒有諦實有，所以能依的五蘊上面的空性不可能會有諦實有。

再來解釋一次，「若依」翻成「若時」會比較好，就是「那個時候」，「何法說為無」，說什麼事為無呢？當然就是指實事。當我們說實事是無的時候，能成立起這些實事是無的因是什麼呢？就是下面這個能立的因，「所觀實法無所緣」，我們所觀的實事是無所緣，因此，我們才說這個實事是無。「其時」就是「爾時」的意思，這個實事就是我們所要成立的法，比如五蘊無諦實有這一點，它已經離了所依了。無實事這一點在執諦實成立的心之前云何安住呢？意思就是不能安住，原因就是它已經離所依了，這個所依就是執五蘊為諦實成立的。因為無實事已經離開了「諦實成立」這一點了，所以它就離所依了。這裡的「於觀慧前」就是指於執諦實成立的心之前的意思，無實事在執諦實成立的心之前不能安住，原因就是它已經離所依了，也就是離了諦實成立的實事了。

剛才在前面講的，這裡也要清楚一點。比如一個人已經成立五蘊是諦實有空，在這樣成立了之後，了悟五蘊是諦實有空這個量本身來說沒有執著，但是，另外一個心會執著，另外一個心會想：這個諦實有空是獨立的。這是另外一個心會執著，但是，我們這個本身的心並不會執著，如果去執著的話，空正見跟執為諦實就有交集了。所以並沒有一個又是空正見又是執著的。所以這裡講的是空正見是不可能執著的。

我們在前面講到：當我們在一個法上面了解空性時，還是會有另外一個危險，也就是「空性本身是諦實有」這樣的執著是會有危險的。但是，這是另外一個心執著而已，並不是了解空性本身的這個慧所執著的。現在這裡講的是了解空性本身的這個慧會不會執著呢？不會的，這裡就是講為什麼不會執著的理由。

如果我們剛剛講的這種空正見會執著的話，那麼，空性上面又有另外一個空性，又會去執著，一個上面又有一個，這樣一直去執著的話，那就沒有辦法修了。所以現在這裡講的是這個本身就是空性慧了，這個智慧當中完全沒有執著。所以這個空正見一生起，整個心就安住在這裡面修的話，這是可以的。所以修空性的時候，比如去了解「我本身是諦實有空」，整個心就變成這個想法，然後就安住在這上面一直修，這是可以的，因為整個心都安住在這上面的話，那就不會有什麼執著了。

若時或實或非實，於觀慧前皆不住，
爾時別無所執相，無所緣故極寂靜。

我們的所要空掉的所空處（有法）上的空性是無諦實有的，「實」就是指實事，「非實」就是指所空處（實事）上面的空性無實有。「於觀慧前皆不住」，就像我們剛剛所說的論釋：有法五蘊無諦實成立，因為於究竟觀察慧不可得故、無所緣故。所以在究竟觀察慧之前，實事或實事上的空性無實有是無住的。「爾時別無所執相」，這樣就離一切所執，就無所緣了，因此是極寂靜，因此就離一切邪惡。

接著的科判是「巳三、明斷已生圓滿果 分三」，就是如果串習空性慧的話，將能夠生起圓滿的果報。我們前面講到「無所緣故極寂靜」，也就等於所有一切戲論皆已平息，戲論平息就表示已無分別心了。於是，就有人懷疑：如果這樣的話，是不是也不會生起想要去闡釋佛法的心了呢？請看文（午一、無分別亦應滿所化之願及喻）：

摩尼寶珠如意樹，云何悉滿諸希願，
所化願力自在故，如來現身亦如是。

佛雖已無分別，然而所化機的心當中依然有業和願望的關係，所以佛依然會依著眾生的意願而示現出來。就像這裡說的，摩尼寶珠如意樹並沒有特別想要去滿眾生的什麼願，而是因為我們有祈求的關係，所以它還是會化現出來滿我們的願。

佛所示現出來的身相並沒有一定的模式，以文殊菩薩而言，因為徒眾們有不同的業力、願望，所以當這些徒眾見到文殊相的時候，也會見到不同的相。同樣的，佛所示現出來的身相也不會有固定的模式，或許會現為文殊或觀音的不同，因為依著所化機不同願望的關係，所以會示現出不同的身軀出來。從這裡就可以看出來，用如意寶的比喻，佛完全沒有「想要做什麼」的念頭。

下面又有人提出辯論出來，他說：佛本身在往昔處於有學位積聚資糧時，已發下了廣大的利生的願望，因此，他可以去行無量無邊的利生事。可是他所發願望的時間已經為時已久了，他不應能行廣大廣大利益眾生的事。

我們平常做任何事情的時候，都要發願：我透過各式各樣的形式利益眾生。如果一直這樣發願的話，在我們未來成佛的時候，什麼都不需要，連生起「我要幫助眾生」的念頭都不需要，不管眾生想什麼，我們都可以滿眾生的願。所以這是我們現在要做的。如果我們現在沒有這樣發願的話，我們未來的佛就不可能會有什麼都圓滿。在煮飯的時候也這樣想的話，以後成佛時，用煮飯的角度去利益眾生時，就不需要念頭，它自然就會出現了，從眾生的角度有具足的話，佛就會有什麼。

回答就是：即使為時已久亦能利生。下面就舉了例子：

譬如大鵬金翅鳥，消毒供樹昔曾修，
久成過去仍感報，能息現前諸毒害。

這是比喻，下面是真正的意義：

隨順於諸菩薩行，若於如來修供養，
菩薩雖已般涅槃，亦能作諸義利事。

這段應該是很容易了解的。

《入菩薩行論四十八》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/04/08

前面我們已經破除了經部宗的主張，也破除了唯識宗的主張，在破除了他們的主張之後，他們說：你們中觀宗所說的成立起空性的正理是對的，你贏了，可是你們所說的修空性之道對於滅除煩惱是沒有用的。

如果就科判而言的話，請看第二六八頁，「卯三、遮計於通達空性道之中觀宗應無須要亦不可能 分二：辰一、出彼計，辰二、答。」上次講完了，今天從第二七二頁開始講。

中觀宗在「辰二」作回答的時候，用了三個科判來作回答，第一個科判：這邊所說的跟你們所舉出來的幻師的例子不盡相同，因為幻師依然會生貪。第二個科判：修通達空性的般若是可以將煩惱的種子甚至習氣都斷除，修空性將煩惱習氣斷除之後可以產生圓滿的果報。

我們現在是講到這三個科判當中的「巳三、明斷已生圓滿果報」當中所分的兩個科判的第二個「午二、釋難」：

若供無分別心者，云何亦能得果報？
經言住世或涅槃，供養福德均等故。

世俗勝義供養佛，經言均能生果報，
如汝許於諦實佛，供養得果亦如是。

他們認為：如果是無諦實成立的話，佛也是無諦實成立的，這樣佛就不會有分別心了，那麼在供了佛之後豈不是就沒有果報可得了嗎？說實事師是這樣的說法，說實事師認為一切都是諦實成立、諦實有的，佛也一樣應該是這樣的。所以他們對於佛諦實成立這一點有特別的偏執，也就是有一種特別的耽著在，就像我們執實的心一樣。他們認為：如果佛是諦實成立的話，如果我們去供養他，他至少還會給我們一些回報，這樣我們才能夠積聚福德。如果佛不是諦實成立的話，我們供養他，他也不會給我們回報，這樣豈不就不能積聚福德了嗎？

這裡不是說佛不是諦實成立的意思，這裡是講說實事派會說一切有為法都是諦實有的，所以說我們的執著心是對的，也可以說連佛也有執著心，因為執著諦實有是真實的情況，所以佛也要有在有為法上面諦實有的看法。這是說實事派所認為的，他們會說佛會對於有為法上面有執著心，也

就是佛會在有為法上面看成是諦實有的，佛要有這樣的一個心。對境本身法的情況是什麼，佛就有一模一樣的想法，因為佛是一切等智。所以他在有為法上會有諦實有。所以當我們供養佛的時候，佛就會想「這是他供養的」，因為有這樣子想，我們才會得到功德。如果以中觀來講的話，佛就不會這樣想了，因為一切法是諦實有空，所以佛就不會執著他有供養或他沒有供養，既然佛沒有這樣去區分的話，我們供養他又能得到什麼功德呢？這是說實事派的想法。因為佛有這樣的執著，我們才會有功德，所以佛有這種諦實有的執著心。因為以說實事派來說，諦實有是真實的，所以佛一定要有。比如這是無常，他也要了解這是無常，這是諦實有，他也要了解這是諦實有。所以法本身是怎樣的情況，他一定就要有這樣的想法。所以以說實事派來說，佛是有執著心的，他們覺得執著心是事實的一個想法，而並不是顛倒識，所以佛也要有執著心。這就是這裡所提出來的問題。

這裡說：佛如果沒有這種執實的分別心的話，我們供養佛的果報又怎麼能夠獲得呢？這裡引經來回答說：佛是我們的供養境，他絕對不會生起「某個人供養」的念頭，因為佛已經般涅槃了。

這裡是引用慈氏《獅子吼經》，《獅子吼經》裡面說：佛在世的時候對佛供養，以及佛入涅槃之後對佛所留下來的舍利塔供養，所得到的福德是相等的。因為對佛或對舍利塔供養時，佛或舍利塔都不會生起「你來供養」的想法，他也不需要生起這樣的思惟。所以說實事派這樣的爭辯是不合理的，也就是說實事派說的佛沒有這樣的心就會導致供養得不到福報是不合理的。

這邊回答：不但佛在經典裡面這樣子說，甚至佛還在經典裡面講到：「不論你是由世俗來成辦供養佛，或是透過真如來成辦供養佛，一旦你供養了佛，不管有沒有執實，都一定可以獲得果報的。說實事者說：佛要有諦實有的心，這樣的供養才有福報。這樣的說法是不合理的。」這裡說：即使佛無執諦實成立的心，我來供養佛也依然會有福報。這是佛親口在經典裡面所說的。到此為止，我們已經講完了對於能否得到果報的問難的回答，就是講到佛在成佛之後有無執諦實成立這一點，對方就這一點來問難，這邊就破除掉對方說的佛如果沒有執實的心的供養佛就沒有福報。

到此為止講完了「子一、二諦之安立」，這個科判是在第二五四頁，在闡釋二諦安立的時候，就一併將唯識宗及經部宗的主張破除，也將這兩宗在破除之後的答辯再一次破除。

我們前面主要是講二諦，在講二諦的時候就提出來經部宗及唯識宗的辯論，大家對於為什麼會有這樣的辯論要有概念。以二諦的區分來說，一個是表面的，一個則是它的本性，這兩個就是二諦。我們這裡在講二諦的時候，可以分成表面的情況及它真正實際的情況，這兩個就是二諦。

《入行論》裡面講二諦的時候，顯現對於什麼眾生會有區分，比如區分為一般的凡人跟學佛的人，學佛的人又可以分為瑜伽的跟不是瑜伽的，就這樣一直分下去，瑜伽裡面又可以分為了悟空性的和沒有了悟空性的。所以所有眾生面對一個境的時候，就會慢慢深入，越來越深，越來越深。比如了悟空性的人可以分為凡夫的了悟空性的修行者及聖者的了悟空性的修行者，這兩個面對境的時候是不一樣的。所以剛剛所講的顯現跟實情兩者也是這樣，以我跟一個智慧很高的人來說，我們兩個的顯現跟實情就不一樣，他的實情比較深，我的實情可能是他的顯現，他的實情則是我完全沒辦法看到的。如果又再跟另外一個比他的智慧更高的人比起來，他的顯現跟實情又不一樣。所以顯現跟實情就一直會有這種情況。顯現跟實情就有這樣的區分，比如動物跟人之間的顯現跟實情也可以區分，而有學佛的人跟沒有學佛的人面對這個世界時又有不同的顯現跟實情，一直可以這樣分，所以它有深度。

這邊這樣子講出來的時候，自然就會批評到說實事派，在講到二諦時，可能會說：你們是顯現的階段，並不是實情的階段。因為這樣的關係，他們就會辯解：「我們不是顯現，我們是實情。」所以在講二諦時，唯識宗和經部宗會有這樣的辯論，主要是這樣來的。然後就開始去破除經部宗及唯識宗，在破除了那些之後，他們就講出剛剛後面的辯論：你們講的空性如果是對的話，就有可能會產生出這些問題，比如沒有辦法斷除煩惱及供養佛沒有辦法得到功德。於是就產生這樣的辯論。我們到這個階段就已經將二諦講完了，所產生出來的辯論也都已經講完了。

接下來寂天菩薩更說：不用說成佛需要空性，連解脫也需要它，沒有修到空性是不可能會解脫的。他在前面沒有用這樣重的口氣講，而經過了反覆的辯論之後，他就對說實事派更振振有詞的這樣說。

接著寂天菩薩更向經部宗和唯識宗說：「要成就遍智一定要通達空性，即使僅僅要證得解脫，更不用說一定必須要證得空性。」所以寂天菩薩在這裡更振振有詞的這樣說。

接著唯識宗以下諸宗就問難（子二、成立僅欲證解脫亦需通達空性 分

二，丑一、難）：

見四諦等即解脫，求具空性有何益？

也就是說：見到四諦已經可以獲得解脫了，何苦還要更求去證得空性呢？證得空性跟解脫有何關連呢？

（丑二、答 分三）（寅一、即由通達空性之般若能成出生死之解脫道 分二，卯一、依教成立大乘經為佛語）

接著是回答，首先就引經來做回答，所引的經是《般若經》。請看文：

經云未得此道時，不成三乘菩提故。

注解第三行說到「若有實想則無解脫」，這是《般若經》裡面所說的。意思就是：如果沒有證空性之道的話，那是不可能成就三乘菩提的，三乘菩提就是指三乘的解脫果位。

這邊引用了《般若經》，可是說實事師又可以分為三派，在這三派當中，唯識宗承許《般若經》，所以是沒問題的，可是毗婆沙宗和經部宗這兩個說實事師根本就不承許這一部經。因此，在引了他們不承許的經之後，就又有人問：「你為什麼要引出他們所不承許的經呢？」回答就是：「基本上，引出這一部經就是引出他們的問題所在。」剛剛看到的《般若經》中的「若有實想則無解脫」，也就是：如果有執諦實成立之想的話，則無解脫。

認為證得解脫不需要證空性者，可以說中觀自續派以下通通都是這樣主張的，只有應成派說要證得解脫必須要證空性。所以由這裡面所說的這一句話，我們可以看出來寂天菩薩是應成派的。

自續派以下說要證得解脫不需要證空性，這樣說的人是自續派以下的說宗義者，這樣說的人不是證得解脫的人，也就是證得解脫的人跟這樣說的人是不同的人。自續派以下的說宗義者只會說如何證得解脫的方法，可是真正證得解脫的人不會像自續派以下諸宗會去說證得解脫不需要證空性。就好像我們前面講的唯識宗以下諸宗說「佛的心相續當中還有執諦實有的心」，而中觀宗說「佛的心相續當中沒有執諦實有的心」，這兩個所說的對象都是在說佛，可是這並不是佛自己說的。同樣的，這裡說「要解脫要不要了悟空性」，這不是要解脫的那個人說的，而是這些說宗義者所說的，我們在這裡要區分清楚。

實際上是應成派的才對，所以佛的心相續當中是沒有執諦實有的心

的，那些說佛的心相續當中有執諦實有的心者所說的並不是真正的實情。就像剛才說的「要證得解脫必須要證得空性」，這是真實的，而說「不需要證空性」者所說的詞句就不是真實的。

這裡的「見四諦」中的「四諦」並不是應成派所承許的不共的四諦，而是佛初轉法輪當時所說的四諦，也就是下部宗所承許的四諦。說到應成派所承許的不共的四諦時，基本上就是有無明的根本，由根本引生出與其他宗派所承許的有很多不同的各種煩惱，又由此煩惱引生出各種不同的業，應成派對於業的主張也跟其他宗派有所不同，對於由業而感生各種不同的果報，應成派所承許的也跟其他宗派有所不同。所以就應成派而言，對於輪迴當中的各種不同的建立，有很多與其他宗派不同的觀點存在。因此，要去斷除掉這些不同的煩惱，自然也會引生出不同的方法出來。

比如下部宗說到引生出補特伽羅我執的無明，他們所說的跟應成派所說的無明相比，應成派就顯得更為深細了。由這個無明引生出貪，下部宗所說的貪跟應成派所說的貪相比，應成派所說的也更為深細一點。像應成派所說的無明或貪，下部宗是無法認知出來這是貪或這是無明，他們認為這些是實情、這些是無錯亂的心。

在下部宗所說的貪裡面，已經包含應成派所說的貪了，但是，除了下部宗所說的貪心以外，應成派還有認出其他部分的貪心。所以應成派所說的跟其他派不共的貪有兩種，一個是除了下部宗所說的貪以外另外一個應成派所認出來的貪，另一個是下部宗所說的貪心裡面本身就有應成派所說的貪心，就有這兩種。

比如俱生我執有大大、大中、大小、中大、中中、中小等等，大大已經把後面八個都包含在裡面了，如果有兩公斤的話，大大可能包含有一公斤了。同樣的道理，在下部宗所說的貪心裡面，應成派所說的貪心已經在裡面了，這是應成派不共的貪心當中的一種，除了這個以外，也另外會有一些非常細微的貪心，這是下部宗無法辨認出是貪心的，應成派就能辨認出來這是貪心。所以也有這種不共的貪心，總共就有這兩種貪心。

應成派為什麼會有這種跟下部宗不同的貪心呢？因為從無明開始就不同了，應成派所認為的無明，下部宗卻認為是實情而不是無明。下部宗覺得這些是實情，而應成派卻認為這些不是實情。接著各式各樣的貪等煩惱就會出現，在這些出現的時候，下部宗又覺得這可能是愛而不是真的貪。所以應成派所講的是非常細的。

剛剛所講的四聖諦，我們要講下部宗的四聖諦，並不是應成派的四聖諦。如果是應成派所講的四聖諦的話，當然集諦和無明都要了解，所要了解的是應成派的無明，那當然就要了解空性。所以要了解應成派的四聖諦的話，那就一定先要了解空性，這樣才能了解他們的四聖諦。所以這邊所講的四聖諦是下部宗所說的四聖諦。

這裡的「見四諦」中的四諦就是指佛初轉法輪時所說的四諦，這樣的四諦是不需要去悟得諸法諦實空的。為什麼要引用《般若經》呢？最主要是要找出問題的根源所在。引出《般若經》可以說有兩個作用，一方面是要成立起要證得解脫必須要證得空性，另一方面是要破除下部宗不承許大乘經為佛說的這一點。

在這樣說了之後，對方就說：「我無法承許大乘經是佛語。」我們就回答他：「照你這樣說的話，你是用什麼方式來成立起是佛經呢？那麼我就用你的方法來成立佛經。」

接著說：「你們說小乘的經典是佛經，那是因為你們承許的緣故，所以這裡就反問（卯二、依理成 分二，辰一、例同成）：

若謂大乘非汝許，汝小乘教云何成？
何故二者獨許此，此汝初生亦未許。

以何因緣信解彼，此於大乘亦相等。

也就是說：你在最初剛出母胎的時候，你也沒有承許小乘的經是佛經，是因為後來你對三法藏去聞思而將它視為量之後，你才承許小乘的經是佛經。同樣的道理，我們也可以用這種方式來承許。

接著說：如果你說是因為有很多的補特伽羅去做聞思之後，又用很多的教理及正理去觀察之後才承許的話，那麼像外道《吠陀》也有很多的補特伽羅去做觀察，而且在觀察之後也覺得很有道理，那也應該這樣來承許。

若二共許即諦實，能知等亦成實有，

於大乘有爭論故，小乘教與諸外道，
及餘部亦自他爭，是有爭故亦當捨。

對方又回答：「那是不一樣的，小乘的經典是所有佛教徒都承許的，可是大乘的經典並不是所有佛教徒都承許的。」我們就回答：「這樣講起來的話，小乘和大乘為了經典而爭辯，而小乘者對於佛經也跟外道起了很多的

爭辯，這樣豈不是也不可以承許小乘的經典了嗎？」這就是：「小乘教與諸外道，及餘部亦自他爭，是有爭故亦當捨。」

如果叫你舉出《入行論》中成立起大乘經典為佛說的部分，那就要舉出這一段來說明。

這一大段是從哪邊引生出來的呢？就是從剛才那一段《般若經》所說的「若有實想則無解脫」這一句話引生出來的，其實它的根本頌就是「經云未得此道時，不成三乘菩提故」，就是從這裡引生出來的。這一段可以說是附帶成立起來的，最主要是要成立起「欲證解脫必須通達空性」，然後附帶的成立起這一段「大乘經為佛說」。

這邊說到要證得解脫一定要有證空慧，如果說解脫不需要有證空慧的話，那會有怎樣的過失呢？首先，如果證得解脫不需要有證空慧的話，就將不能證得羅漢果。第二，羅漢將不入涅槃。第三，佛所開示的證得涅槃的方便卻變成了不是證得涅槃的方便。第四，在佛開示了證得涅槃的方便之後，如果說這些不是證得涅槃的方便，那麼僧伽們努力去修持豈不是白費力氣了嗎？第五，這些僧伽豈不是變成不是僧伽、不得解脫了嗎？

這裡的比丘主要是指受別解脫戒的修行者，主要的重點是小乘的，也可以說主要的重點是戒律的，戒律的重點主要就是對治煩惱。如果沒有空性慧的話，那麼就沒有辦法真正的對治煩惱，沒有辦法斷除煩惱。如果說不需要空性慧的話，那麼一直都在對治煩惱的這位苦行的修行者豈不都是白修了。所以這裡所講的比丘主要指的是對治煩惱非常苦行的一位修行者，如此一來，他就白修了。這裡說比丘就不是比丘，意思就是這位修苦行的修行者就是白修了，他就變成不是能夠真正對治煩惱的。比丘變成不是比丘的意思是這樣，也就是這樣就沒有效果的意思。

佛教非常注重戒律，我們會說它是聖教的根本，就像是根一樣，如果說不需要有空性慧的話，這個根就完全沒有什麼力量了。所以如果沒有空性慧的話，聖教根本就有問題了。有問題的意思是什麼呢？如果對治煩惱的力量非常圓滿的話，聖教根本就有意義了，因為聖教根本主要是指戒，而戒主要是用來對治煩惱的。如果不需要有空性慧的話，對治煩惱的戒就沒有力了，如此一來，聖教根本就不算根本了。

所以這裡可以說有兩種過失，一個是我們平常所認為的聖教根本就變成不是聖教根本了，而是變成沒有力的了。另外，能對治煩惱的戒就沒有辦法對治煩惱了，如果這樣的話，這些修行者就變成白修了。所以我們如

果不要白修的話，那就要學空性。如果對治煩惱的力量要強的話，那就一定要了解空性。

（辰二、以根本裡成立 分四，巳一、明若離通達空性之般若不能證阿羅漢及涅槃）：

聖教根本為比丘，比丘亦依佛語住，
一切心有所緣者，涅槃亦依佛語住。

佛法可以弘揚出去，聖教可以繼續流傳下來，都是要靠這些比丘修行者，他們可以說是聖教根本。這些修行者的修行上面如果沒有空性慧的話，那就沒有什麼力量，所以他們就沒有辦法修的圓滿。如果他們沒有辦法修的圓滿的話，他們就不是真正的比丘，意思就是他們不是真正能對治煩惱的。如果不是真正能對治煩惱的話，他們就白修了，如果他們白修的話，那就沒有辦法成為聖教根本。

原因就是：如果未悟得空性的話，就一定會有執實，如果有執實的話，那就不能從煩惱當中解脫出來，沒有從煩惱中解脫出來就不得涅槃，因此下面說：「一切心有所緣者，涅槃亦依佛語住。」

如果未悟得空性而且你的心有執實的所緣的話，也就是你的心還有執實的話，你的心還會去緣念這些執實，「涅槃亦依佛語住」就是涅槃亦難以安住的意思，也就是「涅槃也不會有」的意思，就是沒有證得空性就不會有涅槃。所以這裡翻成「佛語」就差太多了，另外的翻譯就比較正確。

如果沒有悟得空性的話，是不可能斷除煩惱的，如此一來，這些比丘不管再怎麼依於這些對治法都無法斷除煩惱的話，他的一番努力豈不就是白費了嗎？

接著再進一步回答（巳二、若唯依無常等十六行觀之道即能證阿羅漢，唯斷現行煩惱亦應能證）：

若由斷惑便解脫，無間應成阿羅漢。

意思就是：如果像你所說的這樣，只要修四諦十六行相就可以斷除煩惱的話，要得到阿羅漢果豈不是變成太容易了嗎？你們所說的煩惱並不是指所有的煩惱，而只是去修四諦十六行相所斷除的煩惱而已，如果只修四諦十六行相斷除部分煩惱就可以得到阿羅漢果的話，豈不是太容易了嗎？所以說「無間應成阿羅漢」。

《入行論》的意思是：像你所說的只要修四諦十六行相就可以斷除煩惱，可是你所斷的煩惱是粗品的煩惱，如果只斷除粗品煩惱就可以得到阿羅漢果的話，外道修世間道者也有斷除煩惱，那麼他們也應該可以證得阿羅漢果了？

彼等雖無現行惑，而猶見有業力故。

即使沒有煩惱，可是依然有業力存在。對方如果回答：修世間道者所斷除的煩惱跟在此說的修四諦十六行相所斷除的煩惱不可同日而語，因為修世間道斷除煩惱並不能得阿羅漢果，而修四諦十六行相者則可得阿羅漢果。如果對方這樣說的話，我們就回答：「彼等雖無現行惑，而猶見有業力故。」也就是暫時雖然沒有煩惱現行，可是將來依然會再生起煩惱，由再生起煩惱而再去造作引生來世的業。他們所說的沒有煩惱並不是指沒有了所有各宗派所說的煩惱，他們仍然還有應成派所認為的煩惱存在。

我們常常提到《對法》二論，就是指阿毗達磨的上下《對法論》，《對法》二論所說的阿羅漢就是下部宗所說的阿羅漢，是修四諦十六行相斷除煩惱之後生起證悟就稱為阿羅漢，可是這樣子所稱的阿羅漢並不是應成派所認為的真正阿羅漢。如果我們說《對法》二論所說的阿羅漢非真阿羅漢的話，並不會造謗法業。可是如果說阿羅漢非真阿羅漢的話，這樣就會造謗法業。

這邊說「彼等雖無現行惑，而猶見有業力故」，也就是雖然《對法》二論所說的阿羅漢無煩惱，可是仍然還有業力存在，他們所說的無煩惱實際上還是有應成派所說的煩惱存在。像這樣的補特伽羅，他會自認為已經不需要再流轉輪迴了，這只是他自己認為而已，實際上還有業力存在，業力依然會有甦醒的時候，一旦業力甦醒了，就還是要再入輪迴當中流轉。

月稱菩薩在他所寫的《入中論》的自釋（他自己所作的注解）裡面就講到：「《對法》二論所說的阿羅漢就如同在第四禪天無想天裡面的無想者一樣，因為他進入到無想的禪定當中，當他剛投生到第四禪天的無想天時還有念頭，他會自以為自己得到阿羅漢果了，然後從投生之後到他死之間，他都不會有任何的思想活動，而且，他就好像進入了沈睡當中，並不會有任何思想的活動。直到他死亡的時候，他才會又有一個念頭生起來，到此時他才知道自己沒有證得阿羅漢果。

《對法》二論所說的阿羅漢就如同無想天的無想者一樣。但是，這裡說的「如同」並不是完全一樣的，《對法》二論裡面說的阿羅漢並不是無想

的，他們一定是有想的。相同的是他們都自以為自己已經成就阿羅漢的部分，等到快要往生時才發現到自己沒有成就阿羅漢，這個部分是一樣的。所以《對法》二論所說的阿羅漢自己認為已經成就阿羅漢了，等到生命到期的時候，才發現到根本沒有成就阿羅漢。我們要去區分無想等入和無想天，無想等入是欲界才有的，無想天則是色界裡面的四禪界才有的。也就是在欲界先進入無想等入，然後再投生到第四禪天的無想天，所以是在欲界修無想等入。他們為什麼修無想等入呢？因為他們認為無想天就是阿羅漢、解脫，所以他們就一直努力去修，希望能到那個地方。修到最後，他們真的會投生到那裡，等到投生到那裡的時候，就會認為自己成就阿羅漢了，然後就馬上進入禪定當中，好幾百劫都沒有想，等到他的生命到期的時候，他才會發覺到自己根本沒有成就阿羅漢。

《入菩薩行論四十九》

講授：雪歌仁波切　法炬法師翻譯：2007-05-27

（從本講起，採用如石法師之中譯，學員需自行參照隆連法師之漢譯本）

《入行論》第九品 48 頌文（中文序），藏文和中文順序不一樣。

48.斷惑若即脫，彼無問應爾。彼等雖無惑，猶見業功能。（藏文 45）

中文、藏文第四十三偈是一樣。中文四十八偈主要講沒有了悟空性慧不可能會解脫。

賈朝杰的廣解中所寫《入行論》的注解很多，有一位堪布的注解中把藏文 49~51 偈（即中文 44~46 偈）三個頌文「**若語入經藏，即許為佛說；三藏大乘教，云何汝不許？若因不解一，一切皆有過；則當以一同，一切成佛說。諸聖大迦葉，佛語未盡測，誰因汝不解，廢持大乘教？**」放在中文版第 47 偈「**若僧為教本，僧亦難安住；心有所緣者，亦難住涅槃。**」之前，而藏文版這三個偈頌是放在後面，為何如此安放呢？因為這些（中文 41~46 偈）都是成立大乘法是佛說，故放在一起。賈朝杰廣解有注解此堪布的作法。中藏文會對照不起來的原因在此。

請看 49 頌文（藏文 46）：

49.若謂無愛取，故定無後有；此非染汙愛，如癡云何無？

此頌前二句是回答第四十八頌，《上下對法集論》（或《上下阿毘達摩》）言阿羅漢煩惱裡的貪沒有了，故不會有輪迴。看 48 頌後二句「**彼等雖無惑，猶見業功能。**」自宗對他宗言他們沒有解脫，因為他們只是暫時沒有煩惱，心中還有業習氣，還是會帶到來世，所以還會有輪迴，業功能是指業會帶他們輾轉輪迴。他宗答云不會有來世，因為來世一定要有愛取有，已經沒有愛，所以不可能有來世（輪迴），四十九頌文第一句第二句就回答此頌文。

自宗言一定會有愛，只是他宗不承認而已，例如他宗承認無明有①染汙無明和②非染汙無明，所以應該也要承認愛①有染汙愛和②非染汙愛。「此非染汙愛，如癡云何無？」為什麼沒有非染汙的愛？以中觀應成派而言沒有非染汙的愛，愛一定是染汙。那為何對他宗能夠如此說呢？因為他宗所說的染汙，以中觀應成派來看太粗了，他們無法認出愛就是煩惱，實際上愛是煩惱。所以非染汙是指非什麼樣子的染汙呢？是指非他們所說的染汙。他宗不承認愛有非染汙，（事實上）應該是要承認非染汙裡也有愛，

因為他宗已承認非染汙裡有無明。

中觀自續派以下的所知障有沒有無明？譬如法我執是不是無明？是嘛！法我執是不是所知障？是嘛！是不是非染汙？是嘛！故以中觀自續派以下來說非染汙也有無明，即無明有染汙的、也有非染汙的，中觀自續派以下承認此。

中觀應成派看此宗義覺得很奇怪，無明有分染汙和非染汙，而愛卻沒有分染汙、非染汙，愛只有染汙；貪瞋只有煩惱障裡有，所知障裡沒有貪瞋；而無明所知障裡也有，故無明有染汙也有非染汙，所以中觀應成派看此有矛盾，無明可以分二種有染汙和非染汙；愛和瞋沒有分，所以中觀應成說他宗應該也要把愛分有染汙和非染汙。而且他宗（中觀自續以下）所說阿羅漢並未斷除無明、還有法我執的所知障，亦即還未斷非染汙的無明，故其心續上還有非染汙的無明，中觀應成言此種非染汙的無明一定會有的愛。

這裡有時候我們會有點亂，我們會覺得這是中觀應成派所說，因此會想中觀應成應該是主張非染汙的愛，實際上中觀應成派並不主張非染汙的愛及非染汙的無明；中觀自續派以下主張非染汙的無明但不主張非染汙的愛。中觀應成看這種宗義就會覺得有矛盾，我們想一想中觀應成說得非常有道理，內心有一種執著一定會有愛，怎麼可能只有執著而沒有愛，這不可能的。不管法我執、補特伽羅我執，內心有一種執著跟著它，一定會有愛。

中觀自續派以下沒有辦法認出這種非常細的愛，中觀應成派講的執著他們又認不出來。故依中觀應成來說有共的煩惱和不共的煩惱，共的煩惱是中觀自續派以下能夠認得出來的煩惱，不共的意思是中觀自續派以下沒有辦法認出來的煩惱（也有蠻多的）。同樣的，煩惱裡如愛、貪，中觀自續以下能夠認出來的貪是共的貪，中觀自續派以下無法認出而中觀應成可以認出來的貪，是不共的貪，故瞋和貪等都有共和不共的。

中觀自續派、唯識宗以下所說的所知障（法我執）的執著心，是不是煩惱？他們不承認法我執是煩惱障而是所知障。但以中觀應成派來看唯識宗、自續派所說的法我執還是煩惱障。如果這些是煩惱障，那這二個帶來的有沒有貪瞋？一定會有。中觀自續和唯識會認出來這些是執著心，但不承認是煩惱，還有這些帶過來的貪他們也不承認，只承認有執著心，沒有貪；但中觀應成來看這些執著心也會帶來貪。故以中觀應成派的角度來看

中觀自續和唯識所說的所知障是屬煩惱障，但是中觀自續和和唯識並不承認這些是煩惱，所以這些也是不共的煩惱。

另外中觀應成派所說的執著心、法我執，自續派和唯識並不承認是執著心；他們認為這是正確的、不顛倒的心。所以中觀應成派所說法我執的這些執著心，自續和唯識並不承認是顛倒識，這些執著心帶過來的貪、瞋，自續和唯識也不承認是煩惱，故此也是不共的煩惱。

因此不共的煩惱有這二種，中觀自續和唯識承認的所知障本身和它帶過來的貪瞋是不共的煩惱，還有中觀應成派所說最細的執著心和它帶過來的貪瞋也是不共的煩惱。

中觀應成所說的執著心和其他宗義所說的不一樣，為什麼呢？因為他所說的執著心非常細、非常廣。聖天菩薩在《四百論》說：無明存在於所有的煩惱中，譬如貪的心態裡已經具有無明，瞋的心態（想法）也具有無明，無明變成它們（一切的煩惱）的中脈一樣，好像一切煩惱的生命一樣，它會不會活著要看它的生命，所以它（一切的煩惱）會不會存在最主要的想法就是無明想法（執著）。

中觀自續以下就不承認這個，（他們認為）無明是無明，貪瞋是貪瞋，這二個一個是因一個是果，他們不會承認果裡面已經有因了，（即）不只是因，在果的煩惱裡面同時已經有無明的想法（因），中觀自續以下並不承認這個。

中觀應成派會說，他們所認出來的無明非常細，什麼地方都會出現，又細又廣，所以它不只是能生起一切煩惱的因，而且果（一切的煩惱）出來的時候無明的想法也會在裡面，因此《四百論》這樣解釋，這是中觀應成才能夠如此解釋，中觀自續派以下不會如此說。

這種貪是不共的貪，這很難認出來，譬如杯子，這沒什麼特別，而尋求找不到的杯子，就是不共的一種杯子。所以一樣的道理，貪大家都能夠認出來，但是貪裡面有非常細的無明的概念，其他的宗義者無法認出來這種貪，具足這種特色的貪，他們無法承認，所以不共貪的部份比較難認出來。是不是有點不清楚？

剛剛前面講中觀自續和唯識所說的所知障法我執和它帶來的貪瞋，這是不共的煩惱；還有中觀應成所說非常細的法我執和它帶來的貪瞋，也是不共的煩惱，中觀自續和唯識完全不承認這些是煩惱，這些不共的部份比

較可以分得清楚。

後面所講的不共的部份，本身是同一個東西，但是認的時候有深度的差別，中觀應成派認出來的貪比較細、比較深；中觀自續和唯識只能認出來貪心，但是貪心具足什麼樣的特色，它的概念裡有什麼？這些他們沒有辦法認識清楚。所以後面所講不共煩惱的部份比較難。前面所說中觀自續和唯識所說的法我執和中觀應成所說的法我執，以及它們帶過來的貪瞋等等煩惱，這些中觀自續和唯識他們完全不承認是煩惱，這些不共的煩惱比較容易解釋。

後面所講的不一樣，即中觀自續以下也承認這些是煩惱，但他們無法承認的這些貪瞋煩惱的概念裡已經有無明（如同煩惱的命一樣）的想法，所以具足這種特色的煩惱，他們無法承認。

問題：共與不共的煩惱好像是在中觀應成、中觀自續、唯識的差異，但是剛剛這二段好像是大小乘之間的分別？剛剛講貪雖沒有煩惱心，但好像是遍行思，怎麼會沒有呢？這似乎是中觀應成在跟小乘談，而不是跟自續、唯識大乘談不共處？

回答：此處是中觀應成派對經部宗以下講解脫要不要了解空性。（上一句是講離開通達空性的般若就不能證阿羅漢和涅槃）主要是講要解脫一定要了解空性，這部份對自續派以下都可以講。現在跟此處有一個連接的關係，即如果要解脫，一定要了解空性的話，即指小乘的修行者也要修空性。如果這樣的話，那小乘的經典裡也要講空性，如果小乘的經典也要談空性，就可以說大乘的法，小乘也應該要承認，為什麼呢？你們一定要承認空性，因為不承認空性你們就無法解脫。因此從那邊連接成立大乘的法也是佛說的，怎麼連接呢？大乘法所講的空性，你們一定要承認，為什麼要承認呢？因為沒有承認的話，你們無法證得阿羅漢，所以要了解空性，是指要承認大乘的法是佛說的，這是連接大小乘。

現在是談小乘的修行者要解脫一定要了解空性，不了解空性，解脫是不可能的；但中觀自續以下言，不需要了解空性也會解脫，因此由此辯論，一定要了解空性，沒有了解空性不可能會解脫。中觀應成言，沒有了解空性會有法我執、會有執著心，執著心在一定會有煩惱，有煩惱就不可能解脫，此即為何解脫一定要了解空性，不了解空性為何無法解脫？因此會提出不共的煩惱。不了解空性的話會有煩惱，什麼樣的煩惱？即指不共的煩惱。

問題：如此說來不是大乘主張空性才能解脫，而是只有中觀應成如此講，中觀自續以下認為沒有證空性也可以解脫，為何中觀自續以下會如此呢？最主要的點是不是在名言中有自體，即認為可以找得到嗎？自續、唯識也是大乘他們也主張空性，為什麼會說不用空性也可以證得解脫呢？

回答：現在是講認出來補特伽羅我執（的差別），中觀應成派跟其他的宗義者都不一樣，即只有中觀應成派的解釋不一樣，其他的宗義者都一樣。其他的宗義者會說斷除補特伽羅我執就可以解脫，其他的宗義者他們所要解脫所要斷除的，都是一樣的說法。為什麼？斷除輪迴的根本都是補特伽羅我執，這是大家（自續派以下）共同承許；然中觀應成派並未共許，應成派認為他宗所說的補特伽羅我執太粗了，還有比這個更細的補特伽羅我執，所以從這裡就分開。如果補特伽羅我執很粗的話，斷除它，就不需要了解空性（法無我），這是中觀自續派以下的想法。

中觀應成派的補特伽羅我執非常細，斷除它一定要了解空性，不了解空性沒有辦法，所以主要是在認出補特伽羅我執的差別。四法印是所有佛教都承認的，其中第三個解脫的方法斷除我執，第四個是解脫，要解脫前一定要斷除我執這是大家共同認許，但所認識的我執就有細的、粗的差別。這裡比較難了解的是中觀應成派不共的煩惱。

問題：如癡云何無？此癡是代表非染汙愛的癡，或是小乘所講四種他們所不知道的無知，即太遙遠的，時間太長久、事物太深細他們無法了知？

回答：倒沒有如此說，對於非染汙無明他們承認，意即包含四種無知，此在毘婆沙宗的宗義中有提出，另外中觀自續和唯識所說的能取所取二（質異）的法我執及中觀自續所說的法我執都包含在裡面。

50.因受緣生愛。彼等仍有受，心識有所緣，受仍住其中。

阿羅漢一定會有愛、貪，也就是一定會有愛取有的愛，有此愛的話一定會有來世，故汝所言阿羅漢一定會輾轉輪迴，為什麼呢？因為有愛。為何有愛呢？只是你們不承認而已。因為你們承認非染汙的愛，但無法認出這是煩惱的愛。阿羅漢心續會有這種（煩惱）愛，只是你們無法認出這即是煩惱，實際上是有煩惱。為何會有煩惱的愛呢？因為有受，有受一定會有愛，而阿羅漢心續有受故定有愛，即「因受緣生愛」。

一般而言，有受一定有愛無法周遍，以佛也有受。但有些地方可以周遍，即後所言「心識有所緣，受仍住其中。」心續中有執著心的有情就周

遍是「有受一定有愛」，一般有受不一定有愛。譬如受樂一定會喜歡，想繼續擁有此快樂這是一種愛；受苦一定會排斥想要離開，這也是一種愛。因此不論怎樣的受一定會有愛，而這是指怎樣的有情呢？心續當中有執著心的有情一定周遍「有受一定會有愛」。

心識有所緣的所緣即指有執著心（所緣不是一般有所緣的意思，是指有執著心），所以他們所說的阿羅漢因為不了解空性，一定會有執著心，若有執著心，有受一定會有愛，此即有周遍。

對一位具有執著心的有情而言，有受一定會有愛。所以後面這二句（心識有所緣，受仍住其中）成立上面「因受緣生愛」的周遍，一般而言沒有周遍，但對於具足執著心的有情而言有周遍。

問題：後面這二句是成立「因受緣生愛」的周遍，如果心識有執著心，受就仍在，此受就會產生愛。在此情況下「彼等仍有受」，此彼等是指阿羅漢嗎？而阿羅漢不是已不受後有嗎？豈會有受呢？

回答：此是指他們所說的阿羅漢，並非應成所許的阿羅漢。中觀應成言要成就阿羅漢一定要了解空性，所以你們所說的阿羅漢就不是阿羅漢。

51.若無空性心，暫滅惑復生，猶如無想定；故應修空性。

中觀應成就不客氣的說：你們所說的阿羅漢就如無想定一般，煩惱暫時沒有出現而已，這些煩惱還是會再生起。你們說阿羅漢不須要有空性慧，這是不對的。應該要了解空性、要有空正見；若無空性心是說，如果他們沒有空正見，如果沒有了解空性的話，沒有辦法究竟滅掉煩惱，只是暫時滅掉而已，故是暫滅惑復生，暫時滅掉還會再生起煩惱。

從這裏我們又看得出來，如果一直修中觀自續派以下的補特伽羅無我，還是沒有辦法完全斷除煩惱，此煩惱是指他們所說的煩惱也無法斷除。如果是應成派所說的煩惱就不用說「惑復生」，因為這個不共的煩惱（惑）是一直存在的，所以說是指他們（中觀自續派以下）所說的煩惱還會再產生。

因此中觀自續派以下所說的補特伽羅無我沒有辦法永遠斷除煩惱。譬如一直修慈心，能夠永遠斷除瞋恨心嗎？沒有辦法。同樣的道理，一直修下部宗所說的補特伽羅無我，沒有辦法斷除下部宗所說的煩惱。他們所說的煩惱和補特伽羅無我是不是相違呢？沒錯，是相違。如慈心和瞋恨心一樣是相違，但是用此方式無法斷除它。一直修慈心能夠斷除瞋恨心嗎？沒

有辦法。

同樣的道理，一直修下部宗所說的補特伽羅無我，還是無法斷除下部宗所說的煩惱，下部宗所說的煩惱和下部宗所說的補特伽羅無我是不是相違？沒有錯，是相違，但是並沒有斷除它的根，下部宗所說煩惱的根（因）沒有辦法斷除，所以還會再生起。

剛剛講下部宗所認出來的貪瞋，中觀應成看來貪瞋裡有一個無明如同它的命，一直修下部宗所說的補特伽羅無我，完全沒有辦法斷除這個命（無明），因為它的命一直存在，所以有一天就會活過來。因此了解中觀應成派不共的煩惱非常重要、非常重要。

中觀應成派跟其他宗義不一樣的八個特色，或者可以說中觀應成派最主要的八種宗義跟其他宗派不一樣，或是龍樹菩薩《中觀根本慧論》主要了解的八大難處，這個不共的煩惱也是其中的一個，所以我們要了解這個很重要。

煩惱雖然無量無邊，如學佛有煩惱、不學佛也有煩惱，眾生有煩惱，動物有煩惱、人道有煩惱、天道也有煩惱，各個地方、各個情況煩惱有無量無邊，但是非常神奇，一切煩惱的命就一個，就是無明。任何一個宗義都無法解釋這個，只有中觀應成派會解釋。所以了解中觀應成派的解釋，我們內心才會有一點點希望，好像有這樣一個很神奇的命，只要這個一斷就什麼都斷除掉了，就有可能會解脫。不了解這個的話，解脫很難相信，因為煩惱那麼多，什麼時候可以斷除？我們就很難相信。

問題：經典裡講很多證阿羅漢果，如舍利弗尊者等等，這些經典所講證得四果的聖者，都是以中觀應成所說證得小乘阿羅漢的果位還是以小乘的觀點來看的阿羅漢果呢？

回答：此要分講的人和所說的對象，講的人是指說宗義者，對象是指這些阿羅漢，大家都會說這些是阿羅漢，譬如釋迦摩尼佛大家會說是佛，佛怎麼成佛？各個宗義有各自所講斷除煩惱障所知障的內容，如有的下部宗不承認上部宗所說要斷除的是障礙，他們覺得這是正確的，各自有不同的解釋。實際上這是同一個東西，但講的時候，它須要什麼條件就有所不同。所以舍利弗尊者中觀應成會說是阿羅漢，中觀自續也會說是阿羅漢，大家都共同承許舍利弗已經成就阿羅漢，但是成就阿羅漢要不要了解空性就不一樣了。

我們學習中觀應成派解釋煩惱、無明或無明和煩惱中間有何關係之後，內心才會有希望的感覺，有一天一定能夠斷除一切的煩惱。為什麼呢？因為一切煩惱的命就是一個。我們就會看得出來了解中觀應成派的無明和執著的想法，如果他的概念我們有一點點了解，會覺得一切的煩惱，可以說好像一個心就掛在對境上面那邊，心就抓到境的感覺，有沒有？一切的煩惱一定有這個，去尋求的話好像可以抓到那個境，這個概念一定有。中觀應成會說這個概念就是無明，其他的宗義者會說這是對的，這不是錯的，心對於境上可以找得到的感覺是沒有錯的。中觀應成說這個想法就有問題了，如果這個想法有問題，那一切煩惱就有這種想法。

中觀應成派解釋空性跟其他宗派不一樣，中觀應成解釋眼睛不是我、色蘊不是、受蘊也不是、想蘊也不是、行蘊也不是。中觀自續派會這樣說嗎？不會。中觀應成派才會如此說，為何中觀應成如此說呢？中觀應成才會說尋求找得到的感覺就是執著心，找不到就是空性；中觀自續派就會說找得到，故他們解釋空性的時候完全不會說色蘊不是我、受蘊不是我。

但是中觀應成說色蘊不是我，是指我們內心想像的我是可以找到的這種感覺，這種感覺在什麼地方都找不到，按照這個感覺來說沒有一個找得到，所以所有的法就找不到，是指這個意思，不是真正的一切法找不到的意思，一定會找得到嘛！這個就是電腦嘛！就找得到。但是我們想像的電腦，找得到的這種想像的電腦找不到，有這種意思啦！

中觀應成派，概念裡面一定有這種，好像心可以緊緊的抓住這個境，一切的煩惱有這種感覺，所以一切的煩惱它的想法主要是無明；中觀自續派不承認這種想法是無明，這種想法是對的，那是哪一個不對呢？就如以前講的放大鏡的看法，譬如真正只有百分之十有好處，百分之九十不好，但是就看百分之十就認為整個都圓滿了，如果這樣看的話，中觀自續會說貪的這個部份錯，其他沒有錯。

中觀應成派就不只這樣，他認為整個可以抓到這個想法就是無明，這個已經是錯了。而中觀自續不會認為這是無明，他認為錯的只有貪的一部份而已，貪和前面的無明是分開，因為他講的無明跟貪有點不一樣，沒有像中觀應成所說那麼有連接的關係，無明是因，貪是從那邊生出來的，不會說貪是法我執，也不會說貪是補特伽羅我執，所以貪的因，補特伽羅我執、法我執、這些無明的概念和貪的一種想法，沒有那麼連接的關係。

中觀應成所講的貪、瞋這些煩惱和無明的關係，講得很深細。如果我

們這樣學習，內心才會感覺這些煩惱確實有它的命（尋求的話找得到的這種想法，這種的執著心）我們一斷除它，一切的煩惱同時可以斷除。這個部份學習中觀應成派才會學得到，學到這個內心才會有希望，雖然煩惱無量無邊那麼多，但是有一天能夠斷除它，為什麼呢？跟那些煩惱有非常緊密的關係只有一個無明。

「**暫滅後復生**」，「後復生」是指什麼樣的煩惱呢？不共的煩惱還是共的煩惱？共的煩惱。如果是不共的煩惱就不用說後復生，因為它本身一直存在，都沒有斷除，他們所說的阿羅漢都沒有了解空性嘛！所以不共的煩惱一直存在，不用說「後復生」。

後復生是指什麼樣子的煩惱呢？是指共的煩惱，共的煩惱是什麼意思呢？是指他們所說的煩惱，也就是沒有了解空性只能暫滅，還會再生起，所以再生起的意思好像無想定一樣，無想定是投生到色界第四禪天，有三個是凡人住處、五個是聖者住處，三個凡夫天，第三個裡面比較偏僻的地方，就是無想天。在那裡的生命很長，投生到那裡有一個想法我已經得到無想天了，在往生前都不會有什麼想法。不會有想法是不是真的斷除煩惱呢？不是，只是暫時沒有煩惱的想法而已，並不代表他已經斷除。為什麼呢？因為在他往生時幾乎都會墮三惡道，墮三惡道就一定會生起煩惱，這些墮三惡道的煩惱如瞋等，在無想天時不會生起，但是一墮三惡道突然就會生起這些煩惱，為什麼呢？因為這些煩惱究竟的角度並沒有斷除，只是暫時滅掉而已，所以會再生起。

同樣的，沒有了解空性，一直修下部宗的補特伽羅無我，如果這樣的話暫時能夠滅掉下部宗的煩惱，但是沒有辦法真正斷除究竟的煩惱。故應修空性，即一定要或應該要修空性。

中文 44、45、46 頌（藏文 49~51）是放在藏文 48 頌（中文 51 頌）後面，中文把這三頌放在一起，主要是成立大乘法是佛說故。

44.若語入經藏，即許為佛說；三藏大乘教，云何汝不許？（藏文 49）

此處提出一個辯論（問答），主要是講小乘宗義者非常注重三學，因為有此三學故非常注重釋迦摩尼佛的法，為什麼你們會認為釋迦摩尼佛小乘的經典是值得尊敬的？是不是因為這些小乘的經典一直講三學，戒律、定、慧，所以你們以此理由尊敬並且承認此即是釋迦摩尼佛的法；如果是這樣的話，大乘的經典也有講律、定、慧，你們為何不承認？就形成這樣的辯論。

「若語入經藏」譬如小乘經有講戒律，你們就承認是釋迦摩尼佛所說的法。入經藏之意即講定承認是經藏，講律承認是律藏，講慧承認是論藏。這裡只有提出經藏而已，我們把律藏、論藏加上去。「若語」的語是指任何一本經論裡面有講定學的話即稱經藏，有講戒律即稱律藏，有講慧學即稱論藏，所以入經藏的入就是承認的意思，即任一經論若是講定學你們承認是經藏，並且承認這就是佛說的「即許為佛說」。

所以用這樣一個理由你們就承認是佛說的，不只是佛說的，主要是你們就非常尊敬小乘的經論，而對大乘的經論你們就不尊敬，如果以講三學這樣的理由而尊敬小乘的經論，你們應該也要尊敬大乘經論，為什麼呢？因為大乘的經論也有講三學。

「三藏大乘教，云何汝不許？」此中主要是說大乘教裡有講三學，「三藏大乘教」這句好像有承認三藏的感覺，應該是說講三學的大乘經。因為小乘三藏裡並不承認大乘教法，藏文版裡沒有三藏的句子。主要是講三學的大乘經論為什麼你不承認是佛說？為什麼不尊敬這些法呢？

「即許為佛說」的許是主張的意思，即你們主張小乘為佛說或是你們承認這是可以尊敬的法，為什麼呢？理由是因為所講的是三學。「即許為佛說」如果用這個理由你們承認是佛說的話，那大乘的經論你們也要尊敬，並承認是佛說的。為什麼呢？因為裡面也是講三學。

問題：仁波切這裡是不是因為大乘說如果要解脫一定要學空性，而小乘說你們所根據的並不是佛說的，我們不承認，因為佛在小乘經典並沒有講空性？

回答：中觀應成派會說小乘經典也有講空性。

問題：小乘經典不是初轉法輪講一切法都是實有的嗎？有講空性嗎？

回答：字面上沒有講空性，但意義上有講空性。

問題：譬如毘婆沙宗、經部宗一直講一切法都是實有，在小乘初轉法輪的經典會出現文字上沒有空性，內涵有空性的意思是什麼？

回答：字面上跟它真正意思有很多地方會不一樣，譬如簡單來說，心經裡講色即是空，字面上來說是不存在嘛！字面上來說是不正確的，但是它的意義就是講空性。

中觀應成派會說四諦法輪，字面上講四聖諦是實有，但是所對境的弟子有二種，一個是能夠接觸字面的對境；另一個主要是學四聖諦，真正能夠學習四聖諦的小乘修行者，他一定是了解空性，所以他不會考慮釋迦佛尼佛講四聖諦是實有，會想苦諦是要了解的，集諦是要斷除的，苦諦是整個要非常細、非常廣的去思惟、了解一切的輪迴就是苦，這個要思考要了解，了解之後，要斷除它的因，他就會去抓這部分。他不會想釋迦摩尼佛說苦諦是實有的、集諦是實有、滅諦是實有、道諦是實有。他會想這是釋迦摩尼佛為了讓（所化機）能夠接受四聖諦之故，所以講四聖諦是實有（如果四聖諦非實有就沒辦法接受）。

真正第一轉法輪主要的學生不是接觸字面對境的學生，這是中觀應成派的說法。《辨了不了義》裡中觀應成派有解釋四諦法輪是不了義的內涵，不了義的意思當然是裡面有一個了義的東西，如果它裡面沒有了義的東西怎麼可以說不了義呢？因此不了義是要解釋它真正的意思是什麼，這樣才可以說是不了義。

《入菩薩行論五十》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/06/03

這邊就是成立大乘法門是佛說的，或者是說你們對大乘法門應該要尊敬，你們應該要承認大乘法門，就是這樣的意思。「若語入經藏，則許為佛說」，這是用正因如果你們承認小乘法門的理由是這些小乘法門的內涵是講三學，如果像這樣用正因來承認小乘法門的話，大乘法門也是一樣的道理，裡面也有講三學，密續裡主要是定學，般若（顯教）的大乘法門則是三學都有講。

「若語入經藏」的「經藏」字面上只有講出來經藏而已，並沒有律藏和論藏，甲曹杰大師的解釋裡面將律藏和論藏都講了，比如論典或經典裡面有講戒的話，他們承認這就是佛說的，這就是律藏，如果裡面有講到定學的話，這也可以承認是佛說的，這就是經藏，如果這一部裡面有講到慧學的話，這一部經也可以承認是佛說的，也就是論藏。所以寂天菩薩在跟他們辯論的時候，就用這樣的方式來辯論。「你們用這些理由來承認這些法門是佛說的話，那麼我們也可以用理由，你們也應該要承認大乘的法門是佛說的。『深藏大乘教，云何汝不許』，你們為什麼不承認這些是佛說的法呢？」

45. 若因不解一，一切皆有過，則當以一同，一切成佛說。（藏文 50）

「若因不解一，一切皆有過，這是從反面角度來辯論，「若因不解一」的意思是不了解一個法當理由，『因』的意思是理由，如果你們對於大乘法門當中的某一些部分沒有辦法承認，就以這個理由而說整個大乘法門不是佛說的。如果這樣子的話，你們也會看到大乘法門當中也一些是非常殊勝的，你們為什麼不用這樣的理由去承認整個大乘法門是佛說的及你們應該要尊敬的呢？」所以這就是相應的正因。「則當以一同，一切成佛說」，所以前面和後面這兩個就同樣是相應的正因，用相應的正因成立大乘的法是佛說的。

46. 諸聖大迦葉，佛語未盡測，誰應汝不解，廢持大乘教？（藏文 51）

後面總結來說你們之所以不承認大乘法的理由是什麼，就是你們自己不了解空性的法門，所以就破除這樣的理由了。因為你們自己不了解不可以當成正因，因為這些法門本身是非常殊勝、非常深的，並不是一下子就

可以了解的法。

比如大迦葉是一個非常殊勝、非常有名的佛弟子，他是一個智慧那麼高的修行者，連他都說大乘的法是非常難了解的，那麼你們不了解這個法也是應該的。所以不可以把你們不了解這個法當成正因而成立起大乘的法不是佛教。

這裡是 46，接著要跳到 52，這裡講到「丁二、空慧乃無住涅槃之道」，所以空慧對於我們要解脫也是非常重要的，對於我們不要墮入輪迴也是非常重要的，對於不要墮入寂邊也是非常重要的。所以不可以墮到寂邊是靠它，不可以墮入輪迴也是靠它，所以可以說空性慧是無住涅槃之道，無住是沒有住在輪迴也沒有住在寂滅，兩邊皆不住就是無住。

如果有空性慧就不會墮到輪迴，這個部分可能比較容易了解，因為空性慧是對治輪迴的根本（無明）的，這兩者是相違的，因此就比較容易了解。另一部分是不會墮入寂滅，這可能就比較難了解了。這裡為什麼這樣講呢？我們要怎麼做才能不墮入寂邊呢？那就是要利益眾生。寂滅是自己已經解脫了而一直享受著涅槃的樂，如果這樣子的話，那就是寂滅了。我們不這樣去做，而是一直去做利益眾生的事，這樣就不會墮到寂滅。所以在我們還沒有成佛之前，在有學道當中一定要配合修大悲心、菩提心，然後要在輪迴中一直去利益眾生，這樣才不會墮入寂滅。

菩薩能夠修到這樣是靠什麼呢？就是靠空性慧，在輪迴當中跟著眾生然後去利益眾生，此時空性慧是非常重要的，如果他們心中沒有空性慧的話，就非常容易被輪迴當中的煩惱所干擾。所以他們在三界輪迴當中能夠一直利益到眾生而且對於自己的修行上面沒有傷害，在利益眾生時不會被輪迴當中的煩惱所干擾，這就是靠他們心中的空性慧。如果他們心中沒有空性慧的話，馬上就會被這些干擾到了。所以空性慧是非常重要的，有空性慧就不會被煩惱所干擾，因此他們就可以利益眾生，所以就不會墮入寂滅。所以不墮寂滅也是要靠空性慧，不墮輪迴也是靠空性慧，這裡講「不住涅槃之道」的意思就是這樣。

52. 為度愚苦眾，菩薩離貪懼，悲智住輪迴，此即悟空果。

這裡在《入行論》裡面的詞句就看得出來，「為度愚苦眾」，意思就是為了救度受苦的眾生，指的就是菩薩，菩薩為了救度受苦的眾生。「菩薩離貪懼，悲智住輪迴」，菩薩自己內心當中沒有貪瞋等等的煩惱，「離貪」可

以說是不落輪迴的意思，「懼」則是指不落寂滅的意思，小乘阿羅漢對輪迴非常怕，在這樣的恐懼當中，他們就涅槃了。所以他們修行時為什麼會落入寂滅呢？主要是他們內心對於輪迴的恐懼，因此就涅槃了。所以這裡講離貪離懼，離貪的意思是不落輪迴，也就是不落有邊，離懼則是不落寂邊。

他們在不落兩邊的當下，就一直在輪迴當中，「悲智住輪迴」，用什麼住輪迴呢？就是用大悲心住輪迴，用大悲心是想住輪迴而已，能不能住則是靠空性慧。「悲智住輪迴，此即悟空果。」所以住到輪迴就是空性慧的果，能夠做到大悲心的目標就是靠空性慧，所以能夠住於輪迴是靠空性慧，所以空性慧可以說就是前面講的無住涅槃之道。

接下來的科判是「丁三、結勸修空莫疑懼」，藏文是「如上空性理，不應妄破除」，意思是：你們一直不主張空性的法，你們一直想破除空性的法，這是不應該的。另一個角度也可以說：你們不能夠可以破除，你們沒有辦法破除空性的法。所以「不應」就是你們沒有辦法破除的意思。

53. 不應妄破除，如上空性理，切莫心生疑，如理修空性。

為什麼沒有辦法破除空性的法呢？空性的法是有正因、有理由的，是一個如理的法，所以空性的法是你們沒有辦法破除的。字面上是講「不應該破除」，反面來說，空性的法是非常有道理的，非常有正確的正因，所以你們不用懷疑，只要精進努力的去修空性的法。所以前面兩句和後面兩句的中間的意思應該要講，前面兩句的間接的意思是空性的法是非常正確的法，所以接著後面說「切莫心生疑」，也就是不應該懷疑，「如理修空性」，所以你們就可以如理的去修空性。

現在講「你們如理修空性」，該修空性的是小乘的要證得解脫的修行人，所以這裡是對小乘的修行者說：你們不可以破除空性的法，空性的法是正確的法，所以你們要證得解脫的話，就必須要修空性。剛剛前面講過不落有邊也是需要空性慧，後面這裡又講到你們要解脫也是要修空性，在空性的法上面不可以生起懷疑。

不只是證得解脫，我們要證得一切相智的這樣的佛果位的話，也是需要空性慧，這就是接下來的四句。我們要先對治，然後要斷除煩惱跟所知障。中文在這裡沒有特別講一切遍智或一切相智，但是藏文這裡很清楚的講出一切相智，佛的智慧能夠了解一切的法，靠的就是有沒有斷除煩惱障和所知障，如果這兩個障沒有斷除掉的話，就沒有辦法證得一切相智。所

以剛剛前面第 53 個頌文就是講為了解脫也要修空性，後面第 54 個頌文就是講為了證得一切相智也要修空性慧。

54. 空性能對治，煩惱所知障，欲速成佛者，何不修空性？

在甲曹杰的解釋當中就會有一點了解應成派的所知障是什麼樣子，應成派的所知障沒有一個心識，煩惱障中的無明、貪、瞋等等都是心，而所知障則沒有辦法取出來一個心（覺知），這是應成派的講法，其他自續以下的所知障則能夠取出來一個認知。

大家想一想，以應成派來說，找得到的執著心是煩惱障，所以所知障是沒有這樣的一個認知。那麼所知障是什麼樣子呢？以菩提心為例，菩提心上面也有所知障，還沒有成佛之前的菩薩心續當中的菩提心是分別心。為什麼不是無分別心呢？如果是無分別心的話，那就會變成現量，如果它是現量的話，他就可以現證這個對境的佛，菩提心的對境是佛，所以就可以現證佛。如果可以現證佛的話，就必須這個補特伽羅本身要成佛，在他還沒有成佛之前就沒辦法現證佛是什麼，能夠現證佛的就只有佛而已，任何一個眾生都沒有辦法現證佛。所以菩薩心續當中的菩提心一定是分別心，並沒有一個無分別心。

我們不可以說分別心就是顛倒識，分別心也有很多是好的，比量也是分別心，在我們還沒有現證空性之前所了解空性的心都是分別心，資糧道、加行道時了悟空性的慧都是分別心。所以分別心也有很多是好的，菩薩心續當中的菩提心也是分別心。

分別心是什麼呢？為什麼它是分別心呢？他對境的這個佛沒有辦法現在，而是他自己想：「佛應該是這樣子的！」他自己會想佛應該要具備什麼功德，但是他所想的是對境比較相應而已，並不是真正實際上一切佛的功德了解，他自己內心第六識會想：「佛應該要有這樣的功德！佛應該是這樣子的！」第六識這樣一直想了之後，透過這個義共相，他的內心就會希求「我要成佛」，菩提心之所以是分別心的理由就在於此。

這是他自己靠自己的想法，並不是對境本身什麼樣就想什麼樣，如果這樣的話，那就變成現量了。他並不是這樣，他是自己想佛應該是什麼樣子，這就是義共相。在自己想的義共相時，當然在對境上面就會有一點執著，如果自己沒有怎麼想，對境是什麼就是什麼，那就沒有什麼執著了，如果是自己想就一定有執著。這個執著是看這個境是存在，但是不可以說

它就是趣入境，境是存在、境是有自性，這個部分並不是菩提心的趣入境（耽著境），菩提心的趣入境就是佛而已，剛剛講的境有自性的部分並不是它的趣入境，而是它的顯現境。比如義共相的顯現境並不能說是它的趣入境，同樣的道理，菩提心對境的佛趣入的時候看這個對境的佛是有自性的，會顯現出這樣子，這個顯現的部分就叫所知障，剛剛講菩提心上面有所知障的意思就是這個。

菩提心對境的佛有實有的顯現，這個實有的顯現就是所知障。菩提心的這個顯現是從哪裡來的呢？它的來源是執著心的習氣，有實有的執著心的種子就是煩惱障，這個部分已經斷除掉了，但是有實有的顯現是從習氣那邊來的，這個習氣也是所知障，顯現的部分也是所知障。

請將甲曹杰的解釋念一下，「**所知障之種子為一切煩惱習氣，而現行則是有法現為諦實之現分**」，所知障分為種子的部分和顯現的部分，所知障的種子部分是一切煩惱的習氣，所知障的顯現部分則是有法現為諦實之現分。這裡講到「分」，剛剛講到菩提心上面有顯現，這個顯現的部分就是所知障。

所知障是非常細的，所知障是沒有辦法取出來任何一個認知的，任何一個認知有錯亂的話，那就是屬於煩惱障，現在這個認知都是無顛倒、都是正確的，但是它的顯現的部分還是有問題。認知都沒有問題，比如菩提心、大悲心、慈心和了悟空性的比量，這些都是正確的，雖然這些是正確的，可是，它的顯現上面有問題，顯現的部分就是講所知障。所以所知障是非常細的，它沒有辦法認出來任何一個認知，它沒有辦法取出一個法說它是什麼所知障，它是在一個法上面的一部分才能說它是所知障。

大家在這邊的理解可能會有一點辛苦，所知障分為種子和顯現兩者，所知障的種子部分是煩惱的習氣，而不可以說是煩惱的種子，一定要說是煩惱的習氣。如果說是煩惱的種子，那就不是所知障了，而是煩惱障了。

剛剛說煩惱的習氣是所知障的種子部分，以所知障來說它是種子，以煩惱的角度來說它是習氣，它並不是種子。所以它並不是煩惱的種子，它是所知障的種子。以所知障的角度來說，它確實是種子，種子就是能夠發出來一個所知障的東西。它為什麼不是煩惱的種子呢？因為它沒有辦法發出來一個煩惱，所以它不是煩惱的種子。以所知障的角度來說，它就是種子，為什麼它是所知障的種子呢？它後面能夠發出來一個所知障，顯現的這個部分就是所知障，顯現的部分是從習氣發出來的，所以這個習氣就可

以說是所知障的種子。

我們在區分煩惱障跟所知障的時候，煩惱障是比較粗的，我們能夠取出來這個認知就是不好、就是障礙，所知障則沒有辦法取出一個認知。任何一個不好的、不正確的認知都是屬於煩惱障，所知障是什麼呢？這個認知都沒有錯、都是非常好的，但是它的顯現上面還有一點問題，這個部分就是所知障。所以所知障可以說是非常細的。

所知障主要是實有的顯現，那麼實有的顯現為什麼稱為所知障呢？以這個杯子為例，當我們眾生在了解這個杯子的時候，在了解的當下它有實有的顯現，因為有了這個顯現，我們就沒有辦法同時看到別的法。因為這個實有的顯現的緣故，我們就會看到它不需要依賴其他的法的顯現出來，實有的顯現意思就是這樣。不需要依賴一個其他的法的這樣的顯現，它可以擋住我們沒有辦法同時去看到其他的法，它會擋住我們去了解其他的法，因此就稱為所知障。所知障的意思就是我們沒有辦法知道其他所有的法，這樣的一個障礙就是所知障，實有的顯現之所以稱為所知障，原因就在於此。

內心執實有的這樣一個心，這樣的一個認知就是煩惱障，如果不是這個認知，而是所顯現的部分，那就是所知障而已。實有的執著心會不會擋住了解其它的法呢？這就更不用說了，一定會擋住的，但是還不需要到執著，連顯現就已經會擋住了。所以相對來說，顯現就已經會擋住了對這一部分的了解，因此我們就把實有的顯現稱為所知障。執實有的執著心就不只會擋住，而且這個人會煩，所以就是煩惱，這就是一個心，認知就出現了，它不只是顯現的一個部分而已，一個認知就讓整個都亂了，所以我們就稱它為煩惱，而不可以說是所知障。中觀應成派認為任何一個認知錯亂的話，那就一定是煩惱了，中觀應成派的宗義是這樣的說法，這是非常有道理的。

「**不可謂現為諦實即是所知障也。**」所以不可以說實有的顯現就是所知障，否則的話，菩提心就會變成所知障了，因為菩提心也是有顯現，所以不可以說有實有的顯現就是所知障，而要說顯現的這個部分就是所知障。如果我們主張有實有的顯現就是所知障，這是不對的。

問題：仁波切剛剛說實有的顯現是所知障而實有的執著是煩惱障。

回答：要說實有的顯現的部分是所知障，不可以說實有的顯現就是所知障。

問題：甲曹杰的解釋最後一句說「不可以說現為諦實就是所知障」，這個「現為諦實」跟仁波切講的「有顯現」是一樣的嗎？

回答：這兩者是一樣的。比如菩提心是有實有的顯現，菩提心是現為諦實有的，但是菩提心並不是所知障。所以有顯現、諦實有並不一定是所知障，但是顯現的這個部分來說就是所知障。

問題：以菩提心來說，我們知道菩提心是正確的心而不是顛倒的，這個時候是錯亂的，所以算是煩惱障嗎？

回答：不是，菩提心上面完全沒有煩惱障而只有所知障。

問題：剛剛講的菩提心、悲心等通通都不是煩惱障而是所知障。

回答：通通都是上面有所知障，並不是它本身這個心是所知障。剛剛一直講所知障沒有辦法取出來成為一個認知，可以說是在他所認知的一個法上取出來一部分稱為所知障。

剛剛講了半天，好像大家聽不懂的感覺，可能大家問問題會更清楚。

問題：顯現這一分是所知障，那麼顯現是靠有義共相的成分在裡面嗎？

回答：我們以這個杯子為例，這個杯子上面有細的無常，我們就把細的無常取出來，細的無常是什麼呢？「它是無常」這個部分就是細的無常，而不可以說它本身就是細的無常。要了解「它是無常」是很難的，所以「它是無常」這個部分來說就是細的無常，而不可以說它本身就是細的無常。以另外一個角度來說，它是無自性的，它的上面有空性，取出「它是無自性」這個部分就是空性，「這個杯子是無自性」的這個部分就是空性，但是不可以因此就說這個杯子就是空性，這個杯子並不是空性，「這個杯子是無自性」的這個部分才是空性，這就是我們要修的。

剛剛講的「這個杯子是無常」這個部分是我們要修的，也就是細的無常是我們要修的，而不可以說這個杯子就是我們要修的法。同樣的道理，這個杯子是無自性，「這個杯子是無自性」這個部分就是空性，我們不可以想成就是把「是無自性」本身這個法取出來。

剛剛講顯現有自性是菩提心，菩提心顯現對境是有自性，「顯現對境有自性」的這一部分並非就是菩提心，而是說菩提心有顯現對境是有自性的，這個部分是菩提心上面的一個東西，不可以說菩提心本身顯現有自性的這

個部分。沒錯，它的確是顯現有自性。

問題：剛剛書上講的是「不可以說現為諦實就是所知障」，是不是可以說「現為是實有自性的這一分就是所知障」？

回答：這個沒有錯。

這個地方如果懂的話，是不怎麼難的，只不過是一個小小的東西而已。如果不懂的話，那就會混在一起。我們有時候會把「顯現」跟「義共相」混在一起，異共像是常法的一個法，剛剛講的所知障這個顯現講的是無常的一個法，它是前面一個習氣爆出來就是顯現，它是一個果，所以是一個無常的法。義共相跟它有一點接近，也是比較難以區分的。

55.執實能生苦，於彼應生懼，悟空能息苦，云何畏空性？

剛剛是講為了證得一切相智的佛果位也是需要靠空性慧，總結來說，為了解脫也是需要它，為了成佛也是需要它。修空性的意思是我們要破除內心當中的執著心，如果這樣講的話，我們凡人會有一點怕。想想的確會有點怕，我們內心一直愛我們自己、照顧我們自己的，那就是我們的執著心，我們自己會非常照顧自己、愛自己，這就是我們的執著心，如果我們要斷除它，改變成去空性，我們會覺得非常難以接受，所以就會害怕。

害怕的時候要怎麼辦呢？應該不用怕，為什麼不用怕呢？我們的執著心帶給我們的是痛苦，如果我們去除掉它的話，那應該是會離開痛苦的，因此就不用怕。因此後面就說我們不應該生起恐懼的心，反而應該是要歡喜，因為能夠離開我們的苦。

「執實能生苦，於彼應生懼」，這裡講的是我們應該要生起恐懼的對象是執著心，事實上，我們並沒有對執著心生起恐懼，反而是非常歡喜。為什麼應該要生起恐懼呢？前面一句就是理由，「執實能生苦」，因為它能夠一直不斷生起苦，所以我們應該要生起恐懼的心。所以我們在執著心上面生起歡喜的心，這是不對的，我們應該要生起恐懼才對。那麼歡喜的應該是什麼呢？在空性的法上面應該要歡喜。但是在空性的法上面本來是不應該恐懼的，我們反而生起恐懼，在執著心上面應該要恐懼的，我們反而不恐懼。「悟空能息苦，云何畏空性」，空性可以去除苦，它一直消除我們的苦，所以我們怎麼會怕空性的法呢？意思就是不要怕空性的法。

56.實我若稍存，於物則有懼，既無少分我，誰復生畏懼？

這是成立：如果沒有執著心的話，那就不會有恐懼，有執著心才會有恐懼，這四句就是成立前面第 55 頌文的內涵。

主要是我們內心裡面有我執的時候，才會擔心「我會怎樣」等等，如果沒有這個我執的話，這種擔心就都不會出現。所以沒有我執應該就不可能會有恐懼。

到這裡是講對空性的法上面不要恐懼，而應該是要好好學習，要歡喜的去學習。怎樣才能歡喜呢？一直去想：執著心一直會給我們痛苦，空性的法一直會消除我們的痛苦，所以對於空性的法上面應該要非常歡喜的去學習。後面就先講補特伽羅無我，然後講法無我，就開始空性的法門了。

剛剛寂天菩薩說的，我們要一直去思惟「執著心的確是一直給我們痛苦」，而空性的法是會給我們快樂及熄滅我們的痛苦。空性的法是怎樣給我們快樂呢？從正面的角度來說是會熄滅痛苦，從反面、間接的來說，我們內心會在意、遵守因果，我們就會非常通達因果互相依賴的關係，我們對這兩者的關係越清楚，就越會遵守這個規矩。所以如果我們了解空性的話，對於該捨的是什麼就會非常清楚，所以就一直會離苦得樂。所以了解空性的法在消滅痛苦上面也是非常有幫助的，另外，在得樂上面也是非常有幫助的。

執著心也可以從兩方面來說，以正面的角度來說，它一直會給我們壓力，一直給我們內心各式各樣的痛苦。以執著心的反面來說，我們就不會去守因果的規矩。因為執著心的關係，我們就不會去理會因果之間的關係，因此就不會去遵守這些規矩。因此不該得到的就會得到，不該離開的就會離開，在取捨上面就一直會亂掉。以執著心的正面來說，內心的壓力及內心各式各樣的煩惱，以它的反面間接來說，就是不遵守因果的規矩。我們如果對這兩邊好好思惟的話，才比較會放心，不然的話，我們不放心。「如果執著心不存在了，誰會照顧我呢？會不會大家都欺負我呢？」如果沒有執著心的話，內心一定會有這樣的擔心。

寂天菩薩為什麼講這個部分呢？我們要常常去思惟，透過這樣的思惟，我們內心就比較能夠放棄這樣的執著心，也會對空性的法上面比較會歡喜。不然的話，我們對空性的法只是有一點了解而已，並不是真正的要修，也不是真正要改變我們的執著心。

我們一直那麼歡喜的話，對空性當然就需要廣大的聞思，就要照宗喀巴大師在《廣論》後面的「毗缽舍那」部分所說的要積聚資糧等等都要具

足，廣大的聞思也是積聚資糧的一部分。既然要廣大的聞思，當然對於空性的理論也要通達，所以後面寂天菩薩就開始講空性，後面就是另外一個主題的開始。

問題：「菩提心是現為有自性」是什麼意思呢？

回答：現在這裡講的菩提心並不是佛的心續當中的菩提心，我們是講眾生、菩薩心續當中的菩提心，菩薩心續當中的菩提心就一定不是現量，如果它是現量的話就有剛剛所說的過失。既然它不是現量，那麼它是什麼呢？就是分別心。「不是現量」的意思就是它不是如理的對境是什麼就想什麼，如果是這樣子的話，那麼它就是現量了，只有佛能夠達到這個部分。所以菩薩心續當中的菩提心一定是分別心。分別心的意思就是「不是對境是什麼就想什麼」，而是自己的一個想法，自己會去想：佛應該要具足什麼功德？佛是什麼樣子？在第六識這樣想完了之後，內心希求我要成佛的心就因而生起。他的對境的佛是從他的內心所取出來的一個佛，在取出來的之後，他一定會對這是我的想法、那是你的想法有一個執著。他自己想出來之後，他就會產生「這是我的想法」，如此一來，他就會在對境的佛上面有一種執著，他的執著只是實有的顯現而已，而不可以說趣入佛上面，他內心趣入的是「我要佛」這樣的想法，趣入境（對境）是這個佛，但是實有的部分也會有顯現。

實有的顯現的意思是什麼呢？就像剛剛講的，他會有一種執著，在執著的時候當然就有一種對境，認為這個就是對的，可以說尋求可以依靠的「這是我的想法、這是對的」，內心去尋求的話，有一種找得到的感覺，所以就可以說是實有的顯現。

《入菩薩行論五十一》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/06/10

前面主要是講到要解脫一定需要空正見，這個部分已經講完了，在講這個部分時也順便破除小乘的一些見解，以及成立大乘的法是佛說的法，這兩者是順帶提到的，主要是講到要解脫一定要修空正見，如果沒有修空正見的話，就沒有辦法斷除煩惱，我們就沒有辦法解脫了。中觀應成派承認諦實有的執著心也是煩惱障，如果要斷除它的話，就一定要了解諦實有空的空性。

上個禮拜我們也有提出來：諦實有的執著心如果是煩惱障的話，那麼所知障就是諦實有的執著心的習氣跟諦實有的顯現的部分，這就是所知障。所知障沒有辦法取出來成為一個認知，成為一個認知如果是不好的話就變成煩惱。

所知障也分為種子的部分和顯現的部分，顯現的部分不是認知，但是它是認知上面的一個東西。我們上個禮拜講菩薩心續當中的菩提心也是有這個實有的顯現，他對於自己的趣入境（佛的果位）上面也有一種實有的顯現。

佛實有的顯現是什麼意思呢？顯現實有就是佛會變成實有的樣子會顯現，但是佛實有的部分並不是它的趣入境或耽著境，佛實有的部分不是菩薩心續當中菩提心的趣入境或耽著境，所以菩提心不是執著心。如果實有的這個部分是菩提心的耽著境的話，那麼菩提心就會變成執著心了。然而菩提心並不是執著心，因此「佛的果位是實有」只是顯現而已，它顯現佛就是實有，但是並沒有那麼執著。

我們要區分顯現和執著的差別，以無分別心來講，比如我的眼識看這個杯子，旁邊的東西也自然都會顯現，但是我不一定會感覺到它們的存在。比如當我在看這個杯子的時候，你們可能也會顯現在我的眼識當中，但是我並不知道，我只知道這個杯子。所以杯子之外其他的東西是有顯現的，但是其他的這些東西並不是它的耽著境，耽著境就只有這個杯子，耽著境的意思就是它主要的境就是這個杯子。所以我們可以說這個眼識持杯子的形，而不可以說持杯子旁邊的那些東西的形，這就是顯現跟趣入的區分。

顯現是沒有什麼力量的，只是自然看出來而已，並不是那麼強。同樣的，顯現實有跟耽著實有也是不一樣的，執實有跟顯現實有就不一樣，如

果我們能區分這一點的話，那就會比較清楚了。

前面已經講完了空正見是多麼重要的部分了，既然如此重要，那麼應該要如何了解它呢？我們就要透過理論、正因來了解它。以中觀應成派來說，補特伽羅無我也是空性，法無我也是空性，因為對補特伽羅無我的了解比較容易，所以我們先要成立補特伽羅無我。

以補特伽羅無我來說，中觀應成派所講的跟自續派以下所講的有一點不一樣，自續派以下講的補特伽羅無我在中觀應成派眼中是粗的補特伽羅無我，並不是真正的補特伽羅無我。所以真正要了解補特伽羅無我的話，就要了解中觀應成派所說的補特伽羅無我。

中觀應成派所說的補特伽羅無我是什麼樣的呢？在一般佛典裡面來看的話，中觀應成派講補特伽羅無我的時候，就會一直講像下面說的：

57.齒髮甲非我，我非骨及血，非涎非鼻涕，非濃非膽汁。

佛典裡面常常都會像這樣的講法。但是這樣的講法常常會讓我們誤解，或是我們很難了解它的道理。當我們講出牙齒、頭髮和指甲的時候，我們可能會想牙齒不是我、頭髮不是我、指甲不是我，這是很淺的。如果比較深入一點的話，我們可能會想：為什麼「牙齒不是我、頭髮不是我、指甲不是我」是補特伽羅無我這麼深的東西呢？這裡面有什麼意思呢？

我們平常會說尋求不到它的施設處（安立的對境），這個施設的補特伽羅無我並不是我們一般名言安立的補特伽羅無我，名言安立的補特伽羅會找得到，但是我們平常的想法裡面不是只有名言安立，還有從施設出來有自性的。我們內心不會以名言安立的補特伽羅為足，當我們內心遇到一個境的時候，除了名言安立的補特伽羅之外，我們會想它自己是有自性的感覺。我們會認為只有名言安立並不夠它的存在，而應該是從它有一個自性才能形成它的存在，我們會這樣想。所以我們就會認為它的施設處有一個自性，這是我們的想法。所以按照我們的想法來說就是有自性的。但是有自性的一個補特伽羅是永遠找不到的。所以按照我們的想法來說，應該是能夠找到一個有自性的補特伽羅，實際上卻是找不到的。所以這裡就矛盾了。因此當我們在成立補特伽羅無我時就會說：如果補特伽羅是我們想像的有自性的話，應該是要找得到的，如果找不到的話，那就表示我們的想法是錯的，我們想法的這種執著心是顛倒識，因此補特伽羅我執的境就不存在，所以補特伽羅是無我。

用另外一個名詞來說，補特伽羅本身並不是它的自性，不是它的本性。如果是它的自性的話，那就不需要依賴他，補特伽羅一切都是依賴他而成立的，所以並不是它的自性。比如《中觀正理海》裡面一直講到苗芽不是苗芽的自性，或者可以說苗芽的自性就不是苗芽。我們在任何一個法都會說它是它的本性、它是它的本性，好像任何一個法都有一個自性的感覺。但是實際上卻完全不是，所以苗芽的本身就不是苗芽的本身，苗芽本身都是依賴於其他法而成立的，所以苗芽本身並不是它的自性，應該是說「苗芽本身不是苗芽的自性」就是苗芽的自性。所以任何一切的法都可以說它本身並不是它的自性，剛剛講的「找不到它」就是這種意思。

我們去尋求而找不到它的意思是「我們內心會以為它本身就是它的自性」這樣的感覺，以這個角度看的話就不是了。剛剛我們會想牙齒、頭髮、指甲那些不是我，但是我們的內心還是會想「這就是我」，牙齒一個一個去看的話不是我，如果這樣不是我的話，我就不存在了嗎？不可能的，我還是有，這個就是我，當我們想「這個就是我」的時候，我們就會想「這個就是我的自性」，實際上，這個並不是我的自性，這個全部都是依靠其他的法，因此並沒有一個是它的自性。如果一個一個東西去找而找得到的話，那就可能是它的自性了，事實上，一個一個都找不到，一個一個都是依賴他，因此沒有一個是它的自性，它整個當然也不是它的自性。如果一個一個都不是它的自性，而都是依賴他法的話，那麼整個這個人當然就不可能是「我」的自性，所以就可以說「我」本身就不是我的自性、「我」本身不是我的本性，「我本身不是我的自性」就是我的自性，意思就是這就是我的空性，空性有很多同義詞，如法性、法界等等。法性、法界就是「法」真正的性。因此可以說「補特伽羅本身不是它的自性」就是它的自性、法性、法界、空性。

這裡又會產生很多問題，很多教派會想：如果是這樣的話，空性就會變成諦實有了，空性也就變成有自性了。剛剛我們講「不是本性」就是自性，而「不是本性」是空性，那麼空性就變成是有自性了。如此一來，有些宗派就認為空性應該是諦實有、有自性的。

在《中觀正理海》裡面，宗喀巴大師說「苗芽本身不是苗芽的自性」就是苗芽的自性，這是沒有錯的。但是我們不可以說苗芽的空性就變成諦實有或有自性。

苗芽的空性是不是有自性呢？這就是另外一個問題，從這裡不可以確定。比如苗芽本身不是苗芽的自性，這裡觀察之後，我們可以確定苗芽是

不是有自性，但是對於苗芽的空性是不是有自性卻是不可以確定的。苗芽的空性是不是有自性在什麼時候可以確定呢？要先經過怎樣的觀察呢？我們把有法放苗芽的空性，在這上面我們要觀察它本身是不是它的自性。現在我們要怎樣去判斷苗芽的空性是有自性或無自性呢？要怎樣觀察才可以判斷呢？我們要先觀察所緣的法放苗芽的空性，然後在苗芽上面才去談它本身是不是它的自性，我們觀察到它本身都還是要依賴其他法，所以它本身並不是它的自性。

我們剛剛講「苗芽本身不是苗芽本性」就是苗芽的空性，現在是講「苗芽的空性本身不是苗芽的空性的本性」就是苗芽的空性的空性。所以我們將苗芽的空性當成所緣，它本身是不是它的自性呢？如果不是的話，才可以說它沒有自性，它有沒有自性是要把它當成所緣的境去觀察它，這樣才可以確定苗芽的空性是有自性或無自性。

剛剛是將苗芽當成所緣的法，然後去觀察它本身是不是它的自性，這邊不是它的自性，這就可以確定苗芽本身無自性，而還沒有到苗芽的空性有自性或無自性的階段。所以宗喀巴大師特別強調我們不可以將這兩者混在一起，如果混在一起的話，我們就會去想苗芽的空性應該是有自性。

很多教派在這個部分就會錯了，一種錯誤是空性本身就會諦實有，另一種錯誤是找不到它就說一切法都是找不到，也就是一切法都不可以說有或存在。所以在這裡就會出現這兩種錯誤。比如我們剛剛是講苗芽，我們去尋求、找尋的話，它的施設處就找不到它，因此我們就會將苗芽看成是不存在的。我們會說　　當中找不到苗芽，因此就會說苗芽本身其實應該是不存在的，而只是我們心裡想而已。一切的法就是像苗芽一樣，以為找不到就是沒有它，這又是一個錯誤的想法。所以我們去尋求而找不到，這裡面也會有錯亂，會以為它本身就是不存在的，這也是一個問題。

另外，剛剛又講「苗芽本身不是苗芽的本性」就是苗芽的自性、就是苗芽的空性，如果這樣講的話，那麼苗芽的自性就是存在的，苗芽的空性就有自性了。因為剛剛講「苗芽本身不是苗芽的本性」就是苗芽的空性、苗芽的自性，這樣講的話，「苗芽本身不是苗芽的本性」是苗芽的空性，那麼苗芽的空性就是苗芽的自性了，既然苗芽的空性是苗芽的自性，那麼苗芽的空性就有自性了。所以就會有兩種錯誤的想法出現。宗喀巴大師不管是在《正理海》或大的毗缽舍那、小的毗缽舍那、《辨了不了義》當中，不管什麼地方都常常會講到這個道理，他提出來會有一些這種錯誤的想法出現，比如空性諦實有，有時候一切的法不可以說有也不可以說非有，這些

是從哪裡出來的呢？就是因為在這邊觀察時沒有辦法很正確，所以就會有一些錯誤的想法。

我們中觀應成派講到空性跟其他的宗義不一樣的地方就像剛剛我們講的，他會說任何一個法都沒有自性，中觀自續派就主張自性，中觀應成派就不主張有自性。不主張有自性是什麼意思呢？就是認為一切法都完全沒有自己的部分，都是依賴其他的法而成立的，無自性就是這個意思。中觀自續派也認為要依賴其他的法，但是自己也需要有一個自性，而應成派則完全不承認自性，差別就在這裡。所以剛剛前面講苗芽本身不是苗芽的自性，就是像這樣，一切法完全不是它自己的本性、自性，而是靠其他法而成立的。

我們心裡是怎樣的想法呢？我們會認為一切法都是它的自性，我們認為它的存在也都是從自性的角度去解釋的，我們一般凡夫都會這樣想。中觀應成派不承認這個，所以我們的想法是錯誤的。但是中觀自續派有一點跟我們的想法一樣，中觀自續派認為我們的想法是沒有錯的，所以用正因可以成立一個法。中觀自續派的定義是用正因成立，意思是我們去尋求的話可以找得到，能夠可以判斷，意思就是它是有自性的。所以我們比較接近中觀自續派，我們會覺得在自性的角度上一直確定「是、有」。中觀自續派說：如果我們沒有自性的話，我們就沒有辦法確定，必須有自性才可以確定。

中觀應成派一直說沒有自性，這是怎樣成立呢？如果有自性的話，我們就要看哪裡是他有獨立的自己方面成立的。以補特伽羅來說，如果它有自性的話，它是從哪裡自性成立的呢？頭髮嗎？指甲嗎？牙齒嗎？這邊就會一直用這樣的因。

另外我們可以想：我們生起補特伽羅我執的時候有很多種，簡單來說，我們有五蘊，有的時候以色蘊為主而生起補特伽羅我執，有的時候以受蘊、想蘊、行蘊、識蘊當中的各個蘊為主，依於五蘊的其中一個，我們內心就會生起補特伽羅我執。為什麼我們會生起補特伽羅我執呢？我們一想到補特伽羅，一生起「我」的想法，我們就會生起補特伽羅我執。我們一想到「我」有很多種情況，有時候以我們的身體為主，有時候以我們的想法為主，有時候以我們的行為為主。依於各式各樣的蘊，我們的內心就會想「我」，一想到「我」的時候，馬上就會生起我執。所以當我們生起我執的時候，簡單來說，所依的就是五蘊，如果更細一點的話，就像這裡講的牙齒、指甲、頭髮等等，依於身體的一小部分也會生起我執。所以這裡講「指

甲、頭髮等等不是我」的時候，要破除各式各樣的我執。

比如《心經》講色蘊不是我，這樣講的話，就是我們要破除依於色蘊而生起的補特伽羅我執，如果想「受蘊不是我」就是依於受蘊為主，而破除這樣的補特伽羅我執。所以也有各式各樣破除補特伽羅我執的意思。

另外，剛剛講過，如果補特伽羅有自性的話，應該是它的哪一方面有自性呢？如果這邊也沒有自性、那邊也沒有自性的話，又怎麼會有自性呢？所以這裡這樣成立的時候，就有兩個角度可以講。

這裡講的「非我」和「我非」要做個區分，「非我」就是那些不是我，「我非」就是我的例子不可以取出來骨頭跟血，前面和後面本身的意思是一樣的，「非我」是這些不是我，「我非」則是：如果問「我是什麼」的話，不可以取出來這些東西。所以本身是一樣的意思。「我非骨及血」不可以解釋為我不是骨頭、我不是血，「我非骨及血」的意思是我不可以取出來骨頭跟血。前面就直接講「指髮甲非我」，這個比較簡單，就是說指髮甲不是我。

問題：在甲曹杰的中文譯本中，兩個都是翻譯成「非我」，並沒有翻譯成「我非」。剛剛仁波切強調的是「非我」和「我非」是不一樣的，為什麼甲曹杰把兩個都同樣翻譯成「非我」呢？

回答：那就沒有問題了，甲曹杰的版本就是比較恰當的。

「非我」就是「都不是我」的意思，「都不是我」就表示「我」沒有自性，也就是只有名言安立的。雖然它沒有自性，但是我們還是會一直想啊！如果它存在的話，那就一定是名言安立上面的，它不會超越為另外一個。

宗喀巴大師特別強調這個部分是很難的， 上上個星期一早上在《正理海》裡面有講到，我們的心要一直帶著在這一條路上面，雖然是很難了解它是名言安立的，但是我們內心就要去想：應該是名言安立的。所以「無自性」的部分好像不是那麼難的樣子，比較起來的話，「唯名言安立」就有一點難。

你們有沒有聽過細的世俗諦？一般來說，以勝義諦和世俗諦還比較，世俗諦是比勝義諦淺的，但是細的世俗諦比勝義諦還難。你們在學《毗缽舍那》時沒有提到嗎？宗喀巴大師講的意思就是這樣，「一切法無自性」是勝義諦，這還可以，但是接著說「這些法唯名言安立」，這就比前者還難。所以宗喀巴大師說細的世俗的部分比較難。

接著念下面三個偈頌：

57.齒髮甲非我，我非骨及血，非涎非鼻涕，非濃非膽汁。

58.非脂亦非汗，非肺亦非肝，我非於內臟，亦非屎與尿。

59.肉與皮非我，脈氣熱非我，百竅義復燃，六識皆非我。

依據甲曹杰的科判，這三個偈頌是破除俱生的補特伽羅我執，俱生的補特伽羅我執是什麼意思呢？這裡應該也有破除遍計的補特伽羅我執，怎麼講呢？主張補特伽羅是有自性的宗派，自續派以下的宗派都是這樣主張的，因此他們主張補特伽羅是可以尋求得到的，比如第六識、集在一起的的五蘊或阿賴耶識等等。這邊也有破除這種主張，這裡講第六識也不是補特伽羅我所以這種講法也有破除自續派以下所想的補特伽羅我執，也就是也有破除他們承認補特伽羅是有自性的這一部分。所以這裡可以說也有破除遍計的補特伽羅我執。

那麼為什麼甲曹杰在這裡將它安立為破除俱生的補特伽羅我執呢？從毗婆沙宗到自續派等內道都承認補特伽羅無我，而不承認補特伽羅我，只有外道承認補特伽羅我，他們不承認補特伽羅無我。我們從這個角度來看的話，自續派以下就沒有遍計的補特伽羅我執，只有外道才有。但是從另外一個角度來看的話，也要說他們也有遍計的補特伽羅我執。因為他們不承認補特伽羅我，所以我們就不會說他們的補特伽羅我執是遍計的補特伽羅我執，這也是一種說法。所以我們現在所破除的就不是遍計的補特伽羅我執，而是破除俱生的補特伽羅我執。

破除遍計的補特伽羅我執是什麼樣子呢？就是外道所主張的補特伽羅我，我們破除這些就是破除遍計的補特伽羅我執。外道分為兩個，第一個是數論派，他們說二十五個所知，「我」是認知的一個補特伽羅，他又會說它是常法、它會永遠一直在的。這二十五個法在《宗義寶鬘》裡面有，數論派的講法有點意思，有時看看他們的解釋也有一點意思。

請看《宗義寶鬘》第 36 頁，「數論派主張把一切所知定數為廿五（諦、範疇）；也就是：我、主、大、我慢、五唯、十一根和五大種。「五唯」就是色、聲、香、味、觸。「十一根」就是：五種感覺器官、五種行動器官和意根。「五種感官」就是：眼、耳、鼻、舌和皮膚等器官。「五種行動器官」就是：口、手、足、肛門和生殖器。「五大種」就是：地、水、火、風、空。其中，士夫是知（精神體）；其餘廿四諦是物質體，因為它們是聚合而成的。

又，其中的「主」和「士夫」是勝義諦，其餘『廿三諦』是世俗諦。復次，『根本自性』、『總』、『主』是同義詞，而且被認為是一種具有六種特徵的所知。『士夫』、『我』、『知』和『明了』是同義詞。」

數論派的這二十五個，主要是講「我」的部分，他們說「我」、「我們這些眾生」怎麼會在輪迴裡面？主要的因就是「主」，「主」就類似於我們講的「無明」，「主」是分別心的部分，我們一直執著這個部分，但是他們並不說這個是心，他們認為心跟我是一樣的，「我」就是心。但是心裡面還有一個東西，就是區分、分別的一種因，這個就是「主」。所以我們現在為什麼會輪迴呢？他們主要是講「主」，先有主（就像無明），「主」那邊就會變成「大」，「大」慢慢就會變成「慢」，然後慢慢就變成其它的五唯等等。能用的部分是五根、四大種等，所用的就是色、聲、香、味、觸（五唯），這些就都會出現。

那麼「我」是什麼呢？真正講來，「我」不是因，「主」只是因而已，請再看《宗義寶鬘》第 37 頁，「如果依照因果關係來分類，廿五諦又分為：1. 是因非果；2. 是因亦是果；3. 是果非因；4. 非果非因等四種情形。其中『總』或『主』是因非果，『覺』、『我慢』和『五唯』這七個是因亦是果，『士夫』非因非果，其餘十六諦是果非因。」

它這裡講的這個「我」是比較可憐的，因和果就一直讓它在輪迴中流轉，我們這個「我」的因是「主」，其它裡面也有因也有果的。簡單來說，主要的因只有一個，後面的都是果。我們這個「我」既不是因也不是果，但是因和果卻一直帶領著我們在輪迴當中流轉，這是數論派的解釋。所以數論派會說：我們這個「我」為什麼會一直在輪迴中呢？主要是因為我們沒有斷除「主」。要怎麼去斷除它呢？我們要去禪修，然後一直去看這些果是從哪裡來的，看我們自己的主，從「主」就會出現「大」、「慢」等等，當我們看到它的時候，它就會不好意思，然後慢慢就會不見了，然後我們就可以離開輪迴，這是數論派的說法，所以他們會說我們要認出這個「主」。

我們這個「我」心是一樣的，它心續當中非常深的部分有一個主要的因，這就是「主」，它會讓我們一直亂想，就會受到各式各樣的苦。他們講的五蘊、五根是果的部分，為什麼有這些？這就是從「主」那邊帶給我們的。我們自己本身既不是果也不是因，我們自己就是自心，它會受到各式各樣的果，這就是從「主」那邊出來的。

當他們這樣講的時候，和我們佛教講的無明是非常接近的，阿底峽尊

者就說以前能夠區分外道跟內道的，就只有他跟響底巴兩個人，很難分的清楚，所以他們講這些也是有道理的，「主」就像無明，我們的心遇到這個身體，又受到苦，都是從「主」那邊來的。

問題：甲曹杰大師這一本講：「數論所知數決定廿五…」(P.374 頁)「神我」以及二十四種分開，總共二十五種。《宗義寶鬘》裡面二十五種沒有「神我」，請問「神我」是不是就是我們剛剛講的「主」呢？藏文在第五〇二頁。

回答：我們直接看甲曹杰大師的藏文版，二十五個是確定的，在這二十五個當中，「主」等等二十四種是物法，第二十五個就是「我」，「我」是認知、了知，它是能受的、能識的這樣一個「我」。數論派裡面並沒有多出來的任何一個所知，所有的所知都包含在這二十五個裡面，他們並不承認這二十五個以外的任何一個法，因此他們就講二十五個所知。現在我們已經知道「我」跟「認知」是一模一樣的，然後他們又承認這就是常法，因為補特伽羅我不是果，所以它不需要靠因，它是永遠都會在的，因此它是常法。另外他們又主張它是認知。我們這裡要怎麼破除它呢？如果它是認知的話，認知就一定要有對境，如果沒有對境的話，它就不可能是有境，不是有境怎麼可能會是認知呢？所以我們要怎麼破除它呢？如果這個補特伽羅是認知又是常法的話，它永遠都要有對境。我們去觀察看看，它的對境有時存在有時不存在，比如色聲香味觸是它的對境，這些對境有時存在有時不存在，既然如此，有境也是有時存在有時不存在，因此不可以承認它是常法，我們主要是透過這樣來破除的。如果你們在它有時沒有對境時也能承認它是認知、它是有境的話，那麼你們也要承認外面的木頭也是認知、也是補特伽羅。

大家念一下第 60 頌：

60.聲識若是常，一切時應聞，若無所知聲，何理謂識聲？

61.無識若能知，則樹亦應知，是故定應解，無境則無識。

這裡的「聲識」的意思是指聲等等的五個境的識，這個識就是補特伽羅。「聲識若是常」，聲是對境，識是有境，執聲的識（執聲的補特伽羅）若是常法的話，他在時時刻刻、一切的時間都應該聽到有聲音，所以他應該時時刻刻都要執這個對境。這樣子是他們沒辦法承認的，為什麼？他們承認聲音是果、是無常，有的時候聲音就沒有了，沒有聲音的時候，對境就沒有了。「若無所知聲」，如果對境不存在的話，那這個有境的認知（補特伽羅的認知）他怎麼能夠知道這個聲音呢？因為聲音有時候沒有嘛！那

沒有聲音有時候，他怎麼能夠知道這個聲音呢？「何理謂識聲」既然它沒有境的話，又怎麼能夠說它是識（有境）呢？「何理謂識聲」怎麼能夠稱為它是認知呢？前面是「若無所知聲」，如果它沒有對境的話，怎麼能夠稱為它是識呢？「無識若能知」仁波切覺得應該是「無智若能識」，它的意思是補特伽羅如果沒有了解任一個境的話，怎麼能夠稱為它是神識呢？如果補特伽羅沒有了解任一個境還可以稱為是神識的話，那麼木頭也可以稱為神識了。

接著是「是故定應解，無境則無識」，到這裡可以說沒有對境就沒有辦法稱它為有境，所以這裡就已經破除了補特伽羅不是神識。

《入菩薩行論五十二》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/07/01

講到這邊就是開始破除外道的主張，外道也承認有解脫，但是他們認為我們內道所說的我執的對境是存在的，他們認為這裡所說的「主」就是輪迴的根本、輪迴的因。我們一般人來看，他所講的「主」有一點像我們所講的無明，實際上，他們認為無明的對境是存在的，他們認為「主」才是輪迴的因。我們內道所講的我執的對境的「我」，他們說是存在的，他們認為能用色聲香味觸等境的就是我。

現在我們能破除的是應成派，寂天菩薩是應成派，當我們要破除外道時，我們必須要先清楚我們自己的主張是什麼，我們是應成派，所以我們會說只有依賴對境的法才有有境的我，而對境的法也是靠有境才能存在的，對境跟有境是互相依賴的。外道說我是能用者，而所用的則是色聲香味等等，以我們應成這種主張的角度來看外道的時候，色聲香味是無常法，那麼有境的我應該是無常，有境的我不可以是常法。所以我們在這裡要破除外道時就會講：對境的聲音如果是無常的話，有境的我也應該是無常。相反的，有境的我如果是常法的話，對境的聲音也應該是常法。外道本身則不會做這樣的主張，但是從應成派的角度來看的話，這兩個就矛盾了，因為應成派認為有境和對境是互相依賴的。

60.聲識若是常，一切時應聞，若無所知聲，何理謂識聲？

上次的第六十頌講到「聲識若是常」，這個「識」是我，聲音的對境（識）就是外道所講的我，聲識的意思是指聲音的有境識（補特伽羅）若是常法的話，那麼一切時候他也都應該會一直聽聞到聲音。意思就是：有境的補特伽羅如果是常法的話，那麼它的對境（聲音）也應該是常法。或是說：有境的補特伽羅是常法的話，他就永遠都要聽得到聲音。

但是「他永遠都聽得到聲音」應該是不可能的，因為聲音是無常的，它有時候會存在，有時候就不存在，所以就會說「若無所執聲」，也就是當聲音不存在的時候，這個補特伽羅聽到什麼聲音呢？也就是沒有境的意思。以應成派的角度來看的話，一定是要依賴境才會有「有境」，而剛剛的外道則說聲音是無常而有境的補特伽羅則是常法，這樣的說法對應成派來說是矛盾的。「若無所執聲」，如果無這個聲音的話，那麼聽到的是什麼聲音呢？或是了解到、知道的是什麼聲音呢？

如果沒有聲音的話就不可能會了解到聲音，為什麼可以這樣成立這樣的邏輯呢？後面講到「何理為是聲」，這邊藏文有一點點不一樣，藏文的意思是：如果沒有對境的話，誰會知道什麼東西呢？如果對境的聲音不存在的話，又怎麼會知道這個聲音呢？這是不合理的。

因為我們的心、智慧沒有那麼細，這樣講會覺得太粗，好像沒有道理會有這種感覺。如果是對一個心非常細的來說，他看到旁邊一些比較簡單的，他可以分得非常細。因為我們的心非常粗，所以當我們看到旁邊的那些東西時，我們沒有辦法分得那麼細。所以當我們在學《中論》或應成派的解釋時，常常會覺得翻來覆去的。

實際上，我們想一想「我」是怎麼樣存在的的話，可能自己會提出另外的問題出來，「到底我是為什麼存在的呢？」這樣的問題產生之後，再去聽一聽應成派所說的「我是依賴境才存在的」，此時才會覺得好像有可能。

我們平常不會自己提出這樣的問題：「我是怎麼存在的？」從無始以來，我們心裡無始無終的會去想「我」，不可以說它是不存在的，我會生病，我會餓，我們就會說「我一定是存在的」，但是我們就不會去問：「它是怎麼存在的呢？」我們就會覺得習慣了，並不需要去問。如果自己問自己「怎麼樣存在」的話，有時候會覺得奇怪「到底是怎麼樣存在的」，有這樣想的話，才慢慢會聽得進去應成派、其他外道或內道所講的各式各樣的「我」。

我們要先把自己平常的想法去掉一點，我們平常的想法是「我怎麼存在」是不可以問的，好像這個根本就不成為一個問題，因為我們的執著心太強，所以就不會去提這個問題。

61.無識若能知，則樹亦應知，是故定應解，無境則無識。

接著是第六十一頌，他就會說：聲音是無常的，它有時候是不存在的，但是識這個我是常法，它是永遠都存在的。這就是第一句「無識若能知」，上次我們改為「**無聲若能知**」。

接著講：如果沒有對境的聲音而有境還是能知的話，那麼樹也應該是能知，因為有沒有對境都無所謂了，如果沒有對境還是承認補特伽羅是能知的話，那麼數目也可以變成能知了。因為有這樣的過失，所以應該要講「無境則無知」，沒有對境就一定不可以說它是能知。

下面是另外一個科判（破彼轉計），第 62 頌就是我們用來破除他宗的

回答：

62. 若為彼知色，彼時何不聞？若謂聲不近，則知識亦無。

第一句的「若為彼知色」就是他的回答。他的回答是：聲音有的時候是不存在的，但是不可以說所有的境不存在。我們也會這樣想：聲音有時候存在，有時候不存在，但是其他的境是存在的。所以也可以承認補特伽羅是能知，還是有其他的法是它的對境，例如色聲香味觸裡面的色法，所以說「若為彼知色」。

在這樣回答的時候，自宗就問他：「彼時何不聞？」「若為彼知色」的「彼」指的是補特伽羅，而這裡的「彼時」則是那個時候，就是指聲音不存在而色法存在的時候，這兩個「彼」所指的不一樣。

「彼時何不聞」就是為什麼沒有聽到，這是自宗問他宗的，他是用一個理由來問他，這個理由在這裡沒有提出來。「若謂聲不近」，甲曹杰大師在這中間用另外一個理由，色聲香味觸是五唯，甲曹杰大師看「若為聲不境」這一句，就在第二句和第三句中間用一個正因。應該要聞到這個聲音，理由是什麼呢？五唯都一直圍繞這個補特伽羅，五唯都一直要跟著這個補特伽羅，這就是中間的正因。上次講到二十五個所知，他們將色聲香味觸稱為五唯，這只是外道所用的一個詞。

甲曹杰大師在這邊用了一個正因，再來是「若謂聲不近」，這就是回答，「若」就是如果你們這樣講的話，這本身就是回答的意思。他宗回答為什麼那個時候沒有知道聲音，因為補特伽羅和聲音那時候沒有靠近，所以就不了解。如果這樣子回答的話，就應該要講識是無常，因為這個識會變，有的時候知道聲音，有的時候又不知道聲音，所以應該要承認補特伽羅（識）是無常，所以說「則知識亦無」，就像聲音無常一樣，能知的識也是無常。

應該是這樣說，聲音是前面有而後來就沒有的，所以不可以說聲音是完全不存在的。同樣的，有境（能知的識）也是有時候有而有時候沒有，所以也不可以說它是完全沒有，這就是無常的意思。但是藏文的根本頌的字面上是「沒有」，而它的意思是無常。

外道講的也有一點道理，我們也會認為「我」的想法是沒有錯的，但是我們會去想：讓我們一直去輪迴的因是另外一個無明，把它放在另外一個位置，跟「我」這種想法有一點離開，我們就把它看成無明。我們有時候會這樣想，這個味道差不多，就是認為我執是正確的想法，而且我也是

存在的，但是我一直不斷去輪迴的因是「主」，「主」就有一點像是無明的樣子。我們如果一直去觀「主」的話，它慢慢就會不好意思，也就不會騙我們，然後就消滅了，這是他們的解釋。所以補特伽羅（識）要解脫的話，他就要觀「主」，越去觀它，它就越不好意思，然後慢慢就消滅了，這是外道的說法。在他們的說法裡面，我和無明是分得很清楚的，顯宗是把我和我執放在一起，而是把無明看為除了我之外的另外一個想法，這就跟外道的這種解釋非常像。

這裡講的是我們跟外道之間主要是在「我」之上辯論，外道也承認「我」本身是能執的、能用的有境的部分，比如能看到、能聽到、能想到、能聞到，這樣能用、能執的部分就是「我」。所以他們也會說「我」就是能執、我就是自私。

能執當然就要靠一個所執的法，如果沒有所執的法的話，那要如何能執呢？我們想一想：我們是怎麼把「我」承認為有情、補特伽羅呢？比如電腦不是補特伽羅，這個花不是補特伽羅，那麼我們是怎麼樣承認我們是補特伽羅呢？它有一種能感受、能看到、能聽到、能知的，我們就承認那就是「我」，那就是補特伽羅。

能知也是有靠所知，必須有一個所知道的法就可以說它是能知，外道在剛剛辯論的時候也會回答：聲音是有時候不存在的，但是色法還是存在的。所以這個補特伽羅還是可以承認名字。補特伽羅是怎麼樣存在的，我們想一想外道所說的能知。但是外道又不會像應成派一樣說「補特伽羅是整個全部依賴有那個對境」，應成派的說法是補特伽羅是如幻如化的，自己完全是沒有自性的，能知是依於有境存在，有境依賴對境，自己完全都是沒有什麼自性的，這就是應成派的解釋。外道不會像應成派這樣的說法，但是還是會說補特伽羅就是能執，也是需要靠有境的。

63. 聞聲自性者，云何成眼識？一人成父子，假名非真實。

第六十三個偈頌也是根源於第六十二個辯論，自宗說：你主張補特伽羅是有自性的，既然它是自性成立的，你就不可以說它有時候是執聲音的有境而有時候則是執色的有境，也就是你就不能承認它是這樣一直變化的。

「聞聲自性者」，聞聲是誰呢？就是那個補特伽羅（識），它是自己自性聞聲的，自性成立的，如果是這樣子的話，「云何成眼識」，藏文的意思是「云何執色識」，也就是怎麼樣會變成一個執色法的識呢？因為他聽聞聲

音時是自性成立的，那麼就永遠都不會變化了，也就不會是執色的識了。

現在是在「補特伽羅（識）」上面辯論，從補特伽羅聽聞聲音時是不是自性來辯論的。剛剛在前面有辯說：聲音是無常的，所以有時候是不存在的，當聲音不存在的時候，這個補特伽羅不會變成沒有對境，它還是有對境的，對境是色法。這是外道在第六十二個偈頌中的回答。所以第六十三個偈頌就說這種是不可以變化的，因為它是自性的，因為你說聽聞到聲音是自性成立的，所以是不可以變的。所以我們這裡辯論的基礎的法是在補特伽羅上面。

「一人成父子，假名非真實」，這裡有一點麻煩，我們要先講一下外道的主張。補特伽羅是　，「主」是因，補特伽羅遇到色法則是果，我們遇到輪迴就是果，我們遇到輪迴裡面的色聲香味就是果，「主」就是因，「主」在哪裡呢？就在我們的心中，也是跟著我們一起的。我們本身有這個「主」，他們就會說「主」就是自性，自性就變出來是幻相。剛剛講「主」是所有的自性，來源就是它，色聲香味的自性意思就是它們的來源，也就是它們的因，都是從「主」那邊冒出來的。所以色聲香味都是幻相。

這個補特伽羅遇到色聲香味或這個環境、這個輪迴，是從他的心中有「主」而來的，外道承認這個「主」就是所有果的一個因，最主要的因就是它。為什麼所有的果會從那裡出來呢？因為這個「主」本身有自性。為什麼從那邊會出現輪迴呢？就是這個「主」本身有輪迴的自性，輪迴的自性的意思就是以後從那邊就會出現輪迴，所以輪迴的自性的意思就是輪迴的因。所以補特伽羅有聲音的自性或是遇到聲音、聽聞到聲音的自性，補特伽羅也有遇到色法或執色法的自性，因為補特伽羅有這個「主」，所以就會有這個自性。

剛剛講有這個自性，中觀應成派就認為不可以說有這種自性，比如說有聲音的自性也有色法的自性，整個輪迴的法的自性在我們心中都有。我們為什麼會遇到這個世界呢？因為我們心中有這種自性。外道一直都是講這樣的自性，應成派就說不可以這樣說，因為講自性就是不可以變化的，有時耳聞而有時看色法就不可以了。所以這裡就矛盾了，他宗和自宗主要的辯論是在這個地方。

「一人成父子」，他說：補特伽羅聽到聲音的時候，聲音的幻相出現了，聲音那邊示現的就是幻相，所以當補特伽羅聽到聲音的時候，我們心中的「主」從那邊示現了這個聲音，所以我們就聽到了這個聲音。所以「我們

聽到聲音」的自性是我們的「主」，當我們聽到聲音的時候，「主」裡面的一部分變成聲音，在聽不到聲音的時候，「主」裡面的另外一個就變成看到色法。所以「主」那邊就會一直冒出來，一直會示現出來。所以當「主」示現出來聲音的時候，它就是幻相，而對色法來說，它是自性，而對聲音來說，它則是幻相。所以幻相跟自性是父親跟兒子，對那個來說的話，它是自性，對這個來說的話，它則是幻相。外道是這樣解釋的，剛剛講的「一人成父子」就是這樣的意思。

寂天菩薩說：你這個比喻是不對的，父親跟兒子是名言安立的一種比喻，現在你所講的是自性，所用的比喻卻是名言安立、假的，所以不可以用這個比喻，所以說「假名非真實」。父親跟兒子的關係就是假名的、名言安立的一種比喻，所以你就不可以用這個比喻成立一個真實的自性，「非真實」就是不可以成立一種真實的情況。

外道講的是從「主」那邊一直示現的，這樣講的話，我們也會說一切的法是從分別心那邊出現、安立的，有一點像。他們所講的「主」，也是從那邊一直示現整個輪迴。

學員：我查了一下隆連法師翻譯的用詞，「觀待變異及自性」。

翻成變異可能比較好一點，幻相聽起來有一點像是幻化的感覺，幻相也是承認假名，可能翻成變異好一點。

接著我們講他們對「主」主要是怎麼解釋的，第六十四頌：

64. 憂喜闇三德，非子亦非父，彼無聲閑性，不見彼性故。

「憂喜闇三德，非子亦非父」，剛剛前面講的是聲音的自性跟色法的自性，比如聲音的變異是色法的自性，就是一直會變化。比如有時從「主」那邊示現聲音的變異，那時對色來說是色的自性。所以有時候是聲音的變異，有時候是色的變異，但是是未來其他法的自性，這樣的講法主要是講「主」。「憂喜闇」三者，我們是講貪瞋癡，甲曹杰大師是翻成情塵暗。

「主」可以說是所有輪迴的一個因，所有輪迴的因是什麼樣子呢？一個可能是外面的色聲香味、四大種或五大種，有情的心續攝持的有十一種，屬於外面而不是心續所攝持的法有十個，就是剛剛講的五唯和五大種，總共就有二十一個。

這二十一個的來源是什麼呢？剛剛說心續當中所攝的來源也是靠

「主」，「主」裡面的心力主要是管心續所攝的這十一個因，外面的五唯和五大種的來源的因就是塵，另外一個是我們沒有辦法看到而它還是有另外一種作用，比如五唯和五大種的一些變化，有情心續的十一個也是一直會變的，這就是靠「暗」，所以「暗」就沒有什麼特別的因。

應該是這樣說，剛剛講的那三個平等的時候才會說「主」，如果這三個不平等而冒出來的話，那就開始變異了，那就會有這些果的出現。在開始變異的時候，「主」那邊就會開始變成「大」，就是剛剛那三個不平等時就成為大。所以先是有「主」時，情塵暗三者是平等的，就是非常平靜，等到一不平靜的時候，這三個就出來了，這三個出現的時候就稱為「大」或「慢」。

剛剛講的不平靜的後面就開始產生果了，當這三個不平靜的時候，一個一個的影響就不一樣，當塵的力量比較強的時候，就會出現剛剛那十種，情力的力量比較大的時候，就會出現剛剛講的十一個。

我們上次有數過順序，第一個是主，接著是大、我慢、五唯、十一根、五大種，然後就是識（補特伽羅），總共是二十五個。應該是說：這三種平靜的時候就是主，不平靜的時候就產生大，不平靜的時候就出現心（識），他們就會說補特伽羅和心是不一樣的，有一點思惟的想法就出現了，不平靜的後面就會出現一種第六識的想法，這就是大。出現之後又更猛烈去想的時候就是慢，剛剛前面的情力、塵和暗三者就分在「慢」這裡，慢這裡不平靜的情況太明顯了，剛開始的不平靜是大，不平靜到太嚴重了就是慢，這兩個還是有不同。

非常嚴重時，也是前面有主，還有後面有大，這兩個一起力量就出現了後面太不平靜的三種慢，就是剛剛講的黑暗、情力和塵等三種，從這三種就開始出現果了，果是怎麼出現的呢？比如情力那邊就出現了十一根，塵那邊就出現了五唯，五唯那邊又再出現了五大種，這樣就已經二十四個了，這些因和果就是在補特伽羅身上出現的，所以第二十五個就是補特伽羅。

所以「主」是有情、無情所有的來源，應該是說有心續當中所攝持的法和不是心續當中所攝持的法等兩者，這兩個的來源都是「主」，然後就有這樣的因果關係，而這些因果關係是在補特伽羅身上出現的。

我們這邊講的時候有一點混在一起，因為補特伽羅心續當中也有「主」，所以他會聽聞到聲音及看到色法，這就是因為他有這個自性。我們

中觀應成派認為有自性就是指它自己是自性成立的，這是一起看的，外道講的時後世把補特伽羅和主分開的，也就是補特伽羅和色法的自性都是分開的，可是，我們應成派就把它看成一個，如果補特伽羅是有自性的話，他聽聞到聲音就是自性成立的。

現在這裡就是要破除他對於「主」的解釋，「憂喜闇三德」，不知道這裡的「憂」是不是「塵」的意思，喜的意思是情力。這裡的塵並不是灰塵的意思，它是我們完全沒有辦法看得到的一個法，但是有一點不通的意思，當我們的心在憂傷的時候就沒辦法想開，有一點點擋住的意思，塵就有這樣的意思，這裡也是有貪瞋癡的意思。

外道說一切示現我們看到的都是輪迴，從「主」那邊就示現，所以這些都是假的，只有「主」是真的，所以說「主」是自性、勝義諦，勝義諦的意思就是真的，「主」是最主要的因，外道主張「主」是有這樣的特性。但是以現在所用的父親和兒子的比喻來說，就完全不是這個意思，這兩個來說就是假名，相對這個來說它是父親，相對那個來說它是兒子，這種跟「主」上面是自性或勝義諦是完全不一樣的。也可以說你們主張勝義諦、自性的意思是不可以變化的，它是非常穩定的，所以父親的自性不可能變成兒子的變異，兒子的自性也不可能會變成父親的變異，因為就是講主是勝義諦，所以它是非常堅固而不可以變化的。所以這裡說你們的主張跟你們現在所用的父子的比喻是不通的。如果你們用父親和兒子的比喻的話，你們就應該要捨棄你們自己所主張的「主」的解釋，所以說「非子亦非父」。

應該是這樣說，他們所講的主在這三個平靜的時候是會有的，這裡的「德」就是「平靜的時候才會有主」的意思，但是藏文裡面並沒有「德」。

不管外道或內道都會用「勝義諦」一詞，比較重要的是要了解用的時候是什麼樣的意思，比如應成派、自續派、唯識宗都會用「勝義諦」一詞，為什麼一直要用勝義諦呢？我們就是要去除內心的煩惱，這是大家都共同的，不管是什麼宗義，我們大家都是要修行及去除內心的煩惱。內心的煩惱是從哪裡來的呢？就是從我們的無明那裡來的，這也是大家共同的。無明是什麼樣子呢？當我們面對一個境的時候，我們會去執著表相而不了解它的真實的實相，這就是無明。

表相有很多種，比如常樂我淨等等各式各樣的表相，跟這些錯亂的表相相反的也是有很多種的實相，我們一直修各式各樣的實相，我們不可以去執著那麼多種的表相，而是要去除這樣的無明。我們一切真實的實相都

要去修才能去除無明嗎？沒有辦法這樣子，有一種表相只要去除掉，同時其他所有的表相都能去除掉，這就是我們平常講的所破。

當然我們要修的是最細的、最深的一種實相，這是我們要了解的，我們修了這個才能夠去除掉所有錯亂表相上面的執著，這是最究竟、最圓滿的一種實相，大家都共同說一定有這種實相，所以大家會說一定有勝義諦，應成派、自續派都會說勝義諦，連外道都會說勝義諦，如果我們了解了這個勝義諦，一切根執於任何錯亂表相的執著全部都可以去除掉，這是大家共同承認的。

比如我們看到外道在這裡講「主」，我們要了解「主」是什麼樣子，如果一直去觀察它的話，所有的錯亂煩惱全部都會去除掉，所以就稱為勝義諦。同樣的，唯識說能取所取二空就是勝義諦，這就是最殊勝、最究竟的實相，我們修它就能夠去除掉最細的、最底下的那種錯亂的表相的執著心，如此一來，其他什麼錯亂的表相就都一下子就去除掉了。自續派也會說他們自己本身所主張的空性就是勝義諦，修了這個之後，不管什麼錯亂的想法都可以去除掉，這就是勝義諦，是最殊勝的。

當自續派看唯識的時候，會認為他們的還沒有達到勝義諦，他們認為還有更深、更殊勝的。當應成派看自續跟唯識的時候，也會認為他們講的太粗了，認為還有比他們所說的更細的，認為他們這樣修還是會有很多表相上面的執著，所以會認為們的勝義諦還不夠殊勝，還有更殊勝的就是應成派所講的空性，應成派所講的空性可以說是最究竟的，所以圓滿的空性就是應成派所說的。

應成派所說的跟其他宗義有一點不一樣，他們對於他們所認為的所破解釋的時候很神奇，每一個煩惱不管大小粗細，任何一個煩惱的核心裡面已經進來了所破的想法。所以應成派所認出來的所破是非常細的，只要一能夠去除掉這個所破，一切的煩惱也都馬上能夠去除掉，應成派所認出來的所破就有這樣的力量。所以如果去修應成派所講的勝義諦的話，當然就有這種效果。所以為什麼大家都會一直講勝義諦的原因就在於此。

《入菩薩行論五十三》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/07/01

我們在講到空性的基礎法時一直會用到「菩提心」、「我」，為什麼會用到「我」呢？可以說我們內心的造惡業、生起煩惱都跟我的錯亂想法有關係，當我們在造惡業之前內心一定想「我是最重要的」，然後就從那裡產生傷害別人的念頭。所以可以說「對於我上面的執著的心」是非常有關係的，相較之下，對境（法）上面的執著就還好，「我」上面的執著心是比較嚴重的。所以當我們在講空性的時候，我們的重點會一直放在「我」上面。另外也可以說我們輪迴的根本也是薩迦耶見（我執），我們不會說輪迴的根本是法我執，而是說輪迴的根本是補特伽羅我執。因此，我們想要趕快脫離輪迴的話，那也是要靠了解補特伽羅我。

我們現在這邊講到補特伽羅並不只是一般的能獨立實執有空的部分，我們這裡是講無自性的部分，應成派在這裡就一直講無自性的部分。無自性跟緣起是非常有關係的，一般講的能獨立實執有空跟緣起就沒有那麼大的關係，一般講的能獨立實執有空沒有辦法達到跟緣起同等級的位置，我們對於因果緣起的道理就是要靠無自性的空性才能夠如理的解釋。我們用緣起的正因可以成立起無自性的空性，而完全不能成立補特伽羅能獨立實執有空及唯識講的二空，我們成立這些跟緣起是沒有什麼關係的。所以可以說跟緣起相等的且有非常緊密關係的就是無自性的空性，而補特伽羅能獨立之實執有空及能取所取二空就沒有那麼緊密的關係。

無自性跟緣起有非常緊密的關係，我們可以說最殊勝、最廣的、最細的緣起就是從菩提心的角度能夠看得到的這種緣起的道理，這就是最廣的、最細的一種緣起。從菩提心的角度看到什麼呢？要圓滿自利都是要靠利他的，利益那麼多的眾生所緣起出來的就是自利圓滿的法，那麼多的利益他人的因跟緣種下去了之後，就會生起佛的果位，這可以說就是最廣的、最細的一種緣起的道理。

最廣的、最細的道理是從哪一個角度看呢？以菩提心的角度來看就是這個，可以說有境的菩提心就是修廣行，菩提心的對境的法就是最細的、最廣的緣起的道理。所以菩提心跟有境的空性慧兩者是互相非常有關係的，為什麼呢？對境的那麼廣、那麼細的緣起的道理跟無自性兩者就非常有關係，既然對境的這兩者有那麼緊密的關係的話，當然有境的菩提心跟空性慧也是相當的互相收攝、增長的，有這樣的關係。我們平常念的「為

利眾生願成佛」，可以說「為利眾生」就是成佛的因跟緣，成佛所需要的是廣大的因緣，無量無邊的因緣種下去之後才會成佛。前面的「我以布施等功德」的「布施等功德」就是三大阿僧祇劫當中修的階段，這就是無量無邊的因緣種下去，然後才有後面的佛的果位。所以當我們在念這個的時候，一邊也可以配合空性慧或配合思惟緣起的道理，然後菩提心就生起來了，這種菩提心就可以說是空性慧所攝持的。

當我們在念「我以布施等功德，為利眾生願成佛」的時候，既然佛是那麼圓滿的功德，當然在因的時候也就是廣大無量無邊的因就要種下去，這也就是要利益無量無邊的眾生，或者是在三大阿僧祇劫當中的布施等等資糧種下去，這樣才會有佛的果位。

成佛為什麼要具足那麼廣大的因緣呢？佛是無自性的、自己沒有獨立的，所以都是要靠因跟緣，要靠無量無邊的因緣才會產生佛的果位。所以我們在念這個偈語的時候，就要去思惟廣大因緣的道理，也可以說無自性的空性的道理，這樣思惟之後就如理的生起菩提心，可以說是如緣起的道理而生起的，所以這個菩提心是最殊勝的有智慧的菩提心。這個菩提心是最聰明、最有智慧的，能夠看到很長遠的一條路，能夠看到那麼廣的緣起的道理，有這樣的智慧就生起菩提心，所生起的菩提心就是最有智慧的。

所以我們一定要攝持空性慧，這樣就跟一般的菩提心不一樣，一般我們不會這樣思惟的話，我們所生起的發心就可以說只有福德的部分而已，而並沒有智慧的部分。所以如果沒有空性慧的智慧所攝持的話，這種功德才一生起就會消滅了。

我們現在學習這些空性，了解了一點點，我們就可以用這些道理來思惟空性、緣起的道理，然後就生起菩提心如果我們能夠做到這個菩提心所攝持的善根的話，這些就沒有辦法被瞋恨心消滅。所以一般福德的世俗菩提心如果沒有被空性慧攝持的話，那就會被瞋恨心消滅。因此，在生起菩提心的時候，我們學過空性的道理的人應該要有這種生起的方法。

我們上個星期講到第六十四個偈頌，這裡主要是講到破除數論派，他講的「主」是「自性」，「自性」的意思是「因」的意思，最根本的自性就是「主」。最根本的自性是存在哪裡呢？就是在我們的心中，他們講的是存在於「我」的心續當中。這些自性是什麼的自性呢？就是這些果報的自性，比如我們所看到的色聲香味觸等等、外面的輪迴、我們自己的五根等等，就是這些果報的自性。

所知的法有二十五個，除了「我」跟「主」之外，其他的二十三個都是果，果是指變異，所以就是二十三個變異的自性。其中的色和聲既是色的自性也是聲音的自性，後面兩句是「彼無聞聲性，不見彼性故」，這裡講到前面是所立的法，「彼」指的是執色的我的心續當中的自性（就是指主），所以我的心續當中的主就是一切果的自性，這裡舉出來的彼可以說是色法的自性的那一部分。我們知道「主」是一切的法的因、一切的法的自性，現在所取出來的是色法的自性的部分，「主」裡面有這個部分。「主」是一切法的因，所以它是色聲香味等等一切法的因，其中色法的自性的部分是不是聲音的自性呢？「彼無聞聲性」的意思是它不是聲音的自性。以我們應成派的角度來看，如果「主」是色法的自性的話，那就不可能是聲音的自性。所以色法的自性的「主」不可能是聲音的自性，為什麼呢？如果是聲音的自性的話，應該是我們大家能夠看得到的，但是，它並沒有辦法看得見，「不見彼性故」就是這個意思，也就是沒有辦法看見聲音的自性的部分，後面這兩句就是這樣的意思。

我們可能會有一點把「主」跟「我」混在一起，我們現在要破除的是「我是常法」的部分，我們要怎麼破除常法呢？這個「我」也要具足「主」，不可以說「我」是那邊、「主」是這邊，「我」本身就有「主」。比如我們在學攝類學時會說瓶上面無常，瓶上面的無常不可以說它是瓶子，瓶本身就是有無常，這個無常是一種非常細的無常法，瓶子上面的無常是隱蔽法，而瓶子本身則是現前法，瓶子是無常的「無常」不是現前法，所講的無常是怎樣的無常呢？不可以說它就是無常，「瓶子」跟「瓶子是無常」這兩者還是要區分的，瓶子是無常這一部分是隱蔽法。

同樣的道理，「我」有自性，「我」本身就有這個天分。跟剛剛的瓶子是無常一樣，我是無常，無常是隱蔽法，我不是隱蔽法，我是現前法，我是無常就是隱蔽法，這裡是有區分的。同樣的，「我」來世會遇到輪迴，這個就是自性，「我」本身有「來世會遇到輪迴」的天分，這個就是自性，這個就是「主」。所以我們去尋找的話，就會發現「我」跟「主」是混在一起的，並不是截然分開的。所以我們應成派也是用「主」的角度來破除他的「我是常法」的想法。當我們在破除它的時候，有的時候講「主」，有的時候講「我」，原因就在於此。我們在前幾次講過：我們學空性會覺得模模糊糊，這是正常的，這個就是深見的法。

我們剛剛在前面講的「彼無聞聲性，不見彼性故」，以另外一個角度來講的話，也可以說看到或執色法的我如果聽聞到聲音的話，這是不可能的，

他應該不是聞聲音的性，他沒有具足聞聲音的自性。我們剛剛說色法的因是主，它不是聞聲的自性，以另外一個角度來講的話，可以說執色法的我不可能聽聞到聲音的自性，為什麼呢？如果這個補特伽羅在一個色法上面一直看的話，他就不可能會聽得到。我們講過「顯而未定」，一個補特伽羅的心安住在色法上面時，他就沒有辦法聽到別人講的什麼話了，這裡講的就是這樣的意思。一個執色法的補特伽羅的意思就是心非常安住於色法上面的一個補特伽羅，他就沒有辦法聽得到聲音，「不見彼性故」就是這樣的意思，「彼性」指的是「彼聞聲性」，也就是「不見彼聞聲性故」。這個是用另外一個角度來說的，實際上跟前面講的意思是相同的，前面講的是「色法因的部分的主不可能聲音的自性」，現在用另一個詞是「心安住色法上面的一個我不可能同時會聽聞到聲音」，這兩個是一樣的意思。

應該這樣子說：如果這個補特伽羅沒有這樣子的話，這個補特伽羅心續當中的自性本身就是色的自性、聲音的自性。色法的自性的意思就是色法的因，色的因就是這個補特伽羅能夠看得到色法的因，他能夠看到色法的因是他心續當中的主，他能夠聽聞到聲音的因是他心續當中有主。他來世為什麼會輪迴呢？因為他心續當中有主。我們為什麼會遇到這個社會呢？因為我們心續當中有這種的主。所以有主、自性跟補特伽羅有看到色法及聽聞到聲音是一樣的意思。

65.如伎異狀見，是識即非常，謂異樣一體，彼一未曾有。

自宗這樣跟他辯論之後，他就回答：雖然同時不會聽聞到聲音，但是未來還是會聽聞到聲音。剛剛是心安住於色法上面，現在改成心安住於聲音上面的時候，他就會聽得見。如果是這樣子的話，你講的自性就有問題了，它就不是自性了，因為自性是永遠不會變的，比如色法的自性永遠都是色法，我們永遠都是看到色法，心安住於色法，它就不可以變了。

後面他的回答就是像換衣服一樣，如果是這樣子的話，補特伽羅就變成無常了，「我」就是無常了。「是識即非常」，「我」就變成非常了。

再來他就回答：不會變成無常，因為在前面色法的自性時就已經有聲音法的自性，就已經沒有什麼變化了，在前面色法的自性時，它還是聲音的自性。比如在換衣服的時候，本身也還是他，能換衣服的到後面換了也還是他，所以他就說前面色法的自性就是後面聲音的自性，並沒有什麼變成無常。後面兩句念一下：

「謂異樣一體， 異樣若非真。」意思就是：這是他宗講的，他宗講的是沒有什麼變的，你剛剛跟我說的不同的異狀，他說這不是不同而是一體的，他就回答這是一體的。在這樣回答的時候，自宗就說「彼一未曾有」，「未曾有」就是「沒有」的意思。所以你這樣講是不對的。現在是前面沒有的情況已經出現了，所以你就不可以說一體。

66. 異樣若非真，自性復為何？若謂即是識，眾生將成一。

再來就是講第六十六個偈頌，第一句是「異樣若非真」，這是他宗講的，他宗說：你們應成派一直說色法的自性就變成像換衣服一樣就變成聲音的自性，你們說的沒有錯，我們凡人都會這樣想。意思就是應成派也是凡夫，這是大家都會這樣想的，實際上這不是真的，實際上是假的。他們會說：實際上就只有「主」而已，並沒有什麼其他的。我們應成派會說：實際上一切法都是名言安立的，並沒有什麼真的。他們則會說：實際上一切法都是「主」那邊出現的，並沒有什麼真的。因為我們有無明的關係，我們就會看到有很多法的變化，實際上並沒有，實際上是有自性。但是，你們講的沒有錯，世俗凡人一定會這樣看的，實際上是沒有什麼真的。

他們說「異樣若非真」，「異樣」就是「不同」的意思，在表現上面不同，這是我們凡人的角度看到的，事實上沒有不一樣的，都是一樣的，一樣都是從「主」那邊顯的。所以從「主」的角度看的話，一切法是一，並沒有不一樣的。

這樣講的時候，自宗就要跟他們辯，自宗說：「現在我所講的，你說不是真的，那麼你們就把真正的自性講出來吧！」他們說「異樣若非真」，自宗就說「自性復為何」，就是說你要把真正的法的自性講出來的意思。

如果你們這樣講的話，我就會這樣問你，所以後面是「若謂即是識，眾生將成一」。我們會說：每一個眾生心續當中一定有一個「主」，所以你現在講的是每一個眾生心續當中的「主」就變成一個的話，那麼眾生都會變成一個。或者可以說：每一個眾生都有「主」，「主」是只有一個，我們如果沒有看清楚它的話，那麼就會一直輪迴。這裡要講的是：他宗真正要講的是什麼呢？如果真正要講出來的話，那麼自性的角度就要講，這樣的話，「主」的角度要講，以「主」的角度來說，一切的法是一，如果一切法是一的話，那麼眾生都是一，就沒有不同的眾生。所以自宗就辯說：如果你已自性的角度、主的角度來講的話，一切法是一，如果是這樣子的話，一切的眾生就都會變成一。所以「眾生將成一」。

67. 心無心亦一，同為常有故，差殊成妄時，何為共同依？

再來的話，不只眾生變成一，有情、無情都會變成一，這就是「心無心亦一」。實際上有情跟無情是不同的，但是，對你來說就變成一。為什麼呢？「同為常有故」。「主」就是「為常」，以「為常」的角度來看都是一。所以他們心跟無心為什麼變成一呢？這兩個都是違常，主的變異，或是說心跟無心的自性都是主，這兩個的自性是一樣的，心跟無心的自性同樣都是違常的主的緣故，這兩個也是會變成一。所以後面這個就是理由，這邊講違常就是主，「同」的意思是心跟無心的自性兩個都是同樣的違常的主的緣故。

下面是「差殊成妄時，何為共同依」，他宗說一切的法都是主的示現，主是真的，整個輪迴法的自性來源就是它，輪迴的示現是假相的，是沒有什麼真的，這是他宗的說法。所以這邊講的差數就是果的輪迴裡面很多不同差別的法，如果輪迴是假的話，它所依靠的來源的因也是假的，或者可以說它所依靠的來源不可能會有真的，或者可以說不可能會有真的一個真實的法、有自性的法，「何為共同依」就是這樣的意思，既然果是假的，那麼所依靠的就一定是假的，不可能會有真實的、諦實的自性。

現在這裡已經破除了數論派的說法，這裡所破除的是遍計的我執，遍計的我執只有一些宗義才會有，我們沒有學宗義者是不會影響的，因此就跟我們沒有什麼關係，真正跟我們有關係的是俱生的我執，那麼為什麼我們要破除遍計的我執呢？有時候我們會這樣想。

我們要破除俱生我執的話，前面一定要先破除遍計我執，為什麼呢？當我們要破除俱生我執時，我們先要看俱生我執的後面有什麼理由去支持它是真實的，要先將這些理由破除，如果沒有把這些理由破除的話，俱生我執還是會干擾到我們，我們就完全沒辦法面對它。我們在破除這些理由的時候就是講遍計我執，可以說遍計我執是支持俱生我執背後的力量。比如我跟他辯論的時候，另一個人來幫助他，或者有些國家的背後會有一些靠山，我們就對它莫可奈何。同樣的，俱生我執背後會有遍計我執一直幫助它，遍計我執會一直說這個俱生我執是對的，遍計我執就會這樣講給我們聽的。所以遍計我執會一直講理由去成立俱生我執，我們就一定要先把這些理由破除，否則我們就沒辦法面對俱生我執。既然它的理由都成立了，我們就更會去依止它，所以我們先要把它的理由破除，然後我們就可以面對它，這就是我們為什麼要破除遍計我執的原因。然後知道它確實是假的，我知道它的理由都不存在了，然後我們就一直不斷的去串習這個修道，然

後就破除掉它。

我們有時候又會想「遍計我執和俱生我執整個好像是不同的體性」，不可以這樣想，它們兩個是有關係的，就像前面說的「遍計我執成立俱生我執」，所以它們兩個是有關係的，並不是沒有關係的。所以當我們破除遍計我執的時候，同時也會有一點點傷害到俱生我執。

我們自己想一想，我們有學一點點遍計的我執，知道外道是怎麼說我執是真實的，也知道他們是用什麼理由來成立的。或者可以說自續派、唯識、經部和有部都會說「我」是有自性的，我們去想一想他們講的理由是什麼之後，然後再回頭問我們自己：「我如果要成立俱生我執是正確的、有理由的，我會用怎樣的理由呢？」想一想大概也就差不多這些外道所用的理由而已，自續派、唯識、經部和有部講的理由都差不多。我們回頭看看自己，如果我們一直去支持俱生我執的話，想一想大概也就是用這些理由來支持、成立它。所以當我們破除遍計我執的時候，總有一天俱生我執也會穿幫的。

遍計我執一直去支持俱生我執，事實上，俱生我執是假的，我們了解它的理由是不對的時候，我們就發現它是假的、它是一直在騙我們的，我們以前會一直想它是真的，等到它被人家看出它是假的時候，它就穿幫了，可以說我們也有傷害到它，所以我們在前面要先破除遍計我執。

68. 無心亦非我，無心則如瓶。謂合有心故，知成無知滅。

接著就開始破除勝論派，勝論派認為補特伽羅就是物質，就好像大自然的花草樹木一般生生滅滅，至於有沒有心則是另外一個事情。我們怎麼破除他們呢？如果勝論派認為我是無心的話，那麼你們也應該要說瓶子等等也是「我」。第六十八個偈頌說「無心亦非我」，就是你們應該不可以說無心。他們說：我就是柱子，我就是有心，但是，跟瓶子還是不一樣，它還是有心。但是，它有心並不是它自己的一個天分，只是一個心進來「我」上面而已。就像冬蟲夏草一般，有一些植物本身剛開始沒有什麼心，並不可以說它是眾生，但是，有時候又會變成它是眾生，它裡面進來一個心就變成眾生，沒有進來這個心就是物質。勝論派認為「我」就是這樣，我們認為「我」的所依主要是心，而他們就不會這樣認為。他們認為心進來的一個地方就是「我」，所以他們就不會說「我」主要的所依法是心，這裡說勝論派認為我是物質就是這樣的意思，而不可以說我完全沒有心。

我們這邊講「無心亦非我」的「無心」並不是「沒有心」的意思，還是有心，但是，他們所承認的是「我」的主要所依並不是心，而內道講的「我」主要是五蘊，五蘊中最主要的是「識蘊」，他們不是這樣說的，他們說我有心，這裡的「無心」是說主要所依不是心。

這裡說「無心亦非我」，「亦非我」是自宗講的，你們說的無心的我應該不可以說是我，如果你們的我變成無心的話，那麼應該要承認無心的瓶子也是我，這就是後面一句的「無心則如瓶」。但是，瓶子不可以說是我，瓶子是非我，既然瓶子是非我的話，就如同瓶子一樣，你們所認為的我也不可以說我，因為它就如同瓶子一樣是無心。

接著是「謂合有心故」，他們就回答：這是有分別的，我有心，瓶子沒有心，所以就有差別。這是他宗講的。這裡就很麻煩了，有時候他宗講有心，有時候他宗講無心，看起來有一點矛盾。但是，講的方式不一樣。有心的意思是心進來的意思，無心的意思是我主要並不是靠這個心，我的所依主要不是心，從這個角度講是無心。

後面講的「無心則如瓶」，這裡的「無心」又不是從主要所依的角度來講的，這個「無心」是自宗講的，並不是他宗講的，自宗說：「他宗講的是完全沒有心，就跟瓶子一樣的無心。」這是自宗所用的無心，他宗講的無心則是像前面說的無心。「無心亦非我」和「無心則如瓶」的「無心」是不一樣的，一個是他宗的角度，另一個則是自宗說的無心。從自宗的角度來看的話，勝論派所說的「我」無心，就跟瓶子是一樣的，而他宗自己則說我是無心而跟瓶子不一樣，無心就是有心。

這邊所用的「無心」這個詞有一點相違的感覺，不過，意思是不相違的，他宗說的「有心故」，意思是說跟瓶子有差別，因為我是有心。「謂合」就是什麼理由呢？回答是「有心故」。

自宗就說：如果你們這樣講的話，可以說我前面沒有心而後面有心，也就是我剛開始是沒有心的，一個心進來之後就變成有心了。如果是這樣子的話，前面的我到後面就滅掉了，所以「我」就不可以說常法。接著是「知成無知滅」，在了解了這個我變成有心的時候，以前沒有心的我就滅掉了，「知成」就是了知了這個心的時候，「無知滅」就是沒有了知心的我就滅掉了。如果是這樣子的話，就應該要承認我也是無常，而不可以說我是常法。

他們會說：因緣合在一起的緣故，我才會變成有心，所以跟瓶子是不

一樣的，瓶子並沒有這種情況，所以瓶子跟我是不一樣的。他宗這樣講完了之後，自宗就說：如果你們說前面沒有心而後面有心，前面是無知，後面是有知，後面有了知心的我成立的時候，前面沒有了知的我就會滅掉了，「無知滅」就是這樣的意思。如果是這樣子的話，「我」還是會變成是無常。

69. 若我無變異，心於彼何用？無知復無用，虛空亦成我。

「若我無變異，心於彼何用」，他們會說「我」是永遠不會變的，如果這樣講的話，那麼剛剛說的前面有心而後面沒有心要怎麼解釋呢？「心於彼何用」，後面有具足心的時候對它又有什麼作用呢？你們還說我是無始無終的，永遠都有一個我存在，如果還一直這樣講的話，那就應該像虛空一樣，你應該要承認虛空也是我。

因為我是無始無終，它有時候沒有心而有時候有心，有時候造惡業，有時候造善業，那些對我都完全沒有什麼影響的話，那麼我就變成像虛空一樣了。比如我們蓋房子或舖馬路都是一直在虛空上面做事情，但是，對虛空來說卻完全沒有什麼差異。你所講的「我」跟虛空也就沒有什麼差別，心進來這個我，有時候煩惱生起，有時候善心生起，有時候又沒有了，有時候又出現了。「我」如果是這樣子的話，好像沒有什麼變化，它還是無始無終，這樣就有一點點不承認解脫，也不承認佛陀的果位。這個我會想吃、想去玩是正常的，一個生命生起來又滅掉了，生起來又滅掉了，這個「我」本身就是這樣，無始無終就是這樣的，就沒有所謂的解脫或終點的位置。所以這樣的解釋就跟虛空一樣了，那麼你也應該要承認虛空也是我，後面說「無知復無用，虛空亦成我」，也就是你們要成立虛空也是我。

《入菩薩行論五十四》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/09/23

《入行論》第九品講的空性，學習這個部分是非常重要的，為什麼呢？主要是要透過空性才能真正認識釋迦牟尼佛的法是什麼樣子，透過空性才可以感覺到釋迦牟尼佛的恩德，這兩個都是我們從《緣起讚》就可以看得出來：宗喀巴大師透過空性才感覺到「我現在了解了空性之後才認識釋迦牟尼佛的法」。另外，在了解空性之後，才能感覺到釋迦牟尼佛的恩德有多大。所以我們從《緣起讚》看得出來了解空性才能認識釋迦牟尼佛的佛法，也才會體會到釋迦牟尼佛的恩德。如果沒有學習空性的話，一般說的要修慈悲心、菩提心、心要善良等等，幾乎是大部分宗教都講的，就沒有什麼區分。「我們把自己的我從根本消滅」就是釋迦牟尼佛的法的特色，所以釋迦牟尼佛的法的真正的特色是「看破我們自己的我執」，因此，可以說沒有學空性就抓不到釋迦牟尼佛的法的特色，也不會感覺到他的恩有多深。所以學習空性是非常重要的

很多祖師或宗義者都會解釋空性，但是最正確的解釋空性的法最主要是中觀應成派，例如月稱菩薩、寂天菩薩、佛護論師、龍樹、聖天等等，所以我們現在學習《入行論》裡面講的空性是由寂天菩薩所解釋的空性，可以說是最正確的解釋空性的一個法。

當我們在學習的時候，我們要了解學習空性的法是要看破我們自己最細的無明，跟一切的煩惱有關係的，或是一切煩惱底下最根本的非常細的無明。所以當我們在學習空性的時候，我們要了解「我要看破這個」，所以我的心不可以往外面，而是要往內抓自己的我執無明的感受。可以說無明是一種習慣，它是俱生的，並不是真正的有，是我們內心裡非常細的、沒有什麼理由的感性的感覺，就是這樣的一個我執。

我們要先把心靜下來，才能夠認知到那麼細的我執，所以在《廣論》裡面，宗喀巴大師在講空性之前先講奢摩他，同樣的，在《入行論》裡面，還沒有講空性就先講禪定。也就是心要先定下來，然後才會抓到自己心裡面最底下的我執，如果我們的心沒有定下來的話，那就完全摸不到它，完全沒有辦法認識它，所以一定要先把心靜下來，雖然還沒有達到奢摩他的正量，但是才是要先把心靜下來，自己才能夠認識自己的心，自己會認識自己的我執在哪裡。所以我們在學習空性的時候，要注意先把心靜下來，然後就要去認識最細的我執，然後就要去看破它。

這樣子學習的話，一定要注意空性的法一定是隱蔽的法，它是隱蔽分，所以我們一定要注重邏輯，也就是要注重理論、推理。因為它不是現前分，所以我們不可以把它想成是眼前可以看見的東西，我們眼前看起來它是實有的，「空」眼前看來跟空性的內涵是相違的，空性是隱蔽分的意思就是「我們眼前是看不到它的」，也就是眼前會出現跟它相違的情況。所以眼前出現的沒有辦法了解它，而且，眼前出現的是跟它相違的，所以說它是隱蔽分。比如無常、苦、空、無我等等都是隱蔽分，就是沒有辦法透過現前了解的，就是我們眼前看到的都是相違的，也就是我們都會看到樂、常、我、有等等，也就是都會看到諦實有。所以我們要了解空性的法是隱蔽分，而並不是現前分，現前看一定是跟它相違的。所以我們在觀察空性的時候，如果眼前的想法一直進來，然後就一直混在一起，當然就會有很多矛盾，我們要了解空性的法一定是跟眼前看到的相違的。

既然眼前看到的是相違的，那麼我們要怎麼了解它呢？一定要用推理才能認識它，現前是沒有辦法認識的，所以講空性的裡面都是一直講理由。所以學習空性的時候，用邏輯是最重要的，透過邏輯是最根本的，同時我們也要了解現前是沒有辦法認識它的，而且現前是會跟它相違的。

70. 若我非實有，業果繫非理，已作我既滅，誰復受業報？

我們到第七十個偈頌，這邊是斷證，主要是有兩個外道主張我，現在我們破除了這兩個宗義者之後，我們自己的主張是補特伽羅無我，當我們自己主張補特伽羅無我的時候，人家就諍論，我們就要斷它，所以就是斷證。

前面的第七十個偈頌就是他宗諍論的部分，他宗說：「如果沒有我的話，誰會造業呢？誰會感果呢？」他覺得能造業的造作者就是補特伽羅我，他認為能感得果報的也是補特伽羅我。雖然這邊講的是他宗，實際上，我們內心也會感覺補特伽羅我是存在的，我做事情所以我得到一個結果，也會感覺到我是存在的，這時我執就出現了。所以當我們內心我執出現的時候，就會有外道的這種看法出現。

我們不可以說補特伽羅我執的生起是在補特伽羅上面有另外一個東西進來而生起的，比如這個桌子上面帶很大的東西就是房子，然後就看這上面有我，並不是這樣的意思。補特伽羅我是我們平常的想法裡面就有的問題，比如我們做事情的時候感到「我做這個事情」，在這種念頭裡面已經就有我執的產生了。如果我們把平常的想法放著，而另外去找一個補特伽羅

我執，這個想法是不對的，我們平常想的「我做、我得到」，這裡面就已經跟我執混在一起了。

很多學空性時在有一點點了解時就會害怕，內心好像是「我不存在」，做事情的這個我沒有了，得到果報的這個我也沒有了，那要怎麼辦呢？會有這樣的恐懼。我們將戒禁取見、薩迦耶見和疑稱為「三結」，為什麼這樣稱呼呢？在我們修解脫道上面，薩迦耶見會讓我們內心排斥解脫道，內心裡就不喜歡「我要解脫」，內心在解脫上面不願意，這就是薩迦耶見。然後在願意了之後選的路錯了，這就是戒禁取見。然後選的路沒有錯，但是內心裡面產生疑，此時需求解脫或學習的精進就不強，也就是不夠精進。所以我們的修學不成就，主要就是因為這三點。

在這三個結當中，第一個是薩迦耶見，薩迦耶見就是造成不願意解脫，為什麼不願意解脫呢？因為有薩迦耶見的緣故，我們內心就會怕解脫，因為有薩迦耶見就放不下我執，在想要放下我執的時候，內心裡面就會怕：「我做不到一個事情！我得不到造作所感的果！」能造作的也不存在，能感果的也不存在，好像自己都消滅了，那要怎麼辦呢？所以對於解脫會害怕就是因為薩迦耶見。我們內心裡的「我做這個事情，我得到這個事情，我要得到，我要做到」，這個念頭本身就是薩迦耶見。所以有了薩迦耶見，這個念頭就會很強，就會放不下，因此就不可能有自在解脫的果位。

在這邊對方諍論的就是這個，好像是我們內心的我執在對著我們諍論一般。他就說：「如果沒有我的話，業果也就不存在了。」就是這樣的諍論，造作的不存在，所以業不存在，能感果的不存在，所以果也不存在。總結來說，如果沒有我的話，業果也就不存在。所以你們應成派講無我跟業果是相違的，就是這樣的諍論。

「若我非實有」，如果我非是有的話，「業果繫非理」，業果也就不可以承認了，因為就沒有道理了。為什麼沒有道理呢？就是後面講的：能造作的不存在，能感果的也不存在，業果也就不存在了。「已作我既滅」，意思就是：能造作的我也不存在，也就是已經寂滅了。「誰復受業報」，意思就是能感果的也不存在。因為這兩個都不存在，所以業果就非理，前面講的「業果繫非理」，理由就是後面這兩句。

71. 作者受者異，報時作者亡。汝我若共許，諍此有何義？

第 7 個偈頌就是自宗的回答，當我們自宗回答的時候，能造作的我跟

感果的我可以說是前後的因跟果，能造作的補特伽羅是因，感果的補特伽羅則是果。以我們這一生跟下一生來說，這一生是因，下一生則是果，到了下一生的時候，這一生就不存在了，在這一生的時候，下一生還沒有出現。

當自宗回答的時候，是從「能造作的這一生在下一生就不存在」的角度來回答。為什麼從這個角度回答呢？因為從這個角度回答的話，他宗也可以承認，如果從補特伽羅無我的角度來回答的話，他宗就不承認了。現在自宗就說：我們就先不去談補特伽羅我存在不存在，能造作的這一個補特伽羅本身在感果（下一生）時不存在，但是我們還是不會說業果非理。所以自宗說：補特伽羅我不存在的話，不應該說業果非理。如果說業果非理的話，能造作的這個補特伽羅自己這麼用功努力，到了果的時候他不存在，他是因，此時就消滅了，這樣就說業果非理嗎？不會吧！所以自宗回答時是從他可以承認的角度去回答。

「作者受者異」，作者是因的時候，受者則是果，這兩個是異，同樣的，作者的補特伽羅跟受者的補特伽羅也是異，到了感果的時候，作者就不存在了。「報時作者亡」，到了感果的時候，作者就已經消滅了。「汝我若共許」，這是我們兩個所共同承認的，我們就不會諍論了，所以你前面也不應該諍論。「諍此有何義」，所以這邊的諍論是沒有什麼意義的。

72. 因時見有果，此見不可能，依一相續故，佛說作者受。

為什麼沒有意義呢？就是後面的兩句，「因時見有果，此見不可能」，在因的時候沒有辦法見到果，這樣子能夠見到是不可能的。所以我們這種諍論是沒有什麼意思的。

在因的時候，這個造作者在因的時候就不存在的話，那麼我們怎麼可以允許造作者跟受者的區分呢？或者說我們怎麼可以允許業果呢？這是一樣的續，我們從續那邊承認我們造這個業感這個果。「依一相續故，佛說作者受」，應該是說佛說作者跟受者的意思。

應該這樣說：補特伽羅我不存在，但是還是有一個續，這個續也是完全沒有自性的，一直在變化的，所以我們就不可以說這個續有一個補特伽羅我，這個續是完全沒有自性的，它是依賴很多因緣一直在變化的。所以我們應該把這個續想成是一個會變化的續，不可以把它想成是不會變化而獨立的續。

比如我們昨天講過：佛的心如果沒有大悲心的話，它就會像我們。所以我們這個心的續會不會停下來呢？這是有可能的，如果後面沒有一個推動力的話，它就會停下來了。所以續也是依賴因緣的，如果沒有因緣的話，它也是會停下來的，它會斷的。同樣的，續也是一個依賴因緣一直變化的續，不可以把續想成是完全都不會斷掉的。甚至連我們成佛了之後，沒有眾生就沒有大悲心，如果沒有大悲心的話，佛的心也會停下來。所以我們不可以把續想成是有自性的、有獨立的、諦實有的，不可以把它想成是堅定的。我們的心裡是無始無終，我們常常講輪迴是無始無終的，因為常常這樣講，我們內心就會覺得我們的心是非常堅定而不會結束的。但是輪迴是無始無終的「無終」的意思是：如果我們沒有對治無明的話，它就是無終的，如果我們有去對治無明的話，輪迴就是有終的。

真正的續也是無自性的，既然續是無自性的，我們就不可以把它看成跟補特伽羅我是一樣的意思，我們內心想到補特伽羅我時，心裡想的是：我們前世也是有我，前世的前世也是有我，下一世也會有我，下下一世也會有我。所以我們內心為什麼一直會把我看成是獨立的呢？就是因為我們把續跟我合在一起，而且我們把續看成是獨立、堅定的，然後再把我一加上來，我們內心就會覺得我是非常獨立的。實際上，續不是這樣的，它是依賴於他，我也一樣是依賴於他。所以它就會一直依賴於其他的因緣而變化。所以《入行論》裡面說：補特伽羅我是不存在的，但是續是存在的，續跟補特伽羅我是分得很清楚的。他宗就沒有分得這麼清楚，外道主張補特伽羅我的人就沒有辦法分得清楚，他們將從無始以來的續就稱為補特伽羅我。

73. 過去未來心，俱無故非我。今心若是我，彼滅則我亡。

後面就把為什麼沒有補特伽羅我的理由講出來，「過去未來心」，我們內心認為補特伽羅是存在的，在五蘊當中主要是從識蘊上面看的，我們在識蘊上面會看補特伽羅我，所以在識蘊上面看破補特伽羅我是比較重要的。要怎樣看破它呢？我們就把心分為過去、未來和現在，要去區分過去的是不是補特伽羅我、未來的是不是補特伽羅我、現在的是不是補特伽羅我。

要怎麼分呢？過去的心是不是補特伽羅我呢？不是，過去的心已經消滅了，而我們是不會感覺補特伽羅已經消滅的，以我們內心我執的角度去看的話，補特伽羅我是存在的，並不是消滅的。所以過去存在的心並不是

補特伽羅我，因為它已經消滅了。未來的心還沒有出現，以補特伽羅我的角度來看的話，它是已經出現的，所以未來的心也不是補特伽羅我。現在的心也不是補特伽羅我呢？為什麼呢？現在的心是一剎那就不見了，「現在」的意思就是第二剎那就會消滅的，所以第二剎那就會消滅的心也不是補特伽羅我，因為我們的補特伽羅我執所執的補特伽羅我並不會在第二剎那就消滅了。所以過去的心不是補特伽羅我，未來的心也不是補特伽羅我，現在的心也不是補特伽羅我。「過去未來心，俱無故非我」，「俱無」就是這兩個意思，過去的心已經消滅了，而補特伽羅我以我執的角度來看並沒有消滅，這就是「無」，因為過去的心是無的緣故，所以就不是補特伽羅我。未來的心還沒有出現，所以也是無，因為未來的心也是無的緣故，所以就不是補特伽羅我。這兩個無的解釋不一樣，過去的心消滅了所以是無，未來的心還沒有出現也是無，因為這兩個無的緣故，過去的心不可以承認是補特伽羅我，未來的心也不可以承認是補特伽羅我，「俱無故非我」，所以都不是補特伽羅我。

「今心若是我，彼滅則我亡」，今心是現在的心，今心若是我的話，它是第二剎那就會消滅的。如果現在的心是我的話，它如果不見了，我也應該就跟著消滅了。但是它並不是消滅，所以它不是補特伽羅我。

我們現在還是感覺沒有辦法接受，我們還是覺得補特伽羅是存在的，因為我們一直用眼前就習慣了，所以推理的時候就有一點不習慣，雖然去推理，補特伽羅我還是明明白白的存在的，「明明白白」的意思就是「用現前的看法」，我們認為補特伽羅還是存在的。我們會想：「推理能夠承認補特伽羅無我嗎？」這就是我們自己的問題。下面是比喻：

74.猶如芭蕉樹，剝析無所有；如是以慧觀，覓我見非實。

所以如果沒有去觀察、推理的話，補特伽羅我執是存在的、現前出現的樣子，如果我們一直去觀察它的話，這個想法就是不實在的，我們一個一個把它的想法破除的話，它的想法就不存在了。

補特伽羅我執在五蘊上面會執著，我們去看看五蘊裡面哪一個是我，一直去看的話，就沒有了。所以五蘊裡面去看識蘊，識蘊裡面去看過去、現在、未來，就沒有了。所以補特伽羅我執就跟芭蕉樹一樣。到了這邊，一邊是回答，一邊則是對於補特伽羅無我的解釋。

75. 有情若非有，於誰起悲愍？立誓成佛者，因癡虛設有。

這是另外一個斷證，剛剛前面是對方在業果上面的諍論，這裡的諍論則是大悲心上面的諍論。什麼諍論呢？如果沒有我的話，我們就把大悲心對境的眾生看成幻化一般，既然是幻化的，我們又怎麼能夠生起大悲心呢？眾生的受苦是如幻化一般的、假的，如果是這樣子的話，大悲心就生不起來。就是在這一點上面諍論。這些諍論是他宗諍論的，那麼為什麼要把它寫出來呢？因為我們自己修行時內心有一些想法上的諍論，所以書上寫的時候用「他宗」的名稱，實際上是我們內心斷證的意思。

「有情若非有，於誰起悲愍」，這兩句就是對方提出來諍論的問題。「因癡虛設有」，這些眾生是名言安立上面的眾生，這個「癡」不是「無明」的意思，這裡的癡指的是名言量，名言量是非常老實的，它不會去觀察研究，看到什麼就說什麼，名言就是這樣的意思，它並沒有去研究這個法的究竟本性是什麼，看到什麼就笨笨的直接講出來。但是這並不是顛倒識，名言量還是「量」，但是它並不是觀察究竟本性角度的量，它只是對境表相上面的一個量。為什麼把名言量稱為癡呢？它沒有觀察到究竟的本性，所以就用「癡」來表達。

大悲心對境的眾生不是補特伽羅我，他不是有自性的，但是大悲心對境的眾生如果沒有自性、不是補特伽羅我的話，他就不存在了嗎？並不會，他還是會存在的，他是名言量所成的，或者可以說名言量虛設的眾生還是存在的。

如果我們能夠了解眾生是名言量虛設的話，大悲心還會更強，如果我們能夠了解大悲心對境的眾生是名言安立的，他不是諦實有的，他不是有自性的，我們有這樣的認識的話，大悲心還會再更加強、更清淨。透過三輪空修布施的話，就是最清淨的布施，同樣的，透過三輪空修大悲心的話，這樣的大悲心是最清淨的，沒有被執著心干擾到。所以我們能夠認知到大悲心對境的眾生是名言虛設的，這是非常好的，就不會有執著心了否則的話，大悲心生起的時候還是執著，有三輪空的大悲心就是非常清淨的、沒有執著的。

以執著來講，修行上面也是這樣，修大悲心也會執著，學《廣論》也會執著，比如我的廣論、我的廣論的團體，而且執著好像會越來越多。所以修大悲心時同樣也會有這種「我的」的執著。有的時候，有學佛的反而有更多的煩惱、更多的我執出現，我們的我執可能比沒有學佛的還更強。為什麼呢？因為我們的「我」包含下輩子、下下輩子，沒有學佛的則是今生怎麼樣就怎麼樣，他們的「我」就沒有那麼擴大。

我們的「我」已經包含下輩子，所以我們的我執有時候比他們還糟糕。因為我們的「我」跟下輩子是有關係的，對我的下輩子、下下輩子有好處的法，於是就會有一個很大的我執。在學習這個法的時候，這個團體又是另外一個我，所以「我」就會越來越擴大。所以在我執方面，我們學佛有時候比沒有學佛還糟糕，我執太大太大了。我們如果沒有學習空性的話，那就會有這樣的現象，如果能夠在空性上面學習多一點的話，起碼自己會知道在這個部分要小心。我們看《般若八千頌》、《般若二萬頌》、《般若十萬頌》裡面都講大悲心也不是諦實有、菩提心也不是諦實有，為什麼呢？因為在這些上面也會生起有自性的執著心，所以從頭到尾都一直講四聖諦無自性、三十七道品無自性，我們也應該說《廣論》也無自性、我們這個團體也無自性。

大悲心對境的眾生是怎麼虛設的呢？為什麼我們要把他們稱為眾生呢？因為他還沒有解脫成佛，因此，我們把他們稱為眾生，我們把它稱為輪迴。我們怎麼會安立它是眾生或輪迴呢？相對於解脫來說，它是輪迴，相對於佛來說，他就是眾生。所以我們也是要依賴其他的才會稱它為眾生、解脫等等。比如說安立它為苦，那就一定有一個樂，才會說它是苦。相對於我的學生來說，我是老師，而相對於我的老師來說，我就是學生。這裡講的是：相對於佛來說，他就是眾生，好像是地位比較低的。

76. 無人誰得果？許由癡心得。為息眾生苦，不應除此癡。

另外，如果修大悲心的這個修行者不是補特伽羅我的話，那麼最後誰會得到修大悲心所會得到的圓滿果位呢？「無人誰得果」就是這樣的意思。剛剛說的諍論是就大悲心對境的眾生上面諍論，現在是說修大悲心的修行者這個眾生。

「許由癡心得」，如果眾生不是補特伽羅我的話，誰會得到佛的果位呢？也是一樣由名言安立（虛設）的眾生得到的，「癡心得」就是「安立的眾生會得到」的意思。

「為息眾生苦，不應除此癡」，當我們修大悲心的時候，大悲心有三個：生緣大悲心、法緣大悲心、無緣大悲心，生緣悲和法緣悲的時候都有執著心，還沒有到無緣悲之前都還有執著心，但是那個時候還是要修。「不應除此癡」的意思是：我們不可以一直等在那裡要先斷除無明，不要想著在修大悲心之前一定要修處理掉癡，沒有處理掉無明就一直等在那裡不修大悲心，這是不可以的，還是要修。另外一個解釋是：當我們修大悲心的時候

要去除無明，但是不可以去除名言安立的眾生。這裡的「癡」就有這兩種解釋，一個是無明的癡，一個則是名言安立的癡，名言安立的部分是不應該去除的，甲曹杰大師在這裡有這兩種解釋。當我們修大悲心的時候，不應該一直停留在那裡要去除無明，我們還是要修生緣大悲心和法緣大悲心。

77. 我慢痛苦因，惑我得增長。謂慢不能除；修無我最勝。

前面第二十五個偈頌是：「見聞與覺知，於此不遮除，此處所遮者，苦因執諦實。」第三句和第四句是：我們要破除無明，因為它是苦的因。這邊又提出一個疑問：我們不應該去除無明，我們還是要修生緣大悲心、法緣大悲心，而不應該一直停留在要了解空性、去除無明的想法。如果這樣的話，就會有一個疑問，前面已經說到無明會給我們痛苦，所以我們應該要去除無明，現在這樣的說法會不會跟前面矛盾呢？這裡的回答是：不會矛盾，因為前面講的是比較粗的無明，比較粗的無明是會馬上給我們痛苦的，細的無明則不會馬上給我們痛苦，所以這兩個是不會矛盾的。這裡講「我慢痛苦因，惑我得增長」，所以要去除，這就不會矛盾了。剛剛中間有提出一個問題，這只是甲曹杰大師講出來的而已，《入行論》的根本頌本身看不出這個問題。

下面又是另外一個諍論，「謂慢不能除」，這是外道的諍論，他們會說：我們的我執、慢是暫時可以滅掉的，但是並沒有辦法永遠滅掉。即使今生將它滅掉了，下輩子還是會產生。「謂慢不能除」是外道的看法。

我們的回答是「修無我最勝」，這個回答就是說能夠去除而不會退失，為什麼呢？修無我是最殊勝的。以修無我和我執來比較，我執是非常虛弱的，它是不真實的，背後完全沒有一個實在的理由，無我慧則是非常真實的，它的背後是量的無量無邊的力量，後面非常堅定的，所以只要它一贏了，就完全不會退，它是有很真實的理由為後盾的，它是非常殊勝的，跟我執比較起來的話，就像天地之別，修無我慧的力量是非常強的、非常實在的，背後都是有量的助緣，量的力量就會使它一直堅定，我執一消滅就完全不會再產生。一得到滅諦就不會退失了，我們說「滅靜妙離」，「離」的意思就是「堅定的離開」的意思，就不會再回來了。

《入菩薩行論五十五》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/09/30

問題：上個禮拜的部分有一個疑問，我們在講到「等流」的時候，甲曹杰大師的解釋裡面說是「近所取為部分之前後中三剎那能親取之有分」，這一句的解釋是什麼意思呢？

回答：能取的是補特伽羅，所取的是五蘊，這個能取的補伽羅就是在上一輩子、這一輩子、下一輩子這樣的一個續上面，我們在這個續上面就可以安立一個補特伽羅，如果沒有這個續的話，這個補特伽羅也就不存在了。所以這個續是所依的，而補特伽羅則是一個能依的安立的假有法。我們真正抓到這個所依的續的話，它就是五蘊裡面其中的一個，它就是蘊的一個續，我們內心永遠會在這個蘊的續上面有執著上輩子的我、這輩子的我、未來的我，我們就會有這種「我」的念頭出現。「我」本身是一個安立的假有，但是它所依的是五蘊裡面其中的一個相續，這個續確實是上輩子有、這輩子有，因為有了這個續的關係，我們內心才會有前世我、今世我及未來我的這種「我」的念頭出現，可以說依於這個續安立假有的我，所安立的這個假有的我就可以說是能取，能取就是這樣安立的。

問題：這裡是不是在回答外道勝論派說的「如果講無我的話，業果就沒辦法安立了」呢？

回答：外道說「沒有我的存在就不會有業果」，是就這個上面回答的。

前面的過程主要是講補特伽羅無我，後面就要開始講法無我，在思惟法無我和補特伽羅無我的時候，我們要先去思惟補特伽羅無我，後面才去思惟法無我，是有這樣的次第的。為什麼會有這個次第呢？所依的補特伽羅跟所依的法兩者都是無我，補特伽羅的體性有一種特殊處，補特伽羅的體性跟無我的內涵比較接近，所以就比較容易去思惟無我的內涵。就補特伽羅來說，連下部宗也認為是無我，而下部宗在法上面就很難認為是無我。

以法跟補特伽羅來說，補特伽羅跟無我的內涵比較接近，這是一個理由。另外，我們要思惟補特伽羅無我跟法無我兩者，我們要先認清楚它們的我執，補特伽羅我執是什麼樣子？法我執是什麼樣子？如果沒有把這兩個我執認清楚的話，當然也就沒有辦法認清楚無我，這兩個我執當中是哪一個比較容易認識呢？補特伽羅我執比較容易認識，因為補特伽羅我執是比法我執粗的，所以補特伽羅我執是比較能夠認識的。因為這兩個原因，

所以我們一定要先去思惟補特伽羅無我，這是我們比較容易了解的。

但是要徹底的破除補特伽羅我的話，也還是要靠了解法無我，如果沒有了解法無我的話，也就沒有辦法徹底的破除補特伽羅我執。為什麼呢？補特伽羅我執是在補特伽羅上面有自性獨立的這樣的執著心，我們內心裡面一定先有一個「執補特伽羅是存在」的認知，然後後面才會有「執補特伽羅是我」這樣的執著心。在這兩者當中，補特伽羅本身也是一個假有的法，是依於五蘊而在我們內心裡面安立補特伽羅，所以補特伽羅本身是一個假有的法，當我們內心一生起「補特伽羅」的時候，前面我們內心一定會先想好了五蘊當中的一個蘊，然後後面就是想補特伽羅。所以一定是有次第的，並不是馬上就想補特伽羅，我們念頭裡面先有五蘊當中的一個蘊出現，後面才會想補特伽羅。

所以這兩個是有次第的，同樣的道理，我們先會想五蘊其中一個上面有自性，從那邊產生補特伽羅上面有自性的念頭，就從那邊產生這樣的執著心。我們剛剛只有講補特伽羅，並沒有講我執，在我們內心想起「補特伽羅」的念頭之前，在我們的念頭裡面先有五蘊當中的一個蘊出現，後面才有補特伽羅的出現，這兩個是有關係的，前面的念頭當中一定要先有蘊的出現，然後才會有補特伽羅的出現。這兩個有關係並不是講我執，這兩個都是存在的，蘊是存在的，補特伽羅也是存在的，但是這兩個在我們的念頭裡面出現一定是有關係的，一定有前後因果的關係，念頭裡面一定先有蘊的出現，然後才會有補特伽羅出現。

既然這兩個有這樣的關係，同樣的，「在這兩個上面有自性」的想法也有關係，因為蘊是有自性的，所以依於蘊而安立假有的補特伽羅也是有自性的。所以從執「蘊有自性」的執著心產生「補特伽羅有自性」的執著心，可以說補特伽羅我執是從「蘊有自性」那邊產生的，蘊有自性這種執著心就是法我執，普特伽羅我執是從那裡產生的。所以補特伽羅我執是從法我執那邊產生的。

如果是這樣子的話，既然它是從「蘊有自性」這樣的執著心產生的，如果我們沒有把這一點破除的話，我們還是沒有辦法真正徹底破除補特伽羅我執。所以中觀應成派會對自續派以下的下部宗說：「你們說的阿羅漢沒有辦法徹底的斷除煩惱，因為你們說的阿羅漢不需要了解法無我，既然不了解法無我而只是修補特伽羅無我，這樣是沒辦法徹底斷除煩惱的。因為補特伽羅我執是從法我執那邊產生的，你們說的阿羅漢沒有辦法徹底斷除煩惱的原因就在於此。」

我們一定要先去思惟補特伽羅無我，但是我們真正要徹底破除補特伽羅我執的話，還是需要靠法無我。所以後面講法無我，一個就是先要思惟補特伽羅無我，然後才去思惟法無我，要依著這樣的次第。另外，我們思惟補特伽羅無我還不圓滿，能夠徹底破除補特伽羅我執還是需要靠法無我，這是後面講法無我的另外一個意義。

問題：在五蘊和補特伽羅之間，能取和所取是怎麼界定的呢？有沒有可能是：有時候補特伽羅是能取而五蘊是所取，有時候五蘊是能取而補特伽羅是所取。有沒有可能是這樣呢？能取和所取要怎麼分呢？

回答：現在是就能取和所取二空的角度來說，這是唯識的見解，他們所講的法的法性（空性）就是能取和所取二空，所以可以說一切法上面都有能取和所取二空，補特伽羅上面也有，法上面也有，一切的法上面都有，一切的所知上面有，這是唯識的講法。以補特伽羅上面來說，所取就是補特伽羅，我們內心認為補特伽羅不是唯識而是自己獨立的，如果是這樣子的話，就是能取所取二。事實上不是這樣，它是唯識，它也是從心裡的習氣那裡產生的，所以就是能取所取二空，那個時候所取就是補特伽羅。以唯識來說，他們在看任一法上面都是能取所取二空的時候，就是把這個法的本身當成是所取。

問題：那麼第七十二個偈頌是如何呢？

回答：這是不一樣的，唯識用的能取所取和這邊用的是不一樣的，這邊用的是能受者和所受者。

問題：因為在甲曹杰大師這一本翻得很接近我們剛剛講的能取所取，所以我們現在就會在這裡搞混了。這裡是近所取跟能親取，在第七十二個偈頌裡面應該怎樣解釋比較通順呢？因為他解釋等流是這樣解釋的，藏文是在第五一二頁。

回答：等流在這裡的是「一個續流」的意思，比如前世的蘊、今生的蘊和未來的蘊是一個續。

問題：所以這裡是翻成「一個蘊的等流」，那麼在「一個蘊的等流」之後，又說「於所依說彼是作業者亦受報者」。

回答：不是。因為是一個續流，我們就不會說能造者跟能受者，也就是作業者跟受報者可以說是一樣的作業者是我，受報者也是我，因為我們安立的時候所依的就是一個續流。既然是一個續流，所以我們也可以安立

為都一樣的我，前世也是我，今生也是我，我們可以這樣安立就是因為它本身就是一個續流，所以就不會變成上一輩子是另外一個我而今生又是另外一個我。

問題：這裡在表達的是補特伽羅本身既是造業者也是受果者嗎？

回答：受報者跟造業者都是一個我。

問題：這個時候的我是在講補造業的這個補特伽羅嗎？

回答：對。

現在就開始講法無我，這邊是透過四念處來說明法無我，這也是跟其他宗派很不一樣的。我們可能先把大家共同修四念處的情況講一下，後面再講中觀應成派修四念處的情形，可能大家比較容易了解。如果馬上就講中觀應成派的話，就會有一點太陌生了。我們先說一下中觀自續派以下所說的四念處的修行方式，然後再講中觀應成派，這樣可能會比較好。

四念處就是身念處、受念處、心念處和法念處，身念處就是思惟我們的身體不淨，有時候就去修自己的身體死亡的過程，每七天會變成各式各樣的情況，透過這樣去思惟它的顏色、形狀和味道上面都會非常不好看、不乾淨等等。我們在身體上面要去思惟這些，然後整個觀想一切都是白骨，就是作白骨觀，這是身念處的時候應該要想的。

到了受念處的時候，我們要觀想我們都只有有漏的受，並沒有無漏的受，這種有漏的受會讓我們迷糊，可以說它會騙我們，我們的內心就會在受上面生起貪的執著。所以受就會讓我們生起煩惱，然後就會讓我們造業，然後就讓我們受苦。受本身就是苦的來源，只要我們一遇到有漏的受，它馬上就會讓我們生起煩惱，當時它就會給我們苦，等到後面造業又會帶來下輩子苦。所以有漏的受就是苦的來源。所以在受念處的時候，我們就要去思惟受就是苦的來源。

接著是心念處，此時我們要想心就是無常而不是常法，心不是常、一、自在，心不是能獨立實執有，這就是心念處的時候要思惟的。

到了法念處的時候，法就是我們該取該捨的目標，平常我們該取該捨的目標都是錯的，我們要把它捨棄，然後把該取該捨的正確的抓出來，這就是法念處。

這是正面的來說，如果就反面來講，就是我們平常跟四念處相反的情

況，我們平常把身體看成是常樂我淨，這就是苦諦的相反，我們思惟苦諦主要是在身體上面思惟，外面的世界跟裡面的世界都是苦諦，但是我們主要是去思惟內世界的苦，我們現在取這個苦諦的原因是我們思惟苦諦時要注重身體上面去思惟。

外面的世界當然是苦，我們本身的身體也是不可靠的，沒有什麼可以執著的，沒有什麼可以喜歡的。更進一步來說，這些身體上的苦、不清淨是從造業來的，業則是從煩惱來的。我們剛剛在身念處的時候已經思惟了苦諦，苦諦是從業來的，業是從煩惱來的，讓我們流轉輪迴的就是貪煩惱，最不好的就是貪的煩惱，貪的煩惱是從受來的，有了有漏的受才有貪，所以有漏的受是貪的來源。第二個階段就是更進一步去抓到它的來源就是有漏的受，在有漏上面執著的話，我們就被無明蓋住了，就迷迷糊糊了，因為太感性而影響了理性。同樣的，我們在受上面太執著就沒有智慧了，就迷糊了，生起煩惱，然後就造業，下輩子就會受苦。

第二個階段講受的原因就在於此，有漏的受就是集諦，正確的思惟是這樣的。但是事實上，我們還是很執著感受，我們在身體上面還是認為是常樂我淨，而且在有漏的受上面非常的注重，我們覺得它是最正確的領導我的領導，我可以一直跟著它，這是我們的想法。實際上，它會帶我走錯路，它會讓我迷糊。所以實在的狀況跟我們自己的做法是相反的，以實在來說，它是讓我們迷糊的，它並不是我們最好的領導，我們卻把它看成是最好的領導，然後就非常注重它，不管有漏的受說什麼，我就會去做什麼。所以有漏的受是我們非常注重的，這是我們的錯誤。

接著講心，真正的來說，心是無常，但是我們不會這樣想，我們會認為心是常法，前世也有，今生也有，未來也有。既然心是常法，補特伽羅也是常法，心是常一自在，補特伽羅也是常一自在，心是能獨立實執有，補特伽羅也是能獨立實執有，我們是這樣看的。所以我們是依著心裡面的想法，就出現了補特伽羅我執。

實際上不是這樣，實際上，心也是無常，心並不是常法，也不是一，也不是自在，也不是能獨立實執有，可以說補特伽羅我執也是錯的。所以我們平常的看法跟實在的就不一樣。

剛剛受念處的相反是我們在受上面非常注重，心念處的相反就是我們看心是常法、心是常一自在、心是能獨立實執有等等，實際上並不是這樣。我們現在要怎麼連接這兩個呢？我們在受上面那麼執著、注重，理由在哪

裡呢？有具備受的就是這個心，這個心上面執著，所以在受上面也會注重，心上面有執著心就是無明，就是薩迦耶見，就是我執，有了這個我執之後，在有漏的受上面才會注重。所以受上面的喜愛的來源就是心上面的常一自在、能獨立實執有的這種執著心。

我們了解受不是可以注重的，我們不要跟著它走，為什麼不要跟著它走呢？第一是因為它是苦的因，第二是它的來源也是來自我執，我們貪愛受是從我執那裡來的，我執主要就是心上面的常一自在、能獨立實執有這樣的我執，從心上面的常一自在、能獨立實執有斷掉的話，這就是證得滅諦。所以當我們思惟心念處的時候，就可以說徹底的斷除貪的感受的煩惱，也可以說徹底的斷除集諦，這就是滅諦。

我們修心念處就可以說是修滅諦，我們思惟心念處的話，心是無常，心不是常法，心不是常一自在，心不是能獨立實執有。這樣去思惟的話，我們內心就知道這樣的執著心確實是錯的，能將這樣的執著心斷除就是滅諦。

在《辨中邊論》裡面，彌勒菩薩特別把四念處一個個連接四聖諦，所以我們在心念處的時候要思惟滅諦，這個就是滅諦。我們以前有講過三解，就是薩迦耶見、戒禁取見和疑，薩迦耶見就會讓我們不想解脫，薩迦耶見的相反就是讓我了解補特伽羅我執是錯的、心常一自在即能獨立實執有也是錯的，我們這樣去思惟的話，這就是想解脫，這就是對於滅諦上面生起信心。薩迦耶見對於滅諦上面會怕，不想要證得滅諦，不想解脫。所以薩迦耶見的相反就是了解心是無常、心是常一自在空、心是能獨立實執有空、補特伽羅我執是錯亂的，這樣了解之後，內心就會對於滅諦上面生起信心。

我們為什麼怕滅諦呢？我們要把我執去除，事實上能夠去除嗎？我們會這樣想。如果去除掉了，那麼誰會照顧我呢？這些是內心裡面我執太強，所以就怕解脫。我們了解了之後就不會怕，而且就會有信心、會喜歡，所以心念處的時候就要去思惟滅諦。

接著是法念處，剛剛講的是身念處的相反，我們本來以為身體是乾淨、非常美麗、非常可靠、常法等等，接著是我們非常注重自己的感受，再來是我們的心上面看它是常一自在、能獨立實執有，我們在前面這樣看了之後，後面一定會有一個需求出現。應該是說：這個身體是我所依的，這個受是我們所用的，這個心是能用的、能依的。這三個具備了之後，我們對於所依的身體有一種看法，對於所用的受會有一種執著，對於能依的我們

本身的心也會有一種執著，在這三個上面執著了之後，這三個錯了之後，我們該取的、該捨的一定都會錯。為什麼會錯呢？因為前面已經錯了，我們前面是全心全意跟著有漏的感受，而且又在身體上面那麼執著，然後對於自己的我也是那麼執著，所以後面在該取的、該捨的法上面一定會錯，把該取的滅諦、道諦反而放在該捨的地方，而把苦諦和集諦看成是該取的。所以我們在前面三個錯了之後，後面的該取該捨就一定會錯，法上面的錯就是這樣，就是法念處的相反。這就是該取該捨的法，所以該取的法選錯了，該捨的法選錯了，這就是相反，而把正確的抓出來就是法念處。

法念處的相反是錯的，那麼它本身是什麼樣子呢？它本身是沒有錯的，它本身是按照身念處的時候思惟苦諦、受念處的時候思惟集諦、心念處的時候思惟滅諦，這樣已經確定了苦是什麼、苦的因是什麼，真正圓滿沒有苦就是最奇妙的果位，這就是解脫。所以這三個都已經確定了之後，我們要去選該取的該捨的就不會錯了，按照這樣去做，這就是道諦。所以法念處可以說就是在道諦上面思惟。

為什麼稱為念處呢？按照《俱舍論》來說，念處就是智慧。為什麼稱它為念呢？在四念處修行的時候，雖然它是智慧，但是念、智慧在一個心所當中是同時可以出現的，所以我們修行時在念上面也是要非常注意的，所以就講四念處。

它本身為什麼是智慧呢？我們一般來說都是跟四念處相反的，常樂我淨、常一自在皆是如此，跟四諦十六相都是相反的，這是我們一般的想法。所以我們要把一般的想法去除掉的話，就一定要透過思惟才能夠去除掉，沒有透過理由就沒有辦法思惟跟一般的想法相反的實在的情況。所以我們要去思惟這些理由，透過了這些理由之後，內心裡才能認出來它是苦、它是不淨等等，這就是要有智慧，沒有智慧就不能區分，為什麼講四念處是智慧就是因為如此。我們去看每一個階段，身念處也是要有智慧，受念處、心念處、法念處的美一個階段都一定要有智慧，這是一定要有的。而且不只區分而已，我們內心還是要用正念串習，不可以忘掉，一直要去思惟它，這就是四念處為什麼用「念」字的原因。

四聖諦本身是一個隱蔽的法，比如苦諦裡面的無常、苦、空、無我等四個相也是隱蔽的法，苦裡面的行苦和壞苦是隱蔽法，無常、苦、空、無我裡面的苦主要是講行苦，所以行苦是隱蔽法，苦苦就不是隱蔽法。

隱蔽法的意思是什麼呢？它是用現前沒有辦法了解的，我們按照眼前

沒有辦法了解它的內涵，這就是隱蔽的意思。不只是沒有辦法了解，而且眼前出現的跟它的情況是相反的，眼前的是常、樂、我、淨，實際上則是跟它相反的無常、苦、空、無我。所以隱蔽法的意思就是它是沒有辦法透過現前去了解的，而且它是跟現前相反的。因為跟它相反，所以就非常糟糕了。

我們有時候為了生起出離心或為了思惟苦諦，而透過很多眼前的情況去讓我們成立，這就是不正確的。眼前的部分當然只是眼前的一個階段而已，它沒有辦法抓到隱蔽的情況，所以隱蔽的情況一定要透過理由才能抓到，眼前的拿來用的話，很多就會變成跟四聖諦相反了。所以有一些學佛的人在隱蔽法方面用眼前的理由，剛開始有信仰，後來就不信了，這是應該的，因為它本身就是隱蔽的法，我們透過現前去觀察是沒有辦法觀察到的，到後面就不信仰了。有時候我們本身修行的時候也會有很多障礙，因為我們內心一直按照眼前去看，就會有很多障礙出現了，這樣的修行就不會那麼正確，所以修行的時候就不會那麼順利，就會有障礙出現。比如有的人喜歡神通，這就是有一點透過眼前。所以透過眼前修隱蔽的法，這樣的修行方式是錯的。我們透過理由去了解隱蔽的法，然後去對治比較深的執著心，對治比較深的煩惱。按照現前所生起的一些煩惱是比較容易去除的，某些並非現前而是在比較深層的煩惱就比較難對治，這些比較深的煩惱就是要透過了解隱蔽法來對治的。

到這邊講完了共道的四念處，共道的意思是自續派以下的，毗婆沙宗、經部宗、唯識和中觀自續派所說的四聖諦是一樣的，所以他們修四念處的方式也是一樣，這就是共同的。跟應成派有什麼地方不一樣呢？應成派說身受心法等四個所緣的法都是完全沒有自性的，這就是他們的特色。

自續派以下修身念處的時候，就把身看成是有自性的，找的話是可以找得到的，或者說身是不淨的自性存在的，它有不淨的自性，這是自續派以下的看法。中觀應成派就會說身受心法都完全沒有自性，這就是中觀應成派修四聖諦時的特殊點。中觀自續派會說心是補特伽羅，應成派則說心不是補特伽羅，心本身也是假有，心本身是完全沒有自性的，補特伽羅當然完全沒有自性。

在自續派以下共道的部分，他們共同的解釋並不透過四念處講法無我，主要是不共的部分才這樣講，不共的部分主要是對於所緣的四個法的看法不一樣，就從這個角度去講法無我。

問題：剛剛前面上課時說：我們要學習法無我的話，就要先對補特伽羅無我的部分弄清楚，那麼我們要思惟補特伽羅無我的話，到底是要思惟什麼呢？

回答：我的想法是：我們《入行論》前面已經講過補特伽羅無我了，現在開始要講法無我，因為補特伽羅的內涵在《入行論》前面已經講完了，現在就要開始講法無我。我所講的是為什麼要先思惟補特伽羅無我再思惟法無我的理由，因為要連接法無我，就一直去強調它的理由在哪裡。雖然強調要先去思惟補特伽羅無我，但是在這裡並沒有講要怎麼去思惟，因為我們在前面已經把補特伽羅無我講完了。

問題：我的意思是：假使我們要去思惟補特伽羅無我的話，能不能提醒大家一下有哪幾個大綱是要去思惟的。我覺得讀完了之後，我知道這邊是一片水，但是你如果問我這是什麼水，我也不知道怎麼講這是什麼水。是否可以提醒我們在思惟補特伽羅無我時有哪幾個重點是要去釐清的，並不是說要再重新講一遍，而是思惟時哪些問題是要去釐清的，也許我們課後時可以將這些點綜合起來釐清，甚至在研討時可以有個方向。

回答：對於補特伽羅方面，在《入行論》裡面並沒有特別講修行的次第，可以說它是印度那爛陀那邊講的法，當時在那邊有很多外道、很多其他的宗義者，所以當時講的重點是講要破除哪個地方，所以裡面講的是跟其他宗義者不同的看法是在哪裡，是以破除這個為主，並沒有特別去強調修行的次第。

在《道次第略論》、《道次第廣論》裡面就有講到補特伽羅是怎樣思惟的，要先把所破的部分認出來，這是第一個階段，此時也要區分自續派以下所破的補特伽羅我是什麼樣子及應成派所破的是什麼樣子，這是一定要區分的。不然的話，在講補特伽羅的時候，可能我們認為它是應成派的，實際上它卻是自續派以下的。所以我們第一個要認出來的是應成派說的所破的補特伽羅我是什麼樣子，而自續派以下所說的又是什麼樣子，一定要區分出來，這也需要透過修行、思惟、打坐才可以區分出來。一邊當然是要學習，但是學習的智慧還是有一個限度的，所以我們要把心比較深度的靜下來，然後把心裡面的想法了解一下，然後才能抓到我執是什麼樣子，它裡面有多少粗細的差別才能區分出來。如果只是書面講一講的話，心裡還是沒有辦法認得很清楚，也是要透過比較深度的思惟才能感覺到，深度的思惟祈求文殊菩薩等一切的傳承上師，然後去積聚資糧，然後又再打開這部書，可能就會越來越接近我們自己的感受，我們就比較能抓到書中的

內涵。所以第一個是要認清楚所破的，這是非常重要的。

將所破認清楚了之後，為什麼中觀自續派以下所破的是這個呢？要怎樣破除這個所破呢？他們是用什麼理論去破除的呢？這也是要思惟的。中觀應成派又是用怎樣的理論去破除他們所認出來的所破呢？補特伽羅的部分是七項正理，這是要去了解的。這七項正理每一個也都有它不一樣的作用，我們透過這整個七個正理才能夠徹底去除掉所破，只有一、兩個是沒有辦法的，還是會有一些執著心存在。我們也要去了解為什麼要有七個，為什麼不能用一個正理去破除呢？了解這些之後，同樣要祈求文殊菩薩等等，積聚資糧，深入的自己去思惟，這樣才會了解補特伽羅無我。

第七十八個偈頌就開始身念處：

78.身非足小腿，腿臀亦非身，腹背及胸肩，彼等復非身。

這裡一直講「非身」是什麼意思呢？如果身有自性的話，應該是它自己獨立產生的，如果它自己獨立產生的話，就不可以靠其他的，應該可以取出來它的自性是在這裡，事實上是取不到什麼東西的，這就代表沒有自性，所以說「身非足小腿」是找不到它。「腿臀亦非身，腹背及胸肩，彼等復非身」，任何一個都不是，意思就是剛剛前面講的：如果身有自性成立的話，它的自性是在這裡或在那裡，我們應該可以取出來一個，取不到就代表它沒有自性。

有時候我們內心會想：腳也不是我，頭也不是我。直接這樣講有一點怪怪的，明明白白腳就不是我，為什麼還要這樣講呢？我們會這樣想。不是這樣，先有一個問題是「我是自性成立的」，也就是我自己本身有一個自性成立的獨立的力量，自性的意思是它不需要靠其他的，它自己本身就有一個性，那麼這個它自己能獨立存在的自性是在哪裡呢？應該要去找，找了之後就發現找不到。也可以說找不到身，內涵主要是說找不到身的自性的意思，並不只是「不是身體」的意思。比如腳和小腿不是身，不只是小腿不是身的意思，它的意思是：如果身有自性的話，應該要找得到，應該要能夠取出來。既然取不到一個東西，意思就是它沒有自性。所以「不是身體」裡面的內涵就有「找不到它的自性」的意思。

我們一定要先自己想：如果有自性的話，應該要能夠取出來一個自性。先要這樣想，然後後面又自己想：頭也不是，腳也不是，手也不是。然後就發現沒有自性，這個感覺就出來了。

以「腳不是身體」本身來說是沒有什麼難的，是一個很容易了解的法，但是我們可以將它當成理由來思惟空性的內涵。如果這一個了解的話，後面就差不多可以了解了。

第七十九個偈頌：

側肋手非身，腋窩肩非身，內臟頭與頸，彼等皆非身。

《入菩薩行論五十六》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/10/14

這裡是講透過四念處就講法無我，透過四念處為什麼可以講法無我呢？四念處的對境--身、受、思、法，這四個都是法無我所依的法，這些都不是補特伽羅，這些可以說都是補特伽羅我執還沒有生起之前在我們內心先能夠執持的對境。在我們內心還沒有「我」的念頭之前，我們有時候身體，有時候感受，有時候心，平常講五蘊也是一樣，前面的身、受和思三者可以說是補特伽羅所依的法，所以在補特伽羅我執還沒有生起之前或我們內心還沒有出現補特伽羅的念頭之前，首先我們內心會想到五蘊其中的一個，然後才會有「我」的念頭出現，同時也會出現補特伽羅我執。所以五蘊或這裡講的身、受、思（心）三者就是補特伽羅所依的法。

透過這樣子，前面已經講了補特伽羅我，然後還更進一步徹底的把補特伽羅我執去除掉的話，那麼，補特伽羅所依的法（身、受、心）上面能獨立實執有空，這上面自性空的，它不是自相成立的，我們如果能了解這一點的話，真正的補特伽羅我執就可以徹底去除掉。所以前面講了補特伽羅無我之後，後面還更深入的講空性的內涵。

以四念處來說，平常我們說是小乘修的，也可以說是共道共修的一個法。雖然它是共的，但是應成派修的時候卻是以一種不共的角度去修，上個禮拜講到不共的四聖諦，同樣的，我們一般講四聖諦是小乘修的或大家共同修的法，但是，從應成派的角度來修的話，也可以是不共的一種修行方式，四念處也是一樣，從應成派角度來修也有一些不共的地方。

不共的地方是什麼樣子呢？比如身念處，我們平常是修身是無常，也可以說身是不可靠的，在它上面修無常、不淨等等。我們平常沒有透過應成去修的話，還是有一種問題，我們會把它看成是有自性的，因此，內心對於身體上面就會有一種執著，雖然我們已經把它看成是不淨、無常，但是還是有一種執著，我們還是會把它看成是實有的。如果是這樣子的話，因為有實有的念頭，我們內心裡面就一定會有煩惱，以應成的角度來看還是有煩惱，有實有的執著心也是煩惱。把身這個對境看成是完全沒有自性的，好像是尋求的話找不到的感覺，那麼，內心裡面的煩惱就去掉了。如果有實有的執著心的話，心就好像被綁著，還是有煩惱。如果我們將它看成是無自性的，那就沒有什麼可以抓的，尋求的話找不到，既然完全找不到自性，那又有什麼可以執著呢？此時身體上面可以說確實是沒有煩惱。

共同的修不淨、無常時，煩惱有沒有減少呢？有的，但是還是有煩惱。所以透過應成派修的時候，透過無自性的身念處是最高的，因為身念處的目標是身的上面不可以執著，總結來說就是這樣。所以我們修不淨、無常等還是沒有達到究竟的目標，還是有一個限制。

修空性的話，身體上面的無自性，它完全是尋求找不到的，這樣去修的話，常法的執著也去除掉，境的執著也去除掉，能獨立實執有也去除掉，所有的執著都去除掉了。所以修空性可以說是最究竟的修身念處的方式，在身體上面修無自性就是最好的修身念處的方式。所以這邊說透過身念處講法無我。

這裡的身念處主要是講身體上面的法無我，甲曹杰大師的科判在這裡分為四個：一、抉擇有分身無自性，二、抉擇諸支分無自性，三、於無自性如夢之身不應貪著，四、以彼成補特伽羅亦無自性。所以是透過前兩個，有分的身體無自性，分的支也是無自性，整體的身體就是有分，我們把它分為頭、手等就是分的支，所以就有有分和分的支這兩個，透過這兩個來講無自性。

這兩個是有次第的，先講有分的身體無自性，講完了之後再講分的支也是無自性，這樣講可以說也是有一種次第，有分是比較粗的，分是比較細的。所以先講有分的無自性，然後再就更細的理由去講分的支也是無自性，既然這兩個都無自性的話，身當然就是無自性了，這就是第三個科判「於無自性如夢之身不應貪著」。這就是把前面的當成理由，身就如夢一樣無自性，所以我們不可以貪著。

講完了身無自性之後就是要成立補特伽羅無自性，補特伽羅無我在前面有講到，這邊講的可以幫助我們對於補特伽羅無我有圓滿的了解，雖然前面講過了補特伽羅無我，但是還沒有徹底、圓滿，所以後面講身無自性就幫助我們把前面的補特伽羅無我圓滿。

首先看第七十九個偈頌：

79.側肋手非身，腋窩肩非身，內臟頭與頸，彼等皆非身。

這邊是講有分的身體無自性，上個禮拜講過，如果有分（我們的身體）有自性的話，它就是自己成立的，這樣的話，它是從哪裡自己成立的呢？或它自己是在哪裡呢？所以就說手也不是、腳也不是等等。這就是第七十八和第七十九個偈頌，我們的身裡面都找不到這個部分。

這樣講完了之後，還有另外一種想法，剛剛是在分裡面一直找，我們就會說：身體跟手還是不一樣的，身體跟頭還是不一樣，一個是分，一個是有分，這兩個還是要區分的。所以身體在一個一個分裡面找不到，但是，它跟分以外的一個異的角度還是會獨立、會有自性。

80.若身遍散住，一切諸支分，分復住自分，身應住何處？

81.若謂吾一身，分住手等分；則盡手等數，應成等數身。

假如你認為除了頭、手等分之外有另外一個身體存在，他就會想分和有分還是有區分的，所以在找有分這個身體時，不應該一直去找分裡面的身體在哪裡，因為這兩個是有區分的。

如果這樣想的話，要怎麼去破除呢？身體在頭、手等等整個分上面會存在，我們沒有辦法說這個身體就是存在於一個地方，它是存在於整體的分的地方。以這張桌子來說，這個桌腳當然不是桌子，那個桌腳也不是桌子，那麼，桌子在哪裡呢？這整個整體就是桌子。同樣的，我們不可以說頭是不是身體、手是不是身體，但是，身體就存在於頭、手等等的整體的分上面，我們應該要這樣回答。

如果是這樣回答的話，身體是存在於整體的頭、手等分上面，那麼，頭也應該要存在於它的分裡面，一直這樣去找的話，就會變成無限的，這就表示找不到，變成無限到最後就找不到了。真正的找應該是要取出來，現在是說身體一定要存在於它的分裡面，分又存在於哪裡呢？如果這樣一直找下去的話，那就變成無限的，無限的最後結果就是找不到，因此就說身體是不可以找到。

第一句是「若身遍散住，一切諸支分」，這是我們剛剛講的第一個問題，剛剛是說身體會在整體的分支上面的話，就是前面的兩句偈頌。第三句是「分復住自分」，這就是另外一個問題。第一個問題上面的回答是第四句「身應住何處」，回答就只有這一句，這裡講「身」，藏文是「支分」，藏文應該要改，這一句就是回答第一個問題。

第二個問題是第三句「分復住自分」，這個就是問題，剛剛的第一個問題是「若身遍散住，一切諸支分」，回答的是「身應住何處」，中間的「分復住自分」又是問題，這是什麼意思呢？身體的存在不可以說是整體的，它存在是每一個地方都存在的，身體上面也存在，手上面也存在，頭上面也存在，如果這樣的話，身體就變成很多，這就是「分復住自分」的問題。

有分的身體在一切的支分上面都存在的話，有分的身體就會變成很多，「分復住自分」的回答就是：「若謂吾一身，分住手等分，則盡手等數，應成等數身。」身體在每一個地方都存在的話，身體就會變成很多，這是比較容易理解的。剛剛前面講的，身體在手上如果要找的話，手也要找、也要找、也要找，後面就會變成無限，因此就會變成沒有辦法找到，也就是現在就找不到，它有這樣的意思。

接著第八十二個偈頌，是總結：

82.內外若無身，云何手有身？手等外無它，云何有彼身？

現在透過這樣觀察的結果，不管是外道想像的補特伽羅或內道說的補特伽羅，不管在怎樣的補特伽羅上面，身體都不是有自性的。

這邊講的「內」就是指外道講的補特伽羅是能獨立實執有，可以說它是能獨立的，因此就稱為「內」。我們佛教認為補特伽羅是沒有能獨立的，所以就稱為「外」，這裡講的外跟內的補特伽羅就是內道跟外道的補特伽羅的區分。

在任何一個補特伽羅上面沒有一個有自性的身體，既然內外都沒有這樣的有自性的身體的話，當然我們前面一直在手等支分上面找，也不會找到有自性的補特伽羅，「云何手有身」就是這樣的意思。「手等外無它，云何有彼身」，如果手和內外講的補特伽羅上面沒有有自性的身體的話，這個身體怎麼會有自性呢？

接著是一個結論，第八十三偈頌：

83.無身因愚迷，於手生身覺，如因石狀殊，誤彼為真人。

結論是：實際上這個身體完全沒有自性，因為有無明的關係，我們就會一直看它是有自性的。前面是講身體無自性的理由，現在就成立了身體是無自性的，既然身體是無自性的話，我們怎麼會把它看成是實有的呢？也就是我們把它看成身體是存在的。

上次講到八個重要的關鍵，第八個還沒有講完，第八個就是佛怎麼看世俗諦的法。對於真正的佛來說，佛並沒有世俗的法，因為一切的法都是我們從內心安立的，而佛的心都是空性慧，沒有一個不是空性慧，既然如此，他怎麼會安立一個世俗的法呢？對他來說世俗的法存不存在呢？必須是名言量所安立的法才可以說是世俗諦，而名言量並不是空性慧，佛沒有

不是空性慧的名言量。不是空性慧的名言量一定有一個障礙，它所安立的世俗的法在佛的面前都不存在，既然如此，佛怎麼會理解世俗的法呢？比如有些老師旁邊會有一些弟子，這些弟子們什麼事情都不讓老師知道，老師就會覺得：「你也很好！他也很好！」實際上有一大堆的問題是老師都不知道的，就有一點像這樣子，對佛來說什麼都很好，佛都沒有看到這些，所以佛覺得大家都是很好的人。那麼，世俗諦的法怎麼產生呢？世俗諦的法對佛來說是沒有辦法產生的，他不是直接看到世俗諦的法，而是透過眾生的心看到世俗諦的法。

我們現在看到身體這個世俗諦的法，像我們這樣直接看到的，就一定是有執著心，所以佛就沒有辦法直接看到世俗諦的法。所以我們把世俗諦的法看成是實有的，這是一定的，因為本身看到時內心裡面一定有執著心，看到的同時也會把世俗諦的法看成是實有的，可以說世俗諦的法就是由實有的執著心所產生的，看到的時候也同時把它看成是實有的。所以我們看到這個世俗諦的身體，後面一定是無明。

「於手生身覺」，我們把身體看成實有，身體所依的這些法在我們念頭裡面出現時，我們把它看成是實有，後面想到身體時一定會把它看成實有，我們平常講的補特伽羅跟五蘊就是這樣，我們的念頭裡面還沒有出現補特伽羅之前先會出現五蘊，在念頭裡面出現五蘊的時候，我們會執著，所以後面一想到補特伽羅時就一定會執著。五蘊裡面也是一樣，以這個身體來說，我們內心還沒有出現身體的念頭之前，我們一定會想身體的一部分，然後才會去想身體。當我們想身體的一部分時有執著，所以後面一想身體就會執著。「於手」就是指手上面有執著的心，從那邊生出來身體，也感覺到它也是實有。

「如因石狀殊，誤彼為真人」，下面是舉一個例子，它的樣子比較像人的樣子，我們也會把它看成是人，我們就把它誤看為人。同樣的，因為我們心裡面有無明，因此，我們就把世俗諦的身體看成是實有。另外，也可以說我們這個世俗諦的法本身就是從我們內心裡面的無明習氣出來的，實際上可以說並沒有世俗諦的法，有的宗派就會說「實際上並沒有世俗諦的法」。甲曹杰大師一直在破除這一點，在前面第九品剛開始時引出來一個經典，就有說世俗諦的法和勝義諦的法兩個都是存在的。

為什麼有的宗派會說不存在世俗諦的法而只有勝義諦的法呢？理由就在於此，這就是有一點混在一起，沒有辦法分得清楚，我們想一想也有一點混在一起，覺得好像一樣的感覺。佛本身沒辦法直接了解世俗諦的法，

這是什麼意思呢？因為世俗諦的法本身有一個錯，所以有一些宗派會說世俗諦的法不存在而只有勝義諦的法存在。我們現在講的是好像有一點靠近這樣的意思，但是，我們不可以這樣主張，這樣的主張就被甲曹杰大師、宗喀巴大師罵了，這樣的主張是不對的。

世俗諦的法也可以說是存在的，當然有一個量的安立就是存在，當一個量安立的時候，不一定需要一個最深的法，名言的法也可以安立，不一定是要勝義諦上面的量才算是量，世俗諦的法上面也是有量。但是，世俗諦的法上面的量不是對境的實有上面的量，它是名言的法上面的量而已，因為名言的法是比較粗的，所以跟它一起就會出現一種實有的執著心，所以我們會直接看到世俗諦的法，佛就沒有辦法直接看到世俗諦的法。因為世俗諦的法是比較粗的，所以單純的一個世俗諦的法能看見的就只有眾生，對空正見沒有攝持的直接看見世俗諦的法是只有眾生。

84.眾緣聚合時，見石狀似人，如是於手等，亦見實有身。

前兩句的「眾緣聚合時，見石狀似人」就是比喻，後面是「如是於手等，亦見實有身」，我們身體上面實有的這種看法是從哪裡來的呢？是從手等支分上面有實有的看法所產生的，就會想身體本身是有自性的。因為支分上面有執著，所以身體上面就會執著。

簡單來說，我們為什麼修四念處呢？我們要把執著心降低的話，就要把它分一下，這是手，這是身體，這是感受，這樣子分一分，然後再仔細去觀察的話，每一個上面都有一個執著心降下來的時候，對於我的執著心就馬上會降下來。所以修四念處會使我們的我執降下來。

同樣的，我們身體上面的執著心是從哪裡來的呢？也是在支分上面有一種執著，然後就會在身體上面執著。如果我們沒有學習的話，我們一般看不到，也不會了解執著心是從哪裡產生的。現在我們學習了之後，就會知道我的執著心是從哪裡來的，我們對於我的支分、感受、身體上面有執著，所以就會對我執著，我執就會產生。身體上面的執著心是從哪裡來的呢？一定是對於手等支分有一種實有的看法，從那邊就生出來對於身體上面實有的執著心，第八十四個偈頌就是講這個部分。

問題：這裡的第八十四個偈頌的翻譯是「眾緣聚合時，見石狀似人」，這個石是石頭，但是藏文裡面是士夫。甲曹杰大師在這裡翻的也是「爾時身如士夫現」。

回答：這裡是說把石頭看成是人的樣子，上面一句藏文裡有講到「石頭」，後面兩句在藏文的字面上沒有講出來，可是，藏文裡面講很多緣。「眾緣聚合時」就是有很多緣聚合的時候，然後把石頭看成是人，意思是沒有錯的。

到這裡是講有分，後面是講支分，下面是第八十五偈頌：

85. 手復指聚故，理當成何物？能聚由聚成，聚者猶可分。

藏文的第一句好像沒有翻出來。「手復指聚故」，有分的身體如果不是實有的，它是依於手等支分而安立的，如果是這樣子的話，那就是一樣的道理，這些也是名言安立，它不是有自性的。比如我們因為有這些手指而安立手，手指也有前後之分，它也是依於這樣而安立的，所以也是沒有自性。「手復指聚故」，手也是由手指聚合起來而安立的，它不是有自性的。「理當成何物」，如果是這樣子的話，有自性的手是在哪裡呢？「能聚由聚成」，我們的手指是從它的聚分那邊安立的，因為有這個聚分的緣故，我們就依這些聚分來安立它。「聚者猶可分」，聚者是靠可分而安立的。

86. 分復析為塵，塵析為方分，方分離部分，如空無微塵。

「分復析為塵」，剛剛講手指是由聚分聚合而成的，而聚分也是由微塵組合的，這些微塵也一定有它的東南西北，所以說「塵析為方分」，所以東南西北的方向也可以分的，所以它也是由名言安立所產生的，「方分離部分」，這些微塵的方分也可以說有它的方分，可以說如虛空一樣沒有一個自性，「如空無微塵」。所以後面就會變成找不到，就變成自己沒有自性，所以就像虛空一樣。

87. 是故聰智者，誰貪如夢身？如是身若無，豈貪男女相？

以一個有聰明的智慧的人來說，他一定會知道身體像夢一樣找不到，一直找到後面就找不到，因此他就不可能會貪。如果身體不實有的話，當然依於身體安立的男、女補特伽羅也不可能是有自性的。我們前面講了四個科判，前兩句的「是故聰智者，誰貪如夢身」是第三個科判「如是身若無，豈貪男女相」是第四個科判。已經成立身體是無自性，所以把它當成理由加強補特伽羅無我上面。

到這裡可以說已經講了身體上面的法無我，對我們來說，講身體的法無我是太難了，我們先學學無常、不淨等等，這是比較容易思惟的。身、

受是分，有分是補特伽羅，在這樣子思惟的時候，有分的補特伽羅會比較減少。我們透過把身、受分一分，然後觀身、觀受的話，這樣就比較容易將有分的補特伽羅上面的我執減少。

然後開始講受念處，受念處主要是講集諦，我們思惟受念處的時候，受是一種有漏的受，我們在有漏的受上面會貪，然後就產生煩惱。有漏的受會騙我們，我們就會非常執著它，然後我們就沒有辦法跟著智慧走。如果我們不要去貪有漏的受的話，最主要也是要了解無自性，真正的了解無自性之後才放得下，才可以說完全徹底的去除在受上面的執著。不然的話，我們沒有了解無自性，不管怎麼去想受是苦、受是無常，在受上面的執著都還在。所以真正要徹底把受上面的執著去除掉，就是要靠無自性。

我覺得受上面比較能夠思惟無常，因為受比身體的變化更快，另外，以發跟補特伽羅來說，補特伽羅比較容易思惟，因為這是自己感受的，是跟自己最靠近的。同樣的，跟外面的法比起來，裡面的身體感受等等比較容易思惟，因為最靠近的就比較容易思惟。也可以說：因為是最靠近的，在這上面的執著心就比較強。

最靠近的執著心比較強，這是一個壞處，最靠近的比較容易去思惟，這是一個好處，所以好、壞處都有。我們用好處的部分把壞處去除掉，因為它是最靠近的，所以我們在那上面就比較容易去觀，然後就會把身、受上面的執著心降下來，然後就減少。

薩迦耶見的對境分為兩個，一個是「我」，一個是「我所」。所以薩迦耶見分為兩個，一個是執我的薩迦耶見，一個是執我所的薩迦耶見。我們透過身體、受去觀的時候，我們的我執就會減少，「我」的薩迦耶見會減少，自然的，「我的」的薩迦耶見也會減少，我的朋友、我的敵人兩者都會減少。我上面的薩迦耶見會減少，法上面的補特伽羅我執也會減少，所以它有很多好處。不管我們觀身念處或受念處，就會減少我們執我的薩迦耶見，如此一來，它就會幫助到執我所的薩迦耶見也會減少。不只是這樣，在對境法上面的補特伽羅我執也會減少，所以它有很多作用。現在《入行論》這裡是講執我的薩迦耶見會減少，剛剛講的「豈貪男女相」就是說補特伽羅我執會減少，修身念處就會使補特伽羅我執減少。

我們真正要修行的時候，不要看外面，而要去看自己，因為這是最靠近、最可以觀的，也是最有效果的。所以修行者不需要什麼東西，在山洞裡面就可以觀了，因為身體在這裡，受也在這裡，思也在這裡。

《入菩薩行論五十七》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/10/21

我們講到第八十七個偈頌，《入行論》第九品裡面講法無我，法無我是透過四念處來講的，其中的透過身念處講法無我已經講完了，透過法無我又講補特伽羅無我，這可以說是中觀應成派的一個內涵、關鍵。我們在學《中論》時有說到「聲聞和獨覺在見道時一定要現證法無我」，在八個關鍵裡面有講到這一點。為什麼要現證法無我呢？如果沒有現證法無我的話，也沒有辦法斷除補特伽羅我執，所以要斷除補特伽羅我執也是要靠法無我。只有中觀應成派會作這樣的解釋，中觀自續派也不會承認這一點，唯識也不會承認這一點，只有中觀應成派會說「要斷除補特伽羅我執一定要現證法無我」。

法無法跟補特伽羅無我兩者之間有一種關係，什麼樣的關係呢？補特伽羅無我所依的是補特伽羅，我們的念頭裡面一想出來補特伽羅的時候，念頭裡一定會先想補特伽羅所依的五蘊，我們會認為五蘊是尋求的話能找得到的。我們的念頭裡面是把五蘊看成尋求的話找得到的，當然我們念頭裡面依於五蘊想到補特伽羅時，也一樣是把補特伽羅看成是找得到的，所以法我執就會產生補特伽羅我執。

這兩者之間的這樣的關係，下部宗是不承認的，下部宗說的補特伽羅我執是補特伽羅能獨立實執有的執著心，那麼補特伽羅能獨立實執有是怎麼產生的呢？先是看補特伽羅跟五蘊不是異，兩個是互相有關係的，並不是沒有關係的異，並不是補特伽羅跟五蘊是異而常一自在的情況。它是什麼呢？它是體性是一，它是互相依賴的。怎麼樣體性一呢？五蘊就是實執有，所以以五蘊名言安立的假有的補特伽羅也是實執有，這就是下部宗說的補特伽羅能獨立實執有的執著心。所以下部宗說的補特伽羅能獨立實執有的執著心也不可以說跟五蘊上面的看法沒有關係，也是有關係的，因為五蘊上面看這是實執有，所以補特伽羅跟五蘊體性一的時候，就會變成補特伽羅也是實執有，這種補特伽羅實執有的執著心就是下部宗所說的補特伽羅能獨立實執有。

下部宗會不會承認五蘊實執有的看法是法我執呢？不會的，他們會說五蘊實執有是真實的，所以他們不會說五蘊實執有是顛倒識，他們認為這是正確的看法。所以他們不會說補特伽羅我執是前面一個顛倒、不正確的法我執所產生的，這是他們不承認的。

中觀應成派在這裡就會說：補特伽羅我執前面有一個無明的法我執讓它產生的，可以說是施設意能找得到，會在五蘊上面有一種看法，然後就產生在補特伽羅上面有一種看法，所以互相有這樣的關係。

另外，我們要思考一下，把補特伽羅看成實執有和施設意找得到，這兩個有沒有什麼區分呢？有，怎樣的區分呢？補特伽羅上面施設意找得到的，這種執著心對於補特伽羅上面不會那麼執著，當然是有執著，但是比補特伽羅實執有的執著心要低，可以說不像補特伽羅實執有的執著心對於補特伽羅的執著那麼強、那麼粗。這兩者比較來說，如果有補特伽羅實執有的執著心找得到的話，那就一定會有補特伽羅施設意找得到的執著心，但是如果補特伽羅施設意的執著心找得到的話，並不一定會有補特伽羅實執有的執著心。比如一公斤是一千公克，所以一公斤裡面一定會有一百公克，但是一百公克裡面並不一定有一公斤。同樣的，補特伽羅實執有的執著心本身裡面就有補特伽羅施設意找得到，意思是這兩個都是從補特伽羅那邊自性成立的，自性成立的力量有多強就有差別，剛剛講的一百公克和一公斤，就像這樣子的差別。

下部宗會說「一切法施設意能找得到」，但是他們不會說「一切法是實執有」，所以以自性成立的力量還更強的一些法就取出來，他們就會說這些法是實執有。那麼一切法是不是以自性成立呢？也是，但是「以自性」的力量就不一樣，有的以自性成立的力量強。所以下部宗說的補特伽羅我執是補特伽羅實執有的執著心，我們這裡說的補特伽羅我執是補特伽羅施設意找得到，這兩個是有區分的。

本身這裡透過法無我又講補特伽羅無我，這是中觀應成派才會講的，所以第八十七個偈頌後面的「如是身若無，豈貪男女相？」這兩句就是透過法無我（身無我）講補特伽羅無我。

再來就到受念處，受念處的感受對我們的影響是最大的，在心續所攝的法裡面，對我們影響最大的就是受。怎麼樣影響呢？讓我們成佛也是它，讓我們輪迴也是它，兩個都是它的意思是「我們的受上面有很多的特色」。比如這個杯子是所知，它也是事物，它也是色法，它也是杯子，就有各式各樣的特色。比如它是所知、事物，在它碎掉了之後也都還是，但是它碎掉了之後就不算杯子了，在它上面有很多特色。

就像這個椅子一樣，我們的感受它本身是離苦得樂的一種受，這就是它上面的一個特色。離短暫的苦、得短暫的樂這種感受也是它上面的一種

特色。以我們現在來說，它基本的離苦得樂就是好的，我們由這個就可以成佛，在它離苦得樂的受上面有一種離短暫的苦、得短暫的樂的特色，這種就會讓我們輪迴。我們很難去區分，不可以說把兩個區分，就像剛剛講的是杯子，但是杯子上面有所知、色法、杯子，雖然是一個東西，卻可以作這樣的區分。同樣的道理，我們的感受裡面可以分為很多。

今天早上講的每一個眾生一定有追求，有追求才會成佛，沒有追求就不會成佛，有追求是好的。在追求的時候，短暫的、不堅定的目標就變成傷害我們了，但是有追求對我們是有幫助的。所以受對我們也有幫助，但是也有傷害我們的，會傷害我們的就是暫時離苦得短期的樂，這樣的感受是不穩定的，會讓我們不斷輪迴，這就稱為有漏的受。

受對我們的影響是最大的，為什麼會有這樣的影響呢？今天早上講到的，我們修自他相換的時候，受的部分也是會出來。我們修自他相換時有兩個障礙，第二個障礙是影響最大的，就是我們的苦樂，他人的苦樂跟我們沒有關係，自己的苦樂是跟我們最有關係的，我們還是會想：「還是要我愛執，還是要注重自己。」所以苦樂對我們的影響是最大的。在我們的輪迴當中，它也是影響最大的，所以十二緣起裡面就取出來「受」，受的後面就是愛取的煩惱，然後又輪迴，所以受的影響是非常大的。

本來我們在受後面就會生起愛取的煩惱，這種受是不正確的、有漏的受，在這些受上面生起貪的話，那就會輪迴。所以我們在受上面不可以生起貪愛等煩惱，要怎樣把它去除呢？我們要修受念處，在有漏的感受上面不可以生起貪心。

這一段本來要講的是中觀應成派的受念處跟其他宗派不同的特色，而這裡講的是我們共同的為什麼要修受念處的理由。受對我們的影響是最大的，這裡講的受是有漏的受。我們一般講到受，讓我們成佛也是靠它，彌勒菩薩的《寶性論》裡面講如來藏的時候，就講到：眾生為什麼可以成佛？因為眾生心續當中永遠有離苦得樂的追求，因為這樣一直追、一直追，終究有一天就能夠找到一個正確的方式，然後就會成佛。所以如來藏裡面說的「讓我們成佛的也是受」。

有的小孩是沒有什麼反應的，不管我們講什麼，他都沒有什麼反應，這樣就很難改變他。我們罵他，他也沒有什麼反應，我們讚嘆他，他也沒有什麼感覺，這種小孩是很難改變的。如果我們罵他時他有反應，這樣就有希望會改變。這裡也看得出來，有離苦得樂的追求，就一定會改變。所

以在講如來藏的時候，就以一切眾生都有離苦得樂的追求來成立一切眾生都會成佛。所以受本身來說也有好的。

剛剛說的短暫的追求的受就稱為有漏，就是有染污的受，我們學習受念處的時候，受念處的對境就是有染污的受，有染污的受就會讓我們輪迴。當我們面對它的時候，受就會騙我們，我們就看重它，而貪等煩惱就會生起。我們要解決這個問題就要修受念處，我們了解受的體性是什麼樣子，修受念處的主要重點就是我們不可以被染污的受所欺騙。

在修受念處的時候，可以說是透過共相、自相來修，身、受、思、法等四個共同的相就是共相，比如這四個都是無常、苦、無我、空，因此就稱為共相。所以在修受念處的時候，我們就要在受上面觀修無常、苦、無我和空等等。

這樣修受念處時有一個好處，它不是外面的法，它是我們心續所攝的一個法，所以我們比較容易了解它是什麼樣子，它是不是無常？它是不是苦？它是不是無我？它是不是空？這是比較容易了解的。我們平常也是這樣，修無我時是先修補特伽羅無我，而不要先修法無我，因為補特伽羅就是我們自己，這是我們比較容易感受到的。

我們這樣修受念處的時候，可以說它是心續所攝的法，在它上面修的時候比較容易。另一方面，在心續當中所攝的法裡面，跟我們自己的心最近的就是感受，所以受是比較容易理解的。所以我們就在受念處修無常、苦、空、無我，然後修自相，它自己的自相是什麼呢？我們就自己去觀修受到底是什麼樣子，如果我們感受到苦的話，這是怎樣的苦呢？比如是在哪裡感受到苦，是在對境上面呢？是在有境在面呢？是在對境與有境中間呢？到底是在哪裡？它的體性是什麼樣子？這樣修就可以說是在它的自相上面修。

在修這些的時候，對於受上面世俗的本性清楚了之後，就不會像以前那樣好像瘋子一樣一直執著於有漏的受上面，我們已經知道：它會變化，它是無常，它不是真正的樂，它是壞苦，它是行苦。也可以說它也是一種心裡的感受部分而已，它不是真正對境上面的一個法，然後它又是空，又是無我，這些都可以說是它世俗上面的本性。

我們對於世俗上面的本性清楚的話，也是相當有幫助的，在面對有漏的受時，就不會那麼執著，不會那麼貪著。以前我們是非常貪著有漏的受，後面就生起很多煩惱，然後就造很多惡業，這些都會停掉，會有這樣的幫

助。這也可以說修到集諦、認識集諦，到這個階段就是下部宗講的受念處。

中觀應成派是更究竟的斷除或對治貪著於受上面的執著，方法就是要修受本身是完全沒有自性的，這樣就是從貪著煩惱的根本直接對治掉了，所以這裡是透過中觀應成派的受修受念處的方式來講法無我。

這裡還有一種跟身念處不一樣的特色，什麼樣的特色呢？我們講受的時候，在認識受的體性時跟中觀應成派的見解非常接近。平常我們講補特伽羅跟法二者來說，補特伽羅的體性跟無我比較接近。我們為什麼先修補特伽羅無我再修法無我呢？理由在於所依的補特伽羅跟所依的法的體性有一點不一樣，補特伽羅本身的體性是下部宗說的假有的法，它不是實執有。我在哪裡呢？心理也不可以說是我，身體也不可以說是我，但是還是有我而不可以說沒有。所以這樣的我本身是安立的，也不可以說沒有，它是一定有的。所以它的體性是假有的，跟外面的法是不一樣的，補特伽羅的體性是跟無我比較接近的一個體性。

同樣的道理，受的體性跟中觀應成派空性的見解比較接近，怎麼樣接近呢？中觀應成派跟唯識不一樣，唯識說一切的法都是心安立的，境是依賴於心，而不會說心是依賴於對境。但是中觀應成派會說：有境是依賴境，境也是依賴有境。這樣的見解只有中觀應成派才有。

我們想一想：受在哪裡？對境有受嗎？如果我遇到這個電腦時非常享受，那麼這個電腦就是樂嗎？並不是，這種樂可能過了幾個月就沒有了。所以受是在心續當中，對境的樂在心續當中的話，有境的樂在哪裡呢？有境的受是在哪裡呢？所以有境的樂受跟對境的樂受是依賴的，並沒有一個固定的。有境的樂的感受跟對境的樂的感受是：一個不在，另外一個就不在，並沒有固定的，這跟其他的心所是不一樣的。

比如這部電腦是人家給我的，已經用到不怎麼感覺新鮮了，剛開始的時候會有一種樂，這個樂的感受是心所，這個感受的對境有沒有一個樂呢？有。這個樂是在電腦上面嗎？不是吧！如果是在電腦上面的話，應該到現在我還是會有享受，但是已經沒有了。所以這個樂並不在電腦上面。我們找一找它在哪裡，應該是在心續當中。我們現在要找的是對境的樂，對境的樂在哪裡呢？它不是在外面，它一定是在心續中。所以有境的樂的感受跟對境的樂的感受兩者都是在心續當中，這兩個是互相依賴的，如果其中一個不見了，另外那個也就跟著不見了。對境的樂跟有境的樂受也沒有前後的關係，所以這兩者是非常互相依賴的，這樣子的受的體性跟中觀應成

派的見解是非常接近的。所以中觀應成派透過受念處講法無我就比較順，這就是受念處跟身念處不同的一個特色，身念處並沒有這個特色，現在受念處時就有這樣的一個特色。

我們在受上面執著的時候，主要是苦受跟樂受，面對苦受時也會執著，非常排斥它，面對樂受時就非常貪著它，會有這樣的執著。我們想從這些執著的根本斷除掉的話，就要去理解苦受是完全沒有自性，樂受也是完全沒有自性。所以這邊開始講的時候就說苦受和樂受兩個都沒有自性。

88. 苦性若實有，何不損極樂？樂實則甘等，何不解憂苦？

「苦性若實有，何不損極樂」，這兩句就是講苦受沒有自性。這邊講苦的時候，對境的苦跟有境的苦是一起講的，有境的苦是我們心所裡面的苦，對境的苦是它的對境而不是心所，但是這兩個都是在心續當中存在的。所以我們心續當中存在的這兩個苦都不是有自性的。如果它是有自性的話，它自己就會非常堅固，就不會被其他的因干擾到，事實上，其他的因會干擾到它，這就表示它並沒有自性。應該說：如果它是有自性的話，它就會永遠堅定，它就會永遠傷害極樂。事實上並不是這樣，我們有的時候也會極樂，這就表示它並不堅定。如果它堅定的話，那就永遠都會擋住樂，既然它沒有辦法擋住樂，就表示它是沒有自性的。

我們在這邊講的時候，好像無常跟自性有一點接近的感覺，我們的苦受會變化，所以它是沒有自性的。如果有自性的話，它就會堅定，就不需要依賴很多的因緣。

現在這裡講無常跟沒有自性有一點點一樣的感覺，這個部分就是透過無常可以成立無自性，這是沒有錯的，這兩個是有關係的，這也沒有錯。但是了解無常不一定是了解無自性，就像剛剛講的，無自性是一百公克，去除常法是一公斤，所以去除掉對常法的執著也不一定達到無自性。

問題：無常應該是比較粗的，無我是比較深的，好像有些經論提到無常數數修就會通達無我，仁波切覺得這樣的看法如何呢？

回答：這應該是法稱論師在《釋量論》裡面說的，就無常、苦、空、無我來說，從無常可以成立苦，苦可以成立空，空可以成立無我，也是有關係的。但是它並不是一直卡在無常那裡，而是用理由去成立無我這應該是沒有錯的，它是有關係的。把無常的意思跟無我的意思連接就是成立，所以可以想：把無常的意思更細微的深入就變成無我的道理，已經超過了

無常的定義，那就變成已經進去無我的道理裡面了，也可以這樣說。所以也不可以說無常是在那裡、無我是在這裡，可以成立的意思就是這兩個意思是有連接、有相同的。連接的意思是：當無常的道理越細、越深的時候，它就會連接到無我的道理。我們說空性和世俗諦二諦雙修也是這種意思，世俗諦的情況越細、越深就變成勝義諦了，並沒有另外一個勝義諦。所以這兩個是連接的，剛剛講的無常也是如此。剛剛一起講的這些是代表勝義諦跟世俗諦是有關係的意思，我們這邊講無自性的時候也講無常，也講世俗諦的一些情況，就是因為世俗諦跟勝義諦本身就有非常親密的關係。

接著念第八十八頌的後兩句，「樂實則甘等，何不解憂苦。」吃到很好的食物這種樂本身如果是有自性的話，我們每一次吃的時候都應該會快樂，但是事實上並不一定。如果我們心續當中非常受苦的時候，這裡說到一個比喻是自己的子女或父母往生了，此時我們的心裡是非常的傷心，吃到好的食物、聽到美妙音樂等我們本來比較享受的境，此時都沒有用了，這就表示這些樂不是有自性的。所以樂也是無自性的，樂是要靠很多的因緣，不只是它自己好吃就好了，我們的心情也要平靜、沒有傷心等等，這樣遇到這個境的時候才會快樂。如果我們的心裡很傷心，即使遇到這個境也沒有辦法感受到樂。所以樂不是它自己自性的，而是要靠很多的因緣。

我們現在講靠很多因緣要徹底達到中觀應成派的見解的話，我們心裡就要確定這個樂完全根本沒有什麼自性，它只是依賴其它因緣的一個安立而已，完全沒有什麼可以找得到的一個位置。苦跟樂兩個都是一樣的，苦上面也沒有什麼可以執著的，非常排斥的這種執著也是沒有什麼意思的，樂上面也一樣沒有什麼可以執著。

89. 若謂苦強故，不覺彼樂受。既非領納性，云何可謂受？

我們在這邊可能會出現另外一個疑惑，剛剛講的兩個是苦沒有自性及樂沒有自性，這邊說：如果苦受有自性的話，我們就永遠都不會生起樂，如果樂受有自性的話，我們也永遠都不會生起苦。當我們吃到好吃的東西時，如果當時的心是非常傷心的話，那就不會快樂。因為用了這個比喻，我們就會疑惑：應該是那個時候會有樂，只是我們太傷心而沒有感覺到而已。這樣的想法是錯的，為什麼呢？這個樂不是在外面存在的，它是在心續當中的，苦跟樂不可以放在對境上面，它是心續當中的一個法，它一定是跟感受有關係的，如果我們沒有感受到，它就不是感受，它就是不存在的，如果我們有感受到的話，它就是存在的。所以不可以說：那個時候樂

是存在的，只是我們沒有感受到而已。這種想法就是不正確的。

「若謂苦強故」，這兩個是對方的疑惑或我們的疑惑，「苦強故」就是太傷心、太傷心的緣故而使我們沒有感受到，「不覺彼樂受」，我們沒有感覺到而它實際上是存在的，就這樣來回答。此時自宗就講：樂一定是離心續當中的法以外不存在的，它在離感受以外是不存在的，如果沒有感覺到的話，它就是不存在的。

「既非領納性，云何可謂受」，我們剛才講的受是有境和對境兩者互相依賴的，如果沒有對境的樂的話，有境的樂也就不存在，如果沒有有境的樂受的話，對境的樂受也不存在。所以受跟其他的心跟心所不一樣，在受上面有境和對境是互相非常依賴的一種體性。所以我們用受的這個特色可以學習中觀應成派的見解，也可以破除唯識不正確的見解。

90.若謂有微苦，豈非已除苦？謂彼即餘樂，微苦豈非樂？

他宗說：當我們生起很大的樂受時，也有時候會有比較微細的苦，但是我們沒有很大的感受到這些苦，而只有感覺到一點點。自宗說：感覺到一點點的話，這就不可以說是很大的樂。

一個是說：「你生起很大的樂，此時也是有一點點苦，這是矛盾的，應該是生起很大的樂就完全沒有苦。」另外一個回答是：「不是感覺到苦喔！而是感覺到有一點點樂的樣子喔！」剛剛前面是講感覺到一點點苦，所以我們就說：如果是這樣子的話，你就不可以說生起很大的樂。在這樣子講回去的時候，他就回答：不是這樣子的，應該是說把這個苦變成一點點樂的樣子。自宗就說：如果感覺到樂，那就是樂，那就不是苦，你就不可以說那是苦。

這裡的「若謂有微苦」，這是指生起很大的樂的時候，此時還是有比較細的苦存在。這裡說：你就不可以說生起很大的樂。這裡說的「豈非已除苦」就是這個，如果是生起很大的樂的話，那應該是已經去除掉苦了，你一定要承認去除掉苦，不可以說有苦。他中間的回答是：是去除掉苦沒有錯，但是這個苦沒有感覺到苦，而且是感覺到一點點樂的樣子。中間的回答就是「謂彼即餘樂」，餘樂就是其他樂，現在是大樂，大樂的其他就是小樂，也就是一點點樂的感覺。如果你就這樣子承認的話，應該就要承認它是樂，而不可以說它是苦。

「微苦豈非樂」，這裡有一點點問題，甲曹杰大師講的「一點點」是指

樂上面的一點點，並不是講苦，也就是把苦承認為一點點樂。剛剛是講「謂彼即餘樂」，彼是指剛剛說的大樂，大樂以外其他的樂就是小樂。如果你承認這樣子的話，不可以說不是樂，你就應該要承認它是樂的體性，它並不是離樂的體性。這裡的翻譯有一點不一樣，意思是：如果現在是說沒有辦法感受到細的苦而是感覺到一點點樂，你就應該要承認這一點點的樂是樂，所以取出來就是一個東西，你就應該要承認它是樂。

91.倘因逆緣故，苦受不得生，此豈非成立：分別受是執？

後面這裡主要是一個諍論，對於前面的「樂無自性」諍論，怎樣諍論呢？當我們傷心的時候，別人給我們好吃的東西，雖然他們是對我們好，可是，我們想起了以前的事，可能會覺得更苦、更傷心。所以他們給我們東西這件事情本來是快樂的，現在因為傷心的緣故就增加苦。我們前面成立：這就代表樂是無自性的，如果是有自性的話，那就永遠都會快樂。他在這上面就回答：給我們好吃的東西的時候，應該是安撫我們的心，或者是努力去做跟我們受苦相反的緣，對方就給我們東西來幫助我們，這可以說就是跟我們的苦相反的緣。這裡講「倘因逆緣故」，逆緣就是指跟我們的苦相反的緣，也就是生起樂的一些因緣。對方就找一些苦的逆緣（即樂的緣），我們遇到了苦的逆緣，應該是會生起樂而不會生起苦。

在這樣講的時候，自宗回答：這時候不可以說有生起樂，因為樂跟苦只是一個心安立的法，那時候如果心沒有感受到樂的話，心就沒有安立一個樂，所以樂就不存在了。他宗說「苦受不得生」，自宗就講「此豈非成立」。「分別受是執」就是說受是分別安立的法，所以我們多多去想受就是心安立的，當我們受到苦的時候就不會那麼排斥，也不會那麼無法接受，受到樂的時候也不會那麼好像快要飛走了，我們會覺得這些都是我們的心裡造作出來的。

到這裡主要是講受是完全沒有自性的，受是分別心安立的，這是就有漏的受上面來講的。身受跟心受兩者都是我們可以去思惟的，都可以成為我們觀的對境，可能在身受上面是比較容易觀的，心受比身受還要更細，所以就比較難觀。以身受的觀來說，緬甸等地是比較注重的，我們去聽一聽、學一學，也是會有幫助的。

剛剛講到受是跟我們的心最接近的一個法，所以比較容易觀，聽一些觀過的人說甚至連肚子裡的五臟在動或有病都可以感覺到。我們現在主要不是為了醫療，而是要了解受是無常、苦等，最究竟的就是中觀應成派說

的完全沒有自性。可能緬甸那邊不是承認中觀應成派的，而是以毗婆沙宗等下部宗為主，所以他們一定會執著。但是我們一直講中觀應成派而都沒有修也是不對的。

《入菩薩行論五十八》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/10/28

在《入行論》第九品透過四念處講法無我裡面，現在講到透過受念處講法無我的階段，透過身念處、受念處、心念處和法念處來講法無我，四念處是小乘和大乘共同的修行法門，用中觀應成派的見解也可以修，這就是最究竟的、最圓滿的修四念處的方式。比如我們修布施度的時候，透過空正見修布施度是最清淨、最圓滿、最究竟的修布施度的方法，《入中論》裡面說的也一樣，透過三輪空修布施度的話，就是最清淨的修布施度的方法。同樣的，修四念處的時候，在小乘和大乘共同修四念處的方式上面，我們還可以更進一步用中觀應成派的見解（空性的道理），透過這個智慧來修四念處的話就更好了。所以我們不要認為中觀應成派說的修四念處只有修深見的法門而沒有修廣行的法門。

以共同的角度來說，四念處是一個廣行的法門，修四念處使內心生起出離心，這就是世俗諦的廣行的法門，但是，當我們這樣修的時候，也可以跟深見的法門雙修，這就是現在這裡中觀應成派講的，我們透過中觀應成派法無我的道理去修四念處，我們現在講到修受念處的時候還更究竟次第的修四念處的方法。

我們學《因明》成立空性的正因時，比如說「有法五蘊無自性，因為緣起之故」，我們會這樣子成立。在這樣子成立的時候，緣起這個理由是比無自性粗的，先透過比較粗的然後越來越深入，比量都是這樣子的，我們先了解一個粗的部分，然後用它為理由再去成立比它更細的，然後就去成立越來越細的法的本性。可以說：當抓到最細的時候，前面一定要經過粗的道理，同樣的，中觀應成派的見解修四念處的方式是最細、最深的部分，所以當我們修到這個時候，其他共同的修四念處自然就有修，要先透過粗的部分再去抓到細的部分。

所以修中觀應成派的四念處的時候，自然就已經有修共同修四念處的方式了。比如第一個講受，我們在感受上面思惟無自性的時候，自然在受上面就已經修了無常，如果我們沒有去除掉常法的執著的話，就不可能去除掉有自性的執著。所以我們在修中觀應成派的受念處時，我們就抓到了受的最究竟本性了，當我們抓到了最究竟的本性時，粗的部分在它的內涵裡面都已經有了，因為修無自性時已經去除掉有自性，也就是已經去除掉常法的實有，常一自在中的常法的獨立情況已經去除掉了，也可以說能獨

立實執有也已經去除掉了，能取所取二也去除掉。所以在受上面已經去除掉有自性的話，前面那些粗的部分就都一定已經去除掉了。所以中觀應成派修受念處的時候自然就已經去除掉了。

以前釋迦牟尼佛講佛法的時候，他不需要特別去講世俗諦粗的部分，直接就講一切法無自性，一直去講無自性，這裡面就已經包含世俗諦的內涵了。我們看《大般若經》、《中般若經》和《般若八千頌》裡面，講的時候都是講無自性，比如講一切相智無自性時，就已經有講到我們可以取到、證得一切相智，一切相智是我們可以追求的，「我們要生起發菩提心」已經是裡面的內涵了。它表面是講一切相智是無自性，意思是一切相智是因緣和合而產生的，所以我們是有希望的，我們是可以追求一切相智的，我們可以追求佛的果位，它的內涵當中已經包含這些了。表面上看來是講一切相智是無自性，我們在這裡面就沒有感覺到世俗諦的菩提心的內涵，實際上已經講了，比如一切相智是我們可以追求的，也可以說我們的心續當中已經有可以證得一切相智的種子，這些都已經包含在裡面了。

釋迦牟尼佛講的《般若經》裡面，表面上是看不出來講世俗諦的廣行法門，實際上它的內涵都有。我們現在後代眾生的根器越來越差，所以就沒有辦法了解到廣行的道次第的內涵。同樣的，這裡講受念處，一直講受是無自性，我們可能沒有感覺到受念處的內涵當中屬於廣行的部分。《入行論》在這裡講受念處的時候，就一直講受是無自性，可能我們就沒辦法感覺到它的廣行法門，這是我們應該要理解的，在這樣講受念處的內涵裡面就已經包含了廣行的修行方式了，這是大家要釐清的一個地方。

前面我們已經講到苦受也無自性、樂受也是無自性，接著看甲曹杰大師的科判，「巳三、結勸住修受無自性之瑜伽」，這個部分有四句，就是第九十二個偈頌：

92.故應修空性，對治實有執，觀慧良田中，能長瑜伽食。

我們凡夫對於受上面非常執著，我們的食物就變成有漏的受，在我們自己非常執著的當下就會去享受這個感受。瑜伽的修行者所受用的是什麼呢？他們受用的是不會執著，他們受用的是無自性的部分，他們在面對受的時候，就會一直修無自性，他們在享受受的時候就覺得這個部分是有意思的。

當我們面對受的時候，是在執著當下用它，瑜伽的修行者在面對受的

時候，他們是不會執著的，而且會理解它的究竟本性，然後去面對這個受，然後就享受這個受。所以瑜伽的修行者是把受當成一個修行的對境，我們則是因為這個感受而變成無明、沒有智慧了，瑜伽的修行者面對感受時不會被它所騙，他就會看到感受是無自性的，就把這個受看成是一個修行的對境，應該可以說是修行上面有幫助的一個助緣。

身、受、心、法都是跟我們最接近的，所以我們在這四個上面修的話，馬上就能夠體會，很容易就會提昇我們的修行。相反的，如果沒有修的話，執著心就非常容易增加。因為跟我們是非常接近的，如果沒有修的話，我們自己的身體、感受、心或行為跟我們是最接近的，所以在這些法上面就會執著。

補特伽羅我執是輪迴的根本，它是比法我執還更嚴重的，另外一個角度來說，我們修補特伽羅無我是比較容易修的，也是我們第一個要修的。這個道理是什麼意思呢？補特伽羅跟我是最接近的，在這上面非常容易生起執著心，所以補特伽羅我執是輪迴的根本。另外以修行的角度來說，補特伽羅無我是第一個要修的，也是比較容易修的，比較可以順利修得起來的，也是因為它是跟我最接近的一個法。以補特伽羅跟法來比較，法是對境，補特伽羅是在我們自己身上的，所以補特伽羅無我就比較容易修，也是我們第一個要注重去修的。

同樣的道理，我們四念處的對境（身、受、心、法）也是跟我們最接近的，所以執著心也是非常容易生起的，在這四個法上面修也是比較容易成功的。剛剛講到「瑜伽食」，就是說一個修行者把它當成一個助緣，或是說在修的時候會非常去思惟受上面的無自性，然後就一直用受上面的無自性的法，所以他的食物主要是無自性的感受。

我們一般的食物是增長我們身體的作用，現在是在感受上面修無自性的法，這個法對瑜伽修行者來說是增長他的正量，所以在受上面修無自性是非常重要的。當我們面對受的時候修無自性，這是比一般的無自性在修行上是更有幫助的。

受之後是愛取有，在受的後面講愛，就是說受會讓我們生起愛的心，就是讓我們執著，從這裡看得出來受是生起煩惱的一個主要的因緣，所以在受上面修無自性是非常重要的。我們面對受的時候能夠思惟無自性的話，煩惱就不會生起了。所以瑜伽修行者在他內心要增長正量，主要修的就是在受上面的無自性。

接著是第九十三個偈頌，以甲曹杰的科判來說的話，「辰二、破受因自性成就 分三，巳一、破根境合自性成就」：

93. 根境若間隔，彼二怎會遇，無隔二成一，誰復遇於誰？

現在是破根境相遇有自性。我們這裡主要是成立受是無自性，要怎麼樣成立它呢？受的因是無自性，受的對境也是無自性，受的有境也是無自性，就這樣子去成立受是無自性。

第一個是先要成立受的因是無自性，受是根境識相遇之後而產生的，先講根跟境相遇是無自性的。「根境若間隔，彼二怎會遇。」根和境相遇時中間有沒有間隔呢？如果有間隔的話，怎麼會相遇呢？這是前面兩句的意思。

後兩句是「無隔二成一，誰復遇於誰」，如果沒有間隔的話，就變成這兩個是沒有區分的，兩個就都是無二無別的，那就沒有辦法說有相遇了，因為這兩個法就變成一個法了。這是說根也是有分的，境也是有分的，如果是有分的話，那就無自性了，如果沒有分的話，那就可以說有自性，因為它就不需要依賴其他法。這裡說它有相遇就表示它有分，這就表示它無自性。

94. 塵塵不相入，無間等大故，不入則無合，無合則不遇。

前兩句「塵塵不相入，無間等大故」，塵是沒有分的，就是無方分的，微塵的意思是最細的，所以就稱為無方分。如果兩方都是無方分的微塵，那就沒有辦法說兩邊相遇，這樣的話兩個都沒有辦法相遇。如果是相遇的話，在它們兩個面對時，這一個面是有相遇的，後面的面就一定是沒有相遇的。因為一定要區分，如果是沒有區分的話，那就變成一個法了。所以沒有分的話就沒有辦法相遇。

95. 無分而能遇，云何有此理？若見請示我，無分相遇塵。

「無入則無合」，當它們相遇的時候，應該要變成一個法，為什麼變成一個法呢？如果沒有變成一個法的話，它們就不合，那麼，這個部分和那個部分就一定要區分。如果合的話，兩個法就應該要變成一個法，為什麼呢？合的話就一定是一個法要進入另一個法，那就變成一個，所以說「不入則無合，無合則不遇」，如果說是無合的話，就表示這兩個法本身就是無方分的法，無方分的法不合的話就一定沒有辦法相遇，如果相遇的話就變

成合。

接著是「無分而能遇」，無方分的法就不能用「相遇」一詞，也就是相遇跟無方分兩者是不可能聚在一起的，如果有這樣聚在一起的話，就請你告訴我。到這裡是破除根境相遇的部分。

接著是破境識相遇有自性，根境是一個色法，當我們要成立它的時候，比較恰當用有分的理由，有分的緣故就可以成立它是無自性，這是比較恰當的。其他心識的法用有分、無方分就不是那麼恰當。

96. 意識無色身，遇境不應理。聚亦無實故，如前應觀察。

「意識無色身」是說我們的意識不是色法，既然不是色法就沒有辦法說它會遇到怎樣的境（色的法），因為意識本身是沒有色的。如果是兩個色法就可以說相遇，而心識不是色法，所以就不可以說是相遇，這裡講「遇境不應理」，所以就沒有辦法和境這個色法相遇。

剛剛在破除根境相遇有自性的時候，此時的境就是無方分的一個色法，現在是說：假如是一個有方分的粗的色法的話，可不可以說相遇有自性呢？也不可以說相遇有自性，有方分的這樣一個對境的色法還是沒有自性的，後面兩句就是這個意思。

「聚亦無實故，如前應觀察」，在前面成立補特伽羅無自性的時候，講到很多小小的關節就變成一個整體的骨頭，所以前面已經成立了有分的色法無自性，這裡也就不用再重覆去說明有方分的色法無自性，「如前應觀察」就是前面已經講完的意思。所以有方分的色法也是無自性。

現在這裡用有方分當理由來成立無自性，為什麼呢？這兩個有什麼關係呢？我們要好好去想。我們內心裡面的執著心生起的時候，我們會想這是有自性、自己方面成立的，在「自己方面成立的」念頭裡面，應該可以指出來一部分，並不是可以指出來很多。我們並不會想很多，如果很多的話，心就比較會放鬆了。我們並沒有這樣，在我們的執著心生起的時候，好像可以抓一部分，並不會去想多，多的話心就會比較寬。不是這樣，在我們的執著心生起的時候，心就會壓抑，這就表示我們在對境上面執著的時候好像只有一個的樣子，真正執著心的念頭裡面好像是「我可以指出來一個」，如果多的話，比如一切眾生，那就沒有什麼執著了，如果是「我」就執著了。所以在執著心生起的時候，它一定是指出來一個，如果是兩個、三個就不會執著了。所以有分不會執著，念頭裡面一定有無方分的一種看

法。所以有分就無自性，就是這樣子成立的。在我們執著心生起的時候，念頭裡面是不用怎麼分的，好像是抓一個的感覺。

一直講有方分的理由就在於此，但是，我們一般人可能就沒有辦法把它當理由，我們覺得有方分是一個而無自性是另外一個，這兩個是沒有什麼關係的，更糟糕的是可能會去想有方分是有自性的。這是因為我們自己的智慧沒有修養，宗喀巴大師的《緣起讚》裡面說的：凡夫把緣起當理由去成立有自性，修行者則是把緣起當理由成立無自性來破除有自性。這就是自己沒有修行，自己的智慧沒有達到很高，所以就變成另外一種看法。實際上以如理的角度來解釋的話，緣起就是無自性的一個正因，有分也同樣是無自性的一個正因。

大家可能覺得有分是很簡單的，就是東、南、西、北等等，這也是沒有錯，但是，我們要對執著心講：你的想法裡面有問題。

接著是第九十七個偈頌，這裡也有一個科判，「已三、故三合生觸自性不成」，受的因是我們先具足根、境和心識在一起，之後就產生觸，觸的後面就變成受，所以我們要理解觸也是無自性的，這邊就是講觸也是無自性的。

97.若觸非真有，則受從何生？何故逐塵勞，何苦傷何人？

剛剛是講根、境和心識三者相遇無自性，如果這三者相遇無自性的話，後面的觸也是無自性。如果觸是無自性的話，從觸就不可能產生一個有自性的受。「若觸非真有，則受從何生」，如果觸不是真有的話，怎麼可能從那邊生出來一個有自性的受呢？「何故逐塵勞」，如果受是無自性的話，我們把它看成有自性而那麼執著，執著之後我們那麼塵勞，這是沒有意義的。

我們覺得特別受苦的時候就會非常執著，這裡講的是「受苦的時候不用怎麼執著」，為什麼呢？苦受也是無自性的，能受的補特伽羅也是無自性的，所以就不用怎麼去執著，就只要把它放下。在自己非常受苦的時候，能受的補特伽羅也找不到，對境的受也是沒有什麼自性的，所以就不用執著，就是放棄的意思。「何苦傷何人」，能傷害使人受苦的在哪裡？沒有。能受苦的補特伽羅在哪裡？也沒有。就是不用在意的意思。

98.若見無受者，亦無實領受，見此實性已，云何愛不滅？

我們已經理解能受的補特伽羅是無自性，對境的受也是無自性，那就

應該不用執著了，應該就不可以生起貪心，也可以說我們的貪心應該可以去除。為什麼？貪心來源的執著心是錯亂的心，它想像的實有是不存在的，既然如此，我們就可以看破這個執著心，如果我們看破它的話，怎麼會不能斷除這個貪著呢？

「若見無受者」，受者是我們補特伽羅，它也是完全沒有自性的，「亦無實領受」，對境的受也是無自性的，「見此實性已，云何愛不滅」，我們很清楚了之後，為什麼不能滅除愛的貪著呢？

接下來甲曹杰的科判是「辰三破所緣境自性成就」，這是說緣也是沒有自性的，這也是為了成立受無自性，剛剛是破除受的因是有自性來成立受是無自性，現在是說受的所緣境也是無自性，所以感受也是無自性。接著是第九十九個偈頌：

99.（前二句）**所見或所觸，性皆如夢幻。**

接著是下面的科判，「辰四、破受之有境自性成就」，這是破除受的有境是有自性的，接著是第一〇〇個偈頌：

99. （後二句）**與心俱生故，受非心能見。**

100.後念為能憶，非能受前心；不能自領納，亦非它能受。

如果受的有境（心）有自性的話，跟受就是沒有關係的，既然沒有關係，又怎麼能夠感覺到它呢？

「與心俱生故」，它是跟心一起而沒有關係的，也就是異體，異體有兩種，一個是因果的關係異體，這就是前後有關係，雖然它們是異體的，但是，後面能夠理解前面的意思，這是應該的。如果是異體又同時，那就沒有關係了，完全沒有辦法理解物象。如果是異體又前後，那就可以理解，比如我現在可以理解我前天做什麼，如果是跟我同時而又沒有什麼關係的，那我就沒有辦法感受到它。這裡講的俱生是異體的俱生，如果是這樣的話，那就沒有辦法理解它，所以說「受非心能見」，也就是感受非心能見，心就是有境的心，跟受這個俱生的心異體的，就沒有辦法見到它、感受到它。

我們上個禮拜講過，受是對境和有境互相依賴的，非常明顯的，但是，其他的宗義者不承認有境跟對境互相依賴連唯識也不承認，唯識說對境的法都是從我們內心的習氣示現的，都是我們的心所造成的。所以對境的法

依賴有境的心，而不會說有境的心依賴對境。所以中觀應成派就會說有境和對境互相依賴。

這裡是講受的時候，受的有境部分一定是互相依賴的，如果沒有互相依賴而且它們異體俱生的話，那就沒有辦法感受到它。中觀應成派認為是有境的受遇到對境的感受，所以受的有境是依賴對境的受，並不是不依賴的，如果不依賴的話，這就是下部宗所承認的。所以下部宗承認的是「能受的心不依賴對境的受」不依賴對境的受而且同時產生的話，這是下部宗的問題，下部宗確實是這樣子承認「能受的心跟所受的感受是同時的」。

我們講相應因的時候有五個，這裡是同時，就是受的有境跟對境的受相應因，所以是俱生又異體的。我們在《攝類學》講到：相應因一定是俱生因，俱生因不一定是相應因。相應因一定是俱生因，俱生因有什麼意思呢？俱生因的定義裡面有講到異體，這裡講的俱生就是這個意思。如果是異體又同時的話，那就變成沒有辦法感受到它。下部宗講感受跟感受的有境是俱生因，而且又講感受會領受到對境的受如果是以中觀應成派的角度來看的話，這是有矛盾的。這裡說「與心俱生故，受非心能見」，這就是中觀應成派對那個講的。

《入菩薩行論五十九》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/11/04

修受念處在對治煩惱上面是非常有幫助的，十二緣起裡面是受、愛、取、有，所以愛取等煩惱生起的所緣就是受，我們在面對受的時候，就不可以被受掩蓋我們的智慧而太執著了。所以我們修受念處的話，就比較可以擋住「受」欺騙我們的部分。

透過中觀應成派修受念處更為殊勝、更有力量，在面對受的時候，一切的執著就會從根本斷除，這是中觀應成派修受念處殊勝的地方。

今天早上所講的也是跟受念處有關係，今天早上是講我愛執，當我們對治我愛執的時候，我們主要是會想離苦得樂的這個補特伽羅，我們在他要離苦得樂上面會非常的有另外一種執著，這就是我愛執。我們現在找能受的補特伽羅是找不到的，所受的感受也找不到，就會覺得自己那麼我愛執是沒有意思的、沒有理由的，它是無明當中的串習帶過來的而已，真正能受的補特伽羅的自性是不存在的。我們內心會一直認為能受的一個我是一直存在的，會感覺它是自性成立的，實際上，它是不存在的。如果我們能夠理解能受的補特伽羅也是施設意找不到的部分，就比較容易斷除我愛執。

我要得到快樂，我要離苦，在這樣的追求上面非常執著，就是我愛執。不只是我們自己，還有我們的親戚朋友等等。對於他人上面又是另外一種，好像他就是該得苦離樂，這種也是感受上面的執著，好像有能受的一個他人存在。能受的我們自己或我們自己的親戚朋友的存在，都是施設意找得到的，我們在這上面就會執著，然後我們就盡量按照這個執著去做。對於自己和自己的親戚上面就會貪著，對於他人上面則是希望他盡量要得到苦，希望他盡量能夠不順利等等。這些也是我們本身有一種執著，能受樂跟苦的他人也是存在的，也是自性成立的，這些也是跟受念處有關係，我們修受念處對於這上面的幫助也是非常大的。所以中觀應成派這裡說的受念處在修行菩提心上面也是幫助很大，在對治煩惱上面也是幫助很大，兩邊都有幫助的。

這邊透過受念處講法無我，現在是要講受念處的對境不是自性成立的，我們要破除受是以自性成立的。我們要怎麼破除呢？如果受是有自性成立的話，它的所依、所緣境和有境都應該是自性成立的，如果它所依的

這些都不是自性成立的話，它自己又怎麼可能自性成立呢?所以我們就要一個個去破除。第一個是因的部分要破除，因也不是自性成立的，這在前面已經破除了，現在我們講到所緣的部分。

念一下這兩句：(第 99 偈)「**所見或所觸，性皆如夢幻。**」我們的受可以分為身受和心受，這裡的所見就是心受的境，所觸就是身受的境，這兩個境就沒有自性，就如同夢與幻化一般。這裡沒有特別詳細的講，為什麼呢？現在所講的受所依的是根和性本身，它並不是在外面存在的，所以在對境的所緣上面並不需要那麼詳細的講，因為受不是在外面的境上面的，所以這方面就不需要詳細的講，所以就只有兩句。

接著是受的有境，這是第三個，剛剛講因的部分不是自性成立，所緣的部分也不是自性成立，現在第三個是講到受的有境的部分也不是自性成立。這裡就說「破受者有自性」，所以受者也不是自性成立的意思是受的有境。

「**與心俱生故，受非心能見。**」這裡是講俱生，如果它是異體俱生的話，那就沒有關係，如果是俱生的話，它就一定是異體的。上個禮拜講過，如果是前有關係的話就可以想，如果沒有前後關係而只是同時生的，又是俱生又是異體的話，那就兩邊無關了，如果兩邊無關的話，互相就都沒有辦法理解了，所以說「與心俱生故，受非心能見」，就是這個意思。

為什麼俱生故是異體的角度呢？現在我們要破除的是：如果有人主張受者是自性成立的而不需要依賴受，這樣一來，受者和受兩者就會變成沒有關係，在沒有關係的當下俱生的話，互相就沒有辦法理解了。所以就會變成「受非心能見」。

如果這兩個有前後關係的話，就是後面講的：

100.後念唯能憶，非能受前心；不能自領納，亦非它能受。

如果前後有關係的話，後念就應該會變成念，它不會變成受。為什麼呢？「受」是當時的意思，並不是前後的意思。我們講「我感受到這個」，這是當時在遇到離苦的受的時候，我們自己就感受到，所以這個受者一定是當下的。前後就沒有受的意思，前後就是我憶念起來的這個後念。「後念唯能憶，非能受前心」，所緣的受是前面，受者是後面，如果這樣的話，後面的受者就不可以說它有感受前面的離苦。為什麼呢？這樣的前後關係應該用念，並不可以講受，受一定是當下的、同時的。所以不可以主張前後。

「不能自領納」，現在我們是不承認自性分，這樣的話，受本身自己能夠理解自己，這是我們沒有辦法承認的。其他的心會不會領納它呢？如果是這樣子的話，其他的心也沒有辦法，我們現在如果是觀察有自性的角度的話，那就沒有辦法找到。以有自性的角度來說，任何一個心都沒有辦法領納受，「亦非它能受」就是這個意思。

我們這裡想一想中觀應成派說的，受一定是有境跟對境互相非常依賴的，如果沒有樂的受者的話，樂也是不存在的，如果沒有苦的受者的話，苦受也不存在。所以如果有境不存在的話，對境也就不存在了。同樣的，有境（苦受者或樂受者）也是非常依賴對境（苦受或樂受），如果對境不存在的話，有境也就沒有辦法存在。所以有境跟對境有一種非常互相依賴的關係。所以有境是不可能有自性成立的，對境也不可能是自性成立的，因為它們兩個是互相依賴的。

101. 畢竟無受者，故受非真有。誰言此幻受，能害無我聚？

前面講的是受者是有境的受者，並不是補特伽羅，前面講的受者和這裡講的受者是不一樣的。這個補特伽羅心續當中有自性的沒有受者的話，這個補特伽羅本身也不可以說受者。

我們說的受者有兩個，一個是補特伽羅是受者，另外，他的心續當中的受心所也是一個受者。所以受心所和補特伽羅都是受者，就有兩個受者。剛剛前面是把受心所稱為受者，如果自性成立的受心所不存在的話，當然作為受者的補特伽羅也不存在，後面講的「畢竟無受者」就是有自性的一個補特伽羅不存在的意思。

「故說非真有」，從講受心所開始到現在第一〇一個偈頌的第一句為止講的是：對境的受不是自性成立的，有境的受心所也不是自性成立的，甚至有境的補特伽羅這個受者也不是自性成立的。因為這樣的緣故，就可以說受非真有，也就是受是不可能會真實有的。

「誰言此幻受，能害無我聚」，現在我們已經知道對境的受、有境的受心所和受者的補特伽羅都是如同幻化一樣，如果是這樣的話，我們為什麼還會執著呢？我們會覺得我要得到快樂、我要離苦，為什麼會有這樣的執著呢？既然這些受者都不存在，所以任何一個苦受都不會害我們，因為沒有一個被害的對象。沒有一個會快樂的接受者，沒有一個會受苦的受者，這些都是不存在的，為什麼還要執著呢？

「能害無我聚」，沒有一個會接受苦受的有自性成立的我存在，我就是受者的補特伽羅，聚就是剛剛講的受心所和對境的受。因為這樣的緣故，我們可以看破這種執著。

這樣的修受念處就是中觀應成派修受念處的方式，中觀應成派修受念處的時候，重點就在於：受本身是自性不存在的，受者的受心所或補特伽羅都是一點也沒有自性的。這樣的思惟修行就是中觀應成派修受念處的方法。

再來是心念處，心念處在四聖諦裡面是跟滅諦配合的，上次講過身念處跟苦諦配合、受念處跟集諦配合、心念處跟滅諦配合、法念處跟道諦配合 。以共道的角度來說，我們修心念處的時候認識心的本性，然後認識心續當中的煩惱是一個客塵，它不是會永遠存在的，所以心續當中一定有以後我們會證得滅諦的體性存在。所以我們修心念處的話，我們認識心的本性，然後我們就會知道心的本性是清淨的，而煩惱只是暫時出現而已。

上次我們講《般若七十義》的時候，有講到大乘自性住種性，自性住種性就是心的自性，自性住種性的「自性」是法性、空性的意思，這邊講自性住種性不是外面的法上面的空性，而是我們心的空性、心的法性、心的自性。心的自性是什麼樣子呢？心沒有自性就是心的自性，這就是心的空性，這就是心的法性。心沒有自性是什麼意思呢？就是說心是完全依賴因緣的，因此，心是永遠都可以改變的，有一天它會改變很大，或是慢慢改變就會變成成佛了。所以一定會改變的，這就是心的自性。由心的上面一個沒有自性的特色，所以心就可以改變，所以就可以成佛，於是就可以說自性住種性，自性住種性就是心的空性、心的法性。我們如果認知心的本性的話，我們就會覺得我們是可以成佛的。

剛剛我們講的心的自性、心的法性是就心的勝義諦的部分講的，並沒有講心的世俗諦。我們剛剛是從勝義諦的角度去講佛的種性，另外從心的世俗諦的角度也可以講佛的種性。

心的世俗諦的角度怎麼講佛的種性呢？心有一個「明」的特色，這就是世俗諦，以心的世俗諦的體性來說，心就是明，明是清淨的意思。以一個水池來說，水本身是清淨的，或許暫時會被髒的東西染污。以海水來說，越底下的水是越清淨的。所以水本身有一個清淨的體性。同樣的，我們的心以世俗諦的角度來說，心本身就有一種清淨的體性，明的意思就是這樣。

清淨的意思是什麼呢？比如我們現在是生氣或貪，有一些煩惱就會出

現，實際上這個心本身並沒有被干擾到，它自己本身並沒有貪跟瞋的體性，只不過是暫時出現而已，它本身還是清淨的。如果它本身就是瞋恨心的話，那麼，永遠都會生氣，事實上並不會這樣，生氣個幾分鐘可能就消失了，然後就不生氣了。這就表示我們的心本身就是清淨的，貪和瞋等煩惱並不是進入它真正的本性。貪瞋等煩惱雖然是在心續當中生起的，但是並沒有進入心的本性，所以我們說心的本性是清淨，這就是世俗諦的心的體性。

我們如果認知了世俗諦的心的體性的話，我們內心也會了解「我可以斷除煩惱」、「我可以滅除煩惱」、「我可以得到滅諦」，也可以有這樣的認知。所以我們修心念處的話，也會認知滅諦，修心念處跟滅諦是配合的。滅諦並不是外面的，是要滅心上面的煩惱，我們要去理解如何去滅心上面的煩惱。怎麼理解呢？這些煩惱有沒有進入心的本性？這要去理解，我們要了解這個就要去修心念處，修心念處去認知心的本性，我們就會理解煩惱並沒有進入心的本性，它只不過是暫時的出現而已，心的本性是清淨的，因此，這些煩惱是可以滅除掉的，這就理解滅諦，心念處和滅諦就是這樣配合的。

我們這邊是用勝義諦的角度講滅諦，剛剛有講到兩種，一個是觀心的世俗諦的本性也可以，另外我們也可以觀心的勝義諦的體性，每一個法上面都有二諦的體性。如果我們觀心的勝義諦的體性的話，我們要理解心是無自性的，這邊是觀心無自性的部分。

102. 意不住諸根，不住色與中，不住內或外，餘處亦不得。

甲曹杰的科判，「辰一、明意識自性無，辰二、明五識自性無」。

我們心念處對境的心就是六識，在六識當中先講第六識，然後再講前面的五識，「明意識自性無」就是第六識，「明五識自性無」就是前面的五識。將心分成六識的時候，我們要理解中觀應成派不承認第七識和第八識，他們只講六識。

這裡是先講第六識自性無，怎麼講自性無呢？我們在第六識上面也會執著，這樣的執著是怎麼執著的呢？執著時一定會想第六識的對境是可以取的、可以抓的，如果這樣的話，應該是找得到它存在的樣子。

上個禮拜我們講到無方分，無方分跟執著心有什麼關係呢？當我們執著心生起的時候，我們心裡有一個想法是它自己成立的，在它自己成立的這個想法裡面去想一想的話，好像應該可以指出來一個東西的感覺，在執

著心生起時可以指出來一個東西。如果是多的話應該就沒有辦法指出來，能夠指出來的意思是只有一個而沒有辦法再分的，所以就是無方分，這種想法是無方分，可以指出來只有一個東西就只有無方分，事實上有無方分嗎？並沒有。既然無方分不存在，任何一個法有分的話，那就是無自性的，就是執著心有問題。在執著心的想法裡面好像可以指出來的感覺，我們去觀察這個可以指出來的感覺的想法，應該是有一個無方分的東西存在才能夠指出來。

但是我的心裡很奇怪，好像有方分是會執著的感覺，好像有方分是一個存在的感覺，我們覺得有方分是很多無方分聚在一起的，所以真正在背後還是無方分。所以我們心裡有點連不起來的感覺，人家講無方分，我們馬上會想:「應該無方分是不會執著的,無方分就沒有了,有方分才會執著。」但是事實上，有方分執著的背後也是無方分。

想有方分的時候，分一分，分一分，好像有分就有一體的感覺，真正內心把無方分聚在一起，那就成立一體，所以內心有方分的時候才會執著，執著心還是靠無方分的。我們去觀察執著心這個想法的話，好像可以指出來一個東西的感覺，這個就是無方分。

現在這裡就是這個意思，如果執著心的對境第六識可以指出來的，那麼，可以指出來的第六識是在哪裡呢？在外境上嗎？在根上面嗎？不管哪裡都指不出來，那就沒有了。所以可以指出來的感覺就是執著的心。

在我們破除第六識有自性的部分，我們所破除的是什麼呢？我們要破除的是這個執著心的想法當中是什麼樣子，它的想法當中可以指出來的感覺，所以我們就破除它的想法，破除它的想法就會說:「意不住諸根，不住色與中，不住內或外，餘處亦不得。」 所以我們就問自己的執著心，事實上是指不出來的。

103.非身非異身，非合亦非離，無少實性故；有情性涅槃。

有指出來的第六識跟身體合在一起的也找不出來，以離開的角度找也找不出來,「非身非異身」就是這樣的意思。完全跟身沒有關係的另外一個地方也找不出來，所以說「非合亦非離」。「無少實性故」，連一點點自性成立也沒有辦法自性成立，所以有情性涅槃」，不管我們講有情或是補特伽羅，我們主要是從第六識講他是眾生或補特伽羅，現在第六識完全沒有自性的話，當然有情也就不是有自性的,「性涅槃」是沒有自性的意思。

涅槃就是過世、圓寂了，也就是「沒有」的意思。以藏文的角度來解釋可能比較好一點，藏文的涅槃是「過了憂苦」的意思也就是「離開憂苦」的意思。現在講的性涅槃跟空性是同義，我們為什麼在空性上面講離開憂苦呢？我們會受苦而沒有辦法離開痛苦，主要是因為執著心，如果我們修空性的話，就可以斷除執著心，所以就可以離開憂苦。所以我們就將空性稱為離開憂苦或涅槃。

法身分為兩個，也就是智慧身跟自性身兩者，自性身又分兩個，就是自性清淨自性身和客塵清淨自性身。自性清淨自性身的「自性清淨」就是指佛的心續當中心的空性，所以自性清淨就是本來就是清淨的意思。現在這裡講的是自性涅槃，也就是本來就涅槃，也可以用這樣的角度來解釋。所以有情本來就是涅槃，所以說「有情性涅槃」。但是「本來就是清淨」不可以解釋為「本來成佛而來輪迴」的意思。無始以來輪迴是沒有錯的，但是還是客塵，這是可以改變的，因為是可以改變的，所以本來就是清淨的，有人解釋違緣來世佛而發願來這裡的這樣是不對的。如果原來就是佛的話，就不可能來到這裡就沒有辦法回去了，如果是佛就一定是可以回去的。所以我們也要了解本來清淨的意思，它的意思並不是原來是佛而來這裡輪迴。我們無始以來在輪迴並沒有錯，這是可以改變的，它並不是本來如此的。這裡用「本來清淨」一詞，感覺好像有點問題，應該不可以這樣用，講體性清淨會好一點。

剛剛對於性涅槃已經講了三種解釋，一個是自性不存在是性涅槃，第六識的自性不存在，所以是性涅槃。第二個是將空性稱為涅槃，我們之所以沒有涅槃而一直輪迴的根就在於執著心，如果我們修空性的話，那就可以斷除執著心，就可以離開憂苦，所以把離開憂苦稱為涅槃。第三個是它的體性就是涅槃，它的體性就是清淨，所以說性涅槃。

剛剛講第六識自性無，接著是要講明五識自性無：

104. 離境先有識，緣何而生識？識境若同時，已生何待緣？

我們的五根識是跟對境比較有關係的，第六識跟對境就不是那麼有關係。比如我這裡有杯子，我的眼識就會出現杯子，如果沒有杯子的話，那就不會出現杯子。第六識就不是這樣，即使這裡沒有杯子，我還是會想杯子。所以第六識跟對境比較沒有關係。

五根識跟對境是非常有關係的，所以當我們要破除五根識有對境的時

候，就要跟對境配合起來講。五根識是非常依賴對境的，它依對境之間的關係如果沒有自性成立的話，那麼，五根識就不是自性成立的。所以我們要說它們兩個之間的關係是沒有自性。

這裡講「離境先有識，緣何而生識」，這是很簡單的，如果有境的心比對境早就有的話，這裡應該不可以用「離」，應該用「比」比較好。以對境跟有境的五根識來說，五根識如果比對境先有的話，「緣何而生識」，那麼，前面的有境好像是沒有對境的一個有境，那麼，生起識的緣是什麼呢？「識境若同時」，識和境如果是同時的話，「已生何待緣」所依的所緣沒有辦法說，所以同時也會有這樣的問題。

接著講緣是前面而有境是後面，就是第一〇五個偈頌的前兩句：

105.識若後境起，緣何而得生。

先有緣再有識應該是沒有錯的，但是如果以有自性的角度來說就錯了，什麼樣的錯呢？以有自性的角度來說，如果它們兩個前後有關係的話，中間是沒有隔的，我們也是從無方分的角度去破除它。這個不是色法，因此，我們就從時間的角度來講有沒有隔，前後有沒有分。如果它是色法的話，我們就以方分的角度來看它有沒有分。

現在這裡是講時間的角度，如果有自性的話，它是放前後的關係，那麼，中間有沒有隔呢？如果有隔的話，就沒有辦法幫助到它，如果沒有隔的話，它們兩個是一個或兩個呢？如果是兩個的話，就一定是時間的角度有分，如果沒有分的話，那就是一個時間。所以有分的話就不是有自性，如果前面的緣和後面的識兩者有連的話，有沒有「連的部分」和「沒有連的部分」呢？如果有的話，那就不可以說自性成立，如果沒有的話，那就變成一個時間。「識若後境起，緣何而得生」就是這樣的意思。

我們看看那些法，沒有一個無方分的，我們找一找無方分都找不到。在找不到無方分的時候，真的就指不出來那些法是什麼，它的源頭指不出來，好像就很神奇，你不可以說沒有，但是也找不到來源。所以是因緣和合而產生的，因緣和合而產生也就有一點像幻化的樣子，它真正的體性都沒有找到，它的源頭到最後都沒有辦法找到。剛剛是用色法的角度講，如果不是色法的話，剛剛後面兩句是講時間的角度。

問題：請問仁波切，這是講自性無的部分，自性有是一定不成立的。那麼，在名言上來講，我們是先有境才有識或境和識是同時的呢？

回答：中觀應成派會說境是在前面而識是在後面，他不會像唯識的說法，但是他也不像經部宗的說法，經部宗是承認無方分的，中觀應成派則不承認 。中觀應成派認為境在前面而有境在後面，但是還是境依賴有境，比如因依賴果、果依賴因。

問題：剛剛是說識緣到外境的時候，如果是識還沒有緣到外境的時候，外境對於識來講根本是不存在的。

回答：這還是唯識的說法。

《入菩薩行論六十》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/11/18

心念處之心分成二個：意識及根識，心念處的對境，意識是沒有自性的，後面的根識也是沒有自性。第 104 偈和第 105 偈這兩個偈誦是在講根識也是沒有自性。根識主要是靠對境，意識有沒有當場存在的對境並無所謂，他可以想過去的、未來的，第六識的意識不是靠現場的境。所以根識與意識有這樣的區別。我們講根識上面沒有自性的時候，我們破除它的自性的時候，跟它的對境非常有關係。如果根識有自性，根識和對境非常有連接，配合第 104 偈來講。

104.離境先有識，緣何而生識，識境若同時，已生何待緣？

這裡我們要理解，中觀應成派會不會承認眼根識從所緣緣那邊生起？這點唯識派並不承認，中觀應成派會承認，眼根識從所緣緣那邊生起。第 104 偈頌，離境先有識，緣何而生識，中觀應成問他宗：「如果根識不是靠所緣緣這個境的話，那麼根識是緣什麼而產生的？」此即表示中觀應成派承認為，根識是從所緣緣處產生的，經部宗也如此承認根識是從所緣緣處產生的，但唯識派並不承認，唯識宗認為所緣緣的境與有境是同時的，不是先有「對境」而後才有「有境」，唯識派並不承認，唯識和經部宗差別很大。中觀應成派會不會和唯識一樣承認所緣緣的境與有境是同時的？中觀應成派不承認是同時的。

中觀應成派不承認「對境」與「有境」同時產生，而是先有「對境」後來才有「有境」。它怎麼會是一個名言安立，怎麼會是從內心安立「對境」呢？先有「對境」後來才有「有境」，那麼又如何以「有境」來安立「對境」呢？分別心也好、量識也好、名言也好，怎麼會安立它（對境）呢？中觀應成派會說可以安立的。所謂安立並不一定要同時存在。比如，「明天」與「今天」，是否「今天」是由「明天」而安立的？是的，但卻先有「今天」才會有「明天」，兩者不需要同時存在的，因為「明天」尚未出現，「今天」就已經出現了，可是「今天」是由「明天」安立的，這並沒有什麼衝突、矛盾。一樣道理，所緣緣的「境」與「有境」二者雖可以先有所緣緣的境，後才有「有境」的根識，但還是安立的。

那麼經部宗與中觀應成派的觀點不同在那裡，呢？由所緣緣產生根識這個觀點是一樣的，但如何產生的，卻有不同看法。經部宗不認為會先有

對境的法，所謂對境的法是慢慢產生的，是先由無方分極微慢慢變成，有境能夠看見的對境。中觀應成卻認為沒有一法是可以直接指出來的法，並沒有如經部宗所說的，由無方分極微的法慢慢變成根識能夠看見的對境，中觀應成卻認為沒有一法是可以直接指出來的法，施設義找不到。這是經部宗與中觀應成派的差別。

中觀應成派承認「對境」先有，但如何先有呢？是對境自己產生的嗎？不是的。對境本身是找不到的，它是靠互相依賴而有的，甚至與後面產生的「有境」也是互相依賴的。比如現在的「眾生」以後會變成「佛」，這個佛是依賴眾生而來，現在的眾生也是依賴未來的佛而有，這樣前後互有關係。中觀應成派認為，任何法均互相依賴；任何法均依賴一切的法，是沒有自性的，此中觀應成派的主張；承認外境，但不承認無方分極微的外境，應成派與經部宗的差別即在這裡，。

那麼中觀應成派會不會承認唯識說的「法無我」呢？唯識所說的「法無我」，是沒有外境及無方分極微的外境，此二者都是法無我。宗義寶鬘提到，中觀應成派認為，唯識派所說的「法無我」及自續派所說的「法無我」兩者都是比較粗的「法無我」。由此可知應成派是承認他們所說的「法無我」，否則不會說那是粗的「法無我」。

中觀應成派是承認唯識所說的「法無我」，但卻不承認唯識說的『一切法皆是從心的習氣示現的』這一點。唯識派解釋，一切法皆不是由外境產生，而是由心的習氣示現安立的。中觀應成派承認唯識派要「去除」經部宗所說的無方分極微的外境這一部份，但不承認唯識派要成立的這一部份，所以中觀應成派承認唯識的「法無我」（法無我是去除無知的法），承認要去除無方分極微的外境。同樣的中觀應成派，承認中觀自續派要「去除」的「法無我」這一部份。至於中觀自續派要成立的這一部份，所謂「無害心的安立」，中觀應成派就說，「對不起，這個我沒辦法承認。」因為「無害心的安立」先要有「無害心」，那麼「無害心」就成了對境，就有自性了，施設義就找得到了。因此，中觀應成派承認自續派的是，自續派要去除的這一部份，但不承認成立的這一部份。

中觀自續派的「法無我」要破，「非以無害心向彼安立而是以不共存在的方式成立」其重點在「以不共存在的方式成立」要先破除，此點破除了，「非以無害心向彼安立，而是以不共存在的方式成立」，整句都可破除了，中觀自續派認為這樣子破除後，自然會有「無害心安立」，這個自然就會理解。

中觀自續認為「以不共存在的方式成立」這點破除後，便成立了「共的存在方式」，什麼是共？有境跟對境共，所以對境也是自己有自性的。因此中觀自續派認為破除「不共存在的方式成立」後，對境與有境平等(共有自性)，是由共同的力量成立的，所以一定要有無害心安立，即以中觀自續派的角度來看，要破除「以不共存在的方式成立」時，不需要成立「共的存在方式」，麻煩就在這裡，，應成派不承認這兩件事相等，不必說共或不共，反正兩者都不存在，這是中觀應成的看法，可以破除「非以無害心向彼安立，而是以不共存在的方式成立」。這時要成立「無害心而安立」嗎？不用，這裡中觀應成派的解釋便與自續派不同了，也就是說，應成派承認自續派要「去除」的那部份，但不承認「成立」的部份。

所以，中觀應成派承認自續派的法無我，但不承認自續派之法無我是成立了什麼。「法無我」本身是去除無知的法，不是成立的法，所以應成派是否承認自續派之法無我，要從破除的地方來看，自續所要破除的也是應成派同意要破除的，至於自續派成立的部份有沒有承認都沒關係。

問題：請問仁波切，自續派有破除，也有成立。應成派承認破除的部份，不知是破除那一部份？是「非以無害心安立」這一部份嗎？

回答：要破除的是「以不共存在的方式成立」這部份。中觀應成派也承認這部份不存在，自續派說的沒錯。

問題：所以自續派也承認「萬法不是以不共存在的方式而存在」。

回答： 對、對，沒錯。自續派承認「一切萬法以共的方式而成立」。

問題：是承認以共的方式而成立，不共的要去除

回答：對。

問題：「非以無害心而安立」這部份是要承認的嗎？

回答：這部份不承認。「以無害心而安立」不表示對境本身沒有自性。「以無害心而安立」表示無害心也存在，對境的力量也存在的，是共同的力量產生的。

問題：「無害心」與「名言量的分別心」是一樣的嗎？

回答：這要解釋。自續派的「無害心」是指「施設義找得到」，表示「對

境存在」，所以不會區分「對境存在」或「施設義找得到」的不同處，自續派認為兩者是相等的 所以這個心若是量識的話對境就存在。心若是量識的話，就了悟「境」。自續派認為了解境與「施設義找得到」是同義的。自續派認為「施設義找得到」就是「量」。

中觀應成認為「量」與「施設義找得到」兩者的意義是不同的，即「施設義找得到」是不存在的，但是對於「量」的了解是存在的。「施設義找得到」只是名言上安立而已，不是真正的找到，但眾生執著「施設義找得到」的這種感覺，所以毗婆沙宗、經部宗、唯識宗、中觀自續派這些行者在「施設義找得到」時，內心馬上會生起執著分不清楚。

過去的傳記中，記述了許多修行人在快要瞭解空性時心裡非常害怕，好像自己就要不存在了，就是如此。因為執著心強的關係，只要心中的對境一出現，馬上就執著，特別是「量識」，那個瞭解的感覺就像：「喔！就是那個！就是這個」，這時「施設義找得到」的心執著得更強。所以當量識生起時，對境本身好像找得到施設義的感覺，這兩者很難區分，自續派很難區分，我們也一樣很難區分。所以自續派將「施設義找得到」與「了解對境」兩者劃上等號。

「量識」就是無害心。若施設義確實找得到的話，就是無害心。沒有其他的心可以破除的，就是無害心。若量找到施設義這部份是正確的，當然其他的量與智慧便無法破除它，所以是無害心。「無害心」是沒有被害的的意思。是正確的，永遠不會有其他心可以去破除它。「無害心」的意義，不是不會傷害其他的，而是它不會被其他心所害，是不會被傷害的心。

「無害心安立」是什麼意思？為什麼不說心「安立」呢？「安立」表示有階段性的限制。安立到什麼程度有受到限制，不是安立到整個對境本身有力量，對境本身有自性，還是可以有安立，所以安立到什麼程度有一個限制。「無害心安立」這句話意思，是指它不是安立整個喔！

中觀應成派不承認「無害心安立」。應成認為一切法非以無害心安立的，但不承認一切法以「不共存在的方式而成立」。即中觀自續要破的法我，「非以無害心安立而是以不共存在的方式而成立。」這裡，中觀應成承認「非以無害心安立」這部份，但不承認以「不共存在的方式而成立」這部份。自續派是將這兩個部份劃上等號，所以我們要將中觀自續派的「法我」整句列出，才能瞭解其完整的意義。

（仁波切笑著說：你們現在學了一段時間所講解的聽得進去，剛開始學

宗義寶鬘時，我講到這部份你們可能聽不懂，現在慢慢的好像可以了解的感覺。）

「識境若同時，已生何待緣」，識與境若同時產生，那它是依什麼緣而產生的呢？再來，請看第 105 偈：

105.識若後境起，緣何而得生？故應不能知，諸法實有生。

若境先生起，有境才生(實際狀況是這樣的)，那麼怎麼會有自性產生呢？「緣何而得生」就是「怎麼會是有自性的呢？」的意思。賈曹杰大師在這裡是說，如果先有境，然後才有有境的根識，有這種前後關係存在時，有境的根識一定是有分，如果是有分的話，那一定是無自性，這是他的重點。

再來就是法念處，只有二句：「故應不能知，諸法實有生」，「法」是道諦，是離苦得樂最正確的法寶(方法)。學習了前面的「身念處」與「受念處」之後，內心會產生選擇一種最正確的法，這就是「法念處」的法，沒有另外取出來的法了。

上次提過，「身念處」就是苦諦；「受念處」就是集諦；「心念處」就是滅諦；「法念處」就是要修道諦，是指正確的道路正確的方法。

前面已學過輪迴就是苦，苦的因在那裡？就在「受」上面的貪著，「心念處」在學，心本身是清淨的，心中所有煩惱是可斷除的；「集諦」之輪迴法都是執著，要破除這種執著，就要把所有的法看作沒有自性，認知執著是錯誤的，他的對境是沒有自性的，選擇走這條路就是法寶，就是「道諦」，這樣修就是「法念處」。「法念處」的對境是身、受、心，及以外的一切法。重點是要修正念，不是修四聖諦的修行方式。修正念的對境是身、受、心、法。若配合四聖諦就不只是這個意思，這時的法是方法的法，也就是前面修「身念處」、「受念處」、「心念處」之後心裡選擇的法。如修「身念處」、「受念處」時，心裡以經生起了出離心；修「心念處」時，認識了心本來是清淨的，此時心中已有「解脫」之曙光，心中會選擇解脫之法，破除前面的執著。

「法念處」裡講「故應不能知」的「故」，指前面已經學的「身念處」「受念處」「心念處」，由於這些理由，現在選擇將一切法都當成無自性，若有自性就是輪迴之法，所以才能說：「故應不能知，諸法實有生」。不能知，是指雖無始以來我們都將對境當成實有，但卻不能將對境變成實有，

若能知對境是實有則不能解脫。「諸法實有生」意指諸法不能變成真正實在的法。反過來說，我們要修「對境是無實有」的，這才是實在的，這就是「法念處」。「法念處」是以反面的角度來說的，所以真正能知的是諸法無實有生。這才是真正該知的、該修的。丁二　斷二諦諍

戊一、斷太過諍

106.若無世俗諦，云何有二諦？世俗若因他，有情豈涅槃？

這是他宗的諍論。他宗認為中觀應成派以勝義法破除名言上實際存在的緣起關係，傷害了緣起的世俗法。中觀應成說一切法找不到，但又講存在，這實在很難解釋。這邊所講的「存在」是指「名言上存在」，好像有實際上不存在的感覺，如此便傷害了世俗上名言關係。世俗的因緣關係就變成沒有了，世俗法沒有了，那麼世俗法上的勝義諦也就不存在了，如此二諦都不存在。

比如前面說，沒有無方分的法，意思是說沒有施設義找得到的法，施設義找不到，法就找不到。法找不到，就是指名言上的世俗法實際上是不存在的。世俗法若不存在，那麼它勝義上的法也不存在了，所以二諦便都不存在了。這是他宗的看法，不只是他宗會如此認為，我們想一想也覺得這道理很難懂。

宗喀巴大師在正理海說，學習這些深奧的道理時，先把心放下擺在一邊，祈求佛菩薩加持，慢慢就會理解，否則剛開始時真的很難接受。祈求佛菩薩讓我們的心能夠理解，若用自己有限的智慧是不容易懂的，不要用自己的智慧當標竿，應祈求佛菩薩使我們的智慧增長能與這些法的內涵接近。

所以宗喀巴大師說：「名言上存在」的法先不要講太多，先破除「有自性」「施設義找得到」的部份。

至於名言上如何安立？如何產生的？暫時很難懂，我們只要先這樣了解就可以了。如果「萬法沒有自性」「施設義找不到」，那就『應該是』名言上存在。把它當做『應該是』就好了，不要再想「為什麼名言上存在呢？」，先破除「萬法有自性」「施設義找得到」的觀念即可，這點要強調。

至於名言上的部份，只要認為『應該是』就可以了。若一路破下去，則世俗諦之業、因果、緣起等道理是不實際的，也就是世俗法不存在，那世俗法上的勝義諦也不存在了，二諦都空了，這樣的諍論會出現的。

有時，我想宗喀巴大師給我們的關鍵重點知識，我們來將它作成書籤。如廣論裡，的重點，或有力道的法都可以用來作書籤，這個想法是很好的

今天就講到這裡。

《入菩薩行論六十一》

雪歌仁波切講授，法炬法師翻譯，2007/11/25

上次我們講到第一〇六個偈頌，這邊是講斷二諦的諍論，二諦確實在修行上面是非常重要的，我們平常講廣行的法門就是世俗諦，深見的法門就是勝義諦。這些對境的法門修的正不正確，應該是所緣的有境，我們對於所緣的二諦如果不是那麼清楚的話，所修的深見和廣行的法門也沒有辦法修的正確，如果這樣的話，那就沒有辦法得到果報。我們平常講基道果，基就是二諦，道就是廣行的法門和深見的法門，果就是色身跟法身一起的佛果位。

中觀應成派才能夠講最正確的二諦，下部宗都沒有辦法正確講出二諦的情況或行相，所以中觀應成派對於自續派以下一直說：「你們講的解脫不是解脫。」以中觀應成派看來，下部宗修的都沒有辦法真正成就究竟的果位，原因就在於基礎的二諦有問題，所以道當然就有問題，那就沒有辦法成就果位了。

這邊講二諦諍論的意思是：下部宗講的二諦跟中觀應成派講的二諦差距是很大的，所以下部宗就沒有辦法接受中觀應成派解釋的二諦，因此就產生諍論，我們這裡就是要斷二諦的諍論。

為什麼有諍論呢？剛剛前面我們透過四念處講法無我的時候，一直講身、受、心、法一切都是無自性的。下部宗覺得：如果是無自性的話，身、受、心、法就都應該不存在，如果不存在的話，世俗諦的法也應該不存在，那麼，能依的勝義諦的法也不存在。以二諦來說，這兩個之間也應該有這樣的關係，一個是所依，一個是能依，世俗諦的法就是所依，勝義諦的法就是能依。如果所依的世俗諦法不存在的話，能依的勝義諦法也沒有辦法存在，那麼二諦就有問題了。第一〇六個偈頌的「**若無世俗諦，云何有二諦？**」就是這樣的意思，假如沒有世俗諦的話，怎麼會有勝義諦呢？如果沒有勝義諦的話，又怎麼會有二諦呢？這就是他宗的諍論。

後面一個是講「眾生未來也沒有辦法解脫」，因為所要脫離的輪迴不存在，輪迴是世俗諦的法，如果輪迴不存在的話，解脫本身也就不存在了。這裡說「**世俗若因他，有情豈涅槃？**」，如果輪迴這個世俗的法都是無自性的，都是名言安立而自己本身沒有一個自性的話，那就不存在了，就不是真正實在的了。如果輪迴本身不是真正實在的，當然脫離它而解脫也就不真實。

我們要去思惟「輪迴不真實」，上次我們講《中論》的時候解釋第八個

難處，我們說佛透過眾生才可以理解世俗諦的法。佛和眾生都屬於有境，另外那邊就是對境的法。

比如一個人的眼睛有問題，可能他會把月亮看成兩個，另外一個人的眼睛是沒有問題的，他就把月亮看成一個。我們看不到兩個月亮，他卻會看到兩個月亮，一個是實在的，另一個則是不實在的。另外，以水來說，人看到它就是水，天道看到就是甘露。佛和眾生就像天道和人一般，人道和天道面對水的時候，一個看到的就是水，另一個就是甘露。但是，也不可以說天道不知道水，那麼，他是怎麼知道的呢？他就看對人來說這就是水，所以他就知道這是水，這是相對來說的。佛跟眾生也就像是這樣，佛直接看是看不到有一個輪迴，也看不到一個苦，但是相對於眾生來說就有苦及輪迴。密宗裡面一直修自己是本尊，然後房子是檀城等等，這樣修到真正成就的話，對我們來說，這些都是檀城、淨土一般。但是，我們不可以說我們那時就不知道輪迴，還是知道的，相對的就知道，對眾生來說，這就是苦、輪迴。

我們上次講到佛沒有辦法直接知道世俗諦的法，意思是沒有辦法知道這些對境的輪迴。因為輪迴裡面世俗諦的法是相對於眾生的角度解釋的，佛就沒有辦法直接知道。

現在這裡講輪迴是名言安立的，怎麼安立的呢？它是世俗的名言安立，世俗的名言就是分別心。安立有兩種，剛剛講的我看錯了月亮是兩個或兔角等等，這種也是名言安立。但是，名言安立之後能不能存在又是另外一件事了，要怎麼判斷呢？我們的習氣有一個累積的過程，然後後面真正的境就出現了。我們眾生分別的執著心就是煩惱一直累積，然後就造業，從那邊的習氣一示現出來，真的一個境就會出現，剛開始是沒有出現的，但是，累積了一個過程之後就會有一個境示現，這個境示現的時候就存在了。為什麼沒有辦法示現兔角呢？因為我們所累積的沒有辦法達到一個程度，所以它就沒有辦法出現。

以安立來說，一個是它安立了之後其他的量就沒有辦法害它，它就是存在的。所以它存不存在就是看其他的量有沒有害它，如果沒有辦法害到它的話，它就是存在的。它存不存在也是沒有自性的，它存不存在也是依賴其他的，看有沒有其他的量可以害它，如果沒有能害的其他的量的話，這個境就是存在的。

問題：名言安立可能是顛倒識，由心識名言安立出來的，但是裡面可能是顛倒識。至於名言量則是其他的名言識沒有辦法害到它的，所以是屬於正確的心識。名言有跟名言安立又不一樣，名言有跟名言量一樣是大家共同承認的。所以名言安立跟名言有又不一樣，而名言量跟名言有是差不

多的。是不是這樣呢？

回答：有跟量是一樣的。但是怎麼能夠算量呢？在名言安立了之後，要怎麼去判斷它正不正確呢？就要看有沒有能害（破除）它的其他的量，如果沒有的話，它就是量。這就是名言安立跟名言量的區別，以名言安立來說，不管存在或不存在，都是名言安立的，在名言安立之後是不是名言量，那就是另外一回事了。

這裡講「世俗若因他」，輪迴這個世俗的法只是一個其他有境的名言所安立的話，「因他」的意思就是「世俗輪迴的法假如是名言安立的話」，「因」是原因，「他」指的是名言，「若因他」就是「如果世俗輪迴的法是以名言安立的話」，這樣一來，未來有情怎麼會解脫呢？這邊講解脫是勝義諦、輪迴是世俗諦，如果沒有世俗諦的話，那就不會有勝義諦，這也是二諦的諍論。

涅槃、滅諦就是勝義諦或空性是中觀自續派所不承認的，中觀應成派才會承認。我們先要理解解脫為什麼是空性，解脫是什麼時候產生呢？一個修行者斷除一切煩惱的時候才得到解脫，所以滅除一切煩惱的這個滅諦就稱為解脫。

解脫是無知，阿羅漢不是無知，阿羅漢不可以說解脫，阿羅漢是得解脫的補特伽羅，也就是阿羅漢是解脫者，我們要區分解脫跟解脫者。解脫是滅諦，解脫是無知的法，解脫者就是補特伽羅。

解脫是怎樣的滅諦呢？就是滅除一切煩惱，這樣的滅諦。滅諦有很多，解脫這個滅諦是滅除一切煩惱的一個滅諦，這才稱為解脫。滅除一切煩惱並不會一下子就馬上得到，前面先滅除分際的煩惱、滅除俱生大的煩惱、中的煩惱、小的煩惱，然後後面則是把整個煩惱都滅除掉，那就是解脫。

滅除一切煩惱的滅諦的前續是滅除中煩惱、滅除大煩惱、滅除遍計的煩惱。所以見道的時候滅除遍計煩惱就是第一個滅諦，然後再來就是滅除俱生的大大的煩惱，此時是另外一個滅諦出現？或前面那個滅諦變成滅除大大煩惱的滅諦呢？前面的滅諦就會變成這個，不可以說是另外有一個新的滅諦出現，而是前面的那個滅諦進步了。同樣的道理，慢慢到他解脫的時候，以前得到的滅諦就變成解脫了，以後到成佛的時候，他的滅諦就變成客塵清淨自性法身。佛的心續當中並沒有不同的滅諦，並沒有分為滅除遍計煩惱的滅諦或滅除大大煩惱的滅諦，佛的心續當中所有的滅諦都是客塵清淨自性法身。

我們現在要講解脫為什麼是空性，我們先要找解脫的體性在哪裡，我們找它的前續一直到最源頭就是滅除遍計煩惱的滅諦，滅除遍計煩惱的滅

諦的前續就是空性。我們剛剛講的滅諦是第六識上面的滅諦，第六識以前被遍計的煩惱蓋住了，現在得到滅除遍計煩惱的滅諦時，就是在第六識上面去除遍計的煩惱，所以我們所得到的滅諦也是在第六識上面的滅諦，所以它的前續的空性也是第六識上面的空性。

為什麼空性變成滅諦呢？比如我們現在還沒有進入資糧道，我們現在第六識的空性以後就會變成滅諦，先會變成滅除遍計煩惱的滅諦，慢慢的，最後就會變成客塵清淨自性法身。「第六識上面的空性」的意思是它的究竟本性，所以我們第六識上面究竟的本性真正出現的話，那就會變成佛，意思就是它的究竟本性上面是有佛性的，也就是我們眾生第六識的究竟本性就是佛，以後就會變成佛。

可能有人會問：我們的空性是會變的，現在我們在輪迴的時候它有沒有變成另外呢？我們第六識上面的空性在以後成佛時會變成去除一切二障的滅諦。「沒有瓶子」是無知，「沒有菩提心」也是無知，「沒有二資糧」也是無知，所以我們現在第六識上面的空性是沒有菩提心的無知呢？我們剛剛講過，當我們成佛的時候，我們的心續當中有菩提心而沒有二障，所以當我們成佛的時候，我們第六識上面的空性就變成沒有二障的無知。同樣的道理，我們現在是未入道的時候，我們第六識上面的空性是不是沒有菩提心、沒有空正見的無知呢？不是的，看起來很像，但不可以說是。如果是「是」的話，那就糟糕了，我們第六識的究竟的本性就沒有辦法生起菩提心，這樣的話就永遠都生不起菩提心了。所以我們第六識上面的空性現在輪迴時不是沒有菩提心的無知，為什麼不是呢？沒有菩提心是客塵、暫時的，沒有空正見是暫時的，但是空性不是暫時的，它是永遠的，如果我們說空性就是沒有菩提心、沒有空正見的無知的話，我們就永遠都生不起空正見及菩提心了。

現在要講的重點是：我們第六識上面的空性有一個特殊點，好的時候它會改變，不好的時候它不會改變。所以剛剛說我們第六識上面的空性是滅諦前面的續。滅諦是空性或空性以後會變成滅諦，這兩個的意思是一樣的，這就代表眾生會成佛。

講解脫是空性有什麼意思呢？意思是解脫（滅諦）的前面的續就是空性。前面的續是空性是什麼意思呢？意思就是眾生永遠都會成佛。

問題：我們知道顯教說的證空性是證對境的空性，現在說它的因是第六識的空性的相續，就是說它本身在基礎上有空性的能力才能得到對境證得空性的果報，是不是呢？因為第六識上面有一個空性的本質，所以才能證得對境是空，是這樣嗎？一般顯教是以外境自性空來證，我們現在講到見道位菩薩斷遍計煩惱，它的前面的因是因為第六識上面的空性。

回答：我們講大乘正行的所依自性住種性，「大乘正行」本身就是真正的修行，這是講能修行的心，這個心是依於它上面的空性，「所依住種性」就是這個意思。我們先要了解大乘正行是從大乘資糧道到十地最後際的心續，到這個階段是菩薩，再後面就成佛，這就是為了成佛而修行的大乘正行。這個修行者的修行為什麼會成就佛的果位呢？原因就在於他自己的心本身是沒有自性的，他的心是可以改變的，所以是可以成佛的。他為什麼可以成佛呢？因為他的心裡有一種可以改變的體性，可以改變的體性就是沒有自性的體性，沒有自性的體性就是它上面的空性。

所以，原因是它上面沒有自性的這個特色，也可以說它上面有空性就可以成就。修行大乘的正行會不會成就是靠它有沒有永遠可以改變的體性，也就是看它上面有沒有空性，這兩個的意思是一樣的。它上面有空性才可以成就，它上面有沒有自性的體性才可以成佛，它上面有永遠可以改變的體性才可以成佛。

大乘正行修的會不會成功就是靠他的心上面的空性，所以它上面的空性是所依。我們這裡是講大乘正行的所依自性住種性，自性住種性就是心上面的空性，大乘正行是依它成佛的。依它的意思就是它的本性，同樣的意思，我們眾生為什麼可以解脫呢？為什麼可以成佛？為什麼可以去除二障呢？原因就在於我們眾生的心上面有一種永遠可以改變的體性，或是可以說沒有自性的一個體性，或者可以說它上面有空性，所以就可以成佛、可以斷除二障。

剛剛講第六識上面的空性可以是滅諦就是這個意思，也就是他以後證得滅諦時他本身就有這個可以改變的體性，並不是從外面另外給他的。所以什麼會變成滅諦？什麼會變成佛？是他的本性。我們講第六識上面的空性會變成滅諦就是這樣的意思，我們修的時候要了解對境沒有自性，也要了解有境沒有自性，這又是另外一個，這是修對境的意思，剛剛我們講的不是修的對境，我們剛剛只是講有沒有空性，有第六識上面的空性的話，我們未來才可以斷除二障，我們現在還沒有講到要修的過程。

問題：在講這個之前是說解脫為什麼是空性，然後就開始講解脫的體性在哪裡，它之前的相續是因為滅除了遍計煩惱，而滅除遍計煩惱前面的相續是空性。我們有六識，其他的前五識應該也有空性，它一定也是沒有自性的，它也一定是永遠可以改變的，可是，為什麼它沒有辦法讓我們走到解脫這個道路呢？

回答：你剛剛說的它可以改變是沒有錯的，五根識到成佛的時候才可以改變，在這之前是沒有辦法改變的。但是不可以說完全都沒辦法改變，還是可以改變的。在成佛之前我們修行的過程只有改變第六識，五根識是

沒有辦法改變的。我們剛剛講的是：我們第六識改變的時候，我們第六識上面的一些煩惱就會一直去除，在我們現在還沒有成佛之前修行的過程只能改變第六識，所以五根識的空性在這個階段是沒有關係的。我們剛剛講的是空性會使我們往好的方面改變，當我們改變的時候，第六識上面的空性就會改變。

剛剛講的重點沒有講到五根識、第六識，重點是我們要理解空性是什麼上面的空性。比如它上面的滅諦是第六識上面的滅諦，當然它的前續的空性也是第六識上面的空性，我們馬上就可以理解了。

這裡自宗的回答是第一〇七個偈頌：

「**此由他分別，彼非自世俗，**
後認定則有，否則無世俗。」

他宗認為分別心安立的意思是「對境不存在而由分別心安立」，如果是這樣子的話，這個分別心就是顛倒識。「此由他分別」這裡的「他」，以有境的角度來看的話，對境就是「他」，「分別」就是顛倒識的意思，你認為這個就是顛倒識。「彼非自世俗」，「彼」就是你講的這個，我不會說你講的這個就是我講的世俗，你認為的這個有境的名言是顛倒，我所講的則不是，我不承認你所講的就是能安立的名言，也就是你所講的世俗並不是我所講的世俗。

問題：所謂的名言量，比如「這是一枝筆」是名言量嗎？

回答：名言量不是那麼容易理解的，因為名言量是一個非常細的世俗法，了解空性之後才能夠理解名言量，看破有自性之後才能夠理解名言量，所以名言量不是那麼容易理解的。但是不可以說：「一切的法是名言量，所以，一切的法都是最細的世俗的法。」一切的法是名言量是沒有錯的，一切的法沒有自性是沒有錯的，但是不可以說一切法沒有自性就是空性。

沒有自性是空性，但是並不是一切的法都是空性，還是有區分的。一切的法是沒有自性，「沒有自性」這個部分就是空性，但是，不可以說一切法就是空性。同樣的，一切的法是名言量，名言量是一個非常細的世俗的法，不可以說一切的法是非常細的世俗的法。比如取出來「這枝筆」是名言量，了解這一枝筆不可能就了解名言量。同樣的，這枝筆是無自性，不可能說了解這枝筆就了解了無自性，這是同樣的道理。

要理解名言量之前，第一個要理解的是名言安立，此時就一定要理解對境自己是沒有自性的，如果沒有理解對境本身沒有自性就沒有辦法理解名言安立。所以先要理解名言安立，然後其他的量沒有害它，才能夠理解

名言量，名言量是一個非常細的世俗的法。

宗喀巴大師的《正理海》裡面有說：「我們要先一直去破除有自性的執著心，破除了之後，一切的法還是有名言量，這是非常難的，我們心裡就要一直帶到這個方向。」所以這個部分是非常難的，我們第一個就是要先破除實有的部分，在這之後怎麼能夠帶到一切法是名言安立上的存在，這就是後面的。

這裡是講「後認定則有」，意思是：我們現在還不理解空性，眾生在後面了解了空性之後，還是會理解這個對境的世俗的法還是存在的，所以你所指的名言是有問題的，你指的名言是了解空性之後則名言就不存在了。他的諍論就是這樣，好像了解空性之後名言就不存在了，因為他認為名言就是一種諦實有的執著心，如果認為這個就是名言的話，那麼在了解空性之後它就不存在了。所以你所認為的名言並不是，以你所認為的名言角度來說，了解空性之後就不存在了。現在是了解空性之後對境還是在名言上存在的，「後認定則有」，在了解空性之後還能夠認定這些世俗的法是有。所以我們就不可以承認你所說的，如果是這樣的話，在了解空性之後就什麼都沒有了，本身好像名言量的一切法都沒有了。後面的「沒有世俗」的「世俗」不是世俗諦的法，這個世俗的意思是名言量。這就是自宗回答的。

念一下第一〇八個偈頌：

「**分別所分別，二者相依存，**
是故諸觀察，皆依世共稱。」

我們自宗怎麼樣說明名言安立呢？就是「分別所分別」。比如一個有境的對境的分別所分別，二者是相依存的。比如我們把對境看成隱蔽法，這是看相對的對境是不是需要透過理由才能夠理解，看相對的對境，我們把它解釋為隱蔽的法，我們沒有辦法說這一定是對任何一個眾生都是隱蔽的法，這是不一定的，相對來說，有的是現前法，有的是隱蔽法，沒有辦法固定說它就是隱蔽的法。如果它是隱蔽的法，對境一定是分別心，如果對境是現前的法，當然相對的有境就一定是現前識，所分別、所現前都是相對的，所以對境跟有境都是相對的。

更深入一點來說，就像剛剛講的以水來說，相對來說就要區分這是水、這是甘露，這是比較深入的來講業力。剛剛講的，相對於這個有境是現前，它就是現前法，相對的它是隱蔽的法，它就是比量或分別心，這就是隱蔽法，這些都是互相依賴。

互相依賴的意思不是我們平常心裡想的我依靠他、他依靠我，這裡講的依賴的意思是自己完全沒有自性的意思。「是故諸觀察，皆依世共稱」，「共

稱」的意思不單單是「我叫它什麼名字」的意思，這裡的意思是：這個法本身自己怎麼存在是靠依賴的，自己是完全沒有自性的。並不是我叫一個人什麼名字，他才會變成什麼樣子的人，並不是我叫他王先生，他才會變成王先生。這樣太粗了，不只單單這個意思，這邊的「共稱」還有更深入的意思，我們安立它這個名稱主要是量的對境上面是怎麼產生的，並不只是名稱而已。量是怎麼出來的呢？這也是靠依賴，它自己是完全沒有自性的，在靠依賴當中，我們量的對境中它就出現了。在了解空性之後，我們才能夠觀察到那麼細的世俗的法，現在我們沒有辦法理解。這邊所講的是很深的，我們只看字面上的解釋，可能會覺得好像很簡單的樣子。

問題：在破斥他宗對於世俗諦和勝義諦的見解時，他用「分別所分別，二者相依存」，是說世俗諦跟勝義諦也是這樣相依存的意思嗎？

回答：不是。現在這裡講的是自宗名言量的定義，說明自宗是怎麼講名言量的，他宗所說的名言是有問題的，所以是自宗自己說明他們對於名言量的解釋。

《入菩薩行論 六十二》

雪歌仁波切講授， 2007/12/02

106.若無世俗諦，云何有二諦？世俗若因他，有情豈涅槃？

107.此由他分別，彼非自世俗，後認定則有，否則無世俗。

108.分別所分別，二者相依存，是故諸觀察，皆依世共稱。

第一〇六個偈頌到第一〇八個偈頌就是斷太過諍，第一〇六個偈頌本身是他宗的諍，後面的第一〇七和第一〇八兩個偈頌就是斷他們的諍論。第一〇八個偈頌主要是自宗的主張，他宗沒有認清楚自宗講的到底是怎樣的法無我。

能分別和所分別兩者都是互相依賴的，意思是本身所分別的境完全是沒有一點點自己的自性，它完全都是靠所分別，所以說「二者相依存」。

說到「二者相依存」，唯識會這樣說，中觀自續派也會這樣說，但是中觀應成派說的依賴跟下部宗說的互相依賴不一樣，他們強調的是「自己完全沒有自性」的部分，所分別的對境或能分別的有境都一點也找不到自性，自己本身也不是自己的自性。

我們會認為「我」是「我」的自性，實際上，「我」並不是我自己的自性。如果是我自己的自性的話，它就可以指出來一個無方分極微，事實上是沒辦法指出來的。另外，如果我是我自己的自性的話，聖者的根本聖智當中應該要顯現，比如他的施設基要找得到或是根本定（根本聖智）當中應該要顯現，但是根本聖智當中沒有辦法顯現，根本聖智當中都是無。

任何一個法自己不是自己的自性，如果它自己是自己的自性的話，就應該不需要依賴其他的法。這兩個是相違的，但是我們腦筋裡面都不會覺得它們是相違的，我們腦筋裡面永遠都會想成自己是自己的自性。實際上，如果任何一個法自己本身是自己的自性的話，自性的意思就是本性，那麼，它就不需要依賴其他的法，而實際上也是要依賴其他的法。所以自己不是自己的自性。

以「依賴其他的法」這個部分來說，任何一個法的每一個部分無一不是依賴其他法的，所以任何一個法的每一個部分都是依賴其他的法，所以它自己的自性的部分是一點都不存在的。所以任何一個法整體是沒有一個

自己的自性的。如果有的話，它裡面應該要能指出來無方分極微的法，事實上並沒有，這就表示它是沒有自性的。

我們現在的重點是自宗跟其他宗義在「沒有自性」方面不一樣的解釋是什麼，這是我們要釐清的。分別心的所執境是所分別的，能分別的就是分別心。我們先要理解唯識講的法無我有兩個，分別心的能取、所取沒有異體，都是一體，所以是二空，這是就無分別心的角度講的。以分別心的角度講的話，以色法上面的法無我來說，遍計所執所執自相成立是法我，自相不成立就是法無我。

現在的重點是宗喀巴大師在《辨了義不了義善說藏論》裡面講的時候，以前的祖師們並沒有講得那麼清楚，宗喀巴大師就開始講分別心當中的法無我、唯識的法無我。所以我們就將宗喀巴大師讚嘆為雪域大車軌。為什麼說是大車軌呢？宗喀巴大師在唯識上面所講的是一個新的、大的路，應該是說本身是有路的，只是被眾生的無明蓋住了，宗喀巴大師打開這一個大的路，所以就稱他為雪域大車軌。宗喀巴大師解釋唯識見解的時候，不只講能取所取二空，他也講分別心的所緣對境跟分別心本身領者當中對於法無我的解釋。

這對我們修行上面也是幫助非常大的，為什麼呢？我們自己想一想，我們自己內心裡面執著心生起的時候，是分別心還是無分別心呢？是分別心。當我們內心生起執著心的時候，從第六識的分別心當中就會生起執著心。

比如我看這個杯子，當我們執著心生起的時候，我對這個杯子上面的無分別心會執著或分別心會執著呢？是分別心會執著。或是說是我對這個杯子上面的眼識或第六識會執著呢？是第六識。

同樣的，當我們看到某個人的時候，我們的執著心是從第六識生起的，這種執著心是最重的。所以我們執著心的對境是第六識的對境，比如我執著黃教的法，此時我執著的是真正實際的黃教的法門嗎？如果是的話就是無分別心，分別心就是我自己分別心當中認為黃教的法應該是什麼樣子，是由自己的很多印象當中而產生的一種想法，因此而去執著。因此，我所執著的是我自己分別心的一個對境為主，並不是實際上的法，我執著的是我自己分別心當中的一個境。

我們想一想，當我們自己的執著心生起的時候，對境是什麼樣子呢？是無分別心的境或分別心的境呢？如果這樣問的話，幾乎都是分別心的

境，幾乎都是第六識的境。所以我們會執著第六識的境。

宗喀巴大師認為：我們對第六識的境上面會執著，因此，這個境上面也是有一個唯識的見解，用一種唯識的見解能夠破除的也有一個作用。所以宗喀巴大師認為：一定有一個唯識的見解可以能夠破除第六識上面對境的執著心，所以第六識上面也要有一個唯識的角度上面的執著心。唯識的角度的意思是：不管是無分別心的對境或分別心的對境，在任何一個法上面有粗細的差別很多，中觀應成派的執著心是最細的，自續派的執著比較粗，唯識的執著又更粗。我們一直修唯識的見解，如果這跟執著心都沒有關係的話，那就有點奇怪。所以唯識的見解也是能夠對立我們第六識上面對境的執著心，一種對境上面的一種執著心就能夠去除掉。所以唯識的見解在修行上面是一定有幫助的，一定能夠使我們的執著心降下來的。如果在這上面要有幫助的話，重點就在於第六識的對境，所以宗喀巴大師覺得唯識的見解一定可以幫助把第六識上面的執著心降下來。所以唯識所認出來的對於第六識上面的執著心一定是有的。

以第六識上面的法我執來說，我們剛剛舉的是色法，色法本身是根識的對境，所以色法本身是無分別心的對境。但是我們把它用色法上面執色分別心所執境，這就變成色法上面的遍計所執。

我們眼識看到對境色法時是沒有分別心的，第六識想它時就有分別心了，第六識想它時沒有辦法認出真正的、赤裸裸的色法，此時第六識就會去執著它自己對於這個色法的印象，此時就是剛剛講的執色分別心所執境的階段，我們把它看成是自相或自性成立的，也就是它本身就是自己方面成立的，這樣想的時候就變成執著。事實上並不是自相成立，它是分別心安立的，所以分別心安立的對境是執色分別心所執境，就是色法上面的一種分別心的所執境，這就是剛剛講的遍計所執。

色法上面也會有能取所取二的執著心生起，也有執色分別心所執境自相成立的執著，這兩種執著心都有。在這兩種執著心當中，對我們最有影響的是執分別心所執境自相成立，這種執著心是對我們影響最大的。宗喀巴大師在這上面有了一個新的開始，所以我們就稱他為雪域大車軌。在宗喀巴大師還沒有講這個之前，唯識上面對於分別心的解釋就沒有那麼清楚，宗喀巴大師在這上面講的就非常清楚。

我們今天講到這邊有什麼關係呢？就是所分別和能分別互相依賴。以唯識來說，所分別是剛剛講的執色分別心所執境，執色分別本身就是能分

別。唯識會不會承認這兩個是互相依賴的呢？沒有執色分別心所執境也不會有執色分別心，沒有執色分別心也不會有執色分別心的所執。以分別心跟異共相兩者來說，這兩個是同時的，不可以說先有分別心後有異共相，也不可以說先有異共相後有分別心，這兩個是互相依賴的。執分別心的所執境也是依賴執色分別心，執色分別心所執境也是依賴執色分別，執色分別也是依賴執色分別心所執境。

但是在講這個的時候，唯識講的、自續派講的、應成派講的只有「互相依賴」一句是大家共同承認的，怎麼依賴就有不同的解釋了。應成派所講的依賴是自己完全沒有自性，都是依賴於他的，比如所分別的境完全沒有自己的力量存在，都是依賴於能分別，能分別本身也是完全沒有自性的，都是依賴於所分別，這就是應成派的看法。

自續派的看法跟唯識的看法兩者有一點複雜，我們對這兩者就比較難區別，為什麼困難呢？唯識跟自續派兩者都共同承認執色分別心的所執境，而且也都承認執分別心的所執境是尋求不到的，對於分別心安立的部分也都共同承認，至於分別心安立到多少則是我們要區分的。唯識安立的部分比較少一點，自續派安立的部分比較多一點，一定要這樣去區別，而應成派則是百分之百是分別心安立的，自己是完全沒有的，自己的自性完全不存在。所以分別心安立的力量百分之百的就是應成派，百分之七十五的是自續派，百分之五十的可能就是唯識。

這裡大概要這樣去區分，如果沒有這樣區分會有什麼過失呢？以瑜伽自續派角度來說，已經了解了唯識的法無我，但是還不了解自續派的空性。我們現在學的《地道》、師子賢菩薩的《般若七十義》都是瑜伽自續派的，以瑜伽自續派的角度來說，他們會說：聲聞的主修是補特伽羅無我，獨覺的主修是粗的法無我，大乘的主修是細的法無我。我們指出來細的法無我是空性，指出來粗的法無我是唯識的空性，就是唯識講的法無我。所以他們會說：了悟獨覺主修的唯識的法無我，但是還不了解大乘主修的空性。就會有這樣的區分。所以一定有唯識講的執色分別所執境分別心安立，對於這個部分已經了解。但是中觀自續派講的分別心安立不了解的一定有，既然是這樣，當然分別心安立的部分就有一點不一樣，就像剛剛講的有百分比的不同。

另外也可以說唯識講的一種問題，他們會說「一切的法是從心的習氣示現的」，又會說「對境的這些法尋求得到」，這是怎麼一回事呢？既然都是心所示現出來的，那就應該是找不到外面的境，怎麼還說找得到呢？這

兩個就是矛盾了，這是唯識的一個問題。所以宗喀巴大師在《入中論善顯密義疏》裡面說：「唯識有一點像外道說的所有都是從大自在天的想法裡面冒出來的。」如果是這樣子的話，外面一切的法就不是實際上存在的，只是從那邊想出來的，實際上是不存在的。所以宗喀巴大師說：如果從唯識問題的角度上來講的話，也有那麼大的矛盾。他一邊說執分別心的所執境是尋求得到的，另一邊又說都是從執分別心那邊示現出來的，這就矛盾了。唯識的解釋有一些矛盾，從中觀應成派的角度來看是非常奇怪的。

剛剛我們講的是法無我，現在從另外一個角度講執色分別心所執境自相成立，這樣的執著心是不是中觀自續派的法我執呢？中觀自續派的法我執取出來是什麼樣子呢？我們上個禮拜講到是不依靠無害心相比安立而是以自己不共方式。剛剛講執分別心所執境自相成立，這樣的執著有非分別心安立，有想非分別心安立就同樣的有想非無害心安立，所以具足這個就一定有以自己不共的方式成立，如果是非分別心安立就一定是不共，就只有自己，所以就是不共，就執著自己不共的方式成立。這裡的用詞上面有問題，我們很容易會混淆，因為用詞很接近，所以就混在一起。

執色分別心所執境自相成立這樣的執著心是不是中觀自續派的法我執呢？它是非常靠近中觀自續派的法我執的意思，差不多就已經具足了，沒有什麼是不具足的。所用的詞上面來說是具足了中觀自續派所講的法我執的定義，唯識的法我執就變成中觀自續派的法我執，用詞來講已經具足了，實際上並不是。

實際上，唯識強調的是對境本身是由有境的習氣上面所示現出來的。中觀自續派認為不只是從內心的習氣示現而已，習氣是有境的前面一個因示現出來的，現在講的是有境本身是怎麼安立的，有境本身是怎麼會影響到對境的？比如從執色的眼識前面的習氣示現出來心跟境的色法，這是從因來解釋的，現在不止這個，對境本身是由有境安立的，它影響到這個境，這是不同的。就好像你們兩個是同樣的父母親生的，另外，你們兩個又互相依賴，那就不一樣了。自續派講的是示現出來的有境跟對境是怎麼安立的，所以是不一樣的。聽不懂沒有關係，慢慢聽就可以聽懂了。

「二者相依存，是故諸觀察，皆依世共稱。」「是故」應該是把前面的兩句當理由，然後「諸觀察」，「諸」是「一切」的意思，這裡的觀察是共的角度觀察，並不是勝義的角度觀察，是以世俗諦的角度觀察。以這個角度觀察，觀察的結果是沒有一個其他的量害它，我們就可以稱它為怎樣的法。比如我們說瓶子是色法，這是以世俗諦的角度觀察的，在觀察之後，

我們就確定「瓶子是色法」是沒有錯的，所以「瓶子就是色法」可以說是存在的。如果我們以勝義諦的角度講的話，它就不存在了。

這裡跟藏文有一點對不起來，以藏文的角度來說是：「依是共察，稱住一切法。」就是所有一切法就這樣安立。這裡有另外一個翻譯本是：「如是依彼言共許，說有一切分別的。」這個比較接近藏文。就是本身是怎樣在名言量當中存在的意思。

問題：這裡另外一個是說「它是依靠世間公認的名言量的施設而存在」？

回答：對。剛剛講的「是故諸觀察，皆依世共稱」很難看出這樣的意思。觀察的意思是觀察的結果沒有其他的量迫害它，這個觀察是以世俗諦的角度觀察，以名言的角度觀察，而不是以勝義的角度觀察，這裡的「依世共稱」就是以名言的角度觀察的意思，觀察的結果就可以稱它。

接著是第一〇九個偈頌：

109. 以析空性心，究彼空性時，若復究空智，應成無窮過。

他宗「無窮過諍」，所以他們認為：我們修空性的時候，或是一個法是自己方面不成立的，百分之百都是從有境安立的。如果這樣安立的話，修空性的這個人就會一直想對境完全不是自性成立的，同時也會去想這是有境安立的，這樣想的時候會不會生起有境是自己安立的執著心呢？我們觀察對境時找不到它，我們會說這是空性，既然找不到它的話，那麼就應該有一個尋找的人存在，不然就不可以說找不到。又要講找不到，另外能找的這個有境也是找不到的，這樣才能夠通達空性。如果能找的不了解找不到的話，他覺得還是執著，如果執著的話，那就還是沒有通達空性。所以通達空性一定要找的找不到，又另外一個找的也找不到，再一個也找不到，那就變成無窮了，這就是他的諍論。

「以析空性心，究彼空性時」，觀察或了悟空性的時候，「究彼空性時」就是指了解空性的時候，前面是觀察這個心，他在觀察之後就會變成了解空性，這裡就是指了解空性的時候。

「若復究空智」，那個時候找不到或是說空者，找不到的那個找者就是這裡說的空者。這個找者如果對於在它上面找不到不了解的話，他就還是會執著，執著就是他還不了解空性，因為他的心續當中還有執著。所以他

在能找的上面還要空掉的話，那麼，他也要空。要怎麼空掉呢？又要講尋求的話找不到，又有另外一個找的人出來，又要再去空掉他，這樣就變成無窮了，這就是他宗的諍論。

自宗的回答就在第一一〇個偈頌：

110.悟明所析空，理智無所依，無依故不生，說此即涅槃。

自宗說：我們了解空性的時候，或是我們觀察後了解空性的時候，它的顯現當中沒有任何一個所依的法，所以他就不會執著，因為沒有一個執著的對境顯現，它的顯現當中沒有一個成立的法，他執的對境是空性，所以就是無遮的法，無遮的法沒有任何一個成立的法，既然如此，他怎麼可能會執著呢？

「理智無所依」，智慧顯現空性當中沒有一個所依的法。所以我們這裡就要理解：現證補特伽羅無我或法無我或現證五蘊是自性空，這樣的根本定當中有沒有五蘊呢？沒有，但是他是了解五蘊是自性空，他現證五蘊是自性空，但是他並不了解五蘊，了解五蘊是另外一個心，我們要區分了解五蘊跟了解五蘊自性空是不一樣的。以了解五蘊來說，當然我們現在也了解，而五蘊自性空則是後面另外一個心了解的。所以了解五蘊自性空的心並不能了解五蘊。以這個補特伽羅來說，他一定有了解五蘊，如果這個補特伽羅不了解五蘊的話，他就不可能會了解五蘊自性空。但是以心來區分則有不同的作用，以這個人來說是了解的。

比如我們眼睛看這個杯子然後喝茶，眼睛並不了解茶是甜或鹹，必須要舌頭才能了解。但是以這個人來說，他全部都可以了解，他了解茶甜不甜或茶的顏色。但是我們要區分能了解的心。

同樣的道理，了解五蘊跟了解五蘊自性空的心就不一樣。五蘊自性空是無遮的法，無遮就是它遮掉以後沒有一個成立的，如果它了解五蘊的話就有成立了，所以它不可以有任何一個成立的法出現。剛剛講趣入空性的根本定當中不可以有任何一個成立的法，但是也不可以說是像睡覺一樣完全都沒有想，他有想，想的是無遮，有想才能夠去除掉實有，所以是一定要想的。但是他是怎麼想呢？他連一個成立的法都沒有，他只有去除而已。如果有成立的法的話，那就會有一個問題，那就會執著，我們眾生本身就是這樣的，只要有一個成立的法，我們馬上就會去執著它。所以入於空性的根本定當中不可以有任何一個成立的法，入根本定當中連一個所依的法

都沒有。

以五蘊自性空來說，能依的是空性，所依則是五蘊，所以在根本定的顯現當中不會出現五蘊。如果沒有執著心所依的法的話，怎麼可能在它上面會生起執著心呢？「無依故不生」就是這樣的意思，因為沒有所依的法的緣故，就不可能會生起執著心。「無依」就表示所依的法是尋求找不到的，因為這個根本定是能找的最究竟的智慧，它顯現當中不出現就表示它找不到的意思。所以根本定當中沒有一個所依的法，意思就是尋求的話這個所依的法的本性是不存在的，所以我們才能夠解脫、涅槃，如果所依的法在根本定當中顯現的話，根本定當中也會執著，那就沒有解脫了。

在根本定當中，所依的法不會出現，所以就不會執著，所以就可以解脫。「說此即涅槃」，這裡的涅槃兩邊都可以講，真正解脫的涅槃可以講，自性的涅槃也可以講。以自性涅槃的角度講的話，我們可以說所依在根本定當中尋求找不到，所以它自己的自性本來就是找不到的，這就是它的自性涅槃，所以「說此即涅槃」我們就稱它為自性涅槃。

《入菩薩行論六十三》

雪歌仁波切講授， 2007/12/16

110.悟明所析空，理智無所依，無依故不生，說此即涅槃。

仔細觀察空性的當中，「理智無所依」，就不會顯現所依的法。比如我們觀補特伽羅無我，也就是補特伽羅是沒有自性的，如果觀這個的話，根本定當中不會了知「我」，或是說不會顯現「補特伽羅」，他內心完全專注於無遮的補特伽羅無我，也就是專注於補特伽羅無自性裡面。所以「理智無所依」就是根本定觀空性當中沒有顯現所依的補特伽羅。

如果顯現的話有什麼過失呢？顯現的話就會變成補特伽羅有自性，為什麼呢？理智去觀察補特伽羅的自性在哪裡，此時如果顯現補特伽羅的話，那麼補特伽羅就變成是它的自性，所以他在觀察補特伽羅的自性時不會顯現補特伽羅，一直去找補特伽羅的自性時就找不到補特伽羅本身，世俗法裡面完全找不到它的自性。既然找不到自性，所以「找不到」的部分就是它的自性了。在找不到當中不可以說找到，所以根本定當中不會顯現補特伽羅的原因就在於此。

我們這裡用「理智」也是跟很多宗義作區別，為什麼呢？其他有一些宗義或宗派會講：「我們的心不可以觀察任一個法，也不可以分別任一個法，這就是空性。」我們這邊強調的是要觀察，不只是以世俗諦的角度觀察，而是以最究竟法的本性角度觀察，以最深的、最細的法本身的角度去觀察，所以我們用「理智」是跟其他有一點不一樣的。

以根本定來說，我們把根本定稱為理智，為什麼可以稱為理智呢？它是一直觀察法究竟的本性，所以就稱為理智。其他宗派修空性的時候不可以觀察，修空性的時候不可以分別，不讓它生起任何的念頭，他們認為這就是空性、這就是修空性。我們就不是這個意思，我們是要讓它起念頭、要讓它起觀察，觀察到法最深的體性，如果這樣觀察的話，就應該可以說它在修的時候是智慧最高的，我們就讓它觀察法最究竟的體性，所以根本定就可以稱為理智，《入行論》裡面用的「理智」就有這樣的意思。

宗喀巴大師在《廣論》和《略論》裡面講到奢摩他，也有講到：修空性的時候，其他的宗派將修空性的根本定認錯了，不讓心起任何一個念頭而去修空性，這樣是不可以的。讓它觀察的意思不是讓它亂想，是觀察最深的、最究竟的法的體性，如果能這樣觀察的話，一方面是智慧增長，另

一方面則是去除煩惱，兩種都有作用。就跟宗喀巴大師在《廣論》和《略論》裡面說的一樣，我們也要去理解為什麼根本定用「理智」一詞，「理智無所依」的意思是什麼呢？就是理智的根本定當中不會找到或不會顯現所依的法。

再來我們要斷他宗的無窮過諍，他們有怎樣的諍論呢？他宗會說：如果我們修空性的時候，修持的補特伽羅上面也會執著，修空性的這個行為也會執著。以對境來講，比如我們修補特伽羅無自性，我們在補特伽羅上面沒有執著，但是在「補特伽羅無自性」上面又會執著。好像就會有這些另外方面的執著，如果是這樣的話，我們就永遠沒有辦法斷除執著心。

為什麼沒有辦法斷除呢？比如我們現在修補特伽羅無自性，在修的時候，補特伽羅上面的執著心已經斷了，但是補特伽羅無自性上面的執著並沒有斷，此時我們又要去斷補特伽羅無自性上面的執著心，這就要有另外一個智慧生起。剛剛我們心裡了解補特伽羅的空性，如果我們在補特伽羅的空性上面又產生另外一種執著的話，那就要去理解補特伽羅空性上面的空性，才能夠去除掉補特伽羅空性上面的執著心。一直會這樣不停的出現執著心，也可以說不停的要我們的理智增長，這樣就變成無窮了，無窮過諍就是這樣。

我們要怎樣回答這樣的諍論呢？自宗就回答：你們不用擔心，因為修根本定當中完全不會執著，因為連執著所依的法都不會出現了。如果執著的話，當然所依的法就要出現，這樣才可以執著，如果連所依的法都沒有出現的話，怎麼可以執著呢？所以也就沒有無窮過的諍論。這裡講的「理智無所依」就已經是回答了。

問題：進入根本定是能所不顯，那麼觀察有沒有自性是在之前或之後呢？

回答：觀察有沒有所依不是根本定觀察的。現在是自宗跟他宗就根本定上面的諍論，好像是第三個修根本定當中的修行者，他修補特伽羅無自性的時候，他只有修補特伽羅上面的空性，如果這樣的話，他只能斷除補特伽羅上面的執著心，其它的執著心就沒有辦法斷除。其它的執著心是有很多的，比如根本定本身也是一個法，修根本定的這個修行者本身上面也有執著心，在任何一個法上面都一定有執著心，所以他上面也有執著心，他的對境空性上面也有執著心。三輪就是修行者、對境和行為，這三輪上面都有執著心，這些執著心會不會干擾到這個修行者的修行呢？他宗認為

會干擾到，也是要破除這種執著心，要破除這種執著心就要多出來很多的智慧，就會一直不斷的要多出來、要多出來，那就會有無窮過。

問題：根本定當中應該是屬於沒有二顯，既然是能所不顯，那就沒有觀待的觀念，就沒辦法用理智去觀察，剛才仁波切提到「理智無所依」的時候指的是根本定，這樣就感覺好像沒辦法去想像。

回答：能所沒有區別是沒有錯的，能所沒有區別有很多意思，毗婆沙宗和經部宗見解所講的補特伽羅無我，修的時候也會說能所無二顯，但是他們會說能取、所取是二。毗婆沙宗和經部宗會說：入補特伽羅無我根本定的一個見道聖者，這個根本定是不是能所沒有二顯呢？他們會承認能所沒有二顯，但是不可以認為它的意思是能取所取二空，能取和所取還是二。

能所沒有二顯的意思是什麼呢？意思是能修的心完全專注於境上面，還有就是如理而完全沒有錯亂的顯現，我們講的瑜伽現量就是這樣子，它有境上面的顯現跟對境上面是完全一模一樣的，所以能所沒有辦法分開，境上面是什麼樣子，有境上面就是什麼樣子，以想法的角度來說，能所就沒有辦法區別，這就是能所沒有二顯。

所以毗婆沙宗和經部宗講的修「補特伽羅無我」上面也有能所沒有二顯；唯識講的法無我能取所取「二空」上面修根本定也可以說能所沒有二顯；自續派講的勝義中不存在的「空性」來說，修這個根本定也會說能所沒有二顯；中觀應成派講的「究竟的空性」，入這個空性的根本定也會說能所沒有二顯。所以「能所沒有二顯」一詞是很多地方都用的。能所沒有二顯就是心完全專注於境，境的情況是什麼樣子在有境上面已經了解了，所以有境上面完全不會有錯亂的顯現，完全是一模一樣的，這樣才可以說能所沒有二顯。

能所沒有二顯的意思並不是第三個人沒有辦法區分它，事實上第三個人是可以區分這是根本定、這是對境的空性。是這個修行者本身的心就整個都安住在這上面，所以它本身完全不會想其它的，在根本定當中完全不會想：「我是修行者！這是所修的！」所以心整個安住到空性上面。剛剛講的「無所依」的意思是：他自己也不會想「我是修行者」，也不會想「空性是我所修的法」。

問題：出了根本定以後，回憶他之前入根本定的情況，等於是他回想前面入根本定時並沒有顯現任何的法，所以才能夠證「理智無所依」呢？

回答：沒有這個意思。根本定的時間是很長的，所以他也有正念，在他一了解之後，他的心就一直安住在這裡，心裡就一直存在空正見的想法，因為空正見的想法一直存在，所以就完全不會有在所依上面的執著心。甲曹杰大師的解釋當中有講到你剛剛說的連在一起的部分，雖然他沒有特別講出定，但這就是出定的意思，出定之後後得，他也有得到根本定的結果，因為根本定當中一直修空性的緣故，一顯現所依就完全不會有執著心，馬上就會去想念前面修根本定當中理智的部分，然後就不讓它生起執著心。

雖然也有講到這個部分，但是我們所念的根本頌裡面沒有這樣的意思。為什麼沒有這個意思呢？他宗的諍論是根本定當中的諍論，並不是諍論後得是什麼樣子。所以他宗諍論的重點是根本定當中沒有辦法修空性，因為沒有辦法破除一切的執著心，執著心越來越多，我們不同的智慧一直生起的話，那就變成超過，就變成無窮過了，所以就變成沒有辦法破除執著心，那就變成沒有辦法修空性。如果沒有辦法破除執著心的話，那當然就沒有空了，所以就沒辦法修空性，他宗的諍論是根本定當中的諍論。

「無依故不生」，所依完全沒有出現的話，就不可能會生起它上面的執著心。比如剛剛講的修補特伽羅無自性的根本定當中完全沒有顯現補特伽羅的話，怎麼會生起它上面的執著心呢？所以說「無依故不生」。

「說此即涅槃」，所以修空性是可以修的，執著心也是能夠破除的，如果是這樣子的話，修空性的時候能夠破除執著心的話，修空性的結果就能夠涅槃。如果修空性的結果能夠涅槃的話，空性就可以稱為自性涅槃，如果修空性的結果沒有辦法獲得涅槃的話，空性就不可以稱為自性涅槃。稱自性涅槃的對境是空性，空性跟自性涅槃是同義詞，空性跟自性般若也是同義詞，為什麼空性稱為自性涅槃或自性般若呢？因為修它就能夠證得般若或涅槃，所以就將它稱為自性涅槃或自性般若。如果修空性的結果沒有辦法證得涅槃的話，我們就沒有辦法說空性是自性涅槃。同樣的，修空性的結果如果沒有辦法證得般若果位的話，空性也就不能稱為自性般若。這裡說「說此即涅槃」就是說空性就可以稱為涅槃，因為我們修空性可以斷除執著心。

剛剛他宗的諍論是修空性沒有辦法破除執著心，反而會有越來越多的執著心生起。我們現在的回答是：不會生起執著心，因為生起執著心所依的法都不會出現，那又怎麼會生起執著心呢？執著心不生起的話，就表示修空性可以斷除執著心，就可以證得涅槃，所以空性就可以稱為自性涅槃。

111. 心境實有宗，理極難安立。若境由識成，依何立識有？

心跟境本身是諦實於理無據，說實事派覺得有為法都是諦實有的，實事派的意思是一切的事物都是實有。毗婆沙宗、經部宗和唯識三個宗義都是稱為說實事派，說實事派認為「一切有為法、一切事物都是諦實有」。

一切事物是什麼樣子呢？重點是我們自己的心，然後就是心能感受到的境。說實事派會說這些是實際上存在的，我們的心也是存在的，它能夠感受到的境也是實在的一個法，心跟境就是這樣的意思。所以這裡的心跟境不是無為法，這裡講的是有為法。

《攝類學》裡面經部宗講「現前識的顯現境」跟「有為法」是同義詞，他們說一切的有為法都是現前識的顯現，能夠直接感受到的，顯現的意思就是直接可以接觸的。既然是直接可以感受到、接觸的，那就是實在的，能感受到的心也不是一般的心，那是現前量的心，一個現前量的心能夠直接接觸到的，經部宗會說這就是實在的、諦實有的，也會說這就是勝義諦。同樣的道理，說實事派本身就會說有為法一定是諦實有的。這裡講的心是現前識的心，所講的境則是現前識能夠感受到的境，他們就會說這些是諦實有。

自宗說：你們講這些是諦實有，這是沒有理由的，所以說「於理無據」。「心境實有宗，理即難安立」，難安立是沒有辦法安立的意思。你們說心跟境是實有，但這個部分是沒有辦法安立的。

他宗就回答：我們能夠安立的，我們也是這樣，比如我看到的一件事情，當我講給別人聽的時候，如果他們不相信的話，我們就會說「我是親眼看到的」，我們就是用現前識這個理由來說對境是實在的，因為是我自己親自看到的，我們就用這個理由來成立對境是實在的。同樣的，外道會說：因為心是諦實有，這個境就是諦實有的。所以說「若境由識成」，因為有識，所以境就是諦實有。他們是這樣成立的，因為心是實際上有的，所以它所接觸的境也是實際上有的。這樣成立之下，自宗就問：你怎麼安立心是實在的呢？這就是「依何立識有」。你一直講心是諦實有的，這是依靠什麼樣的理由呢？

112. 若識由境成，依何立所知？心境相待有，二者皆非實。

接著是「若識由境成」，對於剛剛的問題，他宗沒有回答，自宗也沒有反駁，雖然沒有直接這樣講，但是意思已經有了。自宗在《入行論》第九

品已經破除自證分，所以這裡就不需要再仔細的講了，因為他宗一定會回答「就是自證分」，剛剛的問題是「依何立識有」，他一定就會回答「就是自證分」。我們在《入行論》前面已經破除自證分了，這裡就不需要再講了。他一定會回答因為自證分而心是諦實有，他不會說其它的理由，否則就會變成無窮的問題了。他宗一定會講自證分，但是自證分已經破除了，所以這裡就不需要再破除了。為什麼這裡他宗沒有回答而自宗也沒有反駁呢？因為這個事情在前面已經處理好了，這裡就不需要再提了。

假如用另外一個理由，比如說你的現前識是實在的，理由是我看得到那些都是實在的，這樣就又回去了。剛剛說我看到那些是實在的，這是我親自看到的。但是現在的情況是你的現前識有問題，並不是現前識是實在的。我的現前識看到的那些是存在的，不只是我看到，其他人也看到了，所以境是實在的，當然有境也就是實在的。事實上我們大概也會這樣想，假如境成了就可以說識也是諦實有，如果把境諦實有當理由，也就成立識也是諦實有。如果這樣去安立的話，那就變成互相依賴的，你就已經承認境跟有境互相依賴，自宗就是這樣跟他們辯，「依何立所知」。

然後又問他：你的境是怎麼安立的？剛剛前面說：境是從心安立的，心是從境安立的。那就變成互相依賴了，所以「心境相待有，二者皆非實」。所以你現在一定要承認非實。

自宗的辯論好像很有道理，想看看我們自己如果是經部宗或唯識宗，如果中觀宗這樣問我們的話，我們要怎麼回答呢？我們也差不多會這樣回答，就會這樣一直繞圈圈來解釋，這就表示這兩者是互相觀待的，這樣本身就是已經承認非實有了。

113. 無子則無父，無父誰生子？父子相待有，如是無心境。

自宗又對他宗講：你們現在就是以父親跟兒子互相觀待有的方式一樣，心跟境也是互相觀待的，如果你們這樣講的話，你們就是已經承認了心跟境非實有。這是第 113 偈頌的意思，「無子則無父，無父誰生子？父子相待有，如是無心境。」自宗就跟他說：你現在就應該是變成非實有，「無心境」的意思是心跟境非實有，這應該是你已經承認的。

114. 如芽從種生，因芽知有種，由境所生識，何不知有境？

「何不知有境」是他宗的回答。他宗說：就像苗芽跟種子一樣，苗芽

是從種子生出來的，我們從苗芽可以推理這個地下以前一定有種子，沒有種子就不可能會有苗芽。但是這個推理並不代表苗芽跟種子都不是實在的、都非實有的，苗芽是實有的，種子也是實有的。但是我們也可以互相推理，所以互相推理並不代表它本身就一定是非實有的。

我們確實也會這樣想：互相推理並不代表非實有，並不代表不是諦實有，推理是一個，諦實有是另外一個，這兩個是要分開講的。所以他宗就說：雖然可以推理，但是還是諦實有的，就像苗芽跟種子一樣，苗芽是從種子那邊生出來的，我們用苗芽可以了知這裡有種子，所以說「因芽知有種」。

就像苗芽跟種子一樣，是互相可以推理的，但是兩個都是諦實有。同樣的道理，識跟境也是一樣，雖然是互相可以推理，但是兩個都是諦實有。「如芽從種生，因芽知有種，由境所生識，何不知有境？」他們就說：為什麼不可以說境是諦實有呢？「何不知有境」就是這樣的意思。

也可以說：心實有的緣故，可以安立境諦實有，境諦實有的緣故，可以安立心就是諦實有。所以一定可以成立境是諦實有的，識也是諦實有的，「何不知有境」就是這個意思。

剛剛他用的理由是了解苗芽可以推理種子，他主要是講：「苗芽是實有，所以種子也是實有。」是這樣子推理的。「苗芽是實有」主要是看到苗芽的這個心實有，所以苗芽也就是實有。自宗就會問：那麼，「看到苗芽的這個認知是實有」是怎麼安立的呢？

115. 由彼異芽識，雖知有芽種，然心了境時，云何知有識？

你是用實有的識成立苗芽也是實有，如果是這樣子的話，「云何知有識」，識怎麼可以成立是諦實有的呢？這就跟前面講的差不多，因為我已經破除你的自證分了，所以你就沒有辦法把識安立為實有。在心了境時的同時識是實有的話，能安立的就只有自證分，如果是後面的心就不是同時了，所以說「云何知有識」，這時候應該是用自證分去安立，但是自證分也已經破除了。

116. 世人亦能見，一切能生因，如蓮根莖等，差別前因生。

到這邊為止，他宗諍論的部分就已經結束了。接著是第 116 偈頌，就開始成立自宗無我的正理，正理有很多，《入行論》講的重點就是三個正理，

一個是《中論》開頭的正理，就是金剛屑理，第二個是緣起正理，第三個是破無因生。

第一個、金剛屑理，陽光照射時有很多光線，一條線就稱為屑，帝釋天的一個金剛屑，指一條光線可以破除很多的障礙。一樣的，這裡的金剛屑正理呢，一個一個是非常有力量的，它可以破除無因生、破除自性生、破除他生、破除自他共生等四個。

以無因生來說，有一些外道會說：「一切的有為法有自性，為什麼？因為它是自己產生的，並不需要什麼因緣，這就是它諦實有的理由。」金剛屑的正理當中的一個光照到它，它就破除了。剛剛講的金剛屑有四個，但是每一個屑都是很有力的，也就是破除自生、他生、自他生和無因生，每一個屑都是非常有力量的，所以我們就稱為金剛屑正理。

為什麼每一個都是非常有力量呢？各式各樣的宗義講的有為法是諦實有的，他們認為是最正確的理由，我們不需要四個一起用，只要用其中的一個就可以將它破除。比如中觀自續派也好、唯識也好、毗婆沙宗也好、經部宗也好，他們四個宗會說「一切的有為法是有自性的」，但我們只要用金剛屑正理當中的不他生就可以將它整個破除，只要用一個就可以破除掉毗婆沙宗也好、經部宗也好、唯識也好、自續派也好，他們錯誤的見解，所以我們就稱為金剛屑正理。

這邊就開始講成立無我的正理，第一個破除無因生，他宗對於無因生是怎樣的想法呢？他宗會說「一切世間的變化是自然的」，一直追下去就會說自己本身有這個特色。比如水能夠去掉火，水本身就有的特色，不能說是誰給它的，所以是無因的，我們很多時候講大自然，「自然」就是這裡講的無因。我們會用自然或無因的想法，內心裡面就會覺得一切法自己有一個自性，比如沒有其它的因緣讓它變成水，它自己本身就是水，有這樣的想法就是無因。所以無因並不是不承認父母生小孩、種子產生苗芽，不是這個意思。它會說：「苗芽本身有這個特色，種子本身它自己有一個特色，這是自然的，那就是無因，無因的見解大概就是這樣。今天講述至此。

《入菩薩行論 64》

雪歌仁波切講授， 2007/12/23

我們剛剛開始一起念的是供養曼達，再來念藏文的部分是皈依發心。前面的供養曼達是對法寶尊敬的代表，就是我對於法寶有非常殊勝的看法，為了這個法寶可以捨棄自己一切的受用。再來的皈依發心就不只自己捨棄這些受用而已，我們從自己內心也要調整自己的意樂。這樣的皈依發心念完了以後，我們就進入聽聞佛法。

皈依發心念完了以後，還有一段是我自己念的，這時候有的人有合掌，有的人沒有合掌，藏系來說也差不多是這樣子，並沒有特別規定要合掌，有的人也合掌，並沒有特別固定的規矩。藏系和漢系外面的行為差很多，裡面的學習也差很多。以外面的規矩來說，藏系並不是那麼注重，而裡面的學習又太注重了，兩邊合起來應該就是最圓滿的。

出家眾每個月有兩次的誦戒，此時寺院的住持或仁波切一定要背誦出戒律給大眾聽，剛剛念的部分就是律裡面的前面一段，平常念的就是這樣的。這裡面有什麼意思呢？就是天、非天、龍等等一切眾生都來聽，第一個偈頌有這個意思，第二個偈頌是大家要規規矩矩的聽，不可以不尊敬的行為，一定要非常尊敬的行為來聽。第三個偈頌是講法寶的殊勝功德，法寶就像給你們甘露或眼睛一樣，所以大家要非常歡喜。第四個偈頌是說法者要觀想：把法寶說出去的時候，會有各式各樣的語言讓各個眾生都可以理解。再來就是合掌祈請這些法寶來源的尊者、上師們允許給我們說法，或者可以說祈求這些傳承上師們給我們加持。

我平常念兩個偈頌，一個偈頌是讚釋迦牟尼佛，一個偈頌是讚達賴法王。我們佛法的來源是釋迦牟尼佛，所以要禮讚他，另外是自己親近的上師代表，所以就禮讚達賴法王。我在念的時候，你們合掌也可以，不合掌也可以，但是要觀想自己的祖先、親戚朋友一切都圍繞著我們，我們周圍都是這些眾生，一切輪迴有情眾生都在旁邊聽。而且好像我們自己講給他們聽：「你們要好好聽法，法有這麼多的殊勝功德。」後面祈求傳承上師的時候也是一樣，祈求上師加持我們大家，再來就是我們開始聽法。

我們現在講到第九品的第一一六個偈頌，這邊講成立法無我的正因，意思是什麼呢？了解法無我一定是需要一個理由才能理解的，那就一定要有一個正因，如果沒有正因的話，我們就沒有辦法了解法無我。因為法無

我不是一個顯現法，像色聲香味觸等等是我們直接就看得到的，並不需要怎麼推理，這裡講的法無我一定是需要推理才能夠理解的，就一定需要有正因，沒有正因就沒有辦法了解它。

我們要斷除煩惱，就一定要斷除散亂的心，心散亂是從哪裡來的呢？就是從「分別」來的，沒有分別就沒有散亂，分別是從執著來的，執著分為補特伽羅我執和法我執兩種，要斷除這兩個是非常重要的，兩者當中更為重要的是法我執，從法我執會產生補特伽羅我執。第八品一開頭講：「發起精進已，意當住禪定；心意渙散者，危陷惑牙間。」非常高的修行就一定要靠去除心意渙散的問題，如果我們的心意有渙散的話，那就沒有辦法修行，就不算修行了。心散亂就不是修行，心沒有散亂就是修行。

散亂是一個結果，它是從哪裡來的呢？我們必須把它的因去除，「身心若遠離，散亂即不生。」散亂的來源主要有兩個，一個是（身體）物質方面的影響，另一個是自己內心的分別也會影響。

比如我們住的地方太吵了或人太亂了，或是物質太好了，我們看到就捨不得、執著，所以物質也是影響心散亂的來源。另一個更重要的來源是心裡面的分別，如果我們遠離這兩個的話，心散亂就不會出現，所以說「散亂即不生」。

我們要去除這些分別，不讓心動，完全不想就安住在這裡，這並不是最究竟的方法，最究竟的方法是把分別看破，我們並不是不分別而已，而是要把分別的念頭看破、斷除，這才是最究竟的方法。如果只是不分別的話，那就好像是睡覺一樣一直安住在這裡，這是沒有用的，這樣不是究竟的方法，究竟的方法一定是要看破分別的心。如果我們的心沒有分別的話，後面的心散亂也就不會出現了，所以把前面的分別斷除是非常重要的。

分別有很多種，其中最主要的是法我執和補特伽羅我執，我們要怎麼看破法我執的執著呢？當然我們必須要理解法無我，如果我們不理解法無我，就沒有辦法看破法我執。那麼我們要用什麼方式理解法無我呢？一定要推理，一定要學習，一定要增長智慧，這樣才能理解法無我。我們要理解法無我的目的是要破除法我執，因為法我執會產生很多的分別心、執著心，然後心就散亂了，貪瞋癡等等很多的煩惱就出現了。

從這幾句來看，簡單來說，修行只要用兩個方式就好了，一個是離開外面物質上面的雜染，另一個是離開心裡的分別，那就是修行了，那就是禪定了。所以平常要觀察自己有沒有修行，就要觀察自己有沒有受到這兩

方面的影響，如果有的話就要注意，要盡量去減少，那就是修行了。這邊說到了解法無我，這也是最究竟的修行方式，最究竟的修行方式就是我們要破除一切分別心的根，這就是成立法無我的目標。

116.世人亦能見，一切能生因，如蓮根莖等，差別前因生。

成立法無我的正因分為幾個，《入行論》講到三個正因，第一個正因是金剛屑正因，我們上個禮拜解釋過了，（第二個是緣起正理）第三個是破無因生的部分。我們現在要破法我執，當然很多宗義承認法我，他們承認法我也有理由，無因生就是法我的其中一個理由。

我們不可以認為只有宗義者有這種想法，我們也會這樣想，這裡講到某某宗義、某某宗義，為了我們學習的方式，要把粗跟細、深跟淺的差別區分出來，因為這樣而去區分下部宗、上部宗等等，重點是這些都是為了我們要一步一步往上走的次第，並不是說宗義者是外面的另外一個世界。所以我們自己本身在學習的時候，智慧會慢慢越來越高，一步一步往上走。

甲曹杰大師的注解裡面講到順世外道，比如孔雀的羽毛顏色很漂亮，人家問：「這是誰做的？什麼因做出來的？怎麼會那麼漂亮呢？」想一想覺得很神奇，所以他覺得應該是無因的，沒有辦法指出來是什麼做的。無因的意思就是它本身就是這樣的，並不是什麼造的。他就用這些比喻去推理其他一切法也是這樣的，所以其他一切的法也是有自己能夠產生的，就像孔雀羽毛的顏色一樣是自己能夠產生的。

這是他宗的想法，我們自宗怎麼樣反駁他呢？「世人亦能見，一切能生因，」世間的人能夠看見的，比如農田等等是可以看得到的，這些不是從因那邊生起的嗎？這些法的來源能、夠生起的因是大家都看得到的，所以你所講的這些跟現前識是相違的。

不只是這樣，「如蓮根莖等，差別前因生。」蓮花的根、莖、葉也是從種子那邊生出來的，長出來之後會不會長得高或大，也是靠很多的因緣，它所能夠生出來的因緣都是世間人能夠看見的，你跟世間人能夠看見的情況是非常相違的，意思就是非常糟糕的意思。

（117）誰作因差別？由昔諸異因。何故因生果？從昔因力故。

「誰作因差別」，他宗覺得：「你現在講的農田或蓮花的根莖葉，這些都一定有它的因跟緣，那些因跟緣是從哪裡來的呢？一直再追溯回去的

話，可能就找不到因，如果找不到因的話，就應該要跟著我的宗義，我自己的宗義就是講無因。如果你們一直講因的話，我就要問你們：『這個因在哪裡？因的因在哪裡？』一直追下去的話，最後應該就找不到，這樣就應該要承認無因。」他宗是這樣的想法，自宗就回答：「誰作因差別？」如果你一直這樣追問的話，我還是會一直追到無始的，我們講「無始以來」，只要用「無始」，人家就沒有辦法辯了。如果能指出來一個最開始的因，那就有辯論了，我們講「無始」就沒有什麼矛盾的地方了。所以我們平常講「無始以來」是有意思的，這本身就是實在的，如果有開始的話，當然就會有很多矛盾出現了，很多不實在的就會出現了，「無始」就是實在的。

這邊說：他覺得應該找不到一個因，所以就是無因。此時自宗回答：「一定有前面的因，一定有前面的因，一直追下去的話，還是會有前面的因。所以沒有辦法指出來開始的那個因。」

「由昔諸異因。何故因生果？」，「由昔諸異因」的意思就是不同的果當然會有不同的因，不同的因又從不同的因來的。他宗的希望是：「一直問下去的話，就會找到無因。」

我們看看自己有沒有這種想法呢？也是有啊！只是口頭上不喜歡講無因而已，內心還是會一直想無因，我們內心一定有這種想法。我們常常講因緣沒有具足，用的詞雖然是「因緣」，心裡想的卻是「無因」。因緣有沒有具足，因緣也是靠因緣，我們如果去做的話，當然因緣也是會具足的，但是我們卻常常說：「因緣沒有具足，所以要等這個因緣。」這就是把因緣看成無因。

（何故因生果？）他宗又問：「這個因為什麼可以感出來這個果呢？」我們就回答：「這個因能感出來這個果報，也是它自己的因給它的，不可以說是無因產生的。」所以，「何故因生果」就是他的另外一個問題，比如：有因為什麼會生果？或因為什麼能生出果？理由是在哪裡呢？因本身也是有因的，所以它自己的因就能夠生出果的能力，如果問「因為什麼能夠生出果」的話，這不是無因的。

剛剛有一點點講錯了，「有因會有果」是法的本性，這就是法性這是它的世俗的體性。另外，剛剛說：有這個因為什麼能生出來這個果？如果這樣問的話，就是另外一個問題了，這兩個問題是不一樣的。有因為什麼能生出來果呢？這是它自己的因給它的。

（118）自在天是因；何為自在天？雖許謂大種，何必唯執名？

從第一一六偈到第一一七偈是破除順世派，再來就是自在天，這裡提出來勝論師、分別論師及數論師等外道認為一切的法都是自在天造出來的，所以他們主張「自在天是因」。我們這邊就問他：「何為自在天？」他可能回答：「自在天是一種四大種。」所以，「雖許謂大種」，如果你們指出來自在天是四大種的話，那麼你們為什麼還一直要用「自在天」這個名字呢？你們直接用「四大種」就好了，根本就不需要用「自在天」。他們的故事裡面所講到的神就會指出來是四大種，所以自宗說：「如果你們指出來自在天就是四大種的話，你根本就不必要用『自在天』一詞。」「何必唯執名」，你為什麼要辛辛苦苦的一直用「自在天」一名呢？

（119）無心大種眾，非常亦非天，不淨眾所踐，定非自在天。

四大種跟自在天兩者差別很多，比如四大種是無常，你主張自在天是常法，這也是一個差別。「大種眾」是第一個差別，四大種是很多種聚在一起，四大種本身是多種的質聚在一起而產生的，而你主張的自在天不是多種的質聚在一起的，這是第一個差別。 第二個差別在剛剛講過，你承認自在天是常法，而你承認四大種是無常，這就是第二個矛盾。第三個矛盾，你承認自在天有心識，四大種是沒有心識的，這也是一種矛盾。另外，四大種不是天道的天，自在天就是天，這就是第四個矛盾。還有，如果你講四大種就是自在天的話，我們走路也會在它上面走，而你主張自在天是非常清淨的，而大地並不是清淨的，任何垃圾、小便或大便都在大地上面。如果你主張四大種就是自在天的話，那麼就等於是在自在天上面小便或大便了，而且垃圾也都丟在自在天上面，就變成自在天不淨了。藏文指出來有六個矛盾，其中「非常」和「亦非天」中間有一個，中文沒有翻出來。

（120）彼天非虛空，非我前已破。若謂非思議；說彼有何義？

再來他又想另外一個，若不主張四大種就是大自在天，他就主張虛空是大自在天。如果你主張虛空就是大自在天的話，那麼是不是就變成大自在天就是常法了呢？如果變成常法的話，我在前面已經破除常法了，所以就不需要再反駁了。「彼天非虛空，」你不可以承認虛空就是大自在天。「非我」在前面已經破了，如果你承認虛空就是大自在天的話，就表示承認常法的我，就等於是出現了一個常法的補特伽羅我了，而我在前面已經破除了常法的補特伽羅我了，前面講到補特伽羅無我時已經破除補特伽羅我

了。《入行論》第九品裡面，先講補特伽羅無我，然後再講法無我，所以這裡講「非我前已破」，就是在前面已經破了。

我們一直問大自在天是什麼，等到他指出來時，我們又一直破他，然後他好像就講不出來了，然後就講不可思議，所以他宗就講「非思議」，意思就是不可思議。他們這樣回答時，自宗就說「說彼有何義？」如果是不可說、不可思議的話，你自己也不可說、不可思議大自在天，所以你自己也不可以講大自在天是什麼。

我們平常辯論的時候會說空性不可思議，既然是不可思、不可議的話，那麼你自己也不可以說空性是不可思、不可議，我也不可以說，那麼我們都不要講了，自宗就這樣子反駁他。到這裡是破除大自在天，主要是以問答的角度來破大自在天。

我們平常使用「因緣」一詞的時候，有時候也有「無因」的意思，可以說是靠近無因，有時候也有「大自在天」的意思，也是靠近這種想法。大自在天就是指一切都是他創造的，我們把能創造的這個大自在天（認為）是非常堅固的常法，所以我們會說：「因緣具足再說吧！」這個時候就把因緣看成非常堅固的，好像是我們沒有辦法改變因緣的感覺，好像因緣是非常堅固的。「必須要有了因緣之後，後面的東西才會出現」，這個說法是沒有錯的，但是對於「因緣」上面的看法是不對的。他宗也是一樣認為一切都是大自在天造的，對於大自在天的這個看法就是不對的，所以我們平常講的「等到因緣具足再說」，這種想法當中也有大自在天的想法。

在來是他宗的另外一個想法，就是說：「不是大自在天直接創造的，這些法自己本身一定有來源的因跟緣。」有時候法王在傳法時也會開玩笑的說：「如果一切都是耶穌或大自在天造的話，現在耶穌會不會想：『現在我造的人太多了。』我們要好好做人，世界上不可以有打仗等等不好的人，如果我們沒有做好人的話，可能耶穌就會傷心：『我所創造的這些不對的人應該要收回去比較好。』」法王這樣講的時候，我們聽的人感覺到的意思是：「你們要好好做人，不然的話，耶穌就會傷心。」從另外一個角度去想的話，你們所主張的「耶穌創造的」是有問題的，因為你們看耶穌是成佛了，既然已經成佛了，那就表示已經通達所有的事情了。那麼他前面已經想到「人這麼糟糕的話就不要了」，這就代表他不懂未來的，現在才會產生一個這麼亂的世界，所以他這個話也可以用來破除他的主張。

同樣的，這邊也是一樣，如果大自在天創造這個世界的話，大自在天

現在就傷心了，他會覺得：「我創造的人現在太亂了，所以我自己是不對的。」

這邊是講：大自在天不是直接創造的，但是他前面有想：應該要這樣這樣，按照他的想法就直接出現了，按照他的想法，有因有緣，果就出現了，所以他就沒有說完全沒有因緣。

（121）何為所欲生？我及自在天、大種豈非常？識從所知生。

第一二一個偈頌是他宗的另外一個主張，不是他直接創造的，因為他有想，就是因也出現了、緣也出現了，然後就生出果了。如果是這樣的主張，你是不是承認他先有這樣的想法而後產生呢？「何為所欲生」，從他有這種欲求才產生這些因緣，也不可以說這樣的道理，如果是這樣子，這些因跟緣就變成從大自在天那裡產生出來的，因跟緣如果是從大自在天的想法當中出現的話，就可以說大自在天自己本身轉化變成因緣，這樣是不可以的，因為大自在天是常法，這些因緣是無常的，這裡就有矛盾了。

這裡說「我及自在天，大種豈非常？識從所知生」，這裡有點不對，藏文應該是「我及大種及自在天非常」，如果眾生、外面的四大種都是從大自在天的欲求那邊生出來的話，應該需要大自在天本身就轉化成這個補特伽羅跟四大種，如果是這樣的話就有矛盾，四大種跟我（眾生或補特伽羅）是非常法，而大自在天是常法，這裡就有矛盾。這裡說「我及大種及自在天非常」，這個問題的角度是：我跟四大種非常，自在天不是常法嗎？意思就是他應該是常法。

另外一個是說我第六識的心不是從自在天的欲求直接生出來的，它們自己也有自己的因緣，這個因緣「識從所知生」，剛剛前面有講到我跟四大種的分別，「我」真正的是第六識的識，第六識的識是從哪裡生出來的呢？它當然也有所緣緣、等無間緣、增上緣、因緣等等，從那邊生出來的，這裡的「識從所知生」，所知就是從所緣緣等四個緣那邊生出來的。所以第六識的識不是從大自在天的欲求直接生出來的，而是從自己的四個緣生出來的，而四大種等環境則是從業生出來的，「識從所知生」，這就是自宗的回答。剛剛你說的從自在天的欲求生出來的部分，我已經破除了，所以並不是從自在天的欲求生出來的，它們一定有自己的因緣，是從那邊生出來的。

《入菩薩行論 65》

雪歌仁波切講授，2007/12/30

（121）何謂所欲生，我即自在天，大種即非常，是從所知生。

上次講到第 121 偈頌，主要是講成立法無我的正因，成立法無我是要破除我們的法我執，要怎樣去破除我們的執著心呢？重點是我們執著的時候，是對於對境本身自己有獨立自性的看法，這種看法是錯誤的，所以我們的執著心是錯誤的。如果我們的執著心“沒有”錯誤的話，我們就“沒有”辦法成佛。因為我們執著心是錯誤的，所以我們可以如理通達「法的道理」的智慧，生起這樣最正確如理的智慧，才可以破除掉執著心，所以我們要了解法的究竟、正確的本性，就要了解法無我。

這樣的執著心為什麼錯誤呢？執著心看對境是有獨立自性的，這樣的看法是錯誤的。我們怎麼成立它是沒有獨立的自性呢？有很多的宗義者都說有自性執，佛教裡面也有，比如唯識也是這樣的，經部宗也是這樣，毗婆沙宗也是這樣，中觀自續派也承認有自性。我們在學習的時候，唯識和中觀要去區分，佛教本身的見解有粗細、深淺之分，這樣的區分是非常好的。很多人對於唯識和中觀區分得不是那麼清楚，這是一個很大的問題，中觀裡面的自續和應成也不是區分的那麼清楚，這也是一個很大的問題。

以前佛法從印度傳到漢地的時候，可能就有這樣的問題，並不是現在才有。傳到漢地時是一個人帶過去的，並不是很多成就者帶過去的，因為只靠一個人去那邊學習而將佛法帶過去，這是很難完全正確的。佛法傳到藏地的時候就不像這樣，印度那邊也有很多了不起的、最頂級的祖師來到西藏，西藏那邊也有很多最聰明的人去印度，並不只是一個人或兩個人，所以他們在翻譯的時候會彼此糾正，那些最殊勝的修行者也會糾正出他們的錯誤，這樣子傳過來，可以說它的標準是很高的。現在有很多的翻譯，我們想想一個人去印度學回來，他翻譯出來所有的東西會正確嗎？這是很難的，不管多麼厲害還是很難。

另外，以那一代翻譯的時間來說，當時應成跟自續或中觀跟唯識也不是分的那麼清楚，為什麼不需要呢？因為以前是自自然然就會正確的，並不需要解釋那麼多。比如以前一把《般若經》講出去，對於道次第就清楚了，本身對於《現觀莊嚴論》的內涵就清楚了。而後帶眾生慢慢的就沒有辦法

自自然然了解，所以就要解釋清楚。而且不只是不了解，甚至還誤解，所以就要對於這些錯誤加以解釋，慢慢就區別出唯識、自續派等等。現在漢文當中對於應成和自續並沒有分的那麼清楚，對於中觀和唯識也不是分的那麼清楚，原因就在於此。我們現在當然要區分清楚，因為我們是後代眾生，後代眾生的腦中有一大堆誤解的智慧會一直出現，所以就一定要清楚，否則我們可能認為這是應成派最正確的見解，實際上它可能是自續派或唯識派的見解，甚至可能是經部宗的解釋。

我們要破除的是執著心，執著心的錯誤就是把對境看成是有自性的，「有自性」的想法就是錯誤的，自續派以下的宗義者都是承認有自性的，但是所主張的理由是不一樣的，比如金剛屑的因是不自生、不他生、不自他生、不無因生，不無因生是以（破）外道為主，不自生也是以（破）外道為主，不他生則是（破）自續派、唯識宗、毗婆沙宗和經部宗等四者都有，除了應成派以外，其他四個宗派都承認（有自性），所以都用不他生（破）成立有自性，有的外道主張有自性的理由是自生或無因生，我們要破除無因生、自生、自他生和他生的用意是什麼呢？他們主張有自性的理由，我們要加以破除。

這裡要連接喔！我們心裡不可以想這邊破他「常因生」，就只有這個，如果這樣想就不是那麼正確了。我們要想有自性的理由常因生破除，破除的是有自性的理由--常因生，而不可以說破除常因生。如果我們只有想破除常因生的話，那就不對了，這就不是那麼圓滿了，而是要破除有自性的理由--常因生。主張它是常法，然後就從常法的因生出來，我們要破除的是這個。為什麼要破除這個呢？就是要破除有自性，所以我們要破除的是有自性的理由，常他生也好，常因生也好，重點就是要理解我們要破除的是從他常因生，就是這三個具足，並不是自己另外一個就是他。

大家對於剛剛講的重點應該清楚吧！重點是破除從他常因生的時候，內心裡面要動到自己的執著心，如果完全沒有動搖到執著心，那就沒有意思了。現在我們破除這個的時候，如果有一點點害到內心執著心的話，這就是對的。怎麼能夠害到它呢？就是要想：現在破除這個就是人家有自性的理由是用這個，現在人家所用的這個有自性的理由不存在。我們要這樣去想。

第 121 個偈頌，「何謂所欲生，我即自在天，大種即非常，是從所知生。」自宗先問他：你們說是自在天創造這個世界，如果是這樣的話，連我們人或動物都是他所創造的。我們以果的角度來問他：他創造的是什麼東西？

他宗就說：我也是他創造的啊！我們自己想一想：我們自己是誰創造的？什麼時候出來的呢？前世，前世我還在，無始時我也還在，那麼誰創造出我呢？外道就說：這是自在天創造的。他們這樣回答時，自宗說：如果那些是從自在天創造出來的話，自在天的體性是常法，這個果的體性是無常，這就有矛盾了。如果因是常法的話，果也應該就是常法，不可以是無常。

我們問「何謂所欲生」，什麼是自在天欲生出來的東西呢？他說：我們念頭當中的「我」就是自在天所創造的，「我即自在天」。當他這樣講的時候，自宗就說「大種即非常，識從所知生」，世界和世界裡面的眾生兩者都是無常，它們的因--自在天--卻是常法，這就矛盾。所以，自宗就問：「這個世界和世界裡的眾生不是無常嗎？」意思就是「你有矛盾」，因是常法而果是無常，這就是有矛盾了。

另外，不只是我和四大種不是從自在天出生而已，我們的識和受也不是從那邊生的，那些是從哪裡生的呢？那些是我們大家都明明白白看得清楚的，比如有青色才有執青色的眼識，執青色的眼識就是從青色那邊生的，大家都看得清楚，它是靠俱生緣、所緣緣等等，這是大家都看得清楚的，不可能是從自在天生的。我們受苦是從善業和惡業生的，從善業生出來樂，從惡業就感出苦，所以並不是從自在天生的。

我們有時候會說：「上天不會這樣。」意思好像是上天生的，上天給我們痛苦，上天給我們快樂。或者說：「佛菩薩不會對你這樣的。」這就是不承認業果，我們就把佛菩薩看成跟他宗講的自在天一樣，說「佛菩薩會保佑你」，事實上就是不承認業果。

（122）復緣無始業。何謂彼所生？若謂因無始；彼果豈有始？

「識從所知生」，比如剛剛講的執青色的眼根識是從所知的青色生出來的，所以識是從所知生的。還有就是「復緣無始業」，我們所有的因緣都是從無始以來的業生出來的，所以你沒有辦法指出任何一個法是從自在天生出來的，所以就問他：「何謂彼所生？」你現在指出來有怎樣的法是從自在天生出來的呢？

「若謂因無始；彼果豈有始？」還有另外一個矛盾，假如你認為「因」這個自在天是常法，他是從無始以來都存在的，如果這樣的話，這些果也應該是無始以來都應該存在的，事實上並不是這樣，這些果是一直變化的，一直有新的果出現，這就有矛盾了。

既然你承認自在天是常法，而且他又是因，「因」的意思是一直會幫助「果」的產生的，「能生果」就是因，「能生」一定是無始以來都存在的，它不可以停，永遠都是要有的。那麼，為什麼這些果卻有一個次第而不會同時出現呢？因既然是無始以來都是常法，那麼，果也應該在同一剎那就要產生的，而事實上沒有產生，這也是一種矛盾。

（123）彼既不依他，何故不常作？若皆彼所造，則彼何所需？

「彼既不依他，何故不常作？」他是常法，所以他不需要依賴其它的因緣。「何故不常作？」既然它是常法的話，應該同時一切的果都會作出來，為什麼不會一切的果同時就出現呢？既然一切的果沒有辦法同時出現，你一定就要承認自在天就是無常，或是說你一定要承認自在天也是要依賴其他的，其實無常跟依賴其他是一樣的意思，所以「彼既不依他，何故不常作？」。

這裡他就回答：「自在天的確是常法，但是，為什麼一切的果並不會同時造出來呢？理由在於它是依賴其它的因緣。」那麼，那些其它的因緣不也是自在天造的嗎？如果是這樣的話，不也是靠自在天自己造的嗎？所以就不需要靠其它的因緣了。「若皆彼所造，則彼何所需？」既然都是自在天所造的，沒有任何一個是自在天所依賴的其它的因緣，因為那些因緣也是他造的。一切都是他造的，「則彼何所需？」他哪裡還需要依賴其他的因緣呢？所以就沒有辦法指出他的所依。

（124）若依緣聚生，生因則非彼。緣聚定緣生，不聚無生力。

假如自在天依賴因緣具足，也就是說他如果是靠緣聚而生的，因緣就是俱生緣跟近取因，如果它需要具足這些的話，能生它的就是因果而非自在天，所以「生因則非彼。」這裡的「彼」指的是自在天，能生的因緣就應該是因，而不是自在天。為什麼呢？因緣具足一定會生，自在天沒有那個權力，所以「緣聚定緣生」翻譯成「緣**具**定會生」應該比較容易解釋。因緣具足的話一定會生，所以，因緣就是能生的。「不**具**無生力」，如果因緣不具足的話，自在天並沒有能生的力量，所以因緣是因，自在天不是因。所以我們自己好好修行的話，就不需要靠佛菩薩的保佑了，如果自己沒有好好修行，佛菩薩也沒有辦法保佑我們。

（125）若非自在欲，緣生依他力。若因欲乃作，何名自在天？

接著是第一二五個偈頌，自在天沒有想要這樣做，但是如果因緣具足會生的話，那就不是自在天的力量，緣生是依他力為主，並不是依自在天的力量為主。「若因欲乃作，何名自在天？」假如它的因是以自在天的欲為主，自在天也還不是因，應該是自在天的欲是因，不可以說自在天是因。

問題：這邊外道所指的自在天，是欲界的最高天或色界的最高天呢？

回答：這裡是指欲界的。

《入菩薩行論 66》

雪歌仁波切講授， 2008/03/16

《入行論》第九品主要是講智慧，要判斷是不是正確的智慧就要看它是不是能夠對治補特伽羅我執和法我執，或是說對治我們的執著心，能夠對治執著心的就可以說是智慧度，或者可以說是中觀的見解。以中觀應成派的見解來說，真正的智慧度就是要達到能夠對治一切的無明，其他的唯識宗、中觀自續派的智慧則沒有辦法對治一切的執著心，或者說不能把整個執著心斷除。

〈智慧品〉裡面也有講到中觀應成派的特色，有否定自續派的，也有否定唯識的。我們講到〈智慧品〉的法無我，講法無我時是透過四念處及破二諦的諍論。前面這兩個已經講完了，第三個就是成立法無我的因，第一個是金剛屑因，第二個是緣起因，第三個是有生跟無生的因。

第一個因是金剛屑因，為什麼強調金剛屑因呢？主要是我們大部分執著心的所緣境都是有為法，可以說都是所作性的法，在所作性法上面看到它們有「生」的體性，我們就把它看成是施設義找得到的，它的因跟緣是從那邊生起的，就有感覺是施設義找得到的，因緣和合就生出來了，感覺上是可以找得到的。有為法上面的執著心，大部分生起執著心是所緣境的有為法，唯識也是說依他起就是諦實有，為什麼依他起是諦實有呢？因為依他起就是有為法，依他起的法感覺就是從那邊生出來的，所以從有為法上面就特別容易生起諦實的執著心。

這裡分為五個，第一個是「己一、破無因生」，第二個是「己二、破他-常因生」(破從他常因生)，第三個是「破他-主體因生」(破從常神我生)，第四個是「結破四邊生」破無因的總攝（結破無因義)，第五個是「破從自他生」。

我們現在講到第二個「己二、破他-常因生」(破從他常因生)，又分為三個：

常因他生，是怎樣的常因他呢？大自在天就是常因他，它是常法，又是因，又是他。要破除它有三個階段，第一個階段是問(「問自在之義而破」118～120 頌)：常因他的自在天本身是怎麼產生的？透過這樣的問答去破除常因他。接著是(「若是常者不可為一切具緣之因」121～125 頌)：如果大自在天本身是常因的話，就不可以是我們這個世界的身、受用、眾生，因

為這些都是有緣的法，有緣的法就不可以依賴「常因他」的他生。大自在天是第二個階段。

接著講第三個階段是「破極微因生」：

（126 上）微塵萬法因，於前已破訖。

這邊用的不是大自在天，第三個階段也是屬於破常因他生，但是這邊講的常因他是極微的常因的法，並不是主張大自在天的，而是另外一種主張。

「破除極微因生」這一派認為整個世界有情及無情受用的來源，在整個世界還沒有出現之前，有一個極微的常法的因。如果主張這樣的無方分的極微，前面已經破除了無方分的極微法，這裡就不用再講了，這裡說「於前已破訖」，因為前面已經破除了，所以就不用再破了。

這裡我們知道執著心很奇怪，比如這個世界根本的來源，怎麼發起這個世界，我們一直去找來源，找到了一個無方分極微的法，這也是一種執著心。我們要去理解執著心，法在那裡，這種找得到的感覺就是執著心。我們去找世界的來源時，就會去開拓一個因，指出這就是第一個因。如果我們指出來的話，就可以說它是諦實存在的，那麼這個世界就變成諦實存在。

現在我們完全找不到它的源頭，指不出來的話，那就沒有諦實存在了。現在的科學或是我們如理如法去研究，好像並沒有一個固定的法，都只有依賴他，就很奇妙的產生這個世界。這個世界先有虛空，然後就慢慢的產生這些，真正的就指不出來，很奇妙的依賴其他的因緣就慢慢產生，這些因緣越來越多，都是沒有一個源頭的，這就代表沒有任何一個法是事實裡找得到的。

這裡所講的這些，就代表我們的執著心，都要認識，我們現在破除他宗也是一種成立諦實存在，他宗諦實存在是怎樣成立的呢？就是講這個，我們的心裡也是跟他差不多的，我們也是認為源頭應該有一個色法，然後才慢慢產生這個世界，我們會這樣子想，這些就代表我們有執著心。從這裡看得出來，他宗的這種想法就代表他們有執著心，我們也是有這種想法，所以我們也是有執著心。我們要理解空性的話，就要破除這些想法、主張，如果我們腦筋裡面有這種主張的話，就要破除。在我的腦筋裡面，這個世界是在那裡，這個人在這裡，那個人在那裡，好像有一種指得出來的想法，這就是執著心，如果我們沒有把它破除的話，那就沒辦法理解空性。從他

宗主張的諦實有或執著心的代表，我們要去認識自己的執著心，也要理解「我要破除它，如果沒有破除執著心的話，那就沒辦法理解空性，我們自己要去理解這些東西。

（126下）常主眾生因，數論師所許。

接著是「己三、破他-主體因生」（破從常因神我生），「主體」也是一種常因的法。「常主眾生因，數論師所許。」數論派講「主體」是最主要的因，它並不是果。數論派主張二十五個所知法，他們透過二十五個所知法來解釋整個世界，這二十五個法裡面，唯因的是「主體」，還有十六個是唯果，有七個既是因也是果，「人、眾生、有情、補特伽羅」既不是因也不是果。

他們的解釋是：補特伽羅遇到各式各樣的對境，讓他得到五根、四大種，或是遇到色聲香味觸等等。是誰讓他遇到這些呢？就是個「主體因」，主體因讓補特伽羅一直不停的輪迴。佛教講無明讓眾生生起煩惱、造業，然後就一直生死輪迴。數論派說主體因就像無明一樣，主體因是當因，我們有情的補特伽羅就不停在內心裡有貪瞋癡慢等煩惱，然後就有各式各樣的行為（造業），然後再來就會生死輪迴，遇到色聲香味等等，這就是他們講的主體因。我們以前在學四部宗義時好像有聽到一點，四部宗義裡面的《宗義寶鬘》也有講，我們就不再特別重新說明了，大略的理解就是這樣。

我們認出這個主體因的時候，它就會不好意思，它自己就會縮回去，然後就脫離輪迴，數論派是這樣解釋的。我們以後如果學到《釋量論》的時候，就會對主體講得比較多，主體跟攝〔攝類學〕裡面所講的義共相很接近，又很接近分別心、無明，主體就是這樣的一個法。常法的意思就是有一點義共相的樣子，是這裡講的「破他-主體因生」。

「常主眾生因」，「眾生因」意思就是輪迴的因，我們眾生不停的一直輪迴，主要的因就是「主體因」，它的特色就是沒有其他的因緣讓它產生，它原來就有了，所以它就是常法。

「數論師所許」，這是數論派所承許的一個法。我們以前在上課的時候，老師就說數論派非常接近佛教，他又承認輪迴，又承認解脫，又承認有一點像無明一樣的主體，這些都是和佛教非常接近的。因為非常接近的緣故，以前阿底峽尊者就說外道跟內道很難區分，真正能夠區分清楚的只有阿底峽尊者、嚮底巴和那諾巴等三位，阿底峽尊者已經來到西藏了，如果在印

度其他宗教跟佛教辯論的話，可能就很難面對了。因為如果沒辦法區分很清楚的話，可能就會變成混在一起了，阿底峽尊者以前這樣講的原因就是這樣。

（127）喜樂憂與闇，三德平衡狀，說彼為主體，失衡變眾生。

接著是「喜樂憂與闇，三德平衡狀，說彼為主體，失衡變眾生。」這邊講的喜樂是「貪」的意思，喜樂憂這三個就是指貪瞋癡或樂苦平，都是一樣的意思。「喜樂憂與闇」就是指樂受、苦受和平等受三者，這邊用的是「三德平衡狀」，這三個真正的意思是貪瞋癡，我們喜樂時就生起貪，憂時就會瞋，闇的時候就會癡，所以這裡就是指貪瞋癡的意思。「三德平衡狀」，這三個平衡的時候，就會有主體，「說彼為主體」。

佛教講無明的時候，它不屬於二也不屬於三，無明一定不是二，因為那時還沒有確定會感什麼果，因還沒有產生，因是在造業的時候才產生的，無明的時候還沒有造業，所以真正能感果的因還沒有開始。

所以無明就不屬於二，「三跟二」呢，我們是看它能夠產生樂的因就是三，能夠產生苦的因就是二。無明的時候還沒有確定，這邊講的「平」就是這種意思。主體有一點像無明階段的樣子，它還是輪迴的因，但是它還沒有確定，造業的時候才確定，在我們的情緒不平時就會造業，非常平的時候就有主體，這是數論派的主張。

但是，它在平平的時候也有一種能夠產生不平的因，在平的時候，主體有一種能力能夠產生不平等。情緒不好，這個因就是主體。在因的時候並沒有情緒不平等或貪瞋癡，但是在平的時候這個因已經存在了。我們將源頭指回去的話，我們剛剛說《釋量論》裡面講破除義共相、分別心，分別心不是現量，分別心、義共相它是錯誤的。破除分別心的這個義共相有問題，一直講的時候就同時破除主體，《釋量論》裡面同時就破除主體。所以主體如有一種無明或分別心在腦筋裡面的一個印象，（主體）那個時候還可以，情緒還不是那麼糟糕，但是後面從那邊就冒出來情緒不好，貪瞋癡就開始了。這邊用的「貪瞋癡平等」主要是一個階段的意思，在那個階段還沒有產生貪瞋癡，在主體的因的階段還沒有開始貪瞋癡。

我們理解從主體（有點接近義共相的無明）給我們情緒不好、貪瞋癡、行為就造業，然後就輪迴，在理解了之後，我們就回頭去看它是那麼壞，一直找它的毛病、過失，這時候它就會有一點不好意思，它就會縮回去，

此時我們就可以解脫，這是數論派的想法。「說彼為主體，失衡變眾生」，應該不可以用「眾生」，這有一點奇怪，這是「趣」的意思，藏文的「眾生」也會用「趣」這個名詞，就是六道眾生會不停的輪迴生死，失衡的時候因就轉變，所以失衡的時候就稱為果或轉變。

數論派用的是「自性」和「變異」二詞來表示因跟果，比如主體是自性，後面除了補特伽羅以外的二十三個法就是變異，在這二十三個法裡面，有十六個法是變異而不是自性，有七個法既是自性也是變異，就是剛剛講的又是因又是果，只有主體只是自性而完全不是變異。

這邊講的主體是自性，一切法的本性就是主體，變化就是後面的二十三個法出現。前面說的「說彼為主體」，這就是貪瞋癡平等時法的自性，只要有一點點的不平等，自性就轉變了，轉變的時候就是果。有主體的因就會有變異，變異的意思就是果。這邊的「失」就是「非」的意思，不平衡時就可以稱為變異，平衡時就稱為主體，說「失衡為變異」可能比較好。

這個階段是他宗的想法，再來就是「庚二、破數論見」破數論派的見解。這邊講「辛一、辨破」，藏文是「應成」的意思，就是「順用」，「順」的意思是「聶吧」，「用」的意思是「普掉」，這裡講的辨破跟應成是一樣的意思。

（128）一體有三性，非理故彼無，如是德非有，彼復各三故。

接著是第一二八，「一體有三性，非理故彼無」，比如主體跟貪瞋癡，或是喜樂跟憂鬱、闇這三個，每一個法上面也有主體，主體的意思就是這三個平等的階段，每一個法上面有主體，也有變異，所以每一個法上有自性也有變異。

這樣的解釋就有一個問題，數論派主張主體（自性）是無方分的，自性是一切法，是體性一，一切法的體性就是主體，一切法的因就是主體，主體是只有一個，它就是無方分。這樣一個無方分的主體，又講喜樂、憂鬱和闇這三法，自宗認為數論派這樣講是有矛盾的，又講主體是無方分，又講主體有三德平的階段，講無方分和講三德兩者就有矛盾了，我們從那邊就破除他。

「一體有三性，非理故彼無」，「一體有三性」的講法是非理，所以這個就是不存在的，也就是「彼無」。接著是「如是德非有」，前面講的一體沒有三性的話，這邊講的「德」就是變異，「德」是「果」的意思，「果」

是「變異」的意思。前面是講主體一體的時候不可能會有貪瞋癡三個，因為它是無方分，現在就是破除主體的解釋。主體的解釋破除了之後，從主體那邊產生出來的變異也要破除，所以「德非有」。前面破除了主體，主體自性、因不存在的話，怎麼會有變異或果呢？所以說「如是德非有」。

這個「德」為什麼不會有呢？就是說「彼復各三故」，如果要有這個「德」的話，那就每一個變異的各各階段也要有喜樂、憂鬱、闇，或是說貪瞋癡這三個特性要存在。但是這三個特性是不存在的，因為前面主體的時候不存在，如果它是無方分的話，就不可能會有貪瞋癡這三個。既然因的時候貪瞋癡不存在的話，德或果的時候貪瞋癡也不可能存在。

我也不知道，我是按照他們講的解釋給你們聽，你們也不要以為只有你們不知道，這是沒有關係的。因為他所講的本身就是不存在的，並不是一個如理的解釋。所以他講了什麼，我們就解釋什麼。

問題：前面那一偈談到三德，在更前面那一偈的三德講的就是喜樂、憂與愛，剛剛談到三相時講的也是喜樂、憂與愛嗎？

回答：這是我們要理解的，前面講的貪瞋癡三德的「德」就是「三相」的意思，並不是「果」的意思，這是我們要區分的，前面講的「德」的不是「果」的意思，後面講的「德」就是「果」或「變異」的意思，前面講的「德」是貪瞋癡特性的意思。前面（127 偈）講的「三德平衡狀」的「德」跟後面講的「德」的意思不一樣，前面講的「德」不是「果」的意思，它是貪瞋癡特性的意思。藏文中的「遠顛」是很麻煩的，貪瞋癡也會用「德」，這是很奇怪的，貪瞋癡並沒有什麼德，所以，藏文中的「特性」也會用「德」。有時候我們要獲得或追求的一個果也會稱為「德」，《功德之本頌》的「德」就是我們要追求的。所以「德」是我們常常要去區分的，藏文的「德」真的有點麻煩。

藏文裡的問題又帶到中文裡的問題，藏文裡兩個都是用「德」，所以在中文裡，前面用「三德」就很難理解了，藏文本身就習慣了「遠顛」在不同的地方就用不同的意思。本身語言的障礙很大，又增加帶出來很多問題，那就麻煩了。後面的「德」就是「變異」、「果」的意思。

「如是德非有」，一體的意思就是無方分的主體，這個主體不存在，「如是果非有」，這樣一來，後面的果也是不可能會有的。因為前面的因（無方分的主體）時沒有三性，有三性就是非理，不可能會有三性的。這裡用的

是「三性」，所以，前面用的「三德」就是「三性」。既然主體的時候沒有三性，後面當然不可能會有三性。

「彼復各三故」，如果要是有的話，如果德是存在的話，每一個德上面也要有三性，所以說三性是不存在的，因為在因的時候不存在，果的時候又怎麼可能會有三性呢？

（129）若無此三德，杳然不聞聲。衣等無心故，亦無苦樂受。

「若無此三德」就是講沒有三性平等的主體，這裡的「三德」要理解為主體，三德平等階段的主體。「若無此三德」就是指若無此三德平等階段的主體，假如三德平等階段的主體不存在的話，那就「杳然不聞聲」，如果是這樣的話，後面的色聲等等一切的變異也就沒有辦法存在了。確實是這樣的，如果因不存在的話，果也就不存在了。

問題：這邊又講到一個「德」，您剛剛講的是主體，您也講主體是因，所以，這邊的「得」是代表有「因」的內涵，是嗎？

回答：不是。我們是從後面的「杳然不聞聲」是去看前面這個字的意思，「杳然不聞聲」是果的部分，既然是果的部分，前面就應該是因。那要怎麼解釋因的部分呢？隱義裡面平三德的階段的主體並不是直接講三德。所以「若無此三德」是講主體，並不是直接講三德，三德的意思是三性。

「杳然不聞聲」，如果是這樣的話，好像就有一點重複的樣子，但是我們要理解它不是重複。如果沒有這個因（主體）的話，那就沒有變異，如果沒有變異的話，又怎麼會有我們看得到的色聲香味觸呢？「不聞聲」就是說怎麼會有色聲香味觸。這個意思是：如果按照你的解釋的話，不可以講色聲香味觸是主體的變異，按照你的主體解釋就有問題，如果你的主體有問題，當然你的主體的因、變異就有問題，因此你就不可以承認色聲香味觸是主體的變異。所以，並沒有重複，前面只是講沒有主體就沒有變異，現在後面是特別指出來色聲香味觸，你不可以承認這些就是主體的變異。

「衣等無心故，亦無苦樂受」，衣服等等外面的色法是無心而不是有心的，因為它們是無心的緣故，你也不可以解釋這些上面有喜樂、憂、闇的存在。所以有法衣服等等外面的法不可以說有苦樂受，為什麼呢？因為無心故，所以在這些上面不可以承認苦樂受的體性-苦樂捨三性。

數論派的解釋是一切的法上面有三性，也有主體，他說一切的法是主

體的變異，因為三性不平等的緣故，法就出現了。如果是這樣子的話，那麼，一切法的上面要有樂、苦、闇。

（130）謂法具因性；豈非已究竟？汝因具三德，從彼不生布。

剛剛講的是另外一種辯論的方式，是講沒有心就不會有苦、樂、闇，是用這樣的邏輯去講。現在是把這些融在一起，「謂法具因性」，一切的法上面沒有主體，「因性」最主要是主體，「豈非已究竟？」以藏文來說，後面的兩句是放在前面，「汝因具三德，從彼不生布」是放在前面。

以藏文來說，你已經承認了因就是無方分的常法，難道不是嗎？這應該是放在後面，前面先講「汝因具三德，從彼不生布」，這兩句就是因跟果融在一起，外面的這些使我們比較舒服的布，它是不是從主體那邊生出來的呢？如果它是從主體那邊生出來的話，當我們摸到它的時候，我們也有樂，這個樂受是不是從布那邊產生的呢？或是說是不是從它的主體那邊產生的呢？他一定會承認樂受是從主體那邊產生的，因為他認為一切的變異或一切的法是從主體那邊產生的，所以當我們摸到比較舒服或比較柔軟的布就會有樂受，如果樂受是從布那邊產生的話，你就不可以承認它是從主體那邊產生的，因為主體本身是不存在的，我已經破除了你的主體。所以這裡講「汝因具三德，從彼不生布」，「不生布」的意思是布這邊的樂受不可以說是從主體那邊產生的，主要是講這個。這個講完了之後，為什麼可以跟你這樣講呢？你不是已經承認了嗎？你已經承認一切法有主體的因，這兩句是後面要講的。

在藏文甲曹杰大師的這個階段就結束一個科判，我們這裡就沒有分科判。現在跟甲曹杰大師的藏文有一點對不大起來，有可能是他們看到藏文不同的版本，目前我是沒有看到藏文有不同的版本。

《入菩薩行論 67》

雪歌仁波切講授，2008/04/06

寂天菩薩講空性，我們現在學習這個部分，學習空性對我們皈依的信心更能夠生起，如果有一點點對空性信心生起的話，也能夠生起有一天可以斷除掉我們的無明及煩惱的可能性，感覺有可能斷除煩惱、斷除無明及解脫輪迴。透過這樣子，我們不只是在書上面看到法寶而已，而是實際上體認法寶是活生生存在的。透過這樣子，對於法寶是誰帶來這個世界上？對導師的信心也會生起。也會從內心相信清淨修行這些法寶的以前那些成就者，不只是在歷史上出現而已，實際上我們也有可能會像他們一樣，修行到這樣子，我們就會有一點跟他們非常親近的感覺。透過這樣子，我們學習空性的時候，也可以增長對於三寶的信心。

我們學習空性的法，調整我們的動機，在皈依上面也有幫助。再來是發心的部分也一樣，為眾生我們要成佛，這種利他的善良心為什麼可以生起呢？原因在於我們的我愛執或我執的想法是完全錯誤的，就是對空性的理解是完全錯誤的。

思惟空性的道理，我們內心的我愛執跟我執只是一個心想而已，實際上，這個「我」名言所執的對象是找不到的。透過這樣的思惟，我們的我愛執跟我執有一天也可以徹底的去除掉，愛一切眾生的心是能夠生起的，也是跟空性道理通達的。所以透過思惟空性，也可以去除我們的我執跟我愛執，也可以生起愛一切眾生的圓滿菩提心。能不能成佛也是從思惟空性。可以生起信心、思惟空性的話，我們就知道能夠去除一切的二障，就能夠成佛，這也是透過思惟空性的道理，在我們的內心可以生起能成佛的信心。

思惟空性的道理，對於愛眾生的心也能夠生起，能成佛的信心也可以生起。透過思惟空性的道理，內心可以生起具足二種欲的菩提心，就是我要成佛跟愛眾生的這二種欲也能夠生起，所以思惟空性跟皈依或菩提心都是連結的。

空性的道理不是只有跟動機連結而已，實際上我們在修正行時，空性也是正行主要修的法。空性的法好像什麼跟地方都有連結的關係，意樂的時候也是有關係，正行時主要修的也是它。我們沒有辦法像佛菩薩一般入定，我們現在就從空性上的聞思打基礎。

在空性的聞思方面，宗喀巴大師在《正理海》、《(入中論）善顯密義疏》一直提出龍樹跟聖天兩位所寫的空性道理、見解，後代誰能夠解釋得最清楚？就只有佛護、月稱和寂天等三位，所以宗大師常常會提出來這三位菩薩。我們現在學習《入行論》的第九品，就是其中一位寂天菩薩所寫的空性道理。我們正行要做的就是聞思空性的法，主要是寂天菩薩所寫《入行論》裡面所講空性的部分。

（130）謂法具因性；豈非已究竟？汝因具三德，從彼不生布。

中文是一三〇頌，藏文是五五一。現在我們是破除主因（「己三、破他-主體因生」），他宗講一切法上面有一個主因。

（131）若布生樂等，無布則無樂；故樂等常性，畢竟不可得。

在因的時候，樂、苦和平（喜樂憂與闇）都變成平等，他宗是這樣主張的。他宗說貪瞋癡三者平等的時候就是主因，因的時候完全沒有明顯，既沒有樂也沒有苦，也沒有平。現在用的「平」主要是「癡」的意思，貪瞋癡都沒有什麼明顯的過程，剛開始因的時候就是這樣子。

假如比較柔軟、比較舒服的布，在我們摸到這個布的時候，會不會生起樂的感受？會生起的。在我們講空性的時候，確實腦筋要動得很多，因為我們太執著，我們習慣於實有，如果從沒有自性、無實有的角度去想的話，就會想不通。寂天菩薩他們對於空性的道理是非常通達的，所以他們講的時候很容易可以連結，我們就會覺得連結不起來，這是我們的問題，這些確實是很難、很深的。

當我們摸到這個布的時候，感受到一種樂，這時候我們的貪心也會生起，如果是感覺到不舒服的話，瞋也會生起；如果沒有什麼特別感受的時候，癡就會生起。所以從一個布會生起樂、苦或平等三種感受，如果生起這三種感受的話，這三種感受的主因也會生起。現在是推理，如果從布這裡會生起樂、苦或平等三種感受的話，這樣子生起就變成從布這裡也會生起主因，如果從這裡會生起一個主因的話，這個主因就變成這個布的果，它是從布這裡生起的。這個主因變成布的果的話，布燒掉了之後，從它那邊生出來的主因應該會滅掉。以推理來說，這兩個是因果的關係，沒有因就不會有果，布如果沒有了，從布那邊生起的主因也就不會存在了。

這裡是講：假如從布那邊生起樂等，「等」字裡面就有樂、苦、平三者

平等的主因，主要是從布那邊生起主因的話，「無布則無樂」，應該是「無布無樂等」，如果布不存在了，從那邊生出來的主因也會變成沒有，所以主因就不是常法。這裡有一點是應成的破，你一直說主因是常法，現在主因就變成不是常法，因為從布那邊生出來的主因會滅掉，會滅掉就不是常法。

我們跟前面連結的話，前面講從主因不會生起布，後面講的是從布不會生起主因，前面講的是「汝因具三德，從彼不生布」，「彼」就是主因，從主因不會生起布，前面的階段是從主因不會生起布，後面 131 頌前兩句講的是從布不會生起主因，好像就是主因跟布沒有關係的意思，我們要破除主因跟布的中間沒有關係。在甲曹杰大師的科判當中，「汝因具三德，從彼不生布，若布生樂等，無布則無樂。」是一個科判，這是布和主因之間的一個觀察。

現在這樣講下來，你們會感覺：「主因、樂和苦跟空性有什麼關係呢？」我們一定會這樣子想。實際上，我們去想的話，也是有關係的。有什麼樣的關係呢？我們會說一切法的來源有自己的自性，自己的因，自己的源頭，這只是一個源頭，並沒有明顯的出現，到底它是四方的或長的，都還沒有出現，在源頭時候都沒有出現，因的時候還沒有變形。我們心裡也會想，因的時候不會變成果，所以我們會覺得是從自己的因那邊自己成立的，一切法一定有它的來源，只是我們沒有看到而已，還是有的。我們自己會想是一個沒有看到的有，這就是「有自性」的意思。我們會覺得這個世界是自己有自性的，實際上應該有一個不知道的因存在那裡，有一個我們不知道的源頭存在那裡，我們一定有這種執著心。把這個解釋出來的話，他宗的解釋主因不明顯，還沒有出現。如果出現的話，可能是給我們感受樂或苦，或是一種樂或苦都沒有的另外一種果的部分，現在是這三個都沒有出現前面的階段，這是因，他就用主因來稱呼。實際上我們也有這種跟主因差不多的執著心，這個世界的源頭、因是什麼，我們大家好像是沒有辦法想到的、沒有法講出來的一個因存在那裡，大家會想，這就是主因，我們會想它是從自己那邊成立的，自己的一個源頭從那邊成立的，這是主因。

他這樣子解釋的時候，我們自宗怎麼破除他呢？你現在已經承認，這個主因是一種樂、苦、平還沒有變成樂、苦、平前面一個平等的過程，那時候就稱為因。如果你這樣子稱為因的話，一切的法前面一定有一個沒有明顯樂、苦、平的階段，就是主因的部分。

他對主因是這樣解釋的，自宗就會說：如果你講樂、苦、平都平等的階段是主因的話，布的後面應該也要承認有一個主因。為什麼呢？布的後

面有沒有樂？有。有沒有苦？有。有沒有平？有。既然這三個存在的話，這三個沒有明顯的階段也要有，這三個平等的階段也要有，理論就是這樣的，所以布的後面也要承認生起一個主因。

如果布的後面生起主因的話，你自己就變成相違了。你自己承認主因是常法，現在又承認從布生起主因，如果從布能夠生起一個主因的話，這個主因就一定不是常法，這個主因一定是無常，它不是常法。為什麼它不是常法呢？當布不存在的時候，這個主因也一定不存在，所以它就不是常法。這裡就是破除他自己主張主因是常法，他自己承認從布生起一個主因，前面他又承認主因是常法，這兩個是相違的。

接著下面的「故樂等常性，畢竟不可得。」這裡的藏文和中文有一點對不起來，「故」字應該放在「畢竟不可得」之後，藏文是破除主因是常法，前面兩句是比較簡單的，「樂等」裡面就包含樂、苦、平這三個受平等的主因，應該是說「樂等」裡面樂、苦、平的自性，平的自性就是主因，它自性的時候沒有變成樂，沒有變成苦，也沒有變成平。這裡應該是說樂、苦、平三者的自性不可以說常性，為什麼呢？常性是不可得到的、看不到的，畢竟不可得。我們一直去觀察的話，找不到它是常性，所以它不是常性。我們常說：有法平，勝義中、諦實中不存在。為什麼呢？諦實中「量識」找不到。我們說：有法平，諦實中不存在，因為諦實中量識找不到故。我們用這種正因，現在這裡就是這種正因。

比如有法是樂、苦、平三者的自性，因不是常性，因為不可得，就是說量識得不到它是常性，所以就畢竟不可得。藏文的「故」字在中文裡好像看不到，中文其他版本裡有沒有這個「故」字呢？沒有吧！

剛剛講的：有法五蘊勝義中不存在，因為勝義中量識找不到。你們有沒有看過這種正因呢？應該是看過吧！《道次第略論》裡面也有用這個，在講空性的毘缽舍那裡面，應該是有的。

「勝義中不存在」跟「勝義中量識找不到」兩者當中，哪一個比較難理解呢？剛剛是講：「有法五蘊，勝義中不存在，因為勝義中量識找不到故。」這樣講的時候，先要理解五蘊上面勝義中量識找不到，再來就理解勝義中不存在，有這樣前後的關係。

為什麼有這樣前後的關係呢？以這兩個來說，一個是名相，一個是定義，「勝義中不存在」是名相，「勝義中量識找不到」是定義。「有」的定義是「量識所緣」。比如說：有法五蘊勝義中沒有或勝義中不存在，因為勝義

中非量識所緣故。這樣也可以講，但是你們緣這個時候藏文的意思抓不到，得到或找到的時候才能抓到藏文「密」的意思。比如說：五蘊，勝義中量識找不到。這是比較容易理解的，意思馬上就可以看得出來。「勝義中非量識所緣」，「所緣」的意思大家比較容易聽得懂嗎？剛剛講「有法五蘊，勝義中非量識所緣」，跟「勝義中量識找不到」，兩者比較起來，哪一個比較容易理解呢？應該是「勝義中量識找不到」比較容易理解吧！所以我就用這個詞了。

「勝義中非量識所緣」，你們覺得這個意思是什麼樣子？我就這樣說吧！「兔角不存在」是不是量識之所緣呢？「兔角不存在」是沒有錯的，「兔角不存在」就是存在（因為是名相），所以「兔角不存在」是不是量識可以理解的？那麼所緣是什麼呢？

比如說「聲音是無常」這樣的比量，了解聲音無常的時候，它的所緣是什麼呢？它的所緣是聲音，同樣的，把它推理到剛剛的「兔角不存在」，這樣子理解時，它的所緣是什麼呢？理解「兔角不存在」這個量的所緣就是兔角，那麼，兔角就是量識所緣，「量識所緣」就「有」嗎？沒有嘛！所以我們要理解「有」的定義講「量識所緣」，這個時候的所緣不是真正的所緣的意思，而是理解、找到的意思。

剛剛說「所緣」沒有抓到藏文的意思，藏文的「密吧」有很多意思，有的時候是「所緣」的意思，有的時候是「理解」的意思。所以「有」的定義裡面所講的「密吧」不是「所緣」的意思，它應該是「理解所量」的意思。「所量」跟「量識所緣」不一樣，這是大家要理解的。

這裡你們是不是覺得有點亂呢？主要是在講攝類學的時候，你們對於「有」的定義是「量識所緣」就沒有很清楚，意思沒有弄清楚。「有」的定義講「量識所緣」，意思不是一般「所緣」的意思，這個「所緣」的意思是「所量」的意思，就是「他所了解的法」的意思。所以「量識所緣」在翻譯時用「所緣」一詞，是大家比較容易誤解的，比較難以理解的。我剛剛說用「非量識所緣」時，還是抓不到它的意思，用「量識所緣」這個詞是有問題的，用這個詞比較沒有抓到藏文真正的意思。沒有抓到的理由在哪裡呢？剛剛所辯論的就是這個。

比如說「兔角不存在」，這是存在的，這是有，這是「量識所緣」，這個時候我們要理解，量是能夠理解的，是所量的一個對境，我們這時候了解「兔角不存在」的「量識所緣」是什麼，那就要講是兔角，這個辯論就

出來了，兔角是「量識所緣」嗎？這個問題就出來了。是啊！理解「兔角不存在」，這個「量識所緣」就是兔角。所以我們以「量識所緣」為「有」的定義時，這個詞就沒有抓到它真正的意思。真正懂一點藏文的，「密吧」是「了解」、「量」的意思，所以應該是所量。

剛剛這個問題是從哪裡來的呢？我們剛剛的問題是「有法五蘊，勝義中不存在，勝義中量識找不到或量識不可得。」剛剛用的「不可得」就是「找不到」的意思，藏文是「密吧嘛宜」，就是「找不到」的意思，就是「有法五蘊，勝義中不存在，勝義中找不到。」我們現在理解了。

我們先不要用「勝義中非量識所緣」，如果用的話就比較沒辦法抓到它的意思，我們就直接講「量識找不到」或「量識得不到」。「量識得不到」是「有」的定義，「勝義中不存在」或「勝義中沒有」的定義是什麼呢？「勝義中量識找不到」或「勝義中量識得不到」就是「勝義中不存在」的定義。以這兩個來說，我們要先理解「勝義中量識得不到」，然後再理解「勝義中不存在」，這兩個是有次第的。

簡單的來說，我們怎麼確定那個房間裡沒有人呢？去那裡，我的量識找不到，所以後面就確定沒有，有這樣的前後關係。先看量識，找不到之後就說沒有，所以量識找不到，後面就是沒有，是這樣子的前後關係。

現在「有法五蘊，勝義中量識找不到。」這個量識是我們的量識或誰的量識呢？去找五蘊的自性是找不到的，五蘊究竟的體性在哪裡呢？找的時候在它上面找不到它的體性，它自己不是它的體性。既然它自己不是它的體性，不管什麼樣的量都找不到，沒有辦法找到。是什麼沒有辦法找到呢？五蘊上面五蘊的自性找不到，一直去找五蘊的自性就是找不到。「勝義中」的意思就是找五蘊的自性在哪裡，這個找的過程就找不到，它在世俗中是找得到的，在世俗中我們不用去找它的體性，我們只是看一看好像它在那裡，當我們觀察它體性的時候，是找不到的，所以「勝義中找不到」，「中」就是「觀察它的體性的時候」，這是找不到的。所以任何一個法，觀察它的體性時都找不到，沒有觀察它體性的時候能夠找得到，所以「勝義中」的意思就是「觀察它體性的時候」，那是找不到的。

觀察它體性的時候找不到，這表示什麼呢？這就表示它沒有自性，它沒有諦實存在。所以剛剛講「勝義中量識找不到」就是「勝義中不存在」或「沒有諦實成立」的定義，剛剛講的「不可得」就到這裡。

前面講的「樂等常性，畢竟不可得。」我們平常用「勝義中不存在」，

因為勝義中量識得不到，這種的正因差不多。現在這裡用的是「不是常性」，因為「不可得這個常性」的情況。

（132）樂等若恆存，苦時怎無樂？若謂樂衰減；彼豈有強弱？

為什麼這個常性的情況得不到呢？後面就會講到。「樂等若恆存，苦時怎無樂？」現在是講樂的體性，它的自性是常法的話，當生起苦的時候，樂的自性存不存在呢？要存在。如果存在的話，為什麼沒有感受到呢？誰都沒有覺得有樂，「苦時怎無樂」為什麼不會有樂呢？如果樂的自性恆存的話，在苦的時候，我們也應該要感受到樂的自性存在，為什麼卻沒有呢？

接著是「若謂樂衰減；彼豈有強弱？」樂的自性存在，但是它變成衰弱、減少。如果是這樣解釋的話，你現在是承認樂的體性是常法，它怎麼會有的時候強有時候弱呢？「彼豈有強弱」，「彼」指的是「是常法的樂的體性」。

（133）捨粗而成細，彼樂應非常。如是何不許：一切法非常？

比如說樂的體性本來是常，但是當苦生起的時候，樂的體性就捨棄粗的部分，它就變成細，當生起苦的時候，樂的體性就變成細，變成弱。這樣子的一個變化，「彼樂應非常」樂的體性應該要承認非常。「如是何不許：一切法非常？」剛剛樂的體性是非常的話，那麼一切法的體性也應該要變成非常。你現在承認一切法的體性就是主因、就是常法，他的主張主因是常法，主因是一切法的體性，現在既然樂的體性是非常的話，那麼你也要承認一切法非常，為什麼你不承許一切法非常呢？

（134）粗既不異樂，顯然樂非常。因位須許有，無中不生故。

先講「粗既不異樂」，樂的體性我們要感受到它的時候，它就要變成粗，這樣才會感受到。以他宗的角度來說，樂的體性是主因，我們要感受到樂的體性的時候，它要變成粗才能夠感受到。粗和樂的體性是一還是二呢？樂的體性粗的時候就感受到，在細的時候就沒有辦法感受到，這是他宗的講法。自宗就問他：「你現在這樣講：樂的體性粗的時候感受到，你講粗的時候感受到，粗的部分跟樂的體性是一還是二？」就是問是一或是異。

應該你不可以說是異，如果是異的話，你感受到的就不是樂的體性，你感受到的只是粗而已，樂的體性則沒有感受到，因為樂的體性和粗是異，所以就沒有感受到。既然你感受到了，那就不可以說是異，「粗既不異樂」

就是這個意思。

異的話有問題，就沒有辦法感受到。你要承認不是異而是一，要承認一，這樣一來，樂的體性又變成非常了。為什麼呢？樂的體性和粗就不是異而是一，變成細的時候，樂的體性跟細也不是異而是一。如果是這樣子的話，樂的體性是一直會變化的，一直會變化就變成非常，所以說「顯然樂非常」，就是這個意思。

後面是「因位須許有，無中不生故。」藏文在這裡就變成下面的一個科判。剛剛前面是一直破常法，我們一直講樂的體性是非常而不可以說是常法。所以，破除常法的階段已經講完了。

現在這裡主要是破除什麼呢？他宗承認一切果的因有它的自性，所以在因的時候，果的自性已經存在了。既然果的自性存在的話，那就可以說果在因時自性時就存在，就不可能出現一個因的時候不存在的果。所以依照他宗的解釋來說，一切的果在因的時候就存在了，這樣子承認的話，因就不需要生起果，這裡就是破除這個部分。

這裡講「因位須許有，無中不生故。」他宗你們因的時候需要有果，為什麼呢？這裡和藏文有點連不起來，藏文的意思是：果不是因自性的時候，這個因不會生這個果，因是果的自性，果也可以說是從因的自性生出來的，果本身也是由它的自性所控制。

這裡是講：在因的時候，果的自性存在，果也要存在。為什麼果也要存在呢？假如果不存在的話，果就變成不是因所能夠控制的，或是說這個因不是這個果的自性。假如這個因不是這個果的自性的話，這個因就沒有辦法生起這個果，所以說「不生故」，因不是這個果的自性的時候，這個因沒有辦法生起這個果之故，應該是有這樣的意思，這裡說「無中不生故」。

那些難的部分，你們就要常常去看，就會熟悉了，熟悉了以後，像《中論》就比較容易看得懂，《中論》裡面所用的推理也是這樣，我們如果不熟悉，就會覺得很難，如果有一點熟悉的話，就比較容易理解了。比較熟悉《中論》裡面的推理，我們自己的執著心就可以跟這個辯論，我們的執著心有無量無邊的矛盾，還覺得我是對的，我們的執著心是這樣的。實際上，它裡面有無量無邊的矛盾、衝突，太多了，但是我們都沒有感覺到。讀《中論》的話，就把各種角度的矛盾都抓出來了，透過這樣子，我們的執著心就好像被切成一片一片，變成破破爛爛的，我們就可以一直破壞它，從無量無邊的角度去破壞它。

《入菩薩行論 68》

雪歌仁波切講授，2008/04/13

上次我們講到一三四頌，寂天菩薩寫《入行論》主要是講菩提心跟菩薩行，菩薩行主要是六度，六度最主要的是第九品裡面講的智慧度，我們現在已經上到第九品三分之二以上，差不多要上完了。

智慧度實際上是修菩薩行的階段，但是我們現在凡夫學佛的時候，對於智慧度的內容也是應該要理解的，應該要學習的。初期的時候，修行的程度還沒有到，但是對於這個內涵是一定要理解的，如果我們沒有理解的話，對佛菩薩的信心也生不起來，菩薩的修行有多麼殊勝也感覺不到。如果這樣子，在初基時對於佛菩薩的殊勝不是那麼理解的話，當然信心也就生不起來，所以對於菩薩的這些行為也是應該要理解的。

我們學習空性的的同時，對於消業障也是幫助非常大的。就供養佛菩薩來說，學習空性的善根也是最好的一個供養，在佛菩薩面前最好的供養就是空性的法，所以宗喀巴大師在《三主要道》裡面講歡喜道，他把空正見稱為歡喜道，一切佛菩薩能夠歡喜的道就是空性的法。我們初期學習空性時，同時也有積聚資糧，因為我們在佛菩薩面前能夠做到最好的一個供養，供養佛菩薩最好的善根也做到了，所以在積聚資糧上面也幫助非常大。

雖然我們不是那麼懂空性的道理，但是在努力學習的時候一定有積聚資糧。要積聚資糧，內心要觀想：我在佛菩薩面前供養我現在努力學習空性法的善根，這樣子佛菩薩是最歡喜的，因為佛菩薩擔心我們眾生在輪迴裡面流轉，他的心裡一直有一個想法：「眾生什麼時候可以離開輪迴呢？什麼時候開始學習空性、開始斷除輪迴的根本呢？」祂一直有這個想法。所以我們現在學習空性，佛菩薩一定會歡喜：現在這些眾生開始找到了輪迴的根本，對於怎樣斷除輪迴的根本有一點懂了，佛菩薩就會歡喜。我們觀想面前有很多的佛菩薩，現在努力聽空性的法，善根就供養出去，這樣我們的學習就比較有意義，所以初期時學習空性也是有很多的好處。

學習空性也會使我們內心生起一種對解脫的信心，能解脫的方法--法寶上面也會生起一種信心，不然解脫就只是口頭上說一說而已，心中也不會感覺到解脫應該是存在的。所以在學習空性的時候，能解脫的方法--道上面及果報--解脫及佛果位上面也會生起信心，若信心生起的話，希求的心也會增加，當然修行也就會比較精進，心就比較不會虛弱，希求心比較

強，這樣的修行才比較會成功。在修行上面，思惟空性的道裡就有這些，比如心中認識如來藏，自己心中的如來藏都會明白，所以學空性是有很多的好處。

空性並不是把存在的法空掉，現在所存在的法是實在存在的，我們心中在這些法上面有實有執，我們要把這個實有的部分去除掉、空掉。怎麼樣算是諦實成立？怎麼樣算是實有？對這個部分解釋多一點的話，我們要解釋成：「實有」是這些法產生的時候，它有自性，它本身有自性的因存在，或者是它是無因當中產生，這也是一種實有。我們對實有的部分辯破的時候，有各種的角度要辯破，自性因生要辯破，無因生也要辯破，他因生也要辯破，自他因生也要辯破等等。

我們現在所講的是自因，我們要辯破的就是自因。主張自因的他宗，他們認為：以苗芽來說，苗芽在種子的時候，它的自性就存在，只是我們凡夫沒有看到它的自性存在，實際上它的自性是存在的，它的自性在種子時就已經存在了，它究竟的體性我們凡夫沒有看到而已，我們不了解而已，實際上它的自性在種子時就已經存在了。在我們凡夫的眼中，只是它自性的一種變化，它就變化成苗芽了，苗芽之後就會產生果出來，這只是凡夫眼前的一個變化而已，實際上它的自性在以前以前就已經存在了，這是它的本性，究竟的本性就是這個，這是他宗的說法。他宗的說法就是：在因的時候，果的自性就已經存在，果只是一個階段，我們把這個階段稱為果。

有時候聽電視上有各式各樣的解釋，他們會說人的生命好像一條線，然後就會變化，這個就是有自性的解釋，聽起來好像很順的感覺，實際上這就是有自性執著。剛剛他宗也是這樣解釋的，他宗說：在因的時候，它的自性就存在的，果只是我們眼前的一個變化而已，實際上它的自性是一直存在的，這是他宗的一個解釋。

（135）顯果雖不許，隱果仍許存。因時若有果，食成嗽不淨。

他宗不承許：「在因的時候，果的自性不存在，等到果的時候才顯現」，所以說：「顯果雖不許隱果」，藏文和中文有一點對不起來。我們先解釋一下，他宗的主張是：在因的時候，果的自性一定要存在，如果因的時候果的自性不存在，果就沒有辦法顯現，他宗的主張是這樣的。

自宗就跟他講：你雖然不承許「因的時候（果的自性）不存在」，果就沒有辦法顯現，果要顯現，一定要因的時候存在，因的時候果的自性不存

在的話，果就沒有辦法顯現。果顯現的部分你不承認，但只是嘴巴上不承認而已，實際上你應該已經承認了，怎麼樣承認呢？你有承認因的時候果不顯現，「果不顯現」就是「果不存在」，所以不可以說「果的自性存在」或「果存在」，因的時候「果存在」和「果不顯現」這兩個不可以區分，假如果存在的話，果就要顯現。他宗自己是區分的，他認為果在因的時候存在，但是沒有顯現。自宗就跟他說：你只是用一個名字把它區分而已，實際上，你已經承認了果在因的時候不存在。或從另外一個角度來說，你已經承認了果在因的時候已經顯現，就是兩邊都可以講。另外他宗說：因的時候果的自性存在，但果沒有顯現。自宗就講：你既然講果沒有顯現，那麼你應該要承認果的自性不存在、果本身不存在。

他宗講的是：果在因的時候「自性存在」是一部分，「沒有顯現」是一部分，這樣就有兩種，這兩種是這樣區分的。自宗就說：如果你承認「果不顯現」的話，那麼你應該要承認「果不存在」。這個部分，我們運用時叫做「應成」（應成立出某過失）。這邊果的自性存在，我們就說：既然果的自性存在，你就應該要承認果顯現。所以兩邊都可以講，果的自性存在，你就應該要承認果顯現；另一方面，果不顯現，你就應該要承認果不存在，所以兩種都可以講。

這邊講的「許存」就是你應該要承認存在、你應該要承許存在。存在是什麼意思呢？存在是你應該要承認果在因的時候顯現的意思。後面的「存」是要講「顯現」，果在因的時候顯現，你應該要承許果在因的時候顯現，是這樣的意思。

這樣比較容易懂吧！藏文的《入行論》文字還可以，比較容易解釋，中文有一點沒辦法對得起來。第一句的「顯果雖不許」是：因的時候自性不存在，果的的時候才顯現，你雖然不承許。接著是「隱果仍許存」是：你應該要承認果在因的時候是不存在的或不顯現的，這時候你應該要承許要顯現，「仍許存」“存”就是顯現的部分。你講的是因的時候果是隱，但是，你應該要承許那時候已經顯現，隱果的時候你應該要承許顯現，「許存」的「存」就是顯現中存在。

下面是「因時若有果，食成噉不淨」，這也是一種辯破，如果你承認因的時候果存在的話，那麼因的時候要有果。如果因的時候有果，我們吃飯的時候就同時吃大便，你就要承認「食成噉不淨」。

應該這樣子講，自宗是主張一切法是名言安立的，所以就不會有乾淨

或不乾淨的分別，他宗或外道非常在意這是乾淨或不乾淨，所以用這個詞去辯破他們是有這個意思的。自宗跟他宗中間有這樣的想法，自宗主張一切法都是名言安立的，所以對於乾不乾淨不會那麼在意，他宗那些修行者就非常在意這些，所以特別用這個詞辯破他們。在辯破他們的時候，同時也有一點點否定他們在修行上面的行為，有一點辯破他宗的戒禁取見。

（136）復應以布值，購穿棉花種。謂愚不見此，然智所立言，

後面是「復應以布值，購穿棉花種」，因本身就是果的自性的話，我們要做衣服，應該要去買衣服的材料--布，而不需要去買布的材料，所以布的材料跟布兩者之間應該要有所區分。他宗認為布的材料時，布就已經存在了，所以我們要買布的錢就拿去買要做布的材料，可不可以？如果按照他宗的角度來說，這樣是可以的。為甚麼呢？這時候布也是布的自性，做布的材料也是布的自性，所以就直接可以買做布的材料。「復應以布值，購穿棉花種」就是你應該要買棉花，以此辯破他宗。

接著是「謂愚不見此，然智所立言」，世間凡夫因為愚痴的關係，在棉花的時候看不見這是衣服，這是他宗的講法。自宗：那你應該要承許，大自在天及你們有智慧的應該要直接買棉花，以及直接吃不淨，愚痴的人沒有直接吃不淨及直接買棉花，你們有智慧的就會這樣。

（137）世間亦應知，何故不見果？世間若非量，所見應失真。

接著「世間亦應知，何故不見果？」你前面說世間愚痴的就不見這個，應該不可以這樣講，世間也是應該要有理解這個道理的人。理解這個道理的世間人也是會變成剛剛你講的直接買棉花等等，為什麼他們沒有這樣子做呢？為什麼他們沒有直接買棉花及直接吃不淨呢？「何故不見果？」為什麼沒有看到？為什麼不直接買呢？

接著「世間若非量，所見應失真」，他就會說：世間人看不到因時果的自性，這不是量，他只是看不到而已，他沒有看到因時果的自性，沒有看到世間的心，不是達到量，它是非量、不準確。既然是不準確、非量的話，你就不可以說世間眼前顯現的時候，你就說這是顯現，不可以從世間的量的角度去判斷這是顯現，為什麼呢？因為世間的眼識不是量，所以用世間的眼識不可以判斷這個果有顯現，為什麼呢？這個眼識也是非量，為什麼呢？世間的量，任何一個心識都是非量，既然任何一個心識都是非量的話，那麼眼識也是非量，那在眼識前顯現的時候，你不可以判斷這是顯現，為

什麼呢？因為世間的眼識就是非量，所以說「所見應失真」。

「失真」就是不是真的，「顯現」你講的就不是真的，你講果是顯現，在世間的眼前果顯現的時候，你判斷這是顯現，這不是真的，為什麼呢？我們是用眼識去判斷，而眼識是非量，所以就不可以判斷，「失真」就是這個意思。

我們到這裡就辯破他宗的想法，接著是「中觀宗不犯同過」，我們自宗一直這樣子辯破的時候，他宗又會反過來找自宗的過失，同樣的理論就會講自宗的過失，自宗就回答：「我就沒有這個過失。」

（138）若量皆非量，量果豈非假？故汝修空性，亦應成錯謬。

接著是「**辛二、中觀宗不犯同過**」，自宗這樣一直辯駁時，他宗也會反過來找我們的過失，同樣的一個理論就講自宗的過失，自宗回答沒有這樣的過失，所以「**壬一、諍**」：「若量皆非量，量果豈非假」，「非量」的「量」是有自性的量、實有的量，就是「非實有的量」。「量果」的「果」不是真正的果，藏文沒有「果」的意思，應該是說「量的對境」，也就是所量，或是由量的結果去判斷對境是存在。如果有境的量是真正的量-正量，不是似量，我們就從有境的量判斷對境是存在的，所以存在是後面，就稱為果。《釋量論》有時候在所量的對境上面也會用「果」字，就是「量果」。為什麼對境上面可以用「果」字呢？因為對境的存不存在，要先看這個量是真正的量或不是量，如果是真的量，才可以確認對境存在，這是後面講的，因為是後面講的，所以才稱為果，在對境上面才稱為「果」。現在用「果」字也是有這個意思，這邊用「量果」就是「對境」的意思。

「量果豈非假」，「非假」是「不存在」的意思。我們現在不就字面說明，直接就來講它的意思。他宗說：你們中觀應成派認為不管對境或有境，一切法都是假的，一切法不是真實有，不是諦實成。如果是這樣子的話，有境的量是否也是假的呢？是否非諦實成呢？如果是非諦實成的話，這個量本身是假的，然後用這個假的量去確定境是存在，這是沒有辦法確定的，因為量是假的，既然量本身是假的，用量去確定這個法是存在，就沒有辦法確定了。他們就是辯論這個，他宗就是這樣辯論的。

這裡是「假如量皆非量的話」，這是什麼意思呢？量非實有的量，它不是實有、真實，量識不是真實的話，量果就不存在。「非假」的意思是「不會變成假的嗎？」、「不會變成不存在嗎？」

對於他宗的這個問題，我們心裡也會想：「一切法都是假的，如果是假的話，這個量也是假的，我的心也是假的，那麼對境也會變成假的嗎？什麼都會是假的嗎？」我們會這樣子想。如果對境是假的話，那麼對境就不存在嗎？這個問題就出來了，所以「量果豈非假」是他宗講同過的部分，是不會犯同過的意思吧！

然後是「“故”汝修空性，亦應緣錯謬，」他繼續又講：量不是真實的話，“故”字應該是說「量不是真實之故」，就變成修空性的時候，你就沒有辦法修得成功，或是修的時候就沒有辦法無錯亂的修行，因為都是假的，對境的空性也不存在，有境的空正見也不存在，那是誰修誰呢？為什麼這兩個都不存在呢？這兩個都是量識的對境。對境的空性也好，有境的能修的空正見也好，兩個都是有量才要判斷這是存在的。比如：空性存不存在呢？了解空性的量，從那邊就判斷空性存不存在。或是：空正見存不存在呢？也是了解空正見的量是不是真的量，從那邊就判斷有境的空正見存不存在。現在量就是非真實的量，既然量是非真實的話，它的對境就都沒有辦法解釋，所以空正見也沒有辦法解釋，對境的空性都是假的，都不是真實的，都不是真正的存在，那誰修誰呢？都沒有辦法，就是這個意思。

後面就是自宗回答，前面則是他宗的一個「諍」。(「**壬二、答**」) 他宗諍論的時候說，量識非真實的話，我們就要講「量識非真實」是沒有錯的，是我們要承認的，對境的空性也是非真實，這也是我們承認的。

為什麼對境的空性是非真實的呢？它是緣起。空性本身是緣起，空性本身是怎麼緣起的呢？依靠去除實有執當中的對境的實才產生空性，所以，空性是緣起的法。它是依靠什麼而緣起呢？依靠去除實有執當中的「實有」的想法，把這個法去除的時候，空性就出現了。比如桌子上有一個杯子，本來它是存在那邊的，然後就把它拿掉，那就是空。這裡不是這個意思，不是外面的，而是心中的，我們心中有一個「實有」的想法，有這樣的執著，把這個「實有」的想法拿掉，那就是空了。並不是在外面的境上面有一個東西，把它拿走就是空性出現，並不是這個意思。空掉的是心中實有執當中實有的現行，把這個拿掉就是空。所以空性是緣起，是依靠去除實有執當中的實有，這就是空性，靠這個而產生空性，所以空性是緣起。

依靠去除這個，那麼還沒有去除之前，就先要認識它，先要認識實有執是怎麼樣實有執，在實有上面是怎麼耽著的？對境的實有是什麼樣的？這也要認識。所以先要認識實有執的耽著境，然後再把這個耽著境去除，再來產生空性，就是空性是緣起，所以空性緣起是這樣的一個過程。

所以自宗回答，在剛剛的諍論裡面，他有一點點受不了，馬上回答的，在空性上面他有一點受不了。你講空性，能修的空性也不存在，所修的空性也不存在，你怎麼可以這樣講呢？能修的空性也不存在，那就沒辦法修行，沒辦法成佛，沒辦法解脫，這是很糟糕的。所以，他一講到能修的空性和所修的都不存在的時候，自宗就馬上回答：對！你講得沒有錯，空性是不真實的。為什麼沒有錯呢？空性是緣起。空性是怎麼緣起呢？就是剛剛講的那樣，下面就是講這個：

（139）未辨假立實，不識彼無實。所破實既假，無實定亦假。

「未辨假立實，不識彼無實」，我們要分辨或認識「假立實」，「假」就是實有執，「假立實」是實有執的對境，實有的意思，我們要認識實有執的對境，我們要分辨實有執的對境的意思。「未」如果不能分辨實有執的對境，那就沒有辦法認識空性。「不識彼無實」“不識”就是沒有辦法理解，沒有辦法理解什麼呢？「彼無實」，對於什麼是不真實的沒有辦法理解。我們要先理解怎麼算是真實，如果我們不理解怎麼樣算是真實，對於實有的部分不清楚的話，就沒辦法理解無實，沒辦法理解無實，就沒辦法理解空性。所以我們要理解空性，要先理解空掉的是什麼，要空掉的是實有。要理解實有，當然就是對實有執它怎麼樣執著對境，怎麼樣把對境看成實有，我們要去認識這個。

宗喀巴大師很多地方一直用的「執」，你們要理解這個，在《正理海》、《善顯密義疏》、《廣論》後面的毘缽舍那、《略論》後面的毘缽舍那、《了不了義》，他在每一個地方都一直會引用這一句，他在什麼地方會引用呢？我們要學空性，在理解空性的時候，一定要先理解所破，如果對於所破不清楚的話，空性就不清楚，他就一直講。我不知道現在用的這一句，和《善顯密義疏》、《廣論》、《略論》裡面的翻譯一不一樣，我不知道，因為每個翻譯者所用的詞不一樣。藏文是《入行論》的這個詞句用了，其它什麼地方用都一樣，《廣論》裡面引出來的這一句，跟《略論》、《善顯密義疏》、《了不了義》裡面所引用的都一樣。在中文版裡面，每一個翻譯的都不一樣，他自己想什麼就直接翻譯成什麼，可能就比較難理解了。

「未辨假立時，不識彼無實」，“不識”就是不了解。這兩句在《入行論》裡面用的時候，它講空性是緣起，空性不是真實的。「空性不是真實的」你這樣子辯論，沒有錯，我也承認空性不是真實的，空性是緣起，怎麼緣起呢？這兩句是回答這個問題。

宗大師這一句用的地方有一點不一樣，但是不可以說完全不一樣，宗大師用是怎麼用呢？「要了解空性之前，先要了解所破」，他就一直引用這兩句來成立這個部分。

其他的教派（如紅教等）和宗大師中間，在解釋空性時有不同的地方，一個是這個階段。要學習空性的時候，先要理解所破，這是宗大師的一個特色。然後宗大師引用這兩句，一直解釋這個部分，這也是宗大師的一個特色。他們會不會解釋這兩句？也會解釋，但是他們沒有抓到理解空性先要分辨所破，他們沒有連接到這個部分，而宗大師連接到了，這是我們要理解的，這是宗大師的一個特別的解釋方式。

我們講空性是緣起，空性是怎麼緣起呢？是依靠認識或分辨所破，然後去除所破，去除我們分別心當中實有的部分，然後也是分別心當中出現空性，所以空性也是名言安立的，這裡就看得出來，空性是名言安立的。

怎麼是名言安立呢？所破是假的，空性是假的，所破是分別心當中的一個法、一個境，空性也是分別心當中的一個境。所以所破的實有是名言安立的話，空性也是名言安立的，這兩個道理是一樣的。不可以說：所破是分別心安立的，空性不是分別心安立的它是實有的，不可以這樣講，兩個都是分別心安立的。但是，你們要理解：「分別心安立和名言當中有」是不一樣的，「名言當中有和世俗有」是不一樣的。「名言當中有」跟「世俗有」這些意思是一定要存在。所以我們說：所破的實有是不是分別心安立的？是。但是它是不是世俗中有呢？沒有。它是不是名言當中有？沒有。它是不是分別心安立的呢？是。這是我們要區分的。

現在這邊講的是：所破的實有是分別心安立，它不是真實的。同樣的，空性也不是真實的，是分別心安立的，這兩個是平等的、一樣的。

我們看「所破實既假，無實定亦假」，所破的「實有」是假的，是分別心安立的一個境。同樣的，「無實」也是分別心當中的一個境。「實有」是分別心當中的實有，「無實」也是在分別心當中把實有去除的。在什麼地方去除掉呢？在什麼地方沒有呢？是在分別心當中去除的，分別心當中去除就是「無實」，「無實」也是分別心當中安立的。「無實定亦假」，非常明顯的，無實也是假的，所以兩個都是分別心安立的。

「名言中有」和「名言中存在」一樣，但是和「分別心安立」就有一點不太一樣。「分別心安立」和「不真實」一樣，「不真實」跟「名言當中有」不一樣，「名言當中有」是在「不真實」的後面才要理解的，「不真實」

的同時要理解「分別心安立」，我們在理解「不真實」的時候，同時也會理解「分別心安立」、「名言安立」。但是「名言中有」和「名言安立」又不一樣，「名言中有」是它存不存在的意思，比如這個法「沒有自性」跟它「不存在」是不一樣的，說它「沒有自性」，因為是我們「分別心安立」的，它自己是沒有自性的，這兩個是一樣的。但是「安立」跟「存不存在」又是另外一個問題了。

細的世俗諦是空性的後面要理解的，剛剛我們講「名言中存在」、「世俗中存在」，這些是細的世俗諦。先要理解空性，後面才會理解細的世俗諦，「先要理解空性」是什麼？就是先要理解不真實，一切法是名言安立、分別心安立、不真實，這就是空性的道理，這個理解之後，我們就要理解細的世俗諦。一切法是不真實的，沒有錯，但是怎麼解釋存在呢？這是後面的問題，是細的世俗諦。

《入菩薩行論 69》

雪歌仁波切講授，2008/04/20

《入行論》第九品講空性，空性法跟調整我們內心皈依和發心的階段有什麼連接的關係呢？用一般口語來講，皈依是我們在因果緣起道理上面的一種信心，這就是皈依。哪一個上面因果緣起的道理呢？就是離苦得樂的追求，它的因是依三寶，主要是依法寶，依法寶的順緣是依佛寶跟僧寶，近取因是依法寶，靠這樣的近取因和俱生緣，然後才可以證得自己離苦得樂的追求，我們在因果道理上面有信心的話，就是皈依。

因果不是短期的，它是長遠的，然後又廣，因和果中間也有很多的因果，這樣因果的道理慢慢推廣，又廣又細，這種信心越強，皈依的信心就越強。按照這個信心，從我們內心就要區分哪一個是應捨的，哪一個是應取的。最後按照因果看，真的能夠捨的是什麼？就是我愛執、我執等等，要成佛所要斷的一切二障都是我們該要捨的。至於該要具足的，是我們心中利益其他有情的愛心及行為上面也要這樣的修行，這些是該要取的。透過這樣子，然後才可以證得離苦得樂最圓滿的佛果位。

皈依只是有信心而已，但是還沒有開始去做，發菩提心時，就是下手去做了，一個行為就出現了。所以，皈依和菩提心的關係，皈依是一種信心，菩提心是按照這個信心，什麼是該取的，什麼是該捨的，就開始去做，內心開始做，行為也開始做，這些都是菩提心跟菩薩行。

總結來說，皈依是以因果的世俗法為主，發心也是以因果緣起的世俗法為主，所以皈依和菩提心兩個都是方便的法，都是世俗的法、廣行的法。

這個世俗的法能不能修得紮實呢？能不能徹底的修到呢？就要看我們的內心是不是如緣起道理的想法。我們的心是很狹窄的，不會如緣起的道理去做，我們被狹窄蓋住了，沒有辦法將緣起世俗的法、廣行的法修得圓滿。誰蓋住了呢？誰擋住了呢？狹窄的心就會擋住，狹窄就是在緣起的法上面有一點想不通，自己沒有辦法相信、接受如緣起的道理，這就是狹窄。

誰能夠破除這個狹窄的心呢？空性的智慧才能夠破除，有空性的智慧才能夠將修世俗法時所擋住的破除掉。所以如果有空正見，緣起世俗的法門就能修得非常圓滿，有這樣子的關係。

總之，如果有空正見，修皈依時，能修皈依圓滿，修菩提心時，也會

圓滿；如果沒有空正見，世俗的緣起的道理在心裡沒有辦法相信，而且心裡也沒有辦法接受。能夠圓滿的百分之百接受緣起的道理，這就是世俗菩提心。我們相不相信緣起的道理呢？如果真正的相信，就是圓滿的皈依。依什麼因才可以得什麼果，這上面圓滿的信心，就是圓滿皈依的心，這也是靠空正見。

總結來說，有空正見的話，皈依就會圓滿；有空正見的話，菩提心就會圓滿。空性的法從皈依開始也是非常有關連，所以不可以說空性的法是菩薩行六度裡面智慧度時才要修的，而在前面就不敢碰，不可以這樣子想。空性的法對於我們一開始調整動機上面也是幫助相當大的，所以一開始也應該要去學習空性。現在我們要去理解空性有多重要，然後就用空性這個法，在心中能夠生起圓滿的皈依、圓滿的菩提心，修菩薩行時也能夠修得圓滿，生起這樣的願，然後我們就開始學習。

（138）若量皆非量，量果豈非假？故汝修空性，亦應成錯謬。
（139）未辨假立實，不識彼無實。所破實既假，無實定亦假。

上次講到 139，在 138 的偈頌裡面，他宗說：你們應成也有一個同樣的過失。這裡主要是講：有境的量識不是真實的話，對境的法也就沒有辦法存在。還有，有境的空正見不是真實的話，對境空性的法也沒有辦法存在，有這樣的爭論。

自宗的回答在 139 的偈頌：你講的沒有錯，我們這個空正見也是不真實的，為什麼不真實呢？它也是沒有自性而成立的，空正見是依靠去除我們內心諦實有的境，當我們破除掉內心諦實有的執著時，空正見就出現了，所以空正見也不是自性而成立的，它也是要依靠其它的因緣。要靠什麼因緣呢？靠破除諦實的執著，139 偈頌就這樣的回答。

上個禮拜有講到，139 偈頌的前兩句是宗大師常常會引用的，很多其它的地方也都會引用。「未辨假立實，不識彼無實」，宗大師是用在什麼地方呢？我們要了解空性的時候，一定要先辨認所破，如果我們沒有將所破辨認清楚的話，那就沒有辦法了解空性。這裡講的也是一樣，沒有辦法生起空正見，空正見是依賴去除所破、去除執著，如果沒有去除執著，那是沒有辦法生起空正見的，《入行論》是這樣子講的。宗大師在用的時候，角度有一點不太一樣，《入行論》講空正見是依賴破除實有的執著，如果沒有破除實有的執著，就沒有辦法生起空正見。宗大師講的是：了解空性和生起空正見是沒有什麼區別的，所以了解空性就是心中生起空正見。《入行論》

直接講生起空正見是依賴破除實有的執著，宗大師講的是了解空性就要靠破除實有的執著。

要破除實有的執著，就要先辨認：怎樣算是執著？執著的對境是什麼？所破的是什麼？如果對於所破都沒有認清楚的話，破什麼呢？就沒有辦法破了。所以宗大師就特別指出，要了解空性一定要辨認所破，他在很多地方都一直會用這兩句，這兩句是大家要注意的地方。

這邊的兩句和《入中論》及《入中論善顯密義疏》裡面的詞句不同，意思是相同的，大家要記一下，《入行論》第九品一三九偈頌的前兩句是很多地方都會引用的，宗大師在《善顯密義疏》裡面也有引用，只是翻譯的詞句不一樣而已，原本的論是一樣的。

（140）如人夢子死，夢中知無子，能遮有子想，彼遮亦是假。

現在繼續 140 的偈頌，也是繼續回答，內涵是講什麼呢？空正見是假的，它所對治的實有執也是假的。前面的爭論也有講到：量識是不真實的話，對境的法（一切的所執）也不存在，就是這樣的一個爭論。140 頌裡面也有回答：有境的量是假的，了解的對境也是假的，本身是一個不真實、假的有境，他會了解也是假設的一個境，能對治的空正見也是假的，它對治的時候所對治的所斷也是假的，這些都是假的，是沒有什麼矛盾的。一個假的「能對治」來對治一個假的「所對治」，實際上就是這樣子的，並沒有什麼矛盾。同樣的，有境的量是假的，它所量的對境也是假的，這也沒有什麼矛盾，就是在假的當下可以承認「能對治」和「所對治」、「能量」和「所量」，都是可以承認的。

他用的比喻是：「如人夢見子死，夢中知無子」，如果一個人夢見兒子死了，夢裡面也會想：「兒子已經死了，就已經沒有了」，這個想法是不是假的呢？是假的，只是他在夢中夢見兒子死了而已，實際上並沒有死。所以他在夢中想著兒子死掉的想法，是不是能對治心中兒子存在的分別心呢？是能對治的，能對治的意思是：他在那個同時，心中不會想著兒子還活著，他在夢中會想兒子是死掉的，所以他在夢中不會想兒子沒有死。當「兒子已經沒有了」的想法出現的時候，他心中「兒子存在」的分別心就不見了，這兩個就是能對治跟所對治，一個是能對治，一個是所對治，所以是沒有辦法同時出現的。雖然兩個都是夢中，但是在夢中也沒有辦法同時出現，想著「兒子死掉」的同時，不會想著「兒子還活著」，所以連夢裡面也有能對治跟所對治。

「夢中知無子」，我們夢中知道兒子不存在，他已經過世了，這樣子的一個分別心能夠對治有子想，「有子想」就是「兒子還活著」的想法。「彼遮亦是假」，能對治的是假的，但是我們還是可以說，這是能夠對治。夢中想著「兒子不存在」，同時會不會想「兒子是活的」？不會想。所以這兩個是能對治和所對治，是看得出來的。但是這是夢中的，夢中雖然是假的，還是有一個能對治跟所對治。所以能對治跟所對治，不一定需要一個真實的情況下來解釋，在一個假的情況下，也可以解釋能對治跟所對治，也可以承認能對治跟所對治、能量跟所量。

「能遮」是什麼意思呢？「夢中兒子往生」的想法，能夠遮掉「兒子是活的」想法，遮掉了以後，我們可能會在夢裡面哭。為什麼會在夢裡面哭呢？因為夢裡面會覺得「兒子已經不存在了」，那就會哭，「兒子已經不存在」的想法，能夠遮止我們心中「兒子活著」的想法，心裡痛苦就會哭，醒過來之後，發現兒子沒有死。夢裡面有沒有哭呢？有。夢裡面雖然是假的，但是它還是能夠遮止「兒子是活的」想法，所以在一個假的情況下，能夠承認能對治跟所對治或能遮跟所遮。

到這裡，就是從常法的主因生出來，用這個理由成立自性生，這種主張就已經破除了。

（141）如是究諸法，則知非無因，亦非住各別、合集諸因緣；
（142 上）依非由他生；非住非趨行。

再來是 141，這裡開始破除四邊生，但是甲曹杰大師的版本跟這邊有一點不一樣，破四邊生主要是 141 的第三句，「亦非住各別、合集諸因緣」開始，前面兩句是破無因生的一個結語，破無因生在前面也有破，常因生跟無因生在前面都有破，現在這裡是一個結語。

「如是究諸法，則知非無因」，這是一個結語。「如」就是前面的 116 到 140 偈頌的解釋，在那裡面，有的時候破除常因生，有的時候破除無因生，到這邊就是一個結語。

再來是破除四邊生，應該是破除自他生。剛剛講 116 到 140 裡面破除無因生，還有破除常因生，還有破除自生，還有破除他生，這些都有破除。金剛屑因就是破除自生、他生、自他生、無因生等四者，116 到 140 是破除自生、他生和無因生，這裡的 141 第三句是破除自他生。所以自他生就不需要特別講得比較細，因為前面已經破除自生和他生，自他生就不需要詳

細的講，這裡是比較簡略的講。

「亦非住各別、合集諸因緣」，這是破自生，怎麼樣破自生呢？主要是講：果本身是從自己的體性生出來的，果那些一切的有為法，在因的時候它本身的自性存在，所以是自生。如果因的時候自性存在的話，是因緣各別上面存在？或是集在一起存在？怎樣算是因的時候存在呢？

「亦非住各別、合集諸因緣」就是破除你們所講的一切有為法、一切的果報在因的時候就存在了。怎麼算是存在呢？是各別的因緣上面存在呢？合集的時候存在呢？你怎麼解釋呢？前面的「非」字應該是要連接的講，亦「非住各別」、「非住合集」、「非住諸因緣」，是這樣的意思。果本身在因的時候是不存在的，誰承認果在因的時候存在呢？主張自生的人承認，這邊是破除自生。

再來是「亦非由他生；非住非趨行」，「他生」的「他」是「無關」的意思，以自宗的角度來看，有一點「無關」的意思，而主張他生的那些人就不會說「無關」，他們是怎麼解釋呢？因的時候不可以說果的自性存在，所以因跟果是各各的自性，依靠果的因是各各自性，就是「他」，「他」的意思是「各各」，各各自性，兩個都有自性，然後這個果靠因的自性，從那邊而生的。以我們自宗來看的話，既然兩邊都有自性，那就是「各各」，就是「無關」，有一點這種味道。

「亦非由他生；，非住非趨行」，這些果不是從一個無關的因而生的，第一句「亦非由他生」，是由自宗角度講的。以自宗的角度講，你這樣子就變成無關了，他生的話就會變成無關，自宗說無關，是不可能會從那邊生的，所以說「亦非由他生」。

再來，以果來說，你承認的他因，果不會在他因上面住在那裡，不會從那邊生的；也不會跑去別的地方。你講的「他因」，這時候就變成無關了，無關的話就沒有辦法住在一起了，沒有辦法依止他住在那邊。比如這個杯子放在桌子上的時候，它就依靠著這個，它們兩個都是有自性的，就沒有辦法住在桌上。「非住」是一個，然後是「非趣行」，就是它不可能會跑去其它的法上面，自己的因上面也不會存在，也不會從那邊生，也不會跑去無關的一個非常遙遠的法上面。不管你怎麼講，「他生」都是講不通的，所以說非住、非趣行。

再來就是緣起，「緣生正因」，這裡應該是講緣起因。緣起因非常細，唯緣起，就是自己方面是完全沒有自性，是以因緣出現，沒有辦法解釋的。

法本身完全沒有自性，是由於因緣而出現，這就是唯因緣而出現的。我們平常講空性正因的時候，一個緣起（緣起正因）就是這個，不是空性的真因緣起是非常容易的緣起，由這個因產生這個果，並不是這種的緣起。

在中文裡面，「緣」是「依靠」的意思，「起」是「產生」的意思，那就有一點通了。藏文就是講「旬壘」，「旬」就是依賴很多的因緣，「壘」是指從這樣子就成立的，從很多的因緣而集的。藏文裡面是這樣子講：「旬」會去除常邊，「壘」會去除斷邊，所以就變成中觀。從這個角度去解釋的話，「緣」就去除常邊，「起」就去除斷邊。

為什麼「緣」是去除常邊呢？常邊是什麼意思呢？法本身是自己獨立的，好像自己就永遠在那邊，由自己的能力所成立的，這就是常邊。我們去除這個是什麼呢？它不是自己獨立而產生的，它是靠因緣產生的，這就是去除常邊。所以「緣」指靠很多的因緣，這就是去除常邊，它不是自己獨立而產生的。「起」是發生，發生就好像它存在的意思，所以「起」就是去除斷邊，去除它是自己產生、自己發生的。

我們以前就講過，緣起因是正因王，為什麼稱它為「正因王」呢？只有這個因能夠同時去除斷邊跟常邊，所以這個因才可以稱為正因王，其它不管什麼因，都沒有辦法同時去除斷邊跟常邊，「緣起」因才能夠同時去除斷邊跟常邊，所以我們就稱它為正因王。

緣起能夠去除常邊是什麼呢？就是完全沒有自己方面成立，我們要了解這個，緣起是唯依賴其他的因緣，自己方面完全沒有自性，唯依賴其它的因緣而產生的。「唯依賴其它因緣而產生」並不是那麼容易理解，如果我們不講「唯」，只有講「靠其它因緣」的話，那還可以理解，這就是比較粗的。「唯依賴其它的因緣」是很細的，有一點說法本身是沒有辦法解釋的。就像有時發生一些事情，我們會說「莫名其妙」，「莫名其妙」就好像是說因緣具足就出現了。應該是這樣說，很多因緣是很難具足的，但是這些因緣還是具足了，就有一個結果出現了，所以「莫名其妙」。同樣的，一切法唯依賴其它因緣而產生，意思就是自己上面都沒有什麼準備，結果還是出現了，這時候就是講「像幻化一樣」，自己方面都沒有什麼真實，都是依賴於因緣，然後就無法解釋的出現，這就是「幻化」。

剛剛我們講「唯依賴其它因緣而產生」跟「依賴其它因緣」，這兩個有沒有關係呢？有關係。以「依賴其它因緣」來說，這是比較廣的。應該這樣說，「唯依賴其它因緣」跟「依賴其它因緣」來說，由字面解釋的話，「唯

依賴其它因緣」也是「依賴其它因緣」，「不唯依賴其它因緣」也有自己方面成立的，也是依賴其它因緣。所以「依賴其它因緣」可以分為兩個，「依賴其它因緣」也可以連接到「唯依賴其它因緣」，這也可以解釋，在其它上面也可以解釋，好像「依賴其它因緣」都是通的，都是可以解釋的。

以中觀應成派來說，「唯依賴其它因緣」跟「依賴其它因緣」是等號，實際上的道理是等號，但是我們要去理解的時候，它有一個粗細的差別。以中觀自續派的角度來說，他不認為這兩個是等號，他認為這兩個還是有距離的。

現在中觀應成派認為「依賴其它因緣」本身是「唯依賴其它因緣」的道理，是等號。可是我們一般人無法了解這一點，我們很難了解「依賴其它因緣」和「唯依賴其它因緣」是等號，我們無法了解這之間是等號。以應成派的角度來看，這兩個是等號，所以應成派會引一些佛經裡面講的十二緣起的道理，也會用來解釋空性的道理，他會用十二緣起來解釋空性的道理。

比如說一切的三千大千世界都是由無明、煩惱、造業而產生的，經裡面有講這種內涵，中觀應成派會用來解釋空性，他會解釋一切法沒有自性、一切法都是依賴其它的因緣。我們有時候就會覺得奇怪：這裡講十二緣起的道理，為什麼是在成立空性？成立一切法無自性？成立一切法名言安立？上面引這些經，我們會認為「輪迴是怎麼產生的？」講十二緣起道理的這些經，這是四聖諦，這是十二緣起，現在我們是講空性，這兩個是怎麼連接呢？空性應該是更細的，是一個大乘的法，十二緣起、四聖諦是小乘可以解釋的，是小乘可以修的一個法，怎麼可以解釋在一起呢？我們會產生這樣的問題。

比如我們看《善顯密義疏》這種講空性的經典中常常會引用、會講十二緣起的經典，為什麼可以引用呢？我們對於剛剛所講的就要了解，以中觀應成派的角度來看，「依賴其它的因緣而產生」跟「唯依賴其它的因緣而產生」是看成等號的，所以就可以解釋的通。解釋不通，不是那邊（應成）的問題，而是這邊（非應成）的問題，我們就解釋不通，小乘也一樣解釋不通，他們就把它分開，講十二緣起，講三界輪迴是因緣而產生的，把這種道理跟空性的道理分開，各別的去解釋，而沒有一體去解釋。

三千大千世界的輪迴是從無明、煩惱、業而產生的，這個解釋裡面有兩種，自續派會這樣解釋，應成派也會解釋，但是應成派解釋的時候會通到

空性的道理，自續派解釋的時候沒有通到空性的道理。這是什麼原因呢？能夠解釋的就是剛剛說的「唯依賴其它因緣而產生」跟「依賴其它因緣」等號，實際上本身也是等號的，一切法都是唯依賴其它的因緣，自己方面都沒有成立、都沒有自性。應成派用的緣起解釋是非常細的，不可以用自續派一向的解釋來講，把自續派和應成派緣起的解釋視為等號是不對的，用的字是一樣「一切法無諦實有因為緣起」，但是裡面的內涵是不一樣的。這邊（自續）的緣起就解釋為幻化，像幻化一樣，如幻化一般的法，這個道理就是這樣解釋的。

問題：如果是自續以下的見解，十二緣起是以他們所認為的補特伽羅無我的角度去分析、了解的嗎？因為它是無明、行、識，所以是用獨立實體的我跟無我去分析的嗎？以自續以下的見解，會不會從十二緣起去了解法無我呢？

回答：你是從我剛剛所講的來提出這個問題，從這個問題來看，我擔心你還沒有聽懂。我剛剛所講的，無明、業然後就產生果，因為這些因具足而去產生一個果，所以這個果是依賴這些因緣，「唯依賴其它因緣」的道理，就只有應成才能夠解釋，「依賴其它的因緣」是自續派可以解釋的，但是，他們所講的「依賴其它的因緣」沒有辦法解釋「唯依賴其它的因緣」，這邊跟法無我或補特伽羅無我沒有關係。但你問的是：我們現在講的緣起是細的或粗的解釋？比如我們講三界輪迴就把它放為有法，三界輪迴這個「有法」沒有自性，它是唯依賴其它的因緣而產生的，「它是唯依賴其它因緣而產生」跟「它是依賴其它因緣而產生」兩者是等號，這是應成派才能夠看。自續派對於「三界輪迴這個法依賴其它因緣」是可以解釋的，可是他們沒有辦法承認「唯依賴其它因緣」。為什麼呢？如果是唯依賴其它因緣的話，三界輪迴的法就變成無自性，這是他們沒辦法承認的。

在三界輪迴的法上面，現在講緣起也好，或是說無自性、無諦實有也好，這些解釋的話，「三界輪迴」是法，並不是在補特伽羅上面解釋空性或緣起：這是法無我，這不是補特伽羅無我。我們的「有法」是三界輪迴的法，就是這個法上面有一個究竟的體性，它是靠「依賴其它因緣」這種體性或「自己有自性」這種體性，這就是法無我道理上面的一個問題。

另一方面，剛剛我在聽你的問題的時候，有一種感覺，關於「法我執」跟「補特伽羅我執」，十二緣起裡面的無明是「補特伽羅我執」或「法我執」？以這個問題來說，剛剛你的問題是這種問題，這個跟前面我講的是另外一種問題。

現在你問的問題是：十二緣起裡面的無明有沒有法我執？如果是這樣的問題，自續派以下不承認十二緣起裡面的無明有法我執，他們承認十二緣起裡面的無明一定是補特伽羅我執。補特伽羅我執是怎樣的呢？補特伽羅能獨立實有的執著心。

應成派是怎樣承認的呢？十二緣起裡面的無明也有法我執，不只是補特伽羅我執而已。為什麼會有法我執呢？應成派主張補特伽羅我執和法我執所破的是一樣的，所執著的對境也是一樣的，所以法我執跟補特伽羅我執並沒有什麼粗細的差別。為什麼呢？「補特伽羅上面有自性」的執著心就是補特伽羅我執，「法上面有自性」的執著心就是法我執，所以補特伽羅我執跟法我執並沒有什麼粗細的差別。所以補特伽羅我執也可以是十二緣起裡面的無明，一樣的道理，法我執也可以是十二緣起裡面的無明，並沒有特別說補特伽羅上面的執著心是比較強的、比較粗的，而法上面的執著心並沒有那麼強，並沒有這樣的區別，所破的是一樣的，因此這兩個我執都是一樣的。

自續派以下為什麼不承認十二緣起裡面的無明當中有法我執呢？他覺得補特伽羅我執比法我執更嚴重、更粗，它能夠讓眾生輪迴，而法我執並不會，它不會那麼嚴重、那麼粗、那麼強，它是比較細的。補特伽羅無我跟法無我用所破的角度去解釋，「補特伽羅有自性的執著心」就是補特伽羅我執，「法有自性的執著心」就是法我執，應成是這樣子承認的，自續派以下並不承認這樣子。自續派以下認為：法我執是「法上面諦實有的執著心」，補特伽羅我執是「補特伽羅上面能獨立實質有的執著心」，他們所區分的就不一樣。所以不可以說：補特伽羅我執能夠當十二緣起裡面無明的話，法我執也可以，不可以劃上這樣的等號。剛剛的問題就做這樣的解釋。

《入菩薩行論 70》

雪歌仁波切講授，2008/04/27

（142）依非由他生；非住非趨行。愚癡所執諦，何異幻化物？

一四二這邊是用緣起正因，上個禮拜講過緣起的道理有很多的層次，中觀應成派所說的緣起跟自續派以下所說的緣起有很大的差別。自續派以下認為緣起的時候就沒有辦法成立無自性，對他們來說反而就成立有自性，宗大師的〈緣起讚〉裡面所說的：「有的人就把緣起變成心中實有執生起的一個理由，他看到緣起的時候就會執著。」

像我們也是，當想業因果的道理時，會有一點執著，比如有機會證得很大的福報時，好像這個機會是只能一個人做，沒有辦法很多人一起做的，這樣一來，大家就會搶著去做，這就是心裡有執著的一個表現。應該這樣子說，少部份很有智慧的人，像中觀應成派，像月稱菩薩，像寂天菩薩，當他們想到緣起的時候，心中就會成立無自性，這種是很少的。大部份的人想到緣起道理的時候，就會生起有自性的執著。

我們要慢慢的改變，先去學習應成的邏輯，然後心中就慢慢的改變，緣起能夠成立無自性的，無自性的道理跟緣起的道理是有關連的、相通的，我們腦筋裡面慢慢可以關連，就是要去思惟。現在這裡講的緣起，是最細的緣起道理，緣起道理有很多的層次，其中最細、最深的緣起道理是中觀應成派才能夠理解的。

接著是「愚癡所執諦，何異幻化物？」意思是十二緣起真正的道理也可以關連無自性的道理，以中觀應成派的角度來看，十二緣起的道理可以關連無自性的道理。我們要先理解十二緣起的道理是怎麼解釋，整個三界的輪迴是從無明、業形成的，所以三界的輪迴是沒有自性的。我們看起來，好像那邊存在的感覺，實際上，它也是心安立的。什麼樣心安立的呢？無明、業等等很多的因緣造成三界。無明、業等等很多因緣造成這個世界的時候，我們的心中就造成這個世界，「我們的心安立」意思就是這樣。

我們的心怎麼安立呢？有時候大家比較難理解，中觀應成派也常常講「諸法是名言安立的」，比如補特伽羅是名言安立的，當我們講「補特伽羅是名言安立」的時候，是不是我們給它取了名字才產生的呢？我們馬上會想「一切法是我們從內心安立起來的」會有這樣的想法。這樣子想對不對

呢？如果這樣子想的話，還要仔細的問一下：心安立不是從它那邊靠很多的因緣才產生的。它是靠那些因緣呢？還是靠這個心呢？名言安立的時候都沒有靠外面很多的因緣，有一點這個法是直接從我們內心安立起來的，會不會這樣子感覺呢？當我們說名言安立的時候，好像有一點點這樣的意思，腦筋裡面會這樣想，如果這樣想就不對了，那就是對於名言安立認識錯誤。為什麼呢？我們看月稱菩薩、龍樹菩薩和寂天菩薩，他們一直講「一切法是因緣聚在一起而產生的」，一直在講這個道理，而且又一直講名言安立，好像有一點點衝突。

我們就想，這兩個道理應該是一個，所以兩邊都講，這兩個道理是怎樣的意思呢？主要是一切法靠很多因緣具足，然後莫名其妙心中就出現了。所以名言安立是「它出現」、「我們心中出現」的意思，並不是我們從這裡給它一個名字的意思。具足很多因緣之後，莫名其妙的我們感覺好像是在那裡，我們心中感覺它就在那裡，這個意思就是名言安立。意思是什麼呢？很多因緣聚在一起之後，變成一個法就出現了，去找這個法是找不到的，好像完全是依賴因緣，法本身沒有它自己的自性，完全靠無量無邊的因緣，結果好像莫名其妙就出現了，它本身完全沒有什麼自性。

莫名其妙出現，是出現在哪裡呢？我們心中感覺「一個法出來了」。「心中出現」的意思是什麼呢？實際上它是沒有自性的，名言安立跟無自性是一個道理。名言安立的意思是什麼呢？心中莫名其妙出現。心中莫名其妙出現的意思是什麼呢？這個法本身完全沒有自性，無量無邊因緣具足了，結果就出現，就感覺好像在那裡。

我們剛剛講名言安立是什麼意思呢？不可以說從有境的心給它一個名字，並不是給它一個名字。它是什麼意思呢？依賴或具足無量無邊因緣的結果，很奇怪、很莫名其妙當中，我們心中感覺一個境在那裡，這樣的一個法就出現了，這時候我們就講名言安立，心中出現就講名言安立。

如果名言安立是這樣的意思，具足無量無邊的因緣，結果就產生，這個道理是名言安立，跟依賴無量無邊因緣的道理是一樣的。法本身依賴無量無邊的因緣，跟它具足無量無邊的因緣結果法就出現是一個道理，所以名言安立就有這個意思。

我們剛剛講三界的輪迴是依靠無量無邊的因緣，什麼樣的因緣呢？第一個是無明、業等等無量無邊的因緣，由於這些具足，莫名其妙就出現了這個世界。這邊講「愚癡所執諦」，是講緣起，就是講因，後面的「何異幻

化物」是講所立法。「幻化」的意思是無自性或非諦實有（並沒有諦實有）。這邊的「有法」是「三界的輪迴」，「所立法」是「非諦實有」或「無自性」。用什麼因呢？因為三界輪迴的緣起。怎麼樣緣起呢？無明、業等等無量無邊的因緣具足結果就產生了，就是這樣的一個緣起，所以用這個緣起成立無自性，這邊緣起的正因就是這樣。

這邊講緣起的正因的時候，三界輪迴的法，「有法三界輪迴無自性，因為緣起」，簡單來說就是這樣。三界輪迴的法怎麼緣起呢？無明等等無量無邊的因緣而產生的，就是這樣的緣起。

這一句的意思，應成派的看法和自續派以下的看法不一樣。三界輪迴的法是無明等等無量無邊的因緣而產生的，這一句是大家都共同承認的，但是「唯」依靠無量無邊的因緣而產生，自續派以下就不承認。自續派以下認為：三界輪迴的法本身也有自性，它所依賴的因跟緣也有自性，兩邊都有自性。或者可以說：三界輪迴的法自己也有能力產生，它所靠的因緣也有幫助它，兩邊共同的力量才有三界輪迴，自續派以下是這樣的看法。

中觀應成派怎麼解釋呢？他會說：自己方面完全沒有自性，是無明等等無量無邊的因緣聚在一起的結果，「唯」這樣子而產生的，果本身完全沒有自性。所以在解釋緣起的時候，我們平常講的「唯名言安立」跟「名言安立」不一樣，名言安立是自續派以下承認的，用了「唯」字就是他所不承認的。同樣的，自續派也不承認「唯依賴因緣而產生」。應該這樣說，「三界的輪迴是緣起」是大家共同承認的，但是到底是怎麼緣起呢？其實是不一樣的，中觀應成派解釋緣起是非常細的。

這裡說「愚癡所執諦」，「諦」意思是我們心中產生、顯現為諦實有。應該這樣講，無明、業等等無量無邊的因緣聚在一起，結果我們眾生感覺三界輪迴的法好像在那裡，它是諦實有的，這樣的產生。「愚癡所執諦」的「諦」字就是這個意思，我們眾生心中感覺這個輪迴在那裡、這個世界在那裡，它是諦實有的。

現在這裡主要講的是什麼呢？依賴無明、業等等無量無邊因緣的道理，第一句主要是講緣起的道理。下面的「何異幻化物」是講幻化，像幻化一樣，這就是所立法無諦實有、無自性，所以這裡就是講緣起的正因。

（143）幻物及眾因，所變諸事物，因詳審觀彼，何來何所之？

再來是 143 偈頌，這裡是講週遍，當我們學因明的時候，有講到兩個週

遍，就是遣遍跟後遍，這邊是講後遍。平常直接講週遍的話，就是後遍，使用「週遍」一詞就是「後遍」的意思，如果特別講後遍、遣遍的話，那就有不同的意思，現在這邊是成立後遍。

後遍是什麼呢？緣起的話無自性，剛剛用的是「無自性因為緣起」，現在是「如果緣起的話，一定是無自性」，這就是週遍，現在是講後遍，要成立起後遍。

「幻物及眾因，所變諸事物」，這裡主要是講因會變，「變」的意思就是因會感果。「眾因所變諸事物」，一切的因就會變一切的果，這就是緣起，具足因緣而產生就是緣起，所以這邊用的「眾因所變諸事物」，就是緣起的道理。

「幻物」，現在用比喻，比喻裡面也有緣起，比如我們看得到幻化之物，它也是緣起，所以它是無自性，在比喻上面也有緣起的道理，前面的「幻物」所講的是比喻上面緣起的道理。不管是比喻上面的緣起或意義上面的緣起，這裡有提到比喻上面緣起，也有提到意義上面的緣起，後面講的「眾因所變諸事物」是意義上面的，意義上面是三界輪迴法上面緣起的道理。

關於這個道理，後面用「因詳審觀彼，何來何所之」，因跟果緣起的關係不可能是有自性的，如果這樣緣起的道理還有自性的話，它從因那邊怎麼產生、怎麼來？我們去看的話，應該要看得到它是有自性中來，但是我們一直去觀察，卻找不到它是有自性情況下來的。然後，這個果滅掉的時候，也是找不到有自性情況下滅掉的，我們也找不到。所以因果緣起的關係不可能是有自性的情況下而有緣起的道理存在，有自性的情況下沒有辦法解釋緣起因果的關係。在有自性的情況下，我們無法解釋緣起的道理。

在有自性的情況下，如果因跟果的關係能夠解釋的話，那麼，果應該是從因那邊來跟去的道理也可以解釋，可是這是無法解釋的，這是以前龍樹《中論》第二品裡面已經破除的，在有自性的情況下不可能有來跟去。來跟去的道理龍樹菩薩在《中論》裡面已經破除了，這邊用的是「何來何所之」，應該是要用「何來何所去」，從哪裡來的？怎麼回去的？

這邊有沒有成立因果的緣起不可能是有自性的？因果緣起的道理不可能會有自性，這就是週遍。剛剛講「緣起的話一定是無自性」，這就是週遍，現在的 143 偈頌就是成立週遍。週遍是什麼？緣起的話一定是無自性。「詳」是仔細的，仔細的去觀察的話，有自性的情況下不可能會有來跟去，從這裡我們知道，《中論》第二品裡面講的來跟去和因果的道理也可以連接。

（144）緣合見諸物，無因則不見。虛偽如影像，彼中豈有真？

這邊講宗法，正因裡面有一個週遍，包括後遍和遣遍，還有一個叫宗法，144 前面的兩句就是講宗法：「緣合見諸物，無因則不見」。

「緣合見諸物」，我們由無明、業等等無量無邊的因緣才出現眼前的世界，我們所看見的一切諸物，如果沒有因的話，是不可能看得見的，有因緣之後，我們就看得見。所以我們這裡講「看得見」是名言安立，是心中產生、莫名其妙的出現，有這樣的意思。如果沒有因緣的話，是不會看得到，不會出現的。因為因緣的具足，結果就出現了，我們也就看見了這些法。所以一切輪迴的法就是緣起，這是細的緣起，這邊用「緣合見諸物」，「見」就有一點它本身沒有自性的意思，具足無量無邊的因緣，結果好像就出現了，本身沒有自性，它只靠因緣就出現了，這就是細的緣起，自續派以下的緣起無法解釋這種道理，寂天菩薩解釋的時候是這樣解釋的。

這邊講無明等等的因，是怎樣的因呢？剛剛我們講的第一個就是無明，由於無明、業等等無量無邊的因緣，我們就看見了這個世界，或者說就出現了這個世界，意思就是世界本身是沒有自性的，這樣的緣起道理是應成派才可以講的，這就是因明裡面講的宗法。我們平常講：「有法聲音是無常，因為所作性，是故…。」這樣子講的時候，聲音是所作性，這個道理是宗法，聲音是無常，無常就是所立法，有這樣的區分。那麼，宗法是什麼呢？為什麼稱為宗法呢？這是非常難、非常麻煩的，不用想這個。你們就知道「有法聲音是無常，因為所作性」，聲音是所作性，所以無常，「聲音是所作性」連接的時候，我們就稱為宗法。為什麼稱為宗法呢？先不用講，只要知道這個稱為宗法就好了，這裡成立是宗法。

再來「虛偽如影像」，「如影像」是比喻，在因明裡面，聲音要具足三個條件，就是宗法、後遍和遣遍，講後遍跟遣遍的時候，裡面一定要有一個比喻，比如「有法聲音是無常，因為所作性故」，在這樣講的時候，後遍「是所作性的話一定是無常」，這個週遍了，先要去理解另外一個法上面，直接在聲音上面沒有辦法理解，如果直接在聲音上面理解的話，所立已經成立了，所以要先在瓶子等等其它的法上面理解所作性一定是無常，在理解了這個之後，後面再跟「有法聲音」連接的時候就會想，所以要在有法之外的另外一個法上面先理解，另外一個法就是比喻，這邊用的「如影像」就是比喻。

比喻有很多，比如夢、幻化、影像，這些比喻的不同，它解釋的作用

就不同。比如以「生、住、滅」來說，「無自性生」、「無自性住」、「無自性滅」，當這樣子講的時候，我們用的比喻不一樣：「無自性生」我們會用比喻「夢」，「無自性住」我們會用比喻「幻化」，「無自性滅」我們會用比喻「乾闥婆城」，所以在講空性不同的道理時，所用的比喻就不一樣。

以剛剛講的乾闥婆城來說，它是滅得很快的，它的滅的部分是不可靠的，心中一下子就產生，一下子又滅了，所以滅的部分就用乾闥婆城，剛剛講的是「無自性滅」，此時我們就用乾闥婆城的比喻。

「無自性住」用幻化為比喻，幻化就是它好像在那邊存在，就好像是「住」的感覺，實際上，這個住的也是假的，也是沒有什麼可以執著的，所以「無自性住」的時候，我們就用幻化。

「無自性生」我們用什麼比喻呢？如夢。夢是心中產生的，剛剛我們講的緣起也是心中產生的、名言安立的，夢就是心中產生的感覺，所以「無自性住」的時候，我們會用如夢。

剛剛所講的這些，是龍樹菩薩《七十空性論》裡面所講的，龍樹菩薩就是用這種比喻，「無自性生」用如夢的比喻，「無自性住」用幻化的比喻，「無自性滅」用乾闥婆城的比喻。

《般若七十論》裡面也有七個比喻，《般若七十論》裡面講一切智的加行的時候，也有七個比喻，用這七個比喻所成立的空性不一樣。

我們在用這些比喻的時候，要去區分清楚為麼用這些比喻，我們理解比喻的話，也是有幫助的，我們要了解這個比喻可以表達什麼內涵，不同的地方用不同的比喻，一定是有它的道理的。

七個比喻，第一個是用「如夢」，這邊是講：「一切有漏緣起的法就是有法，無諦實有是所立法，我們由於習氣而在心中產生的法，用『如夢』來比喻。」剛剛講如夢，我們睡夢中出現的人或是去什麼地方，這些都是由心中的習氣所產生的，就出現了。現在就是用不同的比喻來表達不同的正因。

上次我們有講《般若七十義》，就是《八事七十義》，八事裡面的「三智」（注：遍智、道智、一切智），第三是「一切智」（注：又稱基智），在《七十義》當中，「一切智」有九個義，透過九個義來講「一切智」。現在就是講九個義其中的一個「一切智的加行」（注：第 28 義），在解釋的時候就有講空性。

因為現在這些修行者是菩薩，菩薩修一切智的時候是修四聖諦，一切智主要是修四聖諦，菩薩修四聖諦的時候就不會執著，不像聲聞跟獨覺。聲聞跟獨覺沒有透過無量無邊的正理理解空性慧，所以他們修四聖諦就不像菩薩這樣，當菩薩在修四聖諦的時候，心中有透過無量無邊的正理能夠理解空性慧，因此菩薩修四聖諦跟聲聞和獨覺差太多了，比他們超越許多，修的非常殊勝。比如他們修苦諦跟集諦，他們在三界的輪迴法上面也有修苦諦和集諦，但是在此同時，也會思惟無量無邊的正理，空性的道理。

這裡所用的七個正因都是成立無自性，所立法都是一樣的，一切的有為法、一切三界輪迴的法是「有法」，然後要成立的就是這些法是無自性或無諦實有，這就是「所立法」。因為菩薩透過無量無邊的正因去理解空性，所以他所想的很快，又快、又細、又多。菩薩腦筋裡面所想的，透過無量無邊正因的緣故，這裡就用了七個正因，就是七個理由。「有法」一樣，「所立法」一樣，所用的「因」不一樣。

第一個因，由於習氣而心中顯現，實際上它不諦實有，用這個因就成立無諦實有，這時候所用的比喻是「如夢」，為什麼沒有用其它的呢？是要能夠表達這個因的道理，什麼道理呢？就是以習氣而顯現，法本身不是自己不共而成立的。我這裡是用自續派的角度來講，因為這邊自續派講的話，是比較準確的，但是我們用應成派的角度也可以講。我們現在用應成派的角度，以習氣而顯現是因，成立無自性，以習氣而顯現用「夢」的比喻比較恰當，才能夠表達這個意思，其它的比喻則沒有辦法表達，一定是用這個比喻。你們以後就想：「如夢」這個比喻一出來的時候要表達什麼呢？要表達心中顯現的道理，不可以隨便用。我們也可以說「一切法如夢一樣」，就是一切法只是心中顯現而已，這個道理也是可以解釋得通的。如果我們用另外一個比喻的話，比喻和所講的道理就不會恰當了。

第二個是「幻化」，幻化所講的就是要因跟緣具足而顯現，這就是幻化。剛剛我們在《入行論》裡面講緣起的時候用什麼比喻呢？幻物。為什麼用幻物呢？依賴因跟緣或具足很多的因緣而顯現，要講的是這個道理，所以用「幻物」的比喻，不可以用「如夢」。為什麼這樣子用呢？那邊也要有一些東西，這邊也要具足一些東西，幻化的時候需要有一些東西。

幻化有不同的解釋，一個是有神通的化身，這邊用的是魔術。幻化的意思是一般眾生有魔術的幻化，剛剛《入行論》裡面用的也好，這邊講的第二個比喻，這兩個是一樣的，就是魔術的幻化。

變魔術的人一定要有不同的顏色或一些東西，比如一定要紅色或一定要有什麼東西，就會有一些東西出現，然後他自己也要有技術，具足這些之後才能夠做出來。也就是要有因緣，這些因緣具足，幻化就出來了。所以依賴其它因緣才能出現，就特別用「幻化」為比喻。剛剛「如夢」的時候，內心習氣的結果顯現，這就是如夢，用「如夢」來比喻，又不同了。

第三個比喻是「陽燄」，陽燄實際上是不實在的，看起來是水的樣子，實際上並不是水，這邊是講無自性、無諦實有，因為我們的想像跟它的實相相反之故，有法三界輪迴法無諦實有，因為我們的想像跟它的實相是相違的。我們要表達的是「我們的想像跟它的實相是相違」，這是因，用的是陽燄的比喻才能表達這個。

第四個是「回音」，那個地方的影響就變成回音了，如果沒有具足能夠有回音的環境，就沒有辦法有回音了，所以環境是它的來源，才有這個回音，回音實際上並不是在那裡，它不是真正的音，回音並不是我的聲音，但是我們就認為這是自己的聲音。

為什麼我們能夠聽到這個聲音好像我們的聲音呢？這是靠環境、因緣，有了這個因緣，我們才會聽到像我們的聲音。所以三界輪迴的法在我們的眼前出現，好像諦實有的樣子，實際上它不是諦實有，是要靠很多的因緣才會變成諦實有的樣子。所以顯現諦實有的樣子，本身是因緣而有這樣的顯現，我們就用回音來表達。

第五個是「影像」，一切三界輪迴的法無諦實有，因為它完全是從心的習氣而產生。心中顯現的形像，意思就是它不是實際上在外面的存在，它是我們心中的一個形像，實際上它並不是在那裡，所以用「影像」來比喻，影像感覺好像在那裡的樣子，實際上並不是在那裡。我們一切三界輪迴的法，實際上也只是我們心中的一個像而已，並不是好像在那裡，就用「影像」來表達這個道理。

第六是「乾闥婆城」，乾闥婆城就是不可靠的，剛剛用的是「非常容易會滅掉」的比喻，這兩個都可以表達，不可靠的和非常容易滅是一樣的道理，現在是用「不可靠的」。一切三界輪迴的法無諦實有，如果是諦實有的話就是可靠，而其實它是不可靠的。不可靠像什麼樣子呢？就像乾闥婆城一樣，這是第六個。

第七個是「幻化」，這就是有神通的證量，比如佛化身為什麼，就像彌勒佛化身為狗一般。實際上，並不是它本身是造作者，當彌勒佛化身為狗

的時候，這個狗本身是不是造作者呢？並不是。我們感覺它是一個造作者的樣子，實際上並不是。我們感覺一切輪迴的法是有自性的，有諦實的力量，有一個造作者的能力，實際上，一切輪迴的法自己沒有，都是依賴其它的，自己完全沒有辦法自主。我們看彌勒佛化身為狗或人，我們不會覺得它是化身，我們覺得它是一個補特伽羅、它是自己能自主的，我們會這樣子想。實際上並不是，彌勒佛想要怎樣，這個化身就會一直變化。所以它完全沒有它自己是造作者或自主。

同樣的，三界輪迴的法，完全沒有一個法自主，一切的法都沒有自主。為什麼呢？一切的法完全依賴其它的因緣，自己都沒有自主。這要用什麼比喻能夠表達呢？這要用「幻化」才能夠表達，這是第七個。

這七個比喻所要表達的道理是不一樣的，平常我們心裡就要理解一下，用這個比喻應該能表達怎樣的道理。

問題：我們喝牛奶跟喝毒藥還是不一樣，對不對？我們怎樣在這種虛幻、不實在的境界裡面還是要規矩的生活，這樣子的利益眾生及真實的活出自己。

回答：你的問題是不是我們怎樣才不會落入斷邊和常邊而處於中道呢？先這樣子想：我們的心產生之後，就是從無始以來到現在，我們一直有「諦實有」的執著，所以我們要先斷常邊，這是比較重要的。在斷常邊的時候，宗大師也說我們要能夠分辨所破，這是非常重要的，如果我們不能把所破分辨得那麼準確的話，就會落入斷邊，這是比較危險的。所以第一個我們要對治的是斷除常邊，不可以馬上斷除斷邊，否則沒有什麼意思，因為我們已經沒有什麼斷邊，我們是太常邊了，但是，這個時候也是要先分辨所破，這是非常重要的。用毘婆沙宗、經部宗、唯識、自續派，也是有一個層次的，並不是一下子就把常邊馬上破除，這是不可能的。對於這些邏輯越來越熟悉，一直去思惟，常邊的部分就慢慢的破除，後面才不可以落入斷邊，這就是我們講細的世俗諦。細的世俗諦是講：一切法是名言安立，但是在名言安立當中，能做的、所做的、能量、所量、能對治、所對治怎麼能夠解釋、怎麼能夠存在，這是後面第二個階段，這時候我們就已經達到很高了，所以要這樣去修習。

《入菩薩行論 71》

雪歌仁波切講授，2008/05/04

就像剛剛唸的〈皈依發心〉一樣，主要是對法寶、佛寶及僧寶上面的信心，這些信心都不是迷信，我們信心的對境實在的情況是這樣子，真正能夠救護我們的，是這三個，真正能夠解決我們離苦得樂問題的，是這三個，所以我們對三寶信心不是迷信，而是因果緣起的道理就是這樣。按照這個道理，我們還要更深入的如因果緣起道理一樣，心能夠接受這個對境，這樣一來，我們的心就變成發心了，就變成擴大了，因為如因果緣起那麼廣、那麼細的道理，我們的心願意去接受，願意去做，這就是發心。

以因果的道理來說，果報裡面最圓滿的就是自利利他都圓滿的果位，這是果裡面最圓滿的。要獲得那麼圓滿的果，當然前面要積聚無量無邊的資糧，我們的心就要去認識這些資糧，然後要接受。「我一定要走這條路」，這就是發心，為了要得到圓滿的果，我在三大阿僧祇劫當中要積聚這些資糧，包括智慧資糧和福德資糧。

能夠發心是靠什麼呢？要對我們自己的心能夠有這種能力有所認識，我們的心有這個能力，能夠積聚智慧資糧跟福德資糧，透過三大阿僧祇劫的修行可以圓滿，然後可以達到我們的目標，也就是圓滿的果位，我們要認識我們的心是有這個能力的。

比如大乘的釋迦牟尼佛為小乘的阿羅漢就講種性，釋迦如來一直講如來藏，這樣他們的心胸就會擴大，使他們認識自己的心有這種能力，透過三大阿僧祇劫的積聚資糧，能夠成就佛的果位，他們才能夠對此認識。在認識了之後，才能夠勇敢的進入大乘的佛法，也才能夠勇敢的修大乘的法。

我們也是一樣，自己能不能修菩提心和菩薩行，自己心本身的認識是很重要的，我們心的本性有一個佛性（如來藏），對於這個認識的話，雖然現在是非常差、非常凡夫的一個人，但是我們心的本性是非常穩固、非常穩定，無始無終都永遠在的。

剛剛所講非常穩定的意思是：我們的心上面所累積的習氣越多，所依的心不會倒下去，它是一直存在的。我們累積的善根的習氣越多、越大，所依的心就非常穩定，它不會說：「你放的習氣太大、太多了，我現在撐不起，因此就會斷掉。」這是不可能的，心是非常穩定的，不管我們放的是

惡的習氣或善的習氣，不管習氣有多少，在三大阿僧祇劫當中一直放，我們所依的心都能夠撐得住，也不會混亂。這些習氣，因的部分也是分得很清楚的，然後力量變成越來越大的時候，最後有一天因就會圓滿，圓滿了之後，我們的心就會變成不共任運，成佛的時候就不需要為這個果而努力，想什麼就會得什麼。

我們所依的心上面一直種很多的因、放很多的習氣，有一天就會圓滿，因圓滿了，要什麼果就馬上會出現，所以叫「任運」，不需要努力。所依的心本身是非常穩定的，還有，它是很奇怪的，當它增長的時候，跟它的本性比較相應，當它不增長而退步的時候，跟心的本性不相應，這是很奇怪的。

我們心的本性是清淨的，因為心本性清淨的緣故，當智慧增長、福德增長的時候，跟心的本性相應。當我們的煩惱增長、惡業增長的時候，跟心的本性不相應。「心的本性清淨」是非常好的，我們用這兩個就成立心一定有成佛的能力，我們要成立這個部分。法稱論師在《釋量論》裡面說：「用這兩種因來成立我們的心未來將會成佛，或是說心上面有成佛的能力。」他就成立這個部分。

能造作的就是心，所取的是什麼呢？如理如法的、如因果道理的法。我要的果是什麼，那麼我要取的因就是什麼，所以能造作者是「心」，該取的是什麼？該捨的是什麼？就是「法」。該取的是三大阿僧祇劫當中要做的積聚資糧，這就是我們該取的，後面我們該要得的是什麼呢？就是佛的果位，這兩個就是我們心的所緣。能造作的心本身有這種能力，它也有能力取這些大乘的法→菩提心跟菩薩行。透過了這個，後面就會獲得佛的果位，這些都是跟心本性清淨之特色非常相應的。所以，我們大家一定可以做到的，透過這樣的思惟，然後我們就要發菩提心。

發菩提心的時候，主要是力，我們勇敢的，心就改變了，以前是自利的心，現在就改變為利他的心。利他是怎麼利呢？不管暫時的也好，究竟的也好，對於眾生怎樣的角度都要去利益，大的利益是使他們能夠迅速的成佛，把他們帶到佛的果位。

我們做這樣的利益之事不是一次而已，也不是只對一個眾生而已，就像《入行論》第十品裡面說的：「乃至有虛空，我就要一直去利益眾生。」「乃至有虛空」的意思是，乃至虛空當中有世界，就一定有眾生，乃至有眾生，我一定要永遠跟著眾生去利益他們。我們的對境（所要利益的眾生）

是無量無邊的，以時間的角度來說，也是「乃至有虛空」無終的時間。有這樣子的對境無限，時間也是無限的，這種的利益眾生。利益的方式則是帶到佛的果位，這是不可思議的。誰能做到這種利益呢？自己要成佛，如果自己沒有成佛，就不可能做到這種事情。我們要成佛的意思是：我要成辦那麼大的一個事情，我要成佛。利他要先去理解如何利益的方式，對境（眾生）無限，時間也是無限的，暫時和究竟等，所有的角度都要去利益。所以我們要能夠成辦這樣的利益的方式，想要做到這種的利益，就一定要自己成佛，所以，為了要成佛，我們就要發菩提心。

調整這樣的動機，我們所有善根的果報就無量無邊，功德無量無邊，所以，我們每一次發菩提心有這種好處。調整動機之後，我們就開始今天的課。

（145）若法已成就，其因何所需？若法本來無，云何需彼因？

現在講一四五，前面一四三和一四四的階段是講「緣起正因」，因裡面用「幻化」的時候要想一下，「緣起」的話，一定是「非諦實有」，就用「幻化」來比喻。有的時候「幻化」就會講：「非諦實有的情況下，還存在能作跟所作，還有能害跟所害，能對治跟所對治」，這些都還能夠解釋，這個部分也會用「幻化」。所以用「幻化」的比喻，有時候會用細的世俗諦比喻，現在這邊用「幻化」是勝義諦的比喻，空的比喻。有時候「幻化」會用細的世俗諦比喻。

細的世俗諦大家知道嗎？上次《中論》的時候有講過，我們先要理解一切法完全不是以自性而存在的，要一直去破除「以自性而存在」，一直去破除這個，它自己方面都找不到一個自性，所以自性完全不存在的，這個階段是勝義諦。如果不是以自性而存在的話，這些法在「以自性而不存在」的情況下，怎麼能夠解釋它的能作及所作，它本身因跟果的關係呢？我們解釋這個部分是第二個階段，這時候就是細的世俗諦。

在細的世俗諦時，就是在無自性的情況下，能夠解釋、安立能作和所作、能對治和所對治，這是非常難的，比前面還難，這個階段就是細的世俗諦。那麼前面和後面，這兩個有沒有關係呢？也是有關係的，前面會幫助到後面的，如果前面「不是以自性而存在」的階段沒有清楚的話，後面的階段就很容易落於常邊。所以前面的階段一定要先明白、清楚，後面才有細的世俗諦階段。在這個時候，我們有時候也會用「幻化」，所以有時候在細的世俗諦時，也會用「幻化」的比喻。在非諦實有或無自性的部分，

也會用「幻化」的比喻，我們要區分不一樣的地方。

再來是「破有無生正因」，這是觀察果。我們以前講有五個正因：(1) 觀察因，是「金剛屑正因」(金剛屑因)，(2) 觀察果，是「破有無生正因」(破有無因生)，(3) 因果一起觀察，是「破四邊生」(破四句因生)，(4) 觀察體性，是「離一異正因」(離一異因)，(5) 一起觀察因、觀察果、觀察因果、觀察體性，是「緣起正因」(緣起因)，就是正因王。總共有五個正因，我們平常講，透過五個正因成立法無我，就是這五個，現在講觀察果的部分。

觀察果的部分，我們看到果時有兩種想法：1. 果在因時已經有確定的樣子（有因生），2. 果在因時還沒有那麼確定（無因生）。我們有沒有這種感覺呢？有時看到成果，好像是運氣非常好當中出現的，我們會覺得運氣非常好有這個果，這就是因時不是那麼確定，但是果還有（無因生）。有時候看到這個果是應該的，有這樣的兩種想法（有因生）。當我們看到果的時候，認為是應該的，那就是在因時已經確定了；有時看到果不是那麼確定，但是還感得了果，在非常好的運氣當中就出現了，有這兩種看法。

這邊講的「有」跟「無」是什麼意思呢？「有」是在因的時候已經確定，這種果就是「有」。「無」是因的時候沒有確定，這樣的果就是「無」，果有兩種。

在這兩種看法當中，哪一種果有自性呢？沒有，兩種果都沒有自性，也就是說什麼樣的果都沒有自性的意思。所以，無「有無生正因」成，就是這樣，「有」這個部分也不是自性而生的，「無」這個部分也不是自性而生的。

假如這個法在因的時候就已經存在、確定的話，那麼，「其因何所需」為什麼需要因呢？為什麼還需要其它的因幫忙呢？剛剛講的是「有」的部分，當我們面對這個果，果在因的時候，已經有確定的樣子，在這種看法下的果，如果是以自性而生的話，我們的腦筋裡面應該打架了，但是我們並不覺得有打架，我們是可以接受的。

實際上來說，我們是覺得「果在因的時候已經確定」跟「它需要幫忙」兩者之間是衝突的，但是我們並沒有什麼衝突的感覺。「其因何所需」，為什麼需要因去幫助它呢？這就是「破有生」(破有因生）的部分。

接著「破無生」(破無因生）的部分在後面，假如果本來無，就是在因

的時候沒有確定，只是在非常好的運氣當中而產生了果，這時候腦筋裡面應該是：「在因的時候沒有確定，這樣的果如果有自性的話，它就永遠不會產生了。」因為我們的腦筋裡面所想像的果，如果有自性的話，它是堅定的、不可以改變的，所以它就應該永遠不會產生。

應該這樣子說，我們腦筋裡面「在因的時候沒有確定」的果，如果有自性的話，它是沒有辦法改變的，如果沒有辦法改變的話，其它不管多少因都無法改變它，因為它已經變成自性了。它已經變成自性的意思是「它是自性而存在」，怎麼樣存在呢？「因的時候不確定的情況」是確定而存在的，既然「不確定的情況」是自性而存在的話，這就永遠無法改變，不管有多少因，它還是這個樣子，所以，「云何需彼因」，這就是「破無生」。

在第二個階段「破無生」的時候有一些問題，因為果在因的時候還沒有那麼確定，所以其它的因緣都要幫助它。在因的時候，「果不存在、不確定」好像比較有道理的樣子，這個部分我們要去破除它。

（146）縱以億萬因，無不變成有。無時怎成有？成有者為何？

我們要怎麼破除「因的時候不存在」呢？就從一四六開始，「縱以億萬因，無不變成有。無時怎成有？成有者為何？」果在因的時候還沒有變成法或事物，如果「因的時候沒有存在或不是事物」是它本性的話，那麼不管有多少無量無邊的因，還是無法改變它，這就是，「縱以億萬因，無不變成有」的意思。

為什麼無法改變它呢？理由在哪裡呢？我們觀察一下，它現在不是事物，不存在這個體性、這個自性，在這個情況下，自性是沒有改變的，在沒有改變這個事物的體性下面，我們能夠改變它變成事物嗎？這是不可能的，就是一個法不會同時有兩個體性，不可能同時是事物也是非事物，不可能有這樣的一個法。

「無時怎成有」，這個「時」是時間，怎樣的時間呢？它「不是事物」的「同時」，「成有」的意思是「變成事物」，在「不是事物」、「不存在的時間」的同時，它怎麼可能會變成有、變成事物呢？這是不可能的，前面的「無」字就表示這是不可能的。「無」是「沒有」，沒有什麼呢？在這個果「非事物」的「同時」，它不可能會變成有，「有」的意思就是「變成事物」。

用這個理由為什麼可以成立「果上面無法改變」呢？剛剛是說：這個改變是不可能的，因為「非事物」是它的體性、自性的話，就不可能變成

「事物」。所以這裡就講：用這個理由可以成立「無法改變它」。為什麼用這個可以成立「無法改變這個果」呢？理由在哪裡呢？應該說，改變只有一種，只有「非事物變成事物」這一種。為什麼呢？法本身有兩種：事物和非事物。當我們改變的時候，事物本身就已經是事物了，並不需要改變，只有非事物要改變成事物，所以「變成事物」的法只有一種，就是非事物。為什麼呢？一切法的分類只有兩種，並沒有第三種「又不是事物又不是非事物」的法，就只有兩種而已。在這兩種裡面，要變成「事物」的是「非事物」的法而已，現在我們已經破除「非事物的法」改變成「事物」，那就已經成立「無法改變它」，所以說「成有者為何？」

第三種法是不可能的，意思是什麼呢？法本身就只有兩種，事物和非事物，事物並不需要改變成事物，就只有非事物的部分要改變，非事物的部分已經破除了。後面的「成有者為何」是什麼意思呢？就是前面的正因可以破除改變它，前面的正因能不能成立「無法改變它」呢？是可以成立的，理由在哪裡呢？就是「成有者為何？」。

繼續講「破無生」的部分，「破無生」是什麼呢？「無」的意思就是果在因時不存在，剛剛解釋的時候，我並沒有直接講「果在因的時候有或在因的時候無」，並沒有特別這樣子講，只有講「果在因的時候確定或不那麼確定的樣子」這兩種看法。現在這邊用的是「果在因的時候有或無」直接這樣子講，這樣講可能我們很難懂，「果在因的時候有或無」是什麼意思呢？果在因的時候當然是無，誰會想成是有呢？我們馬上就會這樣子想，真正的並不是這樣。

真正是我在前面所講的，當我們面對一個果的時候，有兩種看法，一個是因的時候就確定有這個果，另一個是因的時候沒有確定，好像是運氣好就突然出現這個果，就只有這兩種而已，有這兩種看法。真正的意思大家只要懂就好了，並不是可以去改變這個《入行論》的意思。如果我們還要把這個意思明白講的話，「因的時候確定」是什麼意思？「確定」是「有」，確定是「已經有」的感覺，「因的時候不確定」就是「因的時候是無」，「沒有確定」就是「無」，這個情況又是它的本性，又是果的本性，好像是果本身是「因的時候不確定」的本性，既然「不確定」是本性的話，那就無法改變它。所以，如果「果在因的時候無」是它的本性的話，那就無法改變它，後面的一四六、一四七就一直破除這個。

（147）無時若無有，何時方成有？於有未生時，是猶未離無。

一四七講「無」也是一樣，就是果在因的時候「無」或「非事物」。「無時若無有」，「若」是「假若」，應該是先講「假若」，「無時」就是果在因的時候、「非事物」的時候，「假如無有」假如不是事物。好像有一點重複的樣子，「非事物」的時候如果「不是事物」的話，「非事物」的時候是「非事物」，當然不是「是事物」。如果在「非事物」的時候它是「非事物」的話，如此一來，永遠是不會改變的，它永遠都是「非事物」，因為「非事物」已經變成是它的本性，既然已經變成是它的自性的話，那就無法改變了，所以，它永遠是「非事物」，就不可能有「不是非事物」的時候。

在「非事物」的時候是「非事物」，意思就是：如果「非事物」是它本性的話，那就永遠是「非事物」，既然永遠是「非事物」，在「非事物」的同時，就不可能是「事物」，所以是無法改變它的。「無時假如無有」是什麼呢？就是「非事物」的時候假如它是「非事物」的話，「何時方成有」，怎麼可能同時變成事物呢？「成有」就是「事物」，理由在後面。

「於有未生時，是猶未離無」，理由在哪裡呢？事物和非事物的關係，事物的時候不是非事物，非事物的時候不是事物，這兩個是相反的。這邊講「於有未生時」，在沒有變成事物的時候，它無法離開非事物，就是它不會離開非事物，要離開非事物的時候才會變成事物，所以這兩個是相違的

（148）倘若未離無，則無生有時。有亦不成無，因成二性故。

「倘若未離無，則無生有時」，這是方向不一樣，剛剛講要變成「事物」要靠離開「非事物」，現在是講：如果沒有離開「非事物」的話，就不可能變成「事物」。方向不一樣而已，講的是同一個道理。

這兩個道理是成立什麼呢？一四七的前面兩個偈頌「無時若無有，何時方成有？」後面就講出這個的理由，現在已經到一四八偈頌的中間，「有亦不成無，因成二性故。」如果你還承認「非事物」會受其它因緣改變的話，那麼就要承認一個法會變成兩個體性，所以你的主張就有問題了。

到這裡已經講了「破有無生正因」，「破有無生正因」是觀察什麼呢？是觀察果。前面的觀察因，金剛屑正因也講完了；緣起因也講完了；觀察果的部分也講完了。在這樣子講的時候，就那些法，我們觀察它因的角度，觀察它果的角度，觀察它緣起的角度，不管用什麼角度去觀察，都完全不是自性而生的。所以前面三個階段成立，我們後面就成立起沒有自性而生。金剛屑正因、緣起正因和破有無生正因，這些後面的結論是「不是自性而

生的」，這些果不是自性而生的。我們從因的角度觀察、果的角度觀察，還有從它靠因緣的角度觀察，不管從什麼角度觀察，都不是自性而生的。

（149）自性不成滅，有法性亦無。是故諸眾生，畢竟無生滅。

既然不是「自性而生」的話，那麼滅也不是「自性而滅」的，所以一四九偈「破滅有自性」就比較容易了，因為生不是「自性而生」的話，滅也就不是「自性而滅」。

上次講的平等性分十個，在這十個平等性裡面，第三個是非自性生或無自性生，就是「無生平等性」。在這十個平等性裡面，「無生平等性」是最難的、最主要的。這十個平等性都是空性，在這十個空性裡面，最主要、最難的地方就是「無生平等性」，如果我們理解「無生平等性」的話，其它就都非常容易理解了。

附注：十平等性

1.無相平等性　2.無體平等性　3.無生平等性　4.無起平等性　5.遠離平等性　6.本來清淨故平等性　7.無戲論故平等性　8.無取無捨故平等性　9.切法如幻等諸喻故平等性　10.一切法有無不二故平等性

《中論》前面的禮讚當中，「無生無滅」等八個裡面，最難的地方也是「無生」，這是一樣的。十個平等性裡面的「無生平等性」跟現在講的八個裡面最難的「無生」，這兩個是一樣的，是最難的。所以龍樹菩薩在《中論》開頭就講「無生」的解釋，原因就在這裡。「無生」解釋完了，「無滅」就容易了。同樣的，寂天菩薩在前面就一直講無生（無自性而生），後面的無滅就容易了。

「自性不成滅，有法性亦無」，藏文的「提瘩」這裡好像沒有翻譯出來，藏文的「提瘩」是連接前面的。前面的「無生」已經講完了，「提瘩」就是『如前面的』，也就是：「生」不是「自性而生」的話，「滅」也就不是「自性而滅」。「自性不成滅」是比較容易懂的。會滅的也好，會生的也好，都不是有自性的，生的時候也不是有自性而生，滅的時候也不是自性而滅。會生的、會滅的一切法都沒有自性，所以「有法性亦無」。

「是故」就是把前面的當理由，會生會滅的一切法不是有自性的，這些都是無自性的，「是故」就是「因為這樣的緣故」，我們眾生也是如此，看

起來生死輪迴也是有自性的樣子，又會生又會死，好像是一個很堅定存在的樣子，事實上，這些也是完全沒有自性的。會生會滅的一切法沒有自性的話，那麼我們本身怎麼會是自性而生？又怎麼會是自性而滅呢？「是故諸眾生，畢竟無生滅」，所以一切眾生的生滅都是無自性的，我們「生」不是自性而生的，「滅」也不是自性而滅的。

（150）眾生如夢幻，究時同芭蕉。涅槃不涅槃，其性悉無別。

前面講的時候，並沒有特別舉出「眾生」，而是一個法的道理，就法生滅的情況一直講，法的生、滅，不是自性而生、自性而滅的。同樣的，我們眾生也不可能有另外一種生滅的情況，眾生生滅的情況也一樣，完全沒有自性的。

剛剛前面是講我們輪迴的眾生，生滅不是自性而生、自性而滅，生滅的輪迴不是有自性而存在的，不只輪迴不是自性而存在而已，涅槃也是無自性。「**結成輪涅不二**」，所以輪迴跟涅槃是不二，也就是平等性。

這裡是「眾生如夢幻，究時同芭蕉」，前面有講過龍樹菩薩的《般若七十論》裡面，夢是無自性生的一個比喻，幻化是無自性住的一個比喻，乾闥婆城是無自性滅的一個比喻。這裡用夢來比喻眾生，眾生的輪迴是無自性而生的，就如同夢幻一般。「究時」就是研究、觀察它的時候，看起來它是有自性的樣子，而觀察它的時候是沒有自性的，就如同芭蕉一樣。

再來是涅槃跟不涅槃，不涅槃就是輪迴，涅槃跟輪迴也一樣，如夢或如芭蕉，並不是輪迴才是這樣而涅槃不是這樣，涅槃跟輪迴都是如夢、如芭蕉一樣，這兩個體性是一樣的，所以「其性悉無別」，它們的自性是沒有區別的。

到這個階段，應該是一個結論，生死輪迴裡面是完全沒有自性的，涅槃是完全沒有自性的，任何一個法都是完全沒有自性的，要有這種感覺，到這個階段就已經成立法無我了。

後面是：空性的法那麼殊勝的話，我們就要努力、精進的去學習這個法。我們得到人身應該要歡喜，現在接觸到空性的法，還要更歡喜，還要更精進的去修。這樣的鼓勵是後面的階段，這個階段並不是那麼多，一堂課應該就可以講完了。

《入菩薩行論 72》

雪歌仁波切講授，2008/05/11

在《入行論》第九品裡面，主要空性的內涵已經講完畢了，現在是勸修空性的部分。「**甲三、勸修空性利自他**」，不管對自己幫助或對別人幫助，都要修空性。在《入行論》裡面也有講到空正見，為自己解脫需要修空正見，為了證得無住涅槃也需要空正見，《入行論》第九品一開始就成立了這些。後面講到空正見有多重要，就一直去講成立空性的很多正因。這裡講到為了自己解脫或為了利他自己要成佛要證得無住涅槃都需要空正見，所以「勸修空性利自他」就是這個意思。

（151）故於諸空法，何有得與失？誰人恭敬我？誰復輕蔑我？

「**乙一、悟空能淨自心田**」，這邊有三個偈頌，都是講要修。現在這裡是勸修空性，既然要修空性，簡略來說，空性的法是什麼樣子呢？就講（151偈）至（153偈）。所以，「故於諸空法，何有得與失？誰人恭敬我？誰復輕蔑我？」。

「故於」就是前面《入行論》裡面講到空性的階段有很多，把這整個階段當成理由，或者「如前面說的」的意思，「故」的意思是「前面所說的緣故」或「如前面說的」的意思。

前面說的是什麼樣的道理呢？或是前面一直講空性正因的緣故，結論是什麼呢？「諸空法」的意思是「無自性的一切法」，「諸空法」就是一切法，為什麼說一切法是空的呢？就是無自性或自性空，諸一切自性空的法。

「何有得與失」，這是什麼意思呢？我們心裡一直會執著：我要得到這些法，我要捨棄這些法。在得跟捨上面也會執著，怎麼樣的執著呢？我覺得該取的這些法是非常有意義的，於是就會執著；在該捨的上面也會有另外一種執著，它本身是多麼的壞，自性上面就是壞的，也會有這樣的執著。

現在這裡用的是：這些法不管我們覺得是要得的或要捨的，這個對境本身沒有一個是有自性的。「沒有一個有自性」是跟「得與失」連接的，當我們「得到」的時候，並不是自性而得到的，當我們「捨棄」的時候，也不是自性而捨棄的。好像「所得的」法，有一種從那邊有一個自性而有意義的樣子；「所捨的」法，是自性壞的，它的壞並不是依賴其它的因緣，而是本身就壞，自性就是壞的，所以那個時候也有這種執著。

現在這裡用的是什麼呢？如果對境的一切的法是自性空的話，這是把第一句的「諸空法」當理由，如果一切法是空的話，我們所得到的，怎麼會是有自性的法呢？我們捨棄的法，怎麼會是自性該捨或該壞的呢？也就是不可能會有自性而所得的法，也不可能會有自性而所捨的法。「何有得與失」，應該是「何有得與何有捨」。

斷除苦諦、集諦，也就是我們要「失」的是這兩個。我們要「得」的是滅諦和道諦這兩個。所以這裡的「得與失」，就是苦諦和集諦上面「失」，而滅諦和道諦上面「得」，主要是這樣的意思。以一般世間的角度看的話，也會覺得應該要得的，如果不得到的時候，我們會遇到痛苦，該要得的沒有得到就變成失敗了。所以我們遇到痛苦而沒有得到快樂，這個時候就是「失」，得到的時候就是「得」。可以說以一般世間的角度來說，快樂就是「得」，不快樂就是「失」，也就是失敗。

失敗就是對於沒有得（得到樂），或是不該得到的苦，會生起瞋恨心，也會執著。所以當瞋恨心生起的時候，對境是在失敗的情況下遇到苦，該得的就沒有得到。在失敗的情況下，這個苦是一個執著的對境，執著怎樣的對境呢？它本身是自性壞的、自性苦的，那個時候也有執著。所以輪迴的角度和世間的角度上，想得的對境或想離開的對境，我們在這兩個對境上面也有執著。

如果以修行者的角度來說，一個已經進入聲聞道、獨覺道或大乘道的修行者，他們在該取或該捨的對境上面也會執著，我們以前講四聖諦，所取分別分為兩個：「清淨所取分別」和「雜染所取分別」，有這樣的區分。一個修行者在苦諦和集諦上面也有執著，他對於所要斷除的、這是不好的、我要離開的角度也會執著，「我要斷除的境」這種是「雜染所取」的執著，所以苦諦和集諦上面的執著也有。

另外，滅諦和道諦上面是我們講的「清淨所取分別」，一個修行者的心非常看重滅諦和道諦，就會想著：「我要證得這個，我要證得那個。」那時候就是把滅諦和道諦看成是我要所得的一個對境，以所得的對境看的時候滅諦和道諦本身就變成自性有功德的、自性圓滿的，這種是在所得的上面執著。

現在這邊講「何有得」，誰會得到一個自性圓滿的法呢？「何有失」，怎麼會有所失敗的對境呢？「失」就是怎麼會有不該得而得到或該得而沒有得到。這時候對境是苦諦或集諦也好，或是以世間的角度來說，家庭或

事業不順利，就是這邊所講的「失」的對境，此時我們也會執著那些不好的，都是自性不好的、自性不圓滿的，也會有這種執著心。

這些是不可能會有的，理由是第一句「故於諸空法」，這就是理由，一切法是空，既然一切法空的話，這法裡面怎麼還會有自性所得及自性所失的對境呢？同樣的，把第一句當理由，「誰人恭敬我？誰復輕蔑我？」有時人家恭敬我們的時候，我們覺得自己很了不起，就會非常高興，把人家給我高興的部分看成是自性成立的。同樣的，有時人家看不起我，我也會有一種執著，這個時候不可以執著，理由在哪裡呢？同樣是第一句的「故於諸空法」，如果一切法是空的話，恭敬是一種法，輕蔑也是一種法，這些都是沒有自性成立的，所以，不要那麼執著。

（152）苦樂由何生？何足憂與喜？若於性中覓，孰為愛所愛？

這邊是講苦跟樂的「因」也不是自性生的，苦跟樂生的時候不是自性而生的，所以苦跟樂的因也不是自性而成立的法，並不是有自性的。還有就是「何足憂與喜」，我們歡喜的及憂傷的，苦是給我們憂傷的，樂是給我們歡喜的。當我們遇到樂的時候，所歡喜的特質好像有一個自性成立的樣子，在樂上面有一個使我們能歡喜的特質存在，但是這個不是自性而存在的。遇到樂的時候，我們大家會歡喜，但是它不是自性而存在的。同樣的，苦是會給我們憂傷的，在苦上面會有這個特質，但是這個特質不是自性成立的，所以「何足憂與喜」。

前面的「苦樂由何生」好像有一點是「因」的部分，「何足憂與喜」就是「果」的部分，這些也是把（151）偈頌的第一句「故於諸空法」當成理由。

後面是講三輪空，就是第四句「孰為愛所愛」，「孰」是三輪裡面的“能造作者”，「愛」就是“所作”，「所愛」是“對境”，這就是講三輪空。這邊用「孰」或「誰」的時候，它本身就是否定，表示「沒有的」意思，“能愛者”不是自性而成立，“愛的動作”也不是自性而成立，“所愛的境”也不是自性而成立，三輪本身都是空的。

「三輪都空」是用什麼理由呢？第三句「若於性中覓」，這就是我們平常講的，觀察究竟體性的理智在觀察當中找不到的意思，把這個當理由，成立什麼呢？成立「能愛、所愛及愛的動作」三者都是沒有自性的。理由在哪裡呢？如果有自性的話，觀察究竟體性的理智在觀察的時候應該要找

到，但是它卻是找不到。可能大家看這裡的時候，不能看得出一個理由來連接，在觀察當中沒有所愛、能愛及愛的動作，好像是這樣的，實際上，前面三句是當理由，就成立後面的三輪空。3855

（153）細究此世人，誰將辭此世？孰生孰當生？孰為親與友？

這邊是講修空性的人對於世間八法不會執著，或者說空性的法可以去除世間八法上面的執著。為什麼可以去除掉世間八法上面的執著呢？

「細究此世人」，世人就是世間的人，世間的人所執著的，主要是八法。八法是我們現世的執著，主要是今生人上面的執著，「今生的我非常重要」這樣的執著，然後我要名字、名氣、享受等等。今生上面的執著誰能夠破除呢？空性的法是一定能夠破除的。為什麼能夠破除呢？他會覺得我投生到人道或離開人道這些都完全沒有自性的，如果以（空性）觀察究竟體性的理智來看的話，這些都是不存在的。我們自己投生到這個人道，找的時候是找不到的，當離開的時候，我們的心也會難過，觀察究竟體性的理智看的時候，離開這個世間也沒有什麼難過的對境。「細究」就是以觀察究竟體性的理智來看這個世間。

「誰將辭此世」，我們怕將來會死，我們會執著不想死。這樣的執著就是我們的心裡沒有看清楚它的因緣，有因緣的話，死是一定會出現的，我們是沒有看清楚死是怎麼依賴那麼多的因緣，這些因緣具足的話，死是一定會出現的，這個因緣跟死是有關聯的，我們對這個不清楚，所以也不會接受這個因。比如我們接受我生出來，我們接受我年輕，實際上，這些都是死亡的因。而死是我們所不接受的，我們心裡對這方面的關聯就不是那麼清楚，生本身就是死的近取因，本身就是它的一個續。因為我們對於因果之間的關聯不是那麼清楚，所以我們就無法接受。還不用說遇到死亡，只要一聽到死亡，就不接受。它的那些因都是我們很喜歡的，可是它本身卻是我們所不喜歡的，所以我們就把死亡看成不是依賴那些因，認為那些因緣跟它沒有關連，所以就是執著。

什麼道理能夠破除這個看法呢？就是空性的道理，死亡是完全依賴因緣的，只要有了因緣，就無法擋住它，果就一定會出現，所以死亡是完全沒有自性的，完全依賴無量無邊的因緣，這個道理就是空性的道理、緣起的道理。如果我們對於緣起的道理很清楚的時候，對於死亡就不會無法接受，或者是說不會那麼不喜歡。既然不是那麼不喜歡的話，對於今生「活」的上面也就不會那麼執著。

現在我們對於死亡不是那麼喜歡，這也是我們對於死亡上面緣起的道理、空性的道理不清楚的緣故，就會怕它而無法接受，怕它也會執著它。大家不要以為執著的意思一定要是我喜歡的，執著的意思有很多，不喜歡也是執著，喜歡也是執著，這兩個都是執著。剛剛我們講所取分別，雜染所取分別也是分別、也是執著，雜染所取分別是在苦諦和集諦上面非常排斥，連一秒鐘都不想跟苦諦和集諦接近，這樣的一個修行者也會執著，他執著的意思並不是「他喜歡苦諦和集諦」，他執著的意思是「他非常反對」，那時候也會有一種執著。同樣的，我們這裡講到死亡上面的執著，也是一種非常反對、非常不接受它，這也是一種執著。

這裡講「誰將辭此世」，還有「孰生孰當生」，投生到這個人道，從母胎當中生出來，我們就慶祝生日，我們就歡喜。「孰當生」對於將來的投生，我們也會發願「我要得到暇滿難得的人身」，對於將來的投生也會執著，生出來也會執著，後面就是在世間八法上面的執著，對於今生是那麼執著，從生出就開始執著，還沒有生之前也發願，也執著了，生出來也執著了，要離開也執著，不想要離開，在這樣子當中，就變成對於世間八法上面的執著，世間八法就是第四句「孰為親與友」，主要是對於親與友等等世間八法上面的執著。

世間八法上面的對境都沒有一個自性而存在的，也就是用空性的道理能夠破除世間八法上面的執著心。怎麼破除呢？為什麼能夠破除呢？世間八法上面執著的來源是什麼呢？我們先是執著這一生的生命，對於這個生命是怎樣執著呢？還沒有生之前也執著，生出來也執著，離開也不想離開，就在這樣很強烈執著的情況下，對於八法上面的執著就出現了。實際上，這些執著的所有對境都沒有一個實有的。理由在哪裡呢？就是第一句的「細究此」，在細究這些的時候，並沒有一個是找得到的，所以都是問號：「細究此世人，誰將辭此世？孰生孰當生？孰為親與友？」，這些問題是否定的意思，用觀察究竟的理智觀察的時候，都不存在的，都找不到的，觀察的時候找不到，所以就沒有自性。現在這個問題就是反對「有自性」，那是怎麼樣否定呢？用什麼理由變成否定呢？用觀察究竟體性的理智觀察的時候就沒有這些，所以就沒有自性。

應該這樣說，（151 偈）和（152 偈）兩者主要是講樂跟苦上面破除有自性，或是樂跟苦上面的空性，就講出來不可以執著。然後能享受的基礎是補特伽羅，也就是我們這個人身上面也不可以執著，所享受的樂跟苦上面也不可以執著，在所造作的上面也不可以執著。所以，前面主要是在樂

跟苦上面破除它有自性，後面就是整個三輪都空的道理。

再來（153 偈）特別強調的地方是破除世間八法上面的執著。第 153 有一點強調的是今生，就是破除這一生上面的執著心，151 跟 152 就沒有特別這樣，不管是這一生或下一生，我們生生世世都有離苦得樂的希求，在這樣的希求下就會執著，這些執著都破除。所以就整體來說，一個是破除今生的執著，一個是破除生生世世在生死輪迴當中的執著。

（154）何不齊受持：一切似虛空？

再來是（154）的兩句，「何不齊受持，一切似虛空」，藏文裡面有一點謙虛的字，但是在中文裡面沒有，謙虛的意思就是「像我這樣子的」。意思是我寂天菩薩非常執著，所以需要受持這些空性的法，如果我沒有受持這些法的話，我心裡就會因為執著心而非常痛苦、苦惱，藏文裡面有謙虛的意思。現在就藏文來連接的話，像我這樣子對執著心那麼苦惱的人，怎可以不接受這些教授呢？「何不」就是一個問題，本身就是否定，怎麼可以不受持這些教授呢？意思就是我們一定要受持這些教授。中文裡面沒有抓到這樣謙虛的意思，這是有點重要的。

寂天菩薩看以前龍樹菩薩他們的書，就他自己修行的感受，或看到一些很好的成立空性的正因，然後寫下這些來解釋空性的道理，當他寫下來的時候，他自己就一直體會空性的法對他的幫助有多大，或是空性的法是多麼重要、多需要的一個法，特別是在執著心那麼強的時候，這個空性的法是有多大的作用。我們學習的過程，並沒有這種體會，好像跟自己的心續很難連接，就如在大學讀書一樣就一直研究、一直研究，想一想這個詞的道理，但跟心續都沒有連接，所以我們就沒有這樣的感受。當寂天菩薩在講這一句的時候，他的感受是我們看得出來的。

寂天菩薩後面就講慈悲心，這就是我們平常念的無緣悲心，無緣悲心是什麼呢？對空性的道理越來越清楚的時候，眾生的執著心也越來越清楚，然後眾生心中的苦難也越來越清楚。我們就不是那麼清楚，因為我們只有粗的才看得到，細的就看不到了，理由在哪裡呢？我們對於執著心都不認識，也不認識它對我們的傷害。學習空性，當空性的道理越來越清楚的時候，我們的執著心的問題就越來越清楚。因為空性的道理講得那麼細、那麼多的理由，主要是我們要把各式各樣的執著心一個一個去除掉，這個角度有執著，那個角度也有執著，好像前後上下左右都有執著，也就是說我們的執著心是非常可怕的。

以前沒有學空性的法這些正因的道理的時候，我們並不清楚執著心，當我們越學就越懂這個道理，這些執著心的問題那麼複雜、那麼多種，而且這些執著心每一個都是傷害我們的。對我們怎麼傷害呢？從執著心就慢慢生起比較粗的煩惱，比較粗的分別心，然後就越來越多。學空性對於這些也會清楚，所以先有空正見，才會了解執著心，對於我們心中很細的苦難都會清楚。不只是自己而已，對於別人執著心的問題也會看得到。

當看得到的時候，生起的慈悲心就不一樣了，這時生起的慈悲心是希望能夠利益眾生，他看得出來這樣的希望，因為眾生的問題都是從執著心出來的，執著心是有問題的、錯亂的，這個清楚了之後，他的心裡就肯定我能夠利益到眾生，因為眾生的執著心是一定能夠斷除的，所以他的慈悲肯定力量也不一樣，不是那種很想幫助而幫不上忙，這樣是沒有大的慈悲，心就沒有辦法投入，當他覺得一定可以幫得上忙時，那就會投入，心就會投入在利益上面，這樣的慈悲心是不一樣的。所以有了空正見，後面生起的慈悲心是非常肯定的，有下定決心利益的樣子。

還有，他看到眾生的執著心那麼多的時候，他心裡覺得他看得到眾生的苦那麼多，以前我們看不到自己的苦在哪裡，別人的就更不用說了，苦在哪裡就更體會不到了。我們認識了這個執著心的問題之後，對於眾生心裡有很多小小的衝突、矛盾都看清楚了之後，知道眾生真的是非常非常苦，所看到的範圍也不一樣了，看到苦的範圍很多。

所以，看到苦的範圍很多，對於能夠出離的部分也有肯定，這兩種都有。因為這兩種都有的緣故，他的心裡就不會是想幫忙而幫不上忙的感覺。當他看到苦那麼多的時候，會生起很想幫忙的心，他知道這些的來源是執著心，而執著心是顛倒識，對於這些道理很清楚的時候，他肯定幫得上忙，這樣的信心就生起了，所以當生起想利他的心時，是完全不一樣的。大悲心可以分為緣生大悲心、緣法大悲心及無緣大悲心，在這當中，無緣大悲心是最好的。所以我們看，《入行論》講完了空性之後才講大悲心，無緣大悲心就是這樣（內涵）。

今天是母親節，我沒有什麼特別的禮物，就念六字大明咒一百零八遍，然後憶念這一生母親的恩德，透過這個去思惟一切如母有情眾生的恩德，我們今天早上講的，主要是他們心中的我愛執給他們痛苦，我們念六字大明咒，使他們心中我愛執去除，使他們的我愛執減少一點，然後利他的心就會增長，愛心就會增長。

我們念寶月佛，消除殺母的惡業，能夠去除殺母惡業的話，其他對母親的不尊敬、欺負她、不孝順也都一定會去除，對不起她的就懺悔，透過對自己母親的懺悔，而一切眾生都是過去的母親，在這上面也可以懺悔。

我們回向裡面有一個「殊勝菩提心妙寶」等四句，「願如母有情得安樂」，我們先念「殊勝菩提心妙寶」，再來「願如母有情得安樂」的偈頌念三遍，再來「願消三障諸煩惱…」。

《入菩薩行論 73》

雪歌仁波切講授，2008/05/31

空性的法是剛接觸佛教或初機學佛者也該要學的法，還有就是修行到證量很高的境界時，這也是最重要的要修的一個法。我們在這裡就看得出來，《入行論》第九品空性講完了，後面連接著就講暇滿難得的人身有多珍貴、遇到佛法的人身有多珍貴，所以我們從那邊就感覺出來，真正要體會到暇滿難得人身的話，就先要理解空性的道理，這樣才能夠看得到佛法的殊勝，釋迦牟尼佛的佛法確實是能夠斷除一切煩惱法的，能夠徹底的從它的根本斷除，就會生起這樣的信心，才知道釋迦牟尼佛的法殊勝的地方，然後才知道我能夠接觸到這樣的佛法是多麼殊勝、多麼寶貴，才能體會得到。所以在《入行論》第九品，整個空性的道理講完了之後，後面就講暇滿難得的人身，我們從這裡也看得出來，真正暇滿難得人身的體會要生起也是需要靠了解空性的道理，所以我們一定要學習空性。

我們要體會暇滿難得人身，這是初機學佛者該要體會到的，我們心中要思惟接觸到佛法是多殊勝，我們初機學佛者也要生起這樣的體會。有一次我們在印度上師傳法的時候，從《入行論》的第一堂開始，他就開始講第九品，第九品講完了之後，才回頭從第一品開始講，也有這樣的一個意思。還有，宗大師在《道次第》裡面也是有講，帶我們修行的方式，從四聖諦帶是非常恰當的，是一個非常好的帶領次第。這個意思是：我們初機學佛者對於自己能夠脫離輪迴上面能生起信心是最主要的，佛法對於我自己能夠脫離輪迴是有作用的，我們的心第一個就要從那邊下手。這樣子下手的話，能夠脫離輪迴那麼殊勝的法，我們現在遇到了，應該是非常歡喜，我這個人身是那麼寶貴，我應該要歡喜的去修學佛法。所以帶領我們修行的路次第來說，也是從四聖諦帶領，主要也是空性的意思。

能不能脫離輪迴，在於我們心中的煩惱能不能解決，以次第來說，能不能脫離輪迴是業能不能停掉；而不要造惡業、業能不能停掉是看能不能從內心的煩惱斷除，如果心的煩惱沒有辦法斷除的話，後面的業也就沒有辦法擋住。心的煩惱怎麼能夠斷除呢？我們一個個煩惱也都有各自對治的方式，比如說不淨觀或禪修等的修行，但是一切煩惱能夠斷除就只有空性的法。跟一切煩惱有關連的，一切煩惱的根本就是無明，從那邊能夠徹底的斷除就只有空性的法。如果我們沒有了解空性的法，心裡就永遠不會相信有一天能夠斷除一切煩惱，不可能會相信的，怎麼可能會相信呢？我們

會覺得這是一件不可能的事情。在我們學到了一點空性的道理之後，才能夠生起一點信心，有一天能夠斷除一切的煩惱，我們就會生起這樣的信心，能夠斷除一切煩惱就能夠擋住造業的行為，後面的在輪迴中感果也就能夠停止，就能夠脫離輪迴。所以了解空性的法、學習空性的法是必須要的。陳那跟法稱也是讓很多人從四聖諦開始進入佛法，用四聖諦的法來帶領很多完全沒有學佛的進入佛教。

我們大家要理解的是：現在我們到第九品的最後面，我們要了解，空性的法跟暇滿難得人身的修行有非常緊密的關係，我們要理解這些。

在宗大師的《善顯密義疏》裡面常讚美佛護、月稱、寂天等三位，這三位才能夠完全沒有錯誤的解釋龍樹菩薩的六部論。所以宗大師的《善顯密義疏》裡面就特別常常讚歎這三位，我們現在已經學習到其中一位寂天菩薩所寫的《入行論》第九品最後面。在這樣子學習的時候，一邊也有按照宗大師的開示去學習，宗大師常常強調我們要跟著這三位所寫的註解去學習，如果我們沒有學習這三位所寫的講空性的論典，就無法抓到龍樹菩薩的密義，也就無法抓到釋迦牟尼佛的密義。現在我們這樣的學習可以說是供養宗大師，宗大師歡喜；也可以說是供養釋迦牟尼佛，他所交代的我們有去做；也可以說是供養龍樹、佛護、月稱、寂天等。我們一邊想著供養他們，另一邊就請求他們給我們加持，讓我們在空性上面修學會成功，要這樣祈求。

這邊講空性的法，主要的目標是斷除我們的執著，包括我愛執和我執，在斷除了這些之後，心裡就自然會想利益一切眾生，也會想利益一切眾生方便的法，沒有執著就會通達一切法的性相，就會證得一切相智，為了這樣的目標，釋迦牟尼佛就一直講空性的法。我們也一樣，修學空性的法，在方便上面也會圓滿，以後就會變成證得佛的色身，智慧上面圓滿就會變成佛的法身，目標是這樣子。

(154)何不齊受持：一切似虛空？世人欲求樂，然由爭愛因，頻生煩亂喜。

154「何不齊受持：一切似虛空？」這個部分已經講完了，接著是「世人欲求樂，然由爭愛因，頻生煩亂喜」，這裡有三句，是講空性的法跟慈悲心怎麼連接的修行，剛剛我們前面一直講空性，現在後面是講空性的道理跟慈悲心怎麼連接。

我們的悲心先要理解眾生的苦，眾生的苦有現生的苦和來世的苦。還

有，我們雖然已經開始修學佛法了，但是還沒有了解空性，或是修學空性還沒有圓滿的話，還是很苦的，這樣就連接了。一切的空正見沒有圓滿，或是沒有得到空正見的加持，所以我們就會苦，這樣就連接了。

如果我們了解了空性之後沒有空正見的話，那就無法去除一切的苦，我們要通達這個道理，所以就先講空性，在空性講完了之後，對於沒有空正見會有什麼過患就比較明白。如果我們沒有了解空性的話，對於有空正見和沒有空正見的情況就無法區別。前面已經一直講了空正見的道理，後面就講沒有空正見還是無法去除我們的苦，不管這一生或下一生都是如此，就是這樣的意思。

這裡講的是「現生過患」，這一生有怎樣的過患呢？我們沒有了解空性的話，我們的心中就會有我執，還有就是「我的、我需要的」這種超越的求法。在「求樂」上就會有「我要這個樂、那個樂」，在樂上面就會非常執著的去求，這也是一種苦。不只這樣而已，在求了之後，我們也會為了得到這個，「然由爭愛因」，在我們所求的樂上面有人來傷害，我們就會「爭」，在自己的親友上面又是另外一種執著，這是對於我所追求的目標上面有幫助的，我們在這上面還更會有一種貪的苦，這都是苦。

在剛開始「求樂」的時候，心就不平靜了，心已經是一種超越的、錯亂的求法，這也是一種執著的苦。為了這個目標，我們對於敵人、他人上面會爭，爭什麼呢？這些他人傷害了我的追求，我就會爭他（由諸憤爭、於怨忿爭）。在親人上面，他們對我追求上面的幫助，我們也會執著。這樣的行為也是一種苦，就苦因的角度來說也是苦，當時心裡這樣執著的時候，心胸也是一種狹窄，心中也是會有苦，所以「然由爭愛因」。

「頻生煩亂喜」，如果我們得不到的時候，剛剛的「然由爭愛因」，「爭」是一種辛辛苦苦過程當中的表現，為了得到所追求的樂而會去辛辛苦苦的努力，是這樣的一個苦。後面的「頻生煩亂喜」的意思是得不到時又是一種苦，還沒有得到的時候也是一種苦，後面結論出來肯定得不到。為什麼肯定得不到呢？我們的想像跟實在的對境是完全不符合的，我們想像是把它看成圓滿的，實際上，在輪迴當中沒有一個是圓滿的，因為得不到這樣的圓滿，當然後面就「頻生煩亂喜」。

剛剛講錯了，「然由爭愛因，頻生煩亂喜」這兩個是一起的，因為「爭」，心裡就會「煩亂」；因為「愛」，心裡就會「歡喜」。因為我們愛親人的緣故，就會讓他們歡喜；因為爭的緣故，然後就會煩亂。所爭的對象是我們的敵

人，因為我們一直跟他鬥爭的結果，我們的心就會煩亂；因為我們對於親人上面愛的緣故，就會讓他們歡喜。讓他們歡喜的意思不是一個很好的，這邊是講我們會辛辛苦苦去做這些事情，就是自己是永遠要贏的，別人是永遠要輸的，這樣的一個目標，就是很辛辛苦苦去做的意思。

這裡的「然由爭愛因，頻生煩亂喜」，就是對敵人爭就會使我們煩亂；對於親人愛的緣故就會讓他們歡喜。為什麼會讓他們歡喜呢？我們的心裡有一個看法，敵人會傷害我對於樂的追求，親人會幫助我對於樂的追求。原本我們所追求的，本身就是一種執著，它就是苦，為了要得到這個追求，旁邊就要做很多事情。

比如我們大家的生命都是這樣，我們心裡有一個這一生的目標，我們把它看成是非常圓滿的一個目標，實際上並不是圓滿的，而我們卻把它看成是圓滿的。既然實際上不是圓滿的，就不可能得到圓滿的，但是我們把它看成圓滿，為了追求這個，我們整個生命的方向就走這條路，整個生命都花在這上面。在這上面的追求有幫助的，就一直努力的去跟他們來往，另外有一些人會傷害到我的追求，在我們的生命當中就心理上一直去跟他們比較，我要怎麼去贏過他們，要怎麼讓他們輸，我們的生命就是往這樣的方向一直走，是不是很辛苦呢？是很辛苦的。

整個生命一直往這樣走，結果並沒有得到圓滿，因為本身就是執著而把它看成是圓滿，事實上都是沒有的，來源是我們心裡有一個執著，然後超越的一個追求。比如我們心裡想：「我跟某一個人比較，我是最好的。」這樣的目標有沒有呢？沒有。佛就不是這樣的，佛在跟任何一個眾生比較的時候，他是最低的，佛本身是這樣想的。我們心裡沒有這樣的想法，我們心裡是想：「跟任何一個眾生比，我都是最好的。」應該是跟任何一個眾生比都是最低的，這才是最好。實際上，我們的想法是完全顛倒的，在跟任何一個眾生比較的時候，我都是最好的，心裡有這樣的一個想法，這本身就是最不好的。我們看看最好的應該是佛，佛並沒有這樣的想法，佛心裡在跟任何一個眾生比較的時候，他永遠是最低的一個位置，所以我們心裡的這個目標是不存在的，但是我們卻會這樣子想。

為什麼會這樣子追求呢？因為我們的執著，我們心中有一個執著，所以就會出現一個不存在的追求，要怎麼努力，有一天才能夠得到呢？追求本身就不存在了，怎麼可能會得到呢？整個生命往這個方向一直走，最後結束了，還是沒有得到。整個生命是往那個方向呢？我們把某些人看成是對於這個追求有幫助的。既然這個追求是不存在的，誰會是有幫助的呢？

沒有！我們把它區分：這些是對於我追求的助緣，是非常好的朋友，這是在我們的生命當中要盡量來往的；在另外一批人上面則是盡量比較，盡量要去贏過他。為了究竟的目標，旁邊就會有很多暫時的目標，整個生命就為了這個而一直浪費，後面生命就結束了。

讓他人煩亂，讓我們的親人歡喜，非常密切的來往，這也是非常辛苦的。為什麼是辛苦的來往呢？心裡有一種做生意的樣子，我跟他來往是有一個目標的，所以就辛苦的來往。

（155）勤求生憂苦，互諍相殺戮，造罪艱困活。

如果得不到所追求的時候，自己感覺到得不到，我那麼努力還得不到，但是還是不會放棄，得不到的感覺出現是一種苦，「勤求」是在追求當中得不到的感覺，我們就會覺得勤勞，這時候又會生起一種憂苦。

「互諍相殺戮」，我們得不到的時候，憂傷比較厲害，在心比較憂傷的時候，有時候就殺，這些行為就會出現，所以說「互諍相殺戮」。

「造罪」，這些都是煩惱的行為，從執著那邊開始，煩惱就已經出現了，後面所有的都是煩惱的行為，這就是造罪。造罪之後，如果還有一個我們所想像圓滿的樂的話，那還值得，但是並沒有，所以這是一個非常辛苦的生活，完全沒有得到目標，這樣子辛苦的一個生活就過去了，這些都是沒有空正見會造成的。

（156）雖數至善趣，頻享眾歡樂，死已墮惡趣，久歷難忍苦。

再來就是後世的過患，後世過患的意思是什麼呢？如果來世我們有得到一個人身的話，還是不穩定的，不穩定的問題在哪裡呢？心中還是有煩惱，還是不停的會去造惡業，造惡業的結果一定會墮三惡道，主要還是沒有空正見，所以在心中會有煩惱，然後造惡業，最後就墮三惡道。所以，來世雖然是得到一個人身，但是不穩定，問題在於沒有空正見。

我們念一下後世的過患，「雖數至善趣，頻享眾歡樂，死已墮惡趣，久歷難忍苦。」後面是講「久歷難忍苦」，我們比較獲得增上生道人身的時間跟墮入三惡道的時間，就這兩個的量來比較的話，墮入三惡道的數量一定是很多的，不只墮三惡道的數量多而已，而且每一次的生命都是非常長的，人身的生命是很短的，是非常苦的。我們現在對於下一世得到人身，在心裡不可以有一個不可靠的歡喜，為什麼？它的時間又短，又是一下子就會

用完的，我們的福報並沒有多大，所以這個人身是一下子就會用完的，用完後馬上就掉入三惡趣當中。為什麼掉到三惡趣呢？主要是我們的人身當中只有接受好的果報而已，並沒有真正學好一個可靠的佛法，特別是空正見沒有修學好，所以業跟煩惱還一直在，煩惱無量無邊，業也是無量無邊，都是一直在的，馬上就會帶給我們三惡道的苦。一掉進去的話，時間就太長了，所以我們要想一想：「如果下一世得到人身的話，這個機會是很難得的，一定要好好用，不要去受用福報等等好的果，受用這個是沒有什麼意思的，受用這個是很快就會用完了。」我們自己不要那麼笨蛋，享受這個人身一點點好的果，不要被這個所欺騙。這麼難得的人身，我們要好好用，不要浪費了，只有受它果的話是一下子就結束了，不可以這樣。以做生意來講，我們要賺錢，並不是把錢一下子就用完了，否則就完蛋了，我們希望錢越賺越多。同樣的，我們的人身當中還是要作善業，也就是要累積善根，特別要學空正見這個可靠的法，然後把整個反面的煩惱、業斷除掉，這是比較有意義的。不然的話，我們就沒有可靠的，這個人身的時間很短，馬上就會掉到三惡道，「雖數至善趣，頻享眾歡樂」就是這個意思。「死已墮惡趣，久歷難忍苦」，這就是說增上生道是不可靠的，還是會掉到三惡趣。

（157）三有多險地，於此易迷真，迷悟復相違，生時盡迷真；

不管人道、天道或三惡道，每一個道裡面，從苦的角度來說，也是非常無法想像的苦，人道裡面有這種苦，天道裡面也有這種苦，三惡道裡面各各都有一種苦。，這些苦也會無限的，比如在人道裡面，有一些人會多生得病，大家都沒有辦法靠近他，靠近他就無法呼吸了，都不敢靠近他，不只是一生而已，他是生生世世都會這樣。以這樣一個苦的角度來說，就是這邊講的「險地」，藏文有一點不太一樣，藏文是指非常深，他一掉進去就讓我們找不到他的身體，比如有人從山上一掉下去就找不到他的身體，險地就是指這樣很深的意思。

現在我們是以苦的角度來說，我們看有一些眾生從出生到一輩子結束都得很嚴重的病，大家都沒有辦法靠近他，他這樣真的很辛苦，不只是一生如此，他好多生都是這樣的，也會有這種苦。所以從苦的角度來說，險地的意思是非常深，人道裡面也會有各式各樣非常深而無法想像的險地。

前面的 156 和 157 有這樣的區別，我們要理解一下。156 是講增上生道和三惡道之間的區別，可以說增上生道是暫時的享受而已，實際上，他未來的長遠時間裡面都是在三惡趣裡面。增上生道又只是受用福報而已，它

並不是增得福報的過程，它只是一個消耗福報的過程，這就代表他準備要去三惡趣了，消耗福報就是準備要到三惡道了，而且他去那邊的時間是很長的，156 講的是這個道理。

157 講的是什麼道理呢？不管什麼道，從各式各樣苦的角度來說，都有非常深的險地，中文的險地好像是指有強盜之類的，現在不是這個意思，這裡比較接近「深淵」的意思，就是指深到看不到，從苦的角度來說，無量無邊的苦就像深淵一般，而且這是每一道都有這樣各式各樣無量無邊如深淵般的苦，「三有多險地」就是這樣的意思。

不管是前面的 156 偈或這裡的 157 偈的第一句「三有多險地」，這麼多苦的來源是什麼呢？它的來源是我們迷惑法的真相，法的真相是空性，我們對法的真相迷惑，這是很容易迷惑的。輪迴的法都是有漏的，就是說它有助於我們很順利的生起煩惱，一切輪迴的法跟煩惱很相應，所以是很容易迷惑的，很容易生起執著心，貪瞋癡等等是很容易的。為什麼很容易呢？因為那些都是跟它很相應的。為什麼呢？因為是有漏的。因為跟它相應的關係，特別是在輪迴裡面是沒有辦法脫離的，因為一切的法拉著我們，不讓我們脫離一切輪迴，「於此易迷真」就是這個意思。

確實是這樣子的，輪迴的有情或無情都會讓我們生起煩惱，有的會讓我們生起貪，有的會讓我們生起瞋，實際上，那些都是幫助我們的煩惱法，有情或無情都是幫助我們生起煩惱的法。是不是很容易就迷惑呢？很容易迷惑在裡面。我們也可以想，不只是空性的道理，常法它不是常法，我們看是常法的樣子，它不是圓滿，它不是清淨，它不是樂，但是它顯現出來是很圓滿的樂、清淨、常法、補特伽羅我或諦實成立，它顯現出來讓我看的是這個樣子的，顯現出來的不是真正的，它騙了我，有情或無情都會顯現出這樣子。它會一直騙我們，本身不是常法，而它假裝成常法；本身並不是淨，它就裝成淨；本身並不是樂，它就裝成樂；本身並不是實有，它就裝成實有。所以很容易迷惑實有，很容易迷惑常法，很容易迷惑樂，很容易迷惑清淨，很容易迷惑妙，「妙」是「圓滿」的意思，都是讓我們看起來非常圓滿的，所以就很容易迷惑。

我們心裡的迷惑就是煩惱，迷惑跟解脫是相違的，迷惑跟我們的目標—解脫（想要得到圓滿的快樂）--是相違的，跟想要脫離輪迴苦是相違的，所以說「迷悟復相違」，這兩個是相違的。真正根本的迷惑就是無明，就是不了解空性的道理，這個跟解脫是相違的，跟脫離輪迴苦是相違的。

「生時盡迷真」，意思是我們的生死輪迴裡面沒有能夠圓滿修學空正見的，如果有空正見的話，它跟輪迴是相違的，迷惑跟解脫是相違的，空正見跟輪迴是相違的。「盡迷真」的「盡」是「完全」的意思，在輪迴當中完全沒有一個能圓滿修學空性法的，因為空性的法跟輪迴是相違的，如果空性圓滿的話，自然就解脫了。應該說我們生死輪迴裡面完全迷惑真相，「完全迷惑真相」意思是沒有圓滿的空正見。

（158）將歷難忍苦，無邊如大海。苦海善力微，壽命亦短促。

接著是158，先講前面兩句，「將歷難忍苦，無邊如大海」，在生死輪迴裡面沒有圓滿的空正見，所以迷惑真相的煩惱永遠就會增長，它會不停的增長，後面當然會不停的造業，所以我們很難想像的苦就會出現。這個苦產生的三世輪迴也會變成無邊的，為什麼？因為跟輪迴相違的空正見都沒有，所以它一直擴大，生死輪迴的三界也會擴大，輪迴當中的苦也會增長。所以生死的三界也會越來越多，就會變成無邊的，然後輪迴當中的苦也是越來越增長，這是我們很難想像的。沒有一個比喻可以用來解釋這個輪迴有多大、這個苦多難忍受，理由就是前面的「生時盡迷真」。都是跟它相順的，沒有一個是跟它相違的，沒有一個比喻可以說明它的難忍受。同樣的，三界的輪迴有多大，這也是沒有一個比喻能夠說明的，我們只是講成大海而已，實際上也無法說明它，藏文裡面並沒有「比喻」一詞。

三界的輪迴多大，是沒有一個比喻可以形容的，它裡面的苦有多難忍受，也沒有一個比喻能夠形容，理由在於這裡面都一直隨順它而讓它增長，迷惑一直讓它增長，煩惱增長，業增長，因為沒有跟它相違的關係，它就會不停的增長、擴大。如果我們沒有學習空性的話，就無法理解輪迴有多麼嚴重，我們現在有一點了解空性了之後，沒有證得空性的法就無法解決煩惱，當然什麼都是順它、作為它的助緣，就會一直不停的增長。在我們了解了空性之後，就知道輪迴裡面有多可怕，才會感覺得到。如果我們沒有了解空性的話，這些道理就無法思惟。

再來是「苦海善力微」，在我們的輪迴當中，沒有空正見的話，不管作什麼善業都沒有什麼力量，因為都是有漏的善，有漏的善也是跟煩惱相應的善，它算是善根、善業，但是還是跟煩惱相應的，所以是沒有什麼力量的。

在我們還沒有脫離輪迴之前，我們的生命是被業跟煩惱所控制的，如果我們脫離輪迴的話，我們的生命就不被業和煩惱控制，是我們自己可以

控制的。在輪迴當中，我們的生命是被業跟煩惱控制的，我們的人身，雖然是一個可以修行的身體，卻是我們沒有辦法控制，因為它是被業跟煩惱所控制的。因為沒有辦法控制，所以它的生命是有限的，如果我們可以控制的話，生命就是無限的。人道的生命真的是很短的，馬上就會結束而讓我們掉入三惡趣，就是在業跟煩惱的控制當下，好的生命是很短的。真正去看的話，好的生命很短，來源也是因為沒有空正見，沒有空正見就沒有脫離輪迴，沒有脫離輪迴就被業跟煩惱所控制，所以我們無法控制自己的生命，業跟煩惱給我們什麼就是什麼。業跟煩惱所給我們的，增上生道的生命是短的，惡趣的生命是常的，生命短的來源也是因為沒有圓滿空正見的關係。在苦海輪迴當中，我們善的力量非常小，這也是因為沒有空正見的緣故。「壽命亦短促」，這也是沒有空正見的緣故。

（159）汲汲為身命，強忍飢疲苦，昏眠受他害，伴愚行無義。

再來是159，「汲汲為身命」，我們得到這個人身，生命也短，前面的「苦海善力微」跟後面連接比較好一點，在我們的生命當中，善根做得又少，所做的善根也沒有什麼力量，是非常小的，我們人身的生命也是很短的。

在我們短暫的生命當中，都是用在哪裡呢？並不是造善根，都是用在後面講的「汲汲為生命，強忍飢疲苦」，我們為了讓這個生命不要生病，心裡有一點點常法的目標，然後我們就把這個生命看成是長久可靠的，自己就為了這個身體而花很多時間，要怎樣保養它，用什麼食物或藥物，朋友之間也會互相介紹，在這上面花很多時間，心中有一點認為這個身體是可以跟很久的，是我可以依靠的，好像是常一自在的樣子，然後為了這個身體花費很多時間，為了這個身體辛辛苦苦的。有時候沒有吃到好的東西，或是真的完全沒有吃到飯，也會擔心這個身體會不會怎麼樣。我們覺得永遠會跟這個身體在一起，所以就要照顧它，餓也不行，傷害到它更是完全不行，一定要好好保養它。世間都是花在這上面，身體要享受，住的房子要好，要舒服一點，本身在這上面會一直執著，工作賺錢都是為了這個。還有其它的事情，也要睡眠休息一下，有時候也會對於身體可能受到傷害或生病等等的擔心，這都是在苦的當中。

講到舒服一點的話，就是跟朋友去玩，去無意義的浪費時間。不舒服也受苦，舒服一點也無義，這樣放逸的生命。所以這邊講「昏眠受他害，伴愚行無義」，有時間就去找朋友，今天就過了，明天不舒服，就在家裡睡，有一點舒服就去找朋友，又去玩了，就像這樣子，沒有真正的時間修學佛

法或去造作善根。

真正找起來的話，這些來源也是我們都執著於這個生命，我們執著這個身體，當這個身體受到一些快樂的時候，我們就會執著，整個生命就會為了這個而走這個方向。所以，真正的來源是執著，執著就是沒有通達空正見，就是空正見不圓滿。

我們這樣浪費生命，或是只有一點點的造作善根，這些都是無力的，並沒有什麼力量，這些的來源都是沒有空正見。不管是前面三世輪迴的苦也好，一個生命當中無義的浪費，這樣的過日子也是因為沒有空正見，在迷惑當中就浪費了生命，這些來源也都算是沒有空正見。

如果我們有一點點理解空性的時候，就會知道我們對生命真的是那麼執著，我們真的生命不知道實際上是什麼樣子，因為迷惑執著而浪費這個生命，我們才知道生命是怎麼浪費的、怎麼無義的，這種感覺才會生起。如果我們不知道這樣的執著是不對的，我們就會覺得生命是有義的，認為這樣做是對的、非常有意義的。如果我們不知道執著是不對的，就不會感覺生命是無義的，就不知道我們在浪費生命。如果我們知道這個執著是不對的，才會知道我們是怎麼浪費了生命。

要怎樣才會知道執著是不對的呢？就是要學習空性，學習了、有一點點了解空性之後，我們就會知道執著是不對的，才會感覺我們的生命這樣執著就浪費了。

（160）無義命速逝，觀慧極難得。

然後是「無義命速逝，觀慧極難得」，我們為無義的生命忙個不完，好像覺得很快的樣子，一下子生命就結束了。這樣子忙不完又速度那麼快的結束，大家都是這樣子的，在這當中有時間修學空性嗎？沒有。修學空性是艱難當中非常艱難的，為什麼呢？我們整個生命過程當中執著的想法或行為，這樣執著的想法和行為跟空正見是相違的，跟空性的道理是相違的。我們一切的想法和行為跟空正見相違，卻是跟迷惑及無明相應的，所以我們的行為和想法會不會給我們修學空性的機會呢？不會。因為它是相違的，它會一直讓我們心中跟空正見的距離越來越遠，使我們的心跟執著、迷惑一直相應、接近，就沒有一個真正跟空性接近的機會，完全都不會給我們的。如果我們有一點點跟空性接近的話，這是很難得的、不可思議的，在輪迴裡面怎麼能夠跟空性有一點接近呢？這是很奇妙的、神奇的、不可

思議的。所有的想法和行為，不管是自己的想法、行為或他人的想法、行為，引導我們的是執著，引導我們是跟空性的道理越來越遠。在這樣的生命當中，我們會得到跟空性接近的機會嗎？好像是有一點不可思議的。我這樣講，並不是說我們沒有機會讀這些書的意思，而是指的心中跟空性連接修學的意思，是指的我們從內心真正跟空性接近，並不是有沒有念《中論》或《入行論》第九品的意思，我們的心跟空性真正連接的機會是不可思議的，所以這邊講「觀慧極難得」，就是這樣的意思。

《入菩薩行論 74》

雪歌仁波切講授，2008/05/31

（160）無義命速逝，觀慧極難得。此生有何法，除滅散亂習？

我們上到第 160 偈頌，從 155 到 160 這個階段主要是講：如果沒有空正見的話，我們就會執著。以這一生來說，先會有對自己的執著，即是我執，還會有對於我所需要的追求，這個也不是一個和合的追求，因為是輪迴法上面的追求，所以追求的一定是不圓滿的。我們希望要追求一切都圓滿，實際上，在三世輪迴當中，並沒有這樣的一個法，因此我們的追求是不存在的。既然不存在，為什麼我們會這樣去追求呢？理由在於我們本身看錯了。為什麼看錯呢？我們的心對自己上面也看錯了，然後為了自己要得到的追求上面又認錯了，因為認錯了，就永遠不可能得到。我們希望會得到，為了這個，我們還是有很多暫時的規劃、目標，既然究竟的目標不存在，暫時的目標也是沒有用的，但是我們還是會去規劃。

在這樣的規劃之後，我們自己或旁邊的一些人對於這個追求上面有一點幫助的，我們心裡就假立這些是我的親人、那些不是我的親人，就有這樣的區分，然後就會去照顧這些親人，主要都是為了得到自己暫時的目標及究竟的目標等等，我們會一直跟這些親人來往、交流、招待等等。而跟不親近的人上面，就會跟他們有一種比較，我們的心中都是這樣子的。在這樣的行為當中，我們的生命都是無義的，很苦的。這些的根本來源主要是執著，為什麼有執著呢？問題就在於沒有空正見。因此沒有空正見的話，這一生也是很苦。那麼，下一生如果獲得人身的話，會不會好一點呢？並沒有。下一生我們如果得到人身，不管是增上生道的人道或天道，也都是消耗我們福報的過程，這代表著準備要墮入三惡趣，享受的時間是很短的，受苦的時間卻是很長的，所以下一生得到人身的時候，時間很短就會墮入三惡趣，而且又是不穩定的。不穩定的主要問題在哪裡呢？因為我們心中有煩惱，就會再造很多的惡業，一定很快就會墮入三惡道。所以增上生道完全是不可靠的、不穩定的。這個問題在哪裡呢？只要沒有空正見，不管怎麼修都沒有一個穩定的修行方式，下一生如果得到人身，還是沒有什麼可靠的，問題就在於沒有了解空性、沒有空正見。

增上生道和三惡道之間的差別，雖然增上生道有一點享受，卻還是苦的，墮入三惡道就更苦了。不只這樣子而已，從苦難的角度看，每一道裡

面都是無量無邊的苦難，每一個苦難也有它自己的角度，是很可怕的。我們今天早上說過的，比如有人得的是難以想像很嚴重的病，而且不停的得，以苦的角度來說，像無底深淵的痛苦。現在某人的某個煩惱習氣比較重，他會累積的，他去造業，一直種、一直種，他所感出來的果就像剛剛講的無底深淵的苦，這樣的苦就會出現，而且是不停的。每一種苦都像無底深淵苦的深重，所以不管人道、天道或什麼道，每一道都有這個道理裡面各式各樣的苦難，像無底深淵一樣很難想像的。

剛剛講到 157 偈頌，為什麼會有這樣的苦難呢？原因是在哪裡呢？它來源的煩惱是無量無邊的，它累積的過程一定是無量無邊的。為什麼呢？前面各式各樣的無明迷惑是無量無邊的，為什麼這樣子呢？輪迴裡面一切的有情或無情等法都會讓我們心中生起無量無邊的無明、無量無邊的煩惱，一定會累積無法想像無量無邊的因，所以後面的苦也就會有這麼多。

一切輪迴的法幫助讓我們生起無明，讓我們生起各式各樣常法的執著，因為它們就給我們假裝常法的樣子，淨的樣子，妙的樣子、樂的樣子，就這樣子一直給我們看，騙我們，讓我們心中一直不停的有各式各樣的無明、執著、煩惱生起。輪迴裡面沒有一個是跟空正見接近的，沒有一個是幫助我們的心跟空性道理接近的，都是跟空性的道理距離越來越遠，一直讓我們執著。

輪迴會那麼深、那麼廣、那麼大，問題在哪裡呢？就在於它的因累積得無法想像的多，而且一直會去增長它的因。為什麼它的因（無明、煩惱）一直會增長呢？因為一切輪迴的法都是有漏法，有情、無情都是有漏的法，所有輪迴中的有情眾生或無情的物質都是跟煩惱很相應的，都是一直讓我們生起煩惱的，它本身就是有漏的法，所以就讓我們一直生起煩惱，它完全是跟空正見相違的，這些都是跟空正見相違而跟煩惱相應的，非常幫助生起煩惱，輪迴裡面沒有一個是跟空正見相應的，都是跟煩惱很相應的。

三界的輪迴也好，輪迴當中的苦也好，都是無量無邊的，三世輪迴也是會一直一直擴大，這當中的苦則是一直增長。它到底有多大，這個苦到底會有多增長？沒有一個比喻可以解釋的原因在哪裡呢？這裡面都是互相幫助增長，沒有一個是跟它相違的，所以它就不停的會增長、擴大。輪迴怎麼出現的呢？就是因為沒有空正見，然後就會變成這樣子，這是 158 的偈頌。

剛剛的 155 偈頌沒有特別講學佛的人，只是說一般人的這一生、下一

生及三世輪迴是怎樣的，是用這樣角度講的。現在 158 偈頌後兩句開始是講一個學佛者，沒有空正見或善根沒有什麼力量，是從這個角度講的。沒有空正見就會執著，對身體上面會執著，會想身體是跟我永遠在一起的，就會有一種常法的執著，會一直去照顧它，不管飲食上或享用上都會一直去為五根培養。我們對於五根的對境上面會非常執著，對於五根的享受不滿足，這是對身體上面的執著，時間幾乎都會花在這上面，工作賺錢等等都是為了五根的享用。在沒有做事情的時候，如果有精神的話，就會跟朋友一起去玩、聊天，如果累的話，那就睡覺，就是這樣的過程，都是無義的，真正修學佛法的時間也是很有限的。這些都是不想修學佛法，整個生命都執著於身體五根的享受，這些主要都是執著，執著就是不了解空性的道理。我們雖然修學佛法，但是我們的善根沒有什麼力量，這個來源也是沒有空正見，這些善根就會是有漏的善根，也是跟煩惱相應的善根。所以一切都是沒有空正見所影響的。到這個階段已經把一六〇的前面兩句也講完了，就是講我們接觸學佛的生命也是這樣的情形。

接著是「此生有何法，除滅散亂習？」，剛剛講到：輪迴裡面的有情或無情，一切的法都是跟煩惱很順緣，跟煩惱很順緣就可以說讓我們生起煩惱，也就是讓我們的心散亂。如果一切的法都讓我們的心散亂的話，怎麼會有除滅這個散亂的方法呢？輪迴裡面一切的法都是讓我們的心散亂，沒有一個讓我們不散亂的。不是樂的，它們都給我們看成樂，我們就會看到那裡有樂、那裡有清淨、那裡有妙，會一直這樣子想，一直讓我們的心散亂。如果是在這樣的情況當中，我們怎麼會有除滅散亂的方法呢？不可能會有的。

我們平常解釋心散亂用兩種方式，一個說一切的煩惱是散亂，另外一個說煩惱的來源是心散亂，心沒有散亂就不會生起煩惱。散亂有一點放逸的意思，我們的心沒有放在一個位置，它想什麼就讓它想，它去哪裡，我們就不理它、不照顧它，這就是散亂，這個結果就會產生煩惱，我們的念頭會一直冒出來，各式各樣的境就會出現，心就散亂了，結果煩惱就出現了。

我們平常使用「散亂」一詞的時候，兩種都可以解釋。比如我們修禪的時候，心不散亂是最重要的。什麼是心不散亂呢？就是我們不可以讓心亂跑，心一亂跑就會生起煩惱，所以不可以讓它一直跑到很多的煩惱境上面，我們要照顧好它，我們要控制它。這個時候的散亂是指煩惱的因，有散亂就會產生煩惱。另外一種，煩惱本身已經散亂了，這也是散亂。現在

這邊講的散亂，兩個都可以講，煩惱的因是散亂也可以，散亂本身是煩惱也可以。

（161）今生魔亦勤，誘墮大惡趣。今生邪道多，難卻正法疑。

現在是說，輪迴當中除滅各式各樣散亂煩惱的方法是很難的，因為一切法都讓我們的心散亂而生起煩惱，所以是很難的。相反的，生起煩惱是不難的，一切輪迴的法一直幫助我們生起煩惱，所以就一定會造很多的惡業，也就一定會墮三惡道，後面講的「今生魔亦勤」就是這個意思，一定會到惡趣的。

還有就是天魔，我們跟空性努力接近，修學這些佛法的時候，天魔就會干擾我們，所以也是不容易成功的。我們一定要透過佛菩薩的加持，跟天魔相反的就是佛菩薩，所以我們要祈求佛菩薩，希望得到佛菩薩的加持，就不會被天魔所干擾。

還有，我們學佛的時候，有的不是天魔而是人魔的樣子，一些惡友、惡師會帶領我們入邪道，這也是很大的障礙。現在這裡有很多這樣的情況，真正具德、正派引導的老師，不會有很多人跟著他學，反而是講了很多奇奇怪怪神通的，有很多人就會跟著他學，這就是這邊講的「邪道多」。我們遇到這種也很多，這是我們對現世的執著，所以就比較容易接近，會有這些問題。

遇到好的時候有很多的疑問，是真的嗎？就會產生疑問，所以後面說「難卻正法疑」。我們不會確定的去跟著一個好的老師，當我們遇到好的老師時，心裡就會有很多問號出現，對於一些講很多神通的，則完全沒有問號，我們就會有這些問題。

現在跟著道次第，我們有宗大師的法，這是正派的，是正確的一個脫離輪迴的方法，所以我們就要自己歡喜，很多的難關我們已經過了，現在能夠接觸到這樣的法去修學，自己要歡喜，不要等下一輩子。

（162）暇滿難再得，佛世難復值，惑流不易斷，嗚呼苦相續。

後面是講 162，「暇滿難再得」，這就是不要等來世的意思，「暇滿難再得，佛世難復值，惑流不易斷，嗚呼苦相續。」藏文在這裡只有「暇」，並沒有「滿」，就是我們自己得到人身的話，佛有沒有來也不一定，這兩個難得同時遇到就更難得了。我們自己得到人身是很難得的，佛來這個世界也

是很難得的，這兩個難得遇到一起，就更難得了。如果我們等下一生的話，下一生會到什麼地方、什麼世界是很難講的，別的世界有佛法的是很少的，我們想想看佛來這個世界的數量，就會知道這是很難的所以，我們心裡就要想：「我不要等下一生。」

這邊的「惑流不易斷」，是指很難斷除煩惱的，斷除煩惱是很難的。這個意思是什麼呢？前面兩句是講你不要等下一生，今生就要去做。那麼，今生可不可以慢慢的做呢？不可以偷懶，一定要精進的、努力的去做。為什麼呢？我們要斷除煩惱是不容易的，一定要精進的去做，「不易斷」，所以要精進去做。精進做的時候要提醒自己什麼呢？有時候想一想三世輪迴的苦，就會提醒自己要精進，「嗚呼苦相續」，就是要思惟苦才會精進的意思。要思惟到有一點叫出來的感覺，「嗚呼」就是「叫出來」的意思，要體會到輪迴有多麼苦，這樣才會精進。

（163）輪迴雖極苦，癡故不自覺。眾生溺苦流，嗚呼堪悲愍！

到這裡是講輪迴裡面多麼苦，再來所講的，雖然輪迴是那麼苦，但是眾生完全不知道有多苦，另外有一個知道輪迴有多苦的人看這個不知道的人，就會生起一種更可憐的慈悲，要了解空性之後才能夠看到這種苦，才能夠看到這些眾生實際上很苦，而他們自己卻完全不知道這個苦，這時候我們更會生起一種慈悲。

「輪迴雖極苦，癡故不自覺。眾生溺苦流，嗚呼堪悲敗！」這就是修大悲心，剛剛前面一直講輪迴的苦，當我們在看眾生的時候，眾生都不知道這樣的情況，所以他們就不停的一直輪迴，如果他們知道的話，是有可能會脫離的，所以我們就生起慈悲。

（164）如人數沐浴，復數入火中；如是雖極苦，猶自引為樂。

這裡用比喻，眾生自己不知道苦，就在這裡面一直輪迴，「如人數沐浴，復數入火中；如是雖極苦，猶自引為樂。」這就是早上講的，我們是方法錯，而且在輪迴當中也沒有自己的目標，所以就不可能會有方法，但是我們還是一直會去做，雖然永遠得不到目標，但是還是會一直努力辛苦的去做。

這邊用的是外道，在生死輪迴當中沒有一個是外道所想像的解脫，輪迴裡面是不可能會有解脫的，但是他們認為是會有解脫的。比如他們認為

非想非非想、無想是解脫，為了這些他們所認為的解脫，他們的方法都是錯的，有的是燒自己的身體，有的是燒自己的手指。用這些方法能夠得到他們的目標嗎？沒有！但是他們還是會做，這些方法都是錯的，這就是在輪迴當中不知道這些不是得樂的方法，而自己認為是得樂的方法，就會歡喜的去做，這是很可憐的。

還有，我們眾生在輪迴當中實際上是很苦的，但是卻以為自己像阿羅漢一樣，並不會想要脫離輪迴。阿羅漢就不用想了，阿羅漢實際上自己已經得到一個境界了，所以他並不用去想要脫離。而眾生應該要去想脫離現在所處的生死輪迴，但是我們並不會想，我們以為自己就像阿羅漢一樣，什麼都已經圓滿了。

（165）如是諸眾生，度日若無死。今生遭弒殺，後世墮惡趣。

「無死」是阿羅漢，我們就以為已經得到阿羅漢的樣子，不怕生死輪迴了，有一天閻羅王來帶我們，就直接帶到三惡趣去了，但是我們還沒有到這個時候是不怕的，就像阿羅漢一樣，等到快要到的時候才會怕，「我不是阿羅漢了！」所以我們前面的生命偷懶、懶惰就像阿羅漢一樣，並不會去準備，也不會有什麼恐懼。所以「今生遭弒殺，後世墮惡趣」，這邊藏文並沒有「今生」，「遭弒殺」就是閻羅王來直接帶我們到三惡趣的意思，我們的生命就結束了，直接就墮三惡道了。

在大概十幾年前，法王開示的時候就一直講四聖諦，後面的十幾年，他就比較偏向大乘的，一直講菩提心。以前他是非常注重四聖諦的，他本身當然是已經成佛了，但是他引導我們所化機的方式，以前是很注重四聖諦的，雖然現在也還是注重，但是現在跟隨四聖諦之後，馬上就一直講慈悲心、菩提心，會這樣一直連接，以前他在菩提心上面不會這樣一直講，他比較多講四聖諦，那時候他也會講自己的體會。

你們如果聽十幾年前法王開示的話，大概在十七、八年前，那時候他常常會說他體會四聖諦的感覺，他說：如果他斷除煩惱、無明的話，那時候他就天天睡覺、享受，完全不用急了。在西藏春天時白天很長，有一些很喜歡睡覺，就會一直睡，天氣有一點熱，又想睡覺。法王就說：「當得到阿羅漢的時候，就可以非常享受的一直睡覺，什麼都不用做了。」他常常會講到這種體會。

確實是這樣子，煩惱從無始以來讓我們非常累，心就非常苦難，不管

心中或感出來的果都是完全不停的，心一出離就可以出離很多事情，那就可以休息，什麼工作都可以停下來了，所以法王以前就常常講這樣的體會。

真正到阿羅漢的時候，這樣的想法是對的，阿羅漢時就什麼都不做，就會休息一段時間，所謂的入滅盡定，確實是有這個。法王說的，得到阿羅漢的時候，已經出離了很多事情，就入滅盡定了。真正的修行者有這樣的感覺，但是在還沒有斷除煩惱之前，我們是沒有辦法偷懶的，是沒有辦法休息的，要精進的去苦修。如果這個事情處理好了，本身就息滅了，要睡覺也可以，不用怎麼工作了，所以法王所講的狀況是修行比較好的人，在四聖諦上面真正有體會的感覺。

實際上也是這樣的，從無始以來，煩惱帶給我們的是多麼的痛苦，這個事情一出離，暫時就可以休息一下，但是在還沒有達到這個程度之前，一定是要努力的，他們有這樣的感覺。寂天菩薩也是這樣的感覺，他看到眾生是那麼笨，應該要趕快努力，但是眾生卻好像已經得到阿羅漢一般的很放鬆，等到快要往生的時候才在急，那就來不及了。

（166）自集福德雲，何時方能降 利生安樂雨，為眾息苦火？

這是暫時的利益眾生，我們的慈悲心，不管對眾生是暫時或究竟都要利益，暫時的是在身體上面的受苦，特別是在三惡道，不管是餓鬼道或地獄道的苦，將這些苦去除掉，這就是暫時的，後面的一六七就是究竟的，給他們開示空性的道理，讓他們理解空正見，然後斷除無明等一切的煩惱，就脫離輪迴，這是究竟的。

我們要先怎麼想呢？在暫時的方面，我們要去思惟他們是多麼苦，再來是要用什麼方式給他們快樂，這是第二步要想的。「自集福德雲，何時方能降」，這裡的藏文和中文有一點顛倒了，藏文是「利生安樂雨，為眾息苦火」，前面是要想他們有多苦，再來就是我們要怎樣給他們快樂。藏文是後面的兩句放在前面，我們現先去思惟他們有多苦，再來是要給他們怎樣的樂。

（167）何時心無緣，敬誠集福德，於執有眾生，開示空性理？

再來是究竟的利益眾生，「何時心無緣，敬誠集福德」，自己要努力的積聚資糧及修學空性的法，這是為了我這個空性的法在將來可以開示引導眾生，因為眾生要脫離輪迴就要斷除他們的無明。「何時心無緣」，就是未來

我要學空性的道理，我要修學圓滿，為了這個我要積聚資糧，所以「誠敬積福德」。這樣做主要是為了什麼呢？我自己要修學空正見的主要目標是什麼呢？將來我要開示引導眾生，「於執有眾生，開示空性理」。

這個階段就是講：有了解空性的人，對於如何暫時及究竟的利益眾生都能夠圓滿的去思惟，這樣的慈悲心就是圓滿的悲心。如果沒有空正見的話，就沒有辦法生起這樣圓滿的心。

第十品〔回向〕

（01）造此入行論，所生諸福善，回願諸眾生，悉入菩薩行！

這已經到了〈回向品〉，第九品就圓滿了。「造此入行論，所生諸福善，回願諸眾生，悉入菩薩行！」我們所做的善根是什麼樣的因，對於同類的果上回向就比較強大，所以這邊用「造此入行論，所生諸福善」，將這樣的善回向的時候，它同類的果上面比較有力，比較真正的會有作用，它的作用會比較大。所以回向的時候就「回願諸眾生，悉入菩薩行」，菩薩行就是從第一品到第九品的菩提心、菩薩行，回向一切眾生能夠修學這樣的法門，這是總回向。

別回向有回向他利、自利等等，所以先回向他利，在回向他利當中，有世間和出世間兩者，世間裡面是先為生病的人回向。前面所講的部分，這一個中文版有一點和藏文對不起來，〈回向品〉想用另外一個版本。

《入行論》和《廣論》裡面有一些很好的句子，我們有時候容易忘記，如果把它做成書籤，它有一個好處，在書裡的話，每一次打開書的時候就看得到，平常就看不到，如果做成書籤的話，大家都會比較熟悉。有時候我們會有一些疑問，譬如：我們現在一定要學習空性嗎？這些疑問是常常會出現的，聽一聽覺得好像確實是如此，過了幾天疑問又出現了。為了去除這些疑問，在《道次第》或《入行論》裡面有很多的法，我們把它做成書籤多印一些的話，大家都會比較熟悉，慢慢就會去除這些疑問。否則，不要說完全沒有聽過的人，就是我們自己也會有這樣的疑問出現，聽一聽解釋好像疑問消失了，後面又產生了疑問，對這方面也是有幫助的。

《入菩薩行論 75》

雪歌仁波切講授，2008/06/08

我們講到《入菩薩行論》的最後一品〈回向品〉，甲曹杰大師在這邊解釋的時候說：「前面發菩提心了之後，就要入菩薩行，在菩薩行的六度裡面，從〈回向品〉也要了解布施度，所以第十品〈回向品〉也要學習布施度等等。」

布施度主要是我們內心布施出去的心所，〈回向品〉也是一樣，我是為利眾生而發願，為了利益眾生，整個自己的身體、受用、善根都布施出去，這些也是屬於修布施度，我們從那邊要能夠理解修布施度。

回向這一段，前幾天在台北講《廣論》的時候，《廣論》前面有六加行，其中第五個七支供養裡面也有回向支，回向支跟《入中論》裡面的道理比較相同，所以我就從《入中論》連接的講，在這裡講一下也可以。

《入中論》第六品中開示空性，在開示空性之前，可以開示空性的所化機需要具備什麼條件呢？這是《入中論》裡面講的，月稱菩薩的重點是：真正具備這些條件的所化機，「空性的道理」和方便的「世俗的修行」完全不會相違的，而且也會幫助非常大。

差不多是在《入中論》第六品的第五個或第六個偈頌就講到這個，可以開示空性的所化機如果修學空性的話，他在修學時就會得到六種功德，這六種功德以《入中論》裡面的次第來說，第一個是很會守戒，第二個是他會布施，第三個是他會修大悲心，第四個是他會修忍辱，第五個是常常會回向，第六個是他對佛菩薩會非常尊敬，六個次第是這樣的。但是，有時候我自己心裡想的時候是把第三個的大悲心放在最後面，這樣子比較有一個次第。剛剛只是一個描述而已，現在就講它是怎樣有關連的道理。

首先要理解，還沒有具備可以開始學習空性的人是什麼樣子的，有一些人對於空性的法完全不想接觸，他認為這不是我們要學習的，這是很久以後才要學的，現在我們不可以碰。有一些人就像這樣，本身的心裡就有一點排斥，認為自己現在是不相應的，有可能在講空性的時候，他自己就會擔心空性會傷害自己精進的修行，在有皈依和業果上面的信心情況下，對於精進的修行上面會傷害，就會有想空性的法對這些是會傷害的，所以心裡本身就是反對的，這是一種不具備修學空性的人。

還有一種，他很喜歡空性的法，但是他把空性的法用錯地方，或者他本身對空性的道理就了解錯誤，他認為空性的意思是法本身都是假的，實際上是不存在的，他是用這樣的解釋。也有人解釋不妄念就是空性，心是什麼都不可以想的，這就是空性。如果我們對空性是這樣解釋的話，雖然是喜歡空性，但是這樣的喜歡就變成傷害自己的修學。

一個是認為不要思惟，空性很重要，不要思惟、什麼都不想是很重要的。什麼都不想在修學上面是一種很大的障礙，我們修學是一定要聞思修的，沒有了聞思，沒有了觀，這就是不對的，所以什麼都不想也是不對的。

有一些是解釋為喜歡空性，但是把什麼都看成不是真實的，對於解脫也不是真實，對於輪迴也不是真實，對佛也不是真實，什麼都是如同幻化一樣，就會變成隨便，他的心在想的時候，也都會把任何一個都想成隨便，他自己的行為也會隨便，這樣的話，什麼都修學不好，這也是一種修學空性而對它誤解。

有的人也是我們常常看到的，自己不喜歡的時候就用空性的道理，對於自己所不喜歡的，就跟人家說：「我們不要執著，這是如幻化一樣的，這是名言安立的，不要執著。」對於自己所喜歡的就不會這樣講了，就一直去執著它。

有的是把空性用在不對的地方，有些是對空性的道理完全不理解，主要是不理解，只是喜歡而已，這是一種過失。總共有兩種過失，第一種過失是反對，另一種過失是喜歡而沒有正確的了解，因此就不會用這個道理，這兩種都不具備開示空性的條件。

具備可以開示空性的徵相有三種，他一聽到空性的時候，就非常歡喜，心裡覺得好像已經看到解脫的門的樣子，希望脫離輪迴的感覺，會有這種歡喜，好像以前都是沒有希望的，而現在有希望了，從前都沒有想過有這種機會、這種希望，看到學習空性的時候就非常歡喜，他知道這就是一個解脫門。

還有，他聽空性的法，一、兩次之後，心裡就非常歡喜，同時也會感覺輪迴是非常苦的，他心裡就知道執著心是多麼壞、無明我執是多壞，這樣的體會很深，對於輪迴裡面的苦有多深多重的體會很深，對於別人也會有很深的慈悲心，就會生起很深的大悲心。

還有，在這樣的感覺當中，就會毛孔直豎，然後會掉眼淚，一想到空

性的法，心裡就非常感動。這裡講到了三個，一個是心裡的感動，另外兩個就是外面身體上面的掉眼淚和毛孔直豎，這三個就是可以開示空性的徵相。

（一）具有這樣的徵相的人接觸空性法的時候，他會得到六種功德，第一個是什麼呢？我們剛剛講受戒、守戒的部分，我們知道了空性的法之後，也會感覺到我執、無明是怎麼一回事，無明是怎樣產生的，它是多強、多堅固，對於這些感覺到之後，他心裡會覺得這一輩子要斷除我執是很難的，就會有這樣的體會出現。當這個體會出現的時候，一邊體會這個，一邊他就會對空性的法上面非常歡喜、感謝，我有了這個法一定是可以幫助的，但是這一輩子是很難的，只靠這一輩子要把它斷除是很難的。如果要斷除的話，一定要幾生當中持續去用空性的法，然後才能夠斷除我執。所以我下輩子如果沒有接觸那麼珍貴、那麼寶貴空性的法，心裡會感覺這是白修的，心裡對於空性的法就會感覺「我下輩子一定要接觸」，他心裡就會產生強烈的希求。既然有這樣的希求，下輩子就一定要得到人身，如果沒有人身，怎麼可以修學空性的法呢？這是絕對不可能的。想要得到人身就一定要守戒，守戒之前要受戒。不管是在家的別解脫戒、出家的別解脫戒或出家及在家共同可以受的菩薩戒，就會盡量去受戒，而且他會很嚴格的去守戒，這樣做才有得人身的機會。他們為什麼要這麼精進嚴格的受戒呢？因為他是為了想要下輩子能夠接觸到空性的法，這樣子的希求很強烈之後，在受戒和守戒上面就會更注重。如果是一個可以開示空性法的所化機，他一邊學習空性的法，一邊就會更加強這樣的想法，在受戒和守戒上面會增長。

不用說空性的法，我們現在學道次第的時候也是這樣的，「如果我下輩子沒有接觸到道次第的話，那是很可惜的！」我們也會這樣想，差不多這樣子。但是對於空性的法上面，體會到它是多麼殊勝、多麼寶貴的話，更是不一樣了，這是第一個功德。

（二）再來，在得到了人身之後，如果很窮的話，一直出生在什麼都不具足的家庭裡面，什麼都要自己承擔，又要照顧父母親，又要照顧自己的小孩，那就真的完全沒有時間了。有的人是本來有錢，但是被人家欺騙，或是怎麼做生意都失敗，為了要養家庭及自己，天天都要辛辛苦苦賺錢，就完全沒有時間了。這種問題要怎麼去除呢？一定要布施，如果多作布施的話，果報就是下輩子自然什麼都具足，財力上面非常順利，都不會影響到修學佛法上面，他就有時間修學佛法。這些也是他會考慮的，「我下輩子

得到人身之後，如果一直辛辛苦苦的賺錢，完全都沒有時間修學佛法的話，即使得到人身也沒有用。」如果得到人身後希望有時間可以修學佛法，一定是要家庭富有，不會有所缺乏，要有這樣的環境，那就一定要作布施，所以他就會特別為此作準備，就是要作布施。

（三）做布施主要是為了要有時間修學佛法，但是我們接觸同修、同學或老師的時候，空性的法也不是一次或兩次而已，而是要學龍樹的、佛護的、月稱的，一定要常常接觸，一定要長期的學習才能理解，空性的法不是那麼容易理解的。既然要長期學習，老師和同學有都要具備互相有一種歡喜，這是修忍辱才會得到的，如果沒有修忍辱的話，下輩子就什麼人都不歡喜。這不是漂不漂亮的意思，人互相會不會歡喜，這有一種它的功德，這是修忍辱的結果。如果沒有忍辱而常常生氣的話，下輩子任何一個人都不喜歡你，老師也不會歡喜，這不是老師的錯，佛菩薩雖然有慈悲心，但是我們也要具備這些業。如果我們沒有做能讓人家歡喜的善根，當然就任何一個人都不會歡喜我們了，既然這樣的話，連老師也不會歡喜，你如果常常去找老師的話，老師就會煩（這是開玩笑的）。這裡是講修忍辱就會歡喜，同學和老師都會歡喜。有這樣子的歡喜的話，我們求法也好，或是跟同學討論也好，都會非常順利，要長期這樣做才能修學到空性的道理，所以就一定要修忍辱。如果沒有修忍辱，這些就都不會具備。我們要出家的話也要修忍辱，如果沒有修忍辱，可能五根也不具足，五根不具足也不允許出家，沒有辦法進入寺廟裡頭，這些也都是靠修忍辱。所以修忍辱是準備來世五根都具備，不只是得到人身或有時間而已，同時也要五根都具備，也要人家都歡喜，這些都要具備，這都是靠修忍辱，修忍辱是第三個。

（四）這三個都具備的話，就大概都已經具備了，也有得到人身，也有時間修學佛法，老師和同學也都會歡喜，自己也具備了五根，該有的差不多都有了。我們還要讓這三種功德更廣大的增長，為什麼還要更廣大增長呢？我們下輩子馬上要得到這個果報，這就要靠這些善根要增長要強。如果善根不是那麼強的話，它的果報是很慢的，如果善根很強的話，它的果報就馬上會產生了。我們的業果就是這樣，無間罪會在下輩子馬上感果，因為這個業本身是很重、很強的。同樣的道理，善根也是一樣，如果下輩子馬上要得到善業的果，就要增長、加強它的力量，這個加強就是靠回向，一直常常去回向，常常回向就讓這個功德一直增長，就會越來越強，他就會不停的去回向。我們在作七支供養的時候也是一樣，為了增長就要回向。回向是常常出現的，七支供養裡面有出現，還有最後面回向有兩種出現的地方。以七支供養來說，它是一個前行，所以前行裡面也有回向，後面也

會有回向。前行是為了前面那些的增長，後面了回向也是增長，但是後面的回向有一點會保存的樣子，它就會保存，它的的用意有一點不一樣。《入行論》裡面講的回向就是為了增長，前面的那些功德、力量要增長，為了增長就要常常回向，所以第四個就是常常回向。

如果常常回向的話，它的力量就會一直增長、一直增長，結果就是下輩子馬上會感果，那就有希望下輩子得到人身、富有、有時間，還有就是大家都會歡喜，這些都在下輩子馬上就能得到了，這是回向的作用。

（五）再來，我們對於空性法感覺到它是多麼寶貴的時候，開示空性法的導師釋迦牟尼佛及後代的祖師們，我們會對他們非常的感謝，非常感念他們，所以我們對佛菩薩會更尊敬，本來並不是那麼尊敬，只是覺得他們是很好的，至於對我能不能有所幫助，還是有一個問號，所以就不會那麼尊敬，現在知道他們所開示的法真正對我們實際上是那麼有幫助的，就會對佛菩薩格外的尊敬，並不是表面虛偽的尊敬，而是會從內心非常的尊敬，這種尊敬有一點那樣的道理。宗大師在了解空性之後，對釋迦牟尼佛寫〈緣起讚〉，跟這個是一樣的道理。所以有一點了解空性的法之後，會對佛菩薩非常歡喜、非常感動，我跟著佛菩薩是不可思議的殊勝、難得的感覺，這是第五個。

（六）然後，他那麼歡喜空性的法的時候，又會想了悟空性慧的力量如何才能夠增長廣大，在這樣想的時候，他就會感覺到：如果心中沒有具備大悲心，不管怎麼樣了悟空性慧，它的力量還是會差，它的力量還不是那麼大，如果了空慧沒有慈悲心的支持，就會變成是從一個角落了悟到空性而已，這樣的力量是很虛弱的。如果想要能透過無量無邊所有的角度了悟到空性，這個修行者本身的心胸要擴大，他的想法要非常豐富，能夠從無量無邊的角度去思考的，要有這樣廣大的心胸是靠什麼呢？先要有大悲心，如果沒有大悲心的話，他的思想還是很狹窄的，他會一直從一個角度去想，這樣的了悟空性也是從一個角度，當然這個了空慧的力量也是很虛弱的。所以，為了增長了空慧，或是了悟空性的層次要達到究竟圓滿，這就是靠大悲心，如果沒有大悲心，那是沒有辦法的。所以他會對大悲心尊重，也會修，他會一直盡量努力的訓練大悲心，自己就會訓練心胸擴大，去修大悲心，這樣一來，他的心胸擴大，就不會狹窄了。所以，他就會修學大悲心。這些都是從哪裡來的呢？如果這個人是可以開示空性的所化機，在他一直學習空性的時候，一邊就會得到這種功德，這些功德一直會出現。

總結來說，我們現在要講的是回向，剛剛《入中論》裡面的道理是什麼呢？我們要理解回向的作用，回向的作用是什麼呢？回向的作用是增長，廣大的增長功德，我們就要作回向，這是回向的作用。所以，《入行論》後面的回向可以說是前面的菩提心跟菩薩行等善根功德的回向，這些的功德要廣大的增長，下輩子能夠繼續接觸到菩提心的法、菩薩行的法。

問題：剛剛仁波切提到在《廣論》裡面加行、正行跟結行的時候，結行的回向有「保存」的意思，《入行論》的回向是「增長廣大」，那麼，有沒有「保存」的意思呢？可否解釋得更清楚一點「保存」是什麼意思？

回答：最後面的回向，剛剛講的並不是說它就沒有增長的作用，並不是這個意思，也有增長廣大的作用。我們平常為什麼放在後面的回向呢？當我們騎馬的時候，要左右馬的方向是靠馬韁，回向就有一點像馬韁一樣。我們的功德要用在什麼地方？就靠回向。為了某個事物回向的時候，它就可以作用在這上面，我們把它回向到另外一個地方的話，它就會作用到另外一個地方，所以回向就有一點像馬韁的作用。

在釋迦牟尼佛那一代的時候，人家一直供養他，會有很多人請他用餐等等，釋迦牟尼佛的旁邊還有很多的弟子們，有一個功德主供養之後就回向，他供養的目標是不好的，他回向下輩子這些佛跟比丘們都變成他的佣人。世尊知道了之後，他就規定比丘們在出去接受人家的供養之後馬上要回向，「他今天所供養的善根，下輩子透過法布施，很多眾生就馬上會成佛。」會這樣子回向。

那個偈頌的意思是這樣，現在他做這個布施，功德是為了以後能做到更大的布施而回向，這個布施也是法布施，現在所能夠做到的布施是物的布施，下輩子能夠做到更好的法布施，透過法布施，他能夠幫助到很多眾生很快速的成佛，是這樣子回向的，所以就規定了這個。

我們看傳記裡面，回向確實就像馬韁一樣，回向有這個作用。不好的回向也會有不好的影響，它不是真正的影響到整個都一模一樣，但還是會影響的。有的人看起來福報很大，卻是一直不斷的造惡業，這一定是他的前面有一些發願，雖然沒有特別念出來，但是心裡有一種「做這個想要得到什麼」的回向，雖然他做的是善根，但是用的地方是不好的。

所以，回向就像馬韁一樣，「保存」也是一樣的意思，為了什麼保存，就是為了什麼作用，是這個意思。我這個錢放在哪一個戶頭裡面是為了給

誰的，就會有這樣的作用。

（01）造此入菩薩行論，我今所有諸善根，
悉以回向諸眾生，願速趣入菩薩行。

接著是總、略的回向，「造此入菩薩行論，我今所有諸善根，悉以回向諸眾生，願速趣入菩薩行。」這裡回向的時候，有一種為了同類的果報上面回向的話，就比較容易得到這個果，我們所造的因是什麼，如果在跟它同類的果報上面回向的話，就比較容易得到這個果。這邊有講「諸眾生」，就是諸眾生願快速的趣入菩薩行。他所寫的《入行論》已經到了第九品，可以說自己已進入修菩提心及修菩薩行，我要將進入菩薩行的善根回向於一切眾生迅速的能夠進入到菩薩行，這就是比較同類的，這樣的回向就比較容易感這個果。

（02）所有諸方世界中，若身若心苦逼者，
以我所作諸福德，願得安樂廣大海。

再來是為了利益生病的人而回向，「所有諸方世界中，若身若心苦逼者，以我所作諸福德，願得安樂廣大海。」我們主要是這樣想：前面的目標是一切眾生迅速的入到菩薩行，這裡意思是迅速的接觸到快速成佛的法，回向他們迅速的入到快速成佛的法上面。

沒有辦法進入修學佛法的問題在哪裡呢？問題有很多，有的人得到各式各樣的病，即使得到了人身，還是有病，還是很窮，有各式各樣的問題，這個也是要去除的，為了這些也要回向。有的眾生沒有得到人身，在地獄道裡面，在餓鬼道裡面，在畜生道裡面也有各式各樣的問題，本身這個道就是有問題的，這也是要去除的。

前面第一個偈頌是究竟的一個回向，為了這個要解決很多的問題，要處理很多的問題才會有後面的結果出現，如果前面那些問題都沒有處理，後面究竟的果就不可能出現了。所以，無法趣入菩提心、菩薩行或修學大乘法的問題在哪裡呢？問題在有的眾生是畜生道、餓鬼道、地獄道，本身就是墮三惡道，有的雖然得到了天道或人道，還是有一大堆問題，很多問題當中是無法趣入修學大乘的法，所以那些問題也要去除，為了這個也要回向，從第二個偈頌開始就是這樣的意思。我們不可以只想著「他們的病要好」，只有這樣子是不對的，病好之後是為了趕快趣入大乘修學的法，要這樣的發願。

（03）盡其所有輪迴際，此樂終當不失壞，
願諸眾生恒得受，菩提大樂無窮盡。

這些生病的人，他們身體的病或心裡的痛苦都不可以障礙到修學佛法上面，所以他們修學佛法的障礙（身心的病）就要去除，要去除並不是這一生而已，只要還沒有到解脫之前，生生世世都要身體沒有生病、心裡沒有什麼痛苦的回向，只要還沒有脫離輪迴之前都一定要有這樣的回向，這就是第三：「盡其所有輪迴際，此樂終當不失壞，願諸眾生恒得受，菩提大樂無窮盡。」

「盡其所有輪迴際」的意思好像是還沒有脫離輪迴，甲曹杰大師的版本是這樣，另外一個版本是「還沒有成佛之前」，這也是有意思的，因為我們現在的目標是要成佛，所以在還沒有成佛之前，我們生生世世一定要能夠進入修學大乘的佛法，因此我們的身心就不可以得病。

（04）盡其所有世界中，所有一切諸地獄，
其中所有諸有情，願皆安樂咸歡喜。

再來是講到地獄道，「盡其所有世界中，所有一切諸地獄，其中所有諸有情，願皆安樂咸歡喜。」「願皆安樂」的意思，接觸到安樂主要是能夠修學大乘的佛法，然後能夠進入菩薩行，是這樣的助緣意思。地獄道裡面那麼痛苦，那是完全沒有機會的。

（05.1）寒凍苦切得溫煖。

再來只有一句，剛剛講的是熱地獄，現在講的是寒地獄，「寒凍苦切得溫煖」。

（05.2～4）從於菩薩妙大雲，出生無盡妙花雨，熱惱苦逼悉清涼。

（06）近邊地獄劍葉樹，對彼願為旃檀林，
丘陵挺直諸荊棘，願悉萌生如意樹，
（07）鷗鷺鳧鷖鴻鵠珍禽等，和鳴哀雅翔舞以莊嚴，
芬馥異香妙蓮廣大海，願諸地獄轉變咸安樂。

接著的偈頌，「從於菩薩妙大雲，出生無盡妙花雨，熱惱苦逼悉清涼。」地獄道的眾生是最痛苦的、最可憐的，我們自己沒有力量，沒有辦法幫助他們，必須要求佛菩薩，佛菩薩的心中有大悲心，而且也有力量，所以我

們就求他們，求他們的加持將地獄道的苦去除掉。

接著的偈頌，「(06) 近邊地獄劍葉樹，對彼願為旃檀林，丘陵挺直諸荊棘，願悉萌生如意樹，(07)鷗鷺鳧鷖鴻鵠珍禽等，和鳴哀雅翔舞以莊嚴，芬馥異香妙蓮廣大海，願諸地獄轉變咸安樂。」這些發願有一點像昨天晚上這裡講的如牧羊發心、如船夫發心，實際上這些是不可能的，但是為了增長利他的心，就要這樣子想，我們修菩提心的時候就要這樣子發願，好像為了利益他人可以捨棄任何的東西，我們要訓練這樣的想法，為了這樣子就要常常發這樣的願。同樣的道理，這邊講的要把地獄道裡面變成這樣是不可能的，但是如果這樣子想的話，我們利他的心會增長，對我們修學菩提心的幫助非常大。上師常常說的就是菩提心真正的幫助是自己，對別人有沒有幫助到再看，真正幫助到的是自己。

這些回向的時候，剛剛前面有講過，為了利益眾生上面，我們所有的都可以布施，自己連身心都可以用於利益眾生上面，要有這樣的想法，要有這種思惟。在這樣子思惟的時候，要有這種感覺當然就要先思惟一下地獄道是多麼苦，而且那些無數無量的眾生也都當過我們的母親，只是我們不認識而已，實際上他們都是我們的母親，並不是一次或兩次，而是無量無邊次的。有了這樣的感受再去發願的話，就比較會有強烈的發願，不然如果是無關的感覺，發願也就不會那麼強，所以我們發願的時候，前面要有這樣的思惟，然後再去發願。地獄道的時間也是很長的，可能有的是很多劫，甚至幾百劫，我們聽了也無法接受，更不用說是實際上去看到了。

這樣子常常發願，我們的我愛執會降下來，這對我們是幫助非常大的。如果沒有這樣子，對我們就不是幫助了，我們的修學很難讓我愛執降下來。我們的我愛執要降下來要有各式各樣的方式，我們都要去訓練，必須要發菩提心，對境的眾生是非常可憐的，此時我們利他的心就會生起，利他的心越生起的時候，我愛執就越會降下。我愛執要降下是非常重要的，所以就要這樣子訓練。不可以想：「為什麼要講地獄道」，好像是看不到的世界為什麼要在這裡提出來講，這對我們修行上面幫助非常大，實際上這些眾生也真的是存在的，我們以相信的角度來說，這樣子思惟對我們也是有幫助的，我們心裡的我愛執會降下來，這樣我們也會快樂，我們也不會那麼執著。我們的我愛執降下來的話，血壓也會降下來，自己的身體就會很健康，所以我愛執降下來之後，我們整個身心都會有幫助的。當我愛執降下來的時候，智慧也會增長，剛剛講的沒有大悲心就不會有無量無邊的智慧，同樣的，我們的我愛執很強的話，什麼都是我才是對的，這就沒有智慧，

當我愛執降下來的時候，看到很多不同的地方都很有道理。當我愛執很強的時候，什麼都不會想，什麼都不會看，只有自己是最好的。如果我們不是那麼相信的話，這樣子思惟對我們是沒有幫助的，地獄道是不是像這裡所講的存在是另外一回事，我們如果這樣去思惟的話，對自己的幫助是非常大的，實際上是有幫助的。

《入菩薩行論 76》

雪歌仁波切講授，2008/06/29

寂天菩薩自他相換等等的修行是一般人無法想像的，看起來是完全沒有修學的樣子，就像《金剛經》裡面說的，菩薩修學的時候對於所修學的法上面完全不會執著，對於成佛的目標或布施度等等所要修的，他完全都沒有執著。因為完全沒有執著的緣故，別人看起來好像他沒有修學的感覺，這些菩薩修學就像《金剛經》說的非常純淨，是一個非常高境界的修行，完全是沒有執著的。我們就不是這樣，不用說修學到菩薩，只要學到一點點就覺得「好像我懂了」，就會越來越執著。我們現在懂了一點點就有這樣的執著，再懂得多一點的話，可能就會更執著。

一個真正修行人修學非常認真而達到之後，完全沒有執著的修行樣子，剛剛講的寂天菩薩就是這樣，別人看他覺得他不算是那爛陀佛學院的一個大智者，不算是一個修學者，覺得一直把他放在寺廟裡會不會丟臉，會有這樣的感覺。為什麼呢？因為他太沒有執著了，就變成人家以為他都不懂，事實上並不是他不懂，只是他都不執著，他懂得還更深，所修的還更深細，修得最好的應該就是他。

我們一想到寂天菩薩的時候，應該要這樣想，真正的修學是越修學越跟一般人連接、相應的，特別是跟完全不懂佛法的人非常相應，都沒有什麼區分的，這就是沒有執著的一個代表。所以想到寂天菩薩的時候，他的功德應該有這種非常清淨的修學佛法，特別是自他相換，他完全沒有我要表現、我要好，就變成人家就會誤解他是不是完全不懂或他會不會讓佛學院丟臉。

我們也應該要學習，真正修行的目標是要對治執著，越又修學越跟任何一個人馬上就可以相處，完全沒有隔閡的感覺，寂天菩薩就有這樣的特色，因為他自他相換修得那麼好的緣故，他對任何一個人就是一樣的，所以人家會以為他什麼都不懂，會以為他跟一般人是一模一樣的，並沒有懂什麼東西，就會有這樣的感覺。他完全沒有出現一個「我懂」的樣子，這是我們要學習的地方。

他到底懂不懂呢？一看《入行論》就知道了，他的修學到底有多深，他懂得到底有多正確、精要，我們也是要學習跟他一樣。透過學習《入行

論》，就能夠得到他的加持，然後就能夠迅速的成佛。

上次我們到第七個偈頌，今天是第八。《入行論》的〈回向品〉主要是回向什麼呢？前面他講的修菩提心跟菩薩行，一直講一直講，講的功德回向的時候，對於隨順的果報上回向的話，那就比較有效果。怎麼樣的隨順的果報呢？我們要回向的功德是修菩提心跟菩薩行上面的功德，回向一切眾生都可以迅速的修菩提心跟菩薩行，這就是隨順的果報上面的回向，這樣比較有效果，《入行論》第十品〈回向品〉的目標就是這個。

一切眾生就是六道眾生，每一道眾生先脫離他們自己的苦，如果沒有脫離這個苦的話，那就沒有機會修菩提心和菩薩行。就字面上看起來，主要是脫離他們的苦，比如地獄道眾生脫離地獄道的苦，實際上的目標是什麼呢？看《入行論・回向品》的第一個偈頌，這是最精要的，第一個偈頌是「造此入菩薩行論，我今所有諸善根，悉以回向諸眾生，願速趣入菩薩行」，「願速趣入菩薩行」就是願一切眾生迅速的趣入菩薩行，這是主要目標，為了這個，後面是每一道眾生要先脫離各自的各式各樣的問題，六道當中每一個眾生有修學佛法上面各式各樣的障礙、各式各樣的問題，就是要脫離這些。

我們現在已經到第七個偈頌，「(06)近邊地獄劍葉樹，對彼願為旃檀林，丘陵挺直諸荊棘，願悉萌生如意樹。(07)鷗鷺鳧鷖鴻鵠珍禽等，和鳴哀雅翔舞以莊嚴，芬馥異香妙蓮廣大海，願諸地獄轉變咸安樂。」就是就近邊地獄上面來回向，《廣論》裡面把地獄分為四個，這邊談的是近邊地獄，近邊地獄是大地獄旁邊的四方，我們對於這些對境的眾生要先生起慈悲心，當然要先生起慈悲心的所緣境（慈心），在慈心的基礎上面去思惟眾生的痛苦，一般就是輪迴的苦，特別是現在地獄道近邊地獄的苦，整個從苦的根（習氣）斷除，然後就脫離這個苦，我們要這樣去思惟，要去回向。

我們心裡如果對於眾生沒有慈心而是自私的話，好像眾生是跟我們無關，不會覺得和我們很親近的感覺，所以我們要先在心裡生起慈心，這是非常重要的，慈心的生起也要透過前面的自他相換，平等、知母、念恩、報恩，就思惟到這個階段。思惟自他相換，然後就生起慈心，然後對於對境的眾生要生起最愛、最親近的感覺。我們現在覺得眾生是非常遙遠的，要把它轉過來，眾生是最親愛的，要有這樣的感覺，所以就用慈心把眾生拉進來，放在心裡最親愛的位置上，然後就去思惟他的整個輪迴的苦，特別是現在講的近邊地獄的苦，從一切苦的根去除掉，要這樣子回向。其他字面上應該就看得懂，就不用特別解釋了。

再來是大地獄的苦，就是第八個偈頌（中文 8～9 頌）：

（08）爐炭煨煻轉為珍寶聚，熱鐵地基琉璃一掌平，
眾合諸山轉為無量殿，供養十方如來滿中住。
（09）所有熾熱鐵丸刀劍雨，從令轉成花雨降繽紛，
等活瞋心刀劍互斬斫，願令天花互散起慈心。

藏文有一點不一樣，這是八跟九一起的，就是大地獄的。

再來是第九個偈頌（中文第 10 頌），這些回向在念的時候，有時候會出現一種疑的念頭，比如我們很難相信有這麼奇怪的地獄道，這是真的存在嗎？我們會這樣想，那個時候我們就要調一下自己的心，我們看不到的世界是很多的，比如乩童，好像真的就有一個眾生降下來，真的有一個眾生是實際上存在的，他們一定有他們的世界，有的刺喉嚨或身體其它地方都可以接受，這是很奇怪的，所以是有各式各樣世界的。我們不可以說這是我們的娑婆世界，在這個世界上面其它世界不會出現，這是不可能的，在這個世界上面也同時會有其它世界存在的。

我們看不到的世界也是很多的，無法想像的這些世界會不會有呢？這也是有可能的。我們看不到的奇奇怪怪的世界是怎樣來的呢？一定是業來的，業是從煩惱來的，煩惱也有無法想像那麼壞的煩惱，煩惱既然那麼壞的話，它所造的那種相當壞的業也會有的，既然有這種業的話，它的果報也會有這種無法想像的苦，這是肯定會有的。我們把這些道理想一想，心裡就相信，肯定會有這種很難想像的地獄道存在。當我們在念這裡的大地獄的時候，也要這樣想一想，在念頭裡面快要出現疑的念頭時，想一想這些來去除這些疑。

再來是第九個偈頌（中文第 10 頌）：

（10）無極大河大猛火流沈溺者，肌肉糜爛骨上如開古姆花，
以我善根力故願得天人身，共諸天女澡浴池中徐灌浴。

一些佛菩薩特別有加持的，我們透過那些佛菩薩的加持，地獄道的苦就趕快去除。

再來是第十個偈頌（中文第 11 頌）：

（11）異哉何故此中獰惡閻摩獄卒雕驚皆懼攝？
黑暗盡除悉生安樂是誰神力具此大威能？
翹首仰觀瞻見空中持金剛手威光赫然住，
生大歡喜由斯勢力離諸罪垢隨彼願往生。

這邊有一些是跟佛菩薩的加持連貫的發願、回向。

藏傳的金剛手菩薩是很憤怒的，手上拿著金剛，當我們被人家傷害的時候，因為他非常兇，所以就可以找他。當地獄道眾生被獄卒打殺的時候，一看到金剛手菩薩，就覺得「我可以求他」，因為他非常兇，好像可以把獄卒打回去的樣子。這個獄卒也可以說是我們的業的果報，金剛手菩薩的加持也可以說是我們的獄卒把我們的業去除掉。所以我們可以求金剛手菩薩，配合在地獄道獄卒控制我們的時候，我們就在心裡叫金剛手菩薩。金剛手菩薩也有一些特別的地方，人家恐懼的時候，他就去救這個眾生，他以前就有這樣的發願，特別是救度這樣的眾生，所以我們在地獄道最恐懼、最可怕的情況當中，那時候金剛手菩薩就來救我們，這樣就配合著對地獄道上面的一個回向。

再來就是觀世音菩薩：

（12）降澍香水攙和微妙天花雨，地獄猛火頓熄漸瀝得清涼，
思惟忽爾安樂適悅是何故？願諸地獄有情見執蓮花母。

顯教的觀世音菩薩有拿一個寶瓶，以藏傳來說，四臂觀音沒有，但是十一面觀音有拿一個寶瓶。觀世音菩薩的寶瓶會有加持的甘露倒出來，把地獄道的火整個都去除掉，是這樣的一個回向。

再來是文殊菩薩：

（13）諸伴勿得恐怖願速來至我等所在處，
以誰神力諸苦悉離忽然安樂生？
一切眾生普皆救護菩提大悲心奮發，
五髻童子威光赫奕能施無畏者降臨，
汝今應以帝釋天冠供彼足下妙蓮花，
大悲淚眼頂上天花繽紛無數降如雨，
（14）可愛樓閣百千天女韻音歌揚我今見，
譁然相喚願諸地獄有情如是見文殊。

文殊菩薩是非常有神通的加持，所以我們祈求文殊菩薩，一看到文殊菩薩的時候，因為他的神通加持的緣故，我們就要求他救我們，這個話一定要講出來。先是看到文殊菩薩，看到之後馬上就把心裡所要祈求的講出來，就是這樣的一個發願。

再來是其他的佛菩薩：

（15）願祈以我如是所作諸善根，如普賢等菩薩離障妙樂雲，
降法具足妙香清涼甘露雨，地獄有情現前觀見歡喜生。

這就是我們平常講的八大菩薩，甲曹杰大師前面講了金剛手菩薩、觀世音菩薩和文殊菩薩，剩下來還有五個菩薩，這裡只有寫出了四個菩薩名號，應該是八大菩薩都要寫出來。透過其他菩薩的加持，把整個地獄道的苦去除掉。

宗喀巴大師在〈極樂祈願文〉裡面，透過菩薩的加持就有發願。所以透過菩薩的加持來發願，菩薩的出現就是特別利益眾生的表現，我們在祈求菩薩的時候，利益眾生是我們應該要祈求的。我們要到極樂世界的話，祈求佛菩薩也是比較會求得到的，所以在這裡寂天菩薩特別對八大菩薩祈求，也是這樣的意思。

並不是其他的佛不可以求的意思，也不是說菩薩有比佛更偉大的力量，現在這些菩薩雖然是已經成佛了，應該不是菩薩了，但是為了利益眾生就特別示現為八大菩薩，比如一切佛悲心的化身、慈心的化身、智慧的化身、能力的化身等等，這些八大菩薩就是一切佛利益眾生的功德示現，就變成菩薩，我們要這樣子想。這樣子想的話，加持也會比較大，這樣的加持就會變成一切佛的加持。我們把他看成真正的菩薩就不對了，他實際上是真正的佛，我們卻把他看成還沒有成佛的菩薩，那就有一點不是那麼尊敬了。這些菩薩實際上已經成佛了，只是示現為菩薩，在這樣示現的時候，一切佛慈悲的示現就是觀世音菩薩，一切佛智慧的示現就是文殊菩薩，一切佛能力的示現就是金剛手菩薩，一切佛自性的化身就是彌勒菩薩，其他菩薩也是這樣的，一切佛為了利益一切眾生示現出來的就是菩薩。所以我們在祈求八大菩薩的時候，應該是求一切佛心中想利益眾生的證悟，我們所求的是這些。地獄道的罪是非常重的，所以就特別求佛菩薩，其他就沒有透過求佛菩薩而直接回向。因為地獄道的罪非常種的緣故，特別就祈求八大菩薩的加持。我們這樣子回向的話，對自己上面的幫助非常大，我們有時候會想地獄道跟我有一點遙遠，就會覺得這個回向跟我關係很遙遠，在回

向時就沒有那麼強烈，這就不好。應該要覺得沒有什麼遙遠，可能一斷氣就到了。另外，我們為了其他眾生脫離地獄道上面好好祈求的話，對於消除自己墮入地獄道的罪幫助是最大的，所以當我們在念的時候，應該是要強烈的回向。要怎麼樣強烈呢？先把墮入地獄裡面的眾生真正當成是自己最親愛的，他曾經無量無邊次的當過我的母親，要這樣去想一想，把他帶到最親愛的位置上，然後回向，這樣就可以比較強烈。

再來是畜生道的：

（16 上）願諸一切旁生類，遠離互相吞啖怖。

比如一個動物跟牠的母親早上出來，晚上能不能一起回去是很難說的，可能母親被其他動物吃掉了，可能小孩被其他動物吃掉了，這些都是很難說的。小的動物比如螞蟻，可能會被人家踩到，或是有的動物被人家殺、吃等等，有的動物是活活的就被人家吃掉了自己的身體，我們也常常看到這種情況。所以，牠們對於會不會不吃或殺的恐懼是一直存在的，真正在被吃的時候當然很恐懼，這就是那些畜生道的苦。

愚癡就會墮入畜生道，所以我們要好好開智慧，好好學習，那就不會墮入畜生道了。在佛法上面的智慧一直增長的話，就會擋住畜生道。常常生氣就會墮地獄道，也可以說我們跟地獄道或畜生道並不遙遠，因為所有的因都具備了，從因的角度去看的話，我們都已經非常準備好了。

再來是餓鬼道：

（16 下）願諸餓鬼得安樂，由如北俱盧洲人。

（17） 大悲自在聖觀音，從手降注白乳流，
施諸餓鬼得飽足，浴體常恒淨無垢。

再來是增上生道：

（18）願諸盲者能見色，願諸聾者能聞聲，
願諸孕女無災損，猶如天女幻化生。

增上生道沒有前面說的地獄道、畜生道和餓鬼道的苦，但是增上生道裡面還是有很多苦，這些苦一直存在的話，就沒有辦法認真的修學佛法，特別是菩提心和菩薩行，前面一定要有很多時間的訓練，慢慢才可以修學的，

所以前面一定要有一個時間。

下面的就直接念一念就好了，應該是不需要解釋的：

（19）願諸裸露得衣被，願諸饑虛得餱糧，
願諸渴者得淨水，甘美芬芳亦清涼。
（20）願諸貧匱得寶藏，願諸憂惱得歡忻，
願頹喪者皆振奮，所作堅毅悉圓成。
（21）所有病困苦有情，迅速痊好具力與，
一切有情無病者，長時健康無災患。
（22）諸恐怖者願無畏，諸繫縛者願解脫，
諸無力者願具力，互相愛念起慈心。
（23）願諸一切行旅客，諸方隨處常安樂，
遠行所求一切事，不勞勵力皆成就。
（24）願諸船舶航行者，意所希求定成辦，
安抵水濱止泊處，親知會聚皆歡喜。
（25）願諸漂泊憂惱原，歧路能逢勝伴侶，
盜賊虎狼怖畏無，不勞疲苦達其行。
（26）曠野迷途恐怖中，愚蒙衰老無依怙，
睡眠醉夢極狂癡，願乞諸天為佑護。
（27）願悉脫離諸無暇，正信智悲皆具足，
飲食受用資糧圓，世世恒常存正念，
（28）寶藏充滿徧虛空，受用常不感缺乏。
無爭無損而自在，安然如意而受用，
（29）若誰有情威光小，從此威光增雄偉。
遁世苦行形鄙陋，轉變可愛好身圓，
（30）所有世間諸婦女，願皆轉變得男身，
願諸卑賤得高位，亦能摧諸我慢心。
（31）我今以此諸福德，回向無餘諸有情，
願悉斷離一切罪，恒常安住善法行。

我們回向的時候，就算是為別人回向，好處是對自己有很大的功德。這樣子回向的時候，也是從去除各式各樣的苦、具足各式各樣的圓滿的角度來回向的，我們的果報上面也是會具慧，各式各樣的問題都不會存在，各式各樣的圓滿都會具足，各式各樣的順緣都會具足，也就會圓滿。

這些都是為了修學佛法，這些圓滿具足了之後，再來就是趣入修學菩

提心跟菩薩行：

（32 上）菩提妙心永不離，菩薩大行恒勇毅。

就是這個意思。菩提心跟菩薩行的部分，這裡雖然只有兩句，但是我們把整個從第一品到第九品所有的內容在回向時都想一下，第一、二、三品是修菩提心，後面的第四到第九是修菩薩行，就這樣回向。

再來就是順緣要具足：

（32 下）普為諸佛所護持，諸魔事業皆除斷。

再來是生活上面的順緣也都要圓滿：

（33）願彼一切諸有情，壽量綿長終無盡，
恒常享受諸安樂，死字言聲亦不聞。
（34）如意樹林歡喜園，諸佛佛子悉充滿，
宣揚正當微妙音，願令諸方悉普聞，
（35）願令大地一切處，悉無砂礫及丘陵，
平如手掌琉璃淨，輕軟柔和自性成。
（36）眷屬輪圍眾會中，菩提薩埵極眾多，
以自妙善為莊嚴，如是地上願安住，
（37）水鳥樹林與光明，乃至從於虛空中，
說法如流聲不絕，
（38）願諸有情常值遇， 一切如來諸佛子，
願以無邊妙供雲，供養眾生無上師。
（39）諸天應時降甘雨，願諸禾稼悉豐盈，
願王理國皆如法，願世康樂皆繁榮。
（40）葯餌具力有神效，誦持密咒悉地成，
願彼空行葯叉等，悉皆慈愍具悲心，
（41）有情悉皆無痛苦，亦無罪垢無逼惱，
更無怖畏及侵陵，無一有情不安樂。

再來就是特別為出家上面的回向，剛剛第二十七個偈頌的（中文 35 頌）「願令大地一切處，悉無砂礫及丘陵」就是我們平常儀軌裡面念的加持土地裡面所念的，只是翻譯不一樣而已，藏文是一樣的，中文的翻譯不一樣，我們平常念的就是從《入行論》拿出來的。

再來是第二十九個偈頌的（中文 40 頌）「葯餌具力有神效，誦持密咒悉地成」，平常人家生病時，我們就一直持藥師佛的咒語，然後也念藥師七佛的名號，後面回向時一定會念這一句，藏傳佛教一直會念這一句。有的時候也念《心經》，因為有的病人是運氣不好，就比較容易被一些外面的所干擾，所以就念《心經》或一些咒語，藥師佛的咒語、藥師七佛的名號及《心經》，後面就會念這個，念這個也可以念三遍，或是念一遍也可以，就這樣子為他們回向。

還有前面的第十八個偈頌（中文 21 頌），「所有病困苦有情，迅速痊好具力與，一切有情無病者，長時健康無災患」，這個偈頌和剛剛那個偈頌是一起的。我們看到一些病人，剛剛所講的，為病人念的藥師七佛的名號、藥師佛的咒語、《心經》及其它的一些咒語，我們念好了之後就回向，就把這兩個偈頌一起念一遍。

為出家眾回向的偈頌，大殿裡面會念，一般人比較不會念，一些大法師或大祖師比較會念，比如法王來色拉寺的大殿，他就會念這四句，然後就拿米撒一撒，將這四句念七遍，這四句有一點表達僧眾責任的樣子。我們來為僧眾回向會覺得不好意思，我自己都比僧眾還差，要怎麼回向呢？比如法王來到一個大寺廟，他一進來，人家會迎接他，請他講經等等，他一進來大殿，就會把這四句念七次，米撒一撒，就開光一下。整個大眾一起也會念，比如今天是宗大師的日子，或是一些比較好的日子，我們在後面的回向裡面特別放這四句，因為比較殊勝的日子回向功德比較大，整個大眾的回向就會念這四句。雖然我們念是沒有什麼力量的，還是可以輔助一下。我們有時候會好奇法王或一些大仁波切一進去大殿裡面念什麼或做什麼，就是把這四句念七遍，然後好好回向。

這是大眾，特別為比丘，再來是比丘尼，不管比丘或比丘尼都要持戒圓滿，如果有一點犯戒的出家眾，他們心中就要生起強烈的追悔心，然後就不停的懺悔，能夠將其去除掉，不然的話，下輩子可能就會墮入三惡道，我們就這樣回向，我們把第三十到第三十三（中文 42～46 頌）念一下：

（42）諸僧伽藍持誦者，誦持增上善安住，
僧眾和合心和順，一切僧事如法成。
（43）諸比丘欲護學處，願得清淨阿蘭若，
願諸散亂皆遠離，寂靜修心輕安起。
（44）諸比丘尼具四緣，遠離鬥爭無災害。
如是一切出家者，願持淨戒皆無損，

（45）若犯律儀速還淨，願令罪根常消盡，
**　　獲得安樂善趣生，仍住禁戒無少損。**
（46）諸有智者咸恭敬，諸分衛者應器盈，
**　　身心相續咸清淨，名稱普聞遍十方。**

再來是把墮三惡道的惡業去除（中文 47 上），再來第三十五個偈頌（中文 47 下～48）是為整個世間凡夫回向：

（47）惡趣苦痛不再經，亦不勞修諸苦行，
**　　依於勝天微妙身，願速咸皆成正覺。**
（48）願彼一切諸有情，數數多次供如來，
**　　如來妙樂不思議，願彼常時皆具足。**

再來是出世間的那些聖者和菩薩，他們也有他們的願，我們就回向他們的願會得到，接著菩薩的後面就是佛，菩薩未來就會變成佛，成佛了之後，他們利益眾生的事業，有時因為眾生的業的緣故就不圓滿，這個也是要令其圓滿。還有佛的說法結果出來的那些聲聞或獨覺，他們也是要夠順利的修學佛法，將第三十六到第三十九念一下（中文 49～52）：

（49）諸菩薩眾利眾生，悲心憶念咸成就。
**　　依怙悲心所憶念，願諸有情悉圓滿。**
（50）如是獨覺及聲聞，願令悉皆得安樂。
（51）願我亦由文殊恩，速得登於歡喜地，
**　　生生正念無忘失，常得出家修梵行，**
（52）願我亦得褒飡具，少須稻麥以支身，
**　　生生常住阿蘭若，一切圓滿具足成。**

剛剛所念的第三十九是為自己，前面都是為他人，為地獄道、畜生道、餓鬼道、一般的在家人，再來是僧眾，到這個階段是凡夫，再來是為出世間的菩薩、佛、聲聞及獨覺的回向，再來就是為自己。

寂天菩薩特別是跟著文殊菩薩，所以他特別對文殊菩薩有一種回向，他正正式式跟著文殊菩薩，就是這樣的一個回向，念一下第四十個偈頌（中文 53）：

（53）任何時中或欲見，及有少許欲問者，
**　　於所怙主妙吉祥，願無障礙常得覲。**

（54）十方虛空盡邊際，有情普利修習故，
文殊如何所行為，願我行為亦如是。

然後是為自己能夠利益到眾生：

（55）乃至虛空世界盡，及以眾生界盡時，
此中願我恒安住，盡除一切眾生苦。
（56）願諸一切眾生苦，悉皆成熟報我身，
願諸一切菩薩僧，令諸眾生享安樂。

剛剛我們有念第四十偈頌（中文53），我們有時會念文殊讚頌，在文殊讚頌中間也會持文殊心咒，後面有四句，後面四句念完了之後，也會念這四句，就是剛剛的「任何時中或欲見，及有少許欲問者，於所怙主妙吉祥，願無障礙常得覲」，妙吉祥就是文殊菩薩，在這後面也會念「殊勝空正見妙寶」等四句，平常念的時候，儀軌裡面這樣加進去也好。

後面的「十方虛空」，就是我們有時候在自己家裡受八關齋戒，或者是自己一直持六字大明咒、大悲咒等修菩提心上面的一些法，在我們做了之後，在後面回向的時候，一定會念這兩個偈頌，從「十方虛空」到「盡除一切眾生苦」。有人問法王，法王回答他平常念的偈頌當中最喜歡的就是這兩個偈頌。

再來第四十三個偈頌（中文57），這也是弘法上面的一個回向，就是弘揚佛法的回向，這也是常常會用的一種回向。我們回向時一定會回向佛法能夠廣大的弘揚出去，寺廟裡面就常常會用這一偈回向：

（57）療有情苦唯一葯，一切安樂出生處，
聖教恒常住世間，為諸供養承事處。

再來是特別對文殊菩薩的感謝及對自己老師的感謝的回向，就是第四十四個偈頌（中文58）：

（58）以誰殊恩發善心，聖妙吉祥恭敬禮，
以誰殊恩我宣揚，我亦敬禮善士師。

寂天菩薩是自他相換的傳承，自他相換修菩提心及菩薩行的這些利根修行者，根器非常好的修行者才能夠修的，所以自他相換的法雖然是廣行的法，但是它的傳承來源主要是文殊菩薩，我們一般說深見的法是從文殊菩

薩傳下來的，而廣行的法是從彌勒佛下來的。自他相換雖然是廣行的法，卻是根器非常利的利根者才能夠修的一種廣行的法門，它的傳承來源也是源自文殊菩薩。寂天菩薩是從文殊菩薩直接傳下來的，他親自見到文殊菩薩，然後文殊菩薩就給他這些口訣，是這樣的傳承，所以他特別感謝文殊菩薩，就再禮敬文殊菩薩，也再禮敬一下他的上師。


此咒置經書中，可滅誤跨之罪
語自在跨解脫咒輪