【菩提道次第一四０】

雪歌仁波切講授　法炬法師翻譯
2009/03/08

爲了饒益等同虛空如母眾生，務必證得無上正等正覺佛果位，爲證佛果，故需學習能證的方法「道次第」，所學之道次第必需無錯亂、圓滿，如是學習，將能輕易證得佛果。現在學習的《道次第論》具有這些特點，依之學習將能迅速圓滿佛果，證得圓滿佛果後，應報答如母眾生的恩澤，請以如是動機聽聞。

菩提心和菩薩行是《道次第論》的最主要、究竟宗旨。前面的依止善知識、暇滿難得、念死無常、惡趣苦、皈依、業果道理、四諦、十二緣起，下、中士道的道次第，只是短暫目的，故稱共道，究竟目標是上士道，學習菩提心和菩薩行。所以，從依止善知識軌理起，到學習菩提心、菩薩行，主要以伺察修的方式修。伺察修是觀察修。

怎麼伺察修？至尊仁波切（宗喀巴大師）寫《道次第論》，從依止善知識軌理起，整部論的修持方式是伺察修。編排的科判也是伺察修的順序。所以要學伺察修的修持方式，要以伺察修方式修持，必需先聞思，這樣才能無顛倒地伺察修。若以伺察修和止住修的雙修方式學習，將能迅速生起了悟。現在學到忍辱度，忍辱度中有許多分類，也要以伺察修方式學習。

請看第 295 頁，「**破除不忍障利等三、作毀等三，分二：一破除不忍障譽等三，二破除不忍作毀等三。初中分三：一思惟譽等無功德之理，二思惟有過失之理，三故於破此應當歡喜。**」

至尊仁波切在這裡教導如何思惟方法，首先應破除無法堪忍的心，若生起無法堪忍的心，就會因此起瞋。思惟時，首先要破除不忍之心，等待心比較平靜，瞋怒平息後，再進一步思惟讚譽毫無意義、有過失，對他人

障礙我得讚譽起歡喜心，因爲讚譽會傷害我。破除不忍他人障礙我得讚譽，起歡喜心。

首先是「破除不忍障譽等三」，此科判分爲三，第一思惟譽等無功德之理，第二思惟有過失之理，以第一、第二爲理由破除不忍之心，依之生起第三「於破此應當歡喜」的歡喜心。

請看文，「**今初。若他讚我稱我稱譽，全無現法延壽無病等，及無後世獲福德等二種利益。故彼失壞若不喜者則無屋用，沙屋傾塌愚童涕哭與我今者等無有異，應自呵責而不貪著。**」

不管他人如何稱讚我，對我而言，今世不會因此而延壽、無病，也不會獲得福德，故對我的後世無益處。他人讚美我、我的名聲遠播，對我的此世無益，對來世得福德也無益。所以，無論他人如何障礙我的讚美、名聲，我都無理由不歡喜。若不如此，會像小孩堆沙屋，因沙屋倒塌而哭泣，我豈不和愚童一樣嗎？應自呵責而不貪著。

請看文，「**如云：『讚稱及承事，非福非長壽，非力非無病，非令身安樂，我若識自利，彼利自者何。』**」

《入行論》的「非福」指來世。「非長壽，非力非無病，非令身安樂」指今世。科判「不忍障利等三」的「利等三」是指讚美、名稱（名聲）、承事，這些對我的來世、今世皆無益。

不論他人如何讚、稱、承事我，不會增長我來世的福報，我在今世也不會長壽、大力、無病、身安樂。因此，「我若識自利，彼利自者何。」對我此世、後世都無義，因此他人來障礙，我無理由不高興。

由於貪著讚、稱、承事三者，故他人障礙時，會起瞋恚，這應該破除。爲何會不高興？貪著此三事故。看看貪著此三事有何理由時，此三事對此世、來世毫無益處，故無貪著的理由。科判一是破除不喜心（瞋恚），怎麼破除？破除他人障礙此三事時的不喜心（瞋恚）。

請看文，「**又云：『若沙屋傾塌，兒童極痛哭，如是失讚譽，我心如愚童。』**」

無意義的沙屋傾塌實，小孩會傷心地哭泣，同樣他人障礙無意義的讚、稱、承事時，若起瞋，豈不與愚童一樣嗎？

在此，應了解其因果順序。怎麼起瞋呢？他人障礙我的讚、稱、承事時會起瞋，因爲貪著此三事。若破除貪著此三事，就不會起瞋了。怎麼破除貪著？無貪著的理由，對我的此世、來世毫無益處，用伺察修思惟理由，一一加以分析、觀察，確定毫無益處，才能破除貪著。若能破除，將見此三事如沙屋，否則無法見如沙屋。

請看文，「**第二讚譽等者，於諸非義令心散亂，壞滅厭離，令嫉有德，退失善事，如是思已則於彼等令心厭離。**」

讚、稱、承事此三事有何過患？[1]於諸非義令心散亂。心渙散於這些無義事。[2]壞滅厭離。當他人讚美時，就會喜歡上他的讚美，會越貪愛輪迴，退失厭離心。[3]令嫉有德。當他人讚美後，見到其他有德者時，會生競爭、嫉妒心。[4]退失善事。競爭、嫉妒故所作一切隨煩惱轉，因而善事退失，阻礙善事。對這些應細細地用伺察修方式觀察，對讚譽等心生厭離。

請看文，「**如云：『讚等令我散，彼壞厭離心，嫉妬諸有德，破壞圓滿事。』**」

又引述《入行論》作根據。「讚等令我散」是第一個過失，是至尊仁波切說的「於諸非義令心散亂」。「彼壞厭離心」是第二個過失，是至尊仁波切說的「壞滅厭離」。「嫉妬諸有德」是第三個過失就是至尊仁波切說的「令嫉有德」。「破壞圓滿事」是第四個過失，是至尊仁波切說的「退失善事」。所以，應思惟讚譽等有如此過失。

「三故於破此應當歡喜」，以第二科判爲理由成立起第三科判的歡喜，思惟第二科判的過失，當他人對我讚、稱、承事時，思惟其過失，以此爲

理由成立起第三科判的當歡喜。

這像三角關係，以甲乙丙來說，甲讚、稱、承事我，乙是我自己，丙障礙甲讚、稱、承事我，我會對丙起瞋。第一個科判說要破除對丙起瞋，第二個科判說要思惟甲的讚、稱、承事有過失，對我無幫助。丙障礙甲時，我應當歡喜。

由思惟第二科判的「有過失」，成立起第三科判的「當歡喜」。第一科判是破除起瞋的不喜心，第二科判是思惟過失，第三科判是起歡喜心。

請看文，「**第三如是令我退失譽稱及利敬者，是於惡趣救護於我，斬除貪縛遮趣苦門，如佛加被，如是思已，應由至心滅瞋生喜。**」

第三科判「於作障者生歡喜心」，作障者是剛才說的丙，他雖令我退失譽稱利敬，卻「[1]於惡趣救護我」他救護我離開惡趣，「[2]斬除貪縛」爲我斷除貪著的繫縛，「[3]遮趣苦門」爲我關閉墮入惡趣門，如佛加持我，思惟此三點已，真心對他滅瞋生歡喜。

「譽稱利敬」即讚美、名聲（稱）、承事。此三者令我生起強烈貪圖此世之心，這是非「法」之心。法與非法的界限，是「有否貪圖此世之心」。貪著此世非行者，不入行者行列，是造惡業。越貪著讚稱承事，會越耽著此世，就將無法修行，一切所做非佛法，不是善，是惡業。是惡業會怎樣？定墮惡趣中。若讚、稱、承事會導致墮惡趣，破除讚稱承事，亦破惡趣，故「於惡趣救護我」。

讚、稱、承事會令貪著輪迴圓滿的心更加強，會使欲求解脫輪迴的求脫心變弱，會阻礙解脫道。有這些過失，故對於使我退失讚、稱、承事作障者「丙」，應思惟他在教導我不要貪著輪迴圓滿、他教我要解脫輪迴，故對他起歡喜心。

「[3]遮趣苦門，如佛加被」的「苦門」是苦因。我雖欲離苦，卻像甘願受苦般，製造苦因。他如守門員，幫我關閉苦門。能這樣幫我者只有佛而

已，佛才會阻止有情造作苦因。現在這位第三者「丙」，阻擋我的讚、稱、承事，豈不像佛，幫我關閉苦門嗎？阻止我造作苦因，他就像佛，加持著我，應歡喜啊！

對這三種理由，一一思惟後，成立起「應當歡喜，不可起瞋」。這個科判「故於破此應當歡喜」，是總思惟三個理由。一一思惟後，真心對作障者滅瞋、生歡喜。從下面引述的《入行論》可知。

請看文，「**如云：『故若有現前，壞我譽等者，彼豈非於我，救護墮惡趣。我為求解脫，無須利敬縛，若有解我縛，我何反瞋彼。我欲趣眾苦，如佛所加被，閉門而不放，我何反瞋彼。』**」

「故若有現前，壞我譽等者」是第三者（作障者）。「彼豈非於我，救護墮惡趣」是反問句，意思是「他救護我出離惡趣」，這是宗大師剛剛講的「於惡趣救護於我」。「我爲求解脫，無須利敬縛」有猛利求脫心，才能解脫；若無強烈求脫心，不得解脫。貪著讚、稱、利養會被繫縛住，因此我不須要這些輪迴圓滿。他幫我斬斷貪著的繫縛，我應歡喜啊！

要獲得解脫，必需生起猛力求脫心。貪著輪迴圓滿阻礙生起強烈求脫心，貪著心越強，求脫心越小，離解脫越遠。誰阻礙貪著輪迴圓滿？第三者。「若有解我縛，我何反瞋彼」，第三者解開我貪著的繫縛，使我生起求脫心，令我解脫者，怎可瞋恚他？

「我欲趣眾苦，如佛所加被，閉門而不放，我何反瞋彼。」的「眾苦」是苦因。佛觀照到有情雖不欲苦，卻造苦因，佛爲我遮止苦因，。這位作障者爲我遮止苦因，和佛一樣，給我加持。爲我關閉苦因門，我云何反瞋彼？

一般，我們無法將作障者視同佛一樣，會想旁邊的人怎麼批評我，只會對他起瞋，無法視他如佛，更無法把他視爲一般有情對他慈愛。所以，至尊仁波切說，要趁未起瞋前先禪思，起瞋時就來不及了，要趁未起瞋前

先思惟：讚美、名譽、利養恭敬等無德可言，之後思惟這些有壞處、過失，之後思惟這些是令我墮惡趣者，令我不得解脫者，深入思惟其壞處；現在此人阻止我，應該高興才對。應在未起瞋前先禪思。

請看文，「**第二破除不忍作毀等三者。心非有體非他能害，若直害身間損於心，毀等於身亦不能損，既於身心二俱無損故應歡喜，如是思已斷除憂悒，憂悒若滅，瞋不生故。**」

剛才是對方阻礙我的讚稱等，在此是對方直接傷害我時，應破除不忍。「不忍」是瞋恚。怎麼遮除不忍？瞋恚因是心不高興、心情不好。如何遮除心不高興？要思惟不會傷害我的身心。爲什麼不會傷害我的心呢？心無實體，不能傷害。爲什麼也不會傷害身體？毀謗只是言詞，不會拿棍子打，故無法傷害身體。又心不是色，心是識，不論用何種言詞，都無法傷害無色的心識，對身心二者俱無損害，就不需不高興了；若心無不高興，將不起瞋恚。

「心非有體」的「心」不僅今世有，它從無始以來，一直往來於前後世。具有來往前後世特色的心，現在有人用一句話根本傷不到心識。能實際會造成傷害的應該是色，如身軀。心識是往來於前後世，只是暫時和此身有關係，只暫借住在這個身軀裡而已，心識和身軀不同，實際無法傷害它。

例如演員表演時，穿上壞人的戲服，被觀眾責罵壞蛋，那只是外相是壞蛋，其實戲服內的本身，不是壞人。心識是無始無終的續流，現在被稱的某某人，只像個演員，心識穿上此身體的戲服，上台表演，心識和身體完全不同，心識不是「某某人」，指責只能責怪外在的身體，所以不管別人怎麼罵，都罵不到心識。

或許有人會想：「透過身體會傷害到心啊！」對此應想一想，真對身體有傷害嗎？沒有。

請看文，「**亦如論云：『意非有形故，誰亦不能壞，由耽著於身，故身為苦損。毀訾及粗語，並其惡名稱，於身若無害，心汝何故瞋。』**」

《入行論》說：「意非有形故，誰亦不能壞」，來往前後世的心識，有誰能傷害它？心識不會變小，無始以來它一直保持同樣的大小，任誰不能壞。

「由耽著於身，故身爲苦損」，若認爲透過身體會傷害到心，因爲喜歡此身軀，才會認爲透過身體心會受傷害。不會，根本傷害不到心識。「毀訾及粗語，並其惡名稱，於身若無害，心汝何故瞋」，毀訾、粗語及惡名稱都傷害不到心識。前面科判「不忍作毀等三」的「三」是毀訾、粗語及惡名稱。

請看文，「**霞惹瓦云：『若於康壟巴、內鄔蘇巴、照巴三人，任說何語與向土石，全無差別，故得安樂，後時諸人耳根薄弱，故無安樂。』若對馨敦說某作是言，答曰：『暗中可罵國王，汝犯離間應當懺悔。』**」

引述噶當派祖師霞惹瓦的話。他說：「康壟巴、內鄔蘇巴、照巴三人修持忍辱，修得非常好，不論任何人對他們說任何話，就像對土石講話一樣，毫無差別，故得安樂。後代的弟子耳根薄弱，忍辱修得不好者，脾氣不好會馬上起瞋，故無安樂。」

「若對馨敦說某作是言，答曰：『暗中可罵國王，汝犯離間應當懺悔。』」馨敦也是噶當派祖師。若有人對馨敦說某人批評他，馨敦會回答：「你過去曾犯毀謗、粗惡語等業，這是你的果報，你講這些話是在離間，你應懺悔。

請看文，「**有謂慧金剛瑜伽師云：『人說我等為伏後者。』答云：『人不於人作言說事，又於何事。』次云：『速斷離間。』**」

有人向慧金剛瑜伽師告狀，他會說：「你現在告狀的，是過去離間的果報，趕快斷離間。」有人批評時，是斷離間，應修歡喜心。

請看文，「**若作是念，由毀訾等則餘補特伽羅於我不喜故不歡喜。**」

若認爲對方無法傷害我的身心，可是他毀訾會使其他補特伽羅不高興，因此我也不高興。這是提問。

請看文，「**若餘不喜我，於我有損可為實爾，然此於自全無所損，故應斷除不歡喜心。**」

這是回答。他不高興與你何干？他不高興不會傷害到你，你有何理由不高興？

請看文，「**如云：『餘不喜於我，此於現後世，俱不損於我，何故我不樂。』**」

《入行論》說，他人對不歡喜我，對我的今世、後世俱無損害，我何以不樂？

請看文，「**若作是念，雖他不喜無損於我，然由依此，即能障礙從他人所獲得利養，故於毀訾毀謗傳惡名者而發憎憤。**」

若認爲：他不歡喜我，雖不會直接傷害我，但依此會障礙他人對我的讚美、利養恭敬等，因此對毀訾、毀謗、傳播惡名者起瞋。這是有人提出的問題。

請看文，「**所得利養須置現世，瞋他之惡隨逐而行，故無利養速疾死沒，與以邪命長時存活，前者為勝。**」

所得的利養等都無法帶到來世，死後全都留下來。另外，若因喜愛利養等，用不正當方式得到，將構成邪命，邪命只有傷害，毫無益處，故寧死不造邪命。

不以邪命得到的屋子，若是阿羅漢可以使用，若不是阿羅漢則是負債。尤其出家眾未善守戒律，享用物品時，就像吃地獄的滾燙烊銅。

人家供養的東西可分爲兩種，一種是以邪命得到的東西，一種不以邪命得到的東西。不以邪命得的東西，享用時，若已得阿羅漢果位者，自己就像主人，可以使用。除了阿羅漢以外，其他者使用都像是負債。邪命得到的物質就更危險、更不清淨。若享到邪命得到的物質，今生無法增長證悟，修行無法進步。

邪命之財從哪裡來呢？主要是自己喜歡被讚美，爲此而假裝出各種行爲，結果人家就來供養，使用供養物就是邪命。剛剛講到：若貪著人家的讚美等，會出現什麼？邪命的財物。

今天上課到此。