《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。