《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，熱有下劣過於此。

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。