

入行论第七十九课

发了菩提心之后，我们一起学习寂天菩萨所造的《入菩萨行论》，这部论典是帮助一般修学者趋入修持菩萨行的殊胜窍诀。我们无始以来养成了自私自利的心态，如果没有接触广大的菩萨行，其实所做的每一件事乃至思维方式，都是在巩固和加深我执。只有极少部分的心态与利他相关：比如一些世间的善人、善行，也有一部分利他的思想，但这与我们无始以来养成的自私自利的观念相比，可以说是微乎其微。而且这种利他的思想不成体系、没有坚固性可言，所以今生我们也许有一些善心，但是如果继续漂流轮回，到了后世、再后世就可能已经消失殆尽，因此经过综合分析观察，我们必须系统地学习消灭我执的殊胜方便。

菩萨行的修法，其实就是对无始以来在轮回中形成的自私自利的心态予以彻底的否定。否定的方式是从根本上、理念上首先有一个颠覆性的扭转，就是说从认知的角度来讲，和以前轮回的心态完全不一样；还有对治的方法是针对性很强的一种方式，完全是针对我执、自私自利的正对治；这种对治是系统性的正对治，它是非常有系统的、成体系的，还有它是比较长期的、稳固的一种修行和对治的方法。

从各方面观察，菩萨行的菩提心也好，或者菩萨道的修持也好，其实就是对我们无始轮回以来养成的自私自利的习性予以彻底的颠覆。如果我们顺着自私自利的习性任其发展，那么只有一条路：如是因如是果，就是在轮回当中感受自私自利的发心、行为所带来的后果。所以，我们如果不对治、任其发展，就是轮回的结果；如果我们予以对治，找到了轮回的根本——就是来自于我执，然后从根本上把它消灭、颠覆，我们就产生另外一种心态：利他，如果从根本上开始扭转、修持利他的这种心态，其实这就是另一套缘起和因缘法的开始，以前那一套老的因缘法是导致我们轮回的因果，现在我们学习的就是从根本上扭转我执的一种方式，从我爱执调整为他爱执。从我们发菩提心、修利他心、对治自私自利的这一刹那开始，实际上我们是在创造一套新的缘起，它将引导我们走向利他、走向解脱、走向觉悟。所以首先要从观念上认识到生起利他心和菩提心的重要性。另外，我们必须学习一套系统的、正确的方法，然后沿着这套方法反复观修和串习，从而让我们加深对这套新的缘起的印象，让它的势力逐渐加强，只有这样才能在我们心中形成新的缘起体系，并且真实、有效地运作，之后它的力量会越来越强，以前的轮回思想、我执观念才有可能逐渐淡化、消失。

所以，现在我们学习的佛法是和以前完全不同的一种思维方式，是另外一套因果和缘起，也就是因为这个原因，在修学佛法、修持

利他的过程当中，我们会觉得认知起来很困难，也很难操作，觉得真正要按照《入行论》当中所讲的教言去实践会很有难度，其实这很正常，我们的修行就如同一场要彻底推翻旧体制、旧统治的颠覆性战争，要和以前已经养成的顽固的旧习气做斗争。因为我们是刚刚开始接受的新思想，它的力量很微弱。所以我们在修行菩萨道的时候，首先要有清醒的认识，做好心理准备：和旧习气做斗争绝对不会一帆风顺，就好象一个吸毒成瘾的人要发心戒毒，准备走另外一条道路、重新做人，首先就必须做好心理准备，因为毒瘾已经形成很难以根治。所以发誓和旧的坏习惯做斗争如同发誓戒毒一样，当然要付出很多很多的努力，身体上、心理上都会感受到非常难忍的痛苦，但是如果坚持对治，新的生活方式、好的习惯一旦养成，就可以和以前痛苦的经历完全说再见。现在我们修行佛法也应该有这种认知，如果在修行和发菩提心的过程当中出现一些痛苦，不管是外境上面的，还是身心上面的，或者遇到很多障碍、违缘，都是正常现象。而且有些大德也说过，如果我们在修心、调心的时候，出现一些违缘，甚至可以被认为是一种成就的相。如果我们不修菩萨行，不去对治我执，这种相也不可能出现，现在既然出现了，就说明我们获得了初步的小胜利，也算是一种成就相。因为我执的势力范围毕竟被触及到了，根深蒂固的旧统治受到了挑战和动摇，它有一些反应都是正常的，这是颠覆它的政权的开始。所以我们在挑战我爱执的时候，必须要有心理准备，应该有一种坚定的信念，这是在和自己的我执作战，过程是比较漫长的，也是会带来一些痛苦的。

所以在这个过程中，我们要修习安忍。当然没有修安忍之前，每个人都有他的脾气和性格，在和人交往、做事的过程中，人与人之间不可避免地会有一些碰撞，观点不同或者习性不同等等，会带来不悦意，乃至产生嗔恨心、大发脾气等种种情况，这个时候修安忍会觉得很难，如果任其发展反而觉得很快意。但我们现在接受了这个教义，无论如何首先从观念上要认识到修安忍有很大的必要性，如果生起嗔恨心会有很大的过患。所以我们要通过学习，从心理上认知这一套体系之后，必须要去尝试，先从小的伤害、小的问题上去实践，慢慢通过不断磨炼，我们的忍耐力会加强，同一个层次的小事情可以忍耐了，再去挑战中等的痛苦和违缘，习惯之后就可以挑战一些更大、更高强度的伤害，最后就可以达到如经典、公案当中所讲的佛菩萨在遭遇怨敌或伤害时那种内心如如不动的境界，在遭受辱骂、打击、违缘时，不会受到任何的影响，依然安住在佛法境界当中。我们通过修行也可以达到这种境界，关键就是要按照次第一步一步地去操作，这样我们的心会越来越成熟，最后像佛陀、菩萨和祖师们的传记当中所示现的事迹也绝对可以在我们的身心上如是地发

生。

对在修菩萨道的过程中可能会遇到的一些情况，我们必须要有足够的心理承受能力。如果我们在宣讲佛法的理论和修持体系的时候，只宣说佛法带来的利益，大家都会喜欢听，但是除了我们喜欢听的部分，还有应该听的内容。佛法所有的理论体系我们都应该听，而我们喜欢听的是一切都会很美好、很顺利等等，但这只是它的一部分，其实在修行佛法的过程中，违缘、障碍绝对会出现，我们应该学会在遇到这些事情的时候，怎么样通过理性的智慧去看待它，积极地处理它，以后不再发生同样的问题等等。我们要正视违缘，伤害、痛苦肯定会有，关键是怎么去面对，而不能认为只要皈依佛法、学习佛法，所有问题都解决了。佛菩萨和上师都没有这样保证过，不会有任何人给我们作保证。所以在修学佛法的过程中，应该有合理的心理预期，树立清楚的目标，了知遇到违缘怎么处理，遇到顺缘如何对待。佛法是充满理性、智慧的观念，可以帮助我们看清楚当前所处的情形，然后了知怎样去看待它，如何去营造一个更好的缘起，从而走向觉悟，并且帮助其他众生走向觉悟，这是我们修学佛法的过程当中应该有的正知正见。

回到颂词当中，现在我们讲的是安忍品的第三个科判：“宣说嗔恨之颠倒理由。”意思是在受到众生打骂、伤害的时候，不能够嗔恨、伤害对方，我们所给出的一系列能够嗔恨的理由都是颠倒的，因此嗔恨众生是不合理的颠倒行为。

依敌修忍辱，消我诸多罪，
怨敌依我者，堕狱久受苦。
若我伤害彼，敌反饶益我，
则汝粗暴心，何故反嗔彼？

颂词进一步讲到，如果我们在遇到伤害的时候，嗔恨对方是多么的颠倒。“依敌修忍辱，消我诸多罪”：依靠怨敌我可以修安忍，通过这个善行，可以消除我多生累世的诸多罪业。“怨敌依我者，堕狱久受苦”：但是怨敌依靠我这个对境大发脾气、发嗔恨心，对我造成伤害，这个罪业的缘起不会空耗，所以他会堕地狱，在漫长的时间当中感受痛苦。“若我伤害彼”：怨敌是因为伤害了我而堕地狱，所以换个角度思维，是我伤害了对方。“敌反饶益我”：相反，怨敌却是在饶益我，帮我消除了很多罪业。“则汝粗暴心，何故反嗔彼？”：对待这种情况，你这颗粗暴的心为什么不能对对方产生慈爱心反而生嗔恨呢？这是非常不应理的。这是根据前面六句颂词的内容所得出的结论。

我们的心很粗暴体现在什么方面呢？体现在“反嗔彼”上，对照科判可以了知，我们不应该嗔恨伤害自己的怨敌，否则是一种颠倒的行为。作为一个发了菩提心的修行者，准备进入或者已经进入菩

萨道，已经学习了安忍的教理，在遇到这些伤害、违缘甚至侮辱的时候，应当依靠教言调整自心，缘怨敌而修安忍。当然前面学习第六品的时候也曾提到过，所谓的忍辱并不是憋着火气不爆发，内心已经怒火中烧，但身语上不显现出来，虽然这在某种意义上也算忍辱，但是在佛教当中，尤其在大乘菩萨道当中的忍辱，并不是暂且忍气吞声以后伺机报复，而是无论如何都不能生嗔。当然刚开始如果无法做到不生嗔，最好也不要暴露在行为、语言上。真正安忍的精神，不是外表伪装安忍，实际内心已经充满嗔恨，而是从根本上入手阻止生起嗔恨心。这的确是很难做到的，但无论如何，在遇到伤害的时候，应当使用我们曾经学习过的安忍的理论去观察、对治，依靠怨敌而修安忍。

“依敌修忍辱，消我诸多罪”：说明了修安忍能够清净我们多世以来的罪业，这是安忍的众多功德之一。因为安忍是一个难行的苦行，如果我们能够行持，通过巨大的安忍功德可以清净多世当中累积的罪业，所以它可以成为一个有效的、消除罪业的善巧方便。同时，修安忍也是累积巨大福报的方法，可以在短时间当中累积无法想象的善根。另外，修安忍还具有让我们生生世世智慧敏锐、容貌端正、累积成佛的资粮等功德，当然最究竟的功德就是成就佛果。所以“消我诸多罪”其实只是诸多功德之一而已。怨敌在伤害我们的时候其实是在帮助我们，使我们获得了巨大的利益，所以从这个角度来分析，是怨敌帮助我们修持了佛法，获得诸多法行。如果没有别人伤害我们的因缘，可能会有安乐的生活，但也只是仅此而已，额外的功德比如通过安忍消除罪业、积累资粮等一系列善根就无法获得，从这个方面观察，怨敌对我们的帮助很大。既然如此，他就是我们的恩人，为什么还要嗔恨他呢？这就是我们不能嗔恨怨敌的原因。相反，如果嗔恨他了，当然就是一种不应理的粗暴心识，这是嗔恨对方是颠倒行为的第一个根据。

第二个根据来自于“怨敌依我者，堕狱久受苦。”当然不论我是否修安忍，怨敌都是以嗔恨心对待我的，这个方面暂且不谈。但不管怎样，怨敌因为看我不顺眼，内心产生嗔恨，进而可能在肢体上打击我或者语言上辱骂我等，他的起心是恶，行为也是恶，依靠我这个对境做了不善的身语意行为，就会有恶业的形成和累积，恶业成熟之后就会堕地狱，感受漫长难忍的痛苦。所以在分析了整个过程之后会明白，怨敌之所以堕地狱是因为看到我而产生了不悦意的情绪，依靠我作为对境造下了罪业，虽然不是我直接让他下地狱的，但是我也有一部分的责任。既然如此，我应该有一丝愧疚心。但是我非但没有愧疚心反而嗔恨他，这就大可不必了。就好像世间也有这样的情况：对方是因为我而犯了错，我就有一份责任，倘若我还落井下石

地诋毁他，就真的非常不合理了。所以通过分析这句颂词可以了知，对待怨敌应当有一份愧疚的心态，如果真能做到这样嗔恨心就不容易生起来。

第三个根据来自于“若我伤害彼，敌反饶益我。”这句是对前面内容的归摄，是我伤害了对方，怨敌反而饶益了我，成全了我的很多功德，从这两个根据观察下来都不应该生嗔心。因此，如果受到敌人打击的时候我对他生嗔心了，这就是不应理的。所以，通过慢慢地观察事情的起因和过程，把每一个侧面尽量地分析到之后就知道，其实在这个事件当中，表面上是对方打了我，如果我能够安住在安忍的状态，那么我就是受益者，对方才是真正的受害者。因此他就是我的恩人，我应该对他产生慈爱心，想方设法地利益他，而且对方因为我的缘故堕恶趣，更应该尽量给他念修经咒、佛号等做回向，尽量让他得到救度。

通过上述的分析和观察会发现，我们平时所谓的正常反应是很可笑的，觉得对方伤害了我，我就一定要报复，其实并不合理。当然单就世间的角度而言，有些人不一定能够完全理解，但是此处主要是从修菩萨道的角度，从菩提心的侧面，或者从更深细的因果层次去分析观察的，作为一个菩萨，或者作为一个修菩萨道的人，采取安忍的态度就应该是合理的，这是佛菩萨认同的一种方式。而且诸佛菩萨都是通过成功地使用了这些理论和修法，现在已经获得了觉悟，那么我们跟随这个思路去观修，也可以顺利地修成安忍、消净嗔恨心。通过以上分析可知，对敌人生嗔心是一种颠倒的作意，是不合理的。

那么下面进一步分析：

若我有功德，必不堕地狱，
若吾自守护，则彼何所得？

这个颂词和下面一个颂词都是一组问答，提出自他内心当中的一些疑问，寂天菩萨进行解答，更坚固我们修安忍的决心。

字面意思就是说：如果我修安忍就会有功德，则绝不会堕地狱，我修安忍守护自己的相续，对方又能得到什么呢？单从字面上讲，不一定能够完全通达颂词的含义，下面进一步详解。

首先这个颂词承接上一段内容包含了两个问题：一个是“若我伤害彼”；第二是“彼反饶益我”，问题就是从这两层意思提出来的。第一个问题是说：既然怨敌堕地狱这件事情，我也有一部分的责任和因缘，那么我会不会受到牵连而堕地狱呢？第二个问题是：敌人帮助我修了安忍，他会不会因此而获得修安忍的功德？

针对第一个问题，寂天菩萨回答说：“若我有功德，必不堕地狱。”如果我具足功德是不会堕地狱的。那么具有什么功德呢？从事件的

初、中、后分析发心、加行和后行分别是什么就很清楚了。首先在这起伤害案当中，敌人伤害我的时候，我发了善心修持安忍，所以起心是贤善的、善妙的；之后的行为也是善法，既没有报复对方的心态，语言和行为也没有伤害对方，所以我的行为也是贤善的；结果方面，最终所得的善法也是贤善的，所以初中后都是善。既然在整个事件当中是以善心、善行和善果贯穿始终，我就是具有功德的人，因此就没有丝毫堕地狱的因缘，不会堕入地狱。既然发心、加行和结果都是善妙的，找不到丝毫的堕地狱的因缘，所以必定不会堕地狱，因此可以打消我们的疑惑。

第二个问题：怨敌帮助我们修了安忍，“消我诸多罪”，那么他会不会也获得修安忍的功德呢？回答说：“若吾自守护，则彼何所得？”结果就是他得不到。原因是什么呢？在业因果的几大原则之中有“未作不遇，已作不失”这两条。如果我在修安忍的过程当中，守护自己的相续和善根，是我自己在修善法，从缘起的规则来看是“已作不失”的。那么对方在这个过程中没有任何善的发心和善的行为，则不可能得到任何功德，这就是“未作不遇”。因此，纵然怨敌的确是我修安忍的助缘，但是他无法获得修安忍的功德，这个方面要分辨清楚。

分析完这两个问题之后，我们可以稍作归纳：

第一是因缘的问题。如是因如是果，我在这个事件当中发了善心修持善法，这是一种贤善的因缘，得到的果就是贤善的；对方在这个过程中发了恶心造作恶行，得到的果也就是恶的，这种因果不虚的规律在颂词当中体现得非常清楚。

第二是发心的问题。虽然对方因我堕了地狱，但是我在修安忍的时候没有发起任何想要伤害对方的心，并且菩萨在守护自己相续的同时假如能够守护对方不堕恶趣，那么菩萨一定会如是做的，所以因为发心贤善的缘故自己不会有丝毫的过患。如果从对方的发心贤善与否来观察，虽从表面上看对方成就了我修安忍，但因为对方没有发起想要帮助我的心，而纯粹是想伤害我，对我生嗔心，他的发心就是恶心，行为也就成了恶行，因此无法获得修安忍的功德。这是第二个原因。

第三是直接作用和间接作用的问题。我们从颂词当中可以获得启示，在我修安忍的过程中，对方好像的确作为助缘帮助了我，但其实只是起到间接的作用，而主要作用当然还是我自己发心修安忍，坚持圆满了功德。在怨敌堕地狱的事件当中，似乎我也有一些作用，但这也只是间接的作用，没有直接关系。我们在抉择修法的过程当中其实还有很多类似的情况。从颂词的字面意思来看，对方因为我堕地狱，所以我也有一份责任，是不是我也有罪业啊？我在修安忍的过程当中，怨敌也有一部份的作用，他是不是也有功德？其实真

正通过分析会明白，我是没有过失的，从修安忍的角度对方也没有任何的功德。因此我们要分清楚直接作用和间接作用的问题。

第四怨敌是否完全得不到利益呢？也不是一点利益都没有。虽然在我修安忍的事情上，他发的是恶心不想帮助我，所以他没有丝毫的功德。但从长远看来，他也会有利益，因为虽然他发了恶心，但是结缘的对象毕竟是发了菩提心的菩萨，菩萨在修安忍的同时还会发愿：“我依靠他修了安忍，圆满了资粮，以后我成佛时一定要首先利益他。”在释迦牟尼佛的本生故事中有很多类似的公案：例如，慈力王¹向五个夜叉布施血肉；忍辱仙人²在遭受歌利王砍割身体时不但不嗔恨，反而对他生起大悲心并发起利他的愿。这种缘对方所发的善心是不会空耗的，所以对方能获得利益，只不过是间接的、很久远之后的利益。他和菩萨结下了得度的因缘，因为菩萨是发了殊胜菩提心的修道者，具有强大的善愿力，一定会饶益怨敌。单独分析事件本身：怨敌从发心、加行到结果都没有发起丝毫的善心，所以无法获得什么功德；但是从愿力相续的角度，或者和菩萨结缘、菩提心结缘的层次来讲，菩萨不会放弃救度他。以前用过一个比喻：经论当中讲：和菩萨结缘就好像一旦被鳄鱼或鲨鱼咬到，它就不会松口了，同样只要和菩萨结了缘，菩萨就不会放弃你。今世利益不了你就等下一世，下一世利益不了你等再下一世……一直度你到成佛为止。菩萨的发心好像鳄鱼把人咬住怎么也不松口一样，肯定会救度你的，把你护送到菩提道上，乃至佛地为止，从这个角度来讲绝对有利益。

所以我们对这些问题一分为二来看就比较清楚了，如果不仔细分析可能会混淆，经过梳理之后，哪部份是功德，哪部份是过失，功德和过失之间的关系是什么样的，菩萨利益怨敌的方式是什么样的，对这些问题我们就会有一个比较清晰的认知。

若以怨报怨，则更不护敌，
吾行将退失，难行亦毁损。

前面是一组问答，这个颂词也是一组问答：如果怨敌在伤害我们的时候，如果以怨报怨让他修安忍是不是可以呢？这是不行的，非但没办法护持敌人，甚至我自己的善行也将退失，修持安忍这一难行也将毁损。

这个问题是针对对方提出来的，有人认为：既然我通过怨敌的作害而修安忍，可以守护自相续获得许多功德保护了自己。那么反过来，如果怨敌在伤害我的时候我也以怨报怨，伤害他、辱骂他，让他

¹ 慈力王发愿道：“我现在以血肉满足你们，待我成佛时，愿我能以清净戒律、等持、智慧遣除你等贪、嗔、痴三毒，使你等夜叉皆获安乐涅槃。”请参阅《释迦牟尼佛广传·白莲花论》

² 忍辱仙人发愿：“愿我将来成佛时先来度化你。”释迦牟尼佛成道后，果然先度化了往昔的歌利王，即最初度化的五比丘之一憍陈如尊者。请参阅《金刚经释》——索达吉堪布

修安忍是不是也能够让他得到功德呢？这个发心有待分析研究。“若以怨报怨，则更不护敌”：其实以怨报怨更不可能护持敌人，为什么呢？因为前一个颂词“若吾自守护，则彼何所得？”告诉我们，倘若怨敌伤害我时我修安忍，也只能守护自己，怨敌得不到守护还会堕地狱，安忍都无法护持敌人，那么以怨报怨就更不可能护敌了。“更”字就清楚地与前面的意思连在一起。如果怨敌在伤害我的时候，我不但不安忍反而以怨报怨、以牙还牙、以血还血，就更加没办法护持敌人，因为安忍都无法护持他，更何况与他争斗、挑起他的嗔恨心，想让他修安忍是不可能的事情。为什么呢？因为怨敌作为世间的一个普通人，根本没有接受过佛法的教育，根本没有串习过安忍的概念，所以如果他伤害我的时候我报复他，只能更加挑起他的怒火，让争斗更加激烈而已。因此，如果出现这样情况，你希望对方修安忍，但其实他根本不会修，是利益不了对方的。

相反，“吾行将退失，难行亦毁损”：如果我以怨报怨，自己的善行也将退失。我作为佛弟子、作为一个菩萨，在受到怨敌打击的时候应该安住善行。“吾行”中的“行”字可以指菩萨善行，或者沙门四法³。本来我应该安住在沙门四法或者善行中来持续地修持善法，但是如果以怨报怨，我的善行就退失了，安忍这一难行就毁损了。如果是这样，那么非但怨敌得不到利益，连我自己也得不到利益，最终既不利己也不利他。

有人会想：在别人伤害我的时候，我去报复是想让他修安忍，发的可是善心啊。这种发心可能是一个相似的利他心，因为知道修安忍功德很大，如果帮助对方修安忍也是利他。但是，如果我发起这样所谓的善心去伤害对方：对方骂我我还骂；对方打我我打得更厉害……从而想让他修安忍，真以这样的行为反击对方，当对方真正的拳头、棍子落到自己身上，或者遭到更难听的辱骂时，估计自己的善心就退失了：怎么能这样？我对你这么好，想帮助你修安忍，你反而不领情，此时自相的嗔心就会生起来。凡夫人这种所谓的善心是靠不住的，表面上是在帮助对方，发心利益他，其实很多时候隐藏了太多的自私自利，究竟来讲还是为了自己的利益。对方如果不是一个修行者，这个理论就没办法用上，以怨报怨能不能真正利益对方也不好说，也许只是找一个借口发泄而已：对方让我修安忍，那我也帮他修安忍，其实内心可能夹杂了很多烦恼。所以以怨报怨没办法护持怨敌，只能更加深入地伤害对方。作为一个菩萨的标准和底线就是不应该伤害众生，不应该放弃善心和善法，倘若以怨报怨，一方面菩萨自己的善行、修法可能会退失，另一方面也对众生造成了更深一步的伤害。因此，这种想法可以说是不合理的，必须抛弃。

³ 又作：四沙门法。即：他骂不还骂，他怒不还怒，他打不还打，寻过不寻报。——《佛学词典》

最后两段颂词主要是以问答的方式，对前面所讲的“若我伤害彼，敌反饶益我”，生嗔心是一种颠倒行为的进一步延伸和说明。这个科判的内容就讲完了。

癸二(破嗔轻侮我等三者)分三：

如前所说，对我生嗔会造成四类伤害：一是让我受苦，比如说棍棒的打击等等；另外是轻侮我等其余三种情况，总共有四类。这个科判是讲如果我们遭遇了除棍棒伤害身体之外的其他三种情况，怎么样修安忍。

一、轻侮等无害故不应嗔恨；二、不应嗔成为利养之违缘者；三、不应嗔令他人不信者。

第一个科判：轻侮等无害故不应嗔恨，是说别人说一些侮辱的语言，其实对我的身心都是无害的，所以不应该嗔恨；第二是不应该嗔恨成为利养的违缘，比如说有些人说一些讽刺我的话，毁坏了我名声，障碍我获得利养，对这种情况不应嗔恨；第三不应嗔令他人不信者，比如有人诽谤我戒律不清净、修行不好、说我偷东西等等，这样的语言如果传开之后，很多人就对我失去信心了，我就感觉受到了损失，对这样的人我们也不应该嗔恨。从这三个侧面来进行观察分析。

子一、轻侮等无害故不应嗔恨：

第一个科判的重点是轻侮等无害的缘故，所以不应该嗔恨。包含两个颂词：

心意无形体，谁亦不能毁。
若心执此身，定遭诸苦损，
轻蔑语粗鄙，口出恶言辞，
于身既无害，心汝何故嗔？

首先解释一下字面意思：就是说我们的内心无形无相，谁也不能毁坏，所以语言是没有办法伤害到心的。“若心执此身，定遭诸苦损”，有人会问：“如果我的心执著身体，那么谁伤害了我的身体，就相当于把我的身心都伤害了。”紧接着回答“轻蔑语粗鄙，口出恶言辞，于身既无害，心汝何故嗔？”：其实对我们说轻蔑、粗鄙的话，以及恶劣的言辞，对我们的身体是没有伤害的，既然如此又怎么能伤害到心呢？所以对身心都无害的缘故，那么我们的心就不应该对对方生嗔。

这个科判的重点是说对语言类的伤害我们应当作何反应。形成伤害不外乎两个方面：一个是伤害我们的心，一个是伤害我们的身体。倘若经过观察，发现对身心二者其实都无法形成有效的伤害，那么我们生嗔很明显就属于颠倒作意和妄执。

首先观察心到底会不会受到语言的伤害呢？“心意无形体，谁亦不能毁。”我们认为这些语言侮辱了自己，好像伤了我的心一样。我

现在这么难受、伤心，就是因为对方辱骂了我的缘故。在不经观察的情况下好像的确如此，但是如果仔细分析这也不正确。为什么呢？“心意无形体”这句话说得很清楚，可以从两个方面来分析：一方面是胜义谛，另一方面是世俗谛。从胜义谛的角度观察，上师在讲记当中也分析了，其实在我们的身体内外、上下心都不存在，没办法找到它的形状、颜色等，因此它无形无相。从胜义空性的角度，不但心不存在，语言和伤害的方式也不存在，所以心没办法受到伤害，这个方面稍微容易理解一些。那么在世俗当中，他的语言伤到我的心了又如何解释呢？实际上即便是在世俗中也是伤害不了的，同样用这个颂词“心意无形体”就可以解释：心和色法不一样，它是一种心法，是一种明清的状态。既然不是色法就没有形状、颜色，那么对于这样像虚空一般的自性，语言又怎么能伤害到它呢？根据《俱舍论》的观点，语言算是一种文字，有色法的自性，当然这和固定的色法不同，如杯子、柱子等是比较固定的色法，而语言、声音是不固定的，说了之后很快就消失了。而心是无形无相的，这种无有形体的自性，有什么东西能伤害到它呢？心也无法伤害心，色法也无法伤害心，棍子没办法伤害心，语言也没办法伤害心，所以说“谁亦不能毁”，谁也没有办法对这个无形无相的心的本体做伤害，根本无法触碰到它。所以有时候认为别人的语言伤害到我的心了，如何伤害的呢？真正分析观察的时候，即使是从名言谛的角度来讲，心也是无形无体无色的，它的本体好像存在，因为我们可以起心动念、可以思维，但其实真正寻找时，它并不像色法一样是一个固定的东西，它就是一个明清的没有形相、没有颜色的自性，不是色法的本体。既然如此，心本身是伤害不了的。用枪打不到心、拳头也伤不了心，不论怎样也接触不到它，单从这个角度来讲容易理解“谁也不能毁”的含义。

然而心的存在方式不仅仅是离开了色法的状态叫心或心识，毕竟心的体验方式是和身体联系在一起的，因此对方说：“若心执此身，定遭诸苦损。”如果我们的执著此身体呢？比如说眼识是如何体现的？眼识的产生需要眼根的配合，耳识的产生也需要耳根的配合，同样鼻识、舌识、身识都需要根的配合才能产生。而根都是色法，倘若我们的心执著这个身体为“我”，或者“我”的一部分，心就已经贪执身体了，从某个角度来讲，身和心合为一体，而身体是可以被伤害的，打击身体的同时我的心也受到伤害，事实也的确如此。以我们的身识为例，按理来说身体是色法的本性，是无情法，而心是一种有情法，它是有感受的，当二者合在一起时，打击身体就会有痛感。本来作为无情法，身体应该不会有感受，但是因为心执著了身体的缘故，或者二者通过某种特殊因缘结合在一起，打击身体的时候心就会痛，所以说“定遭诸苦损”，对方的观点是：“如果伤害了身体，心也同时

受到伤害了，难道不成立吗？”针对这个问题我们怎么回答呢？不是说和对方辩论，如果我们内心当中产生了这种念头，觉得该嗔恨对方时，该怎么分析呢？

下面具体解释这个问题。“轻蔑语粗鄙，口出恶言辞”，这就是三类轻侮我的语言：轻蔑语、粗鄙语和恶言辞。那么这三类语言对身体有没有伤害呢？“于身既无害”其实这些语言对我们的身体没有办法造成直接的伤害。语言的本体虽然是色法，但非常细微，通过说话的方式基本上对我们的身体不会造成伤害。语言伤害不了我们的眼根、鼻根等，从上到下都伤害不了身体，没有直接用语言就把一个人打伤的情况，最多有时候声音大一点，把耳朵震痛了，除此之外其他的伤害几乎是没的。比如别人骂我丑八怪、矮子，说了很多我身体的过失，好像辱骂了我的身体，但我也没有因此而有所改变，其实真正观察下来语言对身体没有任何的伤害，因此心也是伤害不了的。

所以，“心汝何故嗔？”心你为什么要嗔恨呢？那只有一种可能性，就是妄执。除此之外真正从理论上分析，根本找不出任何合理性。我们现在所谓的身心 and 合体好像是“我”，其实单独分析的时候，语言对心无害，对身体也无害，既然分开无害，那么身心和合在一起的时候也无害，只不过你了知了对方所说的意思，然后把它理解成了对你不利的语言，这其实是自己伤害自己。实际上，对方的语言本身对你没有什么伤害，真正伤害你的是你自己认为他侮辱了你，自己感到伤心痛苦，其实对方的语言对你的身心没有造成丝毫的伤害。他骂你也好，在大庭广众当中侮辱你也好，如果这个修法串习得非常熟，经过分析观察就没什么好生气的了。所以只是凡夫众生不明事理，本不应该生嗔的情况生起了嗔心，无中生有地伤害了自己而已。

菩萨为什么能够安忍？并不是菩萨有多厉害，有什么超胜的功能，菩萨的安忍只不过是了知了事情本身的状态而已，他了知了语言对身无害、对心无害，认识了事实本身就这么简单，安住在这个状态当中他就安忍了，而我们只是没有认识到本来很简单的事实。佛法就是将最简单的事实告诉我们，比如万法的空性就是一个最朴实、最简单的实相，一切万法本来就是这样的，是没有自性的、不可嗔的。所以菩萨安住在真实性、平常性中，我们没有安住就产生了很多妄执，觉得受到了伤害。其实都是通过不断地串习、训练之后，自己认为这是好的语言、是赞叹；那是伤害我的语言等等，只不过我们熟悉了这套语言的方式，自己认为受了伤害。假如我们受的教育是另外一套模式，比如有两个地方，一个词在其中一个地方是骂人的语言，在另外一个地方是赞叹别人的语言，那么同样一个词对你而言究竟是伤害还是赞叹呢？或者我们中国人和西方人的语言不同，

倘若别人用英语很厉害地辱骂你，但你听不懂，没有接受到任何信息，所以不会感觉受到伤害，如果用汉语骂你，自己听懂了，就会感觉受到伤害了，其实只是你熟悉了这套语言的使用，觉得是在伤害自己或者赞叹自己，如果是不熟悉的语言，实际上本身是无利无害的。因明当中有一品专门观察能诠的语言和所诠的意义之间的关系，我们把这个问题搞清楚之后，就不会对语言本身有太多的执著，回归到它的本性就是一个沟通的工具而已，了知这个情况之后，我们就更加容易安忍。

《入行论》只不过是把这些很朴实的真相告诉我们：为什么不应该嗔，就是因为语言对我们没有伤害。对身体无害，对心也无害。当然语言无害，但是棍棒打击有害，前面也分析过棍棒打我的时候，我应该嗔谁，以及应不应该嗔恨。而本科判的重点是专门针对语言类的伤害我们应该如何去观想。如果面对身体打击我们能够安忍，语言类的伤害也能够安忍，那么就没有什么伤害我们的东西了，除了色法和非色法之外，还有什么可以伤害我们的呢？的确没有了。尤其是语言的伤害，分析下来只是作茧自缚、自作自受，自己认为痛苦而已，其实对方并不能够通过语言对我们作害。所以科判中说：“轻侮等无害故不应嗔恨”，既然对我没有害，所以不应该嗔恨。

这节课我们学习到这里。