
《入菩萨行论》第45讲记

诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，

离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

发了菩提心之后，今天我们再次一起学习寂天论师所造的《入菩萨行论》。《入行论》宣讲的主要内容，就是帮助立志成佛、度化众生的后学菩萨修持菩提道当中最精要的部分：菩提心。那么要如何修持菩提心呢？从本论的第一品到最后一品，都是在帮助我们生起菩提心。

要生起的是菩提心，但在生起的同时，我们还必须要断除我爱执。如果在修菩提心的过程中我爱执不减弱、不消失，那么我们所有的修法都会围绕我执而转，这样在实际意义上，我们所修持的就仍然还是轮回的老一套。表面上似乎我们在发菩提心、在修持佛道，但在此过程中，如果没有有意识地去断除我爱执，那么实际上我们所修持的菩提心等善法，都非常可能被我执所利用，变成增强我执、增强轮回的这样一种庸俗心。

我们在力争使内心产生伟大、清净的殊胜菩提心、善心的同时，必须也要了知，菩提心的核心之一，就是断除我爱执。我们要想方设法地配合颂词的词句来观察：这些教言是从哪个侧面来帮助我们断除我爱执的，又是从哪个侧面来引发我们对于利益有情、追求佛道的殊胜意乐。只要这两个方面都了知、修学了，在修慈悲心、菩提心的同时，也着重修持断除我爱执的修法，那么学习

《入行论》算是有了正确的目标，能真正抓住它的核心纲要。

我们在学习《入行论》的过程当中，要配合这种思路来进行观察。无论是发利他心、修利他行，还是在修菩提道过程中布施、持戒等六度的修法，都要抓住这两个主要的前提或核心：一方面要打击我执，一方面也要产生利益众生的殊胜菩提心。实际上，利益众生的菩提心产生时，相续当中是没有我执的。如果通过殊胜的修法灭掉了我执，那么一定能对众生产生殊胜的慈悲、爱护和救度之心，二者实际上是一个法的两面。所以真正产生菩提心肯定是没有我执的，如果在修菩提心的过程中还在围绕我执而转，那么真正的殊胜菩提心是不可能生起的。从第一品到第四品，颂词的主线都是围绕这个前提展开宣说的。

按六度的修法来说，现在我们学习的第四品、第五品都是属于持戒的部分。守持菩萨戒是修整个菩提道的本体，如果我们能够守持清净的菩萨戒，实际上本身也就是在修持圆满的菩萨道。如果菩萨戒守清净了，菩提道就获得清净，很快就可以获得殊胜的佛果。

第四品所学的词句主要是让我们谨慎取舍，对于所取、所舍的部分必须要非常谨慎，安住在不放逸的状态中。

现在所学内容的大科判是“谨慎所断烦恼”，分为三个科判：观察所断烦恼；生起断除欲乐；能断除烦恼而生欢喜。第二个科判“生起断除欲乐”又分为三个科判：披上断惑的盔甲；莫因痛苦而厌倦；坚持不懈对治烦恼。第二个科判“莫因痛苦而厌倦”又分为三个小科判：观察所断之罪过而不厌倦；观察对治之功德而不厌倦；观察自己承诺而不厌倦。

现在讲第二个科判：“观察对治之功德而不厌倦”。对治烦恼有很多殊胜利益和功德：可以将我们从轮回的漩涡中解救出来；可以让我们相续中的菩提

心获得清静，让我们菩萨行获得清静；可以帮助我们战胜无始以来轮回的习气等等。所以，我们在对治烦恼过程中，遇到一点点的痛苦不能退却，应想到它的利益，尽量让自己不产生对修道的厌倦之心。

按理说，我们应对轮回产生厌倦，因为整个轮回的自性是由苦苦、变苦、行苦组成，我们在轮回中感受着这三大苦为主的成千上万的痛苦，因此整个轮回是一个值得厌倦之处。时间上是从无始以来到现在，按理来说，已经在毫无意义、充满痛苦的轮回当中，漂流了这么长时间，我们对轮回本身应该产生厌倦，但是众生本末倒置，对于该厌倦的轮回没有厌倦，反而觉得轮回具有安乐的自性，或者具足让我们留念的自性，而对于能够帮助一切众生出离轮回的殊胜佛法，却没有产生殊胜的意乐，稍微遇到一点点的痛苦，就对修法产生厌倦。

对我们这些众生，佛菩萨也没有一味责怪：为什么遇到这么好的、帮助我们脱离轮回的修法，你还要产生这么大的厌倦心呢？众生没有认认真真修法的时候，佛菩萨也会就事论事地呵责，但在呵责之外，也开出了很多让我们的心尽量不厌倦的方法：用道理来说服我们的心，让我们的心不再厌倦。比如在遇到痛苦的时候，通过说理的方式宣讲如何安忍的方便和窍诀，让我们接受在修菩提道过程当中遇到的痛苦。只有有了这样一种方便，众生才可以逐渐地接受在修道过程当中产生的这些痛苦。痛苦实际上对我们脱离轮回，或者产生殊胜、伟大的善心很有帮助，如果能够善加利用转为道用，就不会成为一种障碍，否则就会成为退道的因缘或修道的障碍。

下面接着讲“观察对治之功德而不厌倦”的道理：

渔夫与屠户，农牧等凡俗，

唯

念己自身，求活维生计，</p>

<p style='TEXT-ALIGN: center'>犹
忍寒与热，疲困诸艰辛。</p>

<p style='TEXT-ALIGN: center'>我
今为众乐，云何不稍忍？</p>

<p>颂词从“渔夫与屠户”到“疲困诸艰辛”，主要是指出：一般的世间凡愚，为了自己的安乐和一点点利益，都能忍受世间当中寒热、疲困等等痛苦。后面两句颂词是做对比：我今天修持佛法，严格意义上来讲是为了利益一切众生，是为了一切众生的快乐，这么伟大、清净的事业，如果遇到一点点痛苦，就更应该忍受了。</p>

<p>此处只是列举了几种世间凡夫众生为了自己“求活维生计”所忍受的痛苦。实际上在整个世间轮回中，众生为了一己私利，都是做着种种没有意义的事业，当然每个众生所做的事情，都是从“唯念己自身，求活维生计”出发的。</p>

<p>此处提到了渔夫屠户、农林和牧人几类例子。稍微熟悉世间生活情形的人都知道，渔夫是靠打渔为生，一家人的生活都是靠他在江湖河海里打渔维持。他必须驾船在大海、江河上来回奔走，平时还要维护船只、渔网，这个过程非常辛苦。天气也变化无常，打渔时有时下大雨、有时非常热、冬天也必须出海等等，虽然有很多的艰难困苦，但渔夫想到：如果自己不去劳作，就根本没有饭吃，自己和家人的生活将无以维系，所以虽然饱受寒热、饥渴、疲困等痛苦，但为了生存的目标，还是只有甘愿忍受。</p>

<p>屠户也是一样，不管是杀猪、杀牛、杀羊，他们往往很早就起来了，要做很多准备工作：磨刀、烧水、捆绑待宰的猪牛羊，然后宰杀、剥皮、取肉，最后运送贩卖等等。每天都要做这些事，如果哪一天或者一段时间不做，就得不

到赖以生存的钱财。所以不得不一而再、再而三地重复劳作，忍受很多寒热疲困之苦，早起晚睡。

每个众生都贪图舒适快乐，但是如果找不到维生的钱财，自己和家人就没办法在社会当中生存，想到这些情况，他们还是必须忍受一切痛苦。

我们知道，农民为了生存，春天或在该播种的时候必须要去播种，还要去浇灌，做很多管理工作：苗长出来之后清除杂草，水多的时候要去放水，水少的时候要引水，而且庄稼最终能不能丰收，一方面要看自己付出了多少勤作，另一方面也要看天吃饭。如果该下雨的时候不下雨，或者不要雨的时候雨水很多，风不调雨不顺的话，或者刚要收成时刮大风或洪水泛滥、下雹子等，有可能把一年辛苦劳作的庄稼全部打烂而一无所获。所以，农民种田同样要面对很多困难，那会不会因为有很多困难，他们就放弃这种事业了呢？他们虽然知道很困难但是仍然不放弃，每年仍然是该播种的时候播种，该管理的时候管理，因为这样才有丰收的时候，才可维持自己的生计。

放牧的人一般生活在草原或高山上面，他们通过蓄养牲畜，让牲畜繁衍后代，牲畜繁衍之后就把多余的卖掉，或者通过各种各样的方式利用牲畜身上的血肉毛皮等等，赖以生存的资具都是从牲畜上获取。一般来讲，放牧要忍受的寒冷比较多一点，因为不管再冷都要放牧，当然也有特殊的情况，也要忍受寒热、疲困之苦。放牧还要担忧所放的牛羊——不要遇到狼群的袭击，不要遇到传染病的袭击。如果羊群或者牛群当中感染了传染病，眼看着牛羊一批批死亡也是无可奈何的，有时遇到大雪也会使很多牲畜死亡。很多不可抗力的灾难经常降临到他们头上，虽然遇到很多这样的疲困和艰辛，但这些“农牧等凡俗”——凡夫俗子，唯一考虑的是自己及家人的生存，为了求活维生，虽然会遇到各种困难，但还是必须忍受。

观察这些情况主要是要了知，一般的世间凡夫人不像菩萨发了殊胜的

利他心——菩萨有非常长远、伟大的计划，这种计划实际上就是为了一切众生都能获得成佛的殊胜快乐。菩萨在此处自己默默地发心、修持，将所有功德默默地回向给众生，一个人在做救度众生的事业。一般的凡夫人根本没有这种伟大的计划，也不会为了这个计划去奔波。他们单单是为了让自己或者自己的朋友、家人能够获得安乐，尚且能够忍受降临在自己身上的很多寒热疲困等等艰辛，那么何况现在我们发了清净的菩提心，要为利益一切众生而奋发，为了成就这种大事业在中间遇到了痛苦，为什么不能忍受呢？按理来讲应该忍受。因为凡夫人为了小计划、小事情、蝇头小利尚且可以忍受很多痛苦，那么我们为了成就这种很大的事业，为了让这个伟大的计划最后真正变成现实，也必须要忍受很多的痛苦。

实际上这里是通过词句教导我们，要想到这样对治烦恼是有很大大利益的。利益来自于哪里呢？就是颂词当中讲的“我今为众乐”。如果我们在对治烦恼的过程当中，能够克服一切痛苦、违缘等等，现在我们的修法在相续当中就会逐渐成熟，我们救度众生的计划就可以真正实现。我们想到这些利益，就应该可以忍受烦恼的侵袭。

这是一种对比：世间人为了没有实际意义的事情，也能够忍受很多的寒热，那么我现在做的是非常有意义的事情，是为了成就一个伟大的计划而在做准备，在真正实践时遇到违缘也应该忍受。

从另外一个侧面讲，一般世间人为了自己利益尚且要遇到这么多的寒热疲困等艰辛，而我为了成就那么大的事业，中间不遇到痛苦、违缘是绝对不可能的。

一般而言，我们前面也分析过，一个小事情需求的因缘不多，而成就大的事情需要集聚的因缘就很多。不管是从时间来讲，还是从准备的要素讲，成就一个大事业，肯定需要具足很多的因缘。因此，一般的事情需要具足小因缘

，大事情一定要具足大因缘。成就大事业所遇到的种种痛苦、违缘、障碍肯定比成就世间的小事业要大得多，我们应该有这种心理准备。

我们在修法的过程当中，会遇到一点身体上的不适，或者心情方面的忧虑，或者来自家庭方面的压力，或者工作时遇到一些痛苦、与人交往时遇到种种障碍、自己很不顺心等等种种的困难，这时就应该想到：要成就一个殊胜的大事业，这些痛苦都是必须要遇到的。没有一个佛菩萨在修道的过程中是没有遇到过任何违缘、痛苦的，顺顺利利就成佛的例子是完全没有的。

我们发心成佛，也是和无始以来内心当中所具足的习气、烦恼在作战。我们自己的烦恼习气已习惯于轮回的懒惰，而发菩提心是一种积极向上、引导众生趋向安乐的殊胜心态和行为，这是往不同方向努力的两种力量，我们内心遇到两种相反的东西肯定会碰撞，一方面是我们习惯的轮回习气，一方面是我们必须要做的救度众生的殊胜修法。所以在修持菩萨道过程当中，肯定会遇到内心当中已经习惯了的轮回习气的干扰，内心肯定会有很多障碍，肯定会遇到忧虑和不顺心的事情，但在和烦恼作战过程当中，我们要想到，为了成就大事业的缘故，这种情况的发生肯定是顺理成章的，既然违缘、痛苦是躲不过去的，我们就要面对它，产生一种战胜它的意乐，在战胜它的过程当中，遇到了痛苦也必须忍受，如果有了这种心理准备，我们在修道过程当中即便遇到了一些麻烦、痛苦，那么我们也能够坦然面对。通过我们慢慢累积的智慧，去观照这种痛苦，去观察这种违缘，让它不成为修道的障碍。

学习这个颂词，就是要我们想到这个殊胜的利益而不疲厌，内心一直保持一种亢奋的状态：为了救度众生、成就佛果，我一定要认真努力修法！有了这样一种殊胜心态，修持菩萨道就非常有望了。

癸三、观察自己承诺而不厌倦：

<p>还有一种让我们不厌倦的方法，就是观察自己所发过的誓言，为了不违背自己的誓言，在遇到痛苦的时候就不会厌倦。</p>

<p style='TEXT-ALIGN: center'>虽
曾立此誓，欲于十方际，</p>

<p style='TEXT-ALIGN: center'>度
众出烦恼，然我未离惑。</p>

<p style='TEXT-ALIGN: center'>出
言不量力，云何非癫狂？</p>

<p>颂词字面的意思是：我以前在十方诸佛菩萨、金刚上师面前发下了要利益一切众生的誓愿——“欲于十方际、度众出烦恼”，十方无边无际的众生都是我度化的对象，一个都不放过，我要度一切众生远离一切烦恼，让众生获得超然自在的殊胜境界。虽然我曾经发菩提心承诺，要让一切众生离开烦恼，实际情况如何呢？——“然我未离惑”，但是现在我还没有离开烦恼，遇到痛苦就很厌倦，不想再修行度化众生，竟然想要从菩提道中退失，这时自己就开始呵斥自己：“出言不量力，云何非癫狂？”——你自己还没离开烦恼，没有修持离开烦恼的修法，遇到一点点痛苦就想厌倦，你说出这种自不量力的大话，难道不是一种癫狂吗？简直和疯子一模一样了。</p>

<p>这样的观察实际上并不是说你不能发菩提心，既然你不堪担救度众生的重任，干脆退了算了。颂词并不是要让我们这样去思维，虽然带了一些呵斥的话语，但是寂天菩萨的本意，是让我们在遇到痛苦时忆念自己的承诺，进一步在内心中发起精进心，继续坚持菩萨戒。既然我们承诺过要利益众生，就必须为了成办誓言而精进修持，如果承诺之后一点实际行动都没有做，也没有离开烦恼，就是一种癫狂莫名的状态。所以我们要忆念我们自己的承诺，既然自己承诺了，就必须一步步去做。当然，承诺之后不可能马上实现，比如我今天发

了誓愿：我一定要救度十方众生离开烦恼，如果今天没做到，是不是就推翻了自己的誓言？这里并不是这个意思。我们发誓要利益一切众生，让一切众生离开烦恼，我们自己就必须一步步逐渐去做。

第四句讲到“然我未离惑”，要让一切众生出离烦恼的前提，自己就要首先出离烦恼，这样才能够真正帮助一切众生出离烦恼。比如佛陀已经从所有的烦恼当中出离了，达到这种殊胜的自利之后，就有能力将一切众生从烦恼当中救度出来。佛陀自利圆满之后，已经有了把一切众生从烦恼中救度出来的力量，佛陀能够针对不同的众生给予不同的教言，让他们通过适合自己的方式修持，从烦恼当中脱离。佛陀从圆满自利的那一刻起，这种殊胜的智慧和善巧方便、这种利他的力量实际上已经具足、圆满了。这就是标准的自利利他。

再退一步讲，菩萨离开了一部分的迷惑，所以也能帮助众生从一部分的烦恼当中解脱出来。我们现在既不是佛，也不是菩萨，真正来讲还没有断惑，因为只有到初地菩萨或者见道之后，才有断惑的智慧。在凡夫位时，对烦恼都是压制，没有真正地离惑。那这样是不是就没有办法帮助众生了呢？实际上也不是。虽然我们无法像佛和菩萨那样去利益众生，但是我们要帮助他人，自己也需要具足某种能力。凡夫人救度众生的方法，就是一边学习上师或佛菩萨教授的法，提高自己的能力，一边尽可能地救度、帮助众生。如果自己一点功德都没有，一分的烦恼也没有压制住，自相续的烦恼比谁都重，然后说我要去帮助他人，这是很不现实的。如果我们通过学习了知了一部分佛理，通过修持生起了一点感受，有了一点体会，离开了一点烦恼，在这个基础上，也可以去做一点利益众生的事情。这就是一边自我圆满，一边尽量去帮助众生，这也是一种自利利他。

经典和佛菩萨的教言中经常提到，如果我们要利他、度他，必须首先要自度。就好像两个人同时掉到水中，如果自己都没有办法自保，怎能把他人从

水里救出来呢？很多时候我们都这样说。有些祖师、大德讲得比较严格：必须在自己解脱、成就之后才能利益众生。从比较严格的标准分析，的确如此。但是不是在获得菩萨地之前就完全不能利益众生呢？也不一定。前面我们也分析过，自己有多大的能力，就做多大的事情。在完善自己的过程当中，不离开利益有情的发心和利益有情的行为，依靠这种发心和行为，就能逐渐远离烦恼，靠近殊胜的修法。要完全把自利和利他分开也有一点困难。如果在利他的过程当中，没有忘记自我的提升，没有忘记自我修行，能逐渐离开烦恼，一方面自我完善，一方面利益他人，这是最好的。

此处说的“出言不量力，云何非颠狂？”并不是让我们放弃利益他人的意思，而是说：你以前自不量力说出大话，现在一点都不去实践断烦恼的修行，实际上就是一种癫狂的行为。那么观察自己曾经做过的承诺，在遇到痛苦的时候，我们就不应该厌倦——怎么会厌倦呢？我们自己发了这么大的愿，但自己的行为 and 所发的愿差得很远，还远远达不到产生厌倦的状态，有什么资格厌倦呢？现在看看自己所发的愿和所定的目标，再看看自己走到哪个位置了，观察之后发现，实际上离自己的目标差得很远，这时就更加应当精进。就好像一个走远路的人，他要走出一片茫茫的沙漠，走出茫茫沙漠是他的目的。在走到中间或走了一小部分路的时候，对他来讲是应该产生厌倦，还是发起更大的精进心呢？实际上应该发起更大的精进心，因为目标是走出茫茫沙漠，如果在这个时候厌倦了，那就很有可能倒下去，被埋在茫茫黄沙当中失去生命。如果这个时候能打起精神、提高心力，很有可能就一鼓作气走出去了。从这个例子我们就知道了，我们现在还远不到生厌倦的时候，不应该厌倦。

观察到自己所承诺的、要救度一切众生的伟大誓愿，我们离实现这个誓愿还很远很远。这并不是说我一直在努力，但离目标很远而受到了佛菩萨的呵斥，不是这个意思。而是现在离我们的目标还很远，离得很远的原因就是因为 I 厌倦了，遇到一点痛苦就想退失了，被烦恼打败了，这种厌倦是不应该的。

所以要让我们观察到自己所承诺的，不应该厌倦，再一次发起勇猛精进的心，为了调伏烦恼，一定要自己努力精进地修持，这是非常重要的。

发了菩提心之后，很多菩萨仍然处在不断学习的状态中，还在不断地学习、不断地完善自己。虽然我们还远远达不到真正利益众生的状态，但是我们如果在努力，也是值得肯定的。就好像学生在读书的时候，让他去赚很多钱，他是没有能力的，但如果做不到就让他放弃，以后就更做不到了。虽然现在他读书的状态，和最后真正赚很多钱去养家糊口的状态差得很远，但是他毕竟正在处于精进努力学习的位置，现在虽然没有能力，但是我们不能说，以后就一定没有能力。现在我们很多菩萨正在处于学习的状态当中，虽然离我们所发的誓愿还差得很远，但是毕竟我们正在学习，正在不断靠近我们的目标，有了这种努力的状态还是值得肯定的，佛菩萨看到仍然会非常欣慰，关键是我们自己在和烦恼作战过程当中，千万不要因为痛苦而厌倦，这是非常非常重要的。

下面讲第三个科判：坚持不懈对治烦恼。我们在对治烦恼的时候要坚持不懈。

壬三：坚持不懈对治烦恼：

故于灭烦恼，应恒不退怯。

对于灭除烦恼这个事情，我们应该恒时去对治，不应该产生退却之心。前面颂词讲到“出言不量力，云何非颠狂？”有些人想：我发了这么大的愿，要度化这么多众生出轮回，但现在自己一丝烦恼都没有断，怎么去实现这么伟大的誓言？还不如从菩萨道当中退出，自己就轻松自在了，不用再承担这么重的担子。很多人都是这样想的，在守持戒律、发菩提心、修菩萨道过程中，如果觉得前路漫漫，好像一点成就的希望都没有，没有立竿见影地生起所谓的感受、觉

受，就会想退失，不想再修下去。他觉得现在我承担了一个发菩提心的重担，如果把这个重担扔掉就会轻松了，但是不是从此之后就很轻松了呢？前面也讲过，我们如果从自己承诺过的善法中退失，有欺骗这些见证者佛菩萨和欺骗一切众生的巨大过失。

再从其他方面分析。一般众生遇到很大压力，可能觉得放弃就自在了。世间可能是这种情况：首先你坐上了某个位子，感到有很大的压力，实在是撑不下去，就从这个职务上退下来，重担就不属于你了，好像卸了担子轻松了。但现在我们所做的事情是什么？从自己的角度来讲，是对治烦恼、修持佛法，要从轮回中获得解脱。是不是我们现在把救度众生的重担卸下来，从今以后再也不管众生，再也不发菩提心，从这里面辞职出来就真正轻松了？没有压力就万事大吉了呢？

实际上有时我们没有考虑全面，只是自己从某个方面去思维，以为只要退失就好了，实际上并不是这样。为什么呢？我们所退失的是什么？是和烦恼作战的修法，是和自私自利作战的菩提心的清净的善法。本来讲，我们如果能够坚持断烦恼、灭烦恼的修法，对我们灭除烦恼、真正获得自在大有益处，对我们灭掉自私自利的我执心，生起广大、清净的菩提心的胸怀是有很大帮助的。但是现在如果我们从这种清净的善法当中退失，表面上看好像是轻松了——比如说，你觉得守持不杀生戒特别痛苦，压力非常大，你就想干脆把这个戒舍了，舍了之后不受约束就自在了。那意味着什么呢？不需要再担负这样的重担，就可以随便杀生了。从不杀生的戒律当中退失，表面上看好像这个重担是卸下来了，不用再承担什么责任了，但是从退失不杀生的戒律和因果律的角度来看，随便杀生对我们到底有没有真正利益呢？绝对有很大的害处。我们守持不杀生的戒律，初步来看好像是一个重担，好像被戒律束缚住了，不自在了，但实际上，这也是一种强制性保护我们的最佳手段。我们守戒不杀生，强迫自己不做杀生的事情，实际上是帮助我们断除杀生的罪业。放掉这个担子，虽然

没有这个重担了，但是如果你随随便便杀生，对自己的今生和后世是非常不负责任的。我们以此为例来说明，现在如果把发菩提心的重担放下，再也不发心了，之后是不是真的就快乐了呢？如果我们放弃了利益众生，实际上从反方面就意味着，我们自私自利的心又加强了。

前面分析过，后面还要分析，一切痛苦都是来自于自利心，来自于我执和我执的烦恼。而发菩提心承担度化众生重大事业的担子，虽然看起来很重，但也是通过这个方式，让我们逐渐远离轮回一切痛苦的根源——我执，远离我执的烦恼。所以我们把救度众生的重担放下来了，对我们来讲是不是一个真正的好消息呢？绝对不是，因为放下重担绝对是加强了我们自私自利的心。“现在我不管众生了，我只管我自己和亲友的事情”，当我们这样想的时候，已经在加重我执了。如果只管自己不管他人，为了自己和我团体的利益，就会随便伤害其他众生。从因果律来看，只考虑自己不考虑他人，往往就是很多重大恶业产生的基础。很多大的恶业，往往就是因为执心太重。偏执很严重，对我的朋友、亲属，我就要去保护；谁伤害他们，我要对谁嗔恨、打击报复。我们如果放弃了利益众生的事情，很多罪业就会像洪水没有堤坝一样毫无阻挡地进来。

我们有时会想：我为什么要去发誓利益众生？利益众生对我有什么好处？为了其他人没日没夜地去修行、守护戒律，到底对我来讲有什么利益呢？与其去做这个毫无利益的事情，还不如放弃这个重担，就可以自由自在了。但是通过前面的分析可以知道，放弃了利益众生的重担和誓言之后，我执的心肯定会进一步加重。因为利益众生就意味着放弃我执，一心一意地去利他，对于我们斩断轮回痛苦的根本——我执来讲，是一个非常殊胜的直接的对治，只有这样才能彻底地将自己从轮回的痛苦当中解救出来。现在这个救度自己的方法，我们主动放弃了，还自以为是摆脱了重担，殊不知当我们放弃了利益众生的这颗心后，一定是加强了自私自利的我执。在加强了自私自利的我执之后，贪

心、嗔心、嫉妒，这些能够引发重大祸殃的烦恼，就根本没有对治了，没有什么力量去压制它，在我们的内心当中，它们就会像荒草一样越长越高，这些东西越来越茂盛，对我们来讲毫无利益可言。

我们不要认为：我现在不愿意发心了，放弃菩提道之后就轻松了。这是绝对轻松不了的，不但轻松不了，而且轮回当中的这些种种烦恼、痛苦，会毫无阻挡地在我们的相续当中，犹如滔滔洪水一样，把我们所有美好的未来全部扫荡干净。不但利益不了自己，利益不了我们团体的人，反而对自己和团体是一个很大的、灭顶性的伤害。所以从这方面想的时候，为什么要放弃能够帮助自己的这种清净的修法呢？这个方法绝对是不能放弃的！

这方面我们要深入考虑，我们考虑问题的时候如果不是非常深入，就会觉得：守戒太困难了，我放弃了就自由了；发菩提心太困难了，我放弃之后就自在了，实际上并不是这样。

从菩提心的角度来讲，菩提心是一个很殊胜的善法，它的本体是：初善——最初的时候是一种清净的善；中善——中间的时候也是清净的善；后善——最后的时候还是清净的善，初中后都是清净的善法。从因果律来讲，善法只能带来安乐。所以我们能坚持菩提心，坚持不懈地对治烦恼，通过菩提心和其他的修法来对治烦恼，这种善法是根本不需要退失的。

再进一步地讲，实际上我们真正应该害怕的是什么？应该退失的是什么？是轮回和轮回的因。对整个轮回的苦，我们应该真正地害怕、恐怖；对于能够产生轮回痛苦的因——集谛，真正应该退失，这些才是真正应该恐怖的地方。但现在我们反而颠倒而行：对于不应该恐怖的、不应该退失的菩提心、菩萨戒和对治烦恼的修行，产生了很大的厌倦和恐怖；对于真正能够引发无穷无尽的烦恼痛苦的烦恼心、我执心，反而像养育自己的儿子一样去保护它，这个行为是不是正确？我们应该考虑。我们对于这种对治烦恼的、菩提心的清净修法

，实在是不应该退失，没有理由退失，为什么要退失呢？所以此处讲“故于灭烦恼，应恒不退怯”，应该恒时地去精进，不应该退失，它根本不是一个应该退失之处，而应该是坚持不懈的地方。

学习佛法应该时间长一些，学习的时候学得深一些，只有这样我们在看问题的时候，才能够逐渐深入问题的本质，而不只是在表面上，想当然地通过自己的分别念：“哦，应该就是这样决定下来。”实际上根本不是这样的，我们很多分别念所思考的问题是似是而非的。我们应当依照《入行论》当中所讲的教言去做深入思考，只有这样我们才可以获得非常深奥的智慧，获得了深奥的智慧，我们才有能力对问题做全面思考，只有做了全面思考，我们才真正可以得到一个什么是应该取、什么是应该舍的深入的结论。此处讲得很清楚了，“故于灭烦恼，应恒不退怯”，它的确不是一个应该退却的地方。下面继续讲颂词：

吾
应乐修断，怀恨与彼战，

似
嗔烦恼心，唯能灭烦恼。

前面说对灭烦恼方面应该不要退失，所以我就应该“乐修断”——乐于修持断烦恼的殊胜窍诀，而且在修持这个窍诀的时候，要“怀恨与彼战”，就是一定要把烦恼当成一个真实的敌人。前面讲过，修行人在世间当中没有真实的敌人，修行者最真实了义的敌人是什么？就是烦恼和分别心。对烦恼这个问题，前面已经做了很多的分析：它是怎样隐藏在我们的心中，怎样任意地伤害我，怎样把我们引向无间地狱，怎样像刽子手、牢狱卒等等。我们对烦恼已经有了非常深入的认知，有了这个深入认知之后，就产生了绝对不能和烦恼共存下去的决心：我一定要断除它，断除的时候一定要发狠心，一定要下死手，一定要把

烦恼彻底消灭。在修持断烦恼修法的时候，一定要“怀恨与彼战”——怀有一种绝对要把它彻底断尽的、好像带有嗔恨心的心态和烦恼作战。如果不带这种嗔恨心，你对烦恼心软了，想放它一马或者饶它一回，这对我们自己会是最大的伤害。我们如果放烦恼一马，它会不会利益我们呢？绝对不可能的事情，只有把它彻底打倒、连根摧毁，这种行为才是正确的，否则留一丁点烦恼在相续当中，它都会逐渐壮大，然后给我们以毁灭性打击。为什么要“怀恨与彼战”，原因就是这样的。

有些人会想，怀着嗔恨心和它打仗是不是一种烦恼呢？前面不是说所有的烦恼都应该断除吗？一切烦恼都是所断吗？为什么现在这种烦恼我们要鼓励？下面回答说：“似嗔烦恼心，唯能灭烦恼”。实际上，“怀恨与彼战”的这个“恨”，虽然看起来好像是一种嗔恨的烦恼心，这种心态表面上好像是一种嗔恨烦恼，带着嗔恨的字眼，但实际上它不是烦恼心，不但不是烦恼心，而且唯有这种心态才能够灭烦恼，所以说“唯能灭烦恼”——这种似嗔的烦恼之心，能够灭除烦恼。它是似是而非的烦恼，在表面上、词句上看起来是烦恼，实际上并不是烦恼，而是一种坚定的决心、一种智慧和智慧相应的善巧方便。

我们在断烦恼的时候绝对不能够手软，要下定决心，把它连根铲除而后快，有了这种心态之后，我们才能够真正下决心绝对不允许烦恼在我们相续当中生起，因为它就是产生一切痛苦的来源。不单要把烦恼从我们自己的相续当中彻底遣除，而且要帮助众生彻底遣除潜伏在他们相续当中的烦恼。因为这个烦恼不管在谁的相续当中存在，都能让众生感受无穷无尽的伤害。不管在谁的相续当中，烦恼都是应该断的，但是其他很多众生还没认识到这一点，还没有能力断烦恼。所以，我首先通过修持断除自相续当中的烦恼，然后再去帮助一切众生断除他们相续当中的烦恼。

菩萨修道成功之后，会化很多身体去帮助众生断除烦恼。对于根性成

熟的众生，他就直接宣讲断烦恼之道；对于因缘还没有成熟的众生，就给他种下以后断烦恼的种子，慢慢培育，等以后他的根性成熟了，种性苏醒了，再教给他断烦恼的方式。

有时菩萨是个别度化，如果这个地方只有一个所化，菩萨就在一个所化的相续当中种下断烦恼的种子；有时大批众生的根性成熟了，就像法王如意宝和上师仁波切一样，菩萨就通过大片传法的方式，教给弟子如何断烦恼的方法，大批弟子通过修持，就可泯灭相续当中的烦恼。

这只是一方的显现而已，实际上已经成就佛菩萨果位的圣者，他在十方世界有无量化身，能帮助众生修持断除烦恼之道。我们说：这么多众生怎样一个一个告诉他们呢？实际上菩萨有这种自在和能力，可以用一切善巧方便度化众生。虽然他做度化众生的事业，但是因为他相续中有自在的功德，所以既不会产生厌倦心，也不会有丝毫的痛苦。

这是当时菩萨处于我们现在这个位置的时候，遇到烦恼没有懈怠、没有厌倦，坚持对治烦恼的结果，也是坚持修持断烦恼之道的结果。所以后面烦恼一旦断除了，内心当中没有烦恼了，没有烦恼了度化众生、救度有情就很自在，可以有很多善巧方便，只要能够度化众生的所有方法都用，这就相当自在了。

现在我们处在这个位置上，如果能够坚持不懈地对治烦恼，我们自己也可以从烦恼当中出离或者自在。如果在这个过程中退失了，那就变成了我执、烦恼非常旺盛的凡夫众生。这个时候总有一天——虽然现在不一定马上堕恶趣，但是因为相续当中有堕恶趣的这个种子——我执、烦恼，它会在相续当中不断加强，所以堕恶趣是顺理成章的事情，肯定要堕恶趣的。

堕恶趣是来自于罪业，罪业来自于什么呢？它的温床就是我执，有了

我执之后，罪业绝对出生，罪业重了之后，堕恶趣一定顺理成章地发生，这是毫无疑问的。所以对这个问题，我们要这样思考：如果从菩提心当中退失，那堕恶趣是早晚的事情；如果不从菩提心当中退失，坚持修下去，就会像现在的佛菩萨一样，身心自在，身心清净，毫无勤作地度化众生。通过以上的很多对比，我们应该就知道，坚持不懈对治烦恼的确非常重要。

本课就讲到这里。

南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智

托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌

杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛

哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情

愿度有海诸有情