

《入菩萨行论》第151节课

发了菩提心之后，我们开始学习寂天菩萨所造的《入菩萨行论》。

《入菩萨行论》宣讲了如何让我们发起菩提心，从凡夫人的自私自利心转变为一心利他的、非常殊胜清净、伟大的菩提心。《入菩萨行论》从第一品到最后一品，宣讲的都是如何调伏、消除我们的我爱执，生起利他心。

生起了利他心之后，用什么方法才可以真正利他？就是成佛，只有通过成佛才可以最究竟地利他。所以发了利他心之后，为了究竟利他的缘故，我们要发誓成佛。这是菩提心的两个不可或缺的体性、条件或者因缘：第一，要以大悲来缘众生；第二，要以智慧来缘佛果。只有圆满具足这两个条件，才是菩提心圆满的体相。

如果只有利他心而没有求佛的心，这种菩提心不圆满。如果只有求佛的心而没有利他心，这种菩提心也不圆满，只能算是部分的菩提心。只有既具足利他心，又具足成佛的心，在两种心都具足的情况下，才是真正的菩提心。所以在《入行论》当中着重宣讲了如何生起利他的殊胜善心，以及为了利他而追求佛道的思想、精神。

《入行论》十品的内容当中，第一品宣讲了菩提心的利益。第二品宣讲了生起菩提心要清净罪障，还要圆满资粮，比如修持请转法轮、随喜等善功德。在第三品当中讲到要发菩提心、受持菩提心和菩萨戒。

在发了菩提心、受了菩萨戒之后，通过不放逸（第四品）、守持正知正念（第五品）、安忍（第六品）让已生起的菩提心不退失。

第七品精进品宣讲了，必须要在世俗菩提心和胜义菩提心上具足殊胜的精进。第八品宣讲世俗菩提心再再增上。第九品宣讲胜义菩提心再再增上。

第十品就把整论及我们所修持的善根以回向的方式来做定位，即我们的功德用于什么方面。第十品回向品当中，关于回向的内容，讲得非常殊胜、非常广。

现在我们学习第八品，讲到了世俗菩提心增上的方便。前面讲到，要生起菩提心，就要修静虑；为了生起殊胜的禅定，必须要远离它的障碍。或者说，修世俗菩提心时，如果贪恋世间、贪恋轮回，相续中产生很多虚妄分别，在这种状态中不能生起清净的菩提心。

菩提心本身非常清净，如果相续中贪恋世间八法，生起很多妄念，在这种状态当中想要生起清净的菩提心，因和果明显不一致，这样就没办法真正达到佛法当中所讲的“处”的观点。在佛法当中讲到有“处”和“非处”^[1]。正确的因产生正确的果就是“处”。如果因是错误的，想要生起一个正确的果，就叫“非处”。所以说，如果相续当中的烦恼、妄念不调伏，心处于很粗大、染污的状态，就生不起清净的菩提心。因此第八品的前面宣讲

了如何远离分别妄念。

第八品中间宣讲正行时，讲到自他平等、自他相换的内容。现在我们宣讲的是精通对治方便的内容，分略说和广说，现在我们宣讲的是广说当中的断除贪身，其中贪执不合理的内容已经讲完。

已二、由于不知利害故贪不合理

“不知利害故”，对什么不知利害？或者说，什么是不知利害的？因此我们贪它不应理呢？

我们将科判和下面颂词的前后文综合起来理解。“不知利害”主要是指：身体本身是一个无情法，是色法的自性，所以它是不知利害的。不论给它作利益，还是作伤害，它都不知道。对于这样一个不知利害的身体，我们把它执为我，去贪著它极不合理。颂词针对身体不知利害的核心内容展开宣讲，然后进一步告诉我们要断除贪嗔。大科判是断除贪身，此处是讲“因为身体不知利害的缘故，我们贪执身体是不合理的。”

首先看第一个颂词：

细心极爱护，或弃鸢兽食，
身既无贪嗔，何苦爱此身？

字面意思：这个身体不管是被我们非常细心地爱护、照料，还是死后被抛到尸陀林中当中被秃鹫、野狗、野狼等吞食，对身体本身而言，我们细心爱护它，它不会有贪欲，最后“鸢兽”等摧残它、食用它，它也不会有嗔恨。对于这个既不知利又不知害，无贪无嗔的身体，我们“何苦爱此身”？为什么要以造这么多业作为代价，或者以很多时间、精力作为代价去爱护它呢？没有必要。从这个方面教诫我们要断除贪身。

前面讲过，贪执身体是修持出离道、修持菩提心的一种很大的违缘。因为我们对身体过度贪执，所以就没办法生起利他心。或者即使想修利他心，因为对身体过度贪执的缘故，所以就花费了大量时间、精力、钱财照顾身体，从而没有时间修持利他。而一个人的精力是有限的。我们的分别念也有一个特点，当我们专注某一个法的时候，就没办法同时专注另外一个法。如果把自己的分别念全部用于贪著身体，哪里想得到利益众生呢？

我们看到贪著身体会给修菩萨道、修菩提心带来非常大的违缘，为了遣除这样的违缘，我们要通过一切方式方法断除贪著身体。下面进一步分析这个问题。

身体本身是一种无情法。按照佛法的观点分析，我们现在所谓的身心五蕴或者说这个我，是由身和心两部分组成的。

从这一世的缘来看，身体这个部分，主要是来自于父母的精血，是一种色法的体性。父母的精血——受精卵逐渐发育，最后就变成我们的身体。

另外一部分是我们的心识，它来自于我们的前世，死亡之后心识脱离原来的身体，经过中阴然后入到受精卵当中，受精卵和心识和合在一起，在十二缘起当中叫“名色”。它们混合起来，身体就不断地长大，就有了六处，有了触、受、爱、取、有等等，就开始出胎、慢慢长大，变成现在这个身体。

从根源上分析时，身心其实是分离的。只不过在出生时，身和心是一起生下来的，又因为我们所接受的教育或者我们的执著、串习，我们就认为身心是一体的，其实身和心是分开的。

在《俱舍论》等佛法论典当中，把五蕴一条条列出来做了很详细的辨别，我们就知道身体是一种色法、无情。色法的体性是阻碍的，心的体性是一种明知，而色法就没有明知的这部分。比如房子、砖头、茶杯等等是色法，没有明知的体性。而心识的体性是明知的，比如眼识、身识、意识，体性是明了、明清的自性，是明明了了、可以知道的、明知的本体，而色法并没有这样的体性。所以说身心是分开的。

既然身心是分开的，那么不论我们对身体很爱护或者怎么去伤害，身体本身作为色法不会有任何知觉。它不会因为被爱护而生贪，也不会因为受残害而生瞋。因此对这个不知利害、无贪无瞋的身体，投入这么多的心血，造这么多业来保护它、爱护它，其实是非常错误、颠倒的行为。

上堂课分析过，我们在身体上花的工夫非常多、非常大，很多精力和钱财都投入到了爱护身体、让身体享受方面去，而且造的恶业基本上也是因为爱护身体形成的。真正因为探讨宗派思想而造的恶业虽然有，但是远远不及缘身体造的业那么多。从这方面分析，就没必要为了这种不值得贪爱的身体付出这么多苦行和恶业。

这个颂词告诉我们“贪身是不应理的。”前面也讲过贪身不应理，是从障碍入道和修寂止的角度及修菩提心前行的角度来宣讲的，此处是从修持菩提心本身的角度宣讲。

讲到这里，有些人心里可能还会有些疑惑：怎么前面所讲的道理和我的实际感受不一样？因为我吃好东西，穿好衣服，接触到很柔软的物体时，我的身体会有感受，心会有快乐的感觉；接触到冰凉物体或者被棍棒打击时，会有痛苦的感觉。而且安乐时我们就会生起贪欲；不舒服、痛苦时，我们就会有瞋恨。明明这个身体又有感受，又知利害，为什么这个理论说“不知利害故不应该贪”，或者“身体无贪瞋故，不需要保护此身”？其实这是一种比较粗大的分别念，没有经过仔细分析。

前面提到过，在《俱舍论》或因明等佛法论典中，把身心、五蕴分析得非常清楚，梳理了各自的体性和关系。如果学习过《俱舍论》、因明等论典，思维会更细密，更有观察力和逻辑性。这些论典当中分析过，我们之所以会产生上面的妄念或分别念，就是因为我们的心识太笼统、太粗大，没有把这些问题逐个分开剖析。

身体是一种色法，它本身就像石头或者柱子一样，没有什么感受。但身体接触好东西时，我们会产生舒服的感觉或贪欲；被扇耳光或被打击时，我们会很痛而生嗔心。其实这是我们混淆了一些概念的缘故：把身体和身识混在一起，身体和意识混在一起，身体和受混在一起了。

我们的身心五蕴是一个综合体。身和心是可以分离的，但在不加分析的情况下，现阶段身心的联系比较密切，就好像几乎变成了一体。但是仔细分析其实是可分离的，虽然可分离，因为关系紧密的缘故，身心也会互相影响。

我们的神识或心识进入到身体当中，跟随不同的根就形成了不同的识。除了眼根、耳根、鼻根、舌根这四根之外，即除了眼睛、耳朵、鼻子、舌头之外，其他的部分都是属于身体。心识的一部分就周遍在身体当中，这部分的识就叫做“身识”（身体的识叫身识）。眼根产生的识叫“眼识”，耳根产生的识叫“耳识”。这些内容可能我们已经知道了，因为要讲身心的问题，此处再简单分析一下。

心识和身体有一种紧密的联系，所产生的识叫“身识”。比如经由打击身体，我们会有一种感觉，这就叫“身识”。在身识产生的同时，有一种心所同时生起，这个心所叫受心所。比如乐受、苦受就是受心所。身识是心王，苦乐的受是心所，当身体有感受的时候，受心所就同时产生了。因此身体虽然是无情的，但是因为它和识的关系紧密，所以产生了身识，通过身识又引起了受心所。因为有了受心所的缘故，意识就通过身识或受心所传递的信息，知道“这个是痛的”然后开始生嗔；或者“这个是很悦意的”就开始生贪。生贪、生嗔是意识的作用，有感觉是身识的作用，有苦乐是受心所的作用。

假如说身体离开了身识、受心所和意识，它既没有感觉，也不会有分别，就像尸体。神识离开身体后，因为身识已经离开了，所以打它也不会有感觉，也不会有受、有贪嗔。单纯的身体就是纯粹的色法，就像桌子一样。

此处为了破除贪身，所以把身体单独拿出来进行分析观察：身体其实是无情，是一种色法，本身不会有贪嗔。对这个无贪无嗔、不知利害的身体苦苦耽著，其实没有任何作用。

凡夫人的心识太粗大了，因此把身体执为我，认为“我要爱护它，因为这是我的身体，这是我”。但真正分析下来，身心是可以分离的。通过这样分开，我们也知道其实身体是无我的，也可以和无我关联。但此处毕竟是讲世俗菩提心中“断除贪身”的部分，所以并不需要和无我的空性去关联。如果经由这一步观察下去，就可以进入到无我空性的侧面当中。

以上分析了身体无贪无嗔，不知利害，所以要抛弃对身体的执著，不要因为对身体的执著而障碍我们修持菩提心。

再看第二颂：

何毁引身瞋？何赞令身喜？

身既无所知，殷勤何所为？

这个颂词通过观察，进一步让我们知道：因为身体不知利害的缘故，贪著身体是不合理的。这个颂词是从“赞”和“毁”的侧面来分析。

字面意思：什么样对身体的诋毁能够引起身体的嗔恨？什么样对身体的赞叹能够让身体欢喜？身体本身既然没有任何所知，它没有心识，不知道诋毁或赞叹的话语，那我们殷勤地爱护这个身体，“何所为”呢？其实没有任何必要。

颂词明显是从“毁”和“赞”这两方面来进行观察。在生活、修行的过程当中，每个人也有不同的体会。比如“诋毁”，当我们很在意身体时，如果别人说：你身体怎么这么矮啊？这就是一种“毁”，自己觉得对方诋毁了自己的身体。或者别人说：你怎么这么丑啊？你的身材怎么这么差啊？你怎么这么黑啊？你为什么这么显老啊？这些话都是针对我们的身体说的。因为我们把身体执为我，对身体非常执著的缘故，所以当别人一说这样的话，我们就很不高兴：你凭什么说我？马上就有反应，就因被诋毁而产生嗔恨心。这个是从诋毁的角度来讲。

再从赞叹的角度来分析，反过来理解就可以了。比如别人赞叹：你很年青、你很高、身材很好，你长得白、很漂亮！这时我们就很欢喜，就产生贪心。

真正进行观察：“何毁”，什么样的诋毁能够引起身体的嗔恨呢？从身体的本身来讲，它的确不会有任何的反应，不管是诋毁它或赞叹它，它既不会生嗔，也不会生起欢喜心。

别人赞叹或诋毁我们的身体时，我们就会有反应然后产生了贪嗔心，这是怎么回事呢？对此我们进行分析：第一，身体本身是无心识的；第二，诋毁和赞叹属于语言。既然它们属于语言，那什么根能够接收语言呢？耳根能够接收语言。前面一个颂词是身根和身识的关系，这个颂词主要是耳根和耳识的关系。

这个时候耳识、意识还有受心所加入了。耳识、耳根接收了语言，因为有耳识的缘故，我们听到了对方说的话，然后再分别：这说了什么？这是在赞叹我的身体；那是在诋毁我的身体。耳识和身识在这里面都发挥了作用，但耳识的作用不如意识，为什么呢？因为耳识只管接收信息。

按照《俱舍论》或者《因明》来讲，耳识本身是无分别识，它只管听声音，如传进来的歌声、鸟鸣等，接收之后耳识就传递给意识，意识就开始分别：这种鸟叫我喜欢，那种鸟的声音我不喜欢；那是电锯的声音，令人不舒服。如果不好听的声音一再出现，我们就开始烦躁、生嗔；如果听到赞叹的声音，就开始欢喜、生贪心。

别人诋毁我们的身体时，我们很不高兴，就开始发怒伤害众生，舍弃对众生有利益

的事业。别人赞叹我们的身体时，我们就开始飘飘然，不知道自己姓什么，忘记了自己修行人的身份。随着赞叹，就对赞叹自己的人偏袒地产生想要利益的心，对没有赞叹自己的人就偏袒地生起不想利益他的心。诋毁的声音和赞叹的声音，对凡夫人和没有生起智慧的修行人伤害很大。但真正分析这些声音都是没有意义的。为什么它们能伤害我们？其实就是因为不了知真相，就是因为无明。

如果了知真相，赞叹或诋毁的语言，能影响真正的修行者吗？就像一个菩萨或修行有素的人，内心已经生起了境界，已经放弃了对身体的贪著，或者对颂词的意义已了解得非常深刻，他恒时安住在这样的状态当中。当别人骂自己身体的时候，他知道骂的是身体，对自己没有任何损伤。

耳根接收语言之后，如果我们的意识不分别，语言就伤害不了我们。比如我们听不懂英语，一个外国人用当地最恶毒的话来骂我们，我们接收到的是什么？只是一串声音符号而已。如果他笑嘻嘻地骂我们，我们还以为他在赞叹自己，不会因为这些话而生嗔恨心。这个声音我们听到了吗？听到了，但它对我们的身体本身没有什么伤害。

如果我们首先听懂了，然后分别：这是在骂我。而且串习过这是不好的话、是骂我的话，这时我们就开始生嗔。如果听懂了是赞叹我的话，就开始生欢喜心。

当我们的耳根接收信息时，当然我们不能说声音对身体绝对没有伤害，如果声音分贝太高了，也会对耳根有伤害。除了这种伤害之外，在正常范围中单纯的语言，其实对我们的身体不会有任何伤害，身体也不会有任何的所知。所以说“殷勤何所为？”我们经常殷勤地作取舍：对于赞叹自己的人，就觉得他是朋友、有眼光，对他自然有好感；对诋毁自己的人，自然觉得他不好或像自己的怨敌，就想要远离他或者找机会反唇相讥，这种心态经常容易产生。

真正回过头再看，这个颂词表达了什么含义呢？我们所做的事情都是徒劳无益的。如果了知“身既无所知”的含义，知道身既然是无所知，如果能安住在这种状态当中，不管别人怎么说身体，身体本身没有任何所知，语言也不会真正产生利害或者有任何所知，那意识去分别又有什么用呢？关键是我们有一种概念，认为“身体是我的，我只想让它得安乐，不想让它受苦”。其实身体本身没法接收语言，（只有耳根能接收），而且分别语言好坏是意识的工作，但是因为我们把身体执为一体、执为我的缘故，于是就生贪嗔了。

按颂词所讲，我们应把身心分开来观察。单单听到对身体的赞叹或诋毁，对一个修行人来讲，应该如如不动，安住在颂词所说的状态当中，当然这需要不断的串习。当我们串习得比较熟练，深深认同这个观点的时候，再遇到别人诋毁或者赞叹自己的身体，自己就能安住在如如不动的境界当中，这些赞叹或者诋毁的语言就像小风一样，吹不动须弥山王了。这样的话，它就对我们的身体本身产生不了任何伤害，对我们的修行也不

会产生任何伤害。

其实很多时候造成伤害都是因为这种概念：“这是我的身体，我必须利益它，任何人不能伤害它、诋毁它，哪怕是语言也不行”。我们了知道理之后，按照这个经典的教言去做，很多的恶业、烦恼都会因此而消失。

以前上师也讲过，如果我们按照经典当中的教言去观察，不管身体是美是丑，它都是一个无常的自性。假如别人说自己很矮或很丑，如果是事实也无所谓；如果不是事实，语言也改变不了自己身体的状况。因此，太过于执著别人赞叹和诋毁的语言，其实是自己给自己找麻烦。

我们自己在学佛法之前，还有很多人在没有学佛法的时候，对这个身体特别耽执，很在意别人对自己的身体怎么看。有时别人什么都没说，他就觉得：我这种身体出去不行，所以必须要改变一下。很多人做整容，因为他觉得鼻子小了，要弄大一点；或者觉得有皱纹了，要怎么样。其实生老病死在世间是一种自然规律。过于注重别人的想法、看法，活在这个世间就非常不自在了。当然这里还没提整容失败的问题，整容失败会导致其他的麻烦。单单就这个事情本身来讲，我们在修行、生活当中，其实不用太在意别人的眼光。

有些人因为太执著自己，或者觉得自己是一个人物，所以非常想改变，让自己显得更好，其实也是要避免或者远离别人对自己的诋毁，博取别人对自己身体的赞叹，因此出现种种问题。所以寂天菩萨在这里教诫我们，其实不用太在意身体，让我们进一步了知，身体并不是我，应安住在自性当中如如不动，这方面是非常重要的。

第一个颂词主要是从身识的角度来讲，第二个颂词主要是从耳识的角度来讲。当然其他的鼻识、舌识等等，可以类推。如果对我们的影响不是特别大，从主要的侧面（身识和耳识）进行观察就可以。

再看第三个颂词：

若人喜我身，则彼为吾友，

众皆爱己身，何不爱众生？

前面讲了不应该贪恋身体的两类理由之后，有些人就想反驳，继续为自己贪身找一些根据和所谓合理的理由，就说：“若人喜我身，则彼为吾友”，这是我们的想法或对方的观点，就是说：打扮和爱护自己的身体，并非没有任何必要，我把这个身体爱护好了，就会有人喜爱我的身体，他就变成我的朋友，从发菩提心的角度来讲，我就可以饶益他，因为作为朋友说的话对方比较容易接受，所以我就可以展开弘扬佛法的事业。

后面两句是寂天菩萨的破斥：“众皆爱己身，何不爱众生？”如果是为了爱护众生，让众生成为你的朋友、喜欢你，你为了利益他的必要而这样保护身体的话，那么“众皆爱己

身”，一切众生都喜爱自己的身体，为什么你不因为这个因缘去保护众生，然后让众生更爱你呢？

下面再进一步分析这个部分的内容。

第一部分是对方或我们自己还要给保护身体找一个理由：我喜欢身体、打扮身体、保养身体，比如穿好衣服，涂化妆品、吃好饮食，住好房子，享受好受用等，其实不光是为了自己，也是为了利众。如何利益众生呢？因为我把身体爱护好之后，有些人看到我后就会喜欢我，自然而然就会对我产生亲近的感觉而成“吾友”，这时我就可以利益他。其实我是为了利益他、帮助他，为了让我和其他众生成朋友的缘故，所以才爱护自己的身体。

上师在讲记当中也提到，这种想法如果真正是为了利益众生，也不是不可以。因为众生的根机、意乐不一样。有一类众生对苦行者比较容易生信心。苦行者住得很差，穿得也很差，很知足少欲。对于这种修行者，他们就觉得：这是真修行人，肯定是在真修行，他对这些东西都不讲究。

还有一类众生看不起苦行者，觉得这些人是走投无路、没有任何办法才去学佛、修行的。而看到有些修行人、菩萨或上师体相庄严，或者很有钱、有势力、有很多眷属，他对这样一种菩萨、上师就能够产生信心。对于这类众生，有些大德、菩萨也这样示现。

佛菩萨为了度化众生，无所不用其极。度化众生时没有固定的手段。何种手段或方法能够度化众生，他就用这种方法去度化众生。对这一类众生有利，他就示现这种情况；对那一类众生有利，他就示现那一种情况。只要能够利益众生，什么样的形象都可以：可以成为屠夫、僧人，也可以成为很富裕或很贫穷的修行者。不管怎么样，只要对大多数众生有利，就可以这样做。

佛陀修行三无数劫之后，曾经专门用一百个劫的时间来修相好的因，而不是一两年或一两世。三无数劫中成佛的资粮已经快圆满了，还要专门用一百个劫来修持相好，为什么呢？因为通过庄严的相好可以度化很多众生，令很多众生见而生喜。很多人一看到佛陀的相好，就确定他是遍知，在《贤愚经》、《百业经》等很多经典当中都有这样的记载。

还有些菩萨显现很富裕或身相特别庄严。不管怎么样，只要能够利益众生，怎么样打扮自己都行，如往身上喷香水、抹化妆品，戴耳环，穿好衣服，开好车，住好房子等。不管怎么样，他的心中完全是在利益众生。当他在做这些事情的时候，他的心中对一切众生永远都是爱护的，他的菩提心刹那也没有忘失过。如果是这种情况，爱护自己、打扮自己也没什么不可以，因为完全是为了利益众生。

但是上师讲了，我们现在找这个理由，是否真是这样呢？我们找理由爱护自己、打

扮自己，不是真正为了利益众生，只是以利益众生为借口而已。大德打扮自己时，心中想到的是一切众生；凡夫人打扮、爱护自己时，心中想到的更多是自己。

因为此处这个颂词触及到我们的痛处，触及到我们贪恋身体的执著，所以我们的心就想做垂死挣扎，就找理由说：我应该爱护身体，因为我要利益众生的缘故等等。真是为了利益众生吗？还是仅仅用利益众生来做幌子，其实只是想利益自己？

如果是这样，颂词讲“众皆爱己身，何不爱众生？”如果你说：“我爱护自己是为了让别人成为我的朋友”，反过来讲，一切众生都爱护自己，那我们为什么不直接去成为他的朋友呢？我们就应该爱护一切众生。这是一种讲法。

还有一种讲解的方法更容易理解。我们如果认为爱护自己的身体是为了让众生成为我的朋友，这样我更加能利益他的话，反过来讲，“众皆爱己身”，一切众生都很爱护自己的身体，如果这时你直接去爱护他的身体、保护他，他会更加喜爱你。因为你直接在保护他、利益他，他会更加喜爱你、拥戴你，成为你最好的朋友。他更加愿意听你的话，更加能够利益众生。但是为什么你不去爱众生呢？

虽然你说爱护自己的身体是为了众生着想，是为了爱护众生，为了让众生成为自己的朋友，才去爱护自己的身体。寂天菩萨就说，如果你想让众生成为你的朋友，还有一个更好的方法。你不要去打扮自己了，即便把身体打扮好了，也仅有部分众生喜爱你这种打扮，还有很多众生不喜爱你的打扮，你所做的事情其实利益很有限。

而且身体本身是无常变化的，当你年老、衰败的时候，再怎么爱护、打扮，身体都是会衰败的，按你的理论推下去，其他众生就不会再欢喜你了。即使以前非常出名的明星，几十年后还是很衰老，没有人气，也不再演戏了，这时候就像一个很一般的人，走在街上别人也不认识，或者别人看到说：“这是某某明星，怎么变成这样了？这么老，这么胖，这么丑。”像这样的话，通过“若人喜我身，则彼为吾友”的方法去利益众生，其实是很短暂的。

寂天菩萨就说，还有一个更好、更直接的方法让你和众生成为朋友，即：直接去爱护一切众生。因为每个众生都喜爱自己的身体，如果你去爱护他的身体，一切众生就会更加喜爱你。

菩萨就是这样做的，想尽一切办法去爱护一切众生，至少心里面是这样，当然行为上可能不一定照顾到每个众生，因为每个众生的业力不一样，或者菩萨修行的功德还不成熟，能力有限，还没办法照顾到一切众生，只能尽量照顾那些看到的、接触到的众生。但他的内心已经成熟了，内心是爱一切众生的。这种菩提心的爱是一种大爱，完全是付出的，而不是占有的。

上师和很多大德分析过，带有自私自利心的爱其实是一种占有，而菩萨的爱是真正

的付出，不计任何代价，而且不分种类，不是因为这个人对自己有好处或能利益自己，或者这是亲人，所以我才要爱他。虽然有些爱显现上也是付出，比如说父母爱儿女，好像可以完全不计回报，儿女爱父母有时也好像可以付出一切，情侣之间的爱有时为了对方也可以牺牲自己，这种是不是付出的爱？这是某种类型的、有限的付出的爱。为什么说它有限？因为它只针对自己喜欢的，或者和自己有关系的，能够利益自己的人，对这部分人不索取，有付出；但是对其他的众生，比如和自己没关系或曾经伤害过自己的众生，对这类众生就没办法付出自己的爱，而且也生不起这种爱。

但菩萨不是这样，不是只对自己有利益的人才付出，而是对所有众生都付出，不分种类、不分高中低等，爱护一切众生。

在教材或上师对我们的教言当中，体现了一种怎样的修心体系？虽然我们现在没有生起来，但这个体系是鼓励我们放弃这种偏袒的、狭义的爱，要让我们对一切众生生起慈悲心，生慈悲心的同时不要计较自己的得失，也不要想帮助对方之后得到对方的回报，或者后世自己要得到很好的果报，或者自己要成佛。菩萨这种菩提心的大爱、慈爱，没有任何条件，这就是菩萨心中的爱。我们没有这种爱，我们的爱有局限性、选择性，有时时间的限制。

从这方面讲，如果真想和一切众生成为朋友，我们就要尽自己的一切力量去爱护一切众生。首先是在心中成熟，然后在行为上尽其所能去帮助一切众生，这时就可以让一切众生成为自己的朋友。

卯二、善用此身之方法：

前面讲过贪著不应理，让我们放弃对身体的贪著。虽然我们不要贪著，但也要善用此人身。我们不能走两个极端，不能说“既然不能贪著它，就干脆毁了它”，这是走极端的一种思想。虽然不能贪著它，但是可以把它当成工具来利用它。这就是“善用此身之方法”的意思。

故应离贪执，为众舍己身，

此身虽多患，善用如工具。

字面意思：所以我们应该离开对身体的耽执，为了利益众生的缘故，舍弃自己的身体。这个身体虽然有很多过患，但我们还是要像用工具一样对待身体，善加运用。这是智者的做法，也是佛菩萨对我们的教诲。

“故应离贪执”，前面通过很多科判和颂词讲到，耽著身体的过患无穷，既然我们已经学习、了知了这些道理，就必须离开对身体的贪执。首先我们要从理念上了知，再进一步通过观修、打坐的方式，逐渐真正从内心中不再贪著身体，把它完全用于修道。

“为众舍己身”，回到《入行论》第八品的本义当中，因为此处宣说的是利他的菩提

心。修自他平等、修自他相换，关键是要让我们产生利益众生的心。离开对身体的贪执之后，要用身体来做利益众生的事业，为了利益众生的缘故，要舍弃自己的身体。

谈到舍弃身体时，很容易想到释迦牟尼佛等佛菩萨在因地时舍弃身体的种种事迹，如以身饲虎的故事。佛陀在因地的时候，为了救母虎和小虎，把自己的身体布施给母虎吃，以此而圆满资粮。还有为了正法而舍弃身体，为了利益众生而舍弃身体，这些传记、故事在《白莲花论》等经论中非常之多。

我们一看到“舍己身”，自然联想到这些故事，觉得自己做不到这样。但是“舍己身”不单单只有一种方式，以身饲虎只是其中之一而已，它是高层次的舍身方式。对我们来讲，我们做不到，佛也不开许我们这样去做，因为这样做对自己没有利益，对众生利益也不大，很容易产生后悔心。

舍弃自己身体的方式有很多，比如不再考虑自己的利益，或者首先是自己的心舍弃了贪执身体，然后用这个身体去做利他的事业和帮助他人的事情，这些方面其实也是“舍己身”。“舍己身”就是用这个身体做利他的事情，用这个身体弘扬佛法、利益众生，不再考虑自己，不再主要为自己做事，这就是“舍己身”的另一种表现方式。对我们而言，这种方式可以学习、效仿，逐渐去做，一点一点地放弃对自己身体的耽执，一点一点地开始舍弃自己的身体，利益众生。这是很重要的。

第三、四句，“众皆爱己身，何不爱众生？”话又说回来，虽然我们要离贪执，“为众舍己身”，但毕竟这个身体还是修道的所依，是修菩提心的所依。第一品刚开始时讲了两种所依，一个是菩提心的身所依，即暇满难得的人身；一个是菩提心的心所依，即善心。所以说，这个身体肯定是菩提心的身依。

虽然身体是菩提心的身所依，但是它的过患非常多，所以我们要把身体上面的执著和可能引发过患的因素都去掉，然后把它当成一个单纯的修法工具，善巧地使用它，犹如善巧使用工具一样。它是我们能够发菩提心，能够修持菩萨道，能够做布施、持戒、安忍、精进、禅定、智慧，能够做种种利他行为的殊胜工具，所以我们要善用它。

上师在讲记中讲到这个例子：商主的儿子因为无知犯了错误，商主知道虽然儿子有很多毛病，但家业需要儿子继承，所以就想办法善巧调教儿子，让儿子被投入到监狱中受一点苦，然后暗中派人去教诲他、帮助他，让他慢慢改变。

同样，我们的身体虽然有很多过患，但因为它要承担我们修行的重任，所以要善用它。按照很多地方讲，如果众生的心没有身体的所依——如中阴身，它已经离开了粗大的身体，离开粗大的身体之后，心没有所依，它老是定不下来，没办法在一个地方呆上两三秒钟，因为没有有一个稳定处所，心就很慌。为什么想投胎呢？因为找到身体之后，心就稳定下来了。

现在我们的心的心能够稍微能稳定，坐在这听法，或能在这讲法，也是因为身体作为所依的缘故。如果这个身体没有了，我们的心就会漂浮不定，根本没办法停下来。所以身体虽然多患，但它毕竟是修菩提心的所依，是修善法的所依，所以一定要善巧地利用它，运用它来进行修道。以上分析了身体虽然多患，但也要把它作为工具，善用它。

本堂课就讲到这里。

[1] 见《藏传净土法》第75课。《藏传净土法》(《极乐愿文大疏》)喇拉曲智仁波切著索达吉堪布译讲。

“处”即符合道理，“非处”即不符合道理。例如：造善业产生安乐是处，造善业产生痛苦是非处；西瓜种子长出西瓜是处，西瓜种子长出冬瓜是非处。