

《四聖諦》

(一)

講解：如性法師

日期：2019年3月18日～23日

地點：臺灣華藏教學園區

課程：第三講（思惟苦集的重要性）

1. 在正行前調整動機的重要性

昨天晚上聽了各組的研討，有些同學在研討時提出了一些問題。接下來我試著從以下這幾個角度切入，一方面，看能否回答昨晚各位的問題；另一方面，也順便複習昨天的課。

第一個問題：平時各位在唸《開經偈》之後有什麼感覺？第二個問題：有沒有想過為什麼要唸《開經偈》？唸《開經偈》的目的是什麼？難道這是例行公事嗎？講法前一定要唸《開經偈》嗎？（學員：不一定。）既然不一定，為什麼要唸？是因為唸《開經偈》看起來比較莊嚴、隆重，是這樣嗎？有些藏系師長在講法前會唸《皈依發心偈》，請問：為什麼要唸《皈依發心偈》？那個動作是必要的嗎？假使是必要的，請問：為什麼要那樣做？就像昨天我們所討論的，如果我們找不到合理的理由，就不應該承許。

這時或許有些同學心中會想：「沒辦法，雖然我不承許，但前面的講法者帶著我們一起唸，所以只好跟著唸。」這時可以反向思考：「為什麼他要這樣做？這應該有他的用意在。」不論是唸《開經偈》或是《皈依發心偈》，這應該都不是例行公事，唸這些偈子是為了調整我們學法的動機。為什麼要調整學法的動機？為什麼佛法要一再強調「學法時要注重自己的動機」？例如：過去噶當派的祖師時常強調「前後二要事」——在正行之前的調整動機與正行之後的迴向、發願，這兩件事非常重要；它們的重要性甚至遠超過正行，所以說到「前後二要事」。

為什麼佛法要特別強調調整動機的重要性？因為佛法說我們的動機會影響我們正行時所造的業，是不是這樣？平時在介紹善惡業時，不是從外在的行為去判斷，而是從內在的動機去分析。這一點如何得知？舉一個例子：一位牙醫心存良善的動機為病人拔牙，請問他所造的業是善業還是惡業？（學員：善業。）但如果只看他外在的行為呢？他是不是讓對方痛苦？是。他幫病人拔牙，他造成對方痛苦，但我們不會說他

在那當下造下了惡業，是不是這樣？這一點應該可以認同。

相反的，如果有一個人為了謀取個人的利益，而在不認同對方的情況下去讚美對方，表面的行為看似可取，但實際上他所造的業是善業嗎？不是。這代表善業與惡業的分界線不在於外表的行為，而在於做這個行為的動機為何。由此可知，我們的動機會影響我們所造的業。

2. 如何透由念誦調整動機

既然如此，這代表在學法前要調整好動機的這件事情，對我們來說非常重要。假使唸《開經偈》或是《皈依發心偈》，它的目的是為了讓現場的人藉由念誦而隨文作觀來調整動機，有沒有可能出現一種情況——在唸完之後，內心無動於衷？（學員：有。）這個可能性非常大。這代表什麼？可不可以說我們的動機並沒有調整好？或是講得更精準一點——我們的動機並沒有因為念誦《開經偈》或是《皈依發心偈》而調整好？如此一來，我們正行時所造的業是什麼樣的業？這個問題需要思考。如果我們所造的善惡業跟我們的動機有緊密的關聯性，當我們的動機沒有調整好，即便在正行時非常專注，難道我們所造的業就會是純白的善業嗎？假使因為正行非常專注就能造下純白的善業，那就不需要強調動機了，是不是？所以調整動機很重要，動機會影響我們所造的業。

但問題來了，或許會有同學反應：「《開經偈》或是《皈依發心偈》都只有短短的四句話，我要如何透由念誦來調整動機？」請問：這個問題要怎麼改善？如果你在唸的當下內心無動於衷，有沒有一種可能——你對於自己所唸的那個偈頌並不認同？第二種可能——雖然認同，但是你沒有時常串習。在唸完《開經偈》或是《皈依發心偈》之後內心無動於衷的這種狀態，我們要如何調整？

就像昨天我們所說的，在學法時應該先探討事情的真相為何。《開經偈》也好，

《皈依發心偈》也好，那當中所說的道理是不是真相？即便它是祖師大德們所造的偈頌，如果不是真相，也不需要認同。所以這時我們先仔細地想想「無上甚深微妙法，百千萬劫難遭遇」這兩句話所講的是不是真相。

佛所說的正法統攝在見、行這兩者當中：「見」——空正見；「行」，最極致的代表——菩提心。佛所宣說的菩提心的教授也好，空正見的教授也好，是不是無上甚深的微妙法？應該是，這是真相。但對我們而言，從無始以來直到現今，我們學習這兩種法門的機會並不多，所以「百千萬劫難遭遇」這句話是不是也是真相？

3. 我們正處在學法最好的狀態

對於這一點，昨天有同學在研討時提到：「法師，你在上課時說『我們目前的狀態是在金字塔的頂端』。」他對於這句話不認同，他反問我說：「你怎麼知道我過去生沒有比今生更好？」

或許從世間的角度，我們過去的某一生曾經比今生更好——比今生有錢、有權、有勢，享有各種榮華富貴，甚至某一世我們是外道，有各種神通、神變……這都沒有問題，這些狀態我都認同。但是當我說「我們目前的狀態是在金字塔的頂端」時，我想強調的是什麼？以走向解脫之道的角度來分析，過去生我們所擁有的那些優點並沒有任何加分的效果。過去生我們再有錢，對於走向解脫之道有加分的效果嗎？沒有。以此類推，有權、有勢、享有榮華富貴、擁有各種神通、神變……那些我們認為的優點，對於走向解脫之道有加分的效果嗎？也沒有。所以從這個角度，我們目前的狀態應該可以說是在金字塔的頂端，可不可以這樣說？

這時，或許有同學心中會冒出一個聲音：「你怎麼知道在過去生我的心續中沒有生起過三主要道？」這一點看我們目前的現狀就能得知。我們目前的狀態像是曾經生起過出離心的樣子嗎？完全不像，連像的本錢都沒有。「像」是相似；我們目前的狀

態和生起出離心的人一點都不像。

在過去生，我們曾經生起過真實的菩提心嗎？不可能。或許有些同學會說：「我有可能生起過菩提心，但是我的菩提心退失了。」請問：什麼叫做「菩提心」？為了利益眾生而希求無上菩提的發心，它也是一種希求解脫之心，只不過它希求的是大乘的解脫。這種希求解脫之心是被「想要利益一切有情的心」所攝持，它不會退失，頂多是「由於我在行菩薩行的過程中遇到了困難，我覺得眾生真的太難調伏，我無法持續往這個方向前進，所以我想要追求自己的解脫」。一旦他的菩提心退失，他就墮入小乘道而成為小乘資糧道的行者。所以所謂的「菩提心退失」，不是指他的心續中完全沒有功德；菩提心退失之後，最起碼還有小乘的資糧道，因為他還是希求解脫，只不過當下他希求的是一己的解脫。所以以我們目前的現狀來看，我們像是過去曾經生起過菩提心的人嗎？一點都不像。

再來，空正見。我們像是生起過空正見的人嗎？這更不用說了。在佛經論典裡再再地強調智慧分不會退失，由此可知，無始以來直到現今，我們的心續中未曾生起過三主要道，這一點應該可以確定。

既然如此，稍微有錢、有權、有勢，甚至擁有各種神通、神變……那些我們看似的優點，對於走向解脫之道有什麼幫助？沒有幫助。因此以走向解脫之道的角度來分析，我們目前的狀態應該是最好的狀態。這樣的解釋能接受嗎？

這時你就會問自己：「無始以來直到現今，我在輪迴中投生的次數是無數次，所獲得的身軀有無數個，但到現今，目前的這個竟然是最好的。」稍微想過之後，你才會對於自己的狀態生起出離，這是生起出離心的第一步——對於自己的現狀感到不滿而想要跳脫。

所謂的「跳脫輪迴」，並不是要跳脫某一個環境，而是要脫離業和煩惱的束縛；只要被業和煩惱束縛，所感生的任何蘊體都叫輪迴。所以能否跳脫輪迴的關鍵，是在於我們能否跳脫心中煩惱的束縛、能否斷除心中的煩惱，而不是我們能否跳脫這個地方，投生到另外一個地方；心中的煩惱未斷，即便投生淨土，我們也在輪迴當中。

從另外一個角度來分析，我們在一天當中所造的善業多還是惡業多？應該是惡業居多。並不是說我們都沒有行善，而是我們所造的惡業應該多過善業。或許你會說：「我在這個地方很認真學習，所以我一天當中所造的善業應該比惡業多。」但你要把時間拉長，因為你剩下來的生命不會都住在這裡，你在這裡頂多十來天，而平常我們所造的惡業應該多過於善業。我們造惡業毫不費力，但我們行善是什麼狀態？我們要勉強自己、鼓勵自己、策勵自己、提醒自己。總之，我們要費九牛二虎之力才能持續行善，造惡卻非如此。

從造業的角度來分析，如果佛所說的「行善能夠感生善趣、造惡則會墮入惡趣」的業果法則是真相，無始以來直到現今，我們墮入惡趣的次數應該遠超過善趣，我們漂泊在惡趣的時間應該遠多過善趣，這一點可以確定。偶爾有幸投生善趣，並在投生之後有心想要學大乘法，重點是「有人願意指導你，還有一群同行善友陪伴著你」，這樣的機會微乎其微！從這個角度來思考，就如同宗大師在《功德之本頌》當中所提到的「偶一獲此善妙閒暇身」，現今我們所獲得的暇身是珍貴、難得的。所以昨天我說「我們目前的狀態是處在金字塔的頂端」，我覺得這一點都不誇張，這不是誇飾；對我而言，我覺得這是真相。

4. 設法令心結合真相趨向於善

但是我們之前的問題還是沒有解決。什麼問題？「我在唸完《開經偈》之後，發現自己的內心無動於衷。」如果這是問題，需不需要調整？需要。要如何調整？我們之前說，先分析你所唸的這個偈頌是不是真相；分析到最後，假使它是真相，接著，我們要怎麼思考這個問題？昨天我們提到要以實修為前提。什麼叫做「要以實修為前

提」？昨天在介紹這一段時，我們特別強調什麼叫做實修——設法將所學的法與心續結合。平時我們說修行也好，實修也好，意思相同，設法將所學的法、設法將我們認清的真相與心續結合。

對於這一點，在《略論講記》的第一冊第 202 頁，宗大師提到：「是為令心於善所緣，如己所欲堪為役使。」第一句話，「是為令心於善所緣」，首先，何謂「善所緣」？

各位所認知的善所緣是什麼？善法還是善業？我們在修行時，我們的心所對的境都是善法、都是善業嗎？（學員：不是。）如果不是，那個境為什麼稱為善所緣境？為什麼要特別加「善」這個字？不過我們要先確定，我們在修行時內心所對的境在什麼情況下不是善法。

例如：當我們在修無常法時，不論所修的是外境的無常還是自身的無常，心所對的境是某一法的無常。請問：那一法的無常能稱為善法嗎？我們會不會說杯子的無常是善法？不會。相同的道理，我們會不會說自己的無常是善法？也不會。既然如此，當我們在修無常法時，為什麼那個境稱為善所緣境？它又不是善法，為什麼要為它取名為善所緣境？為什麼要加「善」這個字？

所以這個地方要先確定一件事，當我們在正修時，心所對的境不一定是善法。例如：我們在思惟無我的道理時，無我是不是我們的對境？是。無我是善法嗎？不是；無我是常法，無我不是善法。但是在那當下無我能否稱為善所緣境？可以。如果不可以，宗大師在定義「修」的時候，「是為令心於善所緣」，這句話本身就有問題，因為不是所有的修所對的境都是善所緣。所以這當中的「善所緣」，並不是指在正修的當下心所對的境必須是善法，而是指透由實修這個所緣之後，能使自心趨向於善。

當我們面對這個境認真思考之後，我們的心會趨向於善，所以這樣的所緣境稱為善所緣境，而不是指對境本身是善法。對境本身不一定是善法，但在面對這個境、思索這個境，甚至對這個境生起定解之後，我們的心會趨向於善。例如：我們了解了無常的道理、了解了無我的內涵，這時我們就不會被常執、我執所束縛住，我們的心能夠趨向於善，所以這樣的所緣可以稱為善所緣。

第二句話，「如己所欲堪為役使」。什麼叫做「如己所欲」？如同自己所想要達到的目標。「堪為役使」——我們能夠完全自主地控制自心。這種狀態稱為「修」。

簡單來說，前面這兩句話的意思是「設法讓心熟悉善法」。為什麼這樣說？我們在面對新的善法時，由於我們從來沒有聽過那個法類，所以最初在聽聞的當下，內心會有一種陌生的感覺，這時我們的心跟那個境之間有一個明顯的距離。那要如何拉近心跟境之間的距離？透由串習；透由串習，我們就能逐漸熟悉善法，對於我們想要修持的法類有更進一步的認識，這時心與善所緣境之間的距離會越來越近、越來越近，最終我們就能控制自己的心，讓自己的心安住在善所緣境上，這就是修的過程。

昨天我們是怎麼解釋什麼叫做「實修」？設法將所學到的法與心續結合。剛開始這兩者很難結合。為什麼？理性的思考歸理性，感性的起心動念那是感性的，這兩者之間有非常明顯的距離，這應該不需要多說，對吧？但是當你發現真相只有一個，而自己的起心動念是錯誤的，它會造成內心的困擾與痛苦，這時你就要試著拉近心跟境之間的距離。雖然在拉拔的過程中或許心中也有苦受，但是相較於在輪迴當中的苦，那樣的苦根本不算什麼，所以這種拉拔的過程是值得的，因為只要撐過這一關，你的心就會從原本被煩惱束縛的狀態瞬間解脫。在此，我們再次強調什麼叫做「以實修為前提」。

在探究真相的過程中，我們心中要不斷地思索：「我探索的這個真相跟我的生命到底有什麼關聯？」這個動作不見得是先徹底了解真相再反觀自心；而是在探究真相的同時，這個動作就應該開始做。由於我們所剩的時間已經不多，如果那個真相跟我們的生命毫無關聯，根本不需要花時間去探索。

因此，在探索真相的初期，即便一時無法得到解答，但當我們發現那跟我們的生命息息相關時，再怎麼樣都不應該放棄，因為我們要有一種認知——只要我放棄、只要我往後退，最終痛苦的是我自己。懸崖就在我們的背後，我們根本沒有往後退的本錢；即便往前走的每一步都走在荊棘上，也沒有往後退的本錢。在此，我們以宗大師在《略論》當中的文來解釋什麼叫做「修」。

5. 實修的進展有賴正確的動機

如果「修」的標準是如此，請問做大禮拜是不是實修？這個問題的答案有幾種：第一種，「是」；第二種，「不是」；第三種，「不一定」；第四種，「不知道」。還有沒有其他的選項？應該沒有。認為大禮拜是實修的，請點頭；認為不是的，請點頭；認為不一定的，請點頭；不知道的，請點頭。

現場大部分的人都說不一定；意思是做大禮拜的這件事有可能是實修，也有可能不是實修，是不是這樣？（學員：是。）在什麼狀態下是實修？在什麼狀態下不是實修？如果我們在做大禮拜的期間，內心跟法完全無法結合，即便我們一天拜一千拜、兩千拜的大禮拜，請問：那是實修嗎？應該不是；必須說那應該不是我們這個地方強調的實修。相反的，如果你在拜大禮拜之前，你很認真地思惟法義，將你的動機調整好，即便你一天只拜三拜，請問那三拜是不是實修？是。所以前者跟後者如果讓各位選擇，各位要選哪一個？（學員：後者。）你們找到了偷懶的理由了。

但問題是：難道各位覺得調整動機比拜兩千拜的大禮拜容易嗎？這個才是問題的

癥結點，雖然在回答時你會選擇後者——「我花時間調整我的動機，一天只拜三拜，這才叫實修；如果動機沒有調整好，一天拜兩千拜，那都不叫實修。」但問題是，我不認為要把動機調整好比一天拜兩千拜的大禮拜容易，調整動機這個動作一點都不容易。

而且通常我們在學法的進展上，速度比蝸牛在爬還要慢的原因，就是因為我們的動機始終調整不好，甚至到最後我們根本忽略這件事情。我們只想在正行上用功，完全忽略了我們學法的初衷、完全忽略了我們學法的動機，所以在正行時，即便我們付出再多，最終也不會有好的結果。因為業的好壞不是只取決於正行，業的好壞，關鍵在於動機，但我們對於這一點很難生起定解。為什麼？

調整動機誰看得到？我把動機調整得再好，誰看得到？除了諸佛菩薩之外，我們周圍有誰看得到？看不到。但如果我正行做得很好呢？我周圍的人通通可以看得到。在這樣的情況下，我們多數人都會選擇「我要把正行做好」。正行做好，有表現的機會；動機調整好，沒有表現的機會。而且如果我們花太多時間調整動機，弄到最後，正行有可能做不好。這就像我們第一堂課所說的——八風的人連學法都很八風，就是這種狀態，任何時處都很八風；不是只講各位，包括我。所以做大禮拜到底是不是實修，我覺得不應該只看外表的行為，應該觀察的是我們內在的動機——我為什麼要拜大禮拜。

早上在研討的時候，當我說大禮拜不見得是實修時，有同學的反應是：「那宗大師為什麼要供養曼達？宗大師為什麼要拜大禮拜？」宗大師拜大禮拜是實修，宗大師供養曼達是實修，但不代表我們這麼做就是實修，因為做的人不同，心態自然不同；雖然做的行為相同，但行為不是區分善惡業的關鍵，動機才是。所以宗大師做大禮拜是修行，但不代表我們做大禮拜是修行。

而且很多人做大禮拜是想累積數量；尤其是你去拜十萬大禮拜，在短時間內，你要把十萬大禮拜完成，這時你會很在意你一天拜幾拜，是不是？當你的手上拿著計數器，拜下去，按一下；拜下去，按一下；按個十幾下，看一下計數器；再繼續拜，繼續按……然後拜了一個鐘頭，問別人：「你拜了幾下？我拜了兩百五十下，你呢？兩百下。你要加油啊！」中午休息時也是跟別人討論「你拜幾下、我拜幾下」，討論的不都是這些嗎？誰在拜大禮拜時討論「你的動機是什麼、我的動機是什麼」？沒有人討論這個，對吧？大家討論的都是「拜幾下」。請問：那跟做運動到底有什麼不同？這時請先不要把「依福田力是要教授」這句話搬出來。撇開這個不談，那跟做運動有什麼不一樣？說真的，差異不大。不過這個問題需要思考。

當我們聽到祖師大德們說「什麼叫做修行、什麼叫做實修、造善惡業的分水嶺是在於我們的動機，而不在於我們的行為」之後，我們就應該調整平常學法的模式，不能老是以「因為我不習慣」為理由，所以選擇不去調整。你之所以不想調整，就是因為你沒有串習；如果你又用相同的理由——「因為我不習慣」，所以我不想調整，請問：什麼時候可以調整得過來？根本調整不過來。這是一個惡性循環——因為我不習慣，所以我不想調整；因為我都不調整，所以我永遠不習慣。此時，再想想剛才我們討論的那一段——如果現在我們已經處在金字塔的頂端，這時再不調整，什麼時候調整？這已經是我們最好的狀態。如果在這種狀態下，我們都沒有試著扭轉頹勢，都沒有試著去調整，請問什麼時候調整？難不成要墮入三惡趣之後再來調整嗎？根本調整不來。那時也不會有想要調整的心；萬一有，也調整不來。

所以昨天我們提到：在實修的過程中要先了解真相，並在探索真相的同時反觀自心。反觀自心應該用誠實的態度，而不要把所學到的道理誤以為那就是自己當下的想法；道理只是道理，那跟我們內在的想法還有非常大的一段距離。反觀自心的先決條件是「要誠實」，心中怎麼想，你就誠實地去面對它。你貪，你就說你貪；你瞋，你就說你瞋；你不要內心當中有煩惱，表面上卻說：「我學佛學這麼久，我怎麼會有這些煩惱？」不需要這樣說。

另外一點，在實修的過程中，應該以當事人的角度去思惟問題，而不要老站在旁觀者的角度去思考佛法在說什麼，不要把佛法的道理當成一般的知識在學習，我們要站在當事人的角度去思考「這跟我到底有什麼關聯」。

這堂課的一開始，我們從講課前唸《開經偈》的角度切入，一方面回答各位昨天的問題，一方面將昨天早上的課複習一下。

6. 重點複習

在昨天下午我們提到學習四諦的重要性，對於這一點，請看到《略論講記》第二冊第 21 頁。相同的，我們先看原文，昨天我們是唸到「故須以此次第引導弟子」。接著，下面的這一段是在說明為什麼學習四諦是重要的，如果缺乏了四諦的概念，會有哪些問題出現。「若未由思苦諦門中，於輪迴起真實厭棄，則求解脫唯成空言，任作何事悉皆成集；若未由思集諦門中，善加了知輪迴根本——諸業、煩惱，猶如射箭未見靶心，則其修道關鍵已斷，於非解脫三有之道妄執為是，其後必定勞而無果；若未能知所斷——苦、集，則亦不明息滅彼之解脫，故雖希求解脫，亦唯增上慢矣。」

其實原文就已經很清楚，不過我們看一下仁波切的解釋：「之所以要如此引導的原因在於：假使沒有透由思惟苦諦而對輪迴生起強烈的出離，說要追求解脫，也只是在嘴上說說而已，平時造的還是流轉輪迴的集業。」這一段話是在說明什麼？

如果沒有透由思惟苦諦而對於輪迴生起強烈的出離，當下我們內心渴求的還是輪迴的安樂。我們心中一定有所求，如果我們所追求的不是跳脫輪迴的解脫之樂，那就一定是輪迴的安樂，在這樣的情況下，以這種動機所造的業只會是流轉輪迴的集業，而不可能是跳脫輪迴的解脫之因。

這一段跟昨天下午我們所談到的「進而了解病因為何並且有心改善」有關。當時我們討論到「為什麼到目前為止我們仍舊無心改善」，這有兩種可能，第一種情況，我們對於苦的感受不夠深切，就是在說明這一段的意思。

接著，「如果沒有藉由思惟集諦而了解業和煩惱才是輪迴的根本，這就如同想要射箭，卻不知道靶心在哪而隨便亂射；想抓小偷，卻不清楚小偷是誰而疲於奔命，最終徒勞無功。」縱使我們對於苦有深切的感受，但如果我們不清楚苦是源自於業和煩惱，換句話說，如果我們不清楚業和煩惱才是輪迴的根本，這時縱使我們想方設法想要改善自己的狀態，但到最終的結果卻是徒勞無功。

這就跟昨天我們所分析的第二種情況是相同的——我們對於業和煩惱形成苦的過程不清楚。在這樣的情況下，即便理性上知道這個道理，但是我們所採用的方法卻不是對治業和煩惱，而是對治外境。

「相同的道理，想要去除內心的煩惱，必須先認清煩惱，這點非常重要；要是看不清煩惱的真面貌，就不知道該如何去除煩惱，那麼生起道的關鍵也就不存在了。」

「如果看不清煩惱的真面貌，就不知道該如何去除煩惱」，這兩句話應該可以認同吧！如果我們不知道如何去除煩惱，那麼生起道的關鍵也就不存在了，這代表什麼？生起道的關鍵，在於我們能否看清楚煩惱的真面貌，進而試著對治煩惱。如果沒有做這個動作，即便供養曼達、拜大禮拜……做再多的善行，我們的心續中也生不起道。

7. 有些外道以修苦行追求解脫

接著舉例，「就像有些外道認為想要解脫就必須修苦行，例如：在自己的手指上點火，或用各種方式自殘，或者長時不吃、不喝等，以為藉此能讓惡業成熟；有些甚至認為最終跳下懸崖了斷生命就能獲得解脫。這表示他們並不了解造成輪迴的關鍵是業和煩惱，誤以為只要讓自己受點皮肉之苦就能解脫，殊不知終究仍是白忙一場。」

在此提到了外道的修行方式。由於外道也認同造惡業會感得苦果，所以他們希望透由修苦行而消除過往的惡業。這時，他們最直接的想法就是：「如果造惡業會感得苦果，那我就想辦法讓我自己受苦，藉此就能淨化過去的惡業。」請問這樣的想法合不合理？從某個角度來說，我覺得合理，因為當因感果之後，因就消失了，是不是？由於痛苦是惡業的果，假使想辦法讓自己痛苦，過去所造的惡業就能被淨化，是不是這樣？（學員：不是。）為什麼不是？

善惡業是怎麼分的？善業能夠感生樂果，惡業只能感生苦果，業是決定的，是不是？所以當那個果是苦受，反推回去，是不是代表它的因是惡業？是。所以當有一個人在修苦行時，他會感到痛苦，那個苦是不是也是他過去造的惡業感得的？（學員：是。）那在修苦行的當下，一旦果報成熟，過去的惡業不就消失了嗎？我並沒有說過去的惡業會全部消失，而是感生那一個惡果的惡業消失了。對此，各位認同還是不認同？如果不認同，你要說出不認同的理由，不能只說「這聽起來怪怪的」。

不過，在回答前要先把問題聽清楚。我發現有些同學問題沒聽清楚，只聽到幾個關鍵字，就把那幾個關鍵字全部拼湊起來，然後用自己的理解模式去解讀那個問題；不應該這樣。在研討也好，在課堂上我們做問答也好，要先把對方的問題聽清楚；當然，提問的人也要試著把自己的問題問清楚，有時不完全是聽的人的問題，有時提問的人自己都問不清楚，所以彼此互相觀待一下。

我們剛才的問題是：一位修苦行的行者，在修苦行的當下，他是不是會有苦受現起？（學員：是。）那樣的感受是不是苦受？（學員：是。）是不是苦果？（學員：是。）那一個苦果的因是不是惡業？（學員：是。）如果是惡業，這代表苦果與惡業這兩者有因果關係；既然有因果關係，就代表果成熟之後，因就消失了。所以在苦果現起時，是不是代表他過去所造的某一分的惡業就消失了？（學員：是。）所以可以透由修持苦行來淨化惡業，是不是？

8. 我們淨罪的心態是否無異於外道

這個觀念不是只有外道才有，有很多內道的佛弟子不也是用這種觀念在修行嗎？在修行的期間，如果感受到身心俱疲時，我們怎麼跟自己對話？（學員：我正在消業障。）這種思惟模式跟外道有何不同？我強調的是「思惟模式」，這時你不能說「因為他是外道、我是內道」，我們要討論的不是這個；我們要討論的是，我們跟他的思惟模式有何不同？我們想要消業障的心態，跟他們想要透由修苦行而淨化惡業的心態有什麼不同？說實在的，完全相同，只不過想的人不同，但想法完全相同。

各位的表情怎麼變得這麼凝重？各位覺得跟外道的想法相同很丟臉，是嗎？我們很多想法都跟外道相同。如果你回去認真學習《釋量論》的第二品，你就會發現我們絕大部分的想法都跟外道吻合，甚至比他們更糟。從這個角度，我們沒有什麼立場去批評外道。

不過，這一段要說明的是，有些外道想要透由修持苦行淨除過往的惡業，他們的想法不是只有我們剛才所描述的那樣，不是只想透由修苦行而淨除一分惡業，而是想要透由修苦行將過往所造的一切惡業完全消除，在這樣的情況下，進一步透由持戒，不再造作新的惡業。其實他們的想法很簡單，「我透由修苦行，將過去所造的惡業完全淨化，並且在這一生我認真行善、斷惡，不要再造新的惡業，死後我就解脫了。」為什麼解脫？「因為我的心續中已經沒有惡業，所以我就解脫了。」

但問題來了，我們的想法是不是也是如此？我們是不是也想透由拜三十五佛懺而將過去所造的一切惡業完全淨化？應該也是。假使外道透由修苦行無法完全淨化過去所造的惡業，我們拜三十五佛懺就能淨化過去所有的惡業嗎？這時必須誠實思考這個問題，不然我們始終會偏袒內道——透由拜三十五佛可以淨化所有的惡業，但修苦行則不然，理由是「因為他是外道、我是內道，我的方法永遠是殊勝的。他之所以會成為外道，就是因為他的福報不夠、惡業深重，所以他採用的方法都是有問題的」。如

此一來，我們就不具弟子相，因為我們的心不正住。

我們現在在討論的是我們的心態，我們的心態跟他們有什麼不同？如果他們的那一套行不通，我們的這一套為什麼行得通？難道我們在拜了三十五佛懺之後，我們的心續中都沒有惡業了嗎？如果沒有惡業，怎麼會感苦果？難道你現在都不痛苦嗎？難道那些苦不是過去所造的惡業感得的嗎？如果你現在持續痛苦，是不是代表你的心續中還有惡業？如果是，那是不是代表拜三十五佛無法完全淨化我們心續中的惡業？或許你會說「我拜了三十五佛之後，我還是有煩惱，所以我會繼續造惡」，意思是你拜完三十五佛之後，所感得的苦果都是現世報，是嗎？如果你在拜完三十五佛懺之後，你的心中沒有馬上現起煩惱，那就代表你不痛苦，是這樣嗎？這些問題需要思考。不能過於偏袒某一方，如果外道的方法無效，我們說內道的方法很有效，理由是什麼？

9. 探討問題時應保持公正客觀

有時我們在探討問題時，自身的立場就已經偏頗。雖然我們都覺得自己是公正、客觀的，但實際上，我們都試著遠離外道，設法站得比較靠近內道，因為我們心中始終有一種「我是內道」、「我是佛弟子」的想法，而且「依人不依法」的習氣很容易湧現出來，「這是佛說的，佛說的道理是真諦，這是不容我們一般凡夫質疑的。」在這樣的情況下，我們有什麼立場說外道的修行方式是錯的？

而且有時當我們聽到對方是外道徒，就會覺得對方不如我們。不要說外道，在同樣一個圈子裡面，即便大家都是佛弟子，如果你覺得學習《廣論》是最殊勝的、學習《道次第》是最殊勝的，當你聽到別人學的是淨土宗，你就會覺得：「你那個法門不究竟！」如果你學過宗義，你覺得中觀應成派的見解最符合真相，你聽到別人在學唯識宗的見解，你內心會怎麼想？「你學那個無法解脫！你要學就學我這個最好的。」平時我們光聽到對方跟自己所學的法不同，光聽到對方的見解跟自己不同，我們就已經在開始排斥別人，請問：這種狀態要如何發起菩提心？這有發起菩提心的本錢嗎？應該沒有。

10. 如何避免走上盲修瞎練一途

「這表示他們並不了解造成輪迴的關鍵是業和煩惱，誤以為只要讓自己受點皮肉之苦就能解脫，殊不知終究仍是白忙一場。」當我們在看這段話的時候，應該把「他們」改成「我」——「這表示我並不了解造成輪迴的關鍵是業和煩惱，誤以為只要讓自己受點皮肉之苦就能解脫，殊不知終究仍是白忙一場。」這跟昨天我們所講的內容一模一樣，昨天我們上課時所用的詞是「瞎忙」，不就是白忙一場的意思嗎？還是各位覺得「白忙一場」比較好聽？如果各位覺得白忙一場比較好聽，以後我就用「白忙一場」或者「徒勞無功」，其實意思相同，只是用字遣詞不同，所以此時應該「依義不依語」——重點不在於用字遣詞，而在於內涵。

最後一段，「若不了解苦與集是所應斷的，就無法了解能斷苦、集的解脫為何，所以即便口口聲聲說要追求解脫，也只不過是自以為是罷了。」其實平時在上課的期間，我都會試著帶出宗大師或是祖師們想要強調的這些觀念，只是有時表達的方式不太一樣。但我發現有些同學聽完之後會覺得很挫敗，就像當他聽到「瞎忙」，他會覺得很氣餒。意思是平時你都沒有研閱《廣論》、《略論》或是《講記》嗎？在讀的時候你都不覺得挫敗，我講的時候你就特別挫敗，為什麼會這樣？還是因為文字是平面的，但聲音是立體的，聽起來比較有感覺？

之所以要那樣說，不是要讓各位感到挫敗，而是要讓各位知道：我們不要再浪費時間了，真相擺在面前，明明我們有能力改變，為什麼我們不改變？為什麼我們要安於現狀？到底是為什麼？你應該問自己這幾個問題，而不是「你所說的觀念跟我的做法不同，你在否定我，所以我要離境，以後我都不要來聽你講課」；如果是這樣，你應該先把這些書本都拿去燒掉才對。我並不是以否定各位的心態在跟各位討論佛法；而是看到多數人（包括我在內）都一再犯同樣的錯誤，白紙黑字的東西放在眼前，我們就是不想改。除非它不是真相，如果那是真相，我們也有能力改，我們應該問問自己：「為什麼我還不改？我到底在等什麼？」這時的答案應該不會是「等死」吧。我們到底在等什麼？這個問題需要思考，對吧？

平時在研閱經論時，除了了解道理之外，就像我們一再強調的，你要反觀自心，把自己放在當事人的立場去思考這些問題，這樣你就會發現：「原來這一段是在跟我對話，而不只是仁波切在跟當時現場的同學們對話。」

有一部分還沒講到，不過因為時間的關係，這個部分我們下午再來討論。好，我們早上的課就上到這個地方。