

发菩提心共修(四)
最尊贵的净莲上师讲解
讲于台北新店
2014年3月23日

我们这一世的修行，就是希望能够多种一点善根的种子，这个善根的种子关系到我们这一世能不能快速的成就。

那什么是善根的种子呢？就是我们无量劫熏习在第八识，第八阿赖耶识里面的种子，有关于正见的种子、正知见的善根的种子。我们常常说这个人宿世善根深厚，那表示说他过去世已经栽培了非常深厚的善根，所以他在这一世听闻佛法能够马上了解，而且马上契入所了解的境界，这个都是靠善根的种子。所以如果我们听经听了半天，糊里糊涂的，似懂非懂，不是很了解，就算好像懂了，可是又没有办法契入当下的境界，这个都是善根力不足的原因。所以我们现在修习这个法门，就是希望能够多多种下这个菩提心的种子、这个善根的种子，不但这一世需要，临终需要，将来生生世世都是需要它，一直到开悟、成佛为止，都是靠这个菩提心、善根的种子。

这是有关于听闻方面，我们首先听闻佛法，然后思惟、然后修习，闻思修，所以能够当下听了就悟入，这个就是宿世善根。或者是过去世熏修这个菩提心的法门已经很久了，所以他可以马上觉得很相应，然后很法喜，很快就工夫也能够做得到，所以他在这一世就有可能快速成就。那如果善根力不是那么足的话，我们也希望能够这一世，多多再继续熏修这个菩提心的善根种子。

所以，我们首先就是要听闻这个法门，然后多多地思惟，然后最主要是修习，不断不断的熏修，一直到工夫纯熟为止。因为我们看大部分的修行人就是都很会讲，因为他听多了，就是听闻的部分很多，所以你讲到什么理论，空啊、有啊，还是什么所有佛法的，他都说得头头是道，但是境界一来，碰到事情的时候，还是业力、烦恼、习气的力量比较强，工夫一点都使不上力。所以我们就知道，不但要有正法的种子，善根的种子，而且还要数数的串习这个工夫，所以我们所听闻过的世俗菩提心、胜义菩提心，希望这些内容能够不断的熏修，一直到工夫纯熟为止。

那我们修行最主要，就是希望能够伏烦恼。我们也知道烦恼最主要的根

源是我执，那什么法门可以断除我执最快？还是发菩提心。当你心中有众生的时候，那个「我」的执着自然慢慢慢慢地就淡去了，念念在众生身上，那当然那个「我」就渐渐地不会出现，所以断我执是发菩提心最快。所以不断熏修这个法门，工夫不断不断纯熟，它能够破坏这个我执的力量，然后这个善根的种子，还有这个纯熟的工夫，能够生生世世牵引我们到什么？如果这一世没有成就，也能够生在有佛法的地方，就是所谓能够再得暇满的人身，能够继续的来熏习。那我们也希望这个法门在成佛之前，能够再生生世世都能够遇到这个法门，还有传给我们这个法门的上师，或者是善知识，我们要发这样的愿力。

所以，是什么在牵引？首先是愿力在牵引，我们发愿生生世世都能够种下这个菩提心的种子，而且生生世世都能够熏修这个法门，一直到工夫纯熟为止。也希望生生世世都能够断除我执，因为它是轮回最主要的原因。不再轮回了，那你是怎么来的？凭什么来的？就不是业力来的，而是愿力来的。所以我们也是要发愿，生生世世都能够听闻这个法门、修学这个法门，工夫不断不断的纯熟，然后能快速的破坏我执的力量，然后牵引我们生生世世都能够遇到传法的善知识。我们有生之年，不断不断的这样发愿，一直到临终也还是这样子发愿。所以活着的时候，我们是这样发愿，这样子来修，临终的时候，也还是这样子继续保持，我们让它从这一世延续到临终，然后再延续到下一世。

所以我们临终的时候，也是一样发这样的愿，怎么样？希望能够在中阴身的时候，不迷惑颠倒，依然能够生起世俗菩提心跟胜义菩提心，然后依靠它来牵引我们将来不管到哪一道，或者是在中阴身的时候，也能够忆念这个法门，希望上师、三宝加持，在中阴身的时候，能够继续的修习这个法门，断除我执的力量，然后以这个善根力，还有工夫的这个纯熟力，加上破坏我执的这个破坏力，牵引我们未来一直到成佛之前，生生世世都能够不远离传这个法门的善知识、上师，还有生生世世都不远离修习这个法门。就是带着这个愿力，这个愿力加上我们的这些善根力，刚才说的一共有五力（善根力、愿力、破坏力、牵引力、修习力），靠着它牵引我们未来不管你投生到哪里，你都是能够继续的来发心，继续的来修学这个法门，还是一样的能够遇到传授这个法门的善知识。

所以我们在临终的时候，知道四大快要分散了，我们就是吉祥卧，躺下来，能够吉祥卧，如果因为病痛，没有办法吉祥卧也没关系，最主要是心念的力量。我们一样的，就是像刚才这样的发愿，然后修习世俗菩提心，愿一切众生都能够得到乐及乐因，这个是修慈心。愿一切众生都能够远离苦及苦因，这个是修习悲心。接下来，愿一切众生的苦在我身上成熟，我一切的善、乐功德，怎么样？回施到一切众生身上，就是修自他交换。跟着你的呼吸，不管你的呼吸是多么的微弱，你都还是可以这样子来修自他交换。想不到那么多，没关系，就一切众生的苦，在我身上成熟，我一切的乐怎么样？在众生身上成熟，随着吸气、吐气，这样子来思惟就可以了。或者是黑气进来，在心中化空，白气出去怎么样？一切善业功德，都能够回施到一切众生身上。不需要很复杂，没有关系，就是跟着吸气跟吐气，这样子来修慈心、悲心，还有自他交换，这个是世俗菩提心的部分。

那胜义菩提心的话，就是思一切法如幻，所以我们知道一切法都是心识所变现的，我们活着的时候的身心世界是如此，等一下这口气断了，进入中阴身也是如此，都是我们心识所变现的，都是幻化的境界。所以对一切的境界我们不执着，所以不管是多么恐惧，令我们害怕的境界现前，我们也依然能够安住在菩提心当中，知道一切法如幻，不着在任何的境界上面。因为一切境界都是什么？虚妄的，都是我们自心所变现的，这样你就可以完全放轻松，带着你的菩提心怎么样？一直到断气为止。

所以你就是世俗菩提心、胜义菩提心交换这样子来修，一直到断气为止。所以我们现在就来练习，世俗菩提心跟胜义菩提心交换来修，就假设我们是临终的时候，我们怎么样来修习这个法门，希望带着菩提心进入中阴身，或者将来生生世世都依然能够修学这个法门。

其实我们每天晚上睡觉也是可以这样修，因为睡眠就是小死亡，每次进入梦境就等于是进入中阴身，差不多就是那个样子。所以我们每天晚上如果临睡前，能够这样子来练习这个法门，等到临终的时候，就会怎么样？非常的熟悉，在任何的紧急状况之下，你都依然能够忆念起这个发菩提心的法门，不会来不及，不会说仓促到你连这个菩提心都生不起来。如果你平常都已经非常熟悉这个法门的话，只要一念，断气的那一念是跟菩提心相应，这样就可以了。所以我们现在来练习看看，把它做熟一点。

（坐中发菩提心练习）

我们修行人，当然平常就已经准备好了，因为念死无常，平常就准备好随时走。所以这个法门，如果工夫纯熟的话，平常就是这样子，随时都准备好。那个遗嘱当然就是早就写好了，不是快断气的时候才赶快说拿纸笔来，也不是拿纸笔，就开始要交待一些事情，其实应该交待的事，平常就已经交待好了，随时都准备好走。念死无常，不是就要做到每天都准备好，随时都准备好？那我们现在就是随时都准备好，然后怎么样？带着菩提心，所以当我们知道时间差不多，该走了，所以我们就把那个带不走的，就赶快把它处理掉，该供养的就供养，该布施的就布施，最主要是让我们走得怎么样？了无牵挂，真正的都能够放下，所以那个带不走的，就把它快速的处理。那个带得走的是什么？就是我们刚刚说的，带着你的菩提愿，还有善根的力量，还有一些善业的种子，还有这个善的业力，加上愿力，这样应该就是很安全，一定没有问题。不管你到哪里去，都是走上这个菩提的道路。

所以即使在病痛当中，我们也依然可以修习这个法门。尤其是癌症，现在癌症几乎已经要成为流行病了，流行病就是三不五时都听到有人，周遭的朋友、亲朋好友，就是罹癌的非常非常多，在未来这个时代，它就是会越来越多。所以我们要了解，这个癌症它到底发生的原因是什么呢？它最主要的原因，就是我们生命的能量受阻，受到阻碍，那能量为什么会受阻呢？就是情绪，负面的思考、负面的情绪，长时间的，不管你是忧郁也好、悲伤也好、或者是愤怒也好、压抑也好，长时间你的细胞就已经不是很健康了，就是说免疫力就下降。

因为长时间的负面的情绪跟负面的思考，会让我们的免疫力下降。每个人身上都有癌细胞的，可是为什么有些人会罹癌，有些人没有发作？就是看你的免疫力够不够强，免疫力够强是靠什么？就是靠正面的思考、正面的情绪，每天都很开心、很快乐，然后充满了慈心、悲心、菩提心，应该没有哪边会阻塞的，生命能量非常的流畅。因为你心系一切的众生，随时都散发出菩提、还有慈悲的磁场，所以你生命的能量不会受到任何的阻碍。

可是如果是负面的情况的话就会，看你阻碍在哪里。譬如说：你的性生命方面，性的能量受到阻碍的话，女性容易罹患子宫颈癌。如果她的爱，爱得非常辛苦，就是不管她付出多少爱，都得不到怎么样？她预期的效果，她

就容易得乳癌。因为就是她可能从小到大的那个成长环境，她就是在在一个缺乏爱的环境当中长大的，所以她就告诉自己除非我怎么样？付出比别人更多的爱，我才能够讨爱，才能够把那个爱讨到，怎么样？回报到我的身上，所以她一辈子都在做牺牲、奉献，还有什么？压抑自己，强迫自己对别人爱的这样的一个方式。所以当她在付出一切的努力，可是回报都不是像她预期的这样，她就罹患乳癌，所以她是爱的能量受到了阻碍。如果怕被爱伤害，那就容易罹患卵巢癌，既期待又怕受伤害，就是她在那个，也是成长的过程当中，她很怕……她很想去看爱人，可是又很害怕自己受伤，因此她的能量，那个爱的能量也是受到阻碍。可是方式跟刚才说的那个不同，所以它就以不同的方式来呈现出来。

所以任何一个癌症，都是经过很长时间，你要长出那个一公分、两公分，那个至少要五年到十年，才能够长出那么一点点，所以它是长时间的情绪所累积，还有生命的能量阻碍所得到的结果。

可是它有一个诱发的因，就是他们研究报告指出：就是罹癌的前六到八个月，一般都有怎么样？生命重大的事件发生，所以它变成一个诱因，也许是生意失败了、也许是情感受到了严重的创伤，不管是什么人生重大的事故，或者是变化，然后导致他罹癌。就是在那个重大事件发生，让他的免疫力瞬间降到谷底，再加上他前面长期的什么？压抑情绪的结果，终于就爆发了。

所以癌细胞是……我们身上的每一个细胞是怎么样形成的？我们现在应该都很清楚，心识的变现，我们心念怎么想，你的细胞就怎么长。所以你的心念是恨恨恨、埋怨埋怨埋怨，然后悲伤悲伤悲伤，你想你的细胞会很健康吗？如果你每天很开心的过日子，你的细胞当然很健康。所以每个心念就决定我们的细胞怎么长，每天埋怨自己、恨自己，什么我怎么这么差，然后怎么样，你身上的细胞能够承受你那么大的怨吗？那么大的恨、那么大的责怪吗？你想它怎么可能长得好。

所以一切法从心想生，还好我们学了佛法，又修了菩提心，这下就没有问题了，应该是没有什么问题。每一个当下的心念，就来决定你身上每一个细胞，它是怎么样的变化。你好的心念，细胞就是好好的；你坏的心念，细胞也就毁坏了，也好不到哪里去。所以明白这个原理的话，即使我们今天罹癌也不害怕，因为过去那么长时间的累积，生命能量阻塞的结果，我们也不

害怕，没关系，因为我现在有菩提心法。我要不要对抗我的癌细胞？不需要，癌细胞是你自己心识变现的，你要对抗它吗？你要对抗它，就表示说我连自己都要对抗，我不能忍受自己有存活的机会，那你想说你会好吗？所以不管任何的病痛，即使是身上的癌细胞，不管它就是发展到末期，也没有关系，我们就怎么样？爱它、接受它，因为它是你心识变现，你心念的结果，所以你一定要爱它，你一定要完全接受它，因为它是你心识所变现的。

所以一个爱自己的人，才有能力去爱众生，连自己都照顾不好的人，都没有能力照顾，都每天那么怨恨自己的人，他是没有能力去爱众生。所以你叫他发菩提心、慈悲心，他也发不出来，为什么？因为他没有爱的能量，他连自己都已经舍弃了，都不能接受自己，他怎么可能接受众生？所以先要完全的接受自己，不管你现在是什么状况，完全的接受，因为每一个组织都是你心识所变现的，自己变现出来的，然后自己不能接受自己，不是很奇怪吗？所以除非你能够完全的接纳自己，不管我今天有多少的缺点，我的个性是怎么样、脾气怎么样，我完全的接纳，因为它是长时间习气、烦恼、业力的组合，我完全的接纳。也因为我完全的接纳自己，我才能够开始接纳别人，我能够爱自己，我才有能力去爱别人。你这么讨厌自己，你很难去喜欢别人。

好，所以癌细胞也是我们的什么？我们上课讲过，它是我们的什么？善友、上师、佛的化身，还记得吗？癌细胞告诉我，还有这么多负面的情绪跟思考，所以它等于是我最好的朋友。因为它告诉我，我这么长时间的悲哀、忧郁，不管什么情绪，它等于是提醒我，我要转化我生命的能量，从负的能量转到正面的能量，所以它是我最好的朋友。因为我如果没有生病，我可能还是怎么样？还是跟过去一样啊，还是一样忧郁、还是一样悲伤、还是一样压抑我的情绪，所以它是不是我最好的朋友？我今天生病，所以等于它告诉我：我应该要好好的怎么样？改变我的，可能负面的思考，调整我的情绪，让我生命的能量可以怎么样？通畅无阻。

所以它是教导我的上师、善知识，教导我什么？菩提心不圆满，你才会走到这个地步，你还有这么强烈的我执，因为所有的忧郁、负面的情绪都是我执来的，有没有？我的烦恼，有「我」才有烦恼、才有情绪，所以它是我的上师，等于是教导我菩提心还不圆满。所以我发愿从现在开始，好好地修习世俗菩提心，还有胜义菩提心，它等于是佛的化身。

所以我们观察很多癌友，他罹癌之后才知道怎么样？要珍惜生命，才知道要爱自己，才知道要怎么样？抒发自己的情绪，当他找到原因了之后，他开始是正常的生活了，他比过去怎么样？更爱惜生命，更爱惜自己。所以一切的病痛是不是等于是教导我们、提醒我们？所以是我们生命的功课，也未尝不是一件好事。

当你生病非常不舒服，或者非常痛苦的时候，也是一样发心，我们自他交换修得多好，怎么样？我好痛、好痛，愿一切众生的痛都在我身上成熟，希望一切众生都能够远离病痛。又发菩提心，随时都可以跟菩提心相应，即使在最痛苦的时候，都能够转念。因为我们之前教导过了，怎么样？转恶缘为菩提道，所以都很好用，任何的这个发菩提心的内容，随时都可以运用。我们说一直到临终，一直延续到未来世，从我们有生之年，一定要发愿成就这个法门，今生不成就，也希望能够快速成就。

好，那我们今天讲到这里。

愿以此功德，普及于一切，我等与众生，皆共成佛道。