

## 菩提道次第廣論—上士道

「發菩提心」開示⑨

最尊貴的淨蓮上師開示

講於臺北新店 2013/10/13

我們現在修自他交換，如果要效果好的話，有一個大前提，就是平等心。還記得嗎？發菩提心之前要先修平等心，修到沒有對象的差別，這時候修自他交換才會有效果，自他不二。先讓我們的心能夠修平等之後，你才修自他交換，這樣子效果會比較好。這時候你心裡面就不會想說他是你的兒子、還是什麼，或者是如果有對象的差別，它就會有隔礙。因為有自他的隔礙，你已經把自己跟他人，已經有這個二元對立之後，你這個效果當然就出不去。當你的心好像虛空一樣，自他也是無二無別的，這個時候你任何的一個念頭都能夠盡虛空、遍法界，它效果自然就出來，它是非常非常有效的。它是伴隨著你的菩提心一起發射出去的心念，所以它能夠遍法界，也能夠產生很好的效果。

另外就是，如果說能夠平常都保持覺知，你行住坐臥都是有這樣子來練習的話，你不用特別動腦筋說這個人怎麼樣，然後我要怎麼樣、怎麼樣，都不用，因為那是第六意識的比量，那個是分別心之後才有的。只要你保持覺知，我們講過，那個覺知到最後是般若智慧，所以在覺知的當下，你會很自然的就生起那個觀察的智慧，你會知道這個同事他需要什麼、那個朋友需要什麼、這個家人需要什麼。它不是想破頭，然後動了很多的腦筋之後，才想出來說它應該這樣，不是這樣，它是從覺觀的智慧來的。你只要經常保持覺知，這個智慧是很自然就生起。你在這個定境當中，你會很清楚的就知道，不同的對象他有不同的需求，什麼才是他現在最需要的。所以這個時候才出手的話，是很自然的、很任運的，然後沒有傷腦筋的，也沒有任何的負擔或者是壓力的，因為它是直接現量的東西，所以它不會讓我們很傷腦筋，或者是很有壓力，還是所有比量出來的東西都是沒有的。所以菩薩在度眾生，他是非常輕鬆、非常自然的，然後是沒有很多的那種比量的東西，全部都是從真心裡面直接發揮出來的作用，所以它是非常純任自然又恰到好處，所以我們希望朝這樣的目標來努力。

那今天我們課就上到這裡。

願以此功德，普及於一切，我等與眾生，皆共成佛道。