

## 修行集 寂慧

### 菩提心淺修

菩提心是佛教的精華，因此，如何修好菩提心很重要。但菩提心的修法艱深難行，非一般人可做到。因此，從淺修或前行開始，慢慢進入正行，加行，將有助踏進成佛大道。

菩提心具備成佛的兩個條件：慈悲與智慧。兩足尊是佛的德性，如何修持好慈悲與智慧很重要。慈悲與智慧充滿矛盾，開始時需各別單修，繼而將其融和，將矛盾消除，達到悲智雙運的境界。

真正的慈悲心，必然無我，沒有我的執著才能慈悲眾生，才能利益眾生，才能將無緣大慈，同體大悲的空性智慧感染眾生，亦是最大利益眾生的究竟法，否則像世間人幫助他人般，不管如何大力，也只是執我的愛心而已，因此，無我與慈悲眾生同樣重要，凡事去我，才能做到真正的慈悲。

從第一步心懷慈悲開始，我們要發願，祈請，迴向。如普賢行願品般，發願作一切善行去利益眾生，更祈請借助諸佛菩薩的力量去救贖眾生，遇到災難等非己能力可及，仍不放棄，定必祈請三寶加持，並普皆迴向。

在沈悶的日常生活中，努力薰修轉心，以備落實去行菩薩道。吃飯前，必先供養三寶，並當願眾生，豐衣足食。繼而思惟吃飯不是為自己享受，而是為了維持色身，增加力量去作利生事業。睡覺前，必先對三寶懺除當天及以前所作罪障，並當願眾生安樂舒適。繼而思惟睡覺非為自己疏懶放逸，而是為了進入定境，恢復體能，去作利生事。穿衣前，必先供養三寶，並當願眾生，溫暖和樂，莊嚴清淨。繼而思惟自己穿衣非為豪華炫耀，而是為了讓眾生喜見，接受為他們所說的佛法。如此類推，為每一件不起眼的事，賦與意義，成為自己的淺修，前行。

第二步是面對逆境順境。諸法皆空，逆境及順境皆惱亂我們的心，使我們不安，甚而做業，無法出離。

面對逆境，不要生厭惡心、逃避心，要坦然面對。當看破一切，如何有得失心？如何會害怕逆境？在空性下，逆境沒有任何意義，沒有意義的逆境，也不會是什麼逆境，甚至不能界定為逆境。

對於順境，我們更要小心，過分的順境使我們失去警惕，容易將事情看得簡單，抵受不起逆境的到來。自大，放逸。順境時，可有想過感恩眾生，感恩各因緣的成就？可有思惟非一己的功勞？可有想過回報？

對每個可惡或對我們不好的人，應站在他們的立場，去了解他們為何如此？為何讓煩惱困擾？繼而同情、原諒他們，應沒有一個我們瞋恨的人。例如遇到貪小便宜的人，應思惟他是一個窮人，或快要失業，或捱窮已成習性，因此貪小便宜而不自知，該同情他們，何況自己也曾窮過，貪過小便宜；遇到偷盜的人，應思惟他剛失業，老闆對他刻薄欺壓，能偷盜證明他有才智，只是沒有機會，才出此下策。該勸他利用自身的才智，依正道工作，積累財富，才是究竟之道；遇到瞋心重的人，應思惟他遇到極多障緣，無法解決，才失控不能自主，其他人遇到他的違緣，亦會如此失控，就是自己處此境地，也會為煩惱控制，因此，不要深責他們，該同情他們，為他解決困境，自會變得柔和。

沒有一個為煩惱所苦的眾生是我們該嗔恨的，沒有一個為業果迫惱的眾生不值得我們同情，原諒。不管對錯，因緣過後一切將成夢幻，為夢中幻事起煩惱，受苦何等不值。

將注意力集中在他人的過失中，為他人的行為起煩惱，浪費時間多麼愚痴。該心懷慈悲同情他們，為他們解決困難才最實際。更當思惟生死無常，輪迴過患，那才是我們每一個人真正該面對的呢！