

第二章 可悅愛慈與大悲

第四，修習可悅愛慈。《寶鬘論》：

商族三時施，三百罐飲食，
然不及須臾，修慈福一分。
天人皆慈愛，彼等恒守護，
無勞事得成，當生梵世間，
設未能解脫，得慈法八德。

如所述，必須修習可悅愛慈。修習之理，為了報恩，從思惟一切如母有情受苦折磨的情況，自然導生欲求去除眾生痛苦、欲求安置眾生安樂的兩種心。此中，欲求救護眾生一切痛苦的，是悲；欲求安置安樂的，是慈，這兩

者並且可以相互激起。如果這樣，在此之前何須修習可悅愛慈呢？原來因為慈與悲兩種心，若是少分或不具極大力量，也就無力覺醒大乘種性，因此在此之前須修可悅愛慈。不過，可悅愛慈與四無量心的慈無量心又有少許的不同；慈無量心是指欲求安置一切眾生於安樂的慈，可悅愛慈則是指見到任何眾生，如同慈母見到獨子或可愛親子，這也是修習可悅愛慈的行相。而見到任何一個眾生，能夠任運自然想到他曾不計其數做過我母親，正是修習知母的成果。視眾生與我今世母親沒有差別、生起歡喜覺受或可悅愛的外相，對此倍加修習，就是此處之意。事實上，於自己親方生起可悅愛慈不難，於中庸一類生起稍難，於敵方生起就極難了；可是若不生起可悅愛慈，就不能真實生起不能忍受眾生痛苦而欲求救護的真實悲心，故當刻意以此為所緣，修習可悅愛慈。

結合著報恩內涵而修習可悅愛慈，是一極大關要。有些道次第中說到大悲與可悅愛慈不是必然的次第，推測這裏的慈心，大概是指四無量心的慈無量心。《修行次第中篇》說：

以慈水潤澤內心相續，猶如濕潤之沃田，次下悲種，易於增廣。

《菩提道次第廣論》也以《修行次第中篇》為根據，提到大悲之前須先修習可悅愛慈。可悅愛慈結合著報恩而修習，不僅易於生起，自他相換中也極具力量增上。另外，世人所謂的可悅愛不可悅愛，往往可以發現，其實並不關乎真實清淨正因，只是作意貪欲之相而生起可悅愛，作意瞋恚之相而生起不可悅愛，以及由於習慣不習慣或習近不習近等而生起，因此就像怨親無定，可悅愛與不可悅愛也變化極大，唯不堅固。

可悅愛慈是基於了知眾生對我曾經無量施恩而生，與今世母親沒有差別，一切眾生都不例外——這也是生起可悅愛慈的理由。見到眾生，想到與今世母親沒有差別，油然而生起歡喜覺受，於此作意思惟，並作等無間緣而生起的可悅愛慈，與世間凡庸的可悅愛截然不同。譬如，真正的敵人是自心的種種煩惱，這雖不是生起可悅愛慈之處，但世間的怨親，就境本身來說，並沒有微塵許的自有自成，只是基於現前因緣與作意而予假立；就像這樣，可悅愛或不可悅愛也是境上沒有微塵許的自有自成，唯依自己現前因緣與作意

而予假立……，凡此種種都說明了若齊具所有正理，則不難生起可悅愛慈。特別是時常與今世母親習近，並思惟對自己施恩之理，得以現行聚合這兩種因緣的話，即使變得容貌醜陋、可悲，外相不管怎樣變化，也斷然不會損及對母親的可悅愛相；反過來說，由於邪惡作意而覆蔽了種種施恩之理，也有見自己母親為敵的。就像這只是邪惡作意所致，並非實情；對眾生，也只因生死捨取色身而忘失不復憶持罷了，多門思惟他方一切眾生與我一起習近及施恩之理，在在與今世母親沒有差別，這是顯而易見的。總之，於此常行觀擇、串習，即得現起可悅愛慈的行相，或得現起有如慈母見到可愛子的可悅愛慈的行相，依此恒為將護，就是真正的修習可悅愛慈了。

有些人僅僅整體作意可悅愛慈，一番觀想，即謂修習可悅愛慈，但這在禪房中觀想作修時好似生起，一旦處於外面人羣之中，則又照舊如前了，如何有生起可悅愛慈之期呢？絕是不可能的。須知：一切修心的修習悉攝在止修與觀修，尤其必須以深細觀察力而作修習，只是觀想修則無以成辦。修習次第中有說先於親眷修，次於中庸，後而修敵；不過如果以易於修習的角度

來說，即使先特以緣念敵方為主要，而將前二者作為順勢的修習，也是一個極深關要，並不須一味的執彼次第。

至於修習可悅愛慈的功德，《三摩地王經》說：

徧於無邊俱胝剎，盡其無量眾供養，

以此常供諸勝士，不及慈心一數分。

由此及如前援引《寶鬘論》的教誡，知道修慈可以獲得無等福聚。尤其若尋求清淨正理而修慈，則內在的貪心、損心、及對高者競逐、對低者輕蔑等等惡心悉可一併遮止或覆蔽，利他的心力、寂靜調伏的心力即可越來越廣增，對方對自己既有的傷損、惡意種種鄙惡的心也得漸次寂滅、調伏、柔軟，人非人的一切傷害自然消寂，甚而反作恭敬、讚嘆等。有謂：「以慈力伏魔軍。」如上所述，亦得證成。沒有任何基礎而作意修習「三層金剛薩埵」，不論力量多大，而行伏敗對方，不但不能摧滅傷害與障礙，反而像迎納傷害與障礙，姑且不說調伏魔軍，自己更有趨轉隸屬魔軍的極大危險。因此有心欲求大乘者，實應殷切慎重修習可悅愛慈，不應精勤自己不能成辦的

法行。

第五，修習大悲。如果前述可悅愛慈已然具量，並有把握生起，則無疑會導生大悲；再重複修悲，有何需要呢？此當述說，可悅愛慈的所緣主要是眾生各別的施恩之理，大悲的所緣則主要是眾生受苦侵逼之理；不以眾生受苦侵逼之理為所緣特為修習，終究生不起具量悲心，因此必須修悲。

關於苦，有三種，即苦苦、壞苦及行苦。所謂苦苦，是指世間凡夫都不欲求的苦受之境；世間凡夫刻意追求成辦的樂受之境則是壞苦——因為到最後無不攝在苦苦中，故謂壞苦；而由惑業所行的五蘊為行苦，因是一般凡夫悉皆平等含遍，又為前二苦的無間所依，並作為遍攝眾苦之器，所以稱之為此。這三種苦，彼此由一而一循環，在自身如何侵逼的情狀細作思惟，即成為欲求從輪迴中解脫出來的出離心；殷切思惟他方眾生身上的，就導生大悲心了。僅僅緣念粗分苦苦而欲求脫離，因仍是三有的體性，並無法導生出離心、大悲心；尤其若以自相續的現行苦為所緣，欲求脫離，反而是摻雜著愛憎，絲毫沒有出離心的味道，換句話說，對自相續的現行苦生起不能忍受的

瞋心，欲求與彼分離，尋求他處，前為瞋恚所隸屬，後為貪欲所隸屬。《釋量論》提到：

任誰於現苦，出離作瞋恚，
非離彼貪時，尋求他貪境。

僅僅欲求脫離現行苦，固然若干時候得不現行，但並未根斷，也含遍於一切眾生；任是如何勤行由彼脫離，都不越乎苦的範疇，更生不起出離心、大悲心，因此應於行苦深作思惟。

行苦也有許多粗細分的區分。總的來說，一旦取受苦的蘊體，就成為八苦、五苦、三苦等等自所不欲說不能盡無有間歇的缺失的來源，所依及容器，而且行苦的運作，乃是平等一致地含遍在一切凡庸眾生，這些樞要若得以教典及無邊異名正理而作思惟，所生起的可悅愛慈更為有力，以一切凡庸眾生為所緣的大悲心，就自然導生了。

特別是類比著無常、苦、空、無我四種行相，於苦諦過患也可證知。如諸大經論所宣說，是以執著獨立自取我的無明為主，煩惱集諦及業集諦之上

苦集二諦的趨行次第、十二因緣流轉門還滅門的生死流轉次第、由彼如何導生痛苦之理，凡此種種以諸教典及無邊異名正理門徑而抉擇，導出的出離心、大悲心其實是較前深入而超勝。如此出離心的導生之理原是佛教四個宗派所共，由此而根器極為增長，在前述兩種法要之上，以聞思抉擇四諦沒有自性，明了這一切原是由執著補特伽羅及法自有自成的無明為輪迴根本；如上述，思惟由此而如何生死流轉、如何為惑業之本、現前因緣如何運作、三毒煩惱一個依循一個，無以執許何為最初最後、以及心為彼擾動之理，這樣一想，即知絕無可能得到真正安樂。要言之，一旦取受了此一苦蘊，任何接觸都是苦的體性，任何住處都是苦的體性，任何辛勞都是苦的體性，任何為伴都是苦的體性——從這點，我們必須重視所食、所飲、所行、所住等等衛生保健，也可善為證成。

因此，通達粗細分痛苦及粗細分煩惱，得以導生出離心、大悲心，就是生起因果七教誡中圓滿大悲的量了。《四百論》說：

諸有智者視善趣，生畏等同那洛迦。

得於此三有錯亂之輪證知如同火坑、毒蛇巢穴，聲聞、緣覺固有能力，卻無力導出圓滿具量的大悲心，那是因為不具足於一切凡庸眾生視如可愛子的具量可悅愛慈所致。準此可知，大悲心之前不能沒有可悅愛慈的修習，且大悲心與可悅愛慈必須二不分離地將護。如此的大悲心體性，是見到如上述諸凡庸眾生受到粗細分苦的侵逼之狀，由彼不能忍受的行相而安立為生起非造作欲求脫離痛苦的心思體性。簡言之，乃是見到一切眾生遭受痛苦侵逼之狀毫無差別，以此為因緣，以可悅愛慈為等無間緣，就是生起對一切眾生毫無差別的大悲心了。廣說如下。