

# 安忍波罗蜜多 讲记 科判

宗喀巴大师 造论 法尊法师 翻译 智圆法师 讲述 禁止商用篡改 追究法律责任

释道净 整理 20240719 4 稿 微信 qq 973451196 校对 曾蓉 圆娟 周怡 圆如

表 0-1: (3 表)《菩提道次第广论讲记》书中目录科判表

注：据 2010 年 9 月上海佛学书局 10 册版本整理校对 （科判）（表数）……页码【第*课】					
上士道  80 课	既发心已 学行道理 （壬三癸三） ……209 【166-171】	安忍波罗蜜 （子三…午三） （表 1）……173 【184-185】	忍 之 差 别	耐怨害忍（未三申一）（表 1-3~6） ……201【186-191】	第 9 册
				安受苦忍（未三申二）（表 1-7~8） ……1【192-193】	第 10 册
				思择法忍（未三申三）（表 1-9） ……30【194-196】	

表 0-2: (3 表) 总表

科判											
午三、忍辱分六（表1）  安忍波罗蜜	【忍波罗蜜多分五： 一、忍之自性；（未一）（表1-1）					申一、安忍体性					
						申二、安忍违品					
						申三、安忍波罗蜜多					
	二、趣入修忍之方便；（未二）		申一、思惟修忍之胜利（表1-1）								
			申二、思惟不忍之过患分二	酉一、不现见过患分三	戌一、真实义（表1-1）						
					戌二、以嗔恚摧坏善根之义分四（表1-2）	亥一、生嗔的对境					
						亥二、生嗔的所依					
						亥三、于对境断除疑惑					
						亥四、摧坏善根之义分二			金一、遮破他宗		
								金二、建立自宗			
			戌三、摄义（表1-2）								
			酉二、现法过患（表1-2）								
			申三、摄义								
	三、忍之差别；（未三）	申一、耐害忍分三	酉一、破除不忍所作害分二	戌一、破除不忍障作苦分二	亥一、显示理不应嗔分三	金一、观察境分四	木一、观察有无自在皆不应嗔分三（表1-3）				
							木二、观是客现及是自性皆不应嗔（表1-4）				
							木三、观其直接间接由何作损皆不应嗔（表1-4）				
							木四、观能发动作害之因不应嗔恚（表1-4）				
						金二、有境分三（表1-4）					
					金三、所依嗔非应理分二	木一、观能害因及有过无过（表1-4）					
							木二、观自所受分三（表1-5）				
					亥二、显示理应悲愍分二（表1-5）			金一、依《菩萨地》别说分三			
								金二、依本论合说			
					戌二、破除不忍障利等三、作毁等三分二（表1-5）				亥一、破除不忍障誉等三分三		
									亥二、破除不忍作毁等三分三		
					酉二、破除不喜怨家富盛喜其衰败分二（表1-6）					戌一、破除不喜怨家富乐	
										戌二、破除欢喜怨家衰损	
					酉三、摄义（表1-6）						
		申二、安受苦忍分三	酉一、必须安受苦之理分二（表1-7）			戌一、从作用上观察助道和障道，断定必须以苦为道					
						戌二、从结果上观察增苦和减苦，断定必须安受众苦					
			酉二、引发此之方便分二（表1-7）				戌一、有苦生时破除专一执为不喜				
							戌二、显示其苦理应忍受分三				
		酉三、处门广释分八（表1-8）									
		申三、思择法忍分二（表1-9）						酉一、胜解之境			
								酉二、胜解之理			
	四、修忍时如何行；（未四）（表1-9）										
	五、此等摄义。（未五）（表1-9）】										
	（未六、安忍度总义）（表1-9）										

表 0-3: (3 表) 视频课程与法本页码 对应表

第 9 册共 20 课:		186、3	201-216	191、8	274-287	193、10	14-30
第 172-191 课		187、4	216-227	第 10 册共 22 课:		194、11	30-39
第*课	页码	188、5	227-241	第 192-213 课		195、12	40-50
184、七 1	171-190	189、6	241-260	第*课	页码	196、13	50-58
185、2	190-201	190、7	260-274	192、9	1-13		

表 1-1: (9 表) 午三、忍辱分六; 上士道·既发心已学行道理·安忍波罗蜜

科判				论文
午三、忍辱分六				【忍波罗蜜多分五: 一、忍之自性; 二、趣入修忍之方便; 三、忍之差别; 四、修忍时如何行; 五、此等摄义。】
未一、忍之自性分三				【今初】
申一、安忍体性				【耐他怨害, 安受自身所生众苦, 及善安住法思胜解。】
申二、安忍违品				【此等违品亦有三种, 初谓瞋恚, 次谓瞋恚及怯弱心, 三谓不解无其乐欲。】
申三、安忍波罗蜜多				【圆满忍辱波罗蜜多者, 惟由自心灭除忿等修习圆满, 非为观待一切有情悉离暴恶, 非能办故, 调伏自心即能成办所为事故。】【《入行论》云: “恶有情如空, 非能尽降伏, 惟摧此忿心, 如破一切敌。”】【“以皮覆此地, 岂有尔许皮, 惟以鞋底皮, 如覆一切地。”】【“如是诸外物, 我不能尽遮, 应遮我自心, 何须遮诸余。”】
未二、趣入修忍之方便分三				【第二, 趣入修忍之方便者, 虽有多门, 且当宣说修忍胜利、不忍过患。】
申一、思惟修忍之胜利				【其中胜利, 如《菩萨地》云: “谓诸菩萨, 先于其忍见诸胜利, 谓能堪忍补特伽罗, 于当来世无多怨敌, 无多乖离, 有多喜乐, 临终无悔, 于身坏后当生善趣天世界中。见胜利已自能堪忍, 劝他行忍, 赞忍功德, 见能行忍补特伽罗慰意欢喜。”】【《摄波罗蜜多论》云: “若有舍弃利他意, 佛说忍为胜方便。”】【“世间圆满诸善事, 由忍救护忿过失。”】【“是具力者妙庄严, 是难行者最胜力。”】【“能息害心野火雨, 现后众害由忍除。”】【“诸胜丈夫堪忍铠, 恶人粗语箭难透, 反成赞叹微妙华, 名称花鬘极悦意。”】【又云: “忍为巧处成色身, 功德端严相好饰。”】【谓有情邪行不退利他, 从能摧坏众多善根忿恚怨敌而为救护, 下劣为害亦能堪忍、是极悦意庄严之具, 诸难行者破烦恼逼恼最胜之力, 能灭害心大火之水, 诸暴恶人以邪行箭不能透铠, 微妙色身具金色相、夺诸众生眼观意思, 是能造此黠慧巧师, 以如此等众多胜利而为赞叹。】【《入行论》云: “若励摧忿勃, 此现后安乐。”】【若能恒常修习堪忍, 不失欢喜, 故于现法一切时中常得安乐, 于当来世破诸恶趣, 生妙善趣, 毕竟能与决定胜乐, 故于现后悉皆安乐。】【此等胜利皆由忍生, 于此因果关系, 乃至未得坚固猛利定解之时, 当勤修学。】
申二、思惟不忍之过患分二	酉一、不现见过患分三	戌一、真实义		【瞋恚过患中, 不现见之过患者, 《入行论》云: “千劫所施集, 供养善逝等, 此一切善行, 一恚能摧坏。”此是如其圣勇所说录于《入行》。】【《曼殊室利游戏经》说, 摧坏百劫所积众善。《入中论》亦说, 由起刹那忿恚意乐, 能摧百劫修习施戒波罗蜜多所集诸善。】

表 1-2: (9 表) 午三、忍辱分六; 上士道·既发心已学行道理·安忍波罗蜜

午三、忍辱分六	未二、趣入修忍之方便分三	申二、思惟不忍之过患分二	酉一、不现见过患分三	戌二、以瞋恚摧坏善根之义分四	亥一、生瞋的对境	【须瞋何境者，或说菩萨，或说总境，前者与《入中论》所说符合。如云：“由瞋诸佛子，百劫施戒善，刹那能摧坏。”】	
					亥二、生瞋的所依	【生恚之身者，《入中论释》说：“菩萨生瞋且坏善根，况非菩萨而瞋菩萨。”】	
					亥三、于对境断除疑惑	【境为菩萨随知不知，见可瞋相随实不实，悉如前说能坏善根。】【总其能坏善根，非是定须瞋恚菩萨。】【《集学论》云：“圣说一切有教中亦云：‘诸苾刍，见此苾刍以一切支礼发爪塔，发净心否？’‘如是，大德。’‘诸苾刍，随此覆地下过八万四千逾缮那乃至金轮，尽其中间所有沙数，则此苾刍应受千倍尔许转轮王位。’”】【乃至“具寿邬波离来世尊所，恭敬合掌安住一面，白世尊言：‘世尊说此苾刍善根如是广大。世尊，如此善根何能微薄销灭永尽？’‘邬波离，若于同梵行所而为疮患，为疮患已，我则不见有如是福。邬波离，此大善根由彼微薄销灭永尽。邬波离，故于枯树且不应起损害之心，况于有识之身。’”】	
					亥四、摧坏善根之义分二	金一、遮破他宗	【坏善根义，有诸智者作如是说：摧坏先善速疾感果之功能，令果久远，先当出生瞋等之果，非后遇缘不自生果，以世间道皆不能断所断之种，定不能断烦恼种故。】【然此理不定。】【如诸异生以四对治力净治不善所获清净，虽非断种，然后遇缘其异熟果定不生故。】【又已感异熟善不善业，虽非断种，然后遇缘亦定不生异熟果故。】【又加行道得顶、忍时，未断邪见及恶趣因不善种子，然遇缘时，亦定不起邪见及恶趣故。】【又如前引“诸业于生死随重”，随先熟一善不善业，暂遮余业成熟之位，仅以此义不能立为坏善不善，亦未说故。】【又异熟暂远不能立为坏善根义，若不尔者，应说一切有力不善业皆坏善根故。】
						金二、建立自宗	【故于此中清辩论师如前所说，以四种力净治不善，及由邪见、损害之心摧坏善根，俱如败种，虽遇助缘而不发芽，后虽遇缘亦不能生果。】【又如前说，虽以四力净所造罪而得清净，而与发生上道迟缓无相违义。故有一类虽坏布施护戒之果圆满身财，然不能坏修习能舍及能断心作用等流，后仍易起施戒善根。】【又有一类，虽坏施戒作用等流同类相续，然未能坏发生圆满身资财等。】【又有一类如前所说，若不瞋恚授记菩萨，一劫所能圆满道证，由起瞋心，自相续中已有之道虽不舍弃，然一劫中进道迟缓。】【总之，如净不善非须尽净一切作用，故坏善根亦非坏尽一切作用，此极重要。惟应依止佛陀圣教，及依教之正理而善思择，故当善阅经教而善思择。】
					戌三、摄义	【如是能引极非可爱粗猛异熟，及能灭除余业所引最极可爱无量异熟，是为非现见之过患。】	
					酉二、现法过患	【现法过患者，意不调柔，心不静寂。又诸喜乐，先有失坏，后不可得，睡不安眠，心失坚固平等而住。若瞋恚重，虽先恩养，忘恩反杀，诸亲眷属厌患舍弃，虽以施摄亦不安住等。】【《入行论》云：“若持瞋箭心，意不受寂静，喜乐不可得，无眠不坚住。”】【“有以财供事，恩给而依止，彼反于瞋恚，恩主行弑害。”】【“由瞋亲友厌，施摄亦不依，总之有瞋恚，全无安乐住。”】【《本生论》亦云：“忿火能坏妙容色，虽饰庄严亦无美，纵卧安乐诸卧具，忿箭刺心而受苦。”】【“忘失成办自利益，由忿烧恼趣恶途，失坏名称及义利，犹如黑月失吉祥。”】【“虽诸亲友极爱乐，忿堕非理险恶处，心于利害失观慧，多作乖违心愚迷。”】【“由忿串习诸恶业，百年受苦于恶趣，如极损他来复讎，怨敌何有过于此？”】【“此忿为内怨，我如是知己，士夫谁能忍，令此张势力？”】【此等过患皆从忿起，乃至未得决定了解，应当修习。】【如《入行论》云：“无如瞋之恶，无如忍难行，故应种种理，殷重修堪忍。”】	

表 1-3: (9 表) 午三、忍辱分六: 上士道·既发心已学行道理·安忍波罗蜜

午三、忍辱分六	未二、趣入修忍之方便分三		申三、摄义		【由见胜利、过患为先，应以多门勤修堪忍。】【初句之理由，如《入中论释》云：“如大海水，非以秤量能定其量，其异熟限亦不能定。故能如是引非爱果及能害善，除不忍外，更无余恶最为强盛。”若仅生最大非爱异熟而不坏善根，则非如此最大恶故。】【然能双具引大异熟及坏善根所有恶行，除瞋而外余尚众多，谓诽谤因果所有邪见及谤正法，并于菩萨尊长等所起大轻蔑、生我慢等，如《集学论》应当了知。】
	申一、耐怨害忍分三				【第三，忍差别分三：一、耐怨害忍；二、安受苦忍；三、思择法忍。】【初中分二：一、破除不忍怨所作害；二、破除不喜怨家富盛、喜其衰败。】
	戌一、破除不忍障乐作苦分二				【初中分二：一、破除不忍障乐作苦；二、破除不忍障利等三、作毁等三。】【初中分二：一、显示理不应瞋；二、显示理应悲愍。】
	亥一、显示理不应瞋分三				【初中分三：一、观察境；二、有境；三、所依瞋非应理。】【今初】【初中有四】
	金一、观察境分四		木一、观察有无自在皆不应瞋分三		【一、观察有无自在不应瞋者。】【应当观察，于能怨害应瞋之因相为何。如是观已，觉彼于自欲作损害意乐为先，次起方便遮我安乐，或于身心作非爱苦。】【为彼于我能有自在不作损害强作损害，而瞋恚耶？抑无自在由他所使而作损害，故瞋恚耶？】
			水一、观察有自在不应瞋分二		【若如初者，瞋不应理，他于损害无自在故。】
			火一、损害心最初生起无自在		【谓由宿习烦恼种子、境界现前、非理作意因缘和合起损害心，纵不故思，此诸因缘亦能生故。若彼因缘有所缺少，则故思令生，亦定不生故。】
			火二、整个损害过程全由烦恼支配故无自在		【如是由诸因缘起损害欲，由此复起损害加行，由此加行生他苦故，此补特伽罗无少主宰，以他亦随烦恼自在，如烦恼奴而随转故。】
			水二、观察无自在不应瞋		【若他自己全无自在，为余所使作损害者，极不应瞋。譬如有人为魔所使，随魔自在，于来解救饶益自者，反作损害、行捶打等。彼必念云：此为魔使，自无主宰，故如是行。不少瞋此，仍勤励力令离魔恼。】【如是菩萨见诸怨家作损害时，应如是思：此为烦恼魔使无主，故如是行，不少瞋此补特伽罗，须更发心，为欲令其离烦恼故，我应勤修诸菩萨行。】【如《四百论》云：“虽忿由魔使，医师不瞋怪，能仁见烦恼，非具惑众生。”】【月称论师亦云：“此非有情过，此是烦恼咎，智者善观已，不瞋诸有情。”】【《入行论》中虽说多理，然惟于此易生定解，对治瞋恚最为有力。《菩萨地》说修惟法想堪忍怨害，与此义同，故于此上乃至定解当勤修习。】
			水三、摄义		【若诸有情能有主宰，皆应无苦，以此诸苦非所愿故，有自在故。】【又诸有情若为猛利烦恼激动，尚于最极爱惜自身而作损害，或跳悬崖，或以棘刺及刀剑等而自伤害，或断食等，况于他人能不损哉？】【应如是思，灭除瞋恚。】【《入行论》云：“一切皆他使，他主自无主，知尔不应瞋，一切如化事。”】【又云：“故见怨或亲，为作非理时，谓此因缘生，思已当乐住。”】【“若由自喜成，皆不愿苦故，则一切有情，皆应无有苦。”】【又云：“若时随惑转，自爱尚自杀，尔时于他身，何能不为损？”】

表 1-4：（9 表）午三、忍辱分六；上士道·既发心已学行道理·安忍波罗蜜

午三、忍辱分六	未三、忍之差别分三	申一、耐怨害忍分三	酉一、破除不忍怨所作害分二	戌一、破除不忍障乐作苦分二	亥一、显示理不应瞋分三	金一、观察境分四	木二、观是客现及是自性皆不应瞋	【第二，观是客现及是自性皆不应瞋者。】【损他之过不出二事，谓是否有情之自性。若是自性，瞋不应理，如不应瞋火烧热性。若是客现，亦不应瞋，如虚空中有烟等现，不以烟过而瞋虚空。应如是思，灭除瞋恚。】【《入行论》云：“若于他恼害，是愚夫自性，瞋彼则非理，如瞋烧性火。”】【“若过是客来，有情性仁贤，若尔瞋非理，如瞋烟蔽空。”】
							木三、观其直接间接由何作损皆不应瞋	【第三，观其直间由何作损皆不应瞋者。】【若瞋直接发生损害能作害者，应如瞋恚补特伽罗，瞋刀杖等；若瞋间接令生损害能作害者，如刀杖等为人所使，其人复为瞋恚所使而作损害，应憎其瞋。】【如云：“杖等亲为害，若瞋能使者，此亦为瞋使，定当憎其瞋。”】【故不瞋杖，亦不应憎能使之者；若瞋能使，理则亦应瞋其瞋恚。不如是执，即是自心趣非理道，故应定解一切道理悉皆平等，令意不瞋补特伽罗，如不瞋杖。】【此未分别杖与能使有无怨心者，由前所说破自在理应当了知。】
							木四、观能发动作害之因不应瞋恚	【第四，观能发动作害之因不应瞋者。】【受由怨害所生苦时，若是无因、不平等因则不生苦，要由随顺众因乃生，此因是宿不善业故。】【由自业力发动能害令无自主，故自所招不应憎他。作是念已应怪自致，于一切种破除瞋恚，如那落迦所有狱卒，是由自己恶业所起，为自作害。】【如云：“我昔于有情，曾作如是害，故害有情者，我理受此损。”】【又云：“愚夫不愿苦，爱著众苦因，由自罪自害，岂应憎于他？”】【“譬如诸狱卒，及诸剑叶林，由自业所起，为当憎于谁？”】【“由我业发动，于我作损害，此作地狱因，岂非我害他？”】【霞婆瓦云：“若云非我所致，实是显自全无法气。”】
						金二、有境分三		【观察有境不应瞋者。】
							木一、不欲受苦与对他人生瞋相违	【若于怨害发生瞋恚，是因于苦不能忍者，诚为相违，以不能忍现在微苦，极力引生恶趣无量苦因故。故应自念我极愚痴而自羞耻，励防莫瞋。】【如云：“于现在微苦，我且不能忍，何不破除瞋恚，地狱众苦因？”】
							木二、是灭尽恶业之因故不应生瞋	【其怨所生苦是我宿世恶业之果，由受此故，尽宿恶业。若能堪忍，不造新恶，增长多福。他似不顾自法退衰，为净我罪而行怨害，故于怨害应视其恩。】【如《本生论》云：“若有不思自法衰，为净我恶而行损，我若于此不堪忍，忘恩何有过于此？”】【《入中论》云：“许为尽昔造，诸不善业果，害他忿招苦，如反下其种。”】
							木三、如治病服药般安忍应理	【如为医重病当忍针灸等方便，为灭大苦而忍小苦，最为应理。】
						金三、所依瞋非应理分二		【观察所依不应瞋者。】
							木一、观能害因及有过无过	【一、观能害因及有过无过。】【如云：“他器与我身，二皆致苦因，双出器与身，为应于谁瞋？”】【“如人形大疮，痛苦不耐触，爱盲我执此，损此而瞋谁？”】【又云：“有由愚行害，有因愚而瞋，其中谁无过，谁是有过者？”】

表 1-5：（9 表）午三、忍辱分六；上士道·既发心已学行道理·安忍波罗蜜

午三、忍辱分六	未三、忍之差别分三	申一、耐怨害忍分三	酉一、破除不忍怨所作害分二	戌一、破除不忍障乐作苦分二	亥一、显示理不应嗔分三	金三、所依嗔非应理分二	木二、观自所受分三	水一、正说		【二、观自所受者。】【若诸声闻惟行自利，不忍而瞋且不应理，何况我从初发心时，誓为利乐一切有情修利他行，摄受一切有情。如是思惟发堪忍心。】		
								水二、旁述《菩萨地》所说修摄受想分二				
									火一、修摄受想			
									火二、依想堪忍			
								水三、摄义	【博朵瓦云：“佛教教者谓不作恶，略有怨害不修堪忍即便骂为，此从根本破坏圣教，由此即是自舍律仪，圣教根本由此破坏。虽总圣教非我等有，自失律仪是灭自者。”】【又云：“如翻鞍牛缚尾而跳，鞍反击腿，若缓鞦落，始得安乐。若于怨害而不缓息，为其对敌，反渐不安。”】			
									亥二、显示理应悲愍分二		【第二，理应悲愍者。】	
						金一、依《菩萨地》别说分三		木一、宿生亲善想分二		水一、修宿生亲善想		
								木二、无常想分二	水一、修无常想	水二、依想堪忍		
									木三、苦想分二	水一、修习苦想	水二、依想堪忍	
								金二、依本论合说		【谓当至心作是思惟：一切有情无始生死，无未为我作父母等亲属友善，又是无常命速分离，常为三苦之所苦恼，为烦恼魔之所狂魅，灭坏自己现后利义，我当哀愍，何可瞋恚及报怨害？】		
									亥一、破除不忍障誉等三分三		【破除不忍障利等三、作毁等三分二：一、破除不忍障誉等三；二、破除不忍作毁等三。】【初中分三：一、思惟誉等无功德之理；二、思惟有过失之理；三、故于破此应当欢喜。】【今初】	
									金一、思惟誉等无功德之理	【若他赞我称我称誉，全无现法延寿无病等，及无后世获福德等二种利益。故彼失坏若不喜者，则无屋用沙屋倾塌，愚童涕哭，与我今者等无有异，应自呵责而不贪著。】【如云：“赞称及承事，非福非长寿，非力非无病，非令身安乐，我若识自利，彼利自者何？”】【又云：“若沙屋倾塌，儿童极痛哭，如是失赞誉，我心如愚童。”】		
				金二、思惟有过失之理	【第二，赞誉等者于诸非义令心散乱，坏灭厌离，令嫉有德，退失善事，如是思已，则于彼等令心厌离。】【如云：“赞等令我散，彼坏厌离心，嫉妬诸有德，破坏圆满事。”】							
					金三、故于破此应当欢喜	【第三，如是令我退失誉称及利敬者，是于恶趣救护于我，斩除贪缚，遮趣苦门，如佛加被。如是思已，应由至心灭瞋生喜。】【如云：“故若有现前，坏我誉等者，彼岂非于我，救护堕恶趣？”】【“我为求解脱，无须利敬缚。”】【“若有解我缚，我何反瞋彼？”】【“我欲趣众苦，如佛所加被，闭门而不放，我何反瞋彼？”】						
						亥二、破除不忍作毁等三分三			【第二，破除不忍作毁等三者。】			
						金一、思惟毁谤等无损于身心而灭忧息嗔	【心非有体，非他能害，若直害身间损于心，毁等于身亦不能损，既于身心二俱无损，故应欢喜。如是思已，断除忧悵，忧悵若灭，瞋不生故。】		【亦如论云：“意非有形故，谁亦不能坏。”】			

表 1-6: (9 表) 午三、忍辱分六; 上士道·既发心已学行道理·安忍波罗蜜

午三、忍辱分六	未三、忍之差别分三	申一、耐怨害忍分三	酉一、破除不忍怨所作害分二	戌二、破除不忍障利等三、作毁等三分二	亥二、破除不忍作毁等三分三	金一、思惟毁谤等无损于身心而灭忧息嗔	【“由耽著于身，故身为苦损。”】【“毁訾及粗语，并其恶名称，于身若无害，心汝何故瞋？”】【霞惹瓦云：“若于康垵巴、内鄂苏巴、照巴三人，任说何语，与向土石全无差别，故得安乐。后时诸人耳根薄弱，故无安乐。”】【若对馨敦说某作是言，答曰：“暗中可骂国王，汝犯离间，应当忏悔。”】【有谓慧金刚瑜伽师云：“人说我等为伏后者。”答云：“人不于人作言说事，又于何事？”次云：“速断离间。”】	
						金二、破救	【若作是念：由毁訾等，则余补特伽罗于我不喜，故不欢喜。】 【若余不喜我于我有损，可为实尔，然此于自全无所损，故应断除不欢喜心。】 【如云：“余不喜于我，此于现后世，俱不损于我，何故我不乐？”】 【若作是念：虽他不喜无损于我，然由依此，即能障碍从他人所获得利养，故于毁訾、毁谤、传恶名者而发憎愤。】 【所得利养须置现世，瞋他之恶随逐而行，故无利养速疾死没，与以邪命长时存活，前者为胜。】 【设获利养长时存活，然于死亡终无免脱，终须有死。至临终时，先经百年受用安乐，与惟一年受用安乐，二者相等，惟为念境，尔时苦乐无差别故。譬如梦中受乐百年与惟须臾领受安乐，二睡醒时，乐与不乐全无差别。】 【如是思惟，若于利敬能破贪著，则于毁訾扬恶名等不生忧悵。以不求于他显我殊胜，虽不显扬喜无退故。】 【亦如论云：“能障利养故，若我不喜此。”】 【“我利置此世，诸恶则坚住。我宁今死殁，不邪命长活，我纵能久住，终是死苦性。”】 【“梦受百年乐，若至于醒时，与受须臾乐，若至于醒时，醒已此二者，其乐皆不还，寿长短二者，临终惟如是。”】 【“设多得利养，长时受安乐，亦如被盗劫，裸体空手行。”】	
							金三、摄义分二	木一、总说
								木二、旁述安忍毁谤等之方便
						酉二、破除不喜怨家富盛喜其衰败分二		
						【第二，破除不喜怨敌富乐喜其衰损者。】		
						戌一、破除不喜怨家富乐	【本为利乐诸有情故发菩提心，今于有情自获安乐反起瞋恚。】 【又云惟愿一切有情皆当成佛，今见彼等略有下劣利养恭敬，反生忧恼，极为相违。】 【故应于他几大富乐断除嫉妒，至心欢喜。若不尔者，则菩提心利乐有情惟假名故。】 【如云：“为乐诸有情，而发菩提心，有情自获乐，何故反瞋彼？”】 【“云令诸有情，成佛三界供，见下劣利敬，何故起忧恼？”】 【“若汝所应养，当由汝供给，亲友得自活，不喜岂反瞋？”】 【“不愿众生乐，岂愿得菩提，故若憎他富，岂有菩提心？”】 【“若他从施获，或利在施家，此俱非汝有，施不施何关？”】	
							戌二、破除欢喜怨家衰损	【怨家衰败而生欢喜，及暴恶心愿其失败，仅由此心于怨无损，惟令自苦。设能损他，然亦俱害。思此过患，当一切种而正灭除。】 【如云：“设怨有不喜，汝有何可乐？仅由汝希愿，岂为损他因？”】 【“纵由汝愿成，他苦汝何喜？若谓满我心，损失岂过此？”】 【“彼烦恼渔夫，利钩之所执，我于地狱镬，定受狱卒煎。”】
						酉三、摄义		【如是若于障碍我乐及我亲乐、为作非乐并于怨家所有盛事，一向视为不可乐相，由此生忧，忧增发瞋。】 【若能破其一向不喜，则止其忧；由忧息故，瞋则不生。】 【故应以前所显正理，于此破其一向不喜，由众多门灭除瞋恚，以其过失最重大故。】 【能灭教授亦即上说佛子正理，要与烦恼而兴驳难，向内摧坏第一仇敌瞋恚之理即此等故，若能以观察慧善为思择，以多正理而正破除，则能遮止多类瞋恚，由众多门发生堪忍，能得坚固微妙习气，以是由其无垢正理，于正教义获定解故。】 【有舍观慧思择修者，即舍此等菩萨一切广大妙行，当知即是自他暇身受取心要无上障碍，犹如毒蛇应当远离。】



表 1-7: (9 表) 午三、忍辱分六; 上士道·既发心已学行道理·安忍波罗蜜

午三、忍辱分六	未三、忍之差别分三	申二、安受苦忍分三		【第二，引发安受苦忍分三：一、必须安受苦之理；二、引发此之方便；三、处门广释。】【今初】
		酉一、必须安受苦之理分二	戌一、从作用上观察助道和障道，断定必须以苦为道	【如《入行论》云：“乐因惟少许，苦因极繁多。”我等恒有众苦随逐，故以苦为道不可不知。】【若不尔者，如《集学论》说，或生瞋恚，或于修道而生怯弱，即能障碍修善行故。】
			戌二、从结果上观察增苦和减苦，断定必须安受众苦	【此复有苦是由他起，亦有诸苦无论于道若修不修由宿业起，又有一类如下所说，由修善行始得发起，若不修善则不发生。】【如是若由宿业及现前缘增上力故决定起者，此等暂时无能遮止，起已必须安然忍受。】【若不能忍，则反于此原有苦上，由自分别更生心苦，极难堪忍。】【若能安忍，虽根本苦未能即退，然不缘此更生内心忧虑等苦；若于此上更持余苦助道方便，则苦极微而能堪忍。】【是故引发安受苦忍极为切要。】
		酉二、引发此之方便分二		【第二，引发方便分二：一、有苦生时破除专一执为不喜；二、显示其苦理应忍受。】【今初】
			戌一、有苦生时破除专一执为不喜	【若已生苦有可治者，是则其意无须不喜；若不可治，纵不欢喜，亦无利益，非但无益，且有过患。若太娇爱，虽于微苦亦极难忍；若不娇爱，其苦虽大亦能忍故。】【如云：“若有可治者，有何可不喜？若已无可治，不喜有何益？”】【又云：“寒热及风雨，病缚捶打等，我不应太娇，若娇苦反增。”】
			戌二、显示其苦理应忍受分三	【第二，显示其苦理应忍受分三：一、思惟苦之功德；二、思惟能忍众苦难行之功德；三、从微渐修无难之理。】【今初】
			亥一、思惟苦之功德	【功德有五】【谓若无苦，则于苦事不希出离，故有驱意解脱功德。】【由苦逼迫坏诸高慢，故有除遣傲慢功德。】【若受猛利大苦受时，则知其苦从不善生，不爱其果，须止其因，故有羞耻作恶功德。】【由苦逼恼希求安乐，若求安乐须修善因，故有欢喜修善功德。】【由比我心度余有情，知皆是苦，于诸漂流生死海者，能发悲愍。】【以上诸德及此所例诸余功德，自应先知，数数修心，谓此诸苦是所愿处。】【如云：“无苦无出离，故心应坚忍。”又云：“又苦诸功德，谓以厌除慢，悲愍生死者，羞恶而喜善。”】
			亥二、思惟能忍众苦难行之功德分二	【第二，思惟能忍众苦难行之德分二：一、思解脱等诸大胜利；二、思能遮止无量苦所有胜利。今初】
			金一、思解脱等诸大胜利	【我昔流转生死之时，为求微劣无义欲故，虽知有苦，尚能轻蔑非一大苦，作感当来无量苦因，忍受非一无义大苦；况我今者，为求引发自他无量利益安乐，尚应故知忍受过前百千俱胝倍数大苦而修善行，况轻于彼。】【应数思惟，令心坚固。】【《入行论》云：“为欲曾千返，受烧等地狱，然于自他利，我悉未能办。现无尔许苦，能成诸大利，为除众生苦，于苦惟应喜。”】【思惟往昔于自他利俱无所成，尚能忍受尔许难行；今为引发极大利益，于诸微苦何故不忍？故虽有苦，然有此利，我实善得。如是思惟，令心高起。】【又由恶友之所诳惑，尚能趣向无义恶途，忍诸苦行，谓跳三尖矛及灸五火等；又为世间微劣事故，能强忍受务农、徇利、战竞等事，非一大苦。如是思已，当于苦行而发无畏。】
			金二、思能遮止无量苦所有胜利	【思能遮止无量苦所有胜利者，如有一人是应杀犯，若截手指能免杀罪，发大欢喜。如是若由人间小苦，总能脱离无边生死，别能永断那洛迦等恶趣众苦，极为善哉。】【若能善思现前久远二苦差别，则于难行能生心力，全无所畏。】【如云：“若截杀人手，能脱岂非善？若以人间苦，离狱岂非善？”】



表 1-8：（9 表）午三、忍辱分六；上士道·既发心已学行道理·安忍波罗蜜

午三、忍辱分六	未三、忍之差别分三	申二、安受苦忍分三	酉二、引发此之方便分二	戌二、显示其苦理应忍受分三	亥三、从微渐修无难之理分二		【从微渐修无所难者。】
					金一、略说		【如云：“若习不易成，此事定非有，故修忍小苦，大苦亦能忍。”若被忍甲受苦意乐，杂诸小苦渐次修习，则忍苦力渐能增广。】
					金二、广说分三	木一、从微小处渐次修	【《集学论》亦云：“此中若修小苦为先，则于大苦及极大苦而能串习。譬如一切有情由串习力，于诸苦上妄起乐想，如是若于一切苦上，安住乐想而渐串习，则亦能住安乐之想。”】
						木二、须以最坚稳之心力方能成就安忍	【又生此想，复如《猛利请问经》云：“应当舍离如树棉心。”《华严》亦云：“童女，汝为摧伏一切烦恼故，应当发起难行之心。”谓须心力最极坚稳，非心微薄之所能成。】
						木三、若心坚强大苦也成助伴	【故若先发坚强志力，则诸大苦亦成助伴。譬如勇士入阵战时，见自出血，以此反能助其勇志。】【若先未闻如是之法，虽闻云我不能行此自轻蔑者，则苦虽微，亦能成彼退道之缘。譬如怯夫，虽见他血亦自惊倒。】【如云：“有若见自血，反增其坚勇，有虽见他血，亦惊慌闷绝，此由心坚固，怯弱之所致。”】
			酉三、处门广释分八		【处门广释者。】【若须安忍所生苦者，为当忍受由何生苦？】【此分八处。】		
			戌一、依止处分二	亥一、显处	【依止处者，所谓衣服、饮食、坐具、卧具、病缘医药、供身什物，是能增长梵行之依。】		
				亥二、明忍	【此等诸物若得粗鲜，他不恭敬，稽留乃与，不应忧郁，当忍由此所生众苦。】		
			戌二、世法处分二	亥一、显处	【世法处者，衰、毁、讥、苦、坏法坏、尽法尽、老法老、病法病、死法死，如是九种是为世法。】		
				亥二、明忍	【依此一切或依一分所生众苦，应善思择而忍受之。】		
			戌三、威仪处分二	亥一、显处	【威仪处者，行住坐卧是四威仪，第一、第三昼夜恒时从诸障法净修其心。】		
				亥二、明忍	【由此生苦悉当忍受，终不非时胁著床座草敷叶敷。】		
			戌四、摄法处分二	亥一、显处	【摄法处者，供事三宝，供事尊长，谕受诸法，既谕受已为他广说，大音赞诵，独处空闲无倒思惟，修习瑜伽作意所摄若止若观，为七摄法。】		
				亥二、明忍	【于此劬劳所生众苦，悉当忍受。】		
			戌五、乞活处分二	亥一、显处	【乞活处者。】【剃须发等誓受毁形。】【受持裁染坏色之衣。】【从其一切世间游涉兢摄住故，别行余法。】【舍务农等从他所得而存济故，依他存活。】【不应受用集所获故，尽寿从他求衣服等。】【断秽行故，尽寿遮止人间诸欲。】【舍离歌舞笑戏等故，及离与诸亲友同龄欢娱等故，尽寿遮止人间嬉戏。】【为七乞活。】		
				亥二、明忍	【由依此等所生众苦，应当忍受。】		
			戌六、勤劬处		【勤劬处者，勤修善品劬劳因缘所生众苦悉当忍受。】		
			戌七、利有情处		【利有情处者，谓十一事。从此生苦，皆应忍受。】		
			戌八、现所作处		【现所作处者，谓出家者，便有营为衣钵等业，诸在家者，则有无罪营农、经商、仕王等业。从此生苦，悉当忍受。】【如是八处所生众苦，随何苦起，皆应别别精进不废，正趣菩提，已正趣入不令成其退转障碍，令意全无不喜而转。】		

表 1-9：（9 表）午三、忍辱分六；上士道·既发心已学行道理·安忍波罗蜜

午三、忍之差别分三	未三、忍之差别分三	申三、思择法忍分二	酉一、胜解之境		【第三，引发思胜解忍中，胜解之境略有八种。】【一、净信境者，谓三宝功德。】【二、现证境者，谓无我真实。】【三、希乐境者，谓诸佛菩萨广大神力。此复有三，谓神通力、六波罗蜜多力及俱生力。】【四、五、取舍境者，谓诸妙行、诸恶行因，及此所招爱、非爱果，此分为二。】【六、七、所修境者，谓大菩提是应得义，及菩萨学一切诸道是得彼所有方便，此亦分二。】【八、闻思随行境者，谓所知境。卓垅巴师说为无常等，然《力种性品》说十二分教等正法为第八种，或应如是。】				
			酉二、胜解之理		【胜解之理者，谓如实知此诸境已，无所违逆数数思惟。】【安受众苦及思择法俱分八类者，如《菩萨地》所说而录，特于思法此说极广。】				
	未四、修忍时如何行			【修此等时如何行者，谓随修一能堪忍时，皆令具足六种殊胜，具足六种波罗蜜多。惟除令他安立于忍是忍施外，余如前说。】					
	未五、此等摄义			【第五，此等摄义者，谓应随念发菩提心为行依止而修行者，是欲安立一切有情于漏尽忍所有根本，故须令此渐次增广。】【大地诸忍作所愿境而勤修习。】【诸初发业所应学忍善了知己，如理修学。如于所说有所违越，应当精勤而令还出。若修此时舍而不修，恒为非一大罪所染，于余生中亦极难修最为殊胜诸菩萨行。】【若能视为胜道扼要，诸能行者现前修行，未能行者亦能于上净修意乐，则如《妙手问经》所说，以少功力及微小苦而能圆满波罗蜜多。】					
	未六、安忍度总义分三	申一、忍的自性							
		申二、趣入修忍的方便							
		申三、忍的差别分三	酉一、耐怨害的修法分二	戌一、总说原理					
				戌二、分说修法分三	亥一、破除不忍障乐作苦分二	金一、显示理不应嗔分三	木一、观察境生嗔不应理		
							木二、观察有境不应生嗔		
					木三、观察所依不应生嗔				
金二、显示理应悲悯									
亥二、破除不忍障利等三、作毁等三分二				金一、破除不忍障碍誉、称、利敬					
金二、破除不忍怨敌对自己毁谤等									
亥三、破除不喜怨家富盛、喜其衰败分二			金一、破除不喜怨家富乐						
金二、破除欢喜怨家衰损									
酉二、安受苦忍的修法分五			戌一、安受苦忍的自性						
		戌二、修安受苦忍的必要							
		戌三、修安受苦忍的原理							
		戌四、修安受苦忍的方法分三	亥一、调整看待苦的心态						
	亥二、改变对苦和受苦的看法分二		金一、改变对苦的看法						
金二、改变对受苦的看法分二			木一、思惟解脱等大利益						
	木二、思惟能遮止无量大苦的胜利								
亥三、正式训练忍苦的次第及其效果									
戌五、所应忍苦的方面									
酉三、法思胜解忍的修法									