

修行找回心的本性，最後才能成佛！

宗大師告訴我們，修行的每一個階段都有證量，下士道有下士道的證量，中士道有中士道的證量，上士道有上士道的證量；一切的證量都要靠止修、觀察修、止觀雙修，才能生起、證得。

心的本性唯明唯知

我們現在還是凡夫，狀況非常差，有很多煩惱，但是這些煩惱所依的「心」本身是「唯明唯知」的，它有一個完全不會被煩惱障礙到的本性。雖然我們目前還有許多不好的想法，有貪、瞋等不好的心所，但是這些不好的東西和它們所依的心卻是不相應的；也就是說，我們雖然還有很多煩惱，但是煩惱所坐的位置——心——卻是唯明唯知的。藉著修行，我們要一步一步找回心的本性，最後脫離輪迴，達到佛果。

這裡所說的「心的本性與煩惱不相應」，是指從長久、究竟的角度來看，心最後终究會離開煩惱，不會永遠和煩惱在一起。這裡的「相應」與「攝類學」所講的心王和心所互為「相應因」的「相應」意涵不同，你們不要混淆。

攝類學所講的「相應因」，意指心王和心所「做什麼都在一起」，它們之間有五個相應的關係：所緣相應、行相相應、時間相應、所依相應、本質相應。譬如說，當心王緣在什麼上面，心所所緣也是一樣的；心所朝向何方，心王也朝向何方；心所想什麼，心王想的也是一樣的；心所和心王所依的眼根、耳根、鼻根，也是一樣的；各種心所和它的心王都是「相應存在」的。這五個相應關係是短暫性的。

此處所講的「相應」則是指：從心的本性來看，心最後一定不會是煩惱的狀態，故說心與煩惱不相應。也就是說：心的本性是唯明唯知的，所以我們的心與菩提心、空正見等會相應；與我執、我愛執、煩惱等不會相應。以下分別從「唯明」與「唯知」的角度，加以解釋。

心是唯明的，故與清淨相應

「唯明」是乾淨、清淨的意思。因為心有唯明的本性，所以會和乾淨的東西相應，和汙穢則不相應。例如：我們所有的煩惱、我執、我愛執等都是不清淨的，

肯定與心是不相應的；菩提心與空正見等是清淨的，所以與心的本性是相應的。心像一面鏡子，朝向什麼方向，裡面就顯現什麼。當心朝向髒東西時，雖然短暫顯現出髒東西，但是髒並沒有進入心的本性，只是暫時顯現而已。將來當它朝乾淨、正確的方向時，好東西就會顯現，圓滿、清淨的感覺就會出現。由於心的本性是清淨的，短暫顯現出的髒實際上並沒有染污到心。

心是唯知的，故有觀察的智慧，且與無明相違

唯知是什麼意思呢？心在對境的時候，不只能把「境」顯現出來，心的本身還有智慧，能夠從自己那邊觀察、思考，分辨：這些境到底是什麼？是好、是壞？是真、是假？因為心有分辨的智慧，所以說它「唯知」。

唯知的另外一個涵意是，因為心有智慧，故與「無明」相違。「知」是「知道實際上真相是什麼」。因為唯知的本性，所以心喜歡知道、喜歡清楚、喜歡明白、喜歡了解，喜歡了悟；心不喜歡不明白、無明、愚癡…等等。心的本身有這樣一個分別的體性，所以與符合道理的事情相應，與不符合道理的不相應。與心相應的是正確的、合乎法理的、符合緣起的想法，是菩提心、空正見等等。不符合道理的想法則與心完全不相應，例如執著心、我愛執、自私心等；這些煩惱都是無明的狀態，所以與心的本性是不會相應的，心不喜歡這些。心和無知、愚癡、無明等是相違的。心的本性就有這樣的體性。

因為唯明，所以煩惱沒有辦法進入心的本性；因為唯知，所以煩惱好像有點「怕」心，和心不會相應。

心有感受，會追求離苦得樂

此外，心的本性對於「離苦得樂」的感受是喜歡的；因為心有感受，所以會追求離苦得樂。從這個角度來看各種心王的法與心所的法，某一些具有離苦得樂的作用，另一些則只會帶來「得苦離樂」的後果。有離苦得樂作用的法與心的本性是相應的，會造成「得苦離樂」的心王與心所則與心是不相應的。例如：煩惱等心所有「得苦離樂」的作用，所以與心的本性不相應；菩提心、空正見等具有「離苦得樂」的作用，所以與心的本性肯定是相應的。

修行生起的證量，帶來離苦得樂的作用

還有哪些心王、心所具有離苦得樂的作用呢？一一認出來的話，所有我們要藉著修行生起證量的心王與心所，都會帶來離苦得樂的作用，也就是說，下士道、中士道、上士道、菩提心、空正見…所有的證量，都具有離苦得樂的作用。與這些相反的，則會帶來得苦離樂的後果。例如：與下士道證量相反的，不皈依、不信業果、愚痴無明、執著今生等等；與中士道證量相反的，對輪迴圓滿非常執著、對解脫完全沒有興趣等等；以上士道的菩提心、空正見來講，與菩提心相反的是我愛執，與空正見相反的就是對所有的法上面有執著；這些都會帶來得苦離樂的結果，都是與我們的心不相應的。

真諦的力量，勝過虛假的力量

進一步來看，菩提心與空正見等不但與心的本性相應，並且與負面的我執、我愛執等煩惱是「相違」的。兩種力量哪一個比較強呢？菩提心與空正見的力量是真諦的力量，我執與我愛執的力量屬於虛假的力量，當空正見、菩提心生起或增長的時候，真諦的力量比虛假的力量強很多，所以一定會超越後者，因此，我執、我愛執等煩惱會被消除，無法繼續存在。

除了本身的力量，菩提心與空正見後面還有法—緣起道理—的力量支持：我們看得到的因果緣起道理、所有正確的想法與量、以及一切佛菩薩，都支持空正見與菩提心。這些力量非常強大，所以，就像後面有靠山，空正見與菩提心會越走力量越大。反之，我執、我愛執等煩惱本身是虛假的，若再問後面有誰支持呢？支持它們的也都是虛假的，無法與真實道理相應，因此會出現什麼情況呢？越是支持，越會傷害到它們。就像我們抓到一個小偷，向他問話，他回答的時候，因為打妄語，就越講越離譜；我們再繼續問，他為了圓謊，又講得更離譜，到後來，所有他講的理由都不支持他，反而打破他自己的講法，更加傷到他自己。同樣地，煩惱背後的理由都是虛假的，我們越是想找理由來支持它，越容易發現這裡有問題，那裡也有問題，它反而變得更慘，更沒有道理。虛假的力量不但不能支持煩惱，反而會傷到它。

藉著修行，找回心的本性，最後脫離輪迴、成就佛果

我們的心喜歡明白，並且排斥不符合道理的、不明白的。當心遇正確的道理，會覺得很相應，它會漸漸地看到、明白、成長，然後繼續往前追，就會更明白、更明白；心的本身就有這個功能。從這個角度來說，就是心有「佛性」。佛性的意思是我們未來可以成佛的本性。心這樣成長，我們的佛性會慢慢地提升，越來越接近佛的果位。

總結以上，煩惱、心、菩提心與空正見之中，菩提心與空正見是正面的好東西，煩惱是負面的壞東西；兩者的所依都是「心」。如果我們把正、反兩個力量拿來比較，就會相信有一天我們一定可以把我執、我愛執等煩惱去除！因為這是我們心的本性，是本來就有的體性。我們若能找回心的本性，一定可以去除輪迴的根本，脫離輪迴，最後成就佛的果位，

如何做才能找回心的本性呢？我們必須精進地依照道次第修行，一步一步改變我們被煩惱所染污的心，最終才能找回心的本性。我建議你們每天依照《道次第日常實修儀軌》做功課，就是希望你們藉著修行，找回心的本性，最後達到脫離輪迴、成就佛果的目標。

【摘錄自：雪歌仁波切著《當下實修道次第一道次第日常實修儀軌與解說》（編撰中）】