



Undergraduate assignment feedback form
(to be completed by marker)

<i>Student Name:</i> Qiyuan Wang	
<i>Module Code:</i> SICH5006 <i>Module title:</i> Traditional Chinese Morality and Ethics in Education II	<i>Student number:</i> 2016002
<i>For completion by marker:</i> <i>Comments:</i>	
<i>Marker's signature:</i>	<i>Date:</i>
<i>Provisional mark:</i> NB. All marks are provisional until confirmed by the final examination board.	

AI Acknowledgement

☒ **I have not used AI in my assignment**

I confirm that I have not used any AI tools in the research and creation of this assignment. I confirm that I have not presented any AI agenerated materials as my own work. I confirm I have copies of my drafts, notes, and other resources I used, which I may be asked to provide in evidence.

☐ **I have used AI in my assignment**

I acknowledge the use of [] on [] . I used the prompt(s):

1. [Prompt]
2. [Prompt]
3. [Prompt]

I confirm that I have not presented any AI generated text as my own work. I confirm I have copies of my drafts, notes, and other resources I used before, and after the use of AI tools which I may be asked to provide in evidence.

(Delete or continue list as required)

I acknowledge the use of [AI Tool 2] [(AI Tool 2 url)] on [Date] to [Purpose my work (e.g. support my research/proofread/edit photographic material etc.)]. I used the prompt(s):

1. [Prompt]
2. [Prompt]
3. [Prompt]

I confirm that I have not presented any AI generated text as my own work. I confirm I have copies of my drafts, notes, and other resources I used before, and after the use of AI tools which I may be asked to provide in evidence.

一切法得成於忍

——以《感應篇》「受辱不怨」與佛經中「忍辱」為視角

(2148 字)

壹、前言

「受辱不怨」出自《太上感應篇》。《感應篇彙編》注曰：「恥辱之來，惟當自問，屈在己耶？所應辱矣。屈在彼耶？則辱所不應。辱己，仍無辱矣，非不當怨，實無可怨也。」¹此句旨在啟人自省，明恥辱之由，多在自身過錯；若自身無過而受辱，實則並非是「辱」，自無可怨。此理雖明，然面對他人橫加辱罵之境，不免仍起嗔心，理與情間，終覺尚缺一法調御其心，以實踐「受辱不怨」。有感於此，琦元近期細讀寂天菩薩《入菩薩行》有關「忍辱」之教，感覺此應為對治嗔心之法，不惟理性契機，且具實踐功夫。故本文除探析《感應篇》與《入菩薩行》中「忍辱」之義理，亦為自勉之記，願能明理安心，踐履於行，日漸練成忍辱之德。

貳、忍辱之利

大乘佛經典籍浩瀚，其中「忍辱」之教，於諸多經論皆有闡發。琦元學淺法微，對佛學所知有限，今僅結合近期所讀一篇文章，及自身思考、感受，略抒己思。²

《金剛經》第十四品中，佛與須菩提講完般若妙義，即言「忍辱波羅蜜」。佛法六度（布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若）之中，佛何以獨提「忍辱」語須菩提？師父上人釋曰：

佛法常說布施是修福種福，福德能否保全，要靠忍辱。若無忍辱，往往不能保全。也可以說我們生生世世修行，不能成就……真正的因素是自己不能忍，伏不住嗔恚的煩惱。³

俗語有云：「火燒功德林」。我們修的功德，若無法忍，一怒之下，嗔心乍起，辛苦積

¹ 〔清〕佚名：《感應篇匯編》（香港：香港佛陀教育協會，2013 年），頁 363。

² 楊麗娟：〈《入菩薩行》「安忍」之研究——從「敵、我、傷害」之交互關係分析〉，《通識論叢》2011 年第 12 期（2011 年 12 月）。這篇文章通過結合《入菩薩行》的教理，深入探討「敵」、「我」在「忍辱」過程中的關聯。通過文本的梳理，告誡我們應如何化解嗔恚，理致分明，義蘊深遠，故琦元爰加參酌，以資觀照。

³ 淨空法師講述，郭常靜編譯：《金剛般若·研習報告》（高雄：高雄市淨宗學會，2010 年），頁 148。

累的功德便全部燒掉。故佛陀特別強調修習忍辱，以對治嗔恚，護持福德。

而常人之所以為人所傷、所惱，根源多在內心處「感覺自己被傷害」，進而對他人產生「敵對」心理。然而，寂天菩薩於《入菩薩行》，對「敵」與「我」間的「利益關係」作出深刻觀察，明確指出「敵利我」之理。以下試引《入菩薩行》中的經句，以為論證。

一、敵利我

「忍辱」所對治的是「嗔恨」。然僅微小傷害，多數人尚可忍受；惟面對他人之惡言、惡行，內心難以接受之境，方是真修忍辱。故寂天菩薩言：

無害忍不生，怨敵生忍福，既為修福因，云何謂障福？⁴

由此可見，寂天菩薩視他人傷害，為成就菩提重要之福德資糧。故教導我們應作如是觀：若無他人惡言惡行，則無緣修習忍辱，亦無從積聚福德。既然逆境為修行之緣，又豈可視為仇敵與障礙？

如此論述，雖在邏輯上講得通，但畢竟現實中，他人的惡言惡行，還是使人苦惱，若只談「他人之辱罵是修行的重要福田」，一般人還是無法接受。於是寂天菩薩繼續舉例，以布施／乞者、持戒／戒師，二種境緣為例，來勸導我們要如何看待「忍辱」。寂天菩薩言：

應時來乞者，非行佈施障，授戒阿闍梨，亦非障出家。⁵

本偈旨在指出：原本欲供養出家人的食物，若遇低賤乞者適時而來，乞丐並非布施之障；授戒師父雖嚴厲，也非出家之惡緣。寂天菩薩巧藉乞丐與戒師兩例，提醒我們：普通人修學，很容易將外在之人事，誤認為修行障礙。而真障礙，實則根源內心之分別、執著。如嫌乞者卑賤，認為供養修行人福報更大；疑戒師嚴格，而生退意。此類思考，實則障礙皆出於己。所以寂天菩薩此偈，意在勸誡：凡遇所謂「障礙」，當先自省，調伏分別執著，方能破障。況且乞者與戒師，若為修行必經之緣，亦無可避，當以正念迎之。此理亦同樣適用於一切逆緣；若在生活中遇言語惡毒之人，亦應如是觀照。

⁴ 寂天菩薩造頌，索達吉堪布講解：《慧光集(九)一入菩薩行論廣釋(中)》，（台北：寧瑪巴喇榮三乘法林佛學會，2010年9月），頁180。

⁵ 寂天菩薩造頌，索達吉堪布講解：《慧光集(九)一入菩薩行論廣釋(中)》，頁180。

此外，佛法不僅重視「增上緣」，亦強調「逆增上緣」，即於逆境中轉念調心，化為向上之動力。因此寂天菩薩舉完乞者與戒師之例，遂復開示：

故敵極難得，如寶現貧舍，能助菩提行，故當喜自敵。⁶

敵我共成忍，故此安忍果，首當奉獻彼，因敵是忍緣。⁷

寂天菩薩認為，面對無故羞辱之人，不僅應將此緣視作珍寶，更應心生感恩，因其辱罵，方成己德。故寂天菩薩於偈中言：「敵我共成忍，故此安忍果，首當奉獻彼……」，⁸意即：吾人忍辱功德，乃敵我二者，共成之果，故於成就菩提時，應先迴向予彼。蓋他人之辱，才成就我修習忍辱之緣，故心懷感恩，迴向予他。

叁、自我省思

細讀寂天菩薩《入菩薩行·安忍》，帶給琦元三點體悟：1、轉念思維；2、擴大心量；3、念佛迴向。偈中所舉乞者與戒師的譬喻，提醒琦元：所謂外界「障緣」，多源於自心的分別、執著，非由他人。若欲化解障緣，當先調伏其心。再者，忍辱之修，必賴逆境成就。若無惡言惡行之人，忍辱無從修起，故當視惡緣為善緣，心懷感恩。進一步，寂天菩薩教導我們，於忍辱成就時，應將所修功德，迴向於辱我之人。此一轉念，化惡緣為善緣，是為修習忍辱最為圓滿之法。《彙編》言：「屈在彼耶？則辱所不應。辱己，仍無辱矣，非不當怨，實無可怨也。」⁹琦元初讀此語，未能領悟，心中要如何想，方能「實無可怨」？今通過學習《入菩薩行》，使琦元明白，修行即在此處練心，佛法非教人強忍壓抑，使心鬱結；而是引導我們擴大心量，善觀己心。面對他人之非，非逆來順受，而是要「忍無可忍」，即轉念後，不復視其為辱。故表面似忍，實則了然其境，正為修行助緣，故無忍、無辱可言，心如如不動。

提及此處，琦元想到前陣子發生的一件事。當時琦元擔任廚藝社社長，負責統計上一季度大家的洗碗次數，交給學生事務處，發放獎勵。後來卸任，在一次發獎時，一位同學來詢問：他明明洗了八次，為何沒被統計？因為當時正在上六和敬，琦元簡單回復：「我只負責統計上個季度的洗碗記錄，我任內的統計，是由下一屆社長負責。」沒想到，

⁶ 寂天菩薩造頌，索達吉堪布講解：《慧光集(九)－入菩薩行論廣釋(中)》，頁184。

⁷ 寂天菩薩造頌，索達吉堪布講解：《慧光集(九)－入菩薩行論廣釋(中)》，頁186。

⁸ 寂天菩薩造頌，索達吉堪布講解：《慧光集(九)－入菩薩行論廣釋(中)》，頁186。

⁹ 〔清〕佚名：《感應篇匯編》，頁363。

他錯解了我的意思，發微信講：「平時愛搶工作，一出事就撇得一乾二淨。虛榮。」當下看到此話，琦元心裡很不舒服，遂即回復：「請調查清楚，再下結論。」當時琦元起了情緒，覺得自己被誤會，也覺得「虛榮」二字是對自己的一種侮辱。但現在以他的角度回溯，他只是不了解社長的工作範圍，沒領到獎勵，心中難免不平。他所說的「虛榮」，未必真指我本人。畢竟自己捫心自問，當時承擔社長一職，並非為了虛榮、名譽，實為想盡己所能，為學院做一些事，提升能力。所以他之所指，並非真我，故不必當真。

此次學習《感應篇》與《入菩薩行》，讓琦元明白，自己過去經歷的這件事，其實也是一次修習忍辱的機緣。自己承擔工作，並非求得名位，他人之話，自然未必是在說我。琦元想到，若當時的語氣能和緩些，以一種平穩心態回應，或許正是一個積累陰德的好時機。但可惜當時情緒上來，回話也直接了一些。這也讓琦元體會到，有情緒時，不宜立刻回應他人訊息，應先和緩、靜心，再予答復。正如弘一大師在《格言聯璧》中所說：「盛怒勿答人書」¹⁰一般。

總之，通過此次學習，琦元更加明白忍辱的意義與方法。未來再遇他人辱罵，或許仍難免心生不快，但小子不敏，願朝「受辱不怨」的方向持續用心、努力。

¹⁰ 馬自毅注譯：《新譯格言聯璧》（臺北：三民書局，2010年），頁238。

參考文獻

一、古籍專書（按朝代）

〔清〕佚名：《感應篇匯編》，香港：香港佛陀教育協會，2013 年。

二、現代專書（按姓氏筆畫）

寂天菩薩造頌，索達吉堪布講解：《慧光集(九)－入菩薩行論廣釋(中)》，台北：寧瑪巴喇榮三乘法林佛學會，2010 年。

淨空法師講述，郭常諍編譯：《金剛般若·研習報告》，高雄：高雄市淨宗學會，2010 年。

馬自毅注譯：《新譯格言聯璧》，臺北：三民書局，2010 年。

三、期刊論文

楊麗娟：〈《入菩薩行》「安忍」之研究——從「敵、我、傷害」之交互關係分析〉，《通識論叢》2011 年第 12 期，2011 年 12 月。