

- 修心七義教授的傳承歷史

道次第的教授以及修心的教授，它的根源大部分都是來自于阿底峽尊者，所以修心七義的教授追溯其根源也是來自於印度的大班智達阿底峽尊者，尊者的道次第的學習以及修心的學習來自於三位上師，他的三位上師第一個就是大瑜伽士達摩拉克西塔(Dharmaraksita)，第二個是上師強巴，第三個是金洲大師。修心七義的教授阿底峽尊者是從金洲大師那邊聽聞到的，所以阿底峽尊者從金洲大師那邊聞得修心七義的教授，阿底峽尊者再將這個修心七義的教授傳給種敦巴尊者，再由種敦巴尊者傳給霞惹巴大師，格西切卡瓦再從霞惹巴大師那邊聽聞到，之後切卡瓦格西就著作了《修心七義》，然後把它發揚光大，也就普及了很多地方。

- ◆ 霞惹巴大師簡介

霞惹巴大師是（噶當派）的一位格西，對於修心、中觀以及宗義等等這些部分都十分的善巧，他在西藏十分推廣中觀應成派的見解，將這個見解推廣得非常的普遍。霞惹巴大師是為非常聰明的大師，有位巴察大譯師，他將月稱菩薩所做的《入中論》翻譯成藏文，呈給霞惹巴大師看，霞惹巴大師看了以後，他對巴察大譯師說--你翻得非常好，但是如果其中某一個地方有些字這樣寫的話，你的所詮內容會表現得更完整。巴察大譯師聽到霞惹巴大師這麼講，他心中就生起了疑點--霞惹巴大師竟然這麼講的話，那表示這邊肯定是一個扼要處，我要特別去注意。因此他就把他所翻譯的對照印度文版的《入中論》，才發現確實他在那一個地方是漏翻了。透過這件事情巴察大譯師對於霞惹巴大師感到非常的驚訝，而且生起了極大的信心，他覺得霞惹巴大師是一位非常有智慧的智者。宗喀巴大師也曾經講過霞惹巴大師的智慧是其他人沒有辦法比擬的，他是具有一個無可比擬的智慧。

- ◆ 切卡瓦格西如何得到修心七義的教授？

《修心七義》的作者切卡瓦格西，他最初是跟惹瓊瓦大師學習的。霞惹巴大師雖然是一個大智者，但是他所說的這個修心以及自他相換的教授並沒有公開教授，只針對某一些人來做講解。霞惹巴大師最初在教授切卡瓦格西的時候，他並不是講說修心的教授，而是切卡瓦格西跟霞惹巴大師請求開示成佛的方法，霞惹巴大師就跟切卡瓦格西開示說--你要成佛的話，一定要修習自他相換，沒有修習自他相換是沒有辦法成就

佛果位。於是切卡瓦格西就問霞惹巴大師說--既然成佛一定要修習自他相換才能成佛的話，那您在說法的時候為什麼不是說自他相換的教授，卻說其他的法呢？霞惹巴大師回答說--我如果對他們講這些的法，對他們沒有任何利益的，為什麼呢？因為他們也不會去修。於是切卡瓦格西就跟霞惹巴大師講說--我一定會修習您說的這個教授，所以請您務必一定要教我。這時候霞惹巴大師說--好!那你就待在我的身邊，我就把這個教授傳給你。因為這樣的關係，切卡瓦格西就在霞惹巴大師的身邊待了12年修習這個法門，最後透由修習自他相換而生起的菩提心的證量，之後切卡瓦格西就著作了《修心七義》。在切卡瓦大師之前是有修心的這些教授，只是沒有把它寫成文字，切卡瓦大師才把它寫成文字。《修心七義》總共有七義，如果你們去針對每一個義去思惟的話，你們可以知道每一義都是十分的扼要。

- 七因果教授

- ◆ 知母

思惟--因為我們有無數次的投胎，所以我們的母親也有無數的母親，他們也是投了各種不同的胎，這些無數的母親，他們也都是數數的去取身，有些投胎為人，有些也會投胎到畜生道。我們能夠去數數思惟一切有情都是我的母親的話，那自然而然對一切有情就會生起慈悲心。

- ◆ 念恩

曾經當過我母親的這一些眾生，他們之後也有可能投生為狗、投生成貓，但是之前他們當我母親的時候，她是如何如何的利益我，我們這樣想了以後，當我們看到這些狗貓自然而然會對牠生起悲心。當我們知道前世的母親，在今世墮落到畜生道或者是變成其他的眾生，我們內心一定會非常的痛苦而會對他們生起悲心。所以任何眾生不論是人也好，畜生也好，沒有跟我們沒有關係的，任何有情都好比是我這輩子的母親一樣，對我有利益，對我有恩德。母親對孩子的慈愛是最深的，它是與生俱來的，不僅以佛法的角度來看，父母親對我們有極大的恩德，即使以世間的角度來看，父母親對我們的恩德也是很大的。所以我們在修習菩提心的修心教授的時候，我們要常常地去思惟我們的母親，不論是哪一個眾生當我們的母親，她在人道的時候是如何如何的利益我們，以及她在其他道的時候，她也是怎麼樣怎麼樣的利益我們，我們要去思惟。

- ◆ 報恩

既然父母親對我們有極大恩德，我們就要去報恩，報恩的方式有各種不

同的方式。

1. 以世間的方式

- ◇ 因為父母對孩子有大恩德，所以他們的報恩會去服事父母親，給父母親買新的衣服，帶父母親去看醫生等等，這個就是他們的報恩的方式。孩子這樣去做，雖然說對父母親不是有極大的利益，但是對這個孩子來講，他是積聚了非常大的資糧。
- ◇ 譬如說當我們看到某隻狗的時候，我們要想這隻狗曾經做過我的母親，在上輩子做過我的母親，對我有極大的利益，也曾經給與我們食物照顧我們，我們這樣去思惟以後，我們給狗食物的話，這個也算是一種報恩，

2. 最大的報恩

我們對父母親最大的報恩就是讓父母親可以成就佛果位，離開所有的痛苦，這個是對他們最大的報恩。在講到下士道以及中士道的時候，有講到我們出生之後就會老，然後會病、會死，這種生老病死的狀態是在一切眾生的身上都有這樣的狀態，思惟他們從以前到現在都是處在這樣的痛苦所逼迫的狀態，所以我要讓他們離開這一些痛苦。如果你能這樣的去想的話，這個就是最好的報恩。

◇ 如何做呢？

- i. 平時我們對於這輩子的母親，不論他們有沒有生病，如果你能勸請他們去行善，這是對父母親最好的一個報恩。你勸他們去行善，他們如是行善了，他們所感得的果報就會投生到善道。我們這樣勸請父母親行善的話，不僅是對父母的報恩，也是對父母親他們的下輩子有極大的利益。

➢ 因為父母親對我們來講是有大的恩德的關係，所以我們依著父母親所造的善業也會是強的善業，那依著父母親造的不善業，這個不善業也是非常強的不善業，而且這些善業跟不善業在這輩子就會感果。

- ii. 同樣的任何有情來講，對我們都是有恩的，既然對我們都是有恩的話，我們就要去報恩，報恩就是勸這些有情去行布施，去修這些善行，我們如果能這樣去做的話，這是可以幫助我們生起菩提心的一種助伴。

◆ 悅意慈

如果我們內心有強力的生起念恩以及報恩之心，悅意慈就自然容易就生

起了。以悅意慈來講就好比母親見到孩子的時候，自然而然會有那種很親近的心，很親近的那一種心產生，我們跟有情彼此之間的那種關係也會變的很親近。

◆ 大悲心

要怎麼樣做大悲心的修持呢？

在修習菩提心的時候，我們要多去思惟眾生他們所受的苦，然後多去思惟眾生他們遇到的困難，這個是對我們有很大的幫助的。譬如當我們緣著某人他遇到一些困難的時候，自然而然我們會對那個人起悲心，不會生起瞋心。所以我們在修習悲心或者是菩提心，我們要遮除我們的瞋心，當我們多去思惟眾生受到怎麼樣的苦的時候，我們對於眾生生起瞋心自然而然會遮除。再加上我們去思惟這些受苦的眾生都是對我們有恩德的，我們要去報恩，自然而然我們就可以生起「我要令眾生離苦」的大悲心了。

● 結語

我們在學習道次第的時候不要希求證量能夠馬上生起，一定要一年、兩年...這樣子的慢慢去累積修行，然後去改變我們的內心，自然而然證量就會生起。譬如切卡瓦格西來講，他是在霞惹瓦身邊學習了十二年的自他相換的教授，最後才生起證量的。關於這些祖師大德的公案，我們去思惟、觀察他們的證量是怎麼樣生起的，然後以此來激勵我們自己。