

慈心觀的重要

林崇安

(法光雜誌，183期，p1，2004.12)

現在是一個瞋心很大的時期。從個人到國家，一旦有利益之爭、有見解之諍，挫折的一方就生起仇恨之心，以各種明暗的方式報復、反擊，長期下來自然演變成雙方的痛苦而已。佛陀的出世，就是要引導眾生到達涅槃的境界——痛苦的完全止息，為了滅除眾生內心的瞋火，他特別強調慈心觀的重要和利益，在《阿含經》中，佛陀說：

- 1 當行慈心，廣布慈心，以行慈心，所有瞋恚之心，自當消除。…行慈心者，身壞命終，生梵天上，離三惡道，去離八難。(T2, 772c)
- 2 於一切眾生修習慈心，不為諸惡鬼神所欺。(T2, 344c)
- 3 若有眾生修行慈心解脫，廣布其義，與人演說，當獲此十一果報。云何為十一？臥安，覺安，不見惡夢，天護，人愛，不毒，不兵，水、火、盜賊終不侵[打一丁十王]，若身壞命終生梵天上。(T2, 806a)
- 4 正使彼人作如是施，及作房舍，受三自歸，受持五戒，雖有此福，故不如彈指之頃慈愍眾生，此福功德不可稱計。(T2, 644c)

從解脫道來看，慈心觀可以促成修行者證得 1.聲聞或 2.獨覺（辟支佛）的果位，從煩惱中解脫出來，在《阿含經》中，佛陀也說：

- 1 其行慈心者，躬自見如來，承事諸佛，不樂在家，…要當作道，修無上梵行：生死已盡，梵行已立，所作已辦，更不復受後有，如實知之。(T2, 772c)
- 2 若如來不出時，然善男子不樂在家，自剃鬚髮，在閑靜之處，剋己自修，即於彼處，盡諸有漏…。或有是時…眾生之類執草便成刀劍，斷斯命根，其中眾生行慈心者，無有瞋怒，見此變怪，…離此惡處，在山野之中，自然剃除鬚髮，著三法衣，修無上梵行，剋己自修，盡有漏心而得解脫，…彼人當名正在辟支佛部。(T2, 772c)

從菩薩道來看，慈心觀更是菩薩所必修，不可或缺，以慈無量心，播下利益眾生的菩提種子，並積聚福德資糧而得以成佛，佛陀說：

- 1 昔我自念七年行慈心，復過七劫不來此世，復於七劫中生光音天，復於七劫生空梵天處為大梵天，無與等者統百千世界。三十六反為天帝釋形，無數世為轉輪王。是故，諸比丘！作福莫倦。(T2, 565b)
- 2 吾昔日著此慈仁之鎧，降伏魔官屬，坐樹王下，成無上道。以此方便，知慈最第一，慈者最勝之法也！（T2, 772c）

所以降伏魔怨不是靠武力，不是以暴易暴，而是靠慈仁之心。以上這些經典的引據，雖似老生常談，卻是不易的真理。

唯有能夠平等地對待親友、怨家以及陌生的人，同樣地給予快樂，才算是慈心，處在今日意識型態高漲的時期，看似不易做到，但從人性的基本面來看，每個眾生同樣都有眷屬，都希望離苦得樂，都不願意生活在恐懼、暴力的陰影下，因此採用「自他交換」的方法來修慈心觀，先止息自己心中的火氣，並將慈心散播給對方，如此才有可能一步步地化干戈為玉帛。