

安忍度：是指彻底远离害心，断除嗔怒。

安忍的分类有三：一、耐怨害忍；二、安受苦忍；三、思择法忍。主要还是对利他无所畏惧。如果害怕利他而身陷轮回，就会堕入寂灭之边。

一、耐怨害忍：耐怨害忍者，忍受我曾施恩有情，对我反施捆打等诸损害之行，心不愤怒，不怀恶念。

二、安受苦忍：安受苦忍者，修行善法，虽遇饥渴或寒热等诸损害因缘仍不舍离，仍不间断。

三、思择法忍：思择法忍者，又作无生法忍、法智忍、谛察法忍。宣说性空、无我、无生、无灭诸甚深义，心不怖畏，心生净信，心生欢喜。

《宝云经》云：

[“善男子！菩萨摩訶萨复有十法能净于忍。何等为十？内忍、外忍、法忍、随佛教忍、无方所忍、修处处忍、非所为忍、不逼恼忍、悲心忍、誓愿忍。”

“云何名菩萨内忍？菩萨饥渴、寒热、忧悲、疼痛、身心楚切¹，能自忍受不为苦恼，是名菩萨内忍。”

“云何名菩萨外忍？菩萨从他闻恶言、骂詈²、毁辱³、诽谤，或毁辱父母、兄弟、姊妹、眷属、和上⁴、阿闍梨⁵、师徒、同学，或闻毁佛、法、僧，有如是种种毁訾⁶，菩萨忍辱不生瞋恚，是名菩萨外忍。”

¹ 楚切：拼音 chǔ qiē，解释：凄苦。

² 骂詈：拼音 mà lì，骂，斥骂。多用作书面语。

³ 毁辱：拼音 huǐ rǔ，意思是诋毁污辱。

⁴ 和上：即亲教师，梵音译为和尚，即亲从受教之师。通常指：授戒时之师，亦称戒和上。

⁵ 阿闍梨：译义为‘轨范师’。可以轨范人们身心，导人正道者，故又称‘轨范师’或‘导师’。

⁶ 毁訾：拼音 huǐ zī，意思是毁谤；非议。

“云何名菩萨法忍？佛于诸经说微妙义：‘诸法寂静、诸法寂灭，如涅槃相。’不惊、不怖，菩萨作是念言：‘我若不解是经、不知是法，终不得阿耨多罗三藐三菩提。’是故，菩萨勤求咨问⁷、读诵，是名菩萨法忍。”

“云何名菩萨随佛教忍？菩萨瞋恼毒心起时，作是思惟：‘此身从何而生？从何而灭？从我生者，何者是我？从彼生者，何者是彼？法相如是，从何因缘起？’菩萨作是思惟时，不见所从生、亦不见所缘起、亦不见从我生、亦不见从彼起、亦不见从因缘生。作是思惟，亦不瞋、亦不恼、亦不毒，瞋怒之心即便减少，是名菩萨随佛教忍。”

“云何名菩萨无方所忍？或有夜忍昼不忍、或昼忍夜不忍，或彼方忍此方不忍、或此方忍彼方不忍，或知识边忍不知知识边不忍、或不知知识边忍知识边不忍。菩萨不尔，于一切时、一切方常生忍心，是名菩萨无方所忍。”

“云何名菩萨修处处忍？有人于父母、师长、夫妻、男女、大小、内外如是中生忍，余则不忍。菩萨忍者则不如此，如父母边生忍、旃陀罗⁸边生忍亦尔，是名菩萨修处处忍。”

“云何名菩萨非所为忍？不以事故生忍、不以利故生忍、不以畏故生忍、不以受他恩故生忍、不以相亲友故生忍、不以愧赧⁹故生忍，菩萨常修于忍，是名菩萨非所为忍。”

⁷ 咨问：拼音 zī wèn，咨询；请教。

⁸ 旃陀罗：又译为旃荼罗，印度族群之一，在印度教种姓制度中，被认为是最低种姓，被认为是不可接触的贱民。主要工作是处理人类及动物尸体，担任刽子手或屠夫。

⁹ 愧赧：拼音 kuì nǎn，意思是因羞愧而脸红。

“善男子！云何名菩萨不逼恼忍？若瞋因缘、烦恼未起，不名为忍；若遇瞋因缘时——拳打、刀杖、手脚蹴蹋¹⁰、恶口骂詈——于如是中心不动者则名为忍。菩萨若有人来起发瞋恚亦忍、不起发瞋恚亦忍，是名菩萨不逼恼忍。”

“云何名菩萨悲心忍？尔时，菩萨若作王、若王等，有大功业，为苦众生而作其主。是苦众生若来骂辱、触恼之时，菩萨不以我是主故而生瞋恚：‘如是众生我当拔济、常为拥护，云何而得生于瞋恼？是故，我今悲心怜愍，不生忿恚。’是名菩萨悲心忍。”

“云何名菩萨誓愿忍？菩萨作是念：‘我先于诸佛前曾作师子吼，发誓愿言：‘我当成佛，于一切生死淤泥¹¹中为拔诸苦众生。’我今欲拔，不应瞋恚而恼于彼。若我不忍，尚不自度，况利众生？’善男子！譬如良医善知治眼，见诸众生多有患目，或患眼翳、或患眼膜，种种患眼不可称计。是医若言：‘我欲疗治众生眼患。’彼时医师后自盲冥。”

佛言：“如此医师能治他眼不？”

除盖障菩萨摩訶萨白佛言：“不也。世尊！”

佛告除盖障菩萨摩訶萨：“欲除一切众生无明冥者，应先自除闇障，后及于人。若内无智慧能治他疾，是义不然。以是因缘，当修于忍，不应生瞋，是名菩萨大誓愿忍。”

“善男子！具此十事是名菩萨能净于忍。”]

《六度集经·忍辱度无极章》云：

¹⁰ 蹴踏：拼音 cù tà，释义：亦作“蹴蹋”。亦作“蹴踖”。亦作“蹙蹋”。亦作“蹙踖”。1. 踩；踏。2. 比喻蹂躏；摧残。

¹¹ 淤泥：拼音 yū ní，河湖池塘里底部的泥沙。出淤泥而不染。

[“昔者菩萨，身为猕猴，力干¹²羴¹²辈，明哲¹³踰¹⁴人，常怀普慈拯济众生。处在深山，登树采果，覩山谷中有穷陷人，不能自出，数日哀号，呼天乞活。猕猴闻哀，愴¹⁵为流泪曰：‘吾誓求佛，唯为斯类耳。今不出此人，其必穷¹⁶死。吾当寻岸下谷，负出之也。’遂入幽谷，使人负己，攀草上山置之平地，示其径路曰：‘在尔所之，别去之后慎无为恶也。’出人疲极，就闲卧息。人曰：‘处谷饥谨，今出亦然，将何异哉？’心念：‘当杀猕猴噉之，以济吾命。不亦可乎！’以石椎¹⁷首，血流丹¹⁸地，猴卧惊起，眩¹⁹倒缘树，心无恚意，慈哀愍伤悲其怀恶，自念曰：‘吾势所不能度者，愿其来世常逢诸佛，信受道教行之得度。世世莫有念恶如斯人也。’ ”]

佛告诸比丘：“猕猴者，吾身是也。谷中人者，调达是。菩萨法忍度无极行忍辱如是。”]

精进：身心毫不懈怠、毫不怯懦热衷于二资粮的善法，主要还是乐于成熟众生与修行清净刹土。

精进的分类有三：一、擐²⁰甲精进；二、摄善法精进；三、饶益有情精进。

一、擐甲精进：擐甲精进者，勇往精勤，譬勤奋勇猛，如披坚执锐，无所畏怯。

¹² 羴：拼音 xiǎn，同‘鲜’少。鲜为人知。寡廉鲜耻。

¹³ 明哲：拼音 míng zhé，明智；洞察事理。

¹⁴ 踰：拼音 yú，同“逾”越过，超过。

¹⁵ 愴：拼音 chuàng，悲伤；悲愴。愴恻。愴痛。愴然泪下。

¹⁶ 穷：拼音 qióng，达到极点。

¹⁷ 椎：拼音 chuí，〈动〉用椎打击。

¹⁸ 丹：拼音 dān，〈动〉涂染成红色。

¹⁹ 眩：拼音 xuàn，眼睛昏花看不清楚：眩晕。眩瞽。头昏目眩。

²⁰ 擐：拼音 huàn，〈动〉穿，贯：擐甲执兵。

《无尽慧经》云：“设从无始生死以来，现在以前为一昼夜，三十昼夜而为一月，于十二月计为一年，经十万年始发一次菩提之心、见一次佛，如是等一殍伽²¹沙数，始能知一有情心行。以如是理，须知一切有情心行，亦无法弱而擐誓甲，为无尽甲。”

《摄波罗蜜多论》云：

设等生死前后际，成为极长大昼夜，
集此为年成长劫，以尽大海水滴量，
发一最胜菩提心，须以此相渐集余，
一一资粮悲无厌，无诸懈怠修菩提。
自心莫思流转苦，而擐无量稳固甲，
住戒悲性诸勇识，是为最初所应取。

二、摄善法精进：摄善法精进者，谓为正引发六种波罗蜜多故，修彼加行。

三、饶益有情精进：饶益有情精进者，谓于，一、待助伴者与作助伴；二、无主意者为说法要；三、需饶益者了知恩报；四、遇灾难者救护怖畏；五、受忧苦者开解愁忧；六、乏资具者施与资具；七、欲安止者如法御众；八、求同心者求随心转；九、欲归正者显实功德；十、入邪途者调伏有过；十一、应以神通教化者示现神通诸事，如其所应而发精进。

《宝云经》云：

²¹ 殍伽：拼音 qíng jiā，恒河（Ganga）玄奘译为殍伽河。古印度东北之大河名。为印度三大河之一，发源于雪山（即喜马拉雅山）南部。

[“善男子！菩萨复有十法名为精进满足。何等为十？如金刚精进、无等精进、处中精进、显胜精进、炽盛精进、常恒精进、清净精进、不共二乘精进、不轻贱精进、不退转精进。”

“云何菩萨如金刚精进？未解者令解、未涅槃者令得涅槃、未安者令安、未度者令度、未得阿耨多罗三藐三菩提者当令得阿耨多罗三藐三菩提。若作如是修行精进时，天魔波旬来谓菩萨言：‘汝今何故作如是精进？徒自勤苦，终无所获。何以故？我亦曾作如是精进，未解者令解、未涅槃者令得涅槃、未安者令安、未度者令度、未得阿耨多罗三藐三菩提者当令悉得。如是等事皆是妄语，但诳凡愚，无有真实，我未曾见如是精进而得阿耨多罗三藐三菩提者。善男子！我曾见无量众生，如是精进有得阿罗汉涅槃、如是精进有得辟支佛涅槃。’魔王复言：‘善男子！虽行精进，未有得阿耨多罗三藐三菩提。汝今思惟，疾舍是心，空无所获，徒自劳苦。汝今速求二乘，可得早离生死。’菩萨即作是念：‘此是魔说，欲坏我心。’‘汝但少事而自忧己，莫为多事反忧我耶。随所造业各得受报，依止于业，业为亲友；汝亦有此随业受报，依止于业，业为亲属。恶魔波旬！汝今速疾复道还去。汝恼我故，当长夜受苦。’魔即惭愧隐形而去，是名菩萨如金刚精进，魔不能坏。”

“云何名菩萨无等精进？尔时，菩萨所行精进超诸菩萨百千万亿，算数譬喻所不能及，况余声闻二乘学者而能及乎？一切诸佛善法以精进力故悉能摄取，一切恶法无不舍离，是则名为无等精进。”

“云何名菩萨处中精进？勤不过分亦不懈退，如是精进名为处中精进。”

“云何名菩萨高胜精进？菩萨发大精进愿，使现身如佛色相：‘若我得佛，无见顶相圆光一寻。佛之相好、无碍智慧、大自在者，愿我悉得。’是名高胜精进。”

“云何名菩萨炽盛精进？譬如真金、摩尼珠宝无有垢秽，光明炽盛，端严殊显。真金精曜无量焰炽、摩尼宝珠焕然炳彻。菩萨精进亦复如是，无诸垢秽。何者是精进垢？何者是精进翳？懈怠是精进垢，懒堕是精进翳；食不知足是精进垢，贪嗜睡眠是精进翳；好乐亲近是精进垢，不见无我是精进障。如是，名为精进垢、精进障；除如是垢障，是名菩萨炽盛精进。”

“善男子！云何名菩萨常恒精进？举动、威仪不离精进，行、住、坐、卧不曾休废，身心不懈，是名菩萨常恒精进。”

“云何名菩萨清净精进？如上常恒精进，有所起恶不善之业，能障道法、能作衰损，皆悉除断；一切善法，于涅槃因不作障碍、能助道法、安止道处，皆悉修广、增长炽盛。乃至微细一念之恶不令得起，况复大恶？是名菩萨清净精进。”

“云何名菩萨不共二乘精进？菩萨摩诃萨，周遍十方如恒河沙数世界，满中阿鼻地狱猛火炽盛，如此世界外有极苦众生无依、无救，乃至若一众生如是苦恼，菩萨能忍大火过无量恒河沙世界，拔济成熟一众生苦。为一尚尔，况多众生而不救济？一切外道、二乘学人所不能及，是名菩萨不共二乘精进。”

“云何名菩萨不自轻贱精进？菩萨作是思惟：‘三世诸佛皆从微少精进修无量德，乃能久积苦行成等正觉，是故我今因少精进渐殖德本，不久亦应得佛不疑。’是名菩萨不自轻贱精进。”

“云何名菩萨不退转精进？菩萨不以己身精进微薄、不以贫穷又少财宝而生舍心，常修精进向阿耨多罗三藐三菩提：‘过去、未来、现在三世诸佛，皆以积善微细精进悉得菩提，我今不以微贱而自轻毁。’以微精进故，为一切众生积集众善，成阿耨多罗三藐三菩提，不为己乐而入涅槃，宁为众生久处地狱，是名菩萨不退转精进。”

“善男子！具此十事，是名菩萨满足精进。”]

《六度集经·精进度无极章》云：

[昔者菩萨，身为鹿王，名曰修凡，体毛九色观世希有，江边游戏。观有溺人，呼天求哀，鹿愍之曰：‘人命难得而当殒乎？吾宁投²²危以济彼矣。’即泅²³趣之曰：‘尔勿恐也，援²⁴吾角骑吾背，今自相济。’人即如之。鹿出人毕，息微殆绝。人活甚喜，绕鹿三匝，叩头陈曰：‘人道难遇，厥²⁵命惟重，大夫投危济吾重命，恩踰二仪²⁶，终始弗²⁷忘，愿为奴使供给所乏。’鹿曰：‘尔去，以吾躯命累²⁸汝终身。夫有索我，无云观之。’溺人敬诺：‘没命不违。’

时，国王名摩因光，禀操淳和慈育黎庶。王之元后²⁹厥³⁰名和致，梦见鹿王身毛九色，其角踰犀³¹。寐寤³²以闻：‘欲以鹿之皮角为衣为珥³³，若不获之妾必死

²² 投：拼音 tóu，〈动〉投身，献身于。

²³ 泅：拼音 qiú，游泳；泅渡。泅水。

²⁴ 援：拼音 yuán，执持，持。援旌擐甲（执旗穿甲）

²⁵ 厥：拼音 jué，其、那个。同“其”。

²⁶ 二仪：拼音 èr yí，指天地。指日、月。

²⁷ 弗：拼音 fú，不；弗去。弗许。自愧弗如。

²⁸ 累：拼音 lěi，〈动〉拖累；使受害。累害（拖累损害）；累身（带累自身）

²⁹ 元后：拼音 yuán hòu，帝王的嫡妻，元配之后。

³⁰ 厥：拼音 jué，〈代〉其；他的；她的。

³¹ 犀：拼音 xī，犀牛角。

³² 寐寤：拼音 mèi wù，解释是睡眠和觉醒。引申为生活起居。

³³ 珥：拼音 ěr，用珠子或玉石等做的耳环。

矣。’王重曰：‘可。’晨向群臣说鹿体状，布命募求，获者封之一县，金钵满之银粟，银钵满之金粟。募之若斯，溺人悦焉，曰：‘吾获一县，金银满钵，终身之乐；鹿自殒命，余何豫哉？’即驰诣³⁴宫，如事陈闻启之。斯须面即生癞³⁵，口为朽臭，重曰：‘斯鹿有灵，王当率众乃获之耳。’王即兴兵渡江寻之。

鹿时与乌素结厚友。然其卧睡不知王来，乌曰：‘友乎！王来捕子。’鹿疲不闻，啄耳重云：‘王来杀尔。’鹿惊覩王弯弓向己，疾驰造³⁶前跪膝叩头曰：‘天王假³⁷吾漏刻³⁸之命，欲陈愚情。’王覩鹿然，即命息矢³⁹。鹿曰：‘王重元后劳躬副⁴⁰之，吾终不免矣。天王处深宫之内，焉知微虫之处斯乎？’王手指云：‘癞人启之。’鹿曰：‘吾寻美草食之，遥覩溺人呼天求哀，吾愍于穷，投危济之。其人上岸喜叩头曰：“吾命且丧而君济之，愿给水草为终身奴。”吾答之曰：“尔去，自在所之，慎无向人云吾在斯。”鹿王又曰：‘宁出水中浮草木上着陆地，不出无反复人也。劫财杀主，其恶可原⁴¹；受恩图逆，斯酷⁴²难陈。’王惊曰：‘斯何畜生而怀弘慈⁴³，没命济物不以为艰⁴⁴，斯必天也！’王善⁴⁵鹿之言，喜而进德，命国内曰：‘自今日后恣⁴⁶鹿所食，敢有犯者罪皆直死。’王还，元后闻王放之，恚盛心

³⁴ 诣：拼音 yì，〈动〉前往，去到。

³⁵ 癞：拼音 lài，1、麻风病。2、癣疥等皮肤病：癞子。

³⁶ 造：拼音 zào，〈动〉造访，拜访。

³⁷ 假：拼音 jiǎ，〈动〉授予；给予。

³⁸ 刻漏：拼音 lòu kè，中国古代汉族科学家发明的计时器。漏是指带孔的壶，刻是指附有刻度的浮箭。有泄水型和受水型两种。早期多为泄水型漏刻，水从漏壶孔流出，漏壶中的浮箭随水面下降，浮箭上的刻度指示时间。受水型漏刻的浮箭在受水壶中，随水面上升指示时间，为了得到均匀水流可置多级受水壶。

³⁹ 矢：拼音 shǐ，箭：流矢。弓矢。

⁴⁰ 副：拼音 fù，〈动〉相称，符合。盛名之下，其实难副。

⁴¹ 原：拼音 yuán，谅解，宽容：原宥。原谅。

⁴² 酷：拼音 kù，残忍、暴虐到极点。

⁴³ 弘慈：拼音 hóng cí，佛教语。谓佛、菩萨爱护众生，给予欢乐。

⁴⁴ 艰：拼音 jiān，困难：艰难。艰辛。艰险。艰深。

⁴⁵ 善：拼音 shàn〈动〉喜爱。

⁴⁶ 恣：拼音 zì，放纵，无拘束：恣意。

碎，死入太山⁴⁷。天帝释闻王建志崇仁，嘉其若兹⁴⁸，化为鹿类盈⁴⁹国食谷，诸谷苗稼扫土⁵⁰皆尽，以观其志。黎庶讼之。王曰：‘凶讹⁵¹保国，不若守信之丧矣。’释曰：‘王真信矣。’遣鹿各去，谷丰十倍，毒害消歇，诸患自灭。”

佛告诸比丘：“时鹿王者，吾身是也。乌者，阿难是也。王者，鹞鹞子是也。溺人者，调达是也。王妻者，今调达妻是。菩萨锐志度无极精进如是。”]

⁴⁷ 死入太山：死入众合地狱。

⁴⁸ 若兹：拼音 ruò zī，如此。

⁴⁹ 盈：拼音 yíng，充满。

⁵⁰ 扫土：拼音 sǎo tǔ，意思是举境，全境。

⁵¹ 凶讹：拼音 xiōng é，凶暴悖谬。