# **大圆满前行引导文**

人到了临终之时，躺在床上不知起身，见到饮食也无动于衷，遭受死亡的摧残而郁郁寡欢、闷闷不乐，丧失了以往英勇无畏的胆识与不可一世的傲慢，等候在前的就是迷乱的显现。已到了大限来临之际，尽管亲朋友人在四周团团围绕，可是也不可能延缓他的死期，这时候只有死者独自一人感受气息分解的痛苦。纵然拥有不可估量的财产眷属也无法带走一分一文、一人一仆，虽然心中对此难割难舍，但是他们也不可能随身而行。当回忆往日所造的恶业，实在是痛心疾首，想到恶趣的苦难而又异常恐惧，死亡这么突然地到来，那么令人措手不及，当然会感到满目凄凉。生存的景象就这样化为泡影，怎么能令人不感到绝望、惶惶不安？如果是一个罪孽深重的人，他在弥留之际，回想起以前所造的罪业而害怕堕落恶趣，回想自己自由自在的时候没有修成对临终有利的正法，真是追悔莫及，心里说不出的刺痛，禁不住手抓胸口，结果就在胸前留下深深的指甲印痕中完结了一生。如米拉日巴尊者说：“若见罪人死亡时，为示因果善知识。”人在奄奄一息的时刻，恶趣的使者已经来到面前，所有景象都十分恐怖，一切感受都唯生痛苦，身体的四大内收，呼吸窘迫，上气不接下气，肢体颤抖，意识迷乱，白眼上翻、直直不动，这时候，说明已经离开了人间。随着阎罗使者的到来，中阴的境界全然呈现，那时，才真是无依无怙，孤苦伶仃，就这样赤身裸体、赤手空拳地离开了人世。

我们谁也不能确保这种死亡今天就绝不会临头。而在死亡时除了正法以外再没有其他可依仗的对象。如云：“念法始从母胎生，初生之时忆死法。”对于每一个人来说，不管是老是幼，死亡都可能突然降临到他的身上，所以我们诞生到这个世界以后，就必须修持对命终有益的正法。只可惜，我们在这之前并没有忆想死亡的观念，而一直在扶亲灭敌、醉生梦死中虚度时光，整日为了住宅、财产等而奔波忙碌，为了亲戚朋友等，竟然以贪嗔痴蹉跎岁月，浪费光阴，这的确是令人感到遗憾的事。

对于以上道理，我们要深思熟虑。

# **菩提道次第广论讲记**

思惟病苦分五。

思惟病苦分五个方面：① 身性变坏之故；② 忧苦增长多住之故；③ 于可意境不能受用之故；④ 于不可意境非其所欲强受用之故；⑤ 能令命根速离坏之故。

身性变坏者，谓身肉销瘦、皮肤干枯等。

第一，病后身性会变坏：生病时身体消瘦憔悴、皮肤干枯、脸色腊黄等。

增长忧苦、多住忧苦者，谓身中水等诸界，分不平均、增减错乱，身生逼恼、心起忧痛，而度昼夜。

第二，病后增长了忧苦、多处在忧苦之中：身体内地水火风四大种不平衡、增减发生了错乱，导致身体产生了逼恼、内心忧虑痛苦，昼夜都在身心痛苦的状态中度过。

不能受用悦意境界者。谓若有云，诸可意境于病有损，虽欲享受而不自在。如是诸威仪道，亦多不能随欲。

第三，不能享用喜欢的境界：如果某些喜欢的东西对治病有损害，那么虽然想要享受也不得自在，而且行住坐卧的各种威仪，也多不能随心所欲了。

诸非可意境界受用，虽非所欲须强受用者。谓诸非悦饮食药等，须强食用。如是火炙及刀割等诸粗苦事，皆须习近。

第四，对不称心的境界虽然心中不愿意而必须勉强受用：为了治病，必须勉强服用自己不喜欢的饮食、药物等，被迫感受药味的苦、涩、酸等痛苦；而且为了治病，必须承受火烤、开刀、扎针、放疗、化疗等痛苦的治疗。

速离命根者，谓见病难治，便生痛苦。

第五，速离命根：见到疾病难以治愈，便忧心忡忡，害怕马上死去。

由于以上这五种原因，所以说病是痛苦。

当于此等审细思惟。

对于以上五种病苦之相应当详细思惟。

以下引教证。

《广大游戏经》云：“多百种病及病苦，如人逐鹿逼众生，当观老病坏众生，惟愿速说苦出离。”

《广大游戏经》说：数百种疾病以及由病痛所引生的身心忧苦，如猎人追逐鹿群一般，逼恼众生。应当观察衰老和疾病是如何损坏众生，唯愿能仁尽快说出离痛苦之法。

“譬如冬季大风雪，草木林药夺光荣，如是病夺众生荣，衰损诸根及色力。”

犹如寒冷冬季的大风雪，夺走青草、树木、园林、药草的繁茂。同样，疾病夺走了众生的健康，令众生的六根、容貌、气力衰损。

“令尽财谷及大藏，病常轻蔑诸众生，做诸损恼瞋诸爱，周遍炎热如空日。”

疾病会耗尽病人的财产、谷物和积蓄，常常轻蔑侮辱众生，不断损恼众生的身心，破坏悦意的境界，此疾病如同空中烈日般炎热难耐。