

學生：【摘錄分享】

導讀：《大經科註》第十一品解釋「諸難」：指八難，謂見佛聞法有障難。又名八無暇，謂無有閑暇以修道業也。我們關注一下「八無暇」這個詞。常常聽說人身難得，到底人身有多難得到？我們今生得到這個人身，並不是像天上掉下餡餅那樣無緣無故，而是，這個人身是我們生生世世勤勤苦苦修行賺得來的，比世間人賺個一百億、一千億付出還艱難。具足八暇、十圓滿的人身才是能夠修行的人身，簡稱暇滿。古德常道「暇滿人身寶，難得而易失，得已應善修，莫令空無果」。學習人身難得對念佛人有什麼好處？古人說「殷重修習暇滿，其餘一切善法，都會由此引生」，善法譬如念佛，內心真正生起人身難得的感受，自然不願意浪費生命，爭分奪秒的念佛求往生。暇滿人身是道前基礎，培養出離心的第一步。謹此摘錄智圓法師的《珍惜暇滿》供養大家。

珍惜暇滿人身寶（上） 智圓法師 講授

### 一、暇滿的體性

暇是閒暇。脫離了八種無暇，就是所謂的有暇。八無暇包括地獄、餓鬼、傍生、長壽天這四種人類之外的無暇，和生為邊地沒有開化的野蠻人、持邪見者、無佛出世、根不具足這四種人類中的無暇。這八種都不具足修持善法的因緣，所以是無暇之處。具體來說，生在三惡趣，極難生起修法的心，即使生起一點，也被痛苦逼迫，不能趣入修行，所以，地獄、餓鬼、傍生這三種都不具足修善法的因緣，是無暇之處。長壽天就是壽命很長的天人。其中，無想天這種天人除了在最初受生和最後死亡的時候生起心念之外，其他時

間心和心所根本不現行，所以沒有善根修解脫道。欲界天恆時處在五欲當中散亂，生不起修法的善心，也是無暇。人類當中，如果生在沒有四眾佛弟子存在的邊地；或者生在佛不出世的時代；或者自身根不具足，是痴呆、啞巴等等，都不可能了解佛法。（也就是說，在無佛出世的時代，沒有佛說法，就見不到佛法；在沒有四眾弟子的地方，得不到人傳授，也不知道佛法；自己的六根有殘障，也不能領受佛法。）除此之外，自己持有邪見，認為沒有前後世、沒有因果、沒有三寶，雖然有正法住世，也不能信解。

以上這八類，落在其中的一種當中，就沒有因緣修法。遠離這八種無暇，就是具有閒暇。

接下來，「滿」是修法的因緣圓滿，包括自己方面的五種和他人方面的五種，總共十種。先說自己方面的五種圓滿：

一、得人身：就是沒有生在三惡趣或者阿修羅界、天界等的生處，有幸生在人道，得到了人的身體。

二、生中土：就是沒有生在邊地等其他地方，而是生在佛法興盛的中土。

三、根具足：在中土的人類當中，也有痴呆、啞啞等等，而自己生性不是呆啞，諸根俱全。

四、業未倒：縱然諸根的功德都具足了，但如果業顛倒——捨棄善法、執持惡法，也沒有因緣修道，但自己在造業方面沒有顛倒善惡。

五、信聖教：聖教就是佛所傳的教法——經、律、論三藏。內心相信這是世間和出世間一切白法的依處或者出生之處，叫做「信聖教」。

他人方面的五圓滿是：

一、佛出世：如果佛沒有出世，即使得到人身，也是處在無佛

出世的時代，無緣修法。而現在釋迦佛經過三大阿僧祇劫圓滿福慧二種資糧，在印度金剛座現前正等覺而成佛，而且在這個世間應化。這是得到第一種圓滿。

二、說正法：有些佛雖然化身出現在世間，但不說法，因此也無緣修法。現在釋迦佛出世時，圓滿宣說了一切世間和出世間的正法。這是得到第二種圓滿。

三、聖教住世：雖然佛宣說了正法，但如果生在正法隱沒的時期，也見不到佛的教法。而現在生在佛的末法時代，世間還有佛法存在。這是得到第三種圓滿。

四、趣入聖教有正軌：正法雖然住世，但如果沒有能趣入正法真實義的正確軌道，也得不到佛法的真實密義。現在遇到了各位菩薩、祖師開顯佛語密義的論釋、教言、修行引導。這是得到第四種圓滿。

五、師等助緣具足：「師」是指善知識，「等」是指提供自己修法助緣的施主、護持自己修道的同行善友、便於修法的處所、設施等等。如果不具足這些助緣，也難以修法。而現在基本具足了這些助緣。這是得到第五種圓滿。

以上講的八暇十滿，歸納起來，就是「暇」和「滿」兩方面。「暇」是指遠離修法的違緣；「滿」是指具足修法的順緣。

## 二、暇滿難得之相

### （一）以因難得

單單生在善趣，也要以持戒等修一種清淨善法做為因，而得到具足八暇十滿的人身寶，就更需要以圓滿的善法做為因，也就是需要以清淨戒做根本、以布施等做助伴、以清淨發願做結合等，要修積很多善根。意思是說，單單得一個人身或者天身，至少需要以一種清淨善法作因，純是惡法做為因，當然感不到善趣的果。特別的

觀察，在善趣當中，具足「八暇十滿」這十八種善果的人身是殊勝微妙的身，它之所以遠離種種修法違緣和具足自他方面的種種順緣，不是沒有因緣、僥倖現前的，每一個都是從各自相應的因緣感得。所以，暇滿人身的因是很多的善根，既要具有清淨戒這一根本，又要修布施、供養、恭敬、慈、悲、喜、捨、聞、思、修等等做為輔助，不然怎麼能在這個身上現前種種修法的順緣呢？而且，前世要以清淨的發願攝持善根，專門在成就自己修法的方面迴向，譬如常見的發願：「獲得人身、住在中國、童真入道、正信出家、常遇明師」等等，總的就是發願自己來世得到暇滿人身。只有結合清淨的發願，才能攝持住這種種善根因緣，特定的往獲得暇滿人身的方面成熟果報。

認識了暇滿的因之後，接下來就觀察它的難得，也就是觀察修積這樣的因緣是非常困難的。

我們從正反兩方面思惟：正面思惟修積成就暇滿的善因極為難得；反面思惟造集失壞人身的業因極為容易，而且數量極多。譬如在地獄、餓鬼、傍生這三種惡趣當中，見不到眾生在造作能得安樂的善法，不必說清淨的善法，連混雜煩惱的不清淨善法也看不到。

（譬如在傍生界，有多少畜生在守持五戒呢？有多少畜生在修上供下施等的資糧呢？在地獄界和餓鬼界裡，有幾個眾生剎那生起了善心呢？幾乎看不到。）又譬如在阿修羅界和天界當中，有多少眾生守持戒律、行持十善業呢？阿修羅成天鬥爭、嫉妒，欲天心都散在五欲當中，上界天住在定中不動念，又有多少善念生起呢？人類當中，在無佛出世的時代、在邊地不開化的人群當中、在持邪見者和痴呆、聾啞人的心裡，有多少善念生起呢？在這些無暇之處沒有修做善法的因緣，所以善法極其稀少，幾乎是零。

再說，在佛法興盛的中土，人們平時都在做很多善法嗎？譬如

在中國十多億人當中，修持善法的人是很少見的，很難見到人們每天精勤的行善。再看這些行善的人，也只能做一些夾雜著煩惱和不善業的善法（也就是大多數人在行善時，帶有貪、瞋、嫉妒、傲慢的心，帶有攀緣的心、顯示自己的心，帶有追求現世福報的心、求名求利的心）。真正做到了清淨善法的人非常少見。

這樣在因上很難修積清淨的白法，果上當然非常難得到暇滿的人身。就像春天在田地裡播的種子非常少，秋天所收的果實自然是很稀少的。

再從反面觀察，眾生處處造集的是失壞人身的因。譬如在三惡趣眾生的心裡，剎那剎那現行的是瞋恚、慳貪、愚痴等的煩惱，造集的是殺、盜、淫等的惡業。這其中的每一個剎那都是在造惡趣的業因。在阿修羅界和欲天，也只是增長嫉妒、鬥爭和貪欲。再看人類的造業狀況，大多數人多數時間都在造集不善業等的惡法，所以多數是往惡趣裡走。而且，對於菩薩起瞋恚心，每一剎那都會感得長劫住在無間地獄，像這樣緣著善知識、緣著佛法僧三寶所造的深重惡業數量非常多，而這其中的每一個業都是長劫沉溺惡趣的因。而且自己識田裡還有往昔多生造下的很多惡業，這些業沒有感果、又沒有修對治加以摧壞，合算起來，需要很多劫住在惡趣當中。這些衡量就知道，得人身是非常難得的。

總之，在獲得暇滿人身的期間，能遠離一分一分的修法違緣，能具足一分一分的修法順緣，其中的任何一點都是以修善法做為因而感得的。所以，這實際是由無量劫來精勤修善所感得的無上如意寶。

## （二）以喻難得

### 1、豪華客機

譬如造一架大型的豪華客機，需要全球幾千家工廠、幾十萬人

為它生產各種精密配件，最後裝配組裝完成。生產這樣一架豪華客機是非常難的，因為需要集聚數以萬計的因緣，龐大數目配件的設計、選材、製造、完裝、整合，是極其複雜、精細的大工程。我們的暇滿人身就像這樣難得，因為這個人身寶上每一分珍貴的修法因緣都來之不易。

## 2、盲龜值木

譬如整個三千大千世界的區域變成了茫茫大海，在遼闊的海面上漂浮著一根帶有孔洞的木頭，被四面的海風不停的吹動，在海面上漂蕩不已。深海的底下有一隻瞎了眼睛的盲龜，每隔一百年浮上海面一次，牠的頭部剛好鑽入木頭孔洞的機率實在是太小了。原因：如果木頭停在一個地方不動，還有鑽進孔洞的可能性，但木頭被四面的海風不停的吹動、漂蕩；如果是面積很狹小的海面，也有鑽進孔洞的可能性，但海面是像三千大千世界的區域一樣廣大；如果在木頭上有很多孔洞，也有鑽入的可能性，但只有一個孔洞；如果盲龜眼睛能看得見，也有可能鑽入，但盲龜的兩眼瞎了，根本看不見木頭和木頭上的孔洞在哪裡；如果盲龜頻頻的浮出海面，也有可能鑽入，但盲龜要過一百年（三萬六千多天）才浮上來一次。所以，盲龜的脖子極難剛好鑽進這根木頭的孔洞，得到暇滿人身寶就像這樣難得。

這個比喻裡說的種種事表示什麼？和三千大千世界同等大的海洋表示眾生受生的三界這個極廣大的區域；海面上木頭的孔洞，是指得到有閒暇、修法條件圓滿的人身；四面的海風不停的吹動，比喻心中邪分別的業風不停的吹動；瞎了眼的盲龜，比喻無明深重的眾生，不知道什麼應取、什麼應捨，沒有打開明辨取捨的慧眼；深深的海底，比喻受報漫長、難以超升的惡趣；每一百年浮上海面一次，比喻在長劫受報之後，終於得到了一次善趣之身；又下落海底

，比喻得一般人身之後又墮入惡趣。

總的意思是說：由於沒有開啟慧眼，不知道何取何捨，恆時都在隨邪分別的業風漂蕩，而且一旦陷入深深的惡趣就長劫難出，即使再生到善趣，也脫離不開無明和邪分別的狀態，導致在三界六道廣大無邊的生處當中，極難得到暇滿人身。

### 3、線入針孔

就像有人站在須彌山的山頂上放下一根線，有人站在須彌山的山下拿著針迎接，又有極猛的風吹著線，線極難入在針孔裡，暇滿人身寶比這還要難得。

### 4、鼓面撒豆

就像天空當中密密麻麻的降下豆子，這些豆子要能停留在鼓面上極難。絕大多數都落在鼓的外面，即使有少許豆子落在鼓面上，也立即彈起，掉在外面。得暇滿人身寶就像這樣困難。

整個三有生處就像一個很大的區域，其中只有落在很小的人類的鼓面上才得到這個最妙的暇滿人身。但是無數欲界、色界、無色界的天人死後像豆子一樣從天上紛紛掉落，怎麼也落不到這個暇滿人身寶的鼓面上面。他們中的大多數都掉到鼓的外面去了。所以，諸天最希願的就是死後能生在人間做人。天人們對即將死去的天人，都這樣祝願說：「希願你生在安樂趣中。」（安樂趣就是指人。）可是，大多數天人死後沒有福氣生到人間，都掉到惡趣深淵裡去了。

### （三）以數量難得

在眾多的有情種類當中，得暇滿人身的比例是極小的。經上說，地獄裡的眾生就像大地上的微塵那麼多，餓鬼就像彌滿虛空的暴風雪的雪粒那麼多，傍生就像酒糟那麼多。相比於惡趣眾生，善趣人天的數量就像指甲上的塵土那樣少。又說，六道各種種類的有情

和上上相比，下下的有情像大地上的微塵那樣多；和天下相比，上上的有情像指甲上的微塵那麼多。

有人會問：為什麼下下的有情數量這麼多呢？這要看到在因上，有情造惡業的極多，造善業的極少；而造惡業的人當中，造深重惡業的人極多，造輕微惡業的人極少。所以就像走在非常光滑的冰面上，很容易就滑倒在地一樣。

所以在無數種的有情當中，得到暇滿人身是極其罕見的。帕當巴尊者說：「總體上看諸多的有情身時，幾乎沒有得人身的。各別的看單個有情身時，他得人身也只是有可能性。」意思就是，把這無量無數的有情的身放在一起看，清一色的都是非人類的身，幾乎見不到出現一個人。而針對每一個有情來看，看看你、我、他能不能得人身，也只是有一點可能性。

### 一蹉百蹉

有人會想：受惡趣苦，只要消盡了往昔的惡業，就還可以生安樂善趣。所以不難脫離。其實，生在惡趣當中，正受苦時，時時刻刻都是生惡念、造惡業，所以從惡趣死後還需要轉惡趣，非常難解脫。

古人說：「今生若不修，一蹉是百蹉。（今生不修的話，就會一錯而連著一百生錯過。）」這個人身最難得到又最容易失去，一念之差就落入惡趣，三途進去容易出來難。「七佛以來，猶為蟻子。八萬劫後，未脫鴿身。（就是佛經上說，有一些螞蟥一直到七佛過後，還是做螞蟥。有些鴿子經過八萬劫還沒脫掉鴿子的身。）」所以我們得人身很難，遇佛法更難，遇到即生成就的法門能夠信受更是難中之難。如果這一生錯過，失了人身，哪一天能再得人身呢？又哪一天能再遇佛法呢？又哪一天遇到即生成就的法門而且信受呢？這何止是錯過百生，是錯過千生、萬生乃至無窮生啊！



我們去觀察自身暇滿的每個方面，都是由前世的善業因緣來的，要有清淨戒、清淨善法、清淨願，非常不容易！譬如，坐在這裡看一本經書，安心的坐上三個小時，不受打擾，那就是莫大的清福！身心是健康的，不瞎也不痴呆，看書時沒有邪見障在心裡，又有清淨的善願，願意學法，這樣念念心緣於法，世上有幾個人有這樣的福呢！

從這裡去體會，哪點不是前世的善根因緣所感的呢？這樣去算，才相信以無量劫來的因緣才造就了暇滿人身寶，要沒有無量的善業因緣不可能出現這麼好、這麼圓滿的身。

譬如，現在教一個小學生，哪怕教會他寫一個字都要好多天，何況真正讓他去行善、去持戒、去發願、去長年這樣做？這要積聚多少因緣才能讓他自願這樣做啊！而這樣所做到的是非常稀有、珍貴的善根，我們今天學法的福分，就是由這樣的善根感得的。所以現在哪怕有兩分鐘學佛法的安閒，也都是珍貴的福報。

也許你認為兩分鐘的安閒不算什麼，我要問你：以眾生墮在地獄中的處境來說，他在億萬年當中能出現這樣的兩分鐘安閒嗎？像人間坐在這裡安心的聽佛法，他多少億年也夢不到。又譬如一隻黃牛，在牠一輩子十來年裡，出現過一剎那這樣的福報嗎？牠能享受到這樣的清福嗎？牠前世沒有種這樣的因，只有在勞苦中度過一生。又譬如地球上不信佛的人，在商界、政界、學界、演藝界的人，誰有這樣的兩分鐘呢？這才理解順治皇帝的出家詩：「百年三萬六千日，不及僧家半日閒。」這個「僧家半日閒」是皇帝身上求之不得的，所以他羨慕這樣的清福，他求不到一天安閒無事。這樣才知道，我們身上擁有的是修法的清福啊！

北俱盧洲、天上的人有福報，但不是暇滿，修不了佛法。整個北俱盧洲人的福報，加起來比不上我們現在一天聞思修的福報大。

人間一億個比爾·蓋茨的福報也比不上我們半天學法的福。這才知道暇滿的珍貴。這才知道有半天的聽法、學法，是所有的北俱盧洲人、所有的欲界天、一億個比爾·蓋茨都得不到的。好好想一想，為什麼我們會把這麼寶貴的時間白白的浪費掉？像把如意寶隨隨便便扔掉一樣，用它去搞貪瞋痴。把一億兩黃金買不來的暇滿時光，拼命在手機上「嘩啦、嘩啦」的打發掉，這是糊塗到何等的地步！真正懂了人身難得還會問：今天該不該上網打遊戲、該不該看電視、該不該上飯店、該不該參加聚會、該不該旅遊、該不該裝修、該不該逛超市、該不該花幾個小時去美容、該不該花半天包餃子、該不該去種花、養魚、該不該彈琴、練功，這些統統都沒有了。所以了解了人生的珍貴，即使用億萬美鈔跟你換一寸光陰，你也不會換。你有這種珍惜暇滿的觀念，給你一萬輛小車換你三分鐘，你也不換。如果有人說：你今天浪費三分鐘不學佛法，就給你一億美鈔。你會拒絕說：我不要！

古人就是這樣，他不願意把寶貴的人身用在無意義的事上。像卡拉貢穹格西要出山洞，有一叢荊棘擋住了洞。他正想去砍時，轉念一想：暇滿這麼難得，怎麼能浪費！所以，珍惜暇滿的人哪怕用億兩黃金去買他向無意義的事走一步，他都不願意。倒添一萬塊錢拉他出去吃飯，他也不要。不用說二、三個小時逛超市，就是超市的老闆把整個超市給他端過來，他都不看一眼。就算半壁江山送給他，他都不要，何況區區的五欲。這時，讓他浪費時間是一萬匹馬也拉不動的，肯定像錐子插入地中一樣，沒有人能把從他從修法當中拉出來。像古德，皇帝請他做國師，他寧可斷頭也不去。這個道比去皇宮受賞都看得重，比當國師都看得重。所謂的世間娛樂，上網、看電視、打手機、看報紙這些，都只是糊塗人才會做的。

接下來我們再觀察一下「遇佛出世難」。

譬如從毘婆尸佛開始，先後有尸棄佛、毘舍浮佛出世。然後在無數劫中無佛出世。成劫過去之後，到了住劫的第九小劫，人壽六萬歲時，拘留孫佛出世；人壽四萬歲時，拘那含牟尼佛出世；人壽減到二萬歲時，迦葉佛出世；人壽一百歲時，釋迦牟尼佛出世。釋迦佛滅度已經近三千年，時值末法，鬥諍堅固，到下尊彌勒佛出世，還有五十六億七千萬年。

彌勒佛以後有四個小劫，沒有佛出世，到減劫的第十五個小劫中，有九百九十四尊佛相續出世，然後又有四個小劫沒有佛出世。到第二十小劫時，人壽八萬四千歲時，樓至佛出世。然後水火風災前後出現，世界已壞，是二十小劫的空劫。不知道什麼時候佛會出現在世間。所以說佛出世難遇。我們在遇到時怎麼能不珍惜呢？如果這一回錯過，生在無佛出世的時代，那是億億年的長夜黑暗，連佛經的一個字都看不到。現在我們遇到了這樣寶貴的佛法，怎麼能不珍惜呢？怎麼能不晝夜勤學呢？

像剛才舉例那樣，對自己所擁有的十種圓滿，每一個都應當這樣想：「稀有啊！人身是這樣難得，絕大多數的芸芸眾生只得到三惡趣和天人、阿修羅的身，我這次得人身實在是稀有啊！」又想：「稀有啊！佛陀出世極難值遇，大多數時間都沒有佛出世，而我竟然生在釋迦佛出世的時代遇到了佛的正法，實在是稀有啊！」又想：「稀有啊！能行正道斷惡行善，實在太難，現在人間大多數的人都執持惡法、捨棄善法，而我這一生竟然能業不顛倒，一向斷惡行善，實在是稀有啊！」又想：「稀有啊！我竟然遇上能趣入無上妙法的正軌，那麼多人都沒有機會趣入佛法，即使信了佛也不知道怎麼趣入修證佛法，而我竟然能趣入，實在稀有啊！」像這樣，每一條上都看到有極多數量的眾生不具足，而自己竟然具足了這項功德，所以不應當虛度。

像這樣一一的思惟，八暇十滿中具備一項也非常難，而自己已經全部具足。自己竟然得到這樣殊勝的修法所依，這不是曇花一現嗎？要想到：像這樣殊勝的人身寶，過去難以得到，將來也難以得到，所以這一次務必要用它來成辦大義。

如果得到人身寶的今生這段時間，沒有用它修持菩提，將來斷斷不可能再得這樣的人身，決定漂泊在無邊的輪迴苦海中。宿世多少積資淨障才成就的這個人身寶，不能散亂在世間現世的瑣事上，唯一要修持菩提，這一點極其重要。寂天菩薩說：「由依人身筏，當度大苦流，此筏後難得，愚莫時中眠。」

金厄瓦格西是我們修行人的榜樣。他徹底捨棄了睡眠，一生精進持誦不動佛的心咒，到他圓寂時念到了九億。他的上師大瑜伽師對他說：「法子啊！有時要調調身體。不調身的話，有四大衰退的危險性。」他說：「是這樣的！但一思惟起暇滿難得，就沒有睡覺的空間。」要像這樣下至一剎那、一彈指的光陰都不浪費。

### 三、思惟獲得暇滿能攝取大義

#### （一）什麼不是攝取大義

世間人都把人生的意義錯誤的建立在獲取心外的五欲等法上，其實這最多是小義，不是什麼大義。所謂攝取大義，就是像人在寶山當中用手去攝取珍寶一樣，用這個暇滿身去攝取解脫、成佛的大義。

遊山玩水，腳走走、眼看看，上黃山覽勝，去長江暢遊，看所謂的壯麗山河、看所謂的小橋人家，這並不是攝取大義。

收集郵票、古董，學習電腦、設計程式，把房屋裝飾得富麗堂皇，擺滿一屋豪華家具、高檔電器，這也不是攝取大義！

掌握很多現代知識、技能，這也不是攝取大義。

擁有財團企業、億萬資產，這也不是攝取大義。

擅長琴棋書畫，練就一身功夫，這也不是攝取大義。

儀表堂堂、口若懸河、談古論今、能歌善舞，得到億萬觀眾的喜愛，也不是攝取大義。

仕途中直步青雲，當選為國會議員、首相、總統，這也不是攝取大義。

世間的科學家、哲學家取得種種成果，這也不是攝取大義。商業巨頭成就種種事業，這也不是攝取大義。所有的外道仙人的修行，哪怕修到非想非非想天，也不是攝取了大義。他們都用錯了人生。

所有運動會中的蹦蹦跳跳，所有世間的影視、小說創作，只是無意義的浪費人生。多少演唱會、運動會、搞多少科技發明，都不是攝取大義。

生產多少套服裝、多少輛汽車，建設多少城市廣場、立交橋、地鐵、高速公路，放多少衛星上天、開多少太空船登月，都只是人生小義。

世間所謂經濟界、政治界、科學界、文藝界、體育界，在那些領域得到名聲、地位、成就、事業，都不是攝取大義。

沒必要把大量的時間花費在這上面，即使用盡了一生的心血，也不如學習佛法一個偈頌的利益。凡是障礙善用暇滿的那些東西都要撥開，才能成就生命的大義！

## （二）什麼才是攝取大義

道理是簡單而明瞭的。用我們的暇滿來聞、思、修正法，就是攝取大義，修好自己的心，覺悟自己的心，再幫助他人覺悟，就是攝取大義，其他都是虛假的。

這個身成了修持菩提的所依，這就是極大的意義。具體一點說，只有在這個身上才能發起普厭三界的出離心、受別解脫戒、修行

解脫道。只有這個身才能發成佛度眾生的菩提心，才能受菩薩戒、修持六度萬行。只有這個身才能深入般若、明心見性、光明大圓滿等，才最容易發起信願行，往生淨土。

所以，我們這次獲得暇滿人身寶就真正成為修持大菩提的所依，在這時候應當日夜不斷的修菩提，就像商人進了寶洲，要攝取如意寶一樣。假使我們忘掉了「人身義大」，在捨棄了修菩提之後，去做現世世間的事業、去做世間的學問、技藝、去享受五欲，用在看電影、電視、娛樂、體育、上網這些上，那就是把無價的如意寶變成成辦三惡趣等輪迴苦的所依，這有多麼不合理！

所以，暇滿人身不應當變成造集輪迴業因、更不應當變成造集惡趣苦因的所依，而需要盡量讓它成為成就菩提的所依。

### （三）暇滿義大的比喻

#### 1、如意寶

譬如，轉輪王有如意寶，在人民缺糧食時，轉輪王就齋戒沐浴，換上潔淨的衣服，對如意寶祈禱：在我的國境內降下糧食吧！國境中就降下了糧食雨。人民缺衣服時，他就祈禱：在我的國境內降下衣服吧！全國就降下了衣服雨。而我們的暇滿人身是十萬倍超勝它的如意寶，能成滿無量無邊的功德。我們現在已經擁有了最殊勝的如意寶。

為什麼是最殊勝的如意寶呢？因為可以如意的從這個身心上湧現無量無邊的功德，湧現一切現時和究竟的利益安樂，這哪裡是轉輪王的如意寶可比的呢？

常常要自己慶幸：我自己就是最珍貴的如意寶啊！我今生終於得到最殊勝的如意寶了！三惡趣、天人、阿修羅，都沒有我這樣的人身寶！我的人身寶能流現無量無邊的微妙功德，能成辦一切暫時和究竟的利益。我要珍惜啊！萬萬不能糟蹋！

## 2、曇花一現

據說曇花是三千年一開，當佛出現在世間，曇花就盛開了，所以很難遇到。我們得暇滿人身，就是「曇花一現」。無量世以來都沒有開花，今生終於迎來了生命的花季，開得這麼妙好！在自己的暇滿身上終於開啟了覺悟，日夜不斷的放出佛性的妙香，擁有了生命本有的尊貴。

螞蟻、蚊蟲並不像我們的心，能開智慧之花、福德之花、願力之花，能散發廣大事業的芳香。這是我們暇滿的人身上才能開花、才能覺悟，才能發出功德妙香。心有厚重的業障、報障、煩惱障，就不是開花的形態。地上的豬、馬、牛、羊，都是沒有開花的生命，地獄、餓鬼道裡無數的可憐眾生更是長劫在惑業的纏縛中，枉受辛苦。他們身上發不出覺悟之光，發不起厭捨輪迴、欣求涅槃的心，發不起成佛、度眾生的心，開啟不了觀見實相的智慧，不能自在的從自己心中散發無量菩提行的妙香，所以都是沒有開花的形態。而我們是曇花盛開了！

## 3、最富有的人

看看，我們才是三界中最富有的人，我們由前世的辛勤努力，以極多的善業、願力因緣，終於成就了具足暇滿的人身寶，擁有了行持一切佛法的所依。

## 4、登上法界機場

在遼闊的太空當中，有一個人間的小小洲島，其他眾生都不斷的受生在小島之外的區域，極難生在這個人間的寶洲上，而這個寶洲的中心有一個翱翔法界的機場。我們幸運的生在了人間寶洲，又進入了暇滿的機場，坐在即將起飛的飛機上。如果這時候不向上起飛，反而跑到機場外去追求五欲，那就太可惜了！其他眾生是沒辦法踏上這個機場坐上飛機直接起飛，而我們已經有了這個機遇，這

時不起飛更待何時。古人說：「此身不向今生度，更向何生度此身。」

反面的比喻：

### 1、王子

就像一個王子本來要做統理天下的事，他忘失了自己的身分，走出皇宮去販毒、偷盜、賽馬、玩鳥。很多人得到了暇滿人身，不去成辦菩提，日夜聞思修聖法。卻去上網、打牌、旅遊、看電視、逛商場，做這些毫無意義的事，就像這位痴迷的王子一樣。

### 2、金器裝糞

這個具有了暇滿種種功德的清淨身心，就像用很多珍寶裝飾的金器。外在緣染污境界，內在起非理作意，生起一個個染污念頭，就是在暇滿的金器裡不斷的裝糞。這樣做就是無意義的浪費暇滿，非常愚痴！

舉一個例子，我們看一小時電視劇，裡面有漂亮的男女，出現一個畫面，就會起一個貪心，這是欲界眾生難以避免的。因為眼睛盯著畫面，緣的是可愛的異性，心裡有非理作意，三緣聚合，沒有不生貪心的。只不過一般人沒有自知之明，不認識什麼是貪心，其實是心裡生起了好感，就已經墮在貪煩惱當中了。按這樣計算，一秒鐘出現三十個畫面，一小時有一半生貪的畫面，就生起（ $1/2 \times 30 \times 60 \times 60 =$ ）五萬四千個貪念，也就造下了五萬四千個惡趣業因。如果看了二十年電視，那就生了一百萬以上的貪瞋念頭，造下了一百萬以上的惡趣業因。可憐，以大好的人身寶在自己八識田裡薰入了無數惡趣業因，一旦薰入就很難再洗乾淨。薰一次，就是中一次毒，身心就受一次損害，就會變現惡趣極為漫長、難忍的果報。這就是用金器裝糞的極愚痴行為。

所以，像世間影視、網路、書籍裡不清淨的境界，一次、二次



接觸，就生起很多世間念頭；三次、四次接觸，就加重貪瞋煩惱；十次、百次、千萬次接觸，這個身就已經在地獄裡報到了！

這個具有大義的人身，過去即使是一個上午無意義的空過了，也應當生起懊悔之心。像現在這個身很快就會失去，所以唯一要用來成辦究竟的義利，除此之外的一切無意義空耗都是非常不應該的。大家如果有道心，就應當常常按這樣想。不然，連修暇滿的氣味也沒有。

從前伊庵權禪師，每天到了晚上，一定會流淚說：「今天又這麼空過了，不知來日功夫如何。」他老人家在大眾當中，從不和別人交談一句。蓮池大師說：「我早晨見日出就回憶起伊庵禪師這句話。我說：現在又換一天了。昨天已成空過，不知今日功夫如何。但我只是嘆息，並沒有流淚，就此知道自己的道心遠遠不如古人。怎麼不慚愧呢？怎麼不應當自勉呢？」

宋朝的時候，大愚、慈明等六、七個人結伴參訪汾陽禪師。當時趕上寒冬，河東的天氣非常寒冷。大家都怕寒苦，只有慈明志在道業，晝夜不懈怠。每當夜深昏昏欲睡的時候，他就用錐子刺自己的大腿，難過的說：「古人為生死廢寢忘食，我是何等人呀！竟這樣放逸。生無益於當時，死無聞於後世，我是自暴自棄！」慈明禪師就這樣通宵坐著不睡，後來得到大成就。

我們要學古德，對自己虛度人生常常心生慚愧。這樣常念暇滿難得、義大，就能捨棄世間現世的無義之事，一心修持菩提，自己這個人身寶就真正成了修菩提的所依。

老法師：我們看了自了法師這篇報告很受感動。我們這一天是不是也空過了？天天都空過了，將來的結局，一定要記住，是三惡道，而且是三惡道裡頭的地獄道。我很感恩，這些年來，有幾位同修把這個事實真相告訴我。在世的時候，我們是好朋友，也互相在

一起勉勵，走了以後，他託夢、他附體，跟我聯繫，把他過世的狀況說出來給我聽，來警惕我，也來勉勵我。

我這個年齡，我常常勉勵大家，在這個大時代，是地球上過去所沒有見過的混亂，災變異常。我們有幸，像他說的，八種暇滿我們得到了。真的是稀有難逢，在這個大時代，我們遇到究竟圓滿的法門，穩當、快速、容易，它不難，人人可以修，人人可以成就，信願持名求生淨土的法門。尤其難得，海賢老和尚給我們做出最好的修行榜樣，萬緣放下，一心專念阿彌陀佛，九十二年不拐彎。九十二年，一句接著一句，大概除了吃飯睡覺之外，佛號不間斷，信願求生不間斷。多長的時間成就？最短的時間，一天能成就，三天能成就，七天能成就，最長的三年能成就。我們看得很多、聽得很多，我們要急起直追。這樣的人生真正有意義、有價值，是名符其實的大成就。

這篇文章，希望我們真正想在這一生當中成就，往生淨土，親近阿彌陀佛，這篇文章最好每天要看一遍。看看別人，想想自己，奮發努力，要求自己這一生當中圓滿成就。只要這一句佛號不間斷就行了，不許這佛號斷掉。這樁事情，說起來容易，做起來很難，不是真信真願做不到，真信真願，還要真行，真行就是真念佛。一定要知道，這世間是假的，不但地球是假的，太陽系是假的，銀河系是假的，遍法界虛空界都不是真的，唯心所現，唯識所變。心是真的，真心，沒有起心沒有動念、沒有分別沒有執著，要用這個心。知道妄心是假的，妄心就是起心動念、分別執著，這是阿賴耶識，假的，不是真的。能夠放下假的，提起真實，這一生真正就有成就了。古德這四句話：「暇滿人身寶，難得而易失，得已應善修，莫令空無果」。一定要往生，一定要親近阿彌陀佛，這就對了。好，今天時間差不多了，我們就學習到此地。

