

第三百七十八讲 《大圆满前行引导文》讲解之九十一

我们本节继续学习引导文。

我们已经学习了生苦，老苦，今天学习病苦。

如果我们真的病倒了，身体因为四大的不调而

出现了各种疼痛，不适，机能失调，无力，精神不振，还有各种各样的症状，都会导致我们的痛苦。然而，我们的身体和生命，就是那么脆弱，一个普通的疾病，也会将我们折磨得死去活来，痛不欲生。

随着我们年岁的增加，我们的身体机能和抵抗

力逐渐变差，各种疾病也就随之而来。在我们老去的过程中，病痛与日俱增，不是一种两种，而是不同的疾病都在慢慢侵蚀我们这个脆弱的身躯。我们慢慢地失去了自己的日常正常不过的行为能力，开始衣食住行都有困难。我们还能赚钱养家的日子，已经越来越少了，

随着身体各种病痛的来临，我们剩下的生命，往往只能在和各种病痛相处的境地中慢慢熬过。我们开始要依靠身边的人，要人扶，要人喂。病痛一发作，我们倒在床上无法自理。

我们很多人，是没有办法想像这样的场景的，因为自己还能活蹦乱

跳，根本在内心不觉得这样事情会落在自己身上。然而，病痛的来临，是必然的事情，我们在生命的后半段，绝大多数人都是要与疾病共存的，而且在病痛的折磨中走完最后的路程。我们自己痛苦不说，我们还给家人带来了负担和精神上的压力和痛苦。在那时候，我

们会责备自己是个废人，自责自怨，但是已经不可逆转了。百病床前无孝子，这是多么痛苦和无奈的事实。一个人发生病痛，可能就会毁了一个家庭。要人照顾，要花钱看病，经济上增加很大的负担。

《我不是药神》这部电影中有句血淋淋的台词：这世界上只有一种

病，叫作穷病。当真的得了大病的时候，有钱就有命，没钱就没命，这是多么悲哀的事实，但是这样的事实，发生在我们每个人身上的概率都是平等的，而且也都是非常大的。

我们要认真思考一下，我们有办法去避免这样的痛苦吗？保持健康的

生活习惯，保持良好的饮食习惯，保持锻炼，这些的确是一些让自己减少疾病的方法，然而并不是说能百分百避免病痛。很多生活习惯非常好，身体也非常好的人，也会突然患上重大的疾病，而没有任何前兆和原因。这只能归根于久远的业因果，而业因果的成熟，是我们每

个人都无法预知和无法控制的。病苦也是一种猛烈的无常。

我们要明白，生老病死，是我们生而为人就要面对的苦。修行就是为了永远摆脱这样的痛苦。当然修行也不是一天两天就能达成的，这是一个持续的长期的精进的努力。我们学习和

了解和反思生老病死等八苦，就是为了让我们的看清现实的真相，而真正对修行产生动力，对现实的痛苦产生厌离。如果我们生起了厌离心，那就是一部分出离心的开始。唯有这样，我们才有可能更加深入地追求解脱之门，这才能升起巨大的动力。这

是我们学习生老病死八
苦的真正意义所在。

本节我们就学习到这
里，感恩大家！