

第三百七十六讲 《大圆满前行引导文》讲解之八十九

我们本节继续学习引导文。

本节开始我们学习八支分苦。八支分苦一共有八种：

一是生苦

二是老苦

三是病苦

四是死苦

五是怨憎会苦

六是爱别离苦

七是求不得苦

八是不欲临苦

我们来看看生苦。

我们人类大多是胎生的。当我们的神识进入父母的精血中间，逐渐

形成人体的各个部分，就叫作住胎。在住胎的时候，有什么痛苦呢？我们绝大多数人，都已经忘却了这个过程的痛苦了。在我们还是一个胎儿的时候，母胎里非常狭窄，臭气扑鼻，漆黑一片。我们仿佛是被关在黑暗的牢狱里一样，远远没有当初中阴身时感受的自由。当母

亲吃热的东西的时候，
我们会像置身火里烧灼
一样痛苦；母亲吃冷的
东西的时候，我们又会
像浸在冷水当中一样痛
苦；母亲睡觉的时候，
我们感觉好像被大山压
着的一样痛苦；母亲吃
饱喝足的时候，我们又
像夹在山崖之间一样痛
苦；母亲饥饿的时候，
我们会有如堕入万丈深

渊一样的痛苦；母亲在行住活动的时候，我们就觉得像被狂风席卷一样的痛苦。而这些痛苦，我们完全无法向母亲或是其他人言说。就这样住胎十月之后，就要面临出生的时刻了。

我们出胎降生的时候，由于业风的吹动，头足倒转。当通过产门的时

候，好像被一个大力士拉着脚扯出来摔在墙壁上一样痛苦。从经过整个盆腔中间出来的过程中，就好像通过铁孔一样痛苦。如果产门过于狭窄，也许就这样惨死在母亲的肚子里，或者母子二人同归于尽。出生的过程，等于母子二人都 在鬼门关死过一遍，再活过来。生下来

之后被放在垫子上，因为初生的我们，皮肉像烧坏新长的嫩肉一般娇嫩。我们就觉得像落到了荆棘丛中一样。当护士剥脱背上的胎膜时，我们又觉得像被活活剥皮一样。这时候不论我们是什么感受，我们只有一种反应，就是啼哭。我们没有更多的表达自己的方式，只能用

啼哭来表达自己对这个世间的一切。

这，就是生，就是我们每个人来到这个世间都必经之路，也是一条痛苦之路。

本节我们就学习到这里，感恩大家！