第二十一讲 什么是暇满人身

我们今天分享的主题是，暇满人身。在佛学当中，暇满人身，也叫十八暇满，也叫人身难得。主要的目的，是让大家知道，今天能听闻佛法，得到修行证悟的机会，是多么珍贵。如果认真学习并认真吸收了这个道理，我们就会对自己很多虚度的光阴感到痛心，会更认真去花时间精力在真理和解脱的追寻上。人身难得，又是藏传佛法中四前行的其中一个，可见其重要性。

那么，什么叫作暇满人身呢？暇，指闲暇；满，指圆满也就是闲暇圆满的人身。闲暇圆满的人身， 是极好的修行条件。如果我们具备了闲暇圆满的人身，却白白浪费这珍贵的修行条件，是非常可惜的。

首先我们说怎么样才叫“闲暇”。一共有八无暇，也就是八个没办法修行的条件。如果我们没有生于八无暇的环境，我们就具有了闲暇的人身。

第一，生于地狱。

如果我们降生在地狱之中，地狱有烈火地狱，寒冰地狱，还有各种受尽折磨的地狱，时时刻刻感受着地狱的痛苦，而且地狱的寿命极长，那种痛苦和那种煎熬，使我们根本没有机会去生起一点点向佛之心，而且也听闻不到佛法，根本就完全没有解脱的机会。所以生于地狱的话，是没有任何机会修行的。

第二，生于饿鬼道。

如果我们不幸降生在饿鬼道，大家想像一下自己的身体是什么样子，肚子巨大得像座山一样，脖子却细得像根针一样，口里不断在喷火。所有的食物，一进口就已经烧焦，焦炭一样的食物，根本进不了细得像针一样的食道，那山一样大的肚子又时时刻刻在消化，却没有任何食物可以消化，所以终日承受着饥饿的痛苦。这就是我们降生在饿鬼道的样子，可以说是非常悲惨的。人间所有的珍美食物，饿鬼们都吃不到，只要他们一碰到这些食物，食物就会变成灰烬，他们只能吃人类的痰泪脓血鼻涕屎尿等肮脏之物。所以在荒野处如果拉一泡小便，你虽然自己看不见，但是却是成千上万的饿鬼过来抢食，因为这个对他们来说是仅能接受的美味。所以在慈悲的佛法中，专门有为饿鬼作的施食法，以让饿鬼能吃上食物。

第三，生于畜生道。

如果我们下辈子生在畜生道，那就是集愚痴于一身，天天浑浑噩噩。比如猪圈里的猪，吃了睡，睡了吃，最后挨上一刀，根本不可能有听闻学习佛法的机会。畜生的命运是没法掌握在自己手中的。

第四，生于长寿天。

有些人专行善，修人天福报，有些人修小乘解脱，都会生在长寿天上。修福报的在长寿天上的生活糜烂，天天享乐，天女围绕，鲜花美食，一切应有尽有；修禅定的就是定坐在无念中一晃几万年，没有思想。看起来没有什么不好，但是不是究竟解脱，在福报用尽的时候，天人就会现出衰败的境像，本来一尘不染的天衣开始蒙上尘垢，肮脏不堪，头上的花冠开始谢落，腋下开始流出臭汗，恶不可闻，身体开始散发出异味和恶臭，坐在位置上厌烦不堪，无法安定。可以说与原来所享的乐趣一比，就如同下了地狱一般痛苦，而且知道自己就要离世进入六道轮回，道道都是痛苦，享乐不再，所以内心那种痛，是无法言语的。因此长寿天在寿命将尽的时候，是非常悲惨的。但是因为享福太过，在长寿天的天人，都没有任何接触和修持佛法的可能性

第五，生于边地。

边地就是不信佛的地方。大的方向来说就是生于没有佛法的世界或国度，小的来说，就算家旁边有寺庙，但是自己从来不去，也不接触佛学的群体，那么也叫作生于边地，也就是没有机缘听闻佛法。

第六，生于邪见。

如果在内心当中对佛法有抵触，不愿意听闻佛法，甚至谤法，这样的人就是生于邪见之地，和外道一起接受外道的教化也叫作生于邪见之地。

第七，佛不出世。

如果生在佛没有出世的时代，那么我们也是没有办法接触到佛法的。要知道宇宙的历史已经一百多亿年了，只是在人类认知的程度内。而佛法住世也就是两千多年的时间，我们能正好生在佛出世后的时代，而且有佛法住世，因此我们是非常幸运的。

第八，暗哑。

也就是我们虽然前七个无暇都没有犯，但是我们这辈子却是盲人或哑子。身体器官上不具备接纳佛法的条件，那也是非常可悲的。我们如果没有五官上的残疾，那我们是非常幸运的。

如果以上八个无暇都没有，我们的人身就具备了八闲暇。如果我们再具备十圆满的条件，那我们的人身就是非常完美的“暇满人身”了。

八无暇人身，和十圆满人身，这两者合在一起，统称十八暇满人身。十八暇满人身是非常难得的。如果具有十八暇满人身，就完全具备了修行佛法解脱的一切条件。我们可以一条一条对照自己，看看自己是不是具足十八暇满人身。如果具足了，千万要珍惜。因为这一世过去了之后，就不知道哪一世再能得到暇满人身了。如果没有具足，看看是否能创造条件让自己具足。

下面我们开始讲什么叫作十圆满。十圆满分两部分，一部分叫五种自圆满，一部分叫五种他圆满。

首先是五种自圆满。

一. 得人身。

也就是我们生之为人，如果我们降生在其他五道，就是连听闻佛法的机会都是几乎没有的。只有我们生为人身，才有机会听闻佛法。虽然看起来，我们人类的数量有数十亿之多，但是，一杯水中，就有数十万计的众生。整个宇宙整个三千大千世界，那众生的数量可以说多得无法胜数，人只是非常非常小的一个种类而己。如果生在地狱、饿鬼，那是寿命极长，而且非常痛苦，根本是连解脱二字，都没有办法想得到，听得到，只能是不断在痛苦中度过漫长的一生；如果生在畜生道，那是愚痴的生命，没有办法认识到佛法，也没有办法听闻佛法（有些畜生道众生有幸听闻，但也是少之又少），而且会被人类随意宰杀；如果生在长寿天，那是享受得无法自拔，根本连修行的心念都不会生起；生在阿修罗道，天天都以嗔恨和怒火来斗争，也没有修行的可能性。唯有人身是有机会修行的。六道众生之中，降生为人身的可能性有多大呢？佛陀曾经做过三个比喻来形容这世生为人身的可能性：

第一个比喻，如果所有众生的数量如同大地上的泥沙一样多，那么得人身的概率就是像我们在地上抓起一把泥土，然后放开手洒落大地，留在我们指甲缝中的泥土的颗粒的数量，就是我们得到人身的概率。

第二个比喻，如果茫茫大海的海底有一个乌龟，海面上漂浮着一块木板，木板上有一个刚好能容得下乌龟的头穿过的小洞，那么得到人身的概率，就如同这只乌龟从海底浮上海面，头刚好穿过这个木板上小洞的概率。

第三个比喻，如果一个火山口里面有快速旋转的烈风，那么得到人身的概率，就好像在火山口上方往火山口中投入一根线，这根线掉落后刚好穿过火山口底部一根针孔的概率。

所以我们可以知道，我们降生为人，是多么不容易。

二. 生中土。

意思就是生在能听闻佛法的地方。除了中土之外，其他都叫作边地。在华严经中有写大千世界有四大洲，我们生在南瞻部洲，是唯一一个有佛法流传的地方。但即使我们看当今世界，能听闻佛法的机会也是很少的。如果你是住在寺庙不远，但从来不去，或是从来不信佛，那也不算生中土。所以得人身，生中土，已经是去除了很大一部分众生了

三. 诸根具足。

也就是眼耳鼻舌身具足。如果没有眼根，没法阅读佛经；没有耳根的话，没法听闻佛法。都会给修行造成巨大的不便。

四. 业际不颠倒。

这点比较复杂，要详细说。首先是职业上，不做妓女，不做屠夫。其次是没有犯过五逆重罪。我们职业上好判断，但我们怎么能判断我们有没有犯过五逆罪呢？我们能确定的是，我们前世肯定没犯过五逆罪，因为如果犯过，那么我们转世一定在无间地狱，我们现在能投为人身，说明就是没有犯过五逆罪。然后是今世，我们再来确认一下。杀父，杀母，如果我们没做过，自己是知道的；杀阿罗汉，这个也不可能，如果真做了，马上就会报应现前，横死并下无间地狱；出佛身血，因为佛祖已经圆寂，所以我们也没有这个可能性；破和合僧众，这个我们就要注意了，真实修行的僧众，我们千万别去造口业说是非，哪怕我们不能判断他们是不是在真修行，也不要去造是非，不然很有可能犯这个罪过。这样我们就能判断我们是否业际颠倒了。

五. 信佛法。

这点我们扪心自问一下自己就知道，只要对佛法有一点虔诚一点相信，都算信佛法。但是很多人无论怎么说，都不会相信，这就是无缘。我们如果能信佛法，哪怕只有一点儿相信，也不知道是几世修来的福份。

下面说五种他圆满。

一. 佛陀出世。

我们学过小劫，中劫，大劫，一小劫是一千六百万年，一中劫是20个小劫，一大劫是四个中劫，也就是80个小劫，四个中劫包括成、住、坏、空四个劫。每一个大劫，都不一定有佛出世，我们所在这个大劫，是有佛出世的，叫作贤劫。在我们这个大劫中，第一至第八小劫是没有佛出世的；第九劫有拘留孙佛出世，为贤劫第一佛；在同一劫中，有拘那含佛出世，为第二佛；同一劫中有迦叶佛出世， 为第三佛；同一劫中有第四佛出世，为本师释迦牟尼佛；第十小劫中，弥勒佛出世，为第五佛；所以弥勒佛称为未来佛，释迦牟尼佛称为现在佛。第十一至十四小劫中，无佛出世；第十五小劫，有九百九十四佛相继出世；第十六至十九小劫，无佛出世；第二十小劫，楼至佛出世；所以在我们所处的贤劫中，共有一千佛出世。我们生活在释迦牟尼佛出世后的两千多年的时代。每个佛出世，只会住世一世，非常短暂。佛经住世，会长一些，但是也会随时间流逝消失，进入末法时期。对我们来说，现在还有佛经住世，是非常难得的。我们还是按顺序来说，先是我们这个时代，放在久远的历史长河中来说，离佛陀出世并不远，而且是在佛陀出世之后。如果佛陀出世之前，哪怕是前一百年，我们都是无缘听闻佛法的，所以这个机遇是多么难得。

二. 佛已说法。

佛陀出世后，在未证悟之前，是没有开讲佛法的。所以我们如果出生在佛陀没开讲佛法的时期，也是没机会听闻佛法的。现在佛陀已经开悟而且已经开讲佛法，这又是一个难得的机缘。

三. 佛法住世。

如果佛陀讲的佛法没有流传，或流传一段时间后，都毁灭了，那么法本，咒语，佛号都没有的话，我们也是没有机会听闻佛法的。现在我们有这么多珍贵的法本流传，佛法还是住世的，因此是非常难得的时期。

四. 入圣教。

有了珍贵的佛法，我们具有一切修行的条件，但是我们如果没有接触一个法门，没有真实如是去修行自心，那么也是没有办法证悟的，所以我们需要入圣教，也就是主动接纳某一个正法法门的教化，就算没有很好的禅宗或密宗的法缘，修习净土宗也是非常好的密法。

五. 善知识摄受。

我们接纳了佛法后，还要有善知识摄受我们，才能有机会真正深入。对于禅宗和密宗，就是金刚上师的传承和灌顶，对于净土宗，就是听闻净土五经一论并相信阿弥陀佛的愿力，一心念佛往生净土不退转。

以上就是五种自圆满和五种他圆满。我们最后简单总结一下：

八无暇：

1. 降生地狱

2. 降生饿鬼

3. 降生旁生

4. 降生长寿天

5. 降生边地

6. 佛不出世

7. 邪见

8. 喑哑

十圆满：

1. 得人身

2. 生中土（有佛法的地方）

3. 诸根具足

4. 业际不颠倒

5. 信佛法

6. 佛已出世

7. 佛已说法

8. 佛法住世

9. 入圣教

10. 善知识摄受

如果我们满足以上十八条，那我们这个人身，可以说是非常圆满的十八暇满人身，是极其珍贵极其难得的。这辈子能得遇佛法修行佛法，是无上的珍贵。但我们还将自己这珍贵的十八暇满人身用来吃喝玩乐，拼命赚钱、买房，用欲望折磨自己，为自己造业。一个人一天有一个小时修行已经很难得，其余二十三小时，除八个小时睡觉外，其他时间都用来造恶业，那修行的善根远远抵不上造下的祸种。所以我们如果知道自己具有十八暇满人身但却不珍惜，我们就应该深深反省和忏悔，如何能够不浪费如此珍贵的人身。如果我们真能意识到证悟和了脱生死的宝贵，我们就能真正知道十八暇满人身是如此珍贵，我们再不珍惜，就已经晚了，时间一天一天流逝，很快我们就老了，病了，死了，下辈子在哪里，谁也保证不了了。所以我们从现在开始都应该反省自己，忏悔自己之前浪费的时间和生命，尽可能将精力投入证悟的学习和修证当中。

这就是今天要分享的所有内容，感恩大家！