第三百三十三讲 《大圆满前行引导文》讲解之四十六

我们本节继续学习前行引导文。

对于出离心的修持，一共有四个部分：

第一部分叫作暇满难得。所谓的暇，是指闲暇，特指有修持正法的闲暇。没有生于八无暇处而有空闲时间修持正法，就叫作闲暇。所谓的满，叫作圆满，也就是闲暇人身上显现的圆满德相。

我们为什么总是不停地去追求一些东西？我们为什么总是觉得自己不够？

说起来似乎很矛盾，但是事实上，出离心的培养，是从学习知足开始的。只有对于现在拥有的一切感到满足，心存感激，我们才会停止对外盲目的追逐。没钱的人，焦虑，每天为生计奔波。有钱的人，坐着飞机全世界飞，照样是为着生计奔波。我们总是觉得，钱只要再多点，我们就会变得更幸福。但是实际上呢？奔波一辈子，不管是赚没赚钱，幸福感依然没有多少，反而是越追逐财富，越感觉匮乏。反观藏地这么贫穷的地方，人民的幸福感却比较高，为什么呢？

同样的，我们对于情感，一样存在着毫不动摇的执着。执着于爱一个人，和执着于恨一个人，都是一样的。我们将心牢牢地寄托于他人身上，唯有他人演绎出我们所想的样子，我们才感觉幸福。而我们从来没有想过，我们来的时候是孤独地来，走的时候，同样要孤独地走。我们更加不会从内心感受到，这辈子，此时此刻，我们有机会听闻、思维、实修解脱之道，这样的机缘，百千万劫难得遭遇。我们并不用再到处寻求，正法就在眼前，不需要你用什么去换取，珍贵的正法已经在我们的面前。在轮回之中，没有比当下可以听闻佛法、修持解脱更加幸福的时刻了。

为什么这么说呢？

我们总是觉得自己很普通，但是却不知道，我们已经具备了极其珍贵的暇满人身。如果我们从内心真实了知我们现在这个珍宝人身多么珍贵，我们应该怀着感恩之心去对待一切。感恩，是我们为人最重要的一种品质。我们现代人患了一种病，叫作满足感缺乏，不知道感恩自己已经得到的福报。而在藏地，佛法第一步就是观修暇满难得，对我们现有的当下的一切，真心升起巨大的感恩。

我们不但在平和的生活中感恩当下的境遇，而且要在困境中依然感恩我们所有遇到的一切，这才是一个修行人具有的最重要的特质。

本节我们就分享到这里，感恩大家！