Table of Contents

# 1 系列三.大圆满龙钦宁体前行引导文.普贤上师言教讲记四-轮回过患

[1] import TOCInline from ‘@theme/TOCInline’;

目录

[2] import Mypara from ‘@site/src/components/myp’;

[3]

| 课时 | 文档 | 音频 | 视频 |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | [前行引导文098-轮回过患01.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87098-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a301.docx) | [前行引导文098-轮回过患01.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87098-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a301.mp3) | [《前行》第184讲（前行正文第159讲▪轮回过患01讲）（益西彭措上师）（2018-03-17周六上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac184%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac159%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a301%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-03-17%e5%91%a8%e5%85%ad%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 2 | [前行引导文099-轮回过患02.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87099-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a302.docx) | [前行引导文099-轮回过患02.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87099-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a302.mp3) | [《前行》第185讲（前行正文第160讲▪轮回过患02讲）（益西彭措上师）（2018-03-18周日上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac185%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac160%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a302%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-03-18%e5%91%a8%e6%97%a5%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 3 | [前行引导文100-轮回过患03.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87100-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a303.docx) | [前行引导文100-轮回过患03.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87100-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a303.mp3) | [《前行》第185讲（前行正文第160讲▪轮回过患03讲）（益西彭措上师）（2018）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac185%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac160%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a303%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018%ef%bc%89.mp4) |
| 4 | [前行引导文101-轮回过患04.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87101-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a304.docx) | [前行引导文101-轮回过患04.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87101-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a304.mp3) | [《前行》第186讲（前行正文第161讲▪轮回过患04讲）（益西彭措上师）（2018）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac186%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac161%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a304%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018%ef%bc%89.mp4) |
| 5 | [前行引导文102-轮回过患05.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87102-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a305.docx) | [前行引导文102-轮回过患05.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87102-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a305.mp3) | [《前行》第187讲（前行正文第162讲▪轮回过患05讲）（益西彭措上师）（2018）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac187%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac162%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a305%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018%ef%bc%89.mp4) |
| 6 | [前行引导文103-轮回过患06.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87103-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a306.docx) | [前行引导文103-轮回过患06.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87103-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a306.mp3) | [《前行》第188讲（前行正文第163讲▪轮回过患06讲）（益西彭措上师）（2018-04-01周日上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac188%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac163%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a306%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-04-01%e5%91%a8%e6%97%a5%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 7 | [前行引导文104-轮回过患07.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87104-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a307.docx) | [前行引导文104-轮回过患07.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87104-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a307.mp3) | [《前行》第189讲（前行正文第164讲▪轮回过患07讲）（益西彭措上师）（2018）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac189%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac164%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a307%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018%ef%bc%89.mp4) |
| 8 | [前行引导文105-轮回过患08.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87105-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a308.docx) | [前行引导文105-轮回过患08.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87105-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a308.mp3) |  |
| 9 | [前行引导文106-轮回过患09.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87106-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a309.docx) | [前行引导文106-轮回过患09.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87106-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a309.mp3) |  |
| 10 | [前行引导文107-轮回过患10.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87107-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a310.docx) | [前行引导文107-轮回过患10.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87107-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a310.mp3) | [《前行》第192讲（前行正文第167讲▪轮回过患10讲）（益西彭措上师）（2018）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac192%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac167%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a310%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018%ef%bc%89.mp4) |
| 11 | [前行引导文108-轮回过患11.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87108-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a311.docx) | [前行引导文108-轮回过患11.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87108-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a311.mp3) | [《前行》第193讲（前行正文第168讲▪轮回过患11讲）（益西彭措上师）（2018）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac193%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac168%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a311%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018%ef%bc%89.mp4) |
| 12 | [前行引导文109-轮回过患12.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87109-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a312.docx) | [前行引导文109-轮回过患12.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87109-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a312.mp3) | [《前行》第194讲（前行正文第169讲▪轮回过患12讲）（益西彭措上师）（2018）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac194%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac169%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a312%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018%ef%bc%89.mp4) |
| 13 | [前行引导文110-轮回过患13.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87110-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a313.docx) | [前行引导文110-轮回过患13.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87110-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a313.mp3) | [《前行》第195讲（前行正文第170讲▪轮回过患13讲）（益西彭措上师）（2018）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac195%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac170%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a313%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018%ef%bc%89.mp4) |
| 14 | [前行引导文111-轮回过患14.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87111-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a314.docx) | [前行引导文111-轮回过患14.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87111-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a314.mp3) |  |
| 15 | [前行引导文112-轮回过患15.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87112-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a315.docx) | [前行引导文112-轮回过患15.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87112-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a315.mp3) |  |
| 16 | [前行引导文113-轮回过患16.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87113-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a316.docx) | [前行引导文113-轮回过患16.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87113-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a316.mp3) | [《前行》第198讲（前行正文第173讲▪轮回过患16讲）（益西彭措上师）（2018-05-13周日）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac198%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac173%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a316%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-05-13%e5%91%a8%e6%97%a5%ef%bc%89.mp4) |
| 17 | [前行引导文114-轮回过患17.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87114-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a317.docx) | [前行引导文114-轮回过患17.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87114-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a317.mp3) | [《前行》第199讲（前行正文第174讲▪轮回过患17讲）（益西彭措上师）（2018）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac199%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac174%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a317%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018%ef%bc%89.mp4) |
| 18 | [前行引导文115-轮回过患18.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87115-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a318.docx) | [前行引导文115-轮回过患18.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87115-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a318.mp3) | [《前行》第200讲（前行正文第175讲▪轮回过患18讲）（益西彭措上师）（2018-05-20周日上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac200%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac175%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a318%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-05-20%e5%91%a8%e6%97%a5%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 19 | [前行引导文116-轮回过患19.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87116-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a319.docx) | [前行引导文116-轮回过患19.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87116-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a319.mp3) | [《前行》第201讲（前行正文第176讲▪轮回过患19讲）（益西彭措上师）（2018）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac201%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac176%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a319%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018%ef%bc%89.mp4) |
| 20 | [前行引导文117-轮回过患20.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87117-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a320.docx) | [前行引导文117-轮回过患20.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87117-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a320.mp3) | [《前行》第202讲（前行正文第177讲▪轮回过患20讲）（益西彭措上师）（2018-05-27周日上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac202%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac177%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a320%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-05-27%e5%91%a8%e6%97%a5%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 21 | [前行引导文118-轮回过患21.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87118-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a321.docx) | [前行引导文118-轮回过患21.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87118-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a321.mp3) | [《前行》第203讲（前行正文第178讲▪轮回过患21讲）（益西彭措上师）（2018-06-02周六上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac203%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac178%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a321%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-06-02%e5%91%a8%e5%85%ad%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 22 | [前行引导文119-轮回过患22.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87119-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a322.docx) | [前行引导文119-轮回过患22.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87119-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a322.mp3) | [《前行》第204讲（前行正文第179讲▪轮回过患22讲）（益西彭措上师）（2018-06-03周日上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac204%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac179%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a322%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-06-03%e5%91%a8%e6%97%a5%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 23 | [前行引导文120-轮回过患23.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87120-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a323.docx) | [前行引导文120-轮回过患23.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87120-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a323.mp3) | [《前行》第205讲（前行正文第180讲▪轮回过患23讲）（益西彭措上师）（2018）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac205%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac180%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a323%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018%ef%bc%89.mp4) |
| 24 | [前行引导文121-轮回过患24.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87121-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a324.docx) | [前行引导文121-轮回过患24.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87121-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a324.mp3) | [《前行》第206讲（前行正文第181讲▪轮回过患24讲）（益西彭措上师）（2018-06-10周日上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac206%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac181%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a324%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-06-10%e5%91%a8%e6%97%a5%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 25 | [前行引导文122-轮回过患25.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87122-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a325.docx) | [前行引导文122-轮回过患25.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87122-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a325.mp3) |  |
| 26 | [前行引导文123-轮回过患26.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87123-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a326.docx) | [前行引导文123-轮回过患26.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87123-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a326.mp3) |  |
| 27 | [前行引导文124-轮回过患27.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87124-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a327.docx) | [前行引导文124-轮回过患27.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87124-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a327.mp3) | [《前行》第209讲（前行正文第184讲▪轮回过患27讲）（益西彭措上师）（2018-06-23周六上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac209%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac184%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a327%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-06-23%e5%91%a8%e5%85%ad%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 28 | [前行引导文125-轮回过患28.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87125-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a328.docx) | [前行引导文125-轮回过患28.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87125-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a328.mp3) | [《前行》第210讲（前行正文第185讲▪轮回过患28讲）（益西彭措上师）（2018-06-24周日上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac210%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac185%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a328%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-06-24%e5%91%a8%e6%97%a5%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 29 | [前行引导文126-轮回过患29.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87126-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a329.docx) | [前行引导文126-轮回过患29.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87126-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a329.mp3) | [《前行》第211讲（前行正文第186讲▪轮回过患29讲）（益西彭措上师）（2018-06-30周六上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac211%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac186%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a329%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-06-30%e5%91%a8%e5%85%ad%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 30 | [前行引导文127-轮回过患30.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87127-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a330.docx) | [前行引导文127-轮回过患30.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87127-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a330.mp3) | [《前行》第212讲（前行正文第187讲▪轮回过患30讲）（益西彭措上师）（2018-07-01周日上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac212%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac187%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a330%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-07-01%e5%91%a8%e6%97%a5%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 31 | [前行引导文128-轮回过患31.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87128-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a331.docx) | [前行引导文128-轮回过患31.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87128-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a331.mp3) | [《前行》第213讲（前行正文第188讲▪轮回过患31讲）（益西彭措上师）（2018-09-08周六上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac213%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac188%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a331%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-09-08%e5%91%a8%e5%85%ad%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 32 | [前行引导文129-轮回过患32.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87129-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a332.docx) | [前行引导文129-轮回过患32.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87129-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a332.mp3) | [《前行》第214讲（前行正文第189讲▪轮回过患32讲）（益西彭措上师）（2018-09-15周六上午）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac214%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac189%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a332%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-09-15%e5%91%a8%e5%85%ad%e4%b8%8a%e5%8d%88%ef%bc%89.mp4) |
| 33 | [前行引导文130-轮回过患33.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87130-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a333.docx) | [前行引导文130-轮回过患33.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87130-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a333.mp3) | [《前行》第215讲（前行正文第190讲▪轮回过患33讲）（益西彭措上师）（2018-09-22周六）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac215%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac190%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a333%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-09-22%e5%91%a8%e5%85%ad%ef%bc%89.mp4) |
| 34 | [前行引导文131-轮回过患34.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87131-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a334.docx) | [前行引导文131-轮回过患34.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87131-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a334.mp3) | [《前行》第216讲（前行正文第191讲▪轮回过患34讲）（益西彭措上师）（2018-09-29周六晚）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac216%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac191%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a334%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882018-09-29%e5%91%a8%e5%85%ad%e6%99%9a%ef%bc%89.mp4) |
| 35 | [前行引导文132-轮回过患35.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87132-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a335.docx) | [前行引导文132-轮回过患35.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87132-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a335.mp3) |  |
| 36 | [前行引导文133-轮回过患36.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87133-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a336.docx) | [前行引导文133-轮回过患36.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87133-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a336.mp3) |  |
| 37 | [前行引导文134-轮回过患37.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87134-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a337.docx) | [前行引导文134-轮回过患37.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87134-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a337.mp3) |  |
| 38 | [前行引导文135-轮回过患38.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87135-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a338.docx) | [前行引导文135-轮回过患38.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87135-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a338.mp3) |  |
| 39 | [前行引导文136-轮回过患39.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87136-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a339.docx) | [前行引导文136-轮回过患39.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87136-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a339.mp3) |  |
| 40 | [前行引导文137-轮回过患40.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87137-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a340.docx) | [前行引导文137-轮回过患40.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87137-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a340.mp3) |  |
| 41 | [前行引导文138-轮回过患41.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87138-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a341.docx) | [前行引导文138-轮回过患41.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87138-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a341.mp3) |  |
| 42 | [前行引导文139-轮回过患42.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87139-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a342.docx) | [前行引导文139-轮回过患42.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87139-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a342.mp3) |  |
| 43 | [前行引导文140-轮回过患43.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87140-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a343.docx) | [前行引导文140-轮回过患43.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87140-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a343.mp3) |  |
| 44 | [前行引导文141-轮回过患44.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87141-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a344.docx) | [前行引导文141-轮回过患44.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87141-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a344.mp3) |  |
| 45 | [前行引导文142-轮回过患45.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87142-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a345.docx) | [前行引导文142-轮回过患45.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87142-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a345.mp3) | [《前行》第227讲（前行正文第202讲▪轮回过患45讲）（益西彭措上师）（2019-01-12）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac227%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac202%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a345%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882019-01-12%ef%bc%89.mp4) |
| 46 | [前行引导文143-轮回过患46.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87143-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a346.docx) | [前行引导文143-轮回过患46.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87143-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a346.mp3) | [《前行》第228讲（前行正文第203讲▪轮回过患46讲）（益西彭措上师）（2019-01-19）.mp4](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e3%80%8a%e5%89%8d%e8%a1%8c%e3%80%8b%e7%ac%ac228%e8%ae%b2%ef%bc%88%e5%89%8d%e8%a1%8c%e6%ad%a3%e6%96%87%e7%ac%ac203%e8%ae%b2%e2%96%aa%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a346%e8%ae%b2%ef%bc%89%ef%bc%88%e7%9b%8a%e8%a5%bf%e5%bd%ad%e6%8e%aa%e4%b8%8a%e5%b8%88%ef%bc%89%ef%bc%882019-01-19%ef%bc%89.mp4) |
| 47 | [前行引导文144-轮回过患47.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87144-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a347.docx) | [前行引导文144-轮回过患47.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87144-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a347.mp3) |  |
| 48 | [前行引导文145-轮回过患48.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87145-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a348.docx) | [前行引导文145-轮回过患48.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87145-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a348.mp3) |  |
| 49 | [前行引导文146-轮回过患49.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87146-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a349.docx) | [前行引导文146-轮回过患49.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87146-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a349.mp3) |  |
| 50 | [前行引导文147-轮回过患50.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87147-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a350.docx) | [前行引导文147-轮回过患50.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87147-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a350.mp3) |  |
| 51 | [前行引导文148-轮回过患51.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87148-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a351.docx) | [前行引导文148-轮回过患51.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87148-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a351.mp3) |  |
| 52 | [前行引导文149-轮回过患52.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87149-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a352.docx) | [前行引导文149-轮回过患52.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87149-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a352.mp3) |  |
| 53 | [前行引导文150-轮回过患53.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87150-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a353.docx) | [前行引导文150-轮回过患53.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87150-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a353.mp3) |  |
| 54 | [前行引导文151-轮回过患54.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87151-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a354.docx) | [前行引导文151-轮回过患54.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87151-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a354.mp3) |  |
| 55 | [前行引导文152-轮回过患55.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87152-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a355.docx) | [前行引导文152-轮回过患55.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87152-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a355.mp3) |  |
| 56 | [前行引导文153-轮回过患56.docx](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87153-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a356.docx) | [前行引导文153-轮回过患56.mp3](https://f.huidengchanxiu.net/jmy/xmfw/s3/04/%e5%89%8d%e8%a1%8c%e5%bc%95%e5%af%bc%e6%96%87153-%e8%bd%ae%e5%9b%9e%e8%bf%87%e6%82%a356.mp3) |  |

## 1.1 01

[4] **第三 思维轮回过患**

[5] 记录者华智仁波切首先敬礼上师：

[6] **遍知轮回事事无坚实，大悲唯求恒时饶益他，**

[7] **不著有寂行如大乘教，无等上师足下我敬礼。**

[8] 这偈是总持颂，又是心要颂，揭示了由思维轮回过患而发展出大出离心的历程。下面逐句解释金刚句甚深的内涵。

[9] 第一句：“轮回”，指生死岸边的事，也就是属于轮转范畴里的一切想法、做法，比如为现世法而求学、经商、从政、护亲伏怨等等。这一切都是基于我执而寻求自身的离苦得乐，用合乎因果正道的做法，或者不合乎因果正道的做法，总之这一切轮回的事都毫无坚实。

[10] 所谓的”坚实”，是指每个人都要寻求真实的意义，然而就像芭蕉，乍看似有，寻找实无，在这里得不到任何意义，同样，基于我执想寻求世间快乐，无论是求今生还是求来世，从缘起这一分观察，最终都唯一落入苦中。从乐果这一点去看，是得不到的。因此，彻底看破轮回的事，全部没有意义。

[11] “知”是智慧的状态，实际有胜义空性的观照和世俗缘起的观照。这里是单从缘起这一分，能彻底明了这样做毫无乐果可得，这叫做”知”。

[12] 第一句是观察轮回将带给我们什么，结果得出，在今生来世的范畴里，无论寻求哪种生死中的富乐，都决定惨败而归，都决定失望而归，都决定只得到苦。这是普贤上师以身垂范，明确地点出，思维轮回过患后会彻底地发生厌患心。

[13] 第二句讲，基于出离心在心中生起，之后就能发展出大悲心。普贤上师所具的德相是，已经看透轮回的事，把今生和来世的所有追求全部放掉。转而观察众生，见到众生处在这样唯苦无乐的状况里，却毫不自知，继续循着可怕的缘起走向，不断地基于我执而追求，由此或者落在恶趣里，惨不忍睹，或者暂时生到人天，最终也掉落恶趣。像这样，看到全法界盲目的有情，都陷在深深的苦海中无法自拔。对这一切盲目的有情发起了大悲心，这时唯一希求利益众生。

[14] 第三句讲，普贤上师按照大乘教那样做到了，既不著有边也不著寂边，这是相对凡夫和二乘的缺点来说的。“凡夫”，指人天众生著在有边上，“二乘”，指声闻、缘觉著在寂边上，都没有做到按大乘教那样实行。与凡夫和二乘相比，普贤上师已经明了一切法自性空，不著于有边，也明了并没有与三有相对的寂灭边，而不著寂边，就像莲花无著那样，这样的话，离一切相行一切善。这种无著的体性，落在智慧上就是具足般若。这样既不著有也不著空，而处在空性当中行一切善，因此，他做到了大乘教法的要求。

[15] 什么是有边和寂边呢？以有事作为自体的五蕴是此岸，也就是，成了凡夫见和行所摄的道是轮回边；断了五蕴相续的无事是彼岸，即涅槃边。凡夫不断地落在有边上，一直都是有五取蕴的；二乘断了五取蕴，另外有一个寂静，就住在寂静里。但实际上，诸法本来的法性是两边都不住，也就是双融大平等。这样的有事、无事两者中间没有第三品法。也就是，事和无事只是有法，这两者在法性界中平等的缘故，法性大平等，什么边都不住，这就是所谓的因般若，或者如来藏，或者法界。在这上起的观照之心是道般若。而在不住两边当中，不住寂灭边这一分，称为”般若度”。像这样，如实证了空性的缘故，一切边不住。这就是按照大乘如实的道而行。

[16] 由于本传承强调完整的出离心，不但有出离恶趣的出离心，而且有出离轮回的出离心，还有出离私欲的出离心，以及出离二边的出离心，这是晋美朗巴尊者的传承，而普贤上师作为实证者，这些全部修证到了，它的基础就是观轮回过患。当看到轮回了无实义，之后就会全部放下，也就是从轮回因果的道当中退出来，不但不求今生，也不求来世。接着，又从小乘私欲的道里退出来。由于发起了大悲心，不再为一己而求利，而是一心一意求利他，这样就从小乘的私欲，或者唯求一己解脱的下劣作意中出离了。之后，又从取相菩萨的过患中脱出来，既不住有边也不住寂边，这样来实践大乘的无著之道。像这样，出离了由虚妄分别所产生的一切粗粗细细的颠倒心，对于这样的无等上师恭恭敬敬地顶礼。

[17] 如果以”三主要道”来看，第一句是赞叹上师具有出离心，第二句是赞叹上师具有菩提心，第三句是赞叹上师具有无二慧。首先，由于了达轮回之事全无实义，而出现彻底的出离心。其次推广此心，知道众生唯苦无乐，也明白单是为一己求私利没有意义，而唯一希求利他，这样就发起了菩提心。从此以菩提心摄持作一切善，念念缘着众生，心怀苍生。第三、知道实相中没有有寂二边，因此，不住在有边或寂边。不像凡夫著有，也不像二乘著空，而是无所住而生其心，在一切处利益众生。像这样，出现了三主要道圆满的道体和支分，完全按照大乘教法做到了。对于这样的无等上师行礼敬。

[18] 这样敬礼，实际是引导学人唯一以上师为楷模，依照这样次第修心的道路，在自心中发展出与上师同等的功德。也就是，按照如理的修心，首先要有出离心，彻底地从轮回——今生来世的事务中出离；再者要起大悲，从私欲中出离，从原来念念为我，变成念念为众生，专一地利他；最终要脱开三有和寂灭两边，不但不住三有边，连寂灭边也不住。像这样，恭敬上师就是恭敬法，上师即法道故。由于敬礼师就是敬礼法，以这个敬礼的缘起，将至诚地随学上师所走的道路，由此将在自身上出现完整的大圆满之路。

[19] 修外前行的目的就是发展出离心，包括退现世心和退来世心。经由修习暇满和无常两部法，会发现寻求现世法的意义如扬空谷，毫无坚实，而死亡说不定今天就会到来，因此应当将心转向来世。然而，仅仅求来世的意义并不究竟，应当在思维轮回过患和业因果后，发现来世也毫无意义，由此唯一希求解脱。我们在修习完前两部分之后，接着要由修习后两部分发展出彻底的出离心，因此，再随着普贤上师的引导，来修习轮回过患这部分法要。

[20] 第三义轮回过患的引导也分二：于法作讲闻之轨理，与前相同；所说之法。

[21] 讲法以前，先要了解对于法讲闻的轨理。缘起非常重要，如果一开始没有入到讲闻的正轨中，那将从初一错到十五，所谓”如天成魔”，以正法反而成为造集无量罪业的因缘。因此，在每一章节讲法之前，都提醒我们首先回顾讲闻的轨理。

[22] 无论是讲者还是闻者，都要处在与法相应的状况中。一切都是缘起，而缘起在心上，心如果不正，那无论学什么都是邪的，如牛乳成毒。在讲闻的开始，需要有正确的等起，因此，要具足大乘显密两种发心。

[23] 按大乘显教共同发菩提心而言，应当由知母、念恩、报恩，发慈悲心、菩提心为道轨。也就是要想到，法界一切众生都做过自己的母亲；为母时有生养等的种种大恩；念恩后应当关注他们的处境，结果发现这无数母亲都在生死旷野里受尽辛苦，而且盲目地走向苦难的深渊，由此来发起”我要报恩”的心。如何报恩呢？只是让他们住在善趣三有边不算报恩，因为那并非真实的乐，福果受尽又要下堕。如果安置在小乘果位也不究竟，那并非显发无量身智功德的佛果。因此，应发心把一切母亲都安置在无上正等正觉之地。那么，如何才能实现这一目的呢？自身应当修习完整的佛道，就目前而言，应修习本法殊胜的道。为了修到它，要一步一步依次第修学，为此我要学习外前行的第三部分——思维轮回过患。

[24] 有关密乘的发心，也要知道一切随缘起，而缘起就在欲乐上，关键是自心应相合诸法本相，相合大清净的本来面目。所谓”法法皆真，事事皆佛”，应当在金刚乘因道果无别的见解上发展观行。要想到，在因位就是本来清净的，一切皆是佛，一切皆真如，因此，要如实地作清净观。也就是，实际上错乱的不算数，不要再随着错乱的见解转了。就在我们当前，譬如学轮回过患，要引到西方极乐世界，那么相应这一分法就应该观想：说法者是西方净土大导师阿弥陀佛，一切听法众都是西方莲花部的勇士、勇母，所说的法正是大乘常相续轮，而所谓的时就是没有生灭的清净时。原本即是如此，我们不应再随顺庸常的想法、状态，而是要知道这是清净的，不要发生凡庸的取相和执著。

[25] 接下来转入到闻法的行为中，应当明确什么是应断、什么是应取。应断的行为包括断器之三过、六垢、五不取。首先，在听法时，要断除覆器之过、毒器之过、漏器之过。第一、闻法者应当全神贯注地倾听说法者的声音，要一句一句地领取所宣的法音。第二、闻法时应秉着纯真的心，不要夹杂邪见、贪嗔等。如果有这些，那法就会变质；以清白的心才能领到清白的法，也就是在学人的心器中，不能杂有各种染污分别的毒素。第三、正确地领到法义后，还要免除漏器之过，也就是要把法记持在心中，数数思维。正如佛每当说一种法时，都教诫弟子：“谛听谛听，善思念之！”

[26] 结合本部引导来说，对于轮回过患，无论是思维总苦还是思维别苦，对这一分一分的法义都应该先以耳识来领取，一句一句全听在心里；而且，心里不要起邪见，不要有贪嗔等，这样的话，清净传承的法流，有关轮回过患的一分分指示、引导，将输入到我们的心中；之后不要忘失，心里要想：这一堂课讲到了什么要点、什么理路、什么体相？要把法的文句记在心里，把意义记在心里，在心中如法地发展观行，从而修出这样的心来。也就是每次闻法以后，都应该通过努力，把法义完全记在心中，即使不能全记，也要把它的要点、它的理路、它的关要处持在心里。

[27] 接着要去掉闻法的六垢，也就是不能有不信心、慢心、不励力求心，以及外散、内收、疲厌。要知道，讲授轮回过患的引导，将会有一个相当长的过程，在这期间，不应生起狐疑心。而是要知道，这是从导师佛开始，代代相传下来的法，法师是以清净的智慧眼、如实的证量，在向我们开示轮回真相，因此要相信法、相信法师。

[28] 再者，不能有慢心。如果有慢，那就成了大的障碍，一切法都没办法入到心里。因为佛法是师道，必须尊师重法，自身处在谦下位，才能处在承接的状态中。

[29] 再者，不能像画中人一样，只有一个影像，而应当有大希求心。就像世尊因地求法，为了一四句偈，哪怕舍弃生命、家国都再所不惜，因为法太重要了。那么我们为了出轮回，一定要认识到轮回的过患，否则没办法消除自身顽固不化的乐颠倒心。要这样想：轮回过患引导里所讲的每一句法都重若千斤，因为这将启开我们洞见轮回真相的慧眼，将发展出我们出离轮回之心，乃至最后能够远离私欲、脱离二边，有这样极其重大的意义。因此，在这个过程中，哪怕牺牲生命，也要求取正法。

[30] 接着，由于无始妄动的习性，我们会常常散在五欲六尘里，而这样向外散正是轮回的根源。因此，在领受法的过程中，不要接触网络上的各种杂乱信息，不要陷入绮语、贪欲以及各种散乱心的状况里，否则是没办法持住法义的，没办法以清明的心领取法义，没办法在一段时间里发展出清明的观行、到量的心态。

[31] 接着，在闻法中要防止内收。心要放松，任着自身清明的心，一句一句听在心里，过度紧张只是徒增障碍。

[32] 再者，要消除疲厌。不能顺着自己的邪心，认为这个法讲得很长，或者这个不好听，或者我已经懂了，从而心生疲厌。如果因为说法的时间过长，整个从前到后的过程较长，而心生疲厌，那就要想到：这样的出离心是很不容易发展的，看似简单，实际相当困难，这是由于我们的心对此非常陌生，而乐执的障碍却极为严重。因此不应该疲厌，这正如百年一餐一样非常难得，哪怕受再多的苦也要坚持，出现一些身心的劳累时不应退怯，应当欢喜地听闻。

[33] 再者，要避免五不取的过失。比如，只取字面的文句，就像幼稚者只是听一些表面感觉的话，而不注重它的意义。或者自以为修非常大的法，而只要意义不去受持文句。或者错乱次第而取、未正确领会而取、颠倒而取等等。总之，应当按照教法的规则，一字一句地记在心里，再去思维它的意义，而且不错乱次第，按照由浅入深、从小到大等的次第，一步一步地在心上发展，还要正确地领会法义等等。这样的话，就能将法如理地取到心中。

[34] 正面应取的行为是具四想、修六度。所谓的”具四想”，要想到自己是病人，法是药，说法师是医生，殷重修是疗病。也就是态度应当端正：我是轮回病人，尤其乐执的病特别严重，这种病已经弥漫在相续里，一碰到什么就以为乐，这是大的错觉；之后就要求取，这是将自身葬身在苦海中、飞蛾扑火般的颠倒行为。诸如此类要知道，自己的病非常重，因为我对于现世、来世的各种轮回法，都感觉有意义，对各种苦的法，偏偏觉得是乐等等。总之，放不下今生的饮食、男女、名利、感官享受，放不下来世的各种轮回梦想。这是非常深重的对妄相的实执病，对苦海的乐执病，这将使我继续陷入轮回深渊。要认识到这个病特别麻烦。

[35] 然后就要寻找医生，这个医生是说法师。他懂得苦谛，能够解释轮回的过患，而且具有从佛、祖师一脉相传下来的清净正法，这个法正是药。这个法看似很苦，因为它从轮回总和别两方面，全数揭露了轮回苦的事实，没有一点乐可得。然而不断地服这个药，乐颠倒病就会逐渐去除，正确的认识会一步步地生起。看到轮回是大苦海，是罗刹洲，是妖魔鬼怪常居之地，是受刑之地，是大厕所，连一点安乐的香气也没有。诸如此类，这个药能治掉自己眼翳般的乐颠倒心，那时会发现，自己的所作所为全是愚痴的、全是疯狂的。

[36] 这样了解以后，自身就要不断地服这个药，它就像治病一样。如果没冶好，那将永劫沉溺轮回；如果治好了，那会如出火坑般地一心求解脱。这就面临着是往生死里走，还是往解脱大乐洲上走的问题，因此，应当秉持正确的观念。有了这四种想，我们就有了正确的求法、依师、修法的缘起，会走在正道上。

[37] 之后，还要具足六度。也就是在讲闻的清净法行中，应当有六度的修行。首先要为法而作供养；在听法的过程中，要一直持守清净的戒行，不让身口意堕在罪行中；还要有安忍，为法而安忍身心劳苦，以及能把法持在心中不动；也应当有精进，满心欢喜地听受法，如饥似渴地吸取法，如救头燃般地修习法；还应有静虑，一心专注在法义上，而不散在其他境上；还要有般若，在此期间破疑生信，起码要了知轮回各道苦的自性。这样就具足了六度。另外还要依止如法的威仪等等。诸如此类，就是学轮回过患这分法时讲闻的轨理。

[38] 思考题

[39] 1、细致思维顶礼句的涵义。本颂揭示了怎样的修心之路？

[40] 2、为什么在正式宣说每一部法之前，都要作讲闻轨理的引导？我们应如何调整等起和行为而如理听闻？

## 1.2 02

[41] 所说之法分二：一、总思轮回之苦；二、别思六道各自之苦。

[42] **如前所说，暇满难得今虽已得，然无暇久居而为死无常所吞没，死而后如水干火灭则是永灭了，然死后亦非断无而需要取一个生，取了生后就不出轮回之处了。**

[43] “难得的暇满”，指前面由因、譬喻、数量等，说明得一个具足八暇十满的人身是相当困难的，像白日星辰那么稀少。现在虽然已经得到，但并没有常时住留的闲暇，就会被死无常所吞没或者所携走。那么死后如何呢？并不是像水干火灭那样一了百了，变成空无，而是还需要取一个生。当取了一个生以后，就不出轮回之处了，因此，我们的视线应该投注到来世。

[44] 来世就是所谓的”轮回之处”。轮回的状况如何呢？是否是个安乐的处所，或者有少分安乐可得呢？这是我们必须关注的地方。如果观察下来有安乐可得，还允许发希求心；如果发现只是一苦接一苦的相续，是完全苦难的地方，那就不应该再抱持幻想，而应发生厌患。因此，接着要从总体来认识轮回的状况。

[45] **总的所谓轮回乃是对陶家轮、水车或瓶中蜂那样，接连不断轮转而说的。彼也如蜜蜂，若被置入瓶内而封其口的话，往何处飞也唯困瓶内，行不到瓶外的别处。如是，此轮回中无论生高低何处，都不出轮回之域，如瓶的上部为增上生人天之处，如瓶的下部为三恶趣之处。如是众生之处此六趣中，以有漏的善和不善业为因，不断地出生而轮转故，称为轮回。**

[46] 所谓的”总”，是指在思维轮回过患时要分成两分：一、总思；二、别思。总思，是首先认识轮回的总体苦状况；别思，是具体认识轮回中六道各自的苦。由这两分思维，就会发展出洞见轮回过患的智慧，由此出现唯一希求解脱的心。

[47] “轮回”，属于印度文化的名词，它是以譬喻而取名的。这里举了三种譬喻：一、陶师的机轮，不断循环；二、水车，上下轮转；三、瓶中的蜜蜂，无论怎么飞都飞不到瓶外。正如这三个譬喻所说，“轮回”是从不断轮转的相上来安名的。

[48] 对于瓶中蜜蜂的譬喻再做具体的指示。就像蜜蜂如果被置入瓶内，而且封了口，在这种状况下，无论往哪里飞或者怎样飞，都始终困在瓶内，而飞不到瓶外的地方。这表明一种轮回的状况，一种受困的状况，一种始终处在缘起掌控中的状况。就像譬喻这样，我们在这轮回的处所里，无论生在高低哪个地方，都不超出轮回之域。其中像瓶的上部是增上生人天之处，像瓶的下部则是三恶趣之处。像这样，在六道当中，以众生的有漏善业和不善业作为因，将在里面一次接一次地受生而轮转的缘故，称为”轮回”。

[49] **我等从无始劫来就漂流于此轮回处中，而轮回中的一切有情都曾互为父母及亲怨中庸三者，未作者一个也无。“此为此人之母，此为彼人之母……”如是一有情为母的母续之数，纵以大地土抟成柏子许的丸子而作计量，大地土将一切悉尽，然各有情为母的母续之数仍测不到边。经中所说此义，怙主龙树云：“大地尽抟柏子丸，犹不足数母边际”。如是从无始轮回至今，种种生无一不取故，为诸欲而截断的头颅、身支、支节亦不计其数，生为蚂蚁等微细含生的诸身支，若有聚集一处则高过须弥山王了，口内无食、背上无衣、饥渴寒等，受苦后仅一哭泣之泪若不干而汇集的话，比外围大海之量还多，生于地狱之处而仅饮烊铜水也是比四大海水之量尤多地喝了，而仍然于此轮回之处刹那也不生起厌离之心，而为乐著、贪欲所缚的诸人，于无边轮回之中，将要受比之前还多的苦。**

[50] 再者，我们在轮回里到底经历过什么？在这里面得到的是乐还是苦？受苦的数量达到了多少？我们必须有前车之鉴而免于复辙。也就是，对于从无始到今天为止的轮回状况，一定要做一番审视，才知道按现今这样发展下去，未来将出现怎样的结果。这就是要有从缘起分观照三世的大眼界。

[51] 我们在轮回里算是”老众生”了，从见不到开端开始就在里面漂流，而且一次又一次地流转。因此要知道，轮回里的一切有情，都曾经和自己发生过父母、亲怨中庸等的关系，没有发生关系的一个也没有。

[52] 其中从”为母”这层来认识，就像佛在经中所说，可以通过一种方式来了解。也就是，把整个地球上的土，乃至更大范围里的土，全部抟成像柏子那样小的丸子，来计算一个有情在生死中做过母亲的次数。譬如张三这个有情，在此世成为一个女人，她做了今世孩子的母亲；再往过去世回溯，发现在此之前的第三世，在某个地区做过某些孩子的母亲；再往前回溯，又间隔两世，成为一只母狗，那时做那些狗崽的母亲；再往前回溯到前十世，那时在天上做天女，成为小天子的母亲……像这样，按照她轮转的历程往回翻，把凡是做过母亲的那些情形都显示出来，然后可以这样讲：这个丸子代表这一世做这个人的母亲；旁边那个丸子代表那一世做那个人的母亲……这样算下去，把大地上的土全部抟成了丸子，然而这个有情曾经做母亲的次数还没有算完。像这样，这个有情曾在无数世中做过无数有情的母亲，到底做过多少有情的母亲呢？是用大地土抟成柏子丸也算不尽的。

[53] 经中所说的这个意义，怙主龙树菩萨在《亲友书》里归纳成偈颂说道：全大地的土一点不剩地全部抟成柏子那么小的丸子（可见抟成的数量用计算器都没办法测算），然而还是没达到一个有情曾经为母的边际量。由此可知，对一个有情而言，不必说做别的身份，单是做母亲这个身份都有过无量无数，曾经做过无数有情的母亲。

[54] 循着这样的思路就会明白，从无始以来，各种各样的生没有一个没取过的缘故，因此，我们在轮回的各种处所，曾经出现过各种生，它代表出现一种生命状况。在这生命状况中，会遇到各种各样的人、事、物，有各种欲、各种爱恨情仇等等。这样就了解到，我们在轮回里曾经有过无数的关系，有过无数的追求，有过无数的斗争等等，造下以贪嗔痴所摄的无数业行，而留下的是不见边际的大苦海。

[55] 要看到，这里的理路是，以”种种生无一不取故”作为因，之后把每一类苦乘以无数倍。像先前讲的做母无数次，那么，为母时所经历的生产艰辛就有无数次，所遇到的养育孩子的辛苦也有无数次，所遇到的孩子生病、离别、死亡等的苦也是无量无数等等。像这样，曾经也有过无数的伴侣、爱人，所以离别的苦是无数的。曾经做人或者做修罗、做天等时，为了争取到各种五欲，发生的追求苦、失落苦、失败苦等等无量无数。曾经与他者斗争时，所截断的头颅、所伤损的肢体有无数个。曾经以愚痴心堕为蚂蚁、蚊虫、苍蝇等微细含生时，死亡后的身体支节聚在一起超过了须弥山。曾经做人、做饿鬼等时出现饥寒困苦，比如口里没有食物、背上没有衣服，又经受寒冷、饥渴等等的苦无量无数。

[56] 这样受苦以后，仅仅哭泣所流的泪汇集在一起，也决定比外围大海的水还多。生在地狱处所喝的烊铜水，也是比四大海的水还多，因为所造的恶业特别多，单是各种地狱身也是无一不取的。所谓的八热地狱、八寒地狱、孤独地狱、近边地狱，乃至五百地狱、八万地狱等，各种地狱的地方都去过，连喝过的烊铜水都比四大海的水还要多。在黑绳地狱所切割掉的身体支分，堆起来也超过须弥山。被焚烧的身躯堆起来也超过须弥山。所吃过的热铁丸摆起来也超过大地边际。诸如此类要知道，由于一切生都无不受故，一切生苦的因缘都无不经历故，任何一类苦综合起来都是无边无际的量。这就叫做”轮回大苦海”。

[57] 在了解了过去无量生世的轮回历程，唯一汇成无边无际的大苦海之后，应当知道缘起法则不会有任何改变，如果对于轮回还有我执和乐执的话，那将会发展出比过去还要多的苦。因为过去还只是从无始到今天为止有限的时间，但如果未来的轮回相续不断的话，还会发展得越来越多，愈演愈烈，业越来越深重。因为每当串习一次，习气就更深，每当颠倒一次，业力就更重。就像因爱欲所发生的苦曾经经历过无数次，然而到了今天，它仍然剧烈地发生，因此，未来还要收获更多的离愁别恼。无数伤心的泪会流出来，无数撕心裂肺的痛会出来，无数次彻夜难眠会发生。一夜白头也将出现无数次，为爱而生的恨也将出现无数次，饮恨而亡也将出现无数次，为此而落入地狱也将出现无数次。

[58] 诸如此类会发现，如果对于轮回之处还刹那不生厌离之心，以为这里有乐可得，从而一直爱著、贪婪，被贪欲绳索系缚的话，那缘起是无欺的，各种病态还会无限循环，将在无边际的轮回中感受比前面还多的苦。这就是未来的状况，可以一语断定。因此，不必再幻想了，出离心是一定要发起的，不发生出离心就没办法扭转这种苦的命运，不必说超出苦海，连转变方向都不可能。

[59] **纵然以少积顺福德分善行感果如梵王、帝释，获得寿命绵长、色身圆满、财富圆满的身所依，然而最终不能超越死处，死后也有孱弱地受用恶趣苦，则此所依身仅有少许自在无病等的快乐者，也仅是由数年、数月、数日而欺诳人，增上生的乐果一旦穷尽，极为贫乏困苦，或于难忍的恶趣苦，不欲的同时须受用故，现今的喜乐如美梦正浓即当醒般，有何实义？**

[60] 有些人还是不死心，他们认为：那么崇高的大梵天王果位，那么富贵的帝释天王果位，人间也有荣华富贵、男欢女爱等等，那些就是我心中所愿，因此我还要求来世。

[61] 不要做这种梦了！这里说：纵然少许积累了顺福德分善行，而得到像梵王、帝释那样的大果报，寿命长达几亿年甚至几万劫；具足色身庄严，身光赫熠，超过人间第一美男子百千倍；所拥有的天宫、园林、歌舞、饮食、美女等等，都极其圆满，纵然得到这样的身份，也只不过是昙花一现，在有限的福德力耗尽以后，最终是超不出死的。也就是当死来临时，天王们十分恐慌，发现在死亡面前，自己一点办法也没有。死后又如何呢？一度荣华享尽，紧接着灾祸降临。他们将全身发抖，跪在地狱的铁板上，匍匐在饿鬼界的荒原里，成为受宰的猪羊等等，是那么孱弱地受着诸恶趣的苦。

[62] 与之相比，我们只有一点点自在和无病等的快乐，也只是以少许的几年、几月、几日的虚假欢乐光阴而受骗。这种增上生的乐果享尽以后，在此世就会极为贫乏而困苦，枯寂、衰残，那种境况是难以忍受的。就像明星们陨落、政客们下台那样，落得一世悲苦。再者，死后如果落入恶趣深渊，就要感受难忍的恶趣苦，在根本不想受的同时不得不去忍受。

[63] 所以，轮回就像一场欢宴骤然消散，又像好梦方兴即当醒那样，刚刚出一个美梦，马上醒来，之后恶梦连篇，没法忍受。这春梦般虚假一现的幻境后面，紧跟着连绵不断的苦流，有什么实义呢？这不是一场骗局吗？就像押往刑场遭受断头之苦的途中给一点欢宴、享受一点歌舞一样，过后迎来挨宰的命运。我们为什么还对这轮回途中的幻境耽著不休呢？为什么不想从这最大的苦牢狱、最恐怖的罗刹洲里超出呢？我们还是有理智的人吗？

[64] **暂时以微善之果现似安乐而欢喜的诸人，也于引业尽后虽一刹那也无力安住，坐于珍宝之座、天蓐垫上，尽享具足功德五欲而心喜满足的那些游戏的诸大天王，也有寿量尽后，瞬间即头面向下堕于地狱烧铁的地基之上而受诸剧苦；光明朗照四洲的日月天子，最终也有生到洲间漆黑之处，连自己的四肢屈伸也见不到的阶段。是故于现似轮回之乐，无可依恃。以如是故，心作是想：“在这次的生命中，无论如何也要修一个从轮回的大苦海中解脱而证得究竟安乐圆满之正等觉之果位。”具足加行、正行、结行三者而修持。**

[65] 再来看那些暂时以少许积累善行而出现福报的人。他们看起来非常安乐，心情也很快乐，然而当引业穷尽时，连一刹那安住的自由也没有。以天王和日月天子为例：六欲天等的诸大天王们坐在珍宝合成的妙座上面（那比人间任何华丽的宫殿、皇帝的宝座都高级百千倍），上面铺着妙好的茵蓐作为垫子。他们享受具足功德的五种妙欲而自得其乐、无比满足，处在逍遥自在游戏的状态里。然而，当他们到了寿量穷尽之时，就在一眨眼间，头朝下直落到地狱烧热的铁板上，在地狱里受尽诸苦。再者，日月宫殿里的日月天子，身光不仅能照到日月宫殿里的范畴，还能普照整个四天下。天下万民都因他的恩蔽而享受光明，能够在白昼中生活、工作等等。像这样威光赫熠的日月天子，当他们的引业穷尽时，也要受生到大洲与大洲之间漆黑的水族之处，连自己肢体的伸展都看不到的状况。他们都唯一是这样的下场。

[66] 以此就能决定，现似的轮回之乐，也就是在轮转的过程中，似乎真有安乐的这些显现，根本没有可依恃之处。那些现似安乐的假相出现以后，还会落入一无所有甚至更加悲苦的境地。这样就知道，在轮回大苦海里漂流，没有任何可依靠处，因为这里没有点滴的安乐可得。

[67] 以这个缘故，心里要这样想：在这次的生命历程中，无论如何也要修一个从轮回大苦海中解脱，而得到究竟安乐的圆满正等觉果位。要像这样发展出坚决的求解脱心。像这样具足加行、正行、结行三殊胜而修持。

[68] 思考题

[69] 1、以瓶中蜂为喻解释”轮回”的涵义。

[70] 2、**“大地尽抟柏子丸，犹不足数母边际。”**

[71] 依本引导解释此二句的意义。

[72] 3、从无始到今天，我们在轮回里受过多少苦？为什么对轮回不生厌离心，往后将要受比从前还多的苦？

[73] 4、为什么轮回中的乐无有实义？

## 1.3 03

[74] 思维轮回总苦而发起求解脱心，分成四个部分：一、思维死后落生则不出轮回；二、思维轮回的涵义；三、思维落在轮回里的状况；四、思维心要依止解脱的真实安乐。

[75] 一、思维死后落生则不出轮回

[76] 我们要连着前面所学的暇满和无常的法义，关注死后的问题。这又分四段认识：（一）暇满；（二）无常；（三）死后还有生；（四）取了生就不出轮回。

[77] （一）暇满

[78] 先看暇满。这是有为的世界，一切都是由因缘决定的。在这当中，由于流落了很久，邪的几率大，正的几率小，在法与非法上，出现修法的机缘是非常难得的。在此世，由于旷劫以来所修的善根福德因缘成熟，出现了圆具八暇十满的人身，这叫做”难得的暇满现在已经得到”，因此，应该用这个人身来摄取实义。

[79] （二）无常

[80] 其次思维无常。得了人身以后，没有闲暇长久安住。也就是由过去的宿业，由当前南瞻部洲业因缘的限制，只是有限的刹那，很快就会被死无常的力量所转。这一分是在无常里主要修死无常，而在死无常里，主要修死期不定。

[81] 要知道，死是无法抗拒的法性力量。因此要关注到，我们既然处在末世的南洲，以因缘得了一期人身，由三根本、九因相思维就会知道，死决定要来。再者，由于在南洲末世，死缘众多、活缘极少、活缘也无不成为死缘，以及所依身十分脆弱，犹如水泡，因此，没有很长时间安住，很快就会死亡，而且说不定今天就会死亡。诸如此类是思维死无常。

[82] 再者，众生唯一被死无常的力量所转，这是指无常力大无法抗拒，决定逃不过去，因为无常是铁律、法性、法则。谈到此世界的人，决定是死无常，这里说唯一被它的力量所转。这又要结合《阿含经》中《抛石经》等的很多篇章来思维，里面都揭示了无常力大。对此总结为本传承的引导教法，也就是常常会说，当死来临时，一瞬间就跟着它走了。阎王叫你三更走，不能留你到五更。或者死的状况一旦发生，就像暴雷击在心脏上，没法挽回。财富、权利、美色、军队、计谋、口才、眷属等等，都绝对丝毫无法挽回，甚至药师佛亲自降临来作灌顶也无法遮退一分一秒。诸如此类就会明白，唯一被死无常的力量所转。也就是两者校量时，一个人在现世中有很多策略、方法，想通过这样挡回去，通过那样回避掉等等，但是，当因缘已到的时候，立即出现死无常，没办法退回，在校量的时候一定是它的力量大。

[83] 比如世尊在示现圆寂前，向力士们显示了佛的力量。把十层楼那么大的巨石抛向梵天，变得粉碎，回来的时候可以把粉末又聚在一起，可见佛的力量不可思议。这样一层一层较量以后说，在有为的世间，无常的力量最大，我现在要取涅槃。也就是当它发生时，连十力自在的如来也示现涅槃，这是没办法转变的。因此，但凡有生，决定有灭。而且，在此世间得到的蕴身有诸多因缘突变的状况、死缘多的状况、色身微弱的状况等等，因此要知道死期难定，在今天都可能到来。这样就会明白，死无常决定要吞没掉此世人身，很快就一片漆黑。

[84] （三）死后还有生

[85] 接着思维死后不是断无。从两方面观察：如果死后像水干火灭一样也就罢了，没什么想的，因为再也没有了，不出现任何事情。比喻中”水干”就是再也没有水了，不会相续。“火灭”，再也不会出现新的火，也就是相续彻底断灭的意思。常常说”人死如灯灭”，一灭永灭。如果是这样，那就不必考虑后世。然而死后不会成为断无，而是要取一个生。也就是此世死后会出现中有等，前蕴一灭还要取后蕴的相续，这叫做”需要取一个生”。

[86] （四）取了生就不出轮回

[87] “取了生”，就是有来生的意思。来生的命运如何呢？取了生就不出轮回了。这里要抉择到有生就不免轮回。

[88] 接下来要重点认识”取”的涵义。一旦取了生就不出轮回，这是什么意思？一定要在缘起上决定。用形象化的表达来说：“生”这个东西，一旦你抓了它，就被套进去了，接着就入了轮回的怪圈，一直在里面转。就好比一个人，一旦进了无期徒刑的监狱，就一直在监狱的范畴里转，始终出不来。如果没有去取它，那就不会进去；一旦抓了它、取了它，随即就被带入圈套里了。

[89] 继续认识”取”字的涵义。譬如在中有时，心识一动，在某个地方取了那个生，随即就入进去了。如果当时不去取的话，由于没有取生，就没有与生相伴随的衰老、疾病、死亡等，或者就没有那个生圈套里的爱憎情仇等等。因此要知道，一旦取了那个生，就进入了那个领域，从生至死的一切事情就关联在身上了。如果当时取了一个旁生的生，就入了旁生界；取了一个南洲人类的生，就入了地球的环境；取了一个欲界天的生，就进了欲界天享乐的境界，或者充满坏苦的境界；取了恶趣的生，就流落到痛苦无比的境界等等。像这样，一取了生、动了心，就被卷进去了。

[90] 譬如一个人娶了个老婆，没娶的时候没事，娶了她以后，家庭方面的事，以及家庭里的各种苦就接连不断地发生了。人完全系在上面，在因缘消失之前，这方面的事件会一桩接一桩地发生。又如入了贼窝，一旦加入那个组织，那个团体里的各种事都会缠绕在身上，身不由己，一轮一轮地卷进去，这是入了那个世间的轮回。

[91] 又比如，不取那个名，就没那些事，不上那个位，就没有那份因缘的牵缠。如果取了那个虚名，有了那个地位，那它就成了无数后患的所依。就像一旦取了身体，四大不调的病会一阵接一阵地发生，生老病死的苦一个也免不了。同样的，如果取了富贵的地位，那从上任到解任之间，各种事情都会在他身上发生。这叫做一取了就有了，就不出那个范畴。又比如，不要取明星的虚荣等，一旦你取了，那就入圈了。那上面非常大的烦恼、业、苦，将如暴风雪一样无法避免地袭击在身上。自从做了明星，那些事情一阵连一阵地来，人就超不出那个领域。又比如，不要去取欲天的身，一旦取了以后，决定一下子就落入那个缘起圈里。那里面的大起大落、放逸、贪著，以及最后的失坏之苦，决定会落到身上来。

[92] 诸如此类，我们连接起来看，只要取了一个生，就不出轮回之处了。它就像个集中营，有一个取，取某一种生，就好比开了轮回的门，之后一下子进入最大的受刑之地、最大的苦难之处。一旦投入到那个苦海，就要不断地被业的力量冲着往下走，不断地被因缘循环的力量，一环接一环拉着往下走。这就是取了一个生就决定要入轮回。这叫做”结蕴相续”，取一个生就有一期蕴的相续，之后就会连绵不断地在三界里轮转。诸如此类，叫做”取了生就不出轮回之处”。

[93] 最后要把握住”生则轮回，轮回则无穷苦海”。这样连接以后就要知道，生是大患之本，是众累之根，是苦的源头，由此会发生对生的厌患，会出现遮生的欲，这叫做出现了了生死的心，这是最关键的地方。

[94] 二、思维轮回的涵义

[95] 方法是法喻相合，也就是把真实的法义配在譬喻上，逐渐地认识什么是轮回。分成三节来认识：（一）由三喻，从接连不断的轮转状况认识”轮回”这个名称的涵义；（二）由瓶中蜜蜂的比喻，认识在轮回的机制解体之前，一直都困在轮回的区域里；（三）从轮回的处、因、状况，精确地把握轮回的涵义。

[96] （一）由三喻，从接连不断的轮转状况认识”轮回”这个名称的涵义

[97] 三个譬喻都是表达不断地转，它就叫”轮回”，只是转的表示有所不同：第一个表示来回不断周而复始地转；第二个是说上下循环不断地转；第三个是说唯困瓶内不断地转。

[98] 我们把”轮回”拆成”轮”和”回”两个字来体会。“轮”就是譬喻不断地转，“回”是循环的意思。第一个是陶家的机轮，它是水平面，从起点到终点、从终点到起点，来回不断地循环。第二个水车轮是纵截面，可以看到它从下到上、从上到下不断地转。第三个蜜蜂的譬喻，会发现一直都困在瓶内，转来转去都在这里面，脱不出圈套。这样就知道”回”的涵义。

[99] 接着结合三个比喻具体地来认识，其中第三个比喻在第二部分会细说。

[100] 首先，陶家的机轮在水平面上不断地循环，周而复始，从中会看到，我们一直处在轮回的状况。这又可以从粗、中、细三个层面来认识。粗的状况，比如以一生为单位，这一生死了还有下一生，下一生死了还有下一生，中间没有一个空缺。从粗的就看出来，才死了又取一个生，牛皮袋、马皮袋无所不取，猪胞胎、人胞胎无所不钻。不断地取这个生，一次又一次，死了又生，生了又死，总是在循环，中间没有无生的状况。这就可以看到，一期一期的生死不断地出现，就像陶家的轮子，来回不断地转。

[101] 再从中等状况来看，在一期生死的相续里，比如做人，又有少年、中年、老年等，一个阶段一个阶段地转。童年过了是少年，少年过了是青年，青年过了是中年，中年过了是老年。像这样，中间没有一个阶段是空缺的、不出现的，是一个阶段接一个阶段在转。

[102] 再从细的状况来看，一天接一天地转。早上日出，很快就到了中午，又到了下午，之后日落黄昏，又到了夜晚。之后又出现新的一天，又周而复始这样转。然后春夏秋冬四季，也是一轮接一轮地转。年也是一年接一年地转。像这样不断地在循环。再细一点，会发现一件事过了又来一件事，一个遭遇过了又出一个遭遇，一个显现过了又来一个显现，一种果报过后又出一个果报。更细地就可以看到念念相续。这个蕴一刹那灭了又出一刹那，总是不断地出现。就像一部没完没了的连续剧，一幕一幕地在上演。

[103] 像这样的状况就叫”轮回”。懂了这个涵义后，我们就很明确，自身正处在轮回的状态里，正在演一部无限长的轮回连续剧，一幕一幕地上演。而且，总是演个没完没了，总是演完了再演，或者那些同类的片段总是在重复。

[104] 这样就很明白，我们早上一起来就处在轮回里，我们每天应对的一些事都是轮回的事件，出现的各种生命中的插曲，各种虚假的幻相，全是轮回的内容。今天一醒来就是轮回，吃饭是轮回，下楼是轮回，开车是轮回，工作是轮回……一切的一切全是轮回，这里并不是什么美好的乐园。这就知道，生的相续是轮回，蕴的相续是轮回，虚妄显现的相续是轮回，迷梦般的相续是轮回。

[105] 再看水车的譬喻。依据《入中论》，要看到那个轮子不断地由下到上、由上到下转。这是表示一直被我和我所执起的烦恼和业的绳索所系，由心识推动，就像旋转水车的轮，在下至无间地狱、上到有顶之间深邃的范畴里，不断地循环而转。

[106] 再者，需要很大的努力才能上升，而不必努力就任运下堕，从中看到它是轮回的状态。所谓的高不会永远高，很快就掉落，所谓的低也不是永远低，它也会回转。总而言之，不断地上下轮转。“才从帝释殿前过，又向阎君锅里来”，表达的正是上下轮转的状况。

[107] 再者，烦恼、业、生三种杂染，没有初中后的一定次第，也就是不决定哪个在前面，有时是烦恼在前面现，有时是业在前面现，有时是苦在前面现。像这样，十二缘起支中由三惑出二业，由二业出七苦的状况是无有一定的。这样不断地运转，非常复杂。再者，时时都受着水的冲击，也就是不断地被苦苦、坏苦、行苦所逼恼，直到如今都还没有超出的时候，这种状况叫”轮回”。

[108] 第三、蜜蜂唯一困在瓶中。也就是它不断地飞，总是在那个循环圈里，在那个范畴里，来来回回转，出不去，这种状况叫”轮回”。对此在下一节当中会做具体细致的抉择。

[109] 思考题

[110] 1、“**如前所说，难得的暇满今虽已得，然无暇久居当为死无常所吞没，死而后如水干火灭则是永灭了，然死后亦非断无而需要取一个生，取了生后就不出轮回之处了。**”

[111] （1）这一段讲了哪几个关要？分别是什么涵义？

[112] （2）我们对这一段应如何思维？

[113] 2、陶家轮、水车和瓶中蜂三者，分别从什么角度譬喻轮回的状况？

[114] 3、如何由陶家轮喻和水车喻认识轮回的状况？

## 1.4 04

[115] （二）由瓶中蜜蜂的比喻，认识在轮回的机制解体之前，一直都困在轮回的区域里

[116] **彼也如蜜蜂，若被置入瓶内而封其口的话，往何处飞也唯困瓶内，行不到瓶外的别处。如是，此轮回中无论生高低何处，都不出轮回之域，如瓶的上部为增上生人天之处，如瓶的下部为三恶趣之处。**

[117] 这段金刚句的涵义很深。我们看到，那只蜜蜂一旦被置入瓶内，而且封了口，那它无论往瓶子的高处、低处哪个方向飞，都始终关在瓶里，而没办法飞到瓶外，这代表轮回的状况。所谓”不断地轮转”，是说众生一直在这个范畴里轮转，出不去。这是什么原因呢？一定要抉择到比喻的甚深涵义。

[118] 蜜蜂是我们的心识，它不停地飞，表示心识在刹那刹那地相续。它可悲的命运是，如果被置入瓶内，而且封起瓶口，就始终被困在里面。这是什么意思呢？“被”是被动，表示被一种缘起的力量支配。“置入瓶中”，谁把它置入瓶中呢？是当初一念无明。本来是本明，却起了认明的心，这样一念妄动就出现了能所二相。之后从外虚空、细四大、粗四大，然后心识进一步错乱了，心识去抟取少分四大，这时候识和色方面的四大出现一个积聚的状况，心识就误认为这是一整体而起了蕴执；随即就起了我执，把蕴的总聚执为是”我”，从此就入了轮回区域。因此要知道，是无明的力量把自身置入如瓶子般的轮回里。

[119] 所谓”封其口”，假使口没封，那虽然会有一些碰撞、迷失，但还是有机会飞出去；然而已经封了口，就表示没有希望出去。这表示当我们一念入了轮回，始终没有出现出离心和无我慧。也就是在无数次的轮转过程中，都看不清整个世间的状况，不知道这是一条无有边际苦的河流，而误以为其中有乐，由于不出现出离欲乐的缘故，就没有出去的机会。再者，不知道造业的根源是我执，而实际没有我，由于没出现无我慧，就不会有超脱的道。这样的话，没有出离的欲，也就是缘起的枢要上不具备；也没有无我观慧，也就是没有止息掉轮回的因，以此始终处于封口的状态中而不断地运行。之后就知道，无论往哪里飞，都是困在瓶子里，到不了瓶子外面。

[120] 接着要通过比喻来认识，唯困瓶内不能到瓶外这个决定的命运。被置入瓶中，而且封口，不出现通道的状况，这样的话，蜜蜂无论往高处飞、低处飞、左边飞、右边飞，无论用什么样的方便来飞，使多少力量来飞，总是出不了瓶子。这表示它将唯一受困于瓶子。它一直在这里转，这是譬喻我们落入轮回以后，如果没有出现出离心和无我慧，那我们的心无论是往高处生、往低处生，往三界任何地方生，都不可能出轮回的领域。从大的方面来说，往高处飞就像在瓶子上部，到了增上生人天安乐趣，但也不出轮回；往低处飞表示到了下处三恶趣，也是不出轮回。实际上，这已经表示了无数生死的状况，虽然在如瓶子般的轮回里有高高低低的地方，但是总的状况都是在轮回当中。

[121] 蜜蜂无论往高处飞、低处飞，怎么飞都出不了瓶子，这是受困的状况。比喻自从入了轮回，心识往高处生、往低处生，都不出轮回之域。其中生到人天善趣，好比蜜蜂飞到瓶子上部，但也不出轮回；生到三恶趣，好比飞到瓶子下部，也不出轮回。这个譬喻很深，说明如果缘起的机制没有改变，没有出现以智慧的明领导的明行系统，那绝对一直在这个区域里转，这叫做”轮转”。

[122] 蜜蜂飞来飞去表集谛，唯困瓶中表苦谛，在集谛解除之前，无论怎么做都是生死边事。往某处飞，是三有爱或者欲作为行进的动力。以为有我，以为三界中有乐，是众生的盲目。以这种无明加上爱的驱使，则无论飞到高处、飞到低处，全部是轮回范畴里的事，根本无法到达生死之外。也就是一方面有我执，一方面对于此生来世的世间乐有希求的心或者欲，那无论怎么做，都只是生在轮回里，不会出轮回，不必幻想会出现一尘许的真实安乐。

[123] 这就知道，轮回的因素一直存在，又没有其违品解脱道的内涵，那就像被置入瓶中而封口的情形下，一直在里面转那样，心识一直在生死当中转，这种状况叫做”轮回”，也就是根本不会到外面去，始终在里面转来转去。就像困在监狱里，无论走东走西，始终在监狱里。又如陷入湍急的河流，无论往左划、往右划，始终是被冲击往下流转的状况。像这样要知道，只要没有修解脱道，在缘起上就限定了会相续不断地转下去。

[124] 反观自心

[125] 要知道，那只小蜜蜂是自己的心，那个瓶子就是当前所处的环境，它就叫做”轮回”。自己的心一直以自我为中心，对于此生来世的各种世间乐充满了欲，这样的话，无论怎么折腾，全部都是轮回。因此要知道，自身是很危险的，没有发展出离心，没有出现空性慧，那就决定陷在轮回的锁链里，怎么折腾也全是苦，怎么做也全是生死岸边事。正如憨山大师所说，要在生死根上去断，生死的根就是爱，也就是对于三有的爱。这样就明确，我们目前是什么状况、什么机制，一直是怎么样在转，目前就是轮回。

[126] 与十二因缘关联而思维

[127] 这个譬喻也表达了，我们自从一念无明流落下来的缘起状况，它是一环扣一环的。如果能明确十二缘起支的流转原理，就会知道十二缘起就摄在惑业苦三支里，不断地从三惑起二业，从二业出七苦，又从七苦起三惑，无论怎么做都陷在轮回当中。只不过能明知因果，去掉业果愚而行善的话，就能往上走；没有去掉业果愚，任凭自由意志而行，就会往下走。但要知道，无论往上还是往下，全是困在轮回的锁链里，到不了轮回之外。这样也会明确，在缘起上的确已经决定，没有出现明行系统的话，就会一直这样连下去，因此，它是一种相续不断的轮转状况，称为”轮回”。

[128] （三）从轮回的处、因、状况，精确地把握轮回的涵义

[129] **如是众生之处此六趣中，以有漏的善和不善业为因，不断地出生而轮转故，称为轮回。**

[130] 这里要透过思维认定，的确是有轮回的。在缘起上，有漏善业和不善业一直不断的缘故，就一直以这个业而取三有中的生。由于不断地生在六趣当中而转生死轮的缘故，就发现这是一个接连不断地轮转的状况，以这个义就立名为”轮回”，它是现相界里最大的事实。

[131] 接着要了解，轮回极其广大现相的状况，由三方面来立定这个涵义：1、轮回之处；2、轮回之因；3、轮回之相。

[132] 轮回之处指”众生之处此六趣中”。“众生之处”是跟下面相连的，因为下面讲到轮回无边苦海的状况时，要从因推到果。在因上一定是落在跟众生打交道，然后发生各种亲、怨、中庸等关系，由此不断地起贪嗔，造各种业，从而发生无数苦，因此落在”众生之处”这个地方。它的差别内容有天、人、修罗、旁生、饿鬼、地狱六大生处，实际上要展开尽法界量无边无际六趣的生处。

[133] 轮回的因是有漏的善业和不善业。也就是自从一念被置入到轮回的范畴以后，一直不觉悟”这个蕴聚不是我”，无论做什么都是以自我为中心、为出发点；之后，按照合我意和不合我意两大类型，发生贪嗔等的烦恼状态；从中发起有漏的善业和不善业，按照对集谛或十二缘起的认识，会发现有漏业有无量无数。

[134] 这里要看到两点一线的法则：在我执上面不能解除；由于不认识三有是苦谛，以为在此生来世的各种三有当中有真实乐可得，比如有外在的五欲乐可得、内在的定乐可得等等，从而对于三有的爱不能解除。这样既有我执又有爱，以这个驱使，就发起各种烦恼和业的运行。

[135] 这样就要知道，有漏的善业和不善业是轮回的因，它源源不断在发生的缘故，对于无边的众生之处——无数六趣生处，就接连不断地生，由此就不断地转生死轮。的确有这样一种在极广大的六趣处所，以源源不断地生这个动力之源，发生不断地出生而轮转的现相。这就是自从一念沦落以后，最广大的苦现相。如果没有佛来说，没有以缘起理来认定，那谁都不知道还有这种状况。其实，这就是我们石火电光般的此生结束以后，要进入的领域，也就是来世要出现的状况，它也是我们从无始以来曾经无数次陷入到的状况，这是我们最需要了解的事实。

[136] 三、思维落入轮回的状况

[137] 由前面部分的思维已经知道，此生极为短暂，很快就要死亡，自身由有漏业所牵，必定要取一个生，而无论怎么生都不出轮回。接着就要关注，落入轮回会是怎样的状况。这又分两部分来决定：（一）总的思维轮回为大苦海；（二）特别思维生到善趣也终将落入苦中，由此会决定轮回唯一是苦而发起大厌离心。

[138] （一）总的思维轮回为大苦海

[139] 由”五无量门”趣入，即受生无量、业缘无量、烦恼无量、业无量、苦无量。如果能把握这条理路，就知道轮回的确是大苦海，理上可以证明，教上由佛的指示可以明确，由此能够确认，这是最深、最长、最漫无边际的苦之大海，从而对它生起极度的厌患。

[140] 首先要明确，由于无始劫以来一直受生在轮回中，而轮回里的任何一种生无不取故，这叫做”受生无量”。在这个受生过程中，与有情之间有各种关系，叫做”业缘无量”，包括做父做母、做亲做怨做中庸等各种关系。在有业缘时，自身迷失掉了，执著一个自我，由此和有情之间不断地发生各种烦恼心态。也就是顺自己的意起贪，不顺自己的意起嗔，当有一种圆满时，就会和有情竞争，自身具功德相就起慢心，不具就起自卑感，不能容忍别人的圆满起嫉妒等等，诸如此类，会发生无数烦恼。以烦恼驱使，会发起身口意的各种业行。这样就知道，在此过程中，唯一是以我执和我所执为根源而发起烦恼和业，因此烦恼无量、业无量。所发生的果报都是苦的性质，都摄在苦苦、坏苦、行苦当中，由此决定苦无量。

[141] 像这样，在因上看到有无量的苦因，在果上看到有无量的苦果，由此就能决定，自无始受生以来一直到现在为止，在无尽的生死长河里出现的全是苦的浪花、苦的种类。这样可以看到，连丝毫真实安乐都没有，它是最大的苦海。

[142] 由五无量门观察我们过去轮回生涯的真实状况。首先，受生无量。这是由于凡是果法必定由因而来，而这个因又是由前因而来。由此去推就会发现，当我们在没有出现解脱道的内涵——出离心和无我慧期间，每一次都是以我执起惑造业，被业行牵引而受生。这样就可以看到，从无始劫以来到今天为止，不断地漂流在轮回当中，一次又一次地取轮回中的生，因此可以决定受生无量。

[143] 进一步要知道，每一次生在众生之处当中，由于往昔与众生之间的业缘，会发生各种亲、怨、中庸的关系。在这里面彼此做过父母、师长、兄妹乃至仇敌等等，这里面发生的业缘关系是无量无数的。按照佛的经教来说，单是自己在无量世里为母的母续之数，尽大地抟成柏子许的极小丸子来计算，“这一粒代表某一世做过某人的母亲，这一粒代表某一世做过某旁生的母亲……”，自己当过母亲的序列数目都是没有边际的。从这一个例子推广开来，自身曾经做过有情的父亲，做过有情的兄弟姐妹，做过有情的老师、爱人、冤家、下属等等，每一种都是无量无数的。也就是业缘上的各种身份都是无量的，这叫”业缘无量”。

[144] 接着要知道，凡是发生业缘关系时，凡夫都是以自我为中心，以自私为动力，在这个过程中当然烦恼无量。也就是，凡是适合己意的就会贪著，希望握在手心上，永远不离开，能够拥有，这些都是贪心；凡是不合己意、与自我意愿相违的就起排斥感，出现嗔恚心。诸如此类，在出现业缘关系，与人相处时，发生了无数烦恼。不断地随着十根本烦恼、二十随烦恼等兴起各种不寂静心态。以烦恼的力量驱使，身口意发出无数业行，这叫”业无量”。每一种业行都是有漏业，以善业就生在高处，以不善业就生在低处。生在高处有无数的堕落苦等，生在低处有无数的寒热饥渴苦等。这样一类一类去算，当然以业无量故苦无量。

[145] 这样由五无量门，就可以了知从无始轮回以来直到今天为止，每一个刹那出现的都是苦，每一个结果都是苦。而且，由于因上业缘无量、惑业无量的缘故，苦的种类无量无边。如果去计算，任何一类苦合集起来都是无数的。这样就会发现，经上所说、祖师的引导，是在这个点上让我们看清轮回是极大苦海的事实。

[146] 为了让我们看清，这里会说曾经为了诸欲，和有情竞争、拼搏、斗争等截断的头颅，一个一个堆起来高过须弥山王。曾经由于愚痴堕为小虫子，死掉的肢体堆起高过须弥山王。曾经由于受饥寒之苦而哭泣的泪水，合起来超过大海的量。曾经由于严重的嗔恚业堕入地狱，所喝的烊铜水合起来也超过四大海。诸如此类，我们要由此明白，每一类苦合起来都是无量无数的，这样就能确认轮回是大苦海。

[147] 此处即是按照佛在《除忧经》中所说来思维，由此能发生厌离。经中说：“数于地狱中，所饮诸烊铜，虽大海中水，非有尔许量。生诸犬豕中，所食诸不净，其量极超过，须弥山王量。又于生死中，由离诸亲友，所弃诸泪滴，非海能为器。由互相斗争，及所截头首，如是高耸量，出过梵世间。为虫极饥虚，所啖诸土粪，于大乳海中，充满极高盛。”

[148] 如是了知过往在轮回中苦的遭遇后，转而观察未来：如果现在仍然对于轮回刹那不生厌离的话，那我们的心仍然爱著这苦世间，充满贪欲。这样被贪欲所缚，将来还要在无边际的轮回中感受比之前还多的苦，这又要由五无量门来确认。

[149] 也就是，如果连出离心都发不起，那无我慧就更加免谈，以此将继续被我执所发生的烦恼和业的绳索所绑，而继续受生。由于受生无数的缘故，在这当中，与有情之间为父为母、为亲为怨等，业缘无量。由于业缘无量的缘故，又没有解脱道的内涵，因此，为了私我得到所爱的名利、五欲等，就要跟其他有情竞争，比如争名誉、争地位、争享受、争异性、争国土等等，由此将出现无数的烦恼和业，而出现无数的苦。

[150] 再者，如果不去治这个病，那它会越发展越大。也就是烦恼越来越强，以自我为中心越来越严重，这样的话，当然烦恼和业的波浪会更加汹涌，所受的苦也就更加剧烈。按这条路走下去，还是像过去那样随顺自由意志，以自我为中心，不断地起惑造业，那不必幻想未来会有什么好前途，一定会更加苦。这样就要明白，解脱道不能不修，如果继续贪著此生和来世的世间乐，为了自我而奋发，那将陷入更可怕的苦深渊。由此就会了解到，一定要修解脱道。

[151] 以上已经由五无量门，开通了观察的理路。我们举一反三，譬如分成为名誉、为地位、为财富、为爱情等各种门类受了多少苦，或者与怨敌斗争、与亲友离别等受了多少苦。一类一类由五无量门思维总集之苦，就会知道每一类苦都是无量。合起来就明白，轮回是最大的苦海。再从过去想到未来，知道缘起法则是一样的，由此会决定，如果还求来生的享乐，会发展出更加漫无边际的苦海。诸如此类就是观察的方法。

[152] 思考题

[153] 1、**彼也如蜜蜂，若被置入瓶内而封其口的话，往何处飞也唯困瓶内，行不到瓶外的别处。**

[154] （1）分别解释”蜜蜂”“被置入瓶内”“封其口”“往何处飞也唯困瓶内，行不到瓶外的别处”所表示的意义。

[155] （2）这个譬喻说明了什么？

[156] （3）思维此譬喻的涵义，认识自身轮回的状况。

[157] 2、从轮回之处、轮回之因、轮回之相三方面，解释轮回的涵义。

[158] 3、什么是”五无量门”？如何由五无量门认识自身过去轮回生涯的状况？如何由五无量门确认，如果不厌离轮回，未来将感受更多的苦？

## 1.5 05

[159] 三、思维落入轮回的状况分二：（一）总的思维轮回为大苦海；（二）特别思维生到善趣也终将落入苦中。

[160] 思维落入的轮回的状况分两个方面：首先，总体上由缘起理看到轮回是纯一苦海；接着，最让我们放舍不下的是善趣中那些诱人的安乐，因此，要特别思维善趣安乐唯是苦性。

[161] 前面讲完了第一个方面，下面进入第二段，特别针对善趣乐作观察。如果能从这里窥破善趣乐的虚诳，看清它唯是苦性，那就对轮回再也没有留恋了。

[162] （一）总的思维轮回为大苦海分二：1、此世喜乐无有实义；2、善趣之乐高下变易的过患。

[163] 1、此世喜乐无有实义

[164] 首先观察自己在轮回里的前途，这又要由对比法来认识。梵王、帝释的寿命、色身、财富都非常圆满，但最终也不能超越死，死了以后要非常弱小地受恶趣诸苦。与之相比，我们这一世得人身的乐非常渺小，享乐的时间也非常短暂，然而，我们却被这几天、几月、几年乐的假相所蒙骗，以为是真实的乐。其实，一旦乐果享尽，一定会出现两种非常可怕的状况：第一、在此生，后半生变得贫乏困苦，落入非常可怜的境地；第二、死了以后，来世在恶趣里感受非常难忍的苦，不想受也要受。所以，现在的乐就像短暂的美梦正浓时马上就醒来那样，最后落入大苦海中，可见这种乐只是暂时的假相，没有实义。

[165] 这一段的扩展思维

[166] 这里要与之前的无常引导中，思维世间主的情形相连，也就是要有了知帝释天王、顶生王等世间尊主的无常情形这个基础。如果要扩展思维，应当先对《念处经》有一定程度的闻思，对于欲界诸天里的天王、天人们的生活有所了解。再反照我们此世——末世南洲人类的状况，就会认识到，自身目前的生活就像纳米区间里的状况，极其渺小、短暂，如秋蝇一般。

[167] 也就是，在千万亿年天人生涯的比照之下，我们的生命如同水中蜉蝣一般，朝生暮死。再者，跟天王所受用的宫殿、园林、妙乐、衣食、天女等等作比较，我们的一点点快乐就如同微生物的受用一样。在这种强烈的对比下会发现，现在的安乐就像一瞬间的美梦，才刚刚做就醒来，马上跌入极苦的深渊。这种强烈的对比观，会让我们知道浮生一梦，毫无实义。

[168] 因此，如果要作广大、透彻的观察，发起深刻的定解，需要有非常多的《念处经》《阿含经》等经教的熏习。非常可行的方案是，闻思《念处经》里讲的几十个欲天天人们的实例。当有了一定的量以后，心中就会形成观念。然后立即会发现，末世地球人类的生命的确非常短暂，所拥有的喜乐像蚂蚁窝一样微不足道，瞬间就破灭了，会马上见到这样的人生没有实义，因此，唯一应当利用此世人身求取究竟的安乐。

[169] 2、善趣之乐高下变易的过患

[170] 接着要从高下变易，看出轮回似真的乐没有可依靠处。以暂时的一点善行，会感得一些乐果，然而这并不是真实的乐或自性的乐，所以，引业一尽，连一刹那安住的自在也没有，马上就掉落下去了。它不是自性的乐，只是善业给你现一个乐的假相。落入轮回就是自性的苦，里面没有真实的乐。暂时抛出的假相并不符合实相、本性的缘故，马上就会变掉，而一变掉就落到下面去，苦顿时就出来了，所以它不是坚地。从这里要看到，轮回乐是假的，因此称为”假乐”或”现似的乐”。

[171] 一举看出轮回乐的欺诳，是一个非常重大的课题。首先要通过两个典型的例子来得到确认，之后作推广法，看到轮回的一切盛事全是欺诳。也就是，先看到崇高必堕落或者假乐必幻灭，进一步观察就知道，的确是积聚必消散，会合终别离，有命咸归死，轮回里的一切乐全是欺诳。所谓的”没有可依靠处”，是指如果依止各种有漏有为法的乐，那最终无不破灭。即使得到了天王的乐也无可依靠，最终会全部破灭，全数陷入苦境，这样就知道全是虚假的。

[172] 以下分两步思维：（1）两个典型例子的思维；（2）推广思维。

[173] 这一切都要用”前后对照法”，也就是要看到前面是如何兴盛，后面是如何衰灭。当看到先前那么辉煌、灿烂、圆满的相，最终落得那么败坏、凄惨，前后一对比就知道是假的。也就是，对于目前极具欺诳性的假相，一旦看到它的后边际，就知道现在的这个不是真的。再者，一个一个对比，会越来越看清乐的假相，知道当初那个是骗我的。

[174] （1）两个典型例子的思维

[175] 首先看诸大天王。他们头朝上，坐在宝座上，志得意满；后来头朝下毫无自在地堕落下来，而且，先前的一切圆满，一刹那间全部没有了、破灭了，真是太欺诳了。再者，前面坐在珍宝座、天蓐垫上；后面掉在烧热的铁地上，在地上匍匐，非常苦，惨兮兮的。前面尽享天界的高级五欲；后面倍受地狱大苦。前面心满意足；后面难忍难堪。前面是天王；后面是囚徒。前面自由快乐；后面毫无自在。这样一个一个地前后对照，就发现全是欺诳的。

[176] 一定要认识到，前面现的乐是骗我的，它是暂时抛出的假相，让人误以为非常真实。如果依靠它，那享完了以后，就会出现这种结局，可见是非常可怕的。比如年轻时以为自己很美，到老了的时候，发现曾经任何一个美丽的相都变成了丑陋的相，任何一个健全的相都变成残缺的相等等，可见当初的美好都是假相。又比如看到一束花，是多么鲜艳美丽，当看到它后面凋零的相时，就知道当初的美景都是虚假的。以为可以得到快乐的境相，能够把握住幸福的人生，但是最终所有的幸福全部败落了，变得无比悲苦。这才知道，轮回里的乐全是骗我的，就像肥皂泡骗小孩一样，根本抓不到，最终全灭了，反而变得更加悲苦难堪，真是上当了！

[177] 第二个典型的例子是日月天子。他们身上的光明能照耀四天下的范围，是那么明亮、晃耀；后来一下子堕到阴沉沉的黑暗处，连自己手脚的伸展都看不到。可见，前面的光明是欺诳的，当初的光耀、辉煌等全是骗人的。如果它是真实的，持着自身的体性，那就不应该变掉；然而到了后面，一瞬间连一点影子都没有了，过去那个光明晃耀的天子，现在生到黑漆漆的地方，什么都看不到，因此，不要以为这是真实的乐。

[178] （2）推广思维

[179] 接着推广周遍地观察，认定三有中的一切盛事，后边际全部落入衰败，没有一个例外，由此对世间乐彻底失望，甚至发呕吐心：这一切全是骗我的，把我骗得太惨了，我为它付出那么多努力，最终却只收获了悲苦。

[180] 也就是，要更广大地一类一类看到，比如那些转轮圣王们后来做了奴仆，低三下四地给人擦鞋、扫地等等。前面做帝释天王，普受天下人的供养，后来堕落下趣，就像顶生王那样，一下子掉到人间的地上，从前的荣耀彻底消失了。前面在须弥山顶，踩在柔软的地上享诸快乐，后来堕入煻煨坑、尸粪泥里，惨不忍睹。前面在天界的瑶池里和诸多天女一同游泳、嬉戏，后来落入地狱极其滚烫的沸水河里，被煎煮得不见身躯。先前在梵天世间享受离欲之乐，后来堕入无间地狱成了烈火中的薪柴。诸如此类，通过观察轮王、天王们后边际的相，就会认识到，轮回里的一切乐都是欺诳的。还要结合此世最近的人间现相来观察，一代代帝王，一个个富豪、明星等，这些上层人物、人们所羡慕的对象，最终一个个如流星般殒灭，或者全部翻到相反面了。

[181] 要像这样，彻底认识到所有三有中的盛事，都将从高处堕下，从而厌患三有。三有中的一切盛事，最后唯一落入衰败，没有第二种结果。因此，佛在经中说：“积聚皆消散，崇高必堕落，合会终别离，有命咸归死。”这样就对现前生死中的快乐有一个断定：凡是会变的都不是真的，最终都是凄苦无比；不会变坏的才是真的。进一步看到，变坏的乐不但是假相，还会引来无穷的后患，所以根本不是依靠处，而且决定不能依它。

[182] 要明白引导句中”无”和”无可”的涵义。“无”就是彻底点明，这不是真实的依靠处。“无可”是警诫词，意思是绝对不能依赖它，依赖它有大患。因此，对于生死中的乐如弃唾液般，不再恋著。

[183] 又要进一步抉择，为什么会有大患来临呢？比如，现前的名誉不是真实的乐，一下子烟消云散，落入失去名誉的苦中。那种不甘心、没法接受等等，使得心里非常苦，甚至没脸见人，感觉自我无处容身。再者，世间的地位也是一朝高高在上，一朝跌落低谷，惨不忍睹。有地位高的乐，就有地位低的苦。而且两者成正比例，地位越是崇高、实现自我的乐越大，下台时失去自我的苦就越大。在当今时代，世上出现了各种心理病症，人们有各种悲惨的命运，就是由于执著现前人世间的富贵所导致的。

[184] 这样推广来看，此世的名誉、地位、权势、爱情等营造的乐，全部都要落入苦中。有意识地去营造聚会的乐、五欲的乐、现代生活的乐、事业成功的乐、拥有财富的乐等等，这一切都终将在因缘消散时，刹那间消失无余，而且落入极大的悲苦之中，所以，这一切都是欺诳的，不是真实的乐。

[185] 像这样，由过去所造的福业力，会投出乐的幻影，过后一个个都破灭无余，就像一场电影的收场一样，所以，不要以为是真实的乐，不要把幻影当成真的。但是它看起来很真，非常适合人的欲望，让你感觉满足，陶醉其中，所以叫做”现似之乐”。明白了现似之乐其实就是假乐，并非是乐，之后就不应再把它执为所追求之处。

[186] 胶片放映的譬喻

[187] 这里要由譬喻来了解。从前稍微积过顺福德分的善行，也就是起了一些好一点的分别。由于心顺合天理就没有业果愚，但由于不了知无我，所以总是落在粗细二取里，这样起了妄分别来行善，就叫做”顺福德分”。当行善以后，就在识田里熏了业习气，到了果位的时候就出现果位识，不断地演一些较好看的影片。但由于输入的胶片是有限的，所以，演若干次就结束了，当引业穷尽时，连安住一刹那的自在也没有。譬如拍摄了一些较好的胶片，然后把它们放映出来，放出天王、轮王等的好影片。当放到一定程度，到了结束时，连安住一刹那的自在也没有，因为它是有为法，一下子就没有了，随后就出现了可怕的片子。从这一点就知道有为法的欺诳。

[188] 懂了这个譬喻以后，把它放在一切现前似乐的状况里观察。只因为过去有一点好的分别，就录下了胶片，以它的力量，在成熟时就放出一段影片。这些影片适合自己的心意，感觉很快乐，实际只是分别投出的影像。再者，当因缘消散时，连一刹那继续放映的可能性也没有。由于它是随因缘力转的，所以叫”无自在”。由于因位行善时丝毫没有认识无我空性，所以属于真实义愚。由这种妄分别所现的境相哪里是真实的乐呢？当因缘消散时，由妄分别所支配的这一切，哪里有继续安住的自在呢？一下子就没有了。

[189] 我们去推现世的人生，似乎有爱情、地位、权势、享受等等，也无非是放出来的一段好片子。这一幕幕影像一下子就演完了，再想演是不可能的，美梦顿然破灭。再上推到欲天、色天等，那些境相无非是顺福德分的业或者好一些的分别放出的影片。当引业穷尽，也就是能引的业势力或者胶片放完时，连再演一刹那也不可能，顿时就没有了。从这里就能窥破，尽三有世间从此世到来生的所有轮回乐全是虚假的。

[190] 两个要点

[191] 两个要点：一段影片过后就是空白，一段喜乐剧过后就是恐怖剧。知道了这两个要点，套在任何处都可以趣入思维。

[192] 譬如人生中遇到一场爱情，看起来非常甜蜜，这样的一段影片过后就再也没有了，要么分手，要么成了冤家。或者人生的青春时代，也不过几十年而已，演一段之后就再也没有了，很快就迎来了衰残的老年。或者所经营的世间事业，也只不过是一部成功剧，一段胶片过后就出现了空白，再也没有了，接着就是破产。

[193] 像这样，在每个地方去想，其中的引业就是过去积的顺福德分善根。由于不明了无我，以执著有我和想得到乐的分别做了一点善行，由那种虚妄分别所持，就在识田里熏下了业习气成为因位识。到了果位，那些善业的胶片就毫无紊乱地放映一些快乐的影片。而有限的引业一旦穷尽，人就死了，就像放完了胶片，银幕出现一片空白那样，接着开始演恐怖片。轮回里上映的所有喜乐剧全是这种状况。因此，有限的因缘力一尽，即引业穷尽时，连安住一刹那的自在也没有，一下子全部破灭。其实用智慧去观察，当它正放映时也是假的，只不过没识破而已。到了最后，彻底暴露出一无所有的真面目，紧接着就是非常恐怖的片子。结合此生各阶段的状况去观察，求学、谈恋爱、成家、做事业、得到名位等等，总是一段喜剧片过后，迎来悲惨的苦剧。

[194] 再往上看上界的天王、天众们，他们也只不过因为当初的虚妄分别好一些，持久一些，所以演的片子更加富丽堂皇，剧情更丰富，时间更长。但胶片演完以后也是顿然一空，出现堕在地狱热铁板上倍受煎熬的苦相。或者先前日月天子光辉灿烂，然而引业一尽顿然下堕，落到伸手不见五指的黑暗之地。诸如此类，一旦窥破其中的机制，就知道只是分别投出的幻影，没有实义。因此，要寻求真实的安乐，那种安乐就是回到了正路。

[195] 四、思维心要依止解脱的真实安乐

[196] **以如是故，心作是想：“在这次的生命中，无论如何也要修一个从轮回的大苦海中解脱、究竟安乐的圆满正等觉位。”具足加行、正行、结行三者而修持。**

[197] 已经明白现在的乐不是真乐以后，就要认识什么是真实安乐，从而建立真实的所愿境，它不会欺诳我们，而且，按照诸佛开示的法道，终将得到真实安乐。因此，辨别真假十分重要，否则像瞎子一样看错方向的话，想求乐却会落入苦中。

[198] “究竟安乐”，指一切幻妄的客尘都息灭了，回到本来的坚实之地，那是不会变的，因为它是本自元成的自性。凡是观待都是假的，不观待才是真的，因此，无论如何我要修一个圆满的正等觉位。也就是，从轮回大苦海里解脱，彻底息灭二取或我执所生的流转状况，达到真常不变的大乐之地，此即是圆满正等觉之位。不像有漏法里的崇高，最终全部堕落而坏灭，圆满正等觉之位不会变，它没有圣凡两边、高下两边等的任何相，是我们本来的地位，也就是流落之前的本来正等觉之地。

[199] 我们现在已经落入虚假的轮转里，因此要好好修道，回到本来的法界。这是从证德方面来说的，从无明睡眠中醒来，广大的智慧已经开启，就像莲花盛开那般。所谓证到了最圆满，就是指本来的正等觉佛性无余开发。这个本来之地不是因缘所生，而是本自元成的自性，一旦证得它，是不会坏、不会退、不会变的，这是真实的乐，其他全是假的。因此，我们唯一要修的就是从轮回大苦海中解脱、究竟安乐的圆满正等觉之地。

[200] 按甚深义而言，所谓的”圆满正等觉位”，“正”，是指实际理地没有虚妄分别所现的一切惑业苦杂染相；“等”，是指一切二边对待的法本来没有；“觉”，指并不是冥顽不灵的虚空，而是明觉的；“圆满”，就是一分也不缺少，本来是佛；“位”，指诸法本来住在法位中，没有脱开过。所谓的”究竟安乐”，是因为它本来没有迁变，是无为法的本性之地，极为坚实，一旦回到这里，就是永恒的大安乐。

[201] 因此要明白，幻梦般的业识相续就是所谓的”轮回”，从中发展出无穷无尽的苦就是”大苦海”。在我们这一生中，出现了极难得的修法机缘，因此，我们的第一目的就是返回本来正觉之地。这时要有求解脱心，唯一希求出离迷梦般的轮回相续。

[202] 在抉择透彻以后，就知道不必求此生的乐，因为它并非真乐，很快就随死无常的力量而转，无法抗拒。这样就知道，此世没有真实安乐，不必去求，从而退掉耽著现世的心。那么，来世有没有真实的乐呢？来世落在轮回里也只是幻梦，最终落得一场空。可见轮回里没有一点真实乐可得。因此，这一世得人身的意义唯一是求解脱，也就是从唯是苦性的相续里脱离出来。我们要求什么样的乐呢？究竟的真实大乐。什么是究竟的真实大乐呢？就是返回本来正等觉之地。

[203] 明了以上的法理后，就知道耽著此世的心、耽著来世的心要一概退尽，彻底地发出求解脱心。按照这种见解不断地作意：我这一生一定要从轮回大苦海中解脱，得到究竟安乐，也就是回到本来圆满的正等觉位。

[204] 要具体加行、正行、结行三殊胜来修持。

[205] 思考题

[206] 1、如何用对比法认定此世喜乐无有实义？

[207] 2、（1）如何用前后对照法认定轮回乐无可依恃？以诸天王和日月天子为例思维。

[208] （2）为什么耽著轮回乐有大患来临？

[209] 3、胶片放映的譬喻说明了什么？思维的要点是什么？掌握后结合自身情况如理思维。

[210] 4、什么是真实的乐？解释”究竟安乐”“圆满正等觉位”的涵义。

## 1.6 06

[211] 二、别思六道各自之苦

[212] **别思六道各自之苦分六：一、地狱十八类中八热地狱：从等活依次向下至无间地狱之间如楼层般层列而住，此等一切悉是地基及周围一切处，皆如铁匠所烧热铁般，仅由放脚所现之乐亦无，唯是火焰炽然界中，极为炽热。**

[213] 一、思维十八种地狱中的八热地狱分二：（一）共同苦相；（二）差别苦相。

[214] （一）共同苦相

[215] 在共同苦相中把握两点：1、八热地狱的地理位置；2、共同的苦相。

[216] 从地面往下，依次从等活地狱渐次地到无间地狱之间，就像八层楼那样，一层一层地次第排布。在经论中更细地说到，从此地面往下，经过三万二千由旬，之下有等活地狱，然后间隔四千由旬就会有下一地狱，这样有其余七种地狱。

[217] 八热地狱的共同苦相，要由范围和程度两点来认识。所谓”范围”，就是周遍，没有一处例外；所谓”程度”，极为炽热。用譬喻来认识，这就像铁匠铁炉里烧的铁那样，红红的铁块的上下左右任何处都是炽热的，连稍微程度轻一点的都没有。这是指地狱的烈火炽然的界中，无论是整个地基还是前后左右的铁壁等，一切处全部都是极为炽热，连能放脚、稍稍凉一点的地方都没有。它的程度是，在火焰炽盛界里极其炽热，从等活到无间的八种地狱，全是这样的共同苦相。

[218] “唯”字反映了业果的决定相，更深层来说，指示了唯识变现的决定相。也就是，由嗔恚等的深重恶业，唯一出现周遍的火焰界炽热的苦相，不可能发生丝毫清凉的安乐之相。由唯识变现的定律来看，由于在因位造作嗔恚等如火焰般炽热的黑业，在识中熏建了业习，至成熟位果位识现行的时候，唯一显现炽然火焰界极度的热苦之相。此相有三：一、空间上周遍；二、程度上猛利；三、时间上漫长。也就是，要想从嗔恚烈火般的业习出现丝毫的清凉乐相，绝不可得。再者，由于恶业的程度重，所以在果位上发生得非常猛利，因此说为”极”。再者，相续极其漫长，有以下等活等无量百千万年的受苦。

[219] （二）差别苦相

[220] 依序由等活到无间之间，一一地按照其中的环境、施刑者、刑具、受苦之相、寿量等来作思维。

[221] **如是八中，第一等活者，炎烧热铁地基之上，火烬炽然界中，无数地狱有情如暴风雪般，由业增上之力聚会一处。彼等皆由嗔恚引业所感召，由彼之等流果，一切皆如见仇敌般互起嗔恚之心而斗争时，业所幻变器械难思难量，以手执取故，迭相击打尽皆死亡。尔后虚空中出如是声”愿汝复活”，由此无间皆得复活，仍如前般斗争等，万死万生轮番变现而受苦。**

[222] 等活地狱的苦相要这样逐层地认识：在那种像铁炉里烧得红红的铁、冒着烟的地基上面，整个周遍是火焰炽盛的界当中，地狱的有情就像漫天的暴风雪那样密密麻麻、无量无数，以业的增上力聚在一块。然后，这些有情由于嗔恚引业的感召，在彼此相处的时候，当时出现了造作的等流和领受的等流。所谓的”造作等流”，就是出现了与因位造业同样的习性，彼此如见仇人一样，生起嗔恚心。一个打一个这样斗争的时候，自然以业幻变出各种刀、枪、剑等的兵器，没法思议的业力变现出那么多，然后这些有情手里拿着兵器，一个打一个。比如，张三打死了李四，王五又打死了李四，诸如此类，像这样转相击刺，全部都死掉了。然后，空中就会出一个”愿复活”的声音，立即就又活过来了，然后，又像前面这样争斗等，死了又活，活了又死。像这样万死万生，不断地受苦。

[223] **其寿量者：人间五十年为四天王天一日，如是三十日为一月，十二月为一年，如此计算的天五百年为等活地狱一日，如是三十日为一月，十二月为一年，乃至其自年五百之间受苦。**

[224] 等活地狱所受这样的大苦要经过多长时间领受呢？一直到嗔恚等的业力没有尽之间，一定受这样的大苦。此受苦要延续多久呢？具体这样计算：人间五十年是四天王天的一天，这样的三十天是一个月，十二个月是一年，这样的五百年是四天王天的寿量，相当于人间九百万年。而四天王天的一生，算成等活地狱的一天，三十天算一个月，十二个月算一年，这样的五百年，也就是十八万倍的四天王天的寿量。相当于一个四天王天天人的一生的十八万倍，这么长的时间受苦。计算为人间的一万六千二百亿年。

[225] 这里就要分两级来认识：一要认识到四天王天是人间九百万年。一个世纪是一百年，过了九万个世纪，不知道经过了多少的沧桑，就结束了一个天人的寿命。然而，就是像这样的天人转过十八万次，等活地狱的有情才受完了他的业报，可见受苦极其的漫长。

[226] **第二黑绳者，于炎烧热铁地基之上诸阎魔卒，将地狱有情身躯如焦木般推倒，在画为四、八、十六、三十二等份的黑绳之上，以炽然烈火铁锯锯截，诸已断截者无间复合，如是数数锯截而受苦。其寿量者：人间百年为三十三天一日，如此计算的天年一千为黑绳地狱一日，能达其自年一千岁。**

[227] 第二、黑绳地狱的苦相。显现出的环境是，烧得炽热的热铁所合成的地基上面，阎魔手下的狱卒们过来，把犯人如同焦木般黑黑的身体推下去。之后就在上面画黑线，画成四份、八份、十六份、三十二份等等。之后用冒着炽然火焰的锯子，沿着这些黑线作锯割，之后身体就割开成一块一块的，然后立即复合如初。接着又是用锋利的、冒着火焰的锯子，在所画的黑线上锯割开来，一下子全部分解成好多块，之后再聚合，然后再分解，就像这样重复地受苦。

[228] 黑绳地狱里受锯截的大苦，要经过多长时间呢？人间一百年算为三十三天的一天，此天的寿量一千年是黑绳地狱的一天，这样算到一千年，是他的寿量。

[229] 这里计算出来，三十三天的寿量是人间的三千六百万年，相当于经历了三十六万个世纪。这样的天人死了再生，经过三十六万生，就是黑绳地狱受报的年数。可见三十三天的天人经过了三十六万次的生涯，黑绳地狱的业报才告终。所谓”能达”，表现了嗔恚等业的功能，也就是它变现的相续能够达到相当于人间十二万九千六百亿年。可见业因小果大，以这个变现的力量，相续不断蔓延到不可计数的年岁。

[230] **第三众合者，一一大铁臼量如地区，无数地狱有情倾注其中，尔时诸阎魔卒一一执持炎烧大热铁锤量如须弥，头上旋舞重击臼中，一切有情一一皆处于恸哭嗡嗡声、解支节苦及不可思议恐怖中而死，其锤起时无间复活，如前受苦。复有山谷四周相对山峰，一切皆成往昔自身所杀动物麋鹿、黄羊、山羊、绵羊等头部像，彼等角端烈火炽然，以角相抵而斗，无数地狱有情由业力驱逐入其中故，于撞击时悉皆死亡，后诸山分时仍得复活，又受如前夹合等苦，此合迫等苦，若以人间二百年为夜摩天一日，彼天二千年为众合狱一日，须在众合自年二千岁之间备受。**

[231] 第三、众合地狱非常广大的区域，地基和周围全是烧燃的热铁。在这个当中，有好多高大的阎罗卒，在他们面前都放着一个大如山区般的大铁臼，然后，把无数有情就像倒小鱼虫那样，倾注在一个一个的大铁臼里。然后，这些可怖的阎罗卒飞舞着量如八万四千由旬须弥山王那样大的大铁锤，头上飞舞以后重击下去，一时间在每一个铁臼里传来无数有情恸哭的嗡嗡之声，他们受着不可思议的解支节苦和处在不可思议的恐怖当中，一下子死掉。狱卒们再举起铁锤的时候，无间全部复活，之后，再次感受像前面一样的铁锤击打的压逼之苦。就像这样，死而生，生而死，无数次地受逼迫粉碎之苦。

[232] 另一种情形是，非常可怖的山峰两两相对，都呈现出过去所杀动物头部的形相，鹿头、黄羊头、山羊头、绵羊头等等，那巨大头部上面有角，角上燃着火，相对的两个头部，角抵着角而相斗。然后，无数的地狱有情以业力驱逐，而赶进了这个范畴。以这个缘故，两山撞击的时候，全部被压得从身体的一切门当中血流涌注等，立即死去。两山一分的时候当即恢复如初，然后，再次两两相撞的时候，又感受合迫、极大恐怖、从身体的一切门血流涌注等的大苦。就像这样，合了又开，开了又合，感受无数的两山逼迫的大苦。

[233] 那么，受诸如此类的众合地狱之苦，要经历多长时间呢？以嗔恚恶业等的变现力量，以人间两百年算为夜摩天的一天，夜摩天的两千年的寿量算为众合地狱的一天。达到两千年一直不断地受这种苦，可见业力是不断地重复变现，这就是因小果大。就像得了一个恶病，然后不断地发生同样的病状那样。这种病等于前一种地狱寿量的八倍，那真是见不到边际的年数里，不断地受这样的如同列车迅速压过身躯的大苦，死了又生，生了又死，所以业是非常可怕的。

[234] **第四号叫者，在无门炎烧铁室之中煎煮而受苦，想永无从此得解脱之时而猛烈号叫。人间四百年为兜率天一日，兜率天四千年为号叫狱一日，如是计算能达其狱自年四千岁。**

[235] 第四、号叫地狱。一个燃烧着的铁所合成的铁屋，没有门，地狱有情被驱使进去了以后，受着猛利的煎熬的大苦。他心里想：从此再没有解脱的时候了，由此惨烈地号叫。那种声音如果听到了，简直撕心裂肺，太可怕了！全部都封死在这里，整日整夜受煎熬之苦。

[236] 人间四百年算成兜率天的一天，兜率天的四千年的寿量算为号叫地狱的一天。这样计算，在四千年的时间里受苦。“能达”是指嗔恚的业力等，能够变现这么漫长的苦的相续。

[237] **第五大号叫狱者，阎罗狱卒执持器械，极可怖畏、数量众多，驱逐地狱无数有情，令入双重猛火炽然铁室之中，以锤等器击打，有情心想：内外二门为熔铁所浇铸故，纵脱内层难脱外层，遂大号叫。其寿量者：人间八百年算为化乐天一日，天年八千为大号叫狱一日，能达如是八千大年。**

[238] 第五、大号叫地狱。那个恐怖的环境里出现好多持着器械、非常恐怖的阎罗卒，他们驱使着无数的地狱有情纷纷地进了烈火炽然的大铁屋。这是两层铁屋，在那里，狱卒们用锤子等猛利地击打有情。当时他想逃脱，但是，看到内外的两重门都是熔化的铁水做了浇铸，没有一点缝隙，心想：即使从内层脱离，也无法脱开外层，真是绝望了。由此他惨烈地号叫。超过了前者地狱的那种号叫声，所以叫”大号叫”。

[239] 这样剧烈的苦要感受多少年呢？以人间的八百年算成化乐天的一天，化乐天的八千年的寿量是大号叫地狱的一天，在长达这样的八千年里相续不断地受苦，没有解脱之日。这个更重的黑业病所出现的症状，能长达这样的无量无数年，是前面号叫地狱的八倍。所以，业造得越是恶劣，它的果报的现行就越加猛利而且漫长，因此，我们千万不要造嗔恚等的恶业。

[240] **第六烧热狱者，量如三千大千世界大铁器中，铁水涌沸之内，无数地狱有情至极煎煮而受苦，每当涌至上方，有诸狱卒执持铁钩而勾取，更以铁锤猛击头部，忆念失坏之时，不觉有苦受，唯以此观为乐而极苦。人间千六百年为他化自在天一日，天年一万六千为烧热狱一日，其狱自年能达一万六千。**

[241] 第六、烧热地狱。先要看到这地狱的环境。比如一个须弥山、一套日月，加上四大部洲，这算一个小世界，我们的地球只是其中一个小小的区域。这样的世界累积到十亿个那么巨大的三千大千世界的范围，就是一个大体积的量。里面无边无际的涌动的热水，好像是一个热水的极巨大的大海，无数的地狱有情淹没在里面，受着极度炽热的煎煮，而受着无法言述的苦楚。这个热水涌动，把大批的有情都涌到了上方，在巨大铁器的旁边，就站立着巨大的狱卒，把这些浮在上面的地狱有情勾取过来以后，用大铁锤猛利地击打，一下子多少的地狱有情全部失去了念力。他们的苦就是，以这种失掉了念以后不取苦受为乐，此外是无法忍受的大苦。

[242] 而这样的苦要受的时间太长了，以人间一千六百年为他化自在天的一天，此天一万六千年的寿量是烧热地狱的一天。业报竟然长达这样的一万六千年，是前面大号叫地狱的八倍。

[243] **第七极热狱者，于猛火炽然铁室之中，由诸狱卒以火炽然三尖铁丳从二足底及肛门刺入，彻贯双肩及顶而出，又以烧铁氆氇遍裹其身，故极苦楚。寿量能达半个中劫，超出人间年数衡量之境。**

[244] 第七、极热地狱。呈现出烈火炽然烧热的铁室，这里温度极高。然后狱卒用烈火炽然的三尖铁丳，从地狱罪人的两脚和肛门刺入，直穿到头部、两肩而出。由于三尖丳是烈火炽然，所以，所经过处都受焚烧之苦，而且从口等一切门中出现火焰。此外，用烧燃极热的铁衣服从外面周遍地包裹罪人的身体，所以，就感受极大的烧热之苦。

[245] 这种苦报要达到半个中劫，也就是由罪业的力量，一直不断地显现，在业未尽之间决定要受的。这表达了业变现的能力非常的大，从这种因，可以源源不断地在长达半个中劫中，现出这么大的苦报。这个寿量超越了用人间年数所能衡量的度数。

[246] **第八无间狱者，十六近边增地狱所围绕猛火炽然铁室之中，一块块烧铁片，犹如燃炭堆如大山，诸阎罗卒驱逐无数地狱有情入于其中，更以虎豹皮火筒，火身无二而焚烧故，苦受极为粗猛而仅有号叫之声，此外不见身体之相。求从中解脱之心相续不断生起，然无有解脱之时，有时火门每当稍许开故，心想逃脱时，诸狱卒以矛棍锤等殴击，并须俱受以烊铜灌口等前七地狱诸苦。此狱寿量能达一中劫。无有更强逼迫故，称为无间。此为造无间业有情及入密乘于金刚阿阇黎起邪见等所生之处，余业不能生此。**

[247] 第八、无间地狱。现出一个由十六种近边地狱围绕、非常大的、烈火炽然的铁室。在这个广大的空间区域里，有一块块炽热炎烧的热铁片，像燃烧的炭火那样，堆积成一个巨大的山峰一样的状况。然后，阎罗卒们把无数的地狱有情驱逐到炎烧铁片大山的中间，之后，狱卒们用豹皮、虎皮等的皮火筒呼呼呼地吹，一下子烈火腾起来了，四边蔓延熊熊的火焰。之后，四方的火夹逼过来的时候，中间所有的地狱有情都烧得火身无二。就像一座屋子，上下左右的一切分全部都烧出火来了，虽然有那个屋子本来的相，但是由于全部都出了火的缘故，看不到它原本的相。同样的，这里面的地狱有情从头到脚全部都燃成了火，因此，他原本的相不见，只听到惨烈的号叫。由于苦得特别厉害，他们想解脱的心，相续不断地生起，然而没有解脱的时候。有时每当火门稍稍开的时候，他心里认为有逃脱的机会的时候，那些狱卒们又用铁矛、棍棒、铁锤等殴击。而且，在这里要感受用熔化的烊铜水往口里灌等的前七种地狱中的各种苦的种类。

[248] 在无间地狱当中要受苦达一个中劫。也就是，由那些非常重的恶业，会相续不断地现出这么猛利的苦报，在漫漫不见边际的年劫当中不断地焚烧。

[249] 因为没有比这更重的苦的逼迫，所以称为”无间”。造了五无间业的有情，以及入密乘后对金刚阿阇黎生起邪见等，就会生在这个地方，此外其他的业不会生在这里。

[250] 思考题

[251] 1、八热地狱的地理位置在哪里？其共同的苦相是什么？

[252] 2、阐述八热地狱中每一种地狱的环境、施刑者、刑具、受苦之相和寿量。

## 1.7 07

[253] **其眷属近边地狱：于无间地狱四方中各有煻煨坑、尸粪泥、利刃原、剑叶林四狱，即东方有四、南方有四、西方有四、北方有四，共为十六，于东南隅有一铁设拉末梨林，如是西南、西北、东北各隅，亦皆有一。**

[254] 八热地狱和近边地狱是根本和眷属的关系。教典中说到，每一种有情大地狱的四门旁边都有四个眷属地狱，称为”十六近边地狱”。这里单就无间地狱旁边的十六近边地狱思维苦相。

[255] 所谓”根本与眷属”，即是过去以嗔恚等恶业，在识中熏建业习气，到成熟位就成为果位识，由此将变现时间极为漫长、苦报极为深重的苦相。它就像人体某器官患病，有报得很重的受苦状态，有过后较轻的受苦状态那样，先前要在根本的刑罚场所——八热地狱里受苦，当重报已过，将受次报时，就会感得狱门打开，出了根本地狱，到了它近旁的眷属地狱里再次受苦。

[256] 所谓”根本与眷属”即主与次的关系，这也是法界的惩罚机制，使得果位识上的变现有一定的程序。而且，当业减轻时，业力自然把有情发遣到眷属的各近边地狱里继续受报，必然有此次序。因此要知道，业报是井然有序，丝毫也逃不过的。以无间地狱而言，在业力未尽之间，必须在那种极其苦难的地方受报一个中劫。之后，在近边地狱里受程度较轻的苦报，然而实际也是极其苦楚的。

[257] 近边地狱的地理位置是在主地狱的四方，各自排布有四种地狱，这四种地狱分别是煻煨坑、尸粪泥、利刃原和剑叶林。“煻煨坑”，就是充满炽热火烬的热灰坑，其中要备受烧烤之苦。“尸粪泥”，即充满了各种腐烂尸体的泥沼。“粪”指臭秽。其中要受利嘴铁虫穿皮、破骨、吸髓的大苦。“利刃原”，即满布利刃的受苦之原，要不断地受尖刀穿入脚部等苦。“剑叶林”，即长满剑叶的恐怖林园，要受飞剑斫截身体的大苦。以上无间地狱每一方都有四种，总共十六个。在十六近边之外，还有所谓的”铁刺林地狱”，它处在四隅，即东南、西南、东北、西北四个犄角处各有一个。以上是近边地狱的总说。

[258] 思维近边地狱的苦相。本来这是事实，而且，透过佛和祖师的宣说，我们就要真切地了解到这个事件的真相。然后，在了解的时候，就是在缘起上，它的前因后果如何？地狱有情在整个过程中，他的错觉、心态、行为、最终的结果如何？按照引导文清晰地看到这些，生起定解以后会发现这是事实。而且就想：造嗔恚的业太可怕了，决定会陷入到这里。由于嗔恚业的功能，会发现决定是这么大的苦，又是这么漫长。

[259] 之后把自己摆到里面去，就会发现：我过去曾经造过很多嗔恚的业，如果不忏悔，那就会处在这种情形中。之后就会发起断恶的心，知道一切世间现相都由因果律在支配，苦乐的法则就在因果律上。如果是嗔恚业，那唯一变现出这样的苦相，没有截断它的话，将来决定要受报。诸如此类，就知道怎么来处理自己的前途，那决定是要截断这个恶的相续，而且发誓遇到命难也绝不再造。

[260] 之后，发悲心的时候也要知道，无数有情由于业果愚，正陷在这里面。他们想求乐，做的却是嗔恚业的苦因，结果堕入绝望的境地，在无数年里感受连绵不断的苦报，这唯一是唯识变现的法则所决定的。之后就想：如果我不去救度，那谁去救度他们呢？这样发大悲心，愿一切众生即刻就远离这些近边地狱的苦。诸如此类，我们的心会由这样的思维而发生转变。这样的话，学了一分法，就有一分受用，就会变一个人，这就是善学法的人。因此，我们要按照这样的方式，来思维五类近边地狱的苦相。

[261] 以下一一认识五种近边地狱的苦相。先看煻煨坑地狱：

[262] **其中第一煻煨坑者，诸无间地狱业减薄者出外之时，从远处见到黑阴影火坑，喜而前行。游行至彼，遂堕入煻煨炽然火烬里，烧肉烧骨而受苦。**

[263] 首先思维煻煨坑地狱。这又要从前面无间地狱的受报事件延续而来，要看到这种业的变现状况是如何进一步发展的。所谓”诸无间地狱业减薄者”，先前造了五逆、谤法等的地狱业，那种业的变现力特别厉害，经过在一个中劫里烧得不见身体、唯见火焰的状况，业的功能在感报以后逐渐地减弱。当减到一定程度时，那种唯心变现的无间地狱果报就消失了，同时显现出无间地狱的四个门打开，开始出现其眷属近边地狱的苦相，这是轻一些的苦相。像这样，业力自然转换它的影片。

[264] 这时候，那些有情感觉，现在从无间地狱的大火里出来了。他们奔驰在外，由于先前长劫受焚烧苦的逼迫，心里不断地有一种寻求舍宅的心。以这个欲，自然就看到远处有一个黑阴影，以为很阴凉，实际是火坑，以他们的错觉力会出现这样的现相。之后的”喜”字是说他们的欲，他们非常希望离苦得乐，在见到了所欲境时非常欢喜，之后产生行动，就往前奔进了。

[265] 之后游行到这个地方，“遂堕”是表示唯一的结果（从这里就看到，有情很可怜，虽然有离苦得乐的愿望，都想得一个安歇处，然而因果律丝毫不差，以嗔恚的业不可能变现阴凉，所以，当业的胶片在那里放映时，就唯一地显现出堕到了煻煨炽然的火烬中）。“煻煨”，就是炽热的火灰坑。“炽然”，表示以嗔恚业现前的苦报强度非常大。“火烬”，就是像烧红的煤炭那样的状况。煻煨的高度是没到膝盖以上，有情一陷到热灰里面，全身都受着炽然的火烧。当时的苦相是，从外皮到肉到骨全部都烧干，烧干了又恢复，又要继续受苦。这就是唯心变现的法则，嗔恚的业唯一变现出烧肉烧骨的大苦。过去的业势力在识中熏建的习气功能，就像已经拍好的胶片，在果位成熟时，连绵不断地显现出来。就像这样，要显现无量余年。

[266] 从这里就可以看到，那些有情都想离苦得乐，想寻找清凉，然而过去所行的唯一是造苦之道，唯一地造嗔恚业，因此，以这个业绝不可能显现安乐。这才知道，苦的根源就是业果愚，驱使有情堕入恐怖的地狱里。

[267] 那么，我们自身要明白，除了遵循善的法道之外，没有另外的安乐之路。懂了这一点，就要知道，要想不堕入煻煨坑地狱，一定要去掉嗔恚的业，只有去掉了嗔恚的业，才能远离煻煨坑地狱。因此，我们时时处处都要谨慎心中的煻煨坑，因为一旦造下了嗔恚业，它的业因已经进去了，那么当业习气成熟时，唯一地变现在不可思议的年数中，在煻煨坑里万烧万复、惨不忍睹的大苦。

[268] 像这样，要了解这是真实的事件，要认识到它唯一是我们的识变的。要真正地看到因果法则不紊乱，嗔恚的业只会出现炽然的火坑，只会出现烧烤的苦，而绝不可能出现丝毫的阴凉。虽然是寻求阴凉，但是没有远离嗔恚业因，就绝对不可能实现。要像这样得到因果上的定解，知道整个事件的原委。还要知道在自身上如何处理，怎样做一个理智的人，息灭掉这些嗔恚的业，发誓永不复造。又要生悲愍心，怜愍一切堕在煻煨坑里的父母有情。诸如此类，我们通过这一次的修心会发生很大的转变。

[269] **第二尸粪泥者，如是见到在远处有河，由于前一个大劫坏灭之间火聚中煎煮故极度干渴，由此见水欢喜而取饮，游行至彼，其处何尝有水？唯是漂着人尸、马尸、犬尸等腐烂极为臭恶，多有诸虫蠕动的泥潭，遂陷入其中，没至头顶，则有诸虫铁嘴锐利来刺，咂食而受苦。**

[270] 第二、尸粪泥的苦相。要知道这一切都是业在变现，而且确认到，从前到后的整个过程的确如此，这样就会起胜解。从前到后地观察，就叫做”如实地思维”，本来如是而如是见到。

[271] 跟前面一样，过去在无间地狱里长劫受苦，到了业减轻时，同样显现出城门打开，从中奔跑出来。这时由于离苦得乐的欲，会见到很远的地方有河。也就是，过去受的烈火的逼迫太大，这时会幻想前方有一条很好的河，这是出现了乐境。再要看到心态。有情都有离苦得乐的愿望，由于在前一个大劫坏灭之间，一直都在烈火当中极度地煎煮，因此干渴到了极点，以此，在幻觉中见到河的时候，欢喜到了极点，马上要去河边取水喝。这就可以看到有情离苦得乐的欲。

[272] “游行至彼，其处何尝有水？唯是……”这一句，就知道黑业不会变出安乐境界。走到那里的时候事与愿违，那里怎么会有水呢？这就说明，嗔恚业决定变不出清凉可口的水，这是业决定的法则。由黑业唯一变现苦境，由嗔恚业唯一变现尸粪泥的境，所以讲”何尝”“唯是”，就是指在缘起律上是不可能出现安乐境界的。

[273] 这里要从唯心变现的法则去看，因位要看到嗔恚心的火焰，以及它的污秽，之后就要想：这样嗔恚的心能变出清凉的水吗？能出现饱饮的乐吗？绝对不可能。由此就会明白因果律的无错乱。所谓”唯是”，就要知道识的变现不会有一点错乱，因此它叫”铁律”。譬如心里起了嗔恚，那在因位就可以看到，哪里有什么清凉？哪里有什么乐的受用？哪里感觉很清净？心里乌七八糟的，好像还有很多的蠕动，身心都被嗔恚的火吞噬着，被烦恼咬动着，而且心明显沉陷下去了。这还只是因位的相，在果位一定以放大法则变现出难以忍受的苦境。因此要明白，“何尝”“唯是”，都是讲唯心变现的铁律，都是讲法则。

[274] 再者，从前后相连来看，有情都有离苦得乐的愿望，但是，如果不顺合天理，不顺合安乐法则，那决定事与愿违。以自己的愿望会出现非常好的河，以自己的欲极想一下子喝到，然而却丝毫不实现。因此要知道，这不是随主观愿望来实现的。我们的心一定要如理，要合到天理、合到因果律，按照安乐法则去行，才会如愿产生；决不是凭个人的幻想，或者各种颠倒的做法能够出现。而且在因果律上，绝不可能从黑业产生一刹那的安乐，否则因果律就成了紊乱，诸佛所见成了颠倒。

[275] 就像这样，进一步能体会到，当他们行到那里时，决定是失望的。那里一点水也没有，唯一漂着腐烂的人尸、马尸、犬尸等，非常臭秽，这叫”尸粪”，那是一个有好多虫子在里面蠕动的泥潭，这叫做”泥”。然后一踩就陷进去了，这叫”沉陷”。一直没到头顶，这叫”充分地受报”。泥潭里面有好多铁嘴的虫子在身上刺咬，它们用针尖一样锐利的铁嘴从皮刺进去，刺得非常深，穿过了皮肉，扯断了筋，一直刺到骨头里去吸食骨髓。这就可以看到，以嗔恚的业得不到精髓、有实义的法，反而一切的精髓都要被吃尽。这就直接向我们昭示了地狱的苦报，昭示了业果的可畏。再说，当他被吃掉以后，又会恢复如初，然后再次受报。也就是，这个业成熟时不断地重复受报，这叫做”重复性”。

[276] 总之要观察到，嗔恚的业决定变现出这样的苦境。这里受的苦报：一是环境的苦，里面是臭秽的、肮脏的、陷溺的。再从六根所受用境上看，气味非常的臭，触觉上污秽沾身，还要被诸虫的利嘴刺食。总之，六根所对的受用的境界、意识的境界纯苦而已，而且是极度的苦。再者，从业的重复变现来看，由于业种子的功能还在，所以要在无数年里不断地显现。

[277] **第三利刃原者，又有从彼狱得脱而游行至此，见有一个青绿可爱平原，行至彼处，一切地面皆生如青草般的热铁利锥，足行其上，左踏左穿，右踏右穿，起时即愈，落足又复割截如前，如是而受苦。**

[278] 第三、利刃原。也是像前面一样，要了解整个缘起的过程。要看到是什么原因驱使他们出现这样的幻觉，之后实际是什么现相，然后就完全陷入其中，之后是什么苦相、怎么重复。诸如此类，按照引导文精确地认识到它的状况，而且非常胜解。之后自己就想象：如果我有这种业，处在这种状况里，那决定无法逃出利刃原的苦境，而且要成千上万次反复地受苦。由此会发现，最可怕的就是心中的嗔恚业，而它的变现功能正是这一切利刃原现相的根源。之后会发现，这里没有任何侥幸可得，乃至嗔业没有消尽之间会不断地显现。然后就知道唯心变现的法则，知道必须以猛利的追悔来忏掉这个业习，以猛利的立誓来截断它的相续。之后，对于一切陷在利刃原中的众生会发起悲心。诸如此类，经过这一段修习，我们会出现心上的转变。

[279] 要按照这样来思维利刃原的状况：此前被烧了一个中劫，想求一个安身之处，到处去寻找。之后由离苦得乐的欲，就出现一个幻觉，那里有很宽的平原，青青绿绿，非常清凉可意，由此就发生一个欢喜心，往那边驰奔过去。现相如何呢？遍地都是炎烧的铁地，长着形状像草一样的尖锐的刀锥。这就看出，由嗔业变不出丝毫的清凉、柔软等。如果到了天界，地是柔软的，触到青草会有乐受，那是善业所现。如果到了净土，会有更妙的无漏的乐受，那是殊胜的净业所现。而在近边地狱的利刃原当中，由于是嗔业所现，地面上周遍是热铁利锥，没有一寸能出现安乐的境相。这里的”一切地面皆生”，讲的就是因果法则的无欺。

[280] 之后再看苦相。这时候想一想，那些地狱有情落到这里以后无处可逃，他们的命运是将在亿万年中不断地感受尖锥入穿脚部的苦。也就是，左脚踩下去，左脚刺穿了，右脚踩下去，右脚刺穿了，整个平原全是利刃，无处可逃。之后，他们还要万死万生，当脚抬起来的时候恢复如初，而一落脚又重新受割截之苦，这是业报的重复性。也就是，同类的嗔业习气没有消失之间，就是一张张相似的受苦的胶片，放出的是一部部相似的受苦的影片。就像这样，重复性是非常可怕的，它反映了业的增长律。

[281] 我们从这里会知道，这是真实的情况，完全定解唯心变现的法则。因此就知道，必须要忏掉内心的嗔恚业习，而且发誓：以后纵遇命难，宁死也不要起这样的嗔心。要以这样猛利的道心来截断嗔恚的业流。之后，见到一切众生是那么愚痴，由业果愚的支配，不断地造作嗔恚恶业，很多有情已经陷入到利刃原的大苦中，还有无数的有情将会陷入到里面，因此发悲愿，要让一切有情都即刻远离利刃原的苦处。

[282] 像这样，由于这番的修习，自己的心就发生很大的转变。过去心很僵硬，对因果律一点都不相信，根本不知道这是心上发生的事；现在非常信解因果，相信这一切苦相都是自心嗔恚的利剑所反映出来的，怨不得别人。又是一个理智者，知道怎么在缘起上破掉过去嗔恚的业习，又知道怎么还复，又知道怎么发悲心。

[283] 通过这样修心，我们对于轮回确实没有任何希愿，对于众生却充满了悲愿。就像普贤上师所示范的那样，我们也要看到轮回里的确毫无实义，看到唯一要发悲心去救度众生。诸如此类，要这样反复地修习，发生心上的转变。

[284] **第四剑叶林者，又有从彼狱得脱见有一处可爱的园林，喜而驰往故，彼处何尝有一可爱园林，唯遇剑叶园林，铁树枝上生多利剑犹如树叶，风摇叶动，斫截其身，块块支离，而后复合如前，重受斫截之苦。**

[285] 第四、剑叶林的思维，也是要看到缘起的真相。由什么原因现出了这样的境相，那些有情是以什么欲驱使而出现错觉，又由黑业的力量出现怎样的现相，之后就陷入苦中。而且，唯识变现是相续不断的，不可能另有乐境现前。

[286] 紧接前面，在无间地狱里受了一个中劫的焚烧之苦，特别盼望有一种微风吹拂，或者在树荫下歇息等的清凉的乐受。因此，从无间地狱脱出来以后，以离苦得乐的欲，幻觉中会见到有一处郁郁葱葱、微风拂面等非常可爱的园林。这时候发生很大的欢喜心，往那边奔驰而去。

[287] “彼处何尝有一可爱园林”，意思是到了那里，以嗔恚余业的力量，根本不见可爱的园林。“唯遇剑叶园林”，这是指，从嗔恚业习的胶片所放映出来的唯一是剑叶园林，一棵棵铁树的枝上生了好多像叶子那样的利剑。之后，哪里有微风拂身的乐受，或者树下休歇的安闲？紧接着，业力自动变现出风吹着一棵棵树，树枝摇动着，无数的利剑在空中飞舞，从各个方向斫截罪人的身体。之后，就像被斧头劈开那样，身体成了两半，或者拦腰腰斩，像这样，地狱罪人被切成了好多片。之后，以业报未尽的缘故，自然变出一个身躯，重新受斫截之苦。就像这样，一遍又一遍地演恐怖片，在业的功能没有消除之间，会在百千万亿年里不断地重复这种苦的境相。就像恶梦的习气消除之前，会不断地出恶梦一样。

[288] 像这样要知道，自他有情的嗔恚业习就是心中的剑叶林，一旦成熟到了果位识，就像胶片全数放入了放映机，在因缘集聚时接连不断地演这样的影片，而绝不会演出其他的片子。所以，“何尝”“唯遇”，都是指业变现的决定定律。所谓的由黑业不会出丝毫乐受，尤其由嗔恚业，会出现地狱剑叶林等的无数恐怖的相。而且，以业的放大律，当到了果位识的时候，一下子就现出极其广大的恐怖现相。现相是唯一的，定律是不变的，这就叫做”天理”。那么从这样的业识之中就出现了剑叶林，无法逃出，一直到恶梦般的业因消完，才从这种苦相中脱出。

[289] 懂了这一点就知道，在心上要去掉嗔恚的习性，然后发愿，以后宁死也不造嗔恚业，自己洁白的心地不要染上嗔恚黑业的习性，更不能去放纵。毁灭自己的是心中的嗔，最危险的是烦恼敌人。之后要看到，众生由于放纵私欲的缘故，与人竞争等时会发生很多嗔恚的业。他们都是这样已经建立了嗔恚的习气，或者正在建立嗔恚的习气，或者将要建立嗔恚的习气，由业无欺的法则，已生于剑叶林中，正生于剑叶林中，将生于剑叶林中。这样观照无量无数的父母有情，他们在这样的林中受苦，因此发悲愿：愿这一切有情，心前剑叶林的苦相顿时消失，出现净土妙相！愿他们都能脱出业习气的困扰，到达大乐之地！再再地这样祈愿。

[290] 这样我们学了剑叶林地狱以后，心中就会确实地感觉，一定会有这样的地狱，因为唯心变现的法则是不会变的，天理昭然。当内心处在嗔恚利剑般的状况中时，就会发现现前就有割截其身的苦受，那种相似感会出来。然后知道，当业识成熟之时，一下子就陷入这样的苦境，先是无间地狱的苦，之后还要到眷属近边地狱里再次受罚。可见天理的惩罚是非常厉害的。一个人违逆了天理，违逆了法界的正道来造业的话，受惩罚太厉害了。如果不是这样受惩罚，人的邪心会不断地发展、放肆而为的，这就知道，一点一滴都逃不过去。因此，人只有一条自救的路——唯一要依着正法而行，唯一要删除掉所有私欲的狂乱妄为，这样才能入于安乐之道。应当从中得到大的觉悟。

[291] **此外铁刺林是诸违犯净戒、失坏律仪或梵行者，及诸欲邪行者所生之处。以业力故至于可怖铁刺林前，见山顶上有喜爱自己的情人在唤着自己，遂趋登彼处，途中铁树所生的诸叶皆现向下而刺截其身。达山巅时，由铁乌、铁鹫等啄食其脑及眼内脂肪。又见山脚下在唤着自己，如前趋往，所有树叶又皆显现向上而洞穿胸背。至山脚下时，可畏的铁男或铁女紧抱其身，咬头入口、嚼食其脑而从脸的两腮流溢白汁等，受苦无量。**

[292] 此外的铁刺林是破戒者、邪淫者等罪人的所生处所。业的胶片藏在八识田里，到了放映之时，就会以缘起的势力，一层一层地开演或者推进，这叫”增上之力”。这个力量自然把罪人的心识推到了非常恐怖的铁刺林的境相前。这就是说，当因缘成熟时，果位识就开始放映恐怖片了，一幕一幕地连续播出。由于片子太稠密、太相似、数量极多，心识的错觉会感觉真的有一片铁刺林，自己真的在一步一步地往那边走，似乎一切全是真的。

[293] 这种唯识变现的状况就很明显。以淫欲的习气，自然变现出一个喜爱自己的人，非常有魅力地在叫着自己。当这个相一现出来，造作等流就随之而起，这时是一定要去找到他的。而且，过去有邪淫、破人婚姻等的罪业，这一次就演出处处坎坷的爱情之剧：所有树上的叶子都显现成锐利的铁刺，自然向着下方穿入自身，所以，一路上都被锐利的铁刺刺穿身体。到了山顶，哪里有曾经喜爱自己的情人？只有铁乌、铁鹫等飞过来，啄食自己的脑部，啄掉眼睛后再吃眼里的脂肪。这是由于邪淫心不正、眼不正，自然受这种惩罚。也就是心识自然的变现律，是要这样反过来受报的。过去心里动了邪念，就要被吃掉脑袋，眼见邪色，寻求不正的性伴侣，就要被啄掉眼睛。

[294] 这里虽然没有明显说，实际也蕴含”何尝”“唯一”四字的涵义。哪有所谓的情人，都是淫业变出来让人受惩罚的。当初使别人的家庭出现种种不幸遭遇等，这一次显现格外坎坷的爱情之路，一路荆棘，处处刺向自己，所有境界没有一点可意、顺利、安乐之处。由邪淫业习所熏建的识唯一变现苦境，绝不可能出现丝毫安乐的境，这是因果无欺的法则。

[295] 再者，一到那里发现只是幻觉，根本不可能有那个情人，只有受到乌鹫啄食头部和眼睛的苦。真是天理可畏，黑白分明，一切都是唯识变现，并没有识外的境。由于识上熏的就是这样的罪业习气，当它到了成熟时，只会铺天盖地地上演这样的恐怖片，处处都是受天理的惩罚，而且同类相应。

[296] 再者，可怕的是业报的重复性。当他到了山顶，又闻到那个情人在山下叫着他，又奋不顾身地去追求。然后，在这条爱情之路上，仍然处处受荆棘刺身的苦。到了下面又有铁男铁女拥抱，把脑袋吃掉，白汁从嘴角流出，沿着两腮流下。就像这样，反复地受苦。

[297] 我们要知道，这一切都是错觉为因，错觉为果，反应出错觉的可怕。当时就像得了精神病，一错乱就要发作无数次那样，一染上淫欲的习气，就数数地出现幻觉，为着私我去寻求欲乐，不顾一切。比如看多了现在的爱情片，染上了这种业习，那长期当中都洗不掉，常常会出现这样的等流习性。由于不畏因果，不畏天理，一定要寻求到可意的境来得到淫欲之乐。那么，以这种心理驱使，一直到地狱里还是这种等流，哪怕削掉了脑袋，啄掉了眼睛，幻觉里还是现了山下的情人在叫，还是疯狂地去追求。要知道，这样的心、欲、苦会重复无数次。这也就是种子成熟起现行的道理。

[298] 所以要知道，这一切都源于不正确的观念，之后起欲求，造非福业，心上就熏入了这些业习。一旦到了成熟位，唯一是以这种业习的势力，放映出各种错觉的相。由于违背了天理的缘故，因此，所放的一切连一个微尘、一个刹那的安乐境界也没有，而且，变现出来的全是与因同类的境界。这样就明确，一切都是唯识而变现的。

[299] 思考题

[300] 1、什么是”近边地狱”？它位于哪里？近边地狱与八热地狱是什么关系？

[301] 2、对于煻煨坑、尸粪泥、利刃原、剑叶林、铁刺林这五种近边地狱，分别思维：

[302] （1）有情离开无间地狱以后，以什么欲驱使，出现怎样的错觉？

[303] （2）此地狱的苦相如何？重复的情形如何？

[304] （3）从唯心变现的法则思维：为什么此地狱的苦相是无欺的事实？

## 1.8 08

[305] 八热地狱方面，今天还要做一点补充。关键要认识唯识变现的定律。造了嗔恚业，第二刹那在识中熏了习气，这个识叫”因位识”。当它受滋润而成熟成了果位识，就开始放映业的影片了。唯一由自己的识变现，叫做”唯识所现”。由业的势力所支配，叫”业决定”。最初出现地狱有情身心和合的状态，叫”名色”。六根出现，叫”六处”。当时，出现根境识三者和合而分别的状况，叫”触”，这是境界受用。由于极不可意，发生苦受，这就是异熟受用。识的变现在不断地重复，其中所经历的刹那数是寿量。

[306] 由嗔恚业所熏的识，唯一只现火焰炽盛等，由损害他者的缘起，唯一出现被惩罚，这些都是因果的同类相应，如同做梦一切都能变那样。譬如梦中到了非常恐怖的地方，出现惩罚的狱卒、受刑的场面等。又好像在人间，可以变出广大的虚空界，地球、日月、其他天体等，以及很多人共处的社会环境，一切共同方面都是同分妄见。再者，由于是同一个法界的变现规则，法界是不二的，由此能无碍地作安排，如等活地狱，无数个业识可以安排在一起，这是法界定律的不可思议之处。有了这些认识，会从深层了解唯心变现的法则。下面举例说明：

[307] 以大号叫为例，同样思维缘起怎么把罪人推进去，其中怎么唯识显现器界、苦具、苦相、寿量等的相。嗔恚的业唯一现出炽盛的火焰界。当时，以自己的心现出很多狱卒，就像梦中现出恐怖境相那样。有人会想：唯一是自心，怎么还有做惩罚的狱卒呢？就像梦里会出现好多人，如果自身造了恶，那的确会有各种乱相出现，就像演电影一样。那么这时候就会现出好多非常可怕的狱卒，把那些有情赶进了双重铁室中。

[308] 由于业力比前面的号叫地狱更大，给的惩罚的量也就更大。这时候，识自然变出两重铁室，进去以后就被猛烈地击打，而处在绝望当中。自身也会敏感到，业一旦变出果报，就不会很快消失。而且，业力表现得特别厉害，在里面被封住的状况是，有两重门，全部由熔化的铁水做了浇铸。看到这种情形就知道，即使从里面解脱，也没法从外面解脱，由此更加剧烈地号叫。

[309] 他们的寿量是非常漫长的。人间八百年是化乐天的一天，相当于从宋朝到今天那么漫长的岁月，化乐天才过了一天。而这样的三百六十倍再乘以八千，大约三百万倍，才是大号叫地狱的一天。而这个量又是三百六十倍乘以八千，约是三百万倍，在化乐天一个天人的寿量转过去以后，还要转三百多万次。在那么漫长的时间中，一直陷在双重铁室里，被困锁在里面。这就知道，业力感果的相续就是这么漫长，这完全是事实，叫做”业的增长广大定律”。

[310] 又比如思维烧热地狱，也是一样的。按照佛语和祖师引导等，在进入的时候会知道，业自然这样变现。以更重的嗔恚业会出现炽热熔化的烊铜水、三千大千世界那么大的大铁器，放出来的是场面非常大、情节非常恐怖的影片，无数的地狱有情都在里面煎煮受苦。这要看到，唯识变现的时候自然要放电影，一段一段都要出来。如果不相信，那就去看，比如我们白天造了恶，晚上做梦的时候就会出现很多恐怖的境相，比如好多狗在咬自己，这也是一幕一幕会变现的。只不过到了地狱里，它现得更加广大、周遍、恐怖。就像这样，那时候就被放到烊铜水里煮，里面沸腾翻涌，每当浮到上面的时候，就显现有狱卒用钩子勾起来，用铁锤猛击头部，一下子就什么都不知道了。在这个时候虽然是苦，但没有领受感，罪人也视此为乐，此外都是极苦的状况。

[311] 这种业力的胶片要放映多长时间呢？人间一千六百年，相当于中国晋朝到现在为止的时间的量，他化天才过了一天，是那么漫长。人世间已经过了几十代的人，他化天才经过一天。而这样的三百六十倍再乘以一万六千，是烧热地狱的一天。而这样的时间又要经过三百六十倍乘以一万六千，超过百万倍的量，要在这么长的时间里受苦。这样就发现特别可怕，它的放大率太大了。由此能够确认，内在业的增长广大远远超过外在植物的增长率。

[312] 而且，识所变出来的都是同类的相。比如众合地狱，原来杀过獐鹿、山羊等，这时候自然就会显现出来。山谷旁边的山峰都呈现出那些被杀旁生的相，它们头顶上自然冒火，火都是红红的、特别热。这就是由嗔恚的业自然放出来的恐怖片，之后自己要在里面受惩罚。由于原来杀过这些动物，所以两山自然显现出角和角相抵，中间有个空间，无数的有情被驱赶到那里，然后两山相撞，被压逼得非常厉害，从眼、口等的一切门中涌出血来，之后又分开，又压挤，重复千万次。

[313] 像这样，由于黑业违背良心、天理，自身又没有忏悔，恶业就会一直压在心里，放不出来。如果忏悔得早，那一下子就会转掉，但如果自心还要违逆，那就还要受惩罚。譬如一个烦恼藏在心里、一种罪恶藏在心里，如果不发露的话，你会不断地受良心的遣责。这还只是因位的，比如说会重复一百次、一千次，那个时候是自然反应的。这时候就应该敏感到要及时忏悔，一旦放到地狱里面去，它还是要不断地变。因为是违逆，所以就不顺，因为是伤天害理，所以一定要受惩罚。而且时间太长了，一次又一次。比如造了恶业，还不袒露，那这个地方时时都会起作用，直到最终能够把它报掉，能够见光。

[314] 还要知道，唯识变现是非常可怕的。凡是嗔业所感，地面全都是炎烧的热铁，锯子是带火焰的，铁锤也是带火焰的，铁室也是炽然的，三尖丳也是带着火焰的。这样就知道，嗔恚业熏进去了以后，果位识自然出现同类的相。所以，三界就像幻化一样，就是一个识在那不断地变，而且一点不错乱。我们要知道，识是最可怕的，这个业识最可怕，到了成熟位时，变现出来的境界都是极其恐怖的，而且相当漫长。那个时候已经被业自在了，没办法逃脱，而且万死万生，不断地重复。

[315] 要知道，最大的恐怖片就是恶业所熏、心识所变的境界，没有比它更厉害的了。地狱的那种深度、广度、相续的漫长度，都是恶业习气所变的，它比一般的恐怖片不知道强多少倍，那是真正的惊心动魄，真正的大恶病，而且一现出来就是铺天盖地的。因为没有识之外的东西，当识熏成这样的时候，它放出的没有好的，而且，一切处全是这样的相。这时候就知道，唯一自己的识是作者，唯一业是变现者，一切全是它演出来的。恶业的作品是最大的、最恐怖的，世上再也没有比这更可怕的事了，这叫做天理可畏、因果律可畏。这样也就会知道法界定律的威严。

[316] 人们都会说”唯识、唯心”，但往往都是以理废事，说这个心就是地狱，心外没有地狱。其实恰恰相反，从八大地狱开始，所谈到的地狱里的一切环境、苦具、苦相、寿量等，所有这一切都是唯识所现的。不能离开这些去谈唯识，而恰恰要从这些相里面认识到，每一个点、每一个细节、每一种相，全部是唯识的反应，全是在显示昭然的天理。结合事相去认识理，就知道这一切都是识变的，没有比这更无欺的了。

[317] 这样就知道，自己起嗔造业就像服食剧毒一样，而且比服毒还要愚痴百千万倍。人最需要知道的就是这里。从中会发现，最大的元凶就是心中的业果愚。忏悔时要想发起猛利的追悔心，也是要对业果有胜解才出得来。而立猛利的誓愿截断恶业相续，也是基于这个胜解，才会自然地发出来。再者，推己及人，对一切众生发悲心，也是从这一点才会真实地认识到，之后油然地会起来，会增长到猛利的程度。

[318] 八热地狱和近边地狱相比，苦得更加深重。我们要敏锐地觉察到，在近边地狱还有不少的活动，而在八热地狱里面实在苦得太厉害，业力的惩罚非常深重，所以就看到，有情几乎没有自身的活动，非常可怜。

[319] 诸如此类，我们一分一分地去认识地狱的苦相，就会逐渐地相信而生起定解，对于生死界的观感完全不同。像这样，逐渐地思维下去，就会觉得轮回太恶心了，一想到就要呕吐，就不想在里面待，想早点脱离，因此，会有决定的出离之心。或者就想：今生最好马上就生到净土，脱离苦海。或者对有情的愿望，是希望这一切父母有情立即从苦海界中解脱。这个心会相应地起，会由自身的观修发生转变。

[320] 观修总要

[321] 这里总的引导包括三个方面：一、修的前提；二、正修的要点；三、兼带修忏悔和悲心。

[322] 一、修的前提

[323] **如是八热地狱、十六增、铁刺林等眷属地狱，彼等之苦由自己善观察后，去寂静处闭目，如现量正生于彼地狱中般而修习。**

[324] 首先，修的前提要具有到量的闻思。也就是，以上说到的八大地狱，以及它的眷属——十六增地狱、铁刺林地狱等，对于那些苦自己要善加观察，这是指闻思的量。

[325] 所谓的”善”，就是很好地按照教、按照理，非常清晰明白地知道地狱总的苦相、差别的苦相。比如按照教，思维热地狱等的总苦相，也就是环境如何、苦状如何，别地狱里如等活到无间之间每一类是怎样的苦相。理上要由业感缘起或阿赖耶缘起决定地认识到，这是无欺的事实，这是由业果律来支配的。

[326] 在此又有略和广两类。略就是按照本引导文，首先听闻了解，然后思维确认。从而具体地认识到各类地狱苦的因缘，如何随着业力而变现，有情的苦处，它是如何出现境界、根身等的境界受用、异熟受用，当时环境如何、苦具如何、苦受如何、苦相如何、寿量如何等，以及有情当时的欲、他的绝望、他的造作等流、领受等流等等。诸如此类的方面，实际都是贯穿着缘起理的无欺的显现，这样就需要通过思维来决定。所谓广的闻思，按照各大引导文所指示的，要多阅《正法念处经》，数数地观阅，对于所观阅处要如理地思维。

[327] 在已经有了闻思，取得了胜解，也就是一方面心里能清晰地记得其中的内容、理路；另一方面，对这些产生了定解，确认不疑，具足了这些前提后，就要进入正式的观行。它的要求是去寂静处，然后闭上眼睛，就像现量正生在那些地狱里那样来修习。

[328] “去寂静处”，又有外寂静、内寂静两方面，目的是要使心极其清明，才能渐次趣入观修。如同《入行论》所说：“若心散乱修，佛说无义利。”即以散乱心修，义利极小的意思。所谓的”外寂静”，是指要离开网络、杂乱的人群、话语等等的染污缘。“内寂静”，就是远离昏沉、掉举等违品的状况。也就是说，要想使观修契入，除了当前的所缘之外，在其他善、不善、无记三类等上都不能散乱。而且在观所缘上，需要断除昏沉、掉举等，由此，心才能极为清明，而依序渐次地修习。

[329] 具足这样的因缘就能够趣入观修。而且依次第，按照八热地狱等，逐渐地依照总苦相、差别苦相来观修。而在差别苦相里，又依照每一段引导文当中，是如何使心现量亲临般趣入。观修时，在转心的方面就要知道，当那种恐怖和苦的显现像现量亲受一样在心中出现时，就会有非常真切的感受、体认，这时就要开始对自他有情的前程作数数思维。思维时又有两方面的内容：一方面要取得共下士道的意乐和加行，另一方面要配合忏悔和大乘的修悲。其中又是以前者——趣入下士道作为基础。

[330] 二、正修的要点

[331] **当恐怖及苦的显现如现量一样生起时，心作是念：“哦！这次我并未生于彼处，然而彼之苦仅仅心上取，也有如此的恐怖及苦。现在已生彼处的有情不可胜数，而彼等一切又都唯是自己前世的父母，此生的父母及亲人、朋友等诸多死后，也难保不生彼处，而生彼处的主要因即是嗔恚之业，我们又是在此生及余生中积过不可计数的嗔恚烦恼之业，因而余生决定将生在彼等地狱之中。是故，这次在已得暇满人身、遇见具德上师，并听闻了甚深教授、有修证佛果位的此时，对于今后永不生彼诸恶趣之处的方便需要精勤。”如是数数思维。**

[332] 首先要了解，在什么情形发生之后，来作前途的考虑。那就是，当那些地狱所描述的恐怖和苦的显现，就像现量亲受一样在心中出现，这时候才会有后面一系列的心理活动。

[333] 到了那种境相已经出现的时候，心就要开始想：“哦！”藏文是”噶类！“就是一个考虑的状态。怎么考虑呢？就是要看，我现前的状况、未来的状况，以及一切父母有情现前的状况、未来的状况，要像这样作广大的考虑。那么如何决定是否生地狱呢？唯一是由业因来决定的。由此考察会知道，这是非常不妙的事。

[334] 要这样依照理路而进入：这次我得了人身，生在地球上，没有生在那些地狱可怕之处，但是，那些苦仅仅在心上缘取，也有这样的恐怖和苦。而且，现在生到那里的有情无量无数，不可说不可说，难以表达的，是那么多的有情。就像经中所说，得人身者如爪上土，失人身者如大地土。在失人身的恶趣众生里面，地狱有情是最多的，与饿鬼相比，多了无数倍。就像这样，生在热地狱等中的有情不计其数。那他们跟自己无关吗？他们都唯一是自己前世的父母，有生我、养我的大恩德。这是看到已经生在那里的有情的状况。再要看到，我这一生的父母，以及父亲、母亲各方的亲戚，比如伯伯、阿姨等，又有朋友等，也就是同学、同事、道友、邻居等等，他们好多人都死了，也难保不生彼处，因为造的黑业很严重，根本没有不生那里的断定。

[335] 生到那里的因，主要是嗔恚的业，也就是在十黑业里，三个意业中的嗔恚。那又要考虑，我们这些人在这一生，以及这一生以外过去的无量生里面，积过不可计数的嗔恚烦恼所起的意恶业。如果没有忏悔清净，那这个业当然要成熟果报，一个一个去看的话，基本都是地狱报。这就可以决定，在我这一生死了以后，其他生决定会生在那些地狱当中。

[336] 因此，这时候就有迫切的修下士以上正道的欲，如果此生不能脱出的话，那是非常可怕的。这一生由于得了暇满人身，好修法，遇见了具德上师，有大的增上缘，听闻了甚深教授，知道出苦的道，像这样，处在有修无上佛果因缘的时期，而目前下手的第一步，就是取得下士道以上的成果。也就是，现在不必谈其他，关键要在不生恶趣的方便上精进努力。这样数数思维。

[337] 到此为止，要取得共下士道的意乐和加行。所谓的”意乐”，就是已经知道恶趣苦极其难忍、特别可怕，因此，自己有迫切地想脱离恶趣的欲乐。以这个迫切的心推动，自己会再再地想：当前最大的重点是，我要寻找不生恶趣的方便或者正道；找到了以后，我要昼夜不断地勤修。这里不生恶趣的方便，包括修金刚萨埵等的忏悔法，在思维业果、归依三宝等的基础上具足四力，念修金刚萨埵咒等，或者更高的修空性，以及求生净土修往生法等等，在这些方面需要非常努力。要像这样数数地思维决定，之后发起精进。

[338] 以上在伴随着正式修习八热等地狱苦的同时，心会起感受。起的感受就是，所描述的那些恐怖和苦的境相，就像现量亲临一样地出现，这就是有非常大的浓度、非常真实的感受。这些起来当然就害怕了，害怕以后，跟过去悠悠散散的心态、若无其事的心态、狂乱胡为的心态就完全不一样。就像阿难尊者的两个外甥，从前耽著世间的五欲，懒散放逸，后来现量见到了地狱的状况，心完全被那种恐惧抓住了，然后一心精进，想要脱离那种大苦。就像这样，当害怕的心起来以后，心的观念就转了，那当然不是去寻求今生的五欲，也不是寻求来世的五欲，而是要解决当前最大的问题，那就是脱离恶趣。脱离恶趣也不是口头说的，而是要在能脱离的方便上精进。因缘具足就能脱离，没具足就不能脱离。这样的话，当前第一步就是要保住善趣身，得到下士以上的成就。这时候就想：我当前的第一步不在别处，而是要昼夜不断地精进于不生恶趣的方便。

[339] 这样数数思维，我们的心就变了，对于前途的考虑就变了，目前的重点就认识了。这以后，就会有伴随自他两分的立愿修习。自己方面，要以忏悔破掉恶业的现行以及相续，这样就可以出恶趣。对于其他的父母有情，看到他们正陷在地狱中，要修悲心。这样由数数思维看清了缘起，决定了修行的方向，之后相应地会出现下面自他两分的修习。所谓”自”，是在自身上考虑，所谓”他”，是在一切父母有情上考虑，这些都会相应地出现。

[340] 三、兼带修忏悔和悲心

[341] **对往昔所造的诸恶业，由猛利追悔而忏，并且心作是念：“今后对生彼地狱之处的业，纵遇命难我也宁死不造！”修如此猛利之誓愿。**

[342] 在自身上当然要修忏悔。在四力里面，最关键要具足两种力，一种是破坏现行力，一种是遮止现行力。前者是用猛利追悔来破掉罪业的现行，后者是用猛利立誓来截断罪业的相续，总的就是这两个要点。

[343] 我们过去造过很多嗔恚等的恶业，现在先要思维业果，从而感觉自己像吃了剧毒一样非常愚痴。之后就要起追悔心，而且要达到猛利的程度。之所以要达到猛利，是因为对面的恶业习气长期串习，势力很厚，只有起了猛利的追悔心，才能够破掉恶业的现行。所以，为了断其增长，需要在缘起上出现相反的状况，也就是猛利的追悔，这是它的要点。

[344] 接着从未来的方向上看，一定要有猛利的立誓，才能截断相续，否则这个心非常的狂妄、混乱，而不害怕。因此要这样想：“从今往后，对于生那些地狱的业，纵然遇到刀架在脖子上的命难，我也宁死不造！”在死和造恶之间，宁可选择死，因为死只是结束一世的生命，而造恶却要长劫在恶趣中受苦。因此，要有一种很坚决的心，立猛利的誓愿，跟罪业一刀两断，这样就有力量管住自己的心，由此能达成断相续的目的。

[345] 以上是在自分上修地狱苦，而相应出现的忏悔的修行。接着，由于本引导在一开始就要接到大乘的修法上，要脱离私欲，因此，作为大出离心修法的一部分，紧接着要修习大悲。

[346] **对于现今已生彼处的诸有情众修猛利之悲心，心作是念：“愿彼等一切恶趣有情现在即刻就从恶趣之处解脱！”如是祈愿等。**

[347] 对于现在正处在那些地狱里的无量无数的诸有情，要修一个猛利的悲心，就像母亲不忍独子陷在苦海里那样。之后就要修愿。悲以拔苦为相，也就是愿这一切恶趣有情，现在即刻就从恶趣中解脱。是这么迫切的悲。

[348] 悲的行相有三分，心里要这样考虑：我怎样才能使这一切苦有情脱苦；愿其离苦；我当令其离苦。这个悲心的广大、迫切、猛利的程度是，普遍观照到尽法界量的所有恶趣有情，一个不剩，之后迫切到不隔第二秒，现在即刻就全部从恶趣中解脱，有这样的心。这是它的行相。诸如此类，要不断地去修愿，这叫”祈愿”。

[349] **具足加行、正行、结行三分而修持。**

[350] 对以上修的内涵，要具足加行、正行、结行三个部分来修持。

[351] 思考题

[352] 1、什么是唯识变现的定律？结合众合地狱、大号叫地狱、烧热地狱为例来作说明。

[353] 2、总的观修热地狱及其眷属地狱方面：

[354] （1）正式观修之前，闻思要达到怎样的量？

[355] （2）正式观修时该怎么修？

[356] （3）在发生什么情形后，可以开始作前途的考虑？

[357] （4）如何考虑自身的前途？详细阐述思维的理路。

[358] （5）观修后，相应自分应如何修忏悔？相应他分应如何修悲心？

## 1.9 09

[359] 思维八寒地狱苦相分三：（一）思维总苦相；（二）思维别苦相；（三）总结修要。

[360] 思维八寒地狱的苦，要具体地按照引导文和佛语，了解到这是事实。思维时要具体化，从共同和差别两个方面来认识。

[361] （一）思维总苦相

[362] **第二八寒地狱者，共同而言，一切地基及周围处所皆处在雪山、寒冰之中，唯由风雪弥漫遮盖之处。**

[363] 八寒地狱的总苦相，表现为器界是连绵不断的大雪山，地面全是寒冰冻结，是一种非常恐怖、不悦意的地方。昼夜不断都是这种状况，没有一时不刮风、不下雪，总是处在风雪弥漫的覆盖当中。而且赤身裸露，受着寒苦。从疱地狱到裂如大红莲地狱，总的全是这种状况。

[364] 接着要思维差别苦相。

[365] （二）思维别苦相分二：1、思维八寒地狱差别苦相；2、思维八寒地狱差别寿量。

[366] 1、思维八寒地狱差别苦相

[367] **彼中裸体由寒触逼身故，身上忽而生出诸疱故，为具疱者；**

[368] 当时由业识现出裸体的相，也就是身上一点衣服没有，全身一切处都要受寒苦的逼迫。又以黑业的轻重程度，现出从轻到重的苦相。寒地狱中，第一层是寒疱地狱。也就是，当时现出来这样的名色、六入。之后，裸露的身体就处在周围全是雪山、寒冰的境地，虚空中风雪弥漫，见不到阳光。因为由业变出来的身体，就像初生的婴儿身上的皮肤，或者疮破了刚刚好的外皮，非常薄，所以风一吹到薄皮上就起疱，结果全都是疱，这样叫做”寒疱地狱”。

[369] **彼等疱破裂后成疮之故，疱裂；**

[370] 黑业更重的有情会出现更重的苦相。也是处在这样的冰雪严寒之地，风雪弥漫，寒触逼身，身上顿时出了疱以后，很快就破裂了。破裂以后，有很多利嘴的小虫在身上咬。像这样，出现全身都是疱裂成疮的苦相，非常难受，这叫”疱裂地狱”。

[371] **不堪忍受寒痛而上下齿打战故，牙啴啴巴；**

[372] 更重的苦相是，已经没法忍受寒痛之苦，以至于牙齿不断地打战，这叫”牙啴啴巴地狱”，以牙齿打战的相来表述其苦。就像裸体待在寒冷的环境里，马上身体就会抖，牙齿不断地打战。

[373] **悲号而持续不断叫苦故，阿切切；**

[374] 由更重的业力出现比前面更重的苦相，不仅是牙齿上下打战的苦相，进一步有持续不断的哀号，即不断地出现”阿切切”的叫苦声，叫一下才好受一点。

[375] **声调断故长叹则呼呼叫，呼呼而叫；**

[376] 前面的苦相是一直不断地出”阿切切”的叫声。苦报更重，特别重的寒苦，指身体的精力全穷尽了，就像临终的病人一样，口里出不来明显的声音，叫不出”阿切切”的声调，要很使劲才出”呼—呼—呼—“的叫声，苦得深重，这样叫才好受一点。

[377] **外皮尽成青色而裂为四分故，裂如青莲；**

[378] 冰冷的恶业更深的话，就会出现程度更深的裂如青莲地狱。这时候不光是发出惨烈的长叹声，身体的外皮一下子全部冻成了青色，皮肤分裂成四部分，像这样，叫做”裂如青莲地狱”。“青”，表示冻成青色，“裂”，是身体开始分裂，大的裂开成了四分。

[379] **内肉红色显露，也由寒冻而裂为八分故，裂如红莲；**

[380] 黑业更深的话，变现的剧烈度就更大了，出现的寒苦相更加深重。这时候不但外皮变得青色裂开，里面红色的肉也露出来了。而且，就是这个肉，一下子由于寒冻的力量分裂成了八分，这叫”裂如红莲地狱”，情况更惨。“红”，表示红色的肉露出来了，“裂”，表示更多分地裂成了八分。

[381] **进而较彼更成红黑而裂为十六、三十二等，乃至无数分故，裂如大红莲。**

[382] 黑业更重的话，业反应出来的苦相就更大。好比病毒已经入身，如果因很厉害，那出现的苦就非常剧烈，苦状也是不得了的，比如某个器官腐烂的相，这当然都是缘起的相。这里的缘起是内缘起，是由业变的。也就是因位造了恶业，第二刹那就在阿赖耶识田中熏建了业习气。由于当时造业的境、意乐、加行、究竟等各方面和合的状况很重，导致业势力很重。比如暗杀一位大德，那相当厉害，由于当时的心是阴冷的，业是很深重的，所以被判到更重的寒地狱里，自然现出更重的这种苦相。

[383] 这个缘起的力量太大了，所以当它一下子出现，非常剧烈地在进展的时候，不但破了外皮、出了内肉，而且，红色的肉一下子变成红黑色，寒苦的程度更深。然后，红黑色的肉就裂开成十六分、三十二分、六十四分，乃至无量无数分。这是最重的裂如大红莲地狱的苦相。“大红莲”，是表示红的程度已经转黑了，再者，裂开的数量变得更多，这都是它的变现律，自然是如此的。

[384] 这要知道，唯识的变现不是一句空理。譬如，过去造的业不好，生在了西伯利亚，那个寒苦的相是非常具体的。凛冽的寒风刮在身上像刀刮一样，手一伸出去马上就冻裂，裂得越来越厉害。像这些都表示出因果定律丝毫不紊乱，而且一一都会这样变现，由此我们会知道因果律的可畏。

[385] **如是所分裂之疮中，诸多利嘴铁虫钻入后啮食而受寒痛之苦。**

[386] 之后要知道，从疱裂地狱乃至裂如大红莲地狱，不但身上出现这样破坏的相，而且在裂开的疮当中，以业力自然会现出很多有锐利铁嘴的虫子，钻到里面不断地咬食，所以是非常苦。就好比一个人出了疱，疱裂开来以后，里面有很多虫子在那儿咬，业力自然就变现出这样的相来。“铁”，是一种坚固的相。过去造业的心是很僵硬的，不柔软，它就会现出铁的那种相。再说造业是很厉害的，它就出利嘴的相。再说是一种损害、破坏的业，所以会反过来被咬食。

[387] 也就是，全身的疱裂开了以后，到处都是利嘴的虫子在咬。像裂如青莲、裂如红莲等，当全身绽开来成了好多分的时候，那些地方都有利嘴的虫子在嚼食里面的髓等，不断地受被咬食的大苦。像这样非常苦，是没法忍受的。

[388] **由此八种不同苦相而立八种名称，称为八寒地狱。**

[389] 由恶业的不同程度而出现这样八种不同的苦相，根据相应的苦相，佛在经中给它们取名为”疱地狱”“疱裂地狱”，乃至”裂如大红莲地狱”。这些都是名实相符的，不是某个恐怖幻想家想出来的事情，那并不可畏。如果这是本来的事实，那我们必须去重视它，因为它很近。也就是我们的我执心，很容易就会出现冰冷的、冷漠的、损害性的心，而它就是寒地狱的因。

[390] 就像这样，这是名实相符的，当业习气成熟时，的确会变现出这样的苦相，而且大类有八，根据不同的苦相就立出相应的名字，完全是事实。这样就应当震动我们的心，因为这世上的确有这八个名字所昭示的大苦相，它叫做”八寒地狱”。从此我们不要忘记，这是非常可怕的事实，这是无数众生正堕入以及将要堕入的苦境，这是必须尽快消除的苦患。

[391] 2、思维八寒地狱差别寿量

[392] **彼等寿量者，以萨罗城斛量二百倍为容量之槽满储胡麻，每百年从中取出一粒，胡麻尽时，即寒疱狱之寿量。**

[393] 八寒地狱的寿量非常漫长。这要知道，当业变现的时候，它的放大率很大。就像譬喻所说，植物的种子很小，但它长出的果实非常多，而且年年不断，这就是因小果大的定律。同样的，我们的内心一旦熏建了地狱的业习气，到了变现果的时候，它的相续太长，这是定律。业一旦发展到果位就非常漫长，不是哪个人去定的，本来就是如此。如果我们懂得这一点，才知道为什么要在心上好好地防护，不能起我执，以贪嗔等的烦恼造罪业。这是唯一要防护的地方，也是最危险的地方，三恶趣就是从这里出的。能相信这一点，才知道人必须守律仪，处处都要按照因果律、按照天理来做，不能够违越。

[394] 那么，八寒地狱的寿量实在也很难算。过去没有计算机，如果一个数字的位数太多，就没办法表示，只有用譬喻来说。就像劫的时间有多长，只有用长寿天每一百年拂一次巨石，直至拂尽，这样的譬喻来说。那么与之相仿，八寒地狱的寿量极其漫长，也是用譬喻表示。过去有一个萨罗城，里面有一种称量的容器叫”斛”，相当于一百升，一百升乘以两百倍就是两万升。这么大的一个槽，里面装满了很细小的胡麻（即芝麻）。每一百年从中取出一粒，等到所有的胡麻都取尽了，寒疱地狱的寿量才穷尽。

[395] 比如一块煤，点燃了就出火，这就表示他开始受报了，等到这一块煤全部烧完，就表示受报的相续尽了。就像这样，当业的胶片开始放电影的时候，就到了果位识，它就开始变现了。如果是不好的业，它就变现苦的境界；好的业就变现乐的境界，这叫”因果律”。就像那块煤有一个相续的长度或者刹那数，这叫它的寿量，同样的，一经造了这种黑业，寿量非常漫长。就连寒地狱里最轻的疱地狱的寿量，都是那样见不到边际。好比一个人能活一百年，他的一生过后才取一粒芝麻，然后，两万升的斛里面充满了芝麻。一升有多少芝麻？那不晓得有多少个世纪，在这之上还要乘以两万倍，所以这是不得了的。我们从这里应该认识到因小果大，一点点的黑业放大的果报都是非常可怕的。

[396] **诸余地狱依次较前增二十倍，寿量愈长苦受愈重，即寒疱狱寿量二十倍为疱裂狱寿量，其寿量二十倍为牙啴啴巴狱寿量，如此等类推而算。**

[397] 其余地狱的寿量还要递增，也就是二十倍、二十倍地递增。比如，疱裂地狱的寿量是疱地狱的二十倍。所要受的苦也加剧，前面是全身长疱，到了这里是疱都裂开了，长满了疮，好多虫子在里面咬，咬得特别痛。像这样，所受的苦更剧烈，受苦的时间更长，所得的业的恶病更大了。

[398] 要知道，业是有病的。像我们这一生做人也会有等流果，身体不舒服，心绪也很不对，很多心理习惯也不对，各种的感受也不对，这都是很轻的。我们过去也造过恶业，堕过恶趣，出来的时候还是很颠倒，各种心态都很不正常。所以说要恢复正常的话，必须在因果律上得一个定解，之后好好地断恶修善才有希望。

[399] 这样的话，疱裂地狱的寿量是疱地狱的二十倍；接着牙啴啴巴地狱又是疱裂地狱的二十倍；阿切切地狱又是牙啴啴巴地狱的二十倍……像这样二十倍、二十倍递增，苦也是越来越剧烈，最后裂如大红莲地狱是最惨的。也就是二十乘二十，到了牙啴啴巴地狱就是疱地狱的四百倍；到了阿切切地狱是八千倍；到了呼呼而叫地狱是十六万倍……逐渐地增上去，裂如大红莲地狱百千万倍超过了疱地狱，越来越苦。

[400] 我们就晓得，有情堕到这里面实在太可怜了，应当发悲心。这些都是曾经的父母，非常可怜。那这样我们不能坐视不管，学大乘佛法干什么呢？就是要推广孝道。不光是今生一世的父母，过去生无量世的父母，都陷在这样的苦境当中，所以要发愿救度他们。尤其要认识到轮回不好待，特别可怕。而这又不是外在有个惩罚的处所，好像某个人在惩罚人，要看到是我们的心颠倒了，颠倒了自然要受惩罚。这样就知道，以后唯一要顺法而行，不能够颠倒。尤其不能相信这个分别心，因为这个分别心充满了颠倒，而我们却相信它是自己，这是最大的颠倒。

[401] （三）总结修要分三：1、思苦；2、忏悔；3、修悲。

[402] 1、思苦

[403] **彼等诸苦也如前般，于自相续上缘取后修习。心作是念：今于此人间冬季之时，仅裸体住刹那寒苦袭身尚且难忍，若生彼狱如何能忍？**

[404] 对于这样的苦，就像前面修八热地狱那样，要在自己心上缘取来修。不能当作心外的事，要把自己当成第一人称的”我”，进入地狱的角色，之后是模拟现场。

[405] 为什么要这样想呢？实际上，没有佛带你去地狱看，因为这种机会不出现。但我们相信佛所见到的是事实，也相信自己曾经堕过地狱，而我们现在有地狱业，很快会落到这种处境里，除非自己采取措施，就像这样，首先要为自己的前途担忧。这是对大前途的担忧，不是后半生功不成、名不就，好像特别伤心一样，而是无常很快到来，就要死了，死了以后就要堕下去，所以自己离地狱只有一息之隔，呼吸一停就下去了，因此，现在就要看那是什么状况。就好比知道关进监狱是什么状况，又很容易被关进去，因此要采取逃避措施那样。

[406] 那这样自己就去想。首先通过闻思，把这些地狱的苦相都观察好，心里都记得，而且有了定解。然后到静处，环境非常安静，心也很清净。之后趣入观修，让这些相都能现得出来，要感觉自己现量就掉进去了。从共同来说，一掉进去，好像眼睛一眨就入了梦一样：这是哪里？周围全是雪山，寒风凛冽，整个环境里风雪弥漫，看不到太阳，没有一点光和热，冷极了。由于要受寒苦的业报，业识变现为全身裸体无衣，剧烈的寒触侵到身上，忽然间全身都起了疱，从头到脚全部是疱。这就知道：哦！我已经生到寒疱地狱了。再继续想：这种状况要持续多久呢？好比在人间，冬天身上生了冻疮，就想什么时候才能好呢？这个时间并不长。但是，堕到了寒疱地狱就极其漫长了。像前面说的，过了一百年，才从那个大槽里取一粒芝麻，再过一百年，又只取一粒。像这样，取完了一升芝麻，人间不晓得经过了多少沧海桑田，然而在这里受苦的时间才过了两万分之一。这就知道，受报的时间太长了，在业功能没有消尽之间是没办法脱出的。

[407] 像这样，一旦陷入就无法摆脱，这就是因果的事实。一定要认识到这个事实，从而很理智地决定行为。这样的话，就不能跟过去一样。过去非常愚痴，叫做”业果愚”，任凭自己的心想怎么作就怎么作，伤天害理的事尽去做，违逆的事尽去做，损人的事尽去做等等，这样很快就要堕到寒地狱里去，堕进去就无法忍受。首先对于疱地狱要这么想。

[408] 再看疱裂地狱。也是观想自己一下子进去了，一睁眼已经到了雪山寒冰之地。这是一种风雪弥漫的惩罚场所，由黑业的功能不断地变现出寒苦逼身的状况，没法摆脱。因为这是业力病，只有业消完了才能出来，不可能吹一口气就出来了。这里受报的程度更深。就好比病有轻有重，得了小感冒只是稍微有点不舒服，染上重病的话，整个人一下子就不对劲了。堕入疱裂地狱，全身长满了疱，这些疱全都破了，裂成了疮。这时候就想：业力变现出好多利嘴铁虫，它们都是铁的、硬硬的，嘴巴非常尖利，钻到疮里面去咬食，咬得特别痛。之后跟前面一样去想：过了一百年才取一粒芝麻；地球不知道变了多少次，才取完一升芝麻；这个时间再乘以两万倍，疱地狱才结束。这时候我还没出来，才过了二十分之一，还要乘以二十倍，那不晓得经过多长时间，所以要知道业非常厉害。就像这样，再往下就更厉害。诸如此类，一个一个地想下去。

[409] 所谓”于自相续上缘取后修习”，意思是观想自己已经掉进去了，现量受那种苦。这时候就能体会到：现在在人世间，如果冬天不穿衣服，在零下几十度的户外站一刹那，那寒苦侵在身上都无法忍受，整个身体都在颤抖。如果站五分钟，那更受不了了，马上要跑。假使受惩罚，被绑在树边，这样的话，一个晚上过去，到了第二天早上是不是已经冻僵了？这个冻僵的状态我们容易体会。如果生到寒地狱，寒苦的程度增加百千万倍，那我怎么受得了？

[410] 我现在这么放肆，好像没有天理，没有因果律，什么都可以自由，这种业果愚岂不是最大的自杀？最大的自残？这就知道，最严重摧毁自己的是业果愚。所以，不要去外面找原因，要认识到自心的颠倒，不然的话，连忏悔的机会都没有。因为忏悔的前提是认识到自己非常愚痴，那些颠倒的行为完全是在吃毒。

[411] 2、忏悔

[412] **如前般于自相续过失忏悔静息，**

[413] 要这样想：我过去造了很多恶业，就像癌细胞已经侵入体内，现在还在造恶业，这样就知道自己好颠倒。一个个黑业造下的时候，第二刹那就在识田里种了种子。种子种了以后，如果不拔除，它会无缘无故消失吗？它在潜滋暗长，天天都在增，当增到一定程度，到了成熟位时，就要堕地狱了。就像病毒入体以后会不断地蔓延，必须尽快清除才有救那样，所以，忏悔是当务之急，一定要如法忏悔。

[414] 忏悔时要有猛利的追悔心。在因果上得了胜解，就知道自己非常的愚痴，所造的恶业非常可怕。一想到它的异熟果、等流果、增上果就感觉害怕，没办法，真的陷进去怎么得了？这时候就以猛利的追悔心来忏，它的关键是在缘起上要起一个相反的心，叫”猛利的追悔”。“猛”，不是很柔、很缓、很弱的，而是很猛。“利”，是明利，就像一把快刀叫”利”，那个心是很快的，很能切入的，这叫”猛利”。“追悔”，就是回想起所造的罪业很后悔，就像吃了剧毒一样，特别后悔。

[415] 之后要静息它。“静”是静止，“息”是停息，就是用誓愿的力量来截断它的相续。这就好像一只狂狗，要用锁链把它锁在桩子上才不去咬人，否则就不行。这个锁链就是誓愿，要由誓愿的力量把心钳制住，否则我们凡夫的恶习太深重，妄心的狂狗一遇境就要出来。因此，誓愿的力量要达到猛利。

[416] 猛利到什么程度呢？假使遇到生命危险，我也是宁可死也不造罪。这表示对因果律有胜解，所以深明大义，知道死只是断一世的命根，还不要紧，而造罪业就要长期堕落恶趣，那太可怕了。比如别人拿刀子抵着你的胸口说：“现在舍弃三宝可以饶你一命，不舍弃就立即处决。”那你说：“处决吧，我宁死也不舍三宝！”就像这样，他对法道有坚定的信心，知道这是真实的，我就是要信仰真理，不去随顺颠倒，是这么一个道心。世人很难理解，学法没得胜解的人，也不知道这是什么心。

[417] 像这样，自己方面要以猛利追悔来破掉罪业现行，以猛利誓愿来静息掉罪业现起，叫”断相续”。

[418] 3、修悲

[419] **于生彼处有情修习悲心等。**

[420] 自己方面这样修还不足够，因为这里的引导连到了大乘法上，要修大出离心，因此要遣掉私欲，不能只为自己一人着想。好比我们被关在监狱里，一起被关的还有自己的父亲、母亲。而你只想着我一个人怎么逃出去，不管他们，这是不行的。像这样就要想：“我要把这个地狱里的一切有情全部带出来，把他们都拔济出来。”要有这个心。至于能力、因缘如何，那另当别论，心是必须要有的，有了心就可以，所以现在先修悲心。不要呆板地认为：地狱有情不还是无量无数，我修悲心有什么用？就好比修布施，不是外境上所有有情的贫困都遣除了，才叫做布施波罗蜜多圆满，那样诸佛都没有圆满布施度，因为还有无数贫穷的有情。那么同样，对于地狱有情，不能没有这种悲心。

[421] 因此自己想：我要修个悲心，不能坐视不管，对于沉溺在寒冰地狱里的一切有情，我要修拔苦的悲。自己考虑：我如何能拔济他们的苦？愿他们当即离苦！愿我来亲自拔济他们的苦！这样的愿心要不断地修，在心上建立，当修习若干次以后，它就会成为坚固的愿力。就像这样，悲愿是不可缺少的，否则根本入不了大乘道。

[422] 修悲心要达到猛利的程度。心情特别急切，根本没办法等，不能让他再多苦两分钟。而且不遗漏任何一个有情，尽法界量八寒地狱里的所有有情，都是我往昔的父母，没有一个例外，因此不能不管。接着要修拔苦的悲心，这样想：“愿这一切父母有情无一例外，一个刹那不隔，全数从寒地狱里脱出！”有这样的心就算到量了。

[423] 就像前面说的八热地狱那样，这里也差不多，也就是法道是一样的，要发展的心也是一样的。只是这里要缘着八寒地狱再修一次。逐渐逐渐地修，从八热到八寒，一直到天宫之间，所有的有情全部成为悲心观照的对象。

[424] 当这些都修好了，之后合在一起，就会知道总的该怎么来杜绝轮回，在心上怎么转，怎么观到轮回全部是苦。当然，一类一类的差别苦相都要知道，之后要忏除相应的罪业，从此再不往那条路上走。再者，对于从地狱到天界之间受生的诸有情，都要修拔苦的悲。这样综合起来，对于全法界里的生死有情，都会出一个平等的大悲等等。诸如此类，这些都要通过修心来发展，一步一步地在心上建立。因为我们对这些很陌生，从来没修过，过去熏的都是世间颠倒的观念等，因此，要通过这样修习来让自心发生转变。

[425] **以具足加行、正行、结行三分而修持。**

[426] 这样具足加行、正行、结行三分来修持。

[427] 思考题

[428] 1、八寒地狱的总苦相是什么？

[429] 2、从疱地狱到裂如大红莲地狱，每一种地狱的苦相是什么？寿量是多少？

[430] 3、对于八种寒地狱，观修时有哪些要点？分别应如何来修？

## 1.10 10

[431] 思维孤独地狱苦相分二：（一）思维苦相；（二）举例说明。

[432] （一）思维苦相分二：1、总说不定；2、分说差别。

[433] 1、总说不定

[434] **复次孤独地狱者，处所无定，苦相也无定。**

[435] 所谓的”孤独地狱”，它有不定的相。也就是有四种不定：一、处所不定；二、色身不定；三、苦相不定；四、寿量不定。

[436] 不像那种大集团的地狱——八热、八寒、近边等，都是很多众生聚在一起，固定的处所、固定的苦相，像八热地狱、八寒地狱也有固定的寿量。孤独地狱的情况是，少数类的众生，或一个、或两个、或少数几个，由于特殊的罪业，会在各个地方感生，因此处所不定，比如在山崖中生、坚石中生、寒冰中生，乃至各种工具当中生等等。由于业的状况各式各样，所以感得的苦相也不固定，譬如受挤压、冻结、烧煮、切砍等等。现出的色身形相也是不定的，有些是动物的形相，譬如鱼、青蛙等，有些把那些工具执为自身，认为我是一把扫帚或者一扇门等等。寿量也不固定，短至一刹那，长至多年，有的只能活半天，比如一个夜晚或一个白昼。

[437] 所谓的”孤独”，并非仅有一个有情，而是属于少量众生、以特别的罪业而现出来的地狱，相比于那些大规模的地狱而言，似乎是一种孤独性的地狱。

[438] 2、分说差别

[439] **也就是有山崖中受挤压、坚石中受封闭、寒冰中受冻结、沸水中受烧煮、烈火中受焚烧，断劈树木故，作了断劈其身身肢及支节的近取而受苦，又有杵臼、扫帚、陶罐、房门、柱子、炉灶、绳子等经常使用的器具想为自身故而受彼等诸苦。**

[440] 孤独地狱的差别相，同样是由处所、苦相等等来认识。这里举了两类例子，一类是处在山、石、冰等处所中受苦，另一类是把工具执为自身而受相应的苦。

[441] 首先看第一类。由于造了恶业，在识中熏建了恶业习气，一旦成熟，到了果位识的阶段，那时候忽然间就发现，自己已经落在山崖当中，感受挤压之苦。也就是，以因位逼迫性的恶业，唯一感现受挤压之苦。或者有类有情，在恶业成熟之时，一下子感觉自己已经闭在坚硬的磐石里，不见天光，直到业尽之间受着封闭之苦。又有众生，一刹那间，发现业识已经到了极其寒冷的冰当中，受着冻结之苦，就像在冰箱里的鱼那样。

[442] 或者发现，如同入了恶梦一般，在业识成熟之际，已经到了沸腾的热水当中，受着猛烈的烧煮之苦。又有众生，由特殊的恶业成熟，到了烈火里面，像那些烧得通红的火里面就有众生被焚烧。又有一类众生，识潜到了树木里，待在树的处所里。在这里受什么样的苦呢？当砍柴人砍断树木的时候，他的身体就一劈两半。砍柴人再对着砍断的两段木头细劈的时候，若干支节也全部随着被劈砍而分裂成很多段。就像这样，那时候他的身体有被劈开、砍截的大苦。

[443] 第二类，执著工具是自身所感受的苦。这里又要把握苦因、苦相两个方面。苦因是，他以想蕴，把那种器具执取为自己的身体。当这种器具在使用的时候，有摩擦、挤压、打结、撑持、焚烧等等，他就要感受相应的苦。这很可怜，他的心识执著上去，认为扫帚、陶罐、炉灶等是自己，心识一执著，果然按照那样变现。譬如我们投胎的时候，执著父母精血的聚合是自己。之后识一入到里面，由名色发展出来的色身上面一有挤压、火烧等等，就感觉自己在受苦。其实精血也不是自己，只是由于很大的摄持力量，到了今天已经出现这个身体，就真的认为是自己。这个身体受到火烧、刀刺、重压等的时候，会感觉非常苦，其实是识在摄持。就像这样，当有情的业识摄持了这些工具以后，伴随着使用这些工具做压、挤、插、打等的时候，他相应地经常性地感受特别难忍的苦。这样就明白了苦因和苦相。

[444] 举例来说，当业识成熟为果位识，刹那之间就出现了后世。这个时候，识已经把这个臼执著为自己的身体。用杵击臼的人认为这是一块石头，但那个有情就认为这是我的身体。他也不是胎生，找不到娘，以业力直接就投进臼里面去了。当人用杵不断地击着臼去打粉的时候，他的身体就不断地受着很大的击打之苦。又比如，识把扫帚执为自己，识就在那个上面。当人拿着扫帚扫地的时候，他的身体就不断地跟地面发生剧烈的摩擦，受着擦痛的苦。

[445] 再者，假使识执著柱子是自己，而柱子要支撑房梁，非常大的重压压在上面，所以，他就感觉身体每天都在无法承受的状况中度过。再者，假使识把炉灶执为自己，而灶每天都要烧若干次，当通红的火烧起来的时候，他就一直在里面受火烧之苦。再者，假使把绳子执为自己，当人用绳子使劲打结的时候，他就感觉整个身体被拧着打结。或者人用绳子绑着柴背在背上，突然之间柴掉下去，绳子一下子断了，他就感觉像蚯蚓断身那样，自己的身体断掉了。再者，如果把陶罐执为自己，谁不小心把罐子摔碎了，他就感觉自己的身体全碎了。或者在罐子里装很多米，他也感觉身体重压难受。

[446] 诸如此类就知道，由于他们把人类经常使用的工具想成自己的身体，以这种执著力，当这些工具被使用时，他就感受被压、被打、被擦、被烧等等的大苦。这是古代西藏的情况。不要认为现在已经不使用陶罐、扫帚等的工具，身边也没见到山崖、坚石、寒冰等等，实际上，不同的时代会有不同的苦相，但是法则不会改变。我们以理来推，今天就可能在我们身边的电梯中、手机里、电脑中、冰箱里、煤气灶里、轮胎上、吸尘器里，当那种恶业成熟的时候，自然被困在这里受苦，或者执著那是自己的身体。可以推想，假使他执著电梯是自己的身体，当电梯不断上下的时候，感受很大的苦。或者执著手机是自己，手机一被使用，就要感受电波造成的刺伤。或者执著轮胎是自己，车一开动，在公路上奔驰，他的身体就要不断地受着摩擦的大苦。诸如此类，或许这些就是现代孤独地狱的苦相。

[447] （二）举例说明

[448] **譬如众生怙主朗吉日巴在羊卓雍湖中见有一条大鱼，大成就者唐东加波在一石中见有青蛙等，皆是其类。**

[449] **蓝色羊卓雍湖，是由往昔益西措嘉空行母修行而住彼处时，投苯波纯金一钱而变为湖的，成为四大名湖之一，湖首为德龙冈钦，湖尾达赛玛格热，中间有多日路程。大成就者朗吉日巴观视彼湖而泣曰：“悲乎！莫食信财！莫食信财！”弟子问：“什么事？”回答说：“此湖中有一个享用信财喇嘛的识，已生孤独地狱而正受诸苦。”弟子请他示现其事。上师以神通力令湖水刹那尽涸，有一条大鱼身量等同彼湖，由无数含生无有间隙遍满其身而唼食，难忍其苦故正在翻来滚去。弟子问：“如此的罪孽者是谁的转生？”回答：“此是后藏黑马喇嘛的转生。所谓后藏黑马喇嘛，咒力及加持极大，诸被鬼魔折磨的人仅由作一下看式便出生利益等故，成了前后藏四翼的大供养处。信众为利亡者而供养财等，他高声念一个’啪’就收很多牛马等，是有这么个事。”**

[450] 先要了解变为鱼身的孤独地狱的苦相。这里讲到，大成就者朗吉日巴曾经在西藏四大名湖之一的羊卓雍湖那里见到一条大鱼。情况是这样的：这个湖是蓝色的，当初那里没有湖，过去益西措嘉佛母住在那里修行的时候，投了一枚笨波纯金钱币，结果就变成了湖，成为西藏四大名湖之一。这是非常大的湖，湖头在德龙冈钦，湖尾在赛玛格热，头尾之间的距离很远，要走好多天的路程。就在这个地方，有一次大成就者朗吉日巴观湖里的情景，哭着说：“阿卡卡！不要吃信财！不要吃信财！”

[451] 身边的弟子们就问：“这是怎么回事？”

[452] 上师回答：“这个湖里有一个享用信财的喇嘛的识，已经生在孤独地狱，正受着很多苦。”

[453] 弟子们就请上师来示现这件事。当时，上师用神通力，一刹那间让湖水无余干涸，也就是在这些不共的受加持的识面前，当时湖水不见了。当湖水一下子不现的时候，里面的情景就现出来了。当时就见到一条非常大的鱼，身体铺满了从湖头到湖尾的范围。无数的小虫密密麻麻、没有间隙地在大鱼身上吃着他。被咬食的苦极其难忍的缘故，那条巨大的鱼不停地翻来翻去。

[454] 弟子们问：“这样的罪孽者是谁的转生？”

[455] 上师回答：“这是后藏著名的黑马喇嘛的转生。黑马喇嘛持咒的力量和加持的力量都很大，他还有一大本事，对于那些着了魔和鬼祟的人，他作一下看式，马上就能出生效果等等。以这个缘故，他成为前后藏四翼极广大地区的共同供养之处。当人们为了超度亡人，供上各种供物等时，他就高声地念一个’啪’字，然后收取好多的牛马等，是这么一种因缘。”

[456] 这里孤独地狱的处所，是在一个大湖当中。身是现成大旁生的相，是一条大鱼。苦相就是，全身密密麻麻全是小虫在嚼咬，痛得不停地左翻右滚。因缘是，他前世是一位非常有名望的上师，有三大本事：一、咒力大；二、加持大；三、化解魔祟有力量，对于着魔的人，他只要作一下看式，马上就有效果。所以，他成了广大地区的佛教明星，而且表现得很潇洒。别人请他超度，或者作其他佛事，他念一个”啪”字就完事了，之后就收马、收牛等。就像这样，由于因果上欠了债，因此就堕入了孤独地狱。这才知道，无论是什么样的人、有什么身份，一旦违越因果，决定要堕恶趣。

[457] **大成就者唐东加波在一个大磐石上修气脉幻轮故，令彼石碎裂为两分，里面有一只大青蛙，身上无数微小含生粘附后蚀食故，难忍苦痛而正张着口，黑洞洞的。弟子问：“它是谁？”回答：“这是一位有肉才修仪轨的喇嘛的转生。”**

[458] 第二个是青蛙的公案。有一回，大成就者唐东加波在一个大磐石上修气脉的幻轮。修扎龙会有很多动作，身体有跳、有动等等，他的成就很高，在这上一坐的时候，那块大磐石一下子裂开成两分，里面出了一只大青蛙，数不清的小虫粘在它身上不断地咬食。以这个缘故，它苦得难受，张开黑洞洞的口。那时候就出现这个苦相。因为没有光线，口一张开就是黑洞洞的。因为实在难受，它只有张开口才好受一点。

[459] 弟子们问：“它是谁？”

[460] 唐东加波尊者说：“这是一位有肉才修仪轨的喇嘛的转生。”

[461] 过去在西藏，僧人们去信众家念经，施主们会将其奉为上宾，之后就要杀一些好的牲畜。这位喇嘛是有肉才念修仪轨的，以这种贪心，欠了很多信施的债。这一世直接堕入孤独地狱，生到大磐石里，不见天日，漆黑一片。以黑业的力量，自然现出好多的小含生，在它身上不断地咬。这是在还业债，因果律的惩罚是非常可怕的。汉地丛林有一句名言：“施主一粒米，大如须弥山，今生不了道，披毛戴角还。”披毛戴角还好一些，那是去做旁生，假使堕到孤独地狱里去，所要受的苦就太难忍了。

[462] 就像这样，可以想像，处所是在磐石内部，在这里当然封闭、黑暗、不见天日。再者，身体成了一只大青蛙。受的苦是黑暗、封闭，而且无数的小虫在身上咬食。一直到他业尽为止。

[463] **如今喇嘛们也有，由施主宰杀一只肥胖、丰满的绵羊后，灌入咽喉、脾脏等，加入血肉而做成了香肠，放在颤动的热的脊椎骨精肉上面呈献时，穿著的披单被拉到了头上，之后像婴儿吮吸母乳一样食诸内脏，又抽出小刀来慢慢地食用诸外肉，享用完毕时口上油腻腻、头上热气腾腾，完全不是先前的他了，成了满面通红，然后头再抬起来。此生吃来吃去的债，来世在自身上要偿还时，在孤独地狱中大有苦在。**

[464] 所谓的”有肉才修仪轨”，在普贤上师在世的时代也是司空见惯的，因此说”如今喇嘛们也有”。藏人们都信奉佛教，要遣除违缘、疾病、凶险或者作其他的佛事，都会请喇嘛们来念经或者修仪轨。施主们当然态度很好，把喇嘛们待为上宾，当喇嘛们要来吃饭的时候，糌粑和肉是不可缺少的。像这样，施主用的不是牛肉、山羊肉，而是绵羊肉。肥胖、丰满、有油的绵羊肉，吃起来比牛肉还好吃，很有营养。因此，他们都要宰杀一只这样肥胖、丰满的绵羊。

[465] 之后，要做两样好的东西，一是好吃的香肠，二是排骨肉。怎么做呢？这是他们自己舍不得吃的。把一只肥的、有油的、很好吃、有营养的绵羊杀了以后，要做成肉肠。也就是把喉咙、脾脏等内脏（这是主料）切得细细的，然后肉要剁成末，像这样，加上肉末和血灌到大肠里面，大肠是有油的。这样做好以后，放在一个刚烧好、还在颤抖的、热的脊椎骨的精肉上面献上来。

[466] 喇嘛们不好意思，把穿著的披单拉到头上，之后头可以低下一点，这样吃下去是比较方便的。因为香肠里装的主要是内脏，还有血、肉，这样蒸了以后里面有很多油，因此，吃这个内脏的时候，就像婴儿吮吸母奶那样。手里拿着肉肠，嘴巴这样吸着，油很多的缘故，要一直拿着它吃，不然油就会流下去。

[467] 像这样，等到吃得很够味以后，接着第二项就是吃脊椎骨上的精肉。喇嘛们身上都带着一把小刀。按古代西藏的习俗，藏人都穿长靴，靴子一直拉到小腿以上。靴子的底是皮子做的，左右两边也都是皮子。他们把腰上的刀子抽出来，左边的皮上擦一下，右边的皮上擦一下，然后就开始行动了：手里拿着脊椎骨的精肉，用刀子削着，慢慢地来食用。等到吃完了，这回热量充足，口上油腻腻、头上热气腾腾，跟前面的状态完全不同，满面通红。这样做到了以后，头才肯抬起来，当头抬起来的时候，披单就滑下去了。

[468] 要知道，这上面信施的债是很大的。这一生吃来吃去的债，到来世自身上要偿还的时候，要就落到孤独地狱里面，那时候也是大有苦在的。就像前面讲的磐石里的大青蛙，也是身体蛮大的，身上密密麻麻全是虫子在吃它，痛得张开黑乎乎的口。就像这样，一直要到这个业债消完为止，不断地感受万虫钻身的苦。

[469] 因此要知道，那个也不是白吃的，是要给信施办事的，或者超度亡者，或者要为他们遣除障碍、成办事业等等。然而，他的等起不是这样的，叫做”有肉才修仪轨”。心里贪求那种饮食的乐受，那么念经就很差，心就不一样。像这样就负了很大的债。这样一生吃来吃去的话，到了来世要还债的时候，就不是像现在这样吃得酣畅舒服，每次吃最好的，吃完了满脸通红，这些都是有债务的。以这种业因就会堕到孤独地狱里，像那只大青蛙一样，要受非常大的苦。

[470] 下面一个例子是这样的：

[471] **同样，沃大堪布具德护法在德格住时，有一天说：“今天在此俄达河里出现什么都不能放过。”使诸僧弟子去河边等待。约下午时，有一段大树干被水漂来，捞取后再没有出现其他什么。就此禀告，师说：“是彼，劈开一下。”劈开后，树木里有一只大青蛙被众多小含生正蚀食着。上师为它修沐浴仪轨等，并说：“此是德格的管理信财的官员，名’俄吉’的转世。”因此，诸人主、有名利者、部落食者也现在威势大，然而要思维此等地狱之处，之后谨慎行事。**

[472] （“沃大堪布”，指沃尔寺的堪钦，“堪钦”就是大堪布的意思。）

[473] 这是讲到，沃尔寺的堪钦华登曲炯，他住在德格的时候，有一天说：“今天在俄达河里出现什么都不要放过。”就让那些僧弟子们去河边等。大概在下午的时候，水上漂来一段好大的树干，于是弟子们就把它捞取上来，此外没发生别的事。这样他们就回来了，给上师转报。上师说：“就是这个，把这个树干劈开一下。”劈开后，就见到树木里有一只大青蛙，好多小含生正在它身上吃着它。那个时候，堪钦给它修沐浴仪轨等。就像洗澡那样来修一个法，一般以修不动佛仪轨、金刚萨埵佛仪轨为主，对亡者还要修破瓦法等，这样就叫”沐浴”。这样做了以后，就说：“唉呀！这是德格管理信财，名叫’哦吉’的官员的转世。”

[474] 所以，那些人中之主、有名利者，或者食税的酋长（藏地过去有一个个部落或家族，其中有一个人是酋长，下面的人要给他上交东西，所以称他为”食税的酋长”或者”部落食者”），这些为官的、做主的人，现在很有威势，如果利用职权来谋私的话，那将来落到孤独地狱里，是非常可怕的。所以，做官的要多想想这些地狱处的苦，然后做什么都要细心、慎重，不能擅自乱为。否则信众的钱财是很大的负担，一旦吃多了，那当然要堕到地狱里还报。业债是很难还的，应当三思而后行，不要为一时的私欲而换来万世的苦报。

[475] 思考题

[476] 1、孤独地狱有哪些不定之相？为何称为”孤独”？

[477] 2、孤独地狱具体有哪些情况？分别解释其苦相。

[478] 3、阅读”黑马喇嘛”“有肉才修仪轨的喇嘛”“官员俄吉”三个公案，并一一思维：

[479] （1）他以什么因缘堕入孤独地狱？

[480] （2）其受苦的处所、身形、苦相如何？

[481] （3）这一实例对我们有何警醒或启发？

## 1.11 11

[482] （二）举例说明

[483] 孤独地狱的举例说明分两个方面：1、现为旁生身形的苦相；2、苦乐轮番显现的苦相。

[484] 以上讲了第一个部分，今天讲第二个部分，苦乐轮番显现的苦相。有三个案例：（1）屠夫的案例；（2）性解放者的案例；（3）比丘的案例。

[485] （1）屠夫的案例

[486] **如是，往昔世尊住世之时，聂巴城中有一位屠夫每于夜间持不杀生戒，后来生到孤独地狱，夜间住可意微妙宫，由四位美女奉献饮食、受用，极为快乐，而日间其妙宫转为烧燃的铁屋，四位美女变成可怖的恶狗而咬食。**

[487] 这里讲到，过去世尊住世的时候，在印度边境一个叫做”聂巴”的城市里有一个屠夫，他白天就去杀猪、牛、羊等的畜生，晚上守不杀生戒。后来他堕进了孤独地狱，由于过去在识上熏建了业习气，到了成熟位的果位识之时，就变现出轮番苦乐的相。

[488] 晚间住在非常可意的宫殿里，由四名美女殷勤地奉献种种饮食和歌舞等的受用，极其快乐。我们要透过处、受用、身三分，来认识持不杀生戒的善业习气所变出的悦乐之相。所谓”可意”，指适可心意，也就是，由善业现出来的相都是非常适合心意的。从处所上看，那是非常美妙的宫殿。宽阔、明亮，充满了芬芳，有很好的色形、各种严饰，住在里面非常适悦，这是处所的安乐相。再看受用，像刚才说的，有四名美女，容色殊妙、温情款款，她们献上很好的饮食，之后还有歌舞等。再加上宫殿环境里的色声香味触等，这些都是善业习气成熟所变出来的安乐受用。再看根身，当时的眼、耳、鼻等根，都是很快乐的，因为受用可意的境界而生起了乐受。

[489] 但是，当这一晚的快乐过去以后，一切现相陡然而变，另一个杀生业习气成熟的果位识开始变现它的影片，处、身、受用都变了。上一集演悦意片，这一集演恐怖片。因上习气转了，果的变现也就转了。因上已经转成当初白天以嗔恚之心，非常残忍地杀牛、杀羊等等的业习。业习气在识田中如同拍了胶片那样熏了进去，之后到了成熟的时候，当然出现同类相，变现出恐怖的境。

[490] 也就是，那个总统宫殿，一下子转成了火焰熊熊燃烧的铁屋，成了极其可怕的受刑场所。四名美女都变成了非常凶恶的恶狗，在他的头部、身上、四肢等处不断地疯咬，咬了以后再啃着、嚼着。现在的受用是被焚烧、被咬食，这跟当初的杀生业有关。因为不是嗔恚的心是没办法下手的，出了嗔恚的火以后就开始宰杀，把牛羊等开膛破肚、割头割脚等等，作了很凶残的业。那种习气变现出来的受用，当然是自身不断地被恶狗咬食，身首异处，可能分解了以后又合成，合成后又分解，像这样不断地被咬。这一次就是这样的受用。

[491] 这里要知道，嗔恚业的习气一旦成熟，变出来的器界方面，就是一个燃烧的铁屋。心是硬的，所以现出来的是铁。嗔恚的火在心中燃烧，所以现出来的是火焰熊熊。再者，以宰杀众生的这种领受等流，现出四只恶狗不断地咬着身体的各个部分。这唯一是不可意的境，出现的是逼恼的苦受。

[492] 这样就知道，业的影片是这样在交相放映。第二天周而复始，到夜晚的时候，又出现可意的宫殿、温情的美女、饮食歌舞，以及美妙宫殿里的各种快乐受用，根身处在适悦当中。诸如此类，善业放的是安乐片，恶业放出来恐怖片。就像这样，不断地由业在变现这些景象。

[493] （2）性解放者的案例

[494] **又有一个淫行者日间持不淫戒之故，日夜的苦乐与前相反而受。**

[495] 又有一个淫行者，白天持不淫行的戒，到了夜间就肆意地行淫。他死后堕到了孤独地狱，而他日夜的显现跟前面的屠夫正好相反，也就是”日乐夜苦”。白天由于过去守持了不淫戒，因此显现为安乐，有诸如处所、身体、受用等的悦可心意的乐相；而到了夜晚，就出现前面疯狗乱咬似的那种非常大的苦。到了第二天白天又显现为乐，夜间又显现为苦。

[496] 从这里就看出，善业唯一变现安乐，丝毫不变现苦患；恶业唯一变现苦境，丝毫不变现乐境，因果的相现得非常明显。那个不淫的清净戒行，唯一显现为乐；那个性解放的淫欲恶行，唯一显现苦报，因果律是决定的。再次提醒，千万造不得恶，也不可能以这个善来代替那个恶。也就是，虽然晚上肆意行淫，但白天守了不淫戒，这样是不是就代替掉那个行淫的恶业了？不可能这样代替的。因此，他在孤独地狱，白天显现安乐，夜晚显现大苦，而且一天一天都是这样过的。直到性解放恶行的业功能消失为止，每天都要受半天的地狱之苦。那么，如何才能消除这样的苦呢？唯有受报完毕或者忏除掉淫行的恶业，这样才能消掉显现夜晚苦报的业功能。

[497] **此是施律多亿耳尊者所见。**

[498] 以上两则公案都是亿耳尊者亲自见到的。

[499] （3）比丘的案例

[500] **又可意僧寺中约住五百比丘，每日约日中时打犍椎，之后日中午斋聚会时，僧寺转为燃烧的铁屋，钵碗等器则转为兵器后唯作互相击打，午斋已过，又如初分离而住。此是往昔迦叶佛时有多比丘，午斋期间互相詈骂的异熟，经中说此。诸如此等就是实例。**

[501] 这里要关注到整个业报的显现状况。那是一座可意的僧寺，殿宇庄严，泉林池沼，枝叶扶苏，幽静宜人。所谓”可意”，就是色声香味触等的境界都适可心意，非常悦乐。这里住了大约五百位比丘，每天大约到日中的时间，打犍椎之后，大众聚在斋堂里。忽然间，僧寺的房屋全部变成了烧着火焰的铁屋，而斋堂中的钵、碗，以及各种敷具等等，全部变成了铁锤、刀、剑等的兵器，他们彼此之间唯一作击打。而过了午斋时分，果报的相又变回前面那样，他们分开而住，仍然呈现出悦意的状况。到了第二天大约中午的时候，又显现这样的情况，一打犍椎就云集，苦相再度现前。每天中午都重复显现这种苦报。

[502] 那么我们就要去探究这个业相。这不是无缘无故而来的，在缘起上的确有相应的业熏在识中，成了因位识，等到它的功能成熟时就成了果位识，这时候就开始不断地放电影，而且业的运行机制丝毫不紊乱。那么，他们过去究竟造了什么业，在这样的异时、异处出现无记性的果报？这都是什么缘故呢？这里就说明，往昔迦叶佛时代有多位比丘，他们在午斋期间互相詈骂。以这样的因缘，在业成熟的时候，就在异时异地出现了无记的苦报。这就好像关在一个长期服刑的美丽监狱里一样，二十三个小时享受，一个小时受极大的苦刑。而且，一关就是无量万亿年，直到当初午饭期间争吵的业功能消尽为止。

[503] 这就可见，业的变现是非常厉害的。从迦叶佛教法期间到释迦佛教法期间，中间经过了非常漫长的时间，而这个业不断地在重复。这样就明白，非常稀奇，这的确是业变造的，当初那样做，现在就这样现，完全相似。连斋堂、犍椎、集会，然后互相打击的相都全部现出来了。这不是某个工匠做的，都是业变现的，不是唯识变现是解释不通的。

[504] 这样就知道，以当初那种嗔心的火，彼此像刀剑一样攻击等等，到了果位的时候自然显现出同类的相：快到中午的时候，马上就打犍椎，然后马上集会，之后顿时就转变。所谓的处——僧寺转成了燃烧的铁屋；所谓的吃饭受用的钵、碗等转成了兵器；彼此之间的关系转成了互相打击。然而，那一阵子过了以后，再度出现可意的僧寺的环境，又有那些乐受，这可能是因为他们在迦叶佛时代做僧人，修了不少福业，以此感得的乐果。这种果报上苦乐轮番显现的状况，是由因位善恶夹杂的状况而出现的。而且看到业丝毫不紊乱。造善业就好像以白色的颜料涂染出很美丽的境相，造恶业就好像用黑色的颜料涂染成非常恐怖的状况。诸如此类就要知道，业力在支配这一切。

[505] 唯识变现的原理

[506] 讲到这里要认识唯识变现的原理。有人会想：怎么那么快就变了呢？而且天天都是按时辰变，一过了夜晚的乐境就出现白天的苦境，或者一过了其他时的乐境，就到了中午的苦境，真的是这样吗？如果是心外的实有境界，那就想不通，怎么陡然间就风云突变？但如果能够认定，这是由习气力所变，就明确因缘一变，境相就当即变掉了，前面一阵是乐，后面一下子就落入苦中。

[507] 透过放映影片的比喻和梦的比喻，就会认识到这一点。银幕上的影像并不是心外独立存在的境界，而是由后面的放映机和胶片放映出来的。既然是由胶片现出来的，那这银幕上的影像不是很容易变吗？当胶片换成了另一套时，所现的境相顿时就转了。譬如前面一阶段还在总统大厦里，非常风光，有荣耀，紧接着忽然之间被押进了国家监狱，受很重的刑罚。这是由于胶片换了一套的缘故。当初在因位建立的识善恶夹杂，比如白天就去杀生，各种恶劣业习熏建在心上，等到它一成熟的时候，非常准确的，白天显现恶狗咬身等的大苦；而到了晚上，由于他持戒的力量，显现出快乐的境界。同样的，那个可意僧寺里的变现也与此相类似。就像这样，会了解这的确是唯识变现的，而不是心外独立有的。

[508] 再看梦的譬喻。前一阵子还是阳光明媚，忽然之间风云突变，电闪雷鸣，这是由于习气在变的缘故。像这样要知道，整个三界轮回并没有什么心外的实有境界，都唯一是由妄识的力量在变起、在显现。

[509] 与大地狱的差别

[510] 接着要思维孤独地狱与大地狱的差别。我们学了八热、八寒等就知道，那些大地狱在长劫当中唯一显现苦相，丝毫也不显现快乐。比如落到号叫地狱里，铁门封闭而不开，那个时候绝望的心起来以后，格外的悲苦。那些诸有情自己也意识到，绝对逃不出去，一直要到业功能消尽为止。或者落在最可怕的阿鼻地狱里，求乐的心相续不断，然而没有丝毫的可能性。而这里的孤独地狱，就看得出是一时乐一时苦，是轮番显现的。

[511] 我们去追溯两者的缘起时，发现前者造的嗔恚等业非常深重，由于业势力非常强大有力，当它显现的时候，就好比极大的病苦攫住了身心，那是不可能有一点点乐受可言的，一直要到业的功能消尽为止，所以演的是长劫的恐怖片。而这里的业就稍轻一些，他们在因位造业之时，一时行善一时造恶，因此表现为苦乐轮番。由此很容易引起业果的思维，的确因果律丝毫不紊乱，当初怎样在识田中熏建业习气，后面就按照那样变现，一切都是业在决定、在支配。或者唯一是由识上熏建的业习气的功能力不断地变现，绝不是凭个人的假想来决定的，由此我们会深信缘起。

[512] 六决定相

[513] 接着还要更细地由六决定相来思维其中的涵义。所谓的”六决定相”：一、时决定相；二、处决定相；三、受用决定相；四、差别决定相；五、放大决定相；六、相续决定相。而归纳起来就是唯识变现的决定相。

[514] 举例来说，时决定相就是由业功能的力量，就在那个时辰丝毫不乱地变现。譬如那个僧寺的公案，非常清晰的，每当太阳将近到了中天，这个时辰马上就变。而且，出现了打犍椎的声音，僧众就集合在斋堂里，之后顿然之间那些器具全部变成了兵器，比如碗、钵、调羮、桌子等等，全部都变成了武器，然后比丘们用这些互相击打。就像这样，就在那个时辰点上，顿时就出现了。

[515] 或者那个屠夫，他落入了孤独地狱，经过了夜晚的享乐之后，一到了白天，那个时分顿然就显现烈火熊熊的屋宅。然后，四只可怕的凶狗在他身上前后左右不断地咬食。就像这样，那个时辰一到，马上就出来了。不是外在有什么东西，而是当广大的阿赖耶识里的业习气成熟之时，自然就会现出这样的境相，它也包括器界、根身两大部分，这都是识的相分。就像这样，因果律丝毫不差，当时就会这样现相。

[516] 而所谓的处所，也是决定的。当那种乐境过了以后，出现的处所非常可怕，总是用”周遍”“唯是”来表示。比如，当时熏的业习是如火一般的嗔恚，如钢铁一般的冰冷、冷酷等等，这些就是因地狱相。在造业的第二刹那，已经在识中熏建了业习气，如果没有用忏悔消除掉它的功能，必然要变出这样的地狱之相，这是由业果无欺的定律来决定的，或者由唯识变现的法则来决定的，所以处是决定相。它不是心外有处，像那个屠夫，一到了白天，马上显现出地狱的相，烈火熊熊燃烧，非常恐怖的恶狗咬身。像这样，不断地出现这样的处。

[517] 所谓的”受用决定”，就是由这个恶业的习气，唯一变现出苦的受用。凡是遇到什么样的境界，决定都是苦受，没有一点适悦的感受。所以，那个可意的僧寺一下子就变成以逼恼为行相的大受刑场，不断地发生苦受，他们互相砍杀、截戮的苦就出现了。就像这样，叫”受用决定”。

[518] 所谓的”差别决定”，就是指由一个识会变现出千差万别的苦相。比如各种根身、器界，或者接触到的色声香味触等等的这些相。

[519] 所谓的”放大决定”，就是因小果大。当它放映的时候，的确非常可怕，一下子出现熊熊燃烧的铁屋，恶狗咬身的苦也是非常恐怖的，心上感受的苦非常难以摆脱。

[520] 所谓的”相续决定”，就是乃至业功能没有消尽之间，一直要感受这种果报。好比蓄存的胶片一直放映不止，停不下来，直到放到最后一张，这样叫做”相续决定”。由此就知道，他们有决定的寿量。

[521] 诸如此类，唯一是以识变现的决定的法理、法则，这就叫”天律”，叫”天理”，叫”缘起律”，叫”因果律”。由此会知道，一定要在自他的心上忏除掉业习功能，因此，接下来我们转到下面三分的修习中，所谓的思苦、忏悔和修悲。

[522] 思苦、忏悔、修悲

[523] 原理与前面相同。按照相应的案例，观想自身已经落入孤独地狱。譬如成了落于石中的大青蛙，无数的小含生在身上咬食，感受不见天日、整日被咬食的苦，不知道什么时候才出来，就像这样，像现量感受那样。或者已经落入火宅中，群狗咬食自身，想像那种苦，直到出现一种亲身的感受为止。

[524] 之后就想：无数众生都造了这样的乱吃信财、杀生、邪淫、争论等等的地狱业，如果没有忏除，在业习气成熟之际，必然落入如恶梦般的孤独地狱当中等等。由此要发心忏除相续中的孤独地狱的业。也是两个要点：一、用猛利的追悔来破坏恶业的现行；二、以猛利的立誓来截断恶业的相续。

[525] 这个意思要知道，在外在是没办法逃脱的，也不是凭着另外一种力量可以赦免。因为它是心上变现的，心上已经安置了这种苦因，只有在心上才能解决；如果在心上不解决，凭着幻想、侥幸等等是没有用的。那么在心上怎么解决呢？就是撤掉胶片，阻止它放映，不能再添胶片，否则一到了放映的时候，那是刹不住车的，一定要放完为止。所以，先要把开关关闭，才能够平安无事。不然一到了成熟之时，它的势力是没办法挡住的。就像释迦族的杀业一旦成熟，佛也挡不回去，因此要及时忏悔。总的两件事：一、阻止它放映，用猛利的追悔破坏它的现行；二、不能再添胶片，以猛利的发誓后面不再造作，这样来修忏悔。

[526] 然后就要想到，那么多的众生都落在孤独地狱里。如果有广大的天眼去看十方世界，无数的众生正陷在这种深重的、极度受苦的监狱里。因此要发悲心：“愿这一切众生当即从孤独地狱里脱出！”自己时时都这样发悲愿、这样回向，不舍一个有情，就好像自己落入孤独地狱那样。就像这样，要修一个迫切地拔济一切众生苦的大悲心。

[527] 思考题

[528] 1、对于屠夫、性解放者、五百比丘这三个案例，细读并一一思维：

[529] （1）其苦乐轮番的相是怎样的？

[530] （2）他过去造了什么业感得这样的果？

[531] （3）以”六决定相”解释此公案。

[532] （4）通过这个案例，应如何认识唯识变现的原理？

[533] 2、孤独地狱与大地狱有何差别？为何有这样的差别？

[534] 3、对于孤独地狱的苦相，应如何思苦、忏悔、修悲？掌握后如理观修。

## 1.12 12

[535] 总示修要及教诫

[536] **如是八热、八寒地狱共十六，及近边、孤独二狱共十八，称为十八地狱界，于彼等的数量、寿量、苦相、生因等皆细了知后，于已生彼处的有情需修悲心，于自他一切从今以后不生彼处的方便需作精勤。**

[537] 像这样，对于八热、八寒十六种地狱，加上近边、孤独两种地狱的十八地狱界，无论是数量、寿量、苦相、生因，以及”等”字所摄的异熟、等流等果报，重复性、心态，以及唯识变现、放大律、决定性等等，都需要很细致地认识。

[538] 所谓的”细了知”，就像用镜子照东西，一分一分照得很分明，对于十八地狱界的各种情形，都需要审细地了知。按引导文所说那样一分一分地去认识，还仅是粗分了知。按照《念处经》所说到的，比如八热地狱非常多的案例，就能更细致地了解。因此，诸大引导文都强调，以上仅是粗分，而细致地认识要多阅《念处经》，多作思维。譬如所谓”苦相”，根身器界有各种的苦相。“生彼业因”，介绍各种地狱时都会说到过去世曾经造过哪些业，就像那样去认识当时造什么业，受生在什么地狱里。而果报上，也要认识当时的异熟果、托生以后的等流果等等。

[539] 诸如此类，审细了解以后就会发生胜解，由此会出现厌患出离、归依、大悲，以及在缘起链上由胜解出信心，由信心出欲，由欲出勤，由勤出功德等等。正如心上发展的规律，所谓”胜解为信依，信为欲依，欲为勤依，勤为功德依”。《入行论》中也广说了诸苦的功德。诸如此类，它是往后修心发展的一个重要关键。

[540] 那么有了这样由思维地狱苦而发起胜解作为基础，接着就要作两大修习：一、对于一切已生彼处的有情修悲心；二、对于自他一切从今往后不生到地狱的方便需要发起大的精进。就像这样，总的三个大的项目：一、修苦；二、修悲；三、忏悔。所谓”忏悔”，就是忏掉自他生到彼处的业因，要具足方便。诸如此类，就是修地狱苦的要点。

[541] **若不如此，仅稍知稍闻即舍置而不修持，则往后将成法油子骄慢之因，以及为圣者呵责、智者轻笑之处。**

[542] 假使没有这样细致地学习十八地狱界，包括闻思修的各个环节，不但是在数量、寿量、苦相、生因，以及各种缘起的相上作认识，而且是真实地发展出胜解、信心、欲、勤，以及根本的自他两方面修心的内涵，否则只是稍微听一点、知道一点，就放弃而不修持的话，将来就会成发生法油子骄慢的因素，成了为圣者所呵、智者所笑之处。

[543] “仅稍知稍闻”，就是现在大多数人的状况，稍微学了一点，就以为我听过了、我懂了，就这样结束了。所谓的”稍”和”舍置”，就是有量和步骤上的欠缺。量上很欠缺，依稀仿佛地知道一点十八地狱，在引导文的每个细节上欠缺认识。不必说在心上真实地认识，连文句的认识也没有，不必说像《念处经》那样广大的认识，连引导文的认识也没有。因此，量上连第一步的听闻都非常不够，这样也可以说是稍知稍闻。

[544] 再者，在闻、思、修中，只停留在稍微听一下、看一下，没有思维修习，在心的发展上只是皮毛。这就好像要挖一口深井，取到其中的甘泉，没有广度就挖不深，没有深度就挖不进，得不到水，得不到水就没法饮用。意思是，在根本上没有发生广大的胜解，在以它为依而发生的信心、欲、精进等上，就成了”无源之水，无本之木”那样，以及在相关的自他忏悔、修出离、修归依等上都起不来。

[545] 就像这样，修心的发展上是一点也没有的，但是却认为”我已经懂了，这个是低的，已经学过了，还要干什么？“这样就结束了。那么，这种状况非常危险，往后就会成身份上变成法油子、心态上变成骄慢的一个大因素。也就是学得越多，好像产生法油子和骄慢的原料越多，最终会成一个大法油子、大骄慢者，而且在禀性上刚强难化。

[546] 有人说：怎么会以此而成了法油子以及具有大骄慢相呢？

[547] 这是由于当初的错认，知识上可以不断地去积累，而修心上却像幼儿一样。自己的一种错认，就是第六意识在吸收知识的时候，可以迅速建成一个大的体系，而且从法的第一步一直跨到最高一步。那个时候会感觉，我这个也学过了，那个也懂了，我学到极高的法，非常殊胜。之后跟我执配合起来，就会觉得自己好像升到云里去了。这个时候，自身上就发生错认，认为自己很高，因此缘着高相而转，再者资格老，由于这种坚固我相，再也听不进去教言。

[548] 所谓”往后将成法油子骄慢之因”，是指如果没有遇到违品，比如善知识的摄持、纠正，或者自身发生转变，已经认识到自己的不足，碰到某种逆缘的时候通不过去，发现修行一塌糊涂，然后从中转变。如果这些没出现，那么不断地这样学上去的话，知识越高，慢心越大，自我的身份、评价越大。这个时候年岁已经大了，实际上心也没办法调整，我相却不断地高涨。看到别人还以为很幼稚、很浅，认为他这个还不懂。自身非常高，只谈高的，但实际上，心上的发展一点也没有，反而起非常多的罪过、起烦恼。就像这样，由于人的那种我相坚固，又配合所学的佛教知识非常多、非常大，那就成为法油子了，而且慢心是非常大的。

[549] 这里要明确，在学法上自身是病人，法是药，因此，要按照法道的次序在自身上如理服用，在心上一点点发展。假使一开始只是积累知识，没有殷重地去受持，在闻思修上如理如法地发展出来的话，那积了药方以后反而不服药，而且以此为荣，就会导致药方越来越多，慢心越来越大。之后不是去治病，反而是增长了骄慢，就成了一个顽固的法油子，这非常糟糕。后来，叫他吃药不肯吃，身上有很多奇奇怪怪的病，还小看别人吃药低，已经变得非常虚诳，稍微有所刺激就起嗔心，而不再接受教言。

[550] 由此进一步发展，就是为圣者所呵、为智者所笑。不断地起惑造业，有很多的罪业，或者犯戒等等，当然成了圣者的呵责之处：“这个人是虚假的，这个人是无救的，这个人是应当远离的，他的烦恼罪业一大堆，他是背叛法道的人”等等，就像这样为圣者所呵。然后为智者所笑：“这个人是一个小丑，他名实不符，心中没有任何修心的进展，然而外在装这装那，像个猴子一样，做这种姿势、语气，说几句时髦大话。”就像这样，在智者眼里看来，的确是轻笑之处。就好像唱戏的人，威仪很好，谈吐不错，说的都是非常漂亮的话，其实里面一塌糊涂。什么都能装，但智者一看，这个小丑在上面演来演去，心里没有任何内涵，还要那样说、那样表演，这就成了轻笑之处。

[551] 对于以上所讲的过患，下面举一个典型的例子来说明：

[552] **从前在上师祥仁波切前，有一位威仪庄严、骄慢大的比丘来拜见，上师问：“比丘，你知何法？”回答：“闻法颇多。”又问：“那么所谓的十八地狱界是哪些呢？”回答：“八热、八寒共为十六，及黑帽、红帽噶玛巴，共成十八。”此师虽非不敬噶玛巴而算在地狱之数中，然孤独、近边二狱的名字忘了，而噶玛巴黑、红二帽当时具大名称，故胡乱就算在数中了。**

[553] 这个很典型，他已经发展成一个大骄慢的法油子，然而他外表威仪是很庄严的。也就是那么如法、那么调柔，走起路来很寂静，看起来很庄严，无论是举手投足、态度语言，这些都做得非常好，但是，由于闻法很多的缘故，里面的骄慢特别大。他就来拜见上师祥仁波切。

[554] 这样见面的时候，上师问：“你知道什么法？”

[555] 他说：“闻法很多。”意思是基础法不用谈了，那些又深又广又高的法都懂很多，这样他的慢心一下子就表出来了。

[556] 在上师眼里看得清清楚楚。因为有自知之明的人，一个谦下的态度会出来，而他却说”闻法很多”。那上师就问：“那么，所谓的十八地狱界是哪些呢？”这实际是佛教幼儿园级别的一个课题。

[557] 他说：“八热地狱、八寒地狱，红帽、黑帽噶玛巴，总共十八个。”

[558] 他不是因为不恭敬噶玛巴而算在地狱中的，而是当时情急慌张，孤独和近边两个地狱的名字忘掉了，但他是具慢心者，前面已经说了我闻法很多，这会儿不能露丑，马上想遮，结果一遮出更大的丑。要知道，人有骄慢的时候，不会说我不行。其实他应该马上坦露说：“我忘记了，我很差劲。”他没办法说。他说”我闻法很多”，对自我的评价是很高的，认为自己是佛法上的高级修证者。就像这样，他当时的那个状态是想蒙混过去，不承认错误，心溜来溜去的。情急之中，大概只是非常短的几秒钟的时间，紧张和要面子合在一起，马上就乱说了。

[559] 为什么会那样乱说呢？因为过去藏地信息不发达，而噶玛巴黑、红二帽受明朝皇帝册封以后，名声传得很远，对于藏地的人来说，名声很响，落在心中的印象很深，所以，在他的识田里，这两个落得很深，情急之下，这两个一下子就冒出来了。要知道，当时他的慢相跟想遮掩的烦恼一合作，这时候就乱说一通了。

[560] 这个现象是很容易发生的。譬如一个慢心大的人，是不肯承认错误的。当问到什么的时候，由于身份高，他要保体面，不肯说我不知道，那要露丑的，所以，他会马上编造出来，很快一个反应就出来了。诸如此类，当时的胡乱说是一种烦恼状态，马上就出来了。这样子就暴露无遗。这位所谓身份高、资格老，自己也觉得我在佛法上很厉害的外相很好的比丘，已经彻底暴露出来了。这就是一个大骄慢、法油子的典型。

[561] **倘若成了如此，则求法后修持不必说，连文句尚不了知，诚然为惭愧之处。**

[562] 如果成了这个样子，只是外面学，不是心上学，一切法没用在自心上对治颠倒心，发展无颠倒心，真正佛法的内涵，无论闻思修哪方面，都没出来，只是在积累知识。为着一个自我虚名的需要，当然自我需要长大，自我需要变高，自我需要升级，就像世间人为了名，会花钱去买那样，他没有内涵的缘故，就表现出这么丑陋的相。佛法里面最基础的地狱的法，不必说求法后修持，连文句都还不了解，的确是非常害羞的地方。

[563] 那么按照这种方式进展下去，学一个地狱也是如此，学一个饿鬼也是如此，学旁生也是如此，再进一步总的轮回苦也是如此，巴不得赶紧过去，我已经全懂了、全知道了，了不用心，之后佛法越学越高，水涨船高，慢心当然也越来越大了。因为人最深层的需要是为着自我，其实这是烦恼的根，是一切颠倒的根源，对此不认识的话，那的确最后学出一个大骄慢法油子相。就像一个人当了县长以后，只有省长才说得动他，其他人的话根本听不进去，他一定是非常高的相，人完全变掉了，非常坚固，难以转变。那个样子一出来，就是非常丑陋的法油子相，圣者们不欢喜，智者们也发笑，就成了这个样子。

[564] 这样我们回过来就说，现在自己想想，连一个地狱的数量都答不出，或者进一步说，连其中的文句都不了解，这样能修出苦吗？差得远了。连苦都不知道，会有出离吗？会有持戒吗？会有大悲吗？会有菩提心吗？会为了脱出极其可怕的大苦而昼夜精修吗？这些肯定都是空的。知识上当然越来越高，自我在佛教圈里也是要显的。最大的就是自我，在别人面前不能低，话一说出来，不能够落一点的，那当然是非常高、非常大的。这样的话，就会发现入了歧途。但是真实来看，一碰到事情的时候，只有露丑的份。

[565] 这样的话，对于一个真实的学法人来说，应该倍感惭愧。所谓的”惭”和”愧”，就是说，在自心上感觉我是一个学法的人，由于一种尊崇、重视内心善性的缘故，就会发现我这样的确非常差，太羞耻了，作为一个学法人，连最基本的地狱的文句都不知道，在这个最重要的法类上都一点不用心。其实说老实话，现在我们最重要的是从轮回苦海里出来，这是非常可怕的。其他所谓世间的科技、现代的知识，或者各种硬件、软件，网络上的时髦话、娱乐的追逐等等，这些都不重要。如果你是个大菩萨，那当然应该随顺世俗，去度无数人，但是，自身在佛法上颠倒得一塌糊涂，所以，现在最重要的就是要了解地狱。地狱对我们来说太重要了，因为只相隔一个呼吸，死掉以后，按照自相续中的业因来看，那是极有可能掉进去的。

[566] 所以，对于当前来说，应当首先在法道上面运用全副的心力，把自己的智慧、才华、勇气等都用在这上面，逐渐地在修心上成为一个大勇士、大英雄。有这样的内涵，能够降伏烦恼，才是真正的英勇，才是真正的有力量。如果连起码的地狱的文句都不知道，那还谈什么求了各类法之后修持？不必谈了，因为连佛法的基础都没有。就好像要建一幢大厦，如果连一块建筑材料都没有，那怎么可能建出大厦呢？无非是建自己心中虚假的空中楼阁，成为增上我慢的因素而已。最后我相越来越大，那最终的确非常可怜，成了一个大法油子，没有人能说得动他，然后自搞一套。这样子混过一世，只不过是最大的欺骗而已。

[567] 我们自身应该在内在感到非常羞惭，在外在感到愧对一切上师三宝，应该感觉自己实在不行，应该止息掉这种虚诳。从这里要接受普贤上师的言教，改过自新，在自己心上逐渐发展修心，对治掉那些颠倒，然后才会有真实的成长。

[568] **第二恶趣处思维饿鬼之苦者：**

[569] 二、思维饿鬼苦分二：（一）总说；（二）别思。

[570] （一）总说

[571] **总于饿鬼，有隐住和空游两类。**

[572] 总说有五个方面：1、种类；2、处所；3、苦相；4、寿量；5、身体。

[573] 1、种类

[574] 饿鬼有隐住饿鬼和空游饿鬼两类。所谓”隐住”，即在饿鬼世界住；“空游”，即在人间住，人在夜晚行走的时候能见到。所谓的”隐”，就是处在人所不见之处。《念处经》说到有三十六种饿鬼。

[575] 2、处所

[576] 隐住饿鬼居住在南瞻部洲印度王舍城下五百由旬处，是世俗所说阎罗王的住所。当决定受生处所的时候，要在阎罗王那里受审，照业镜、称善恶业的重量等都在那里。

[577] 隐住饿鬼的处所，是一个庞大的饿鬼的共业区，是一个非常广阔的地方，其中又有根本处所和眷属处所，如同《念处经》等所说。根本处所，就是非常多的饿鬼群居之处；眷属处所，就是由根本处所分出来的各小支分，由于一群一群众生的业所感，较小型的饿鬼区域。再者，饿鬼也有他们的社会组织、家庭组织等，譬如有鬼王、有鬼卒。又有贫富阶层，如大力鬼、财富鬼、贫乏鬼等等。又有男鬼、女鬼、鬼母、鬼子。

[578] 3、苦相

[579] 饿鬼共通的苦相：一、受用匮乏；二、饥饿干枯；三、身色不悦意；四、诸根不健全；五、恒常遭到损害；六、在千百年中连水的名字尚且不闻，何况真正受用饮食，故极为苦恼。

[580] 4、寿量

[581] 寿量有多种说法。《念处经》中说，人间的一百年是饿鬼界的一天，他的自年达五百年，相当于人间一百八十万年。《如意宝藏论》也作此说法。《俱舍论》却说，人间一个月算为饿鬼界的一天，其自年达五百年。《亲友书》又说到，有些鬼能活到五千年，有些鬼活到一万年。

[582] 5、身体

[583] 在《日藏经》里说，大的饿鬼有一千由旬，小的饿鬼仅十二指宽，也就是拇指端和中指端伸开的距离。

[584] （二）别思分二：1、思维隐住饿鬼之苦；2、思维空游饿鬼之苦。

[585] 初又分二：（1）思维三类苦相；（2）总示修要。

[586] **初中又有具外障者、具内障者、具特障者等。**

[587] 其中初者又分三：1）思维外障之苦；2）思维内障之苦；3）思维特障之苦。

[588] 其中，“外障”，指在环境中难得饮食的障碍。“内障”，指根身无法消受饮食的障碍。“特障”，是针对外内而言，“特”与”共”相对，外障和内障是饿鬼们共通的报障，而特障属于特殊现相，是某一些特殊业力的饿鬼在环境、根身等上发生的报障。

[589] 对此，首先思维饿鬼外障之苦。

[590] 1）思维外障之苦分三：①总说；②别说；③举例说明。

[591] ①总说

[592] **其中具外障者，乃至很多百年之间，仅水之名也未曾听闻故,极为饥渴而受逼恼，常时中励力求一些饮食而驰走，然毫无所得。**

[593] 所谓饿鬼具有外界环境上的饮食障碍，这是指由于饿鬼的悭贪业力，在很多百年里，连说水的声音都从来听不到，所以在他们的境界里，根本不出现能喝的饮料、能吃的食物，因而身体极度的饥渴，而受着饥火焚烧等的逼恼之苦。因此，饿鬼们常常都有求饮食欲，一天二六时中都在努力地求一点饮食而到处奔走，然而以悭贪的业习气，在成熟位的时候丝毫也得不到饮食。

[594] 也就是在外界的环境中，丝毫也不出现甘泉、河水、雨水，下至一点扔弃的残食、鼻涕、粪便等都找不到。即使真的有一点，也被那些看护鬼所守，没法得到。不仅得不到饮食，其他的像温暖、清凉等等的受用，也是得不到的。诸如此类，有外境上受用匮乏、求不得的苦。

[595] 思考题

[596] 1、观修十八地狱界时，总的有哪几个修持要点？

[597] 2、“仅稍知稍闻即舍置而不修持”：

[598] （1）这句指的是什么情况？

[599] （2）为什么这样会成为法油子、具大骄慢者？

[600] （3）进一步会为圣者呵责、智者轻笑的情形如何？

[601] （4）叙述骄慢比丘见祥仁波切的公案，并思维：从中如何看出他不了知法，且骄慢大、成法油子？

[602] （5）我们在这上应如何反省？如何改正？

[603] 3、饿鬼总的种类、处所、苦相、寿量、身体的状况如何？

[604] 4、隐住饿鬼有哪三类苦相？其中外障的总苦相是什么？

## 1.13 13

[605] 接着从各个方面来认识所谓”毫无所得”的苦相。

[606] ②别说

[607] 前面讲到，诸饿鬼在器界里面具有饮食的障碍，甚至在很多百年当中，连水的声音都听不到，何况真正的饮食。因此，他们在漫长的时间里非常饥渴，受着煎熬，恒常都努力地去寻求一点饮食，到处游荡、驰行，但是一点也得不到。

[608] 对于这种求不得苦，接着要从各方面分别思维。总的落点就是，无论怎么寻求都一无所得。有时见到有长河涌波，然而到近前一无所得；有时见到有绿树美果，然而到近前一无所得；或者虽然有饮食受用，然而被守护鬼等赶着、打着，失望而归；或者在夏季求清凉不可得，在冬季求温暖不可得。诸如此类，在以悭贪恶业力所变现的境界里，没有任何如意的受用。要像这样认识到，诸饿鬼有深重的外障之苦。

[609] 以下就按照引导文，分四个方面来认识：A长河涌波，无所得苦；B绿树美果，无所得苦；C鬼卒驱打，无所得苦；D日冷月热，无所得苦。

[610] A长河涌波，无所得苦

[611] **有时候从远处见到有长河绿波涌流，处于关节脱位而难承腹部的苦中，踉跄疲极而行故，到了近前，水皆干涸，唯剩河槽，之后极生忧苦。**

[612] 对此我们应该发展观察智慧，按照佛所说的教量，从整个缘起进程去观察，就会发现诸饿鬼陷在深重的匮乏苦中。进入的次第分四：一、错觉；二、负重；三、驰行；四、失望。

[613] 譬如一对相爱的男女，当一方死掉时，活着的一个会一直感觉对方还在，这就是由于欲心大的缘故。又比如一位母亲，特别爱自己的独子，当孩子死了以后，她总是有一种”孩子还活着”的欲，以此会出现幻觉，在白天或梦里，感觉孩子还在。诸如此类，由于饿鬼们在非常漫长的时间里，一点水也得不到，环境里不出现任何饮食，而他们心里一直盼望能喝到水，以这种求饮食的欲就发生了错觉：在远远的地方看到有一条长河，绿波涌流。于是心想”太好了，到那里能喝到甘甜的水”。由这个欲推动，使得他们不顾任何艰辛，一心要往那边奔。

[614] 接着，要看到他们的负重之苦。也就是诸饿鬼的身躯大的有上千由旬那么大，按较小的量度来算，比如一个饿鬼的身躯有一由旬，也就是四十里。这么庞大的腹部，好比一座山那么大。然而腿很细，而且两个肢节之间的关节松脱。也就是本来大腿骨和小腿骨等之间一个凹、一个凸，中间要用肌腱来连接，但是，饿鬼们由于长年缺乏饮食营养，身上的血、肉、脉等都不行，皮包骨头，焦黑憔悴，因此，骨和骨之间都错位了。在这种状况下，还要承受像一座山那么大的腹部，处在艰难的负重之苦中。

[615] 然而，由于他们实在太渴了，处在这么重的大苦当中也丝毫不顾，极其疲惫，踉踉跄跄地往前面走。从这里能看到，那是非常艰难的驰求之苦。我们可以想像：饿鬼们的腿脚那么细，而且关节脱位，还要支撑像一座山那么大的身躯。但他们实在顾不了这些，那种非常大的求饮食欲，使得他们不顾这一切。好比人在极度饥渴之时，一旦看到前面有吃的，哪怕走不动，就算爬也要爬过去吃。《念处经》里讲到诸饿鬼求饮食的情形时，都是用”驰奔”“驰求”等，表示那是非常大的寻求饮食的欲，在驱使着他们往前行进。

[616] 这样走到那个地方的时候，一切水干涸，只剩空空的河槽。所谓的”河槽”，就是两岸高出，河底凹下，就像一个巨大的槽一样。如此陷在极大的求不得的忧苦当中。

[617] B绿树美果，无所得苦

[618] **又由见到远方果实累累的绿树，如前一样驰行而到了近前时，变成了枯干的大柴火树。**

[619] 第二个例子。幻觉中有树果，实际只是枯枝。这也是常年被饥饿所逼迫的缘故，有很大的求饮食欲，幻想着得到果实，结果出现深度的幻觉，从远处看到那个地方有好多果实累累的绿树。这样见了以后，就驱动了寻求的欲。欲一起的时候，什么苦都顾不着，就要到那边去吃。这里也同样按照错觉、负重、驰行、失望四分来思维整个过程的苦状。

[620] 也是一样的关节松脱，支撑不起庞大的腹部。在这样负重的困苦状况中，由于求饮食欲胜过了苦受，所以他还是往前驰行。在那样极度疲惫、踉踉跄跄行走的苦中，终于到了近前。那个时候看到只是一片大干树林，也就是没有绿叶，没有水份，没有美果，只是一堆株杌。“枯干的大柴火树”，是普贤上师的描述，柴火晒干了以后，一点绿色也没有，干干的，没有水份。由于什么受用处也没有，面前全是干柴，这个时候他们就陷入极度的忧苦当中。因为先前的希望太大了，这时候却一点受用也没有，因此处在深度的绝望中。

[621] C鬼卒驱打，无所得苦

[622] **又见有众多殊妙的饮食受用，然而到了近前，却有众多执持器械的士夫守护故，追逐后用器械殴打令受苦恼。**

[623] 第三个例子。这回有很多的饮食受用，前面是由极度的求饮食欲而出现错觉，这次是真的出现了饮食，包括眼、耳、鼻、舌、身、意等的各种受用。比如那里有很好的景色，有清凉，有微风等等，那当然要去那边寻求。在这里有负重、驰行、驱打、失望四种苦。

[624] 仍然是拖着大肚子，饱受艰辛而驰行过去的。可是到了近前，有很多带着器杖的守护鬼在那边守护，所以，一到那边就被驱赶，守护鬼们用铁锤打、用刀剑刺、用罥索绑等等。像这样，在非常恐惧的状况中逃了出来，还是一无所得，陷在非常大的悲恼当中。

[625] D日冷月热，无所得苦

[626] **于夏季中月轮也炎热而烧灼，于冬季中日轮也极寒而阴凉，因而特别忧苦。如是等即是外障苦。**

[627] 再从温暖、清凉的受用来说。到了夏季，在某些饿鬼的区域里，由悭贪业力所发起的器世界的苦相是天气特别热，甚至超过人间南方一百倍的炎热。那个时候，饿鬼在自身所处的环境里到处寻找清凉。到了夜晚，特别盼望月亮散出的清辉能带来凉爽的感受，然而月轮在那个时候特别热，遍布在空间里的都是非常炽热的月光，一点清凉也得不到。

[628] 到了冬季，某些饿鬼处在非常大的阴冷当中，特别盼望日轮出现的时候能得到一点温暖，然而没想到日轮特别寒冷，在整个空间里散布的光都是凉飕飕的，得不到一点温暖。就像这样，常常有寻求冷热的欲，但最终都失望而归，陷在特别大的忧苦中。

[629] 要知道，并没有识外的日月。人间看到的日月，都是日热月凉，这是人类的共业所感。然而以诸饿鬼共通的业力，现出来的是日冷月热，因此，夏季月光非常炽热，冬天日光极其寒冷。在他们自身上出现这种苦相，想求温暖、清凉毕竟不可得，由此陷在很大的忧恼当中。

[630] 再者有人怀疑：怎么地下五百由旬处会出现那么大的饿鬼界，而且有的饿鬼身体高达千由旬，这是怎么回事？怎么地下还会出现日和月呢？

[631] 要知道，这是不同维次的空间。从印度王舍城地面往下五百由旬处会发现那里有饿鬼世界，有神通者也能深入其中。再者，根据《念处经》来说，实际也不只是有一个场所，饿鬼的种类有无数，器界有无数，变现的相也有无数。要知道，这唯一是阿赖耶识的变现，当受生为饿鬼的悭贪习气成熟之时，自然会变现出相分的饿鬼器界。实际上那个地方属于隐住界，跟人间不共处，不像牛羊等的旁生跟人类处在同一个器界里。在饿鬼世界里，以诸饿鬼的共业会显现出饿鬼界特别的日轮和月轮，而这唯一是匮乏温暖和凉爽的苦相。

[632] 再者，在那个器界里，有些饿鬼的身躯比喜玛拉雅山还要大，那的确是非常大的身体。走动的时候，响声”咔咔咔”，非常响。在那个范畴里，各种河、树、山等等，也是以他们寻求的欲，会出现一种受用很丰裕的相。比如长长的河，绿波涌动，里面似乎充满了甘露之流。或者看到非常凉爽、郁郁葱葱的树林。或者会看到那个地方有好多很好的受用。诸如此类，都是由他们的业识所变出的幻觉。一旦到了近前，发现空无所有，或者变出相反的相。因此要知道，这一切都是唯识变现，由悭贪为主的恶业习气的功能，变现出整体匮乏的相，在这个环境里几乎得不到一点受用。

[633] “等”字包括像下雨一样降下热沙，或者见到河水变成脓血等等的苦相，如同《弟子书》所说。更广的要从《念处经》中来认识。诸如此类，就是饿鬼界以悭贪业力无法得到受用的大苦。

[634] ③举例说明

[635] **犹如昔日亿耳尊者去了饿鬼之境中，以被饿鬼的悭业之毒热所中而尊者口极渴，在一大铁堡门前，有一个可怖畏的黑面红眼的士夫，尊者问：“何处有水？”由此如焦木般的众多饿鬼集聚后，都说：“圆满的大士夫，请施舍水。”尊者说：“我也是没有得到水，才求施水故。”说道：“您说什么？我等已生此山谷中十二年了，连水的名字也除了这一回之外没有听闻过。”**

[636] 从前佛世之时，有一位亿耳尊者，他有俱生的神通，能到饿鬼境界里去，或许当时他就去了王舍城地下五百由旬处的那个巨大的饿鬼世界。一到那里，就被诸饿鬼悭贪业力所现的环境的热毒所中。当时尊者到了这个极其酷热的环境里，中了热毒，他的口非常干，然而在荒凉的饿鬼境界里到处找水，始终一无所获。终于看到前面有一个铁制的大碉堡，也许是饿鬼的某个省长或者某个富豪的豪宅。

[637] 他走过去的时候，门口站着一个黑面红眼、相当可怕的人，这有可能是饿鬼境界里的一个官员或者富豪。尊者马上问：“哪里有水？”他冀望于此。没想到这个声音刚一传出，就招来一大群像烧焦的株杌般的饿鬼，他们都一起拥了过来，对尊者说：“圆满的大士夫，给水！给水！”尊者说：“我也是没得到水才到处找，找到这里来的。”他们说：“您说什么？我们生在这个山谷已经十二年了，不要说真正见到水，连水的声音也是除了这回之外，从没听到过。”

[638] 当时那些饿鬼非常可怜，他们一听到说水的声音，认为肯定有希望。然后一过来的时候，看到这样一个人，都在呼”圆满的大士夫！“就好比从来没读过书的人，见到一个得到美国哈佛大学博士学位的人回来，他们都说：”你这么有知识、有学问，教教我的孩子吧！“就像这样，饿鬼世界里贫乏得一无所有，现在竟然看到有这样的人。由于非常匮乏的缘故，他们都向上仰慕着请求：”圆满的大士夫，给水！给水！“他们完全冀望于此，十二年里只有这一次听到”水”的名称，以为终于有希望了。没想到尊者说：“我也是没得到水才来找水的。”他们绝望之中发出”您说什么？“的惊叹，好像惊雷一般，打碎了他们的希望。之后就宣出了自己的心声：”我们受生在这个大山谷里十二年了，连’水’这个名字都没听过。“因为环境里根本没有水，连找到一滴水都不可能。

[639] 这样才知道，以这些饿鬼们的悭贪业力所感，整个环境十分酷热，热毒超过了人间炎炎夏日的几十倍、几百倍，当然非常干焦，想到处去找水喝，但是，以悭吝的恶业，唯一显现完全得不到水的匮乏之苦。这样就知道，他们唯识变现的器世界里面丝毫得不到水，所谓”百年不闻浆水之名”，这就是饿鬼外障的苦。

[640] 小结

[641] 总体上要认识饿鬼的外障。由于匮乏饮食而内心忧苦，身体干枯憔悴，没有什么精华，口、喉、手、脚都是细细的。当初在远处见到有河水，有绿色的果树等，等到了近前，河流就成了干枯的河槽或者变成脓血，具果实的绿树就成了干枯的株杌林，甚至成了荆棘。

[642] 2）思维内障之苦

[643] “内障”，指相对于外环境而言，诸饿鬼由悭贪的恶业，俱生就有报障，也就是根身上面有受用的障碍。这又要由两方面来思维：①思维饮食障；②思维行动障。

[644] ①思维饮食障

[645] **具内障者，以仅如针眼许的小口，纵然饮到了大海之水，也在未入进仅细如马尾之毛的咽喉之前，由口毒之力而干消。假使有少许进入咽喉，而大如地区般的腹部也难以满足。纵然能稍令安适的一些量入了腹部，然而夜晚期间，体内猛火炽燃后焚烧心、肺等一切内脏，故极受苦楚。**

[646] 这里要由受用的五个层次，来认识饿鬼饮食的障碍：一、口障；二、口腔障；三、喉部障；四、腹部障；五、火燃障。这样就知道层层都有障碍，根身上从外到内全是障碍，一路皆苦。这样逐层观察会认识到，饿鬼得饮食的几率极小，这完全是悭贪恶业力在诳惑人而已。以下分五层来思维：

[647] 第一层障：口像针孔那么小，即使得再多的水也进不去多少。也就是非常难进，就像打点滴一样，一点一点地进去，比蚊子吸水还少。

[648] 第二层障：假使有一点进入了口腔，但是在这个部位，由于悭贪业力出现了热毒，温度非常高，那个水很快就干掉了。就像食粪饿鬼身体发臭，这是由于恶业的功能力，而出现很臭的身体。同样，由于悭贪的业力，这些饿鬼的口腔里会发生高温。人的口里出唾液，而饿鬼们的口里会发出非常大的热毒，所以稍微进去一点水也马上干掉了，可见饮食能进去的几率很小。这已经有两道障碍在做阻挡。

[649] 第三层障：假使经过了口腔，到了要过喉的时候，由于喉咙像马尾毛那么细，这时候就像打超细的点滴那样，稍微有一点水过去，也是一滴一滴的，只能进去一点点。

[650] 第四层障：肚子大到若干由旬，有百千万里那么大，如一县、一市、一省等地区的范围。即使进去了一点水，也没办法满足这么大的肚子。像我们人类，肚子里没填进食物的时候感觉饥肠辘辘，觉得饥虚羸弱。而饿鬼们的躯体那么大，需要很多的水去滋润、很多的食物来营养。这就好像一大片干燥龟裂的土地，上百万平方公里的干旱之地，只滴那么一点点水、浇一点点肥有什么用呢？怪不得饿鬼们的身体都是干焦的，像枯木一样，一点点食物怎么能营养到那么大的身体呢？又好像一棵参天大树，只倒一点点水、给一点点养料怎么够呢？那棵树一定是干枯的，没有一点绿叶。就像这样，饿鬼们的身体都是憔悴干枯的。

[651] 第五层障：假使在百年里偶尔得到了一顿，比如呕吐物、扔弃的残食，或者屎尿等的食物，然后填到肚子里，稍微感到舒服一点。这就像在沙漠里走了一天的人，终于得到一点水喝下去。实际根本不够，但由于先前渴得太厉害，所以这时稍微感觉舒服一点。就像这样，稍微有那么一点进了肚子，感觉舒服一点，然而又要遭遇第五层障碍。那就是在当天夜晚的一切时间，肚子里整宿都猛火炽燃，烧掉了一切心、肺等的内脏。像这样，每天都要来一次，非常痛苦，直到业功能消尽才能脱出。这样逐层地观察下来，就看到诸饿鬼的确处在极大的饥渴、焚烧的苦当中。

[652] ②思维行动障

[653] **欲行走时如地区般的腹部，由仅细如茅草一样的身肢无法支撑，极为苦恼。**

[654] 思维行动障有两个方面：一、观察饿鬼的腹部如地区；二、观察饿鬼的身肢如茅草。

[655] 假使腿脚健壮、腹部轻盈，那走起路来健步如飞或者身轻如燕，俨然是个神仙。但是，诸饿鬼的报障很大，脚像茅草那么细，腹部像地区那么大。经上说，有几由旬以至数十、数百由旬等。一由旬按最小四十里来算的话，那的确像喜玛拉雅山那么大。所以，饿鬼们在走动的时候非常可怜，那么细的肢体没办法支撑这么大的腹部。

[656] 再者，关节出问题，不能很紧凑、很合得到，所以走起路来关节处出火，发出”咔嚓咔嚓”的响声，就像五百辆马车走过去那样，可见十分艰难。但是，他们的欲超过了苦，也就是有非常大的求饮食欲，当心前出现幻觉，看到哪个地方有水、有果子等的时候，一边悲号着”饿啊！渴啊！“同时不断地往那边奔走。像这样就知道饿鬼们的处境非常艰难，受很大的逼迫，处在这样大的根身障碍当中，这也是与生俱来的苦。

[657] 小结

[658] 内障之苦总的要这样观察：诸饿鬼的口像针眼一样狭小，喉咙像马尾巴毛一样细，肚子如大海般广阔，手脚像茅草一样细，由此出现难得饮食的苦。要渐次这样抉择：即使得了饮食，也有进不了口的苦；即使进了口，也有入不了喉的苦；即使入了喉，也有肚子里填不满的苦；即使肚子里有少许一部分填满，也由于心、肺等内脏出现炽燃猛火的缘故，内脏全部都在焚烧当中，从口里冒出带火焰的烟焰。而且，关节处的两骨摩擦的缘故，出现炽燃的火。有诸如此类的内障之苦。

## 1.14 14

[659] 3）思维特障之苦分二：①正说；②举例说明。

[660] ①正说

[661] **具特障之苦者，即是在各别饿鬼的身上，由许多虫做了巢后唼食等等。除此之外，还有很多不定的苦乐类别。**

[662] 在外障和内障之外，以特殊类型的果报立为特障，这会发生在一个、几个等各别饿鬼的身上。比如，有一类饿鬼，他的身体成了很多虫子的巢穴，整天被这些虫子吃，这是一类业障病苦。还包括争抢食物的苦，咽喉生瘿瘤、吃脓的苦等等。“等”字包括其他各种种类。比如，有一些饿鬼吃粪；有一些饿鬼吃唾液；有的是天上下刀，身体被切割；有一些被镇压在黑暗的地方，由蛇来咬；有一些在孤岛当中，热得难受，只能以朝露为食；有一些成为大力鬼；有一些成为给阎罗王当差的鬼。诸如此类，就是所谓特别的报障。

[663] 除这之外，还有不定的各种苦乐的类别，这里的”类别”包括根身、器界、受用等等。所谓的”乐”，比如一些饿鬼成为鬼中之王、鬼中具福报者，有一些受人们的祭祀，或者吃血时还有一些快乐等等。诸如此类，《念处经》里有具体的描述。其实，饿鬼由于宿世的业千差万别，所以感得的苦乐境遇也是各式各样的。

[664] 以下举两个例子来说明：

[665] ②举例说明

[666] **昔日亿耳尊者去了饿鬼境中，进了一座无量宫，里面有个美女身色妙好，庄严悦目，以珍宝严饰的宝座的四脚上系着四个饿鬼。她向亿耳尊者献食后说：“他们向您乞讨吃的时，一点点也不要给。”尊者吃食品时，由于诸饿鬼乞求，给予一鬼故顿成糠秕，又给一鬼故顿成铁丸而食，如是给一鬼而顿成自身的肉，给另一鬼而顿成脓血故，彼女来了说：“我没对你说不要给吗？难道你的悲心比我还强吗？”**

[667] 从前，亿耳尊者以神通力到了饿鬼境内。那时候，见到一座无量宫，进去后看到里面有一位身色妙好、庄严悦目的女子，坐在由黄金、白银、玛瑙、翡翠等珍宝饰品严饰的宝座上（看起来好像是一个女王）。再一看，宝座的四个脚上拴了四个小饿鬼，好可怜。

[668] 那个美女向亿耳尊者献了食物以后，特别交待说：“如果这几个鬼跟您要食物的话，一点点也不要给他们。”之后就出去了。

[669] 亿耳尊者就在那里吃，宝座四脚上拴着的四个饿鬼都过来讨要。尊者一看，好可怜，就把食物给了其中一个鬼，以尊者给了他的缘故，到他手上就成了糠秕；又给了一个鬼的缘故，到他手上就成了铁丸子吃下去；再给第三个鬼时，她自己的肉掉下去，放在手上吃了；给第四个鬼的时候，没想到在她的手上变成了脓血。

[670] 美女回来后，看到这个情形有点不高兴，她说：“我没跟您讲过不要给他们吗？难道您的悲心比我还强？”

[671] **对此尊者问：“他们是你什么人？”回答：“此是我的丈夫，此是儿子，此是儿媳，此是女仆。”又问：“他们由何业捉弄而生在这里？”她说：“诸瞻部洲的人难信故，不相信的。”尊者说：“我现量见了的话，他们怎么会不相信呢？”**

[672] 这时候尊者就问：“他们都是你什么人？”

[673] 美女说：“这是我丈夫，这是我儿子，这是我儿媳，这是我仆女。”

[674] 尊者又问：“他们是以什么业而生到这里来的？”

[675] 她说：“南瞻部洲的人疑心大，很难相信的缘故，说了也不会信的。”

[676] 尊者说：“我是现量见了的，人们怎么会不相信呢？”（意思是，其他人道听途说，人们听后或许生疑，而我是一个证道的人，现量见了的话，人们会相信的。

[677] 就这样，如女王般的饿鬼女开始讲述他们前生的事。）

[678] 前世的因缘，四个”为什么”

[679] **她说：“我是聂巴城中的婆罗门女，在一个节日前的夜晚备办了精美的食品，那天圣者大迦旃延来乞食，我生起信心后供献了食物。心作是念：让丈夫随喜供养的话，他会出现欢喜的。于是说：‘王子啊！我向圣者大迦旃延供献了斋食故，你也供个随喜来。’他发怒道：’乃至向诸婆罗门都没献供，对诸亲友也未作事奉，而你于彼秃头沙门给了食物的精华吗？彼秃头为什么不吞糠秕？’**

[680] 饿鬼女这样讲到：“我前世是印度边境聂巴城里的一个婆罗门女，我们的家族是婆罗门种性。那时到了一个节日的前夕（比如过年等），我备办了很好的食物。第二天，圣者大迦旃延到我们这里乞食，我当时起了信心，恭敬地向尊者献上食物。那时候，我做了这个功德后心里就想：如果让丈夫也作随喜的话，他会处在欢喜当中（随喜的体性就是内心欢喜），对这样的大功德起欢喜，他会得很多利益。

[681] 于是，我对丈夫说：‘王子啊！（这就像我们说的”公子”一样，表示一种尊重。这样喊出来很重要，因为这么一说，打动他的心，让他欢喜的话，他就愿意接受）今天我对于圣者大迦旃延供养了斋食的缘故，你也供个随喜来。’

[682] 没想到丈夫听后非常忿怒，说：‘我们这么好的食物，甚至对于高贵的诸婆罗门都没有献供，对于我们的亲戚朋友们都没有作事奉，你是不是给那秃头沙门供了饮食的精华？那个秃头为什么不吃糠秕？’（就像这样，她的丈夫实际没有信仰。）

[683] （从这里可以看到，当时那个婆罗门起嗔怒的状况。在他眼里，高贵的是婆罗门种族，佛教的修行者是下贱的。当时正逢重大节日，家里准备了很好的食物。当他知道妻子把最好的、最有营养、具精华的食物，竟然供养给沙门，他就骂起来了，说：“为什么把最好的食物给他？对诸婆罗门都没献供，对众亲戚都没作事奉，为什么给那个秃头沙门？给的竟然还是饮食的精华！”他就这样起了嗔怒。

[684] 这个状况叫做”悭嫉”。我们观察，“悭”，就是吝啬而不肯舍，抓得紧紧的。再说”嫉”，明显能够看出，他很嫉妒沙门得到圆满。因为他心里认定沙门是下贱的，而妻子竟然把节日盛筵里最精华的部分、最好的食物，全部给了沙门，由此他就起了嫉。以这个悭嫉心，导致怒火冲天，说：“那个秃头为什么不吞糠秕？”就像这样，造下了恶业。）

[685] **如是劝子故，彼也发怒说：‘彼秃头为什么不吃铁丸？’**

[686] （那时，婆罗门女的儿子也回来了。她心里还是想：这么好的善行，如果让儿子随喜一下，他会得很大利益。）于是就对儿子说：‘儿啊！我今天如何如何，你也作个随喜。’

[687] （没想到，这个婆罗门子也没有信仰。）他同样发怒说：‘那个秃头怎么不吃铁丸子？’

[688] （意思是一样的。他认为，那么好的精华食物，竟然给了一个下贱的秃头沙门。说”秃头”，就表示他心里有一种鄙视。而且有悭嫉，舍不得把这么好的东西给那样一个人吃，无法忍受沙门得到这样的圆满。以这个恶心就说出那样的话来。

[689] 以上解释了两个”为什么”，下面还有两个”为什么”。）

[690] **当夜，亲戚们给我带来很多好吃的，媳妇私自吃了，粗劣的给了我。我质问：‘你是不是吃了好的，差的给了我？’她妄语说：’较吃你的食品，我为什么不吃自己的肉？’同样我给亲戚们带去食物，女仆也吃了后说：’较偷你的食物，我为什么不喝脓血？’**

[691] 那一天节日的夜晚（在印度的节日期间，亲戚之间彼此会送一些食物，回礼时也是送一些食物过去），我的亲戚们给我带了一些好吃的，然后交到儿媳手上，她自己偷偷吃了好的，把一些粗劣的食物给了我。我相当生气，质问她：‘你是不是自己吃了好的，把差的食物给了我？’

[692] 她这样妄语说到：‘比起吃你的食物，我为什么不吃自己的肉？’（她这么说，是要表现出自己很懂因果：我为什么不吃自己的肉，那么下贱要吃你的食物？因为两者相比，吃自己的肉只是痛苦一时，偷吃你的食物是要堕恶趣的，难道我不懂因果？就像这样，儿媳妇发了一个毒誓。）

[693] 那一天当然要还礼，也是带一些食物，叫仆女送给亲戚们。那个仆女也是自己吃了。然后我责问她时，她同样这么说：‘比起偷你的食物，我为什么不喝脓血呢？’（意思是，我是懂因果的，我为什么不喝脓血，那么下贱要偷你的食物？难道我不知道偷食物要堕恶趣吗？就像这样，她也发了一个毒誓。

[694] 接下来看这位婆罗门女，她的表现也不佳。）

[695] **对此，我心作是念：这些人受各自的果报时，愿我生在彼处亲眼看到，由此我便生为大力饿鬼女了。要不是那样，向圣者供献食物故，我已经生在三十三天了。**

[696] （婆罗门女接着说：）我听到这些话的时候，心里非常气愤，就起了这样一个念头：你们这些人将来在哪里受报的时候，愿我就生在那里，亲眼见到你们受报的情形。以这个缘故，就生为大力饿鬼女。如果不是那样，那一天具足五圆满，时圆满是佳节，物圆满是具精华的食品，境圆满是具大功德的圣者，心圆满是起了信心和恭敬，行圆满是非常恭敬地作了供养的善行，因此会有很好的果报，一定会生在三十三天，享受非常大的福乐。（然而当时起了这样的恶念，结果就生在这里，在我的宝座上就拴着这四个”为什么”，每一次都亲眼看到他们这样受苦。）

[697] **如果你去聂巴城的话，向我那个卖淫的女儿这样说：‘我见了你父母等，他们说：“此业的果是不悦意的，此非圣法的罪要断除。”’她不信的话，就告诉她：’你先父的屋子里有四个盛满金子的铁铜器，还有金手杖和净瓶，取出这些后时常向圣者大迦旃延供献斋食，供后称我们的名字而回向功德，由此彼业将会薄弱、悉皆消尽。’“**

[698] （这时，婆罗门女央求亿耳尊者传个口信，她说：）您要是去聂巴城的话，我有一个做卖淫行业的女儿，见到她后这样跟她讲：‘我见了你的父母等，他们跟我说：你做这种行业的果报非常可怕，将来会得不悦意的果报。对于这种并非正法的罪行应当断除。’假使她不信，您就这样讲：’你父亲从前的屋子里有三样东西，一样是四个充满金子的铁铜器，一样是金手杖，一样是净瓶。你把这些好东西拿出去变卖，有了钱以后，应当隔三差五地供养圣者大迦旃延好的斋食，之后叫我们的名字来回向功德。这个福德会有一分到我们身上，这样我们在饿鬼界里的业就会减薄，以至于全部消尽。’”

[699] 案例思维

[700] 这是特障饿鬼的一个案例。以他们的别业所感，在饿鬼的领域中，只有这一家是这样的，别家没有。就在这一家里，出现一位如女王般的美女饿鬼，她身色妙好，宫殿富丽堂皇，连宝座都是由各种宝物合成的，有很大的福乐。再者，她家宝座脚上拴着的四个饿鬼，都属于各别的障碍，一个吃糠秕，一个吃铁丸，一个吃自己的肉，一个喝脓血，在别的饿鬼身上也不出现。他们的障碍是，食物一到手上就成了那样，这叫”食物障”。这五个饿鬼的苦乐属于特别的异熟报，属于个例，不是共通的。

[701] 这个公案非常殊胜，对于其中唯识变现的法理分五层思维：1、福业与福果；2、恶业与恶果；3、这是你的相分；4、先善后恶；5、法界因果律。

[702] 1、福业与福果

[703] 首先要知道福业和福果的相似性。这个女人在那次佳节之时，心是很好的。可以看到，佳节前夕，她准备了上妙的饮食，当时那个心很端正、清净而有力量。到了第二天的节日，圣者来的时候，她起了很好的信心，用很恭敬的态度，恭敬地献上最好的食物，这是如法的行为。我们从因果律去观察，时间、信心、如法的行为、上妙的供品、殊胜的境，这些因缘和合起来，就出现了亿耳尊者所见的如女王般的饿鬼的境相。

[704] 她的福果有宫殿、色身、宝座。因为她当初起了很多善心，食品都是很好的，境又具有大功德，行为也很如法，那么出来的宫殿，无论是地面、柱子、房梁、材料，还是光色等等，都超出了价值的范畴，是一座不可估量的宫殿，叫”无量宫”。这就是由过去在识田里熏建的善业习气自然变现的，别的鬼享受不到。再看她的色身，她的色身非常妙好，很庄严，比如眼耳等非常好看，让人悦目。这就要看到她当初行善的状况。当时的心态、行为都非常贤妙，又是良辰佳节，不是风雨、迷雾等不好的节气之时，因此，缘起上时也妙、心也妙、行也妙、境也妙、物也妙。这若干缘起上的妙处和合起来，就显现出她的身体非常庄严，人一看就生欢喜。再者，她的宝座很大，是由金银等的各种宝物所成，这是表富贵。她在饿鬼界里竟然有这样的无量宫，表示她的住处很好。

[705] 这一切都是由她自身特殊的福业现出来的，在饿鬼界里属于富贵的身份，受用不缺。这样就明白，所谓福业现福果的意思，同样是自己的识变现的。

[706] 2、恶业与恶果

[707] 接着就要观察恶业和恶果。那四个”为什么”是决定性的语言，结果就那样给定了。

[708] 先看丈夫。他当时非常骄慢：我是婆罗门种性。而且出现了自私、悭嫉的烦恼，语言也说出来了：“为什么不吃糠秕？”这样就在识田中落下了恶业种子，结果就按照那样去变。乃至恶业种子的功能没有消尽之间，在他的识田里会一直这样现，任何食物一到手上就变成了糠秕。

[709] 再看儿子。既然他当时起了那样的恶心，又说出决定性的语言：“为什么不吃铁丸？”那好了，第二刹那在识田里熏建了这个恶业习气，又没有忏悔清净，一旦成熟落到果位的时候，就在识中这样现，一直这么领受。什么东西一到手上，就要感受吃铁丸的苦，一点不错，没有别的东西。

[710] 这就看到这两个饿鬼的别障，他们在若干百千万年里一直这样受报。他们是特类的，可以称呼为”糠秕饿鬼”和”铁丸饿鬼”。

[711] 再看那两个女人，她们的贪嫉心很大。一般的女人，贪欲和嫉妒这两种烦恼比较重，所以女人堕饿鬼的非常多。就像《念处经》里讲的那些案例，本来丈夫答应布施，但她不布施，给下劣的，或者说妄语等等。这两个女人赌咒发誓，而且说得非常厉害：我是有因果观念的，我知道偷吃你的东西会堕恶趣。要偷你的东西，我为什么不吃自己的肉？另一个说：我为什么不喝脓血？

[712] 当时有恶贪，再加上妄语，这个业造了以后，第二刹那就在识中熏建了业习气，这是饿鬼的因位识。到了果位成熟的时候，由于当时一个说”我为什么不吃自己的肉？“一个说”我为什么不喝脓血？“那好了，就按照这样决定性地要变现。也就是，什么东西一到手上，马上现出自己的肉掉下去，然后吃掉，另一位是，什么东西一到手上，马上就现成脓血。这两种饿鬼也是特障饿鬼，叫做”食肉饿鬼”和”脓血饿鬼”。

[713] 3、这是你的相分

[714] 这里还要进一步看到细的业果相。我们看尊者的动作，尊者手里拿着吃的一给过去，在那些饿鬼们面前顿时就成了糠秕、铁丸等。这指示了非常深的唯心自现的规则。

[715] 要知道，这里尊者是作增上缘，那些饿鬼们识田里熏的恶业习气作为根本因，结果一给过去，第二刹那顿时就出现了苦具的相。这里要分清，那是两个识的相分，并不是境上实有一个面包，尊者手上拿的面包传到饿鬼手上，这个面包摇身一变变成了糠，变成了铁丸，变成了自己的肉等等。其实是两个相分，尊者心前现的是面包，给过去作为增上缘，第二刹那在饿鬼们心前就唯识自现出来糠秕、铁丸等等。要看到，不是说一个实法一到了那边就变了，而是这些饿鬼自身的识自然就现成了那样，这就叫”顿成”。这个公案很深。

[716] 那个美女说了，他们跟你要的时候，一点也不能给。为什么一点不能给呢？因为一到他们那里，自然以这个缘，他们心前就现出苦具的相，绝对不可能现出面包的相。尊者最开始也没给，但是他们四个鬼很可怜，说”给我吧！给我吧！“都伸出手来，可怜兮兮的。他动了一下慈悲，还是要给。但是，实际上根本给不过去，以他们的识只会现糠秕等。

[717] 这里一定要知道，不是面包传到他们手上，面包摇身一变，变成糠秕等，而是他们自识的习气变出一个相分来。他们的习气是能变的因，以尊者给过去食物作为增上缘，所现起的所缘缘就是糠秕等，境上本来没有面包。就像这样叫做”唯识自现”。以悭吝习气现出来的全是这样的苦。

[718] 他们当时起的虚诳心，已经在识田里落下了种子，“为什么不吃糠秕？”“为什么不吃铁丸？”“我为什么不吃自己的肉？”“我为什么不喝脓血？”就像这样，已经在识中建立了恶业习气，所以，后面每当出现食物的时候，只会现这种苦具，这叫”食物障”。就像这样，是给不过去的。那个美女饿鬼回来说：“难道你的慈悲比我大吗？”她也很想给，她知道这是自己过去的丈夫、儿子等等，但是给不过去。

[719] 要知道，过去在因位的时候，他们的欺诳性很大。以那种悭贪心，总是要我好，不要他好。要我好、舍不出去的那一分叫”悭”；不要他好，甚至别人好一点就眼红、不愿意，这就是”嫉”。然后说出的话都是欺诳的，阴暗的分别特别多。因此成了饿鬼后，变现出来的就是，好像现出一个好的相，其实一点也没有，反而成了受苦的具，这就是所谓的”猛业成熟所愚蒙，于此种种皆颠倒。”

[720] 4、先善后恶

[721] 我们要看到，那个大力饿鬼女，之前作善的心是很好的，所以她有大力量，然而，后面暴露出她对因果没有胜解。因为她面对家里四个人的这种话时受不了，受不了就起了一个恶念。也不是说她作了特别大的恶业，只是当她气得不得了的时候，心里这样说：“你们这些人将来在哪里受报，愿我就生在那里，亲自看到。”因果律丝毫不会错，既然你起了这样的念头，心里已经这样定了，又没有把它消除，以因果律，后世就会落到饿鬼界里去，你既然这么想，那就这么让你实现。可以看到，这个女人有一些智慧，但是不大，她在因果上没有得到胜解，真实得了胜解绝对不会这样想。

[722] 5、法界因果律

[723] 关键要看到，什么也不是，什么都可现。我们从正反两方面观察：假使有个实法，不可能这样无碍地组织变现，怎么可能心里这么起了念，后面果然就这么现？怎么可能把这五个识一下子放在那一个地方去现呢？正是由于法界是空的，一点实法没有，所以什么都可以无碍地现。

[724] 也就是，这几个识顿时可以在一个宫殿里面出现，宝座的四个脚上绑着四个”为什么”，饿鬼女亲自看到他们怎么受报。“为什么不吃糠秕呢？”他拿到的什么东西都成了糠秕。“为什么不喝脓血呢？”到她那里，什么东西都是脓血等等。

[725] 像这样要知道什么都可以变，这叫”空不异色”，在大圆镜般的大空性中，什么影像都可以现，它是无碍的。就像《悲华经》所讲的，那么多他方世界的恶业诸有情，为什么都可以摄集在一个娑婆世界里来受报，或者组成一个社会呢？就是由于法界是无碍的，是大空性，因此，你怎么想，它决定就会那么实现。要像这样懂得因果律的可畏。

[726] 思考题

[727] 1、什么是饿鬼的特障苦？

[728] 2、（1）复述亿耳尊者所见大力饿鬼女和五个饿鬼的公案。

[729] （2）大力饿鬼女前世的福业和今世的福果是怎样的？为什么她会生为饿鬼？

[730] （3）四个”为什么”前世的恶业和今世的恶果分别是怎样的？以唯识自现之理解释其业报相。

## 1.15 15

[731] 下面看第二个案例：

[732] 争抢之苦

[733] **如是，阿阇黎哲达日游方故，遇到一位饿鬼女，身色丑恶，是五百鬼子的母亲。她对阿阇黎说：“我丈夫去金刚座觅食经十二年了然未回，您去彼处的话，请转告他：‘不迅速回来的话，孩子们会饿死啦！’”问：“你的丈夫长得什么样子？一切饿鬼都相同故，我能认出吗？”回答：“不至有误，他是嘴巴大、鼻子塌下、眼睛瞎了、身以不悦意九相庄严的一个。”阿阇黎去了金刚座故，见一个沙弥施水和丢弃诸多食子而行，诸饿鬼抢夺群中有他存在，便将他妻子的嘱托之语告诉他故，他说：“我在十二年中游荡，然只有一次由一位真实的比丘丢弃鼻涕，我等诸饿鬼抢夺此食故得到了一点，除此之外什么也没得到。”阿阇黎说：“此饿鬼身上现在还有由争抢鼻涕而被其他饿鬼打成的很多烂疮。”**

[734] 从前，阿阇黎哲达日四处云游，他是一位成就者。那个时候，他到鬼界里，看到了一个饿鬼女，身相非常难看、丑恶，是五百鬼子的母亲。她跟阿阇黎讲：“我丈夫去金刚座觅食十二年了，但是还没回来，您去那里就转告他：‘你不快快回来的话，孩子们就要饿死啦！’”

[735] 阿阇黎问：“你丈夫长什么样子？饿鬼们都很像，我能认出来吗？”

[736] 她说：“不会认错，他的长相很特别。从五官上看，嘴巴很大、鼻梁塌下、眼睛瞎了，身上由九种可恶的丑相作庄严。”（比如皮肤黝黑，没有肉，皮骨相连，从外面能看到脉像罗网一样，身体又长又大，指甲又长又锋利，看起来很粗糙或者很坚硬等等。诸如此类，身体由九种丑相作庄严。这里的”庄严”是反讽的语气。佛经里常讲，饿鬼是以苦为庄严，或者他们的身相以丑陋为庄严。可以说就是一个丑陋的大观或奇观，或者像个丑相的艺术品一样。）

[737] 阿阇黎听了以后，又云游到了金刚座。那时候就见到，有个沙弥施完了水以后，把很多食子抛完就走掉了。就在那里，很多饿鬼疯抢过来。然后发现，在抢夺的鬼群里就有那个女鬼的丈夫。阿阇黎就把他妻子嘱咐的那些话告诉他。

[738] 他说：“我十二年里到处游荡，只有一次，当一个真实的比丘擤鼻涕的时候，我们这些鬼疯抢上去，那次我少少得到一点，此外什么也没得到。”

[739] 阿阇黎说：“这个饿鬼，还在他身上能看到，当初争抢鼻涕时，被其他饿鬼打烂的很多疮口。”从这一点就能看出，这个饿鬼当时被打得很厉害，直到多年以后，身上还能看到一个个的疮。这就表示这个饿鬼很苦，为了争一把鼻涕，得不偿失，受那么大的苦，而且一直都好不了。

[740] 案例思维

[741] 这一段关键要认识诸饿鬼的争抢之苦。就像《亲友书》所说，诸饿鬼连下劣捐弃的污秽物都得不到，他们在争抢的时候彼此殴打得非常厉害。

[742] 回到前面来说，那个饿鬼母生了五百孩子，她这个家的负担太重，而丈夫又是个瞎子，但也没办法，他必须到处去找食物。可能是饿鬼们也敏感到，在金刚座那里会有食物，因为那里有修行人，于是他就到金刚座附近找吃的。但他是个瞎子，所以十二年到处游荡，东摸西摸的，一点机会没出现。好不容易出现一次，也不知道怎么就被他给摸上了，然后其他饿鬼没抢到，那简直要发疯一样。可能当时鼻涕已经到他口里，大家都没希望了，因此，所有饿鬼都视他为敌，把他狂揍一顿，打得特别厉害。结果他那次也没得到什么，只得到一顿痛打。饿鬼界也没有医疗设备，伤口过了好多年都没愈合，身上还有一个个疮。这就是当时的状况。

[743] （2）总示修要

[744] **如是饿鬼处所随生何处，也都由饥渴为主的种种苦而忧恼，将此苦相取到自心上修。现在我们早上不吃饭也有何种苦状，多年仅水的名字也不得闻的处所中生了的话怎么办？受生彼处的主因是悭贪及吝啬故，我也积了不可称计的如此之业，心作是念：这次需要做一个无论如何也不生于如此之处。如是等由至心具足加行、正行、结行三分而修持。**

[745] 总的修要包括思苦、忏悔、修悲三大主体内容，还有以此延伸的譬如归依、精进、修菩提心等等。

[746] 首先，思苦要设身处地地想，自己已经落到这种状况里，现量感受这种苦。我们要想关心生命现相，就要很切身地去体会。“如是饿鬼处所”，指像上面简略说到的外障、内障、特障三大类饿鬼，《念处经》讲到三十六种饿鬼，有地下、海岛、空中等的各种处所。无论生在哪一处，成为哪一种类，都有感受饥渴为主的苦而陷在忧恼中的苦状况。

[747] 生为饿鬼的主因是悭贪业，因此，饿鬼果报的相就是匮乏。其中匮乏饮食是第一位，因此，他们身上感受非常重的饥渴苦。当然，还有其他方方面面的匮乏、绝望等苦。譬如，炎热的苦、寒冷的苦、虫食的苦、寻觅的苦、天上雨刀的苦、蛇咬的苦、盲眼的苦、殴打的苦、行动的苦、焚烧的苦等等，有各种各样身体上的苦。而且，他们始终处在绝望的状况里，所以忧是很深的。饿鬼们到处寻觅，却一点食物也得不到，那个时候，他们心里发生非常大的忧恼，所以，在四处求觅的过程中，他们不断地哀号：“苦啊！饿啊！”就像这样，他们的面部表情始终非常忧戚，没有笑容，成天都在那种忧苦当中。

[748] “将此苦相取到自心上修”，这是说，对于这种种的受苦而忧恼的相，不是做一种旁观，而是要把它们直接取到自己心上，让自己的心处在那种苦的状况里，这样设身处地地观修。譬如，自身成了内障很重的饿鬼，口像针眼一样小，没办法吸进东西；喉咙像马尾巴毛那么细，根本吃不到东西；肚子大得像泰山，成天处在极度饥虚的逼恼当中；每天晚上腹中还要受火烧，从口里冒出烟来，那怎么受得了？太难受了，整天都在这种苦当中没法摆脱，非常忧愁。诸如此类，一个个缘取，自己落到那里的状况如何。

[749] 或者成了一个外障非常重的饿鬼。到处去找饮食，总感觉前方有水、有果林等等，结果一过去什么也没有，或者出现颠倒的显现。在那种境况里，一直受着以饥渴为主的极重的逼恼，而且一直都在很深重的忧悲当中。诸如此类，就要想：我落到那种地步会是什么状况？

[750] 刚才说到的”由饥渴为主”指身上的苦，“忧恼”指心上的苦，那现在就要作对比思维：现在假使我没吃早饭，到了中午就饥肠辘辘，身体感觉虚，坐不住。之后心里会考虑：我要去找一些吃的东西。假使找不到，心里就很急，饥火上来的时候，一心只想找东西吃。假使两顿饭没吃到，那心就更急了，没法专注，一直掂记着食物。身体特别虚，不想干别的，被饥渴逼得厉害。比如口很干，到处去看：“哪里有水？”又特别饿：“哪里有吃的东西？”然后到处去找，如果没有，心就非常忧恼。假使三顿没吃没喝，那简直没法忍了，躺在那里很虚弱，却又要挣扎着坐起来，那种强烈的饮食欲驱使着自己到处去找。如果所有饭店都关门了，也没有人给食物，那时候，一个非常忧愁的状态就出来了。就像这样，就这么一点点时间，身上饥渴逼迫的苦和心上忧愁的苦都是很重的。

[751] 假使堕在饿鬼界，受苦长达百万年，在这个非常漫长的时间里连水的名字都听不到，生在这里怎么办呢？怎么能忍呢？自己说：“我是英雄好汉，住在这里根本没问题！”有这种心力吗？那是根本没法忍的，是极度的苦。就好比现在连一点小的打骂都受不了，如果被关进重刑监狱，遭受各种非人的刑罚，被倒挂在横梁上，用电棒触，用鞭子打，又要服劳役等，整天这样受刑的话，哪里受得了呢？像这样，一旦堕入饿鬼界，怎么脱得出来？到了成熟位时，不断地变现出这种果报，这不是表面说一点漂亮话，或者讲点感觉，就能过去的。

[752] 因此这么想：一旦堕到那里，一方面没法面对，另一方面难以逃脱，这就叫”怎么办”，那是没办法的。就像得了癌症，在初期还有办法，一旦到了晚期，癌细胞扩散得一塌糊涂，全身溃烂，那时还有什么办法？同样，那时候陷入饿鬼的果报里，已经出了这样的根身器界，谁能挡得回去？那时候只有受苦的份，而一受就长达百万年。这就必须关注这个现相了。

[753] 在我们现前位，要知道生到那里的主因就是悭贪和吝啬。对自身吝啬，不肯使用，对他者悭贪，不肯布施，与之相连的各种身语意恶业都是生饿鬼的因。那现在就像身上已经有癌细胞那样，识田里面已经积了没办法计算的转生饿鬼的业习气，这就叫”因位的饿鬼”。像这样，自身上已经积下生饿鬼的业，如果不处理，一旦成熟，必然陷入那种状况里，那时候谁都没办法，因此，现在就要尽快解决。

[754] 那么，怎样才能避免这种苦呢？我们要对自己做个切身的考虑。首先要发猛利的誓愿：在我现在还有可能性的时候，一定要修一个绝对不生到这种处所里的道！以这种猛利的欲，驱使自己去修忏悔、积资等的对治法，这样才能不生到饿鬼界。

[755] “等”字，包括推己及人地修悲。很多众生已经陷入到饿鬼界里了，因此应当修悲愍：愿他们一刹那间脱离饿鬼界的苦难！但愿他们脱离苦难！愿我亲自去拔济他们的苦难！缘想尽法界、虚空界一切饿鬼界里的苦难众生，这样发广大的悲心。还要回向等，哪怕自己修了一点功德，也要布施给它们。要像这样在心上转动。这种转动，基于我们对于生命现相的关怀。

[756] 诸如此类，我们要真正从心里按照加行、正行、回向三分的殊胜，如理地修持。

[757] 2、思维空游饿鬼之苦分三：（1）总说；（2）别说；（3）总示修要。

[758] （1）总说

[759] **第二空游饿鬼者：即是妖精、王鬼、死魔、部多、女鬼、独脚鬼等。此等也常时唯一行于怖畏及错乱显现中，常时处于恶心中故，唯一精勤于害他之业，由是因缘，死已无间多堕于地狱等的恶趣深渊。**

[760] 总的思维空游饿鬼，即诸多凶鬼、厉鬼等的苦难。要知道，这一类饿鬼有无数类型，比如妖精、王鬼等等。他们的苦要从两方面思维：一、现世苦；二、来世苦。

[761] “现世苦”，指唯一行在恐怖和错乱显现中，就像受了惊吓的疯子一样。由于过去曾经杀过众生等，这时候会出现一种凶性的疯子相。比如常常处在恐惧中，好像别人要杀自己，或者处处感觉有危险，处在各种错乱的妄现当中。比如一个人常常解剖小动物来做实险，由于活杀动物时，使得它们的心惊惧不安，那么以这种业的等流果，自己的心就常常恐惧，在梦里或者在白天，眼前出现各种错乱的显现。这才知道，由于那种恶性的业力，使得他们一切时唯一行在这样的状况中。这个”行”指行运，表示迁流不断，没法摆脱，所以是疯子般的状况。

[762] 对于未来苦，要从惑、业、生三杂染来作思维。这三者是次第相生的，也就是，当受生为这类凶鬼以后，从惑上来看，常时住在恶念当中，这是造作等流，常常想害人；被这种恶意乐所驱使，唯一精勤于作损害他者之业；果上非常悲惨，死后多数走到地狱等的恶趣深渊里，在长劫中受更深重的苦。

[763] （2）别说

[764] “别说”，即按照两种特殊的类型来作描述。其实，空游饿鬼的苦相无量无数，这里是从人们较熟悉、看得到或者较明显的状况来说一说。

[765] 先看第一类：

[766] **特别者每七日间，生前自己是由病、兵器或悬梁自尽等何法而死，即受其苦后欲转移至他身故，无论到哪里，都唯损于他无益于己。于生前的亲戚朋友等的面前以欢喜趋至，也唯令彼等发生疾病、疯狂等的不欲诸苦。**

[767] 这一类鬼，生前患有某种恶性疾病，在疾病的逼恼中死去。或者在战争、殴打等中，被兵器砍掉脑袋，或者碎身万段等等，这样被杀死。或者悬梁自尽、投河、服毒等等。生前以什么方式而死，由于一直执著那种状况，当堕为凶性的鬼之后，每七天都要受一次那种死法的苦。譬如生前是被车压死的，那么每七天都要现出车子又压到身上死一遍的苦相，这就是由于执著力而出来的。如果被削掉脑袋而死，那么每隔七天，就会感受一次自己被削掉脑袋的苦。就像这样，苦得不得了。由于这种苦无法忍受，他们就想把这个苦转移到别人身上，以这个缘故，走到哪里也是对他者做损恼。然而，这样他们是不是就减轻了苦呢？于己无益，根本不可能以此方式转移掉这种苦。

[768] 再者，即使看到生前的亲戚朋友等，欢喜地到了诸亲友身边，也唯一让亲友们生病、发疯等等。也就是，他们的那种业力会感染到亲友等身上，结果亲友们会受很多不想要的苦，一旦染上就很难摆脱，而且非常不好受。有些人生病或者发疯等，其实就是这种恶性鬼的邪加持所致。

[769] **由具力的密咒师做压、烧、抛故，或者长劫压于地下暗处，或烧于护摩火中，或以芥子、石子等物抛撒而击中，则头破百分、身碎为千分等，唯常时受苦外不越于此。**

[770] 不仅如此，由具力量的密咒师做压、烧、抛等的缘故，会发生三类苦相：第一类，做了压的缘故，这类鬼长劫之中被镇压在地下黑暗之处，无法脱身；第二类，做了烧的缘故，他们会在护摩的火中被焚烧；第三类，做了抛的缘故，有法力的咒师拿着芥子、石子等器物，一抛撒的时候打中了他们，以这个缘故，头一下子碎成一百分，身体碎成一千分等等。这类鬼唯一常时受苦，不会超出这种状况。这是由于他们经常做扰乱，咒师们迫不得已，要用这种方式对他们作镇压等等。

[771] **冬日寒冽、夏月炎热等诸颠倒相，也与总饿鬼相同而现出。**

[772] 再说，在这一类鬼心前，冬天太阳很冷，夏季月亮很热等等，也就是所谓的”四颠倒相”，跟总的饿鬼一样会现出来。

[773] 由于过去虚诳的心太重，因此，当这种猛业成熟的时候，就被那个业所骗，出现各种各样的颠倒境界，这叫”事与愿违”。希求的是冬天有个阳光，暖烘烘地照在身上，夏天有个清凉的月光，得一点凉爽等等，结果却是冬天太阳寒冷，夏天月亮炽热。或者在远方看到有清澈的河流，就希望到那里能喝到水，结果出现脓河。或者以为那边有郁郁葱葱的果林，结果却出现枯木的景象。要么似乎天要降雨，其实下的都是热沙等等。诸如此类，叫”颠倒相”，随着悭嫉等的恶业习气不断地显现，因此，往往都是跟自己的所见相反地现出来。

[774] 再看另一类状况：

[775] **有些则现鸟、狗等色形故，色相可恶。**

[776] 这一类鬼会现成鸟、狗等的身相，那种色相非常可恶，让人根本不想看等等。

[777] **如是等类，即是行于无法思量的差别苦中，**

[778] 这一句是总结。以上举了两种类型，然后我们要按照《念处经》等进一步多作了解，就会发现，这一大种类的空游饿鬼里面有各式各样的苦。实际上，他们活在一种我们没办法用思维去知道的状况、种类的苦的差别当中，有恐惧苦、错乱苦，感受生前被杀伤、自尽等的苦，或者被镇压、被焚烧等的苦，冬寒夏热等的苦、境界永远不如意的苦等等，无量无数。总之，这类空游饿鬼也是以苦为”庄严”，他们的差别相都是由过去所造业的差别来决定的。

[779] 举例

[780] 《念处经》里讲到有一类魔罗饿鬼。当初他们不行正法，说邪见法，行在邪道——谄曲造恶的道里，作了很多恶因。以这个缘故，死了以后堕为魔罗身饿鬼，受恶鬼之身。

[781] 他们长时住在恶心的状态里，见到诸比丘经行、饭食以及坐禅等，这一类魔罗鬼就会作乱心妨碍的事，或者发出可怕的声音，让人恐怖，或者让人做恶梦。这样的饿鬼是魔所摄。由于他们憎恨嫉妒正法，专门做暴恶之事，以现生造恶的因缘，在当世之时就有很大的苦，所谓的”唯损于他无益于己”。也就是以这种恶业因缘，这类魔罗鬼会感得有大热铁团从他们口里进去，所受的苦跟地狱罪人没有差别。他们吞吃炽热的铁丸，受极大的苦恼，没有止息之时。再者，这类魔罗迦耶鬼命终以后堕在地狱中，多劫受苦，或者满十劫，或者满二十劫，这样决定在三恶道里，或者被烧炙，或者受打棒，或者被他者所食啖。像这样，在生时由于精勤地作害他之业的缘故，死后立即堕在地狱等的恶趣深渊当中，也就是一堕下去长劫难以出来。

[782] 《念处经》里又讲到有一类欲色饿鬼。他们过去行淫欲法等，得到财物就施给非福田处的凡人，以不清净心作布施。以这个因缘，死后生在欲色饿鬼当中。

[783] 受了鬼身以后，能够随着自己心中的意念，想变得好看就好看，想变得丑陋就丑陋，想作什么可爱色或不爱色都能变作。或者作男子身，容貌端正；或者现女人身，姿态美妙；或者作旁生身，相貌特别；能够作各种上妙庄严，周遍地游行在一切方所里。他们能以微细的身进到别人家里偷盗，来求得饮食。世人都说：“毗舍阇鬼盗我的饮食。”假使他们变成人的身相，就能入到节庆的宴会里。或者变成鸟身，吃人祭祀的饭。他们的身很细密，人见不到。这种鬼是这样随意地变各种色。或者现女身跟人交会。以各种庄严欺诳人，行于人间。当他们命终以后，随业流转，受生死之苦，很难得到人身。

[784] （3）总示修要

[785] **故彼等之苦也取在自身上观修。之后对已生彼处的诸有情修习慈心及悲心等，以具足加行、正行、结行三分而修持。**

[786] 像这样，对于空游饿鬼，从总体、差别以及结合《念处经》等的经教，会开展出极大的见识，而且做了确认以后，自己确实相信有那么可怜的众生，那里的苦五花八门。这样在心中已经了认，而且能够记得住、现得出那些苦相以后，再作切身的修持。

[787] 修持时，关键要分清空游饿鬼的苦和自己是两个还是一个。如果是两个，那自己就成了观众去看他们的苦；说是一个，就是要想，那些苦就是自己所受的苦，每一种苦都是自己身上发生的，按照这种方式来修，叫”取在自身上观修”。应当这样观：果位识已经成熟，自己一刹那间成了空游饿鬼。比如一睁开眼，自己就成了一个妖精，或者一个独脚鬼等等，非常可怕。或者自身过去在争斗中被仇家砍了脑袋，每过七天，就一下子被砍掉脑袋，疼得没法忍受。然后就想：“这个苦一定要放到别人身上去。”为此到处去找替身，到哪里去都是损害别人。然而自身的苦没得到丝毫缓解，反而加重了苦，没法摆脱。这样的苦每七天重复一次。

[788] 像这样缘取以后，对于诸如此类已经受生为空游饿鬼的诸有情修慈心和悲心。心里非常明白，这些众生非常苦，应当修一个拔苦的悲；他们一点乐也没有，应当施舍食物、安宁等给他们乐，像这样修慈心和悲心。“等”字是说，为了自他一切有情，要通过追悔、防护这样的忏悔修要，永远断掉受生为空游饿鬼的因。诸如此类，以具足加行、正行、结行三分来修持。

[789] 思考题

[790] 1、复述哲达日尊者所见瞎眼饿鬼的公案，并思维：诸饿鬼有怎样的争抢之苦？

[791] 2、对于隐住饿鬼的苦，总的观修方法有哪几步？掌握后如理观修。

[792] 3、（1）什么是”空游饿鬼”？

[793] （2）空游饿鬼总的有怎样的现世苦和来世苦？

[794] （3）阐述本文所举两类空游饿鬼的苦相。

[795] （4）如何将空游饿鬼的苦取在自身上观修？

## 1.16 16

[796] 三、思维旁生之苦分三：（一）思维隐住旁生之苦；（二）思维散居旁生之苦；（三）总示修要。

[797] **第三恶趣处旁生之苦，也分隐住、散居二类。**

[798] 第三恶趣处，是我们要关注的第三类生命现相，它们落在很可悲的状况里，其中第三类生命现相叫”旁生”。无论是飞禽、走兽还是水族，它们都是横着行的。可以看到，走兽的四脚、头、身躯都是横向的，不像人一样直立；再看飞鸟，它们在空中也是横着飞的；水族更是横着游的。诸如此类，就发现它们是受苦状况，这一类叫”旁生”。

[799] 旁生的苦处分为隐住和散居两大类，以此二类括尽一切旁生苦趣的生命现相。而我们要关注的是周遍苦的状况，由此就会对于这样一大生命现相发生觉醒。自心上也要感觉，自己目前正在造集这种因，一旦落入旁生界，那要受非常难忍的苦。另一方面，要关怀父母有情，正落在旁生苦中的有情无量无数，对此要修大慈大悲心，以及忏悔、修出离心、修菩提心等等。诸如此类，都是由关注生命现相的苦难而发生的善心。

[800] 所谓的”隐住”和”散居”两类，从人类的观照点来说，一类是在人类的肉眼以及科学仪器的视野之外，称为”隐住”；一类是从隐住这个大区域的旁生范畴里散出来，居住在其他处所里的旁生类，称为”散居”。

[801] 从根本和眷属来说，旁生的根本处所是大海，住在大海里的这一类称为”隐住旁生”；至于散居旁生，水、陆、空各处都有散出来的状况。在地球上可以看到，比如非洲大草原上的动物、各大江河里的水族，以及空中的各种飞禽等等，这些都属于散居旁生。法界就是这样丝毫不乱，有根本就有眷属。就像在地狱里，八寒八热等是根本地狱，近旁散出来的叫做眷属的十六近边地狱，还有更小型的孤独地狱。饿鬼界也是如此，根本处所在地下五百由旬处，阎罗王所管制的大范畴里，此外还有无数的眷属种类。

[802] 对于隐住和散居两类旁生的根本苦，由总到别，从各方面观察以后，我们会确认旁生界有非常大的苦处。之后，我们就不会认为它们是没有感受的，或者好像活得逍遥自在，不是这种状况。最后要透彻地观察到，旁生之苦无量无数，而且非常难忍，连丝毫的真实安乐也没有。要像这样，真实地看到旁生界的苦状，这就是果上的真相。

[803] 接下来按照隐住和散居两大类深入思维。首先思维隐住旁生的苦。

[804] （一）思维隐住旁生之苦分二：1、思维旁生的差别；2、思维其苦相。

[805] **一、隐住者：**

[806] 对此分成两个方面：首先了解受苦主体的差别，其次要思维这些受苦主体要受哪些大苦。把握好这两个方面以后，我们就能切实地了解到旁生大的苦相。

[807] 1、思维旁生的差别分三：（1）处所；（2）数量；（3）种类。

[808] 首先要知道受苦主体的差别相，对此又要分处所、数量、种类三分来认识。

[809] （1）处所

[810] **外边大海之中，**

[811] 首先展开视野，隐住旁生住在这个世界的规模中，多少重山的最外围，一个叫做”最外边”的大海里。这并非是我们在地球上能看到的东海、渤海或者太平洋、大西洋等，而是在这个小世界最外边的大海里，这是旁生的根本处所。

[812] （2）数量

[813] **鱼、鲸、螺、龟、虾等如酒糟般密密麻麻而有，**

[814] 那么，在这广阔的海域里，旁生的数量有多少呢？说到有鱼、鲸、螺、龟、虾等，各式各样、密密麻麻，像酒糟一样存在。可以看到，那么宽广的水域，里面的旁生像酒糟那样多得不得了，可见有无量无数。《念处经》里讲到，在三恶趣里面，旁生的数量最多。

[815] （3）种类

[816] **其中大的如长蛇、摩竭鱼等，可以围绕须弥山多匝，而小的细到如微尘、针尖许。**

[817] 那么，这些旁生的种类如何呢？它们随着各自的业感，大的像长蛇、摩竭陀鱼等，能围绕须弥山几圈，非常庞大，经上说，有些达到多少万由旬。而小的就像阳光中的微尘，或者如针尖那么小。

[818] 诸如此类可以看到，旁生界不该被我们所忽略，它是数量最多、种类最广的一大类生命现相。而其中外边的大海是根本处所，里面存在不可计数的旁生种类。

[819] 2、思维其苦相分三：（1）互相吞啖苦；（2）黑暗生存苦；（3）愚痴无尽苦。

[820] 那么，这些种类的旁生，活得很快乐、很自在吗？或者很有智慧吗？显然不是。以下从三大类苦来作思维：一、吞啖之苦；二、黑暗之苦；三、愚痴之苦。

[821] （1）互相吞啖苦

[822] **然诸大者吞食小者，而诸小者也直钻大者而食，诸大含生各各身体被诸多小虫做了巢穴居住而食。**

[823] 那些大的旁生吃小的不必嚼，一口吞下；那些小的旁生吃大的，直接用针管等钻进去吸食，或者用牙齿去咬等等，在一个个大的旁生身上，有好多小虫做了巢穴，把它们的身体当成食物吃。

[824] 就像这样，这种生物界由于共业的因缘，会聚在一起，而且互吃互杀，免不了这种状况。这也是由于过去彼此结下了不好的业缘，所以都被法界发配到那里去了。那个地方真是惨不忍睹，是一大杀场，整天都是这个吃那个，那个吃这个，大的吃小的，小的吃大的，一点点的安心、快乐、平安也没有。

[825] （2）黑暗生存苦

[826] **又有生于洲间不见日光之处，故连自身支节的屈伸也不见，以是因缘而极苦恼。**

[827] 这是指在洲和洲之间，也就是铁围山围绕的那个区域当中，由于被挡住了，阳光照不到，所以叫做”不见日光之处”。如果生到那里就惨了，已经落到那种器界苦状里的缘故，连自己的肢体和支节做屈伸也是见不到的，因此极为苦恼。

[828] 这里要从因到果，一层层地看到决定的苦相。也就是，已经受生在不见日光之处，以这个缘故，不必说见到其他东西，连最切近的自己身体上的头部等的支分，以及细节上的支节等，也一点都看不到，受生以后竟然不知道自己长什么样。那当然在整个生活区域里一片漆黑，以这个缘故，那是极其苦恼的。就像瞎子一样，整天在黑暗状态里活动，非常艰难。

[829] （3）愚痴无尽苦

[830] **愚痴重故一切取舍之处皆愚蒙，是故当生苦无边际之处。**

[831] 这也要由因到果一路作观察，分为三步：第一步，看到它们的愚痴相；第二步，看到它们愚痴的状况；第三步，看到它们未来的前程。

[832] 可以看到，由于它们处在漆黑般的愚痴状况的缘故，对于一切应做什么、不应做什么的取舍之处全然愚蒙，一点不晓得。

[833] 这里的”愚蒙”不是指迟钝，迟钝是反应慢，它们的反应才不慢呢，稍有一点动静马上逃，诸如此类，它们为自我还是反应快等。但是，它们对于法道，比如最起码的仁义礼智信等，一概不懂。也就是什么该做、什么不该做，比如杀生不好不应做，邪淫不好不应做等等，对这些事一点不知道，这就是愚蒙的状况。

[834] 再看它们未来的前程。由于因上有业果愚，以此会造下无量无数的恶业；而结一个恶业，将来就有一个要受生的苦处；由此会看到，苦果是源源不断的，将来要受生在无边无际的苦的生处中，这就是由因推果。

[835] 这样把握了三个方面就知道，整个外边大海区域里无量无数、大大小小的旁生类，都处在这样的大苦中。像这样，整个大海区域里的诸旁生，真是一大苦的”庄严”。

[836] 思考题

[837] 1、释词：旁生；隐住旁生；散居旁生。

[838] 2、隐住旁生：

[839] （1）这类旁生住在哪里？其数量有多少？其种类如何？

[840] （2）详述其互相吞啖苦、黑暗生存苦和愚痴无尽苦。

## 1.17 17

[841] 小结

[842] 隐住旁生住在无量的海域当中，身依和相状千差万别，就像酒坛里的酒糟一样，满满都是。总的来说，身体小的只有头发尖那么小，或者只有日光里的微尘那么一点，大的长达一万由旬，比如有些海里的象有七个由旬，大摩竭鱼长达两千七百由旬等等。

[843] 苦的状况，又要明白根本和差别。所谓”根本”，由宿世串习愚痴的力量，生来就住在很重的愚痴苦中，对于取舍不知，而且以此造吞啖、淫欲等的各种恶业，而陷落到恶趣深渊里，住在不见边际的苦状况中。分别而言，有迭相吞啖的苦，大的吞小的，小的钻到大的身体里吃。再者，那些处在洲间、铁围山中间黑暗海域中的旁生，没有日月光明的照临，连自己肢体的屈伸也见不到，有生存艰难的苦。此外还有寒热饥渴等的无量诸苦。

[844] （二）思维散居旁生之苦分二：1、总思维人天龙境中旁生之苦；2、别思维人间境中旁生之苦。

[845] 思维散居旁生的苦处，首先分成两大类，完全涵盖住，也就是范围要全部周遍到。这样以便于后面生悲心的时候，面对十方三世一切世间界中的旁生，能够修平等的大悲。所以，散居旁生又分成总和别两分来思维，“总”，指人天龙境内旁生的各种苦相，“别”，指我们最切身的人间范畴里各种旁生的苦处。这样一一思维以后，就会有普遍很广大的认识，从而发起广大的心。

[846] 1、总思维人天龙境中旁生之苦

[847] **二、散居之旁生者：诸天及人境中有者，也唯一行于愚蒙及役使之苦中，龙等为金翅鸟损害、降热沙雨、愚痴、凶暴及具毒等，故而困苦。**

[848] “散居旁生”，指从旁生根本处所大海中散出，在其他水陆空中居住的旁生。按照《念处经》所说，旁生在五道里都有，有地狱界的旁生、鬼界的旁生、人界的旁生、修罗界的旁生和天界的旁生。这里按主要人天龙境内的旁生来思维苦处。

[849] 所谓的”诸有”，指在人天的主要处所中有无量种类、不计其数的旁生。由过去以愚痴为主的恶业，变现出各种水陆空的旁生形态，有空中飞的，地上走的、蠕动的，以及水里游的。这些人天境内的旁生，唯一行于愚蒙和役使苦中。

[850] “愚蒙”，指宿世串习愚痴的习气，致使这些旁生类对于取舍非常愚蒙，远离能得涅槃的清净善法，不堪为道器。所谓”役使”，就是成为人天资生之具，自己没有自在，被他人驱驰和役使。比如脚踢、鞭抽、棒打、钩住等等，成为更高级一类的人天有情的工具。这是由于过去造罪欠了债，因此要这样做畜生来还报。也就是以宿世的这种业因的驱使，即串习愚痴和造恶无福，尽其一生都在愚蒙和役使两种苦中走过。

[851] 天境中的旁生，《念处经》的《观天品》里说到，有蜜蜂、鱼、鸟、凤凰、象等等。这些也是愚痴重的缘故，生在天上，成为低等状况，而且成为诸天人的坐骑等，受着役使。具体要从《念处经》中得到认识。人境中旁生的这两大苦，在下文中讲述。

[852] 接下来以龙为例来作说明。龙类具五大苦：一、天敌损害苦；二、热沙烧身苦；三、愚痴颠倒苦；四、凶暴破坏苦；五、具毒吐毒苦。

[853] 一、天敌损害苦

[854] 龙的天敌是金翅鸟。诸金翅鸟住在很高的树上，它们要吃龙的时候，就一下子把水分开，诸龙就露出来了，然后直接吃掉。所以，龙类常常遭遇被金翅鸟吞吃的苦。

[855] 二、热沙烧身苦

[856] 《念处经》中讲到，诸龙王的处所为戏乐城。在非法龙王居住的处所，常常雨下热沙，热沙著在这些龙王的头顶上，像炽然的火一样热，焚烧宫殿和诸眷属。当这些全部磨灭了，又现出来，然后又雨热沙，在恶业功能没有消尽之间，不断地这样降下热沙雨。引导书里说到，有些龙的处所里，每天都要降热沙雨的缘故，烧着诸龙的肉和骨头，非常痛苦。

[857] 三、愚痴颠倒苦

[858] 这是指各种恶行龙王不知道应作不应作，专作非法恶行。

[859] 四、凶暴破坏苦

[860] “凶暴”，指由嗔恚乱了心后，龙与龙之间互相嗔恼。它们的嗔心特别厉害，互相加害。假使有人惹到了龙王，它们就抓住不放，比如，搞坏了它们的水以后，它们一直抓住不放。而所谓的”凶暴破坏苦”，就是指它们会做很大的破坏。比如在佛世之时，波斯匿王惹怒了两个龙王后，它们降火，甚至要把整个皇宫毁灭。

[861] 《增一阿含经》里有这样的记载：当时释提桓因对佛说：“佛的母亲现在在三十三天想要闻法，而佛在阎浮提内为四部大众所围绕，国王人民都来运集。世尊可以到三十三天给母亲说法。”世尊也默然答应。

[862] 当时，难陀、优槃难陀龙王就起这样的念头：“这些秃头沙门在我头上飞，我要作方便，让他们不在虚空中飞行。”这时，龙王就兴起嗔恚，放大火风，使阎浮提境内烧得一片大火。

[863] 当时，阿难就对佛说：“这个阎浮提内怎么有这烟火？”

[864] 世尊说：“有两个龙王起了这样的念头：’这些秃头沙门恒时在我头上飞，我们现在要共同制服他们，让他们不在虚空中行走。’就兴起嗔恚，放这样的烟火。以这个因缘，导致有这样的变异。”

[865] 当时，诸大阿罗汉都来请求降伏毒龙。佛说：“这两个龙王非常凶暴，很难降伏、调化，你们都不要去。目连可以去。”后来，目连施展神通降伏了两条龙王，然后把他们带到舍卫国佛这里来受归依。那时，世尊正在说法。目连对龙王说：“你们不能以龙的身形到世尊那里。”这样，二龙王就变成人形，在佛前听法。

[866] 当时，波斯匿王有事也来问佛。当他来的时候，别人见到他是国王都起身迎接，只有这两个龙王坐在那里不动。波斯匿王想：“他们这么无礼，如果是别国的人就要杀掉；如果是本国的人，要关进牢狱。”

[867] 这样就惹火了二龙王。他们心想：“我们要共同害这些人民，使他们一个不剩。”又这么想：“国中人民有什么过失？我们要取舍卫城的人，把他们全部干掉。”然后又想：“舍卫国的人有什么过失？应当取皇宫里的百官僚属全部杀掉。”就像这样，那两条龙王一下子发怒以后，雷火霹雳、暴风疾雨，在王宫上雨下瓦石、刀剑，又雨下高山、大砂砾石。当时，幸好目连有神通，救了这场灾难。

[868] 又如《旧杂譬喻经》里讲到，往昔有一个拔抵龙王，他的性情非常恶虐，数度地作暴戾之事。多次集合诸龙共同作非法的风雨、霹雳，降雹杀掉人民、鸟兽和蠕动的虫类等，杀生的数目达到无央数。这可以看到龙王的凶暴。

[869] 五、具毒吐毒苦

[870] 这是指，龙和龙之间彼此嗔恼的时候，就会吐毒加害，毒气相当厉害。《念处经》里讲到，各类非法恶行龙王会对四大部洲降灾。以南瞻部洲为例，恶龙增长势力以后，在南瞻部洲这个地区现出非常大的可怕身形，然后以恶心故，起恶云雨，雨降到的地方都生出恶毒树。风吹着毒树就有毒气入到水里，让水杂毒。一切五谷都非常不好，凡是吃到的人都出现病苦，而且，五谷的力量减薄的缘故使人短命。

[871] “等”字，包括其他的离群孤独苦、寒热饥渴苦、为虫唼食苦等。所谓的”孤独苦”，指有的龙离开友伴独自居住，有孤独的苦。“寒热饥渴苦”，指有的龙受很重的热水之苦或者寒冷之苦，以及饥渴之苦等等。“为虫唼食”，是指身上有很多虫在吃着它。

[872] 龙有胎卵湿化四种，其间苦乐的差别非常大。所以娑竭罗龙王说：在龙趣当中，有的享福像天神，有的受苦像地狱，还有的等同于人、畜、饿鬼等的受用，各自随着宿业而受报。从前世尊为无量菩萨说法时，有一条盲龙住在热水里，全身鳞甲里的肉都被小虫所唼食，号叫着希望能得救度。又有无量恶龙泪如雨下，各自询问自己宿世的因缘等等。再者，文昌帝君宿世的公案里讲到：他曾经有一世做邛池之龙，被囚禁在积水之下。那时连年干旱，水变成了泥，那条龙的身体非常大，又没有洞穴可住，天上有暴热的太阳照着，这条龙的身体内外都受着很大的热苦。在它八万四千片鳞甲里，都各自生了小虫，咬食不已。那时困苦地在地上宛转，不知道经过多少年。诸如此类，都是所谓寒热、饥渴、为虫唼食等苦。

[873] 再者，龙的数量非常多。《念处经》里讲到，当南瞻部洲人不顺正法而行的时候，有无量诸龙生在各种水流中；而南瞻部洲人随正法而行，就有五十七亿龙生在众多水流中。“龙等”的”等”字，包括江河湖海等当中的各种水族。有关龙等世间的受苦情形，具体要从《念处经》中得到了解，然后对此思维。

[874] 2、别思维人间境中旁生之苦分二：（1）思维野生旁生之苦；（2）思维家养旁生之苦。

[875] 总思维人天龙境内的旁生之苦后，再把视野缩小到与人密切相关的旁生类的苦，这里又分野生和家养两类。而且，关心生命现相的心，要让它拓到极致，一方面也是关心自身，另一方面也关心其他生命，因此，要作周遍地观察。对此，有所谓的”野生”，即不归人所有的生命类型，又有”家养”，即为人所豢养的生命类型。要看到，在极其宽广的范围里，比如在山间、在原野、在地下、在江河、在虚空等无量处所里，有无量种类的旁生现相，其中任何一种都处在非常深的苦当中。

[876] 这里有因行、果位等方方面面的观察，要观察个体、群体，以及生物圈里迭相残杀，或者遭到异类人的伤害等等，由此会发生全面的认识，从而拓开我们观照的层面。由此发起的自身要脱离旁生界的心，即是出离心；要帮一切众生出离旁生苦趣的心，即是大悲之心。诸如此类，要透过关怀生命现相来发展出善心。

[877] （1）思维野生旁生之苦分四：1）思维**慞**惶恐惧苦；2）思维迭相杀害苦；3）思维残忍遭杀苦；4）思维身本杀因苦。

[878] 先观察野生旁生的苦处。在无数苦的种类里，先要看到几大典型的苦，即恐怖苦、吞啖苦、遭杀苦等等。延展开来，还有作为旁生本来就有的生老病死、寒热饥渴，以及同类之间争斗等等的苦处。这样就可以整体地看到野生动物的苦处。以下逐类地认识它们苦的状况。

[879] 1）思维**慞**惶恐惧苦

[880] **特别思维人间旁生之苦，不为人所私有的野兽等类，唯一行于畏惧之心态中，连吃一口食物也处在不安稳中吃，**

[881] 所谓”慞惶恐惧苦”，是由于过去造恶而出现的领受等流，即一直处在恐惧的状况中流注不息。这是一种业力病，连吃一口食也处在不安稳的心态中，或者睡眠时也提心吊胆，不敢放松。“等”字还包括飞禽、水族、虫类等等。

[882] 这一段讲到旁生界特别显著的心理苦相，即恐惧之苦，分总说、发明理趣、举例三个方面来思维。

[883] 总说

[884] 首先揭示纲要，分为七门：一、相状；二、因缘；三、原理；四、决定；五、相续；六、程度；七、周遍。

[885] 苦的相状，指心里常悬恐惧。苦的因缘，是宿世给人制造恐怖，造下了这种恶业。苦的原理是天道好还，这属于领受等流，所谓”恐惧人者得恐惧心”。苦的决定相指唯一，不可能有其他安稳等的心态。苦的相续相是常行，这种心理病状相续不息，这是由于阿赖耶识中的种子一旦起了现行以后，心里就会这样翻腾、搅扰，没办法止息。苦的程度相，是连吃一口食物都不安。苦的周遍相，指在无数报障旁生的心上都有这种状况。

[886] 发明理趣

[887] 我们要看到果上的相就能推究到因，而且要看到缘起的道理。这属于领受等流，怖畏的心态是由过去造的恐怖业而来的，它的苦相是唯一陷在那种非常害怕的心境当中，无法脱出。就像有的人，由于宿业而有很重的心理病状那样，这是一种俱生的难以摆脱的心理状况。由于过去曾经打家劫舍，制造了各种大恐怖相，使得别人的魂都吓掉了，或者心惊胆颤、提心吊胆等等，以这样一种恶业，很多都是先罚在地狱里受苦，然后超生到旁生界里的时候，这种等流一直跟在身上，没法摆脱。

[888] 又要知道，这在等流当中属于领受等流，也就是天道好还，这是法界自然的法则。过去给人制造恐怖，在识田里熏入的恶业功能非常强，到了做旁生的时候，那个种子的功能一现行，心里翻腾起来，就是那个状态，所以，这是一种业力的病、等流的病。就像一个杀人犯杀了很多人，他常常心不安，或者忽然间就感觉有人要杀自己，或者做恶梦有狗要咬自己等等，这都是自然的缘起法则，就会出现这样的恐怖心态。这样就可以看到苦的决定相，因此用”唯一”两个字，它们不会心很安的，只有行了善业，良心安的时候才有安稳。

[889] 这种业相，就好像身边埋伏着各种杀手，时时可能被杀掉那样。就像在战火纷飞的地方，自身又处于弱势，感觉好像很多枪口对着自己，心里一直感到恐惧。或者在社会动乱的时候，黑社会横行，走在街上常常怕被绑票、枪杀等，甚至连睡一个安稳觉的机会也没有。像这样就知道，由于已经有这种恶业的缘故，那么在恶业的功能没有消尽之间，会不断地在心里搅扰、动乱，一直流注不息，这叫”常行”。人的福报大一些，即使有一些俱生的不良心理状况，也是偶而发作，而这些旁生非常苦，尽其一生唯一行在恐惧的心态当中。

[890] 所谓的”普遍相”，要知道无数旁生都是这种状况。这又是什么原因呢？好比娱乐圈两性关系混乱，有邪淫习气的人聚在一起。或者奸诈、盗取恶习重的人聚在一起，成为商人的群体。或者邪慧重的人，成为世间思想家的群体。或者喜欢杀盗等的人，组成黑社会的团体等等。诸如此类，都是法界”物以类聚”的法则，也就是业习相近的众生会聚在一块。也因此，在旁生界里可以看到，它们心上显著的苦相就是恐惧，在无数旁生的心中都有这样俱生的心理病，这就是普遍相。

[891] 举例

[892] 接着结合《念处经》所说的獐鹿的个例，来体会旁生的恐惧之苦。《念处经》里说到獐鹿的习性。由于宿世曾经做过强盗，击鼓、吹海贝，到城邑、聚落、村营那里破坏别人的栅栏，出很大的音声，施加恐怖，这样的人死了以后堕入地狱，各种各样的苦无不俱受。从地狱出来，生为獐鹿，心常常悬着怖畏。由于宿世破人村落，让人恐怖的缘故，生在旷野山林当中，心里常常多有恐怖。比如在河边喝水的时候，心里就惊慌，害怕旁边有狮子、豹子等埋伏，会一下子丢掉性命，所以心很不安定。再者，睡觉的时候也害怕被猎人宰杀等，一点不敢放松。诸如此类，由于业力的缘故，就要领受这样的恐惧之苦。

[893] 了解了獐鹿身上的恐惧之苦，举一反三，其他诸如兔子、田鼠、麋鹿、野牛等等，也都是如此。我们可以看到，动物世界里所展现出来的状况，它们常常都处在一种危机感当中、一种恐惧的心态当中。诸如此类，是难以拔除的心上的大苦。

[894] 2）思维迭相杀害苦

[895] **迭相吞啖，有数量众多的猎人及猛兽等的害者，以鹰吃小鸟、小鸟吃虫作为表示，常时积集迭互残杀的恶业，**

[896] 这一段要分两分思维：一、报障门；二、因行门。

[897] 一、报障门

[898] 这又要从缘起的法则作观察。这里是一个迭相残杀的生命圈，会遇到非常多的猛兽、猎人等的杀害者。譬喻：就像处在极其恐怖的地区，时时都会被枪手枪击，被谋杀者杀害，处处都有可能中弹。处在这种充满了怨敌的包围圈中，朝不保夕。

[899] 这里跟前面有什么差别呢？前面是指心理的苦，这里是指报障之苦。这是由于法界规则，将这些具有杀生等恶业的心识聚在一块，成为一种生态圈的状况。那么一旦果位识成熟，就发现已经陷入这种业力圈当中，时时刻刻都有可能被旁边的怨敌吃掉。不像人间和平年代，百姓安居乐业，甚至达到夜不闭户、路不拾遗的状况。当然，在战争年代，人们的共业一旦成熟，那也是非常可怕的，就像第二次世界大战那样。然而，如果落入野生动物圈里，那就是这种状况了，会发现有非常多的害者，因此时时可能被杀戮。这是报障上的苦。

[900] 二、因行门

[901] 这要从能表、所表两分来思维。能表就是一个表达，比如鹰吃小鸟、小鸟吃虫子。还可以举例，比如蛇吞青蛙、青蛙吃蚯蚓等等。从前悉达多太子出城门时，看到鸟吃虫子，发生极大的悲愍。他已经洞察到，这一个例子表达了，那个生态圈处处都是如此，常时唯一积集残杀的恶业，这非常的可怕。

[902] 那种状况，就好像一个发疯的杀人犯，天天都要在路上杀几个人。然而，杀人犯还不是以那尸体作为食物，而那些野生的兽类、猛禽等，不吃其他动物的尸体是没法过活的。基于基本的生存欲望，它们每天出去觅食的时候，就是充当杀人犯。不吃不能饱，不饱没法活，由此，就陷入到那样一种业力状况里了。就像这样，由于内在具有嗔毒，以造作等流的力量，也就是过去曾经做过杀戮的业习在心中弹起的话，它们处处都要杀生，吃其他植物等没有味道，它们不想吃，而外在又没有正法光明作为教导，因此，因行上的苦是非常明显的，成了一个整日杀生吃肉的杀手。

[903] 譬如一只鹰、一头狼等，天天都要去杀生，一生积上千次的杀业等，这样不断地积集增长，而没有忏悔等止息的机会，它们也不可能断除。那么，当它们这一世结束以后，立即堕入恶趣深渊，百千万劫难以超出。从它们生命的走向来看，极其可怜。就像人间最凶残、心态失常的杀人犯那样，未来的命运非常可怜，这是从因行上去观察。而在整个生态圈里，那些猛兽等天天这样造杀业，一个吃另一个的时候，后面又有一个在等着吃它，那种共业的生态圈就是这样显现的。

[904] 如果我们能看到非洲大草原、热带原始森林等的状况，看到野生动物界极显著的迭相吞啖的共业状况，这样就会发起怜愍之心。而且自身也感觉，掉到那里非常可怕。要么就像落入极恐怖的黑社会地区一样，时时都可能被杀掉；要么自身充当一个非常凶残的杀手，天天都以其他生命的尸体为食，之后又要堕落到万丈深渊般的恶趣苦处，那是非常可怕的，这样就会发出离心。畜生的业根本上是愚痴，以此伴随发出各种恶性的业力，对于这一切一定要截断，否则一旦落入旁生的业报当中，那就太可怕了。

[905] 思考题

[906] 1、（1）散居旁生住在哪里？

[907] （2）解释天境人境中旁生的愚蒙及役使苦。

[908] （3）龙类有哪些苦？

[909] 2、人间旁生有哪两类？分别解释其体相。

[910] 3、野生旁生：

[911] （1）由相状等七门细致抉择”慞惶恐惧苦”的体相。

[912] （2）由报障门和因行门，抉择”迭相杀害苦”的体相。

## 1.18 18

[913] 在能表当中，鹰吃小鸟、小鸟吃虫只是举个例子，实际贯穿到旁生界无量苦的现相上。这一类众生以杀戮、吞啖为性，这表达了共业的缘起相。

[914] 如果对于《念处经》里讲到的六道状况，一个个细致去了解的话，就会发现各道共业现相的普遍性。这里虽然只是几句，但很难得到确定的认识。一旦认识才知道，譬如在地狱里就是火烧、寒冻等等，受非常严酷的刑罚。在饿鬼界整天找不到吃的，代表饥饿，比非洲难民还要惨无数倍。而旁生界现出的是残杀相，像现在拍摄的动物世界的片子，一看就很清楚，尤其在非洲大草原以及广阔的大海里，杀戮的现相非常严重。这是属于六道各自的特征相。所谓的”能表”，表达的就是这个状况。

[915] 下面再通过一些具体的例子来认识这种状况，由此，自身修出离心、对众生修大悲心，都会有着重点。

[916] 举例

[917] 鹰捉兔鸟

[918] 譬如，一只野兔刚刚跳出洞穴，不曾想远方高空中有苍鹰，以它的视觉已经清楚地看到野兔，并且定为捕捉的目标。之后盘旋几圈直冲下去，就一举拿获而把它吃掉。

[919] 或者，鸟刚吃到小鱼、虫子等，飞在空中，没想到后面就有苍鹰。它的速度极快，爪子非常锐利，直下就飞下去抓住小鸟，然后把它吃掉。

[920] 野兽吞吃白蚁

[921] 树上生了非常多的白蚁，把树干里面都吃空了，出现了洞。而它们的怨敌——长着尖嘴巴、长舌头的野兽，正在旁边伺机以动。野兽把舌头探到树洞里面，一下子就舔着一大片白蚁全部吃掉。但它还没吃饱，于是用尖锐的牙齿进一步咬开树洞，吃到更深处的白蚁群。

[922] 巨蜥毒害野牛

[923] 一头强壮的野牛正在草原上吃草，不曾想已经处在三头巨蜥的视察之下。以它们的观察，野牛非常强猛，没法直接攻击，就采取偷袭的方式。等到野牛不提防时，迅速上去咬它一口，之后野牛就中了毒。然后，这几头巨蜥一直追随野牛，野牛走到哪里，它们就跟到哪里，等到野牛失去警惕时，又迅速上去咬一口。这样紧密跟随，直到把它拖死为止。到了第七天，毒素在野牛体内扩散，它吃不消，只能趴在地上，这三头巨蜥一上去就把它吃掉了。

[924] 狮子围攻鸵鸟

[925] 驼鸟非常有力量，它的脚一蹬就能伤到野兽，没想到，三头狮子已经盯住它，准备下手。它们采取合作的方式来攻击。驼鸟看到只是一头狮子躲在那里，也没太在意，其实，三头狮子已经埋伏下来、，伺机以动。当狮子们看到可以下手时，三头合作冲上去直接围攻，一下子就把鸵鸟吃掉了。

[926] 海洋大屠杀

[927] 每年当暖流到达南非东海岸时，有数十亿条沙丁鱼沿海岸洄游，一方面是为了获取暖流中的浮游生物，另一方面要随暖流回到产卵的地方。它们在海洋食物链中处在较低的位置，洄游时将遇到数千条海豚、数千条鲨鱼、数十万只鲣鸟和巨大的布氏鲸的劫掠。

[928] 沙丁鱼群通常生活在距离水面70到80米深的海洋里，只有在追逐暖流时，才出现在较浅的水域。海豚们就利用这个时期，它们在沙丁鱼群外面四周穿梭，在精确地计算和准确地分工下，数十亿条沙丁鱼逐步被上千条海豚分割成小群，而且被驱赶到海角较浅的海面。跟随海豚的是鲣鸟。它们捕鱼时，以时速六十公里从空中俯冲，接近水面时收拢翅膀，如利箭般插入水中。鲣鸟依靠海豚——当海豚们打乱了沙丁鱼群队伍，把它们驱逐到接近海面，到了鲣鸟可以攻击的位置时，鲣鸟们就下手了。这时候在海中，海豚们开始猎食，大量地吃沙丁鱼。数十万只鲣鸟抓住机会，一次次地俯冲攻击。沙丁鱼们非常可怜，它们想潜到深一点的地方躲避，但下面有大量的海豚，周围全部被结结实实包围了，没有逃生之路。大的鱼群被吃得七零八落，变成小的鱼群，而小的鱼群继续被攻击，变成更小的鱼群。

[929] 这时，更恐怖的事情发生了。鲨鱼们嗅到了远方的血腥味，在欲望的驱使下赶来劫掠，大肆地攻击沙丁鱼群，一开口，非常多的沙丁鱼就成了它们的腹中之餐。

[930] 最后一个劫掠者是布氏鲸，它们的体型巨大，成年的长达十五米，重二十吨。它们不能在太浅的水域捕食。在其他捕食者饱餐以后，剩余的沙丁鱼群可以逃到较深的水域。这时，布氏鲸看到沙丁鱼群自投罗网，只需张开大口，一口就可以吃掉上万条沙丁鱼。

[931] 要知道，真正的大战场是在海里。法界的规则就是把具同类业缘的众生放在一起。像这些沙丁鱼，面临的是海豚、鲸、鲨鱼、鲣鸟等的袭击，非常可怜，这里面结的业缘相当可怕。可以看到，这里面业的状况，的确像《念处经》所讲的，旁生界有非常大的残杀、吞啖的苦，因此非常难以脱出。正如圣贤们在经教中所说：轮回的因缘千万别扯，你扯一个事情就会搞出无量来。就像这样，一旦落到旁生界里，那种业缘互相牵扯，发生影响。在人间，上世纪出现的世界大战非常可怕，但比起海中的战场，还只是小巫见大巫，在海中的战场上，一次性就可以吃光多少亿条生命，非常可怕。

[932] 从这里要明白，我们的心对于轮回的因缘千万不要牵扯。假使以愚痴因缘堕为海中的旁生，譬如成了一条沙丁鱼，那在洄游期间，整个家族都要被血洗一遍，十不剩一，假使有幸活了下来，回到了暖水区域，也还是要遭到洗劫。这就看出，还有互相牵扯的因缘，就像一旦落入黑社会里面，那整天就是拼杀，一旦落入旁生界里，那难免出现吞啖、残杀的苦。这就是旁生界里共通的苦相。

[933] 当我们透过引导，以及结合《念处经》的学习，逐渐发展出六道的观念以后，世间学说的那些影响就会逐渐地排除掉。由此，会看到整个生命界都是苦难，而不是世间人所描绘的，比如旁生界有如何美好的自然景观，或者它们也像人一样，多么有智慧等等。那些熏多了的缘故，我们就看不到大海里面是杀场的一幕、众生残忍凶性的一面，只是觉得这些动物们很可爱。实际不可爱，它们全部都在恶性业力的控制下，非常可怜。只有转换了观念以后，才看到轮回是非常可怕的，想早一点脱离。在自身上要截断轮回的因，对于众生界修大悲心，然后发起一个乃至轮回空尽之间救度一切众生的大悲愿心。诸如此类，要转换自心，要通过大量地观察来变掉自己的心意。

[934] 这里我们要设身处地地观想：譬如，自身已经沦落成那头食蚁兽，由于饥饿难忍，加上凶残之性，到处窥视哪里有东西吃。当看到那棵树洞里面充满了白蚁的时候，马上爬到近前，以凶残之心，伸出长长的细舌头，不断地舔着，把它们吃掉。如果我是这样的旁生，那一天当中就要吃掉成千上万只白蚁，这样日复一日，将来的下场会怎样呢？非常可怕。

[935] 在《念处经》里，天王讲到各类中阴的状况时说：众生以愚痴的缘故，作很多恶业，堕在畜生道中。在畜生道里，一世所作的恶业，在百千亿生受报都无法完结。或者在一个劫到百千个劫之中生死流转，从生到生，被业的锁链所捆缚，流转在世间受畜生之身。所以，宁可堕地狱、饿鬼，也不受畜生之身。这样自己就要想：如果我成为那头食蚁兽，那命运十分悲惨。正如经中所说：多少劫都没有脱出鸽身。我们以为，那些白色的鸽子多么吉祥。其实只是外在表相，它们是以愚痴凶残为性的，一只鸽子一生中不晓得要吃多少虫，或者它们的那种习性非常坚固，因此无数劫也没法脱出。

[936] 或者这样想：自己成了那只大蜥蜴，身上有毒，为了得到食物的缘故，一直到处寻觅猎物。虽然看到野牛那么有力量，但自己以嗔心还是想把它干掉，为此尾随不离。比如在七天当中，心里的嗔毒非常厉害，而且一定要把它吃光。像这样，是不是一个非常可怕的谋杀犯？假使自身堕到这样的生物链中，那的确没有正法的光明，不晓得修仁慈，结果日复一日地造这样的杀业。如果我变成那只大蜥蜴，是多么可怕！造的恶业那么多，未来的前程一片惨淡，将落入不见边底的恶趣深渊。

[937] 或者想：自己成为一只野兔，每天十分小心警觉。某一次感觉四周特别平静，终于出了洞，要去吃点草、喝点水。没想到高空中的苍鹰正对着我飞了下来，瞬间就拿掉了我的命。像这样，旁边有狼、鹰、猎人等的害者，整天处在恐惧慞惶之中。再说，自身为了觅食的缘故，也要吃一些虫子等。诸如此类，就是旁生界的苦难。

[938] 以上讲了旁生内部互相残杀的苦，接着要看到旁生界面临的最大杀手——人类，给它们带来的苦状。因此，下面要接着思维，在人类的邪慧和欲望的窥视之下，旁生们几乎都没法逃出魔掌。当人类想利用诸旁生换取钱财、享受等时，旁生们身上的皮、肉、骨等，全部都会被掠夺光。要看到对这些旁生来说，有一种最大的强盗，那就是人类。

[939] 3）思维残忍遭杀苦

[940] **诸猎人等于恼害而杀彼诸有情的业之方便具善巧故，由陷阱、网罗、圈套、枪等诸多损害法瞬间击杀其命。**

[941] 这里关键要看到决定性，就会知道诸旁生命运的悲惨。“故”前是因缘，“故”后是结局，要看到它的周遍性。“诸”和”等”，都表示一切贪婪的人类。那些强势的人类智力高，千倍万倍超过诸旁生。由于这些人类对于杀的操作方便非常善巧，有很细的策略，又有先进的工具，乃至现在发展出高科技手段，再加上人类共同合作的力量，这些合起来，旁生们几乎无法逃脱，因此非常可怜。

[942] 我们细致思维时，关键要在苦相上去看。“彼诸有情”，就是指有利用价值的诸旁生。“恼害”，是指损恼，让对方受很大的伤害。这里的”杀”是广义的，一开始有杀的预谋，之后有杀的准备、杀的观察、杀的加行等等，整个一系列就叫做”杀”。“害”，有阴害、阳害，比如有迫害、逼害、陷害、毒害、网害、围害等等。

[943] 诸如此类，人类的智力很高，工具很发达，群体配合的力量很大，这样的话，对于杀的方便就能非常精密地掌控，对这一切非常熟练。只要一发现动物，比如出现了它们身上的气味或者屎尿等气味时，那动物们几乎没法逃脱了。以这个缘故，人类就会采用陷阱、罗网、圈套、枪，以及现在的捕鲸船、炸药、毒药等的高级手段，各种做损害的方便，效果达到瞬间就可以击毙旁生们的性命。尤其在末世，由于人类的邪慧和欲望的扩张，可以看到，凡是在人类旁边、可供利用的旁生，基本都没法逃脱。

[944] 这样就看到，轮回是很可怕的，由于业缘非常杂乱，加上人类贪婪、私欲的扩张，旁生们又有前世欠的业债，那就没法逃出了。我们可以设身处地地想：如果自身堕落成一个人类旁边的动物，自己的皮、肉等可以换取钱财等，那是没法逃出的。这就知道，广大的旁生界都是残忍遭杀的命运。在人畜关系上可以看到，在人类这个最大杀手阴影的笼罩下，这些旁生们只有被杀的命运。以下就结合一些例子来体会这一点。

[945] 举例

[946] 诸猎人的方便在于他们善于观察，设置陷阱。他们的眼力很厉害，在森林、山野等地去搜查，看到小路上有野兽的脚印，心里就有数，知道它们经常经过这里。之后，就在动物们常常走的那个地方设置陷阱、圈套等等。比如，设一种上下都有锋利铁齿的夹子，动物们一踩到，夹子立即夹起来，把它们的骨头夹断。这个夹子又连着一根绳子，绳子拴在树上，使得它们没法逃脱。就像这样，这些旁生在高智力人类的窥视下，人类又有很好的工具，结果就性命难逃了。

[947] 再者，猎人们知道，夜晚麻雀等鸟类一见到光就会惊呆，所以晚上就用大电筒往树上照。一照上去的时候，如果树上有很多麻雀，那它们一时间就都呆住了。然后就用气枪打，一次可以打中很多。

[948] 再者，猎人们知道利用猎狗这个方便来捕杀。也就是，猎狗具有灵敏的嗅觉，而且凶狠，能驱逐。猎人们事先捡一些动物的粪便让它嗅，提前有所识别。到了打猎的时候，就把猎狗带出去分工合作。由于猎狗能嗅到动物的气味，当它发现旁边有这种气味时，就会咬着主人的裤子，这样猎人们马上就知道这里有猎物。如果野兽躲在灌木丛等当中，就派猎狗去赶，猎人们就躲在山冈或路口等处。当猎狗把动物们赶出来的时候，主人马上用枪对着猎物射击，这样人狗配合，就拿到了野兔、野鸡等的命。像这样，人有很准的枪法，猎狗有很灵敏的嗅觉，两个一配合，这些动物们就无处可逃了。有很多动物在洞穴里面，猎狗也能够嗅到，嗅到以后使劲地叫，猎人们就知道那边有动物。知道了狐狸、兔子等躲在洞中以后，就用烟去熏，熏得要命的时候，那些旁生就会逃出来，然后一举拿获。

[949] 或者山上有大一点的野兽，猎人们会合伙去捕杀。他们也会排兵布阵，分散在各头，加上枪法又很准，一旦发现哪里有大的野兽，那这些野兽几乎是逃不出去了。

[950] 像这样，人类的邪慧用在捕杀动物上有很大的力量。那些都是低等生命，它们的脚印、尿等一经被发现，很快就被捕杀而没命了。如果是虎豹等被发现了，那猎人们非常勇猛，几伙猎人合起来，非要把它们干掉不可，因为价值大。可见诸旁生很可怜，只要人类认为有利可图，或者对自身有损害的话，那决定会被歼灭的。

[951] 譬如藏羚羊，因为能从它们身上获取高额利润的缘故，那些不法之徒开着车，组成猎人团伙，他们知道藏羚羊群在哪里出没，之后围攻，杀到最后几乎一个不剩。

[952] 或者人类觉得江河湖海里的水族等有利可图，那么，在人类邪慧和欲望的观照下，那些生命基本没有可逃脱的机会。比如海里的大鲸鱼，那些从事杀生行业的人，开着非常大的捕鲸船，而且技术很先进，直接能够射中，之后把大的鲸鱼钩上来，由此获取高额利润。或者在沿海地区，很多捕鱼的人，在一天当中把多少鱼全部都生擒活杀。为了捕捞各种水族等，人类发明了网、炸弹，或者山茶渣等的毒药。这样的话，大江、大河、小河、池塘等中的鱼类、水族全部被一网打尽。比如用网一捞，差不多全部捞光；用炸弹一扔，水里的鱼几乎全炸死了；或者用山茶渣等的毒药去毒鱼、泥鳅等水族，结果全部性命难逃。

[953] 或者人类觉得蚊子、苍蝇、蟑螂、老鼠等有害于己，就会发明很多毒药。在现代化的各个小区里面，就有老鼠药、蟑螂药等免费提供。这样几乎无有遗余，在千家万户里面，基本连一只蟑螂、一只老鼠也见不到，全部都被杀光了。

[954] 就像这样，在精通杀生方便的人类邪慧的控制之下，运用高技术，动物们瞬间就可以毙命。

[955] 4）思维身本杀因苦

[956] **又有因自身所生的角、毛、皮等而被杀戮，也就是海贝因珍珠而被杀；象因牙、骨等而被杀；虎、豹、水獭、狐狸等因皮故而被杀；獐子因麝香故而被杀；野骡、野牛等因血、肉故而被杀，自身即成被杀之因故极为苦恼。**

[957] 这里还是要看到做旁生的苦处，在人类贪婪的眼光下难以脱身。并且设身处地地想：我如果生为一个旁生，假使皮好、角好、肉好，或者身上的器官可以做贵重的药材、装饰品等，那就难逃人类的魔掌了。而且，这个身体生来就成为被杀的因的缘故，非常苦。

[958] 譬如鹿，由于它们的鹿茸好，全部被杀掉，子子孙孙没有剩余的。又比如藏羚羊，它们的皮子好，在欧洲市场上能卖很高的价钱，因此，被贪婪的猎人歼灭干净了。再说，现在世上很少有象，就是由于它们的牙、骨很好而被杀掉的。那么多的海贝，由于有珍珠而被杀。虎、豹、水獭、狐狸等因为皮子好而被杀。獐子由于有麝香，人类就跟踪，发现哪里有獐子全部杀掉。野骡、野牛很健壮，肉鲜美，人类贪这种食物，如果捕到它们，拿到高级饭店能卖很高的价钱，所以它们统统被杀掉了。又比如在南方的树林里本来有很多鸟雀，现在去看基本没有了。天上飞的、地上走的、水里游的，凡是能成为人类的盘中餐，就统统杀光，连猴子也不放过，要吃猴脑。就像这样，衣冠楚楚的人类是这么残忍，他们有很大的欲望，而且有邪见，认为没什么因果，动物们可以杀。因此，诸旁生的身体如果有价值的话，就注定了要被杀掉。

[959] 这样去思维，就会感觉这世界很苦。对于自身来说，千万不要堕为旁生，尤其不要堕为末世的旁生，因为在末世，无因无果的邪见盛行，人们的贪欲扩张，为所欲为，生为旁生就只有挨宰的命。再者要发一个悲心：这个世上无数的动物们，都处在被宰的厄运中，它们没有一点安宁，四周都有人类极广大的监测，以及极准确的命中率，那是没法逃出的。像现今这种高科技的状况，海里哪个地方不能去？高原上哪个地方不能到？哪个地方探测不到？通过卫星探测，地球上的每一个地方都能看得清清楚楚。

[960] 再说，人类如果要攻击其他人，那只要按一下按钮，千千万万的人一瞬间就可以全部摧灭，更何况旁生？因此要知道，只要诸旁生的身体有价值，就成了被杀之因，它们生下来就是这个命，所以极为苦恼。这样就可以看到，轮回有什么意义呢？真是非常苦。这就是由于宿业而导致的命运，因此，要一心从轮回中解脱。

[961] 思考题

[962] 1、（1）复述”海洋大屠杀”事例，并略作分析，认识野生旁生界迭相杀害的共业现相。

[963] （2）人类以邪慧和欲望会对野生旁生造成哪些苦？结合实例对此细致思维。

[964] （3）什么是”身本杀因苦”？

## 1.19 19

[965] （2）思维家养旁生之苦分二：1）愚痴苦；2）驱役苦。

[966] 1）愚痴苦

[967] **依于人的诸旁生者，由于愚痴，屠夫拿着刀到了面前也只是眼睁睁看着外，连逃避也不知道。**

[968] 依于人住的诸旁生，是只能关在如监牢般的圈栏里的生命，它们被绳子绑着等，为人所养，最终为人所用。由于它们不像野生旁生类那样反应灵敏，所以更加显得迟钝。连屠夫拿着刀到了面前的时候，它们也毫无反应，只是眼睁睁看着，连逃避都不知道，可见陷在非常深重的愚痴苦中。以此类推，尽其一生都是以愚痴造杀盗淫等的各种恶业，没办法脱出恶趣。

[969] 2）驱役苦分三：①总的思维家畜旁生界驱役之苦无所不具；②特别思维马等负重之苦；③特别思维牛羊等尽其一生恒被役使，直至衰朽遭杀之苦。

[970] ①总的思维家畜旁生界驱役之苦无所不具

[971] **如是”挤奶、负重、阉割、穿鼻、耕田等的役使的差别”认为未感受的一个也没有。**

[972] 像这样，这些家畜旁生，我们去讲的时候，在挤奶、负重、阉割、穿鼻、耕田等役使的差别里，没有受过的一个也没有。也就是，凡是人可以利用的都被利用了，有价值的地方全被剥夺了等等。

[973] 比如，身上的毛被剪，有的是奶被挤，有的是体力被利用来负重，或者人为了好控制而把它们阉割、穿鼻等，或者让它们来耕田等等，所有这些役使的差别，人能用上的统统都用上了。去观照家畜界受奴役的状况，什么样的役使差别都做了。这就可以看到家畜界整体的苦。

[974] ②特别思维马等负重之苦

[975] **负重之马等背部全成了疮仍然还在负重，以及由人乘骑而行走等，不能走时或被鞭子抽或被石头打，主人从不想”他们有困难和苦痛”。**

[976] 负重的马等这些被驱使者，背上驮着非常重的东西，整个背部全成了疮，但还是要忍着苦去负重，因为它们没有自在。再者，让人骑了而走等等，当走不动的时候，就被鞭子抽打，或者被石头打击。因为打得稍轻一点，旁生们是不走的，所以主人狠狠地抽，或者用石头猛利地打，它们受刺激以后不得不走。而主人对它们像无情的色法一样看待，认为它们没有心里的困难和苦痛。就像这样被驱役。

[977] 譬如驴驮的东西非常重，背上的皮全都磨破了，能看到全身都是淤血。曾经有一个老太太见到这样的驴，就说：“畜生畜生！你下辈子不要做驴，去极乐世界！”一下子驴的眼泪就流出来了。可见有非常大的驱役之苦，不得自在。

[978] ③特别思维牛羊等尽其一生恒被役使，直至衰朽遭杀之苦

[979] **诸牛羊者在未遇老死之间被使用，衰老之时或被自家杀或卖给他人，无论哪一门都是受宰杀，而没有一个能自然死亡的。**

[980] 这些牛羊类一直要用到老死之间。除非已经老了，没有利用价值，或者不值钱的时候，就会把它们杀掉或者卖掉，无论哪种门径，最终都只是被杀的命。因此，这些家畜子子孙孙一个又一个，最终就是脖子上挨一刀，能够自然死亡的一个也没有。这是讲它们的命运之苦。

[981] 十六字开通理路

[982] 这样了解了字面意思以后，关键要领会到普贤上师引导的精髓所在，他是怎么引导我们去看这些家畜的苦难。这里归纳为十六个字：“愚痴为本，役使为命，人心为逼，惨杀为归”。如果能举一反三，抓住了原则，又按照祖师的引导，灵活地去运用的话，就会透彻地看到牲畜身上极重的苦难。由此，自身发出离心，对众生修大悲心，都有一个非常好的基础。

[983] 一、愚痴为本

[984] 首先要知道，这些牲畜由于往昔愚痴的串习力，导致此生愚蒙不堪，这是根本的苦。要看到，它这一生的状况，不会有任何顺解脱分的善根，也极少有顺福德分的善根。那么这一生，刹那刹那都是在贪嗔痴、杀盗淫中度过，从这个因行决定来世还要陷在无边际的恶趣苦中。

[985] 引导文里面只是举一个例子，说到要杀牛的时候，屠夫拿着刀走过去，它的眼睛是茫然的，看着的时候不知躲避。这只是一个例子，表示它不知道现在该采取什么行动，就像痴呆儿一样。但并不是说，旁生见到自己被杀的时候不会动。比如说要杀猪的时候，猪圈门一打开，猪马上敏感到要没命了，之后奔突而走，尤其狗更加灵敏，一觉察到有动静就到处跑。

[986] 那么，我们重点要知道，祖师的引导是让我们看到旁生有这种状况。以此就能够推展看到，它们的心识非常愚昧，也就是不知道什么应作，什么不应作，对因果取舍浑然不知。从它们连”一加二等于三”这样低级的计算都不会做，就可以看到，它们的心识很难转动。这样的话，一生都受着过去颠倒习气的支配，没有任何改善。

[987] 比如，所谓的”贪”，除了性交就是饮食。再看嗔，假使有一点点损害它的时候，它会起非常大的嗔心，虽然力量不够，但是嗔心很大，彼此之间打斗，被杀的时候记恨等等。痴就更加明显，整天吃了睡，睡了吃等等，对于行为上的取舍之处，丝毫都不知道，比人间的痴呆者不知道还要低级多少。这样的话就知道，它们未来又要堕在黑暗的地方，备受各种大苦。

[988] 二、役使为命

[989] 普贤上师的引导说，我们去看整体的牲畜界，所谓的负重、挤奶等等役使的种类，有哪一个不受吗？根本不可能的。这是由于它们过去欠了业债，在人类的掌控之下，这样的话，凡是有利用价值的地方，人们都要尽量去利用。

[990] 比如说，它们有奶、有毛，就受挤奶、剪毛的苦。它们有力气，就受负重的苦。它们能够行走，就成了人类的乘骑，日夜驱驰。或者它们有力气能耕种，人就役使它们耕田。它们能够保卫，人就让它们看家等等。或者人为了控制它们，就想尽办法，穿鼻，或者阉割，或者关在圈栏里等等。

[991] 我们在修广大的出离心和大悲心的时候，眼界要展开到，尽十方世界当中所有被人所养的那些牲畜。这样就可以看到，那种役使的苦，可谓是牲畜界的”庄严”，也就是有无数的种类、无数的苦处、无数的不得自在。对此，我们要通过比喻来了解。当过去造的负欠等的黑业，到了成熟位的时候，自身就变成了猪、牛等的牲畜，这时候已经关到圈栏这个监狱里了。在这里，法官是法界，罪行是过去的黑业，施刑者是人。就像这样，牲畜们是死刑犯，而且一直服刑到没有利用价值为止。因此要知道，从它诞生以后，在若干年里，一直都要受这样的刑罚。为此，我们分门别类地去观察各类役使的苦，就会知道牲畜的苦难。

[992] （一）穿鼻之苦

[993] 以牛为例，几个人合作握住牛角，把它的头弯过来，捏住鼻子，之后用很粗、锋利的牛钻穿进去，后面还带着像指头那么粗的绳子，像这样，穿鼻的时候就很苦。而穿了鼻以后，吃不到小草，喘气困难。主人经常拉着，一不听话就直接强拉一下，这时候就会出伤口，伤口会腐烂，甚至很多牛的鼻子都会被拉断，每一次拉鼻的时候都很痛。

[994] （二）阉割之苦

[995] 人的自私心很大，为了去掉牲畜的凶性，便于圈养，让它们长得肥胖有肉，像猪、牛、羊等的畜生都无法免离阉割之苦。以阉割猪来讲，几个人把猪按倒，两脚踩住它的耳朵和尾巴。那个阉割的人跪在猪的身上，挖掉它的睾丸或者卵巢，就算做完了。这样牲畜就没了凶性，容易控制。之后它会长得大，肉多，人以此能得到很多钱。

[996] （三）负重之苦

[997] 车到不了的地方，通常用畜生来驮东西。比如，石头、水泥、石条、沙子、货物等等，由于人的贪心特别大，这个苦是非常重的。以驴为例，一头驴要背很重的石条走在很陡的小路上。假使撞到了什么东西，就会连同石条一起翻到下面，摔得特别厉害，受很重的伤。这样受伤以后已经不能走路，但是，主人还是让它继续驮。

[998] 比如背沙子，背上背两个筐，都装得满满的。由于人的贪婪大，不体会牲口的苦处，就尽量给它装，比如装几百斤，有些驴的脖子上、背上都磨破皮了，血都流出来了。然后主人非常狠心，在后面拿一根鞭子使劲抽。主人想早点干完活，少走一趟，好回去休息，所以尽量增加驴背上的重量。就像这样，让它尽量走得快，稍微慢一点，鞭子就抽上去了。背其他的石头、水泥等都是这样。由于驴的脚有力量，到处都能背，人就利用它天天干、天天背，一年360天都在这种负重的苦当中。这样背的话，蹄子很快就磨掉了，人就用铁片钉在它的蹄子上。就像这样，一直到耗尽体力为止。

[999] （四）犁地之苦

[1000] 比如有些牛饿着肚子去犁地，损伤了身体。又有一些小牛，身体还没长成，力气小，主人为了训练它，就让它在很硬的地上犁，拉不动就用鞭子抽。像这样，那头小牛实在犁不动的时候，只能趴在田中死掉。或者有些身体生了病的时候，还不得不犁。就像这样，在那种状况下，不断地被驱使去耕种，像这样受驱役之苦。

[1001] （五）挤奶之苦

[1002] 母牛等的畜生能够产奶，人就给它们吃很好的，让它们尽量产奶，每天都挤。嫌用手挤辛苦，就发明机器来挤，每天都要挤一次，而且挤很多份量。这样的牲口，它们身上的精华全部都供人使用了。到了没有奶的时候就很快杀掉，来取它们的肉。就像这样，它们身体的精华全部都耗尽了。

[1003] （六）剪毛之苦

[1004] 比如兔子有很长的毛，人就直接拔它们身上的毛，长了拔掉，再长了又拔掉。第一次拔的时候，身上要出很多血。像羊等身上的毛就用剪刀剪，有的时候就会剪到皮。

[1005] （七）关押之苦

[1006] 比如牲口都被关在狭窄的圈栏里，人不会给它们造很大的房子，所以就像关进监狱一样。一般只能转个身，屎尿也直接拉在里面，主人懒得去清理，或者换一些干草等等。这样，它们常常就在这个污秽的环境里，身上沾满了屎尿，像这样受着狭窄、臭秽等等的苦。

[1007] 我们透过上面这些役使的苦，开展自己的思维，能够非常广大地看到，这些牲畜的命就是一直受人的役使，它们的罪行就是过去的业债，它们的苦就是受着监狱般的刑罚，时期是一直到业债穷尽为止。譬如在公案里常常说到，某一头牛要还多少债，到多长时间为止，它的肉和皮都要用来还债，这就是受着恶业力的支配，法界就是自然这样判的。因此，它们的一生没有办法脱出这种大的苦难，身上各种可利用的地方都要用来还债，这就可以看到业报之苦。

[1008] 三、人心为逼

[1009] 在受役使的过程中，施刑者是人，而人有非常大的贪欲，又不体恤旁生的苦处，这样的话，旁生们就一直受着人的烦恼心的逼迫。背不动的时候还要背，走不快的时候还要走，生病的时候还要服劳役，身体已经瘦弱不堪的时候还要被挤奶，天气很寒冷还要被拔毛。诸如此类，都是受着人心的逼迫。再者，全身都磨成了疮，但还是要继续往前走。在走不动的时候，就会被鞭抽、石打，或者被拉鼻，被逼迫着往前行进，被逼迫着去偿还它这一生的债务。

[1010] 四、惨杀为归

[1011] 就像这样，无数的死刑犯牲畜，没有一个能够自然死亡。人不把它们当成生命看，最终杀的时候非常残忍，就像处理一片叶子那样，让它们遭受如同地狱罪人般的逼恼而行杀害。也就是很多都是活杀、放到火里烧、放到汤里煮等等。诸如此类，可以知道牲畜从始至终都是在大的苦难当中。

[1012] 以下通过一些事例认识这些驱役的苦，以及最终被宰杀的苦难。

[1013] 举例

[1014] 比如农民用牛来犁地。有一些狠心的人完全靠打来驱使它们，一早赶出去犁地，一天要打断几条竹鞭。有时候牛实在驮不动，就使劲抽，然后牛趴在那里，半天才能起来。就像这样，受苦非常重。再者，犁地时，牛轭套在牛脖子上，用铁链连着后面的犁，犁下面是锋利的犁头，插到地上。如果牛轭很粗糙，犁的地又很硬，这样往前拖的时候，牛的脖子就磨破了，但还得继续往前拖，就非常苦。拖不动的时候，农民又在后面使劲打。像这样，从早上一直拖到天黑，非常苦。

[1015] 再者，主人为了役使牛，好控制，就在它们的鼻子上穿孔。有的用铁钉，有的用粗的铁丝，还有的用硬木头，这样拴好了，后面拉着绳子就好控制。有一头牛被穿鼻以后，经常拉的原因，就把鼻子给拉断了，但是主人还不甘心，又从嘴皮那里穿出一个洞来，继续控制它。就像这样，有穿鼻之苦。

[1016] 不仅如此，主人很会算计，牛到老了再杀掉或者死掉，肉就不值钱，所以在快要老的时候就要处理，这样能卖更多的钱。有的雇屠夫来家里杀掉，肉自己留一点，其他卖给屠夫，有的直接把活牛卖给屠夫。杀牛的时候，有一种方法是用斧头使劲往它的头上一砸。有一次有这样的情况：砸下去以后，血淤在肉里面，牛肉不好看，这时屠夫就在它的喉咙处又刺一刀，血一直往外流，然后用车来运走。当时就看到，那头被杀的牛一路都在流血，非常可怜。

[1017] 尤其现在的人类，贪欲增长，要吃活的，结果动物们就更可怜。比如在菜场、在饭店等常常会看到，鸽子们被关在笼子里，有人要买或者要吃的时候，就说：“给我杀一下。”肉贩子或厨子就把鸽子的嘴巴压住，让它闭气，这样几分钟就死了。然后把它往开水里一扔，之后拔毛，就这样宰掉。又比如杀水鸡，割了脖子以后，使劲往地上一扔，它在地上挣扎，之后扑腾两下就死掉了，非常可怜。这都是活着被宰杀的苦。

[1018] 再说猪被宰杀的苦。农民把小猪买回来放在猪圈里养，一天喂几顿。小猪吃了睡，睡了吃，但它的命运很苦，主人是想让它身上快快长出肉来，杀了好换钱。差不多一年，这头猪长大了，就要挨杀了。到了那一天，大清早把猪从猪圈里赶出，它也敏感到今天就过不去了，非常恐怖，到处逃，几个人一路拦着、赶着，把它赶到挨宰的地方。那里有很结实的大凳子和烫毛的大桶等，一整套的杀猪工具。几个人抓住它的脚，一起把它按倒，抬起来让它侧卧在大凳子上。那猪使劲叫、挣扎，几个人用力按住，使得它没法挣脱。然后，屠夫就用锋利的尖刀直接刺入它的喉咙，血喷涌而出，下面有水桶接血，它嘶叫几分钟，然后就死掉了。随后，把它抬到大桶里，用一桶桶的开水往它身上浇，再把它的身体拉来拉去，全身烫个遍，毛全部松脱了以后，再次抬到宰杀凳上。屠夫用刀子刮它的毛、砍下头、开膛、剖腹，把里面的内脏挖出来，又用大刀、斧头砍劈，这样，一头猪就被宰割掉了。这就是猪的命运。

[1019] 一切旁生都是喜欢生不喜欢死的，我们去看旁生们面临死时的状况，就能够发现这一点。但是它们也无可奈何，这些家畜们没有一个能够自然死亡，全部都要随业而被宰杀。

[1020] 比如，过去农村里，老人们常常就说：打牛时不能去看，如果非要去看，那手就要交在背后，不然牛会怨恨的，恨你太恨心，眼睁睁看着它死不去救。那时候的习惯是：杀牛的时候，先用绳子拴着它的鼻子吊在树等的地方，然后拿斧头一下子砸在头上，牛就昏过去了，之后用刀杀掉，非常可怜。在打牛的时候，其他人一般都会退开，那些要去看的人，也知道手要交在背后，这样牛就不会起太大的怨恨。有些灵一点的牛，一听说要被杀，眼泪都会流出来。它会盯着某个人，认为他可能心好会救自己。老人们都知道这一事，盯着你看的时候，就是求你救它一命。然而这也没有办法，业力成熟的时候总是那么无可奈何，过去曾经负过杀债等，现在就难逃这一刀了。

[1021] 又比如，有些狗知道自己要被拉出去杀掉，它就拼命地逃到某户人家家里，躲在床缝里，但是这家人没去救它，它还是被捉去杀掉了。结果它心里怨恨，怨气又熏在识田里，这样来世还要作报复，所以非常可怜。这都是因为过去世造了杀业，被业绳所系，所以临终是那么苦！

[1022] 再者，现今社会无神论盛行，人们都认为这些畜生就是供给人类吃的，丝毫没有怜愍之心。比如在过年的时候，大量的家畜要被杀掉。就连一个小镇里，在一天当中都要杀成千上万的家禽、家畜。一户人家就要杀多少鸡、鸭等等。有些在自己家里杀，鸡乱拍翅膀、乱跳乱叫，整个屋子都成了杀场。人们养的所有鸡最终全部被杀掉，其他猪、羊、鸭等也是这样的命运。

[1023] 而且，现在人类建造大规模的家畜养殖场，这就更残忍了。虽然每天定时给它们饲料吃，但是，待在那种环境里惨不忍睹，比关在最重的监狱还要难受，等到催肥以后，很快就要杀掉。养殖场里的这些家畜，最后全部被一刀干掉。而且都是自动化流水线操作，很快就加工好了，包装成了成品，它们身上任何可以利用的东西全部都要卖出。

[1024] 像现在耕地不用牛了，人们养牛就是为了吃肉，这时候牛的命运更加悲惨。人们假惺惺地给牛吃很多好吃的，就是为了夺取它的肉。到了那一天，惨不忍睹，牛被吊起来，掀开皮，活活地把肉割下来，人们认为刚割下来的肉新鲜、好吃。牛就这样被一刀一刀慢慢地割死，比原来耕田的命运更加悲惨。人类竟然发展到要活吃牛肉，太可怕了！

[1025] 诸如此类，都是牲畜们身上非常重的苦。应当一个一个地去想：如果我堕成这样的旁生，命运会是怎样的？然后也要对一切牲畜修大悲心。

[1026] 思考题

[1027] 1、家养旁生：

[1028] （1）它们有怎样的愚痴苦和驱役苦？

[1029] （2）对于这些苦，如何以”十六字”来开通理路？

[1030] （3）结合事例，具体思维它们所受的驱役苦和宰杀苦。

## 1.20 20

[1031] 小结

[1032] 山中、水里、原野、山崖、虚空等处安住的含生、昆虫，以及飞禽走兽等，这些散居类的旁生，有寒热、饥渴、怖畏、迭相吞啖等的无量诸苦，以及各自的身体本身就成了被杀之因，常遭役使等，有无量诸苦。旁生的寿量，《日藏经》中说，寿量短的仅一刹那，长的在一个劫之间感受诸苦，龙王等的寿量能达一个中劫等。

[1033] 唯识变现

[1034] 所谓”唯识变现”，就是说，旁生类的苦相是从何而来的呢？按照十二缘起的规律，起先是由业果愚的驱使，造了愚痴等的非福业；第二刹那就在识田里熏建了业习气；一旦到了成熟位，即成了果位识的时候，一刹那间入胎、入水等等，出现最初的名色位；然后，很快就出了根身，六根开启；之后，由过去的业变出各种境界。

[1035] 比如，一念间就投入到母老虎的腹中，跟父母精血一和合，就开始孕育了。然后六根形成，极度地受着住胎的苦，之后就降生了。这时候，由它的业识会变现出自身的环境、同类异类等。那时候就出现了森林、几只老虎，以及森林里的各种状况。然后，自然以它的业缘出现啖食等等，整天去咬食小动物。

[1036] 或者变成一只獐鹿、一只兔子等等，也是这样的胎生，就是那个识的力量在不断地变现。有业缘关系的那些旁生会出现，猎人等会出现。如果过去欠了杀债等，这时就会被吃掉或杀掉。

[1037] 不仅如此，还有湿生、卵生等等，都是唯识变现的。识一旦成熟，在这上面有各种的触、受，要感受黑暗的苦、寒热的苦等等。比如，成了海中的鱼类。一下子就现出好多水，而且鱼自身有一种器界的相，之后也是由业驱使着，要迁徙、游行，有恐惧苦、黑暗苦，遭杀戮等等。在业的功能没有消尽之间，会不断地按照缘起来变现。总而言之，从始至终就是一个不清净识现出的各种苦相，一点意思也没有。

[1038] 诸如此类，我们要透过《念处经》等，以及其他的因果书籍来了解，那会开展出一个广大的业果的认识，从而才能确认，知道这种状况很苦。自己要求出离，然后知道怎么去忏悔，这都需要首先发起认识业果的智慧。比如，要看《念处经》等，知道旁生界各种性情的来源，四种生的来源，四种食的来源，龙的来源等等。这样有了一定的量以后，就能确认完全由业决定，完全是识变现的。那么，知道了业是怎么变现的，我们在忏悔的时候，就知道当前怎么来忏除、截断、发誓等等。

[1039] 比如，所谓的水虫，就是一类众生过去愚痴没有智慧，造了恶业，临终的时候非常干渴，以贪爱念着水。这样在中有的时候，起了心要过去，结果就生在水里了。那时候也是识到了成熟位，它会现出水来，但那也是假相。然后，心以爱取就直接过去了。过去以后，湿生的名色就出来了，以这个识就变出各种果位上的状况。这样的话，实际都是业识变的。如果前世没有布施、持戒等的福德，就会生在暖水当中，口常常干燥，就像触到很热的沸水那样，这些都是心识的功能在变。

[1040] 诸如此类，我们还要补充的就是旁生的业因果报这一分。也就是，要进一步透视到业感缘起，之后，我们在发出离心、修大悲心、修忏悔等的方面，就能进一步切到关要，这是需要补充之处。

[1041] （三）总示修要

[1042] **如是无法思量之苦悲惨驰行之故，见如是苦有情时，设想自己是它后，细分思维它有几许苦等。其后，对已生旁生之处的总体有情修习猛利的悲心，特别若有依于自己的旁生等，则慈悲爱护，下至虫蝇及微细含生在内，都无不具有苦乐之受，又无不曾做自己父母，故于一切修习慈心悲心等，以具足加行、正行、结行三分而修持。**

[1043] 这里的修心是从前面广大闻思开发胜解的基础而来。“如是无法思量之苦悲惨驰行”，这是前面由观察力发现的事实。有了这个基础后，接下来就要感同身受地去体会它们的苦。要知道，如果前面的闻思非常广大、细致的话，那后面的修心开展的层面就又广、又深、又细，由此将出现具力量的出离心、大悲心等等，这是次第上的问题。

[1044] 那么，此处跟前面的连接如何呢？前面要求，从隐住到散居，散居中从野生到家养，方方面面去观察旁生的苦。总的来说，观境要含括到尽十方法界中所有旁生的种类，而苦也要摄尽它们所有的苦处。由此，就能引出极其广大的出离心和慈悲心等等。

[1045] “无法思量之苦”，有总、别两分。所谓的”总”，是说透过以上的了解就明白，以我们的思维心没办法衡量到苦有情、苦处、苦相等等的边际。因为虚空界是无边的，世间界是无边的，众生界是无边的，旁生界是无边的，它们因行果报的状况是无边的，因此，总的有无法思量的苦。

[1046] 按别分——任何一个旁生来说，那一世所受的苦，以及未来世将受的苦，都没办法用我们的思维测到它的量，看到它的边际。譬如一头牛，它自从被役使以后，每一天身上要受多少劳累，多少次被抽打、被束缚，多少次感受剧烈疼痛等等。一项一项去想的话，一天发生的苦受都没办法单单用思维去衡量到它的量。这样一天一天积下来，一生有多少苦，最终挨宰受多大的苦，来世继续生在恶趣里，一生一生又有多少苦等等，像这样，在一个旁生身上，都有没办法思量到的那么多、那么重的苦。

[1047] “行”，就是一直受着业识的支配，刹那刹那迁流不已，没有其他的内涵。

[1048] “故”字的意思是，由此，我们内心应该真正发生触动，我们关怀生命不应停留在口头。

[1049] “见如是苦有情”的”见”字，有现量见、比量见、教量见。那些非自己眼耳所及的旁生的苦状，要由教量来见；在自己身边能看得到的，要由现量来见；还有一些由因到果的状况等等，或者与人间苦的程度的比较等等，要依靠比量来见。而一见到这样的苦时，就要转入对生命现相的关注，再作设身处地地思维。应当把自己想成是它，起了这个想以后，我们才能够去体会它有多少的苦。

[1050] 因此，思苦要有两分：首先，要设立”我就是它”的想法；进而设身处地地去想，它有多少的苦处、多少的难处，多么可怜等等。这样就会对这些生命状态，发生真切的认知。由此作为发展大慈悲心的基础。“有几许苦等”的”等”字，包括生到了旁生里，我受那种苦时能否忍受呢？那种苦与我目前人间的苦相比重多少呢？在那里是否有安乐呢？是否能造安乐之因呢？来世的前程又如何呢？诸如此类，要很细地一个一个地去考虑。

[1051] 这样之后，就要对广大的旁生界修习慈悲心，这又要按照次第一步一步地进展。这里透过”先总、次别、再总”的方式来引入。所谓”先总”，就是当思苦达到一定量的时候，就知道不能再漠视不管了。而是想到，在自己清闲地喝一杯茶的同时，在十方法界里有无数沉溺在旁生苦趣里的众生，它们就像前面自己思维的那样，正受着漫长、难忍的大苦。的确像《念处经》所说，旁生界的苦难极重，受苦的同时造罪也极重，所以，宁可堕地狱或者生饿鬼，也不要生为旁生。由于一直被愚痴蒙蔽的缘故，它们在百千劫中难以脱身。由此，就不得不对已经生到旁生处的无数有情，没有一亲一疏的差别，平等地修一个广大的悲心。悲心的程度要达到猛利。就像母亲见到独子堕成了牛马等，正在受那样的苦，这时候心里根本无法忍受，要像这样达到非常猛利的程度。在这个猛利悲的驱使下，大菩提心才能发展，菩萨的悲愿才能出现，尽未来际无尽的普贤行愿的事业才能出现，因此，这是大乘的支柱，一定要让它坚固、广大。

[1052] 这样总体上修了猛利悲以后，别分上，那些依靠自己的家养旁生等，跟我们有非常切近的因缘，自己能亲自看到它，这样就应当真真实实地去修一个慈悲的善心和行为。也就是，对于自己家里养的猪、牛、羊、狗、猫、鸟等等，不要把它们看成观赏物，或者像无情的色法一样，一定要知道业果的相。它是由于过去愚痴恶业的因缘，被系锁在旁生的命运当中。应当要知道，它是一样地有厌苦欣乐的心，有一点点苦它也不愿意受，有一点点乐它都想要。因此，应该以慈悲爱护，就像母亲特别怜愍痴呆的孩子那样，应该多给它一点安乐、多为它拔一些苦，要有一个非常真实的慈悲之心，不要麻木不仁。

[1053] 这样之后，又要推展到总体的旁生界。由两个理由来证成：第一、在旁生界里面，下至苍蝇、蚊子、蚂蚁，以及一些微生物等，没有一个不具有苦乐受。因为它们是具心识有情，因此每一个都是厌苦欣乐的。第二、从它们与自己的业缘关系来看，没有一个过去世不曾做过自己的父母。以这个缘故，对于自己的父母，当然要修与乐慈和拔苦悲。

[1054] 就像这样，首先从正理上要建立，这是绝对应当的。之后，要按照前面总的修旁生界的量，把慈悲心的范围扩展到最广大、最周遍的地步。也就是，尽一切世间界根本处所里的隐住旁生，以及眷属处所里的散居旁生——野生、家养等的旁生，这一切的旁生类，全部都在自己关怀生命善心的观照当中，一个不漏。又要知道，它们是具苦乐受的，而处境又是那么悲惨，一点点乐没有，尽是那么重的苦，又都是自己的父母，那当然是不可不修慈悲心的。像这样，建立了这个观念以后，我们从此时开始，一直到成佛之间，对一切有情都唯一地要修慈悲之心。“等”字，包括其他忏悔、修出离心、修归依等等。

[1055] 按照这样的理路，以具足加行、正行、结行三个重要的部分来作修持，就成了缘起上圆满的大乘法的修持。

[1056] 先于自身上思维的必要

[1057] 对于这个要点，先要在自身上思维恶趣苦。原因是，如果在自身上思维，就成为引发出离心的因，再转在他身上思维，就成了引发大悲心的因；如果没有先在自身上思维，对自来说，无法生起真实的出离心，对他来说，无法引发悲心而且达至扼要。

[1058] 这是一个大关心，关心的是生命的现相，如果没出现这样一种大关心，道心是无法成长的。首先不必说关心众生，先要学会关心自己，要考虑到，如果我落到了旁生的果报中，是何种状况？由此会发生忧患意识，感觉生到旁生界非常可怕，因此会急切地求出离，为了出离，首先在因上要切断。就像这样，会引发自身忏悔、断恶修善、修归依等等。人最关注的是自己，如果连自己的命运都不能关注，怎么可能关注他人？相反，假使自己已经设身处地地作过观察，发现了这是极大的问题，又看到在整个世间界当中，落在旁生界里的有情无量无数，推己及人就开始真正地关怀众生，那时候就会油然地生起悲心。要像这样看到转变心的关键。

[1059] 细分思维

[1060] 接着要认识，所谓的”思维”需要细分，即非粗分。这是因为，思维业果属于对缘起一分的观察，只有很细分地、很真实地去看到它的真相，才会生起胜解，由此才开始变动心意，发生各种如理的善心。也就是，当一分一分地看到旁生这个苦趣的状况，又设身处地地那么去体会，发现没法忍受，这时候当然起大厌患，当然起求解脱的心，当然起忏悔心。而且，对于这些旁生界的状况会清晰了然，善心也会由此发起。这就是要求作细分思维的原因所在。

[1061] 又要知道，所谓的”粗分”是什么呢？引导文一句一句的纲领，自己口里能重复，考试也能得高分，这种就不算数，它是粗略的。没有细致地思维，就难以发展出深度的善心。如果按这种方式去走，大概地过一下，搞不好就会成为法油子，以后法学得越多，心越骄慢，而内心的成长却连幼儿园都没迈进。会发生法和人之间非常大的偏差，法已经学到了极顶，而人恐怕连一个正常的状况也没有，连一个普通人的善心也没有，那就会出现很重的人格方面的缺陷。

[1062] 那么，所谓的细分思维有没有榜样呢？的确有，《念处经》里讲的那个比丘就是细分思维的榜样。譬如，地狱上百处，饿鬼几十处，旁生几十处，他都是一个一个地思维。经中说，那位比丘为了认识业果，又来思维某某地狱的某某处。他是非常详审仔细的，也就是那一处一处的地狱是怎样的状况，他都如实地去认知。再者，饿鬼界里面有哪些饿鬼？每一处是怎样的情形？他都是细分地去认识。对于旁生界里面一处一处的旁生，也都是细分地去认识。

[1063] 就像这样，要分开来一处一处地认识。包括在果位上有怎样的处所、根身、受用、寿量等。所谓的”受用”就是指苦，苦受如何，苦具如何等等。再者，又要从三世因果的整个流向上去观察，过去以什么因出现了现在这个果，现在受果时又怎样造因，将来又会出什么果。像这样，就会有一个对因果的非常广大的观照。

[1064] 那么，目前思维轮回过患是在果分上观察。按这部分的修心来说分成两分：首先，在人间旁生以上，所谓的隐住旁生，和散居旁生里面的天界旁生、龙等的旁生，这些全部要依《念处经》来思维，那是没办法口里念几个字就知道的。譬如讲到龙，这里只是原则性的指点，而在经中，任何一处都有详细的宣说。只有知道它细分的内容，自己才能够设想：我成了那样的龙，堕在那种旁生界里，出现了什么根身，是什么果报相。譬如常雨热沙的苦如何，那就要知道有一个龙世界，那里有一座戏乐城，里面有非法龙王和法行龙王。热沙是怎么降在非法龙王头上的，它自身受什么苦，眷属们受什么苦，这种苦要持续多长时间等等。诸如此类，都是依经来思维的。

[1065] 接着，在散居旁生中，对于野生和家畜两部分，就依照人间能看到的状况来作思维。也就是按照引导文一段一段的指示，配合我们看到的、听到的这些材料，一个个地按照它的处所、身体、受用、寿量等等去作思维。再按照它的业行状况，比如，做一头牛是什么状况，在受报的过程中，从始至终有哪几类苦，每一类苦的苦相如何，当时的状况如何，最后死的时候又如何，以及这一生因行上集了什么样的业，来世又如何等等。整个一路贯穿去思维，就叫做”细分思维”。

[1066] 好比记者去跟踪一个人，观察他一生的经历是怎样的，从而会发现这个人的真实状况。如果把自己摆进去，设想自己就是这样一个可怜人的话，也会感觉这是非常苦的，自己马上会起心：我不能做这样的人。那么是什么原因导致他这样的呢？了认了以后，会说：我不能做那种事。诸如此类，这些心自然就会发出来。那么当他对这样的个例发生了真切的认识，而且转动了心，之后看到同样处境的人，自然会生悲愍之心。诸如此类，就是转心的法道。

[1067] 我们要设身处地地思维，把以上讲到的案例、经上的描述等，换成自己，作切身地观察。以驴为例，假使自身过去欠了张家的业债，到了业习气成熟的时候，一下子投入张家的母驴胎中。那个时候，一念识就封裹在精血里，然后很迅速地从名色位到了六入，一个驴身就出来了，之后就降生了。那么，这一世就按业的安排要还债了。从前欠了张家多少，就要还多少债，这非常苦。

[1068] 就要想：我那个时候逐渐长大，有了一些力气的时候，就开始要做一个死刑犯，服多年的徒刑，最后被宰掉了。想一想，这个苦难来临的时候，我能受得了吗？首先，我的脚被钉上了铁片，为了能够长久地驱使；然后被阉割，为了好控制。之后，日复一日驮着几百斤的东西。主人也不会体恤我，用很粗糙的木板在我身上钉成了架子，左右放两筐东西，几百斤重，这样就开始背负。走下坡路的时候很艰难，几百斤的重量压到了脖子处，很重、很难受，还不得不往前走，走得稍微慢一点，鞭子就抽上来了。走上坡的时候，那个重量又到了屁股后面，也是难受。就像这样，一天从早走到晚。因为有力气可以利用，要还这个业债。

[1069] 就像这样，我能受得了吗？假使在一个非常可怕的监狱，要服最重的劳役，每天背几百斤的石头，不断地从这边背到那边，自己都感觉非常难受，然而做驴比这还要难受很多倍。那个时候，身上的皮都磨破了，但主人根本不管，只能继续背，之后全身的皮都烂了、生疮、虫咬，非常难受，也不得不忍受。那样的苦我能受得了吗？现在被蚊虫咬都受不了，何况那样的苦呢？

[1070] 再者，主人想快点回去休息，就用鞭子使劲抽，那就不得不往前驱驰。他想多装一点，可以赚更多的钱，那就不得不背负更重的东西。真是有苦难言，只能空落泪。再说，一年三百六十五天，没有一个休息日。就像这样不断地驮下去，很快气力消竭，自己也衰老了，用不了多少年开始出现老态。主人一看没有利用价值了，某一天拿着刀过来，接着就要接受残酷的杀戮之苦。

[1071] 在这一生当中，自己完全处在愚痴的状态里，连一个基本的应做不应做，都没办法生起认识。再说，心中可能还积着一股怨尤之气，这个习气种在识田里，来世还要报复。或者，以一生当中造的贪嗔痴的业，又要继续堕在恶趣里面。这样看未来的前程，苦也是没有边际的。

[1072] 像这样，如果我一念间入了驴胎，那我怎么出来？我的苦有多大？这当中是否有乐？是否有修法的因缘？像这样就知道，堕成畜生是非常苦的。以这样的认识作为基础，然后可以发展各种法道上的心。

[1073] 这是举驴为例，其他都依此类推。如果我堕成一只老鼠、一头牛、一匹狼，或者水里的鱼类，乃至一条龙等等，会有怎样的遭遇？像这样逐个去思维，会逐渐观察到，自己成为一个旁生是什么状况，之后就会发广大的出离心。再看到其他堕成旁生的诸有情，自然会发悲心。基于前面对家畜的认识，对于身边的那些旁生就会发慈悲心等等。诸如此类，都要通过切身地观察来发展。

[1074] 再说有关的忏悔等，也是要知道，这一切都是由于熏入了恶业习气所导致的。如果我因位造了愚痴等的恶业，不知道取舍，不顺天理而行，那就是一个旁生，叫”因位的旁生”。就像现在的人，虽然衣冠楚楚，其实是个人面旁生。因为心里对于真实的因果以上的正道，丝毫不理解，非常愚蒙地顺着自己的那股旁生习气在做。比如任意地发贪嗔、任意地性交等等，诸如此类，都是畜生的做法。像这样，一种非常深重的愚痴等，开始在心相续中积业习气，他就是因位的旁生。一旦成熟的时候，就成了果位的旁生，乃至业功能没有消尽之间，一直有旁生的果报。而且，落入旁生要爬出来非常困难，多劫之间一直在那里面转，因为没有出现正法光明的机会。

[1075] 诸如此类，认识了业的力量以后，自己心里对于过去造的旁生业追悔，像服毒一样；对于未来要发誓，再也不做畜生的行为，不再有愚蒙之心的状态。要像这样，截断旁生的缘起链。以上简要地做了修法的指示。

[1076] 思考题

[1077] 1、修习旁生诸苦：

[1078] （1）解释下列句子的涵义：“无法思量之苦”“见如是苦有情”。

[1079] （2）什么是”设想自己是它”？这样想有何必要？

[1080] （3）什么是”细分思维”？从正反面抉择细分思维的必要。此处修旁生苦时，如何才能做到细分思维？

[1081] （4）结合旁生苦的种种实例，设想自己是它，之后设身处地地细分思维旁生诸苦。

[1082] 2、如何按”先总、次别、再总”的方式对旁生修慈悲心？

## 1.21 21

[1083] 思维三恶趣苦的总结

[1084] 分六：一、思维苦状；二、忏悔业因；三、修习悲心；四、善果回向；五、求解脱愿；六、救度济拔。

[1085] 这六段修心的发展要从思维苦开始，而思维苦就是关怀苦难生命的状况。在我们自身来说，会发现这是非常险恶的处境，因此要忏悔。其次，转到众生界来看，应当修猛利的悲心。再者，看到这些众生唯一受苦没有安乐，应当把善果回向给他们。再者，自他都要发从恶趣求解脱的愿。再者，应当付诸行动，以自他二力合修来实际救度济拔诸恶趣有情。以上是修三恶趣苦发展善心的总过程。

[1086] 首先思维恶趣生命的苦状：

[1087] 一、思维苦状

[1088] **如是三恶趣之处者随生何处都是诸差别苦长时猛利，以愚痴重及无正法光明故，唯一又复成办恶趣业因外别无其他。已生彼等处中则后面难得脱离，**

[1089] “如是”，是连接前面，做一个总结。我们很详细地思维了三恶趣各种处所的状况以后，就明了三恶趣叫”黑暗的世界”“最极苦难的世界”，在这个范畴中，无论生在哪里，都具有这样的特征相。也就是，诸差别苦长时猛利、愚痴深重、没有正法光明的缘故，一落到那里，除了唯一成办恶趣之因外，没有别的什么所作。所以，生到那里之后，将来要解脱就非常困难。

[1090] 以上要关注到，恶趣的生命都有非常可怕的现前苦和未来苦这两种苦。前一句讲，要思维这些生命的现前之苦，后一句讲，还要往未来方向考虑他们将来的大苦。

[1091] 现前苦的思维有三项：（一）差别；（二）长时；（三）猛利。

[1092] 所谓”差别”，譬如生在饿鬼当中，那里有各种的饥渴苦、奔波苦等等。里面的各种差别苦，比如在身心上、在器界上的任何一种都非常漫长，乃至悭贪的业习气势力没有消尽之间，会不断地出苦，这样受苦长达上百万年，叫”长时苦”。再说，一发生的时候非常猛利，这就是苦的程度。

[1093] 诸如此类，少的按引导文，多的按《念处经》，一类一类地去看的时候，会发现这是事实。各式各样的苦就好像各式各样极重的业障病。在它发生的时候，历时相当漫长，这叫”长时苦”，也就是在长达亿万年乃至多劫当中，都没办法脱离。再者，一发生的时候极其剧猛。像刀割、火烧、冰冻、饥渴、役使等等，有各式各样的苦，当它们出来的时候都非常猛利、无法忍受，跟人间的刀砍、饥饿等相比，程度太剧烈了，这叫”猛利苦”。就按照这样的指示，要能够看到正沦落恶趣、业报现前时的苦状，因此我们不得不关注。

[1094] 接着要看堕入恶趣的未来方向。是不是他们受了这个苦以后，就从中解脱，就像恶病好了就得到安乐那样？并非如此。这又要从缘起的状况去看，障品如何，顺品如何。从障分来说，愚痴极其深重，对于一切取舍之处都表现为极其痴呆，根本就不明白。再者，从顺品来说，外在没有正法的光明，内在也发不起正法的光明。这样的话，就像在漆黑的夜里，行在非常险恶的路上，这时没有一点光去照亮他们的心灵，唯一是往恶趣里走。

[1095] 这样从缘起上观察就会发现，内心一直被愚痴覆蔽，又没有正法光明的缘故，一堕到了鸡、鸟、鱼等当中，是造不出善业的，只会造恶业。如果堕到饿鬼、地狱当中，那就更可怕了，因为在那里面习气一现行，又要起非常大的嗔恚、淫欲等等。在不见边际的年岁里，心心念念出现的都是恶趣因的状况。因此，堕到恶趣里面，还想出现很厚的善心，造善业，那几乎是不可能的。这样就可以看到，一旦落入恶趣这个大险坑，要从中脱出就非常困难了，再往后看，那就不见边际了。

[1096] 诸如此类，就能够看到堕入恶趣的苦状。既要从总体上抓住缘起的状况，又要从差别相上，按照引导文、《念处经》等，发展观察的力量，这样就能够非常确认这种苦的状况。加上量上不断地思维，我们对于恶趣的心会发展得非常深入、猛利，那个时候就真正结成了正见。

[1097] 在思维了三恶趣苦的状况后，又要做切身的考虑：这种最苦难的状况离我们多远呢？由此会发现，其实与我们只有一息之隔。那我们应该如何处理呢？当务之急是以追悔和立誓两个要点来截断恶业的现行和相续。

[1098] 二、忏悔业因

[1099] **自相续中已有今生前世中所造的众多定生彼等恶趣中的业，是故在追悔往昔已造的罪业及今后的忏禁等上至心努力，**

[1100] 这里”是故”之前是忏悔的原因，“是故”之后是忏悔的修法。原因要连到前面的思苦上。

[1101] 现在要连接在自身上思维。我们对于苦的状况已经逐渐明了，然后要考虑：我自身上有没有堕恶趣的可能？那就要看因。如果有因，一旦成熟当然要堕恶趣。再说，因有多少？那就要看时间和当时的业行状况如何。

[1102] 时间，是从今生一直推到过去无量世当中。那么在今生，由于业果愚，自心非常愚痴颠倒，尽做一些违背天理的事情，就像这样，是要堕恶趣的。再者，在过去世的生涯里，在轮回里转了无数世，在这当中可以看到，常常都是颠倒造恶，因此，造下的恶业也是无量无数。就像《普贤行愿品》所说，假使恶业有体相的话，尽虚空界也无法容受。因此就关注到，在自己的相续中或者八识田里，从此生追溯到前世无量生，在这当中，造下的决定要生恶趣的业是非常多的。这就像相续里已经染上要出现恶趣病的病毒那样，如果不作处理，病毒一旦扩散，到了成熟期，那就没法对治了，因此需要忏悔。

[1103] 至于造恶趣业因的问题，要多看《正法念处经》。比如生每一类地狱的业因是什么，生每一类饿鬼的业因是什么等等。这样就会发现，自己已经造下那些杀盗淫等的业。或者在悭贪上面，出现了各种自私的恶行。本来应当要做奉献的不做奉献，应当要做施舍的不做施舍，别人来乞求的时候不给，或者以悭吝之心，还用很多的阴谋诡计、险恶手段、强权，来做榨取等等，诸如此类就是饿鬼的因。一个一个去检查的时候，会发现这种业因造得非常多，因此很有必要作忏悔。

[1104] 忏悔的修法包括追悔和立誓两条。也就是，对于过去已经造下的恶业非常后悔，就像吃了毒药一样。当时自心非常愚痴，认为那个很好，不断地去吃，现在就很后悔。这又要透过思维业果来发生。就是要知道，造那种如毒般的恶业，会发生如癌症发作一般的什么果报，也就是要思维它的异熟果、等流果、增上果等。诸如此类，透过思维业果，就知道那是非常愚痴的，然后心里发起猛利的追悔。之后在未来的方向上就要立誓：将来宁可舍命也绝不再造这样的恶业！以这种誓愿的力量就能截断恶业相续，也就是能禁止以后再造恶业。

[1105] 所谓的”至心”，就是这种忏悔应当从内心里发出来，不是口头上的，要落在心上。如果只是口头，那是表面的；如果在心上起了，那就是至心猛利地忏悔，有这样的差别。因此，应当在心上做，不是口上做。

[1106] 三、修习悲心

[1107] **于已生彼处的一切有情普修猛利的悲心，**

[1108] 这里由四方面认识悲的修法：（一）修悲的原因；（二）修悲的所缘；（三）修悲的行相；（四）修悲的程度。

[1109] （一）修悲的原因

[1110] 首先要知道，已经堕在恶趣深渊中的有情，与自己并非无关，而是前世、今生曾经有过大恩的母亲。而现在他们落在极苦难的状况里，我作为孩子不去救拔的话，谁来救拔他们呢？因此，应当修猛利的悲心。

[1111] （二）修悲的所缘

[1112] 其次，修悲的所缘，就是这一切在三恶趣中，被诸差别苦长时猛利所逼恼的诸有情。这个悲是平等的悲，对于尽法界量一切三恶趣中的有情都要修悲。在理由上是平等的、普遍的，因此，悲心的所缘要达到最大的量。

[1113] （三）修悲的行相

[1114] 修悲的行相就是，如何使他们脱离这种大苦难呢？愿他们都舍离这种大苦难！我应当使他们脱离这种苦难！就像这样，通过生起三种善心的状况来引生具相的悲心。

[1115] （四）修悲的程度

[1116] 修悲的程度是猛利。也就是心起来时候，不是软软绵绵的，而是很猛；不是迟钝的，而是很利。就像孩子淹在大水当中，父亲悲心发得非常猛利，他直接就跳到水里去救孩子，不是软软绵绵或者很迟钝，而是那个善心一下子就会出，出得非常猛、非常快速。那个善心是我们的本能，当它没有被障品遮蔽时，直下就会出来。如果那个心很软，表示有障碍，或者那个心很钝、很麻木或者只是口头，这些就都没有到量。应当逐渐地修习使它增上。然后，依靠这种因缘，自己内在的悲，要让它直接发出来，要达到猛利为止。

[1117] 以上透过思苦就会发现，诸母有情都落在这种极悲惨的境地，又看到在三恶趣那么广大的处所里，一处又一处有那么多的差别苦，极其漫长，又非常猛利，全是母亲们陷在这样的苦海里，那当时就要发一个难忍的悲心。而且，悲的量度要称合本性，因为我们的心是遍法界的量，而原本悲的自性也是周遍的，因此不能有局限。再者，在善心的发起上要达到猛利，越是这样越好，而不应当迟钝。就像父亲见到孩子落水的时候不应当迟钝，那是非常糟糕的状况，而是应当发出非常猛利的悲心。再者，自己为诸母有情着想的心，要一步一步具体地发。应当时时这么想：怎么让诸母有情脱离这样的苦呢？但愿他们都能舍离这样的苦！我应当成长起来，让他们脱离这样的苦！诸如此类，就是通过四步来发展大乘悲心的修法。

[1118] 四、善果回向

[1119] **自己三时所积一切善果皆为已生彼等恶趣中的一切有情普作回向，**

[1120] 接下来要修善果回向这个重要的部分。也就是，一下子把自己三时所积的所有善妙的果，全部惠施给恶趣中最苦难的诸有情。

[1121] 这里要透过三分来普修回向：（一）回向的善果；（二）回向的对象；（三）回向的行相。

[1122] （一）回向的善果

[1123] 在回向的善果上，又要注意让它周遍化，也就是时间和种类全部要周遍。通常说的是善根，这里为什么要回向善果呢？这是由于，恶趣诸有情一点点好的果都没有，他们纯苦无乐。看到他们的苦是那么深，乐是那么稀少，基本上是没有的，这样的话就想到：我所有种类的善果，全数回向给这些最苦难的母亲们。要把握”周遍”的状况。

[1124] 也就是，时间上周遍，它是一个圆顿的修法。过去、现在、未来三时当中所积的一切善果的量，全部都在法界心中，因此可以统统回向。再者，种类上周遍，也就是包括世间和出世间，从现前到究竟所有妙好的果报，统统作回向，这样就叫做”圆顿的修法”。

[1125] 在这上，或者从甚深的理趣上得了解以后这样回向，或者从仰信诸佛、祖师的教轨来作回向，都应当注重周遍的特点。也就是，我们的心量是全法界的，因此，在这个心量里，本来过去、现在、未来没有障碍，都是在这当中。而且，一回向就可以回向到自己法界心量里一切恶趣有情上面。这样胜解，然后非常干脆地这样回向。总而言之就是一切量，时间上完全周遍了，种类上彻底周遍了。当然，这上面世间的乐包括色身、眷属、受用等方面的安乐，出世间乐包括解脱、成佛的安乐。这两大类所摄的所有好的果报，通通作回向，这样就叫”能回向的善果”。

[1126] （二）回向的对象

[1127] 回向的对象或者所回向之处，那当然是法界中有无数的恶趣，恶趣中有无数的有情，这些有情都无不曾做过母亲，因此，应当回向到全法界一切恶趣处的诸有情身上。

[1128] （三）回向的行相

[1129] 回向的行相，是有一个非常大的善心。它的根本是猛利的欲，特别想这样给予有情。因此，以猛利的欲回向在一切有情上面，就像箭射中靶子那样。常常按照这样来作回向。

[1130] 五、求解脱愿

[1131] **发从彼等恶处中解脱的愿，**

[1132] 这里要在自他的身份上都发”从因和果两分上解脱恶趣”的愿。

[1133] 我们已经关注到生命的状况，发现恶趣极其险恶，因此，作为一个具理智者，不但是自身，还要帮助其他有情，都从这种险恶的处境中脱离。就像一个大丈夫，他看到那么多的母亲都陷在苦海里，他自己要从中出，还要把一切母亲都带出来。就像这样，要发求解脱的愿。

[1134] 诸佛在过去生中都发这样的愿，要关闭恶趣门。而且，自己在无量劫中修习福慧资粮，要帮助一切有情最快速、最方便、最彻底地脱离恶趣，如同阿弥陀佛的发愿那样。就像这样，我们要发一个求解脱的愿。而所谓”解脱”，又要看到什么是系缚，从中得到认识。所谓的”系缚”，又有因有果。因上面一直以业果愚驱使，起各种烦恼，造非福业，这样的话，一直就会系绑在恶趣的各种生处当中。所谓果的系缚，就是由于这种非福业的力量一直不消失，因此，导致恶趣中的蕴不断地在相续。这样就知道”系缚”的涵义。而”解脱”，当然是要发愿：愿自他一切有情，在因上首先脱离业果愚，之后去掉由业果愚驱使所发生的各种非福的业行，由此脱离恶趣的结蕴相续。这样了解以后，应当发猛利的求解脱的愿。

[1135] 思考题

[1136] 1、生到了三恶趣，有怎样的现前苦和未来苦？

[1137] 2、了解了恶趣苦状后，为什么自己要忏悔？如何修忏悔？

[1138] 3、了解了恶趣苦状后，为什么要对众生修悲心？修习悲心的所缘、行相、程度应是怎样的？

[1139] 4、能回向的善果有什么特点？所回向的对象是哪些众生？回向的行相如何？

[1140] 5、如何发自他从恶趣因果中解脱的愿？

## 1.22 22

[1141] 六、救度济拔

[1142] 在发了求解脱诸恶趣的愿以后，就要开始付诸实践了。在当前的地位上，也应该以自他二力合修来救度拔济一切恶趣诸有情，这个工作一直要做到尽未来际。作为具大乘种性者，经过这样的启发以后，善根发动，从此以后就关注救度恶趣诸有情的事。这又有在初级分位上自己要作的发心，和对于佛和上师作祈请等实际的修作，因此，下面转入真实救度众生的法行。

[1143] **以我此次值遇大乘之法后是有修行成办自他之二利的圣道，是故心作是念：“我当以为法难行精进而修持，而将彼等一切恶趣有情皆引度至净土中”，如是发心，复作是念：“由上师及三宝当加持我能如是而作”，于祈请圣尊及上师，及召请援助等上修作。**

[1144] 这里要把握自他二力合修的要点，因此分两分来认识：（一）自力发心；（二）他力祈请。二力合修，就是在我们这个阶段，开始实际来济度恶趣诸有情。

[1145] 从自力分来说，当然发心是缘起，因此要作大乘发心。而发心又基于观念而来，因此，应当这样修观念：我现在因缘很好，因为值遇了大乘法后，能够修成办自他二利的圣道。以这个缘故，我自身要用一种”为法难行精进”来修持，因为只有自身成就了功德，才能够利益众生。那么再看这些恶趣诸有情，当前怎么来救度他们呢？那就是，我应当尽自己的力量，把他们引度到净土当中。比如自己有能力的时候，把恶趣的众生引到阿弥陀佛的净土等等。

[1146] 接着在他力分上应当知道，上师三宝具有加持的能力。首先起观念、出胜解，应当想到：上师三宝具有圆满的智悲力，当我有信心的时候，他们的加持就会降临在我心中，使我能够做到济拔众生的事业。以这个观念，就向佛和上师祈请，然后召请援助等等。

[1147] 在这两个方面要实际去做，合起来就在我们现前的身份上，有了一分真实济拔诸有情的法行。

[1148] （一）自力发心

[1149] 要把握三个环节：1、珍惜因缘；2、难行精进；3、引众往生。而且前者是因，后者是果，这样逐渐地在心上发展出真实的善心。

[1150] 1、珍惜因缘

[1151] 珍惜因缘要结合暇满来思维：我这一生很幸运，遇到了能完成自他二利的大乘圣道，因此要倍加珍惜。因为此世只是一段因缘，而在这当中，竟然遇到这样一个殊胜的大乘道。这里有那么广阔的菩提心、那么殊胜的空性慧等等，经由修学以后，在自身上都能发展出来。

[1152] 2、难行精进

[1153] 由于已经出现殊胜因缘的缘故，我自身应当有一个”为法难行精进”的状况来修持，因此，从第一个珍惜就到了第二个精进。而这个精进又是难行之精进。“难行”，就是在这个过程中能忍众苦的一种行为。如果很舒服，当然不叫”难行”；然而在这当中，需要受身心的劳累、饥渴，气候的寒热，或者要作很多努力，还会遇到各种的病障、违缘等等，对这些都能够安忍。有了难行的话，以这样一个大坚固的志愿力，一切时就都能精进不懈，这样来修持的话，真正的大道就能在心中建立。

[1154] 这里又要明确，为法难行的状况也是要在心上发展的。这又要从法道和非法道两方面的对比去看，之后就能够提起心力，不畏艰难。也就是想到：从前流转生死之时，为了那些毫无利益、感召无量恶趣苦的世间五欲等，虽然知道这里有苦，但还是能轻蔑各种大苦，忍受种种无意义的苦受。像世间人为了求名求利，要忍受很大的苦。譬如要得一个金牌，必须经过高强度的训练，在多年当中克服生理上的障碍、心理上的障碍，种种难行都能做得出来。或者成就一种世间技艺，也都是要经过勤学苦练。或者经商、求爱、求官等等，经历的苦都非常多，然而毫无意义。而我现在能够修习殊胜的大乘圣道，在自身上最终能达成大解脱，出现大智慧，而且能引发自他无量的利益安乐，因此对我来说，应当特意去受各种为法的大苦。比世人逐求名利还要重无数倍的大苦，我也应当甘之如饴地去忍受。这样来修善心。由此心就会高起，无有畏惧。要通过这样善思维的力量，使心坚固。

[1155] 或者要想到：我从前自他二利一无所成，尚且能忍受那么大的难行，现在为了引发自他无量的利益，为什么不能忍受一点小苦呢？虽然有苦，但是有大利益，这样吃苦真的是好事！就像这样思维，使心提起来。

[1156] 或者想：从前为了自身求世间的名利享受，比如十多年读书，昼夜苦战。成年后经商，也是早出晚归，心心念念都投注在上面。或者为了追求异性，也是花那么多的心思去投注。或者修外道苦行，也是要忍受各种锻炼等等。诸如此类，一点意义也没有，也都能忍受。现在要完成这么大的自他二利的事，首先是自身上能得到从轮回中彻底解脱的大义，能得到显发自身光明藏的无上佛果的利益，再者，能够把无量无边的恶趣诸有情，全部安置在净土中，有这样大的利益。这时心里想：这样受一点苦是极好的。特别在修三恶趣苦时就想到：对于无数的恶趣诸有情，假使我有能力的话，能够断除他们无量的地狱等诸苦、无边的生死大苦，这是极好的事情。为了完成这种大义，我对于一切法上的难行都发生心力，根本无所畏惧！

[1157] 又要想到：这是一个串习的过程。从首先能忍受小苦开始逐渐串习，到了一定时候，大苦也都能够忍受。就像有情由串习力在苦上能虚妄地起乐想，现在我在为法的受苦上起乐想的话，逐渐串习下去，一切苦来了我都会起安乐之想，决定能够这样出现。

[1158] 再者，为了摧伏一切烦恼，应当发起难行之心；为了完成无上大道，应当发起难行之心；为了成办拔济无数有情脱离恶趣等大苦的事业的缘故，应当发起难行之心。

[1159] 这里还要明确难行和精进的关系。有了难行，才能在长远的道路上精进不懈；没有难行，就会在遇到各种苦的时候退转。而这里具体要认识到，为法难行而精进的内涵。也就是，为了修成无上大道，在衣食住行等修行依处的方面，在遇到称讥毁誉、老病死衰等世间法的方面，在行住坐卧等威仪的方面，在供养承事三宝尊长以及受法、说法、思维法、修习法等的方面，在勤修善法的辛劳方面，在利益有情的辛苦方面等等，这些方面无论出现哪种苦，都能够精进而不废弃修行，这样就叫做”为法难行而精进”。以这种心的力量，就可以在大乘道上，没有趣入的能够趣入，已经趣入的不会因遇到苦而退转，最终能完成大道。因此，这里关键的内涵，就是一想到法的利益，就能够忍受一切苦。以这种难行能行的大无畏精神，在任何苦出现的时候，都能做到精进不废，这样就可以完成最极深远的大道。

[1160] 诸如此类，应当想到：这么伟大的道业，需要心力极其坚固才能完成，不是微薄的心能成办的。由此就知道，“为法难行精进”是心上修持的要点。以此之故，我们就会逐渐在心上发展出圣道。自身完成圣道的缘故，就有力量拔济恶趣诸有情了。这是第二分修持的要点。

[1161] 3、引众往生

[1162] 逐渐地具备为法难行精进的内涵以后，就要随分随力地把一切恶趣诸有情引到净土中，这就是《普贤行愿品》中所说的”普愿沉溺诸众生，速往无量光佛刹”的发心。

[1163] 一切恶趣诸有情如何能够脱离生死苦趣，到达远离一切诸苦的净土安乐之地？按此时、此地的因缘状况来看，应当发一个”把一切恶趣诸有情都引到极乐世界”的大愿。因为它是最方便、最简易，下至蜎飞蠕动都能够往生的殊胜净土，它是阿弥陀佛无量劫来修集福慧资粮所庄严的佛土。它方便至极，而且能够顿超，能让恶趣诸有情都生上去。这样就要结合在净土上发心。

[1164] 发心把众生摄引到净土，是非常深远的事。当前自身没法现前净土，就应当把众生摄到有缘的净土当中，比如极乐世界。将来在如来藏显发以后，自身就可以出现净土，那时能够摄持无量圣凡有情到自身出现的净土里，由此而从恶趣中脱离。就像诸佛的发愿那样，这属于远程目标。

[1165] 就像这样，所谓的”引度”，要知道恶趣诸有情非常愚痴，像瞎子一样，对于道和果浑然不知，因上不知怎么走，果上不知到哪里去。这上面要以自身修行的能力，摄着他们的心趣向净土，这样就能顿然脱开恶趣。以阿弥陀佛的净土为例，自己要发心摄着无量众生的心，通过作各种法行，让他们跟阿弥陀佛的愿海连接。一旦连接深了，一下子就摄引住，直接就拉到净土去，顿然脱开诸恶趣。

[1166] 有了以上自力的发心，接下来就可以作他力的祈请。也就是，诸佛的愿望都是要让众生离苦得乐，恒顺众生佛是最欢喜的，损恼众生违背了佛心。前面发利他愿，着重在悲那一方面的善心，这个心一起来，就有了召请佛力的因缘，因此，接着就要作他力祈请方面的修行。这两个合起来，在目前地位上就能做到一分实际的救拔。

[1167] （二）他力祈请

[1168] 这里修法的要点有三个：1、信心观念；2、祈请佛师；3、召请援助。

[1169] 1、信心观念

[1170] 要知道，上师三宝具有无碍的力量，当我以善心为众生作祈请的时候，他们一定能够见知，而且会降下加持。之后，就要知道自己祈求之处，不是为自利。应当知道我的身体是父母所生的，智慧是诸佛所加被的，在这个身体上并没有自性的我，除了利他还有什么所作呢？因此，在看到诸母有情沦落在最可怜的恶趣险处之时，油然地发起悲心，想作救度，但是能力不够，因此祈求诸佛的援助。所谓的”请”，就是请加被，请他的力量进来。也就是，一切佛的光明就在我心中，当我祈请的时候，他的智慧光明就会入到我心中，使我具有能力，十力、五智等都可以请到自身上来。

[1171] 这里特别从救拔恶趣诸有情来说，就是祈请一切上师三宝加被我，让我一个人能具有把无量无数恶趣诸有情全数引到极乐世界的能力。当然，也可以作他方净土想，但是以此世普遍的因缘来讲，就是往生极乐世界。这样一种具信心的观念，就是修信心。善心就是两个：一、信心；二、悲心。向上就是信心；向下就是悲心；自身就是中心，连接着佛和众生，佛的智慧力下来，自身就能作救度。安住在信心的状态中来作意，叫做”信心观念”。

[1172] 2、祈请佛师

[1173] 接着要知道，祈请的境有总和别两方面。“总”指佛，包括上师、本尊、空行、出世护法。他们表现的相不一样，属于不同因缘上的角色。“别”指上师，他是诸佛的总集。这样明白以后就知道，要向总的一切佛、特别的有缘上师作祈请。

[1174] 3、召请援助

[1175] 祈请的目的是召请援助。自心只要具信心，佛和上师具有无碍的智悲力的缘故，这样祈请的时候，决定会作加被。这样的话，他们的力量进来以后，我自身就可以做到救拔诸有情。

[1176] 好比说，阿弥陀佛有加被的力量，以光明摄受一切念佛众生。现在恶趣诸有情处在唯苦无乐非常悲惨的境地，而无量寿佛的极乐净土寿命自在、唯乐无苦，见到众生这样无常、苦的时候，自己发起悲心，这通于弥陀本愿。这样就祈请佛，我代佛作摄引的话，佛的力量就会进来。就像这样，叫做”祈请佛”，然后具有这种能力来摄引众生。特别是祈请有缘的上师，他是一切诸佛的总集，在因缘上最切近，因此直接向他祈请。他的力量进来以后，就能作出非常大的利益众生的事业。诸如此类，自身自力上要有悲心等为根本，他力上要有信心等为根本，这两个力量合起来，就能达到实际救拔有情的效果。

[1177] “等”字包括其他的法行。譬如，向饿鬼施食、施水，修各种法来救度地狱有情，或者摄持旁生有情等等。诸如此类，从前到后整个修法的轨道都是在修善心。这样一节一节地发展，我们会有巨大的大乘法道的内涵，应当由此在道上进展。

[1178] **如是所作之善也为利有情回向等，以三殊胜摄持而修行。**

[1179] 最后交待，思苦方面同样以三殊胜摄持来作修行，这样就成为圆具内涵的大乘修法。

[1180] 这里”等”字以前举回向为例。也就是，修集的所有善根，不为自己，而是为了利益一切有情普作回向。“等”字里还摄有其他两种殊胜。也就是，前面加行发心摄着心趣入，成为大乘的修法、成佛之因。中间要以正行无缘摄着心，在这里就是不散在其他所缘境上，这样一缘住在法中而修心。高深的当然是不住任何相，但这里初级修行，就是心不缘在非法上。如是具足内涵，来修证大乘的道。

[1181] 总结

[1182] 以上修苦是摄集了众多修要的大嗢柁南。从一步一步修心的发展来看，就是透过看到三恶趣无边苦的状况，之后触动了善心，由此，自身会起忏悔心，截断恶业。然后，推己及人会发大悲心。对于生死会发厌患，对于解脱会起希求。再者，由于不忍诸母有情堕在这么深重的惨境中，会起猛利的利他心，恒常精进。会起大归依心，为救度一切有情故，祈请上师三宝赐予力量等等。

[1183] 诸如此类，整个修法的大轨道，其实就是透过思苦作为重要的因缘，来出现大乘道的善心。因此要知道，从这里能够发生下士、中士、上士的一切意乐。即使佛出现在世间，也没有超过此上的教授可说了。总的关键，就是透过思苦作为因缘来发展悲心。而实际地救度有情，又要透过信心和悲心两大根本，自力和他力两种力量的结合来修作。

[1184] 总的来说，修法的所有要点就落在修善心上，善心的开发就落在实际地观察上。由这个观察就发现真实的状况，以这个见来生起行，以信心来发生悲心。也就是智慧如明眼一样，看到了状况，悲心像健足一样，能发起实行，这两个结合起来，就开始在大乘道上实修了。以上就是整个修法的要点。

[1185] 思考题

[1186] 1、（1）为什么说自身目前有殊胜因缘？

[1187] （2）“难行”和”精进”有什么关系？如何思维能引生”为法难行精进”的心？

[1188] （3）我们应如何发心，把一切恶趣有情引度到净土中？

[1189] （4）如何作他力祈请方面的修行？

## 1.23 23

[1190] **如是若想：倘若生三恶趣那是苦的自性，然而三善趣是否有乐而堪喜呢？善趣之中也无安乐。**

[1191] 前面思维了三恶趣苦，看到生在那里纯一是苦的自性，性质上已经决定唯一是苦，一点乐也没有，这时候当然不会有想生三恶趣的欲。那么在轮回里，除了三恶趣就是三善趣，就像前面”瓶中蜂”的譬喻所说，飞到瓶子下端是恶趣，飞到瓶子上端是善趣。那在这里就要想：生到三善趣是不是有真实的乐，而能够让心欢喜呢？如果有真实的乐，那当然可以求生三善趣；假使不但没有乐，而且有无量的过患，那就不能求生三善趣。就像这样，由观察生到善趣的状况来决定能否求它。答案是，善趣之中也没有真实安乐。

[1192] 这是个非常大的问题。如果彻底地看到，在天、人、阿修罗三个增上生的善趣里，连丝毫真实安乐也没有，那就会退掉生三善趣的欲。进一步看到，三善趣全是苦的自性，生了以后有很多苦，非常可怕，就会感觉这也是苦的状况。再者，当看到善趣的后边际是落到恶趣里面，就会发现轮回真是一个恐怖洲，那个时候会遮止往轮回走的倾向。这就是透过思维三善趣中毫无安乐，唯一是苦的自性，而遮掉轮回里的受生。怎么遮掉呢？欲是缘起的根本，以为有真实的乐，才会有求生的欲；相反，一旦看到这里唯苦无乐，那当然就退掉了欲，不往那边走，开始往涅槃的方向走，也就是，不是要在轮回里求乐，而是要求息灭轮回。

[1193] 为了开展出这个广大的认识，需要依次第，由人到修罗到天，逐渐地展开对苦谛的认识。这是在果上看到三善趣是苦的自性，然而也离不开对整个缘起链的观照。也就是常常要由因看到果，从果看到因，或者从乐看到后边际，从一切刹那看到运行的趋向。诸如此类，就能展开更深层的苦谛的认识。因此，以下就要作这种思维。

[1194] 一、思维人类的苦

[1195] **第一、人的苦者：于诸人有三根本大苦；生、老、病、死的四大苦河；怨憎会苦；爱别离苦；不欲临苦；求不得苦等。**

[1196] 分二：（一）思维三根本苦；（二）思维八支分苦。

[1197] “三根本苦”，就是指一切苦都统摄在三大苦中。由这三种苦可以总摄一切苦的缘故，称为”根本”，或者认识这三种苦，能够知道各大支分苦的苦相的缘故，称为”根本”。因此，首先按人类的状况，认识三种根本苦，之后就会在各个层面上看到人生唯一是苦。

[1198] “八支分苦”，是从八个重大的方面来认识。包括四河、两缘、两欲。“四河”，是指俱生有的生、老、病、死四条大苦河。所谓的”河”，是指源源不断，或者非常汹涌的状况。比如生就有住胎、出胎、最初出生以及出生之后一生的历程，它是一条源源不断的苦河。再说老，当蕴身成熟的时候，会发现在几十年里，老苦接连不断地发生，就像黑暗逐渐笼罩下来，最终漆黑一片那样。所谓的病，是由于四大和合的幻躯是四大相违的体性，一旦不调和就会发生各种病状，导致身心都处在忧苦当中。死，是在最后阶段出现的苦，虽然时间短，但是从临死到最后出现中阴的过程中，是非常汹涌的苦流。诸如此类，人得了一个胎生的身以后，必然有这样的四条苦河。然后，在人生的境遇中，有所谓的两缘、两欲。“两缘”，就是遇到亲和怨两种缘，由此发生爱别离和怨憎会两种苦恼。再者，人活在世上，有名誉、地位、财富、男女等的欲，这上面有所欲不得的苦和不欲降临的苦。就像这样，透过八支分苦，能够知道人生的整个历程充满了各种难忍之苦。

[1199] 接着，我们要按照这样的次第，首先思维三根本苦。

[1200] （一）思维三根本苦分三：1、思维坏苦；2、思维苦苦；3、思维行苦。

[1201] 1、思维坏苦

[1202] **根本三苦之中初坏苦者：**

[1203] 分三：（1）总观；（2）别观；（3）总结。

[1204] 思维的结果，是对于人生乃至轮回的一切似现的乐生起厌患。思维的程序是，首先了解总的坏苦的相状；接着结合具体的身心等方面的例子，看到坏苦的相，从而产生确认；最后作总观的时候，要推广到轮回里所有喜、乐、名三种乐的现相，以理证成唯一落于苦中，由此，看到它是毫无实义、最终唯苦的法，之后生起厌患。这就好像了解了吃含毒美食的状况，也就是乐刹那间就没有了，而且转为毒入身而发生非常大的苦，之后当然对于吃含毒美食的乐产生厌患。以上是修坏苦的次第。

[1205] （1）总观

[1206] **现时诸刹那似有的乐将一刹那即成苦恼。**

[1207] 总的要作因缘观：我们以为乐的一切事件，都是由因缘所发生的，从果上去看，就是现前的一个个刹那似乎有乐的状况。这种乐并非是常住的、坚固的，而是因缘的力量暂时维持时有可意境现前，这时根境识三者一和合会产生乐的幻觉。然而要看到，它一直由因缘在控制，因缘一变化，一刹那间就变成了苦。要知道，轮回中有各种因缘，它们都是按次第来发生的。一旦有不可意的境出现，比如眼睛看到了、耳朵听到了、身上出现了等等，这时候，由于心识触到不可意境的缘故，一下子就落入苦中。这样就可以看到，那种由暂时的因缘力，随顺自己的私欲而出现的乐，只是一种虚假的状况，犹如泡沫，因缘的突变会使得它一刹那间就变成了苦，可见最终决定落入苦中。要这样作总的观察、辨别。

[1208] （2）别观

[1209] **例如，于身有利的食吃后饱足而有乐时，突然肠胃里寄生虫动起来，而顿生猛利绞痛之病，即成苦恼。如是正乐之时，家畜被怨敌赶走，房屋被火焚烧，猛利病魔忽然发起，或者闻到外面的恶语等，一刹那间即成苦恼。**

[1210] 接着作分别的认定。首先举一个身体上的例子，然后以此类推，看到当身心正乐的时候，突然出现各种不可意的现相，一刹那间就转成忧苦了。所谓的”忧苦”，就是不符合自心。自己心里想要的没出现，反而出现一个特别不想要的，或者不符合自己胃口、欲望等等的状况，这样一刹那间就陷入了忧苦。

[1211] 这样就可以看到，由于轮回的体性是我执、私欲，而一切变现出来的境界纷繁多样，当符合私欲时，心里一看到，觉得终于取到了可意境，然后心就处在欢喜的状况。或者有名誉、财富、风光，或者身心有喜乐，这种就是似现的乐。然而，一刹那间出现一些自己不想要的境相时，顿然间就转成了忧苦，这叫做”坏苦”。

[1212] 我们继续看普贤上师的引导。首先说一个身体的譬喻。当吃了很有营养的食物以后非常饱足而有乐的时候，潜在肠胃里的寄生虫就是破坏乐的因素，不晓得什么时候寄生虫就开始蠕动起来。而它一蠕动，就发生猛利绞痛的病，这个是心不想要的。一取到这个不可意境的时候，就看到那个人脸色煞白、扑倒在地、痛得大叫、打滚等等，一下子就成了苦。那是什么原因？那个由因缘力暂时维持的，吃得很酣畅、油光满面、热气腾腾、心非常满足的感觉，当然很喜乐，然而一个突变的因素，一下子就击碎了这个脆弱的乐的幻境，一下子就陷入到苦当中。可见那个乐是泡沫，因缘的突变使得它一刹那间就成了大苦。

[1213] “如是”，就是以此类推。我们要通过自己的智慧眼，以因缘观看到，无数轮回的现相就像一部部影片在放映，都是由一个个因缘而出现的，而这个人自以为这里有常住、坚固的乐，实在是特别愚痴。

[1214] 比如他正在感受乐的时候，似乎以为这个乐是很长久的、很坚固的，然而忽然之间，家里的牛马等被怨敌赶走了，这是他最执著的财富，所谓我所执的中心重点。怨敌一赶走这些牛马，那种非常不愿意看到的境相出现时，他一瞬间就起嗔，顿时就陷入到苦当中。如果家畜已经被赶走，那些爱财的人就会伤心地哭起来。又比如一个老板正开着店，忽然之间着火，他经营十年的财产瞬间就荡空了。而在这一刹那间，由于非常不可意的境界出来了，他的心顿时就陷入到忧苦当中。就像这样，所谓的春风得意的那种乐的状况，所谓的我是个老板的状况，只是一个乐的泡沫。

[1215] 或者举眼一望，自己非常好的房子一下子被烧掉，马上就陷入忧苦中。或者出现猛利的胃痛，或者突然出现一个声音刺激到心脏，心脏痛起来的时候，境界一下子换了，刚才的乐顿时就没有了。或者听说自己的儿子被车压死了，这时马上就陷入大的忧苦当中，境界一刹那间就变掉了。

[1216] 诸如此类，我们去观察人生当中各种乐的现相，就会发现因缘一变，心一取到不可意境的时候，马上就陷入到忧苦中，因为这是由触生受的缘起法则所决定的。这上面是多么脆弱，耳朵听到了不悦意的声音，马上就不高兴了。或者眼睛看到了不悦意的怨敌，口里尝到了非常不好吃的东西，心里想到了不可意的事情等等，顿时心情就变坏了。这就看到，只有拿到这个可意境，心里才满足，才有所谓的乐；一旦没拿到，或者出现相反的，拿到不可意境的时候，乐就不晓得到哪里去了，顿时就变成了苦。说明它是缘生的法，因缘一转变，马上就变掉了，这就叫做”一刹那间即成苦恼”。

[1217] （3）总结

[1218] **总的此轮回处中任何似现的喜、乐、名三者都无丝毫许的常住及坚固，而终归唯是苦恼而已，故当心生厌患。**

[1219] 懂了因缘观法以后，举一反三，从方方面面去作观察，最后还要收回来，作一个总的洞察。这时就不是谈一个一个分散的例子，而是要全摄起来。不但对于人生，而且对于整个轮回处所，上至天界等的所有喜、乐、名三类似现的乐，一要在范畴上周遍，二要在法理上决定，最终得出结论以后就会发生定解。发生了定解，心丝毫不会动摇的时候，就叫得了胜解，从它产生信心，从它产生欲。

[1220] 这时候欲就翻转过来了。过去认为这里有好东西，一直有一种欣求、一种邪欲，这就叫”追求的心”。认为那里有好的、甜美的、刺激的、风光的、荣耀的、能保有的、富足的等等，诸如此类的欲无量无数。在这样一个大法理的观照之下，彻底地摧碎掉了邪解，之后就开始翻转，看到那些全部都是含毒的美食，都是披着羊皮的狼，都是装饰得非常好看的炸弹，诸如此类，一旦看到就生厌患。谁喜欢讨一点小便宜，然后就将自身粉碎，或者像小孩贪吃刀刃上的蜜，而导致割舌大患的事呢？这时候已经知道尝食轮回乐之后所产生的非常大的过患，就不愿意再要它了，这就叫”心生厌患”。

[1221] 轮回里的三大快乐现相，就是身体上的乐，心上的喜，还有社会上的名誉。一个是作为个体，我要很享受，身体吃得好，穿得好看，还有性交等等，这就是身体上有乐。心上的喜，就是心里很有成功感，享受了妙欲等而处在欢喜中，对自己的状况非常满意。再者，在社会上要有名誉，无论是人类的社会还是天人的社会，都是非常讲究名誉的。现在的人就说，那是我们精神上的东西，或者说这是价值上的东西，也就是需要很多人赞誉自己，美名传播，走到哪里都很风光、很荣耀等等。就是这样三大类的现相。

[1222] 这三个遍摄了轮回中所有安乐之事，当它们出现时很可意，心里当然很满足，也感觉现在是真实的快乐。然而，就像刚才讲的那样，那只是因缘和合、泡沫般的假相，连毫厘许的常和坚也没有。因缘一和合，就像做美梦一样，立即出现一个可意的境相，心一取到它就感觉很乐。实际它是因缘生的假相，因此一刹那都不能住留，一刹那的常也没有，再说，它顿时就变掉了，所以一微尘的坚也没有，这叫做”泡沫般的假乐”。

[1223] 由此就会发现，当因缘突变时，终究唯一落到苦中。这里的”苦”，指非常大的忧苦，因为心里不满足。不可意境一出来，那个时候一接触，就发生很大的身心苦恼，绝对不会超出这一点。上至于天王那么大的乐，当他堕落时，曾经的乐哪里还有呢？因为那个乐只是由暂时福业的因缘力支持而出现的假相，像泡沫一样，当因缘一变，天王当即身光失色、花冠枯萎、不乐本座、过去成群的天女远离他，一下子出现非常不可意的境，陷入到犹如地狱苦般的衰坏之苦、堕落之苦当中。

[1224] 因此，从这里要生起大的智慧，要知道这些东西贪不得，一旦生了贪，后面失落的苦就非常大。这些都是假相，为什么要贪呢？为什么以私欲沾沾自喜、洋洋自得，还表现出特别地贪著？如果当它发生时，心不断地回味，一直沉浸在里面，那就意味着当它失去时，内心苦不堪言。在人间能够看到成名的乐和失名的苦，热恋的乐和失恋的苦，团聚的乐和分手的苦，发财的乐和破产的苦等等，这样一类一类去看的时候，哪个能逃出苦的圈套呢？因此要知道，不要后面的苦，就不能取前面的乐。当它正发生时，就要知道只是幻境一场，心里不要著取，认为真的怎么样。这样我们就见到了，人世间乃至整个轮回坏苦的真相。

[1225] 思考题

[1226] 1、人类有哪些苦？略释其苦相。

[1227] 2、坏苦：

[1228] （1）以因缘观解释坏苦的体相。

[1229] （2）结合祖师所举的例子和自己身边的实例，说明坏苦的状况。

[1230] （3）为什么轮回中的任何喜、乐、名终究都落入苦中？

## 1.24 24

[1231] 一、思维人类的苦

[1232] **第一、人的苦者：于诸人有三根本大苦；生、老、病、死的四大苦河；怨憎会苦；爱别离苦；不欲临苦；求不得苦等。**

[1233] 分二：（一）思维三根本苦；（二）思维八支分苦。

[1234] “三根本苦”，就是指一切苦都统摄在三大苦中。由这三种苦可以总摄一切苦的缘故，称为”根本”，或者认识这三种苦，能够知道各大支分苦的苦相的缘故，称为”根本”。因此，首先按人类的状况，认识三种根本苦，之后就会在各个层面上看到人生唯一是苦。

[1235] “八支分苦”，是从八个重大的方面来认识。包括四河、两缘、两欲。“四河”，是指俱生有的生、老、病、死四条大苦河。所谓的”河”，是指源源不断，或者非常汹涌的状况。比如生就有住胎、出胎、最初出生以及出生之后一生的历程，它是一条源源不断的苦河。再说老，当蕴身成熟的时候，会发现在几十年里，老苦接连不断地发生，就像黑暗逐渐笼罩下来，最终漆黑一片那样。所谓的病，是由于四大和合的幻躯是四大相违的体性，一旦不调和就会发生各种病状，导致身心都处在忧苦当中。死，是在最后阶段出现的苦，虽然时间短，但是从临死到最后出现中阴的过程中，是非常汹涌的苦流。诸如此类，人得了一个胎生的身以后，必然有这样的四条苦河。然后，在人生的境遇中，有所谓的两缘、两欲。“两缘”，就是遇到亲和怨两种缘，由此发生爱别离和怨憎会两种苦恼。再者，人活在世上，有名誉、地位、财富、男女等的欲，这上面有所欲不得的苦和不欲降临的苦。就像这样，透过八支分苦，能够知道人生的整个历程充满了各种难忍之苦。

[1236] 接着，我们要按照这样的次第，首先思维三根本苦。

[1237] （一）思维三根本苦分三：1、思维坏苦；2、思维苦苦；3、思维行苦。

[1238] 1、思维坏苦

[1239] **根本三苦之中初坏苦者：**

[1240] 分三：（1）总观；（2）别观；（3）总结。

[1241] 思维的结果，是对于人生乃至轮回的一切似现的乐生起厌患。思维的程序是，首先了解总的坏苦的相状；接着结合具体的身心等方面的例子，看到坏苦的相，从而产生确认；最后作总观的时候，要推广到轮回里所有喜、乐、名三种乐的现相，以理证成唯一落于苦中，由此，看到它是毫无实义、最终唯苦的法，之后生起厌患。这就好像了解了吃含毒美食的状况，也就是乐刹那间就没有了，而且转为毒入身而发生非常大的苦，之后当然对于吃含毒美食的乐产生厌患。以上是修坏苦的次第。

[1242] （1）总观

[1243] **现时诸刹那似有的乐将一刹那即成苦恼。**

[1244] 总的要作因缘观：我们以为乐的一切事件，都是由因缘所发生的，从果上去看，就是现前的一个个刹那似乎有乐的状况。这种乐并非是常住的、坚固的，而是因缘的力量暂时维持时有可意境现前，这时根境识三者一和合会产生乐的幻觉。然而要看到，它一直由因缘在控制，因缘一变化，一刹那间就变成了苦。要知道，轮回中有各种因缘，它们都是按次第来发生的。一旦有不可意的境出现，比如眼睛看到了、耳朵听到了、身上出现了等等，这时候，由于心识触到不可意境的缘故，一下子就落入苦中。这样就可以看到，那种由暂时的因缘力，随顺自己的私欲而出现的乐，只是一种虚假的状况，犹如泡沫，因缘的突变会使得它一刹那间就变成了苦，可见最终决定落入苦中。要这样作总的观察、辨别。

[1245] （2）别观

[1246] **例如，于身有利的食吃后饱足而有乐时，突然肠胃里寄生虫动起来，而顿生猛利绞痛之病，即成苦恼。如是正乐之时，家畜被怨敌赶走，房屋被火焚烧，猛利病魔忽然发起，或者闻到外面的恶语等，一刹那间即成苦恼。**

[1247] 接着作分别的认定。首先举一个身体上的例子，然后以此类推，看到当身心正乐的时候，突然出现各种不可意的现相，一刹那间就转成忧苦了。所谓的”忧苦”，就是不符合自心。自己心里想要的没出现，反而出现一个特别不想要的，或者不符合自己胃口、欲望等等的状况，这样一刹那间就陷入了忧苦。

[1248] 这样就可以看到，由于轮回的体性是我执、私欲，而一切变现出来的境界纷繁多样，当符合私欲时，心里一看到，觉得终于取到了可意境，然后心就处在欢喜的状况。或者有名誉、财富、风光，或者身心有喜乐，这种就是似现的乐。然而，一刹那间出现一些自己不想要的境相时，顿然间就转成了忧苦，这叫做”坏苦”。

[1249] 我们继续看普贤上师的引导。首先说一个身体的譬喻。当吃了很有营养的食物以后非常饱足而有乐的时候，潜在肠胃里的寄生虫就是破坏乐的因素，不晓得什么时候寄生虫就开始蠕动起来。而它一蠕动，就发生猛利绞痛的病，这个是心不想要的。一取到这个不可意境的时候，就看到那个人脸色煞白、扑倒在地、痛得大叫、打滚等等，一下子就成了苦。那是什么原因？那个由因缘力暂时维持的，吃得很酣畅、油光满面、热气腾腾、心非常满足的感觉，当然很喜乐，然而一个突变的因素，一下子就击碎了这个脆弱的乐的幻境，一下子就陷入到苦当中。可见那个乐是泡沫，因缘的突变使得它一刹那间就成了大苦。

[1250] “如是”，就是以此类推。我们要通过自己的智慧眼，以因缘观看到，无数轮回的现相就像一部部影片在放映，都是由一个个因缘而出现的，而这个人自以为这里有常住、坚固的乐，实在是特别愚痴。

[1251] 比如他正在感受乐的时候，似乎以为这个乐是很长久的、很坚固的，然而忽然之间，家里的牛马等被怨敌赶走了，这是他最执著的财富，所谓我所执的中心重点。怨敌一赶走这些牛马，那种非常不愿意看到的境相出现时，他一瞬间就起嗔，顿时就陷入到苦当中。如果家畜已经被赶走，那些爱财的人就会伤心地哭起来。又比如一个老板正开着店，忽然之间着火，他经营十年的财产瞬间就荡空了。而在这一刹那间，由于非常不可意的境界出来了，他的心顿时就陷入到忧苦当中。就像这样，所谓的春风得意的那种乐的状况，所谓的我是个老板的状况，只是一个乐的泡沫。

[1252] 或者举眼一望，自己非常好的房子一下子被烧掉，马上就陷入忧苦中。或者出现猛利的胃痛，或者突然出现一个声音刺激到心脏，心脏痛起来的时候，境界一下子换了，刚才的乐顿时就没有了。或者听说自己的儿子被车压死了，这时马上就陷入大的忧苦当中，境界一刹那间就变掉了。

[1253] 诸如此类，我们去观察人生当中各种乐的现相，就会发现因缘一变，心一取到不可意境的时候，马上就陷入到忧苦中，因为这是由触生受的缘起法则所决定的。这上面是多么脆弱，耳朵听到了不悦意的声音，马上就不高兴了。或者眼睛看到了不悦意的怨敌，口里尝到了非常不好吃的东西，心里想到了不可意的事情等等，顿时心情就变坏了。这就看到，只有拿到这个可意境，心里才满足，才有所谓的乐；一旦没拿到，或者出现相反的，拿到不可意境的时候，乐就不晓得到哪里去了，顿时就变成了苦。说明它是缘生的法，因缘一转变，马上就变掉了，这就叫做”一刹那间即成苦恼”。

[1254] （3）总结

[1255] **总的此轮回处中任何似现的喜、乐、名三者都无丝毫许的常住及坚固，而终归唯是苦恼而已，故当心生厌患。**

[1256] 懂了因缘观法以后，举一反三，从方方面面去作观察，最后还要收回来，作一个总的洞察。这时就不是谈一个一个分散的例子，而是要全摄起来。不但对于人生，而且对于整个轮回处所，上至天界等的所有喜、乐、名三类似现的乐，一要在范畴上周遍，二要在法理上决定，最终得出结论以后就会发生定解。发生了定解，心丝毫不会动摇的时候，就叫得了胜解，从它产生信心，从它产生欲。

[1257] 这时候欲就翻转过来了。过去认为这里有好东西，一直有一种欣求、一种邪欲，这就叫”追求的心”。认为那里有好的、甜美的、刺激的、风光的、荣耀的、能保有的、富足的等等，诸如此类的欲无量无数。在这样一个大法理的观照之下，彻底地摧碎掉了邪解，之后就开始翻转，看到那些全部都是含毒的美食，都是披着羊皮的狼，都是装饰得非常好看的炸弹，诸如此类，一旦看到就生厌患。谁喜欢讨一点小便宜，然后就将自身粉碎，或者像小孩贪吃刀刃上的蜜，而导致割舌大患的事呢？这时候已经知道尝食轮回乐之后所产生的非常大的过患，就不愿意再要它了，这就叫”心生厌患”。

[1258] 轮回里的三大快乐现相，就是身体上的乐，心上的喜，还有社会上的名誉。一个是作为个体，我要很享受，身体吃得好，穿得好看，还有性交等等，这就是身体上有乐。心上的喜，就是心里很有成功感，享受了妙欲等而处在欢喜中，对自己的状况非常满意。再者，在社会上要有名誉，无论是人类的社会还是天人的社会，都是非常讲究名誉的。现在的人就说，那是我们精神上的东西，或者说这是价值上的东西，也就是需要很多人赞誉自己，美名传播，走到哪里都很风光、很荣耀等等。就是这样三大类的现相。

[1259] 这三个遍摄了轮回中所有安乐之事，当它们出现时很可意，心里当然很满足，也感觉现在是真实的快乐。然而，就像刚才讲的那样，那只是因缘和合、泡沫般的假相，连毫厘许的常和坚也没有。因缘一和合，就像做美梦一样，立即出现一个可意的境相，心一取到它就感觉很乐。实际它是因缘生的假相，因此一刹那都不能住留，一刹那的常也没有，再说，它顿时就变掉了，所以一微尘的坚也没有，这叫做”泡沫般的假乐”。

[1260] 由此就会发现，当因缘突变时，终究唯一落到苦中。这里的”苦”，指非常大的忧苦，因为心里不满足。不可意境一出来，那个时候一接触，就发生很大的身心苦恼，绝对不会超出这一点。上至于天王那么大的乐，当他堕落时，曾经的乐哪里还有呢？因为那个乐只是由暂时福业的因缘力支持而出现的假相，像泡沫一样，当因缘一变，天王当即身光失色、花冠枯萎、不乐本座、过去成群的天女远离他，一下子出现非常不可意的境，陷入到犹如地狱苦般的衰坏之苦、堕落之苦当中。

[1261] 因此，从这里要生起大的智慧，要知道这些东西贪不得，一旦生了贪，后面失落的苦就非常大。这些都是假相，为什么要贪呢？为什么以私欲沾沾自喜、洋洋自得，还表现出特别地贪著？如果当它发生时，心不断地回味，一直沉浸在里面，那就意味着当它失去时，内心苦不堪言。在人间能够看到成名的乐和失名的苦，热恋的乐和失恋的苦，团聚的乐和分手的苦，发财的乐和破产的苦等等，这样一类一类去看的时候，哪个能逃出苦的圈套呢？因此要知道，不要后面的苦，就不能取前面的乐。当它正发生时，就要知道只是幻境一场，心里不要著取，认为真的怎么样。这样我们就见到了，人世间乃至整个轮回坏苦的真相。

[1262] 思考题

[1263] 1、坏苦：

[1264] （1）以因缘观解释坏苦的体相。

[1265] （2）结合祖师所举的例子和自己身边的实例，说明坏苦的状况。

[1266] （3）为什么轮回中的任何喜、乐、名终究都落入苦中？

## 1.25 25

[1267] 连接

[1268] 我们不会认为三恶趣有乐，但是对三善趣还抱有很多希望，如果这个希望没退掉的话，那就不会发生彻底的出离心。观察点就看，三善趣是不是真的有乐而值得欢喜？如果有一刹那、一尘许的乐，也允许去作追求；假使连一刹那、一尘许的乐都没有，只是无数苦的话，那当然应当起厌患。

[1269] 三善趣的思维从人道开始，人道的思维又从三苦开始，三苦里面又从坏苦开始。最让我们着迷的就是现前诸刹那所具有的乐。现在人认为这很现实，因为现在分分秒秒就能感受到的快乐当然是真乐，值得我们去追求，值得我们全心去投入，所以，第一个点就要观察：认为最实在的乐，包括喜、乐、名三种，真的是乐吗？这里面是真实乐的自性吗？就会发现，它是由因缘抛出的假影，如同泡沫一样，正现的时候也没有一个刹那常住，也没有一尘许的坚实，是这样虚花泡影般的法。然后，同类因缘散失的时候，相续也刹那间就没有了，转入到很深的忧苦当中。那么从”一刹那就没有”的状况，可以发现是个假的。

[1270] 刹那无常懂吗？很简单的。比如我现在说：“某某你很好！”这句话一刹那就没了，因为它只是我的意念加上发音器官等，投出的声音的假相，哪里能住留一个刹那？它又不是以自性力而存在的。可以看到一刹那就没有了。然后，我们当刹那就上当了，以为那是真实的乐。再说：“某某你真是个傻瓜！”好了，一刹那间已经转成苦了。诸如此类就可以看到，在轮回中，什么爱情的乐、名誉的乐、感官享受的乐等等都是泡沫，是乐的假相，一刹那就没有了。而且，由于前面贪著的缘故，后面必然落在忧苦中。这样才发现，轮回里的这些虚花泡影的乐，一个也不是真的，一点点真实乐也没有。

[1271] 但是，我们到这里还不死心：轮回的流程，或者说我们这样分分秒秒的生活，究竟能不能遇到乐呢？在我们的感觉里，认为前面有一个接一个的乐等待着我们去争取，等待着我们倾注其中，能用身心去体会的、去经验的、去感受的哪样乐，我们也不愿意放过。那么接着就要看，这样所谓的生活，只是一苦接一苦而已，为此就转入苦苦的思维。

[1272] 2、思维苦苦

[1273] **第二苦苦者：即前苦未息后苦又生，如麻风病未愈又生毒痈，毒痈未好又生恶疮，父亲死了母亲又死，被怨敌驱逐亲人又死了，无论生在此轮回中的何处，都唯是苦而复苦以度日，此外一刹那得乐的机会也没有。**

[1274] 苦苦的思维要由三个步骤来完成：第一、要知道苦苦的体相；第二、要知道思维苦苦的次第；第三、要知道思维苦苦后发展出来的善心，所谓彻底的出离心。

[1275] （1）苦苦的体相

[1276] 首先，苦苦的定相就是苦而复苦，也就是苦了又苦，一个苦接一个苦。

[1277] （2）思维苦苦的次第

[1278] 思维苦苦的次第是先别后总。

[1279] 别当中又包括身、心两方面的状况。当然，所谓的”苦而复苦”，包括坏苦在内，反正一个苦接一个苦，没有别的内容。但这里按粗分大家好理解的，就是一发生的时候，就有触恼身心的感受，这种在《瑜伽师地论》里称为”苦苦”，就是那种逼恼性的苦受状况。“一个接一个发生”，这是粗的状态，它的状况用一句话描述：前苦还没醒过来，或者说还沉浸在前苦的状况里，后苦又发生了，又碰到了一个新的苦。

[1280] 身体的例子，比如身患麻风病苦不堪言，还没好又生了毒痈，毒痈还没好，又出现了恶疮。这样的话，一个接一个的苦来的时候没法忍受。从心上的状况来看，比如家庭出现了变故，刚刚父亲得癌症死了，没过几天母亲想不开服毒自杀。或者被冤家赶得流离失所，处处可能被杀害，在这个过程中，小女儿又死了。诸如此类，人生当中常常都是这样凄风惨雨，相续不断，这个状况是很重的。这样就知道，的确轮回有所谓一苦接一苦的状况。

[1281] 那么以此推广开来，还可以把坏苦放进去。比如前面刚结婚，很快乐吧？那就是一个坏苦。其实那个一刹那也保不住的，很快就会失坏。当出现一个乐的时候，就是一个坏苦，已经预定着它在失坏的时候撕心裂肺。因为后来两人感情发生矛盾，过不下去了，那个时候是非常苦的。比如一方有了新的恋情，那另一方简直不想活了。这就是一个苦。在这个后面，又接着谋生的苦，或者在公司里遇到很多的苦恼、竞争、排挤等等。接下去身体又不好。诸如此类，如果把坏苦连上去，就看到人生出现乐的时候是坏苦，出现苦的时候就是触恼性的苦受，这样可以看到一个接一个的苦。我们从小时候上学，到后来工作、成家，一直到衰老等等，一个一个事件去看，每一个都是苦，这样就叫”一苦连一苦”。

[1282] 接着就要由别到总，推到轮回里的一切处。无论生在哪里，除了唯一只是苦而复苦度日之外，得乐的机会一刹那也没有。以别推总，要注意金刚句的含义。文中说到，“无论生在此轮回中的何处，都唯是苦而复苦以度日，此外一刹那得乐的机会也没有。”这里要注意，处是周遍的，性质是唯一的，原因是决定的。

[1283] 处所指轮回处。轮回里上上下下无论哪个地方，只要在三界范畴里，下界不必谈，就连天界任何地方也都是如此。

[1284] 性质是，除了苦而复苦来度诸昼夜之外，不会有其他得真实安乐的机会。也就是，时间有多少，苦就有多少，这就是《入胎经》里说的”生唯苦生，灭唯苦灭”，一刹那真实得乐的机会也没有。

[1285] 原因是，相续中没有出现无漏真乐的因素，也就是没有无我空慧为主的无漏道。从这个缘起的状况去看，无论生到哪里，都携带着无数的烦恼种子和苦种子，遇到缘就现行苦，没有第二种。如同病毒满身的患者，无论到哪里，一遇缘就是发这个病、发那个病，同样，染上了生死病的凡夫，无论生在轮回哪里，除了一个个轮回的业报病之外，没有别的东西。因此，他的状况一定是一苦接一苦而来，苦了又苦，生活的内容只有苦。

[1286] （3）发展彻底的出离心

[1287] 这里要把握后面一句话，说到”此外一刹那得乐的机会也没有”。这就表示，我们都有一个求乐的心，不但想得到乐，还想得到非常多的乐，而且长期得到乐。我们对轮回的幻想没有消失，就是由于在苦谛上面没有发生见解，因此，总是盼望在某个地方，某个时间，遇到某个人，参与某种事件、活动，得到某个地位、名誉，或者享受男女性乐、禅定之乐等等，希望在那里能出现真实的乐。实际上会不会出现真实得乐的机会呢？像刚才说的，只是种了无数轮回苦报的因素，不断地在相续中熏染如同病毒般的种子，它的发作只是一个个苦，绝对连一刹那、一微尘许的真实安乐也不会出现。因此，我们盼望得乐只是一厢情愿，在缘起的机制上一个机会也不会有，无论走到哪里，都不会忽然之间遇到一个机缘，之后得到真实的乐。

[1288] 譬如想，我依靠某个人能得到真实的乐，但这是不可能的。或者在某个时间点上，真实的青春来了，成功的时刻来了，升到天界当了神仙等等，真实的乐出现了，这也绝对不可能。或者去参与某个事件，今天去旅游，明天参加欢宴，又是唱歌、跳舞，享受一顿感官盛宴，再看看影视，或者在网上逛逛，到超市里逛逛等等，以为能得乐，但这也是绝对不出现的。或者想，是不是攀上了世间高位，成了高官、富豪、明星，有非常大的名誉等等，会出现乐呢？也不出现乐。要么以为，把这个家营造得很好会出现乐，也是终究不会出现乐的。在三有范畴里的所有阶段、所有地点、与任何人的相处、参与的任何事件、所处的任何地位、所得的任何名誉等等，所有的这些事件里，连一个刹那得真实乐的机会也没有。如果能够真正认定这一点，就知道轮回里只有苦而又苦，没有任何的前途可言。

[1289] 因此，我们应该在这里彻底地退心，只有寻求从生死苦海里解脱，才能出现真实的乐。也就是要勤修戒定慧，息灭贪嗔痴，把苦的根源我执和由它所引生的烦恼，全部都息掉，由此不再造有漏业，不再被业所牵而生在轮回里，这样因上遣除了，才会有真实的乐出现。

[1290] 再者，通过这个方面的思维认定以后，要彻底地退掉轮回的生。“生”字很重要，我们总以为生在轮回的哪个地方是很好的，有来世生在人天得福乐的愿望，这实际是一种愚痴。或者对于一生当中的某一种生也会想：在那个时候有一个新的事件出生了，有一个新的快乐将要来了。以这种乐颠倒心，我们从儿童时代就开始抱有幻想。其实，无论进了哪所学校，到了哪个城市，进了哪个非常体面的公司，拥有哪种职位，或者遇到了某个可意的对象等等，其实就是一个一个的苦。如果你懂得坏苦，再加进来，整个去观察的时候，就会发现每一个点全都是苦。像这样，不但遮掉了来世在任何一个三有处所受生的欲，而且遮掉了在任何一个相续的阶段里，希求得乐或者追求的欲，这样就彻底退心了。

[1291] 通过这样总体地观照，我们会出现心上的转变。对此再也不抱希望，不作什么追求，唯一是往反方向走，要从这样一个恶梦相续般的轮回苦流中出来，那么为了出来，就开始要修无漏的道。

[1292] 这就是思维苦苦，即轮回唯是苦的相续，所有轮回有漏命中的事件只是一苦接一苦而已，从这里要转变心意，彻底地厌患三有，一心希求解脱。

[1293] 连接

[1294] 我们还是不离开那块敲门砖——人生当中真的有乐吗？实际一刹那的真实乐也没有。思维三大根本苦，就是一层比一层深进地看到苦的状况。先前从我们最执著的现前乐来看，乐坏成苦叫”坏苦”，一切的乐都是泡沫，最终都坏了，成苦了。观察后我们就心灰意冷了，知道在这里面贪著任何一个乐，都是吃含毒的美食，最终这个乐一变坏，就要发生满地打滚等剧烈的苦，因此就感觉，这是很可怕的事。

[1295] 接着就要看，人生中等待我们的是什么呢？会不会有得乐的机会呢？就会看到一个苦接一个苦不断地发生。这就可以看到，轮回里面毫无前途可言，非常可怕，就好像一个无期徒刑犯，天天加在他身上的只有苦。

[1296] 之后还要进一步关注到，我们目前究竟在干些什么？当然，作为比旁生高级的人类，总会说：我们在寻求人生的意义，我们在打造自身的幸福，我们在营办快乐等等。这是我们非常具有理由的心里话。接着，我们就受这个话语的支使开始去营造了。这时要进一步看到，我们人生刹那刹那的运行究竟走向何方？因此，接着要看运行的方向。

[1297] 在缘起上要认定，我们唯一是往苦中走。这一生有多少个刹那，就有那么多个刹那在制造苦因，在往苦里奔，所以，唯一是往无边际的苦海中走。再说，当前的人类绝大多数受着业果愚的支配，可以说，一直在向无边际的恶趣苦里行进。这个时候就会发现非常可怕，在我们身上，一个接一个如癌症般的苦将要发生。而且，我们还在进一步刹那刹那地修集苦因，我们的运行就是不断地往苦里奔，这就叫做”行苦”。

[1298] 3、思维行苦

[1299] 分三：（1）总略思维；（2）结合实例思维；（3）总结思维。

[1300] （1）总略思维

[1301] **第三行苦者：现在我们认为的一切快乐之事，不是直接苦一样明显，但实际上不超出唯是苦因的状况，也就是衣食住行、受用、严饰、宴会等的一切乐事，都是由罪因所成办的，一切运作都唯是受罪狡诈地役使之外无他之故，此等一切的果唯一是苦。**

[1302] 对此首先要明确行苦的相状，接着以理认定，之后要周遍地认识到，在这轮回生涯中的一切运作都是行苦。

[1303] 1）行苦的相状

[1304] 要知道，“行”即运行或运作，也就是一切轮回中的生命活动，凡是身口意怎么去作的，都叫做”行”。而这个作往哪里走呢？这就像一辆疯狂的列车一样，唯一往苦的深渊里奔。这就是我们当前人生的状况，推广开来，也是我们在轮回里愚痴的状况。

[1305] 2）以理证成

[1306] 接着要以理来证成。这又要把握住金刚句的结构，要能够清晰地辨明有法、立宗和因。有法就是：现在我们认为的一切快乐之事。立宗是：唯一是行苦。或者换一句表达，它的果唯一是苦。能立的正因是：这一切都没有超越苦因。或者说，都唯一是由罪因来成办的。进一步说，一切运作都唯一受着罪狡诈地役使之外，没有其他内涵的缘故。以此就能成立，所有这一切运作的果唯一是苦。

[1307] 在能立里还要加上黑大哥的比喻。一旦认明了黑大哥，那就非常明确，我们的走向是非常可怕的。比喻里面有三分：一、车老板黑大哥；二、马匹；三、黑大哥的指令。那我们想，这匹马如果在黑大哥的役使之下，那非常可怕，因为他只会让马驶向痛苦的深渊，不会有别的前程。黑大哥内心的状况非常狡诈，他会说：“马儿，快快往前跑，前面有很好的草料，能够吃得非常舒服！”或者说：“前面有好多的风景，很快乐的乐园，赶紧跑过去吧！”这是他的指令。那么马匹幼稚，受了他的指令以后，就非常快速地奔驰。它的每一步将走向何方呢？那就是最终会掉下悬崖。

[1308] 像这样，要明确我们的状况就有这样三分：

[1309] 首先，我们内心的黑大哥叫做”罪”，不符合真实义的无明状况，这是罪的根源。也就是，我们有业果愚和无我真实义愚两大无明，由此根本就不相信因果和无我。这样的话，一直是由自由、自我两大内涵的黑大哥掌控着我们的身心。他是非常狡诈的一种角色，他会跟我们说：“在这个世界上有很多的乐，一定要争取，人活在世上就是为了自己，这里面有名、利、财、色等等，这是最好的人间生活，是真实的乐事。”然后就说：“没有什么因果，可以随意去做。”就像这样，这是第一个自由的状况，迫使着身心不断地去造作罪业，这是一种状况。另一种会说：“这里面有一个我，这个我是最尊贵的，应当为我来求取、以自我为中心。”这样身心就被私欲支使了。总而言之，就是这两大无明，它表现出对你非常地关心，然后给你指示：那个是非常好的快乐之事，真正能实现自我的意义等等。好了，在这样非常狡诈、具有诳惑性的无明的役使之下，身口意的马匹就不断地运作，要去求那个乐事。

[1310] 然而要想到，没有出离心、菩提心、无二慧的内涵，唯一受着黑大哥的役使，请问，能走到安乐之处吗？这一切的运作全数都是走到苦里去的，因此这叫”行苦”。

[1311] 3）周遍认定

[1312] 接着，这种认定要达到周遍，看到在我们认为的世间快乐之事上，没有一个例外。也就是，包括吃好的食物，穿好的衣服，住豪华的房屋，受用各种现代生活的盛宴，比如高级的五欲、影视、网络、球赛、歌舞或者旅游等等。“严饰”，就表示我们有各种自我的装扮，包括装扮出自我具有现代内涵的状况，有名誉、权势的状况，或者有好看的外表等等。还有宴会等的社会活动。所有的这些，我们认为一定要打造的人生快乐之事，全部都是行苦。

[1313] 虽然它不像直接苦那样非常明显，比如胃疼等，痛得没法接受，而是看起来似乎有非常美丽的前景，好像一桩桩的快乐之事就在我们面前展开，但实际上，由于从未脱离过内在黑大哥的指使和掌控，一直都是这样在放纵私欲，以愚痴心在造作，仔细观察的时候，不会越出这个苦因的状况。或者说唯一是由罪因成办的，除了唯一由罪狡诳地役使之外，别无其他内涵。这就可以看到，被黑大哥指使的人，全数都在造作苦因，这个方向就是在进一步增上无数的轮回之苦。

[1314] 这就是更进一层看到，不但是由于过去所作的无数苦因，在我们未来的人生历程，乃至整个轮回生涯里，将会一个一个显现苦，再没有别的内涵，而且，现前的运作或者运行，我们在寻求世间安乐的一切地方，都受着黑大哥无明役使的缘故，因此，身口意所作的全部都是罪因，未来等待着的将是一个又一个的苦。这就是往未来的方向看到”作唯苦因”，这叫”行苦”。

[1315] 思考题

[1316] 1、为什么思维坏苦之后要思维苦苦？为什么思维苦苦之后要思维行苦？

[1317] 2、苦苦：

[1318] （1）苦苦的体相是什么？

[1319] （2）举例说明，什么是身上的苦苦？什么是心上的苦苦？

[1320] （3）为什么生在轮回任何处，都唯是苦而复苦度日？

[1321] （4）我们应如何思维来发展彻底的出离心？

[1322] 3、行苦：

[1323] （1）行苦的相状是什么？

[1324] （2）根据原文列出三支比量并作分析，证成轮回中的一切运作唯是行苦。

[1325] （3）“黑大哥”的比喻包括哪三分？所对应的意义是什么？

[1326] （4）行苦包括哪些情况？

## 1.26 26

[1327] （2）结合实例思维

[1328] 对于行苦，要结合具体的例子来思维，重点在于，任何一种求乐的运作都是与罪相连。

[1329] **以茶和糌粑为例来思维，**

[1330] 1）茶的例子

[1331] 首先看喝茶得乐的例子。观察整个缘起的过程，就会发现与无数的罪相连。那么，从茶最开始的种植，中间一路运过来，到最后自己拿在手上来享受，在这个过程中会连接上种植杀生罪、人力艰辛罪、役使牲口罪、买卖奸诈罪、残杀交易罪等等。这样就发现，当我们喝一口茶，这个行为正做的时候，它也只是作恶趣之因而已，实际一点乐因也没有。

[1332] 接着，我们要随着普贤上师的引导，用自己的智慧眼，实际观察缘起的过程。首先看种植杀生罪。

[1333] 种植杀生罪

[1334] **茶是汉地种植的一种植物，在播种、剪叶等时都杀不可计数的含识。**

[1335] 茶种植在汉地，它包括播种、剪叶等一系列的过程。在播种的时候，耕耘等要杀很多的小含生，也就是所谓的”含识”，它们是具有心识的生命，杀了就有罪，而不是像割菜叶那样。再者，剪叶的时候，上面有很多虫子，一剪也杀死很多。诸如此类，茶叶在汉地播种、剪下的过程中，就与无数的杀生罪业相连。

[1336] 接着又要看，在茶叶被采下来，做成茶砖等运负到藏地的过程中，也与多种罪业相连。首先有人力艰辛罪。

[1337] 人力艰辛罪

[1338] **从康定以下，以人力运负上来时，每人都负六十二卡而来，这一切都是依着头部负戴的缘故，额头的皮肤磨尽了而白骨可见还仍然在负。**

[1339] 按此地而言，茶砖要从康定下面用人力顶负过来。由于山路难走，都是人徒步用头顶着上来的，那么，每个人的头部都要负着六十二卡的重量，这样不断地走。人也是为了赚钱糊口，忍着很大的辛苦，一路上顶着的时候，重量都压到了头部。可能是绑在额部的原因，导致额部的皮全部都磨光了，能看到里面的白骨，但还要忍着这种辛苦往前顶负。可见，这一口茶满载着人力的艰辛。

[1340] 接着再看役使牲口罪。

[1341] 役使牲口罪

[1342] **从康定以上，以犏牛、牦牛、骡子等驮运而上来时，对这一切都加于烂背、穿肺、脱毛等的难以思量的役使之苦。**

[1343] 到了康定这个位置，就可以用牲口驮上来了。那些商人们都被私欲的恶心所驱使，不把牲口当回事。他们想，每一个牲口都应该驮得多一些，走的路多一些，这样的话，就不顾牲口身上的辛苦。驮的时候，先把货物放在它们的背上，用绳子在它们的脖子、腹部等处系好。由于背负的重量过大，往上走的时候，重物往下坠，会磨破后面；往下走的时候，重物往前冲，会磨破上面，诸如此类，逐渐地背就烂掉了，烂掉了也不给它们护理。如果能够背得轻一点，或者做一些医疗还会好，但是就让它烂，这样伤口越烂越大。而且，它们不断地受着驱使，只能往前走，再怎么喘气、走不动也得往前冲。就像这样，日久天长肺部穿洞，身上的毛被磨得光光的。诸如此类，人类以私欲，加给这些牲畜非常多的役使之苦，从中可以看到有非常多的损恼有情的罪恶因缘。

[1344] 这还没完，接着要发生的就是买卖中的奸诈之罪。

[1345] 买卖奸诈罪

[1346] **买卖此茶之时，也唯一由发誓、不顾羞耻、谄诳及争论而成交。**

[1347] 在买卖这个茶砖的时候，商人们想谋求利益，因此，就发生了受邪慧支配心口运转的非常多的罪恶。比如，他们为了赚钱就会发誓：我卖的是最好的、最新的，给你的价钱是最低的等等。一旦暴露了真相也毫不惭愧，内心的状态是奸诈的。那个狡猾、谄诳的心转来转去，然后互相争吵，心和口上发生各种颠倒、不如理的造作。这样就看到，正当买卖之时，也是出现各种的罪恶。

[1348] 残杀交易罪

[1349] **交易之物也多以绵羊毛、羔皮等来做，**

[1350] 接着就看，买方所用的交易之物，都和很重的杀生罪相连，叫做”罪恶之物”。对此要观察所买卖的绵羊毛、羔皮等。对于任何一种在缘起上都如是地观照，就会发现，的确轮回里的所有运作都跟无数的罪相连，这是一个充满了杂染缘的世界，非常可怕。

[1351] 首先看绵羊毛。

[1352] **绵羊毛也是在夏季之时，羊身上的虱子、吸血虫等含生和羊毛分不出多少来，多数在以刀剃割的时候，被断头殊腰、破出内脏而杀死。没死的那些也与羊毛捆在一起，唯一呼吸闷绝而遭扼杀。**

[1353] 要知道绵羊毛的由来。人类以贪心想剪取羊毛，来换取自己的受用物。这个羊毛很脏，因为绵羊睡觉的时候，毛都跟粪沾在一起，因此在夏天的时候，身上到处长虱子等等，一根毛上都挂有很多，有黑红色的虱子、白色的吸血虫等等。等到绵羊的毛长长了，人就用刀去剃。要知道，羊身上的那些小虫密密麻麻到处都是，就跟毛那么多，到了毛长长了要剃的时候，多数都被断了头、截了腰、破了内脏而惨死，不可计数的生命就这样惨遭杀戮。而没有被杀掉的小虫，也跟羊毛捆在一起，结结实实的，这些小虫子等闭在里面透不过气来，唯一地这样遭闭气而死。这就可以看到，羊毛是满沾着杀生罪恶的物品。

[1354] 接着观察羔皮。

[1355] **羔皮也是小羊羔才诞生，一切根圆满、具苦乐受，精力旺盛，有生之初具安乐之时，突然惨遭杀害。纵然是愚蒙的旁生，也是于死畏惧、于生欢喜，及死时须受解肢节大苦的。被杀羊羔的母亲们，也是有独子死去的人母一样的苦状，这些都是现量所见。**

[1356] 人以自己的贪心想用羊羔的皮子，因为它很柔软，能够保暖，又好看等等，因此能卖上很高的价钱。当小羊羔刚生下来，眼耳等的根都圆满，这时候虽然小，但也是有苦乐感受的，而且精力很旺盛。当它们正在生命的初始有安乐的时候，突然一天就被拿出去，惨遭杀害，因此，这是非常残忍的事。

[1357] 纵然是愚蒙不知事理的旁生也是害怕死、欢喜生，而且在死的时候要感受猛利的解肢节苦，并不是像一片菜叶一样没有感受。那么在这么小、这么有乐、生命之初的时候，却剥夺它们生存的权力，让它们惨遭非常剧烈的解肢节大苦，因此罪恶很重。

[1358] 再说，母羊们也是疼惜自己孩子的。当天小羊羔被杀的时候，母羊们也有感觉。它们会在山沟的这边找，那边等，到处看，东跑西跑，还叫着，呼唤孩子。它们感觉到不祥的时候，特别悲伤，给它吃的也不肯吃，这都是我们能现量见到的。由此可以看到，这个羔皮与非常重的罪恶相连。

[1359] **是由这样的物品来购买的，思维如是等类的情形后，连喝一口茶也只是在作恶趣之因而已。**

[1360] 这样从最初的种植到最后的交易，整个过程看下来，一环一环都是和罪相连的。这样思维以后，我们能肯定：不必说作大的享受，就连坐下来喝一口茶的事，这个”作”是什么呢？也唯一只是作恶趣之因而已，不会有任何安乐的因素。由此会发现，这种运作是苦因。

[1361] 2）糌粑的例子

[1362] 在食物中再思维受用糌粑的乐，也实际唯一与罪相连，称为”恶趣之因”。那么对此也要如实地观察缘起的方方面面，如是观察以后会发现，这其中的运作全是罪恶。这又有最初田中耕耘的时候，其次田中引水的时候，以及植种、收割、捣磨等的时候，这里的任何一个阶段，都有无数的杀生罪。这样思维之后才知道，受用一碗糌粑，纯粹是干舔虫蝇之粉。那么自己作为这个罪恶缘起的参与者，这一个运作就跟大罪业的网络相连了，因此，它将把我们带到恶趣。

[1363] **糌粑也是最初耕耘田地之时，地里一切下面的诸虫翻出到上面，一切上面的诸虫压到下面，耕牛行到何处，乌鸦、鸟雀等随后嘴没有闲地边啄边走。**

[1364] 首先，糌粑最初在田中耕耘的时候，地下的虫子基本全部被翻到地上。那些虫子最初生存在地下，无论是温度、湿度还是食物等，都依赖地下的环境才能生存。这样被翻到地上，很快全部干死了。而地上的虫子被压到了地下，也是同样的命运。它们本来要在地上生存、蠕动等，现在被重压在地下，当然全数窒息而死。而且，耕牛走到哪里，乌鸦、鸟雀等就跟在后面，嘴巴一刻不闲地捡着虫子吃，是这样的状况。可见，这是个大的杀生事件，里面充满了罪恶。

[1365] **如是引水入田之时，居住湿处的诸含生杂陈干处而死、居住干处的诸含生则溺水而亡。**

[1366] 接着要看到，往田里引水的阶段，又出现了大杀生。那些住在湿处的含生被无情地陈设在干处，纵横都是，它们离开了水以后，很快就会干死的。而那些在干处居住的含生，骤然之间就溺在水里了，不必多少秒钟已经溺死了。像这样，一大块田地里有多少的含生，就这样遭受溺水而死的痛苦。

[1367] **如是播种、收割、捣磨等时，也杀的含生不可计数。**

[1368] 再者，播种、收割、捣磨、运输等的时候，在每一个阶段里面，被杀的含生都不可计数。比如收割时，刀一割下去要割死很多虫。或者本来虫子在地下生存，被甩到地上以后就会死掉。或者在捣磨的时候（像藏人通常是用一个软的棍子，上面有一个带弯的梢头，然后群体去打青稞），左打右打斜着打，把青稞的皮子打掉，在这个过程中打死很多虫子。或者在背负的时候，背上去、扔下去等等，很多虫子都被压死了。

[1369] **思维此等情形，就如纯粹以虫蝇做成糌粑粉而干舔一样。**

[1370] 就像这样，细细思维的话，一碗糌粑都好像纯粹是用虫蝇的粉做成的。这样干舔的时候，自己作为参与者，而且没有一点惭愧、畏惧，坐享其成，感觉沉浸在一种私欲的满足当中，那当然以这样一个运作，已经跟罪相连了，而它的果终究是要落入无边际的恶趣苦中。

[1371] 3）酥油牛奶的例子

[1372] **如是酥油、牛奶等，也是虽然称为三白、三甜而被算作无罪、清净的食物，**

[1373] 在认识了茶和糌粑与罪相连的因缘状况之后，还要进一步扩展观察。其他像酥油、牛奶等，人们称之为”三白、三甜”，是无罪的、清净的，应当供养三宝的食物，是不是它们与罪无关，在受用的时候不成行苦呢？其实不是。

[1374] **然而牛犊、羊羔等多数被杀，未杀的那些也是从刚诞生就连吮吸一口母乳的空闲也没给，而将绳子套在其脖子上，**

[1375] 那些牛犊、羊羔等，多数因为身上的羔皮等而被杀。而那些没杀的，才刚刚生下来，如果给它们空闲的话，它们就要去吃一口母奶，但是，连吃一口母亲甜奶的空闲都不给，直接把绳子放在它们的脖子上。

[1376] 这就是人非常可怕的贪婪之心，为着私欲的缘故，想在一开始就把它们控制住，然后就可以尽情地剥夺母牛、母羊们的奶，做成酥油等，来提供给人吃、卖等。这就是罪业之始了。

[1377] **坐则拴于木桩，行则牛犊相连。彼等一切份内应有的一份食物——一口奶，也被凌夺而做了酥油，母亲身体的精华、孩子生命的给养被掠夺之故，成了不死不活那样的状况。**

[1378] 然后，这些小牛犊、小羊羔们，坐的时候被拴在桩子上，走的时候两个、三个、四个、五个等被连在一起。如果不连，它们就要去找母亲了，连在一起就没法到母亲身边。按照天伦关系，它们本来应该吃母亲的奶，而这一份应有的饮食，却被人剥夺而做了酥油等，人以贪婪之心夺取了这个精华。那么，母亲身体的精华、孩子生命的给养，就这样无情地被剥夺的缘故，母子都成了不死不活的状况。

[1379] 这情形可以分别观察母子两方面。

[1380] **也就是诸强壮的母牛，在春天之时无法从卧处起身，是这样子精髓耗尽的，**

[1381] 在母亲方面，比如，那些强壮的母牛，它们春天三个月天天都被挤奶。夏天、秋天还找得到一些青草吃，冬天三个月没有那么多草可以吃，这样到了来年春天，身体已经非常虚弱了。在这时还继续几个月被挤奶，那身体衰得躺在卧处都不能起身，成了这样一个精髓耗尽的状况。

[1382] **诸牛犊、羊羔也多数唯一由腹中饥饿而死，那些没死的也干瘦、羸弱、行步蹒跚，快接近死像拨炒棍头一样，就纯粹只做了这样的罪孽之事。**

[1383] 而那些牛犊、羊羔们，大多数都是腹中缺少营养，一个个都饿死了。而那些没饿死的，也是干干瘦瘦、非常虚弱。那么小的生命走起路来晃晃荡荡、接近死，就像拨炒棍头一样。（拨炒棍头：藏人做糌粑粉的时候要炒青稞，在这个过程中要用细细的、很轻的棍子不停地翻拨，不这样的话，青稞就会炒焦。）

[1384] 那么，取酥油和牛奶到底做了一件什么样的事情？唯一就做了让母牛等虚弱地躺在那里，动都动不了，而那些幼畜大多数死掉，没死的也都虚弱得接近要死，此外没做到什么。这样就可以看到，受用一口酥油、牛奶等，都是与很多的罪业相连，除了唯一由罪成办之外没有别的事情。这样观察整个缘起的状况就会发现，在一次享受的运作中，注定了它的果最终要在恶趣的无边苦海中行。

[1385] 思考题

[1386] 1、观察下列求乐事件的整个缘起过程，并思维：

[1387] （1）喝茶与哪些罪业相连？

[1388] （2）吃糌粑与哪些罪业相连？

[1389] （3）受用酥油、牛奶与哪些罪业相连？

## 1.27 27

[1390] 汉地的情况同样如此，可以观察饮食、衣服、房屋、车辆，以及各种生活用品、生活享受等。观察了整个缘起的过程，就明确无不是苦因，将来会趣向无边际的恶趣苦海。这是由于在过程中，有无数杀生、盗窃等的罪业，而成为苦因。又有造作者的艰辛，伤损筋骨、流血流汗等，无不是苦缘。而自身以贪心等来受用，就已经入了杂染的罪业之网，三途苦报也就有份了。

[1391] 我们从饮食开始观察，要看到这一碗饭、一盘菜到底是怎么来的。我们去观察整个过程的时候就会发现，它其实来之不易。过程中要耕种、除草，长好了要收割、扬播，还要很辛苦地搬运，然后储存在仓库里，又要车辆运输，还要舂磨，再要洗、烧、煮、蒸等等，这样才做成了饮食来受用。

[1392] 在这个过程中，要观察到艰辛之苦。也就是有非常多的劳作，种菜、造墙、灌溉田园、做成酱醋等等，费非常多的心血，真的是一碗饭就是一碗汗，汗在皮肉就是血。就像过去古德所说，一碗饭的功力要出作者一钵的血。我们看种稻谷的情况。比如耕地的时候，农民大清早出去，天黑才回来。耕牛的辛苦更不必说了，拖着沉重的犁，毫无自在地往前走，即使身体衰老有病，也没有喘息的机会。人也特别辛苦，天热的时候，脸晒得黑黑的，背上晒破了皮。收割的时候顶着烈日辛苦地挑，一口气挑一担上百斤的谷等等，有非常多的心血。这样就明确，在受用一碗饭当中，其实就有造作者一钵的血。

[1393] 再者看杀生的罪。前面引水灌田的时候，田地里无数的虫子全部淹死。到了稻谷快成熟的时候又要放水，水里的虫子也都放出来而全部干死了。或者稻子上长虫子时要打农药，要死无数的小虫。从这里可以看到，伤杀了无数杂类小虫。当我们去受用这一碗饭、一盘菜的时候，实际已经入股了。所以，佛教诫出家人日中一食，支持性命，这样过一生就可以，不然的话中间罪染非常的大。

[1394] 同样，我们再观察衣服。这并不是无因生的一个产品，观察整个缘起过程，会发现这是非常多的因缘和合而成的。比如，一件丝织品要养蚕、杀茧。或者一件衣服要有很多化纤等的材料，需要纺织、染色、裁缝、运输等等，那么多的因缘调配和合才做成了衣服。

[1395] 观察上身、下身的衣服，就要看到里面有造作者的辛苦，以及杀生等的罪业。比如，一件丝织品的衣服，就要想这杀了多少蚕，出了多少气力，蚕茧入到热水里的时候受多少痛苦。从中可以看到，都是由罪业而造成的。或者身上穿的皮衣、脚上穿的皮鞋、手里拎的皮包，还有裘皮大衣等等，全是剥了众生的皮做成的。毛衣就像前面所说的那样，用羊等身上的毛做成，这上面有多少杀生罪，有多少辛苦。这样就知道，如果我以贪心去受用它，实际就入了杂染的罪网当中，它唯一是入三恶趣的因。

[1396] 所以，佛教导出家人穿粪扫衣，只要能遮遮身体就可以，就是希望以此修出离的道，早日超出生死。否则以贪婪心去受用由非常多的罪恶所成的衣服，在这个贪著享乐的过程中，就积下了很多的业债，因为自身已经加入这样一个大罪业的股份公司了。

[1397] 再从房屋来说。挖地基、起墙，伤杀很多土里的虫。在建材方面，砍伐木材，伤掉树中的虫；造砖瓦的时候，杀掉泥水里的虫；放火陶冶，杀掉柴草里的虫。而且，工人花费很多苦力，又要备办饮食等各种因缘。其中有很多造作的辛苦、杀生等的罪业。而受用房屋的话，自身也入了罪业的股份公司，无不是苦因，成为三途业因。

[1398] 所以，佛教导行者要依于坟间住，只是搭一个草屋、住一个茅棚等，这样过一生就可以。因为在这轮回中，光是住房就杂了无数的罪业之因，当罪业一旦系缚得深重时，就会直接被牵入到苦海当中。

[1399] 我们生活在城市里，就要看到所住的高楼大厦的由来。从中能够发现，它是现代化无数因缘的合成，相比于古代，更是充满了造作的艰辛和罪业。在这个过程中，比如要挖一个非常深的地基，动用很大的机器人力，然后造很大的楼房。这里面每一种建材，比如水泥、钢筋、砖瓦、木材、玻璃等等，以及造楼的各种机器、电力，其中任何一项都不是无因生的，有非常多的因缘。比如一根钢筋，它是怎么做成的，一块砖、一块大理石是怎样合成、运输，之后放到这里来，再一块一块地叠起来。从中会发现，因缘实是太复杂，多少人的心血、汗水都在里面。假如说一碗饭等于一碗血的话，那住的一栋楼房，等于多少吨的血？

[1400] 又比如我们特别讲究住房的品质、装潢的豪华等等。在这里面，地板、天花板、涂料、灯具、家具等等，任何一项有多少人力的投注？有多少艰辛？在这当中，杀生、欺诈、妄语、争吵、竞争等等的罪业有多少？就像这样去观察，实际是更多罪业和合的产品，这样以很大的贪心去受用，当然是非常沉重的业债。

[1401] 再说我们在城市里坐地铁、坐动车等，这上面有多少钢铁的材料、燃料、修路等的因缘。比如说一个地铁，要挖多深多长的路？里面伤多少虫子？这里面耗费的人力、财力有多少？其实，无不是人心以贪欲驱使，积聚非常多的因缘，而这里面全是杂染缘。好像是在享受现代化的便利，特别的幸福快乐，实际无不是罪业所合成的。而自身在享用的过程中，已经入了股份，因此，现在的人业力也就非常深重。在他们身上，就在当前的生活里，也很难有轻松快乐的感受，即使有一点，实际里面也沾满了罪业，充满了血汗。这样就知道，现代化的生活无不是由罪业所集成的，受用的时候无不入到罪业的网络里，可见这一切都是在奔向无边际的恶趣苦海。

[1402] 思考题

[1403] 1、结合自身情况，从整个缘起过程观察：我们日常受用饮食、穿衣、住房屋、乘坐交通工具与哪些罪业相连？

## 1.28 28

[1404] （3）总结思维

[1405] **如是我们现在算为安乐的一切事——口中所食、身上所穿、财物及受用的一切法，思维何者也都唯是由罪恶成办外无故，此一切的果者最终需要行于无边际恶趣之苦中，故现在”一切乐的显现”也都唯是行苦。**

[1406] 思维总是由总到别、由别到总。前面讲了饮食等的例子，现在总归思维的时候，最关键的点就是，能不能遍到一切有漏法上。如果这一点能达成，那就会开启广阔的苦谛正见之眼。

[1407] 现在就现前人间的状况来观察。我们要看到饮食或者其他物质，在它成办的整个缘起上，由于众生共业的状况都是由两大无明——所谓的”黑大哥”，也就是业果愚和无我真实义愚的指令，而发起种种业行，从个人身上来看，也是无数的罪，从群体状况来看，也是无数的罪染因缘在交相作用，当看到这一点后，思维一定要扩展到决定的、周遍的层面，这样的话，大的厌患心、出离心会出来，它的量是普遍的。

[1408] 思维正法无非是三量三分（即宗、因、喻）。就是由总到别、由别到总、由喻到法一概去认定的，这是因为缘起理则是决定的。就好比当看到一片叶子掉落的时候，就知道一切有为法全是无常的；当知道一个声音刹那即灭的时候，就知道一切因缘生的现相都是刹那即灭的。同样，当看到一杯茶是无数罪染因缘合成的结果，自身去受用而参与其中也就成了苦因的时候，就应该看到，有漏世间我们视为安乐的所有法，全部都是这种状况，由此会得到法印的认识。

[1409] 因此，在这一段文里，我们思维时要把握住有法、立宗和正因。“有法”，是具有乐颠倒心的人，心里认为的一切安乐之事。“一切”，表示有法上完全周遍，还要推演到一切有漏法运行的刹那当中。“立宗”，指看起来好像是安乐的一切现相、事情，全数都是行苦，没有一个例外。这里的立宗要达到法印的认识，也就是要以这个苦印，印在一切有漏的刹那上。正因有两个：由于这一切都是由罪成办的缘故；以此这一切的果终究需要行在无边际的恶趣苦中的缘故。由于最终的结果是往恶趣苦海里奔，因此，这一切的运行全是苦因，是苦的性质，在这上面一定要出现比量的智慧，要得到定解。为此，以人生作为好观照的对象，因为我们是人；然后要出现广遍的认识。

[1410] 到此为止，三苦一旦看清了，就能断定人生唯一是苦。再推广到一切有漏法的范畴里，那就是有漏皆苦，三有上下所有的事全是苦。在它的推广上面，比如说坏苦，就是一切有漏的乐事，由于是因缘生故，因此不可能以自己的力量维持到第二刹那，刹那即灭的缘故只是泡沫，而且，由于正现的时候有耽著力的缘故，当它一失坏，立即就陷入到忧苦中。诸如此类，从人生见到的某些坏苦的现相，一直推到所有有漏乐的现相全是坏苦。

[1411] 所谓”苦苦”，也是人生中看到一苦未了一苦又现，一个接一个的苦在身上发生。最开始只是看到一些触恼性的苦受在连绵不断地发生，进而把坏苦的认识结合进去，会发现在有漏法的进程中，就只是一苦接一苦而已，绝不可能出现一刹那的真实安乐。像这样推到极处的时候，就发现了苦苦的真谛。

[1412] 那么行苦上，通过观察吃个饭、喝个茶等，这上面警觉到，它不是无因生的，而是各种因缘和合而成的，由于众生界无数的杂染心识都受着无明的支配，因此，每一个地方都是罪染。这样就会发现，我们拿到手的这个东西，是由无数的罪业成办的。或者成办一个事情的时候，由于是处在有漏世间的范畴里，都是以我执为着私欲而作，或者不相信因果，或者不认识无我，在无明的驱使下，刹那刹那造的都是苦因。从未来的流向去看，这一切就像一辆往恶趣苦海里奔驰的列车一样，这种行进的状态就叫”行苦”。

[1413] 像这样就知道什么叫”推广”，什么叫”周遍”，什么叫”取得法印的认识”。在这上面一旦达成了定解，之后就再也不对世间抱有任何求乐的幻想，而且看到无数的苦密密麻麻，愈演愈烈，这时会退掉对世间欲求的心。

[1414] 按三支比量思维这一段时要知道，有法方面，首先要从最近的开始。口里吃的好饭菜、身上穿的好衣服，拥有的手机、电脑、小车、豪宅等各种财富，受用的总的现代化五欲盛宴，以及特别的男女欲乐等等，诸如此类，所有我们认为是真正安乐的事，就是所要思维的对象。无论思维哪一个，我们都会发现，在成办它的整个历程中，唯一是黑大哥一般的罪在役使着，身口意都受着两大无明的驱使而发出各种业行，因此唯一是罪成办的，个人如此，群体也一样。以这个缘故，最终决定落入恶趣。它也有两种状况，如果落在业果愚中，为着私欲作各种邪恶行为的话，那下一世决定下到恶趣里。如果还懂得行持人天善道，但是为着私欲想得到善趣福乐的话，就变成第三世落入恶趣。也就是，善业的力量让他在人天里结果，而结果之后仍然堕入到无边际的恶趣之中，就像《四百论》所说，智者看天趣就像地狱一样。

[1415] 这样就能认定，这一切求乐的行为，无论是以非法的手段来获得，还是以做善事但还是想谋求私欲的方式来获得，最终的结果唯一是行在没有边际的恶趣苦中。由此就能看到，现在我们无论以什么样的方式，只要脱不了我执，受着私欲的驱使，那么成办的所有乐事，都决定是到苦的海洋里去。因此，这一切的乐事实际都是苦因，可以判定唯一是行苦。

[1416] （二）思维八支分苦

[1417] 分二：1、思维生老病死四大苦河；2、思维其余四苦。

[1418] 思维八支分苦有两个部分，首先思维生老病死四大苦河，接着思维两缘两欲，人生的境遇中无非是亲、怨两种缘，和所欲、不欲两种事。真正能够看清八苦，的确就会发现人生纯一是苦。

[1419] 1、思维生老病死四大苦河

[1420] 分四：（1）思维生苦；（2）思维老苦；（3）思维病苦；（4）思维死苦。

[1421] 首先，思维生老病死四大苦河，也叫”四大瀑流”，以苦相非常剧猛、无数、相续而称之为”河”或者”瀑流”。先能够看清四大苦河的真相，就已经明白，人生的历程只是像苦河一样。这里在观察时，要按照藏地祖师的风格来进入。藏地祖师擅长缘起秘密，就像站在高山顶上，一眼能看到千万里之外，因此，整个引导是一环扣一环地在缘起路线上引导我们如理观察。

[1422] （1）思维生苦

[1423] 首先思维生苦。以一个敲门砖来说，拿南瞻部洲为例，就是想：“如果我的识在南瞻部洲投胎，得到人道的生，那这个生是一个安乐的、值得欢喜的事吗？”这就是首先要问，识投到南洲，这个”生”是有安乐、值得欢喜的事吗？要这样去问。因为佛法是理智的，只有自己睁开了眼，顺着教量、比量的指引，真正看到了生纯一是苦，这个时候就起胜解，欲就变了。不再想求这个生，而是退了下来，想从这脱离，就会发生一定要闭胞胎之门的心。

[1424] 那么，我的识投到南瞻部洲的人道里，这样一个生，一步一步地像影片一样演出来的历程到底是怎样的？因此，我们要看缘起的历程。变现出的果分的相，就是”苦”；正在运行中，刹那刹那到底往哪里走，这就是”因”，诸如此类，要作因缘观来破掉愚痴。

[1425] 对此又要依教依理。教是《入胎经》，整个引导就是依据《入胎经》做的简要修轨，理就是业感缘起或者赖耶缘起的理。全景观照就是要连前连后，出现一个三世连环的统观。“连前”，就是要知道，前世已经有十二缘起的爱、取、有三支，最终落到有上。那个宿业已经成熟，因此，今生的一切历程就是由宿业成熟的风在运行的，一切处都是业在变现。所谓”连后”，就是今生一切阶段的所作唯一与罪相连，而能作恶趣之因。这样就可以看到非常苦，一方面受着前面的业风所使，不断地在此生当中受报，这里面又有入胎、出胎、出生、生后各阶段的状况；往后看的话，就发现这是一个往苦里奔驰的列车，诸如此类，就是所谓的”三世连环统观”。

[1426] 明确了生以后，再细分地去看老、病、死三个重要部分的苦相。一旦明白了四个苦相，串在一起就知道人生只是苦，这样就会彻底退掉还想做人的心。再细下去，那就是看爱别离、怨憎会，这两类是不可免的。还有求不得、不欲临，也是处处都在这样为欲所使的苦状中。整个观察下来以后，我们对于人生的认识会完全转变。这时候，在圣教明灯的光照之下，在缘起理则的确认之中，我们的心就不再有怀疑了，确定人生完全是苦河，非常可怕，之后对于人生的欲就发生转变了。

[1427] 晋美朗巴祖师的修轨一直抓住”生”这个字，而普贤上师的引导完全是按照自己上师的心要来的，所以第一句话就问你：“生到三善趣，是真的有乐，值得欢喜吗？”这一句贯彻在一切处。那么，现在在善趣的人道里面，三根本苦过后就到了八支分苦。先是思维生，还是要问这个问题：生到这里，整个一生的电影演出来的到底是什么？往后又要演什么？整个缘起链拉出来的一系列状况如何？如果能在缘起理上透彻的话，那的确就知道生是苦。这也是《入胎经》所说的”生唯苦生，灭唯苦灭”。这样就知道从诸佛到诸祖的心意所在，而我们领到心意以后，就把握了它的要髓、要害，开门的钥匙有了。紧接着就是按照这样的指引，一节一节地在缘起上作如理的观察。

[1428] 分三：1）思维住胎之苦；2）思维出胎之苦；3）思维生后之苦。

[1429] 1）思维住胎之苦分二：①总思；②别思。

[1430] “总思”，指思维三十八周诸变异位的苦状，“别思”，指思维胎身圆满时的苦。观察方法，就是掌握了前面三大根本苦相后，去一个一个地认识这是怎样的苦相。也可以按照《四法印》或者《瑜伽师地论》所说的三苦来观察，也就是，“苦苦”指一发生的时候就不想接受、触恼身心的受，以及与受相关的一切心王、心所、所缘境等。这样就能认识，一个一个的确是苦。

1. 思

[1431] 首先住胎苦的总思维，就是在缘起上完全确认，过程上一分一分地认清。又要明确它与后面的关系，缘起初位的认识非常关键，智者一旦看到了前因，后面一系列的结果都预先认知了。这是什么意思呢？修轨里的这一句话，是根据《入胎经》做的总摄语。实际上要结合《入胎经》，看到识怎么入于父精母血当中，怎么与父母精血和合成四大，一一都是缘起所生的。再者从历程上看，识一进入精血就成了名色位，就是以这个名色为缘发生后面的六处，整个历程用三十八周来确认，其中的苦状要一个个地认清。

[1432] 与后面的连接就是，如果能够认识当初识怎么入精血，四大和合而为身的话，那就已经断定，在将来四大不和的时候发生无数病苦的状况。再者，三十八周怎么一路过来，为业风所使，逐渐地从一滴牛奶般的形态开始，出现了四肢、身躯的相，然后出内脏、骨骼、筋、脉、皮、肉、根等等，就像这样，要看到缘起的繁杂性。又要知道有为法多诸过患，那么多的缘起去维持这个身体，稍微不能维持时，苦态就要出来。然而终究是没法维持的，决定有个老苦要来，那时根身上的所有部分都出现衰退，各种苦像雨点一样密密麻麻地降下来。而且，它既然是个有为法，由因缘生成的东西，到了最后因缘维持不住时，整个相续会垮掉、会灭掉，那个时候会有最大的苦到来。诸如此类，要认清生的状况，一旦认清了生的这一边，对于老病死的那一边，同时就会发生确认。这样就能够从甚深的缘起理上断定，人生纯苦而已，任何一个生都意味着后面的老、病、死。这就是前后的连接。

[1433] 按照这个理路的指导，我们要能够知道引导文的要点所在。这些文字都是缘起的描写，并非随意杜撰的。首先，我们以南瞻部洲为例，因为对这个世界最熟悉。明确了这一个以后，依此类推，就要知道缘起的法则都是同类的，既然在南洲受生有这么多苦的话，那在其他世界受生，也会有在那种特定缘起下发生的无数苦相。最关键是要在一个最切近的因缘事件上，非常明确、细致地认定，这样的话，就能一次性地发生一个很大的觉悟。

[1434] **生、老、病、死四苦中初生苦者，如是南瞻部洲的诸人由胎生故，寻香识入于父母精血之中，而羯罗蓝位、遏部昙位、闭尸位、健南位、钵罗赊佉位等诸变异位诸苦次第领受。**

[1435] 按照南瞻部洲人类的受生来说，“诸人由胎生故”，这是讲缘起的问题。由于它不在卵、湿、化里面，只是胎生的缘故，当然受生方式是要识入在精血里，在母亲的胎藏中安住，由此孕育再降生世间，是这样一种方式。因此要看到，它的最前位就是，过去中阴的最后一天夜里，神识直接入到父精母血里了。“而”字后面表示，此后以五位为代表的三十八周变异位的苦受，都是躲不过去的，一个个都会发生。为什么逃不过去呢？这是由缘起理决定的。

[1436] 在十二缘起里说到，名色为缘生六处。因此，这里要进一步细致地了解到，当识已经入到精血里的时候，这就叫”生”，识还没有进去不叫做”生”。不是等到呱呱坠地的时候才叫”生”，而是识一入精血，最初位已经出来，这就叫”新的生命开始了”，就叫”生了”，这就是生的最初位。既然有了生，好像种子已经播到地里，在因缘和合时，它若干分位的变现会逐渐出现。这样就很明确，按照《入胎经》所说，当识入到精血里以后，以它为因缘，接着一个个变异位就随着业风所使，会受各种各样的苦，绝对都逃不掉的。

[1437] 而且要想到，本来是一个神识，现在裹到精血里了，就像孙悟空被镇到五行山下一样，在这样的状况中，再结合《入胎经》观察，会发现苦不堪言，因为一个七一个七地变现，完全身不由己，自己连意识现行也没有。然而那种苦的状况，确实业风一驱使的时候，就非常快地变出来。开始只是一点牛奶般的状况，哪里是我？然后逐渐变成像小鱼那么大；然后好像雕塑的作品一样，会出现身上的四肢和身躯；又出现手指甲、脚指甲；里面又出现大肠、小肠、脉、筋等等。这样的过程一个个去看的话，就知道这叫”苦报位”，一直是由业风所使的。然后，最初就像住在一个又热又臭秽的锅里一样。整个过程，《入胎经》里都有非常细分的指示，在那里我们会总体地认识到，住胎完全是受报，就像住在地狱里一样，称为”胎狱”。

[1438] ②别思

[1439] **及至一切支节、诸根圆满的分位时，于母亲胎内狭窄、恶臭、漆黑当中，领受如监狱囚禁般的苦；母食热食则苦如烈火中烧灼；母食冷食则苦如寒水中倾浸；母卧则苦如压于石下；母饱则苦如挤于崖中；母饥则苦如堕于险坑；母行、住、动转则苦如被风飘荡，有如是等苦。**

[1440] 特别要思维胎身圆满阶段的苦。这里要把握十二缘起当中，由六处为缘生触、由触为缘生受这两个环节。虽然前面有非常难受的苦，然而由于胎身的根还没形成，因此与后面相比，还属于轻度的。特别要思维的就是，当身体大的肢、小的节以及眼耳等诸根全部圆满的那个分位，大约在六个月以后。

[1441] 这样的话就要知道，一个因相，无数苦相。“一个因相”，就是到了六处位，根已经长成，眼耳等的门开了。开了以后，紧接着由六处而生触，也就是根境识三者和合而出现分别，这叫做”触”。由于有触的缘故，猛利的受就要发起了。教典中常常以这种极度的苦受，称胎为”胎狱”或者”地狱般的苦”。

[1442] 这时又要分别来观察。已经生识的缘故，触到了母胎里的色，关键要看到身根、眼根、鼻根三个方面，眼睛看到非常漆黑的色相，鼻子闻到恶臭，身根觉得非常逼迫、狭窄。再者，他能感觉一切的冷、热、压、行等等，会发生非常强烈的苦感，这是由于他的敏感度增加了好多倍的缘故。按照这个方式去观察，再结合比喻，就会认识那是怎样的苦。这之前恍然不觉，根一旦圆满就非常明显。在之前还会产生一些错觉，会感觉这是不是宫殿？骑在马上还是登在楼上、睡在床上？等等。然而这时候就感觉没办法待了，他感觉这个胎里非常可怕，就像一个人被关押在苦难的牢狱当中，非常臭、非常黑，又受压迫那样。

[1443] 假使母亲吃一点热的食物，由于他的敏感力，就感觉好像在火里烧一样。吃冷食的时候，只要温度稍微降一点，他就感觉像浸在冷水里一样难受。母亲侧卧的时候，像大山压住一样。吃饱了又像挤在山崖里一样。饿的时候饥虚，感觉好像”扑通”一下掉到了险坑。或者母亲在走路、站立、身体做各种动转的时候，小幅度运转一下，在他的感受里都会放大好多倍，就像在空中被风吹荡一样。“等”字还包括各大教典里所说的，母亲吃的食物过酸、过甜、过咸等，通过脐带输入的时候，他都感受到猛利的刺激。以及处在生藏之下、熟藏之上，就像被五花大绑，上面用大山压着，下面用尖镖刺着一样，像这样有非常大的苦。诸如此类，属于住胎的苦。

[1444] 这样观察以后就会确认，住胎的确不是什么快乐的事，不值得欢喜。真实认识胎生的状况时，就感觉要入胎非常可怕，就像被关到世上刑罚最重的监狱里一样。这时会发现，原来来到这世上是受这么大的业报，要从那么大的苦里压榨出来才能得一次人身，那里面经历的苦楚没办法用语言来描述。

[1445] 到这里，我们就看到了业感缘起的真相。前面问：自从第一夜入到母胎里，此后是不是迎来了幸福的人生呢？结果发现，在总的住胎的三十八周，以及特别的诸根圆满的分位里，所受的苦没办法用语言表达，那是非常可怕的一种受报状况。这样我们就不再认为，在母亲胎里是多么的安乐，值得欢喜，也不像世人所描述的那样，好像快乐的宝宝在母亲胎里是多么的幸福。但是，如果还没有看到底，那心还是不会歇下，因此，这个如理的思维，要求量上要达到足够。自己的心再也没有疑惑以后，行为上的决断就会出来，再也不想取人间的生。

[1446] 思考题

[1447] 1、以三支比量证成”一切有漏乐的显现都唯是行苦”。

[1448] 2、思维生苦的敲门砖是什么？什么是”三世连环统观”？

[1449] 3、（1）总的如何思维住胎之苦？它与后面老、病、死、苦如何连接？

[1450] （2）在胎身圆满的分位，会感受哪些苦？

## 1.29 29

[1451] 2）思维出胎之苦

[1452] **其次，住胎月数圆满临产之际，以有之业风将头尾翻转而引至产门时，有如一个大力士从脚抓住而摔在墙上一样的苦；从骨盆中间出来时，有从铁棂孔中挤出一样的苦；诸产门狭窄者不能生出则死于彼处，或母子俱死，即使未死也受着濒死之苦。邬金大师云：“子母半步迈死境，母颌骨外余骨开。”**

[1453] 出胎苦要把握缘起的时间相、能运行的因相，以及所出现的苦相。

[1454] ①时间相

[1455] 时间相是指住胎的月份已经圆满，这表示缘起上的刹那数已经到量。就像植物到了一定时候，该要开花、结果了，里面有个风的力量在运行，这时候一下子就看到，这个植物抽枝了、发芽了、开花了、结果了。这表示当缘起点到了的时候，有一个业风在运转，那个相自然就会出来，这就是时间的相。

[1456] ②因位相

[1457] 到临产的时候，因位的相是什么呢？要把握”有”字。“有”就是十二缘起里的有支，在因位属于能生支。也就是，当初造业属于行这一支，第二刹那就在识田里熏入了习气，这叫”因位识”。当它受到了爱、取烦恼水的滋润，终究就到了有势力能生后有的阶段，因此，在那种必定要生的业势力上，因上立果的名字就叫做”有”。这个”有”在果位的时候，就是业成熟之际，由于业的内涵是具体的，因此，发生的风也是各式各样的。之前三十八周里，每一周都是业风所使，其实也都是”有”的业风。而且，以业的力量自然会完成孕育的过程，每个地方都十分精确，好像自动化一样，实际上就是阿赖耶识里的种子到了成熟的时候变现的，而每一个地方都有一个动转，不动转怎么会变呢？那个动转就叫”风”。

[1458] 如果不懂的话，我们可以以生了之后的情形来描述。譬如，人从童年到少年、到青年等的阶段，每到一个分位的时候，业风会表现得非常明显。比如到了成熟之际，会发现这个孩子一下子长大了，他的业风在抽的时候，好像骨头一下子就能抽出来，然后成年特征也能出来。那么植物是这样，动物是这样，人类也是这样，什么样的事物都是如此。由此就会理解”有之业风”的涵义，其实有就是业，业就是有。

[1459] ③苦相

[1460] 因位业的力量成熟就表现为风，之后出现的苦相有三大类：A引至产门苦；B挤出盆腔苦；C产门狭窄苦。

[1461] 这又要从缘起上认定，既然是一个南瞻部洲的母亲，而女人的身体就是这个状况，因此，胎儿要从这里出来的时候，必然会有这三种大苦，除非是不凡的圣贤再来。接着，我们就按照这三大苦来作确认。也就是，按照缘起的进程、时间的先后顺序，首先要知道怎么引至产门而受苦，然后要知道挤出盆腔是如何受苦的，以及产门狭窄要受何等的苦，由这三分就能够认定出胎之苦。三种苦都要以法喻结合的方式来认识，胎中所受的苦，在出胎的时候一下子就忘记了，由于苦太强的缘故，因此没办法现量地认识，结合比喻会大致了解。我们确认以后，的确会感到苦不堪言。

[1462] A引至产门苦

[1463] 法就是指有支，或者说，业到了成熟位的时候表现为风，它自然有个动转的力量。胎身如果是男身，就向着母亲体内，两手捂着脸部，这样蹲在母亲胎中的右侧；如果是女身，就向着母亲外部，两手捂着脸，蹲在母亲胎中的左侧。像这样，到了业成熟时自然有个风，使得胎身上下翻转，头在下脚在上，然后牵引到产门。这时候要把握，由于胎身非常敏感，就好像一个人身上的皮非常薄，像个泡泡一样，稍微接触一点，非常强烈的苦受会出来。或者血肉裸露的时候，稍微接触就要发生非常大的苦。

[1464] 带着这个认识，我们就会发现，当业风一转的时候，头部趋向产门，或许碰上了母亲的骨盆等的坚固物，这种苦状用譬喻来说，就像一个大力士，抓着脚直接把人甩过来，头砸到了墙上一样，就是这个状况。成人的头部稍微接触一下没什么苦感，但由于他是一个非常敏感的胎儿，业风一转的时候一下子翻过来，就像大力士抓着脚一下子拽了过来，头靠到产门的时候，就好像摔在了墙上一样。

[1465] B挤出盆腔苦

[1466] 这个状况要看到，母体盆腔的洞口小，而胎身大，胎身挤出来时的感受，犹如众合地狱压逼之苦。这里用譬喻来表达，就像古代旧式房屋的窗格，一格一格的，每一个格孔都很小，而且是铁制的，这样的话，把胎儿从产门拉出来的时候，他就好像从那么小的铁窗格子里挤出来，要受这样的大苦。可以想像，那么大的一个身体，那么小的铁窗格子，要从里面挤出来，就会发现压挤之苦是非常剧烈的。

[1467] C产门狭窄苦

[1468] 产门狭窄，如果不能生出的话，胎儿就会在里面死掉，或者母子同时死去，即使没有死，也会达到那种快死的苦的状况。因此莲师说：那个时候，母子两人半步迈入了阎罗王的境内。母亲除了下颌骨之外，其他的骨节都开了。这里就表示，即使没死，也要出现快死的那种苦的感受。

[1469] 生和死只隔一口气，叫”一步”。“死境”就是死地，按照汉语来说，就是都到半死的境地了。刚刚说了，生和死只有一气之隔，叫”一步”，往阎罗的境或者死地迈了半步，就表示接近死。那个状况用骨头来说，除了下巴骨之外，其他骨的骨节都裂开了一样。

[1470] 像这样，出胎的时候，母子都快到鬼门关了，假使很幸运出生了，是不是有真的快乐而值得欢喜呢？接着我们还要继续配合教量、比量，对于人生的状况作如实地观照，因此，下面接着思维生后之苦。

[1471] 3）思维生后之苦分二：①思维生后初阶段之苦；②思维整个人生历程之苦。

[1472] ①思维生后初阶段之苦

[1473] **出生后，也是落于垫上时，如堕荆棘丛中；脱去背上胎衣时，如活剥其皮；擦拭身上不净物时，如受荆棘鞭抽打；母亲取来怀中时，如鹰攫雏鸟；头上涂酥油时，如捆缚后投于坑中，领受如是等苦。尔后使斜靠而安置时，如溺于不净泥中，饥、渴、病、痛等无论出现什么也只有啼哭而已。**

[1474] 到这里我们要这样问：出胎的苦是很大了，要么孩子死掉，要么母子都死掉，没死的话也快到死边了，假使万幸生下来了，是不是迎来了人生真正的幸福和安乐呢？这里连接说，生了也是一个苦命。在出生的最初阶段，我们对这一个个过程如实地观察，就会发现全是苦的。那么这里按照时间顺序分了五步来看，而它根本的道理，就是胎身刚出来时非常细嫩、敏感，因此，稍微接触就有非常剧烈的苦出现。我们按照事情发生的次序，一一地通过比喻来认定。“一个理”就是，由于他的根出来了，皮肤细嫩，所以非常敏感，这样就能把握住此处的苦相了。

[1475] 五步了解刚出生时的苦：第一步，婴儿落到垫子上，就像落在荆棘丛里一样。垫子上一根根的毛像针一样，刺着从背部到脚部的一切处，好像千万根荆棘刺在身上的苦一样。

[1476] 第二步，脱去胎衣。住胎的时候，身体裹在胎衣当中，到了要全部脱下去的时候，就像活人剥皮一样，因为一拉下去，他的苦感非常的强。

[1477] 第三步，擦身。身上的那些秽物要用毛巾等来擦，而毛巾上的毛刺着婴儿细嫩的身体，就像荆棘鞭子抽在身上一样。也就是，毛巾从上到下擦下去的时候，就像很多根刺一下子抽上去一样。

[1478] 第四步，母亲把孩子取入怀抱，这时就像鹰用锐利的爪子抓住小鸟一样。母亲两手抓婴儿往怀里抱，虽然是很轻地取，但是在婴儿的感受上，就像鹰用锋利的爪子正抓住自己一样。

[1479] 第五步，按照藏地的习俗，出生后要在头上涂酥油。那时就好像身体被控制、被绑住了一样，一擦上去，好像掉到坑里一样。

[1480] “等”字还包括《入胎经》所讲的其他冷风、热风等接触的苦。

[1481] 接下来看婴儿时期的情形。由于婴儿的体力不行，还坐不起来，当母亲离开，比如出去工作等时，就会把他斜躺着放在摇篮里。在这期间如果有大小便，因为还爬不出来，就只能拉在身上。身上沾满了大小便，就像溺在不净泥里一样。以此为例，在那段时期里，无论出现饥、渴、病、痛等什么样的苦受，由于自己没有任何解决的能力，又说不出话来，所以，苦逼在身上的时候就只有哭而已。“等”字，包括撞到了什么，或者被狗咬到等等。

[1482] 透过以上的指示，以及可以再扩展观察，会发现出胎以后，在成长的最初阶段里充满了苦。这样再去想：从刚刚出胎到还没有自理能力之间的过程中，是不是真的有安乐而值得欢喜呢？这时会发现，真是一苦连一苦接着下来的。

[1483] 在来到世上的最初阶段有那么重的苦，看到这些以后，我们还要进一步观察：此后的人生不是越来越美好吗？那么多的青春岁月，那么多人生中的精彩，各种各样的享乐、成功等等，这些是不是真的安乐呢？接着我们要思维生后总体的苦状。

[1484] ②思维整个人生历程之苦

[1485] 这一段的思维，首先要掌握坏苦和行苦的相，然后去检查人生到底是怎样的。所谓的三根本苦、八支分苦，“根本”，就是指掌握了三种根本苦相，就像认识了一个生命的状况那样。在观察八支分苦的时候，比如观察生，它后面到底是什么状况？因为已经掌握三根本苦的苦相，那么用它去检查任何一个地方，就会查出原来这个是苦苦，这个是坏苦，这个是行苦。就像医生能够辨识病症以后，一看就知道这个是这种病，那个是那种病。这就是在缘起上掌握果的相状。

[1486] **如是生后纵使于青春成熟之时，暂时如增上一样显现，也实际上寿命逐日消尽而离死越来越近而行，**

[1487] “纵使”，表明这是推到极点的观察法。如果在最好的青春成熟的年华，看起来好像日日在增上，越来越好，在这个状况里，也是寿命一天一天在消减，离死越来越近而行的话，那么其他的中年、老年等就更不用说了。这就是推到极处，在最好的地方都可以看到，他实际是奔向死亡，趋近完全垮掉、全部灭掉的状况。既然最好的状况也只是坏苦，并不是真乐，那其他一般的状况就更不用说了。像这样，作一个推到极处的抉择。

[1488] 世人都说，青春年华就像早上八九点钟的太阳，朝气蓬勃。这正是最大的迷惑处。如果把这个破掉了，那就看到人生的确非常惨，一点乐相也没有。在青春成熟的阶段，暂时看起来好像样样都在增上。气力在增长，智力在增长，事业在展开，各种各样的享受正等着他去尝试，人生好像不断地往好的方面呈现。就像花儿正在盛开，欢宴正在进行，各种的美好正在现前一样。那么这是不是真正得到了乐呢？只要去看他的后边际，就知道全部是坏苦。因为这些都是因缘暂时维持的一个假相，哪里能持久呢？

[1489] 关键要看到，人命是有为法，就像一根蜡烛，由于蜡的支持，不断地在闪光，然而它闪一次光就消一点，逐渐逐渐地消，最终就全都没有了。像这样，从这边看，好像太阳逐渐在升起，然而从整个进程来看，它是在逐渐地走向西方。又像花儿盛开之时，就要看到它正在奔向死亡，而且越是盛开越可怜，因为很快就要枯萎了。

[1490] 像这样，只要看到寿命一天一天在消减，整个进程越来越往死靠近，就像一辆囚车，虽然上面有一些欢歌笑语、美艳狂欢等等，但它一直驶向刑场，这时候就要知道，正值青春美好看似安乐的状况就是坏苦。

[1491] 思考题

[1492] 1、出胎之苦：

[1493] （1）什么是”有之业风”？

[1494] （2）以喻义结合的方式阐述出胎过程中的三大苦相。

[1495] 2、（1）以喻义结合的方式阐述刚出生时的苦相。

[1496] （2）出胎后在成长的最初阶段有哪些苦？

[1497] 3、思维整个人生历程之苦中，坏苦的思维理路是什么？为什么说青春年华也没有乐？

## 1.30 30

[1498] **无有了办、无有完结的世间此生之俗事如水面的波纹般一个接一个出现，于此状况中行，此等一切也是由唯一与罪相连而只能作恶趣之因，故极苦难。**

[1499] 前面通过全面地观察，我们已经知道坏苦，但还没有完全看透，这时候还要连前连后，一路展开对三世流转状况的观照。这时会发现，从前的宿业推过来的时候，人生的一件件事情就逐渐在展开，而正在展开的时候，它又联系到后世。那么，这个运作的状况是怎样的？它到底往哪里走？像这样在缘起理上去认定，结果发现全部都是行苦。这样的话，我们就彻底会认识，人的一生真是一大苦海。

[1500] 对此，要通过三支比量来认定。有法，是此生的俗事或者所作、运作。立宗，是一种极苦难的事。能立上有两处，贯穿三世的流程：连前是被宿世的惑业力他自在转，此生的俗事一个接一个出生；连后就是正当起运作的时候，一切的运作都唯一与罪相连，那只能作恶趣的因。

[1501] 行苦有两分认定，像《瑜伽师地论》或《道次第》也有兼具两分，本传承着重说一切行或者运作是苦因，因此是行苦，这个引导文里两处都有。

[1502] 第一处”连前”是讲，这一生的事务或者运作，不是随自己自在的，而是随宿业自在的，因此，它的状况是一种无有了办、无有完结的事务。不自在的苦相就像水面的波纹一样，一个接一个地出来，一直在这种状况中行。

[1503] 状况有两分：一、无有了办；二、无有完结。从事务的性质上看，任何一类都无有了办。求名、求利、求知识、求男女、求享受，乃至在任何一件事情上都没有办完的时候。比如搞吃的，一直搞个不停；搞男女之事，也是没完没了；求世间知识、名位，也是没完没了，终究没有了办的时候，轮回的性质是一个接一个会出来的。从时间上说，就是没有完结。不可能到了某个时候，突然之间轮回的事情没有了，而是会一个接一个地出来。这是由于过去的烦恼和业无量无数，又不断地在新造作，所以，变现此生事务的能量是无穷无尽的。也就是，赖耶里一直在熏种，这些种子都是要变出轮回的事来的。因此，那些节目会一个接一个上演，不要想哪一天就没事情了，一定是一件接一件来的。

[1504] 这种状况用譬喻来说，就好像以石击水的时候水上泛起的波纹，前一圈过后，又出后一圈，再出下圈，一圈接一圈地出。像这样，我们就是在为业风所使的人间琐事中度过一生，按照缘起律的分配，一个接一个地会出来。“于此状况中行”，自身像一匹被惑业力驱动的马，自己心识果位的状况就是受惑业力量的驱使，而不断地现出这些蕴的相。这样的话，从连前来看是极苦的，一点自在没有，就是要随着惑业力他自在转，这叫”行苦”。如同被动力资源所驱使而没办法停止的相续之流，而在这当中一点实义也没有。

[1505] 再看第二处”连后”。行进的状态当然是一直被驱使，不得自在，这是一种苦，而行进本身又是被黑大哥狡诈役使的状况。也就是，一直都在业果愚无明和无我真实义愚无明这两大无明的驱使之下造各种罪，就像《地藏经》所说，“举心动念，无不是罪，无不是业”，因此，这种状况唯一是与罪相连。

[1506] 简单说，两大无明就是自我和自由。“自我”，就是本来没有我却执著这个虚假的影子为”我”，然后建立他方。这样的话，合自己意的时候就贪，不合自己意的时候就嗔，由贪、嗔两大门类为代表会发出无数的烦恼，起惑造业，这样的话，决定是往生死里走的。“自由”，就是在因果上没得到定解，不相信真的有因果律。这样的话就认为，我想怎样就怎样，这么做也可以，那么做也可以，可以偷巧、占便宜等等。由于受这个非常狡猾的邪慧所驱使，各种邪行都出来了。这个黑大哥一直装在心里，他是内在软件系统的核心，是他在里面指挥，那么以他的支使，人生的一切运作，唯一都是在造罪。重一点的罪，就是一步下去；轻一点的罪，就是两步下去，先生到善趣，享完福又下去了。

[1507] 就像这样，如来藏随着染缘，是没有办法的，只要心里没出现三主要道的内涵，一直都是这种状况，不可能某个运作突然就脱开了罪，以非常大的智慧、慈悲去做的。这样的话，刹那刹那都是直接或间接作了恶趣的因。因此，这种行进一直在往苦海里奔，他每一个点都是苦因的缘故，就可以看到是极苦难的状况。

[1508] 在没有远程眼光的人看来，人生的一件件事都很有意义，认为我们现在都忙不完，据说忙才是有意义的，不忙是没意义的。然后他整天去忙事业、忙爱情、忙名誉、忙知识、忙享受，好像有无量无数有意义的事。这是愚痴人的看法，因为他的眼光竟然缩小到只看眼前一幕，而且他相信自己的幻觉，相信颠倒心。这个疯子就把眼前的一幕——自己喜欢的、自以为很好的，执为是安乐。实际上，用远程的、透彻的缘起眼光去看的话，每一个刹那都是造罪，每一个刹那都在饮苦食毒，每一个刹那都记下了将来要在阎罗王面前受审的业绩，都只能作恶趣之因。就像某种东西有毒，会发生毒害作用，然而愚痴的人受黑大哥的蛊惑，认为这是美食、好吃的，然后不断地吃。旁边的人看他就知道这非常苦，虽然现在还没发作，然而一旦成熟，在他身上会爆发出无数个剧烈的中毒之苦，非常可怜。这就是以这个因来成立极为苦。

[1509] 再放到我们自身上来观察。我们从小时候上学开始，小学、中学、大学一路是怎么竞争，怎么起贪嗔，长大后又追求男女情爱之乐，追求社会上的地位、名誉等等，从整个状况来看，是不是就是私欲在驱使？一直认为有我，唯一重要的是我，为着我去竞争，为着我跟别人拼，为着我去对待一切，这上面又不怎么相信因果。那么就会发现，每一个行为都是在起惑造业，都是跟罪相连，什么好的也没有。因为心里没出现安乐之因，也就是没有三主要道的内涵，根本不是一心想出离三界，也没有菩提心，更谈不上空性慧，整天就是”我、我、我”的，这就可以认定唯一与罪相连。

[1510] 按此浊世南洲的状况来说，基本上都是黑业，因此按一般情形而言，几乎全是恶趣的因。当然还有一些好人，行一些善事，然而他们的目的很庸俗，就是为着自我，想来世得到天上的乐、人中的富贵等等。这种状况是三世冤，将来在享乐的时候，私欲会进一步膨胀，导致他忘乎所以，因此决定是往恶趣走的。这样一个个细分地观察，发现人生没做什么好事，都是在造罪，而造罪是要受惩罚的。阎罗殿里罪状的簿子堆得比山还高，一笔一笔在记的。像这样，从因位去确认就知道非常苦。

[1511] 这样就知道，整个人生的驰行就是往苦海里奔，因此，每一个刹那的运作都是行苦，这样展开就看到未来的趋势了。洞穿了三世的流程，以及各个大部分的状况，再细到一分一分的状况，这样就由总到别、由别到总，彻底地认清了人生的真相。那么到此，我们再问一句：一念投胎以后，整个人生的展开是真的有乐而值得欢喜吗？当然，完全是苦报的一个个展开，完全是苦因的一个个积累。这样的人生实在是非常可怕，除了苦就是苦，不可能有一个刹那出现乐。

[1512] 从一世人生来看，用三苦这个根本的检测仪去探测就会发现，所有似现的乐，终究在因缘不能维持时全数垮掉，没办法长存，全是要坏掉的。而坏掉的时候，心没法接受，一下子陷入到剧烈的忧苦当中。所以，人生中所有的乐，凡是你认为的这样那样的乐，全数是坏苦。再者，从宿世到今生一直到死亡之间，整个去看就会发现诸苦如流，一苦接一苦。在这个状况里，连一个刹那遇到真实安乐的机会也没有，就不必做白日梦了。希望在某时、某地、某事、某人、某机遇中得到真实的乐，绝对不可能。这样在苦苦上就得到了认识。再说行苦，未来的前程又如何呢？作为被无明黑大哥所役使的马儿，不断地迈着罪行的脚步，驶向痛苦的深渊，因此，每个刹那都是行苦。

[1513] 我们过去对于生充满了欲：多么希望再得一世人身，多么希望在人生的每个历程中出现自己想要的乐，作为一个人，就应该积极地追求，应该去创造自己想要的幸福。诸如此类，那个非常愚痴的心，所谓的乐颠倒心，诳骗了自己，从而有大大小小无数的人生的欲。然而，一旦看清了人生苦谛的真相，这个欲就全数退下了，这就叫做”退心”。从此之后反过来了，对人生厌患，觉得非常的苦。一想到要入那个胎，“唉！那简直是要进地狱一样，十月的胎狱没办法接受。”再说要做一世人，“不要，不要，那是来受苦的。”那要怎样？“要求解脱。”因此立愿闭胞胎之门。有人说：诸佛菩萨不是都要来人世间吗？他们是悲愿再来，不是业力受生。

[1514] 看清了人生的真相以后，自身就要发出完整的出离心，一点还想在这待的欲都没有。然后，看到正沉溺在人生苦海中的父母有情们，应该发大悲心。再者，对自己未来的道路应该清楚，一心求解脱，此生命终直接就归入净土，那是一个唯乐无苦的世界。

[1515] （2）思维老苦分三：1）总略思维；2）分别思维；3）总结思维。

[1516] 1）总略思维

[1517] **其次老苦者，如是行于无休无止的无实义轮回事务中，不知不觉就已衰老，而由无量的老苦行至边际。**

[1518] 这里要纵贯前后，看到在人一生的流程中，“老”这个阶段的苦状。我们要开启缘起的正眼，就一定要有整个纵贯的认识，因此，这里要连前连后来观察。所谓”连前”，就是要连着生；所谓”连后”，就是要连着死；到了后面的阶段就叫”老”。

[1519] 首先连前来看。要知道，人的一生就在这样没有实义、没有完结的生死边的事情中，一直行进或者度过，像这样，不知不觉就到了衰残的老年。就像经过了春天的生长、夏季的繁荣，之后就到了秋天，在这期间，一花一草等全数都要衰残、凋落，这就好比老年。而这个老是什么状况呢？这是我们要关注的内容。人生真的有乐吗？前面通过观察生，整个就看到是非常苦的。这里进一步观察，人生到了老年的时候，真的是夕阳无限好吗？还是有无数的衰残苦呢？这里有一丝毫的乐吗？这就要通过缘起的正理、事实的真相来看到，老的状况的确是以无量的苦行至边际，到了最后边际就是死，叫”彻底的消亡”。就像这样，人生有何意义呢？

[1520] 这个前后贯穿的眼光让我们看到，这一生只有两种事情，一种是没完没了地还业债，一种是以无量的老苦走向死亡。也就是，轮回的事情一点意义没有，然而还要出现，而且，由于宿世的有漏业非常多，一个个地等着现行，成熟果报，因此，就在这样的状况里，从小时候开始，逐渐地变成儿童，开始读小学、中学、大学，全是还业债。读的是没有多少意义的书，每一天都在考试、竞争，变成一个知识机器。在青春的岁月里，就是要考大学。然后，大学几年也不过是混过去，没得到什么意义。之后又要工作、恋爱、成家、养家，就像这样疲于应付。这样就会发现，人生的流程就是一个接一个无意义事件的发生，它是没完没了的。

[1521] 过去看起来朝气蓬勃，青春美丽，或者在盛壮的年华，事业如日中天，感觉有非常美好的前景。就像这样，一天一天过，一周一周过，一月一月过，一年一年过，不知不觉几十年就过去了。看看镜子，脸上都是皱纹，头发也白了，人生已经到黄昏了。就像这样，在非常快的状况里什么也没捞着，全是虚的，不知不觉已经到了老年。就好像春天才刚刚开始，这时候万物复苏，到处都是绿色；很快就到了夏季，满眼繁荣的景象；马上秋风一来，就衰残至极了；那么再往后，没有什么好事情，就是要以这种衰残的苦来收场。

[1522] 接着要思维老和死之间的关系。这里用一个句子来说，就是”由无量的老苦行至边际”。如果知道这一切都是因缘所现的状况，又能够透彻《入胎经》所讲的身体形成的过程，一幕一幕具体都能认识的话，那就会知道，这样一个根身，实际是因缘所生法。年轻的时候虽然看不出什么，但是我们去关注老年的状况时，就会发现它将出现无数衰老的苦，身心的一切内容都在逐渐地走向后边际。就好比去观察从秋天到冬天的过程，会看到大地上所有的草木，乃至一棵树上根茎枝叶花果的所有内容，全数都要凋残。就好像无量的老苦，其中任何一个方面都要走到后边际上去，这就叫做”老的苦河”。为什么称它为”河”呢？就是无量的衰残一一都会出现，这是身心无数内容的衰残。

[1523] 那么，这里讲到”无量”，是本人翻译的时候加的，为了让大家了解，什么是”老”“老苦”以及”行至边际”。比如按照《入胎经》所讲，过去身体在形成的时候，就像春天草木生长那样，那个时候，身上的筋、脉、血、肉、内脏、骨骼、皮肤等等，任何一项内容都是按照七天一个周期，业风一吹就开始形成，这里面有无数细分的内容在形成，而它们又都是由因缘支撑的。那么当因缘维持不住的时候，这一切内容全部都要发生衰变，这就是所谓的”老苦”。懂了这一点就要知道，总体上蕴在成熟的时候就称为”老”。逐渐地，老的黑暗要笼罩全身，老的狂风要吹垮脆弱的身心的娑罗树，每一片叶子都要吹掉，每一个青色的内容都要吹得枯黄，每一个有生命力的状况都要凋残至死，这就叫做”行至边际”。总体上是这样的。

[1524] 然后要看到，身上的体力、消化能力、诸根的功能、热量、气脉、内心的状况、行动的能力等等，所有一切分的内容都要走到边际去。而在走到边际的过程中，虽然仅仅是十年、二十年等，然而它一天一天地会在身心上现出来。就像古德所说，如果老苦骤然来临，那谁也接受不了，但是，它是慢慢地侵蚀，慢慢地衰残，逐渐逐渐地收场。像这样，就叫”由无量的老苦行至边际”。最后的收场就是所谓的”死苦”。

[1525] 整个贯穿来看生、老、死三个过程的话，我们就知道人生纯苦而已。看到后面无数衰残的老苦降临到身上，像雨点一样密集，而且逐渐地老，像恶魔一样要吞噬掉身心上所有的喜乐、舒适、力量、健康、威势等等，就会知道，这个有为之法多诸过患。而它最终的收场就是一个死，就像大地变得白茫茫一片那样。这样就知道，有为法是虚假的，一点实义也没有。那么我们对生的看法，就不是在其中寻求意义，而是要遮止掉生，由此会发生厌患，一心寻求无生的果位。

[1526] 思考题

[1527] 1、（1）“此生之俗事如水面的波纹般一个接一个出现，无有了办、无有完结，于此状况中行”是怎样的情形？为什么会是如此？

[1528] （2）为什么说此生的一切所作都由唯一与罪相连而只能作恶趣之因？结合自身实际情况思维。

[1529] 2、（1）“人生在无休无止的无实义轮回事务中，不知不觉就已衰老”的情形是怎样的？结合譬喻和所见到的事实思维。

[1530] （2）解释”老”“老苦”“行至边际”。结合《入胎经》身体形成的状况，思维”由无量的老苦行至边际”的涵义。

## 1.31 31

[1531] 2）分别思维分二：①思维衰残之苦；②思维畏死之苦。

[1532] ①思维衰残之苦分二：A依《法轨》分项思维；B依《米拉日巴道歌》综合思维。

[1533] 我们要从整体和细节上把握”老之苦河”的状况，这就好像去看一个非常大的苦的领域，既要有纵向观，又要有横向观。

[1534] 纵向观察，是指在前后时间的连接上观察。首先连前来看，如何由有生之乐全数连到衰老之苦上面，从中能够看到身心受用等所有的乐，都将走到衰残之苦中。由前面乐的状况，去看后边际衰退的状况，联合起来就会发现前面一切乐都是坏苦。接着连后来看，已经到了衰残之年，一切身心的状况都逐渐出现衰残的相，老苦一个接一个过来，这时候人也预感到自己快要死了，对于即将到来的死充满恐惧。再者，从苦苦的角度来说，一旦进入老年期，一个接一个的苦纷至沓来，没办法避免。这是由于有漏蕴身成熟，自然现出无数过患的相，一个又一个的老苦整天在身上逼恼着，接受一个又一个的苦难。就像这样，我们将会看到坏苦、苦苦的事实。

[1535] 再者，横向观察，需要一项一项去看到苦的内涵。比如体力衰残的苦、消化力衰残的苦、诸根衰残的苦、气脉衰残的苦、热力衰退的苦、行动力衰败的苦、四大种紊乱的苦、众人轻贱的苦等等。诸如此类，一类一类地去看，就叫”依《法轨》分项认定”。再依靠《米拉日巴道歌》的指点，把几个老苦的相放在一起思维，综合形相就出来了，或者那种老的状况就显得很清楚。像这样，就是横向上面分项和综合的观察。由纵横的状况就知道，的确老苦是一条苦河。

[1536] 要知道，一到了老年，身心一切分的状况全数衰残，而且每一个地方都要走到边际去。就好像火逐渐逐渐地熄灭，热度逐渐逐渐地消退而变得冰冷，流动的水逐渐逐渐地变成冰块，运行的风逐渐逐渐就不动了，白天光明的显相逐渐逐渐就退到了暗夜。同样，有为法的身体到了衰老之际，会出现无数的老苦。这样我们就会警觉到轮回的可怕，特别是做人的可怕，因此，不会以为人生还有什么真乐可得。

[1537] A依《法轨》分项思维

[1538] **一切身体之力逐渐衰退，一切受用美食皆不消化；**

[1539] 这个色身是过去在胎中经过三十八周孕育而成的，方方面面都是因缘和合的结果。就体力而言，当三百六十骨骼、肌肉等圆满地形成时，会出现各种力量。然而这一切都是坏苦，到了衰残之年，由于骨骼、肌肉等的退化，就使得身体的一切力量都逐渐地减退。其实，节节骨头都能发力，然而到老的时候，提的力量、走的力量、跳的力量、跑的力量、转动的力量等等全面衰退，最终只能躺在床上，一点力气也没有。就像这样，力量将会被老魔全部吞噬掉，这就可见老之苦。

[1540] 再者，从前由于胃等的功能，吃进去的食物都能消化，吸收其中的营养；现在不必说其他食物，就连很好消化、富有营养的食品，吃下去都不消化，消化、吸收的能力减退了。这样的话，不断地耗减而难以吸收到食物的精华，营养这个身体。就好像一棵枯树，自身的生命力越来越衰减，乃至最终完全失掉，同时又没法吸收养料。像这样，最终会退落到这种状况。

[1541] 这样去观察就知道，身体的机器衰老到了这种地步，最终就只有一死而已。可以看到，有漏有为法的确都是苦的自性，从老这一边就暴露出了它的无数苦相。

[1542] 接着还有一个个诸根衰退的苦：

[1543] **由眼根衰退故，不见远处及细小的色法；**

[1544] 眼根是发生眼识的根本。从前在胎中时，根由三个七天等渐渐就出来了，非常明净。在眼根方面，能看到很细很远的色法。后来眼根逐渐衰退，就像今天，到成年的时候已经近视眼了，再过几十年，眼根就衰退了。外在的眼球等只是根依，属于粗显的色法，内在的微细色才是眼根。眼根是有为法，而不是天生就具有的，这是由于过去的业风，然后在母体里吸收各种色法，之后逐渐会出微细色的根以及根所依的器官。由于它是因缘合成的，所以到老的时候自然衰退。眼根这个色法退了以后，就不能生起有力量的眼识，最后眼识就发不起来而瞎掉了。像这样，眼根逐渐地衰退、穷尽，导致视力逐渐衰退，最后就完全没有了。

[1545] 过去刚出生时，看到这个世界是多么美好，处处五光十色、千姿百态，感觉人世间是一个幸福的乐园。之后在年轻时什么都能享受，能看这看那的。但是到老的时候就不行了，看不到细小的色法，视力衰退了。再发展下去就成了老眼昏花，眼前一片模糊，看不清近前的东西了。进一步如果发展得厉害的话，就会彻底瞎掉。

[1546] **由耳根衰退故，不能如实而闻声响、语言；**

[1547] 耳根是发生耳识的所依。当因缘和合时，会出现明利的耳根，由此会发生明了的耳识。到了这个世上来，听到各种无情的声音，风声、雨声、车声等等，又能听到男女老少说话的声音，之后学习语言，听到人间充满了言音。这时就感觉这个世界很好，有各种语言，还有歌声等等，也成为受用的所依。然而到了老的时候，由于因缘力的退减，色法的耳根必然会衰退。耳根一旦衰退，耳识就起不来，这时就出现了听力上的老年化。到了六、七十岁，很多人就感觉听力严重退化。声音本来在近前，也感觉很远，收不到信号，反应不出来。随口一说出来，发现根本不是听到的内容，别人就感觉，说东他听成了西，其实就是由于耳根衰退，没法正确显出声音的相。

[1548] 这样的话，从外在来看，风声、雨声、敲门声，或者在东边发声的、西边发声的等等，他就会听错或者显不出来。再者，近旁说话的声音也显不出相来，不会一字一字、一句一句很清楚地显出。退化得更严重时，电话铃声一响，一拿起来，没声音，马上放下。就像这样，听力逐渐衰退下来，最终会完全聋掉。

[1549] 这就可以看到，人身这个因缘和合的有为法的确是苦的自性。看到了前面耳根聪利，能清晰地听很多声音，就要知道这意味着后面因缘不能支持时，就会发生这样的退变，最终会完全退光的。

[1550] **由舌根衰退故，不能品尝饮食味道，且说不出组合的语言；**

[1551] 舌根是发生舌识和语言运行的工具，现在由于舌根衰退的缘故，酸甜苦辣咸等的味道都没法尝出，而且，没法灵活地组合出各种语言，而说出流畅连贯的话语。这样就会发现，已经不行了。

[1552] 一切有为法都要由因缘来维持，现在舌根这个重要的所依已经衰退的缘故，吃什么东西都吃不出味道了。过去舌根出现时，来到这个世上，首先吃母奶，之后开始吃饭菜等。舌根很好的缘故，吃一点好吃的，就能尝出特别明显的酸味、甜味、辣味等，百味饮食都能受用，觉得享用美食是人生的一大快乐。但是，这一切全是坏苦，到了老年因缘消散时就会发现，已经不对头了，吃什么都尝不出味道。因为根已经不行了，没办法产生明了的舌识，所以吃什么都没味道。

[1553] 再者，舌头是说话的重要所依。过去舌根灵活，可以说各种话，语言这么联系，那么组合，能够滔滔不绝地说。就像一个人身体轻盈时，能做出各种舞蹈动作，腾空跳跃什么都可以，但如果身根衰残了，不必说做这么多动作以及它的组合，连走几步路都很困难。那么同样，舌根衰退的缘故，没办法说出各种言语的组合，只能几个字几个字慢慢地说，或者根本说不出。

[1554] 老的时候，连舌根都衰退了，连话都没办法流畅地表达。人到了这个地步，舌根的功能去掉了，舌上发生的一切事情最终都要收尾了。这就可见人生很苦，只要耽著生的快乐，就一定会有老的衰苦，而且陷在里面一点前途都没有，一点希望都没有。在因缘消散，已经枯枝败叶的时候，哪里还能出现青青的绿色，或者出现轻盈的姿态呢？这是不可能的。

[1555] **由意根衰退故，蒙昧而失念且昏愦严重；**

[1556] 意根衰退的缘故，没法产生明清的意识。这更加可怕了，就会发现，念力严重衰退，心识的反应力也没有了。

[1557] 这里从两个重要的方面来看意根衰败的苦相。首先念力衰退。对于从前发生过的事情，如果意根很好，那马上会产生明了的意识，能够回忆起当时的细节、某人说过的话，或者整个过程等等。然而，由于意根衰退的缘故，没法生起回忆过去影尘的意识，因此，发现念心所严重退化。这个严重的失念指什么呢？要回想某件事情时，心里没法现出来。或者刚刚发生过的事情，“那是谁啊？是什么事啊？”心里一点明记的能力都没有。由于意识的力量没有了，因此就显不出那个影像，导致失掉了念。

[1558] 再者，当前正在发生事情时，比如别人在叙述一件事情，心没办法明了地反应或者出现理解力，出现非常重的昏愦。“昏愦”，指对于现前的境没法反应。“你说什么啊？什么意思啊？听不懂。”已经衰到，连很简单的事情都不知道是什么意思。这样逐渐发展下去，严重的就变成老年痴呆，连基本的反应力都没有了。

[1559] 人有了灵敏的意根，不同于动物，能够作很多的记忆、理解、分析、判断、思维、抉择等等。这都是由于意根好，而出现了非常明了的意识，以及伴随的各种心所，因此出现很好的状况。但是要知道，这是因缘和合的法，心再灵光的人，意识再灵敏的人，最终都会衰掉的。由于意根越来越衰，意识就越来越差，这时候就发现，老年的心处在一种昏蒙、黑暗、没有能力的状况里。连意识都全面衰掉了，在这个世上还有什么快乐可言？先前心识明了，就像早上出现了阳光，对一切事物都看得清清楚楚；后面意识衰残，就像傍晚太阳落山，逐渐就变得阴暗、沉迷，看不清东西；最终全部收掉时，整个就是一片黑暗。像这样，就可以看到有为法的过患。

[1560] **由口中齿鬘掉落故，不能咀嚼硬物，且语句讷讷不清；**

[1561] 口里两排牙齿一颗颗地掉落，硬的东西已经不能嚼了，想吃一点坚果或者硬状的食物，本来嚼起来很有劲，现在完全嚼不动，只能吃豆腐等很软的东西。

[1562] 再者，牙齿掉了关不住风，说起话来讷讷不清。说话需要舌头、牙齿、气、意念等，这些因缘和合时就能很好地进行语言表达。但是，现在牙齿掉了的缘故，说话关不住风，说起话来”讷讷”，吐字不清。

[1563] **由身热衰退故，衣薄则不暖热；由承举之力衰退故，衣重则不能承；**

[1564] 身上的热力衰退的缘故，衣服稍微单薄就不暖热，穿很多都感觉不暖和。

[1565] 过去身体有承重的力量，但现在衰退了，衣服重一点就扛不起来，觉得很重很重。连衣服都扛不起来，那其他东西还能背得动、举得动吗？更不必谈了。

[1566] **虽乐受用五欲，然无力行之；**

[1567] 虽然对于声色、男女等的五欲受用，心里是喜欢的，但已经没有力量来行了。比如要看个什么、听个什么、参与什么，都没有力量了，那时只是心里想要，但已经没法受用了。

[1568] 五欲是人生的快乐，年轻时可以受用歌舞、声色、娱乐、旅游、狂欢以及各种鲜新事物等等，由于身心各方面的状况好、有力量，感觉人生很享受，但是，这只不过是因缘和合的一时假相，像泡沫一样，过了就没有了。而且，这一切乐都是坏苦，到了老年时，不必说受用男女和高级的五欲享受，就连对一点点可意境，也没有受用的能力。这样就被迫退到了世界的一角，只是眼睛看着很羡慕，心里也很想要，但是一点去受用的能力都没有。

[1569] 这就看到，老年人基本上成了全面的残废，作为一个全面的残废者，又怎么可能受用五欲呢？就像这样，最后坐都坐不住，眼睛也看不见，耳朵也听不到，舌头也不能辨，全身的气脉都衰退，躺在那里最终就要变成一具尸体了。就像这样，人生哪有真实的安乐可言呢？丝毫也不可能有的。

[1570] 由于暂时因缘和合，人能按照自己的欲望受用各种欲境，就感觉人生真的有快乐，这只是愚痴人的看法。前后连起来观察就发现，身体这个有为法到了没法维持时，无数的衰残、失意、不能如意的大苦，就会降临在身上。从前的一切贪著、爱恋，在这时都反过来成了无数忧心的刺、无数的灰心冷落。到了败落的时候，这些都会全数地反映出来，过去的乐著越大，现在的失落、失意的苦就越大。就像这样，老来的时候，不光只是身体衰败，还有心上的各种苦纷至沓来。

[1571] **由色身气脉衰朽故，心薄弱而忍耐差；**

[1572] 再者，身体的气脉也是有为法，它也是由众因缘和合而成。当初在三十八周里形成了大中小各种脉，多的有八万四千，这样就组成了脉的系统，还有上行下行等各种的气，然后心就骑在气的马上，走在脉的道路中。

[1573] 年轻时气脉好，因此心堪能、有力量，然而到了老年时，身上大大小小的脉都衰损了，然后气就不行了。以这种根本性的衰损，心骑在一匹跛马上面，像坐在老爷车上一样，脉道上也出现很多损坏，这个时候就狼狈了。由于心薄弱得很，没法忍耐，稍微受一点刺激，马上就生气、陷落，这都是由于气脉衰损的缘故。那个时候就发现，无数的心苦已经出来了。这时候心是很薄弱的，它的马是一匹衰残老病的马，路上到处都出问题，所以，对于别人的一个看法、一个说法，稍微听到一点点、想到一点点，或者稍微不如意的时候，心马上就掉下来了。就像这样，老年时心上的苦非常大。

[1574] **由众人轻贱故，频生懊恼及忧苦；**

[1575] 老年时的相貌这么丑陋，整个状况看起来都让人不喜欢，又没什么用，还需要照顾等等，众人一看就觉得是个累赘，就像垃圾，只想扔掉一样。或者对老人就是嘲笑、轻视，甚至还做一些侮辱等等。由于众人轻贱的缘故，老人常常陷在很深的懊恼当中，以及出生非常强的忧苦。

[1576] 像这样，自己感觉没人喜欢。别人看起来，那么一个老态，那么一个丑样子，当面、背后都是轻视的眼光，一种鄙视的态度。这样受轻贱的缘故，他的我执受不了。不是说年老了就没我执，反而我执更大，心更脆弱，结果一下子陷在很深的懊恼当中。有为法就是这样，因缘消散以后，还会出现年轻吗？还会出现美貌吗？还会出现能力吗？不可能的，已经成老家伙了。自我感觉：这个”我”变成了老家伙，没人喜欢了。自然就发生很大的懊恼，内心忧苦不堪。可见老人的心是非常苦的。

[1577] **由身大种界紊乱故，多病及多伤损；**

[1578] 地水火风四大种各自有不同的功能、体相，处于平衡状态时，身体就健康，不会受损害，但是，现在四大种界都发生紊乱了。要知道，某一大发生增损，没法调整过来，身上就要出现病相，现在四大种四个领域里的事情，都发生了非常大的紊乱，那就可见在老年的几年或者若干年里，身上的病苦非常多。比如地界增盛的缘故，全身僵化，骨头也硬，这样的话动不动就出现苦，摔个跤就骨折了。又比如火界衰退的缘故，身上没有热力，各种受凉、受寒等的病常常会发生。再者，外界稍有一点刺激，自己又没保护好，那就这受损、那受害，各式各样的损恼都出来了。

[1579] 就像这样，由于里面四大的系统都紊乱的缘故，老年是多么脆弱。就像风中残烛，或者一推就倒的沙堆，或者像衰朽不堪的娑罗树，风一吹，叶子就要掉。这么脆弱衰残的系统，时时都有病苦发生，稍微遇到一点逆缘，就要出现损伤等等。老时的蕴是出现无数苦的器皿，是这样一种衰弱不堪的状况，可见太脆弱了，会发生太多的苦了。

[1580] 从前年轻时，由于四大种间能够平衡、稳定，看起来好像没有病，到哪里去都可以。稍微冷一点、热一点、重一点等等，都能扛得起来。现在像风中残烛般的老年的蕴，处在无数怨敌的包围之中，稍微有所触及就会发生苦，因为它已经处在衰残的状况中了。

[1581] **于一切行住运转都无能力的同时，需要以艰苦而作。**

[1582] 虽然时时受着各种老苦的折磨，但还是要活下去，苟延残喘，要走、要站、要有各种运转等的活动。比如要起床、要穿衣、要做饭等等，这时候就要在实际没有能力的同时，非常艰难地来做，忍着很多的苦。

[1583] 比如从这间房走到那间房有十几米，虽然走不动但还是得走过去，因为要上厕所。这个时候，手要扶着某些东西，两脚艰难地站起来，一步一步艰难地走过去。或者要料理什么事情时，转眼就忘了，这个怎么办呢？到底是什么啊？又搞不清楚。不必说做很复杂的事，连穿个上下衣服都很困难。如果还要做一顿饭，这时候该怎么洗米，怎么拣菜，怎么烧等等，都非常困难。

[1584] 像这样，从各个方面去看老苦的相，就知道它的确是一条苦河。

## 1.32 32

[1585] B依《米拉日巴道歌》综合思维

[1586] **如至尊米拉云：“拔桩橛之起式为一，潜捉鸟之行式为二，如袋断索之坐式为三，于彼三者聚汇之时，祖母幻躯衰败心意颓；外皮聚之皱纹为一，内肉尽之骨凸为二，中痴哑盲聋之迷糊为三，于彼三者聚汇之时，祖母示不可意忿怒皱；重而破旧之衣为一，冷而混杂之饮食为二，四方依靠之卧处为三，于彼三者聚汇之时，祖母人狗跨之具证母。”**

[1587] 依《米拉日巴道歌》综合思维老苦　　分四：一、行动三苦；二、衰朽三苦；三、受用三苦；四、总结苦相。

[1588] 一、行动三苦　分三：（一）起身苦；（二）行走苦；（三）安坐苦。

[1589] （一）起身苦

[1590] **意为起身之时，不能自然顿起，而两手按着地后，从坚地拔出桩橛一样起；**

[1591] 思维起身苦，要按照先反、后正、再喻的方式，一路确认以后就会发生定解，确定必然如此。首先反面说，年轻时以身体自身的体性，非常轻便、快速起来的安乐状况已经彻底消失了。正面呈现的就是两只手按着地，借着反弹的力量很艰难地起来。譬喻就像在坚硬的地里面拔出桩橛一样。

[1592] 认识这种苦相时要知道，年轻时以身体各个组织自身的体性和合可以很快起来，先起一个意念，之后很利索就起来了。这是由于气脉、骨骼、关节、韧带等，这些因缘的组合力很大，这就叫做因缘法的自性。当它呈现出一种兴盛相的时候，非常便利地就起来了。然而现在这个状况一去不复返，就是由于有为法多诸过患。这些都是因缘所生法，当他的引业功能逐渐衰退时，就表现出全面的衰残。要看到内层是气脉衰，外层是骨骼、关节、韧带等都衰退了。这样以自身的因缘力就没办法很快速、轻利地起身。就会看到，到老的时候要两只手按着地给他一个力量，然后非常缓慢，要很用劲地像从硬地当中拔出桩橛一样，是那么吃力、艰难、缓慢。这就看到，连起身都这般艰难，已经成一个破机器了，人生的安乐最终就变成这样的衰残之苦。关键就是在因缘和合上观察，到了老的阶段一定会落在这种苦当中。

[1593] （二）行走苦

[1594] **行走之时，其腰弯故头不能抬，步之举、放也不能快作，而缓慢如儿童潜行捉鸟一样行；**

[1595] 这里从一、反；二、正；三、喻的方式，去观察到决定出现这样的衰残苦相。反面说，年轻时昂首阔步、腿脚轻利的安乐状况没有了。因为脊柱骨不能挺直，就腰弯抬不起头。接着就是腿脚的气血、关节、肌肉、韧带等都衰败了，因此脚没办法一步一步很快地抬起、放下。由于因缘的状况已经变成这样，这是没办法凭想象能够挽回的，因此最终彻底地以衰残之苦来收场。正面就能看到，他是缓缓地、很艰难地走动。这种状况就像小孩潜行捉鸟，因为他怕发出声音惊动鸟，所以小孩是从旁边悄悄地、慢慢地、一步一步走过去。这只是状况上的描写，已经成这个样子了，非常像的。但小孩还是很轻松的，而这个老人就不是了，可以看到他的那种缓慢是由于内层的气脉，外层的骨骼、肌肉、韧带等全部僵化、衰退，因此没办法很轻松地走路。这里再看一看，连走路都这么艰难，成了一辆破车，那就知道往后只有苦，因为连最简单的轻松行走都做不到了。

[1596] 如果学过《入胎经》就知道，入胎以后，身体七天七天不断地变化生成，它是一种兴起的相。那时候就像一台新机器一样。所以小孩腿脚便利，身体非常柔软、气脉很盛，会暂时出现一种乐相。但要知道，所有的有漏有为法最终全是以衰残收场，所有现似的乐最终一点都不会出现，因此知道人生是毫无滋味的。

[1597] （三）安坐苦

[1598] **安坐之时，由于手足的诸多关节疼痛故，不能徐徐坐下，身体的重量如袋断索般落下而坐；**

[1599] 这里从一、反；二、正；三、喻的方式在缘起上确认，这个有漏有为法的身体到了成熟之际必然出现这样的苦相，连最基本的安坐都成了一个大苦的事。因此知道不要再做人了，这里面有无数的苦，应当赶紧出离。反面是说，年轻时徐徐安坐的安乐之相完全退掉了，因为手脚的很多关节疼痛，没办法徐缓地坐下。正面的苦相是什么呢？要坐下的时候，身体的重量降下来持不住，“扑通”一声就坐下去了，好像整个地板都要颤动一样。就像悬挂的袋子绳子一断，很快就掉下去了，没有控制力。就像这样非常苦，每一次坐下来都很艰难。

[1600] 这就可以看到，老来了以后，逐渐变得行动不便，在行动的任何点上都充满了苦。最终再也动不了的时候，逐渐逐渐僵化下去，就要成尸体了，就像朽木一样。当我们看到后边际的时候就知道，生之乐迎来的就是老之衰、死之苦，因此不是真实的乐。无数生之乐的后边际就是无数衰残的苦，任何一点都是由众因缘支持的缘故，这些因缘一旦退减，全面的苦相都要出来，密密麻麻，渗透到身心的任何的方面、任何的部件、任何的威仪、任何的阶段。要像这样知道老苦是一条苦河。

[1601] 二、衰朽三苦　分三：（一）皱纹满；（二）骨节突；（三）迷糊住。

[1602] 在这里要看到，人到了老年，从外到内全都变成了丑陋、衰残之相，就像花枯萎了那样，一点美丽也没有了，一点精气神也没有了，一点光辉灿烂的相都没有了。就像世尊当年出四门时，一看到老的相就知道这太苦了，我不要贪著这暂时的荣华富贵，要趁早修道求出离，这才是人生的真义。

[1603] （一）皱纹满

[1604] **身肉尽故，皮膜皱集而身体及面部充满皱纹；**

[1605] 对此要从因相推到果相，看到必然如此，由此就会断定，最终的结局就是这般丑陋。之后就要想，年轻时的美貌算什么呢？只不过是满足一下自我的虚荣心而已，其实最终都要落到这样枯枝败叶的状况中。

[1606] 我们从缘起上观察。肉也是个有漏有为法，到了老的时候，里面的肉越来越少，手一摸的时候都是干瘪的。由于里面的肉尽的缘故，使得原先拉直的皮膜变得松驰了。就好像在两点之间拉直一根绳子，现在里面的肉没有了，这根绳子就松掉了，表现为皱纹集聚，都变成了一条条曲线。这样的话，由于全身的肉是一种总体的相，到了老的时候，鲜活的肉没有了，全身从上到下布满了皱纹。总的身体和特别能直接看到的脸部都布满了皱纹，必然出现这种丑相，连基本的面目好看的相都没有了。

[1607] 造化确实捉弄人。当初在胎中经过三十八周的制造，好像出现了一个艺术品，之后人们也觉得这个孩子好看得很，然后逐渐地长大，到了十六岁花季岁月的确像鲜花一样，然而这只是一时的假相，实际全部要收场，最终就是脸上和身上布满了皱纹。现在的人都不愿意接受无常的事实，不知道有为法多诸过患，拼命地拉直皮肤要显年轻，这就更苦了。所以，不要在假相上认为有真正的青春美丽，所有的美丽都是以丑陋收场的。

[1608] 这样就知道，我必然会老成那个样子，要赶紧出离。不然的话，每一次来人间，年轻的时候臭美几年，整天照镜自赏，实际最终全是以这样的苦来收场的。因此，不要被暂时的假相迷惑，应当彻底去掉胞胎，寻求不生不灭的本性风光。

[1609] （二）骨节突

[1610] **内血肉减故，一切骨节显露而两颧骨、诸关节向外凸出；**

[1611] 还是要看到由因相决定了果相。过去年轻的时候，由于诸因缘的支持力大，血肉丰满，包住了骨头，一点都不显出，尤其孩童时期更加好看。但是逐渐就发现血肉在减少，骨节越来越暴露出来，出现非常明显的相。这个时候，脸部的两个颧骨突出，身上的手脚、颈部等各个关节都开始突出。年轻时的丰满姿态没有了，丑相非常明显。

[1612] （三）迷糊住

[1613] **心念衰退故痴钝及成盲聋后，心不明了迷糊而住；**

[1614] 这是由内的因相推出外的苦相必然如此。内是由于心识上的念力衰退，它也是由气以及过去的福德力等支持而出现的，这些衰退了以后，就表现为念力衰得很厉害，以此在外相上就必然成了痴钝状态。“啊？你在说什么？”根本就不知道。而且，连基本的生活小事都记不住，那当然就是个痴呆状态。再加上眼睛瞎、耳朵聋，整个心识昏昏不明，迷迷糊糊地过日子。

[1615] 过去年轻时的心像朝阳一样非常明了，表示生命的开始，现在心识暗钝无光，就像日落黄昏，表示人生就要收场了。内外的一切乐相最终全部要收场。想一想，连心识都变得暗暗的，什么都不清楚，这多么可怕。连最根本的心都完全迷糊、反应不清了，这表示一切安乐受用全部要收场。

[1616] 三、受用苦　分三：（一）穿着苦；（二）饮食苦；（三）身重苦。

[1617] （一）穿着苦

[1618] **身力衰退且欲美之阶段退故，诸衣沉重而破旧；**

[1619] 这里以两种内相为因，一种外相为果。内相上，第一、身体的力量衰退了；第二、爱美的心退掉了。由此就出现了外面穿的衣服沉重而破旧的苦相。

[1620] 年老的时候，身体连起码的力气都没有了，连穿个衣服都感觉很重，驮不起来。心也衰了，再也不想打扮了，没有年轻的气氛了。这样就看到，人竟然衰到了这个地步。

[1621] （二）饮食苦

[1622] **受用剩余饮食且舌尝不出味故，诸食凉冷而混浊；**

[1623] 这里也是由两种内相为因，一种外相为果。内相上，第一、待遇差了，受人歧视或者自己也不想搞，就吃一些残羹剩饭；第二、舌功能不行了，尝不出味道。由此表现出的苦相是，吃什么东西都是冷的，而且味道混浊。

[1624] 过去舌识功能强，酸甜苦辣都能辨得清清楚楚，现在舌识功能退了，吃不出味道来，人生的乐趣到这里就退失殆尽了。欲界以饮食男女为乐，饮食是第一享受，现在连吃东西都没味道了，人生还有什么乐趣？只有苦了，连基本的美食都辨尝不出来，就像这样，每天吃一点维持生命，苟延残喘。

[1625] （三）身重苦

[1626] **身重故，怎么作也不乐故，常时依靠四方而卧在床上，不能起身。**

[1627] 这里由一个内相为因、一个苦相为果。内相就是气脉衰了，身上的各种组织也衰残了，身体本身都有上百斤，非常沉重，现在连身体都成了最大的苦恼器，由于身体沉重驮不起，因此怎么作也不乐。也就是，如今的老朽之人驮着身体这个负担，实在太苦了，走也不舒服，站也不舒服，坐也不舒服，身体根本没办法摆弄。就像非常虚弱的人要驮一百斤的东西那样，年老的时候，支撑着坐起来也苦，想站也站不稳要扶着墙，想躺但平躺也不舒服，一直希望有东西能把身体托住。这样发展下去就出现了一种苦相为果，那就是整天靠着四边躺在床上，因为这样才舒服一点。躺着的时候稍微好一点，因为有床支撑全身，但直接躺着还不行，需要左边靠靠右边靠靠，没法起身。

[1628] 这就可以看到，身体本身都成了沉重的负担，所以时时处处都是苦。由此就要知道，人生了无乐趣。原先这个身体可以受各种欲乐，做小孩的时候整天窜蹦跳跃，到了年轻阶段就用身体到处去求名利地位、五欲享乐，到处寻刺激，这个身体好像是让人用来享乐的。但它毕竟是有漏有为法，到了老年，各方面都衰了以后就是这种命，最终就要这么收场。年轻时出现的只是暂时的幻乐，实际都是坏苦。

[1629] 看到这三种受用苦就知道，人生到了老年阶段，一切衣、食、住全数成了苦。因为连基本的根功能都没有了，连身体本身都驮不动，那每天就只有受苦的份。就这样一天天挨下去，最终躺在床上死掉，彻底起不来了。所以，千万不要对这样苦患的人生抱有什么幻想。

[1630] 四、总结苦相

[1631] 以下是对上三类苦相做的总结。

[1632] **那时，外的幻身衰朽故，内的识心颓败而苦重；**

[1633] 由于外的幻身衰朽了，依靠它的内在心识也就彻底塌陷下去了，苦非常重。

[1634] 要知道，就像有情和器世间是能依所依的关系，心和身也是如此，身一旦衰了，心就塌陷下去了。年轻的时候意气风发，关键就是因为气脉盛，那时心的骑士骑着身体的骏马到处奔驰，感觉很享乐。然而到了老年，连身体的马都变得衰残，走不动了，这时候想表现也表现不了，想在众人面前张扬自我、显露自我都彻底做不到了。连说个话、走个路都很艰难，心里感觉失败得很，所以是彻底的颓败，意苦尤其深重。

[1635] 就像这样，原本想依靠身体来享乐，结果最终身体衰朽得一塌糊涂，让人的心十分颓败，整天陷在苦中。那时连起一点气都难，心还会感觉很活跃、很满意、很快乐吗？意苦是非常重的。那时候只会”唉唉唉”，因为实在太苦了。

[1636] **容颜美泽衰退后皮肤皱纹多故，显出丑陋的忿怒皱；**

[1637] 容颜的美丽光泽全数退减了，就像鲜花褪色那样，皮肤上到处都是皱纹，这时候显出一个大丑相，就像忿怒的时候脸上的肌肉紧张、横纹显出那样，谁都不喜欢看到。这是老时必然的衰相，连容貌都没人喜欢，还会有什么乐呢？

[1638] **众人轻贱而从头上跨过也不能起故，犹如无净秽分别的具证者般安住等等。**

[1639] 当别人轻贱他，从头上跨过去的时候，由于他根本起不来，所以对此不加理会，就像一个没有净垢分别的具证者一样。老了以后整天糊里糊涂的，什么都没法管，不是不想管，而是连自己的身体都料理不过来。由于身体太沉重，没法动，别人跨就跨吧，这样的话，就好像一个无分别的人一样，实际是衰到了连为自我维护或者躲闪都做不到了，最终肯定要变成一具尸体。就像这样，生命的内容是由众因缘而出现的，因此最终全部要灭掉，当快要灭掉的时候，还会有什么能力呢？

[1640] “等等”，表示诸如此类有无量无数的衰残苦相。有为之法多诸过患，令人厌恶。也就是过去有多少兴盛的乐，现在就有多少衰残的苦，青春的乐相全数都是坏苦，只要有形成就必定有衰亡。如果结合《入胎经》三十八周身体形成的过程去看的话，就会发现原来一点一点全是过去的业风吹起来的，由各种因缘组合起来的，那是相当难。当看到了无量无数因缘才组合出一个人体，这时智者就会知道这太难维持了。多少年过去以后，当一个个因缘再也维持不住的时候，就会这里塌，那里出窟窿，那里又裂开，那里又黯淡等等，总之整个身心系统要全面地衰退。因此，在进入老年期以后，无数的苦会像雨点一样密密麻麻地降临在身心上，而所谓的老就是一天一天地挨，一直到死。

[1641] 这样我们就知道，人生就是苦，不可能从这里得到真正的意义，当虚诳的乐相过去以后，就要面临一个个的苦，所以，不要再取人道中的身。恶趣身当然不用说，一生中连一点点乐相都很少出现。而人生太具有欺诳性，以为有非常大的意义，实际只是由暂时的因缘抛出了一点假相，最终全数都要息灭掉。而息灭的时候，一个个苦相是很具体的，不是口里说一下就没有了，像银幕上的电影一下子收场那样。电影只是个影像，而在人生灭尽的过程中的确有一个个的苦，在老年的几十年里，从早到晚都要一个个去受。

[1642] 因此要知道，原来做人最终会变成这种结果，又有什么意义呢？我为什么要取胞胎？应当早日寻求出离。我们知道了在秽土里全是苦，只有一条又一条的苦河，之后应当这一生就生到净土，证取无生，那里是没有这些苦的，从此将得到真正的大乐。

[1643] **虽于老苦忍受不了而愿死，然实际离死近故极为恐惧。如是等，受衰老之苦无异于恶趣众生。**

[1644] 虽然受不了老苦而愿意死，觉得这么多苦降在身上，早一天死好，但实际上离死越来越近的缘故，特别恐惧。比如，接到癌症晚期的诊断通知，知道活不了多久，心里非常害怕。对于生有很大的耽著，一听到死就没法承受。“等”字包括寂寞、孤独，被遗弃等等。人到了衰老的时候，就要受着跟恶趣众生一样的苦，指匮乏如饿鬼，愚痴如旁生，苦重如地狱。

[1645] 思考题

[1646] 1、依据《米拉日巴道歌》：

[1647] （1）从反面、正面、譬喻三分思维行动三苦。

[1648] （2）从内的因相决定外的果相思维衰朽三苦。

[1649] （3）从内相之因、外相之果思维受用三苦。

[1650] （4）如何总结思维老苦之相？

## 1.33 33

[1651] （3）思维病苦

[1652] 分三：1）总思；2）别思；3）结思。

[1653] 1）总思

[1654] **病苦者，此身是四大和合的自性故，由彼等大种不平等而起种种风、胆、涎等疾病逼切的苦受。**

[1655] 此身如《入胎经》所说，是四大和合的体性，以此为因由，就会知道病苦在所难免，这是作因缘观得出的结论。也就是，身体并非独立的自性，它是由地水火风四大和合而成的，其中分别是地大为坚性，水大为湿性，火大为热性，风大为动性。就像面粉揉成团，假使缺水大，分散无法凝聚；单有水大没有地大，也是散失而没法定住；单有地大、水大，没有火大也会腐烂；假使没有风大，也无法增长等等。这可以看到，作为一个身体，一定是四大和合才能成就的，以此发现它是个缘起法，以和合为相。因此，当因缘不能平衡时，一定会发生病变，这是在所难免的。

[1656] 所谓的”风、胆、涎等疾病”：其中风病，指体内气息错乱，引起的血管和神经系统所属诸病。胆病，指体内火气偏盛所生的热病，和肝区、胆囊所患的病，都是胆病。涎分，指藏医所说人体内部的一种机能，起吸收营养素、感觉饱足、结合关节等作用，感受外因即成寒病病源，相当于中医所说六气中的寒湿二气。

[1657] “风、胆、涎”是举三类，实际从病的差别状况来讲，一大不调有一百零一种病，四大不调有四百零四种病。而且，它就是此身心上必然发生的事，当任何一种病出现时，人就会处在切身的逼恼当中。如同外界四大有灾变的时候，翻江倒海、热气蒸腾、火烧焦黑、地面僵硬或龟裂、地震、台风等等，当内四大发生灾变时，各种的触恼立即像刀切一般地切在身上，心无法超脱，顿时陷在非常深重的痛苦中。

[1658] 那么，这么脆弱的由四大维持的色身，它也是在三十八周里很精细和合而成的。然而越是精细，越表示脆弱，当其中各个方面的因缘不能够具备，也就是四大种界的任何一大有所增减时，顿然就会发生病相。譬如水大增盛的时候，就像涨洪水一样，身体会出现水肿等病；火大一起的时候，身上就会发烧等；地大增盛的时候，举体僵硬等；风大增盛的时候，就会发生各种身体上的颤动等等。就像这样，当它出来的时候，心识就在里面了，直接逼着有执著的凡夫。这样就知道，当四大不能调和时，在那里就会出现病，这是人生处处都会发生的事，也是既然有生，就必然有病的道理。所以，生将带来的是四条苦河，除了生的苦河和老的苦河之外，还有病的苦河。

[1659] 2）别思

[1660] 以上在总体上认识了，由生造就了这样一个色身以后，由于是因缘法，当四大种界一不平衡时，立即就会出现内在小宇宙当中的灾变，各种各样的病苦将会来临。对此我们还要由分别的就前后阶段来思维。也就是当所依身出现病相时，在衣、食、睡等的受用，在接受治疗，在心情的变化，在身性变坏等等的方面，去具体地认识它的苦状，那时候更加会明白，生迎来的将是更多的苦，而且绝对无法避免。这样的话，我们就会认识这个生的确是苦的根源，并非像一般人非理想像的那样，以为生迎来的是无量的乐，实际是无量病的苦。

[1661] 那么首先要观察，当身体这个根本都已失坏时，就可以决定，由此会出现各种门类病的苦状。其次要分别确认，这各种门类的苦相在所难免。

[1662] ①当所依身失坏时，必将出现各门类的病状

[1663] **身和根一切盛壮之时，虽是一个力量光泽增盛而豪强的人，然以疾病疼痛才临无间，便如鸟中石，身力失去，深卧榻中，身体连动转也艰难。问他：“你哪里痛？”连回答快说的能力也没有，无法从体内的深处出声而勉强说。**

[1664] 这里要把眼光拉长到健康的后端，看到当因缘一不具备时，就会立即失去健康之乐，然后有无数种的疾病之苦触恼自身。先是看前端，人到了二十岁等的青春好年华的时候，力量、光泽越来越好起来，有能力，很庄严的光泽看得到，成了一个勇武豪强的人。这看起来是乐，实际是坏苦，因为这种因缘所生的法注定是坏灭性，当因缘离散的时候，必然陷入苦中。我们的眼光关注到健壮的后端，也就是忽然间发生内外缘的突变，哪一大有所增盛等，病就入了身。然后就像小鸟被石头打中，当即摔在地上无力起来，就像这样，身体会随即失去力量，卧身在床。

[1665] 小鸟是脆弱的，不是金刚，当石头击中它的时候，它马上就失掉了力量。小鸟比喻非常脆弱的四大假合之身；石头指突遭内外的病缘；被击中表示病已入身；随即倒下，表示再怎么健壮的身体，实际也极其脆弱，遇到病变的时候，连那些英雄们也一下子就倒在床上，失去了力量。从中可见，身体这种有为法在轮回因缘的风浪中随时会被倾覆，像一叶孤舟在风浪中随时会淹没，一座危脆的草屋在狂风中随时会倒塌，而倒塌时，过去的一切都顿然失坏。

[1666] 这里要看到，在病变时顿时败坏的状况，落到最基本点上看到，连说话都不行了，身体动一动都很难，这就透出非常大的苦相。就像军队要靠粮草，当粮草失坏的时候，整个军兵都没有了力量行进，而且会被击溃那样，身体是生活的根本、行动的根本、享乐的根本，这个根本的所依一失坏，就会知道，过去无数从此发生的乐事，全数将变成苦事。由此我们会进入第二项，从各种门类去观察病的苦状。

[1667] 那么，基本的状况是什么呢？就是本来身体调和处在健康的状况里，才能迅速转动，或者从体内深处发出声音，很快地、连续地说话。而一旦身体的四大出现病变的时候，气无法正常运行，这时候根本的地方出了问题，因此身体要快速走动、转动等等都非常难，甚至爬起来都难。然后说话的时候没办法从体内深处出，只是在喉咙等处很浅地发出声音，而且声音不能快速地说出、不能连续，只有”啊呀啊呀”这样的状况。从这种苦状就知道，实在是太脆弱，的确像鸟以石击中就没法飞一样。

[1668] 接着往后面入了病状之后的情形去看，身体已经变成这样。看到那种病状马上就能确认，以后吃、穿、住、行等各个方面都只有受苦的份。也就是，将会有之后说到的躺卧无乐苦、无有食欲苦、夜中难眠苦、昼夜难过苦、医药治疗苦，以及身性变坏苦、多诸忧恼苦、无法享受苦等等。当我们从各个门类认识到必然会有这样的苦受的话，就会对生失去幻想，因为各类的病苦就是由生带来的。所谓的”生”，是得到了一个四大假合的所依身，这是由因缘维持的缘故，一定会在四大因缘发生变化时顿时陷入苦中。而且将会出现身心、生活各方面的苦状，密密麻麻，百千万种，因此它是一条苦河。既然知道有为法的生支是病之苦河的来源，就像老子所说：我所以有大患者，因为我有身。知道这个身是发生无数病苦的根源，我们就会对生失去幻想，不会认为它有真实的乐，从而生起厌患。自己开始退掉想求生的心，想到一定要解脱轮回里的受生。这样就会发起出离心。

[1669] 思考题

[1670] 1、什么是”病苦”？为什么病苦在所难免？

[1671] 2、由前后对比思维：疾病败坏所依身时，最基本的状况是什么？

## 1.34 34

[1672] ②各门类的苦相在所难免

[1673] **前后左右任卧何处也无乐时，不欲饮食，夜不成眠，昼苦日永、夜苦夜长，药味的苦、涩、酸及针灸等苦，虽非所欲，亦皆须受。遭此病后，认为死将猝然来至，从而惊怖畏死。以魔或背后恶控制力，身心全无自在，唯行于极度迷乱中，连自杀、跳崖等也作。若患麻风、脑出血等病，虽生犹死，被隔离人群，唯见己面。总之，一切病患生活不能自理、如饮烦躁汤故，对别人所作的一切事看不顺眼，性情也比以往暴躁。如果病期过长，作护理的也心生厌烦而不听从。**

[1674] 乐依于身，身一旦处在病苦中，吃、睡、行、玩等的一切乐处就都没有了，心情忧苦，与人相处也不能柔和，又要接受治疗的粗重之苦。从中可以看到，有漏蕴身是苦的根源，暂时四大调合似现乐相，实际极其脆弱，稍微因缘不具，安乐的所依就失去了。

[1675] 下面具体思维，由病的因缘而出现的各种苦相。分九：一、卧床无乐苦；二、无饮食欲苦；三、夜不成眠苦；四、昼夜难熬苦；五、服药治疗苦；六、怖畏死亡苦；七、受控狂乱苦；八、隔离孤独苦；九、生活性情苦。

[1676] 一、卧床无乐苦

[1677] 人一旦生病，就难以正常起身、行动等了，只能躺在床上。由于整个身体都处在苦的状况中，想往左往右、往前往后挪一挪身体，舒服一些，但毕竟已经处在苦状中的缘故，怎么也没有安乐的时候。

[1678] 二、无饮食欲苦

[1679] 生病时没食欲，什么也不想吃、不想喝。受用饮食后，需要发动身体的能量来消化、吸收等，当身体已经处在病状当中，这时候就难以正常消化食物等了，因此感觉饮食都是苦事。

[1680] 三、夜不成眠苦

[1681] 欲界的身体原本有它的业感系统，到了夜晚时分，气血等会自然调节而使人达到安眠状况。然而在生病的时候，四大不调、水火不济，或者为身上的病痛所恼等等，而导致无法安眠。

[1682] 四、昼夜难熬苦

[1683] 生病时由于刹那刹那都处在苦状当中，没有生活的滋味、乐趣，因此就感觉时间特别漫长，很难度过。要体会到，白天的时候，由于身上有沉重的病苦负担，就好像牛马负着很重的担子还要往前走一样，一分一秒地捱，没有一点乐受、没有一点希望，就觉得时间特别漫长。夜晚就更长了，睡也睡不着，非常难受。

[1684] 五、服药治疗苦

[1685] 由于内在的四大种界已经处在不平衡的状态，因此，只有采取输入外四大的方法来使它恢复，从口中、血管里输进去药物，或者用针灸、放血、刀割等来调治。为了病好，不得不接受这些治疗的粗重之苦。服药时要感受药味苦、涩、酸等的苦，或者忍受放疗、化疗等的各种苦。不想吃药，不想做手术，不想扎针、火疗等也没有办法，这样的苦事必须得咬着牙去受。

[1686] 六、怖畏死亡苦

[1687] 由于得了很严重的病，又治不好，自己就感觉死亡很快会到，这样一想到死就特别害怕。譬如医院下了病危通知书，告知治不好了，那时候内心惊怖，脸色煞白，一下子就瘫倒下去了。过去执著这个蕴身是我，特别耽恋生，一听到死就彻底绝望，认为这一切全完了，一想到死的情景就非常害怕。自己在这上面也有定解，知道活不了几个月，所以心情非常低落、非常恐惧。

[1688] 七、受控狂乱苦

[1689] “以魔或背后恶控制力”是因相，结果就导致病人处在受控的狂乱状态。要知道，最初入胎时，是心识投到了精血里，合成了一个蕴体，现在被恶缘控制，比如魔的心识作为增上缘，就会影响到病人的心。或者有些山精鬼怪的心识控制了病人的心，这样受了邪加持以后，人就会处在深度的错觉中。所谓”唯行于极度迷乱中”，藏文里是”错乱中的错乱”，这里以”极度”一词，表示在本是错乱的凡夫境界中，又发生第六意识等上更重的错乱，出现各种迷乱的境界。

[1690] 这实际上是由于他前世欠了命债，或者有各种冤业、有爱情上的债等等，就导致他现在被控制。那些鬼祟等有的是要报复，有的是要利用，为此就会附到他的身上去，有时候是附一个，有时候附两个、附多个等等。像这样就会把他的心识赶走，之后掌控他的身体，使得他全然无有自在。或者为了报复的缘故，加持他的心，让他不由自主地往水里跳、往火里投、往山崖下跳等等。

[1691] 要知道，所谓的病，除了四大不调之外，还有一种是心上出了问题。也就是，魔的力量加持到人心上，把人的心赶走，或者加持他，让他的心处在错觉中，像这样都会出现很大的苦相。或者有些鬼祟要借这个人的躯体去做自己的事。还有一些非人有所图，比如有的恶鬼会吸人的精气，掌控人的心识，使得他没有自在；还有的鬼类精怪想行淫，在人的身上作业等等。这些就叫做”背后恶的控制力”，那个恶的力量直接控制了人的心识。

[1692] 还有一种情况是，这个人自身造了业，导致第六意识上出现了错乱因素，比如失恋、失去名誉、破产等等，以及串习外道的错乱因。像现在的人玩电子游戏过度，或者熏多了染污的文学、邪教等，也使得心识发生错乱，没有自在，处在极度的狂乱中。这种背后的恶控制力，就是指内在熏出来的颠倒意识的力量。一旦串习到量，颠倒意识的掌控力就使得他无有自在，会做出各种不正常的行为。像这些都属于精神上的病态。

[1693] 八、隔离孤独苦

[1694] 如果得了麻风病、脑出血等，那活着就跟死了一样。由于怕传染给别人，就会被隔离人群，只是自己见自己的面，见不到别人。像这样非常凄苦，整天形影相吊，一个人在那儿等死，所以活如同死。像现在得了爱滋病等以后，为人群所抛弃，倍感孤独，只能一日又一日地煎熬着，直至死亡。

[1695] 九、生活性情苦

[1696] 这里的”一切病患”是有法，“故”前是正因，“故”后是立宗，也就是由两种因相来观察两种果相。两种因相：第一、生活没法自理；第二、由于身体四大失调，而心又依身而住，在这种状况下，就好像喝了烦躁汤一样。所谓”如饮烦躁汤”，就好像吃了兴奋剂，发作时就会兴奋，喝了迷魂汤，后面就会神魂颠倒一样，病人的心极其脆弱，处在一遇境就要发生烦躁的因缘状况中。

[1697] 以这个缘故，病人处在怎样的生活和情性的苦中呢？第一、由于不能自理，就需要人照顾，饮食、汤药、行动等方方面面都要人伺候，而当别人做什么的时候，由于他的心不堪能，是看人这么做也不顺心，那么做也不悦意，总而言之非常难满足。这是第一个苦相。第二、性情变得比以往暴躁，也就是心的安住程度不行。过去四大调和，气很调柔，那时心也是柔和的、随顺的，不容易发脾气。现在生了病，四大不合，就使得心变得很不稳定或者很脆弱，内心处在一触即发、一遇境缘就出现暴躁脾气的状况中。因此在生病的时候，性情变得很暴躁，动不动就发脾气。

[1698] 再者，如果病期过长，作护理的人也感觉厌烦。最后就发展到：“你这个病人太麻烦了，一下要这样，一下要那样，又是喜欢这个，又是不喜欢那个，样式太多。反正你说你的呗，我也满足不了。”也就不听他的话，因此他更加感觉苦了。

[1699] 诸如此类就看到，病给凡夫带来各种各样的苦。这些都是有为法的过患，必然出现多方面的苦相。

[1700] 3）结思

[1701] **（身为病人，）一切时中为病之诸受逼恼而苦。**

[1702] 总的来说，乐之所依是这个蕴身，依它可以有饮食之乐、睡眠之乐、生活之乐、享受五欲之乐等等。然而一旦得了病，那的确遭到很大的苦患，行住坐卧四威仪都没有了安乐。走也走不动，睡也睡不安，躺在那里辗转反侧怎么都不舒服，连吃东西也没食欲，根本不想吃，再加上生病本身疼痛等的苦受，跟人接触时也是经常发脾气等等，由病的因缘会带来各种各样的苦。从早到晚一直受着逼恼，心情低落。像这样陷在病的苦河中，叫做一切时都为病的各种受所逼恼而处在苦状当中。

[1703] 归结于生厌患生

[1704] 我们了解了三恶趣的情形知道很苦，而生在善趣人道，似乎有健康等的很多快乐，似乎充满活力，能营造出非常多的美好、非常多的享乐，那是不是生在人中就很好呢？这里就病的状况来作观察。这个箱子一样的身体里面有四大的毒蛇集聚在一起，其中重的体性是下沉，轻的体性是上举，互相侵凌。这个舍宅里没有”我”，只是一个虚假的架子，风一吹、雨一打就难以支撑。它毕竟是个有为法，随着因缘不能维持就会坏掉，真是一个万苦根源。从这里能够看出，这个身是不可能有安乐的。

[1705] 接着就要看到，人生中似现的乐实际是坏苦。比如健康时有很多快乐，饮食之乐、睡眠之乐、行动之乐、游玩之乐，享受各种五欲境界之乐，参与人群社交之乐等等，又有身体的装饰、打扮，总之可以营造身心的各种快乐，但实际都是坏苦。一旦病苦来临，就全数地塌陷，而一个一个转成了苦，所有健康时的乐都是坏苦。

[1706] 人生的流转就像一辆车的运行，生病之前的一切刹那，实际都是在迎接病苦，因为有无数种生病的内外因缘在潜伏着，忽然遇到一种就会陷入病苦。由此就要知道，病是由身体来的，而身体就是这一世的五蕴，它又是由受生来的。一旦有了这个受生，出现四大假合的身，就意味着成了无数病苦的来源。四大只要稍微有所增减，立即出现病苦的状况。

[1707] 再者要看到，投胎的时候，由于心和色和合，而形成了这样一个假的蕴体。心的方面受到各种内外恶缘的影响，也会发生各种变化。外在，自己与众生之间有多少业债，内在，自己有多少种烦恼随眠，因此，这个身心的假合状况，也是时刻面临着心会一下子失坏、发狂、错乱等等。总之要像这样看到，既然是一个因缘合成的有为法，只要稍有一些违缘的加入，顿时就会处在病况当中。

[1708] 这样就知道，这个有漏身体决定是无数病苦的发生之处，要想不受这么多的病苦，就要遮止生；而一旦受了生以后，病苦就在所难免，有的好享受了。这就可以看到，生所带来的并非是人们所说的快乐，而是无数种苦，由此对生要生厌患。

[1709] 思考题

[1710] 1、具体思维生病时的以下九种苦相：

[1711] （1）卧床无乐苦；（2）无饮食欲苦；（3）夜不成眠苦；（4）昼夜难熬苦；（5）服药治疗苦；（6）怖畏死亡苦；（7）受控狂乱苦；（8）隔离孤独苦；（9）生活性情苦。

## 1.35 35

[1712] （4）思维死苦

[1713] 今天开始讲四条苦河的第四——思维死苦的修法，首先解释引导文的文句，要知道普贤上师的每一句话是什么意思。

[1714] 略释文句

[1715] **死之苦者，身卧床榻而不能起，见到饮食也无食欲，为死受所逼切故心忧不喜，**

[1716] 到了死的时候，身体躺卧在床后起不了身，虽然见到饮食也没有吃的欲，死时很多很大的苦压在身上的缘故心不喜。

[1717] **丧失了勇敢及骄慢的自信，**

[1718] 从前年轻时勇敢、骄慢，什么都不怕。比如有一个打猎的人，喇嘛见到后对他说：“你不要再打猎，这样要堕落的。”他说：“反正我造恶业就造恶业，堕地狱就堕地狱，没事的！”就像这样，这叫”王大胆”。“骄慢”，指恃仗自己有能力，心态非常高。但是到死的时候全没有了，那时就像皮球一下子泄掉了一样，成了胆量很小、很脆弱的状况，骄慢一下子没有了，这时一种自卑感出来了。所以人是很愚痴的，仗着自身年轻、有能力，什么都不怕，认为造罪没什么的，根本不存在什么堕地狱。到死的时候自信心一下子全泄掉了，转而怕怕的，胆子小小的、自卑的，非常可怜。

[1719] **错现的迎宾女到来，**

[1720] 在还没死的最后时刻，错乱显现的迎宾女出现了。

[1721] “迎宾女”是诗学的手法，表示迎接的黑暗女已经来了。有些就见到阎魔使者到了身边，或者见到火车相现，燃起了大火。就像在世间要受刑的时候，警察开着囚车已经到了门口，一下车镣铐一铐，之后押上车，就这样抓走了。那么法界的规则差不多，将要去地狱等处受刑的时候，会发现迎接的使者已经来了。或者就像幽冥还魂等的公案里所说，或者有阎王派鬼差瞬间就到了临死者前，要把他抓走，或者会看到两个骑马的人，马上就到了门前，逼着就到地狱城口去了。诸如此类，叫做”错乱显现的迎宾女到了”。

[1722] **触及到了大迁移之刻，**

[1723] 从前在世时也有所谓的搬迁，譬如草原上的人，春夏秋冬每一季都要搬到不同的地方住，到了来年又回来，这是可以回来的。但到了这时，大的迁移来了，回不去了，也就是一下子冥阳两隔，要迁到后世去了。

[1724] **亲友周遍围绕也无力推延，**

[1725] 即使儿孙等全数地围绕在身边，不必说几个月，连一分一秒也推延不了。不管有多少亲友，到了生死关头一点帮助也没有。这就是无常性，哪怕以佛手也无法挽回，可见有为法的苦相。

[1726] **解肢节苦自己独受，**

[1727] 活着的时候为亲友做了很多，付出了很多，然而到临死要受苦的时候，谁也没办法代替，这说明生时独来，死时独往。一切的业都是在自相续上来成熟的，有为法的诸过患也是在这个因缘的主体上来现前的，因此，就像每一朵花的枯萎不会在别的花上发生那样，死的时候只有自己受着最最粗重的解肢节苦。

[1728] **有无量受用然而无有带行的自在，**

[1729] 纵然拥有南瞻部洲的一切金银财宝，有最高级的手机、电脑、豪宅、小车、产业等的无量五欲资具受用，这时候连一针一线都带不走。所谓”万般将不去”，带的自在是没有的，这是以法性力决定的。从此世到彼世的时候，心识一离体，现世的什么东西都带不走。

[1730] **以心不舍然不随后行，**

[1731] 在生时，这些都抓得牢牢的，对于电脑、手机、小车等等都耽著不休，对于此世的各种五欲受用，心心依恋，日夜追求，对于面前的妻子儿女等，也是非常的爱恋。然而，这些物质、这些享受、这些名位等等，没有一样会跟着走，所谓”万般将不去，唯有业随身”。

[1732] **于先造之罪念故后悔生，于恶趣之苦念而生怖畏，**

[1733] 这时思前想后，想到从前造了那么多的罪业，由此会生起追悔，心里忧悔的火在炽燃着。又想到未来的命运，很快就要被业紧缚着押往恶趣，受地狱里的烈火焚身、饿鬼界的饥寒交迫等的苦，这时候一想到那个可怕的景象，心就非常害怕。就像这样，有非常深的怖畏之苦。

[1734] **死亡忽然到故羸弱，**

[1735] 死来的时候，像霹雳一样击在这个弱小的如婴儿般的人身上，就像一个成年人捏一只蚂蚁那样。在这样强势的死无常的力量面前，这个身心将要瓦解的人，是十分羸劣、弱小的。

[1736] **在生的显现隐没故凄凉。**

[1737] 存活时的显现，从自己的身体、周围的眷属，到更大的所住的住宅，以及此世的所有显现，一刹那间无余隐没，这时候非常凄凉。过去在人世间这个自封为国王的人，到此时什么也没有了，什么都无法随行，就像一下子被弃在荒野里一样，非常凄凉。

[1738] **有罪人死时，临终手抓胸前，胸口以指甲印布满后死掉，也就是念及先前作罪之业，于生恶趣十分恐怖，认为在自己有自在时未修成一个有利死时的法追悔后，心中生大剧痛，以爪掐抓胸口故，胸上布满指甲印而死。**

[1739] 这里讲到特别罪人死时的凄惨情形，包括临终的那种心理状况，以及出现的极剧烈的苦状。先说外层的现相，再说内层的状况，再以米拉日巴尊者有加持的教言，来显示苦的状况。

[1740] 有罪之人死的时候很特别，他到了命终的最后一刻，手抓住胸部，然后胸口布满了指甲印，是这样死掉的。为什么会出现这种状况呢？也就是进一步揭示其中的心理以及出现的行为惨状。罪人心不安，从前自以为是，认为什么报应也没有，而造了很多罪。实际上到了临终时，罪业就会猛利地现行起来。他一想起曾经做过杀、盗、淫、诽谤等等的恶业，一想到要生到恶趣，在地狱里被火烧的情形，那是想都没法想的，心里特别害怕。当时又产生一种追悔的心理，很是忧悔，就想：“我在有自在的时候，没有修成一个临终有利益的法，唉！唉！唉！我太愚痴了！”这时心里生了一个大剧痛。以此驱使的缘故，他不是用单个手指，而是十个指甲一下子全部抓住胸口，以致指甲都掐进去的缘故，就出现了指甲印布满胸口的惨状，是这样死掉的。

[1741] 后面是内相。他极度地追悔，内心痛得不得了。由于受不了的缘故，才会用指爪使劲掐进去，以这个缘故，才说胸口布满了指甲印。那就可以看到，在内心的法则上，一旦造了罪就会忧悔，而他造了那么多的罪，所以是没法忍受的。由于那种良心的谴责没办法忍受，于是手就使劲抓，不然心是受不了的，那种心是非常强的，不然不可能深深地掐进去。

[1742] 接着我们看米拉日巴尊者的开示。

[1743] **如云：“有罪人死若见之，乃示业果阿阇黎。”**

[1744] 米拉日巴尊者说：罪人死的时候你见到的话，他就是显示业因果的现身说法的阿阇黎。

[1745] 业果是隐微的，一般不容易看到，但是临终时显现得非常明显。这时是亲自看到了，过去造了业，现在成熟果报时的情景如何。比如曾经打猎杀过动物，这时就现出好多动物来追杀他，非常恐怖。他就说：“你们挡一挡、挡一挡！”身体在发抖，口里叫着、喊着，心里非常恐惧。就像这样，已经心识错乱，这是异熟果报之前的花报。旁边的人一看：他过去造了这个业，很明显，现在已经这样错乱、疯狂了，这就是受报。

[1746] 平常只是在文字上看，人不容易触动，而一旦看到这种现身说法的情形，那就非常明显了。这就好比诸佛现成一个造罪者，他在向你指示，亲身演示：我从前是一个猎人，杀了獐鹿等那么多动物，还若无其事。现在看到了吗？临终时就出现这样的相，身体在打抖，口里在乱叫，心识这样错乱，恐惧得不得了，这就叫做”业因果”！因此，这个罪人临终的显现，就是真正在显示业果的阿阇黎。

[1747] **诸如此类的人从未死之前，恶趣的迎接已到，也就是一切显现皆恐怖、一切感受皆成苦，**

[1748] 像这一类造罪的人，不必说在断气那一刻，就在此前还没死的时候，恶趣的迎接就已经到了。也就是说，在他的眼耳等根前出现的一切显现都非常可怕。当识去领受这些境的时候，不论是领受什么，都处在非常大的苦当中。

[1749] 以上说明了造罪者临终的苦状。

[1750] **身的大种收摄，气息粗厉，身肢抽搐，念想错乱，眼白上翻之际随即行于彼岸。阎罗的使者来了，中阴的显现出现了，**

[1751] 当身体的四大种要收回的时候，气息就变得粗厉了：“呵——”然后停一下，又”呵——“更加要用力，就像这样，最后吐几口气。之后，身体的四肢等开始收拢，在往里收的时候会动一下，所以说抽搐。这时候的想都是错乱的，比如有些临死的病人说：”昨天下雪了吧？“其实没下雪。就像这样，出现种种的错觉。那时候的心识已经不正常，所以，他的想或取相是错乱的。

[1752] 到了最后神识要离开的时候，别人就看到他的瞳孔一放大、眼白一上翻就走了，在这个时候就走到了彼岸。阳间是此岸，阴间是彼岸，就好像过了一条奈何桥，一下子就到那边去了。到那边去以后，从此冥阳两隔。这时阎罗的使者来了，比如派来的鬼差到了。之后中阴的现相——声、光、色等很强地现行了。在这期间，比如心识脱体以后具有业的神通，对各种境界的敏感度大了七倍等等。

[1753] **无归无怙，祼体空手而行的那一刻，仅是今天不来的保证也无。彼时定有利益者唯是圣法，此外谁也不会成为归处之故，“住胎即起正法心，初生无间念死法”。**

[1754] “无归无怙”有各种解释，一种说，能从苦中救出的是归处，能赐予安乐的是依怙。总而言之，不像在人世间还能找到什么人，或者依投什么处，在那个时候，只是一个孤独的游魂在中阴界里游走，随着自己的业走黑白两道。就像这样，当时就处在一种非常可怜的状况。像这样，到了赤条条、两手空空的那个时刻，仅仅是今天不来的保证也没有。人一般会说：“我身体很好，今天肯定不会死。”或者说：“现在这么快乐，死今天肯定不会来。”但实际上，像这样的保证是没有的。

[1755] 在死降临的时刻，决定有利益的只有圣法，此外的天王、人王、具神通者、世间权威等等，谁也不能成为归处，也就是在那时候归依他们，是不会有真实利益的。以这个原因，就像一些赞颂大德的偈颂里所说：在母胎里就生起了正法之心，才降生的无间就在念对死有利益的法。“正法心”就是道心，当他正住胎时就有信心、慈悲心等等。因此，所谓的修法，不是要拖到后面，应当在住胎时就有这个道心、有正法心。而且，才从母胎里出来，就应当念对死有利益的法。因为很多人在住胎时就死了，也有的人刚刚出生就死了。

[1756] 因此，以下就教诫说：

[1757] **如是所说般，无分老幼，死都将猝然来临故，是需要唯从生时就修有益于死时的法。今后若不念死，而于伏怨护亲、住宅、卧具、资财等活计，为了有血缘关系的亲属等，以贪嗔痴三虚度时日，这个罪恶极大，如是认为而思维。**

[1758] 以这两句所说，不分老少，死都是突然间降临的。因为南瞻部洲人的寿命处在非常不定的状况，不像其他洲，共业的状况寿命是定的。这里的状况是死缘众多、活缘极少等，从各方面观察死都是无法预期的。以这个缘故，当你刚出生的时候就要修有益死时的法，因为很快就要走了，生时的身体、眷属、财富三大类法毫无利益，只有修正法才有坚实的利益。

[1759] 从两方面去衡量，所有生时的法都没有利益，一切死时的法都有利益。“死时的法”，是指在死时能产生真实利益的法。在因果正见、无我正见等的摄持下来行善，来修解脱道、修菩提心、修空性等等，这里面任何一种正法在死时都有利益。反过来要看到，如果不念死、不修死法的话，那是有极大罪恶的。

[1760] 因为死法是唯一要修，而且从刚出生时就要修，要把它推到一个决断的地步，因此这里结合无常的修法，也就是在第三个决断上要知道，死时一切无益，唯有正法能作救护。以这个缘故，要推及到从此生一开始，一直到终了之间，唯一地要修法。这就是唯一念死而不念生，唯一修死法而不是活法，对于现世的一切解、欲、作，全数要退掉，这样就成为一个彻底的法道行者了，这样才是修行人。所以说，如果不舍弃现世的话，算不上修行人。

[1761] 那么后面就作呵责：已经明白这个道理了，今后如果你还以不念死而唯一念活的这种颠倒心，也就是大常执的魔头诳惑心的缘故，对于伏怨护亲、房子、卧具、财物等的活计，以及为了有血缘关系的亲属，和有各种利益关系的友人等，以贪嗔痴三者来虚度这万劫难遇的暇满时光，能修后世法、修解脱法、修成佛法的极好机缘，这样浪置光阴，唯一地去修一个恶趣法，那是罪恶极大的。要这样认为来思维。

[1762] 思考题

[1763] 1、逐句解释普贤上师所引导的死苦法义。

## 1.36 36

[1764] 归结于生厌患生

[1765] 一、总思

[1766] 先要提问：是否要到这个人世间来呢？恶趣是苦的，生到这个人间是否有乐呢？如果有乐，当然允许生；如果尽是苦的话，那就应当不生，这样就遮止于人道生的欲。关键要思维生老病死四条苦河，现在是思维死苦。要知道，死的无量苦就是由生带来的，没有生就没有这些苦，有生就必然有这些苦，从而非常细致地看到生的大过患。

[1767] 先前没有经过思维的时候，觉得生的一切现相充满了意义，有很多的乐，有很多需要营造的事情，而且贪恋不休，经营不已，这是颠倒的乐执。这样的话，心中一直对此怀着欲求。这个欲退不掉的话，心在缘起上就一直是往轮回方向走的，不可能有一念往解脱上走，而所谓的修出离心，就是要在欲上转变，因此，我们要进入四条苦河中第四——死苦的思维。这又要知道，这无数的苦就是由生造成的。生的状况、生的欲求、生的意义的建立、生的营造等等，所带来的就是死时无量无数的苦。

[1768] 二、别思

[1769] 接着，我们要对照生和死的关系，看到引导文里讲的每一句，都是由生带来的苦。

[1770] （一）身失坏苦

[1771] 首先，我们要在人世间取得一个身体。在中阴的时候，心识直接投入到精血里，被封裹在里面。接着经过七天七天各分位的转变，这样非常复杂、精密、备受艰辛之后，营造出一个身体来了，这叫”胎生”。接下来降生以后，就有童年、少年、青年、中年、老年。那么，前面所有的营造、所有的维护、所有的发展，到了最后成了什么呢？它带来的是身体全面地崩塌。卧在床榻上，连起身都不晓得了。

[1772] 了解了所依身上因缘的营造多诸过患，就知道有为法是很苦的。无论你有多少个营造，到最后就是彻底地倒塌，倒塌到已经没有能力，当然也就不晓得起身，不可能了。这样就知道，身体最终的失坏就是由原来的生带来的。一直推演到最后，不是发现它有无限的青春的风光、身体的乐受，不是这种结局。所以，所谓的希求长生而不死，只是一种颠倒的生执而已，实际最后就是要沦为一具尸体。

[1773] （二）饮食失坏苦

[1774] 接着要知道，得了这个身体以后，需要以饮食去长养，那也是极具欺惑性的，认为在这上面会有所谓的乐。其实，生存的能量要靠饮食来供给，在胎中是受取母体中的养料；诞生以后，在三年当中去吸取母体精华的乳汁；之后开始吃饭，一天三餐，一年三百六十五天，一生三万天，大约九万顿饭，天天去长养它。人也感觉受用饮食是一种乐，是个有意义的事情，每天少不了它，天天喂养这个”小毒疮”。然而到了最后如何呢？看到饮食，连一点吃的想法也没有了。

[1775] 因此，所有的饮食之乐，所谓的饮食的意义，到了最后就彻底地完结了。那时一点也不能吸取，一点欲也没有，所谓的饮食又有什么意义呢？一生不断地在吃、在养、在受用，到底得了些什么呢？最终成了一具尸体，它不知道起身，它也不要吃了。

[1776] （三）死受逼切大忧苦

[1777] 先前受生以后得了身体，来到这个人世间，这时六根开张，智识形成，人就感觉我能够去拿到非常好的色声香味触，人生充满了希望，有好多的乐受。所谓生的喜乐，就是根取可意境，发生非常多的喜乐，那时候识在身体里是很安稳的。人在年轻的时候，坐着也快乐，走着也快乐，洗个澡也快乐，睡个懒觉也快乐等等，似乎有圆满的身体的受用。到了成年以后，感觉世上有那么多的财富，我一定要拥有，为此不断地打拼、创业，得到好多的财富，这样感觉拥有圆满财富的乐。之后要有可意的对象，然后成家，有家庭的乐。然后感觉有各种喜欢的五欲生活、眷属、事业等等，非常舒心悦意。又觉得在这个世上待着是很快乐的，可以尽情地去营造自己的生活。每天想干什么就干什么，现在还有手机网络，在那里能够尽情地满足自己的欲望，想要什么就有什么的。总之人们感觉，在生的时候能够随意地取到可意的境，生活充满了乐受，人生是让人迷恋不休的，因此，心常常处在似乎快乐的状况当中。然而，所有这一切所结晶出来的、综合出来的，就是在死时出现的无数苦，那时种种苦受逼切在身上，因此忧心不喜。过去所有以因缘造成的取境之乐，在死的时候都要分离。

[1778] 从外内密各层上去观察，首先心识要离体。不像过去，识住在身上，那时年轻、健康、快乐等等，现在是要走了，全部都要完了，因此要舍离可爱圆满的身体，这时候有非常大的舍不得。当心里已经意识要走的时候，一下子处在巨大的忧苦当中。再说，这一世所经营的一切财富，最终一个都带不走，当心里已经意识到要走的时候，就处在巨大的忧苦当中。或者，所有的眷属、亲友等等，当要舍离他们的时候，也会出现巨大的忧苦。再者，人世间的一切全部都要舍离，心里一想到这个，就有猛利的忧苦现行逼切着自心。

[1779] 诸如此类，自己意识到要死了，全部都要完了。这时无论是内在的心识离体，还是外在舍离可爱的眷属、受用、财富等等，一取境的时候，全数跟在生的时候完全相反。他感觉没有希望，心是绝望的，因为他的自我完全不满意，死要剥夺一切，这时会出现无量逼切的苦受，因此心就陷在最低的状态，那种忧戚超过了一切。

[1780] （四）自信失坏苦

[1781] 过去生的时候有一种乐，年轻气盛，很有能力，什么都敢，而且骄慢，这叫做”有自信心”。但是要知道这是虚假的，它是靠着有为因缘的一种暂时显现。气很盛，心缘着这个气，他就感觉什么都敢，什么都可以，无所谓的，然后把自我抬得非常高。现在要看到，这一切在死的时候怎么转为苦。

[1782] 人来到世上，认为这是”我”，当然我是最重要的。而且在生的时候，暂时因缘积聚，这个”我”是可以逞出去、高起来的，要大显一把、大创一把。那么就要知道，在生时那样心心念念、密密麻麻地，都是在张扬自我、显示自我、驰骋自我、抬我自我等等，而且那个自我自以为是，它叫”自信心”。就像这样，所有这一切都是虚假的乐，它的势能刹那刹那都在积聚，一个一个的过程，一种一种的积聚，预示着在死的时候会彻底地陷落。

[1783] 到了死的时候，由于自我的资本没有了，那时再也不敢说”我什么都不怕”，因为死直接就抓住了这个虚妄的心识。他也不能说”我很高，看我多有力气、多有智慧、多有能力，我可以为所欲为”等等，哪里显得出呢？缘起一下子突变，顿时就落在巨大的自卑中。他比谁都胆小，比谁都怯弱，比谁都卑下。

[1784] 就像这样，那种大苦就是由生带来的，而生最关键是自我要实现。他在所有可以进行的场合中，一定要进行；在所有可以显耀的时候，一定要显耀；在所有能够拼过别人的时候，是不惜一切的；在所有要崭露头角的时候，是蠢蠢欲动、跃跃欲试的，而且一有机会就要充分地显露。这样一种状况，就是因为有生，而且执著是”我”，那当然在生时最大的欲就是要为我争取。而在争取的疆场里面，这个自性是要突显得最大，谁都不会说”我是不行的”，我就是自己王国里的国父。像这样就要知道，由生带来的私欲、显耀自我的欲，一种勇敢和骄慢的自信，在这里就彻底地垮台，全部都要歇掉，过去的自信全部转为巨大的失落的苦、巨大的胆怯胆小的苦，这就可以看到在生时的荒唐。

[1785] （五）大迁移苦

[1786] 接着要观察大迁移的苦。首先明白大迁移有六大件，它可不是小的迁移。平常的小迁移，别人也能帮你推延，或者不是彻底瓦解，自己也能带得走受用，可以有一种自豪或者不怕等等。但是大迁移来了就没办法，这一世的显现全部要隐灭，这时候六种状况要出来。也就是错乱显现的迎宾女到了，大迁移之际已经发生。这时就如同落叶不可能回到树上，影片变到下一幕不可能再回来一样。

[1787] 它的六种相状是：一、一切亲友都无法推延；二、身心彻底瓦解的苦自己要受；三、无量受用无一随行；四、生的显现全数隐没，只有业随身，想到生前的罪业极度后悔，想到来世堕落无比恐惧；五、死亡突然降临极其弱小，无法超越；六、一切生时的显现全数隐没，倍极凄凉。这就是大迁移的六大苦相。

[1788] 对此又要知道，这所有的一切都是由生带来的。生意味着我们到这世上来，认为这里是永远的家园，它是可以永恒保有的。虽然有上班、下班，从此地到彼地搬来移去，但那不算什么。我们的认识是说：“现世生活是稳定的，这就是乐！我们可以处在地球的家园上，我们觉得一个个显现是那么真实，这就是人生的风景。总是日出又日落，年头又年尾，早出又晚归，风雨晦明，节假吉日等等，这就是人生的内容。

[1789] 我们在这里有很多亲友可以联络，有事情时都会来帮忙，同舟共济，患难与共。夫妻之间是相亲相爱的，一家人也是互相帮助的，这不就是人生的快乐吗？我们要在这里营造现世的乐。一直就有这个身体存在，这上面有眼耳等的感官，可以有无限的享受。比如，可以看到五光十色的境相，有那么多现代化的生活，有美味、有华衣、有豪宅、有影视、有观光旅游，有那么多信息的享受、感官的盛宴等等，这些就是快乐的资源。当然我们对这里样样都是要的，凡是能争取的就应该争取。对于现世的这一切，当然受用是越多、越新、越高越好。凡是能够拿在手上、看在眼里的，我们一个也不漏过，因为这就是生活的内容。因此，作为一个人，就应该活得精彩，应该活得丰富，应该紧随时代的脉搏，应该跟上时代的脚步。一切新的、好的都不能放过，都要去尝试一把，都要去拥有。“这就是我们对于生的愚痴。

[1790] 之后当然是这种庸俗的现代主义，把我们带入到无止境地追逐虚假欲尘当中。在追求的浪潮中，发生无数的贪嗔、愚痴、骄慢、嫉妒、散乱、竞争等等的烦恼，造下种种的非福业，因此，它所积聚的是堕落的势能。而且在这当中，私欲一逞起来，善心少得可怜，基本上就是把快乐建立在别人的痛苦上，把胜利建立在别人的失败上。这样的话，造下非常多的违背良心、违背天理的罪业。这样造了以后，眼睛还是一直盯在欲尘上，一直关注的是自我有没有实现，有没有站在人群的最高峰，有没有把自我显得最大等等，法老早就抛在九霄云外去了。这样的话，这一生在念念当中，哪里是在依止法呢？所作的都是非法。因为是为着私欲寻求名利、五欲的客尘假相，而欲望是迫不及待的，这样的话不可能想到别人，所以造的多数是黑业、染污业。

[1791] 那么在生时，这些黑业在心中积得密密麻麻。然而真实的因果见也没有，真实的伦理观念也没有，一切顺于正法的心从来没有好好修过。而真正有的是在欲尘里面拼搏、争取，在这上面贪婪、狂妄、愚痴、狡诈等等，加行、正行、结行全部迅速具足，“圆具德相”。这就可见，在生时完全被生的私欲所控制，那死时当然对于所造的业产生追悔，对于未来堕恶趣产生怖畏等等，这些到临终时会猛利地现行出来。因为从前的黑业全部在心上有，想到所造的罪，会生猛利的追悔，忧悔的火在心中炽燃；想到即将堕恶趣，怖畏得简直失掉了心神。这就可以看到，这些都是对生的贪著所带来的。

[1792] 那么刚才所说的这一切，为什么在死时全部都转成了苦？这就要非常细地看到，当时在生的时候，那种心是怎么耽著上去，然后怎么起非理的烦恼和恶业。在死的时候会发现，自己的观念完全错了，所谓的常执，所谓的稳定生活、快乐基础，这些观念是最骗自己的。到了死的时候，在反面看到完全不是这样的话，那时候就非常苦了。因为他平时没有修过法，没有看破生，没退掉耽著心，所有的心都胶著在上面，那么一旦产生大的搬迁，他的心是没办法承受的，因此，所有这一切的事，全数要转为巨大的忧苦。

[1793] 这样就明确，从前在生的时候，你是怎样感觉身心是稳固的话，那到时候就会出现怎样的身心全数瓦解的解肢节苦。在生时不断地营造各种色声香味触的受用，也就是所谓现代化的美好生活，当时心心念念系著在那里，一心营造。然而你的心越细、耽著越大、欲求越大，到死的时候就越苦，因为无量的受用，连一点点带的自在都没有。比如对一块表、一件衣服、一个手机、一台电脑等等，心都是不舍的，然而要走的时候，一点也带不走，所以那个时候难以割舍的苦会剧烈地现行。

[1794] 再者，你以为亲友是多么好，我要去营造，所谓的家庭、朋友，这里面有好多的联欢、联络，制造虚假的感情、虚假的快乐等等。这样的话，到死的时候，所有的亲友即使全部围绕在床边，也是一点用处都没有，他们不会帮你走生死之路。

[1795] 像这样就要知道，从前在现世法里抓得有多紧，付出的心有多大，寄予的希望有多大，迷恋得有多深，那么翻过来就有多少灭没时的苦，一切贪著生的心力都转成了没办法不舍离的忧苦。一触及到的时候，人就是忧苦充满了心。由于过去为着生，想让它稳固再稳固，坚实再坚实，保有再保有，创新再创新，在这上面有无数的投入，起的心念有无量种类，所以死的时候，这一切综合起来，就会陷入到一条巨大的苦河当中，没法度过。

[1796] 这样就知道，所有在生时的那种耽著、那种非理的心，在死的时候全数都要翻成苦。因为生时在三万天里的那种心，全部叫做”现世心”，一点没退过，因此在死的时候，这些全部会反弹出来，因此就叫做”死的苦河”。不然怎么相信，死不过那么两天，怎么叫做苦河呢？其实它是苦发展到最高峰了。它表示有为法的过患到这个时候充分地显露，一切全数要瓦解。而心对这些所寄予的想法、观念全是错的，所抱有的希望是那么大，因此在它破灭的时候，当然会发生巨大的忧苦。

[1797] 特别思维死时弱小凄凉之苦

[1798] 接着又要解释一下，为什么在死突然降临时会感觉极其弱小，或者在一切生的显现全数隐没时，会感觉倍极凄凉，这就是由于生的自我伟大感，和生活虚假的热闹感所造成的。死的时候，这种由因缘突变所突显出来的苦，顿时就会出现，这是没办法避免的。因此，对于所谓的生，不要太得意忘形，种种的乐最终都要落入苦中，种种的自以为是最终决定都是要破灭的。

[1799] 我们一直以为，这个身心是我，我是可以挺立起来、崇高起来的，无论在什么时候，我都要突显得最大、维护得最好。甚至脸上有一个疤，有一颗牙齿掉落，身上有一点点问题，都要好好地修复，不能让自我有缺陷。对于自我的形象、自我的名誉、自我的地位、自我的派头等，样样都非常精细地去经营、去保护，对自我的执著处处都是那么精细。然而到了最后，死突然降临，这时自我的基础粉碎得一无所有，因为它就寄托在身心上。当自我面临死的大雷时，它就变得无比的弱小，那时就发现一点也挺不起来，一点掩饰不过去，想怎么样巧伪、怎么化装、怎么经营，全数都没有用了。而且，过去越是这样执著，到那个时候就越表现出脆弱、渺小。这样可以看到，生中自我的伟大，带来的就是死时自我无比的弱小。

[1800] 再者，有生的时候，认为我已经出现了。这时如果不能看到我执的虚假、现世心的可怕，那当然三万六千日，七十多万小时，日日都是在营造我，时时都是在注意我。然而这所有自以为有实义的事，实际都是在制造死时不堪一击的衰落之苦。越是制造得多、制造得细，死的时候认为我被摧毁的苦就越大。

[1801] 生时有一个个的显现，自己感觉人生是多么丰富、多么热闹、多么繁荣，好像特别有生活的色彩、生活的意义、生活的内容，有各种滋味。实际上要看到，人太虚假了，为了营护虚假的生，即使黑暗的夜，也要让它变得辉煌无比；即使寂寞孤独，也要让它信息的内容层出不穷。尤其在现代这种状况里，任何种类显现都可以制造出来，色有多少、声有多少，连吃的食物多少都是人工制造的。像这样，这就是所谓生的显现，心一直抓牢在这里。如果到一个偏僻一点，没有这些声色显现的地方，都没办法忍受。

[1802] 像这样，不要太得意了，以为网络空间有无数的信息内容，现代化欲尘的海洋应有尽有，玩得太精彩了、太丰富了、太惊动了，不要这么想，所有这一切全是坏苦。在迎来死的当刻，全数荡然无存，连一根手指头都剩不下，所以，这时必然出现倍极凄凉的苦，这就是由原先喜欢乐、喜欢声色造成的。所有生时的乐，全数都是制造死时大苦的因。在生时我们就要知道，生中的乐全是在酝酿死时大苦。不要以为这里面有任何真实的乐，其实全是一些送葬品，都是把人推到死的悬崖下面，让人淹没在死的苦河里的因缘。

[1803] 这么一想，是不是所有死的苦都是由生带来的？如果我们还抱有幻想，以为在人生中有真实意义的话，那我们还希望受生，我们就没办法退掉来世的心。如果窥破了人生中生老病死四条苦河，全数是由生带来的话，那我们就不想受生了。这样会发出”一定要脱离轮回的生”的心，这叫”出离心”，一定要从生的因缘中解脱出来，这叫”求解脱心”。就像这样，要知道轮回是不可能有意义的，即使在善趣也不可能有真实的乐。

[1804] 思考题

[1805] 1、对比生时的状况，观察以下死时的苦相：（1）身失坏苦；（2）饮食失坏苦；（3）死受逼切大忧苦；（4）自信失坏苦。并一一思维：为什么这种苦是由生带来的？

[1806] 2、大迁移苦：

[1807] （1）为什么死时是”大迁移”？

[1808] （2）大迁移的六大苦相是什么？详细观察每一种苦相。并一一思维：为什么死时会有这种苦？

## 1.37 37

[1809] 2、思维其余四苦　分四：（1）思维怨憎会苦；（2）思维爱别离苦；（3）思维不欲临苦；（4）思维求不得苦。

[1810] （1）思维怨憎会苦　分二：1）总思怨憎会苦；2）别思受用财富过患而离怨憎会苦，唯修圣法。

[1811] 1）总思怨憎会苦

[1812] **怨憎会苦者，如是恐与怨憎相会而怕。也就是白天的守望、夜里的轮护，经常护存在之本等，唯一在无有闲暇的状况中度日，然而无义，而受用财富一切，也将成与怨敌共，日匪夜盗，豺狼及野兽等突然突然来后作损害。**

[1813] 接着还是那个老问题：我们生到这人世间来，有没有真实的乐呢？我们会认为，在这里经由一生的经营，得到令人羡慕的财富、名誉、爱情、地位等，这就是生存之乐啊。然而，如果能从初后边际整个过程去观察就会发现，不但生到这世上身体是苦器，免不了生老病死四大苦河，而且处在此世间，在众多的资源、人群等假合的环境里，我们会建立各种意义。譬如拥有很多的五欲物质，那叫具财富的乐；拥有人上人的地位，那是具权力的乐；美名四方远播，那是具名誉的乐；有可爱的异性，那是具爱情的乐；或者懂很多的知识，那是具学问的乐等等。然而正是由于拥有，伴随的就是怕失去。而在这样一个有为法的世间，过去世造的业又无量无数，因此，当每一种成功出现时，就伴随着失败的危险；当每一次登上高位时，就面临着垮台的失落；当每一次拥有财富时，就很可能成为怨鬼寻思的对象，在竞争的场合中随时会被风浪倾覆，这就带来了无边的怨憎会苦。

[1814] 如果能够以理决定这是必不可免的，我们就会对生发生厌患。那是因为，基于已经认定这个取蕴身是我，而且认定现世的名利、财富等是具乐的自性，因此人的心就会一直在上面积集、争取、守护、提升等等，而这每一个的后面都伴随着怨憎会苦。如果知道缘起的锁链总是乐与苦相连，总是得到就会被怨憎挤掉，那么当拥有快乐时就会发现，实际是悬在高空中，无数的怨憎都要抢夺它，因此时时都处在怨憎会苦的惧怕中。

[1815] 接着，我们要认识怨憎会苦的体相以及缘起展示的苦相。总的苦相，就是心里有一种惧怕。当自己握有好东西时，就害怕夺走它的怨憎来临，因此会很怕和怨憎相会。这种情形这里以藏地很朴素的生活来说，而现代汉地的生活就繁复多了，那里有更多由精细分别心所建立的名誉、相貌、地位、身份等等，每一种都是同样的道理。

[1816] 那么我们先从简单的藏地生活来开始观察。比如在草原上，草料是有限的，因此，牧民们会零零散散地分布在各处，不然一块地的草没办法供那么多牛羊食用。对于一个藏人来说，他住在帐篷里，拥有牛、羊、马等的牲畜，还有一些财富，而在这周围就会密布着很多的盗贼。他拥有得越多就越担心，白天要守望，看着牛、羊、马，晚上要轮班来防护，前面一段你看着，后面一段他看着。否则怨敌随时都会钻空子，把马抢掉，把牛偷走，因此不得不常常护着这些资源。这一生虽然搞到了多少匹马、多少头牛，可是唯一是在忙得没有闲暇的状况里度日。自己还以为：“你看，现在有多少牛马，我家又富了，是草原的富豪！”

[1817] “然而无义”，“无义”接在”然而”后面。是怎么毫无意义呢？世人认为，一切的财富和受用都是好的，我们这样去保护、经营等，就能保有一个好东西。但实际上，再怎么做都是听因缘安排，而这一切发展到最后，决定就成了和怨敌相共。这样看起来，再做多少，前一段暂时归你用用，后一段就归人家了，因此，你做的那一切都落到没有意义，因为这些最后全是归别人的。

[1818] 具体来说，这是因为轮回中没有稳定的财富，任何一种都会由于过去造的恶缘而被侵夺。譬如水、火、盗贼、官家、败家子等等，这些都叫”怨敌”，因此他会常常害怕遭到天灾人祸或者盗贼等等。也就是白天有土匪打劫，夜里有小偷窃取，还有人之外的豺狼以及鹰等的各种猛禽、野兽突然袭击，之后就遭遇损害。也就是，这些受用、财富等瞬间就没有了，拥有的乐顿时转成了失坏的大苦。而且，在这过程中一直提心吊胆，悬着一颗心：这些牛马等会不会被偷？今天我们要采取什么措施来保护？等等。像这样，心里的想法特别多，劳虑也特别多。

[1819] 懂了这个譬喻以后，我们就可以转而去观察现代人的生活状况，不是这样放牧的生活，而是有另一种财富。比如在商业竞争中，时时怕被对手挤掉；在求名求位等时，处处都埋伏着怨敌。越是站得高、握得紧，就越是害怕，怕随时遇到怨憎，一下子就失去这一切。这就可见，一旦耽恋这个生，当然就会喜欢生当中的自己执有好的内容，这些代表圆满，所谓的名誉、官位、财富、现代化的物质享受等等，巴不得越多越好。但是，越是得到的多，就越害怕在怨憎会遇时失去。

[1820] 好比当了一个官，马上要任命的时候，就怕政敌把自己挤掉。或者在光芒四射，名誉非常大的时候，就怕突然之间失掉了名，因为某人已经举报了，或者一旦绯闻、谣言满天飞，名誉顿时就没有了等等。诸如此类，名人处在这样的苦当中。因此，只要执著生所摄的任何一种圆满，那一定害怕遇到怨憎，这是必然的规律。

[1821] 2）别思受用财富过患而离怨憎会苦，唯修圣法　分三：①思维受用财富是具无量苦的自性；②思维无财离怨是具无量乐的自性；③生起心依于法、法依于贫的决断。

[1822] ①思维受用财富是具无量苦的自性　分三：A依理总思；B按照米拉日巴道歌分别思维；C依据实例具体思维。

[1823] A依理总思

[1824] **总之受用及财者，是随有几许，就有尔许积、护、增等的无量诸苦的自性。**

[1825] 这里要明白立宗。

[1826] 有法：一切受用和财富。受用即色、声、香、味、触五欲，财富就是高级的物质、大的产业，乃至小的一衣一食等，所有这一切。

[1827] 立宗：唯一是苦的自性。具体来说，有多少财富就有与之相应那么多的积集、守护、增长等为代表的无量诸苦。

[1828] 正因：心耽著故，轮回中怨敌充满故。

[1829] 这里的”自性”就是名言中的定性，犹如已经定义黄连是苦，不可能定义为甜一样，智者知道是苦之后，就舍离而不尝试。同样，一旦明确了受用和财富是苦性，而且是具无量苦的自性，智者是弃之如唾液，丝毫也不沾染。这样才会出现噶当四依，所谓”心依于法、法依于贫”的决断。我们只要从正反两方面认定，积财是无量苦的自性、离财是无量乐的自性，那当然心上的定解由此发生，欲上的决断以此引发，而在这上面会舍得彻彻底底的。另一方面，一旦知道法具义以后，那将唯一修持正法。

[1830] 既然自身耽著受用、财富，以及这里没说到的名誉、地位、爱情等等的有为法，而它又难以维持，那么在具有违缘或者出现怨敌时，必将瞬间坏掉。在这个有为法随时坏灭，而自身的贪欲又无法舍离的状况中，那当然财或者受用有多少，就会有跟它相应那么多的积集、守护、增长三分位过患为代表的无量现前、未来的身心诸苦。

[1831] 也就是，对于这一切的财富、受用，首先是积累，中间是守护，后面是增长等等。比如，最初积集的时候有非常多的辛劳，要一点一点地积聚因缘，一点一点地用心去争取。而中间已经拥有以后，心就一直抓在那上面。稍微离开一会都害怕：那里没有人看着会不会被偷走？或者我现在到国外去，是不是国内空虚，我的政权会被挤掉？或者现在衣食受用等的开销很大，每天要支出那么多费用，怕维持不了目前的生活水平，但又不甘心过平民生活等等，有各种守护的苦。然后就看到，现在五欲的浪潮是一浪比一浪高，不断地推陈出新，样式好了又好。幕后的大商人们拿着指挥棒，也就是不断地用新的方式虚吹、鼓噪，挑动人们的贪欲，而人心又好这个虚名，结果就被鼓动地不断要追求更新、更好、更多。这样，人人在追逐的浪潮里早已迷失了自心，之后一再地需要增长。

[1832] 诸如此类，以这三个分位就代表了财富和受用实在是无量大患的根源，它使得身心是那样的烦恼、焦虑，处在连片刻安宁也没有的状况。在这种状况中，每天不断地去竞争、拼搏，由此起多少烦恼、造多少业，将来又要受多少苦。现前身心就不好了，失眠、抑郁、焦虑等等，未来还要堕地狱、饿鬼、旁生等。这样就会知道，这的确是无量诸苦的自性。

[1833] “等”字说明，这三过程中还有各种身心病态的苦。比如嫉妒、嗔恚、患得患失、惧怕、神经衰弱等等，包括很多很多的苦。

[1834] **怙主龙树云：“由积护增困苦故，当知财祸无有量。”**

[1835] 这一点也是龙树菩萨以金刚句印定的。他说：由积集、守护、增长，使人类的心陷入无数困苦中的缘故，要知道财有无量的殃祸。

[1836] B按照米拉日巴道歌分别思维　分三：a思维财富于初中后三阶段的过患；b总结思维；c思维过患到量的状况。

[1837] a思维财富于初中后三阶段的过患　分三：Ⅰ最初有贪得无厌苦；Ⅱ中间有悭结所缚苦、召怨引鬼苦、供人受用苦；Ⅲ最后有断送性命苦。

[1838] Ⅰ最初有贪得无厌苦

[1839] **至尊米拉日巴云：“财初自乐他羡慕，虽有尔许无知足；**

[1840] 最初拥有财富时，自我站在金山、银山堆里特别地乐。就像那些有财瘾的人，每天都要手里摸着金子，这样笑着睡觉。比如在过去做生意，哪一天收入很多的话，他就反复地看账目，算来算去，觉得打算盘是很有意思的。现在的人就是在电脑上看来看去，看自己的财富收入值。一算账的时候脸上笑容绽放，连晚上做梦还在想怎么来发展我的财富历程，就像这样很乐。出门的时候，坐着名车，穿着名服，一系列用品都是最高档的，看着那些普通人，自己俨然是财富王国里的国王。这样的话，由于以具有财富增上了自心的虚荣，得到了可意境以后就处在快乐当中。

[1841] 别人一看，他是亿万富翁，他有那么大的产业，太辉煌了！或者看到他的房子、车子、衣服等等，众人羡慕的眼光，完全聚拢在这个财富之王身上，这就成为他人羡慕之境。

[1842] 但是，这个人积得越多，贪心就越大，无论积多少，他也没有知足的时候。当他拥有千万的时候，就想上亿；有了一亿以后，又想十亿；有了十亿还想百亿。这就可以看到，人心由于自我得到了满足，之后就会有更高的标码，当仰望到别人比自己更高时，他是绝不知足的，还想要更多更好。这是从富人阶层来说。

[1843] 其实，每个凡夫的心中都是如此。凡夫一生到这个世间来就有这种无明，认为有了财富自我就很风光 。小到一个小贩，他也觉得今天赚得多是很快乐的，你看我比他们都有钱。然而，他还是不知足，还想拥有更多。只要是个人，又建立了”我”，又在寻求现世法，那不求财求什么？难道去喝西北风？这个财是最现实的。就像这样，人都把财执为幸福的基础、是真实的快乐，因此拥有多少都不知足，一直想得到更多，这样的话，就陷在贪得无厌的苦中。

[1844] Ⅱ中间有悭结所缚苦、召怨引鬼苦、供人受用苦

[1845] **中为悭吝结所缚，于善品方无能舍，召怨引鬼之信号，自积累由人受用；**

[1846] 中位的苦包括三种：悭结所缚苦；召怨引鬼苦；供人受用苦。

[1847] 首先，被悭吝的结紧紧地系缚。所谓的”悭吝”，就是有了舍不得用。一方面自己吃的、穿的、用的方面，一点都舍不得开销，特别小气。另外在善法方面，像是利益众生、兴隆三宝，比如建寺院、印经书、供僧、作法事等等，这些也根本舍不出去。

[1848] 其次召怨引鬼，明的有争夺的怨家，暗的有窃取的鬼类，以这两种来说。就像哪里有骨头就引来一群狗，哪里有好东西就引来一群贼，这样的话，具有财富以后，明的就是怨家绑票、抢劫等，因为他的钱太多了。所以富豪们总是提心吊胆，家里要有很大的防盗门、院墙，身边时时要有保镖保护等等，有各种防卫措施，因为太有钱了，怨敌就在那盯着。所谓”鬼类”，就是明的夺不过，暗地里使手段，晚上去窃取，或者在商业竞争中使一些阴的手段。就像这样，那是一块肥肉，它就是个信号，怨家就想：“那里有好东西，我只要动个脑筋就可以拿到，或者我有权力也可以拿到。”所以，它就成了召怨引鬼的信号，这种恐惧的苦是非常大的。

[1849] 最后，真的就成了奴才，自己积集的所有财富，眼巴巴地看着人家在享用。那个人说：“积吧、积吧，你积完了我一收——”然后那个人就开始享用。这时候，他看到自己辛苦积累的财富在被别人用，白花了那么多心血，他的心就处在非常郁闷、不得已当中。

[1850] 这就可见，中间必然是这样的。因为财越多，悭就越大，每当去求财的时候，他都认为我付出了那么多的辛苦，财是我的宝贝，所以后面就舍不得用掉，因为用了一点就少一点，因此，越是去求财就表示他越有贪相。贪相就是不大方，大方的人把千万两金子一扔，就跟扔纸一样，财多财少无所谓的。而贪财的人心就著在那里，他是从一分一厘积攒起来的，对那个是格外有感情，因此一点也舍不得用。他只会算，不舍得用，因此，随着财越来越多，悭贪的结就越来越紧，他心里已经有病态了。之后，患得患失是很大的，就怕失去。每当出门的时候，是这也要料理，那也要吩咐。这个门会不会被撬开？万一被窃取了怎么办？多少操心，一点也不放松。最后发现，积攒了那么多，一分钱还没用，怎么突然在某年某月某日被没收了？我费了那么多心血，怎么他在用？我怎么甘心！其实就该归他用。这真的是又愚痴又悲苦。

[1851] 再看，后面还有更惨的。

[1852] Ⅲ最后有断送性命苦

[1853] **末后来了断命魔，**

[1854] 最后，当这种苦因缘积聚到最高度的时候，就发现这个富豪突然之间为财而死了。比如他的产业太大，一次经济浪潮，就使得他骤然间破产，导致只有自杀了结，因为欠债过多。或者被怨家谋杀了。或者他一天一天过度地辛劳、心力交瘁，躺在病房里过劳而死了。因此，财叫做”断命魔”。

[1855] 古人说：“人为财死，鸟为食亡”，最终就会落到这一点上。只要去统计，多少人是为财而死，这叫”为财捐躯”。这个为财捐躯不是最后才发生，世上的人都是为财为利而早晚奔忙，无数的心血就扑在财上，因此他们都是寻利而死的。这就可见，财不但对人没有好处，而且是初中后害人不浅的怨家。

[1856] b总结思维

[1857] **求怨敌财心受伤。**

[1858] 米拉日巴尊者深有感触地说：我通过初中后三位的认识，知道财的确是怨敌，只要一求它，心就像触到刀子一样要受伤。

[1859] 这里要从前后对比来认识。如果没有真实地思维它的过患，就会感觉财是我最大的亲友，因为它对我好啊，有了它，自己欢喜、别人羡慕，有那么多的享受，幸福的基础就是它。要吃、要穿、要玩、要体面、要什么不都是靠财？世人会说：“你很怪，你还说财是怨家，财是最好的！你还说财要尽量地舍，舍到没有，我们还嫌财少了，我们不快乐就是因为财富少！”

[1860] 实际上它就是怨家。世人不知道，以为自己要求的是亲友财。他想：“我触到了亲友财，是不是已经到甜蜜堆里，摸到最柔软的东西了？”实际上，就像前面看起来有个诱惑之草，好像非常柔软，结果手一触发现是个软体的刀子、软体的荆棘，一下子就刺伤了，同样，心去触那个财，一触到就要受伤。受什么伤呢？因为财是引贪的魔的重要幻术。一旦起了贪以后，以贪为根本的各种烦恼纷至沓来，比如嗔恚、嫉妒、骄慢、散乱、竞争等等，之后造很多的业，以此不断地处在各种苦中。这时候心就感觉不行了，已经受伤了，不是原来健康的状态。

[1861] 可以看到，一触到财以后，这个人就变了，他已经被悭吝紧缚，成为财的奴隶，天天为财而奔忙。内心充满了竞争的焦虑、紧张，没有丝毫的安宁，心最后搞得非常狡诳、混乱、愚痴等等，再接着各种心理病态就出来了。心就像这样被伤到，什么时候都不舒服，一触及到就要病发，这叫”受伤”。中间就是引来明暗怨鬼，由此心上也常常感觉受了伤。比如在竞争中被挤掉，或者突然之间变得一无所有等等，这样的话，心上的伤更重。最后的情形是，这个人已经被吊在财的绳套里，只欠一拉就要死掉。什么原因呢？因为已经积聚到那个程度，太危险了。从他的心理状况上看，也是一触就要崩溃；从实际情况来看，由于因缘的风浪太大，很可能突然之间就破产等等。最终受的伤，就是命都搭进去了。

[1862] c思维过患到量的状况

[1863] **轮回诱饵今已断，魔之诳惑我不欲。“**

[1864] 这里尊者现身说法，告诉我们思维财富过患到量，所发生的厌离心的状况。他说：我以透视缘起的眼光，已经看透了轮回的诱饵——财富的过患。

[1865] 所谓的”诱饵”，是指财富似现为一种真实的意义或者快乐，以此来引诱众生去贪著它，以这个为根本，就直接被拉到轮回的相续里去了。如果能够透视到邪解、邪欲、邪勤、邪业、邪果五环缘起链的状况，就会知道，最开始的邪解就是认它为非常好，以此就产生欲，再出现勤，由此很多的业就出来了，之后陷入非常大的苦中。从最初、中间、最后，或者现生、来世等等，被诱到轮回的深处而被淹没。那么米拉日巴尊者说：这个轮回的诱饵，我已经断掉了，不再入圈了。这是指，已经断掉了执财富为有义、有乐的颠倒见。因此，他出现的心态就是，这种魔的诳惑我是根本不要的，哪怕给我再多的财我也不要，因为它就是轮回的诱骗物。

[1866] 众生都是很愚痴的，以邪胜解作为根源，被它骗掉后一再地执著财富为好。当他第一刹那执著这是一个好东西的时候，就已经入圈了。从少小开始，一直到年老为止，或者从某一生开始，连续无数生，他就这样一直被牵在这个锁链上，由此不断地出现轮回因位、果位的状况，因此它是轮回的诱饵。

[1867] 再细致来看，由于这种根本的贪，发生了多少贪、嗔、谄诳、嫉妒、悭吝、散乱、骄慢等等的烦恼，造各种的杀、盗、淫、妄语、两舌、恶口、绮语、贪、嗔、邪见等的恶业，以此为因缘，出现无数生死的相续，因此它是轮回的诱饵。表面上看它对你有多么好，像是安乐的资本，犹如亲友，实际上它是害你的根本，是万苦的根源，就像恶魔。完全看穿了以后，米拉日巴说”魔之诳惑我不欲”。

[1868] C依据实例具体思维

[1869] **如是所说般，财如许大，苦就尔许大。譬如有一匹马，也有彼以敌夺的惧怕，以贼偷的惧怕，草料不能持续供应的惧怕等，有一匹马尔许多的苦。如是有一羊，也有羊尔许多的苦，下至有一条茶，也有一条茶的苦，决定如此。**

[1870] 经由前面圣者的指示以后，这里特别要依据实例发生大的定解，也就是要在量上断定到，财有多大苦就有多大。缘起的相是遍一切处的，法则是同等的，因此，要想真正得到这个定解，那就可以从一个例子类推到一切。当你看到缘起的共相以后，就会得到断然的定解，这样，米拉日巴尊者说的”魔之诳惑我不欲”的厌离心，在自身上决定出现。

[1871] 这里要注意思维趣入的次第。首先以一匹马为例细致地观察，当得了定解以后，再类推到一只羊、一条茶，也无不如此。只要对这三个例子能够真实认定，在这上面得了定解，之后一下子就可以开始断定，所有的财都是这样，所有的受用都是这样。再类推到现代生活来看，包括一房一车、一衣一食、一手机一电脑、一娱乐一影视等等，这一切全是这个缘起的法则。这一段最后的”决定如此”，就表示缘起律不会因为时空而改变，所以，我们在观察了三个例子以后，还要进一步推到极处。

[1872] 就今天来说，手机、电脑、豪宅、小车、产业等等，所拥有的一切全是财，而这大大小小的财拥有多少，你的苦就有多大。你说我的财越来越大，那你的苦就越来越大；你说我的财越来越多，那你的苦就越来越多；或者说现代化的生活越来越丰富了，手机的功能在升级，网络的信息在升级，可以享受的内容更多，这样的话只要三个月，去看此人早已不正常，这就证明他的苦很大。

[1873] 这里只要在一个事例上得了定解，再类推到一切上面，就知道都是一样的，这样我们就不会被各种乐颠倒的邪说所诱惑，也不会被各种花样翻新的现代假相所迷倒。

[1874] 先从一匹马去看，它是一个因缘和合的假法，像泡沫一样脆弱，而自己又执著一匹马是非常好的，因此，在这一匹马上所惹来的惧怕就非常多，因为它随时会被怨敌夺走。所谓的怨敌，有外怨、有内怨、有阳怨、有阴怨等等，表示有各种违缘。那么，对这么脆弱的因缘法是如此的耽著，而因缘突变的风浪又时时会把它损坏掉，因此，它有多脆弱，因缘有多少突发点，就有那么多的惧怕。就惧怕这一点来说，就有无数的担心、无数的忧虑。连草原上那些纯朴的人，心里都是怕三怕四的。

[1875] 这里说了三怕——怕敌夺、 怕贼偷、怕没草料。比如主人说：“这么好的骏马，阿三！你白天要好好看着，不然怕被人抢走。我们还有那个怨家，他一支箭射过来，马就死掉了。或者强盗来了，敌不过他的话，他就骑着马扬长而去了。”他怕这匹马白天被敌人夺走。夜晚他又会说：“这匹马得绑好，阿三！你得好好看着，守夜的时候不要睡着了，不然有好多的贼，会偷走的。”他怕晚上被窃取。然后又想：“最近天气不太好，草料怕是不能持续地供应。”他怕马饿。“等”字包括一系列的怕，因为这匹马随时会病、会死、会受伤、会失去等等，因此他的心就牵在这里。

[1876] 这就好比你今天说：我生了一个儿子。那你就有得怕了，从他一岁到五十岁之间怕来怕去的。又怕他饿了，又怕他丢了，又怕他考试不及格，又怕他考不上大学，又怕他找不到对象，又怕他自己家里出事，又怕孙子没人带等等，总而言之，无数的怕就系在这个孩子身上。这个孩子就代表财富。就像这样，这个非常脆弱的缘生的法，本来就是假的，而人却认为它有实义，又不知道轮回里的因缘时时会发生变化，处在这种境况里，心就时时都怕，怕自己执为亲友的这个，它破一点、失一点、不好一点。唉！你太执它为亲友了，因此苦就多。

[1877] 再之后，有羊、有牛还有茶等等，每个都有如许量的苦。对于每一个因缘法的财富已经执为亲友，而在它身边又有无数的怨憎要相会，使得它一下子坏掉，因此就有无数种惧怕。诸如此类，光是惧怕就这么多，那么其他的贪婪之苦、竞争之苦、焦虑之苦等等，更是无量无数。

[1878] 这样就可以论断，的确是财富有多少，苦就有多少；财富就多大，苦就有多大；财上有多少根绳子，就有多少牵系的苦；财有多少种诱惑，就有多少求取的苦、当奴隶的苦等等。像这样发展思维就会发现，原来我执为亲友的东西，是这么可怕的万苦之源！千万不要惹到，否则就像惹到马蜂窝一样，无数的苦纷至沓来，我身上就要布满苦了。就像这样，要知道它是决定的。

[1879] 思考题

[1880] 1、什么是怨憎会苦？为什么怨憎会苦必不可免？

[1881] 2、以理抉择并细致分析：财富是具无量苦的自性。

[1882] 3、按米拉日巴道歌思维：

[1883] （1）财富于初中后三阶段，分别有哪些过患？

[1884] （2）由求财导致心受伤的情形如何？

[1885] （3）思维财富过患到量的状况如何？

[1886] 4、以一匹马、一只羊、一条茶三者为例观察财富的过患，再观察自己所拥有的财富，之后类推到一切财富，对”财有多大，苦就有多大”生起定解。

## 1.38 38

[1887] ②思维无财离怨是具无量乐的自性

[1888] **如颂云：“无财则离敌”。如是般，若无财，就远离了怨敌，而得喜乐。**

[1889] 由前面的观察就知道，财是具无量诸苦的自性。这样思维以后就明确，正如圣者所说那样，没有财就离了无数怨敌，无数的苦都不会有，心上有很多的喜乐，没有忧虑，这多安闲、多快乐！

[1890] 所以，离了财，什么怨家都没有，而那个有财的人就很苦了。比如问：“富豪富豪！你快乐吗？”无数的富豪都说：“太不快乐了！没想到有了财以后，时时怕遇怨敌，怕被怨家挤掉、拿掉、夺掉。自己的心受尽了伤，我被魔的诳惑骗惨了！”就像这样，他身心上有无数的苦；然而一旦离财，那就有无数的乐。

[1891] ③生起心依于法、法依于贫的决断

[1892] **是故，需要如往昔出世的先佛的传记一样，受用及财富的贪著一切从根断除，依于如鸟觅食般的生活后，唯修圣法，如此认为而修习。**

[1893] 以这个缘故，自己就认为：我需要这样来度过此生。这里有榜样、有做法；而做法里有应断、有应行；应行中有暂时的维生和终生唯一的内容。

[1894] 榜样就是从前来到这世上的一切先佛、先祖。如释迦本师六年苦行时日食一麦，米拉日巴尊者以荨麻为食，本传承的大祖师晋美朗巴尊者住山洞，只吃一点糌粑维生，这就是我们效仿的榜样。因为他们深明大义，知道这个世上的生本来就是苦，如果为着色身寻求财富和受用的话，那是极大的愚痴，由此会陷入到无数苦的网罟里。因此他们就想：不要像那种为了一点受用而关在圈栏里的旁生那样，应当像野鹤，有无限宽广的天地。他们为了寻求无上大道，普救无量众生的缘故，发了决烈的出离心。

[1895] 像这样，我应该怎么做呢？在应断上，量上要彻底，程度上要彻底。量上，就是”一切”所代表的，对于色声香味触五欲受用和各种现代化物质资财的贪著，这些全数要断。程度上是彻底地从根断除。如果只是枝节上断一点，后来又发出了芽，还更加蓬勃、更加繁多的话，那不算数的。一旦从根断掉的话，那就再也没有什么枝叶了，这叫一断永断，永不复生，是这么彻底。

[1896] 从应行来说，包括世俗的生活和法的生活。世俗的生活到哪里为止呢？那就像一只鸟，它每天只寻找当天的食物，再也不会去积累第二天以后的东西，这就是完全放下了。因为当天不吃的话，身不安没法修法，但是，对于当天以后的不起任何想法，无论明天会遇到什么样的事情，哪怕死了也不管的。这就可见，他离贪的心是真实的，那么这样就完全放下了。那在积极方面，法的生活如何呢？那当然凡是可以拥有的时间，念念都投入在法的修习上。这就是实行噶当四依——心依于法、法依于贫、贫依于死。

[1897] 就像这样，由这种思维已经发起了决断，从此行者将转入全身心唯一修法的事业中。

[1898] （2）思维爱别离苦　分二：1）由总别二分思维苦相引生定解；2）思维亲无定性多成怨害，从而远离爱著、去除爱别离苦。

[1899] 这一段的思维要分成两部分来进行。首先分成总体和特别两段来观察，当爱别离时，心上会现起哪些苦的状况。一旦以理（心的缘起法则）认定了，就会引发定解——生在人间必定会发生这些。也就是，既然生而为人，执著有亲方，心就会偏向亲方，爱著在上面；一旦发生别离，著不上去了，这时心马上会出现忧苦。这样思维后就能认定，这个生是发生无数爱别离苦的根源，由此对于生产生厌离。

[1900] 其次要思维，怎么来去除爱别离苦呢？我们观察到，这种苦的根源是爱著，爱著又是由认定亲而来的。因此，要想从根源上去除此苦，就要观察到，我们认定的所谓的亲，其实根本没有固定性。从前那种观念认为：这决定是我的儿子、女儿、父亲、母亲、亲戚等等，他们是决定的亲人；对于亲人，当然要有更多的心偏向他们，对于他们的苦乐等，心一直都要著在上面。这样由于心一直牵在上面，所以与他们别离的时候，必定会发生很大的忧苦。反过来说，一旦透过真实的相状，发现这些所谓的亲，实际上很多时候就是在作怨害，由此就知道，亲不决定是亲，心上自然会脱开爱著。一旦离了爱著，当然就不会发生别离的苦。

[1901] 这里要看到，所谓的”爱”，就是心一直著在可爱的相上，不愿离开；或者一直要护着这个具可爱相的亲人，不愿他们遭到损坏、受伤、别离等；或者与自己的维系上不能发生问题等等。但实际上，所谓的亲是一个因缘生的法，因此决定是一种无常别离的自性，因缘一变就会发生分离等。因为要脱开了、保不住了，这时爱著的心完全束手无策，从而发生很大的忧苦。

[1902] 那么，现在只要把亲相认定成多成怨相，爱著自然就脱开了，就会达到像米拉日巴尊者那样：我已经认识了这轮回的子女亲等，都是毁伤自心的怨害相，因此，我对于世俗的亲一点欲也没有。这是由于观到了过患，心中脱开了对凡庸亲的爱著，由此得到了真实的自在。那时候，别离不会造成苦感，而是成了很解脱的一件事了。这就是脱离爱别离苦的修心之道。

[1903] 1）由总别思维苦相而生定解　分二：①总思苦相；②别思苦相。

[1904] 这里要注意，我们不要只在一个点或者某个现象上去谈论，而是首先总的要知道缘起的理趣。这个理趣不是某个思想家去撰述的，而是在凡夫心上一定有这样的缘起法则。我们一旦认定了以后，自然就会发生胜解，这个解是产生欲的根源，一旦有了欲，真实的道心就会出来；如果解没有深刻地发起，那么欲就是皮毛，真实的修心成就相也就难以出现。

[1905] 因此，我们重在以深邃的智慧去观察到这一以贯之的法则，这个法则就是心上本来的缘起之理。一旦从总体上认定以后，就必然要发生定解；然后按照特别的各类现相去观察的话，那是一个也跑不出去的。这样就能周遍地扩展到轮回的一切亲方上面，看到全数都是无数苦的来源，之后一点都不喜欢。也就是具智者已经看到，一惹到亲以后，无数的苦都会招过来，因此，他自然在前面离财之后还要离亲，决定会成为一心出离世间的行者。

[1906] ①总思苦相

[1907] **惧怕与亲友别离之苦者，轮回世间一切有情，于自方贪，于他方嗔，而偏向于戚、属、仆、友及亲方故，为了彼等备受多苦。有亲戚及知友关系的彼等，也是无常别离法故，每多死亡或流落其他境方中，及以怨敌、损害等逼恼时，比彼等的苦于自己上出现的更厉害。**

[1908] 首先总体认识爱别离苦的苦相。以一个”惧怕”来表达：对于自心最爱著、粘系的亲友，非常害怕与他分离，这种苦就叫”爱别离苦”。

[1909] 以下立量：

[1910] 有法：一切处在轮回世间的有情。

[1911] 因：源于我执而发生了我所执，立了自他两方，对于自方贪著、对于他方嗔恚，从而心偏向在亲戚、僚属、仆人、朋友及各种亲爱等的方面。

[1912] 立宗：（以这个缘故，）一定会为了他们而受非常多的苦。

[1913] 这是总的认定。也就是，这里要看到以我执引起的心上偏向的相。立了自他或者亲怨的两方，心自然会更多地给亲方、会偏向亲方；以这种情执，就会为着他们的喜、他们的忧、他们的聚、他们的离、他们的成、他们的败等等，而受非常多的苦，这都是由于偏执之故。

[1914] “为了他们而受很多苦”这一句是总说。这里特别关注到其中的一大部类爱别离苦。自心只要爱著这些亲方，就一定会出现惧怕爱别离的无量无数的苦。想想这些有着亲友关系的人是不是坚固的法呢？不是的，他们都是无常别离的法。以这个缘故，随时可能发生死亡、流落他乡、被怨敌逼恼，或者遭到天灾人祸等的损害，包括生病、坐牢等等。当自己一心爱著的这个相，出现破损、离开、灭亡等的状况时，很大的爱著力就会使得自己提心吊胆、担忧、操心、悲伤等等，比起那些亲友所受的苦，在自己心上出现的忧苦更加厉害。

[1915] 总的来说，由于偏执、一心爱著在亲方上，而这些法都是因缘所生，是无常别离自性的缘故，只要因缘一到就会出现死亡、离别、遭灾、受难等等各种遭破损的相；这时，爱著的力量自然在心上反应出来，立即会现行出非常大的忧苦。因此，这要看到生是苦患，所有这些苦都归结于生。我们来到这世上，已经执著有”我”，之后就会把合自己意的立为自方，把不合自己意的立为他方。以这种心的耽著力量，就会沉浸在与亲友相聚等的快乐中，或者执著这种所爱的相一直要保存得完好、要适合自己的心意，或者要团聚不离等等。实际上，由于这些本是坏苦自性的缘故，就都和别离之苦相连。这一个个与亲友相聚的乐，全数会发生出一个个惧怕与亲友别离的苦。可见，生是带来无数爱别离苦的根源，由此要厌患生。

[1916] 关键要看到，这种苦就是由爱著力而来的。比如你的心系在一个人身上，当他出现生病、遭难，或者被关到监狱里要受刑罚等的时候，自己的心自然就担忧起来了，就著在这个相上，之后一直系在那里脱不开，非常厉害，这就是爱著力的一个反弹。这样的话，就会一直想着：“那是我的孩子、我的爱人，他现在是这么苦，怎么办啊？”或者说：“他又要离开三年五年了！”或者”他怎么就没有了？“等等，各种忧心等的苦必然会出现。要知道，所爱著的法都是泡沫法，哪里会恒常固定地按那样显现呢？突然之间就离开了、就受刑了、就遭难了、就生病了、就破产了、就家里不好了等等。这样就知道，都是由于自心的爱著，所以惧怕跟他分离。

[1917] 这里的”别离”要作广义的理解，凡是跟你所执定的那种圆满、安乐、常恒的相相违的，都叫做”别离”。当自心所系著的这些相发生一点变化时，就会以爱著力一直在上面操心，而没办法脱开。比如父母爱著孩子，当他出现了生病、挨饿、出事乃至死亡等的状况时，以爱著力自然会出现很大的忧苦。或者对自己的爱人，那也是他一旦遇到灾难等的时候，以爱著力心自然就出现忧苦。要知道，这些苦都是由爱著而来的。

[1918] 反面证成：假使你已经认他为怨，那么当他出现这些广义的别离，也就是各种衰损、苦恼等相的时候，反而幸灾乐祸，感觉这是很欢喜的：“原来是他啊！他病了、死了、遭难了？活该！”这样的话，会出现欢喜的相。假使是一个中庸的人，也就是陌生无关系的人，那他无论发生什么，自己心上没有任何的感受。这样就要知道，这个苦就是由爱著而来的。

[1919] ②别思苦相

[1920] 特别要思维父母对孩子的爱著，以此时刻都在集聚着坏苦。一旦所爱的孩子出现了广义的别离等相的时候，立即会发生极大的忧苦。这里要从数量多、程度深两方面来观察，由此会更切近地认识到，原来生死的苦患这么大，一切所谓的爱也全数成了苦因。

[1921] **特别父母者，于孩子疼爱故，惧怕彼寒，惧怕彼饥，惧怕彼渴，惧怕彼病，惧怕彼死。**

[1922] 首先立量：

[1923] 有法：爱著子女的父母。

[1924] 因：由于对孩子有很多的疼爱、疼惜的缘故。

[1925] 立宗：有很多关于孩子发生不好上的惧怕。

[1926] 这里要看到，人来到了世上就有家庭，有父子关系等。那么父母对孩子是非常疼爱的，而这些全数都是苦因。也就是，由于这种爱著力非常坚固、猛利，所以他的心就极其脆弱，又怕孩子饿，又怕孩子渴，又怕孩子冷，又怕孩子病，又怕孩子死，可以看到父母有各种的担忧之苦。

[1927] 由于孩子是他最爱著的，所以稍有闪失心就怕起来了，陷在苦里，还没发生的时候，一想到可能会发生，马上心就不安。要看到，孩子是因缘法，不是坚固的，只要因缘一变，他就有可能遭遇各种灾变或者发生各种离别，由此各种的爱别离苦都会出现，这是相当脆弱的。因此，父母随时都处在惧怕的苦当中。

[1928] 从程度观察

[1929] **能达到比孩子病，宁可自己死的怜愍，而为了他唯一能作心病故苦。**

[1930] 程度上要从爱著的力量极深，致使苦的程度极大，来看到爱之苦患。轮回中做父母的人，对孩子怜爱到什么程度呢？能够达到只要让孩子不病，宁可自己死的地步。以这么重的爱著，就会为了这个孩子，唯一让自己处在掂记、操心、担忧等心的疾病状况中，以这个原因，就知道父母非常的苦。因为这个孩子是缘生的法，时时都处在因缘的突变当中，时时会病、会离、会衰、会死等等，这些状况一旦发生，父母一下子就陷在很大的心病当中，可见孩子只会给他带来操心、担忧、焦虑、忧愁等等的病状。

[1931] 这样就知道，这种苦的程度非常的深，只要稍微出一点点状况，马上心就发病了，已经处在没办法解开的忧病当中。比如孩子只是离开几天，父母就一直想：“怎么还不来电话？”或者孩子要离开家去某个地方，三年五载不回来。那要走的前几天心里就怕起来了：“孩子要离开了，不晓得哪一天才能见？”前一天晚上一想起心就乱，整夜流泪睡不着。临走的时候更怕，临上车时老泪纵横。走了以后，夫妻俩你看着我、我看着你，吃饭都没味道。假使过两天孩子又发生什么事，那更加心系得厉害。假使孩子要去当和尚，再也见不到，那是最怕的了：“宁可你坐牢，你也别去当和尚。因为坐牢还能见面，以后还能回来，当和尚就再也见不到了！”这样的话，他那个病非常的大。假使真的当了和尚，母亲就开始哭，一夜间头发全白。在多少年当中，她每次一想到就哭。或者孩子突然之间遭车祸被压死了，之后每年一到那天，母亲就像发疯了一样，根本不正常。

[1932] 像这样可以看到，这都是因为爱著力过深，所以时时都有担忧。孩子从小到大，父母有无数的爱别离苦，这都是由那种过分的爱著力所导致的。别人家的孩子出点什么事，自己感觉无关紧要，或者怨家的孩子遭遇灾害等等，反而觉得很高兴，可见这些唯一是自私性的爱著所带来的苦受。

[1933] 结成

[1934] 藏传的大师透彻缘起，所以这里一路下来都是”故、故”，表明全是缘起的理路。其实也就是你心上的理路，不是在外面作一种理论，而是每个人心上都有此缘起法则。一旦认定了它的共相，一以贯之，所有的现相都是如此，由此会对轮回发生苦谛的认识。以缘起法性决定的缘故，它的确是真谛，从此就再也没什么妄想了，对它的苦有决定认识的缘故。

[1935] 那么在得到前面总别两分的认识之后，再推到一切亲友方面，会认识到生在这个人间，没有修出离心，就一定会有无数的爱别离苦。

[1936] **如是爱著彼诸戚、属等人，是备受惧怕与彼等别离之苦。**

[1937] 平生爱著亲友等人，以这种爱著的因缘，必然会在自身上感受惧怕与彼等别离的无数大苦。

[1938] 要看到，生在世上，已经执这个蕴为”我”，由此就会出现自方、他方。对于自方，自己的心就会偏在那上，执著他一定要好。然而他是无常别离法的自性，时时都有可能出现损伤等的别离的相，由此心就无有自在地陷入到苦中。这是基于我执，再连到对自方的偏爱所发生的苦相。如果没有生起出离心修解脱道的话，在任何轮回的有情身上，都决定要无数次地发生这种苦。

[1939] **思考题**

[1940] 1、为什么无财是具无量乐的自性？

[1941] 2、了知财富过患后，我们应怎么做？从榜样、应断、应行方面思维。

[1942] 3、爱别离苦中：

[1943] （1）“爱”是什么涵义？

[1944] （2）“别离”包括哪些内容？

[1945] （3）爱别离苦的苦相是什么？

[1946] （4）结合实例从正反面观察：为什么爱别离苦都是由爱著力而来？

[1947] （5）为什么父母对孩子的爱是苦因？从数量多、程度深两方面观察。

[1948] （6）以理抉择：为什么有生就必定有爱别离苦？

## 1.39 39

[1949] 2）思维亲无定性多成怨害，从而远离爱著、去除爱别离苦　分二：A父母等不决定为亲；B子女等不决定为亲。

[1950] A父母等不决定为亲 分二：a总思；b细思。

[1951] 这里思维的要点是，先认清分别心对于亲和怨的认定，那就是能作利益者为亲，能作损害者为怨。之后就要观察到，在真实的缘起事件上，父母等对子女做的实际多数是损害。由此会看出亲没有定性，他时时显现为怨，因此没必要爱著，这样就可以脱掉爱别离苦。首先对于父母等方思维，又分总思和细思两项。

[1952] a总思

[1953] **然若善观，亲也不定为亲，认为父母等于子爱，然爱的轨则成了颠倒后，毕竟是加害了子。**

[1954] 人在没有如理观察之前有一种观念，心非常地愚痴又固执，那时会认为：亲决定是亲，死了也还是亲，无论什么时候他永远是我的亲。这样的话，当发生别离的时候就会想：“我的亲走了，我怎么能不苦？”

[1955] 做父母的往往认为：“我对孩子的爱是上等的！”其他人看到了也说：“他对孩子的爱那真是没话说。”但是，真的是爱吗？实际去看的时候，爱的轨则成了颠倒后，从究竟上看是害了孩子。既然是加害，那就是怨，怎么是亲呢？这样从最终的结局就可以看到，父母等给了孩子莫大的加害。既是害者，那就是真实的怨，这看出并不是决定的亲。

[1956] 对此再细分思维。

[1957] b细思

[1958] **如何呢？给财食及受用，迎娶终生伴侣的妻子后，跟轮回的缚绳连上，教以降怨、护亲、增长受用的轨则等不善业的方便很多，是作一个从恶趣的深处不解脱故，没有更大的损害啦！**

[1959] 那么观察，父母等给孩子的爱到底是什么呢？给他钱财，给他饮食，给他各种五欲的享受，然后娶上终生伴侣的妻子，就绑在轮回的缚绳上了，因为一切众生都是由饮食男女而出现轮回的，就像这样给他当了轮回的助缘。再接着多多地教给他：你将来在社会上要立足的话、要发展的话、要自我成功的话，就要懂这些——怎么来降伏怨敌，怎么来护持亲友，怎么提升生活品质，也就是增上五欲享受等的各种规则。就像这样，孩子首先跟着父母学，学的好多都是基于私心巧智去作各种不善业的方便。那么父母做了什么呢？从生死和恶趣两方面观察，总的是把孩子牢牢地系在轮回里，特别是让他深陷在三恶趣里，没有出头之日，因此没有比这更大的损害了。

[1960] 因此，不必执著这是决定的亲。应当知道，极大的损害其实就是由父母造成的，因此要脱离世间庸俗的爱著。这样看来，没有必要执著他是决定的亲，为此爱著不已，一旦分离的时候，发生很大的爱别离苦。既然心不著在上面，当别离之事发生的时候，也就不会有那样的苦了。

[1961] B子女等不决定为亲　分二：a依普贤上师言教作分别思维；b依《米拉日巴道歌》作分别思维。

[1962] a依普贤上师言教作分别思维　分四：Ⅰ儿子不定为亲；Ⅱ女儿不定为亲；Ⅲ亲友不定为亲；Ⅳ结成亲友无有毫许坚实之义。

[1963] 这里首先要明确”坚实”一词的涵义。在愚痴心的认定中，亲友等都是坚实的，也就是亲人永远都是亲的体性。然而实际去观察，对方以那种虚诳之心的状况，时而表现作利益的亲相，时而表现作损害的怨相，细致观察下来，发现多数都是怨相。由此就要看到，亲是没有坚实的，他会随着缘一下子变成亲相、一下子变成怨相，这叫”无有坚实之义”。当以观察的智慧看到他不断在变以后，就知道那上没有一个坚实的自性。由此就知道，自己一厢情愿地认为他永远是亲而爱著不已，只是自心颠倒习性串习坚固后发生的愚痴举动。

[1964] Ⅰ儿子不定为亲　分二：一、由初中后三分作观察，认定他是大讨债鬼；二、由付出和回报作比较，认定他是大薄情鬼。

[1965] 这里首先从初中后三分来作观察。之后对于父母付出的心和孩子回报的心作比较，从中可以看出他根本不算什么亲，还不如一般的人，甚至还不如畜生。由此就会歇下，何必对他那么爱著？简直是个大讨债鬼、大薄情鬼。

[1966] 一、由初中后三分作观察，认定他是大讨债鬼

[1967] **子女等，也是最初夺身体的精华，中间夺口中的食物，最后夺手上的财产。**

[1968] 子女等是亲还是怨呢？就看他是作利益还是作损害。这个讨债鬼，最初怀胎时，就开始夺母体的精华，生下来三年里以母乳来喂养，消耗母亲的心血；中间能吃饭以后，就不断地夺口里的食物；之后长大成人欲望更大，为了成家时体面等，他又是要房子、又是要车子等等，把手里的财全数夺走。那么这样的讨债鬼，哪里是亲人？的确是最大的怨家。

[1969] 二、由付出和回报作比较，认定他是大薄情鬼

[1970] **于彼作疼爱，却回以反驳，自己一生当中不顾一切罪、苦、恶言而积累的财物、受用一切无吝给予，彼也丝毫不给情面。对一个一般人给一次熬煮茶叶的喜悦，在自己孩子身上即使给五十两汉银也见不到，“我自己父亲的财物理所当然是归我的”，除这样认为外，无他。**

[1971] 要看到，双方付出的心太不相等了，这时就觉得他真的连狗都不如。首先，父母对孩子是百般地疼爱；而孩子呢，一跟他说什么，马上就反驳、顶撞，是这样的态度。再看，父母方面付出的心有多厚呢？在一生当中，对于造罪、吃苦、被人嘲讽等等，这一切都看轻、不管，为了孩子天天辛劳地去积累财富、受用等，之后把这一切都毫无吝惜地交给孩子，付出的心太大了；然而，孩子连一点笑容都没有。用比较法来看。对于一个一般的人，只是给了他能煮一次的茶叶，他马上就显出欢喜悦乐的表情，连声地说：“感谢！感谢！”躬着腰，脸上笑着，态度非常地恭敬。然而，给自己的孩子五十两银子，也是连一点欢喜的笑容都没有。他认为：“这是应该的，我老子的财产当然是归我的！”除此之外，连一点点感恩的心都没有。

[1972] 这么看起来，他真的是亲人吗？真是亲的话，怎么会这样？比一条狗还不如。喂了狗之后，它还亲切地叫两声、摇摇尾巴，给陌生人一点帮助，他也是非常喜悦的；但是，这个孩子无论你给他多少，他也没有一点感激之心。那么，这是不是大薄情鬼呢？这样认定以后，就没必要太爱著。

[1973] Ⅱ女儿不定为亲

[1974] **兄弟及女儿等，也对自己的财产作争夺，在给予方面（他们）毫无情面，再给还再要。下至念珠上有一个计数的好瓷珠，也要了后就拿走。贤则兴他家的福，对自家无益。劣则沦落父家后，置一家于苦中。**

[1975] 再看兄弟及女儿等，他们也是对自己的财产作争夺，一旦牵涉到利益的时候，他们就是杀手、土匪，有一点点财产就拼命争夺。而且，对于你给的这块，一点感激之情也没有，脸上连一个欢喜的笑容都没有，给了多少还再要。可见，这些通通都是讨债鬼。

[1976] 下面再看女儿的状况。女儿也是个贪心鬼，下至母亲念珠上有一个好看的计数的瓷珠（藏人念了多少万遍嘛呢等后，就用这个卡在念珠上的瓷珠来计数），女儿一见到就生贪心说：“阿妈！这个给我！”要了就挂在脖子上，很庄严。连这么一点也要拿走，何况其他的好东西？那是见一个就要拿一个的。女儿出嫁以后，她要是贤惠的话，只是给人家添福气，对自家没利益；她要是不好的话，就被打发回娘家来。结果她一回来，全家一下子沉浸在苦中，连空气都好像变僵了。她就是个召祸的根源，一回来大家都不对了。像这样不作利益，反而时时都在制造苦、制造损恼，哪里是决定的亲相？所以没必要太爱著。

[1977] Ⅲ亲友不定为亲　分二：一、兴时；二、败时。

[1978] 对此分兴时和败时两阶段作观察，就会发现亲相的不定。

[1979] 一、兴时

[1980] **其余亲人一切，也于自己财而喜圆满之时，一切也如天般看待，何利益能做到多少就作，不要也赐给财、食及受用。**

[1981] 其他的亲戚，在自己财富和安乐都很圆满的时候，也就是什么财富都有，什么安乐都具足，他们就把你当成天神一样看待。什么样的利益能做到多少都去做，而且不需要的偏偏还要都送给你。人的心很假，本来不算很亲的亲戚，这时候都特别地来凑近乎，只沾一点边也说：“他跟我特别的亲！”本来自己条件很好，吃穿用什么都不缺、都不需要，他却偏偏要送给你，每次来的时候，都会带各种各样的东西。

[1982] 二、败时

[1983] **自己成了败落者，过失丝毫也未做，然于自己如敌般看待，施以饶益，回报损恼。**

[1984] 当自己败落的时候，对他一点没做过损害，没犯过过错，他却把你看成怨敌一样，马上就翻脸了。本来跟他很亲，他却对别人说：“他不是我们的亲人，他是很坏的！”曾经给过的饶益，回报的都是损害。像这么自私的人，何必把他看成固定不变的亲呢？

[1985] 只要有利可图，有一点光可沾，这时候他就凑过来，平时没什么来往他也要说我们两个特别亲，不需要的东西也要给上。等到稍微有一点落难、衰败的时候，没做过任何对不起他的事，他马上就把你立为敌了。这样哪里是亲？所以没必要爱著。

[1986] Ⅳ结成亲友无有毫许坚实之义

[1987] **如是子、女、戚、属这些，是丝毫坚实也无。**

[1988] 总的来说，儿女亲属等，在亲这一点上一点坚实义也没有。

[1989] “坚实”，就是它一切时都不会变。但是如实地去衡量，发现所谓的亲时时在显出怨的相，因此没必要爱著。心一不爱著，当别离的时候，就不会产生爱别离苦。要像这样明确此中的奥义，知道普贤上师在指示什么。

[1990] b依《米拉日巴道歌》分别思维　分三：Ⅰ断除于儿子爱著；Ⅱ断除于女儿爱著；Ⅲ断除于亲友爱著。

[1991] Ⅰ断除于儿子爱著　分三：一、观察初中后三阶段的相；二、总结认定；三、说明观察到量时断爱的心态。

[1992] 一、观察初中后三阶段的相　分三：（一）最初可爱天子相；（二）中间大讨债鬼相、大薄情鬼相；（三）最后大陌生人相、大殃祸鬼相。

[1993] （一）最初可爱天子相

[1994] **至尊米拉云：“子初可意若天童，难以抑止怜爱生。**

[1995] 儿子小时候就像可爱的小天童一样，细皮嫩肉的，看起来非常可爱，而且很听话。看到的时候欢喜得不得了，忍不住地生起怜爱、欢喜的心，视为心肝宝贝。这时候是看着也欢喜，抱着也欢喜，常常摸摸头、亲亲脸等等，现出一种可爱的、值得爱的情形。

[1996] （二）中间大讨债鬼相、大薄情鬼相

[1997] **中间厉害讨债鬼，虽尽施予无足时，人家女儿迎入内，大恩父母逐外出，父唤亦不作回答，母唤亦不略应声。**

[1998] 儿子大了以后成了最厉害的讨债鬼。外面的债主只讨一次，讨完就再不来了；而他是天天都讨，给了还要，今天来要、明天还来要。外面的人只是讨一点应得的；他是方方面面都讨，这个好的也要，那个好的也要，一切全给了他，也都没有满足的时候。

[1999] 再者，产生了叛逆。本是别人家的人，但由于他的那种自私和贪欲，把人家的女儿迎进来；本是恩重如山的父母，却毫无情面地赶出去。之后，父亲叫他也不答应，母亲叫他更不应声。就像这样，在中间成了一个最大的讨债鬼和薄情鬼。

[2000] （三）最后大陌生人相、大殃祸鬼相

[2001] **后成心远邻居者，作诡诈计令家衰。**

[2002] 按照藏地有些不好的情形来说，先是一家人住在一起，后来儿子成了家，父母就搬到外面住，成了邻居。在汉地的话，儿子成家以后，多数不跟父母住在一起，即使在一个城市，父母也是住在遥远的另一头。就像这样，最后心里已经没有那种很亲的感觉了，见面就像陌生的邻居一样，心离得远远的。

[2003] 再者，他心上发生了很不好的状况，动很多的奸心狡计，耍各种手段，使得家里破败。

[2004] 二、总结认定

[2005] **自生怨敌戮伤心。**

[2006] 总之，所谓的儿子就是自己生的一个怨敌。他一开始现成非常可爱的相，然而长大以后却成了天天用刀子来戮伤自己的人。这样就看到他的确是怨家，是讨债的大怨鬼。

[2007] 尊者以智慧见到，轮回的事太虚假，前面那样可爱，后面是那么坏，最终基本上全部出了大问题，因此轮回的确是个苦海。

[2008] 三、说明观察到量时断爱的心态

[2009] **轮回耙绳今已断，世间之子我不欲。“**

[2010] 尊者说：这个轮回的耙绳我已经断了，世间的儿子我没有想要的心。也就是，透过观察到缘起上的过患以后，那种颠倒的欲已经断掉了。

[2011] 这是由胜解出现的出离的道心。看到世间的儿子就像牵引耙子的绳子一样，有了这个耙绳，一路会带着耙子把土都拉过来。也就是，有了世间之子的牵扯，会一直把轮回的事情牵引过来。尊者看到这一点，觉得这里有极大的苦患，生养个儿子，最终却是爱变成恨、乐变成苦，从中出现很多轮回的状况，因此说轮回的耙绳我已断。

[2012] Ⅱ断除于女儿爱著　分三：一、观察初中后三阶段的相；二、总结认定；三、说明观察到量时断爱的心态。

[2013] 一、观察初中后三阶段的相　分三：（一）最初欢悦可爱女、讨财大权女；（二）中间讨债转轮女、薄情惹气女；（三）最后红面罗刹女。

[2014] （一）最初欢悦可爱女、讨财大权女

[2015] **又云：“女初天童欢悦女，珍财尽携大权女。**

[2016] 女儿最初非常可爱，用诗学的修辞手法来说，她就好像让天童见而生喜的天女一样。

[2017] 之后，稍微长大就开始有了大的贪心、虚荣心，凡是珍贵的财物她都要拿走，成了一种具大权的女子。这种自私的心，随着年龄增长就开始现行了。

[2018] （二）中间讨债转轮女、薄情惹气女

[2019] **中转无止讨债轮，于父直讨而携去，于母暗窃而携去，虽予全无喜色应，大恩父母心风生。**

[2020] 中间出嫁以后，一直在转讨债的轮，没完没了。不像其他人，讨几次就结束了；她这个讨债之轮是无休无止地在转。以她的自私心，每次一回到娘家，就在父亲面前当面直接要了带走，因为父亲力量大，不敢偷，怕被抓了打。母亲力量小，就暗暗地窃取，之后带走。凡是给了她的，一点好脸色都没有。她的做法只是让父母生气，尽是做一些不令父母欢喜的事，一次又一次，做得多了，把父母的心脏病都引起来了。

[2021] （三）最后红面罗刹女

[2022] **终成红面罗刹女。贤者他家兴福女，劣者自家收祸女。**

[2023] 最后就成了非常可恶的红面罗刹女。好的就成了带给人家幸福的女子，不好的全是归自家来收祸，最后就成了这种状况。“罗刹女”表示一种作害的相，也就是她根本不会给自家带来真实的安乐。

[2024] 二、总结认定

[2025] **兴祸刹女戮伤心。**

[2026] 总之，所谓的女儿就是自己生的一个罗刹女。罗刹女看起来美貌、柔情，实际心里充满了贪欲、恶习。要知道，她只是轮回世间的女子，心中充满了自私和烦恼，因此到了大一些的时候，恶劣的习性就开始猛利地现行。与她有了关系以后，她只会把好事全部拿走，把殃祸全部给你。要像这样认定世间亲最终都成了怨的相。

[2027] 三、说明观察到量时断爱的心态

[2028] **无觉之忧今已断，祸根之女我不欲。“**

[2029] 尊者说：常常陷在一种无法醒来的忧患状况，那就是世间女儿的殃咎，对此我已经断掉了。对于这样祸根的女儿，我没有想要的心。要了只会没完没了地发生祸患，让人陷入无休止的忧当中没法出来。因此，这样明见过患以后，我以胜解的力量已经出现了出离的道心。

[2030] Ⅲ断除于亲友爱著　分三：一、观察初中后三阶段的相；二、总结认定；三、说明观察到量时断爱的心态。

[2031] 一、观察初中后三阶段的相　分三：（一）最初浓情厚意亲；（二）中间酒肉来往亲；（三）最后争讼根源亲。

[2032] （一）最初浓情厚意亲

[2033] **又云：“亲初遇见喜笑颜，来此住此满盈谷，**

[2034] 亲戚们最初一见到的时候，欢喜地看着你，笑着说：“你到我这里来，你就住在我这里！”那种浓情厚意的话语好像充满了整个山谷。之后，殷勤厚意地尽自己的心来款待：“你坐在那个好的地方，你喝茶，你吃肉，你好好休息！”这样看起来，这应该是真实的亲人吧。

[2035] （二）中间酒肉来往亲

[2036] **中则有酬酒肉食，酬彼一度还一度。**

[2037] 中间的时候，每请他一次，他就回请一次，总是彼此吃来吃去，应酬一度又回报一度，就像这样成了酒肉朋友。

[2038] （三）最后争讼根源亲

[2039] **终成贪嗔争讼根。**

[2040] 最终，这些亲戚们成了贪嗔争讼的根本。由于彼此走得太密切，因此就会说：“我们一起做个生意吧！”然后，彼此自私的心在面对利益时就开始发生了斗争。就像这样，世间的亲友最终就成了以贪嗔而引起争讼的根源。到了后面，为各种事情就开始打官司，在利益上分配不均，或者觉得吃亏，或者没有兑现等等。比如说：“我当时给了你多少，你还没有还！”或者说：“我们明明说好了这样分配，你却自己独吃！”等等，最后就成了这样。在各种利益上面，认为自己吃亏，或者他的贪心没得满足的时候，就开始发生争讼。

[2041] 二、总结认定

[2042] **苦轮争讼戮伤心。**

[2043] 像这样，结了亲以后，没想到陷入到苦的步法中、陷入争讼的大纠纷里，结果自己的心完全陷进去了，受的伤太大了。

[2044] 争讼是不好受的，一轮又一轮，这叫”苦轮”，整个心好像被一刀刀戮伤了一样，都是真刀真枪地互相砍、互相捅。就像这样，亲友最后成了杀伤自己的怨敌。

[2045] 三、说明观察到量时断爱的心态

[2046] **乐时食友今已断，世间之亲我不欲。“**

[2047] 尊者说：这种乐时的亲友我完全断了，世间的亲友我是不要的。

[2048] 这表明了他出离的道心。“乐时食友”指世间酒肉朋友，当你有名有财、有权有势的时候，就会凑过来，吃肉喝酒来跟你套近乎。然而一旦遇到了苦，落魄的时候，他是不可能管你的；有利害关系时，必然要与你争，最终就陷入到无休无止的纠纷战当中。因此，尊者深观到祸患后就讲，轮回的亲友我没有一点想要的心，给我也不要。他知道在这个充满烦恼的世间，被哪条绳子牵牢了都是苦患的根源，因此一刀永断。

[2049] 总之，对于儿子、女儿、亲友等，如果都能知道爱著只会引来无数的苦，之后就会断除而不再牵连，也就没有所谓的爱别离苦了，离了就快乐。这是极其殊胜的教授。

[2050] 思考题

[2051] 1、细致思维：为什么对子女而言，父母等不决定为亲？

[2052] 2、依据普贤上师的引导思维：

[2053] （1）儿子不决定为亲。

[2054] （2）女儿不决定为亲。

[2055] （3）其余亲属不决定为亲。

[2056] （4）亲友等毫无坚实之义。

[2057] 3、依据《米拉日巴道歌》思维：

[2058] （1）如何断除对儿子的爱著？

[2059] （2）如何断除对女儿的爱著？

[2060] （3）如何断除对其余亲属的爱著？

## 1.40 40

[2061] （3）思维求不得苦（所欲不临苦）　分五：1）思维认定所欲不临之苦相；2）认定极大量的非理邪求不如极小量的如理正求；3）对于非理求取无义唯苦，引生大周遍定解； 4）对比显示，于正法中稍作勤求，决定作成大义之果；5）发生唯法是求观念。

[2062] 1）思维认定所欲不临之苦相　分二：①总体认定；②差别认定。

[2063] ①总体认定

[2064] **如是所欲不降临的苦者，此世间的界中，自己不欲喜而乐者一个也无，然如如是所欲般来者，谁人也无。**

[2065] 求不得苦就是所欲不得降临的苦。对这种苦相，先要认识所欲的状况，再要认识不临的状况。“所欲”，指世间界中没有一个人不欲求身心的喜乐，每个人都是想要乐而不想要苦的。乐又摄在身心两分，就是身得乐受、心得喜悦。“不临”，是指按自己妄想所欲般降临的一个也没有。

[2066] 这种苦相反映了私欲和现实的差别。私欲就是自欲，指自身的一种妄想，想得到这种那种的喜乐；而临是由缘起律决定的，即按天理来定的，不是按私欲而现的，所以，一切非理的私欲总不会实现，这叫做”所欲不临”。

[2067] 苦从结局和过程两方面来认识。结局，以非理而求故不能实现；过程，即此过程中的一切邪欲、邪勤、邪业等全数徒劳无义，反遭苦患。其中最后的那个相，当然就陷入到极大的不得满足的忧苦当中，而且会出现无数反面的不欲。总而言之，这种非理的欲求徒劳自苦而已。

[2068] “谁人也无”这四个字，反映了世间界中普遍存在这样的求不得苦，以天理无丝毫错乱故，并非只随分别心所欲就得以现前故。这要看到，在缘起律上连丝毫的错乱都不可能出现。“谁”，代表无论贫富、贵贱、贤愚等的任何有情上，下至地狱众生，上至轮王、天王，不可能凭着他地位的高、财富的多、伎俩胜、辩才好，或者机心技巧如何地细腻，能瞒天过海，设立各种机关，或者幻想能力强等等，就按照那样降临，绝对连一丝毫许也不可能这样出现。从中看出，心未相应法理的情形下，仅是凭着人的自欲，无论有多少欲想、起多少精勤、作多少劳作，完全都不可能这样实现。由此深度地认识到，不契合法界的法理，只会造成无数因果上的苦相。

[2069] ②差别认定

[2070] “差别”和”平等”是一对，凡是在观照缘起具体的事相上，都要展开对差别分的认识。在时空所摄的一一分上，都差别认识以后，以此会起坚实的定解。

[2071] 这里有两条：一、横向上，就千差万别的事相，都发现求不得苦的事实；二、从纵向的缘起链上，由邪欲、邪勤、邪业一路推进的时候，会发现全数都是无义唯苦。由此就会产生一种认定：在无量时空所成的世间界诸有情身上，求不得苦极为众多无量，这是由于处处以非因的人欲不得其果的缘故。以下就要具体认识金刚句的指点。

[2072] **希乐后建石堡，也倒后杀自己；希饱后吃食物，也成病而反坏命根；希胜利后去战场中故，忽被杀戮；欲得财利故于经商处到的时候，被敌摧毁而成乞丐，如是等，**

[2073] 先要知道金刚句的结构。这里设了横、竖两重缘起的相，横，应当从名利享受的典型例子，遍推到无量种类；纵，应当由缘起律的决定法则，遍推到从始至终整个缘起的进程都是无义唯苦。

[2074] 大祖师的手笔不同凡类。这里举了住、食、名、利四个典型的例子，这是横；纵就是讲欲、行、果三分。行里面包括精勤和修作。欲就是讲希望得安乐、得饱足、得胜利、得财利。“后”“故”等，表示由此欲作为缘起的枢要，由它驱使的话，就发生一种非常大的勇悍的精勤，以及各种身口意的修作，那就是后面的建、吃、去战场、去商场等等。而果，发现不是如所欲般出现，而是反而出现一个无义唯苦的相状，苦相非常明显，石头倒下来杀掉了自己等等。

[2075] 金刚句的连接也应该清楚。后面的，“以对今生将生的快乐及受用的希望”连接下去是由别到总，直接揭示缘起错谬的相，因为按照人欲是不符合天理的，因此在这种缘起的进程上，发生的全数都是苦，除此之外没有一点实义。

[2076] 这里体认的时候，一定要知道人欲和天理的差距，或者抱持的希望和显现的事实的差距。那么，这里怎么去观察到，周遍整个世间界的这种求不得的苦相？一定要注意，幻想的过程和事实的显现两者是不同的。前者是由第六意识配合业果愚等的无明，发生的各种非理的想像，而后者是由法界缘起律的掌控，它是按照因缘而毫无紊乱地显现果报。这两个一旦分辨清楚以后，就知道在与天理不相合的有情的妄心上，会出现无量无数的所欲不临之苦。

[2077] 具体要这样思维：譬如，希求一个住所的安乐，那个幻想的过程，是一种出于对自我的爱护和各种非理夸张的想像。就希望：“我能够建一个很好的石堡，有多少层楼，那里有什么样的设施。这样建成以后，我住在里面是非常舒服的。到时候怎么住、怎么吃，怎么拥有宽敞明亮的房间，有餐厅、卧室、游泳间、赏玩厅等等。”这是人的一种幻想。这个幻想从最开始的建造，到最终在非常长的时间里享乐，全数都能完成。以这个欲驱使，会发现缘起的进程是这样的：他非常勇悍地建造这样的石堡，因为它是安乐的所依。之后，在若干天里非常地勤作。结果在这当中有一个业的掌控，也就是由于宿世曾经作过杀业等，就在这个建造的过程中，安排在某个时刻，因缘一积聚的时候，石头塌下来，一下把他给杀死了。这可看到自欲和现实的差别。

[2078] 再看饮食的例子。希望现在做很多富有营养的食物，做完以后畅快淋漓地受用一顿，这样的话，经过肠胃转成各种的养料，应该会吃得很好、很饱足。于是乎非常地兴奋，就开始准备各种的食材，然后进行各种烹饪等等。然后拿到桌子上，开始在吃的方面勤作了，这个时候不断地吃。没想到由业力的安排，在这当中会发生一种因缘，使得他吸收了毒素，或者饮食不宜，或者过度饱食等，忽然之间得了病，反而损坏了命根。可见自欲和现实的差别。

[2079] 接着是希求名誉。希望在这场战争中取得胜利，得到英雄的美名。自己也想：“以我的勇力、策略，一上战场决定能把他们打得落花流水，然后我就得到一个胜利的美名，凯旋而归。”这叫”幻想的过程”。结果以这样一个爱名的欲驱使，他非常地勇悍，于是往战场上去了。以这个缘故，因缘就在这里集聚了，业力的安排就发生了，他以过去的业债，忽然之间被砍断了头颅。

[2080] 再说，希求很快能够发财。他听说在那个地方做这种生意能够很快地发财，于是就想：“去那里很好，我几天就能过去，之后很快地做一些倒买倒卖，由此一下子暴富起来。”这是他幻想的过程。以这个邪欲驱使，非常精勤勇悍，之后就到那个商场去了。没想到业力安排，一个竞争对手忽然之间把他摧毁，结果破产了，连一分钱都没有，成了沿街乞讨的乞丐。

[2081] 从这些情况就可以看到，自欲是一套想像，从始至终想得非常的好。而现实是按照业来安排的，就会发现在因缘和合的时候，并没有按照所欲降临。

[2082] “如是等”，就是从横向上依此类推，在这人生乃至整个轮回里的所有非理私欲，都不会如所欲般降临。譬如，读书希望考上一所好大学、得到好学位等，却考不上或者只考上一般的。或者经商时希望能逐步地发财，最终做到富豪，实际上却一再亏本、甚至破产等。或者希望在爱情上满愿，结果发现中间失恋，不能如意。或者希望做到很大的官，结果却总是不会实现等等。诸如此类，要看到人心上有无数种的私欲，然而，事实上都不会按照所想的那样出现。根源上就因为它只是一个第六意识的分别心，它抱有非常多的非理的想像、无数的夸张，这样的邪想有无数，但实际天理不是按照假想来实现的，因此就会出现无数的求不得苦。

[2083] 依缘起律思维，定解非理求取无义唯苦

[2084] 具体从事相上认识以后，又要把它总摄在法理上，得到一个心要的认识，由此会发生大定解。也就是，以下还要从缘起律来认定，非理欲求无义唯苦。

[2085] **以对今生将生的快乐及受用的希望，任作了几许精勤和修作，于自己若无宿业之力（这么）一个，则连暂时的果腹也不成，而唯将自他安置于苦上去了，决定成了成就一个从恶趣深处不得解脱之外，别无所有。**

[2086] 这里”希望”二字以前是横向的无数种类。也就是，对于今生要生起的名利五欲等各种快乐享受，从细分上来说有无数差别的欲。之后，主要关注在纵向缘起的进程上，以这个邪欲驱使，“精勤”是邪勤，“修作”是邪业，“几许”是尽所有的量。“若无宿业之力”，表示真实的缘起显现，假使没有这个正因的话，果绝对不实现。“连暂时的果腹”以下，都是表示出现邪果的方面，真实所欲的果丝毫不出现，而反面的苦状从现前一直到将来决定会成就。现前自他都安置在苦中，从未来的角度来说，在此过程中造了无数的罪，将会造成陷在恶趣深处不得解脱，此外什么也没有。这样一路就看到缘起的进程，会发生极大的定解。

[2087] “暂时的果腹”，这一层是连接前面，就是不必说非常大的名利享受，就连暂时的一餐之饱也是不可能的。就像前面讲的为了得到饱腹，非常勤作地去受用食物，结果反而食物中毒而毁了性命等等。就像这样，要看到缘起的事实。

[2088] 虚诳的缘起连环链

[2089] 这里要透过邪欲、邪勤、邪业、邪果的缘起连环链来作确认，由此会发现非理私欲的求取完全是徒劳，不但无义，而且唯遭苦果。

[2090] “邪欲”，是指幻想这一生得到这样那样的快乐和享受的欲心。这是由这一生实现自我的梦想，就会出现种种的欲望。以这些邪欲就出现邪勤，就是有很大的勇悍、精勤，昼夜不断地为着得到今生的功名利禄、五欲享受等，而发勤勇心。以此邪勤就发生许多身口意的修作，这是邪业。而像这样，无论用多少心、费多少力，假使没有宿世的福业，不必说成办大的事情，连一顿饭的温饱也不会出现；而只会将自他安置于苦上，更远的决定会成一个深深地陷在恶趣之处不得解脱，此外什么实义也得不到，这叫”依邪业唯得邪果”。“邪果”，指不会出现所欲的真实的果，而只有颠倒的苦果显现。

[2091] 按照缘起律来衡量，如同无论蒸多少粒沙子，都不会成一粒饭，随着下多少毒种，就会出现那么多的毒果，这是由于并非正因而唯是邪因之故。一切人天以上的福乐，都是由善业而现，假使没有这样的善业，而只是现前的邪欲、邪勤、邪业，那不具因的缘故，无论做多少，正面的成果是零，不会如欲降临，而反面的成果是百分之百。这样以私欲要求到这些名利，然后发动不合安乐正道的勤勇的心和各种颠倒的修作，那全数都是非福业，因而，连一餐温饱也不会作成，因为那属于人天的福乐；而出现无数恶趣果报的业因，因此，决定作成一个深深地陷入恶趣深处，无量百千万年受用不可意的苦果，没法解脱，以业因无数故，除此之外，绝对什么所欲也不会降临的，缘起决定之故。

[2092] 2）认定极大量的非理邪求不如极小量的如理正求

[2093] 如果在以上缘起律的决定性上发生了定解，那就会产生对两种行动的差别的认识。

[2094] **是故，精勤如山王量般作，不如积集如星火量的福德。**

[2095] “是故”，是指非理求取是邪因之故，无义唯苦。也就是，随着他作多少，就是多少的无义、多少的苦。以这个缘故就会知道，以非理的私欲来求取今生的名利等，昼夜地精勤，如果有体积的话，堆得像八万由旬的须弥山王那么高广，有这么多的修作，实际就有这么多的无义唯苦。而这样精勤，还不如如理地集聚像一点星火那么小的福德更好，因为后者作这么一点，就有这么一点的真实义，和决定出现福乐。

[2096] 总之，与其被业果愚和私欲所骗，由此奔向一种虚诳的缘起的道路，这样花费无数的辛苦，还不如安下心来在佛前供一支香更有意义。由此就知道，非理地求取是百分之百无义唯苦的，如理地求取是百分之百具义唯乐的，所以，对于由非理的私欲发生的所有的心和行为，全数都要放下。

[2097] 3）对于非理求取无义唯苦，引生大周遍定解

[2098] **是故，以无有了时的轮回的事业有何用呢？**

[2099] “是故”，承接前面邪欲勤作无义唯苦。以这种没完没了的轮回的作业有什么用呢？只会产生没完没了的无义唯苦。

[2100] **于如是之业，从轮回无始的时以来，是作几许精勤也果除苦外无有。**

[2101] 到这里就要产生周遍的认识：只要处在缘起的虚诳之道里，所发生的全数都是求不得苦。这又要由五个”最”来认识：一、最多的邪欲；二、最长的时间；三、最大的作业；四、最多的精勤；五、最大的无义。

[2102] 一、最多的邪欲：指无有休止的对世间法的欲求。这是由于私欲是无法满足的，因而越是得到越求，没得到还求，发展出最大的量。也就是，对于此生来世的名利、五欲等事，每当一种新的诱人的东西出现时，就会为自我而想去求取。而且，得到仍然不会满足，只会想得到更多、更高、更好。像这样不断地繁衍、增上，出现无量无数的邪欲，因此说”无有了时”。以欲无有了时，作业也无有了时。

[2103] 二、最长的时间：指第一刹那入了轮回，见不到初始的那个时候开始，一直到没有认识无我和缘起的正理之间。以这种为自我的私欲驱使，缘起走入了一种恶性循环当中，无数劫又无数劫，全数的处在虚诳缘起链中的刹那，就是这里时间的量。

[2104] 三、最大的作业：就是为着自我，以私欲要求所欲的乐事，为此发起身口意各种各样的修作。这里面可以看到，心是怎么样出现智巧、策略，花各种的心思、预谋等等；语发生各种语业；身有各种的驱驰、劳作。从时间的量上来说，那是昼夜不断、年年不断、生生不断、劫劫不断，这样集聚起最大的作业的量。

[2105] 四、最多的精勤：指为了得到轮回之乐所出现的那种勤勇，那种心的兴奋、勇猛，不惜一切地去追求等等，无数劫当中大大小小心上的精勤加起来的总量。

[2106] 五、最大的无义：指所有这一切的精勤修作，都是白费心血、自讨苦吃。这样一种勤作没得到一微尘许的乐，却造成了无量无数的苦果。在细分上认识，这里面的任何一种邪欲、邪勤、邪作，都唯一地造成苦果。所以，这是一个最大的无意义事件、最大的徒劳自苦事件，所有付出的正收入是零，负收入是百分之百。这样推到极处就会看到最大量的所欲不临之苦，或者求不得苦，或者非理之道之苦。

[2107] 就像这样，我们应当看到，直到今天为止，所有的这些付出，连一个真实的乐也没作成，却作成了无边无际的苦海。由此可以见到生死中周遍的所欲不临之苦。

[2108] 接着对比显示，如果我们换一条路子来走，不是非理的邪欲勤求，而是如理的正法求证，那将会是非常短的时间，以非常少的精勤，而造成非常大的具义之果。为此要发生下一步的认识。

[2109] 4）对比显示，于正法中稍作勤求，决定作成大义之果

[2110] **之前，为了此生世间的事，于人一生的上半生或下半生作精勤这么一个量，于圣法精勤的话，此时已成佛；或不是，也定成办了于恶趣之苦彻底不需感受。**

[2111] 这里要具体地以三分来认识到，如果转一个方向在正法中求，只要以少许的时间、少量的精勤，一定会作成极大义利的乐果。下面通过三分来把握具体的量：一、时量；二、勤量；三、果量。

[2112] 一、时量：指一个人一生当中的上半生或者下半生。比如三十年到四十年。

[2113] 二、勤量：指在这样的半生当中，为求取名利所付出的勤劳的量。比如，为了求得学位、名誉，在十五年到二十年当中，日日夜夜勤奋地读书。这个量很具体，就是几千天，天天听课、做作业以及不断地考试等，所有这些勤作的量就是这里的勤量。

[2114] 三、果量：以这样短暂的时间、少许的精勤，假使用在圣法上修证，上等的已经成佛了，中等的已经往生了净土，一般的已经办到了彻底不必感受恶趣的苦，这样进一步得到量的认识。在正法上求，不仅是求一个得一个，完全是百分之百的具义得乐，而且要知道，三宝的力量不可思议，法的力量不可思议，只需要用半生昼夜不断地精勤，就能办到这么巨大的利益。也就是，无量劫难以解脱的恶趣苦海，半生可脱；或者无数劫难以回返的法界，半生可回；或者无数劫难以登临的唯乐无苦的大乐净土，半生可到。

[2115] 因此，这样对比来显示，假使对于轮回的名利等乐，以为了自我的邪欲去求，那是无量劫又无量劫，只造成了无量无数的大苦，连芝麻许的真实之乐也没做成；以此就显示出，在法上勤求具足大义。那么在此，缘起上正邪两条路的真相已经判然显明，我们应该何去何从，这是非常明白的事了。

[2116] 像这样，以思维明确了轮回最大的求不得苦的苦相，又知道正法中的求有最大的乐相，由此应当发生唯法是求的观念，具体要按照普贤上师的引导来修习。

[2117] 5）发生唯法是求观念

[2118] **此次知道取舍分界的这一阶段中，于无有了时的轮回俗事需要不抱希望，“于定有了办的真实之圣法”一个上需要修，心作是念而修习。**

[2119] 对于这一段，要根据引导，省察自身的状况和道路。也就是要反问自己：我当前处在什么样的阶段？我对轮回的俗事应起什么看法？我对真实的法道应起什么观念？如是辨明道与俗的事业的差别后，会引起坚贞不移的道心。

[2120] 一、我当前处在什么阶段？

[2121] 要认识到，我已经入了法，知道了取舍的分界，处在这样的时位当中。也就是，自身以法的光明的照耀开启了法眼，看清楚了明明白白两条路的分界。这两条路，一条是往安乐洲走，一条是往大苦海走。凡是不符合正理的邪欲的走法，全是往苦海里走的，凡是符合正理的道心的走法，全是往安乐洲上去的。由前面缘起之道的认定就要知道，目前应当将俗和道上的事情分得清清楚楚，接着又要在后面两分上作自我的省察。

[2122] 二、对于轮回俗事，我应抱什么看法？

[2123] 在这里先要明了俗事的相，再要明了对待俗事的心。俗事的相是没有了办之时，要看到自己的私欲是越发展越大的，由此进一步可以看到，邪欲、邪勤、邪业无数缘起链的繁衍。这样一路轮转下去的时候，任何一个点上发生的都是无义唯苦，而积累起来就是无量无数的无义唯苦，假使邪欲、邪勤等的程度加深，那会有越来越大的无义唯苦。所以要知道，这条路无论怎么走、无论怎么勤勇费力、无论经多长时间，决定是丝毫具义的果都不会出现，而唯一收获苦果，因此，对此彻底地不抱希望。

[2124] 三、对于真实的法道，我应起什么观念？

[2125] 这里自己又要问：法事的相是什么呢？我该持什么对待法事的心？法事的相就是决定有了结之时。因为只是由虚妄分别出现了这些虚妄的幻境，一旦去寻求实相之道，明了这一切都是幻化空花，那时不但境会空，心都会空，之后彻底地会了脱。所谓的修道，最后会全部了了。就像木头中本来有火，借助法的助缘就会出火，火又会把木头烧掉，最终连火也没有了，全数了了。这样就要知道，这个路只要能够遇到殊胜的因缘，会极快速地成办，而成办之后成了无事道人，什么苦也没有了，连分别也没有了，连一点点的造作也没有了，完全到达大乐之地。它具体的量就是，真正的利根人遇到非常好的因缘，半生可办。

[2126] 我对待这样真实的圣法，也就是真实的安乐之道、彻底了脱之道、最终有完成之时的道，在这样明了之后，所抱持的观念就是：我要以全分的心力来投入。要知道，唯一要做的就是这件事，一心要做的就是这件事，再没有别的了。这样就知道，这是我唯一的事业。发生这种观念之后不断地串习，一定会凝结成真纯永固的道心。

[2127] 思考题

[2128] 1、所欲不临苦的苦相是什么？此苦相反映了什么？

[2129] 2、（1）从横向事相上观察（由典型事例遍推到无量种类），发现求不得苦的事实。

[2130] （2）从纵向缘起理上思维，认定非理欲求的整个缘起进程都无义唯苦。

[2131] 3、什么是”非理邪求”“如理正求”？为什么极大量的非理邪求不如极小量的如理正求？

[2132] 4、为什么从一切的邪欲勤作中都决定发生求不得苦（由五个”最”来认识）？

[2133] 5、从时量、勤量、果量三分对比思维：（相比于求轮回乐）为什么在法上勤求具足大义？

[2134] 6、省察自身并思维：

[2135] （1）我当前处在什么阶段？

[2136] （2）俗事的相如何？我对于俗事应抱什么看法？

[2137] （3）法事的相如何？我对于法道应起什么观念？

## 1.41 41

[2138] （4）思惟不欲临苦　分三：1）思惟认定不欲临苦苦相；2）依大遍知法语思惟，认定生死中周遍的不欲临苦；3）以理抉择，入法门后作世间俗事实为颠倒。

[2139] 1）思惟认定不欲临苦苦相　分二：①总体认定；②差别认定。

[2140] ①总体认定

[2141] **不欲降临之苦者，如是的苦的差别彼等一切，欲的士夫者连一个也在此世间之界中无，然不欲的同时，唯一于彼等苦受用。**

[2142] 对于不欲临苦，首先从总体上思惟苦的相状。对此又要首先认识”不欲”和”临”的状况。“不欲”，是指在这个世间界里，想要苦的有情一个也没有。分别言之，就是以上所说的这一切苦的差别，如生苦、老苦、病苦、死苦、爱别离苦、怨憎会苦等等，对这一切的苦受，欲求的有情一个也没有。“临”，是指虽然不想要这些苦，但是在因缘成熟的时候，不欲的同时唯一受用这些苦。譬如，不想要爱别离苦，可是到了时间，不想要也要受用这些苦；不想要怨憎会苦，但是偏偏碰上了怨家，不想要也天天都要受这些苦等等。这就叫”不欲降临之苦”。

[2143] 接着要认识，这种苦相无量无边，充满了世间界无数有情的生命历程。我们或许会想：既然每个人都不欲求这样的苦，为什么偏偏还会降临无量无数的这种苦呢？这是由于有情虽然不欲苦、想离苦，然而他在过去和现前造作无数苦因的缘故，因此必然会有这种苦降临。细致地说，由于世间界无数有情的心中，有自无始以来所造而未感报的无数恶业习气，当这些习气一个个成熟的时候，一定是不想要那种苦却唯一降临那种苦。可见在这个世间界里，并非随着自己的欲想离苦就能离苦，而是一切都是随业运转。在迷乱有情的心识中，以随业果愚造无数恶业的缘故，在成熟的时候，将会出现无数的不欲临苦，因此，这是迷惑有情轮回生命状况里普遍性的一种苦相。

[2144] ②差别认定　分二：A依表示比喻思惟；B遍推一切。

[2145] A依表示比喻思惟

[2146] **由往昔的业的自在力，如王的属民及富家的仆属等诸人，刹那也无自在，而不欲的同时，成了他所控制，为了个别少许的过失，而每加多苦，却无法逃避；现在引于杀的地方，也以自觉该走外，仅仅跑的也不能，故此等能表唯是不欲然降临。**

[2147] 体会金刚句

[2148] 这里要依着金刚句的指示，看到缘起的差别相。其中在横向上要知道种类的差别，在纵向上要知道由因至果过程的差别。

[2149] 纵向上，由往昔业的自在力推动，受了一个异熟之身，成了王的属民、富家的仆使等。之后，他的命运上有一段一段的推进，到了一定时候，就会处在那样的境界受用当中，得到那样的异熟受用。这是在十二缘起链当中，由过去世在识田中熏的种子，到了成熟位的时候，在此生得一个这样的身，之后遇到这样的境界，比如有这样的主人、这样的牢狱等等。然后出现各种异熟受用，自身不想受那个苦的同时，那个苦已经降临。这就是从纵向上看到不欲临苦。

[2150] 横向上，由于众生往昔种下了各种差别的业因，在各自的心相续中，随着宿业的成熟，会出现各种不欲临的苦相。在这里举了三种苦相：第一、没有自在；第二、犯小过失，受很大苦；第三、到了被杀的时候，一点逃脱的机会也没有。就像这样，遍推开来是无量无数的不欲临苦。

[2151] 接着要认识金刚句里的文眼。“往昔”，指宿业。“自在力”，是说一直由业力在支配。成为王的属民及富家的仆属的”属”字，表示系属于他，或者为他掌控。之后就要知道，在具体苦相的描述上是非常明显的。“刹那也无自在，而不欲的同时，成了他所控制”，这是描述不欲而临。“个别少许”，指在人世间看起来很小的过失，对此却”每加多苦”，每每加以多苦。非常不想接受，却”无法逃避”，这是表示不可免脱。或者现在把你引到遭杀的地方去，也以自觉该走外，自己也想是没办法逃的，自己也觉得这次一定要走了，连逃一步都不可能。“仅仅”，表示那种无可奈何的状况。这时不必说其他的，连手脚都铐住了，身后还有人拿枪逼着，被关在囚车上，自己虽然最想保命、最不想被杀，但是连移动一步、逃一步都不可能。这样就解释出不欲临苦的真实苦相。

[2152] 一因三例

[2153] 接着要逐层地确认这种苦相，而且细致地看到，是那样的无可奈何，之后会发生定解。

[2154] “一因”，指往昔业的自在力。“三例”是指：一、不得自在苦；二、小过多罚苦；三、遭杀无奈苦。共同的苦相是：虽然不欲却无法逃脱。

[2155] 接着要看到，这三种苦相是怎么描述的呢？第一、自身不想被控制，却始终被控制；第二、以少量的过，受过量的惩罚，每次都要降临大量的苦，丝毫都没办法脱开；第三、不想被杀掉，断掉性命，但是连跑一步也不可能。这样就会看到，这的确是不得自在的相。

[2156] 审细抉择

[2157] 接着还要细致地观察到，人心的想法是怎样的？现实又是如何的？人心的想法是那样的不欲、不想要，而现实却又那么无奈。

[2158] 第一个苦相是讲，人最执著自我，认为我一定要有自在，什么都要由我自身来支配，连被人管一点点都不想接受。但是，现在成了国王的属民、富家的仆属等以后，不要说别的，连一个刹那的自在也是没有的。这就可以看到，完全不随自欲而转，不欲的同时反而非常重地降临了。

[2159] 其次要看到，只是犯了个别的、少许的过失，应当只受一点惩罚，可是每一次都要加上很多惩罚的苦，那心里就非常不愿意了。“我只犯了一点过，给我一点苦，我还接受得了，但是每一次为什么给我拳打脚踢、皮鞭伺候等非常多的刑罚的苦？”他心里非常地不愿意。虽然这样极不情愿，却一点办法也没有，每一次都必定要加上这么多的苦，连减少一点也不可能。

[2160] 第三，人活在这世上最想保命。为了身体，可以舍掉钱财；为了性命，可以割掉身上的手脚等，就像这样，非常不情愿毙掉性命。但是一点自在没有，这个时候，除了只是觉得自己该走之外，连逃跑一步都不可能。这样事与愿违而必然降临的相，是非常明显的。可以看到，在押往刑场的路途中，手上铐着手铐，脚上戴着脚镣，旁边有三个持枪监守的警察，被关在囚车上，随着鸣笛声迅速地前往刑场，一步也不可返，一点也不可逃。这就可以见到不欲临身的苦。

[2161] 深层原理

[2162] 接着要从深层原理上思惟这个大苦相。先要看到有情自己的欲乐。他对于自我最有爱护的心，那个分别是，所有这一切的苦，一点都不想要。但是，单凭这么一点分别，就能够如欲而现吗？要知道，在第六识的分别以外，还有八识系统，那个赖耶系统就是世俗谛的天理所在，它毫无错乱地按照缘起律在显现。这样就要知道，在我当下的一种想法之外，必然有一个非常威严的因果律，是那个力量在推动着一切。

[2163] 再回过头来看，金刚句里说的”由往昔的业的自在力”的含义。从前造了业以后，第二刹那就在识中熏建了种子，这叫”因位识”。到了成熟位的时候，这个业习就发生出力量来，然后就按照这样的习气力在变现。也就是，首先得到一个所谓”系属于他”的异熟的苦身，没办法摆脱，而且在差别的状况里，会出现那样的环境、有那样的掌控者、受那样的刑罚等等，这时候会出现境界受用；之后，根境识一和合，就要受异熟受用。

[2164] 从中可以看到，在自己心想的分别之外，的确有极强大的天理在支配，有赖耶系统的缘起律在支配，更高地说就是法界随杂染缘起在支配。这就表示，处在无明状况中的众生，心中有无数的这种业种，当然是逃不脱的。内心虽然不想受，但是会发现，在这无数有情的身上，有无数的不欲临苦降临，就在一个有情身上，也都有数不清的不欲临苦降临。

[2165] 懂了以上显著的事例，的确它就成了真实的能表。智者举一反三，能够认识到在轮回无数有情身上，出现了密密麻麻像雨点一般的不欲临苦，对此要进一步把它推到周遍性的定解上。

[2166] B遍推一切

[2167] 众生都是想要乐不想要苦，然而时时都有那些与心愿不符的事情降临在身上。比如造了恶业，那么相续中的无数恶业习气就等待着一个个地现行。这一切都是由业力在支配着，每当这种事情发生的时候，自己虽然不想要，然而被业力所控，也不得不受。

[2168] 比如，不想投生，还是不自在地投了胎，在胎中饱受十月暗狱之苦。不想来这世上做人，还是来做人了。不想受读书的苦、成长的苦，还是要受这样的苦。不想受为生存奔波的苦，但还是被业绳所牵，就像欠了债后必须还债那样，日日做牛做马。不想和某人结合成家，然而由业缘偏偏碰到了，之后成了家，多少年来一直受这种苦。不想衰老，却逐渐地衰老。不想得病，却被各种疾病缠身，比如忽然间得了小病，不久又得了大病，得了之后想好也好不了。

[2169] 再说，不想舍离家乡或者住了很久的地方，结果业一到的时候就要搬迁。有一些是全城迁徙，有一些就要迁到繁华市区之外的郊区，在突然接到通知的时候，不得不尽快搬离此地。不想退职、下岗，但是一到那个时候必然就要退职、下岗。或者自己正是春风得意的时候，不想遭受失败，却要遭受失败等等。就像这样，人世间里各种各样的不欲之事都会降临在自身上。这要知道，它是自身一种幼稚的想法和现实的决定性之间的反差，在非常不情愿的同时，种种不想要的一个一个都会降临在身上。

[2170] 要像这样周遍地看到，在整个世间界里，人人身上都有无数的业，因此当它降临的时候，就有无数不自在地被业力所牵制的苦。这样才知道，这是一个轮回的凡夫，他已经迷失掉了，造了那么多的业。他只是一个错乱的众生，当然在他身上一定有不想要的东西出现。他想要的只是他的一种天真的想法，而他不想要的是无数的业债。

[2171] 这样就要看到，这一切都是由生而来的。既然已经取著了有我，然后为着我起惑造业，由此就被牵到轮回的生里面了，而这本身就是负着业债而来的，它是一种做错了事之后的惩罚。而在脱离错乱缘起之前，他会一直造颠倒的业，这样就会一直有不欲的事降临。因此，要想远离不欲临苦，一定要修解脱道，只有脱开了轮回的受生，才能彻底避免这样的苦。

[2172] 2）依大遍知法语思惟，认定生死中周遍的不欲临苦　分三：①了解句义；②结成心要；③开发道心。

[2173] 这里先要知道，大遍知龙钦巴大师在告诉我们什么。接着就要透过所告诉的这些话语的指点，拓开来看到好多好多不欲临的苦相。之后，不要只停留在细节上，而要从中提取心要，发现一个非常大的在生死中周遍的苦相，发现缘起上决定的法则，这样就会发生无法引转的一种胜解，这是极其关键的。因为胜解是道的根源，胜解一出来欲就出来了，欲就是道心。而这里的胜解是对于周遍不欲临苦的胜解，而欲是彻底的出离心，这样发生以后，就会开发一心往法性回归的道心。

[2174] ①了解句义

[2175] **大遍知云：“家亲眷属欲恒时，不离相处然定离；妙宅卧具欲恒时，不离安住然定行；乐喜受用欲恒时，不离享用然定舍；暇满胜身欲恒时，不离久住然定死；贤妙师尊欲恒时，不离闻法然定离；胜妙法友欲恒时，不离为伴然定离。岂非从今披勤铠，行趣无离大乐洲？深生厌离诸友伴，无法乞人我劝励。”**

[2176] 家人亲属这些，想长时间跟他们不离而相处，但分离是决定的；好的住宅以及里面的床榻、沙发、垫子这些，想长时间不离而住在这里，但走是决定的；身上的乐、心上的喜以及很好的色声香味触的受用，想长时间跟这些不离而享受，但舍离是决定的；这个很好的暇满人身，想常时中不离开，常常住在这人世间，但死是决定的；好的上师，想长时间不离开他而听法，但分离是决定的；很好的法友，想常时中不离他而朝夕相处，但离是决定的。以这世上的一切都无法逃出生灭苦相的缘故，我们应当完全放下。所以，不是从今天起就要披上精进的铠甲，往无离的大乐洲走吗？从心底生厌离的诸法友，无法的乞丐我作这样的劝勉。

[2177] ②结成心要

[2178] 这里关键要看到不欲临苦周遍的状况，它是个极大的事实，不应该只局限在一两个现相上。要知道，世间的一切现相都是由因缘所生，是生灭无常的，而且唯一随因缘的力量在转，不是随自欲而转。而自心被常执蒙蔽的缘故，总是那么痴情，想要跟亲人不离，跟各种喜乐受用不离，跟暇满身不离，跟师友不离等等，有无数的不离之欲，但是，这一切决定要离，因此，所有的与自欲相违的不欲之苦全数要降临。这是由于这是生灭性的世间，所有的法都能在刹那间灭去，因此，决定会出现无数与常执相违的、由坏灭性带来的不欲临苦。

[2179] 之后就要认识到：原来生是苦性的。因为自心对于在生时的一切显现，抱有那么多的幻想想不离，而这一切都是因缘所生故，终归都要分离，因此，有了生就一定有这无数的不欲而临的苦，自己对于生的欲最终都要破灭，那时收获的唯一是无数的悲苦。要像这样对于生生起厌患。总之，从一个无常坏灭性可以看到，在所有世间的现相上，最终都会出现不欲临苦，也就是不欲临苦在每一个有生、有执著的法上必然要出现。

[2180] ③开发道心

[2181] 要看到，生的对面是无生，如果还是往生的方向走，那就要继续陷溺在无边际的苦海里，因此要往反方向走。因为没有了生就没有了灭，也就没有这一切由坏灭而出现的不欲临苦，那个时候就到了大乐之地。“大乐”，指没有变易之苦、真常永乐，“洲”，是指无生无灭的本性之地。到了这里，当然一切无离了，因为这个本性就是你自己，这时已经回来了，不是落到”二”当中而不断地生灭轮转。

[2182] 当初一念无明，以为心外有境，以此就立了”二”，之后不断地从细发展到粗。由于因上起了一个个的虚妄分别，果上就会出现一个个的妄相。而这些妄相只是缘生的法，以因缘力暂时维持，绝不可能永远住留，所以在生灭界里永远不可能不离，绝对是要离的，所出现的唯一是苦。反过来，如果息掉了这个”二”的妄，那当然本来是无为法，本来就是周遍的，自己的心与此契合的时候，就再也不可能离开了，这才是大乐之地。

[2183] 像这样，抉择到这边生灭界是苦，那边无生无灭界是乐，之后唯一地要往那个方向回归，由此会发生取证大涅槃的道心，这就是真实的道心。因此龙钦巴说：“我是一个无法乞人”，意思是我是没有法的人，实际是表征我们是没有法的。我们一直在现世虚妄的法里，以私欲不断地寻求安乐，而这样的寻求终归落空，每一个上面全部牵连着苦，这就是没有法的缘故。假使知道了法或者道以后，唯一往本性上回归，那就踏上了真实的道路，终究会到达大乐之地。因此我们要这样劝自己：一定要认识生就是苦性，生所带来的就是无数的不欲而临之苦，之后对生息除希望，唯一地求证无生，也就是回归到没有任何生灭假相的本来之地，所谓”生灭灭已，寂灭为乐”。

[2184] 思考题

[2185] 1、不欲临苦的苦相是什么？为什么在不欲的同时会降临这种苦？

[2186] 2、依表示比喻思惟中：

[2187] （1）解释金刚句的文义，并从纵向和横向思惟缘起的差别相。

[2188] （2）“一因三例”指什么？如何从三例看到不欲临苦的苦相？

[2189] （3）此苦相的深层原理是什么？

[2190] 3、对于大遍知的法语：

[2191] （1）解释句义。

[2192] （2）从中应提取出什么心要？

[2193] （3）所要开发的道心是什么？应如何思惟来开发它？

## 1.42 42

[2194] 3）以理抉择，入法门后作世间俗事实为颠倒　分二：①由正反面思惟而认定；②特别依《米拉日巴道歌》思惟如何为圣者所讥。

[2195] ①由正反面思惟而认定

[2196] **是故，财宝、受用、喜乐、声誉等出生之因，于自己，有一个往昔积善之果的话，不欲也强生；无彼的话，任作几许精勤、修作，也所欲不成，而唯一汇聚不欲故，若不依于无尽之财——知足之财后修真实之圣法的话，入法门后，还成办此生俗事的话，则唯是自苦，为圣者所讥。**

[2197] 体会金刚句

[2198] 首先要明白金刚句的结构。它是一个微妙的图案，指示了缘起上甚深的道理，由此会发现自身行为上极大的偏差，这又是就真实的理路，也就是我们心中本身的缘起法则上要去认识的。那么我们怎么来读懂这样一个图谱呢？就是要首先知道文句的前后关系，知道心上正反面的缘起法则，然后回到自身上来看，就会明白是怎么颠倒的了。

[2199] 下面具体来看金刚句的指示。“是故”是承接前面，以对于所欲不临、不欲降临这两大苦发起了定解，由此就会得到下面的认识。接着是一整句连下来的，“故”以前是理由，“故”以后是结论。而理由里面的”有彼”“无彼”，是表示正反面缘起决定的相，它的关键就在人欲和天理的辨别上。“财宝、受用、喜乐、声誉等”，是今生的所求，在缘起的法则上有它的因，心里不想它也必定要来；没有它的因，作多少的精勤、修作也丝毫不可能出现，而且唯一集聚不想要的。这个因就告诉我们，偏离了缘起正道，无论起多少的欲、起多少的勤、起多少的修作，全数都是枉然的。这样就知道，在不具正因的情况下，无论作多少，都丝毫不得果，反而出现各种的邪果。以这个缘故就推出下面了：假使不歇掉这个私欲，依止知足后修真实的圣法，或者入了法门后还在成办此生俗事的话，那当然唯一地是自苦了，成为圣者所讥。最后一句连到后面米拉日巴尊者的道歌，那里会有具体的指示。也就是如何成为所讥呢？那就是表里相反——表面入法门、里面办俗事而出法门，这样就出现各种的颠倒之相、无数的丑陋，而成了圣者讥讽之处。以上简要地指示了金刚句的结构。

[2200] 逐层细致抉择

[2201] 接着还要细致地体会。“财宝、受用、喜乐、声誉等”，指的是现世的名利、五欲享受，这是无数众生念念希求之处，因此，他的心整个地摆在了现世法上面。而在非理求取现世法的整个缘起线路上，丝毫法的内涵没有，因为所谓的正法，最少要有共下士以上的内涵，而它根本的区分点，在于意乐上已经不以此生的福乐为主，心的重点全数放到了后世以上。

[2202] 接着又要体会，这些现世福乐出生的因是什么？这里首先有个疑问：为什么这里金刚句用的是”往昔积善之果”，而不说”往昔所积的善业”呢？这要明白，在今生此时要出现这些相的话，一定要由宿世积善到了成熟位有了那个果，才会出来。就像种了种子之后，当配合上水、土等助缘，已经具足因缘，又没有违品障碍，到了立即要出现果的那个时位，就叫”有了那个果”，那时候你不想让它生，它也决定要生的。反过来说，只是种了种子，假使助缘没配上，或者有违品，比如把种子用火烧坏、装在盒子里等的话，它还是不能生，或者不可能即刻生。因此这里要注意，用的词是”往昔积善之果”，就像我们说：“你现在有福报的话，不想要也会来。”这个”福报”是指果位上的事。因此，财富、受用、身心的喜乐、很大的名誉，以及”等”字包括的地位、权势等等，这些要即刻出现的话，它的因就是要有这个福果或福报。这是在成熟位上指示的。

[2203] 接着继续从缘起上观察。在我们自己这样一个相续当中，假使有出现财富的福果，那即使没有起一点欲，它也会强生。也就是以因缘的势力已经集聚故，你不想要它也要来，它自动就会送上来的。就好比灯泡、电源、开关、线路等已经因缘集聚，开关已经按下去，那不想让灯光出现也不可能，这叫”不欲而强生”。因此在这种状况下，就像袁了凡的传记里所显示的那样，你就是不想要，它也一定会来，决定在因缘和合的时候，就会那样出来。所谓的”强”，就是说缘起律是无法违逆的，连诸佛也不可能违越缘起，因缘一旦和合的时候，是必然要来的。就像顶生王，当他的福果已现的时候，他口里说一下，天空中就要降七宝雨。就好比水、火、米、锅、时间、人工等的因缘已经和合的时候，你一个念头不必想：“饭啊！快点熟吧，我希望你熟！”它就自然熟了，这叫”不欲也强生”。

[2204] 接着还要从反面来认识。假使在自己的相续里，当前还没有这种宿善的福果的话，那心里再怎么想：“财富快一点来吧，天上快一点降七宝雨！给我高级的五欲享受，我要那样的豪宅、小车，要非常丰富的五欲生活。我要得到身体的乐、心上的喜，我一定要有好大的名誉，一定要做闪光的名人，我要登到那样的高位！”世人就是这样希求的。但是，还没到那个成熟位的时候，无论心中起多少精勤、作多少修作，也是丝毫也不会出现，而唯一地汇聚那些不欲的事，就是在此愿望之外的各种果或者不欲会汇聚过来。这就是思惟前面两苦之后会达成的认识。也就是在缘起律上，如果因还没到成熟位的时候，那再怎么想、再怎么勤、再怎么作，也是丝毫不现的，唯一出现的是此外的东西。

[2205] 接着要认识，以这个道理所要得出的结论。首先要认识什么是”无尽之财”。所谓的”无尽”，是说它是取之不尽、用之不竭的一种精神上的财富，这个财富就叫”知足”，就是没有欲，不必在这上动一个念头。而这种财是别人无论如何都拿不走的，无论在何时、在何处、在何种情形下，只要有知足，心就是安的、就是乐的。它有别于那种把乐建立在外在欲的满足上，而是把乐定义在欲的放下上面。因此，一个知足者，无论住什么样的房子、吃什么样的饭菜、穿什么样的衣服、怎么样行住坐卧等等，全然是安乐的，这种财就叫”无尽之财”。

[2206] 这样从缘起上去衡量的话，以不合天理的私欲所发起的所有作为，都是不可能实现一点果的。那么这样的话，你不歇下来，依知足之财去修真实的圣法、真实的安乐之道的话，虽然自己入了法门，穿法衣、捧法本、修法行，这些都已经在作了，而内心的重点却在成办此生的俗事，也就是出现了各种的欲，希求世间的名利享乐，然后作各种各样的精勤、修作，那这样的话就只是自苦，因为在缘起上一点不会实现，而且全然汇聚的是不欲的东西。然后圣者就讥笑说：“好可怜！好愚痴！他说是入法的人，可是丝毫都不修法，心上没有法的内涵，只是披着法的外相去做俗事，太颠倒了！”这样就叫”为圣者所讥”。

[2207] ②特别依《米拉日巴道歌》思惟如何为圣者所讥　分四：A思惟智者颠倒之相；B思惟护戒僧颠倒之相；C思惟现仙人仪形者颠倒之相；D摄要思惟。

[2208] 入法门后做俗事，是这里的讥笑之处。法和俗是一对，两者的方向完全相反。比如，晋美朗巴祖师在很小的时候，一见到别人出家，就迫不及待地要剪头发，就是想入法门，去掉这世俗上的事。入法门当然跟世俗完全相反，假使入了法门以后还做俗事，那就是可笑的事了。这里米拉日巴尊者针对这一点作讽刺。

[2209] A思惟智者颠倒之相

[2210] **至尊米拉云：“总之如来为人主，说法摧坏八法故。于今诸称智巧者，八法岂非皆增长。**

[2211] 总之，如来人主是为了摧坏世间八法而说各种法的。他是人主、世间主，就是要引领世间的众生入到法道里。没有佛的引导，众生都在忙世间法，这连苍蝇、蚊子都知道，它们也想在现世里面求一点乐，然后为此而精勤、修作，这没有法的内涵。我们得了人身，已经到了人畜分界的时候，实际也是天理与人欲交战的时候，这时应当作一个超越畜生的法行。如果仅仅求现世的名利，那叫”俗”，没有法的内涵。入法门跟世俗一刀两断，就是要彻底走一个相反的路，不做这些俗事，唯一作法事。

[2212] 如来看到众生是这么愚痴，他为了摧灭世间八法，宣说各种法门来引导我们。世间八法有正反两方面——称讥、毁誉、苦乐、利衰，总的来说，就是名利和名利的相反、五欲和五欲的相反，那么世间八法就是忙这个。人基于凡夫心的本能，就是想要乐不想要苦。因此，为了要乐，他一直盼望这些所欲降临，起各种的心，采取各种的方式、做法；不欲就是苦，他是拼命想避、不想要的。围绕着这样的所欲和不欲在转，以一种最短浅的眼光、最现世的目的，就想求取到现世的这些法，这些就叫”俗事”。那么与此相反，就是下士以上的内涵，不再求此生的名利，而是要寻求来世以上的利益，那这样就开始相应到法道，不能和私欲结合。这时是法上的欲，起码要行一个人天正道以上的法。那么要得到人天的福乐，也是要断恶修善的。

[2213] 现在如来作为人主，他要引导人类走真正的安乐之道，返回到法界本身，为了摧灭粗细的八法，宣说了各种各样的法。有的除贪，有的除嗔，有的除痴，有的宣说世俗谛上缘起的法则，有的宣说胜义谛上的空性等等，这样的话，都是要消除世间八法的。那么，这些法经过如来宣说，结集者集成了经教，菩萨们为了阐扬、光显圣教的道理作很多论典，后世的祖师为了接引当代者，讲很多的教授等等，这些总集起来就是法典。那么去学习这些，自身逐渐地就成了一个智者，然而这个智者本来学的是摧灭世间八法的正法，你没见到他的八法反而越来越大了吗？

[2214] 这意思是说，学过大经大论，通过佛教考试得到了名誉、地位，在自己和人们的观念里就说：这是一个智者。之后这些智者们的名就大了，因为有人恭敬，在名利上就特别突出。原先是普通身份，现在身份高了，好多人都恭敬、膜拜，好大的供养送上来等等，发现好名的心很快就大了。不像以前，人是朴素的，心是低下的，现在这个心马上就高了。无论是内在的心态，还是外面的知识、学问等等，会发现好名的心在增上、慢心在增上。这里面只不过两种，要么成君子，要么成小人。小人就是求利的心非常浓厚，这种智者到后面就沦落了，希望有好大的物质享受，求利的心越来越增长，非常想要钱。要么就非常好名、好地位、好恭敬。这个时候名利心就不断地在增长。那么，这是不是一个可笑之处呢？

[2215] 本来是学摧灭世间八法的教典，而且在这上面已经认为是智者了。因为在学习这些的时候有高下之分，只有那个学得好的才能当智者，学得不好的就不能当智者。当了智者，有名有利有地位，被供奉在一个很高的宝座上，这样的话，那个好名的心马上就增长了。就像悟达国师得了个沉香宝座，他就有一点沾沾自喜，虽然表面不露出来，但毕竟是尊贵的象征，那就不一样了，结果马上遭报应，有了人面疮的事情。从这可以看到是怎么好笑的。

[2216] B思惟护戒僧颠倒之相

[2217] **如来护持诸’尸罗’，为断世间事故说。今日持戒诸大德，俗事岂不皆增多。**

[2218] 如来以身作则，自己守护律仪，这样来引导众生。必须具足别解脱的戒行，这样才能从身口意各方面免除尘劳的系缚，一心修行，迅速地达成解脱。他是为了断掉世间的事或者作业，来说这个律仪的。但是，现在所谓护戒的诸僧，搞的世间事难道不是更多了吗？米拉日巴尊者就是这样作讥讽的，他的笑里面带着泪。也就是说：“你看，你们都是守戒的人，佛是为了让人断世间事来制戒的，你们怎么搞的世间事越来越多了呢？”

[2219] 本来一个人只需要非常简单地维持此世的生存，然后尽量避免世缘的牵绕，因此要远离。现在他外现一个护戒的身份，这叫”入了法门”，这个法就是到道谛和灭谛的内涵。道，就是无我空慧为主的无漏戒定慧增上三学；灭，就是由这样行道以后，连苦的根都断掉了，达到了彻底地寂灭苦，这就叫”出世的法”。入了法门，就表示进了这个门就要达成这个法，是完全要从世间法里出来的。而现在这样受了戒以后，里面根本就是一个现世的心。主要的关键，就是因为没有思维苦谛，因此出离心根本没有，占主导地位的就是现世心，它是心中的首领、指挥者。外面看起来具足什么样的戒行、威仪，显现成什么样子，好像特别清净，其实里面非常混浊，那就是一个现世心的机制在起作用。就是说，这个欲上根本没有变过，俗心没有变成道心的缘故，以它的力量，搞世间的事情不是越来越增加了吗？

[2220] 本来是要减少、减少，最终减少到零，压根就不去牵扯轮回的因缘，现在看到不是更多了吗？一个变两个，两个变三个，然后变十个、百个，变得完全充满了。你看看，本来是要远离，而这些人现在迷在了网上，他们在干什么呢？就是想买这个、要玩那个。或者你看他现在成了什么样的世间团体的主人呢？他经营什么样的世间事呢？从小的一个家宅，到大的一个世间圈子，有好多好多的联系，好多好多的经营，全数都是追求现世名利享受的事情。那么，这不是好笑的事吗？

[2221] C思惟现仙人仪形者颠倒之相

[2222] **昔时仙人（佛陀）之仪形，为断亲属系故说。今日诸仙人形仪，守护岂不皆增多。**

[2223] 往昔佛现仙人仪形，这是三世诸佛的大仙幢相。什么样的仪形呢？就是剃除须发、披著法衣等。那么佛现这样的相，让人们感觉这是一个仙人幢相，其实它是如来应世的一个表相，也是引导众生要以这种仪形来一心行解脱道。佛是以自己这样做的方式来引导别人，就是为了断亲属的系绳来说的。

[2224] 我们看过佛传，比如佛自己就是这样出家的。他自己把头发剃掉，天人捧接。原来是王子，穿的是珍贵名服，以各种璎珞来庄严，现在把这些都拿掉了，叫车夫拿回去，自己穿坏色衣，然后远离了宫城。他本来拥有万里江山，有那样贤妙的王妃，最高级的五欲享受，即将做转轮王，世间的名利达到高峰了，他的父王对他又是那么疼爱，所有人都围绕他。但是他感觉这样不行，之后他现仙人仪形，彻底地一刀两断，要断掉亲戚的系绳，也是引导后世弟子，应当要这样做。因为圣道三要的第一要就是出离心，没有这个，后面的一切都无法建立，根本谈不上什么道。

[2225] 后世所谓的追随者们，如来现怎样的形，自己也现那样的形，所谓”金刀剃下娘生发”等，这样就是现仙人仪形，堂堂的僧相。那么，现今现仙人仪形者，护情面不是越来越大了吗？“护情面”，就是指护亲属和施主的情面，这就是世间法。往昔仙人的仪形，这是不得了的，表示彻底出家，再不回来了。他的相就是要辞亲割爱，一出了这种形仪表相，就说明他是彻底地出去了，再不回来了。在印度人的观念里，假使那一家前面有那个人，后来没有了，他们就会说：“你家那个人是死了还是出家了？”他们的观念里只有两种，要么就是死了，见不到人，要么就是出家了，他也不会再来，只有这两种情况。这说明一现仙人的仪形，就再也见不到了。

[2226] 藏文上是”极为出”，这不是一般的出离，这几个月出去，以后还回来，它是极为出，跟亲属的关系一刀两断。为什么要这么做呢？就是要极为出离这个家的增长贪嗔痴的因缘。假使在家里、在家乡，那有好多亲友为主的关系，这上面会不断地增长贪嗔痴，合意的一方就起贪，不合意的一方就起嗔，然后愚痴地认为这上有安乐、有实义、有永恒等等。一落到”家”，它是非常大的一种土壤，一种增上贪嗔痴的因缘，所以要远离才能寂静，是这个目的要极为出离。否则人在短暂的一生，如何能够达成证道解脱呢？那是不可能的。

[2227] 那么佛自己是这样做的，他要引导众生，现仙人仪形者，就是穿坏色衣，住静处，托钵乞食，跟家里完全没有关系了。而现在剃发、穿坏色衣等现仙人仪形者，本是入了法门要修出世法，修道谛和灭谛为内涵的法，那是以出离心为道心、为根本的动机，但现在却不断地在护俗家的亲属和施主们的情面，这些心不是越来越多了吗？本来你现这个形，就是表示这个人已经不会再来了，跟我们的联系全部都断了，好像死了一样，而这个人却不断地连着这么多的亲属、这么多的施主，他的系绳是越来越多、越来越牢，这不是可笑吗？

[2228] D摄要思惟

[2229] **要之若不忆念死，修何圣法皆鄙劣。“**

[2230] “要之”就是总结要义。上面举了各种现相，实际是一以贯之的，就是心上的欲没变掉，俗和道之间没转换过。不念死就是念生，念生就只有一个现世的心。认为生很好啊，既然我生在这个世上，那当然要营造人生的幸福，这是最现实的事了。因此，所谓的”念生”，就是求现世名利，这上面丝毫法的内涵也没有。那无论你作什么样的圣法，心中都只是一个现世心占主导地位。因此，修再怎么殊胜的法、超越的法、高尚的法等等，都是鄙劣的。

[2231] 因此，法和非法的简别是在心上，而根本上是道心还是俗心又是在欲上。如果欲没变过，心里有非常大的欲望，蠢蠢欲动就是想求现世名利，一见到这么五光十色的现世生活，有那么多高级的享受、娱乐，有那么大的名誉光环、崇高的地位等等，这些全数落在现世法上。前行的修法，第一个就要扼断现世心，这个就是缘起上的要害。如果没扼断它的话，修一切法都是下劣的。后面仲敦巴尊者会说，你这样做不殊胜，那样做不殊胜，放下今生！放下今生！原因就是要把现世心扼断，如果这个心没断，真正的道心是不会出来的。

[2232] 基本的道心，也就是往来世以上的道上走的欲都没有的话，那尽管你学的是好高的法，在别人面前也会夸耀那些好高的见解，好有自我形象感的，因为学了法以后，要借这个来充实自我，借这个来放大自我。那么这样无论做什么，心上是骗不过去的，那是一点都没变过，最喜欢的就是现世名利，因为没有前行的修量，根本没退掉过现世心，时时都是它在占主导地位，而以它去寻求现世名利都是鄙劣的。因此，不在外相而在内心，是决定有这么一个事的。

[2233] 要除掉现世心，或者对于生抱着幻想、憧憬一直发展成无穷无尽的欲望，这个首先必须透过对缘起一分的透彻认识来转移。当然，前面《无常》等也一直在说怎么退掉现世心，这里就人间的苦谛而言，一定要在所欲不临、不欲降临这两个苦谛上得到定解。如果这上面没有去掉，那私欲是退不下去的。必然要有深彻的智慧，首先要通过如理地观察来引发定解，就会发现，如果脱离法之外，光是凭着第六意识的想像，以此自我的贪好发生欲，自己想我要这么求那么求，这样的话一点意义也没有，因为凡是所欲的不会以这个来降临，凡是不欲的也不会以这个来遮退。由此就会发现，这样得到认识之后，发现没什么想的，凡是与正理不合的欲，全数都是一种错乱的冲动、盲目的冲动、无始俱生以来习性的冲动。从今生的范围来说，从小到现在为止，一直寻求的就是名利，这就是没扼断它的原因。当它没扼断的时候，你再怎么说，其实道心没有发展，都是一个俗心，以此一碰到就发动，毕竟这些五光十色的让自我荣耀、高大、扩张的东西，是最让人上瘾的，也是无始习气最深之处。

[2234] 这样的话，没有真实地修心，外面做好多好多，成了智者，有了地位、名誉等等，那当然烦恼水涨船高。原来还是朴实的人，没有那么高的架子，现在架子高高的；原来对名没那么贪求，现在贪得不得了，稍微有点跟自我违逆、扫一点面子的事情，那简直没有办法接受，这就表示好名的心重。原来不过是简单的衣食住，能维持基本生活就可以，现在享受的是越来越高级了，那不是利的心在增上了吗？原来还常常起念：“我要入法门，要好好修。”说的是法上的事、道上的事。现在入法门过了三月五月、三年五年，发现道的心没有了，俗的心是越来越强，最后就完全陷落了。这就可以知道，这里面前行非常重要，前行根本上是要培养道心的。道心一旦没有，在缘起上根本没办法控制住内心的能量唯一地往法上走，这样的话，那当然成道是不可能有希望的。这就是修苦谛的重要所在。

[2235] 再说，所谓的修法不能以世俗的心作主导。好比艺术还是个小技，但是像绘画的时候，就千万不能沾俗气，一沾俗气就没什么可看的了。那么修道是无上神圣的事情，更是沾不得一点俗气的。不念死的人基本完全是在念生，而念生就是念名利，这样的话，无论修什么法都绝对不会入品的。这就导致出现非常让人遗憾的事。因为在所有现法的形相的人群当中，比如在在家身份中，千万人中难得一个高士，而在出家人中，千万人中难得一个高僧。为什么不能高起来呢？就是因为道心没有发展，在最开始的阶段里，五年十年，如果这上面没有得到坚固的话，那是不保证的，这样就会出现圣者所笑的事情。因此，修道不能不讲究次第。

## 1.43 43

[2236] 总体的人生厌患观

[2237] 分三：一、思惟在此世界、此时期人道中生唯苦无乐而生厌患；二、思惟时代每况愈下、苦难愈深而生厌患；三、由此发起彻底的求解脱心。

[2238] 这里要想对人间的生彻底地没有兴趣，那在观察上就要整个地覆盖到总、别、现、未时空的一切点上。其他世界，我们因缘不深，不一定想生。就最切近的这个娑婆世界，总的就包括东南西北四洲的人类世间，特别是南阎浮提的人世间，这个总别两分代表空间。然后从时间上来说就是现、未，现在时期生如何，未来时期生如何。整个看到都是苦，而且越来越苦以后，就已经看透了，再也不会有想生的心。这样就是以观察的力量引出这种心来，这就达到了修心的目的。

[2239] 那么，如果对于六道里面，与自己关系最密切、看得最多、体会得最多的人间事，看到了都是个苦海，那再往上往下推就容易了。那个时候就知道轮回的确是苦，不想再待了。那又怎么办呢？那就要求解脱，人生的目的不是钻到苦海里去经营，而是尽快地超出苦海。

[2240] 一、思惟在此世界、此时期人道中生唯苦无乐而生厌患

[2241] **现在人境总的四洲世间，以及特别我等南瞻部洲中已生的诸人，现今此浊世之中，乐的阶段连毫毛许也无，而唯一受用诸苦。**

[2242] 那么，思惟人道唯苦又怎么想呢？就是想，现在已经生到总的娑婆世界的四洲人间，特别地生到我们南瞻部洲的这一切的人类（除了圣人应世之外，他是化现的，自身不用受这种苦），那么，从时代的状况来说，从人寿八万岁，每一百年减掉一岁，已递减到了人寿百年的阶段。过去是像佛经或者古籍里描述的那种上古之世，那时人寿八万岁，犹如天人的境域，非常的清净、安乐。之后，就像清净的水逐渐地变浑浊那样，每一百年就会减一岁，这代表烦恼和业的增上导致安乐受用在退减。逐渐逐渐地一直退到人寿百年，从历史的纵观来看，不晓得退化了多长时间，如今已经到了五浊炽盛的时期。那么，对于这个阶段应当要思惟，无论总别两分，凡是生在这里的人，会不会有乐的阶段呢？一毫毛许也没有，在这里唯一受用诸苦。也就是，上述的生老病死、爱别离、怨憎会、所欲不临、不欲降临的这一切苦，一个个地都要受用，从生到死就是在受这些苦而已。这是什么原因呢？是时代总体的状况决定的。

[2243] 所谓”乐的阶段连毫毛许也无”。我们从当前一直展望到未来，乃至人类降到最低谷状况为止的所有时期，在我们的幻想里或许会认为：“未来在某个阶段、某些年月，会不会出现像上古那样的太平盛世、安乐充满的吉祥的时期？”是不会有的。或者想：“这个世纪没有，下个世纪会有吧？今年不太好，过两年会好吧？”这叫做对于乐的时节、乐的分位的一种幻想。又或者想：“有一点点也好啊，比如一周里有一天的快乐，我也心甘情愿，做人还有点乐。或者在一年里有一个花样的时节，有那么一个月好也很好啊。或者在百年当中，有一年出现天人般的境界。会不会这样呢？”没有的。或者说：“那再少一点吧，虽然过了五百万年监狱般的苦难生涯，给我七天真实快乐的时光，有吗？”没有的。“七天没有的话，会不会有一天、一个上午或者一个小时？”都没有的。再者会想：“我们从这地球的东边搬到西边，或者去某一个特别好的度假岛、旅游胜地等等，会不会在那里出现乐的分位？或者我们乘着宇宙飞船，移民到其他星球上去，会不会有乐的分位？”不会有的。因此，就时间上来说，一个刹那的乐都不会出现，就空间上来说，一个微尘许的乐也不会出现，这就叫做”连毫毛许也无”。

[2244] 然后就接到”唯”。可怜的人啊！你既然生在五浊黑暗如此炽盛，以及时代深重污浊的这个阶段里，又是这么一个娑婆苦难汇聚的地方，别想了，连毫毛许的乐的阶段或者分位也是没有的，从时间上说就是一刹那都不会出现。我们从小就开始盼望，一直到老死之间不停地寻找乐，但扪心自问：“人生真的有快乐吗？”我们也在地球的东西半球上到处飞，天天想：“这个地方很苦，听说那边有美国、英国、法国等等，那里很乐吧？”然后不惜重金，花好多钱去，就是想找点乐。那么，在那上去找乐，找得到吗？找不到的。

[2245] 我们总是想在外在的景观上找乐、在内在的情感营造上找乐、在网络影视游戏当中找乐。人生很苦啊，但总是会有那么些假相，让你感觉还可以。比如说，在这一年当中就苦得不得了，人们也知道得过个节、过个年，在春节里营造一个喜庆的气氛。大家还是特别有脑筋会想的，还组织了联欢晚会，非常热烈地狂欢一阵、兴奋一下。而且，又借影视、又借歌舞、又借旅游、借休闲、借一顿海吃等等，人们以为这样会出现乐的阶段，但实际上丝毫也没有。我们通过对以上八苦的真实抉择，就知道实际是没有的。

[2246] 有些人又想：“我们现在是没钱嘛，有钱的阶段就很乐啦。”“我们现在是没有爱情嘛，有了爱情的时候是很好的。”“我们现在是没有地位，坐到那个高位上不就可以了？那时会出现乐的阶段。”“我们现在还没遇到相应的人、事、时等很多因缘的聚合，生不逢时、所以才好运不现等等。”他还在幻想，但实际上丝毫许不会有。对于前面八种苦一一都参究明白了，后面这个结论就会出来。

[2247] （一）由经教开解

[2248] 接着要透过对整体时空界的观照来开解，这又要结合《阿含经》《悲华经》等的经教来得到认识。比如看过《悲华经》就知道，在十方无数的世界里，娑婆世界是秽恶国土，你就会知道这个世界的染污非常重，然后，这个世界里的南洲尤其是苦难非常大，这是一个非常大的世界观的观照。接着，要从历史观或者减劫的演变史观上去看，这就要结合《阿含经》等，看到人是怎么从光音天下来的，那里非常详细地描述了当初是什么样的受用，后来逐渐地怎么退减。了解了那个非常详细的过程就会知道，如今的状况已经跌到这么深了。就好比从非常高的一百层楼上逐渐地往下掉，已经快掉到地面了，那这个时候你认为，在这上面还能翻到什么高位上去吗？或者《楞严经》里讲了五浊的状况，可以从甚深的缘起理上，看到是怎么一层一层地变浊的。像这样开了大的见识以后，就会明白已经到了此界、此时，的确乐的阶段连毫毛许也没有。所以，不必再幻想了，应该彻底地息灭这种不合实际的想像，真正地接受苦谛的事实，接受这个世界唯苦的真相，这样我们就不抱希望。

[2249] 我们的乐颠倒执非常地强固，这是由于熏习得过分地细密、深刻所导致的。不必说过去世了，单就今生来说，看到这样五光十色的世界，听到各种世间有乐的言论，加上周围的人们对于乐有各种虚假的表现，这样的话，经过年年、月月、日日、时时、分分，不断地在乐的上面颠倒作意，就会形成一个坚固的乐的幻想症。或者在见解上有乐颠倒见，在执著上有乐颠倒执，这时就像结成了一个恶性肿瘤一样，必须消解掉它，那这样就一定要透过观察。

[2250] 要知道，在这个时代，如果不经由闻思，那是非常困难的。这是由于反面的熏习既细密又长期，还不断在加深，那么这不是用简单的几句话就能处理得掉的。它是由那么细发展过来的，你反面也要相应地那么细地去做，它才瓦解得掉；否则连正确的观念都没有，还处在非常愚痴的状态，而他却以为自己是非常对的。因此，翻转的手术也要有相应的强度才行。就像一片很坚硬的土地，已经硬化成那样了，现在要把它全部翻过来的话，不是一定要用那么大的劲才铲得动吗？你得方方面面用好大的劲把石块等除掉了以后，才能彻底翻过来。又好比零下四十度的寒冰，不是要有相应高温的烫水，而且大面积地倒下去，它才能融解吗？就像这样，细分的观察是必不可少的。

[2251] （二）由譬喻开解

[2252] 接着还要由譬喻来开解。透过人身、浊流、暗夜、下滑、萎花等的譬喻就会知道，如今已经进入到非常深的衰败时期，想在这个阶段里出现很好的状况，那是不可能的。就好比一个人已经活了95岁，那个人还说：“老爷爷！你只是这两天不好，你还会好起来的。”他说：“傻孩子！你不知道，活一天就老一天，这是不会再好的。”

[2253] 1、人身喻

[2254] 我们从很细的地方去观察。譬如人身已经到了非常衰老的阶段，整体来看，头发全白、皮肤发皱、五官衰退、内脏衰退、气血不足等等，这所有的方面都在老化中。那么，处在这种状况里，想想看，这所有的内容会出现年轻的分位吗？也就是，他会从95岁忽然之间变回30岁吗？不可能的，这是从时间上来说。再从空间来看，心肝脾肺等都用了95年，那么这些内脏会忽然变得非常健康有力吗？不可能。再说，头发全白了，皮肤全皱了（但现在的人傻，明明已经老了还非要去拉皮说是显年轻，这个就不算，这属于大愚痴），气血也不足了，走路慢腾腾的，那么他还能像百米冲刺一样地跑起来吗？不可能了。

[2255] 2、浊流喻

[2256] 再看浊流的譬喻。由于时劫的车轮滚滚而下，已经到了非常深的低谷之处，谁也没办法扭转这个剧速下降的趋势，让它重新回到高空，所以这叫”天命”。这就好像黄河从源头流下去，流到后面已经发展到了浊浪滔天的地步，你再怎么想”黄河清、黄河清”，黄河能变清吗？

[2257] 3、暗夜喻

[2258] 接下来看暗夜的譬喻。已经从白昼到了黄昏，从黄昏到了初夜，又从初夜到了暗夜，漆黑一片，那么到了这个分位的时候，你以为还会出现白昼的分位吗？丝毫都不可能。这怎么讲？就时间上来说，你想从夜返回到昼，那是丝毫不可能的。从空间来看，已经入到深深的暗夜里，在整个区域里，能找到一点点处于白昼状态的地方吗？不可能的。有人说：我们可以开电灯来照明。那个不算，那是假造的，不是本来的状况。就像这样，是不可能再回去的。

[2259] 4、下滑喻

[2260] 接着又要想：一个皮球已经从一百层楼直线地掉到第二层楼了，你说它还能返回吗？你还想在这之后出现一个返回的阶段吗？这是不可能的。

[2261] 5、萎花喻

[2262] 再想，鲜花经过月月红之后，已经枯萎了，枯萎了还能让它变得娇艳繁盛吗？或者草经过春夏到了深秋已经枯黄了，枯黄了还能变青吗？会不会在这个时候出现青的分位呢？不可出现的。这个”不可能”是决定的，意思是丝毫不可能出现。

[2263] 透过以上的譬喻就会确定，的确我的人生就像这样。就像虽然暗夜里有月圆和月亏、晴明和黑暗的差别，但白昼的光景总的是丝毫不会现的，无论在夜里的哪时、哪处，都决定不会出来，这就叫”丝毫许不现”。像这样就彻底地息灭了希望的心。

[2264] 二、思惟时代每况愈下、苦难愈深而生厌患

[2265] **而且还按仅仅是过年及月、日及一食顷、上午及下午，而时越浊，劫越劣，佛的教、有情的喜乐一切按次第衰微，**

[2266] 这里是进一步讲，不但唯苦，而且苦是越来越重了。人类不但已经落到这么悲惨的境地，而且会越来越差，这叫做”绝对的时代退化论”。这种退化是刹那不停地在退，叫做”昼夜唯减、刹那无增”，如《无常》中所说那般。

[2267] 这里的细分认识，总的要这样思惟：现在已经很不好、很苦了，将来会不会变得更好呢？如果更好，我来世还要来投生，我还想做人。你就别想了！今生已经苦成这样，来世就更苦了，苦得连喘气的机会都没有，脸上丝毫无笑容，心里丝毫无安乐，心神丝毫无安宁等等。那等于入到更急的浊浪汹涌当中、更大的寒冬暗夜当中。这个是总趋势。

[2268] 这里普贤上师的话是很厉害的，他是说”昼夜唯减无增”。不是说还有一个阶段停在那里不减，还能保持那个水平，比如在百年、十年、一年里，保持它的水平不下降，还能够维持住，没有这样的事。而是唯一随着过年、过月、过日、过一餐时、过上午、过下午，就像这样过多少就减多少，这是分分秒秒不断地在退化。也就是，将来的趋势是越来越污浊、越来越混乱、越来越黑暗、越来越焦虑、越来越沉重。这就像人死了以后，身体越来越腐烂、越来越变臭那样。比如不净观里讲到，人刚死的时候，身上的色怎么变坏、气味怎么变坏，苍蝇围在那儿”嗡嗡嗡”地转，然后再逐渐怎么样出血、出虫、成骨锁等等，那是越来越坏。

[2269] 思惟人类的退化史而生定解　分二：1、由比喻思惟；2、由意义思惟。

[2270] 接下来还要由比喻和意义两分来细致思惟。当这样思惟达到一定量的时候，就再也不会有别的想法了，不会认为将来还会更好，这叫”得了定解”。在出现了定解以后，你对这世界的态度当然是决定地厌患，不再欣求，心的方向是唯一地求解脱。

[2271] 1、由比喻思惟

[2272] 譬如人过了七十，老是不会停止的，不会说一个阶段不老，后面才老，而是刹那刹那都在变老，所以叫”唯减无增”。老的内容是全面的老，不是部分的老，也就是身心全部的内容，比如身体从头到脚、从外到里，方方面面都在变老。一旦看清楚了老的状况，那当然对于老是生厌患的，谁也不愿意老一天、老一次。这里没有丝毫乐，只有无量苦，不但没有一点回转的机会，而且刹那刹那不断地往下老化，更加衰、更加苦，没有丝毫的希望，因此非常让人生厌。

[2273] 又像入了寒冬只会越来越冷，地上的草不会由黄变青，只会由黄转灰，没有希望了。

[2274] 又像人体，病毒已经扩散了，医生也知道，你别抱希望，它只会越来越坏。有经验的医生会说：“想开一点，想吃什么就吃什么吧。”病人自己也感觉得到，最多只能活几个月。而在这几个月里，一天一天地越来越差，最后只有死掉，因此不必期望会变好。整个人类的状况就像这样，一直在退化中。

[2275] 2、由意义思惟　分二：（1）思惟退化的方式；（2）思惟退化的内容。

[2276] （1）思惟退化的方式

[2277] 退化的方式指恒时唯减无增。也就是，不会有一段不动，一段在退，或者某个阶段不退化，在另一个特殊时期才退化。实际是按照从长到短的时间，一路这么减下去，最后落到了刹那刹那都在退化。细分来说，唯一地是按照过一年就退一年，过一月就退一月，过一天就退一天，过一餐就退一餐，过一早就退一早，过一晚就退一晚，是像这样越来越差的。因此要知道，整个就是往下退，非常让人厌患。

[2278] （2）思惟退化的内容

[2279] 退化的内容是全面的。时代越来越浊恶，劫运越来越差，像这样一直降到人寿十岁为止的所有时期里，在多少万亿年中，这种趋势无法逆转，如人之老、草之枯。衰退的内容，总体上就是以圣教和众生两大类所摄的一切好的方面，都依照次第逐渐地衰微。就是指一个阶段一个阶段地往下走，有越来越衰的状况。这又要透过教量、比量和现量来认定。

[2280] 首先从圣教方面来讲。《法灭尽经》里说得很详细，这都是牵涉到法运的问题，也不是偶然的，必然就是按照缘起的规律在退灭。先是《楞严经》灭掉，然后一部一部经灭掉，最终全数都灭完了，这就是圣教之衰。

[2281] 再说众生喜乐方面，这也是如期依次而衰的，就是一个阶段有一个阶段的事情。譬如我们人间事，从过去百年以来，传统就被推翻了。首先是提倡新文化运动，这是一个重大的转折，代表已经在全面地衰了。这样五十年以后又进入了新的时代，衰得更厉害了。那么在今天转过身来，进入了二十一世纪，人类只剩下贪欲和幼稚，更加没有正法了。

[2282] 有人说：现在人类进入了网络时代，科技更发达了。

[2283] 实际上只是邪思纷纭，代表分别心已经炽盛得像海潮一样。也就是心已经散成这个样子，到处捕捉一些虚幻的法尘，真是信息如海、分别如海。这表示人类的心连起码的收摄、安定都没有了，意味着未来精神的病状越来越重。想一想，一个人连心都病成这个样子，那还会有幸福吗？这就表示，由于心病越来越重的原因，而心又作为根本，那当然人类的幸福度是越来越差的。这表示人间的喜乐越来越差。那么将来可能发展得更疯狂，那的确是一天比一天差。按照劫运去观察就会知道，逐渐逐渐地百年要减一岁，方方面面都随着在退减，最终降到人寿十岁为止。这样由比量观察就会知道，原来是这样按次第衰减的。

[2284] 再从我们现世的因缘来思惟，可以看到，这里面一个阶段一个阶段的相都不一样。比如，透过一个个百年去观察会发现，一百年一百年在退，而且退得很厉害。如果按照五十年去看的话，又会发现一个阶段一个阶段不同。按照十年去看的话，比如去听歌就发现非常明显。上世纪三十年代，人们都听《上海滩》，这样从三十年代的歌、四十年代的歌，然后到了五十年代、六十年代唱战歌，再是七十年代的歌、八十年代的歌、九十年代的歌、二十一世纪的歌，你去听这些歌就会明白。可以看到人类身心的状况越来越差了，各种邪见的扩张，我慢、我执、我见的高涨，自我主义的盛行，极端地紊乱无序，与正法相违，已经达到了无法控制的地步。这就可见烦恼增盛。

[2285] 再连接到现在来看，你会发现十年就不一样了。十年之后再回到原来的城市，就发现自己是古人，那里全是新新人类。为什么呢？自己的神情、面貌、动作、语言、状态跟别人完全不一样。他们一看，你这个人怎么是这样呢？感觉很奇怪。因为频率是不一样的。再退下去，人心会变得越来越差。

[2286] 那么这么退减下去会退到什么阶段呢？最后会出现小三灾，所谓的饥馑劫、疾疫劫、刀兵劫。到了刀兵劫的时候，人类已经陷到最低谷了，彼此一见面就拿刀子捅。像现在就已经很冷漠了，人一见面的时候，彼此都是有提防猜忌的，一看就是嗔心大。比如他会想：“你想对我怎么样？你怎么那么说？你怎么那么看我？”等等。现在他还只是回一个愤怒的眼光，到了人寿十岁的时候不是这样，彼此一见到就要杀。

[2287] 再说，过去的时候，十五六岁之前不知道男女的事情，但现在就提早了，上小学的时候就明白了。那这是好事坏事呢？是坏事。不知道的人认为现在的人很聪明，比以前聪明，他不知道实际是在退化。又比如，国家电视台找一个不像小孩的人来做节目。为什么不像小孩呢？因为他才四岁，竟然会说成人的话，这样那样都说得来。一般人认为，现在的小孩很聪明。真正明眼人一看，完了！为什么完了呢？因为他这么小就已经邪慧充满。这些就是退化的相。实际就是如此的，你想，将来人只能活十岁，你说他几岁谈恋爱？可能不到五个月就开始了。再说，他什么时候发展成这样很复杂、很混乱的心呢？可能一出生就开始了。就像这样，当然是按照这个幅度逐渐地在退。

[2288] 这就可见，有情的喜乐是按照阶段，一个阶段一个阶段地在变得衰微。虽然说冬天都是寒冷的相，但不是还有入冬、一九、二九、三九这样一个阶段一个阶段吗？就像这样，这叫做”按次第衰微”。

[2289] 三、由此发起彻底的求解脱心

[2290] **对此思后生厌离。**

[2291] 这样思惟以后，最终完全认定了，在人道中生唯苦无乐，而且苦越来越深，因此，这是一个非常可怕的苦难的区域，这样就发生厌患了。从此，自心的方向不是还在里面想求什么乐，或者想来生还生在人间，这样就杜绝了现世心和来世心，总之，凡是人道中的生已经看透了，因此一心就是求解脱。这又有总别两条路，总的就是这一生就要成道，证得无生。特别来说，如果这一生没法成道，那就要力求即生往生极乐世界，因此发起不再取胞胎的心，而一心求生净土，这样就引出了求解脱心。

[2292] 总而言之，这里首先要开展出一个非常大的见识，从总别现未一切时处来观察，当对于所有差别状况全部把定了以后，就全数地生厌患，不想再取这种生了，这就叫”对此思后生厌离”。

[2293] 思考题

[2294] 1、总别人类现今的状况中：

[2295] （1）什么是”乐的阶段连毫毛许也无”？“唯”字说明了什么？

[2296] （2）结合《悲华经》《阿含经》等经教，作整体时空界的观照。

[2297] （3）由人身等的譬喻，思惟人生毫无安乐的真实状况。

[2298] 2、总别人类未来的状况中：

[2299] （1）时代越往后，世界的状况越会如何？

[2300] （2）思惟衰老喻、草枯喻、毒化喻。

[2301] （3）人类退化的方式和内容是什么？

[2302] （4）圣教和众生喜乐次第衰微的状况如何？由教量、比量、现量来观察。

[2303] 3、如何思惟发彻底的求解脱心？

## 1.44 44

[2304] 上面修了总体的人生厌患观后，会定解总的娑婆、特别的南洲，生而为人决定没有得安乐的机会。而且，如果来世还想生在这人世间的话，按照缘起总体退化的状况来看，只会越来越苦。以这种认定会发出彻底的厌离之心。接着一段就是要看到，我们既然还处在这个世界，就是有一种现实的状况，面临着自己缘着这些苦难世界里的现相，到底该怎么取舍，它决定了缘起的走向。缘起是泾渭分明的，走得不好就落入到越来越苦的状况，走得好就能从苦中超出，因此，下面非常切身地就我们自身的状况作取舍的引导。

[2305] 苦世界中的取舍修法

[2306] 这里要由两步趣入修持：一、认识处在南瞻部洲的人世间，变化性大，须行取舍；二、具体的取舍。

[2307] 其中，一又要由两步来获得认识：（一）认识南瞻部洲现相多变的实况；（二）认识在遇到现相时，须作取舍的必要性。

[2308] 假使发生了这两方面的认识，就会出现实修的欲乐。自己特别想了解，当遇到这些现相的时候，我该怎样舍掉轮回的苦难之路，怎样来取到解脱的安乐之路，由此会转入第二分的学习。

[2309] 以下先来思惟第一点。

[2310] （一）认识南瞻部洲现相多变的实况

[2311] **此复，南瞻部洲为业增上地故，贤劣、高下、苦乐、功过、法与非法，一切都变化不定，**

[2312] 世界有不同的状况，就像江河有不同的缓急、清浊等的状况那样。娑婆世界是十方刹海里的非常污秽的世界，苦难深重；而在娑婆世界的四洲人类当中，南瞻部洲是业增上之地。为了认识我们所处世界的状况，要知道两点：一、此世界多变不定的原因；二、此世界多变不定的状况。

[2313] 当然，一切的世界都是由业所造成的，但是，在造业的情形上，特别突出的是南瞻部洲。在这里造业重、成熟快，不像其他洲，所以，就有什么样的状况都变得特别快的一种苦的境相。比如，上半生造业，下半生就感果，在这个世界的舞台上，会发生非常急剧的变化。知道在因位上造业重、造业杂乱，而这些状况会合集在一块儿，成为这个世界能感的共同情形；因而明白，在这个世界上，就会出现现相非常迅速，多变而不定。

[2314] 懂得这个业增上的因缘后，才进一步要知道，以此导致这个世界不定的状况。引导文里面讲，就是贤劣乃至法与非法所摄的一切的两极之间的情形，都会很快地就变掉，而没有决定的状况。引导文里的五对，是就这个世界的人类来说的。“贤劣”指人的品质，“苦乐”指人的受用，“功过”指人的功行和过失，“高下”指人的地位，“法与非法”指人心上的路线。

[2315] 贤劣不定

[2316] 指前面还好，后面就不好了。比如，前面在修法，后面作世间的事情；前面起善心，后来起恶心；前面出家修行，后面还俗造业；前面还在作高尚的行为，后面就沦为妓女、屠夫等等；或者前面心识还处在一种离欲的状况里，很快用了手机上了网，心态就搞得一塌糊涂，处在很下劣的状况里。这些就是贤劣的一些变化。

[2317] 高下不定

[2318] 比如，这个世界舞台上会出现各种当红明星，可是过不了几天就销声匿迹了；或者刚刚还处在高位，转眼间就成了阶下囚，这些都是高下不定。

[2319] 苦乐不定

[2320] 比如，二十一世纪以后，人类的心识更加脆弱多变，往往以一种很小的因缘，就导致心绪很快变掉了。现在人常常出现的情绪化，就是刚刚心情还好，一下子就落入很苦的心境当中，三天两头内心的苦很重，这是苦乐不定的状况。

[2321] 功过不定

[2322] 指前面还在善心当中，作某种善行，处在有功的状况；忽然间就起了嗔恚、邪见，或者一下子打妄语、做错事，表现出各种过失。因此，由于这个世界的人的心识不堪的缘故，它非常快地在转变。

[2323] 法与非法不定

[2324] 要明确，心上的缘起只有法和非法两种或正和邪两种。而在这样的业的世界里，法和非法非常不定，在没得到不退转以前，往往进一退九。常常可以看到，心在法和非法的两条路上来回地变动。这个世界五浊很深，正法白方的势力弱，非法黑方的势力强。而黑法的状况，就是以自我、自由两大主义作为根本，以享乐论作为主流。环境强大的引诱力，致使修行人刚刚还处在法的状况中，比如守因果正道、安住无我无私，忽然间就已经落入邪法的状况里了，心开始崇尚享乐的生活方式，开始崇尚自我、自由，而且什么事情都是随心所欲地做。或者才生起一点出离之心，很快又沉迷在世间诱惑力很强的五欲享乐当中，乐此不疲。就像这样，可以看到法和非法不定。

[2325] 总之，由上面的举例很细致地去观察，会认识到这个娑婆世界南瞻部洲地球上的人类，到了五浊深重的二十一世纪以后，的确方方面面都是处在快速多变而无决定的状况里。总之，以上要思惟达成这种定解。

[2326] （二）认识在遇到现相时，须作取舍的必要性

[2327] **由此因缘，对现量见到的这些现相，需要观后于自相续上作出取舍。**

[2328] 这里分两步引导：一、由类比门发生认识；二、由观察现实状况发生认识。

[2329] 一、由类比门发生认识

[2330] 前面讲无常的修法里，最关键的是抓住一个念死的心。因为在那个当头，一旦念生就流到了现世心当中，一切都是以追求现世乐为重点，由此会积成无量无数的非福业，而堕入恶趣。因此，它的关键——在法和非法区分点的掌握上，就在心中要有念死的欲。当心里一旦念死的时候，就知道现世法没有意义；当心力强的时候，会将心转入到后世为主的下士以上的法道，这时就不再求现世的名利了，而一心修集能真正得到安乐的法道，所以关键点就在念死。而发展到念死的欲很强，心心念念都在念死的时候，现世法就被彻底地舍掉了，缘起的走法就转到了来世以上的法道上去了，是这样把心转入法道的。

[2331] 二、由观察现实状况发生认识

[2332] 从现实的状况来看，这个世界非常之苦，在现相当头的时候，如果不知道怎么往无漏的法道上走，那就会变得越来越苦了。也就是，在前面抉择了整个人生苦乐的缘起状况以后，我们在面对现相时，应当要作一个取舍。要知道何取何舍、何去何从，在心上，我这样走往哪里去，那样走往哪里去。一旦看清有漏无漏的苦乐二道以后，就会知道，那个往生死走的欲以及它导致的流向都要去掉；那个往无漏法界回归的欲为主、观慧为根源的道是需要取的。要知道，一切皆从心想生，当我们的心已经明了了苦谛，开始发生出离的欲，那么以这个为前提，我们将往真实的无漏安乐的道上走。

[2333] 就像今天，世界的变化非常地快，生活的频率非常地快。尤其大都市的人，处在人我竞争非常剧烈、各种五欲六尘的诱惑非常炽猛的状况里，第六意识的分别极为迅速，导致心态波动非常大，致使精神病态急剧加重，人心连片刻都难以安宁。竞争的潮流一浪接一浪，轮回的脚步更加快速，各种外缘的诱惑力更大。而人都不知道要停息、回头，所以，就有那么大的竞争的辛苦、心绪的紊乱失控，各种不自然的勉强、竞争，致使病态急剧加深，这些就是南阎浮提地球人类末世业增上的现相。如今已经处在减劫后末边际的状况里，将来这些问题会越来越严重。

[2334] 认识了时代的宏观状况以后，我们再从内心的微观状况去了解。我们处在这样的现相苦界里面，总会不由自主地随着现相而转，会发现不如理的分别像海潮一样。那么，如果不在这里作取舍，不能首先以智慧认定明明白白的苦乐两条路的话，那我们的心就会时而喜、时而忧，时而认为得到而狂喜兴奋，时而认为失去而陷在抑郁、苦恼当中。由于这个世界的现相变得太快了，而分别识又缺乏智慧的掌控，在这种状况下，心就像无头苍蝇一样到处乱撞，而且非常幼稚，不断地随着邪见邪论的指挥棒在转，我们的心就这样完全失控了。也就是，不断地被苦乐利衰等的八风所吹，在遇人遇事的时候，只是增强往外奔逐的是非之心、耽著之心、竞争之心。总而言之，从见解到欲、到勤、到修作一路发展下来，就会发现它是一股极猛的业流，这是非常可怕的事情。因此，在明了人生八苦以后，总的要知道，处在这种状况里，我们该怎样离苦得乐。

[2335] 心上的走法

[2336] 认识了人生三苦、八苦等后，关键是要明白怎么来避免苦。我们在面对南瞻部洲这样迅速变化的苦的状况的时候，不要往虚假的相上去看；而是要往它真实的状况上看。不是以我执，在这上起各种的分别、是非、动烦恼；而是这些现相都是老师，都在说法，都是在告诉我们，哪些是假的、哪些是真的，哪一种是苦的、哪一种是乐的，哪个是好的、哪个是坏的，心里要看到这些法的状况，然后在心上去作取舍。因此，不是看外面，不是在外面去计较、起是非、起执著，而是要把这些全看成是我的老师，它在教我，不是随着虚妄的心去走，而是要出现一个明见的智慧。那么这样才能很明白，在当下的时候，它已经是一个教材，已经在说法了。正当它现前的时候，一定要用智慧去衡量它的体性，之后在上面作一个取舍。

[2337] 那么如何取舍呢？只要知道了它的虚实、苦乐、好坏等以后，就想：“这个老师在告诉我这样，这个是好的，我要学，那个是坏的，也是给我作反面的指示，教我去掉；这些现的都是假的，就是在告诉我要回归；或者这些世人以为是乐的，其实是苦的，是教导我生悲心。”就像这样，当现相出来的时候，当时就要明白它的苦乐、虚实，之后心从中脱出，往解脱上走，这就是修的要点。

[2338] 二、具体的取舍　分二：（一）分别谛观；（二）总摄要义。

[2339] （一）分别谛观　分六：1、顺缘现相观；2、逆缘现相观；3、人群现相观；4、四大现相观；5、家宅受用观；6、他财受用观。

[2340] 所谓的”分别谛观”，就是当顺逆二缘或者苦乐二境，或者人上的贤劣，或者四大的变化，或者自身境遇，或者他身境遇等现前的时候，就当它现前的时候，不必避开，就是它本身，看清它到底是个什么。一旦认取了它的自性之后，就不会随着迷乱的力量转；一旦不认识的时候，那当然随着无始以来的乐执、我执这两大无明，自然地转过去了。因此，这个当头一定要谛观它的自性、它的本来面目，要知道在世俗谛里它是怎么样的苦、怎么样的没有实义，胜义谛里唯一空无所有，只有这两条路。那么，这里结合在任何一点上，都必须要现前这样谛观的智慧，才能转入安乐之道。

[2341] 再者要注意，这上”知”字最重要。在每一个观法里都有一个”知”，就是要认识安乐之道。其中包括它是空的，是苦的，是给我指示的，都是我的老师。像这类的”知”，一旦把握好了以后，就全数转到道上去了。一切的境相本身是不存在什么意义的，它唯一的意义是唤醒你。

[2342] 1、顺缘现相观

[2343] **如遍知上师云：“有时自现顺缘友当观，知自现故觉受友出现；**

[2344] 取舍就是要像龙钦巴大师指示的那样。有时自现的顺缘的友出来了，当你见到的时候要知道这是自现，这样就不会跟着它走，而能出现觉受。

[2345] 这里在面对现相时，所谓的”取舍”，就是看心是怎么动的。当有助于出现名利享受的因缘，譬如要升官发财、得到很大的名誉地位，或者家庭很美满、生活很享受等等，当这些顺缘的友出现时，假使不认识它是自现，马上以我执、贪欲驱使，心就会著在上面。这时就会发生很多贪心、散乱等的烦恼，以及与此相关的，由于耽著得过深，将来在得不到时，发生的嗔恚、嫉妒、求取、竞争、焦虑等等。因此要知道，在这时假使心出现爱，著在上面，这是轮回的根子，这是要舍掉的。

[2346] 那么该取什么呢？因为自身就是在这时要出离，要回归本性，因此当它出来的时候就要知道，这是我的心变的，不是在外面有那个实法，这样就会歇下来，不会著在那个相上，就会产生觉受。譬如，当别人在表扬你时，会听到很美妙的言词，这些也是虚假的。知道它是自现的声音的幻相，就不著在相上，这样我们就会增长觉受。就像这样，当其他一切顺缘现前时，都要往不迷失的方向去走。所以，这个取舍，就是要知道哪一条路是往苦里走的，哪一条是往乐上走的，我们要修的是无漏的法道，因此不能著在相上。

[2347] 2、逆缘现相观

[2348] **有时违顺逆缘现而观，是退错乱耽著大关要；**

[2349] 有时对于实现名利作违害的境缘出现了，这时要知道，这个就是退掉我错乱耽著的大扼要。

[2350] 假使出现了违害名利等的缘，这时要知道，它就是一个逆增上缘，正好去掉我对于名誉、地位、身份、享受等方面的嗜好、耽著。这在过去已经成瘾了，如果不借着逆缘是磨不掉的，因此就知道，这是非常好的。

[2351] 我们知道，轮回中的幻相，各种名利五欲，或者各种经过包装的现代化的生活，其实都是假相，那上面不会有什么意义的。因此，在这上是否入苦圈，是我们抉择的方向。它来了之后，如果马上起我执，发生”我很不满意”的心，之后就会起嗔恚、郁闷等等，那就落入苦境了。相反，就像前面讲的，所谓的所欲不临、怨憎会，或者老病死衰的苦，这些本来就是如此的，知道这一点后，当它出现时，自己的心没有任何抱怨，不提什么要求，而只知道它是个好的，真是来了大善知识，那是欢喜地接受。那么这样的话，他就退掉了这些错乱耽著，转入到解脱的行境中了。

[2352] 3、人群现相观

[2353] **有时观见友朋他上师，知贤劣故是劝吾修持；**

[2354] 有时候，在人群当中会见到各种各样的人，就佛法的范畴里，会见到那样的法友，或者其他的上师。当你见到的时候，不是心著在外面，从那里起人我是非，从而卷入到轮回的苦境；而是像看到一面镜子一样，知道这个是我的老师，他们都是老师。那么，老师教我什么呢？他是在表演善的形象，他是在表演恶的形象，他们是真正在给我示现贤和劣，然后教示我要学这个、不学那个。

[2355] 因此，这个上面关键要知道，这些全是你的老师。这样的话，心就不会往外面去搞很多是非，起很多贪嗔，而是样样都是我的老师，都是在教我的，从这个要点上就知道取舍了，这就是往道上会。只要能够立定这些全是老师，全是在教我，那就不会落到法之外的状况上。

[2356] 4、四大现相观

[2357] **有时观见空中四大变，遂知心性境中寂有为；**

[2358] 有时出现器界里的地水火风四大的现相，这时怎么来把握取舍呢？这上面也要知道它是老师，它在告诉我动的只是那些假相。因此要知道，凡是会变的全是假的，不会变的才是真的。

[2359] 可以看到，这些四大现相都在不断地变异中，都是客尘空花，而虚空从来没动。这唤醒我们要知道，所有轮回里空花般的现相是本来没有的，所有感觉是在这样劳作、这样求取，有这样的过程等等，全都是没有的。这样就要知道，我心性本来的境界里是寂灭有为的，在这上面，一点有为的相或者功用的相都是没有的，以此就不著在客尘的幻相上，而还归本性。要像这样懂得取舍，就是假的不要著，真的也不必求，这样就回到本来了。

[2360] 5、家宅受用观

[2361] **有时观见自境屋受用，知幻化故退除耽著妄；**

[2362] 有时见到自己所处的环境，最中心的内容就是所住的舍宅，以及受用的色声香味触所谓生活的内容。当你见到这些的时候就要知道，如果不知道幻化，为自我去求这些，那就落入轮回了，它后面连接着各种的苦，所谓的爱别离等等。也就是由于贪著的力量，将来得不到是苦，得到了增贪，会无止境地发展轮回的错乱运动。因此，这时当下要知幻即离，知道这些全是虚妄的，由此就会退掉对妄相的耽著。

[2363] 这里关键要得到”知”字的内涵，所谓”一念不在，如同死人”。在南洲瞬息万变的状况里，欲尘的相来得非常地快，不断地在更新、在吸引着人。这个时候就要知道它是幻化，也就是虽然现，实际一点也得不到。就像印度幻术里变出来的空中房屋，以及各种迷人的资具受用，其实任何一个都是虚妄的，只要知道这是幻，那就不会入苦圈。

[2364] 6、他财受用观

[2365] **有时观见他财诸受用，知可悲悯而断轮回欲。**

[2366] 有时也会见到别人家的财富，以及各种生活享受，在这时也要马上知道苦、知道空，这样当看到那些人正在享受时，就成了生悲悯的对象。

[2367] 也就是，这个时候就知道：“很可怜啊！他们这么痴迷，由此会发生无量无数的生死苦果。”以这个起悲，感觉自他都是要出离轮回的，那么这个方向就会断掉轮回的欲，也就是生死中的各种欲求。这是唤醒我们出离，以及在大乘道上唤醒我们与一切众生共同出离。这就是要起悲而反转。

[2368] （二）总摄要义

[2369] **总之诸多种种显现事，由择自性而灭迷著实。“如是所说般修持。**

[2370] 总之，当这一切显现的时候，我们就要观它的自性，要知道它到底是什么。这上面有两条路：一条叫做苦和集，一条叫做道和灭；或者一个是流转，一个是还灭，而它的根本点就在观念上。如果能够抉择到它的自性，也就是名言中就是苦，胜义中就是空，这样已经知道是苦、是空，自然心不会著在上面。知道苦，知道那是吓人的，要入苦海、入火坑，自然就退回来了。知道空无所有，只是眩翳的力量出的空花，在这上捕捉有何意义？就自然退回了。

[2371] 像这样，当出现任何名利、声色、财富、受用、人等的时候，都要观择它的自性，以这个作为道，就知道轮回的苦集要舍掉，出世的道灭要取来。这样来行，就会灭掉错乱地耽著轮回法谛实。应当这样来修持。

[2372] 思考题

[2373] 1、（1）从因缘上分析：我们目前所处的世界为什么变化不定？

[2374] （2）此世界变化不定的状况如何？从贤劣、高下、苦乐、功过、法与非法五对作细致观察。

[2375] （3）我们在遇到种种现相时为什么须作取舍？类比无常法后就现实状况作观察，对须行取舍产生定解。

[2376] 2、（1）遇到以下现相时，分别应知何法而谛观？

[2377] 1）顺缘；2）逆缘；3）人群贤劣；4）四大变化；5）家宅受用；6）他财受用。

[2378] （2）总的当出现种种现相时，应如何取舍？

## 1.45 45

### 1.45.1 五、思惟阿修罗苦

[2379] 首先要问：“生在恶趣里都很苦，一点也不想生，只想找个安乐处所，因此把希望寄托在善趣中。第一处的人道八苦交煎，的确毫无乐处可得，由此生了厌患心。接着还要看第二处，在那须弥山中或者海洋区域当中，有所谓很好的福乐之处，叫’阿修罗处’，那里是否可生呢？”对此来作思惟抉择。这是我们对于未来前程的考虑。

[2380] 分二：（一）分别思惟；（二）结成思惟。

[2381] （一）分别思惟　分二：1、思惟内争之苦；2、思惟外战之苦。

#### 1.45.1.1 1、思惟内争之苦

[2382] 心要提示：

[2383] 这里要把握三个要点：一、前世串习意恶；二、今生等流的恶习；三、由此唯以斗争度日。

[2384] **善趣的第二处者——非天之苦者，总的财富、受用有堪比诸天许的量，然昔于不善嫉妒与斗争串习，而由彼业牵引故，仅从受取彼身依时起，嫉妒之想粗重，自处中也处与部纷争而互不和故，仅仅斗争度时。**

[2385] “阿修罗”翻为”非天”，具天之福，无天之德，他们的苦相主要是心上很苦。这里用”然”字来作转折。“然”之前是讲，他们的财富、受用有比得上诸天那样的量。“财富”指资财，也就是衣服、饮食、园林等的各种资具；“受用”，就是享受很好的色、声、香、味、触，发生很多的乐受，总的就是富乐。这在《念处经》里讲得很详细。诸阿修罗由于前世修福很大，所以他们的处所、五欲等的享受非常高级，他们那里的饮食、衣服、住宅、园林等都是自然出生，有很多美妙的音乐声等等，过得像天人一样。

[2386] 就像我们这个世界过去东亚有些国家盛产石油，非常地富裕，但是特别喜欢打仗的那种人，修罗们的福报能比得上诸天人，但是他们有业力。那么再观察，虽然他们外在的财富、受用非常高级，但是内在出了问题。“然”以后就要从缘起上去观照，这就是他们苦的根本之处。缘起的观照要拓开眼界，要从前世到今生，到今生的一切命运遭遇，再到来世。从整个过、现、未三世的流程上去看，那是苦不堪言，没有一点乐，最终会认定此处是苦性之地，定性为苦以后就不再想生到那里了。

[2387] 一般人以为：“生在修罗之处好享福啊！你看他们吃的、穿的、用的那么好，住的地方那么美。那园林多高级，那音乐多美妙……”以为那里真的很好，于是就往那边去了。其实那个地方是斗争之地，何以如此呢？所谓”物以类聚”，同分的业会召感同类的众生聚在一起，那个修罗世界里尽是斗争之人。

[2388] 从时间的流程上去看，要把握三点：一、前世恶业的串习；二、今生的等流习性；三、由此一辈子以斗争度日。

[2389] 先看前世。虽然修一些福，但心里一直在串习不善方面的两大重点：一、嫉妒；二、斗争。嫉妒是其中的内在根源，斗争是外在与别人之间的表相。就好比有的人做功德主、做某个团体的头等等，他很想作一个大功德、大名堂，做得也很卖力，也很有能力，可是心里就是在嫉妒，就是想跟人比赛。

[2390] 那么，这样串习以后，又有福，又有嫉妒等，由这种业一牵引，在中阴要投胎的时候，一下子那个引业就引过去了。其实业也是气，当引的时候，最开始入的那个气一下子就取了一个修罗的身所依，也就是他的蕴身报体。在这时候，特定的气脉明点已经形成，心是依在这上面的，它有特定的相。而当时引的那个气过去的时候，那是叫”引业”，过去它是种子，种子决定根身；然后身心是相依的，也决定心识状态。譬如，假使中阴的时候由愚痴的气氛，一念投入就成了猪，那当然就出一个猪的身所依，而猪的痴心就很重；或者投为鸽子身，就会淫欲重；投为豺狼身，嗔恚就重等等，这些都是报障。因此要知道，报体是相当重要的，它决定着这一生内心的主要状况。这样拓展开来就会知道，如果生在饿鬼里，悭贪的心很重；或者生在欲天中，就很享乐，而且不会起很多恶心，但会一直在散乱中。那么受了修罗的身，嫉妒的想是非常粗重的。

[2391] 这种状况是怎样的呢？仅从受了这个蕴身报体时起，已经决定命运了。就好比一念投入猪胎以后，从那时起，决定痴心是很重的，同样，依靠这个修罗身，出来的嫉妒的想非常粗重。众生的性情不同，有的贪重，有的嗔重，诸修罗是嫉妒重，也就是当看到别人的圆满时，一种无法容忍的想会出来，而且出得程度很大。懂了这一点就知道，众生都有生死业力的病、烦恼的病，修罗与生俱来的就是嫉妒的病很重。既然有此心病，那是不会安的，也不会有什么乐可得。

[2392] “自处中”，是指不必说向外跟天打仗，就在修罗自己的处所里也是纷争不断。这里举两类：一、地方的纷争；二、部派的纷争。地方纷争，就好比我们这个世界，国与国、民族与民族、这个地方跟那个地方会斗争；部派纷争，就像人间的派系斗争、党派斗争等等，也就是这一派跟那一派由于持的见解等不同，而发生纷争。就像这样，那个世界都是一群嫉妒重、好斗的众生转生过去的，因此碰到一起就常常要斗，就像在我们地球上，有的民族天天打斗等等。由于互不和睦的缘故，如果生在修罗界，那整天就是身体斗、口里争、心量很小，纯粹以斗争的状况度日。

#### 1.45.1.2 2、思惟外战之苦　分四：（1）修罗讨伐；（2）天人应战；（3）战争苦相；（4）唯行斗争。

[2393] （1）修罗讨伐

[2394] 心要提示：

[2395] 这里关键要掌握嫉妒心。对此又要知道，以何种缘而现行、发生的嫉妒之相如何、由嫉妒驱使而发起的斗争恶行。

[2396] 现行之缘，指见财富、受用圆满由如意树生，树根却在自身地盘中，以这种随顺引生嫉妒的境缘而引发；由于内心有嫉妒习气，因缘和合，就生起难以忍受天人圆满的嫉妒之心；由此嫉妒驱使，器械庄严，往与天斗。

[2397] **修罗上观天界，目睹天人富乐圆满，而一切需求皆从如意树生故，又见其树根本在修罗境内等后，遂生嫉妒，难以容忍，擐甲执杖后，往与诸天竞斗。**

[2398] 诸修罗与诸天人斗也是以嫉妒为根本因。由于修罗们过去世串习嫉妒非常重，因此种子的功能很强，只要一遇到顺生嫉妒的境缘，就决定会发起嫉妒之心。那么这里描述的首先是起嫉妒的因缘，然后讲由此发生的心态，之后讲以嫉妒烦恼驱使的斗争之行。

[2399] 首先，诸修罗的嫉妒是怎么起的呢？当然是遇到境以及起了非理作意，然后种子顺此而现行。诸修罗常常喜欢往上面看看天界怎么样。比如，修罗王能够探到须弥山顶，去看天上的花园怎么样。他向上看天的缘故，见到天人们的财富、受用好圆满，有那么好的色声香味触，音乐也那么高级，喝的是那么好的饮料，园林里有各种各样的好东西等等。这样看到天上富乐圆满，他就感觉有点受不了。然后，看到天人们需要什么、心想什么都从如意树里出，衣服也从里面出，乐器也从里面出等等，要什么就从如意树里面出什么。之后他又看到，这如意树的根就长在自己的地盘里，于是起了非理作意：“三十三天的财富、受用这么圆满，都是从如意树里出来的，可这如意树的根就在我们这里，是属于我们的！”这样的话，没法忍受的嫉妒就出来了。他的非理作意认为：“如意树是我们的，因为树根在我们的地盘，怎么能归你们享受？”

[2400] 这样起了嫉妒之后就要去讨伐天人。由此阿修罗们穿上了铠甲，持上各种兵器后发起了大军，向天宫进发。这就是他们的斗争之行。就像我们这里国与国之间，一看到那个国家资源那么丰富，就想吞掉他们的石油或者想占一块很肥的土地，这时候嫉妒心一起，就要去拼夺。一切的苦根本上就是从烦恼发生的，诸修罗最大的烦恼病是嫉妒。

[2401] （2）天人应战

[2402] 心要提示：

[2403] 天人应战有应征、部队、声势三方面内容。

[2404] 应征，有见修罗来战和器械庄严两个内容；部队，有首领和部从两个内容；声势，有喊叫和辉光两个内容。

[2405] **尔时，诸天往至粗涩园取出甲杖后，大天象伊罗婆那，三十二个头上骑着三十二近王，中间头上骑着帝释天王，由难可思量的各部天军围绕后，锐声厉呼、辉光耀目而临。**

[2406] 那个时候，修罗众的大军冲向天界（按照《念处经》所说，当时有修罗众和各层天的战争，这里省略，只讲三十三天的应战）。天王帝释已经宣令征战，天上应战的号令会传到三十三天的各个地方，比如传到林园中、山峦中、宫殿里等等，这个紧急信号传出去以后，诸天人就去粗涩园。本来以诸天人的福德性，他们一直处在善和无记的心态里，不像诸修罗，天人们通常不会起嗔恚、斗争等的恶心。但是到了业力发动的时候，他们会去作个沐浴，随后嗔恚就起来了，接着就去粗涩园拿武器。这时，各部的天人们都纷纷前往粗涩园，穿上铠甲，拿起各种兵器后，大军要结集了。

[2407] 天人作战时，总司令是天王帝释，分司令是三十二个近边的天王。忉利天的组织就是三十三个天，东南西北各有八个天，中间是善法堂天，帝释天王就住在里面。当时，最大的天象叫”伊罗婆那”，它有三十三个头，中间坐着总司令——天王帝释，分司令们分坐在三十二个头上。之后，没办法用思惟测度那么多的各部天军，从不同的方向而来，有的从虚空中来，有的从山峰里来，有的从园林出来等等，总而言之都集合围绕着天王。

[2408] 当时锐声厉呼，天人们都说：“格索！格索！”非常有勇气，有英雄气概，想把对方胜伏。而且，诸天人身上有光，那辉光照下来的时候，修罗们的眼睛都受不了。天众大军就这样从天而降。

[2409] （3）战争苦相　分二：1）总；2）别。

[2410] 1）总　分二：①天人威力；②修罗常多失败。

[2411] ①天人威力

[2412] 心要提示：

[2413] 天军的威力大，这里举降兵器雨和投掷大山两个现相来说明。

[2414] **战争之时，天人雨金刚杵、飞轮、短矛、大弩箭等，且天人具神通故，连诸大山也由腹部举起而扔掷。**

[2415] 双方战争的时候，修罗军遭到了惨败。这要看到在双方武力的校量上，天人们的福德力更大，所以能得胜。战争的场面在《念处经》中有非常详尽的描述，这里只是举代表性的两例：第一、诸天人会降兵器雨。以诸天的福德力，能从空中普降金刚杵雨、轮雨、短矛雨、大拏雨等等，密密麻麻地降到阿修罗的军队中。第二、诸天人有神通的缘故，多少由旬的大山，可以直接从山的腹部把它举起来，扔到阿修罗的军队里。

[2416] ②修罗常多失败

[2417] 心要提示：

[2418] 内在宿因是福德力不够，但诸修罗还是妄想打过诸天人，这不合天理，因此注定失败。

[2419] 以两方内在福业之因不同，导致果报相不同。也就是，色身上有相差七倍等的差距。而且在死亡上，诸天人只有断头才会死，断其他肢节等都无间恢复；而诸修罗伤到任何要害处都会死。由此可知，作战时修罗军常常失败。

[2420] **由往昔业增上力，诸天譬如七人身量许高，修罗则矮似一人。又，诸天除断首而死外，身体随受几许创伤，也无间由天之甘露恢复而不死，修罗则如人法，击中任何要害皆必死亡，是故战争常多失败。**

[2421] 在这种交战中，修罗军几乎是十战九败，还有比这更高的失败率。这是什么原因呢？要知道，诸修罗的苦是命中注定的。这也要从缘起的线路上去看，当宿业力量推动的时候，会发生怎样的情形；然后在天阿大战中，两军较量时，修罗军决定要死伤无数，败退而归。就像《念处经》所描述的那样，非常地可怜，死了非常多的修罗众，最后连修罗王都耷拉着脑袋回家，他没死只是因为帝释天王饶了他一命。

[2422] 这里要以智慧观察到，诸修罗那么喜欢打仗，不服气，每次都要去打，却每次都遭受惨败，原因就在于修罗众和天众的福德不一样。“由往昔业增上力”，表示这都是由业决定的。那么诸修罗和诸天人之间有怎样的差距呢？用个譬喻来说，我好比是一个修罗，那么当我仰望诸天人的时候，诸天人有七个我这么高。再者，诸天人除了断头以外，身体无论哪个地方受伤，由天的甘露力，无间就恢复了。而诸修罗身上的任何要害处，比如太阳穴处、颈部的穴位处、心口、腰部等等，只要击中哪一个，他们很快就会死。这两点合起来看就知道，修罗军准保是常常失败的。

[2423] 这就好比一只猫跟一个人打架一样。那只猫必须打断人的头，人才会死；而人无论打到猫的哪个要害处，猫都立即会死。像这样，诸天人除了头以外，无论打到哪个地方，断肢、断节、受伤等等都不要紧，以诸天人的甘露力马上就好了（天人的身体受伤时自然会出甘露，就好比人在受伤时，身体会出体液来修复一样）。甘露力只是一种描述，总之，以天人们的福德力会自然恢复。但诸修罗不同，他们跟人一样，无论哪个要害处，一被打中就会死。

[2424] 这样就知道，修罗军跟天众打十有九败，最终是惨败的。《念处经》里讲，有四种阿修罗，其中钵呵娑阿修罗还是蛮厉害的，他们一去打的时候，连四天王天的天人们都吃不消，要跑到三十三天去求救援。所以，当最厉害的修罗军打上来的时候，有那么几次，低层的天是抗不过的。但是，从总的天阿大战来看，绝大多数都是修罗军失败，最终也基本是修罗军失败。就好比一个贫穷的国家，跟一个世界顶级大国打仗，贫穷的国家用人海战术来打，而那个大国把先进的核武器一投过去，不晓得这边死多少人。

[2425] 2）别

[2426] **又天人派普护神象醉鼻上系着剑轮等，杀众多俱胝阿修罗众，而他们的尸体从须弥山边缘纷纷滚落而下，堕在诸大游戏海之中，诸海显现血色。**

[2427] 特别来说，天人们会放出普护神象，在它醉的鼻子上挂一个剑轮，然后把它派出去，那么这头天象一下来，杀伤力是非常大的。“等”字包括其他战争的手段，具体可以看《念处经》。像这样，在大规模地使用大武器的时候，成千上万的修罗众会被杀死。由于诸天人的处所就在须弥山顶或者半腰上，因此当两军相接，诸阿修罗被打死的时候，成千上万的阿修罗众就从须弥山的边缘滚落而下，掉落到各个大的游戏海里。由于滚下来的死尸太多，结果海水都染成了红色。

[2428] （4）唯行斗争

[2429] **诸如此等，唯一常行斗争之事。**

[2430] 这样就知道，诸阿修罗唯一常常行在战争当中。“等”字指以上内容之外，其他没有描述的相。

[2431] “行”，表示他们的业行，而业行又是由嫉妒的烦恼驱使，要去拼、要去斗、要去搏，因此他们唯一行于斗争中，这就是他们的苦状，就像商人常常行在奸诈当中，好武者常常行在搏斗当中，好名者常常行在名的竞争中那样。“行”字也表示没有办法，当被那种业力驱使的时候，只能不断地在这上面走。就像一个人自从走上犯罪的道路，之后还会不断地犯罪那样，他们会不断地走那种黑色路线。

[2432] （二）结成思惟

[2433] **由是因缘，阿修罗处亦不出于苦之自性，当于此理至心修习。**

[2434] “由是因缘”以后是总结。

[2435] 那么我们要问：来世想不想生在阿修罗处呢？据说那里非常富裕享乐。

[2436] 但要知道，他们内在有非常重的嫉妒病，由于无法忍受他者的圆满，会发出各种竞争、斗争等的恶行。可以看到，在整个不忍、夺取的过程中充满了苦。再说，以此种恶业，来世还要深陷在苦海里。这样从缘起的因、体、果三个方面去看就知道，他们也是不出于苦的自性。由此就要想：“假使我生在那里，苦患太大了，那真是无穷无尽的苦海！”就像这样，要从内心去修这个苦相。不是当成学知识那样，而是真正要考虑自他在轮回中的前程，要设身处地地去想：“我生在那里如何？”

[2437] 这样想通了以后，当然就没有了想生的心，这就叫做”断了生的欲”。之后，对于生为天人的状况也抉择好了以后，整个轮回就一无是处了，从此你就再也不会想来世还生到轮回里求个乐等等，这样就叫”退来世心”。现世心和来世心一并退掉了以后，对于轮回就再没有想求的了，就是一心求解脱。求解脱只有两条路，要么即生证无生；如果证不了，那即生要生净土。整个大圆满前行的路线就是如此，是好汉，即生就开悟证果；能力不够，就赶紧往生。

[2438] 思考题

[2439] 1、阿修罗前世主要串习了哪种恶业？由此导致今生的习性状况如何？阿修罗总的苦相是什么？

[2440] 2、阿修罗内争的苦相如何？

[2441] 3、阿修罗与天人斗争：

[2442] （1）阿修罗以何种缘对天人起了嫉妒心？由此发起了怎样的恶行？

[2443] （2）从应征、部队、声势三分，阐述天人应战的情形。

[2444] （3）天人作战时会使用哪些武力？

[2445] （4）为什么阿修罗军常常失败？

[2446] 4、从过、现、未三世的流程思惟：“阿修罗处不出于苦的自性。”设身处地修习，尽力引生厌患。

## 1.46 46

### 1.46.1 六、思惟诸天之苦

[2447] 引入：生在天趣是否有乐呢？

[2448] 分二：（一）思惟欲界诸天之苦；（二）思惟上界诸天之苦。

[2449] 善趣的人道和修罗道都是以苦为自性，那么，生在善趣的第三处——天趣是否有乐呢？对此要作全面的观察。天趣包括欲界天和上界天两个部类，对这两方面都要去如实地观察到它的本相，而观察的时候要做到彻底、具体。

#### 1.46.1.1 （一）思惟欲界诸天之苦　分二：1、全程思惟欲天苦相；2、特别思惟欲天死苦。

[2450] 首先观察欲界天的真实状况，这又要作总、别两分的思惟，总的观察全程的状况，特别要观察死的实况。观察全程的状况，就是要把握在生时的状况如何，一生的历程里面是否具有意义，死的情形如何，死后往哪里去。要像这样看到整个实况、走向，由此就能很理智地抉择到底是乐还是苦。

[2451] １、全程思惟欲天苦相　分二：（1）思惟欲天生时福乐状况；（2）思惟天之生涯无义唯苦之状况。

[2452] 这段全程思惟欲天苦相的引导，先要把握理路。整个一段以”然”字作转折，“然”字以前讲到诸天似现的快乐假相，“然”字之后讲述真实的本相，也就是要去认识，在这个天的生涯当中是如何无义唯苦的。这两方面连接起来就会认识到，那种人们误以为的非常大的安乐和受用，实际了无实义，而且会导致后面发生非常严重的死苦、忧苦，以及往后堕落的苦。

[2453] （1）思惟欲天生时福乐状况

[2454] **善趣的第三处——天之处者，总的于活之时有圆满的安乐及受用，**

[2455] 要点有二：一、圆满的快乐；二、圆满的享受。

[2456] 善趣有三层——人、修罗和天，现在观察最上层——天处所的状况。天以高为义，就欲天而言，总体上在他们存活的时候有圆满的安乐和受用。对此要把握”圆满”二字，指的是方方面面的种类、品质等都圆满。总体而言，三善趣都是以善业为因而生，然而只有很纯的善业，也就是以博爱为怀、普济为善的大善业，才能生到最上层的天界。以此纯善为因，在他们存活期间，从大的比例来说，基本上全是非常圆满的身心喜乐、色声香味触的五欲受用。

[2457] 具体要透过《念处经》等佛语的指示，可以看到从四大王天开始，往上的多层欲天是一层比一层好，受用的光色、音声、妙香、美味、妙触等等，都是非常高级而圆满的。譬如饮天上的琼浆、听天上的音乐、住天上的无量宫、踩在像棉花一样柔软的地上。身体非常地轻盈、光明，飞行自在，寿命绵长到久劫，天天都在逍遥快乐当中，到处游玩、歌舞娱乐。如意树上直接出各种乐器、天衣等等，随心所欲。宝林里面有各种光色，在天池中沐浴，身上得到非常美妙的触感，在天河中随意地受用饮料，天食非常妙好等等。就像这样，诸天人的安乐和受用是非常圆满的。安乐上，除了特别的时候，比如与阿修罗战争时，或者死亡之时，其他生存的时候的确有非常圆满的身心喜乐，连一个感冒也没有，连一点忧愁也没有，整天都是欢乐的。

[2458] 那么，这样美好的生活是否值得我们向往，从而发愿生在那欲天里呢？如果这是真实的乐，那当然允许每个人都去，但实际这是似乎现为安乐的一种假相。它适合人心的欲，想要的各种五欲都呈现出来了，应有尽有，随心所欲，无比地丰富、漫长，逍遥快乐，因此，这世上有一派就是专门要做神仙，要升天的，他们就是指望在那里得到真实的福乐。但是，修解脱道的行者要有极深彻的眼光，看透这一切无义唯苦。

[2459] （2）思惟天之生涯无义唯苦之状况　分三：1）散乱重、丝毫不生修法之心；2）心神刹那不定、悠悠空过一世；3）最终死殁堕落。

[2460] 有长远眼光的智者，不是看当时的一个简单的感觉，而是要看，这上面是否具有法的内涵？在他的一生当中，是否摄取了坚实义？以及最后边际的时候，是否从明入明、从乐入乐而上升？要从它的趋势上去看。然而，天的趋势犹如抛物线，当抛到最高处的时候，过后就要跌到低谷，而在整个上抛的过程中，实际上没有得到真实的意义。

[2461] 以下我们要以如理的智慧去审视这个过程中到底发生了什么，是不是人们假想的那样快乐无比呢？或者具有非常大的意义，真正实现了生命的价值呢？对此分三点来认识：

[2462] 1）散乱重、丝毫不生修法之心

[2463] **然唯于散乱的状况中度时故，不生修圣法的心。**

[2464] 要点：一、因相；二、果相。

[2465] 一、因相：由于欲尘太多、太诱人，致使纯粹在散乱的状况中度时。

[2466] 二、果相：由于法所缘境、如理作意等因缘不具，致使几乎生不起修法之心。

[2467] 对此分因相和果相两点来体会。

[2468] 一、因相

[2469] 正是由于五尘的欲境太多、太重、太吸引心了，致使诸天人的心没法把持，唯一在散乱的状况中度过分分秒秒。“散乱”，指有那么美的天女、那么好的饮食、那么多的旅游观光，每天尽情地歌舞娱乐等等，由于五欲纷繁美妙，牵引心的力量强的缘故，心完全散在这些所缘境上，致使在散乱中度时。

[2470] 二、果相

[2471] 由于心不是散在五尘的非法境上，就是住在法的所缘上，而他们的心非常重地散在欲尘上面，因此在法的因缘上没法集聚。也就是，法的所缘境、如理作意等的因缘不具的缘故，致使几乎没有修法的心。即使偶尔有一点，譬如诸天刚出生的时候，或者天上的警报鸟在说法、天鼓在宣音、帝释天王在善法堂里宣说正法等，稍有一些因缘听听的时候，偶尔会起一点”这一切都是无常、苦的，我要修法”的心，但转眼一看到天女们，见到那些五欲境界的时候，就把法彻底忘光了，仍然乐不思蜀，沉浸在五欲的美酒当中，因此从比例上来说，应当说根本没有修法的心。由此可见，天具无暇之苦。而不具法的生涯，在智者看来是深重的苦难。

[2472] 2）心神刹那不定、悠悠空过一世

[2473] **寿命于劫之间安住，然连一个刹那的（心不散的）显现也无，而悠悠忽忽中便遇到了命尽而死。**

[2474] “然”字前后是对比显示。前指寿命特别长；后指在这么长的寿命中，下至一刹那的心神安定也不出现。

[2475] “然”字是个大的转折，前后有鲜明的对比。如何对比呢？先要看到寿命长到久劫。“劫”是泛指词，从四大王天到他化自在天之间，寿命各有其量，八倍八倍地增上等，长达百千万亿年。然而在这么长的时间里，连一个刹那心神安定的状况也不会出现，这是何等的大苦！就像这样，他们就像被贪欲控制的游魂，始终飘荡在纷繁的欲尘中，心乱得不得了，而且悠悠晃晃，一点神安静定都没有。就像这样，恍恍惚惚、悠悠荡荡，很快就到了命尽而死的时刻。这样就知道，这是一个无意义的生涯。

[2476] 再看最终的结局，真的像人们认为的那样，做了神仙或者升天以后就得到了永生或者长生不死吗？当眼光只能看到局部的时候，当然看不到最后的边际，而佛眼一眼看穿，即使在天上安住八万劫，最终也像箭升到最高点那样，一下子就会堕落下去。由此可以看到，轮回的确虚诳不实，而且正因为诸天一生当中受用了那么大的欲乐，导致在临终时苦不堪言，这种死苦在六欲天的任何一处都无法脱免。因此常说到，诸天人虽然具有那么圆满的受用、身光、威神等等，然而最终逃不出死亡的魔掌，那真是无可奈何。

[2477] 3）最终死殁堕落

[2478] **从四大王天至他化自在天之间，为六种欲天处的何者，也需要受死之苦。**

[2479] 要点：一、何者；二、何苦。

[2480] 一、何者：所有六欲天处。

[2481] 二、何苦：必须受死殁和堕落两苦。

[2482] 那么我们想：这些诸天总有一天寿命会穷尽，那时是否要受死的苦呢？从欲天来说，下至四大王天上至他化自在天之间，无论哪一处，在命尽的时候都决定要受很重的死殁和堕落的苦。

[2483] 这里要把握两点：一、何者；二、何苦。何者，指所有六欲天的天处。何苦，是说只要生在那里，是有为法故，终有缘散而尽的时候，在那时是不是死得很潇洒？实际上每一个天人都需要受死的苦。而死苦如何呢？后面会讲到，非常重的甚至超过地狱之苦的大忧恼、大恐怖，会降临在每一个欲界天的天人身上，由此看到最后的边际非常悲惨。

[2484] 小结

[2485] 要点：归咎于乐。

[2486] 全程的观照要看到前后的联系。总之，就是这个圆满的快乐和受用，导致诸天的生涯丝毫不生修法的心，一刹那的心神安定也没有，在没有法的内涵的无意义当中空过一生。也正是由于如此圆满的快乐和受用，到了快死要舍离的时候，会爆发出心上剧烈的恐慌和忧愁等。因此，前面看似的快乐和享受完全是坏苦，也是致使后边际爆发剧烈大苦的因素，纯粹是苦性。

[2487] 2、特别思惟欲天的死堕苦　分二：（1）别；（2）总。

[2488] （1）别　分二：1）死殁苦；2）死殁苦与堕落苦交煎。

[2489] 1）死殁苦　分二：①五死相现自知将死的忧苦；②被遗弃的忧苦。

[2490] 诸天到后边际如何归入巨大的死殁忧苦呢？这有自知将死和为他遗弃两部分。这也是基于在生时有圆满的快乐、受用，到了临终这一切都舍离而去，将发生极大的忧恼之苦。

[2491] ①五死相现自知将死的忧苦

[2492] **彼也，诸天近死时，诸天本以各自的光显现由旬及俱卢舍等，于此，身的光退失；又于天的座垫上任住几许然无不喜，于此，于垫上住，心不悦乐而不乐生故，不喜；又天的花鬘随过几许也无陈旧，于此，花鬘萎旧；又天衣任著几许也无有被垢尘所染的一个，于此，衣服旧后垢尘染著；又于天身上不出汗水，于此，身上出汗水，即此五种死之前相显现故，自身也知死而苦。**

[2493] 要点：一、时间；二、状况。

[2494] 一、时间：临近死时，如日暮黄昏。

[2495] 二、状况：出现前相，即身光、花鬘等上都出了状况。

[2496] 这一段关键在”故”字，“故”字前讲苦因，就是五死相现，“故”字后讲自身知道要死，要舍离天上的快乐圆满的缘故生起忧愁的苦。苦的状况着重在心上，说的是忧苦。这里每一句都有一个”于此”，这两字要扣到衰相上，也就是原先的色身光明等变坏了。在这上面，前后的连接非常紧要，要看到任何一个圆满到最后就是衰，任何一个乐到最后就是苦，由此暴露出有为法后边际悲惨的相。

[2497] 为什么要特别思惟死苦？对于一件事情，要看到它最后的结局如何，如果结局非常悲惨，那这件事就是很不好的，不是真实安乐的相。那么诸天在生的时候，当然前面揭示了他们的散乱、放逸、无实义等的苦相，但这还不够，最终要透过巨大的死的忧苦之相，看到诸天心上苦的惨烈。在这个相上要观察到，这个死苦一出来，完全超过了他过去千百亿年里所享受的快乐，这才知道得不偿失，最后边际是非常悲惨的。就像一个大明星，当年走红的时候是那么辉煌灿烂等等，然而最终的结局非常悲惨，一旦看到他的结局，就知道这件事是非常苦的。下面具体来看这段文的涵义。

[2498] 近死时，如日暮黄昏为进入黑夜的前相，任何事物在出现果相之前都有其先兆，诸天要趣近死的时候，会出现五种明显的衰相，即：一、身失威光；二、不乐本座；三、花鬘萎悴；四、衣染埃尘；五、两腋汗出。当思惟认识了这五种巨大的衰变之相，就会知道诸天在死时发生何种极其猛利的忧苦，也知道这一切都是由在生时色身等太快乐、五欲受用等太圆满所导致的。

[2499] 接下来在认识五种衰相现前时，都要知道原先那种有为法的状况如何，之后到了因缘维持的力量要消散时，必然会在那上出现明显的衰减，这就显示了轮回的苦。

[2500] 一、身失威光

[2501] 从四大王天到他化自在天之间，由于福业力的增上，天人们的光明大大小小各不相同。“由旬”表大，“俱卢舍”表小，由旬是印度一天行军的路程，是一个概数，有说最低四十里等，“俱卢舍”是两手平直伸开的距离。比如，四大王天诸天人身上的一圈光有多少米，而上层的诸天人会有几十里、上百里、上千里。就像这样，大大小小的光都是由诸天人各自的福德所现。人类在天文探索中往往会发现飞碟，实际是天人游来此世界。

[2502] 然后要知道，现在五衰相现实际是欲界诸天的总体现相。譬如按我们地球人类来看，虽然每个人死时的情形各不相同，但总的也有非常共通的相。不但人类如此，连老虎、狮子、猪、狗等的动物也有和人类相仿的情形。就像这样，在所有欲天的系统里，他们临近死亡时出现的衰减之相，就用”五死相”来作归纳性的说明。

[2503] 首先，在身光这个非常明显的相上要知道，诸天临死的时候，身体的那圈光逐渐地在缩小，亮度逐渐地黯淡，就像灯光逐渐黯淡、收缩，很快就彻底熄灭了一样。譬如在人当中，过去有人看到一个大军阀在被谋杀之前出现了先兆。那个人是一个军阀王，他的红光是非常高的，那是他福德的显现，但是到了他快要走的时候，能看到光的人发现他身上的光陡然降低而变暗，这实际正是死的先兆。这里要知道，这个临终的天人在光明上出了状况，非常明显地失掉了威赫的光明。

[2504] 二、不乐本座

[2505] 原先在百千万亿年的漫长时间里，诸天人在自己的坐垫上，无论怎么安住，心情都没有不喜的。然而这时候发现，坐在垫子上心里很不舒服，身也不安，以这个缘故不乐本座。这也是非常明显的身心衰变的状况。

[2506] 三、花鬘萎悴

[2507] 诸天人的花鬘是由福德力自然现出来的，无论经过多长时间都是那样鲜洁，不会有一点点陈旧。但在这时，曾经那么美丽、鲜艳的花鬘已经变得萎悴，这是非常吓人的现象。就像一个大美人忽然之间变得老态龙钟，这是非常让人恐慌的。

[2508] 四、衣染埃尘

[2509] 诸天人的衣服是自然而现的，比如它是从如意树上直接出来的。那种天衣不像人间的衣服会沾染上尘垢或者油腻而变得污秽，它是不管怎么穿，到东到西、唱歌跳舞，怎么都不会有一点点被垢尘所染的状况。但这时候，衣服忽然之间变旧了，上面开始染著了尘垢。这是无染的天衣上出现的状况。

[2510] 五、两腋汗出

[2511] 诸天人的身体是香洁的，不会出汗，但在这时候身体出汗了。就像人处于健康状态不会大小便失禁，但是在临死的时候会大小便失禁。如同此种情况，天人竟然身体出汗了，出现了这种污秽物，这表示生命即将结束。

[2512] 由了知自身上已经出了五死相，就会生起极大忧恼。这里要注意原因，也就是引起忧苦的因相以及果相。所谓”忧苦”，就像一个美人到了五十岁看起来还是很美，那她对自己的相貌是非常耽著的，假使哪一天相貌变得不好了，那以这个耽著力马上会发生很大的忧苦，同样，诸天人福德的显现非常稳定，而且那个世界里一点脏、一点臭、一点暗都没有，由于在这种高级生活里执著惯了，当五种死的前相显现时，他自己是完全知道的，由此发生非常大的忧苦。

[2513] 所谓”自身也知”，不像人间，很多人到了临走的那一天还不知道自己要死，就这样忽然之间死掉了，而诸天人不同，在他们临终前几天，已经明显地知道自己要死，因为这个相太明显了，再愚也知道要完蛋了。如果不知道，那是糊里糊涂的，就像有的人不知道自己马上会死，所以还吃得很香、睡得很香，但是一旦医生告诉他，你已经癌症晚期，只能活三个月，由于他心里这样认定的缘故，那个时候精神一下子崩溃了，马上陷入极大的忧苦当中。就像这样，这个天人的五种死相非常明显地出来了，想一想，本来那么光耀的身体，现在变得没有光了；本来那么香洁的身体，竟然出了汗，就如同人已经大小便失禁那样；或者天衣上已经有垢了；在座位上已经不安了，就像人忽然之间眼睛不断地动那样，这时候他已经意识到自己要死，对此非常确定，所以无比地恐慌。

[2514] 这一切都是由前面那个圆满的快乐和受用带来的，那些是必将坏灭的体性，它叫”坏苦性”。而且，他在很长时间里心一直耽著在这上面，没有任何准备，都以为是好的，忽然之间掉落到这种状况，就会出现极大的忧苦。他心上的那种感受，就像全世界最大的明星忽然之间被毁容，或者一个非常强壮的人忽然之间被告知已经癌症晚期，或者得了艾滋病要被隔离人群那样等等，非常大的忧苦压在心上，心一下子就陷下去了。

[2515] ②被遗弃的忧苦

[2516] **以诸天伴及诸天女也知彼死后，不能靠近面前，而从远处投花祝愿：愿你从此处死后生人境中，行诸善业，复生天境。如是作愿后星散，一己遗留故极为凄苦。**

[2517] 其次，要被天人世界遗弃，由此会发生非常强的忧苦，非常凄惨。对于遗弃之苦要知道三段细节：一、天世间传报死相而得知；二、天眷属无法近前，从远处投花祝愿；三、眷属舍离，极生忧苦。

[2518] 一、天世间传报死相而得知

[2519] 就像人类的法则，当某人快死的时候，会传报此消息，同样，当某个天人五衰相已现的时候，此消息将传于天世间的广大范围。这样大家就都知道了，某某天子五衰相现了，他的身光暗了、花鬘枯萎了、身上出汗了等等，这个消息很快传开。那些平时在一起玩的天子伙伴们，以及他自己的妻妾——若干天女和其他的天女等，很快就知道了他要死的消息。

[2520] 二、天眷属无法近前，从远处投花祝愿

[2521] 以天人的法则，天人们不会靠近这个快死的天子身边。也许他们是爱干净的，就像不愿接近传染病那样，或者有其他原因，总之是不会靠近他的。但毕竟是他的伙伴、他的妻妾等，还有一些情义，因此会远远地投个花，作个祝愿：“愿你死后能生安乐趣的人间，在那里好好行善法，之后重新生到天界来。”这样作愿以后就都走了。

[2522] 三、眷属舍离，极生忧苦

[2523] 眷属们走了以后，只剩下自己孤独一人，无人照看，有非常大的被遗弃的哀苦。由于过去和那些天伙伴、天妻妾们朝夕相处，彼此之间从不吵架，感情很好，一起嬉戏玩乐，而且天女们都非常顺从，这回全部走了，只留下自己一个。要想到，欲天诸天人有非常多的妻妾，也有很多伙伴，大家天天在一起玩，这叫”圆满的眷属”，这回全部都没有了，这时候，平生那种耽著的力量必然反弹出巨大的忧苦。就像一个人成功时是那么风光，好多人都聚在他身边，但是当他落魄的时候没有人理睬，最后被扔到街头得传染病死掉，当他处在这种境况中时，那是倍感凄凉，会现前非常大的忧苦。那么，诸天人死时的苦当然比这个严重得多。

[2524] 2）死殁苦与堕落苦交煎

[2525] **而且，以天眼观后世生何处故，若见生于苦处中者，死之苦未离之前又以堕下处苦重压，苦转增二倍、三倍而忧愁不堪故哀号，不离此苦状，需住天中七日。彼三十三天七日，为人间七百年。**

[2526] 这里在缘起的关键点上有三分：一、堕下处苦的原因；二、二苦交煎之相；三、持续时间。

[2527] 一、堕下处苦的原因

[2528] 诸天人在知道自己要死的时候，会不由自主地以天眼去看自己来世的生处。他们的天眼既宽阔又微细，能够见到未来的情形，这样自然会知道自己即将生在哪一趣里。以这个缘故，假使没有少许的善，在那个天世间死殁以后，将无自在地生到地狱、饿鬼、旁生等某一个苦处之中（当然也有少部分天人，以善业力会生在善趣，这里是按大比例的状况来讲），假使是这种情况，那必然会产生非常大的恐惧。这就好像一个人，如果能亲眼见到自己即将从高楼上直接堕到深渊里，那他一定会吓得昏掉。这就是造成堕下处大恐惧苦的原因。

[2529] 二、二苦交煎之相

[2530] 当这个天人正沉浸在死的巨大忧愁苦当中，还没有醒过来的同时，又见到了要堕到那样的大苦处中，当时就被那种堕下处苦的逼迫所攫住，一下子揪住了心，心就完全被压在里面了。这个时候两苦交逼，苦比之前没有看下界处发现自己堕落的那个状况，还要增加到两倍、三倍等，内心变得忧愁不堪了。这个心要发出来的时候，由于那种绝望、那种无依无救、那种对于前程的忧虑，口中就会发出很大的声音，一下子叫了出来。

[2531] 三、持续时间

[2532] 以上两苦交煎的苦状，需要持续天上的七天。这种时间的量，在六欲天里各有一个算法，就三十三天来说，要持续相当于人间七百年左右。也就是按天人的法则，死的时候以七天为限，“七”代表一个周期，也表示诸天人缘起的末端需要经过七天。这不是像我们人类在临终时，经过一天或者几小时就断气了，而是经过很漫长的时间，因此就要知道，堕下处的苦非常大。这里的”堕下处苦”，不是说已经堕落或者正在堕下去时的苦，而是说堕前心里的恐惧之苦。这里要知道，在一种非常不愿意死、一听到死非常想活，但又不自在必须死的忧愁之上，再加上对于未来前程极其恐惧的一种苦，两个合起来交相逼心的状况，按三十三天来算，达到人间七百年左右的时间。

[2533] 这种情形以下用《增一阿含经》里的一个公案来说明。

[2534] 在《增一阿含经•善聚品第三十二》中讲到一则天人堕猪的公案。那时，三十三天里有个天子出现了五种死相——花冠自萎、衣裳染尘、腋下流汗、不乐本座、玉女叛离，当时这个天子愁忧苦恼，捶胸叹息。那时，天王帝释听到这天子的愁忧苦恼、捶胸叹息，就敕令一个天子问到：“那是什么声音，传到了这里？”

[2535] 那天子报告说：“天王！要知道，现在有个天子快要命终，出现了五种死相——花鬘自萎、衣服染尘、腋下流汗、不乐本座、玉女叛离。”

[2536] 当时，天王就到了那个快命终的天子处，对那天子说：“你现在怎么愁忧苦恼到这个地步呢？”

[2537] 天子回答：“天王尊者！哪能不愁忧苦恼呢？我的命快要尽了，已经出现了五死相——花冠自萎、衣服染尘、腋下流汗、不乐本座、玉女叛离。现在七宝宫殿都要消失了，五百玉女已经星散了，吃的甘露也没有香气和味道了。”

[2538] 这时，天王帝释对那个天子说：“你难道没听佛说偈吗？’一切行无常，生者必有死，不生则不死，此灭为最乐。’你现在为何愁忧到如此的地步？一切有为法都是无常之法，要使它有常是做不到的。”

[2539] 天子回答说：“怎么办啊天帝！我哪能不忧愁？我现在天身如此地清净无瑕，光明能比日月，无处不照，然而舍了天身以后，我要在罗阅城中的猪腹里受生。一生下来就要吃粪便，死的时候还要被刀所割。”

[2540] 这就可以看到，诸天人堕落时有两种苦，一种是无可奈何的死苦，一种是畏惧堕落之苦。

[2541] （2）总

[2542] **此之期间，念昔日的乐而无自在住的死之苦，见后面的处故畏惧堕落之苦，以此二者，忧苦穿入心中，比地狱苦还厉害。**

[2543] “二者”，指二种忧苦，这都是心上的苦，而不是心态的苦。第一种死殁苦是总结前面”自知将死”和”被他遗弃”两种忧苦，第二种堕落苦是总结后面怖畏堕下处的恐惧苦。要注意，死殁苦不是指四大分解等苦，而是指死相已现，要舍离天界圆满而生的内心忧苦。堕落苦不是指堕落下处之苦，而是指怖畏堕落下处的恐惧之苦。

[2544] 忧苦穿心过于地狱苦，指忧苦剧烈的程度。

[2545] “无自在”，指如果能活着，就算付出再大代价也愿意，然而因缘一到，谁也无法抗拒无常铁律，不能随自己的欲心而转，只有随无常而去。

[2546] 这里是总结死的忧苦胜过地狱苦。对于欲界诸天，重点要观察死亡之际的状况，包括死殁和下堕两种苦，这两种都是指忧苦。这里的”死苦”，不是指像人一样的四大分解的解肢节苦，诸天人没有这些，所以关键就是他们心上的忧。那么忧是什么呢？有两种忧，第一个是想活而不自在的心苦。一想起从前的快乐，一心就想怎么能不死，但是，对于留世一点自在也没有，是这样地无奈。我们可以想像，他从前和天女们一起游玩，在园林里尽情地嬉戏歌舞，乘着天宝殿在空中飞，吃甘露美食，那些天花、天池、天香、天女等等是那么美好，总是不由自主地回忆起曾经的快乐时光。现在尽管非常想继续活下去，但一点自在也没有，必须舍离天界可爱的快乐、圆满的受用等。像这样，由于在生时有非常大的贪著的力量，到了临终必须要离开的时候，会发生猛利的忧苦。这是第一种苦，叫”死殁苦”，就是对于存留无自在的忧愁。

[2547] 接着第二种苦，是能亲自见到自己往后要堕下处的忧苦。他完全清楚那是什么样的状况，跟天界相比，比把总统关进监狱还要惨无数倍，那是想都不敢想的。所以，当亲眼见到、完全能确定后世堕落之处的时候，必然出现非常大的恐惧之苦。那么以这两种苦的夹逼，就像箭射入了心脏、刀捅进了心脏一样忧苦穿心，这种状况超过了地狱的苦。

[2548] 有人怀疑：诸天人的死堕苦难道比地狱苦还厉害吗？

[2549] 这个临终的天人以天眼看到了自己将要生在哪里，身体是那么大，要落入熊熊烈火当中，受那样剧烈的刑罚，受苦的时间那么长等等，这时候他心上的苦比地狱苦还厉害。就像人亲自看到自己很快要从几百层的高楼上掉下去，或者知道明天必定要受什么样的酷烈刑罚等等，这时候他心上发出来的恐惧苦的状况，比正式受苦时心上苦的状况还要严重。

[2550] 要注意的是，这里说的是心不是身，身当时并没有被千刀万剐或者被火烧等等，但是他已经断定了即将从那么高的地方掉下去，必定要受那些苦，那时心上的惊恐非常地剧烈，这种心苦的程度超过地狱苦。再者，这里主要指心苦，而不是心态的苦。心态是指在面对境界时，自己采取什么样的心的状态，而这里是指因缘和合时心上感受的忧苦。“忧”是心苦的总名，比如五种受——苦、乐、忧、喜、舍中，心上的受以忧和喜来表达。心上发生的苦都叫做”忧”，比如忧愁、焦虑、恐惧、惊吓等等，一下子像被雷击了一样，或者一下子像被沉重的石头压住了一样，发生好大的心上的苦，这个叫心的苦，不是心态的苦。

[2551] 所谓的”总摄思惟”要把它推到极处。说它”总”，因为前面讲过了，五衰相现知道自己要死的忧、被天人眷属们遗弃的忧，像这样非常想留住却没办法，由此发生非常大的忧苦，这个总结为第一句的”死之苦”。然后，亲眼见到堕下处的恐惧的忧，就总结为第二句的”堕落之苦”。两者直接逼迫在心上，就像刀子捅进去，心都要被扎穿了一样，这叫”忧苦穿心”，它的程度比地狱苦还厉害。

[2552] 那么这样一直推进就可以看到，从前面那么圆满的快乐、享受，一路发展到后边际时，竟然出现这样一个苦的高峰，这足够让诸智者醒觉：原来那么大的快乐、享受，竟然是制造剧烈忧悲的因。一旦认定了后面的状况，对前面就会发一个厌患心、发一个呕吐心，这时候天人的福乐给你也不想要。就像这样，最终要归咎到那个乐上，所谓”归咎于乐厌患乐”。

[2553] 从前我们说的是”归结于生厌患生”，其实生和乐是一回事，这里为了破除对于诸天欲乐的耽著，就这样说。实际上，所谓的”生”不是指投生，也不是指转生，而是指受生。因为投生好像从高处投着生下去，那个生是个动作，而这里的生是十二缘起支里面果报的出现，所以叫”生”，代表一期果报不断地发生。对于生天趣，如果没有长远的眼光，会看到那里展现的是亿万年绵绵无尽、舒适得不得了的圆满欲乐，超过人间千百万亿倍。但实际上，当看到这个生的流程的最后边际是这么凄惨，那时就知道，这种生是非常可怕的，因此就厌患生。总而言之，以上厌患生和厌患诸天欲乐是一个意思。

[2554] （二）思惟上界诸天之苦　分二：1、总思全程；2、别依教证。

[2555] 1、总思全程

[2556] **于上界二天中，虽无现前死苦者，然引业尽后如睡醒般于下处中沦落后苦。**

[2557] 总思全程，就是在整个缘起的走法上，看清上界天人们流转的真相，整个过程要分从前和往后两部分。

[2558] 一、省察从前

[2559] 指所有上界诸天都住在定中，不会现前苦受，也不现前死苦，但不离行苦，即：一、无法阻止迁流；二、仍是苦因随逐的状况，这种情形就像麻醉后不现前疼痛一样。从中看出，并非真实地解决了苦的问题，而只是不动业的势力使种子不现行，即不会遇缘而出现苦相，这就像一个全身都有病症的被麻醉了的病人一样。

[2560] 二、省察往后

[2561] 指能引的不动业的势力一旦穷尽，就好像从酣睡中醒来，顿时堕在下处，之后就像麻醉力消失，又落入痛苦连绵的状况中。对此要知道两点：一、堕在什么下处；二、成什么苦状。“下处”，指一下子翻落到下界去了。上界属于定中的世界，而下界全是散乱界，指的是地狱、饿鬼、旁生、人、修罗、欲天等的欲界之处。成什么苦状呢？就是又掉下去了，跟前面没有生上界天的时候一样。如同病苦在麻醉以后似乎没有了，其实病因一直在，当麻醉力消失时，这些病苦又不断地随缘爆发。就像这样，惑业苦的锁链将一直连环下去，仍然是非常漫长无有止境的苦难生涯。这就像做了一次天人美梦之后，重新回到苦难集中营，继续服无穷无尽的苦役。

[2562] 2、别依教证

[2563] **怙主龙树说：“梵天离欲得安乐，终成无间狱火薪，依近众苦无间绝。”**

[2564] 怙主龙树菩萨说：梵天在得了离欲之乐以后，又成了无间地狱烈火的燃料，从此需要依止或者亲近接触那连绵不断的深重的苦难。就像那样，一直要忍受身体被烧得跟火无法区分开来的那种大苦。

[2565] 这是一个显著的例子，不是说单是这一种，因为从天界下来，有的变成了无间地狱的火薪，有的变成了干柴般的饿鬼等等。但是要知道，在整个轮回彻底断除之前，一下子翻下去以后，当然什么样的苦都无不经历。由此可以看到，上界天处在行苦中，最终高下变异，崇高的法一定变坏，重新落入苦苦中。就像病因没有消除之间，无论用什么缓解的手段等都不解决问题，最终这一个个的苦都会重新席卷而来。

[2566] 思考题

[2567] 1、欲界诸天人在生时的福乐状况如何？为什么他们一生中丝毫不生修法之心？他们悠悠空过一世的情形如何？最终的结局如何？

[2568] 2、（1）由前后对比法思惟：欲天死前有哪些先兆？由此他心上会出现怎样的感受？

[2569] （2）临终天人被眷属遗弃的情形如何？由此他心上会出现怎样的感受？

[2570] （3）什么是”堕落苦”？产生此苦的原因是什么？

[2571] （4）临终天人死殁苦与堕落苦交煎的情形如何？此苦要持续多长时间？

[2572] （5）为什么诸天人的死堕苦比地狱苦还厉害？这种苦是由什么造成的？

[2573] 3、由前后两分思惟：上界诸天有何种苦？

## 1.47 47

[2574] 修心摄义

[2575] 分四：一、立轮回无乐宗；二、由思惟发生的观念；三、教诫需要真实修苦；四、生起深信的效果。

[2576] 一、立轮回无乐宗　分二：（一）理证；（二）教证。

[2577] （一）理证

[2578] **如是六道的各类生处，随生何者，都唯是苦之自性、苦之繁衍、苦之机关外，绝无超出故，如大火坑、如罗刹洲、如大海涛、如利刃锋、如不净室般，丝毫无有安乐的机会。**

[2579] 由比量证明轮回无乐，分四分了解：一、有法；二、立宗；三、正因；四、譬喻。

[2580] 一、有法

[2581] **“如是六道的各类生处，随生何者”。**

[2582] 此处重点是一个”生”字，对此有总有别。“总”，指生在轮回中，“别”，指轮回里各类六道的处所，无论生在何处。

[2583] 要注意，“各类生处”要包遍六道这六种形类的所有生之处。这是讨论轮回全体生命状况的问题，所以要遍到一切处。而观察的点是生的状况，因此这里是要知道，假使受生在那里，将会呈现出怎样的受用状况。

[2584] 二、立宗

[2585] **“丝毫无有安乐的机会”。**

[2586] 这是要立轮回无乐宗。细致地讲，无论在轮回的哪个生处里受生，都没有丝毫许出现安乐的机会。

[2587] 这里”安乐”指真实的乐。“丝毫无有”，是指在量上，不仅大的、久的乐没有，连小到一个刹那、细到一个微尘许的乐，都是绝对不存在的，说到连出现的机会也是丝毫许没有。如果能在心里立定这个宗义，那他就是”轮回无乐主义者”或者”轮回唯苦主义者”。这样不仅退去了现世心，连来世心也将由此退除，因为在观念上已经知道，这里是绝不可能出现安乐的。

[2588] 此处当知，内外道虽由归依来作区分，但严格来说，内道指轮回无乐宗。以此来看，假使入了佛门，却还以为轮回中有一些真实安乐可得，似乎也应判为附法外道。

[2589] 三、正因

[2590] **“都唯是苦之自性、苦之繁衍、苦之机关外，绝无超出故”。**

[2591] “唯”是独但词，仅仅之义，“都唯”即一切都只是。“绝无超出”，指绝对不会超出这种状况或情形或体性等。此处要上连有法的”生”字，出三个正因：这一切种类的生都只是苦的自性、只是苦的繁衍、只是碰到了苦的机关。

[2592] 这里由三因、五喻、三教来立宗。实际一因、一喻、一教即可，但是为了应末世众生的机，以量多作面面观、多门思惟，会发生强大的认识，从而行者执为中心思想而无法转移，这时就会出现胜解。广而论之，智者明白，其实可以有无量门因、无量种喻、无量数教，因为这个苦是尽十方三世一切轮回处类生命现象的共同体性，它遍在无数种类、无数分的每一个点上。

[2593] 以下重点认识三因的差别及具体的涵义。“苦之自性”，指体性的断定，即唯是苦性故，不可能成为乐性，因而丝毫许没有出现安乐的机会。“苦之繁衍”，指发展状况。“繁”即繁多，指种类各式各样；“衍”是衍生，指相续上接连而生。由于所有这一切的生唯一是苦的繁衍，在缘起发展的状况上，就只是一个接一个出现无量无数种类的苦之外，永远不会出现一丁点的乐。这在缘起上有它的决定性，如同毒只生毒而不生药般，由此可以断定，没有丝毫许出现安乐的机会。“苦之机关”，指缘起的走向。“机”是缘起的发动点，“机关”，指一碰就进入了某个苦的圈里。这是指，一切轮回中的生，无论生在哪里，总的来说就是碰到了苦的机关，给弄到一种苦的境况中去了。从差别相上来观察，无论生在轮回的此处还是彼处，总而言之，一生到那里就会进入到某种特定的苦的埋伏圈里，以此将发生那种特定的苦。比如，一生到饿鬼界，就进入到饥渴苦的缘起圈里，或者一生到修罗界，就进入到斗争苦的缘起圈里。诸如此类，无论生到轮回任何处，都决定是触到某个苦的机关，一定会一下子陷入到那个苦的陷阱当中。“绝无超出故”，是指在缘起的走向上，已经陷入到那种苦的系列当中了，绝不可能有丝毫出现安乐的机会。

[2594] 四、譬喻

[2595] **“如大火坑、如罗刹洲、如大海涛、如利刃锋、如不净室般”。**

[2596] 此处有五个同喻：一、大火炕；二、罗刹女黑洲；三、大海涛；四、利刃锋；五、不净室。对此都可以想像成非常巨大的现相。空间是非常广大的处所，时间是过、现、未三时很长的相续，在此时空区域里，丝毫不出现清凉的机会等等。

[2597] 一、大火坑：这个巨大的火坑唯是热的自性、热的繁衍、热的机关故，在这个非常广大的空间上下左右任何处、过现未任何时，去到那里的话，都丝毫不出现清凉的机会。细致地说，首先，由于此火坑的整个领域唯一是炽热的自性，绝不出此之故，不会转为清凉的体性，因而无有丝毫得清凉的机会。其次，就发展的状况而言，这样一直往下走的话，这个大火坑里唯一是炽热的繁衍，绝不出此之故，所谓清凉的现象，连一丝、一点、一种都绝不可能发生。唯一是相续不断地出现无量种类的炽热，因而绝无得到清凉的机会。第三、在这个大火坑的区域中，无论碰到哪里，都是触及到发生炽热的机关之故，因而无论到哪个点上，都是一碰到就卷入发生炽热的状况中，所以绝对丝毫也不可能出现得到清凉的机会。

[2598] 二、罗刹女黑洲：在一座巨大的洲岛上，罗刹女是主体，表现为美丽、温柔、给人安乐，然而这上面一切罗刹女的因缘，都唯是吃人的自性、吃人的繁衍、吃人的机关，而不出此之故，因此，到了罗刹女黑洲范畴的任何处，都绝对没有丝毫得到生存安乐的机会。

[2599] 三、大海涛：在一个方圆多少万顷的大海当中，波涛汹涌的状况持续很长时间，在此范畴里，无论到哪个点上，都唯是动荡的自性、动荡的繁衍、发生动荡的机关，绝不出此之故，丝毫不会出现安稳、安宁的机会。

[2600] 四、利刃锋：在一把利刃的锋刃边缘上，无论到哪个点上，都唯是伤损的自性、伤损的繁衍、伤损的机关，绝不出此之故，落到这些点上，丝毫不会出现不受伤损的机会。

[2601] 五、不净室：有一所巨大的不净室，里面充满了牛羊等的腐烂死尸、粪便以及各种发霉物，由于气体散发，充满了整个房间，它唯是不净的自性、不净的繁衍、发生臭秽的机关，绝不出此之故，无论到哪个点上，都丝毫不出现感觉清香的机会。

[2602] （二）教证

[2603] 这里由《念处经》中世尊圣言作为证明，《宝性论》中补处慈尊的圣言作为证明，无死邬金莲师的圣言作为证明。也就是，照见轮回真相的如来流出的诚谛之语，的确说到了，无论在轮回的哪里，连针尖许的乐都没有。继承世尊的补处菩萨同样说到，在五趣或六道中，丝毫得不到乐。再者，无死莲师先是引用世尊《念处经》里的话，由此来证明轮回里的确连针尖许的乐都永远没有。这样就完全以圣言量证实了轮回中绝对无乐。

[2604] 1、《念处经》中佛语证明

[2605] **《念处经》云：“地狱人由火烧苦，饿鬼众由饥渴苦，旁生迭互吞啖苦，人间人类短命苦，修罗众由斗争苦，诸天众由放逸苦。处此轮回永时中，略无针尖许安乐。”**

[2606] 此段教证有别和总两分。别分六类，即轮回的一切生处归摄在地狱至天界之间的六种当中。而这六种，的确无论生在哪里，都唯是苦的自性、苦的繁衍、苦的机关。

[2607] 也就是分别而言，生在有情地狱里受着烈火焚烧的苦，它根本的相是火烧的苦。由这一个指示，再依据《念处经》里的广大描述，就会知道生在这样的有情地狱里，一直是火烧之苦的自性；或者在那漫长的亿万年中，无论怎么样发展，各种各样的火烧之苦都会接连不断地在身心内外的各处发生；而且，触碰到哪里，都陷入到火烧之苦当中等等，当然是绝无丝毫得到安乐的机会。

[2608] 其他依此类推。饿鬼代表性的是饥渴之苦，一旦生到那里，就会有无有食物吃的饥饿、无有饮料喝的焦渴等，一直受着逼恼。这样生在那里，唯是一种饥渴之苦的自性、饥渴之苦的繁衍、触到了饥渴之苦的机关，一生在那里就已经卷入”万年不闻浆水之名”的绵延不断的饥渴苦中。

[2609] 生在旁生界中，以吞啖作为表示。譬如生为海洋深处的水生动物，在多少年的旁生生涯里，一直面临着被吞啖的苦，或者会不断地发生被吞啖之苦，触碰到哪里，都是大吃小、小吃大的那种啖食之苦等等。

[2610] 再者，生在人间以短命作为表示。生而为人，有他特定的苦的自性，或者说有生命短暂的苦的发展相。也就是寿命那么短，很快就到了中年、老年等，像这样很快就无常、萎缩、退化等等，这些苦相都非常明显。就目前人类的状况来看，这种苦在每个人身上都会出现，任何人触到了这个人世间，都会发生这个苦。当然还有生存压力以及各种爱恨情仇等等，这些苦也是相续不断地在繁衍。智者举一反三，知道会有特定的苦的繁衍，一入了娘胎，得了这个人的皮袋以后，当然就入了人苦的机关里了。

[2611] 再者，生在修罗界中，将会是一种斗争苦的自性、斗争苦的繁衍，或者已经碰到了发生斗争苦的机关，就好像入了斗争苦的索道里一样，直接就卷入到那种机制里了。

[2612] 或者生在天界。以欲天为例，完全是放逸苦的自性。在天人的千万亿年里，有放逸苦的非常大的繁衍。在人中还是很小的放逸，一到了天上，升级到非常频繁、密集、量大的地步。或者已经被拉进放逸苦的管道机关里去了，从此不断地放逸下去。

[2613] 就像这样，可见无论生在六道哪一类当中，都会有一种特定的苦，没有任何真实安乐可得。

[2614] 接下来经中总结而说就明白，轮回里只有这样六层，每一层里面有这种代表性的苦，然后推广开来，有特定的各式各样的苦。佛在这时就教我们认定，在轮回里不论什么时候都不会有针尖许的乐。“针尖许”代表微量，因为针的尖头就是一点点。现在通过仪器，人们能看到细菌或者粒子等，但过去看不到这些，所以就用针尖作譬喻。针尖表示非常小的一点，连那么一点乐都永远不可能出现，这表示丝毫没有得乐的机会。

[2615] 2、《宝性论》补处菩萨语证明

[2616] **依怙慈氏云：“五道域中无安乐，不净屋中不闻香。”**

[2617] 三界或开为六道或开为五道，不算修罗即是五道。因为修罗有多类，人修罗、天修罗、鬼修罗、畜修罗，凡是斗争性强的众生类都可称为”修罗”，这样修罗散在各趣，不单独算的话就是五道。在五道的整个区域里都得不到安乐，此种情形就像在不净室中不可能有香的感受一样。

[2618] 香受或香感表示安乐，这个譬喻里面说得很清楚，由于气体周遍的挥发性，在不净室的任何一点上，都不可能有清香的乐受，这是丝毫也不可能出现的。以这个譬喻就说明，在五道当中丝毫得不到安乐。那么，补处菩萨也是以谛实语给我们证明了，的确轮回当中得不到丝毫许的安乐。

[2619] 3、莲师语证明

[2620] **邬金莲师云：“佛说处此轮回中，永无针尖许安乐，纵有少乐亦坏苦。”**

[2621] 莲师语录头一句就是引《念处经》的话，证明的确正如佛所说，在轮回里永远都不会有下至针尖许的乐。

[2622] 有人会说：我们也有快乐啊！

[2623] 当然，本来没有真实的乐，假使以得到可意境而发生适悦感或者快乐感算是快乐的话，那么以有漏善会有少许这种乐出现，然而看似乐的这一点点，在它上面也有非常大的变坏之苦。就好比一条苦河里，假使把一点甜水放进去，也都变苦了。也就是发生的一点乐，过后会引出非常大的忧苦，比如名利的变坏、身体的变坏等。这是无死莲师给我们作证明，在轮回当中的确永远不会有一点点真实的乐。

[2624] **如是等教多可证明。**

[2625] 像这样，有很多很多的圣教都证明了这一点。圣人们没有无明，没有欺诳性，因此他们说的话都是真实的，可以作证。

[2626] 二、由思惟发生的观念

[2627] **思惟此等义后，心作是念：于此轮回诸种类处，上至三有之顶、下及地狱之底，任生何处，都无少许喜乐的机会而毫无实义。**

[2628] 要点：由思惟教理将出现胜解。由理上完全决定、教上完全决定，而心中引发定解，达到无法引转的地步即得胜解。随后发生信、欲、勤，由此真正将自心转入道心系统中。

[2629] “思惟此等义”，指对于以上几十页《言教》的内容，都作过了如理如量的思惟，而绝非光是口头念几句话。这样先从总再至别再到总，一直归到后面在心中立起了这种轮回无乐宗，成了一个轮回无乐主义者，那么这样才是思惟发生了观念。在这之后不是勉强的，心里自然就开始这样想，也会十分有力量地起这样的心。

[2630] 会如何想呢？在轮回各种种类的生处当中，这是就差别品类而言，“上至……”“下及……”是从整个上下范畴而言。就好比一百层楼的摩天大厦，从它的顶层——好比三有之顶，一直到它地下室的最下一层——好比地狱的底部，整个六道组织范畴里的一百层楼的任何一个地方，生在那里连一点得到身之乐和心之喜的机会也没有，即全然是苦。所以，生在这里一点意思也没有，这叫”毫无实义”，也就是不会得到丝毫意义。

[2631] 总之，由圣教和正理的轨道作思惟就会发生胜解，也就是现在说的”中心思想”。这是由于理上完全决定了，教上完全决定了，得到了教的证明、理的证明的力量，而在心里引出一种无法夺的定解，这就是胜解，它是道的根本。那么以这个胜解作为因，就会真实地出现信心、欲乐、精进，这样通过缘起的三连环链，就将自心真正转入到道心的系统中了。

[2632] 这里的”心作是念”，就是发生观念，而结合此章的修法，是指轮回观念，通过前面总别思惟轮回苦患，将发生全新的认识。这个时候就会起这样的观念：“在轮回的一切差别处所里，从上到下无论生在哪里，连丝毫许得到身心喜乐的机会也没有，所以，生在这样的世界里一点意义也没有。”由此他就起了道心，一点也不想在这个世上生了，没有这样的欲了。他会想：“这么可怕的轮回，受生在这里怎么得了？”从而发生厌患之心，想要遮掉这个生，以此一心要求得解脱。怎样得解脱呢？关键就是要证取无生。由此就会发生一连串道上的心，这就是道心系统，它的生长点就在由教证、理证的力量发生的胜解上面。当胜解出现时，就有了道的种子、道的根源，由此发生出来的将是具体、强大的道心系统，这样会真正地转变一个人，真正出现法身慧命。

[2633] 思考题

[2634] 1、立轮回无乐宗：

[2635] （1）此处要观察的有法是什么？

[2636] （2）对此立的宗义是什么？

[2637] （3）以何种因成立此宗？具体解释三因、五喻的涵义。

[2638] （4）思惟三种教证的涵义。

[2639] 2、如理思惟本章轮回过患的法义后，将发生何种观念？以此会出现何种作用？

## 1.48 48

[2640] 轮回无乐论

[2641] 这里要抉择的主题是轮回的生。也就是讨论，将来我在六道范畴里形形色色各类处所或地方生的话是怎样的状况呢？对此的立宗只有两种，有乐或者无乐。如果有乐，当然允许你求生，或者立愿生到那里；而无乐的话，那就没有必要再生了，这样就会遮退生的欲。下面通过三因、五喻来成立轮回无乐宗。其实其中的一个也就可以了，但是说得多一些，对学人来说透过的理路就多一些，观察多一些、证明多一些就能有力地发生定解。

[2642] 一、正因

[2643] 这是指能够成立的真实的因或者理由。以下举了三个，这三个因的角度不同，在观察点上有差别。透过这三个里面的任何一个，都能推出在轮回里受生是没有得乐机会的，在程度上连一根毫毛那么一点的机会都没有，而且是永远都没有、何处都没有。

[2644] （一）第一正因：唯是苦之自性外绝无超出故

[2645] 指不出唯一是苦的自性，这是体性上的断定。一旦说到”自性”，就是完全定性了，轮回自己的性就只是个苦，这叫”苦的自性”。由于它只是苦的自性，就没有办法转成乐的自性，就好像一个水果已经成了腐烂的自性，就没有办法恢复成新鲜的，或者一个臭秽的自性，没有办法变成香的自性那样。由于定了性的缘故，在这样的苦性法上绝对没有一点希望出现乐，这就像水火不容，在湿润性的法上绝对不可能出现火，或者在热性的法上绝对不可能出现凉一样。

[2646] 那么认定苦的自性，又离不开前面对于轮回苦总和别的抉择。这偷不了巧，前面没有对于三苦的认识，到这里也难发生，这里只是总结。因此，前面讲的唯一是三苦的自性，或者唯一是苦的自性，这是要在自心上断定的。如果这上能断定，那自身会有一个很深的定解：轮回绝对不可能有乐。那个时候你所有的机心都会歇下，你不会起一个念头，还想在轮回里找什么乐。

[2647] （二）第二正因：唯是苦之繁衍外绝无超出故

[2648] 这是指发展的状况。我们会有一种幻想：“现在虽然没有，但是这么往下走，碰到某个地方或者某种情况，会出现一些乐吧？”甚至有更大的幻想：“将来会出现好多好多的乐、好多好多的意义吧？”这里告诉你：不会出现任何真实的乐，更不会有乐的发展、乐的繁衍，完全只是苦的繁衍。如果能知道这个，那在前面苦的自性上更进一步从差别相上会知道，这里只是一个接一个地发生无穷无数的苦，这叫”苦的繁衍”。

[2649] 比如，在某个地方出生的婴儿全是痴呆儿。那大家就觉得可怕了，因为一个健全的人也生不出来，只是不断地出生各种各样的痴呆儿。或者，在那一片土地上就只出生有毒的植物，无毒的根茎枝叶花果一个也没有，全数都是毒。在量上就更加可怕，一个无毒的法都没有，唯一是无量无数有毒的法不断不断地在繁衍。这样在发展的状况上就会知道，从乐和苦的比例上看，真实的乐连丝毫许也不出现，而苦却是百分之百地发生；从时间的相续上看，是无穷无尽地在发展，无量无数地在蔓延、增长。

[2650] 对此还要配在每一个地方去看、去认识。比如这样想：“在六道各个处所当中，是不是无论生在哪里都唯是苦的繁衍呢？”这要进一步去观察。比如，下一世如果生在地狱里面，那在多少万亿年当中，刹那刹那不断地出现各种火烧等的苦，一个接一个没完没了，那些苦的种类极大幅度地在出现。你想，生到地狱界里会出一个乐吗？一个也不会有的，永远不会有乐在那儿发展，发展的唯一是苦。再说生到饿鬼界，这也容易知道。比如在多少万年里面，饥渴、寒热、为生存奔求、怖畏、绝望等的苦，一个接一个地发生，无量无数，就会知道那里唯是饥渴苦等的繁衍。再看，生在旁生界又如何呢？比如做牛做马等成了家畜，那是无数服劳役之苦的繁衍，或者痴呆苦的繁衍等等。或者成了水生动物等，那是无数吞啖苦的繁衍等等。这就看出，在那种生涯里没有什么好事情，唯一是一个接一个的苦。

[2651] 再说受生为人。一般愚痴的人认为：“我做一世人，在几十年里面会出现乐。”实际上没有乐，在最初住胎的270天里，只是出现一个接一个的苦。出生以后一直到上大学之间，实际也是一个接一个的苦，即使暂时有乐也只是坏苦，将来变坏就会从中发生忧苦。然后，所有年轻时候的事，都是变坏的性质，最终都没有了，都变成后面的衰老之苦；所有成功的事，最终都变成了失败，所有这一切最终都归入到苦。还有所谓爱恨交织的苦，在得与失之间循环的苦等等，每一个最终都跑到苦里面去了，任何一个地方都是苦的繁衍。再看生在修罗界和升天的情况，天天就是斗争或者享乐，享乐的最后是从高处摔下去无比惊恐的苦等等，这些都是苦的繁衍。

[2652] （三）第三正因：唯是苦之机关外绝无超出故

[2653] 人总想找个空子钻，比如想：“在六道的场所里，生在某个地方是不是能得安乐？”实际上，一生到那里就触到了苦的机关。就像野兽到处去觅食，结果在这里踩一个陷阱，在那里踩一个地雷，或者到那里又掉入了牢笼等等。同样，在因缘上，你一踏到了六道里的任何一个地方，就已经陷进苦的机关，搅在里面了。也就是六道实际就是个魔区，触碰到哪一个生处、哪一个点，就陷在那一类苦的圈套里了，所以它叫”苦的机关”，在因缘上一触到就陷进苦里去了。

[2654] 比如有的人说做人很好，来世我还要做人。但实际上，只要一入胎就入了苦的机关，触到人的牢笼里了，在短暂的七八十年里面，那个机关就让你陷入各种人苦当中。而且人苦里也有很多种类。有的人说：“我追求爱情，找一个可意的异性朋友是不是很快乐呢？”那只是一种幻觉，自从找到了某人，其实就触到了苦的机关，一下子陷进去了，后面不晓得有多少撕心裂肺、死去活来的苦。

[2655] 又有人想：“我好好读书，将来成为名人，在政治上做到总统，或者在学术上做到专家、权威等等，这是非常好的。”其实你一触到那地方，就触到了苦的机关，一下子给陷进去。也就是你就处在那个制造名誉苦的机制里面，不断地因为名而苦。去求取的时候有紧张、焦虑等的苦，得到的时候有狂喜的苦，当没有的时候失魂落魄，当其他人也想得到的时候，就有各种竞争苦等等。世人也常说”为名而苦，为利所累”，就像这样，这里面的任何一个点都是苦的机关。有的人说成家很好，幻想和某人成家。成家后生儿育女，结果发现自己成了一头牛，天天背负着家庭的重担。有的人说：“做大事业很好，我要当个大老板。”没想到在他当成大老板的时候，就已经成为财富的奴隶了。

[2656] 又有人说：“生到欲界天是非常乐的。”实际上，只要一生上去，就陷入了天苦的机关。那是个放逸苦的牢笼，一入到那里，心神散得一刹那也收不住，因为有太多享乐了，最终就等着享完福堕落下去，那是个大的苦的机关。

[2657] 就像这样，所有的六道之处，生到这里是个苦的机关，生到那里还是个苦的机关，生到哪里就是被拴到那种苦里面了。我们总是以为这样有乐那样有乐，实际往这边一碰就入了苦的机关，就像老虎被关入笼中；往那边一搞又入了苦的机关，就像鸟陷入罗网；往那里一触还是入了苦的机关，就像野熊落入陷阱；向那里一触仍然是入了苦的机关，就像大象陷入泥潭。诸如此类，轮回的任何处都是苦的机关，整个轮回里密布了无数苦的机关。像这样，轮回好玩吗？

[2658] 二、譬喻

[2659] （一）大火坑喻

[2660] 大火坑是炽热的，这种热性上面会不会有一点清凉呢？不可能的。在那里面随着时间往下走，会不会发生一点清凉呢？不会的。在那个范畴里触这触那，会触动清凉的机关落到清凉里吗？不会的。像这样，这个火坑唯一是热的自性、热的繁衍、热的机关，因此，连丝毫出现清凉的机会也没有。能够这样断定，就叫”发生定解”，由此就会退掉想在火坑里求清凉的愚痴的欲。

[2661] 细致来说。它的自性是炽热，那就绝对不是清凉，它自己名言的性是不会变的，因此，在这上面不可能有得清凉的机会，这是第一个。第二个，从发展的状况上看，只要待在里面，就唯一是炽热的繁衍，往后就是发生无量无数一个接一个的炽热，因此，在这上绝对不会有丝毫得到清凉的机会。第三个，它是发生炽热的机关。比如想像，一个好大的火炕，有前后左右等，就盼望：“这里热，是不是一触到那边就马上很凉爽，身心处在凉爽中呢？”绝对不可能。无论你触到哪里，都是触到发生炽热的机关，然后你就被卷到那个炽热里去了，一下子就陷入炽热，接着又陷入炽热，不断地陷入炽热，像这样，永远不会有清凉的。这样断定以后，想在火坑里找清凉的心就会完全死掉，会完全死心的。

[2662] （二）罗刹女黑洲喻

[2663] 罗刹有男罗刹和女罗刹，这里指的是女罗刹。罗刹女是吃人的自性、吃人的繁衍、吃人的机关，所以在罗刹女黑洲里，丝毫得不到幸福，不会出现幸福的机会。总的来说，她就是会把你吃掉，不可能转成什么良善的自性；她做的一个接一个的事就是吃人；你碰到这个罗刹女、那个罗刹女，唯一就是被吃掉。然而罗刹女们现的是美女的相，表现出温情款款、对你很好的样子，实际里面是个鬼，迷惑了人以后，把他的精气全部吸完，最终这个人就死掉了，是这种状况。商人们愚痴，以为这是个光明的、美丽的、幸福的岛，其实是个黑洲。有智慧的人就知道，一旦进了那个黑圈里，的确丝毫许得幸福的机会也是没有的。

[2664] 分别来说，商人们以为在罗刹女黑洲里面能寻到快乐，但实际上，因为罗刹女本身的禀性是不会变的，唯一就是要吃人，因此，在罗刹女黑洲的任何一个地方，或者遇到了任何一个罗刹女，怎么样子成家等等，最终唯一就是被吃掉。

[2665] 然后，在罗刹女黑洲里面就是要跟罗刹女接触、成家，最终就是被吃掉。遇到多少个罗刹女，就多少次被迷惑，多少次跟她成家，最终被吃掉。这里面就是种类繁多的吃人事件一个接一个相续不断地在衍生。

[2666] 再说，那些罗刹女们，有的是这么迷人，有的是那么可爱，有的是那么妩媚，有的是那么温柔等等，商人们就发生幻想，认为是不是遇到了她会很幸福啊？或者跟她过日子会很好啊？等等。没想到当跟某一个罗刹女成家的时候，就已经入了一个被吃的机关了，一下子就搅进那个缘起里了。当完全被她的力量摄持的时候，就被弄到那种苦里去了，而这个苦最终就是死掉。

[2667] 罗刹女黑洲表示轮回，罗刹女表示轮回里似现的安乐相，罗刹女们都是千般妩媚、万种风情，这就表示轮回里似乎有各种诱人的乐。比如在人间会感觉，在这里过这种生活，在那种场合做那种事情，或者营造那种气氛、做那种事业等等，真的能得到乐。这就好像那些罗刹女，她们非常有吸引力，而且感觉她正在召唤你，会现出一种妩媚的姿态，对你特别好，你也特别喜欢，然后自己就会被吸引而想求取，实际只是乐的颠倒错觉。就像这样，轮回无非是个罗刹女黑洲，这样在乐上指示就更明确了。因此，假使想：“我在名上要得乐，在利上要得乐，在异性上要得乐，在地位上要得乐，在感官享受上要得乐，在吃穿用方方面面都要得乐等等”，之后就进去了，这样的话，最终唯一是落入苦中，决定会被吃掉。

[2668] （三）大海涛喻

[2669] 可以想像，在一片辽阔的水域当中发生了非常大的海涛，这表示轮回。在这个时空范畴里，你想在这个法上得到一种安稳或者平安，是丝毫机会都不可能有的。原因是，这个大海涛唯一是动荡的自性、动荡的繁衍、动荡的机关。

[2670] 首先想，这是动得非常厉害的自性，在动性的法上要找一个安静是不可能的。比如从西方向东方涌动的大海涛有非常大的速度、势能，连一艘大船都能一下子给卷过来，就像这样，哪里可能有一点点安稳呢？这是不可能的。

[2671] 接着想，比如这个海涛在一个小时里不断地动，这代表轮回从始至终的一个时间流。从第一刹那往下算，在成千上万的刹那里，会有某一个刹那出现不动荡、得安稳的状况吗？不可能的，它一浪接一浪不断地起起伏伏，发生无量无数种的动荡，都是动的连续，这就叫”动荡的繁衍”。因此，从发展过程来看，不要幻想会有一个刹那出现安稳，只不过是动荡加动荡，无量无数。

[2672] 再想，在这样一个大海涛的水域当中，触到这里会不会出现安稳呢？跑到那里会不会得到安宁呢？这是不可能的。因为这个持续一小时的大海涛里，无论在东边、西边、南边、北边哪个点，一触到什么就好像触到一个动荡的机关一样，一到那里就”唰”地给卷进去了，或者给荡到空中去了等等。无论在哪个因缘点上，一触到的时候唯一发生大的动荡。

[2673] 如果认识了这三点，那就会想：“这里永远不可能出现安稳。”这时就会退掉想在大海涛里寻求安稳的欲，再也不会发生幻想了，心会死掉的，就压根不会去想了。只有超出这个大海涛，才可能有安稳。

[2674] （四）利刃锋喻

[2675] 利刃表示处所，利刃锋的锋口譬喻轮回。譬如有一个一米长的利刃，待在这个锋刃上的任何一个点上，代表你在轮回任何一处受生。那么往后是怎样的情况呢？唯一是受割、受害、受伤这么一种自性，没别的，不可能有个地方舒舒服服、不受害的。

[2676] 然后，在那个利刃锋上面左走右走、转来转去的时候，唯一就是受害之事的繁衍，就是不断地在发展受害，没别的。

[2677] 再者，它是一个受害的机关。你触碰这里，触碰那里，无论触碰哪里，都是启动了一个受害的事件，别想在那儿待得很舒服，不可能的。

[2678] （五）不净室喻

[2679] 不净室的譬喻是从香尘来说的。比如，一个房间里有很多污秽的东西——粪便、发霉物、各种动物的尸体等，发出各种腐烂的气味、臭秽的气味、死尸的气味等等，这些气味不断散发出来，弥漫在整个空间里。这个不净室就代表整个轮回。在这个不净室里，你待在上面下面、左边右边、前边后边，无论待在哪个地方，从香尘来看唯一是臭秽不净的自性。既然它是臭秽的自性，你想，在这种体性上能出现闻到妙香的机会吗？不可能的。这是由它的性质决定的，臭秽性没有舍开之前它就一直是臭秽，臭秽上面不可能出现香洁。因此，在这个臭秽的范畴里，想突然之间某个时候、某个点上来了一阵芳香，好闻啊！这个机会丝毫也不会有的。

[2680] 然后看不净的繁衍，也就是它的发展状况。从处在不净室开始，不断往下走，会发现只是不断地在繁衍着这些不净的气味，因为这里面有各种不净的东西。比如，它能散发一百天，那在这一百天当中，从第一天开始往下走的时候，就会发现它不断地在发出各种臭秽的气味，除了各种各样的臭秽，以及一个接一个的臭秽之外，没有别的事情。因此在这一百天里面，你想闻到一个很妙的香味，感觉很舒服的话，丝毫都不会出现这个机会。

[2681] 再来看不净的机关。能发动者叫”机关”，踩上去或者用手去摸那儿，会不会摸到什么好香的东西？结果一摸就是臭秽的，用鼻子去闻还是臭秽的，想：这么臭！是不是在那个角落能得到一点香？往那个角落去摸，一触到就又是一阵臭秽，只不过臭秽的类型、浓淡等有所差别。实际上触到哪里都会发生臭秽，触到这里就这里发生，触到那里就那里发生。这好比是轮回，无论生在哪个地方，想要得乐的话都是不可能有乐的，一触到就出苦，生在什么地方都要出苦。

[2682] 明白了这五个譬喻以后，对应到轮回上就更加明确了，那是绝无可能得乐的。这样心里定了以后，就不会想在轮回里去找乐了。

[2683] 三、立宗

[2684] 所建立的宗义是，生在轮回任何处所，都丝毫无有安乐的机会。假使想在轮回的各个处所里得一个乐，比如想：在这种情形、那种状况，或者在我的积极争取、营造等下面，是不是能得到真实的乐呢？由以上的三因、五喻就知道，不必说大的了，连一根毫毛那么一点得乐的机会也没有。

[2685] 什么是”安乐的机会”呢？实际上，我们都是机会主义者，这叫”机心”“机巧心”“营谋心”“投机取巧心”等等，也就是我们的心不死。比如还会想：“人生里面有好多真实的乐值得我去追求，而且有好多好多的机会，一旦遇到某个机会，那会出现非常好的乐。”这就是一般世人的乐颠倒执，非常愚痴。还有一类修天道、想做神仙等的人，他们想：“人间的苦患很大，我要好好修行来世升天，或者到欲天，或者到梵天等，那个时候会真的得到无限的快乐。就是在那个地方，一碰到了会有得大乐的机会。”他们比那些现世主义者眼光要长，智慧也更高一些，但是这些都属于世间的事情，按佛法来看都是愚痴。这个地方要知道，假使有得安乐的机会，就允许你想各种办法去求取，但实际上连丝毫许得安乐的机会也没有。

[2686] 如果这个宗立得起来，即所谓的”轮回无乐论”或者”永无机会得乐论”，那心就会彻底死掉，不但对于现世，对来世的事情也不再耽著了，能在很深的层面彻底退掉求世间乐的心。这时自己心里已经立定了这样的主义：“不管生在轮回哪个地方，永远没有机会得到安乐，一点点机会也不会出现。”这样立宗以后，希望就断绝了。之后无论在任何地方、任何时代，无论怎么发展，有怎样诱人的宣传，或者怎样的说法、主义等等，你连一点点相信的心都不会有，一点点对轮回的希望都不会有。之后，你的行为绝对跟所有世间人都不一样，也就是对轮回不作任何的争取，唯一就是想让轮回消失。就像晋美朗巴尊者，他要去修道之时，立的其中一个志就是要让轮回彻底消失。

[2687] 四、发生的观念

[2688] 总的来说，依靠圣教和正理思惟就会发生胜解。也就是理上完全决定，教上完全决定，这样得到了佛语和正理的证明，心中就定了，到了没法引转的地步就是得了胜解，也就是所谓的强大的观念、强大的认识的力量。这个强大的观念就是道的根本，以这个随后就会有信心，有欲，有精进。这个时候，心的力量就全部转到另一个系统上去了，不像原来求世间法，现在对世间法是丝毫不求的，根本不想要，上上下下什么也不要，就是要求解脱。那么这一切的命根就是胜解，而胜解是从教证、理证的力量而来。

[2689] 思惟的时候，最低要求就是引导文所讲到的内容，对每一处都用心思惟过了。但实际这还不足够，引导文只是大纲，如果能加上佛经的补充就非常好。佛经方面主要有两个，一个是《念处经》，一个是《入胎经》，有了这两个就算充实的了，如果还有更多那当然更好。有了这个就好比纲里面填补上了内容，不但有骨架还有血有肉。像这样有了强大的理证，还有经教的血肉作补充，这么一步步思惟过来的话，原先颠倒的观念会被瓦解掉，轮回苦的观念必然会发生。

[2690] 那么，这里具体要发生怎样一种观念或者强大的认识呢？那就是轮回都是苦，轮回里的事情一点意义也没有，这是出世道最初步的胜解。

[2691] 过去心心念念想着轮回里有很多喜乐。但现在的人也不说”轮回、喜乐”这些词，嫌太古了，他们会说：“这个世界很美好，到那里去一定会有幸福。那里肯定有快乐，去那里能实现价值、完成人生的意义。”像这样有一整套的虚词。这样说完了以后就往那儿奔了，去寻求所谓的意义。有了轮回苦的观念就知道，这个世间无论在哪里，别说是很多，连一点点喜乐的机会也不会出现，完全是灰蒙蒙的、充满苦的，本来就是荒唐的、没有任何意义的。不单是这个地球世间上的一点事，这在整个轮回里才算很小的一个点，就连全体轮回里面从最高到最低之间的所有地方，假使在里面生的话，也是一点点喜和乐的机会也没有。这里讲的喜和乐，其实表示身和心上无漏的受用，喜属于心，乐属于身，这个不要说很多了，连出现一点点的机会也没有。

[2692] 懂了这个以后，自己就常常会想：“生在轮回里毫无意义！”用老百姓的话说就是”没有意思”。做人没有意思，升天没有意思，搞世间知识学问没有意思。来世还要读这些书，没有意思；还成什么家、生什么子，这些都出现无数次了，没有意思；做人王、做天王，都没有意思。像这样，轮回里的任何一件事都没有一点意思。

[2693] 这样的话，轮回没有意义那就要找有意义的。什么有意义呢？一句话，只有消灭轮回，也就是解脱有意义。所以，唯一求的就是把轮回消灭掉，解决生死问题，是这么一个心，这个心就叫”初步的道心”。道心从根本上说就是三个：一、出离心；二、菩提心；三、无二慧。当然以此三个为纲，可以扩展出无数的道心。那么现在要发展的道心就是第一个——求解脱心，这在方向上跟过去完全相反。过去在轮回世间里钻钻这个、搞搞那个。最浅薄者在现世法里钻来钻去，就像猪在泥巴里拱来拱去，或者在粪堆里吃来吃去那样，他就想在现世法里找一点意义。那么修好了暇满和无常就知道，再怎么搞也是白费劲，所以就退掉现世心了。然后，有些人对来世还抱希望，如果轮回苦和业果修到量了，也知道来世不可能得什么意义，最多是得到各种各样的苦，因此对来世不抱幻想。这样就退掉了想在轮回里生的欲。

[2694] 退掉了欲就没动力了，轮回的那股劲全部消掉了，那么这样的人在世间是待不住的，因为他对世间已经没有任何兴趣了。别人一看：“这个人一副枯木死灰的样子，你看看，他对世间一点热情也没有。”其实这样就对了。佛法里也讲消极和积极，对于轮回的事情完全消极，对于道上的事情完全积极，这是对的；如果对于道上的事情毫不在意，对于轮回的事情完全积极，那不叫道人。所以，学佛的人在世间人看来都是颠倒的，因为他们觉得这个人跟我们完全不同。如果你学了佛还跟世间人完全一样或者部分一样，那严格来说都不算学佛的人，因为世上的人认为的意义，你心里也是这么想的，你的观念跟世人没区别。有轮回观念的话，那真的是看世间的什么都没有意义，心哪里还会动呢？人家说，去那儿吃一顿，上那儿玩一把，去那儿看一看，或者去做那个事等等，你都只有四个字——没有意义。就像那个小孩说：“这个是蔓菁，这个也是蔓菁，蔓菁是差的，不要不要！”意思是在轮回里面，到哪里、做什么都没有意义。比如有人说：“这个手机怎么样？”“没意义的。”“那这个跑车好不好？”“没意义的。”“最近有新的体育节目、影视节目，还有春晚，咱们去看看吧？”“全都没意义。”

[2695] 像这样，真正出了观念，有特别大的厌离，这时就想遮掉轮回的生，想把它拿掉。很不喜欢在轮回里受生，一心要消掉轮回里的生，为此一心要证无生，这个时候他的心就往出世的道上走了。那么，这一连串与道相关的心就是新的道心系统，它生长的点就在由教证力、理证力发生的胜解上。有了胜解就有了根、有了种子，从胜解这个缘起点上自然会发生信心，发生欲或者愿，由此会发生精进或者勤。只要这几个心出来了，心上的系统就换掉了，他就变了一个人，开始往出世法道上走了。

## 1.49 49

[2696] 三、教诫需要真实修苦

[2697] **从深处退耽著者，需要如对于胆病者施予油腻食物那样的一个大厌患，是故，此等轮回之苦，不放置于似闻、似解上，而苦于心上体会而深信而修持。**

[2698] 这里有两部分：一、理由；二、教诫。“是故”前是理由，“是故”后是教诫。

[2699] 一、理由

[2700] 理由有二：一、退心的量；二、厌患的量。即要从深的根底处退掉耽著，就需要有像施予胆病患者油腻食物那样的大厌患力。

[2701] 这里关键要认识缘起的要点：大退心靠大厌患，大厌患靠深体过患。这段修心课程是”思惟轮回过患”，就是要由思惟知患而生厌患，厌这个大的苦患就叫”厌患”。如理修、数数修就是为了引发恒常、猛利的厌患，最终达到如胆病者接触油食一样的大呕吐心，有了这个大的厌患力就从根底上退除了耽著，这是修心的成果。这样修的确能从深处退掉耽著，因此称为”退心法”。

[2702] 二、教诫

[2703] 从以上的道理发生大厌患，才能从深处退去耽著，所以，修苦不能停留在似闻、似解上，而要自心深切地去体会这些苦由此深信，再反复地修持，才会发生大厌患。一旦达到了比喻那样，就自然退去了耽著。

[2704] 这里要舍离的是表面的听闻和认识，要行持的就是对六道总别诸苦——各类苦的状况，一条一条、一分一分地用心领会。好像身临其境，自己就是那个受苦者。在因、体、果各个方面去考虑：我陷在那种境地或状况是什么样的一种情形、遭遇？将来会走向哪里？或者身心到底是什么样的感受？等等。这样很用心地去修就会发生甚深的信解。有了信心还要修，而这个修需要保证在质上无误、量上充分。就是要作大量的面面观、总体观、因缘观等，才会在根子上出现猛利厌患，这才出现成果。因此绝对要真修。

[2705] 我们学佛要图个受用，这就必须从深处退掉对世间的耽著。这是非常艰巨的任务，非常不容易，因为对世间的耽著是无始的习性，如油入面，深刻坚固、缠绵不已。就好比要退掉对名的耽著，这容易吗？说理论三句话，说口号轻飘飘，但实际上直到死也难退掉。比如问：你现在退掉对世间的耽著了吗？到了红尘里，心是不是还蠢蠢欲动？看到这个也眼红，看到那个也喜欢，乐此不疲，少了还嫌不够，这样还叫退了耽著吗？比如今天在山林里面，六根不见外面的事情，好像耽著心不大，但一到了城市，发作的时候比谁都猛，这样还叫从深处退耽著？都不是的。

[2706] 就像把树根烧焦了，那这棵树就不会再生长，这就很有力量；如果只是剪剪叶子，那马上又会长出来，因为只是表面的。又好比做清洁，只是表面擦一擦，里面还脏得很，这个不算数的。就像这样，我们对轮回所有事情都要退掉耽著，这不能只是表面退一点，而是要从它很深的根子上退。而要从深处退掉耽著的话，没有非常强大的对治力量是退不下去的。因此要知道，要想从深处退耽著，就必须有一种强大的厌患力。

[2707] 厌患的量如何呢？其他方式也难说到，这里用了一个我们熟悉的世间譬喻来表达。那就是给胆病患者油腻的食物，他会发生非常大的厌患的力量，一看到就有一种大呕吐心，这个时候他是从深处退掉了耽著。

[2708] 从前这个人没得胆病的时候，看到那么香喷喷的油饼、油条等等都觉得非常好吃。他舔着嘴唇，咽着口水，眼睛盯着，食指大动，一心想要吃到，这就叫”耽著”。因为对贪吃者来说，油食太好吃了，又香又可口，特别想吃。但是，自从得胆病有了经验以后，那是绝对不吃的。为什么会变成这样，从深处退掉了耽著呢？就是因为他有苦的体验。比如他得了胆病以后还不知道，某一次，稍微吃到一点油食，胃里马上往上反，翻江倒海一样地。一开始还想往下压，但很快就控制不住了，腹部猛地一收缩，“呕”地一声就喷出来了。之后就这样不停地呕吐，胃里的食物都吐完了，就开始吐黄水、吐绿水，后来水都吐完了，还在不停地干呕，感觉肠子都要呕出来了。最后全身一点力气也没有了，脸色煞白，一点精神头都没有，只能在那儿躺着，像个死人一样。

[2709] 像这样，他只要有一次这种真切的体验，深深地相信油腻的食物吃进去以后完全是大苦，呕得连肠子都要吐出来了，那以后再看到任何油食，眼睛一看，闻到油味，哪怕只是听别人谈起，都感觉马上要吐了，他是真的怕了。这就叫”大厌患力”，对它出现的苦患有很深的厌，一点也不想受。这个力量一起来以后，无论面前有多少黄灿灿、香喷喷、很新鲜的油饼、油糕、油条等等，哪怕摆了一百碗。过去的话，那个贪鬼一看到油食就两眼放光，迫不及待地要抓这个、拿那个，赶紧放进嘴里，而现在那些贪著、求取的样子全没了。为什么没了？就是因为他一吃就要剧烈地呕吐，发生巨大的反应，他知道那个东西会给自己带来怎样的大苦。所以，油食一放到面前，他马上后退说：“别让我看到！别让我看到！”如果对他说：“你吃一点吧。”他连一点想沾的心都没有，只觉得恶心想吐。至于口里想尝、流口水，然后迫不及待地放嘴里，还要细细地品尝等等，这一连串的反应都遮掉了。

[2710] 现在知道了吧，从深处退耽著就是要依赖一个大的厌患力，而这个大厌患力需要亲身体会到到底有什么样的苦患，这个知道了以后，初步的力量就有了。要注意，这里从深处退耽著，不是说根除它，彻底根除要依靠证空性的力量。现在需要的是一种认为它不好的厌患力，这跟过去认为它好的那种贪著力是相反的，因此，厌患力一起来就把贪著力退掉了，这就叫强有力的对治法。那么，退掉世间心的关键就是靠这个强大的厌患力，这又要有对于苦的真切体会才能发生。没有这个就达不到深处退耽著，因为无始习性如油入面，入得非常深，如果内在没有出来一个大的力量的话，是根本动都动不了的。

[2711] 以这个道理推下来就很明白，这些轮回的苦，从地狱一直到天界之间，不能只停留在似闻、似解上就放在一边了。比如说：“这个已经听过了。”这叫似闻。“这个小菜一碟，我理解了，有什么不好懂的？完全知道了！”这是似解，实际全是假的。不能停留在这上，因为那个在你心里还只是一种概念、知识。耳朵听到了以后，假使第六识的活动能力强一点，就自以为很懂：“记得了，地狱就是烧嘛、饿鬼就是饿嘛，这还不知道？考试一百分轻轻松松。”这就叫”似闻似解”，是不发生效果的，碰到了那些油食一样的轮回乐比谁都贪。

[2712] 就像刚才讲的譬喻那样，胆病者就是有真切的苦的体验，知道那些油食进到胃里面非常不舒服，好像整个内脏都要呕出来一样，特别不好受、太苦了。因为有了真切的体验，再给他油食的时候，他只会说：“不要！不要！”根本不必跟他说什么道理，他心里就是不要的。一点不想碰，根本沾也不沾、看也不看、嗅也不嗅，这个就叫”退耽著”。那现在这些色声香味触，男女、名誉、地位、财富，穿著打扮、现代化的车子、房子、电脑、手机、娱乐、影视等等，这些全是轮回的法，你说哪个不是呢？它们看起来都很诱人，这不就是油腻之食吗？吃起来香喷喷，感觉很不错，而且很新潮、很有味道等等。那你说你有一点点解脱道的修法吗？是真正修了苦吗？不是的。那个人是一见到就要呕吐，连丝毫想沾的心都没有，而你整个心都陷在里面拔不出来，这又算是什么呢？

[2713] 这些轮回的苦从下到上一层一层都给你讲完了，真相就是那个，但是，我们不能这样就停下或者在这个层面就放在一边不管了，认为自己已经修好了，这部分可以过去了。像现在有些修前行的人，外前行只修七天、十天、二十天等，以为这样就过了，实际根本没到量，他二十年、三十年也没有任何的消息。所以，修苦不能停在似闻、似解上，而是要知道，那一个一个的苦，一样一样的都离你不远。因为你过去曾经在那里待过，现在正处在里面，不修解脱道的话，将来还要一个一个去品尝，这些都不是跟你不切己、不相关的事，而是你的命运就在这上。

[2714] 那么，这一个一个的苦，不是让你在心外去学个知识，会背会讲。或者会解，这个说得来，那个也说得来，认为这个非常容易懂。然后心上从来没体会过，没有想：我成了那个饿鬼怎么样？成了那个地狱罪人怎么样？成了大海里、森林里的旁生怎么样？成了修罗、天人或者再来做人怎么样？等等，这些上面从来没想过。说白了就是对轮回没有很大的关注，没有把它当成切己的事。大多数人都是这样在表面学学，而且特别自以为是，认为我是了不起的，像这样只是自欺之辈。

[2715] 要知道，这些苦都需要在心上一个一个地去领会，之后才会深信不疑。但只是深信不疑还不足够，量上还达不到，还要不断地去修，修到反面的心出来就有大厌患力了。就像公案里所讲的一样，那些修行人们一见到轮回就害怕，一见到轮回的事就不想沾，心态行为完全不一样，这个样子才是真正出现了对轮回的大呕吐心。由于特别切身地体会到了是怎样的苦，所以大呕吐心就出来了，不愿意再接受。

[2716] 这样的话，所有轮回里的乐是一点也不想碰了。现在人不愿意谈轮回，其实身边的事事物物都是轮回，手机、电脑、小车、影视、网络，各种的娱乐、旅游、这边吃吃、那边吃吃，这个现代化的广场、那个现代化的设施等等，全数是轮回，没有一个不是，否则等于这里面还存在非轮回法。那么，既然已经定了轮回是苦，那各个轮回的事物都是苦。每一部手机其实就是地狱里的一根绳子，就是饿鬼的一个锁链。过去的修行人思惟苦谛到量就是这么想的，穿的衣服就跟地狱的铁皮一样，住的房子跟地狱燃烧的火室一样，面前的各种高级资具全部是锁你的地狱里的铁驴、铁马、铁蛇、铁狗等等。就像这样，深信以后反复修持，对轮回发了呕吐心有了大厌患力就反过来了，反过来以后就真实了，真正从深处退掉了耽著。

[2717] 反面也要知道，在没有违品去对治耽著力的时候，它会一直增长，很多人自欺的原因就在这里。因为它不是退就是长，你既然没退那当然是长。长的话口头上就会说得很大：“我们要修法，出离心很简单，我们要修菩提心！”他嫌出离心太小了。才学几个月的人都会说：“出离心修七天就可以了，我现在正在修菩提心，这个菩提心十五天就修好了，然后我要修空性。”但这样的话，他那个假的东西根本抵不过去。也就是口口谈佛，非常地高，可是心上对于世间连一点点享受都耽著得很，更别说其他的了，轮回的根子不断地在长，同时外面有非常好的佛法包装。按这样走下去，二三十年之后再看这位老兄，会发现根本上一点进步也没有。原因就是他心的根子丝毫没有动过。没有动过就退不掉耽著，效果是达不到的。这样能怪谁吗？怪不了佛，也怪不了祖师，就是自己骗了自己。他把这些看得非常地低，把自己看得非常地高，好像一开始就有俱生的出离心，实际丝毫没有，也就是根本没有大的厌患力，没有大的厌患力就不可能退耽著。那么心退不了耽著，光是口里念”我要退耽著”，也不可能真地退掉耽著。

[2718] 四、生起深信的效果　分二：（一）真实义；（二）榜样。

[2719] （一）真实义

[2720] **如是若得生起深信，则于罪提防于善欣喜，也将无需勤勇法尔生起。**

[2721] 要注意心上发展的缘起，也就是由胜解起信，由信起欲，由欲起勤。这里说到其中的两个环节：由前面真实地思惟起了胜解，然后发生很深的信心的话；那么后面的欲和勤，不必勤勇法尔就会生起。

[2722] “法尔”，指在缘起律上，因充分具足的话，不必费力自然会生起果上的心，就像燃料充足而且积聚，自然就会生起火而且很旺那样。这是由于道心——欲和勤的因是充足的，所以不必很费力精勤，任运就会起来。这里的道心是指，心自然会对罪警惕、对善欣喜。也就是不必别人管制，或者心上怎么费力地调整，自然以相信轮回特别苦、特别可怕的那种深信的状态，战战兢兢地会去防罪，而且有什么善都会去做，会非常欣喜地趣入。

[2723] 这里”法尔”两字要从正反两方面去认识。正面要知道，如果按照这个法道真正从内在修出了很深的信心，它就是欲的正因，就自然会出这样的结果。反面来说，假使没有按照这个法道修习，不顺缘起，内在很深的信心没发起来，那尽管口里说或者外面怎么受管制，但实际上，没有办法真正地出现这样的道心——防住罪、欣喜善。就像这样，由于道心没有的原因、生死心不切的原因，念念还是在轮回里面转，还是对于现世和来世的法有欲求。尽管口头上修这样那样的，可是心中生死的根照样不断地在长，这样就难以达到效果。

[2724] 这样从正反两方面知道缘起以后，就要知道信是根源，首先要在根本上着手，这个一起来生死心就切，在修行上自然会做得很好。以下就以难陀作为榜样来说明这一点。

[2725] （二）榜样

[2726] 为了具体地了解难陀是怎么转变了心，在讲《言教》之前先补充《大宝积经·佛说入胎藏会》里的一段具体细节。这样再学《言教》的内容就能具体地领会，我们也可以用来作对照，发现自己修心的路子。下面先按《大宝积经》讲讲难陀的故事。

[2727] 难陀的故事

[2728] 那时佛在劫比罗城多根树园，和无数大比丘在一起。佛当时有个弟弟叫”难陀”，身体现出金色那样的色泽，有三十种庄严相，身高比佛短四指。他有个妻子叫”孙陀罗”（翻为”白莲花”），相貌端正，世间稀有，光华超绝，别人都很喜欢看她。难陀对这个妻子非常缠绵恋著，一时都不愿舍离，染爱心很重，这种心一直到生命结束为止。

[2729] 那时世尊观察到，难陀接受教化的时间到了，就在一天早上搭衣持钵，带着阿难进城乞食，次第到了难陀的家门口。佛以大悲力放金色的光，照到难陀的家宅，使他家里都现出金色的光。

[2730] 难陀见到这个情景，心想：忽然光明照耀，肯定是佛来了。就叫仆人出去看。仆人出来，见佛已经到了，就赶紧回来报告说：“佛到家门口了。”难陀听了，就想马上出去迎礼世尊。

[2731] 这时孙陀罗想：我如果放他出去，佛一定叫他出家。她急得抓住难陀的衣服，牵着不让他出去。

[2732] 难陀说：“你现在暂时放我一下，我拜完世尊马上就回来。”

[2733] 孙陀罗说：“那要做好约定，才能随你的意。”她就用化妆品点湿他的额头，告诉说：“这点没干就要赶紧回来，如果迟到、违背，罚款五百金钱。”

[2734] 难陀说：“可以。”

[2735] 难陀赶紧到门口礼拜世尊，取了佛的钵盂，回家盛满美食，再端到门口，没想到佛直接离他而去。难陀只好把钵交给阿难，说：“佛现相不让取钵，佛威严尊重，我不敢请佛停住。”他就再交给阿难。

[2736] 阿难说：“你在谁那里拿的钵？”

[2737] 他说：“在佛那里拿的。”

[2738] 阿难说：“那应该交给佛。”

[2739] 难陀说：“我不敢轻易触动大师。”这样他就只能默默地跟着佛走。

[2740] 走了一些路，佛回到寺庙，洗完手足，在座位上坐了下来。

[2741] 这时，难陀恭敬地把钵奉给佛。

[2742] 佛受用完后，说：“难陀！你吃我的剩饭吗？”

[2743] 难陀说：“我吃。”佛就交给他。

[2744] 然后佛问：“你能出家吗？”

[2745] 难陀回答：“能出。”（佛过去行菩萨道时，对父母、师长和其他尊者的吩咐从没有违背，所以现在成佛，就感得弟子也都不违背他的话。）

[2746] 这时佛就告诉阿难：“你去给难陀剃发。”

[2747] 阿难说：“遵命。”就找来理发匠准备落发。

[2748] 难陀见了，就对理发匠说：“你知不知道？我不久就要做转轮王的，你要敢这么轻率地剃我的头发，我就截断你的手腕。”理发匠听了心惊胆战，马上收拾好刀具，就想告辞快点离开。

[2749] 阿难见事不妙，就去报告世尊。佛亲自到难陀这里来，说：“难陀！你不出家？”

[2750] 难陀说：“出家。”

[2751] 这时，佛又亲自拿着水瓶往他头上灌水，然后理发匠随着就给他剃头。

[2752] 正在剃头时，难陀心里就想：我现在敬奉世尊是没有办法，但我早上出家，晚上可以回家。”

[2753] 果然到了日暮天黑的时候，他就找路要逃走。佛就在那条路上变了一个非常大的坑。他见了，心想：这回孙陀罗离我遥远了，没有办法回去，我现在想她，也许就要死了。如果还有一息命在，等到明天早晨我才能回去。他整夜想着孙陀罗，非常痛苦，是这样得了大的相思病。

[2754] 当时世尊知道他的心思，就对阿难讲：“你现在应该去告诉难陀，我让他做知事（就是管理员，给僧众做事的）。”

[2755] 阿难就来传话，说：“世尊让你做知事。”

[2756] 他说：“什么是知事？要干什么事啊？”

[2757] 阿难说：“就是在寺院里收拾、整理，做这些事。”

[2758] 难陀说：“那该怎么做呢？”

[2759] 阿难说：“凡是做知事的，就是比丘出去乞食的时候，你就在寺院里洒扫田地，取新牛粪依次地作清净涂抹，然后心里一直都要看好，不要让这些牛粪掉下来；如果有需要判别的事，应该启白僧众；人家有香花供养的，你就要分给大家；晚上要关好门，早上要及时开门；大大小小的路要常常做清洁；假如寺院里有损坏的地方，就要及时修补。”

[2760] 难陀听到他的指教后就说：“大德！就按佛所说的，这些事我都要去做。”

[2761] 一天，比丘们搭着衣持着钵，到劫比罗卫城乞食。难陀见寺院里没人了，就想：我扫完地就可以回家了。“他就开始扫地。佛观察到他的状况，就以神通，把他扫干净的地方又堆满粪便等污秽。

[2762] 难陀又想：我除好了污秽，才能回家。他就放下扫帚去收拾这些粪便。但是粪便收不完，到处都是。

[2763] 他又想：干脆闭门就走吧。

[2764] 世尊又（以神通力，）在他闭了一个门再去闭别的门时，先前闭的那个就打开了（，门也闭不完）。

[2765] 他很烦，又想：就算盗贼来损坏寺院，有什么要紧的？将来我是做国王的，到时能造百千所上好的寺庙，比这个不知好多少倍，现在我要回家了。如果走大路，怕是会碰上佛的。他考虑后，就往小路上走。

[2766] 佛知道他的心思，就特意从小路上迎面过来。难陀远远见了佛不想遇上，刚好路边有一棵树，枝叶低垂，他就赶紧藏到树下。佛就让那棵树的树枝都反方向朝上，暴露出难陀的身体。

[2767] 佛就问：“你是从哪里来的呀？可以跟我走啦！”难陀很羞愧，只好跟着佛走。

[2768] 佛想：他对妻子是这样爱恋耽著，我应该让他舍离。为了度难陀，佛就离开劫比罗城，往室罗伐去。到了后，就住在毗舍佉鹿子母园。佛心想：难陀这个人愚痴迷惑，他还一直在忆念他的妻子，没法舍离爱情，我应当以一个方便让他止息爱心。

[2769] 佛就问难陀：“你见过香醉山吗？”

[2770] 他说：“没见过。”

[2771] “那你可以捉住我的衣角。”

[2772] 难陀马上捉住世尊的衣角。佛就像鹅王一样地上升虚空，一下子就到了香醉山，然后领着难陀左边看看，右边看看。就在一棵果树下面有一只瞎了一只眼的母猴，这个独眼的母猴脸朝上，直接看着世尊。

[2773] 佛就告诉难陀：“你见了这只母猴吗？”

[2774] 他说：“见了。”

[2775] “你怎么想的？这只瞎眼的母猴跟你的妻子孙陀罗比，哪个更殊胜呢？”

[2776] 难陀说：“孙陀罗是释迦种姓，就像天女一样，她是举世无双的第一美人。这个母猴跟她比，比不上她的千万亿分之一的。”

[2777] 这时佛就说：“你见过天宫吗？”

[2778] 他说：“没见过。”

[2779] “你还可以抓住我的衣角。”

[2780] 他就抓住佛的衣角，佛又像鹅王一样上升虚空界，一下子就到了三十三天的天界。

[2781] 佛说：“难陀，你现在可以去参观天宫的殊胜之处。”

[2782] 难陀就遵命，开始参观天宫的那些殊胜的地方。他依次去了欢喜园、婇身园、粗身园、交合园、圆生树、善法堂等的名胜之处。在天人们的园林中，有美花、妙果、浴池、种种的游戏场所，那里非常殊胜的娱乐。他一个一个地方全部都看遍了。

[2783] 然后又进了善见城，只见这个地方有各种的鼓乐丝竹，奏起的天乐非常美妙。再说那里的宫殿，廊宇疏通，还有床幔、帐帷等等，每一处都有美妙的天女和天子一起娱乐。

[2784] 他这样周遍地观赏后，发现有一处有很多天女，却没有天子。他就问天女们：“什么原因？其他地方都是男女杂居，享受各种快乐，而你们这里只有女人没有男子呢？”

[2785] 天女们就说：“佛弟难陀，跟佛出家，专修梵行，他命终会生在这里，我们正在等他。”

[2786] 难陀听后非常踊跃欢喜，他很快回到佛这里。

[2787] 佛说：“你见了诸天的胜妙之事吗？”

[2788] 他说：“见了。”

[2789] 佛说：“你见了什么？”

[2790] 他就把见到的情况向佛报告。

[2791] 佛说：“你见了天女吗？”

[2792] 他说：“见了。”

[2793] “天女们跟孙陀罗比，哪个殊妙？”

[2794] 他说：“孙陀罗跟这里的天女没法比，就像香醉山的瞎眼母猴跟孙陀罗比一样，根本比不上百千万亿分之一的。”

[2795] 佛就说：“修持净行者有这样大的利益，你现在应当好好修梵行，将来就能生天，享受这样的天乐。”

[2796] 难陀听后很欢喜，不再说话，默然而住。

[2797] 当时佛就跟难陀从天界隐没，重现于逝多林中。难陀从此思慕天宫的欲乐，非常认真地修持梵行。

[2798] 佛知道难陀的心，就对阿难说：“你现在可以告诉诸比丘，不能跟难陀坐在一个座位上，不能跟他在一处经行，不能在一个竿子上放衣物，不能在一处放钵盂、水瓶，不能在一处同诵经典。”阿难就传话给诸比丘，他们都按照佛的吩咐来做。难陀见大家都不跟他在一起，感觉特别羞愧。

[2799] 有一次，阿难和比丘们在供侍堂里补衣服。难陀见了就想：比丘们都嫌弃我，不和我共处，阿难是我弟弟，他哪会嫌弃我呢？“他就想跟阿难坐在一起。没想到阿难一见他，马上就起身避开。

[2800] 他说：“阿难！其他比丘可以舍弃我，你是我弟弟，为什么也嫌弃我呢？”

[2801] 阿难说：“你讲的也有道理，但是你走你的路，我行我的道，我们道路不同，所以回避你。”

[2802] 难陀说：“什么我的路？什么你的路？”

[2803] 阿难说：“你是乐生天而修梵行的，而我是求涅槃而除欲染的。”

[2804] 难陀听后非常难受。

[2805] 佛知道他的心，就对他说：“你见过地狱吗？”

[2806] 他说：“没见过。”

[2807] “那你可以捉住我的衣角。”

[2808] 难陀就马上抓住佛的衣角，佛带他就到了地狱的境界里。

[2809] 佛站在一边，对他说：“你现在可以去看看地狱。”难陀就去了。

[2810] 他先见到一条炽热的灰河，然后就去了剑叶林、粪屎火河。他进去看的时候，只见好多众生都在受种种的苦楚：有的是被铁钳拔出舌头、敲掉牙齿、挖出眼目；有的正被利锯快速地锯解身体；还有的手脚被斧头砍掉，身体被矛刺入，或者被棒子打，被锐利的尖刺刺入；再往下面看的时候，又有身体被铁锤砸得粉碎；或者口被撬开，灌入烊铜；还有的被狱卒逼着上刀山、剑树等等；还有被放在石磨中碾磨；又有的赤裸着身体被逼着去抱铜柱；或者躺在铁床上受严酷的刑罚。（总而言之，就像这样，那么多的地方，各种的地狱罪人都受各种非常大的刑罚。）难陀又见到一口口的铁锅，猛火正在沸腾，里面热焰奔流，煮着各类有情。他在地狱里见到这些受苦的事。

[2811] 接下来难陀又见到一口铁锅，只是空空地在燃烧，里面没有一个有情。他见了以后，心里非常地惶恐忧虑，就问狱卒：“什么原因，其他的铁锅里都在煮着有情，而只有这口锅，只有烈焰在摇曳，锅里在空空地沸腾？”

[2812] 狱卒就说：“佛的弟弟难陀只愿生天，专修梵行。他生到天界，暂时享受一度的快乐，等到天寿穷尽，就会落入这口铁锅，我们正在烧火等他。”

[2813] 难陀听了非常恐怖，身上汗毛竖立，白汗直流。心想：如果他们知道我就是难陀，会活活地叉着我扔进这铁锅中。“他马上惶恐地逃走，回到了世尊这里。

[2814] 佛问：“你见了地狱吗？”

[2815] 他悲痛得泪如雨下，哽咽着发出很小的声音说：“见了。”

[2816] 佛说：“你见了什么？”

[2817] 他就具体向佛禀报一路所见的情形。

[2818] 佛说：“愿求人间或天上的福乐，勤修梵行就有这样的过患。你现在应当求涅槃来修梵行，不要耽著生天的快乐而致使（将来）遭受这样大的勤苦。”

[2819] 难陀听后，心里很羞耻，默然，无言以对。

[2820] 当时佛知道他的心念，从地狱回到逝多林，就开示难陀和诸比丘：“内心有三种垢，所谓淫欲、嗔恚、愚痴，这些应当弃舍，应当远离，法应当修学。”

[2821] 思考题

[2822] 1、（1）对轮回退耽著的量是什么？

[2823] （2）结合譬喻思惟：厌患的量是什么？为何以此能退耽著？

[2824] （3）怎样才能发生大厌患力？对此从舍离和行持两方面思惟。

[2825] 2、（1）对轮回过患生起深信会出现什么效果？从正反两方面思惟其中的缘起道理。

[2826] （2）根据《大宝积经》复述难陀的故事。

## 1.50 50

[2827] 下面来看《言教》这段原文。

[2828] （二）榜样

[2829] 分二：1、发起出离心的历程；2、由此入道的相状。

[2830] 这里通过一个真实的事例，来显示这个缘起之道。也就是讲难陀是怎么发生了道心而入道的，他也是从前不知苦，到后来知一分，到最后彻底知，由于他是深深地相信了的缘故，就成了诸比丘中善护根门第一者。这是表示他很谨慎地防护根门不造罪，很欣喜地趣入善，这些不必费劲很自觉地就出来了，也就是真正换成了解脱道行者的心和行为。难陀的事迹就是我们的榜样，如果我们也按照这个缘起之道来发展自己的心的话，那绝对能够做到这样。

[2831] 1、发起出离心的历程　分二：（1）不知苦不退耽著；（2）知苦退除耽著。

[2832] （1）不知苦不退耽著　分二：1）未入道前以贪著力不欲出家；2）以方便令入道后身出家心不出家。

[2833] 1）未入道前以贪著力不欲出家

[2834] **昔世尊以弟难陀贪恋其妻，不欲出家，**

[2835] 在佛世的时候，佛的弟弟难陀仪容第一，他的长相具有三十种庄严，比佛少两相，身高短佛四个指头的宽度。他的妻子叫”孙陀罗”，拥有绝世的美貌。他觉得妻子非常可意，贪著得连片刻也不想离开，只愿跟她厮守一生。这个贪著的力量，使得他从来没想过要出家。“出家”在藏文叫”极为出”，就是一出永出，再也不回家了，就好像这个人死了一样。而难陀还认为世俗的家庭是如此地美妙、可乐，哪里会想出家？这是完全相反的两条路。

[2836] 这样就知道，他一开始丝毫没有入道，连共下士道的内涵也没有，那么他哪里会去提防生死中的各种烦恼罪染，或者欣求无漏的法道而去修善呢？丝毫也不会有的。

[2837] 2）以方便令入道后身出家心不出家

[2838] **以方便引入正法之门后出家。然彼不学三学而正逃遁时，**

[2839] 当时佛见他得度的时机到了，就到他家门口去乞讨，放光动他的心。然后假装不接受饭食，默然而走，引着他到了寺院。随后佛以威德力直接引他出家，他迫不得已地出了家。出家之后马上想溜，佛就以神通力变出一个大坑，让他没法过去。接着又吩咐阿难让他在寺院里做知事。就像这样，是世尊以神通力、威德力等的各种方便，把他引到法门里面出家的。他也现了出家的形仪，也做僧众的知事。但是，光有这个还不管用，因为他的心没有变，只不过碍于某种人情、威德、舆论等就出家了。现在表面上看，他是舍家、离家了，已经不是在家的身份，可是心里头还是念念想着孙陀罗，因此心根本没出家。

[2840] 所谓的”不学三学”，实际上，出家就是要学无漏的戒定慧三学，这个学就是学解脱的意思，要学的是出世的道。不是还贪恋这个世间，特别是贪恋人间的各种所欲，而是要彻底地解决掉生死问题，要去掉轮回的因，这个是所学的内容。那么按照戒定慧的程序，先要能制住自己的心，然后能伏住烦恼，最后彻底根除烦恼种子，这样才能出去。而难陀对这些连丝毫学的意乐也没有，他趁机会已经在逃跑。（这一段历程在《入胎藏会》里面讲得很详细，他当时都遇到了哪些状况，心里是怎么想的，后来又怎么循小路开溜等等。）在那个时候，佛就把他领回来，为了让他止息对世间的贪爱之心，就一步一步地领着他去看苦，佛深知只有他自己深切地认识到苦才会回头。因此，接着就有以下第二段历程：

[2841] （2）知苦退除耽著　分二：1）由人天对比观发生生天意乐而励力修行；2）了知生天终究堕落全无实义，由此发生出离意乐。

[2842] 1）由人天对比观发生生天意乐而励力修行

[2843] **世尊以神通领其至香醉雪山后，指示其中有一瞎眼雌猴，问道：“此猴与汝妻孙陀罗孰美？”答言：“百千万分亦不及一，我妻为美。”**

[2844] 当时他拉着佛的衣角，佛以神通力就像鹅王飞于高空一样，很快地把他带到了香醉雪山上。当时佛领着他左边看看，右边看看，看到前面有一只瞎了一只眼的母猴，就指着它对难陀说：“它跟你妻子相比，哪个更美？”

[2845] 难陀说：“当然我妻子美，它比不上我妻子的百千万亿分之一。”

[2846] **佛说：“那我们去天境吧！”遂引至天境中，世尊住立一面，说：“汝当往观。”**

[2847] 这时佛就说：“我们到天境去吧。”

[2848] 他还是拉着佛的衣角，一下子就到了天上。到了天上后，世尊就站在一边，说：“你去观赏一下天上的情况。”

[2849] **观时，见一切天子各在天宫中由众天女围绕嬉戏，享受不可思议喜乐受用。有一天宫住多天女，然无天子，为此问天女原因，回答：“人间世尊之弟难陀守持净戒，由善业将生天中，此即其宫。”**

[2850] 难陀就一处一处地参观欢喜园等的各大园林，然后进了善见城。在那些地方，天子们都享有自己的宫殿，这些天宫当然胜过人间帝王的宫殿，有着无法估量的价值。每一个天子的天宫里都有好多天女围绕，有很多五欲的受用，他们过着没办法想像那么好的喜乐生活。他看来看去，后来就看到一个天宫里有好多天女，却没有天子，他就问这些天女是什么原因。

[2851] 她们说：“人间佛的弟弟难陀出家持戒，他以持戒的善业命终会生到天上，这是属于他的天宫。”

[2852] **难陀喜乐而返，至世尊前，世尊问：“汝见天境乎？”答言：“已见。”佛说：“诸天女与汝妻孰美？”答曰：“众天女较我妻为美，有如前见瞎眼雌猴与孙陀罗的尔许差别。”返回人境，难陀护真实戒而住，**

[2853] 当时难陀很欣喜，就返回到世尊面前。

[2854] 佛问：“你见了天上的境界吗？”

[2855] 他说：“见了。”

[2856] 佛说：“那些天女跟你的妻子比，哪个更美？”

[2857] 他说：“这些天女们美，我妻子跟天女比，就像瞎眼的母猴跟我妻子比一样。”就表示差得太远太远了。

[2858] 其实苦乐是相对的，跟天界相比，人间的一切美妙境界的确像厕所里的蛆一样，没有什么好看的。原先在人间的时候，他不会去贪著一只瞎眼的母猴，那个太丑了，他一点兴趣也没有，但是对于妻子却是一刻都不愿意舍离，可见他是执妻子为可意境，非常喜欢，当然对猕猴毫无兴趣。后来上了天以后，看到天女的各种美妙，百千万亿倍超过自己的妻子，他的观感就变成了妻子跟瞎眼母猴一样，对她一点兴趣也没有了。

[2859] 这样的话，他返回人间以后，就跟先前的情况完全不一样了。先前虽然有人逼着，有外界约束着，但是他猴子般的心怎么也管不住，根本没有自觉性，就是因为他一直盼着那个乐，他认为出家没有什么乐，跟妻子在一起才有乐。这回生了天以后，知道天上乐得不得了，就认为人间的事情没有意思，因此这一回他是真正地守持梵行的戒。“真实”就表示不是假的，是真实地在持戒，为了能生天的缘故。这个时候他有了真实的生天意乐。

[2860] 2）了知生天终究堕落全无实义，由此发生出离意乐　分二：①显示生天道与解脱道不同；②由观地狱亲见生天福尽仍堕地狱，发起真实出离心。

[2861] ①显示生天道与解脱道不同

[2862] 那个时候，佛知道他为了生天开始在修行，但是还要进一步地来度他。这不是勉强或者灌输能够起作用的，因此佛很善巧，特意地让他知道自己是另类。否则他会感觉，我跟大家一样地在修行，而且比其他人还认真。别人可能不是太认真，他是特别认真，或者人家只修一个小时，他要修五个小时等等。但是，这一类都是外面的相，外面的相不代表里面真的怎么样，他只是为了生天。不然的话，怎么他会觉得自己被摒弃，所走的是不究竟的、被解脱道行者们唾弃的道呢？

[2863] **尔时世尊告诸比丘：“难陀乃为增上生而出家，汝等乃由涅槃意乐而出家，故道为异，故汝等于难陀，勿得问言，勿作交谈，勿坐一座等。”诸比丘皆如教而行，**

[2864] 世尊为了度他，就告诉比丘们（让阿难去传话）：“难陀是为了增上生的天趣而出家的。”“增上”就表示高级，而涅槃是让它彻底拉倒，所以这两个不一样，一个是在圈里面求高级，一个是要出圈。也就是他想在轮回这个大范畴里求一个更好的，世人的想法最多这样。就好比一个学生想做高官富豪，为了这种增上，拥有人间高级的享受、声誉等，他会背井离乡，到一个地方去刻苦读书，非常地用功。那么难陀就是为了生天，享受超过总统级别的待遇而极为出家，也就是一点也不想他的孙陀罗了，也不沾染任何世间的生活。这就好比今天求生天的各大宗教，像是基督教、伊斯兰教、道教等等，他们也有离欲的心，脱开红尘，在修道院或者深山等中一心修行，但是他们是为了轮回里的高级生活。

[2865] “而你们是想求涅槃（也就是息灭轮回），以这个意乐而出家（也是世上的功名富贵一概不要）。由于你们的心不一样，因此所入的道不同。（是否真实入道就看心。常常说”诸法唯缘性，枢要在欲心”，“欲”就是道心，就是愿。因为难陀跟比丘们的意乐或者愿不同，而正是由愿或者欲决定了所走的道，因此是各走各的道。）由于所入的道不同，你们不要跟他共处。也就是，见到难陀不要去打招呼，也不要跟他交谈，也不要在一个座上坐等。““等”字包括其他一切的共同生活，不要在一个竿子上挂衣服，不要在一个地方放钵盂，不要在一起念诵等等，总而言之不要跟他共处。

[2866] 世尊这样叫阿难传话以后，比丘们当然如佛的教令而行，难陀就这样被孤立了，大家都不理他，谁也不跟他共处。

[2867] **为此难陀极为苦恼，念：“诸比丘皆舍弃我，然阿难是我弟故，当怜愍我吧！”遂至阿难前，彼亦随即起身便走，遂问其故，告以世尊所说诸事。**

[2868] 难陀被孤立以后非常地苦恼，他就想：其他比丘舍弃我，但阿难是我弟弟（阿难是他的堂弟），他应该对我怜愍吧。他就走到阿难面前。

[2869] 阿难一见他来，马上起身走掉。

[2870] 他很是苦恼，就问：“什么原因，你也嫌弃我？”

[2871] 阿难就说：“这是佛讲的。”之后具体地把情况跟他讲了。

[2872] 他听后深受刺激，心里更痛苦了。

[2873] 其实这是要让他知道，他走的根本不是大家所行的道，也不是佛真正教导的道，一定要让他知道这一点，不然的话，他会感觉大家都是一样的，而且我更认真。现在的人普遍很假，原因就是在外面装，外面看起来特别像样，大家就认为了不起。其实了得起、了不起看心，到底会生净土还是生天也看心，到底会生天还是做人还是看心。

[2874] ②由观地狱亲见生天福尽仍堕地狱，发起真实出离心

[2875] **难陀忧苦煎迫，为此世尊复来问曰：“难陀，汝欲见地狱处否？”答言：“欲见。”乃以神通引至地狱之处，告言：“往观。”**

[2876] 当时难陀的心情非常地低落，因为人家都是这种态度，他心里愁苦极了。佛知道他有这个心，这正是机，不然怎么能让他懂得自己修的那个不是真实的解脱道呢？这个很难懂。必须他自己认识到生天的道和解脱道不同才管用，否则不会从根本上起作用。

[2877] 这时候佛就来了，说：“难陀！你想看看地狱吗？”

[2878] 他说：“想看。”

[2879] 还是跟前面一样，他拉着佛的衣角，佛以神通力把他带到了地狱里面。然后佛说：“你去看看地狱。”

[2880] “往观”，就表示必须自己去看，别人是代替不了的。只有自己真实地看到了、相信了，心才会变，如果自己不去看，光是坐在那里也不会变，所以佛叫他亲自去往观。

[2881] **难陀至彼等处而观，得见一切地狱之处。复见一方一空镬中，火焰摇曳炽燃，许多狱卒围绕站立。问此镬中为何无有有情，回答：“佛弟难陀励力求取天乐而护戒，当生天中，受用安乐，善果既尽，则生此处。”惊惧而返，**

[2882] 难陀就自己进到地狱的一个个处所里去看，看到了各种各样受苦的情形。由于他非常详尽细致地看到了地狱，而且是那么真切，所以他的感受真正是触目惊心的。这个就非常重要了，而这个事情也离他不远。

[2883] 他又看到一口口锅里面都烧煮着罪人，唯独在一个地方有一口空锅，火焰在里面不断地摇曳，烧得很炽盛，好多狱卒围绕着站在那里，但是锅里面没人。他就问是什么原因。

[2884] 狱卒回答说：“佛的弟弟难陀为求生天很认真地持戒，他以此功德会生到天上，之后享受一段快乐，等到福报享尽了就会掉到这里面。”

[2885] 难陀一听吓坏了，心想：原来这个是给我准备的！幸亏他们不知道我是难陀，要是知道的话，会把叉子直接叉到我身上，活活地就扔进去了！他怕得全身流汗，在极度惊惶中返回来了。之后佛把他带回了人间。

[2886] **从此念及，纵生天境亦终转恶趣，故无实义，之后发生出离意乐。**

[2887] 我们先来回顾他的整段历程。首先由人天比较，知道人间的乐微不足道，他就想求个大的，就像一般的人总想在轮回里求一个高级的那样。之后，世尊要让他理解到这一条也是死路，轮回里没有任何真实意义。但是，不经过一番大的转折，他的心是没法变过来的，因此，佛就要给他显示生天的道和解脱道不同，为此让比丘们孤立他，让他知道自己是另类。然后又带他到地狱里看，结果发现天福享尽了就要落到那么苦的境地，这回他是真实地知道苦了。

[2888] 真实知苦以后就发生观念了。也就是他常常会想：生天没意思！生天没意思！前面上天以后就想：孙陀罗没意思，一定要生天。后来看到了地狱以后就想：生天终究落到这个下场，没意思！没意思！真实的出离心就起来了。一般的人没当过明星，就以为当明星很好，当他知道明星的下场后就会想：明星就这样死了？明星都这么惨？当明星没意思！就像这样，上天就是当最大的明星，所谓”无实义”，就是他心里产生一个认为”没意思”的想法，没意思当然就不要了，厌了。这个时候，他真正有了出离轮回的意乐。

[2889] 出离心有好多种。前面想生天的心也算是一种共世间的出离心，他想出离人间的欲乐，求得天上的欲乐。假使还要好一点，欲天也看破了，就想得梵天的乐等等。这些也还是一层一层地想出去，想从一个个圈里出去的都算广义的出离心，但是这些毕竟不是真实的出离心，真实的出离心是想从轮回的圈里出去。一个是想在轮回圈里谋一个好的，一个是想轮回圈没有意思，彻底抛掉，这两个心不一样。那么还有更大的出离，就是从三有和寂灭的两边都出离，这是最彻底的，也就是认为落入虚妄分别的圈没意思。连那个很小的迷惑圈，他的智慧都看得真真切切，从而不想入圈，这种就叫”大出离心”。那么我们这里暂且只说到共小乘的出离心，有了这个就叫”有了道心”，从此之后他的表现不一般。不是别人强制性地要求，也不是依靠外界的约束等等，不必费劲，就开始成一个真实的行者了。

[2890] 2、由此入道的相状

[2891] **因亲见地狱故，于诸学处纵微细分亦不违犯，故世尊赞说为善护根门第一。**

[2892] 难陀亲自见了地狱的缘故，知道轮回的下场最终如此，因此他开始在道上非常励力地修持。对于无漏三学之处（这是学解脱的地方），不必说粗的，就连微细分也毫不违犯，一心秉持这个道行，就是由于他有了真实道心。因此，佛就按照他的修行说他是诸比丘中善护根门第一者。也就是，他对于眼耳鼻舌身意六根防护得非常好，知道在根尘相对时，一下子没防护好就要落入生死，所以他的修行非常地绵密。

[2893] 这种外在是装不像的。有可能你使劲地用心，为了图一个名誉，装个一天两天，或者有一股劲，认为自己也不含糊等等，但实际上难装，装也装不像，因为里头的道心没出来。难陀最开始佛也拿他没办法，佛知道不可能勉强，一定要有一个过程。如果佛能勉强，老早就让他很好地去修行了，但是管不住他，他老开小差，总想回到孙陀罗身边，因为他一直认为那个是乐，没有对苦生信，这样的话哪里能持住心呢？但是，自从上了一次天以后，他就再也不想人间事了，一心想生天做神仙，为此很努力地修行。那个也是很认真的，但是心小了，没看破轮回乐。后来再一次看到生天的下场就是堕落，就是在油锅里被煎煮，他就想：生天没意思，这个世上的所有事情都毫无意思，只有解脱具有大义，因此，他的心就完全被出离心摄持住了，然后他是真实地认真修解脱道。这就印证了前面的话：假使对于轮回的苦生起了深信的话，提防罪和欣喜善，无须勤励自然就会生起。

[2894] 五、需借助轮回的表示法　分二：（一）以地狱为例说明表示法的作用；（二）由此道理采取的做法。

[2895] （一）以地狱为例说明表示法的作用

[2896] **如是亲见地狱自不待言，仅见地狱图画亦能生起恐怖之心，而滋润出离，**

[2897] “如是亲见地狱”连接上文难陀的事例，这种情况自不待言，必然能引生出离意乐。也就是难陀亲自见到了地狱的缘故，当然生起了极大的怖畏心，由此发生了真实的出离意乐。但是对我们来说，基本不可能亲见地狱，因此须要借助地狱的表示法来引生出离心，这种表示非常重要，包括文字、音声、图画、雕塑等等。

[2898] 众生都有佛性，假使有善根的话，一见到这个马上就怖畏。就像某个苦难之地，当人们听到对它的描述，看到在那里拍的一些照片等等，心里就会很惊恐，不愿意去，觉得那是极其苦难的地方，由此就想一心摆脱。同样道理，我们虽然没有亲见地狱，但见到地狱图等的表示也会生起怖畏之心，从而能够滋润出离的道行，因此不能忽略这些表示。

[2899] “滋润”，就好像有了种子，给它浇水的话，种子的功能力得滋润以后就会发芽、生长，然后就会结果。意思是对于这些表示，每一次看了、听了等等，都会加强出离的习性，这会使得未生者能生，已生者不失而且增长，因此称为”滋润”。

[2900] （这里的”亲见地狱”还包括亲见饿鬼等，“地狱图画”包括饿鬼图画等。这里只说到地狱，但道理上需要推到一切处，做法上也同样要推到一切处，像下文的五分生死轮就是整个轮回的表示。）

[2901] （二）由此道理采取的做法　分二：1、由生死轮思惟；2、须由表示的作用推知真实受苦的情形。

[2902] 1、由生死轮思惟

[2903] **以此因缘，世尊亦说当于僧寺门上，描绘五分生死之轮。**

[2904] “以此因缘”，就是有这种作用的缘故，佛也强调在僧寺的门上要画五分生死轮的图案。这样人人见景生情、见图思义，马上能唤醒心中出离的意乐。

[2905] 轮回的境况是人人都要了知的，因此这是需要向所有有缘者宣传的。障碍薄、善根厚的人以此马上会警觉到：这里非常可怕。由此会一次又一次地滋润他的出离之心和相关的解脱道的行为。

[2906] 2、须由表示的作用推知真实受苦的情形

[2907] **怙主龙树亦言：“见画地狱及听闻，忆念读诵造形像，尚能引发诸恐怖，况受猛报竟何为？”**

[2908] 龙树菩萨也在《亲友书》里讲到：对于地狱图画等的表示（包括描述地狱的书籍，像《正法念处经》等，以及各种地狱的公案等等），看到了、听到了、心里忆念、口中读诵，或者造地狱浮雕、地狱的模型等等，尚且能生起怖畏的话，那么假使真的落到里面，现量领受极难忍受的粗猛异熟果，那时候还有什么办法吗？

[2909] 这是让我们进一步设身处地地思惟：连见到地狱的表示图等都起怖畏的话，假使我真的落到地狱里面，亲自受各种极难忍受的业报，那个时候还能干什么呢？还能逃脱吗？肯定是没有办法的。这是教导我们要作比量思惟。因此，在地狱的异熟果还没有成熟的时候，应当好好地修一个解脱的道。心中不要种地狱的因，如果以前种了，就要励力忏悔，消除它的功能等等。每个人都应该想一想这件事。其实对末世众生来说，可以说离地狱只有一口气，死了说不定就已经进去了，因此应当这样去推知，设身处地地思惟、考虑。

[2910] 思考题

[2911] 1、思惟难陀入道的历程：

[2912] （1）难陀最初为何不欲出家？

[2913] （2）他刚出家时的心行状况如何？

[2914] （3）往观天境后发生了怎样的转变？转变的原因是什么？

[2915] （4）被僧众孤立后生起了怎样的心？

[2916] （5）往观地狱后生起了何种观念和意乐？

[2917] （6）他由出离心入道的相状如何？

[2918] （7）他的这段历程对我们有何启发？

[2919] 2、什么是轮回的表示法？它的作用是什么？对此可采取哪些做法？见闻表示法后应如何思惟？

## 1.51 51

[2920] 六、放下此生的必要性　分二：（一）正说需要由多门思惟轮回之苦而放下此生俗事；（二）反显若不放下此生，凡诸似真修法都不成真实之法。

[2921] 修苦要达成的目标，就是从心的深处放下此生俗事，只有这样才能全副身心地投入修法，在即生中成办解脱。如果心上没有真的放下，只是口上、身上做很多，由于心不能专注在解脱的圣道上，那将无法达成目标。也就是由于心不肯，还不能放，就还有无数根绳子牵绕，往轮回的道上走，这样再怎么做都不可能有真实的道的内涵。所以，这里要特别认识到放下此生的必要性。那么，怎么来放下呢？也不是口头说一句漂亮话就能放下的，而是一定要在轮回苦上大量地作思惟抉择，之后从心的根底处变改掉了，这样才达到了修心的要求。

[2922] （一）正说需要由多门思惟轮回之苦而放下此生俗事

[2923] **如是需多异门思轮回苦，而于此生世间一切作业，从心之深处退除。**

[2924] 这一段再度强调，要从心的深处（根底处）退掉世间的一切俗事，它的途径，就是由好多不同的门径去思惟轮回的苦。

[2925] 要想引发彻底的退世间心，当然心理工作是最重要的，这不是在外面，心上是不是真正退得掉就在于胜解，而胜解在于如实地思惟。它不是一下子就解决的，因为我们对于世间尤其对于现世的耽著，不必说前世，今生从学说话开始，就已经受到各种的熏染，经过几十年地熏习，这方面的习气非常浓厚。这也是由多个异门，从不同的方面展示、宣说、渲染，以各种强有力的证据、具说服力的相似说法，种到了人心当中形成了观念，它不是一个门，而是有好多个门。那么现在要反过来，彻底地退掉这种观念、这种欲，最终对世间的作业连一点点兴趣也没有，只有厌患，要达成这个巨大的心理转变的话，当然要有因，它的因就是思苦，而途径上，就需要通过很多的门径。

[2926] 虽然这个前行的修法，对于利根者来说，只要一个总的开示已经可以了，对于极利根者来说，只要看到一个图，或者听到几句话，他已经对轮回的处境极度地恐惧，这都是有过宿世熏习，善根非常深厚的人，但是一般的人不行，乐颠倒的毒素中毒过深，非常麻痹，所以，就需要从不同的门径，由总到别、由别到总逐渐地去思惟引生观念。比如《念处经》六道里面一门一门苦的观察、十二缘起一轮一轮理的抉择，或者从《亲友书》的六门，或者由三苦的门径，或者结合自己周遭见闻到的各种苦的状况等等，这些方面逐渐地要在心上起心。

[2927] 所谓的”起心”，就好像放炸药一样，天天放、天天放，放到了一定的量，达到饱和点的时候，它就能够爆炸。那么与此相同，要从不同的门径，方方面面去思惟轮回的苦，只要是有效的地方，你就都去思惟。前面讲到的难陀是极特别的情况，他亲自见了地狱的缘故，心完全转掉了。我们没有那种因缘，那就退而求其次，也就是前面说的借助表示法，比如思惟生死轮、学《念处经》等等，由不同的门径去思惟轮回的苦，从方方面面来引发心，一定要依靠这些途径来达成。那么最终达到的目标，就是从根子上完全退掉了这一生的各种俗事，对这些根本就不想再做，没有兴趣，完全是退的心。即使要做，也只是为了吃口饭，为了维生做一点而已，心根本没有过去的那种欲求、进取，这就是真实地退掉了世间心。

[2928] （二）反显若不放下此生，凡诸似真修法都不成真实之法　分二：1、正说；2、公案。

[2929] 1、正说

[2930] **如果心未放下此生俗事而起道心，则虽能似真修法，亦不成真实的法。**

[2931] 这里关键是心要舍掉此生的俗事。如果口里说得好听，“一定要放下！放下！这些都是没意义的”，可是心里还是非常地有兴趣，非常地染著这一生的事，那就完全是假的。这里说，要用心去舍掉，自己的心真地放下了就对了，这样的话当然完全是求道的心，因此作的全是法事、全是道。假使心里没有舍掉，最喜欢的还是世间的名利享受等，那这样虽然外面作一些非常像的修法，也不会成真实的道。

[2932] 这里的法可以理解成道。宽一点的要求，就是共下士道以上，如果要求得高一些，那就是解脱道以上。也就是，共下士道都是以来世为主，这样才有真实的法道，不然就不成它的因。如果是解脱道以上，那要有彻底的出离意乐摄持，要求解脱、求成佛。但是，如果心上的欲没有转，那在缘起的道路上，自己的心就还是在开往现世的高速公路上不断地奔驰。虽然车子上写着”走出离之道”，但是里面的开车者一直朝着似乎无比宽广的现世名利之途高速地行进，那么在这里哪有什么真实的道呢？是开往来世上面？还是解脱上面、成佛上面呢？丝毫也没有。

[2933] 因此，我们要能够辨别外相和内相。什么是”外相”呢？即使出了家，昼夜不断地在作闻思修，看起来非常像，纯乎其纯地在作法事、在修道等等，但这些都是外相，可以是一种似真或者仿真的修道。比如眼睛闭起，不出门，从早到晚多少个小时在打坐等等，这都可以做的，这些就是外相。

[2934] 什么是”内相”呢？世间的心没有放下，也就是对此生的名利没有放下，心中真实的所求就是世间法。相反的完全不顾此生，要求来世生天，连这种心也没发生过。然后认为这个也不需要，我一定要把轮回全部息灭掉，这个就更没有了。进一步认为我一定要完成大道，把法界无数众生都救到无上佛位，这个就更加免谈。因为这一切都只是口上念的词，心里连一点点的五欲享受都放不下，发起非常浓厚的心，非常有欲，那这个就不叫”道心”，而是叫”俗心”，这样没有道心的缘故，根本就不是道。什么是道心呢？从出世道来说，就是看到了这世间的一切全是苦、没有意义，然后一点点兴趣也没有，一想到轮回就觉得可怕，所以一心要求解脱，一心要返回道体，这个才是道心。有了这个心以后，作的任何一点修行全数都是道。

[2935] 2、公案　分二：（1）阿底峡教示；（2）仲敦巴教示。

[2936] 噶当的道风注重道心。在宁玛派，像晋美朗巴祖师的传承，到华智仁波切、纽西龙多尊者、依科上师等，都重视要有很好的道心。道心就是看破世间，放下此生此身，那就是真实地一心为道，那样一个心出来了才算真实的道。以下再由二大尊者的教示，让我们彻底地相信这一点。

[2937] （1）阿底峡教示

[2938] **阿底峡尊者临近圆寂时，大瑜伽师禀告：“觉哦圆寂后，我就去修行。”为此，尊者问道：“修就成了法吗？”再度禀报：“那么就说法去。”尊者如前而问。“那么该如何做呢？”尊者说：“你的一切依止敦巴，放下今生。”**

[2939] （“觉哦”是尊主的意思，这是一种极尊重的称谓。）

[2940] 阿底峡尊者有几大弟子，大瑜伽师是其中之一。他在宁措亲近阿底峡尊者，为尊者放马和做其他事务时，从未间断过修定，因此称为”大瑜伽师”。仲敦巴尊者圆寂后，他继位住持热振寺。

[2941] 阿底峡尊者快圆寂时，他就来禀报上师：“您圆寂后我就去修行。”意思是我要好好地来修证。

[2942] 以此，阿底峡尊者说：“修修就成了有道吗？”

[2943] 他感觉上师没同意，就说：“那我去说法。”就是为佛法办事，去讲诸佛菩萨、传承祖师的法来兴盛圣教。

[2944] 不曾想，阿底峡尊者的反问是一样的：“讲讲就成了有道吗？”

[2945] 大瑜伽师认为，世上最重要的就是在佛法上真实地做，也就是要在教法和证法上办事，证法上修行，教法上演说，但是这两个都被否认了，然后他就说：“那我该怎么做呢？”因为上师走了就没人问了，不晓得自己未来的方向到底在哪里。

[2946] 阿底峡尊者说：“你一切就依止仲敦巴，你要放下此生！”

[2947] 这里以尊者的教示明确地显示了，如果心没变，还是俗的心，没有道的心，那光是身口上修、讲等，不会成真实的道。那该怎样才成真实的道呢？就是从心里放下此生开始，也就是放下这一生的名利。

[2948] 所谓”名利”，包括在精神上要得到荣耀，比如拥有权力、地位、恭敬、名誉等等，这是作为自我精神上的需要；在物质上要有利欲，也就是有利于自己的非常好的感官享受，比如现代化的高级生活等等，这是指养身为主。实际上，如果心的重点就是执著这些名利，根子上没有为道的心，连一念”我要为道”的心都没生过，那么以这样的俗心，口里讲很多，身体也在打坐、作各种的修，或者光是第六意识上这么想一想、那么想一想，辩论、立论，高超于别人，获得佛教非常大的名誉，然后将拥有很大的恭敬利养等等，所有的这一套都与道无关。

[2949] （2）仲敦巴教示

[2950] **有一个僧人在热振庙外转绕，遇见了仲敦巴格西，为此仲敦巴说：“觉哦转绕也是令人欢喜的，如果修一个真实的法，不是更令人庆喜吗？”**

[2951] **对此，此僧思惟：诵大乘经比作转绕的得利面更大吧！想后就去了普喜园的走廊中诵经。对此，仲敦巴又说：“诵经也是令人欢喜的，如果修一个真实的法，不是更令人庆喜吗？”**

[2952] **他又思惟：这是指示我修定比诵经的得利面更大吧！想后放下诵经而在床榻上瞑目静坐。仲敦巴又说：“修也是令人欢喜的，如果修一个真实的法，不是更令人庆喜吗？”**

[2953] **到这里，他再没有找到其他的做法，又来禀白说：“格西拉！那么我该修一个什么法呢？”仲敦巴说：“觉哦，放下此生！放下此生！”**

[2954] 仲敦巴格西是阿底峡尊者最大的弟子，他是观音化现，示现为居士身份。他对出家僧人非常尊重，心也恭敬，口也恭敬，身也恭敬。“觉哦”，是对出家现大仙幢相的师父们非常尊重的称呼。这里讲到仲敦巴格西对一个僧人修法方面的四番回应。

[2955] 第一番回应

[2956] 热振寺是当时噶当派的根本道场，里面有很多三宝所依、具加持的圣物等等。有一个僧人觉得这是很殊胜的境，就在热振庙外不断地转绕，认为这么做很殊胜，很精勤地一圈一圈地转。当时他就跟仲敦巴格西碰头了。

[2957] 仲敦巴格西说：“师父啊！您这样作转绕也是很让人欢喜的。”尊者说话很温和。接着又说道：“但是，如果修一个真实的法或者道，不是更可庆喜吗？”其实这是一个委婉的表达，没有承认前者，因为后面说的是”真实”，就表示前面的并非真实。

[2958] 第二番回应

[2959] 对此，那个师父就想：大师都这么说了，那是不是比身体作转绕，口去诵大乘经得利益的面更大？

[2960] 他还是一种计算功德的想法。当然佛典比世间典籍殊胜，在佛典当中，大乘经教又超过小乘经教。《辨中边论》等中明显地讲到，对大乘法作十法行利益极大。因为所宣说的道和果都是无上的，对于诠说它的法教，只要能诵一四句偈，也超过世间各种善法的利益。因此他就想：这么殊胜的大乘经，我用口去诵，这个缘起的发展面应该非常地大吧？“得利面大”，就是从时间的相续上，或者从种类的无量上等等，缘起的发展深度和广度都是非常大的。他这样衡量以后，认为诵大乘经的功德超过身体转绕，以为仲敦巴尊者是这个意思，于是就到普喜园的廊中去诵经。过去噶当派的寺院规模很大，里面有讲经的地方，外面还有僧人们诵经的寂静处，那个地方叫”普喜园”，就是大家都喜欢去那里。那好比是一个园林，里面有坐的地方、有走廊等等，他就到那儿去诵经。

[2961] 当然仲敦巴格西也在关注，知道他在这么做，就对他说：“诵经也是蛮可喜的，但是如果能够修一个真实的道，不是更可庆喜吗？”这话跟前面一模一样，就表示这个也不是真实的。

[2962] 第三番回应

[2963] 他又想：大师的言外之意，是不是讲诵经还只是口，放下身口一心修定纯乎其纯，这个得利益面更大？他想肯定在说这件事，于是又放下诵经，开始在僧人的床榻上闭起眼睛打坐。

[2964] 仲敦巴尊者知道后，这回就说：“修也是蛮让人欢喜的，但是如果能修一个真实的道，不是更可庆喜吗？”一模一样的回答，这回连修定也否定掉了。

[2965] 第四番回应

[2966] 对此，他能想到的极殊胜的修法就是转绕、诵大乘经、修定，似乎第一个是身，第二个是口，第三个连身口都放下光是心，认为一个比一个殊胜，得利益面应该越来越大。他想到的只有这些，听到的也只有这些，看别人说的做的也是这些，实在想不出还有什么其他的法子了，于是再去汇报说：“格西拉！（”拉”是尊重的语气）那么我该修一个什么样的法呢？“他不知道该干什么了。

[2967] 仲敦巴格西说：“觉哦！放下此生！放下此生！”就是把俗事全放掉，一心为道的心要出来。从这里才踏上了道的起点，从这里每一分的行才是真实的道行。

[2968] 语录

[2969] 明代蕅益大师在《灵峰宗论》中说：“**倘名关未破，利锁未开，藉言弘法利生，止是眼前活计。一点偷心，万劫缠绕。纵透尽千七百公案，讲尽三乘十二分教，兴崇梵剎如给孤独园，广收徒众如无相好佛；无明业识不断，俱为自诳自欺！“**

[2970] 这里同样说到，假使没有破名关、开利锁，还是处在非常重的求现世的心当中，那再怎么口口声声地说”我要弘法利生”，也只是眼前活计，实际做的就是世间法。只要还有一点偷心，以为轮回里有实义，偷巧想在这里得到一点什么，那由于这点贪著的心，著在世法当中，就会导致万劫缠绕，也就是相续不已，出现无数的轮回业因，而需要再受无数次生了。纵然透尽了千七百则公案，能讲尽三乘十二分的教法，兴建佛寺、精舍、讲堂等等如给孤独园，广收徒众像无相好佛，只要无明业识不断，都只是自诳自欺而已！

[2971] 这段语录也证明，如果没有从根底处退掉对世间法的耽著，那无论在外相上如何地弘法利生、兴建塔庙、演说教法、广收徒众等，看起来都是作佛法的事业，实际都不会成真实的道。这是由于内在想以这个来窃取对自我最有利益的名利，认为最能让自己在这世上光耀的是名，最能够利益自己的是利。由于内在的心一直想为自我谋名利，这点偷心就会把人牢牢地锁在轮回的锁链里。所以，要想真正退掉俗心而起道心，必须通过多种门径思惟轮回的苦。一直要思惟到生大厌患，再也不想要，认为这是个大苦处，一心想求一个解脱。只有发起真实的求解脱心，从此才转入了出世的道，以这个心作为缘起才能出轮回。相反，如果没有这样非常认真地来发展自己的心，那的确多生习性如油入面，是很难转过来的。

[2972] 七、放下今生唯修圣法的践履　分三：（一）树立放下此生唯修圣法的观念；（二）依止帕当巴口诀真实践行；（三）结成修圣道必须修苦。

[2973] （一）树立放下此生唯修圣法的观念

[2974] **是故，一切此生世间的俗事，都是令此生乃至永远缚于轮回苦处而不得解脱故，对于断现法绳索而成办后法菩提、善说学处者，唯具德上师外，更无余人故，此生的父母、近亲、远戚、朋友、食财及受用，此等一切都需弃如唾液，衣食等需随缘知足，而唯修圣者之法。**

[2975] 略说文义

[2976] 我们先来看这段金刚句的结构。“是故”是连上，之后以”二因三需”来建立观念。“二因”，就是此生俗事唯是诸苦的锁链故，教示出苦菩提道者唯有上师故。“三需”就是要树立的观念，所谓需放下此生、需随缘知足、需唯修圣法。由前面的二因抉择确定后，当然就会发生这三个”必须”的想法：必须要舍掉这一切，因为这些对于菩提道无帮助，而且只会把人困锁在轮回苦海里；必须衣食等随缘知足，因为只有这样，心全然地放下不再攀缘，而能一心地修圣道之法，这样就真实地追随了古圣先贤的芳踪。

[2977] 广释

[2978] “是故”，指由前面两位佛菩萨化现的亲切指示（阿底峡尊者是莲师再来，仲敦巴格西是观音化现，因此他们的话是量，绝对不会有错误），那么我们心里就能决定下来。然后我们该做什么呢？这里又以两个道理来说。

[2979] 第一个道理是，这一生所有的世间事，全部都是让你从此生一直到永远之间，锁在轮回苦处没法解脱的因素。意思是，这些全是苦因、全是制造苦难者，做得越多苦就越多，做得越深苦就越深，有什么意义？再者，决定了要把此生的绳索一刀两断，而成办后法的菩提，这就是眼光从现法转到了后法。人要有长远的眼光。“现法”就是现前一根一根的人、事、物的绳索，包括亲人、名利、享受、感情等等，这就叫”现法的绳索”，就是现前缠绕你的世间事。“后法”，就是不要这个，用极长远的眼光往后看，那就是要成办菩提。那么这样决定以后，对能够善说学处的人，在世上找个遍，除了具德上师之外没有别的人。这是第二个理由。

[2980] 由以上两个理由就会知道，一定要一心依师来修出世法，没有什么减价的，要想即生解脱、成就的话，决定要这样做。当仲敦巴尊者看到一个好像特别愿意修行的人时，他的教示也是说，这一点没有的话，就一切免谈，连道心都没有，还能得解脱？缘起上是虚伪的。因此这里说决定需要、一定需要、断然需要！

[2981] 那么怎么去修出世法？就如同释迦本师所示现的那样，一切的古圣先贤、成道者都是这么走的。到了此地步是有非常大的善根、非常大的道心，这是跟世间人天的道所不共的。也就是，需要从此生的父母开始舍，这是最亲、最难以割舍的；然后是近亲，兄弟姐妹、叔叔舅舅姑姑阿姨等；然后是远戚，表兄弟姐妹、表叔表姑等；还有很近的朋友等等。再者，要舍掉特别贪著的食物、各种的高级物质。比如很好的住所、车子、电脑、手机，满屋子的高档家具，衣柜里的各种好衣服，餐桌上的各种饮料、美食，还有各种新的物质生活、五欲的受用。所有的这一切，从父母一直推到现前贪著的各种享受，这是指量。程度是什么呢？就是都要像唾液一样舍弃。吐掉唾液以后再也不会耽著，不会想：“舍掉了好可惜啊！我还要用手把它沾起来，还要舔在口里。”那是绝对不会要的。它代表毫不顾恋，没有一点执著，扔掉就扔掉了，那是毅然决然的。那么世人就会说：“那个人的心肠是很硬的，他一点感情也没有。”当年释迦佛逃离王宫的时候，整个王宫内外都震动了，他们伤心得如大山崩，他也是丝毫不管的，这就叫”弃如唾液”。

[2982] 之后，本师在山中苦行六年，或者米拉日巴尊者入山修行，这些就是真实的典范。那个时候衣食等需要随缘知足，从来不去攀缘，连明天的事都不去想。衣服有一件就穿一件，像米拉日巴尊者衣服没有了也没问题的，食物有一点就吃一点，不去攀缘，这就叫随缘知足，这就是真实的道心。

[2983] 然后，需要唯一修一个真实的法，它是诸佛菩萨所宣说的法，就是今生要得解脱，要成菩提。唯一地修这个，其他世间事彻底地摆掉，这样子才有一个成道的法器的资格。

[2984] 思考题

[2985] 1、为什么必须放下此生？怎样才能放下此生？

[2986] 2、（1）思惟阿底峡尊者教示大瑜伽师的公案。尊者的教示说明了什么？

[2987] （2）思惟仲敦巴格西教示某僧人的公案。格西的教示说明了什么？

[2988] 3、以什么道理决定需放下此生唯修圣法？具体需树立哪些观念？

## 1.52 52

[2989] （二）依止帕当巴口诀真实践行

[2990] **印度帕当巴尊者云：“世事如同云雾，故勿执常；名声皆如谷响，故勿修名誉修法性；妙衣如同彩虹，故当著鄙衣而修持；此身是脓血黄水的皮囊，故勿爱执；受用美味也是不净屎尿的因，故莫特意为腹；有境缘现相敌纷起，故当卧兰若与深山；有迷乱棘刺入心中，故当修平等性；一切需求都由自心造，故当护自心；本有摩尼宝，故勿贪食财；多言是诤讼的根源，故当如哑默住；唯心显现事业，故心勿为口腹而转；加持从心生，故当祈请上师本尊；若久住一处，于佛亦见过失，故莫久住一处；当修谦下行，断除骄慢；时非久住，故应速起修持；此生如旅客，故于休息处勿营房舍；如何皆无益，故当修道；此身会被虫吃，不定何时消陨，故莫散在此世现相中；亲友如林中鸟，故勿贪彼；深忍信如妙大地，故勿置于烦恼粗涩之地；人身如满愿如意宝，勿送嗔恚敌；三昧耶戒如瞭望哨楼，勿被罪过染；金刚阿阇黎在世时，勿放置于圣法懈怠之上。”**

[2991] 帕单巴尊者的语录，每一句都是前面讲道理，后面讲行持，整个看下来就会知道放下此生此身的具体的行持方法。

[2992] 1、放下常执

[2993] **“世事如同云雾，故勿执常；”**

[2994] 世事如云雾一样的缘故，对这些不要执为常。

[2995] “世事”是指内的身体、外的环境。所有这些世间的事情就像空中的云，暂时现一下，过一会就没有了。或者像夏天早晨的雾，刚刚起雾，太阳一出来就没有了。那么是这样的缘故，一下子就没有了，世事如云烟，因此不要把它执为常，心不要靠着它，它是靠不住的。

[2996] 2、放下虚名

[2997] **“名声皆如谷响，故勿修名誉修法性；”**

[2998] 名声都像谷响一样，因此不要修名誉，要修法性。

[2999] 哪怕全世界的人都赞叹说，这是一个智者、持戒者，是具有大功德、大事业的人等等，像这样，全世界都在流传、广播，也都跟谷响一样，没有任何实义。譬如，对着山谷大声喊会传出一个回响，但这只是个假相，是因缘和合出现的错觉相，实际去寻找，再好听的谷响也是一点实义都得不到。假使用尽一生去修名誉的话，那就真地成了名誉的奴隶，非常地可怜，竟然一辈子去修一个空谷回响，因此要转过来，要修法性。万法的性就是你的本性，它不是假的。就像傅大士所说”有物先天地，无形本寂寥，能为万象主，不逐四时凋”，它是亘古亘今无生无灭的本性，一旦你修得到它，就能永享真常大乐，这具有无上的意义。

[3000] 3、放下好衣

[3001] **“妙衣如同彩虹，故当著鄙衣而修持；”**

[3002] 好衣就像彩虹一样，所以要穿粗劣的衣服来修道。

[3003] 再好看的衣服也只像彩虹一样。天上的彩虹很好看，尤其在夏季的草原上面，当彩虹出来的时候，就像帝释天的弓箭一样，非常地美丽。这只不过是阳光、水滴和眼根等诸缘和合就现出这样的相，真实去寻找的时候什么也没有。那么，如果我们为了自身好看，讲究衣服、裙子、帽子等等，时时都要用各种好衣来装饰自己，而它只是个假相的缘故，一辈子用那么多的时间、花那么多的心思，去搞一个好形象，修一个虚假彩虹的影子，有什么意义呢？所以，要穿粗劣衣来修道。衣服是假的，穿一个能裹身的就可以，也就是要穿质量差的、不贵重的衣服来修道。懂了这个道理，就要彻底地放下妙衣。

[3004] 4、放下色身

[3005] **“此身是脓血黄水的皮囊，故勿爱执；”**

[3006] 我们对身体最爱重了，但是，爱重身体真的对吗？最后会发现自己做了冤大头。我们把这个身体执为自己的时候才会觉得它好，为此臭美得不得了、爱执得不得了。实际上，当一头猪被宰杀、剥皮以后，就会看到里面的五脏六腑、脓血、黄水等等，在砧板上摆了一大堆，而我们的身体就跟这个一样。也就是，它只是装了脓血、黄水、内脏等各种污秽物的一个皮囊。没看清这个真相的时候，就认为身体是多么地宝贵，对它有无尽的爱惜、执著。哪个地方稍微不好看，别人对它稍有一点不恭敬，没伺候到它、没美化到它等的时候，心里就非常地不乐意，结果一辈子就做了这个假身体的奴隶。其实它不是你真实的身，它只不过是一念入胎以后，取得的一个轮回受苦物、还债物，是带来无穷无尽的苦恼、疾病、料理辛苦的大累赘。对于这样的不净之法，竟然千方百计地去料理、珍惜、爱重，真是愚痴！这样了解以后，放下此身，不要再去爱著它。

[3007] 5、放下美食

[3008] **“受用美味也是不净屎尿的因，故莫特意为腹；”**

[3009] 我们认为吃得爽快是人生一大快乐，因此，这世上的人每天都在为了吃而忙碌。为了吃得好，有多少赚钱的辛苦，采买、烹饪的讲究。花多少的心，就是为了谋一个吃，真是愚痴！实际上，吃下去的所有美食都是制造屎尿等不净物的因，它就只是去生产不净物的。最终会发现，花费了那么多的精力，只是在制造一些粪便，这有意义吗？因此要放下美食，不要去特意为腹部做什么。腹部是很刁的，它就想”我要吃这个、吃那个”，挑挑拣拣，又要营养好，又要口感好，又要吃起来爽快、舒服等等。所以，不要去特意看它，它就是个饥疮，每天吃饭就像喂药食一样，喂下去就算数的，应该放下美食。

[3010] 6、放下热闹

[3011] **“有境缘现相敌纷起，故当卧兰若与深山；”**

[3012] 所谓的”现相敌”，在过去指城市，也就是境缘非常多的地方。因为在城市里，有非常多的让人生烦恼的境缘。比如，当可意境出来的时候，心会不自觉地贪著在上面；不可意境出来的时候就不喜欢，产生厌恶、嗔恚的心；遇到中庸境的时候，处在那些现相里也还是愚痴，认为这些都是实有的，像这样，现相有多少，就惹出那么多的烦恼。而一进到城市里，就不断地有那些敌人起来，它们就在自己身上制造损害，而且境缘特别多，纷纷而起。所以，对于初学者来说，“宁在山中睡觉，不在城中办道”，城市里有那么多的现相敌，自己是吃不消的，还不如卧在静处和山林里。

[3013] 在今天来说，还要注意不要上网，因为即使身体住在静处和山林，一上了网也会遇到无数的现相敌。那些都属于眼所见的色、耳所闻的声、意所缘的法尘，由于它是信息的海洋（这是说得好听，其实就是怨仇的海洋），在里面会不断地起贪、嗔、痴、邪见、散乱、放逸等好多的烦恼。只要心不寂静就是烦恼，在一两个小时当中，已经起了成千上万个烦恼，即使有一点功德，也会瞬间消失无余。即使有一点安静，只要在网上游荡五分钟，心已经处在躁动状态了，那样是根本没法上进的。宁可关掉手机、扔掉电脑，也不要在那上面起各种各样的烦恼、染污业，那是划不来的。所以，宁可在房间里睡觉，也不要在网上乱奔。

[3014] 7、放下分别

[3015] **“有迷乱棘刺入心中，故当修平等性；”**

[3016] 所谓”迷乱棘”，就是分别心动了以后，就开始计较这是自方、那是他方，分别人我、法我。如果一开始没注意防护，落在这个分别里，那么一段时间过后，就有迷乱的荆棘刺入心中。比如想某个人不好，只要多想几次，就好像有一根棘刺刺入了心中一样。或者想要某种名利享受，或者执著自方和他方的竞争等等，只要心一缘这边那边的法在转，就已经不平等了。不平等了以后，由戏论起分别，由分别起执著，由执著起烦恼，串习一旦加深，迷乱的棘就刺入心中了。就像平常如果不小心，木刺刺入了手指，那就很麻烦，必须很小心地用针去挑才能挑出来。就像这样，刺进去以后要拔出来是很费劲的，如果拔不出来，时间一长就成病，很多心病就是这么来的。

[3017] 所以，处在轮回的各种现相中时，不但不要轻易去接触，而且要护心。怎么护心呢？不要让心起这个好、那个坏、这是自方、那是他方、我得、我失等的分别。总之，人我、法我范畴里的分别都不要让它起，要修的是平等性。平等性就是空性，一切相都是假的，不要当真。诸法本来就是平等性的，如果住在平等性当中，不起这些计较分别，就不会有迷乱的刺刺到心里。

[3018] 8、放下外求

[3019] **“一切需求都由自心造，故当护自心；”**

[3020] 一切的所欲所求都是由自心发生的缘故，应当护好自心。

[3021] 所谓”万法唯心造”，所有想要的果，也就是暂时增上生、究竟决定胜，乃至成佛的十力、四无所畏等的无量功德，全部都是从心生的，所以要善护自心。要知道，万法的根源在心，因此求外不如求内，因为外求无数次，费尽无数心思都是毫无所得的，不如求内。再说，求人不如求己，因为要求人的话，那个人有时在有时不在，或者还要看人的面子，或者要用各种的恭敬、供养等去巴结，或者想用一个门道使我得到福报等等，这样就不是正路，还不如求己。再者，求事不如求心。那么善心主要有两大类：信心和悲心，能够护好信心和悲心的话，一切的愿望都会实现，因此不要在外面求。

[3022] 9、放下生活

[3023] **“本有摩尼宝，故勿贪食财；”**

[3024] 我们自身本来就有无价珍、如意宝，这是指妙明的本性。这里面有无穷无尽的法的受用，所以，悟道得解脱的人时时都是快乐的，他的受用根本不在吃得好、拥有一点物质上。我们要看到大的无尽藏、享之不尽的法的受用，也就是自己本有如意宝，所以不要著在食和财上。

[3025] 10、放下言语

[3026] **“多言是诤讼的根源，故当如哑默住；”**

[3027] 就像俗话所说：“饭可以乱吃，话不能乱说。”因为话一说多了，它就是诤讼的根本、是非的来源，因此要像哑巴一样默然而住。

[3028] 11、放下俗事

[3029] **“唯心显现事业，故心勿为口腹而转；”**

[3030] 由心在显现事业的缘故，因此，心千万不要整天为了肚子不断地运行。

[3031] 这是讲一心没法两用，要么为道，要么为俗。如果为俗，那无非是饮食男女，心就整天想着怎么吃好、怎么享受好等等，这是俗人的心境。实际上，如果我们的心修得好，连跟阿弥陀佛一样的大事业相都能够展现。因此，只是为了修法身体要生存吃一点，不要特意地去办好吃的，整天忙吃的。世人都是为了口整天忙忙碌碌，修行人应当好好地修自己的心，在三摩地中现出无边的事业。

[3032] 12、由心祈请

[3033] **“加持从心生，故当祈请上师本尊；”**

[3034] 加持是从心上生或者从心上出现的，因此一定要注重修心，要以心祈请上师本尊。

[3035] 心是万法的根源。虽然口里可以说各种恭敬的话，身体作礼拜、合掌等各种恭敬的行为，但这些都属于身口的相，如果心上没有信心和恭敬的话，那是不可能得加持的。如果有信心和恭敬，然后引动身口，这个是真实的祈请。上师本尊的智悲力遍在一切时处，也遍在我们的心中，能不能接到，关键就看是否有真实的祈请，所谓心水澄净，加持的月影自然显现。那么这里说的是”祈请”，重在请，也就是非常有信心、有大恭敬，知道上师本尊有无上的加持力量，他的智悲力的确可以入我的心。像这样，心中念着功德和恩德，自然就起信心和恭敬，之后从内心深处来祈请的话，那当然从这样具信心和恭敬的心中，就会引来加持。

[3036] 13、放下久住

[3037] **“若久住一处，于佛亦见过失，故莫久住一处；”**

[3038] 如果在一个地方久住的话，对佛也会见过失，因此不要在一个地方住很长时间。

[3039] 意思是说，心不要一直著在一个点上。在一个点上著得太久了，心就会有一种顽固性、执著性，这时候要让它躲开来。因为无论对人、对事、对地方，时间一长耽著力会非常地大，或者心有时候就卷入病态了，就连对佛也不看功德只看过失，因此不要一直在某个地方久住。那么，在我们现实的状况里，有的时候在某个地方安住，有的时候身心要稍微活动开来，不要著在一个地方。

[3040] 14、放下高慢

[3041] **“当修谦下行，断除骄慢；”**

[3042] 这是要防我执的膨胀。“我”一旦变得非常高、非常大，那时候就非常危险了，不会出生功德，只会引来无量的过患。因此要修谦下行，就是把我执降低，把自我缩小，乃至没有。

[3043] 要知道，“我”是个假的。一旦把虚假的五蕴当成是”我”，同时就会立他方。一旦把自我抬高了以后，那个时候就会为所欲为，认为我什么都可以做，这就非常危险了，因为小我的膨胀正是毁灭的前相。所以，一直要持谦下的行为，处在谦下的状态，来断除大骄慢，这样的话，心不高慢一切处吉祥，心一骄慢必定要遭殃。应当这样来防住轮回的根本因素——我执，而防护的关键就是不要让我相变大。就像仲敦巴大师和赤热巴坚国王那样。仲敦巴大师是居士身份，是观音菩萨的化现，他对僧人们非常地恭敬，对于穿著法衣具三世诸佛幢相的僧人都是合掌、顶礼，像他这样乘愿再来的大菩萨，都是持这样的谦下行为。赤热巴坚是藏王，是金刚手菩萨再来，他的头发上面挂着哈达，每当见到穿法衣的出家僧人，以及穿白衣的在家瑜伽士，他就把自己绑着哈达的头发铺在地上（绑哈达表示恭敬），让这些修行者们踩着他的头发过去，是这样持谦下的行为。

[3044] 15、放下耽延

[3045] **“时非久住，故应速起修持；”**

[3046] 我们目前得到的这个人身，不会在世上住很长时间，所以应当及时地发起修行。

[3047] 暇满人身很难得，如今处在娑婆世界南瞻部洲，而且是末世五浊炽盛的时期，人寿不会超过百年，现在来说平均只有六七十岁，存活的时间非常短暂。而人身又相当宝贵，因此，一定要及时地用这个人身来摄取解脱以上的实义，一定今生就要出轮回，这是最大的一件事。

[3048] 16、放下屋宅

[3049] **“此生如旅客，故于休息处勿营房舍；”**

[3050] 这一生就像一个旅客，我们在某地出生，在那里成长，之后在家人有个家庭，出家人有个道场，而这一切都只是旅途中的休息之处。譬如从甘孜到成都，途中要在康定休息一天。那么再愚笨的人也知道，康定只是休息之处，明天早上就走了，哪里会在这里造房子呢？或者在房子里做各种装修呢？就像这样，我们在这个世上犹如旅客，这里只是客栈，所以，在这个暂时休息的地方不要去搞房子。不要想”我要住一个特别好的房子”，然后还要做什么样的装修，要达到什么标准，里面有家具、电器，各种现代化的设施等等。这么去搞就不太像念无常、生死心切的修行人。

[3051] 17、放下一切

[3052] **“如何皆无益，故当修道；”**

[3053] 总的不管怎么样，在轮回的范畴里都是没有利益的，所以应当修道。

[3054] 道和俗是两条路。所有世俗范畴，大到整个三有六道轮回的区域，小到一个地球、一个国土、一个城市，我们在几十年当中左奔右求，总是希望在某时、某地、接触某人等能得一点利益。其实应该看透这一点，也就是无论怎么做，也是一点利益都没有，因此要彻底地看破世间事。那么什么才有利益呢？唯有修道。要看到，在轮回里无论如何都无利益，全盘全数都无利益，走到哪里都无利益，做什么都无利益，只有修道才有利益，因此应当修道，脱离迷梦般的轮回圈。目前处在迷梦中时应当知道，无论怎样这都只是个梦，没有利益的，唯一地要出这个迷梦，这就一定要修道，修了道以后就恢复了本真。所以，何时何处都不必外求什么利益，自心本有无价珍、本有无尽受用、本有大安乐，根本不必向外求。

[3055] 18、放下散乱

[3056] **“此身会被虫吃，不定何时消陨，故莫散在此世现相中；”**

[3057] 自己这个身体最终会被虫子吃掉，或者火一烧就消失无迹了，这事说不定什么时候会来，可能今天就要来，所以，要珍惜现在修行的因缘，不要让心散在此生的现相里，不要被此生的幻化光影所迷惑。

[3058] “此身”指现在得到的暇满人身，由于过去积了无数的善根福德，才出现这么一次，它可以用来修行，极为宝贵。而它又是无常的，最终会被虫吃掉，如果遇到疾病、车祸等的死缘，说不定什么时候一下子就没有了。因此，趁着有生之年，要好好使用有限的宝贵光阴，去寻求对来世有利益的圣法，要向内开发自己的本性，不要散逸在外面。在此世现相的光影中动很多心思，消耗很多精力，只会换来无数的轮回苦患，没有任何实义。

[3059] 19、放下亲友

[3060] **“亲友如林中鸟，故勿贪彼；”**

[3061] 这是讲在人上面不要贪著。我们在此生会有一个家，在这个家里有父母、兄弟姐妹、儿女等等，我们在社会上，比如在学校、单位里还会有朋友等等。那么这些亲和友就像林中的小鸟一样，因缘聚的时候，大家就在林中有一些活动，叽叽喳喳，好似也挺快乐、挺舒心悦意的，彼此还有很多感情上的牵连等等。实际上，所谓”亲友犹如林中鸟，因缘到时各自飞”，等到因缘一散就各奔东西了。轮回是苦的，不要以为在这里有什么能够把捉得住，不但外境的各种现相是幻化光影，连同人也是一模一样的。我们此生经历了很多个幻化故事，到了哪个地方，遇到哪些人，过后又分手，再过后连影子也不见了等等，实际没有任何实义。就像这样，不要把轮回当成真实的。

[3062] 20、建造信心大地

[3063] **“深忍信如妙大地，故勿置于烦恼粗涩之地；”**

[3064] 深忍信就像妙好的大地一样，所谓”信为道源功德母”，如果我们有对上师三宝的信心、对自己本性的信心，这就是非常好的大地。也就是，大地是出生一切妙好事物的所依，当我们有了信心以后，以这个信心就能悟道，以这个信心就能证道，以这个信心就能返回，能够回到本来的自性里，它是发生无数功德的根源。所以，不要把心放置在烦恼的粗涩之地。

[3065] 所谓”粗涩之地”，就是指没有修行的时候，心不调柔，很粗糙、很坚硬，那个心就是粗涩之地。而我们应该好好地去经营，不要把自心放在这种状况里，那是不好的。没有信心，没有出现无数妙法的庄稼、善德的庄稼，那是很可怜的，所以要精勤地去耕耘。怎么耕耘呢？就是要修心。就像一块田地，要铲土、翻松，让得它变得细软，然后用水去滋润，使得它变得柔和，那么这样去耕耘，就会出现一块妙好的田地。同样，通过多年地修心，在方方面面集聚因缘，信心就会出来，信心的根源一出来，那我们的心地就非常好了。

[3066] 21、珍惜珍宝人身

[3067] **“人身如满愿如意宝，勿送嗔恚敌；”**

[3068] 如意宝能随自心的所求满足所愿，这个人身具有很好的品质、潜能，像如意宝一样能满足一切所愿。由于过去多生累劫修集资粮，今生出现了这个人身宝，想求增上生——此生来世的善趣乐，由它能办成；想求决定胜——解脱和成佛的乐，也由它能办成。以人身宝能开启智慧、认识正道，而且它有心力去修集各种善法，这样的话，自己从现前到究竟的愿望，依靠它都能如愿实现，所以它是满愿如意宝。这么好的宝贝，不要把它送给嗔恚的敌人。嗔恚是最不好的，它能摧灭百千劫所修集的善根，一起嗔就会烧毁功德林，所以，不要把人身宝送给嗔恚的敌人，整天生气、发火等等，这是非常不好的。

[3069] 22、护持清净誓戒

[3070] **“三昧耶戒如瞭望哨楼，勿被罪过染；”**

[3071] 瞭望哨楼是一座很高的楼，它有防外护内的作用，也就是往外看有没有敌人入侵，往内要保卫自身。那么三昧耶戒就像瞭望楼一样，要注意不让它被罪的过失所染。就像在瞭望楼上时时要警惕，看守者不能跑到别的地方，不能出去玩、去睡觉等等，否则就会出问题。同样，在护持三昧耶戒时，关键要注意在金刚上师、金刚道友上面不能被罪的过失所染。

[3072] 23、依师精进修法

[3073] **“金刚阿阇黎在世时，勿放置于圣法懈怠之上。”**

[3074] 金刚上师住世的时候有很好的因缘，这时候应该好好地依师学法，昼夜精进。我们得到的这个人身，不是用来办此生俗事的，因为世俗名利毫无利益，而且会带来无数的衰损；应该唯一用来修持圣法，在这上不要懈怠，要昼夜不断地作听闻、思惟和修习。其中听闻和思惟两者做到如理、到量的话，就会发生定解，知道修心的路途。之后通过修习，在自己心上就会修成如量的心，也就是信心、悲心为主的善心内涵一定会起。因此，不要停在懈怠上，因为停在懈怠上是在修道上消极，是自身甘于堕落、不能奋发。

[3075] 思考题

[3076] 1、思惟帕单巴尊者的二十三句口诀，把握每一句所讲的道理和行持方法。

## 1.53 53

[3077] 生死轮

[3078] （生死轮的图在精装本《菩提道次第广论讲记》第六册的314页和315页中间。）

[3079] 一、画生死轮的缘起

[3080] 在《毗奈耶》的圣教里讲到，佛在世时，佛弟子中的第一双，所谓智慧第一的舍利子尊者和神通第一的目犍连尊者，常常去五趣中游观，也就是到六道里面到处走。他们游观以后回到南瞻部洲，就会给四众讲说六道里的苦。当时如果有不乐梵行者，四众就会把他们交给第一双作教诲。第一双接受了这些懈怠者之后，就给他们讲轮回的苦。他们得了教授以后，知道轮回很苦，就开始爱乐梵行，以此都能证得殊胜的功德。

[3081] 当时，佛见到这个现象就问阿难，阿难说这是第一双教导得好。佛说，他们是以现量所见作很亲切的教导，效果很好，但是在一切时候、一切地方不可能都有像第一双这样的教师，如果没有第一双现身说法，就应当在寺院的门屋下画生死轮，分成五分，周围要画十二缘起流转还灭图，以这种表示使四众引发和滋润出离的道心。佛又告诉阿难，说我现在就敕令诸比丘在寺院的门屋下画生死轮，之后应当差遣比丘在门屋下坐，给来往的人们、诸婆罗门等指示生死轮转的因缘。从那时起，就兴起了画生死轮的做法。

[3082] 二、总示生死轮的涵义

[3083] “生死轮”全称是”五分轮回表示图”，它图解了轮回的涵义。由这个完整讲述四谛教法的表示，我们能很明显地从总体上认识轮回的苦相，以及发起要从中出离的意乐。

[3084] 所谓的”五分”，是指它有五个组成部分。核心部分画了鸡、蛇、猪三种表征的相，表达了轮回的根源。第二部分，紧挨着的一圈画了黑白两个半环，表达由此发生的总的中有状况。第三部分，在两个半环里具体画了三恶趣和三善趣的中有特相。第四部分，在黑白圈的外圈描绘了轮回的处所——六道的情形，分成六格画了六道代表性的苦相。第五部分，也就是最外圈，画了十二缘起支的表示图，用图解的方式分别指示十二支的涵义，以及以前支生后支的缘起之义。这个五分的生死轮被阎罗王用口咬住、手攫住和双膝夹住，表示一切的六道众生，下至地狱上至有顶都在死魔的掌控之中。也就是，只要没有断除生死的因，就无法脱出生死之轮，以缘起律有因必有果故，将相续不断地在轮回里受生，一直处在这样的苦圈当中。以上的这些表达了苦谛和集谛的内涵。

[3085] 在生死轮外面画有十二缘起的还灭，指示道谛和灭谛的内涵。左上方的月亮表示寂灭了苦因、苦果的灭谛，在右上方，佛以手指向两段偈文和月轮，这是表示按照偈中的教法行持的话，最终能如佛一样达到月之清凉般诸苦寂灭的涅槃境界。两首偈是：“汝当求出离，于佛教勤修，降伏生死军，如象摧草舍，于此法律中，常为不放逸，能竭烦恼海，当尽苦边际。”此偈说明了以出离心摄持的断集除苦的道谛及灭谛的内涵。也就是劝导说，你应当寻求从这个大苦海中出离，对于佛所指示的解脱道教法精勤地修习，来降伏生死魔军，就像大象摧跨草房那样。在这法律中如果能时常不放逸地勤修，那决定能竭尽烦恼之海，当苦因的烦恼穷尽的时候，就会到达苦的边际，从此就再也没有苦了。

[3086] 三、具体地思惟

[3087] （一）第一部分：轮回的核心

[3088] 生死轮的中央画着鸡、蛇、猪，表示众生内心的贪、嗔、痴三毒，这是轮回核心的动力根源。其中鸡是贪欲的象征；蛇是嗔恚的表达，因为它一被触及到，就非常忿恚地要咬人；猪是愚痴的表达。而且，猪咬着鸡和蛇不放，这是表示如果执著有我，在遇可意境时就会贪著不舍，遇不可意境马上发生忿恚。只要执定有我的大痴心没有破除，就会一直处在由我执发生烦恼的状态里，没法脱出，所以用咬来表示。其他的烦恼也一样。比如因为执定有我，一旦我有功德等时，就感觉我比别人高，生起骄慢，当我不如人的时候，就会发生嫉妒，没法忍受。像这样，一旦执著私我，心就不平等，把此外的都立为他方，然后就要跟人去竞逐、比较、斗争等等。诸如此类，都是表示自我的贪婪性、嗔恚性、骄慢性、嫉妒性、散乱性等等。就是从这个私我的执著里，发生了无数的不寂静状态，这些统统是烦恼，它是轮回的动力根源。

[3089] 像这样，只要存在三毒为主的烦恼，就会造下各种黑白有漏业；以有漏业的力量就会继续受生，也就是在死的时候是不会出轮回的，一定会出现两种中有的状况，因此，接着就有第二部分的思惟。

[3090] （二）第二部分：中有的类型

[3091] 第二圈画的是总的中有状况，以一黑一白两个半环来表示。善重的往上，恶重的往下，处在中有的轮回圈里无非是这两种类型。而且都是在圈内，这表示超不出生死，没法摆脱。

[3092] （三）第三部分：具体的中有之相

[3093] 第三部分，在黑白两环里具体画出了中有的形态。黑半环里画的是后世受生为旁生、饿鬼、地狱有情的中有，白半环里画的是后世受生为人、阿修罗、天的中有。

[3094] 前一世的神识离体以后就进入了中有状态，中有的形态是由善恶业变现的。假使造了恶，由于恶性的业力都是沉重的、往下堕的，因此它的形态就是黑色、头向下、往下走的，这里画的是三恶趣的中有。如果行了善，以行善的正气就会发生向上的势力，因此中有的形态是白色或者晴明色、头向上、往上走的，后世会生到人、阿修罗、天三善趣中。

[3095] （四）第四部分：六道的情形

[3096] 经过中有之后将受生在哪里呢？那里面的境况如何呢？要知道，在没有出离心和无我慧的情况下，从无始以来一直到今天为止，决定只会在六道范畴里轮转，六道以外无漏的道和果是不可能去的。

[3097] 佛在经教中详细揭示了六道的状况，里面的任何一处都无不是苦。比如，按照《念处经》去看，在这六个区域里，三恶趣是非常苦的。地狱有寒热等非常猛利的苦，饿鬼有被饥渴逼恼等苦，旁生有役使或者互相吞啖等苦。这三个地方是纯苦的，所以，一般说到三恶趣就是以苦苦为主。再者，假使有一些善业，生到三个善趣里，又是怎样的情形呢？如果受生为人，就像《入胎经》里揭示的那样，一直处在八苦当中，从生至死无不是苦。尤其生在娑婆世界南瞻部洲五浊炽盛的末法时期，寿命非常短。最开始有住胎、出胎的苦。长大后有各种谋生的苦。处在人群当中难免有怨憎会、爱别离、求不得等的苦。又常常处在生病的苦中，接着很快就老，很快就死，八十年左右如同朝露，一下子就没有了。能很明显地看到，人就处在这种苦境里。假使生在修罗界，按照《念处经》所说，他们虽然很富足，但是由于嫉妒、斗争，也是有非常大的苦，尽其一生都没法摆脱这种习性的障碍，不断地在斗争。再说，生在天界的话，虽然很享乐，但是有非常大的放逸之苦。欲界善趣的显著特点是坏苦。如果再往上升，升到了上界天，也就是色界、无色界，那里就是以行苦为主。

[3098] 这样看清楚了就知道，绝对不会超出这六处。而且不断地在里面转，身份也不定，苦乐也不定，会出现各种的境况、遭遇等等，有非常多的苦。这样看下来，就要对轮回生厌，只要没断除轮回的根本，就一直被锁在这个圈里出不去。

[3099] （五）第五部分：十二缘起的表示

[3100] 这一圈里的每一个图表示一个缘起支的涵义，都是指我们心上的事情，心上在因位就属于惑业，在果位就属于苦。而且，任何相邻的两个图之间都有缘起关系，它揭示了”此有则彼有，此生则彼生”的缘起之义，绝不是无因或者邪因而生。由于杂染缘起的这些链子一直没法截断，因不断地在提供，果不断地在出现，因此，所谓的轮回就这样不断地循环下去，这就是我们目前的处境。

[3101] 如果知道这一点，就知道轮回在不断地繁衍，发展出来的是一个接一个的苦，由此就会对它生厌患。这样转来转去有什么意思？天天都是搞生死的事情，天天都在滋润生死的因。之后会发现，一重生死还没完的时候，又集起了无数重的缘起链。就像这样，会明显地了解到轮回无比复杂。这样的话，如果不修解脱道，幻想突然之间出现一个机会，轮回没有了，往后肯定很光明等等，这只是愚痴不了解缘起的表现。实际上，认识缘起就会知道，一切都要靠自己。自己心上如果没有顺应缘起去做，光是凭着一种想象、幻想，或者指望别人能够一下子一口气把你的轮回吹掉，这个就很幼稚。因此，懂了十二缘起以后，就会认真地在自己心上修。而且会更加认识到此生的可贵，因为从无始以来，无数生都困在这样的锁链当中，而此生得到的暇满身具有修道从中脱离的机会。

[3102] 1、无明支——行动盲人

[3103] 第一支无明用行动的盲人来表示。这个盲人代表我们自己，因为我们一直处在非常大的愚蒙当中，不见业果和无我，也就是有业果愚和无我真实义愚。从直接表述的状况来说，不知道无我，处处以为有个自我；没见到业果天理，处处以为可以自由，像这样，将”自我”和”自由”死死地认定在心，无可拔除，这就是愚痴深重的相。所以，第一个状态就是，我们时时都在盲目中行进，却自以为非常地对，这是众生非常大的愚痴颠倒病。

[3104] 2、行支——勤作陶工

[3105] 接着要认识，以第一支无明为缘会出现第二支行，行用勤作的陶工来表示。这个陶工每天从早到晚不断地做各种陶器，这是表造作之义。“行”，就是行动，为什么以无明为缘，一定会出现三界中的行，或者各种往三界里走的行动呢？

[3106] 可以大分为两个方面。首先，假使有业果愚，那么在自我和自由的两种认定下，就会肆无忌惮地造各种非福业，也就是身口意会去作各种不好的业行。他没有什么约束，也不畏惧天理，这样的话，一方面为了我要求乐，另一方面又没有因果见，那就会肆意妄为，以此发生的就是堕落恶趣的有漏恶行。再者，假使产生了业果见，破掉了业果愚，但是基于对于无我真实义的愚蒙，以为有我，而且三界里有真实的乐，那么就会为了我得到乐而以合法的方式来进行，也就是他会去修很多福业。然而单单修福是不会出生死的，他以修福的力量会在生死中往上走，也就是生到善趣——人、修罗或者欲天当中。如果厌弃欲界，认为欲界的乐很小，很快就没有了，想求一个长治久安，也就是想：如果住在定中，在极长的时间里连一点妄动也没有，这就是真正的安乐吧？这样的话，为了自我得到上界的乐，他就会勤修不动业，以不动业的势力将受生在色界或无色界里。

[3107] 就像这样，都是以瞎子般的无明，自以为是，认为我的方式肯定对，这一条路肯定好，由此就发生各种为自我求乐的造作，这就像那个陶工。而且整天都以这种见解支配，去作很多的业行。

[3108] 3、识支——速到猿猴

[3109] 以行为缘会出现第三支识，识以不断跳跃、迅速到达目的地的猿猴来表示。识又有两种：一、因位识，指最初造业时，第二刹那在识田中熏建的种子，也叫”种子识”；二、果位识，经过若干时间后，当种子成熟时就到了异熟识的分位，也就是受生前一刹那。

[3110] 我们的心识状态都是由因缘造成的，它叫”妄心”，它是从哪里来的呢？当然不是别人给的，也不是凭空出现的，而是由于不断地造作业行，就一定会在心中熏建习气，造什么业就是什么样的识。它最开始是一种气氛，有一种影响力，如果没有遮止而且不断滋润，逐渐地就会发展成熟，到了成熟时就会出现一个具相的果位识。譬如一个人专门偷盗，当他建立偷盗习气的时候，就处在种子识位；到了某个时候发展成熟就要被判下去，那时在那个识上一下子会变出饿鬼等的恶趣景象，这就是果位识。又好比”日有所思，夜有所梦”，如果白天做某件事情的时候非常执著的话，那熏的习气就很强，到了梦里就会现出来。像这样，都是由于行为造成的，而不是无因出现，由此可以认识以行为缘生识。图里面用猿猴来表示，这是指果位识一经成熟，以它变现的力量一刹那间就牵到了三界的生处里，无论往上往下，都是以这个果位识的力量瞬间就受生了。

[3111] 4、名色支——众人乘船

[3112] 接下来以识为缘会出名色，图中以众人乘船来表示。按照人类的情形来说，在中有出现了业识，又有父母行房的因缘，识一刹那入到精血里，这时就合成了第四支——名色。这就是受胎的初始之位，它并不是无因而来的。今天的各种断灭见认为前面没有心识，没有前生，受精之后忽然就出现心识了，这叫”从物质出精神”“从色法出心法”，更荒唐的会说心识是一种物质的形态等等。这些都是愚痴的谬见，实际上识要取精血，这样一和合就形成了名色。

[3113] 表示图是众人乘船，人表示心，船表示色，又好比旅客坐在车上或者住在房里等等，都是表示识找到了身体，住在精血里。为什么以众人乘船来表示呢？它表的是和合之相。船表示色蕴，几个人表示受、想、行、识四种名蕴。新一期的蕴是身心和合体。众人所表示的四个心法的蕴，一定要乘在船所表示的色法上面，人才能往前运行，也就是识要托色体才能发展。再者，船要由人操纵才能行进，这表示色法的精血要由识摄持，才会一个七一个七逐渐地演变，成就胎身，乃至出生之后出现老、病、死等的一系列历程。假使识离开了身体，那这个身体就变成尸体了，这上面各种活体的现相就不会再有了，比如打不知痛等等，再也不会发生各种心理的状况和生理的状况。

[3114] 5、六处支——六窗空屋

[3115] 接着由名色为缘将出现六处，图中以具六扇窗户的空屋来表示。名色指受生的最初位，如种子，六处指六根完具的身体，如同果实。如何由名色出生六处呢？要知道，具六根的根身不会无因而来，它决定是由种子而来。也就是，识摄持了精血后就出现了名色位，这是身心和合的最初位。之后就像《入胎经》里所说，由于识已经进到精血里了，而且识携带着过去世的业习，因此在那一个个的时间点上会发生业风，业风一来就开始完成一个个胎身的分位。这样一个七一个七逐渐地演变，到了六个多月的时候就出现了六根完具的胎身，那个时候的六根很明净、很圆满。

[3116] 为什么用六窗空屋来表达呢？其实，这个身体里没有”我”，“我”只是一个妄念，里头是空的。开了六个窗户，就表示到了缘起成熟、制造出作品的分位，此时眼根开了、耳根开了等等，就像开了六个窗户开始跟外境相接一样。

[3117] 6、触支——男女交合

[3118] 接着以六处为缘会发生触，图中以男女交合来表示。“触”是接触之义，指根境识三者和合生起了分别，这是广义的触。我们平常说的触是指用手去接触东西，但是广义来说，比如已经听到声音发生了分别，就叫做”触”，或者鼻根嗅到了香，产生这是香、这是臭等的分别也是触。就像这样，根境识三者和合产生了心，就叫接触到境界了。触当然是以六处为缘出现的，假使六根没开张，那就不会产生触。

[3119] 7、受支——剑刺眼球

[3120] 接着，有了触就要发生受，图中用剑刺眼球来表示，表示触境以后会有明显的感受。我们这个有漏的生命体时时携带着我见，无处不在，所以，当触发生的时候紧接着就有受。触无非是触到可意境、不可意境或中庸境，一触到可意境的时候，就会发生乐受；触到不可意境的时候，就有苦受；触到中庸境的时候，处在舍受当中，这是由触产生受。没有触不会有受，有触立即发生受。

[3121] 8、爱支——贪杯酒鬼

[3122] 接着，以受为缘就会发生爱，图中用贪杯酒鬼来表示。当发生苦、乐、舍三受的时候，紧接着就会出现爱的倾向。大体可分成两种：如果是乐受，就会发生想跟它不离开的爱，称为”不离爱”；如果是苦受，就会发生想跟它脱离的爱，叫做”乖离爱”。或者说，一个是爱跟那些乐受不离；一个是爱跟那些苦受脱开。

[3123] 这表示作为具有我执的凡夫，当遇境生受的时候，立即发生爱的倾向，这个烦恼状况来得非常迅速、明显而任运。这也可见有受才有爱，没有受不会无缘无故发生爱。不会突然之间爱跟那个不离，爱跟那个脱离，一定是感觉不舒服才想马上脱开，觉得舒服才想不离开。

[3124] 9、取支——猿猴取果

[3125] 接着，由爱作为因缘会发生取，图中以猿猴取果来表示。以不离爱为例，很喜欢待在那里不离开，这样逐渐地就会发生一种不断地取著，也就是爱的深度发展就是取。就像猿猴吃到香甜的果子时很喜欢，之后就会不由自主地去抓，老是著在那上面，这个就是取著。没有爱就不会有取，好比酒鬼喝第一口酒的时候感觉很舒服、很喜欢，这就是有了爱；之后每天一到那个时间，一定要喝上几杯，否则就浑身难受，这就是出现非常大的取著之心。像这样，对人、对事、对名、对某种物质、对某种活动，先是出现爱，然后上瘾，之后一直要去取它，这就是取。

[3126] 10、有支——怀子孕妇

[3127] 当爱发展到了取，那就有很大的滋润力量，这样不断地取，就会使得业变得非常有势力，而达到决定感果的地步，为此因立果名就叫做”有”，图中以孕妇来表示。爱、取是使得过去熏下的业习气变得有势力的因缘。如果爱、取两支已经成就，不断滋润的话，一定会发生决定要感后有的业的状况，在因上立果名就叫做”有”。就像孕妇虽然还没生出孩子，但人们会说她已经有了，意思是她已经怀了好几个月，就要生了，虽然还没出来，但是已经有了。

[3128] 11、生支——妇女分娩

[3129] 以有为因缘就会出现生，图中以妇女分娩来表示。当业势力已经到那个阶位的时候，那就无法遮免要生果了，好比庄稼已经到了成熟位，后一刹那就必然出现粮食。那么以业力的驱使就会在某个轮回的生处里取得一个蕴身，就像妇女分娩一样，已经到了产时，自然就生出来了。

[3130] 这里要知道，由于有就会出现生，生是指下一个生死蕴的出现。我们说某个东西生了，就是指它出现了。比如，过去造了恶业，现在就变成一头呆头呆脑的旁生，这就是生了，旁生的蕴出现了。或者过去造的悭吝业太大，出现了一个披头散发、瘦骨嶙峋的鬼，生出了饿鬼的蕴。诸如此类，轮回里的所有生命状态，就是由叫做”有”的业势力变现出来的。

[3131] 12、老死支——背尸老人

[3132] 既然生了，就会在这个蕴体上出现老和死，图中以背着尸体的老人来表示。就好比一个种子，既然已经开出了一朵花，那必然就有这朵花的枯萎、凋谢。同样，引业和满业的势力刹那刹那都在变出新的苦蕴现相，但它毕竟是有限的，因此在若干个时期过后，这个蕴体会到达成熟位，那时就进入了六根全面衰退的阶段，叫做”老”。当这个蕴老到了尽头，无法继续相续下去了，这时同分的蕴体就会舍弃，这就是死。缘起图上表示为背尸体的老者。也就是从刚生出来的小娃娃，逐渐地已经变成老态龙钟的老人，这个老人背负着一具沉重的尸体，表示他最终就会成为尸体。像这样，三界里任何生出来的蕴，以它作为因，最终都要出现老、死的状况。

[3133] 老死以后又会转入下一轮，还是按照以上十二个支分继续循环下去。只要因上的无明没截断，能滋润的爱、取没脱开，那将无休无止地转生死轮。

[3134] 思考题

[3135] 1、以何因缘出现了画生死轮的做法？

[3136] 2、对照生死轮图，按次第细致思惟每一部分所表示的涵义。

## 1.54 54

[3137] 十二缘起

[3138] 分四：一、支分差别；二、支分略摄；三、几世圆满；四、此等摄义。

[3139] 一、支分差别　分十二：（一）无明；（二）行；（三）识；（四）名色；（五）六处；（六）触；（七）受；（八）爱；（九）取；（十）有；（十一）生；（十二）老死。

[3140] （一）无明　分三：1、体性；2、差别；3、无明缘行之理。

[3141] 1、体性

[3142] “无明”即是不明了人无我，而将多体、无常的五蕴执为常、一的我见。轮回根本的无明就是萨迦耶见，在此基础之上还有不明了业果而执为无因、邪因等，这就是无明的体性。

[3143] 2、差别

[3144] 无明包括两种愚蒙：一、业果愚；二、真实义愚。也就是对业果的愚蒙和对无我真实义的愚蒙。

[3145] 3、无明缘行之理

[3146] 由业果愚能招集堕恶趣的业行，由无我真实义愚能招集往善趣的业行。

[3147] （二）行　分二：1、体性；2、差别。

[3148] 1、体性

[3149] “行”即是业，也就是造作的意思。

[3150] 2、差别

[3151] 行有三种：一、能引恶趣的非福业；二、能引欲界善趣的福业；三、能引上界善趣的不动业。

[3152] （三）识　分二：1、体性；2、差别。

[3153] 1、体性

[3154] “识”，指阿赖耶识。

[3155] 2、差别

[3156] 识有因位识和果位识二种，就所生之处而言，又可配在受生恶趣和受生善趣两个方面。

[3157] 受生恶趣的因位识和果位识：如果对于从不善业起苦苦果的因果律愚蒙，就会造作增长不善业，在造业后的第二刹那，业习气熏习的现法识即是因位识；这个识经过滋润到了成熟位，未来世在恶趣处结生的识是果位识。

[3158] 受生善趣的因位识和果位识：由于对无我真实义愚蒙的势力，又不如实了知善趣实际是苦性从而妄执为乐，为了我得乐的缘故就会造集福业和不动业，在造业后的第二刹那，业习气所熏的现法识是因位识；这个识经过滋润到了成熟位，于欲界、上界的善趣结生的识是果位识。

[3159] （四）名色

[3160] “名”指受、想、行、识非色的四蕴，“色”指色蕴，“名色”就是指五蕴。如果生到无色界，那就只有色种子，而没有真实的色。此外在其他生处受生时，都会出现的羯罗蓝、安部陀等各分位的色，对此应当按照《入胎经》等中所说色蕴发展的各分位状况如实地来了解。

[3161] （五）六处

[3162] “六处”，指眼、耳、鼻、舌、身、意六根。按四生而言。如果是胎生，最初识入精血成为羯罗蓝位，之后色蕴将随着名蕴——受想行识而与日俱增，逐渐地成就眼、耳、鼻、舌四处，身、意二处在入胎初始的羯罗蓝位就已经具有。如果是化生，在结生的时候诸根会顿时现起，没有这样渐次形成的过程。卵生和湿生除了不是住胎的方式（湿生是借暖气和湿的因缘受生，卵生是蛋生），此外各分位发展而成就六处的情形与胎生相同。

[3163] 名色与六处的体性差别：成就名色，指最初得到蕴身的自体；成就六处，指完成了蕴身的差别。如同花种植入土地时随即得到花的自体，但未成就花的差别；经过若干时节的发展，圆满地出现了花蕊、花瓣、花枝等的支分，由此成就了花的差别。

[3164] 另外要注意，此处所说的六处，主要是针对人类而安立的，其他生命形态会有所差别。比如，在无色界就没有眼、耳、鼻、舌、身五种有色的根。

[3165] （六）触

[3166] “触”，指根境识和合，而分别可意、非可意、中庸三种境。

[3167] “以六处为缘生触”是一种省略说法，实际是指根、境、识三者作为因缘，当它们和合的时候就会发生触。

[3168] （七）受

[3169] “受”，指由根境识和合分别三种境作为因缘，而生起的苦、乐、舍三受。

[3170] 受的差别是，以触及可意境为缘，发生乐受；触及不可意境为缘，发生苦受；触及中庸境为缘，发生舍受。

[3171] （八）爱　分二：1、体性；2、差别。

[3172] 1、体性

[3173] “爱”，指于乐受起不离爱、于苦受起乖离爱。也就是，以乐受为缘，就会发起爱与其不离的心；以苦受为缘，就会生起爱与其分离或避开它的心。

[3174] 这里要明确，只有无明与受和合才会生爱，如果没有无明，虽然有受也终究不会生爱。这里的”无明”指无我真实义愚，即有我执的时候，一产生乐受就会爱著；如果没有我执，光有乐受也不会为我而生爱。

[3175] 再者，触和受有什么差别呢？触是境界受用，受是生受用或者异熟受用。也就是，当已经现前这样的境界时，与之接触就是前位的境界受用；而随后会发生苦乐等的受，这就是异熟受用。譬如，在一位天人面前，呈现出天宫、天乐以及众天女等的境相，这是境界受用；随之发生了很快乐的感受，这是他的果报受用或者异熟受用。这两者圆满就是受用圆满。

[3176] 2、差别

[3177] 相应三界有三种爱，即欲爱、色爱和无色爱。

[3178] （九）取　分二：1、体性；2、差别。

[3179] 1、体性

[3180] “取”，指对四种境起了四种欲贪。也就是以爱为因缘，推进发展到心对此一直取著的程度。

[3181] 2、差别

[3182] 取有四种。

[3183] 一、欲取：指欲著在色声等的欲尘上。也就是对于五欲的取著。

[3184] 二、见取：排除根本萨迦耶见之外的其余恶见，在这些恶见上出现了欲著的心。也就是取著这些见解。

[3185] 三、戒禁取：与恶见相属的恶戒恶禁，对此发生了欲著的心。也就是对于一些邪的禁戒，由于爱而发生了很大的取著心。

[3186] 四、我语取：指欲著萨迦耶见。也就是心一直计著我、我、我，这样发生根本的取著”我”的心理活动。

[3187] （十）有　分二：1、体性；2、释词。

[3188] 1、体性

[3189] “有”，指往昔造作业行在识中熏建了业习气，其后经由爱、取如水般地滋润引发，终于到了具大势力能引生后有的分位。

[3190] 2、释词

[3191] “有”是在因上假立果名。也就是，当因的业势力已经强大到必定感生后有的分位时，就在这样的因上立果的名字，叫做”有”。

[3192] （十一）生

[3193] “生”，指识在胎卵湿化四种生中最初结生的刹那，也就是四种有中的生有。

[3194] （十二）老死

[3195] “老”，指诸蕴成熟转变成其他相。广义是指受生第二刹那一直到死之间的本有，狭义是指身心出现了衰退相的阶段。

[3196] “死”，指弃舍同分诸蕴。也就是，取得一世蕴身以后，当同分相续到了最后，引业穷尽之际，相续就会断灭，这就是死。

[3197] 二、支分略摄　分二：（一）摄为四支；（二）摄为三道。

[3198] （一）摄为四支　分五：1、摄为四支；2、归摄必要；3、引之道理；4、生之道理；5、成办之义。

[3199] 1、摄为四支

[3200] 十二支可略摄为四支：能引支、所引支、能生支、所生支。

[3201] 能引支：无明、行、因位识二支半。

[3202] 所引支：果位识、名色、六处、触、受四支半。

[3203] 能生支：爱、取、有三支。

[3204] 所生支：生、老死二支。

[3205] 2、归摄必要

[3206] 十二支归摄在引、生两重因果中，实际是为了显示一重受生因果的相。摄为两重因果的必要，在于显示因和果的两种差别，由此就能非常具体地显示出如何完成一重受生因果。

[3207] 首先就果而言，为了显示引果苦谛和生果苦谛体相的差别，安立了两重因果。也就是，果位识、名色、六处、触、受这四支半在所引位只有种子，还没有成就各自的自体，属于未来会发生的苦；生和老死二支则是已经生苦的分位，现前即是苦。譬如，花种子在现前位只有种子，虽然有引出根茎枝叶等的功能，但还没成就根茎枝叶等的自体。同样，果位识到受这四支半只是引果苦谛，也就是把能引苦果的种子立为苦谛，能引出将来的果位识等的苦果，但现在还没现前苦果。当花种子经过滋润到了成熟位，已经出现根茎枝叶等的自体时，这就好比生果苦谛，已经生出了生和老死的苦果报。总之，所引和所生的差别，即是种子位和成熟位的差别。

[3208] 其次就因而言，为了显示果的受生有两种因，也就是能引种子的因和能令种子所引果报生起的因，所以安立两重因果。譬如花有两种因：一、能引出花种的因，如同能引；二、能开花的因，也就是以水滋润等，如同能生。由无明起行，只是引出了将来发生果报的苦种子，所以是能引种子的能引因；之后经过爱、取的润发，才使得种子成熟而生出果报，这就是能生出苦果的能生因。这两种因配在一起才能出现最终的受生。

[3209] 3、引之道理

[3210] 以下由四相了知能引和所引的涵义。

[3211] 一、何为所引

[3212] 问：在十二缘起支中，哪几支属于所引？

[3213] 答：果位识半支，加名色、六处、触、受四支，这四支半是所引。这四支半在所引位只有种子，还没有成就自体。

[3214] 二、以何而引

[3215] 问：以什么能引出果位识等的种子？

[3216] 答：以无明为缘所生的行支。也就是由无明驱使造业，以这个业就引出了种子。

[3217] 三、如何而引

[3218] 问：能引是以什么方式引出了所引？

[3219] 答：引种子的方式，是由行在因位识中熏建业习气。也就是造业后第二刹那，业习气就熏入了因位识中，以此就出现了所引的种子。

[3220] 四、所引之义

[3221] 问：所引的意义是什么？

[3222] 答：在因位识中熏入的业习气，具有变现出果位识等的功能，如果遇到爱、取、有这三个能生支来滋润，就能够转成果位识、名色、六处、触、受这些果的自体。

[3223] 4、生之道理

[3224] 以下由三相来认识能生和所生的涵义。

[3225] 一、以何而生

[3226] 问：以什么能生后有？

[3227] 答：以爱为缘所生的取支。也就是有了爱以后，再进一步串习成了取就能够感生后有。

[3228] 二、何为所生

[3229] 问：所生的是什么？

[3230] 答：生和老死。也就是后有从生到老死之间的一系列果报。

[3231] 三、如何而生

[3232] 问：能生是以什么方式生出了所生？

[3233] 答：过去造业在识中熏入的业习气，经过爱、取的数数滋润，当它的势力已经增长到堪能引发后有时，随即就会发生果报。

[3234] 5、成办之义

[3235] 对此从引、生善趣的情形和引、生恶趣的情形来认识。

[3236] 一、以恶业引、生恶趣的情形

[3237] 由业果愚无明发生了不善行，在识中熏建了恶业习气，使得有可能出现三恶趣中的果位识、名色、六处、触、受这样的果报，也就是已经引出了会发生恶趣这些果报的种子。接着，如果这个恶业习气经由爱、取的水数数润发，而逐渐变得有决定感果的大势力，那就一定会在来世的恶趣中感得生和老死。

[3238] 以四支来说，由业果愚无明起不善行，在识中熏建恶业习气，是能引支；以此就有了功能，可能造成三恶趣的果，也就是果上的识等的四支半，这是所引；经由爱、取数数润发，已经到了有大势力决定感果的业的分位，这是能生；由此就在来世恶趣中感得生和老死，这是所生。

[3239] 二、以善业引、生善趣的情形

[3240] 这又要从两个方面来认识：（一）引、生欲界善趣的情形；（二）引、生上界善趣的情形。

[3241] （一）以善业引、生欲界善趣的情形

[3242] 由无我真实义愚无明，为了自己得到欲界的安乐，发起欲界所摄的持戒、布施等的福行，以此就在识中熏入了妙业习气，有了成就欲界善趣的果位识、名色、六处、触、受这四支半的功能。再经由爱、取数数润发，使得福业的业习气逐渐变得有势力，由此来世就在欲界善趣中生起了生和老死。

[3243] 举例而言，某人不了知无我，想为自己求得欲界天的安乐果报，为此作了布施等的各种善行，作了之后就在识中熏入了妙业习气，这是能引支；已经有能生欲天果位识、名色、六处、触、受等各种福果的功能，这是所引支；之后还以爱、取不断地去滋润这个善业习气，使得它逐渐地变得非常有势力，这样就完成了能生支；结果来世就生在了欲天当中，以及当它成熟之后发生老死，这是所生支。这就是以善业引生欲界善趣的情形。

[3244] （二）以善业引、生上界善趣的情形

[3245] 由无我真实义愚无明，为了自己求得上界的安乐，发起了上界所摄的奢摩他等的诸不动行，由此就在识中熏入了这样的妙业习气，使得有功能可以造成上界天的果位识、名色、六处、触、受这四支半。再以爱、取数数润发，使得不动行的业习气逐渐变得有势力，来世就在上界天中生起了生，乃至达到老死位。

[3246] 配四支来说，以无明出不动行就在识田中熏建了妙业习气，是能引支；随着就引出了能发生上界天果位识等的种子或者功能，这是所引支；然后，以爱、取不断地润发不动业的业习，使得它强而有力，这是能生支；以此就在来世出现了上界天的生，以及时间一到就出现老死，这是所生支。以上说明了以善业引生上界天果报的情形。

[3247] （二）摄为三道

[3248] 十二有支可以摄在烦恼、业、苦三道中。

[3249] 也就是，无明、爱、取这三支是烦恼；行、有二支是业；识、名色、六处、触、受、生、老死这七支是苦。

## 1.55 55

[3250] 三、几世圆满　分六：（一）正说；（二）了知唯法无我；（三）不知此理的过患；（四）了知的必要；（五）认识烦恼为怨敌上首，于灭烦恼能发精进；（六）三士道的根源。

[3251] （一）正说

[3252] 譬如，由种子出生果实需要三个重要的环节：一、植种；二、滋润；三、结果。在四支当中，能引支如同植种；能生支好比滋润；所生支犹如结果；而所引的种子到成熟位就是所生，不必另外宣说，因此所引就摄在所生中。

[3253] 这样来观察的话，一轮缘起最快两世完成。也就是，在第一世当中，以无明所起的行在因位识中熏建习气，完成了能引支，以此植下了种子。又在这一世中，以爱、取数数润发，到了有势力能感果的业的地位，完成有支，这样就完成了能生支。由此将不间隔而在紧接着的一世中成熟果报，出现所生支或所引支。像这样，一轮缘起快则两世圆满。慢也只需三世就能圆满。也就是，在第一世中圆满了能引支。之后没有得到滋润，间隔了多世，但这多世也只是其他缘起成熟的过程，在圆满这轮缘起的能生支上不占时间。到了某一世，能生的爱、取、有三支已经完成，润发到有势力能感果的业的地位。在那一世紧接着的一世中，完成所生支或所引支。

[3254] 举例来说，今生以业果愚无明发起了非福业，以嗔恚造作了能生到地狱中的恶业，这样在造业第二刹那已经在识田中熏建了习气，这样就完成了能引支。如果在这一生当中不加改正、忏除，还继续以爱、取数数滋润这种嗔恚恶业的习气，使得它变得强而有力，以至于达到有支的状况，这样在这一生当中就圆满了能生支。那在临终的时候被这个业所牵，随着就会现前地狱的境相，来世将在地狱中出现所引的四支半或者所生的二支。也就是将出现地狱的果位识，以及地狱中最初位的名色，以至于诸根圆满的六处，当生识的根出现以后，接触地狱中烈火、刀刺等境相时就会发生触，由此起猛利的苦受。这就是在来世圆满了地狱受报的所引四支半。或者从受了地狱的蕴身之后，在非常漫长的时间里感受地狱果报，直到受报结束，这样完成所生的生和老死两支。这就是两世圆满的情形。

[3255] 三世圆满的情形。譬如，今生造了受生在欲界天的善业，也就是虽然没有业果愚，但是有无我真实义愚，认为欲界天非常快乐，为了我得到乐的缘故，驱使着身口等去作各种福业，造业的第二刹那，在识田中熏建了善业习气，植下了将来生在欲天中的种子，这样就完成了能引支。然而，在此后相当长的时间里没有去滋润这个善业，而是在其他地方不断地润发，结果在中间若干世里，有时做旁生，有时做人，有时做修罗等等。经过若干世以后，到了某一世这个习气苏醒了，也就是对行善有非常大的欲乐。那个时候他的心理倾向就叫”爱”，然后不断地取著这种善行，就叫”取”，从而使得生欲天福业的势力强大到必然要感后有的状况，这就完成了有支。由于在那一生临终前完成了能生支，结果在紧接着的一世里就生在了天上，那个时候会圆满所引的四支半，或者所生的两支。也就是，在那里将出现天中的名色乃至六处，出现了天人的根身，而且出现天宫、天女、天乐、天食等的各种五欲境界。这样在根境识和合的时候发生触，之后就发生福乐的果报，那么多年里在天上一直享乐，出现了欲天异熟受用的乐，在天中从受生到老死之间在一世中完成。这就是慢则三世完成。

[3256] （二）了知唯法无我

[3257] 就像这样，由因支发生果支，环环相扣，在这当中根本没有作业的我和受果的我，都只是蕴上在发生因位果位的变化。十二个有支就代表因位和果位出现的现相，而每一个现相都没有常、一、主宰性，因为都是由前前支发生的。既然是由那个因造成的，因此里面没有我。比如，因上的惑业等，它是由前前的因发生的，因此没有作者的”我”。受果的识，以及出现的名色、六处、触、受等，也是由前前支发生的，而不是有实体受者的”我”。

[3258] 这就可以看到，完全是一个个的法在不断地变化，这就是所谓的”从唯法因支生唯法果支”，由此会认识无我。

[3259] （三）不知此理的过患

[3260] 愚痴的凡夫不了知生死的真相，不知道在轮回虚妄的生命历程中，一直都是由因支发生果支，这样的缘起始终牵连不断。当它显现果的时候，似现为有一个实体的”我”，也就是，把那个由因发生的五蕴假法当成是”我”。然后，对于完全是不自在流转、以行苦为性的状况，以为里面有真实安乐。既然有我、有乐，那当然要为我求到乐，为此就造下了三门的种种善不善业，以这样不断妄作的缘故，还需要继续流转。

[3261] 由于这个原因，从根源上的我执无明开始，后面还有爱、取，这样由三支烦恼发起两支业，又从两支业出生七支苦，在感受七支苦的同时又起烦恼，又从烦恼造业……就像这样，使得三有的生涯轮转不息。这样就知道，是以十二有支惑业苦不断循环的方式造成轮回的。对此龙树菩萨说：“从三出生二，从二而生七，从七复生三，数转三有轮。”以上揭示了轮回运转的规律。

[3262] （四）了知的必要

[3263] 如果能如理地思惟，是以这种方式在生死中漂流的话，那么这就是最好的厌离生死的方便。也就是，如果知道一直是按照这样的方式，不断地在生死里转来转去，那就会知道这里面有无数的受生、无数的死亡，每一生都遇到无数的亲怨，有无数的求取和不得。生天也有无数次，过后又转到下面去，在地狱里也转了无数次，又好不容易升上去，然而，由于十二有支的连环链无法截断的缘故，还将一轮又一轮地转下去。正如《除忧经》所说，生死的确是个大苦海。因为喝过的母奶也是无量无数，在地狱里喝过的烊铜水超过了四大海，被截断的身肢堆起来超过须弥山，由于爱别离、求不得等流过的泪水也是超过四大洋。在这一世又一世中，有那么多求取的焦虑、失败的痛苦，有那么多的生来死去，以及堕落的恐怖等等。

[3264] 这样就知道，十二缘起一直在我们的心中转，这样的生死没完没了，由此会发生大的厌离，想从这个苦的循环圈里脱出去。再者会想到，如今如果还执取生死的法，那真是可怕。因为就像由四支来完成一轮缘起所显示的那样，过去世那么多的能引支还没有对治掉，而现在还在发生很多的能引，而且还在进一步发生很多的能生。像这样，没有对治掉根本的无明，也没有扼制住对三有的爱，还在不断地著取、造业等，真是太可怕了。这个时候会感觉非常恐怖，会发现自身在生死中的状况的确如此。

[3265] （五）认识烦恼为怨敌上首，于灭烦恼能发精进

[3266] 从正反两方面的道理来看，业和烦恼二者中，烦恼是上首。也就是，无始劫以来造集的能引——善业和不善业还没出生果报，也没以对治力摧坏，如果现在以爱、取作滋养，以此增上就会漂流善趣、恶趣。相反，阿罗汉们在做凡夫时，虽然造了无数能引的业，但由于没有烦恼，就不作滋养，而不会牵引到生死诸趣中，因而解脱了生死。我等凡夫与阿罗汉相比，都是过去生造了无数能引的业，而差别在于有烦恼就必然还要转生死，而无烦恼就从此解脱，因此，烦恼是造成生死轮回的上首怨敌。

[3267] 在这上面得到了定解后，就会把烦恼执为生死怨敌的上首，着力地在灭烦恼上发起精进。这就是由思惟十二缘起，会认识根本的怨敌所在。

[3268] （六）三士道的根源

[3269] 十二缘起有支配在道次第上思惟流转、还灭，依次会成为三士道的根源。思惟恶趣的十二有支流转、还灭，是下士法类；进而思惟欲界、上界二种善趣的十二有支流转、还灭，是中士法类；将心比心地推想诸母有情也都由这十二支门漂流生死，发生慈悲，为利益彼等的缘故愿得佛果，由此学习佛道，这是上士的法类。

[3270] 四、此等摄义

[3271] 由认识十二有支轮回的道理而如理修习，将出生诸多殊胜的利益：一、能破除一切衰损的根本——极重的愚痴；二、能除遣妄执内外诸有为法从无因生以及从邪因生的一切邪见；三、能滋润出离的意乐。也就是，如实知道生死的状况能使心破除愚暗，开启现见缘起的正眼，知道自身所处的状况，之后会发起猛利的厌离，能提起心力一心修持能得实际利益的解脱道。

[3272] 再者，见一切诸母有情都同样陷在这样的生死苦状中，会起悲心、慈心，之后再发展出增上意乐，要将一切的诸母有情全数安置在究竟解脱的佛果位上，这样自己求愿作佛，之后就趣入佛道的修习。诸如此类，由于如理地思惟十二缘起，将全面地发展道心。

## 1.56 56

[3273] （三）结成修圣道必须修苦

[3274] **是故，于修持一个真实的圣法，无论如何需要对于轮回的一切认识无实义这样一个。如是相续中生起的因者，唯一是此修轮回之过患故，乃至相续中未生起之间，需要至心修习。**

[3275] “是故”，是承接前面帕当巴尊者的开示。那里的要求是很高的，修一个真实的出世间法或者圣道，当然要放下世间的一切，比如身体、衣服、饮食、住处、名誉、亲友、向外追逐、自我高慢等等。意思是说，只有一切放下，修法才能成就。无论修哪宗哪派的法，要想即生解脱、成就，一定要一切放下。因为不一切放下的话，心就不能专注在一个点上，也就不可能在短时间内完成圣道。这里说的是”修持一个真实的圣法”，不是只求来世得个人身，也不是仅仅往生极乐世界，而是即生就要成道，这就需要一切放下。

[3276] 那么，这不是天天念”我一切放下！“就能放下的，必须心中发生了胜解，之后才有欲，从而能够真正放下。也就是要胜解到轮回全是苦，一点意义没有。想到从地狱一直到天界之间的苦，知道自身正陷在非常可怕的轮回集中营里，服着难以想像的苦役，只有对这个发生了胜解，才会相信轮回里的一切完全是苦路。就像世间做贼的人，由于相信偷盗是发财的门路，那再怎么苦他也要干，哪怕进了监狱，他还认为这是一条好路。同样地，假使你相信轮回是个大苦海，那是怎么都不会要的，自然会厌患、出离，那个时候就会一心求道，世间的一切衣食、名誉等等，自然就会放下。这样就看到，是由胜解发生信心，由信心而发起欲，这个欲在这里就是指出离心或者求解脱心，它是出世道三个要点之一。

[3277] 既然胜解是放下一切的根源，因此普贤上师就说：“无论如何都需要深刻地认识到，轮回的一切没有一点真实义。”“无论如何”就是不能减价，无论在什么时代、在什么地方、是哪种身份的人，只要想修出世道，就必须生起这个胜解。从释迦佛开始，乃至所有的祖师、成就者们，没有一个认为轮回还有实义、对轮回还有欲的同时，就能彻底地修一个出世法，没有这样的事情。因此，这是对于每一个有志修出世道的行者最基本的要求、一个在缘起上决定需要如此的要求。

[3278] 又要知道，相续中生起彻底看破轮回的胜解，一定要有因。（这不是从胜义空性上面，而是从世俗苦的角度彻底地看破轮回，产生这样一个大的胜解。）如果没有因，它是出不来的，没有天生释迦、自然弥勒。如果没有因就能产生的话，那尽法界一切众生应该自然就发起了出离心，一切世间的俗事在一刹那间全部止息，再也没有人去搞了。但是并非如此，众生从无始以来，在流转过程中所出现的乐执是非常严重的。这样就知道，胜解不会无因而起，而它的因唯一是这个修轮回过患，意思是再没有别的办法了。（当然如果前世修过了，今生一遇缘就苏醒，这种情况也有。）

[3279] 以这个缘故，乃至在你的心中，没有像古圣先贤那样，一看到轮回就生起非常大的厌患之间，需要至心修习。要生起怎样的厌患呢？譬如，释迦如来出四门时，一见到老、病、死的现相就生起非常大的厌患，马上要出离，再也没办法待了，这就是最好的榜样。可以想像，假使自己被关进了监狱，天天受着各种非人的折磨，你在那里生起多强的想出去的心，对于轮回就应当有这样的心。或者像看到含毒的美食、不净室、大火坑那样，感觉一点点实义、一点点安乐也没有，对于轮回要有这样的认识、观感。乃至相续中没有生起之间，需要至心修习。

[3280] 所谓”至心修习”，就是不是口头的，而是从内心深处按照这样来修。一个一个设身处地地想：“我处在这种境况里会是怎样的情形？这里有没有真实的乐？它的过患如何？”譬如，三恶趣的痛苦是如何深重而漫长；在人当中又是如何地寿命短、苦难多，所有的乐最终都转成苦；修罗有怎样的斗争之苦；诸天有怎样的放逸、堕落之苦等等。像这样一个一个地好好想，想了以后才知道，过患实在太大了。一定要把自己摆进去，在自心上修，这样的话，心逐渐逐渐地会起，然后通过多种门径，要数数地、长期地修。要发出恒常、猛利的胜解和欲，心才能彻底地转掉。

[3281] 总之，这里的要求是让我们从道理上认识轮回的一切毫无实义，乃至相续中没有生起之间，都需要至心修习。

[3282] 八、修量

[3283] **如是轮回过患的实修，相续中生起的量者，要达到如同善知识朗日塘巴一样的。也就是于朗日塘巴，侍者禀报：“人们在称呼上师为黑脸朗日塘巴呢！”师言：“若思惟此三界轮回之苦，脸上能出笑容吗？”**

[3284] **传说，一次他的曼茶盘上有一粒松玉，一只老鼠去搬，其力不支，遂作”吱吱”声呼召余鼠，二鼠一推一拉，见而面出微笑，此外何时连微笑也没有。**

[3285] 像这样修习轮回过患，在自相续里生起的量，要达到像善知识朗日塘巴尊者那样。有一天，侍者来禀报说：“人家都在说上师是黑脸朗日塘巴。”尊者说：“如果思惟三界轮回的苦，脸上还能出个白色吗（意思是还能很轻松，感觉很快乐吗）？”

[3286] 为什么称他为”黑脸者”呢？透过一个事例就能看出来。有一次，他的曼茶盘上有一颗松玉，一只老鼠跑来想把它搬走，但是搬不动，于是就发出”吱吱”的叫声，招呼另一只老鼠过来。然后它们一个在后面推，一个在前面拉，就这样一推一拉地把松玉搬走了。尊者看到这个场景后，露出了一点微笑，除此之外，无论什么时候，脸上连略微笑一下都是没有的，因此人们称他为”黑脸朗日塘巴”。

[3287] 这就看到，尊者心里完全是厌患的状态，一想到轮回，就像前面讲的有那么多的苦，怎么笑得出来呢？就像胆病患者见到油食一样，以那种深切的苦的体会，自然就发呕吐心，也就是修苦一旦到量，一见到轮回的事就油然地生厌患，当然外在的表现脸色是黑的。

[3288] 这也说明真实的修量就是如此，既然是那么苦，那当然是一种黑脸的表情。其实，我们对任何事物的反应都是如此。譬如被人逼着吃一个已经腐烂、吃下去一定会呕吐的东西，心里会很痛苦、不想接受，脸上马上就表现出来了；或者已经判了死刑，今天就要被拉出去枪决，或者马上要受惩罚等等，心情自然是沉重的。就像这样，不必说整个轮回那么大的过患，自己真切认识到的一点小苦要临身的时候，自然马上就是黑脸，因此不要认为这是很高的要求。

[3289] 一般人容易产生误解，以为这是最高的要求，所谓”前无古人，后无来者”，天下只有朗日塘巴尊者一个人达到了这个标准。实际上要知道，这是每一个想即生解脱的行者都要达到的基本要求，因此把它定为修量。说到”修量”，就不是针对一两个人，而是对所有有志于解脱的行者来说的，就好比所谓”及格的量”，是对于多少亿学生的共同要求，达不到是没法升上去的。

[3290] 还要注意一点，对于轮回，从自己的角度永远是厌患的，不想继续这种非常苦、非常迷乱的生涯；但是从利益众生的角度，那是不舍生死界，所谓”不厌生死”，意思是要在这里面度众生，对此要能够辨别。

[3291] 人能笑出来或者出现幽默的反应，要么是知道离戏，懂了一切都是荒唐的，本来就是戏论；要么是慈愍众生，要给他从现前到究竟的一切安乐，这样有慈心也会含笑；或者本来一切相都是假的，如果有出乎意料的表现也会笑；或者自身已经明白这些都是假的，可以任运超越概念的时候也会笑等等。除此之外就是被乐颠倒执蒙蔽，心中有贪著。但是，一般的人没什么智慧，也不厌轮回，却要装开心，这是属于非常低级、浅薄、幼稚的状况，只是一种掩饰，跟法上的要求完全相反。按法上的要求来说，面对轮回就是生厌离，知道本具佛性就一定喜乐，心上的反应就是如此。但今天的人很颠倒，对于轮回的事情假装欢喜，对于自性本有的事情丝毫不知，一直在外面求。而且，为了表现文明、优越、高雅等等，会装出来微笑等的姿态，来取悦别人或者表现自我。对别人好也不是善心，不是真实的慈悲心等等。这些都不符合修心的缘起，所以再怎么做也是假的。

[3292] 未生起此修量期间务必坚修

[3293] 这里讲了两方面的原因，以此来教诫我们乃至没有生起修量之间，务必要坚定地修苦。首先看第一个，修苦是生起诸多圣道功德的根本。

[3294] **如是修习此轮回苦者，乃是圣法入心、深信因果、心舍此生、慈悲有情等此类道之功德的所依根本，**

[3295] 首先，修苦修得好的话，就会知道这是非常可怕的集中营，苦得没法忍，一定要修圣法，因为没有圣法是没法解决的。也就是真正知苦以后，人就开始想解决问题了。譬如当知道自己得了癌症，会出现非常多的苦，又听说有能让自己痊愈的治疗方案，心肯定会趣向的。就像这样，修了轮回苦以后，知道这里太苦了，一定要修圣道才能解决，我们的心自然会往那上走。

[3296] 第二个是对于因果起深忍信。思惟了轮回苦，对于六道各处一类一类的苦了解以后，再对应各自的因，就像《念处经》里讲的那样，知道这种苦是从这个业来的，那种苦是从那个业来的，这样的话就会深深地相信，的确起什么样的心就会出什么样的果。如果落在业果愚里，以为现世名利最能利益我，为了尽快得到这些现世乐，心就会造下种种非福的业行，就会感得恶趣里的各种果报等等。像这样，轮回苦观得好，又看到了一条条对应的因果关系，就会深信一切都是由因果律发生的，对此会起深忍信。

[3297] 再者，心能够放下此生。当明白整个轮回的事情以后，会看到此生只是其中一个小点，没有什么意思。为了这么一点虚假的乐，浪费宝贵的人身，导致从现前到永远之间锁在轮回的锁链里，太可怕了！之后就想一刀两断，截断此生俗事。当思惟得越来越多，轮回的苦在自己心里现得越来越大、越来越明显，心对此越来越厌的时候，自然就会放下此生。

[3298] 接着，修苦修得好会对有情生慈悲心。所谓的慈心、悲心，不是表面装着对人好，或者为了自我形象作出和蔼可亲的表情、行为等等。实际上，当修苦的体会越来越多，越来越清楚地看到自身有这么大的生死苦患，之后再看别人，推己及人就知道众生全部陷在生死苦海里，会感觉大家同是生死沦落人，同是得了重病的生死病人，就会同病相怜。也就是，会看到上上下下的众生身上充满了各种各样的苦，一点真实的乐也没有，最多只是以苦为乐而已。像这样，在为每一个众生着想时，知道他是自己的母亲，又看到他有那么多的苦，油然就会起悲心的。由于在自身上知苦的因已经具足，只要一转移到众生身上，自然会发起慈心和悲心。

[3299] “等”字，包括《入行论》等中所说的归依心、惭愧心、忏悔心、欣乐行善、畏惧造恶的心等等。

[3300] 这些道的功德，都是依靠修苦而来，因此它成了许许多多重要的道功德生起的根本。诸佛菩萨、祖师们的教授里都说，修苦是一个大嗢柁南，想要真实地厌患生死、发起归依、生起大悲等等，除了修苦没有更好的方便。

[3301] 接下来看第二个的原因，一代时教以宣说苦谛作为开端。

[3302] **而且，佛世尊也是在次第三转法轮的开始说”诸比丘，此是苦，如是知”，而后开始宣说一代时教，**

[3303] 世尊来到这个世上转了三转法轮，对此都是按次第来进入的，因为众生必须遵循由浅浅到深深、由下下到上上的法则来发展修心，如同求学要次第从一年级读到十年级那样。苦谛正是一年级的课程，因此它是一个入门、一个地基、一个上上的佛法都必须依靠的基础。佛世尊当然知道菩提道的次第，因此在说法之初就说了这件事。佛说”此是苦，汝当知”，这个”苦”指苦谛，也就是轮回的一切全是苦，你们应当如是地了知等等，之后再说集、说灭、说道等。像这样初转四谛法轮；之后二转无相法轮；然后三转如来藏法轮等等，让众生逐步地发起对诸法真实性的认识。如果最初步的苦谛没开启的话，那会一直存在障难，导致后面的一切都没法发展。

[3304] 如果不重视前面，认为可以随意跨越，那后面终究建立不起来。就像忽视一年级的课程，认为这个不重要，妄图高深，结果一年级的课程没过关的缘故，总是没法升级，它成为一个永远的障难。所以，了知缘起的人明白，就当前一步来说这是最重要的。这也是能升进的最根本的基础、所依，就像万丈高楼从地基建起，千里之行始于足下那样，没有这发足的一步，后面都没法到达。

[3305] **以是因缘，相续中未生起之间，务必要勤修。**

[3306] 以这个因缘，乃至自相续还没有生起轮回苦的修量之间，修苦的课程没过关，就一定要精勤地修持。

[3307] “以是因缘”包括两个因缘：一、修苦是发生诸多圣道功德的根本；二、佛的一代时教以宣说苦谛为基础。

[3308] 意思是说，比如三主要道以出离心为前驱，没有前面道心的缘起难以发展后后。或者就本论而言，讲到修苦能使得心入于法、对因果生起深忍信、放下此生此身、对有情起慈悲心、生起归依心、一心祈祷上师本尊等，由此成为证知无我的前方便，或者了知客尘虚妄的前方便，从而容易认识自性。诸如此类，修苦成为圣道功德的根本或者依处。

[3309] 再者，一代佛教之始唯一宣说苦谛，密意也是由此容易认知四谛而发起求解脱心，这样将出现出世的道心。往后的第二转无相法轮、第三转如来藏法轮，都是以苦谛作为基础。也就是说，由于知苦，才能去掉乐著生死的心，这样有了道心，才容易趣入无我空性。再者，宣说第三转如来藏法轮，对一般根机来说，都是首先要知道轮回里面苦、空、无常、无我，之后在听到如来藏的常、乐、我、净时，就不会搞错，而且容易升上去。这样就明白，圣教最前面的基础是宣说苦谛。连佛安立的教法次第、引导弟子的次第都是先宣说苦谛，让他们达到一定的量，在这之后才宣说更深入的教法，这可见前面的基础不可缺。

[3310] 就像这样，理上要认识到，如来宣说教法的次第上也要认识到，因此这是绝对不会错的，在自己没有生起修量之间，一定要精勤地修习。这在修心的次第上，就如同一年级没过关，往后都难以升进那样，因此务必需要勤修。

[3311] 求加持偈

[3312] **见轮回苦犹起耽著贪，怖恶趣险然行恶不善，**

[3313] **我与如我歧路众有情，深心舍弃此生求加持。**

[3314] 这里前二句说明颠倒的状况，第三句是颠倒者，第四句是祈求不颠倒。

[3315] 颠倒的状况有二：一、虽然见到了轮回苦，但还是耽著这些现世法而起贪。这本来是毒药或者杂毒的美食，明明知道还贪著，饮苦服毒，这是一个总的愚痴。二、明明怖畏恶趣险路，就像要坠入万丈深渊粉身碎骨，永劫难以翻身那样，然而还要去造它的因——种种不善业，这就非常地顽固、颠倒。由于无始以来的颠倒习性，就如同苍蝇逐臭，疯子用刀砍伤自己，或者滥服毒药一样，是这样一个疯癫的状况。

[3316] 我是如此，天下无量无数的众生也是如此，都是这样在错误的道上走。祈求上师三宝加持，我和与我一样的有情众，都能够以很深的心舍弃此生，也就是不是口头说的，而是真正从内心深处放下此生。放下此生是关键，因为此生的现相是最迷惑人的。比如各种名利享受、自我的奋斗争取、实现自我价值等等，为了得到这些的缘故，心会非常地贪婪，由此造下各种恶业。关键的问题是要舍弃此生，然后才能修道，出离轮回。因此，这里祈求上师三宝加持，我等歧路众有情真正能够看破此生，心完全舍弃这一切后，就能转入圣道了。

[3317] **了知轮回为苦之引导终**

[3318] 思考题

[3319] 1、为什么必须胜解轮回无实义才能修真实圣法？对此我们该怎么做？

[3320] 2、轮回过患的修量是什么？为什么会有这种表现？

[3321] 3、为什么只要还没有生起轮回过患的修量，就必须勤修此法？

[3322] 4、思惟求加持偈的涵义，并如是祈求。